|| सबका मालिक आत्मा ||

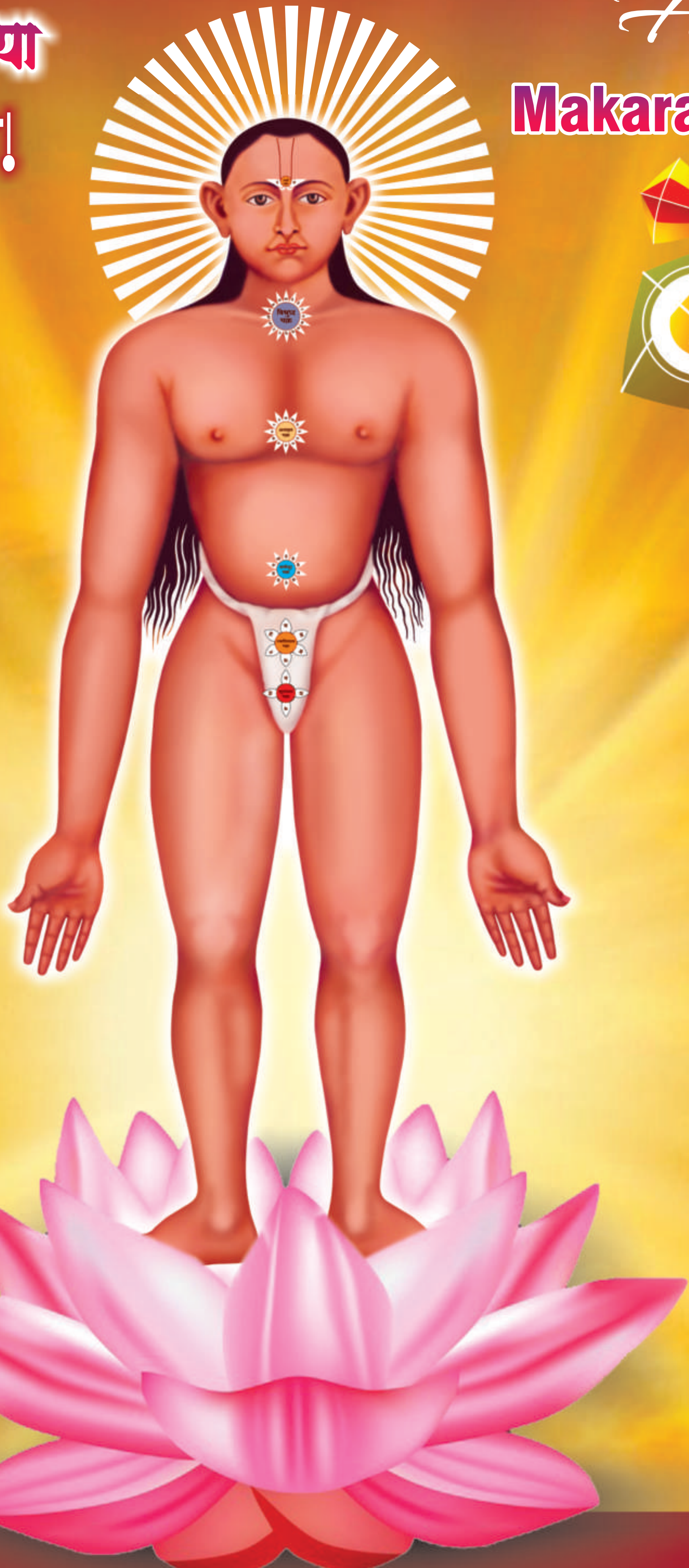
सर्व भाविकांना

मकरसंक्रांतीच्या

हार्दिक शुभेच्छा!

Happy

Makarasankranti



आत्मा (SOUL)

|| हृदयामध्ये आत्म्यावरती प्रेम करण्याची कला म्हणजे ध्यान ||

आत्मचिंतनाद्वारे

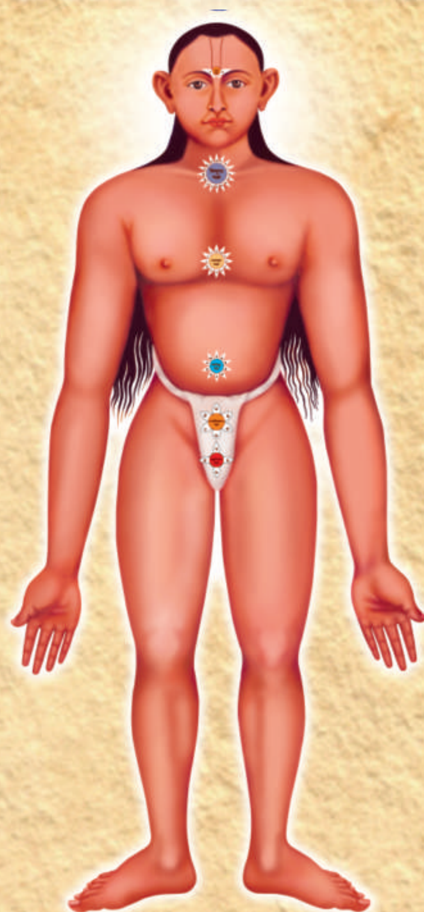
विश्वशांतीचा संदेश देणारे मासिक

|| ॐ गुरुदेव ||

आत्मा मालिक

जानेवारी-२०२६

॥ सबका मालिक आत्मा ॥



॥ अमृतवाणी ॥

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

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

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

॥ आत्मा मालिक ॥

''आत्मचिंतनाद्वारे विश्वशांतीचा संदेश देणारे मासिक''

मासिक ॐ गुरुदेव

वर्ष २५ वे अंक १ ला जानेवारी 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 - आत्मचैतन्याचा नवप्रवास - संत परमानंद महाराज ४

आत्माराम त्याचा तोचि जाणे -डॉ. विजय बाणकर ६

संत नामदेवांचे अभंग-आत्मचरित्र भाग- ३ - नामदेव सदावर्ते १०

नामाचिया बळे न भिऊ सर्वथा। -बंडोपंत कुलकर्णी १७

सर्व सुखाचे आगरु... (भाग १) - डॉ. सुनील शिंदे २०

संत ज्ञानेश्वरांचा भक्तिमार्ग -बी. के. गायकवाड २२

अपनत्व : एक भ्रम - नरेश यादव २६

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.

आत्मचैतन्याचा नवप्रवास

संपादकीय

नवीन वर्ष म्हणजे केवळ दिनदर्शिकेतील एक पान उलटणे नव्हे, तर जीवनाकडे पाहण्याची दृष्टी नव्याने घडवण्याची संधी असते. मागील वर्षातील अनुभव, यश, अपयश, चुकलेली पावले, मिळालेले धडे याचे ओझे घेऊन माणूस पुढील प्रवासाला सज्ज होत असतो. अशा वेळी बाह्य बदलांइतकेच अंतःकरणातील परिवर्तनही महत्त्वाचे ठरते. या अंतर्मुख परिवर्तनासाठी ध्यानधारणा महत्त्वाची आहे. आधुनिक जीवनातील वेग, स्पर्धा, ताणतणाव आणि अस्थिरता यांच्या पार्श्वभूमीवर नवीन वर्षाची सुरुवात ध्यानधारणा व आत्मचिंतनाने करणे म्हणजे स्वतःच्या जीवनाला एक सुस्पष्ट दिशा देणे होय.

-संत परमानंद महाराज

आजचे जीवन बाह्य साधनसंपत्तीने समृद्ध झाले असले तरी अंतर्गत शांतता, समाधान आणि समतोल यांचा अभाव प्रकर्षाने जाणवतो. सतत धावणारे मन, असंख्य अपेक्षा, अपूर्ण आकांक्षा आणि तुलना यामुळे मन अस्वस्थ होते. अशा स्थितीत नवीन वर्षासाठी केवळ भौतिक उद्दिष्टे ठरवणे पुरेसे ठरत नाही. शरीर आणि बाह्य जगाइतकेच मन आणि आत्म्याचीही काळजी घेणे आवश्यक असते. ध्यानधारणा ही मनाला स्थिर करण्याची, तर आत्मचिंतन ही स्वतःला समजून घेण्याची प्रक्रिया आहे. ध्यानधारणा म्हणजे केवळ डोळे मिटून बसणे नव्हे, तर मनाला वर्तमान क्षणात आणण्याची कला आहे. भूतकाळाच्या आठवणी आणि भविष्याच्या चिंता यांमध्ये अडकलेले मन ध्यानाच्या माध्यमातून विद्यमान क्षणात स्थिर होते. नवीन वर्षाच्या प्रारंभी ध्यानधारणा केल्यास मागील वर्षातील अपयशाची खंत किंवा यशाचा अहंकार या दोन्हींचे विस्मरण निर्माण होऊन मन अधिक निर्मळ बनते. अशा निर्मळ मनातूनच वास्तववादी आणि अर्थपूर्ण संकल्प जन्माला येतात.

आत्मचिंतन ही ध्यानाचीच पुढची पायरी आहे. ध्यानाने मन शांत झाले की स्वतःकडे प्रामाणिकपणे पाहण्याची क्षमता निर्माण होते. आपण कोण आहोत, आपण काय करत आहोत, आपल्या कृतींचे परिणाम काय आहेत, आपल्या आनंदाचे आणि दुःखाचे खरे कारण काय आहे, हे प्रश्न आत्मचिंतनातून उलगडू लागतात. नवीन वर्षाच्या उंबरठ्यावर उभा असताना आत्मचिंतन केल्यास मागील वर्षातील चुका दोषारोप न करता स्वीकारता येतात. चुकांतून शिकण्याची तयारी निर्माण होते आणि पुढील वाटचाल अधिक सजगपणे करता येते.

नवीन वर्षाचे संकल्प बहुतेक वेळा उत्साहात घेतले जातात, पण काही आठवड्यांतच ते विसरले जातात. याचे कारण म्हणजे हे संकल्प बहुधा बाह्य दबावातून किंवा तुलना करून घेतलेले असतात. ध्यानधारणा आणि आत्मचिंतन यांच्या आधारे घेतलेले संकल्प मात्र अंतःकरणातून येतात. ते आपल्या स्वभावाशी, क्षमतेशी आणि जीवनमूल्यांशी सुसंगत असतात. त्यामुळे ते पाळण्याची प्रेरणा टिकून राहते. नवीन वर्षात काय मिळवायचे यापेक्षा कसे जगायचे, कसा माणूस व्हायचे, याचा विचार या प्रक्रियेतून स्पष्ट होतो.

ध्यानधारणेचा एक महत्त्वाचा परिणाम म्हणजे भावनिक संतुलन. जीवनात सुख-दुःख, यश-

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

अपयश, लाभ-हानी हे चक्र अविरत फिरत असते. ध्यानाच्या अभ्यासामुळे मन या द्वंद्वांमध्ये अडकत नाही. नवीन वर्षात अनेक अनपेक्षित घटना घडू शकतात, परंतु ध्यानधारणा मनाला त्या स्वीकारण्याची आणि शांतपणे प्रतिसाद देण्याची क्षमता देते. प्रतिक्रिया देण्याऐवजी प्रतिसाद देणे हीच प्रगल्भतेची खूण आहे आणि ध्यान या प्रगल्भतेकडे नेते.

