परमपिता परमात्मा त्रिमूर्ती शिवभगवानुवाच 'मन्मनाभव'।

अमृत कुंभ

अंतरंग

वर्ष १८, अंक ३, ऑगस्ट – सप्टेंबर २०१४

१.	संपादकीय – विद्यार्थी – दशा आणि दिशा	२
२.	प्रकाशमणी दादी – तेजोनिधी	४
३.	परीकथा (भाग – १५)	६
४.	राजयोगाची गहन परिभाषा	८
५.	तुम्हाला फार भीती वाटते का?	९
६.	वारे सोसी आघाताचे	११
७.	आरोग्य रहस्य	१४
८.	मी तुझे गं लेकरू	१६
९.	सत्य-घटना	१७
१०.	राजयोगिनी दादी कमलमणिजी!	१९
११.	बहुत सुकृताची जोडी	२२
१२.	'आपण चांगले करूनही लोक आपल्याशी वाईट का वागतात?'	२३
१३.	डॉ. हंसा रावळ यांचा अनुभव	२५
१४.	एक तरी दोहा अनुभवावा	२८

मुखपृष्ठाविषयी

'अन्तकाले च मामेव स्मरन् मुक्त्वा कलेवरम्' गीतेतल्या या उक्तीनुसार दादी प्रकाशमणीजींनी आपले आध्यात्मिक आयुष्य सफल केले. श्रीकृष्ण हे मानवी जीवनाचे ध्येय आहे, ती केवळ एक उपास्य देवता नसून आध्यात्मिक उद्दिष्ट आहे. श्रीकृष्णासमान आपणही दैवी गुणांनी मंडित होऊन जीवन व्यतीत करायचे आहे या ध्यासाने दादीजी जगल्या आणि त्यांच्या संपर्कात येणाऱ्या प्रत्येकाला तशी प्रेरणा देत गेल्या. इतके श्रेष्ठ उद्दिष्ट डोळ्यासमोर ठेवायचे तर मानसिक पातळीवरचे पावित्र्यही तितकेच असावे लागते. काया-वाचा-मनाने ब्रह्मचर्य पालन काय असते त्याचे मूर्तिमंत उदाहरण म्हणजे दादीजी होत्या. राखी पौर्णिमेला 'रक्षा-बंधन' असेही म्हटले जाते. पवित्रतेचे बंधन मनावर घालून घ्या तर विकारांच्या आघातांपासून आपली रक्षा करता येईल अशी शिकवण दादीजींनी हृदयात बाळगली. त्यांच्या जीवनाकडे पाहताना वाटे परमेश्वराने 'ये हृदयीचे ते हृदयी' सर्व काही घातले. श्रावण-भाद्रपद महिन्यात येणारे उत्सव आणि दादीजींचा स्मृतिदिवस या सगळ्याची सांगड घालणारा आशय मुखपृष्ठात सामावला आहे.

– प्रकाशिका

फोटो, लेख इत्यादी पाठविण्याचा पत्ता :
संपादक – अमृतकुंभ, द्वारा : प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज्
ए-१०, वर्षा अपार्टमेंट, छत्रपती शिवाजी सोसायटी,
कोपरी कॉलनी, ठाणे (पूर्व)-४००६०३
फोन : ०२२-२५३२२२०८
E-mail : info@amrutkumbh.com

वर्गणी पाठविण्याचा पत्ता :
ब्र. कु. गोदावरी, प्रकाशक अमृतकुंभ
द्वारा : प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज्, ए-१०, वर्षा अपार्टमेंट,
छत्रपती शिवाजी सोसायटी, कोपरी कॉलनी,
ठाणे (पूर्व)-४००६०३ मोबाईल : ९८२००२३०९२

Printed, published by B.K.Godavari on behalf of Prajapita Brahmakumaris Ishwariya Vishwa Vidyalaya. Printed at Perfect Prints, 22, Jyoti Industrial Estate, Nooribaba Dargah Road, Near Makhmali Talao, Thane (west), Pin 400601. Published at Prajapita Brahmakumaris Light House, Wagle Estate, Thane (west), Pin - 400604, Maharashtra. Editor : Mr. Sachin Vinayak Upadhye

वार्षिक वर्गणी रु. ८५/-, आजीव सभासद वर्गणी रु. १,५००/-, एका अंकाचे रु. १४/-
E-magazine साठी पुढील संकेतस्थळाला (वेबसाईटला) भेट द्या – www.amrutkumbh.com

संपादकीय ...

विद्यार्थी - दशा आणि दिशा

भारतातील बहुसंख्य भागात जून-जुलै म्हणजे शैक्षणिक नवीन वर्ष सुरु होण्याचा काळ. दहावीपर्यंत एस.एस्सी बोर्ड, सी.बी.एस.सी. बोर्ड अशा वेगवेगळ्या बोर्डांच्या परीक्षांचे निकाल लागतात आणि त्यातून विद्यार्थ्यांच्या आयुष्यातला एक वेगळा टप्पा सुरु होतो. १०-१२वीच्या परीक्षेनंतर शैक्षणिक आयुष्यात अनेक पर्याय उपलब्ध असतात. पदवी अभ्यासक्रम आणि त्यातून पुढील अर्थार्जनाची दिशाही निश्चित करता येते. अशा वेळेस अनेक विद्यार्थी यशस्वी होताना आपण अवती-भवती पाहतो; पण काही क्लेषकारक घटना देखील वाचायला मिळतात. १७ जून २०२४ रोजी दैनिक लोकसत्ताने एक बातमी दिली होती. १०-१२ च्या निकालानंतर ११८ विद्यार्थ्यांनी जीवघात केला. त्यात एखाद दुसरे उदाहरण ९वीतल्या विद्यार्थ्यांचेही होते. आयुष्याच्या कोवळ्या उन्हातून ही मुले अजून संपूर्ण बाहेर आली नाहीत तोवरच त्यांनी माध्यान्हीच्या उन्हाच्या कल्पनेतून असा विपरीत निर्णय केला. पुढे आपले काय होईल या भीतीने कदाचित सोळा-सतराव्या वयातच गुडघे टेकले. आलेल्या अडचणींवर मात करण्यासाठी जीवन मिळाले आहे ते न समजल्यामुळे दिशाच चुकते. अशा विद्यार्थी जीवनाला विद्यार्थी 'दशा' असेच म्हणावे लागेल.

फक्त सोळा-सतरा वयापर्यंतच्या मुलांमध्ये अशा समस्या निर्माण होऊ शकतात का? नाही! आपण जर गुगलवर शोध घेतला तर, आय.आय.टी. किंवा आय.आय.एम. च्या विद्यार्थ्यांमध्येही अशी मानसिकता दिसून येते. अनेकजण अभ्यासक्रमच सोडून देतात. कारण? अभ्यासक्रमातील तणावाची हाताळणी न जमल्याने सोडून देतात. पुढे इतर क्षेत्रात असे विद्यार्थी यशस्वी होत असतीलही. पण पदोपदी येणाऱ्या तणावाचे नियोजन कसे करायचे यावर विद्यार्थ्यांचे लक्ष तेवढे जात नाही. स्वामी विवेकानंदांनी एकदा विचार व्यक्त केले हाते - 'मुलांना अक्षर ओळख किंवा जुजबी शिक्षण सुरुवात करून दिल्यावर सर्वात आधी मी काय शिकवायला घेईन? तर मनाची एकाग्रता कशी साधायची? एकदा ते साध्य करण्याची हातोटी कळली म्हणजे पुढचा प्रवास सुकर होईल.' तणावाखाली असलेले मन-बुद्धी कधीच एकाग्र होऊ शकत नाहीत, आनंदी मनच एकाग्र होऊ शकतं असे आजचे मानसशास्त्र सांगते.

विद्यार्थी जीवनात तणावाची मुख्य कारणे काय असावी? अपेक्षांचे ओझे! मनुष्याच्या स्वत:कडून असलेल्या अपेक्षा किंवा इतरांच्या असलेल्या अपेक्षा! आपल्याला हे सगळे नाही मिळवता आले तर? या विचाराने तणाव निर्माण होतो. बहुसंख्य वेळेस ही काल्पनिक भीतीच असते; तो बागुलबुवा मानगुटीवर बसतो आणि खेळ बिघडायला सुरुवात होते. अजून एक कारण असू शकते - यशाविषयी चुकीच्या कल्पना आणि त्या कल्पनांच्या मृगजळामागे धावण्याची मानसिकता! खूप पैसा, नावलौकिक, मुबलक साधनसम्पत्ती म्हणजेच यश असे काही भ्रम निर्माण होतात. त्यामागे धावण्यात तणाव निर्माण होतो. तणाव येणे हे स्वाभाविकच आहे असाही चुकीचा समज करून दिला जातो. आत्ताचा काळ झटपट, दोन मिनिटात 'मॅगी'चा आहे. यात झटपट यश हे सुद्धा तणावाचे एक कारण आहे. ही यादी मोठी होऊ शकेल.

'नावलौकिक, खूप पैसा या मृगजळामागे धावण्यात काही अर्थ नाही' हे केवळ तत्त्वज्ञानातील एक वाक्य नाही. वास्तवात असे जगता येते. ह्याचे उत्तम उदाहरण म्हणजे डॉ.ए.पी.जे. अब्दुल कलाम. त्यांचे विद्यार्थ्यांविषयीचे प्रेम सर्वश्रुतच होते. त्यांच्या छान विचारांपैकी एक पहा.

Education is the key to unlocking the world, a passport to freedom.

यातल्या passport to freedom चा आपण अर्थ घेऊया तणावातून मुक्ती. फ्रीडम म्हणजे बेताल, बेधुंद वृत्ती नव्हे तर आपल्या उणीवांपासून मुक्ती असा अर्थ घेतला तर तो डॉ. कलामांच्या विचारांना पुढे नेण्यात सार्थ ठरेल.

आध्यात्मिकदृष्ट्या तणावाकडे कसे पाहता येईल, तणावमुक्तीसाठी काय उपाय योजता येईल? समस्त मनुष्यात्म्यांचा पिता शिव जेव्हा अवतरित होऊन ज्ञान देऊ करतात तेव्हा सांगतात. या समस्यांचे मूळ – मी आणि माझे या शब्दांचा यथार्थ अर्थ न जाणणे. कोऽहं अर्थात मी कोण? या प्रश्नाची उकल साधण्याकरिता अनेकांनी आपले जीवन वाहून घेतले. शिव भगवान म्हणतात – मी कोण? याचे उत्तर आहे – मी देहातीत आत्मा. मी ज्योतिर्बिंदू आत्मा, या भौतिक शरीरापासून वेगळा आहे याचा अभ्यास, ती जाणीव. अनेक प्रकारचे भय मानवाला सतावत असते. त्यात मृत्यूच्या भयावर मात करण्याकरिता माझे शरीर विनाशी असले तरी मी आत्मा अविनाशी आहे हे सत्य ज्ञान पचनी पडणे हाच मोठा अभ्यास आहे.

भविष्याबद्दलची अनभिज्ञता, चिंता/तणाव उत्पन्न करते. याकरिता शिव भगवान म्हणतात जीवनातल्या आव्हानांकडे बघण्याची दृष्टी बदला, विचार बदला.

मला अपयश आले तर? या नकारात्मक विचाराऐवजी विचार करा – 'मी यशस्वी आहे. मी सर्वशक्तिवान भगवंताचा पुत्र आहे म्हणजेच माझ्यातही अनंत शक्ती आहेत.' अशा विचारांनी मनोवांछित फळ सदैव मिळेलच असे नाही सांगता येत. पण फलप्राप्तीच्या प्रयत्नात येणारा तणाव नक्कीच हलका होतो.

शिव पिता म्हणतात हे सृष्टीरुपी नाटक पाच हजार वर्षांपासून चालत आले आहे. या नाटकात प्रत्येकाला एक भूमिका निभावायची आहे. नाटकातल्या अभिनेत्यांनी आपापली भूमिका समर्थपणे पेलायची आहे. इतर कलाकारांचा अभिनय पाहून प्रेरणा घ्यायची आहे, त्यातील गुणांचे अवलोकन करून धारण करायचे आहेत; पण असूया नाही ठेवायची. हे नाटक कल्याणकारी आहे असा विश्वास दृढ व्हायला लागला, तर यशाकडे होणारी वाटचाल सुखद होऊ लागते हा अनेक ब्र.कु. भाऊ-बहिणींचा अनुभव आहे. तसेच अपेक्षित यश नाही मिळाले म्हणून खट्टू न होता अपयश पचवण्याचीही ताकद अशा सकस विचारांतून येते. हेच राजयोगाचे फलित आहे. अध्यात्म म्हणजे टाळ कुटणे आणि ते रिकामटेकड्यांचे किंवा वृद्धांचे काम आहे असा युक्तिवाद मांडला जातो. मात्र संत ज्ञानेश्वर आणि भावंडे, समर्थ रामदास स्वामी विवेकानंद इत्यादींनी लहान वयातच हा मार्ग निवडला. आज त्यांचे साहित्य अभ्यासले जाते. ब्रह्माकुमारी संस्थेच्या स्थापनेच्या कालावधीवर एकदा दृष्टी फिरवली तर अनेक लहान मुले-मुली संस्थेच्या शिकवणुकीकडे आकर्षित झाली. काही आपल्या पालकांसोबत आली, तर काही स्वतंत्रपणे आली. ब्रह्माबाबांच्या संगोपनाचा परिणाम त्या मुलांच्या व्यक्तिमत्त्व विकासात दिसून आला. त्यावेळेच्या छोट्या मुली शालेय शिक्षणासोबत आध्यात्मिक शिक्षण घेत गेल्या आणि पुढील काळात आध्यात्मिक नेत्या बनल्या. दादी प्रकाशमणीजींनी १९६९ पासून संस्थेची कार्यधुरा समर्थपणे पेलली. अध्यात्म नेतृत्वगुण विकसित करू शकते याची उत्तम उदाहरणे म्हणजे संस्थेतल्या अनेक दादी-दीदी होत. इतिहासाची चांगली पुनरावृत्ती घडवायची असेल तर इतिहासातून शिकणे महत्त्वाचे आहे.

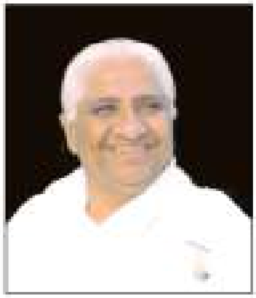
***

सुविचार

१. एखाद्याचा हसरा चेहरा पाहून हा विचार करू नका की त्याच्या जीवनात कोणतेही दुःख नाही, उलटपक्षी असा विचार करा की ह्याच्यात सहन करण्याची शक्ती माझ्यापेक्षा नक्कीच जास्त आहे.

२. एक काळ असाही होता, आपण विचार करायचो, आपलीही वेळ येईल एक दिवस.. नक्की आणि आज आपण विचार कातो तो गतकाळच किती छान होता!

३. जीवनात कधीही कुणाशी स्वतःची तुलना करू नका. तुम्ही जसे आहात तसेच श्रेष्ठ आहात कारण ईश्वराची प्रत्येक रचना ही श्रेष्ठच असते.



प्रकाशमणी दादी - तेजोनिधी

ब्र.कु. भगवान, शांतिवन, आबू रोड

या जगामध्ये अनेकजण येतात आणि जातात. परंतु काही विरळेच आपल्या श्रेष्ठ कर्माच्या द्वारे अमर होऊन जातात. त्यापैकी आपल्या प्रकाशमणी दादीजी होत्या. दादीजी जणू काय या धर्मग्लानिच्या वेळी अनेक मनुष्य आत्म्यांना श्रेष्ठ कर्म करण्याचे मार्गदर्शन देण्यासाठी स्वत: परमात्म्याची देणगी असे म्हणण्यास सुद्धा काही हरकत नाही. दादीजींचे जीवन विश्वातील सर्व मानव मात्राला या दुनियामध्ये कसे वागावे, बोलावे, पहावे, व्यवहार करावा या सर्वांचे एक आदर्श उदाहरणच होय.

मी गेली २० वर्षांपासून दादीजींना जवळून पाहत होतो. दादीजी युवकाबरोबर युवक, मुलाबरोबर, मुलासमान, वयस्कांसोबत वयस्क बनून वावरत असत. या वैशिष्ट्यामुळे दादीजी सर्वांना आपल्या वाटत असत. सर्वांना परमेश्वराकडे आकर्षित करण्याची, उत्साहामध्ये आणण्याची हलके राहून दुसऱ्यांच्या जीवनातील दु:ख-अशांती दूर करण्याची कलासुद्धा दादीजींमध्ये होती. ज्यावेळी दादीजी आपले स्मित हास्य करत असत आणि कोणी आपला प्रश्न घेऊन दादीजींसमोर जाई त्याला समस्येचा विसर पडत असे. ज्ञान यज्ञाची सर्व जबाबदारी असताना सुद्धा कायम हलके स्वरूपामध्ये राहत असत.

मी दिल्लीवरून ज्यावेळी शांतीवनमध्ये आलो त्यावेळी मला भोजनालयाची जबाबदारी दिली होती. त्यामुळे रोज रात्री दादीजी कॉटेजमध्ये ज्यावेळी दादीजींचे भोजन संपते वेळी जावे लागत असे. कारण दुसऱ्या दिवसाच्या भोजनाचा प्रोग्राम स्वत: दादीजी सांगत असत. अशा या कालावधीमध्ये मी दादीजींचे किती विशाल आणि ममतामय हृदयाचे व्यक्तिमत्त्व आहे ते जवळूनच पाहिलेले आहे. रोजचे जे भोजन बनत असे त्याचा डबा दादीजींजवळ रोज जात असत. दादीजी रोज सर्वांसाठी काय बनविले आहे त्याची चव कशी आहे ते स्वत: पाहत असत. कोणत्या प्रांतातून आलेले लोक आहेत त्यानुसार दादीजी पदार्थ बनवायला सांगत असत.

ज्यावेळी बनलेले भोजन रुचकर नसे त्यावेळी दादीजी मला बोलावून यामध्ये काय उणीव आहे, काय घातल्यानंतर ते चविष्ट बनेल ते समजावून सांगत असे. ज्यावेळी भोजन चांगले बने त्यावेळी दादीजी आपल्याजवळ बोलावून आपल्या हातून माझ्या तोंडामध्ये आत्मिक प्रेमाने घास देत असत आणि म्हणत असत आज भोजन चांगले बनले आहे. अशा प्रकारे दादीजी शिकवणसुद्धा देत असत आणि प्रेमसुद्धा करत असत. त्यामुळे आमच्यामध्ये भोजन बनविण्याची कला नसून सुद्धा दादीजींच्या प्रेमळ व्यवहारामुळे ती आली.

