परमपिता परमात्मा त्रिमुर्ती शिवभगवानुवाच 'मन्मनाभव।'

अमृतकुंभ

वर्ष १० • अंक १ • एप्रिल–मे २०१६

मुखपृष्ठाविषयी

मुखपृष्ठावरील चित्रात एक खेळ दाखवला आहे. 'Ball in Maze Pazzle' (चक्रव्युहासारखा गोळ्यांचा खेळ) असे त्याचे नाव आहे. या खेळात मध्यभागीच्या मोकळ्या जागेत गोळी नेऊन ठेवायची असते. मधोमध गोळी नेताना मोठ्या धीराने बरीच कसरत करावी लागते. कधी-कधी सेंटरजवळ गोळी जाता-जाता बाहेरच्या रिंगणात फेकली जाते. ब्राह्मण जीवनाशी या खेळाचे बरेचसे साम्य आहे.

पुरुषार्थी ब्रह्मावत्सांच्या जीवनाचे अंतिम ध्येय आहे - कर्मातीत अवस्था प्राप्त करणे. (अर्थात कर्म करतानाही कर्माच्या चांगल्या-वाईट परिणामांपासून अतीत) स्थितप्रज्ञ वृत्ती धारण करणे, हे आहे. कधी-कधी पुरुषार्थी जीवनामध्ये अशी काही परिस्थिती येते की ज्याने स्थिती डोलायमान होते; ध्येयापासून दूर जात आहोत असे वाटते. परंतु तरीही धीराने, न डगमगता, मन-बुद्धीचे संतुलन साधत प्रत्येक ब्रह्मावत्स कर्मातीत स्थिती प्राप्त करण्याचा प्रयत्न करीत असतो. अशी स्थिती प्राप्त करणारे वा तिच्या निकट पोहोचणारे परमानंदाचा अनुभव करतात. परंतु जे आपल्या पुरुषार्थाने कर्मातीत बनत नाहीत त्यांना मात्र समयानुसार विनाशाच्या वेळी, शिक्षा भोगून कर्मातीत बनावे लागते. मगच ते आपल्या घरी परमधाममध्ये जातात. हाच आशय या चित्रात दाखविला आहे.

- प्रकाशक अमृतकुंभ

अंतरंग

१.	सत्यतेची महानता... (संपादकीय)	२
२.	वाचकांशी हितगुज	४
३.	दृढ संकल्पाचे महत्व	५
४.	यज्ञस्नेही ब्रह्माकुमार देवतरामभाई	७
५.	ईश्वरी कार्यव्यवहारात आदर्श व्यवस्था संपन्न करण्याची आवश्यकता	८
६.	सहयोग करो, सहयोग करो...	१०
७.	दु:खाचे मूळ कारण –मोह	१३
८.	असत्य नरनारीपासून सत्य श्री लक्ष्मी नारायण बनण्याची सत्य कथा	१५
९.	सचित्र सेवावृत्त	१७
१०.	विचारधारा बदला	२१
११.	तणावमुक्त जीवन	२४
१२.	रोज आपली दिनचर्या (चार्ट) लिहिणारा...	२५
१३.	भारताचा प्राचीन राजयोग	३०
१४.	असे हे संगमयुगी वारसदार (कविता)	३३
१५.	गाव आमुचे गोकुळ झाले (अनुभव)	३४
१६.	सचित्र सेवावृत्त	३५

फोटो, लेख, आदी पाठविण्याचा पत्ता : संपादक - अमृतकुंभ, द्वारा : प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज्, ए-१०, वर्षा अपार्टमेंट, छत्रपती शिवाजी सोसायटी, कोपरी कॉलनी, ठाणे (पूर्व) - ४००६०३, • **वर्गणी पाठविण्याचा पत्ता** : बी.के.गोदावरी, प्रकाशक अमृतकुंभ द्वारा : प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज्, ए-१०, वर्षा अपार्टमेंट, छत्रपती शिवाजी सोसायटी, कोपरी कॉलनी, ठाणे (पूर्व) - ४००६०३. फोन : ०२२-२५३२२२०८. मोबाईल : ९८२००२३०९२ • E-mail :info@amrutkumbh.com.

डिमांड ड्राफ्ट 'अमृतकुंभ' या नावाने पाठवावा.

वार्षिक वर्गणी रु. ६५/- • आजीव सभासद वर्गणी रु. १,३००/-

E-magazine साठी पुढील संकेतस्थळाला (वेबसाईटला) भेट द्या - www.amrutkumbh.com

सत्यतेची महानता...

परमात्म प्रत्यक्षतेचा आधार सत्यता आहे. सत्यता हीच वास्तविक प्रत्यक्षता आहे. एक आहे स्वतःच्या स्थितीची प्रत्यक्षता आणि दुसरी आहे सेवेची प्रत्यक्षता. सत्यतेचा आधार आहे स्वच्छता व निर्भयता या दोन्ही धारणांच्या आधारेच प्रत्यक्षता होईल. कुठल्याही प्रकारची अस्वच्छता अर्थात जरासुद्धा सत्यता वा स्वच्छतेची कमी असेल तर प्रत्यक्षता होणार नाही. आजपर्यंत आपण आत्मिक बॉम्ब लावले. याद्वारे केवळ अज्ञान निद्रेत झोपलेल्या कुंभकर्णाची झोप चाळवली गेली; परंतु आता आपल्याला परमात्म बॉम्ब लावायचा आहे. आत्मिक बॉम्ब अर्थात आत्मिक सुख वा आत्मिक शांतीची अनुभूती, आत्मीयतेची अनुभूती, स्नेहाची अनुभूती इत्यादी भिन्न-भिन्न शस्त्रांचा आपण समयानुसार वापर केला. **परंतु आता शेवटचा बॉम्ब आहे- परमात्म बॉम्ब अर्थात शिवबाबांची प्रत्यक्षता. जो ही आपल्याला पाहील, आपल्या संपर्कात येऊन ज्ञान ऐकेल, त्याच्या मुखातून हेच शब्द निघाले पाहिजेत की परमात्मा शिवपिता (शिवबाबा) आले आहेत. हा अंतिम बॉम्ब आहे ज्याद्वारे चारही दिशांना परमात्म प्रत्यक्षतेचा आवाज होईल. आता केवळ हे कार्य आपल्याला करायचे आहे.**

सत्यता या शब्दाचा अर्थ

सत् या शब्दाचे दोन अर्थ आहेत. एक सत् अर्थात सत्य व दुसरा सत् अर्थात अविनाशी. परमात्मा शिवपिता सत्य आहे तसेच अविनाशी देखील आहे. त्यामुळे त्याच्याकडून जे ज्ञान मिळाले ते सर्व सत्य व अविनाशी आहे. भक्त लोक ईश्वराची महिमा 'सत्यम् शिवम् सुंदरम्' अशी गातात. ते देखील ईश्वराला सत्य व अविनाशी मानतात. 'गॉड इज ट्रुथ' असे म्हणतात. सिंधी भाषेत एक म्हण आहे 'सच तो बिठो नच' दुसरी एक म्हण आहे 'सच की नाव हिलेगी लेकिन डूब नही सकती।' यज्ञाच्या सुरुवातीच्या काळात लोकांनी ब्रह्मावत्सांना सत्य ज्ञानापासून विचलित करण्याचे खूप प्रयत्न केले. हे ज्ञान असत्य आहे, केवळ कल्पना आहे वगैरे. परंतु 'सच तो बिठो नच' या म्हणीप्रमाणे ब्रह्मावत्स सत्यतेच्या महानतेच्या नशेत सदैव खुशीच्या हिंदोळ्यात झोके घेत होते. सदैव खुशीत नाचत होते.

तात्पर्य म्हणजे सत्यतेची शक्ती इतकी महान आहे की त्याद्वारे सर्व आत्म्यांच्या भाग्याची रेषा खेचली जाते. कलियुग परिवर्तन होऊन सत्ययुग येते. सारी प्रकृती सतोप्रधान बनते. प्रत्येक आत्मा आपल्या सत्यतेच्या शक्तीद्वारे, आपल्या धर्मात, आपल्या समयानुसार सद्‌गती प्राप्त करतो.

आजही सत्यता प्रत्येक आत्म्याला आकर्षित करते. आजच्या दुनियेला 'झूठ खंड' म्हटले जाते. येथे सर्व काही झूठ वा असत्य आहे अर्थात सर्वत्र असत्याची मिलावट (भेसळ) आहे. तरी देखील या दुनियेत जे सत्यतेची शक्तीवाले आहेत; तेच विजयी बनतात. सत्यतेद्वारेच खुशी व निर्भयतेची प्राप्ती होते. सत्य बोलणारा सदैव निर्भय असतो. त्याला कधीच भय वाटत नाही. याउलट जो सत्य बोलत नाही त्याला सारखे भय वाटत असते. **संगमयुगात आपण ब्रह्मावत्स सत्यतेची शक्ती धारण करणारे श्रेष्ठ आत्मे आहोत. आपल्याला सत्यज्ञान, सत्य पिता, सत्य प्राप्ती, सत्य याद, सत्य गुण, सत्य शक्ती अशा सर्व गोष्टींची अविनाशी प्राप्ती झाली आहे.**

मन व कर्मात सत्यता व स्वच्छता असणारेच भोलेनाथला प्रिय

भोलानाथ शिवबाबांना सर्वात प्रिय भोळी मुले (आत्मे) आहेत. भोळे अर्थात जे सदा सरळ स्वभावी, शुभ भाव व स्वच्छता संपन्न, मन व कर्मात सत्यता व स्वच्छता असणारे; अशी भोळी मुलेच भोलानाथ शिवबाबांना आपल्याकडे आकर्षित करतात. अशा मुलांची गुणमाला शिवबाबा स्मरण करतात. तात्पर्य म्हणजे भगवंताला भोळेपणाच प्रिय आहे.

संगमयुगी अलौकिक ब्राह्मणांचे मुख्य कर्म आहे सदा सत्य शिवबाबांचा परिचय देणे. याचेच प्रतीक म्हणून आजही लौकिक ब्राह्मण कथा करतात.आपण मात्र कथा करत नसून, परमात्म्याचा सत्य परिचय सांगतो. या सत्य ज्ञानाच्या आधारेच मानव देवता बनतो. म्हणूनच विष्णुच्या विराट रूपात अलौकिक ब्राह्मणांचे स्थान चोटीवर दर्शविण्यात येते. **चोटीवाले ब्राह्मण अर्थात सदैव उच्च स्थितीत राहणारे. अशा प्रकारच्या उच्च स्थितीत राहण्यासाठी पहिली गोष्ट म्हणजे आपल्या सत्य आत्मिक स्वरूपाची सदा स्मृती असली पाहिजे. दुसरी गोष्ट म्हणजे स्मृतीत ही सत्यता अर्थात एक शिवबाबा दुसरा कोणी नाही. या सत्य स्मृतीने चेहरा व चलन यामध्ये रॉयल्टी दिसून येईल. प्रत्येक बोल व कर्म श्रेष्ठ असल्याने, जो ही आपल्या संबंध-संपर्कात येईल त्याला ब्रह्माबाप समान चारित्र्याचा अनुभव होईल.** प्रत्येक बोल समर्थ अर्थात फल देणारा असेल. याला म्हणतात सत्-वचन. अशा आत्म्याचे रीयल व रॉयल नयन अर्थात दिव्य दृष्टी जादूच्या

वस्तूसारखे काम करेल. एका क्षणात स्थूल वलन, संगमयुगाच्या सुखाची अनुभूती करवतील, एका क्षणात फरिश्ता स्वरूपाचा अनुभव करवतील, एका क्षणात परमधाम निवासी आत्मिक स्वरूपाचा अनुभव करवतील, एका क्षणात स्वर्गातील सुखमय जीवनाचा अनुभव करवतील.

सत्यतेसाठी सहनशक्तीची आवश्यकता

आजच्या दुनियेत लोक स्पष्टपणे बोलतात की आजकाल खऱ्याचा जमाना नाही त्यामुळे खोटे बोलावेच लागते; परंतु आपण पिताश्री ब्रह्माबाबांचे जीवन चरित्र पाहिले. ते सर्वांच्या बरोबरच राहिले. सत्यता व पवित्रतेच्या बाबतीत लोकांकडून त्यांना खूप विरोध झाला. लोकांनी त्यांना असा सल्ला देखील दिला की तुम्ही असे सांगू नका की पवित्र राहिलेच पाहिजे. त्या ऐवजी असे म्हणा की थोडे-थोडे पवित्र राहा. परंतु ब्रह्माबाबा लोकांना कधीच घाबरले नाहीत. त्यांनी लोकांचा विरोध सहन केला. त्याचीच फलश्रुती आज आपण पाहत आहोत. सत्यतेच्या व पवित्रतेच्या शक्तीमुळेच आपल्या संस्थेने काही वर्षापूर्वी अमृत महोत्सव साजरा केला. जर आपल्यात सत्यतेची व पवित्रतेची धारणा नसती तर आपल्या चेहऱ्यावर तसेच आपल्या आचरणात दुसऱ्यांना दिव्यता अनुभवाला आली असती का? **त्यामुळे कशीही परिस्थिती आली तरी सत्यता व पवित्रता या दोन गोष्टींपासून किनारा करू नका. त्यांच्या धारणेत कुठलीही चतुराई करू नका. सदैव लक्षात ठेवा की सत्यता व पवित्रतेसाठी कितीही सहन करावे लागले तरी ते सहन करणे नसून, आपल्या खात्यात सहनशक्तीच्या रूपाने जमा करण्यासारखे आहे.**

सत्यता व शीतलता या दोन्ही शक्ती समान रूपात आवश्यक

आजच्या जगात प्रत्येक मनुष्य कुठल्या ना कुठल्या अग्नीत जळत आहे. अशा आत्म्याला, प्रथम शीतलतेच्या शक्तीने शांत करा. तेव्हाच तो शीतलतेच्या आधारे सत्यतेला जाणू शकेल. सत्यता व शीतलता या दोन शक्तींनी सहजच सफलता प्राप्त होते. एकीकडे सत्यतेच्या शक्तीचा उच्च नशा व दुसरीकडे तितकीच शीतलता असली पाहिजे. यामुळेच कितीही उलटा नशा असणाऱ्याला वा क्रोधित आत्म्यालाही शीतलता प्राप्त होईल. कोणी कितीही अहंकाराच्या नशेत 'मी-मी' करणारा असला तरी शीतलतेच्या शक्तीने 'बाबा-बाबा' म्हणायला लागला पाहिजे. अशा रीतीने सत्यतेला देखील शीतलतेच्या शक्तीनेच सिद्ध करता येते.

या झूठ खंडात आपण सर्वांनी पिताश्री ब्रह्माबाबांना सत्यतेच्या अथॉर्टीचे प्रत्यक्ष प्रमाण म्हणून पाहिले. त्यांच्या अथॉर्टीच्या बोलमध्ये कधीही अहंकाराची भासना नव्हती. त्यांच्या अथॉर्टीच्या बोलमध्ये सदैव स्नेह सामावलेला होता. **त्यामुळे पिताश्रींना फॉलो करताना आपण प्रत्येकाने स्नेह व सत्यतेची अथॉर्टी तसेच निर्माणता व महानता या दोन्ही गोष्टींचा बॅलन्स (संतुलन) अवश्य ठेवला पाहिजे.**

रीयल्टी, रॉयल्टी व युनिटी या तीन गोष्टी बापसमान बनण्यात सहयोगी

संकल्प, बोल व कर्म या सर्व गोष्टींत रीयल याला म्हणतात रीयल्टी (अर्थात सत्यता). सत्यतेची निशाणी आहे-'सच तो बिठो नच' अर्थात जो खरा असेल तो खुशीत नाचत राहील. दुसरी गोष्ट आहे रॉयल्टी-(अर्थात राजघराण्याची प्रतिष्ठा) छोट्या-छोट्या गोष्टीत कधीही बुद्धीचा झुकाव होता कामा नये. जशी राजघराण्यातील मुलांची नजर कधीही छोट्या गोष्टींकडे जात नाही; कारण जो रॉयल असतो तो सदा प्राप्ती स्वरूप असतो. त्यामुळे त्याची नजर वा बुद्धी कुठे जात नाही. ज्ञानमार्गात आहे. आत्मिक रॉयल्टी. तिसरी गोष्ट आहे युनिटी (अर्थात एकता) प्रत्येक गोष्टीत संकल्प, बोल व कर्मात सदैव एकदुसऱ्यात युनिटी दिसली पाहिजे. ब्राह्मण अर्थात एक. ब्राह्मण ९ लाख नाहीत. ब्राह्मण म्हणजे एक. याला म्हणतात युनिटी. कोणी ब्राह्मण परिवाराची एकता तोडण्याचे कार्य करीत असेल तर आपण आपली एकता कायम टिकवली पाहिजे म्हणजे एकता अबाधित राहील. अशा रितीने रियल्टी, रॉयल्टी व युनिटी या तीन गोष्टी बापसमान बनण्यात सहयोगी आहेत.

सत्यता हीच महानता

अलौकिक ब्राह्मणांची महानता ही सत्यतेच्या आधारावरच आहे. याचा पहिला पाया आहे - ज्ञान अर्थात आपल्या स्वरूपाच्या सत्यतेला जाणणे. आपले सत्य स्वरूप काय आहे व आजवर आपण काय मानत होतो? **त्यामुळे पहिले सत्य म्हणजे आपण आत्म स्वरूपाला जाणले. जोपर्यंत हे सत्य आपण जाणत नव्हतो तोपर्यंत आपल्यात महानता नव्हती. आपण महानतेचे पुजारी होतो; परंतु जेव्हा आपण हे सत्य जाणले तेव्हा आपण महान आत्मा बनलो. आता सत्यतेच्या अथॉर्टीने आपण दुसऱ्यांना समजावून सांगतो की आपण आत्मा आहोत. त्याचप्रमाणे आपल्याला सत्य पित्याचा सत्य परिचय प्राप्त झाल्याने, सर्वांना सांगतो की 'परमात्मा आपला पिता आहे.'** त्याच्याकडून आपल्याला मुक्ती व जीवनमुक्तीचा वारसा प्राप्त होतो. तसेच सृष्टिचक्राचा परिचय प्राप्त झाल्याने आपण सर्वांना सांगतो की हे सृष्टिचक्र आता समाप्त होत आहे. पुन्हा त्याची पुनरावृत्ती होईल. आता कलियुग संपून संगमयुगाचा समय चालू आहे. या सर्व गोष्टी आपण लोकांना सत्यतेच्या अथॉर्टीने सांगतो. याच अथॉर्टीने आपण अज्ञान निद्रेत झोपी गेलेल्या मानवाला (अर्थात कुंभकर्णाला) जागवत आहोत. अशा रितीने सत् बाप, सत् शिक्षक व सत् गुरुद्वारे आपल्याला सत्यतेची शक्ती प्राप्त झाली आहे. प्रत्येक ब्रह्मावत्स सत्यतेच्या शक्तीचा, तिच्या महानतेचा अनुभव आपल्या जीवनात करीत आहे. सारांशाने असे म्हणता येईल-

सत्यतेची शक्ती असे सर्वोपरि महान।
याच शक्तीने मानव होतसे देवसमान।।

सद्गुण जीवनाला मूल्यवान बनवितात

पवित्रता	: सर्व सद्गुणांची **जननी** आहे.
शांती	: सर्व सद्गुणांचा **राजा** आहे.
प्रेम	: सर्व सद्गुणांची **राणी** आहे.
सहनशीलता	: सर्व सद्गुणांचे **सिंहासन** आहे.
विश्वास	: सर्व सद्गुणांचा **मुकुट** आहे.
सत्य	: सर्व सद्गुणांचा **आधार** आहे.
धैर्य	: सर्व सद्गुणांचा **किल्ला** आहे.
गंभीरता	: सर्व सद्गुणांचा **रक्षक** आहे.
स्थिरता	: सर्व सद्गुणांचा **सेतू** आहे.
मनन	: सर्व सद्गुणांच्या **शोधाचे रहस्य** आहे.
अंतर्मुखता	: सर्व सद्गुणांपर्यंत **पोहोचण्याचा मार्ग** आहे.
दृढता	: सर्व सद्गुणांना **धारण करण्याची किल्ली** आहे.
साहस	: सर्व सद्गुणांचे **हृदय** आहे.
इमानदारी	: सर्व सद्गुणांचा **सोबती** आहे.
मधुरता	: सर्व सद्गुणांचा **स्वाद** आहे.
नम्रता	: सर्व सद्गुणांचा **सुगंध** आहे.
साधेपणा	: सर्व सद्गुणांची **सुंदरता** आहे.
हर्षितमुखता	: सर्व सद्गुणांचे **प्रत्यक्ष प्रमाण** आहे.
संतुष्टता	: सर्व सद्गुणांचा **आंतरिक पुरावा** आहे.
आदर	: सर्व सद्गुणांचे **प्रदर्शन** आहे.
सरळपणा	: सर्व सद्गुणांना **विकसित होण्यासाठी संधी** देणारा आहे.

या सर्व सद्गुणांचे स्वरूप बनून आपले जीवन महान, मूल्यवान असल्याचा अनुभव करा.

वाचकांशी हितगुज

१) अमृतकुंभ व अमृतकलश या दोन्ही द्वैमासिकांचा विचार करता, सन २०१६-१७ हे मराठी द्वैमासिकाचे ३२ वे वर्ष आहे. त्यानिमित्त अनेकांनी आपल्या शुभेच्छा कळविल्या आहेत. आजवर वाचक वर्गाने जो उदंड प्रतिसाद दिला, त्याबद्दल सर्वांचे मन:पूर्वक आभार!

