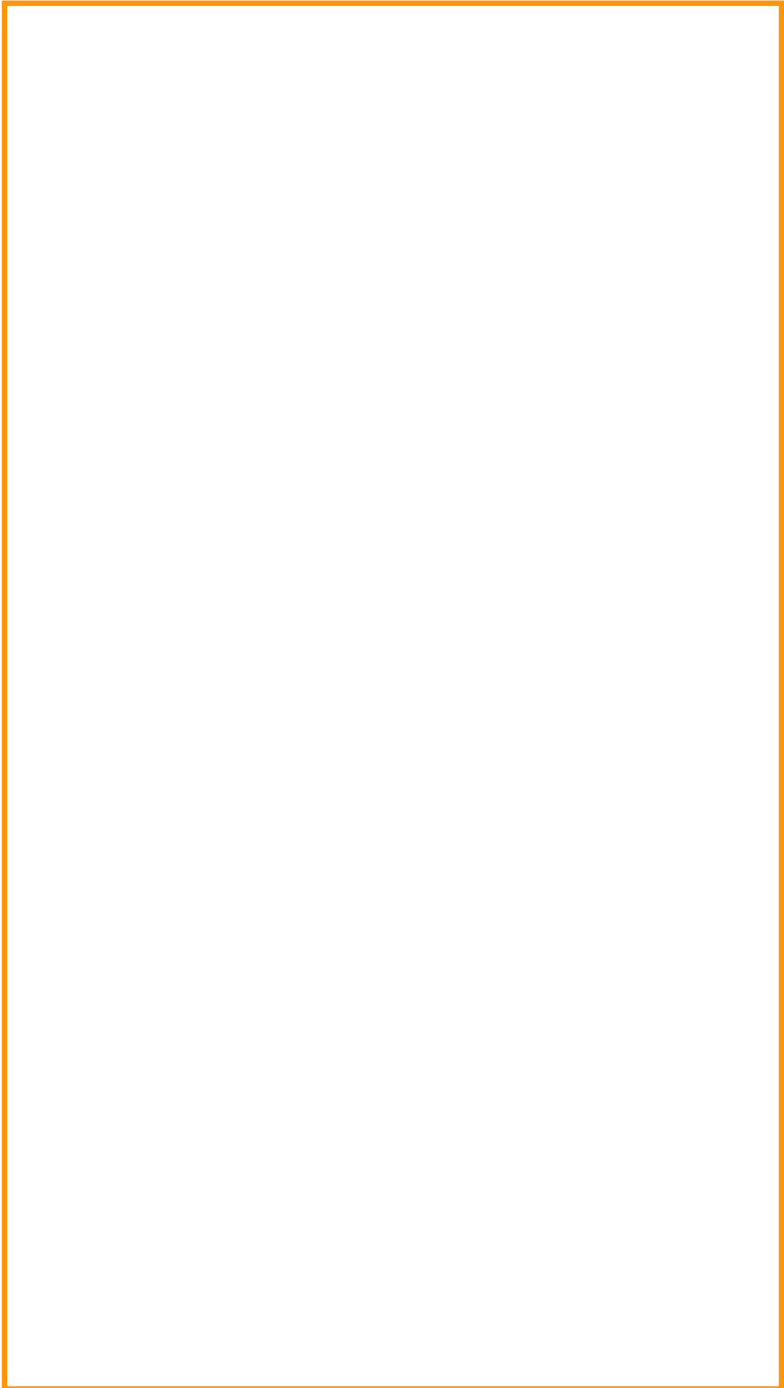


"प्रसाद हा मज द्यावा"



डॉ. वसुधा विनोद देव



प्रसाद हा मज द्यावा

डॉ. वसुधा विनोद देव

सहयोगी प्राध्यापक व

समन्वयक स्वामी चिन्मयनानंद अभ्यास केंद्र ,
शासकीय अध्यापक महाविद्यालय, अकोला.

‘प्रसाद हा मज द्यावा’

लेखक :

डॉ. वसुधा विनोद देव, ०९४२२९५९७६४
३ चिन्मय, शंकर नगर,
घाटोळ लेआउट, जठारपेठ, अकोला. ४४४००५
श्री. विनोद दत्तात्रय देव ०९४२२९५९७६३
(सर्व हक्क सुरक्षित)

प्रकाशक :

चिन्मय विनोद देव
चिन्मय प्रकाशन
३ चिन्मय, शंकर नगर,
घाटोळ लेआउट, जठारपेठ, अकोला. ४४४००५

अक्षर रचना :

संजय आर. अन्नदाते
चिराग ग्राफीक्स, जठारपेठ, अकोला.
९८५०६४७९९२

मुद्रण :

किर्ती प्रिंटर्स, जुना कॉटन मार्केट,
अकोला. मो. नं. ९४२२८९३१६५

अर्पण पत्रिका



चिन्मय श्रीराम चरणी
अर्पण

► Ultimate Photo Mixer

‘प्रसाद हा मज द्यावा’

प्रसाद हा मज द्यावा देवा, प्रसाद हा मज द्यावा देवा, सहवास
तुझाची घडवा देवा, प्रसाद हा मज द्यावा.

निशिदिनी प्रभूचे नाम स्मरावे

निशिदिनी प्रभूचे नाम स्मरावे

वियोग तव न घडवा देवा

प्रसाद हा मज द्यावा देवा, प्रसाद हा मज द्यावा देवा,

सहवास तुझाची घडवा देवा, प्रसाद हा मज द्यावा.

हृदय मंदिरी तुवा बैसोनि, हृदय मंदिरी तुवा बैसोनि ध्यान योग
मज दयावा देवा

प्रसाद हा मज द्यावा देवा, प्रसाद हा मज द्यावा देवा, सहवास
तुझाची घडवा देवा, प्रसाद हा मज द्यावा.

हरिभजनामृत निशिदिनी पाजुनी

हरिभजनामृत निशिदिनी पाजुनी

जन्म मृत्यु चुकवावा देवा

प्रसाद हा मज द्यावा देवा, प्रसाद हा मज द्यावा देवा, सहवास
तुझाची घडवा देवा, प्रसाद हा मज द्यावा.

आत्मसुखास्तव प्रसाद द्यावा

आत्मसुखास्तव प्रसाद द्यावा

विसर तुझा न पडावा देवा

प्रसाद हा मज द्यावा देवा, सहवास तुझाची घडवा देवा, प्रसाद
हा मज द्यावा.

॥ श्री गुरुदेव दत्त ॥



चिन्मय सदाफुली (डॉ. वसुधा विनोद देव)

सहयोगी प्राध्यापक व

समन्वयक स्वामी चिन्मयनानंद अभ्यास केंद्र ,

शासकीय अध्यापक महाविद्यालय, अकोला.

अध्यापनाचा अनुभव - २८ वर्ष

शिक्षण: - **M.COM**, M.A. (MARATHI, ECONOMICS, SUBJECT COMMUNICATION), M.ED. PhD.

प्रकाशन; -

१. एकूण १३ पुस्तके प्रकाशित
२. एका पुस्तकाला उत्कृष्ट पुस्तक पुरस्कार
३. दोन पुस्तके शासनमान्य
४. एका पुस्तकाचा अमरावती विद्यापीठाच्या अभ्यासक्रमात समावेश
५. एकूण २०० लेख प्रकाशित
६. जागतिक आंतरराष्ट्रीय राज्यस्तरीय चर्चा सत्रात सक्रिय सहभाग
७. २०१४ मध्ये अथेन्स ग्रीस येथे जागतिक तत्वज्ञान परिषदेत "SWAMI CHINMAYANAND ON RELIGION" ह्या विषयावर व्याख्यानाला आमंत्रित
८. हा जागतिक स्तरावरील पहिला प्रबंध मानव संसाधन विकास मंत्रालयाकडून
९. विद्यापीठ अनुदान आयोगामार्फत शासकीय अध्यापक महाविद्यालयात स्वामी चिन्मयनानंद अभ्यास केंद्राची स्थापना
१०. स्वतः ची वेबसाईट **www.chinmaysanskar.com**
११. चिन्मय मिशन ची सक्रिय कायकर्ती
१२. संतगाडगेबाबाअमरावती विद्यापीठ अमरावती येथे Ph.D ची मार्गदर्शक एकूण ५ विद्यार्थ्यांना Ph.D प्राप्त

मनोगत

दि १९ फेब्रुवारी २०१९ ला यवतमाळ येथे राम मंदिरात श्रीरामाच्या मूर्तीच्या स्थापनेचा वर्धापन दिन आहे आणि त्यानिमित्त एखाद्या विषयावर निरूपण करावे हा आदेश आयोजकांचा म्हणजेच वेदांताचे अभ्यासक डॉ सुनील लुले म्हणजेच माझे जिजाजी ह्यांनी दिला,,आणि मला खूप आनंद झाला,,आणि मी विषय सांगितला 'प्रसाद हा मज द्यावा',,,लहानपणी पासून हे भजन मी ऐकते आहे,,आणि माझ्या खूप आवडीचे भजन आहे हे,,आणि मग ह्याचा अभ्यास सुरू केला,, चिंतन प्रवास सुरु झाला,,ईश्वराकडे काय मागावे ह्याबाबत चे उत्तम मार्गदर्शन ह्यात बघावयास मिळते,,अभ्यास करताना माझ्या लक्षात आले की हा सर्वसामान्य प्रसाद नाही,,विशिष्ट साधनाप्रणाली ह्यात विशद केलेली आहे,,नाम ध्यान तत्वज्ञान,,वास्तविक भक्ती संप्रदायाचे सांप्रदायिक असणारे हे भजन जेव्हा प्रत्यक्ष अभ्यासाला घेतले तेव्हा हे भजन न राहता उपनिषद बनले,,आणि मग एक स्वातंत्र्य मी घेतले की जो प्रसाद सदुरूकडे जो प्रसाद ह्याठिकाणी मागितला तो सर्वसामान्य व्यावहारिक सत्तेतील नाही तर तो जीव ब्रह्म ऐक्य हाच प्रसाद मागितला आणि शेवटी तीही वृत्ती लय व्हावी इथपर्यंतचा प्रसाद ह्या ठिकाणी मागितला,,म्हणजेच हा आत्मप्रसाद आहे,,किती छान??मग माझ्यासमोर प्रश्न उभा राहिला की मी ह्याचा अभ्यास करताना उपनिषद वेदांत प्रणालीने करावा काय?? योग खूपच छान होता ,,आणि चिन्मय मिशन नाशिक चे आचार्य प पू स्वामी अद्वैतानंद ह्यांचे अत्यंत मोलाचे मार्गदर्शन मला लाभले व त्यातून गुरुदेवांचा आशीर्वाद पण प्राप्त झाला,,,

प्रसाद चे चिंतन हा अत्यंत आनंदप्रवास झाला,,हा गुरुदेवांच्या कृपाप्रसाद श्रीरामाच्या चरणी अर्पण करते,,,,

- डॉ. वसुधा विनोद देव

प्रसाद हा मज द्यावा – भाग १

“ प्रसाद हा मज द्यावा ” देव लहानपणापासून हे भजन उपासनेच्या शेवटी आपण ऐकले आहे. आणि नेहमीच्या प्रसादापेक्षा हा प्रसाद काही निराळा आहे ही जाणीव सतत मनाला झाली,, सर्वसामान्यपणे आपल्या नित्य व्यवहारात आपण पाहतो की कोणत्याही प्रकारचे पूजन पूजा झाली की त्यानंतर आरती

आणि त्यानंतर प्रसाद,, आणि पूजा

छोटी तर प्रसाद कमी आणि जेवढी पूजा

मोठी तेवढा प्रसाद मग महाप्रसाद

म्हटला जातो,, खूप अप्रूप वाटायचं

ह्याच,, आणि हो प्रसाद म्हणजे कधी

साखर कधी पेढे, कधी फळे,, इत्यादी,,

घरी स्वयंपाक झाल्यावर शिजलेले

अन्नाचा देवाला नैवेद्य केला जातो

आणि मग तो प्रसाद म्हणून ग्रहण केला

जातो,, ह्यात आणखी एक गोष्ट

महत्वाची की ह्या प्रसादाची चव

कशीही असो ह्या प्रसादाला कुणीही

नावे ठेवत नाही,, उलट प्रसादाचा अवमान करू नये तो जसा असेल तसा गोड

मानून घ्यावा ही शिकवण आपल्यालाही मिळाली व त्याचबरोबर आपण

आपल्या पुढच्या पिढीलाही देत आहोत,,

खूप विस्मय वाटतो ह्याचा कधी कधी की देवासमोर ठेवण्यापूर्वी त्याची

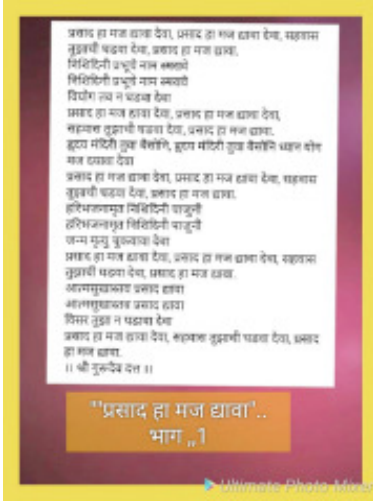
किती विविध नावे होती,, आणि नैवेद्य दाखविल्यानंतर अर्थात ईश्वराला समर्पित

केल्यानंतर त्याचे नाव प्रसाद कसे झाले?? देताना पेढे घेताना प्रसाद,, हा

दृष्टिकोणाचाच फरक आहे, वस्तू तीच पण तिच्याकडे पाहण्याची दृष्टी

बदलली,, आणि पूर्वीपेक्षा अधिक उदात्त बनली, आणि मग ती देवाकडून आली

ती वाईट कशी असेल म्हणून तिचा अवमान पण करायचा नाही,, किती छान



आहे हे सर्व,, आणि हा प्रसाद मिळाला की किती आनंद होतो हे सांगायलाच नको,, हे आपल्याला लहानपणापासून मिळालेले बाळकडू आहे,, आता ह्याचाच उपयोग आपल्याला प्रत्यक्ष जीवनात करता येईल का?? म्हणजे काय करायचं???