दादीजींचे प्रत्येक वेळेला हे लक्ष असे कोणाला कोणत्या प्रकारचे भोजन मिळाल्यानंतर ते खुश होतात. त्यानुसार भोजन बनवले जाई. एकदा महाराष्ट्राचा १५ हजार भाई-बहीणींचा ग्रुप बापदादांशी भेटण्यासाठी आला होता. रात्री मी दादीजींजवळ भोजनाची यादी विचारण्यासाठी गेलो तेव्हा दादीजी म्हणाल्या, ''महाराष्ट्रवाले आलेले आहेत तर मग उद्या पुरणाची पोळी बनव. मी हे ऐकताच दंग झालो कारण अचानक एवढ्या लोकांना पुरणाची पोळी बनविणे शक्य नव्हते. मी काही न बोलता एकटक दादीजींकडे पाहत राहिलो. तेव्हा दादीजींनी इतकी शक्ति दिली की, मी हां जी म्हटले. सारी रात्र जागरण करून पुरण बनविले परंतु काहीसुद्धा थकवा आला नाही. दुसऱ्या दिवशी दादीजींनी पुरणाची पोळी पाहिली आणि खुश झाल्या. सांगण्याचे तात्पर्य म्हणजे दादीजी फक्त डायरेक्शनच देत नसत तर ते कार्य करण्यासाठी शक्ति, उत्साहसुद्धा देत असत. दादीजी रोज क्लासनंतर किचनमध्ये फेरी मारत असत आणि काय काय बनत आहे ते पाहत असत.

सर्वांना क्लासमध्ये सुद्धा विचारत असत की, जेवणामध्ये तुम्हाला काय पसंत आहे ते मला चिठ्ठीवर लिहून द्या मी ते बनवून देईन. या वाक्यावरून दादीजींची किती ममता होते ते दिसून येते. अनेक जन्मानंतर एकत्रित झालेला हा परिवार आहे असे प्रेम दादीजी करत असत. कोणती भाजी विकत घ्यावी ती स्वस्त असावी मस्त असावी असे दादीजींचे मत होते. दादीजी काटकसरीचे उत्तम उदाहरण होत्या.

दादीजी सर्वांच्या आनंदात आपला आनंद मानत असत. ज्यावेळी पावसाळा असे किंवा अचानक पाऊस येऊ लागला की दादीजी किचनमध्ये फोन करून सांगत असत. गरम गरम भजी बनवा. क्लासमध्ये सुद्धा सर्वांना सांगत असत आज सर्वांना भजी खाऊ घातली जातील. ज्यावेळी एखादा आनंदाचा क्षण असेल तेव्हा दादीजी सांगत आज गरम गरम हलवा बनवा. पावसाळ्यात डोंगरावर झरे वाहत असत तेव्हा दादीजी सर्वांना पावसाचा आनंद लुटण्यासाठी घेऊन जात असत. दादीजी खेळण्यासाठी सुद्धा स्वतः येत असत. पिकनिक वेगवेगळ्या ठिकाणी आयोजित करत असत. मी तर दादीजींच्या द्वारा शिवबाबांशी मित्र सखा, बन्धू, शिक्षक, पालक, माता इत्यादी सर्व नात्यांचा अनुभव केला आहे. दादीजींचे उत्साहाचे जीवन पाहून प्रत्येकामध्ये थकल्यानंतर सुद्धा हिंमत येत असे.

एकदा मी बोर्डावर काही ज्ञानबिंदू लिहिले होते. 'हजार भुजावाला भगवान तुम्हारे साथ है तो और क्या चाहिए।' इतक्यात दादीजी आल्या, त्यांनी ते वाचले, विचारले ''कुणी लिहिले.'' सर्वांनी सांगितले भगवानभाईंनी लिहिलं आहे. तेव्हा दादीजी खुश झाल्या आणि सांगितले अशा प्रकारे रोज लिहीत जा. बाबांच्या आठवणींमध्ये भोजन बनवित जा. अशा प्रकारे मला जणू काय बोर्ड लिहिण्याचे वरदान मिळाले. तेव्हापासून मी रोज बोर्ड लिहिण्यास सुरुवात केली. त्यामुळे मनन चिंतन वाढले. अक्षरसुद्धा सुधारले. दादीजींची ज्याच्यावर दृष्टी पडत असत ते जणू परिस स्पर्शाचा अनुभव घेत.

दादीजी ज्यावेळी मुरली वाचत असत त्यावेळी जणू काय परिवारामध्ये वार्तालाप चालू आहे असा अनुभव येत असे. दादाजी मुरलीच्या वेळी सेवांचा, धारणांचा, ज्ञानाचा, विशेष डायरेक्शनाचा समाचार मुरली वाचत वाचत देत असत. त्यामुळे मुरली ऐकताना खूप आनंद वाटे.

दादीजींना प्रत्येक विभागाचे ज्ञान होते. प्रत्येक वर्गाचे ज्ञान होते. दादीजींनी आपली स्थिती आणि जबाबदारीचे कार्य सुरळीत करून कुशल प्रशासिकेचे कार्य पार पाडले. ज्ञान यज्ञाची वृद्धि सुद्धा केली.

दादीजींमध्ये निमित्तभाव, निर्माणभाव, निर्मलवाणी हे सर्व गुण होते. दादीजींनी ब्रह्माबाबांसमान अचूकपणे अनुकरण करत सर्वांचे संगोपन केले. ब्रह्मा बाबा सुद्धा सर्वांना कधी कधी मख्खन मानी (तूपरोटी) खाऊ घालत. दादीजींनी सुद्धा सर्व ब्रह्मा वत्सांना योगभट्टीच्या वेळी आपल्या हाताने मख्खन मानी भरवली होती. मधात घोळवलेले बदाम खाऊ घातले. स्वतः सर्वांशी अन्तसमयपर्यंत भेटणे, खाऊ देणे हे कार्य केले. दादीजींनी सर्वांविषयी इतके प्रेम होते की दादीजींना वाटत असे सर्वांना हृदयाशी धरावे. दादीजींचे सर्वांवर प्रेम होते परंतु त्या कोणामध्ये गुंतल्या नव्हत्या. निर्मोही होत्या.

अशा प्रकारे दादीजींनी आमच्या डोळ्यासमोरच हसत, खेळत, सर्वांच्या मध्ये राहून संपूर्ण बनण्याचा पुरुषार्थ केला. दादीजींना कोणतेही देहभान नव्हते. दादीजी स्वतःसुद्धा अतीइन्द्रिय सुखामध्ये नाचत आणि सर्वांना सुद्धा नाचवत असे. दादीजी मधुबनमध्ये येणाऱ्यांना नेहमी सर्वांना विचारीत असत, राहायला जागा ठीक मिळाली का? येताना त्रास झाला नाही ना? तब्येत कशी काय? या प्रश्नामुळे सर्वांचा शरीराचा किंवा मनाचा थकवा दूर होत असे. दादीजी नेहमी सर्वांना सांगत, तुम्ही गेस्ट नाहीत. तुम्ही आपल्या घरी आला आहात. यावरून सर्वांना आपुलकी वाटत असे. काही असुविधा असतील तर त्यासुद्धा ते सांभाळून घेत असत. दादीजी नेहमी सर्वांना वसुधैव कुटुम्बकम्‌ची अनुभूती देत असत.

अशाप्रकारे दादीजींचा महिमा तर अपरम्पार आहे. म्हटले जाते समुद्राची शाई बनवा, वृक्षाचे पेन बनवा आणि पृथ्वीला कागद बनवा. तरीसुद्धा दादीजींचा महिमा लिहू शकणार नाही अशा दादीजीनी आपल्याला वेळोवेळी जी शिकवण दिली. ज्या नियम मर्यादांचे शिक्षण दिले. त्या सर्वांना आचरणात आणून आपण सुद्धा दादीजी समान बनूया. दादीजींनी या कर्मक्षेत्रात राहून, सर्वांमध्ये राहून स्वतःला महान बनविले तसे आपण सुद्धा हिंमत न हारता या ज्ञानमार्गावर चालत रहावे. ज्ञान यज्ञ सांभाळण्यात सहयोग देऊया. तीच खरी श्रद्धांजली ठरेल.

***

परीकथा

(भाग १५)

कलियुग आता लहान नाही

ब्र.कु. रेखा, देगलूर

माझ्या राधाची कथा मी तुम्हाला सांगत असते. माझी म्हणण्यापेक्षा तुमच्या साऱ्यांची लाडकी राधा आता खूपच तिच्या गोड शब्दात साऱ्यांना ती परीची कथा सांगत आहे. तिला आता परीच्या कथेमुळे साप्ताहिक कोर्सच तिला समजू लागला आहे. ती लहान असल्यामुळे तिच्या गोड बोलण्याने तिच्या सांगण्याच्या हावभावामुळे सर्वांना तिच्या कथा ऐकण्यात खूपच रस वाटतो. एके दिवशी नंदिनीची आई आली व मला म्हणाली, ''राधाची आई, काल पेपर वाचला का? मी म्हणाले का हो काय झालं?

नंदिनीची आई म्हणाली, ''महाराष्ट्रात नांदेड व हिंगोली येथे भूकंप झाला आहे. भूकंपाचा छोटासा हादरा बसला आहे. परंतु आता वातावरणात खूपच भीती निर्माण झाली आहे. या कलियुगात किती बघावं लागणार आहे. त्या ईश्वरालाच माहीत आहे. आता तर कलियुग खूपच बाल्यावस्थेत आहे. अजून लाखो वर्ष आहेत असं म्हणतात.'' काकू म्हणाल्या यावर राधा म्हणाली, ''काकू कलियुग आता लहान नाही ते आता वृद्ध झालं आहे. कलियुगाचा अंतिम समय आलेला आहे.''

मी लगेच म्हणाले, ''बरोबर आहे! कलियुगाचा विनाश समीप आहे.'' नंदिनीची आई आश्चर्यचकित होऊन म्हणाली,

''शास्त्रात तर मी हेच ऐकलं होतं की कलियुग अजून लहान आहे. परंतु तुम्ही तर म्हणता उलट वृद्ध झालं आहे ते कसं काय ?

मी म्हणाले, ''हे तर माझी राधाच तुम्हाला सांगेल कारण ती सकाळीच बाबाला परीची हीच कथा सांगत होती.

राधा म्हणाली ''हो आई मी बाबाला सकाळी हीच गोष्ट सांगितली बघ.'' काकू म्हणाली, ''बाळ शास्त्रात तर असंच लिहिलेलं आहे कलियुग अजून लहान आहे. आणखी लाखो वर्ष विनाशाला वेळ आहे अजून बराच काळ शिल्लक आहे.'' परंतु परमपिता परमात्मा आपल्याला ही सत्य गोष्ट सांगतात व आपल्या सर्वांना सावधान करतात. की कलियुग आता लहान नाही उलट वृद्ध झालं आहे महाविनाशाची वेळ अगदी जवळ येऊन ठेपली आहे. मी परीला म्हणाले ''परी लवकर महाविनाश होणार का गं!''

परी सांगत होती, ''हो बाळा दुसऱ्या देशात म्हणजेच युक्रेन व रशिया या दोन देशात लढाई सुरू झालेली आहे ते एकमेकांवर बॉम्बस् वगैरे टाकत आहेत हीच तर सृष्टीच्या महाविनाशाची नांदी आहे. यासाठीच ही ॲटम, हायड्रोजन बॉम्ब तसेच क्षेपणास्त्र निर्माण केलेली आहेत आणि जर आता ही कोणी महाविनाश अजून फार लांब आहे अजून खूप वेळ आहे असं समजत असेल तर ते फार घोर अज्ञान अंधकारात आहेत असं म्हणता येईल. झोपेत आहे जसं कुंभकरण हा गाढ निद्रेत होता तसेच आपण सुद्धा अज्ञान अंधकाराच्या गाढ निद्रेत आहोत. बाळा तुला माहीत आहे शिव परमात्मा या धरतीवर अवतरीत होऊन ज्ञानामृत देऊन आपल्याला अमर बनवत आहेत. आपण जर हे ज्ञान अमृत प्यायले नाही गाढ झोपेतच राहिलो तर या अमरत्वापासून वंचित राहू.''

''बाळ राधा सर्व शास्त्रज्ञ आणि वैज्ञानिकांचे हेच सांगणे आहे. की ज्या तीव्र गतीने लोकसंख्या वाढत आहे. त्या प्रमाणात अन्नधान्याची निर्मिती होत नाही. त्यामुळे महाभयंकर दुष्काळ महाविनाश ओढवेल. आजही आपण बघतो वातावरणात प्रदूषण किती वाढत आहे. त्यामुळे खूप सारे रोगराई पसरत आहे. आता आपण ज्ञानाला समजून ईश्वराचे म्हणणं काय आहे हे जर ऐकलं तरच आपण अंधारातून प्रकाशाकडे जाऊ शकतो. या घोर अज्ञान अंधाकारातून एक ईश्वरच आपल्याला आता वाचू शकतो. बाळा सतयुग किंवा दैवी सृष्टीची पुन्हा स्थापना ईश्वर करीत आहे. मनुष्यांना देवता पतितांना

पावन हे महान कार्य एक ईश्वरचं करू शकतो.'' परी सांगत होती.

''आता आपण सर्वांनी त्यांच्याकडून हे ईश्वरी ज्ञान राजयोगाचं अमूल्य शिक्षण घेऊन आपलं जीवन हे उज्वल पावन सत्त्वप्रधान तसेच दैवी गुणांनी आनंदीत बनविण्याचा सर्वोत्तम पुरुषार्थ केला पाहिजे. कलियुग अजून लाखो वर्ष आहे असं समजून आपण कुंभकरणासारखं झोपून राहिलो. तर आपणच आपल्या सौभाग्य दूर लोटत आहोत.''

एवढं बोलून परी एक दीर्घ श्वास घेऊ लागली. मी परीला म्हणाले,

''खरंच आहे परी मी पण आता सर्वांना सांगत आहे तरीसुद्धा काही ऐकतात काहीजण ऐकत नाहीत बघ. तू सांगतेस एकदम अचूक आहे. आपण सर्वजण घोर अज्ञान अंधकारात आहोत आणि कुंभकर्णासारखं गाढं झोपेमध्ये आहोत.'' एवढं म्हणून मी परीकडे पाहिलं तर ती एकदम आकाशात उडायला लागली मी जोरात तिला म्हणाले, ''माझी लाडाची परी पुन्हा लवकर येशील ना!'' व एवढ्यात मला जाग झाले मी स्वप्नातून जागी झाली. काकू राधाकडे पाहत म्हणाली,

''राधा बाळ तुझ्या परीने तर खूप छान गोष्ट सांगितली आहे राधा बाळ आता मला समजलं कलियुगाचा विनाश लवकर आहे हे तर मला आत्ताच कळलं मी तर शास्त्रानुसार असंच समजत होते की अजून लाखो वर्ष आहे आपण सर्वजण किती अज्ञान अंधकारात आहोत बाळा. हा तर संदेश खूप छान आहे आणि आपण सर्वजण मिळून सर्वांना सांगायचा प्रयत्न करूया.

एवढ्यात राधाचे बाबा राधाला म्हणाले,

''बाळ राधा काकूला तुझ्या परी ची गोष्ट सांगितलीस ना!''

''हो बाबा आत्ताच संपली''

तिचे बाबा तिला म्हणाले,

''बाळा ही सारी कलियुगी सृष्टी काम क्रोधादि विकाराने ग्रासलेली आहे आता या कलियुगी सृष्टी मृत्यूशयेवर अंतिम श्वास घेत आहे म्हणूनच कलियुगी सृष्टीचं आयुष्य कोट्यवधी वर्ष आहे हे मानणं फार चुकीचे आहे . ईश्वर तर या सृष्टीवर आलेला आहे. आणि या कलियुगी अंधारातून आपल्याला बाहेर काढू इच्छित आहे. जो कोणी हा ईश्वरी संदेश ऐकेल तो या विषय सागरातून पार जाऊ शकेल.''

काकू म्हणाली, ''बरोबर आहे.'' पुढे बाबा म्हणाले, ''आपण जर अजूनही कलियुग लहान आहे असं समजलं तर आपण अज्ञान निद्रेत गाढ झोपणारे कुंभकर्णच आहोत हा ईश्वरी संदेश या कानाने ऐकून दुसऱ्या कानाने सोडून देतो, तर आपल्यातल्या पाच विकार म्हणजेच रावणाचाच विजय होईल त्याच्यावर आपल्याला विजय मिळवायचा असेल, तर आपल्याला स्वतःला ईश्वरी ज्ञानाने संपन्न बनून जीवनात धारण करून सर्वांना सांगायचं आहे.'' असं म्हणत बाबा सोफ्यावर बसले.

काकू म्हणाली,

''राधा बाळ आज तुझ्या परीमुळे व तुझ्यामुळे मला सर्व काही समजलं बाळा तू खूप छान गोष्ट सांगितलीस तुझ्या परीला सुद्धा धन्यवाद आणि तुला सुद्धा'' बाळा तुझी परी परत आली आणि नवीन गोष्ट सांगितली तर मला सांगायला विसरू नकोस. बाळा. काकू हसत हसत म्हणत होत्या. व काकू घराकडे परतल्या मग आम्ही सर्वजण एकदम शांतपणे बाबांजवळ बसलो बाबांना मी खूप खूप धन्यवाद दिले.

***

श्रीगणेशाचे आध्यात्मिक रहस्य

श्रीगणेशाला 'लंबोदर' असेही म्हटले जाते. म्हणजेच ज्याचे पोट मोठे आहे असा. वास्तविक पाहता मोठे पोट म्हणजे क्षमाशील वृत्ती. जसे आपण म्हणतो, अपराध पोटात घालणे किंवा गुपित पोटात ठेवणे. श्रीगणेशाचे मुख हत्तीचे दाखवले जाते. कारण हत्तीची स्मरणशक्ती सर्वश्रुत आहे. त्याचप्रमाणे उंदीर वाहनरुपात दाखविला जातो. भौतिक पातळीवर विचार केल्यास प्रश्न निर्माण होतो. मोठ्या देहाच्या गणपतीचा भार छोटासा उंदीर कसा पेलू शकेल? खरे पाहता, विकारांचे प्रतीक म्हणजे उंदीर. फुंकर घालून कुरतडण्याची उंदराची सवय असते. त्याचप्रमाणे मनोविकारांच्या अधीन आपण कधी होतो हे कळतसुद्धा नाही. विकाराधीन कर्म घडल्यावर पश्चाताप होतो. अशा विकारांवर विजय मिळविणे म्हणजेच श्रीगणेशासमान बनणे नाही का?

