भारतीय
गूढविद्या

लेखक

स्वामी दत्तावधूत

ॐ वनिता बुक्स
मुंबई – ४०० ०१२

☯ **ॐ वनिता बुक्स– पुष्प नववे**

प्रथमावृत्ती : डिसेंबर १९९५
द्वितीयावृत्ती : मे १९९८
तृतीयावृत्ती : मे २००१
चतुर्थावृत्ती : मार्च २००८
पंचमावृत्ती : **डिसेंबर २०१४**

☯ © सर्व हक्क प्रकाशकाच्या स्वाधीन

☯ **प्रकाशक**
ॐ वनिता बुक्स
बी २१३, सात आसरा सहकारी गृहनिर्माण संस्था
(पानवाला चाळ),
डॉ. एस्. एस्. राव मार्ग,
लालबाग, मुंबई ४०० ०१२.
दूरध्वनी : (०२२) २४१८७३३९

☯

☯ मूल्य : रु. १६०/-

भरो शांतीने विश्व ।
व्हावे आध्यात्मिक विश्व ।
भक्ती, ज्ञान, प्रेम युक्त ।
व्हावे अखिल विश्व हे ।।

– स्वामी दत्तावधूत

प्रस्तावना

भारत देश हा प्राचीन कालापासून अनेक विद्यांबद्दल प्रसिद्ध आहे. वेदविद्या, आत्मविद्या (उपनिषदे व तत्त्वज्ञान), कर्मकाण्ड, योगविद्या, धनुर्विद्या, ज्योतिषविद्या, गणित-भूमिती, भौतिक विज्ञान, ही त्यातील काही नावे. या विद्या अथवा ज्ञान भारतीयांना केवळ माहीत होते असे नव्हे तर या विद्यांचे जनकत्व भारतीयांकडे आलेले आहे. हजारो वर्षांच्या इतिहासात यातील काही ज्ञान लुप्त झाले तर काही विद्या अभ्यास चालू न ठेवल्याने अज्ञातवासात दिवस काढीत आहेत. शिवाय चालू विज्ञान युगाने एक नवेच वारे निर्माण करून 'जुने जाऊ द्या मरणालागुनी' असे म्हणत क्रांतीचा झेंडा उभा केला. ज्ञान हे केव्हाही जुने होत नसते. त्यात कालानुरूप भर घालण्याचे काम शास्त्रज्ञ-पंडित करीत असतात. अगदी आजच्या विज्ञानयुगातील उदाहरण द्यायचे, म्हटले तरी कालचा अभेद्य अणू आज विभाजित झालेला असून, उद्याचे त्याचे स्वरूप प्रकाशमय होणार काय? हा प्रश्न सोडविण्यात विज्ञानवादी गर्क आहेत. पाणी उकळून प्यायल्याने निर्जंतुक होते व बर्फात ते जंतुविरहित असते हे विज्ञान आलटून-पालटून सांगत असल्याने आमची तहानही भागत नाही व पाणी-पाणी हा आक्रोश ही थांबलेला नाही. गूढविद्येचे तंत्र वेगळे आहे. मुळातच गूढ म्हणजे अज्ञात, अद्भुत, चमत्कारांनी भरलेली ही विद्या असल्याने त्याबद्दलचे कुतूहल आजही आहे. त्यातील

वैज्ञानिक सत्य शोधण्याचे कार्य पाश्चिमात्य विद्वान करीत असले तरी आम्ही मात्र त्याची अंधश्रद्धा अशी टवाळी करून तेथेच सोडून देतो. 'मिस्टिसिझम' हा विषय पाश्चात्यांनी त्यांच्या परीने सोडविण्याचे प्रयत्न कसोशीने चालविलेले आहेत. कोणत्याही विषयाची हेटाळणी करण्यापेक्षा त्या घटनांमधील सत्यासत्यतेचा छडा लावण्याचा त्यांचा प्रयास आहे. शास्त्रीय संशोधनात जसा अंधश्रद्धेला वाव नाही तसा भडकपणालाही नसल्याने तिकडील संशोधनातून जे सत्य बाहेर येईल, ते मांडून त्यावर नवीन भर पडल्यास तेही मान्य करण्याचे त्यांचे बुद्धीवादी धोरण कौतुकास्पद आहे.

गूढविद्या व गूढवाद या असंबंधी अनेक मतमतांतरे आढळतात. त्यासंबंधीची काही पुस्तके 'गुप्त', 'अतिशय गुप्त', 'दुर्मिळ' या नावाखाली खपविणारेही आहेत. मात्र त्यातून ज्ञानलालसा तर पुरी होत नाहीच पण ज्याला पूर्वीच्या भाषेत 'विपरीत ज्ञान' म्हणतात, तसे मात्र वाचकांना होते. त्या विषयाची नको ती माहिती होते व मनात वैचारिक गोंधळ होतो. या वैचारिक गोंधळात प्रकाश देणारा महत्त्वपूर्ण ग्रंथ नुकताच प्रसिद्ध झालेला आहे. लेखक अज्ञातात म्हणजे सुपरिचित नसले तरी त्यांचा ग्रंथ अपूर्व व मौलिक असा आहे. आतापर्यंत प्रसिद्ध झालेल्या गूढविषयावरील ग्रंथात व या ग्रंथात मूलभूत फरक आहे. या ग्रंथाचे नाव 'भारतीय गूढविद्या' असे असून, तो स्वामी दत्तावधूत यांनी लिहिलेला आहे. या ग्रंथाचे वैशिष्ट्य म्हणजे यात गूढविद्येसंबंधी बुद्धीवादी दृष्टीकोनातून विचार प्रदर्शन केलेले आहे. लेखक स्वत: अनुभवी असल्याने त्यांच्या लिखाणात गैरलागू, अवाजवी, अतार्किक विधाने अभावाने आहेत. त्यांचा आध्यात्म, योग, मंत्र व तंत्रशास्त्र या विषयांचा प्रदीर्घ अभ्यासच या ग्रंथातून प्रकट होत आहे.

गूढविद्येतील बहुतांश प्रकाशित ग्रंथ हे एका विशिष्ट मार्गाचेच असल्याने त्या ग्रंथांतून संपूर्ण गूढविद्येचा वा त्यातील सर्व विषयांचा बोध होत असतो.

पुष्कळदा ते ग्रंथ फक्त मंत्राची वा तंत्राची माहिती देतात. पण त्यातील खाचखळगे, धोके, अधिकार यांची विशेष चर्चा त्यात नसते. त्यामुळे त्यातील तंत्राचा प्रत्यक्ष अनुभव देण्यास वा घेण्यास ते ग्रंथ असमर्थ ठरतात. शिवाय त्यात अडकलेल्यांना त्यातून सुटकेचा मार्गही सांगितलेला नसतो. या गूढमार्गात अडकलेल्यांची संख्या जास्त असलेली त्यामुळेच आढळते व सर्वसामान्यांचा व तर्कटांचा त्यामुळे या विषयाबद्दल गैरसमज होतो.

हे सर्व लक्षात घेऊन स्वामी दत्तावधूतांनी आपला हा ग्रंथ परिपूर्णरीतिने तयार केलेला आहे. गूढविद्या ही सात्त्विक, राजस व तामस अशा तीन पातळ्यांवर असून, त्यांचे सविस्तर विवेचन स्वामीजींनी केलेले आहे. तामसी विद्या दिसण्यास सोपी वाटली तरी तिचे विपरीत परिणाम किती भयानक असू शकतात, याचे वर्णन करून धोक्याची जाणीवही करून दिलेली आहे. पहिल्या भागात त्यांनी हेतूत: तामसी विद्यांपासून प्रारंभ केला आहे. सर्वसाधारण माणसे अशा साधनांकडे पटकन आकर्षित होतात व ती मिळविण्याच्या मागे लागण्याच्या प्रयत्नाला लागतात. कर्णपिशाच्च, पशू-पक्षीज्ञान, नजरबंदी, करणी, हवेतून पदार्थ किंवा एखादी वस्तू आणणे, वशीकरण, धनवापसी, बगलामुखी अशा अनेक तामसी विद्यांचे सविस्तर विवरण करून त्या कशा प्राप्त करून घेता येतात व मिळविल्यावर त्यातील धोके व परिणाम नमूद केलेले आहेत. ही विद्या मिळविण्यापूर्वी साधकास त्यांनी सावधानतेचा इशारा दिला आहे. साधकाने लक्षात ठेवावे, की ज्या स्तरावरील आत्म्याला तुम्ही वश करून घ्याल, तुम्हालाही त्याच स्तरावर मृत्यूनंतर जाऊन राहावे लागेल. स्वामीजींनी या विद्येतील धोका इतक्या स्पष्टपणे सांगितलेला आहे. त्याची यामागील भूमिका सर्वसामान्याने मृगजळाच्या मागे लागू नये, अशीच आहे.

ग्रंथारंभी स्वामीजी ही गूढविद्या हे थोतांड नसून ध्वनीशास्त्रावर आधारित

असा शास्त्रीय विषय असल्याचे साधार विवेचन करून सांगत आहेत. ब्रह्मांण्डापासून पिशाच्च लोकापर्यंत हे अंतरिक्ष पसरलेले आहे. ध्वनीलहरी या विद्येचा मूलभूत पाया असल्याचे सांगून या ध्वनीलहरी शक्तीस्थाने म्हणजेच विविध देवता आहेत, असे स्वामीजी स्पष्टपणे सांगत आहेत. मंत्रोच्चारातून ध्वनीलहरी निर्माण होतात व त्याद्वारे या शक्तींशी संपर्क येऊन साधकास इष्ट सामर्थ्य कसे प्राप्त होते याचे उत्कृष्ट विवेचन स्वामीजींनी प्रारंभी केलेले आहे.

देवाधीनं जगतसर्वं । मंत्राधीनंच् दैवतम् ।

ते मंत्र ब्राह्मणाधीनं । ब्राह्मणो मम दैवतम् ।।

असे भगवान विष्णूने म्हटले आहे. शास्त्रीय दृष्ट्या याचा अर्थ- देवता म्हणजे प्रकाश लहरी. या प्रकाश लहरींना मंत्राद्वारे प्रसन्न करता येते, असा होतो. स्वामींनी हे ज्ञान भारतातील अनेक पर्वतातून राहणाऱ्या सिद्ध-साधकांकडून मिळविले. यासाठी संपूर्ण भारतातील गिरीकंदरातून अनेक वर्षे पायी प्रवास केला.

तामसी विद्येनंतर राजसी विद्यांचे विवेचन स्वामीजींनी केलेले आहे. गणपती, सरस्वती, महालक्ष्मी, दत्तात्रेय, अन्नपूर्णा, हनुमान, शिव, विष्णू इत्यादी देवतांचे मूलमंत्र देऊन त्यासाठी करावी लागणारी आवश्यक ती साधनाही सांगितली आहे. सर्व साधारण प्रापंचिक माणसाच्या गरजा भागविणाऱ्या या साधना असून, त्या तामसी विद्येपेक्षा निर्धोक असल्याने त्यांचा मनातील इच्छापूर्तीसाठी उपयोग करावा असेही स्वामीजींना वाटते. नोकरी मिळावी, प्रमोशन मिळावे, आर्थिक अडचण दूर व्हावी, मूल व्हावे, या सारख्या अनेक इच्छा पूर्ण व्हाव्या असे संसारी माणसाला वाटत असल्याने त्यांच्या पूर्तिसाठी स्वामीजी सुलभरीतिने राजसमार्ग दाखवीत आहेत.

स्वामीजींना मानवी जीवांची कळकळ वाटत असल्याने त्यांचा ओढा सात्त्विक मार्गाकडे असल्याचे जाणवते. प्रेम, दया, क्षमा, शांती, करुणा इत्यादी गुण सात्त्विकतेचा आधार असल्याने त्यांचा जीवनातील हेतू साध्य करण्यासाठी उपयोग करणे महत्त्वाचे आहे. परोपकाराकरिता शरीर, ईशचिंतनाकरिता मन, विवेकबुद्धी व ब्रह्मानुभूतीसाठी जीवन अशी मानवाची चतु:सूत्री स्वामीजी प्रभावीपणे मांडीत आहेत. सात्त्विक मार्गाने जाणाऱ्या जीवास अंती मोक्ष मिळत असल्याने त्याच मार्गाचा साधू-संतानी उपदेश केल्याचे ते आग्रहाने प्रतिपादित आहेत. सद्‌गुणांची प्राप्ती कशी होईल? याचे सविस्तर विवेचन करून नाम व जप यातील फरक ते साध्या व सोप्या शब्दात समजावून सांगत आहेत. या मार्गाने नराचा नारायण होतो, असे ते ठामपणे सांगत आहेत.

योग हा भारतीयांच्या जीवनप्रणालीतील महत्त्वाचा घटक आहे. योग हे केवळ समाधीचेच साधन नसून, शरीराचे पालन-पोषण नीटपणे व्हावे या जाणीवेने स्वामीजींनी योगसाधना वर्णन केलेली आहे. षट्‌चक्र भेदन व कुंडलिनी जागृती हे योगातील विषय यथार्थाने सांगून ध्यान योगाद्वारे अथवा त्राटकाने साध्य गाठता येते, हेही ते प्रतिपादित आहेत.

नाडीग्रंथ हाही विषय सूर्यनाडी इत्यादींचा संदर्भ देऊन त्यांनी मांडला आहे. या विषयावर वास्तविक स्वतंत्र ग्रंथ व्हायला पाहिजे. असे त्यावरील विवेचनावरून वाटते. स्वामीजी तसा ग्रंथ करू शकतात व तो त्यांनी आम्हाला द्यावा, असे सुचवावेसे वाटते.

ग्रंथ वाचताना एक वारंवार लक्षात येते की ग्रंथकार हा केवळ लेखक नाही तर त्यांनी या विषयांचा स्वत: अनुभव घेतलेला आहे, म्हणूनच ते इतक्या सहजतेने व ठामपणे विषय मांडीत आहेत. ज्ञानाचे एक भव्य दालन त्यांनी या ग्रंथाद्वारे सर्वांना खुले करून दिलेच आहे. जिज्ञासूंनी त्यात

अवश्य प्रवेश करावा.

माणूस जन्माला येण्याआधी कुठे होता व मृत्यूनंतर तो कुठे जाणार याचे कोडे अजून अनेकजण सोडवीत आहेत. प्राचीन ऋषी मुनींपासून आजवरच्या सिद्ध, संत, महात्म्यांनी मात्र या कोड्याकडे वेगळ्याच भूमिकेतून बघितले. मनुष्यजन्म हा दुर्लभ असून, त्याचा सदुपयोग करून मोक्ष गाठण्यास सांगितले. पुढचा प्रवासच संपवावा हा त्यांच्या उपदेशाचा मूलभूत उद्देश आहे. परंतु माणूस त्याकडे द्यावे तितके लक्ष देत नाही. त्यातील काही तर वाम मार्गाकडे वळतात. अशांचे पुढे काय होते ते कर्मफलाच्या सिद्धांतातून स्वामीजी फारच बहारीने शेवटच्या प्रकरणात सांगत आहेत. पुनर्जन्म आहे की नाही या वादापेक्षाही माणूस जे काही या जन्माला आल्यावर करतो, ते तेथे अथवा पुढील प्रवासात भोगावेच लागते. या चिरंतन सत्याचा प्रत्यय या प्रकरणात स्वामीजी आपणास देत आहेत. यातून मानवाने आपले कल्याण साधावे ही त्यांची तळमळ ओतप्रोत जाणवते. धोक्याचा इशारा ते देत आहेत. सन्मार्गाकडे आपण सर्वांनी वळायचे असल्यामुळे कळकळीने स्वामीजी त्या मार्गाकडे वळविण्याचे मार्गदर्शकाचे - जुन्या भाषेत- सद्गुरुचे कार्य करीत आहेत. हेच यावरून सिद्ध होते.

स्वामीजी स्वत: प्रसिद्धी पराङ्मुख आहेत. याशिवाय एकांतप्रिय आहेत. कुणालाही भेटत नाहीत.

ते म्हणतात, 'शरीराचे दर्शन घेण्यात काही अर्थ नाही. त्या ऐवजी रोज किमान पाच हजार जप करा व आसनावर स्थिर बसून, ध्यान करण्याची सवय करा. दीर्घ श्वसन करा. याने जीवन प्रकाशमय होईल.' हेच त्यांचे मार्गदर्शन आहे.

डॉ. विष्णू शास्त्री सातपूरकर,

(पंचांगकर्ते)

भारतीय गूढविद्येचा मागोवा

भारतात 'गूढविद्या' केव्हा व कशी अस्तित्वात आली हे समजायला मार्ग नाही. तरीही गेल्या हजारो वर्षांपासून ही विद्या भारतात आहे, असा समज आहे. भारतीय जनमानसावर या विद्येचा एवढा पगडा आहे, की कळत-नकळत प्रत्येकजण या विद्येशी संबंधित असतो. भारतातील नास्तिक म्हणविणारा मनुष्यही कळत-नकळत गूढविद्येशी संबंधित एखादीतरी क्रिया करीतच असतो. मूर्तिपूजा करणे, नारळ पूजेत ठेवणे, देवाला नारळ देणे, एखाद्या वृक्षाला वा मंदिराला प्रदक्षिणा घालणे, देवा समोर दिवा लावणे अशा अनेक क्रिया गूढविद्येच्या अंतर्गत असू शकतात. इतकेच नव्हे तर मल-मूत्र विसर्जनास जाऊन आल्यावर हात पाय धुणे हे सुद्धा गूढविद्येच्या अंतर्गत येते. अशा प्रकारे प्रत्येक भारतीय या ना त्या कारणाने गूढविद्येशी संबंधित असू शकतो. किंबहुना भारतीय जीवन पद्धतीच गूढविद्येवर आधारित आहे, असे म्हणणेही अतिशयोक्ती होऊ नये.

या गूढविद्येचा उगम भारतातील दक्षिण प्रांतात तामिळ भागात असावा, असे मला वाटते. कारण हजारो वर्षांपूर्वी हा प्रांत **'राक्षसांचा प्रांत'** म्हणून प्रसिद्ध होता व राक्षस गूढविद्येत अत्यंत प्रवीण होते. आजही या प्रांतात कुठे कुठे गूढविद्येचे साधक आहेत. दक्षिणेकडून ही गूढविद्या संपूर्ण भारतात पसरली व सुमारे दोन हजार वर्षांपूर्वी भारतातील प्रत्येक गावात एक तरी

गूढविद्येचा साधक आढळत असे. तिबेटमध्ये या गूढविद्येला 'वज्रयान मार्ग' म्हटले जाऊ लागले. तिबेट व आसाममधून हळूहळू ही विद्या चीन, ब्रह्मदेश, कंबोडीया इत्यादी देशातही गेली. थोडक्यात दोन हजार वर्षांपूर्वी जेथे जेथे म्हणून हिंदू किंवा बौद्ध धर्माचा पगडा होता, तेथे तेथे गूढविद्येचा प्रसार झाला.

मुसलमानी आक्रमण काळात आक्रमकांनी जवळजवळ बाराशे वर्षे हिंदुस्थानातील धन व विद्या यांचे प्रचंड प्रमाणात अपहरण केले. त्यामुळे गूढविद्येचा प्रसार अरबी देशात झाला. या काळात भारतातील गूढविद्या हळूहळू लोप पावू लागली, तर तिबेटमध्ये ती चांगली फोफावू लागली.

भारतावरील इंग्रजांच्या एकशेपन्नास वर्षांच्या कारकीर्दीत गूढविद्या जवळजवळ पूर्ण लोप पावली. तरीही तिबेटमध्ये तिचा उत्कर्ष होत राहिला. १९५१ साली चीनने तिबेट पूर्णत: गिळंकृत केला, तेथील हजारो मठ-मंदिरे उद्ध्वस्त केली. लाखो तिबेटी जनांची व हजारो साधूंची अनन्वित अत्याचार करून हत्या केली. कम्युनिझमचा प्रचार व प्रसार केला. या काळात म्हणजे सुमारे १९५४ ते १९५९ मध्ये तिबेट मधील गूढविद्येला ग्रहण लागले.

अशा प्रकारे भारत व तिबेट या दोन्ही देशांमधील गूढविद्या लोप पावल्या हे जरी खरे असले तरी त्या पूर्णत: नष्ट झालेल्या नाहीत. एवढे मात्र खरे की गूढविद्येचे जाणकार लोक कुणासही गूढविद्येविषयी सांगत नाहीत. कदाचित गूढविद्या योग्य शिष्यांची वाट पाहात असावी.

भारत व तिबेट या दोन्ही देशांतील गूढविद्या यांचा पुनश्च उदय होऊन भरभराट व्हावी, अशी कामना करून हे दोन शब्द संपवितो.

श्रीस्वामी दत्तावधूत

अनुक्रमणिका

- **भारतीय गूढविद्या**
- **भारतीय गूढविद्या– तामस मार्ग**
  - स्मशान साधना

१. धूम्राक्ष साधना
२. कर्णपिशाच्चीनी साधना
३. वेताळ साधना
४. यक्ष–यक्षिणी साधना
५. कच्चाकलवा
६. षट् कर्म साधना
७. (वाचिक) नजरबंदी
८. पशू–पक्षी भाषाज्ञान साधना
९. कृत्या साधना
१०. वीर साधना
११. वायुगती साधना
१२. देहपरिवर्तन साधना
१३. शीघ्रगमन साधना
१४. धनदायिनी साधना
१५. भैरव साधना
१६. छिन्नमस्ता साधना

१७. महाकाली साधना
१८. बगलामुखी साधना
१९. तारा महाविद्या
२०. त्रिपुरा महाविद्या
२१. कमला महाविद्या
२२. भुवनेश्वरी महाविद्या
२३. मातंगी साधना
२४. षोडशीत्रिपुरसुंदरी साधना
२५. विराट पुरुष साधना

- **भारतीय गूढविद्या – राजसमार्ग**
    - **भारतीय देव – देवता**
    - **देवतांची स्तोत्रे**
    - **देवतांचे मंत्र व साधना**
    - मंत्र साधनेचे नियम

१. धनप्राप्तीसाठी महालक्ष्मी मंत्र
२. सरस्वती मंत्र
३. गणपती मंत्र
४. सर्वप्रकारच्या समस्यांतून मार्ग मिळविण्यासाठी मंत्र
५. दारिद्र्यनिवारण करण्यासाठी मंत्र
६. देवीची प्रसन्नता प्राप्त होण्यासाठी मंत्र
७. सद्‌गुणप्राप्तीसाठी साधना
८. हरवलेली वस्तू सापडण्यासाठी मंत्र
९. प्रभावी दत्तात्रेय मंत्र

१०. कुंडलिनी जागृतीसाठी मंत्र
११. चित्तशुद्धीसाठी मंत्र
१२. बटुकभैरव मंत्र
१३. अन्नपूर्णा मंत्र
१४. हनुमान मंत्र
१५. शिवमंत्र
१६. विष्णूमंत्र

- **भारतीय गूढविद्या –सात्त्विक मार्ग**
  - **सात्त्विक साधना मार्ग**
  - **सात्त्विक मार्गाच्या साधना**
  - **नामसाधना**
  - **नामस्मरण व जप यातील फरक**
  - **सोऽहम् साधना**
- **भारतीय योग साधना**
  - **कुंडलिनी आणि चक्रे**
  - **कुंडलिनीचा मार्ग**
  - **ध्यानयोग**

१. बिंदूत्राटक
२. ज्योतीत्राटक
३. मूर्तित्राटक
४. अग्नित्राटक
५. प्रतिबिंबत्राटक
६. नासाग्र ध्यान

७. भ्रूमध्यदृष्टी
८. सूर्यत्राटक ध्यान
९. तारात्राटक ध्यान
१०. चंद्रत्राटक
- इष्टदेवता ध्यान
- **आंतरत्राटक ध्यानाचा दुसरा प्रकार**
- **गुरु ध्यान**

- **सूक्ष्मदेहाने प्रवास**
- **सिद्धयोग्यांचा विहंगम सिद्धयोग**
  - **सूर्यविज्ञान**
  - **किरात कुंभक**
- **भारतातील अद्‌भुत नाडीग्रंथ**
  - **ईश्वरनाडी**
  - **काकनाडी किंवा काकाभुजंदरनाडी**
- **परलोक विश्व**
- **ईश्वरप्राप्तीचे चार मार्ग**

भारतीय गूढविद्या

भारतीय गूढविद्येतील बराचसा भाग हा ध्वनीशास्त्रावर आधारित आहे. प्राचीन भारतीय ऋषींना ध्वनीलहरींचे सखोल ज्ञान होते. या ध्वनीलहरींच्या ज्ञानावर आधारित त्यांनी जे शास्त्र तयार केले, त्या शास्त्राला 'मंत्रशास्त्र' म्हणतात. मंत्र एक अक्षराचाही असू शकतो किंवा अनेक अक्षरांचाही असू शकतो. दोन अक्षरे एकत्र जोडून त्यावर अनुस्वार दिला असता, बीजमंत्र तयार होतो. साध्या स्वर किंवा व्यंजनावर अनुस्वार दिला असताही बीजमंत्र तयार होतो. अशा प्रकारे मूळ चौपन्न बीजे तयार होतात व अक्षरे एकमेकांना जोडून असंख्य बीजमंत्र तयार होतात.

या बीजमंत्रांमध्ये प्रचंड सामर्थ्य असते. या मंत्रांच्या सतत जपाने वातावरणात प्रचंड ध्वनीलहरी निर्माण होतात. कालांतराने या ध्वनीलहरींतून एक देवता साकार होते व साधकाला वरदान देते.

प्राचीन ऋषीमुनींनी अशा प्रकारे कोट्यावधी देवतांचे शोध लावले. या देवता मंत्रमय आहेत. म्हणजे विशिष्ट मंत्राचा जप केला असता त्या साकार होतात. यातील काही देवता तर अनेक हातांच्या आहेत. तर काही देवतांना अनेक शिरेही असतात. विशिष्ट देवता विशिष्ट मर्यादेपर्यंत साधकाचे कार्य करते; परंतु त्यांची मर्यादा सोडून त्या कार्य करू शकत नाहीत. आपल्या आराध्य देवतेच्या ठिकाणी साधकाने जर परमेश्वराची भावना

केली तर मूळ ईश्वरीशक्ती त्या देवतेच्या माध्यमाद्वारे कार्य करते व साधकास ईश्वरत्त्व प्रदान करते.

प्राचीन ऋषीमुनींनी जरी कोट्यावधी देवतांचे शोध लावले व त्यांचे कोट्यावधी मंत्र तयार केले तरी या देवतांचे किंवा देवतालहरींचे मुख्यत्वेकरून तीन भाग पडतात. सात्त्विक, राजस व तामस, यामुळे साधनेचेही तीन मार्ग मुख्य आहेत. सात्त्विकमार्ग, राजसमार्ग व तामसमार्ग. यापैकी तामस मार्गाने साधना करणारे साधक पिशाच्चयोनीत जातात. कारण या मार्गात अडथळे, भय, अहंकार, भ्रम इत्यादी विघ्ने ही खूपच असतात व या मार्गाचा साधक जर वाटेत कोठे अडकला तर त्याला पिशाच्च योनी प्राप्त होते; परंतु गुरु जर समर्थ असेल, तर याही मार्गाने सिद्धत्व प्राप्त करता येते. लाखांतील एखादाच साधक या मार्गाने सिद्धावस्थेप्रत जाऊ शकतो.

पूर्ण ईश्वरत्त्व प्राप्त होण्यासाठी त्रिगुणांच्याही पलीकडे जावे लागते. शून्याच्याही पलीकडे जावे लागते. यासाठी सर्वात उत्तम मार्ग म्हणजे योगमार्ग. योगमार्ग साधकाला सर्वात पुढे घेऊन जातो. तेथेही समर्थ गुरुची आवश्यकता असतेच. असो ! गूढविद्येतील या तीन मार्गांची आपण माहिती करून घेऊ–

सात्त्विक मार्ग : दया, क्षमा, शांती, मानवता, अहिंसा, प्रेम, भक्ती, भूतदया, सहिष्णुता, करुणा इत्यादी सद्‌गुणांच्या आश्रयाने परमेश्वराची भक्ती करणे, म्हणजेच सात्त्विक मार्ग.

राजस मार्ग : निरनिराळ्या आशा – आकांक्षांच्या पूर्ततेसाठी, दुःखाच्या निवृत्तीसाठी, धनाकांक्षेने किंवा आरोग्य प्राप्तीसाठी ईश्वरभक्ती करणे.

तामस मार्ग : विविध प्रकारच्या सामर्थ्य प्राप्तीसाठी, निरनिराळ्या विद्या प्राप्त करण्यासाठी, चमत्कार करण्यासाठी शक्ती प्राप्त करण्यासाठी

साधक या मार्गाचा अवलंब करतात.

गूढविद्येचे मूळ हा तामस मार्ग आहे. **(या तामस मार्गालाच 'गूढविद्या' म्हणतात.)** या मार्गात फार मोठे भय असते. या मार्गाने जर साधक पूर्णत्व प्राप्त न करता अर्ध्यावरच थांबला (असंख्य साधक अर्ध्यावरच थांबतात) तर लाखोवर्षे पिशाच्चयोनीत खितपत पडावे लागते.

समस्त ब्रह्माण्डाच्या पलीकडे एक महाज्योती असून, या मधून तीन प्रकारच्या लहरी विश्वभर प्रसृत होतात. या तीन प्रकारच्या मूळ लहरींतून पुढे असंख्य लहरी निर्माण होतात. या मुख्य किंवा मूळ तीन लहरींना भारतीय ऋषींनी ब्रह्मा, विष्णू , महेश किंवा सृजन, पालन, संहार अशी नांवे दिलेली आहेत.

ब्रह्मा : या मूळ लहरीतून इतर ज्या असंख्य लहरी निर्माण होतात, त्यातील काहींना सावित्री, गायत्री, सरस्वती, 'ब्राह्मी' असे म्हणतात. या शिवाय असंख्य लहरी निर्माण होतात. या सर्व लहरींना मिळून **'ज्ञानशक्ती'** असे नाव योगी लोक देतात. या लहरींच्या किंवा देवतांच्या उपासनेने व भक्तीने साधकास विविध प्रकारचे ज्ञान प्राप्त होते. ब्रह्मा म्हणजे उत्पन्न करणे किंवा सृजन. सृजनात्मक अशा या ब्रह्म तत्त्वातून निर्माण होणाऱ्या सर्वशक्ती, सर्व लहरी, सात्त्विक असतात. अभ्यास हाच याचा मूळ मार्ग आहे.

विष्णू : महाज्योतीतून निर्माण होणाऱ्या या द्वितीय लहरीला 'विष्णू' असे म्हणतात. या मूळ लहरीतून असंख्य लहरी निर्माण होतात. या सर्व लहरी राजस असतात. योगी या मूळ शक्तीला 'इच्छाशक्ती' असे म्हणतात. मूळ 'विष्णू' या लहरीतून असंख्य उपलहरी निर्माण होतात. त्यांना लक्ष्मी, कमला, वैष्णवी, इत्यादी अनेक नावे आहेत. या लहरींच्या उपासनेने यश, कीर्ती, जय, संपदा, आरोग्य इत्यादी गोष्टी या देवतेच्या किंवा या मूळ

लहरींच्या इतर देवतांच्या उपासनेने प्राप्त होतात. 'दान' हा या देवतेच्या उपासनेचा मुख्य उपाय असून, विशेष कृपेसाठी भक्तीही आवश्यक आहे.

महेश : ज्या महाज्योतीतून सूर्य, चंद्र, नक्षत्र, तारे, इत्यादी अनंत कोटी ब्रह्माण्ड निर्माण झाले त्या महाज्योतीची तृतीय लहर ही समस्त गूढविद्येचे मूळ आहे. या तृतीय लहरीला अनेक नावे आहेत. त्यातील मुख्य नावे अशी - महेश्वर, शिव, शंकर, रूद्र, महाकाल, महाकाली, तारा, त्रिपुरा, भद्रकाली, स्मशानकाली, बगलामुखी, छिन्नमस्ता, भूमा, धूमावती, कालभैरव, इत्यादी. योगी या तृतीय लहरीला '**क्रियाशक्ती**' असे नाव देतात. या मूळ शक्तीतून मानवी मनात इच्छा, वासना, तंद्री, निद्रा, अज्ञान, आलस्य इत्यादी निर्माण होतात. या शक्तीचा थोडा फार विकास झाला असता उत्साह, साधना करण्याची इच्छा, तीव्रता, सहनशक्ती, सामर्थ्य, विद्या, गूढविद्या, महाविद्या इत्यादी गुण निर्माण होतात. या तृतीय लहरीला पूर्णत: अंगिकारण्यासाठी नम्रता व क्षमा हे गुण अंगी असावे लागतात. जर ही शक्ती पूर्णत: अंगिकारता आली नाही तर साधकावर आपत्तीही ओढवतात.

मूळ तीन लहरींतून कोट्यावधी अन्य लहरी निर्माण होतात. या लहरींना भारतीय ऋषींनी '**देवता**' असे नाव दिलेले आहे. या देवता लहरीमय असल्याने पृथ्वीवरील हजारो साधकांना त्या एकाचवेळी दर्शन देऊ शकतात व एकाच वेळी वेगवेगळे व्यवहार विविध साधकांबरोबर करू शकतात. अशा कोट्यावधी देवतांचे शोध भारतीय ऋषींनी लावलेले आहेत. त्यांच्या साधनापद्धती तयार केलेल्या आहेत. विशिष्ट पद्धतीने साधना केली असता देवता प्रसन्न होऊन विशिष्ट प्रकारचे सामर्थ्य प्रदान करते.

एकंदरीत भारतीय तत्त्वज्ञानाची रूपरेखा पुढीलप्रमाणे आहे :

१. ज्योती : या ज्योतीपासून समस्त ब्रह्माण्ड निर्माण झाले. अनंतकोटी

ग्रह, नक्षत्र, तारे, आकाशगंगा निर्माण झाले. भारतीय तत्त्वज्ञानात एकापेक्षा एक विशाल बारा सूर्य आहेत, असे म्हटले आहे. या बाराही सूर्यांच्या पलीकडे ही ज्योती आहे. या ज्योतीच्या पलीकडे एकाहून एक विशाल असे शून्यांचे प्रांत आहेत, असे भारतीय योगी म्हणतात.

२. **महेश :** या ज्योतीतून ज्या लहरी निर्माण होतात, त्यातील ही पहिली लहर. या लहरीत सृष्टीचा विलय होतो म्हणून हिला **संहारक** असेही म्हणतात.

३. **विष्णू :** या लहरींद्वारे समस्त जीवसृष्टीचे पोषण होते. म्हणून या लहरीला **विष्णू** असे म्हणतात.

४. **ब्रह्मा :** या लहरींद्वारे समस्त सृष्टीचे सृजन होते. म्हणून हिला **ब्रह्मा** असे म्हणतात.

५. **कुमार लोक :** ब्रह्मदेवाने प्रथम चार कुमार निर्माण केले. हे या लोकात राहतात. यांची नावे – **सनक, सनन्दन, सनतसुजात, सनतकुमार.** यापैकी सनतकुमार हे समस्त सृष्टीच्या उद्धारासाठी अद्यापही कार्य करीत आहेत. या कुमार लोकाच्या आसपास नक्षत्र, तारे, ग्रह यांची सुरुवात होते. **या कुमारलोकाच्या प्रांतात जेव्हा योगी पोहोचतो तेव्हा तो कुमारस्वरूप म्हणजे चिरंजीव होतो, अमर होतो.**

६. **ऋषी :** ब्रह्मदेवाने असंख्य ऋषी निर्माण केले. यापैकी काहीची नावे – मरिची, अत्री, पुलस्य, अंगीरस, क्रतु, पुलह, वशिष्ठ. हे सप्तर्षी म्हणून प्रसिद्ध आहेत. या शिवाय इतर अनेक ऋषी ब्रह्मदेवाने निर्माण केले. आकाशातील सप्तर्षी म्हणून जे स्थान आहे, त्यालाच '**ऋषीलोक**' असे म्हणतात. शिवाय या ऋषीलोकातून दिव्यलहरी पृथ्वीवर तसेच समस्त ब्रह्माण्डात प्रसृत होत असतात. या ऋषींनीच पृथ्वीतलावर मानव वंश निर्माण केला. या काळात ऋषींनी आपल्या मन:सामर्थ्याने मानवाची उत्पत्ती

केली म्हणून त्याला '**मानव**' असे सार्थ नाव रूढ झाले.

७. देवतालोक : या लोकाला '**स्वर्ग**' असे म्हटले जाते. या स्वर्गाच्या अधिपतीला '**इंद्र**' असे म्हणतात. पृथ्वीवर अपार पुण्याई केलेल्या मानवाला स्वर्गातील '**इंद्रपद**' प्राप्त होते. येथे देवता राहतात. वेगवेगळ्या देवतांचे वेगवेगळे अधिकार आहेत. हा देवतालोक अतिशय सुंदर व दिव्य असा आहे. पृथ्वीवर नि:स्वार्थ बुद्धीने परोपकार करीत राहणाऱ्या मानवांना मृत्यूनंतर स्वर्गात स्थान मिळते. तर योगी तपश्चर्येद्वारा स्वर्गाच्याही पुढे निघून जातात. **परोपकार व दान या दोन उपायांनी स्वर्गप्राप्ती साध्य होते.** आत्तापर्यंत आपण जेवढी माहिती घेतली तो सर्व प्रांत म्हणजे ज्योतीपासून तो स्वर्गलोकापर्यंत लहरीमय आहे. स्वर्गलोकाच्या खालील प्रांतात लहरी कमी होतात व स्पंदनांचा प्रांत सुरू होतो. यामुळे गूढविद्येच्या साधकांना थोडीफार साधना केल्यावर चटकन काहीतरी साध्य होते.

८. गौणदेवता : येथील देवता लहरीमय नसतात. म्हणून या प्रांतास '**स्पंदनांचा प्रांत**' किंवा '**ध्वनीचा प्रांत**' असे म्हणतात. विशिष्ट मंत्राचा विशिष्ट प्रकारे जप करून गूढविद्येचे साधक या प्रांतातील ध्वनीमय देवता प्रसन्न करून घेतात.

या प्रांतातील असंख्य देवता चित्रविचित्र आकाराच्या असतात. तसेच या प्रांतात यक्ष, यक्षिणी, किन्नर, गंधर्व, विद्याधर, चारण नामक अनेक देवताही राहतात.

९. अपदेवता : भारतातील प्रत्येक गावामध्ये ग्रामदेवता असतात. विशेष करून संपूर्ण कोकणपट्टीमध्ये (महाराष्ट्र) प्रत्येक गावात ग्रामदेवता असतेच असते. या शिवाय प्रत्येक घराण्याची म्हणून एक 'कुलदेवता' असते. ग्रामदेवतेचा, कुलदेवतेचा मान राखला गेला नाही तरी त्रास होतो, संकटे येतात. ग्रामदेवता ग्रामाचे रक्षण करते. तर कुलदेवता आपल्या

कुळाचे रक्षण करीत असते. यासाठी त्यांचा मान ठेवला जातो. या सर्वांना '**अपदेवता**' म्हटले जाते. पिशाच्चलोकातील चांगल्या आत्म्यांनाही अपदेवतेचे अधिकार मिळतात.

१०. पिशाच्चलोक : पिशाच्चलोक हा पृथ्वीच्या अतिशय जवळचा असून, अंधकारमय आहे. येथे पापी आत्मे आपल्या कर्माची फळे भोगत असतात. काही आत्मे तर लक्षावधी वर्षांपासून यातना भोगत असतात. या आत्म्यांना आकार असा नसतोच. हे आत्मे बहुतकरून विकृत आकाराचे व भयानक असतात. अशा पिशाच्चांना गूढविद्येचे साधक वश करून घेतात व त्यांच्याद्वारा विविध प्रकारची कार्ये करून घेतात; परंतु गूढविद्येच्या साधकांपैकी नव्वद टक्के साधक या पिशाच्च योनीत खितपत पडतात. फारच थोडे साधक शिवत्त्व प्राप्त करू शकतात.

भारतीय गूढविद्या

◆ तामस मार्ग ◆

या गूढविद्येच्या सर्व साधना बहुतकरून स्मशानातच केल्या जातात. यदाकदाचित जवळपास स्मशान नसेल तर विविध प्रकारचे प्राणी मारून त्यांची मुंडकी जमिनीत पुरून तात्पुरते स्मशान बनविले जाते व या वेदीवर बसून साधना केली जाते; परंतु अशी साधना फक्त २-३ विद्या साध्य करण्याकरताच करतात. प्रथमपासून शेवटपर्यंत विद्या शिकणारे साधक रात्रीच्या वेळी स्मशानात जाऊन साधना करतात. दर आठवड्याला ज्या स्मशानामध्ये किमान एक प्रेत येते अशा स्मशानाला जागृत स्मशान असे मानले जाते. अशा स्मशानामध्ये तांत्रिक, मांत्रिक, अघोरी व कापालिक लोक साधना करतात.

◆ स्मशान साधना ◆

स्मशान साधनेमध्ये साधक प्रथम आसनावर बसून दिग्बंधन करून, मंत्रजप साधनेला सुरुवात करतो. थोड्याच वेळात साधकाला चित्रविचित्र आवाज व भयानक किंकाळ्या ऐकू येतात. पाठोपाठ दगडांचा वर्षाव साधकाच्या आजूबाजूला व्हावयास सुरुवात होते. विशेष म्हणजे यातील एकही दगड साधकाला लागत नाही. हे सर्व भयानक वातावरण साधकाच्या मनात भीती निर्माण करण्यासाठी असते. प्रत्येक साधनेच्या वेळी वेगवेगळ्या

प्रकारचे भयानक वातावरण निर्माण होत असते. पुष्कळ वेळा आगीचे लोळही साधकाच्या अंगावर येतात. या सर्व गोष्टी साधकाच्या निर्भयतेची परीक्षा पाहतात. जपसंख्या पूर्ण होताच हे सारे अदृश्य होते. सर्व साधारणपणे स्मशान साधनेतील पहिल्या दिवशी वरीलप्रमाणे अनुभव येतो.

