।। राजयोग ।।

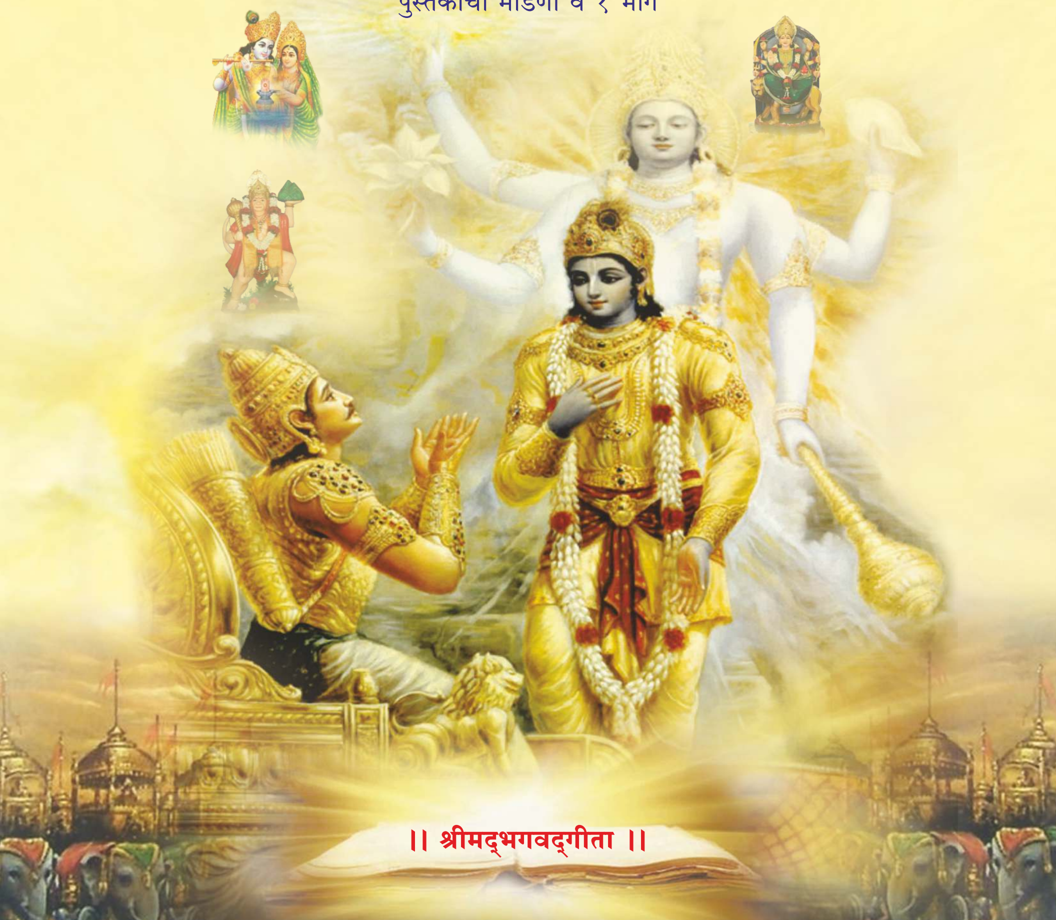
भक्तियुक्त कर्मयोग

२१ व्या शतकातील वैज्ञानिक काळात श्रीमद् भगवद्गीतेचे व्यावहारिक ज्ञान

(वैयक्तिक, कौटुंबिक, सामाजिक व राजनीतिक जीवनाचा यशोमार्ग)

(सचित्र मराठी आवृत्ती - संपूर्ण)

पुस्तकाची मांडणी व १ भाग



श्रीमद्भगवद्गीतेतील अंतर्निहित शिकवणींचे वास्तविक ज्ञान

(भक्तियुक्त कर्मयोग : सनातन धर्माची मूळ शिकवण)

द्वारा : श्रीकांत रामचंद्र देशमुख

Registration Number
L-156331/2024

BYK YOG

BYK योग आध्यात्मिक फोरम

प्रकाशक : BYK **योग आध्यात्मिक फोरम**

पत्ता : फ्लॅट नं.३, गृहकुल अपार्टमेंट, प्लॉट नं. ५, बन्सीलालनगर,
श्री स्वामी समर्थ केंद्राजवळ, छत्रपती संभाजीनगर-४३१ ००५ (महाराष्ट्र)

CIN : U85300MH2022NPL389295 Mobile : 9823240823

Email : contact@bykyog.com / info@bykyog.com, Website : www.bykyog.com

सातवी आवृत्ती : बुधवार, १ जानेवारी २०२५, २००० प्रती

संपर्क प्रमुख : श्री. विलास मधुकरराव जोशी गुरुजी
(भगवान श्री हनुमान भक्त), वेदशास्त्र आचार्य
पंडित, विवेचक व मार्गदर्शक : श्रीमद्भगवदगीता, श्रीमद्भागवतम्, श्रीरामचरितमानस, शिवपुराण, देवीभागवतम्. ज्योतिषशास्त्र, वास्तुशास्त्र, मंत्रशास्त्र, रत्नशास्त्र यांचे जाणकार व मार्गदर्शक.
पत्ता : श्री हनुमान मंदिर, छावणी परिसर, छत्रपती संभाजीनगर-४३१ ००२ (महाराष्ट्र)
मो. ९४२३४५५४४९

श्री. श्रीकांत रामचंद्र देशमुख
मो. ९८२२०२९२८३
श्री. भागवत कडू पाटील
मो. ९८५०५००८५८
श्री. शैलेश बाबुराव काळंब
मो. ७३८५६७४६६४
श्री. परशुराम विठ्ठलराव कुंदे
मो. ७८७५४०१३०५

प्रमुख सल्लागार :
डॉ. शरद गंगाधर भोगले
सौ. स्मिता शरद भोगले

वितरण प्रमुख
सौ. वंदना रत्नाकर देशमुख
श्री. रत्नाकर बबनराव देशमुख
सौ. अनुश्री पियुष कोटेचा (देशमुख)
श्री. पियुष प्रकाश कोटेचा

कव्हर आणि सर्व रंगीत पृष्ठांची संकल्पना आणि संगणक ग्राफिक्स
श्री. अशोक अरविंदराव देशपांडे
श्री. श्रीनिवास केशवराव पहिनकर
श्री. ललित रोहिदास गांगवे

वितरण मूल्य : ₹ ३० फक्त

© BYK **योग आध्यात्मिक फोरम सर्वाधिकार सुरक्षित**

सूचना : या पुस्तकाचा कोणताही भाग प्रकाशकाच्या पूर्व परवानगीशिवाय इलेक्ट्रॉनिक, यांत्रिक, फोटोकॉपी, रेकॉर्डिंग पुनरुत्पादित किंवा कॉपी केला जाऊ नये. तसेच पुनर्प्राप्ती प्रणालीमध्ये संग्रहित किंवा कोणत्याही प्रकारे प्रसारित केला जाऊ नये. याचे उल्लंघन केल्यास योग्य ती कायदेशीर कारवाई केली जाईल.

॥ राजयोग ॥

भक्तियुक्त कर्मयोग

२१ व्या शतकातील वैज्ञानिक काळात श्रीमद्भगवद्गीतेचे व्यावहारिक ज्ञान

(वैयक्तिक, कौटुंबिक, सामाजिक व राजनीतिक जीवनाचा यशोमार्ग)

(सचित्र मराठी आवृत्ती–संपूर्ण)

(पुस्तकाची मांडणी व भाग १)

द्वारा

श्रीकांत रामचंद्र देशमुख

BYK YOG

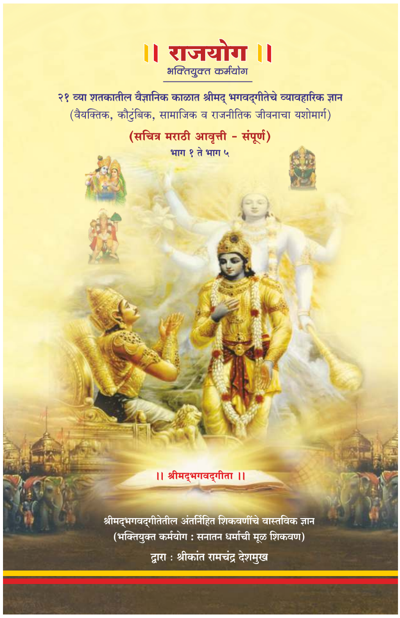
Bhaktiyuktã Karmã Yog

(भक्तियुक्त कर्मयोग आध्यात्मिक फोरमचा उपक्रम)

अनुक्रमणिका

भगवद्‌गीतेतील राजयोग साधनेचे सांसारिक ज्ञान व गुरूकिल्ली	१ ते ३
लेखकाचे निवेदन	४ ते ७
भूमिका (परिचय व विषय प्रवेश : रूपरेषा)	८ ते १०
प्रस्तावना (सुप्त मनातून आलेले विचार, ध्यान, आत्म-चिंतन)	११ ते १९
श्री ज्ञानेश्वर माउली, राजयोग (भक्तियुक्त कर्मयोग) व ज्ञानेश्वरी या आध्यात्मिक ग्रंथाकडे कसे पाहावे? एक दृष्टिकोन	२० ते ३०
भाग १ : सचित्र मार्गदर्शन (विविध तक्ते व प्रतिमांद्वारे)	३१ ते ८६

भगवद्गीतेतील राजयोग साधनेचे सांसारिक ज्ञान व गुरूकिल्ली



राजयोग (भक्तियुक्त कर्मयोग) हे पुस्तक सांसारिक लोकांसाठी आवश्यक अशा श्रीमद्भगवद्गीतेतील व्यावहारिक ज्ञानावर आधारित आहे. मुख्य म्हणजे सांसारिक लोकांसाठी सनातन धर्माची मूळ शिकवण वाल्मिकी रामायणातील अंतर्निहित शिकवण व श्रीमद्भगवद्गीतेतील व्यावहारिक ज्ञान या सर्वांमध्ये मुळीच भेद नाही.

या कलियुगात भगवान श्रीकृष्णांनी सांगितलेली श्रीमद्‌भगवद्‌गीता जास्त प्रचलित आहे कारण कि, या गीतोपदेशात ईश्वराने अर्जुनाला व त्याच्या निमित्त्याने मुख्यतः सांसारिक लोकांना त्यांच्या वैयक्तिक, कौटुंबिक, व्यावसायिक, सामाजिक व राजनीतिक जीवनात सुख, यश, समृद्धी कशी मिळवावी व सर्वांगीण विकास कसा करून घ्यावा यासाठीची गुरुकिल्ली उघड केलेली आहे. ईश्वराने कलियुगातील मानवासाठी केलेल्या योजनेचाच तो भाग आहे. या राजयोग साधेनेमुळे आध्यात्मिक फायदे आपोआप बोनस म्हणून प्राप्त होतात. त्यामुळे श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेतील व्यावहारिक ज्ञान लोकांपर्यंत पोहोचविण्याचा या पुस्तकाद्वारे लेखकाचा संकल्प आहे.

राजयोग पुस्तकाची मांडणी सांसारिक जीवन जगणाऱ्यांसाठी श्रीमद्‌गवद्‌गीतेतील अंतर्निहीत ज्ञान काय दर्शविते या दृष्टीने केलेली आहे. भगवान श्रीकृष्णांनी अर्जुनास मुख्यतः त्याच्या स्वधर्मानूसार वाट्यास आलेले त्याचे कर्तव्यकर्म त्याच्या इष्ट देवतेसाठी सेवाभावनेने करण्यास सांगितले आहे. ही या पुस्तकातील ज्ञानाची मुख्य भूमिका आहे.

सांसारिक जीवनात सुख, यश, सर्वांगीण विकास व समृद्धी मिळविणे हाच आमचा मुख्य उद्देश असतो. तो साध्य करण्यासाठी आपल्या आवाक्यात असलेल्या कोणत्याही भौतिक गोष्टींचा, विषयांचा त्याग न करता उलटपक्षी तशा सर्व गोष्टींचा, विषयांचा दैनंदिन जीवनात फायदेशीर उपयोग कसा करता येतो, कसा करावा हेच भगवद्‌गीतेचे गुह्य ज्ञान आहे. यासाठी श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेतील राजयोग सूत्र कसे हमखास काम करते हे राजयोग पुस्तकात स्पष्ट केलेले आहे.

या पुस्तकात श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेतील राजयोग साधनेचे मुख्य सूत्र खालील प्रमाणे स्पष्ट केलेले आहे.

‘‘आपल्या स्वधर्माप्रमाणे आपली कर्तव्यकर्मे आपल्या इष्ट (उपास्य, आराध्य) देवतेची सेवा म्हणून करणे’’

या राजयोग सूत्राचे वैशिष्ट असे आहे की, हे सूत्र दैनंदिन जीवनासाठी स्टँडर्ड ऑपरेटींगचे प्रोसिजर (SOP) म्हणून वापर केल्यास सांसारिक जीवनात सुखाची अनुभूती येऊ लागते. राजयोग-भक्तियुक्त कर्मयोग साधना प्रत्येक व्यक्तीच्या अंतःकरणात ईश्वराने इनबिल्ट करून ठेवलेली आहे.

ईश्वराने ही साधना अंगिकारण्यासाठी व्यक्तीला जगातील कोणत्याही बाह्य ज्ञानावर व साधनांवर अवलंबून राहण्याची आवश्यकताच ठेवलेली नाही. राजयोग साधकाला त्या गोष्टी वेळ व काळानूसार उपलब्ध होत राहण्याची जबाबदारी त्याची इष्ट (उपास्य, आराध्य) देवता स्वतःकडे घेते.

या पुस्तकात राजयोगाची साधना करण्याच्या दृष्टीने आपले कर्तव्यकर्म, आपला स्वधर्म, आपली इष्ट देवता यांचे स्वरूप स्पष्ट केले आहे. तसेच अहंकार म्हणजे काय याचे वैज्ञानिक स्पष्टीकरण व उदाहरणासहित अहंकाराची व्याख्या केलेली आहे. तसेच आपल्या स्वतःच्या अहंकाराच्या शक्तीचा व आपल्यात असलेल्या सेवाभावनेचा आपल्या सर्वांगीण प्रगतीसाठी सृजनशील उपयोग कसा करावा हे दर्शविले आहे. जीवनातील वरील पाचही अतिमहत्त्वाच्या गोष्टींकडे आपला दृष्टिकोन निष्काळजी असतो म्हणूनच सांसारिक जीवनात सुख-दुःख, यश-अपयश अशी मिश्र फळे मिळतात. राजयोग (भक्तियुक्त कर्मयोग) सूत्र फक्त या पाचही गोष्टींत समन्वय साधते. त्यामुळे सासांरिक जीवनात सुख व यश मिळण्याचा मार्ग मोकळा होतो.

कोणत्याही वयातल्या शिकलेल्या किंवा न शिकलेल्या, विद्यार्थी, तरुण, गृहस्थ, स्त्री-पुरुष, व्यावसायिक, राजनीतिक क्षेत्रात काम करणाऱ्या अशा सर्व लोकांसाठी जीवनात सुख, यश व समृद्धी प्राप्त करून घेण्यास सनातन धर्माचे वर दर्शविलेले सूत्र दैनंदिन जीवनात अंगीकारणे पुरेसे असते.

सांसारिक जीवनात कर्म व भक्ती यांची सांगड घालणे म्हणजेच **'भक्तियुक्त कर्मयोग'** साधना. जो कोणीही भक्तियुक्त कर्मयोग साधनेप्रमाणे दैनंदिन जीवनात आचरण करेल अशा साधकाचा सांसारिक जीवनात सर्वांगीण विकास होतो. म्हणूनच भक्तियुक्त कर्मयोग याला **'राजयोग'** असे म्हणतात.

------oOo------

लेखकाचे निवेदन ....

श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेतील व्यावहारिक ज्ञान लक्षात येण्यासाठी आणि त्या ज्ञानाचा दैनंदिन जीवनात उपयोग करण्यासाठी सर्व प्रथम या पुस्तकातील चित्रांचे व विविध मुद्यांचे अवलोकन करावे. ते केल्यानंतर आपल्याला आकर्षित करणाऱ्या मुद्यांपासून वाचन सुरू करावे. असे थोडे वाचन चालू झाल्यावर, वाचकाने पृष्ठ १ : भगवद्‌गीतेतील राजयोग साधनेचे सांसारिक ज्ञान व गुरूकिल्ली, भूमिका व प्रस्तावनेपासून परत वाचन सुरु करावे व नंतर पुस्तकातील मुद्यांच्या नैसर्गिक क्रमाने एकापाठोपाठ एक बिंदू याप्रमाणे वाचन सुरु करावे. येणाऱ्या चित्रांच्या संदर्भांनुसार भाग १ मधील मुख्य चित्रे पहावीत म्हणजे मुद्यांमधील विषय समजण्यास सोपे होईल.

भूमिका व प्रस्तावना वाचून झाल्यावर अनुक्रमणिका पाहून आपल्या आवडत्या मुद्यांपासून वाचन सुरु केल्यास पण सर्व आध्यात्मिक संकल्पना समजण्यास सोप्या होतील.

आपण सर्व जाणतो की, एखाद्या चविष्ट खाद्य पदार्थातील सर्वच घटक स्वतःमध्ये खास असतात. परंतु हे देखील खरे आहे की, ते सर्व घटक योग्य प्रकारे, योग्य प्रमाणात व योग्य प्रक्रियेद्वारे एकत्र केले गेले, तरच खाद्यपदार्थ चवदार आणि आकर्षक बनतात. त्याचप्रमाणे

श्रीमद्भगवद्गीतेमध्ये वर्णन केलेल्या सर्व योगपद्धती जसे कर्मयोग, ज्ञानयोग, भक्तियोग व इतर सर्व योगपद्धती स्वतःमध्ये विशेष व श्रेष्ठ आहेत. परंतु, पारिवारिक जीवनात त्या सर्व योगसाधनांची योग्य प्रकारे, योग्य प्रमाणात व योग्य प्रक्रियेप्रमाणे साधना केल्यास श्रीमद्भगवद्गीतेतील व्यावहारिक ज्ञानाचा उपयोग करण्याचा मार्ग पटकन सापडतो व त्याची वैयक्तिक, पारिवारिक, व्यावसायिक व सामाजिक जीवनात सुख, यश आणि समृद्धी मिळविण्यासाठी उपयुक्तता समजते.

या 'राजयोग' पुस्तकातील चक्रांचे रोज नियमाने थोडे थोडे, स्टेप बाय स्टेप वाचन केल्यास, सर्व चक्रांची कार्यपद्धती समजून घेण्यास एकदम सोपे होतात. यासाठी या पुस्तकात सर्व चक्रांची माहिती मोठ्या अक्षरात दाखविली आहे ती पाहावी.

या तक्त्यांमुळे श्रीमद्भगवद्गीतेतील व्यावहारिक ज्ञान सहजच उमजते व त्याची दैनंदिन जीवनात अनुभूती येण्यास सुरूवात होते. राजयोग साधना करतांना भाग १ मधील राजयोग दिशा दर्शक तक्ता क्र.१ पृष्ठ ५५ व ५६ चा उपयोग करावा.

श्रीमद्भगवद्गीतेतील 'ज्ञानविज्ञान योग' या ७ व्या अध्यायात भगवान श्रीकृष्णांनी अहंकार ही त्यांची भौतिक शक्ती आहे व ही अहंकाररूपी शक्तीच या भौतिक विश्वाच्या व मानवाच्या अस्तित्वाची मूलभूत शक्ती आहे असे स्पष्ट केले आहे.

सर्व संतांनी या अहंकाररूपी शक्तीला मिथ्या अहंकार म्हणून संबोधिले आहे. तसेच अहंकाररूपी शक्तीचे साधक व बाधक रूप स्पष्ट केले आहे. कारण सांसारिक जीवनात हमखास सुख व सर्वांगीण यश मिळविण्यास अहंकाररूपी शक्ती बेभरवशाची आहे.

आजच्या युगातील आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स, सॉफ्टवेअर टेकनॉलॉजीवर आधारित वैज्ञानिक उपकरणे म्हणजे या विश्वाच्या अहंकाररूपी शक्तीचे प्रकटीकरणच आहे. विज्ञान या शक्तीचा वापर करत आहे, परंतु विज्ञानाला या शक्तीचे आकलन नाही.

या पुस्तकात अशा आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स, सॉफ्टवेअरवर आधारित उपकरणांच्या स्वरूपात दैनंदिन जीवनाचा अविभाज्य घटक असलेल्या बेभरवशाच्या अहंकाररूपी शक्तीचे वैज्ञानिक स्पष्टीकरण केलेले आहे. तसेच या अहंकाररूपी शक्तीचा वापर कसा करावा व स्वतःच्या इष्ट देवतेच्या शक्तीच्या सहाय्याने या अहंकाररूपी शक्तीचाच उपयोग करून सांसारिक जीवनात हमखास सुख व सर्वांगीण यश कसे मिळवावे हे स्पष्ट केले आहे.

श्रीमद्भगवद्गीतेतील विश्वरूपदर्शन योग या ११ व्या अध्यायात भगवान श्रीकृष्णांनी स्वतःचे विश्वरूप परमात्मा स्वरूप प्रकट करून प्रत्येक व्यक्तीची इष्ट (उपास्य किंवा आराध्य) देवता, तसेच इतरांची इष्ट (उपास्य किंवा आराध्य) देवता व एकमेव ईश्वर,परमेश्वर किंवा भगवान यांच्यातील एकत्व स्पष्ट केले आहे.

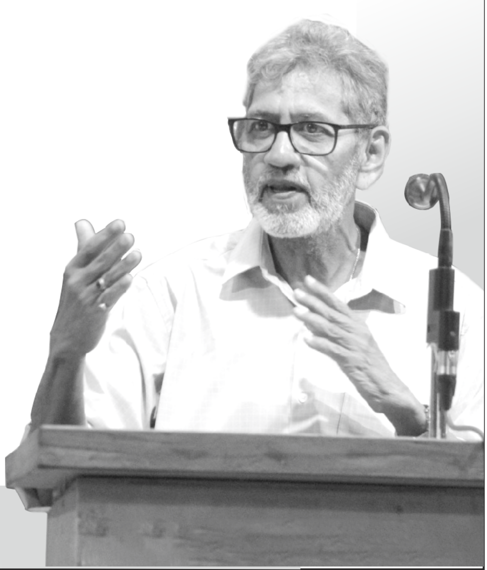
पुस्तकात या संकल्पनेतील ज्ञान व त्याची जाणीव तसेच त्यांची दैनंदिन जीवनात सुख व सर्वांगीण यश मिळविण्याच्या दृष्टीने असलेली उपयुक्तता स्पष्ट केलेली आहे. जसे सर्व सोन्याच्या दागिन्यातले सोने हा घटक एकच असतो, तसेच सर्व इष्ट (उपास्य किंवा आराध्य) देवतांच्या स्वरूपात एकच ईश्वर विश्वाचे नियंत्रण व संचालन करत असतात.