राजयोगाची गहन परिभाषा

ब्र.कु. डॉ. सचिन, ग्लोबल हॉस्पिटल, मा. आबू

राजयोगाची सातवी परिभाषा

बाबांवर प्रेम अर्थात् त्यांच्या घरावर प्रेम-परमधामावर प्रेम-आवाजाच्या दुनियेपासून पार दूर असणाऱ्या दुनियेवर प्रेम. तिथल्या मौनावर प्रेम. आपण तेथे किती वेळ राहतो? खूप कमी वेळ. खरंच आपल्याला त्या घराविषयी प्रेम आहे? आपण हजारो वेळा ऐकले आहे आता घरी जायचे आहे, पण त्या घरावर माझे प्रेम आहे? त्या घराविषयीची ओढ, कधी घरी जाऊ याची अनामिक ओढ याचा अनुभव घ्यायचा आहे. दीर्घ काळ परमधामामध्ये राहण्याचा अनुभव घ्यायचा आहे. तेथे बुद्धीद्वारे टिकण्याचा अभ्यास करायचा आहे. परमधामामध्ये जाण्याच्या येण्याच्या (ड्रील्स) वेगवेगळ्या पद्धती, वेगवेगळे अभ्यास शोधून काढायचे. जेव्हा मी आत्मा परमधामामध्ये आहे, तेव्हा माझी स्थिती कशी आहे? परमधामाची वेगवेगळी कोणती नावे आहेत? एक-एक नाव आठवून त्यात स्थित होण्याचा अभ्यास करायचा. जे येथे नाही असे परमधामामध्ये काय आहे ? परमधामातील मौन कसे आहे? येथील मौन तर तुम्हाला माहीत आहे, अनुभव आहे. तिथली शांती, तिथली मुक्त अवस्था, वायुमण्डल कसे आहे? ते ब्रह्म तत्त्व कसे आहे, ह्या ५ तत्त्वांचा अनुभव तर आहे, परंतु त्या तत्वाचा अनुभव किती आहे? परमधाम बाबांचे घर, त्याच्यावर प्रेम. न तद् भासयते सूर्यो, न शशांको, न पावकः ... यद् गत्वा न निवर्तन्ते तत् धामं परमं मम म्हणजेच सूर्य, चंद्र, अग्नीचा प्रकाशही जिथे पोहोचू शकत नाही असे ते परमधाम अथवा शांतिधाम हे माझे मूळ निवासस्थान आहे. अशा परमधामाविषयी माझी स्वाभाविक ओढ किती आहे यावर लक्ष केंद्रित करा. याद्वारे राजयोग साधना आणि एकूण पुरुषार्थ गती पकडेल. हे अर्जुना, ते माझे घर आहे, सूर्य, चंद्र, वायू तिथे काहीच नाही परंतु स्वयंभू (परमात्मा) तिथे आहे. परमधामावरचे प्रेम वाढवायचे आहे.

आठवी परिभाषा - बाबांवर प्रेम अर्थात् सूक्ष्मवतनवर प्रेम आपण सूक्ष्मवतनमध्ये कितीवेळ राहतो? दिवसामध्ये किती वेळ देवदूत स्थितीमध्ये राहण्याचा अभ्यास करतो? हे पूर्ण विश्वच सूक्ष्मवतन बनले आहे. येथे सर्वच जण देवदूत आहेत. कोण बी. के. आहे. कोण बी.के. नाही हा शब्दच विसरून जा. सर्व मनुष्यात्मे जणू देवदूतच आहेत आणि मी पण देवदूत आहे. त्या सूक्ष्मवतनवर प्रेम.

नववी परिभाषा - बाबांवर प्रेम अर्थात् त्यांनी स्थापन केलेल्या राजधानीवर प्रेम.

बाबांनी एका ज्ञान मुरलीमध्ये म्हणले आहे, "५ क्षण, ५ मिनिट, ५ स्वरुपांचा अभ्यास करा." रोज बुद्धीद्वारे सत्ययुगामध्ये जायचे, तेथे दोन गोष्टी अधिक विशेष आहेत. तेथील पवित्रता आणि प्रकृती/ बाकी अनेक गोष्टी आहेतच तेथे पण ह्या दोन अगदी विशेष गोष्टी आहेत. सम्पूर्ण पवित्रता, विकारांचे कोणतेही आकर्षण नाही. अंग-अंग पवित्र तेथे शुद्धता आहे. प्रकृतीपण सत्त्वप्रधान आहे. बाबांवर प्रेम अर्थात् या तीन गोष्टींवरही प्रेम. राजधानी, पवित्रता आणि प्रकृती.

दहावी परिभाषा - बाबांवर प्रेम अर्थात् मम्मा-बाबांवरही प्रेम. जर कोणी ब्रह्माबाबांची जीवन कहाणी "जीवन पालटून टाकणारे एक अद्भूत चरित्र" भाग-१, भाग-२ वाचले नसेल तर, ते आपल्या ग्रंथभाण्डारातून विकत घेऊन जरूर वाचावे. आपण मुरलीतून हजारो वेळा वाचले, ऐकले आहे. ब्रह्मा बाबांच्या पावलावर पाऊल ठेऊन चला. त्यांचे अनुकरण करा (फॉलो फादर). परंतु त्यांनी काय केले? त्यांचे जीवन चरित्र काय आहे? हे जो पर्यंत जाणून घेत नाही तोपर्यंत ही संस्था पण

(पृष्ठ क्र.१३ वर)

तुम्हाला फार भीती वाटते का?

बी. के. सूरज, मा. आबू.

आत्मिक भरारी तुम्हाला निर्भयतेचे पंख देतेय! जगात आज सर्वत्र अति भीतीचे वातावरण वाढत चालले आहे. खूप लोक एखाद्या अनामिक भीतीने त्रस्त होत आहेत. काही लोकांना तर माहीत सुद्धा नाही आपण का घाबरतोय, कुणाची भीती वाटतेय आपल्याला? पण तरीही ते भयभीत आहेत. ही भीती पूर्वजन्मापासूनची पण असू शकते. काही वेळा वर्तमानात घडणाऱ्या गोष्टी ही भयाकरिता निमित्त बनतात – कुणी अपघात होताना बघितले, तर कुणी कुणाला आत्महत्या करताना, कुणी दिव्याच्या खांबावर विजेच्या धक्क्याने चिकटलेल्या माणसाला बघितले – आणि त्या व्यक्तीत ती भीती कायमची घर करून बसली, आणि ती भीती, ती बघितलेली दृश्ये सारखी सारखी आठवून अजूनच वाढत जाते.

असे भयभीत जीवन अति कष्टदायी असते. भीतीने ग्रसित व्यक्ती प्रत्येक पावलावर घाबरतो – अंधार दाटून येताच भीती वाटणे, घरात कुणीच नाही एकटेच आहोत – हा विचार करून करून ती व्यक्ती गर्भगळीत होते – बापरे मी एकटाच आहे, काही झाले तर, चोर आले तर, साप निघाला तर, पाल–विंचू, उंदीर, झुरळ आले तर! ह्या सर्व गोष्टी छोट्या छोट्या वाटल्या. तरी भय ग्रसिताला मात्र त्यावेळी त्या फार मोठ्या वाटत असतात.

असे हे भयाचे विचार पूर्वजन्मी घडलेल्या काही घटनांवरूनही व्यक्तीमध्ये घर करून असते. आणि ही वाढणारी भीती मनुष्याला मनाने, शरीराने अशक्त करून टाकते. तर यांपैकी बरीच लोकं भटकणाऱ्या आत्म्यांच्या भीतीनेही अर्धमेली होतात. एक घटना सांगतो तुम्हाला –

आमच्या इथे एका मोठ्या कार्यक्रमात कुणाच्या, एकाला मानसिक उन्मादाचा त्रास झाला आणि ती व्यक्ती इतक्या जोरात ओरडली की, तिच्यापासून बऱ्याच दूरवर बसलेली एक स्त्री खूपच घाबरली. तिला वाटायला लागले, की आता मला भूतबाधा तर होणार नाही ना! त्यामुळे ह्या घटनेनंतर ५–६ वर्षेझाली तरी ती अजूनही घाबरतेय – ते इतकी की तिला आता प्रत्येकच छोट्या–मोठ्या गोष्टींची ही भीती वाटू लागली आहे. दरवाजा वाजला, वाऱ्याने खिडकीचे तावदान वाजले, तरी घाबरते.

आता वेळ आलीय आपल्याला ह्या भीतीच्या वातावरणातून स्वत:ला मुक्त करायची. जी लोकं ज्ञानामार्गात आहेत ते आणि जे नाहीत ते ही – सर्वांसाठी – प्रत्येक व्यक्तीने, स्वत:च स्वत:शी संवाद साधावा – 'मी एक चैतन्य शक्ती आत्मा आहे, हे माझे शरीर ज्यात मी आत्मा राहत आहे. हे ५ तत्त्वांचे बनलेले शरीर आहे. विनाशी आहे, मी आत्मा अविनाशी आहे. मी अजर आहे, अमर आहे. मला कुणीही मारू शकत नाही. मी मरूच शकत नाही. मग मला कसली भीती? माझे पिता प्रत्यक्ष परमपिता परमात्मा शिव अति शक्तीशाली आहेत. त्याने स्वत:च म्हटलंय मला, की तू एकटा नाहीस, मी सहस्र भुजांसहित तुझ्या सवे आहे. ज्याला थेट परमेश्वराची मदत आहे, सोबत आहे. त्याला कसलं भय! आणि हे भूत–प्रेत तर कमजोर आत्मे आहेत. हे सगळे ज्याचे त्याचे कर्मफलित आहे. पापी नेहमीच कमजोर असतात. मी तर मास्टर सर्वशक्तीवान आहे. मी खूप शक्ती संपन्न आत्मा आहे. मी का ह्यांना घाबरावे? स्वत:शी स्वत:च असा संवाद साधा – हेच Self motivation आहे. हेच Self empowerment ही आहे – त्याने आपण शक्ती संपन्न बनू. स्वत:ला भयमुक्त करू शकतो.

काहीजणांमध्ये नकारात्मक विचार करण्याची सवय असते. त्यामुळे त्यांच्यात भयाची उत्पत्ती होते. मला एकदा एक कुटुंब भेटायला आले. त्यातील कमावती व्यक्ती व्यवसायाने वकील, एका प्रथित यश कंपनीत छान

नोकरीला मोठा पगार. त्या व्यक्तीला एकच भीती– ही कंपनी बंद झाली तर – तर माझे काय होईल? ह्या माझ्या कुटुंबाचे काय होईल? बघा ही भीती आणि नकारात्मक विचार – त्यातून अधिक भयाची निर्मिती त्याला किती कमजोर करत आहे! त्याच्या आनंदाला लगाम घालतेय. झोपता–उठता हा एकच विचार – कंपनी बंद झाली तर आपले काय होईल? विचार करा– अशा प्रकारच्या विचारांची आणि त्यातून येणाऱ्या भयाची खरच आवश्यकता आहे का बरं!

लक्षात ठेवा – आपण जो संकल्प (विचार) सारखा सारखा रात्रंदिवस करतो. त्या प्रसंगाची निर्मिती आपण स्वत:च करीत असतो. त्याच त्याच त्या विचारांना मनात आणून आपण तो प्रसंग घडावा म्हणून त्याचे आवाहनच करतोय. असे नको घडायला म्हणूनच पुढील विचार (संकल्प) करावे– 'आधी तर विचार–' ही कंपनी का बरं बंद होईल? सगळं तर सुरळीत चालू आहे. आणि जरी बंद झालीच तरी मला ह्याही पेक्षा अधिक पगाराची अधिक मोठ्या अधिकाराची नोकरी मिळणार हे नक्की. कारण माझ्या बरोबर साक्षात् परमेश्वर आहे. तो माझी सोबत करत आहे. त्यामुळे माझे भविष्य खूपच उज्वल आहे. एक गोष्ट गेली, तर दूसरी त्यापेक्षा चांगली गवसेल. कुणी एक दार बंद केले. तरी शिवबाबा माझ्यासाठी आधीच २ दरवाजे उघडून ठेवतील. भयाने व्याकूळ होऊन स्वत:ला शक्तीहीन करू नका. ही भीती आपली शक्ती व्यर्थ घालवतो. आपल्याला घाबरवून अशक्त करते. ही भीती मग आपल्याला चांगली स्वप्न ही बघू देत नाही. अनेक कमजोरी स्वत:मध्ये आणण्यास हेच भय कारणीभूत ठरते.

काही लोकं तर आजारपणाला घाबरतात. या संबंधात अजून एक सत्य घटना सांगतो – ५ सख्ख्या बहिणी, मोठ्या वयाच्या. त्यातील ३ जणींना कर्करोग झाला. त्यातील दोघी त्यातच निवर्तल्या. त्यामुळे त्यांच्यातील ४थी बहीण फार घाबरली आहे. ती मला भेटायला आली तेव्हा सांगू लागली, भाईजी मला फार भीती वाटतेय मलाही कर्करोग होईल की काय? होय अशाही गोष्टी होतात. हे होणे साहजिकच असले तरी माझं तुम्हाला एकच सांगणं आहे की, तुम्ही सर्वांनी अशाप्रकारच्या भीतीला कुरवाळण्यापेक्षा ही भीती मुळापासून उपटून फेकावी. कारण तुम्ही स्वत:च जर अशा प्रकारच्या संकल्पांची निर्मिती कराल, तर तुम्हाला हे सत्य रहस्य (गुपित) माहिती असावे – की तुमचे सततचे कर्करोगाच्या भीतीचे विचार त्या रोगाला आमंत्रितच करतील. म्हणूनच अशा प्रकारच्या भीतीची काहीच गरज नाही. वरील बहिणीची भीती तिच्या मनात इतकी खोलवर रूतली होती की मी सारखे सारखे सांगूनही ती त्यातून बाहेर पडत नव्हती. या संदर्भात २–३ वेळा ती मला भेटली. मला तिची फार दया आली, की ही बहीण यातून मुक्त व्हावी – म्हणून मी तिला समजावले – 'आजपासूनच हा संकल्प कर', मी नेहमीसाठीच कर्करोग मुक्त आहे' तसेच दृष्टी देऊन वरील संकल्प त्यात प्रवाहीत करून पाणी चार्ज करून प्यावे हा विचार करावा,' माझे जीवन तर शिवबाबांच्या हातात आहे. मी त्याला हे शरीर मन दोन्ही सोपवलेले आहे. आता बाबांची जबाबदारी तेच ह्याला पूर्ण सुरक्षित ठेवतील. एवढे करूनही काही झालेच तरी मी अतिशय धीराने त्याला सामोरे जाईन. हा अभ्यास तिने हळूहळू यथाशक्ती सुरू केला आणि अनेक महिन्यांच्या अथक प्रयत्नानंतर ती त्या भयातून मुक्त होऊ शकली.

लक्षात ठेवा – आपण स्वत:ला कधीच भीतीचे सावज होऊ देऊ नये. सर्वशक्तीवानाची मुलेच जर भयभीत झाली, तर जगाला निर्भयतेचे दान कोण बरे देईल? कारण येणाऱ्या काळात ह्या जगात अनेक प्रकारच्या भीतीचे साम्राज्य पसरणार आहे. परिस्थिती हाताबाहेर अशी जाईल, की काय होणार आहे ह्या जगाचे ते ही कळणार नाही. म्हणूनच आत्तापासूनच सर्वांनी हाच संकल्प करावा. 'माझे भविष्य अति सुंदर आहे. माझ्या बाबतीत सर्व काही खूपच चांगले तेच होणार आहे. कारण माझ्याबरोबर साक्षात् सर्वशक्तीवान आहे. मला तर सर्वांना भीतीच्या सावटातून मुक्त करायचे आहे. मी तर, मास्टर सर्वशक्तीवान आहे. माझ्याकडे सर्व ईश्वरी शक्ती आहेत.'

अशा अशा प्रकारच्या सकारात्मक विचारांनी स्वत:ला भयमुक्त करत जावे. ज्या ज्या गोष्टीचे भय वाटते – जसे काहींना आपल्या वडिलधाऱ्या व्यक्तींची भीती वाटत असते. ही एक सत्य घटना आहे बरं का?

एका बहिणीला तिच्या मोठ्या बहिणीने बोलावले, की इकडे ये बरं, मला तुझ्याशी काही बोलायचंय. असं म्हणतात ती लहान बहीण इतकी घाबरली – काय माहीत दीदीनी का बोलवलं, त्या ओरडल्या तर, माझा

(पृष्ठ क्र.१५ वर)

वारे सोसी आघाताचे

ब्र.कु. वंदना, पुणे

माझे नाव वंदना पाटील ज्ञानमार्गात जवळजवळ २० वर्षे झाली. पूर्वी आम्ही कन्नडला (संभाजी नगर, मराठवाडा जिल्ह्यात हे गाव आहे) राहत होतो. तिथे मी आई-वडिलांकडे म्हणजे माझ्या माहेरी राहत होते. कारण माझ्या लग्नानंतर सासरी थोडी समस्या झाली होती. म्हणून मी माहेरी राहत होते. त्यावेळी माझा मुलगा पोटात होता. आईकडेच मी शिवणकाम, ब्युटी पार्लरचे काम शिकले आणि घरून शिवणकामाचा, पार्लरचा व्यवसाय करायला लागले. आईला कुणीतरी सांगितलं होतं, की पांढऱ्या वस्त्रधारी व्यक्ती एक सत्संग चालवतात, त्याला ओम्-शांती म्हणतात. तिकडे जाऊन मनाची शांती मिळते. म्हणून मग आई तिकडे जाऊन साप्ताहिक कोर्स करू लागली होती. त्यामुळे तिला घरी यायला फार उशीर व्हायचा. मी फार रागवायची तिला. तू एवढा उशीरपर्यंत कुठे जाऊन बसतेस? मला एकटीला घरी टाकून? एवढा वेळ तिथे काय करतेस? अशी रोज तिच्यावर चिडायचे. रोजच्या माझ्या ह्या कटकटी- वादामुळे ती सेवाकेन्द्रात जायची बंद झाली. पण तिला काही राहवेना मग एक दिवस आई हळूच मला म्हणाली की, 'अग वंदना जरा ऐक तरी, तू पण चल बरं माझ्याबरोबर आपण दोघी जाऊ, तिकडे बघ तरी काय शिकवतात ते!' कारण माझे सासरी असे झाल्याने मी फार तणावात असायची, त्याने फार चिडचिड व्हायची. अशातच हे सर्व चालू होते, त्याचवेळी मला एक स्वप्न पडलं - जणू काही साक्षात्कारच करून बाबांनी मला बोलवलं. स्वप्नात मला एक पुष्पक विमान दिसलं. (त्यावेळी माहीत नव्हतं की, ह्यालाच पुष्पक विमान म्हणतात असे) पण आता कळतंय त्यात पांढरे वस्त्रधारी एक वयोवृद्ध बाबा आणि २ माता दिसल्या. हे स्वप्न माझ्या आयुष्याला कलाटणी देणारे ठरले. अजूनही ते स्वप्न आठवताच माझे मन आनंदाने भरून येते.

कारण आईकडे मी आले होते. घरच्या (सासरच्या) वादामुळे पती तिकडे मी इकडे ह्यामुळे फार चिंतीत होतं मन, कशातच मन लागायचं नाही. पण हे स्वप्न मला फार आवडलं. येताना बरोबर आनंदाचा खजिनाच घेऊन आलं ते. हे स्वप्न मला मग सारखेच आठवायला लागले. खुप हलकं वाटू लागले. ह्या स्वप्नाचा अर्थ मात्र काही केल्या लागत नव्हता. त्याच्या उलगड्यासाठी आम्ही (मी आणि आई, कारण आईसुद्धा ज्ञानात नवीनच होती. तिलाही काहीच कळत नव्हते.) आमच्या गुरूजीं (ब्राह्मण) कडे गेलो. तर ते म्हणाले काही नाही हो, तुमचा विमानात बसायचा योग असेल. म्हणून ते विमान दिसलं स्वप्नात. बरं म्हटलं नंतर सारं मी विसरलेही.