माझ्या प्रत्येक कृतीला मला पूजेचे रूप देता येईल का?? नव्हे माझे संपूर्ण जीवनच एक पूजा ठरू शकेल का?? माझ्या ह्या जीवनात माझ्या प्रत्येक कृतीला मी ईश्वराला अर्पण करू शकेल का?? माझ्या जीवनात येणारा प्रत्येक क्षण मी प्रसाद म्हणून स्वीकारू शकेल का?? मग हा क्षण सुखाचा असो की दुःखाचा असो त्याला मी देवाचा प्रसाद मानू शकेल का?? आणि असे जर घडत असेल तर ह्यालाच शास्त्राने प्रसादबुद्धी असे म्हटले आहे,, हीच साधना माझी ठरू शकेल का???

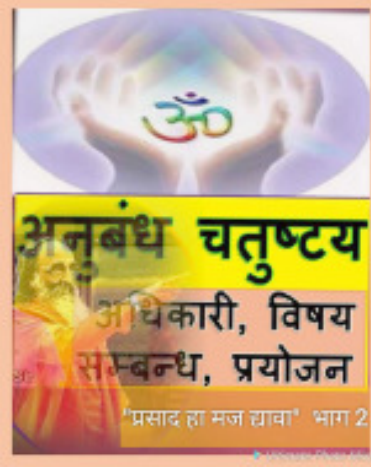
पण प्रश्न उदभवतो की प्रसाद म्हणजे काय?? ह्याठिकाणी भगवद्गीता माझ्या ह्या प्रश्नाचे उत्तर देते की “खरा प्रसाद म्हणजे अंतःकरणाला शांती व प्रसन्नता प्राप्त होणे ”,, मला खरच हा प्रसाद जीवनात प्राप्त होऊ शकेल का? आणि हा प्रसाद जर मला हवा असेल तर निश्चित मलाही काही करावेच लागेल तेव्हाच मला प्रसाद मिळू शकेल,,,

ह्या दृष्टिकोनातून हे भजन म्हणजे खरोखर अत्यंत महत्वाचे वाटते,, आणि म्हणून येणाऱ्या काही लेखामध्ये ह्याचा अभ्यास मला करायचा आहे,



प्रसाद हा मज द्यावा – भाग २

वास्तविक प्रसादासाठी कोणत्याही विशेष गुणांची आवश्यकता नसते,,त्यावर प्रत्येकाचा अधिकार असतो,,पण ह्याठिकाणी विशेष प्रसाद साधकांनी मागितला आणि त्यामुळे हा प्रसाद अभ्यासत असताना ह्याचा



अभ्यास माझ्या साधनेच्या दृष्टिकोनातून कसा करून घ्यायचा हे महत्वाचे ठरते,, नाम साधना ध्यानसाधना भक्तीसाधना व आत्मज्ञानाकडे वाटचाल व स्वरूपाची प्राप्ती हा ह्या प्रसादाचा प्रमुख उद्देश असल्यामुळे ह्या दृष्टिकोनातून हा प्रसाद अत्यंत महत्वाचे ठरतो,, साधनेचा समुच्चय ह्या प्रसादात आपणास आढळतो आणि म्हणूनच ह्याला वेदांताचा दर्जा प्राप्त होतो,,ह्या

दृष्टीने हे प्रसादोपनिषद ठरते,,आणि म्हणूनच वेदांतच्या अभ्यासप्रणालीनुसार आपल्याला अनुबंध चतुष्टयाचा विचार करावा लागेल,,

१) प्रसादाचा हेतू :- प्रसादाचा हेतू काय ह्याचा विचार केला तर शुद्ध आत्मज्ञानाची प्राप्ती हा ह्याचा प्रमुख उद्देश आहे असे आपल्या लक्षात येते,, जीव हाच ब्रह्म आहे ही वास्तुसिद्धी होणे हा उद्देश ह्या प्रसादाचा आहे,,आणि ही वास्तुसिद्धी केवळ विचारानेच प्राप्त होते,,आणि म्हणून मी नाम साधन, ध्यान साधन , भक्ती साधन करीत असलो तरी ह्या सर्व साधनांची सिद्धी ही विचारानेच होईल आणि म्हणून मला जीवनात काय हवंय ?? माझे प्राप्तव्य काय? त्यासाठी माझ्यासाठी कोणकोणती साधने उपलब्ध आहेत?? आणि ह्या साधनांच्या माध्यमाने मी आत्मवस्तुसिद्धी कशी करावी,, हा ह्या प्रसादाचा महत्वाचा हेतू आहे.

२) प्रसादाचा अधिकारी:- अधिकारी ह्याचा अर्थ आहे की साधकाची पूर्वतयारी,, ,कोणती पूर्वतयारी केली म्हणजे हा प्रसाद घेण्यास साधकाची तयारी झाली असे समजावे?? ?ह्याचे उत्तर आहे की

अ) शरीराच्या स्तरावर निष्काम कर्म करून चित्त शुद्ध झाले,, मनाच्या स्तरावर उपासना भक्ती करून चित्त शांत झाले ,, आणि बुद्धीच्या स्तरावर आत्मविचार करण्यासाठी ज्याची तयारी झाली,

ब) जो विवेक वैराग्य संपन्न आहे, म्हणजेच मला जीवनात जर पूर्ण सुख हवे आहे तर ते पूर्ण वस्तूच्याच प्राप्तीत आहे असा बुद्धीचा निर्णय होतो आणि मग बाह्य व टाकाऊ गोष्टीत सुख शोधण्याची वृत्ती नाश पावते,, क्षणिक सुखाचा पाठलाग थांबतो,,

क) ज्याच्यात शमादी षटक गुण आहेत म्हणजेच

१) शम :- सुखाच्या विषयापासून मनाला आवरणे म्हणजे शम

२) दम :- इंद्रियांना त्याच्या विषयाकडे जाऊ न देणे

३) श्रद्धा :- सत्य स्वरूपावरील विश्वास,, उपनिषदे गुरू ह्यावरील विश्वास

४) उपरम :- म्हणजेच अनसक्ती,, असंग शस्त्रेन दृढे न छित्वा अर्थात असंग नावाच्या शास्त्राने प्रपंच वृक्षाचा छेद करावा

५) समाधान :- कोणत्याही परिस्थितीत समस्थिती बिघडू न देणे ह्याला समाधान म्हणतात

६) तीतीक्षा:- आपल्या जीवनात अनेक घटना घडतात पण ह्या घडणाऱ्या घटना सगळ्याच अनुकूल असतीलच असे नाही,, तेव्हा ह्या शांतपणे सहन करणे,, ,

ड) मुमुक्षु :- म्हणजेच मोक्षाची इच्छा ठेवणारा असा साधक आहे त्याला ह्या अभंगातून साधनेचे निश्चित मार्गदर्शन प्राप्त होईल

३) प्रसादाचा विषय:-

ह्या अभंगाचा प्रमुख विषय आहे आत्मविचारातून जीव ब्रह्म ऐक्य साधणे,, जीव शरीरात आहे,, शरीर जगात आहे आणि जगाचा नियंता ईश्वर आहे,, आणि ह्या सर्वांचे जे अधिष्ठान आहे ते सर्वव्यापक ब्रह्म आहे आणि त्याच्याविषयी जाणून घेणे ही माझ्या साधनेची पराकाष्ठा आहे,, ,ही सगळी घडी बसवून घ्यावी

लागते,,,

मुळातच जे मला शास्त्राने कळले आहे ते मला तकर्नि कळावे आणि तेच मला अनुभवाने कळावे ह्यासाठी साधक धडपडत असतो,,आणि ह्याच मार्गाने साधकाच्या साधनेत दृढता येऊ शकते,,,

४) प्रसादाचे प्रयोजन :-

ह्या प्रसादाचे प्रयोजन आहे ते नित्य आनंदाची प्राप्ती, पण ह्या आनंदाच्या प्राप्तीमध्ये मोठा अडथळा असतो तो जीव भावाचा,, बोलावं विडुल।। पहावा विडुल।। करावा विडुल।। जीवभावें।। ही दृष्टी एकदा प्राप्त झाली की जिवाभावाचे रूपांतर विडुलभवत कसे करावे ही मग साधना प्रणाली ठरते,, जीव ब्राह्मण्येक्य ह्याचा अनुभव घेऊन हा प्रसाद सिद्ध होतो,, म्हणजेच खऱ्या आनंदाची प्राप्ती होते,,

५) प्रसाद व साधकाचा संबंध :-

आत्मप्रसादाच्या अनुभूतीने आत्मसुखाचा प्रसाद हा साधकाला प्राप्त होतो जे जाणवायचे ते बोध्य व बोध करून देणारा हा प्रसाद असा हा बोध्य बोधक संबंध आहे,,,



प्रसाद हा मज द्यावा – भाग ३

प्रसादाची ही पहिलीच ओळ,,ह्यातील महत्वाचा शब्द येतो तो प्रसाद,,साधकाने ईश्वराला प्रसाद मागितला आहे,,‘प्रसाद हा मज द्यावा देवा’,,आता ह्याठिकाणी काही प्रश्नांची उत्तरे आपणास शोधावी लागतील व चिंतन करावे लागेल,, आणि ते प्रश्न म्हणजे प्रसाद म्हणजे काय??’हा प्रसाद



"प्रसाद हा मज द्यावा" भाग 3

► Ultimate Photo Mix

“ म्हणजे नेमका कोणता प्रसाद?? ह्याठिकाणी कोणत्या ईश्वराला हा प्रसाद मागितला??,

प्रसाद जो आपल्याला व्यावहारिक अर्थ माहीत आहे तो म्हणजे पूजनानंतर जो सर्वांमध्ये वितरित होतो तो,,

भगवद्गीतेत प्रसाद ह्याचा अर्थ सांगितला आहे तो म्हणजे चित्ताची प्रसन्नता,,पण ही चित्ताची प्रसन्नता साधकाला केव्हा प्राप्त होते??ह्याचे उत्तर भगवंतानेच दिले आहे की

“राग द्वेषरहित व पूर्णपणे नियंत्रित अशा इंद्रियांनी विषयात वावरणाऱ्या स्वाधीन अंतःकरणाला शांती प्रसन्नता प्राप्त होते,,अर्थात ज्याचे इंद्रिय व मनावर पूर्णपणे नियंत्रण आलेले आहे त्यालाच चित्ताची शांतता व प्रसन्नता प्राप्त होते,,”

व्यक्ती जीवन जगतो ते जीवनात आनंद व शांतता प्राप्त व्हावी,,प्रत्येकाला आनंदी व निश्चित जीवन आवडते,,,पण ह्यासाठी काय करावे हे जाणून घेणे सुद्धा महत्वाचे असते,,,मित्रानो,, मला जीवनात आनंद हवा आणि तो आनंद मी अशा मार्गाने मिळविण्याचा प्रयत्न करतो की ज्या मार्गाने तो मिळण्याची थोडीही शक्यता नाही,,,विवेचनासाठी विषय खूप मोठा आहे पण स्पष्ट व्हावा लागेल,,,

मी जेव्हा मानवी देहात माझे वर्तन करते तेव्हा मी ज्ञानेंद्रियांनी ह्या जगताचा अनुभव घेते आणि कर्मेन्द्रियांनी धडपड करते,,मानवाचा स्थूल देह व सूक्ष्म देह

हे प्रामुख्याने त्याला ह्या जगताचा अनुभव करण्यासाठी दिलेली महत्वाची उपकरणे आहे,,पण आपण जास्तीत जास्त पाहतो की व्यक्ती ही सुखी नाही,,आणि ह्याचे महत्वाचे कारण आहे की त्याचे असणारे चुकीचे तादात्म्य?? म्हणजे काय??

व्यक्ती आपल्या जीवनात दुःखी होण्याचे दोन मुख्य कारणे आहेत ते म्हणजे त्याची मी आणि माझे ह्या भावनेत गुंतणे,, अहं आणि मम ह्या दोन गोष्टीमुळे मग तो स्वतः ला अत्यंत संकुचित बनवितो,,मी म्हणजे नेमके कोण??ह्या जगात माझे काय आहे?? शिवाय ह्या सर्वबाबत कर्तृत्व आणि भोक्तृत्व भावनाही त्याची खूप प्रबळ असते?? परिणाम?? केवळ आणि केवळ दुःख,,आणि ह्याचवेळी तो आनंदापासून खूप दूर जातो,, तो देहाला सत्य मानतो तो जगताला सत्य मानतो,,आणि ही देह सत्यत्व भ्रंती व जगत सत्यत्व भ्रंती मग त्याच्या दुःखाला कारणीभूत ठरते,, मी कोण आहे हा त्याचा शोध सुरू होतो आणि ह्याच वेळी तो परमार्थाच्या प्रांतात येतो,,आणि परमार्थाचे मुख्य ध्येय आहे की ““सकळ दुःखाच्या करणासह निवृत्ती व परामानंदाची प्राप्ती””

,,एका गृहितकाच्या आधारे ह्याचा आपल्याला विचार करता येईल,,गृहीतक आहे “जे माझे आहे ते मी नाही” मी माझा शोध घेतो आणि तेव्हा लक्षात येत की देह माझा मन माझे बुद्धी माझी पण मी हे सर्व नाही,,मग मी नेमके काय आहे?? हा त्याचा शोध सुरू होतो,,जगात ज्या घटना घडतात त्यामुळे जग मला सत्य भासायला लागते आणि ह्या जगात अनुभव घेणारा माझा देह ही मला सत्य वाटतो,,आणि ज्या जिवाच्या संदर्भात ह्या गोष्टी घडतात तो जीव मी आहे असे मला वाटते,,आणि नेमका हाच भ्रम आहे,,कारण हा जीव वास्तविक पाहता स्वतःचे खरे रूप विसरला आहे तो वस्तुतः आत्माच आहे,,पण तो शरीर मन बुद्धी ह्यात अडकला आणि म्हणून तो दुःख भोगतो आहे,,आणि स्वतः बाबतचे हे अज्ञान त्याच्या दुःखाला कारणीभूत ठरते,,वास्तविक माझे स्वरूप हे आनंदमय आहे,,पण मी संकुचित झालो आणि दुःखाला जवळ केले,,मी जर आनंदस्वरूप आहे तर मी जीवनात दुःखी का??