या पुस्तकातील आध्यात्मिक विषय व त्यांचा दैनंदिन जीवनाच्या संदर्भातील आशय/उपयुक्तता पटकन समजून येण्यासाठी पुस्तकाच्या शेवटी प्रश्नोत्तरांच्या स्वरूपात ठेवलेले भाग ५, उपसंहार व परिशिष्ट जरूर वाचावे.

सर्व इष्ट (उपास्य, आराध्य) देवता व ईश्वर यांचे एकत्व सनातन धर्माच्या मूळ शिकवणुकीतील 'विविधतेतील एकता' या संकल्पनेचे आध्यात्मिक स्पष्टीकरण आहे. तसेच या विश्वाची अहंकाररूपी शक्ती म्हणजे या दिसणाऱ्या विश्वातील 'विविधतेतील एकता' या संकल्पनेचे भौतिक स्वरूप आहे.

वरील दोन्ही संकल्पना सनातन धर्माची प्रमुख अंगे आहेत व सांसारिक जीवनात त्यांची महत्त्वाची भूमिका असते........

श्रीकांत रामचंद्र देशमुख
छत्रपती संभाजीनगर (महाराष्ट्र)
२२ जानेवारी २०२४



भूमिका

(परिचय व विषय प्रवेश : रूपरेषा)

श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेची मूळ शिकवण सनातन आहे. सर्वप्रथम सृष्टीच्या सुरुवातीला ही शिकवण ईश्वराने श्री सूर्यनारायण यांना सांगितली व त्यांच्यापासून ती सर्व सृष्टीवर प्रसारित झाली. पुढे कृतयुगात ही मूळ शिकवण भगवान देवाधिदेव श्री महादेवांनी तेव्हाचे राजे व त्यांच्या द्वारे सर्व प्रजेत प्रस्थापित केली. प्रभू श्रीरामांनी हीच मूळ शिकवण त्रेतायुगात पुनर्स्थापित केली. भगवान श्रीकृष्णांनी तीच मूळ शिकवण द्वापार युगात पुनरुज्जीवित केली व तीच मूळ शिकवण सध्याच्या कलियुगासाठी महर्षी व्यास देवांनी आज प्रचलित असलेल्या श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेच्या स्वरूपात लिपीबद्ध करून संपादित केली आहे.

सांसारिक जीवनात कार्यरत असलेल्या सर्व स्तरावरील व्यक्ती यश, सुख, समृद्धी मिळवण्यासाठी प्रयत्नशील असतात. श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेची मूळ शिकवण हा उद्देश साध्य करण्यास पूर्णपणे सिद्ध आहे. अनेक शतके आपला भारत देश पारतंत्र्यात राहिल्यामुळे श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेच्या मूळ शिकवणुकीकडे दुर्लक्ष झाले आहे. त्यामुळे व्यावहारिक जीवन सशक्त करण्यासाठी श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेतील शिकवणीचा उपयोग अप्रासंगिक ठरला.

हे पुस्तक श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेचे व्यावहारिक ज्ञान लोकप्रिय करण्याचा प्रयत्न आहे, जे सध्याच्या २१ व्या शतकातील वैज्ञानिक, डिजिटल व सॉफ्टवेअर युगासाठी उपयुक्त आहे. तसेच श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेच्या ज्ञानाची गुरुकिल्ली जाणून आपल्या दैनंदिन जीवनात कोणताही बदल न करता किंबहुना आपल्या दैनंदिन जीवनात करत असलेल्या कर्मांचाच उपयोग करून घेत वैयक्तिक, कौटुंबिक

आणि सामाजिक जीवनाचा मार्ग सुकर, प्रशस्त व यशस्वी करण्यासाठी लोकांना प्रवृत्त करणे व सनातन धर्माची जागृती करणे हा या पुस्तकाचा उद्देश आहे.

श्रीमद्‌भगवद्‌गीता, रामायण, ज्ञानेश्वरी अशा कोणत्याही ग्रंथांचा मूळ उद्देश आकलन न झाल्यास सनातन धर्माची मूळ शिकवणच स्पष्ट होत नाही. त्यामुळे अनेक शतकांपासून हे महान ग्रंथ केवळ भक्तीयोग साधनेतून ईश्वराशी संपर्क साधण्यासाठीच लोकांना उपयोगी वाटले. त्यामुळे ज्येष्ठ नागरिक, दुःखी लोक व संन्यासी समुदायासाठीच ते ग्रंथ महत्त्वाचे ठरले.

सांसारिक जीवनात सुख, यश, वैभव प्राप्त करण्यासाठी केवळ भक्तीयोग साधना पुरेशी नसते. भक्तीला कर्तव्य कर्माची जोड लागतेच लागते. भगवान श्रीराम व भगवान श्रीकृष्णांनी आपले अवतार कार्य समाप्त करेपर्यंत त्यांच्या आयुष्यात कर्तव्य कर्मांचा कधीच त्याग केलेला दिसत नाही.

या एकविसाव्या शतकात वैज्ञानिक तत्त्वांना सर्वोच्च महत्त्व प्राप्त झालेले आहे व त्यांनाच जगण्याचा आधार मानला जात आहे. म्हणून त्यांचा प्रभाव, अधिकार आणि सांसारिक जीवनातील आवश्यकता दुर्लक्षित केली जाऊ शकत नाही. प्रचलित डिजिटल, सॉफ्टवेअर आणि आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स/(AI) – कृत्रिम बुद्धिमत्ता अशा या वैज्ञानिक युगात हे पुस्तक मानवी व्यक्तिमत्त्वाचे अत्यंत सूक्ष्म पैलू व त्यांचे रोजच्या जीवनात यश, सुख व समृद्धी प्राप्त करण्यासाठीचे महत्त्व वैज्ञानिक भाषेत स्पष्ट करते.

श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेतील अंतर्निहित शिकवण सूचित करते की, मानवी जीवनात यश, सुख व समृद्धीच्या मार्गावर प्रगती करण्यासाठी प्रत्येक व्यक्तीला विहित कर्म (कर्तव्य कर्म) व ईश्वरभावना (भक्ती) या दोन्ही गोष्टींकडे लक्ष देणे आवश्यक असते. सांसारिक जीवनात यश मिळण्याचे ते रहस्य आहे.

सांसारिक जीवनात यशस्वी होण्यासाठी विविध प्रकारच्या क्रिया कराव्या लागतात. त्या सर्व क्रिया तमोगुण, रजोगुण व सत्त्वगुण अशा तीन गुणांनी युक्त असतात. लक्षात ठेवा की, यापैकी कोणताही गुण पूर्णपणे जीवनात यश, सुख आणि समृद्धी मिळविण्यासाठी पुरेसा नाही. श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेची मूळ शिकवण या तीन गुणांनी आच्छादित अशा आपल्या सर्व क्रियांचे नियंत्रण व शुद्धीकरण करते. सर्वांगीण विकास होण्यासाठी हे महत्त्वाचे असते.

श्रीमद्भगवद्गीतेच्या मूलभूत शिकवणीमध्ये या तीन गुणशक्तींनी व्यापलेल्या आपल्या सर्व क्रिया (कर्म) शुद्ध करण्याची आणि चिंतांचे ओझे न वाहता सांसारिक यश, सुख आणि समृद्धी मिळविण्यासाठी त्यांना प्रभावी बनविण्याची शक्ती आणि क्षमता आहे.

हे लक्षात घेण्यासारखे आहे की, या शतकात उपलब्ध वैज्ञानिक ज्ञान, वैज्ञानिक उपकरणे आणि वैज्ञानिक साधने यांचा साह्याने राजयोगाच्या तत्त्वांचे पालन चतुराईने, विवेकपूर्ण आणि अधिक प्रभावीपणे करून सांसारिक समृद्धी साधता येऊ शकते.

कर्म आणि भक्ती यांच्या संयुक्त जोडणीची आध्यात्मिक संज्ञा 'भक्तियुक्त कर्मयोग' अशी आहे. त्यामुळे दैनंदिन जीवनात कर्म व भक्ती यांची सांगड घालणे म्हणजेच 'भक्तियुक्त कर्मयोग' साधना. भक्तियुक्त कर्मयोगाच्या साधनेतून सांसारिक जीवनात सर्वांगीण विकास होतो. म्हणून भक्तियुक्त कर्मयोग यालाच 'राजयोग' असे म्हणतात.

भगवद्गीतेच्या १५ व्या अध्यायात भगवंतांनी स्पष्ट केल्याप्रमाणे या जगात शरीराच्या रूपांत सतत कर्म करत असलेले सर्वच जीवात्मे ईश्वराचे सनातन अंशच आहेत. त्यामुळे आई आपल्या बाळासाठी सर्व गोष्टी जशा सोप्या करत असते, तसेच ईश्वराने ही साधना जगातल्या सर्व जीवात्म्यांसाठी अतिशय सोपी केलेली आहे.

सनातन धर्माचे मूळ सूत्र तसेच श्रीमद्भगवद्गीतेची व वाल्मिकी रामायणाची अंतर्निहित शिकवण या सर्वांमध्ये कोणताही भेद नाही. श्रीमद्भगवद्गीतेतील राजविद्या – राजगुह्य योग म्हणजेच ती शिकवण होय. महर्षी व्यासदेवांनी त्याला परम गोपनीय ज्ञान म्हणूनच संबोधिले आहे. त्यालाच या पुस्तकात राजयोग–भक्तियुक्त कर्मयोग साधना या नावाने स्पष्ट केले आहे.

------oOo------

प्रस्तावना

(सुप्त मनातून आलेले विचार, ध्यान, आत्म-चिंतन)

सांसारिक जीवनात प्रत्येक व्यक्तीला सुख व समाधान हवे असते. यासाठीच जीवनात प्रत्येक व्यक्ती यश व समृद्धी मिळवण्यास विविध कर्मे करत असते. या जगात कोणतेही कर्म निर्भेळ यश व समृद्धी देण्यास परिपूर्ण नाही. त्यामुळे येणाऱ्या यश व समृद्धीबरोबर तणाव किंवा असुरक्षिततेची भावना पण जन्मास येते. असे निदर्शनास येते की, जीवनात जसे यश व समृद्धी वाढते तशी चिंता, काळजी, ताणतणाव व असुरक्षिततेची भावना पण प्रबळ होते. आपण करत असलेल्या कर्माच्या शुद्धतेवर आपले सुख, समाधान, त्याची व्याप्ती व स्थिरता अवलंबून असते. सत्य असे आहे की, ईश्वराच्या सहकार्याशिवाय या सांसारिक जीवनात असुरक्षितेची भावना राहतेच. तसेच तणावरहित यश व सुख मिळणे शक्य होत नाही.

म्हणूनच श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेतील मूळ शिकवण सांसारिक जीवनात यशस्वी होण्यासाठी कर्म व भक्ती यांच्या मदतीने ईश्वराशी संयुक्त राहण्याची आवश्यकता प्रतिपादित करते. यालाच 'भक्तियुक्त कर्मयोग' असे म्हणतात.

'भक्तियुक्त कर्मयोग' साधनेमुळे वैयक्तिक, कौटुंबिक व सामाजिक जीवनात यश व समृद्धी प्राप्त होते व चिंता, काळजी, ताणतणाव व असुरक्षिततेची भावना यांचा त्रास न होता उलट अधिक यश व समृद्धी मिळवण्यासाठी त्यांचा उपयोग होतो. म्हणून 'भक्तियुक्त कर्मयोग साधना' ही 'राजयोग' या नावाने प्रचलित आहे. मला याची अनुभूती ईश्वराच्या कृपेने प्राप्त झालेली आहे व ती

भगवान श्रीकृष्णाने त्यांचा प्रिय मित्र आणि महान धनुर्धारी शिष्य अर्जुन याला श्रीमद्भगवद्गीतेत स्पष्ट केलेल्या ज्ञानाच्या सारावर आधारित आहे.

ईश्वराच्या विविध रूपांनी व शक्तींनी संरक्षित असलेली व त्याचबरोबर ईश्वराच्या कृपेने सिद्ध असलेली अशी ही सोपी, सरळ व सर्वसामान्यांना रोजच्या आयुष्यात उपयुक्त अशी 'राजयोग साधना' आहे. त्यामुळे प्रामाणिक साधकास हमखास यश मिळते. मला माझ्या स्वतःच्या आयुष्यातील विविध प्रसंगात तसेच गॅलेक्सी कंपनीची उभारणी करत असताना अनेक प्रकारचे गुंतागुंतीचे, कठीण व अनाकलनीय अनुभव आलेले आहेत. त्या प्रसंगात श्रीमद्भगवद्गीतेचा अभ्यास व त्याचे पालन हा एकमेव आधार होता.

मागील ३७ वर्षांपासून कंपनीची उभारणी करत असताना माझ्याकडून व माझ्या सहकाऱ्यांकडून कळत नकळत या राजयोग साधनेत प्रगती होत आलेली आहे. माझ्या वैयक्तिक व आमच्या सामूहिक साधनेतून कंपनी व्यवस्थापन ते कंत्राटी कामगारांपर्यंत अशा सर्वांच्या जीवनात सर्वांगीण विकास होताना दिसत आहे व कंपनीतील सर्वांना त्याची प्रत्यक्ष अनुभूती येत आहे.

राजयोगाचे सामर्थ्य असे आहे की, साधकास आपले कर्म करण्यासाठी आवश्यक असे सर्व ज्ञान त्या व्यक्तीने केलेल्या साधनेच्या बळावर व त्याच्या वास्तविक गरजेनुसार ईश्वराकडून योग्य वेळी प्राप्त होते व येणाऱ्या अडचणीतून मार्ग काढण्याचे सामर्थ्य पण मिळते. राजयोग साधनेत ईश्वराच्या परमात्मा स्वरूपातील सर्व इष्ट देवतांचे एकत्रीकरण होते, त्यामुळे वैयक्तिक व सामूहिक साधनेस पूर्ण बळ मिळते. त्यामुळेच कौटुंबिक व सामूहिक आयुष्यात यश मिळणे शक्य होते. कौटुंबिक व सामूहिक यशात इष्ट देवतेच्या कृपेने वैयक्तिक यश आपोआपच प्राप्त होते.

लक्षात घ्यावे की, श्रीमद्भगवद्गीतेतील मूळ शिकवण म्हणजेच राजयोग साधनेचे सूत्र. आपल्या देशाच्या सर्व महान शासकांनी आपल्या संपत्तीसह विविध इष्ट देवतांची मंदिरे का बांधली, का स्थापन केली आणि त्यांची देखभाल का केली हे अगदी डोळे उघडवणारे चिंतन आहे! त्यांचा उद्देश राज्यांतील प्रजेत सर्व स्तरांवरील सार्वजनिक जीवनात राजयोग सूत्राच्या अभ्यासाचा प्रचार करणे हा होता.

या राज्यकर्त्यांचा असा हेतू होता की, दैनंदिन जीवनात करत असलेल्या विविध कर्मांद्वारे प्रजेला राजयोग सूत्राचा अभ्यास आत्मसात करणे सुलभ व्हावे, तसेच त्या मंदिरांबद्दल सार्वजनिक, कौटुंबिक आणि वैयक्तिक जीवनातील विश्वास पण दृढ व्हावा. त्यांना हे माहीत होते की, त्यांच्या राज्याचा सर्वांगीण विकास साधण्यासाठी राजयोग सूत्राचा अभ्यास सुलभ करणे आवश्यक आहे. अशाप्रकारे, श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेचे सर्वात महत्त्वाचे आणि निर्णायक तत्त्व म्हणजेच सर्व इष्ट देवतांचे एका विश्वरूप परमात्म्याच्या स्वरूपात असलेले एकीकरण होय. त्या राजांनी विविध इष्ट (आराध्य) देवतांची मंदिरे आणि पूजा, उपासना स्थळांच्या निर्मितीद्वारे सर्वसामान्यांच्या दैनंदिन जीवनात त्या तत्त्वाचे पालन करत राहण्याची सोय केली.

या प्रकारे विश्वरूप परमात्म्याची अप्रत्यक्ष उपासना आपापल्या इष्ट देवतेच्या स्वरूपात संपूर्ण राष्ट्रामध्ये स्थापित झाली. हे जाणून घ्या की, प्रत्यक्षात परमपिता, परमात्मा, ईश्वर, भगवान, ही सर्व नावे एकाच परम शक्तीचे प्रतिनिधित्व करतात. ही सर्वोच्च शक्ती संपूर्ण विश्वाला त्याच्या विविध रूपांमध्ये नियंत्रित करते. ईश्वराची ही विविध रूपे वेगवेगळ्या इष्ट (आराध्य) देवतांच्या स्वरूपात ओळखली जातात. आपल्या अज्ञानामुळे ती सर्व रूपे भिन्न व परस्परविरोधी वाटतात किंवा भासतात परंतु ती ईश्वराच्या विश्वरूप परमात्मा या स्वरूपात एक असतात.

सांसारिक जीवनात आपण मुख्यतः श्री गणेश, भगवान देवाधिदेव श्री महादेव, भगवान श्री विष्णू, श्रीकृष्ण, श्रीराम, श्री हनुमान, श्री दुर्गा माता, श्री महालक्ष्मी माता यांची त्यांच्या विविध रूपात पूजा, अर्चना, जप, तप, यज्ञ, अशी धार्मिक अनुष्ठाने, उत्सव साजरे करत असतो. ही सर्व एकाच ईश्वराची, विश्वरूप परमात्म्याची, परमेश्वराची विविध रूपे आहेत.

हेच कारण आहे की, ईश्वराच्या अशा या कोणत्याही रूपाची पूजा, अर्चना करत असताना शेवटी आरती करताना आपण सर्व देवाच्या विविध आरत्या मनापासून म्हणतो, तसेच त्यांच्या प्रती आपले समर्पण दर्शविताना ईश्वराच्या त्या सर्व रूपांना त्यांच्या रूपांशी संबंधित गायत्री मंत्र म्हणून पुष्पांजली अर्पित करतो, आपले अभिवादन समर्पित करतो. ईश्वराच्या कोणत्याही रूपात ईश्वराच्या सर्व

रूपांबद्दल आपला आदर, प्रेम व आस्था प्रदर्शित करण्याचा तो सर्वात सोपा मार्ग आपल्या ऋषीमुनींनी सांसारिक लोकांसाठी संस्कारित केला आहे. पूर्वीच्या काळी भारत देशातील राजे-महाराजे/चक्रवर्ती सम्राट, त्यांचे अनुयायी आणि देशातील प्रजेला याची पूर्ण जाणीव होती म्हणूनच त्या सर्वात पूर्ण एकी होती व भारत एक राष्ट्र म्हणून एकसंघ देश होता.

हे जाणून घ्या की, एकाच विश्वरूप परमात्म्याची त्याच्याच विविध इष्ट देवतांच्या स्वरूपातील पूजेमध्ये वरवर दिसणाऱ्या विविधतेत असलेले मूलभूत एकीकरण व राज्यकर्त्यांना व सर्व प्रजेत असलेली त्याची जाणीव हेच भूतकाळातील भारताचे खरे बलवान, आश्चर्यकारक व अद्भुत सामर्थ्य होते. वास्तविकपणे, अशी सामाजिक व्यवस्था लोकांना त्यांच्या इष्ट देवतेद्वारे ईश्वराशी योग साधण्यास मदत करते व असा योगच व्यक्तीस ऐश्वर्य प्राप्त करण्यासाठी आवश्यक असे सृजनशील ज्ञान, बुद्धी आणि शक्ती प्राप्त करण्यास सक्षम करतो. सत्ताधारी वर्गाला याची पूर्ण माहिती होती. त्याचे रहस्य चांगले माहीत होते. त्यामुळेच भगवंताच्या विविध इष्ट (आराध्य) देवतांच्या रूपातील उपासना, अर्चना त्या उपासनांमध्ये दिसून येणाऱ्या बाह्य विविधतेसकट प्रचलित होती, प्रचलित केली गेली होती.

अशा प्रकारे भारताच्या सुवर्णयुगात व्यक्ती, त्यांचे कुटुंब, समाज, स्थावर संपत्ती आणि एकूणच देशासाठी राजयोगाचे नैसर्गिक फायदे उपलब्ध झाले. **विविधतेतील एकतेची ही गुप्त किंवा अज्ञात शक्ती आहे.** ही गोष्ट भारतातील सर्व राज्यांना संयुक्तरित्या एका थोर शासकाच्या आधिपत्याखाली प्रचंड संपत्ती आणि सामर्थ्य प्राप्त होण्याचे कारण स्पष्ट करते. वरील कारणांमुळे सर्व राज्यकर्ते आपापल्या पद्धतीने आपल्या राज्याच्या संबंधात व तसेच एकत्रितपणे संपूर्ण राष्ट्र म्हणून परकीय आक्रमणकर्ते, दुष्कर्म करणारे, अपराधी यांच्याशी व्यवहार करण्यात, त्यांना हाताळण्यात, ताब्यात ठेवण्यात व आवश्यकतेनुसार शिक्षा करण्यात यशस्वी होत होते. त्याचप्रमाणे सर्व राज्यकर्ते देशांतर्गत असलेले दुष्ट लोक, चुकीचे वर्तन करणारे व कायदा मोडणारे अशा सर्वांस शिक्षा करण्यास सुद्धा सक्षम होते.

भगवान महादेवांची १२ ज्योतिर्लिंगे, भगवान श्री विष्णूंचे बालाजी मंदिर, भगवान श्री स्वामीनारायण मंदिरे, भगवान श्रीरामांचे अयोध्या येथील मंदिर, भगवान श्रीकृष्णांची द्वारका, मथुरा, वृंदावन, श्रीनाथजी, भगवान हनुमान, श्री गुरुदेव दत्तांची मंदिरे, श्री गुरु ग्रंथ साहिबजी, भगवान श्री महावीर तसेच श्री गणेश, माता दुर्गा, माता काली, माता महालक्ष्मी, माता सरस्वती व त्यांच्या विविध रूपातील मंदिरे, आजच्या काळातील श्री स्वामी समर्थ, श्री गजानन महाराज, श्री साईबाबा यांची मंदिरे, तसेच यांच्या इतर स्वरूपाची मंदिरे ही सर्व एकाच विश्वरूप ईश्वराची रूपे आहेत. ती सर्व विविध व्यक्तींसाठी त्यांच्या प्रकृतीप्रमाणे इष्ट देवता म्हणून मार्गदर्शन व नियंत्रण करतात. अशी सर्व मंदिरे मानवाचे आपापल्या इष्ट देवतेशी असलेले घनिष्ठ संबंध व त्यांची अनिवार्यता दर्शवितात.

