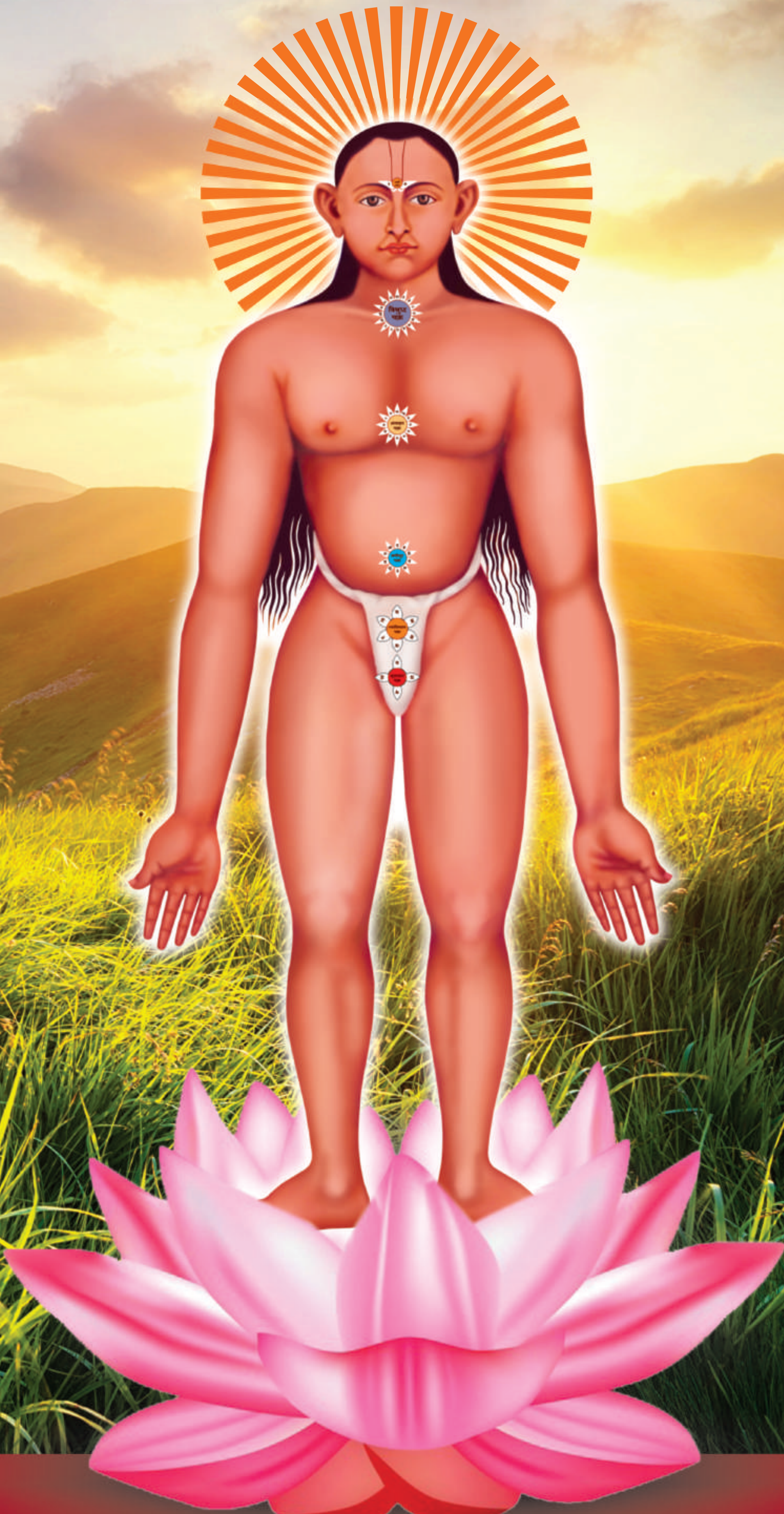
।। सबका मालिक आत्मा ।।



आत्मा (SOUL)

।। हृदयामध्ये आत्म्यावरती प्रेम करण्याची कला म्हणजे ध्यान ।।

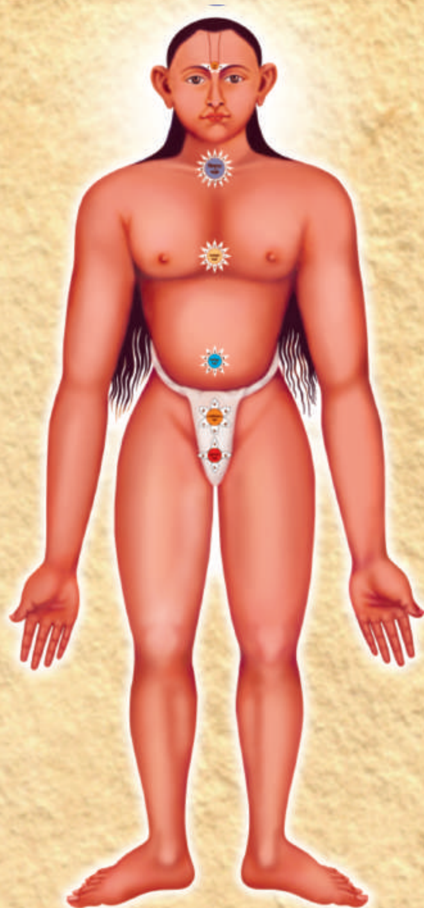
आत्मचिंतनाद्वारे
विश्वशांतीचा संदेश देणारे मासिक

।। ॐ गुरुदेव ।।

आत्मा मालिक

मे-२०२५

।। सबका मालिक आत्मा ।।



।। अमृतवाणी ।।

या जगात एकच सत्य आहे आणि ते म्हणजे आत्मा. जगातील सर्व वस्तू नष्ट होतील, सृष्टीत असंख्य घडामोडी होतील, पण आत्मा हा चिरकाल टिकेल. कारण त्याला आदिही नाही आणि अंतही नाही. अनादि कालापासून आत्मतत्त्व चालत आलेले आहे आणि अनंतकाळापर्यंत असेच चालत राहील. कारण तो अमर आहे. सर्व देवांच्या उत्पत्तीपूर्वी आत्मा अस्तित्वात होता म्हणून आपण आत्म्याची पूजा केली पाहिजे. आत्म्यावर प्रेम केले पाहिजे. तसेच क्षणभर केलेले आत्मचिंतन कितीतरी श्रेष्ठ आहे. आत्म्याची पुजा केल्यास ती सर्व देवांची पूजा होते.

ईश्वरप्राप्तीचा सर्वात साधा, सोपा आणि सहज मार्ग म्हणजे आत्मचिंतन. कारण ईश्वर आत्म्याच्या स्वरुपात प्रत्येकाच्या, हृदयात बसलेला आहे. नुसतं रुपाला न पाहता 'स्व-रुपाला' पहा आणि ईश्वर प्राप्ती करुन घ्या.

आत्मा हा निर्गुण आणि निराकार आहे. त्याला पाहण्यासाठी कोणत्यातरी सगुण साकार रुपाची आवश्यकता असते. म्हणून कोणत्याही आकारात निराकाराचे ध्यान करावे. सद्‌गुरुचे आत्मरुपात ध्यान करा. आत्म्याला जात, धर्म नसतो. हिंदू, मुस्लिम, शीख, पारसी सर्वांना आत्मचिंतनाने ईश्वरप्राप्ती होते. भगवान श्रीकृष्ण, येशुख्रिस्त, मोहंमद पैगंबर, गुरूनानक, भगवान महावीर, भगवान गौतम बुध्द या सगळ्यांनी आत्म्याची ओळख करुन घेऊन त्याचे चिंतन केले म्हणूनच ते ईश्वररुप झाले.

।। आत्मा मालिक ।।

''आत्मचिंतनाद्वारे विश्वशांतीचा संदेश देणारे मासिक''

मासिक ॐ गुरुदेव

वर्ष २४ वे अंक ०५ वा मे २०२५ ● RNI-MAHMAR/2001/4853

संस्थापक संपादक

हृदयनिवासी संत सच्चिदानंद महाराज
हृदयनिवासी संत देवानंद महाराज

संपादक

संत परमानंद महाराज
मो. ९५९५९७०२२०, ९९२२०७०२२०

संपादकीय सल्लागार

श्री. नंदकुमार सूर्यवंशी
श्री. भगवान दौंड
श्री. हनुमंत भोंगळे

मार्गदर्शक

संत निजानंद महाराज
संत विवेकानंद महाराज

आत्मा मालिक ध्यानपीठ

दीपक टिळेकर, मो. ८३८००३९३०५
सुखदेव मोरे, मो. ७०५८०५९६६१

प्रसादालय विभाग (अखंड अन्नदान छत्र)

श्री. प्रकाश भट, मो. ८६०५४६४५५५
श्री. बाळासाहेब गोर्डे, मो. ७५८८६९४०७४
श्री. प्रकाश गिरमे, मो. ९८५०३३८०५५

धर्मशाळा (निवास व्यवस्था)

कुमार पाटील, मो. ९९२२२२८६५५
विलास गायकवाड, मो. ९९२२१७४२११

संपादकीय - परमसत्याची प्राप्ती - संत परमानंद महाराज ४

सगुण - संकल्पना व उपासना (भाग २) -डॉ. विजय बाणकर ६

ज्ञानेश्वरीचे सहज स्मरण-३ - नामदेव सदावर्ते १२

रुक्मिणी स्वयंवर साक्षात वसंत पंचमी -बंडोपंत कुलकर्णी १७

'ज्ञानेश्वरी'तील आत्मा दर्शक सौंदर्यस्थळे : भाग ४ - डॉ. सुनील शिंदे २१

आत्मा मालिक चैत्र महोत्सव-२०२५ -बी. के. गायकवाड २३

जीवन ध्येय - नरेश यादव २५

या अंकात प्रसिध्द झालेल्या लेखांतील मतांशी संपादक, प.पू. गुरुदेव माऊली, आश्रम संत, पदाधिकारी, मुद्रक आणि प्रकाशक सहमत असतीलच असे नाही. (वादप्रतिवाद कोपरगांव न्यायकक्षेत.)

ॐ गुरुदेव हे मासिक संपादक, मालक व प्रकाशक संत परमानंद महाराज, विश्वात्मक जंगली महाराज आश्रम ट्रस्ट, मु.पो. कोकमठाण यांनी मुद्रक संतोष दत्तात्रय माळी, श्री ग्राफिक्स, गांधीनगर रोड, कोपरगांव, जि. अहमदनगर-४२३६०१ येथे मुद्रीत करुन विश्वात्मक जंगली महाराज आश्रम ट्रस्ट, मु.पो.कोकमठाण, ता. कोपरगांव, जि. अहमदनगर-४२३६०१ येथे प्रकाशित केले.

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

परमसत्याची प्राप्ती

संपादकीय

आत्मचिंतन म्हणजे स्वतःच्या विचारांचे, भावनांचे आणि कृतींचे सखोल विश्लेषण करणे. कोऽहम अर्थात मी कोण आहे, माझ्या जीवनाचा उद्देश काय आहे, माझे विचार आणि कृती खरे आहेत का हे प्रश्न विचारणे. आत्मचिंतनामुळे साधक अहंकार, भ्रम आणि मर्यादा ओळखतो आणि त्यापासून मुक्त होण्याचा प्रयत्न करतो.आत्मचिंतन हा आत्मज्ञानाचा एक महत्त्वाचा टप्पा आहे, यामुळे साधक आपल्या स्वस्वरूपाची अर्थात खऱ्या स्वरूपाची जाणीव करून घेते. ध्यान आणि आत्मचिंतन हे आत्मज्ञानाचे परस्परपूरक मार्ग आहेत

-संत परमानंद महाराज

आत्मज्ञान ही मानवी जीवनातील सर्वोच्च अवस्था मानली जाते. ही अशी अवस्था आहे जिथे साधकाला स्वतःच्या खऱ्या स्वरूपाची, म्हणजेच आत्म्याची ओळख होते. वेद, योग आणि बौद्ध तत्त्वज्ञानात आत्मज्ञान होणे म्हणजे परमसत्याची प्राप्ती झाली, असे मानले जाते. ध्यान आणि आत्मचिंतन हे आत्मज्ञान प्राप्तीचे प्रमुख मार्ग आहेत.

आत्मज्ञान म्हणजे स्व-स्वरूपाची अर्थात खऱ्या स्वरूपाची जाणीव होणे. आत्मा हा शाश्वत, अविनाशी आणि परमसत्याचा अंश आहे. देह, मन आणि बुद्धी यांच्या पलीकडे असलेली ही चेतना आहे. आत्मज्ञानात व्यक्ती या सत्याची अनुभूती घेते आणि स्वतःला विश्वाशी एकरूप समजते. ही अवस्था अहंकार, भय, आणि इच्छांपासून मुक्ती देते आणि शाश्वत शांती आणि आनंदाची अनुभूती देते.
आत्मज्ञान प्राप्तीचा मार्ग सोपा नाही. यासाठी संयम, समर्पण आणि सतत साधना आवश्यक आहे. ध्यान आणि आत्मचिंतन यामुळे मन शांत होते, आत्म्याची जाणीव वाढते आणि जीवनातील मायाजालापासून मुक्ती मिळते.

मनाला एकाग्र करण्यास आणि आत्म्याशी जोडण्यास ध्यान मदत करते. ध्यानामुळे मनातील विचारांचा वेग कमी होतो आणि अंतर्मन शांत होते. ध्यानामुळे मन शुद्ध होते, तणाव कमी होतो आणि आत्म्याची जाणीव वाढते. आत्मज्ञानासाठी ध्यान हा एक मूलभूत आधार आहे, कारण यामुळे व्यक्ती आपल्या अंतर्मनात डुबकी मारू शकते आणि स्वतःच्या खऱ्या स्वरूपाची ओळख करून घेऊ शकते.
आत्मचिंतन म्हणजे स्वतःच्या विचारांचे, भावनांचे आणि कृतींचे सखोल विश्लेषण करणे. कोऽहम अर्थात मी कोण आहे?, माझ्या जीवनाचा उद्देश काय आहे?, माझे विचार आणि कृती खरे आहेत का?. आत्मचिंतनामुळे साधक अहंकार, भ्रम आणि मर्यादा ओळखतो आणि त्यापासून मुक्त होण्याचा प्रयत्न करतो.

आत्मचिंतन हा आत्मज्ञानाचा एक महत्त्वाचा टप्पा आहे, यामुळे व्यक्ती आपल्या खऱ्या स्वरूपाची जाणीव करून घेते. वेदांतात आत्मचिंतनाला विवेक आणि वैराग्य यांच्याशी जोडले जाते. विवेक म्हणजे सत्य आणि असत्य यांच्यातील भेद ओळखणे, आणि वैराग्य म्हणजे सांसारिक गोष्टींपासून अलिप्त राहणे.