आत्मचिंतनामुळे नातेसंबंधांचाही नव्याने विचार होतो. अनेकदा आपले दुःख इतरांमुळे आहे असे वाटते, परंतु आपल्या अपेक्षा, अहंकार आणि असुरक्षितता यांमुळेच ताण निर्माण झालेला असतो. आत्मचिंतनातून हे स्पष्ट होते की बदलाची सुरुवात स्वतःपासूनच करावी लागते. नवीन वर्षात संबंध सुधारायचे असतील तर प्रथम स्वतःच्या वर्तनात, दृष्टिकोनात आणि संवादात बदल घडवावा लागतो. हा बदल ध्यान आणि आत्मचिंतनाशिवाय होणे कठीण आहे.

ध्यानधारणा केवळ आध्यात्मिक साधना नाही, तर ते एक जीवनकौशल्य आहे. नियमित ध्यानामुळे एकाग्रता वाढते, निर्णयक्षमता सुधारते आणि कार्यक्षमता वाढते. नवीन वर्षात व्यावसायिक, शैक्षणिक किंवा वैयक्तिक क्षेत्रात प्रगती करायची असेल तर मनाची स्पष्टता अत्यावश्यक आहे. ध्यानामुळे विचारांचा गोंधळ कमी होतो आणि प्राधान्यक्रम स्पष्ट होतात. त्यामुळे वेळेचा आणि ऊर्जेचा योग्य वापर करता येतो.

आत्मचिंतन माणसाला मूल्यांची आठवण करून देते. आपण का जगतो, आपल्यासाठी खरे महत्त्वाचे काय आहे, आपला जीवनप्रवास कोणत्या दिशेने चालला आहे, हे प्रश्न आत्मचिंतनातून पुढे येतात. नवीन वर्षात केवळ कोणतीही गोष्ट अधिक मिळवण्याची स्पर्धा न करता अधिक अर्थपूर्ण जगण्याची प्रेरणा आत्मचिंतनातून मिळते. जीवन केवळ उपभोगासाठी नाही, तर योगदानासाठीही आहे, ही जाणीव दृढ होते.

आजच्या तंत्रज्ञानप्रधान युगात मन सतत बाह्य उत्तेजनांनी भरलेले असते. मोबाईल, सोशल मीडिया, बातम्या यांमुळे मनाला शांत बसण्याची सवयच राहिलेली नाही. अशा वेळी ध्यानधारणा म्हणजे मनाला विश्रांती देण्याचा एक प्रभावी मार्ग आहे. नवीन वर्षात डिजिटल गोंगाटातून थोडा वेळ बाजूला काढून स्वतःसोबत बसणे, श्वासाकडे लक्ष देणे, विचारांना शांतपणे येऊ-जाऊ देणे, हे मनासाठी अमृतासारखे ठरते.

ध्यान आणि आत्मचिंतन यांचा परिणाम केवळ वैयक्तिक पातळीवरच नाही, तर सामाजिक पातळीवरही होतो. शांत, सजग आणि करुणाशील व्यक्ती समाजात सकारात्मक ऊर्जा पसरवते. अंतःशांती हीच बाह्य शांततेची पायाभरणी असते.

नवीन वर्ष ही एक प्रतीकात्मक सुरुवात असली तरी ती खऱ्या अर्थाने फलदायी ठरते तेव्हा, जेव्हा आपण आतून बदलण्याची तयारी करतो. ध्यानधारणा आणि आत्मचिंतन ही त्या आंतरिक परिवर्तनाची द्वारे आहेत. ही साधना एकदाच करून संपणारी नसून सातत्याने जोपासावी लागते. म्हणूनच, विश्वात्मक सद्‌गुरू आत्मा मालिक माऊलींनी ध्यानाचा हा मार्ग विश्वातील सर्व साधक, भाविक-भक्तांसाठी प्रशस्त करून ठेवला आहे. सद्‌गुरू माऊलींच्या मार्गदर्शनाखाली, स्वरूपस्थितीचा अभ्यास करूया, अर्थात ध्यान करुया आणि आपले येणारे वर्षच नव्हे तर संपूर्ण जीवन ध्यानमय बनवून आत्मिक शांती प्रस्थापिक करूया.

|| आत्मा मालिक ||

- संत परमानंद महाराज

संपादक

***

आत्माराम त्याचा तोचि जाणे

घर व घरात वावरणारा माझा देह हे दोन्ही सर्वांना दिसत असतात. याउलट, 'हा माझा देह आहे' असे म्हणणाऱ्या माझ्यातला 'मी' जसा मला दिसत नसतो तसाच तो इतरांनाही दिसत नसतो; एवढेच नव्हे तर, त्यांच्या त्यांच्या देहातले त्यांचे त्यांचे 'मी'ही त्यांना दिसत नसतात. म्हणूनच, 'आपली विचारशक्ती ही ज्याचे तेज आहे असे काहीतरी आपल्यात आहे, असे आपल्याला जाणवत तर असते पण ते (नेमके) काय आहे हे मात्र आपल्याला समजू शकत नाही आणि ते जर मी समजू शकलो तर मला संपूर्ण सत्य कळून येईल,' असे एका विचारवंताने म्हटले आहे.

- डॉ. विजय बाणकर

गॉड ओन्ली स्पीकस टू दोज, हू अंडरस्टँड द लँग्वेज

(बोले देव तो तयांसी । कळे वाणी ज्यां तयाची ।।)

- अल्बर्ट हॉफमन

'हे माझे घर आहे', 'हा माझा देह आहे', असे आपण म्हणत असतो. पण, ज्या न्यायाने मी ह्या माझ्या घराचा मालक आहे, असे आपण म्हणतो त्याच न्यायाने मी ह्या माझ्या देहाचा मालक आहे, असे आपण म्हणत नसतो. अर्थात, ही दोन वाक्ये आपण दोन वेगवेगळ्या अर्थांनी उच्चारीत असतो.

घर व घरात वावरणारा माझा देह हे दोन्ही सर्वांना दिसत असतात. याउलट, 'हा माझा देह आहे' असे म्हणणाऱ्या माझ्यातला 'मी' जसा मला दिसत नसतो तसाच तो इतरांनाही दिसत नसतो; एवढेच नव्हे तर, त्यांच्या त्यांच्या देहातले त्यांचे त्यांचे 'मी'ही त्यांना दिसत नसतात.

म्हणूनच, 'आपली विचारशक्ती ही ज्याचे तेज आहे असे काहीतरी आपल्यात आहे, असे आपल्याला जाणवत तर असते पण ते (नेमके) काय आहे हे मात्र आपल्याला समजू शकत नाही आणि ते जर मी समजू शकलो तर मला संपूर्ण सत्य कळून येईल,' असे एका विचारवंताने म्हटले आहे.[१]

ते संपूर्ण सत्य समजून घेण्याचा एकमेव मार्ग म्हणजे घर व देह हे दोन्ही नाशिवंत पदार्थ खऱ्या अर्थाने कोणाचे किंवा मुळात काय आाहेत, हे जाणून घेणे होय. ते एक आत्मारामच जाणतो, असे श्रीज्ञानदेवांनी एका अभंगात म्हटले आहे. **'कोणाचे हे घर हा देह कोणाचा । आत्माराम त्याचा तोचि जाणे ।।'**, हा तो अभंग होय.[२] यातील एक आत्माराम हा शब्द सोडला तर बाकी सारे शब्द परिचित असल्यासारखे लोक वापरत असतात; खरे तर, आत्माराम हा शब्दही लोक वारंवार उच्चारीत असतात. पण, आत्मा किंवा आत्माराम म्हणजे नेमके काय, त्याला काही रंग, रूप वा आकार आहे काय, तो आपल्या शरीरात कुठे राहतो, हे मात्र त्यांना माहीत नसते.

देह व आत्मा (मन) या दोन वेगवेगळ्या गोष्टी आहेत, असे लोक म्हणतात. कारण, आपला देह आपल्याला दिसत असतो पण आपले मन मात्र आपल्याला दिसत नसते. देह जड म्हणजे अचेतन आहे

आणि मन सचेतन आहे, असेही म्हणतात. पण त्यांचा एकमेकांवर परिणाम होत असतो, हे आपल्या सर्वांना जाणवत असते. देह व मन या दोन गोष्टी एकमेकांशी देहातच पण नेमक्या कुठे व कशाप्रकारे संबंधित होत असतात, याबाबत अनेक मतप्रवाह आहेत. देह-मन-संबंधाबाबत फ्रेंच तत्त्वज्ञ देकार्ते यांनी बराच विचार केला आहे. पण त्यांना व त्यांच्यानंतरच्या अनेक पश्चिमात्य तत्त्वज्ञांनाही तो नि:संदिग्धपणे स्पष्ट करता आलेला नाही, असे मला वाटते.

देह व मन यांचा संबंध समजून घेणारास अध्यात्मशास्त्र अवगत होते. लोकांनी ते अवगत करून घ्यावे म्हणूनच घर व देह या दोन्हींच्या मालकीविषयी प्रश्न उपस्थित करून त्याचे उत्तर फक्त आत्मारामच जाणतो, हा सिद्धान्त श्रीज्ञानदेवांनी मांडून ठेवला आहे.

'दि व्होल ऑफ सायन्स इज नथिंग मोअर दॅन अ रिफाईनमेंट ऑफ एव्हरीडे थिंकिंग,' हे शास्त्रज्ञ आइन्स्टाईन यांनी सांगितलेले सूत्र[३] अध्यात्मशास्त्रालाही लागू आहे. उदा. अध्यात्मशास्त्रज्ञ श्रीएकनाथ म्हणतात, की 'माझा देह, माझे मन, माझी बुद्धी' असे आपण म्हणत असतो तेव्हा देह, मन, बुद्धी या सर्वांहून मी वेगळा आहे, असे आपल्याला अभिप्रेत असते. हा 'मी म्हणजे आत्मा' या स्वदेहीं घ्यावयाच्या अनुभवाचा सुसंगत विचार म्हणजे अध्यात्मशास्त्र होय. म्हणूनच, हा अनुभव घेतल्याने घर व देह हे खरे कोणाचे या प्रश्नाचे उत्तर उमगेल, असे अगदी सामान्य भाषेत श्रीज्ञानदेवांनी सूचित केले आहे.

'कोणाचे हे घर.....' या अभंगाची शब्दरचना मोठी गूढ आहे. घरातही आत्माराम आहे व देहातही आत्माराम आहे, असे यात अभिप्रेत आहे. खरे तर, आपल्या देहात असलेला हा 'आत्माराम दशदिशा'ही असल्याचे श्रीज्ञानदेवांनी स्पष्टच म्हटले आहे.[४]

तो दशदिशा आहे म्हणजे सर्वव्यापक आहे. हे समजून घेता यावे म्हणून अध्यात्मशास्त्रज्ञांनी त्याची तुलना आकाशाशी केली आहे. आकाश म्हणजे पोकळी. घट व मठ या दोन्हीतही पोकळी म्हणजे आकाश असते. घट फुटला व मठ मोडला की त्यांच्या जणू आत असलेले आकाश बाहेरच्या आकाशात मिसळून जाते. खरे तर, घट व मठ हे दोन्ही असतानाही त्यांच्यातील आकाश हे बाहेरच्या आकाशातच असते. अशाप्रकारे, घटाकाश, मठाकाश व बाहेरचे विशाल आकाश ही अखंड संबंधितच असतात. आकाशाप्रमाणेच आत्माही हा देहरूपी घट असेपर्यंत जणू देहात असल्यासारखा वाटत राहतो व देहरूपी घट 'नाहीसा' झाल्यानंतर वा केल्यानंतरही तो व्यापक असल्याचा अनुभव येतो.