ईश्वर किंवा सर्व शक्तिमान परमेश्वराची अनुभूती व त्याद्वारे येणारे ज्ञान, विद्या, बुद्धी, बळ प्राप्त होण्यासाठी सांसारिक जीवनात निरागस मन आवश्यक असते व सांसारिक आयुष्यात प्राप्त झालेले बळ, बुद्धी, विद्या यांचा वापर व नियोजन करण्यासाठी विनम्रतेची आवश्यकता असते, त्यामुळे श्री गणेश व श्री हनुमान या इष्ट देवतांची अनेक मंदिरे निर्माण केली गेली व तसेच प्रत्येक इष्ट देवतेच्या देवस्थानात त्यांची उपस्थिती व स्थाने सुरक्षित केली गेली. श्री गणेश हे विश्वरूप ईश्वराचे निरागस बालरूप आहे व श्री हनुमान हे ईश्वराची करुणा, विनम्रता, बळ, बुद्धी व ज्ञानाचे रूप आहे. या कारणांस्तव सर्व महान राजांनी प्रत्येक इष्ट देवतांच्या देवस्थानांमध्ये श्री गणेश आणि भगवान हनुमान यांची उपस्थिती आणि स्थाने सुरक्षित केली.

ईश्वराचे ज्ञान प्राप्त होण्यासाठी व ते ज्ञान शब्दात लिपीबद्ध करण्यासाठी सुद्धा निरागस मानसिकतेची आवश्यकता अनिवार्य आहे. त्यामुळे श्री महर्षी व्यास देवांनी श्री गणेशांना श्रीमद्‌भगवद्‌गीता लिपीबद्ध करण्यास पाचारण केले. ही गोष्ट कोणत्याही शुभ कार्यात किंवा सुरुवातीस प्रथम श्री गणेश पूजन करण्याचे महत्त्व पण दर्शविते.

पूर्वीच्या काळी महान राज्यकर्ते जसे प्रभू श्रीराम, पांडव व त्यांच्या आधीच्या राजांनी अश्वमेध यज्ञ, राजसूय यज्ञ नावाचे मोठे यज्ञ केलेत व आपले सार्वभौमत्व प्रस्थापित केले. परंतु त्यांनी जिंकलेल्या राजांना किंवा तिथल्या

प्रजेला आपले गुलाम केले नाही. तेथील मंदिरे, त्यांची आस्था बदलण्यास सांगितले नाही. या राजांना श्रीमद्भगवद्गीतेची मूळ शिकवण संपूर्ण मानवजातीमध्ये आत्मसात होण्याची आवश्यकता आणि त्याचे महत्त्व याची जाणीव होती व म्हणूनच दैनंदिन वैयक्तिक, कौटुंबिक व सामाजिक जीवनात राजयोग सूत्राचे आचरण स्थापित करणे ही त्यांची आज्ञा व संकल्पना होती.

अशा प्रकारे या महान शासकांनी जिंकलेल्या सर्व देशांना एकत्र आणून काश्मीरपासून कन्याकुमारीपर्यंत म्हणजे उत्तरेतील श्रीबद्रीनाथ व केदारनाथ धाम ते दक्षिणेतील श्रीरामेश्वरम् धामपर्यंत तसेच पूर्वेस जगन्नाथपुरी ते पश्चिमेस द्वारिकेपर्यंत सर्व देश व तेथील प्रजा श्रीमद्भगवद्गीतेच्या मूळ सूत्रात एकत्रित केली.

श्रीमद्भगवद्गीतेची अंतर्निहित शिकवण समाजाच्या सर्व स्तरांवर कार्यरत असलेल्या लोकांच्या सांसारिक जीवनात आत्मसात करून घेण्याच्या अशा कृतीमुळे सर्व राज्यांची उन्नती झाली आणि संपूर्ण भारत एकसंध होऊन सर्वांगीण प्रगती साधू शकला.

काळाच्या ओघात हळूहळू ही व्यवस्था विस्कळीत होत गेली आणि दैनंदिन जीवनातील कर्म आणि भक्ती यांचा संबंध तुटला, त्यांचे एकत्रीकरण वेगळे झाले आणि ऱ्हास सुरू झाला. राज्यकर्त्यांना आपल्या इष्टदेवतेची सेवा म्हणून विहित कर्तव्ये करण्याचे महत्त्व व आवश्यकता कमी वाटू लागली. इष्ट देवतेची सेवा हळूहळू आपल्या अहंकार तृप्तीसाठी व स्वतःच्या तुष्टीकरणाच्या सेवेमध्ये रूपांतरित झाली. राज्यकर्त्यांनी त्यांच्या जन्मजात स्वधर्माकडे दुर्लक्ष केले व श्रीमद्भगवद्गीतेच्या मूळ तत्त्वाकडे लक्ष देणे सोडले. स्वधर्म व कर्तव्य कर्म या संकल्पनेचा विपर्यास झाला. स्वधर्म, कर्तव्य कर्म हे व्यक्तीच्या जन्मस्थानाशी जोडले गेले. त्यामुळे राज्यकर्त्यांचा त्यांच्या इष्टदेवतेशी संपर्क तुटला आणि त्या बदल्यात त्यांनी त्यांची शक्ती आणि सामर्थ्य गमावले. परकीय आक्रमकांना भारतीय राज्यकर्त्यांवर विजय मिळवण्याची संधी मिळाली. तो इतिहास आणि सद्यःस्थिती आपल्याला माहीतच आहे.

देशातील विविध भागात असलेल्या देवस्थळांना भेटी दिल्यानंतर लक्षात येते की, तेथील राज्यकर्त्यांनी त्यांच्या प्रजेच्या आस्थेप्रमाणे ईश्वराची वेगवेगळ्या स्वरूपातील इष्ट देवांची मंदिरे बांधली. ही सामान्य प्रार्थनास्थळे आहेत आणि

लोकांचा त्यांच्या इष्ट देवतेशी सहवास टिकवून ठेवण्याची सोय करतात. उद्देश एवढाच आहे की, श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेची मूलभूत शिकवण दैनंदिन कामे, कर्म करत असताना लक्षात राहिली पाहिजे आणि ती शिस्त सर्वांनी पाळली पाहिजे. त्यामुळे मंदिरे बांधली गेली. हे देखील दिसून येते की मुख्य इष्ट देवतेच्या मंदिरात इतर सर्व इष्ट देवतांना स्थान आहे. हे श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेच्या सर्वात महत्त्वाच्या तत्त्वाचे प्रकटीकरण व ज्ञान स्थापित करते. म्हणजेच सर्व इष्ट देवतांचे एकत्व दर्शविते.

श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेची शिकवण सांगते की, सर्वशक्तिमान परमेश्वर, त्यांच्या विश्वरूपाने प्रत्येक व्यक्तीमध्ये परमात्मा म्हणून वास करतात. परमात्मा म्हणून हे विश्वरूप प्रत्येक व्यक्तीचे अंतःकरणातून मार्गदर्शन, निरीक्षण आणि नियंत्रण करते आणि लोक या परमात्म्याची उपस्थिती आपली इष्ट देवता म्हणून ओळखतात. अशा प्रकारे, विश्वरूप परमात्मा प्रत्येक व्यक्तीमध्ये त्याच्या/तिच्या इष्ट देवतेच्या स्वरूपात वास करतो. हे लक्षात ठेवले पाहिजे की, सर्व इष्ट देवता हे विश्वरूप ईश्वराचेच स्वरूप आहेत आणि ते प्रत्येक आत्म्यासोबत असलेल्या परमात्म्यापेक्षा भिन्न नाहीत.

अशा प्रकारे मुख्य तीर्थक्षेत्रांची यात्रा केल्यामुळे तसेच श्रीमद् भगवद्‌गीतेतील मूळ सूत्राकडे लक्ष असल्यामुळे, त्या शिकवणींचा दैनंदिन जीवनात अवलंब केल्यामुळे व येणाऱ्या अनुभवातूनच मला श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेच्या ज्ञानाचे सामर्थ्य आणि सत्यता जाणवली व स्पष्ट झालेली आहे.

ईश्वराच्या कृपेने, मला श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेच्या या मूलभूत शिकवणी जाणवल्या आहेत आणि मला हे पण समजले आहे की, या शिकवणी व्यावहारिक जीवनात किती उपयुक्त आहेत. त्यामुळे या पुस्तकात दाखवलेल्या तक्त्याच्या साहाय्याने उपयुक्त माहिती मांडण्यात आली आहे. या पुस्तकात भगवान श्रीकृष्णांनी श्रीमद् भगवद्‌गीतेत प्रगट केलेले ज्ञान सांसारिक जीवनाचा सर्वांगीण विकास होण्याच्या दृष्टीने कसे उपयुक्त करावे या हेतूने स्पष्ट सूचना दिलेल्या आहेत.

माझे असे मत आहे की, राजयोगाची साधना ही तरुण पिढी, शेतकरी आणि सर्वसामान्य लोकांना त्यांच्या सांसारिक जीवनात चिंताग्रस्त न राहता यश, सुख, समृद्धी आणि शांती मिळविण्यासाठी लाभदायक असे एक अतिशय

शक्तिशाली साधन आहे. त्यामुळे सनातन धर्माच्या या मौलिक ज्ञानाचे महत्त्व स्पष्ट करून व त्याच्या आचरणामुळे सांसारिक जीवन तणावमुक्त, सुखी आणि समृद्ध कसे होऊ शकते हे समजावण्याचा हा एक आध्यात्मिक प्रयत्न आहे.

दैनंदिन जीवनात राजयोगाचा सराव हे एक सोपे तंत्र आहे. हे तंत्र आपल्या पितरांच्या दोषांचे आपल्यावर असलेले सर्व दुष्परिणाम टाळण्यास तसेच पूर्व जन्मातील, भूतकाळातील आणि वर्तमान जीवनातील कर्मांचे वाईट परिणाम शुद्ध करण्यास पण सक्षम आहे.

माझी अशी अनुभूती आहे की, जो कोणी ९१ दिवस या पुस्तकात सांगितल्याप्रमाणे राजयोगाचा सराव करेल, त्याला 'राजयोग' साधेनेचे अभूतपूर्व मूल्य अनुभवास येणे सुरुवात होईल व ती व्यक्ती राजयोग साधनेत स्थिर होईल. राजयोगाच्या सरावाचे सार असे आहे की, ते 'सुरक्षित भावना आणि असुरक्षित भावना यांचे सर्जनशील संतुलन' (creative balance between security and insecurity) विकसित करते, जे लोक त्यांच्या व्यक्तिमत्त्वात अनुभवतात. जीवनात विकास व उत्कर्ष करत असताना तणावात न राहता, सुख व समृद्धी मिळविण्यासाठी श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेची ही शिकवण सामान्य लोकांसाठी अतिशय महत्त्वाची आहे. माझ्या मते ती अत्यावश्यक आहे. राजयोगाचा सराव सध्याच्या जन्मातच माणसाला गरिबीपासून समृद्धीपर्यंत ('रॅग्स टू रिचेस') उत्क्रांत करण्यास सक्षम आहे. वय, व्यवसाय, शिक्षण, कौटुंबिक पार्श्वभूमी आणि आर्थिक स्थिती विचारात न घेता, व्यक्तींसाठी जीवनात यश आणि समृद्धी प्राप्त करण्यासाठी हे एक अतिशय प्रभावी साधन आहे.

या सॉफ्टवेअर, डिजिटल आणि आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (AI) कृत्रिम बुद्धिमत्तेच्या वैज्ञानिक काळात समाजातील व देशातील सर्व स्तरांवर कार्यरत असलेल्या व्यक्तींना श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेतील मूळ शिकवणुकींची आठवण करूण देणे हा या उपक्रमाचा एक उद्देश आहे. त्यामुळे राजनितिक क्षेत्रात कार्यरत असलेले श्रेष्ठवर, विद्वान मंडळी तसेच उद्योजक, व्यापारी, नोकरदार वर्ग, कामगार बंधू व सर्व स्त्री-पुरुष अशा सर्वांनाच आपापल्या क्षेत्रात वैयक्तिक, कौटुंबिक, सामाजिक यश मिळवणे सोपे होईल व देशाच्या उन्नतीचा मार्ग प्रशस्त होईल.

या पुस्तकात सांगितल्याप्रमाणे राजयोगाची क्रमवार आणि तत्त्वांनुसार विहित कर्तव्ये पार पाडण्यासाठी सतत प्रयत्नशील राहणे ही एकविसाव्या शतकाच्या या वैज्ञानिक काळात यश, सुख, समृद्धी आणि शांती साधण्याची एकमेव, सोपी, खात्रीशीर आणि सुरक्षित पद्धत आहे.

महत्त्वाचे म्हणजे, या पुस्तकात स्पष्ट केल्याप्रमाणे राजयोगाचे सिद्धांत, त्यामागील तत्त्वे आणि त्यांचे आचरण हे कोणत्याही विशिष्ट धर्म, श्रद्धा, जात आणि पंथ यांना बांधलेले नाही. ते सनातन आहेत व मानवसमाजासाठी कल्याणकारी आहेत.

-------oOo-------

श्री ज्ञानेश्वर माउली, राजयोग (भक्तियुक्त कर्मयोग) व ज्ञानेश्वरी या आध्यात्मिक ग्रंथाकडे कसे पाहावे? एक दृष्टिकोन

श्री ज्ञानेश्वर माउलींच्या भक्तांना मागच्या काही शतकांपासून ज्ञानेश्वरीतील केवळ भक्तीयोग महत्त्वाचा वाटत आला आहे व आजही वाटतो आहे. त्यामुळे ज्ञानेश्वरी हा केवळ एक भजन, कीर्तन व विवेचनाचा विषय होऊन राहिला आहे. त्यामुळे तरुण मुल-मुली, स्त्री-पुरुष सार्थ ज्ञानेश्वरीतील माऊलीला अभिप्रेत असलेल्या शिकवणुकीकडे दुर्लक्ष करतात.

माउली व सर्व भावंडांनी समाजातील सर्व लोकांना, अगदी न शिकलेल्या लोकांना सुद्धा त्यांच्या स्वधर्माप्रमाणे निश्चित झालेली कर्तव्यकर्मे करण्याचे महत्त्व सांगितले होते. स्वतःच्या जगण्यातून पण ते दाखविले होते. भौतिक आयुष्य समृद्ध होण्यासाठी कर्तव्य कर्मांकडे दुर्लक्ष न करण्याचे महत्त्व प्रस्थापित केले होते. म्हणूनच त्यांचा त्यावेळच्या अगदी अशिक्षित असलेल्या लोकांवर, समाजातील लहान-थोर, उच्च-नीच, गरीब-श्रीमंत, शिक्षित-अशिक्षित अशा सर्व स्तरांवरील लोकांवर सारखाच प्रभाव राहिला. मुख्यतः सामान्य लोकांना तर ते आपलेच वाटायचे. याचे कारण असे की, समाजातील अशिक्षित, गरीब, असुरक्षित लोकांशी त्यांनी पांडित्याचा, ज्ञानाच्या मोठ्या-मोठ्या क्लीष्ट वाटणाऱ्या गोष्टी

केल्या नाहीत. समाजातील त्या वर्गांसाठी माउलींनी व त्यांच्या भावंडांनी दैनंदिन जीवनात त्यांच्यासाठी सहज असलेल्या व ते करतच असलेल्या कर्तव्य कर्मांद्वारे ईश्वराची भक्ती कशी करता येते व त्यामुळे सांसारिक जीवनात आपोआप सुख, यश व स्थिरता कशी येते हे समजावून सांगितले. समाजातील त्या वर्गांमधील लोकांकडून त्यांच्या नकळत भक्तियुक्त कर्मयोग साधना करवून घेतली व या राजयोग साधनेच्या फायद्याची अनुभूती पण त्यांना आणुन दिली.

माउलींनी पसायदान मध्ये ईश्वराकडे या विश्वातील सर्वांमध्ये स्वधर्माची जागृती होवो असेच मागणे मागितले आहे व कर्तव्य कर्मांद्वारे ईश्वराची भक्ती करण्यावर पूर्ण ज्ञानेश्वरीत भरपण दिला आहे. सांसारिक जीवनात कोणत्याही व्यक्तीत स्वधर्माच्या जागृती चे ज्ञान स्पष्ट झाल्यास सनातन धर्माची मूळ शिकवण जागृत होते व त्या व्यक्तीच्या सांसारिक जीवनात यश, सुख व समृद्धी येणे सुरु होते. सांसारिक जीवन जगणाऱ्यांसाठी या गोष्टी मुख्य व अतिशय महत्त्वाच्या असतात. सांसारिक लोकांचा जीवनात तोच मुळ उद्देश असतो.

श्री ज्ञानेश्वर माउली व त्यांच्या भावंडांना हे चांगलेच अवगत होते की, सांसारिक जीवन जगणाऱ्यांसाठी सन्यास धर्म यश देत नाही. त्यामुळेच त्यांनी आपल्या जीवनात संन्यासी अनुयायी तयार करण्याचा भाव पण ठेवला नाही. मुख्य लक्षात घेण्याची गोष्ट अशी आहे की, प्रभू श्रीराम, भगवान श्रीकृष्ण व भगवान देवाधिदेव श्री महादेव यांनी सुद्धा सांसारिक जीवन जगणाऱ्यांसाठी सन्यास धर्म निर्देशित केलेला नाही. भगवान श्रीकृष्णांचे पट्टशिष्य व अनुयायी पांडव व त्यांच्या राणीने पण तसे केले नव्हते.

श्री ज्ञानेश्वरांचा व त्यांच्या तिन्ही भावंडांच्या आयुष्याचा नीट अभ्यास केला तर हे स्पष्ट जाणवते की, ती चारही भावंडे त्यांच्या आयुष्यात भक्ती आणि कर्म याची सांगड घालण्यात निष्णात होते. भक्तियुक्त कर्मयोग साधनेचे ते मानबिंदूच होते. भक्तियुक्त कर्मयोग साधनेच्या सूत्रानुसार सर्व भावंडे त्यांच्या जीवनात त्यांना नियतीकडून प्राप्त झालेली स्वधर्मानुसार येणारी कर्तव्यकर्मे ईश्वरासाठीच सेवाभावनेने करत होते.

लेखकाच्या अनुभूतीनुसार श्री ज्ञानेश्वर माउली व त्यांची भावंडे श्री निवृत्तीनाथ, श्री सोपानदेव, देवी मुक्ताई हे सर्व अनुक्रमे पांडवांमधील अर्जुन,

युधिष्ठीर, भीम व त्यांची राणी पांचाली यांचे पुनर्जन्म होते. त्यांच्या पूर्व जन्मापासूनच ते सर्व पूर्णपणे भगवान श्रीकृष्णांशी एकरूप झालेले होते. त्यांच्या प्रेमापोटी ईश्वराने त्या भावंडांना समाजात सामान्य अशिक्षित लोकांच्या जीवनात त्यांच्या भौतिक उन्नतीसाठी सनातन धर्माची मूळ शिकवण म्हणजेच श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेतील सांसारिक ज्ञान पुनर्जीवित करण्याची जबाबदारी दिल्याचे दिसते. त्यासाठी आवश्यक असे सर्व ज्ञान, सामर्थ्य व संरक्षण ईश्वराकडून त्या सर्व भावंडांना त्यांच्या जीवनात नेहमीच मिळत आलेले स्पष्टपणे दिसते.

श्री ज्ञानेश्वरांनी आपल्या विवेचनासाठी श्रीमद्‌भगवद्‌गीताच निवडण्याचे कारण पण येथे स्पष्ट होते. त्या काळाच्या समाजाच्या गरजेनुसार ईश्वराची पण तीच इच्छा होती.

सर्व भावंडांची कर्तव्यकर्मे संपल्यावर ईश्वराने त्यांना ते लक्षात पण आणून दिले व त्यानंतर सर्व भावंडानी आपापल्या पद्धतीने सांसारिक जीवनातून प्रयाण केले. नुसत्या भक्तीने किंवा नुसत्या ज्ञानाने किंवा नुसत्या कर्माने हे शक्य होत नाही.

भक्तियुक्त कर्मयोगी सांसारिक आयुष्यात वैभव संपन्न होतोच होतो. साधनेच्या बळावर त्याला सर्वांगीण यश, समृद्धी प्राप्त होत राहते. तो निडरपणे वागत असतो. ज्ञानेश्वर व इतर सर्व भावंडे निडर होती व जीवनातील सर्व कठीण प्रसंगांना त्यांनी निडरपणे तोंड दिले.

सर्व भावंडांचे महाप्रयाण, भिंत चालवणे, रेड्याकडून वेद वदवून घेणे अशी सर्व कर्मे त्या सर्वांनी मिळविलेल्या सांसारिक जीवनातील सुख, समृद्धी, सर्वांगीण विकास, सामर्थ्य दर्शविणाऱ्या भौतिक शक्तीची प्रतीकेच समजली पाहिजे. लेखकाच्या मते ती त्यांच्या भौतिक समृद्धीची प्रतीकेच आहेत.

श्री ज्ञानेश्वर व त्यांची भावंडे भौतिक दृष्ट्या असमृद्ध होती, अयशस्वी होती असे म्हणण्याला कोणताही आधार नाही. सामान्य लोकांच्या भौतिक व आध्यात्मिक विकासासाठी श्री ज्ञानेश्वर व त्यांच्या भावंडांनी त्यांची जीवनशैली एका विशिष्ट रूपात ठेवलेली होती. ते आवश्यक पण होते. त्यामुळे त्या काळातील प्रचलित गुरु-शिष्य परंपरा बाजूला ठेवून माउलींनी श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेतील अंतर्निहित शिकवण म्हणजेच सनातन धर्माची मूळ शिकवण समाजातील अशिक्षित लोकांसाठी सुद्धा दैनंदिन जीवनात सहजपणे जगता येण्यासाठी खुली केली. केवळ भक्तीने, केवळ ज्ञानाने किंवा केवळ कर्माने अशा गोष्टींमध्ये यश मिळणे शक्य नसते. त्यासाठी भक्ती व कर्माची सांगडच घालावी लागते व असे केल्याने व्यक्तीला आवश्यकतेनुसार ज्ञान व सर्व प्रकारची मदत ईश्वराकडून वेळ व काळानुरूप आपोआप येत राहते. त्यांच्याही बाबतीत तेच सत्य झाले.

त्यामुळे ज्ञानेश्वरीचा एकत्रितपणे अभ्यास केल्यास असे लक्षात येते की, ज्ञानेश्वरी हा केवळ एक भक्ती ग्रंथ नाही. माउलीने कितीतरी ठिकाणी सांसारिक व्यक्तीने आपल्या स्वधर्मानुसार येणारी आपली कर्तव्य कर्मे केलीच पाहिजे असेच सांगितले आहे. किंबहुना स्वधर्मानुसार येणारी कर्तव्यकर्मे ईश्वराची सेवा म्हणून करण्याऱ्या व्यक्तीस इतर कोणतीच भक्ती करण्याची आवश्यकताच नाही. ती सर्वोच्च भक्ती आहे, हे स्पष्टपणे सागिंतले आहे. सांसारिक लोकांसाठी अशा भक्तीची महत्ता पण स्पष्ट केलेली आहे.