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

ध्यान आणि आत्मचिंतन हे आत्मज्ञानाचे परस्परपूरक मार्ग आहेत. ध्यानामुळे मन शांत आणि एकाग्र होते, तर आत्मचिंतनामुळे बुद्धीला सत्याची ओळख होते. या दोन्ही साधनांचा योग्य वापर केल्यास आत्मज्ञानाची प्राप्ती शक्य आहे.

आत्मज्ञानाचा पहिला टप्पा म्हणजे मनाची शुद्धी. यासाठी ध्यान ही सर्वोत्तम साधना आहे. रोजच्या जीवनात मन अनेक विचारांनी, इच्छांनी आणि भावनांनी भरलेले असते. ध्यानामुळे हे विचार शांत होतात आणि मन स्वच्छ होते. मनाची शुद्धी झाल्यावरच आत्मचिंतन प्रभावी ठरते. रोज सकाळी १५-२० मिनिटे शांत ठिकाणी बसून श्वासावर लक्ष केंद्रित करा, हृदयस्थानी आत्मरुपाची मूर्ती पाहून सद्‌गुरूंनी दिलेल्या मंत्राचा जप करा. विचार येत असतील तर त्यांना जबरदस्तीने थांबवू नका, फक्त निरीक्षकाच्या दृष्टिकोनातून त्यांच्याकडे पाहा.

आत्मचिंतनाचा पहिला टप्पा म्हणजे स्वतःला प्रश्न विचारणे. यामुळे आपल्या विचारसरणीतील भ्रम आणि मर्यादा समजतात. मी कोण आहे? मी फक्त हा देह आणि मन आहे का? माझ्या कृतींचा हेतू काय आहे? माझ्या इच्छा आणि भय यांचे मूळ काय आहे, या प्रश्नांद्वारे आपण स्वतःला जाणू शकतो.
ध्यानामुळे मन एकाग्र होते. एकाग्र मनच सत्याचा शोध घेऊ शकते. यासाठी नियमित ध्यान साधना आवश्यक आहे. आत्मज्ञानाच्या मार्गात समर्पणाची भावना महत्त्वाची आहे. यात आपण स्वतःला परम सत्यासाठी समर्पित करून अहंकार सोडतो. आत्मचिंतनातून विवेक आणि वैराग्याची प्राप्ती होते. विवेकामुळे आपण सत्य आणि असत्य यांच्यातील भेद ओळखतो, तर वैराग्यामुळे सांसारिक गोष्टींपासून अलिप्त राहतो. यामुळे मन आत्म्याकडे वळते आणि आत्मज्ञानाची शक्यता वाढते.

ध्यान आणि आत्मचिंतनाच्या नियमित साधनेमुळे साधक आपल्या आत्म्याची अनुभूती घेतो. ही अनुभूती काही क्षणांपुरती असू शकते, परंतु सतत साधनेमुळे ती स्थायी होते. यावेळी व्यक्तीला सर्व विश्व एकरूप वाटते आणि अहंकार पूर्णपणे नाहीसा होतो. मात्र, त्यासाठी साधनेत सातत्य असायला हवे.

ध्यान आणि आत्मचिंतन हे आत्मज्ञानाचे दोन प्रमुख मार्ग आहेत. ध्यानामुळे मन शांत आणि एकाग्र होते, तर आत्मचिंतनामुळे सत्याची ओळख होते. या दोन्ही साधनांचा नियमित आणि समर्पित वापर केल्यास आत्मज्ञानाची प्राप्ती शक्य आहे. यासाठी संयम, समर्पण आणि गुरूंचे मार्गदर्शन आवश्यक आहे. आत्मज्ञान ही मानवी जीवनातील सर्वोच्च अवस्था आहे, जी व्यक्तीला शाश्वत शांती आणि आनंद प्रदान करते. या मार्गावर चालताना धैर्य आणि विश्वास ठेवा, कारण हा प्रवास स्वतःच्या खऱ्या स्वरूपाची ओळख करून देतो.

।।आत्मा मालिक।।

-संत परमानंद महाराज,
संपादक

***

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

सगुण - संकल्पना व उपासना (भाग २)

परमेश्वर निर्गुण आहे व आपण जीवही त्याचे अंश असल्याने मुळात निर्गुण आहोत. म्हणून त्या परमेश्वराशी पूर्णतः एकरूप होऊन जाणे हे आपले परम ध्येय होय. ते 'तत् त्वं असि', 'अहं ब्रह्म अस्मि' व 'अयं आत्मा ब्रह्म' या महावाक्यांतून वेदांनी जाहीर केले आहे. ते गाठणे म्हणजे आपले मूळ स्वरूप पुन्हा प्राप्त करून घेणे होय. त्यासाठी देहात्मभावामुळे सगुण झालेल्या जीवाने त्याच्या अगदी जवळ असलेल्या आत्मारूपी देवाची सोऽहंभावाने ध्यानयुक्त पूजा, भक्ती वा उपासना करावयाची असते.

- डॉ. विजय बाणकर

(या लेखाच्या पहिल्या भागात सगुण म्हणजे काय ते समजून घेताना अवतार, संत, सद्गुरू, निर्गुणातील सगुण मूर्ती, मानवदेह व मानवनिर्मित मूर्ती या सहा रूपांचा आपण चिकित्सक व सटीक विचार केला आहे.)

आता या दुसऱ्या भागात सगुणोपासनेचे स्वरूप समजून घ्यावयाचे आहे.

उपासना म्हणजे देवाजवळ बसणे, हा उपासना या शब्दाचा सरळ अर्थ आहे. सर्वसाधारणपणे, एखादा आकार वा एखादे रूप असलेल्या एखाद्या देवाच्या वा देवतेच्या (उदा. श्रीराम, श्रीकृष्ण, श्रीगणपती, श्रीदेवी यांच्या) मूर्तीसमोर बसून तिची पूजा करणे, तिचे ध्यान करणे म्हणजे सगुण-उपासना होय, असे बहुतेक लोक समजत असतात. तथापि, 'मानवनिर्मित (अचेतन, जड) मूर्तींना स-गुण म्हणणे सयुक्तिक ठरत नाही', असे प्रस्तुत लेखाच्या पहिल्या भागात शेवटी साधार स्पष्ट केले आहे. शिवाय, 'स्वतःला भक्त समजायचे आणि देवाहून विभक्त म्हणजे वेगळे राहून देवाला भजायचे, हे 'विलक्षण' आहे तसेच भक्त देवापासून विभक्त नसतो व विभक्त असतो तो भक्त नसतो, म्हणून विचार करा, देव कोण हे ओळखून घ्या व अंतर्यामी आपण आपले मूळ स्वरूप शोधून घ्या',[१] अशा सुस्पष्ट मार्गदर्शक शब्दांत समर्थ श्रीरामदासस्वामींनी सगुणोपासनेचे जे स्वरूप सांगून ठेवले आहे, तेही या भागात विचारात घेतले आहे.

तर, परमेश्वर निर्गुण आहे व आपण जीवही त्याचे अंश असल्याने मुळात निर्गुण आहोत. म्हणून त्या परमेश्वराशी पूर्णतः एकरूप होऊन जाणे हे आपले परम ध्येय होय. ते 'तत् त्वं असि', 'अहं ब्रह्म अस्मि' व 'अयं आत्मा ब्रह्म' या महावाक्यांतून वेदांनी जाहीर केले आहे. ते गाठणे म्हणजे आपले मूळ स्वरूप पुन्हा प्राप्त करून घेणे होय. त्यासाठी देहात्मभावामुळे सगुण झालेल्या जीवाने त्याच्या अगदी जवळ असलेल्या आत्मारूपी देवाची सोऽहंभावाने ध्यानयुक्त पूजा, भक्ती वा उपासना करावयाची असते.

सगुण-उपासनेचे हे स्वरूप अवतारगुणोपासना, सद्गुरूसेवा ही सर्वोत्तम सगुणोपासना होय. सगुणाचेनि आधारें निर्गुण पाविजे निर्धारें आणि देव होऊनि देव पूजिजे, या चार मुद्द्यांच्या आधारे समजून घेण्याचा प्रयत्न करूयात.

१. अवतारगुणोपासना :

आता कुणी देवावतार पृथ्वीवर नाही. त्यामुळे त्याची प्रत्यक्ष पूजा किंवा सेवारूपी उपासना करणे शक्य

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

नाही. अशा परिस्थितीतही अवतारांचे गुण आपल्या अंगी बाणविता येतात, हा मार्गदर्शक विचार संत श्रीकबीर हे-

‘गुण हरीचे बाणविता जणू शरीरां लागे तीर।
लागले परि हटला नाही सहनशील कबीर।।’

या अर्थाच्या दोह्यातून आपल्यापुढे ठेवून गेले आहेत.[२]

निर्गुण-निराकार परमात्म्यापासून सगुण-साकार श्रीरामकृष्णादि अवतार येत असतात आणि तेथूनच आपण मानवदेखील येत असतो, असे श्रीनामदेव म्हणतात.[३] अर्थात, अवतार व मानव हे मूलतः समान आहेत. त्यामुळे अवतारांचे गुण मानवात येऊ शकतात. म्हणूनच उदाहरणार्थ, मी देवाप्रमाणे षड्गुणसंपन्न झाले आहे, असे संत श्रीबहिणाबाई म्हणतात.[४] अवतारांच्या ठिकाणी पूर्वोक्त (पहिल्या भागात उल्लेखिलेले) षड्गुण हे सहज, स्वाभाविक असतात तर मानवांच्या ठिकाणी ते आगंतुक असतात, म्हणजे मानवांना ते योगयुक्त भक्तिमुळे प्राप्त होत असतात. म्हणून देवाचे गुण आत्मसात करणे ही खरी सगुणोपासना ठरते.

अवतारगुणोपासना करावयाची म्हणजे काय ते, ‘सातवा हा अवतार आठवा वेळोवेळा’ असे ज्याबद्दल संत श्रीज्ञानेश्वर म्हणतात, त्या प्रभु श्रीरामचंद्र यांच्या सदैव सद्‌गुणप्रेरक कर्मांपासून बोध घेऊन आता आपण नेमके काय करावयाचे आहे ते, श्रीहंसराजस्वामी यांनी सविस्तर स्पष्ट करून ठेवले आहे.

ते म्हणतात, की पूर्वी श्रीराम सूर्यवंशी जन्मला होता तसा आता आपला जीव नरदेही जन्मला आहे, नरदेह हे परमेश्वरप्राप्तीसाठीचे सर्वश्रेष्ठ साधन आहे, हे लक्षात घेऊन आपण पुढील गोष्टी करणे म्हणजे श्रीरामावतार-गुणोपासना करणे होय-

‘‘रामाने पित्याची आज्ञा पाळली, आपण वेदाज्ञा पाळावी; रामाने भरताला राज्य समर्पिले, आपण आपले जीवन प्रारब्धावर सोपवावे; रामाने वनवास भोगला, आपण एकान्त सेवावा; रामाने त्राटिकेचा वध केला, आपण आशा मारावी; रामाने यज्ञरक्षण केले, आपण धर्माचरण रक्षावे; राम ऋषिसंघात वर्तला, आपण सत्संग धरावा; रामाची सीता रावणाने हरण केली होती, आपल्या जीवाची स्वानुभूती अहंकाराने नेली आहे; रामाने सीतावियोगाची खंत केली, आपल्याला देवभेटीची तळमळ असावी; रामाला लक्ष्मणाचे साह्य होते, आपण लक्षपूर्वक वैराग्याचे संरक्षण करावे; रामाने देह कष्टविला, आपण कायेने गुरूसेवा करावी; रामाने शिवाचे ध्यान केले, आपण सद्‌गुरूचे ध्यान करावे; रामाने शिवकृपेने पाशुपतास्त्र मिळविले, आपण गुरूकृपें अभेदज्ञान वस्तुतंत्र मिळवावे (म्हणजे आपण व देव आत्मरूप आहोत असे अखंड सानुभव ज्ञान प्राप्त करून घ्यावे); रामाने मारुतीकरवीं सीतेचा शोध केला, आपण विवेकपूर्वक स्वानुभूती ठायीं पाडावी; रामाला बिभीषण शरण आला, आपल्याला सत्त्वगुणाचे साह्य लाभले पाहिजे; रामाने सेतू बांधला, आपण दृढ अभ्यासाने साधनसंपत्ती वाढवावी; राम समुद्रापल्याड उतरला, आपण मोहाचे पार जावे; राम त्यावेळी अहोरात्र युद्धविचार करीत होता, आपण श्रवणमनन करावे; राम त्रिकुटावर उठावला, आपण देहत्रयां (स्थूल, सूक्ष्म व कारण या तीन देहांना) जिंकावे; रामाने कुंभकर्णाचा वध केला, आपण तम अहंकार नष्ट करावा; रामाने कुंभकर्णाचे कुंभ व निकुंभ हे पुत्र मारले, आपण आळस व प्रमाद यांना दूर सारावे; लक्ष्मणाहाती इंद्रजित मेला, आपण वैराग्याने काम संपवावा; मारुतीने त्रिशिराला मारले, आपण विवेकाने क्रोधास मारावे; रावणाचा बाण लागून लक्ष्मण बेशुद्ध पडला त्यावेळी हनुमानाने वनस्पती आणून दिली, आपले वैराग्य नष्ट होऊ पहात असेल तेव्हा आपण ते विवेकाने जागृत ठेवावे; रामाने रावणाचा वध

केला, आपण रजअहंकाराचे निर्दाळण करावे; रामाने बिभीषणाला राज्य दिले, आपण सत्त्वगुणाला प्रतिष्ठा द्यावी; रामाने सीता आणली, आपण जीवाला स्वानुभूतीपूर्वक आत्म्याशी एकरूप करावे; राम पुष्पक विमानात बसला, जीवरूप आपण अपरोक्ष ज्ञानारूढ व्हावे; राम अयोध्येला परत आला, आपण अभयपद पावावे; रामाचे अवतारकार्य संपले, (पूर्णकाम झालेल्या) आपले साधन गळावयास हवे; नंतर रामाने निष्कंटक राज्य केले, आपण जीवन्मुक्तिसुख भोगावे आणि राम निजधामाला गेला, आपण विदेहकैवल्य पावावे.''

अशा प्रकारे श्रीरामचरित्राचे अनुसरण करतात ते रामच होतात, असे विधानही श्रीहंसराजस्वामींनी केले आहे.[५] अखंडित सोऽहं जप करून तू रामरूप हो, असे संत श्रीनामदेवांनी उपदेशिले आहे[६] आणि सद्गुरूंची भेट झाल्यामुळे मी व राम एकरूप झालो आहोत, असे श्रीकबिरांनी म्हटले आहे.[७] अर्थात, राम जाणणे याचा खरा अर्थ रामरूप होणे, असाच आहे, असे या तिन्ही संतांनी उद्घोषिले आहे.