दुसऱ्या दिवशी रात्री साधक जेव्हा दिग्बंधन करून कवच पठण करून साधनेला बसतो तेव्हा चित्रविचित्र आकाराची असंख्य पिशाच्चे दृश्यमान होऊन साधकाला घाबरविण्याचा प्रयत्न करतात. येथेही साधकाने निर्भय राहायला हवे. साधक भयभीत होत नाही, हे पाहून पिशाच्चे भीती दाखविणे सोडून देतात व खायला मागू लागतात. साधक त्याच्या साधनेच्या नियमानुसार पिशाच्चांना द्यायचे भोग-पदार्थ पूर्वीच आपल्याजवळ तयार ठेवत असतो. जेव्हा ही पिशाच्चे आपला भोग मागतात तेव्हा साधक आपल्या जवळील भोगपदार्थ त्यांना देतो. भोगपदार्थांचे सेवन करून पिशाच्चे निघून जातात व साधकाची साधना निर्विघ्नपणे सुरू होते. पुढील दिवसात मात्र काहीही त्रास होत नाही.

या काळात यदाकदाचित साधक घाबरला तर तात्काळ त्याला मृत्यू येतो किंवा त्याला वेड तरी लागते. साधकांना त्याची अगोदरच जाणीव असल्याने अशा कुठल्याही साधनेच्या पूर्वी साधक 'महाकाली कवच' सिद्ध करून ठेवतात.

अशा प्रकारे कवच सिद्ध केल्याकारणाने साधकाच्या मनात एक प्रकारचा आत्मविश्वास निर्माण होतो. कवच देवता आपले संरक्षण करीत आहे, ही भावना मनात निर्माण होते व तो निर्भयतेने साधना करू शकतो.

कवच सिद्ध केल्यानंतरही साधनेच्या वेळी दिसणारी भयानक दृश्ये पाहून असंख्य साधक घाबरतात. परिणामी त्यास मृत्यू येतो किंवा वेड लागते.

अशा प्रकारे सात किंवा नऊ रात्री हा स्मशान जागरण विधी करावयाचा असतो. रोज ठराविक संख्येइतका जप पूर्ण करावयाचा असतो. सातव्या किंवा नवव्या रात्री स्मशानाधिपती प्रसन्न होतो व आपला भोग मागतो. साधक त्याला भोग – दारू, मांस इत्यादी देतो. काही साधनेमध्ये स्वत:चे रक्तही द्यावे लागते.

ज्या साधनेमध्ये स्वत:चे रक्त द्यावयाचे असते, त्यावेळी साधक वीरासनामध्ये बसून स्वत:ची मांडी चिरतो. विशेष म्हणजे मांडीतून निघणारी रक्ताची धार सरळ वर आकाशात जाते व प्रसन्न झालेल्या शक्तीच्या मुखात जाऊन पडते. अशा प्रकारे ज्या शक्तीला प्रसन्न करावयाचे असेल, ती शक्तीसाकार होऊन समोर येताच तिचा भोग तिला देऊन साधक तिला प्रसन्न करतो.

स्मशान साधनेमध्ये स्मशानाधिपती प्रत्यक्ष समोर आल्यानंतर साधक त्याला त्याचा भोग देतो व संतुष्ट करतो. प्रसन्न होऊन स्मशानाधिपती **'वर माग'** असे म्हणतो. त्या वेळी साधक त्याची प्रार्थना करतो व आपल्याला हवे ते वरदान मागून घेतो. साधकाच्या इच्छेप्रमाणे वरदान देऊन स्मशानाधिपती अदृश्य होतो. याला स्मशान जागरण विधी असे म्हणतात; येथून पुढे साधक त्या स्मशानात बसून निर्विघ्नपणे साधना करू शकतो. ही साधना पूर्ण झाल्यावर साधकाला चतुर्मितीतील काही गोष्टी कळू लागतात. परंतु साधक जर येथेच थांबला तर मृत्यूनंतर त्याला या पिशाच्चयोनीत असंख्य वर्षे घालवावी लागतात. या तामस मार्गातील मुख्य गोष्ट अशी आहे की, या मार्गाने शक्ती मिळवित सतत पुढे जायचे असते. पूर्णत्व प्राप्त होईपर्यंत थांबायचे नसते. जर का साधक मध्येच थांबला तर त्याला मृत्यूनंतर **'पिशाच्चावस्था'** प्राप्त होते. अनेक साधकांना

या गोष्टीचे भान न राहिल्याने ते मध्येच थांबतात व स्वत:ची अधोगती करून घेतात. तामस मार्गाने विद्या प्राप्तीची प्रक्रिया ही अशी आहे. तरीही या मार्गाने जाणारे लोक आजही आहेत.

१. धूम्राक्ष साधना :–

स्मशानात बसून रात्रीच्या वेळी ही साधना केली जाते. निर्भयतेच्या सर्व परीक्षा पास झाल्यानंतर नऊ किंवा अकराव्या रात्री धूम्राक्ष या पिशाच्चलोकातील एका विशिष्ट अधिकारी आत्म्याची प्रसन्नता प्राप्त होते व यामुळे काही विशिष्ट शक्ती प्राप्त होतात. काही पिशाच्चे वशिभूत होतात. वशिभूत झालेल्या या पिशाच्चांद्वारा दूर अंतरावरील आवश्यक त्या वस्तू बसल्याजागी खेचून आणता येतात. साधक ज्या पदार्थाची इच्छा करील तो पदार्थ ही वशिभूत पिशाच्चे त्या साधकास आणून देतात. या पिशाच्चांद्वारे साधक एखाद्या दूरच्या व्यक्तीस ठोकूनही काढू शकतो. या पिशाच्च्यांचे आकार फारच विचित्र असतात. काही पिशाच्च्यांची तोंडे एखाद्या जनावराच्या तोंडाएवढी तर हात–पाय गवताच्या काडी सारखे तर उंची जेमतेम दोन वा अडीच फूट तर काही पिशाच्चे दहा–दहा फूट उंचीची असतात. धूम्राक्ष हा पिशाच्च्यातील राक्षस असून, तो बरीच कामे करतो. साधकाच्या शत्रूंचे रक्तही पितो.

२. कर्णपिशाच्चीनी साधना :–

ही साधना फारशी कठीण नाही, त्यामुळे बरेच लोक ही साधना करतात. शिवाय ही साधना घरातही करता येते. यासाठी स्मशानात जावे लागत नाही किंवा फार मोठा बळी वगैरेही द्यावा लागत नाही. तरीही जे लोक ही साधना करतात, त्यांना दुर्दैवी म्हणावे लागते. कारण असा मनुष्य इतर कोणतीही चांगली साधना करू शकत नाही व कर्णपिशाच्चीनीवर

ताबाही ठेवता येत नाही. साधक सर्व बाजूने गांजून जातो. भयानक अस्वस्थता हा या साधनेचा परिणाम होय. असे असून, सुद्धा लोक कर्णपिशाच्चीनी साधना करण्यास प्रवृत्त होतात. कारण या साधनेने कुठल्याही व्यक्तीचा भूतकाळ अचूक सांगता येतो.

कर्णपिशाच्चीनी साधना रात्री केली जाते. काही साधकांना तर तीन रात्रीत ही सिद्धी प्राप्त झालेली आहे. एकदा ही सिद्धी मिळाली, की कर्णपिशाच्चीनी साधकाच्या कानात सारखे सांगत राहाते. साधकाची इच्छा असो वा नसो कर्णपिशाच्चीनी साधकाच्या कानात सांगते व साधकाचे तोंड आपोआप बोलू लागते. त्यांच्या तोंडावरील ताबा निघून जातो. परिणामी सर्वसामान्य मनुष्य ज्याप्रमाणे विचार करून बोलतो, तद्वत हा साधक वागू शकत नाही. कारण कर्णपिशाच्चीनीच्या सतत सान्निध्याने त्याची विवेक शक्तीच नष्ट होते. व ज्याची इच्छा नाही अशा गोष्टींचे ज्ञान होत राहाते. शेवटी अशा साधकाला एकतर एखाद्या खोलीत कायमचे कोंडून घ्यावे लागते किंवा अरण्यात निघून जावे लागते व जेथे माणसांचे दर्शन होणार नाही, अशा ठिकाणी राहावे लागते.

३. वेताळ साधना :-

या साधनेने कोणत्याही व्यक्तीचे भूत, भविष्य व वर्तमान जाणता येते. संसारिक लोकांच्या समस्यांचे समाधान करता येते. काही विशिष्ट वनस्पतींचे ज्ञान होते. वेताळ साधनेद्वारा शत्रूंना नुकसान पोहोचविता येते. या शिवाय इतर विविध प्रकारच्या शक्ती वेताळ साधनेद्वारा साध्य होतात. या तामस मार्गाचे साधक वेताळ साधना प्रथम सिद्ध करतात.

४. यक्ष-यक्षिणी साधना :-

यक्ष-यक्षिणींना गौण देवता म्हटले जाते. देवता या साधकांचे शक्यतो

नुकसान करीत नाहीत. अनेक यक्ष-यक्षिणींचे वास्तव्य वृक्षांमध्ये असते. यक्ष-यक्षिणी असंख्य आहेत. या साधकांना मर्यादित स्वरूपात मदत करतात; परंतु आध्यात्मिक उन्नतीच्या दृष्टीने यांची फारशी मदत होत नाही. या साधकांना विविध वस्तूंचा पुरवठा करतात. यक्ष-यक्षिणींच्या साह्याने अनेक साधक हवेतून निरनिराळ्या वस्तू निर्माण करू शकतात व आपल्या भक्ताला देऊ शकतात; परंतु अशा प्रकारे कोणत्याही आत्म्याला आपले नोकर म्हणून राबविणाऱ्या साधकांना मृत्यूनंतर त्यांच्या लोकात जाऊन राहावे लागते व दुसऱ्या एखाद्या साधकाचे गुलाम बनावे लागते. म्हणून खरा आध्यात्मिक साधक कोठल्याही आत्म्याला, मग तो कोणत्याही स्तरावरचा असो, स्वत:च्या आधीन करून घेत नाही.

''**साधकाने हे लक्षात ठेवावे की, ज्या स्तरावरील आत्म्याला तुम्ही वश करून घ्याल, तुम्हालाही त्याच स्तरावर मृत्यूनंतर जाऊन राहावे लागेल.**'' म्हणून ज्यांना आध्यात्मिक मार्गात प्रगती करायची आहे, त्यांनी कोठल्याही आत्म्याला वश करण्याचा प्रयत्न करू नये. तसे करणे फार घातक आहे.

या तामस मार्गाने साधना केली असता फार चटकन सामर्थ्य प्राप्त होते. अनेक चमत्कार करता येतात. लोकांवर प्रभाव पाडता येतो. यामुळे लोक या तामस मार्गाकडे आकर्षित होतात. झटपट काहीतरी साध्य करून घेऊन नाव कमावण्याच्या पाठीमागे लागतात. अशा सर्व साधकांनी एक सूत्र लक्षात ठेवावे की,

''**जोरजबरदस्तीने कोणालाही वश करण्याचा प्रयत्न करू नये. कारण आपण कुणाला गुलाम केले तर मृत्यूनंतर आपणालाही कुणाचेतरी गुलाम व्हावे लागते. म्हणून भक्तीमार्ग हा सर्वश्रेष्ठ मार्ग आहे.**''

फारच थोडे साधक या तामस मार्गानेही परमपदापर्यंत जाऊन पोचलेले

आहेत. असे साधक सुरुवातीपासूनच नि:स्वार्थ बुद्धीने साधना करतात. समाजापासून ते खूप दूर अरण्यांत राहतात. हेवा-दावा करीत नाहीत, परंतु असे लोक या जगात फार थोडे असतात.

५. कच्चाकलवा :-

कच्चाकलवा ही साधना रात्रीच्यावेळी स्मशानात केली जाते. या साठी साधक रात्रीच्यावेळी स्मशानात जातो व त्याच दिवशी मृत झालेले मूल जे स्मशानात पुरलेले असते, ते उकरून काढतो व त्यावर मंत्रप्रयोग सुरू करतो. या मंत्र प्रभावाने मृत मुलामध्ये पिशाच्चशक्ती संक्रमित होऊन ते मूल डोळे उघडते. साधक त्याच्या मुखात भोग पदार्थ घालतो. यामुळे ती पिशाच्चशक्ती संतुष्ट होते. यानंतर पुन्हा ते मूल मृत होते. अशा प्रकारे तीन रात्री ही साधना केली जाते. तिसऱ्या रात्री कच्चाकलवा ही शक्ती साधकास वशीभूत होते. तत्पूर्वी पूर्वी वर्णन केल्याप्रमाणे स्मशानातील भूत-प्रेत इत्यादी अन्य शक्तींनाही संतुष्ट ठेवावे लागते. कच्चाकलवा या साधनेने २-३ गोष्टी साधकास साध्य होतात. विशिष्ट जागेवर चौकी निर्माण करता येते. चौकी म्हणजे प्रतिबंध करणारी शक्ती. समजा साधकाजवळ त्याने जबरदस्तीने पळवून आणलेले २-३ प्राणी अथवा २-३ व्यक्ती आहेत. ह्या व्यक्ती अगर प्राणी पळून जाऊ नयेत, म्हणून साधक त्यांच्या वस्तीस्थळांच्या बाहेर एक अदृश्य बंधनरेषा निर्माण करतो व आपल्या कामास निघून जातो. या अदृश्य बंधन रेषेस 'चौकी' असे म्हणतात. एखाद्या मनुष्याने पळून जाण्याचा प्रयत्न करताच जेव्हा तो चौकी रेषेजवळ येतो, तेव्हा त्याला शॉक बसल्यासारखे होते. पोटामध्ये तीव्र वेदना होतात, शरीरात कळा मारतात, शरीर स्तंभित होते. अशा प्रकारे काहीही घडते व मनुष्य वा प्राणी त्या रेषेबाहेर जाऊ शकत नाहीत.

'कच्चाकलवा' विद्येचा दुसरा उपयोग खाद्यपदार्थ निर्माण करण्यासाठी होतो. या विद्येने साधक दुसऱ्याच्या घरातील किंवा एखाद्या हॉटेलातील गरम खाद्यपदार्थ खेचून आणू शकतो; परंतु हे खाद्य पदार्थ फक्त दुसऱ्यांना देण्यासाठीच उपयोगात येतात. हे पदार्थ स्वत: खाल्ले तर ही शक्ती नष्ट होते.

कच्चाकलवा या शक्तीने खाद्यपदार्थ, वस्तू व प्राणी इत्यादी खेचून आणता येतात. एखाद्या व्यक्तीला त्रास देता येतो. इतरही काही क्षुद्र सिद्धी या विद्येने प्राप्त होतात. या विद्येचा साधक हा सदैव हिरमुसलेला, अस्वस्थ, चिडखोर असा असतो. त्याच्या चेहऱ्यावर अजिबात तेज नसते. पिशाच्चशक्ती त्याला एका जागी स्वस्थ बसू देत नाही व त्याला झोपही लागत नाही, संपूर्ण मनुष्यजन्म व्यर्थ घालविणारी ही साधना आहे. अतएव केवळ सामान्य मनुष्यापेक्षा आपण काहीतरी विशेष करतो, हे दाखविण्यापोटी काही लोक ही साधना करतात. त्यांनी हे जरूर लक्षात ठेवावे की, ही साधना केलेल्या साधकाचा अंत खूप वाईट होतो व अंती त्याला नरकात म्हणजे पिशाच्चयोनीत असंख्य वर्षे खितपत पडावे लागते. तरी चुकूनही अशा साधनेच्या आहारी जाऊ नये. एकदा का हा कच्चाकलवा मानगुटीवर बसला, की मग मात्र त्या साधकाची मृत्यूनंतरही सुटका होत नाही.

६. षटकर्म साधना :–

षटकर्म साधनेत जारण, मारण, स्तंभन, वशीकरण, उच्चाटन, विद्वेषण इत्यादी विभाग येतात; परंतु यातही आत्मकल्याण किंवा लोककल्याणाचा भाग काहीही न येता फक्त दुसऱ्याचे वाईट करणे एवढेच साध्य होते. आजही असंख्य लोक या विद्या शिकतात व त्याचा दुरुपयोग करून स्वत:चे व इतरांचे नुकसान करतात.

जारण : म्हणजे आपल्या शत्रूच्या शरीरात एखादा रोग निर्माण

करणे. यासाठी साधक एकांतात स्मशानात जाऊन जारण मंत्राची साधना करतात. या मंत्राद्वारे काही पिशाच्चे मांत्रिकास वश होतात. अशी पिशाच्चे वश झाली, की मांत्रिक इतरांना त्रास देण्याइतपत आपल्याकडे पुरेशी शक्ती आली आहे किंवा नाही, स्वाधीन झालेली पिशाच्चे योग्य काम करीत आहेत की नाहीत, हे पाहण्यासाठी प्रथम एखाद्या वृक्षावर करणी करतो. मराठी भाषेत जारण-मारण क्रियेला करणी असे म्हणतात. संस्कृत भाषेत कृत्या असे म्हणतात. हिंदीमध्ये करतूत असे म्हणतात.

मांत्रिक ज्यावेळी प्रथम वृक्षावर करणी (जारण प्रयोग) करतो तेव्हा त्या वृक्षाच्या फुला-पानांवर कीड पडते. वृक्षाला रोग होतो. प्रयोग यशस्वी झाला, की आपणास शक्ती प्राप्त झाली असे साधक समजतो. नंतर ज्या वृक्षावर त्याने जारण प्रयोग केलेला असतो तो पुन्हा परत घेतो, म्हणजेच करणी काढून घेतो.

नियमाप्रमाणे करणी करणे (जारण-मारण प्रयोग करणे) हे ज्याप्रमाणे साधक शिकतात, त्याप्रमाणे केलेली करणी पुन्हा काढून घेण्याची विद्याही अवगत करावी लागते; परंतु बरेच साधक फक्त कृत्या प्रयोग एवढाच शिकतात. कृत्या परतविणे शिकतच नाहीत, त्यामुळे ते पापाचे धनी होतात.

जारण मंत्र सिद्ध केल्यावर जी पिशाच्चे साधकास वश होतात, त्यांच्या आधारे साधक प्रयोग करत असतो. साधकास स्वत:ला जरी कोणी शत्रू नसला तरी अनेक द्वेषबुद्धीचे लोक या साधकाकडे येतात व आमच्या अमुक अमुक शत्रूवर करणी करा असे सांगतात व साधकास त्याचा मोबदला देतात. या लोभाने साधक जो आपला शत्रूही नाही, ज्याचे तोंडही आपण पाहिलेले नाही, अशा व्यक्तीवर प्रयोग करण्यास सिद्ध होतो. ज्याच्यावर प्रयोग करायचा आहे, त्याने वापरलेली एखादी वस्तू (कपड्याचा तुकडा,

चप्पल इ.) मिळविण्यात येते. त्यावर प्रयोग करून ती विशिष्ट जागी पुरण्यात येते. जेव्हा प्रयोग केलेली व्यक्ती त्या पुरलेल्या वस्तूला ओलांडून जाते, तेव्हा तात्काळ पिशाच्चशक्ती त्या व्यक्तीच्या शरीरात प्रवेश करतात व त्या व्यक्तीला आजारपण सुरू होते. या आजाराचे निदान डॉक्टर्स करू शकत नाहीत. एक्स-रे मशीन, स्क्रीनिंग इत्यादी साधने या व्याधीचा शोध लावू शकत नाहीत. अशा प्रकारे खंगून ती व्यक्ती मरणासन्न होते; परंतु मृत्यूची वेळ जवळ आलेली नसल्याने त्याला मृत्युही येत नाही.

यावर एकच उपाय म्हणजे ईश्वरचरणी शरणागती. अशा व्याधीग्रस्त व्यक्तींनी मारुती किंवा दत्त या दैवतांची उपासना भक्तीभावे करावी. ही दैवते त्यांच्या सुटकेचा मार्ग मोकळा करू शकतात.

मारण – मारण विद्येने कुणाचाही अकाल मृत्यू घडविता येतो. यासाठी साधक स्मशानात जाऊन 'स्मशानकाली' नामक शक्तीची प्रसन्नता प्राप्त करून घेऊन मारणविद्या साध्य करून घेतो. स्मशानकालीला 'भद्रकाली' असेही म्हणतात. स्मशानात जाऊन साधक साधना करतो. ही जवळ-जवळ चाळीस दिवसांची साधना असते. निर्भयपणे ही साधना केल्यानंतर व अनेक विघ्नांना तोंड दिल्यानंतर भद्रकाली देवीची प्रसन्नता प्राप्त होते. यामुळे मारणविद्या व मारणप्रयोग करण्याचे सामर्थ्य साधकास प्राप्त होते.

मारण प्रयोग करण्याचे सामर्थ्य प्राप्त झालेला साधक विविधप्रकारे आपल्या शत्रूला त्रास देऊन ठार मारू शकतो. यासाठी साधक आपल्या शत्रूचे केस, थुंकी, लघवी, त्यांनी वापरलेला कपडा इत्यादींपैकी एखादी वस्तू मिळवून त्यापासून एक बाहुली बनवितात. या बाहुलीची प्राणप्रतिष्ठा करतात. नंतर त्या बाहुलीला ज्या प्रमाणे यातना दिल्या जातात, त्याप्रमाणे

यातना ज्यांच्या नावाने हा प्रयोग केलेला असतो, त्या व्यक्तीस होऊ लागतात. शेवटी त्या बाहुलीचा नाश करताच त्या व्यक्तीचा मृत्यू होतो. मारण प्रयोग करणारे लोक भैरवांना प्रसन्न करून घेऊन त्यांच्या द्वारेही मारण प्रयोग करू शकतात. पुष्कळ वेळा लिंबावर मारणप्रयोग करून ते लिंबू हवेत फेकले जाते. ज्याच्यावर प्रयोग केला आहे, अशा व्यक्तीस हे लिंबू अदृश्यरूपाने जाऊन लागते व त्या व्यक्तीचा अकालमृत्यू होतो. विशेष म्हणजे पाचशे मैलांवरून फेकलेले लिंबू अचूक जाऊन आपले लक्ष्य गाठते. हा सर्व प्रवास अदृश्यरूपाने होतो. या लिंबाला काही टांचण्या टोचलेल्या असतात व त्यामध्ये प्राणप्रतिष्ठा मंत्राद्वारे प्राणशक्ती निर्माण केलेली असते. शिवाय हे लिंबू पिशाच्चांद्वारे इच्छित व्यक्तीकडे पाठविलेले असते, त्यामुळे ते दिसत नाही.

स्तंभन : स्तंभनविद्या साध्य झाली असता, कुठल्याही व्यक्तीचे जागच्या जागीच स्तंभन करता येते. म्हणजे त्याला तो जेथे आहे, तेथेच खिळवून ठेवता येते. या विद्येने मनुष्य वा पशू जागच्या जागीच चिकटतो. जो पर्यंत स्तंभनमंत्र काढून घेतला जात नाही, तोपर्यंत तो मनुष्य किंवा पशू चिकटूनच राहतो. याशिवाय स्तंभनविद्येत अग्निस्तंभन, जलस्तंभन, बुद्धिस्तंभन, मुखस्तंभन, सैन्यस्तंभन, इत्यादी वेगवेगळे प्रयोग आहेत. प्रत्येक स्तंभन प्रयोगाचे वेगवेगळे मंत्र व साधना आहेत.

अग्निस्तंभन : या विद्येची साधना केल्यावर साधक अग्निवरून चालू शकतो.

जलस्तंभन : या विद्येने साधक प्रवाही नदीला स्तंभित करून बर्फावरून चालत गेल्याप्रमाणे नदीवरून चालत जाऊ शकतो.

बुद्धीस्तंभन : विशिष्ट मंत्राचा जप करून चितेची राख शत्रूच्या

मस्तकावर टाकली जाते, यामुळे त्या व्यक्तीची बुद्धी काम करेनाशी होते व तो भ्रमिष्ट होतो.

मुखस्तंभन : या विद्येने शत्रूला कायमचे अथवा तात्पुरते मुके करण्यात येते.

सैन्यस्तंभन : या विद्येचा प्रयोग प्राचीन काळातील साधक आपल्या देशाच्या रक्षणासाठी करीत. शत्रूसैन्य ज्या दिशेने येईल त्या बाजूच्या सरहद्दीवर मंत्र प्रयोग करून काही विशिष्ट वस्तू पुरल्या जात. सरहद्दीवर येताच शत्रूसैन्य तेथे स्तंभित होऊन जात असे. अशा सैन्याला कैद केले जाई व शत्रूवर विजय मिळविला जाई. या शिवाय स्तंभन विद्येत शस्त्रास्त्र स्तंभन नावाचाही प्रयोग पूर्वी होता. या विद्येने शत्रूकडील सर्व अस्त्रे हवेतच नष्ट होऊन जात किंवा शत्रूसैन्याच्या हद्दीतच ती पडत व यामुळे शत्रूचेच नुकसान होई. परंतु शस्त्रस्तंभनविद्या फार पूर्वीच नष्ट झालेली आहे व त्याचेच भ्रष्ट रूप म्हणून '**शस्त्रस्तंभन**' अशी जी विद्या आज प्रचलित आहे, त्या विद्येने शत्रूचे कोणतेही शस्त्र आपल्याला लागणार नाही, असे करता येते.

वशीकरण : वशीकरण विद्येचा वापर खरे म्हणजे आत्मसंयमन प्राप्त करण्यासाठी करायचा असतो. या वशीकरण विद्येद्वारे स्वत:च्याच अंतरंगात दडून बसलेले काम, क्रोधादी शत्रू वश करून घ्यावयाचे असतात, म्हणजेच वशीकरण विद्येने आत्मसंयमन प्राप्त करावयाचे असते. तसे न करता गेली शेकडो वर्षे या विद्येचा साधक दुरुपयोग करीत असून, त्याद्वारे स्त्रीवशीकरणासारखे महापातक ते करीत आहेत.

उच्चाटन : उच्चाटन म्हणजे एखादी गोष्ट जागेवरून इतरत्र हलविणे. या विद्येचा उपयोग खरे म्हणजे स्वत:तील दोष व दूषित प्रवृत्तींचे उच्चाटन करण्यासाठी करायला हवा; परंतु तसे न करता साधक याही विद्येचा

दुरुपयोग करतात. एखाद्या व्यक्तीला किंवा कुटुंबाला त्याच्या राहत्या जागेवरून अन्यत्र हलविण्यासाठी या विद्येचा प्रयोग करून तो आपल्या पदरात पाप बांधून घेतो.

पिशाच्चविद्येने एखाद्या वस्तूमध्ये पिशाच्चशक्ती संक्रमित करून ती वस्तू शत्रूच्या घरात किंवा आवारात (कंपाउण्डमध्ये) पुरण्यात येते. या शक्तीच्या प्रभावाने ते कुटुंब त्या जागेत राहू शकत नाही. उच्चाटन यंत्र काढून ते जमिनीत एखाद्या व्यक्तीच्या नावाने पुरतात. स्मशानातील चितेच्या कोळशाने हे यंत्र काढलेले असते व त्यावर शत्रूचे नाव लिहिलेले असते, शत्रूच्या जाण्यायेण्याच्या वाटेवर हे यंत्र पुरतात. ज्या व्यक्तीचे नाव त्या यंत्रावर लिहिले आहे, त्या व्यक्तीने त्या स्थळी जाताच त्यावर त्या शक्तीचा प्रभाव सुरू होतो व त्याची बुद्धी भ्रष्ट होऊन तो वेडा होतो.

विद्वेषण : विद्वेषण विद्येने दोन प्रेमी व्यक्तींमध्ये भांडण लावता येते. अमावस्येच्या रात्री स्मशानात जाऊन विद्वेषण मंत्राचा जप करीत साळींदराचे काटे भारून ठेवतात. पुढे ज्या घराच्या दारात हे काटे पुरले जातात, त्या घरात सारखी भांडणे होत राहतात.

षटकर्म साधनेने साधक इतरांचे वाईट करतात. परंतु दुसऱ्यांचे वाईट करण्याने आपलेही वाईटच होते, ही गोष्ट हे साधक विसरतात. 'पेरावे तसे उगवते' या नियमाप्रमाणे आपण जर सत्कर्मे केली तरच आपलेही चांगले होईल. या भावनेचा तीव्र विकास व्हायला हवा; परंतु या तामस मार्गाने जाणारे साधक या विद्येचा दुरुपयोगच जास्त करतात व विनाशाच्या दिशेने प्रवास करतात.

७. वाचिक नजरबंदी : बाजाराचा दिवस आहे. लोक दुकानाभोवती खरेदीसाठी गर्दी करीत आहेत. रस्त्याच्या कडेला पालेभाजी विकणाऱ्यांची

रांग लागलेली आहे. लोक खरेदी करण्याच्या नादात आहेत. अशावेळी अचानक 'डम् डम् डम्' असा डमरू वाजविल्याचा आवाज ऐकू येतो. अनेकांच्या नजरा तिकडे वळतात. जादूगार आपला खेळ सुरू करीत असतो. जादूचा खेळ पाहण्यासाठी लोक गर्दी करतात. पुरेशी गर्दी जमा झालेली पाहून जादूगार आपला खेळ सुरू करतो.

सुरुवातीला लहान-सहान प्रयोग दाखवून काही हास्य विनोद करून प्रेक्षकांचे मन खिळवून ठेवल्यानंतर जादूगार म्हणतो, ''आता मी एक अद्‌भुत प्रयोग आपल्याला दाखवित आहे.'' त्याच्याजवळ एक गाढव असते. त्या गाढवाकडे बोट दाखवित जादूगार म्हणतो, ''पाहा, हे गाढव आहे. आता या गाढवाच्या गुदद्वारातून मी एक मनुष्य आत घालून त्याच्या तोंडातून बाहेर काढणार. हा महान चमत्कार मी आपल्याला दाखवित आहे.'' असे सांगून हा जादूगार प्रेक्षकांतीलच एखाद्या मुलाला पकडतो व त्याला गाढवाजवळ उभा करतो. त्याच्या डोक्यावर हात ठेवून मंत्र पुटपुटल्यासारखे करतो. त्याच्या तोंडावरून हात फिरवून त्याला त्या गाढवाच्या गुदद्वाराजवळ नेऊन बसवितो आणि म्हणतो, ''पाहा, हा मुलगा आता गाढवाच्या गुदद्वारातून आत जात आहे.''

प्रेक्षक डोळे विस्फारून पहात राहतात. खरेच ! गाढवाच्या गुदद्वारातून मुलगा आत जाऊ लागतो. एवढ्यात जादूगार म्हणतो, ''पाहा ! नीट पाहा !! आता मुलगा अर्ध्याहून अधिक आत गेला आहे. मिनिटभरात पूर्ण जाईल व तोंडातून बाहेर पडू लागेल.''

प्रेक्षकांचे आश्चर्य परिसीमेला पोहोचलेले असते. दुसऱ्याच क्षणी गाढवाच्या तोंडातून मुलगा बाहेर येऊ लागतो व पूर्ण बाहेर येऊन उभा राहतो.

प्रेक्षकांच्या आश्चर्याला पारावार उरत नाही. आपल्या नजरेने त्यांनी अद्‌भुत दृश्य पाहिलेले असते. साहजिकच जादूगाराला चांगली कमाई होते. जादूगाराची वाहवा होते. जादूगार आपल्या सामर्थ्याविषयी लांबलचक भाषण देतो व म्हणतो, ''आपल्याला मी याहून श्रेष्ठ असा चमत्कार दाखविणार आहे'' असे म्हणत जवळ ठेवलेले जाडजूड दोरीचे बंडल प्रेक्षकांना दाखवितो. सर्व प्रेक्षक त्या जाडजूड दोरीला हात लावून ती चांगली मजबूत असल्याची खात्री करून घेतात. जादूगार म्हणतो, ''मी आता भारतीय रोपट्रिकचा चमत्कार तुम्हाला दाखवित आहे.'' इत्यादी गोष्टी प्रेक्षकांना सांगून जादूगार म्हणतो, ''पाहा मी ही दोरी आता हवेत उंच उडवीन, एखादी काठी किंवा खांब या प्रमाणे दोरी सरळ उभी राहील व नंतर या दोरीवरून आमचा हा मुलगा वर चढून जाईल व अदृश्य होईल.''

जादूगार असे म्हणत म्हणत गोल फिरत असतो व एकदम 'जय महाकाली' अशी गर्जना करून तो दोर आकाशाच्या दिशेने फेकतो. ७०/७५ फूट लांबीचा तो दोर एखाद्या इलेक्ट्रिक खांबाप्रमाणे किंवा जमिनीत पुरलेल्या बांबूप्रमाणे सरळ उभा राहतो. थोड्या वेळाने जादूगाराचा मुलगा खांबावर चढल्याप्रमाणे त्या दोरीवर चढू लागतो. प्रेक्षकांना आश्चर्य वाटते. जादूगाराचा मुलगा वरपर्यंत चढतो. शेवटच्या टोकापर्यंत तो जातो व दोरासहित मुलगा अदृश्य होतो. हे सारे प्रेक्षकांना दिसत असतेच. शिवाय जादूगारही क्रिकेट कॉमेन्टेटर प्रमाणे सर्व प्रेक्षकांशी बोलत राहतो. (या भारतीय रोपट्रिक खेळाचे वर्णन अनेक इंग्लिश लेखकांनीही केलेले आहे.)

भरगच्च भरलेल्या हॉलमध्ये जादूगार सर्व प्रेक्षकांना सांगतो, ''आता मी तुमच्या समोर या मुलाला कापणार आहे; परंतु एकही रक्ताचा थेंब

तुम्हाला दिसणार नाही.'' असे म्हणून जादूगार त्या मुलाला संमोहित केल्यासारखे दाखवितो व टेबलावार झोपवितो. नंतर करवतीने त्याचे दोन तुकडे करतो. जादूगाराचे सहायक हे दोन्ही तुकडे दोन बाजूला घेऊन जातात. जादूगार प्रेक्षकांना एक लांबलचक भाषण ऐकवितो व नंतर त्या मुलाला हाक मारतो. मुलगा धावत येतो व प्रेक्षकांना अभिवादन करतो.

एक पांढरा स्वच्छ कोरा कागद जादूगार घेतो. सर्व प्रेक्षकांना दाखवितो व म्हणतो, ''आता मी आपल्याला नोटांचा पाऊस पाडून दाखविणार आहे. नोटाच नोटा सर्वत्र तुम्हाला दिसतील. आता हा कागद फाडून मी त्याचे बारीक तुकडे करणार व एक एक तुकडा तुम्हाला नोट झालेला दिसेल.'' असे म्हणून जादूगार त्या पांढऱ्या कागदाचे बारीक तुकडे करतो व दोन्ही हात वर करून ते तुकडे हळूहळू खाली टाकण्यास सुरुवात करतो व नोटांचा पाऊस सुरू होतो. स्टेजवर जादूगार इकडे तिकडे-फिरत राहतो व नोटांचा पाऊस त्याच्या हातातील पांढऱ्या कागदाच्या कपट्यांमधून बाहेर येत राहतो. जादूगार नोटांचा पाऊस पाडणे थांबवितो. जादूगाराचे हस्तक धावत येऊन सर्व नोटा गोळा करतात व क्षणांत आपण कोट्याधीश झाल्याचा आविर्भाव दाखवित नोटा घेऊन निघून जातात.

◆ **क्षेत्रीय नजरबंदी :**

बाजाराच्या एका बाजूला एक तंबू ठोकलेला असतो किंवा गोणपाटाने मांडवासारखा आकार निर्माण करून त्याला चारी बाजूने बंद केलेले असते. एकच दार असते. बाहेर जादूच्या प्रयोगाची जाहिरात करणारे वेगवेगळे रंगीत बोर्ड लावलेले असतात. प्रवेशद्वाराजवळ एक मनुष्य खुर्चीवर बसलेला

असतो. आपण त्या खुर्चीवर बसलेल्या माणसाजवळ प्रयोग पाहण्याची फी देऊन आत जातो. आतील एक एक प्रकार पाहून चक्रावून जातो. आत पुढील दृश्ये दिसतात.

१) सुतळीने एक नळ टांगलेला असतो. त्या नळाला कोठूनही पाईप लाईन जोडलेली नसते. पाईप लाईनला जोडण्यासाठी नळाला जे आटे असतात तेही आपल्याला दिसत असतात आणि तरीही नळातून पाण्याची सतत धार पडत असते. पडणाऱ्या पाण्याला तंबूबाहेर जाण्यासाठी वाट करून दिलेली असते.

२) एका टेबलावर एका मुलाचे मुंडके दिसत असते. त्याच्या देहाचा अन्य भाग दिसत नसतो. विशेष म्हणजे तो मुलगा तुमच्याशी बोलतो. प्रश्नांची उत्तरे देतो. जिवंत माणसाइतकाच तो मुलगा आनंदी असतो.

३) एक सात-आठ फूट लांब विशालकाय सर्प दिसतो; परंतु या सर्पाचे मुंडके मात्र चक्क एका सुंदर मुलीचे असते. ही सुंदर मेकअप केलेली मुलगी तुमच्याशी बोलते. ती तुम्हाला सांगते, की मी जादूगाराची मुलगी असून, जादूगार मला प्रयोगापुरते हे सर्परूप देतो.

नजरबंदीच्या अनेक प्रयोगांचे वर्णन आपण वाचलेत. आणखीही अनेक प्रयोग सांगता येतील; परंतु अधिक वर्णन न करता, ही नजरबंदी कशी करतात ते पाहू.

◆ वाचिक नजरबंदीचा खुलासा

१) या प्रकारात जादूगाराने एका मुलाला गाढवाच्या गुदद्वारातून आत घालून तोंडाने बाहेर काढले, असे दृश्य प्रेक्षकांना दाखविले आहे. वस्तुत: जादूगाराने नजरबंदी करून प्रेक्षकांच्या डोळ्यासमोर काल्पनिक

दृश्य निर्माण केलेले असते. तो जसे बोलतो तसे दिसते. प्रत्यक्षात मुलगा गाढवाच्या गुदद्वारातून आत जातही नाही व तोंडाने बाहेर येतही नाही.

२) दुसरा चमत्कार रोपट्रिकचा. येथेही जादूगार प्रेक्षकांच्या डोळ्यासमोर काल्पनिक दृश्य निर्माण करतो. दोरी उभी राहणे, मुलगा दोरीवर चढणे ही सर्व काल्पनिक दृश्ये प्रेक्षकांच्या डोळ्यासमोर उभी राहतात. दोरी एखाद्या खांबाप्रमाणे उभी राहतही नाही व त्यावर मुलगा चढतही नाही.

३) तिसरा चमत्कार मुलाला कापण्याचा ! हा चमत्कार बंद हॉलमध्ये केला जातो. तेथे जादूगाराने त्या हॉलमध्ये 'क्षेत्रीय नजरबंदी' केलेली असते. शिवाय आपल्या भाषणबाजीने तो कल्पनासृष्टी निर्माण करतच असतो. जादूगार प्रत्यक्षात मुलाला कापत नाही. फक्त काल्पनिक दृश्य निर्माण करतो. कापले तर रक्त दिसलेच पाहिजे हा नैसर्गिक सिद्धांत आहे व नजरबंदी करून जरी माणसाला कापण्याचे कल्पनादृश्य निर्माण केले तरी रक्त हे दिसतेच. कापणे खोटे व रक्तही खोटे; परंतु पाहणारे खरे प्रेक्षक मात्र ते रक्ताचे थारोळे पाहून बेशुद्ध पडतात. असे घडल्याने प्रयोगात फार मोठा गोंधळ माजतो. प्रयोग सोडून देऊन जादूगाराला या बेशुद्ध प्रेक्षकांना किंवा रक्त पाहून ज्या स्त्रिया, मुली, मुले यांच्या मनावर परिणाम झाला आहे, त्यांना सांभाळताना नाकी नऊ येतात.

या सर्व गोष्टींचा विचार करून जादूगार प्रेक्षकांना अगोदरच दहा वेळा सांगतो, ''पाहा ! मी या मुलाला कापणार आहे. परंतु रक्ताचा एकही थेंब तुम्हाला दिसणार नाही.''

जादूगाराने पुन:पुन्हा सांगितल्याने रक्ताचा एकही थेंब दिसत नाही,

कापल्याचे दृश्य मात्र दिसते.

४) नोटांचा पाऊसही असाच पडतो. प्रत्यक्षात जादूगाराच्या हातातून कोऱ्या कागदाचे कपटेच खाली पडत असतात. प्रेक्षकांना मात्र हे कपटे नोटा दिसतात. जादूगाराचे सेवक ते तुकडे गोळा करून घेऊन जातात. प्रेक्षकांना वाटते ते सेवक नोटा गोळा करीत आहेत.

◆ **क्षेत्रीय नजरबंदीचा खुलासा**

या प्रकारात तंबूच्या आत जो प्रवेश करील, त्याला काय दिसावे याचा संकल्प जादूगार अगोदरच करीत असतो. त्यामुळे जादूगाराला भाषणबाजीची गरज पडत नाही. प्रेक्षक तिकीट घेऊन तंबूत जातात व जादूगाराची मायासृष्टी पाहून विस्मयित होतात.