पण ह्या घटनेनंतर साधारण ४ महिन्यांनी माझा सेवाकेंद्रावर जाण्याचा योग आला. आई पण सारखी सांगत होती. वंदना चल गं, ओम्-शांती मध्ये. तुला बरे वाटेल, मन प्रसन्न होईल, चल बरं' आई हट्टालाच पेटली होती. मग मी झाले तयार. कॉलनीतल्या बाकी इतरही १-२ जणींना ही सेवाकेंद्रावर जाण्यास आईने तयार केले होतेच. त्यांच्याबारोबर मीही गेले. सेंटरवर मी जेव्हा ध्यानकक्षात ब्रह्माबाबांचा फोटो बघितला, तेव्हा त्या स्वप्नाचा उलगडा झाला, की हेच ते बाबा आपल्या स्वप्नात आले होते. आता मला जे हवं होतं. ज्याच्या शोधात होते ते मिळालं. आता मला काहीच नको. साप्ताहिक कोर्स पूर्ण केला मी. त्या दीदींनी जो पहिला पाठ शिकवला आत्मा परमात्म्याचा जो मला इतका आवडला आणि डोक्यातही इतका फिट्ट बसला की, ताबडतोब निश्चय झाला, की हेच ते ज्ञान ज्याच्या मी शोधात होते. म्हणूनच बाबांनी स्वप्नात येऊन मला बोलावलं आपल्या कुशीत. निश्चय त्या

दिवसापासून जो झाला, तो दिवसेंदिवस वाढतच आहे.

मुलाच्या जन्मानंतर हे ज्ञान मिळालं. तो ज्यावेळी ४ वर्षांचा होता तेव्हा मी हा कोर्स केला. मुलगा शाळेत जायला लागला, माझंही सेंटर सुरूच होतं. अजूनही मी आईकडेच राहत होते. पण सेंटर फार लांब होतं घरापासून. रोजच्या मुरलीसाठी एवढ्या लांबवर मी रोज चालत जायचे. रोजची सकाळची मुरली मी कधीच त्यात खाडा केला नाही. घरी आले की कपडे शिवायची. (व्यवसाय), पुन्हा संध्याकाळी दीदींनी बोलावलं की तेवढं लांब चालत जायची सेवा करायला पुढे मी ज्ञानात नियमित झाले आणि काही वर्षांनी माझ्या पतीचा निरोप आला की, आम्ही येणार तुम्हाला घ्यायला याल का? मी हो म्हटलं. ते घ्यायला आले तेव्हा मी त्यांना स्पष्ट सांगितलं की, मी हे ओम-शांतीचं ज्ञान घेतलेले आहे, आणि माझे असे असे नियम आहेत. तुम्हाला ते मान्य असतील, तरच मी येते तुमच्याबरोबर. ते हो म्हणाल्यावर (मी आणि माझी मुलगी) आम्ही दोघे पुण्याला आलो.

पुण्याला आल्यावर ही ज्ञानामुळे घरात वाद होत गेले, पुन्हा वेगळे पुन्हा एकत्र असे सुरूच राहिले. पण त्यात मला माझ्या मुलाची खूप साथ मिळाली. तो म्हणाला की, आई तू कर तुला हवं ते, मी आहे तुझ्यासोबत. पुण्यात आम्ही सर्वजण एकत्र रहात असताना असा प्रसंग आला की, माझा मुलगा पुढील शिक्षणासाठी माझ्या आईकडे गेला राहायला (कन्नड गावातून ते आता संभाजीनगरला स्थलांतरित झाले होते.) कॉलेजमध्ये शिकत असताना फुटबॉल खेळताना एकदा त्याच्या डोळ्यांवर तो बॉल लागला. बॉलचा तडाखा एवढा जोराचा होता, की त्याच्या चष्म्याची काचच फुटली आणि त्या काचा त्याच्या डोळ्यांत गेल्या. खूपच विचित्र पद्धतीचा अपघात होता तो!

त्या दिवशी का कोण जाणे सारखी मुलाची आठवण येत होती. फोन करावासा वाटत होता. म्हणून फोन लावला, तर कुणीच फोन उचलत नव्हते. कारण ह्या प्रकारामुळे सर्वांचीच धावपळ चालली होती. सर्वजण दवाखान्यात. फोन न उचलल्याने माझीही पार घालमेल होत होती. दुपारी झोपलेही नाही त्यामुळे मी. म्हणजे मला वाटतं ही अंतःप्रेरणा बाबाच देत होते, की काहीतरी झालंय, फोन लाव. १/२ तासानंतर एका भावाने फोन उचलून सर्व सांगितले की, सोनूला असे झाल्याने दवाखान्यात भरती केलंय. जास्त काही वर्णन केले नाही. थोडे लागलेय असं थोडक्यात सांगितलं.

मी लगेच बाबांची आठवण सुरू केली. योगात बाबांशी वार्तालाप सुरू केला. रात्रीची बस होती संभाजीनगरसाठी, पूर्ण दिवस मी बाबांची आठवण करत होते - बाबा तूच काय ते कर हा माझा नाही तुझाच मुलगा आहे, त्याच्या डोळ्याची आयुष्याची तुलाच काळजी! एकच मुलगा आहे, तोही तुझाच -' असे संभाषण सुरूच होते ४ तास बसले बाबांसमोर. रात्रीच्या बसने निघालो. सकाळी तिकडे पोहोचताच. मी थेट हॉस्पिटलातच धाव घेतली. म्हटलं बघू माझा बाबा काय करतो आपल्या मुलासाठी ते.' तिकडे पोचताच कळले की शस्त्रक्रिया यशस्वी झाली आहे. आता तो सुरक्षित आहे. काळजीचे कारण नाही. मी हे ऐकताच इतके हायसे वाटले की, बाबांचे किती आभार मानू नी किती नको असे झाले. खरंच त्याच्यावर विश्वास टाकला की तो मदत करतोच. असे किती अनुभव आहेत. त्यातलाच अजून एक सांगते - आम्ही पुण्यात राहायचो, पण माझ्या यजमानांनी अचानकच शरीर सोडलं. तेव्हा मी माझ्या आईच्या घराशेजारीच जागा घेतली संभाजीनगर येथे. घर बांधण्यासाठी. त्यावेळी जो मध्यस्थी होता त्यानेच फसवायचा प्रयत्न केला. आमची ११/२ गुंठा जागा आहे, तरी त्याने त्यातील अर्धीच जागा आमच्या नावावर केली. अर्धी ठेवली स्वतःकडे. घरी आल्यावर हा प्रकार लक्षात आला आमच्या. आम्ही तर पूर्ण पैसे दिले होते. व्यवहार पूर्ण झाला होता. सगळे कागदपत्र मिळाले होते, ज्या बाईची जागा होती ती मुंबईची असल्याने तीही परतली होती मुंबईला. आता मोठाच पेच निर्माण झाला होता. काय करावे सुचत नव्हते. ही शुद्ध फसवेगिरी होती. त्याला आम्ही बळी पडलो होतो. जमीन अर्धी नावावर केलेली तरी ती आपल्या नावे राहते की नाही ही ही शंका यायला लागली होती. त्यामुळे आम्ही केस केली त्या व्यक्तीवर. पुन्हा १५ दिवस शक्तीशाली योग केला, दिवसातून कितीतरी वेळा मी योग करायचे. बाबांना सांगायचे, 'त्या मातेला सुबुद्धी दे तिला हे सर्व कळू दे, तुझी जागा, पैसे, तुझे, आम्ही बच्चे तुझे, निर्णयही तूच घे आता.' फक्त जेवणासाठीच काय ते मी उठायचे. ह्यासाठी 'मा. सर्वशक्तिवान हूँ' आणि 'मैं परम पवित्र आत्मा हूँ' हे दोन स्वमान घेऊन खूप योग केला. आणि न्यायालयात प्रविष्ट असलेली केस

आम्ही जिंकलो. त्या मातेला फोन करून बोलवून घेतले. मुंबईहून. त्या आल्याही, रजिस्ट्री करताना मी बाबांच्या पांढऱ्या कपड्यात संस्थेचा बॅज लावूनच गेले होते. तिथे ती माताही आली होती. तिला मी सर्व परिस्थिती सांगितली की कसे पै-पै साठवून आम्ही ही जागा घेतली आहे. तुम्हीच आम्हाला मदत करू शकता. त्या म्हणाल्या तुम्ही काय करता, मग मी तिला पूर्ण ब्र.कु. ज्ञानमार्गाचा परिचय दिला. तिने आश्वस्त करत म्हटलं तुम्ही काही काळजी करू नका, तुम्ही एवढं करता ब्रह्माकुमारींचं! का घाबरता? चांगलंच होईल.

त्याआधी मी त्यांना बोलावण्यासाठी फोन केला. तेव्हा करोनाचा काळ होता. त्या म्हणाल्या मी वयस्कर आहे, ट्रेनने नाही येऊ शकत, तसेच करोना आहे. पण आपण काळजी करू नका मी नक्की येईन, खास गाडी करून येईन. मी म्हटलं या तुम्ही मी हवे तर त्याचे पैसे भरेन. पण संकटं काही पाठ सोडत नव्हती. त्या दिवशी खूप पाऊस, त्यातही सगळीकडे पाणीच पाणी. बाबांना पुन्हा म्हटलं! बाबा काय परिस्थिती येतेय माझ्यावर का एवढी परीक्षा घेतोयस? माझं बोलणं चालूच होतं बाबांशी. संध्याकाळ झाली कार्यालये बंद झाली. त्या माता गेल्या मुंबईला परत. मी खूप विनवण्या केल्या. २ दिवस थांबून काम करूनच मुलांचे कारण सांगून त्या माघारी गेल्या. मी पुन्हा पुन्हा योग केला. त्या मातेला विनवलं की, तुम्ही कसंही करा तुम्हीच या परिस्थितीतून आम्हाला बाहेर काढू शकता. माझ्या वडिलांना तर हृदयविकाराचा झटका आलाय खूप सांगितल्यावर त्या म्हणाल्या माझ्या सवडीने येईन काही सांगता येणार नाही कधी ते. म्हटलं तुम्ही हो म्हणालात त्यावरच मी विश्वास ठेवते. पुन्हा ८ दिवस योगातच बसून होते. बाबा त्या मातेला लवकर प्रेरणा दे लवकर घेऊन ये.' नंतर त्यांचा स्वतःहून फोन आला. की मी येतेय. त्यानंतर काम पूर्ण झालं. केस जिंकली. बघा, बाबा किती जादू करतो. योगात त्याला सच्च्या मनाने घातलेली साद तो ऐकतो. नक्की हाकेला धावतो. आपलाच कुठेतरी आपलाच योग कमी पडतो. म्हणूनही ही संकटं येत असतात. मुलगा चांगला, निर्व्यसनी आहे. इंजिनियर आहे. लहानपणी त्याचा कोर्सही झालाय पण सहयोगी आहे मला फार मदत करतो. ही बाबांचीच मदत म्हणायची.

कधी कधी वाटतं घ्या संकटांना धन्यवाद द्यावेत. नाहीतर एवढे रात्रंदिवस आपण बसू का बाबांच्या आठवणीत? जीवनातील हे अनुभव खूप काही शिकवून जातात हे खरंय. कुंतीने नाही का कृष्णाला दुःख मागितलं होत! का तर म्हणे सुखात तुझा विसर पडेल पण दुःखच तुझ्याजवळ ठेवेल मला. आज विचार करता हे किती खरंय हे पटतंय मला. मेरा बाबा, प्यारा बाबा, मीठा बाबा, भक्तीमार्गात संत जनाबाईंचे अभंग वाचते होते, तेच प्रत्ययास येत आहेत. त्यातल्या दोन ओळी देऊन थांबते.

'ज्याचा सखा हरी । त्यावरी विश्व कृपा करी ।
उणे पडो नेदी त्याचें । वारे सोसी आघाताचे ॥'

***

(पृष्ठ क्र.८ वरून)

आपण पूर्णपणे समजू शकत नाही. कोणत्याही धर्माविषयी किंवा कोणत्याही संस्थेविषयी समजून घ्यायचे असेल तर प्रथम, त्यांच्या धर्म संस्थापकाविषयी, जाणून घेणे अगत्याचे ठरते. निमित्त कोण आहेत, त्यांचे जीवन कसे आहे हे जाणून घेतल्यावरच त्या संस्थेबद्दल आपल्याला पूर्णपणे समजू शकते. शिवबाबांवर प्रेम अर्थात् ब्रह्मा बाबा, मम्मांवरही प्रेम. मम्मांची जीवन कहाणी, बाबांची जीवन कहाणी आपल्याकडे श्राव्य स्वरुपात आहे. काही दादी-दीदींचे अनुभव आहेत. त्यात मम्मा, बाबांबरोबरचे अनुभव सांगितले आहेत; बाहेर फिरायला, यात्रेला जाताना आपल्या यज्ञाचा इतिहास ऐकत जा. दादींच्या तोंडून तेव्हा काय, काय झाले, ते जाणून घ्या. यज्ञाच्या इतिहासाविषयी ३० ते ४० भाषणे आहेत ते रोज ऐकत जा. जो पर्यंत आपणही तिथलेच आहोत, 'त्याकाळात मीही त्यांच्यासोबत होतो' अशी उर्मी दाटून येत नाही. तो पर्यंत ऐकत रहा. नाहीतर कितीही मुरली वाचली तरी त्यावेळेचा बाबांचा भाव उत्पन्न होऊ शकत नाही. भावना उत्पन्न होण्याकरता अनुभव होणे गरजेचे आहे. आपणच त्या ओम् मण्डलीमध्ये आहोत, त्या खोलीत बसलो आहेत, लोक विरोध करत आहेत असे दृश्य समोर आणायचे. त्यामध्ये मीपण एक कलाकार आहे अनुभव करा तेव्हा भावना उत्पन्न होतील. शिवबाबांवर प्रेम अर्थात् ब्रह्माबाबा आणि मम्मावरही प्रेम. या विषयाच्या अधिक खोलात जाण्याकरीता पुढील अंकाची वाट पाहूया.

***

आरोग्य रहस्य

वैद्य सुविनय दामले, कुडाळ

साधनेत 'शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्' या न्यायानुसार शरीरस्वास्थ्य ठीक राहणे अति आवश्यक आहे. त्याकरिता काही वेचक आणि वेधक टीपा या लेखमालेद्वारे देत आहोत. वाचकांना लाभ होत राहो हीच कामना.

झोप आणि पचन

झोप पूर्ण होण्यावर देखील, अन्नपचन अवलंबून असते.

ब्राह्ममुहूर्तेउत्तिष्ठेत् जीर्णाजीर्ण निरूपयन। असे दिनचर्येतील पहिलेच सूत्र आहे.

याचा अर्थ असा आहे की, पहाटे उठावे, काल घेतलेले अन्न, पचले आहे की नाही, हे ठरवावे... म्हणजे अंथरुणातून बाहेर पडल्या पडल्या, 'दोन' नंबरचा कॉल आलाच पाहिजे. (आणि पाच मिनिटात परत बाहेर देखील आले पाहिजे) म्हणजे कालचे अन्न व्यवस्थित पचले आहे असे समजावे.

पुढचा भाग महत्त्वाचा आहे. जर अन्न पचले नसेल, तर परत झोपावे. असे पुढील भाष्यकार म्हणतात.

(अन्नपचन पूर्ण होण्यासाठी किमान बारा तास लागतात असे गृहीत धरले आहे. स्वमत)

याचा दुसरा अर्थ असा आहे, की अन्न पचन पूर्ण व्हायला पुरेशी झोप अत्यंत आवश्यक आहे.

म्हणून तर झोपेला, आहार आणि ब्रह्मचर्याबरोबरीने तीन स्तंभामध्ये स्थान दिले आहे. एवढे या झोपेचे महत्त्व आहे. ज्याची झोप चांगली त्याचे पचन चांगले.

अगदी तान्ही बाळे जास्ती झोपतात. जी बाळे जास्ती झोपतात, ती बाळसेदार होतात आणि जसजसे वय वाढू लागते, तसतशी झोप कमी होत जाते आणि बाळसे उतरू लागते. (काही सन्माननीय अपवाद असतात हं. ज्यांचे वय वाढले तरी झोप कमी होत नाही आणि बाळसे पण कमी होत नाही.)

वृद्धावस्थेत, चुकलं, ज्येष्ठ नागरिकांची झोप आणखीनच कमी होते आणि बाळसेदेखील... कारण वय बदलले, काळ बदलला, अवस्था बदलली, दोष बदलले, झोप बदलली, पचनही बदलले.

म्हणजेच अन्नपचन पूर्ण होण्यासाठी पुरेशी झोप अत्यंत आवश्यक आहे.

ज्यांची जागरण करण्याची ड्युटी असते, ज्यांना दिवसाची पण पुरेशी झोप घेता येत नाही, त्यांचे पचन हमखास बदललेले असते. बिघडलेले असते. अशी माणसे सतत चिंतेत असतात. जिवंतपणी जळतात. बारीकच राहतात.

परिणाम? वारंवार वातप्रकोप.. मलावष्टंभ... कोष्ठविकृती... व्याधी!

उपाय? रात्रीच्या जागरण कालावधीच्या निम्मा वेळ दिवसा शांत झोप घेणे.

बस्स!!! बाकीचं निम्मं पचवायला सूर्य असतो ना.

आणि दुसरे काही, ज्यांना कसलीच चिंता नाही, आणि ज्यांना टीव्ही पाहण्यासाठी, WA/FB साठी जागरण करावे लागते.... ते सकाळी उशिरानेच उठतात, पण रात्रीची झोप दिवसा पूर्णपणे पूर्ण करतात, आणि पचन पूर्ण करून घेतात, भूकही सपाटून लागते आणि छान 'बाळसेदार' होतात. हौस. दुसरं काय?

बँकेचे दार बंद

बँक किती वाजता बंद होते? तीन वाजता, खरोखरच बँक तीन वाजता बंद होते का? नाही फक्त बँकेचा बाहेरील दरवाजा आतून तीन वाजता बंद करून घेतला जातो. पण कर्मचारी आत काम करीत असतात. पण तीन वाजता बँक आतून का बंद केली जाते? दुसऱ्या दिवशी परत सुरू करायची असते, म्हणून!

जर बँक आतून बंद केली नाही तर, दिवसभर देवाणघेवाणीचे व्यवहार सुरूच राहतील, आणि जर बाहेरची देवाणघेवाण सुरू राहिली तर आतली कामे करता येतात का? त्यामुळे दिवसभराच्या कामकाजाचा आढावा आतमधे घेतलाच जाणार नाही.

मग परत दुसऱ्या दिवशी सकाळी मागील जुने काम कधी करणार आणि बँकेचे नवीन कामकाज कसे सुरू होणार?

म्हणून आतील रोजचे व्यवहार पूर्ण करण्यासाठी काही काळ तरी बाहेरील दार आतून बंद ठेवणे आवश्यकच असते बरोबर आहे ना?

अगदी तस्संच शरीरातही आहे. दिवसभर आपण काही ना काही खात पित असतो... बाहेरून आत असे देवाण घेवाणीचे व्यवहार सुरू असतात. हात, पाय, जीभ इ. सगळी कर्मेंद्रियं आपापली नेमून दिलेली कामे करीत असतात.