देवावतारांच्या दिव्य-जन्म-कर्माचे स्वरूप नेमकेपणे समजून घेणे हीच भगवंताची 'खरी उपासना' आहे व हिच्या तुलनेत बाकी उपासना खालच्या होत, असे लोकमान्य टिळक म्हणतात.[८] हा लोकमान्य-विचार 'माझे जन्माला येणे हे दिव्य कर्म तत्त्वत: जाणणारा महात्मा दुर्मिळ होय', या आठवा अवतार असलेल्या भगवान श्रीकृष्णकृत विधानातही अनुस्यूत आहे.[९]

थोडक्यात, देवाधिदेव आत्मरूप आहे, असे ज्ञानेश्वरीच्या पहिल्याच ओवीत अभिप्रेत आहे. आत्मरूप देवाचे सानुभव ज्ञान झाले तरच अवतारांच्या दिव्य-जन्म-कर्माचे स्वरूप समजू शकते. आत्मज्ञानानेच सलोकता, समीपता व सरूपता या तिन्ही मुक्तिहून श्रेष्ठ असलेली सायुज्यता मुक्ती (ब्रह्मस्वरूपप्राप्तीरूपी सिद्धी) मिळत असते. म्हणूनच आत्मोपासनायुक्त अवतारगुणोपासना ही नि:श्रेयस्कर सगुणोपासना ठरते.

२. सद्गुरूसेवा ही सर्वोत्तम सगुणोपासना होय :

सद्गुरूसेवा हा आत्मदेवप्राप्तीसाठीचा एकमेव उपाय होय. सद्गुरू हे साक्षात म्हणजे सगुण परमेश्वरच असतात. म्हणून निष्काम व निरहंकारभावनेने सद्गुरूसेवा करणे ही सर्वोत्तम सगुणोपासना ठरते. सद्गुरू सेवेमुळे जीव ब्रह्म होतो म्हणून तिला सर्वभाग्योदयाचे उत्पत्तिस्थान म्हटले आहे. ज्ञानेश्वरीत व भागवतात गुरूसेवेचे वर्णन आहे. त्या वर्णनांचा सार 'विचारसागररहस्य' या ग्रंथात व्यक्त केला गेला आहे. तो असा आहे-

'गुरूसेवेसाठी स्थूल शरीराचा उपयोग करणे ही तनुअर्पणरूप उपासना होय, रात्रंदिवस श्रीगुरूंचे ध्यान करणे ही मानसअर्पणरूप उपासना होय, वाणीने श्रीगुरूंचे गुणकार्यवर्णन करणे ही वाणीअर्पणरूप उपासना होय आणि आपल्या धनावरील स्वामित्वभावनेचा त्याग करून ते गुरूकार्यासाठी खर्च करणे ही धनअर्पणरूप सेवा होय.'[१०]

श्रीरामकृष्णादि अवतारांप्रमाणे श्रीसद्गुरूदेखील सर्वज्ञ व सर्वशक्तिमान असतात. ते स्पर्शाने, दृष्टीने, अजपा मंत्राद्वारे, संकल्पाने किंवा अदृश्य प्रकारे शिष्यांच्या ठिकाणी आध्यात्मिक स्पंदने संक्रमित, संचारित करू शकतात.[११] शिष्यांची 'स्वरूपीं समाधान' करण्याची किल्ली सद्गुरूंच्या हाती असते. म्हणजे देह, इंद्रिये व मनबुद्धी यांच्यामुळे सगुण झालेला तू मुळात निर्गुण-निराकार स्वसंवेद्य आत्मारूपी देवाधिदेवच आहेस, असे शिष्याच्या अनुभवास आणून देण्याचे सामर्थ्य श्रीसद्गुरूंच्या ठिकाणी असते. म्हणूनच सद्गुरूसेवा ही सकलदेवांवरिष्ठ असते, असे संत श्रीतुकाराम महाराज यांनी म्हटले आहे.

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

३. सगुणाचेनि आधारें निर्गुण पाविजे निर्धारें। :

देहादिकांमुळे प्राप्त असलेल्या सगुणत्वाच्या आधारे प्रथम हृदयस्थ देवाचे, नंतर विश्वात्मक देवाचे व त्यानंतर परब्रह्माचे म्हणजे विश्वातीत देवाचे निर्गुण-निराकारपण अनुभवता येते, असे मार्गदर्शन समर्थ श्रीरामदासस्वामी यांनी केले आहे. दासबोधात ते म्हणतात,

'चौवीस नामी सहस्रनामी। अनंत नामी तो अनामी।
तो कैसा आहे अंतर्यामीं। विवेकें ओळखावा।।
आधी देखिला देहधारी। मग पाहावे जगदंतरीं।
तयाचेनि या उपरी। परब्रह्म पावावे।।'[१२]

अर्थात, अनंत नामे असूनही मुळात अनाम असलेला देव अंतर्यामीं कसा आहे ते समजून घेऊन त्याला आधी आपल्या देहांत पहावयाचे असते, नंतर तो विश्वात्मक असल्याचे पहावयाचे असते आणि त्यानंतर विश्वातीत असलेले आपले मूळ परब्रह्मस्वरूप प्राप्त करून घ्यावयाचे असते.

परब्रह्मस्वरूप प्राप्त करून घेणे हे मानवदेहात असतानाच शक्य असते. म्हणून मानवदेह हा अपूर्व वा श्रेष्ठ असल्याचे म्हटले आहे. मानवदेह हा समस्त विश्वरचनेचे लघुरूप आहे. म्हणूनच संत श्रीज्ञानदेव यांनी **'औट हात हा देह ब्रह्मांड सगळे यांत। तयाचा निश्चित शोध करा।।'** वयास सांगितले आहे;[१३] तर, श्रीगोरक्षनाथांनी सप्त पाताळे, सर्व लोक, नऊ खंड, सप्तसमुद्र, सप्तद्वीप, तेहतीस कोटी देव, नद्या, उपनद्या, पर्वत हे सारे अतिसूक्ष्मरूपाने आपल्या प्रत्येकाच्या देहातही असल्याचे 'सिद्धसिद्धान्तपद्धती' नामक ग्रंथात वर्णिले आहे.[१४]

दशेंद्रियांच्या वृत्ती व अकरावे मन तसेच देहांतर्गत खेळणारे दहा प्राण यांना घेऊन नयनाचे शेजारी म्हणजे भ्रूमध्याजवळ असलेल्या दशवेद्वारातून (= देवाच्या द्वारातून)[१५] पिंडनिवासी सगुण जीव जेव्हा ब्रह्मांडातील म्हणजे सहस्रदलकमलातील निर्गुण आत्मरूप देवाशी एकरूप होतो तेव्हा 'आपणचि पूर्वी सगुण' (होतो) व 'आपणचि आता निर्गुण' (झालो) असल्याचा अनुभव येतो व 'सगुण निर्गुण एकु गोविंदु रे'[१६], या संत श्रीज्ञानदेव यांच्या अभंगाचा सकलार्थ उलगडतो. देहेंद्रियांमुळे सगुण झाला असलेल्या जीवाने सोऽहंसाधना करून आपल्या देहात असलेल्या निर्गुण देवाशी एकरूपता अनुभवून रहावयाचे असते, हा सगुणोपासनेचा साद्यंत विचार **'नरदेहाचेनि साधनें। सच्चिदानंद पदवी घेणे।।'** अशा शब्दांत संत श्रीएकनाथ यांनीही व्यक्त करून ठेवला आहे.[१७]

४. देव होऊनि देव पूजिजे![१८] :

महाभक्त प्रल्हाद यांनी भगवान श्रीविष्णु यांची पुढीलप्रमाणे त्रिस्तरीय (सगुण-साकार) पूजा[१९] करावयास सांगितले आहे-

प्र) आपण स्वरूपतः विष्णू आहोत, गरुड हे आपले आसन असून लक्ष्मी आपल्या बाजूला उभी आहे, आपल्या चार हातात शंखचक्रादि आहेत, असा अनुभव घेणे म्हणजे 'विष्णू होऊनि विष्णुची पूजा' करणे होय. (ही सरूपता मुक्तीची लक्षणे आहेत.)

ल्हा) सर्व देवगणांसह चतुर्भूज विष्णू आपल्या पुढे उभा असल्याची भावना करणे, मनानेच मनस्वरूप पूजासाहित्य गोळा करून ते षोडशोपचारे मन:पूर्वक श्रीविष्णूस अर्पण करणे ही मानसपूजा होय.

द) श्रीविष्णूची जड मूर्ती स्थापन करून तिची मानसपूजेच्या क्रमानेच धूप, दीप, चंदन, फुले वगैरे लौकिक

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

द्रव्याने षोडशोपचारें पूजा करणे ही बाह्यपूजा होय. 'स्वतः अविष्णू असून विष्णूची पूजा करणाऱ्याला विष्णुपूजेचे फळ मिळत नसते; त्यासाठी विष्णुस्वरूपच व्हावयाचे असते', या सद्‌गुरू श्रीवसिष्ठकृत विधानात आणि संत श्रीएकनाथकृत पूजाविधीवर्णनात साम्य आहे. चर्मदृष्टीला न दिसणारे 'निर्गुणातील सगुण रूप' ज्यांच्या ध्यानीं येत नाही त्यांनी मूर्तिपूजन करावे; तथापि, 'द्वैतभावें पूजाविधी' ही स्थूलबुद्धी असून 'मूर्तिध्यानें तन्मयस्थिती' होणे हीच 'पूजनाची सिद्धी' होय, हे कधीही विसरू नये, पूजाविसर्जन झाल्यानंतरही सगुण मूर्तिचे अनुसंधान विसर्जित करू नये, ते अखंड ठेवावे, असे श्रीएकनाथांनीही उपदेशिले आहे.[२०]

त्यांनी 'भागवतात' मूर्तिपूजेचे विवरण केले आहे. त्यात रेचकपूरककुंभकयुक्त प्राणसंयमनाचा उल्लेख आहे.[२१] यावरून मूर्तिपूजेलाही योगाचे अंग असल्याचे दिसून येते. 'पुरुषसूक्त'मंत्रातील 'पुरुष' हा विश्वव्यापक व विश्वातीत परमेश्वर आहे. आपल्या चर्मदृष्टीला न दिसणारा पण दिव्यदृष्टीला गोचर होणारा तो हजारो मस्तके, डोळे व पाय असलेला म्हणजे सगुण-साकार असलेला 'पुरुष' विश्व व्यापून२२ 'दशांगुले उरला' आहे,२३ या विधानाचा अर्थ श्रीज्ञानदेव व श्रीनामदेव या संतांप्रमाणे जे स्वदेहातच शोध घेतात त्या साधकांनाच उलगडतो. मूर्तिपूजाविधीतील पुरुषसूक्तमंत्राची सिद्धीदेखील आत्मारूपी विष्णुशी एकरूप झाल्याशिवाय होत नसते. अर्थात, आत्मदेवाचा अनुभव घेतल्यानंतरच समर्थ श्रीरामदासस्वामी अपेक्षितात तसे 'यथासांग' मूर्तिपूजारूपी पुण्यदायी कर्म म्हणजे सगुणोपासना करता येत असते.[२४]
संत श्रीरामानंदस्वामी यांनी 'दीपरत्नाकर'नामक ग्रंथांत अंतर्बाह्य पूजनयुक्त एकादशीची रीत वर्णिली आहे. ती समजून घेताना यथासांग सगुणोपासनेचे स्वरूप स्पष्ट होते. ते म्हणतात, की देवाचे पुढीलप्रमाणे अंतर्बाह्य पूजन करावयाचे असते -

'बाहेर पाटावर देवाची मूर्ती बसवावी तशीच अंतःकरणातही बसवावी; मूर्तीला गंगाजलाने स्नान घालावे व अंतरीं सत्रावीने न्हात असल्याचे अनुभवावे; बाहेर देवाला आसनावर बसवावे व देवाचे निर्विकल्प स्वरूप अंतरीं संचले असल्याचे अनुभवावे; बाहेर देव आपल्याहून वेगळा असल्याचे दिसते पण अंतरीं तो सर्वत्र असल्याची भावना करावी; बाहेरील देवाला चंदन, तुळसी मंजिरी चढवावी तर अंतरीं मी-तू-पण खंडून प्रेमरूपी चंदन लावावे; बाहेर देवाला सुमन म्हणजे फूल वहावे तर अंतरीं सु-मनाने अहंकाररूपी धूप जाळावा; बाहेर देवाला फळतांबुलाचा नैवेद्य अर्पावा तर अंतरीं अभिमानरूपी दक्षिणा ठेवावी की ज्यामुळे नारायण संतुष्ट होतो.'[२५]

सारांश, महाभक्त श्रीप्रल्हाद यांच्याप्रमाणे देवाचे सगुण रूप प्राप्त करून घेऊनच देवाची यथासांग उपासना करता येत असते व करावयाची असते.