पृथ्वी, आप, तेज, वायू व प्राण्यांचे आकारी देह यांच्यामुळे आकाश जाणवत असते. हे चराचर जग ज्यात सामावलेले आहे त्यास अध्यात्मशास्त्रात चिदाकाश म्हणतात. चिदाकाश म्हणजे चैतन्यमय आकाश होय.[५] ध्यानावस्थेच्या शेवटी म्हणजे ध्याता, ध्येय व ध्यान ही त्रिपुटी लय पावल्यानंतर सर्वत्र हे एक चिदाकाशच असल्याचा अनुभव येतो. या चिदाकाशाचेच एक रूप म्हणजे देहस्थ आत्माराम म्हणजे जीव होय. अर्थात, आत्मा हा जसा देहात असतो तसाच तो देहाबाहेरही असतो. आकाशाप्रमाणे व्यापक अशा त्याला पाहता पाहता जीवरूपी आपणही तोच होऊन जातो (श्रीतुकारामांच्या भाषेत, देव पहावयासी गेलो, आपण देवचि होऊन जातो.), परिणामी, द्वैतरहित, अद्वय असा आपला एक आत्माच

सर्वत्र आहे, असे सदोदित होते. म्हणून त्यास, त्या चिदाकाशास, व्यापक तरी कसे म्हणावे, त्यास व्यापक म्हणणेही व्यर्थ ठरते, असे श्रीरामदास म्हणतात;[६] जीवाचे जीवपण (वेगळेपण) निमून जाते, विविध पदार्थांनी युक्त असलेल्या प्रपंचाचे भान हारपून जाते व सर्वत्र एक 'चिन्मात्र पूर्ण कोंदले'ले आहे, अशी प्रचीति येते, असे श्रीएकनाथ म्हणतात;[७] हे संपूर्ण विश्व 'आंतबाहेरी मिया कोंदले' म्हणजे प्राणिपदार्थांच्या आतबाहेर सर्वत्र मीच एक आत्माराम आहे, असे सदोदित होते, असे श्रीज्ञानेश्वर म्हणतात;[८] आकाशात वावरणाऱ्या अणुरेणूतही म्हणजे पर्वतादी जड पदार्थात व प्राणिमात्रातही राघव म्हणजे आत्माराम आहे; तो नाही अशी जागाच नाही, असे प्रत्ययास येते, असे श्रीरामदास म्हणतात[९] आणि सर्वत्र असलेला तो आत्माच जणू एक 'पंछी (बनून) जडचेतनमें डोलता है'[१०], असे दिसून येते, असे श्रीकबीर म्हणतात.

अर्थात, सचेतन व अचेतन विश्वातील सर्व प्राणिपदार्थांचे मूळ रूप म्हणजे चिदाकाश वा आत्माराम होय. श्रीज्ञानदेव आत्मानुभवी होते. म्हणूनच सर्वव्यापी आत्मस्वरूपाला 'नाम' असे संबोधून ते 'गगनाहुनी वाड (विशाल) आहे',[११] असे त्यांनी 'हरिपाठात' म्हटले आहे.

तर, घर व देह हे कोणाचे, या प्रश्नाचे अंतिम उत्तर, या दोन्हींचे मूळस्वरूप असलेल्या देवाचे वा चिदाकाशाचे, हे होय. चिदाकाशस्वरूप सूक्ष्मातिसूक्ष्म तो आत्मारामच सर्वांच्या आत असतो आणि आपल्यातच त्याने सारे काही धरून ठेवलेले असते. म्हणून आपले घर व आपला देह हे दोन्ही त्या आत्मारामाचेच ठरतात. केवळ आत्मानुभवानेच निश्चित होणारे हे सत्य 'आत्माराम त्याचा तोचि जाणे' अशा भाषेत श्रीज्ञानदेवांनी उद्घोषिले आहे.

गीता-ज्ञानेश्वरीत क्षेत्रक्षेत्रज्ञयोगाचे वर्णन आहे. त्यात, देह हे क्षेत्र होय व या क्षेत्रास पूर्णत: जाणत असतो तो आत्माच खरा क्षेत्रज्ञ आहे, असा निर्णय दिला आहे.[१२] हे क्षेत्र छत्तीस तत्त्वांचे बनलेले आहे. त्या 'छत्तीस तत्त्वांचे मूळ म्हणजे हरी' होय.[१३] म्हणून ती तत्त्वे जाणून घेत त्यांच्या मुळापर्यंत गेले की 'हा देह कोणाचा' ही 'ग्यानबाची मेख' उलगडते. तो श्रीकृष्ण-परमात्माच या छत्तीस तत्त्वांचे मूळ असलेले सदतिसावे तत्त्व आहे,[१४] असे अनुभवास येते. परिणामी, श्रीकृष्ण-परमात्म्याशी अर्जुन एकरूप होऊन गेला, हे वर्णन वाचताना ज्ञानदेवांची अभंगवाणी उमगू लागते.

स्वत:ला ओळखून 'घ्या' हा संदेश ग्रीक तत्त्वज्ञ सॉक्रेटिस यांनी दिला आहे तर आत्मतत्त्वज्ञ संत श्रीज्ञानदेवांनीही 'कोणाचे हे घर हा देह कोणाचा' या अभंगाच्या दुसऱ्याच चरणात, आपल्या या देहातच, 'मी कोण' याचा शोध घ्यावयास सांगितले आहे.

थोडक्यात, मी आत्म'देव' आहे, हा अनुभव घेत आहे असा माणूसच म्हणजे साक्षात देवच 'कोणाचे हे घर, हा देह कोणाचा', या प्रश्नाचे नि:संदिग्ध व पूर्णत: समाधानकारक उत्तर जाणून असतो.

* * * * *

संदर्भ व टिपा -

१. पृष्ठ क्र. २२८, १००१ Pearls of Spiritual Wisdom, Edited by Kim Lim, Skyhorse Publishing, New York, (२०१४),

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

२. हा अभंग ‘हरिपाठाच्या’ काही आवृत्तीत २९वा अभंग म्हणून समाविष्ट केलेला आढळतो.

३. हे विधान इंटरनेटवर Einstein's Quotes about Science मध्ये उपलब्ध आहे.

४. श्रीज्ञानदेव, हरिपाठ, अ. क्र. १६,

५. पृष्ठ क्र. ३९-४०, जीवनकलेची साधना - जगद्‌गरू श्रीहंबीरबाबा, प्रकाशक : श्री. सुमंतराव गणपराव हंबीर, मु. पाटेठाण, पा. राहु, ता. दौंड, जि. पुणे; आवृत्ती क्र. १०, (फेब्रुवारी २०१६).

६. मनाचे श्लोक, श्लोक क्र. १९५-१९८,

७. श्रीएकनाथी भागवत, अ. ९. ओवी क्र. १४६,

८. ज्ञानेश्वरी, अ.९, ओवी क्र. ३०२,

९. मनाचे श्लोक, क्र. १९६,

१०. श्रीकबीर : घटघटमें पंछी बोलता है । (स्व. किशोरी आमोणकर यांनी गायलेले आहे.)

११. श्रीज्ञानदेव, हरिपाठ, अ. क्र. २२,

१२. ज्ञानेश्वरी, अ.१३, ओव्या क्र. ७ व ८,

१३. श्रीएकनाथ, हरिपाठ, अ. क्र. १५,

१४. श्रीज्ञानेश्वरी, ११.३०९.

- डॉ. विजय बाणकर,

बी - ११०९, ग्रासलँड हाऊसिंग सोसायटी,

मु. कोल्हेवाडी, पो. खडकवासला (आर. एस.),

सिंहगड रोड, पुणे -४११०२४

(९३२५५८८०९५)

***

संत नामदेवांचे अभंग-आत्मचरित्र भाग- ३

एकदा निवृत्ती, ज्ञानदेव, सोपान व मुक्ताबाई पंढरीत विठ्ठल मंदिरात आले. नंतर नामदेवही आले, नामदेवास पाहून सर्वांना आनंद झाला. नामा म्हणजे प्रेमाचा पुतळा, भक्तीचा जिव्हाळा. प्रथम निवृत्तीनाथांनी नामदेवाचे दर्शन घेतले. त्यांनी नामदेवांस प्रदक्षिणा करून वंदन केले. त्यामुळे नामास अभिमान झाला. आम्ही सतत देवाजवळ असतो म्हणून सारे लोक, हजारो वैष्णव येऊन आम्हास वंदन करतात. तिघांनी वंदन केल्यावरही नामा थोडासाही नम्र झाला नाही. हे पाहून मुक्ताईस खेद वाटला.

-नामदेव सदावर्ते

गोणाई व राजाई या दोघीही नामदेवाला विठ्ठलाचे वेड लागले आहे, असे सर्वत्र बोलतात. प्रत्यक्ष पंढरीनाथाला देवळात जाऊन त्या दोघी नामदेवाविषयी गाऱ्हाणे करतात. विठोबाच्या वेडामुळेच नामदेव संसारातील कामे सोडून देवळात वेड्यासारखा वावरतो. त्यांनी देवाकडे तक्रार केली. साधु-संतांकडे तक्रार केली. नामदेवाचे विठ्ठलाविषयी भक्ती व प्रेम प्रकट करणारा एक प्रसंग नामदेव आत्मचरित्रात वर्णन करतात.

नामदेवाच्या घरी त्यांचे मेहुणे पाहुणे आले. राजाईचे बंधू आपल्या बहिणीच्या घरी पाहुणे म्हणून येतात. संत नामदेव हा प्रसंग सविस्तरपणे अभंगबद्ध करतात. आपले स्वतःचे चरित्र लिहिणारे नामदेवराय हे एकमेव संत आत्मचरित्रकार आहेत. ते म्हणतात,

नामदेवाघरी पाहुणे मेहुणे। आले दोघेजण पंढरीसी ।।

आपले दोन्ही भाऊ आलेले पाहून राजाईला खूप आनंद झाला. आपल्या भावांची भेट घेऊन राजाईने त्यांना बसावयाला घोंगडी अंथरली. राजाई आपल्या भावांना सांगते, माझा पती विठोबाच्या ध्यानी लागून वेडा झाला. त्याच्या मनात संसाराविषयी प्रेम राहिले नाही. निःशंख, निर्लज्ज होऊन तो देवापुढे नाचतो. स्वतःचे लौकिक देहभान विसरून देवाचे ध्यान, नामस्मरण करीत देवळात बसतो. नामदेवाविषयी सर्व सत्य माहिती भावांना सांगते. त्याच वेळी नामदेव घरी आले, त्यांना पाहून राजाईच्या भावांनी उठून नामदेवाला नमस्कार केला. पण त्या दोघांकडे लक्षही न देता नामदेव घरात निघून गेले. हे पाहून नामदेवांच्या पत्नीस राजाईस खूप राग आला. ती रडत म्हणते- आम्हाला संसार असून नसल्यासारखाच आहे. टाळ-विणा घेऊन ते वारकरी अगडधूत येतात तेव्हा हे त्यांच्या चरणावर वेळोवेळा डोके ठेवतात, आणि आयुष्यात प्रथमच माझे सख्खे बंधू घरी आले तर त्यांचा नमस्कारही हे स्वीकारीत नाहीत. ती म्हणते,

माझे सखे बंधु, घरा आले बाई।
रामराम तोहि न घे त्यांचा ।।
नामा म्हणे कांते राम हृदयात।
सांठवुनी तृप्त जालो आम्ही ।।

नंतर राजाई नामदेवाला विचारते. माझ्या भावांसाठी जेवण काय करू? पहाटेलाच उठून पायी चालत ते