१) नळ फक्त सुतळीला टांगलेला असतो. पाणी वाहतच नसते. त्या नळातून पाणी पडत आहे, असे दिसावे हा जादूगाराचा संकल्प असतो. त्यामुळे पाणी पडत आहे व वाहत आहे, असे दिसते. हा मायासंकल्प एवढा शक्तीशाली असतो की, प्रेक्षकांनी त्या पाण्याला स्पर्श केला तरी आपले हात भिजतात किंवा हे पाणी ओंजळीत पकडता येते; परंतु एखाद्या ग्लासात हे पाणी भरून तो ग्लास घेऊन आपण जो पर्यंत तंबूत आहोत तोपर्यंत पाण्याने भरलेला ग्लास व त्याचे वजन याची जाणीव राहते. परंतु भरलेला ग्लास घेऊन तंबूच्या बाहेर येताच पाणी दिसेनासे होते. कारण ही मायासृष्टी फक्त तंबूच्या आतच असते. तंबूच्या बाहेर नजरबंदीचा प्रभाव राहत नाही.

२) मुलगा चक्क टेबलावरच बसलेला असतो किंवा टेबलाच्या बाजूला खुर्चीवर बसलेला असतो. परंतु जादूगाराच्या संकल्पाने टेबलावर मुलाचे शिर दिसते. बाकी कुठलाच भाग दिसत नाही.

३) जादूगार एका चादरीमध्ये मुलीला गुंडाळून उपडी झोपवून ठेवतो. मुलीचे डोके बाहेर असते. जादूगाराच्या संकल्पाने सर्पाला मुलीचे तोंड आहे असे दिसते.

नजरबंदीचे हे प्रयोग पाहताना मनाला अतिशय आश्चर्य वाटते. मनात विचार येतात, की सामान्य मनुष्य थोडीफार म्हणजे एक-दोन दिवस साधना करून एवढे मायाजाल निर्माण करू शकतो, तर ही समस्त सृष्टी खरी नाही, हे सर्व मायाजाल आहे, ईश्वरनिर्मित ही माया आहे, असे जे थोर ऋषी-मुनी, तत्त्वज्ञ सांगतात, ते नक्कीच खरे असले पाहिजे. नजरबंदीचे आणखी अनेक प्रयोग सांगता येतील. जादूगार भर दिवसा चक्क सूर्यप्रकाशात तुमच्यासमोर गवताची काडी ठेवतो. क्षणार्धात त्याचा एक सर्प होऊन तो फडा काढून उभा राहतो. जादूगाराने जा म्हणून सांगताच तो तुमच्या समोरून निघूनही जातो. हे सारे तुम्ही तुमच्या उघड्या डोळ्यांनी पहात असता. अशा प्रकारे आणखी अनेक प्रयोग सांगता येतील. या सर्व प्रकारांना नजरबंदी किंवा 'दृष्टी बांधणे' असे म्हणतात. प्रयोगकर्त्याने प्रेक्षकांची, पाहणाऱ्यांची दृष्टी बांधलेली असते व दृष्टीच बांधली गेल्याने तो तुम्हाला जे दाखविल ते दिसते. तो मनात जे म्हणेल तेच तुम्हाला दिसते. अर्थात हे दृश्य फक्त काही क्षण किंवा काही तासांपुरतेच मर्यादित असते. कायमची नजरबंदी फक्त ईश्वरच करू शकतो व ती त्याने तुमची-आमची सर्वांचीच या सृष्टीच्या आरंभापासून करून ठेवलेली आहे व त्यामुळे आपल्याला हे सर्व जग, माणसे, ग्रहगोल, नक्षत्र, तारे इत्यादी दिसत आहेत. परंतु ब्रह्मज्ञानी असे म्हणतात, यातील काहीही खरे नसून सर्वत्र एकच चैतन्यमय ईश्वराचे अस्तित्त्व आहे. बाकी सर्व माया व भ्रम आहे. माया म्हणजे एखादी वस्तू जशी

आहे, तशी न दिसता वेगळी दिसणे, असो.

◆ **नजरबंदीची साधना**

या साधनेसाठी रविवारी अमावस्येच्या रात्री साधक स्मशानात जाऊन स्मशान भैरवाची पूजा करून साधनेस सुरुवात करतो. विशिष्ट संख्या जप करून पुनश्च भैरवाची पूजा करून परत येतो. अशा प्रकारे रोज रात्री स्मशानात जाऊन साधना केली जाते. नवव्या दिवशी भैरव प्रसन्न होऊन बळी मागतो. त्याचा बळी त्याला देऊन तृप्त करण्यात येते. साधनेच्या पद्धतीप्रमाणे बळी कोंबड्याचा अगर बकऱ्याचा दिला जातो. नंतर भैरवाच्या कृपाशीर्वादाने महामायामयी दृष्टीबंध विद्या किंवा नजरबंदी प्राप्त होते.

अत्यंत प्रभावी नजरबंदीची विद्या प्राप्त असणारे लोक सहसा हे प्रयोग करीत नाहीत. ते त्याचा वापर युक्तीने करतात. अशा साधकांना नजरबंदीबरोबर इतरही काही विद्या साध्य असतात.

नजरबंदीची विद्या प्राप्त करण्याचे इतर अनेक मार्ग आहेत. परंतु साधनेच्या तीव्रतेवर शक्ती प्रभाव अवलंबून राहतो. काही लोक चितेचे भस्म नजरबंदीच्या मंत्राने मंत्रून त्याने विशिष्ट क्षेत्रात नजरबंदीचा प्रभाव घडवून आणतात. तर काही लोक स्मशानात उगवलेल्या रुईच्या मुळीवर नजरबंद मंत्राची साधना करून ती मुळी जवळ बाळगतात. यानेही त्यांना नजरबंदी विद्या साध्य होते.

अमावास्येच्या रात्री स्मशानात जाऊन मांत्रिक महासंमोहन विधी करतात. या विधीनेही संमोहनशक्ती प्राप्त होते व प्रेक्षकांच्या डोळ्यापुढे हवे ते दृश्य निर्माण करता येते.

८. पशू–पक्षी भाषाज्ञान साधना

गूढविद्येची साधना करणारे लोक वेगवेगळ्या पशू–पक्ष्यांची भाषा

समजावी म्हणून वेगवेगळ्या साधना करतात. याद्वारे त्याना पशू अथवा पक्षी काय बोलतात त्याचे अर्थ कळू लागतात. या साधनेमध्ये प्रत्येक पक्ष्यासाठी स्वतंत्र मंत्र तसेच प्रत्येक पशूसाठी स्वतंत्र मंत्र असतात. जितक्या मंत्राची साधना करावी तितक्याच पशू-पक्षांची भाषा कळू लागते. अर्थात काही मंत्र असेही असतात की त्या एकाच मंत्राच्या साधनेने समस्त पक्ष्यांची भाषा कळते. ही साधना स्मशानामध्ये करतात. स्मशानामध्ये 'वनदुर्गा' या पशू-पक्षी व वनस्पतींच्या देवतेची स्थापना करून तिची विधिवत पूजा केली जाते व तिला प्रसन्न करून पशू-पक्षी अथवा वनस्पतींच्या भाषेसंबंधी वरदान प्राप्त केले जाते. यासाठी जे स्मशान अरण्यात आहे, तेच उपयोगी असते. वनस्पतीची भाषा समजण्यासाठी एक विशिष्ट प्रकारचे यंत्र (मंडल) तयार करून त्यावर साधना करतात. तर पशूची भाषा समजण्यासाठी वाघाचे मुंडके जमिनीत पुरून त्यावर साधना करतात.

९. कृत्या साधना :

कृत्या साधनेने साधकांना एक प्रकारची अद्‌भुत शक्ती प्राप्त होते. शाप देण्याचे सामर्थ्य प्राप्त होते. रोगनिवृत्ती करता येते. अनेक असंभव कार्ये संपन्न करता येतात. यासाठी साधक अकरा दिवस स्मशानात बसून कृत्या मंत्राचा जप करतात. साधक ही साधना अद्‌भुत सामर्थ्याच्या प्राप्तीसाठी करतात. यदाकदाचित साधकाने या साधनेचा दुरुपयोग केला तर मात्र कृत्यानामक ही शक्ती साधकावरच उलटण्याची शक्यता असते. कृत्या सिद्ध झाल्यावर अनेक साधक अहंकारी बनतात व दुर्बलांवर स्वत:ची हुकमत गाजवितात. अर्थात केव्हातरी त्यांना शेरास सव्वाशेर भेटतोच व कमावलेली सर्व शक्ती निघून जाते. सामर्थ्य व नम्रता या दोन गोष्टींचा

ज्यांच्या ठायी संगम आहे, असे साधकच लोककल्याणाची कार्ये करू शकतात.

१०. वीर साधना :

ही साधना हजारो पिशाच्च्यांना वश करण्याकरिता केली जाते. साधक स्मशानात जाऊन दिग्बंधन विधी करून स्वत:स सुरक्षित करतो. नंतर स्मशान जागरण विधी करतो. यावेळी असंख्य पिशाच्चे भयावह वातावरण निर्माण करतात. तद्‌नंतर शवासनावर बसून, सर्पाच्या अस्थींच्या माळेने जप करायला सुरुवात करतो. ठराविक संख्येइतका जप पूर्ण करून नंतर स्मशानशांतीविधी करून तो आसनावरून उठतो. अशा प्रकारे ४१ दिवस दररोज रात्री स्मशानात जाऊन हा विधी करायचा असतो. थोडेसे जरी चुकले तरी मृत्यू येणे किंवा वेड लागणे हे नशिबी ठरलेले असते. ही साधना सिद्ध झाली असता साधकास अद्‌भुत सामर्थ्याची प्राप्ती होते. अगदी एखाद्या पर्वतालाही इकडून तिकडे हलविण्याचे सामर्थ्य साधकाला प्राप्त होते.

११. वायुगती साधना :

या साधनेमध्ये साधकाला काही पिशाच्चे वश होत असतात व ही पिशाच्चे साधकास एका स्थानावरून दुसऱ्या स्थानावर वायुवेगाने घेऊन जात असतात. अमावास्येच्या रात्री चिताभस्म अंगाला फासून तसेच जमिनीवर चिताभस्म पसरून साधक आसनावर बसून जप करतो. आपल्यासमोर त्याने एक शव बसवून ठेवलेले असते. या शवाकडे पाहात तो जप करीत असतो. अशा प्रकारे ७१ दिवस दररोज रात्री स्मशानात जाऊन तो शवासमोर बसून जप करतो. ७१ व्या रात्री प्रचंड स्फोट होऊन ते शव आकाशात उडते व अदृश्य होते. यानंतर जेव्हा साधकास कोठे जावयाचे असेल, तर एकवार

मंत्रजप करताच तो इच्छित स्थळी जाऊन पोहोचतो. तेथील आवश्यक ते कार्य करून पुन्हा मंत्रजप करताच स्वस्थानी परत येतो. अशा प्रकारे साधक इच्छागामी होतो व संपूर्ण जगामध्ये कोठेही भ्रमण करू शकतो. त्याला वश झालेली भुते त्याला अलगद उचलून आकाशमार्गाने घेऊन जात असतात व पुन्हा परत आणत असतात. सामान्य जनांना यातले काहीही दिसत नाही.

१२. देहपरिवर्तन साधना :

असे म्हणतात, की फार पूर्वी आसाम देशामध्ये पुरुषांचे अस्तित्व अजिबात नसलेला एक प्रांत होता. या प्रांताला 'कामरूपदेश' असे म्हणत. या प्रांतात फक्त स्त्रियाच असत. यदाकदाचित एखादा पुरुष चुकून या प्रांतात गेल्यास त्या स्त्रिया मंत्रविद्येने त्याला पोपट, माकड, बैल असे रूप देऊन आपला दास बनवून ठेवत व मग तो पुरुष कधी त्या देशातून बाहेर पडू शकत नसे.

वरील आख्यायिका खरी की खोटी हे समजायला काहीच मार्ग नाही. परंतु गूढविद्येच्या प्राचीन ग्रंथांमध्ये मात्र देहपरिवर्तनाची साधना सांगितलेली आहे. या साधनेद्वारा साधक एखाद्या व्यक्तीस मंत्रबलाने पशू पक्ष्यांचे रूप देऊ शकतो.

साधक धूर्जटा देवीचे चित्र शेंदूराने काढून त्याची पूजा करतो व एकशेआठ दिवस धूर्जटा देवीचा जप नग्नावस्थेमध्ये रात्रीच्या वेळी करतो. सर्पाच्या मण्यांची माळ जप करण्यासाठी वापरतो. साधक दररोज रात्री दहा हजार या प्रमाणे एकशेआठ रात्री जप करतो. साधना अरण्यात केली जाते.

साधकास ही सिद्धी प्राप्त होऊ नये म्हणून धूर्जटादेवी विविधप्रकारे भय दाखविते. साधकास साधनाच्युत करण्याचा प्रयत्न केला जातो. या

सर्व प्रसंगांना तोंड देऊन जर साधक टिकला तर धूर्जटादेवी प्रसन्न होते व देह परिवर्तन विद्या देते.

यानंतर ज्याचे रूप पालटावयाचे असेल, त्या व्यक्तीवर मनातल्या मनात तीन वेळा मंत्रजप करून फुंकर मारताच इच्छित प्राण्यामध्ये तो मनुष्य रुपांतरीत होतो. अशा प्रकारची साधना सिद्ध केलेले लोक आजकाल पाहण्यास मिळत नाहीत. शिवाय ईश्वराने कुठल्या जीवाला कोणते रूप द्यावयाचे हे ठरविलेले असते. **ईश्वराने मनुष्य जन्म दिला तर अशा मनुष्याला मंत्रबलाने प्राण्याचे रूप देणे महापाप आहे. म्हणून ही साधना कोणी करीत नाहीत व करूही नये.** परंतु प्राचीनकाळी ही विद्या अस्तित्वात होती हे निर्विवाद सत्य आहे. जेव्हा एखादी व्यक्ती खूपच क्रूरकर्मे करून लोकांना पीडा देत असे तेव्हा अशा व्यक्तीला अशा प्रकारची शिक्षा देऊन त्या माणसापासून इतरजनांचे रक्षण करीत असत.

१३. शीघ्रगमन साधना :

शीघ्रगमन म्हणजे वेगाने चालणे. कुठलीही सिद्धी मिळविण्याचे तीन मार्ग असतात. या प्रकरणामध्ये आपण फक्त तामस मार्गाचेच विवरण करीत असल्याने **या प्राकारणामध्ये फक्त तामस मार्गाद्वारेच सिद्धी कशाप्रकारे मिळवितात, याचे वर्णन आहे; परंतु याच सिद्धी राजसमार्गानेही मिळविता येतात व सात्त्विक मार्गानेही त्यांची प्राप्ती होते.**

तामस मार्ग : म्हणजे भूत-प्रेतांद्वारे सिद्धी प्राप्त करणे.

राजस मार्ग : म्हणजे देवतांची विशिष्ट कामनापूर्तीसाठी भक्ती करून त्यांचे द्वारा सिद्धी प्राप्त करणे.

सात्त्विक मार्ग : योग साधनेद्वारा स्वत:मध्ये सिद्धी निर्माण करणे. वरील तीनही मार्गाने सिद्धी कशा मिळवाव्यात, हे भारतीय ग्रंथात सांगितलेले

आहे. तथापि एकूण सिद्धी, शक्ती किंवा विद्या या किती आहेत हे समजण्यास आज मार्ग नाही. मी स्वत: हजारो सिद्धींची वर्णने वाचलेली आहेत; परंतु सिद्धी प्राप्त करण्यामध्ये मला रस नसल्याने त्या मार्गाचे मी अनुकरण केलेले नाही. असो, तामस मार्गाने शीघ्रगमन सिद्धी कशी प्राप्त करतात ते पाहू.

कोणत्याही महिन्यातील वद्य अष्टमीपासून अमावस्येपर्यंत एकांतात असणाऱ्या स्मशानभूमीत जाऊन ही साधना करतात. साधक पिवळे वस्त्र धारण करून या साधनेच्या मंत्राचा जप करतो. जप सिद्ध झाल्यावर स्मशानातील वेताळाच्या अंतर्गत असणारी एक शक्ती त्याला प्रसन्न होते. ती एक वनस्पती देते. सदरहू वनस्पती जोपर्यंत धारण केलेली आहे, तोपर्यंत मनुष्य ताशी ३० ते ४० मैल वेगाने चालू शकतो व कितीही चालले तरी तो अजिबात थकत नाही. चालतेवेळी ही वनस्पती तोंडात ठेवायची असते. जेव्हा आपल्याला थांबावयाचे असेल, तेव्हा तोंडातून ही वनस्पती बाहेर काढताच मनुष्य सामान्य वेगाने चालू लागतो. अरण्यातून भटकताना या सिद्धीचा वापर तामसमार्गी साधक करतात. यामुळे त्यांना कोठल्याही वाहनावर अवलंबून राहावे लागत नाही. (बस स्टॉपवर लाईनमध्ये उभे राहावे लागत नाही.)

१४. धनदायिनी साधना :

ज्या स्मशानामध्ये शेवरीचे झाड आहे, त्या स्मशानात ही साधना केली जाते. साधक रात्रीच्या वेळी स्मशानात जाऊन ही साधना करतो. ही साधना चाळीस दिवसांची असते. या चाळीस दिवसांमध्ये स्मशानातील भूत-पिशाच्चांना रोज काही ना काही खाद्यपदार्थ द्यावे लागतात. नंतर स्मशानकाली प्रसन्न होऊन दर्शन देते.

दुसऱ्यादिवशी साधक त्या शेवरीच्या झाडाजवळ जाऊन त्याची उत्तरदिशेला असणारी मुळी उपटून आणतो व या मुळीचा एक तुकडा लाल दोऱ्याने आपल्या दंडाला बांधून ठेवतो.

शंभर रुपयांची नोट घेऊन साधक दुकानात जातो. पूर्ण शंभर रुपये खर्च करतो व सामान घेऊन स्वस्थानी परत येतो. नंतर आपल्या दंडावरील मुळीला स्पर्श करून म्हणतो, ''आलास !'' एवढे म्हणताक्षणीच खर्च केलेली शंभराची नोट साधकाकडे परत आलेली असते, साधक पुनश्च तीच नोट घेऊन दुसरी खरेदी करतो. पुन्हा मुळीला स्पर्श करून म्हणतो, 'आलास!' नोट पुन्हा परत आली असते.

या साधनेचे आणखी एक वैशिष्ट्य म्हणजे हे पैसे साधकाने स्वत:साठी खर्च करायचे नसतात. या पैशातून विकत घेऊन काहीही खायचे नसते. फक्त गोर-गरिबांच्या मदतीसाठी हा पैसा वापरायचा असतो. यदाकदाचित चुकून या पैशातील थोडे पैसे स्वत:साठी खर्च केले किंवा या पैशातून विकत घेऊन काही खाल्ले तर मात्र पिशाच्चशक्ती साधकाच्या मानगुटीवर बसतात व त्याला भ्रमिष्ट बनवितात. परंतु या शक्तीचा वापर निष्ठेने फक्त परोपकारासाठीच केल्यास काहीही भय नसते.

याच साधनेत आपोआप आणखी एक विद्या साध्य होते. साधकाबरोबर जी कोणी व्यक्ती बसेल त्या व्यक्तीच्या डोक्यामागे टी. व्ही. प्रमाणे आकार दिसतो व या टी. व्ही. मध्ये त्या व्यक्तीचा संपूर्ण भूतकाळ साधकास एखाद्या चलच्चित्रपटाप्रमाणे दिसतो. भविष्यकाळ मात्र दिसत नाही.

१५. भैरव साधना :-

भारतीय संस्कृतीमध्ये जितक्या देव-देवतांचे उल्लेख आहेत, त्या प्रत्येक देवतेचा एक-एक भैरव असतो. याप्रमाणे जितक्या देवता तितके

भैरवही आहेत. भैरवाचे काम देवतेचे संरक्षण करणे व देवता ज्या क्षेत्रात राहाते त्या क्षेत्राचे संरक्षण करणे. यामुळे भैरवांना 'क्षेत्रपाल' असेही म्हणतात. भैरव हा वेताळापेक्षा वरच्या अधिकारातील पिशाच्चाधिपती असतो. यामुळे याला भूतनाथ, रवळनाथ असेही म्हणतात. भूतापासून भैरवापर्यंत सर्व प्रांताला अधोलोक म्हणतात. भैरवाचा प्रांत संपल्यावर देवतांचे प्रांत सुरू होतात.

गूढविद्येचे साधक देवता प्रसन्न करून घेण्यापूर्वी भैरवांना प्रसन्न करून घेतात. प्रत्येक देवतेच्या भैरवाचे विशिष्ट नाव, विशिष्ट आकार असतात. काही भैरव वाघाच्या तोंडाचे तर काही भैरव डुकराच्या तोंडाचेही असतात. असितांगभैरव, कालभैरव, कपालभैरव, शुकरदंतभैरव, बटुकभैरव अशा विविध नावांनी भैरवांना ओळखले जाते. प्रत्येक भैरवाचे कार्यही वेगवेगळे व मर्यादित स्वरूपाचे असते. परंतु तामस मार्गी साधक असे समजतात की, भैरव प्रसन्न झाल्यावर पुढील साधनाकरणे सोपे जाते. कारण भैरवच आपल्या भूतगणांसहित साधकांना त्रास देऊन साधनेपासून परावृत्त करण्याचे काम करीत असतो. म्हणून विविध प्रकारचे बळी वगैरे देऊन साधक भैरवांना तृप्त करतात व पुढील मार्ग मोकळा करतात.

भैरव साधनेमध्ये साधक काळ्या वस्त्राचा वापर करतात. काळी वस्त्रे अंगावर धारण करून, जप व साधना करतात. साधना संपेपर्यंत काळी वस्त्रे परिधान करतात.

ज्या भैरवाची साधना करायची असेल, त्या भैरवाचे वाहन बळी दिले जाते. उदाहरणार्थ - असितांगभैरवाचे वाहन रेडा तर कालभैरवाचे वाहन मेष. प्रथम भैरवाचे आवाहन, पूजा इत्यादी करून बळी दिला जातो. बळी दिलेल्या प्राण्याच्या रक्ताने भैरवाची पूजा केली जाते. नंतर

त्या प्राण्याचे मुंडके जमिनीत पुरून वेदी बनविली जाते व त्या वेदीवर त्याच प्राण्याचे चर्म अंथरून त्यावर बसून जप केला जातो. या साधनेमध्ये अनेक विघ्ने उपस्थित होतात. भैरवगण वेगवेगळ्या मार्गाने साधनेत विघ्ने निर्माण करतात. परंतु साधकाने धैर्याने साधना पूर्ण केली तर भैरव प्रसन्न होतात व वरदान देतात.

ही साधना एकांतात, अरण्यात, नदीकिनारी किंवा स्मशानात केली जाते. चाळीस दिवसांपर्यंत रोज दहा हजार जप करतात. सदतिसाव्या दिवशी भीमकाय आकाराच्या भैरवाचे पाय दिसतात व त्या पायात असलेल्या विशाल आकाराच्या तोड्यांचा आवाज ऐकू येतो. एकोणचाळीसाव्या दिवशी कानामध्ये रक्त हवे, रक्त हवे असा आवाज ऐकू येतो. चाळीसाव्या दिवशी भैरव प्रकट होतो. त्यावेळी पुनश्च त्याला बलिप्रदान करून प्रसन्न केले जाते व वरदान प्राप्त केले जाते. ही संपूर्ण साधना रात्रीच्या वेळीच केली जाते.

या साधनेने साधकाला हवा तो पदार्थ हवेतून निर्माण करता येतो. कुठल्याही प्रश्नाचे उत्तर तात्काळ देता येते. दुसऱ्याच्या मनांतील विचार जाणता येतात. दूरची वस्तू खेचून आणता येते. हजारो मैलांवर काय चालले आहे, हे स्पष्टपणे पाहता येते. संकटकाळी एखाद्या भक्ताला मदत पोहोचविता येते. कुणाचाही भूतकाळ, भविष्यकाळ जाणता येतो. वेगवेगळे खाद्यपदार्थ निर्माण करून लोकांना देता येतात.

गूढविद्येची साधना करणारे साधक वेगवेगळ्या भैरवांच्या साधना प्रथम करतात व तद्नंतर त्या त्या भैरवाच्या अधिष्ठात्री देवतेला प्रसन्न करतात. भैरवाची साधना पूर्ण केल्यावर साधनेमध्ये विघ्ने येणे बंद होते व साधक निर्विघ्नपणे पुढील साधना करू शकतो.

पुष्कळ वेळा भैरवाचे विक्राळ रूप पाहून साधक बेशुद्ध होतात. अर्थात केलेली सर्व साधना फुकट जाते. काहीवेळा भैरव सौम्य रूपातही दर्शन देतात. कशा पद्धतीने दर्शन द्यायचे हे भैरवांच्या मनावर अवलंबून असते.

भैरव, महाकाली इत्यादी तामस मार्गीयांच्या सर्व साधना दक्षिण दिशेकडे तोंड करून केल्या जातात. कारण भुते, भैरव, महाकाली इत्यादी सर्व शक्तींचे प्रवाह दक्षिणेकडून उत्तरेकडे वाहतात. यामुळे सात्त्विक साधना करणाऱ्या लोकांनी किंवा भक्ती करणाऱ्या लोकांनी दक्षिणेकडे पाय करून झोपू नये, असे सांगितले जाते. कारण दक्षिणेकडून उत्तरेकडे वाहत जाणारे प्रवाह आपल्यामध्ये घुसण्याची दाट शक्यता असते. सतत सहा महिने दक्षिणेकडे पाय करून झोपणारा मनुष्य निश्चित आजारी पडतो, असे म्हणतात.

१६. छिन्नमस्ता साधना :–

गूढविद्यांच्या साधनेमध्ये दहा उच्चकोटीच्या साधना सांगितलेल्या आहेत, त्यातील एक छिन्नमस्ता. **छिन्नमस्ता याचा अर्थ जिला शिर किंवा मस्तक नाही, अशी देवी.** साधक स्मशानात बसून, या देवीच्या मंत्राचा जप करतात. नेहमीप्रमाणे भूत–प्रेतांना संतुष्ट केले जाते. भैरवासाठी रक्तदान केले जाते. देवीसाठी बळी दिला जातो. सर्व विघ्नांना पार पाडून साधक जेव्हा पुढे जातो तेव्हा, छिन्नमस्ता देवीचे दर्शन होते. परंतु अनेक साधक या प्रसन्न झालेल्या देवीला पाहून, भयभीत होऊन बेशुद्ध पडतात. कारण छिन्नमस्ता देवीला मुंडके नाही. दहा हातांची ही देवी नग्नरूपाने साधकासमोर चालत येते. तिच्या नऊ हातात नऊ प्रकारची आयुधे असतात. दहाव्या हातात तिचे स्वत:चेच मुंडके धरलेले असते. हे रूप

पाहून बरेच साधक भयभीत होतात.

ही साधना पूर्ण झाल्यावर साधकास प्रचंड सामर्थ्य प्राप्त होते. तो सर्व बाजूंनी संपन्न होतो. दूर अंतरावरील शत्रूला क्षणात यमसदनास पाठवू शकतो. एकाचवेळी अनेक रूपे धारण करू शकतो. अचूक भविष्यकथनही करू शकतो. वायुवेगाने कोठेही जाऊ-येऊ शकतो. या साधनेला 'छिन्नमस्ता महाविद्या' असेही म्हणतात. या साधनेने हजारो मैल अंतरावर घडणाऱ्या घटनेला अनुकूल किंवा प्रतिकूल करता येते.

आतापर्यंत जितक्या साधनांची वर्णने आलेली आहेत त्या सर्व क्षुद्र साधना आहेत. परंतु या साधनेपासून पुढे वर्णन केल्या जाणाऱ्या सर्व साधना उच्च कोटीच्या आहेत. या साधना सिद्ध केलेल्या साधकाला आपोआप देवत्त्व प्राप्त होते. त्याच्यातील क्षुद्र भावना नष्ट होऊन जातात. तो जरी तामस मार्गी असला तरी हळूहळू त्याच्यामध्ये करुणाभाव येऊ लागतो. न्यायबुद्धी येऊ लागते. तामसमार्ग येथून पूर्णत्वाच्या दिशेने जाऊ लागतो. सिद्धावस्थेच्या दिशेने अग्रेसर होऊ लागतो. परंतु येथपर्यंत पोहोचण्यासाठी साधकाला सुरुवातीपासूनच नि:स्वार्थ बुद्धीने साधना करावी लागते. साधक जर स्वार्थी असेल तर मध्येच अडकतो व नि:स्वार्थी असेल तर तामस मार्गानेही उच्चकोटीची सिद्धावस्था प्राप्त करू शकतो. ज्या साधकांना याचे ज्ञान आहे, ते साधक तामसमार्गाने साधना करीत असताना, मध्येच थांबत नाहीत व सारखे पुढे जात राहतात.

१७. महाकाली साधना :-

महाकाली साधनेने साधकाला विविध प्रकारचे ज्ञान व सामर्थ्य प्राप्त होते; परंतु साधकाने सामर्थ्याची अपेक्षा न करता जर ज्ञानाची अपेक्षा केली तर महाकाली साधकाला 'परमहंस' पदापर्यंत नेऊन पोहोचविते. शिवाय

सर्व बाजूंनी संरक्षणही करते.

महाकाली ही सृष्टीच्या विलयाची देवता आहे. हिच्या उपासनेने अज्ञानाचा नाश होऊन सर्वत्र परब्रह्माचा साक्षात्कार होतो, पूर्ण सिद्धावस्था प्राप्त होते आणि साधक शिवस्वरूप होतो.

महाकाली दशभुज देवता असून, तिची प्रसन्नता प्राप्त करणे अत्यंत अवघड गोष्ट आहे. तिचा आकार अतिभयंकर असून, साधकांना तिचे पायच दिसू शकतात. अर्थात ती सौम्य रूप घेऊनही साधकांना दर्शन देते. महाकालीची प्रसन्नता प्राप्त झाल्यावर जीवनातील बराचसा कार्यभाग पूर्ण होतो. सामर्थ्याची कसलीच उणीव राहात नाही. पुढे कितीही साधना केल्या तरी साधकाला महाकाली सर्वतोपरीने साह्य करते. शिवाय मुक्तीही प्रदान करते. इतर कोठल्याही साधना न करता असंख्य साधक सरळ महाकालीची उपासना करून आयुष्य घालवितात व मोक्षप्राप्ती करून घेतात.

१८. बगलामुखी साधना :–

ही साधना सुद्धा दशमहाविद्यांपैकी एक साधना आहे. साधक रात्रीचे वेळी ही साधना करतात. ही (साधना) महाविद्या साध्य झाली असता साधकामध्ये प्रचंड सामर्थ्य निर्माण होते.

सर्व प्रकारच्या आपत्तींचा व विपत्तींचा नाश बगलामुखी साधनेने होतो. याशिवाय अनेक प्रकारच्या विद्या या साधनेने प्राप्त होतात.

या देवीची साधना करताना साधक पिवळी वस्त्रे वापरतात. देवीच्या पूजेसाठीही पिवळी फुले वापरतात. ही देवी दोन हातांची असून, सर्व शत्रूंचा नाश करणारी आहे. ही साधना एकांतात केली जाते. या साधनेसाठी स्मशानात जाण्याची आवश्यकता नाही. बगलामुखी महाविद्या साध्य केल्याने इतर अनेक विद्या आपोआप साधकामध्ये प्रकट होऊ लागतात. सर्व प्रकारची

संकटे दूर होतात.

काही साधक अकरा दिवसात ही साधना पूर्ण करतात. तरी काही साधकांना ही साधना पूर्ण करण्यासाठी चाळीस दिवस लागतात. या साधनेत साधक जसजसा अग्रेसर होत जातो तस तसे त्याला वेगवेगळे सुगंध येऊ लागतात. सर्वत्र त्याला पितवर्ण दिसू लागतो. या कशाकडेही लक्ष न देता साधकाने आपली साधना पुढे चालू ठेवायची असते. साधकाच्या आसपास कोणीतरी आहे, असे भास होऊ लागतात. तद्नंतर विचित्ररूपात देवी प्रकट होते व अंगावर धावून येते. पुष्कळ वेळा साधकाला उचलून आपटते; परंतु हे सर्व प्रकार दुर्लक्ष करण्यासाठीच असतात. कारण या सर्व परीक्षा असतात. अशा अनेक परीक्षांना साधकाने पूर्वीच तोंड दिलेले असते. शेवटी देवी प्रसन्न होते व वर मागण्यास सांगते.

या वेळी तीन वेळा देवीने विचारूनही साधकाने मौन राखावयाचे असते. नंतर देवी स्वत:च सांगते. ''तुझी साधना सिद्ध झाली मी सदैव तुझ्याबरोबर अदृश्य रूपाने राहीन व तुझे मनोरथ पूर्ण करीन.'' एवढे झाले, की बगलामुखी साधना सिद्ध झाली असे साधक समजतात.

१९. तारा महाविद्या :–

भगवती तारा ही उग्ररूप धारिणी आहे. तिच्या गळ्यात महाकाली प्रमाणेच नरमुंडांची माळ आहे. तिने व्याघ्रचर्म परिधान केलेले असून, तिला चार हात आहेत. डोक्यापासून कमरेपर्यंत जटा आहेत. एका हातात तलवार असून, एका हातात नरमुंड आहे. पळसाच्या फुलांनी या देवीची पूजा करतात. गुलाबी रंगाची वस्त्रे साधनाकाळात साधक धारण करतो. स्मशानात शवावर बसून, या विद्येची साधना करतो. दक्षिण दिशेकडे तोंड करून साधनेला साधक सुरुवात करतो. साधनेला सुरुवात करताच एक–दोन दिवसांत साधकाला धमकावणीचे स्वर ऐकू येतात. याला न घाबरता साधकाने

साधना पुढे चालू ठेवलीच तर काही पिशाच्चे प्रकट होऊन साधकाला भय दाखवितात. येथेही साधक घाबरला नाही तर विशाल आकाराचे सर्प अंगाला वेटोळे घालून साधकाची साधना बंद पाडण्याचा प्रयत्न करतात. शेवटी उग्ररूपाने तारा भगवती प्रकट होते व सरळ साधकावर आक्रमण करते. साधक शांतचित्ताने बसून राहिला तर ती त्याच्या अंगाचे मांस नखाने ओरबडून खाऊ लागते. येथेही जर साधक शांत राहिला तर महाभगवती तारा प्रसन्न होते. भगवती तारा प्रसन्न झाल्यावर विविध प्रकारची सामर्थ्ये स्वत: प्रकट होतात. अनेक देवता प्रसन्न होतात. अष्टमहासिद्धी प्राप्त होतात. अंगी अद्‌भुत सामर्थ्य निर्माण होते.

गूढविद्येचे साधक आजही तारा साधना साध्य करण्याचा प्रयत्न करतात व असे साधक आजही आहेत की, ज्यांनी तारा साधना सिद्ध केलेली आहे.

तारा साधनेने कालीप्रमाणेच ज्ञान-विज्ञान प्राप्त होते. सिद्धावस्था प्राप्त होते. काही साधक साधना न करता फक्त तारा, तारा असा जप करून सिद्धावस्थेपर्यंत पोहोचलेले आहेत. तारा उग्ररूपा आहे, तशीच सौम्यरूपाही आहे. म्हणून साधक तारा देवीची भक्ती करून तिला प्रसन्न करण्याचा प्रयत्न करतात. भक्ती करणाऱ्या भक्ताला तारा कुठलाही त्रास देत नाही. सर्वप्रकारे भक्ताची काळजी घेते, असा साधकांचा अनुभव आहे.

२०. त्रिपुरा महाविद्या :-

तृतीय नेत्राच्या जागृतीसाठी मुख्यत्वेकरून ही साधना केली जाते. याशिवाय आर्थिक-उन्नती, शांती, ऐश्वर्यप्राप्ती, त्रैलोक्यविजय इत्यादी अनेक गोष्टी या महाविद्येच्या साधनेद्वारा प्राप्त करता येतात. या विद्येने 'वाचासिद्धी'

प्राप्त होते. विविध प्रकारचे ज्ञान प्राप्त होते.

या विद्येची साधना स्मशानात अथवा घरीही करता येते. एकूण सव्वालाख जप करावा लागतो. काही साधक नदीकिनारी किंवा एकांतात या विद्येची साधना करतात.

ही विद्या प्राप्त झाल्यावर साधकाचा तृतीयनेत्र जागृत होतो. आकाशलेख त्याला वाचता येतात. दिव्य सृष्टीतील देवी-देवता पाहता येतात. त्यांच्याशी संपर्क साधून ज्ञान प्राप्त करता येते.

२१. कमला महाविद्या :-

पृथ्वीतलावरील प्रत्येक मनुष्य या कमला महाविद्येची उपासना या ना त्या रूपाने करीत असतो. कारण कमला म्हणजे लक्ष्मी व लक्ष्मी म्हणजे पैसा, धन, कीर्ती, सन्मान, अधिकार इत्यादी. ज्या लक्ष्मी देवतेच्या कृपेने मनुष्याला धन, सुख, कीर्ती, अधिकार, सन्मान, आरोग्य इत्यादी सर्व गोष्टी प्राप्त होतात, त्या लक्ष्मीची उपासना प्रत्येक मानवाने केली पाहिजे. तिचे ऋण सदैव मानले पाहिजे, तिच्याविषयी कृतज्ञ राहिलेच पाहिजे. असा दंडक भारतीय संस्कृतीत घातलेला आहे. जो कोणी लक्ष्मीविषयी कृतज्ञता बाळगत नाही. त्याला दारिद्र्य येते, असे भारतीय संस्कृती सांगते.

लक्ष्मीविषयी कृतज्ञता बाळगणे म्हणजे प्रेमाने वागणे, नम्रतेने वागणे, परोपकार व दानधर्म करीत राहणे, आपल्या उत्पन्नातील २०% रक्कम दान, धर्मात खर्च करणे. इत्यादी गोष्टी केल्या असता लक्ष्मीची कृपा सतत होत राहाते. त्यासाठी साधना नाही केली तरी चालते. परंतु वरील गोष्टी जर आपल्याकडे नसतील तर साधना करूनही फारशी कृपा होत नाही.

पृथ्वीवरील ज्या लोकांकडे वैभव, सुखशांती आहे त्या सर्व लोकांनी

खुशाल समजावे की, त्यांच्यावर या महादेवतेची कृपा आहे. या कृपेचा त्यांनी संयमनपूर्वक वापर करावा. या कमला महादेवतेलाच '**महालक्ष्मी**' लक्ष्मी, यशलक्ष्मी, ऐश्वर्या, श्री, संपदा, वैभव इत्यादी अनेक नावे आहेत. पृथ्वीवरील प्रत्येक मानव हिचा पुजारी आहे. मनुष्य जर का अहंकाराने वागू लागला तर मात्र या महालक्ष्मीचा कोप ओढवतो व हटकून दारिद्र्य भोगावे लागते.

कमलाविद्येच्या प्राप्तीचे किंवा महालक्ष्मीच्या प्रसन्नतेसाठी हजारो मार्ग साधनामार्गात सांगितलेले आहेत. यापैकी मुख्य म्हणजे भारतातील असंख्य लोक या महालक्ष्मीच्या नावाचा जप '**ॐ श्रीम् महालक्ष्म्यै नम:**' असा करतात. कोणी श्रीसूक्त , देवीसूक्त, नारायणीस्तुती, महालक्ष्मी अष्टक इत्यादी स्तोत्रांचे पाठ करतात. यापैकी कुठलेही स्तोत्र ११०० किंवा १४०० वेळा वाचण्याची प्रथा आहे. त्यामुळे हटकून महालक्ष्मीची कृपा होते. काही लोक वर सांगितलेल्या जपाचे १४ लाख पुरश्चरण करतात. यानेही महालक्ष्मीची प्रसन्नता प्राप्त होते.

महालक्ष्मीची प्रसन्नता प्राप्त करण्यासाठी साधक **श्री** यंत्राची स्थापना करून साधना करतात. दीड लाख जपाचे पुरश्चरण करतात. तसेच कमलपुष्पांनी देवीची पूजा करतात. कोणी अकरा दिवसांचे किंवा कोणी चाळीस दिवसांचे अनुष्ठान करतात. महालक्ष्मीच्या अनेक मंत्रांपैकी कोणत्याही एका मंत्राचे अनुष्ठान करतात.

श्रीमहालक्ष्मीच्या प्रसादाने ऐश्वर्य व मुक्ती दोन्ही गोष्टी प्राप्त होतात. ही राजसमार्गीय साधना आहे. तरीही तामसमार्गीय साधक, दशमहाविद्या साध्य करताना कमला महाविद्या मात्र राजस मार्गाने सिद्ध करतात. तामस मार्गानेही हिला सिद्ध करता येते. त्यासाठी फारसे कष्ट होत नाहीत.

महालक्ष्मीच्या किंवा कमला विद्येच्या प्रसादाने धातूपासून सोने बनविण्याची विद्याही साध्य होते. याशिवाय जय, यश, संपदा, आशीर्वाद देण्याचे सामर्थ्य, मोक्ष इत्यादी सर्व गोष्टी या देवतेच्या कृपाशीर्वादाने प्राप्त होतात. प्रत्येक मानवाने वर दिलेला – '**ॐ श्रीम् महालक्ष्म्यै नम:**' हा मंत्र दररोज किमान १४०० वेळा तरी म्हणावा. नि:संशय महालक्ष्मीची कृपा प्राप्त होईल.

२२. भुवनेश्वरी महाविद्या :–

भुवनेश्वरी म्हणजेच सरस्वती. या महाविद्येच्या साधनेने संपूर्ण ब्रह्माण्डाचे ज्ञान होते. पृथ्वीतलावरील प्रत्येक मनुष्य या ना त्या रूपाने भुवनेश्वरी अर्थात सरस्वतीची अर्थात विद्येची उपासना करीत असतो. बालपणात शाळेत जाऊन आपण शिकायला सुरुवात केली म्हणजे एकप्रकारे आपण सरस्वतीची उपासना सुरू केली. पण यदाकदाचित एखाद्याने जाणूनबुजून, समजून-उमजून जर सरस्वतीची भक्ती/ उपासना केली तर त्याला ज्ञान, बुद्धिमत्ता, विवेक, सद्‌गुण इत्यादी गोष्टी प्राप्त होऊन नक्कीच मोक्ष मिळेल, यात शंका नाही.