* * * * *

संदर्भ व टिपा

१. दासबोध, ४.९.४ ते ७;

२. श्रीकबीरकृत दोहा : ज्यूं ज्यूं हरिगुण सांभलौ, त्यूं त्यूं लागै तीर। लागै थे भागा नहीं, साहनहार कबीर।।;

३. श्रीनामदेव, अभंग : निर्गुण निराकार होते शून्यपणें । ....;

४. (अ) श्रीबहिणाबाई, अभंग : षड्‌गुणैश्वर्यें थोर तू जालासी । नावडे आम्हांसी

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

काय तैसे ।।१।।; (ब) श्रीएकनाथी भागवत, १९.४९५ ते ५१५;
५. वेदेश्वरी, अध्याय ५;
६. श्रीनामदेव अभंग : धरी रे मना।। नामा म्हणे मनां होई रामरूप। अखंडित जप सोऽहं सोऽहं।।;
७. राम कबीरा एक है, कहन सुनन को दोय। दो करि सो जानई, सतगुरु मिला न होय ।। (भावानुवाद : एकरूपचि राम कबीर, म्हणावयासी दोन। घडली नाही भेट गुरूची, तयां दिसती दोन।।);
८. (अ) गीतारहस्य, खंड १, पृष्ठ क्र.२१८; (ब) श्रीयोगवासिष्ठ, निर्वाण प्रकरण-पूर्वार्ध, सर्ग क्र. २९, पृष्ठ क्र.९४९.
९. गीता, ४.९ : जन्मकर्म च मे दिव्य यो मे वेत्ति तत्त्वत:। आणि ७.३ : मनुष्यानां सहस्रेषु कश्चिद्यतति सिद्धये। यततामपि सिद्धानां कश्चिन्मां वेत्ति तत्त्वत:।।;
१०. विचारसागररहस्य, पृष्ठ क्र.६८-६९;
११. स्वामी विवेकानंद, भक्तियोग, पृष्ठ क्र.२५ ते २७;
१२. दासबोध, ११.९.४ व २०;
१३. ज्ञानदेव अभंग : मनें मुरऊनी करी राज रया । .....;
१४. पहा सिद्धसिद्धान्तपद्धती, प्रकरण क्रमांक ३;
१५. श्रीज्ञानदेव अभंग : नयनाचे शेजारी दशवे द्वार बापा।....;
१६. श्रीज्ञानदेव अभंग : तुज सगुण म्हणो की निर्गुण रे। .....;
१७. श्रीएकनाथी भागवत, ९.३३०;
१८. देवें देवोचि पूजिजे। देव होऊनि देवां भजिजे। हे वेदींचे निजबीज माझे। हेचि आगमीं बोलिजे मुख्यत्वें।। - श्रीएकनाथी भागवत, २१.४९४;
१९. श्रीयोगवासिष्ठ, उपशम प्रकरण, सर्ग क्र. ३१, पृष्ठे क्र. ६८८-६९०;
२०. श्रीएकनाथी भागवत, ३.८४४ : जाहलिया पूजाविसर्जन। विसर्जू नये अनुसंधान । अखंड हरिचे स्मरण। सर्वस्वें आपण सदा कीजे।।;
२१. पहा, श्रीएकनाथी भागवत, २७.१६४ ते १९२;
२२. स्वानुभवदिनकर, १२.१.६९,७५,८३,८४,९६-९९.
२३. पुरुषसूक्त श्लोक क्र. १ : ॐसहस्रशीर्षा पुरुष: सहस्राक्ष: सहस्रपात्। स भूमिं विश्वतो वृत्वाऽत्यतिष्ठद्दशांगुलम् ।।;
२४. मनाचे श्लोक, श्लोक क्र. १०० : यथासांग रे कर्म तेंही घडेना । घडे कर्म ते पुण्य गांठीं पडेना ।.;
२५. पृष्ठ क्र. १४२-१४३, स्वधर्मविचार, डॉ. विजय बाणकर, सकाळ प्रकाशन, पुणे, (प्रथमावृत्ती, जून २०२१)

- डॉ. विजय बाणकर,
बी - ११०९, ग्रासलँड हाऊसिंग सोसायटी,
मु. कोल्हेवाडी, पो. खडकवासला (आर.एस.),
पुणे - ४११०२४, (९३२५५८८०९५)

***

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

ज्ञानेश्वरीचे सहज स्मरण-३

पाणी जसे आपल्या वाहण्याच्या मार्गातील खड्डा पूर्ण भरल्याशिवाय पुढे वाहत नाही, तसे मार्गात भेटलेल्या दुःखितांचे दुःख दूर करून त्यांना संतुष्ट केल्याशिवाय संत पुढे जात नाहीत. उन्हाळ्यात उसाच्या रसाची दुकाने सर्वत्र आढळतात. उसाचा रस, रसाची साखर हा सर्वांचा आवडता पदार्थ असतो. तसेच दूध व दुधाचे तूप होते. रसवंतीच्या दुकानात गेल्यावर ओवी आठवते. 'नातरी साखरेचा माघौता। बुद्धिमंतपणेही करितां। परि ऊस नव्हे पंडुसूता। जियापरी।।' उसापासून साखर बनविता येते पण, कितीही बुद्धिवान असला तरी कुणाला साखरेपासून ऊस करता येणार नाही.

-नामदेव सदावर्ते

ज्ञानेश्वरीच्या ओव्यांचे सहज स्मरण सतत होत असते. कधी आकाशात चंद्र दिसला तर, **'चंद्र तेथे चंद्रिका। शंभू तेथे अंबिका। संत तेथे विवेका। असणे की जी।।'**. सकाळी नुकताच उगवलेला सूर्य दिसला तर अनेक ओव्या मनात गर्दी करतात. पण आपल्या मुखासमोर सूर्य दिसला तर,**'एऱ्हवी तरी मी कैसा। मुखाप्रती भानू कां जैसा। कही दिसे न दिसे ऐसा। वाणींचा नोहे।।'**

पौर्णिमेच्या दिवशी पूर्ण चंद्र दिसला तर, ही ओवी आठवते-**'अगा विश्वैकधामा। तुझा प्रसादु चंद्रमा। करो मज पुर्णिमा। स्फूर्तिची हे।।'**. आकाशात ढग पळताना दिसले, भासले तर, **'घरींचि राहटती घरी। पण घर काही न करी। अभ्र धावे अंबरी। अंबर ते उगे।।'** ही ओवी आठवते. आपल्याला आकाशात सूर्योदयापूर्वी सूर्याची प्रभा दिसते. ती प्रभा सूर्याबरोबर येते व सूर्याबरोबरच निघून जाते. सूर्योदयापूर्वी आकाशाकडे पाहिल्यावर ज्ञानेश्वरीची ही ओवी सहज आठवते. **'सूर्याच्या होण्या होईजें। की सूर्यासवेंचि जाईजें। हे विकलेपण साजें। प्रभेसी जैसें।।'**

सूर्योदयाच्या वेळी सूर्य बराच वेळ सहजपणे पाहता येतो. डोळ्यांना त्रास होत नाही. सूर्यबिंब लहान दिसते. तेव्हा ज्ञानेश्वरीतील ओवी आठवते.

'जैसे बिंब तरी बचके एवढे। तरी प्रकाशा त्रैलोक्य थोकडे।
शब्दाची व्याप्ति तेणे पाडे। अनुभवावी।।'

सूर्य रोज सकाळी जगातला अंधार दूर करीत व प्रकाशाचे राज्य निर्माण करीत पूर्वेकडून जणूं प्रदक्षिणेलाच निघतो. ज्ञानराज म्हणतात, **'कां जगाचे आंध्य फेडितु। श्रीयेंची राऊळे उघडितु। निघे जैसा भास्वतु। प्रदक्षिणे।।'** जगातील अंधार दूर करून ज्ञानाचा प्रकाश संत देतात.

प्रतिपदेच्या दिवशी सायंकाळी पाडव्याची चंद्रकोर सहज दिसत नाही. झाडाच्या फांदीच्या आधाराने ती चंद्रकोर बारकाईने शोधावी लागते. यावेळी ज्ञानराजांची ओवी आठवते.

'पाडिव्याचि चंद्रलेखा। निरुती दावावया शाखा।
दाविजे तेवी औपाधिका। बोली इया।।'

लहानपणी प्रवासाच्या वेळी गाडी चालू असता, खिडकीतून बाहेर पाहिल्यावर रस्त्यावरील झाडे वेगाने पळत आहेत, असे दिसे. मग गाडी थांबली की झाडेही थांबलेली दिसत. हा दृष्टिभास संत ज्ञानराजही

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

सांगतात-

'अथवा नांवे हन जो रिगे। तो थडियेचे रूख जाता देखे वेगें।
तेचि साचोकारे जो पाहो लागे। तंव रूख म्हणे अचळ।।'

शेतात पूर्वी धान्य स्वच्छ करण्यासाठी धान्य उफणले जात असे. उंचावर उभे राहून टोपलीतून किंवा सुपातून धान्य खाली ओततांना वाऱ्याच्या दिशेने धान्याची टरफले उडून जात व धान्याचे दाणे खाली जमिनीवर पडत असत. उडालेल्या टरफलास कोंडा म्हणतात. पूर्वी हे दृश्य शेतात दिसे. आता स्वयंचलित यंत्रांच्या वापराने शेतकऱ्यांचे कष्ट कमी झाले. पण ज्ञानराज म्हणतात, नुसता कोंडा कितीही वेळा उफणला तरी धान्याचे कण निघणार नाहीत. ज्या सिद्धांतासाठी हा दृष्टांत आहे, तो सिद्धांत असा की, वेदांचा खूप अभ्यास केला पण सर्वांभूती ईश्वर असल्याची अनुभूती आली नसेल तर वेदांचा अभ्यास निरर्थक आहे. ज्ञानेश्वरीतील ओवी आठवते-

'अर्जुना वेदविद जऱ्ही जाहला। तरि मातें नेणतां वाया गेला।
कण सांडुनि उपणिला। कोंडा जैसा।।'

वृत्तपत्रात आपण अनेक गुन्हेगारीच्या, खुनाच्या वार्ता वाचतो. मुलाने आईचा, बापाने मुलाचा खून केल्याच्या बातम्या वाचल्यावर ज्ञानेश्वरीच्या काही ओव्या आठवतात. कोणत्याही मार्गाने द्रव्य, पैसा मिळविण्यासाठी दुसऱ्याचे प्राणही दुष्ट घेतात. आपल्या पाशवी आशा पूर्ण करण्यासाठी दुसऱ्यावर अत्याचार करणारी प्रवृत्ती सर्वकालात असते. हे गुन्हेगार कामाच्या उपभोगासाठी अन्यायाने द्रव्य मिळवितात. लूटमार करताना संधी साधून खून करतात. दुसऱ्यांचे प्राणघात करून द्रव्य मिळविल्यानंतर त्यांना सुखसमाधान कसे मिळणार? ज्ञानराज म्हणतात-

'एकाते साधूनि मारिती। एकाचि सर्वस्वे हरिंती। एकालागी उभारिती। अपाययंत्रे।।
परप्राणघाते। मेळविती वित्ते। मिनलिया चित्ते। तोषणे कैसे।।'

जी चांगल्या कुळात जन्माला आली आहे. लावण्यसुंदर आणि गुणवान आहे. अशी स्त्री आपल्या सुखी संसारात आलेली सवत सहन करीत नाही. अशी स्त्री आपली मानहानी असह्य झाल्यामुळे पतीला सोडून निघून जाते. ज्ञानेश्वरीत ज्ञानराज सांगतात-

'जिया उत्तम कुळीचिया होती। आणि गुणलावण्य आथी।
तिया आणिकीते न साहती। सुतेजपणे।।'

अर्जुनाच्या मूळ स्वभावात क्षात्रवृत्ती, वीरवृत्ती होती. युद्धप्रसंगी युद्धासाठी आलेले नातेवाईक, गुरू, बंधू पाहून त्याच्या मनात करुणावृत्ती निर्माण झाली. क्षात्रवीरवृत्ती ही जणू अर्जुनाची पत्नी, युद्ध न करण्याची करुणा, दयावृत्ती ही सवत आल्यावर क्षात्रवृत्ती निघन गेली. ज्ञानराज म्हणतात-

तव मनी गजबज जाहली। आणि आपैसी कृपा आली।
तेणे अपमाने निघाली। वीरवृत्ती।।

नवीन आलेल्या स्त्रीवर मोहित होऊन कामी पुरुष स्वतःच्या लग्नाच्या बायकोला विसरतो आणि वेड्याप्रमाणे तिच्या सांगण्याप्रमाणे आचरण करतो. वीरवृत्तीची सवत करुणावृत्तीमुळे अर्जुन युद्ध टाळू पाहत होता.

'नविये आवडीचेनि भरें। कामुक निजवनिता विसरे।
मग पाडेवीन अनुसरें। भ्रमला जैसा।।'

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

ग्राहक जे कापड मागेल ते दुकानदार ग्राहकाला दाखवतो. त्यातील आणखी निरनिराळे कापडाचे प्रकार दुकानदार दाखवितो. ग्राहकापुढे कापडाची रास तयार होते. तरी ग्राहकाला कापड पसंत पडत नाही. हे पाहून दुकानदार आणखी कापड दाखवितो. पसंत न पडलेल्या कापडांच्या पटापट घड्या करून बाजूस सारतो. ग्राहकाला कधी कापडाचा पोत आवडत नाही, तर कधी रंग आवडत नाही.

त्या कापड दुकानदाराप्रमाणे भगवान श्रीकृष्णाने गीताप्रसंगी अर्जुनाला विश्वरुप दाखविले, ते अर्जुनास पसंत पडले नाही. त्याने घाबरून हे विश्वरुप आवरून घे आणि चतुर्भुज रुपात ये, अशी विनंती केल्यावर भगवंताने विश्वरुप आवरून सौम्य कृष्णरुप दाखविले. ते रुप अर्जुनाला आवडले. यावेळी ज्ञानदेवांची ओवी आठवते-

हो कां जे कृष्णाकृतिचिये मोडी। होती विश्वरुपाची घडी।
ते अर्जुनाचिये आवडी। उकलूनी दाविली।।
तव परिमाणू वा रंगु। तेणे देखिले साविया चांगु।
तेथ ग्राहकीये नव्हेचि लागु। म्हणोनि घडी केली पुढती।।

अर्जुनाने भगवंताचे विराट स्वरुप असलेली विश्वमूर्ती आणि कृष्णमूर्ती या दोन्ही अत्यंत काळजीपूर्वक चित्तात पाहिल्या. पण त्याला विश्वमूर्तीपेक्षा कृष्णमूर्तीच अधिक लाभदायी वाटली. ज्ञानराज म्हणतात-

'तेणे देवाचिया दोनही मूर्ती। निकिया न्याहाळिलिया चित्ती।
तंव विश्वरुपाहूनि कृष्णाकृती। देखिला लाभू।।'

पावसाळ्याच्या दिवसात पाऊस थांबल्यावर घरापुढील रस्त्यावरुन पाणी वाहत होते. घरापुढे एक खड्डा होता. प्रथम तो खड्डा पाण्याने पूर्ण भरला व नंतर पाणी पुढे वाहू लागले. खड्ड्याला बाजूस सारून पाणी पुढे वाहत नाही. हे पाहून ओवी आठवली.

'निम्न भरलियाविने। पाणी ढळोचि नेणे।
तैसे श्रांता तोषोनि जाणे। सामोरे पां।।'

पाणी जसे आपल्या वाहण्याच्या मार्गातील खड्डा पूर्ण भरल्याशिवाय पुढे वाहत नाही, तसे मार्गात भेटलेल्या दुःखितांचे दुःख दूर करून त्यांना संतुष्ट केल्याशिवाय संत पुढे जात नाहीत. उन्हाळ्यात उसाच्या रसाची दुकाने सर्वत्र आढळतात. उसाचा रस, रसाची साखर हा सर्वांचा आवडता पदार्थ असतो. तसेच दूध व दुधाचे तूप होते. रसवंतीच्या दुकानात गेल्यावर ओवी आठवते.

