

Shree Nisargadatta Samadhi Charitable Trust, Mumbai

श्री निसर्गदत्त समाधी चॅरिटेबल ट्रस्ट, मुंबई द्वारा प्रकाशित त्रैमासिक

NISARGAVANI

निसर्गवाणी **નિર્સર્ગવાણી** **निसर्गवाणी**

वर्ष १ ले अंक : २ रा (ऑक्टोबर ते डिसेंबर २०२५) Year 1St Issue 2nd (October-December 2025)

साधू दिसती वेगळाले । परी ते स्वरूपी मिळाले।
अवघे मिळोन एकची झाले । देहातीत वस्तू।।

११

ऑक्टोबर

आपल्या भजन आणि किर्तनातून
सर्वधर्मसमभावची शिकवण देणारे

राष्ट्रसंत
तुकडीजी महाराज



संपादक

डॉ. धीरज सर्वज्ञ : +91 9881314214

विजया नाझरे : +91 9403707936

स्मिता थोरात : +91 8698863395

तुषार नाईक : +91 8369105437 / 982188356

मुखपृष्ठ रचना: भरतभाई शिंपी, जळगाव

मांडणी आणि अंतर्गत सजावट

झेन प्रकाशन मुंबई (निसर्गवाणी समुहाकडून प्राप्त लेखादि साहित्या नुसार)

वेबसाईट: www.nisargdattasamadhi.in

ईमेल: nisargadattasamadhitrust2025@gmail.com

लेखकांना आवाहन

कोणत्याही मासिकाची पहिली आवश्यकता म्हणजे प्रतिथयश आणि होतकरू लेखकांकडून मासिकासाठी दर्जेदार लेख मिळविणे. आत्मज्ञान हा विषय कोणत्याही धर्म, जाती भेद या पलीकडचा आहे याचे कायम स्मरण बाळगून केवळ निसर्गदत्त महाराज यांच्या आत्मज्ञान शिकवणीचाच इथे अंतर्भाव न करता सोबत भारतातील संत-साधु यांची चरित्रे, त्यांची पारमार्थिक शिकवण, विविध संप्रदायातील पारमार्थिक शिकवण, पौराणिक कथा आदि अनेक लेखांचा आणि अर्थातच वाचकांचा प्रतिसाद आणि अभिप्राय याचाही निसर्गवाणी त्रैमासिकात समावेश करण्याचा उद्देश आहे. अध्यात्मज्ञान हे देश-कालातीत असे पवित्र ज्ञान आहे यावर आमची पूर्ण निष्ठा आहे.

उपयुक्त सूचना

या त्रैमासिकातील पृष्ठ संख्या मर्यादित ठेवण्याच्या दृष्टीकोनातून लेखकांना एक नम्र सूचना आहे की छोट्या लेखासाठी साधारण ७५० शब्द संख्या असावी, मध्यम आकाराच्या लेखा साठी साधारण १५५०० शब्द संख्या असावी आणि दीर्घ लेखासाठी साधारण २३०० पर्यंत शब्द संख्या असावी.

कृपया निसर्गवाणी त्रैमासिकाच्या खालील मेल आयडी वर आपले लेख पाठवावेत

nisargavaani240125@gmail.com

संपादकीय

श्री निसर्गदत्त महाराज म्हणजे मूर्तीमंत वेदांत. ते जेव्हा निरूपण करत किंवा सुखसंवाद करीत असत तेव्हा सनातन अशा उपनिषदांमधल्या दिव्य ऋचा जणू काही मराठी नऊवारी आणि अलंकार नेसून महाराजांच्या मुखातून आनंदाने बाहेर पडत असत. अगदी स्वतःच्या नावाप्रमाणे निसर्ग म्हणजे सहज स्वरूप अशी स्वरूपातून निघालेली नैसर्गिक ज्ञानगंगा श्रोत्यांच्या, साधकांच्या, शिष्यांच्या हृदयांपर्यंत पोहोचून त्यांना तृप्त करून त्यांच्या निजस्वरूपाची ओळख करून देत असे. महाराजांच्या शिकवणीचे सार म्हणजे दासबोधातील हे एक समर्थ वचन होय.

ऐक ज्ञानाचे लक्षण | ज्ञान म्हणजे आत्मज्ञान |

पाहावे आपणासी आपण | या नाव ज्ञान ||(द.५/स.६)

श्री निसर्गदत्त महाराज म्हणत असत “तुझ्या आत्मज्ञाना वेगळा अन्य देव, गुरू, ईश्वर परमेश्वर दुसरा कोणी नाही म्हणून स्व ला जाण आणि स्वस्थ हो.”

आत्मज्ञान म्हणजे प्रत्येकाजवळ असणारे “आपण असल्याचे ज्ञान”. “आपण आहे” किंवा “मी आहे” हे ज्ञान म्हणजेच प्रत्येकाला आपल्या अस्तित्वाची, आपल्या जिवंतपणाची असलेली जाणीव होय. ही जाणीव म्हणजेच निर्गुण निराकार अशा स्वरूपामध्ये “अहं ब्रह्म” अशी झालेली स्फूर्ती होय. या जाणिवेलाच जगतज्योती, जगदंबा, जगदीश्वरी, वैष्णवी शक्ती, शिवा अशा स्त्री वाचक तसेच शिव, जगदीश्वर ,ईश्वर , विष्णू अशा पुरुषवाचक तसेच ब्रह्म, आत्मा ,अंतरात्मा, पुरुष, शुद्ध सत्व नावाने संबोधले जाते असे समर्थ दासबोधामध्ये सांगतात. श्री निसर्गदत्त महाराज म्हणतात, ही तुम्हाला तुम्ही असल्याची जाणीव, तुम्हाला तुम्ही असल्याची आठवण हीच तुमची शाश्वत संपत्ती होय. ही जाणीव म्हणजेच त्या स्वरूपाचे प्रतिबिंब किंवा ते असल्याची बातमी आहे, जाहिरात आहे, त्या स्वरूपाची खूण आहे. “आपण आहे” ही जाणीव तुम्हाला काय पाहायचं हे दर्शवित नसून कुठल्या दिशेने पाहायचं आहे हे दर्शविते.

अव्यक्तातून व्यक्त, आणि व्यक्तातून व्यक्ती निर्माण झाली. निवृत्तामधून वृत्त आणि वृत्तातून वृत्ती निर्माण झाली. व्यक्त किंवा वृत्त म्हणजेच ही जाणीव, प्रत्येकाच्या ठिकाणी आपण असल्याचा बोध होय. हा बोध सुद्धा वैयक्तिक नसून वैश्विक आहे परंतु या जाणिवेने देहेन्द्रिय प्राणदिकास मी म्हणल्याने तिथे व्यक्ती निर्माण झाली.

स्वरूप ज्ञान होण्यासाठी महाराज म्हणत की मुख्य म्हणजे या जाणीवेने

स्वतःचेच ध्यान करणे आवश्यक आहे. म्हणजेच पाहावे आपणासी आपण.

महाराज म्हणत “मन म्हणजे वाहती जाणीव.” या जाणिवेला विचारांपासून, संकल्प विकल्पापासून मोकळे करणे हीच साधना. विचाररहित मोकळी जाणीव हेच साधकाचे लक्ष आहे. महाराज अतिशय सुंदररित्या समजावून देताना साधकाच्या मनोभूमिकेचा विचार करून सगुण साकार, सगुण निराकार आणि निर्गुण निराकार यांची सुंदर गुंफण करून म्हणतात की “आपण असलेल्या जाणिवेला सदुरुचे चरण मानून तिची उपासना करा.” चरण म्हणजे हालचाल. निर्गुण निराकार मध्ये झालेली प्रथम हालचाल म्हणजेच ही जाणीव किंवा आपण असल्याचा बोध होय. महाराज पुढे म्हणतात की साधकाने गुरु वचना प्रमाणे साधन करू लागला की ही बीज रूपात असलेली सूक्ष्म जाणीव पुढे तिचे वटवृक्षात रूपांतर होऊन विश्व व्यापते आणि साधकाला त्याच्या स्वरूपाची ओळख करून देते. ते म्हणतात “ज्ञानाने ज्ञानावर ज्ञानाचा अभिषेक करा. आठवणीने आठवणीचे ध्यान करा. स्वतःच्या आठवणीला, ओळखीला घट्ट मिठी मारा.” असे करता करता ही जाणीव जिथून उगम पावलेली आहे त्या उगमामध्ये विलीन होऊन स्वरूपज्ञान होते. असे अतिशय साधे, सोपे परंतु श्रोत्रीय, औपनिषदिक, वेदांतिक तत्वज्ञान निसर्गदत्त महाराजांनी या विश्वाला दिले.

श्रुती माता सुद्धा वेळोवेळी याचा उल्लेख करते.

आत्मैवेदमग्र आसीत्पुरुषविधः ।सोऽनुवीक्ष्य नान्यदात्मनोऽपश्यत् सोऽहमस्मीत्यग्रे
व्याहरत् ततोऽहन्नानामाभवत् ।तस्मादप्येतर्ह्यामन्नितोऽहमयमित्येवाग्र

उक्त्वाऽथान्यन्नाम प्रब्रूते ॥ १ ॥

(बृहदारण्यक उपनिषद प्रथम अध्याय चतुर्थ ब्राह्मण श्लोक १)

अन्वयार्थ - [अग्रे इदं आत्मा एव आसीत्] दुसऱ्या शरीरांची उत्पत्ति होण्यापूर्वी हे सर्व शरीरजात आत्माच होते.

[सः पुरुषविधः अनुवीक्ष्य-] तो शिर, हात, पाय इत्यादि अवयवांनीं पुरुषा-सारखा असलेला विराट् मी कोण अथवा कोणत्या लक्षणाचा आहे, असा विचार करून [आत्मनः अन्यत् न अपश्यत्-] आपल्या शरीरेद्रियांहून दुसरे कांहीएक पाहता झाला नाही. तर तो केवळ आपल्याच सर्वात्म्याला पाहता झाला. [सः अहं अस्मि इति अग्रे व्याहरत्] तो ‘मी आहे’ असे पूर्वी बोलला. [ततः अहं नाम अभवत्] त्यामुळे तो ‘अहं’ या नांवाचा झाला.

[तस्मात् एतर्हि अपि आमन्नितः-] त्यामुळे आतांही व्यवहारांत ‘कोण आहे!’ असे एखाद्याला विचारलें असतां,

[अयं अहं इति एव अग्रे उक्त्वा] तो 'मी आहे' असेंच अगोदर सांगून[अथ अन्यत् नाम यत् अस्य भवति तत् प्रब्रूते-] नंतर आपले दुसरें जे लौकिक नांव असतें तें सांगतो.

तसेच इन्द्रियेभ्यः परा ह्यर्था अर्थेभ्यश्च परं मनः । मनसस्तु परा बुद्धिर्बुद्धेरात्मा
महान्परः ॥ १० ॥

कठोपनिषद अ. १ व. २

अन्वयार्थ - [इंद्रियेभ्यः पराः हि अर्थाः- इंद्रियें तर स्थूल आहेत. तीं ज्या शब्द-स्पर्शादि विषयांकडून आपल्या प्रकाशनार्थ आरंभलेलीं आहेत त्या स्वकार्यरूप इंद्रियांहून स्वतः विषय सूक्ष्म, महत्परिमाणवान् व नित्यस्वरूपभूत आहेत. [अर्थेभ्यः च परं मनः-] त्या विषयांहूनहि मन अधिक सूक्ष्म, महत् व नित्यस्वरूपभूत आहे. येथे मन म्हणजे मनःशब्दवाच्य व मनाचे आरंभक भूतसूक्ष्म, असे समजावें. कारण त्याला संकल्प-विकल्पादिकांचे आरंभकत्व आहे. /[मनसः तु परा बुद्धिः-] मनाहूनहि बुद्धिशब्दवाच्य निश्चयादिकांचे आरंभक भूतसूक्ष्म अधिक सूक्ष्म, अधिक महत् व अपायरहित स्वरूपभूत आहे. [बुद्धेः आत्मा महान् परः-] बुद्धीहून आत्मा महान् व पर आहे. तो सर्व प्राण्यांच्या बुद्धींचा प्रत्यगात्मा असल्यामुळे 'आत्मा' व त्याला सर्वांहून अधिक महत्त्व असल्यामुळे तो 'महान्' होय. अव्यक्तापासून प्रथम झालेलें जे हिरण्यगर्भसंबंधी बोधाबोधात्मक तत्त्व तोच हा महान् आत्मा बुद्धीहून पर, असें म्हटले जाते.

महतः परमव्यक्तमव्यक्तात्पुरुषः परः । पुरुषान्न परं किंचित्सा काष्ठा सा परा गतिः ॥ ११ ॥(कठोपनिषद अ. १ व. २)

अन्वयार्थ - [महतः परं अव्यक्तम्] पूर्व मंत्रांत सांगितलेल्या महतहून-हि पर ह्याणजे अधिक सूक्ष्म, व सर्वांहून अधिक महत् अव्यक्त आहे. तें सर्व जगाचे बीजभूत, अव्याकृत-अव्यक्तनाम रूपस्वरूप, सर्व कार्य-कारणशक्तिसमाहाररूप, अव्यक्त, अव्याकृत, आकाश इत्यादि नावांनीं निर्देश करण्यास योग्य व वडाच्या बीजातील एकेका सूक्ष्म कणामध्ये जशी वडाच्या झाडाची शक्ति असते त्याप्रमाणें परमात्म्याच्या ठिकाणीं ओतप्रोतभावानें आश्रय घरून राहिलेले आहे.

[अव्यक्तात्पुरुषः परः- त्या सर्वशक्तिसमूहरूप अव्यक्ता-हून पुरुष सर्व कारणांचे कारण असल्यामुळे अधिक सूक्ष्म असल्यामुळे महान् आहे. सर्व सृष्टीला भरून सोडल्यामुळे तो पुरुष होय. आतां त्याहून आणखी कांहीं अधिक सूक्ष्म असेल असे कोणाला वाटेल म्हणून त्या प्रसंगाचे निवारण करीत मृत्यु ह्याणतो - [पुरुषात् न

परं किंचित्--] पुरुषाहून पर दुसरें कांहीं नाहीं [सा काष्ठा-] ज्या अर्थी चिन्मालघन पुरुषा-हून श्रेष्ठ, किंवा अधिक सूक्ष्म अशी दुसरी वस्तु नाहीं त्याअर्थी सूक्ष्मत्व, महत्त्व व प्रत्यगात्मत्व यांची ती काष्ठा-निष्ठा--पर्यवसान-अंत-सीमा आहे. इंद्रियांपासून जी उत्तरोत्तर सूक्ष्मत्वादिकांची परंपरा लागली होती तिची येथे परि-समाप्ति होते.

[सा परा गतिः-] ह्यणूनच गमन करणाऱ्या सर्व गतिमान् संसारी जीवांची ती सर्वोत्कृष्ट गति आहे. पण येथे 'गति-' शब्दाचा गमन हा मुख्य अर्थ विवक्षित नाहीं तर प्राप्ति हा अमुख्य अर्थ विवक्षित आहे, असे सुचविण्यासाठी हा मंत्र पुरुषाला सर्वांचे प्रत्यगात्मत्व आहे, असे दाखवितो.