२) **काही सेवाकेंद्राकडून 'अमृतकुंभ'ची सन २०१६-१७ ची मागणी अद्याप प्राप्त झाली नसल्याने, संबंधीत टीचर बहिणींनी ती फोन, ई-मेल अथवा स्पीड पोस्टाद्वारे त्वरीत कळवावी. तसेच वर्गणीची रक्कम शक्य तितक्या लवकर पाठवून ईश्वरी सेवेत सहयोग द्यावा. तसेच वाढत्या महागाईमुळे सन २०१६-१७ ची वार्षिक वर्गणी रु.६५/- करण्यात आली आहे. याची नोंद घ्यावी.**

-प्रकाशक अमृतकुंभ

अमृतवेळेचे महत्त्व

शिवबाबा देती वरदान... अमृतवेळेला
उघडते खजिन्यांची खाण... अमृतवेळेला
बापदादा फेरी मारतात... अमृतवेळेला
सर्व प्राप्ती करवितात... अमृतवेळेला
भोलानाथ भाग्य वाटतात... अमृतवेळेला
कुशीत घेऊन स्नेह उधळतात... अमृतवेळेला
संस्कारांना आपल्या बदलतात... अमृतवेळेला
सूक्ष्मवतनची यात्रा करवितात... अमृतवेळेला
सकाश देती आम्हा मुलांना... अमृतवेळेला
लाइट हाऊस आम्हास बनवितात..अमृतवेळेला

दृढ संकल्पाचे महत्त्व

- ब्र.कु. भगवानभाई, शांतिवन (आबू रोड)

आपल्या जीवनाला कवडीपासून हिरेतुल्य बनवायचे असेल तर मग आपल्या संकल्पांना दृढ बनवा. ज्याप्रमाणे बीज शक्तिशाली असेल तर त्याचे फळसुद्धा तितकेच चांगले येते त्याप्रमाणे आपले संकल्प दृढ असतील तर आपल्या व्यवहारामध्ये तसेच संस्कारामध्ये सहजच बदलाव हा घडून येतो. याउलट संकल्पांमध्ये जर कमजोरी असेल तर बदलाव दिसून येणार नाही. **संगमयुगाला वरदान आहे की जो संकल्प आपण करतो तो अवश्य फलीभूत होतो. यासाठी आपल्या संकल्पाची निवड करताना वर्तमान व भविष्यातील परिणामांचा विचार करून मगच केली पाहिजे. आपल्या संकल्पाप्रमाणेच वृत्ती, दृष्टी, बोल, कर्म, व्यवहार, संबंध-संपर्क व संस्कार बनत असतात.** संकल्पानुसारच सारे कल्प बनते. आपले संकल्प इतरांविषयी शुभभावना व शुभकामना संपन्न असतील तर आपल्या सभोवती उमंग-उत्साह, निर्भयता, सर्वशक्ति संपन्न, सुखदायी वातावरण निर्माण होते. दृढ संकल्पामुळेच आपण जे परिवर्तन करू इच्छितो तसे घडते.

स्वपरिवर्तन वा विश्व परिवर्तनाचे कार्य दृढ संकल्पाद्वारेच संपन्न होते. आपण जेव्हा हा दृढ संकल्प करतो की मी शरीर नसून आत्मा आहे- या संकल्पाने स्वपरिवर्तन घडून येते. त्याचबरोबर आपण जेव्हा हा दृढ संकल्प करतो की मी आत्मा विश्वाचा आधार व उद्धारमूर्त आहे अर्थात विश्वकल्याणकारी आहे. तेव्हा या संकल्पाने विश्व परिवर्तनासाठी निमित्त बनतो.

संगमयुगामध्ये स्वयं भाग्यविधाताने आपले जन्मजन्मांतराचे भाग्य लिहिण्याची लेखणी जणू आपल्या हातात दिली आहे. आपण स्वत:चे तसेच इतरांचे जितके मोठे भाग्य लिहू इच्छितो तितके त्या लेखणीने लिहू शकतो. ती लेखणी आहे आपल्या मन मंदिरात उठणाऱ्या श्रेष्ठ संकल्पांची लेखणी. याद्वारेच आपण अनेक जन्मांचे श्रेष्ठ भाग्य बनवू शकतो. म्हणूनच आपण आपल्या संकल्प शक्तीला खऱ्या अर्थाने ओळखणे गरजेचे आहे. **जशी श्रेष्ठ संकल्पाद्वारेच ब्रह्माने नवीन सृष्टी रचली तशीच ब्राह्मणांच्या श्रेष्ठ संकल्पाद्वारे देखील सत्ययुगी दैवी सृष्टीची स्थापना होते. म्हणूनच शिवबाबा मुरलीतून नेहमी सांगतात की, 'प्रिय मुलांनो, तुम्ही तुमच्या संकल्पांची बचत करा.'** आपण आपल्या श्रेष्ठ संकल्पाद्वारेच दुसऱ्यांच्या भाग्याची रेषा बदलू शकतो. त्यांच्या जीवनात उमंग-उत्साह वा खुशी भरून, त्यांना आशावादी जीवन जगण्याची प्रेरणा प्रदान करू शकतो. वर्तमान समय हा कल्पाचा शेवटचा समय आहे. तसेच संगमयुगाचा सुद्धा शेवटचा समय आहे. हा समय अतिशय महत्त्वपूर्ण वरदानी समय आहे. हा समय जर साधारण वा व्यर्थ गोष्टीत वाया गेला तर शेवटी आपल्याला पश्चाताप करावा लागेल. हे सर्व टाळण्यासाठी आपला प्रत्येक संकल्प पडताळून पाहा. तो श्रेष्ठ, महान, कल्याणकारी आहे का, हे चेक करा व त्यानुसार कर्म करा. आपण आपल्या महान संकल्पाद्वारेच महान बनू शकतो.

आजपर्यंत आपण व्यर्थ चिंतन, परचिंतन, सूक्ष्म विकार, अविश्वास, ईर्ष्या, घृणा इत्यादी मनोविकारांमुळेच संकल्प शक्तीला ओळखू शकलो नाही. जसे आपण विचार करतो तसेच घडत असते. एकदा एक व्यक्ती आपल्या घराकडे चालत होता. दुपारची वेळ. रखरखत्या उन्हात चालून तो थकला होता. त्याच्या मनात आले की, येथे जर एखादे झाड असते तर किती चांगले झाले असते. थोड्या अंतरावर त्याला एक झाड दिसले. ते झाड कल्पवृक्षाचे होते. त्या झाडाखाली बसल्यावर त्याला वाटले की इथं खाट असती तर किती बरं झालं असतं. त्याला खाट सुद्धा मिळाली. नंतर त्याच्या मनात आले की, येथे जर भोजन मिळाले तर किती चांगले होईल. त्याच्या संकल्पानुसार भोजन सुद्धा मिळाले. आता मात्र त्याच्या मनात शंकेची पाल चुकचुकली. त्याला वाटले की, झाडावर भूत-पिशाच्च तर नाही ना? असा विचार करताच तेथे भूत आले. त्याला पाहून मनात विचार आला की, या भूताने मला मारले तर काय होईल? भूताने खरंच त्या व्यक्तीला मारून टाकले. **तात्पर्य म्हणजे जसे आपण विचार करतो तसेच घडते. म्हणून मनामध्ये कधीही नकारात्मक, कमजोर आणि व्यर्थ संकल्पांचा प्रवेश होऊ देऊ नका, आपल्या मनात सदैव समर्थ, शक्तिशाली, स्वमानयुक्त विचारच असले पाहिजेत. संकल्पांची शक्ती हा आपल्याजवळ असलेला सर्वात मोठा खजिना आहे. त्याचा सांभाळ**

करणे आवश्यक आहे. ज्याचे संकल्प सकारात्मक चालतात तोच गुणवान बनू शकतो. आपल्या श्रेष्ठ संकल्पाद्वारे आपल्या सद्भाग्याची निर्मिती होत असते.

आपल्या संकल्पात दृढता असेल तर कितीही समस्या आल्या तरी आपण विजयी बनू शकतो. महाभारतात भीष्म पितामहांनी दृढ संकल्पाने आजीवन ब्रह्मचर्य पालनाची प्रतिज्ञा केली होती. यावर त्यांचे संबंधी नाराज झाले होते. त्यांच्या जीवनात अनेक समस्या आल्या. त्यांच्यापुढे अनेक प्रलोभने देखील आली. परंतु त्यांच्या दृढतेसमोर कुणाचे काही चालले नाही. त्यांच्या दृढ संकल्पांमुळे ते इतिहासात अमर बनते. तात्पर्य म्हणजे दृढता हाच सफलतेचा आधार आहे. कोणतेही कार्य सफल करण्यासाठी दृढता आवश्यक आहे. दृढ संकल्पामुळेच असंभव कार्यसुद्धा संभव होते. संकल्पामध्ये दृढता असणारा साधक प्रतिकूल परिस्थितीत सुद्धा सहज सफलता प्राप्त करू शकतो.

एक नाटक कलाकार खूप आजारी होता. त्यामुळे डॉक्टरांनी त्याला आराम करण्याचा सल्ला दिला. तसेच अशा परिस्थितीत जर तू नाटकात भूमिका बजावलीस तर तुझ्या जीवाला धोका संभवतो, हा इशाराही दिला. परंतु जेव्हा नाटक सुरू झाले तेव्हा तो कलाकार आपल्या बिछान्यावरून उठला व मनात दृढ संकल्प करून, समर्पित भावनेने, आजाराला पूर्णतः विसरून त्याने आपली भूमिका अतिशय उत्तमरितीने बजावली. दर्शकांनी टाळ्यांच्या गडगडाट करून त्याला दाद दिली आणि त्याला मनपासून आशीर्वादही दिले. फलस्वरूप त्या कलाकाराला इतकी खुशी झाली की, क्षणार्धात त्याचा आजार बरा झाला. ही त्याच्या दृढ संकल्पाची किमया होती.

वर्तमान समयी समाजात दिसून येणाऱ्या अनेक समस्या, संबंधातील कटुता, खून-मारामाऱ्या, कोर्टातील खटले, अनेक शारीरिक आजार हे सर्व नकारात्मक वा व्यर्थ संकल्पांचा परिणाम आहे. याउलट जर आपल्या संकल्पात सकारात्मकता व दृढता असेल तर आपल्या जीवनात दैवी गुण व सर्व शक्ती दिसून येतील. कित्येक साधकांचे प्रश्न असतात की, मी इतके वर्ष ज्ञानात असूनही माझे संस्कार बदलले नाहीत. अधून-मधून ते जागृत (इमर्ज) होतात. **अशाप्रकारे संस्कार परिवर्तन होत नसतील तर त्याचे एकमेव कारण हेच असते की, संकल्पात दृढता कमी असते. म्हणूनच संस्कार परिवर्तन करण्यासाठी दृढ संकल्प करा. त्याचबरोबर दृढतेच्या रोपाला पुन्हा-पुन्हा बेहदच्या वैराग्याचे पाणी द्या म्हणजे सफलता अवश्य प्राप्त होईल.**

आपल्या संकल्पांना दृढ बनविण्यासाठी प्रत्येक संकल्प श्रीमताप्रमाणे, निस्वार्थ, कल्याणकारी, शुभ व समर्थ असावा. आपल्या संकल्पामध्ये दृढता यावी यासाठी ईश्वरी ज्ञानाचा सातत्याने अभ्यास, मनन-चिंतन व योगाभ्यासाची गरज आहे. तसेच कर्माच्या गतिचे ज्ञान, ड्रामावरती विश्वास असला पाहिजे. मुख्य म्हणजे आपल्या संकल्पांमध्ये दृढता आणण्यासाठी आपल्या चिंतनाला सकारात्मक बनविण्याची आवश्यकता आहे.

सदैव लक्षात ठेवा की आपला ब्राह्मण जन्म हा विश्वकल्याणासाठी आहे. त्यामुळे आपले प्रत्येक कर्म हे सत्कर्मच असले पाहिजे. असा दृढसंकल्प करणाऱ्यालाच परमात्मा शिवपिता आंतरिक रूपाने मदत करीत असतो. दृढसंकल्पधारीची देखील परीक्षा अधून-मधून होत असते. (निंदा, ईर्ष्या, व्यर्थ विचार, गैर-व्यवहार या रूपाने) परंतु जर त्या कार्यावरती आपली दृढता, आत्मविश्वास, समर्पणभाव असेल तर आपल्याला सफलता अवश्य प्राप्त होईल. सारांशाने दृढ संकल्पांचा खांब मजबूत असेल तर आपण सफलतेच्या उंच शिखरावर अवश्य पोहचू.

आपण हेही जाणतो की, संकल्प-कर्म-संस्कार-संकल्प हे चक्र अविरत चालू असते. यात परिवर्तन करायचे असेल तर आपल्याला संकल्पापासूनच सुरुवात करावी लागेल. दृढ संकल्प करण्याच्या अभ्यासानेच कार्यात श्रेष्ठता आणणे शक्य आहे. उदा. दक्षिण अफ्रिकेतील भारतीयांची दयनीय अवस्था पाहून प्रथम महात्मा गांधीच्या मनात दृढ संकल्प उत्पन्न झाला की आपण त्यांच्यासाठी काही तरी केले पाहीजे. वास्तविक परिस्थिती अतिशय प्रतिकूल होती. परंतु त्यांच्या दृढ प्रयत्नांमुळे हळू-हळू परिस्थिती बदलत गेली. फलस्वरूप त्यांचे संस्कार श्रेष्ठ बनत गेले. पुढे भारतात आल्यावर त्यांनी अशाच प्रकारचे महान कार्य केले व भारताला स्वातंत्र्य प्राप्त झाले. तसेच आपल्या संस्थेची स्थापना झाली तेव्हा संपूर्ण विश्वाला विकारांच्या बंधनातून मुक्त करण्याचा शुद्ध व दृढ संकल्प प्रजापिता ब्रह्माबाबांनी व आदि रत्नांनी (अर्थात आदि काळातील ब्रह्मावत्सांनी) केला. सुरुवातीला त्यांना अनेकांनी विरोध केला. परंतु त्यांच्या दृढ संकल्पातून निर्माण झालेल्या श्रेष्ठ संस्कारांनी त्यांच्या विरोधकांनाही सहयोगी बनवले. ही सारी आहे दृढ संकल्पांच्या महानतेची किमया!

त्यामुळे स्वपरिवर्तन तसेच विश्व परिवर्तनाचे कार्य तीव्र गतीने संपन्न करण्यासाठी दृढ संकल्प करा. रोज मुरलीचे श्रवण केल्यानंतर मला आजच्या दिवसात काय करायचे आहे; याविषयी विशेष दृढ संकल्प करा. (केवळ संकल्प नव्हे) म्हणूजे खऱ्या अर्थी आपले ब्राह्मण जीवन सफल होत असल्याचा अनुभव, सदैव होत राहील. सारांशाने असे म्हणता येईल-

दृढ संकल्पाने होई सदा सफलता।
त्यानेच अंती परमात्म प्रत्यक्षता।।

■■

यज्ञस्नेही ब्रह्माकुमार देवतरामभाई

- ब्र.कु. गोदावरी दीदी, प्रकाशिका अमृतकुंभ

शुक्रवार दि. ११ मार्च २०१६. रात्रीचे ११.३० वाजले होते. मोबाईलची बेल वाजली. झोपेतून मी जागी झाले. एक विचार मनात आला की, यावेळी कोणाचा फोन असेल? फोन उचलला. समोरून आवाज आला, ''दीदी, पिताजीने शरीर छोडा-एक घंटा हुआ...'' क्षणभर मी स्तब्ध झाले.

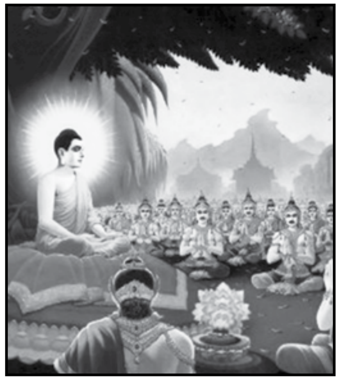
ठाणे (पूर्व) सेवाकेंद्रांचे वरिष्ठ ब्र.कु. देवतरामभाई गोयल गेल्या जवळजवळ ५० वर्षे ब्रह्माकुमारी संस्थेशी निगडीत होते. सतत आनंदी चेहरा, सर्वांशी मिळून-मिसळून वागणे. मग ते घरी असो, सेंटरवर असो अथवा आपल्या कामाच्या ठिकाणी असो. जीभेवर खडीसाखर ठेवल्याप्रमाणे मधुर वाणी!

लौकिक जीवनात मार्केटिंग मॅनेजर म्हणून काम केलेले. रिटायर झाल्यानंतर ईश्वरीय सेवेतच स्वतःला झोकून दिले. रिअल इस्टेटचा हा व्यवसाय एक ईश्वरीय सेवा करण्याचे जणू साधनच! जेथे जातील तेथे लौकिक व्यवसायाबरोबर ईश्वरीय ज्ञानाची चर्चा जरूर होत असे. परमात्मा शिवबाबांविषयी आत्यंतिक प्रेम. संस्थेच्या सर्व वरिष्ठ दादी आणि भ्रातांबरोबर स्नेहपूर्ण जिव्हाळ्याचे संबंध. संस्थेच्या भूतपूर्व संचालिका दादी प्रकाशमणींची पालना, शिवबाबांचे साकार माध्यम ब्रह्माबाबांबरोबरचे अनुभव सांगताना तर ते स्वतःला भाग्यवान अनुभव करीत.

फक्त ठाणे (पूर्व) सेवाकेंद्रांसाठीच नाही, तर संपूर्ण मुलुंड सबझोनच्या सर्व सेवाकेंद्रांबद्दल आस्था, सेवेची कळकळ आणि उमंग-उत्साह पदोपदी दिसून येई. त्याचमुळे सेवेसाठी नवनवीन प्रेरणा देत असत. सेवाकेंद्रावरील प्रसाद असो वा ब्रह्माभोजन, याचे तर त्यांना विशेष महत्त्व होते.

स्वतः नियम-मर्यादापूर्वक जीवनाचा आदर्श त्यांनी घालून दिला आणि इतरांनाही त्याप्रमाणेच चालण्याची प्रेरणा दिली. शिवबाबांवरील अगाध निश्चयामुळे त्यांना त्यांची पावलोपावली मदत मिळे; या ईश्वरीय सेवेच्या व्रतात त्यांना त्यांच्या धर्मपत्नीने ब्र.कु. कृष्णाबहेनचाही सहयोग होता, त्यांनी आपले जीवन कमळ पुष्पाप्रमाणे बनविले. लौकिक जीवनात अग्रवाल समाजातही नावलौकिक कमावला.

त्यांची भाषा जरी मारवाडी होती, तरी मराठी अमृतकुंभ मासिकाबद्दल आस्थेने चौकशी करीत. फक्त दोन दिवसाच्या आजारपणात या देहाशी असलेला हिसाब-किताब संपवून ब्र.कु. देवतरामभाईंचा आत्मारूपी पक्षी पुढील सेवेसाठी उडून गेला. **सदैव हर्षित राहून, तन-मन-धन, वेळ आणि संकल्पाने सेवा करून जीवन सफल करणाऱ्या ब्र.कु. देवतरामभाईंना मुलुंड सबझोनचे आम्ही सर्व ब्रह्मावत्स श्रद्धा सुमन अर्पित करतो.** ■■



खरे सात्त्विक ज्ञान

अंकमाल नावाचा एक युवक महात्मा बुद्धांच्या समक्ष आला व त्यांना म्हणाला की मी ६४ कलांचा पंडित आहे. मी कोणाला काहीही शिकवू शकतो. मी सुद्धा आपल्याबरोबर सेवा करू इच्छितो. त्यावर महात्मा बुद्ध म्हणाले - आधी मी तुझी परीक्षा घेईन. तू काय शिकला आहेस, हे मला पहायचे आहे. दुसऱ्या दिवशी बुद्ध साध्या नागरिकाच्या वेशात अंकमालकडे गेले व त्याला खूप अपशब्द बोलले. ते ऐकून अंकमाल मारायला धावून गेला. त्याच दिवशी दोन बौद्ध भिक्षू अंकमालकडे जाऊन त्याला म्हणाले की सम्राट हर्ष यांनी आपल्याला मंत्री पद द्यायची इच्छा व्यक्त केली आहे. हे ऐकून अंकमाल म्हणाला की चला, आताच आपण जाऊ या. थोड्या वेळाने स्वतः महात्मा बुद्ध आले. त्यांच्याबरोबर रूपवती आम्रपाली होती. अंकमाल आम्रपालीकडे एकटक पहातच राहिला. त्यानंतर बुद्ध आपल्या कक्षाकडे गेले व त्यांनी अंकमालला बोलावणे पाठवले. तो आल्यावर त्याला म्हणाले की तू अनेक विद्या शिकला आहेस परंतु क्रोध, लोभ व काम विकारावर विजय प्राप्त करण्याची विद्या शिकला नाहीस. **तात्पर्य म्हणजे सांसारिक ज्ञान हे राजसी व तामसी ज्ञान आहे. परंतु आत्मिक ज्ञान हेच खरे सात्त्विक आहे, ज्याद्वारे विकारांवर विजय प्राप्त करता येतो.** ■■

भाग ११

ईश्वरी कार्यव्यवहारात आदर्श व्यवस्था संपन्न करण्याची आवश्यकता

- ब्र.कु. रमेश शाह, गावदेवी (मुंबई)

मागील लेखाची शृंखला पुढे नेत असताना आपण आणखी एका गुणाचा विचार करूया, जो आदर्श व्यवस्था करण्यासाठी आवश्यक आहे. भौतिक दुनियेतील कार्यव्यवहाराच्या संदर्भात ज्यांनी पुस्तके लिहिली आहेत, त्यांनी आणखी एका गुणाच्या बद्दल लिहिले आहे की, कारभार करणारे हे यथायोग्य (Desirable) असलेच पाहिजे. अशा इष्ट व्यक्तीच कारभार करण्यासाठी योग्य असतील.

प्रबंधनाबद्दल लिहिणाऱ्यांना प्रबंधन गुरू (मॅनेजमेंट गुरू) व राजनीतीबद्दल लिहिणाऱ्यांना राजनैतिक गुरू संबोधले जाते. भारतात चाणक्य यांना राजनैतिक गुरू मानले गेले आहे. सम्राट चंद्रगुप्त मौर्यांचे साम्राज्य स्थापन करण्यामध्ये चाणक्य यांनी मुख्य भूमिका बजावली होती. तसेच इंग्लंडमध्ये राज्यव्यवस्था व लोकशाहीबद्दल लिहिणारे प्रोफेसर A.V.Dicey; हे एक नावाजलेले मार्गदर्शक गुरू होऊन गेले. त्यांनी असे लिहिले आहे की, - Democracy rarely Permits a Country to be governed by its desirable and able Persons. म्हणजे लोकशाहीमध्ये उत्कृष्ट आणि योग्य व्यक्तींद्वारा कार्य होण्याची संभावना कमीच असते. म्हणून राज्यव्यवस्था मानणारे राजकीय समालोचक (Political Critic) म्हणतात की आपल्या संसदेमध्ये फार कमी चांगले लोक निवडून जातात आणि यावेळी संसदेत १/३ सांसद आणि विधायक दागी आहेत व त्यांच्यावर कोर्ट केसेस सुरू आहेत. माझ्या एका परिचित पोलीस अधिकाऱ्याने सांगितले की गुंड प्रवृत्तीचा माणूस जेव्हा निवडणूक जिंकून आमच्या समोर आमदार म्हणून आला, तेव्हा आमची खूपच कुचंबणा झाली. कालपर्यंत ज्याला आम्ही जेलमध्ये गजाआड ठेवले होते, त्याला आज सलाम ठोकावा लागत होता.