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

माझ्या भेटीसाठी लांबून थकून आले आहेत. पहाटेपूर्वी त्यांनी जेवण केले आहे. त्यावर नामदेव राजाईस म्हणतात- हे राजाई, आज दशमी आहे. या दिवशी फक्त एक वेळच जेवण करावे. उद्या हरिदिन एकादशी आहे. एकादशीला संपूर्ण दिवस उपवास करून हरिकीर्तनात दंग रहावे व जागरण करावे. चार प्रहर कीर्तन ऐकावे. द्वादशीच्या दिवशी पारणे सोडण्यासाठी भोजन करावे. हे नामयाचे बोलणे ऐकून आलेले पाहुणे चिंतातूर झाले. त्यांना खूप भूक लागलेलीच होती. त्यांना झोपही येईना. एक रात्र त्यांना वर्षाहून मोठी वाटली. राजाई खूप दुःखी झाली. ती चिंता करू लागली. बापाने अशा घरी दिले आहे की, जेथे खायला, जेवायला, नेसायला काही नाही. दैन्य भोगण्यासाठीच माझा जन्म आहे. नवरा हाच देव असतो म्हणतात. त्यासाठी मला घरोघरी हिंडावे लागते. नवरा लाज सोडून देवदेव करीत नाचतो. आपल्या भक्ताची पत्नी चिंताग्रस्त असल्याचे समजताच देव प्रसन्न झाल्यावर काय करतो ते पहा- नामदेव म्हणतात. पांडुरंगाने वाण्याचे रूप धारण केले. डोक्यावरचा रत्नजडित मुकुट काढून ठेवला. साधे उपरणे डोक्याला गुंडाळले. कस्तुरीची उटी पुसून अंगाला विभूतीची राख लावली. गळ्यातील दागिने काढून ठेवले व गळ्यात रुद्राक्षमाळा घातल्या. साधे कपडे घालून वाण्याचा वेश धारण केला. बैलावर द्रव्य व किराणा सामानाच्या गोण्या टाकल्या. अशा रुपात देव नामदेवाच्या घराजवळ आले. मोठ्याने लोकांना विचारू लागले. नामदेवांचे घर कोठे आहे हो! यावर गल्लीतील लोकांनी सांगितले. ज्या घराजवळ तुळशीची झाडे जास्त आहे, तेच घर नामदेवाचे समजा. नामदेवराय म्हणतात,

सांगितले बिराड तुळसीवन अपार ।
तेचि जाणा घर नामयाचे ।।

वाण्याच्या वेशातील देव नामदेवाच्या घरासमोर आले व राजाईस म्हणाले- अहो बाई, ही गोणी ठेऊन घ्या, नामा घरी आल्यावर मी येतो. त्यावर राजाई म्हणाली, तुम्ही कोण? तुमचे नाव खूण सांगा. वाण्याच्या वेशातील देव म्हणतात- माझे नाव केशवशेठी आहे. मी नामदेवाचा मित्र आहे. या दोन गोण्यांतील सामान-द्रव्य घ्या. आणखी लागले तर मागा.

इतुके बोलून देव पाठमोरा जाला।
सवेचि घरा आला विष्णुदास।।
राजाई नामदेवाला म्हणते,
म्हणे कैंचि गोणी टाकून गेला वाणी।
परि आम्ही कोणी ओळखु ना ।।

राजाईने तेव्हा नामयास सांगितले की, द्रव्याने व सामानाने भरलेली गोणी आपल्या घरी वाणी टाकून गेला. आम्ही त्याला ओळखत नाही. पण त्यांनी केशवशेठी असे नाव सांगितले. राजाईचे बोलणे ऐकून नामदेवाला समजले, माझ्या विठोबानेच माझ्यासाठी हे कष्ट घेतले.

त्याने नाव केशवशेठी म्हणितले ।
तव येरे जाणिले माझा देव ।।
कां गे धावा केला देव माझा कष्टला।
अपराध जाला तुजपाशी।।

राजाई नामाला म्हणते, आम्हाला खूप लाभ झाला. देवच पावला राजाईला त्या गोण्यांपैकी एका गोणीत वरई आहे हे समजले. तिने त्या गोणीतून मडकेभर वरई काढून लपवून ठेवली. गोणी होती तशी शिवून

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

टाकली. इतक्यात नामदेव ब्राह्मणांना घेऊन घरी आले. त्यांनी सारे द्रव्य व सामान ब्राह्मणांना वाटून टाकले.

नामा म्हणे द्रव्य ज्याचे त्या दिघले।

ऋण ते ठेविले नाही कांहीं।।

राजाई गुपचूप लपवून ठेवलेले ते वरईधान्य पहावयास गेली. तेव्हा राजाईस तेथे कोळसे दिसले. नामदेवराय म्हणतात,

कोळसे देखोनि खोंचियेली मनी।

धन्य तुझी करणी पांडुरंगा ।।

मग राजाईने नामदेवाला सर्व सांगितले. मी चोरून थोडी वरई काढून ठेवली होती, पण आता त्याचे कोळसे झाले आहेत. नामदेवाने ते कोळसे पाहताच त्याचे सोने झाले. मग नामदेवाने ते सोनेही ब्राह्मणास वाटून टाकले. देवाचे ग्रहण फेडले.

नामा म्हणे स्त्रियें अनुचित केले।

कां माझ्या शिणविले विठोबासी ।।

निंदेच्या उत्तरे निषेधिले मन।

वाटली त्या लाज मायबापा ।।

मग त्या माझ्या देवाने वाण्याचे रूप घेतले. त्यासाठी माझ्या देवाने रत्नजडित मुकुट काढून ठेवला. डोक्याला पांढरे फडके गुंडाळले. कस्तुरी मळवट पुसून विभूती अंगाला लावली. सुंदर कुंडले काढून रुद्राक्ष कुंडले कानात घातली. देवाचे हे रूप पाहून देवी रुक्मिणीस हसू आले. नामदेवाची पत्नी राजाई आपल्या या अपराधाबद्दल पतीची क्षमा मागते. ती म्हणते,

मायबापे ममज दिधले तुमच्या हाती ।

जन्मोनि सांगाती लावियेले ।।

तुमची उदासवृत्ती, संसाराकडे आपण करीत असलेले दुर्लक्ष पाहून मी चिंतेत पडले. त्यात माझा काय दोष आहे? मग तुमचा देव खूप कृपाळू आहे हे पटले. सामान्य रुपातील देवाचे रूप पाहून मला आनंद वाटला.

क्षण एक आनंद जाला माझे जीवी।

उपमा कवणे द्यावी तया सुखा ।

पण एकदा तरी त्या पांडुरंगाचे दर्शन मला घडवा. असे राजाई नामदेवाला विनविते.

आतां ये संसारी मीच धन्य जगी।

जें तुम्हां अर्धांगी विनटले।

परि मला एक वेळ घाला विठोबाचे पाया।

विनविते राजाई नामदेवा ।।

एकदा निवृत्ती, ज्ञानदेव, सोपान व मुक्ताबाई पंढरीत विठ्ठल मंदिरात आले. नंतर नामदेवही आले, नामदेवास पाहून सर्वांना आनंद झाला. नामा म्हणजे प्रेमाचा पुतळा, भक्तीचा जिव्हाळा. प्रथम निवृत्तीनाथांनी नामदेवाचे दर्शन घेतले. त्यांनी नामदेवांस प्रदक्षिणा करून वंदन केले. त्यामुळे नामास अभिमान झाला. मी सतत पांडुरंगाच्या सहवासात राहतो, त्यानंतर ज्ञानेश्वर उठले व त्यांनीही नामदेवास वंदन केले. नामदेवास वाटले, आपण वयानेही मोठे आहोत, म्हणून आम्ही नमस्कारास योग्य आहोत.

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

आम्ही सतत देवाजवळ असतो म्हणून सारे लोक, हजारो वैष्णव येऊन आम्हास वंदन करतात.

ज्ञानेश्वरानंतर सोपानानेही नामदेवास नम्रपणे वंदन केले. ते म्हणाले, नामदेव आम्हास पांडुरंगाचे ठायी आहे. आज आमचे मातापिता भेटल्यासारखे वाटते. नामदेवराय म्हणतात, मला या सर्वांचे प्रेम कळले. तिघांनी वंदन केल्यावरही नामा थोडासाही नम्र झाला नाही. हे पाहून मुक्ताईस खेद वाटला. नामदेवाच्या हितासाठी मुक्ताबाई स्पष्ट बोलते. ती म्हणते,

अखंड जयाला देवाचा शेजार ।
कां रे अहंकार नाही गेला ॥

चित्ती मानापमानाचा हेवा वाढविणे म्हणजे दिवसा हातात दिवा घेण्यासारखे आहे. हे नामा, प्रत्यक्ष परब्रह्मासंगे तुझा नित्य खेळ असून, तू डोळे असून आंधळा कसा? कल्पतरुच्या वृक्षाजवळ कोणतीही इच्छा पूर्ण होते आणि तुझ्याजवळ ही अहंकाररूपी नरोटी कशी? घरी कामधेनू असून ताक मागण्यासाठी दुसऱ्याकडे जाणे चांगले नाही. मुक्ताबाई म्हणते, नामदेवाने अहंकार दूर केल्याशिवाय मी त्यांचे दर्शन घेणार नाही. मुक्ताईचे हे बोलणे नामयाच्या हितासाठीच होते. नामाला केवळ विटेवरचा देव माहीत होता. विश्वात्मक देव केवळ सद्गुरूकृपेनेच प्राप्त होतो. नामदेव आत्मज्ञानी, आत्मनिष्ठ व्हावा, त्यावर सद्गुरुकृपा व्हावी, हा हेतू मनात धरून मुक्ताई बोलत होती. ती म्हणते,

गुरुविण तूज नव्हेचि गां मोक्ष।
होशिल मुमुक्षु साधक तूं ॥
ऐक रे नामया होई आत्मनिष्ठ ।
तरीच तूं श्रेष्ठ ज्ञानी म्हणो ॥

मुक्ताई नामदेवाबद्दल अधिक स्पष्ट बोलते. ती म्हणते, याने केवळ बोलून स्वतःचा डांगोरा पिटला. पण हा अंतरी गुरुविण कोराच आहे. संतांचा सन्मान करणे हे ज्याला कळत नाही. देवापाशी राहून हा काय शिकला आहे? परीस असून खापराचे झाकण घेतो. नामदेव हे खरे चंदनाचे झाड आहे पण अहंकाररूपी सर्पाने यास वेढले आहे. मी या पंढरीचे भूषण आहे, असे जगाला सांगतो. पण त्याच्या मनाला बोध नाही.

म्हणे मुक्ताबाई चांगदेवावाणी।
भाजावा सज्ञनी नामदेव ॥

त्या चांगदेवाने अहंकाराने चौदाशे वर्षे शरीर जतन करुन ठेवले होते. आत्मज्ञान नसल्याने त्याने केवळ शीण वाढविला. गुरुउपदेश नसल्यामुळे चांगदेव अपूर्ण होता. शेवटी तो आळंदी येथे ज्ञानदेवाला शरण आला.