प्रसाद हा मज द्यावा – भाग ४

हरिओम,,माझ्या जीवनात मला दुःख वाटत असेल तर ते कमी करण्याचा उपाय ही माझ्याच जवळ आहे,, आता फक्त शोध घ्यायचा की काय काय माझे आहे?शरीर ? मन ?बुद्धी ?घर ?गाडी? नातेवाईक ?संपत्ती,?सत्ता,?ह्या सर्वांची



यादी मोठी होईल,,मी माझ्या शरीराच्या माध्यमातून कार्य करतो,मनाच्या माध्यमातून विचार करतो ,बुद्धीच्या माध्यमातून निर्णय घेतो,, म्हणजेच मी अनुभव घेतो मी सुखी दुःखी होतो,मी विचार करतो,ही सर्व मला माझे जीवन जगण्यासाठी सुसह्य बनविण्यासाठी ईश्वराने दिलेली साधने आहेत

,,,आणि निश्चित पणे साधन हे वापरणाऱ्यापासून वेगळे असते,,ही विचारांची दिशा ठरते,,आता ह्या प्रत्येक उपकरणांचे कार्य काय आहे हे जर समजले व त्या कार्यानुसार जीवन जगले तर दुःखाचा लवलेशही जीवनात राहणार नाही,,,आणि येथूनच साधनेला प्रारंभ होतो,,माझ्या देहाचे प्रयोजन काय,, माझ्या ज्ञानेंद्रियांचा उपयोग काय??ह्या सर्व बाबींची एक व्यवस्था संतांनी आपल्याला बसवून दिली आहे,,

तुझे कारणी देह माझा पडावा,,
घेईं घेईं माझे वाचे ,,गोड नाम विठोबाचे,,
डोळे तुम्ही घ्या रे सुख पहा विठोबाचे मुख,,
तुम्ही ऐकारे कान, माझ्या विठोबाचे गुण,,
मना तेथे धाव घेईं राही विठ्ठलाचे पायी,,
ही माझ्या ज्ञानेंद्रिय व कर्मेन्द्रियासाठीची शास्त्राने बसवून दिलेली घडी आहे,,
तुझे रूप चित्ती राहो मुखी तुझे नाम
देह प्रपंचाचा दास ॥

ही माझ्या चित्ताची व देहाच्या उपयोगाची घडी माझ्या संतांनी व शास्त्राने बसवून दिली आहे,,परंतु ह्याचा कधीच आपण विचार करीत नाही,,आणि जे माझे नाही त्यात मी अडकतो आणि दुःखाला सामोरे जातो,,म्हणून ह्या दुःखाच्या कारणांची निवृत्ती आणि परमानंदाची प्राप्ती हाच खरा प्रसाद आहे.

पण हा प्रसाद प्राप्त करायचा असेल तर पूजन तर करावेच लागेल,,म्हणजेच स्वतःची काही तयारी करावी लागेल ,,आणि ही बाब साध्य होईल ती काही गोष्टींचा बाध करून आणि काही गोष्टींचा त्याग करून,,‘जे माझे आहे ते मी नाही’ हा बाध करावा लागेल व माझ्या आनंदाच्या आड येणाऱ्या प्रत्येक घटकाचा मला त्याग करावा लागेल,,

जे माझे आहे ते मी नाही हे जाणून घेण्यासाठी माझे मूलस्वरूपापर्यंत जावे लागेल,,आणि माझ्या मूलस्वरूपाच्या शोधाच्या आड येणाऱ्या गोष्टींचा त्याग करावा लागेल,,हा अभ्यास करताना शरीराच्या स्तरावर मला निष्काम कर्म करावे लागेल,,ईश्वरारपित बुद्धीने कर्म करावे लागेल,,ह्याने चित्त शुद्ध होत जाईल,,कर्म निष्काम केव्हा होईल??तर त्या कर्माबाबत कर्तृत्व भावनेचा त्याग करावा लागेल,,कर्म करणारे माझे शरीर हे उपकरण आहे,,आणि त्याचे काही प्रयोजन ही आहे,,आणि त्या प्रयोजनानुसारच मला कार्य करायचे आहे,,त्याची फलनिष्पत्ती जी आहे ती तशीच मला स्वीकारावी लागेल,,फळ काय मिळेल हे मला माहित नाही,,कदाचित ते अनुकूल असेल किंवा प्रतिकूल असेल पण हे कर्म मी ईश्वराला अर्पण केले आहे आणि आता जे माझ्यापर्यंत पोहोचेल तो ईश्वराचा प्रसाद असेल,,मग तो वाईट कसा असेल,,,शिवाय माझ्या कडून कर्म करून घेणारा भगवंत आहे,,



प्रसाद हा मज द्यावा – भाग ५

जे माझे आहे ते मी नाही ह्या गृहितकाला अनुसरून मनाच्या स्तरावर आपण विचार केल्यास जेव्हा मी स्वतःला मन आहे असे समजतो तेव्हा मी स्वतःला सुखी आणि दुःखी समजतो,,आणि मनाचे कार्य आहे संकल्प विकल्प करणे,,ह्या मनामध्ये अनेक मार्गाने मलिनता आली आहे,,त्यात प्रामुख्याने



काम क्रोध लोभ मोह मद मत्सर,हे घटक माझे मन मलिन करतात,,मनामध्ये विक्षेप निर्माण करतात आणि मनामध्ये अशांतता निर्माण होते,,पण माझे मन म्हणजे मी नाही,,आणि

जे माझे नाही त्याचा आणि त्याच्या अनुषंगिक असणाऱ्या गोष्टींचा मी किती अधीन जावे,,??आता हे सर्व ईश्वराच्या चरणी अर्पण केले तर मनातील विक्षेपांचे प्रमाण कमी होईल आणि जेवढे विक्षेप कमी तेवढे मन शांत ,आणि जेवढे मन शांत तेवढे ते सद्विचार साठी सिद्ध होते परिणाम ?? मनाची शुद्धी,,आणि त्यासाठी नाम स्मरण ,भक्ती,ध्यान,आशा साधनेतून चित्ताची शांतता आपणास अनुभवता येईल,,

ज्यावेळी मी बुद्धिशी एकरूप होते त्यावेळी मी निर्णय घेणारी होते कारण बुद्धीचे कार्य आहे निर्णय करणे पण आता बुद्धीच्या बाबतीत आड येणारी बाब म्हणजे बुद्धीवरील आवरण,,आणि हे आवरण आहे अज्ञानाचे,,अज्ञानाचे आवरण केवळ आत्मविचारानेच दूर होईल ,, ह्यासाठी श्रावण मनं निर्धीध्यासन तत् कथनं तत् चिंतानम,ह्याचा आधार घ्यावा लागेल,आत्मविचाराने मी देह नसून मी आत्मा आहे मीच ब्रह्म आहे हा निर्णय पक्का होईल आणि ही साधनेची

परमोच्च अवस्था आहे,,,

भारतीय तत्वज्ञानाचे हे एक महत्वाचे वैशिष्ट्य आहे की मानवाच्या व्यक्तिमत्त्वाची प्राधान्यता काय आहे हे लक्षात घेऊन त्याच्यासाठी साधनापद्धती ऋषींनी निश्चित करून दिली आहे,,

देहप्रधान ---निष्काम कर्म,

मनप्रधान:-नाम ध्यान भक्ती,

बुद्धिप्राधान:-तत्वज्ञान,,

आणि प्रत्येक उपासनेचा सर्वोच्च ध्येय ईश्वराची प्राप्ती स्वरूपाची प्राप्ती,,आणि एकदा स्वरूपाची प्राप्ती झाली की प्राप्तव्य रहात नाही,,

प्रत्येक उपासना पद्धतीचा हा सर्वोच्च बिंदू ठरतो,,आणि ह्याच प्रसादाची मागणी साधकाने ह्या ठिकाणी देवाला प्रार्थना केली आहे,

ही प्रार्थना देवाला केली आहे,,देवाचा एक अर्थ अष्टदेव हा आहे ह्यात प्रामुख्याने पंच महाभूते, सूर्य, चंद्र आणि जीव आशा आठ घटकांना देव मानले आहे,,पण प्रसाद घेणारा साधक हा साधन चतुष्टय संपन्न आहे,,जीवभावातून निघण्याची व मोक्ष प्राप्तीची तळमळ त्याला लागली आहे ,,,,आणि म्हणूनच ह्या ठिकाणी ज्या देवाला भगवंताला येथे प्रार्थना केली तो भगवान सहा गुणांनी युक्त असा ,,

आइका यश श्री औदार्य, ज्ञान वैराग्य ऐश्वर्य।

हे साही गुणवर्य, वसती जेथे ॥३७॥

अशा भगवंताला जो प्रसाद साधकाने मागितला तो ही निश्चित पणे गुणवर्धक आहे,,भगवंताच्या ह्या गुणांची आवड साधकाच्या ठिकाणी निर्माण झाली की गुण गाईन आवडी हेचि माझी सर्व गोडी ही तळमळ साधकाच्या ठिकाणी निर्माण होते,,आणि मग नियम असा आहे की जी वस्तू आपल्याला अति प्रिय असते तिच्या प्राप्तीसाठी आपण धडपडतो,,नव्हे तिच्याच सारखे आपण असावे हा भाव पक्का होतो साधकाचा हा देव म्हणजे सदुरू पण आहेत,,जे श्रोत्रीय ब्राह्मनिष्ठ आहेत,,जे परम दयाळू प्रेमळ आहेत,,ज्ञानाची माऊली कृपेची साउली आहेत,,“आपणासारखे करिती तात्काळ “अशी गुरुमाऊली ला सुद्धा याठिकाणी प्रार्थना केली आहे,

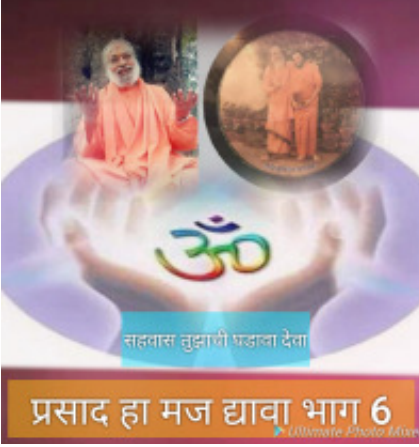
पण हा प्रसाद प्राप्त करण्यासाठी साधकाने श्रीगुरूंना प्रसन्न केले आहे, आता हे प्रसन्न करणे म्हणजे काय?? भगवद्गीतेत उल्लेख आहे शिष्याने श्रीगुरूंकडे कसे जावे?? तत् विद्धी प्रणीपातेन परीप्रश्नेन सेवया, अर्थात त्यांना प्रणिपात करून म्हणजेच त्यांच्याठायी शरणागती पत्करून , त्यांना आपल्या हिताचे प्रश्न विचारावे व शारीरिक स्तरावर निष्काम कर्म करून त्यांना प्रसन्न करावे?? तन मन वाणी व धन ह्याने श्रीगुरूंची सेवा करून जेव्हा श्रीगुरु प्रसन्न होतात तेव्हा त्यांना शिष्याने मागितलेल्या हा स्वहिताचा आत्मप्रसाद आहे,,

हा आत्मप्रसाद शिष्याला का मागवासा वाटला?? ह्याचे महत्वाचे कारण की त्याला हे कळले आहे की माझ्या दृश्य प्रपंचाचा बाध झाल्याशिवाय मला खऱ्या अर्थाने स्वरूपाची प्राप्ती होणार नाही,, सत्कर्म करून मला स्वर्गाची प्राप्ती होईल पण पुन्हा माझे पुण्य संपले की मला देहादी प्रारब्ध भोगण्याकरिता जन्म घ्यावाच लागेल,, आणि पुन्हा दुःखाची मालिका सुरू होणार,, ह्या चक्रातून जर आता मला सुटायचे असेल आणि ह्याची देही ह्याची डोळा मला जर मुक्तीचा सोहळा बघवयाचा असेल तर सकल दुःखाची करणासाकट निवृत्ती होऊन परामानंदाची प्राप्ती मला करून घ्यावी लागेल आणि त्यासाठी मलाच प्रयत्न करावा लागेल, आणि म्हणूनच हा प्रसाद अत्यंत दिव्य आहे,,



प्रसाद हा मज द्यावा – भाग ६

प्रसाद हा मज द्यावा ह्यात हा प्रसाद म्हणजे कोणता? हा प्रश्न उपस्थित होतोच,,सुंदर कांडाच्या दुसऱ्या श्लोकात संत तुलसीदासांनी प्रार्थना केली आहे की ‘ हे श्रीरामा मी खरे तेच सांगतो की माझ्या मनात दुसरी कोणतीही इच्छा



नाही,के वळ आपल्यावर अवलंबून असलेल्या भक्तीचे वरदान आपण मला द्या,आणि माझे मन कामादी दोषापासून मुक्त करा’,, संत तुकाराम ह्यांनी

राखुमाईच्या पती सोयरिया गोड तुझे रूप गोड तुझे नाम देई मज प्रेम सर्वकाळ।।

देवाकडे आपण काय

मागावे?हे मार्गदर्शन आपल्याला

मिळते,,आपण भौतिक सुखासाठी ईश्वराला मागणे मागतो,धन दे। प्रतिष्ठा दे। पुत्रपौत्रदी संपदा दे। ह्या आणि अशा आपल्या मागण्या असतात,,संतांची गोष्टच न्यारी,, ‘हाच प्रसाद दे,,आणि तो ही फक्त तुझाच सहवास दे’” “सहवास तुझाची घडावा देवा“ आणि हे वारंवार येणारे ध्रुवपद,,किती अलौकिक मागणी आहे ही?? वारंवार फक्त देवाचा सहवास,,ईश्वराशी तादात्म्य म्हणजेच त्याच्या सगुण रूपाशी माझे प्रेम जडावे,त्याच्या ईश्वरीय रूपाच्या आज्ञेत मी असावे आणि आत्मरूप असणाऱ्या देवाची अनुभूती मी घ्यावी हा विचार त्याच्या मागे आहे,,

नियम असा आहे की ज्याच्या सहवासात असेल त्याच्या सारखेच आपण होऊन जातो,, “देव पहावयास गेलो देव होऊनिया ठेलो, “, ही संतांची अनुभूती आहे,,ह्यामुळेच फक्त चित्तवृत्ती तदाकार होईल,,आणि देवाचा ह्या सहवासाने मी तद्रूप चिद्रूप आनंदरूप होईल,किती उदात्त मागणी आहे,,आणि म्हणूनच वारंवार ह्यठिकाणी मागणी केली की सहवास तुझाची घडावा देवा,,,शिवाय हा

सहवास घडावा ह्या तून ईश्वराशी सहवास ही सहज क्रिया दर्शविते,,माझा परमार्थ हा तात्कालिक नसावा,,त्यात सहजता असावी,,ईश्वराशी माझे तादात्म्य हे सदा सर्वकाळ असावे,,नव्हे ही क्रिया घडून जावी,,आणि आपोआप घडतच रहावी,,आणि हे केव्हा घडेल??