एष सर्वेषु भूतेषु गूढोऽऽत्मा न प्रकाशते । दृश्यते त्वग्रया बुद्ध्या सूक्ष्मया सूक्ष्मदर्शिभिः ॥ १२॥ (कठोपनिषद अ.१ व.२)

अन्वयार्थ - [एषः सर्वेषु भूतेषु गूढः आत्मा न प्रकाशते] हा पुरुष प्रक्षादिस्तंबपर्यंत सर्व भूतांत गूढ आच्छादित-पाहणे, ऐकणे इत्यादि कर्मे करणारा व अविद्यामायेने आच्छादित; ह्यणूनच तो सर्वांचा आत्मा. पण तो गूढ असल्याकारणाने हा माझा आत्मा आहे, अशा रीतीने कोणालाहि प्रकाशमान होत नाहीं, (तो जर कोणालाच प्रकाशमान होत नसेल म्हणजे कोणाच्याच अनुभवास येत नसेल तर तो मुळीं नाहींच, असेहि नाहीं तर-)

[तु सूक्ष्म-दर्शिभिः अग्रया सूक्ष्मया बुद्ध्या दृश्यते- सूक्ष्मदर्शी लोकांकडून म० 'इंद्रियां-हून विषय पर आहेत. ' इत्यादि पूर्वोक्त प्रकारें सूक्ष्मतेचे पारंपर्य पाहिल्याने अत्यंत सूक्ष्म पाहण्याचें ज्यांचे शील आहे अशा सूक्ष्मदर्शिकाडून संस्कारयुक्त - एखाद्या बारिक अग्रासारख्या सूक्ष्म-एकामतनें युक्त-सूक्ष्म वस्तूचे निरीक्षण करण्यांत तत्पर अशा बुद्धीनें तें तत्त्व पाहिले जातें.

आतां मृत्यु त्याच्या ज्ञानाचा उपाय सांगतो -

यच्छेद्वाङ्मनसी प्राज्ञस्तद्यच्छेज्ज्ञान आत्मनि । ज्ञानमात्मनि महति

नियच्छेत्तद्यच्छेच्छान्त आत्मनि ॥ १३॥

कठोपनिषद अ.१ व.२

अन्वयार्थ - [प्राज्ञः वाक् मनसि यच्छेत्] विवेकी पुरुषाने वाक्-इंद्रि-याचा मनांत उपसंहार करावा. (येथील 'मनसी' हा दीर्घ पाठ छांदस आहे व 'वाक्-' शब्द इतर इंद्रियांच्या उपलक्षणार्थ आहे.)

[तत् ज्ञाने आत्मनि यच्छेत्-] त्या मनाचा प्रकाशस्वरूप आत्म्यांत-बुद्धींत उपसंहार करावा. बुद्धि मन-आदि इंद्रियांना व्यापते म्हणून ती त्यांचा आत्मा-प्रत्यक्.

[ज्ञानं महति आत्मनि नियच्छेत्-] बुद्धीचा महान् आत्म्यामध्ये उपसंहार करावा; आणि

[तत् शान्ते आत्मनि यच्छेत्-] त्या महान् आत्म्याचा शान्त निर्विशेष अविक्रिय सर्वान्तर बुद्धिप्रत्ययसाक्षी अशा मुख्य आत्म्यामध्ये उपसंहार करावा. याप्रमाणे पुरुष आत्म्यामध्ये सर्वकार्याचा प्रविलय करून कृतकृत्य होतो.

वरील श्रुतीमध्ये महत् आणि महात्मा हा शब्द जाणीवे साठीच म्हणजेच प्रत्येकाच्या आत मध्ये असलेल्या “आपण आहे” या बोधासाठीच वापरला आहे. तसेच पुढे :

यदा पञ्चावतिष्ठन्ते ज्ञानानि मनसा सह । बुद्धिश्च न विचेष्टति तामाहुः परमां
गतिम् ॥ १० ॥
कठोपनिषद् अध्याय २. वल्ली ३

अन्वयार्थ - [यदा पंच ज्ञानानि मनसा सह अवतिष्ठन्ते-] ज्यावेळीं श्रोत्रादि पंच ज्ञानेंद्रिये अन्तःकरणासह आत्म्यामध्येच स्थिर राहतात.[च बुद्धिः न विचेष्टति-] व बुद्धि आपला निश्चयरूप व्यापार करीत नाही, [तां परमां गतिं आहुः-] त्या अवस्थेला परम गति म्हणतात.

म्हणजेच महाराजांच्या शिकवणीप्रमाणे विचाररहित, संकल्प-विकल्प रहित जाणीव आणि त्या जाणिवेचा नंतर आपल्या उगमामध्ये विलय होऊन, ब्रह्माकार झालेल्या वृत्तीने कल्पित अविद्येची निवृत्ती होऊन उपलक्षित आत्मतत्त्वाचे ज्ञान होते तसेच गीता माऊली पण आपणास सांगते की, क्षेत्रज्ञ चापि मां विद्धि सर्वक्षेत्रेषु भारत । क्षेत्रक्षेत्रज्ञयोर्ज्ञानं यत्तज्ज्ञानं मतं मम ॥

अर्थ: हे भारत (भरतवंशी अर्जुना),सर्व क्षेत्रांमध्ये (सर्व शरीरांमध्ये) क्षेत्रज्ञ (क्षेत्राला जाणणारा जीवात्मा) मलाच आहे असे तू जाण.आणि क्षेत्र (शरीर) व क्षेत्रज्ञ (त्याचा ज्ञाता) यांचे जे तत्त्वतः ज्ञान आहे, तेच खरे ज्ञान आहे, असे माझे मत आहे.

अहमात्मा गुडाकेश सर्वभूताशयस्थितः । अहमादिश्च मध्यं च भूतानामन्त एव च ॥

१०/२०

अर्थ : हे गुडाकेश (अर्जुन), मी सर्व जीवांच्या हृदयात वसलेला आत्मा आहे. मीच सर्व भूतांचे (प्राण्यांचे) आदि, मध्य आणि अंत आहे.

समर्थानी दासबोधामध्ये जी अंतरात्म्याची उपासना सांगितली आहे ती तर अक्षरशः श्री निसर्गदत्त महाराजांच्या तत्त्वज्ञानाशी एक रूपच आहे.

जाणिजे देव निर्गुण | जाणिजे मी तो कोण | जाणिजे अनन्यलक्षण | म्हणिजे मुक्त

॥२६॥

जितुकें जाणोन सांडिलें | तितुकें दृश्य बोलांडिलें | जाणत्यास जाणतां तुटलें | मूळ
मीपणाचें ॥२७॥

न जाणतां कोटीवरी | साधनें केलीं परोपरीं | तरी मोक्षास अधिकारी | होणार नाहीं
॥२८॥

मायाब्रह्म वोळखावें | आपणास आपण जाणावें | इतुक्यासाठीं स्वभावे | चुके जन्म
॥२९॥९/४

देव निर्गुण आहे, मी कोण आहे, आणि 'मी' ने ब्रह्मस्वरूपाशी अनन्य होणे म्हणजे काय हे जाणणारा मुक्त होय. व्यवहारात जितके काही जाणून बाजूस सारले तितके दृश्य ओलांडलें असे समजावे. अखेर जाणण्यामागे असणार्या जाणत्यास म्हणजे आत्मस्वरूपास जाणले की, 'मीपणाचे मूळ' नाहीसे होते. अशा प्रकारे आत्मस्वरूपास न जाणतां अशी कोट्यावधी जरी साधनें केलीं तरी कोणी मोक्षाचा अधिकारी होणार नाहीं. माया आणि ब्रह्म याचे ज्ञान करून घ्यावे. 'आपणास' अर्थात आत्मस्वरूपास 'आपण' म्हणजे मायिक 'मी' ने जाणावें, म्हणजे आपोआप जन्ममरण चुकून मुक्तिचा लाभ होतो.

प्राणी व्हावया मोकळा | आधीं पाहिजे जाणीवकळा | सकळ जाणतां निराळा
| सहजचि होये ॥५०॥

आधीं जाणीवकळा अर्थात ज्ञान असेल तरच मनुष्यप्राणी या दृश्य बंधनातून मोकळा होतो, मुक्त होतो; सार व असार, स्थूल व सूक्ष्म हे सकळ जाणणारा सहजच निराळा होतो, मोक्षपदवीचा अधिकारी होतो.

कांहींच नेणिजे तें अज्ञान | सकळ जाणिजे तें ज्ञान | जाणीव राहातां विज्ञान |
स्वयेंचि आत्मा ॥५१॥

विकल्पनिर्शननाम समास सातवा ॥ ९.७

कांहींच नेणिजे' अर्थात दृश्य वस्तूचे यथार्थ स्वरूप न कळणे तें अज्ञान होय. हे सकळ काही जाणणे, त्याचे यथार्थ स्वरूप जाणणे म्हणजेच ज्ञान होय. ही ज्ञानरूपी जाणीव मागे राहाते आणि तिचे विज्ञान होते म्हणजेच स्वरूपसाक्षात्कार होतो.

वासना जाणिजे जाणीवहेत | जाणीव मुळींचा मूळतंत | मूळमायेंत असे मिश्रित |
कारणरूपें ॥१३॥

कारणरूप आहे ब्रह्मांडीं | कार्यरूपें वर्ते पिंडीं | अनुमानितां तांतडीं | अनुमानेना
॥१४॥ देहान्तनिरूपणनाम ॥ ९.८

देहबुद्धीतील जाणीव ही हेतुसहित असते आणि अमुक हवे-नको हेच जाणीवेचे स्वरूप म्हणजेच वासना होय. जाणीवेचा संबंध मूळमायेतील अष्टधाप्रकृतिशी असतो. याप्रमाणे जाणिवेचा मूळतंतु मूळमायेत असा कारणरूपाने मिश्रित झालेला असतो. ब्रह्मांडात असणारी जाणीव ही कारणरूप आहे. पिंडामध्ये ती जाणीव कार्यरूपाने वावरत असते. तिच्या स्वरूपाचे एकदम आकलन होत नाही, परंतु ती जाणीव वायुप्रमाणेच सूक्ष्मरूप आहे.

जाणीवरूप मूळमाया | जाणीव जाते आपल्या ठाया | गुप्त प्रगट होऊनियां | विश्वीं
वर्ते ||२६||

देहान्तनिरूपण-२ नाम समास आठवा || १.८

मूळमाया जाणीवरूप आहे. ही जाणीव 'आपल्या ठाया' अर्थात स्वरूपाच्या ठिकाणी सहज जाते. स्वरूपी लीन असणारी जाणीव स्तब्ध असते. पुढे संदेह निवारण या नवव्या दशकातील नवव्या समासामध्ये संकेत कुबडीकार श्री हंसराज स्वामी म्हणतात:-

नववा म्हणें ब्रह्मास । ब्रह्मांडें भेदिलें सावकास । अरें आकाशीं लाविलें दीपास ।
तरी काय तेणेंभेदिलें ॥संकु९-४४॥

सागरामध्ये खसखस । तैसें परब्रह्मीं दृश्य । मतीसारिखा मतिप्रकाश । अंतरी वाटें
॥ संकु९-४५॥

वृत्ति करितां विशाल । पाहतां ब्रह्मांड बदरीफळ । ब्रह्माकार होतां केवळ । कांहीं
नाहीं ॥ संकु९-४६॥

आपण अविवेकें लाहनाळला । वेगळा देहधारीं जाला । मग हें ब्रह्मांड तयाला ।
कवळेल कैसें ॥ संकु९-४७॥

तरी वृत्ति ऐसीं वाढवावीं । पसरुन नाहींच करावीं । परब्रह्मास पुरवावीं चहुंकडे ।
संकु९-४८॥

अर्थात, नवव्या समासात ब्रह्माचा ब्रह्मांडाने कसा सावकाश भेद केला हे कसे चुकीचे आहे ते विशद केले आहे. आकाशात दिवा लावला तर त्याने आकाशाचा भेद केला असं होईल काय? तद्वतच ब्रह्मामध्ये ब्रह्मांड रहाते. सागरात खसखस ज्या प्रमाणात दिसते, त्याप्रमाणे ब्रह्मामध्ये दृश्याचे स्थान असते. आपली बुद्धी ज्याप्रमाणात त्याच प्रमाणात त्या बुद्धीत ज्ञानाचा प्रकाश पडतो. वृत्ती व्यापक करताच ब्रह्मांड बोराएवढे दिसू लागते, त्याहूनही व्यापक वृत्ती म्हणजेच ब्रह्माकार केली तर ब्रह्मांड नावाची चीजच दिसेनाशी होते. पण आपण जर अविवेकाने लहान झालो,

तर आपण देहाच्या आकाराचे होतो, मग या ब्रह्मांडाला तो कसा कवळू शकेल? तेव्हा वृत्ती एवढी वाढवत न्यावी की प्रसरण करता करता ती एकदम नाहीशीच करावी आणि चारी दिशानी ती परब्रह्मा एवढी करावी. म्हणजे परब्रह्मास सर्व बाजूनी पुरेल एवढी ती व्यापक करावी. म्हणजे अखेर ती नाहीशी होईल.

या विश्वातील सर्व घडामोडी अंतरात्म्याच्या सत्तेनेच होत असतात. अनंत अंतरात्मा हा दृष्टा असून सर्वसाक्षी आहे. जाणीवरूप, चैतन्यरूप अंतरात्म्यासच जगदीश्वर असे म्हटले जाते. या जगदीश्वराचीच सर्वत्र सत्ता चालते. तोच सर्व जगाचे व जीवांचे धारण, पोषण व रक्षण करतो. तोच संपूर्ण ज्ञानमय आहे. त्याच्याच ज्ञानसामर्थ्याच्या जोरावर जगाची सर्व व्यवस्था नीट चालू आहे. जगामध्ये साकार होत असलेला मूळ संकल्पाचे स्वरूप केवळ भाग्यवान पुरुषासच समजते. साधकाने त्या अंतरात्म्याचे अनुसंधान ठेवावे, त्याचेच ध्यान करावे. मग त्यातून ज्ञान उदय पावते. देव आणि भक्त मग एकरूप होतात. म्हणून उपासना ज्ञानस्वरूप होते. “मी तोच आहे” हा महाकारण देह होय. अखेर तोहि टाकावा म्हणजे अनुभवाची पूर्तता होते.

श्री हंसराज स्वामी म्हणतात,

चौथा म्हणें सर्व चालवीं । तें द्रष्टा साक्षीची उठाठेवीं । उपासना नेहटून पहावीं । तरी
तेचि ज्ञान ॥संकु २०-१६॥

मूळ संकल्प मूळ जाणीव । ज्ञान उपासना हें अपूर्व । दोहोसीं पाहतां अभिनव ।
अधिष्ठान आपण असें ॥संकु २०-१७॥

तेचि परब्रह्म जाणावें । दुजेवीण उगेंचि असावें । निर्विकार तें स्वभावं । असतचि
असें ॥संखु २०-१८॥

अर्थात, द्रष्टा म्हणजे पाहणारा आणि साक्षी म्हणजे जाणणारा यांचा भेद या समासात स्पष्ट केला आहे. सर्वांच्या अंतर्यामी असणारा तो जगदीश जगाचा व्यवहार कसा चालवतो याचा उहापोह येथे केला आहे. उपासना म्हणजे अंतरात्म्याची ओळख होय. ती आपलीच ओळख असते. तेच सत्य ज्ञान असते. मूळ संकल्प म्हणजे मूळ जाणीव होय. तेच ज्ञान आणि तीच उपासना या दोहोचे अधिष्ठान आपण स्वतःच असतो. ते परब्रह्म जाणावे, भिन्न तत्त्वाशिवाय ते अद्वैतानेच राहते. निसर्गतःच ते निर्विकार असते.