गहिनीनाथांनी निवृत्तीनाथांना जो गुरुपदेश दिला, तोच उपदेश ज्ञानदेव, सोपान व मुक्ताईस प्राप्त झाला. नामदेव हा चांगदेवासारखाच गुरू नसलेला देवभक्त आहे. निवृत्तीनाथ मुक्ताईस म्हणतात- हे मुक्ताई, संतांना असे बोलू नये. आपल्या भाग्याने संतभेट झाली आहे. संतांचा आपण सन्मान करावा. देवावरील प्रेमामुळे नामदेवास देव-प्रेमप्रिसे लागले आहे. यावर स्पष्ट बोलणारी मुक्ताई म्हणते,

म्हणे मुक्ताबाई घाला लोटांगण।
आपणा दर्शन न लगे त्यांचे ॥

कुंभाराने घडविलेले मडके अग्नीवर चांगले भाजल्याशिवाय पाण्याची संगत करू शकत नाही. नामदेवाने गुरू केल्याशिवाय त्यास आत्मज्ञान होणार नाही. नामदेव देवाचा लाडका भक्त आहे. त्यास हा पांडुरंग

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

विश्वात सर्वत्र दिसावा म्हणून, त्याला सद्गुरुप्राप्ती व्हावी म्हणून माझा हा प्रयत्न आहे. नामदेवाची परीक्षा घेऊन मग गुरुप्राप्ती होईल असे करावे.

संत गोरा कुंभार हे वयोवृद्ध व अनुभवसमृद्ध आहेत. तेच आपणापैकी कोण कच्चा आहे याची परीक्षा करतील. महायोगिनी मुक्ताईने योगमायेच्या साह्याने अंतराळात जाऊन गोरोबास बोलावून आणले. गोरोबांनी हाती थापटणे घेऊन एकेकाची परीक्षा केली. नामदेव म्हणतात,

प्रथम थापटणे निवृत्तीच्या माथा।
डेरा जाला निका परब्रह्म ।
तेंचि थापटणे ज्ञानेश्वरावर ।
आतां कैंचे कोरे उरे येथे ।।
तोचि थापटणे सोपानाचे डोई।
यात लेश नाही कोरे कोठे ।।
तेंचि थापटणे मुक्ताबाईला हाणी।
अमृत संजीवनी उतू आली ।।
तेंचि थापटणे नामदेवांवर।
डोई चोळू मोहरे रडों लागे ।।
गोरा म्हणे कोरा राहिला गे बाई ।
सुन्नेभरी नाही भाजियेला ।।

नामदेवाचे मडके कच्चे आहे. थोडेसेसुद्धा भाजलेले नाही, असे गोरोबा म्हणाले. त्यावर नामदेव म्हणतात, हे पांडुरंगा सत्संग चागलाच सन्मानपूर्वक झाला. मुक्ताबाईने चांगलाच अतिथी सत्कार केला. लाकडाने माझे डोके फोडले. मी तेथून निघून आलो. नामदेवाचे मन उद्विग्न झाले. ते दीर्घध्वनी करू लागलेलागले. वैराग्याची अशी कसोटी मला सोसत नाही.

नामा म्हणे जावे पळोनिया आतां।
सत्संग होता भाजतील ।।

मुक्ताबाई ज्ञानदेव-नामदेवाला म्हणते, हे नामदेवा, चैतन्याचा केर, मानवी मनाचे दोष ब्रह्माग्निवर चांगले भाजावेच लागतात. आंतरबाह्य आम्ही तुला भाजून काढू. मुक्ताई गूढपणे म्हणते,

अहं सोह उर्ध्व लावूनी फुंकणी।
नेत्रव्दारे फुंकूणी जाळ करू ।।
जिवित्व काढूनी शिव घडू अंगा।
प्रिय पांडुरंगा आवडेल ।
म्हणे मुक्ताबाई पळायचे नाही।
आसन स्थिर नाही नामयाचे ।।

मनातून खूप घाबरलेला नामा पळत पळतच मंदिरात आला. नामदेवांनी देवाला मिठी मारली व तो कळवळून म्हणाला- हे देवा, आता मला त्या निवृत्तीच्या हाती देऊ नको. ज्ञानदेव सोपानांनी त्या गोरोबाला बोलाविले, त्यांनी माझे माथे फोडले. कच्चा म्हणून मला हीनवले. शिवाय मला आता जाळणार असे म्हणाले. मुक्ताबाईने हे कारस्थान केले. देवा, ही तुझी संतमंडळी खूप कपटी आहे. हे देवा, ते सारे

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

संत आता माझ्या पाठोपाठ येतील. मी पळून आलो म्हणून बरे झाले. नाहीतर माझा सगळा जीव गेला असता.

नामा म्हणे जीवे आलो वाचवोनी।
असुनि तरी चक्रपाणि वाचवी मज।

नामदेवास देव समजावून सांगतात, हे नामदेवा, तू संतांना पारखा झालास. आता तुला ईहलोकी व परलोकी यश नाही. अज्ञानामुळे तू संतमहात्म्य विसरलास. भ्रांतीमुळे तुला संतांचे श्रेष्ठत्व समजत नाही. भ्रमामुळे तू संतांना दूर केलेस. मोहसर्पाने तुला वेढले आहे. पांडुरंग नामदेवास स्वमुखाने सद्गुरुमाहात्म्य सांगतात व नामदेवास सद्गुरुप्राप्तीचा मार्ग सांगतात. नामदेवराय म्हणतात,

श्रीविठ्ठले आपुल्या मुखवचने।
नामदेवासी करी आज्ञापना।।
होवोन दीनाचे अति दीन।
सद्गुरुसी शरण रिघावे ।।

हे नामदेवा, तुला जर सद्गुरुप्राप्ती झाली तर तुला सर्वत्र मीच व माझा प्रकाश दिसेल. देव आणि भक्त यातील भेद नष्ट होईल. यावर नामदेव देवास म्हणतात, हे देवा, मला तुझी प्राप्ती झाली आहे, मग मला गुरुची गरज काय? देवाच्या प्राप्तीसाठी सद्गुरूप्राप्तीची गरज असते. यावर देव म्हणतात, नामा हेच अज्ञान सोडून तू सद्गुरूस शरण जा.

जव सद्गुरूचे नाही सेवन।
तंव मी जैसे स्वप्नीचे धन।।
माझे न तुटे भवबंधन।
सद्गुरु आज्ञेवाचून।।

यावर नामा सद्गदीत झाला. विठोबाच्या चरणी लागला. त्याने देवास विचारले, मी कोणता गुरु करू? मग देव म्हणाले ऐक, साधे गुरू व सद्गुरू ओळखता आले पाहिजे. अनेक गुरू दुर्गुणी असतात.

शिष्य करिती बहुवस ।
त्यांच्या सेवेची करिती आस।
जो न भजे त्यास। शिव्या शाप देताती ।।
मंत्र तंत्र उपदेशिती।
ध्यान आसनी गोविती ।
देवा ब्राह्मणा न भजती।
आचार भ्रष्ट जे ।।

असे दुष्ट गुरू सर्वत्र आढळतात. पण शिष्याला आत्मज्ञान देऊन त्यास दैवी गुणसंपत्तीने समृद्ध करून शिष्याचा उद्धार करतात, असे सद्गुरू क्वचितच आढळतात. ज्यावेळी शिष्याची पूर्वपुण्याई फळास, येते त्यावेळी शिष्याला असे सद्गुरू भेटतात. हे नामदेवा, तुला सद्गुरूप्राप्ती होण्याची वेळ जवळ आली आहे. यावर नामदेव म्हणतात, नामा म्हणे देवा कवणा शरण जाऊ?

कोणा मी होवू शरणागत।

देव नामदेवास सांगतात- हे नामदेवा, विसोबा खेचर या सद्गुरुला तू शरण जा. चिंताग्रस्त नामा

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

आला आंवढ्याला. त्याला तेथे एक देऊळ दिसले. त्या देवळात गेल्यावर त्याला तेथे एक आश्चर्य दिसले. संत नामदेव अभंगात म्हणतात,

देवावरी पाय ठेऊनि खेचर ।
निजेला परिकर निवांतचि ।।
देखोनिया नामा पावला विस्मया।
कैसा हा प्राणिया देवो नेणे ।।
उठी उठी प्राण्या आंधळा तूं काये।
देवावरी पाय ठेवियेले ।।
विसोबा खेचर बोले नामदेवा ।
उठविले जिवा का रे माझ्या।।
देवाविण रिता ठाव कोठे आहे।
विचारूनि पाहे नामदेवा।।

जिथे देव नाही तेथे माझे पाय ठेव असे विसोबा खेचर नामदेवाला म्हणाले. गुरूदेवाचे पाय जिथे ठेवले त्याखाली महादेवाची पिंड नामदेवाला दिसत असे. ते म्हणतात,

नामा पाहे अवघा जिकडे तिकडे देव।
कोठे रिता ठाव न देखेची।।

हे सर्व पाहून नामदेवांनी सद्गुरू विसोबा खेचरांचे पाय धरले. सृष्टीत सर्वत्र देवच आहे, हे सद्गुरुंनी स्पष्ट दाखविले. नामदेवाला संपूर्ण विश्वात पांडुरंग प्रतीत झाला. नामदेव म्हणतात,

खेचरे केली माव लिंगावरी ठेऊनि पाव।
पहावया भाव नामयाचा।।

नामदेवास संतकृपेने व श्रीपांडुरंगाच्या आशीर्वादाने विसोबा खेचर हे सद्गुरू भेटले.

तुझे निजसुख तुजपाशी आहे।
विचारूनि पाहे मनामाजी ।।
विवेक वैराग्य शोधुनियां पाहे ।
तेणे तुज होय ब्रह्मप्राप्ती ।।
ज्ञानाचा प्रकार सहजची जाला।
अहंभाव गेला गळोनियां ।।
खेचर विसा म्हणे जेथे ओंकार निमाला।
सहजचि जाला ब्रह्ममूर्ती।।
संत नामदेवास वंदन!

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

***

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

नामाचिया बळे न भिऊ सर्वथा।

जिथे भेद नाही, द्वैत नाही, माझे-तुझे नाही, अहंकार नाही, असे स्थान म्हणजे वैकुंठ होय. जिथे वैयक्तिक भाव कुंठीत होतो व विश्वात्मक भाव तयार होतो, त्यालाच वैकुंठ म्हणावे. तो भाव तयार झाल्यावर त्यात जो राहतो तोच वैकुंठीचा देव होय. नामस्मरण व नामसंकीर्तनात विरून गेल्यावर मग तिथे आपण नसतोच. तिथे जो राहतो तो म्हणजे तो वैकुंठीचा राणा आत्मा व परमात्मा हे तद्रूप होऊन राहतो. पण जेव्हा आपण विठ्ठल होऊ, तेव्हाच हे शक्य आहे.

-बंडोपंत कुलकर्णी, पुणे

नामाचिया बळे न भिऊ सर्वथा।
कळिकाळाच्या माथा सोटे मारू।।
वैकुंठीचा देव आणू या किर्तनी।
विठ्ठल गाऊनी नाचो रंगी।।
सुख सोहळा करूनी दिवाळी।
प्रेमे वनमाळी चित्ती धरू।।
सावता म्हणे ऐसा भक्ती मार्ग धरा।
तेणे भक्तीमार्ग वोळंगती।।

या अभंगात भक्तीमार्ग व त्याचा परिणाम सांगितला आहे. पारमार्थिक मार्ग सर्वसामान्यांना सुलभ व्हावा म्हणून संतांनी सर्वांना नामसंकिर्तन वा नामस्मरण सांगितले. नाम म्हणजे नाव, इतकेच सर्वसामान्य जणांना माहीत आहे. अभ्यास करून नाम समजणे व अनुभवातून नाम समजणे, या दोन्ही गोष्टी भिन्न आहेत. सर्वसामान्य जीव परमार्थात कसे राहतील, ते परमार्थाकडे कसे वळतील व जीवन सार्थ कसे करतील, हा विचार संतांनी प्रत्येकवेळी केल्याचे दिसून येईल. संतांनी ब्रह्मसूत्र कधीच मांडले नाही. ब्रह्मसूत्र मांडत बसल्यावर मग हे अध्यात्म, परमार्थ व धार्मिक कर्म वगैरे सामान्य जीवांना कठीण वाटायला सुरुवात होते व ते आपल्याकडून घडणे अशक्य समजून जीव त्यापासून दूर होतात. म्हणून त्यांनी एकाच अभंगातून ज्ञानियांना आणखी ज्ञान व सर्वसामान्यांना पारमार्थिक मार्गात येण्यापुरते ज्ञान प्राप्त व्हावे, अशा प्रकारचे अभंग लिहिले. म्हणून संतांचे कार्य हे महान आहे.