'नातरी साखरेचा माघौता। बुद्धिमंतपणेही करितां।
परि ऊस नव्हे पंडुसूता। जियापरी।।'

उसापासून साखर बनविता येते पण, कितीही बुद्धिवान असला तरी कुणाला साखरेपासून ऊस करता येणार नाही. तसेच दुधापासून तूप करता येते तसे तुपापासून पुन्हा दूध करता येणे शक्य नाही. ज्ञानराज म्हणतात-

'म्हणोनि तूप होऊनि माघौते। जेवी दूधपणा न येचि निरूतें।
तेवि पावोनियां जयाते। पुनरावृत्ति नाही।।'

एकदा उसाची साखर झाली की पुन्हा तिचा ऊस होणार नाही. दुधाचे तूप झाल्यावर पुन्हा तुपाचे दूध होणार नाही, तसे भक्त माझ्या रुपात समरस, एकरुप झाल्यावर पुन्हा त्याला जन्ममृत्यूची पुनरावृत्ती नाही.

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

आम्ही लहान असताना आमच्या आजीच्या घरी पोपट पाळलेला होता. आजी पोपटाचा पिंजरा रोज स्वच्छ करीत असे. त्यावेळी त्या पिंजऱ्याचे दार पूर्ण उघडे असूनही पोपट बाहेर येत नसे. पिंजऱ्यातील आडव्या दांडीवर तो बसलेला असे, दरवाजा उघडा असूनही पोपट बाहेर पडून उडून जात नाही, याचे आश्चर्य वाटे. तो प्रसंग आठवताच आज ओवी आठवते.

'जैसी ते शुकाचेनि आंगभारें।
नळिका भोविन्नली येरी मोहरें।
तरी तेणे उडावें परि न पुरें।
मनशंका।।'

पिंजऱ्याच्या नळीवर बसलेला पोपट पिंजऱ्याचा दरवाजा उघडा असूनही बाहेर येऊन उडून जात नाही. आपल्याला येथे बांधून ठेवलेले आहे. अशी पोपटाच्या मनाची खात्री झालेली असते. नळी उलटी फिरेन व आपण पडून मरू अशी शंका असल्याने पोपट उडत नाही. आपणही संसारात स्वतःला असेच बांधून घेत असतो. आपण मुक्त असूनही बद्ध आहे, असे समजून संसारातून बाहेर पडून परमार्थ करीत नाही.

घरातल्या देव्हाऱ्यासमोर बसून देवपूजा करणारे लोक आपण अनेक वेळा पाहतो. रोज सकाळी स्नानानंतर देवपूजा षोडशोपचाराने सर्वत्र केली जाते. देवाचे चांदीचे टाक व काही पितळी देवप्रतिमा असतात. त्यांना तांब्याचा पत्रा लावलेला असतो. श्रद्धापूर्वक केलेल्या देवपूजेमुळे गृहस्थांना आनंद, समाधान व मनःशांती मिळते. ही देवपूजा करीत असताना नामस्मरणासोबत अनेक श्लोक, स्तोत्र म्हटले जातात. शेवटी आरती व नैवेद्य दाखवून पूजा केली जाते. त्यामुळे घरात पावित्र्य निर्माण होते. धूप, दीप, उदबत्ती यामुळे घर प्रसन्न बनते. या देवपूजेच्या प्रसंगी काही ओव्या आठवतात. या ओव्या श्रीभगवानुवाच असल्याने मला आवडतात.

'माझी मूर्ती निफजवी। ते घराच्या कोनी बैसवी।
आपण देवो देवी। यात्रे जाय।।'

भगवंत म्हणतात, तो भक्त माझी मूर्ती तयार करून आणतो व घराच्या कोपऱ्यात बसवतो व स्वतः इतर देवदेवतांच्या यात्रेस जातो. नेहमी माझी पूजा करतो. घरात शुभ कार्य निघाले, पर्वकालात कुळदेवतांची पूजा करतो. एकादशीच्या दिवशी तो मला मान देतो आणि पंचमी आली की, नागाची पूजा करण्यास धावतो. चतुर्थी आली की मला विसरून गणेशाचा भक्त बनतो. नवरात्र आले की नवचंडीच्या पूजेला बसतो. रविवारी भैरवाला नैवेद्य दाखवितो आणि सोमवार उगवला की बेलपत्री घेऊन लिंगपूजेसाठी धावतो. असा क्षणभरही शांत न बसता अखंड देवपूजा करतो. ज्ञानराज म्हणतात-

ऐसा अखंड भजन करी। उगा नोहे क्षणभरी।
आघवेन गावद्वारी। अहेव जैसी।।

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

पूर्वी चार रस्त्यावर भूत-पिशाच्चांसाठी बळी ठेवण्याची प्रथा होती. फुटक्या खापराच्या तुकड्यावर भाताचे पिंड ठेवून हे बळी चार रस्त्यावर ठेवलेले आजही आढळतात. तसेच तो बळी खाणारी कुत्रेही दिसतात. असे बळी व ते खाणारी कुत्री पाहून ज्ञानेश्वरीची ओवी आठवते.

‘कां षडूस खापरी वाढिले। वाढूनि चोहटां रात्री सांडिले।
तें सुणियांचेचि ऐसे झाले। जियापरी।।’

खेडेगावात कधी कधी कमी पाण्याच्या तळ्यात म्हशी, रेडे धुण्यासाठी आणतात. एखादा रेडा पाण्यात खूप वेळापासून बसलेला असतो. त्याला पाण्यातून उठविण्याचा प्रयत्न करणारे लोक पाहून ज्ञानेश्वरीची ओवी आठवते.

‘अहो, ऐकिजात असे की अवधारा। तंव इया बोला निवांत म्हातारा।
जैसा म्हैसा नुठी कां पुरा। तैसा उगाचि असे।।’

गणेशोत्सवातील मंडपावरील मूर्ती पाहून ज्ञानराजाची ओवी आठवते.

‘मज सहजाते करिती। स्वयंभाते प्रतिष्ठिती।
निरंतराते आव्हानिती। विसर्जिती गा।।

श्री गणेश निराकार असून, त्याला अनेक आकार देतात. निरुपाधिक असून, त्याची पूजाअर्चा करतात. स्वयंभू असून प्रतिष्ठापना करतात आणि विसर्जनही करतात. अनाम असून नावे ठेवतात. गुणातित असून, त्याचे गुणवर्णन करतात. सर्वत्र असून मर्यादित ठायी मानतात. ज्ञानराज म्हणतात-

‘जव आकारू एक पुढां देखतीं। तव हा देव येणे भावे भजती।
मग तोचि बिघडलिया टाकिती। नाही म्हणोनि।।’

रात्रीच्या वेळी दिव्याच्या ज्योतीवर झेपावणारा पतंग किडा स्वतः मरतो आणि दिवा विझवून अंधार करतो, हे पाहून ज्ञानेश्वरीतील ओवी आठवते-

‘कां आपण आंगे जळे। आणि नागवी जगाचे डोळे।
पतंगु जैसा सळे। दीपाचेनि।।’.

सामान्य प्रसंगांतून ज्ञानेश्वरीचे सहज स्मरण करून देणाऱ्या ज्ञानदेवांना वंदन.

- नामदेव सदावर्ते,
पसायदान बंगला, मानकर मळा,
मखमलाबाद, नाशिक

***

रुक्मिणी स्वयंवर साक्षात वसंत पंचमी

वसंत पंचमी हा निसर्गाचा उत्सव आहे. निसर्ग कशाला म्हणायचे, हे एक भलतेच कोडे आहे. माझ्या मते निसर्ग म्हणजे कोणत्याही कारणांनी सनातन उपज आपला व्यवहार सांडत नाही व ती सनातन प्रवृत्ती आपले कार्य करीत राहते. मनुष्य, जीव जंतू आणि वृक्षवल्ली हे सर्व दृश्यविषय नैसर्गिक आहेत. जोपर्यंत दृश्य देह अस्तित्वात असतो, तोपर्यंत देह आपला नैसर्गिक व्यवहार सांडत नाही. म्हणून तर अध्यात्म व संतांची शिकवण आहे की मनाला आवर घाला, संयमी बनवा व आपल्या आधीन ठेवा.

-बंडोपंत कुलकर्णी

रुक्मिणी स्वयंवराला साक्षात वसंत पंचमी असे का म्हटले, असा प्रश्न वाचकाच्या मनात डोकावून जाणे स्वाभाविक आहे. स्वयंवर या शब्दाचा अर्थ पाहताना स्वयंवर म्हणजे 'स्व-निवड', संस्कृतमध्ये स्वयम् म्हणजे 'स्व' आणि वर म्हणजे 'पती'. स्वयंवर ही प्रथा सनातन काळापासून आहे. विवाहासाठी वधू ही आपल्याला सुयोग्य वर स्वतः निवडणे व त्या निवडलेल्या वराशी लग्न करून संसार उभा करणे. पूर्वी मातृसत्ताक व्यवस्था होती. त्यामुळे पूर्वकाळात मुलींना वर निवडण्याचा अधिकार होता. तथापि, महिला म्हणून येणाऱ्या संचार निर्बंधांमुळे सर्व विवाह इच्छुक वर मंडळीस निमंत्रित करून स्वयंवर करीत. पण स्वयंवर या प्रकाराचे अनुसरण राजे महाराजांच्या कुटुंबात जन्माला आलेल्या मुलींनी केला, त्यांचीच ओळख वा माहिती समाजाला झाली. सामान्य कुटुंबातील मुलीचे स्वयंवर इतिहास म्हणून पुढे आले नाही. समाजात वधू परीक्षा पूर्वीही प्रचलित होती व आजही काही अंशी आहे.

आजचे स्वरूप थोडे वेगळे आहे. आज मुली स्वतःचे अस्तित्व आणि कर्तृत्व सिद्ध करण्यासाठी तयार आहेत. म्हणून स्वतःचा जोडीदार निवडताना आज वर व वधू एकमेकांशी संवाद साधतात. संवादातून विचार जुळले की लग्न करण्यास पसंती दर्शवितात. पूर्वी वराचे कौशल्य पाहत व आता वैचारिकता तपासून पाहतात. वैचारिक मूल्य जोपासल्या शिवाय अंगी कौशल्य येत नाही. मनात असते ते मुखातून बाहेर पडते आणि मनातील ते अंगी भिनून कृतीतून बाहेर पडते. वैचारिकता महत्त्वाची आहे. म्हणून आज समाजात रुजत चाललेली लग्न ठरण्यापूर्वी व वधू संवाद ही एक प्रकारची वधू-वर परीक्षा आहे. यातील वधूचा सहभाग याला पूर्व काळात स्वयंवर शब्द प्रचलित होता. सीता स्वयंवर, द्रौपदी स्वयंवर, रुक्मिणी स्वयंवर वगैरे असे अनेक स्वयंवर प्रसिद्ध आहेत. स्वयंवर ही तत्कालीन समाजमान्य विवाह पद्धती आहे. विवाहास उपयम, परिणय, उद्वाह, उपयाम, पाणिग्रहण वगैरे अनेक पर्यायवाची शब्द आहेत.

हिंदू पंचांगानुसार माघ महिन्यातील शुक्ल पक्षातील पंचमी तिथीला वसंत पंचमी साजरी केली जाते. ही तिथी शिशिर ऋतूमध्ये येणारी माघ शुद्ध पंचमी म्हणून ओळखली जाते. वसंत ऋतूचे स्वागत करण्यासाठी हा दिवस साजरा करतात. या पंचमीला ज्ञानपंचमी असेही म्हणतात. वसंत फेब्रुवारी ते एप्रिल महिन्यांदरम्यान असतो. या ऋतूत निसर्गात नवीनतेची, हिरव्या वनस्पतींनी सजलेल्या प्रदेशाची आणि फुलांनी बहर, सुगंध घमघमाट व त्याची भरभराट असते. वसंत ऋतूत हवामान समशितोष्ण असते, त्यामुळे लोकांना ह्या ऋतूतील सौंदर्याचा अनुभव मन प्रसन्न करणारा व मनाला सर्वांगाने उभारी देणारा असतो. वर नमूद केल्याप्रमाणे वसंत पंचमी हा एक विशेष हिंदू सण वसंत ऋतूच्या आगमनाच्या वेळेस साजरा केला जातो. या दिवशी सरस्वती

पूजा केली जाते. कारण सरस्वती ही ज्ञान, संगीत आणि कला यांची देवी आहे. अशाप्रकारे वसंत पंचमीचा जो वसंत ऋतूच्या आगमनाशी संबंधित आहे. वसंत पंचमी, होळी, शिवरात्री, सरस्वती पूजा, बैसाखी, महावीर जयंती, बिहु, गुढी पाड़वा असे मुख्य सण वसंत ऋतूत येतात.

वसंत पंचमी हा निसर्गाचा उत्सव आहे. निसर्ग कशाला म्हणायचे, हे एक भलतेच कोडे आहे. माझ्या मते निसर्ग म्हणजे कोणत्याही कारणांनी सनातन उपज आपला व्यवहार सांडत नाही व ती सनातन प्रवृत्ती आपले कार्य करीत राहते. मनुष्य, जीव जंतू आणि वृक्षवल्ली हे सर्व दृश्यविषय नैसर्गिक आहेत. जोपर्यंत दृश्य देह अस्तित्वात असतो, तोपर्यंत देह आपला नैसर्गिक व्यवहार सांडत नाही. म्हणून तर अध्यात्म व संतांची शिकवण आहे की मनाला आवर घाला, संयमी बनवा व आपल्या आधीन ठेवा. ज्याला जे हवे ते मिळाल्यानंतर तो सुखी व अंशात्मक आनंदी होणे हा निसर्गनियम आहे. वसंत पंचमी एक असाच उत्सव आहे. जसे वृक्षवल्ली निसर्गाशी, जशी वसंत पंचमी सुखदायक आहे तसे मनुष्यासाठीदेखील तितकाच आल्हाददायक आहे.

मानवाने स्वतःच्या अस्वस्थ प्रकृतीला स्वस्थ बनवण्यासाठी निसर्गाच्या सान्निध्यात गेले पाहिजे, असे म्हणण्याऐवजी या सनातन देहाला नैसर्गिक गुण धारण करण्यास पोषक असा धर्म आणि कार्य करण्यास मनाला प्रवृत्त करावे. निसर्ग एक अशी अजब जादू आहे की, तो मानवाला त्याच्या सर्व वेदनांचे तात्काळ पुरेसे विस्मरण करवितो. जर या निसर्गाचे सान्निध्य सतत राहिले, तर त्याचा मानव जीवनावर फारच खोल प्रभाव पडतो व त्याचा परिणाम निरंतर राहतो. जसे सतत सुंदर भासणारा निसर्ग वसंत ऋतूत सोळा कलांनी फुलून उठतो. यौवन हा जर आपल्या मानवी जीवनाचा वसंत आहे, तर वसंत ऋतू सृष्टीचे यौवन आहे. भगवान श्रीकृष्णाने गीतेत 'ऋतूनाम् कुसुमाकरः' असे म्हणून ऋतुराज वसंत महिमा गायले आहे. संस्कृत सुभाषित मानवी पंचमीचे वर्णन खालील प्रमाणे केले आहे.