शेवटी विसाव्या दशकामध्ये समर्थ म्हणतात :

प्रगट रामाचें निशाण | आत्माराम ज्ञानघन | विश्वंभर विद्यमान | भाग्यें कळे ॥१४ ॥

दा.२०.४॥

प्रगट रामार्चें निशाण” म्हणजे सगुण व निर्गुण यांचा समावेश असलेले परब्रह्म “राम” या नामाने प्रगट झाले आहे; त्याचे निशाण “शुद्धजाणीव आणि जगत् रूपाने” प्रत्यक्ष ज्ञात आहे. आत्माराम अर्थात आत्मचैतन्य सर्वत्र दाटून आहे. ते ज्ञानघन अर्थात ज्ञानरूप, ज्ञानमय परब्रह्म आहे. ते या विश्वात भरून राहिलेले आहे म्हणून विश्वभर होय. तो विश्वभर सत्तारूपाने सर्व ठिकाणी विद्यमान आहे, आता याक्षणी त्याचे अस्तित्व सतत सर्वत्र आहे आणि हे अस्तित्व मोठ्या भाग्यानेच एखाद्यास कळते. अंततो गत्वा श्री निसर्गदत्त महाराजांचे एक वचन घेऊन उपसंहार करू. ते म्हणतात,” शांत व्हा आणि मी आहे या जाणिवेवर लक्ष द्या. अंतिम सत्य किंवा स्वरूप अगदी त्याच्या पाठीमागेच आहे. ते प्रकट होईल किंबहुना ते तुम्हासच सामावून घेईल. “

||जय सद्गुरू||

मुखपृष्ठ रचना: भरतभाई शिंपी, जळगाव

कोणासही सहज गाता येतील अशी खंजिरीवर गाईलेल्या त्यांच्या गोड भजनांमुळे संत तुकोडोजी महाराज जनमानसात अत्यंत लोकप्रिय झाले. त्यांनी देशभक्तिपर भजने लिहिली ज्यामुळे गावकऱ्यांत जागृती निर्माण झाली. राष्ट्रसंत तुकोडोजी महाराजांनी १९५५ साली जपानमध्ये आयोजित विश्वधर्म परिषदेत (International Convention of Religions) सहभाग घेतला होता. त्यांनी आपले संपूर्ण आयुष्य जाती, धर्म, पंथ किंवा वर्ग यांचा भेदभाव न करता जनसेवे- साठी अर्पण केले आणि गावकऱ्यांसोबत रस्ते बांधणी, ग्रामस्वच्छता तसेच विविध समाजोपयोगी कार्यात त्यांनी सक्रिय सहभाग घेतला. त्यांची निस्वार्थ सेवा व समर्पण भावी पिढ्यांसाठी प्रेरणादायी आहेत. दिनांक ११ ऑक्टोबर २०२५ रोजी साजऱ्या होणाऱ्या त्यांच्या पावन पुण्यतिथी निमित्त निसर्गवाणी परिवाराकडून या महान संताला सप्रेम विनम्र अभिवादन!



श्री निसर्गदत्त समाधी चॅरीटेबल ट्रस्ट

Nisargavaani

निसर्गवाणी

निसर्गवाणी

निसर्गबानी

वर्ष १ले अंक २ रा

ऑक्टोबर - डिसेंबर २०२५

अ नु क्र म णि का
ॐ

श्री हंसराज स्वामी जीवन परिचय

प्रत्यक्ष मार्ग

श्री निसर्गदत्त महाराजांची स्वरूपवाणी

हुकलेली संधी

निर्भयतेचे भांडार

योगी पावन मनाचा

पतंजलि अष्टांग योग आणि निसर्ग योग

श्री हंसराज स्वामी संक्षिप्त चरित्र

हंसराज स्वामी यांचे मूळचे नाव नारायण. इ. स. १८०५, परभणी येथे त्यांचा जन्म झाला. वडिलांचे नाव गंगाधरपंत. आईचे नाव रेणुकाबाई. नारायण हा गंगाधरपंतांच्या तीन मुलांपैकी मधला मुलगा. त्याच्या जन्मानंतर लगेचच गंगाधरपंतांची नोकरी सुटली. त्यामुळे या कुटुंबावर उपजीविकेसाठी गावोगाव वणवण हिंडण्याची पाळी आली. नारायणाच्या बाराव्या वर्षी त्याचे लग्न लावून देण्यात आले. पत्नीचे नाव लक्ष्मी. त्यामुळे खाणाऱ्या तोंडात भर पडली. त्याचा थोरला मिळवता भाऊ विभक्त होऊन स्वतंत्र राहू लागला. त्यामुळे नारायणास चौदाव्या वर्षीच घर सोडून नोकरी, उद्योगाच्या शोधासाठी बाहेर पडावे लागले. त्याला अनेक छोट्या मोठ्या नोकऱ्या कराव्या लागल्या. त्याला लहानपणा पासूनच परमार्थाचा नाद होता. परमार्थपर ग्रंथ वाचण्याची आवड होती. त्याने पुष्कळ ग्रंथ वाचले. पण त्याचे समाधान झाले नाही. त्याला सद्गुरू प्राप्तीची ओढ लागली. गुरूचा शोध करत असताना त्याला वसमतच्या लक्ष्मणराव यांच्याकडे जाण्याची प्रेरणा मिळाली. लक्ष्मण रावांनी त्याची निष्ठा पाहून त्याला अनुग्रह दिला. लक्ष्मणराव हे समर्थापासूनचे उद्भव परंपरेतील सहावे पुरुष होत. 'हंस पद्धती' या ग्रंथात त्यांची परंपरा आदिनारायण (हंसावतार)-ब्रह्मदेव वसिष्ठ-रामचंद्र-समर्थ रामदास-उद्भव-माधव-रुद्रराम-नागनाथ-लक्ष्मण नारायण अशी सांगितली आहे. हंस पद्धतिकारांनी या परंपरेला हंस संप्रदाय असे नाव दिले आहे. त्यामुळे त्याचे हंसराज हे नाव रूढ झाले असे हंस पद्धतिकार म्हणतात.

गुरूंचा अनुग्रह प्राप्त झाल्यानंतर हंसराज गुरुसेवेचा लाभ घेण्यासाठी गुरूंच्याच सांनिध्यात पण वेगळे बिऱ्हाड करून राहू लागले. कालांतराने त्यांच्या पत्नीला दिवस गेले. ती सातव्या महिन्यातच प्रसूत झाली. मूल मृतावस्थेत जन्मले. पत्नीही काही

दिवसां नंतर निधन पावली. त्यामुळे हंसराजांचे गृह पाश तुटले व ते मुक्त संचारास मोकळे झाले.

फिरत फिरत पंढरपुरास ते आले. तेथे त्यांचा परिचय जनार्दन उत्पात, सखारामबाबा डोमगावकर यांच्याशी झाला. याच काळात त्यांना पूर्णाश्रम नावाचे उत्तरेकडील एक संन्यासी भेटले. हंसराज स्वामींनी त्यांच्याकडून प्रैष मंत्र शिकून घेतला. पूर्णाश्रम स्वामी उत्तरेकडे निघून गेल्यानंतर काही दिवसांनी त्या प्रैष मंत्राचा उच्चार करून संन्यास दीक्षा घेतली व ते नारायणतीर्थ झाले. त्यांच्या या परमहंस दीक्षेमुळे त्यांचे हंसराज हे नाव रूढ झाले असे श्री. रघुनाथशास्त्री गोडबोले यांनी म्हटले आहे. पंढरपुरात काही दिवस राहिल्यानंतर सखाराम -बाबा डोमगावकर यांच्या आग्रहाखातर हंसराजस्वामी डोमगावास आले. ते डोमगावास सन १८३४ ते १८४० पर्यंत राहिले असावेत. त्या काळात त्यांनी चार ग्रंथांची रचना केली असे हंस पद्धतिकार सांगतात. इ. स. १८४० च्या सुमारास सखारामबाबा हैदराबाद येथे निधन पावले. तेव्हा हंसराज स्वामींना डोमगावात राहणे प्रशस्त वाटेना. म्हणून ते परंड्याला आले. तेथे त्यांना मोठा शिष्यसमुदाय मिळाला. त्यांनी अनेक ग्रंथ लिहिले. इ. स. १८५५ मध्ये त्यांनी योगसमाधी घेऊन देह विसर्जित केला. परंडा येथे त्यांची समाधी आहे.

लहानपणी त्यांच्या शिक्षणाची खूपच हेळसांड झाली. त्यांचे औपचारिक शिक्षण झाले नसावे. या पार्श्वभूमीवर त्यांनी केलेली ग्रंथ निर्मिती हे एक आश्चर्यच मानावे लागेल. त्यांची बुद्धी अत्यंत कुशाग्र असल्याचे त्यांचे चरित्रकार सांगतात. संस्कृतचे अध्ययन झाले नसताही त्यांनी आपल्या व्यासंगाच्या बळावर 'स्वात्मादर्श' नावाचा संस्कृत ग्रंथ लिहिला होता. शंकराचार्यांचे ग्रंथ, महत्त्वाची उपनिषदे आणि इतर वेदान्तपर ग्रंथांचा त्यांनी चांगला अभ्यास केला होता. प्राचीन मराठीतील सर्व प्रमुख संत कवींच्या रचनाही त्यांनी अभ्यासल्या होत्या. हंसराज स्वामींनी एकूण १४ ग्रंथ लिहिले. त्यांची वर्गवारी पुढीलप्रमाणे आहे:

अनुपलब्ध ग्रंथ: (१) गुरुभक्तिसार(२) स्वात्मादर्श (संस्कृत) (३) कथाकल्पलता(दहा प्रकरणे)

(४) भक्ति-ज्ञान-वैराग्यपर स्फुट अभंग व पदे(संख्या अज्ञात)

अर्धवट अवस्थेत मिळालेले ग्रंथ:-(१) कथाकल्पलता (आठ प्रकरणे) (२) भक्ति-ज्ञान-वैराग्यपर स्फुट अभंग व पदे.

अप्रकाशित ग्रंथ: (१) गद्यरूप तत्त्वज्ञाडा आणि (२) पूर्वारंभगाथा (दोन्ही गद्यरूप) (हा ग्रंथ आता प्रकाशित होतो आहे.)

प्रकाशित ग्रंथः(१)आगमसार(२)संकेत कुबडी (३)कथाकल्पलता (४) सदाचार(५) चुडालाख्यान (६) वेदेश्वरी (शिवगीतेवरील टीका) (७) लघुवाक्य वृत्तिटीका (८) वेदाज्ञा (ईशावास्योपनिषद् टीका)(९) वेद नावाची पदे (१०) अनुभवामृत (समसंख्य ओवीबद्ध टीका)

सध्या उपलब्ध असलेल्या ग्रंथांची प्राचीन पद्धतीप्रमाणे संख्या ३७,००० एवढी भरते. वर निर्दिष्ट केलेल्या ग्रंथांमध्ये वेदेश्वरी, वेदाज्ञा, वेद नावाची पदे इत्यादी नावांमध्ये जो वेद शब्द येतो, तो शब्द म्हणजे हंसराज स्वामींचे ग्रंथनाम किंवा मुद्रा आहे. या ग्रंथांची खास वैशिष्ट्ये पुढील प्रमाणे सांगता येतील. हे ग्रंथ कोणा ना कोणा शिष्याच्या विनंतीवरून लिहिले गेले आहेत. हे सर्व ग्रंथ वेदान्तपर आहेत. त्यात हंसराज स्वामींनी निखळ वेदान्त सांगितला आहे. 'समुच्चयही जरी असता । मी बोलेन वेदान्तसंमता' अशी त्यांची प्रतिज्ञाच होती. असे असले तरी त्या ग्रंथात भरपूर विविधता आढळते. त्यांत सहसा पुनरावृत्ती आढळत नाही. आख्यानपर, विवरणपर, ग्रंथसंक्षेपरूप, ग्रंथविवरक टीका ग्रंथ, संस्कृत ग्रंथांवरील टीका, मराठी ग्रंथांवरील टीका, पद्यग्रंथ, गद्यग्रंथ असे अनेक प्रकार त्यांत आढळतात. हे सर्व ग्रंथ प्रबोधनपर आहेत. वाचकाला वेदान्ताचे ज्ञान मिळावे हा त्यांचा हेतू स्पष्ट दिसतो. शिष्य प्रबोधन हा हेतू असल्यामुळे या ग्रंथांची रचना एखाद्या पाठ्यपुस्तका- प्रमाणे काळजीपूर्वक केलेली असते. प्रत्येक ग्रंथात बहुधा अनुबंध चतुष्टयाची चर्चा असते. त्यानंतर ग्रंथांचे ज्ञानखंड आणि अभ्यासखंड असे दोन भाग केले. ज्ञानखंडामध्ये वेदान्तप्रणीत ज्ञान प्रक्रिया सांगितली, तर अभ्यास खंडात या ज्ञान प्राप्तीसाठी निरनिराळे अभ्यास सांगितले. या अभ्यासांचे बारीक सारीक टप्पे हंसराज स्वामींनी जेवढ्या बारकाईने सांगितले आहेत तेवढे इतर कोणी सांगितलेले आढळत नाहीत. म्हणून ही अभ्यास मीमांसा हे हंसराज स्वामींचे अद्वितीय वैशिष्ट्य आहे असे म्हणता येईल.

हंसराज स्वामींच्या ग्रंथांचा आणखी एक विशेष म्हणजे त्यांची ग्रंथ लेखनासाठी इतरांनी न हाताळलेले असे नवीन नवीन विषय निवडले. उपनिषदे, शंकराचार्यांचे प्रकरण ग्रंथ, योगवासिष्ठ, शिवगीता, अमृतानुभव, पंचदशी असे ग्रंथ त्यांनी टीका लेखनासाठी निवडले. म्हणूनच प्रा. न. र. फाटक म्हणतात, "या पुरुषाच्या ग्रंथरचनेचा विशेष हा की, ज्या जुन्या वेदान्त प्रदेशाची साधारणपणे पूर्वीच्या ग्रंथकारांनी उपेक्षा केली त्यांचा परिचय करून देण्याची कामगिरी हंसराजांनी बजावली."

हंसराज स्वामी ज्ञानमार्गी आहेत. मोक्ष शुद्ध ज्ञानानेच मिळू शकतो, इतर कुठल्याही मार्गाने नाही ही त्यांची दृढ श्रद्धा आहे. या आपल्या मतासाठी ते कोणतीही

तडजोड करायला तयार नाहीत. त्याचा अर्थ ते इतर मार्ग संपूर्णपणे नाकारतात असे नाही. साधना काळात ते त्यांचे महत्त्व मान्य करतात. पण अंततोगत्वा, 'ज्ञान हेच श्रेष्ठ साधन आणि साध्यही आहे', हेच ते सांगतात. हे त्यांचे वैशिष्ट्य मराठीत अपूर्व आहे. **निसर्गवाणी त्रैमासिकाच्या** या अंकात या थोर संताचा प्रथम परिचय वाचकांना करून द्यावा हा या लेखनामागे उद्देश आहे. त्यांच्या अध्यात्मिक ग्रंथ साहित्याचा तपशीलवार अभ्यास आपण पुढील अंकापासून क्रमशः सुरु करणार आहोत.

– डॉ. धीरज सर्वज्ञ, बीड. संपर्क: ९८८१३१४२१४



देवाला पाहणे म्हणजे स्वये आपण देव होणे. तोच केवळ एकमेव आहे. जेव्हा आपण सर्वभूती देव पाहतो तेव्हा आपण देवाचा विचार करता, की नाही करत? तुम्ही देवाला सर्वत्र पाहण्यासाठी खालीने देवाचाच विचार करायला हवा. जर आपण सगळ्या गोष्टी बघतो मग त्या देवालाच का बघू शकत नाही? खरे तर प्रत्येक जण नेहमी देवाला पहात असतो ! परंतु त्यांना ते जाणवत नाही. देव कोण आहे ते शोधून काढा.

– भगवान श्री रमण महर्षि

प्रत्यक्ष मार्ग

श्रीमद्भगवद्गीतेच्या ७ व्या अध्यायातील ३-या श्लोकावर भाष्य करताना टीकाकार म्हणतात: काही अपवाद वगळता आपण बहुतेक सर्वच जण द्वैता- मध्ये अडकलो आहोत. जसे तुरंगात अडकलेले जीव तुरंगातून कसे बाहेर पलायन करायचे याचे तुरंगाच्या मार्गदर्शक पुस्तकात प्रत्यक्षात कुठेच उल्लेख नसला तरी ते जसा त्याचाच अभ्यास करतात, तशी द्वैतातील साधना होय. श्रीमद्भगवद्गीता ही एक आध्यत्मिक वाटचालीच्या केंद्रबिंदूला भेटून जाणारी अतिउत्कृष्ट आणि सखोल टीका म्हणता येईल. परमार्थाचा अभ्यास करताना बरेच साधक जी चुकीची अभ्यास पद्धति अवलंबितात त्यातील मूलभूत दोष दर्शन करणारी ती एक प्रभावशाली वाणी आहे.