विश्वाच्या इतिहासात पहायला मिळते की, कितीतरी असे राजे होऊन गेले की, त्यांनी इतका भ्रष्टाचार केला ज्यामुळे त्यांची प्रजा असंतुष्ट झाली व नंतर त्यांच्या विरोधात बंड करून प्रजेने क्रांती घडविली. उदाहरणार्थ रशियामध्ये जार तथा त्यांचे प्रमुख सल्लागार रासपुतिन अतिशय भ्रष्ट आणि दुराचारी असल्यामुळे, प्रजेने त्यांच्या विरोधात बंड पुकारले. त्यामध्ये प्रजेने जार आणि त्यांच्या परिवाराला मारून टाकले. तसेच रासपुतिनचीही हत्या केली. अशा प्रकारे दुसऱ्या महायुद्धातच्या काळात ॲडॉल्फ हिटलरला हा भ्रम होता की, केवळ जर्मन लोकच आर्य आहेत आणि केवळ त्यांनाच साऱ्या विश्वावर राज्य करायचा अधिकार आहे. म्हणून त्यांनी दुसरे महायुद्ध घडवून करोडो लोकांची हत्या केली व अब्जावधी रुपयांचे नुकसान केले. अमेरिकेतही राष्ट्रपती निक्सन यांना भ्रष्टाचारामुळे राष्ट्राध्यक्ष पदाचा राजीनामा द्यावा लागला आणि आणखी एक उपराष्ट्रपती जे पूर्वी एका राज्याचे राज्यपाल होते, त्यांनीही भ्रष्टाचार केला. अगदी उपराष्ट्रपती बनल्यानंतरही ते भ्रष्टाचार करत राहिले. भ्रष्टाचाराचे पैसे चेकद्वारा घेऊन आपल्या बँकेत जमा करीत राहिले. जेव्हा वृत्तपत्रांच्या बातमीदारांना त्यांच्या भ्रष्टाचाराची माहिती मिळाली तेव्हा त्यांच्यावर कायदेशीर कारवाई सुरू झाली. परंतु त्यांनी स्वतःहून पदाचा राजीनामा दिला आणि समझोता झाला.

अशा प्रकारे आजच्या दुनियेत राज्यकारभार करण्यासाठी योग्य व्यक्ती कमी मिळतात. भारतातही असे एक पंतप्रधान होऊन गेले; ज्यांच्या काळात देशात खूप भ्रष्टाचार वाढला होता. परदेशामध्ये क्रांती होते परंतु येथे भारतात निवडणूक होते. त्याद्वारे लोक देशात परिवर्तन घडवितात आणि योग्य व्यक्तीला निवडून आणतात.

शिवबाबांनीसुद्धा योग्य व्यक्ती निवडण्यासाठी तीन मापदंड ठेवले आहेत-स्वपसंत, लोकपसंत आणि प्रभूपसंत!

स्वपसंत-यासाठी प्रत्येकाने वैयक्तिक जीवनात सत्यता, पवित्रता इ. दैवी गुणांची धारणा करायची आहे हे आपण जाणतो. या गुणांच्या आधारावरच शिवबाबानिर्मित राज्यात आपण राज्य करू शकतो. याबाबत एक गोष्ट अशी आहे की एक राजा भ्रष्टाचारी असल्याने त्याची प्रजा त्याला पसंत करीत नव्हती. ज्यावेळेस तो मृत्युशय्येवर होता तेव्हा त्याने आपल्या राजकुमारांना बोलाविले आणि म्हणाला की तुम्ही असे कार्य करा जेणेकरून लोकांनी म्हटले पाहिजे की, यांच्यापेक्षा त्यांचा बाप योग्य होता, चांगला होता. नंतर त्याच्या मोठ्या मुलाने असे काही कायदे बनविले की, त्याने लोक हैराण होऊ लागले आणि म्हणू लागले की, यांच्यापेक्षा यांचा बाप चांगला होता. अमेरिकेमध्ये जेव्हा उमेदवार निवडणुकीसाठी उभे राहतात तेव्हा ते लोकांना खूप छान जेवण देतात आणि आपल्या परिवाराशी गाठ घालून देतात त्यावरून लोक समजतात की यांचा परिवार सुखी आहे आणि निवडून आल्यावर हे आम्हालाही जरूर सुखी करतील.

लोकपसंत-शिवबाबांनी म्हटले आहे की, प्रत्येकाला लोकपसंत बनणे गरजेचे आहे. कारण जो **लोकपसंत असेल तोच भविष्यात राजा बनू शकेल. जी व्यक्ती जितके मन, वचन, कर्माद्वारे सर्वांना सुख-शांतीची अनुभूति देईल तितका तो लोकपसंत होईल. बाबा आता लोकपसंतीच्या आधारावर व्यक्तीची निवड करीत आहेत.** सर्वांना प्रगती करण्याचा आणि श्रेष्ठ पद प्राप्त करण्याचा समान अधिकार आणि संधी उपलब्ध

करून देत आहेत. परंतु तरीही मुले नंबरवार बनतात. प्रत्येकजण आपल्या पुरुषार्थानुसार क्रमांक प्राप्त करतात, बाबा कुणाला नंबर देत नाहीत. दुनियेमध्ये निवडणुका झाल्या की, ईर्ष्या, द्वेष येऊ लागतात, परंतु बाबा जी राजाई स्थापन करीत आहेत त्यात सर्व मुले आपल्या वर्तमान व भविष्याच्या पुरुषार्थानुसार उच्च पदाची प्राप्ती करतात म्हणून सत्ययुगी राज्यात कधीच कुणाचे आपसात मतभेद होत नाहीत.

मी ऑस्ट्रेलियात असताना मला एका बहिणीने प्रश्न विचारला की, सत्ययुगात लक्ष्मी-नारायण व इतर देवी-देवता इतके दागिने इ. का घालतात? अशा लक्ष्मीनारायण यांचा आम्ही कसा आदर करावा? मी त्या बहिणीला उत्तर दिले की, हे मुकुट दागिने इ. त्यावेळच्या ऐश्वर्याचे प्रतीक आहे. याचा अर्थ असा नाही की पूर्ण वेळ ते या दागिन्यांमध्ये वावरत असतील. जसे इंग्लंडच्या महाराणीजवळ करोडो पौंडचे दागिने आहेत; पण जेव्हा त्यांचा फोटो छापला जातो किंवा पोस्ट स्टँपवर त्यांचा राजमुकुट घातलेला फोटो असतो. याचा अर्थ असा नाही की ते पूर्णवेळ सर्व महागडे दागिने व राजमुकुट घालून वावरतात. नंतर मी आणखी दुसरी गोष्ट त्या बहिणीला सांगितली की, वर्तमान काळात आपल्या ज्या दादी आहेत त्यांनी श्रेष्ठ पुरुषार्थ करून सर्वांचा विश्वास संपादन केलेला आहे. आणि मग त्याच भविष्यातील राज्याच्या अधिकारी बनतील. त्यावेळेस मी त्या बहिणीला प्रश्न विचारला की, तुम्हाला त्यांच्या राज्यात यायला आवडेल का? त्यावर ती म्हणाली, 'जरूर आवडेल'! **अशा प्रकारे वर्तमान काळातील पुरुषार्थ आणि लोकपसंत व्यवहाराच्या आधारावरच आपण भविष्यात विश्वराज्य अधिकारी बनू शकतो. यामुळे आपले आपसात मतभेदही होणार नाहीत.** अनेकदा कितीतरी आत्मे लोकपसंत बनण्याऐवजी लोकांवर आपली विचारधारा लादत असतात. परिणामस्वरूप तेथे हुकूमशाही होऊन जाते आणि अशा समयी जेव्हा क्रांती होते तेव्हा हुकूमशहाचे पुतळे पाडून त्यांना फाशी देतात. जसे रशियाचे लेनीनग्राद येथील हुकूमशहा लेनीनचे सर्व पुतळे पाडले आणि त्यांना फासावर चढवले. त्या शहराचे लेनीनग्राद नाव बदलून सेंट पीटर्सबर्ग असे ठेवण्यात आले. अशा प्रकारे हुकूमशहा कधीही लोकपसंत बनू शकत नाही.

प्रभूपसंत-प्रभूपसंत बनणे खूप कठीण आहे. आपण आत्मे त्रिकालदर्शी नाही, पण शिवबाबा मात्र त्रिकालदर्शी आहेत. त्या कारणामुळे आपले भूत-वर्तमान आणि भविष्य सारे ते जाणतात. मी माझा एक अनुभव सांगत आहे. अहंकारवश हा अनुभव नसून मी ईश्वरी कार्याच्याबद्दल अनुभव सांगत आहे. नोव्हेंबर १९६८ मध्ये वर्ल्ड-रिन्युअल ट्रस्टची स्थापना झाली. त्यात सर्व गोष्टींचा व ट्रस्टींच्या नावासंदर्भातही निर्णय झाला होता. फक्त मॅनेजिंग ट्रस्टी कोण बनणार याबाबत अंतिम निर्णय होणे बाकी होते. दादी प्रकाशमणीजी, दादी मनमोहिनीजी व दादा आनंद किशोरजी यांचा असा विचार होता की, मी (रमेशभाई) या ट्रस्टचा मॅनेजिंग ट्रस्टी बनावे. याबाबत आमची खूप चर्चा झाली आणि निर्णय शेवटी ब्रह्माबाबांवर सोपावून दिला.

बाबांजवळ जाताच रात्री क्लासमध्ये यावर सर्वांची खूप चर्चा झाली. शिवाय मी सुद्धा अर्धा तास याच विषयावर बोलत राहिलो की, मी मॅनेजिंग ट्रस्टी बनू इच्छित नाही. पण ब्रह्माबाबांनी माझ्या सर्व गोष्टींचे खंडन केले आणि **त्रिकालदर्शी शिवबाबांनी ब्रह्मामुखद्वारा महावाक्य उच्चारले की, ''मुला, तू हे जाणत नाहीस की, भूतकाळात म्हणजे ५००० वर्षापूर्वीही, तू या ट्रस्टचा मॅनेजिंग ट्रस्टी होतास, वर्तमानकाळातही राहणार आणि भविष्यातही राहणार आणि हीच ड्रामाची भावी आहे,** मग मी बाबांना म्हटले की हे तर आपले ब्रह्मास्त्र आहे अर्थात आपले ब्रह्मावाक्य आहे. शास्त्रामध्ये असे म्हटले गेले आहे की, महाभारतात युद्धाच्या वेळेस अश्वत्थाम्याने ब्रह्मास्त्र सोडले होते. त्यावेळेस श्रीकृष्णाने सर्व पांडवांना सांगितले की, या ब्रह्मास्त्रासमोर तुम्ही नतमस्तक व्हा; जेणेकरून ते तुमचे अहित करणार नाही.''

मातेश्वरीजी जेव्हा अव्यक्त झाल्या, तेव्हा ब्रह्माबाबासमोर मोठी समस्या उभी राहिली की, यज्ञाची मुख्य संचालिका व मुख्य सह-संचालिका म्हणून कुणाची नेमणूक करावी? कारण त्यावेळी त्यांची मुलगी दादी निर्मलशांताजी व पुत्रवधू दादी बृजइंद्राजी, तसेच आपल्या भाच्याची पत्नी दादी संतरीजीही समोर होत्या. त्यांच्या बरोबरीने दादी जानकीजी, दादी चंद्रमणिजी तथा दादी मनोहर इंद्राजी इ. सर्व होत्या. या सर्वांमधून सर्वश्रेष्ठ व्यक्तीला शोधणे फार मोठे काम होते. पिताश्री ब्रह्माबाबांनी या सर्वांमधून दादी प्रकाशमणिजी व दादी मनमोहिनीजी यांना यज्ञाची मुख्य संचालिका व मुख्य सह-संचालिका म्हणून नियुक्त केले. ब्रह्माबाबांनी वंशपरंपरेच्या गोष्टींचा स्वीकार केला नाही. अशाप्रकारे बाबांनी योग्य व्यक्तीला इष्ट व्यक्ती बनविले. **अव्यक्त बापदादांनी तर एक स्लोगन दिलेले आहे की, इष्ट तेच अष्ट बनतात. म्हणजे जे वर्तमानकाळात इष्ट बनतात ते भविष्यात इष्ट देवता बनतात आणि तेच अष्ट रत्नांमध्ये समाविष्ट होतात. इष्ट बनणे म्हणजे** Desirable **(यथायोग्य) बनणे जरूरी आहे. तेव्हाच अष्टरत्नांमध्ये आपण येऊ शकतो.**

या संदर्भात आपण सर्व जाणतो की, मातेश्वरीजी ज्ञानात येण्यापूर्वी, कितीतरी आत्मे ज्ञानात आले आणि समर्पित झाले. मातेश्वरींना ज्ञान देणारी किकनो बहेन होती. परंतु ब्रह्माबाबांनी १८-१९ वर्षाच्या कन्येला मातेश्वरीच्या पदावर नियुक्त केले आणि त्यांच्या हातात या ईश्वरीय विश्व विद्यालयाचा संपूर्ण कारभार सुपूर्द केला. प्रभूपसंत बनण्याच्या परीक्षेत मातेश्वरी पहिल्या क्रमांकाने पास झाली. म्हणून त्या सर्वयोग्य व आपल्यासाठी इष्ट बनल्या.

भावानूवाद. बी.के. जयश्री
विक्रोळी, मुंबई

■■

सहयोग करो, सहयोग करो, ओ प्रभू की संतानो!

- ब्र.कु. उज्ज्वलाताई, पुणे

पुरुषोत्तम संगमयुगावर ब्रह्मावत्सांनी श्रीमताप्रमाणे कर्म केल्यास त्या कर्माचे अनेक जन्मांसाठी सुखदायी प्रारब्ध निर्माण होते. ह्यामध्ये परमात्म्याच्या ह्या कार्यास सहयोग देणाऱ्या अन्य मनुष्यआत्म्यांचाही समावेश आहे. सर्वांच्याच सहयोगाने परमात्मा सुखमय विश्वाची निर्मिती करीत आहे. हा सहयोग देताना मात्र सहयोगाने कोणत्याही कर्माचा आर्थिक मोबदला घेतल्यास केवळ अत्यल्प प्रमाणातच त्याचे प्रारब्धात रूपांतर होईल. व **जो सहयोगी निरपेक्षपणे सहयोग देईल त्याचे उच्च प्रतीचे प्रारब्ध निर्माण होईल अर्थात 'एक का सौगुणा' हा केवळ संगमयुगाचा कल्याणकारी नियम आहे हे सहयोग्याने व राजयोग्यानेही पक्के ध्यानात ठेवावे. मनुष्यआत्म्याने श्रीमतानुसार केलेला कोणताही त्याग अनेक जन्माचे भाग्य बनविणारा आहे.** भाग्याचा मुख्य आधार त्याग आहे. आजचा त्याग उद्याचे तुमचे सुखदायी भाग्य आहे. अर्थात ह्यामध्ये आर्थिक त्याग व आर्थिक सहयोगाचाही समावेश आहे. आज भारतात मोठमोठ्या उद्योजकांनी कोट्यवधी रुपयांची प्राप्ती केली आहे. अशा उद्योजकांनी आपल्या इच्छेनुसार व अंतःकरणापासून आर्थिक कमाईचा अल्पसा भाग ह्या विद्यालयाच्या कार्यासाठी देऊन आपल्या पुण्याच्या खात्यात भर टाकावी. हे पुण्यकर्म करताना ही सद्भावना असणे आवश्यक आहे की, मी माझ्या पारलौकिक पित्याला त्याच्या महान कार्यात सहयोग देत आहे. अति श्रीमंत व्यक्तिंची हीच वास्तविकता आहे की, ते आपल्या जीवनासाठी, आपल्या कुटुंबासाठी जितका पैसा वापरतात तितकेच ते वास्तविक श्रीमंत आहेत. बाकी वर्षानुवर्षे त्यांचे कोट्यवधी रुपये पडून राहतात. भरपूर संपत्ती साठविणाऱ्या एका धनाढ्य सावकाराची छोटी गोष्ट अशी आहे की, ह्या चिक्कू सावकाराने आपली सारी धनसंपत्ती एका तळघरात साठवून ठेवली होती. तो ती संपत्ती कधी कुणाला दाखवित नसे. त्याचा नोकर मात्र त्याला वारंवार म्हणत असे की, 'मालक मला फक्त एकदाच तुमची संपत्ती दाखवा. त्या हट्टी नोकराची कटकट नको म्हणून एक दिवस तो सावकार त्याला घेऊन तळघरात गेला आणि म्हणाला, 'पाहून घे माझी संपत्ती!' एक मिनिट स्तब्ध उभा राहून त्याने ती संपत्ती डोळेभरून पाहिली आणि दुसऱ्या मिनिटाला तो उड्या मारू लागला. त्यावर सावकाराने नोकराला विचारले, 'अशा उड्या कां मारीत आहेस?' नोकर आनंदाने म्हणाला, 'मालक आज मी तुमच्याइतकाच श्रीमंत झालो आहे' नाही तरी ही संपत्ती तुम्ही केवळ पाहातच आलेला आहात व आज ती पाहिल्याने मी सुद्धा तुमच्या इतकाच श्रीमंत झालो नाही काय? **ही गोष्ट सांगण्याचा उद्देश हाच की, प्रत्येक श्रीमंताने आपल्या अतिरिक्त संपत्तीचा विधायक उपयोग करावा. केवळ श्रीमंतांनीच नव्हे तर गरिबांनीही ब्रह्माकुमारीच्या ह्या विधायक कार्यासाठी यथाशक्ती सहयोग द्यावा.** ब्रह्माकुमारी संस्थेची ही विशेषता आहे की, येथे कोणाकडूनही आर्थिक देणगी मागितली जात नाही. म्हणतात ना, 'माँगनेसे मरना भला।' ह्या संस्थेचे निरपेक्ष कार्य पाहून लोक आपणहून आर्थिक सेवा करतात. ह्या कार्यासाठी गरिबाने दिलेला एक रुपया श्रीमंतांच्या शंभर रुपयांच्या बरोबर आहे. **आजकाल सुप्रसिद्ध देवस्थानात श्रीमंत व्यक्ती सढळ हाताने देणग्या देत आहेत. जर जड मूर्तींच्या देवस्थानात करोडो रुपयांची संपत्ती जमा होते तर मानवमात्राला चैतन्य देव बनविणाऱ्या परमात्म्याच्या स्थानी काही दिवसातच आर्थिक सेवा करणाऱ्यांची रीघ लागेल व संपूर्ण विश्वातूनच आर्थिक सेवेचा ओघ वाहू लागेल. अशा प्रकारे सर्वांचाच सहयोग लाभत गेला तर ब्रह्माकुमारी संस्था आर्थिक व चारित्रिकदृष्टया 'रिचेस्ट इन द वर्ल्ड' होईल ह्यात शंका नाही.** येथे जमा होणाऱ्या आर्थिक संपत्तीचा विनियोग नवनवीन सेंटर्स बांधणे, आबू येथील मुख्यालयात जिज्ञासूंच्यासाठी निवासस्थाने बांधणे, येथील ग्लोबल हॉस्पिटलमध्ये गरीब रुग्णांसाठी मोफत वैद्यकीय सेवा उपलब्ध करून देणे, आपद्ग्रस्तांना शक्य होईल तेवढी मदत करणे तसेच स्टेजवरील कार्यक्रमासाठी केला जातो. कोणतीही संस्था आर्थिक भ्रष्टाचार व स्वार्थवश होऊन केलेल्या कर्मामुळे आपली नीतिमत्ता गमावत असते. **म्हणून ह्या संस्थेत परमात्म्याने केवळ श्रेष्ठाचाराचेच मार्गदर्शन केले आहे. जे श्रीमताचे आचरण करणारे एकनिष्ठ व खरे ब्रह्मावत्स आहेत, ज्यांना परमात्म्याची अनमोल अशी ज्ञानरत्ने प्राप्त आहेत. त्यामुळे ते भ्रष्ट कर्माला कदापि थारा देऊ शकत नाहीत.**

परमात्म ज्ञानाच्या आधारे अनेक प्रकारची गीते, गायक व गायिकेकडून तयार केली जातात. ह्या गायकांच्यामध्ये जे ब्रह्माकुमार व ब्रह्माकुमारी आहेत ते आपली सेवा विनामूल्य देत असतील, ह्यात शंकाच नाही. अन्य गायकांसाठी जे मानधन ठरविले जाते, त्याप्रमाणे ते दिले

परमात्म अवतरणानंतर संगमयुगावर कर्मांच्या गतीचा हा नियम आहे की, तुम्ही परमात्म्याला जितका व ज्याप्रकारचा सहायोग द्याल त्याच्या कितीतरी पटीने भविष्यात त्याविषयीचे प्रारब्ध निर्माण होईल.