आजच्या वैज्ञानिक युगात तरुण पिढीला त्यांच्या भौतिक जीवनातील यश, सुख व समृद्धी मिळविण्यासाठी फायदेशीर असलेल्या ज्ञानाशिवाय इतर कोणतेही ज्ञान उपयोगाचे वाटत नाही. त्यांच्यासाठी ते अयोग्य पण म्हणता येणार नाही. त्यामुळे अगदी लहान मुलांपासून, तरुण पिढी, वाढत्या संसारातील स्त्री-पुरूष अशा सर्वानाच दैंनदिन जीवनातील प्रगतीच्या दृष्टीने आध्यात्मिक ज्ञानाचे महत्त्व वाटत नाही. याचे मुख्य कारण म्हणजे मागील अनेक पिढ्यातील आध्यात्मिक व भौतिक दृष्ट्या श्रेष्ठ महानुभाव व ज्ञानी लोक त्या संदर्भात सांसारिक लोकांना तशी हमी व अनुभूती देऊ शकण्यास असमर्थ राहिली आहेत. आजही ती स्थिती बदललेली नाही.

सत्य असे आहे की, श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेतील व्यावहारिक ज्ञानावर आधारित राजयोग सूत्र सांसारिक आयुष्यात सुख, यश, समृद्धी व सर्वांगीण प्रगती मिळविण्यासाठी स्टँडर्ड ऑपरेटींग प्रोसिजर (SOP) म्हणून काम करते व तशी हमी (गॅरंटी) पण देते. श्री ज्ञानेश्वर माउलींनी पण त्याच गोष्टी जास्त सोप्या करून श्री ज्ञानेश्वरीत स्पष्ट केलेल्या आहेत.

लेखकाच्या अनुभूतीप्रमाणे आजच्या वैज्ञानिक काळाच्या गरजेनुसार व त्या अनुरोधाने सर्व कीर्तनकार, प्रवचनकारांनी तसेच आध्यात्मिक सेवाभावी संस्थेंमध्ये, विविध शैक्षणीय व संस्कार केंद्रांमध्ये कार्यरत लोकांनी माउलीची शिकवण जशीच्या तशी आपल्या कीर्तनांद्वारे, व्याख्यानाद्वारे, प्रवचनाच्याद्वारे प्रक्षेपीत केली पाहिजे. त्यामुळे वारकरी संप्रदाय, शेतकरी, लहान मुले, तरुण वर्ग, व्यावसायिक लोक, राजकीय क्षेत्रात कार्यरत असलेले नेते मंडळी असे समाजातील सर्व स्तरांवरील लोक स्वधर्मानुसार आलेल्या आप-आपल्या कर्तव्यांकडे दुर्लक्ष करणार नाहीत. आपल्या कर्तव्य कर्मांकडे जोमाने लक्ष देतील. असे झाल्याने समाजात सर्वस्तरांवर कर्तव्यकर्म व भक्ती याची सांगड घालून जीवनास गती देण्याचे ज्ञान जागृत होण्याची प्रक्रिया सुरू होईल. राजयोग साधनेच्या फलश्रुतीप्रमाणे सर्व शेतकरी, वारकरी संप्रदाय व सांसारिक जीवन जगणारे सर्वच लोक सुखी व वैभवशाली होण्याच्या प्रक्रियेला गती मिळेल. समाजातील भौतिक व आध्यात्मिक दृष्ट्या श्रेष्ठ असलेल्या व्यक्तींची ती जबाबदारी असते.

सार्थ श्री ज्ञानेश्वरीतील खालील ओव्या राजयोग साधनेच्या सूत्रांचे ज्ञानेश्वरीतील संदर्भ व त्यांचे आकलन लक्षात येण्यासाठी अतिशय बोलक्या आहेत .

भावार्थ दीपिका-ज्ञानेश्वरी अध्याय २

तरी स्वधर्मु एकु आहे । तो सर्वथा त्याज्य नोहे ।
मग तरिजेल काय पाहें । कृपाळूपणें ।।१८२।।

वायांचि व्याकुळ कायी । आपुला निजधर्मु पाहीं।
जो आचरितां बाधु नाहीं । कवणें काळीं ।।१८६।।

म्हणोनि आइकें पार्था । याचिपरी पाहतां ।
तुज उचित होय आतां । स्वकर्म हें ।।२६४।।
आम्हीं समस्तही विचारिलें । तंव ऐसेचि हें मना आलें ।
जें न सांडिजे तुवां आपुलें । विहित कर्म ।।२६५।।
परी कर्मफळीं आस न करावी । आणि कुकर्मीं संगति न व्हावी ।
हे सत्क्रियाचि आचरावी । हेतूविण ।।२६६।।
देखैं जेतुलालें कर्म निपजे । तेतुलें आदिपुरुषीं अर्पिजे ।
तरी परिपूर्ण सहजें । जहालें जाणैं ।।२७१।।

भावार्थ दीपिका–ज्ञानेश्वरी अध्याय ३

''म्हणौनि स्वधर्मानुष्ठान । तें अखंड यज्ञ याजन ।
जो करी तया बंधन । कहींच न घडे ।। ८३ ।।''
''देवतांतरा न भजावें । हें सर्वथा कांहीं न करावें ।
तुम्हीं स्वधर्मयज्ञीं यजावें । अनायासें ।। ९१ ।।''
म्हणौनि समर्थु जो येथें । आथिला सर्वज्ञते ।
तेणें सविशेषें कर्मातें । त्यजावें ना ।। १६८ ।।
''तरी उचितें कर्में आघवीं । तुवां आचरोनि मज अर्पावीं ।
परी चित्तवृत्ति न्यासावी । आत्मरूपीं ।। १८६ ।।''
आणि हें कर्म मी कर्ता । कां आचरैन या अर्था ।
ऐसा अभिमानु झणें चित्ता । रिगों देसीं ।।१८७।।
जगीं कीर्ति रूढवीं । स्वधर्माचा मानु वाढवीं ।
इया भारापासोनि सोडवीं । मेदिनी हे ।। १९० ।।
आतां पार्था निःशंकु होईं । या संग्रामा चित्त देईं ।
एथ हें वांचूनि कांहीं । बोलों नये ।। १९१ ।।

हें अनुपरोध मत माझें । जिहीं परमादरें स्वीकारिजे ।
श्रद्धापूर्वक अनुष्ठिजे । धनुर्धरा ।। १९२ ।।
तेही सकळ कर्मीं वर्ततु । जाण पां कर्मरहितु ।
म्हणौनि हें निश्चितु । करणीय गा ।। १९३ ।।
नातरी प्रकृतिमंतु होउनी । इंद्रियां लळा देउनी ।
जें हें माझें मत अव्हेरुनी । ओसंडिती ।। १९४ ।।
जे सामान्यत्वें लेखिती । अवज्ञा करूनि देखती ।
कां हा अर्थवादु म्हणती । वाचाळपणें ।। १९५ ।।
ते मोहमदिरा भुलले । विषयविखें घारले ।
अज्ञानपंकीं बुडाले । निभ्रांत मानीं ।।१९६।।
तैसे जे पार्था । विमुख या परमार्था ।
तयांसी संभाषण सर्वथा । करावेना ।।१९९।।
म्हणौनि ते न मानिती । आणि निंदाही करूं लागती ।
सांगैं पतंगु काय साहती । प्रकाशातें ? ।।२००।।
म्हणौनि हा आश्रोचि न करावा । मनेंहि आठवो न धरावा ।
एकु निजवृत्तीचा वोलावा । नासों नेदी ।।२१८।।
अगा स्वधर्मु हा आपुला । जरी कां कठिणु जाहला ।
तरी हाचि अनुष्ठिला । भला देखैं ।।२१९।।
येरु आचारु जो परावा । तो देखतां कीर बरवा ।
परी आचरतेनि आचरावा । आपुलाचि ।।२२०।।
तेवीं आवडे तैसा सांकडु । आचरतां जरी दुवाडु ।
तर्ही स्वधर्मुचि सुरवाडु । परत्रींचा ।।२२५।।
म्हणौनि आणिकांसी जें विहित । आणि आपणपेयां अनुचित ।
तें नाचरावें जरी हित । विचारिजे ।।२२८।।

या स्वधर्मातें अनुष्ठितां । वेचु होईल जिविता ।
तोहि निका वर उभयतां । दिसत असे ।।२२९।।

भावार्थ दीपिका–ज्ञानेश्वरी अध्याय ५

तरी जाणानेणा सकळां । हा कर्मयोगु कीर प्रांजळा ।
जैसी नाव स्त्रियां बाळां । तोयतरणीं ।।१६।।
तैसें सारासार पाहिजे । तरी सोहपा हाचि देखिजे ।
येणें संन्यासफळ लाहिजे । अनायासें ।।१७।।

भावार्थ दीपिका–अध्याय ६

आइकें सकळ संमतें जगीं । अर्जुना गा तोचि योगी ।
जो कर्में करूनि रागी । नोहेचि फळीं ।।४३।।

भावार्थ दीपिका–अध्याय ७

आणि इयेतें प्रकृति म्हणिजे । जे अष्टधा भिन्न जाणिजे ।
लोकत्रय निपजे । इयेस्तव ।।१६।।
हे अष्टधा भिन्न कैसी । ऐसा ध्वनि धरिसी जरी मानसीं ।
तरी तेचि गा आतां परियेसीं । विवंचना ।।१७।।
आप तेज गगन । मही मारुत मन ।
बुद्धि अहंकारु हे भिन्न । आठै भाग ।।१८।।
या आठांची जे साम्यावस्था । ते माझी परम प्रकृति पार्था ।
तिये नाम व्यवस्था । जीवु ऐसी ।।१९।।
जे जडातें जीववी । चेतनेतें चेतवी ।
मना करवीं मानवी । शोक मोहो ।।२०।।
पैं बुद्धीच्या अंगीं जाणणें । तें जिये जवळिकेचें करणें ।
जिया अहंकाराचेनि विंदाणें । जगचि धरिजे ।।२१।।

भावार्थ दीपिका–ज्ञानेश्वरी अध्याय ९

हा योगक्षेमु आघवा । तयांचा मजचि पडिला पांडवा ।
जयांचिया सर्वभावा । आश्रयो मी ।।३४३।।
पैं भक्ति एकी मी जाणें । तेथ सानें थोर न म्हणे ।
आम्ही भावाचे पाहुणे । भलतेया ।।३९५।।
जे जे कांहीं व्यापार करिसी । कां भोग हन भोगिसी ।
अथवा यज्ञीं यजिसी । नानाविधीं ।।३९८।।
नातरी पात्रविशेषें दानें । कां सेवकां देसी जीवनें ।
तपादि हन साधनें । व्रतें करिसी ।।३९९।।
तें क्रियाजात आघवें । जें जैसें निपजेल स्वभावें ।
तें भावना करोनि करावें । माझिया मोहरा ।।४००।।
परि सर्वथा आपुले जीवीं । केलियाची से कांहींचि नुरवीं ।
ऐसीं धुवोनि कर्में द्यावीं । माझियां हातीं ।।४०१।।
तो आतां अवसरें मजसारिखा होईल । ऐसा हन भाव तुज जाईल ।
हां गा अमृताआंत राहील । तया मरण कैचें? ।।४२५।।
म्हणौनि तयाचिया चित्ता । माझी जवळिक पंडुसुता ।
तेव्हांचि तो तत्त्वता । स्वरूप माझें ।।४२७।।
जैसा दीपें दीपु लाविजे । तेथ आदील कोण हें नोळखिजे ।
तैसा सर्वस्वें जो मज भजे । तो मीचि होऊनि ठाके ।।४२८।।
मग माझी नित्य शांती । तया दशा तेचि कांती ।
किंबहुना जिती । माझेनि जीवें ।।४२९।।

भावार्थ दीपिका–ज्ञानेश्वरी अध्याय १०

तयां मग जें आम्ही कांहीं । द्यावें अर्जुना पाहीं ।
ते ठायींचीच तिहीं । घेतली सेल ।।१३०।।

हा ठायवरी किरीटी। आम्ही प्रेमळु घेवों आपणयासाठीं ।
या बोलीं बोलिजत गोष्टी । तैसिया नव्हती गा ।।१४०।।
म्हणौनि मज आत्मयाचा भावो । जिहीं जियावया केला ठावो ।
एक मीवांचूनि वावो । येर मानिलें जिहीं ।।१४१।।
तयां तत्त्वज्ञां चोखटां । दिवी पोतासाची सुभटा ।
मग मीचि होऊनि दिवटा । पुढां पुढां चालें ।।१४२।।

भावार्थ दीपिका–ज्ञानेश्वरी अध्याय ११

म्हणे जयजयाजी स्वामी । नवल कृपा केली तुम्हीं ।
जें हें विश्वरूप कीं आम्हीं । प्राकृत देखों ।।२५५।।
परि साचचि भलें केलें गोसाविया । मज परितोषु जाहला साविया।
जी देखलासि जो इया । सृष्टीसी तूं आश्रयो ।।२५६।।
जी सत्यलोकु तुजमाजीं आहे । देखिला चतुराननु हा नोहे?।
आणि येरीकडे जंव पाहें । तंव कैलासुही दिसे ।।२६१।।
श्रीमहादेव भवानियेशीं । तुझ्या दिसतसे एके अंशीं ।
आणि तूंतेंही गा हृषीकेशी । तुजमाजीं देखे ।।२६२।।

भावार्थ दीपिका–ज्ञानेश्वरी अध्याय १८

अगा आपुला हा स्वधर्मु । आचरणीं जरी विषमु ।
तरी पाहावा तो परिणामु । फळेल जेणें ।।९२३।।
यालागीं कर्म आपुले । जें जातिस्वभावें असे आलें ।
तें करी तेणें जिंतिलें । कर्मबंधातें ।।९३३।।
आणि स्वधर्मुचि पाळावा । परधर्मु तो गाळावा ।
हा नेमुही पांडवा । न कीजेचि पै गा? ।।९३४।।
म्हणौनि करावा स्वधर्मु । जो करितां हिरोनि घे श्रमु ।
उचित देईल परमु । पुरुषार्थराजु ।।९४९।।

कां नाव जैसी उदधीं । महारोगी दिव्यौषधी ।
न विसंबिजे तया बुद्धी । स्वकर्म येथ ।।९५१।।
मग ययाचि गा कपिध्वजा । स्वकर्माचिया महापूजा ।
तोषला ईशु तमरजा । झाडा करुनी ।।९५२।।
आणि स्वधर्माचें फळ । ईश्वरीं अर्पूनि सकळ ।
घेऊनि केलें अढळ । वैराग्यपद ।।९९५।।

ओवी क्रमांक १२९९ ते १३२२

तैसें धर्माधर्माचें टवाळ । दावी अज्ञान जें कां मूळ ।
तें त्यजूनि त्यजीं सकळ । धर्मजात ।।१३९५।।

ओवी क्रमांक १३९६ ते १४२६

दुरिताचें तिमिर जावो । विश्व स्वधर्मसूर्यें पाहो ।
जो जें वांछील तो तें लाहो । प्राणिजात ।।१७९५।।

या प्रकारे ज्ञानेश्वरीत आजच्या गतिशील वैज्ञानिक काळात सांसारिक जीवनासाठी उपयुक्त राजयोग-भक्तियुक्त कर्मयोग साधना स्पष्ट करणाऱ्या बऱ्याच ओव्या आहेत.

यतो धर्म:* ततो कृष्ण:।
यतो कृष्ण: ततो जय:***।।**

***धर्म:** - कोणता धर्म? स्वधर्म (नियतीकडून वेळ व काळानुसार प्राप्त होत राहणाऱ्या व्यक्तिगत जवाबदाऱ्या)

****कृष्ण**: - विश्वरूप परमात्मा, ईश्वर (स्वत:ची श्रद्धा व विश्वासानुसार असलेली इष्ट, आराध्य, उपास्य देवता)

*****जय**: - सुख, यश, समृद्धी

-------oOo-------

भाग १

सचित्र मार्गदर्शन

(विविध चार्ट व प्रतिमांद्वारे)

अनुक्रमांक	विषय - सूची	पृष्ठ संख्या
१	छवि : भगवान श्री गणेश-तमोगुण, रजोगुण आणि सत्त्वगुण यांची प्रमुख देवता. प्रतिमा : दीपज्योती-ज्ञान, बुद्धी आणि देवाला प्रार्थना यांचे प्रतीक ।। अभिस्वीकृती, आदर, स्नेह आणि आभार ।।	३५
२	छवि : देवी सरस्वती माता व देवी लक्ष्मी माता छवि : मोराचे पंख : सौंदर्य, संतुलन, तिसऱ्या डोळ्याची समज, जागरण, अमरत्व, अध्यात्म, आत्मविश्वास, जागरूकता, नेतृत्व, आत्म-प्रेम आणि पुनरुत्थान दर्शविते. सर्मपण छवि : तीन रंगीत कमळांची फुले निसर्गाचे तीन गुण आणि आध्यात्मिक ज्ञान, सौंदर्य, प्रजनन, शुद्धता, समृद्धी आणि अनंतकाळाचे प्रतिनिधित्व करतात	३६

अनुक्रमांक	विषय - सूची	पृष्ठ संख्या
३	छवि : योगमाया राधाकृष्ण : भगवान शिव (महादेव) (नियंत्रक : तमोगुण शक्ती) छवि : योगमाया शक्ती (नियंत्रक : रजोगुण शक्ती), छवि : प्रभू श्रीराम (नियंत्रक: सत्त्वगुण शक्ती)	३७
४	छवि : श्री आदिशक्ती, श्री दुर्गामाता, श्री अंबामाता, श्री महालक्ष्मी देवी यांची एकत्रित स्वरूप प्रतिमा विजय, सुख, यश, कीर्ती, ऐश्वर्य व स्थिरता यांची अधिष्ठात्री देवता छवि : भगवान श्री हनुमान : बळ, बुद्धी, विद्या, नीती, सामर्थ्य व विनम्रता यांची अधिष्ठात्री देवता आपल्या इष्ट देवतेप्रती सेवा व समर्पण भाव दर्शवते व जागृत करते प्रतिमा : सौरमंडळ (आत्मा-परमात्म्याचे निराकार स्वरूप; किंवा आत्मा-परमात्म्याचे ब्रह्म स्वरूप)	३८
५	छवि : प्रभू श्रीरामांच्या सांसारिक जीवनातील महत्त्वाच्या घटना भक्तियुक्त कर्मयोग साधनेचे सूत्र शिकवते.	३९
६	छवि : मर्यादा पुरूषोत्तम प्रभू श्रीराम - श्रीरामलला स्वरूप, अयोध्याधाम राजयोग साधनेचे आदर्श	४०
७	छवि : या चित्रात सत्त्वगुण, रजोगुण, तमोगुण व राजयोग सूत्रातील संबंध दर्शविला आहे	४१
८	छवि : राजयोग अर्थात भक्तियुक्त कर्मयोग (सनातन धर्माची मूळ शिकवण)	४२
९	कर्मयोग, भक्तियोग व भक्तियुक्त कर्मयोग चित्ररूपात : अ) छवि : मानवी शरीर व त्याचे अवयव (कर्मयोग) ब) छवि : आई व तिच्या बाळाचा संबंध (भक्तियोग) क) छवि : आकाशातील विमान व त्याचा कंट्रोलरूमशी संबंध (भक्तियुक्त कर्मयोग)	४३

अनुक्रमांक	विषय - सूची	पृष्ठ संख्या

१०	छवि : मानवी अस्तित्वाच्या तीन गोष्टी (आत्मा, शरीर-अहंकार व परमात्मा)	४४
११	छवि : शरीरातील आत्म्याच्या दोन मुख्य भूमिका (मी म्हणजे अहंकार व मी म्हणजे योगी)	४५
१२	छवि : ईश्वराशी एकरूप असलेल्या योगमाया शक्तीचे निराकार व साकार स्वरूप	४६
१३	छवि : भक्तियुक्त कर्मयोग साधना, प्रकृतीचे तीन गुण व अहंकाराची रूपे यांचा परस्पर संबंध	४७
१४	छवि : राजयोग साधनेतील सात आधार चक्रे (कुंडलिनी योग साधनेप्रमाणे)	४८
१५	छवि : राजयोग साधनेचे रोल मॉडेल्स : छत्रपती श्री शिवाजी महाराज व पंतप्रधान मा. श्री. नरेंद मोदी साहेब	४९-५०
१६	छवि : देवी रुक्मिणीच्या उदाहरणांमधून एकाच स्त्रीची विविध स्वरूपे (भूमिका) व सर्व इष्ट देवतांचा एकाच विश्वरूप परमात्म्याशी संबंध	५१
१७	अदृश्य अहंकार व त्याचे ६ गुणधर्म दर्शवणारे वैचारिक चित्र म्हणजेच या दृश्य अभूतपूर्व विश्वाचे प्रकटीकरण	५२
१८	राजयोग साधनेचे मुख्य सूत्र : दृष्टिक्षेप	५३
१९	राजयोग साधनेतील ५ आधार चक्रे	५४
२०	राजयोग दिशा दर्शक तक्ता क्र. १: राजयोग भक्तियुक्त कर्मयोग साधना सुरू करण्याची पद्धत	५५-५६
२१	भक्तियुक्त कर्मयोग साधनेतील ७ चक्रांबद्दलची माहिती	५७-५८
२२	राजयोग साधनेतील ७ चक्रांचे विवरण. ही चक्रे मानवी जीवनात निरंतर कार्यरत राहतात	५९-६५

अनुक्रमांक	विषय - सूची	पृष्ठ संख्या

२३	राजयोग साधनेतील चक्रांचे परस्पर संबंध	६६
२४	केवळ ३ चक्रांवर आधारीत राजयोग साधनेची कार्यपद्धती (यंत्रणा)	६७
२५	राजयोग साधनेतील पंचकोषांचे विवरण. हे पंचकोष मानवी शरीरात निरंतर कार्यरत राहतात	६८-७१
२६	स्मार्टफोन आणि आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (AI) च्या आकलनासह भक्तियुक्त कर्मयोग (राजयोग) साधनेचे वर्णन व आटिफिशियल इंटेलिजन्सची तीन चक्रे तसेच मानवी जीवनाची सात चक्रे यांची समज	७२-८०
२७	भक्तियुक्त कर्मयोग अभ्यासात स्मार्टफोन आणि आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (AI) प्रणालीच्या आकलनाद्वारे मानवी जीवनातील पंचकोष (५ चक्र) यांची एकत्रित समज	८१
२८	नद्यांचे चित्र व राजयोग साधनेची समज	८२

-------oOo-------

।। अभिस्वीकृती, आदर, स्नेह आणि आभार ।।

दैनंदिन जीवनात श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेचा अभ्यास आणि उपयोग करताना भगवान योगेश्वर श्रीकृष्ण-योगमायेच्या कृपेने मला जे काही दिव्य ज्ञान, बुद्धी आणि अंतर्दृष्टी प्राप्त झाली आहे त्यात श्रीमद्‌भगवद्‌गीता आणि इतर धर्मग्रंथांच्या खालील प्रतींनी महत्त्वाचे योगदान दिले आहे. त्या सर्वांचा मी ऋणी आहे. त्या सर्वांप्रती मी माझा आदर, आपुलकी आणि कृतज्ञता व्यक्त करतो.

