।। सबका मालिक आत्मा ।।



आत्मशक्ती नवरात्रोत्सव

निमित्त सर्व आत्मप्रेमी भाविकांना

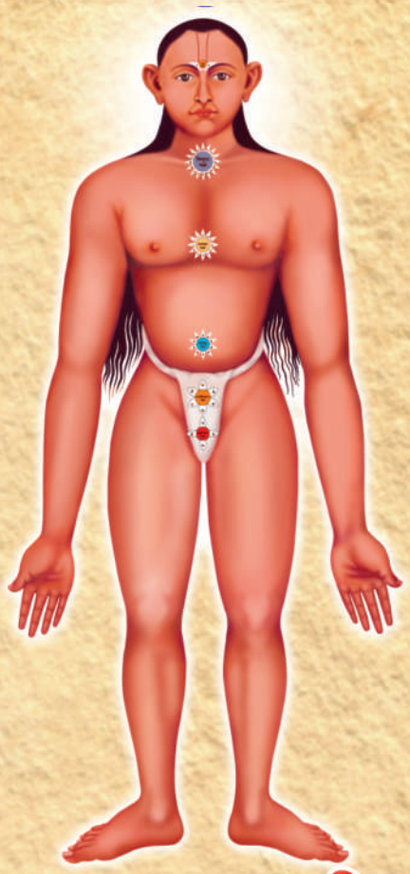
हार्दिक शुभेच्छा!

आत्मचिंतनाद्वारे
विश्वशांतीचा संदेश देणारे मासिक

।। ॐ गुरुदेव ।।

आत्मा मालिक

ऑक्टोबर - २०२६



।। 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 २५ वे अंक १० वा ऑक्टोबर २०२६ ● 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)

विलास गायकवाड,
मो. ९९२२१७४२११

संपादकीय - आत्मोन्नतीचा मार्ग - संत परमानंद महाराज ४

अमृतानुभव दर्शन ४ वर्णनातीत आत्मा - नामदेव सदावर्ते ६

निराशा - बंडोपंत कुलकर्णी १०

ऐसी कर्मगती, ऐसा ध्यानी ज्ञानिया (भाग ९) अजपा जपणे उलट प्राणाचा.. - डॉ. सुनील शिंदे १४

संतचरणी जावे शरण - बी. के. गायकवाड १६

एक पाती - नरेश यादव ११

सद्गुरू वंदना महोत्सव - बी. के. गायकवाड २३

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.



संपादकीय

आत्मोन्नतीचा मार्ग

मन आणि इंद्रिये प्राणशक्तीने एकत्र बांधून टाकलेली आहेत. अंतर्निरीक्षण व मौन यांच्याद्वारे त्यांना जबरदस्तीने वेगळे करणे हे अशास्त्रीय आहे. मन जेव्हा चिंतन करीत असते, तेव्हा ते परमात्मस्वरुपात परत जाण्याचा प्रयत्न करीत असते. त्या मनाला इंद्रिये आपल्या प्रभावाने शरीराकडे खेचत असतात. साधना, ज्यामध्ये जीवनशक्तीमार्फत मनाला प्रत्यक्ष रीतीने काबूत आणले जाते, ती परमतत्वाकडे पोहचण्याचा सोपा, सर्वात परिणामकारक व शास्त्रशुद्ध मार्ग आहे. परमतत्वाकडे पोहचण्यासाठी इतरही मार्ग आहेत. मात्र, योगाद्वारे हा प्रवास अधिक वेगाने होतो.

-संत परमानंद महाराज

मनुष्य हा मायेच्या किंवा निसर्गनियमांच्या अधीन असतो. त्याच्या शरीरात वाहणारा प्रवाह हा बहिर्मुख असतो. या प्रवाहाचा इंद्रियांकडून दुरुपयोग होतो व नाश होतो. योगाच्या अभ्यासाने या प्रवाहाची दिशा बदलली जाते. प्राणशक्तीचा विनियोग अंतर्विश्व जागृत करण्यात होतो. प्राणशक्तीचे मेरुदंडात संचारणाऱ्या कुंडलिनीशक्तीशी मीलन घडवून आणले जाते. कुंडलीनी शक्ती जागृत झाल्याने योग्याचे शरीर व त्याच्या मेंदूच्या पेशी जणू अमृतप्रवाहाने पुनर्जीवित होतात. जीवाला जडदेहाशी संलग्न करून टाकणाऱ्या श्वास-उच्छवासरुपी रज्जूस तोडून योगक्रिया आयुष्य वाढवते आणि साधकाची जाणीव परमात्मस्वरुप समजण्यासाठी व्यापक होते. मन व जडदेहात जखडलेली इंद्रिये यांच्यात चालत असलेला हा विग्रह योगतंत्र थांबवते आणि साधकास शाश्वत सुखाचा लाभ मिळवून देते. यानंतर त्याला ज्ञान होते की, त्याचे खरे अस्तित्व हे देहाच्या पिंजऱ्यात किंवा श्वासोच्छवासात नाही.

मन आणि इंद्रिये प्राणशक्तीने एकत्र बांधून टाकलेली आहेत. अंतर्निरीक्षण व मौन यांच्याद्वारे त्यांना जबरदस्तीने वेगळे करणे हे अशास्त्रीय आहे. मन जेव्हा चिंतन करीत असते, तेव्हा ते परमात्मस्वरुपात परत जाण्याचा प्रयत्न करीत असते. त्या मनाला इंद्रिये आपल्या प्रभावाने शरीराकडे खेचत असतात. साधना, ज्यामध्ये जीवनशक्तीमार्फत मनाला प्रत्यक्ष रीतीने काबूत आणले जाते, ती परमतत्वाकडे पोहचण्याचा सोपा, सर्वात परिणामकारक व शास्त्रशुद्ध मार्ग आहे. परमतत्वाकडे पोहचण्यासाठी इतरही मार्ग आहेत. मात्र, योगाद्वारे हा प्रवास अधिक वेगाने होतो.

योगशास्त्राची निर्मिती धारणा व ध्यान यांच्या अभ्यासाच्या सर्व पद्धतींचा अनुभव घेऊन केलेली आहे. योगाभ्यासामुळे दृष्टी, श्रवण, वास, चव आणि स्पर्श यांच्या इंद्रियांपासून प्राणशक्तीला आपल्या इच्छेनुसार वाटेल तेव्हा साधक बाहेर खेचू शकतो. अशा तऱ्हेने ज्ञानेंद्रियांपासून आपली जाणीव अलग केल्यावर तो आपले चित्त पारलौकिक किंवा ऐहिक विषयांकडे वळवू शकतो. त्यास मनोविकार व अस्वस्थ विचार यांनी भरलेल्या ऐहिक क्षेत्राकडे प्राणशक्ती त्याच्या मनाविरूद्ध परत आणू शकत नाही.

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

योगात प्रगती केलेल्या योग्याच्या जीवनावर पूर्वकर्मांचा काही परिणाम होत नाही. आत्माच त्याला मार्गदर्शन करीत असतो. सामान्य जीवाला मंदगतीच्या उत्क्रांती अवस्थांतून टप्प्याटप्प्याने जावे लागते. या सर्व टप्प्यांवर त्याच्या चांगल्या किंवा वाईट अहंकारयुक्त कर्मांचे परिणाम जणू एखाद्या परीक्षकाप्रमाणे त्यास अधिकाधिक उन्नत करीत असतात. पण योगाभ्यासूला हा कमीगतीचा आणि टप्प्याटप्प्याने प्रवास करणारा मार्ग टाळता येतो.

आत्मोन्नतीच्या या उच्च प्रतीच्या साधनेने योगी अहंकाराच्या बेडीतून मुक्त होतो आणि तो सर्वव्यापक होतो. याउलट सामान्य माणसाला गुलामगिरीचाच अनुभव घ्यावा लागतो. त्याला उत्क्रांतीच्या नैसर्गिक टप्प्यांटप्प्यांतून जावेच लागते. त्याला अनेक जन्म घ्यावेच लागतात. मनुष्याच्या शरीरात किंवा मनात या आत्म्याची थोडी जरी अवज्ञा झाली तरी त्याचे पर्यवसान शरीरात रोग किंवा मनामध्ये विकृती होण्यात होते. मनुष्य आपल्या निरर्थक अहंकारामध्ये फार समरस होतो. त्यामुळेच तो मी विचार करतो, मी कार्य करतो, मला वाटते, मी अन्नाचे पचन करतो, मी स्वतःला जीवंत ठेवतो अशा प्रकारची अहंभावना सतत बाळगत असतो. त्याने बारीक विचार केला तर त्याला समजेल की तो इतरांपेक्षा स्वतंत्र असे काहीच करीत नाही. तो हे सर्व एखाद्या सांगकाम्याप्रमाणे म्हणजे आजूबाजूची परिस्थिती, पूर्वकर्म व निसर्ग यांच्यानुसारच करीत असतो. प्रत्येक मनुष्याच्या बौद्धिक प्रतिक्रिया, भावना, मनःस्थिती आणि सवयी या त्याच्या पूर्वजन्मीच्या किंवा चालू जन्मातील कार्यकरणसंबंधामुळे निश्चित केल्या जातात. या सर्वांच्या वरती आत्मा राज्य करीत असतो. तत्कालीन खऱ्या वाटणाऱ्या गोष्टींकडे दुर्लक्ष करून बेलगाम विचारांना दूर ठेवत योगी या सर्व मायाजालातून बाहेर पडतो व अनिर्बंध अशा परमतत्त्वाप्रत जातो. अशा प्रकारे योगाच्या माध्यमातून मनुष्यास अध्यात्मिक सत्याची, आत्मतत्वाची प्रचीती करून घेता येते.

सच्चा योगी हा शारीरिक वासनांशी मिथ्यारुपाने निगडित होणारे आपले विचार, इच्छा, भावना मागे खेचून घेतो व मन, चित्त, मेरुदंडातील चक्रामध्ये वास करीत असलेल्या अतिंद्रिय शक्तीशी युक्त होऊन परमेश्वराने ज्या स्वरुपात हे जग निर्माण केले, त्या स्वरुपाच्या जगात राहतो. आपली परमोच्च आकांक्षा सफल झाल्यावर तो अक्षय परमानंदमय तत्त्वाच्या अंतिम लोकामध्ये सुरक्षित राहतो. म्हणून भगवान श्रीकृष्ण गीतेत म्हणतात, तप करणाऱ्या तपस्व्याहून योगी अधिक उच्च आहे. तो ज्ञानी जनांहूनही अधिक श्रेष्ठ मानलेला आहे. योगी हा कर्मकांड करणाऱ्यांहूनही श्रेष्ठ आहे. म्हणून, हे अर्जुना, तू योगी हो.

||आत्मा मालिक||

- संत परमानंद महाराज,
संपादक

***

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



वर्णनातीत आत्मा

अमृतानुभव दर्शन ४

आत्मज्ञान शब्दांच्या सहाय्याने प्राप्त झाले तरी शब्द निमाल्यावरच आत्मानुभव मिळतो. कारण, आत्मा स्वसंवेद्य आहे. आत्मा ज्ञानरूप आहे. ज्ञानरूप आत्मा आपणच आपल्याला कसा आठवेल व कसा विसरेल? सूर्याला ज्याप्रमाणे रात्र व दिवस ही कल्पना नाही. अंधार व प्रकाश हे दोन्ही सूर्य जाणत नाही. सूर्य उगवण्यापूर्वी त्याला रात्रीच्या काळोखाचा नाश करावा लागत नाही. सूर्य नित्य प्रकाशरूप आहे. तसे स्वसंवेद्य, आपल्याला आपण जाणणारा असा आत्मा आहे.