जाते. परंतु त्यांना हे समजावून सांगावे की, मानव मात्राच्या कल्याणार्थ ही गीते तयार केली जातात. त्यासाठी आपला शक्य होईल तितका सहयोग द्यावा. कारण आपल्या सर्व आत्म्यांचा पिता तो एकच अजन्मा परमात्मा आहे. ज्याप्रमाणे लौकिक पित्यासाठी केलेल्या कामाविषयी आपण निरपेक्ष असतो त्याप्रमाणे मनुष्यआत्म्याला देवत्वपद बहाल करून, भारतभूमीला स्वर्ग बनविणाऱ्या त्या पारलौकिक पित्यासाठी निरपेक्ष भावना असावयास हवी. हे गायकांना यथार्थतः समजले तर कोणत्याही प्रकारचे मानधन न घेता ते अंतःकरणापासून गीताचे गायन करतील. म्हणून गायकाने गीत गाण्यापूर्वी त्यातील ज्ञानयुक्त भावना समजावून घेतली तर सूर आणि भावना ह्यांचा सुंदर संगम होऊन ते गीत श्रवण करणाऱ्या साधकाच्या अंतःकरणाला भिडेल व तो सहज योगयुक्त होईल. गीतांच्याद्वारे होणारी सेवा ब्रह्मावत्साला आत्मिक समाधानाच्या शिखरावर नेऊन ठेवते. ह्याचे उत्तम उदाहरण लाईट हाऊस (कर्वेनगर, पुणे) केंद्रातील ब्रह्माकुमार शशिकांत भाईंचे आहे ते आपला अनुभव व्यक्त करतात की, मला लहानपणापासून गायनाची आवड होती परंतु त्या गायन कलेत प्राविण्य प्राप्त करण्यासाठी मी नोकरीतून रिटायर्ड झाल्यानंतर शिकण्यास आरंभ केला. त्याचबरोबर परमात्म्याने दिलेल्या ह्या विशेष कलेचा सेवेत उपयोग करण्याचे ठरविले. **त्यासाठी गायक ब्र.कु. मिलिंद मराठे व सेंटरच्या संचालिका राजयोगिनी सुनिता बहेनजी ह्यांनी योग्य ते मार्गदर्शन केले. आणि 'सद्गुरु बिना कौन बताए बाट' ह्या संगीत कार्यक्रमाचे आयोजन केले गेले. ह्या कार्यक्रमाद्वारे परमात्म अवतरणाचा संदेश दिला जात आहे. सदरहू कार्यक्रमात भक्तिगीते व ब्रह्माकुमारी विद्यालयातील गीते सादर केली जातात. ह्या कार्यक्रमाचे निवेदन ब्रह्माकुमारी माधुरी कुलकर्णी करतात. कार्यक्रमाच्या मध्यंतरात विद्यालयाचे कार्य, तणावमुक्त जीवन, महिला सशक्तिकरण इत्यादी विषयावर सुनिता बहेनजीचे प्रवचन असते. कार्यक्रमाच्या अंती योग कॉमेंट्री सादर होऊन हा सुमारे १।। तासाचा कार्यक्रम समाप्त होतो. आतापर्यंत अनेक मंदिरे, ज्येष्ठ नागरिक संघ, सिप्ला परिहार केंद्र अशा अनेक संस्थांमध्ये सेवाअर्थ म्हणजे विनामूल्य कार्यक्रम सादर केले आहेत. ह्या कार्यक्रमाला शशिकांतभाई सहयोगी मित्र भ्राता रमेश घालवाडकर व सौ. स्नेहलता घालवाडकर ह्यांचे सहकार्य लाभले आहे. भ्राता घालवाडकर तबलजी आहेत तर सौ. घालवाडकर उत्कृष्ट गायिका आहेत. हा कार्यक्रम पीस ऑफ माईंड ह्या चॅनलवर सादर करण्यासाठी कुलकर्णीभाई प्रयत्नशील आहेत. (संपर्कासाठी लाईट हाऊस सेवाकेंद्र, पुणे फोन नं. ०२०-२५४७८३३४ शशिकांत भाई कुलकर्णी फोन नं. ९७६७७५९१६९)**

परमात्म अवतरणानंतर संगमयुगावर कर्मांच्या गतीचा हा नियम आहे की, तुम्ही परमात्म्याला जितका व ज्याप्रकारचा सहयोग द्याल त्याच्या कितीतरी पटीने भविष्यात त्याविषयीचे प्रारब्ध निर्माण होईल. हा निश्चय ज्यांच्या मनात निर्माण होतो ते ब्रह्मावत्स आपल्या मालकीचे जादा असलेले प्लॉट व फ्लॅट ब्रह्माकुमारी संस्थेस सूपूर्त करतात. स्वयं भाग्यविधात्यालाच सहयोग देणारे ब्रह्मावत्स भविष्यात पद्मापद्म भाग्यशाली बनतीलच. त्यांना संपूर्ण कल्पात जागेची कधीच उणीव भासणार नाही. जो ब्रह्मावत्स धनाने सेवा करेल तो द्वापर व कलियुगातही धनवान असेल. जे साधक ह्या संस्थेला अन्नधान्याचा पुरवठा करतील त्यांना महाविनाशातही अन्न कमी पडणार नाही. जे साधक हॉस्पिटल बनवतील व अल्प दरात सेवा देतील त्यांना द्वापर कलियुगातही चांगले आरोग्य प्राप्त होईल. विद्यालयाच्या संपर्कात असणारे सिव्हिल इंजिनियर व आर्किटेक्ट सत्ययुगी देवी देवतांच्यासाठी सुवर्ण महाल बनवतील. ह्यापैकी श्रीकृष्णाचा राजमहाल जो बनवेल त्याला सर्वाधिक भाग्यवान म्हणावे लागेल. जे साधक संगमयुगावर भिन्नभिन्न प्रकारची वाहने उपलब्ध करून देतील तर त्यांना सत्ययुग त्रेतायुगात पुष्पक विमाने प्राप्त होऊन द्वापर युगात सुसज्ज अशा रथाने ते प्रवास करतील. अशा कर्मांच्या ह्या दृष्टीपलीकडील गहन गतीला जो ज्ञानी सत्पुरुष जाणतो तो संगमयुगावर आपले जन्मजन्मांतराचे कल्याण परमात्म्याकडून करवून घेतो. असे म्हटले जाते की, इच्छा तेथे मार्ग (जहाँ चाह है वहाँ राह है।) यज्ञात सेवा करण्याची इच्छा असणाऱ्या एका ड्रायव्हर ब्रह्मावत्साचे हे उत्तम उदाहरण आहे. तो दररोज सकाळी मुरली ऐकण्यासाठी सेंटरवर जात असे. सेंटरवर त्याने पाहिले की, अन्य ब्रह्मावत्स नियमितपणे काही ना काही सेवा करीत आहेत. कोणी वाचा सेवा, कोणी चित्रप्रदर्शनी समजावून सांगण्याची

सेवा तर कोणी कर्मणा सेवेत व्यस्त आहेत. व्यवसायामुळे त्याला कर्मणा सेवा करणेही जमत नव्हते. **एके दिवशी त्याने ज्ञानमुरलीत शिवबाबांचे महावाक्य ऐकले की, 'बच्चे, अपनी विशेषताओंको बाबाकी सेवामे लगाओ।' ह्या महावाक्यानुसार त्याने स्वतःलाच प्रश्न विचारला की, मजजवळ कोणती अशी विशेषता आहे बरे? आणि अंतर्आत्म्यातून तात्काळ उत्तर आले की, मजजवळ ड्रायव्हिंगची विशेषता आहे.** त्याने ठरविले की, जे वयोवृद्ध ब्रह्मावत्स ज्ञानमुरली ऐकण्यासाठी नियमितपणे येऊ शकत नाहीत त्यांना दररोज सकाळी मी आत्मा गाडीतून सेंटरवर घेऊन येऊ शकतो व मुरली संपल्यावर घरीही सोडू शकतो. त्यानंतर मी आपला व्यवसाय नेहमीच्या वेळेत करू शकतो. ह्या विचारानुसार त्याने निमित्त्य टिचरची परवानगी घेतली. ती सेवा आरंभ करताच त्याच्या चेहऱ्यावर सेवा केल्याचे समाधान दिसू लागले. बंधूनो, नियमितपणे ज्ञान मुरली ऐकल्यास आपल्या समस्यांच्या निवारणार्थ मार्गदर्शन तर प्राप्त होतेच त्याशिवाय भिन्नभिन्न प्रकारचे अलौकिक फायदेही होतात.

ज्यावेळी यज्ञात आर्थिक स्थिती ठीक नव्हती त्यावेळी एका सहयोगी युगलाने फार मोठे आर्थिक साह्य केले होते. ते सहयोगी युगल बरेच वर्षांनी मधुबनला बापदादांच्या अवतरण सोहळ्यास उपस्थित झाले त्यावेळी स्वतः बापदादांनी त्यांना स्टेजवर बोलावून घेतले व विशेष वरदान प्रदान केले. उदाहरण सांगण्याचा उद्देश हाच आहे की, ज्यावेळी यज्ञात भिन्नभिन्न प्रकारच्या सहयोगाची आवश्यकता असते त्यावेळी तो सहयोग दिल्यास त्याचे अनेक पटीने प्रारब्ध निर्माण होते. तसेच आत्म्याला उच्च प्रतीचे मानसिक समाधानही प्राप्त होते. म्हणून स्वकल्याणार्थ भिन्नभिन्न क्षेत्रातील मनुष्यआत्म्यांनी ईश्वरी सेवेत आपला सहयोग अवश्य द्यावा. **हा सहयोग देताना मात्र लक्षात ठेवावे की, त्याची अधिक प्रसिद्धी व कोणाकडून प्रशंसा अपेक्षित नसावी. म्हणतात ना, 'नेकी कर और दरिया में डाल।' उजव्या हाताने केलेले पुण्य डाव्या हातालाही कळता कामा नये तर त्या पुण्याचे भाग्यात रूपांतर होईल.**

परमात्म्याची प्रत्यक्षता झाल्यानंतर लोक करोडो रुपयांचे धन, मोठमोठी निवासस्थाने देण्यास तयार होतील परंतु त्याचा त्यावेळी काही उपयोग होणार नाही. जो योग्य वेळेला परमात्म्याला सहयोग देतो तोच आपले कल्याण साधून भाग्याचे दरवाजे उघडणारा खरा साधक होय! ह्या सहयोगाविषयी २५-३० वर्षापूर्वी एका गीतकाराने लिहिलेले गीत दिवंगत गायक महेंद्र कपूर ह्यांच्या आवाजात ध्वनिमुद्रीत केले आहे, त्या गीतात सर्वांसाठी हेच त्रिवार आवाहन केले आहे की 'सहयोग से होगा सर्वोदय सब सुनो हे इन्सानो, सहयोग करो सहयोग करो ओ प्रभूकी संतानो! ओ प्रभूकी संतानो!! ओ प्रभूकी संतानो!!!' ह्या शिवाय ज्ञानमुरलीचे वाचन आरंभ करण्यापूर्वी प्रत्येक सेवाकेंद्रावर व गीतापाठशाळेत त्यांचे हे गीत नियमितपणे लावले जाते की, 'आंतर मनमे ज्योति जगा लो होगा दूर अंधेरा। शिवका कर लो ध्यान आ रहा पावन पुण्य सवेरा।' **बंधुंनो, आपल्या अंतर्आत्म्यात ज्ञानज्योत प्रज्वलित होईल तरच अज्ञान अंधःकार नष्ट होईल व सहयोगाचे हजारो हात असणाऱ्या त्या परमपित्याच्या हातापैकी आपलाही एक हात असेल. हा सहयोगाचा हात देऊन आपले असीम भाग्य उजळावे इतकीच त्या पारलौकिक पित्याची, अलौकिक पित्याची व ब्रह्मावत्सांची कल्याणकारी भावना आहे.**

■■

शुभ भावनांचे १६ अनमोल मोती

१. विश्वातील सर्व आत्म्यांचे सदा काळासाठी कल्याण होवो.
२. सर्व आत्मे सुख, शांती व आनंदाने तृप्त होवोत.
३. सर्व आत्मे सदैव शिवस्मृतीत राहून पावन बनोत.
४. सर्व आत्मे सदैव परमप्रिय शिवबाबांच्या अपार प्रेमात लवलीन स्थितीचा अनुभव करोत.
५. सर्व आत्मे अनेक जन्मांच्या विकर्माच्या ओझ्यातून मुक्त होवोत.
६. सर्व आत्मे चिंता, रोग व शोक यापासून पूर्णतः मुक्त होवोत.
७. सर्व आत्मे आपल्या आसुरी स्वभाव-संस्कारातून मुक्त होवोत.
८. सर्वांमध्ये देवी-देवतांसमान श्रेष्ठाचारी स्वभाव-संस्कार जागृत होवोत.
९. सर्व आत्म्यांना अविनाशी खुशी व आनंदाचा अनुभव होवो.
१०. सर्वांमधील आळस व बेपर्वाई कायमची समाप्त होवो.
११. सर्व आत्म्यातील विकारांची मलीनता नष्ट होऊन, ते हिरेतुल्य बनोत.
१२. सर्व आत्म्यांना ईश्वरी ज्ञान व सहज राजयोगाद्वारे संपूर्ण वारसा प्राप्त होवो.
१३. सर्वांचा व्यवहार सरळ, रमणीक व मधुर होवो.
१४. सर्वांचे चेहरे सदा हर्षित व खुशीने भरपूर राहोत.
१५. प्रकृतीच्या पाच तत्त्वांसहित समस्त विश्वाचे कल्याण होवो.
१६. सर्व आत्म्यांना मुक्ती-जीवनमुक्तीचा जन्मसिद्ध अधिकार प्राप्त होवो.

■■

दुःखाचे मूळ कारण-मोह

- ब्र.कु. बालूभाई, शांतीवन (आबू रोड)

महाभारतामध्ये वर्णित एक दृष्टांत आहे. दुर्योधनाच्या जन्माच्या वेळी संजयला एक साक्षात्कार झाला होता की गांधारीच्या पोटी जन्माला येणारा जेष्ठ पुत्र हा कौरव कुळाचा विनाश करणार आहे. त्यामुळे जन्मतःच त्याला मारून टाकणे हितकर आहे. ही गोष्ट संजयने धृतराष्ट्राला सांगितली होती. परंतु पुत्र मोहामध्ये अडकलेल्या धृतराष्ट्राला ही गोष्ट करता आली नाही आणि भविष्यात हाच दुर्योधन कौरव कुळाचा विनाश करण्यासाठी निमित्त बनला. तात्पर्य म्हणजे मोह विकार हा दुःखाचे मूळ कारण आहे.

मोह कशाला म्हणतात? विनाशी देह व देहधारींची अंतःकरणात आसक्ती करणे याला मोह म्हणतात. अर्जुनास नातेवाईकांचा मोह होता. अर्जुनाचा मोह जाण्यासाठी भगवंतांनी गीता सांगितली. द्रोणाचार्यांना मुलाचा मोह होता. त्यामुळे द्रोणाचार्यांना युद्धभूमीवर प्राण गमवावे लागले. गीता एकाच वेळी धृतराष्ट्राने व अर्जुनाने ऐकली. परंतु धृतराष्ट्राचा मोह गेला नाही. अर्जुनाचा बराचसा मोह गेला परंतु थोडा राहिला कारण जेव्हा अभिमन्यू रणांगणावर पडला तेव्हा अर्जुनाला शोक झाला. शोक झाला म्हणजे मोह होता. हे सिद्ध होते. असा हा मोह विकार लोक व परलोक या दोन्हीमध्ये दुर्गती करणारा आहे. याविषयी संत ज्ञानेश्वरांनी अतिशय सुंदर शब्दात वर्णन केले आहे-

मोह धरिलिया ऐसे होईल।
जे असती प्रतिष्ठा जाईल।
आणि परलोकही अंतरेल।
ऐहिकेसी।। ज्ञाने. २/२७

मोहाचा मुलगा आहे लोभ व

लोभाचा मुलगा आहे शोक. असे सर्व कुटुंब आहे. ज्ञानेश्वरांनी याला 'कुटुंब' असा शब्द वापरला आहे. याचे प्रत्यक्ष उदाहरण आपण समाजात पाहतो. एखाद्या व्यक्तीकडे कितीही धन असले तरी तो चिंतीत असतो. त्याला जर कुणी चिंता करण्याचे कारण विचारले तर तो हेच सांगतो की माझ्या पुढच्या सात पिढ्या तर आरामशीर बसून खातील परंतु आठव्या पिढीची मला चिंता वाटते. अशा रितीने मोह हा लोभाला जन्म देतो. लोभी माणूस केवळ वित्त व पैसा पाहतो. पण त्याच्या प्राप्तीची संकटे मात्र पाहत नाही. ज्याप्रमाणे मांजर दूध तेवढे पहाते परंतु बडगा त्याला दिसत नाही. आज सर्वत्र अशीच परिस्थिती दिसून येत आहे.

मोहामुळे निर्मित लोभाच्या वशीभूत व्यक्ती आज वस्तू, पैसा, साधन कमावण्यामागे व्यस्त आहे आणि या व्यस्ततेमुळे त्याचे स्वतःच्या स्वास्थ्याकडे लक्ष नाही. परिणामी तो स्वस्थ नसल्यामुळे मस्त राहू शकत नाही. आपल्या तरुणपणी तो अधिक मेहनत करून पैसा कमवतो. पुढे तोच पैसा आपले स्वास्थ्य टिकवण्यासाठी खर्च करतो. उतार वयात आपल्या स्वास्थ्याची चिंता त्याला सदैव सतावत असते. दुसरी चिंता त्याला ही सतावत असते की मी ज्यांच्याबरोबर राहतो त्यांनी मला शेवटपर्यंत साथ दिली नाही तर? आजकाल बऱ्याच ठिकाणी आपण पाहतो की एखादी दांपत्य जीवापाड मेहनत करून आपल्या मुलांना मोठं करतं. परंतु हीच मुलं लग्नानंतर आपल्या आई-वडिलांना वृद्धाश्रमाची वाट दाखवतात. तेथे ते मोठ्या दुःखद अंतकरणाने एकेक दिवस व्यतित करतात. अशा रितीने मुलाबाळांच्या मोहापायी शेवटी त्यांच्या वाट्याला दुःखच येते. बहुतेक जण लग्नानंतर आपला वेगळा संसार थाटतात व आईवडिलांकडे सोयीस्करपणे दुर्लक्ष करतात. 'दृष्टी आड सृष्टी' अशी त्यांची स्थिती असते. केवळ लोकलाजेस्तव ते जन्मदात्या आई-वडिलांची अधून-मधून विचारपूस करीत असतात. खरोखर या गोष्टीचे किती दुःख मातापित्याला होत असेल?

मोहामध्ये व्यक्ती ही अपेक्षा बाळगून असतो की माझ्या संबंधिताने मी

सांगितल्याप्रमाणे केले पाहिजे. मोहामध्ये अधिकार पत्र दाखविले जाते त्यामुळे तेथे परतंत्रता वाढत जाते. मोह एक दुसऱ्याला बांधून ठेवतो. म्हणूनच 'मोहपाश' असा शब्दप्रयोग केला जातो. हा मोहपाश किती जबरदस्त असतो हे पुढील कथेवरून आपल्या लक्षात येईल.

एक दार्शनिक आपल्या मित्राबरोबर रस्त्याने चालला होता. समोरून गाय येत होती. तिच्याबरोबर हातात दोरखंड घेऊन गायीचा मालक येत होता. ते पाहून दार्शनिकाने मित्राला प्रश्न विचारला की, व्यक्तीने गायीला बांधले आहे की गायीने व्यक्तीला बांधले आहे? मित्राने लगेच उत्तर दिले, 'व्यक्तीने गायीला बांधले आहे.' दार्शनिकाने पुन्हा प्रश्न विचारला की, समजा जर गाय दोर तोडून पळाली तर व्यक्ती काय करेल? त्यावर मित्राने उत्तर दिले की, 'गायीला पकडण्यासाठी तिच्यामागे धावेल.' नंतर दार्शनिक म्हणाला की व्यक्ती जर दोर सोडून पळाला तर गाय मात्र त्याच्यामागे धावणार नाही. मग आता सांगा बांधलेले कोण आहे? व्यक्ती की गाय? याचे उत्तर स्पष्ट आहे. की 'व्यक्ती गायीच्या मोहपाशमध्ये बांधलेला आहे.'

दार्शनिक मित्राबरोबर पुढे निघाला. त्यांना समोरून एक शेठजी येताना दिसले. शेठजी त्यांच्या जवळ आला. शेठजीला दार्शनिक अतिशय आनंदी व खुश दिसला. तेव्हा शेठजीने खुशीचे विशेष कारण विचारले. तसेच तो पुढे म्हणाला की, माझ्याकडे तन, मन, धन, परिवार ही सर्व सुखे असूनही माझे मन मात्र अशांत, बेचैन असते. असे का होते? शेठजींचे म्हणणे ऐकल्यानंतर, दार्शनिक त्याला एका संत महात्म्याकडे घेऊन गेला. तसेच तुझ्या प्रश्नाचे योग्य ते उत्तर ते देतील असे म्हणाला. संत महात्म्याच्या आश्रमावर गेल्यावर दार्शनिकाने शेठजींचा प्रश्न त्यांना सांगितला. तो ऐकून संताने शेठजींना सांगितले की आपण थोडे दिवस माझ्याबरोबर आश्रमात राहिलात तर आपल्या मनातील सारी अशांती दूर होईल. आश्रमात राहत असतांना, ध्यानासाठी बसल्यावर शेठजीचे मन भटकत असे. शेठजीने ती परिस्थिती संत महात्म्याला सांगितली. तेव्हा संत म्हणाले की संध्याकाळी आपण माझ्याबरोबर आश्रमात फेरफटका मारण्यासाठी जाऊ. त्यावेळी मी तुम्हाला याचे कारण सांगेन. त्यानुसार ते आश्रमात चक्कर मारण्यासाठी गेले. चालता-चालता शेठजींच्या पायाला काटा टोचला. त्यातून रक्त बाहेर आले. तीव्र वेदनेमुळे शेठजी ओरडायला लागले. तेव्हा संत म्हणाले की काटा काढून टाका. काटा काढताना शेठजींना थोड्या वेदना झाल्या परंतु नंतर आराम वाटला. तेव्हा संताने शेठजीला समजावून सांगितले की एक काटा टोचल्याने आपल्याला इतकी वेदना जाणवली. तर **आपणच विचार करा की आपल्या मनामध्ये ईर्ष्या, द्वेष, कामना, वासना, लोभ, मोह, अहंकाराचे छोटे-मोठे किती तरी काटे आहेत, ते काढल्याशिवाय मनाला शांती कशी लाभेल**? शेठजींना आपल्या प्रश्नाचे उत्तर मिळाले होते. शेठजी मोहातून निर्मित अति लोभाने आपल्या पुढील पिढ्यांच्या सुखासाठी धनसंचय करीत होता. परंतु त्यामुळेच तो मोहपाशात जखडला गेला होता. हेच त्याच्या दुःखाचे मूळ कारण होते.