भगवद्‌गीता-ईश्वराचे गीत

द्वारा

प्रबुद्ध गुरु श्री स्वामी मुकुंदानंद - श्री कृपालूजी महाराजांचे शिष्य, संस्थापक-आचार्य जे के योग, टेक्सास, यू.एस.ए.

रामचरितमानस - द्वारा, प्रबुद्ध गुरु श्री गोस्वामी तुलसीदासजी,
श्री वाल्मीकी रामायण, द्वारा श्री वाल्मीकी ऋषी

भावार्थदीपिका श्री ज्ञानेश्वरी
द्वारा, प्रबुद्ध गुरु संत श्री ज्ञानेश्वर माऊली

श्रीमद्‌भगवद् गीता (जशी आहे तशी) **व श्रीमद् भागवत पुराण**
द्वारा, प्रबुद्ध गुरु श्री ए. सी. भक्तिवेदांत स्वामी श्रील प्रभुपाद, संस्थापक-आचार्य इस्कॉन, पुणे

श्रीमद्भगवद्‌गीता, शिव पुराण, देवी भागवतम्
द्वारा, गीता प्रेस गोरखपूर (यूपी), द्वारा प्रकाशित

भगवद्‌गीता, डी.एम.पी. डिजिटल टेक्नॉलॉजीज् प्रायव्हेट लिमिटेड, दिल्ली द्वारा प्रकाशित

समर्पण

श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेच्या व्यावहारिक ज्ञानावर आधारित एकविसाव्या शतकातील वैज्ञानिक काळामध्ये भक्तियुक्त कर्मयोग (राजयोग) या स्वरूपात आलेली ही आध्यात्मिक अनुभूती भगवान श्रीकृष्ण आणि त्यांचा प्रिय शिष्य व महान धनुर्धारी अर्जुन यांना समर्पित आहे.

।। राजयोग ।।

(भक्तियुक्त कर्मयोग)

ईश्वर, भगवान, परमपिता परमात्मा यांच्या विविध इष्ट (उपास्य, आराध्य) देवतांच्या स्वरूपात काही प्रतिमा

भगवान शिव (महादेव)
नियंत्रक : तमोगुण शक्ती
कैलास मानसरोवर

योगमाया शक्ती
नियंत्रक : रजोगुण शक्ती
श्री आदिशक्ती, अंबाजी, गुजरात

प्रभू श्रीराम (रामलला)
नियंत्रक : सत्त्वगुण शक्ती
अयोध्या धाम

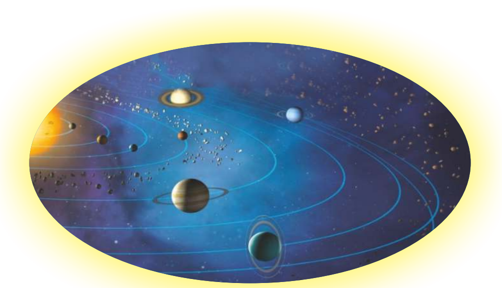
ईश्वर, भगवान, परमपिता परमात्मा यांच्या विविध इष्ट (उपास्य, आराध्य) देवतांच्या स्वरूपात काही प्रतिमा.

श्री आदिशक्ती, श्री दुर्गामाता,
श्री अंबामाता, श्री महालक्ष्मी देवी
यांची एकत्रित स्वरूप प्रतिमा.
विजय, सुख, यश, कीर्ती, ऐश्वर्य व
स्थिरता यांची अधिष्ठात्री देवता.

(संदर्भ पृष्ठ १६९ पाहावे)

भगवान श्री हनुमान
बळ, बुद्धी, विद्या, नीती, सामर्थ्य
व विनम्रता यांची अधिष्ठात्री देवता.
आपल्या इष्ट देवतेप्रती सेवा व
समर्पण भाव दर्शवते व जागृत करते.

(संदर्भ पृष्ठ १६९ पाहावे)



सौरमंडळ
(आत्मा-परमात्म्याचे निराकार स्वरूप किंवा आत्मा-परमात्म्याचे ब्रह्म स्वरूप)

(संदर्भ पृष्ठ १५९ पाहावे)

प्रभू श्रीराम

(नियंत्रक : सत्त्वगुण शक्ती)

प्रभू श्रीरामाच्या सांसारिक जीवनातील महत्त्वाच्या घटना
भक्तियुक्त कर्मयोग साधनेचे सूत्र शिकवतात.
(ईश्वराने प्रभू श्रीराम यांच्या रूपात मानवी अवतार घेऊन
भक्तियुक्त कर्मयोग साधनेची शिकवण प्रस्थापित केली आहे).

सांसारिक जीवनात स्वधर्म, आपले कर्तव्य कर्म आणि आपल्या इष्ट (आराध्य) देवतेची सेवा या तीन गोष्टी आपल्या पुरुषार्थाने एकरूप केल्याने सुख, शांती आणि समृद्धी प्राप्त होते. वरील तिन्ही गोष्टींचे मार्गदर्शन करणारे ईश्वराचे मानवी रूप : भगवान श्रीराम, माता सीतादेवी, लक्ष्मण, भरत, शत्रुघ्न आणि श्री हनुमान इ.

मर्यादा पुरुषोत्तम प्रभू श्रीराम (रामलला स्वरूप, अयोध्या धाम)

प्रभू श्रीराम हे मानवी जीवनसाठी भक्तियुक्त कर्मयोग- राजयोग साधनेचे जनक, मानबिंदु व आदर्श आहेत. ईश्वर म्हणजे परमपिता परमात्म्याने प्रभू श्रीरामांच्या स्वरुपात मानवी अवतार घेऊन सनातन धर्माची मूळ शिकवण म्हणजे भक्तियुक्त कर्मयोग साधना स्वतः जगुन तिची पुर्नजागृति व पुर्नस्थापना जनमानसात संस्कारित केली.

दैनंदिन जीवनात या भक्तियुक्त कर्मयोग साधनेच्या सरावामुळे प्रभू श्रीरामांच्या राज्यात प्रजेतील सर्व स्तरांवर काम करणाऱ्या लोकांना त्यांच्या त्यांच्या आवश्यकतेनुसार वैयक्तिक, पारिवारिक, व्यावसायिक व सामाजिक जीवनात खात्रीपूर्वक यश, सुख, संपत्ती, समाधान मिळत होते व मिळाले होते. तीच रामराज्याची संकल्पना म्हणून आम्ही जाणतो.

खालील चित्रात सत्त्वगुण, रजोगुण, तमोगुण
व राजयोग सूत्रातील संबंध दर्शविला आहे.

राजयोग अभ्यासाचे मुख्य सूत्र

आपल्या स्वधर्मानुसार आपली कर्तव्य कर्मे
आपल्या इष्ट (उपास्य, आराध्य) देवी-देवतेची सेवा म्हणून करणे

राजयोग अर्थात् भक्तियुक्त कर्मयोग

(सनातन धर्माची मूळ शिकवण)

''आपल्या स्वधर्माप्रमाणे आपली कर्तव्य कर्मे
आपल्या इष्ट (उपास्य, आराध्य) देवतेची सेवा म्हणून करणे''

दिव्य विनम्रतेतून आत्मनिवेदन भक्ती

शरीररूपी आत्मा व शरीररूपी परमात्मा यांचा नैसर्गिक संबंध

प्रत्येक व्यक्तीचा तिच्या स्वतःच्या आवडत्या
इष्ट (आराध्य, उपास्य) देवतेशी असलेला नैसर्गिक संबंध.

मानवी शरीर म्हणजे दोन विपरीत स्वभावाच्या गुणांच्या सहअस्तित्वाने
निर्माण झालेल्या अहंकाररूपी शक्तीचे स्थूल स्वरूप आहे.

कर्मयोग, भक्तियोग व भक्तियुक्त कर्मयोग चित्ररूपात

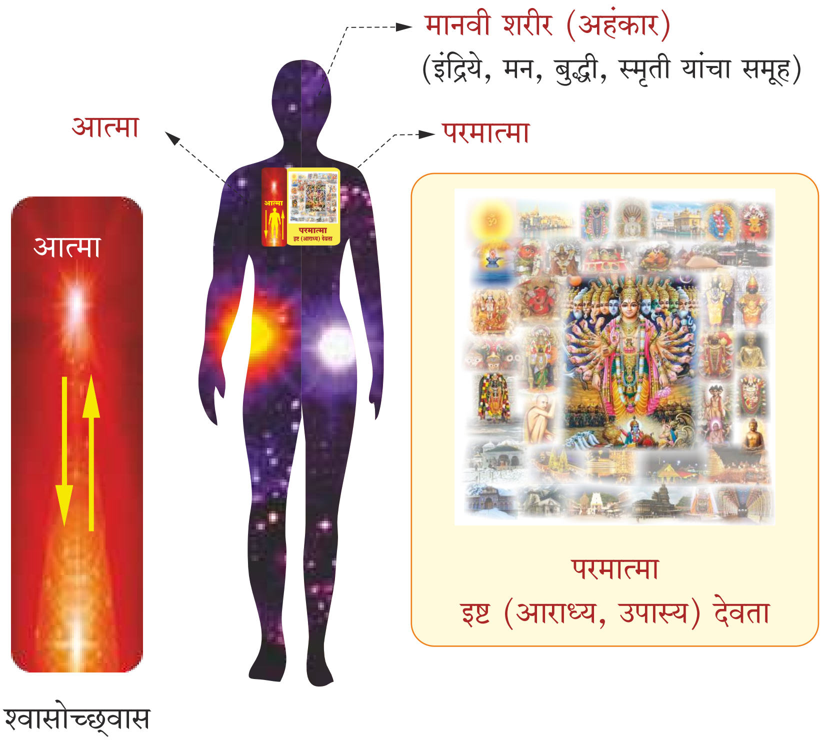
शरीरांच्या अवयवांचा शरीरांशी संबंध
कर्मयोग दर्शविते

बाळाचा आईशी संबंध
भक्तियोग दर्शविते

आकाशातील विमानाचा कंट्रोलरुमशी
संबंध भक्तियुक्त कर्मयोग दर्शविते

मानवी अस्तित्वाच्या तीन गोष्टी

(आत्मा, शरीर-अहंकार व परमात्मा)



शरीरातील आत्माच्या दोन मुख्य भूमिका :

(मी म्हणजे योगी व मी म्हणजे अहंकार)

वरील चित्रातील गाय मानवातील 'मी म्हणजे योगी (आत्मा)' हि भूमिका स्पष्ट करते. आत्माची ही भावना व्यक्तीची बाह्य जगात सेवाभावनेतून काहीतरी देण्याची भूमिका दर्शविते.

वरील चित्रातील वासरू मानवातील 'मी म्हणजे अहंकार (शरीर)' हि भूमिका स्पष्ट करते. आत्माची ही भावना व्यक्तीची बाह्य जगातून काही ना काही घेण्याची भूमिका दर्शविते.

ईश्वराशी एकरूप असलेल्या योगमाया शक्तीचे निराकार आणि साकार स्वरूप

ईश्वर त्यांच्या योगमाया शक्तीद्वारे भौतिक विश्वाच्या अहंकाराची तसेच सत्त्वगुण, रजोगुण व तमोगुण ऊर्जा शक्ती (माया) यांची निर्मिती करतात.

ईश्वराची योगमाया शक्ती, जिची भौतिक विश्वामध्ये
श्री आदिशक्ती, श्री दुर्गामाता, श्री अंबामाता, श्री महालक्ष्मी माता
तसेच सर्व इष्ट देवतांच्या स्वरूपात आराधना केली जाते.
(सर्व देवतांची निराकार आणि साकार स्वरूपातील एक प्रातिनिधिक प्रतिमा.)

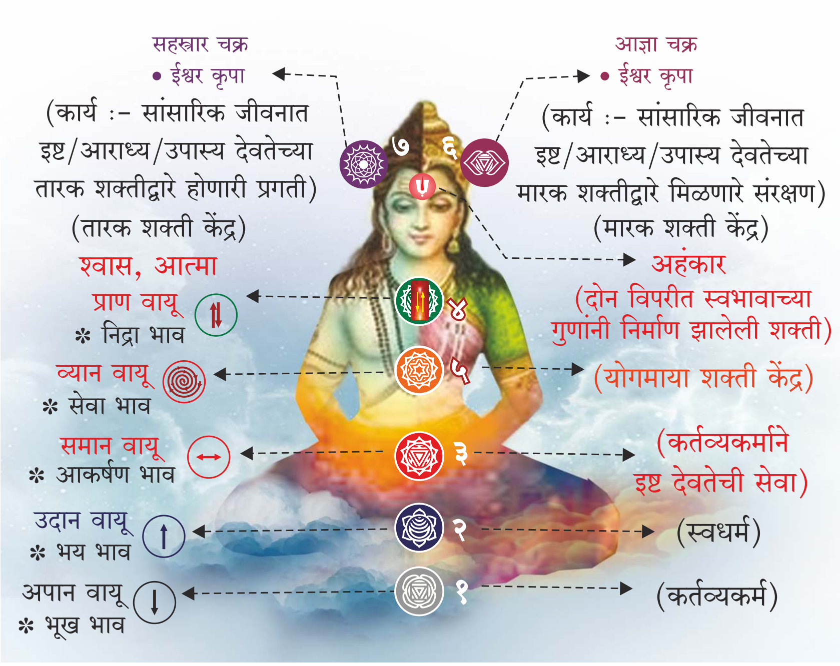
भक्तियुक्त कर्मयोग साधना, प्रकृतीचे तीन गुण व अहंकाराची रूपे यांचा परस्पर संबंध

वरील चित्रात या विश्वात अहंकाराच्या शक्तीतून निर्माण झालेले सत्त्वगुण, रजोगुण व तमोगुण यांची कार्यपद्धती दर्शविली आहे. प्रत्येक व्यक्तीत अहंकाराची ६ रूपे : काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद व मत्सर हे सर्व त्या तीन गुण शक्तीच्या प्रभावात कशाप्रकारे कर्म करतात हे दर्शविले आहे.

सांसारिक जीवनात प्रत्येक व्यक्ती या सहा स्वरूपातील अहंकाराची शक्ती वापरून सत्त्व, रज, तम या तीन गुणशक्तींच्या प्रभावातच कर्म करत असते. भक्तियुक्त कर्मयोग साधना वरील तिन्ही गुणशक्तीचे सांसारिक जीवनासाठी पोषक असे नियंत्रण करते व अहंकाराच्या शक्तीला विधायक स्वरूप प्राप्त करून देते. सांसारिक जीवनात सुख, यश व समृद्धी मिळविण्यास या सर्व गोष्टींचे योग्य नियोजन आवश्यक असते.

राजयोग साधनेतील सात आधार चक्रे

(कुंडलिनी योगसाधनेप्रमाणे)



१) मूलाधार चक्र
अन्नमय कोष (शरीर)

२) स्वाधिष्ठान चक्र
विज्ञानमय कोष (बुद्धी)

३) मणिपूर चक्र
मनोमय कोष (मन)

४) अनाहत चक्र (भावना चक्र)
प्राणमय कोष
(श्वास, आत्मा)

५) विशुद्धी चक्र
आनंदमय कोष (यश, सुख)
(योगमाया शक्ती केंद्र)

६) ।। न मे भक्तः प्रणश्यति! ।।
आज्ञा चक्र (ईश्वर कृपा)

७) ।। योगक्षेमं वहाम्यहम् ।।
सहस्त्रार चक्र (ईश्वर कृपा)

अहंकार : (दोन विपरीत स्वभावाच्या गुणांनी निर्माण झालेली शक्ती)

✻ चक्र साधना, ध्यान, विपश्यना म्हणजे अहंकार रूपी शक्तीचे संतुलन शिकणे.

राजयोग साधनेचे दोन रोल मॉडेल्स

या पुस्तकात सर्वांना परीचित असलेल्या दोन व्यक्ती भक्तियुक्त कर्मयोग साधनेची समज येण्यासाठी रोल मॉडेल्स म्हणून दर्शविलेली आहेत. त्या दोन रोल मॉडेल्सचे अवलोकन विशिष्ट धर्म, जाती किंवा राजनितीक पक्ष यांच्याशी संबंध न जोडता केल्यास राजयोग साधना समजण्यासाठी सोपी होते.

ती दोन रोल मॉडेल्स म्हणजे छत्रपती श्री शिवाजी महाराज व पंतप्रधान माननीय श्री. नरेंद्र मोदी साहेब ही होय. या दोघांच्या दैनंदिन जीवनात भक्ती आणि कर्म यांचे एकत्रीकरण झालेले दिसते व ते एकत्रीकरण करण्यासाठी राजयोग सूत्रात सांगितलेला सेवाभाव त्यांच्या मध्ये स्पष्टपणे दिसतो.

- छत्रपती श्री शिवाजी महाराज, जे राजर्षी, युगपुरूष, श्रेष्ठ रणनितीकार व राजयोगी म्हणून ओळखले जातात त्यांच्यात भक्तियुक्त कर्मयोग (राजयोग) साधनेची परिपूर्तता दिसते.

• लागोपाठ तिसऱ्यांदा भारताचे प्रतिनिधीत्व करणारे पंतप्रधान माननीय श्री. नरेंद्र मोदी साहेब यांचे छत्रपती श्री शिवाजी महाराज हे प्रेरणास्थान आहे व त्यांना आदर्श मानून जे सतत देशकार्य करत असतात. त्यांच्या राजनीतिक पक्षाचा विचार बाजूला ठेवून त्यांच्या व्यक्तीमत्वाचा अभ्यास केल्यास हे स्पष्ट होते की, ते एक श्रेष्ठ भक्तियुक्त कर्मयोग साधक आहेत. त्यांच्या उदाहरणावरून राजयोग साधकांकडून चूक झाल्यास येणारी 'योगभ्रष्ट' अवस्था व त्यापुढील प्रवास या गीतेतील महत्त्वपूर्ण ज्ञानाचा अभ्यास पण होतो. जो सर्व स्तरांवरील साधकांसाठी अति महत्त्वपूर्ण आहे.

(श्रीमद्‌भगवद्‌गीता अध्याय ६ : श्लोक ३७ ते ४४ व ४५ ते ४७)

(पुस्तकात दर्शविलेल्या महापुरूषांबद्दलची आध्यात्मिक समज
हे लेखकाचे वैयक्तिक मूल्यमापन आहे)

देवी रुक्मिणीच्या उदाहरणांमधून एकाच स्त्रीची विविध स्वरूपे (भूमिका)

स्त्रीचा आपल्या इष्ट (आराध्य) देवतेशी संबंध

स्त्रीचा आपल्या सद्गुरूंशी संबंध

स्त्रीचा आपल्या वडीलाशी संबंध

स्त्रीचा आपल्या आईशी संबंध

स्त्रीचा आपल्या पतीशी संबंध

स्त्रीचा आपल्या मुलाशी संबंध

(या चित्रांचा संदर्भ : श्री रामानंद सागर यांच्या दूरदर्शन धारावाहिक 'श्रीकृष्ण' येथून घेतलेले आहेत.)

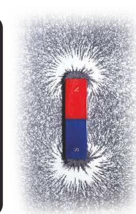
ज्याप्रमाणे एक स्त्री विविध स्वरूपात, स्वतःचे इष्ट दैवत, सद्गुरू, आई, वडील, पती व मुलाबरोबर वेगवेगळ्या नात्याने संबंधित असते, परंतु ती स्त्री मुळात एकच असते, त्याचप्रमाणे परमात्मा विविध व्यक्तींशी त्यांच्या त्यांच्या इष्ट (आराध्य) देवतेच्या स्वरूपात संबंधित असतात. जसे वरील नातेसंबंधात त्या स्त्रीचे रोल भिन्न असतात, पण ती स्त्री एकच असते त्याचप्रमाणे सर्व इष्ट देवता भिन्न भिन्न स्वरूपात या विश्वात वावरत असतात; परंतु प्रत्येक इष्ट देवता विश्वरूप परमात्म्याच्या रूपात एकच ईश्वर म्हणून कार्यरत असते.

❖ अदृश्य अहंकार व त्याचे ६ गुणधर्म दर्शवणारे वैचारिक चित्र म्हणजेच या दृश्य अभूतपूर्व विश्वाचे प्रकटीकरण :

अहंकार विश्वाच्या विपरीत गुणधर्मांच्या सूक्ष्म दुहेरी स्वरूप असलेल्या सुप्तशक्तीचे प्रतिनिधित्व करतो. अहंकार त्याच्या ६ सूक्ष्म दुहेरी सुप्तशक्ती असलेल्या गुणधर्मांच्या स्वरूपात या अभूतपूर्व विश्वाची तसेच मानवी जीवनाची निर्मिती, देखभाल, पालनपोषण आणि विनाश यासाठी जबाबदार आहेत.

मानवी शरीराच्या DNA ची निर्मिती अहंकाराच्या शक्तीनेच होते.

डीएनए (डीऑक्सीरिबोन्यूक्लिक ॲसिड) हा एक लांबलचक रेणू आहे ज्यामध्ये व्यक्तीचा अद्वितीय अनुवांशिक कोड असतो).



ही चित्रे अभूतपूर्व विश्वाचे प्रतिनिधित्व करतात, जे आकर्षण आणि प्रतिकर्षणाच्या सुप्त दुहेरी शक्तींचे सह-अस्तित्व दर्शवतात. ही अभूतपूर्व विश्वाच्या अहंकाराची अभिव्यक्ती आहे. सूक्ष्म दुहेरी स्वभाव असलेली सुप्त शक्ती ब्रह्मांड आणि जीवन गतिमानपणे स्थिर ठेवतात. अहंकार - म्हणजेच सूक्ष्म दुहेरी स्वभाव असलेली सुप्त शक्ती जी विश्वाच्या आणि सांसारिक जीवनाच्या सर्व विपरीत स्वभाव असलेल्या जोड्या स्थिर करते.