- नामदेव सदावर्ते

संत ज्ञानेश्वर महाराज भगवद्गीतेचे वर्णन करताना नम्रतापूर्वक म्हणतात- त्या सच्चिदानंद पदाच्या ठायी शद्बब्रह्म जे वेद ते स्तब्ध झाले. शब्द मावळल्यावरच ब्रह्मत्वास प्रारंभ होतो. त्या भगवद्गीतेवर मराठी भाषेत भावार्थदीपिका असा ग्रंथ लिहिणे मला शक्य होईल काय?

हे असो शब्दब्रह्म जिये बाजे । शब्द मावळलेया निवांतु निजे ।
तो गीतार्थु मराठीचा बोलिजे । हा पाडू काई ।।९.२२

काय सांगावे शब्दांचे सामर्थ्य? शब्द ही फार उपयोगी वस्तू आहे. कारण स्मृतिदान देण्याविषयी याची मोठी प्रसिद्धी आहे. अमूर्त जो जीवात्मा तो आपल्या स्वरुपाला विसरला आहे. त्याला स्वरुपस्थितीवर आणणारा शब्द हा आरसा नाही काय? जसे आरसा आपले आपल्याला अज्ञात मुखाचे ज्ञान करून देतो. तद्वत जीवाला ज्ञान तत्वमसि महावाक्यरुप शब्दाने होते. म्हणून शब्द हा अमूर्ताचा स्वात्मतत्वदर्शक आरसा आहे.

पाहते आरिसा पाहे । येथे काहींचि नवल नोहे ।
परि दर्पणे येणे होये । न पाहतें पाहतें ।।६.२

डोळसास आपले प्रतिबिंब आरशात दिसते, यात काही आश्चर्य नाही. पण या शब्दरुपी आरशात आंधळ्यास देखील दिसते. इतर आरशापेक्षा हा शब्दरुप आरसा जास्त गुणांचा आहे. कारण इतर आरशांत आंधळ्यास आपले प्रतिबिंब दिसत नाही व आरसाही आंधळ्यास डोळे देत नाही. पण तसा प्रकार शब्ददर्पणाचा नाही. पहा, जीव आपल्या स्वरुपाविषयी आंधळा आहे. त्यास शब्दरुप आरसा दोन डोळे देतो. म्हणजे सद्गुरूंनी उपदेशिलेल्या शब्दाच्या श्रवणाने सत्शिष्यास आत्मविचार दृष्टी प्राप्त होते व त्यायोगाने त्यास आत्मसाक्षात्कार होतो.

वडिला अव्यक्ताचियां वंशा । खद्योतकार सूर्य जैसा ।
येणे एके गुणे आकाशा । अंबरत्व ।।६.३

अव्यक्त म्हणजे परमात्मतत्व, माया. तिच्या वंशात शब्द हा सूर्यासारखा प्रकाशक व कुलदीपक जन्मला आहे. कुलदीपक पुत्र जन्मल्यावर ते कुल जरी अप्रसिद्ध असले तरी ते सर्वलोकांत प्रसिद्धीस येते. पण प्रसिद्ध कुलात कुलांगार कुपुत्र जन्मास आल्यावर सर्व कुलाचा नावलौकिक बुडवून टाकतो. पण अव्यक्त मायेच्या कुलात जन्मलेला शब्द हा पुत्र कुलदीपक आहे. मिथ्या मायेपासून व पंचभूते

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

यांपासून सर्व भौतिक सृष्टी बनली आहे. सर्व जगताचे उत्पादन करणारी जी अव्यक्त माया सृष्टी शब्दांनी प्रकट होते. शब्द हा आकाशाचा गुण असल्याने आकाश शब्दामुळे प्रकट होते. पृथ्वी, आप, तेज, वायू ही चार भूते इंद्रियांद्वारे प्रकट होतात. आकाशाचे तसे नाही. आकाशाचा गुण जो शब्द, तो नसेल तर आकाश शून्य होईल.

शब्द खपुष्प, अंतराळात भासणारे पुष्प असला तरी तो जगद् प्रकट करतो. शब्द आपण स्वतः भासत नाही. गोचर होत नाही. शब्द प्रकट होताना कर्णेंद्रियास भासला तरी शब्द ही एक स्वतंत्र वस्तू नाही. शब्द हा परमाणूंचा एकावर एक आघात होण्याने भासणारा ध्वनी आहे. शब्दाने जगद् प्रकट होते.

विधीनिषेधांचा वाटा । दावितां हाचि दिवटा ।
बंधमोक्ष कळिकटा । हाचि शिष्ठ ।।

विधीनिषेधांच्या वाटा दारवविणारा शब्द हा मशालजी अर्थात दिवटा आहे. वैदिक शब्दानेच अमक्यास विधी व अमक्यास निषेध म्हणावे, असे सांगितले आहे. असंग सच्चिदानंदरुप, नित्य, मुक्त असा ईश्वर ज्ञानवृत्ती शब्दांनीच प्रकट केले आहे. मोक्षाचा मार्ग शब्दांनीच सांगितला आहे. मी देह, मी जन्मणारा, मरणारा, मी सुखी, मी दुःखी इत्यादी उपाधीधर्म आत्मतत्वी पाहणाऱ्या जीवदशेस बंध म्हणतात. हे बंधाचे लक्षणही शब्दांनीच प्रकट केले आहे.

जीव देहे बांधिला । तो बोले एके सुटला ।
आत्मा बोले भेटला । आपणयां ।।६.८

जेथे विद्या, अविद्या, ज्ञान, अज्ञान नाही. केवळ चैतन्य आहे. प्रपंच जीव-शिव प्रकट करणारा शब्दच आहे. देहाभिमानाने बद्ध झालेल्या जीवास सद्गुरू एक तत्वमसि या महावाक्यांचा बोध करतात. त्या शब्दयोगाने देहेंद्रिय साक्षी मी आत्मा आहे असे आत्मज्ञान जीवाला शब्दामुळेच होते. अशा प्रकारे तत्वमसि हा शब्द जीवाला उपाधीरुप, प्रपंचरूप बंधनातून सोडवून आत्म्याची भेट करून देतो.

सूर्यो रात्री पां नेणे । मा दीवो काय जाणे ।
तेवी स्मरणास्मरणे। आपण वस्तु ।।६.१७

आत्मज्ञान शब्दांच्या सहाय्याने प्राप्त झाले तरी शब्द निमाल्यावरच आत्मानुभव मिळतो. कारण, आत्मा स्वसंवेद्य आहे. आत्मा ज्ञानरूप आहे. ज्ञानरूप आत्मा आपणच आपल्याला कसा आठवेल व कसा विसरेल? सूर्याला ज्याप्रमाणे रात्र व दिवस ही कल्पना नाही. अंधार व प्रकाश हे दोन्ही सूर्य जाणत नाही. सूर्य उगवण्यापूर्वी त्याला रात्रीच्या काळोखाचा नाश करावा लागत नाही. सूर्य नित्य प्रकाशरूप आहे. तसे स्वसंवेद्य, आपल्याला आपण जाणणारा असा आत्मा आहे. त्याला स्मरणापूर्वी विस्मरण दूर करावे लागत नाही. तो स्वयंसिद्ध आहे.

कां जे बोले अविद्या नाशे । मग आत्मेन आत्मा भासे ।
म्हणत खेव पिसे । आलेच की ।।६.२०

शब्दाने अविद्येचा नाश करून मग आत्म्यास आत्मरूपाचा अनुभव दिला असे म्हणताक्षणीच वेडेपण पदरात येते. कारण आत्म्याचा स्वरुपभाव ज्ञानरूप व नित्य प्रकट आहे. अज्ञानाचा शब्दाने नाश करून आत्मज्ञान होणे हे वेडेपण आहे. सूर्याला मी मशालीने वाट दारवित अंधारातून बाहेर काढला असे म्हणणे वेडेपणाचे ठरते. ज्याप्रमाणे सूर्याचे अंगी अंधार नाही, तसे आत्म्याच्या ठायी अज्ञान,

अविद्या, माया नाही. अविद्या ही मायावी म्हणजे खोटी असते. आपले खोटेपण लपवून तिचे खरेपण दिसते. जे केवळ भासते. त्याचा नाश कसा होईल? आपल्या मागे मागे येणाऱ्या सावलीस जर आपण तरवारीने मारले तर जमिनीवर वार बसेल व सावली पुढे सरकेल. अंतराळास कितीही ठोसे मारले तरह ात शिणतील.

ऐसी अविद्या नासावी । हे वाहेल जो जीवी ।
तेणे साली काढावी । आकाशाची ।।६.४७

मायावी, खोट्या अविद्येचा नाश करावयाचा असे मनात आणील त्याने प्रथम आकाशाची साल काढावी. त्याने शेळीच्या गळा-स्तनातून दूध काढावे. गुडघ्यांच्या डोळ्यांनी पहावे. त्याने जांभई वाटून तिचा खूप रस काढावा व त्यात आळस कालवून तो रस केवळ धडास पाजावा. त्याने वाहत्या पाटाच्या पाण्याचा ओघ फिरवावा. सावली पडली असेल ती उभी करावी. त्याने वाऱ्याचे दोर वळावे. कापुराची काजळी धरून त्याची शाई करावी. वांझेच्या मुलाचे लग्न लावावे.

जांभई वाटूनि रसु । तेणे काढावा बहुवसू ।
कालवूनि अळसु । मोदळां पाजावा ।।६.४९

त्याने बागुलबुवा मारावा. प्रतिबिंब पदरात बांधावे. त्याने तळहातावरील केस विंचरावे. आकाशाची फुले तोडावी. सशाचे शिंग मोडावे. संत ज्ञानराज म्हणतात-

अहो हे किती बोलावे । अविद्या रचिली अभावे ।
आता काय नासावे । शब्दे येणे ।।६.५५

अविद्या ही मूळचीच नाही. तिच्या नाशासाठी ज्ञानाचा विकास करणे व्यर्थ आहे. जे नाही, त्याच्या नाशाने नसणाऱ्या मायारूप अविद्येला मारून शब्दाला मोठेपणा येत नाही. दोन प्रहरी, भरदिवसा अंगणात दिवा लावला तर त्याने कोणता अंधार दूर करून प्रकाश पाडला? येथे जसा दिवा निरर्थक ठरतो, तसा अविद्येला नष्ट करण्यास आलेला शब्द निरर्थक ठरतो.