या भुवनेश्वरी देवीचे मानवी देहातील स्थान म्हणजे 'कुंडलिनी'. कुंडलिनी जागृतीसाठी साधक जे काही उपाय, साधना करतात ते एक प्रकारे भुवनेश्वरी देवीची आराधनाच करतात. कुंडलिनी जागृत होणे म्हणजे भुवनेश्वरी देवीची कृपा होण्यासारखे आहे.

तर अशा या भुवनेश्वरी देवीला साधक साधनेने प्रसन्न करून घेतात. त्याद्वारे सद्‌गुण, कुंडलिनी जागृती व बुद्धिमत्ता या गोष्टी साधकास प्राप्त होतात. समस्त ब्रह्माण्डाचे त्यास ज्ञान होते.

२३. मातंगी साधना :–

दशमहाविद्यांपैकीच परंतु ही क्षुद्र तामसमार्गी साधना आहे. साधक

ही साधना स्मशानात जाऊन भूत-पिशाच्चांना बळी, भोग वगैरे देऊन साध्य करतात. या साधनेने साधकाला काही विद्या प्राप्त होतात. भूत, भविष्यकाळ समजू शकतो. हरवलेली वस्तू किंवा मनुष्य नेमके कोठे आहे ते दाखविता येते. पिशाच्चबाधा, हिस्टेरिया सारख्या रोगांचे निवारण या विद्येने करता येते. तशी ही फार मोठी विद्या नाही; परंतु सहजतेने साध्य होते, म्हणून साधक या विद्येला साध्य करतात. मुलींच्या विवाहातील समस्या, कोर्टकचेरी, दावा, वादविवाद, शत्रूविनाश इत्यादी कार्याच्या सिद्धींसाठीही मातंगी साधना करतात. ही साधना घरी किंवा स्मशानात कोठेही केली जाते.

२४. षोडशीत्रिपुरसुंदरी साधना :–

षोडशीत्रिपुरसुंदरी साधना ही एक अत्यंत महत्त्वाची साधना असून, या साधनेने साधकाच्या मस्तकामध्ये असणारे सोमचक्र जागृत होते. सोमचक्र जागृत झाल्यावर चौसष्ट गुण प्राप्त होतात. एकेक गुण म्हणजे एक शक्तीच आहे. साधक जवळ जवळ सिद्धावस्थेपर्यंत पोहोचलेला असतो. फक्त आत्मज्ञान व्हावयाचे बाकी राहिलेले असते. या सोमचक्राची देवता षोडशीत्रिपुरसुंदरी. या देवतेला सोळा हात आहेत व ती विशाल आकाराची आहे. तिच्या पंधरा हातात विविध आयुधे असून, सोळावा हात अभयहस्त आहे. ही देवता जरी विशाल असली तरी सौम्यरूपा आहे, शांत आहे.

या देवतेची साधना प्रेमाने करायला हवी. स्वार्थी बुद्धिने, लोभाने, काहीतरी फार मोठे मिळवायचे आहे, या भावनेने जर का या विद्येची साधना केली तर काहीच साध्य होत नाही. विशेष म्हणजे साधकाचा येथून सात्त्विक मार्गाचा प्रवास सुरू होतो. आतापर्यंत वर्णन केलेल्या सर्व तामस, राजस, साधना येथे संपतात व साधक या देवतेच्या कृपेने शेवटी पूर्ण

सत्त्वगुणी, शांत स्वभावाचा होतो. प्रचंड सामर्थ्य त्याने प्राप्त केलेले असते. आता पराशांती प्राप्त करायची असते. म्हणून साधकाने ही साधना सुरू केलेली असते.

वाचकांच्या लक्षात आले असलेच की, तामस मार्गाने किंवा गूढविद्येच्या मार्गाने साधकाने साधनेला सुरुवात केली. वेगवेगळ्या (तामस मार्गाने) साधना करून त्याने प्रचंड सामर्थ्य प्राप्त केले. नंतर महालक्ष्मी प्रसन्न करवून घेऊन राजस मार्ग पूर्ण केला, आता तो षोडशीत्रिपुरसुंदरी देवीची आराधना करून पूर्ण सात्त्विक बनू पाहात आहे. ही साधना पूर्ण झाल्यावर साधक जवळजवळ ईश्वर स्वरूप होतो, त्याला पराशांती प्राप्त होते व तो पूर्ण सत्त्वगुणी होतो.

ईश्वरावस्था प्राप्त होण्यासाठी तीनही मार्गाच्या म्हणजे तामस, राजस, सात्त्विक या साधना परिपूर्ण कराव्या लागतात. जोपर्यंत तीनही मार्गाने साधना पूर्ण झाल्या नाहीत, तो पर्यंत पूर्ण ईश्वरावस्था प्राप्त होत नाही. काही साधक प्रथम तामस मार्गाची साधना पूर्ण करतात; परंतु हा मार्ग इतका धोकादायक आहे की, एकदा का एखादा साधक कुठे अडकला की, हजारो वर्षे तो त्या तामसमार्गीय गर्तेतून बाहेर पडू शकत नाही. म्हणून शेकडा ९९% साधक सात्त्विक मार्गाने प्रथम साधना पूर्ण करतात व मगच राजस तामस मार्गाकडे वळतात. कारण एकदा सात्त्विक मार्गाने साधना पूर्ण केली की मग राजस-तामस मार्गाने साधना करताना काहीही धोका निर्माण होत नाही. असो.

षोडशीत्रिपुरसुंदरीला षोडशीत्रिपुरसुंदरी हे नाव योगिक अर्थाने दिलेले आहे. मनुष्याच्या त्रिकुटामध्ये (दोन डोळे व नाकाचे मूळ याला त्रिकूट किंवा त्रिपूर असे म्हणतात) सोमचक्र आहे. या सोमचक्राला सोळा पाकळ्या

आहेत. त्रिपुरात राहणारी शक्ती म्हणून त्रिपुरा व ही शक्ती सोळा पाकळ्या असणाऱ्या सोमचक्रात राहते म्हणून षोडशी. अशा प्रकारे षोडशीत्रिपुरसुंदरी असे नाव दिले गेले आहे. सुंदरी याचा अर्थ सुंदरदेवी असा होतो.

षोडशीत्रिपुरसुंदरी देवीची साधना नदीकिनारी एकांतात, अरण्यात किंवा घरातही करता येते. आसनावर बसून तिच्या मंत्राचा दररोज सोळा हजार (१६,०००) या प्रमाणे चाळीस दिवस जप केला जातो. दररोज जप पूर्ण झाल्यावर तुपाचे हवन केले जाते. साधना काळात पूर्व दिशेकडे तोंड करून जप केला जातो.

साधना करीत असताना दिव्य सुगंध येऊ लागतात. तऱ्हेतऱ्हेचे सुगंध की ज्यांच्या सुवासाने एक प्रकारची मस्ती अथवा आनंद प्राप्त होतो. साधनेतील उत्साह वाढू लागतो. मन पूर्ण स्थिर होऊ लागते. असे काही दिवस गेल्यावर दिव्य स्वर्गीय संगीत ऐकू येऊ लागते. ते कोठून येत आहे, ते कळत नाही. या संगीताने मनाला प्रसन्नता वाटते. उत्साह वाढतो, एकाग्रता वाढते. तद्नंतर प्रसन्नवदना '**षोडशीत्रिपुरसुंदरी**' देवी प्रकट होते व साधकाची साधना परिपूर्ण होते.

ही साधना पूर्ण झाल्यावर साधकाला ज्ञान, दया, क्षमा, शांती, करुणा इत्यादी सद्‌गुण प्राप्त होतात. तो ईश्वरस्वरूप होतो.

२५. विराटपुरुष साधना :–

तामसमार्गी साधक कशा पद्धतीने साधना करतो याचे थोडक्यात वर्णन आतापर्यंत केलेले आहे. प्रत्यक्षात साधकाला या पुस्तकात वर्णन केलेल्या साधनांपेक्षा कितीतरी पटीने अधिक साधना कराव्या लागतात. अशा प्रकारे असंख्य सिद्धी वेगवेगळ्या प्रकारच्या शक्ती साधना करून, सामर्थ्यसंपन्न बनावे लागते व कोठेही न अडकता सतत पुढे जावे लागते.

यदाकदाचित जर तो अडकून पडला व मिळालेल्या साधना सिद्धींचा-शक्तींचा वापर करीत चमत्कार करीत प्रसिद्धीच्या मागे लागला तर मात्र तेथेच त्याचा अंत होतो व पुढील जन्म प्राप्त होईपर्यंत त्याला भुवर्लोकात लटकत राहावे लागते. पुष्कळ साधक तर अन्य तांत्रिक साधकांच्या हातचे गुलाम होतात. असे घडले तर साधकांची उन्नती होत नाही. यासाठी साधकांनी एकतर गूढविद्येच्या मार्गाने जाऊ नये किंवा गूढविद्येच्या मार्गाने जायचेच असे ठरविल्यास मध्येच थांबू नये. असो !

आतापर्यंत वर्णन केलेल्या सर्व साधना पूर्ण केल्यानंतर साधक विराटपुरुष साधना करतो. या साधनेमध्ये साधक अशी धारणा करतो की, तो स्वत: एक प्रचंड आकाराचा विराट पुरुष असून, त्याच्यापासून सारे ब्रह्माण्ड निर्माण झाले आहे. पृथ्वी त्याचे पाय असून, चंद्र-सूर्य त्याचे नेत्र आहेत. समस्त ब्रह्माण्ड त्याचे शरीरात वास करून आहे.

गूढविद्येच्या साधकांचे मन इतके शक्तीशाली असते, की काही दिवसांतच त्यांच्या धारणेप्रमाणे त्यांना तसे अनुभव येऊ लागतात. त्यांचे ठिकाणी प्रचंड सामर्थ्य निर्माण होते. हळूहळू **'मी ईश्वर आहे'** असा भाव निर्माण होऊ लागतो. साधक ईश्वरामध्ये विलीन होतो. येथे त्याची साधना संपते. आतापर्यंत केलेले कठोर परिश्रम फळाला आलेले असतात. जीवनाची इतिकर्तव्यता पूर्ण झालेली असते. साधक ईश्वरस्वरूप झालेला असतो. अशा साधकांना सिद्धावस्था प्राप्त झालेली असते.

सिद्धावस्था किंवा ईश्वरस्वरूप अवस्था प्राप्त झाल्यानंतर आयुष्याच्या उरलेल्या काळात असे महात्मा लोककल्याणाचे प्रयत्न करतात. त्यांच्या सुख-दु:खाशी समरस होऊन ते लोकांवर उपकार करीत जगतात व मरणोत्तर विश्वाशी एकरूप होऊन जातात.

भारतीय गूढविद्या

राजस मार्ग

कोणतीही इच्छा धरून देव-देवतांची पूजा करणे, मंत्रजप करणे याला 'राजस मार्ग' म्हणतात. भारतातील किंवा जगातील १००% लोक या राजस मार्गानेच भक्ती करीत असतात. सात्त्विक मार्गाने भक्ती करणारे लोक लाखात एक, तर तामस मार्गाने जाणारे लाखात दोन किंवा तीनच असू शकतात. म्हणून शंभर टक्के लोक राजस मार्गाने भक्ती करतात, असे म्हटले आहे.

संसारी मनुष्य संसारातील त्रुटींच्या निवारणार्थ भक्ती करतो. कोणी आरोग्यप्राप्तीसाठी, पैसा मिळावा म्हणून, संसारिक सुख लाभावे म्हणून, नोकरीसाठी, प्रमोशन मिळावे म्हणून, भूतबाधा जावी म्हणून, संतानप्राप्तीसाठी किंवा कोणी मनात धरलेली इच्छा पूर्ण व्हावी म्हणून, अशा एक ना अनेक कारणांसाठी भक्ती, उपासना किंवा साधना करीत असतो.

भारतीय ऋषीमुनींनी सामान्य माणसांची ही सुख-दुःखे ओळखून सोप्या साधना सांगितलेल्या आहेत, की ज्या केल्यानंतर मानवाच्या इच्छा पूर्ण होऊन त्याला सुख लाभेल. गेली हजारो वर्षे भारतीय संस्कृतीमध्ये असा दंडकच घातलेला आहे की, प्रत्येक घरात 'देवघर' हे असलेच पाहिजे. या देवघरात आपल्या आवडत्या दैवतांचे फोटो लावलेले असतात.

एखादी मूर्ती किंवा शिवलिंगही असते. सकाळी व संध्याकाळी देवासमोर दिवा लावण्याची प्रथा संपूर्ण हिंदुस्थानभर आहे. ज्यांना आर्थिक दृष्ट्या परवडते ते लोक देवासमोर अखंड दिवा लावतात. रोज सकाळी घरातील कोणीतरी एक व्यक्ती देवाची पूजा करते. पूजा करताना विविध स्तोत्राचे पाठ केले जातात. या सर्व सोपस्करांच्या पाठिमागे भारतीय ऋषीमुनींची फार मोठी दूरदृष्टी आहे.

दीपाराधना

प्रत्येक भारतीयाच्या घरामध्ये सकाळ–संध्याकाळी दीपाराधना केली जाते. देवासमोर गोडेतेलाचा किंवा तुपाचा दिवा लावला जातो. यामुळे घरातील वातावरण शुद्ध व पवित्र राहाते. दुष्ट शक्तींना (EVIL - FORCES) प्रतिबंध केला जातो. यासाठी काही लोक देवासमोर अखंड दीप लावतात. दिव्याची ज्योती हे परमेश्वराचेच रूप आहे, म्हणून देवासमोर दीप लावून त्या दिव्याच्या ज्योतीकडे दोन मिनिटे एकटक पाहावे व प्रार्थना करावी. अशी प्रथा हिंदू संस्कृतीमध्ये आहे. विशेषत: सूर्यास्ताच्या वेळी प्रत्येक भारतीयाच्या घराघरांतून प्रार्थना म्हटली जाते.

पूजा

भारतीय लोक रोज सकाळी स्नान करून पूजा करतात. देवांच्या सत्पुरुषांच्या फोटोंना गंध, फूल, अक्षता वाहून पूजा करतात. याने मनाला प्रसन्नता वाटते, उत्साह वाढतो, दिवसातील काही क्षण आपण देवाच्या सान्निध्यात होतो ही भावना दिवसभर आनंद देते.

स्तोत्रपठण

पूजा करताना किंवा पूजा झाल्यावर स्तोत्र पठण केले जाते. काही लोक अनेक देव–देवतांची स्तोत्रे पूजा होईपर्यंत म्हणतात किंवा पूजा झाल्यावरही म्हणतात. स्तोत्र पठणाने, 'दैवी स्पंदन लहरी' पाठका भोवती

निर्माण होतात. याने एक प्रकारचे संरक्षण कवच निर्माण होते व हे दैवी कवच सतत आपल्या भक्ताचे रक्षण करीत असते. यासाठी भक्तांनी आपल्याला आवडतील ती स्तोत्रे रोज वाचावीतच; परंतु आपल्याला सर्वात जास्त आवडीचे असे जे स्तोत्र असेल, त्याचे किमान अकरा तरी पाठ करावेत. जास्त केल्यास अधिक चांगले. यामुळे स्तोत्र देवता सदैव आपल्या पाठीशी राहून संरक्षण करते. शिवाय त्या देवतेच्या कृपेने अनेक समस्यांचे निवारणही होते. यासाठी प्रत्येक भक्ताने आपल्या आवडत्या दैवताच्या एखाद्या स्तोत्राचे अनेक पाठ रोज करणे अतिशय आवश्यक असते.

जप

याशिवाय भारतातील करोडो लोक आपल्या दैवताच्या नावाचा जप रोज किमान 'एकशेआठ' वेळा तरी करतात. ॐ **नमः शिवाय, 'ॐ महालक्ष्म्यै नमः, श्रीराम जय राम जय जय राम, ॐ नमो नारायणाय, ॐनमो भगवते वासुदेवाय'** अशा विविध मंत्रांचा जप करतात. काही लोक सतत देवाचे नाव मनातल्या मनात घेत राहतात.

भजन व आरती

प्रत्येक मंदिरामध्ये भजन व आरती केली जाते. सायंकालीन आरतीला भारतामध्ये फार मोठे महत्त्व आहे. यावेळी देव-देवता येतात असे म्हणतात. भजन व आरतीमध्ये देवतांच्या विविध गुणांचे, चमत्कारांचे वर्णन केलेले असते. आरती झाल्यावर देवाला नैवेद्य दाखवितात. हा नैवेद्य प्रसाद म्हणून सर्वांना वाटला जातो. सर्वसाधारण प्रत्येक भारतीयांच्या घरामध्ये राजस मार्गाने भक्ती कशी केली जाते, याचे हे सामान्य वर्णन आहे. आता राजस मार्गामध्ये कशा कशा साधना केल्या जातात ते पाहू.

भारतीय देव–देवता

राजसमार्गीय साधनेमध्ये ज्या देवतेची साधना करायची असेल, तिचे चित्र साधना करताना समोर असणे आवश्यक असते. काही लोक चित्रा ऐवजी यंत्र वापरतात. देव–देवतांची चित्रेही अशा पद्धतीने बनविलेली असतात, की त्याद्वारे त्या देवतेचा आध्यात्मिक अर्थ साधकाच्या ध्यानात यावा व सकाम साधना करतानाही साधकाला त्या देवतेच्या चित्रांकडे पाहाताच ज्ञान व्हावे, अशा पद्धतीने प्राचीन ऋषीमुनींनी देवतांची चित्रे बनविली.

श्रीगणपती : गणपतीचे चित्र म्हणजे ॐकाराचे रूप होय. गणपतीला पाहाताच परमेश्वर नाम–रूपातीत असून, ॐकार स्वरूप आहे, याची आठवण व्हावी अशी व्यवस्था केलेली आहे. गणपतीचे वाहन उंदीर आहे. उंदीर म्हणजे काळ. काळ हा माणसाचे आयुष्य प्रतिक्षण कुरतडून कमी करीत असतो. क्षणाक्षणाला आयुष्य कमी होत असते. काळाचा व उंदराचा स्वभाव सारखाच म्हणून गणपती ॐकाराचे वाहन उंदीर आहे. प्राचीन ऋषीमुनी मानवाला या गणपतीच्या चित्राद्वारे उपदेश करीत आहेत.

''हे मानवा ! क्षणाक्षणाला काळ तुझे आयुष्य कुरतडत आहे, कमी करीत आहे, मानव जन्म बहुमोल आहे. म्हणून काळावरही जो स्वार झालेला आहे म्हणजे जो कालातीत आहे, अशा गणपतीची आराधना

करून 'ॐकार' स्वरूप अवस्था तू प्राप्त करून घे.''

मनुष्य त्रिमितीमय आहे. चौथी मिती (time) काळ आहे. हा काळ क्षणाक्षणाला कुणाला वाढवीत असतो तर कुणाचा क्षय करीत असतो. म्हणून हे मानवा ! तू चतुर्मितीच्या पलीकडे जा असे हे गणपतीचे चित्र आपल्याला उपदेश करते.

चतुर्मितीच्या पलीकडे गेल्यावर मानवी शरीरावर काळाचा काहीही परिणाम होत नाही. काही योगी शरीरासह चतुर्मितीत प्रवेश करतात. त्यांच्या शरीरावर काळाचा काहीही परिणाम होत नाही. असे योगी हजारो वर्षे सशरीर चिरंजीव राहून तपस्या करीत राहतात. काही योगी सूक्ष्मशरीराने चतुर्मितीत प्रवेश करतात. मृत्यूनंतर असे योगी मोक्षपदाला जातात. म्हणजे ॐ काराशी एकरूप होतात.

महालक्ष्मी : महालक्ष्मीला लक्ष्मी, श्रीदेवी, श्री, कमला, गजलक्ष्मी, सिद्धलक्ष्मी, जयलक्ष्मी, मोक्षलक्ष्मी अशी असंख्य नावे आहेत. महालक्ष्मीच्या फोटोमध्ये पुढीलप्रमाणे दृश्य दिसते.

'पाण्यातून लाल रंगाचे कमळ वर आलेले असून, त्यात श्रीलक्ष्मीदेवी उभी असते. तिच्या एका बाजूला पांढरा हत्ती असतो.'

या चित्राचा अर्थ असा, की ज्याच्याजवळ सद्‌बुद्धी त्याचेवर लक्ष्मी प्रसन्न होते. पांढरा हत्ती हा सद्‌बुद्धीचे प्रतीक आहे. अशी ही महालक्ष्मी संपत्ती, सुख, ऐश्वर्य यांची देवता आहे. **दानाने ही देवता प्रसन्न होते.**

सरस्वती : सरस्वतीच्या चित्रामध्ये जवळ पांढरा हंस दाखविला जातो. तिच्या हातात वीणा असते. सरस्वती ही ज्ञानाची देवता आहे. हिच्याकृपेने ज्ञानप्राप्ती होते. संगीत व कला यात नैपुण्य मिळविता येते. वीणा ही संगीत व कला यांचे प्रतीक आहे. मयूर हे या देवतेचे वाहन असून, ते विविध कला व नृत्य यांचे प्रतीक आहे. तर हंस हे 'परमहंस'

अवस्थेचे रूपक आहे. या चित्राचा अर्थ असा आहे, की 'मानवांनो ! तुम्ही सरस्वतीची म्हणजे ज्ञानाची उपासना करा. सरस्वतीच्या कृपाप्रसादाने तुम्हाला संगीत, कला, नृत्य यात प्रावीण्य मिळेल. तसेच सरस्वतीच्या कृपेने तुम्हाला परमहंस पदही प्राप्त होईल !'

विष्णू : विष्णूच्या चित्रामध्ये धर्म, अर्थ, काम व मोक्ष प्रदान करणारे चार हात दाखविलेले असतात. या चारही हातांमध्ये शंख, चक्र, गदा, पद्म ही आयुधे दाखविलेली आहेत. ती अनुक्रमे ध्वनी, संचालन, प्रभुत्व, स्थैर्य यांची प्रतिके आहेत. विष्णूच्या उपासनेने धर्म, अर्थ, काम व मोक्ष या चतुर्विध पुरुषार्थाची प्राप्ती होते. सत्वगुण व ज्ञानही प्राप्त होते.

अशा प्रकारे भारतीय देव-देवतांची केवळ चित्रेच बरेचसे ज्ञान देऊन जातात. आता राजस मार्गीय उपासना पद्धतीकडे दृष्टीक्षेप टाकू.

देवतांची स्तोत्रे

◆ गणपती स्तोत्र ◆

ज्ञानसंवर्धनासाठी व बुद्धी तीव्र होण्यासाठी या स्तोत्राचे पाठ केले जातात. हे अतिशय छोटे फक्त आठ श्लोकांचे स्तोत्र असून, लहान मुलांनी या स्तोत्राचे दरवर्षी किमान एकवीसशे (२१००) तरी पाठ करावेत. याने बुद्धी तीव्र होऊन अभ्यासात अपेक्षेपेक्षा कितीतरी पटीने अधिक यश मिळते. निरपेक्ष बुद्धीने सतत या स्तोत्राचे पठण मनातल्या मनात करीत राहिल्यास गणपतीचे दर्शन होते. मूलाधार चक्र जागृत होते.

◆ नवग्रह स्तोत्र ◆

हे स्तोत्रसुद्धा अतिशय छोटे असून, एका मिनिटात दोन वेळा म्हणून होते. हे स्तोत्र अतिशय प्रभावी असून, या स्तोत्राची रोज (२७) सत्तावीस आवर्तने केल्यास ग्रहांचे प्रतिकूल परिणाम होत नाहीत. असा या स्तोत्राचा महिमा आहे.

◆ हनुमानचालीसा ◆

हे हिंदी भाषेतील काव्यमय स्तोत्र असून, संत तुलसीदासांनी केलेले आहे. याचा रोज एक पाठ केला असता, भूत पिशाच्चांची बाधा होत नाही. संकटातून सुटका व्हावी म्हणून या स्तोत्राचे (१११)

एकशेअकरा पाठ केले जातात.

◆ **रामरक्षा स्तोत्र** ◆

लहान मुलांचे दुष्ट ग्रहांपासून किंवा दुष्ट शक्तींपासून संरक्षण व्हावे म्हणून मुले अगदी लहान असताना बाळाची आई बाळाला मांडीवर घेऊन हे स्तोत्र म्हणते. याने त्या लहान बाळाभोवती दैवीकवच निर्माण होते. पुढे मूल चार वर्षांचे झाल्यावर त्याला हे स्तोत्र शिकविले जाते. याने मुलाचे सर्व बाजूंनी संरक्षण होते. याशिवाय ग्रहपीडा व बाधा निवृत्तीसाठीही या स्तोत्राचे पाठ केले जातात. हे स्तोत्र म्हणणाऱ्यास कधीही दुष्ट शक्तीचा स्पर्श होत नाही.

◆ **दत्तात्रेय स्तोत्र** ◆

भगवान दत्तात्रेयांची अनेक स्तोत्रे असून 'ॐ जटाधारं पांडुरंगम् शूलहस्तं कृपानिधीम्' व 'अत्रिपुत्रो महातेजा' ही दोन स्तोत्रे अत्यंत प्रसिद्ध आहेत. पहिल्या स्तोत्राने रोगहरण व दत्तदर्शन होते. तर दुसऱ्या स्तोत्राने पापनाश होतो. रोज किमान सोळा वेळा तरी या स्तोत्राचे पाठ करावेत. म्हणजे खूप लवकर अनुभव येतो.

◆ **देवीकवच** ◆

देवीकवच हे सप्तशती ग्रंथात असून, या स्तोत्राच्या पाठाने पिशाच्चबाधा, करणी यांचा नाश होतो व देवीचे संरक्षण भक्ताला प्राप्त होते. तसेच दीर्घ आजारातून मुक्त होण्यासाठी सुद्धा या स्तोत्राचे पाठ केले जातात. रोज किमान ९ पाठ तरी करावे लागतात. याप्रमाणे १४ दिवस केले असता बाधा-पीडा दूर होतात.

◆ **श्रीदेवीसूक्त (तंत्रोक्त)** ◆

या स्तोत्राने देवीची प्रसन्नता प्राप्त होते. सद्गुण प्राप्त होतात. कुलदेवता संबंधित काही दोष असतील तर निघून जातात. गृहसौख्य प्राप्त होते.

तसेच वास्तुतील दोष निघून जातात. रोज चौदा, अठ्ठावीस, बेचाळीस या प्रमाणे चौदाशे पाठ पूर्ण केले असता अनुभव येतात.

◆ नारायणीस्तुती ◆

या स्तोत्राचे रोज नऊ पाठ केले असता मनाला प्रसन्नता प्राप्त होते. मन शांत होते. देवतांची प्रसन्नता प्राप्त होते. अनुभव येण्यासाठी रोज नऊ या प्रमाणे एकेचाळीस (४१) दिवस पाठ करावे लागतात. याशिवाय संकटे दूर होतात. ग्रहपीडा नष्ट होतात.

◆ सिद्धकुंत्रिका स्तोत्र ◆

'सिद्धकुंत्रिका स्तोत्र' नावाचे देवीचे एक दिव्य स्तोत्र आहे. या स्तोत्राच्या पाठाने तेजस्विता वाढते. कुंडलिनी जागृत होते. शरीर शुद्ध होते चक्रे जागृत होतात व देवीची कृपा होते; परंतु या स्तोत्राचा पाठ करणाऱ्यांनी क्रोध आवरला पाहिजे. कारण रागाने या शक्तीचा ऱ्हास होतो व इतरांचे अकल्याणही होते. म्हणून या स्तोत्राचा पाठ करताना अत्यंत शांती व समाधानात राहावे लागते. या स्तोत्राचे अनुभव येण्यासाठी दररोज एकशेचौदा (११४) या प्रमाणे चाळीस दिवस पाठ करावेत. म्हणजे दिव्य अनुभव येऊ लागतात.

◆ श्रीविष्णूसहस्त्रनाम ◆

या स्तोत्राच्या पठणाने सात्त्विकता वाढते. शांती प्राप्त होते. पाप नष्ट होते. भगवान विष्णूची कृपा होते. रोज किमान ३ वेळा तरी हे स्तोत्र वाचावे.

◆ श्रीसूक्त ◆

महालक्ष्मीचे हे दिव्य स्तोत्र असून, याच्या पाठाने लक्ष्मी प्रसन्न होते. विपुल धनसंपत्ती प्राप्त होते. स्तोत्र पाठ करताना उच्चार शुद्ध व अचूक व्हावे लागतात, नाहीतर नुकसानही होते.

◆ ललिता सहस्त्रनाम ◆

या स्तोत्राच्या पाठाने हृदयविकार नष्ट होतात. देवी ललिता प्रसन्न होते. कुलदेवतादी दोष जातात. सद्गुण प्राप्ती होते. ललितागौरी ही शिवाची अर्धांगिनी आणि समस्त सृजन कर्तृत्त्वाची (क्रीएटीव्हीटीची) अधिष्ठात्री आहे. मानसिक जाड्य, आळस इत्यादी पासून देवी श्रीललिता मुक्ती देते. सृजनतेचे प्रतीक जे लालित्य हे ललिता स्मरणाने सहज लाभते.

अशा प्रकारे असंख्य अगणित स्तोत्रे भारतीय संस्कृतीमध्ये आहेत. प्राचीन ऋषींनी अशा प्रकारे असंख्य ध्वनीलहरींचा शोध लावून त्या त्या ध्वनीलहरींना एक एक विशिष्ट नाव दिलेले आहे. देवता ध्वनीलहरीमय आहेत. ज्या देवतेचे स्तोत्र आपण म्हणतो, ती देवता ध्वनीलहरीमय असल्याने तात्काळ तेथे प्रकट होते; परंतु आपली पात्रता नसल्याने आपल्याला ती दिसत नाही. पात्रता आल्यानंतर देवता दिसू लागतात व सतत स्तोत्राचे पाठ करीत राहिल्यावर देवता शक्ती आपले संरक्षण करीत आहे, असा अनुभव येत राहतो.

सामान्य लोकांनी रोज कुठल्यातरी एखाद्या स्तोत्राचे किमान अकरा तरी पाठ करावेत. एखाद्या मंत्राचा जप एक हजार तरी करावा. याने जीवनात साफल्याचा अनुभव येईल. अडचणींवर मात करण्याचे सामर्थ्य येईल. तसेच संकटातून संरक्षण होईल.

देवतांचे मंत्र व साधना

देवतांच्या प्रसन्नतेसाठी विविध मंत्रांचे जप केले जातात. सर्वसाधारणपणे दीडलाख जप केला असता देवता प्रसन्न होते किंवा त्या देवतेच्या कृपाप्रसादाचा काहीतरी अनुभव येतो. यासाठी नियमानुसार व निष्ठापूर्वक जप केला असता निश्चित अनुभव येतो.

सर्वसाधारणपणे लोक देवता प्रसन्नतेसाठी जप करीत नाहीत. तर आपल्या मनातील इच्छा पूर्ण व्हावी म्हणून, संकटाचे निवारण व्हावे म्हणून जप करतात. देवतेच्या कृपेने ज्या इच्छेने जप केला ती इच्छा पूर्ण होतेच होते. यात संशय नाही. नियमानुसार व निष्ठापूर्वक जप केला असता त्वरित अनुभव येतो. अनियमितपणाने जप केला असता, फारसे अनुभव येत नाहीत. परंतु देवतेची कृपा होते.

कोठलेही नियम न पाळता परमेश्वराचे नाम सतत मनातल्या मनात घेत राहिले तरीही ईश्वराची कृपा होते. परमेश्वराची असंख्य नामे आहेत. असंख्य मंत्र आहेत. यातील एखादा आपल्याला जो आवडेल तो निवडून सतत मुखाने तो मंत्र अथवा ते नाम म्हणत राहावे. असे करीत राहिल्याने ईश्वरीकृपा होते.

◆ मंत्र साधनेचे नियम ◆

१) मंत्रजप करण्यापूर्वी स्नान करावे.

२) एकाच आसनावर बसून, मंत्रजप करावा. जप करताना हलू-डुलू नये. स्थिर असावे. इकडे-तिकडे पाहू नये. मान, हात, पाय वगैरे हलवू नये. शरीर संपूर्णपणे स्थिर ठेवावे. पाठीचा कणा ताठ ठेवावा. पोक काढून बसू नये.

३) एकाच आसनावर बसून किमान चार तास मंत्र जप केला असता, काही दिवसातच दिव्य अनुभव येऊ लागतात. साधक भाग्यशाली असेल, तर मंत्र देवतेचे दर्शनही होते.

४) जप साधना करताना पोट हलके असावे. यासाठी साधनाकाळात हलका आहार घ्यावा. पोट नेहमी साफ राहील याची दक्षता घ्यावी.

५) चार तास एकाच आसनावर बसणे शक्य नसेल तर किमान सकाळी एक तास, संध्याकाळी एक तास जप करावा. याने ईश्वरी कृपा होतेच होते. तेही शक्य नसेल, तर रोज किमान अर्धातास तरी आसनावर बसून जप करावा.

१. धनप्राप्तीसाठी महालक्ष्मी मंत्र

◆ **।। ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।।**

वरील मंत्राचा दररोज ३३०० जप केल्याने महालक्ष्मीची कृपा होते. रोज ११००० जप एकाच आसनावर बसून केल्यास लक्ष्मीचे दर्शन होते.

२. सरस्वती मंत्र –

◆ **।। ॐ वद् वद् वाग्वादिनी स्वाहा ।।**

या मंत्राच्या जपाने स्मरणशक्ती वाढते. बुद्धी तीव्र होते.

जप रोज किमान – ११००

३. गणपती मंत्र –

◆ **।। ॐ गं गणपतये नमः ।।**

या मंत्राच्या अनुष्ठानाने गणेशकृपा होते. स्मरणशक्ती वाढते. अधिक भक्तीयुक्त अंत:करणाने जप केला असता गणपतीचे दर्शनही होते.

४. सर्व प्रकारच्या समस्यातून मार्ग मिळविण्यासाठी मंत्र –

◆ **।। ॐ न्हीम् श्रीम् मानससिद्धिकरी न्हीम् नमः ।।**

या मंत्राचा सव्वालाख जप अकरा दिवसात केला असता सर्व प्रकारच्या समस्यातून – संकटातून सुटकेचा मार्ग सापडतो.

◆ **।। ॐ घंटाकर्णो महावीर सर्व उपद्रव नाशनम्**
कुरु कुरु स्वाहा ।।

दररोज २१०० याप्रमाणे एकवीस दिवस वरील मंत्राचा जप केला असता संकटांचे निवारण होते. समस्यांतून मार्ग मिळतो.

५. दारिद्र्य निवारण करण्यासाठी मंत्र –

◆ **।। ॐ न्हीम् दारिद्र्य दहनाय महादेवाय नमः ।।**

या मंत्राचा जप रोज ११०० केल्याने दारिद्र्यातून सुटका होते. या जपा बरोबर सोमवारचा उपवास करावा.

◆ **।। ॐ ऐम् न्हीम् श्रीम् क्लीम् महालक्ष्म्यै नमः ।।**

या मंत्राचा जप दररोज १४०० केल्याने दारिद्र्याचे निवारण होते.

६. देवीची प्रसन्नता प्राप्त होण्यासाठी मंत्र –

◆ **।। ॐ दुं दुर्गायै नमः ।।**

या मंत्राचा रोज १४००० या प्रमाणे १४ दिवस जप केला असता दुर्गादेवीची कृपा होते. दुर्गादेवी दर्शन देते.

◆ ।। ॐ ऐम् ऱ्हीम् क्लीम् चामुंडायै विच्चे ।।

सरस्वती, काली, लक्ष्मी या तीनही देवतांचा हा सामूहिक मंत्र असून, याला नवार्ण मंत्र म्हणतात. हा अत्यंत प्रसिद्ध मंत्र असून, भारतातील कोट्यावधी लोक याचा जप करतात. रोज किमान १०८ वेळा तरी या मंत्राचा जप करावा. विशेष देवी कृपेसाठी रोज १४०० जप करावा.

काही साधक नवरात्रात व्रतस्थ राहून एकाच आसनावर बसून १४००० जप करतात. या साधनेने चामुंडा देवीचे दर्शन होते.

◆ **महाकाली साधना**

।। क्रीं क्रीं क्रीं ऱ्हीं ऱ्हीं ऱ्हीं हूं हूं हूं दक्षिण कालीके
क्रीं क्रीं क्रीं ऱ्हीं ऱ्हीं हूं हूं स्वाहा ।।

तामसमार्गाचे वर्णन करताना महाकाली साधना या प्रकरणात महाकालीचे वर्णन आले आहे. त्या साधनेत या मंत्राचा वापर केला जातो. परंतु राजसमार्गी साधक मनोकामना पूर्तीसाठी व देवीकृपेसाठी रोज १०८ वेळा या मंत्राचा जप करतात. यापेक्षा अधिक जप करावयाचा असेल, तर गुरुचे मार्गदर्शन आवश्यक आहे. कारण या मंत्रजपाने भीतिदायक दृश्ये दिसू लागतात.

◆ **भुवनेश्वरी मंत्र –**

।। ॐ हर त्रिपूर हर भवानी बाला राजा प्रजा मोहिनी । सर्व शत्रू विध्वंसिनी मम चिंतीत फलं देही देही भुवनेश्वरी स्वाहा ।।

या मंत्राच्या जपाने मनोकामना पूर्ण होतात. रोज १०८ वेळा या प्रमाणे ४० दिवस जप करावा. अडचणींतून सुटका होण्यासाठीही या मंत्राचा जप केला जातो.

◆ **तारामहाविद्या साधना –**

या ग्रंथात या पूर्वी तारामहाविद्या संबंधी लिहिलेले आहेच. या

तारामहाविद्येचा मंत्र असा आहे.

।। ऐम् ॐ ऱ्हीम् क्लीं हुं फट् ।।

तामसमार्गी साधकांचा तारा साधनेचा मंत्र वेगळा असतो. हा मंत्र राजस- मार्गीयांसाठी आहे. या मंत्राच्या साधनेने दारिद्र्य दूर होते. संसारिक समस्यांचे निवारण होते, कोर्ट, कचेरीमध्ये अडकून पडलेली कामे होऊन जातात. बाधा-पीडा यांचे निवारण होते. साधकाने दररोज १०,००० या प्रमाणे १४ दिवस साधना करावी.

७. सद्‌गुणप्राप्तीसाठी साधना –

।। ऱ्हीम् क ए ई ल ऱ्हीम् ह स क ह ल ऱ्हीम् सकल ऱ्हीम् ।।

हा षोडशीत्रिपुरसुंदरी देवीचा मंत्र असून, या मंत्राच्या जपाने सोमचक्र जागृत होते. सद्‌गुण प्राप्त होतात. ज्ञानप्राप्ती होते. याशिवाय संसारिक सुखही प्राप्त होते. सद्‌गुरुची कृपा होते. श्रीगुरुंचे दर्शन होते. साधकाने सर्व प्रकारच्या नियमांचे पालन करून दररोज १६००० या प्रमाणे १६ दिवस या मंत्राची साधना केली असता दिव्य अनुभव येतात.

८. हरवलेली वस्तू सापडण्यासाठी मंत्र –

कार्तवीर्यार्जुनोनाम राजा बाहू सहस्त्रवान् ।

तस्य स्मरणमात्रेण गतं नष्टंच लभ्यते ।।

एखादी वस्तू हरवली असेल, शोधूनही सापडत नसेल अशावेळी या मंत्राचा २१ वेळा जप करून वस्तू शोधावी. हमखास सापडते असा अनुभव आहे. अर्थात चोरीला गेलेली वस्तू किंवा कोठल्याही कारणाने वस्तू घराबाहेर गेली असेल, तर सापडत नाही.

९. प्रभावी दत्तात्रेय मंत्र –

भगवान दत्त सकल गुरुंचेही गुरु आहेत. अनाथ रक्षक, अनाथांचे

नाथ, शांती, करुणा व प्रेमाचे सागर आहेत. त्यांच्या स्मरणानेच कल्याण होते. भारतातील करोडो लोक दत्तभक्ती करतात. दत्तभक्ती करणे म्हणजे ब्रह्मा, विष्णू, महेश व सर्व देव-देवतांची भक्ती करण्यासारखे आहे. येथे सर्व देवता लीन झालेल्या आहेत. दत्तभक्ती केल्याने सर्व देवता प्रसन्न होतात.

- **।। ॐ नमो महासिद्धाय स्वाहा ।।**
- **।। ॐ द्राम् दत्तात्रेयाय नमः ।।**
- **।। ॐ दत्तगुरु ॐ ।।**
- **।। ॐ दत्तात्रेयाय गुरुवे नमः ।।**
- **।। श्रीदत्त जय दत्त ।।**
- **।। दिगंबरा दिगंबरा श्रीपाद वल्लभ दिगंबरा ।।**
- **।। अवधूत निरंजन श्री गुरुदेव दत्त ।।**

वरीलपैकी कोठल्याही एका मंत्राचा जप सतत करीत राहिल्याने दत्तकृपा होते व जीवनात कशाचीही कमतरता पडत नाही, असा असंख्य दत्तभक्तांचा अनुभव आहे.

१०. कुंडलिनी जागृतीसाठी मंत्र –

।। ॐ ऱ्हीम् मम प्राण देह रोम प्रतिरोम चैतन्य जाग्रय ऱ्हीम् ॐ सद्गुरुवे नमः ।।

या मंत्राच्या जपाने कुंडलिनी जागृत होते.

जपसंख्या – १ लाख

११. चित्तशुद्धीसाठी मंत्र –

।। ॐ नमो शिवाय पुष्टाय वरदाय अनंग उच्चाटनाय नमः ।।

वरील मंत्राचा १ लाख जप केला असता मनाची चंचलता, अशुद्ध

विचार इत्यादी नष्ट होऊन मन स्थिर होते व एकाग्रता प्राप्त होते. एकाच आसनावर बसून रोज ५००० या प्रमाणे २१ दिवस जप करावा.