शरीराच्या स्तरावर मी त्याचे पूजन करेल,

मनाच्या स्तरावर मी सतत त्याच्या चिंतनात राहील आणि मनातील विविध षड्रिपुचे नाश होईल मन अधिकाधिक शुद्ध व शांत होईल,, मनात संकल्प विकल्पाची जागा शुद्ध भाव निर्माण होण्यात होईल आणि असे झाले तरच मन हे बुद्धीला शरण जाईल,,

बुद्धीचे कार्य आहे आत्मविचाराने आत्मनिश्चय करणे,,बुद्धीच्या स्तरावर तो मीच आहे हा निर्णय होईल,,आणि असे घडले तर निश्चित पणे सहवासाचे रूपांतर हे संगीत होईल,,संतांचा संग ईश्वराचा संग,, हा मला आनंदरूपते कडे घेऊ जाईल,, ह्यासाठी मात्र मला काही प्रयत्न मात्र करावे लागतील,,आणि त्यासाठी ज्या ज्या गोष्टी मला कराव्या लागतील त्यालाच साधना म्हणतात,,आणि कोणत्याही साधनेचे ध्येय एकच आहे ते म्हणजे जे माझे आनंदस्वरूप आहे त्याला जाणणे,,म्हणजेच सकळ दुःखाच्या कारणांची निवृत्ती व परामानंदाची प्राप्ती हे माझे ध्येय सिद्ध होते,,साधना पंचकम मध्ये आचार्यांनी सगळ्या साधनांचा पाया हा सत्संग सांगितला आहे,,सत्संगाने आपल्या आंतरिक व्यक्तिमत्त्वाचा विकासाचा स्तर उंचावतो,,आणि म्हणूनच ह्यठिकाणी सहवास तुझाची घडावा देवा,,अशी मागणी केली आहे,,तुकोबांनी सुद्धा विठोबाकडे मागणी केली

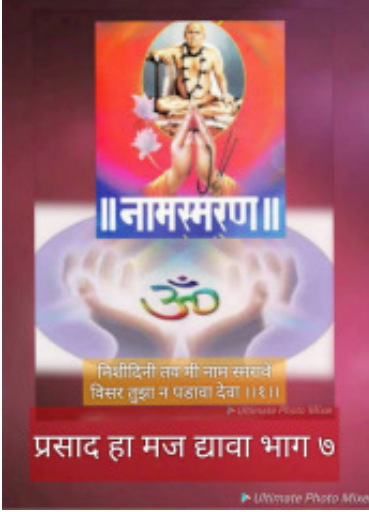
विठुमऊली ये हाचि वर देई।।

संचारोनी राही हृदयामाजी।।।



प्रसाद हा मज द्यावा – भाग ७

ईश्वराला प्रत्यक्ष तुझाच सहवास दे सांग दे हे मागण्याच्या मागची साधकाची भूमिका अतिशय स्पष्ट आहे,,बाह्य जगतातील सर्व संग हे थोड्यावेळासाठी जरी सुखकारी वाटले तरी पर्यायाने त्या सुखांचा शेवट दुःखात होतो,,एक सत्संग असा आहे ज्यात आपल्या मनाचा आनंद अत्यंत वृद्धिंगत होतो,,भज गोविंदम्



मध्ये आचार्यांनी नमूद केले आहे की सत्संगत्वे निसंगत्वम निसंगत्वे निर्मोहत्वं निर्मोहत्वे निश्चलतत्त्वं निश्चलतत्वे जीवनमुक्तिम्॥

हे आचार्यांनी आपल्याला दिलेली आज्ञा आहे.

असा नित्य सहवास प्राप्त व्हावे ह्यासाठी जे प्रयत्न करावे लागतात त्यात पहिला प्रयत्न म्हणजे नामस्मरण,,,,ह्या ठिकाणी प्रसाद मागितला आहे तो म्हणजे

‘निशिदिनी तव मी नाम स्मरणे’

ह्याठिकाणी प्रामुख्याने नामसाधनेच उल्लेख आढळतो,,साधकाने नामप्रसाद ह्याठिकाणी मागितला आहे,,दासबोधात तिसरी भक्तीच्या रूपात स्मरण भक्ती सांगितली आहे,,नामस्मरणाचा बाबतीत अनेक संप्रदाय आपणास बघावयास मिळतात,,गोंदवलेकर महाराजांनी एकच साधना सांगितली ती म्हणजे नामस्मरण,,पूर्ण निष्ठा एकाच साधनेवर ठेवली तर ती सिद्ध होते,सिद्ध होते म्हणजेच सिद्ध वस्तूची अर्थात आत्मसिद्धी ची प्राप्ती होते असे ते म्हणत

जप ह्याचा अर्थ ‘जन्मानः पाती ‘ म्हणजेच ज्याच्यामुळे जन्म मरणापासून सुटका होते,,भगवद् गीतेच्या १० व्या अध्यायात जेव्हा आपल्या विभूती सांगितल्या त्यात “यज्ञानाम जपयज्ञोसी॥ सर्व यज्ञात जपयज्ञा सर्वात श्रेष्ठ

आहे,,अर्थात जेथे नाम तेथे मी आहे,,महर्षी रमण ह्यांनी उपदेश सार मध्ये पण नमूद केले आहे की,,

“कार्यवाड;मना कार्यमुत्तमम
पूजनम जपश्चितनं क्रमात”।।।

अर्थात साधनेसाठी आपल्याला भगवंतांनी तीन उपकरण दिले आहे,,ह्याचा उपयोग उत्तम कार्यासाठी करावा,,

शारीरिक स्तरावर पूजा,म्हणजेच ईश्वराशी संवाद साधणे,,

मानसिक स्तरावर चिंतानम,वाणीच्या स्तरावर ईश्वराचे नाम घेणे,, ही महत्वाची साधना सांगितली आहे,,नामस्मरण हे सूक्ष्म आहे,,असे म्हणण्यात येते की नाम घेणाऱ्या व्यक्तीच्या जीवनात प्रत्यक्ष भगवंताचे आगमन होते,,ह्याचे महत्वाचे प्राथमिक कारण म्हणजे जेव्हा साधक नाम घ्यावयास सुरवात करतो तेव्हा तो केवळ स्थूलतेने नाम घेतो हे त्याचे नाम सगुण रुपाशी निगडित असते,,ह्या नामाचा वारंवार उच्चार करून त्याच्या ठिकाणी भागवंतांबद्दल प्रेम निर्माण होते,,हे नाम साधनेचा क्रमविकास होणे ही साधनेची उन्नती होय,,नाम घेताना होणार आनंद हा स्थूलकडून सूक्ष्मकडे जायला हवा,

वैखरी नाम :-जेव्हा नाम हे स्थूल असते म्हणजेच साधक जेव्हा मुखवटे नाम घेतो तेव्हा त्याला वैखरी नाम म्हणतात,,ह्यात साधकाची देहबुद्धी क्षीण होण्यास मदत होते,,परस्तुती गोचर,,

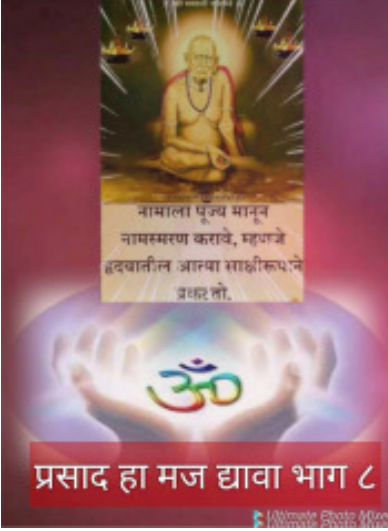
मध्यमा:-स्थूल रूपात असणारे नाम अधिक सूक्ष्मतेकडे जाते आणि आता ते माननाच्या रूपात घडते ,, मनाशी एकरूप होण्याच्या तयारीत असते,,मनाच्या शुद्धीकरणास खऱ्या अर्थाने प्रारंभ होतो,,स्वस्तुती गोचर असेही ह्याला म्हटले जाते मनाचा कल भगवंताच्या नामाकडे वाढतो..

पष्यांती:-नामबाबतची गोडी आणि प्रेम वाढते व नाम अधिकाधिक सूक्ष्म होते आणि संपूर्ण अंतःकरण नामाने व्यापून जाते,,आणि प्रत्यक्ष भगवंत हृदयात निवास करतो असा साधकाचा दृढ विश्वास होतो आणि इंद्रियांच्या क्षुद्र सुखकडे मन धाव घेत नाही,,स्मरण विचार कल्पना ह्याने अंतःकरण भारावून जाते,,

परावाणी:-हे वाणीचे उगमस्थान आहे,,येथे शब्द विलीन झालेले असतात,,निर्लेप आनंदाचा अनुभवयेणारी ही अवस्था,,

प्रसाद हा मज द्यावा – भाग ८

ही नामसाधना निशिर्दीनी व्हावी असा प्रसाद ह्यठिकाणी मागितला आहे,,निशिर्दीनी ह्या शब्दातून नामस्मरणाचा अखंडता अभिव्यक्त होते,,समर्थानी ह्या संदर्भात स्मरणभक्ती ह्या समासात नामस्मरण अखंड पणे करीत राहावे असे



सुचविले आहे,,पुढे हे नाम केव्हा घ्यावे ह्याबाबतचे उत्कृष्ट मार्गदर्शन केले आहे,,प्रभाते मनी राम चिंतीत जावा,,माझे संपूर्ण जीवनच नाममय असावे,,उठता बसता खाता पिता सुख दुःखात, संपत्ती विपत्तीत,, आशा विविध समयी नामाचे सतत अनुसंधान आपले असावे,,ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज ह्यांच्या अगदी कण कणात नाम ओथंबून वहात होते,,

ह्या नाम स्मरणाचा फायदा

कोणता??

सर्वात महत्वाचा फायदा म्हणजे माऊली म्हणतात ज्ञानदेव म्हणे हरीजप करणे तुटेल धरणे प्रपंचाचे।। म्हणजेच सर्वात महत्वाचे म्हणजे देहबुद्धी क्षीण होते,,जीवनातील द्वंद्व नाहीसे होते,अहंकार समर्पित होतो,इंद्रियांचे स्वामित्व संपते,मनाची एकाग्रता वाढते,,जगताचे विस्मरण होते,,मनाचा क्षुद्रपणा नाहीसा होतो,,शिवाय संपूर्ण हृदय नामाने व्यापून जाते,,वासना क्षीण होतात आणि नाविन वासना निर्माण होत नाही. ह्या दृष्टिकोनातून जन्म आणि मृत्यू ह्यापासून साधकाची सुटका होते,,शिवाय सर्वात महत्वाचा फायदा कोणता ह्याचे उत्तर ज्ञानेश्वरमाउलींनी आपल्या हरिपाठात दिले आहे,,

भगवंताच्या नामाने मुक्तीची प्राप्ती होते,,चार प्रकारच्या मुक्ती आहेत

१) सलोकता:-जीवनात अनेक काळजी व चिंता असतात पण नाम

स्मरणाने साधक ह्या काळजी चिंतेपासून मुक्त होतो,,माझ्या जीवनाची सत्ता आता भगवंताकडे आहे ही धारण त्याची पक्की होते,,ही सलोकता मुक्ती आहे

२) समीपता:-भगवंत आपल्या समीप आहे ह्याबाबत भक्ताचा दृढ विश्वास असतो जेथे जातो तेथे तू माझा संगती ही त्याची श्रद्धा पक्की होते,,आणि तो जीवनात निर्भय होतो,,

३) सरूपता:- नाम पश्यतीत जाते तेंव्हा सम्पूर्ण अंतःकरण हे नामाने व्यापून जाते आणि सूक्ष्मदेह हा नामाने व्यापला मुळे साधकाच्या देहाच्या वासनाही मग भगवंतापाशी रेंगाळतात,,आणि मग जणूकाही त्या देहाला भगवंतांचेच रूप प्राप्त होते ,,गोपींची हीच अवस्था होती,,

४) सयुजता :- नाममधील त्रिपुटी ह्या ठिकाणी नाश पावते,,नाम नामी आणि नामधारक ह्यांच्यात ऐक्य घडते आणि सर्वोच्च अवस्था आहे ,,आणि असे जेव्हा घडते तेव्हा काळ, वेळ, स्थळ ही सापेक्षता नष्ट होते आणि नामाला अखंडता प्राप्त होते,,

ज्यावेळी नाम हे श्वासाशी निगडित होते तेव्हा साधकाच्या हृदयात अखंड सोहम ध्वनी नाद करीत असतो,,सकार हे शक्ती बीज आहे,जे नामरूपात्मक जगाचा उगम व पसारा निर्देशित करते तर,, हकार हे पुरुष बीज असूनते दृश्य जगाचा लय दर्शविते,,ह्या दृष्टिकोनातून वृत्तीचा सतत उद्भव व लय ही प्रक्रिया नामात सुरू असते ह्याला अजपाजप म्हणतात,,