अज्ञानाचा पिंजरा

प्रथम तुरंग किंवा पिंजरा म्हणजे काय ते समजून घेऊ. आपण ज्या जगात राहतो, जाणतो ते जग विरोधाभासाने भरलेले आहे. चांगले-वाईट, खरे-खोटे, सुख-दुःख, यश-अपयश, उजेड-काळोख अशा द्वंद्वाने ते भरलेले आहे. हेच जगाचे खरे द्वैतभासी रूप आहे, असे आपण सवयीने स्वीकारू लागलो. आपला देह, आपला मीपणा हा याच समजुतीवर पोसला गेला आहे. सातत्याने आपण या ज्या परस्पर विरोधी जोड्या आहेत त्याच्यावरच अवलंबून आपले निर्णय घेतो, त्याचे अर्थ काढतो, आपल्या प्रतिक्रिया देत असतो. सुखासाठी आपण आयुष्यभर धावपळ करतो आणि दुःखापासून दूर पळण्याचा प्रयत्न करत असतो. इच्छा आणि अनिच्छा यांच्या कचाट्यात आपण सापडतो. बहुसंख्य लोक केवळ याच सापळ्यात

अडकतात, एवढेच नव्हे तर या पिंज-याच्या भिंतीआड राहूनच आपले आयुष्य सुखात कसे जाईल याचा प्रयत्न करत असतात.

सदोष साधना पद्धत

‘तुरंग मार्गदर्शक पुस्तिका’ चे महत्त्व या ठिकाणी येते. देहरूपी तुरंगातील कैद्याला जीवन कसे सुसह्य होईल यासाठी पारमार्थिक नियम आणि पारमार्थिक तत्त्वे, तुरंगातून मुक्तता कशी मिळेल दाखविणारा मार्ग या सारखे सगळे या पुस्तिकेत असते. उदाहरणदाखल पुढे जे साधनाचे प्रकार दिले आहेत ते अभ्यासा.

• मृत्यु नंतरचे परलोकीचे जीवन चांगले असण्यासाठी काही कर्मकांड करणे. थोडक्यात या द्वैत मार्गात देवाण-घेवाण पद्धत आहे. जसे सत्कर्मचे फळ चांगले आणि वाईट कर्म केले तर वाईट फळ. म्हणजे यात पुढील जन्मात चांगले जीवन व्हावे हा हेतु असतो. जन्म-मृत्युच्या फे-यातून सुटका हे ध्येय यात येत नाही.

• समाजात मान-सन्मान मिळावा यासाठी चांगली वर्तणूक ठेवणे. याच्याने जन समाजातील आपले स्थान कसे परिपूर्ण होईल हे साधता येईल.

• मंत्र जप किंवा ध्यान धारणा करणे. याच्याने ताणतणाव कमी होईल. ही साधना म्हणजे थोडक्यात एक प्रकारे ताणतणावावर मात करणारी एक प्रकारचे हत्यार म्हणता येईल, ज्याच्याने तुरंगातील जीवन सुसह्य होईल. पण मुळातच हा तुरंग कसा आहे ते सांगू शकत नाही.

वरील साधना यम-नियमादी सूत्रांच्या दृष्टीने नक्कीच चांगल्या आहेत. पण या देहबुद्धीरूपी अज्ञान कोठडीतून कशी सुटका करावी हे सांगणारा यात महत्वाच्या भागच अंतर्भूत नाही. तुम्ही चांगली वर्तणूक असणारे, शांतिप्रिय आदर्श कैदी बनू शकाल ते हे नियम फक्त शिकवतील. पण द्वैतज्ञानाच्या पलीकडील ज्ञान किंवा मार्ग ते दाखवू शकत नाहीत.

मुक्तीचा खरा मार्ग

श्रीमद्भगवद्गीतेच्या ७ व्या अध्यायातील ३-या श्लोकात (कृष्ण भगवान) म्हणतात: हजारो मनुष्यांमध्ये एखादाच पूर्ण पदाची आस्था धरतो, आणि जे असे पूर्णपद हस्तगत करतात त्यांना माझ्या सत्य-नित्य स्वरूपाची ओळख होते. हे समजायला अति दुर्मिळ आहे असा त्याचा अर्थ आहे.

विरुळा कोणी जो तुरंगातील मार्गदर्शक पुस्तिका दूर लोटतो आणि त्याच्या

पलीकडच्या ज्ञानाची कास धरतो. आयुष्यात काहीतरी कमावणे हा त्यांचा साधने मागचा हेतु नसतो. तर पायरी पायरीने द्वैताचा पाया उखडून टाकणे हा हेतु असतो. हा अद्वैत मार्ग आहे. सुख आणि दुःख, यश आणि अपयश या एकाच नाण्याच्या दोन बाजू आहेत. केवळ मनानुळे भ्रम निर्माण झाला आहे. प्रामाणिक साधक यापैकी कशाचाच मागे जात नाहीत तर केवळ अंतिम सत्याचा ते मार्ग अनुसरतात, ज्यात कुठलेच द्वैत नाही.

आपल्या 'स्व'चा शोध घेण्याचा हा प्रत्यक्ष मार्ग आहे. मी कोण आहे ? या मुलभूत प्रश्नातच मुक्तीचा मार्ग दडलेला आहे. देहबुद्धी जन्मभर तुरुंगात साथीला आहे .ती वितळून टाकण्यासाठी हा अभ्यास आहे. जेव्हा देहबुद्धी नाहीशी होते तेव्हा द्वैताचा पिंजरा आपेआप अदृश्य होतो. या मार्गात केवळ संपूर्ण शरणागती म्हणजेच अविभक्त भक्ति सांगितली आहे. हिच्या योगे व्यक्तिगत 'मी' त्या परमतत्वाशी संयोग पावतो. भक्त आणि देव यातले द्वैत संपुष्टात येऊन महामिलन होते.

सारांश, परमार्थ म्हणजे अज्ञानरूपी पिंज-यात राहून आपण चांगले आयुष्य भोगायले मिळवणे असे नव्हे तर मुळात आपण असे बंधनात अडकलेले जीव नसल्याने तुरुंगातील मार्गदर्शक पुस्तिका ही केवळ आपण मानलेली केवळ एक ऐकीव कल्पना आहे अशी ओळख होईल. विरूळा कोणी जे अति धैर्याने आणि प्रयत्नपूर्वक जाणीवेने अशा पुस्तकापासून दूर राहतात आणि आपला सत्याचा मुक्तीचा मार्ग शोधतात.

– हेमंत कुमार, मुंबई. मोबाईल : ८०८०१०५०१४



देव कोण आहे आणि तो कसा दिसतो?" हा प्रश्न विचारणारे ज्ञानच स्वतः देव आहे! सर्वसाधारणपणे ज्या अदृश्य शक्तीला देव म्हणून मानले जाते ते ज्ञानच तुम्ही स्वतः आहात. ज्ञानच देव आहे. देव म्हणजे आपले स्वरूप...सेल्फ.

– श्री निसर्गदत्त महाराज

परम पूज्य सद्गुरु श्री निसर्गदत्त महाराजांची ॥ स्वरूपवाणी ॥

I AM THAT या आधुनिक उपनिषदाचे जनक परम पूज्य सद्गुरु श्रीनिसर्गदत्त महाराज. अंतिम सत्याचा शोध घेत असलेल्या प्रयत्नशील स्वदेश-विदेशामधील असंख्य-अगणीत प्रज्ञावंत जिज्ञासू साधकांचे प्रेरणास्थान. या महान अवतारी सिद्ध संतसत्पुरुषांच्या विमल चरणकमलांवर सखोल कृतज्ञने भरलेल्या हृदयाने मनोमन नतमस्तक होत “निसर्गवाणी” या e-magazine च्या प्रकाशनाचे औचित्य साधून मम अंतरीचे हृद्गत तुम्हां वंदनीय सुजाणांच्या प्रति प्रकट करतोय.

श्री महाराजांनी त्यांच्या प्रत्येक निरुपणातून “स्व” ही जाणीव आणि “मी आहे” हा विचारच फार आवर्जून तरीदेखील त्यांच्या निरतिशय वैविध्यपूर्ण भाषाशैलीत प्रतिपादन केलेले आहे. या अद्वैत वेदांत तत्त्वज्ञानाला भक्तीची सुरेख-सुंदर झालार चढवून अति सामान्य साधकाला देखील ती समजावीत, सहज सुलभतेने आकलन व्हावे हे लक्षात घेऊन श्रीमहाराजांनी प्रयत्नेविण प्रयत्न केला आहे. काही ठिकाणी वारंवार उजळणी झाल्याचं देखील आढळतं. पुनरुक्तीही झाल्याचं आपल्या लक्षात येतं. मात्र यामागील त्यांचा एकमेव हेतु साधकाच्या मानसगाभारी प्रतिपाद्य विषय सखोल ठसाविण्याचा आहे. निरुपणांमधून प्रतिपादन केलेले सर्व विचार हे श्रीमहाराजांच्या आत्मदर्शनातून उदित उत्फुल्ल प्रकटन आहे.

“स्व” ला जाणा व “स्वस्थ” व्हा !ही श्रीमहाराजांची स्वरूपवाणी. अमृत अद्वैत बोधवचन. हा “स्व” आहे तरी कसा ? याची ओळख करून देताना सद्गुरु जे अमृत बोधवचन ऐकवतात त्याचा भावार्थ लक्षात घेणे आवश्यक आहे. तेच माझे स्वयंपूर्ण स्वयंमंगल स्वयंसिद्ध स्वरूप आहे. मी अमृत आहे. अमर आहे. मर्त्यामधील अमर्त्य तो

मीच आहे. मी स्वये त्यानुरूप आहे. असा दृढ विश्वास हवा. मग निश्चितच लक्षात येईल की हा “स्व” आहे तरी कसा ते. सद्गुरु ऐकवितात-सोहं हंसा तत्त्वमसी ।

तो परमेश्वर मी आहे. मीच तो परमेश्वर आहे. ते ब्रह्म तूच आहेस. अनादि-अनंत. तू अजन्मा आहेस. जयास ना जनन ना मरण. ना सुख ना दुःख. पाप-पुण्य रहित. तू केवळ स्वरूप आहेस. असा ज्ञानबोध करतात. या ज्ञानाच लक्षण काय ? समर्थ रामदास स्वामींनी ग्रंथराज दासबोध्यात याच यथार्थ वर्णन केलंय पाहा.

एक ज्ञानाचें लक्षण । ज्ञान म्हणजे आत्मज्ञान ।
 पहावें आपणासि आपण । या नाव ज्ञान ॥
 मुख्य देवास जाणावें । सत्य स्वरूप वोळखावें ।
 नित्यानित्य विचारावें । या नाव ज्ञान ॥

समर्थ रामदास स्वामी पुढे उपदेशितात –

सोहं आत्मा स्वानंदघन । अजन्मा तो तूंचि जाण ।
 हेचि साधूचें वचन । सहृद धरावें ॥

सद्गुरुवचनावर दृढ श्रद्धा ठेवून मी स्वतःच स्वतःचा शोध घेऊन “अंतिम सत्य” शोधून काढायचय आहे. अंतिम सत्याचा शोध करता करता अशी एक वेळ येते की शोध घेणारा स्वतःच ते “अंतिम सत्य” आहे हे परम सत्य साधकाला उमगत. संत श्रेष्ठ तुकोबाराय महाराज म्हणतात त्यानुरूपः” देव पहावयासी गेलो तेथे देवचि होऊनि ठेलो ।” अशी अनुभूति साधकास हळुवार येऊ लागते. साधना सफल होते. सद्गुरुकृपेचा अपूर्व लाभ होता सगळ्या शंका-आशंका विलयास जातात. अंतर्यामी ज्ञानप्रकाश प्रकटतो. अंतरंगी आत्मविश्वास निर्माण होऊन “मी ज्ञानस्वरूप आहे. मी शुद्ध चैतन्य आहे. शुद्ध ज्ञान मी आहे” हा आत्मबोध ज्या क्षणी उदित होतो तेव्हा सद्गुरुवचनावरील विश्वास अधिक दृढ बनतो. अशा वेळेस सखोल कृतज्ञतेच्या भावनेने साधक श्रीसद्गुरुंच्या चरणकमलांवर पुनः पुनः नतमस्तक होतो आणि “आपणासारीखे करीती तात्काळ । नाही काळवेळे तया लागी ॥” या ओवीची सत्यता अधोरेखित होते. तो जेव्हा अंतर्मुख होतो तेव्हा पुनरपी जनन-मरणाची अनाहूत भीती विलया जाते. “एका तळ्यात होती बदके” या गीतामधल्या बदकासम “भय वेड पार त्याचे वार्यासवे

पळाले” अशी अवस्था होते तेव्हा नकळतच “काळ पळुनि गेला दुरी, सद्गुरुकृपा जाहल्यावरी,जिकडे तिकडे आनंद sss”

“दुर्लभ नरदेहाची प्राप्ती, सद्गुरुकृपेने फिटली भ्रांती,””जन्म मरण चुकले रेsss” ही काकड आरती अधरी येते. सद्गुरुभक्तीचे वैशिष्ट्य असे की “मी खरा कोण आहे” याचा शोध करता करता खोटा मी नाहीसा होऊन “मी ब्रह्म आहे” हा अनुभव येऊ लागतो. सगळीकडे केवळ ब्रह्मच ब्रह्म भरून राहिलंय असा ज्ञानबोध होतो. अनिर्वचनीय समाधान लाभतं. जो स्वतःचा शोध करतो त्यालाच सद्गुरुकृपा म्हणजे काय याचं आकलन होऊन अंततः आत्मवस्तू स्वानुभवाने कळू लागते. जो सद्गुरुवचन आपल्या हृदयाशी घट्ट धरून ठेवतो तोच मोक्षाचा अधिकारी पुरुषोत्तम होतो आणि सद्गुरूने ऐकविलेल्या वचनाचे श्रवण, मनन-चिंतन अत्यंत आदरपूर्वक अंतःकरणाने वारंवार करीत असतो.”सद्गुरुवचन हृदयीं धरी । तोचि मोक्षाचा अधिकारी ।श्रवण मनन केलेंचि करी । अत्यादरें ॥”

गुरुदास श्रीकान्त गोगटे, जेष्ठ गुरुबंधु, ह्या स्वरूपवाणीच गुणगान गाताना म्हणतात-”तव दीप्तज्ञान वाणी, शिरतां सुभक्त श्रवणी ।उजळे प्रकाश नयनी, तूं थोर ज्ञानदाता ।””ज्ञानगंध पसरे जगती, तोषवी जना ।”

अखिल विश्वजनांस आनंद प्रदान करणाऱ्या स्वरूपवाणीची कीर्ती विनाविलंब चहूकडे दुमदुमु लागली. देशी विदेशीचे अनेक जिज्ञासू, अंतिम सत्य शोधक श्रीमहाराजांकडे आकर्षिले गेले. त्यांपैकीच एक मॉॅरिस फ्रिडमन ! रमणाश्रमामधून वनमाळी भुवनी, निसर्गदत्त आश्रमात दाखल झाले. श्रीमहाराजांच्या निकट सहवासात रमले. विसावले. उभयतांत विलक्षण ज्ञानचर्चा रंगल्या. अनेक पाश्चिमात्य साधक आणि श्रीमहाराज यांच्यामधल्या सुखसंवादांचे ध्वनिमुद्रण होऊन सन १९७३ साली “I AM THAT” ग्रंथाचे प्रकाशन झाले. विविध पाश्चिमात्य भाषांत भाषांतर झाले. निसर्गदत्त अमृतोपम स्वरूपवाणीचा प्रचार आणि प्रसार पाश्चिमात्य देशात हा हा म्हणता झपाट्याने झाला. पाश्चिमात्य जिज्ञासू-साधक, सत्यशोधक बहुसंख्येने आपसूकच श्रीमहाराजांकडे आकर्षिले गेले. स्वरूपवाणीची विजयपताका सातासमुद्रापार अव्याहत फडकू लागली. “सद्गुरु ज्ञानप्रकाश थोर !” झाले बहु होतीलही बहु परंतु यासम हा !