उदाहरण: चुंबकाचे दोन ध्रुव आणि त्या दोन्ही चुंबकीय क्षेत्रांना नेहमी एकत्र ठेवणारे चुंबकातील बळ. चुंबकाचे अस्तित्व या शक्तीवर अवलंबून असते आणि ही शक्तीच चुंबकाची ओळख असते.

राजयोग साधनेचे मुख्य सूत्रः दृष्टिक्षेप

आपल्या स्वधर्माप्रमाणे आपली कर्तव्य कर्मे
आपल्या इष्ट (उपास्य, आराध्य) देवतेची सेवा म्हणून करणे.

परमात्मा म्हणजे स्वतःच्या आवडत्या
इष्ट (आराध्य, उपास्य) देवतेचे विश्वरूप स्वरूप

ही प्रतिमा परमपिता परमात्मा किंवा ईश्वर किंवा परमेश्वर यांच्या विश्व स्वरूपाची आहे. विश्वरूप परमात्मा प्रत्येक व्यक्तीसोबत एका विशिष्ट स्वरूपात–स्वतःच्या इष्ट (आराध्य) देवतेच्या रूपात सदैव उपस्थित असतात. प्रत्येक व्यक्तीचे स्वतःचे आवडते इष्ट (आराध्य) देवता विश्वरूप परमात्म्याचे एक विशेष रूपच असते. व्यक्तीची इष्ट (आराध्य) देव/देवता आणि विश्वरूप परमात्मा यात काहीही फरक नाही.

राजयोग साधनेतील ५ आधार चक्रे
राजयोग : उन्नत सांसारिक जीवनासाठी योग
चक्र
१
दुर्बलता,
कमजोरी
मूलाधार
चक्र
चक्र
२
संधी,
देव योग
स्वाधिष्ठान
चक्र
चक्र
५
विशुद्धी
चक्र
आकाश तत्त्व
चक्र
३
भय, धोका
संकट
मणिपूर
चक्र
चक्र
४
सामर्थ्य
अनाहत
चक्र
।। श्रीमद्‌भगवद्‌गीता ।।

राजयोग दिशा दर्शक तक्ता क्र. १

राजयोग म्हणजे भक्तियुक्त कर्मयोग साधना सुरू करण्याची पद्धत

दैनंदिन जीवनात वेळ आणि परिस्थितीनुसार मिळालेल्या जबाबदाऱ्यांना प्राधान्य देण्याचा निश्चय करणे. त्यांची पूर्तता करण्याची मानसिकता विकसित करण्याचा प्रयत्न करणे. ही राजयोग साधना सुरू करण्याची प्रथम पायरी आहे.

या तक्त्यामध्ये सांसारिक जीवनासाठी अभिप्रेत असलेली ६ प्रकारची कर्तव्यकर्मे दाखविली आहेत. राजयोग साधना सुरु करण्यासाठी इष्ट देवतेच्या संदर्भातील पहिले कर्तव्यकर्म अंगीकारणे आवश्यक आहे. त्याबरोबर इतर कोणतेही एक कर्तव्यकर्म निवडावे व राजयोग साधना सुरु करावी. ती कर्मे दैनंदिन जीवनात तुमच्या इष्ट (आराध्य, सद्गुरू) देवतेबद्दल समर्पित भावनेने करावयास सुरुवात करणे व त्यांची अंमलबजावणी करण्याच्या प्रयत्नात असावे.

१) **पहिले कर्तव्यकर्म :** आपल्या इष्ट (आराध्य) देवतेप्रती समर्पित भावना विकसित करण्यासाठी स्वतःहून करण्यात येणारे प्रयत्न **(देव यज्ञ).**

उदाहरणार्थ : वर्षभरातून एकदातरी आपल्या कुलदेवीचे दर्शन घेणे. रोज देवाला दिवा लावणे. लहान मुला मुलींवर संध्याकाळी रामरक्षा, शुभम करोती, हरिपाठ, हनुमानचालिसा वगैरे स्तोत्र म्हणण्याचे संस्कार घालणे. मुला मुलींवर लहानपणापासूनच मोठ्यांना नमस्कार करण्याचे संस्कार व मोठ्यांना आदर देण्याचे संस्कार करण्यावर लक्ष देणे. हे आई-वडील, शिक्षक व सद्गुरूंचे लहान मुलामुलींसाठीचे कर्तव्य आहे.

२) **दुसरे कर्तव्यकर्म :** आपल्या स्वतःच्या भौतिक जीवनाच्या विकासासाठी लौकीक शिक्षण आणि आध्यात्मिक जबाबदाऱ्यांच्या दृष्टीने करण्यात येणारे स्वतःचे प्रयत्न **(ज्ञान यज्ञ).**

उदाहरणार्थ : विद्यार्थीदशेत प्रत्येक मुला-मुलीने आपल्या स्वतःच्या अभ्यासाकडे लक्ष देणे, हे त्यांचे कर्तव्यकर्म आहे व त्यासाठी विद्यार्थीदशेत मुलांवरील करण्यात येणाऱ्या संस्कारांना अतिशय महत्त्व आहे. हे पण आई-वडील, शिक्षक व सद्‌गुरूंचे लहान मुलांसाठीचे कर्तव्य आहे.

३) **तिसरे कर्तव्यकर्म :** आपल्या कौटुंबिक व पारिवारिक विकासासाठी करण्यात येणारे स्वतःचे प्रयत्न.

उदाहरणार्थ : आपल्या मुलांच्या संस्कारांकडे लक्ष देणे **(पितृ यज्ञ)**.

४) **चौथे कर्तव्यकर्म :** आपल्या व्यावसायिक जबाबदाऱ्या आणि व्यावसायिक पात्रता प्राप्त करण्यासाठी करण्यात येणारे स्वतःचे प्रयत्न **(भूत यज्ञ)**. उदाहरणार्थ : व्यावसायिक जबाबदाऱ्यांच्या बाबतीत करावयाचा अभ्यास.

५) **पांचवे कर्तव्यकर्म :** आपल्या सामाजिक जबाबदाऱ्यांच्या संदर्भात करण्यात येणारे आपले स्वतःचे प्रयत्न **(मनुष्य यज्ञ)**.

उदाहरणार्थ : सामाजिक उपक्रमात जमेल त्या पद्धतीत आपल्या क्षमतेनुसार सेवा देणे

६) **सहावे कर्तव्यकर्म :** आपल्या राष्ट्रीय जबाबदाऱ्या पूर्ण करण्यासाठी करण्यात येणारे स्वतःचे प्रयत्न **(ऋषी यज्ञ)**. उदाहरणार्थ : देशाचा विकास करणाऱ्या लीडरकडे पाहून राजनीतिक पार्टीला मतदान करणे. मतदान न चुकवणे.

#यज्ञ म्हणजे काय? आध्यात्मिक हेतूने किंवा चांगल्या कारणासाठी केले जाणारे कर्म, कृत्य, कृती, त्याग, पूजा, उपासना किंवा समर्पण याला यज्ञ म्हणतात.

भक्तियुक्त कर्मयोग साधनेतील ७ चक्रांबद्दलची माहिती

लक्षात ठेवा की, मानवी जीवन हे अनेक प्रकारच्या क्रिया, प्रतिक्रिया, चांगल्या आणि वाईट कर्मांनी बनलेले आहे. सांसारिक जीवन विविध भावना, ज्ञान– अज्ञानाची अनुभूती अशा सर्व भावनांच्या संयोगाने चालते. आपल्याला माहीत असो वा नसो, आपल्या जन्मापासून आपल्या मृत्यूपर्यंत हे सर्व मानवी जीवनाशी संबंधित ७ ऊर्जा चक्रांद्वारे संचालित आणि नियंत्रित केले जातात. या सर्व ऊर्जा चक्रांची कार्ये स्पष्ट करण्यासाठी आणि त्यांचे परस्पर संबंध प्रकट करण्यासाठी राजयोग तक्ता तयार केला आहे. सर्व मानवी जीवन गतिमान बनवण्यात ही चक्रे महत्त्वाची भूमिका बजावतात. त्या चक्रांची कार्यप्रणाली समजून घेण्यासाठी आणि त्या चक्रांचा अर्थ सहजपणे समजून घेण्यासाठी त्यांना पुढील प्रश्नांच्या स्वरूपात स्पष्ट करण्याचा प्रयत्न केलेला आहे.

- ❖ हे चक्र काय दर्शविते?
- ❖ हे चक्र सक्रिय करण्यासाठी काय करावे? काय करू नये? त्यांच्यासाठी पथ्य आणि संयम काय आहे?
- ❖ या चक्रात कर्म करण्याची प्रेरणा काय आहे?
- ❖ या चक्राचा उद्देश काय आहे?
- ❖ या चक्रात जीवात्म्याची देहभान समजूत काय आहे?

वाचक आणि साधकांना मानवी शरीरात कार्यरत असलेल्या सात ऊर्जाशक्ती चक्रांची सहज समज येण्यासाठी राजयोग तक्त्यांमध्ये कुंडलिनी योग

साधनेत प्रचलित असलेल्या ७ चक्रांना समाविष्ट केले आहे. या चक्रांना, ७ चौकोनाच्या स्वरूपात चित्रित केले आहे. या ७ चक्रांपैकी ५ चक्रे ही मानवी जीवनाची मुख्य आधार चक्रे आहेत. त्यामुळे ही चक्रे प्रत्येक व्यक्तीच्या अस्तित्वाचा आधार असतात. म्हणून ही चक्रे ५ खांब म्हणून देखील दाखविली आहेत. परंतु ईश्वराला राजयोग साधकांकडून केवळ पहिल्या ३ चक्रांची साधना अपेक्षित असते. आपल्या ऋषी- मुनींनी आणि ज्ञानी पुरुषांनी त्यांच्या तपश्चर्येद्वारे आणि आध्यात्मिक साधनेतून हे जाणले आहे की, ईश्वराने मानवी शरीराची निर्मिती ५ कोषांच्या स्वरूपात केलेली आहे. मानवी शरीर हे ५ कोषांच्या एकत्रित स्वरूपात बनलेले आहे. आपल्या ऋषीमुनींना आणि ज्ञानी लोकांना त्या ५ कोषांचे ज्ञान झाल्यावर त्यांनी मानवी जीवनाच्या विकासाच्या आणि प्रगतीच्या मार्गावर त्या ज्ञानाचा उपयोगही स्पष्ट केलेला आहे.

वरील सर्व गोष्टी पुस्तकात विविध चौकोनात पृष्ठ क्रमांक पर्यंत स्पष्ट केले आहेत. पंचकोषांचा बोध होण्यासाठी त्या ५ चौकोनात मानवी शरीराची आकृती सुद्धा दर्शविली आहे. सर्व चक्रे आणि पंचकोषांना त्यांच्या मूळ रंगात दर्शविण्याचा प्रयत्न केला आहे. लक्षात ठेवा की, ''पारिवारिक जीवनात केवळ पहिली ३ चक्रे म्हणजे चक्र १, चक्र २ व चक्र ३, स्वतःच्या प्रयत्नांनी सक्रिय केली जाऊ शकतात. त्यांना सक्रिय करणे हे सांसारिक जीवनाचे ध्येय आहे. हाच राजयोग साधनेचा आधार आहे.'' चला राजयोग तक्त्यांच्या मदतीने ही साधना समजावून घेऊ.

-------oOo-------

तक्ता क्र. २

राजयोग साधनेतील ७ चक्रांचे विवरण.
ही चक्रे मानवी जीवनात निरंतर कार्यरत राहतात.

सूचना : राजयोग साधना सुरू कशी करावी? चक्र १,२ व ३ च्या चौकोनात दिलेले निर्देश काळजीपूर्वक वाचावेत. त्यांचे अनुसरूण सुरू करावे. यामुळे सर्व चक्र सक्रिय होणे सुरू होते. हीच या योगसाधनेची सुरुवात आहे.

विज्ञानमय कोष (बुद्धी), स्वाधिष्ठान चक्र

चक्र. २

हे चक्र काय दर्शविते : संधी, भाग्य, उत्कर्ष, सौंदर्य, ज्ञान, दिव्य आत्मा, जल तत्त्व, सत्त्वगुण-ऊर्जा

हे चक्र सक्रिय करण्यासाठी काय करावे? श्रीमद्भगवद्गीता, रामायण, महाभारत, भगवान कृष्ण, भगवान बुद्ध, भगवान महावीर, गुरु नानकदेवजी, येशू ख्रिस्त इ. यांच्या चरित्रांचा अभ्यास करणे. श्री छत्रपती शिवाजी महाराजांच्या चरित्राचा अभ्यास करणे, समयानुकूल काळातील व्यक्ती, इतिहास आणि ऐतिहासिक घटनांचे निरीक्षण करा आणि त्या घटनांवर खोलवर विचार करा. वेळ व काळानुसार अनुकूल लौकिक ज्ञान मिळण्यासाठी अभ्यास करा. त्याच्याकडे दुर्लक्ष करू नका.
(पालकांनी अशा प्रकारे आपल्या मुलांचा स्वधर्म जागृत करावा) (ही क्रिया बुद्धीची तपश्चर्या आहे आणि स्वधर्माची जाणीव करून देते.)
या चक्रात कर्म करण्याची प्रेरणा काय आहे? सांसारिक जीवनात सर्वांगीण यश, प्रगती, विकास, सुख मिळविण्याची इच्छा! मी हे सर्व कसे साध्य करू? तसेच मी कोण आहे हे जाणून घेण्याची उत्सुकता आणि प्रयत्न. जीवनात काहीतरी बनण्याची इच्छा.
या चक्राचा उद्देश काय आहे? स्वधर्म जाणून घेणे (जन्मजात जबाबदारी जाणणे) . जीवनाचे ध्येय समजून घेणे.

तक्ता क्र. ३

अन्नमय कोष (शरीर), मूलाधार चक्र

चक्र.१

हे चक्र काय दर्शविते : आपली कमजोरी, अनैतिकता, गैरवर्तन, दुर्गुण. वायू तत्त्व, रजोगुण-ऊर्जा शक्ती.

हे चक्र सक्रिय करण्यासाठी काय करावे? दैनंदिन जीवनात आपल्या स्वधर्मानुसार प्राप्त झालेली कर्तव्य कर्मे त्यांचे अपेक्षित फळ आणि परिणाम यांच्या विचारांमध्ये आसक्ती न ठेवता कर्तव्यदक्षतेने सुरू करणे. अपेक्षित कर्मफळ किंवा परिणामांचे एजंट किंवा मालक न बनणे, त्यांच्यात आपल्या भावना गुंतवून न ठेवणे. आपले कर्तव्य कर्म आपल्या इष्ट (आराध्य) देवतेसाठी करण्याचा विचार विकसित करणे.

पथ्य, संयम : निरोगी मानसिकतेने, कौटुंबिक जीवनात निश्चितपणे प्रगती साधण्यासाठी कौटुंबिक कलह सोडा. वाद-विवादापासून अंतर आणि अलिप्तता ठेवा आणि वाद घालण्याची प्रवृत्ती टाळा. कलह प्रवृत्ती नाकारण्यासाठी जोरदारपणे लढायला शिका, संघर्ष करा आणि आवश्यकतेनुसार आत्मत्याग देखील करा. सर्व नकारात्मक विचार आणि कृतींकडे एकत्रित दृष्टिकोन ठेवण्याचा प्रयत्न करा.

काय करू नये : संपत्ती, शक्ती आणि समृद्धीचा अभिमान बाळगू नका. द्वेष, मत्सर, दारू, अंमली पदार्थ, जुगार, व्यभिचार आणि मांसाहार यापासून दूर राहा.

या चक्रात जीवात्म्याची देहभान समजूत काय आहे? मी कोण आहे? मी अहंकार आहे. माझे निवासस्थान : माझे शरीर, मन, भावना आणि बुद्धी! हे सर्व मी आहे! आत्मा आणि आत्मबळ हे माझे काम करण्याचे साधन आहे.

या चक्राचा उद्देश काय आहे? सतत भौतिक सुखांच्या शोधात, शारीरिक समाधानाची आणि आनंदाची सतत अपेक्षा. (भोगी मन, भोगी बुद्धी, नेहमी सुख भोगण्याची वृत्ती)

या चक्रात कर्म करण्याची प्रेरणा काय आहे? केवळ सांसारिक सुखांसाठी कर्म, क्रियाकलाप आणि प्रयत्न करणे.

तक्ता क्र. ४

चक्र.३

मनोमय कोष (मन, स्मृती, चित्त) मणिपूर चक्र

(चक्र ३ ची सक्रियता चक्र ६ आणि चक्र ७ ची अनुभूती देते)

हे चक्र काय दर्शविते ? अग्नि तत्त्व, रजोगुण – ऊर्जा शक्ती, भय, फसवणूक, त्रास, चिंता, गोंधळ, परिवर्तन आणि दैवी गुण जसे की विवेक, आत्म-संयम, सहनशीलता, धैर्य, दृढता, चिकाटी, सर्व सकारात्मक कर्मे, विचार यांना सक्रिय करणे आणि शाकाहारी अन्न घेणे इ. (हे चक्र मन, विचार आणि पाच इंद्रियांची तपश्चर्या दर्शविते)

या चक्रात जीवात्म्याची देहभान समजूत काय आहे : मी कोण आहे? मी आत्मा आहे! अहंकार, शरीर, मन, भावना आणि बुद्धी हे सर्व माझे निवासस्थान आहेत. ही सर्व माझ्या कर्म करण्याची साधने आहेत. (मी योगी आहे, मी ऋषी आहे)

हे चक्र सक्रिय करण्यासाठी काय करावे? सर्व कर्तव्य कर्मांचा आपल्या इष्ट (आराध्य, परमात्मा) देवतेच्या प्रती समर्पित भाव ठेवून कर्तव्य कर्म करणे आणि तसा प्रयत्न करणे. (योगी मन, योगी बुद्धी, योगी दृष्टिकोन)

या चक्राचा उद्देश काय आहे? आपल्या अहंकाराला, आपल्या आत्म्याच्या नियंत्रणात आणण्यासाठी मी शरीर आहे! आणि मी एक आत्मा आहे! या दोन भावनांमध्ये संतुलन निर्माण करणे. अहंकाराचे स्वातंत्र्य आत्म्याच्या नियंत्रणाखाली आणणे.

तक्ता क्र. ५

प्राणमय कोष (श्वास, आत्मा)
अनाहत चक्र (अनुभूती चक्र)

चक्र.४

हे चक्र काय दर्शविते?: शक्ती, प्रसिध्दी, प्रतिष्ठा इ. शुद्ध आत्मा, पृथ्वी तत्त्व, तमोगुण – ऊर्जा शक्ती.

हे चक्र सक्रिय करण्यासाठी काय करावे? : आभार, प्रशंसा, कृतज्ञता, कौतुक, प्रामाणिकपणे आपुलकी व्यक्त करायला शिका. नेहमी दुसऱ्यांना आनंद देण्याची वृत्ती ठेवा. ही अहंकाराची तपश्चर्या आहे (आत्म्याच्या चेतनेची शुद्धीकरण प्रक्रिया आहे).

या चक्रात कर्तव्याची समज काय आहे : या चक्रात आपल्याला आपल्या इष्ट (आराध्य, ईश्वर, परमात्मा) यांच्या आलेल्या अनुभूतीमुळे त्यांच्याबद्दलच्या विकसित झालेल्या प्रेमातून, स्नेहातून व आदरातून सेवा (भक्ती) आणि समर्पण भावनेने कर्तव्य कर्म (निर्धारित कर्म, नियत कर्म आणि अनिवार्य कर्म) करणे सुरू होते.

या चक्रात कर्म करण्याची प्रेरणा काय आहे? आपल्या इष्ट (आराध्य, ईश्वर, परमात्मा) यांच्या प्रती आदर आणि भक्तीची अनुभूती येते, त्यामुळे कर्तव्य कर्मे केली जातात. (चक्र ६ आणि ७ ची अनुभूती आल्यानंतर हे चक्र आपोआप सक्रिय होते.)

या चक्राचा उद्देश काय आहे? राजयोग साधनेद्वारे म्हणजेच भक्तियुक्त कर्मयोगाद्वारे आपल्या इष्ट (आराध्य, ईश्वर, परमात्मा) यांच्या प्रती सेवाभाव प्रकट करणे.

तक्ता क्र. ६

आनंदमय कोष (आनंद, सुख)
विशुद्धी चक्र (पूर्ण अनुभूती चक्र)

चक्र.५

हे चक्र काय दर्शविते? आकाश तत्त्व, शुद्ध सत्त्व (योगमाया) - ऊर्जा शक्ती. ईश्वर (इष्ट देवता, आराध्य) यांचा बोध, आपले अस्तित्व, आपला आत्मा आणि परमात्मा (आराध्य) यांचे मिलन. हे चक्र मूळ स्वधर्म, कर्तव्य बोध आणि आत्मबळ जागृत करते, तसेच आध्यात्मिक बुद्धिमत्ता (प्रज्ञा) देखील दर्शविते.

या चक्राची सक्रियता भक्तियुक्त कर्मयोगात सातत्य आणि स्थिरता देते. (मूळ स्वधर्माच्या स्वरूपात)

या चक्राचा उद्देश काय आहे? आपल्या इष्ट (आराध्य, परमात्मा, परमपिता परमेश्वर, ईश्वर) या सर्वांच्या जगातील सर्व रूपांबद्दल सेवा व समर्पित भाव ठेवून आपले मन, बुद्धी, चित्त आणि अहंकार यांचा पुरेपूर वापर करून आपल्या इष्ट देवतेच्या सूचनांचे मनापासून पालन करणे.

या चक्रात काम करण्याची प्रेरणा काय आहे?:- आपली इष्ट (आराध्य) देवता, परमात्मा यांच्या प्रती स्नेह, प्रेमभावना व एकरूपता. या चक्रात आपली इष्ट (आराध्य) देवता, परमात्मा यांच्या पूर्ण अनुभूतीतून कर्म केले जाते. मी माझ्या इष्ट (आराध्य) देवतेचा सेवक आहे, मला माझी कर्तव्य कर्मे माझ्या इष्ट (आराध्य) देवतेसाठी करावयाची आहेत, हाच माझा मूळ स्वधर्म आहे, ही विचारसरणी असते.

तक्ता क्र. ७

चक्र.६

।। न मे भक्तः प्रणश्यति! ।।

ईश्वर कृपा (वरदान क्र.२)

आज्ञा चक्र, योगमाया शक्ती

(कार्य : सांसारिक जीवनात इष्ट/आराध्य/उपास्य देवतेच्या तारक शक्तीद्वारे मिळणारे संरक्षण)

या चक्राची जागरूकता आपल्या इष्ट (आराध्य) देवतेची आपल्याला जाणीव देते.