नवीन लग्न करून आलेली स्त्री कोणत्याही अभ्यासाशिवाय पतीचे नाव व गोत्र धारण करते. म्हणजे ती पतीच्या घरचे नाम धारण करते. यालाच म्हणायचे ज्यांना आपले केले, त्याप्रमाणे आपण घडायचे. आपले सर्वस्व पूर्णपणे अर्पण करायचे. समोरच्यांना आपल्यासारखे व्हावे असे न सांगता आपण त्यांच्यात विरून जाणे, म्हणजे संपूर्ण समर्पण होय. आणखी सोप्या भाषेत नाम वर्णन करायचे झाल्यास फुलाप्रमाणे जगणे. जसे सकाळी फूल उमलते व संध्याकाळी कोमेजते. त्याच्या या बारा तासांच्या

आयुष्यात ते सर्वांच्या नजरेला व मनाला आनंद देते. हे फुल कोणी तोडून त्याला देवाच्या डोक्यावर वाहील अगर मृतदेहावर वाहतील. पण, ते फुल आपले सौंदर्य व आयुष्य कमी करून व आपले आयुष्य शोभा वाढविण्यासाठीच समर्पित करते. मग या फुलाने काय केले, तर ते आयुष्य मजेत जगले. मजेत जगणे म्हणजे आनंदाने जगणे. आनंद हा फक्त समाधानानेच मिळतो. समाधान हे देहभान व देहबुद्धि विसरून आपल्यात आपण विरून जाणे व या देहाशी वा जगाशी आपला काही संबंध नसणे. फक्त नाममात्र उरणे. नाम ही खूण आहे. फक्त खूण म्हणून वा होऊन उरणे हे नाम होय. ललाटी तिलक वा नाम लावणे ही खूण होऊन उरावे, याची आठवण देणे हे इतर शास्त्रीय कारणांशिवाय एक मुख्य कारण आहे.

जेव्हा आपण ईश्वराला आपले करून त्यात विरून गेल्यावर मग कोणाची भीती व कसली भीती राहणार? जेव्हा आपण आनंदात रत होऊ, तेव्हा काळ आपल्यावर काय अंकुश ठेवणार?

आले देवाचीच्या मना।
तेथे कोणाचे काही चालेना।।
आवडीने भावे हरीनाम घेसी।
तुझी चिंता त्यासी सर्व आहे।।

आवड म्हणजे काय? मनात असलेल्या गोष्टीशी तादात्म्य व तद्रूप होणे. तसे ईश्वरनामाशी तद्रूप झाल्यावर ईश्वर काळजी वाहत असेल, तर मग काळजी आणि चिंता कोठून राहणार. म्हणून सावता महाराज म्हणतात,

नामाचिया बळे न भीऊ सर्वथा।
कळिकाळाच्या माथा सोटे मारू।।

जिथे भेद नाही, द्वैत नाही, माझे-तुझे नाही, अहंकार नाही, असे स्थान म्हणजे वैकुंठ होय. जिथे वैयक्तिक भाव कुंठीत होतो व विश्वात्मक भाव तयार होतो, त्यालाच वैकुंठ म्हणावे. तो भाव तयार झाल्यावर त्यात जो राहतो तोच वैकुंठीचा देव होय. नामस्मरण व नामसंकीर्तनात विरून गेल्यावर मग तिथे आपण नसतोच. तिथे जो राहतो तो म्हणजे तो वैकुंठीचा राणा आत्मा व परमात्मा हे तद्रूप होऊन राहतो. पण जेव्हा आपण विठ्ठल होऊ, तेव्हाच हे शक्य आहे. विठ्ठल म्हणजे स्थायी व स्थिर होय. हे ध्यान नाहीतर मनातील द्वंद्व संपवून मन स्थितप्रज्ञ होऊन फक्त द्रष्टा होऊन राहतो व सत्य तितकेच स्वीकारतो. विचार करणे मनाचे कार्य व तंदुरूस्त मनाचे लक्षण आहे. विचार न येणे वा निर्विचार होणे, मनाला कारणपरत्वे मेंदूच्या आजाराचे लक्षण आहे. त्यामुळे संतांनी मनाला शिक्षण देण्याचे अवाहन व मार्ग सांगितला. पण, निर्विचार करण्यास सांगितले नाही. भेदाभेदरहित व स्थिर मनाचे परिवर्तन चित्तात होते. तेव्हा चित्तात ईश्वर व त्याच्याशी तद्रूप झाल्यावर त्या ठिकाणी आनंदाशिवाय काहीच उरत नाही. आनंद हाच ईश्वर आहे. म्हणून महाराज म्हणतात-

वैकुंठीचा देव आणू या किर्तनी।
विठ्ठल गाऊनी नाचो रंगी।।

जेव्हा वैकुंठीचा देव किर्तनी येऊन नाचतो, तेव्हा ही जीवाची दिवाळी असते. ज्ञान हे

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

दिव्याच्या ज्योतीप्रमाणे आहे.

ॐ असतो मा सद्गमय । तमसो मा ज्योतिर्गमय । मृत्योर्माऽमृतंगमय।

मनातील अज्ञानाचा अंधार दूर करून ज्ञानाचा प्रकाश पाडतो. ही दिवाळी आहे व ही दिवाळी जीवात सुख व चित्तात आनंद प्रस्थापित करते. चित्तात आनंद प्रस्थापित होते तेव्हा प्रेम निर्माण होते. प्रेम हे मन, हृदय व चित्तात तयार होणारे अजब रसायन आहे. ते रसायन एक प्रकारचे तेजाब आहे. जेव्हा चित्तात प्रस्थापित झाल्यावर ते अंतःकरण व हृदयात प्रेम तयार होते. ते तेजाब मनातला सर्व कचरा, भेद व अस्थिरता जाळून टाकते. ती दिवाळी कायमची व स्थिर होते. संपूर्ण ब्रह्मांड हे त्या ईश्वराचा मळा वा वन आहे व आपण त्यातील निसर्गरूप जीव, वृक्ष आहोत. वंशावळीवरून खानदान समजते. तसे आपणाला आपले खानदान म्हणजे आपण या वनातील एक भूत व त्याचा मालक तो ईश्वर हे आपले खानदान जेव्हा उमगेल, तेव्हा तोच चित्तात राहणार. म्हणून महाराज म्हणतात,

सुख सोहळा करूनी दिवाळी। प्रेमे वनमाळी चित्ती धरू।।

हे सर्व भक्तीमार्गानेच प्राप्त होते. जेव्हा तो ईश्वर व आपण त्याच्याशी तद्रूप होऊन राहिल्यावर म्हणजे भक्त होऊन गेल्यावर आनंदाचा मार्ग आपोआपच गवसत राहतो. इतकेच नव्हेतर तो मार्ग स्वतःहून आपल्या समक्ष लोळण घेतो. म्हणून महाराज म्हणतात-

सावता म्हणे ऐसा भक्तीमार्ग धरा।
तेणे भक्तीमार्ग वोळंगती।।

-बंडोपंत कुलकर्णी, सोलापूर
जिल्हा न्यायाधीश, पुणे

***

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

सर्व सुखाचे आगरु... (भाग १)

ऐसी कर्मगती ऐसा 'ध्यानी ज्ञानिया'

कैवल्य साम्राज्य चक्रवर्ती माउली संत ज्ञानदेव आणि त्यांची भावंडेच काय पण त्यांच्या अवघ्या परिवारातील सुखदु:खांच्या कर्मगतीचा लेखाजोखा एखादा विशाल आयुष्यातील घडामोडींचा पट आहे! पराकोटीचे अनुभव या परिवाराने सोसले, अनुभवले आणि तरीही त्यांची ध्यान साधना अवघ्या विश्वाला कलाटणी, वळण देणारी ठरली, मार्गदर्शक-प्रेरक ठरली हा मुख्य पैलू केंद्रिभूत ठेऊन परामर्श घ्यावासा वाटतो. म्हणूनच या वर्षीच्या नवीन लेखमालेत कर्मगती तसेच ध्यानसाधनेचा धांडोळा अपेक्षित ठेवला आहे.

-डॉ. सुनील शिंदे

माउली संत ज्ञानदेवांचे आणि त्यांच्या भावंडांचे अनेक अभंग कर्मगती तसेच ध्यान संकल्पनेशी निगडीत आहेत. कर्मगती चुकली नाही कुणाला. भलेबुरे अनुभव, सुखदु:ख, संघर्ष, चिंता क्लेश हे देखील अनेकांची पाठ सोडू नाही शकत.. तथापि, यातून तावून सुलाखून निघणारी अथवा सावरणारी माणसं विरळाच. फार फार विरळा. साधूसंत, सज्जन, योगीजन यांची तर अनेकदा कसोटी लागते.

भगवंताचे चरण मोलाचे. त्याचे रुप अनमोल. ज्याला हे अरुपाचे रुप जाणवले, दिसले, पाहिले तो भाग्यशाली! लोचनी ठसलेले रुप म्हणजे साक्षात सुखाचे सुख, आनंदाचा ठेवा. तो विठ्ठल मग दूर नसतो, ठायीच असतो. हृदयी सामावलेला. तो सुखरुप आणि खराखुरा 'बरवा'. पुण्याई तीच खरी, पुण्याचा ठेवा तोचि खरा जो विठो माउलीस भावलेला. सुकृत भगवंताचे रुपात. सुकृत भगवंती रुपात. सुकृत आत्मरुपी. ते आत्मारामी आणि ध्यानी स्थितीगतीशी निगडीत! अवघा सुखाचा साठा अर्थात् आगर ते बापरखुमादेवीवरा ठायी. कसे? माउली ज्ञानदेवांच्या शब्दसाजात पुढीलप्रमाणे -

रुप पाहतां लोचनीं।
सुख जालें वो साजणी।।१।।
तो हा विठ्ठल बरवा।
तो हा माधव बरवा।।ध्रु०।।
बहुता सुकृताची जोडी।
म्हणुनि विठ्ठलीं आवडी।।२।।
सर्व सुखाचें आगरु।
बापरखुमादेविवरु।।३।।

संत ज्ञानोबाराय सौख्याच्या जाणीवेचा विस्तार आत्मियतेने आणि सजग जाणीवेतून करतात. विठ्ठलाचे मूळ अस्तित्व आणि सुखरुप ध्यानी जाणीव ते अशा रीतिने व्यक्त करतात. ठायी मुराला 'तो अनुभव' अचूकपणे माउली हरिपाठात करतात. कापुराचे रुपक देतात. कापुराची वाती अन् उजळलेली

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

ज्योति जशी ती उजळणे आणि ठायीच विरणे समाप्त होते. यातील उजळता भाव तसेच ज्योत कालांतरी विरणे यातील अस्तित्वाचा अंश तो अंतिम सत्य. हरिभक्ताची गोडी ती संत सज्जनी! माउली ज्ञानदेवांचीही स्थिती वेगळी नाही.