उपस्थमुदरं जिह्वा हस्तौ पादौ च पञ्चमम्।
चक्षुर्नासा च कर्णौ च धनं देहस्तथैव च।।

अर्थ - पंचम म्हणजे जनेंद्रिय, उदर, जीभ, हात आणि पाय, तसेच डोळे, नाक, कान, धन आणि शरीर हे सर्व समान आहेत.

वायुः समुद्गतो नाभेरुरोहृत्कण्ठमूर्द्धसु।
विचरन् पञ्चमस्थानप्राप्त्या पञ्चम उच्यते।।

अर्थ - नाभी, मांड्या, हृदय, मान आणि डोक्यातून हवा वाहते. जेव्हा ती पाचव्या स्थानावर पोहोचते तेव्हा त्याला पाचवा म्हणतात.

जसे वसंत ऋतूत पानगळ होऊन नवपालवी येते. ज्यास चैत्र पालवी म्हणतात. याच प्रकारचे नवपालवीसम प्रेम चैतन्य माता रुक्मिणीच्या मनात भरून आले होते. रुक्मिणी स्वयंवराची मूळ कथा महाभारतात आहे. नंतर ती कथा भागवतात आहे. पद्मपुराणातही ती येते. आद्य पुराणिक शुकमुनींनी भागवत कथन करताना ती कथा जनमानसात नेली आणि त्याच कथेवर नरेंद्र कवीने रुक्मिणीस्वयंवर हे रसाळ काव्य रचले, हे वाचनात येते. महाभारत आणि इतर पुराणांनुसार रुक्मिणीचे वडील भीष्मक आणि आई शुद्धमती. भीष्मक हे विदर्भ राज्याचा राजा भोज वंशातील होते. रुक्मिणीला पाच मोठे भाऊ होते - रुक्मी, रुक्मरथ, रुक्मबाहू, रुक्मकेश आणि रुक्मनेत्र अशी त्यांची नावे होती.

सुस्वरूप, गुणवान आणि पराक्रमी श्रीकृष्णाची कीर्ती ऐकून रुक्मिणीचा भाऊ रुक्मी हा कृष्णद्वेषी झाला होता. श्रीकृष्ण व रुक्मिणी ही जोडी दैवी निधान होते. जेव्हा भगवान विष्णू व माता लक्ष्मी यांनी श्रीकृष्ण आणि रुक्मिणीरूपात अवतार घेतला, तेव्हा मानवी देहाच्या बंधनामुळे त्यांनी वेगवेगळ्या ठिकाणी जन्म घेतला. माता लक्ष्मी ही रुक्मिणी रूपात विदर्भ राजा भीष्मक, माता शुद्धमती यांच्या पोटी, तर भगवान

विष्णू हे श्रीकृष्ण रूपात वासुदेव व माता देवकी यांच्या पोटी जन्माला आले. जेव्हा धर्माला ग्लानी येते तेव्हा पुन्हा कर्तव्यमूलक धर्म स्थापन करण्यासाठी व स्वतःच्या आचरणातून संस्कार मूल्य जाणवून देऊन प्रत्येक जिवात नव चैतन्य भरण्यासाठी ईश्वर अवतार घेतात. माता रुक्मिणी व श्रीकृष्ण यांचे जीवन हे त्याचेच निदर्शक आहे.

श्रीकृष्ण हे गुणवान आणि पराक्रमी असल्याचे नारदमुखी गुणवर्णन ऐकून रुक्मिणी त्यांच्यावर भाळली व तिच्या रोमारोमात प्रेम पालवी बहरलीख असे म्हटले जात असेल तरी नाते दैवी होते व गुणगान निमित्तमात्र होते. कारण श्रीविना कृष्ण परिपूर्ण नाहीत. श्री ही लक्ष्मी आणि कृष्ण साक्षात मानवी देहातील विष्णू होते. रुक्मिणी बंधू रूक्मी हा कृष्णद्वेषी असल्याने द्रौपदीचा विवाह शिशुपालाशी व्हावा, असे त्याच्या मनोमन होते. शिशुपाल हा राजा दमघोष आणि कुंतीची बहीण श्रुतश्रवा यांचा मुलगा होता. म्हणजे श्रीकृष्ण व शिशुपाल हे आतेभाऊ होते. रुक्मिणीचा विवाह शिशुपाल याच्याशी लावून द्यावा, यासाठी रूक्मी हिरिस पडला होता. त्यांनी रुक्मिणीच्या संमतीविना तिची स्वयंवर योजना आखली. त्या स्वंयवरासाठी श्रीकृष्णास निमंत्रण न देण्याचे व शिशुपालाचा विजय घडवून रुक्मिणीने त्याची निवड करावी, अशी योजना रुक्मिणीस्वंयवर रचण्यामागे होती. रुक्मिणीला त्याचा कुटील हेतू लक्षात आला होता. श्रीकृष्णाच्या प्रेमात आकंठ बुडालेल्या, विरहात व्याकूळ झालेल्या रुक्मिणीला काहीच सूचत नव्हते. पळून जाऊन विवाह करण्याशिवाय तिला पर्याय दिसत नव्हता. त्यामुळे तिने आपला मानस श्रीकृष्ण यांना कळविण्याचे ठरविले. म्हणून तिने संदेश लिहिला आणि तिच्या सेवेत असलेल्या सेवकामार्फत तो खलिता श्रीकृष्णाकडे पोहचविला. याच लिखित संदेशाला सृष्टीतील प्रथम प्रेमपत्र म्हटल्यास वावगे होणार नाही. तेव्हा भगवान श्रीकृष्ण यांनी रुक्मिणी स्वयंवर स्थानी येऊन सर्वांसमक्ष रुक्मिणीचे हरण केले. तेव्हा रुक्मी-श्रीकृष्ण आणि श्रीकृष्ण-शिशुपाल यांच्यात तुंबळ युद्ध झाले. त्यात श्रीकृष्णाचा विजय झाला. ही महाभारतात आलेली कथा होय.

ही कर्णमधुर कथा या महानुभाव पंथी कवी नरेंद्र यांनी रुक्मिणीस्वयंवर या काव्यग्रंथात रसाळ पद्धतीने लिहिली आहे, असे वाचनात येते. त्यानंतर संत एकनाथ महाराज यांनी रुक्मिणी स्वयंवर नामक काव्यग्रंथ आपल्या पद्धतीने निर्माण केला. रुक्मिणीस्वयंवर हा एकनाथ महाराज यांचा पहिला आख्यानपर ग्रंथ आणि त्यांनी तो ग्रंथ वाराणसी येथे इ. स. १५७१ च्या रामनवमीस पूर्ण केल्याचे वाचनात आहे. एकनाथांनी या ग्रंथाद्वारे भागवतातील मूळ कथानकाला धार्मिक व्रतवैकल्याचे रूप दिले. कारण विवाह इच्छुक तरुण-तरुणी सुयोग्य जोडीदार मिळावा व ज्यांचे विवाह जुळून येत नाहीत त्यांना सुयोग्य जोडीदारासह विवाह जुळून यावा, म्हणून या ग्रंथाचे पारायण करण्याची प्रथा आहे. इतकेच नव्हे तर ज्यांचे विवाह झाले आहेत ते संसारात श्रीकृष्ण व रुक्मिणी यांच्यासम प्रेम नांदावे यासाठी या ग्रंथाचे परायण करतात. ज्यांच्या सोबतीत मनुष्य वाढतो त्या सोबतीच्या गुणांची संगत करीत असतो. सोबत गुण की संगत गुण ही म्हण त्यामुळेच आहे. तशी रुक्मिणी स्वयंवर ग्रंथाचे पारायण करण्यास सुरुवात केल्यावर श्रीकृष्ण व रुक्मिणी यांच्यातील प्रेमभावाची सोबत होते व पारायण करीत गेल्यावर त्यांच्या निस्सीम प्रेमभावाची संगत होऊन व्रत करणाऱ्यांच्या हृदयात बिंबते. याचा परिणामम्हणजे मानवी मनात जोडीदाराविषयी आकर्षण, त्या आकर्षणातून सतत जोडीदाराचे चिंतन व चिंतनातून प्रेमाच्या व्याप्तीची उकल होत जाते. प्रेमाची व्याप्ती कळल्यावर मन आकर्षणापासून दूर जाते व प्रेमावर स्थिर होते. देहाकर्षण संपल्याने जोडीदाराचा आंतरिक भाव जाणता मन विवाहास सज्ज होते. दोन्हींकडील अवस्था एकरूप होता विवाह जुळून येतो. ज्यांचे विवाह झाले ते पतिपत्नी प्रेमामुळे एकमेकांचे अर्धांग होतात. प्रेम ही अद्वैत अवस्था असते. त्यामुळे आपपरभाव संपल्याने दृश्यात दोन दिसत असले तरी अभेद प्रेमामुळे ते एकात्म असतात.

वसंत ऋतूच्या आगमनाची चाहूल शिशिर ऋतूत लागत असली, तरी वसंत पंचमी शिशिर ऋतूत साजरी

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

करण्याचे कारण काय असावे. सर्व ऋतूत सतत आकर्षक वाटणारा निसर्ग वसंत ऋतूमध्ये लोभस बनतो. स्वतःच्या आगळ्या सौंदर्याने तो माणसाला स्वतःचा विसर होण्यास प्रवृत्त करतो. त्या काळात मनुष्यातील अहंकार व अहंभाव संपुष्टात येतो, स्वार्थ संपतो. शिशिर ऋतूत वसंत पंचमी साजरी करताना पानगळ सुरू होते व वसंत ऋतूत नावपालवी बहरून येते. प्रेम हे नवपालवीप्रमाणे असेल तर वसंत ऋतूत वसंत पंचमी का साजरी केली जात नाही? प्रेम हे फक्त नवपालवीप्रमाणे नसून प्रेम त्याग आहे. जेव्हा त्याग घडतो, तेव्हाच त्यागलेल्या गोष्टीचे महत्त्व उमगते व त्यातून निखळ आनंद प्राप्त होतो. त्याग हा सत्य जाणण्याचे साधन आहे. संन्यास व वैराग्य साधण्यासाठी कठोर साधना करावी लागते. जेव्हा सत्य जाणले जाते, तेव्हा सत्य चित्ताधीश होतो व चित्ताधीश चित्तात फक्त आनंद असतो. मनुष्य सच्चिदानंद होतो.

सच्चिदानंद स्वरूप ही मानवी मनातील नवपालवी आहे. पंचमी ही पानगळ आणि नवपालवी यांना साधणारा संधीकाल आहे. विवाह हादेखील स्वार्थ आणि परमार्थ यांच्यातील संधीकाल आहे. धर्म, अर्थ, काम आणि मोक्ष हे पुरुषार्थ मानवी उत्थान व जीवन साफल्यकारक आहेत. विवाह हा काम या पुरुषार्थाचा अंशात्मक भाग आहे. यजुर्वेदात एक मंत्र आहे. **मधुश्च माध-वश्च वासन्तिकावृतुः** अर्थात मध आणि माधवाने वसंत ऋतू व्यापला. **'मधुमाधव वसंत युक्त। कृष्ण म्हणे तो मी ऋतू।'** एकनाथी भागवत. मधु म्हणजे काम आणि माधव म्हणजे सकाम विषय निवृत्तीतून स्वतःचा मालक वा स्वामी होऊन वावरणे. कारण श्रीकृष्ण संसारात सकाम वावरले असले तरी त्यांनी विषय आपल्या अखत्यारीत वा अधीन केले नाहीत. उलट ते विषयांचे स्वामी होते व विषय त्यांच्या अखत्यारीत होते. मधु व माधव दोन्हींचा पंचमभाव शिशिर ऋतू व वसंत ऋतूच्या संधीकाळात दडलेले आहेत. पंचमभाव म्हणजे अपत्य, विद्या, बुद्धि, ज्ञान, प्रेम, व भाग्य यांची पराकाष्ठा वा परा अवस्था होय. अपत्य, विद्या, बुद्धि, ज्ञान, प्रेम, व भाग्य हे साध्य असूनही त्यापासून विरक्त होणे, अगर त्यांच्या एकत्रित परिणामापेक्षा श्रेष्ठ भावात मनाचा विसर्ग होणे वा भाव धारण करणे. तो भाव म्हणजे प्रेम होय. हाच प्रेमभाव साधून रुक्मिणी स्वयंवर आयोजन व त्याच प्रेमभावातून श्रीकृष्णाने त्या स्वयंवरातून रूक्मिणीचे हरण केले व त्याचे प्रतीक म्हणून शिशिर-वसंत संधीकाळातील पंचमी गाठून श्रीकृष्ण रुक्मिणी विवाह झाला. म्हणून तर रुक्मिणी स्वंयवर ही श्रीकृष्ण रुक्मिणी विवाह साक्षात वसंत पंचमी ही समाजात व मनामनात नित्य साजरी होत असते. कारण प्रेम हा वसंत असून प्रेम मानवी देहातील पंचमहाभूत, पंच ज्ञानेन्द्रिय, पंच कर्मेंद्रिय व पंचप्राण यात व्यापून जाता मनुष्य वसंत होतो. जसे माउली म्हणते-

रुप पाहतां लोचनीं। सुख जालें वो साजणी।।
तो हा विठ्ठल बरवा। तो हा माधव बरवा।।

यात रूप हे संसार आहे, संसाराचे स्वरूप कळल्यावर आत्मानुभूती होते, म्हणजे आत्मानंद जिथे आत्म साजणी सुखावते. हे कशाने घडते, तर विठ्ठल अवस्था व त्यातून जन्मलेले सकाम मन विषयाधीन न होता स्वतःचा स्वामी होऊन वावरत असल्याचे अनुभवल्यावर. म्हणजेच माधव भावनेत असताना. त्यामुळे फक्त विठ्ठल अवस्था व माधव भाव चांगला. हीच अवस्था व भावना वसंत पंचमीत आहे, म्हणून वसंत पंचमीला रुक्मिणी स्वंयवर तिथी म्हणून साजरा करतात. आत्मा मालिक। श्री कृष्णार्पणमस्तु।।

- **बंडोपंत दि. कुलकर्णी,** सोलापूर
जिल्हा न्यायाधीश, पुणे

***

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

‘ज्ञानेश्वरी’तील आत्मा दर्शक सौंदर्यस्थळे : भाग ४

म्हणोनि पडला विसरु आत्मबोधाचा

स्वसुखापेक्षा आत्मधर्म भगवंताला मोलाचा वाटतो. काय आहे प्रत्यक्षात हा आत्मधर्म? काय स्वरूप आहे त्याचे? पाप कर्माचा, पापाचा विनाश आणि पुण्याची पहाट हाच तो आत्मप्रकाश! तीच भगवंताची मूर्ती होय ही जाणीव अर्जुनाला करुन देतात श्रीकृष्ण. याच तत्वासाठी भगवंताचा युगानुयुगे अवतार असल्याची स्पष्टोक्ती श्रीकृष्ण देतात. अशा अवताराची खरीखुरी ओळख अन् जाणीव ज्यांना आहे, तो खरा विवेकी! याशिवाय जन्म, तसेच कर्मातील अविकार जो समजून उमजून घेतो, जाणून घेतो तो तर परममुक्तच की झाला, ही आहे ग्वाही भगवंताची!