हे चक्र काय दर्शविते? न मे भक्तः प्रणश्यति ! याचा अर्थ : आपल्या इष्ट (आराध्य)

देवतेबद्दलची आपली खात्री की, इष्ट देवता भक्तियुक्त कर्मयोग साधकाला अडचणीच्या वेळी साथ देते.

हे चक्र सक्रिय करण्यासाठी काय करावे? आपल्या इष्ट (आराध्य) देवतेप्रती श्रद्धा आणि विश्वासाने राजयोग सूत्राचे अनुसरण करणे. चक्र १, २ आणि ३ च्या संयोगाने सांसारिक कर्तव्य कर्मे पार पाडण्यासाठी स्व प्रयत्न (पुरुषार्थ) करणे .

चक्र.७

।। योगक्षेमं वहाम्यहम् ।।

ईश्वर कृपा (वरदान क्र.१)

सहस्रार चक्र, योगमाया शक्ती

(कार्य : सांसारिक जीवनात इष्ट/आराध्य/उपास्य देवतेच्या मारक शक्तीद्वारे मिळणारे संरक्षण)

या चक्राची जागरूकता आपल्या इष्ट (आराध्य, उपास्य) देवतेची आपल्याला जाणीव करून देते. पुष्टी करते.

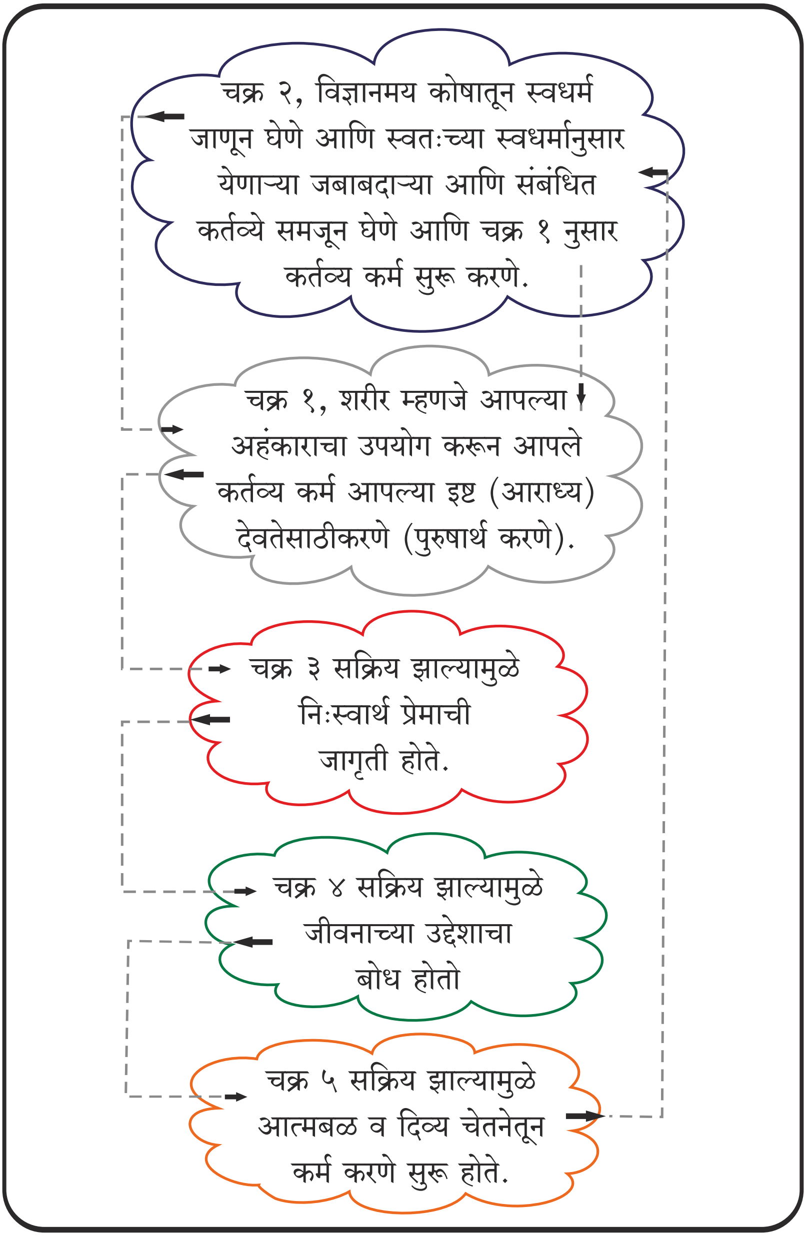
हे चक्र काय दर्शविते? योगक्षेमं वहाम्यहम्! याचा अर्थ : आपल्या इष्ट (आराध्य) देवतेच्या अस्तित्वाचा अनुभव. आपले इष्ट (आराध्य) दैवत, परमात्मा भक्तियुक्त कर्मयोग साधकांवर विशेष दयाळूपणा दाखवतात आणि त्यांची काळजी घेतात याची जाणीव.

हे चक्र सक्रिय करण्यासाठी काय करावे? आपल्या इष्ट (आराध्य) देवतेप्रती श्रद्धा आणि विश्वासाने राजयोग सूत्राचे अनुसरण करणे. चक्र १, २ आणि ३ च्या संयोगाने सांसारिक कर्तव्य कर्मे पार पाडण्यासाठी स्व प्रयत्न (पुरुषार्थ) करणे .

हे चक्र सक्रिय झाल्याची अनुभूती काय आहे? आपल्या इष्ट (आराध्य) देवतेवर श्रद्धा व विश्वास दृढ होणे. आपल्या इष्ट (आराध्य) देवतेच्या कृपेने सांसारिक जीवनात तणावरहित यश, सुख, आनंद, संपत्ती मिळत राहणे.

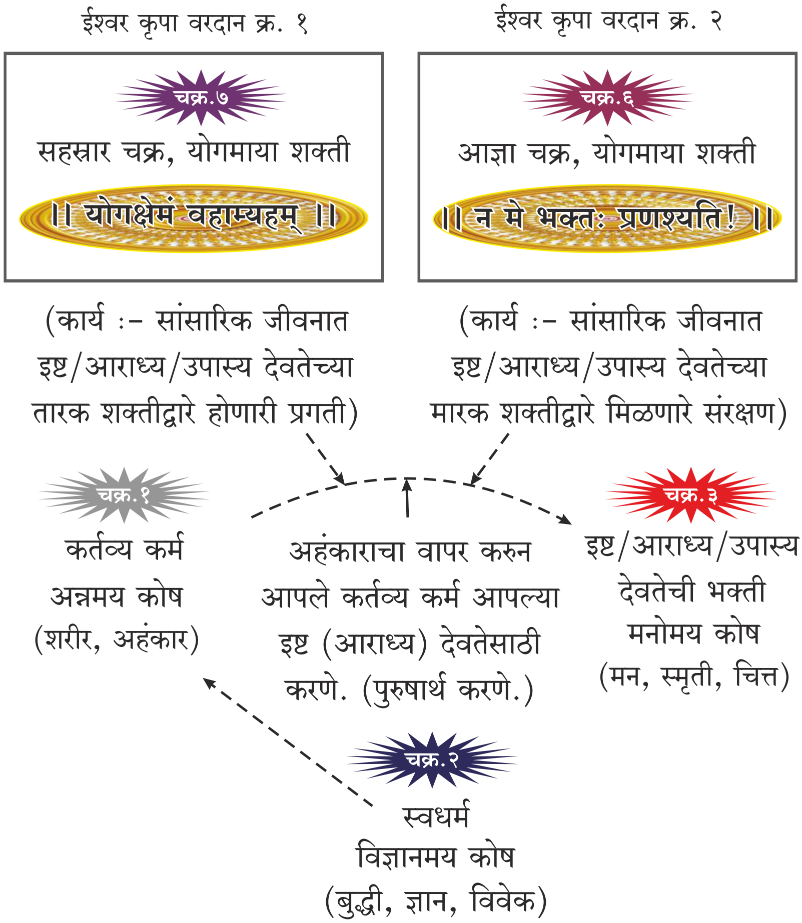
तक्ता क्र. ९

राजयोग साधनेतील चक्रांचे परस्पर संबंध



तक्ता क्र. १०

केवळ ३ चक्रांवर आधारीत राजयोग साधनेची कार्यपद्धती (यंत्रणा)



सुचना : चक्र १, २, ३ चा एकत्रितरित्या सराव केल्यास व्यक्तीची इष्ट (आराध्य, उपास्य) देव/देवता चक्र ६ व ७ चे फायदे तसेच त्यांची अनुभूती प्रदान करतात. पुढे चक्र ४ व चक्र ५ आपोआप जागृत होतात व कार्यान्वित पण होतात.

तक्ता क्र. ११

राजयोग साधनेतील पंचकोषांचे विवरण.
हे पंचकोष मानवी शरीरात निरंतर कार्यरत राहतात

विज्ञानमय कोष (बुद्धी) **चक्र. २**

येथे सूक्ष्म शरीर व प्रासंगिक शरीर राहते.
या जागेत प्रारब्ध कर्म व संचित कर्म यांची त्यांच्या कार्मिक ऊर्जेच्या स्वरूपात नोंद असते. विज्ञानमय कोष नेहमी संचित कर्म व प्रारब्ध कर्म यांच्या आधिपत्याखाली असतो. विज्ञानमय कोषातील कार्यपद्धती कृत्रिम बुद्धिमत्तेप्रमाणे (आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स-AI) कार्य करते. येथे शरीर, सर्व इंद्रिये, मन व बुद्धी यांच्या संबंधित अहंकाराद्वारे क्रियमाण कर्मे करण्यासाठी असंख्य प्रणाली तयार असतात. उदाहरणार्थ : स्मार्टफोनमधील सर्व व्हर्चुअल व क्लाउड मेमरी, सर्व ॲप्स डेटा, सर्व प्रोग्राम्स, पूर्ण ऑपरेटिंग सिस्टिम व गूगल मेटा सर्च इंजिन. विज्ञानमय कोषात मन, बुद्धी, चित्त व अहंकार यांचा एकत्रित समूह सूक्ष्म स्वरूपात राहतो. हा समूह आत्म्याशी संपर्क व परिवहन करून शरीराचे नियंत्रण करतो.

तक्ता क्र. १२

अन्नमय कोष (शरीर) **चक्र.१**

५ कर्मेंद्रिये, ५ ज्ञानेंद्रिये, ५ इंद्रिय धारणा, मन, बुद्धी व अहंकार यांनी बनलेले स्थूल शरीर.

भौतिक जगात शरीर हा आत्म्याचा चार आयामी पडदा (स्क्रीन) आहे. आपला आत्माच आपले शरीर इंद्रिये, मन व बुद्धी यांच्याद्वारे विविध अनुभव घेत असतो.

उदाहरणार्थ :- स्मार्टफोन, त्याची चिन्हांची (आयकॉन्स) टच स्क्रीन, आपोआप स्क्रीनवर येणारी माहिती व नोटिफिकेशन्स.

कार्य करण्याची पद्धत : शरीर अहंकाराच्या अधिकारात कर्म करते व अहंकार स्वतःला आत्मा समजूनच क्रियमाण कर्म करतो. अन्नमय कोषाद्वारे सर्व प्रकारच्या शारीरिक क्रिया व कर्मे करण्याची अहंकाराची जबाबदारी असते.

लक्षात ठेवा की अहंकाराच्या भूमिकेत केलेल्या सर्व क्रिया आपोआप संचित कर्म आणि प्रारब्ध कर्माच्या रूपात कर्मशक्ती निर्माण करतात. ज्याप्रमाणे एक मूल त्याच्या पालकांच्या किंवा शिक्षकांच्या नियंत्रणाखाली आणि मार्गदर्शनाखाली कार्य करते, त्याचप्रमाणे सांसारिक जीवनातील अहंकाराची खरी भूमिका ही आत्म्याच्या नियंत्रणाखाली आणि मार्गदर्शनाखाली कर्म करण्याची असते.

अहंकाराच्या भूमिकेत शरीराने केलेल्या सर्व क्रिया क्रियमाण कर्म मानल्या जातात. ही सर्व कर्मे आपोआप कार्मिक शक्ती निर्माण करतात आणि ती सर्व कर्मे विज्ञानमय कोषामध्ये संचित कर्म आणि प्रारब्ध कर्माच्या रूपात साठवली जातात.

अहंकारप्रभावित क्षेत्र :

अहंकाराचे सूक्ष्म असे नैसर्गिक विरुद्ध स्वभावाचे आकर्षण व प्रतिकर्षण बल जे काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद, मत्सर याद्वारे कार्य करते.

सांसारिक जीवनात अहंकाराची भूमिका पालकांच्या नियंत्रणात व मार्गदर्शनात कर्मे करणाऱ्या मुलाप्रमाणे असते. या भूमिकेत शरीराद्वारे केलेली सर्व कर्मे क्रियमाण कर्मे म्हणून समजली जातात.

ही सर्व कर्मे आपोआप कार्मिक ऊर्जा निर्माण करतात व संचित कर्म आणि प्रारब्ध कर्म तयार करतात.

क्रियमाण कर्मे ४ प्रकारची आहेत

१. तमोगुणी : शास्त्राने निषिद्ध सांगितलेली अशी सर्व कर्मे. (अशी कर्मे केल्याने अहंकाराची वृद्धी होते. ही तमोगुणी भक्ती आहे.)

२. रजोगुणी : परिणाम व कर्म फळाची अपेक्षा ठेवून केलेली कर्तव्य कर्मे, विहित कर्मे, नियत कर्मे तसेच सर्व प्रकारची कर्मे. (यामुळे अहंकार दृढ होऊन रजोगुणाची वृद्धी होते. यामुळे तळमळ, चिंता, विवंचना, भीती पण वाढते. ही रजोगुणी भक्ती आहे.)

३. सत्त्वगुणी : परिणाम व कर्म फळाची अपेक्षा न ठेवता केलेली कर्तव्य कर्मे, विहित कर्मे, नियत कर्मे तसेच सर्व प्रकारची कर्मे. (यामुळे अहंकार शुद्ध होतो व आत्म्याच्या नियंत्रणात राहतो. यामुळे सत्त्वगुण दृढ होतो. आपल्या इष्ट देवतेप्रती प्रेम व आदर भाव उत्पन्न होतो. तळमळ, चिंता, विवंचना व भीती संयमित राहते. ही सत्त्वगुणी भक्ती आहे. ही निर्गुण भक्ती आहे.

वरील सर्व प्रकारची क्रियमाण कर्मे कार्मिक ऊर्जांची निर्मिती करतात व त्यांचे परिणाम आणि फळे कर्म सिद्धांताप्रमाणे मिळतात.)

४. शुद्ध सत्त्व भक्ती : आपल्या इष्ट देवतेची सेवा म्हणून केलेली कर्तव्य कर्मे, विहित कर्मे, नियत कर्मे तसेच सर्व प्रकारची कर्मे. कर्मफळे व परिणामांची देखभाल आपली इष्ट देवता करते. ही सगुण भक्ती आहे. अशा सगुण भक्तीमधे ईश्वराची कृपा म्हणून यश, सुख, समृद्धी आपोआप प्राप्त होते. त्यामुळे क्रियमाण कर्मे करण्याची ही पद्धत राजयोग साधनेचा मुख्य आधार आहे. ही शुद्ध सत्त्व भक्ती आहे.

तक्ता क्र. १३

चक्र.३

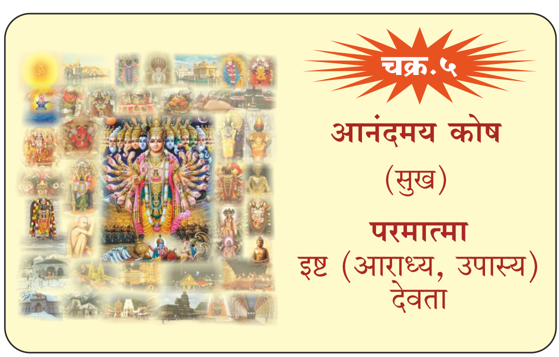
मनोमय कोष (मन, स्मृती, चित्त)

मानवी शरीरात मनोमय कोषाची जबाबदारी अन्नमय कोषात कार्यरत असलेल्या अहंकाराचे नियंत्रक व पालक म्हणून असते. या भूमिकेत शुद्ध आत्मा शरीराच्या वेशात योगी म्हणून कार्य करतो. या भूमिकेत आत्म्याची शरीराच्या विविध पेशी जन्माला घालणे, त्यांचे संगोपन व नष्ट करण्याची जबाबदारी असते. तसेच विज्ञानमय कोषाकडून येणाऱ्या सूचनांचे पालन करण्याची जबाबदारी असते.

मनोमय कोषात कृत्रिम बुद्धिमत्तेच्या (आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स Artificial Intelligence - AI) च्या योजनेप्रमाणे आवश्यक असलेले ॲप्स ठेवलेले असतात.

अन्नमय कोषाच्या आवश्यकतेनुसार त्यांचा पुरवठा विज्ञानमय कोषातून केला जातो. अन्नमय कोषातील अहंकार त्या ॲप्सचा वापर करून क्रियमाण कर्म करतो. मनोमय कोषामधे विज्ञानमय कोषातील कृत्रिम बुद्धिमत्तेची (आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स-AI) सर्व ॲप्स चक्र १ व चक्र ३ च्या आवश्यकतेनुसार नेहमीच उपलब्ध असतात.

उदाहरणार्थ : स्मार्ट फोनमधील नेहमी वापरात असलेले ॲप्स व प्रोग्राम्स , वेळोवेळी डाउनलोड करण्यात येणारे ॲप्स, आपोआप डाउनलोड होणारे ॲप्स व प्रोग्राम्स, कमी वापरात असलेली किंवा कालांतराने लुप्त होणारी माहिती व यूट्यूबच्या अख कार्यपद्धतीने चालणारे ॲप्स.



तक्ता क्र. १४

स्मार्टफोन आणि आर्टिफिशियल इंटेलिजन्सच्या (AI) आकलनासह भक्तियुक्त कर्मयोग (राजयोग) साधनेचे वर्णन व आर्टिफिशियलची तीन चक्रे तसेच मानवी जीवनाची सात चक्रे यांची समज

या तक्त्यामध्ये भक्तियुक्त कर्मयोग साधनेतील ७ चक्रांचे आणि मानवी शरीरातील ५ चक्रांचे संक्षिप्त वर्णन दिलेले आहे. मानवी शरीरातील प्रथम ५ चक्रांना पंचकोष असेही म्हणतात. या तक्त्यामध्ये मानवी अस्तित्वातील त्या चक्रांची व आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (AI) प्रणालीवर आधारित स्मार्टफोन, रोबोट व अशा सर्व स्वयंचलित वैज्ञानिक उपकरणामधील समानता आणि विषमता देखील स्पष्ट केली आहे. या सर्वांशी श्रीमद्भगवद्गीतेच्या वास्तविक ज्ञानाचा संबंध देखील दर्शविला आहे.

❖ आपल्या ऋषीमुनींनी आणि शास्त्रकारांनी त्यांच्या तपश्चर्येद्वारे आणि आध्यात्मिक साधनेच्या अनुभवातून सर्व चक्रांच्या वैशिष्ट्यांचे वर्णन केलेले आहे. मानवी शरीरात त्या चक्रांची कार्यपद्धती स्पष्ट होण्याच्या दृष्टीने त्या चक्रांना त्यांच्या गुणांनुसार वेगवेगळी नावे दिलेली आहेत. तक्ता क्रमांक ४ येथे या संदर्भातील सविस्तर माहिती दिलेली आहे.

❖ श्रीमद्भगवद्गीतेचे अंतर्निहित ज्ञान केवळ पहिली ३ चक्रे सक्रिय करण्याच्या शिकवणीवर भर देते. सनातन धर्माची मूळ शिकवण पण या ३ चक्रांच्या जागृतीचाच मार्ग आहे. या ३ चक्रांना सक्रिय करण्यासाठी स्वतःच्या प्रयत्नांची म्हणजे स्वतःचा अहंकार वापरून स्वप्रयत्न (पुरुषार्थ) करण्याची गरज आहे. राजयोग साधना व्यक्तीकडून कळत नकळत नेमके हेच करून घेते.

❖ लक्षात घेण्याची गोष्ट आहे की, या पुस्तकात स्पष्ट केलेली राजयोग साधना चक्र क्रमांक १, चक्र क्रमांक २ आणि चक्र क्रमांक ३ आपोआप सक्रिय करते. या साधनेमुळे चक्र ६ आणि चक्र ७ आपोआप सक्रिय होतात. चक्र ४ आणि ५ सक्रिय करण्यासाठी सुद्धा काही विशेष करण्याची गरज नसते. त्यामुळे राजयोग साधनेतून केवळ ३ चक्रांच्या जागृतीमुळे सांसारिक जीवनात कुंडलिनी शक्ती जागृत होण्याचा मार्ग सहजच मोकळा होतो. सांसारिक जीवनातील सुख, यश, समृद्धी, समाधान व सर्वांगीण विकास या सर्वांशी याचा सरळ संबंध आहे.

❖ हा तक्ता स्पष्ट करतो की, स्मार्टफोन/आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (AI) प्रणाली केवळ ३ चक्रांवर अवलंबून असते. चौथे आणि पाचवे चक्र स्मार्ट फोन, रोबोट तसेच सर्व स्वयंचलित वैज्ञानिक उपकरणांमध्ये अस्तित्वातच नाहीत. त्यांची समज विज्ञान, आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (AI) प्रणालीच्या आकलनाच्या व समजण्याच्या पलीकडे आहे. त्यामुळे, स्मार्ट फोन आणि आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (AI) प्रणाली व सर्व स्वयंचलित वैज्ञानिक उपकरणे शेवटी मानवाच्या चक्र १, चक्र २ आणि चक्र ३ च्या सक्रियतेवरच अवलंबून असतात.

❖ सत्य असे आहे की, विज्ञान व विज्ञानावर आधारित सर्व गोष्टी या विश्वाच्या व मानवाच्या विपरीत गुणांच्या सह-अस्तित्वातूनच निर्माण झालेल्या अहंकाररूपी शक्तीतून उत्पन्न झालेल्या आहेत. त्यामुळे त्यांच्या वापरातून मिश्र स्वरूपात कर्मफळे मिळणे स्वाभाविकच आहे. यावरून हे स्पष्ट होते की, स्मार्ट फोन आणि आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (AI) प्रणाली आणि अशी सर्व वैज्ञानिक उपकरणे मानवाला फायदे आणि हानी दोन्ही देऊ शकतात. परंतु राजयोग साधकांना स्वतःच्या इष्ट, आराध्य, उपास्य देवतेच्या शक्तीचे पाठबळ असल्यामुळे या सर्व गोष्टी त्यांना फायदेशीरच सिद्ध होतात.