साधुबोध झाला नुरोनियां ठेला।
ठायींच मुराला अनुभव।।१।।
कापुराची वाती उजळली ज्योती।
ठायींच समाप्ती झाली जैसी।।२।।
मोक्षरेखे आला भाग्ये विनटला।
साधूचा अंकिला हरिभक्त।।३।।
ज्ञानदेवा गोडी संगती सज्जनीं।
हरि दिसे जनीं वनी आत्मतत्त्वीं।।४।।

कर्मगतीची रेखा आणि अपरिहार्यता अतूट नात्याची. ध्यानी जाणीवही अधोरेखित करणारी. मोक्षरेखा वेगळी नव्हे. भाग्यही वेगळे नव्हे. आत्मा मालिक.

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

***

संत ज्ञानेश्वरांचा भक्तिमार्ग

ईश्वर भक्तीची ओढ मनुष्याच्या अंतरी येण्यासाठी सर्वप्रथम आवश्यकता असते ती संतसंगती व संत सहवासाची. सर्व जीव, प्राणीमात्र हे प्रकृतीच्या त्रिगुणांनी बद्ध आहेत. सत्व, रज, तम गुणांतील प्रामुख्याने सत्वगुण व सात्विकता ही मनुष्यात त्याचे बालपणीचे संस्कार, गुरुजनांची शिकवण व संत संगतीतून मिळते. श्री गुरुभेटीतून अंतःकरणात मुमुक्षू भक्ताच्या मनात ईश्वरभक्तीची ओढ निर्माण करतो. ईश्वरभक्ती उपजता भक्ताला स्वतःचे सस्वरुप जाणून घेण्याची जिज्ञासा उत्पन्न होते. मी कोण, हा प्रश्न पडतो. श्रीगुरूआज्ञेने साधना केल्यावर मन आणि चित्त शुद्ध आणि निर्मळ होते.

-बी. के. गायकवाड

परमात्मा विष्णूंनी आपला भक्त अंबरिष यास दुर्वासांच्या शाप वाणीतून मुक्त ठेवण्यासाठी स्वयं वेगवेगळ्या योनींतून दहा अवतार धारण केले. त्यातील नृसिंह अवतारात भक्त प्रल्हादाचे रक्षण करून राक्षस हिरण्यकश्यपूचा वध केला. श्रीराम अवतारात बंधू लक्ष्मण व भक्त हनुमान यांच्या सहाय्याने श्रीरामांनी असंख्य राक्षसांचे निर्दालन केले व क्रूर रावणाचा व त्याच्या राक्षस सैन्याचा बिमोड केला. श्रीकृष्ण अवतारात बंधू बलरामाच्या सहाय्याने अनेक दुष्ट प्रवृत्तींचा नाश करुन कंसाचा वध केला आणि महाभारत युद्धात पांडवांच्या बाजूने सहभाग घेऊन कौरवांचा निःपात केला व धर्माचे रक्षण केले. याच युद्धात प्रथम भक्त अर्जुन यास माया-मोहपाशातून मुक्त करून आपल्या क्षत्रिय धर्माचे, विहीत कर्मांचे पालन करण्यासह सृजनांच्या रक्षणासाठी, युद्धास तयार करण्यासाठी 'श्रीमद्‌भगवत गीता' सांगितली. सर्व वेदांचे सार असलेल्या, जीवनदायीनी, सर्वांना दीपस्तंभासारखी मार्गदर्शक धर्म-अर्थ, काम, मोक्ष या चतुर्विद्य पुरुषार्थाचा लाभ देणाऱ्या भगवद्‌गीतेचा परमभक्त अर्जुनाला लाभ झालाच; परंतु, त्यायोगे सर्व मानवाजातीला श्रीमद्‌भगवद्‌गीता मार्गदर्शक झाली.

मानवाला या संसाररुपी महासागरातून तारुन नेण्यासाठी गीतेतून ज्ञान, कर्म आणि भक्तियोग सांगितला आहे. महाभारत पर्वास साडेपाच हजार वर्षांचा कालावधी लोटला आहे. श्रीमद्‌भगवद्‌गीता व तिच्यातील तत्त्वे नित्यनूतन आहेत. मूळ गीताग्रंथ संस्कृत भाषेत आहे. तिचा मराठी प्राकृत भाषेत अनुवाद इ. स. १३०० दरम्यान संत ज्ञानेश्वर महाराज यांनी सर्वसामान्य जनास आकलनासाठी 'ज्ञानेश्वरी' लिहून केला आहे.

संत ज्ञानेश्वर व सर्व संत महात्म्यांनी अखिल मानव लोक कल्याणासाठी विश्वात्मक कार्य केले आहे. श्रीगीतेतील ज्ञानमार्ग हा आचरणास कठीण आहे. कर्ममार्ग सात्विक कर्माचरणातून, अहंकाररहित, फलाशा न ठेवता कर्मे ईश्वरास समर्पित करावीत. या निष्काम कर्माचे बंध जीवास राहात नाहीत व जीवन्मुक्त स्थितीचा अनुभव प्राप्त होतो, ही मोक्ष अवस्था असते. सर्वात महत्त्वपूर्ण सर्वसामान्यांस आचरणास सहज सोपा मार्ग म्हणजे ईश्वर भक्ती होय.

संत ज्ञानेश्वर माऊलींनी भक्तिबाबत श्रीकृष्णांनी अर्जुनास केलेला उपदेश 'ज्ञानेश्वरीच्या' बाराव्या अध्यायातून निवेदित केला आहे. त्यात ते म्हणतात 'सर्व इंद्रियांसकट आपल्या मनोभावांना माझ्या

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

ठिकाणी अर्पण करून ते रात्रंदिवस, काळ-अकाळ काही न म्हणता माझी उपासना करतात ।।३८।। अशा प्रकारे जे भक्त आपले सर्वस्व वाहतात त्यांनाच मी परमयोगयुक्त योगी समजतो।।३९।।'

म्हणोनि गा भक्तां नाही एकही चिंता।

तयाते समुद्धर्ता आर्थी मी सदा ।।९४।।
आणि जेव्हाचि का भक्ती ।
दिधली आपुली चित्तवृत्ती ।
तेव्हाचि मज सुती ।। त्यांचिये नाटी।।९५।।
या कारणे या भक्तराया। हा मंत्र तुमी धनंजया।
शिकिजे जै यया। मार्गा भजिजे।।९६।।
जीवु परमात्मा दोनी। बैसो निया ऐक्यासनी।
जयाचिया हृदय भक्ती। विराजती।।१५३।।
ऐसा योग समृद्धी। होऊनि जो निरवधि।
अर्पी मनोबुद्धी। माझ्या ठायी।।१५४।।
आंतु बाहेरि योगु। निर्वाळलेया ही चांगु।
तरि माझा अनुराग। सप्रेम जया।।१५५।।
अर्जुना तो भक्तु तोचि योगी युक्तु।
तो वल्लभा मी कांतु।। ऐसा पढिये।।१५६।।
हे विश्वचि माझे घर। ऐसी मति जयाची स्थिर
किंबहुना चराचर आपण जाहला।।२१३।।
- ज्ञानेश्वरी अध्याय १२

अशा प्रकारे ईश्वर आत्मस्वरुप स्वयं आपणच आहोत, असे ज्ञान ज्यास प्राप्त आहे असा ज्ञानी भक्त परमात्म्याला प्रिय आहे. असा परमभक्त माझेच विश्वस्वरुप सर्वत्र पाहात व जाणत असल्याने 'जे जे भेटें भूत, ते ते मानिजे भगवंत' या दृष्टीने जगी वागतो.

या ईश्वर भक्तीची ओढ मनुष्याच्या अंतरी येण्यासाठी सर्वप्रथम आवश्यकता असते ती संतसंगती व संत सहवासाची. सर्व जीव, प्राणीमात्र हे प्रकृतीच्या त्रिगुणांनी बद्ध आहेत. सत्व, रज, तम गुणांतील प्रामुख्याने सत्वगुण व सात्विकता ही मनुष्यात त्याचे बालपणीचे संस्कार, गुरुजनांची शिकवण व संत संगतीतून मिळते. श्री गुरुभेटीतून अंतःकरणात मुमुक्षू भक्ताच्या मनात ईश्वरभक्तीची ओढ निर्माण करतो. ईश्वरभक्ती उपजता भक्ताला स्वतःचे सस्वरुप जाणून घेण्याची जिज्ञासा उत्पन्न होते. मी कोण, हा प्रश्न पडतो. श्रीगुरूआज्ञेने साधना केल्यावर मन आणि चित्त शुद्ध आणि निर्मळ होते.

श्रीगुरू हे परब्रह्मस्वरुप आहेत. श्रीगुरुकृपेने आपल्या ठायी सोऽहम भाव प्रगटतो. आपण परमात्म्याचा अंशस्वरूप आत्मा आहोत, हा भाव अंतःकरणात जागृत होतो. प. पू. सद्गुरु सांगतात- आत्मा सर्वांच्या हृदयमंदिरी निवास करतो. आत्म्यावर प्रेम करा. आत्मपूजा हीच देव पूजा. ध्यानाद्वारे नित्य आत्मचिंतन केल्याने भक्ताला गुरूकृपेने स्वरूपाचे ज्ञान होते. आत्मप्रचिती येऊन आत्मदर्शन होते. अशा स्थितीत भक्त आत्मानंदाची अनुभूती घेतो व शाश्वत सुखाची, शांतीची प्राप्ती अशा परमभक्ताला होते.

श्रीकृष्ण म्हणतात, जो भक्त निर्मख, शुद्ध अंतःकरणाने, श्रद्धा व भक्तीने मला अनन्यभावे शरण येतो, त्या भक्ताचा योगक्षेम मी वाहतो व अशा अनन्यसाधारण भक्तीने त्या जीवाला जन्म-मृत्यूच्या

चक्रातून मुक्ती मिळते. सात्विक, परोपकारी भक्ताची मांदियाळी या भूतलावर असल्याने परमात्म्याच्या सृष्टीच्या सृजन कार्याला आधार होतो.

श्रीगुरु दत्तात्रेयांनी सृष्टी निर्माण, रक्षण, संहार आणि पुनर्निर्माण कार्यासोबत आपल्या सर्व अवतार कार्यात समस्त मानवास ईश्वरभक्तीचा मार्ग सांगितला आणि श्रद्धावान निस्सीम भक्तांना त्यांच्या जीवनात शाश्वत सुख, समृद्धी आणि शांती दिली व त्यांना आत्मसुख दिले. त्यांचे संसारभय, अज्ञान दूर केले. श्री गुरूकृपेने अशा भक्तांचे आत्मकल्याण झाले.

श्रीविष्णूंची परमभक्ती महादेवांवर, महादेवांची विष्णूंवर होती. इतकेच नव्हे, तर श्रीविष्णू अवतार श्रीराम शंकराचे परमभक्त होते आणि शंकराचे आराध्य श्रीराम होते. महादेव नित्य श्रीरामनामाचा ध्यानातून जप करतात. ही रामनाम महती अगाध व महान आहे, असे महादेव पार्वतीला सांगतात. श्रीरामाचे परमभक्त हनुमंताच्या दास्यभक्तीने श्रीरामांनी त्यांना चिरंजीवी केले. देवर्षी नारदमुनी नारायणाच्या अखंड नामात रहात. नारदऋषींची ईश्वरभक्ती, तत्त्वे जगन्मान्य आहेत. ती नारदीय नवविधा भक्ती स्वरुपात आहेत. ज्यामध्ये ईश्वराचे श्रवण, कीर्तन, स्मरण, पादसेवन, अर्चन, वंदन, दास्य, सख्य आणि आत्मनिवेदन भक्ती येते. नारदऋषी म्हणतात, भक्ती म्हणजे भगवंताविषयी गाढ प्रेम.