-डॉ. सुनील शिंदे

योगसाधना, योग स्थिती काय आहे अथवा कशी असावी याबाबतीत भगवान श्रीकृष्ण गीतेत जसे अचूक विश्लेषण-मार्गदर्शन करतात तेवढाच मार्मिक आणि नेमका असा विस्तार माउली संत ज्ञानोबाराय ज्ञानेश्वरीत करतात. या योग स्थितीबरोबरच आत्मबोधाची संगतवार मांडणीही केलेली दिसते. आत्मा तसेच आत्मबोधासंदर्भात माऊलींचे समर्पक विश्लेषण मुळातून समजून घ्यावे लागते.

अर्जुनाला उत्साही बोध करताना ’कथिला परी ते वार्ता’ अशी प्रगल्भ जाणीव करुन देतानाच श्रीकृष्ण योग स्थिती, तसेच आत्मिक बलाची परंपरा कथन करताना अप्रतिम सिद्धांत ते सांगतात. योग स्थितीची विलक्षण परंपरा भगवान विस्तारपूर्वक निर्देशितात. देहभाव आणि विकार माणसाला भरकटवतात. अर्थातच देहभावाची जाणीव अथवा त्यासंदर्भात आहारी जाणे, त्याचप्रमाणे विकारांअधीन होणे यामुळे आत्मबोधाचा विसर होतो, ही प्रगल्भ जाणीव माउली करून देतात.

मग देव म्हणे अगा पंडुसुता। हाचि योगु आम्हीं विवस्वता।
कथिला परी ते वार्ता। बहुवां दिवसांची।।१६।।
मग तेणें विवस्वतें रवी। हे योगस्थिति आघवी।
निरूपिली बरवी। मनूप्रती।।१७।।
मनूनें आपण अनुष्ठिली। मग इक्ष्वाकुवा उपदेशिली।
ऐसी परंपरा विस्तारिली। आद्य हे गा।।१८।।
एवं परंपराप्राप्तमिमं राजर्षयो विदुः।
स कालेनेह महता योगो नष्टः परंतप।।२।।
मग आणिकही या योगाते। राजर्षि जाहले जाणते।
परी तेथोनि आतां सांप्रतें। नेणिजे कोणी।।१९।।
जे प्राणियां कामी भरू। देहाचिवरी आदरू।
म्हणोनि पडला विसरू। आत्मबोधाचा।।२०।।

स्वसुखापेक्षा आत्मधर्म भगवंताला मोलाचा वाटतो. काय आहे प्रत्यक्षात हा आत्मधर्म? काय स्वरूप आहे त्याचे? पाप कर्माचा, पापाचा विनाश आणि पुण्याची पहाट हाच तो आत्मप्रकाश! तीच

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

भगवंताची मूर्ती होय ही जाणीव अर्जुनाला करुन देतात श्रीकृष्ण. याच तत्वासाठी भगवंताचा युगानुयुगे अवतार असल्याची स्पष्टोक्ती श्रीकृष्ण देतात. अशा अवताराची खरीखुरी ओळख अन् जाणीव ज्यांना आहे, तो खरा विवेकी! याशिवाय जन्म, तसेच कर्मातील अविकार जो समजून उमजून घेतो, जाणून घेतो तो तर परममुक्तच की झाला, ही आहे ग्वाही भगवंताची! जीवनाच्या, जगण्याच्या वाटचालीत ज्याचा आत्मा ढळला नाही, मोहमायेने चळला नाही अथवा देहाच्या आधीन झाला नाही, तो भगवंती पंचत्वी पावलाच म्हणून निश्चित समजून जावे. कामनाशून्य होणे-असणे, क्रोध तो काय त्याच्या वाटेसही न लागता अलिप्त झाला तो श्रेष्ठात्मा आत्मबोधे पावला, हेच खरे महाराज. तर मग हाच आत्मबोध, अविकार, कामनाशून्यता, परममुक्ती आहे तरी कोणत्या रुपात, त्याविषयीची भगवंताची भूमिका पाहा माउलींच्या पुढील विश्लेषणाधारे-

स्वसुखे विश्व कोंदे। धर्मचि जगीं नांदे।
भक्तां निघती दोंदें। सात्विकाचीं।।५५।।
तैं पापाचा अचळु फिटे। पुण्याची पहाट फुटे।
जैं मूर्ति माझी प्रगटे। पंडुकुमरा।।५६।।
ऐसेया काजालागी। अवतरें मी युगीं युगीं।
परि हेंचि वोळखे जो जगीं। तो विवेकिया।।५७।।
जन्म कर्म च ने दिव्यमेवं यो वेत्ति तत्वतः।
त्यक्त्वा देहं पुनर्जन्म नैति मामेति सोऽर्जुन।।९।।
माझे अजत्वें जन्मणें। अक्रियताचि कर्म करणें।
हें अविकार जो जाणे। तो परममुक्त।।५८।।
तो चालिला संगे न चळे। देहींचा देहा नाकळे।
मग पंचत्वीं तंव मिळे। माझांचि रूपीं।।५९।।
वीतरागभयक्रोधा मन्मया मामुपाश्रिताः।
बहवो ज्ञानतपसा पूता मद्भावमागताः।।१०।।
एऱ्हवीं परापर न शोचिती। जे कामनाशून्य होती।
वाटा केवेळीं न वचती। क्रोधाचिया।।६०।।
जे सदा मियांचि आथिले। माझिया सेवा जियाले।
कां आत्मबोधे तोषले। वीतराग जे।।६१।।

आत्मबोधाचे हे आहे अवघे सार. आत्मबोधाचे हे आहे विलक्षण दर्शन.

- डॉ. सुनील शिंदे
'दत्त सुकृत', 'व्हेलेन्सिया रेसेडेन्सी',
बी-विंग, फ्लॅट नं. १०४, पहिला मजला,
अगस्ती सहकारी साखर कारखाना रोड,
अकोले, जि. अहमदनगर
(मो. ९४२३०४५३४२/९०७५९९४३३२)

***

आत्मा मालिक चैत्र महोत्सव-२०२५

दिनांक ८ ते १२ एप्रिल २०२५ दरम्यान रोजी आत्मा मलिक ध्यान योग मिशनद्वारा कोकमठाण येथे प. पू. आत्मा मालिक माऊली, सर्व संतांच्या सानिध्यात व अनेक ठिकाणांवरून आलेल्या आत्मप्रेमी भाविकांच्या उपस्थितीत आत्मा मालिक चैत्र महोत्सव भव्य-दिव्य स्वरूपात साजरा झाला.

चैत्र महोत्सवानिमित्त ज्या आत्मप्रेमी भाविकांनी ४५ दिवसांचे उपवास व्रत, पाच दिवस पाण्यावरील उपवासासह अनुष्ठान केले होते, त्यांच्या अनुष्ठानाची पूर्तता ९ एप्रिल रोजी संतपिठाकडून करण्यात आली. चैत्र महोत्सवादरम्यान दैनंदिन कार्यक्रमांतर्गत पहाटे ४ ते ६ दरम्यान श्री पादुका अभिषेक, ध्यान, भजन सेवा व सकाळची आरती झाली. होम-हवन करण्यात आले. सकाळी ६ ते ७ वाजता योगशिक्षक शहा यांच्या मार्गदर्शनाखाली योगाचे सत्र झाले. योग निरोगी आरोग्यासाठी सर्वांसाठी आवश्यक असून, त्याने शरीर व मनाचे स्वास्थ्य चांगले राहते. योगः कर्मसु कौशलं असे म्हटले जाते.

सकाळी ९ ते ११.३० वाजता भजन, मौन, ध्यान व सत्संग-आरती झाली. दुपारी ४ ते ५ या वेळेत श्री संत ज्ञानेश्वर माऊलींच्या हरीपाठाचा कार्यक्रम टाळ मृदंगाच्या गजरात पार पडला. सायंकाळी ५ ते ६ दरम्यान मौनध्यान व आरती झाल्यानंतर आलेल्या भाविकांनी रांगेतून सद्गुरू आत्मा मालिक माऊलींचे दर्शन घेतले.

चैत्र महोत्सवासाठी आश्रमाच्या वतीने महिनाभर आधीपासून पूर्वतयारी चालू होती. आलेल्या भक्तांचे उन्हापासून रक्षण व्हावे यासाठी मांडव टाकण्यात आला होता. आत्मदेव मंदिर, सत्संग हॉल इतर ठिकाणी सुंदर विद्युत रोषणाई करण्यात आलेली होती. प्रवेशद्वारानजीक सर्वांसाठी थंड ताक घेण्याची व्यवस्था होती. सत्संगानंतर सर्व भाविकांसाठी प्रसाद भोजनाची व्यवस्था होती. त्यासाठी आश्रमातील श्री. बाळसाहेब गोरडे, श्री. प्रकाश गिरमे व श्री. भट सर्वतोपरी लक्ष देत होते.

दिनांक ११ रोजी सकाळच्या सत्संगासाठी महादेवी सत्संग हॉलमध्ये भाविकांची उपस्थिती मोठ्या संख्येने होती. प. पू. सद्गुरू व संतांच्या सान्निध्यात सत्संग सुरू झाला. प्रथमतः रामरायाची भजने झाली. संत परमानंद महाराज यांनी आत्मा मालिक ध्यानपीठाच्या वतीने चैत्र महोत्सवासाठी आवर्जून आलेल्या सर्व भाविकांचे मनःपूर्वक वंदन करून स्वागत केले. श्रीगुरूंच्या व संतांच्या चरणी नमस्कार केला. ते आपल्या मार्गदर्शनात म्हणाले, सन २०१६ मध्ये प्रथम चैत्र महोत्सव पार पडला. त्यानंतर आजचा हा दहावा चैत्र महोत्सव कोकमठाण चैतन्यपुरीत होत आहे. पुण्यनगरी (पुणे) या ठिकाणी साधारण १३० वर्षांपूर्वी प. पू. जंगली महाराज यांच्या समाधीपूर्व काळात प्रगट केलेली विश्वात्मक स्वरूप आत्मा षडचक्रांकित आत्मस्वरूपाची प्रतिमा प. पू. सद्गुरूंनी घेऊन त्याचा विश्वात्मक आत्मसंदेश समस्त विश्वकल्याणासाठी देण्याचे महत्कार्य ४० वर्षांपासून या चैतन्यपुरी कोकमठाण आश्रमात आरंभिले.

सर्व देवदेवतांचा मूळ देव आत्मा निर्गुण-निराकार परब्रह्म एकमेव परमात्मा. परमात्मा त्याचे स्वरूप, सर्वांठायी असलेले आत्मस्वरूप जीवात्मा होय व त्यांचे आत्मज्ञान देण्याचे विश्वात्मक कार्य प. पू. सद्गुरू प्रसादेन आत्मज्ञान होय. सत्संगात पाण्यावरील उपवासाचे अनुष्ठान केलेले उपस्थित आहेत. श्री गुरुकृपेशिवाय कोणतेही व्रत शक्य नाही. भक्तांना आत्म ध्यानातून स्वरूप दर्शन होण्यासाठी प. पू.

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

सद्‌गुरूंचे अनेक देव-देवतांनंतर आगमन झाले आहे. श्रीसद्‌गुरू साक्षात परमात्मास्वरूप, सगुण ब्रह्म स्वरूपयोगी आहेत. आत्मसंदेश देण्यासाठी प. पू. सद्‌गुरू कोकमठाणातून एकांतात पदयात्रा करीत सौराष्ट्रातील अरवतारिया या स्थळी ३० वर्षांपूर्वी गेले होते. तेथील भाविक घनश्याम आज येथे आहेत.

झाला आत्मस्वरूप शरीराचा भाव,
उजळला दीप श्री गुरुकृपे

प. पू. बाबांचा आत्मसंदेश सर्वांसाठी आहे. सबका मालिक आत्मा व तो जाणण्यासाठी आत्म्याचे ध्यान. जे ध्यान सर्व देवीदेवतांनी केले. प्रत्यक्ष ब्रह्मा-विष्णू-महेश या त्रिदेवांनीही आत्मध्यान केले. प. पू. सद्‌गुरूंनी आत्मध्यानाची अखंड तपश्चर्या केली आणि आत्मस्वरूप प्रतिमा सर्वांना आत्मध्यानासाठी दिली. आत्मचिंतनातून आत्मध्यान केल्याने मनुष्यास शाश्वत आनंदाची, सुख-समाधानाची प्राप्ती होते. माध्यान काळाची आत्मदेवाची आरती झाली. तद्‌नतर हृदय निवासी बांदल यांना सर्वांच्या वतीने भावपूर्ण श्रद्धांजली वाहण्यात आली. सबका मालिक आत्मा जयघोष झाला. उपस्थित सर्व भाविकांनी रांगेतून प. पू. सद्‌गुरूंचे मनोभावे दर्शन घेतले.

चैत्र महोत्सव २०२५ या सर्व कार्यक्रमाचे आत्मा मालिक ध्यानपिठाच्या वतीने थेट प्रक्षेपण करण्यात आले होते. त्याचा अनेक भाविकांना उपयोग झाला. सत्संगानंतर दुपारी या महोत्सवासाठी अन्नदान केलेल्या भाविकांचा प. पू. सद्‌गुरूंच्या हस्ते सत्कार करण्यात आला. या महोत्सवात श्री संत परमानंद महाराज यांनी आत्मा मालिक शरणाष्टक आत्मस्वरूप तव शरणं पद्य श्लोक स्वरूपांत लिहून श्रीसद्‌गुरू चरणी सादर केले.

सत्संगांत आत्मदेवाची पालखी आनंदाने नाचत आत्मा मालिक जयघोषात आली.

दिव्य सोहळा पाहुनी डोळा
देह हा माऊली झाला, माऊली झाला।
रंग रंगला जीव रंगला, भुवरी आनंदी आनंद झाला।
माऊली उभी, भेट पंढरी, जीव चरणी अर्पण केला
देह विठ्ठल देह विठ्ठल।।

दिनांक ११ एप्रिल रोजी सायंकाळी चैत्र चौदस पावन दिवशी दिंडी सोहळा आयोजित करण्यात आला. वाद्यपथक, विद्यार्थी वर्ग, भक्त भाविक, संत यांनी दिंडी सोहळ्यात भाग घेतला. चैतन्यपुरीत नगर प्रदक्षिणा करून सोहळा आत्मस्वरूप मंदिरी आला. आत्मदेवाची आरती झाली. चैत्र मास चौदसनिमित्त अनेक भाविकांनी प. पू. सद्‌गुरुंकडून रात्री नामदान घेतले.