श्रीनिसर्गदत्त महाराजांनी अध्यात्मज्ञानाचा सत्त्वांश नाविन्यपूर्ण कलात्मतकतेने केवळ एकाच वाक्यात गुंफून ठेवलय पहा. “तुझ्या आत्मज्ञानावेगळा अन्य देव, ईश्वर, ब्रह्म, आत्मा, परमात्मा, गुरु कोणी नाही””स्व” ला जाणा व “स्वस्थ” व्हा ! सद्गुरु श्रीनिसर्गदत्त महाराजांची ही नितांत सुंदर तेजोमय स्वरूपवाणी सध्याच्या अस्थिर

वातावरणांत सकलजनांस निश्चितच प्रकाशाचा किरण ठरेल. वास्तविक स्वरूपात “स्व” चा बोध अंतर्यामी ठसता सगळी तळमळ, अस्वस्था सहज दूर सरून जीवनाच्या सर्व स्तरांवर अंतिम सत्याचा शोध करणारा प्रज्ञावंत साधक सर्वार्थाने “स्वस्थ” होईल आणि ती त्यास “सांताकडून अनंताकडे” घेऊन जाईल. अगदी खरंच. सत्य सुंदर मंगलाची नित्य हो आराधना !!

– शांतिदास. मोबाईल : ९९६९००४२०४
Email. shantidas1015@gmail.com



अभ्यास नितांत आवश्यक आहे. आपण दररोज तासनतास बसून माझे शब्द ऐकू शकता, परंतु जर आपण ते आत्मसात केले नाही तर आपण एक पाऊल पण पुढे जाऊ शकणार नाही. हे सर्व सवयीवर अवलंबून आहे... !!!

– स्वामी विवेकानंद

हुकलेली संधी

महेंद्र टेवर हा एक स्पॅनिश प्रवासी होता. एकदा त्याची भेट गणेशपुरी वज्रेश्वरी येथील श्री मुक्तानंद स्वामी यांच्या एका शिष्याशी झाली. हा शिष्य सुद्धा मुळचा स्पेनचाच रहिवासी होता. दोघांची मैत्री झाली. मुक्तानंदस्वामी शिष्याने टेवरला *I Am That* वाचायला दिले. कारण तो निसर्गदत्त महाराजाकडे पूर्वी जात होता. पण एकदा महाराजांशी त्याने उद्धटपणे जोरदार वादविवाद केला. त्यामुळे महाराजांनी त्याला आश्रमातून घालवून दिले होते. या घटनेमुळे त्याला निसर्गदत्त आश्रमात परत जायची शरम वाटत होती. तरी पण एक दिवशी दोघेही मित्र निसर्गदत्त आश्रमात पोहचले आणि ती कहाणी टेवर पुढील प्रमाणे वर्णन करतोय.

शिष्य आणि जिज्ञासूच्या गराड्यात आश्रमात महाराज बसले होते, त्यातून वाट काढत माझ्या मित्रा पाठोपाठ मी गेलो. महाराजांसमोर उभे राहून दोघांनीही त्यांच्या चरणाला स्पर्श करून वंदन केले. घाबरत घाबरत माझ्या मित्राने दुभाषाच्या मदतीने माझा परिचय करून देताच महाराज माझ्याकडे पाहत म्हणाले, 'तू कुठून आलास ?' मी माझ्या मित्राच्या पूर्वीच्या दुर्वर्तनाचा विषय काढण्याच्या इराद्याने महाराजांना म्हणालो 'या माझ्या मित्राने मला तुमच्या चरणापर्यंत आणले. तो आपणाला गुरू मानतो आणि त्याला आधीच्या चुकीचा पश्चाताप होतो. तुम्ही त्याला आधीच्या वर्तनाविषयी माफ करावे अशी नम्र प्रार्थना.' लागलीच महाराजांच्या चेह-यावरचे भाव बदलले आणि त्यांनी मान डोलावली. मी पुढे म्हणालो की तुमची आध्यात्मिक शिकवण वाचताना रमण महर्षींची शिकवण वाचत असल्याचा भास होतो आणि वाचता-वाचता माझी

भावसमाधी लागते. परमेश्वरानेच मला इथे आणल्याने आपले दर्शन लाभले हे माझे मोठे भाग्य. महाराज माझ्याकडे एकटक पाहत होते. ते म्हणाले, “मला एक मोठा मासा सापडला. माझ्या सान्निध्यात १५ दिवस राहशील तर तुला सारे काही उमजेल आणि स्वरूपाचा प्रत्यक्ष अनुभव येईल.” हे ऐकताच त्या खोलीत एकदम शांतता पसरली. ‘तू दुपारी ये आणि मला भेट. बाकीचे कोणीही मला त्यावेळी नकोत’ महाराज सर्वाना उद्देशून म्हणाले.

त्या दिवशी दुपारी ४ वाजता मुंबईतील एका फारसे प्रसिद्ध नसलेल्या रेस्टॉरंटमध्ये आम्ही दोघे मित्र गेलो. विलायती सुटाबुटातल्या एका माणसाने आम्हाला आतल्या खोलीत नेले. त्या खोलीच्या मध्यभागी एका चटईवर महाराज ध्यानमग्न बसलेले होते. खोलीतले वातावरण भारलेले होते. आम्ही चरणस्पर्श करून नमस्कार करताच महाराजांनी डोळे उघडून आमच्याकडे पाहिले. त्यांनी एका शिष्याला मेणबत्ती लावायला सांगितली. टाळ्या वाजवत ‘जयगुरू जयगुरू... नामघोषात भिर्तींवर लावलेल्या फोटोपुढे आरती ओवाळण्यात आली. महाराजांचे डोळे माझ्यावरच रोखलेले होते. माझ्या समोर आरती येताच मी दोन्ही हातांनी ती घेतली आणि माझ्या गालावरून, डोक्यावरून माझे हात फिरवताच मला चित्तशुद्धतेचा अनुभव आला. ‘उद्यापासून तू इकडे १५ दिवस यायचं आहे. तुझी आत्मजागृती होण्यासाठी माझ्या सहवासात तेवढा काळ तुझ्यासाठी पुरेसा आहे.’ महाराज आपल्या निश्चल आणि ओजस्वी आवाजात म्हणाले. ‘पण महाराज, उद्या पहाटे माझे बासोलीनाला जायचे विमान मला पकडायचे आहे...’ मी जड अंतःकरणाने म्हणालो. त्यासरशी एकदम सन्नाटा झाला. नशीबाने दिलेली एक मोठी संधी माझ्या हातून वाया जाते आहे याचे मला वार्ड वाटत होते. “मग पुढे कधीतरी बघू” महाराज पुटपुटले. पण ती संधी पुन्हा कधी आलीच नाही. दोन वर्षांनी महाराजांनी देह ठेवला. आता आमची पुन्हा कधीही भेट होणार नव्हती !

EnglishTranslation: Antonio Plana

Tevar, M. y Martín, J. Levántate y ruge [Stand up and roar].

Sirio Publisher, 2015 (Málaga) Spain.

(मराठी अनुवाद: अनिल चुबे)



निर्भयतेचे भांडार

दि.१०जुलै २०२५ रोजी गुरुपौर्णिमेच्या शुभदिवशी निसर्गवाणी या पहिल्या डिजिटल त्रैमासिकाचा दृकश्राव्य पद्धतीने झालेल्या प्रकाशन सोहळ्यासाठी दोन प्रमुख अतिथी उपस्थित होते. सज्जनगडच्या श्री समर्थ सेवा मंडळाचे कार्यवाह पूज्य श्री योगेशबुवा रामदासी आणि दुसरे श्री सद्गुरु साटम महाराज (श्री सहजदत्त महाराज). या दोघांनीही त्रैमासिकासाठी काही मौलिक सूचना केल्या. त्यातील एक सूचना होती ती म्हणजे श्री निसर्गदत्त महाराजांच्या शिकवणीवर आधारित छोट्या छोट्या पुस्तिका अनेक वर्षापूर्वी प्रकाशित केल्या गेल्या, त्या आताच्या वाचकांना सहज उपलब्ध होण्याची शक्यता फार कमी आहे. त्यामुळे अशा पुस्तिकांतील साहित्याचा समावेश पण या त्रैमासिकातून केल्यास ते साधकांना उपयोगी होईल. उदाहरणा दाखल त्या दिवशी 'निर्भयतेचे भांडार' या पुस्तिकेचा उल्लेख केला गेला.

वर उल्लेख केलेली पुस्तिका १९६७मध्ये म्हणजे ५८ वर्षापूर्वी ज्येष्ठ गुरुबंधू आणि पुढे अध्यात्मकेंद्राचे एक पदाधिकारी कै. मच्छिंद्रनाथ हाटे यांनी संकलित केली होती. महाराज निरुपण करताना हाटेसाहेब ते शब्द कागदावर उतरवून घेत असत असे श्री भाईनाथ महाराज यांनी हाटे यांचे वर्णन केले आहे. ही पुस्तिका माझ्याही वाचनात आली होती आणि त्यातील काही मला भावलेले महाराजांचे शब्द मी माझ्या वैयक्तिक डायरीत जपून ठेवले होते. या लेखाच्या निमित्ताने ते महाराजांचे शब्द वाचकांपर्यंत पोहोचवावेत या उद्देशाने या लेखात ते उद्धृत करत आहे.

अर्थात निसर्गदत्त महाराजांच्या त्या काळच्याच नव्हे तर पुढील अनेक निरुपणातून हा विषय त्यांनी त्यांच्या खास शैलीत मांडला आहे. तो प्रथम थोडक्यात पाहून मग शेवटी हाटे साहेबांना 'निर्भयतेच्या भांडारात' काय गवसले ते पाहू.

ज्याला भय नाही असा माणूसच नाही. चिंता आणि भय नाही असा एकही दिवस उगवून मावळणार नाही. एखाद्या काळात भय नसेल, पण तो काळ बदलला की भय आहेच ! विष का घेत नाही ?..तर, मरणाचे भय आहे. विष का घेतात ?..तर जगायचे भय आहे.

तुम्ही असलेल्या ज्ञानाची काया म्हणजे आकाश किंवा नभ. न-भ...म्हणजे न भय ! आकाशाला भय नाही म्हणून तुम्ही असल्याच्या ज्ञानाला भय नाही. तुम्हाला भय वाटते ते तुम्ही असलेल्या आठवणीचे. सुख--दुःखाचा अनुभव, आपण असल्याच्या जाणीवेमुळे येतो. तुम्ही असल्याची आठवण देहाच्या ओळखी शिवाय कशी दिसते ?

‘मरण’ हा परंपरा शब्द आहे. अंतकाळ म्हणजे सर्व सुखाचा ठेवा. देहबुद्धी जीवाला तो काळ आहे. नुसते ‘मी शुद्ध प्रकाशरूप आहे’ म्हणून मेलात तरी सुटलेत ! जो भयंकर अंतकाळ, तो गुरुभक्तीने सुखकाळ होतो. इतके गुरुभक्तीचे महात्म्य आहे. जगात तुम्ही मरणाशिवाय काय कमविता ? गंमत अशी आहे, की जिथे मरणाचे भय वाटते तिथेच सुखाचा सागर आहे ! ज्याच्या मनाला मृत्यूची आठवण भय निर्माण करते त्याला स्वरूपज्ञान झालेले नाही. भय आहे ते सापाचे. साप तर तिथे नाही ! दोरीच आहे ! भयाचे कारण ? ..अज्ञान. साप नाही कळले मग भय नाही. अज्ञानाने भय होते.

करायचे काही नाही. मृत्यूचे भय काल्पनिक आहे. आत भय निर्माण होते आणि बाहेर त्याचे दर्शन होते. घड्याळ म्हणजे काय?..काळ! काळाचे भय आठवणीला..मी असल्याच्या. पण, ती आपण नव्हे ! देहस्वरूपाने आहात तोपर्यंत सर्व प्रकारचे भय राहणारच. मरणाचे भय आहे. पाप-पुण्याचे भय आहे. ज्ञानाला आपण ज्ञान आहे हे जर स्पष्ट होईल, तर त्याला कोणत्याही पाप-पुण्याचे भय नाही.

ज्ञानेश्वर महाराज म्हणतात मिठाला बुडवायला पाणी आले, तर मिठाने स्वतःच विरघळून जावे. मग पाणी कोणाला बुडवणार ? ‘पाणी बुडवू ये मिठासे I तव मिठची पाणी आते I तेवि आपण जाले नि अद्वैते I भासे भय II

“निर्भयतेचे भांडार” पुस्तिकेत संकलित केलेली आणि मला भावलेली महाराजांची शब्दसुमने अशी:

मनाचा स्वभाव गप्प न बसणे असा आहे. त्यामुळे त्यास नाना प्रकारे स्मरण दिल्याने ते शांत होते. त्यामुळे ते इतर साधनांनी गप्प होतच नाही. साधुसंत नाम-मंत्राच्या प्रभावाने ते गप्प करतात. त्यायोगे आत्मा उघडा होतो. हळू हळू अशी सवय घेतल्याने ज्ञानाचे ज्ञान हेच स्वरूप अशी खाली होते, तेव्हा मन शरण येते. त्यासाठी संसार सांडावा की मोडावा असे नाही. संसाराचा आणि परमार्थाचा बेबनाव नाही. परंतु अप्रबुद्धानी संसाराचा त्याग करायला लावला, म्हणून लोक परमार्थाच्या नावे बिचकतात. वास्तविक संसार हा परमार्थाला पोषकच आहे, विरुद्ध नाही !

भय या शब्दाचा परिणाम मनावे, नेत्रावे हृदयात प्रवेश करतो. व तो केव्हा केव्हा आत्म्यासही ग्रासतो. परंतु तेथे आद्याचेही आद्य परमात्मस्वरूप आहे असा विश्वास झाला तर त्यामुळे तुम्ही भयभीत होणार नाही. कारण ते वस्तुतः तुमचेच स्वरूप आहे. जे 'दुसरे' असते त्याचेच भय वाटते. वनकेसरीची आयाळ आणि मोठा जबडा त्याला भिववीत नाही. परंतु इतरांना मात्र तो जरूर घाबरवितो. भय हे आपलेच स्वरूप आहे असा अर्थ जेव्हा लागेल, तेव्हा तुम्ही भयमुक्त व्हाल. सद्गुरूकृपेशिवाय असा विश्वास होणार नाही.

भयाने भयभीत झालेला जरी असला, परंतु सद्गुरू वचनाप्रमाणे वावरू लागला तर त्यास आपेआपच धैर्य येते. त्याचा प्रकाश कोठलेही भय टरकावून टाकते. एवढे सामर्थ्य या सद्गुरूवचनाच्या निर्धारत आहे.