१२. बटुकभैरव मंत्र –

।। ॐ ऱ्हीम् बटुकाय आपदोद्धारणाय कुरु कुरु बटुकाय ऱ्हीम्।।

या मंत्राच्या प्रभावाने अनेक गोष्टी साध्य होतात. विनाकारण आपल्याला कोणी त्रास देत असेल, ऑफिसमध्ये वरीष्ठ अधिकारी सतावित असतील, ग्रहपीडेमुळे काही त्रास होत असेल, चोरभय, अग्नीभय, रोगभय, इत्यादी वेगवेगळ्या प्रकारच्या त्रासातून व भयापासून मुक्त होण्यासाठी, या मंत्राचा जप केला जातो. भगवान शंकरपार्वतीच्या फोटोसमोर या मंत्राचा जप केला तरी चालतो. रोज ३००० या प्रमाणे अकरा दिवस जप करावा. संकट व त्रास यापासून सुटका होते.

१३. अन्नपूर्णा मंत्र –

।। ॐ ऱ्हीम् श्रीम् क्लीम् नमो भगवती माहेश्वरी अन्नपूर्णायै नमः।।

स्त्रियांनी या मंत्राचा जप रोज १०८ वेळा केला असता घरामध्ये अन्नधान्याचा कधीही तुटवडा पडत नाही.

१४. हनुमान मंत्र –

- **।। हे पवननंदनाय स्वाहा ।।**
- **।। हं हनुमते नमः ।।**
- **।। हं हनुमते रुद्रात्मकाय हूं फट् ।।**
- **।। ॐ नमो भगवते आंजनेयाय महाबलाय स्वाहा ।।**

वरीलपैकी कोठलाही एक मंत्र निवडून त्याचा अकरा हजार (११,०००) जप तीन दिवसात केला तर सर्व प्रकारच्या भीतीचा नाश होतो. पिशाच्चबाधा, ग्रहबाधा, यापासून सुटका होते. मारुतीच्या फोटोसमोर

दीप लावून मनोभावे प्रार्थना करून मंत्र जपाला प्रारंभ करावा. जपाची वेळ रात्री ९ नंतरची असावी. एकांतात जप करावा. ३ दिवस अहोरात्र निरांजन तेवत ठेवावे. अशा प्रकारे साधना केली असता पिशाच्चबाधा, ग्रहपीडा नष्ट होतात. संकटे दूर होतात.

काही लोकांना या मंत्रजपाने मारुतीरायाचे प्रत्यक्ष दर्शनही झालेले आहे. अर्थात साक्षात हनुमान दर्शनासाठी थोडी वेगळ्या पद्धतीने साधना करावी लागते.

मारुतीच्या फोटोची मनोभावे पूजा करून रात्री १० नंतर वरील पैकी एका मंत्राचा रोज अकरा हजार जप करावा. अशा प्रकारे ११ दिवस साधना करावी. अशी साधना केली असता हनुमंताचे दर्शन होते. भक्तीमार्ग सुलभ होतो. सर्व प्रकारच्या कष्टातून सुटका होते.

दररोज मारुतीच्या देवळात जाऊन अकरा प्रदक्षिणा घातल्या असता ग्रहपीडा, बाधा, संकटे व कष्ट यातून सुटका होते. सर्वसाधारणपणे मनुष्य कष्ट आल्यावरच देवाचा धावा करतो; परंतु ज्याला खरेच सुखाने जीवन व्यतीत करावयाचे आहे, त्याने दररोज १ तास तरी भक्ती, जप, नामस्मरण, ईश्वर चिंतन करावे, म्हणजे आयुष्याचा काळ सुखात जातो. काही लोक वयाच्या चाळीशीच्या आसपास भक्ती, जप करू लागतात व नंतर काही कष्ट आल्यास आम्ही देवाचे इतके करतो तरी कष्ट कां? असा प्रश्न करतात; परंतु आपण पूर्वी कसे होतो व आजचे कष्ट हे त्यावेळच्या दूषित प्रवृत्तीचे परिणाम आहेत हे त्यांच्या ध्यानात येत नाही. म्हणून अत्यंत नम्रतेने व प्रेमाने बालपणापासून ईश्वरभक्ती करीत राहावी. ईश्वरभक्तीने फक्त फायदाच होतो. कोठल्याही प्रकारचे नुकसान होत नाही. वरील मंत्रांचा प्रत्येकी अकरा हजार या प्रमाणे जप करावा. कसलेही बंधन नाही. शुचिर्भूत राहावे. असे केल्याने साधना मार्गात प्रगती होऊन ईश्वरकृपेचा

अनुभव येतो.

१५. शिवमंत्र –

- **|| ॐ नम: शिवाय ||**

भगवान शिवाचा हा अत्यंत प्रसिद्ध मंत्र असून, भारतातील करोडो लोक या मंत्राचा जप करतात. या मंत्राने मनोकामना पूर्ण होतात. भगवान शंकराची कृपा होते.

- **|| ॐ महादेवाय नम: ||**

या मंत्राच्या जपाने शंकराची कृपा होते.

जप संख्या १ लाख.

१९. विष्णूमंत्र –

- **|| ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ||**
- **|| ॐ नमो नारायणाय ||**
- **|| ॐ गोपीजन वल्लभाय स्वाहा ||**
- **|| श्रीराम जय राम जय जय राम ||**
- **|| ॐ विष्णवे नम: ||**
- **|| श्री नारायण जय नारायण जय जय नारायण नारायण ||**
- **|| श्रीकृष्ण गोविंद हरे मुरारी हे नाथ नारायण वासुदेव ||**

अशा प्रकारे विष्णूमंत्र अनेक आहेत. वर दिलेले सातही मंत्र प्रसिद्ध असून भारतातील असंख्य भक्त यापैकी एखाद्या मंत्राचा जप करीत असतात. या मंत्र जपाने मानसिक शांती व सर्व प्रकारचे ऐहिक सुख प्राप्त होते. या मंत्रांना कसल्याही प्रकारचे बंधन नाही. केव्हाही कितीही व कसाही जप केला तरी चालतो. भारतीय लोक या प्रमाणे नित्य उपासना करतात किंवा भक्ती करतात. याला 'राजसमार्ग' म्हणतात.

राजसमार्गाने भक्ती करताना जे देवदेवतांचे अनुभव येतात त्याने श्रद्धा बळकट होत जाते. उतारवयात हळूहळू राजसभाव कमी होतो व मनुष्य सात्त्विक भावाकडे झुकू लागतो. परमेश्वराची भक्ती तो निष्काम भावाने करू लागतो. अशा प्रकारे हळूहळू निष्काम भावाची जोपासना होत जाते व हळूहळू म्हणजे जन्म-जन्मांतरा नंतर मनुष्य पूर्ण निष्काम बनतो. असा निष्काम भक्त कसा असतो त्याची साधना कशी असते हे आपण पुढील प्रकरणात पाहू.

राजसमार्गाने म्हणजे सकाम भावाने साधना करणारा भक्त जरी आत्तापर्यंत सकाम भावनेने भक्ती करीत राहिला व सकाम भावनेनेच त्याला मृत्यू आला तरीही त्याची अधोगती होत नाही. पुढील शिक्षणासाठी त्याला लवकर पृथ्वीतलावर मानवरूपाने जन्म मिळतो. या जन्मात त्याला निष्काम भाव शिकविणारा गुरु भेटतो व सकाम भावना सोडून देऊन भक्त निष्काम भाव धारण करू लागतो. येथून सात्त्विक मार्गाची सुरुवात होते.

भारतीय गूढविद्या

◆ सात्त्विक मार्ग ◆

प्रेम, दया, क्षमा, शांती, करुणा, अहिंसा इत्यादी गुण म्हणजे सात्त्विकता. सात्त्विक मनुष्याचे जीवन परोपकारार्थ असते. सात्त्विक मनुष्याला परोपकार करणे खूप आवडते. तो इतरांवर मनापासून प्रेम करतो. कुणाचेही वाईट चिंतन करीत नाही. दुसऱ्याच्या उपयोगी पडण्यात त्याला आनंद वाटत असतो. सात्त्विक माणसाच्या जीवनाचे सूत्र पुढील श्लोकात सांगितलेले आहे.

परोपकारार्थं इदं शरीरम् ।
ईशचिंतनार्थं इदं मनः ।।
विवेकार्थं इदं बुद्धी ।
ब्रह्मज्ञानार्थ जीवनम् ।।

अर्थ – देह हा परोपकारासाठी आहे. मन हे ईश्वराच्या चिंतनासाठी आहे. बुद्धी विवेक करण्यासाठी आहे, तर जीवन ब्रह्मज्ञानाच्या प्राप्तीसाठी आहे.

सात्त्विक माणसाची विचारसरणी ही वरीलप्रमाणे असते. आतापर्यंत ज्या गुणांचे किंवा ज्या जीवनाचे वर्णन थोडक्यात केले आहे, यालाच

सात्त्विक मार्ग म्हणतात.

सात्त्विक मनुष्य ईश्वरावर निष्काम प्रेम करतो. तो ईश्वराकडून कसलीही अपेक्षा करीत नाही. परमेश्वराची भक्ती व सेवा करण्यात त्याला अपूर्व आनंद प्राप्त होत असतो. परमेश्वराची भक्ती, सेवा केल्याशिवाय त्याच्या मनाला चैन पडत नाही आणि म्हणून भक्ती, सेवा, प्रेम व परोपकार हे त्याचे जीवनच बनून जाते. अशा जीवनालाच **सात्त्विकमार्ग** म्हणतात.

अशा प्रकारे सात्त्विक मार्गाने जाणारे लोक या पृथ्वीतलावर फारच विरळ असतात. लाख भक्तांतून एखादाच सात्त्विक मार्गाने जातो. चराचरामध्ये परमेश्वर भरून राहिलेला आहे, अशी त्याची धारणा असते. सुख-दु:ख, हानी-लाभ, शीत-उष्ण, इत्यादी सर्व प्रकारच्या द्वंद्वामध्ये त्याचे मन स्थिर राहते. यशाने त्याला हर्ष होत नाही. पराभवाने त्याला दु:ख होत नाही. कुठल्याही प्रकारचा मोठेपणा घेणे त्याला आवडत नाही. **'हे हवे ते नको'** किंवा **'हे असे असावे'** असे त्याला वाटत नाही. त्याचे मन स्थिर व प्रशांत असते.

अशा प्रकारे सात्त्विक मार्गाने जाणारे लोक कशा पद्धतीने साधना करतात हे आपण पाहू.

सात्त्विक मार्गाने जाणारा मनुष्य हमखास मोक्षपदाला जातो. जन्म-मरणाच्या चक्रातून त्याची सुटका होते. तो परमेश्वराच्या राज्यात परमानंदामध्ये राहतो. परमेश्वर त्याच्या हृदयात राहतो. आजपर्यंत जितके संत या पृथ्वीतलावर झाले ते सर्व संत सात्त्विक मार्गाने परमेश्वराप्रत जाऊन पोहोचले, ईश्वरमय झाले व त्यांनी संपूर्ण समाजाला सात्त्विकमार्गाने जाण्याचा उपदेश केला. राजस अथवा तामस मार्गाने साधना करणाऱ्यानांही एका विशिष्ट टप्प्यानंतर सात्त्विक मार्गाचेच आचरण करावे लागते. अन्यथा मुक्ती प्राप्त होत नाही.

ईश्वराशी एकरूपता प्राप्त होत नाही. यामुळेच सर्व साधू - संतांनी समस्त मानवांना सात्त्विक मार्गानेच जाण्याचा उपदेश केला आहे.

सात्त्विक मार्गाने जाण्याचा सर्वात मोठा फायदा म्हणजे या मार्गाचे सतत अनुसरण केले असता मुळीच अधोगती होत नाही. सतत प्रगती होत राहते. शिवाय या जन्मी थोडीफार प्रगती झाली तरी पुढील जन्मामध्ये पुढील प्रगती आपोआप होऊ लागते. म्हणजे सात्त्विक मार्गाचे अनुसरण करणारा मनुष्य कधीही मागे परतत नाही. सात्त्विक मार्गाचे थोडेसे जरी आचरण केले तरी मनुष्य पुढे जात राहतो व एक दिवस जन्म-मरण चक्रातून त्याची सुटका होते. या उलट तामस मार्गाने अधोगती होण्याचीच दाट शक्यता असते व एकदा का साधक पिशाच्चादी अधोगतीच्या योनीत अडकला की त्याची लाखो वर्षे सुटका होत नाही. त्याच्या नशिबी फक्त दु:सह अशा यातनाच येतात. राजस मार्गाने फारशी अधोगती होत नाही. परंतु शारीरिक व मानसिक कष्टांची मात्र वाढ होते. मुक्तीमध्ये अडथळे निर्माण होऊन जन्म-मरण चक्रात जीव फिरत राहतो.

राजस अथवा तामस मार्गाने साधना केली असता जीव कसा अडकून पडतो हे नीट समजावून घेऊन मगच आपण सात्त्विक मार्गाच्या आचारांचे व साधनांचे अवलोकन करू. यामुळे लोभ व मोह हे किती मारक असतात व मानवी जीवनाची किती हानी होते हे लक्षात येईल. मानवी जीवनाच्या साठ-सत्तर वर्षांमध्ये केवळ लोभ व मोह यांना बळी पडल्याने मनुष्य स्वत:चे कसे व किती नुकसान करून घेतो, याची समज वाचकांना येईल.

◆ तामस मार्गाचे अनुसरण केल्याने होणारे नुकसान ◆

यापूर्वी अनेकवेळा तामस मार्गाचे आचरण केल्याने साधकांना पिशाच्च अवस्था प्राप्त होते हे सांगितलेले आहेच. येथे आपण तामसमार्ग मानवी जीवन कसे उद्ध्वस्त करतो, हे पाहू.

क्रोध, द्वेष, मत्सर, दीर्घद्वेष, कुटीलता, कपट कारस्थाने करण्याची प्रवृत्ती, दुष्टपणा या सर्व प्रवृत्तींना 'तामस प्रवृत्ती' म्हणतात. या तामस प्रवृत्तींमुळे मानवी जीवन सतत अशांतीमय होते. वरील प्रवृत्ती ज्या माणसांत आहेत, असा मनुष्य कधीही सुखी होऊ शकत नाही. मृत्यूनंतर पिशाच्चयोनीमध्ये अशा मानवाला लाखो वर्षे अडकून पडावे लागते. कुठल्याही प्रकारची तामस साधना न करताही केवळ या तामसी प्रवृत्तींमुळे मनुष्याची अधोगती होते.

तामसमार्गाने साधना करण्यामध्ये सर्वात मोठा धोका वरील प्रवृत्तींमुळेच निर्माण होतो. तामसमार्गाने साधना करायला सुरुवात केल्यावर काही दिवसातच दुसऱ्याचे वाईट करण्याचे सामर्थ्य प्राप्त होते. साधकाचा अहंकार पराकोटीला पोहोचतो. त्याच्यातील सहनशक्ती नष्ट होते व प्रत्येक लहान सहान गोष्टींवरून तो चिडू लागतो व जवळ असलेल्या थोड्याफार पैशाच्चिक सामर्थ्याने इतरांना धडा शिकवू लागतो. सामर्थ्याचा त्याच्याकडून प्रचंड प्रमाणात दुरुपयोग केला जातो. त्यामुळे त्याची पुढील प्रगती थांबते व मृत्यूनंतर अशा साधकांना लाखो वर्षे पिशाच्चयोनीत खितपत पडावे लागते. असंख्य साधक थोडेफार सामर्थ्य प्राप्त झाल्यावर साधना सोडून देतात व आपल्या सामर्थ्याचे प्रदर्शन करू लागतात. अशा साधकांची अधोगती होते.

तामसप्रवृत्तीने तसेच तामसमार्गाने साधना केल्याने मानवी जीवनाचे

किती व कसे अपरिमित नुकसान होते याकडे आपण एक दृष्टीक्षेप टाकला. आता राजसमार्गाने साधना केल्याने तसेच राजस प्रवृत्तींच्या आधीन राहिल्याने किती व कसे नुकसान होते याकडे एक दृष्टीक्षेप टाकून परमानंदमय शांतीप्रद व मुक्ती प्राप्त करून देणाऱ्या सात्त्विक मार्गाचे अवलोकन करू.

मानवजन्म इतका बहुमोल आहे, की या मानव जन्मातील साठ–सत्तर वर्षांच्या आयुष्यात मानवाने जर आत्मकल्याण केले नाही तर त्याच्या नशिबी अनंत प्रकारच्या यातना वाढून ठेवलेल्या असतात.

◆ राजस प्रवृत्तीमुळे होणारे नुकसान ◆

लोभ, मोह, स्वार्थ, सत्तालालसा, धनलालसा, कंजूष प्रवृत्ती, अतिप्रमाणात संग्रह करण्याची प्रवृत्ती, दुसऱ्यावर हुकमत चालविण्याची प्रवृत्ती या सर्व प्रवृत्ती राजस प्रवृत्तीत येतात. लोभ, मोह, स्वार्थ या मूळ दुर्गुणांमुळे इतर असंख्य दुष्ट प्रवृत्ती किंवा कुप्रवृत्ती निर्माण होतात व मनुष्य एखाद्या गुलामाप्रमाणे या प्रवृत्तींच्या आधीन होऊन वर्तन करीत असतो. मनुष्याला हे समजतच नाही, की तो सर्व प्रवृत्तीचा स्वामी आहे किंवा सर्व प्रवृत्तींहून भिन्न आहे. वेगळा आहे. हे न समजल्याने किंवा याची जाणीवच न झाल्याने मनुष्य जन्म– मरण चक्रात फिरत राहतो.

वरील राजसप्रवृत्ती जो पर्यंत मनुष्यामध्ये आहेत, तोपर्यंत मनुष्याला मुक्ती मिळण्याची शक्यता नाही. जन्म–मरणाच्या चक्रात तो आपणच केलेल्या कर्माची फळे भोगत फिरत राहतो.

राजस प्रवृत्तींनी युक्त असलेल्या साधकांची साधना सुद्धा लोभ, स्वार्थ, मोहापोटीच केलेली असते व त्यांच्या भावनेप्रमाणे त्यांना फळही

प्राप्त होते.

उदाहरणार्थ – समजा भरपूर धन मिळावे म्हणून एखाद्याने श्रीसूक्ताचे पाठ केले किंवा महालक्ष्मीची उपासना केली तर त्याच्या व्यापार धंद्यामध्ये बरकत येऊन त्याला विपुल धनवैभव प्राप्त होईल. पण या धन–वैभवाबरोबर अनेक दुर्गुणही त्याला चिकटतील. धनाबरोबरच अहंकार वाढेल, इतरांना समजून घेण्याची प्रवृत्ती नष्ट होईल, 'माझे तेच खरे' असे त्याला वाटू लागेल, धन–लालसा– स्वार्थ प्रचंड प्रमाणात वाढेल व शेवटी आता आपल्याकडे सत्ताही पाहिजे असे वाटून तो आणखी धन व सत्ता प्राप्त व्हावी यासाठी प्रयत्न करू लागेल.

विशेष म्हणजे या सर्व स्वार्थ – लोभ व लालसा यांच्या जाळ्यात अडकल्या कारणाने मनुष्य हे विसरतो की, त्याने या जन्मी किंवा पूर्वजन्मी जी काही लक्ष्मीची उपासना केली किंवा जे काही दान केले त्यामुळे हे वैभव त्याला प्राप्त झालेले आहे. या उलट त्याला हे सारे मी स्वत:च्या बुद्धिमत्तेने व प्रयत्नाने कमावलेले आहे, असे वाटू लागते व त्या गर्वात, त्या अहंकारात तो अधिक संपत्ती मिळविण्यासाठी अधिकाधिक प्रयत्न करतो किंवा हे सर्व करताना तो आपण कशासाठी जन्माला आलो हेच विसरतो.

केवळ धनलालसेमुळे कसे नुकसान होते, हे आपण पाहिले. अहंकार, क्रोध या तामसी प्रवृत्तींची निर्मितीसुद्धा या धनलालसेमुळे होते. मृत्यूनंतर अशा माणसाला पिशाच्च योनीत खितपत पडावे लागते. राजस साधनेने किंवा राजस प्रवृत्तींमुळे अशा प्रकारे माणसाचे नुकसान होते.

यामुळे ज्यांना काही विशिष्ट गरजेपोटी राजस साधना करायची असेल, त्यांनी नम्रतेची कास धरावी. असे केल्याने पुष्कळसा फायदा होईल.

पृथ्वीतलावरील समस्त मानवांनी आज जर कुठली गोष्ट शिकणे आवश्यक असेल, तर ती म्हणजे 'नम्रता'. एका नम्रतेने अनेक समस्या आपोआप सुटू लागतील. दुष्ट प्रवृत्तींच्या जाळ्यातून सुटण्याचा सर्वोत्तम मार्ग म्हणजे 'नम्रता'. 'नम्रता' अंगी बाणली तर आपण सात्त्विक मार्गाकडे आपोआपच खेचले जाऊ. पाप किंवा दुष्कर्म आपल्या हातून होणारच नाही. प्रवृत्तींच्या गुलामगिरीतून जर स्वत:ची सुटका करून घ्यावयास हवी असेल, सात्त्विक मार्गाने जाण्याची इच्छा असेल, परमेश्वराची कृपा व्हावी, असे वाटत असेल तर त्या सर्व मानवांनी नम्रतेची कास धरायला हवी.

अनेक जन्मजन्मांतरानंतर किंवा राजस प्रवृत्तींच्या गुलामगिरीमुळे जे काही परिणाम भोगावे लागले किंवा ज्या काही यातना भोगाव्या लागल्या त्या सर्व भोगून झाल्यानंतर नैसर्गिकरित्या मनुष्याचा जीव जेव्हा राजस मार्गाकडून सात्त्विक मार्गाकडे झुकू लागतो तेव्हा सर्वात पहिली प्रवृत्ती जर कोणती निर्माण होत असेल, तर ती नम्रता. एवढा नम्रतेचा महिमा मोठा आहे. नम्रता अंगी पूर्ण बाणली की, तिरस्कार, द्वेष, मत्सर हे कायमचे निघून जातात. म्हणजे प्रथम तमोगुण बीजांचा नाश होतो. नंतर हळूहळू रजोगुण ताब्यात येतो व सत्त्वगुण वाढीस लागतो.

नैसर्गिकरित्या मनुष्याच्या अंत:करणात या प्रकारचे परिवर्तन होण्यासाठी हजारो वर्षांचा कालावधीही पुरत नाही; परंतु मानवाने (जो स्वत:ला नेहमीच खूप शहाणा समजतो.) समजून उमजून सात्त्विक मार्गाची कास धरली तर नि:संशय त्याची लवकर प्रगती होईल, तो ईश्वराशी एकरूप होईल व त्याला परमानंदमय मुक्ती प्राप्त होईल.

◆ सात्त्विक साधनामार्ग ◆

दया, क्षमा, शांती, करुणा, अहिंसा, प्रेम, कृतज्ञता, नम्रता, परोपकार, दान, नि:स्वार्थबुद्धी, मानवता, सहिष्णुता, तितिक्षा, औदार्य, ईश्वरभक्ती, विवेक, हे सर्व गुण म्हणजे सात्त्विकता. सात्त्विक मार्गाने जाणारा मनुष्य वरील गुण प्राप्त करण्याचा प्रयत्न करतो. काही गुण उदा. नम्रता, प्रेम व परोपकार, नि:स्वार्थता हे पहिलेच साधकाकडे असतात. उरलेले गुण प्राप्त करण्याचा प्रयत्न तो ईश्वरभक्तीद्वारा करतो.

सात्त्विक मनुष्य कुणाचेही वाईट चिंतीत नाही. सदैव इतरांचे भले करण्याचा प्रयत्न करतो. परोपकार करणे हा त्याचा स्वभाव बनतो. जास्तीत जास्त तो परोपकार करतो. इतरांना मदत करतो. सात्त्विक मार्गाने जाणाऱ्या साधकांना महात्मा किंवा संत म्हणतात. असे आत्मे मृत्यूनंतर परमेश्वराशी एकरूप होतात.

सात्त्विक मार्गाच्या साधना

◆ **सत्त्वगुणप्राप्तीसाठी मंत्र –**

।। ॐ ऱ्हीम् श्रीदत्त गुरौ सात्त्विकता प्रसीद ऱ्हीम् ॐ।।

पूर्ण सात्त्विकता अंगी बाणावी म्हणून या मंत्राचा जप करावा. याने हळूहळू सात्त्विक विचार येऊ लागतात.

जपसंख्या– ३ लाख

दररोज पाच हजार किंवा सकाळी एक तास, रात्री एक तास जप केला असता सात्त्विकता प्राप्त होते. याप्रमाणे सतत सत्तर दिवस साधना करावी.

◆ **सद्‌गुणप्राप्तीसाठी मंत्र –**

पूर्णत: सात्त्विकता अंगी बाणावी म्हणून प्रत्येक साधकाने सुरुवातीला खालील मंत्राची साधना करणे आवश्यक आहे. ज्यांना खऱ्या अर्थाने परमेश्वराच्या कृपेला पात्र व्हायचे असेल, त्यांनी या मंत्राची प्रथम साधना करून नंतरच मुख्य साधनेला सुरुवात करावी म्हणजे दुर्गुण निर्माणच होणार नाहीत.

१. चित्तशुद्धीसाठी मंत्र –

।। ॐ ऱ्हीम् श्रीदत्त गुरौ चित्तशुद्धी प्रसीद ऱ्हीम् ॐ ।।

जप रोज ५००० या प्रमाणे ४१ दिवस.

या मंत्राच्या साधनेने मन शुद्ध होते. मनातील शंका, भीती, संकल्प, विकल्प नष्ट होतात.

२. मनातील कुवासना नष्ट करण्यासाठी मंत्र –

।। ॐ नमो परात्पर शिवाय पुष्टाय वरदाय
दुर्वासना उच्चाटनाय स्वाहा ।।

रोज ३००० प्रमाणे ४० दिवस

वरील मंत्राच्या साधनेने मन स्वच्छ व निर्मळ होते. रोज ३ हजार याप्रमाणे ४० दिवस जप करून एकेचाळीसाव्या दिवशी तूप व तांदळाने हवन करावे.

३. नम्रताप्राप्तीसाठी मंत्र –

।। ॐ ऱ्हीम् श्रीदत्त गुरौ नम्रता प्रसीद ऱ्हीम् ॐ ।।

जप रोज ४००० या प्रमाणे ३३ दिवस

या मंत्रजपाने नम्रता प्राप्त होते. अहंकार कमी होतो.

४. सहनशक्तीप्राप्तीसाठी मंत्र –

।। ॐ ऱ्हीम् परम गुरौ सहनशक्ती प्रसीद ऱ्हीम् ॐ ।।

जप संख्या – ३ लाख

साधनाकालामध्ये सहनशक्ती ही अत्यंत आवश्यक गोष्ट असून सहनशक्ती नसेल तर साधकामध्ये तमोगुण वाढीस लागतो. म्हणून साधकांनी या मंत्राचा जप करून सहनशक्ती प्राप्त करून ठेवावी. सहनशक्ती पूर्णत: प्राप्त होईपर्यंत या मंत्राचा जप करावा. पूर्ण सहनशक्ती प्राप्त झाल्यावर मग पुढील साधनांना आरंभ करावा.

३ लाख जप केल्यानंतर सहनशक्ती प्राप्त होते; परंतु काही साधकांना वेळही लागतो. यासाठी मंत्र पूर्ण सिद्ध झाल्यावर पुढील साधना करावी.

तोपर्यंत आहे तीच साधना चालू ठेवावी.

५. विवेकप्राप्तीसाठी मंत्र

।। ॐ ऱ्हीम् परात्पर गुरौ सद्सद्विवेक बुद्धी प्रसीद ऱ्हीम ॐ ।।

जपसंख्या ३ लाख, दररोज ५०००

योग्य काय? अयोग्य काय? याचा निर्णय करण्यामध्ये सामान्य माणसाची बुद्धी नेहमीच घोटाळे करीत असते व मनुष्य योग्य मार्गाने न जाता चुकीच्या मार्गाने जात असतो. बुद्धीने अयोग्य निर्णय देऊ नये म्हणून वरील मंत्राचा जप करावा. याने बुद्धी नेहमी योग्य निर्णय देईल.

६. औदार्यप्राप्तीसाठी मंत्र –

।। ॐ ऐम् सरस्वत्यै नमः औदार्यत्त्वं प्रसीद ऱ्हीम् ॐ ।।

जपसंख्या रोज ३००० या प्रमाणे ७१ दिवस

साधना करताना साधनेबरोबरच मनाची विशालता आवश्यक असते. या मंत्राने मन हळूहळू विशाल होऊ लागते.

७. सहिष्णुताप्राप्तीसाठी मंत्र –

।। ॐ ऐम् सरस्वत्यै नमः सहिष्णुता प्रसीद ऱ्हीम् ॐ ।।

जपसंख्या दीड लाख, रोज ३००० या प्रमाणे

या मंत्राने सहिष्णुता प्राप्त होते.

८. कारुण्यप्राप्तीसाठी मंत्र –

।। ॐ ऐम् सरस्वत्यै नमः करुणा प्रसीद ऱ्हीम् ॐ ।।

साधना जसजशी वाढत जाते तसतसे सामर्थ्य अंगी येऊ लागते व अंगी सामर्थ्य आल्यावर त्याचा दुरुपयोग होण्याची शक्यता असते. प्रथम न्यायबुद्धीने, परोपकारी बुद्धीने सामर्थ्याचा वापर होतो व त्यानंतर हळूहळू अहंकार वाढू लागून सामर्थ्याचा दुरुपयोग होऊ लागतो. यासाठी करुणाभावाची

जोपासना करणे अत्यंत आवश्यक असते. करुणाभाव प्राप्त झाला की सामर्थ्याचा दुरुपयोग होत नाही व म्हणूनच या मंत्राची साधना करणे अत्यंत आवश्यक असते. दररोज ३ हजार या प्रमाणे १२१ दिवस या मंत्राचा जप केला असता करुणा भाव प्राप्त होतो.

इतके गुण प्राप्त झाल्यानंतर मानव खऱ्या अर्थाने सात्त्विक होतो व अशी सात्त्विकता प्राप्त झाल्यानंतरच सात्त्विक मार्गाचा प्रवास खऱ्या अर्थाने सुरू होतो. आता सात्त्विक मार्गाने प्रवास करणाऱ्या साधकांनी कशाप्रकारे साधना करायच्या असतात, ते पाहू -

◆ नामसाधना ◆

प्रथम आपल्या मनात जे विचारचक्र सुरू असते, त्यावर लक्ष ठेवावे. एक आठवडाभर असा अभ्यास केल्यास लक्षात येईल की, आपण विचार करीत नसून, विचारांच्या प्रवाहात आपण फक्त वाहत जात आहोत. इतके साध्य झाल्यानंतर हळूहळू विचारांच्या प्रवाहात वाहत जाणे बंद करण्यासाठी प्रयत्न करावा. तद्नंतर आपल्या आवडत्या दैवताचे नाव मनातल्या मनात घेण्याचा प्रयत्न करावा. काही दिवस हे जमणार नाही; परंतु प्रयत्नांनी काही दिवसांनी हे जमू शकेल.

वरील दोन्ही गोष्टी साध्य होण्यासाठी रोज सकाळी उठल्यापासून मुखाने परमेश्वराचे नामस्मरण करण्यास सुरुवात करावी. रात्री झोपेपर्यंत सर्व कामे करताना परमेश्वराचे नाव घेतच राहावे. ॐ नमः शिवाय, ॐ नमो नारायणाय, राम, कृष्ण असे कोणतेही नाम सतत घेत राहावे. याने वरील साधना साध्य होणे शक्य होईल.

कालांतराने अभ्यास आणखी वाढवावा. जे नाम मनातल्या मनात घेतले जात आहे, ते कोठून घेतले जात आहे, इकडे लक्ष द्यावे, असे केले असता अनुभवास येईल, की पूर्वी नाम जिभेच्या टोकावर होते, हळूहळू ते

आत आत जात असून, आता कंठातून नामस्मरण होत आहे. जिभेच्या टोकापासून पडजिभेपर्यंत होणाऱ्या नामस्मरणाला '**वैखरी**' वाणीने घेतलेले नामस्मरण म्हणतात. नाम जेव्हा पडजिभेपासून हळूहळू खाली उतरू लागते व कंठातून जेव्हा नामस्मरण होऊ लागते, तेव्हा या नामस्मरणाला '**मध्यमा**' वाणीने घेतलेले नामस्मरण म्हणतात.

कंठापासून नाम हळूहळू खाली उतरू लागते. अनेक वर्षांच्या अभ्यासानंतर हृदयातून नामस्मरण होणे सुरू होते. या वाणीला '**पश्यंति**' वाणी म्हणतात. नामस्मरण हृदयातून होऊ लागले की, ते स्थिर होऊ लागते. म्हणजे सर्व व्यवहार चालू असतानाही अखंड नामस्मरण होत राहते. काही वर्षापर्यंत अशा प्रकारची साधना झाल्यावर '**नीलबिंदू**' दिसू लागतो. तो सतत दिसत राहतो. हळूहळू नाम नाभिमधून होऊ लागते. या वाणीला '**परावाणी**' म्हणतात. येथे परमेश्वराशी एकरूपता प्राप्त होते. जीवनमुक्त अशी सिद्धावस्था प्राप्त होते.

या संपूर्ण साधनेला '**नामसाधना**' असे म्हणतात. यदाकदाचित ही नामसाधना संपूर्ण झाली नाही तर हरकत नाही. कारण या साधनेने उद्धार हमखास होतो. मरणोत्तर उत्तम गती प्राप्त होते. मृत्यूनंतर असा जीव देवता आणि महात्मे यांच्या सहवासात राहतो व तेथूनच पुढील साधना करतो. त्याला मृत्यू लोकात जन्म घेण्याची आवश्यकता रहात नाही.

◆ नामसाधकांनी पाळावयाचे नियम ◆

ज्यांना नामसाधनेद्वारा ईश्वरप्राप्ती हवी असेल, त्यांनी काही पथ्ये पाळणे अत्यंत आवश्यक आहे. नाहीतर नामसाधनेद्वारा जी शक्ती निर्माण होते, ती नष्ट होण्याची किंवा कमी होण्याची शक्यता असते.

१) क्रोध आवरावा, कुणावर रागवू नये.

२) द्वेष, मत्सर, कुविचार करू नये, कुणाचे वाईट चिंतन करू नये.

३) सदैव परोपकार करावा.

४) मोठेपणाची आकांक्षा धरू नये.

५) समाजात जास्त मिसळू नये.

६) एकांतवासात राहावे.

७) अभ्यासात खंड पडू देऊ नये.

या नामसाधनेमध्ये कोठल्याही प्रकारचा धोका नाही. फक्त शक्तीचा संचय व्यवस्थित व्हावा म्हणून, नियमांचे पालन केलेले अधिक चांगले. काही लोकांना नामसाधना सुरू केल्यापासून एक वर्षाच्या आत अतिशय चांगले अनुभव येतात. झोपण्यापूर्वी किमान अर्धा तास एकाच आसनावर बसून नामस्मरण केले असता चांगली स्वप्ने पडतात. स्वप्नामध्ये देवदेवतांची दर्शने होतात.

◆ नामस्मरण व जप यातील फरक ◆

परमेश्वराचे नाम जेव्हा भक्त सर्व व्यवहार करताना म्हणजे देता-घेता, काम करताना, खाताना, पिताना, चालताना घेतो, तेव्हा त्याला नामस्मरण म्हणतात; परंतु परमेश्वराचे नाम जेव्हा साधक एकाच आसनावर बसून घेतो तेव्हा त्याला जप असे म्हटले जाते. एकाच आसनावर बसून, मंत्रजप केला असता, लवकर प्रगती होते. म्हणून साधकांनी एकाच आसनावर बसून, जप करण्याची सवय करावी. जेव्हा एकाच आसनावर चार तास बसण्याची सवय होते तेव्हा दिव्य अनुभव येऊ लागतात. शरीरातील नाड्या शुद्ध होऊ लागतात. ध्यान लागू लागते व ध्यानामध्ये दिव्य अनुभव येऊ लागतात. या साधनेने साधक सूक्ष्म शरीराने दिव्य लोकांत भ्रमणही करू शकतो.

ध्यानाची तीव्रता जसजसी वाढत जाईल, तसतशी कुंडलिनी व षड्चक्रे जागृत होऊ लागतात. कुंडलिनी व चक्रे जागृत होऊ लागली

की परमानंद प्राप्त होऊ लागतो. दिव्य अनुभव येऊ लागतात.

काही साधकांना दिव्यसिद्धीही प्राप्त होतात. आसन स्थिर झाल्यानंतर काही साधक वेगवेगळ्या शक्तीही प्राप्त करू शकतात. राजस व तामस मार्गामध्ये ज्या सिद्धी लिहिलेल्या आहेत, त्या सर्व सिद्धी प्राप्त करता येतात. अर्थात, सात्त्विक मार्गाने जाणारा साधक अशुद्ध व वाईट सिद्धी प्राप्त करीत नाही. त्याऐवजी तो परोपकार करता येईल, अशा प्रकारच्याच सिद्धी प्राप्त करतो. येथे सिद्धी प्राप्त करणे वा न करणे हे साधकाच्या मनावर अवलंबून असते. अनेक साधक सिद्धीच्या नादाला लागत नाहीत, तर त्याऐवजी ते समाधी प्राप्त करून घेतात व ईश्वराशी एकरूप होतात.

◆ सोऽहम् साधना ◆

या साधनेला राजयोग असेही म्हणतात. या साधनेमध्ये जप, नामस्मरण वगैरे करण्याची आवश्यकता नसते. अर्थात साधना चालू असताना जप केला तरी चालतो. माझ्या मते सोऽहम् साधना करताना जप अवश्य करावा. कारण जपाने ईश्वरी संरक्षण कवच आपल्या भोवती निर्माण होते व या कवचामुळे वातावरणातील दुष्ट शक्ती आपल्या शरीरात प्रवेश करू शकत नाहीत.

यापूर्वीच मी आपल्याला सांगितले आहे, की कोठलीही साधना करण्यापूर्वी परमेश्वराचे एखादे स्तोत्र सिद्ध करून ठेवावे. परमेश्वराचे एखादे स्तोत्र हजार- दोन हजार वेळा म्हटले की, ते आपोआपच सिद्ध होते. त्या स्तोत्रामध्ये राहणारी देवता सदैव आपले संरक्षण करते. अशा प्रकारे एखादे स्तोत्र सुरुवातीला सिद्ध करून मगच या सोऽहम् साधनेला सुरुवात करणे चांगले.

सोऽहम् साधनेलाच '**अजपागायत्री**' असे म्हणतात. आपल्या श्वास-प्रश्वासावर ही साधना आधारित आहे. प्रत्येक मनुष्य २४ तासांमध्ये

एकवीस हजार सहाशे वेळा (२१,६००) श्वासोच्छवास करतो. सर्व साधारणपणे तासाला ९०० व मिनिटाला पंधरा श्वासोच्छवास होतात. या श्वासोच्छवासावर नियंत्रण करणे हे या साधनेचे सूत्र आहे.

साधकाने एकांतात बसावे व नाकाच्या मुळातून दीर्घ श्वास घ्यावा हा श्वास घेताना **सोऽऽ** असा ध्वनी होतो. त्या आपोआप होणाऱ्या ध्वनीकडे लक्ष द्यावे. पूर्ण श्वास घेतल्यावर ज्या गतीने श्वास घेतला, त्याच गतीने श्वास सोडावा व सोडताना **'हऽऽऽम'** असा ध्वनी होतो, त्याकडे लक्ष ठेवावे. यातून सोऽऽहम् असा ध्वन्यात्मक मंत्र तयार होतो. 'तो (परमेश्वर) मी आहे' असा या सोऽहम् ध्वनीचा अर्थ आहे.

हळूहळू मी परमात्मा आहे, ही भावना विकसित होत जाते व साधकाला परमानंदमय समाधी प्राप्त होते. ही साधना अतिशय सोपी व सहजसाध्य आहे. कोणीही करायला हरकत नाही; परंतु वर सांगितल्याप्रमाणे सुरुवातीला किमान वर्षभर आपल्या आवडत्या दैवताचा जप किंवा स्तोत्रपठण करून संरक्षण प्राप्त करून ठेवावे व मगच या साधनेस सुरुवात करावी. या साधनेला राजयोग, सहजयोग, सोऽहम् ध्यान अशी विविध नावे आहेत.

सोऽहम् साधना रोज ३/४ तास या प्रमाणे २/३ वर्षे न चुकता केली असता कुंडलिनी व षड्चक्रे जागृत होतात. परलोकातील देव-देवता दर्शन देतात. आकाशातून फिरणाऱ्या सिद्धऋषींची दर्शने होतात व शेवटी जीवनमुक्त अशी परमहंस अवस्था प्राप्त होते. आत्मा परमात्म्याशी तादात्म्य पावतो. संपूर्ण चराचरात ईश्वरच भरून राहिला आहे, असा अनुभव येतो. जन्माचे सार्थक होते.

भारतात सोऽहम् साधना करणारे खूप लोक आहेत. काही लोकांना तर प्राचीन ऋषींबरोबर संपर्क साधताही आला आहे. त्यांच्याकडून

विविध प्रकारचे मार्गदर्शनही प्राप्त होत आहे. ही साधना झोपूनही करता येते. झोपतांना श्वासावर लक्ष केंद्रित करून झोपले असता गाढ झोप येते व चांगली स्वप्नेही पडतात. सूक्ष्मशरीराने प्रवास करणेही शक्य होते. असे विविध फायदे या साधनेने साध्य होतात.