जर माणसाचा आपल्या मुला-नातवंडात, धन-दौलतीत किंवा आपले शरीर इत्यादींमध्ये मोह असेल तर त्याची बुद्धी त्यांच्यातच गुंतून पडते. त्याच्या बुद्धीची त्यांच्यावर प्रीती असते आणि ती परमात्म्याशी विपरीत होत जाते. परिणामतः त्याला मुक्ती व जीवनमुक्ती प्राप्त होत नाही. योगाचा आनंद मिळत नाही. याउलट 'अंत मती सो गती' या नियमानुसार त्याला पुन्हा त्याच संबंधियांपाशी जन्म घेऊन दुःख भोगावे लागते आत्मा पुन्हा-पुन्हा गर्भवासी होतो. अशा प्रकारे मोहाचे धागे जरी सूक्ष्म आणि अदृश्य असले तरी ते जन्मजन्मांतरापर्यंत तुटत नाहीत. स्थूल धागे शरीराला बांधतात परंतु मोहाचे धागे तर आत्म्याला बांधून ठेवतात. मोहविकार हा आदि-मध्य-अंत दुःख देणारा आहे, **म्हणूनच संगमयुगात परमात्मा शिव पिता पुन्हा-पुन्हा सांगतात ''प्रिय मुलांनो, देहसहित, देहाच्या सर्व संबंधांपासून आपल्या बुद्धीला हटवून आता मोह नष्ट करा आणि स्मृतिर्लब्धा बना. हा तुम्हा सर्वांचा अंतिम जन्म आहे. केवळ दोन घडीचा डाव बाकी उरला आहे. आता विनाशाच्या ज्वाला भडकून उठल्या आहेत. त्यात सर्वांचाच अंत होणार आहे. म्हणून आधीच जिवंतपणी तुमचे जीवन माझ्या हवाली करा. मज परमात्मा पित्याशी सर्व संबंध जोडा म्हणजे मी तुम्हाला जन्मजन्मांतरासाठी सर्वगुण संपन्न व धनवान बनवील.''**

■■

भाग १

असत्य नरनारीपासून सत्य श्री लक्ष्मी नारायण बनण्याची सत्यकथा

- ब्र.कु. जगदीश दीक्षित, पुणे

आपला प्रिय भारत देश देवात्मे, संतमहात्मे, धर्मात्मे व राजे महाराजे ह्या सर्वांच्या इतिहासाने सुशोभित व महान झाला आहे. ह्याच देशात सुमारे ५००० वर्षापूर्वी महाराणी श्री लक्ष्मी व महाराजन् श्री नारायण ह्यांनी प्रथमत: राज्य केले. अर्थात भारतात त्यावेळी सत्ययुग होते. ह्या युगाला 'सुवर्ण युग' असेही म्हटले जाते. ह्या सुवर्ण युगातील श्री नारायणाचा संपूर्ण अहिंसक इतिहास. इतिहास तज्ज्ञांनाही ज्ञात नाही कारण हा सुवर्ण इतिहास अथवा सत्यनारायणाविषयीचे सत्यज्ञान कालप्रवाहात प्राय:लोप पावले आहे. ज्ञान लोप पावले की, त्याची जागा अज्ञान घेते. फलस्वरूप बहुतांश भारतवासीयांचे श्री नारायणाविषयीचे हेच अज्ञान आहे की, त्याचे अस्तित्व आकाश तत्वाच्या पार असलेल्या स्वर्ग लोकातच आहे. तेथे त्याने आपले अविनाशी भौतिक शरीर धारण केले आहे तो शंख, चक्र, गदा, कमळ हे चार अलंकार आपल्या चार हातात धारण करून श्री लक्ष्मीसह शेषशय्येवर विराजमान आहे. श्री नारायणाचे पाय दाबून श्री लक्ष्मी त्याची सेवा करीत असल्याचे दृश्य दूरचित्रवाणीवर दर्शविले जाते. ही सेवा चालू असतानाच सदा नारायण नारायण असा नामोच्चार करणारा त्याचा परमभक्त व बातमीदार नारदमुनी त्याला भेटून तिन्ही लोकातील वृत्तांत सांगत असल्याचे दृश्यही दर्शविले जाते आणि त्यावेळी साकार सृष्टीवर आसुरी वृत्तीचे लोक अधर्म माजवितात त्यावेळी त्यांचे निर्दालन करण्यासाठी श्री नारायणाचा म्हणजेच श्री विष्णुचा आत्मा

श्रीराम श्रीकृष्णासहित मच्छ, कच्छ, वराह इत्यादी दशावतार घेतो. खरे तर त्याचे भक्तगण हा विचार कदापि करीत नाहीत की, अशा कनिष्ठ प्राणी योनीत माझ्या प्रिय इष्ट देवाने अवतार घेतले असतील काय? त्यांच्या मनात हा देखील विचार येत नाही की श्री विष्णु पुराणात लिहून ठेवलेली त्याची जीवनकथा यथार्थ आहे किंवा नाही? जेथे विद्वान पंडित ही श्री नारायणाची वास्तविक कथा जाणू शकत नाहीत तेथे भक्तगण ती कशी जाणू शकतील?

बंधुंनो सत्यनारायणाच्या असत्य व विवेकशून्य कथांना सत्य मानणे ही देखील धर्मग्लानी आहे. म्हणून वर्तमानसमयी नव्हे तर सुमारे ७९ वर्षापूर्वीच श्री नारायणाचा रचयिता निराकार परमात्मा शिव धर्मग्लानीचा अंध:कार नष्ट करण्या अर्थ अवतरित होवून श्री नारायणाविषयी संपूर्ण सत्यज्ञान देत आहे की, श्री नारायणाचा आत्मा कोणतेही भिन्न भिन्न अवतार घेत नसून केवळ भिन्न भिन्न जन्म घेतो. तसेच तो मनुष्य कल्पित आकाश तत्वाच्या पार असलेल्या स्वर्गलोकातून नव्हे तर पाच तत्वांच्या पार असलेल्या निराकारी लोकातून ह्या साकार सृष्टीवर म्हणजेच अंशमात्रही धर्मग्लानी नसलेल्या सत्ययुगी स्वर्गलोकात मनुष्य सदृश मातेच्या गर्भातून आपला पहिला दैवी जन्म प्राप्त करतो. ह्या दैवी जन्मासहित श्री नारायणाचा आत्मा संपूर्ण कल्पात ८४ जन्म प्राप्त करतो. सत्ययुगातील पहिल्या जन्मात यथायोग्य समयी त्याचे श्री लक्ष्मी समवेत स्वयंवर होऊन तो विश्वमहाराजनच्या सुवर्ण सिंहासनावर विराजमान होतो आणि येथेच भारताच्या सुवर्ण इतिहासाचा शुभारंभ होतो.

भारताच्या सुवर्ण इतिहासाचा नामनिर्देश येथे करण्याचे कारण हेच आहे की, ह्या इतिहासालाही कालांतराने उतरती कळा लागून जवळजवळ ५००० वर्षात त्याचे पूर्णत: पतन होते, अर्थात श्रीनारायणाचा आत्माही जन्म मृत्यूच्या विशाल चक्रात साधारण नर बनतो. त्यानंतर नराला नारायण बनविणाऱ्या परमात्म्याचे अवतरण होते आणि खऱ्या अर्थाने नरापासून श्री नारायण बनण्याच्या कथेचा आरंभ होतो. परमात्मा केवळ नरांनाच श्री नारायण बनण्याचे श्रेष्ठ लक्ष्य देत नसून, समस्त नारींनाही श्री लक्ष्मी बनण्याचे श्रेष्ठ लक्ष्य देतो म्हणून सदरहू लेखाचे शीर्षक नरनारींसाठी सयुक्तिक आहे. श्री लक्ष्मी नारायणाची सर्वश्रेष्ठ महिमा कित्येक प्रवचनकारांनी केली आहे. ही महिमा करतांना त्यांनी श्रोत्यांना उपदेश केला आहे की, ''नर ऐसी करनी

करे जो श्री नारायण बन जाए,और नारी ऐसी करनी करे जो श्री लक्ष्मी बन जाए'' परंतु ह्या उपदेशाप्रमाणे अद्याप कोणतेही नरनारी श्री लक्ष्मीनारायण ह्या महान पदापर्यंत पोहोचलेले नाहीत. **सांप्रत समयीच्या पुरुषोत्तम संगमयुगावर (परमात्म अवतरणाचे विशेष युग) आज विश्वातील समस्त नरनारींना श्री लक्ष्मी नारायण बनण्याची दुर्लभ संधी प्राप्त होते आहे अशी ही संधी ५००० वर्षांमध्ये केवळ एकदाच प्राप्त होते त्यासाठी परमात्मा मनुष्यआत्म्यांना गेली ७९ वर्षाहून अधिक काळ ज्ञान देत आहे.** असे पूजनीय देवत्त्वपद प्राप्त करावयाचे असेल तर स्वपुरुषार्थाने आत्म्याच्या तमोप्रधान स्थितीला, सतोप्रधान स्थितीत, पतित स्थितीला पावन स्थितीत व आसुरी संस्कारांना दैवी संस्कारामध्ये परिवर्तित करणे आवश्यक आहे. असे स्वपरिवर्तन करणे हाच मनुष्यआत्म्यांचा अमूल्य सहयोग परमात्म्याला अपेक्षित आहे, हेच मनुष्यआत्म्यांचे महा पुण्यकर्म आहे.

बंधुंनो, संघटनातील ह्या पुण्यकर्माच्यामुळेच ही भारतभूमी देवतांच्या चरण स्पर्शाने पुन: स्वर्गीय पुण्यभूमी बनणार आहे. अर्थात ह्या भूमीवर सतोप्रधान मनुष्यसृष्टी निर्माण होऊन अपार सुखशांती नांदू लागेल. सुखशांतीची अशी ही मनुष्यसृष्टी श्री लक्ष्मीनारायणासाठी तसेच अन्य देवी देवतांच्यासाठी एका जन्माची नव्हे तर जन्मजन्मांतराची आहे. प्रत्येक कल्पात दैवी मनुष्य सृष्टीचा २५०० वर्षांचा इतिहास निर्विघ्न व सुख-शांतीचा असतो.

भारताच्या इतिहासाचे वाचन करताना आपणास हे जाणवेल की, त्या इतिहासातील कोणत्याही महापुरुषाची कथा त्याच्या केवळ एकाच जन्माची आहे. त्या कथेला पूर्वजन्म व पुनर्जन्म ह्याचा संदर्भ नसतो. द्वापारयुगापासून होऊन गेलेले धर्मसंस्थापक, संत महात्मे, राजे महाराजे ह्यांच्या कथा आपण वाचत आलो आहोत. त्या कथा त्यांच्या केवळ एकाच जन्माच्या आहेत उदा. गौतमबुद्ध अथवा येशू ख्रिस्ताचा पूर्वजन्म कोणता होता व पुनर्जन्म कोणत्या नावारूपात घेऊन कोणते कार्य केले हे कुणीही सांगू शकले नाही. नरश्रेष्ठ श्रीकृष्णाच्याही केवळ एका जन्माच्या अनेक कथा सांगितल्या जातात. परंतु त्या कथाही मानवी कल्पनांच्यावर आधारित अर्थात अनुमानित आहेत. विशेष म्हणजे त्या कथेत त्याच्या निर्विघ्न, अहिंसक व निर्विकारी जीवनाचे दर्शन अंशमात्रही होत नाही. ह्या कथेप्रमाणेच अन्य देवी देवतांच्या कथा प्रस्तुत केल्या गेल्या आहेत. अहिंसक देवतांनाही त्यांच्या विविध कथांमधून हिंसक दर्शविले आहे. ह्या सर्व कथांना पुराणकथा अथवा दंतकथा असे म्हटले जाते. महाभारत कथेत श्रीकृष्णाचाही मृत्यू दर्शविला आहे. परंतु त्याने मृत्यूपश्चात कोणता पुनर्जन्म घेतला असेल तसेच त्याचा पूर्वजन्म कोणता असावा? ह्यावर कोणीही विद्वान पंडित चिंतन करीत नाही. शास्त्रांच्या ज्ञानाला मर्यादा असल्याने तिन्ही काळाचे ज्ञान नाही. त्रिकालज्ञानी परमात्मा मात्र श्रीकृष्णाच्या ८४ जन्मांचे ज्ञान प्रस्तुत करताना, परमात्मा हे स्पष्ट करतो की, श्रीकृष्ण व श्री नारायण ही दोन नावे त्याच्या एकाच जन्मातील आहेत. राधेकृष्णाच्या विवाहापश्चात त्यांचे नामकरण होते 'श्री लक्ष्मी व श्री नारायण'. श्री कृष्णाचे श्री नारायण हे नाव त्याच्या जीवनात अधिककाळ असल्याने त्याच्या जीवनकथेला 'श्री नारायणाची कथा' म्हणणे अधिक श्रेयस्कर होईल. खरे तर ज्याप्रमाणे संत महात्म्याच्या एक जन्माची कथा सांगितली जाते त्याप्रमाणे श्री नारायणाच्या एका जन्माची अशी कोणतीच कथा सांगता येणार नाही, कारण कोणत्याही कथेत भिन्न भिन्न प्रकारचे घटनाक्रम असतात. त्यात प्रथमत: काही काळ सुखाने जीवन व्यतीत करणाऱ्या कथा नायकाला पुढील काळात अनेक प्रतिकुल घटनांना तोंड द्यावे लागते. त्यात सुख-दु:खाचे प्रसंग जीवनातील चढउतार, खलनायकाची कुटिल कारस्थाने इत्यादींचा समावेश असतो. कथेच्या अंतिम चरणात मात्र नायक सर्व प्रतिकुल परिस्थितीवर मात करून पुन्हा आपले जीवन पूर्वस्थितीत आणतो. परंतु अशी कोणतीच कथा सांगता येणार नाही. त्याची व त्याच्या दैवी राज्याची, त्याच्या अपार वैभवाची केवळ महिमा अथवा रमणीय असे वर्णन करता येईल परंतु त्रिकालज्ञानी परमात्मा मात्र संपूर्ण कल्पातील त्याच्या ८४ जन्मांची एकत्रित अशी कथा प्रस्तुत करतो. **ह्या कथेतही दोन भिन्न कथांचा समावेश आहे. पहिली कथा आहे पावन श्री नारायणापासून पतित नर बनण्याची! तर दुसरी कथा आहे त्याच पतित नरापासून पुन्हा श्री नारायण बनण्याची. नराने आपले गमाविलेले नारायणपद पुन्हा प्राप्त करावे म्हणून परमात्मा त्या विशेष नराला एका दिव्य साक्षात्काराद्वारे पूर्वस्मृति प्रदान करतो की, सत्ययुगातील प्रथम जन्मात तूच विश्वमहाराजन् हे पद प्राप्त केले होतेस.**

बंधुंनो, कोण आहे हा परमभाग्यशाली आत्मा की ज्याला स्वत: परमात्म्याने विश्वातील सर्वोच्च पदाची स्मृती प्रदान केली? ह्या भाग्यवान आत्म्याचे नाव आहे 'दादा लेखराज'. कलियुगातील ह्या साधारण गृहस्थी आत्म्याच्या द्वारेच परमात्म्याला नूतन दैवी मनुष्यसृष्टी स्थापन करावयाची असते म्हणून परमात्मा त्याचे अलौकिक नामकरण करतो 'प्रजापिता ब्रह्मा!' ह्या ब्रह्मालाच भारतीयांनी मनुष्यसृष्टीचा अलौकिक पिता मानले आहे. चित्रकाराने मात्र पान नं.२६ वर ▶▶

विचारधारा बदला....

- बी.के. विठ्ठल दा. सावरकर, नाशिक

एखाद्याचे शब्द किंवा कृती हेच त्याच्या विचारांचं प्रकटरूप असतं.

- जॉर्ज वॉशिंग्टन

आजच्या प्रत्येक माणसाची इच्छा आहे की, त्याच्या जीवनात स्थायी सुख-शांती असावी, सर्वांनी त्याच्याशी प्रेमाने वागावे आणि त्यानेसुद्धा सर्वांशी प्रेमाने वागावे, चहु बाजूने सुख शांतीचा, आनंदाचा वर्षाव व्हावा. त्यासाठी त्याने भौतिक, धार्मिक तसेच शास्त्रीय साधनांचा देखील सढळ हाताने उपयोग केला. मात्र ही त्याची एक प्रकारे विडंबनाच आहे की मनुष्य ह्या साधनांमध्ये जसजसा गुरफटत गेला तशीतशी त्याची मानसिक शांती ढळत गेली, ती जणू मृगतृष्णाच सिद्ध झाली. आजच्या मानवाने चंद्रावर जाण्याची क्षमता प्राप्त केली. परंतु त्याच्या जीवनातील चंद्राप्रमाणे असलेली शीतलता कोठे लुप्त झाली? परिणाम स्वरूप आजचा मानव दिवसेंदिवस पहिल्यापेक्षा जास्तच अशांत आणि तणावग्रस्त होत चालला, त्याची स्थिती अत्यंत दयनीय होत चालली आहे. सर्वत्र लढाई-झगडे, दंगे, हिंसा, ईर्ष्या, द्वेष, अविश्वास, अन्याय, अत्याचार, विषय-विकार, कौटुंबिक अस्वस्थता, भ्रष्टाचार तथा अधर्माचाच बोलबाला आहे. प्रकृतीचे ५ तत्त्वसुद्धा मानवाच्या दुःखास कारणीभूत झालेले आहेत. भविष्यात तर अजूनही भयाण विक्राळ रूप पाहायला मिळणार आहे.

ह्या परिस्थितीला जबाबदार कोण?

आता प्रश्न असा आहे की ह्या वातावरणाचा निर्माता कोण? स्वतः मानव वा अन्य कोण? वास्तविक मनुष्य स्वतःच ह्या वातावरणाचा निर्माता आहे. कारण की मानव जसा विचार अथवा चिंतन करतो तसेच वातावरणात वायब्रेशन्स (तरंग) निर्माण होतात आणि त्यामुळे तशीच वातावरण निर्मिती होते. आजच्या मानवाच्या निकृष्ट, अशुद्ध आणि विकारी चिंतनानेच त्याचे पतन झाले आहे आणि साऱ्या विश्वाचे वातावरण पूर्ण दुषित झाले आहे. वैज्ञानिक सांगतात की, मनुष्य जसे चिंतन करतो, त्याप्रमाणे त्याच्या शरीरातील घटक अथवा हारमोन्स सुद्धा कार्य करू लागतात. त्यानुसारच शरीरातील प्रक्रिया होऊ लागते. इतकेच नव्हे तर काही व्यक्ती आपल्याला चांगल्या वाटू लागतात. तर काही व्यक्तींना आपण टाळू लागतो. हे सर्व आपल्या शरीरातून निघणाऱ्या रिपल्सिव्ह अथवा ॲक्ट्रॅक्टीव्ह तरंगामुळेच होते. ह्या सर्वांचे तात्पर्य हे की आपले विचार वा चिंतन केवळ आपले सभोवतालचेच नाही तर संपूर्ण विश्वाचे वातावरण परिवर्तन करू शकतात. त्यामुळेच सत्ययुगात प्रकृती सत्त्वप्रधान तथा मानवाची दासी होती आणि आजचा मनुष्य प्रकृतीचा दास बनला आहे. कारण की **सत्ययुगात आपले चिंतन सत्त्वप्रधान होते आणि आज मात्र ते संपूर्ण तमोप्रधान झालेले आहे त्यामुळे जर आपल्याला पुन्हा सुख-शांती आणि सतोप्रधान वातावरणात जगायचे असेल तर आपल्याला स्वतःला बदलावे लागेल. आपली जगण्याची पद्धत आणि चिंतनाची धारासुद्धा बदलावी लागेल.**

चिंतनाचे प्रकार

मनुष्य एक चिंतनशील प्राणी आहे. त्याच्या मनात सतत काही ना काही चिंतन अवश्य चालत राहते. हे चिंतन मुख्यतः चार प्रकारचे असते.

१. साधारण चिंतनः ज्याचा संबंध आपल्या शारीरिक नित्य कर्मांशी अथवा कार्यकलपांशी आहे.

२. व्यर्थ चिंतनः ज्याचेशी व्यक्तीचे काही घेणे-देणे नसते. केवळ वेळ घालविण्यासाठी तो करीत असतो. मात्र त्यामुळे त्याचा वेळ तसेच शक्ती दोन्हींचा खूप ऱ्हास होतो. अशा वाईट अथवा व्यर्थ संकल्पाने जीवन दुःखी होऊ शकते. प्रामुख्याने मनुष्याचे ८०% विचार हे भूतकाळातील घटनांविषयी असतात. १५% विचार हे भविष्याविषयी असतात. केवळ ५% विचार हे वर्तमान समयाविषयी असतात. यावरून हे स्पष्ट होते की मनुष्य व्यर्थ चिंतनच अधिक करतो.

३. नकारात्मक चिंतनः व्यक्ती ५ विकारांचे वशीभूत होऊन, देहभानात आल्याने हे चिंतन करतो. ह्या चिंतनामुळेच आजची दुःखमय स्थिती तसेच दुषित वातावरण निर्माण झाले

आहे.

४. सकारात्मक चिंतन – ह्या चिंतनाने आत्म्याची शक्ती वाढते आणि आपले संस्कार परिवर्तित होऊन, श्रेष्ठ व देवतुल्य जीवन बनते.

येथे आपण प्रामुख्याने दोन प्रकारच्या चिंतनाची चर्चा करूया. एक आहे नकारात्मक चिंतन आणि दुसरे आहे सकारात्मक चिंतन. एका चिंतनाने आपल्यातील दानवत्वाचे तर दुसऱ्या चिंतनाने आपल्यात देवत्त्वाचे संस्कार जागृत होतात.

नकारात्मक चिंतनाचा परिणाम

नकारात्मक चिंतनाचे मूळ आहे दुसऱ्याचे अवगुण पाहणे आणि त्याचे मनात चिंतन करणे. मनुष्य जे काही पाहतो त्याचा प्रभाव माणसाच्या मेंदूवर होतो आणि तसेच तो चिंतन करतो. ज्या दृष्टी, वृत्ती अथवा भावनेने तो दुसऱ्यांना पाहतो तसेच भाव त्याचे चित्तात उठू लागतात आणि तशीच त्याची दृष्टी-वृत्ती बनत जाते. परिणामतः परदर्शन-परचिंतन करणारा स्वतःच पतन पावतो. मोठ्या प्रमाणावर देहभानवश अथवा पाच विकारांचे वशीभूत होऊन केलेले चिंतन देखील या श्रेणीत येते.

आपण डोळ्यांनी पाहत असलेलं प्रत्येक नकारात्मक दृश्य सातत्यानं आपल्या अंतर्मनात नकळत नकारात्मक बीज रुजवण्याचं कार्य करत असतं. उदा. क्राईम सिरियल मधील दृश्य पाहत असताना आपण सजग असलो तरी अशी दृश्य आपल्या अंतर्मनात नकारात्मक, भीतीदायक भावना निर्माण करू शकतात. **माणसाचं अंतर्मन हे एखाद्या प्रामाणिक सेवकासारखं असतं. ते योग्य-अयोग्य, वास्तव-कल्पना यांतील फरक ओळखू शकत नाही. आपलं अंतर्मन प्रत्येक विचार, भावना आणि दृश्य 'आदेश' समजून स्वीकारत असतं आणि त्याचं इमानदारीनं पालनही करत असतं. त्याच्यासाठीच प्रत्येक दृश्य आणि विचार म्हणजे मनाचा खुराक असतो. म्हणूनच टी.व्ही. वर क्राईम सिरियल, व्यर्थ सिरियल बघणं टाळावं. जेणेकरून आपण मनाला नकारात्मक प्रोग्रॅमिंगपासून वाचवू शकतो.**

आजच्या युवा पिढीनं या विषयाचा गांभीर्याने विचार करायला हवा. युवक जर आपलं भविष्य घडविण्याऐवजी अनावश्यक गोष्टींमध्ये रमत असतील तर ते त्यांच्या जीवनातील अमूल्य वेळ व शक्ती व्यर्थ गमावत आहेत. त्याचा परिणाम त्यांच्याबरोबरच संपूर्ण समाज, देश आणि विश्वावरही होईल.