– अनिल चुबे, ठाणे. मोबाईल: ९८१९२१४६६१



योगी पावन मनाचा: श्री स्वामी स्वरूपानंद. (पावस)



‘योगी पावन मनाचा, साही अपराध जनाचा’. संत मुक्ताबाई यांनी संत श्रेष्ठ ज्ञानेश्वर माऊलींचे केलेले हे वर्णन आहे. ज्ञानेश्वर माऊली नंतर याच दैवी गुणांनी युक्त असलेले एक सत्पुरुष विसाव्या शतकात कोकणात कार्यरत होते. तीच वत्सलता, तीच क्षमाशीलता, तोच दीन-दुबळ्यांचा कळवळा, जणू प्रति ज्ञानेश्वर महाराजच! हे थोर सत्पुरुष म्हणजे पावसचे स्वामी स्वरूपानंद होत! रत्नागिरी जिल्ह्यातील पावस या

छोट्या गावात अगदी अलीकडच्या काळापर्यंत म्हणजे इ.स.. १९७४ पर्यंत ते कार्यरत होते. पावसच्या गोडबोले घराण्यात विष्णुपंत आणि रुक्मिणीबाई यांच्या पोटी १५ डिसेंबर १९०३ साली या नर रत्नाचा जन्म झाला. त्यांचे पाळण्यातले नाव रामचंद्र होते पण सर्वजण त्यांना आप्पा म्हणत. गोडबोल्यांच्या एकत्र कुटुंबांत आप्पा आणि त्यांच्या भावंडांना वडील माणसांचे प्रेम आणि मार्गदर्शन भरपूर मिळाले. आजोबा मुलांकडून गीतेचे काही अध्याय व इतर स्तोत्र पाठ करून घेत. वडील विष्णुपंत हे अत्यंत सालस आणि सरळ स्वभावाचे गृहस्थ होते. सदैव विष्णुसहस्रनाम त्यांच्या मुखात असायचे. अशा सात्विक मध्यमवर्गीय पांढरपेशा कुटुंबात जन्मलेले चार-चौघांसारखे सामान्य जीवन जगणारे आप्पा उर्फ रामचंद्र गोडबोले, हे पुढे स्वामी स्वरूपानंद या नावाने प्रसिद्ध झाले. नाथ संप्रदायातील अलीकडच्या काळातील ते थोर सत्पुरुष होते. पूर्वाश्रमीचे रामचंद्र गोडबोले ते स्वामी स्वरूपानंद असा त्यांचा जीवन प्रवास झाला. हा प्रवास अतिशय उद्बोधक आहे. 'नर करनी करे तो नरका नारायण होत ॥ असे संत तुळशीदासांचे वचन आहे. स्वामींच्या बाबतीत ते अक्षरशः खरे आहे. श्री स्वामी नराचे नारायण झाले.

श्री स्वामी पूर्वायुष्यांत कोल्हापूर ते रत्नागिरी प्रवास करीत होते. वाटेत रेडे डोह येथे पावसामुळे खूप पाणी साचले होते व रत्नागिरी कडे जाणारी सर्विस मोटर पलीकडच्या बाजूला होती. त्यामुळे डोहातून जाणे भाग होते. स्वामी व सहप्रवाशांनी होडीने डोह पार करण्याचा निर्णय घेतला. पाण्याच्या प्रवाहामुळे होडी झुकली आणि चिखलात रुतली. स्वामी काठीच्या साह्याने मार्ग काढत डोह पार करून पलीकडे गेले. या मार्गाने लोकांना नेणे सुरक्षित आहे अशी खाली पटल्यावर, प्रत्येक प्रवाशाला त्यांनी सुखरूपपणे काठांवर पोहोचवले. स्वामींच्या रूपाने त्यादिवशी जणू त्या लोकांना देवच भेटला! स्वामींमध्ये देवत्व होतेच, हे पुढील आयुष्यात सिद्ध झालेच.

स्वातंत्र्य सैनिक आणि थोर देशभक्त

योगी अरविंद प्रमाणे श्री स्वामी सुद्धा पूर्व आयुष्यांत स्वातंत्र्यसैनिक होते. ते टिळक भक्त होते. पण टिळकांनंतर स्वातंत्र्य युद्धाची धुरा महात्मा गांधींच्या हातात गेली. तेंव्हा अहिंसेच्या मार्गावरून स्वामींनी स्वातंत्र्याचा लढा दिला. त्यांनी शिरोड्याच्या मिठाच्या सत्याग्रहात भाग घेतला. रत्नागिरी परिसरात गावोगावी फिरून व्याख्याने दिली. लोकांमध्ये देश प्रेम जागृत केले. त्यांच्या छोट्या गावी स्वावलंबनाश्रम नावाने राष्ट्रीय शाळा सुरू केली. खेड्यात दुर्लभ असणाऱ्या इंग्रजी शिक्षणाची सोय त्यांनी तिथे

केली. शिक्षण तर विनामूल्य होतेच पण पुस्तकांचा खर्चही स्वामी करायचे. पावस मध्ये व्यायाम शाळा सुद्धा सुरू केली.

स्वामींना अवघ्या विसाव्या वर्षी पुण्याच्या गणेशनाथ वैद्य उर्फ बाबा महाराजांचा अनुग्रह लाभला. स्वामींचे मामा पू. केशवराव गोखले यांनी हा योग घडवून आणला. अनुग्रह मिळाल्यानंतर स्वामींना खूप समाधान वाटले. त्यांनी अतिशय आदरपूर्वक बाबा महाराजांना वंदन केले. भगवद् गीतेत सांगितले आहे, 'तदविधिं प्रणिपातेन, परिप्रश्नेन सेवया' अतिशय नम्रतेने गुरूंना प्रश्न विचारवा आणि त्यांच्याकडून ज्ञान मिळवावे. स्वामींनी विचारले, "महाराज अनुग्रह मिळाल्यावर मनुष्याला परिपूर्णता लाभते असे म्हणतात, पण मला मात्र असा अनुभव आला नाही." रोकडा प्रश्न विचारणारा शिष्य लाभलेला पाहून महाराजांनाही आनंद झाला. ते म्हणाले, "दुधाला विरझण लावल्यावर लगेच दही होत नाही. सूर्य उगवल्याबरोबर लगेच दुपार होत नाही." थोडक्यात काय, शिष्याला साधक अवस्थेतून जावेच लागते मगच तो परिपूर्ण होतो.

तुरंगातही साधना

सद्गुरूंनी सांगितलेली साधना श्रीस्वामींनी प्राणपणाने सांभाळली. तुरंगात सुद्धा ते साधना करत. त्यावेळचा म्हणजे इंद्रजांच्या काळातला तुरंग आठवा! म्हणजे काय वातावरण असेल याची कल्पना येईल. अशा खडतर वातावरणात सुद्धा ते साधना करत. आपण मात्र वेळ नाही, घरात गडबड आहे अशी अनेक कारणे शोधून साधनेतून पळवाट काढतो. त्यांच्याबरोबर त्यावेळी तुरंगात सर्वश्री एस. एम. जोशी, रावसाहेब पटवर्धन, शंकरराव देव अशी मंडळी होती. आप्पांची साधना पाहून ते त्यांना स्वामी म्हणू लागले. पुढे खरोखरच ते स्वामीपदाला पोहोचले.

पुण्याचा कायमचा निरोप

श्रीस्वामी पुण्यात शिकत होते. पदवी परीक्षेचा अभ्यास करण्यासाठी ते १९३४ साली पुण्याहून पावसला आले. पुण्यात राहून खर्च वाढवण्यापेक्षा घरी पावसला जाऊन अभ्यास करावा व नंतर पुण्यात जाऊन परीक्षा द्यावी; असा विचार त्यांनी केला. पण नियतीच्या मनांत काही वेगळेच होते. श्रीस्वामी पावसला आले पण परीक्षा देण्यासाठी किंवा अन्य कोणत्याही कारणासाठी ते पुन्हा पुण्याला कधीच परत आले नाहीत.

पावसला आल्यावर स्वामी आजारी पडले. दुखणे विकोपाला गेले. सतत सहा

महिने त्यांना भयंकर आजाराला तोंड द्यावे लागले. मृत्यूचे अगदी जवळून दर्शन घडले. त्यांनी त्यांच्या अमृतधारा काव्यात लिहिले आहे,”अठराशे छप्पन शताब्दी, मृत्यू पावलो आम्ही” या आजारांतून बरे होणे हा त्यांचा पुनर्जन्म होता. या आजारपणाने त्यांचे आयुष्य अमुलाग्र बदलून टाकले. एक सिद्ध योगी म्हणून त्यांचा पुनर्जन्म झाला खरा, पण कायमची शारीरिक दुर्बलता प्राप्त झाली. चालणे फिरणे बोलणे यावर मर्यादा आली.



नित्य संन्यासी

श्री स्वामींनी रूढार्थाने संन्याशाची भगवी वस्त्रे परिधान केली नव्हती. भगवद् गीतेत सांगितल्याप्रमाणे ते ‘नित्य संन्यासी’ होते. त्यांची वृत्ती कायम संन्यस्त होती, त्यांनी

कधी कुणाचा द्वेष केला नाही, राग केला नाही. कशाबद्दलही आसक्ती ठेवली नाही. ते सदैव आत्मानंदात मग्न असायचे. स्वामींनी आपल्या उदाहरणावरून जगाला दाखवून दिले की, परमेश्वर प्राप्तीसाठी घरदार सोडून जंगलात जाण्याची आवश्यकता नसते. संन्यस्त वृत्ती ठेवली आणि परमेश्वराची अनन्य भावाने साधना केली तर परमेश्वर बसल्या जागी प्राप्त होतो. स्वामींची साधना हे नाथपंथीय सोहम् साधना होती. सोहम् म्हणजे 'तो' मीच आहे. प्रत्येक जीव हा परमात्म्याचा अंश आहे आणि त्या परमात्म्यापर्यंत पोहोचणे हेच मानवी जीवनाचे ध्येय आणि उद्देशही आहे. या जगांत परब्रम्हाशिवाय अन्य कोणतीही गोष्ट नाही. हे सर्व दृश्य जग हे परब्रम्हाचा विलास आहे. हे अद्वैत तत्वज्ञान त्यांनी स्वीकारले होते. स्वामींनी इतरांनाही सोहम् मंत्राची दीक्षा देऊन त्यांच्या आयुष्याचे सोने केले. एकदा एक तरुण मुलगा आपण एका फार मोठ्या साधूला भेटायला जातोय हे मनांत ठेवून त्यांच्या भेटीसाठी आला. चार चौघांसारख्या सामान्य वेषांतल्या स्वामीना बघून त्याला आश्चर्य वाटले. त्याच्या मनांतले भाव ओळखून स्वामी म्हणाले," अध्यात्म म्हणजे गूढपणे बोलणे-वागणे नाही. अध्यात्म म्हणजे सहज वागणे, शांतपणे, आनंदाने ईश्वराची लीला अनुभवणे होय. अध्यात्म म्हणजे अखंड प्रसन्नता आणि परम शांती आहे. 'खरा परमार्थ, प्राप्त परिस्थितीत सुखाने जगण्याची कला शिकवतो;' असे स्वामी सांगत.

अमानित्व

श्रीस्वामींनी कधीही आपल्या मोठेपणाचे अवडंबर माजवले नाही. त्यांचे वागणे-बोलणे कायमच आर्जवी असे. दुसऱ्याचे मन दुखावणार नाही याची ते काळजी घेत. स्वामींनी प्रखर साधना करून आत्मानुभव घेतला होता. ते पूर्ण ज्ञानी पुरुष होते पण तरीही शिष्यांशी बोलताना ते म्हणायचे," माझ्या सद्गुरूंनी मला जे दिलं,तेच मी तुम्हाला देतो." यामध्ये गुरुंबद्दलचा आदर आणि स्वामींच्या स्वभावातील नम्रता दिसते.

एप्रिल १९६९ मध्ये श्री दीपलक्ष्मी मासिकाने स्वामी स्वरूपानंद विशेषांक काढायचे ठरवले. स्वामींचे एक अंतरंग शिष्य श्री स्वामी अमलानंद त्यामध्ये लक्ष घालत होते. यातील लिखाणामुळे कुणीही दुखावले जाऊ नये याची काळजी घ्या; अशी सूचना श्रींनी त्यांना केली. त्यावेळी पुण्यांतील सध्याचे एक प्रसिद्ध ज्योतिषी गुरुवर्य व. दा.भट. तेथे उपस्थित होते. त्यांनी स्वामींच्या जन्म कुंडलीवर लेख लिहिण्याचा मनोदय व्यक्त केला, तेव्हा स्वामी म्हणाले," लिहा पण आपल्याच गुरुचे श्रेष्ठत्व दाखवण्याचा किंवा तुलना करण्याचा प्रकार नसावा." किती हा साधेपणा! अभिमान किंवा मोठेपणा स्वामींच्या

हृदयाला स्पर्शही करू शकत नव्हता. यालाच गीतेने 'अमामित्वमदम्भित्व' असे म्हटले आहे. मनुष्य एक वेळ धनाचा लोभ सोडेल, पण कीर्तीचा लोभ भल्याभल्यांना सोडवत नाही. स्वामी या सर्व मोहांपासून कोसो मैल दूर होते.

आर्जवम्

स्वामी सहसा कधी कुणाला एकेरी संबोधत नसत. त्यांचे विद्यार्थी, शिष्य यांनाही ते 'अहो जाहो' करत किंवा आदेश वजा वाक्यही ते उच्चारत नसत. तुम्ही असे केले तर बरे होईल, असं करायला हवं, मला असं वाटतंय अशा पद्धतीची त्यांची भाषा असे. बोलणे अतिशय शांतपणे आणि मृदू असे. श्री स्वामी अमलानंद हे स्वामींचे अंतरंग शिष्य. एकदा एका विषयावर त्यांच्याशी बोलणे चालले असता स्वामी म्हणाले," वादविवाद होईल असं आपल्याला काहीच नको. जग हे त्रिगुणांनी व्यापलेले आहे. हे समजून वागून बोलावे. ही माझी आपली तुम्हाला सूचना!" वास्तविक श्री अमलानंद हे स्वामींचे अनन्य भक्त होते. प्रसंगी जीवाची बाजी लावूनही त्यांनी स्वामींचा शब्द झेलला असता, पण तरीही स्वामी म्हणतात, ही माझी सूचना आहे.

श्रीस्वामींच्या अंतःकरणाची ही कोमलता, सरलता थेट ज्ञानेश्वर माऊलींची नाते सांगते. ज्ञानेश्वर माऊलींना जगाने अतिशय त्रास दिला. परंतु माऊलींच्या वागण्या-बोलण्यात कधीच कडवटपणा नव्हता. त्यांनी मागणे मागितले, खळांची व्यंकटी सांडो. व्यंकटी म्हणजे दुष्टपणा, कुटीलपणा, वाकडेपणा म्हणजे या दुष्ट प्रवृत्तीचा नाश व्हावा अशी प्रार्थना त्यांनी केली. दुष्टांचा नाश व्हावा असं नाही म्हणाले ते! कारण ते माऊली आहेत. मुलातले दुर्गुण संपावेत असं आईला वाटतं, मुलाचा नाश व्हावा असं नाही वाटत. ते पुढे म्हणतात, सत्कर्माची गोडी लागावी. एकमेकांशी मैत्री व्हावी म्हणजे वाकडेपणा, दुष्टपणा राहणारच नाही. किती व्यापक प्रार्थना आहे ही! असे हे लोण्याहून मऊ अंतःकरण स्वामींच्या ठाईही होते.

सर्वभूतहितेरता

'करी लाभाविण प्रीती' असा स्वामींचा स्वभाव होता. त्यांच्या पूर्व आयुष्यांत एकदा ते रत्नागिरीतून जात असताना एका पुलाच्या कठड्यावर एक तरुण उदास चेहऱ्याने बसलेला दिसला. त्यांना काळजी वाटली. जवळ जाऊन चौकशी केली तेव्हा कळले की शाळेची फी थकल्यामुळे त्याला मॅट्रिकच्या परीक्षेला बसता येणार नव्हते. स्वामींनी त्यांच्या खिशातील एकुलती एक दहाची नोट काढून त्याच्या हातात दिली. पुढे तोच

मुलगा लखपती झाला! श्रीस्वामींच्या या दहाच्या एका नोटेने त्याला अनंत नोटा मिळवून दिल्या.

असाच एक प्रसंग त्यांच्या नंतरच्या आयुष्यातही घडला. नोकरी सुटल्यामुळे दुःखी झालेला मुंबईचा एक तरुण श्री अमलानंदकांडे आला. आमलानंद स्वामींनी त्याला पावसला श्रीकांडे जावयास सांगितले. त्यांनी स्वामींना पत्र लिहिले. स्वामींनी त्या पत्राचे उत्तर दिलेच पण पावसला येण्यासाठी पैसेही मनीऑर्डरने पाठवले. अशा किती गोष्टी सांगाव्यात? एक ना दोन! स्वामींचे अंतःकरण म्हणजे मधाचे पोळेच होते. दुसऱ्यासाठी सदैव मध ठिपकत राहायचा. अजूनही आपल्या भक्तांवर स्वामी अशीच कृपा करतात.