तैसा आत्मा सच्चिदानंदू । आपणयां आपण सिद्धु ।
आता काय दे शब्दु । तयाचे तया ।।६.९३

सच्चिदानंदरुप असलेला आत्मा नित्यसिद्ध आहे. म्हणून शब्दांच्या मदतीने तो सिद्ध, प्रकट होत नाही. जसा माध्यान्ह प्रहरी अंगणात लावलेला दिवा अंधार घालवित नाही व प्रकाश पाडीत नाही. सूर्य आपल्या स्वप्रकाशाने प्रकाशमान आहे. आत्मा प्रकट करण्यासाठी शब्द निरुपयोगी आहेत. शब्दखंडण असे नाव असलेल्या प्रकरणानंतर पुढील सातव्या प्रकरणाचे नाव आहे अज्ञानखंडण.

अमृतानुभव या सिद्धग्रंथातील हे सर्वात मोठे प्रकरण असून, त्यात २९५ ओव्या आहेत. मराठी भाषेतील तत्वज्ञानप्रधान अशा या ग्रंथात ज्ञानराज सांगतात- प्रकाशाचा अभाव म्हणजे अंधःकार, तसेच ज्ञानाचा अभाव म्हणजे अज्ञान. सहज विचार करून पाहिले तर आत्मज्ञानात अज्ञान नसतेच. सद्गुरूजवळ श्रवण मनन निदिध्यासादि अभयास केल्यावर शिश्य आत्मज्ञानसंपन्न व साक्षात्कारी होतो. सोहंवृत्तीरूप ज्ञानप्राप्ती होताच अज्ञान, अविद्या, मिथ्या माया नष्ट होते. काजवा जसा फक्त अंधारातच चमकतो, तसे अज्ञान खोटेपणात खरे वाटते. काजवा अंधाराच्या आश्रयाने प्रकाशतो. ज्ञानरूप सूर्यापुढे अज्ञान, माया टिकत नाही.

आणि ज्ञान हें जें म्हणिजें । तें अज्ञानचि पा दुजें ।

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

एक लपवूनि दाविजें । एक नव्हे ।।७.६

आणि ज्ञान जे म्हणतात, ते तरी दुसरे अज्ञानच आहे. कारण अज्ञानसापेक्ष जे ज्ञान, ते अज्ञानच होय. ज्ञान-अज्ञान हे जुळ्यांप्रमाणे आहेत. जसे जुळे झालेल्या दोन्ही मुलांचे चेहरे एकसारखे असतात. म्हणून जुळ्यांपैकी थोरल्या भावास लपवून धाकटा पुढे केला तरी तो थोरल्यासारखाच दिसेल व धाकट्यास लपवून थोरला पुढे केला तरी तो धाकट्यासारखाच दिसेल. याप्रमाणे ज्ञान अज्ञानाचा प्रकार आहे. अज्ञान हे आपण लपून ज्ञानाला भासवते व ज्ञान आपण लपून अज्ञान भासवते. अज्ञान दाट अंधारासारखे आहे व आत्मा तर केवळ ज्ञानरूप स्वयंप्रकाश आहे. मग आत्मारूप ज्ञान व मायारूप अज्ञान एके ठिकाणी कसे राहतील? रात्र आणि दिवस, मृत्यू आणि जगणे, थंड व उष्णता या जोड्या एकत्र शोभतील का?

हे असो मृत्यू आणि जिणे । हे शोभती काय मेहुणे ।
तरी आत्मेन असणे । अज्ञानेशी ।।७.२९

मीठाचा एक सजीव मासा आहे, असे गृहीत धरले तर तो मासा जलाश्रयाने राहणार नाही. कारण तो मीठाचा आहे. पाण्यात जाताच तो विरघळून जाईल. सजीव असल्याने पाण्यातच जिवंत राहील. तसे ज्ञानरूप आत्म्याच्या आश्रयाने अज्ञानाला राहता येत नाही.

देह हाडांची मोळी । मी म्हणोनि पोटाळी ।
तो अहंकारू गाळी । पदार्थु हा ।।७.१०९

सामान्य जीवापासून शिवापर्यंत सर्व देहधारी अहंकाराने बद्ध आहेत. अहंकारामुळे ज्ञानरूप आत्मा दिसत नाही. तो अहंकारच आत्मारुप ज्ञान झाकतो. बुद्धी सर्व भौतिक पदार्थ जाणते. फक्त आत्मस्वरुप जाणत नाही. देहाहंकार हेच सर्व अज्ञानाचे मूळ आहे.

ज्ञान-अज्ञान दूर सारून, अविद्या मिथ्या मानून, सच्चिदानंदरूप आत्म्याचे चिंतन केल्यास अमृतानुभव लाभतो. जनसामान्यांसाठी हा अनुभव अधिक सोप्या पद्धतीने कळण्यासाठी ज्ञानराज व्यवहारातील सोपे दृष्टांत देतात. त्या ज्ञानराजांना विनम्र वंदन !!

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

***



निराशा

निसर्गाचा नियम आहे ते म्हणजे बीज, त्यातून अंकुर, त्यातून रोप, त्यातून वृक्ष, त्यातून फूल, त्यातून फळ. माणसाला मात्र बीज पेरून दुसऱ्याच दिवशी फळ हवे असते. ही घाईच निराशेचे मूळ आहे. म्हणूनच जीवनात तीन गोष्टींची सांगड घालणे आवश्यक आहे-ध्येय, पात्रता आणि संयम. ध्येय नसले तर जीवन दिशाहीन होते. पात्रता नसताना ध्येय गाठण्याची घाई केली तर निराशा येते. पात्रता असूनही संयम नसेल तर अधीरता येते. संतांनी मनुष्याला म्हणूनच मन जिंकण्याचा मार्ग दिला.

- बंडोपंत दि. कुलकर्णी

निराशा ही जीवनाची शत्रू नसून जीवनाचा एक अविभाज्य अनुभव आहे. जन्मापासून मृत्यूपर्यंत माणसाच्या वाट्याला सुख-दुःख, आशा-निराशा, यश-अपयश, लाभ-हानी, मान-अपमान हे द्वंद्व येतच असते. ज्याच्या जीवनात अपेक्षा आहेत, त्याच्या जीवनात निराशाही असणारच. प्रश्न निराशा येते की नाही हा नसून, निराशा आली असता आपण तिच्याशी कसे वागतो, हा आहे. निराशेचे मूळ अनेकदा परिस्थितीत नसते; ते आपल्या अपेक्षांमध्ये असते. आपल्या पात्रतेपेक्षा अधिक मिळविण्याची अपेक्षा, योग्य नियोजनाशिवाय केलेली धडपड, इतरांशी केलेली तुलना आणि यश तात्काळ मिळावे ही घाई-या गोष्टी निराशेला जन्म देतात. उच्च ध्येय ठेवणे चुकीचे नाही. सर्वोत्तम होण्याचे स्वप्न पाहणेही चुकीचे नाही. परंतु ध्येय मोठे असावे, तर त्यासाठीची तयारीही मोठी असावी.

पाच वर्षांच्या मुलाला आई-वडील प्रेमाने विचारतात, बाळा, मोठेपणी तुला काय व्हायचे आहे? मुलगा डॉक्टर, अभियंता, अधिकारी, पंतप्रधान किंवा वैज्ञानिक होण्याची इच्छा व्यक्त करतो. त्या उत्तरावर पालकांनी त्याला लगेच त्या पदाचा अधिकारी समजणे योग्य नाही. त्याऐवजी त्या ध्येयासाठी आवश्यक असलेली पात्रता त्याच्यात निर्माण करण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. स्वप्न देणे सोपे आहे; परंतु त्या स्वप्नाला पात्र बनविणे हे खरे संस्कार आहेत. संस्कार म्हणजे केवळ होमहवन, मंत्रदीक्षा किंवा धार्मिक कर्मकांड नव्हे. संस्कार म्हणजे जीवनाची योग्य दिशा समजावून देणे. परिश्रमाचे महत्त्व, अभ्यासाची शिस्त, वेळेचे नियोजन, संयम, अपयश स्वीकारण्याची शक्ती, स्वतःच्या मर्यादांची जाणीव आणि आपल्या क्षमतेचा योग्य उपयोग हेही संस्कारच आहेत.

मुलानेही केवळ इतरांच्या अपेक्षांवर जीवनाचे ध्येय निश्चित करू नये. माझ्या मित्राला हे मिळाले, म्हणून मला ते मिळालेच पाहिजे, त्याच्याकडे एवढे आहे, तर माझ्याकडेही तेवढे असले पाहिजे, या मानसिकतेतून समाधान जन्माला येत नाही. उलट, तुलना जितकी वाढते तितकी निराशा वाढते. संतांनी म्हणूनच मनुष्याला बाह्य प्राप्तीपेक्षा अंतःकरणाची स्थिरता शिकविली.

जगद्गुरू तुकाराम महाराज म्हणतात-

हालवूनि खुंट । आधीं करावा बळकट।।
मग तयाच्या आधारें । करणें तें अवघें बरें।।

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

सुखदुःख साहे । हर्षामर्षी भंग नये।।

तुका म्हणे जीवें । आधीं मरोनी राहावें।।

या अभंगातील खुंट बळकट करणे ही अत्यंत सुंदर जीवनदृष्टी आहे. झाडाला आधार देणारा खुंटच जर कमजोर असेल, तर वाऱ्याच्या झोताने झाड कोसळेल. त्याचप्रमाणे मनुष्याचे अंतःकरण, विवेक, संयम आणि आत्मविश्वास यांचा पाया मजबूत नसेल तर बाह्य यशही त्याला स्थैर्य देऊ शकत नाही. आज माणूस यश मिळविण्यासाठी धावतो; पण यश पेलण्याची पात्रता निर्माण करण्यासाठी धावत नाही. पैसा मिळविण्याची इच्छा असते; पण पैसा हाताळण्याचे शहाणपण नसते. अधिकार हवा असतो; पण अधिकारासोबत येणारी जबाबदारी स्वीकारण्याची मानसिकता नसते. मान-सन्मान हवा असतो; पण टीका सहन करण्याची तयारी नसते. त्यामुळे मिळालेले यशही शेवटी निराशेचे कारण बनते. तुकाराम महाराज पुढे सांगतात-

सुखदुःख साहे । हर्षामर्षी भंग नये।।

हीच निराशेवरची संतांची खरी औषधोपचारपद्धती आहे. सुख आले म्हणून उन्मत्त होऊ नये आणि दुःख आले म्हणून खचू नये. यशाने स्वतःला मोठे समजणे आणि अपयशाने स्वतःला तुच्छ समजणे हे दोन्ही चुकीचे आहेत. ज्ञानेश्वर महाराजांनी ज्ञानेश्वरीत स्थितप्रज्ञाचे वर्णन करताना भगवद्गीतेतील खालील तत्त्व अत्यंत सुंदर रीतीने स्पष्ट केले आहे. श्रीकृष्ण म्हणतात-

दुःखेष्वनुद्विग्नमनाः सुखेषु विगतस्पृहः ।

वीतरागभयक्रोधः स्थितधीर्मुनिरुच्यते ।।

(भगवद्गीता २.५६)

दुःख आले तरी ज्याचे मन उद्विग्न होत नाही आणि सुख आले तरी ज्याची आसक्ती वाढत नाही, तो स्थिरबुद्धीचा मनुष्य होय. निराशा टाळण्याचा हा सर्वोच्च आध्यात्मिक मार्ग आहे. कारण निराशा ही बाहेर घडणाऱ्या घटनेपेक्षा त्या घटनेविषयी मनात निर्माण होणाऱ्या अर्थाने अधिक तीव्र होते. आपण एखाद्या परीक्षेत अपयशी झालो तर घटना एवढीच असते की त्या परीक्षेत मला अपेक्षित यश मिळाले नाही. परंतु मन त्याला अनेक अर्थ जोडते व म्हणते मी निकम्मा आहे, माझे भविष्य संपले, माझ्यापेक्षा सगळे पुढे गेले, माझ्याच बाबतीत असे का झाले? इथून निराशा सुरू होते. घटना एक असते; तिच्याविषयीची मनाची व्याख्या अनेक असतात. म्हणूनच संतविचार आपल्याला घटना स्वीकारा, पण स्वतःला घटनेत हरवू नका, असे शिकवतो.