'विश्वामध्ये कोणत्याही गोष्टीची प्रकट निर्मिती होण्यापूर्वी ती स्त्रोताद्वारे विचारांमध्ये निर्माण झालेली असते.' या सुत्राची येथे प्रचिती येते.

सकारात्मक चिंतन काय आहे?

जीवनातील महान ध्येय प्राप्त करण्यासाठी उच्चस्तरीय शुभ चिंतन अथवा सकारात्मक चिंतन अतिशय आवश्यक आहे. **''आपल्या विचारांचा दर्जाच आपल्या स्वतःच्या वैयक्तिक सुखाचा दर्जा निश्चित करतो.'' ''सकारात्मक अथवा श्रेष्ठ चिंतनाने आत्मा शक्तिशाली बनतो आणि व्यक्ती संसारिक तणावातून सहज मुक्त होतो तसेच अतिंद्रिय सुखाची अनुभूति करू लागतो.''** खऱ्या अर्थाने स्वचिंतन अथवा आत्मचिंतनच सकारात्मक चिंतन आहे आणि ईश्वरीय ज्ञानाचे मनन-चिंतनच सर्वश्रेष्ठ चिंतन आहे. परंतु त्यासाठी आपल्या मन-बुद्धीची तार परमात्मा शिवपित्याशी नीट जुळलेली असली पाहिजे.

समजा, टी.व्ही. वर तुमचा एखादा आवडता सिनेमा सुरू आहे. पण थोड्या वेळानं तुमच्या टी.व्ही. वर खरखर दिसू लागतो. मग उत्सुकतेपोटी तुम्ही शेजाऱ्यांच्या टी.व्ही. वरही खरखर दिसतेय का, हे पाहायला जाता. तेव्हा तुम्हाला समजतं, की फक्त तुमच्याच टी.व्ही. वर चित्र नीट दिसत नाही. शेजाऱ्याच्या टी.व्ही. वर पिक्चर एकदम क्लियर आहे. याचं कारण काय? तर तुमच्या टी.व्ही. च्या केबलमध्ये बिघाड झालेला असतो. शेजाऱ्याच्या टी.व्ही. ची केबल मात्र योग्य दिशेनं ट्युन झालेली आहे, याचाच अर्थ - सिग्नल तर एकाच सॅटेलाईटमधून येतो, पण जिथे केबल खराब आहे, त्या टी.व्ही. वर खरखर सुरू होते. केबल ठीक करताच ती थांबते. हीच गोष्ट आपल्या विचारांनाही लागू पडते. जेव्हा आपण सकारात्मक विचार करतो, तेव्हा संपूर्ण विश्वातील सकारात्मक गोष्टींसाठी ग्रहणशील असतो व परमपिता परमात्म्याला प्रत्यक्ष करणं सोपं होतं.

आपल्याला जर सर्व चांगल्या गोष्टी, चांगले मित्र, चांगले मार्क्स, सक्सेसफुल करिअर आणि शुद्ध चारित्र्याची संपत्ती हवी असेल तर आपल्या विचारांना योग्य दिशा देऊन नेहमी सकारात्मक विचार करायला हवेत.

हे चिंतनच निश्चित आपल्याला चिंतामुक्त करून विश्व परिवर्तनाच्या ध्येयापर्यंत पोहोचवेल. कारण स्वपरिवर्तनानेच विश्वपरिवर्तनसुद्धा होईल आणि यासाठी आपली चिंतनधारा बदलावी लागेल.

सकारात्मक चिंतन कसे करावे?

विचार आपल्या मनाचे भोजन आहे, खाद्य आहे. सकारात्मक चिंतनानेच आपले जीवन सुखमय, शांत व पवित्र बनते. त्याकरिता पुढील दृढ संकल्प करूया - सर्व चिंता सोडून एकच ''शुभ चिंतन'' करायचे आहे. मात्र त्यासाठी कशीही परिस्थिती असो, त्यासाठी वाटेल ती किंमत मोजावी लागो, शुभचिंतनाच्या दृढ संकल्पापासून जराही न ढळता, आपण आपल्या जीवन पद्धतीत, विचारामध्ये परिवर्तन करून, जीवनात सर्वांप्रती शुभ भावना आणि शुभ कामनांनी ओतप्रोत होऊ या. त्याचबरोबर ईर्ष्या, द्वेष, संशय, अनुमान आणि मान-शानचे खोटे चिंतन व व्यर्थ चिंतनसुद्धा नको. ज्या घटना होऊन गेल्या त्याचे व्यर्थ चिंतनात वेळ न घालवता, आपले मानसिक स्वास्थ्य चांगले ठेऊ या. **कारण की जे होऊन गेले त्यात कल्याण झालेले आहे. तसेच जे होत आहे ते सुद्धा कल्याणकारी आणि जे भविष्यात होणार ते तर अधिक कल्याणकारीच असणार!** अशारितीने सर्वांचे शुभ चिंतकमणि होऊ या. जो सर्वांचे कल्याण करतो, जो सर्वांसाठी शुभचिंतक असतो, ईश्वर स्वतः त्याचा परम हितैषी व शुभचिंतक बनतो. म्हणून शांतिसागर पिता परमात्म्याकडून शांतीची शक्ती प्राप्त करावी व आपल्या शांत स्वरूपात स्थित होऊन, शक्तिशाली चिंतनाद्वारे शांतीच्या शक्तीचे दान सर्वांना करावे.

जीवनात संपूर्ण सुखशांती प्राप्त करण्याचा एकच उपाय आहे. तो म्हणजे विशुद्ध, श्रेष्ठ चिंतन. यालाच आत्मचिंतन वा परमात्म चिंतन असे म्हणतात. यानेच आत्मा स्वयं शक्तिशाली बनून इतरांना शक्तिशाली बनवतो आणि स्वपरिवर्तनाने विश्व परिवर्तन करता येते.

'तुम्हाला जे नकोय, त्यावर ध्यान न देता; 'जे हवंय' त्यावरच ध्यान केंद्रित करा.' म्हणूनच 'मला गरिबी नकोय' असं म्हणण्याऐवजी 'मला समृद्धी हवीय' असं म्हणा. परंतु कळत-नकळत, अज्ञानवश मनुष्याच्या मनात अनेक नकारात्मक विचार घोळत असतात- 'मला आजारपण नकोय', 'नावडते पाहुणे यायलाच नकोत...', 'माझा अपघात व्हायला नको', 'मला भ्रष्टाचार पाहायचा नाही...' इत्यादी. पण आता 'काय नकोय' याऐवजी मला काय हवंय याचे चिंतन करा. परिणामी, तुम्ही आयुष्यात नकळत ज्या चुकीच्या गोष्टी आमंत्रित करताय, त्या बंद होतील.

तुमच्या आसपास नेहमी घाबरत, संकोचत जगणारे काही लोक तुम्ही पाहिले असतील. असे लोक नकारात्मक शब्द बोलून आपल्या जीवनात समस्या आकर्षित करतात. जसं 'माझ्या मुलांसोबत काही चुकीचं नको घडायला...', 'माझा अपघात झाला तर...', 'मला अमुक-अमुक आजार तर नाही ना होणार...' मी नापास झालो तर...' इत्यादी. मग काही अवधीनंतर त्यांच्या आयुष्यात तशाच घटना घडल्या तर त्यात नवल ते काय!

म्हणूनच 'असं व्हायला नको...' अशा प्रकारचे नकारात्मक शब्द बाहेर पडताच, 'काय व्हायला हवं' हे सजगतापूर्वक चिंतन करा. तुमची मुलं तुमच्या वार्धक्यात तुम्हाला सोडून जातील असं वाटल्यास म्हणा, 'आम्ही सर्वजण प्रेम, आनंद आणि शांतीसह राहू.' हे झाले यथार्थ चिंतन.

हे सर्व समजून घेण्यासाठी बऱ्याच लोकांनी अनुभवलेलं एक उदाहरण पाहू-

समजा, तुम्हाला एक नवीन गाडी (टू व्हिलर किंवा फोर व्हिलर) विकत घ्यायचीय. तुम्ही शोरूममध्ये गेल्यावर तिथे विविध रंगांच्या आणि वेगवेगळ्या मॉडेल्सच्या गाड्या पाहायला मिळतात. तुम्ही तुमच्या पसंतीनुसार गाडी बुक करता. म्हणजेच आता काही दिवसांनी तुम्हाला ती गाडी मिळणार आहे.

पण मधल्या काळात काय घडतं? तुम्हाला सर्व ठिकाणी केवळ तीच गाडी दिसू लागते... तोच रंग, तेच मॉडेल! तुम्ही आश्चर्य व्यक्त करता, 'अरे! त्याच रंगाच्या आणि मॉडेल्सच्या एवढ्या गाड्या अचानक कुठून बरं आल्या?' खरंतर रस्त्यावर त्या गाड्या आधीपासूनच होत्या, पण तुमच्या विचारात त्यांनी प्रवेश केल्याने केवळ त्या गाड्या तुमच्या नजरेत भरू लागल्या. असं कां बरं?

कारण आधी तुम्हाला त्या गाडीविषयी काहीच रस वाटत नव्हता. जसा तुमच्या मनात त्याविषयी रस निर्माण झाला, तुम्ही गाडी बुक केली आणि मग तुम्हाला सर्वत्र त्याच रंगाच्या आणि मॉडेल्सच्या गाड्या दिसू लागल्या.

तात्पर्य, ज्या विचारात तुम्हाला रस वाटतो, त्याप्रमाणेच तुमचं विश्व साकारतं. तेव्हा तुम्ही तुमच्या विचारांमध्ये काय-काय बुक करून ठेवलंय? तुम्ही विचारांमध्ये जे बुक केलंय, तेच तुमच्या आयुष्यात प्रकट होईल. तुम्ही जर 'प्रेम, आनंद, शांती व सुखाचं बुकिंग केलंत, तर त्याच गोष्टी प्रकट होतील.'

म्हणूनच म्हणतात ना...

"As you sow, so you reap"
"As you think, so you become."

''हे जग जसं दिसतं, तस नसतं. जग तसच असतं, जसा तुम्ही विचार करता, जे तुम्ही आहात.'' ■■

तणावमुक्त जीवन

- ब्र.कु.अश्विनी लोकरे, बोरिवली, मुंबई

आज तणाव या शब्दाशी क्वचितच कोणी व्यक्ती अपरिचित असेल; त्यामुळे तणाव या शब्दाचा अर्थ कुणालाही समजावून सांगण्याची गरज नाही. प्रत्येकजण कोणत्या ना कोणत्या रूपाने तणावाचा अनुभव करतच आहे. मग ती लहान मुले असोत, किशोर-किशोरी असोत, तरुण-तरुणी असोत अथवा प्रौढ किंवा वृद्ध असोत. शाळेची वजनदार बॅग घेऊन घरी आलेली मुले आईला सांगतात की आज मला खूप थकायला झालंय. निवृत्त झालेल्या वृद्धांना ज्यांना काही टेंशन घेण्याची गरज नाही, ते देखील आज अनेक कारणांमुळे तणावाखाली जीवन जगत आहेत.

एका लेखकाने तर २०व्या शतकाला 'तणावाचे आणि व्याकूळतेचे शतक' या शब्दात वर्णन केले होते आणि त्याने ही सुद्धा कल्पना दिली होती की जर या तणावावर काही उपाय केला नाही तर २१ वे शतक हे खतरनाक, दुःखदायी व पिडादायी शतक होईल. आज बहुतांशी लोक याचा अनुभव घेत आहेत. हा तणाव इतका खतरनाक आहे की हा व्यक्तीला मानसिक व शारीरिक दृष्ट्या कमकुवत करतो. **त्यामुळे तणाव प्रबंधन** (Stress Management) **ही आजच्या काळाची महत्त्वपूर्ण गरज बनली आहे. जागतिक स्तरावर आज अनेक संस्था यासाठी प्रयत्न करीत आहेत. परंतु या सर्वांमध्ये विशेष लक्ष आकर्षून घेईल असे कार्य करणारी कोणती संस्था असेल तर ती आहे- 'प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज्'.** तणावमुक्त जीवन जगण्यासाठी या संस्थेने जीवनात आचरण करण्यासाठी अतिशय मौलिक विचार सुचवले आहेत. विश्वभरात बऱ्याच लोकांनी या विचारांचा आपल्या जीवनात अवलंब करून, तणावापासून मुक्तीचा अनुभव घेतला आहे. मी स्वतःसुद्धा याचा अनुभव घेतला आहे. प्रस्तुत लेखात आपण ते मौलिक विचार साररूपाने पाहू या.

▶▶ सर्वप्रथम तनाचे भान अर्थात देहभान तणावाला आमंत्रित (तन+आव) करते. यातून मुक्त होण्यासाठी स्वतःला देह न समजता या सृष्टीरूपी रंगमंचावर पार्ट बजावणारा अविनाशी आत्मा समजा. या सृष्टिनाटकातील आपली भूमिका निर्भय होऊन, अतिशय चांगल्या रितीने बजावा तसेच दुसऱ्यांचाही अभिनय पाहून खूश राहा.

▶▶ कधीही आपली तुलना दुसऱ्यांबरोबर करू नका. कारण या विश्वात आपण वेगळे-वेगळे आहोत. आपल्यासारखे या विश्वात दुसरे कोणीही नाही. ज्या विशेषता किंवा कमतरता, शक्ती किंवा निर्बलता, गुण किंवा अवगुण यांचा समन्वय आपल्यामध्ये आहे; तसा समन्वय दुसऱ्या कुणा व्यक्तीत असू शकत नाही. सृष्टिनाटकाची ही विशेषता आहे की एका पार्टधारी आत्म्याचा पार्ट हा दुसऱ्या कोणाशीही जुळू शकत नाही. अज्ञानामुळे जेव्हा आपण आपली तुलना दुसऱ्याबरोबर करतो तेव्हा आपण तीन प्रकारच्या मानसिक विकृतींनी त्रस्त होतो. १. अहंभाव २. हीनभाव ३. ईर्ष्याभाव. यातून मुक्त होण्यासाठी आपली तुलना अन्य दुसऱ्याशी करू नका.

▶▶ कोणत्याही व्यक्तीने आपल्याला अपमानित केले, आपले लहान-मोठे नुकसान केले तर सामान्यतः त्याचा बदला घेण्याची भावना उत्पन्न होते. ही भावना मनात तणाव निर्माण करते आणि जोपर्यंत आपण बदला घेत नाही तोपर्यंत आपली स्थिती तणावग्रस्त असते. बदला घेण्यात जर असफल झालो तर तणावाचा पारा अधिकच वाढतो. यातून मुक्त होण्यासाठी सर्वप्रथम आपल्या मनातील बदला घेण्याची भावना काढून टाकली पाहिजे. त्यावर सर्वोत्तम उपाय म्हणजे त्या व्यक्तीपासून शक्य तेवढे दूर रहावे. त्या व्यक्तीबरोबर जेवढी गरज आहे तेवढेच व्यवहार करावेत. जर ती व्यक्ती आपली संबंधित असेल तर तेवढ्या संबंधांपुरतेच व्यवहार करावेत. **'क्षमा करा आणि विसरा'** (Forgive and Forget) **ही सवय लावावी. मुख्य म्हणजे बदला घेण्याच्या भावनेऐवजी स्वतःला बदलण्याचा प्रयत्न करावा. विश्वास ठेवा की त्यामुळे आपलाच फायदा होईल.**

वास्तविक पाहता आपली निंदा करणाऱ्या व्यक्तीला आपला मित्र समजावा. कारण ती व्यक्ती निःशुल्क एखाद्या मनोचिकित्सकासारखे आपल्या चुका किंवा अवगुणांच्या दिशेने आपले

वेळ आणि ईश्वरावर श्रद्धा ठेवावी. बऱ्याच समस्यांचे समाधान योग्य वेळेवर होते. त्याचबरोबर ईश्वरावर अतूट श्रद्धा ठेवली तर ईश्वर अवश्य मदत करतो.

लक्ष खेचत असते.

▶▶ आपल्या जीवनात अचानक दुःखद घटना घडली, कोणताही विपरीत प्रसंग आला तर हे काय झाले? असे कसे झाले? असेच का झाले? या प्रश्नात अडकण्यापेक्षा सर्वप्रथम ती घटना किंवा त्या परिस्थितीचा स्वीकार करा. नंतर शांतपणे विचार करा की या परिस्थितीतून बाहेर पडण्यासाठी मला काय केले पाहिजे? कुठल्याही परिस्थितीत हतबल न होता किंवा घाबरून न जाता, त्या समस्येचे समाधान कसे करता येईल, याचा विचार करावा. हेही लक्षात ठेवा की आपल्या जीवनातील घटना वा परिस्थिती, हा ईश्वराने आपल्यावर केलेला अन्याय नाही परंतु जीवनातील प्रत्येक घटना किंवा समस्या ही या जन्माच्या किंवा पूर्व जन्माच्या कर्मांमुळे आलेली असते. तो आपल्या कर्माचा लेखा-जोखा (हिसाब-किताब) असतो. म्हणूनच कुठल्याही प्रसंगाला धैर्यानं तोंड द्या. **परमात्मा शिव पित्याची विशेष आठवण करा. म्हणजे त्याच्या मदतीचा अनुभव येईल. फलस्वरूप हिमालयाऐवढी समस्या देखील राई इतकी अनुभवाला येईल.**

▶▶ मनुष्याच्या तणावाचे हेही कारण आहे की, तो भूतकाळात घडून गेलेल्या दुःखद घटनांची वारंवार आठवण करीत राहातो. जेव्हा तो दुसऱ्यांशी बोलतो तेव्हा त्या गोष्टींचे दुःखी मनाने वर्णन करतो. परिणामी तो सारखा-सारखा त्याचाच विचार करून तणावग्रस्त होतो. त्यामुळे भूतकाळातील घटनांना बिंदू वा फुलस्टॉप लावा तसेच भविष्याविषयी चिंता करू नका कारण त्याचा अजून जन्मही झालेला नाही. **त्यामुळे वर्तमानकाळात जगायला शिका आणि वर्तमानकाळ सफल करा म्हणजे भविष्यकाळ आपोआपच श्रेष्ठ होईल.**

▶▶ जेव्हा आपण एकाचवेळी अनेक समस्यांचा सामना करत असतो तेव्हा घाबरून जाऊ नये. तसेच सर्व समस्यांचे निवारण करण्याच्या प्रयत्नात हतबल होऊ नये. अशावेळी प्रथम एका समस्येला घेऊन तिचे पूर्णतः निवारण करण्याचा प्रयत्न करावा. त्यानंतर दुसरी, तिसरी... समस्या निवारण करावी. अशा रीतीने धैर्याने आपल्या सर्व समस्यांचे निवारण करत जावे.

▶▶ सर्वात महत्त्वाची बाब म्हणजे यथाशक्ती प्रयत्न करून सुद्धा जर आपल्याला समस्यांचे निवारण करता आले नाही तर दुःखी अथवा निराश होऊ नये. **वेळ आणि ईश्वरावर श्रद्धा ठेवावी. बऱ्याच समस्यांचे समाधान योग्य वेळेवर होते. त्याचबरोबर ईश्वरावर अतूट श्रद्धा ठेवली तर ईश्वर अवश्य मदत करतो.**

▶▶ प्रत्येक कार्याचे तसेच वेळेचे नियोजन करावे. संपूर्ण दिवसात करावयाच्या कार्याचे महत्त्व लक्षात घेऊन, त्यानुसार त्याचा अग्रक्रम ठरवावा जेव्हा आपण कार्याची वेळ निश्चित करतो तेव्हा दोन कार्याच्या मध्ये थोडा वेळ ठेवावा म्हणजे दिवसभरातील प्रत्येक कर्म तणावाशिवाय सहज संपन्न करता येईल.

▶▶ आपल्याला शक्य असेल तेवढे दुसऱ्यांचे सहयोगी बनण्याचा प्रयत्न करावा. कारण दुसऱ्यांना सहयोग दिल्याने आपल्यालाही सहयोग प्राप्त होतो. निष्काम आणि निस्वार्थ भावनेने दिलेल्या सहयोगाने अनेकांचे आशीर्वाद प्राप्त होतात. फलस्वरूप आपले जीवन तणावमुक्त बनायला मदत होते.

▶▶ धार्मिक कर्मकांडापासून थोडे बाजूला होऊन, आध्यात्मिकतेला समजण्याचा प्रयत्न करावा. अध्यात्म्याच्या शाश्वत सिद्धांताची समज आपल्याला नवीन दृष्टी प्रदान करते. आपला बौद्धिक विकास होतो. परिणामतः कुठल्याही परिस्थितीचा सामना करण्याची शक्ती तसेच सहनशक्ती प्राप्त होते. **त्यामुळे तणावमुक्त जीवन जगण्याचा हा सर्वोत्तम उपाय आहे. त्यासाठी आपल्या दिनचर्येत रोज सकाळी व संध्याकाळी योगाभ्यासासाठी थोडा वेळ काढावा.**

वास्तविक तणावमुक्त जीवन जगणे आपल्याच हातात आहे. एका शुभचिंतकाने म्हटले आहे "No one can make you unhappy without your consent.'(अर्थात आपल्या इच्छेशिवाय कुणीही आपल्याला दुःखी करू शकत नाही)

▶▶ आपल्याला जीवनात जे प्राप्त आहे, त्याची स्मृती ठेऊन, सदैव हर्षित रहा. दुसऱ्यांनाही आपल्या दृष्टी-वृत्तीद्वारे खुशी प्रदान करा. म्हणजे आपले जीवन खुशीने भरपूर होईल.

▶▶ जीवनात सरळतेचा गुण धारण करा. तसेच कुसंगापासून सदैव दूर रहा. त्यामुळे परिस्थिती देखील सरळ होत जाईल.

▶▶ आपल्या सर्व समस्या परमात्मा शिव पित्याला अर्पण करा व त्याची प्रेमपूर्वक आठवण करा. सदैव लक्षात ठेवा की खुशी हा आपला ईश्वरीय जन्मसिद्ध हक्क आहे. फलस्वरूप आपले जीवन बेफिकर बादशहाप्रमाणे अनुभवाला येईल.