ज्यांना ही साधना साध्य करायची असेल, त्यांनी पूर्वी सांगितल्याप्रमाणे एखाद्या स्तोत्राचे हजार, दोन हजार पाठ अगोदर करावेत व मग ही साधना सुरू करावी. कारण कुठल्याही साधनेमध्ये दैवी संरक्षण आवश्यक असते.

साधनेमध्ये मन जसजसे एकाग्र होत जाते तसतसे परलोकातील आत्म्यांचे ध्यान साधकाकडे खेचले जाते. पुष्कळवेळा खालच्या स्तरातील दुष्ट शक्तींचा उपद्रव होण्यास सुरुवात होते. यासाठी आपल्याभोवती एखाद्या देवतेचे संरक्षण कवच असणे अत्यंत आवश्यक असते. यासाठी एखाद्या देवतेच्या स्तोत्राचे पठण करून ते स्तोत्र सिद्ध करून ठेवावे व मगच मुख्य साधनेस सुरुवात करावी, म्हणजे चुकूनमाकून जर खालच्या स्तरावरील परलोकाशी संपर्क येऊन काही त्रास झाला तर, त्या स्तोत्राचे पाठ केल्यावर तो त्रास निघून जातो.

अनेक साधक श्रीदत्तात्रेय या तारक देवतेचे स्तोत्र पाठ करून मगच ध्यानाला किंवा साधनेला बसतात. दत्तात्रेय ही देवता सर्व 'गुरुंचे गुरु' असल्याने दत्तस्तोत्राच्या पाठाने साधकांना योग्य मार्ग मिळत जातो. साधनेतील अडचणी दूर होतात.

अशा प्रकारे सात्त्विक मार्गाने साधना करून मानव नराचा नारायण बनू शकतो. सतत परोपकार व नामस्मरण करीत राहिल्याने सत्त्वगुणाचा विकास होत जातो व शेवटी सद्‍गुरुची किंवा ईश्वराची कृपा होऊन मनुष्य

मोक्षाचा अधिकारी होतो. जन्म-मरणरूपी संसार चक्रातून त्याची सुटका होते. सात्त्विकता म्हणजे दया, क्षमा, शांती, अहिंसा, करुणा, प्रेम, मानवता, परोपकार सहनशक्ती, इत्यादी सद्‌गुण. हे प्राप्त करण्यासाठी मानवाला सतत ईश्वर नामस्मरण व अंतर्निरिक्षण करावे लागते व नि:स्वार्थ बुद्धीने परोपकाराची कास धरावी लागते. अशा या महानतम सात्त्विक मार्गाची सुरुवात परोपकाराने होते व शेवट ईश्वराशी तादात्म्य पावण्यात होतो.

भारतीय योग साधना

◆ कुंडलिनी आणि चक्रे ◆

मानवी देहात एकूण ७२ हजार नाड्या असून, या सर्व नाड्यांचा उगम नाभिकमलात आहे. आपल्या उजव्या नाकपुडीला सूर्यनाडी किंवा पिंगलानाडी असे म्हणतात. तर डाव्या नाकपुडीला चंद्रनाडी किंवा इडानाडी म्हणतात. जेव्हा उजव्या नाकपुडीतून श्वासोच्छवास चालतो, तेव्हा देहात उष्णता निर्माण होते व डाव्या नाकपुडीतून श्वासोच्छवास चालतो तेव्हा शरीरात शीतलता निर्माण होते. सुमारे दर तासाला श्वासोच्छवास उजव्या नाकपुडीतून डाव्या नाकपुडीमध्ये अशा प्रकारे बदलत राहतो. मध्ये काही क्षण दोन्ही नाकपुड्यांमध्ये श्वासोच्छवास होत असतो. श्वासोच्छवास जेव्हा दोन्ही नाकपुड्यांमधून होतो तेव्हा तो सुषुम्नानाडीतून होत असतो.

या सुषुम्नानाडीच्या मुळाशी कुंडलिनी सर्पाप्रमाणे वेटोळे घालून बसलेली आहे. शिश्न व गुदद्वार यांच्यामध्ये जी ४ बोटांची शिवण आहे, याच्या बरोबर मध्यभागी एक त्रिकोण असून, त्रिकोणाच्या मध्यभागी शिवलिंग असून, या शिवलिंगाभोवती ३।। वेटोळे घालून कुंडलिनी निद्रिस्थ अवस्थेत आहे. या त्रिकोणाला योनीपीठ किंवा कामाख्यापीठ असे म्हणतात. या त्रिकोणाच्या उजव्या कोनातून पिंगलानाडीचा उगम होतो, तर डाव्या कोनातून इडानाडीचा उगम होतो. या दोन्ही नाड्यांच्यामध्ये

जी पोकळी आहे, त्या पोकळीलाच सुषुम्नानाडी असे म्हणतात. या सुषुम्नानाडीच्या मुळाशी शिवलिंगाला वेटोळे घालून बसलेली प्राणशक्ती कुंडलिनी असून, देहशुद्धी झाल्यानंतर या पोकळीतून किंवा सुषुम्नानाडीतून ती वर वर चढू लागते.

विद्युतशक्तीप्रमाणे अत्यंत तेजस्वी अशी कुंडलिनी समस्त विश्वाचे जीवन आहे. प्रत्येक मनुष्याच्या देहात ही कुंडलिनी शक्ती आहे; परंतु मानवी शरीरातील सर्व नाड्या मळाने भरलेल्या असल्याने ही कुंडलिनी शक्ती सुप्तावस्थेत राहते. साधक जेव्हा साधनेद्वारा स्वत:चे मन, बुद्धी शुद्ध करून पवित्र होतो तेव्हा ही शक्ती आपला प्रभाव दाखवायला सुरुवात करते. सामान्य भाषेमध्ये याला कुंडलिनी जागरण किंवा कुंडलिनी जागृत होणे असे म्हणतात. परंतु कुंडलिनी जागृतच असते, फक्त तिचा प्रकाश आपल्याला कळून येत नाही.

समजा एखाद्या मनुष्याने बराच वेळा एक कंदील लावून ठेवला, तर त्या कंदिलाच्या काचेवर काजळी धरून शेवटी प्रकाश बाहेर दिसणारच नाही. त्याप्रमाणे जन्मोजन्मी मानवाने कुंडलिनी शक्ती व सूक्ष्म शरीर याकडे दुर्लक्ष केल्याने त्याचेवर मळाची एकावर एक अशी आवरणे चढून मानवाचे सूक्ष्म शरीर काळेकुट्ट झालेले आहे. परिणामी कुंडलिनी शक्तीचा प्रकाश मानवास दिसून येत नाही.

ईश्वरभक्ती, नामस्मरण, जप व ध्यान, परोपकार, प्रेम, करुणा इत्यादी गोष्टींचे आचरण केल्यावर हळूहळू मानवाचे सूक्ष्मशरीर शुद्ध होऊ लागते व जसजसे ते शुद्ध होत जाते तसतसा कुंडलिनी शक्ती व रहस्यमय चक्रे यांचा प्रभाव दिसून येऊ लागतो. कुंडलिनी हे सर्व शक्तीचे मूळ असून, चक्रे ही शक्तीची केंद्रस्थाने आहेत.

ज्यांचा देह शुद्ध व पवित्र आहे, ज्यांचे मन विशाल आहे, ज्यांचे

अंगी दया, क्षमा, शांती, परोपकार, करुणा, अहिंसा, प्रेम इत्यादी सद्‌गुण आहेत, अशा लोकांच्या देहातील कुंडलिनी थर्मामीटर किंवा बॅरोमीटर मधील पाऱ्याप्रमाणे दिसते. साधनेची थोडीफार आच (उष्णता) तिला लागताच ती वर वर चढू लागते व एक एक चक्राचा भेद करत ती सहस्त्रार चक्रात जाऊन पोहोचते. येथे साधकाला परमहंस अवस्था प्राप्त होते.

कुंडलिनीचा मार्ग

१) मूलाधार : हे चक्र गुदद्वार व लिंग यांच्यामध्ये जी शिवण असते, त्याच्या थोडे वर असून, या चक्रास चार (४) पाकळ्या आहेत. या मूलाधार चक्राची देवता गणपती असून, हे चक्र जागृत झाल्यावर ऐरावत नामक पांढऱ्या हत्तीचे दर्शन ध्यानामध्ये होते. येथे साधकास गणपती किंवा ॐकार स्वरूप अशी अवस्था प्राप्त होते. मूलाधार चक्र जागृत झाल्यावर साधकास पृथ्वीलोकाचे ज्ञान होते.

भूतलावरील साधकाचे मूलाधार चक्र जरी जागृत झाले तरी साधक परमानंदात बुडून जातो. त्याच्यातील विकार, वासना नाहीशा होतात. आनंदाकरता त्याला बाह्य साधनांची आवश्यकता लागत नाही. न वाचताही त्याला विविध प्रकारचे ज्ञान आपोआप प्राप्त होत असते.

२) स्वाधिष्ठान : मूलाधार चक्राच्यावर लिंगस्थानाच्या आसपास सुषुम्नानाडीच्या अंतर्गत चित्रिणीनाडीमध्ये कुंकुवाप्रमाणे लालरंगाचे हे स्वाधिष्ठान चक्र असून, याला सहा पाकळ्या आहेत. याची देवता ब्रह्मदेव असून साधकास येथे विविध विषयांचे ज्ञान आपोआप प्राप्त होते. हे चक्र जागृत झाल्यावर साधक चतुर्मितीत प्रवेश करू शकतो. दूरदर्शन, दूरश्रवण, अंतर्ज्ञान इत्यादी सिद्धी त्याला प्राप्त होतात. भुवर्लोकाचे ज्ञान होते. ध्यानामध्ये एक मोठा देवमासा समुद्रात विहार करताना दिसतो. स्वाधिष्ठान चक्र जागृत

झाल्याची ही खूण आहे.

३) मणिपूर : मणिपूर चक्र नाभिस्थानाजवळ असून, याला दहा पाकळ्या आहेत. या चक्राचे अधिपती श्रीविष्णू असून, या चक्राचा रंग निळसर आहे. हे चक्र जागृत झाल्यावर शरीरांतर्गत असणाऱ्या नाड्यांचे ज्ञान होते. हे चक्र जागृत झाल्यावर साधकास स्वर्गलोकात प्रवेश मिळतो. ध्यानामध्ये एक मेंढा अंगावर धावून येत आहे, असे दिसते. मणिपूर चक्र जागृत झाल्याची ही खूण आहे.

४) अनाहत : अनाहत चक्र हृदयात असून, यास बारा पाकळ्या आहेत. या चक्रात कुंडलिनीचा प्रवेश झाल्यावर अनाहत नाद ऐकू येऊ लागतात. हे चक्र पूर्णत: जागृत झाल्यावर साधकास विविध सिद्धी प्राप्त होतात. स्वर्गलोकाच्या वरचा लोक, ज्याला जनलोक असे म्हणतात, त्या लोकात साधक प्रवेश करतो व तेथील सर्व ज्ञान प्राप्त करतो. ध्यानास बसल्यावर कानात विविध नाद ऐकू येणे ही या चक्र जागृतिची खूण आहे. शिव ही या चक्राची देवता आहे. येथे साधकास एक सुंदर हरिण अरण्यात फिरत आहे, असे दिसते किंवा हरणांचा कळपही दिसतो.

५) विशुद्धचक्र : हे चक्र कंठस्थानी असून, यास सोळा पाकळ्या आहेत. साधकाचा येथे महर्लोकात प्रवेश होतो. साधक महर्लोकातील महात्म्यांच्याकडून विविध ज्ञान ग्रहण करू शकतो. ध्यानामध्ये साधकास हत्ती दिसून येतो. ही या चक्र जागृतिची खूण आहे. येथे साधकास अनेक सिद्धी प्राप्त होतात. देव-देवता ऋषी यांची दर्शने होतात.

ललनाचक्र : हे उपचक्र असून, विशुद्धचक्राच्या वर टाळूच्या मुळाशी आहे. या चक्राला बारा पाकळ्या असून, या पाकळ्यांमधून अनुक्रमे श्रद्धा, संतोष, प्रेम, स्नेह, दया, मान, अपराध, शोक, खेद, अरति, संभ्रम व उर्मी अशा बारा वृत्ती येथून निर्माण होतात.

६) आज्ञाचक्र : हे चक्र दोन्ही भुवयांमध्ये असून, या चक्राला दोन पाकळ्या आहेत. याचा वर्ण शुभ्र असून, येथे साधकास इच्छाशक्ती ज्ञानशक्ती व क्रियाशक्ती या तीनही महाशक्ती प्राप्त होतात. येथे इडा, पिंगला व सुषुम्ना या तीनही नाड्यांचे मिलन होते. येथे साधकास तपोलोकाचे ज्ञान होते. या चक्रात साधकास ब्रह्मदेवाचे दर्शन होते.

मन:चक्र : हे दुय्यम असून, आज्ञा चक्राच्या थोडे वर आहे. येथे मन राहते. अंतरात्मा येथे राहतो. तो ज्योतिस्वरुप आहे. येथे वर्णरूप ब्रह्म विराजमान आहे. त्यावर एक तेजोमय बिंदू आहे. त्याच्या वरच्या भागात नादशिवलिंग आहे. त्या मन:चक्राला सहा पाकळ्या असून, प्रत्येक पाकळीचा एकेक गुणधर्म आहे. शब्द, स्पर्श, रूप, रस, गंध हे पंचविषय पाच पाकळ्यांद्वारे मन ग्रहण करते तर सहाव्या पाकळीत स्वप्न ही अवस्था आहे.

सोमचक्र : हेही एक उपचक्र असून, मन:चक्रावर याचे अस्तित्व आहे. या चक्राला सोळा पाकळ्या असून, प्रत्येक पाकळीमधून एकेक गुण प्रकाशित होत असतो.

१. कृपा. २. मृदुता ३. धैर्य ४. वैराग्य ५. धृति ६. संपदा ७. हास्य ८. रोमांच ९. विनय १०. ध्यान ११. सुस्थिरता १२. गांभीर्य १३. उद्यम १४. औदार्य १५. एकाग्रता १६. अक्षोभ

६. संपदा – म्हणजे लक्ष्मीची प्रसन्नता.

१३. उद्यम : प्रयत्न करत राहण्याची वृत्ती

१६. अक्षोभ – म्हणजे राग न येणे.

सोमचक्र पूर्णत: जागृत झाल्यावर वरील सर्व गुण साधकास प्राप्त होतात. साधना व ईश्वरभक्ती याने हे चक्र जागृत होते. साधक सद्‌गुणी बनतो.

७) सहस्त्रारचक्र : सहस्त्रारचक्र हे मेंदूच्यास्थानी असून, यास हजारो पाकळ्या असल्याने यास सहस्त्रारचक्र म्हणतात. येथे साधकास परमेश्वर स्वरूप अशी परमहंस अवस्था प्राप्त होते.

मूलाधार ते सहस्त्रार पर्यंतच्या कुंडलिनीच्या प्रवासास प्रथम खंड म्हणतात. याच्या पुढे साधकास व्यापक शून्याचा अनुभव येऊ लागतो. फारच थोडे साधक पुढील प्रवास करतात. सहस्त्रारचक्राच्यापुढे साधकाची विराट साधना सुरू होते. या साधनेला ब्रह्माण्ड साधना असेही म्हणतात. शून्याचा भेद केल्यानंतर द्वितीय खंड सुरू होतो. येथे अतिविशाल तेजोपुंजाचा अनुभव येतो. हा प्रकाश कोटी सूर्याच्या प्रकाशाहून कितीतरी पटीने अधिक असतो. असंख्य योगी या तेजोब्रह्माण्डात लीन होतात.

अत्यंत विरळ असे महायोगी हा कोटी सूर्यतेजाचा साक्षात्कार पचवून आणखी पुढे जातात. पुढे आणखी तीन महाशून्ये आहेत. पहिल्या महाशून्यास अक्षर असे म्हणतात. येथे महायोगी सहजावस्था प्राप्त करतो.

दुसऱ्या महाशून्यास निरक्षर म्हणतात. येथे योगी परब्रह्म अवस्था प्राप्त करतो. तिसऱ्या महाशून्यास शक्तीलोक म्हणतात. येथे योगी सर्वशक्ती व सर्वज्ञानाचे उगमस्थान बनतो. त्याच्यापासून विविधज्ञानाचा उगम होतो. चराचराला तो चैतन्य, उत्साह व शक्ती प्रदान करतो. तोच या जगाचा परमेश्वर व तोच या जगाचा स्वामी.

भारतात असे महायोगी आजही आहेत, जे हजारो वर्षांपासून गुप्तरूपाने तपस्या करीत आहेत, चिरंजीव आहेत, अमर आहेत व त्यांनी ही परमेश्वर किंवा ब्रह्माण्ड नामक अवस्था प्राप्त केलेली आहे.

टीप : चक्राचा तक्ता शेवटी दिलेला आहे.

ध्यानयोग

ध्यान या शब्दाचे अनेक अर्थ आहेत. ध्यान म्हणजे लक्ष देणे, एकाच गोष्टीवर मन केंद्रित करणे, चिंतन करणे, अथवा डोळे मिटून इष्ट मूर्ती डोळ्यासमोर आणणे किंवा आपण व आपले आराध्य दैवत यांच्यामध्ये अभिन्नता अनुभवणे. या सर्व प्रकारांना ध्यान हा एकच शब्द आहे. ध्यानाचे अनंत फायदे आहेत. चित्ताची एकाग्रता, चिंतामुक्ती, प्रकृतीस्वास्थ, रोगनिवारण येथपासून ते सिद्धी, विद्या, ज्ञान व ईश्वरप्राप्तीपर्यंत सर्व गोष्टी ध्यानाने साध्य होतात. म्हणून योगामध्ये ध्यानाचे अत्यंत महत्त्व आहे. ध्यानाने हळूहळू माणसाला देहाचा विसर पडू लागतो. एकदा देहाचा विसर पडण्यास सुरुवात झाली, की उत्तम ध्यान लागू शकते. ध्यानाचे विविधमार्ग भक्तांसाठी मोकळे होतात. ध्यानाचे अनंत प्रकार आहेत. प्रत्येक ध्यानाचे फळ किंवा अनुभव वेगळा येतो. आता आपण ध्यानाचे प्रकार व त्यांचे फायदे पाहू. ध्यानाच्या सुरुवातीला चंचल मन आपल्याला फारच सतावते. अशावेळी एक सोपा उपाय करावा. काही स्तोत्रे पाठ करून ठेवावीत. आसनावर बसून, डोळे मिटून हलक्या आवाजात स्तोत्रे म्हणावीत, आनंद होऊ लागेल. ध्यानाचा एखादा प्रकार निवडून त्यावर ध्यान करायला सुरुवात करावी.

ध्यानाचे अंतिम ध्येय **'ध्याने ध्याने स्वरूपता'** हे असते. म्हणून

ज्यावर तुम्ही तुमचे मन एकाग्र कराल, ज्या विषयावर चिंतन कराल, त्या विषयाचे संपूर्ण ज्ञान तुम्हाला होईल. ज्ञानाचा उगम तुमच्या हृदयातून व्हायला सुरुवात होईल. ज्ञानासाठी तुम्हाला ग्रंथ पुरावे व पुस्तके धुंडाळावी लागणार नाहीत. ज्यावर मन एकाग्र झाले ते (म्हणजे ज्यावर तुम्ही चित्त एकाग्र केले आहे.) स्वत:च तुम्हाला स्वत:बाबतचे सर्व ज्ञान देईल. म्हणजे विश्वच तुमचे श्रीगुरु होऊन सर्व बाजूनी तुम्हाला ज्ञान मिळू लागेल. ध्यानाचा आणखी एक फायदा म्हणजे ध्यानाने कारण विश्वातील देवता तथा सिद्धपुरुष या सर्वांकडून आशीर्वादाचे प्रवाह, ज्ञानाचे प्रवाह तुमच्याकडे येऊ लागतात. तुमच्या सूक्ष्म देहाची चुंबकीय शक्ती एवढी वाढते, की ती सर्व विश्वातून ज्ञान खेचू लागते. यामुळे साधकाला भूत, भविष्य व वर्तमान तिन्ही काळांचे ज्ञान होते. अगदी सृष्टीच्या आरंभापासून आतापर्यंत सर्व ज्ञान त्याला होते. ग्रहमालिका, सूर्यमालिका, ब्रह्माण्ड इत्यादी अनंत गोष्टींचे ज्ञान केवळ ध्यानाने होते.

चौदा विद्या, चौसष्ट कला, अनंतसिद्धी व देवता, सिद्धपुरुषांची दर्शने सारे काही ध्यानाने होते. म्हणून ध्यान ही योग साधनेतील अत्यंत महत्त्वाची पायरी आहे. कित्येक योगी या ध्यान साधनेत शेकडो वर्षे घालवितात. अनंत प्रकारचे ज्ञान प्राप्त करतात. ध्यान साधनेने विशिष्ट प्रकारचे ज्ञान संपादन करून आपले आयुष्य खूप खूप वाढविता येते. याच साधनेचा वापर करून हिमालयात शेकडो वर्षे साधक साधनारत आहेत.

ध्यान, रोगी-निरोगी कुणालाही करता येते. ध्यानाने मानसिक शक्ती खूप वाढते. अंगी उत्साह भरून राहतो. केलेले संकल्प सिद्ध होतात. हृदयातून एक प्रकारच्या पारलौकिक आनंद लहरी उसळत राहतात. या आनंदाने माणसाचे मन शांत, समाधानी, विशाल बनते. यामुळे मान, अपमान, निंदा, स्तुती किंवा सन्मान यांचे काही वाटत नाही. कारण बाह्य

आघाताचे मग तो आघात सन्मान, कीर्ती, मोठेपणाचा असो अथवा निंदा, अपमान, अवमानाचा, अपकीर्तीचा असो, कशाचे काहीच सुखदु:ख वाटत नाही. या साधकाला आतून म्हणजे त्याच्याच हृदयातून एवढा अपरिमित आनंद मिळत असतो की, या आनंदापुढे बाह्य कसल्याही आघाताचा, प्रत्याघाताचा त्याचेवर काहीही परिणाम होत नाही. साधक आपल्याच आनंदात मग्न असतो. ध्यानाची सुरुवात त्राटक साधनेतून होते. या त्राटक साधनेचेही अनंत प्रकार आहेत. त्राटकालाच ध्यान असेही म्हणतात. त्राटक केल्यानंतर ध्यान प्रतीत होऊ लागते. येथे त्राटक ध्यानाचे काही प्रकार पाहू !-

१) बिंदूत्राटक

निळसर आकाशी रंगाचा १-१ फूट लांबीचा कागद घेऊन तो पुठ्ठ्यावर चिकटवावा. त्याच्या मध्यभागी एक पांढरी स्वच्छ टिकली लावावी किंवा लहान पांढरे भरीव वर्तुळ काढावे. त्याकडे रोज पाच मिनिटे सकाळी व पाच मिनिटे संध्याकाळी पाहावे. हळूहळू अभ्यास रोज २/२ मिनिटांनी वाढवावा. अशा प्रकारे अर्धा तासापर्यंत पापण्या न हलविता हे बिंदूत्राटक करण्याचा अभ्यास करावा. याने विविध अनुभव येतात. अनुभव कुणाला कसे येतील याचा नेम नसतो. सर्वसाधारणपणे येणारे अनुभव असे - मन एकाग्र होऊन आनंद होऊ लागतो. दृष्टांत होऊ लागतात. शक्यतो त्राटक ध्यानाची जागा व वेळ एकच असावी. त्यामुळे हळूहळू विश्वातून दैवी शक्तीचे प्रवाह तुमच्याकडे वाहत येऊन विविध प्रकारचे ज्ञान व दिव्य दृष्टी प्राप्त होईल. त्राटक ध्यान करताना सुरुवातीला डोळ्यांतून पाणी येईल. पण कालांतराने पाणी येणे बंद होईल. पाणी आल्यावर डोळे मिटून एक मिनिट विश्रांती घ्यावी. या बिंदूत्राटकामध्ये

पांढऱ्या कागदावर काळा बिंदू लावून ध्यान करण्याची पद्धत आहे. या दोन्ही प्रकारातील कुठलाही प्रकार केला तरी चालतो. कालांतराने हा बिंदू दिसेनासा होतो व फक्त प्रकाश दिसतो. हे या त्राटक ध्यान सिद्धीचे फळ आहे. यामुळे अंतर्मन जागृत होते. पुष्कळवेळा दूरदर्शन सिद्धी प्राप्त होण्याची शक्यता असते. तसेच अंतर्ज्ञानही या ध्यानाने प्राप्त होते. त्राटकध्यानाचा अनुभव जसजसा वाढत जाईल किंवा त्राटकाची सवय जसजशी वाढत जाईल, तसतसे अनुभवही वाढत जातात. त्रिकाल ज्ञानाचाही लाभ होतो. यात चमत्कार वाटण्यासारखे काही नसते. माणसाचे अंतर्मन जागृत होते व त्याचेच हे सारे खेळ असतात. शिवाय अंतर्मन हे विश्वव्यापी असल्याने त्याच्याशी आपले तादात्म्य झाले, की अनेक सिद्धी आपोआप प्राप्त होतात.

माणसाला दोन मने असतात १) अंतर्मन २) बहिर्मन

१) अंतर्मन : हे विश्वव्यापी असते. त्यामुळे अंतर्मनात साधकाचा प्रवेश झाला, की त्याला अनेक गोष्टींचा अनुभव येतो. त्यांना सिद्धी म्हणतात. ध्यान योगामध्ये अंतर्मनालाही विचारशून्य बनविण्यास सांगितले आहे. अंतर्मन जेव्हा विचारशून्य होते, तेव्हाच ध्यानाची उत्कटता जाणवू लागते. ध्यान आपला प्रभाव दाखविते. बरेच साधक या अंतर्मनात प्रवेश करून तिथेच अडकतात. येथे प्राप्त होणाऱ्या सिद्धींना ते भूलतात. गुरुकृपांकित साधकच या अंतर्मनालाही शून्य बनवून ध्यान लावू शकतो. अंतर्मनात प्रवेश मिळविणे ही काही साधी गोष्ट नाही.

२) बहिर्मन : हे देहव्यापी असते. या बहिर्मनातच अहंकार, वासना, क्रोध, विकार, द्वेष, मत्सर, कपट, कारस्थाने व कोट्यावधी प्रवृत्ती भरलेल्या असतात. या बहिर्मनाला विचार शून्य बनविल्याशिवाय अंतर्मनात प्रवेश होत नाही व जोपर्यंत अंतर्मनात प्रवेश होत नाही तोपर्यंत पुढील प्रगतिही

होत नाही.

त्राटकध्यान हे आपल्याला अंतर्मनात प्रवेश मिळवून देते. एकदा अंतर्मनात प्रवेश करण्याची सवय झाली, ती चांगली मुरली की लगेच अंतर्मनही विचारशून्य होऊ लागते व मग खरेखुरे ध्यान लागते व आपला योगमार्गात प्रवेश होतो. ध्यान अंगी जिरले की, त्याचेच रूपांतर सहज ध्यानात होते. सहज ध्यानानंतर साधकाचा शून्यात प्रवेश होतो व समाधी लागते. या सर्व साधनेला क्रियायोग म्हणतात. याची सुरुवात त्राटक ध्यानापासून होते व शेवटी जीव शिव बनण्यात होतो म्हणून त्राटकाचा अभ्यास करून बहिर्मनाला विचारशून्य बनविण्याचा प्रयत्न प्रथम करायला हवा व याकरिता विविध त्राटकांचा अभ्यास करायला हवा. ईश्वरप्राप्ती हेच अंतिम ध्येय ठरवून राहावयाला हवे. नाहीतर घरसगुंडी होण्याची शक्यता असते.

बिंदू त्राटक, ज्योती त्राटक, मूर्ती त्राटक व अग्नि त्राटक इत्यादी त्राटकांना निकट त्राटक म्हणतात. कारण हे त्राटक ध्यानाचे प्रकार २ ते ५ फूट अंतरावरून करायचे असतात. तर नक्षत्र त्राटक, सूर्य त्राटक व चंद्र त्राटक या ध्यानाच्या प्रकारांना दूर त्राटक म्हणतात.

२) ज्योतीत्राटक :–

जेथे हवा (वारा) वाहत नसेल व ज्योती स्थिर राहून ध्यान करता येईल अशा जागीच ज्योती त्राटकाचा अभ्यास करावा. डोळ्यांसमोर ज्योत येईल इतक्या उंचीवर तुपाचे निरांजन लावून तीन फूट दूर अंतरावर बसावे (किंवा उभे राहावे) व एक टक पापणी न हलविता ज्योतीकडे पाहात राहावे. हळूहळू ज्योती प्रखर तेजाने प्रकाशू लागेल. कालांतराने ज्योतीमध्ये आपापल्या सत्पुरुषांचे व देवतांचे दर्शन होऊ लागते. या साधनेने डोळ्यांतील तेज खूप वाढते.

३) मूर्तित्राटक :-

देवाची मूर्ती किंवा फोटो यावर त्राटक ध्यान करण्याच्या ध्यान प्रकाराला मूर्तित्राटक म्हणतात. चित्र (म्हणजे फोटो) यावर त्राटक करताना एक गोष्ट जरूर ध्यानात ठेवली पाहिजे की फोटो रंगीत नसावा. साध्या फोटोवरच ध्यान करणे आवश्यक आहे. या साधनेने साधकाला खूप फायदा होतो. पारमार्थिक प्रगती होण्यासाठी सिद्धपुरुषांच्या फोटोवर (साध्या, रंगीत नव्हे) त्राटकध्यान करावे याने पुढील फायदे होतात.

१) सिद्धपुरुषांची कृपा होते.

२) ध्यान सिद्ध झाले की सिद्धपुरुषांचे ज्ञान व सामर्थ्य आदी गोष्टी प्राप्त होतात.

३) सिद्धपुरुषांच्या अतिवाहक अशा कारण देहाचा स्पर्श होऊन आपण पवित्र होतो.

४) सिद्धपुरुष आपल्या हृदयात येऊन राहतात.

५) तृतीय नेत्र म्हणजे ज्ञाननेत्र उघडतो.

४) अग्नित्राटक :-

हे त्राटक कठीण आहे. नाथपंथी साधूंच्याजवळ नित्य धुनी असते. कारण ते अग्नि त्राटक करतात. गुरुच्या मार्गदर्शनाशिवाय ही साधना करू नये.

ही साधना एकांतात करतात. रोज एक तास रात्रीच्या वेळी साधना केल्यावर साधक अतितेजस्वी होतो. ज्वाळा दिसणे बंद होते व अग्निज्वाळा जेथे दिसतात तेथे तेजस्वी प्रकाश दिसू लागतो व या प्रकाशात यक्ष, गंधर्व, देवता दिसू लागतात. सिद्ध लोकांशी संपर्क साधला जातो. आकाशातून फिरणारे सिद्धयोगी त्राटकध्यान ज्याला सिद्ध झाले आहे, त्याला दिसू

लागतात.

जोपर्यंत माणसाच्या देहात पंचतत्त्वांचे अस्तित्व आहे, तोपर्यंत त्याचा देवता, सिद्ध लोकांशी संपर्क येत नाही. अग्नित्राटक साधनेने साधकाच्या शरीरातील पृथ्वीतत्त्व व आपतत्त्व या दोन तत्त्वांचा लोप होतो. त्यामुळे त्याचा प्रवेश सरळ कारणविश्वात होतो. कारणविश्वातील देवतांचे देह या तेज-वायू-आकाश या तीन तत्त्वांनी बनलेले असतात. अग्नित्राटक ध्यानाने साधकातील दोन तत्त्व लोप पावल्यामुळे त्यांचा संबंध या कारण विश्वाशी येऊ लागतो, मग तो कुठल्याही देवतांबरोबर संभाषण करू शकतो. श्रेष्ठ साधक बनतो. देवतास्वरूप बनतो. ही साधना करणाऱ्याला नेहमी सिद्धांचे सान्निध्य लाभते.

५) प्रतिबिंब त्राटक :-

या त्राटकाच्या अभ्यासात चांगल्या आरशाची आवश्यकता असते. जास्त प्रकाश नसलेल्या खोलीत बसून आपण हे प्रतिबिंब त्राटक करायला हवे, जसजसा अभ्यास वाढत जाईल तसतसा अनुभव येईल की, प्रतिबिंब दिसणे बंद झाले आहे. कालांतराने अनुभव येईल की, प्रतिबिंब दिसणे बंद झाले असून, आरशात अनेक दृश्ये दिसत आहेत. या साधनेने तुर्यावस्था प्राप्त होते. बहिर्मनाचा पूर्ण लोप होतो व ध्यानाला बसल्यावर किती वेळ गेला हे समजत नाही. या साधनेने वाघासारखे क्रूर पशुही आपला क्रूर स्वभाव सोडून साधकापाशी नम्र होतात. या त्राटक ध्यानाचे इतरही अनेक फायदे आहेत. पूर्ण आकृती दिसेल, असा आरसा घेऊनही हे त्राटक करतात. कालांतराने आरशात दिसणारी प्रतिकृती साकार होऊन आपल्या समोर बसू लागते. ही प्रतिकृती म्हणजे आपले दुसरे रूप व ते देवतास्वरूप असते. पृथ्वी व आप या दोन तत्त्वांचा अवशेष नसतो. मग असा योगी त्या प्रतिकृतीला आपल्या देहामध्ये समाविष्ट करून घेतो. आवश्यक असेल

तेव्हा ते दुसरे रूप पृथ्वीच्या दुसऱ्या ठिकाणावर कुठेही पाठविता येते. याच साधनेचा विकास केल्यावर अनेक रूपे धारण करता येतात.

या साधनेचे अनेक प्रकार आहेत. जेवढा विकास करावा तेवढा थोडा. काचेला तुपाची काजळी फासून त्यावर त्राटक केल्याने भूत, भविष्य व वर्तमान काळातील दृश्ये तसेच पूर्वजन्मही जाणता येतात. प्रत्येक गोष्टीचे मर्म समजण्याची कला या प्रतिबिंब त्राटकाने साध्य होते.

६) नासाग्रध्यान (त्राटक) : –

नाकाच्या शेंड्याकडे पहात ध्यान करणे. याला नासाग्रध्यान म्हणतात किंवा नासाग्रदृष्टी म्हणतात. या साधनेने आपोआपच सर्व सुगंधाचा अनुभव घेता येतो. मन प्रसन्न होते. ध्यानाचे वेड मनाला लागते.

७) भ्रूमध्यदृष्टी : –

योगात भ्रूमध्यदृष्टी, भ्रूमध्यध्यान किंवा भ्रूमध्यत्राटक याला फार महत्त्व आहे. दोन्ही डोळ्यांची बुबुळे एकत्र आणून ती वर फिरवून दोन्ही भुवयांच्यामध्ये पाहणे, याला भ्रूमध्यत्राटक म्हणतात. या त्राटकाचा अभ्यास अतिशय सावकाश करावा. तसेच त्राटक करण्यापूर्वी व करून झाल्यानंतर डोळे चारी दिशेने उलट सुलट गरगर फिरवावेत म्हणजे डोळ्यांच्या सूक्ष्म नसांना एकप्रकारचा व्यायाम मिळतो. नाहीतर डोळ्यांना इजा होण्याची शक्यता असते. कुठलेही त्राटक करताना डोळ्यांचा हा व्यायाम अवश्यमेव करावा. या भ्रूमध्य त्राटकाने अनेक फायदे होतात.

१) मनावर पूर्ण जय प्राप्त होतो. (मनोव्यापारावर पूर्ण नियंत्रण प्राप्त होते)

२) सूक्ष्मदेहाने संपूर्ण ब्रह्माण्डात कुठेही फिरण्याची कला प्राप्त होते. या विद्येला वेदामध्ये 'वैश्वानर विद्या' असे म्हणतात.

३) स्वत:चे व इतरांचे पूर्वजन्म जाणता येतात.

४) दूरदर्शन व दूरश्रवण सिद्धी प्राप्त होतात.

वर वर्णन केलेल्या सर्व ध्यानाच्या प्रकारांना निकट ध्यान किंवा निकट त्राटक म्हणतात. आता दूर त्राटकाचे प्रकार पाहू.

८) सूर्यत्राटकध्यान :–

या त्राटकाचा अभ्यास रोज पंधरा सेकंद केला तरी डोळे तेजस्वी होतात; परंतु अधिक अभ्यास करू नये. फक्त महायोगीच याचा अभ्यास करतात. सूर्याकडे जास्तवेळ म्हणजेच तीन सेकंदा पेक्षा जास्त पाहिल्याने डोळ्यांच्या नसांना इजा पोहोचते. त्या दुर्बल होतात व कुठल्याही औषधाने ठीक होत नाहीत. म्हणून याचा अभ्यास रोज ५ किंवा १० सेकंदच करावा. रोज ५ सेकंद हे ध्यान केल्याने डोळ्यांना चष्मा लावण्याची पाळी वृद्धापकाळातही येणार नाही.

हे ध्यान कोवळ्या सूर्यावर करतात. परंतु लाल सूर्यावर करीत नाहीत. योगी सूर्यत्राटक करतात. हे त्राटक सिद्ध झाल्यावर संपूर्ण ब्रह्माण्डाचे, सूर्यलोकाचे व ग्रहमालेचे ज्ञान होते. प्रकाशब्रह्माचा अनुभव येतो. दिव्यज्ञान, विश्वज्ञान होते. रोग नाहिसे होतात. काही योगी तासतास सूर्याकडे पहात राहतात. त्यांच्या डोळ्यांमध्ये इतके सामर्थ्य येते, की एखाद्या वृक्षाचे ते एका क्षणात भस्म करू शकतात. काही काळ हे त्राटक केल्यानंतर साधकाला माध्यान्हीचा प्रखर सूर्यही निळसर शांत गोळ्याप्रमाणे दिसू लागतो. निरूपद्रवी दिसू लागतो. त्याची दृष्टी अतिसूक्ष्म होते. तसेच त्याची बुद्धी अतिशय तेजस्वी व सूक्ष्म होते. संपूर्ण देह तेजस्वी बनतो, दिव्य बनतो. अग्नित्राटक प्रथम सिद्ध करून त्यानंतरच साधक ही दिव्य सूर्य साधना करतात. अग्नित्राटकापेक्षाही सूर्यध्यान श्रेष्ठ असल्याने या साधनेने योगी अनंत प्रकारचे अपार ज्ञान मिळवितात. तसेच तेज तत्त्वावर या साधनेने विजय मिळवितात. अशी सूर्यत्राटक साधना किंवा सूर्यध्यान योगशास्त्रामध्ये अतिशय महत्त्वाचे

म्हणून वर्णिलेले आहे.

९) तारात्राटक ध्यान :-

तारात्राटक रात्रीच्या वेळी करतात. एकांतात अरण्यात बसून, एखादा तेजस्वी तारा निवडावा. त्या ताऱ्यावर ध्यान म्हणजे एकटक पहात राहावे. पुष्कळवेळा ही साधना करताना आकाशातून विचरण करणारे योगी व देवता दिसून येतात, तर पुष्कळवेळा फक्त तेजच दिसत राहाते. या साधनेने दूरदर्शन सिद्धी प्राप्त होते. विश्वात कुठे काय चालले आहे, याचे ज्ञान एका क्षणात बसल्या जागेवरून होते व समाधी सुखाचा अनुभव येतो.

१०) चंद्रत्राटक ध्यान :-

चंद्रत्राटक ध्यान हे फक्त शुक्लपक्षात अष्टमीपासून पौर्णिमेपर्यंत करतात. कृष्णपक्षात चंद्रत्राटक करीत नाहीत. तसे केल्यास व्याधी उत्पन्न होऊ शकतात.

हे चंद्रत्राटक शुक्ल अष्टमी ते पौर्णिमा या काळात केल्याने साधकाला चंद्रलोकाचे ज्ञान होते. शिवाय वनस्पतींची देवता चंद्र हीच असल्याने वनस्पती शास्त्राचेही ज्ञान होते. चंद्रामधून प्रवाहित होणारे अमृतकिरण साधकास दिव्यकांती व शीतलत्त्व प्राप्त करून देतात. दीर्घायुष्य व आरोग्य यांचा त्याला लाभ होतो. अशा प्रकारे योग शास्त्रात विविध त्राटक प्रकार वर्णन केलेले आहेत. यातले काही वर वर्णन केलेले आहेत. याशिवाय त्राटक ध्यानाचे इतरही पुष्कळ प्रकार आहेत, जसे ॐकार त्राटक. ॐकारावर ध्यान केल्याने ॐकार परब्रह्माचा साक्षात्कार होतो. जिभेच्या अग्रभागावर ध्यान केंद्रित केल्याने सर्व प्रकारचे रस प्राप्त होतात. याला जिव्हाग्र त्राटक ध्यान असे म्हणतात.

मेंदूमध्ये कर्णकेंद्र आहे. त्यावर ध्यान केल्याने गंधर्व लोकातील संगीत ऐकू येते. काही भक्त शिवलिंग व विष्णूमूर्तींवरही ध्यान करतात. स्फटिक

गोलक (क्रिस्टल बॉल) यावर ध्यान केल्याने कालांतराने त्या गोलकातून धूसर प्रकाश बाहेर पडू लागतो. त्यानंतर त्या गोलकात आपल्याला हवी असलेली सर्व दृश्ये दिसतात. तसेच भूत, भविष्य व वर्तमान काळातील घटनाही यात दिसतात.

हे झाले सर्व बाह्यध्यानाचे प्रकार. आता अंतर्ध्यान किंवा आंतरत्राटकाची माहिती घेऊ या.

आंतरत्राटकाचे अनेक प्रकार आहेत.