संसारातही हीच गोष्ट लागू होते. संसार इतरांकडे पाहून करायचा नसतो. प्रत्येक व्यक्तीची परिस्थिती, क्षमता, उत्पन्न, जबाबदाऱ्या, संस्कार आणि जीवनाचा प्रवास वेगळा असतो. दुसऱ्याच्या जीवनाची बाह्य चमक पाहून स्वतःच्या जीवनाशी तुलना केली तर स्वतःचे सुखही दुःखासारखे वाटू लागते. आज सामाजिक माध्यमांनी ही तुलना अधिक तीव्र केली आहे. दुसऱ्याचे घर, गाडी, व्यवसाय, प्रवास, सन्मान, यश आणि आनंदाचे क्षण आपल्याला दिसतात; परंतु त्यामागचा संघर्ष, कर्ज, चिंता, अपयश आणि मानसिक ताण दिसत नाही. त्यामुळे आपण दुसऱ्याच्या जीवनातील दिसणाऱ्या यशाची आपल्या जीवनातील न दिसणाऱ्या संघर्षाशी तुलना करतो. ही तुलना म्हणजे निराशेची सुपीक जमीन होय.

समर्थ रामदास स्वामी म्हणतात-

केल्याने होत आहे रे । आधी केलेचि पाहिजे ।।

या एका वचनात नियोजन, प्रयत्न आणि कृतीचे तत्त्वज्ञान सामावले आहे. इच्छा ठेवणे पुरेसे नाही. इच्छा, कारणापरत्वे ध्येय, कारणापरत्वे नियोजन, कारणापरत्वे प्रयत्न, कारणापरत्वे पुनर्परीक्षण, कारणापरत्वे सुधारणा, कारणापरत्वे यश, हा जीवनाचा मार्ग आहे. प्रयत्न न करता फळाची अपेक्षा केली तर निराशा येणारच. याचा अर्थ मनुष्याने मोठी स्वप्ने पाहू नयेत असा नाही. उलट, संतपरंपरेने मनुष्याला उच्च ध्येय दिले आहे. परंतु ध्येय जितके उंच, तितकी पात्रता आणि साधना अधिक खोल असली पाहिजे. ज्ञानेश्वर महाराजांनीही कर्मयोगाचे तत्त्व सांगताना मनुष्याला कर्म करण्याचा अधिकार असून फळावर अधिकार नसल्याचे गीतेतील तत्त्व स्पष्ट केले.

कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन।

याचा अर्थ फळाची अपेक्षा करू नये असा संकुचित अर्थ नाही. फळाची दिशा, ध्येय आणि अपेक्षा असावी; पण फळ मिळण्याची संपूर्ण मानसिक गुलामी नसावी. कारण फळ अनेक घटकांवर अवलंबून असते. आपल्या हातात असते ते प्रयत्न, तयारी, नियोजन, शिस्त आणि प्रामाणिकता. नामदेव महाराजांच्या भक्तीपरंपरेतही बाह्य परिस्थितीपेक्षा अंतःकरणातील भगवंताशी नाते महत्त्वाचे ठरते. संतांसाठी समाधान म्हणजे निष्क्रियता नव्हे. समाधान म्हणजे प्रयत्न केल्यानंतर प्राप्त परिस्थितीचा स्वीकार आणि पुढील प्रयत्नासाठी अंतःशक्ती टिकवून ठेवणे. एकनाथ महाराजांनीही जीवनातील समत्वाला फार मोठे महत्त्व दिले. संतांचे जीवन पाहिले तर त्यांना अपमान, विरोध, संकटे, सामाजिक टीका यांचा सामना करावा लागला; परंतु त्यांनी त्यातून निराशा न घेता त्याचे रूपांतर साधनेत केले. म्हणूनच संतांचे जीवन आपल्याला सांगते की संकट टाळणे हे सामर्थ्य नाही; संकटातून तुटून न जाता अधिक परिपक्व होणे हे सामर्थ्य आहे.

आध्यात्मिक जीवनातही निराशेचा प्रश्न अत्यंत महत्त्वाचा आहे. संसार म्हणजे माया आणि त्या मायेत राहूनही तिच्या पलीकडील सत्याचा अनुभव घेण्याचा प्रयत्न म्हणजे अध्यात्म. त्यामुळे संसार आणि अध्यात्म हे परस्परविरोधी वाटले तरी एकमेकांना संपोषक आहेत. संसार सोडूनच अध्यात्म मिळते, असा आग्रह संतपरंपरेचा नाही. तुकाराम महाराज स्वतः संसारात होते. नामदेव महाराज व्यवसाय करीत होते. सावता महाराज शेती करीत होते. गोरा कुंभार मातीची भांडी घडवीत होते. जनाबाई संसारातील कामे करीत भगवंताशी एकरूप होत होती. संतांनी संसाराचा त्याग करण्यापेक्षा संसारात राहून मनाची आसक्ती बदलण्याचा मार्ग दाखविला. म्हणून संसाराकडे पाठ करून स्वतःला धार्मिक किंवा योगी बनविण्याचा केवळ बाह्य प्रयत्न केला आणि मन संसारातच अडकलेले राहिले, तर त्यातून आध्यात्मिक निराशा निर्माण होऊ शकते. आध्यात्म म्हणजे संसारापासून पळून जाणे नव्हे; संसारात राहून त्याचे स्वरूप ओळखणे होय.

निराशेचे आणखी एक मोठे कारण म्हणजे तात्काळ परिणामाची अपेक्षा. बी पेरल्यानंतर लगेच फळ मिळत नाही. शिक्षण घेतल्यानंतर लगेच विद्वत्ता येत नाही. साधना केल्यानंतर लगेच आत्मानुभव येत नाही. व्यवसाय सुरू केल्यानंतर लगेच संपत्ती मिळत नाही. मुलाला संस्कार दिल्यानंतर त्याचा परिणाम दुसऱ्याच दिवशी दिसत नाही.

निसर्गाचा नियम आहे ते म्हणजे बीज, त्यातून अंकुर, त्यातून रोप, त्यातून वृक्ष, त्यातून फूल, त्यातून फळ. माणसाला मात्र बीज पेरून दुसऱ्याच दिवशी फळ हवे असते. ही घाईच निराशेचे मूळ

आहे. म्हणूनच जीवनात तीन गोष्टींची सांगड घालणे आवश्यक आहे-ध्येय, पात्रता आणि संयम. ध्येय नसले तर जीवन दिशाहीन होते. पात्रता नसताना ध्येय गाठण्याची घाई केली तर निराशा येते. पात्रता असूनही संयम नसेल तर अधीरता येते. संतांनी मनुष्याला म्हणूनच मन जिंकण्याचा मार्ग दिला. तुकाराम महाराज म्हणतात-

मन करा रे प्रसन्न । सर्व सिद्धीचे कारण ।।

मन प्रसन्न असेल तर अपयशातूनही शिकता येते. मन खचले असेल तर यश मिळूनही समाधान मिळत नाही. त्यामुळे खरी लढाई बाहेरच्या परिस्थितीशी नसून आपल्या मनाशी आहे.

निराशा आली तर प्रथम स्वतःला तीन प्रश्न विचारावेत की मी जे अपेक्षित केले ते माझ्या पात्रतेनुसार होते का? त्यासाठी माझी तयारी आणि नियोजन पुरेसे होते का? आणि माझ्याकडील प्रयत्नांवर माझे पूर्ण नियंत्रण होते का? या तीन प्रश्नांची प्रामाणिक उत्तरे अनेक निराशांचे मूळ उघड करतात. आपली पात्रता कमी असेल तर ती वाढवावी. नियोजन चुकीचे असेल तर ते सुधारावे. प्रयत्न कमी असतील तर ते वाढवावेत. परिस्थिती आपल्या नियंत्रणाबाहेर असेल तर तिचा स्वीकार करावा. आणि एखादे ध्येय आपल्या स्वभावाला, क्षमतेला किंवा जीवनस्थितीला झेपत नसेल तर ते बदलण्यातही पराभव नाही.

ध्येय बदलणे म्हणजे जीवनात हार मानणे नव्हे; कधी कधी तेच जीवनाचे शहाणपण असते. शेवटी, निराशा टाळण्याचा संतमार्ग म्हणजे अपेक्षांचा संपूर्ण त्याग नव्हे; तर अपेक्षांना विवेकाची जोड देणे होय. स्वप्ने पाहावीत, पण त्यासाठी जागे राहून परिश्रमही करावेत. मोठे व्हावे, पण मोठेपणाची किंमतही मोजण्याची तयारी ठेवावी. इतरांपेक्षा पुढे जाण्यापेक्षा कालच्या स्वतःपेक्षा आज आपण किती पुढे आलो, हे पाहावे. तुकाराम महाराजांच्या- आधीं करावा बळकट -या वचनात निराशेवरचा संपूर्ण उपाय दडलेला आहे. बाह्य जग बदलण्यापूर्वी अंतःकरणाचा खुंट बळकट करा. पात्रता वाढवा, प्रयत्न करा, नियोजन करा, संयम ठेवा आणि परिणाम स्वीकारण्याची मानसिक तयारी ठेवा. कारण जीवनात निराशा येणारच; पण निराश झालो म्हणून जीवन संपत नाही. उलट, निराशेचे कारण समजले की जीवनाची नवी सुरुवात होते. संत-संविधानाचा हा संदेश म्हणूनच अत्यंत महत्त्वाचा आहे.

अपेक्षा ठेवा, पण विवेकाने, ध्येय ठेवा, पण पात्रतेनुसार, प्रयत्न करा, पण संयमाने; यश मिळाले तर नम्र राहा, अपयश आले तर खचू नका, आणि निराशा आली तर स्वतःला विचारा की परिस्थिती हरली आहे की माझी अपेक्षा माझ्या पात्रतेपेक्षा मोठी होती? हा प्रश्न ज्याला स्वतःला विचारता येतो, त्याच्यासाठी निराशा शेवट राहत नाही; ती आत्मपरीक्षणाची सुरुवात बनते. आणि म्हणूनच संतविचार सांगतो की, निराशेपासून पळू नका, तिच्या हातात हात घालून स्वतःची पात्रता तपासा. कारण निराशा अनेकदा अपयशाची नव्हे, तर नव्या यशासाठी आवश्यक असलेल्या आत्मपरीक्षणाची सूचना असते.