■■

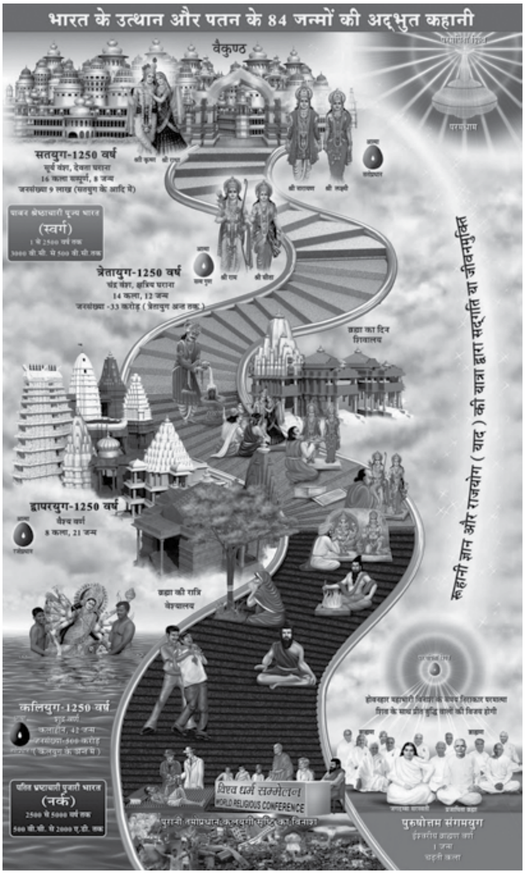
असत्य नरनारीपासून सत्य... पान नं.१६वरुन

चित्रात त्याला चार मुखे दर्शविली आहेत. ह्याच चार मुखांचे आध्यात्मिक रहस्य न जाणल्यानेच अज्ञानी लोक चित्रातील ब्रह्माला नि:शंकपणे वास्तविक ब्रह्मा मानतात. परंतु श्रीमतानुसार निर्मित केलेल्या चित्रप्रदर्शनीमधील ब्रह्माविषयी मात्र त्यांचे मन साशंक असते. ज्या वास्तविक ब्रह्माविषयी अज्ञानी लोक शंका कुशंका निर्माण करतात त्या ब्रह्माचीच ही नरापासून नारायण बनण्याची दिव्य कथा आहे. म्हणून ब्रह्मालाच परमात्मा ही कथा कथन करतो श्री नारायणाला नव्हे! अर्थात ह्या कथेविषयी श्री नारायण पूर्णत: अनभिज्ञ असतो. नरापासून श्री नारायण कसे बनावयाचे ह्याचा सर्वोत्तम आदर्श केवळ ब्रह्माच आहे. **ब्रह्माची ही अलौकिक कथा मानवमात्रासाठी अनुकरणीय तसेच अनाकलनीय आहे व आकलन झाल्यास आश्चर्यचकित करणारी आहे. सर्वांसाठी कल्याणकारी असणारी ती कथा आता आपण सविस्तरपणे व अंत:करणापासून जाणून घेऊया.**

सुमारे ५००० वर्षापूर्वी सत्ययुगी भारतात अर्थात कालचक्राच्या प्रथम युगात प्रथमत: राज्य करणाऱ्या श्री नारायणाच्या आत्म्याची स्थिती पौर्णिमेच्या चंद्राप्रमाणे १६ कलांनी परिपूर्ण पावन होती. ह्यालाच 'सतोप्रधान स्थिती' असेही म्हणतात. श्री नारायणाची पवित्र कर्मे अकर्मे म्हणून गणली जात होती. त्याच्या सर्वश्रेष्ठ कुळाचे नाव होते सूर्यवंशी कुळ. त्यांच्या राज्यातील अन्य पदाधिकारी व प्रजाजनांच्या आत्म्याची स्थिती सुवर्णाप्रमाणे असल्याने तेथे निवासासाठी सर्वांनाच लहान मोठे सुवर्ण महाल होते. ह्या युगात अधिकाधिक 'सुवर्ण' ह्या धातूचा उपयोग केला जात असल्याने परमात्म्याने ह्या युगाला 'सुवर्ण युग' म्हटले आहे. ह्या स्वर्गीय भूमीवर १२५० वर्षात श्री नारायणाचे आठ जन्म होतात. प्रथम जन्मापासून आठ जन्मापर्यंत अत्यंत मंदगतीने पवित्रतेच्या कला क्षीण होत जातात. आठव्या जन्मात आत्म्याची स्थिती जरी पावन असली तरी त्याची पावनता व शरीराभोवती असलेल्या प्रभामंडळाचा प्रकाश अंशत: क्षीण झालेला असतो. श्री नारायणाच्या आठव्या जन्मानंतर सत्ययुगाची कालमर्यादा समाप्त होते आणि त्रेतायुगाचा आरंभ होतो. येथे श्री नारायणाच्या नवव्या जन्मात पावनतेच्या दोन कला कमी झालेल्या असतात अर्थात आत्मा १४ कलायुक्त होतो. त्याचवेळी मुक्तिधामाहून ह्या साकार सृष्टीवर प्रथमत: येणारे आत्मेही १४ कलांनीच युक्त असतात. ह्यात सर्वप्रथम नवजन्म प्राप्त करणारा श्रीरामाचा आत्मा असतो. सत्ययुगाच्या प्रारंभी श्री नारायणाच्या आत्म्याची स्थिती सतोप्रधान असते तर त्रेतायुगाच्या प्रारंभी ती सतोगुणी होते. फलस्वरूप येथील कुळाचे नाव असते 'चंद्रवंशी कुळ'. सूर्याचा प्राथमिक प्रकाश सोनेरी असल्याने सुवर्ण युगातील देवतांच्या कुळाला सूर्यवंशी तर पवित्रतेच्या तेजात न्यूनता येऊन ते तेज चंद्रप्रकाशाप्रमाणे झाले असल्याने त्रेतायुगाला 'रजतयुग' व ह्या युगातील देवात्म्यांना 'चंद्रवंशी' म्हटले जात असावे. चंद्रवंशीच्या दोन कला मूळातच कमी असल्या तरी ह्या कुळातील आत्म्यांची कर्मे ही अकर्मेच होती. परंतु कला कमी झाल्याने सत्ययुगाच्या तुलनेत त्रेतायुगात वैभवही कमी होते. पवित्रता व वैभव ह्यांचा एकमेकांशी घनिष्ठ संबंध आहे. पवित्रतेत क्षीणता आली की वैभवालाही क्षीणता येते. सत्ययुगी भारत १६ कला संपूर्ण पावन असल्याने तेथील वैभव सुवर्णमय होते. परंतु त्याच भारताच्या ज्यावेळी दोन कला कमी होतात त्यावेळी चांदीचे महाल निर्माण केले जातात. जनसंख्येत वृद्धि झाल्यामुळे ह्या युगात सुवर्णाबरोबर चांदी ह्या धातूचा अधिकाधिक उपयोग होऊ लागला म्हणून ह्या त्रेतायुगाला परमात्म्याने 'रजतयुग' असेही नाव दिले आहे. ह्या युगाची कालमर्यादा १२५० वर्षांचीच असते येथे श्री नारायणाचे भिन्न भिन्न नावारूपात १२ जन्म घेऊन त्रेतायुगातील त्याच्या अंतिम जन्मात पवित्रतेच्या केवळ आठ कलाच शेष राहतात. कला कमी झाल्यानेच तो आत्मिक स्थितीच्या २०व्या पायरीवर येतो. विसाव्या पायरीवरील त्याचा हा २०वा जन्म पूर्ण झाला की, त्रेतायुग ही समाप्त होते.

काही सुज्ञ वाचकांच्या मनी हा प्रश्न निर्माण झाला असेल की, सत्ययुग त्रेतायुगात आत्मिक पतन करणारे पाच मनोविकार (माया) नसतानाही पवित्रतेच्या कला कमी कां होतात? बंधुनो, परिवर्तन हा तर सृष्टीचा नियमच आहे. येथे क्षणाक्षणाला परिवर्तन होत असते. परिवर्तनाच्या ह्या नियमामुळे आत्मा अपरिवर्तनशील तत्वातून (परमधामातून) ह्या परिवर्तनशील तत्वांच्या भौतिक सृष्टीत आल्यानंतर कालप्रवाहात अभौतिक आत्म्याचे व त्याचबरोबर त्याच्या चारित्र्याचे, वैभवाचे, शरीराचे, संकल्पाचे परिवर्तन होत असते. निरंतर होत असलेल्या ह्या परिवर्तनामुळेच प्रत्येक १२५० वर्षांनी युगाचेही परिवर्तन होत असते, सृष्टीतील ह्या परिवर्तनाच्या नियमामुळे ८४ जन्मांच्या बरोबरच आत्मिक पतनाच्या सूक्ष्म पायऱ्याही निर्माण होत असतात. बंधुनो आत्मिक पतन अथवा आत्मबल कमी होण्याचे सर्वात महत्वाचे कारण आहे; 'परमात्म्याचे विस्मरण'!

म्हणून ह्या संगमयुगावर परमात्म्याचे महावाक्य आहे की, तुम्ही स्वत:ला आत्मा समजून मज परमात्म्याचे अत्यंत प्रेमाने स्मरण करा. ह्या स्मरणाबरोबरच बीजरूप स्थितीद्वारे मजकडून लाईट व माईट प्राप्त कराल तर तुमची आत्मारुपी बॅटरी अधिकाधिक चार्ज होत जाईल. सत्ययुग त्रेतायुगात सर्व देवात्म्यांना परमात्म्याचे पूर्णत: विस्मरण झालेले असते. फलस्वरूप त्यांची आत्मारुपी बॅटरी जन्म मृत्यूच्या चक्रात मंद गतीने डिसचार्ज होत जाते. अर्थात आत्मबलात क्षीणता येते. निरंतर होणाऱ्या ह्या क्षीणतेमुळे सृष्टीचे निरंतर परिवर्तन होत होत २५०० वर्षात ही दोन्ही दैवी युगे समाप्त होतात व त्याचबरोबर सत्ययुगी स्वर्गाचे व सेमी स्वर्ग असलेल्या त्रेतायुगाचे वैभव पूर्णत: लयास जाते. येथे मनुष्य सृष्टीची अवस्था रजोप्रधान होते अर्थात द्वापरयुगाचा आरंभ होतो. ह्या द्वापरयुगात देहाभिमान निर्माण झाल्यामुळे मनुष्य आत्म्यांत कामक्रोधादि पाच मनोविकारही निर्माण होऊ लागले. ह्या विकारांनाच परमात्म्याने 'रावण' हे नाव दिले असल्याने येथे रावणराज्याचा आरंभ झाला असे म्हणता येईल. त्रिकालज्ञानी परमात्म्याने हे गुह्य रहस्य प्रगट केले आहे की, द्वापरयुगात श्री नारायणाचा आत्मा राजा विक्रमादित्याच्या रूपात आपला २१वा जन्म घेतो. हाच राजा विक्रमादित्य प्रथमत: परमात्म्याच्या प्रतिमेची अर्थात शिवलिंगाची (शंकराच्या प्रतिमेची नव्हे) सुंदर अशा मंदिरात स्थापना करून प्रतिदिन त्याचे पूजनही करतो. बंधुनो, अशा प्रकारे राजा विक्रमादित्याच्या द्वारे भक्तिमार्गाचा आरंभ होतो. आश्चर्य तर हेच आहे की, जे देवात्मे पूजनयोग्य होते तेच देवात्मे जन्म–मृत्यू, स्मृति-विस्मृतिच्या चक्रात येऊन द्वापरयुगाच्या आरंभी पुजारी झाले व तेच देवात्मे अत्यंत साधारण बनतात. ज्यावेळी मनुष्य आत्मा कामक्रोधादि विकारांच्यामुळे पतित होतो त्यावेळी तो पावन देवतांचे पूजन करून पुजारी बनतो. द्वापरयुगात ह्याच मनोविकारांच्यामुळे आत्मिक पवित्रतेच्या कला शीघ्र गतीने कमी होऊ लागतात. फलस्वरूप द्वापरयुगाच्या अंताला पुजारी रूपात असलेल्या नारायणाच्या आत्म्यांत पवित्रतेची एकही कला शेष राहत नाही. अर्थात तो आत्मिक पतनच्या ४० पायऱ्या उतरून ४१व्या पायरीवर येतो. एकेकाळी श्रीनारायणाच्या आत्म्याचा पवित्रतेचा चंद्र पूर्णत: प्रकाशित होता,



परंतु कालचक्राच्या प्रवाहात कलियुगाचा आरंभ होण्यापूर्वीच तो पूर्णत: अंध:कारीत होतो. सत्ययुग व त्रेतायुगातील २५०० वर्षात श्री नारायणाचे केवळ २० जन्म होतात. तर द्वापरयुगातील १२५० वर्षातच त्याचे २१ जन्म होतात. आत्मा ज्या प्रमाणात पवित्र असतो त्या प्रमाणात त्याचे जन्म कमी व आयुर्मान अधिक असते तर आत्मा ज्या प्रमाणात पतित होत जातो त्या प्रमाणात त्याचे जन्म अधिक होऊन आयुर्मान कमी होत जाते. हा देखील मानवी सृष्टीचा सर्वसाधारण नियम आहे. एकतेमधून अनेकता व अनेकतेमधून पुन: एकता निर्माण होणे ह्या दोन प्रक्रिया मनुष्य सृष्टीच्या ह्या महानाट्यात अटळ असतात. फलस्वरूप सत्ययुग त्रेतायुगातील आदि सनातन देवी देवता धर्मप्राय:लोप पावतो व द्वापरयुगात अन्य अनेक धर्म स्थापन होऊन अनेक राज्यसत्ताही निर्माण होवू लागतात. इतकेच नव्हे तर एकाच राज्यसत्तेत भिन्नभिन्न कुळेही निर्माण होऊ लागतात. येथे आत्म्याचा वर्ण वैश्य होतो. ह्या वैश्यवर्णाची गुणवत्ता ताम्र ह्या धातूसमान झाल्याने ह्या युगाला परमात्म्याने ताम्रयुग हे विशेष नाव दिले आहे. १२५० वर्षाचा कालावधी समाप्त होऊन, द्वापरयुगाचीही समाप्ती होते. येथे सृष्टीचक्राचा ३७५० वर्षांचा कालावधी समाप्त होऊन घोर कलियुगाचा आरंभ होतो. ह्या आरंभामुळे येथे साधारण नर्काचे रौरव नर्कात रूपांतर होऊ लागते.

ह्या कलियुगात मनुष्यआत्मे आत्मिक पतनाच्या पायऱ्या उतरतात असे म्हणण्याऐवजी आत्मिक पतनाच्या घसरगुंडीवरून घसरत जातात असे म्हणणे

वावगे होणार नाही. कारण ह्या युगात मनुष्यआत्म्यांना आपले आत्मस्वरूप तसेच परमात्म स्वरूपाची विस्मृति झालेली असते. एकमेकांना देह समजण्याची व केवळ देहाला पाहण्याची वृत्ती वाढत जाते. फलस्वरूप काम, क्रोध, लोभ, मोह व अहंकार हे पाच विकार आपले उग्र रूप धारण करू लागतात. आत्म्याच्या विस्मृतिमुळे देहाभिमान निर्माण होऊन देहालाच मनुष्य आपल्या चर्मचक्षुंगी पाहू लागला. फलस्वरूप त्याचा वर्ण कोणता झाला असावा हे सुज्ञ वाचकांनी जाणावे. येथे आत्म्याची गुणवत्ता 'लोह' ह्या धातूसमान होते. म्हणून ह्या युगाला परमात्म्याने नाव दिले आहे 'लोहयुग'. आत्म्याच्या भिन्नभिन्न स्थितीमुळे व त्यानुसार मनात निर्माण होणारे भिन्नभिन्न संकल्प व भिन्नभिन्न कर्मांच्यामुळे प्रत्येक आत्मा सतो, रजो व तमो ह्या आत्मिक स्थितींचे चक्र पूर्ण करतो. त्याचबरोबर भिन्नभिन्न युगे निर्माण होऊन ती युगेही हे चक्र पूर्ण करतात. अर्थात श्री नारायणाचा आत्माही ह्या चक्रात बंद असल्यामुळे कलियुगाच्या अंताला आपली तमोप्रधान व पतित स्थिती प्राप्त करतो अशाप्रकारे सत्ययुगापासून कलियुगाच्या अंतापर्यंत तो आत्मिक पतनाच्या समस्त पायऱ्या उतरून अंतिम पायरीवर येतो. अर्थात सत्य नारायणाचा पतित नर होतो. जो स्वर्गवासी होता तो नर्कवासी बनतो. विश्वमहाराजन् श्री नारायणाच्या आत्म्याची देखील अशी दु:स्थिती करणारा रावण (पाच मनोविकार) किती शक्तिशाली आहे ह्याची जाणीव केवळ संगमयुगावरच होते. शिवबाबा उन्नतीच्या पायऱ्या चढण्यासाठी आत्म्याला ज्ञानदीपाने नवचेतना देतो तर रावण तो दीप विझवून अंध:काराकडे नेणाऱ्या पतनाच्या पायऱ्या उतरण्यासाठी आत्म्याला विवश करतो. पतनाच्या प्रक्रियेतच श्री नारायणाचा आत्मा कलियुगातील आपले ४२ जन्म पूर्ण करतो. संपूर्ण एका कल्पातील हा त्याचा ८३ वा जन्म एका गरीब व साधारण कुटुंबात होतो. त्याचे वडील एका प्राथमिक शाळेत शिक्षक असतात. बंधुंनो, **एके काळी विश्वावर राज्य करणारा श्री नारायणाचा आत्मा जन्म-मृत्यूच्या विशाल चक्रात किती साधारण बनू शकतो ह्याची कोणी कल्पनाही करू शकत नाही. अशी आहे पावन श्री नारायणापासून पतित नर बनण्याची ८३ जन्मांची कथा!** श्री नारायणाचा आत्मा एका कल्पात ८४ जन्म घेत असला तरी तो आत्मिक पतनाच्या ८४ पायऱ्या मात्र उतरत नाही. अर्थात तो ८२ पायऱ्या उतरून ८३ व्या पायरीवर अवश्य येतो; परंतु ८३वी पायरी उतरून ८४ व्या पायरीवर कदापि येत नाही. ह्या ८३व्या पायरीवर प्रथमत: तो दादा लेखराज ह्या नावारूपात आपला ८३वा साधारण जन्म घेतो आणि ज्यावेळी निराकार परमात्मा अवतरित होऊन अर्थात दादा लेखराजांच्या वृद्ध तनात प्रवेश करुन त्यांना सांगतो की, 'मी परमात्मा तुझ्याद्वारे नूतन मनुष्यसृष्टी निर्माण करणार आहे आणि म्हणून परमात्मा त्यांचे कर्तव्यवाचक व अलौकिक नामकरण करतो. 'प्रजापिता ब्रह्मा!' हा त्यांचा ८३व्या पायरीवरच झालेला ८४वा अलौकिक व दिव्य जन्म होय! अशा प्रकारे ८३व्या पायरीवर श्री नारायणाच्या आत्म्याचे लौकिक व अलौकिक असे दोन जन्म होतात. परमात्म अवतरणानंतर प्रजापिता ब्रह्मा व ब्रह्मावत्सांसाठी कलियुग समाप्त होते. परमात्मा साधारण पुरुषाला (आत्म्याला) ज्ञान व योगाच्या आधारे पुरुषोत्तम बनवितो म्हणून परमात्म अवतरणाच्या काळाला नाव दिले जाते; पुरुषोत्तम संगमयुग. ह्याच संगमयुगावर उद्धारकर्त्या परमात्म्याच्या समवेत प्रजापिता ब्रह्मा ह्यांच्या हिरेतुल्य जीवनाचा आरंभ होऊन आत्मोन्नतीची अथवा पावन बनण्याची प्रक्रियाही आरंभ होते अर्थात आत्मिक पतनाची प्रक्रिया आपोआपच समाप्त होते. ह्याच ८३व्या पायरीवर आत्म्यांच्या उद्धारार्थ परमात्म ज्ञानाची कीट व राजयोगाची लिफ्ट ह्या दोन्हींचे आयोजन केलेले असते ही लिफ्ट आत्मोन्नतीच्या दिशेकडे जाण्यासाठी सुरू झाली की, ती थेट आत्मोद्धाराच्या नं.१ पायरीजवळच थांबणारी असते. अशा प्रकारे आत्मिक पतनाच्या ८२ पायऱ्या उतरणाऱ्या आत्म्याला पुन:नं.१ पायरीवर जाण्यासाठी वेळोवेळी योग्य ते मार्गदर्शन करून परमात्मा पूर्णतः सहयोग देतो व आत्म्याला उद्धारित स्थिती प्राप्त करवून देतो. म्हणून कल्पात ८४ जन्म घेणाऱ्या प्रत्येक आत्म्यासाठी ८३वी पायरी अत्यंत महत्त्वाची आहे कारण ह्याच पायरीवर कलियुग आहे तर संगमयुगही आहे. ह्याच पायरीवर आत्मा परमात्म्याचे मीलन होते तर ह्याच पायरीवर परमात्मा नं.१ पायरीवर जाण्याचे लक्ष्य देतो. ह्या पायरीचा निम्म्यापेक्षा अधिक भाग कामक्रोधादि विकारांनी व अज्ञान अंध:काराने काळाकुट्ट झाला आहे; तर ह्या पायरीचा उर्वरित भाग परमात्म ज्ञानदीपामुळे पूर्णतः उजळून निघाला आहे. **ह्या उजळून निघालेल्या भागावर जे आत्मे स्थिरावतात व स्वतःला अलौकिक ब्राह्मण म्हणवितात त्यांचेसाठी परमात्म्याचे महावाक्य आहे; ''केवल आप सभी संगमयुगी अलौकिक ब्राह्मण सोजरे में (प्रकाश में) है, बाकी सब अंधियारे में भटक रहे हैं।'' अशा प्रकारे अल्प शब्दात परमात्मा आत्म्यांसाठी आत्मोद्धाराचा व सर्वोत्तम आत्मकल्याणाचा मार्ग स्पष्ट करतो आणि म्हणूनच परमात्म्याला सर्व आत्म्यांचा उद्धारकर्ता म्हटले आहे. (क्रमश:)** ■■

रोज आपली दिनचर्या (चार्ट) लिहिणारा

भविष्यात राज्यअधिकारी बनतो

- ब्र.कु. चंद्रशेखर, शांतीवन (आबूरोड)

जसे सृष्टीचे चक्र हे पाच हजार वर्षाचे आहे. त्या चक्रात छोटे-छोटे चक्र सामावलेले आहेत. उदा. वर्षातील ऋतुंचे चक्र, महिन्यांचे चक्र, आठवड्यातील दिवसांचे चक्र...इ. त्यातच रोजच्या दिनचर्येचे चक्र देखील सामावलेले आहे. हे चक्र जो साफ (क्लीयर) ठेवतो तो चक्रवर्ती राजा बनतो. त्यासाठी आपल्याला फक्त रजिस्टर साफ ठेवता आले पाहिजे.