विसर तुझा न पडावा देवा,,

देवा तुझवीसर मला पडू देऊ नकोस,,हा प्रसाद मागितला,म्हणजे काय??आठवणे आणि विसरणे हा जीवनात कायम स्मृतीचा खेळ सुरू असतो,,ज्या ज्या गोष्टींना मी आठवतो त्या त्या गोष्टींमध्ये अनेक गोष्टी अशा असतात की त्या स्मृती थोड्या काळासाठी सुख देतात पण त्याचे पर्यवसान दुःखात होते,,आणि ह्याचवेळी आनंदासाठी जगणारा मी मात्र दुःखी होतो,,आणि नेमके मी ह्याच वेळी सावध व्हायला हवे,,मला कायम स्वरूपी आनंद हवा असेल तर मला कायम अशाच गोष्टींचे स्मरण ठेवावे लागेल ज्यापासून मला निरपेक्ष आनंद तर मिळेलच आणि मी सुखरूप असल्याची अनुभूती पण येईल,,पण आपल्याला नेमका ह्याचाच विसर पडलेला

असतो,,माझ्या हृदयात भगवंत आहे हा स्थूल स्वरूपाचा विसर,,आणि मी आनंदस्वरूप आहे हा स्वरूपाचा विसर,,आणि हे अज्ञान मग आपल्याला दुःखी बनविते,,ह्यासाठी माझ्यातील त्रिपुटीचे विलय होणे गरजेचे आहे,,हा परोक्ष ज्ञान अपरोक्षतेत परिवर्तित व्हावा लागेल,,

नाम नामी आणि नामधारक मी ह्याचे ऐक्य तादात्म्य होणे अत्यंत महत्वाचे आहे,,आणि हे तादात्म्यच आपल्याला अपरोक्षनुभूती देते आणि मग श्रीराम म्हणताना मी सगुण रामाची पूजा करतो,जय राम म्हणत असताना मी ईश्वरारूप रामाच्या आज्ञेत असावे आणि जय जय राम म्हणताना मी आणि आत्मरूप श्रीराम आणि मी ह्यात काहीच भेद नाही किंबहुना तेच मी आहे,,ही अनुभूती येईल,,,,,



प्रसाद हा मज द्यावा – भाग ९

साधकांनी ज्या प्रसादाची मागणी केली तो प्रसाद अखंड नामस्मरणाचा आहे, अखंड नाम स्मरणाने चित्त शांत झाले शुद्ध झाले आता त्या चित्ताबाबत शास्त्राने एक घडी बसवून दिली आहे ती अशी की तुझे रूप चित्ती राहो,, प्रसादात नमूद केले आहे हृदय मंदिरी तुवा बैसुनी,, ह्याठिकाणी हृदय मंदिर हा शब्द वापरला



आहे,, हे हृदय ह्याचा अर्थ अंतःकरण चतुष्टय,, म्हणजेच मन बुद्धी चित्त अहंकार,, माझ्या हृदयात जर मी भगवंताचे आवाहन करित असेल तर माझी जबाबदारी निश्चित वाढते,, कारण जेथे मी ईश्वराला स्थान देणार आहे तेथे शुद्धता निश्चित लागेल आणि असे जर आहे तर

मला माझ्या मनापासून सुरवात करावी लागेल,, मन शुद्ध करायचे म्हणजे नेमके काय करायचे?? मन म्हणजे विचारांचा प्रवाह,, ह्या विचारांच्या प्रवाहात जी मलिनता आलेली आहे ती षड्रिपु मुळे,, काम क्रोध लोभ, मोह, मद, मत्सर,, हे विकार मला घालवावे लागतील आणि माझे मन शुद्ध करावे लागतील,, माझ्या मनातील जेव्हादे विक्षेप कमी होतील तेव्हा माझे मन शांत होईल आणि जेव्हादे मन शांत होईल तेव्हादे ते सद्बिचार साठी तयार होईल,, हे तयार झालेल्या मनाची उन्नत अवस्था म्हणजे बुद्धी जी निश्चयातमीक आहे, ह्या बुद्धीवर अज्ञानाचे आवरण कायम असते,, शांत व शुद्ध झालेले हे मन आता सत्य स्वरूपाचा विचार करते आणि आत्मविचारकडे जाते,, आपले चित्त म्हणजे आपल्या जीवनातील घटनांची व्हिडीओ शुटींग असते,, जीवनातील कितीतरी घटनांना आपण धरून ठेवतो आणि आपल्या मनाचे प्रक्षेपण ही त्यावर होत असते, पण आता मन शांत आणि शुद्ध झाल्यामुळे चित्तातील सर्व वाईट भावना आणि विचार ह्यांचा प्रभाव

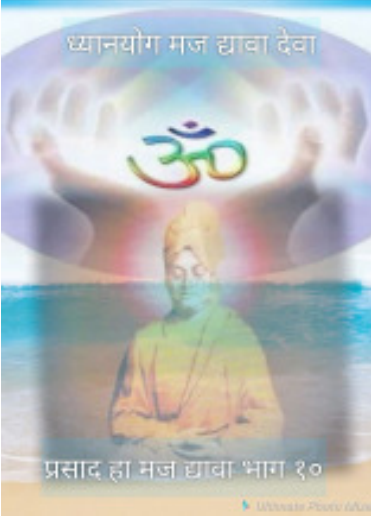
कमी होतो,,त्यामुळे चित्ताची शुद्धी होते,अंतकरणाचा शेवटचा घटक म्हणजे अहंकार,,हा अहंकार जेव्हा शरीराशी एकरूप होतो तेव्हा तो स्वतः ला अनुभावक समजतो,,जेव्हा हा अहंकार मनाशी निगडित होतो तेव्हा तो अहं सुखी अहं दुःखी ही भावना करतो,जेव्हा तो बुद्धिशी निगडित होतो तेव्हा तो मी विचारक हा विचार करतो पण जेव्हा चित्त शुद्ध व शांत होते तेव्हा हाच अहंकार ईश्वराशी निगडित होतो,,आणि मग ह्या हृदय मंदिरात खऱ्या अर्थाने ईश्वराची स्थापना होते,,,,,

से साधकाने चित्त शुद्ध केले आणि आता त्याठिकाणी ईश्वराला तूच आता ह्या हृदयात येऊन निवास कर असा प्रसाद मागितला आणि हेच खऱ्या अर्थाने ध्यान आहे,,ध्यान म्हणजे काय ह्याचा विचार केला तर ध्यान ही क्रिया नाही,,वृत्तीला ध्येयाकार करणे म्हणजे ध्यान,,



प्रसाद हा मज द्यावा – भाग १०

कोणत्या वृत्तीला कोणत्या ध्येयाशी तदाकार करायचे?? वृत्ती अनेक असतात,, पण नेमकी कोणती वृत्ती आहे ही?? आपण सुरवातीला म्हटले होते की ध्यान म्हणजे कर्म नाही,, आपण कुठेतरी बसून ध्यान करतो आणि काहीतरी घडण्याची वाट पाहतो,, ध्यान हे कर्म नाही कारण प्रत्येक कर्म हे फळ निर्माण



करते,, कर्माच्या आधी त्याचे फळ मिळत नाही,, आणि शिवाय सर्व कर्मे ही नश्वर असतात,, कर्म हे कर्मफळापासून भिन्न असते,, पण आत्मा हे कोणत्याही कर्माचे फळ नाही,, तो नित्य उपलब्ध आहे ह्या दृष्टिकोनातून तो निर्मित नाही आजन्म आहे अविकारी आहे,, तो सर्वत्र उपलब्ध आहे त्यामुळे कर्माने त्यांच्यापर्यंत पोहोचण्याचा प्रश्न उद्भवत नाही,, आणि म्हणूनच ध्यान म्हणजे जर स्वरूपाला जाणणे असेल

तर ते काही कर्म नाही,,

ध्यान म्हणजे उपासना पण नाही,, कारण उपासना म्हणजे सामान्य वस्तूवर उत्कृष्टतेचे अध्यारोपन आहे,, हे अध्यारोपन झाले की मग त्यात आपण आपले ध्येयपूर्तीचे साधन मानतो,, उदा. आपण घरी मूर्ती आणतो व त्यानंतर त्याची पूजा करतो व त्यानंतर ती मूर्ती आपल्यासाठी देवता ठरते,, प्रत्येक धर्मात काहिनाकाही उपासना असतेच,, पण ध्यान म्हणजे आत्मा जसा आहे तसा जाणणे,, त्यावर कोणत्याही कल्पनेचा अध्यारोप करता येत नाही,, शिवाय उपासना ही काया वाचा मनाने केली जाते पण ध्यान म्हणजे आत्मस्थितीत राहणे आहे,, स्वरूपाला जाणून त्यात स्थिर राहिल्यानंतर कोणत्याही सापेक्ष परिवर्तनास साधक तयार असतो आणि एकदा त्याची आत्मस्थिती झाली

म्हणजेच त्याला आत्म्याच्या स्वरूपाची प्राप्ती झाली की आपले स्वरूप आज अमर आहे ह्याचे भान त्याला येते,,मी आनंदस्वरूप आहे हे त्याने जाणलेले असते,आणि त्यामुळे तो ह्याच देही ह्याची डोळा मुक्तीचा सोहळा उपभोगू शकतो,,,,हा साधक म्हणजे ज्ञानी होय,,आशा प्रकारच्या उच्च कोटीच्या ध्यानसाधनेचा प्रसाद साधकाने ह्या ठिकाणी मागितला आहे,,



प्रसाद हा मज द्यावा – भाग ११

नामामुळे मनात भगवंताचे अतीव प्रेम निर्माण होते आणि हे निर्माण झालेले प्रेम हाच भक्तीचा आधार ठरतो,,पण नेमके भक्ती म्हणजे काय?भजनं भक्ती अर्थात भजन म्हणजे रस घेणे,,रसस्वादन करणे ,भगवंताच्या लीला



ऐकणे,श्रावण करणे ,गुणांचे गायन करणे ह्याला भक्ती असे म्हणतात,,संपूर्ण नारद भक्तीसूत्राचा तर हाच विषय आहे,,समर्थानी नवविधा भक्तीवर स्वतंत्र समास दिला आहे

भक्ती म्हणजे क्रिया नाही,,तो भाव आहे,,म्हणजेच भक्ती मध्ये तीन घटक महत्वाचे आहेत,,श्रद्धा आदर आणि प्रेम,,ह्या तीन भावना असतील आणि ते दृढ असतील तर तेथे भक्ती आहे असे म्हटले जाईल,,गुरू शास्त्र ह्यावरील उच्च स्वरूपाचा

विश्वास म्हणजे श्रद्धा होय,,आणि ह्याच्या जोडीला प्रेम आदर महत्वाचे,,नष्ट होणाऱ्या प्रेमाला भक्ती म्हणता येणार नाही,,हे प्रेम अहेतुकी असेल तरच ती भक्ती आहे,,साकारणं भक्ती ही भक्ती ह्या व्याख्येत बसणार नाही,, because off ही भाषा भक्ताची नसते तर in spite off ही भाषा भक्ताची असावी,,संतांची भक्ती खरोखर विलक्षण होती,,ती साकारणं नव्हती,,किती संकटे अली पण त्या प्रत्येक संकटात त्यांची भक्ती अजून दृढ होत गेलं,,त्यांची भक्ती निस्वार्थ होती,,आणि ही भक्ती दिवसेंदिवस वाढणारीच असावी,,ही भक्ती वाढावी म्हणून नवविधा भक्तीचा मार्ग शास्त्राने दिला आहे,,

भक्ती म्हणजेच आपल्या हृदयात असणारे प्रेम हे भगवंताकडे वळविणे,हेच प्रेम प्रपंचाकडे वळते त्याला आसक्ती म्हणतात,,आणि आपले कार्य समाज इत्यादी कडे जेव्हा आपण आपल्या प्रेमाची दिशा वळवितो त्याला प्रीती म्हणतात,,म्हणून आसक्ती प्रीती आणि भक्ती ह्यात फरक आहे,भक्ती ह्या

शब्दाचा व्युत्पर्थ लक्षात घेतल्यास , भज ह्या धातू पासून भक्ती ह्या शब्दाची उत्पत्ती झाली,,काया वाचा मानसा ह्या तिन्ही स्तरावर उदात्त प्रेमाची भावना असावी,, ह्या भक्तीचे स्वरूप कसे असते ह्याचेउत्तर शास्त्र देते की ह्याचे तीन प्रकारचे स्वरूप आहे म्हणजेच ह्यात तीन क्रिया समाविष्ट आहेत

भजनमः:- इशवरचे गुणगान सतत करून ईश्वराबाबत चे प्रेम वृद्धिंगत करता येते

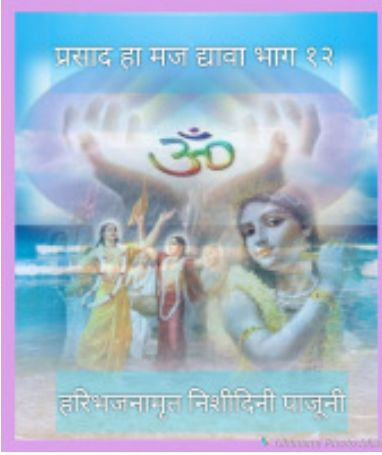
भागो भक्ती :- भाग म्हणजे अवयव ,,अंश म्हणजेच तू ईश्वराचा अंश हो हे सांगणारी भक्ती,,वास्तविक पाहता जीव हाच ब्रह्म आहे पण तो स्वतः ला देहधारी समजतो त्यामुळे त्याला दुःख भोगावे लागते पण मी भगवंतांचाच अंश आहे अशी जाणीव होणे म्हणजे भागो भक्ती,,म्हणजेच ईश्वराकडे जोडणारी आणि नश्वरकडून तोडणारी भक्ती,,विषय तो त्यांचा झाला नारायण ”

भंजनम ,:- म्हणजेच आपल्यातील विकारांचा नाश करणारी, विकारांचा अविद्येचा नाश झाला की चित्ताची शुद्धी होते आणि असे चित्त भगवंताकडे वळविला येते,,आणि ज्ञानाची प्राप्ती होते,,म्हणून भक्तीला ज्ञानाची जननी म्हटली जाते,, ह्या भक्तीचे दोन प्रकार सांगण्यात येतात त्यात अपरा भक्ती जिला साधनभक्ती असेही म्हणतात आणि दुसरी गौणी भक्ती आणि दुसरी पराभक्ती,,ज्याला अनन्य भक्ती म्हणतात,, ,