◆ **इष्टदेवताध्यान :**

या ध्यानात इष्ट देवता डोळ्यांसमोर आणण्याचा प्रयत्न केला जातो. यासाठी मूर्तीकडे किंवा फोटोकडे पाहून नंतर डोळे मिटून ती मूर्ती किंवा ते चित्र डोळ्यांसमोर आणतात. कालांतराने बंद डोळ्यासमोर मूर्ती स्पष्ट दिसू लागते. जेव्हा मूर्ती स्पष्ट दिसते तेव्हा भक्त या मूर्तीची मानस पूजा करतो. मानस पूजा ही सर्वश्रेष्ठ पूजा आहे. यात जेव्हा भक्त आपल्या आराध्य देवतेला सुगंधी द्रव्य अर्पण करतो तेव्हा त्याच्या ध्यानाच्या खोलीत सुगंध दरवळू लागतो. याच ध्यानाचा आणखी एक प्रकार आहे. भक्त आपल्या हृदयसिंहासनावर इष्ट मूर्तीची, आपल्या आराध्य दैवतेची किंवा सद्गुरुची स्थापना करतो. स्वत: स्वतंत्र रूपाने हृदयात जाऊन आपल्या आराध्य देवतेची पूजा करतो. वरील दोन्ही ध्यानाचे प्रकार श्रेष्ठच आहेत. याने भक्त आपल्या आराध्य देवतेच्या फारच जवळ जातो. त्याचे मन शुद्ध होऊन जाते. या मानस ध्यानाचे अनेक फायदे होतात.

१. मन शुद्ध होऊन भक्तीचा आनंद प्राप्त होतो.
२. मनाने हवी ती वस्तू निर्माण करण्याची विद्या प्राप्त होते.
३. या साधनेत स्वत:च्या प्रतिकृती निर्माण करून मानस ध्यान पूजा केली तर अनेक रूपे घेण्याची कला प्राप्त होते.

४. इष्टदेवतेची पूर्ण कृपा प्राप्त होते.

५. गुरुची प्रसन्नता लाभते.

६. आराध्य देवतेचे सगुण रुपात दर्शन होते.

७. ध्यान अधिक तीव्र झाले की, तसेच या साधनेने प्राप्त होणाऱ्या सिद्धींकडे दुर्लक्ष केले तर सगुण रूपाचा साक्षात्कार होऊन आराध्य देवतेचा नित्य सहवास लाभतो. देवतेशी संभाषणादी व्यवहार होऊ लागतात. आराध्य देवतेशी भक्त एकरूप होऊन जातो. ईश्वरस्वरूप बनतो.

◆ **आंतर त्राटक ध्यानाचा दुसरा प्रकार –**

या ध्यानात पद्मासनावर (किंवा जमेल त्या कुठल्याही बैठकीवर) बसून, डोळे बंद करावेत. दृष्टी भ्रूमध्य जागी स्थिर करावी. मनातल्या मनात इष्टदेवतेचा किंवा गुरु मंत्राचा जप करावा किंवा सोऽहम् वर अनुसंधान ठेवावे. काही दिवसांनंतर डोळे बंद केल्यावर चमकदार बिंदू दिसू लागतात. हे पांढरे, निळे व पिवळे असू शकतात. हे दिसू लागले, की समजावे आपण प्रगतीपथावर आहोत.

साधनेचा वेग वाढवावा. कालांतराने ज्योत दिसू लागते. सुरुवातीला ही ज्योत हलत राहते. नंतर ती स्थिर होते. ज्योत स्थिर झाली की मन संपूर्णत: एकाग्र झाले म्हणून समजावे.

या ध्यानयोगाने आपण हळूहळू सूक्ष्म होऊ लागतो. आपल्या अंतरंगात आपल्याला प्रवेश प्राप्त होतो. मन विचारशून्य होते. विचारशून्य मन आपल्याला आपल्याच अंतरंगात प्रवेश मिळवून देते. ज्योती स्थिर झाल्यावर त्या ज्योतीच्या प्रकाशात सूर्य, चंद्र व तारे दिसू लागतात. त्यानंतर निळेभोर आकाश दिसते. त्यानंतर त्रिकोण व त्रिकोणात बिंदू दिसतो. या वेळी

पंचतत्त्वावर विजय मिळवून आपण सूक्ष्मात म्हणजे शून्यात प्रवेश केलेला असतो. त्यावेळी आपण बसल्या जागेवरून विश्व पाहू शकतो. त्याचप्रमाणे आपण पूर्वी पाहिलेली व न पाहिलेली सर्व स्थळे एकाच वेळी पाहू शकतो.

उंच पर्वताच्या शिखरावर बसलेली व्यक्ती चारी बाजूचे विश्व पाहू शकते. त्याहून कितीतरी पटीने ही अवस्था श्रेष्ठ आहे. कारण पर्वतावर बसलेल्या व्यक्तीला दूरची वस्तू लहान दिसते. तसे यात नाही. सूक्ष्म दृष्टीचा विकास झालेला असल्याने यात साधकास सर्व विश्व जसेच्या तसे दिसते. कारण साधकाने पृथ्वी, आप, तेज यावर विजय मिळवून तो वायुतत्त्व किंवा वायुमंडल पार करून आकाशतत्त्वात प्रवेश केल्यावर साधकास एकाच क्षणात चारी दिशांचे म्हणजे चारही दिशांना जे आहे त्या सर्वांचे ज्ञान होते. यानंतर खऱ्या अर्थाने शून्यात प्रवेश होतो.

शून्यात प्रवेश झाल्यावर साधकाला विराटरूप प्राप्त होते. त्याचे अंतर्मन विशाल होऊन साधकाला सर्व ब्रह्माण्डाचे ज्ञान होऊ लागते; परंतु ब्रह्माण्डे अनेक आहेत. साधकाने स्वत:ला जेवढे विस्तारित केले असेल तेवढ्या सर्वांचा अनुभव येत राहतो.

यानंतर साधकाचा महाशून्यात प्रवेश होतो. त्यामुळे त्याला अनंत ब्रह्मांडाचे ज्ञान होते. यापुढे सर्व ब्रह्माण्डांना चंद्र, सूर्य, ग्रह, तारे, सर्वांना प्रकाशित करणारी ज्योती किंवा चित्‌कला दिसून येते.

या सर्व ब्रह्माण्डांना प्रकाशित करणाऱ्या ज्योतीच्याही पलीकडे साधक जातो. येथपर्यंत साधकाने समस्त ब्रह्माण्डाचे ज्ञान मिळविलेले असते. तो विराटरूप किंवा विश्वरूप झालेला असतो. यापुढे त्याचा हिरण्यगर्भात प्रवेश होतो. येथे बिंदू दिसतो. साधक स्वत: देहासहित शून्य होतो. चैतन्य होतो. येथे त्याला सिद्धावस्था प्राप्त होते. यावेळी साधक विश्वमय झालेला

असतो. या विश्वमय अवस्थेलाच आत्मज्ञान असे म्हणतात.

अर्थात आत्मज्ञानाचा अनुभव यापूर्वीपासूनच यायला सुरुवात झालेली असते. योगी याचा विकास करीत करीत शेवटी स्वत: सिद्ध होतात. सिद्धावस्थेनंतरही योगी तपस्या करीत राहतात. कारण याच्या पुढची अवस्था म्हणजे स्वत: ईश्वर होणे म्हणजेच आत्मज्ञान होणे पूर्ण विश्वमय होणे या पलीकडची अवस्था म्हणजे या सर्व अवस्थांच्या पलीकडे जाऊन अलिप्त होणे ही असते. अनंत काल तपस्या केल्यानंतरच ही ईश्वर अवस्था प्राप्त होते. येथे योगी योगेश्वर होतो किंवा परमेश्वर होतो. सृष्टीची उत्पत्ती, स्थिती, लय करण्याचे सामर्थ्य व सत्ता त्याला प्राप्त होतात. ब्रह्मा, विष्णू व महेशांच्या वरची अशी ही अवस्था आहे. या अवस्थेला दत्त असेही म्हणतात. येथे पोहोचल्यावर काही जाणावयाचे बाकी राहत नाही. समस्त ज्ञानाचा हा योगेश्वर उगमस्थान बनतो. त्याच्या इच्छेनुसार विश्व चालते. विश्व ही त्याची लीला होते. तो सर्व करतो व पुन्हा अलिप्त राहतो. वेगळा राहतो. असा हा ध्यान योग त्राटकापासून सुरू होऊन सिद्धावस्थेला नेऊन पोहोचवितो. पुढची ईश्वरावस्था ही अति कठीण आहे.

◆ **गुरुध्यान**

गुरुध्यान – अथवा देवता ध्यान

ध्यानाचा आणखी एक प्रकार आहे. यात '**ध्याने ध्याने स्वरूपता**' या तत्त्वाचा अंगीकार करून प्रथम आराध्य देवतेचे, श्रीगुरुंचे किंवा सिद्धपुरुषांचे ध्यान करतात. म्हणजे जी देवता आपल्याला आवडत असेल ती देवता व आपण एकच आहोत, या भावनेने राहणे. याची सुरुवात अशी – आपल्या अंगप्रत्यंगावर आराध्य देवतेच्या अंगप्रत्यंगाची स्थापना करावी. उदा. समजा एखादा सद्‌भक्त आपल्या श्रीगुरुंचे ध्यान करीत आहे. (येथे

एक गोष्ट लक्षात ठेवावी की गुरुध्यान करतेवेळी गुरु ही व्यक्ती महासिद्धच म्हणजेच पूर्ण अवस्थेला पोचलेली असावी. नाहीतर सरळ एखाद्या देवतेचे ध्यान करावे. तसे करणे अधिक चांगले. सिद्धपुरुषाकडे दया, करुणा, शांती, प्रेम व ज्ञान आदि गुण तसेच अतुलनीय सामर्थ्य असते. शिवाय ते परमेश्वराशी पूर्ण तादात्म्य पावलेले असतात.) तर त्याने आपल्या अंगप्रत्यंगावर गुरुंच्या अंगप्रत्यंगाची स्थापना करावी. म्हणजे पाय गुरुंचे आहेत, असा भाव मनात धरून आपल्या पायांच्या जागी गुरुंचे पाय पाहावेत. या प्रमाणे पायांपासून ते डोक्यापर्यंत एकेका भागावर गुरुंचे ध्यान करावे.

या ध्यानाने कालांतराने भक्त गुरुंशी किंवा ध्यान देवतेशी इतका तादात्म्य (एकरूप) पावतो की ध्यान देवतेचे रूप त्याला स्वत:ला प्राप्त होते. तसेच ध्यान देवतेचे सर्व वैभव म्हणजे गुण, सामर्थ्य व सत्ता आदी सर्व सद्‌भक्तास प्राप्त होतात.

या प्रक्रियेला '**ध्याने ध्याने स्वरूपता**' असे म्हणतात.

भक्त एक सामान्य मनुष्य असतो. तो या ध्यान प्रक्रियेने आमूलाग्र बदलून सरळ ध्यान देवतेच्या अवस्थेला जाऊन पोहोचतो. मधल्या अनेक ध्यानमार्गातील समस्यांना त्याला तोंड देत बसण्याची आवश्यकता शिल्लक राहत नाही. एकदम पहिल्या इयत्तेमधून अकराव्या इयत्तेत बसण्यासारखा हा प्रकार आहे. शरीरातील अणुपरमाणु या ध्यानाने बदलून जातात. ते आराध्य देवतेशी तादात्म्य पावतात. याच मार्गाच्या आश्रयाने काही गुरुसेवक श्रीगुरुंचे ध्यान करतात. साधारण मानव या अवस्थेपासून एकदम श्रीगुरुपदाला किंवा जीवनमुक्त अवस्थेला जाऊन पोहोचतात. या ध्यानमार्गाचे फायदे –

१) ज्या सिद्धव्यक्तीचे ध्यान तुम्ही करीत असाल त्या सिद्धव्यक्तीचे सारे वैभव म्हणजे ज्ञान, तप व सामर्थ्य सारे काही भक्ताला प्राप्त होते.

काहीही साधना न करता दुसऱ्या अर्थाने बोलावयाचे झाल्यास भक्त श्रीगुरुंशी तदाकार होतो. समजा एखादी व्यक्ती याच भावाने महाकाली, दुर्गा आदी देवतांचे ध्यान करीत असेल तर त्या त्या देवतांच्या सत्ता त्याला प्राप्त होतात.

२) आराध्य देवतेशी सरळ एकरूप झाल्यानंतर पुढील शून्य महाशून्यातील साधना तेथून पुढे चालू करता येतात. म्हणजे पहिलीतून अकरावीत व त्यानंतर पुढील इयत्ता असा प्रकार आहे.

३) जसजसे ध्यान बळकट होत जाईल, तसतसे ज्ञान वाढू लागते. कधीही न ऐकलेले न वाचलेले ज्ञान गुरु ध्यानाने प्राप्त होते.

४) वेगळी भक्ती करण्याची आवश्यकता राहत नाही. भक्ताचे अंतरंग (अंत:करण) भक्तीरसाने भरून जाते.

◆ **सोऽहम् ध्यान :-**

श्वासोच्छवासावर लक्ष ठेवल्यास असे आढळून येईल, की श्वास घेताना सो आणि सोडताना हम् असा ध्वनी आपोआप होत आहे. या ध्वनीवर म्हणजे सोऽहम् वर लक्ष ठेवणे, यास **सोऽहम् ध्यान** असे म्हणतात. प्रत्येक मनुष्य दररोज २१,६०० वेळा श्वासोच्छवास करीत असतो. सोऽहम् म्हणजे 'तो (परमात्मा) मी आहे' असा अर्थ. या अखंड चाललेल्या जपास 'अजपागायत्री' असे म्हणतात. रोज तास-दोन तास आसनावर बसून, सोऽहम् ध्यान केले असता कुंडलिनी जागृत होते. साक्षात्कार होतो. परमहंस पदवी प्राप्त होते.

सूक्ष्मदेहाने प्रवास

ग्रह, तारे, आकाशगंगा कशा निर्माण झाल्या? पृथ्वीचा इतिहास काय? अतीत काळात पृथ्वीवर कशा प्रकारचे वातावरण होते? समाज कसा होता? परग्रहावर मानव आहे का ? इत्यादी अनेक प्रश्नांची उत्तरे शोधण्यासाठी आज अब्जावधी रुपये खर्च केले जात आहेत. परंतु हे सर्व जाणण्यासाठी योगामध्ये काही सोप्या साधना सांगितलेल्या आहेत. अशा अनेक साधनांपैकी ही एक सूक्ष्मदेहाने प्रवास करण्याची विद्या.

या साधनेद्वारा साधक स्वदेहातून बाहेर पडतो व सूक्ष्म शरीराने पृथ्वीवर तसेच अंतराळात कुठेही भ्रमण करू शकतो. सूक्ष्म शरीर हे त्रिमितीच्या सर्व कक्षांच्या पलीकडे असल्याने या सूक्ष्मदेहाला भिंत अडवू शकत नाही क्षुधा, तृष्णा यांची बाधा होत नाही. मनोवेगाने हे संपूर्ण ब्रह्माण्डात कुठेही भ्रमण करू शकते. त्रिमितीच्या मर्यादा या सूक्ष्मदेहाला नसल्याने वातावरणात फिरणारे आत्मे दिसू लागतात. त्याचे विचार त्याला जाणून घेता येतात. मनोवेगाने शुक्र, मंगळ व गुरु इत्यादी ग्रहांवर जाऊन तेथील वातावरण व जीवसृष्टीचा अभ्यास करता येतो. इतकेच नव्हे तर त्याही पलीकडे ब्रह्माण्डात सर्वत्र संचार करता येतो. प्रत्येक लोकातील आत्म्याशी संपर्क साधून, भेट घेऊन विविध प्रकारचे ज्ञान मिळविता येते. याशिवाय पृथ्वीवर एका देशातून दुसऱ्या देशात कुठेही दिवसा व रात्री केव्हाही जाता येते. सूक्ष्म देहाने प्रवास

करण्याची विद्या हस्तगत झाल्यावर एका क्षणात मनोवेगाने ब्रह्माण्डाच्या दुसऱ्या टोकाला जाऊन ज्ञान मिळवून दुसऱ्या क्षणाला पुन्हा परत येता येते. याशिवाय सूक्ष्मदेहाला कुठलीही भाषा समजते. त्यामुळे भाषेचाही प्रश्न येत नाही. आकाशलेख (आकाशिक रेकॉर्ड) दिसू लागल्याने ब्रह्माण्डाचा, पृथ्वीचा सर्व इतिहास आपोआप कळून येतो. उर्ध्व लोकातील महासिद्धांशी संपर्क साधल्याने विविध प्रकारचे ज्ञान प्राप्त करता येते. याशिवाय या विद्येमुळे त्रिकालज्ञान, पूर्वजन्माचे ज्ञान इत्यादी विविध ज्ञानमार्ग मोकळे होतात.

या विद्येची साधना फारशी कठीण नसली तरी नियम मात्र कठीण आहेत. नियम भंग करणाऱ्या जवळ ही विद्या राहत नाही. म्हणून नियम प्रथम समजून घेणे आवश्यक आहे.

१) ही विद्या साध्य करू इच्छिणाऱ्याने शत्रू, मित्र असा भाव मनात ठेवू नये. द्वेष, मत्सर करू नये.

२) या विद्येने प्राप्त होणारे ज्ञान शक्यतो उघड करू नये. (वैयक्तिक अथवा व्यक्तिगत) परलोक तथा अन्य सामान्यज्ञान उघड करण्यास हरकत नाही.

३) कुठल्याही व्यक्तीच्या खासगी जीवनात डोकावू नये.

४) शत्रू (परराष्ट्र) भेद जाणून ते आपल्या राष्ट्राला सांगू नयेत.

५) पोट गच्च भरलेले असताना या साधनेचा फारसा उपयोग होत नाही. म्हणून अर्धपोटी असतानाच ही साधना करावी.

वरील नियम पाळून ही साधना करण्यास हरकत नाही. साधनेची पद्धत- योगातील शवासनाप्रमाणे सरळ पाठीवर झोपावे. एक-दोन वेळा

नाकाने दीर्घश्वसन करून तोंडाने (तोंडाचा आकार नळीसारखा करून) जोरात श्वास सोडावा. नंतर शांतपणे पडून श्वासोच्छवासावर लक्ष ठेवून मनातल्या मनात जप करीत राहावे. डोक्याखाली उशी घेऊ नये. शरीर सैल सोडून पडावे. नंतर मनानेच प्रथम पायाच्या अंगठ्याकडे पाहावे व तेथून हळूहळू वरवर मनाने पाहात आपल्या डोक्यापर्यंत पाहात यावे. कल्पना करावी की, आपण आपल्या देहाच्या बाहेर पडत आहोत. हळूहळू अनुभव येईल, की पायापासून शरीरातील चेतना वरवर सरकत आहे व नंतर गळ्यापर्यंत चैतन्य येऊन थांबले आहे. हळूहळू गाल, ओठ, डोळे व डोके सुन्न पडत आहे, असे वाटेल. कदाचित यावेळी तुम्हाला एखादा शॉक बसल्याप्रमाणे झटका बसेल व पुन्हा तुम्ही मूळ पदावर याल, म्हणजे आतापर्यंत केलेला प्रयत्न फुकट गेला, असे समजावे व पुन्हा किंवा दुसऱ्या दिवशी तसाच प्रयत्न करावा.

या प्रयत्नात तुम्हाला एक अनुभव नक्की येईल की, अवघ्या दोन किंवा तीन मिनिटांत तुम्हाला खूप उत्साह प्राप्त झालेला आढळून येईल. तुमचा थकवा दूर झालेला आहे. तुम्ही आणखी खूप काम करू शकाल एवढा उत्साह तुम्हाला प्राप्त झालेला असेल. या साधनेचा हा अनुभव अगदी सुरुवातीला दिसून येतो. पुष्कळवेळा अशा पद्धतीने प्रयत्न करीत असताना गाढ झोपही लागते. निद्रानाशाचा रोग असणाऱ्यांना या पद्धतीचा फार चांगला उपयोग होतो.

याच अवस्थेमध्ये ध्यान केले असता कुंडलिनी जागृत होते. तसेच असाही अनुभव येतो, की तुम्ही शरीराबाहेर अधांतरी उभे आहात. तुमचा देह निद्रिस्थ अवस्थेत असलेला तुम्ही स्वत:च पाहता. नंतर इकडे तिकडे फिरण्यास सुरुवात कराल. हळूहळू ते जमू लागेल. नंतर सरळ आकाशमार्गे

तुम्हाला हव्या त्या ठिकाणी जाता येईल. परग्रहावरही काही क्षणात जाऊन तेथील सर्व माहिती मिळवून तुम्ही परत येऊ शकाल. वेदामध्ये या साधनेला **'वैश्वानर विद्या'** म्हटले आहे. एकदा या साधनेची सवय झाली की, कालांतराने बसूनही देह सोडता येतो. हव्या त्या ठिकाणी जाता येते. सर्व सामान्य माणसास न दिसणाऱ्या व गुप्तरूपाने तपस्या करणाऱ्या अनेक सिद्ध योग्यांची दर्शने तुम्हाला घेता येतात. स्वर्गातील तसेच परलोकातील उच्च कोटीच्या महात्म्यांशी तथा देवतांशी संपर्क साधून किंवा भेट होऊन ज्ञान मिळविता येते. भूत, भविष्य व वर्तमान तीनही काळांचे ज्ञान तुम्हाला आपोआप येऊ लागते. या प्रयोगाची चांगली सवय झाल्यावर प्रयोग करते वेळी कुणाला तरी सांगून ठेवावे. कारण ज्यावेळी आपण शरीराबाहेर असतो तेव्हा आपल्या शरीराला कुणी अकारण हलविले, धक्का दिला, तर आपल्याला वर त्याची जाणीव होऊन एका सेकंदात दाणकन आपटल्याप्रमाणे आपण शरीरात घुसतो. शक्यतो हे प्रयोग एकांतात एकट्यानेच करावेत. येथे एक प्रश्न कदाचित तुमच्या मनाला भेडसावेल तो असा, की या प्रयोगाने मृत्यू तर ओढवणार नाही ? याचे उत्तर देण्यापूर्वी मृत्यू म्हणजे काय हे समजायला हवे. माणसाचा स्थूल देह व सूक्ष्म देह यांना जोडणारा एक तंतू असतो. याला रजतरज्जू (silver cord) असे म्हणतात. तुम्ही जेव्हा देहाबाहेर पडता तेव्हा तुमच्या नाभीकमलांतून हा रजतरज्जू बाहेर येतो.

ब्रह्माण्डाच्या अंतिम टोकाला जरी तुम्ही गेलात तरी, तुमच्या स्थूल देहाला व सूक्ष्म देहाला सांधणारा हा रजतरज्जू कधीही तुटत नाही. त्यामुळे तुम्ही कितीही लांब जाऊ शकता. स्थूल देहाशी तुमचा संपर्क तुटत नाही.

जेव्हा स्थूल देहाशी तुमच्या सूक्ष्म देहाला जखडून ठेवणारा हा रजतरज्जू तुटतो तेव्हा मृत्यू येतो. परमेश्वराने दिलेले मर्यादित आयुष्य जोपर्यंत संपत नाही तोपर्यंत हा रजतरज्जू तुटत नाही. जेव्हा आयुष्य संपते तेव्हा स्थूल देहाला जखडून ठेवणारा हा रजतरज्जू तुटतो व जीव सूक्ष्मदेहाबरोबर परलोकात जातो. म्हणून काहीही भीती न बाळगता हा प्रयोग करून पाहण्यास हरकत नाही.

सिद्धयोग्यांचा विहंगम सिद्धयोग

आतापर्यंत अनेक मार्गांचे विवरण आपण वाचले आहे. यापैकी कोठल्याही एक किंवा अनेक मार्गांचे आचरण करून पूर्णसमाधीस्थिती प्राप्त झाल्यानंतर ऋषी, सिद्ध, महासिद्धांचा सिद्धयोग मार्ग सुरू होतो.

निर्विकल्प समाधीस्थिती प्राप्त झाल्यानंतर योगमार्गाला दोन फाटे फुटतात व कोठल्या मार्गाने जावयाचे याचा निर्णय योग्याने स्वत:च घ्यायचा असतो. हे दोन फाटे म्हणजे –

१) स्वत:ला परमात्म्यामध्ये विलीन करणे.

किंवा

२) स्वत: परमेश्वर होणे.

असंख्य योगी पहिल्या मार्गाचा अवलंब करतात; परंतु लाखात एखादा योगी असा असतो की, तो दुसऱ्या मार्गाचा अवलंब करतो. या दुसऱ्या मार्गाला सिद्धयोग किंवा विहंगम मार्ग म्हणतात. या मार्गाच्या विषयी थोडक्यात माहिती पुढील प्रमाणे –

सिद्धयोगी प्रथम कायाकल्प करून नवीन देह धारण करतात. वेगवेगळ्या विषारी वनस्पतींच्या रसाचे सिद्धयोगी सेवन करतात. तसाच रस सर्वांगाला फासतात. या वनस्पती अतिशय भयानक व उग्र असतात. शरीरातील चर्म, अस्थी, मांस सारे काही वितळून शरीर नष्ट होते. वनस्पतींचे

रस पिऊन व अंगाला फासून सिद्धयोगी उन्हामध्ये समाधी लावून बसतो. वनस्पतींचा रस आपले कार्य करीत राहतो. काही दिवसांतच मूळ शरीर नष्ट होते. त्या जागी दीड दोन फूट उंचीचा एक गोळा दिसू लागतो. हा मांसाचा गोळा लिबलिबीत असतो. सूर्याच्या प्रखर किरणांनी तो तापून घट्ट होतो. अशा प्रकारे अंड्याच्या आकाराचा हा दीड दोन फुटांचा गोळा सहा महिने उन्हामध्ये तापत असतो. सहाव्या किंवा सातव्या महिन्यामध्ये तो गोळा फोडून आतून योगी एक वर्षाच्या शिशुच्या रूपाने बाहेर येतो. त्याचे शरीर जरी एक वर्षाच्या लहान मुलाचे असले तरी ज्ञान व सामर्थ्य पूर्वीचेच असते. यामुळे या योग्याला कशाचीही कमतरता पडत नाही. इतरांवर त्याला अवलंबून राहावे लागत नाही. या नवीन देहाद्वारे तो पुनश्च तपस्या करू लागतो.

◆ सूर्यविज्ञान ◆

सूर्यविज्ञान म्हणजे सूर्याच्या किरणांपासून जड-चेतन पदार्थांची निर्मिती करणे. तपश्चर्येद्वारा योगी हे विज्ञान आत्मसात करतात. हे विज्ञान आत्मसात झाल्यावर योगी समस्त ब्रह्माण्डाची निर्मिती करू शकतो. त्याला अशक्य असे काहीच राहत नाही. या सूर्यविज्ञानाची वाचकांना पुसटशी कल्पना येण्यासाठी काही उदाहरणे देत आहे.

१) समजा, एखादा मनुष्य मृत झाला आहे. लोक त्याला स्मशानात नेतात व जाळतात. महायोगी या राखेपासून पूर्वीचाच मनुष्य सहज निर्माण करू शकतो. सूर्यविज्ञानामध्ये हे एवढे सामर्थ्य आहे.

२) समजा, सूर्यविज्ञानात प्रवीण असणाऱ्या एखाद्या योग्याजवळ तुम्ही गेलात, तुम्हाला काही गोष्टी विचारायच्या आहेत. त्या सर्व गोष्टी तुम्ही एखाद्या कागदावर लिहिल्या आहेत. सूर्यविज्ञानात प्रवीण असणाऱ्या योग्याला तुम्ही तो कागद वाचून दाखविला व तुमच्या प्रश्नांची उत्तरे विचारली

तर तो पुढील प्रमाणे करू शकतो.

योगी प्रथम तुम्हाला तो कागद जाळण्यास सांगेल. त्याची झालेली राख तो फुंकून उडवून लावायला सांगेल. राख पूर्ण उडून गेल्यानंतर योगी तुमचा तोच कागद पुन्हा निर्माण करून तुम्हाला देईल. त्यावर तुमच्या सर्व प्रश्नांची उत्तरेही लिहिलेली असतील.

◆ किरातकुंभक ◆

योगी किरातकुंभकासारख्या योगामध्ये प्रावीण्य मिळवितो. या साधनेद्वारा योगी सशरीर भिंतीतून आरपार जाऊ शकतो किंवा भिंतीपलीकडील एखादी वस्तू उचलून घ्यावयाची असल्यास तो सरळ भिंतीत हात घालून ती वस्तू उचलून घेऊ शकतो. असे योगी एखाद्या प्रचंड शिलेतही राहून आपली तपस्या करीत राहू शकतात. मला वाटते अशा काही कारणांमुळेच भारतात अनेक ठिकाणी शिळा पूजन होते. या ठिकाणी एखादा महायोगी शिळेत राहून तपस्या करीत असतो. बंगालमध्ये तारकेश्वर नावाचे स्थान आहे. येथे एक प्रचंडशिळा असून, या शिळेलाच **'तारकेश्वर'** म्हणतात. आधीव्याधींनी गांजलेले लोक येथे येऊन राहतात. त्यांच्या समस्या निवारण होतात. रोगी लोकांना उशाखाली औषधी मुळ्या ठेवलेल्या आढळतात. हे सर्व कार्य भगवान तारकेश्वर करतात म्हणजे त्या शिळेमध्ये राहाणारे महायोगी करतात. केदारनाथला प्रचंड शिलाच आहे. मला वाटते या शिळेमध्येही कोणीतरी महान आत्मा तप करीत असावा.

किरातकुंभकाने योगी देहासहित चैतन्य होतो.

सिद्धयोगामध्ये योगी देहासहित परमात्मा होतो. त्याचा देह चैतन्य होतो. असा योगी जेव्हा पाण्यामध्ये बसून तपस्या करतो त्यावेळी तो स्वत: पाणीच होतो, म्हणजे योगी नदीत बसला, की नदीच होतो. समुद्रात

बसला तर समुद्र होतो, शिळेत बसला तर शिळा होतो व वायुमध्ये बसला तर देहासहित शून्य होतो, वायुपेक्षाही सूक्ष्म होतो. या सर्व गोष्टी तो देहासहित करतो.

संपूर्ण सृष्टीची उत्पत्ती करणे, पालन करणे अथवा विलय करणे या सर्व गोष्टी योग्याला करतलामलकवत होऊन जातात. तो देहासहित महाशून्य होतो. परमेश्वर होतो. चराचरात अखंड ब्रह्माण्डात तो भरून राहतो. भारत देश खरोखरच धन्य आहे, की जेथे असे देहधारी परमेश्वर आजही असून, जनतेला सन्मार्गाला लावण्यासाठी विविध उपाय करीत आहेत.

वरील सर्व वर्णन वाचून वाचकांच्या मनात एक प्रश्न निर्माण झाला असेल तो म्हणजे, या सर्व गोष्टी योगी शिकतात तरी कोठे? याचे उत्तर असे–

भारतात हिमालय, सह्याद्री, आबू, विंध्य, श्रीशैल, गिरनार इत्यादी पर्वतांमध्ये गुप्तरूपाने हजारो वर्षांपासून तपस्या करणारे महान ऋषी आजही आहेत. यातील काही अगदी तरुण रूपांत राहतात; परंतु त्यांचे वय हजाराहूनही अधिक असू शकते. तर काही पूर्वीच्या युगातीलही ऋषी समाधिस्थ आहेत. यापैकी हिमालयामध्ये राहणारे महायोगी या सर्व क्रिया योग्यांना शिकवितात. पृथ्वीतलावर ज्यांनी निर्विकल्प समाधी अवस्था प्राप्त केलेली आहे, अशाच योग्यांना येथे प्रवेश मिळतो. बाकी सामान्य मानवाने संपूर्ण हिमालय पालथा घातला तरी हे चिरंजीव, कालजयी महायोगी भेटत नाहीत. अर्थात एखाद्या भाग्यवानास भेटतातही हा भाग वेगळा.

हिमालयातील या चिरंजीव व कालजयी महायोग्यांच्या राहण्याच्या ठिकाणास '**ज्ञानगंज**' असे म्हणतात. येथे हजारो वर्षांपासून महायोगी रहात असून, पृथ्वीतलावरून येणाऱ्या योग्यांना उच्च दीक्षा येथे दिल्या जातात.

असे म्हणतात की, कैलास पर्वत, मानस सरोवर व कौशिक पर्वत या परिसरामध्ये हे गुप्त स्थान असून, येथे अगदी सृष्टीच्या आरंभकालापासून तो गत एक हजार वर्षांपर्यंतचे चिरंजीव योगी आजही वास्तव्य करून आहेत. यातील काही योगीच पृथ्वीतलावरून येणाऱ्या योग्यांना सिद्धयोग शिकवितात.

सामान्य मानवाला ही ठिकाणे दिसतच नाहीत. असे म्हणतात की, या स्थानांमध्ये राहणारे काही ऋषी २० ते २५ फूट उंचीचे असून, त्यांच्या अंगावरील प्रत्येक रोमही चैतन्यमय आहे. त्यांच्या केवळ दर्शनानेच प्रचंड ज्ञानाचा लाभ होतो. अशा महायोग्यांनाच '**परमेश्वर**' म्हटले जाते. नेपाळ व तिबेटच्या काही भागातही अशा योग्यांचे वास्तव्य आहे, असे म्हणतात.

सिद्धयोगाचा मार्ग न संपणारा आहे. या मार्गात हजारो वर्षे शिकत राहावे लागते. दररोज नवीन ज्ञान व नवीन सामर्थ्य निर्माण होत असते. कुंडलिनी सहस्त्रार चक्रात पोहोचल्यानंतर मग खऱ्या अर्थाने सिद्ध योगाची सुरुवात होते. त्या वेळी कुंडलिनी हे नाव संपते व सहस्त्रार चक्राच्या पुढील प्रवासाला मारुती म्हटले जाते. येथून पुढे योग्याचा शून्यातून प्रवास सुरू होतो. ब्रह्मा-विष्णू-महेश अशा सर्व अवस्था ओलांडून योगी देहासहित '**परम परमेश्वर**' होतो.

भारतातील अद्‌भुत नाडीग्रंथ

तो काळ कृतयुगाचा होता. सृष्टी रचनेस नुकताच प्रारंभ झाला होता. स्वयं परमेश्वर अनेक रूपांनी प्रकट झाला होता. **'एकोऽहम् बहुस्याम्'** (मी एक आहे अनेक व्हावे) या संकल्पाबरोबरच सृष्टी रचनेस प्रारंभ झाला. सूर्य-चंद्र-ग्रह नक्षत्र-तारे यांची रचना झाली. नंतर ईश्वरी संकल्पानुसार अनेक ऋषी निर्माण झाले.

स्वयंभू, अयोनीसंभव, त्रिकालज्ञ ऋषींनी भावी जग कसे असेल हे जाणून असंख्य ग्रंथांची रचना केली. यात नाडीग्रंथ प्रमुख आहेत. नाडीग्रंथांमध्ये प्रत्येक व्यक्तीचे भविष्य तंतोतंत वर्तविलेले असते. हजारो वर्षांपूर्वी ऋषींनी भावी काळात जन्माला येणाऱ्या प्रत्येक व्यक्तीचे भविष्य लिहून ठेवलेले आहे. त्याची अचूकता पाहून आश्चर्य वाटते. इतकेच नव्हे तर त्या ऋषींना भविष्यकथन करताना ज्या व्यक्तीचे भविष्य कथन करीत आहेत, ती व्यक्ती केव्हा आपले भविष्य जाणून घेण्यास येईल, याचेही ज्ञान होते. त्यामुळे काही ठिकाणी वर्तमानकाळात भविष्य वर्णन केलेले आहे. तर काही ठिकाणी अर्धवट भविष्य सांगून या पुढील भविष्य अमुक वर्षांनी वाचावे, असे स्पष्ट आदेश दिलेले आहेत.

उत्तर हिंदुस्थानात या ग्रंथांना संहिता असे म्हणतात. तर दक्षिण हिंदुस्थानात या ग्रंथांना नाडीग्रंथ असे म्हणतात. नाडीग्रंथ एकूण किती

आहेत, हे समजायला मार्ग नाही, तरी पण जी नावे ऐकण्यास मिळतात त्याप्रमाणे एकूण सतरा-अठरा तरी नाडी ग्रंथ असावेत. त्यांची नावे पुढील प्रमाणे आहेत.

१) ईश्वरनाडी २) वशिष्ठ नाडी ३) शुकनाडी ४) बुधनाडी ५) ध्रुवनाडी ६) शुक्रनाडी ७) भृगुनाडी ८) सूर्यनाडी ९) नंदीनाडी १०) काकनाडी ११) नारदनाडी १२) अगस्त्यनाडी १३) कौशिकनाडी १४) चंद्रनाडी १५) अरुणनाडी १६) सत्यनाडी १७) भीमनाडी १८) अत्रिनाडी

ईश्वरनाडी, वशिष्ठनाडी, अगस्त्यनाडी हे ग्रंथ तामिळनाडू राज्यातील मयूरम येथे असून, काकनाडी किंवा काकाभुजंदर नाडी हा ग्रंथ पूर्वी तंजावूर येथे होता. तेथून तो ग्रंथ कुंभकोणम येथे हलविण्यात आला. सुमारे १०० वर्षांपूर्वी कुंभकोणम येथे काकनाडी किंवा काकाभुजंदरनाडी हा ग्रंथ होता; परंतु सध्या मात्र तो तेथे नाही. या ग्रंथाविषयी खूप ठिकाणी चौकशी करूनही या ग्रंथाचा ठाव ठिकाणाच मिळत नाही. तर बुधनाडी बंगलोर येथे आहे असे म्हणतात. दिल्ली व मेरठ येथेही नाडीग्रंथ असल्याची माहिती मिळते.

◆ ईश्वरनाडी ◆

तंजावूर जिल्ह्यातील कुंभकोणम व मायावरम या प्रसिद्ध तीर्थक्षेत्रांपासून सुमारे चाळीस ते पंचेचाळीस किलोमीटर अंतरावर वैद्येश्वरन कोईल या गावी ईश्वरनाडी नावाचा ग्रंथ आहे.

नाडीग्रंथ वाचणारा पंडित प्रथम अंगठ्याचा ठसा घेतो. या ठश्यावरून तो तुमच्या भविष्याचे पान शोधून काढतो. तद्नंतर तो तुम्हाला तुमचे नाव, तुमच्या आई-वडिलांचे नाव, तुम्हाला किती भाऊ-बहिणी आहेत, इत्यादी सर्व माहिती सांगतो. ही सर्व माहिती बरोबर आल्यानंतर पुढील भविष्य वाचण्यास सुरुवात करतो व मृत्यूपर्यंत सर्व भविष्य अचूक सांगितले जाते.

या मध्ये तुम्हाला किती मुलगे व किती मुली होणार हे अचूक सांगितले जाते.

एखाद्या व्यक्तीला दुःख व क्लेश असतील तर पूर्वजन्मीच्या कुठल्या पाप कर्मामुळे हे दुःख व क्लेश भोगावे लागत आहेत व त्यावर उपाय काय, हेही सांगितले जाते.

◆ काकनाडी किंवा काकाभुजंदरनाडी ◆

या ग्रंथात इतर नाडीग्रंथांप्रमाणे असंख्य मानवांची व्यक्तीगत भविष्ये असून, विशेष म्हणजे काकाभुजंदर ऋषींनी या ग्रंथात जागतिक भविष्येही लिहिलेली आहेत. खूप प्रयत्न करूनही मद्रास, तंजावूर, काकीनाडा, कुंभकोणम येथे या ग्रंथाचा शोध लागू शकला नाही. परंतु त्या भागातील लोक जे सांगतात त्याचा सारांश पुढील प्रमाणे –

१८०० नंतर जगामध्ये प्रचंड वेगाने वैज्ञानिक प्रगती होऊन इ. स. २००० सालापर्यंत मानवाने प्रगतीची परिसीमा गाठलेली असेल. परंतु या वैज्ञानिक प्रगतीबरोबर मानव धर्म विसरेल व ऐहिकतेलाच सर्वस्व मानू लागेल. ईश्वराच्या अस्तित्वाविषयी तो शंका धरू लागेल. मानवता विसरून जाईल. मानव महत्त्वाकांक्षी व भयंकर अहंकारी बनेल. यामुळे सृष्टीवर शासन करणाऱ्या असंख्य देवी-देवतांचे कोप होऊन पृथ्वीवर प्रलयंकारी स्थिती निर्माण होईल. १९९८ ते २०२० या काळात प्रचंड क्रांती होऊन प्रचंड नरसंहार होईल. १९८६ ते २०२६ या काळात ठिकठिकाणी भूकंप, भूस्खलन, ज्वालामुखी उद्रेक व चक्रीवादळे होऊन प्रथम ईश्वरीकोपाच्या सूचना मानवास मिळतील. याने मानव शहाणा न झाल्यास १९९६ ते २०२० या काळात प्रचंड नरसंहार होऊन पृथ्वीवरील ८० टक्के जनसंख्या नष्ट होईल. २०२० पासून नवीन मन्वंतर सुरू होईल. या नवयुगातील मानव धार्मिक, सज्जन व मानवतावादी असेल.

आगामी काळात घडणाऱ्या या महाक्रांतीमध्ये पृथ्वीवरील अनेक देश नकाशावरून पुसले जातील, तर काही युद्धांमध्ये बेचिराख होतील. हिमालय पर्वतावरील बर्फ वितळून त्याचे पाणी विंध्यपर्वतापर्यंत येईल, असेही या ग्रंथात लिहिले असल्याचे सांगतात. काकभृशुंडी किंवा काकाभुजंदर यांनी लिहिलेल्या भविष्याप्रमाणे इतर काही योग्यांनीही जागतिक भविष्ये लिहिलेली आहेत. तीही जवळ जवळ एकसारखीच आहेत. अनेक योग्यांशी जागतिक भविष्याविषयी चर्चा केली असता १९९५ ते २०२० पर्यंतचा काळ क्रांतिकारक असल्याचे सर्वजण सांगतात.