कृष्णार्पणमस्तु

आत्मा मालिक।

- बंडोपंत दि कुलकर्णी,

सोलापूर

जिल्हा न्यायाधीश, पुणे

***

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



ऐसी कर्मगती, ऐसा ध्यानी ज्ञानिया (भाग १)

अजपा जपणे उलट प्राणाचा..

चैतन्यस्वरूपातील कळा आणि त्यासंदर्भातील पैलूंवर ज्ञानदेवांचे भाष्य मार्मिक आहे. हरिनाम मात्र सहज-सोपे आहे, हा त्यांचा विश्वास अधिक दिलासा देणारा. तथापि, सहज-सुलभ हरिनामासाठी असणारा निग्रहदेखील माउली आवर्जून उल्लेखितात. रामकृष्ण हरी नाम हा एकप्रकारे अंतरीचा पंथच असल्याचे ज्ञानदेव निदर्शनास आणून देतात. नामेविण जीणे व्यर्थ, ही त्यांची धारणा आहे.

-डॉ. सुनील शिंदे

नामस्मरणातील विविध पैलूंमध्ये अजपा जपाचा उल्लेख माउली करतात. नामस्मरण करताना, उच्चार करताना काळवेळेचे तर मुळीच बंधन नाही. नाम केव्हाही घेता येईल. सवडीने, सोयीनुसार घेता येते. भगवंताच्या नामाचे स्मरण केव्हाही होऊ शकते. अवघ्या दोषांचा नाश नामामुळे शक्य आहे. दोष लयाला जातात. जड जीवांचे तारण नामाने होते. हरिनामाचे सामर्थ्य विलक्षण आहे, अपार आहे. हरिनामासारखे पुण्य नाही आणि त्यास तुलना नाही. पूर्वजांनाही हरिनामाने गती आहे, सद्गती आहे, हे मोल समजावून सांगताना माउली संत ज्ञानदेव म्हणतात-

काळ वेळ नाम उच्चारितां नाहीं। दोन्ही पक्ष पाहीं उद्धरती ।। १।।

रामकृष्ण नाम सर्व दोषां हरण । जडजीवां तारण हरि एक ।। २।।

हरिनाम सार जिव्हा या नामाची । उपमा त्या दैवाची कोण वानी ।। ३।।

ज्ञानदेवा सांग झाला हरिपाठ । पूर्वजां वैकुंठ मार्ग सोपा ।। ४।।

(आशय : हरिनाम घेण्यास काळवेळ पाहण्याची आवश्यकता नाही. त्याच्यामुळे इह आणि परलोक या दोन्हींत जीवाचा उद्धार होतो. रामकृष्ण नामामुळे सर्व दोषांचे हरण होते. जडजीवांना देखील तारण हे हरिनाम असते. हरिनाम सर्व साधनांचे सार असून, घेणाऱ्याच्या दैवाला पार नाही. हरिपाठ करत राहिल्यास पूर्वजांनाही वैकुंठ प्राप्त होते, अशी माऊलींची स्पष्टोक्ती आहे.)

हरिनामाचा नित्यनेम ही बाब तशी दुर्लभ. हरिनामामुळे लक्ष्मी-नारायण दूर नाहीत. हरिनामाचे सामर्थ्य मुक्तीत आहे. नामस्मरणाचे माहात्म्य अनमोल आहे. नाम न घेता व्यर्थ जगण्यापेक्षा नाम घेऊन तरणे केव्हाही हिताचे. गगनाहूनही हरिनामाची थोरवी अगाध असल्याचा श्रीगुरु निवृत्तीनाथांचा आधार माउली संत ज्ञानदेव देतात. नामामुळे असणारे चैतन्य खरेतर अवर्णनीय आहे. नारायण हरी नामाचे हे मोल व्यक्त करताना माउली म्हणतात-

नित्यनेम नामीं ते प्राणी दुर्लभ । लक्षुमीवल्लभ तयां जवळी ।। १।।

नारायण हरी नारायण हरी । भुक्ति मुक्ति चारी घरीं त्यांच्या ।। २।।

हरिविण जन्म तो नर्कचि पैं जाणा । यमाचा पाहुणा प्राणी होय ।। ३।।

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

ज्ञानदेव पुसे निवृत्तिसी चाड । गगनाहूनि वाड नाम आहे ।। ४।।

(आशय : ज्याच्याकडे नित्यनेम आहे, असा मनुष्यजीव दुर्लभ आहे. त्याच्या जवळ लक्ष्मी व तिचा नाथ दोघेही राहतात. नारायण हरी हा मंत्र जपणाऱ्याच्या घरी भुक्ती-मुक्ती दोन्ही हात जोडून सेवाधारी होतात. हरिनामाशिवाय असणाऱ्याचे जीवन एकप्रकारे नरकच. असा प्राणी सहज यमाचा पाहुणा होतो. माउली म्हणतात, श्रीगुरु निवृत्तिनाथांना विचारले, तेव्हा त्यांनी सांगितले की, गगनापेक्षा हरिनाम मोठे आहे.)

चैतन्यस्वरूपातील कळा आणि त्यासंदर्भातील पैलूंवर ज्ञानदेवांचे भाष्य मार्मिक आहे. हरिनाम मात्र सहज-सोपे आहे, हा त्यांचा विश्वास अधिक दिलासा देणारा. तथापि, सहज-सुलभ हरिनामासाठी असणारा निग्रहदेखील माउली आवर्जून उल्लेखितात. रामकृष्ण हरी नाम हा एकप्रकारे अंतरीचा पंथच असल्याचे ज्ञानदेव निदर्शनास आणून देतात. नामेविण जीणे व्यर्थ, ही त्यांची धारणा आहे. अजपा जपाचे वैशिष्ट्य माउली सांगतात.

सात पांच तीन दशकांचा मेळा । एक तत्त्वी कळा दावी हरी।।१।।

तैसे नव्हे नाम सर्व मार्गा वरिष्ठ । तेथे कांहीं कष्ट न लगती।।२।।

अजपा जपणे उलट प्राणाचा । येथेही मनाचा निर्धार असे।।३।।

ज्ञानदेवा जिण नामविण व्यर्थ । रामकृष्णीं पंथ क्रमियला।।४।।

(आशय : सात तत्त्वे-वैशेषिक गुण, कर्म, सामान्य, विशेष, समवाय तसेच अभाव; त्रिगुण, पंचमहाभूते आणि इंद्रिय-दशक म्हणजे शरीराचा मेळा बनतो. मात्र चैतन्यस्वरूपात तो आपली कळा त्यात दाखववतो. हे सर्व तात्त्विक स्वरूपात किचकट आहे. त्या मानाने हरिनाम सहज-सोपे आहे. श्वासोच्छ्वास प्रबंध बनवून हरिनाम जपायला मनाचा निग्रह लागतो. हरिनामाविण जगणे हे जगणे नाही. म्हणूनच रामकृष्ण नामाचा पंथ स्वीकारावा, असा माऊलींचा संदेश आहे.)

असाधारण नामाचा हा असा महिमा आहे. विलक्षण प्रत्ययकारी सामर्थ्य आहे. अजपा जपाचा खराखुरा धर्म आहे. जीवाचे उद्धरणे आहे.

- डॉ. सुनील शिंदे

'दत्त सुकृत', व्हेलेन्सिया सोसायटी,
ए वन इमारत, पहिला मजला, फ्लॅट नं. १०४
अगस्ती कारखाना रोड, अकोले, नगर
(मोबा. ९४ २३ ०४ ५३ ४२)

***



संतचरणी जावे शरण

सामान्य जनास प्रपंचातून जीवनात आपले विहित कर्माचरण करीत असता त्यास ईश्वरभक्तीची जोड द्यावी. प्रपंचातून परमार्थाकडे म्हणजेच स्वार्थातून परमार्थाकडे वाटचाल करीत असता मनात भगवंत भक्ती, प्रेम निर्माण व्हावे त्यासाठी ईश्वर चिंतन, स्मरण, भजन आदि मार्गाने आपल्या जीवास उन्नत करावे. सर्वांठायी असलेला आत्मा हाच ईश्वर स्वरूपात सर्वत्र आहे. त्यासाठी ईश्वरभक्ती करावी. त्यावर प्रेम करावे. ही शिकवण संतानी दिली.

- बी.के. गायकवाड

परमात्म्याने हे संपूर्ण जगत निर्माण केले आहे. त्याचे रक्षण, पालन पोषण, संहार करून पुनर्निर्मिती हे सृष्टीकार्य ईश्वराच्या दिव्य प्रकृती मायेतून सतत चालू आहे. संपूर्ण सृष्टीचा आधार, कर्ता, करविता एकमेव ईश्वर आहे. सर्व प्राणीमात्रांत मानवजन्म हा उच्च मानला आहे. कारण तो जीवाला अनेक जन्म योनींतून फिरून मिळतो. मानव सर्वात बुद्धिमान आहे. संत महात्मे सांगतात, दुर्लभ असा हा मनुष्य जन्म मिळाला आहे, त्याला प्राप्त बुद्धीच्या आधारे जगतनियंता ईश्वर जाणून घेण्यासाठी आहे. त्यासाठी संताना शरण जाऊन आत्मज्ञान होणे गरजेचे आहे.

पंचमहाभूतात्मक हा देह, मन, बुद्धी, अहंकार या अष्टदा प्रकृतीचा आहे. प्रकृतीचे सत्व, रज, तम, या त्रिगुणांनी बद्ध आहे. जीवाने धारण केलेल्या या देहावर पूर्वीच्या अनेक जन्माचे संस्कार असल्याने देहबुद्धीचे जीवावर प्राबल्य असते. देह म्हणजेच मी हा समज दृढ झालेला असतो. देहाच्या सुखप्राप्तीसाठी जीव अनेक प्रकारे कर्म आचरतो. कर्म बंधनात सुख-दुःख अनुभवतो व आयुष्यात शाश्वत सुख समाधान यापासून वंचित राहतो. संतचरणी शरण गेल्याने सत्संगातून ईश्वराचे चिंतन, स्मरण घडते आणि भक्तिमधून जीवाला परमार्थाची आवड निर्माण होते.

सामान्य जनास प्रपंचातून जीवनात आपले विहित कर्माचरण करीत असता त्यास ईश्वरभक्तीची जोड द्यावी. प्रपंचातून परमार्थाकडे म्हणजेच स्वार्थातून परमार्थाकडे वाटचाल करीत असता मनात भगवंत भक्ती, प्रेम निर्माण व्हावे त्यासाठी ईश्वर चिंतन, स्मरण, भजन आदि मार्गाने आपल्या जीवास उन्नत करावे. सर्वांठायी असलेला आत्मा हाच ईश्वर स्वरूपात सर्वत्र आहे. त्यासाठी ईश्वर भक्ती करावी. त्यावर प्रेम करावे. ही शिकवण संतानी दिली.