शक्ती मिळवण्यासाठी! बाकी मुख्य कामे करण्यासाठी! ही 'शक्ती' मिळवण्यासाठी 'जीवाला' थोडी 'शांती' आवश्यक असते. खाल्लेलं पचवायला शांतपणे वेळ तर द्यायला हवा?

तोच जर दिला नाही तर? खाल्लेल्याचं रूपांतर 'शक्तीत' न होता 'शवात' होते. मग 'जीवाला' कसं वाटणार?

जेव्हा बाहेरून आत भरण्याची इतर कामे सुरू असतात, तेव्हा 'तो' आतमधे शक्तिनिर्माणाचे कार्य कधी करणार? काही काळासाठी दरवाजा बंद ठेवायला नको का? दरवाजा सहा ते आठ तास आतूनच बंद करून घेते. बाहेरची देवाणघेवाण आपोआपच बंद होते आणि आतमधे शक्तिनिर्माणाचे काम सुरु होते. दरवाजा बंद करून शरीर आतमधे काय करते? खालेल्या अन्नाचे विघटन करणे, त्यातील चांगला अंश वेगळा करणे. त्यातून योग्य पोषकांस योग्य त्या अवयवांना, त्यांना हवे असतील त्या स्वरूपात पोच करणे, उरलेल्या टाकाऊतून आणखी काही टिकावू बनवू शकतो का? तर तसे करणे, टाकाऊ द्रव्य जवळच्या योग्य त्या मार्गापर्यंत आणून ठेवणे, पेशींमधील अनावश्यक साठा बाहेर काढणे. गोडाऊनमधला 'स्टॉक चेक' करणे.

किती किती कामे करायची असतात, म्हणून सांगू! पण ही कामे इतर कुणाची दखल अंदाजी नसेल तरच पटपट करता येतात. म्हणून शरीर झोप निर्माण करते.

***

(पृष्ठ क्र.१० वरून)

अपमान केला तर! माझी सेवेची ड्युटी बदलली तर!.....' ती बहीण माझ्याकडे आली म्हणाली, 'भाईजी फार भीती वाटतेयही, दीदी काही उलट सुलट बोलल्या तर! 'मी तिला समजावले–' अगं घाबरू नकोस. तू आत्तापासूनच संकल्प कर. दीदी माझी खूप चांगली मैत्रीण आहेत. त्या छानच बोलतील माझ्याशी. असं तसं काही बोलल्याच तरी मी शांत राहून त्यांचे म्हणणे ऐकून घेईन. त्यात काय घाबरायचं?' ती 'हो' म्हणाली. मी सांगितलेला अभ्यास केला आणि मोठ्या बहिणीला भेटायला गेली. जेव्हा भेटून परतली तेव्हा माझ्याकडे हसतच आली म्हणाली, 'भाईजी अहो तसे काहीच झाले नाही मी तर उगाच घाबरत होते. दादी तर खूपच प्रेमाने बोलल्या. खूप प्रोत्साहन दिले माझी खूप स्तुती केली!

तर सांगायचं तात्पर्य हे की, हे नसते नकारात्मक विचार आपल्यात भीती निर्माण करून आपली शक्ती वाया घालवत असतात आपला आनंद नष्ट करतात. येणाऱ्या काळात आपल्याला भयमुक्त बनायला हवे कारण विनाशकाळात अनेक लोक शरीर सोडतील. म्हणूनच 'मी आत्मा अकालमूर्त आहे, मी अजरामर अविनाशी आत्मा आहे. मरूच शकणार नाही. 'मी निर्भय आहे.–' स्वतःच स्वतःची तपासणी करत राहावी. कुठल्याही प्रकारचे सूक्ष्म भय देखील मनाच्या कुठल्या कोपऱ्यात लपले असेल, तर सकाळी उठताच ७ वेळा अभ्यास करावा. 'मी मा. सर्वशक्तीमान आहे, सर्वशक्तीमान शिव बाबा सहस्त्र भुजांसहित माझ्यासोबत आहेत. मी निर्भय आत्मा आहे. मी भयमुक्त आहे. सत्याला घाबरायची गरज ती काय! सत्याचा सूर्य जगाला प्रकाशित केल्याशिवाय राहणार नाही म्हणूनच मी अकालमूर्त निर्भय आत्मा आहे.'

***

मी तुझे गं लेकरू

ब्र.कु. अफसाना, इंदूर

ते हिवाळ्याचे आल्हाददायक दिवस होते. रोजच्या प्रमाणे साफ पाक कुराण मजिद घराभोवतालच्या अंगणात बसून वाचत होते. त्याचवेळी तिथे एक सफेद वस्त्रधारी पैगम्बर आदमजादा अर्थात ब्रह्माकुमार आला. माझा कुराण पाठ पूरा होताच तो भाऊ माझ्याशी बोलायला लागला. त्याने विचारले, 'ताई, तुम्ही हे कुराण मजिद कधीपासून वाचताय? मी म्हटले, असेल साधारण दोन वर्षे झाली असतील. रोजचेच माझे पारायण आहे.' त्याने विचारले, 'ह्यातून तुम्हाला कोणती प्राप्ती झाली आहे ते कृपया सांगा.' मी उत्तरले, 'रमजानच्या महिन्यांत मी रोजा ठेवते (उपवास) इबादत (पूजा/प्रार्थना) ही करते. तसेच १२ही महिने (वर्षभर) कुराण वाचते. ह्याच्या बदली ईश्वर आपल्या सर्व चुका पोटात घेईल आणि (आपल्याला) मला स्वर्गात पाठवेल.' माझे हे उत्तर ऐकून त्याने स्मित हास्य केले आणि म्हणाला, ''ताई मी तुमच्यासाठी खुदाचा (ईश्वराचा संदेश) पैगाम घेऊन आलो आहे.'' तुम्हा सर्वांची अजान (प्रार्थना) खुदा ने ऐकली आहे. (कुबुल किया) आणि तो ५ व्या आसमानातून ह्या जमिनीवर आलेला आहे. आणि हजरत आदम अर्थात प्रजापिता ब्रह्माद्वारे सर्व धर्मांच्या रूहांना रूहानी इलमचा (आत्मिक ज्ञान ऐकवण्यासाठी) पाठ शिकवण्यासाठी ते सर्वांना बहिश्त का बादशाह (स्वर्गाचा महाराजा) बनवत आहे. बहिश्तमध्ये जाण्याचा दुसरा कोणताच मार्ग नाही बरं का! आपला माझ्यावर विश्वास नसल्यास आपण स्वत: ब्रह्माकुमारी आश्रमात येऊन हे पडताळू शकता – अल्लाताला कशाप्रकारे आपल्या (मुलांशी) बंद्यांशी रूहरिहान करतो ते! तुम्ही अल्लाला प्रत्यक्ष भेटूही (दीदार) शकता.'

त्या भावाचे हे वचन ऐकून माझा माझ्याच कानांवर विश्वास बसत नव्हता. अशा गोष्टी कधी ऐकल्या नव्हत्या न स्वप्नीही बघितल्या होत्या. परंतु त्याच्या सततच्या पाठपुराव्याने (आग्रहामुळे) मी मनोमन निश्चय केला की, आज जाऊन तर बघू, कारण हा पैगम्बर रोजच्या रोज मला हेच सांगतोय, तर नक्कीच त्यात काही तथ्य असणारच. मग एकदाचे मी ईश्वरी सेवा केन्द्रावर गेलेच. जाताच तेथील शांत, पवित्र आणि अलौकिक आनंदात मी माझे भानच हरपून बसले. पांढरे वस्त्रधारी एक ब्रह्माकुमारी दीदी समोर आल्या. फुलासारखा फुललेला चेहरा, डोळ्यांतून रुहानी प्रेम बरसत होते. त्यांनी मला अती प्रेमाने तिथे लावलेल्या चित्रांची ओळख करून देत, ज्ञान दिले. तेथील चित्रांवरून तर तो एक हिंदू आश्रम आहे, असेच वाटत होते. कुणा दुसऱ्या धर्माबद्दल माहिती जाणून घेणे, कुठला गुन्हा अथवा वाईट गोष्ट नक्कीच नाही... असा विचार करून मी दीदीच्या प्रेमपूर्वक आग्रहाला टाळू शकले नाही आणि दुसऱ्याच दिवसापासून साप्ताहिक पाठ्यक्रम करायला सुरुवातही केली. तसेच खुदाचे ते अल्फाज, ज्याला ते लोक मुरली म्हणतात. ती मुरलीही ऐकण्यास सज्ज झाले.

वरील अनुभवाबद्दल मी माझ्या मोठ्या भावाला सांगताच ते खूप नाराज झाले आणि ब्रह्माकुमारी आश्रमात जायचे नाही, अशी सक्त ताकीदच दिली. एकदा काय झाले – जुम्मे रात म्हणजेच शुक्रवारच्या दिवशी अमृत वेळेला स्नान पाणी करून आश्रमात जाण्यासाठी तयारी करत होते. पण कसे काय माहित माझ्या भावाला ते कळले. आपल्या खोलीतून बाहेर येऊन तो म्हणाला, 'जर का आज तू त्या आश्रमात गेलीस तर मात्र तुझी काही खैर नाही. असे बोलून तलवार हातात घेऊन भाऊ अंगणातच बसून राहिला. भावाचे ते रौद्र रूप बघून मी स्वत:च्या खोलीत परतले. साहजिकच मी त्या सर्वशक्तिवान परवर दिगार-ए-आलम

(पृष्ठ क्र.२७ वर)

सत्य-घटना

ब्र.कु. स्वामीनाथन, पीस न्यूज
गॉडलीवूड स्टुडिओ, आबू

आज मी माझा स्वत:चा एक अनुभव तुम्हाला सांगतो – काही वर्षांपूर्वी मी विमानाने प्रवास करत असता, मला मुंबई इंटरनॅशनल विमान तळावर उतरायचे होते. माझा कार्यक्रम असा ठरला होता की, विमानतळावर उतरून, मग बांद्रे टर्मिनसला यायचे आणि मग पुढील प्रवास ट्रेननेच करायचा. पण त्या दिवशी का कुणास ठाऊक विमान उशिराने धावत होते. त्यामुळे विमान अपेक्षेपेक्षा उशिरा आल्याने त्यावेळी रात्रीचे ११.३०-१२ वाजले होते आणि म्हणून ट्रेनलाही उशीर होत होता. मी खूपच गडबडीत होतो, की लवकर बांद्रे टर्मिनसला पोचले पाहिजे. मी विमानातून उतरून माझे सामान घेतले. आता माझ्याकडे फारच कमी वेळ उरला होता ट्रेन पकडण्यासाठी. मी लगबगीने बाहेर येऊन टॅक्सी मिळतात, त्या काउंटरला गेलो. तिथे मला सांगण्यात आले की आज टॅक्सींचा संप आहे. मी विचारात पडलो. आता कसे जावे बर स्टेशनला! ते म्हणाले बघा एखादी रिक्षा मिळते का ते, कारण आज कोणतीही टॅक्सी मिळणार नाही.

मी सामान घेऊन विमानतळाच्या गेट वर आलो. तेवढ्यात एक भाऊ माझ्याजवळ येऊन म्हणाला, 'तुम्हाला टॅक्सी हवी आहे का?' मी होकार दर्शवताच तो म्हणाला, 'माझ्याबरोबर या मी देतो तुम्हाला टॅक्सी' म्हटले आत्ताच काउंटरवाल्या भावाने सांगितले, की टॅक्सीवाल्यांचा संप आहे म्हणून. तो म्हणाला, 'अहो माझी खाजगी टॅक्सी आहे, तुम्ही या तर. काळजी करू नका. मी मनात फार खुश झालो, म्हटले खाजगी तर खाजगी टॅक्सी, आता ह्यावेळी कुठे रिक्षा शोधायची ! माझ्याजवळ लॅपटॉप आणि एक छोटी बॅग होती. त्या माणसाने माझ्याकडून बॅग आपल्याकडे घेतली, आणि तो पळतच सुटला. आणि मी त्याच्या मागोमाग. मला ट्रेन पकडायची घाई असल्याने मी ही धावत होतो त्याच्याबरोबर. कुठून कुठून कोणत्या-कोणत्या जिन्याने उतरवत. तो मला मुंबई इंटरनॅशनल विमानतळाच्या पार्किंग भागात जे बेसमेंटला असते तिथे घेऊन गेला. तिथे पोचलो सगळीकडे पाहतो तो काय – गाड्याच गाड्या – गाड्यांचा पूर जणू ! आणि एकदम भयाण शांतता रात्रीच्या १२.३० च्या सुमारास अजून काय दिसणार म्हणा!

तो मनुष्य आणि मी अजूनही धावतच होतो. मी त्याला विचारत होतो, 'अरे बाबा तुझी टॅक्सी आहे कुठे? तो काही केल्या ऐकत नव्हता, पळतच होता. मला भीती होती, तो माझी बॅग घेऊन पळतो की काय म्हणून मीही मग जीवाच्या आकांताने त्याच्या मागोमाग पळत राहिलो. मुंबई माया नगरीत अनेक प्रकारच्या फसव्या घटना घडतच असतात, त्यामुळे थोडे सावध राहणे ही गरजेचे असते. शेवटी एकदाचे आम्ही एका ठिकाणी पोचलो, एका टॅक्सीची डिक्की उघडून त्याने त्यात माझी बॅग ठेवली डिक्की बंद करून मला म्हणाला, 'बसा आत'. मी दरवाजा उघडून आत बसलो. बघतो तो काय, अजून एक भाऊ आधीपासूनच आत बसलेला होता. त्याने मला विचारले, 'कुठे जायचे आहे?' मी उत्तरलो 'बांद्रे टर्मिनसला' तो म्हणाला २०००रु. होतील. मी म्हटलं, 'अरे बाबा एवढ्या जवळच्या जवळ २००० कसे होतील बरं!' तो म्हणाला 'तुम्हाला माहित्येय न आज संप आहे ते' 'हो तर नक्कीच'. मी जास्त विचार केला नाही. 'बर बाबा घे २००० तर २०००. पण चल आता एकदाचा! ट्रेन पकडायची आहे मला. तो म्हणाला, 'नाही मला आधी पैसे द्या आणि जोपर्यंत पैसे देणार नाही. मी गाडी चालूच करत नाही.' मी खूपदा म्हटले की पोचल्यावर देतो पैसे. पण तो ऐकेचना. शेवटी म्हटलं जाऊ दे बाचाबाची करण्यात वेळ घालवण्यापेक्षा पैसे देऊनच टाकतो ह्याला. त्यावेळी ही २०००ची गुलाबी

नोट नवीनच निघाली होती. मी म्हटलं सूटे देण्यापेक्षा ही एक नोटच द्यावी त्याला. मी खूप काळजीपूर्वक बघून ती त्याला देऊ केली. कारण मुंबईत बऱ्याच वेळा लोकं कमी पैसे दिले म्हणून कांगावा करतात. हे मला माहीत होतं. मी त्या भैय्यालाही ती नोट दाखवली आणि सांगितलं की बघ हं २००० ची नोट देतोय, लक्षा ठेव. पण मला जी भीती होती तेच झालं. तो एकदम बदलला. म्हणाला तुम्ही १०० ची नोट दिली मला. मी पण मग जोरातच म्हटलं, 'अरे बाबा मी तुला दाखवूनच २०००ची नोट दिली होती मला पक्कं आठवतय.' तसे ते २-३ जण ओरडायलाच लागले माझ्यावर 'तुम्हाला काय वाटतं आम्ही चोर आहोत का?' 'मी कुठे असं म्हटलं? मी २००० दिल्याचं मला व्यवस्थित आठवतय. तुम्ही नीट बघा तरी! ते अजूनच चिडले, जोरजोरात भांडायला लागले माझं काही ऐकेचनात. त्यांचे ते ओरडणे बघून गाडीच्या आजूबाजूला उभे असलेले ५-६ लोक गोळा झाले. 'काय झालं? काय झालं? असं म्हणून सगळेच भांडायच्या पावित्र्यात. मला सूचेना आता काय करू? आता मात्र मी फसलोय. हे कळले मला. ड्रामाचा हाही एक सीन आहे. खूप वेळ हे चालू होतं. मी समजून सांगतोय पण ते अजूनच गोंधळ करत ओरडायला लागले.

आता जे समजून ही समजत नाहीत म्हणजे आपण पुरते फसलोय हे कळल्यावर शेवटी कोण आठवतात. बाबाच न! तोपर्यंत बाबांची आठवण मर्ज होती. आता एकदम इमर्ज झाली. वेळ अशी होती की जीव जातो, पैसा जातो की अजून काही.' बाबा, बाबा, काय करू आता मी तुम्हीच सांगा' असे बाबांशी बोलणे सुरू होताच जरा शांतता झाली. ते लोकही जरा गप्प बसले. मी ही बाबांच्या आठवणीत गर्क झालो. मग जरा प्रेमाने म्हणालो, 'भैय्या' त्या ड्रायव्हरने (चालक) मागे वळून माझ्याकडे बघितले, आणि काय झाले कुणास ठाऊक, अचानक तो ओरडायला लागला,' मला भाजतंय, खूप पोळतंय - ह्याला आधी बाहेर काढा.' सगळ्यांना वाटलं टॅक्सीत आग लागली की काय - 'काय झालं' म्हणून विचारायला लागले. तरी त्याचे तेच बोल, ह्याला बाहेर काढा. मी जळतोय' तो इतका जोरात ओरडत होता की, जसे काही एखाद्याला भाजल्यावर काय अवस्था होईल त्याची! तसा तो विव्हळत होता. 'मला म्हणाला,' तू बाहेर निघ रे बाबा, उतर आधी' मला ही जरा हिम्मत आली, 'माझी २००० ची नोट दिली, तरच मी बाहेर जाईन.' एवढा वेळ वाद घालणारा तो माणूस मी २००० ची नोट मागताच त्याने ती नोट काढून माझ्या हातावर ठेवली आणि जो माणूस मला विमानतळावरून घेऊन आला होता, त्याला म्हणाला, 'ह्याला घेऊन जा आणि रिक्षात बसवून मगच परत ये.'

मी बाहेर येताच त्या माणसाने माझे सामान काढून मला रिक्षा थांबवून त्यात बसवले आणि पाठवून दिले. रिक्षाने मी आरामात रेल्वे स्टेशनला येऊन जेव्हा रेल्वेत बसलो, तेव्हा ती पूर्ण घटना आठवू लागलो. विचार केला. काय-काय घडले - बाबा म्हणतात न जेव्हा तुम्ही खूप प्रेम आणि अधिकाराने माझी आठवण करता तेव्हा त्या-त्या परिस्थितीत बाबा आणि त्यांची पवित्र किरणे येऊन सर्वच बदलून टाकतात (trans मध्ये घेऊन जातात) त्यामुळेच त्या माणसाला कळलेच नाही की तो काय करतोय - बाबांनीच त्याला सांगितले - ह्याचे पैसे परत कर, आणि त्याला रिक्षात ही बसवून दे'.