❖ या तक्त्यात चक्र १ ते चक्र ७, यांची नावे, त्यांचे मूळ रंगात, त्या चक्राचे आध्यात्मिक नाव, त्या चक्राची सांसारिक जीवनातील समज, उपयुक्तता स्पष्ट केलेली आहे. ती चक्रे स्मार्टफोन /आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (AI) प्रणालीच्या तुलनेत काय दर्शवितात व स्मार्टफोन / आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (AI) प्रणालीच्या व पर्यायाने त्यांच्या मर्यादा सुद्धा स्पष्ट केलेल्या आहेत.

तक्ता क्र. १५

चक्र १: रंग राखाडी, **नावे** : मूलाधार चक्र, अन्नमय कोष.
हे चक्र मानवी स्थूल शरीर व इंद्रिये दर्शविते.

चक्र १ चा उपयोग : हे चक्र कर्तव्यकर्म करण्याचे साधन आहे.

वैज्ञानिक दृष्टिकोनातून चक्र १ : आजचे स्मार्टफोन, त्याची टच स्क्रीन, आवश्यक बटणे आणि बॅटरीसह मानवी शरीर आणि इंद्रियांचा समूह यांच्याशी साम्य दर्शविते.

चक्र १ च्या मर्यादा : केवळ मानवी मन, बुद्धी, चित्त (स्मृती) आणि अहंकार यांच्या नियंत्रणात कार्य करते.

तक्ता क्र. १६

चक्र २, रंग निळा, **नावे** : स्वाधिष्ठान चक्र, विज्ञानमय कोष, बुद्धिमत्ता, मेंदू, वैज्ञानिक शरीर व बौद्धिक शरीर

चक्र २ चा उपयोग : स्वधर्म, स्वतःच्या कर्तव्यांची जबाबदारी जाणणे.

वैज्ञानिक दृष्टिकोनातून चक्र २ : आजच्या स्मार्टफोनचे सेंट्रल प्रोसेसिंग यूनिट, Android, iOS जसे मोबाईल ऑपरेटिंग सिस्टम, डेटा स्टोरेज RAM, ROM मेमोरी आपल्या चक्र क्रमांक २ शी (बुद्धी) संबंधित आहे.

चक्र २ च्या मर्यादा : आपला अहंकार आणि आत्मा या दोघांच्या मदतीने कार्य करते.

तक्ता क्र. १७

चक्र ३, रंग लाल, **नावे :** मणिपूर चक्र, मनोमय कोष. मानवी मन, मानस

चक्र ३ चा उपयोग : आपल्या इष्ट (आराध्य) देवतेप्रती सेवा म्हणून कर्तव्य कर्म करणे. अहंकार, आत्मा आणि इष्ट (आराध्य) दैवत यांच्या नियंत्रणाखाली कार्य करते. अन्यथा मायेच्या/प्रकृतीच्या आधिपत्याखाली कर्म करते.

वैज्ञानिक दृष्टिकोनातून चक्र ३ : स्मार्टफोनचा अँटेना, मोडेम्स, कॅमेरा, सर्व सेन्सर्स, आपल्या नेहमीच उपयोगात असणारे सर्व ॲप्स चक्र ३ (मन, स्मृती) यांच्याशी साम्य दर्शविते.

चक्र ३ च्या मर्यादा : आपला अहंकार, आत्मा आणि इष्ट देवतेच्या नियंत्रणाखाली कार्य करते.

तक्ता क्र. १८

चक्र ४ , रंग पिवळा-हिरवा, **नावे :** अनाहत चक्र, प्राणमय कोष

चक्र ४ चा उपयोग : आपला श्वास, आत्मा आपल्या इष्ट (आराध्य) देवतेची कर्तव्य कर्माने प्रेममय सेवा करणे. स्मार्टफोन मध्ये अनाहत चक्र नाही.

वैज्ञानिक दृष्टिकोनातून चक्र ४ : मानवाच्या शरीरातील चक्र १, २ आणि ३ या चक्राचे काम सांभाळतात. स्मार्टफोनची डिजिटल एनर्जी (ऊर्जा), चक्र क्रमांक ४ (श्वास, आत्मा) यांच्याशी थोडे साम्य दाखवते. परंतु स्मार्टफोनमध्ये आत्मा नसतो, तो निर्जीव आहे. त्यामुळे स्वतःमध्ये डिजिटल एनर्जी (ऊर्जा) उत्पन्न करण्याची यंत्रणा विकसित करू शकत नाही.

चक्र ४ च्या मर्यादा : स्मार्टफोनमध्ये चक्र ४ नाही. आपले चक्र १, चक्र २ आणि चक्र ३ हे तीन चक्र या चक्राचे काम सांभाळतात.

तक्ता क्र. १९

चक्र ५, केशरी रंग **नावे :** विशुद्धी चक्र, आनंदमय कोष

चक्र ५ चा उपयोग : इष्ट-आराध्य-परमात्मा आपल्या इष्ट (आराध्य) देवतेच्या सूचनांचे पूर्ण एकरूपतेने पालन करणे.

वैज्ञानिक दृष्टिकोनातून चक्र ५ : स्मार्टफोनमध्ये वापरल्या जाणाऱ्या आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (AI) प्रणाली, विज्ञानाचे महत्त्व दर्शविते. परंतु ते पूर्णपणे मानवी बुद्धिमत्तेवर आणि मनावर अवलंबून आहे. प्रकृतीच्या नियमांनी बांधलेले आहे. स्वतंत्र; दिसते परंतु पूर्णतः माया किंवा प्रकृतीच्या अधीन असते. AI प्रणाली चक्र क्रमांक ५ शी समानता दर्शविते; परंतु ते मायेचेच एक रूप आहे. ते पूर्णपणे आपल्या इष्ट (आराध्य) म्हणजेच परमात्म्याच्या अधीन आहे. स्मार्ट फोनमध्ये चक्र ५, विशुद्धी चक्र नाही. आपली चक्र १, २ आणि ३ या चक्राचे काम सांभाळतात.

चक्र ५ च्या मर्यादा : स्मार्टफोनमध्ये चक्र ५ नाही. आपले चक्र १, चक्र २ आणि चक्र ३ हे तीन चक्र या चक्राचे काम सांभाळतात.

तक्ता क्र. २०

चक्र ६, रंग जांभळा-लाल, **नावे :** आज्ञा चक्र, आपले इष्ट (आराध्य), परमात्मा, ।। न मे भक्तः प्रणश्यति।। (ईश्वराची मारक शक्ती दर्शविते)

चक्र ६ चा उपयोग : इष्ट (आराध्य) देवतेकडून आमचे रक्षण, योगी व्यक्तींवर ईश्वराची कृपा आणि आर्टीफिशियल इंटेलिजन्स (AI) प्रणाली म्हणजेच परमात्म्याच्या माया शक्तीचे मानवांवर प्रभुत्व दर्शविते.

वैज्ञानिक दृष्टिकोनातून चक्र ६ : स्मार्टफोनमध्ये आज्ञा चक्र नाही. यासाठी स्मार्ट फोन पूर्णतः आपले इष्ट (आराध्य) च्या नियंत्रणामध्ये आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (AI) प्रणाली म्हणजे परमात्म्याच्या माया शक्तीच्या आधिपत्याखाली कार्य करते. या चक्राची समज विज्ञानाच्या पलीकडे आहे. त्याची समज फक्त भावना आणि अनुभूतीच्या स्तरावरच शक्य आहे.

चक्र ६ च्या मर्यादा : स्मार्ट फोनमध्ये आज्ञा चक्र नाही यासाठी स्मार्टफोन पूर्णतः आपल्या इष्ट देवतेच्या किंवा (AI) प्रणालीच्या म्हणजे माया शक्तीच्या आधिपत्याखाली कार्य करते.

चक्र ७, रंग शुद्ध जांभळा, **नावे :** सहस्रार चक्र, आपले स्वतःचे इष्ट (आराध्य) दैवत, परमात्मा, ।। योगक्षेमं वहाम्यहम्।। (ईश्वराची तारक शक्ती दर्शविते)

चक्र ७ चा उपयोग : इष्ट (आराध्य) देवतेकडून आमचे संगोपन व रक्षण, योगी व्यक्तींवर ईश्वराची कृपा.

वैज्ञानिक दृष्टिकोनातून चक्र ७ : आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (AI) प्रणाली म्हणजेच परमात्म्याच्या मायाशक्तीचे मानवांवर प्रभुत्व आणि योगी व्यक्तींवर परमात्म्याची कृपा दर्शविते. या चक्राची समज विज्ञानाच्या पलीकडे आहे. त्याची समज फक्त भावना आणि अनुभूतीच्या स्तरावरच शक्य आहे. स्मार्टफोनमध्ये सहस्रार चक्र नाही.

चक्र ७ च्या मर्यादा : स्मार्टफोनमध्ये सहस्रार चक्र नाही यासाठी स्मार्टफोनपूर्णतः आपले इष्ट देवतेच्या किंवा (AI) प्रणालीच्या म्हणजे मायाशक्तीच्या आधिपत्याखाली कार्य करते.

टीप : संपूर्ण विश्वाच्या अनंत क्रिया विज्ञानाच्या बुद्धीने समजण्याच्या पलीकडे आहे. त्या सर्व क्रिया परमात्म्याने विश्वाच्या संचालनासाठी निर्माण केलेल्या परमात्म्याच्या AI प्रणालीचाच भाग आहे. परमात्म्याच्या AI प्रणालीत मानवाने निर्माण केलेल्या AI प्रणालीपेक्षा आत्मा व परमात्मा असे दोन अतिरिक्त व महत्वाचे घटक आहेत.

ते घटक म्हणजेच मानवी अस्तित्वातील चक्र ४ व चक्र ५ होय. मानवातील या चक्र ४ व चक्र ५ च्या अस्तित्वामुळेच मानवाला चक्र ६ व चक्र ७ ची अनुभूती शक्य आहे व राजयोग साधनेतून परमात्म्याच्या AI प्रणालीची अनुभूती व ज्ञान मिळणे पण शक्य होते. त्यामुळेच राजयोग साधकांना विज्ञानाने निर्माण केलेल्या AI प्रणालीचा उपयोग सहज शक्य होतो व विज्ञानाने निर्माण केलेल्या AI प्रणालीच्या दुष्प्रभावापासून दूर राहणे शक्य आहे व शक्य होते.

------oOo------

तक्ता क्र. २१

भक्तियुक्त कर्मयोग सरावामध्ये स्मार्टफोन आणि आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (AI) प्रणालीच्या आकलनाद्वारे मानवी जीवनातील पंचकोष (५ चक्रे) यांची एकत्रित समज.

चक्र.२

विज्ञानमय कोष (बुद्धी), स्वाधिष्ठान चक्र

आजच्या स्मार्टफोनचे सेंट्रल प्रोसेसिंग यूनिट, Android, iOS जसे मोबाईल ऑपरेटिंग सिस्टम, डेटा स्टोरेज RAM, ROM मेमोरी, सर्व ॲप्स ज्यांची संख्या ३० ते ४० लाखांहून अधिक आहे. ते सर्व आपल्या चक्र क्रमांक २ बरोबर (बुद्धी) संबंधित आहे.

चक्र.३

मनोमय कोष (मन, विवेक) मणिपूर चक्र

स्मार्टफोनचा अँटेना, मोडम्स, कॅमेरा, सर्व सेन्सर्स आपल्या नेहमीच उपयोगात असतात असे सर्व ॲप्स आपल्या चक्र ३ बरोबर (मन, स्मृती) साम्य दर्शविते

चक्र.१

अन्नमय कोष (शरीर), मूलाधार चक्र

आजचे स्मार्टफोन, त्याची टच स्क्रीन, आवश्यक बटणे आणि बॅटरी यांच्यासह आपले चक्र १ बरोबर (शरीर आणि इंद्रियांचा समूह) साम्य दर्शविते

चक्र.४

प्राणमय कोष (श्वास, आत्मा), अनाहत चक्र (अनुभूती चक्र)

स्मार्टफोनमध्ये चक्र ४ नाही. स्मार्टफोनची डिजिटल एनर्जी (ऊर्जा), चक्र क्रमांक ४ बरोबर (श्वास, आत्मा) मिळते; परंतु, स्मार्टफोनमध्ये आत्मा नसतो, तो निर्जीव आहे.

आनंदमय कोष (आनंद, सुख), विशुद्धी चक्र (पूर्ण अनुभूती चक्र)

चक्र.५

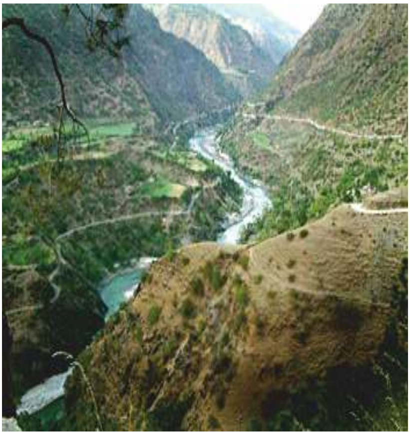
स्मार्टफोनमध्ये चक्र ५ नाही. स्मार्टफोनमध्ये वापरल्या जाणाऱ्या आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (AI) प्रणाली, विज्ञानाचे महत्त्व दर्शविते. परंतु ते पूर्णपणे मानवी बुद्धिमत्तेवर आणि मनावर अवलंबून आहे. प्रकृतीच्या नियमांनी बांधलेले आहे. स्वतंत्र दिसते, परंतु पूर्णतः माया किंवा प्रकृतीच्या अधीन असते. AI प्रणाली चक्र क्रमांक ५ बरोबर समानता दर्शविते; परंतु ते मायेचेच एक रूप आहे. ते पूर्णपणे आपल्या इष्ट (आराध्य) म्हणजेच परमात्म्याच्या अधीन आहे.

❊ आजच्या युगातील AI प्रणाली, क्लाउड कॉम्प्युटिंग तंत्रज्ञान, इंटरनेट इत्यादी सर्व सेवा भौतिक संसाधनांवर अवलंबून आहेत. सर्व भौतिक संसाधने शेवटी ईश्वराच्या नियंत्रणाखालीच कार्य करतात.

नद्यांचे चित्र व राजयोग साधनेची समज

भक्तियुक्त कर्मयोग, स्वधर्म, कर्तव्य कर्म, अहंकार (पुरूषार्थ)
व भगवंताचा साक्षात्कार यांचा बोध

गंगचे उगमस्थान - गोमुख
(गंगोत्री)



गंगेचा प्रवास
(हिमालय)

गंगेची सागराशी भेट
(गंगासागर)

लेखकाचा परिचय

श्रीकांत रामचंद्र देशमुख हे भगवान श्रीकृष्ण व अर्जुन यांचे शिष्य आहेत. गॅलेक्सी लॅबोरेटरीज प्रायव्हेट लिमिटेड या नावाने ओळखल्या जाणाऱ्या भांडवलीय उपक्रमातून (व्हेंचर कॅपिटल) स्थापन झालेल्या कंपनीचे ते संस्थापक व प्रवर्तक आहेत. गॅलेक्सी ही फार्मास्युटिकल इंटरमीडिएट्स, कृषी आधारित उपयुक्त रासायनिक उत्पादने, परफ्यूमरी इंटरमीडिएट्सची निर्मिती करणारी कंपनी आहे. कंपनीचे छत्रपती संभाजीनगर आणि नेवासा, महाराष्ट्र-(भारत) येथे २ युनिट्स आहेत. कंपनीची संकल्पना १९९४ मध्ये भांडवलीय उपक्रम निधीद्वारे (व्हेंचर कॅपिटल फंडिंग) झाली आहे. श्रीकांत देशमुख यांच्या नेतृत्व व मार्गदर्शनातून कंपनीने विकसित केलेल्या नावीन्यपूर्ण रासायनिक तंत्रज्ञान आणि अद्वितीय अभियांत्रिकी कौशल्यांमुळे कंपनी प्रगती करत आहे.

एका लघु उद्योगाला वेगाने वाढणाऱ्या या यशस्वी उद्योगसंस्थेमध्ये विकसित करण्याचे यश हे अर्जुनाला आदर्श मानून श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेच्या व्यावहारिक ज्ञानाचे व त्यामुळे केलेल्या विवेकपूर्ण प्रयत्नांचे प्रकटीकरण आहे.

मुख्यतः मागील ३७ वर्षांपासून, श्री. देशमुख आपल्या दैनंदिन कार्यात श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेचे चरणबद्ध आकलन करत असून ते ज्ञान आत्मसात करत दैनंदिन व्यावहारिक जीवनात उपयोग करण्याचा प्रयत्न करत आहेत व येणाऱ्या अनुभूतींचा पाठपुरावा करत आहेत.

राजयोगाच्या अभ्यासावरील ही आध्यात्मिक अनुभूती त्यांनी केलेले श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेचे मूल्यमापन आणि अनुभवलेले ज्ञान यावर आधारित आहे.

श्री. देशमुख हे आयसीटी (UDCT), मुंबई येथून केमिकल टेक्नॉलॉजी (फार्मा) मध्ये बी. टेक. झालेले आहेत. त्यांनी बहुराष्ट्रीय फार्मा कंपन्यांमध्ये उच्च पदावर काम केलेले आहे आणि उच्च तंत्रज्ञानाच्या वैज्ञानिक नवकल्पनांमध्ये ते निपुण आहेत. त्यांनी केलेल्या संशोधनावर आधारित पेटंट्स कंपनीचा मुख्य आधार आहे.

लेखक हे स्वतः राजयोग म्हणजे भक्तियुक्त कर्मयोगाचे साधक आहेत व कंपनीतील सर्वांना राजयोग साधनेचे मार्गदर्शन करून त्यांच्याद्वारे रोजच्या जीवनात राजयोग साधना करून घेत आहेत. अशा प्रकारे श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेतील मूळ शिकवणींचा सामूहिक जीवनात प्रसार करण्याचा प्रयत्न करीत आहेत.

टीम गॅलेक्सी

GLPL®
Galaxy Laboratories Private Limited

-------०O०-------

BYK YOG

BYK योग आध्यात्मिक फोरम

बीवायके योग (BYK Yog) आध्यात्मिक फोरम ही एक लोककल्याणकारी (स्वयंसेवी/अशासकीय) संस्था आहे. या संस्थेचे मुख्य ध्येय श्रीमद्भगवद्गीतेतील मूळ शिकवण समाजात सर्व स्तरांवर जागृत करण्याचे आहे.

या सॉफ्टवेअर व डिजिटल काळातील वैज्ञानिक युगात निर्माण झालेल्या गतिशील व आव्हानात्मक अशा व्यक्तिगत, कौटुंबिक व वैश्विक जीवनशैलीत समाजातील विविध स्तरांवर कार्यरत असलेल्या व्यक्तींना श्रीमद्भगवद्गीतेतील मूळ शिकवणींची लौकिक जीवनात उपयुक्तता व प्रासंगिकता स्पष्ट करणे हा या संस्थेचा एक महत्त्वपूर्ण उपक्रम आहे.

भक्तियुक्त कर्मयोग म्हणजेच राजयोग साधना. ही योग पद्धती सनातन आहे. परंतु काळाच्या ओघात लुप्त झाल्यामुळे ती पुनर्जागृत करण्याचा हा उपक्रम आहे. भक्तियुक्त कर्मयोग साधना वैयक्तिक, कौटुंबिक, सामाजिक तसेच राजनैतिक आयुष्यात सुद्धा सुख, यश, स्थैर्य व समृद्धी प्राप्त करून देण्याची खात्री देते व व्यक्तीस राजयोगी बनवते.

राजनैतिक क्षेत्रात कार्यरत असलेले श्रेष्ठवर, विद्वान मंडळी तसेच उद्योजक, शेतकरी, व्यापारी, व्यावसायिक, नोकरदार वर्ग, कामगार बंधू, सर्व जाती-धर्मातील व सर्व वयोगटातील स्त्री-पुरुष, पत्रकार, मीडिया हाऊसेस व

आध्यात्मिक क्षेत्रात कार्यरत असलेल्या व्यक्ती अशा सर्वांसाठी ती सारखीच प्रभावशाली व यश देणारी सोपी व सरळ अशी योगपद्धती आहे.

देशाच्या उन्नतीचा मार्ग प्रशस्त करण्यासाठी पण हा उपक्रम महत्त्वाचा आहे. प्रत्येक व्यक्तीचे आपल्या देशाप्रती व ईश्वराप्रती असलेले ते उत्तरदायित्व आहे.

सनातन धर्माची ही शिकवण पुनर्जागृत होणे म्हणजे राष्ट्रातील प्रत्येक व्यक्तीस आत्मनिर्भर होण्याची ही विद्या शिकविणे व समाजात ती संस्कारीत करणे. देशातील प्रत्येक व्यक्ती सुखी, समृद्ध, समाधानी होण्याच्या दृष्टीने सनातन धर्माची पुनर्जागृती हा एक महत्त्वाचा किंबहुना एकमेव पर्याय आहे. त्या प्रक्रियेतील हा एक छोटासा प्रयत्न आहे. हीच रामराज्य स्थापित होण्याची संकल्पना आहे.

या संस्थेचे कामकाज आध्यात्मिक व सामाजिक क्षेत्रात कार्यरत असलेले स्त्री–पुरुष, BYK योगचे साधक व उद्योजक चालवितात. ही सेवाभावी स्वयंसेवी संस्था (NGO) देणगीदारांच्या देणगीवर, सभासदांच्या आर्थिक मदतीवर, देशातील सेवाभावी संस्थाच्या व सेवाभावी व्यक्तींच्या सहकार्याने चालवली जाते.

-------oOo-------

राजयोग साधनेतील सात आधार चक्रे व त्यांची कार्यपद्धती

(संदर्भ : तक्ता क्रमांक २ ते १३; पृष्ठ ५९ ते ७१ अभ्यासावे)

प्रभू श्रीराम

प्रभू श्रीरामाच्या सांसारिक जीवनातील महत्त्वाच्या घटना
भक्तियुक्त कर्मयोग साधनेचे सूत्र शिकवतात.

(ईश्वराने प्रभू श्रीराम यांच्या रूपात मानवी अवतार घेऊन
भक्तियुक्त कर्मयोग साधनेची शिकवण प्रस्थापित केली आहे)

सांसारिक जीवनात स्वधर्म, आपले कर्तव्य कर्म आणि आपल्या इष्ट (आराध्य) देवतेची सेवा या तीन गोष्टी आपल्या पुरुषार्थाने एकरूप केल्याने सुख, शांती आणि समृद्धी प्राप्त होते. वरील तिन्ही गोष्टींचे मार्गदर्शन करणारे ईश्वराचे मानवी रूप : भगवान श्रीराम, माता सीतादेवी, लक्ष्मण, भरत, शत्रुघ्न आणि श्री हनुमान इ.

// श्रीमद्‌भगवद्‌गीता //