संत ज्ञानेश्वर हरिपाठातून सांगतात

'एक हरि आत्मा जीव शीव सम।
वाया तुं दुर्गमा न घाली मन ।
ज्ञानेदेवे गोडी संगती सज्ञनी।
हरि दिसे जनी आत्मतत्वी ।
ज्ञानदेव प्रमाण आत्मा हा निधान

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

सर्वांघटी पूर्ण एक नांदे ।

संत ज्ञानेश्वर यांनी भगवंत श्रीकृष्णाची 'श्रीमद भगवत गीता', जी चार वेदांचे सार आहे. संपूर्ण सृष्टी विज्ञान व आत्मज्ञानाने परिपूर्ण आहे. सर्व मानवांना जीवन कल्याण व आत्मोउद्धारासाठी दिपस्तंभासारखी मार्गदर्शक आहे. तीचे प्राकृत मराठीतून ''ज्ञानेश्वरी'' लिहून सर्व सामान्यास समजावून दिली आहे. त्यांचे अनंत उपकार मानव समाजाप्रती आहेत. म्हणूनच म्हटले आहे. ''जगाच्या कल्याणा संतांच्या विभूती.''

जगद्गुरू संत तुकाराम महाराज यांनी ही आपल्या अभंगवाणीतून ईश्वर भक्ती प्रेमाची शिकवण दिली आहे. ईश्वर सर्वांचा दाता आहे. तो सर्व जीवांची काळजी वाहतो. जीवनांत आनंद-सुखाच्या प्राप्तीसाठी त्याचे नामस्मरण चिंतन करावे. ते म्हणतात 'ठेविले अनंते तैसेची राहावे, चित्ती असू द्यावे समाधान.'' चित्तात समाधान असणे ही अत्यंत महत्त्वपूर्ण पारमार्थिक वृत्ती आहे.

संत तुकाराम महाराजांची अभंगगाथा आणि श्री समर्थ रामदास स्वामींचा ग्रंथ मनाचे श्लोक यातून साध्या सोप्या संत वाणीतून मानव जीवाचे जगणे सुखावह होण्यासाठी, हितोउपदेश केला आहे व परमार्थातील अध्यात्मिक ज्ञान सांगितले आहे. जोपर्यंत श्रीगुरूंची भेट होत नाही तो पावतो 'ग्रंथ हेच गुरू' म्हणून आहेत. सर्वसामान्य मनुष्याला त्याचे अज्ञान दूर व्हावे, त्याला ज्ञानप्राप्ती व्हावी, हा घोर संसार सागर तरून जाता यावा, यासाठी संताची तळमळ दिसते. संत सांगतात, प्रपंच हा भगवंताचा म्हणून करावा. त्यात आसक्ती ठेवू नये आणि परमार्थ हा आत्मोद्धारासाठी असावा. त्यासाठी संतांना सर्वभावे शरण जावे. जीवनात ज्ञानप्राप्तीसाठी श्रीगुरुशिवाय पर्याय नाही.

संत ज्ञानेश्वर सांगतात -

भावेविण देव न कळे निःसंदेह ।
गुरुविण अनुभव कैसा कळे ।।
तपेविण दैवत दिधल्याविण प्राप्त ।
गुर्जेविण हित कोण सांगे ।।
ज्ञानदेव सांगे दृष्टातांची मात
साधुचे संगती तरणोपाय ।

संत सहवास आणि सत्संगातून श्री गुरूंची भेट झाल्यावर श्रीगुरू भक्ताला अनुग्रह देऊन त्याच्याकडून आवश्यक ती साधना, अनुष्ठान करवून घेतात. मन-चित्त शुद्धीसाठी आहार विहाराचे नियमन करवितात व भक्ताने श्रीगुरू आज्ञापालन व श्री गुरूवचन प्रमाण मानून सात्त्विक निष्काम कर्माचरण करावे. श्री गुरूंनी दिलेली साधना मनःपूर्वक करावी. त्यातून मनाची एकाग्रता वाढून मन चित्त शुद्ध होते.

मुमुक्षु भक्ताला ईश्वरभक्तीची आवड निर्माण झाल्यावर आपले स्वस्वरूप, नीज स्वरूप काय आहे, मी कोण आहे, हे जाणण्याची जिज्ञासा मनी उत्पन्न होते. मी म्हणजे शरीर ही देहबुद्धी निरसन होऊ लागते व मी एक 'जीवात्मा, आत्मा' आहे, ही आत्मबुद्धी श्री गुरूकृपेने येते. त्यासाठी प्रथमतः श्रीगुरूचरणी अनन्यभावे शरण जावे. श्री गुरूमहात्म्य मोठे आहे. गुरू गीतेतून म्हटले आहे.

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

गुरू हरी हर विरंची जाण ।

स्वरूपेतोची नारायण ।

मन करूनी निर्वाण

सेवा करावी भक्तीने।

महादेव पार्वतीला सांगतात 'निर्मल आणि शुद्ध अंतःकरणातून केलेल्या भक्तीत भक्ताला सर्व काही मिळते.' ईश्वराच्या भक्तिबरोबर जीवनात सात्त्विक कर्माचरण महत्त्वाचे आहे. आपल्या वाट्याला आलेल्या विहित कर्मे सात्त्विक वृत्तीने सत्कर्मे करून ती ईश्वरास समर्पित करावीत, त्याची फलाशा ठेवू नये व कर्तेपणाचा अहंकार असू नये, या सात्विक परोपकारी कर्माचरण निष्काम कर्म झाल्याने या कर्माचे सुख : दुखाचे बंध जीवाला राहत नाहीत व जीव जीवन्मुक्त होतो, ही मोक्ष अवस्था आहे. संत यासाठी सांगतात कर्माचरण करताना सावध असावे. कारण जीवाला जीवनांत देणारे-घेणारे हे त्याचे कर्म असते.

श्री गुरू जीवाला आत्मज्ञान प्राप्त व्हावे यासाठी ध्यानाच्या माध्यमातून हृदय मंदिरी असलेल्या ईश्वर स्वरूप आत्म्याचे आत्मचिंतन करवून घेतात. या सततच्या ध्यानातून केलेल्या आत्मचिंतनातून श्रीगुरू कृपेने आत्मज्ञानाची प्राप्ती होते. आत्मज्ञान प्राप्त झालेल्या जीवास या जीवाचे सत्य स्वरूप श्रीगुरू कृपेने ज्ञात होते. परमात्मा सर्व जीवमात्रात अंश स्वरूपात सर्वांठायी आहे. हा समत्वभाव भक्ताला येतो. 'जे जे भेटे भूत ते ते मानिजे भगवंत' अशी वृत्ती मनाची होते. चराचरात व्यापून असलेला ईश्वर एकच आहे. त्याचे आत्मतत्त्व सर्वत्र भरून उरले आहे. जग हे ईश्वराच्या आत्मतत्त्वाचा आविष्कार आहे. आत्मज्ञान हे शब्दातीत आहे. ते अनुभूतीने जाणावयाचे आहे. ईश्वर आत्मस्वरूपात सर्व प्राणीमात्रात निवास करतो. सर्व आत्म्यांवर प्रेम करा. ईश्वरचरणी भक्तियुक्त अंतःकरणाने शरण जा, यातच जीवाचे कल्याण आहे.

भगवंत हा भक्ती प्रेमभावाचा भुकेला आहे. हा प्रेमभाव भक्ताला जीवनात सुख आणि आनंद देतो. जीवाला भगवंत कृपेने जीवनातील शाश्वत सुख-समाधान याची प्राप्ती होते. भक्ताला दैवी गुणसंपदा मिळते. प्रपंचातील आसक्ती कमी झाल्याने जीव परमार्थात आत्मसुखाचा आंतरिक अनुभव घेतो. हे आत्मसुख केवळ संत सहवासात संत कृपेने मिळते.

||आत्मा मालिक||

- बी. के. गायकवाड

प्लॉट क्र. ५, नव महाराष्ट्र को. ऑप. हौ. सोसायटी

सातारा रोड, अरण्येश्वर कॉर्नर, पुणे - ४११००९.

मो.नं. - ९४०३०२६१६४

***



एक पाती

आत्मा मालिक का अनहद नाद सुनाई देता है। उस क्षण संसार की सारी व्याकुलताएँ जैसे किसी दूर किनारे पर छूट जाती हैं। ध्यान की उस गहराई में जो शांति मिलती है, उसे शब्दों में कहना कठिन है। कभी उस नीरवता में कोई प्रकाश दिखाई देता है। कभी कोई आकार नहीं होता, केवल उपस्थिति होती है।

कभी कुछ सुनाई नहीं देता, फिर भी लगता है जैसे बहुत कुछ कहा जा रहा हो। और तब भीतर एक भाव उठता है- यह प्रकाश कौन है? यह शांति कहाँ से आई है? यह मौन इतना अपना क्यों लगता है? और उत्तर शब्दों में नहीं आता। केवल अनुभव होता है। वह अनुभव कहता है- गुरु बाहर दिखाई देने वाला रूप ही नहीं; गुरु भीतर जागती हुई चेतना भी है।

-नीता यादव

परम पूज्य आत्मा मालिक सद्गुरुदेव माऊली के श्रीचरणों में कोटि-कोटि प्रणाम। आपके प्राकट्य का स्मरण करते हुए एक और भाव भीतर उठता है-

धरा धन्य हुई, अंबर हर्षाया,
जब इस माटी पर मेरा माऊली आया।
मिट गया अंधकार जन-जन के मन का,
सद्गुरु ने जब आत्मा मालिक का अलख जगाया।
प्रकट दिन की पावन बेला आई,
भक्तों के हृदय में खुशियाँ छाई,
जब मूँदूँ आँखें, संसार छूट जाता,
आपके ध्यान में मन एकाग्र हो जाता।
हृदय के उस नीरव शून्य कोने में,
आत्मा मालिक का अनहद नाद गूँज जाता।
वह दिव्य प्रकाश, वह असीम शांति,
मिटा देती है जन्म-जन्म की भ्रांति।
बंद आँखों में जो नूर चमकता,
सद्गुरु, वो आपका ही रूप झलकता।
हे जंगलीदास महाराज, हे अंतर्यामी,
आप ही हो मेरे जीवन के स्वामी।
चरणों में यही उपहार चढ़ाऊँ-

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

हर साँस में बस आत्मा मालिक गाऊँ।

बाबाजी, आज आपके प्राकट्य दिवस पर आपके चरणों में बैठकर आपसे कुछ कहने की इच्छा है। पता नहीं इसे पाती कहूँ, प्रार्थना कहूँ, कृतज्ञता कहूँ या अपने ही अंतर्मन से किया हुआ कोई मौन संवाद। शब्द बहुत हैं, पर कहने को कुछ भी पर्याप्त नहीं। क्योंकि कुछ संबंध ऐसे होते हैं जिन्हें शब्दों में बाँधना वैसा ही है जैसे मुट्ठी में आकाश को पकड़ लेना। गुरु और शिष्य का संबंध भी शायद ऐसा ही है-जिसे समझने से अधिक जीया जाता है और जिसे व्यक्त करने से अधिक अनुभव किया जाता है।