सत्संगात संत परमानंद महाराज यांनी आत्मा मालिक ध्यानयोग मिशनतर्फे आलेल्या भाविकांना येणाऱ्या ५ जुलै ते ७ जुलै २०२५ दरम्यान आत्मा मालिक ध्यानपीठात होणाऱ्या वार्षिक श्री गुरु पौर्णिमा महोत्सवाचे सस्नेह निमंत्रण दिले. भगवान महावीर जन्मोत्सवाचे स्मरण करून सर्वांना शुभेच्छा दिल्या.

१२ एप्रिल रोजी चैत्र पौर्णिमा व श्री हनुमान जयंतीनिमित्त ध्यान, भजन आदी कार्यक्रम झाले. पाच दिवस चाललेला चैत्र महोत्सवाचा भव्य सोहळ्याची चैत्र पौर्णिमेला सांगता झाली. महोत्सवासाठी तन-मन-धन अर्पण करून सहाय्य केलेल्या सर्वांचे आत्मा मालिक ध्यानयोग मिशनच्या वतीने आभार मानण्यात आले.

|| आत्मा मालिक ||

-बी. के. गायकवाड,
प्लॉट क्र. ५, नव महाराष्ट्र को. ऑप. हौसिंग सोसायटी,
सातारा रोड, अरण्येश्वर कॉर्नर,
पुणे-४११००९ मो. नं. ९४०३०२६१६४

***

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

जीवन ध्येय

मनुष्य का जीवन केवल एक जैविक यात्रा नहीं है, बल्कि एक गहन आध्यात्मिक यात्रा है। भारतीय दर्शन के अनुसार, आत्मा नित्य, शुद्ध और ब्रह्मस्वरूप है। जन्म लेने से पूर्व आत्मा एक दिव्य और पूर्ण चेतना की अवस्था में रहती है। जीवन में आने के बाद, भौतिक संसार के मोह और विकारों के कारण, वह दिव्यता आच्छादित हो जाती है।जीवन का वास्तविक ध्येय इस मूल दिव्यता को पहचानना, उसका विकास करना और उसी में स्थिर हो जाना है। इस लेख में हम विस्तार से जानेंगे कि आत्मा की दिव्यता क्या है, वह जन्म के पश्चात कैसे प्रभावित होती है, और कैसे हम अपने जीवन को उसी दिव्यता के विकास के लिए समर्पित कर सकते हैं।

-नरेश यादव

आत्मा की दिव्यता : एक परिचय

'आत्मा' शब्द संस्कृत के अत् धातु से निकला है, जिसका अर्थ है चलने वाला, जीवंत चेतना। उपनिषदों के अनुसार आत्मा सच्चिदानंद स्वरूप है- अर्थात् सत्य, चेतना और आनंद का सार। आत्मा न उत्पन्न होती है, न नष्ट होती है; वह शुद्ध, अविनाशी और निरंतर विद्यमान है।

छांदोग्य उपनिषद में आत्मा की शुद्धता को इन शब्दों में व्यक्त किया गया है: तत्त्वमसि (तुम वही ब्रह्म हो।) जन्म से पूर्व आत्मा पूर्ण दिव्यता के साथ ब्रह्म से संयुक्त रहती है। वहाँ न कोई अज्ञान है, न वासनाएँ, न भेद। केवल अखंड शांति और आनंद है।

भौतिक जीवन में आत्मा का आवरण

धरती पर जन्म लेने के बाद आत्मा शरीर, मन और इन्द्रियों के माध्यम से भौतिक संसार से जुड़ती है। इस जुड़ाव के कारण आत्मा पर काम, क्रोध, लोभ, मोह और अहंकार जैसे विकारों के आवरण चढ़ने लगते हैं। भगवद्गीता में श्रीकृष्ण अर्जुन से कहते हैं :

आवृतं ज्ञानमेतेन ज्ञानिनो नित्यवैरिणा। (अध्याय ३, श्लोक ३९)

अर्थात् - वासना रूपी शत्रु द्वारा आत्मा का ज्ञान आवृत हो गया है। इसी कारण मनुष्य अपनी मूल दिव्यता को भूल जाता है और स्वयं को केवल शरीर और मन के स्तर पर पहचानने लगता है।

जीवन का सच्चा ध्येय: दिव्यता की पुनः प्राप्ति; संसार के समस्त बाह्य आकर्षणों के बीच भी, आत्मा की अंतर्यात्रा रुकी नहीं है। जीवन का परम उद्देश्य है - अपने भीतर छुपी दिव्यता को जाग्रत करना और उसी में स्थिर हो जाना।

भगवद्गीता के एक श्लोक में यह प्रेरणा दी गई है: उद्धरेदात्मनात्मानं नात्मानमवसादयेत्। (अध्याय ६, श्लोक ५) अर्थात्- मनुष्य को स्वयं अपने द्वारा ही अपने को ऊपर उठाना चाहिए। दिव्यता की इस खोज में आत्मचिंतन, साधना, सेवा और संयम हमारे श्रेष्ठ साधन बनते हैं।

आत्मा की दिव्यता को बढ़ाने के उपाय कुछ इस तरह से सुझाए गए है-

१. आत्मचिंतन और आत्मनिरीक्षण

प्रत्येक दिन का कुछ समय आत्मनिरीक्षण के लिए निकालना चाहिए। महाभारत में कहा गया है, स्वाध्यायेनात्मानं विमृशेत्। अर्थात्- स्वाध्याय द्वारा आत्मा का मनन करो। जब हम अपने विचारों, वाणी और कर्मों का निरीक्षण करते हैं, तो धीरे-धीरे भीतर का अज्ञान छंटने लगता है और आत्मा की निर्मलता प्रकट होती है।

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.

२. साधना और ध्यान

पतंजलि योगसूत्र का प्रसिद्ध सूत्र है : योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः। अर्थात् - योग चित्त की वृत्तियों को शांत करने का नाम है। ध्यान साधना द्वारा हम अपने मन की चंचलता को शांत कर सकते हैं और आत्मा के शाश्वत स्वरूप का साक्षात्कार कर सकते हैं। नियमित ध्यान से भीतर शांति, आनंद और दिव्य प्रेम की अनुभूति होती है।

३. सत्संग और आध्यात्मिक साहित्य का अध्ययन

तुलसीदास जी ने कहा: संत संगति मोहि मोहि पावन। एवम बिनु हरिकृपा न मिलहि सुजाना।
सत्संग - सज्जनों का संग - आत्मा के लिए अमृत समान है। सच्चे साधुजनों के संपर्क में आने से अंतःकरण शुद्ध होता है, संकल्पों में पवित्रता आती है और दिव्यता का प्रस्फुटन होता है।

४. सेवा और परोपकार

ईशोपनिषद में त्याग का संदेश है : तेन त्यक्तेन भुञ्जीथा। अर्थात् - त्यागपूर्वक भोग करो। सेवा करने से अहंकार घटता है और करुणा, प्रेम तथा एकात्मता का उदय होता है। निःस्वार्थ सेवा आत्मा की शक्ति को बढ़ाती है और उसे ब्रह्म से जोड़ती है।

५. व्रत, संयम और नियमों का पालन

जीवन में संयम और साधना से ही आत्मा की आंतरिक ऊर्जा जागृत होती है। संयम में वाणी का, आहार का और मन का नियंत्रण सम्मिलित है।
मनुस्मृति में कहा गया है : धर्म एव हतो हन्ति धर्मो रक्षति रक्षितः। अर्थात् - धर्म का नाश करने वाला स्वयं नष्ट होता है, धर्म का पालन करने वाला स्वयं की रक्षा करता है। सच्चा संयम और नियमबद्ध जीवन आत्मा को विकारों से मुक्त करता है और उसकी दिव्यता को चमकाता है।

आत्मिक दिव्यता के लक्षण

जब आत्मा की दिव्यता प्रकट होने लगती है, तो जीवन में अद्भुत परिवर्तन दिखाई देते हैं:

-निरंतर आंतरिक आनंद का अनुभव
- गहन शांति और संतुलन
- सब जीवों में एकत्व का भाव
- अहंकार, क्रोध, वासना आदि विकारों का क्षय
- सेवा, करुणा और प्रेम का उदय

ऐसा व्यक्ति स्वयं आनंदस्वरूप बन जाता है और अपने आसपास भी शांति व प्रेरणा का वातावरण निर्मित करता है।

निष्कर्ष यही है मनुष्य का जीवन केवल भौतिक सुख-सुविधाओं के लिए नहीं है। वास्तविक जीवन वह है जिसमें हम अपने भीतर के ब्रह्मस्वरूप आत्मा को पहचानते हैं, उसके साथ एकत्व स्थापित करते हैं, और उसी दिव्यता में स्थिर हो जाते हैं। जीवन का वास्तविक फोकस आत्मा की मूल शुद्धता को फिर से उजागर करने पर होना चाहिए। इसके लिए साधना, सेवा, संयम और आत्मचिंतन के द्वारा स्वयं का विकास करना आवश्यक है। जब हम अपने भीतर के परमात्मा का अनुभव करते हैं, तब न केवल हमारा जीवन पूर्णता को प्राप्त करता है, बल्कि समस्त सृष्टि के लिए भी एक प्रेरणा बनता है।
यही जीवन की सच्ची सफलता है। और अंत में पुनः दोहराता हूँ- आत्म शुद्धि ही जीवन का परम लक्ष्य है और इस की प्राप्ति केवल ध्यान व सद्गुरु कृपा से संभव है। अत:आत्मा की दिव्यता को पहचानना और उसे विकसित करने का नित्य नियोजन हमारा प्रयास हमारी जीवन यात्रा को पूर्ण करेगा यही मोक्ष है। यही मानव जीवन का सर्वोच्च ध्येय है।- अतः गुरु कृपा में कह रहा हूँ -

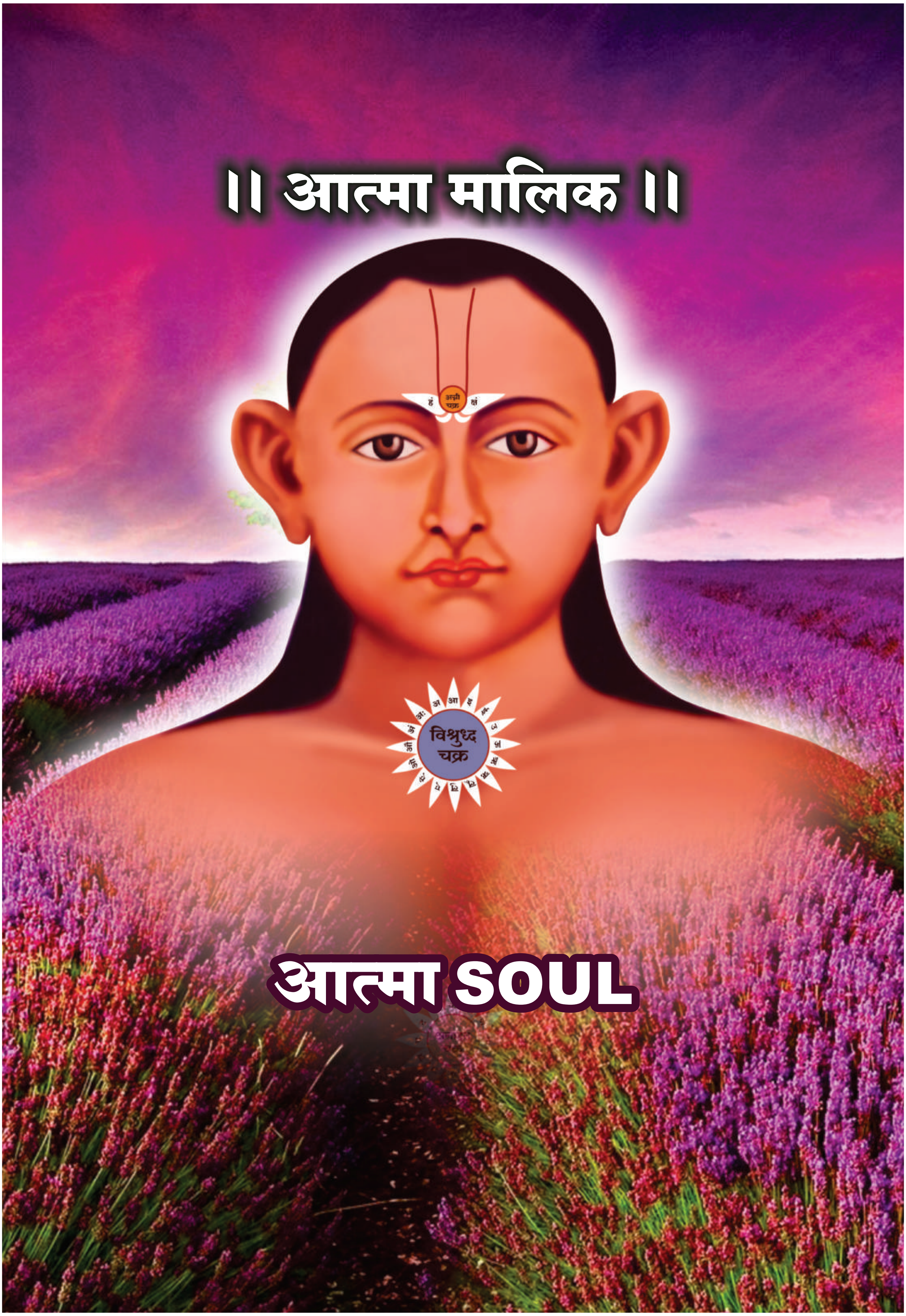
देह परे कुछ और है, अंतर बड़ा बसंत। गुरुकृपा यदि बन गई, जीवन मृत्यु अंत।।

आत्मा मालिक।

- नरेश यादव,
आत्मा मालिक परिवार, इंदौर

✻✻✻

सर्व देवांचा देव आत्मा! आत्मा हा प्रत्येकाच्या हृदयात निवास करतो व तो ध्यानाने प्राप्त होतो.



✻ प्रेषक ✻

संपादक, मासिक ॐ गुरुदेव

विश्वात्मक जंगली महाराज आश्रम ट्रस्ट, कोकमठाण,

मु.पो.कोकमठाण (चैतन्यपुरी), शिर्डी-कोपरगांव रोड,

ता. कोपरगांव, जि. अहमदनगर (महाराष्ट्र)-४२३६०१