बाबा मुरलीत म्हणतात अंतिम समयाच्या वेळी जे आपल्या रक्षेचे आणि सुरक्षेचे कवच आहे, ते म्हणजे बाबांची (याद) आठवण. त्यात विशेष जी शक्ती आहे ती म्हणजे पवित्रतेची शक्ती - हीच मुख्यत्वे कामी येते.

***

सकारात्मक कर्म वाया जात नाही. विज्ञानाच्या मते क्रिया आणि प्रतिक्रिया समसमान परंतु विरुद्ध दिशेने असतात. (Every Action has an equal & opposite reaction) प्रत्येक कर्माचे फळ चांगले अथवा वाईट मिळणे हे निश्चित असते. पण आपण सांगू शकाल का क्रियेच्या विरुद्ध प्रतिक्रियेबद्दल आपल्याला काय वाटते ते! त्यासाठी एक उदाहरण बघूया. जर आपण रस्त्याने जात असलेल्या एखाद्या व्यक्तीला अपघातातून वाचवण्यासाठी विरुद्ध दिशेने ढकलून लावतो, तर हे शक्य आहे की तो ह्यामुळे सुरुवातीला आपल्यावर चिडेल, रागवेल, पण जेव्हा त्याला खऱ्या परिस्थितीची जाणीव होईल आणि आपले शुद्ध, सात्त्विक, प्रामाणिक प्रयत्न समजल्यावर त्यांचे मन आपल्या प्रति कृतज्ञतेनेच भरून येईल. कारण (चांगले) सत्कर्म कधीच वाया जात नाहीत, पण ते आपल्याकडे असंख्य मार्गाने चांगल्याच स्वरुपात परततात.

राजयोगिनी दादी कमलमणिजी!

ब्र.कु. हेमंत, शांतिवन

शास्त्रांमधे ब्रह्मदेवांची दोन वैशिष्ट्ये खूप प्रसिद्ध आहेत. एक म्हणजे ब्रह्माने संकल्पांद्वारे सृष्टी रचली व दुसरं ब्रह्माच्या हजार भुजांचं अद्भुत वर्णन! कलियुग अंती निराकार शिव एका साधारण मानव देहात अवतरीत होऊन त्यांना कर्तव्य वाचक नाव देतात ब्रह्मा! शिव परमात्मा त्या ब्रह्मामुखकमल द्वारे मनुष्यांना ज्ञान देऊन शूद्रापासून ब्राह्मण बनवतात- तेव्हा आपल्या तन-मन-धनाने भारतास स्वर्ग बनविणारे हेच ब्रह्मामुखवंशावली ब्राह्मण म्हणजे ब्रह्माजींचे मानस पुत्र व पुत्री ब्रह्माच्या हजार भूजा म्हटले जातात- ब्रह्माजींच्या अशा हजार भुजांपैकी एक महान परंतु तितक्याच गुप्त भूजा, सत्ययुग स्थापनेत सर्वस्व समर्पण करणाऱ्या, ईश्वरी सेवेत समय-संकल्प-श्वास सफल करणाऱ्या, स्वर्णिम संसार रचण्यात शिवपित्याच्या मदतनीस आणि ब्रह्माबाबांच्या उजवा हात होत्या राजयोगिनी दादी कमलमणिजी! खऱ्या अर्थाने दादी कमलमणिजी 'यथा नाम तथा गुण' कमलपुष्पासमान विकाररुपी चिखलापासून सदा अलिप्त, प्रभूपित्याची प्रिय आणि प्रजापिता ब्रह्माबाबांच्या राजदुलारी होत्या.

दादीजींचा लौकिक जन्म सिंध हैद्राबाद येथे झाला. पिता 'दयालदास' यांनी त्यांचं नाव ठेवलं 'किशनी!' तर शिवपित्याने अव्यक्त नाव दिलं 'कमलमणि!' दयालदास यांना दादीजींसहित एकूण नऊ कन्यारत्ने होती, त्यापैकी सहा बहिर्णींनी ज्ञानमार्ग अवलंबिला, त्या ६ बहिर्णींना ब्रह्माबाबा प्रेमाने 'सिक्स लक्की सिस्टर्स' म्हणत. बालपणी दादीजींचं पालन-पोषण व संगोपन काका काकूनेच केले. त्या काळी हैद्राबाद मधे जिकडे-तिकडे ओममंडळींची चर्चा जोरदार होत होती. योगायोगाने दादींचे काका-काकू ही तिथे ज्ञानामृतपान करायला जाऊ लागले. ब्रह्माबाबा खूपच दूरदर्शी होते. ते जाणत होते युगपरिवर्तन करण्यासाठी मुलंच सर्वात जास्त उपयोगी माध्यम सिद्ध होतील. जसं ओल्या मातीला कोणताही आकार देणं सहज असतं, अगदी तसंच बालमनांचे संस्कार परिवर्तन करुन संसाराचे परिवर्तन करणेही सहज होईल-अशी वैचारिक दूरदर्शिता बाळगून ब्रह्माबाबांनी मुलांसाठी शाळा उघडली. तेव्हा दादींचे काका त्यांना म्हणाले, 'बाळ, तूही त्या शाळेत जा!' दादींचे काका त्यांना बोर्डिंग मधे घेऊन गेले. त्यावेळी सहा वर्षाच्या दादी इयत्ता दुसरी पास करुन बोर्डिंगमधे दाखल झाल्या. बाबांना पाहता क्षणीच दादी आपलेपणाने भारावून गेल्या अन् सहज यज्ञात येऊन कायमच्या बाबांच्या झाल्या. दादींवर बाबांची प्रेमळ दृष्टी पडली, बाबा म्हणाले, 'ही पवित्र रोपटी आहेत, ह्यांचं पालन पोषण पवित्र बहिर्णींनीच केली पाहिजे. आणि काय सुखद आश्चर्य! दादींचं परम सौभाग्य! दादींचं संगोपन व शिक्षण पवित्र धनाने व पवित्र दादींद्वारे झालं. ब्रह्माबाबांनी त्यांची राजकुमार-राजकुमारीं सारखी बडदास्त ठेवली. बाबांच्या निःस्वार्थ प्रेमाने ती शाळा नसून ते आपलं घरच आहे-असं दादींना वाटू लागलं. तेथे हिंदी व इंग्रजी भाषा शिकवल्या जात. आनंदी माता सर्वांना हिंदी शिकवीत. त्यासोबतच आत्मा-परमात्म्याचे ज्ञान दिले जाई. मनोरंजनासाठी बाबा गीत ऐकवत. गाणी फिल्मी असले तरी ते ऐकून अलौकिक भासना येई. मिठ्ठू दादी हार्मोनियम (पेटी) वाजवत आणि गाण्याची चाल लावून सुरात गात अन् सर्व नृत्य करत. बाबांनी पहिलं-पहिलं ज्ञानयुक्त गीत बनवलं होतं, 'मोहे ज्ञान के झूले झुलाए कोई...'.

कराचीत जेव्हा १४ वर्षाची गहन तपस्या झाली, तेव्हा कर्मणा सेवेबरोबर योगाचे प्रोग्राम असत. त्यावेळी ध्यानाची अनुभूती होई. रात्रभर योगसाधना करत असत. दादी

कमलमणि व इतर बालगोपाळ, बाबा-मम्माच्या समोर रात्रभर बसून योग करत. तसेच साधनेचे वेळी मन व मुखाचे मौन ठेवून स्थूल कर्मणा सेवा करत. ते सलग तीन-तीन दिवस ही योग अभ्यास करत व अनुभव सांगत. बाबा कधी-कधी ईश्वरी ज्ञानाची कुणी किती धारणा केलीयं, कोण किती निर्मोही व नष्टमोहा बनलाय-ह्याची परीक्षा ही घेत. एकदा कमलमणि दादींचे वडील खूप आजारी होते, तेव्हा बाबांनी दादींना वडिलांकडे भेटायला पाठवलं. दादींनी तिथे जाऊन सुमधुर सुरात गीत गायलं व आत्मिक ज्ञानही दिलं. दादींच्या परिवाराला हे पाहून खूप आनंद झाला की बोर्डिंगमधे चांगल्या गोष्टी शिकवल्या जातात. दादींच्या वडिलांकडे शरीर त्यागलं, तेव्हा बाबांनी दादींना पाठवलं. बाबांना जाणून घ्यायचं होते की दादींची मन:स्थिती कशी होती? दादी तिथे गेल्या; पण रडल्या नाहीत आणि बाबांनी घेतलेल्या परीक्षेत पास झाल्या. दादींच्या ध्यानी-मनी फक्त प्रभूप्रियतमच विराजमान होते. बाबांनी पवित्रतेचा पाया पक्का केला होता.

सन १९५० मधे बाबा-मम्मांसोबत दादी कमलमणि आबूला आल्या. ब्रह्माबाबांच्या मुखकमलाद्वारे ज्ञान प्राप्त करुन ब्रह्मा-मुखवंशावली ब्राह्मण बनलेल्या ब्रह्माकुमारीच ज्ञानगंगा सिद्ध झाल्या. ह्या चैतन्य ज्ञानगंगा ज्ञानामृत पाजण्यासाठी सन १९५२ मधे भारतात सर्वत्र निघाल्या. दादी कमलमणि छोट्या असतानाच ज्ञानात आल्या व सेवेसाठी निघाल्या तेव्हाही तसं वय कमीच होतं. बाबांनी दादींना दिल्लीला सेवार्थ पाठवलं-तो शुभ दिन होता '२६ जानेवरी १९५८' सर्वप्रथम दादी दिल्ली रजोरी गार्डन गेल्या. कही दिवसानंतर मातेश्वरी जगदंबा सरस्वतींचं दिल्लीला आगमन झालं, तेथून मातेश्वरीजींना गुडगांवला जायचं होतं. दादी कमलमणी दादींना म्हणाल्या, 'तू माझ्या आधी गुड़गाव पोहच, तिथे सेवेची सर्व तयारी कर' दादी मम्मांना म्हणाल्या, 'मी तर लहान आहे, आपण मला एकटीला का पाठवतांय?' मम्मा दादींना म्हणाल्या, 'मोठे तर करतातंच, पण छोटे जेव्हा भव्य दिव्य करुन दाखवतात, तेव्हा नाव मोठं करतात आणि छोट्यांवर जबाबदारी पडते तेव्हा बाबासुद्धा त्यांना मदत करतात.' हे एकून दादी म्हणाल्या, 'हो, मम्मा!' दादींनी जाऊन उत्साहाने सर्व तयारी केली. ती तयारी मातेश्वरींजींनी गुडगावला येऊन पाहिली व मम्मा दादींना म्हणाल्या, 'पहा, तू जरी लहान असली तरी किती छान तयारी केलीस!' मग तिथे खूप छान सेवा झाली. काही काळ गुड़गाव मधे सेवा करुन दादी हापुड़ला गेल्या. त्यानंतर दादी कमलानगर (दिल्ली) गेल्या-जिथे गुल्जार दादीजी आणि जगदीश भाईजी सेवा करत होते.

एकदा ब्रह्माबाबा दिल्लीला गेले. बाबांनी कमलमणि दादींना ही बोलवलं. जेव्हा बाबा दिल्लीला जात तेव्हा दिल्लीतल्या वेगवेगळ्या स्थानांहून ब्रह्मावत्स एकत्र येत. बाबा काही दिवस रजौरी गार्डन मधे होते, त्याच वेळी कृष्णानगरहून काही माता बाबांना भेटायला आल्या व म्हणाल्या, 'बाबा, आम्ही ज्ञानमुरली ऐकल्या शिवाय राहू शकत नाही. आपण काहीतरी प्रबंध करा.' बाबांना मातांवर दया आली. जवळच दादी कमलमणि उभ्या होत्या. बाबा दादींना म्हणाले, 'बेटा तू ह्या मातांसोबत जा,' दादींनी विचारलं, 'बाबा, तिथे तर राहण्याचे कोणते ठिकाण नाही, मी तिथे कशी राहीन? काय करेन?' ब्रह्माबाबा म्हणाले,'बच्ची, तेथे सर्व काही सहज मिळेल,' बाबांचे हे बोल वरदान बनले, कारण बाबांनी हे म्हटल्यावर काही मिनिटानंतरच एक भाऊ बाबांना भेटायला आला व म्हणाला, 'बाबा, यमुनेजवळ कृष्णानगर येथे माझा रिकामा प्लॉट आहे, त्याच एक कच्ची खोली ही आहे. तिथे माता ज्ञान ऐकू शकतात।' बाबा म्हणाले, 'पहा, मुली बाबांचे बोल सिद्धही झाले ना!' हेच पहिलं-वहिलं विनामूल्य मिळालेलं स्थान होतं. दादी मातांसोबत कृष्णानगरला गेल्या. दादी क्लास करुन दिनचर्येचं प्रत्येक काम त्या छोट्याशा खोलीतच करु लागल्या दादींची ओढ वा चिकाटी व दादींच्या सरलतेमुळे माता खूप खूश होत्या. नंतर खूप दिवसांनी कृष्णानगर येथे भाड्याने एक घर घेतलं गेलं.

ईश्वरी सेवांचा वेगाने विस्तार होत होता. जगदीश भाईजींनी इ.स.१९८० मधे लिटरेचर डिपार्टमेंट (साहित्य विभाग) कृष्णानगरला स्थानांतरित केलं. तिथे ईश्वरीय विश्व विद्यायलायचे साहित्य (पुस्तकं) प्रकाशित होऊ लागले. त्या सोबत रंगशाळा सुरु झाली, त्यात मोठ-मोठी चित्रं तयार होऊ लागली. हे सर्व दादींना मिळालेल्या वरदानाची (आपको सब कुछ सहज और बना-बनाया मिलेगा) कमाल होती. त्यामुळे ईश्वरी सेवेत शुभकार्य करणाऱ्या दादी कमलमणि ब्रह्माबाबांचा उजवा हातच. दादींच्या द्वारे अनेक सेवाकेंद्र, गीतापाठशाळांचा श्रीगणेश होत गेला. समर्पित टिचर्स

बहिणींची आवश्यकता भासू लागली. बाबांच्या वरदानाचा चमत्कारच म्हणावा, त्यामुळे अनेक कन्या ज्ञानमार्गात आपोआप येत गेल्या अन् समर्पित टिचर्स बनल्या. १३-१४ सेवाकेंद्र ६०-७० गीतापाठशाळा उघडल्या गेल्या होत्या. जवळ-जवळ १५० बहिणी ही समर्पित झाल्या होत्या. इतक्या शाखा आणि बहिणींचे प्रबंधन व नियंत्रण करायची अवघड जबाबदारी दादी मोठ्या सहजपणे पार पाडत होत्या. दादींचं सर्वांवर इतकं प्रेम होतं की त्या हसत-हसत सर्वांच्या समस्यांचं सहज निराकरण करत. दादी स्वतः निश्चिंत राहत व इतरांना देखील निश्चिंत करत. एकदा दादीजींच्या सेवांची स्वर्णजयंती महोत्सवाचं आयोजन केलं होतं. नेमकं त्याच वेळी पडल्याने दादींच्या हाताला इजा झाली होती. दादींना कार्यक्रम पुढे ढकलण्याची विचारणा केली गेली. परंतु दादींनी कार्यक्रम पुढे ढकलण्यासाठी मना केलं. दिल्लीहून चक्रधारी दीदी, शुक्ला दीदी, आशा दीदी व बृजमोहन भाई, तसेच तीन हजार भाऊ-बहिणी आले होते. पण कुणालाही ठाऊक झालं नाही की दादींचा हात फ्रॅक्चर झालाय. सर्वांचे संगोपन करत असताना देखील दादी नेहमी निर्मोही व खूप नम्र होत्या. दादी मोठ्यांचा जितका आदर-सत्कार करत, तितकाच त्या छोट्यांनाही सन्मान देत.

ज्ञानामृत मासिकाचे संपादक आत्मप्रकाश भाईजी दादीजींची वैशिष्ट्ये सांगतात, 'दादीजी खूप निर्मळ होत्या. प्रत्येक सम-विषम परिस्थितीमध्ये सदैव खूश राहणाऱ्या दादी सदैव संतुष्ट राहणाऱ्या संतुष्टमणीच होत्या. मी दादींमधे कधी अवडंबर पाहिले नाही. दादीजींना (आध्यात्मिक) ज्ञानाच्या अभ्यासाचा छंद होता. त्या कधीच रिकाम्या न बसता, नेहमी ज्ञान-मुरलीचं मंथन करत अन् ज्ञान रुपी लोणी काढत, त्या ज्ञानरत्ने लिहून मनमोहिनी दीदींना पाठवत. दादींचं हस्ताक्षर खूप सुंदर होतं. ज्ञान-मुरलीचं केलेलं ताजं-ताजं चिंतन ऐकवून सर्वांना प्रफुल्लित करत. दैहिक मूर्ति लहान असूनही दिव्य गुणांच्या धारणा करण्यात त्या महान होत्या. दादींमधे अनेक गुण होते, 'कोणाला दुःख द्यायचं नाही व कुणाकडूनही दुःख घ्यायचंही नाही व सर्वांना संतुष्ट ठेवायचं' हेच दादींचं नेहमी लक्ष्य असे. दादी खरं तर 'सहनशीलतेच्या देवी' होत्या. एकदा त्यांच्या हाताचं हाड फ्रॅक्चर झालं होतं, मी विचारलं, 'दादीजी, हात दुखतो का?' त्यावर त्या हसत म्हणाल्या, 'फार नाही, अगदी थोडसं दुखतंय्' अंतिम समयीही दादीजींना जास्त वेदना किंवा दुःखाचा सामना करावा लागला नाही, त्यांनी कुणाला कधी त्रास दिला नव्हता ना ही कुणाचं मन दुःखवलं होतं. खूप सहजपणे २८ ऑगस्ट २०१८ रोजी रात्री १०.१० वाजता कोणताही त्रास न होता दादीजी देह त्यागून शिवबाबांच्या कुशीत सामावल्या.

***

एकाग्रतेचे फायदे

एकाग्रतेने केलेले कार्य फलदायक असते. चांगल्या परिणतीसाठी एकाग्रतेला आपल्या जीवनाचे (स्थाई अंग), अभिन्न अंग बनवावे.

एकाग्रतेने – सर्व शक्तींची प्राप्ती होते.

एकाग्रतेने – नावीन्याचा शोध घेऊ शकतो, तसेच कुणाही आत्म्याचे आवाहन करू शकतो, दूर राहूनही श्रेष्ठ संकल्प त्याच्याकडे पाठवू शकतो. विचारांचा मागोवा घेऊ शकतो. एकाग्रतेने-पारखण्याची शक्ती आपोआप वाढते. दूर राहूनही रोगी, अशांत, भटकणाऱ्या आत्म्यांना सुख-शांती-आनंद, निरोगीपणाचे कल्याणकारी बनण्याचे वरदान देऊ शकतो. एकाग्रतेची शक्ती सहजच निर्विघ्न बनवते. एकाग्रतेमुळे सर्वांप्रति स्नेह, कल्याण, शुभ भावना, शुभ-कामना आणि सन्मानाची वृत्ती वृद्धिंगत होते.