फिर भी आज मन कह रहा है-कुछ कहूँ। आपसे। अपने बाबाजी से। उस चेतना से, जिसने मेरे जीवन को बाहर से नहीं, भीतर से बदलना शुरू किया। बाबाजी, आप मेरे लिए कोई संबोधन मात्र नहीं हैं। आप एक ऐसी अनुभूति हैं, जिसके जीवन में आने के बाद जीवन को देखने की मेरी दृष्टि बदल गई। पहले जीवन में घटनाएँ होती थीं और मैं उन्हें केवल घटनाएँ मानकर आगे बढ़ जाती थी। अब उन्हीं घटनाओं के भीतर कोई अर्थ दिखाई देता है। पहले लोग मिलते थे और मैं उस मिलन को संयोग समझती थी; अब लगता है-हर मिलन अपने भीतर कोई न कोई निमित्त लेकर आता है।

पहले सुख पाने की इच्छा थी। अब समझ में आने लगा है कि सुख हमेशा बाहर की परिस्थितियों से नहीं आता। वह भीतर की स्वीकृति में जन्म लेता है। पहले मैं चाहती थी कि परिस्थितियाँ बदलें, लोग बदलें, जीवन मेरे अनुकूल हो जाए। आपने धीरे-धीरे सिखाया कि जीवन को बदलने से पहले अपनी दृष्टि को बदलना आवश्यक है। और शायद गुरु-कृपा का सबसे बड़ा चमत्कार यही है-

जब परिस्थितियाँ नहीं बदलतीं, तब दृष्टि बदल जाती है। और जब दृष्टि बदल जाती है, तो वही जीवन नया दिखाई देने लगता है। आपने संसार नहीं, मेरी दृष्टि बदली बाबाजी, आपने मुझे संसार छोड़ने का मार्ग नहीं दिखाया। आपने संसार में रहते हुए अपने भीतर के अंधकार को छोड़ने का मार्ग दिखाया। यह अंतर कितना गहरा है, यह शायद वही समझ सकता है जिसने भीतर की यात्रा का थोड़ा-सा स्वाद पाया हो। आपने यह नहीं कहा कि जीवन में दुःख नहीं आएगा। आपने यह समझाया कि दुःख आए तो उसके भीतर छिपे बोध को पहचानना। आपने यह नहीं सिखाया कि जीवन में प्रश्न नहीं होंगे। आपने प्रश्नों से भागना नहीं, उनके भीतर उतरना सिखाया। आपने भविष्य बताने से अधिक वर्तमान को समझना सिखाया।

आपने मेरे प्रश्नों के उत्तर देने से अधिक मुझे सही प्रश्न पूछना सिखाया। और यहीं से शायद मेरी यात्रा बदलने लगी। अब समझ में आता है कि गुरु केवल वह नहीं जो हमारे प्रश्नों का उत्तर दे दे। गुरु तो वह है जो हमें उस अवस्था तक ले जाए जहाँ हम अपने भीतर उत्तर को जन्म लेते हुए देख सकें।आपसे मिला सबसे बड़ा उपहार कोई मंत्र नहीं, कोई सिद्धि नहीं, कोई चमत्कार नहीं! बोध है।

अपने भीतर लौटने का बोध। अपने कर्म को समझने का बोध। रिश्तों में आसक्ति और प्रेम के बीच का अंतर समझने का बोध। यह समझने का बोध कि जीवन में जो कुछ मिला है, वह केवल मेरा अधिकार नहीं-मेरी जिम्मेदारी भी है। आपने मुझे जीवन का लक्ष्य बताने से अधिक जीवन को लक्ष्यपूर्ण देखना सिखाया। और, शायद यही वह क्षण था जब जीवन केवल जीना नहीं रहा-एक साधना बनने लगा।

जब आप दूर होते हुए भी पास होते हैं, बाबाजी, आज जब आप मेरे पास भौतिक रूप से नहीं हैं, तब आपके होने का अर्थ और अधिक गहरा समझ में आता है। दूरी ने आपकी उपस्थिति कम नहीं की;

उसने शायद उसे और सूक्ष्म कर दिया है। आपकी कही हुई बातें दिन में कितनी ही बार स्मरण हो आती हैं। आपका चेहरा मन में उतर आता है। कोई परिस्थिति सामने आती है और भीतर से जैसे आपकी ही आवाज सुनाई देती है। तब मन कहता है-मैं अकेली नहीं हूँ। गुरुदेव की कृपा मेरे साथ है। कभी-कभी लगता है कि गुरु हमारे साथ तब भी चलते हैं जब हमें उनके साथ चलने का बोध नहीं होता। हम राह देखते हैं, पर वे राह देते हैं। हम सोचते हैं कि हम निर्णय ले रहे हैं, पर बाद में पता चलता है कि कितनी घटनाएँ हमें उस निर्णय तक पहुँचाने के लिए पहले ही घट चुकी थीं। हम किसी संयोग को संयोग समझकर भूल जाते हैं, लेकिन गुरु-कृपा शायद उसी संयोग में अपना संकेत छोड़ जाती है। इसीलिए मन कहता है-

गुरु का हाथ सिर पर हो तो राहें स्वयं बन जाती,
सूनी आँखों में भी आशा की किरणें जग जाती।
जिसे संसार केवल संयोग समझकर छोड़ देता,
गुरु-कृपा से वही घड़ी जीवन की दिशा बदल जाती।

बाबाजी, आपने जब मुझे आत्मा का सुमिरन और ध्यान का मार्ग दिखाया था, तब शायद मैं स्वयं भी नहीं जानती थी कि यह शब्द मेरे भीतर कितनी दूर तक उतरेगा। आज ये केवल शब्द नहीं हैं। ये लौटने का मार्ग हैं। जब संसार की आवाजें बहुत तेज हो जाती हैं, तब आत्मा मालिक मुझे भीतर बुलाता है। जब मन अनेक दिशाओं में भागता है, तब यही सुमिरन उसे धीरे-धीरे एक केंद्र पर लाता है।जब चिंताएँ मन को घेर लेती हैं, तब ध्यान की आँखें बंद करते ही लगता है कि बाहर का संसार कुछ क्षणों के लिए दूर चला गया है। और भीतर-

एक नीरवता है। एक शून्य है। एक मौन है। और उस मौन में कहीं बहुत भीतर से-

आत्मा मालिक का अनहद नाद सुनाई देता है। उस क्षण संसार की सारी व्याकुलताएँ जैसे किसी दूर किनारे पर छूट जाती हैं। ध्यान की उस गहराई में जो शांति मिलती है, उसे शब्दों में कहना कठिन है। कभी उस नीरवता में कोई प्रकाश दिखाई देता है। कभी कोई आकार नहीं होता, केवल उपस्थिति होती है।

कभी कुछ सुनाई नहीं देता, फिर भी लगता है जैसे बहुत कुछ कहा जा रहा हो। और तब भीतर एक भाव उठता है- यह प्रकाश कौन है? यह शांति कहाँ से आई है? यह मौन इतना अपना क्यों लगता है? और उत्तर शब्दों में नहीं आता। केवल अनुभव होता है। वह अनुभव कहता है- गुरु बाहर दिखाई देने वाला रूप ही नहीं; गुरु भीतर जागती हुई चेतना भी है।

आपका प्राकट्य दिवस मेरे लिए केवल कैलेंडर पर अंकित कोई पवित्र तिथि नहीं है। यह उस कृपा को नमन करने का दिन है जिसने न जाने कितने जीवनों को भीतर से संभाला है।यह उस प्रकाश को प्रणाम करने का दिन है जो अंधकार से लड़ता नहीं, बस उसे मिटा देता है।यह उस चेतना को नमन करने का दिन है जो बाहर कहीं दूर नहीं, साधक के भीतर ही जागने की प्रतीक्षा करती है।इसी भाव से भीतर से स्वर उठता है-

प्रकट भये प्रभु चेतना बनकर,
अंधकार की धुंध मिटाने,
धरा पर अलौकिक प्रकाश आया,

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

बाबाजी के प्राकट्य दिवस पर
रोम-रोम में हर्ष समाया।
शांत मुखमंडल, दिव्य आभा,
नयनों में करुणा का सागर,
झुक रहा है शीश स्वतः ही,
श्रद्धा के आत्मिक पुष्प लाकर।
आप ही आदि, आप ही अनंत,
ध्यान-योग के प्रणेता महान,
भटके हुए इस मानस को
आपने दिया सदा आत्म-ज्ञान।
गुफाओं की कंदराओं से
जो दिव्य नाद गूँजता आया,
सच्चे साधक के हृदय में
उसने ही सत्य का मार्ग दिखाया।
नश्वरता से ऊपर उठकर
अमरता का पाठ पढ़ाया है,
ध्यान की इस पावन अग्नि में
जीवन को तपाना सिखाया है।
हे सद्गुरु! हे महावतार!
चरणों में आपके सर्वस्व अर्पण।
इस प्राकट्य दिवस पर स्वीकारो
हम भक्तों का यह भाव-समर्पण।
कोटि - कोटि नमन आपको, साँस साँस में नाम।
हाथ रहे यह सदा शीश पर, हे सद्गुरु देव प्रणाम।।
|| आत्मा मालिक ||

-नीता यादव,
आत्मा मालिक परिवार, इंदौर।

***

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



सद्गुरू वंदना महोत्सव

आत्मा मालिक ध्यान योग मिशन, आत्मा मालिक ध्यानपीठ, कोकमठाण येथे दिनांक २५ सप्टेंबर २०२६, अनंत चतुर्दशी, चौदस या दिवशी प.पू. सद्गुरू, आश्रमातील सर्व संत, उपस्थित भाविक, शिक्षक-विद्यार्थी यांच्या उपस्थितीत सद्गुरु वंदना महोत्सव व श्री गुरुदेवांचा आत्मसाक्षात्कार दिन अत्यंत उत्साहात संपन्न झाला.

-बी. के. गायकवाड

गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुः।
गुरुर्देवो महेश्वरः।
गुरुः साक्षात् परं ब्रह्म
तस्मै श्री गुरवे नमः।।

आत्मा मालिक ध्यान योग मिशन, आत्मा मालिक ध्यानपीठ, कोकमठाण येथे दिनांक २५ सप्टेंबर २०२६, अनंत चतुर्दशी, चौदस या दिवशी प.पू. सद्गुरू, आश्रमातील सर्व संत, उपस्थित भाविक, शिक्षक-विद्यार्थी यांच्या उपस्थितीत सद्गुरु वंदना महोत्सव व श्री गुरुदेवांचा आत्मसाक्षात्कार दिन अत्यंत उत्साहात संपन्न झाला.