भक्तीची लक्षणे नारद भक्ती सूत्रात वर्णन केला आहे, १) वेदव्यासांनी म्हटले आहे की प्रेमभावणेने केलेले भगवंताचे पूजन म्हणजे भक्ती आहे, २)गर्ग ऋषींच्यामते इशवरच्या गुण गान म्हणजेच भक्ती त्यांनी भक्ती त वाणीला महत्व दिले आहे, ३)शांडील्य ऋषींनी भक्तीचे लक्षण सांगताना म्हटले आहे की कोणत्याही अडथल्याशिवाय आत्मरत राहणे हीच भक्ती आहे,,ईश्वर तत्वप्रति समत्व भाव म्हणजे भक्ती आहे,ही नारदांनी ह्या सर्वापेक्षा अशी व्यापक परिभाषा केली आहे की जीवनातील सर्व कर्म ईश्वराच्या चरणाशी अर्पण केले ती भक्ती आणि माझ्या नित्यजीवणात मी थोडावेळ जरी भगवंताच्या विस्मरणाने व्याकुळ होत असेल तर ती खरी भक्ती होय,,खरी भक्ती कर्म ज्ञान योग मार्गपेक्षाही श्रेष्ठ आहे,,

प्रसाद हा मज द्यावा – भाग १२

भक्तीची व्याख्या करताना नारद भक्ती सूत्रात वर्णन केले आहे की ही भक्ती परम प्रेम स्वरूप आहे,, अनन्यश्रयी नाही,, निर्भरा आहे,, ह्या भक्ती मध्ये भगवंत हाच परम प्रेमास्पद आहे,, भक्ताला आता भगवंताशिवाय कशाचीच आशा नाही,, भक्तीला परम प्रेमस्वरूप ह्यासाठी म्हटले आहे कारण आपल्या प्रेमाचे



विषय हे सर्व बाह्य व भौतिक असतात आणि त्यामुळे काही काळ सुख झाल्यासारखे वाटते पण कालांतराने त्याचे पर्यवसान दुःखात होते,, शिवाय व्यावहारिक प्रेम असक्तीला कारणीभूत ठरते,, शिवाय एक नियम असा आहे की जेथे तुमचे प्रेम असेल तेथे तादात्म्य असते,, जेव्हा प्रेम तेवढे तादात्म्य आणि पूर्ण प्रेम पूर्ण तादात्म्य,, ह्या नियमाला अनुसरून

परम प्रेम हा शब्द वापरला आहे,, पण भगवंताचे परम प्रेम माणसाला निखळ आनंद प्रदान करते,, आणि टिकाऊ आनंद देते,, ही भक्ती अमृत स्वरूपीणी आहे,, ह्या ठिकाणी भक्ती अमृत असा शब्द आला आहे,, जे प्रेम स्वरूप आहे तेच अमृत स्वरूप आहे,, अमृत म्हणजे जे कधीही परिवर्तित होत नाही,, आणि ज्यपासून सुख प्राप्त होते,, पाच प्रकारचे अमृत सांगण्यात आले आहे,

- १) स्वादामृत :- भोगापासून मिळणारे सुख
- २) उन्मदामृत:- दैत्याना लाभलेले प्रेम
- ३) सुप्त्यामृत:- झोपेबाबत अलसातील प्रेम
- ४) तृप्तयमृत:- विषयात तृप्तीचा अनुभव होतो
- ५) परामामृत:- अतुलनीय सुख, कशाचीच तुलना होत नाही, ह्याला स्थळ

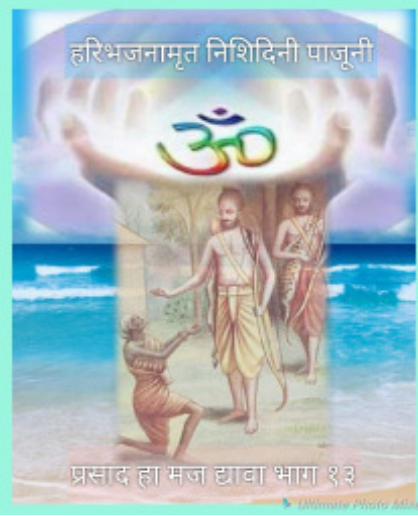
काळ ची मर्यादा नाही, आणि परम प्रेम हे बदलणारे नाही,, ते अपरिवर्तनीय आहे,, ह्या दृष्टिकोनातून भक्ती ही स्वरूपातच अपरिवर्तनीय आहे,, जी स्वतः च

अपरिवर्तनीय आहे अशी भक्ती ज्याला अव्यभिचारी भक्ती म्हणता येईल,,ह्यात भगवंत आणि भक्त ह्याचे पूर्ण तादात्म्य असते,,जसे सोने अलंकारापासून भिन्न नाही,,त्याचप्रमाणे भक्त हा भागवंतापासून वेगळा नसतो,,भक्ती भगवान व भक्त ही त्रिपुटी तेथे राहत नाही,,भक्ती हे साध्य ही आहे आणि साधनही आहे,,हे तत्वज्ञा भक्ताचे लक्षण आहे,,आणि तो भगवंताशी इतका एकरूप झालेला असतो की तो आणि भगवंत आणि तो ह्यात फरक राहत नाही,,,



प्रसाद हा मज द्यावा – भाग १३

भक्ती ही क्रिया नाही,,क्रियेच्यामाध्यमातून ती वाढविता येते,,कारण कर्म हे शारीरिक आणि मानसिक क्रिया आहेत,,पण भक्ती ही केवळ शारीरिक मानसिक क्रिया नसून ती संपूर्ण अंतःकरणाशी निगडित असणारी बाब आहे,,संपूर्ण अंतःकरण भक्ताचे भक्तीने परंप्रेमाणे व्यापून जाते आणि मग भक्ती हे साधन तर बनतेच पण ते सध्याही होते,,पण भक्त कुणाला म्हणावे?? जो खूप पूजा करतो



जो खुपजप करतो आणि हे सर्व करताना मी पूजा आटोपली जप आटोपला असे म्हणणारा भक्त आहे का,,ह्याचे उत्तर समर्थानी दिले आहे,,त्यांनी भक्तीची चॅन परिभाषा केली,, ते म्हणतात 'जो विभक्त नाही तो भक्त' जो भगवंता पासून विभक्त नाही तो भक्त,,ज्याचे हृदय हे भगवंताचे निवासस्थान आहे आणि ज्याने परंतत्व जाणले आहे नव्हे ते मी आहे ही अनुभूती ज्याने घेतली

त्यालाच समर्थानी खरा भक्त म्हटले आहे,, भगवद्गीतेत श्रीकृष्णाने श्रेष्ठ भक्त कोण ह्यावर सुंदर उत्तर दिले आहे,

मय्यवेश्य मनोयेमा नित्य युक्ता उपसले

श्रद्ध या परयो पेतास्ते मे युक्त तम् मतः

अर्थात आपले मन माझ्याठिकानी ठेऊन जो सतत युक्तचित्त होऊन अत्यंत श्रद्धापूर्वक माझी उपासना करतात ते श्रेष्ठ भक्त आहेत,,आता याठिकाणी उपासना ह्याचा अर्थ बाह्य क्रिया हा होत नाही तर परम श्रेष्ठ तत्वाशी तन्मयता साधण्याची जी आंतरिक क्रिया आहे त्याला उपासना म्हणतात,,आपले मन हे सतत बाहेर भरकटत असते आशा मनावर संयम मिळवून त्याला परम तत्वाशी निगडित

करणारा भक्त असतो ,,म्हणून भक्त कोण?? १) ज्याच्या ठिकाणी शास्त्र गुरू ह्यांच्याबद्दल अपार श्रद्धा आहे, २) तो सतत उपासनेत स्थिर चित्त आहे ३) भगवंताच्या कल्पनेतच त्याच्या मनाचे विलीनीकरण झालेले आहे,,पण ह्यासाठी नेमके काय करता येईल ह्याचे मार्गदर्शनही भगवंताने केले आहे,,ह्यासाठी मला मन बुद्धी ही ईश्वराच्याच ठिकाणी स्थित करावी लागेल,,सतत बाहेर धावणाऱ्या मनाला निर्धारपूर्वक परमेश्वराचाच विचार करायला भाग पडावे लागेल,,असा आत्म संयम महत्वाचा आहे,,भक्ताची लक्षणे सांगताना भगवद्गीतेत बाराव्या अध्यायात जी भक्त भगवंताला प्रिय आहेत त्यांची लक्षणे सांगितली आहेत श्लोक क्रमांक १४ ते २० मध्ये ह्याचा उल्लेख आढळतो,,हे गुण आहेत,,

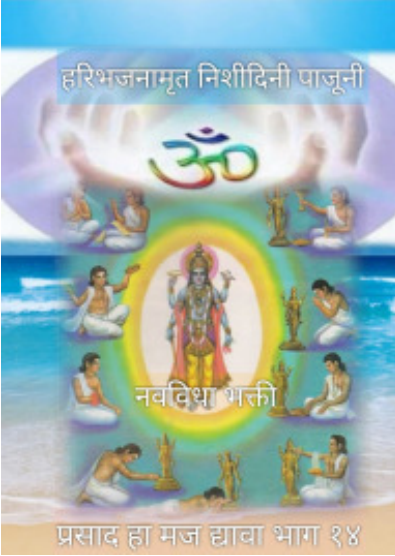
१) जो संतुष्ट आहे २) शांतचित्त ३) आत्मसायमी ४) वृढनिश्चयी ५) ज्याने मनबुद्धि अर्पण केली आहे ६) ज्याच्यामुळे जग विक्षेपीत होत नाही ७) जो जगकडून विक्षेपीत केला जात नाही ८) जो अपेक्षापासून मुक्त असतो ९) जो पवित्र अंतःकरणाचा आहे १०) जो सावधानी अणि दक्ष आहे,, ११) जो उदासीन आहे १२) जो भीतीपासून मुक्त आहे १३) सर्वरंभ परित्यागी,, १४) ज्याला हर्षही होत नाही आणि जो द्वेषही करित नाही १५) जो दुःखही करित नाही किंवा कशाची इच्छाही करित नाही,, १६) शुभ आणि अशुभ कल्पनेचा ज्याने त्याग केला आहे,, १७) शत्रू मित्र,मानापमान ,शीत उष्ण ह्याबाबतीत समान बुद्धी ठेवतो १८) जो कोठेही आसक्ती ठेवत नाही १९) निदस्तुतिज्याला सारखीच वाटते,, २०) जो मितभाषी आहे, २१) तो मौन राखतो २२) जो कशानेही संतुष्ट होतो,, २३) जो गृहहीन आहे,,

असे विविध गुण भक्तात विकसित झाले तो भक्त भगवंताला प्रिय आहे,,मी जर भगवंतावर अपार प्रेम करित असेल तर मला ह्या सद्गुणांची कास धरावी लागेल.



प्रसाद हा मज घ्यावा – भाग १४

भक्ताची लक्षणे भगवद् गीतेत सांगितली,, ही भक्ती वृद्धिंगत काशी होईल ह्याचे विवेचन समर्थानी नवविधा भक्ती समासात अत्यंत सुंदर पद्धतीने केले आहे,, श्रवण कीर्तन स्मरण पादसेवन अर्चन वंदन दास्य सख्य आणि आत्मनिवेदन आशा नवविधा भक्तीचा मार्ग समर्थानी सांगितला,,ईश्वर एकच असून तो प्रत्येक जिवाच्या अंतःकरणात प्रतिबिंबित होतो, भगवंतांबद्दल मनात जी प्रीती निर्माण



होते ती अमृतमय आणि रसमय असते,,या मनाला भगवंताकडे वळविण्यासाठी नवविधा भक्ती वर्णन केली आहे,,श्रावण भक्ती:- भगवंतांबद्द खूप श्रावण करावे,,सांगून भगवंताचे वर्णन चरित्राचे वाचन करावे तर निर्गुण भगवंताला जाणून घेण्यासाठी तातवमीमांसेचा अभ्यास भक्ताने करावा,व ह्या योगे विभक्त पण सोडून भगवंताशी ऐक्य साधावे,,

कीर्तन भक्ती:- जो भगवंत माझा प्रेमास्पद आहे त्या भगवंताची कीर्ती आपल्या कीर्तनातून वाढवावी,,भगवंताच्या सांगून रूपाचे वर्णन करावे,,टाळ मृदुंगाचा आधार घ्यावा,एवढेच नाही तर अध्यात्म निरूपण ही करावे,सगुणांचे वर्णन तर निर्गुणाचे निरूपण कीर्तनात करावे,,

नामस्मरण भक्ती:-नाम हे मूर्त आणि अमूर्त ह्यांना जोडणारा दुवा आहे,,म्हणून नाम हे दृश्यातून अदृश्यात व व्यक्ततून अव्याकतात नेणारा एक अत्यंत महत्वाची साधना,,आहे,,आपण ज्याचे नाम घेतो आहोत तोच खरा असून त्याच्याच सत्तेने सर्व सुरू आहे ह्या अनुसंधानात राहणे म्हणजे नामस्मरण होय,,

पाद सेवन भक्ती:— काया वाचा मनोभावे अहंकार रहित होऊन सदुरूची सेवा करणे म्हणजे पादसेवन होय,, पादसेवन भक्तीने वेदांतच्या तत्वाची उकल होण्यास साधकाला मदत होते,, आणि त्याला सयुज्या मुक्ती प्राप्त होते,, केवळ सदुरूच्या पावळांचाच सांग बाकी सर्व सांग दुययम ठरतात,,

अर्चन भक्ती:— आपल्या प्रेमास्पद असणाऱ्या भगवंताला जे जे काही उत्तम पवित्र आहे ते ते अर्पण केल्याशिवाय भक्ताला चैन पडत नाही, सांगून भागवंतकडून मग साधक आपल्या हृदयस्थ भगवंताच्या पूजनाचे तयारी आपल्या अंतरंगतच करतो, व त्याला आपले शुद्ध मन बुद्धी चित्त अहंकार समर्पित करतो,, ही मानस पूजा त्याला सुक्ष्मतेकडे नेण्यास मदत करते,,

वंदन भक्ती:— आत्मज्ञानी माणसाच्या चरणी लिन होऊन नमस्कार करण्याची कृती म्हणजे वंदन होय,, ह्यामुळे अभिमान क्षीण होतो आणि सर्व प्राणिमात्रांच्या अंतर्गामी भगवंताचा वास आहे हे जाणून ज्या ज्या जीवाशी आपला संबंध येतो त्या त्या ठिकाणी त्याचे अवगुण दुर्लक्षून तेथे फक्त माझा भगवान वास करतो आहे ही भावना प्रबळ होते व भक्त त्या जीवाला वंदन करतो,,,,

दास्य भक्ती:— भगवंताचे दास्य स्वीकारल्याशिवाय भक्ती पूर्ण होत नाही, समर्थानी स्वतःला रामाचा दास म्हटले, भगवंताची सेवा हेच जीवन हाच स्वार्थ एवढंच भाव भक्ताच्या ठिकाणी असतो,, ह्या सेवेचे फळ काय मिळेल ह्याची शंका सुद्धा भक्ताच्या मनात नसते,,

सख्य भक्ती:— ईश्वराशी परम मैत्री करणे म्हणजे सख्य भक्ती होय, जे जे त्याला आवडते ते ते सर्व करून त्याच्याशी सख्य करावे आवड सहज पणे एक झाली की शाश्वत सुखानंद प्राप्त होतो,,

आत्मनिवेदन भक्ती :— मी पणाचा संग सोडून स्वतः ब्रह्म होणे ह्याला आत्मनिवादन म्हणतात,, आत्मनिवेदन म्हणजे आपण स्वतः स्वतःला भगवंताच्या स्वाधीन करणे होय,, माझ्यातील खोटा मी नाहीस होणे म्हणजे आत्मनिवेदन,, आशा ह्या नवविधा भक्ती आहे, प्रसाद मागताना जन्म मृत्यू चुकवावा असा प्रसाद मागितला आहे, आत्मनिवेदन भक्ती साधली की भक्ताला खऱ्या अर्थाने मुक्ती प्राप्त होते.