सर्वाभूती समानता

श्री स्वामींनी सर्व जाती-धर्माच्या लोकांवर, स्त्री-पुरुषांवर, गरीब-श्रीमंतावर, अडाणी-विद्वानां-वर सारखीच माया केली. अंधश्रद्धा आणि खुळचट रुढी यांची स्वामींना चीड होती. हिंदू धर्माची अधोगती व्हावी हे त्यांना दुःखदायक वाटत होते. पूर्वाश्रमीच्या स्वामींनी म्हणजे आप्पांनी एका पत्रांत लिहिले होते, “आमचा वेदांत फक्त ग्रंथात राहिला आहे.” विधवेचे नाखुशीनी केस काढणे, अंत्यजाला म्हणजे माणसासारख्या माणसाला कुल्या-मांजरांपेक्षाही कमी लेखणे या त्या वेळच्या रुढींचा त्यांनी मनापासून निषेध केला आहे. पुढे म्हटले आहे, “आपल्या ऋषीमुनींनी समतेचा घोष केला. आपण मात्र त्याच्या विरुद्ध वागत आहोत”. स्वामींनी कधीच कुणाला कमी लेखले नाही. त्यांच्या शिष्य वर्गामध्ये सर्व जाती-धर्माच्या लोकांचा समावेश होता. मुस्लिम समाजातील बाबालाल पठाणसारखे स्वामींचे अनन्य भक्त होते. इतकेच काय तर या बाबालालांनी ज्ञानेश्वरी स्वहस्ते लिहून काढली होती.

आचार्योपासनम्

अध्यात्मामध्ये गुरुचे स्थान हे परमेश्वराच्या बरोबरीचे आहे. अध्यात्मांत गुरुची अत्यंत आवश्यकता असते. परमेश्वरी शक्ती सद्गुरूंच्या रूपाने देहधारी होते व आपल्याला मार्गदर्शन करते म्हणून सद्गुरू आवश्यक आहेत. आपले आई-वडील आपली एकाच जन्मांत काळजी घेतात, पण गुरु मात्र आपली जन्मोजन्मी काळजी घेतात. संत कबीरांनी म्हटले, “गुरु गोविंद दोहू खडे, किसके लागू पाव? बालीहरी गुरु अपना, जिसने गोविंद दिखाया” परमेश्वराचे दर्शन घडवणारे सद्गुरू अत्यंत थोर आहेत. या

भवसागरांतून वाचवण्यासाठी सद्गुरू सारखा ताता नाही.

श्रीस्वामींची सद्गुरु बाबा महाराजांवर अतिशय भक्ती होती. बाबा महाराज ज्ञानेश्वरीची फक्त हस्तलिखित प्रत वाचत. त्यांच्या वापरात असलेली प्रत अतिशय जीर्ण झाली होती. स्वामींनी सुंदर कागद घेऊन त्यावर सुरेख हस्ताक्षरांत ज्ञानेश्वरी लिहून काढली. रोज शंभर ओव्या ते लिहायचे. स्वामींनी सर्व ज्ञानेश्वरी लिहून पूर्ण केली आणि मग सुमारे एक महिना त्याचे शुद्धलेखन तपासले. ती प्रत बाबा महाराजांना अर्पण केली. आपल्या शिष्यांचे हे प्रेम पाहून महाराजांना नक्कीच धन्य वाटले असेल! स्वतः स्वामी मात्र पाद्यपूजा, चरणतीर्थ, हार घालून घेणे वगैरे प्रकारची शारीरिक सेवा शिष्यांकडून स्वीकारत नसत. अंतरंगात शुद्ध भाव ठेवून साधना करणे हीच सेवा त्यांना शिष्यांकडून अपेक्षित होती.

स्थितप्रज्ञ

स्वामींनी आपल्या सर्व कामनांचा त्याग केला होता. गोंदवलेकर महाराज म्हणतात त्याप्रमाणे, असले तर असू

दे, नसले तर नसू दे, अशी त्यांची समस्थिती होती. समुद्रांत शेकडो नद्या-नाले आपलं पाणी आणून ओततात, पण समुद्र आपली मर्यादा कधीही सोडत नाही. पाऊस जास्त पडला तरी समुद्राला पूर येत नाही आणि पाऊस पडला नाही म्हणून समुद्र आटत नाही. आटतात ते तलाव! आपल्यासारखे! आपण परिस्थितीच्या लाटेवर झुलत असतो. सुखाने उचंबळून येतो आणि दुःखाने खचून जातो. परिस्थिती कोणतीही असली तरी स्वामींसारखे महासागर शांत असतात. स्वामींच्या आयुष्यांत प्रचंड उलथापालथ झाली. तरुणपणात हाती घेतलेले राष्ट्रकार्य अर्धवट सोडावे लागले. गृहस्थाश्रमाची घडी बसता-बसता विस्कटली. आयुष्यभर दुर्बलतेला तोंड द्यावे लागले. पण ते जरा सुद्धा विचलित झाले नाहीत. ते सतत अनुसंधानात असायचे, स्वानंदांत असायचे. ते सही सुद्धा 'आपला आत्मतृप्त' अशी करायचे.

सगुणदर्शन

अनेक दैवी गुणांनी युक्त असलेल्या या आपल्या प्रिय भक्ताला भगवंताने सगुणरूपांत दर्शन दिले. रात्री दहाची वेळ होती. पावस सारख्या छोट्या गावांत शांतता पसरली होती. स्वामी टेबलासमोर स्वस्थ चित्ताने बसले होते. अचानक गडगडणार्या ढगांसारखा मोठा आवाज होऊन अत्यंत दैदीप्यमान गोलाकार प्रकाशात सर्व परिसर न्हाहून

निघाला. 'दिवि सूर्यसहस्रस्य' अशा प्रकारचे हजारो सूर्यांचे तेज जणू एकाच वेळी तळपू लागले. पण त्याचे रूप आल्हाददायक होते. स्वामींनी विस्मयचकीत होउन वर पाहिले. तोच कानावर शब्द आले,"वह गोडबोले कीधर है जिसने ज्ञानेश्वरी लिखी?" आणि त्यानंतर क्षणार्धात अद्भुत, विस्मयचकीत करणारे, अतिसुंदर आनंदमयी असे श्रीविष्णूचे सगुणरूप दिसले. क्षणभरातच ते रूप विश्राम पावले आणि स्वामींचे जीवन धन्य झाले.

ग्रंथसंपदा

श्रीस्वामींनी विपुल ग्रंथरचना केली. त्यांचे सर्वच ग्रंथ हे प्रसादिक आहेत, मननीय आहेत. पण ज्ञानेश्वरीचा त्यांनी केलेला अभंग-अनुवाद हे काम फार मोठे आहे. सर्वसामान्यांना गीता कळावी म्हणून ज्ञानेश्वर महाराजांनी मराठीत त्याच्यावर भाष्य लिहून ज्ञानेश्वरी हा ग्रंथ संपन्न केला. आज त्या गोष्टीला ७०० वर्षांहून अधिक काळ उलटून गेला. त्यामुळे त्यावेळीची भाषा आज कळत नाही. श्री स्वामींनी ही अडचण लक्षांत घेऊन ज्ञानेश्वरीचा प्रचलित मराठी भाषेत अभंग-अनुवाद केला. हे करत असताना मूळ ज्ञानेश्वरीतील काव्याला किंवा तत्त्वज्ञानावर कुठेही जरा सुद्धा ओरखडा उठणार नाही याची त्यांनी काळजी घेतली. ग्रंथ प्रकाशित करत असताना, ग्रंथाचा टाईप मोठा असावा, त्याची किंमत माफक असावी अशा व्यावहारिक सूचना दिल्या. आजही 'सेवा मंडळ, पावस' अत्यंत माफक किंमतीत या ग्रंथाची विक्री करत आहे.

भगवद्गीतेच्या श्लोकांचा भावार्थ गीता या नावाने भावानुवाद केला. तसेच ज्ञानेश्वर माऊलींच्या अमृतानुभव, चांगदेव पासष्टी या ग्रंथांचाही अभंग-अनुवाद केला. ज्ञानेश्वर महाराजांच्या वाङ्मयाचा प्रचलित मराठीत अनुवाद करणारे स्वामी हे अर्वाचीन काळांतील ज्ञानेश्वरच आहेत. अमृतधारा,संजीवनी गाथा ही त्यांची स्वतंत्र निर्मिती आहे. 'अमृतधारा' हे काव्य जणू स्वामींचे आत्मवृत्तच आहे. आजारपणाच्या काळात त्यांची झालेली अध्यात्मिक घालमेल, त्यांना आलेले अनुभव त्यामध्ये प्रतिबिंबित झाले आहेत. 'जगज्जननि तव भक्ती-सुधेची पावन भिक्षा घाल, दारिं पातला पहा तुझा हा भाग्यवंत कंगाल! या दोन ओळींतून काव्याचा कलात्मक आविष्कार आणि स्वामींची उच्च भावना दिसते. भक्तीची भिक्षा मागणारा हा कंगाल खरोखरच भाग्यवंत नाही का? शिष्याला मार्गदर्शन करणारी काही पत्रही त्यांनी लिहिली आहेत. ती 'पत्र मंजुषा' या स्वरूपात प्रकाशित झाली आहेत.

देसाई कुटुंबाचे योगदान

देसाई कुटुंबाबद्दल सांगितल्याशिवाय स्वामींची चरित्र गाथा पूर्ण होणार नाही. कै.अण्णा देसाईचेपासून अगदी आज पर्यंत देसाई मंडळी स्वामींच्या सेवेत आहेत. पूर्वी पावसला भक्तांच्या राहण्याची, जेवणाची सोय नव्हती. त्यावेळी कुठूनही येणाऱ्या, कुठल्याही जाती-धर्माच्या भक्तांची देसाई यांच्या घरी सोय होत असे. ही फार मोठी बाब आहे. पू. ताईआत्या तसेच देसाई यांच्या घरच्या लेकी-सुनांचे योगदान फार मोठे आहे. देसाई यांच्या अनंत निवासांत स्वामींनी ४० वर्षे अखंड वास्तव्य केले. तिथेच आत्मानंदांत शेवटचा श्वास घेतला. जणू द्वारकेचा राणा पांडवा घरी!

श्रीस्वामींचे महानिर्वाण

सन १९७१ पासून स्वामींची प्रकृती अधिक क्षीण होत गेली. जुलै १९७४ पासून स्वामींनी अवतार समाप्तीची तयारी सुरू केली. त्यासाठी दिवस निवडला होता १५ ऑगस्ट, भारताचा स्वातंत्र्य दिन होता, ज्या स्वातंत्र्यासाठी स्वामींनी पूर्वयुष्यांत लढा दिला होता. योगी अरविंदांचा हा जन्मदिवस होता आणि रामकृष्णांचा महानिर्वाण दिवस. आपल्याला भूगर्भ समाधी द्यावी अशी इच्छा त्यांनी व्यक्त केली होती. त्याबाबतचा सर्व तपशील त्यांनी लिहून ठेवला. २८ जुलै १९७४ ला स्वामींनी माझा पुढचा प्रवास सुरू झाला आहे अशा शब्दांत स्पष्ट सूचना दिली. त्यानंतर तीनदा १९,३८ आणि २० तास स्वामी भावसमाधीत होते. १५ ऑगस्ट १९७४ ची उदास सकाळ उजाडली. सकाळी ७:३० ला दर्शनार्थींना खोलीच्या दारातून दर्शन देण्यात आले. सकाळी ८ वाजता जेमतेम एक चमचा दूध घेतले. ८:३० च्या दरम्यान स्वामींनी दोन चमचे पाणी घेतले. ८ : ४७ ला स्वामींना ठसका लागला. त्यांच्या मुखांत गंगाजल घालण्यात आले आणि स्वामींनी देहाची खोळ सोडली. देह सोडण्यापूर्वी त्यांच्या खोलीत असलेल्या श्रीरामकृष्ण परमहंस व सद्गुरू बाबा महाराज यांच्या फोटोला त्यांनी वंदन केले. ओंकाराचा त्रिवार उच्चार केला आणि योग्याला साजेशा इतमामाने, विश्व कल्याणाची इच्छा करणारा हा पावन मनाचा योगी परमात्म स्वरूपात विलीन झाला.

श्री स्वामींचे चरित्र उलगडण्याचा प्रयत्न त्यांच्याच कृपेने केला, परंतु या युग पुरुषाच्या चरित्रा- च्या सर्व छटा शब्दातून व्यक्त करणे अशक्य आहे. स्वामींच्या एक सत्शिष्या, ज्यांना स्वरूप कन्या म्हणून ओळखले जाते, त्या यमुना माताजींच्या शब्दांतच मी माझ्या भावना व्यक्त करते,

शब्दांत कैसे महिमान गाऊ?

त्या पावलांची नित लीन राहू ॥

पावलांशी नित्य लीन राहण्यातच माझ्यासारख्या सामान्य साधकाच्या आयुष्याचे सार्थक आहे!

– सौ. अनुराधा नरेश म्हाले, पुणे. मोबाईल: ९८२८८२२२४६
Email: anumhatre54@gmail.com



ज्या क्षणी मला हे समजले की देव प्रत्येक मानवी शरीराच्या हृदय मंदिरात बसला आहे. ज्या ज्या क्षणी मी प्रत्येक मनुष्यासमोर श्रद्धेने उभा राहतो आणि त्यामध्ये देवाला पाहतो, त्या क्षणी मी बंधनातून मुक्त होतो, जे काही बंधन आहे, ते नाहीसे होते. मी मुक्त आहे ...!!!

– स्वामी विवेकानंद

पातंजल अष्टांग योग आणि निसर्गदत्त महाराजांचा स्वरूपज्ञान योग

अष्टांग योग म्हणजे “योगाचे आठ अंग” हे भारतीय ऋषी पतंजली यांच्या योगसूत्रांमध्ये दिलेल्या योगाचे वर्गीकरण आहे. यम(संयम), नियम (निरीक्षण), आसन (आसन), प्राणायाम (श्वासनियंत्रण),

प्रत्याहार (इंद्रियांचे माघार), धारणा (एकाग्रता), ध्यान (ध्यान) आणि समाधी (अवशोषण) अशी आठ अंगांची व्याख्या अशी केली आहे. आणि योगाच्या प्राप्तीसाठी या आठ अंगांची साधने आवश्यक व अनिवार्य आहेत असे सांगितले गेले आहे. या शास्त्रातील सूत्रे चार विभाग अर्थात ज्याला पाद म्हणून संज्ञा दिली त्यात विभागली गेली आहेत. म्हणजे पहिला समाधीपाद, दुसरा साधनपाद, तिसरा विभूतीपाद आणि चौथा कैवल्यपाद. या विषयावर केवळ भारतीयच नव्हे तर जगभरातल्या विद्वानांनी खोलवर अभ्यास करून हा विषय समजून घेण्याचा आणि त्यांना झालेल्या आकलनाचा त्यांनी विविध पुस्तकरूपाने वाचकांना परिचय करून देण्याचा प्रयत्न केला आहे.

या वाचनातून एक मुख्य गोष्ट लक्षात येते ती म्हणजे मानवी जीवनात योगसूत्रांचे महत्त्व. या योगसूत्रांमध्ये मन एकाग्र करून ते भगवंतात विलीन करण्याचा नियम आहे. पतंजलीच्या मते, योग म्हणजे मनाच्या प्रवृत्तींना चंचल होण्यापासून रोखणे (चित्तवृत्ति निरोधः). म्हणजे मनाला इकडे-तिकडे भटकू न देणे, ते फक्त एकाच गोष्टीत स्थिर ठेवणे म्हणजे योग. योग सूत्रांसाठी प्रसिद्ध आहेत. त्यातील लेखाच्या दृष्टीने आवश्यक वाटणा-या काही सूत्रांचा विचार या लेखात करणार आहोत.