साधारण पाच दशकांपूर्वी प.पू. सद्गुरूंनी येवला येथील पावन तपोभूमीत सोमगिरी मठात प्रदीर्घ कालावधीत मौनव्रत धारण करून अत्यंत कठीण तपस्या केली. निराहारी राहून निर्गुण निराकार ईश्वर परमात्म्याचे अर्थात आत्म्याचे चिंतन केले. आत्मा-परमात्म्यात एकरूपता येऊन आत्मबोध झाला. तोच हा अनंत चतुर्दशीचा हा आत्मसाक्षात्कार दिन.

प.पू. सद्गुरूंनी ४०-४५ वर्षांपूर्वी आपले काही निवडक शिष्य संत सच्चिदानंद बाबा, संत देवानंद बाबा व इतर यांच्यासह कोकमठाणच्या सध्याच्या स्थानी, तेथील शेतकरी दामोदर जपे यांनी दिलेल्या छोट्याशा शेतजमीन क्षेत्रात एक कुटी उभारून आपल्या विश्वात्मक लोककल्याण कार्यास गुरुआज्ञेने कार्यारंभ केला. आपले गुरू महान योगी श्री जंगली महाराज यांनी त्यांच्या निर्वाणसमयी (सन १८९०) प्रगट केलेली षड्चक्रांकित आत्मस्वरूप प्रतिमा घेऊन, मानवाला त्यांच्या हृदयमंदिरी असलेल्या निजस्वरूप आत्म्याची ओळख व्हावी यासाठी भक्तांना आत्मध्यानासाठी दिली.

प. पू. सद्गुरूंनी आपले विश्वात्मक कार्य संत ज्ञानेश्वर, संत जगद्गुरु तुकाराम महाराज, संत साईबाबा, श्री समर्थ रामदास स्वामी या व अनेक संतांनी जगताच्या लोककल्याणासाठी, शाश्वत सुख व शांतीसाठी केलेले महान संतकार्य हाती घेऊन अखंडित चालू ठेवले आहे. कोकमठाण चैतन्यपुरी आत्मा मालिक ध्यानपीठ, ध्यान योग मिशनद्वारा देशातील अनेक आश्रम केंद्रांतून ते अविरत चालू आहे.

आत्मा हाच परमात्मा, ईश्वरस्वरूप सर्वांठायी आहे व आत्मा हेच आपले निजस्वरूप आहे. या स्वस्वरूपाचे ज्ञान म्हणजेच आत्मज्ञान होण्यासाठी ध्यानाद्वारे आत्मचिंतन करा व स्वस्वरूपाची, आत्म्याची ओळख करून घ्या. आत्म्यावर प्रेम करा हा दिव्य संदेश प. पू. सद्गुरूंनी सर्वांसाठी दिला

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

आहे. मन, चित्तशुद्धीसाठी सत्संगातून अनुग्रह देऊन अनुष्ठाने करवून घेतली. भाविकांची आत्मबुद्धी उन्नत करून अंतःकरणी ईश्वरप्रेम, भक्ती जागविली. प. पू. सद्गुरूंच्या या विश्वात्मक कार्यात आरंभापासून ज्या-ज्या संत-महात्म्यांनी तन-मन-धन अर्पून आपले योगदान दिले आहे व आपले जीवनकार्य सद्गुरुचरणी समर्पित केले आणि जे संत, संत-माता आता हृदयनिवासी झाले आहेत, त्यांच्याप्रती विनम्र भावे श्रद्धांजली वाहून त्यांना आत्मवंदन करण्यासाठी हा सद्गुरूंचा आत्मसाक्षात्कार, प्रगटदिन मागील अनेक वर्षांपासून सद्गुरू वंदना दिन म्हणून साजरा करण्यात येतो. हृदयनिवासी झालेल्या संतांचे स्मरण करून सत्संगातून त्यांना श्रद्धांजली अर्पण करण्यात येते. डिजिटल स्वरूपात चित्रफितीद्वारे नावांसह प्रतिमा पडद्यावर दर्शविण्यात येतात.

अनंत चतुर्दशीच्या दैनंदिन कार्यक्रमांतर्गत पहाटे ब्रह्ममुहूर्तावर श्री चरणपादुकांचा अभिषेक झाला. आत्मस्वरूपाची आरती झाली. त्याचबरोबर पहाटे ५ ते ६ वाजता मौनध्यान झाले. सकाळी ठीक ७.00 वाजता संतांच्या उपस्थितीत होम-हवनदरम्यान शांतिपाठ होऊन हवनविधी पार पडला. संत परमानंद महाराज, संत निजानंद महाराज, आश्रमातील अन्य संत व श्री योगानंद महाराज आणि उपस्थित भाविक यांनी या हवनविधी कार्यक्रमात सहभाग घेतला. शांती यज्ञपाठ, नवनाथ पूजा विधी पार पडला. सकाळी ९ ते ११ या दरम्यान सत्संग हॉलमध्ये आलेल्या सर्व भाविकांच्या उपस्थितीत कोकमठाण व पुरणागाव येथील आश्रमातील गायकवृंद आणि विद्यार्थ्यांनी भजनसेवा सादर केली.

सकाळी ११.१५ वाजता सर्व संतांचे व प. पू. सद्गुरू माऊलींच्या उपस्थितीत श्री गणेशपूजा, वंदन, आरती झाली. तदनंतर प. पू. सद्गुरूंचे वंदन-पूजन झाले. आत्मस्मरण, ध्यान, आत्मचिंतन करण्यात आले. दुपारची महाआरती होऊन सकाळचे सत्र पार पडले. भाविकांनी श्रद्धेने श्री गुरुमाऊलींचे दर्शन घेतले. सर्व भाविकांनी नंतर महाप्रसाद घेतला. माऊलींच्या प्रकटदिनाच्या निमित्ताने काही भक्तांनी आश्रमात पुरणपोळी (मांडे) प्रसाद आणला. त्याचा आस्वाद भाविकांनी घेतला. सायंकाळी ४.00 वाजता येवला येथून आलेल्या सत्संग भजनी मंडळाने आपली भजनसेवा गुरुचरणी सादर केली. संत परमानंद महाराज, निजानंद महाराज, आश्रमातील संत-महंतांनी प. पू. सद्गुरुंच्या चरणी समर्पित भावे आत्मवंदन केले व दीप ओवाळत औक्षण केले. सर्व उपस्थित भाविकांना आत्मा मालिक ध्यानपीठाच्या वतीने शुभेच्छा देण्यात दिल्या. अन्नदाते व कार्यक्रमास सहकार्य केलेल्या सर्वांचे आत्मा मालिक ध्यानपीठाच्या वतीने आभार मानले. सद्गुरू वंदना महोत्सवानिमित्त चैतन्यपुरीत सर्वत्र उत्सवाचे वातावरण होते. सायंकाळी ६ वाजता आत्मरूप देव पालखी सोहळा नगर प्रदक्षिणा करून आत्मरूप मंदिरात आणण्यात आला. सायंकाळची आरती झाली. अनंत चतुर्दशी, चौदस व सद्गुरु वंदना महोत्सव दिनाचे औचित्य साधून काही भाविकांनी गुरुदेवांकडून नाम घेतले. रात्री सत्संग, ध्यान झाल्यावर शेजारती होऊन सद्गुरूवंदना महोत्सवाची सांगता झाली.

सबका मालिक आत्मा!

- बी. के. गायकवाड,

प्लॉट क्र. ५, नव महाराष्ट्र को. ऑप. हाउसिंग 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.



आत्मशक्ती नवरात्रोत्सव

दि.११ ते २० ऑक्टोबर २०२६

निमित्त

ब्रम्हबोध तत्वचिंतन



प.पू.सद्गुरु आत्मा मालिक माऊली यांच्या पावन सानिध्यात
समस्त संत मांदियाळींच्या उपस्थितीत
भागवताचार्य ह.भ.प.परशुराम महाराज अनर्थे
यांच्या सुश्राव्य वाणीतून

दैनंदिन कार्यक्रम - सकाळी ९:०० ते ११:०० सकाळी ११:०० ते १२:०० महाआरती व प्रसाद

पहिला दिवस दि.११ ऑक्टोबर २०२६
अहं ब्रह्मास्मि
माझ्यातील अंतरात्मा म्हणजेच ब्रह्म आहे.
यजुर्वेद/ बृहदारण्यक उपनिषद
वंदनीय याज्ञवल्क्य

दुसरा दिवस दि.१२ ऑक्टोबर २०२६
प्रज्ञानं ब्रह्म
सर्वत्र एकच प्रज्ञा/ज्ञान पसरले आहे.
ऋग्वेद /ऐतरेय उपनिषद
वंदनीय ऐतर ऋषी

तिसरा दिवस दि.१३ ऑक्टोबर २०२६
तत्त्वमसि
ज्या ईश्वराला तू शोधत आहेस, तो तूच आहेस.
सामवेद /छांदोग्य उपनिषद
वंदनीय सत्यकाम जाबाल ऋषी

चौथा दिवस दि.१४ ऑक्टोबर २०२६
अयमात्मा ब्रह्म
हा प्रत्यक्ष आत्माच ब्रह्म आहे.
अथर्ववेद / मांडूक्य उपनिषद
वंदनीय अंगिरा ऋषी

पाचवा दिवस दि.१५ ऑक्टोबर २०२६
आत्मा साक्षी विभुः
पूर्ण एको मुक्तश्चिदात्मकः।
अष्टावक्र गीता
महर्षी अष्टावक्र

सहावा दिवस दि.१६ ऑक्टोबर २०२६
अजो नित्यः शाश्वतोऽयं पुराणो
न हन्यते हन्यमाने शरीरे।।
भगवदगीता
भगवान श्रीकृष्ण

सातवा दिवस दि.१७ ऑक्टोबर २०२६
शिव एवात्मा,
आत्मा एव शिवः।
शिव पुराण
महर्षी व्यास

आठवा दिवस दि.१८ ऑक्टोबर २०२६
चितिरूपेण या कृत्स्नमेतद्व्याप्य स्थिता जगत्।
सा सर्वभूतानाम् आत्मा चैतन्यदायिनी।।
देवीभागवत
महर्षी व्यास

नववा दिवस दि.१९ ऑक्टोबर २०२६
अन्तर्मुक्तः बहिः मुक्तः
स्वात्मन्येव समाहितः।
विज्ञान भैरव
भगवान शिव

दहावा दिवस दि.२० ऑक्टोबर २०२६
।।विजयादशमी।।

तरी सर्व आत्मप्रेमी भाविकांनी ब्रम्हबोध तत्वचिंतन व
सद्गुरु दर्शनाचा लाभ घ्यावा, हि नम्र विनंती.



ठिकाण

आत्मा मालिक ध्यानपीठ, कोकमठाण
शिर्डी-कोपरगांव रोड, मु.पो.कोकमठाण, ता. कोपरगांव, जि. अहिल्यानगर

आयोजक आत्मा मालिक ध्यान योग मिशन, कोकमठाण

* प्रेषक *
संपादक, मासिक ॐ गुरुदेव
विश्वात्मक जंगली महाराज आश्रम ट्रस्ट, कोकमठाण,
मु.पो.कोकमठाण (चैतन्यपुरी), शिर्डी-कोपरगांव रोड,
ता. कोपरगांव, जि. अहमदनगर (महाराष्ट्र)-४२३६०१