प्रसाद हा मज द्यावा – भाग १५

आत्मसुखा परी प्रसाद द्यावा,,वियोग तव न घडावा देवा,,ह्याठिकाणी जो प्रसाद मागितला तो प्रसाद आहे आत्मसुखाचा,,वास्तविक आपण जीवन जगतो ते सुखकरिता,,आणि आनंदकरिता,,आपल्याला कसे सुख हवे असते??आता आणि कायमस्वरूपी,,पण मला आता सुख हवे आहे आणि मी हे शोधते। आहे भूतकाळात किंवा भविष्यकाळात,,वर्तमानात सुख हवे असेल तर ते वर्तमानातच शोधावे लागेल,,शिवाय मला तात्पुरते सुख नको कायम स्वरूपी



हवे आहे आणि ते मी शोधते आहे ते नाशिवंत वस्तूत,, कायम स्वरूपी सुख प्राप्त होईल ते कायम स्वरूपी टिकाऊ वास्तुपासूनच,,आणि हेच आत्मसुख होय,,चुकीच्या

तदात्म्यामुळे व्यक्तीला दुःख भोगावे लागते,,मी शरीर मन बुद्धी आहे हे त्याचे चुकीचे तादात्म्य आहे ,,आणि हे तादात्म्य जर घालवायचे असेल तर त्यासाठी आत्मविचारच महत्वाचा ठरतो,,ह्या अनुषंगाने आत्मविचार ही साधना महत्वाची ठरते,,आता ही साधना करायची म्हणजे काय करायचे हा प्रश्न महत्वाचा ठरतोच आत्मविचाराची साधना म्हणजेच तत्वज्ञानाची साधना,,पण मग ही साधना नेमकी कशी करायची??सुरवातीलाच पहिल्याप्रमाणे वास्तविक जीव हा ब्राह्मरूपच आहे ,,आणि जीव म्हणजे काय??तर बुद्धिमध्ये पडलेले आत्म्याचे प्रतिबिंब,,म्हणजेच चिदाभास ,,आणि ह्या चिदाभासातील बुद्धीचे तादात्म्य हे शरीर मनशी होते आणि तो आपले मूळ रूप विसरतो,,आणि ह्या शरीराला तो आपले समजतो आणि येथेच त्याची फसगत सुरू होते मग हा जीवभाव शरीराच्या स्तरावर मी कर्ता मी भोक्ता समजतो,,मनाच्या स्तरावर तो स्वतःला मी सुखी मी दुःखी समजतो आणि बुद्धीच्या स्तरावर तो स्वतः ला विचारक समजतो,,आणि येथेच त्याची दुःखाची मालिका तयार होते,,हा जीवभाव त्याच्या जन्मापासूनच

त्याला चिकटलेला असतो त्यामुळे त्याचा त्याग करता येत नाही पण त्याचा बाध मात्र करता येतो,,आणि हा बाध करतानाच ज्या ज्या गोष्टी आड येतात त्यांचा त्याग करता येईल,,ह्यासाठी आपली आपण करा सोडवणं हे लक्षात ठेवावे लागेल,,मग हा जीवभाव सोडायचा असेल तर पुन्हा एक समीकरण लक्षात ठेवावे लागेल की जे माझे आहे ते मी नाही,,ही माझ्या तत्वज्ञानात्मक साधनेची सुरवात आहे,,ही साधनाप्रणाली समजून घ्यावी लागेल म्हणून दुसरा सिद्धांत लक्षात ठेवावा लागेल,,**Know the system,,Use the system,, Take the results,, forget the system , ,,,**ह्याला अनुसासरून ही साधनेचा विचार करावा लागेल,,



प्रसाद हा मज द्यावा – भाग १६

मी आणि माझा हा ध्यास आयुष्यभर सुटत नाही,,कारण हा भाव आपण जन्मतः घेऊन आलेलो आहोत,,व्यावहारिक सत्तेत हा भाव असणे गैर नाही,,पण ह्या व्यावहारिक सत्तेचे जे अधिष्ठान आहे त्या पारमार्थिक सत्तेत मात्र ह्याचा बाध करावा लागेल आणि त्यासाठी शास्त्राने काही घड्या बसवून दिल्या



आहेत,,आचार्यांनी आपले संपूर्ण आत्मष्टकम स्तोत्रात ह्याचे सुंदर मार्गदर्शन केले आहे,,हा बाध करतानाच मग अहं ब्रह्मास्मि पर्यंत साधक पोहोचतो,,तत्त्वज्ञानाच्या साधनेतून मी ब्रह्म आहे हे ज्ञान जीव प्राप्त करतो म्हणजेच चिदाभास हे ज्ञान प्राप्त करतो,,आता हा चिदाभासचे व्यावहारिक सत्तेत चुकीचे तादात्म्य होते आणि तो स्वतःला शरीर मन बुद्धी

समजतो,,आता ह्या चिदाभासला स्वतःची सोडवणूक करून घ्यावी लागेल,,आणि मी ब्रह्म आहे हे ज्ञान प्राप्त करून घ्यावे लागेल,,आत्मसुख प्राप्त करण्याचा हाच मार्ग आहे,, हा क्रमविकास आहे,,ह्याचे सात टप्पे आहेत,,ह्या सात टप्प्यातून चिदाभासला जावे लागेल ,,तेव्हाच त्याला अपरोक्षनुभूती चा आनंद मिळेल,,आणि हा आनंद मग दृढ अपरिवर्तनीय असला पाहिजे,,

१) अज्ञान:- क्रमविकासाचा हा पहिला टप्पा आहे,,कसे शक्य आहे??बरोबर आहे मला जीवनात आनंद हवा आहे आणि हा आनंद मला फक्त जीव ब्रह्म ऐक्यातच प्राप्त होऊ शकतो,,पण मी अज्ञानी आहे हे मान्य करणे ही सुद्धा ज्ञानाची पहिली पायरी आहे,,मला आनंद हवा पण मी दुःखी आहे,,मी दुःखी हे किती लोकांना समजते,आणि समजल्यावर हे दुःख निवारणार्थ ह्या दुःखाच्या करणांचीच निवृत्ती व्हावी असे वाटनेही म्हत्वाचेच,,आणि ह्यासाठी

मला जर जीवनात आनंदच हवा असेल तर मला माझ्या जीवनाच्या priorities ठरवाव्या लागतील,,मग मी दुःखी आहे,,माझ्या दुःखाची काही कारणे आहेत आणि ही कारणे मला दूर करायची आहेत हे ही ठरवावे लागेल,,आता मी दुःखी का आहे,,दुःखाची संवेदना मनाला होते आणि मनातील विविध विकारामुळे मला जीवनात दुःख आहे हे मान्य करावे लागते आणि मग हे विकारांना मनातून कसे काढता येईल हा प्रयत्न करावा लागतो,,करण ह्या अज्ञानामुळे माणसात भयाचीही भावना निर्माण होते आणि ती भावना म्हणजे काय होईल ???आणि कसे होईल??उत्तर आहे जे व्हायचे तेच होईल जसे व्हायचे तसेच होईल,,माझ्या हातात फक्त आनंदाने स्वीकारणे एवढेच आहे,,म्हणून मनात निर्माण होणारे सगळे विकार हा अज्ञानाचाच परिणाम आहे,,हे कळले की मग ज्ञानाकडे वाटचाल सुरू होते,,

आवरण:- अज्ञान आहे हे पहिल्या पायरीवर पक्के झाले की मग मला ब्रह्माचे ज्ञान हवे आहे ही धारणा पक्की होते,,पण ह्या ज्ञानामध्ये दोन प्रकारची आवरणे येतात त्यात पहिले आवरण असते की ब्रह्म आहे असे सगळे म्हणतात पण ते काय असते हे काही कळत नाही,,दुसरे आवरण असते की ब्रह्म नावाची कोणताही घटक अस्तित्वात नाही,,आणि असली तरी ते मी आहे हे तर अजिबात शक्य नाही,,मला ज्ञान तर हवे आहे पण माझे अज्ञान आणि मला हवे असणारे ज्ञान ह्यात जे सूक्ष्म आवरण आहे,,आता हे आवरण दूर करायचे आहे ह्याचा अर्थ हे कल्पित आहे,,म्हणजेच ते अध्यास्त आहे,,आणि अधिष्ठानाचे ज्ञान झाले की मग अध्यस्थ रहात नाही तो निवृत्त होतो,,आणि जे निवृत्त होते ते सत्य असू शकत नाही अशी घडी बसवून घ्यावी लागते,,



प्रसाद हा मज द्यावा – भाग १७

तत्वज्ञान साधना करीत असताना विचारांच्या आधारे क्रमविकासाचा एक एक टप्पा ओलांडावा लागेल,, तिसरा टप्पा आहे विक्षेप,,

३) **विक्षेप :-** वास्तविक पाहता आत्मरूप जो मी आहे तो कर्ताही नाही आणि भोक्ताही नाही पण विक्षेप दोषामुळे मी कर्ता मी भोक्ता असे जीव समजतो



ह्यालाच विक्षेप म्हणतात,,आणि हा विक्षेप मी ब्रह्म आहे हे ज्ञान होऊ देत नाही,,मी कर्ता मी भोक्ता हा भ्रम आहे ह्यालाच भ्रांती असे म्हणतात,,कर्तृत्व भ्रांती ,भोक्तृत्व भ्रांती,विकार भ्रांती, संग भ्रांती, जगत सत्यत्व भ्रांती ह्या सर्व भ्रांती मी ब्रह्म आहे ह्या ज्ञानापासून दूर ठेवतात,,त्यातून श्रेय वाद निर्माण होण्याची शक्यता असते,,ही भ्रांती उपासनेने जाईल,, उपासनेने चित्त शुद्ध होईल,,मनातील चंचलता कमी होईल

,,ह्यासाठी सुरवातीलाच सांगितल्याप्रमाणे संतांनी एक घडी बसवून दिली आहे,

तुझे रूप चित्ती राहो मुखी तुझे नाम॥

देह प्रपंचाचा ध्यास,,॥॥

घेई घेई माझे वाचे

गोड नाम विठोबाचे

डोळे तुम्ही घ्या रे सुख

पहा विठोबाचे मुख

तुम्ही ऐका रे कान

माझ्या विठोबाचे गुण

मना तिथे धाव घेई

राही विठठलाचे पायी॥॥

विक्षेप दूर करण्याची ही सर्वात चांगली प्रणाली आहे,,
देहबुद्धीने मी तुझा दास आहे,, जीवबुद्धीने मी तुझा अंश आहे पण
आत्मबुद्धीने मी आणि तू एकच आहोत,, हा विचार हनुमंताने आपल्याला दिला
आहे,,

मल दोष:- पुष्कळदा जीवनात जे करू नये ते करावेसे वाटते, आणि जे
करू नये ते माणूस करून बसतो आणि मग एक तर केले असते तर बरे झाले
असते आणि केले नसते तर बरे झाले असते,, ही दोन्ही वाक्य जीवनात दैनंदिन
व्यवहारात सुरू झाली की समजावे मल विक्षेप आहे,, हा मलविक्षेप
घालविण्यासाठी शास्त्राने मला निष्काम कर्मयोग सांगितला,,



प्रसाद हा मज द्यावा – भाग १८

हरिओम,,तत्वज्ञानाची साधना पहात असताना मल विक्षेप अवरणाची निवृत्ती कशी करावी हा विचार पहिला,,ह्यापुढील क्रमविकासाचा टप्पा आहे तो

४)परोक्ष ज्ञान:- एकदा चित्ताची शांती व शुद्धी प्राप्त झाली की ऐकलेले व वाचलेले जे ज्ञान असते ते समजायला मदत होते,,असे जे वाचलेले आणि



ऐकलेले ज्ञान असते त्याला परोक्ष ज्ञान म्हणतात,, ब्रह्माच्या अस्तित्वा विषयीचे ज्ञान सत्संगती व श्रवणाच्या माध्यमाने करून घ्यावे,, सत्संगती कुणाची करावी ??उत्तर आहे ज्यांनी सतस्वरूपचा अनुभव घेतला त्यांची,,म्हणजेच संतांची सदुरूंची विचारांची संगत,,ह्यामुळे एक फायदा असा होतो की ज्यांनी प्रत्यक्ष ब्राह्मनुभूती घेतली त्यांच्या