बहुत सुकृताची जोडी

ब्र.कु. दिनेश डांगे, कोल्हापूर

२०१६ मधे दिल्लीजवळील ओमशांती रिट्रीट सेंटरमधे आमचा योग तपस्येचा कार्यक्रम (भट्टी) होता. त्या निमित्ताने देशाची राजधानी बघायला मिळणार याचं सुद्धा मनामधे अप्रूप होतं. देशाचा कारभार जिथून चालवला जातो ती राजधानी कशी असेल? आजूबाजूची प्रेक्षणीय स्थळं कशी असतील. तसेच ओ.आर.सी.ला प्रति मधुबन म्हणतात. असा महिमा ऐकून होतो. तसेच ज्ञानमार्गातील बड्या बड्या आसामी तेथे आहेत. त्यांच्या ज्ञानाचा तपःश्चर्येचा आपल्याला लाभ मिळणार आहे. या कल्पनेने मन भारावून गेले होते.

ठरलेल्या दिवशी कोल्हापूरातून थेट दिल्लीसाठी आमची ट्रेन निघाली. रेल यात्रा व रुहानी यात्रा करत आमचा प्रवास चालू होता आणि अचानक मोबाइल मधे एक मेसेज आला की सरकारने रु.५००/- व रु. १०००/- च्या नोटा रद्द केल्या आहेत. आता काय करायचे? आम्ही सर्व विचार बाबांवर सोपविले आणि एक विचार मनात चमकून गेला की सरकारी हुकूम निघाला की एका रात्रीत चलनातील नोटा बिनकामाच्या (Valueless Paper) होतात मानवी शरीराचंही तसंच काहीसं होत ना.

एखादा आजार किंवा कर्मगतिमुळे एखादा माणूस होत्याचा नव्हता होतो. मजल दर मजल करत आम्ही ओ.आर.सी.ला पोचलो. तिथे पाऊल ठेवताक्षणीच प्रवासाचा शीण कुठल्याकुठे गायब झाला. सत्ययुगी दुनियेतच आलो की काय असं वाटलं.

आम्ही ओ.आर.सी.मधे पोचल्यानंतरचे तीन दिवस प्रेक्षणीय स्थळ दर्शनासाठी राखून ठेवले होते. दिल्लीतील सर्व प्रेक्षणीय स्थळ, लाल किल्ला, संसद भवन, विष्णूस्तंभ (कुतूबमीनार), तसेच वृंदावन यमुनेचा काठ इ. सर्व दर्शन करून आम्ही ओ.आर.सी.मध्ये परतलो व नंतर तीन दिवस योगतपस्या कार्यक्रम होता. तीन दिवसांत लेक्चर्स झाली. पुरुषार्थ तीव्र करण्याच्या टिप्स मिळाल्या. तिथल्या वातावरणाने मला सर्वाधिक शिकविले. उद्या आमच्या भट्टीचा शेवटचा दिवस होता आणि बाबांचे अवतरणही होते. आदल्या रात्री आम्ही रुममधे आलो. माझ्या खोलीत पाडळीचे ज्ञानदेवभाई गडहिंग्लजचे देसाईभाई होते. माझ्या बिछान्याच्या मागे बाबांची तसबीर होती. मी बाबांपुढे सहज बैठक मारुन बसलो आणि मित्रांबरोबर गप्पा माराव्या तशी गप्पांना सुरुवात केली व ते सुद्धा कोल्हापूरी भाषेत!

मी म्हणालो, ''बाबा, आम्ही तुजी खुळी-कावरी पोरं कोल्हापूरास्नं आलो दिल्लीला. तू आमास्नी देशाची व सत्ययुगाची राजधानी दावलीस तुज्या कारणानं भवतालची लई चांगली बघण्याजोगी ठिकाणं बघाय गावली. तीन दिवस फिरलो पर कसला भून मजला तरास झाला न्हाई. थंडीचे दिस आसून सुदीक थंड बी लै नव्हतं. तुज किच्चं (किती) आभार मानावं तिवतं थोडंच हाईत. ओम शांती बाबा!'

आणि दुसऱ्या दिवशी आम्ही ओ.आर.सी.च्या एका सभागृहामधे मोठ्या स्क्रीनवर बाबा अवतरण बघायला बसलो. तिकडे मधुबन मधे हजारो ब्रह्मावत्स बाबांच्या आगमनाची प्रतिक्षा करत होते. बाबांचे आगमन झाले. बाबा म्हणाले ''मी दिल्लीत आहे आणि तिकडे मधुबन मधे एकच गलका झाला.''

तेथील महारथी बाबांना म्हणू लागले बाबा तुम्ही मधुबनमधेच आहात. पण बाबा परत म्हणाले मी दिल्लीत आहे. माझ्या भोळ्या भाबड्या बच्च्यांसाठी मी दिल्लीत आलोय... हे ऐकल्यावर मला तर मुर्च्छाच यायची बाकी होती. बाबा आमच्यासाठी दिल्लीत अवतरले होते. बाबांच्या तोंडात तर आदल्या दिवशी माझ्याकडून झालेल्या संवादातील वाक्ये होती. बाबा म्हणाले माझ्या या

(पृष्ठ क्र.२८ वर)

'आपण चांगले करूनही लोक आपल्याशी वावगे का वागतात?'

ब्र.कु. आरती, इंदूर

आज आपण समाजात पाहतो, की लोकांच्या अनेक प्रकारच्या गोष्टीने आपण वेळोवेळी दुखावले जातो. खूप वेळा लोक जाणून-बुजून आपल्याला सतावतात. वाईट वागतात. त्यामुळे आपला बऱ्याच वेळा मूड ऑफ होतो की, ह्यांच्याशी कितीही चांगले वागले तरी हे मात्र कुत्र्याचं शेपूट वाकडं ते वाकडंच... अहो, कारलं कितीही तूपात तळा, अथवा साखरेत घोळा, कडू ते कडूच... काय सांगू हो कोळसा कितीही उगाळला तरी काळा तो काळाच! जर लोक तुम्हाला जाणून-बुजून सारखे सारखे दुखावत आहेत, तर अशा वेळी काय करावे बरे! समस्या खूप असल्या तरी त्याच्यावरचा उपाय मात्र आपण शोधतच नाही. आपण सारखे म्हणतो या माणसाकडून, ह्या जागेवरून नेहमीच अडचणी निर्माण होतात, ह्या-ह्या वस्तूंमुळे अडचण येते... पण अशावेळी स्वत:लाच तपासून पहावे की, अडचण नेमकी कुठून उत्पन्न होतेय कारण आपल्याला प्रत्येकातच, अडचणी दिसत आहेत. पण अडचणी इतरांमुळे नव्हे, माझ्या वागण्या-बोलण्यातूनच येत आहेत. प्रत्येक व्यक्तीचे संस्कार आपले-आपले आहेत. प्रत्येकाचाच भाव-स्वभाव आपला-आपला वेगळा आहे. म्हणूनच दुसरे त्यांच्या स्वभावानुसार वागतात, त्यामुळे तुम्ही दुखावले जाता. अशा वेळी आपण कसे वागावे बरें? जर कुणी विनाकारण सतावत असेल तर - अशा वेळी आपण कसे वागावे बरें? जर कुणी विनाकारण सतावत असेल तर - अशावेळी 'मी आत्मा शांत स्वरूप आहे'... हे केवळ बोलून नव्हे, तसे प्रत्यक्षात तसे वागून शांत राहावे. त्याने कितीही राग आणू दे, माझा स्वधर्म शांती आहे नं! मग शांत राहाणे कठीण का वाटावे बरें! इतरांकडे बघू नका, जर तो क्रोधीत असेल, त्याला राग आवरत नसेल, तर आपण आपली शांतता त्याच्याद्वारे निघालेल्या व्यर्थ बोलांनी का भंग करावी? कारण समोरच्याला तेच हवे आहे की तुम्हीही त्याच्यासारखेच बनावे. अशा वेळी तुमच्यात ती सहनशक्ती नसेल, सामावण्याची शक्ती नसेल, तर मात्र आपण समोरच्याच्या वागण्याने नक्कीच प्रभावित होऊ. कारण जाणून बुजून जी केली जाते, ती चूक नसून ती असते शिक्षा - स्वत:च स्वत:ला करून घेतलेली. आजकाल लोकं विचार न करता, स्वत:बरोबरच इतरांनाही दु:ख देतात. इतरांना सतावतात. अशावेळी बरेच जण सहन करतात, वा युक्तीने वागतात. पण काही लोक मात्र अशावेळी विचलित होतात. आपण आपल्यावरच लक्ष ठेवावे - की ही व्यक्ती वा त्याचे बोल मला विचलित करत आहेत. जाणून-बुजून तो मला सतावत आहे, तर ह्या ठिकाणी आपल्याला सावधगिरी बाळगणे गरजेचे ठरते. समोरची व्यक्ती माझी परीक्षा घेत आहे. आणि लक्षात ठेवा परिक्षेत प्रश्नच येतात, उत्तरं नाही - त्या त्या प्रश्नांची उत्तरं शोधण्याची जबाबदारी मात्र आपली असते. ह्याचप्रमाणे जीवनात येणारी परिस्थिती ही आपली प्रश्नपत्रिकाच आहेत. म्हणून जशी-जशी परिस्थिती असेल, त्याचे तसे-तसे उत्तर शोधणे गरजेचे असते. परिस्थिती राग येणारी असेल, तर मला तिचे शांत राहूनच उत्तर द्यावे लागेल. कुणी जाणून-बुजून सारखे सतावत असेल, तर मला आपल्या मनाची शक्ती उन्नत करावी लागेल. कारण जेवढे-जेवढे आपण आपल्या जीवनाला योग्य दिशा देऊ. तेवढे-तेवढे आपले जीवन आनंददायी बनत जाईल. लक्षात असू द्यावे. जे परिस्थितींना तोंड देऊ शकतात त्यांच्यासमोर विघ्न येतात. कमजोर व्यक्तींसमोर त्या येत नाहीत. ताकद असलेल्यांचीच परीक्षा घेतली जाते.

आपण युद्धभूमीवर बघतो, शक्तीसम्पन्न (मनाने-शरीराने ही) अशा सैनिकांनाच लढायला पाठवतात. तेच शत्रूशी दोन हात करू शकतात. पण

दुबळ्या सैनिकाला तिथे पाठवणे फोल ठरते. अशाच प्रकारे ह्या क्षणी कुटुंबातील लोक म्हणो, की इतर लोक) - आपले मन जिथे-जिथे कमी पडत असेल, तिथे आपण शक्तीशाली स्वत:च स्वत:ला बनवावे - त्यासाठी इतरांच्या मतांवर अवलंबून राहता कामा नये. माझ्यासमोर ही परिस्थिती आली आहे. ह्याचाच अर्थ मी शक्तीशाली आहे तिच्याशी दोन हात करायला.... हे मनाशी पक्के करावे. मला त्यांच्यावर विजय मिळवायचा आहे मानसिक संतुलन शक्तीशाली करून. त्यासाठी आपल्याला स्वत:च्या संकल्पांना शक्तीशाली करावे लागेल. मी खूप शक्तीशाली आहे. ह्या छोट्या परिस्थिती ज्या बाहेरून आलेल्या आहेत. ह्या माझ्या स्वस्थिती समोर काहीच नाही. माझे शक्तीशाली विचार त्यावर सहज मात करतील. अशाप्रकारे स्वत:बद्दल जितके शक्तीशाली विचार करू. तेवढा आत्मविश्वास ही वाढत जाईल.

जिथे त्याच्या आत्मविश्वासाला तडा गेला असेल तिथेच अथवा नकारात्मक विचारांमुळे आपण कमजोर बनतो. म्हणूनच येणाऱ्या परिस्थितीवर सकारात्मक पद्धतीने विजय मिळवायचा असेल तर आंतरिक शक्ती वाढवणे गरजेचे ठरते. मग परिस्थिती लहान असो, की मोठी - त्याचा मग त्याला काहीच फरक पडणार नाही. जीवनात सकारात्मकता वाढवायचा हाच एकमेव मार्ग आहे. कारण व्यक्तीने कितीही विचार केला, की मी ह्या-ह्या परिस्थितीत असा वागीन, तसा वागीन ... पण ते प्रत्यक्ष परिस्थिती आल्यावरच कळते. आपण किती शक्ती आणि युक्तीने त्यावर मात केली.

आपल्याला आपले अंतर्मन शक्ति संम्पन्न करायचे असेल, तर आपण ही राजयोग साधनेचा आधार घ्यावा. त्यासाठी पहाटे-पहाटे ब्रह्म मुहूर्तावर (पहाटे ४ - ५ वाजता) उठून खूप प्रेमाने त्या प्रेमळ पिता परमात्म्याचे ध्यान करावे. गीतेतही लिहिलेले आहे- मन्मनाभव - अर्थात स्वत:ला आत्मा समजून मनाने माझी आठवण करा. मनाने आपण त्या शक्तीसम्पन्न ईश्वराशी जोडले जाऊ, तेव्हा कोणतीही परिस्थिती असो, कुणी कितीही त्रास देवो, आपण त्रासून न जाता त्यातून योग्य मार्ग काढत त्यावर विजय प्राप्त करून शकू. परिस्थिती सबळ होऊ न देता आपल्या आंतरशक्तीने परिस्थितीला हरवून टाकावे. परिस्थिती कितीही मोठी असू दे, आपल्या स्वस्थितीपुढे ती निर्बल ठरते. पण हे जर लक्षात ठेवले की आपल्या नकारात्मक आणि फोल विचारांमुळेच परिस्थितीत आपण अडकतोय. तर मात्र आपण पावलोपावली सावध पावित्र्यात राहू शकू. आपण 'काय माहीत मी हे करू शकेन का नाही?' ह्यांसारख्या नकारात्मक परिस्थितीतून सहज बाहेर येऊ शकू. इथेच आपल्या विचारांना आपण बदलायचे असते. कारण प्रत्येक वेळी पावलोपावली आपल्या विचारांना तपासत राहिलो तर आपण शक्तिशाली राहू शकू. परिस्थितीचे काम आहे येणे, आणि आपले काम आहे, त्यातून सकारात्मक विचारांनी, शक्तीने बाहेर पडणे - कारण जीवनात परिस्थिती- पर-स्थिती येतच राहणार पण स्व-स्थिती (शांतस्वरूप) जास्त महत्त्वाची. त्यावरच आज काम करण्याची गरज आहे. त्यासाठी ईश्वराशी संबंध जोडून 'त्या'च्या मदतीने शक्तीने त्यातून सहज बाहेर पडू शकतो. मनाची तार ईश्वराशी जोडल्यास ईश्वरी शक्ती आपल्याला जास्त शक्तीशाली करू शकते - अशाने परिस्थिती, वातावरण, व्यक्ती विशेषाचे वागणे कशाचाच आपल्यावर प्रभाव पडणे शक्य होणार नाही.

आपण बघतो आजारी कोण पडतो ज्याची रोग प्रतिकारक शक्ती कमी झालेली असते. तसेच शरीरासारखेच मनाचेही असते. पण शरीर शक्तीशाली असले, तरी मन कमजोर असेल तर मात्र आपण दोन्हीने (शरीर-मन) आजारी पडू. मन शक्तीशाली असेल तर ते शारीरिक आजारांवर ही मात करू शकते म्हणतात ना 'मन चंगा, तो तन भी चंगा.' पण आपण मनाने नकारात्मक विचार करत सारखे-सारखे विचार केला मी आजारी आहे - तसे बोलत राहिलो तर निरोगी शरीर देखील मानसिक विचारांनी ग्रासले जाईल. तात्पर्य ती व्यक्ती नक्की आजारी पडेल आधी मनाने, मग शरीराने.

अशा वेळी (शरीर आजारी झाल्यास) विचार करावा ठीक आहे. शरीरच आजारी आहे आजारपण आले आहे, थोड्या वेळासाठी, ते काय निघून जाईल; पण ह्या परिस्थितीत माझे मन मात्र आजारी नाही, मी मनाने दुरुस्तच आहे. शारीरिक आजाराला कलियुगातील फ्रुट (फळं-औषधं) खाऊन मी पळवणारच असे सकारात्मक विचार ध्यान योग साधनेत करावेत. ध्यान धारणेमुळेच मन शक्तीशाली, सकारात्मक होत जाईल. तेच सकारात्मक विचार जीवनाला योग दिशा देतील आणि येणाऱ्या प्रत्येक अडीअडचणींवर विजय मिळवता

(पृष्ठ क्र.२८ वर)

डॉ. हंसा रावळ यांचा अनुभव

डॉ. हंसा रावळ, ह्युस्टन, अमेरिका

माझ्या वैद्यकीय प्रॅक्टिसमधील एक अनोखा अनुभव तुम्हाला सांगते. मी जेव्हा केनियाच्या दवाखान्यात मेडिकल ऑफीसर होते, मी ओबिजिवाईनची निवासी डॉक्टर होते. त्यावेळी एक दिवस एक बाई बाळंतपणासाठी दाखल झाली. रात्रीचे १२ वाजले होते आणि मी onduty होते. मी एका बाईचे बाळंतपण केले. तिला तीळं झालं होतं. त्या सर्व मुली होत्या. त्यानंतर त्या बाईला फारच रक्तस्राव झाला. आम्ही सर्वांनी तिला वाचवायचा फार प्रयत्न केला. पण नंतर नर्स (परिचारिका) मला सांगत आली, त्या बाईने देहत्याग केला. मी विचारात पडले. आता काय करायचे ते – मी ईश्वराला म्हटले, हे ईश्वरा, मी ह्या मातेच्या ३ बाळांना जन्म देण्यासाठी मदत केली. पण बाळाच्या मातेने मात्र देहत्याग केला. आता हे निष्पाप जीव अनाथ झालेत, त्यांचे पालन-पोषण आता कोण करणार? अशा विचारातच मी माझ्या खोलीत आराम करायला गेले. रात्री २ वाजता परिचारिका मला बोलावण्यास आली, म्हणाली की, ज्या बाईचे बाळंतपण आपण केलेत ना, ती जिवंत झाली आहे. मला जरा आश्चर्यच वाटलं. पण भानावर येत मी म्हटलं तिला लवकरात लवकर भरती करून उपचार चालू करा आणि सलाईन चालू करा. थोड्या वेळाने तयार होऊन मी ही तिला तपासायला गेले. मी जाताच ती माझ्यावर इतकी ओरडायला लागली. रागवायला लागली की मी स्तब्धच झाले – मला काहीच सुचेना – ती ओरडत होती – 'मला तुमचे तोंडही पाहायची इच्छा नाही. मला तुमच्याशी बोलायचं नाही, उपचार तर दूरच – तुम्ही जा इथून, तुम्ही माझं आयुष्यच खराब केलत'. नर्सने बाजूला नेऊन मला सांगितलं, की ती जरा गोंधळलेली आहे, त्यामुळेच अशी बरळत आहे, तुम्ही जाऊन आराम करा जरा. मी तसेच केले – थोड्या वेळाने त्याच नर्सला बोलावून मी विचारले की, 'काय गं, काय झालय त्या बाईला एवढं वैतागायला?' मी बोलू का तिच्याशी? अग तुला तर माहीत आहे, मी काहीच केलेलं नाही. तरी ती अशी वागतेय? का बरं?' नर्स म्हणाली बरं, आपण बोलू तिच्याशी – मग पहाटे ५ च्या सुमारास आम्ही दोघी (मी आणि ती परिचारिका) त्या बाईकडे गेलो. नर्स त्या बाईला अगदी समजावणीच्या सुरात म्हणाली, "बघा बरं ह्या डॉक्टरांनी तुझं बाळंतपण खूप छान सुखरूप पार पाडून तुझ्या ३ मुलींना (बाळांना) जन्मास घातले आणि तुलाही वाचलवलं. तू तरीही का बरं ह्यांच्यावर रागावतेस? त्यांनी तर तुझं भलंच केलय. तुला तर ह्यांचे ह्याबद्दल आभारच मानायला हवेत. तर तू उलट त्यांच्यावरच चिडतेस. कमाल आहे बाई तुझी!" जेव्हा नर्सनी मला सांगितलं की ती बाई गेली, त्याचवेळी त्या बाईला एक सुंदर पांढरा शुभ्र, तेजस्वी प्रकाश दिसला होता. (त्यातून) त्या प्रकाशातून तिला इतकं प्रेम मिळालं, की ती त्याच्या (प्रकाशाच्या) कुशीत जाऊन विसावली. फार लाड केले त्याने, प्रेमाने ओथंबून टाकले जणू! त्यातून तिला फार फार आनंद मिळाला, शांती मिळाली. ह्या सर्व प्राप्ती झाल्याने तिला स्वर्गीय सुखाची अनुभूती होत होती. फार फार मज्जा येत होती. त्यानंतर डॉक्टर म्हणजे तुम्ही बोललेले ऐकले, हे परमेश्वरा ह्या तीन चिमुकल्या निष्पाप अनाथ जीवांना कोण सांभाळेल बरं?' तर त्या प्रकाशाने (परमेश्वराने) म्हटले, "मुली तुला परत जावे लागेल. कारण ह्या चिमुकल्यांचे पालनपोषण तुलाच करायचे आहे." ती बाई म्हणाली, "मी नाही जाणार मला इथेच तुमच्याजवळ राहू द्या.' पण त्या प्रकाशाने (ईश्वराने) अजून समजावून तिला परत पाठवले. – असे सर्व वर्णन केल्यानंतर ती म्हणाली. ते वाक्य (हे परमेश्वरा! कोण ह्यांना सांभाळेल?) तुम्हीच म्हटलंत म्हणून सर्व दोष

तुमचाच आहे. तुम्हीच त्या प्रकाशाला हे सांगितले आणि म्हणूनच मला परत इथे परतावे लागले..