काया, वाचा, मने निस्सीम भावाने केलेली समर्पित भक्ती भक्ताला ईश्वर तत्त्वाशी एकरूप करते. देव भावाचा भुकेला असे म्हटले जाते. भक्त देवस्वरुप होऊन जातो. जसे संत जगद्‌गुरु तुकाराम महाराज म्हणतात, देव पहावयासी गेलो आणि देवच होऊनि ठेलो. अशी संतांची अनेक उदाहरणे आहेत, ज्यात संत अंतःकरणापासून केलेल्या भक्तिमार्गाने ईश्वर स्वरुपाशी तादाम्य झाले, सायुज्य मुक्तीचे अधिकारी झाले.

स्वामी विवेकानंदांना (जयंती दि. १२ जानेवारी २६) त्यांचे गुरू श्रीरामकृष्ण परमहंस यांच्याकडून आत्मज्ञान प्राप्त झाले. ईश्वरभक्ती व प्रेम 'भक्तियोगासंदर्भात ते म्हणतात ''जे भक्त परब्रह्माच्या सगुण स्वरुपाची ध्यानाच्या माध्यमातून उपासना करतात, तेच सगुण स्वरूप, भक्ताचा सर्व नियामक ईश्वर होय.'' स्वामी विवेकानंद यात पुढे सांगतात, 'आत्मप्राप्ती ही त्यालाच होते, जो आत्म्यावर निरतिशय प्रेम करतो, तोच या आत्म्याला अत्यंत प्रिय होतो.' आपले प्रियजनास आत्म्याचा लाभ करून घेता यावा म्हणून आत्मस्वरूप भगवान स्वतः सहाय्यास पुढे येतात. भगवंत म्हणतात 'जे माझे ठायी निरंतर रत असतात आणि प्रेमाने माझी उपासना करतात, त्यांची बुद्धी मी प्रेरित करतो. परमात्म्याचे निरंतर स्मरण म्हणजेच भक्ती होय.

||आत्मा मालिक||

संदर्भ ग्रंथ :

१) ज्ञानेश्वरी

२) भक्तियोग- स्वामी विवेकानंद

- बी. के. गायकवाड

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

अपनत्व : एक भ्रम

अपनत्व एक भ्रम है, जो तब तक उपयोगी है जब तक वह आत्मा के विकास में सहायक हो। जैसे ही वह बंधन बनता है, वह त्याज्य हो जाता है। अतः व्यक्ति को चाहिए कि वह जीवन में स्वयं यह रचाए कि जीवन में आने का केवल एक ही अर्थ है-आत्मा का विकास। बाकी सब अस्थायी, क्षणिक और अंततः निरर्थक है।

अपनत्व के भ्रम की सीमाओं को समझ कर जीवन के वास्तविक उद्देश्य को मूल में रखकर ही हमारी स्वयं की रचना का उद्देश्य पूरा होगा और यह केवल ध्यान से संभव है।

- नरेश यादव

अपनापन एक लूट है, नहीं इसमें कोई राह।
भ्रम टूटेगा एक दिन, अंत में ख़ुद की आह।।

अपनत्व-एक भ्रम, यह वाक्य प्रथम दृष्टि में कठोर, निष्ठुर या मानव भावनाओं के विरुद्ध प्रतीत हो सकता है, किंतु जब इसे जीवन, चेतना, आत्मा और ब्रह्म के व्यापक परिप्रेक्ष्य में देखा जाता है, तब यही वाक्य जीवन के सबसे गूढ़ सत्य की ओर संकेत करता है। मनुष्य जिस अपनत्व को जीवन का आधार, संबंधों की नींव और भावनात्मक सुरक्षा का स्तंभ मानता है, वही अपनत्व अनेक बार भ्रम टूटने से ना केवल आध्यात्मिक, बल्कि अपनों के बीच प्रेम के अवरोध और आँखों की नमी का कारण बन जाता है।

जीवन का प्रारंभ और अपनत्व की उत्पत्ति :

जब इस धरा पर जीवन का विकास हुआ, तब चेतना के साथ साथ अनुभूति ने जन्म लिया। जहाँ अनुभूति आई, वहीं 'मेरा' और 'पराया' का भेद उत्पन्न हुआ। यहीं से अपनत्व की भावना ने आकार लेना प्रारंभ किया। किंतु अपनत्व के साथ ही स्वार्थ का भी जन्म हुआ। यह स्वार्थ प्रारंभ में अस्तित्व रक्षा का माध्यम था, परंतु समय के साथ यह जीवन का केंद्र बन गया।

भारतीय दर्शन के अनुसार, आत्मा अजन्मा, अविनाशी और शाश्वत है। कठोपनिषद कहता है-

न जायते म्रियते वा कदाचित्

अर्थात आत्मा न जन्म लेती है, न मरती है।

यदि आत्मा शाश्वत है, तो फिर यह अपनत्व किसका है? शरीर का? मन का? या उस अहंकार का जो स्वयं को शरीर और संबंधों से जोड़ लेता है?

अकेलापन :

जीवन का मूल, वास्तविकता यह है कि जीव अकेला आता है और अकेला ही जाता है। गरुड़ पुराण में वर्णित है कि मृत्यु के समय न कोई संबंधी साथ जाता है, न कोई संपत्ति। तब केवल कर्म और चेतना की अवस्था ही आत्मा के साथ रहती है। अपनत्व का भ्रम हमें यह विश्वास दिलाता है कि हम किसी के बिना

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

अधूरे हैं, जबकि आत्मा पूर्ण है। यह अधूरापन मन की रचना है, आत्मा की नहीं।

प्राकृतिक संरचना और सहारे की आवश्यकता :

प्राकृतिक रूप से जब किसी भी जीव का जन्म होता है, तब वह जीवन जीने के गुणों तक पहुँचने तक अपने जन्मदाता पर निर्भर रहता है। यह प्रकृति की संरचना का हिस्सा है। शिशु को माता का सहारा, पशु शावक को झुंड का संरक्षण-यह सब जीवन रक्षा की स्वाभाविक व्यवस्था है। किन्तु जैसे ही जीव का मस्तिष्क विकसित होता है, वह स्वतंत्रता की ओर अग्रसर होता है। पशु अपनी अलग टेरिटरी बनाते हैं। जंगल का हर जीव अपने क्षेत्र की रक्षा करता है। यह अपनत्व नहीं, बल्कि अस्तित्व की रक्षा है।

मनुष्य और भ्रमित अपनत्व :

मनुष्य पशु से भिन्न है क्योंकि उसके पास बुद्धि, विवेक और आत्मचिंतन की क्षमता है। किंतु यही क्षमता उसे भ्रमित भी करती है। मनुष्य अपने स्वार्थ को पूरा करने के लिए अपनत्व के अनेक जाल बुनता है-परिवार, समाज, राष्ट्र, धर्म, विचारधारा। महाभारत में यह स्पष्ट रूप से देखा जा सकता है। धृतराष्ट्र का पुत्रों के प्रति अपनत्व, गांधारी का मातृत्व, दुर्योधन का मित्रता का आग्रह-ये सब अपनत्व के उदाहरण हैं, किंतु यही अपनत्व विनाश का कारण बना।

भगवान श्रीकृष्ण अर्जुन से कहते हैं-

संगात्संजायते कामः

आसक्ति से कामना उत्पन्न होती है, और कामना से ही विनाश।

अपनत्व का उपयोग :

जीवन की सरलता के लिए मनुष्य अधिकांशतः अपनत्व का सहारा लेकर अपने सांसारिक उद्देश्य साधता है। वह संबंधों को इस प्रकार गढ़ता है कि उसका जीवन सरल बना रहे। यह सरलता आत्मा के विकास से नहीं, सुविधा से जुड़ी होती है, किन्तु सांसारिक जीवन सरल हो या कठिन, आत्मा के विकास से उसका कोई सीधा संबंध नहीं। योगवसिष्ठ में कहा गया है कि सुख और दुःख दोनों ही मन के विकार हैं।

आत्मा का उद्देश्य :

केवल विकास- जीवन में आने का केवल एक ही अर्थ है-आत्मा का विकास।

यह विकास कोई और नहीं कर सकता। न माता-पिता, न गुरु, न ईश्वर। ईश्वर मार्ग दिखा सकते हैं, गुरु दिशा दे सकते हैं, किंतु चलना स्वयं को ही पड़ता है।

भगवान बुद्ध ने कहा-

अप्प दीपो भव

स्वयं अपना दीपक बनो।

पौराणिक दृष्टांत और अपनत्व का त्याग :

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

रामायण में भगवान राम का वनगमन इसका श्रेष्ठ उदाहरण है। माता, पिता, पत्नी, राज्य-सबका त्याग। यह त्याग विरक्ति नहीं, बल्कि भ्रम से मुक्ति है। महाभारत में भीम का बल, अर्जुन का कौशल, युधिष्ठिर का धर्म-सब तब तक सार्थक हैं जब तक वे आत्मा के विकास में सहायक हैं।

अपनत्व एक सांसारिक जाल है, जब कोई व्यक्ति किसी को अपनत्व के जाल में लेता है, या तो वह वस्तुतः अपने जीवन की सरलता बनाए रखने का प्रयास करता है। यह अपनत्व प्रेम नहीं, अपेक्षा है। जहाँ अपेक्षा है, वहाँ बंधन है।

ध्यान और मस्तिष्क के बीच संतुलन :

मनुष्य को अपने ध्यान (चेतना) और मस्तिष्क (विचार) के बीच एक संतुलित सेतु बनाना चाहिए। ध्यान हमें वर्तमान में रखता है, मस्तिष्क हमें भ्रम में। जब यह संतुलन टूटता है, तब अपनत्व का जाल मजबूत होता है। योग, ध्यान, स्वाध्याय-ये सब इसी संतुलन को साधने के उपाय हैं।

सार यह है कि जीवन का उद्देश्य संबंध जोड़ना नहीं, चेतना का विस्तार करना है। अपनत्व एक भ्रम है, जो तब तक उपयोगी है जब तक वह आत्मा के विकास में सहायक हो। जैसे ही वह बंधन बनता है, वह त्याज्य हो जाता है। अतः व्यक्ति को चाहिए कि वह जीवन में स्वयं यह रचाए कि जीवन में आने का केवल एक ही अर्थ है-आत्मा का विकास। बाकी सब अस्थायी, क्षणिक और अंततः निरर्थक है।

अतः हे आत्मन! अपनत्व के भ्रम की सीमाओं को समझ कर जीवन के वास्तविक उद्देश्य को मूल में रखकर ही हमारी स्वयं की रचना का उद्देश्य पूरा होगा और यह केवल ध्यान से संभव है। आत्मा मालिक

निज से निज को जान ले; तभी आत्मन ठौर।
नहीं तो जीवन जाएगा, कितने ही कर गौर।।

- नरेश यादव,
आत्मा मालिक परिवार, इंदौर

***

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

आत्मा (SOUL)

॥ हृदयामध्ये आत्म्यावरती प्रेम करण्याची कला म्हणजे ध्यान ॥

✽ प्रेषक ✽

संपादक, मासिक ॐ गुरुदेव

विश्वात्मक जंगली महाराज आश्रम ट्रस्ट, कोकमठाण,

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

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