या काकनाडी ग्रंथात असेही लिहिलेले आहे, की आगामी काळात चंद्र पूर्णरूपेण प्रकाशित राहील. म्हणजे अमावास्या होणार नाही. चंद्राच्या कला असणार नाहीत. तसेच पृथ्वीवरील महिना १६ दिवसांचा असेल, असेही म्हटलेले आहे. परंतु या घटनांचा कालखंड निश्चित असा कोणी सांगत नाही.

परलोक विश्व

पृथ्वीवरील मानवाचे जीवन म्हणजे एक पाठशाळा असून, सुख-दुःख, हानी-लाभ, मान-अपमान, जय-पराजय, संपत्ती-विपत्ती, अशा विविध मार्गांनी परमेश्वर माणसाला शिक्षण देत असतो. पृथ्वीवरील विविध योनींतून तसेच पृथ्वीबाहेरील अनेक चांगल्या-वाईट लोकांतून या पृथ्वीवर आत्मे मनुष्य योनीत जन्म घेत असतात. यामुळे प्रत्येक माणसाची बुद्धी वेगवेगळी असते.

पृथ्वीवरील माणसाचे आचरण, त्यांच्यातील प्रवृत्ती यांजकडे जाणीवपूर्वक दृष्टीक्षेप टाकल्यास मृत्यूनंतर तो कुठल्या लोकांत जाईल हे सहज लक्षात येते. त्याचप्रमाणे पृथ्वीवरील माणसामधील सद्‌गुण व दुर्गुणांकडे एक सहज दृष्टीक्षेप टाकून त्यावर चिंतन केल्यास हा मनुष्य पूर्वजन्मी कोण होता किंवा कुठल्या स्तरावरून हा पृथ्वीवर जन्माला आला हे लक्षात येते.

पृथ्वी ही एक शिक्षण संस्था आहे. येथे मानवाने सद्‌गुण शिकावे व परलोकातील आनंदमय लोकात प्रवेश प्राप्त करावा, अशी ईश्वराची इच्छा असते. यासाठी परोपकार, ईश्वरचिंतन एवढ्या दोन गोष्टी पुरेशा असतात. याहून अधिक सद्‌गुण प्राप्त केल्यास मनुष्य संत बनतो.

याउलट, स्वार्थ, लोभ, क्रोध, अहंकार अशा दुर्गुणांच्या आधीन मनुष्य झाल्यास त्याची अधोगती होते. त्याला पुनश्च पशुयोनीत जन्म घ्यावा

लागतो किंवा भूतप्रेतादी अंधकारमय विश्वात त्याला हजारो वर्षे खितपत पडावे लागते. यावरून एक गोष्ट लक्षात येईल, की पृथ्वीवरील मनुष्य स्वेच्छेने उर्ध्व किंवा अधोगतीला जाऊ शकतो.

मृत्यूनंतर ज्या परलोक विश्वात मनुष्याला जावे लागते ते विश्व कसे आहे, हे आता पाहू.

◆ पहिला लोक ◆

हा लोक पृथ्वीला अगदी चिकटून आहे. या लोकामध्ये भयंकर अंधकार आहे. करोडो वर्षांपासून या लोकामध्ये सूर्याचा एक किरणही पोहोचलेला नाही. याला प्रेतलोक असेही म्हणतात.

पृथ्वीवरील दुष्ट व राक्षसी प्रवृत्तीचे लोक येथे विविध प्रकारच्या यातना भोगत असतात. खून करणे, दरोडे घालणे, अत्याचार करणे, दहशत निर्माण करणे, असे प्रकार करणाऱ्या लोकांना मृत्यूनंतर या लोकात यावे लागते.

या लोकातील पापी आत्म्यांचे आकार अतिशय भयंकर असतात, की ज्याची आपण कल्पनाही करू शकत नाही.

एकदा का मनुष्याचा आत्मा या लोकात आला, की हजारो वर्षे त्याची सुटका होत नाही. त्यातून एखाद्याला त्याच्या कृतकर्माचा पश्चात्ताप झाला तर ईश्वरी नियमानुसार त्याला गिधाड, घुबड, वटवाघुळ, गाढव, बैल, घोडा अशा प्रकारचा जन्म प्राप्त होतो. काही आत्म्यांची तर अशी परिस्थिती होते, की ते ज्या जागी मृत झाले त्याच जागी हजारो वर्षे चिकटून राहतात. या पहिल्या लोकामध्ये लाखो वर्षांपासूनचे जीव अद्याप यातना भोगत आहेत.

◆ दुसरा लोक ◆

हा दुसरा लोकही पहिल्या लोका इतकाच अंधकारमय आहे. पृथ्वीवर जे लोक घमेंड, फसवणूक, चोरी, विश्वासघात, लाच खाणे, स्त्रियांची अब्रू लुटणे, कारस्थान करणे. अशा गोष्टी करणारे तसेच जे लोक लोभी व स्वार्थी आहेत, अशा सर्व लोकांची रवानगी मृत्यूनंतर या लोकात केली जाते.

'पेरावे तसे उगवते' हा न्याय ईश्वराच्या सृष्टीत सर्वत्र लागू आहे. पृथ्वीवर केलेल्या वाईट कर्माची फळे भोगण्यासाठी मनुष्यांना या लोकात यावे लागते.

या लोकातील आत्म्यांनाही हजारो वर्षे सद्‍गती प्राप्त होत नाही.

या लोकातील काही आत्मे तर पृथ्वीवरील शिळांमध्ये वास्तव्य करून असतात. अशा प्रकारे पृथ्वीवरील साठ-सत्तर वर्षांच्या आयुष्यामध्ये जे लोक सत्कर्मे न करता दुष्कर्मे करतात, अशा सर्व लोकांना मृत्यूनंतर हजारो वर्षे यातना भोगाव्या लागतात.

◆ तिसरा लोक ◆

रात्रीच्या वेळी एखाद्या खोलीमध्ये जेवढा अंधार असतो. त्यापेक्षा थोडा दाट अंधकार या तिसऱ्या लोकांमध्ये असतो. पृथ्वीवर ज्यांना आम्ही भुते म्हणतो, ती प्रत्यक्षात या तिसऱ्या लोकातील पिशाच्चे असतात. ही पिशाच्चे पृथ्वीवरील दुर्बल मनाच्या मानवांना पकडतात व त्रास देतात.

पृथ्वीवर जे लोक जारण-मारण (काळी विद्या) किंवा भूत-प्रेतांना आधीन करून घेणे, अशा प्रकारच्या साधना करतात, असे सर्व लोक या प्रांतात येऊन राहतात. काही शतके शिक्षा भोगल्यानंतर येथील आत्म्यांना परोपकाराची संधी दिली जाते. ज्यांना अशी संधी मिळते ते पृथ्वीवरील

काही लोकांच्या अंगात संचार करून, लोकांना मार्गदर्शन करतात. बऱ्याच वेळेला हे आत्मे विविध देवी-देवतांची नावे सांगतात. त्यामुळे भक्तांना असे वाटते की, माध्यमाच्या मार्फत आपल्याशी श्रेष्ठ आत्मा बोलत आहे. परंतु प्रत्यक्षात मात्र हे तिसऱ्या लोकातील एक पिशाच्च असते.

तिसऱ्या लोकातील आत्मे हे द्वेष, मत्सर करणारे, कपटी, स्वार्थी, आसुरी महत्त्वाकांक्षा बाळगणारे असतात. वृद्ध, बेढब, कुरूप, जराजर्जर अशा अवस्थेत हे लोक अंधाऱ्या गुहांमधून राहतात.

कमकुवत मनाच्या मनुष्यांवर हे आत्मे आपला प्रभाव गाजवितात. पृथ्वीतलावरील दारू पिणारे लोक, वेश्या, गुन्हेगार, कसाई, अशा लोकांवर तिसऱ्या लोकातील पिशाच्चांचा खूप प्रभाव असतो.

तिसऱ्या लोकातील ही पिशाच्चे सतत भांडत असतात. एकमेकांना घाणेरड्या शिव्या देत असतात. मारामाऱ्या करीत असतात.

पृथ्वीवरील मानवांमध्ये भांडणे, द्वेष, मत्सर, ईर्षा, लोभ व स्वार्थ, कंजूषपणा इत्यादी दुर्गुण निर्माण करतात.

पृथ्वीवरील काही तांत्रिक, भुतांना आपले गुलाम करून सामान्य जनांना अनेक चमत्कार दाखवितात. अशा तांत्रिक लोकांना या लोकात येऊन इतर तांत्रिकांचे गुलाम व्हावे लागते. जीवात्म्याच्या येथपर्यंतच्या प्रवासास धूम्रयानमार्ग असे म्हटले जाते.

◆ चौथा लोक ◆

या चौथ्या लोकातील वातावरण अगदी पृथ्वीसारखे आहे. पृथ्वीतलावर ज्यांनी पाप केले नाही; परंतु फारसे पुण्यही केले नाही, अशा जीवांना या लोकात यावे लागते.

ज्या मार्गाने आत्मे या लोकात येतात त्या मार्गास पितृयान मार्ग

असे म्हणतात. त्यामुळे या लोकाला पितृलोक असेही म्हणतात. हा लोक खालील अधोलोक व वरील स्वर्गलोक यांच्या मध्यावर आहे. यामुळे या लोकाला '**ब्रह्माण्डाची नाभी**' असेही म्हटले जाते.

पृथ्वीतलावरील कुटुंबवत्सल जीव या लोकात येऊन राहतात. येथे त्यांचे असंख्य नातेवाईक व मित्रमंडळीही त्यांना भेटतात. पृथ्वीवरील यांचे वंशज जेव्हा यांची आठवण काढतात, यांच्या नावाने प्रार्थना, दान-धर्म इत्यादी करतात तेव्हा यांना खूप आनंद होतो.

येथील लोक आपआपल्या धर्मानुसार प्रार्थना करीत असतात. येथे मंदिर, मस्जिद, चर्च अशी प्रार्थना स्थळेही आहेत.

चौथ्या लोकातून पाचव्या लोकाच्या दिशेने जसजसे वर जावे तसतसे वातावरण शांत व सुंदर होऊ लागते. या वातावरणात काही महात्मेही राहतात. ते तेथील आत्म्यांच्या उद्धारासाठी प्रयत्न करतात. चौथ्या लोकाच्या अगदी शेवटी एक नदी असून, या नदीला '**वैतरणा**' म्हणजे तरून जाण्यास कठीण असे नाव आहे. ही नदी पार केल्यावर स्वर्गलोकाची सुरुवात होते.

◆ पाचवा लोक ◆

पृथ्वीतलावर जे लोक दान-धर्म करतात. परोपकार करतात, असे आत्मे वैतरणा नदीच्या किनारी आल्यानंतर तेथे त्यांना एक गाय दिसते. या गाईच्या शेपटीला धरून आत्मा तरून जाण्यास कठीण अशी वैतरणा नदी पार करतो व स्वर्गलोकात प्रवेश करतो.

पृथ्वीतलावर जे लोक सत्पुरुषांची सेवा करतात, असे आत्मे आपले इहलोकातील वास्तव्य संपवून जेव्हा **वैतरणेच्या** किनारी येतात तेव्हा या नदीतून एक हात बाहेर येतो व तो या आत्म्याला **वैतरणा नदी** पार करून

देतो. पृथ्वीवरील सर्व साधारण पुण्यवान माणसाचा स्वर्ग प्रवेश जरी अशा प्रकारे होत असला तरी हा काही नियम नव्हे. काही अति पुण्यवान आत्मे स्वत:च्या पुण्यप्रभावाने सरळ सहाव्या किंवा सातव्या लोकातही जाऊ शकतात. परमेश्वराची ज्या रूपामध्ये ते लोक भक्ती करीत असतात त्या रूपाचे त्यांना दर्शन होते.

पृथ्वीवरील एखादा महात्मा जेव्हा समाधी घेतो तेव्हा स्वर्गलोकामध्ये फार मोठा उत्सव साजरा केला जातो. अशा महान आत्म्याच्या स्वागतासाठी कनिष्ठ स्वर्गलोक, स्वर्गलोक व उच्च स्वर्गलोकातील अनेक महात्मे एकत्र येऊन या महान आत्म्याचे स्वागत करतात.

या पाचव्या लोकात आल्यानंतर पुनश्च पृथ्वीलोकावर जन्म घेण्याची इच्छा सुद्धा होत नाही. पाचव्या लोकापासून स्वर्गलोकाला सुरुवात होते. हे लोक अत्यंत प्रकाशमय असल्याकारणाने यांना दिव्यलोक असेही म्हणतात. येथील आत्मे सुंदर, तेजस्वी व तरुण असतात.

पृथ्वीवरून जो आत्मा येथे येतो त्याला येथे आल्यानंतर सुंदर, तेजस्वी व चिरयौवन असे दिव्यरूप प्राप्त होते. पृथ्वीतलावर जे लोक प्रेम, परोपकार, नि:स्वार्थ सेवा व भक्ती करणारे असतात, अशा आत्म्यांचा या लोकात प्रवेश होतो.

ज्या मार्गाने आत्मे पाचव्या किंवा त्याहून उच्च अशा स्वर्गलोकात जातात, त्या मार्गाला '**देवयान मार्ग**' असे म्हणतात.

या पाचव्या लोकात आल्यानंतर एका सुंदर व विशाल भवनामध्ये नूतन प्रवेश करणाऱ्या आत्म्यास विश्रांती घेण्यास सांगितले जाते. येथे त्या आत्म्याला समाधीचा अनुभव येतो. या समाधीतून तो जेव्हा उठतो तेव्हा त्याला दिव्यस्वरूप प्राप्त झालेले असते.

पाचव्या लोकातील आत्मे परोपकाराचे कार्य करतात. पृथ्वीवरील

सन्मार्गाने जाण्याचा प्रयत्न करणाऱ्या प्रत्येक व्यक्तीस ते सहकार्य करतात.

पाचव्या लोकांमध्ये यक्ष, किन्नर, अप्सरा, अशा देव-देवतांही राहतात. येथील सर्व वातावरण दिव्य प्रकाशमय, आनंदमय, सौंदर्यमय आहे. येथे विविध रंगांचे पक्षी आहेत. यांच्या शरीरातून प्रकाश किरणे बाहेर पडत असतात. येथे मोठमोठे जलाशयही आहेत. या जलाशयातील पाण्यामधून निळ्या रंगाचा प्रकाश बाहेर पडत असतो. येथे केव्हाही रात्र होत नाही. येथील प्रकाश शीतल व उत्साहवर्धक असतो. संगीत व नृत्य या विषयावर येथे विविध प्रयोग केले जातात. येथील पशू-पक्षी सुद्धा दिव्य देहधारी असतात. येथील जमिनीवर अत्यंत सुंदर अशी हिरवळ असते. या हिरवळीवरून प्राणी, पशू किंवा मनुष्य जरी चालले तरी येथील हिरवळ तुडविली जात नाही किंवा त्या हिरवळीचे काही नुकसान होत नाही. येथील गाय, वाघ, सिंह, बकरी एकत्र राहतात. त्यांच्यात वैरभाव नसतो.

येथील आत्मे आपल्याला हवे तसे भवन केवळ संकल्पाने तयार करतात. त्यामुळे काही आत्मे तर जलाशयावर तरंगती घरे निर्माण करून राहतात. कधीकधी येथील आत्मे फुलांच्या शय्येवर विश्राम करतात.

पाचव्या लोकाहून उच्च अशा श्रेष्ठ लोकातील महात्मे वारंवार या पाचव्या लोकाला भेट देतात व येथील आत्म्यांच्या ज्ञानात भर टाकतात.

अशा श्रेष्ठ आत्म्यांच्या दर्शनाने पाचव्या लोकातील आत्म्यांची सूक्ष्म शरीरे अधिक पावन होतात व सहाव्या लोकामध्ये प्रवेश करण्याच्या दिशेने त्यांची प्रगती होते.

ध्यान ईश्वरचिंतन व स्वत:ची आध्यात्मिक प्रगती या व्यतिरिक्त पाचव्या लोकातील आत्म्यांना काही कामानिमित्त वरच्या किंवा खालच्या लोकात पाठविले जाते. अशावेळी त्यांना एक दिव्य कवच दिले जाते. या कवचाचा

उपयोग असा होतो की, ते जेव्हा खालच्या लोकात जातात तेव्हा खालच्या लोकातील वातावरणाचा त्यांना काहीही त्रास होत नाही व ते जेव्हा वरच्या लोकात जातात तेव्हा वरच्या लोकातील दिव्य तेज सहन करण्याची क्षमता त्यांच्या अंगी येते. पाचव्या, सहाव्या, सातव्या लोकातील आत्मे अशा प्रकारे परोपकाराचे कार्य करण्यासाठी संपूर्ण विश्वभर फिरत असतात. यावरून परोपकाराचे महत्त्व सहज लक्षात येते.

◆ सहावा लोक ◆

पाचव्या लोकातील सौंदर्याचे वर्णन करतानाच मानवी बुद्धीची परिसीमा होऊन जाते. तेथील सुख, शांती व आनंद अप्रतिम आहे. त्याचे वर्णन शब्दाने करता येणार नाही.

पाचव्या लोकाला कनिष्ठ स्वर्गलोक असे म्हणतात. तर सहाव्या लोकाला श्रेष्ठ स्वर्गलोक असे म्हणतात.

चौथ्या लोकातून जे लोक पाचव्या लोकात येतात किंवा पृथ्वी तलावरून सरळ जे लोक पाचव्या लोकात येतात, त्यांच्या बुद्धीचा खूप विकास, ते पाचव्या लोकात प्रवेश करण्यापूर्वीच झालेला असतो.

हिंदू, मुस्लिम, ख्रिश्चन, पारशी, यहुदी इत्यादी धर्मभेदाच्या भावना तसेच जातीभेद, वर्णभेद, वंशभेद अशा प्रकारचे सर्व भेद पूर्णत: मावळल्यानंतरच जीवात्म्याचा पाचव्या लोकात प्रवेश होतो.

पाचव्या लोकामध्ये नामरूपातील प्रकाशमय अशा एकाच परमेश्वराचे ध्यान व चिंतन करण्याची साधना शिकविली जाते व तीच साधना दृढमूल केली जाते. विश्वबंधुत्व, वैश्विक प्रेम व संपूर्ण मानवता इत्यादी सद्गुणांमध्ये परिपूर्णता प्राप्त झाल्यानंतर आत्म्याचा सहाव्या लोकात प्रवेश होतो. अर्थात हे गुण पृथ्वीतलावरील ज्या माणसांच्या अंत:करणांत असतात. त्यांना

सरळ सहाव्या लोकात प्रवेश मिळतो.

प्रत्येक लोकाचा एक अधिपती असतो. या अधिपतीच्या हाताखाली अनेक आत्मे मदतनीस म्हणून कार्य करीत असतात. हे सर्व अधिपती सातव्या लोकाच्या अधिपतीच्या अधीन राहून कार्य करीत असतात. म्हणजे सातव्या लोकाचा अधिपती हा सर्वाधिपती असतो. तो सातही लोकाचा अधिपती असतो.

कनिष्ठ स्वर्गलोकात प्रवेश मिळाल्यापासून पुढील सर्व लोकातील वैशिष्ट्य असे असते की, या लोकातील आत्मे चिरतरुण असतात.

समजा एखादा मनुष्य पृथ्वीवर मरताना त्याचे वय ९०/९५ वर्षांचे आहे. ते जरा-जर्जर शरीर टाकून तो जेव्हा पाचव्या किंवा सहाव्या लोकात प्रवेश करतो तेव्हा त्याचे सूक्ष्मशरीर अत्यंत तेजस्वी व ३०/३२ वयोमानाचे दिसून येते. ही सुविधा फक्त पाचव्या लोकापासूनच आहे. म्हणून देव-देवतांची चित्रे तरुण, यौवनसंपन्न अशी चितारली जातात. सौंदर्य हा स्वर्गलोकाचा स्थायीभाव असून, येथील प्रत्येक आत्मा सौंदर्यसंपन्न असतो.

येथील भूमीवर रत्ने इतस्तत: विखुरलेली असतात. भूमीचे रंगही वेगवेगळे असतात. काही ठिकाणी सुवर्णरंगी भूमी तर काही ठिकाणी पाचूच्या रंगाची भूमीही आहे.

सौंदर्य, आनंद व प्रसन्नता हे या लोकाचे वैशिष्ट्य आहे. पुण्यवान जीव हजारो वर्षे येथे आनंद उपभोगत राहतात. सर्वत्र प्रेमाचे व शांतीचे वातावरण असते.

हा श्रेष्ठ स्वर्गलोक विस्ताराने खूपच मोठा आहे. येथील काही भागात देवता राहतात. प्रत्येक देवतेचा स्वतंत्र महाल असतो. या देवतेचे विशिष्ट अधिकार असतात व आपल्या अधिकारानुसार त्या कार्य करीत असतात. या श्रेष्ठ स्वर्गलोकात विविध विभाग असून, या विविध विभागांना वेगवेगळी

नावे आहेत. उदा. – शुक्रलोक, बुधलोक, चंद्रलोक इत्यादी. या सर्वास मिळून स्वर्ग हे एकच नाव रूढ आहे.

शुक्रलोकात संगीताची आवड असणारे संगीततज्ज्ञ आत्मे राहतात. तर बुध लोकात बुद्धीमान, साहित्य वाङ्मय यात रुचि असणारे आत्मे राहतात. या लोकातील आत्मे पृथ्वीतलावरील मनुष्यांना प्रेरणा देतात. या प्रेरणेमुळेच वैज्ञानिक निरनिराळे शोध लावतात व संगीताला सृजन शक्तीचे सामर्थ्य प्राप्त करून देतात.

◆ सातवा लोक ◆

हा सर्वोत्तम लोक आहे. पृथ्वीवरील अत्यंत पुण्यवान आत्म्यांना या लोकात प्रवेश मिळतो. पृथ्वीवरील आत्मज्ञानी, ब्रह्मज्ञानी अशा महात्म्यांचा येथे निवास असतो.

संपूर्ण विश्वामध्ये सद्‌भाव निर्माण व्हावा, समस्त मानव जातीचे कल्याण व्हावे, म्हणून ज्यांनी प्रयत्न केले आहेत, अशा महान आत्म्यांना या लोकात प्रवेश प्राप्त होतो. या लोकाला '**सत्यलोक**' किंवा 'ब्रह्मलोक' असेही म्हणतात. या लोकाच्या अधिपतीला '**ब्रह्मा**' किंवा '**परमात्मा**' असे म्हणतात. या लोकात राहणारे आत्मे इतके तेजस्वी असतात, की सहाव्या लोकातील आत्म्यांनाही यांचे तेज सहन होत नाही.

मनाचा नाश झाल्यावरच या लोकात प्रवेश प्राप्त होतो म्हणून पृथ्वीतलावरील योगी साधनेद्वारा मनाचा नाश घडवून आणतात. मनाचा नाश झाल्यानंतरच या ब्रह्मलोकाचे द्वार उघडते.

◆ आठवा लोक ◆

या लोकालाही ब्रह्मलोक असेच म्हणतात. काही ठिकाणी याला

‘**विष्णूलोक**’ असेही म्हटले जाते. येथे प्रचंड तेज असल्याकारणाने तसेच प्राचीन- कालीन तपस्वी लोकांचे वास्तव्य येथे असल्याने याला तपोलोक असेही म्हणतात.

हजारो वर्षांचे तपस्वी, महायोगी, महाऋषी, महासिद्ध असे लोक येथे राहतात. या आठव्या लोकाचा एक पोट विभाग असून, त्याला नक्षत्रलोक असेही म्हणतात. येथेही काही ऋषींचे वास्तव्य आहे. तसेच उच्च कोटीच्या महादेवताही या लोकात राहतात. अत्यंत तेजस्वी असे हे परम आत्मे पृथ्वीतलावरील लोकांनी केलेल्या प्रार्थनेला प्रतिसाद देतात. येथे काही आत्मे वीस वर्षाच्या तरुण युवकाप्रमाणे व सोळा-सतरा वर्षाच्या तरुण युवतीप्रमाणे दिसतात.

◆ नववा लोक ◆

संस्कृतमध्ये सातव्या लोकाच्या अधिपतीला ‘**ब्रह्मा**’ व सातव्या लोकाला ‘**ब्रह्मलोक**’ किंवा ‘**सत्यलोक**’ असे म्हणतात.

आठव्या लोकाला संस्कृतमध्ये ‘**विष्णूलोक**’ किंवा ‘**वैकुंठलोक**’ असे म्हणतात. येथील अधिपतीला विष्णू असे म्हटले जाते. विष्णूला ‘**परमात्मा**’ असेही म्हणतात. नवव्या लोकाला संस्कृतमध्ये ‘**शिवलोक**’ असे म्हणतात. येथील लोकाच्या अधिपतीला ‘**परमेश्वर**’ असे म्हटले जाते. नवव्या लोकाच्या शेवटच्या भागाला ‘**शक्तीलोक**’ असे म्हणतात. पृथ्वीपासून इतर सर्व लोकातील आत्म्यांना येथून शक्ती प्राप्त होते.

◆ शून्य लोक ◆

प्रथम लोकापासून नवव्या लोकापर्यंत परमात्म्याची सत्ता चालते. परंतु शून्य लोकामध्ये कुणाचीही सत्ता नाही.

या शून्य लोकामध्ये सातव्या, आठव्या व नवव्या लोकातील परम आत्मे आपला तेथील कार्यभाग संपल्यावर येऊन राहतात.

हा शून्यलोक इतका विशाल आहे, की आपली असंख्य ब्रह्मांण्डे त्याच्या पोटात सहज मावतील. पृथ्वीतलावरील महासिद्ध या शून्य लोकात योगसाधनेद्वारा प्रवेश करतात व स्वत: शून्य होऊन पृथ्वीतलावर सदेहाने जगतात.

ईश्वरप्राप्तीचे चार मार्ग

१. योगमार्ग

योगसाधना करताना पोट रिकामे असावे. पाणी प्याल्यानंतर अर्धा तास व जेवणानंतर पाच तास साधना करू नये. पहाटे पाच ते साडेसहा ही वेळ साधनेसाठी सर्वोत्तम !

पूर्वेकडे किंवा उत्तरेकडे तोंड करून साधना करावी.

१. उजव्या हाताच्या अंगठ्याने उजवी नाकपुडी दाबून, डाव्या नाकपुडीने दीर्घ श्वास घ्यावा व सोडावा. असे २१ वेळा करावे. नंतर उजव्या हाताच्या मधल्या दोन बोटांनी डावी नाकपुडी दाबून उजव्या नाकपुडीने तसाच २१ वेळा श्वासोच्छवास करावा.

२. उजव्या हाताच्या अंगठ्याने उजवी नाकपुडी दाबावी व डाव्या नाकपुडीने श्वास घ्यावा. नंतर मधल्या दोन बोटांनी डावी नाकपुडी दाबून उजव्या नाकपुडीने श्वास सोडावा. नंतर उजव्या नाकपुडीने श्वास घेऊन तो डाव्या नाकपुडीने सोडावा.

श्वास रोखून धरण्याची मुळीच आवश्यकता नाही.

अशा प्रकारे दररोज किमान एकवीस प्राणायाम सकाळी व संध्याकाळी करावे.

वरीलप्रमाणे प्राणायाम केल्याने मनात येणाऱ्या विचारांची संख्या कमी कमी होत जाते. मन एकाग्र होऊ लागते. सुरुवातीला एकवीस प्राणायाम करावेत. काही दिवसांनंतर प्राणायामांची संख्या वाढविली तरी चालेल. ज्यांना साधनेत प्रगती व्हावी असे वाटते, त्यांनी प्राणायामाच्या संख्येत हळूहळू वाढ करीत जावे. दररोज ३३३ प्राणायाम केल्याने सहा महिन्यांत नाड्या शुद्ध होतात. परंतु याच बरोबर सात्त्विक भोजनाची आवश्यकता आहे. दररोज अर्धा चमचा साजूक तूप प्यावे किंवा जेवणात वापरावे.

३. प्राणायाम झाल्यावर ध्यान करावे. डोळे मिटावेत व आपले सर्व लक्ष भ्रूमध्याच्या ठिकाणी केंद्रित करावे. हळुवारपणे दीर्घश्वसन चालू ठेवावे. मन चंचल झाल्यास आपला श्वास कोठे जातो ते पाहावे. ऋषीमुनींनी सांगितलेला क्रियायोग हाच असून, याला लाहिरी महाशयांनी **'उलट पवन ठोकर मारे खोले दरवाजा'** असे म्हटले आहे. श्रीमहावतार बाबाजींनी ही साधना लाहिरी महाशयांना शिकविली.

४. श्वास घेताना व सोडताना **'सोऽहम्'** असा जप चालू ठेवावा किंवा **ॐ** असे म्हणावे किंवा आपल्या आवडत्या देवतेचे नामस्मरण करावे.

वरील मार्गाचे अनुसरण केल्यास परमार्थात खूप प्रगती होते.

२. ज्ञानमार्ग

ज्ञानमार्ग हा अत्यंत कठीण मार्ग असून, कलियुगातील मानवांना ज्ञानमार्गाची साधना करणे कठीण आहे. कलियुगातील मानवाने भक्तीमार्ग व योगमार्ग या दोन मार्गानेच जाणे जास्त श्रेयस्कर. तरीपण सद्भक्तांना ज्ञानमार्गाची थोडीशी तोंडओळख व्हावी, थोडासा परिचय व्हावा, इतकीच

ज्ञानमार्गाची माहिती येथे देत आहे. प्रथम आपले मन, विचारशून्य करावे. ज्ञानमार्गाची ही पहिली पायरी आहे.

दहा इंद्रिये, मन, बुद्धी, चित्त व अहंकार यांच्या पलीकडे असणारा 'मी कोण' याचा शोध घेण्याचा प्रयत्न करावा.

साधक जेव्हा असा प्रयत्न सुरू करतो, तेव्हा त्याला आपल्या बंद नेत्रांमध्ये दिसणाऱ्या अंधारापलीकडे काय असेल, हे जाणण्याची उत्सुकता असते. या अंधाराला **'भूताकाश'** असे म्हणतात.

विचारशून्य अवस्थेमध्ये तो या अंधारात बुडी मारतो. जन्मोजन्मीची पुण्याई व ईश्वरीकृपा साथ देत असेल, तर साधक या अंधाराच्या पलीकडील क्षेत्रात प्रवास करू शकतो. साधकाचे अंतरंग प्रकाशित होते. या प्रकाशित अवस्थेला **'चित्ताकाश'** असे म्हणतात.

या अवस्थेमध्ये असंख्य देव-देवतांचे दर्शन होते.

विचारशून्य, कल्पनाशून्य व देह-अहंता विरहित, अत्यंत विनयशील असा साधक अनेक देवदेवतांची दर्शने घेत चित्ताकाशाचा प्रांत पार करतो. नंतर त्याचा चिदाकाशात प्रवेश होतो. येथे त्याला ब्रह्माचा साक्षात्कार होतो. हळूहळू त्याच्यामध्ये **'अहं ब्रह्मास्मि'**,**'मी ब्रह्म आहे'** हा भाव उदय पावतो.

'अहं ब्रह्मास्मि' म्हणजेच 'मी ब्रह्म आहे', यालाच सोप्या भाषेत **'शिवोऽहम'** असे म्हणतात. म्हणजे 'मीच शिव आहे' किंवा 'मीच ब्रह्म आहे', किंवा 'मीच ईश्वर आहे' असा भाव मनात उदय पावतो. येथे अनेक साधक फसतात. कारण **'अहं ब्रह्मास्मि' किंवा 'मी ईश्वर आहे'** यातील **'मी'** नाहिसा झालेला नसतो.

'अहं ब्रह्मास्मि' च्या मायाजालातून जे साधक पुढे सरकतात,

त्यांना ‘तत् त्वम् असि’ असा साक्षात्कार होतो. **‘तत् त्वम् असि’** म्हणजे ‘ते तू आहेस !’

येथे ‘मी’ पणाची जाणीव साधक विसरू लागतो. परंतु ‘तू’ पणाची जाणीव कायम राहाते. हा सर्व विषय अनुभवगम्य आहे. त्यामुळे सोप्या भाषेत सांगणे कठीण आहे. ‘मी’ पणाची जाणीव विसरल्यानंतर ‘तू’ पणाच्या जाणीवेत साधक येतो व ‘मी-तू’ पणाची जाणीव विसरल्यानंतर साधक **‘प्रज्ञानम् ब्रह्म’** या अवस्थेत येऊन पोहोचतो. येथे त्याची दृष्टी ज्ञानमय होते. त्याला अनेक प्रकारचे ज्ञान होऊ लागते व त्याला **‘सर्वं खल्विदम् ब्रह्म’** असा साक्षात्कार होतो. येथे त्याचा आध्यात्माचा ज्ञानमार्ग संपतो. या संपूर्ण विश्वामध्ये एका ब्रह्माशिवाय दुसरे काहीही नाही, असा अनुभव त्याला येतो.

३. भक्तीमार्ग

भक्तीमार्गी साधकाने आपल्या आवडत्या दैवताचे नामस्मरण सतत करीत राहावे. नामस्मरणाला काळ-वेळेचे बंधन नसते. येता-जाता, उठता-बसता, देता-घेता, खाता-पिता सदैव ईश्वर नामस्मरण करीत राहावे. असे केल्याने चित्ताची शुद्धी होते व ईश्वर साक्षात्कारही होऊ शकतो.

ईश्वर नामस्मरण सुरुवातीला फक्त आपल्यालाच ऐकू येईल असे करावे. अनेक महिने असा अभ्यास केल्यावर मनातल्या मनात नामस्मरण करणे शक्य होते.

भक्तीमार्गी साधकाने दान व परोपकार सतत करीत राहावे. कारण दान व परोपकार केल्याने प्रारब्ध शुद्ध होते व परमार्थात प्रगती होते.

भक्तीमार्गी साधकाने एखाद्या स्तोत्राचे दररोज किमान ३६ पाठ करावेत. गणपती, दुर्गा किंवा दत्त यापैकी एखाद्या देवतेचे एक लहानसे स्तोत्र निवडावे

व त्याचे दररोज किमान ३६ पाठ करावेत. स्तोत्र पठणाने देवता भक्तावर प्रसन्न होते व सतत संरक्षण करीत राहते.

अशा प्रकारे भक्तीमार्गाचे अनुसरण केले असता आध्यात्मात प्रगती होते.

४. मंत्रयोग

कुठल्याही मार्गाने ईश्वराच्या दिशेने वाटचाल करणाऱ्या साधकाला कुठल्या ना कुठल्या रूपाने मंत्रयोगाचा आधार घ्यावाच लागतो.

साधनेमध्ये अनेक प्रकारची विघ्ने साधकाच्या प्रारब्धानुसार निर्माण होत असतात व ही विघ्ने दूर करण्यासाठी मंत्रयोगाचा आधार घ्यावा लागतो.

ॐ सर्व बाधा प्रशमनम् त्रैलोक्यैस्य अखिलेश्वरि ।
एवमेव त्वया कार्यम् अस्मद् वैरि विनाशनम् ।।

या मंत्राचा साधकाने दररोज किमान पाच मिनिटे जप करावा. याने सर्व प्रकारच्या बाधा व विघ्ने दूर पळतात.

मंत्र जपाची साधना करणाऱ्या साधकाला प्रथम आसन सिद्ध करावे लागते. न हलता, न डुलता एकाच आसनावर सहजतेने साडेतीन तास बसता येऊ लागले की आसनसिद्धी प्राप्त होऊ लागते. आसनसिद्धी प्राप्त झाल्यावर अनेक प्रकारच्या अतींद्रिय गोष्टींचे ज्ञान होऊ लागते.

दररोज किमान ११ हजार मंत्रजप करावा लागतो. ज्या देवतेचा मंत्रजप आपण करणार असतो, ती देवता सात्त्विक असावी. तामस देवतांच्या (काली, तारा, भैरव इ.) साधनेमध्ये खूप विघ्ने येतात. साधकांना वेड लागण्याची शक्यता असते.

सात्त्विक देवता लक्ष्मी, विष्णू, सरस्वती, गायत्री, शिव, राम, कृष्ण

इत्यादी देवतांची साधना करताना सहसा विघ्ने येत नाहीत व विघ्ने आली तरी ती परीक्षा पाहण्याकरताच असतात.

अशा प्रकारे साधक जेव्हा एकाच आसनावर बसून मंत्रजप करू लागतो. तेव्हा सत्पुरुषाचे आशीर्वाद पाठीशी असतील किंवा ईश्वरीकृपा असेल, तर त्या साधकाला काही दिवसांतच दिव्य सुगंध येऊ लागतात. त्याच्या आसपास जणुकाही अत्तराच्या अनेक बाटल्या ओतल्या आहेत, असे जाणवते. मंत्रसिद्धीचे हे पहिले लक्षण आहे.

नंतर दिव्य नाद ऐकू येतात. पायातील नूपुरांचे आवाज ऐकू येतात. आपल्या अवती-भोवती कोणीतरी फिरत आहे, असे जाणवते. क्वचित् प्रसंगी देवतेच्या मनोहर चरणकमलांचे दर्शनही होते. मंत्रसिद्धीचे हे दुसरे लक्षण आहे.

यानंतर देवता साक्षात प्रकट होते व साधकाला वर प्रदान करते. येथे मंत्र सिद्ध होतो.

मंत्रसाधना करताना खालील काही गोष्टी लक्षात ठेवाव्यात.

१. मंत्र शक्यतो लहान असावा.

२. एखाद्या सिद्धपुरुषाकडून मंत्र घेणे जास्त चांगले, कारण त्यामुळे सिद्धपुरुषाचे संरक्षण प्राप्त होत असते.

३. साधना करताना पोट रिकामे असावे.

४. भित्र्या लोकांनी साधना करू नये. पुष्कळ वेळा साधना करताना अचानक सर्प किंवा विंचू अंगावर येण्याची शक्यता असते. साधना मार्गातील ही परीक्षा असते.

५. मंत्र साधना करताना दररोज हवन करावे. मंत्राला 'स्वाहा' पल्लव लावून गाईच्या तुपाने १०८ आहुत्या द्याव्यात. याने मंत्रसिद्धी होण्यास मदत

होते. याशिवाय हवन केल्याने म्हणजे अग्नित आहुती दिल्याने वायुमुंडल शुद्ध होते. म्हणून सद्‌भक्ताने अधून-मधून आपल्या घरात हवन करीत राहावे. म्हणजे दुष्ट स्पंदने आपल्या घरात शिरकाव करू शकत नाहीत.

हवनाचे मुख्य तीन प्रकार असून, अग्नित आहुती दिल्यानंतर ज्या पदार्थांचा चर्रर्र असा आवाज होतो, अशी हवन द्रव्ये म्हणजे मध, दूध, जल इत्यादी... अशा आहुत्यांनी भूत, प्रेत, पिशाच्च तृप्त होतात. घरातील त्याचे उपद्रव नाहीसे होतात. म्हणून अशा प्रकारच्या हवनाला '**भूतयज्ञ**' असे म्हणतात.

जे पदार्थ अग्नित पडल्यावर तड तड तड असा आवाज करतात, म्हणजे तांदूळ, तीळ, जव इत्यादी - अशा हवनाने पितृलोकातील अतृप्त आत्मे तृप्त होतात. म्हणजे हे हवन पितर लोकापर्यंत जाऊन पोहोचते. म्हणून अशा हवनाला '**पितृयज्ञ**' असे म्हणतात.

जो पदार्थ अग्नित घातल्यावर कसलाही आवाज करीत नाही व ज्वाला एकदम भडकतात असा पदार्थ म्हणजे तूप ! तुपाने यज्ञ केल्याने देवता तृप्त होतात. हे हवन स्वर्गलोकापर्यंत जाऊन पोहोचते. स्वर्गातील देवता या हवनाने तृप्त होतात म्हणून या हवनाला '**देवतायज्ञ**' असे म्हणतात. म्हणून प्रत्येक व्यक्तीने आपल्या घरात तुपाचे हवन करीत राहावे.

अग्नि पेटविण्यासाठी लाकूड, शेणी व कापूर यांचा वापर करावा.

समजा तुम्ही '**ॐ द्रां दत्तात्रेय नमः**' या मंत्राचा जप करीत आहात, तर हवन करताना '**ॐ द्रां दत्तात्रेय नमः ॐ स्वाहा**' असे म्हणून अग्नित तुपाची आहुती द्यावी.

समाप्त

चक्रे

क्र.	चक्राचे नांव	स्थान	देवता	पाकळ्या	बीजाक्षरे
१.	मूलाधार	शिवण	गजानन	चार	वं शं षं सं
२	स्वाधिष्ठान	लिंग	हंसब्रह्मा	सहा	बं भं मं यं रं लं
३	मणिपूर	नाभि	विष्णू	दहा	डं ते फं
४	अनाहत	हृदय	महेश	बारा	कं ते ठं
५	विशुद्ध	कंठ	अष्टादश भुजादुर्गा	सोळा	अं ते अः
६	आज्ञा	भ्रूमध्य	अर्धनारी ईश्वर	दोन	हं क्षं
७	सहस्त्रार	मस्तक	परमेश्वर	असंख्य	असंख्य

ललना चक्र, मन:चक्र व सोमचक्र ही उपचक्रे असल्याने मुख्य चक्रांमध्ये त्यांचा समावेश केला जात नाही.

परोपकारार्थं इदं शरीरम् ।

ईश चिंतनार्थ इदं मनः

विवेकार्थं इदं बुध्दि ।

ब्रह्मज्ञानार्थ जीवनम् ।।

अर्थ : शरीर हे परोपकार करण्यासाठी आहे,

मन हे ईश्वराच्या चिंतनासाठी आहे.

बुद्धी ही चांगले काय व वाईट काय याचा
विचार करण्यासाठी आहे

आणि जीवन ब्रह्मज्ञानाच्या प्राप्तीसाठी आहे.