त्यानंतर एकदा मी टेक्सास शहरात होते. मी त्यावेळी मिलिट्रीत दाखल होऊन एकच दिवस झाला होता. मी रुजू होण्याचे कागदपत्रांवर सही पण केली होती. तिथे सर्व डॉक्टर्सची एक सहल आयोजित केली होती. एका मोठ्या तळ्याकाठी आम्ही सर्व त्या सहलीत दंग होतो. मौज-मजा चालली होती. मी त्या तळ्याकाठी उभी होते. एक मोठी नाव अति वेगाने (वायूवेगाने) माझ्या दिशेने आली. त्यामुळे मोठी लाट आली, त्यामुळे मी एकदम पाण्यात ओढले गेले. एकदम तळ्याच्या तळाला गेले. क्षणार्धात् पण मला ह्या प्रकाराने मुळीच भीती वाटली नाही. मी जराही घाबरले नाही. एकदम शांततेच्या अनुभवात मस्त होते. आता ह्या वेळी गंमत बघा हं (जसं लहान असताना अनुभवले तसे) माझे शरीर तळ्याच्या आत आणि मी आत्मा (तिथून) शरीरातून बाहेर पडले आणि तळ्याच्या वरच्या भागात आले. मी सूक्ष्म देहाच्या आधारे हे सगळं अनुभवत होते हे स्पष्टीकरण मला नंतर उमजले. त्यावेळेस काहीच कळत नव्हते. वर येताच मला मी खूप-खूप स्वतंत्र आहे हे जाणवू लागले. खूप मजा वाटली, हलके-हलके वाटले. अचानक मला तळ्यात एक सुंदर शिंपला सागरात असताना तसे दिसले. त्याचबरोबर एक दोन वर्षाचा मुलगा त्यात बुडतोय हेही दिसले आणि मला माझ्या शरीराच भानही नव्हतं की ते तळ्याच्या बुडाला पडलंय. त्याचं काय होत असेल? जराही विचार नाही. मी फार-फार मजेत होते तळ्याच्या वरच्या भागात प्रकाशाच्या शरीरात. पण त्या बुडणाऱ्या मुलाला पाहून मला हे वाटायला लागलं की कसेही करून ह्याला वाचवायला हवे. म्हणूनच मला माझे शरीर आठवले. आता आपल्या शरीरात परत जावला मी काय करू बरं? तेवढ्यात, मला एक मुलगी दिसली ती त्या तळ्यात पोहत होती मी तिला म्हटलं, माझ्या शरीराला (मला) बाहेर काढतेस का? तिनेही मला माझा हात पकडून बाहेर आणले. बाहेर आल्यावर सगळे डॉक्टर्स जमा झाले. माझी विचारपूस करू लागले की, मी ठीक आहे का? कुणीतरी माझ्या पाठीवर जोर देऊन शरीरात गेलेलं पाणी काढलं. जरा बरे वाटल्यावर मी तिथेच शांत होऊन बसले, विचार करायला लागले.' का बरं मला असा अनुभव झाला असेल! आम्ही सर्व डॉक्टर्स नव्यानेच रुजू झालो होतो मिलिट्री कॅम्पला. त्यामुळे सर्वांची एकमेकांशी फारशी ओळख नव्हती. तरी मी एका डॉक्टरला मला आलेला विलक्षण अनुभव ऐकवला. 'मी शरीराबाहेर असताना जेव्हा बुडणारा मुलगा मला दिसला, तेव्हा मी विचार केला मला आता आपल्या शरीरात परतावे लागेल, जर ह्या मुलाला वाचवायचे असेल तर! मी जेव्हा शरीरात जाऊन बाहेर आले, तेव्हा शुद्धिवर येताच मी बाकीच्यांना सांगितलं की एक छोटा मुलगा तळ्याच्या तळाला गेलाय. तो बुडतोय कृपा करून तुम्ही त्याला वाचवा. तेव्हा एका माणसाने त्या मुलाला वाचवले. मी नंतर त्याला म्हटलं, तुम्ही माझ्या बरोबर याल का? (कारण वर सांगितल्याप्रमाणे मी एक सुंदर शिंपला वरून बघितला होता. समुद्रातले शिंपले वेगळे असतात. पण हा तर मोठ्या तळ्यातला शिंपला होता.) तो हो म्हणाला मग आम्ही दोघं चालू लागलो. १ किमी दूर होते ते खूप गवत, झाडं तुडवत आम्ही पोचलो तसं शिंपली मला दिसली. मी लगेच उचलून हातात घेतली. मी त्या डॉक्टरला म्हटलं, जेव्हा माझं शरीर तळ्याच्या बुडाला होतं आणि मी वरती प्रकाशाच्या शरीरात होते, तेव्हा हाच शिंपला मला दिसला होता. तो म्हणाला ही खूपच विस्मयकारक गोष्ट आहे. असे शक्य आहे का? मी म्हटलं बघा हा शिंपला तुमच्यासमोरच आहे हा मी वरून बघितला होता.

दोन दिवसांनंतर मी काही खरेदी करण्यासाठी गेले होते. मी तर शाकाहारी होते. त्यामुळे मांसाहार हा माझ्यासाठी अभक्ष्य होता. मी विचार केला मॉलमध्ये जाऊन एखाद्या भारतीय व्यक्तीला विचारीत होता की इथे वाणसामानाच दुकान आहे का? मॉलमध्ये जाताच मी एका दुकानाची पाटी बघितली. त्यावर लिहिलेलं होतं Jewels of India हे वाचलं आणि वाटलं अरे हे तर आपलेच भारतीय दुकान आहे. मी लगेच त्या दुकानात प्रवेश केला. तिकडच्या Sales girl ला विचारले की, इथे भारतीय अन्नधान्याचं (Indian grocery store) दुकान आहे का? भारतीय भाज्या मिळतात का? ती म्हणाली नाही हो इथे तसं काही मिळत नाही. मग मी तिला विचारलं, 'तुम्ही कोणत्या भाज्या खाता? तिने मला एक-दोन दुकानांची नावं सांगून तिथे कोणत्या भाज्या मिळतात तेही सांगितलं. मी त्या दुकानातील showcases बघत होते. त्यात मला एक खूप सुंदर चमकदार शिवबाबांचा बिल्ला (badge) दिसला. त्यावेळी

मला हे माहीत नव्हतं, की हा ब्र.कु.चा बिल्ला आहे. पण मला तो बिल्ला फार आवडला. मी त्या माणसाला (salesman) विचारलं 'हा कितीला मिळेल? मला विकत घ्यायचाय तो म्हणाला घ्या की फक्त दोन डॉलर, मला वाटलं तो २०० डॉलर म्हणतोय. मी त्याला म्हटले माझ्याकडे २०० डॉलर आत्ता तर नाहीत. पण तुम्ही माझा (फोन) दूरध्वनी क्रमांक घेता का? नाव पण लिहून ठेवा. मी लगेच पैसे घेऊन येते.' तो म्हणाला अहो काही गरज नाही, तो काही फार महाग नाही दोनच डॉलरचा तर आहे. नकली आहे तो असली नाही. तुम्ही घेऊन जा. मी लगेच तो घेतला. त्याने माझा दूरध्वनी क्रमांक आणि नाव (माझ्या आग्रहामुळे) लिहून घेतला. त्यानंतर त्या माणसाने मला सतत ३-४ वेळा फोन केला. म्हणाला की, ज्यांचे हे दुकान आहे न, 'Jewels of India' त्यांच्या घरी एक मोठी व्यक्ती (दादी) येत आहेत. त्यांच्याकडे एक सत्संग आहे राजयोगाचा. तर तुम्हाला निमंत्रण आहे. तुम्ही तिथे ध्यानधारणेच्या कार्यक्रमाला (meditation) या. मी म्हटलं, 'अहो मी फार व्यग्र आहे, माझी नवी-नवी नोकरी आहे. मी रात्री १० पर्यंत दवाखान्यातच असते. मी नाही येऊ शकणार. शक्यच नाही, जमणार नाही हो'. परंतु त्यांचा तिसऱ्यांदा फोन आला. तेव्हा मात्र मला राहवले नाही. वाटले हे लोकं फारच आग्रह करत आहेत. आपण जायला हवे. मग मी त्या व्यक्तीच्या घरी ध्यानाच्या कार्यक्रमासाठी गेले. पण मला अंमळ उशीरच झाला होता. एका मोठ्या खोलीत मोठ्या दादी प्रकाशमणीजी ध्यानाचे सत्र घेत होत्या. तिथे १५ लोकं होती. आपण प्रार्थना करतो (लौकिकात) तसे सर्वांचे चेहरे झुकलेले होते. पण दादींचे डोळे उघडे होते. त्या सर्वांना दृष्टि देत होत्या. मी खूपच बुचकळ्यात पडले, की हे काय चाललेय कारण मी कधीच भक्ती केली नव्हती. ध्यान धारणेचं नावही ऐकलं नव्हतं. ह्या सर्वांशी माझा दूरूनही संबंध नव्हता. मी राजयोग, सत्संग अशा गोष्टी कधीच केल्या नव्हत्या. मी मनात म्हटलं ह्या समोर बसलेल्या बाई (दादी) आहेत न, त्या वळून बघत आहेत.

माझी आणि दादींची ती प्रथम भेट ! तिथून पुढल्या काळात मी ईश्वरी ज्ञान ऐकले. सर्व दादी आणि वरिष्ठ भाऊ-बहीणींचे उदंड प्रेम मिळाले आणि मी ज्ञान मार्गस्थ कधी झाले ते कळले देखील नाही. आजवर शिवपित्याकडून इतक्या गोष्टींची प्राप्ती झाली आहे. त्याची मोजदाद करणे कठीण आहे. शिवपित्याकडून आजतागायत ज्ञान प्राप्ती होत आहे. सर्व शास्त्रे, वेद-पुराण सर्वांचे सार गवसले. ॐकाराचा अर्थ जाणला. शेवटी इतकेच म्हणते आणि विराम देते.

तेथें शब्दब्रह्म कवळले। ते मियां गुरुकृपा नमिले। आदिबीज।। (ज्ञाने. अ.१ ओ. २०)

***

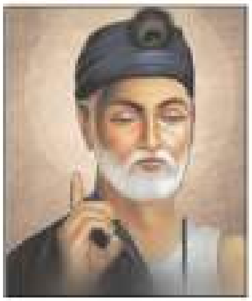
(पृष्ठ क्र.१६ वरुन)

(बाबांची) च्या आठवणीत बसले आणि बाबांशी (बोलायला) रूहरिहान करू लागले. 'ऐ माझ्या मौला, आज जुम्मे रात्रीच्या दिवशी मी तुझ्या नावे कुर्बान होणार आहे.' तेव्हा माझा मौला मला म्हणाला, '(बच्ची), मुली, मी सर्वशक्तिवान. खुदा दोस्त तुझ्या बरोबर आहे. तेव्हा तू घाबरू नकोस. हा तर एक खेळ चालू आहे. खेळात कुणी घाबरतं का बाळा! तुझ्या केसांना ही कुणी धक्का लावू शकणार नाही. बघ!'

साधारण अर्ध्या तासाने मी हळूच खोली बाहेर येऊन डोकावले. तर माझा भाऊ स्वतःच्या खोलीत जाऊन निद्राधीन झाला होता. ते बघून मी मनापासून बाबांचे आभार मानत आश्रमात जायला निघाले. त्या दिवसापासून माझ्या मनात सतत हीच गोष्ट राहू लागली. 'फानुस बनके हवा जिसकी हिफाजत करें, वह शमा ही क्या बुझे, जिसे रोशन खुदा करें...

माझी अतूट लगन आणि हिम्मत बघून मला वर्षभरानंतर खुदाच्या रुहानी वतनात प्रिय अशा माउंट आबूच्या रुहानी अब्बाच्या घरात येण्यासाठी सुट्टी (परवानगी) मिळाली. इथे येऊन पूर्ण झाली. तरीही मनात एक इच्छा अजूनही होतीच. की मलाही खुदाने आपली खिदमत (सेवा) करण्याची संधी दिली, तर मी कितीतरी भाग्यवान समजेन स्वतःला ! माझी ही शुभ इच्छा देखील माझ्या प्रियाने (माशूक) ऐकली हो ! थोड्याच दिवसांत ब्र.कु. आरती बहिणीकडून प्रेरणा घेऊन मी खुदाई खिदमत मध्ये हजर झाले. आज माझ्या हृदयातून हेच गीत निघते. धन्य धन्य हो गये. हम प्रभू को पा गये, गा रही है जिन्दगी काम उनके आ गये।

***



एक तरी दोहा अनुभवावा

१. गुरुविण ज्ञान न उपजै गुरुविण मिलै न मोष। गुरुविण लखे न सत्य को, गुरुविण मिटै न दोष।।

गुरुविण ज्ञान मिळत नाही मोक्ष मिळत नाही. साक्षात् परमात्माच सत्गुरू बनून ज्ञान देतो व विकारांपासून मुक्तता देतो.

सद्गुरुविना सत्य असत्याचा भेद समजत नाही व तसेच जन्मोजन्मी केलेल्या पापांचा दोष नाहीसा होत नाही. येथे मोक्ष म्हणजे जन्म-मृत्यूपासून सुटका असा अर्थ न घेता अवगुण वा विकारांपासून मुक्ती असा अर्थ घेतल्यास जास्त उचित ठरेल.

२. गुरु नारायण रुप है गुरु ज्ञान को घाट। सतगुरुवचन प्रताप सो मन के मिटे उच्चाट।।

सत्गुरु हा प्रत्यक्ष परमेश्वर स्वरुप आहे. ज्ञानगंगेने पाप धुणारा घाट आहे. गुरुच्या वाणीने मनातील सर्व शंका कुशंकांचे निराकरण होतं. संगमयुगात प्रत्यक्ष परमात्माच शिक्षक व सद्गुरूची भूमिका निभावतो. त्याच्या ज्ञानानेच मनुष्यात्म्याचे कल्याण होते.

३. गुरुसमान दाता नाही याचक सीष समान तीन लोक की सम्पदा सो गुरु दीन्ही दान

सत्गुरुसारखा दाता व शिष्यासारख्या याचक कुणी नाही.

तिन्ही लोकांमधे ज्ञानरुपी अनमोल संपत्ती समान काही नाही आणि शिष्याने याचना केल्यावर तो ती सहज दान करतो.

अनुवाद : ब्र.कु. दिनेश डांगे, कोल्हापूर

***

(पृष्ठ क्र.२२ वरून)

अनाडी बच्च्यांना मी सत्ययुगाची राजधानी दाखवली व निसर्गाने सुद्धा त्यांना चांगली साथ दिली.

बाबांची सगळी वाणी ऐकल्यानंतर मी अवाक् झालो पुंडलिकाच्या भेटीसाठी पांडुरंग आला होता. अतींद्रिय सुख म्हणजे काय असतं याची अनुभूती मला झाली.

ही आठवण कोल्हापूरला येईपर्यंत तर राहिलीच; पण हे जन्मभरात विसरू शकणार नाही.

'सच्चे दिलपर साहेब राजी' म्हणजे काय ते मला समजले. मी स्वत:ला त्या क्षणापासून परम भाग्यवान समजू लागलो.

माझं जीवन धन्य झालं!

***

(पृष्ठ क्र.२४ वरून)

येईल. हाच आपल्या जीवनाचा उद्देश्य असावा. त्यामुळेच शक्तीशाली मन, बाह्य परिस्थितीतून येणाऱ्या अडचणींवर, लोकांच्या भाव-स्वभाव बोल सर्वांवर सकारात्मक विचारांनी पार घेऊन जाईल आणि एक वेळ अशी येईल की जीवनातून नकारात्मक संपून जातील. मन हलके राहील.

***

चांगले विचार

जुन्या वह्यांची राहिलेली कोरी पाने, किंवा प्रिंटआऊट साठी वापरलेली पाठकोरी पाने - फेकून देऊ नये. वह्या, पुस्तके बनवण्यासाठी झाडच्या झाडं कापली जातात. आता आपण ह्यांना ही कामी लावू. पाठकोऱ्या कागदांचा काही लिहिण्यासाठी वापर करावा अथवा घरातील अन्य कामे जसे यादी तयार करणे, अभ्यासासाठी, नोट लिहायला वापरावे. तुम्ही ह्यांना एकत्र करून तो गठ्ठ एखाद्या पुठ्ठ्यावर स्टेपल करू किंवा शिवू, चिकटवू शकता. त्याची तयार झालेली वही आपण वरील गोष्टींसाठी वापरूया.