वर म्हटल्याप्रमाणे पतंजलीचे योगदर्शन प्रामुख्याने चार भागांमध्ये विभागलेले आहे. समाधीपादात योगाची उद्दिष्टे आणि लक्षणे काय आहेत आणि त्याचे साधन कसे आहे हे सांगितले आहे. साधनापदात संकट, कर्मविपाक आणि कर्मफल इत्यादींची

चर्चा आहे. विभूतिपदात योगाचे कोणते अंग आहेत, त्याचे परिणाम काय आहेत आणि विविध सिद्धी कशा प्राप्त होतात हे सांगितले आहे. तर शेवटी कैवल्यपादात हिंदू तत्वज्ञानाप्रमाणे कैवल्य किंवा मोक्षाची चर्चा केली आहे. थोडक्यात अविद्या, अस्मिता, राग, वैराग्य आणि अभिनिवेश हे पाच प्रकारचे दुःख असून कर्माच्या फळानुसार त्याला जन्म घ्यावा लागतो आणि आयुष्य व्यतीत करावे लागते, असा योगतत्त्वज्ञानाचा दृष्टिकोन आहे. या सर्वांपासून दूर राहण्याचा आणि मोक्षप्राप्तीचा मार्ग म्हणून पतंजली मुनींनी योग सांगितला आहे आणि म्हटले आहे की योगाच्या अंगांचे क्रमशः साधने केल्याने माणूस परिपूर्ण होतो आणि शेवटी मोक्ष प्राप्त होतो.

आज योगाचा प्रसार जगभर झाला आहे त्याचे मुख्य कारण म्हणजे आरोग्यासाठी आणि मनशांतीसाठी योगाभ्यास पूरक आहे हे लोकांना पटले आहे. २१ व्या शतकात आंतरराष्ट्रीय योग दिवस म्हणून पण त्याचे महत्त्व अधोरेखित केले गेले आहे. Sound mind in sound body असे म्हणतात. वैद्यकशास्त्र पण कबुल करते की बरेच आजार हे मानसिक आजार आहेत. याचा अर्थच असा की पाच ज्ञानेन्द्रिये आणि पाच कर्मेन्द्रिये या व्यतिरिक्त 'अकरावे इंद्रिय' मन हे मानवी जीवनात हाहाकार माजवते आहे. समर्थ रामदासस्वामींनी २०५ 'मनाचे श्लोक' लिहून मन स्वाधीन कसे ठेवावे? मनाला कसे शिकवावे? हे विस्तृतपणे सांगितले आहेच. कोकणातील वेंगुर्ले येथे होऊन गेलेल्या संत पुर्णदासानी त्यांच्या ग्रंथात मनाची किमया लिहून ठेवली आहे ती अशी:

मना ऐसा नाही शत्रू । मना ऐसा नाही मित्रू ।
 मनची पवित्रापवित्रू । कल्पितसे ॥
 मनची भयंकरा भयंकर । मनची सुखकरा सुखकर ।
 मन कल्पित संसार । वाढतसे ॥
 मन तपस्वीयांते छळी । मन संसारीकाते गिळी ।
 मना ऐसा महाबळी । दुसरा नसे ॥

१.समाधीपाद :

योग सूत्र क्र. २ योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः ।

या सूत्रात योग म्हणजे काय याची प्रथम व्याख्या केली आहे. ती म्हणजे चित्ताच्या वृत्तीचा निरोध करणे म्हणजे योग. सामान्यपणे चित्ताला 'मन' असेही आपण

म्हणतो. त्यामुळे योग साधायचा म्हणजे पहिले आणायचे शिकणे म्हणजेच योग शिकायला लागेल.

मन आपल्या ताब्यात आरंभ करणे असे मानावे

योग सूत्र क्र. ५ वृत्तयः पंचतय्यः क्लिष्टाक्लिष्टाः ।

योग सूत्र क्र. ६ प्रमाणविपर्ययविकल्पनिद्रास्मृतयः ।

योग सूत्र क्र. १२ अभ्यासवैराग्याभ्यां तन्निरोधः ।

योग सूत्र क्र. १४ स तु दीर्घकालनैरन्तर्यं सत्कारासेवितो दृढभूमिः ॥

२.साधनपादः

योग सूत्र क्र. २९ यमनियमासन प्राणायामप्रत्याहार धारणाध्यानसमाधयोऽष्टावङ्गानि ।

योग सूत्र क्र. ४६ स्थिरसुखमासनम् ।

योगाभ्यासातील मुख्य अभ्यास म्हणजे ध्यान धारणा समाधी. प्राणायामामुळे तो अभ्यास सुलभ होतो. हा अभ्यास करताना आसन किंवा बैठक कशी असावी तर ती सुखकर आणि शरीर दीर्घकाळ बसले तरी लास होणार नाही अशी असावी. आपली ज्ञानेंद्रिये जी सतत बाह्य विश्वात धावत असतात त्यांना आपल्या चित्ताकडे वळवणे आणि त्यांवर ताबा मिळवून त्यांना अंतरंगात वळवणे याला प्रत्याहार म्हणतात. पण याच्या आधी शरीरशुद्धी आवश्यक आहे ज्यासाठी काही शिस्त पाळावी असे अष्टांग योगात सांगितले आहे ज्यांना यम आणि नियम म्हणतात. यम म्हणजे नैतिक संयम किंवा 'न करायच्या' गोष्टी, तर नियम म्हणजे काही आवश्यक गोष्टींचे भान ठेवून त्या पाळणे.

मनाच्या चंचलपणाला लगाम घालायचा म्हणजे त्याच्या या स्वभावदत्त वृत्तीसाठी प्रतिबंध करण्याचा अभ्यास या सूत्रात अधोरेखित केला आहे. मग या वृत्ती किती प्रकारच्या आहेत, त्यांचे वर्गीकरण करून दाखवले आहे. त्यांचा प्रभाव कोणत्या उपायांनी कमी होईल, तो अभ्यास कसा अभ्यास कशा रीतीने करायचा, किती काळ करायचा, त्याचा दृश्य परिणाम काय होतो इत्यादीसाठी काही वरील योग सूत्रे जिज्ञासुना मार्गदर्शन करण्यासाठी आलेली आहेत. त्याच्याने मनोवृत्तीत बदल होतो. त्याच्याने योगाभ्यास वाढून साधक वैराग्ययुक्त होतो. परिणामतः धारणा म्हणजे

मन एकाजागी धरून ठेवणे, ध्यान आणि समाधी या अंतरंग साधनेद्वारे शेवटी तो कैवल्यमुक्तीचा अधिकारी होऊ शकतो असे योगसूत्रात सांगितले गेले आहे.

निसर्गदत्त महाराज हे अलीकडच्या काळात होऊन गेलेले एक थोर स्वरूपज्ञानी संतपुरुष होते. त्यांच्या नैसर्गिक भाषा शैलीत ते साधकांना आध्यात्मिकदृष्ट्या आवश्यक मार्गदर्शन करत. वरील सूत्रात योगसाधनेच्या ध्येयाप्रत जाण्यासाठी जी संस्कृत भाषेत सूत्रे सांगितली आहेत, तशी प्राकृतिक भाषेतील महाराजांची सूत्रमय भाषा अभ्यासणे जिज्ञासुना कैवल्यमुक्तीच्या ध्येयाकडे नक्कीच घेऊन जाईल असे वाटते. लेखाची मर्यादा आणि विषयाची व्याप्ती लक्षात घेता योगसूत्रात आलेल्या काही ठळक मुद्यांचा इथे समावेश करणे भाग आहे. योगाची व्याख्या ते कशी करतात आणि मनोवृत्तीतील बदल करून योगश्च्छिस्तवृत्तिनिरोधः कसे साधायचे हेही ते पुढील प्रमाणे सांगतात:

योग म्हणजे मिलाप. नित्य सहवास ज्याचा असेल ते योगी आहे. योगस्थिती हा शब्द घ्या. स्थिती म्हणजे आणखी होणे-जाणे नाही अशा स्थितीशी मिलन. तुम्हाला तुम्ही आहात हे कळतंय, ते धरले पाहिजे. त्याचे नांव ध्यान. त्याचेच नांव योग. ध्यानयोग म्हणजे आपण असल्याचे ज्ञान धरून राहा. वास्तविक जन्म झालेला नाही. जन्म झालेला नाही, तो का आणि कसा हे कळण्यासाठी ध्यानयोग साधा. स्मरण आणि प्राण यांचा संयोग व्हावा लागतो, तेव्हा ज्ञान होते. नामस्मरणाने हा योग होतो. पण ते गरजेने नी प्रेमाने करावे लागते. प्रेमानेच नामस्मरण केले जाते. लोक अनेक पद्धतींनी नामस्मरण करतात...जसे त्यांना कोणी सुचविले असेल तसे. आमच्या अनुभवाप्रमाणे श्वासाबरोबर नामस्मरण केल्यास मन शांत होते आणि समाधी लागते. नामस्मरणाला चालना द्यावी आणि आपले मन-बुद्धी-चित्त एकवटून शांतपणे रहावे हा योग सांगितला आहे. आपले रूप आपण आहे असा शोध लागून वा अशा चिंतनात सतत राहिला, त्याचा योग पूर्ण होतो. तो आपला आपणास मिळाला. आपल्या अनुभवाने अनुभव घेता घेता अनुभव परिपूर्ण पूर्ण झाला. प्राण आणि काया हा संयोग असेपर्यंतच ज्ञानगुण असतो.

योगामध्ये महायोग..आत्मबोध ! अष्टांगयोग साधायला कठीण आहे. कित्येकजण त्यात मरतात सुद्धा ! जिवंतपणी प्राणक्रमण करण्याची विद्या, योग्य गुरु भेटले तर त्यातून निभावतो. पण त्याच्यातून नाना प्रकारच्या सिद्धी निर्माण होतात. मग त्याचा मान-सन्मान होतो. सेवाधर्म, स्नेह जोमाने करतो.

मग त्यात तो रमतो. तो परब्रह्मस्वरूपाच्या भेटण्याच्या लायकीचा होत नाही. ध्यानयोग केल्याने, आत्म-वियोग झाला आहे तो योगी बनेल. पुढे तो नियोगी होईल. निर्वाण, निर्गुण, निरंजन इत्यादी त्याला नांवे दिली आहेत. शब्दाने वर्णन करता येत नाही म्हणून त्याला निर्वाण म्हणायचे. मी सर्वापेक्षा वेगळा आहे ह्याचे ज्ञान झाले त्याला निर्वाण म्हणायचे.

वैराग्य म्हणजे काय ?..सहवासाला जे राहत नाही हे कळते ते वैराग्य. नागडे-उघडे राहून भीक मागणे हे वैराग्य नव्हे, तर सर्व काही नष्ट होणार आहे हे ज्याच्या लक्षात आले तो वैरागी !

विकार आहेत ते अन्नसत्त्वाचे गुणधर्म आहेत. अन्नाच्या गुणाप्रमाणे मन वाहते हे लक्षात ठेवा. मनाचे मनपण विसरून राहिले आहे ते उन्मन. विसरणे हा मनाचा धर्म आहे.

वागणूक म्हणजे वृत्ती. अहिंसेचा खरा अर्थ दुस-याचे हृदय दुखवू नये. सध्याच्या वृत्तीमध्ये पालट होण्यासाठी अहिंसा, सत्यादी धर्म आचरावेत. त्यामुळे आपली वागणूक हळूहळू पालटते. प्राणरूपाने वावरते ती वृत्ती. वाणीतील शब्द चित्तात जाऊन राहतात आणि ते परत वर आले, तेच तुमचे विचार ! प्राणाशिवाय मन वेगळे नाही. प्राण म्हणजेच 'प्रणव'. ओंकार. मन म्हणजे वृत्ती. प्राणरूपाने म्हणी वाहातात. मन म्हणजे प्राण. मन म्हणून प्राण वाहतोय.मन म्हणजे भाषा वाहते. साधना वगैरे हा वृत्तीला दिलेला अभ्यास आहे.

विचाराने विचार येतात. त्यातले कोणते निवडायचे ? हे काम विवेक करतो. विवेक म्हणजे एक चाळण आहे- शब्द गाळून टाकण्याची. तुम्हाला अष्टौप्रहर विसावा घ्यायला फुरसद नाही. विचारामागे विचार आणि वागणूक चालूच असते. याचा विचार करा. 'मन' म्हणजे सुचलेले विचार. विचार जे काही सांगतात, त्याप्रमाणे आपण बोलतो, ऐकतो, आणि सर्व व्यवहार होतो. जे जे विचार तुम्हाला काहीतरी सांगून तुमच्या आयुष्याचा काळ खातात; कामधंदा सुध्दा राहतो, त्या विचाराला लगेच परत करा. अमुक विचार आला; मग याची चाहाडी कर, त्याची चाहाडी कर, त्यावेळी रिसिव्हर खाली ठेवा. मोठे लोक जेव्हा बोलायचे नसेल, तेव्हा रिसिव्हर खाली ठेवतात; तसा ! जो विचार आत्मबुद्धी शिकवतो, ओळख करून देतो; त्याच्याशी संगनमत करा. इतर विचार परत पाठवून द्या. जर कोणी लक्षात ठेवले, तर हे शक्य

आहे कि नाही ? सुचलेल्या विचाराने सर्व व्यवहार होतो आहे ना ! म्हणून या विचाराकडे लक्ष द्या. दुस-याची निंदा, चाहाडी अशा विचाराला घालवून द्या. मनाशिवाय राहयला शिका. मनाच्या आधीन होऊ नका. कामापुरता त्या विचाराचा उपयोग करा. बगरकामी विचार असेल, तर तो बाजूला करा.

जिथे आपल्या जवळ कोणताच विचार नाही, तिथे शांती असते. जिथे मनाला दूर करून जो राहिला आहे, ती 'जिवंत समाधी' ! सहजावस्था ! मनरहित, ही 'उत्तमावस्था' आहे. मनावेगळा जो आत्मा आहे, तो पवित्र, निर्मळ आहे. आकाशापेक्षा स्वच्छ, पातळ आणि घनदाट आहे. मनाला ओळख देहाची असते, आत्म्याची नाही; हे लक्षात ठेवा. 'देह माझे रूप आहे', असे मन म्हणते; आत्मा म्हणत नाही. तुम्ही मनाप्रमाणे नाही, हे लक्षात ठेवा. मनाच्या म्हणण्याप्रमाणे रहाणे, ही अधोगती आहे. या लक्षाने रहा. ही परमभक्ती आहे.

गुरु जसा शिष्याला उपदेश करतो, देव जसा भक्ताला उपदेश करतो, तसं; तुम्ही तुमच्या मनाला शिकवत चला. मन आणि गुण व्यवसाययुक्त आहेत. ऐकलेले ध्यानात धरा. तुमच्या ध्यानात तुम्ही जाऊ नका. ते सर्व मनाचे व्यवसाय आहेत. मन तुम्ही नव्हे. नामस्मरण चालू ठेवा. त्याने मनाला शुद्धी येते. आणि त्यायोगे मनाला जे जे सांगाल ते ते मन ऐकेल.

जे जे तुम्हाला ऐकवलेले आहे तेच भय-भीती, मुक्ती आणि बंधन. केवळ मनाने कायेचे रूप आपण समजून घेतले आहे तेवढेच बंधन. जे जे दिसतंय त्या प्रत्येकात जाणीव आहे. जे जे जाणवतंय ते जाणीवेतून निर्माण झालेले असते. जाणीव जाणत्यातून निर्माण होते. व्यापक जाणिवेचे ज्ञान झाले की मुक्तीची गरज नाही.

अहंभाव समूळ अदृश्य झाला तर पूर्ण आराम. आत्मा रोजच्या रोज आपल्या सहजस्वभावाने मुक्तीच्या जातीला जातो. विसरा अंती आराम. काय विसरायचे ? ..अहंभाव. ते आपेआप विसरले गेले तरच विश्रांती. श्रमपरिहार. ज्ञान तेच ध्यान. ध्यान तेच आपण. आपण म्हणजेच विश्रांती. प्रथम वृत्तीना निवृत्त व्हावे लागते. मग स्वरूपप्राप्ती. मन, बुद्धी आणि देहाच्या 'ते' बंधनात नाही. आता सुध्दा !

– अनिल चुबे, ठाणे. मोबाईल: ९८९९२१४६६१

Shri Ram Mandir, Ayodhya



Image: Courtesy Deepak Singh