सहवासामुळे ब्रह्म आहे ही धारणा दृढ होण्यास मदत होते,,सत शास्त्राचे श्रवण करावे,,सत शास्त्र म्हणजे उपनिषदे ब्राह्मसुत्रे भगवद्गीता ही प्रस्थानत्रयी चे श्रवण करावे,,उपनिषदाच्या श्रवणाने आत्मा म्हणजे काय?जग म्हणजे काय?जीव म्हणजे काय? ह्यांचा सहसंबंध काय आहे?अध्यस्थ अधिष्ठान म्हणजे काय?इत्यादी संकल्पना समजायला मदत होईल,,ब्राह्मसूत्राच्या आधारे ह्या संकल्पना कशा खऱ्या आहेत हे समजायला मदत होते हे मनन आहे ,,आणि मनानाच्या स्तरावर झालेला आत्मनिर्णय प्रत्यक्ष अंमलात आणण्यासाठी व त्यानुसार साधना करण्यासाठी मग भगवद्गीतेचा उपयोग होतो,,आणि वृत्तीनिरास कसा करावा ह्याचे मार्गदर्शन भगवद्गीतेत प्राप्त होते,,पण हे सर्व करताना सर्वात महत्वाची बाब आहे ती श्रद्धा,,गुरुवाक्य आणि शास्त्र ह्यावर माझी अव्यभिचारी श्रद्धा हवी,,शास्त्राने व गुरूंनी मला सांगितले ब्रह्म आहे,ते अनुभवला येत नाही ते प्रमाणा नी सिद्ध होत नाही तरी शास्त्र आणि माझे श्रीगुरु सांगतात म्हणून ते

अस्तित्वात आहेत,,अशी श्रद्धा साधकाची असणे आवश्यक आहे,,अशा पद्धतीने वाटचाल मी केली तर ब्रह्म आहे किंवा नाही ही शंका फिटते,,शिवाय श्रवणाने मी ब्रह्म आहे हा बौद्धिक निश्चय व्हायला मदत होते आणि मग ही अवस्था परोक्ष ज्ञानाची आहे असे समजायला हरकत नाही,,ही संशयरहीत ज्ञानाची अवस्था आहे

५) अपरोक्ष ज्ञान:- परोक्ष ज्ञानामध्ये बौद्धिक स्तरावर मी ब्रह्म आहे हा फक्त निर्णय झाला पण अद्याप अनुभूती अली नाही,,आता ते मीच आहे हा प्रत्यक्ष अनुभव येणे म्हणजे अपरोक्ष ज्ञान आहे,,निधींध्यासनाच्या साधनाने मी आत्मा आहे मी ब्रह्म आहे हा अनुभव येतो,,आणि क्षणभर का होईना हा अनुभव आला की श्रद्धा दृढ निश्चित होते,,आणि असे अपरोक्ष ज्ञान झाले की जीवनात कमालीची शांती येते,,आणि जेथे शांती आहे तेथेच सुखरूपता येते,,मग आता माझ्या शांतील जर धक्का लगत असेल तर मी सुखरूप आहे का??आणि मी सुखरूप असेल तर माझ्या शांतील धक्का लागायला नको,,अशी कशावरही अवलंबून नसणारी ही परंशांती साधकाला प्राप्त,,शांतीची पै शांती निवृत्ती दातारु असे माउर्लीनी ह्याचे वर्णन केले आहे,,

आता ह्या अपरोक्ष ज्ञानात शांतीची अनुभूती झाल्याने जीवनातील द्वंद्वा निघून जातात,



प्रसाद हा मज द्यावा – भाग १९

मी ब्रह्म आहे हा अनुभव चिदाभासला येतो ही अत्यंत महत्वाचा भाग आहे,,आणि एकदा अपरोक्ष ज्ञान झाले की तेथे कमालीची शांती येते आणि आता आत्मसुखाचा क्रमविकासाचा सहाव्या टप्प्यावर साधक येतो आणि हा सहावा टप्पा म्हणजे .

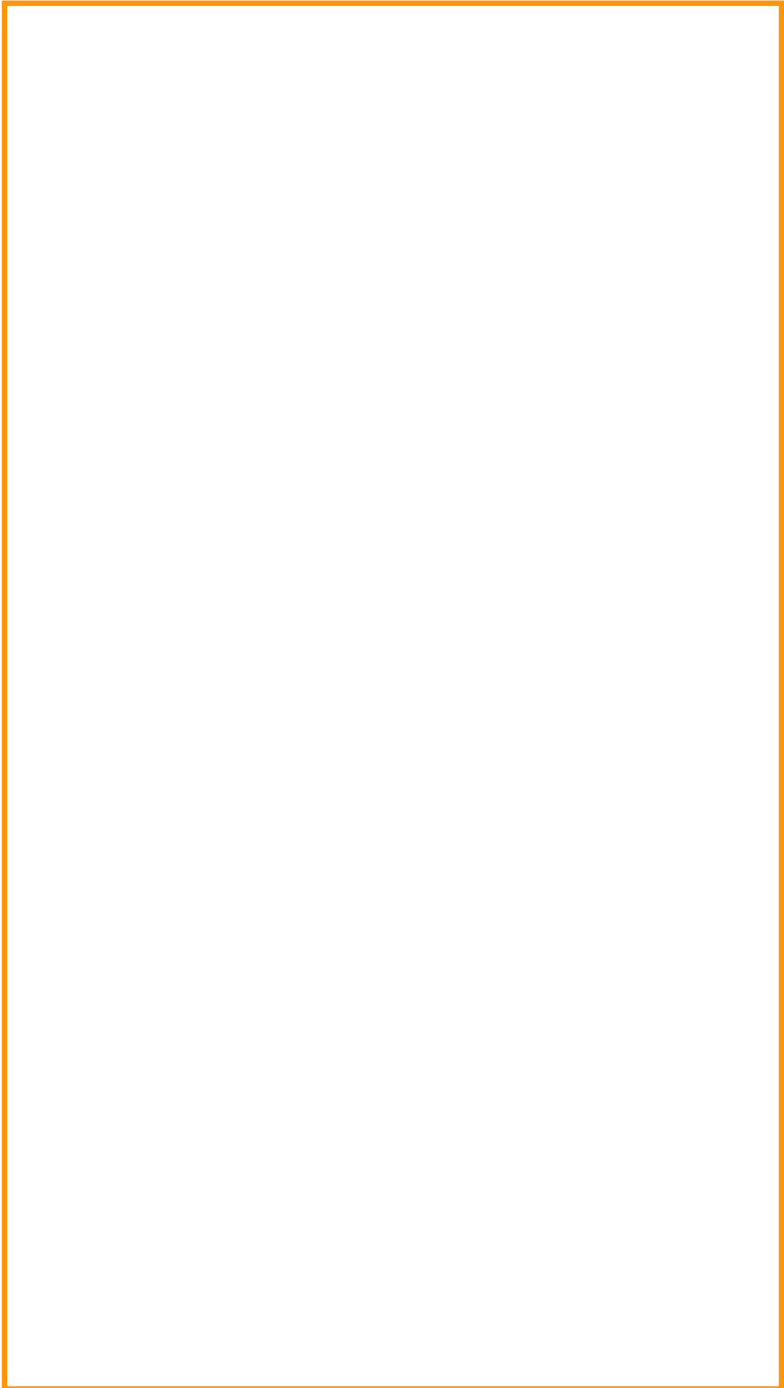


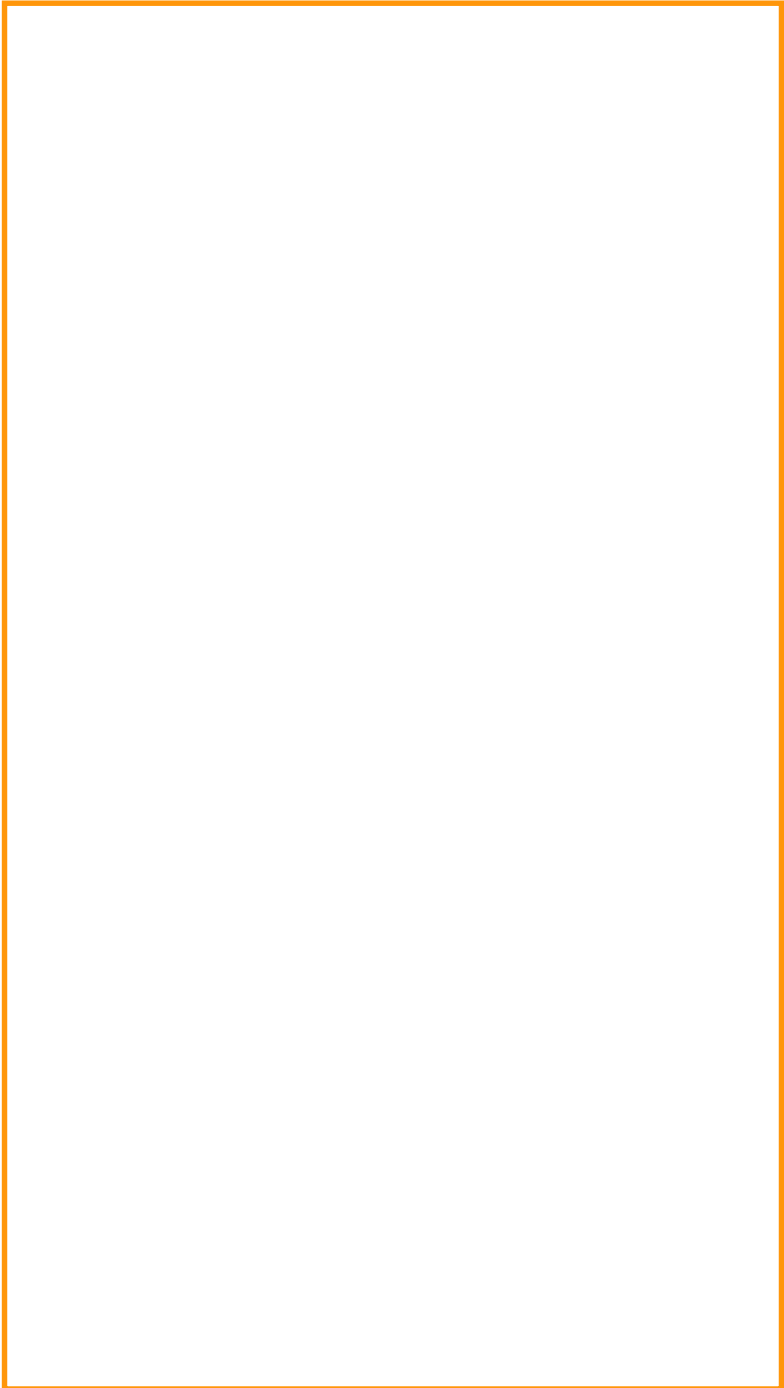
६) शोकनाश:- ह्या अवस्थेत साधक जातो तेव्हा त्याला सुख किंवा द्वंद्व रहात नाही आणि सगळ्या त्रिपुरी नष्ट झालेल्या असतात,, ह्या सुटकेलाच परमार्थात शोक म्हणतात,,व्यवहारात शोक म्हणजे दुःख,,पण परमार्थात तो सर्व द्वंद्व व त्रिपुटी पासून मुक्त होणे असा होतो,,प्रारब्धानुसार सुख दुःख,मान अपमान हे सर्व द्वंद्व येणारच

पण त्यामुळे सुखी दुःखी किंवा दुःखी न होण्याचे स्वातंत्र्य साधकाला प्राप्त होते,,बाहेरच्या कुठल्याच व्यवस्थेवर साधकाच्या अंतःकरणाची अवस्था अवलंबून नसते, ही खऱ्या अर्थाने शोकनाशाची अवस्था आहे,,ही विलक्षण आनंदाची अवस्था आहे,,बृहदरण्यात होवो हा होवोहा असे वर्णन आलेले आढळते,,पण आता अजूनही साधकाचे काम संपत नाही तर ह्या आनंदलाही सहजता यावी लागते,,म्हणजेच मी सुखी नाही दुःखी नाही आणि आनंदही नाही,,निर्विशेष,, हाच खरा वियोग न होणे आहे,,कारण जीवाचे ब्राह्मशी ऐक्य झाले,, एक शुद्ध पाणी दुसऱ्या शुद्ध पाण्यात मिसळले,,वास्तविक ते वेगळे नव्हतेच फक्त ते दोन बाटल्यामध्ये भरल्या गेले होते,,म्हणून ते वेगळे वाटत होते,, ह्या प्रसादात जी प्रामुख्याने साधनाप्रणाली सांगितली आहे ती नाम ध्यान भक्ती तत्वज्ञान ही आहे,,आणि साधकाने जी साधनाप्रणाली स्वीकारली आहे त्याचा सातत्याने पाठपुरावा केला पाहिजे व आपल्या हृदयाची मशागत सतत केली पाहिजे,,आणि म्हणूनच वारंवार प्रसाद हा मज द्यावा ही मागणी ह्याठिकाणी आहे,,

माझी पुस्तके

- १) शैक्षणिक चिंतन - विसा बुक्स, नागपूर
- २) उद्योन्मुख भारतीय समाजातील शिक्षण, विसा बुक्स, नागपूर
- ३) शिक्षणोपनिषद् - मंगेश प्रकाशन, नागपूर
- ४) संस्कारधारा - सुनंदा प्रकाशन, अकोला
- ५) शंभरी ओलाडतांना -
- ६) मूल्यशिक्षण - पार्थ प्रकाशन, पूणे
- ७) दुर्वाकुर - सुनंदा प्रकाशन, अकोला
- ८) सदाफुली - सुनंदा प्रकाशन, अकोला
- ९) भज गोविंदम् - सुनंदा प्रकाशन, अकोला
- १०) True Love - सुनंदा प्रकाशन, अकोला
- ११) Problem ? Shoot - सुनंदा प्रकाशन, अकोला
- १२) ईशावास्योपनिषद् - सुनंदा प्रकाशन, अकोला
- १३) छात्रसेवाकाळ - (मार्गदर्शक हस्तपुस्तिका)
-सुनंदा प्रकाशन, अकोला







प.पू. गुरुदेव स्वामी चिन्मयानंद
ह्यांचे चरणी

डॉ. वसुधा विनोद देव