आजकाल विज्ञानाने देखील असा शोध लावला आहे की लिहिलेले सर्व पुसले जाते, जरासुद्धा लिहिल्याची खूण राहात नाही. तसेच आपणसुद्धा सायलेन्सच्या शक्तीने (योगाच्या शक्तीने) आपले रजिस्टर साफ केले पाहिजे. अशारितीने सत्यता व स्वच्छतेच्या आधारे आपण प्रभुप्रिय व लोकप्रिय बनू शकतो. तसेच आपण स्वतःचेही प्रिय बनतो. सत्यता व स्वच्छता या दोन गोष्टी सर्वच पसंत करतात. आपले रजिस्टर साफ ठेवणे ती सुद्धा सफाईच आहे ना! मुख्य म्हणजे जेथे अंतःकरणात सत्यता आहे तेथे साहेब (शिवबाबा) राजी होतो अर्थात हिंमत व याद यांची मदत आपल्याला प्राप्त होते.

शुद्ध व अशुद्ध, सत्य व असत्य, स्मृती व विस्मृती यातील महान अंतर

आपले रजिस्टर साफ ठेवण्यासाठी आपल्याला प्रथम शुद्ध व अशुद्ध, सत्य व असत्य, स्मृती व विस्मृती, समर्थ व व्यर्थ यातील महान अंतर जाणण्याची आवश्यकता आहे. हे अंतर जाणण्यानेच आपल्यात कंट्रोलिंग पॉवर (नियंत्रण शक्ती) येईल. परिणामतः आपली बुद्धी आपोआपच जे श्रेष्ठ असेल त्याकडे जाईल. आपल्याला याची जाणीव होत राहील की ही गोष्ट व्यर्थ आहे, त्यामुळे बुद्धी तिकडे जाणार नाही.म्हणून जे ही कर्म आपण करतो, त्यावेळी शुद्ध व अशुद्ध, सत्य व असत्य, स्मृती व विस्मृती, समर्थ व व्यर्थ यातील महान अंतर आपण करीत राहिले पाहिजे. म्हणजे बुद्धी आपोआपच नियंत्रित होईल. त्याचबरोबर 'मन्मनाभव' हा महामंत्र देखील बुद्धीत असला पाहिजे. मन्मनाभव अर्थात शिवबाबांची याद म्हणजेच शिवबाबांची सोबत वा साथ, शिवबाबांच्या कर्तव्याची सोबत, शिवबाबांच्या गुणांची सोबत यामध्ये आपल्या बुद्धीला स्थित करणे. फलस्वरूप आपल्या बुद्धीचे कनेक्शन पॉवर हाउस बरोबर असल्या कारणाने आपल्यात 'विल पॉवर' (इच्छा शक्ती) येते. अशाप्रकारे महामंत्र व महान अंतर या दोन्ही गोष्टींची स्मृती असल्याने, सदा सफलता प्राप्त होते.

खऱ्या अंतःकरणाने रोजचा लेखाजोखा (कर्माचा हिशोब) शिवबाबांना द्या म्हणजे धर्मराजपुरीत जाण्याची आवश्यकता नाही. रोज रात्री झोपण्यापुर्वी, बापदादांना 'गुडनाईट' करण्यापुर्वी आपल्या साऱ्या दिवसांचा पोतामेल (कर्माचा हिशोब) शिवबाबांना द्या. चांगले केले वा वाईट केले? जे काही केले त्याचा हिशोब शिवबाबांना द्या (डायरीत लिहा वा बापदादांना सांगा) आणि आपली बुद्धी खाली करून मग गुडनाइट करा. नंतर शिवबाबांच्या मधुर स्मृतीत, शिवबाबांच्या कुशीत झोपी जा. म्हणजे अतिशय चांगली झोप लागेल. तात्पर्य म्हणजे झोपण्यापूर्वी आपली बुद्धी पूर्णपणे खाली करा. अशारितीने रोज झोपण्यापूर्वी साऱ्या दिवसातील कर्माचा हिशोब जर आपण शिवबाबांना दिला तर आपल्याला धर्मराजपुरीत जाण्याची आवश्यकता पडणार नाही. अर्थात आपण या जन्मातच कर्मातीत स्थिती प्राप्त करू तसेच भविष्यातही चक्रवर्ती राजा बनू. यावरून आपल्या लक्षात आले असेल की रोज दैनंदिन चार्ट वा कर्माचा हिशोब लिहिणे किती महत्त्वाचे आहे. **त्यामुळे आजपासून रोज झोपण्यापूर्वी आपल्या दैनंदिन कर्माचा हिशोब शिवबाबांना अवश्य द्या. फलस्वरूप धर्मराजपुरीतील शिक्षेपासून मुक्त बनू. तसेच भविष्यात चक्रवर्ती राजा बनण्याचे आपले स्वप्न साकार होईल यापेक्षा सद्भाग्य वा श्रेष्ठतम भाग्य प्राप्तीची सहज युक्ती ती काय असणार?** ■■

भारताचा प्राचीन राजयोग

- ब्र.कु. ज्ञानेश्वर, धुळे

भक्तिमार्गात आपण परमात्म प्राप्तीसाठी अनेक प्रयास घेतो. तीर्थ, व्रत, नेम, ध्यान(योग), धारणा इत्यादी करीत आलो तरीही कलियुगाच्या अंतापर्यंत आत्मा दिवसेंदिवस पतित बनत गेला. द्वापार युगापासून शंकराचार्यांनी शिकविलेला तत्वयोग, वशिष्ठ ऋषींनी शिकविलेला योग, महर्षी पतंजलि प्रतिपादित अष्टांगयोग किंवा अन्य महात्म्यांनी शिकविलेला योग याचा अभ्यास केल्याने, कोणालाही मुक्ती वा जीवनमुक्ती प्राप्त झाली नाही. उलट आपण पाहत आहोत की भारताची दुर्गती वा दुर्दशा झाली आहे. अशावेळी सर्व आत्म्यांची सद्‌गती करण्यासाठी परमात्म्याचे दिव्य अवतरण भारत भूमीवर होते व निराकार परमात्मा, साकार माध्यम प्रजापिता ब्रह्मा यांच्याद्वारे राजयोग शिकवितात. राजयोगाच्या अभ्यासाने मानव देवतुल्य बनतो. **या अनुषंगाने परमपिता शिव परमात्म्याने उच्चारण केलेली पुढील महावाक्ये अतिशय बोधप्रद आहेत. 'मीठे बच्चे, यह है पुरुषोत्तम संगमयुग (अर्थात कलियुग का अंत और सतयुग के आदि का समय) मनुष्य से देवता बनने का युग। बाप ही आकर राजयोग सिखलाते है। संन्यासी कभी राजयोग सिखला नहीं सकते है। उनका है हठयोग। राजयोग और हठयोग में रात-दिन का अंतर है। तुम राजाई प्राप्त करते हो, तो गदाई छोड देते हो। राजाई मिलती है बापद्वारा।'** त्यामुळे आपल्या लक्षात आले असेल की वर्तमान संगमयुगाचा समय हा हिरेतुल्य समय आहे. यावेळीच कवडीतुल्य पतित आत्मा राजयोगाच्या अभ्यासाने पुन्हा हिरेतुल्य पावन बनतो. यामुळे सारी किमया वा जादुगरी ही राजयोगाची आहे. म्हणूनच आजही भारताच्या प्राचीन राजयोगाचे गायन आहे. प्राचीन अर्थात पाच हजार वर्षापूर्वी (मागील कल्पातील संगमयुगात) स्वयं परमात्म्याने शिकविलेला राजयोग, जो आता पुन्हा परमात्मा शिकवित आहेत; या राजयोगाद्वारे भारतात पुन्हा स्वर्गीय राजाईची स्थापना होते. अशा या राजयोगाची महिमा अपरंपार आहे.

योगाचा अर्थ

योगाचा अर्थ आहे जोडणे. आध्यात्मिकदृष्टया योग शब्दाचा भावार्थ आहे, 'आत्म्याचा परमात्म्याशी संबंध जोडणे अथवा परमात्म्याशी मंगल मीलन करणे.' परमात्म्याला यथार्थरित्या जाणून, त्याच्याशी स्नेहपूर्वक संबंध जोडणे, यालाच योग म्हटले जाते. आजकाल मनुष्याची बुद्धी व्यभिचारी बनली आहे. त्याचे चंचल मन दिवसभर अनेक विषय व व्यक्तींच्या मागे धावत असते. अशा भटकणाऱ्या मन-बुद्धीला सर्व ठिकाणाहून हटवून, पिता परमात्म्याच्या (शिवबाबा) मधुर स्मृतीत टिकवणे, आपल्या अंतः करणात प्राणेश्वर शिवबाबांना बसविणे; सदैव परमात्म स्मृतीत राहून लवलीन स्थितीचा अनुभव करणे; शिवबाबांची निरंतर स्मृती हा आपला स्वभाव बनविणे, हाच सहज राजयोग होय. प्रत्येक कर्म करताना योगाचा समन्वय व समतोल साधून कर्मयोगी जीवन जगणे, हाच राजयोग आहे. आजवर देहअभिमानामुळे आपल्याला ईश्वरी संबंधाची विस्मृती झाली होती. आता संगमयुगात शिवबाबांशी सर्व संबंध जोडणे हाच योगी जीवनाचा खरा पुरुषार्थ होय. या पुरुषार्थाद्वारेच मनुष्याचे मन अथवा चित्त या कलियुगी संसारातून उपराम (अलिप्त) होऊन, एक परमात्म्याच्या स्मृतीत स्थिर होते. फलस्वरूप 'अंत मती सो गती' या नियमानुसार मनुष्य आत्म्याला मुक्तिधाममध्ये परमात्म्याचे सान्निध्य प्राप्त होते तसेच भविष्य २० जन्मांकरिता त्याला जीवनमुक्ती (अर्थात स्वर्गाची राजाई) प्राप्त होते.

राजयोग हाच सर्वोत्तम योग

सर्वोत्तम योग त्यालाच म्हटले जाते, जो प्रत्यक्ष परमात्म्याशी असतो कारण परमात्माच सर्वोत्तम गुण, कर्तव्य आणि स्वभाव असणारा आहे. त्यामुळे आपल्या बुद्धीत एक परमात्म्याशिवाय अन्य

पूज्य (देवी-देवता) अथवा देहधारी संबंधाची स्मृती असणे, हा व्यभिचारी योग होय. आपण हे जाणतो की सर्व आत्म्यांचा पारलौकिक पिता एक शिव परमात्माच आहे. ब्रह्मा-विष्णू-शंकर या आकारी सूक्ष्म देवतांचा, राम-कृष्ण आदी साकारी देवतांचा, बुद्ध-शंकराचार्य आदि धर्मस्थापकांचा, पारलौकिक पिता ज्ञानसागर, पतितपावन शिव परमात्माच आहे. राजयोगाद्वारे त्याच्यापासून आपल्याला मायेवर विजय प्राप्त करण्याची शक्ती प्राप्त होते. बाकी अन्य कोणाकडूनही आपल्याला प्राप्त होऊ शकत नाही. त्यामुळे कलियुगाच्या अंतापर्यंत मनुष्य आत्म्याची उतरती कला होत जाते. संगमयुगातच राजयोगाद्वारे आपली चढती कला होते. याचेच गायन केले जाते, 'चढती कला, तेरे बहाने सर्व का भला.' मुक्ती व जीवनमुक्तीचा दाता, पतितपावन, सद्गुरु, सत्धर्मस्थापक, नराला नारायण बनविणारा, मायाजीत व प्रकृतीजीत बनविणारा केवळ एक परमात्माच आहे. त्यामुळे एक शिव परमात्म्याबरोबर निरंतर योगयुक्त रहाणे, हाच सर्वोत्तम योग आहे. याद्वारेच आपल्याला सत्ययुगी आणि त्रेतायुगी संपूर्ण पवित्रता, सुख-शांतीचे सद्भाग्य प्राप्त होते.

राजयोग शिकविणारा श्रीकृष्ण नसून शिव परमात्मा आहे

भारताच्या प्राचीन राजयोगाचे खूप गायन केले जाते. परंतु हे कोणी जाणत नाही की हा प्राचीन योग कोणी व कधी शिकविला. लोक समजतात की राजयोग श्रीकृष्णाने शिकवला कारण गीतेचा भगवान श्रीकृष्ण असल्याचे लोक मानतात. परंतु त्यांनी जर सारासार विचार केला तर त्यांच्या लक्षात येईल की द्वापारयुगात श्रीकृष्णाने गीता ज्ञान दिल्यानंतर

भारतात कोणत्याही सत्धर्माची स्थापना झाली नाही. तसेच कोणालाही मुक्ती व जीवनमुक्ती प्राप्त झाली नाही. याउलट द्वापारयुगानंतर कलियुगात धर्माची अधिकच ग्लानी होत गेली. मनुष्य विकारी पतित बनत गेल्याने अधिकाधिक धर्मभ्रष्ट व कर्मभ्रष्ट होत गेला. त्यामुळे कलियुगाचे अंती, अति धर्मग्लानीच्या वेळी भारतात पुन्हा परमात्मा शिवपित्याचे दिव्य अवतरण होते व शिव परमात्मा अधर्माचा विनाश व सत्धर्माच्या स्थापनेचे दिव्य कर्तव्य करतात. त्यांच्या अवतरणाचे प्रतीक म्हणून भारतात दरवर्षी महाशिवरात्री मोठया उत्साहाने साजरी केली जाते. आता आपण हे जाणतो की स्वयं परमात्मा राजयोग शिकवीत आहेत. **राजयोग अर्थात देहसहित देहाचे सर्व संबंध विसरून, स्वतःला आत्मा समजून, परमात्मा शिव पित्याची (शिवबाबांची) मधुर स्मृती. याच्या अभ्यासानेच आपल्याला मुक्ती व जीवनमुक्तीचा जन्मसिद्ध अधिकार प्राप्त होतो.** सर्वात महत्वाची गोष्ट म्हणजे राजयोगाच्या अभ्यासानेच श्रीकृष्णाचा आत्मा (संगमयुगातील पिताश्री ब्रह्माबाबा) हेच स्वर्गाचे मालक बनतात. याचेच प्रतीक म्हणून 'ब्रह्मा सो विष्णू' (विष्णू अर्थात श्रीकृष्ण व श्रीराधेचे एकत्रित रूप ज्यांना स्वयंवरानंतर श्रीनारायण आणि श्रीलक्ष्मी असे संबोधले जाते) अशारीतीने राजयोगामुळे भारतात पुन्हा स्वर्गाची राजाई स्थापन होते. म्हणूनच शिव परमात्म्याला स्वर्गाचा रचयिता (Heavenly God Father) म्हटले जाते तसेच श्रीकृष्णाला (Lord Krishna) स्वर्गाचा मालक (अथवा राजकुमार) म्हटले जाते.

योगी जीवनाची महानता

मन-वचन-कर्माद्वारे कुठलीही वाईट गोष्ट न करणे, हेच योगीचे परम कर्तव्य आहे. आपल्या जीवनात दिव्य गुणांची धारणा करणे व आसुरी गुणांचा संन्यास करणे, हेच योगीचे मुख्य लक्षण आहे. सदा आत्मअभिमानी स्थितीत राहून, ईश्वरी स्मृती व ईश्वरी सेवेत मग्न रहाणे हेच योगी जीवनाचे लक्ष्य असले पाहिजे. कुठलेही शारीरिक कर्म समाप्त होताच, कासवाप्रमाणे आपली कर्मेंद्रिये समेटून घेऊन, आपली बुद्धी परमधामनिवासी परमात्म्याच्या मधुर स्मृतीत स्थित करुन, त्याच्याकडून प्राप्त शक्ती, शांती, आनंद, प्रेम यांच्या प्रवाहात मग्न राहणे तसेच तो प्रवाह संपूर्ण विश्वात प्रवाहीत करण्यासाठी निमित्त बनणे; हीच खरी योग-तपस्या होय. परंतु जर आपले कर्मेंद्रियांवर नियंत्रण नसेल तर पुन्हा-पुन्हा देहाभिमान जागृत होईल. परिणामतः आत्मअभिमानी व परमात्म अभिमानी बनू शकणार नाही. त्यामुळे योगी जीवन जगण्यासाठी सर्वप्रथम कर्मे द्रियांवर नियंत्रण ठेवण्याची आवश्यकता आहे.

दुसरी गोष्ट म्हणजे शिवबाबा आपल्याला रोज मुरलीद्वारे जे ज्ञान देतात तेच श्रवण केले पाहिजे. त्या विषयीच मनन–चिंतन केले पाहिजे असे केल्यानेच ज्ञानदाता शिवबाबांची आपल्याला सदैव स्मृती राहील. याव्यतिरिक्त जर आपण परचिंतन, परदर्शन(दूरदर्शन), वृत्तपत्रांचे सविस्तर वाचन, व्यर्थ गप्पा-

गोष्टी, अतिरिक्त उपभोग यासारख्या गोष्टी केल्यात तर संगमयुगातील प्राप्त खजिने (समय, श्वास व संकल्प) व्यर्थ जातील. संगमयुगात व्यर्थची समाप्ती केल्यानेच आपण समर्थ बनू व कलियुगी दु:खधामाच्या, समाप्तीच्या समयाला समीप आणू शकू. समयानुसार हेच आपल्या ब्राह्मण जीवनाचे लक्ष्य असले पाहिजे.

ब्राह्मण जीवनाची विशेषता आहे तपस्या; अर्थात निरंतर योगी बनणे, एक परमात्म्याच्या मधुर स्मृतीत मग्न राहणे. तपस्या अर्थात मन-वचन-कर्म-संबंध-संपर्क यामध्ये अपवित्रतेचा अंशमात्र नसणे. तपस्येचा मुख्य आधार आहे बेहदची वैराग्यवृत्ती अर्थात या पतित दुनियेतील सर्व गोष्टींपासून अलिप्त(न्यारे) आणि एक शिवबाबांचे प्रिय बनणे. तपस्या अर्थात एकांतप्रिय बनणे; मन-बुद्धीला एकाग्र करून एकरस स्थितीचा अनुभव करणे. अशाप्रकारची तपस्या आपल्याकडून होत राहावी यासाठी बापदादांनी (शिव बाप आणि ब्रह्मा दादा) दिनांक १५ डिसेंबर २००९च्या अव्यक्त वाणीत अतिशय सुंदर अभ्यास करायला सांगितला आहे तो असा की दिवसाभरात २४ वेळा (म्हणजे साधारण प्रत्येक अर्ध्या किंवा पाऊण तासानंतर) किमान ५ ते १० मिनिटे योगाचा अभ्यास करा. जर अधिक समय उपलब्ध असेल तर अधिक वेळ अभ्यास करावा कारण हा अभ्यासच भविष्यात अधिक काळासाठी श्रेष्ठ प्रारब्ध बनविण्याचा आधार आहे. या अभ्यासानेच आपण आपल्या मन-बुद्धीला एका सेकंदात कुठल्याही स्थितीत स्थित करु शकतो. एका सेकंदात निराकारी व एका सेकंदात फरिश्ता स्थितीत स्थित होऊ शकतो. जसजसा आपला हा अभ्यास वाढत जाईल तसतसा आपल्या साकार रुपातही प्रत्येकाला फरिश्ता रूपाचा अथवा निराकारी आत्मिक रूपाचा साक्षात्कार होईल (पिताश्री ब्रह्माबाबांच्या जीवनातील शेवटच्या ३-४ वर्षाच्या कालखंडात अशाप्रकारचा अनुभव सर्वांना त्यांच्याद्वारे होत होता.) या अभ्यासानेच आपण अंतिमसमयी 'पास विथ ऑनर' बनू शकू. निरंतर ही स्मृती असली पाहिजे की मी निराकारी आत्मा साकार शरीराद्वारे कार्य करीत आहे म्हणजे निरहंकारी आणि निर्विकारी स्थिती निरंतर राहील.

योगाभ्यासासाठी महत्वपूर्ण समय

राजयोगी हा कर्मयोगी असल्याने, त्याने प्रत्येक कर्म करतांना परमात्म स्मृतीत राहणे आवश्यक आहे. त्यासाठी दिवसाभरात २४ वेळा विशेष योग अभ्यास करणे हे अपेक्षित आहे. असे असले तरी राजयोगीच्या दैनंदिन जीवनात विशेष तीन वेळेला योगाभ्यासाचे अनन्यसाधारण महत्व आहे १)अमृतवेळेला(४ ते४.४५) २)सायंकाळी (६.३० ते७.३०) ३) झोपण्यापूर्वी रात्री पंधरा मिनिटे.

रोज अमृतवेळेला बापदादा आपल्या मुलांना विशेष शक्ती प्रदान करतात तसेच वरदान ही देतात. जे ब्रह्मावत्स अमृतवेळेला त्यांचा स्वीकार करतात ते विशेष तीव्र पुरुषार्थी बनतात. त्यामुळे अमृतवेळेला विशेष महत्व देणे म्हणजे बापदादांच्या हृदयसिंहासनावर विराजमान होण्यासारखे आहे. अमृतवेळेला विशेष पॉवर हाऊस शिवबाबांकडून फुलपॉवर प्राप्त करण्याचा नियम पाळा. अमृतवेळेला केवळ उठून न बसता, शिवबाबांशी आपला बुद्धियोग ठीक रीतीने जोडा म्हणजे सर्व प्राप्तींचा अनुभव होईल. जर दिवसाचा हा आदि काळ ठीक नसेल तर दिवसाचा मध्य व अंत ठीक होणार नाही.

संध्याकाळची वेळ ही देखील तपस्या करण्यासाठी चांगली वेळ आहे. यावेळी देखील बुद्धीला एकाग्र करण्यासाठी वातावरणाचा विशेष सहयोग प्राप्त होतो. यावेळीच विश्वातील आत्मे, राजयोगी सर्वश्रेष्ठ आत्म्यांचे विशेष आवाहन करतात. (अजूनही संध्याकाळी दिवा लावताच त्याला लोक नमस्कार करतात कारण दिवा जसा अंधःकार दूर करतो तसे आपण चैतन्य दीपक विश्वातील अज्ञान अंधःकार दूर करण्यासाठी निमित्त बनतो). याचवेळी विश्वातील आत्म्यांची आर्त पुकार (सुख-शांतीच्या प्राप्तीसाठी) ऐकू येत असल्याचा अनुभव येतो. त्यामुळे अशावेळी मनसा सेवेद्वारे त्यांना सुख-शांतीची अंचली देणे, हे आपले प्रत्येकाचे कर्तव्य आहे.

रात्री झोपण्यापूर्वी योगरूपी अग्नीने अथवा स्मृतीच्या शक्तीने आपण दिवसभरातील कर्मांचा हिशोब क्लीअर केला पाहिजे. आपले रजिस्टर साफ ठेवले पाहिजे म्हणजे दुसऱ्या दिवशी नवी स्मृती व नवीनता अनुभवाला येईल. जसे पाच हजार वर्षाचे हे सृष्टिचक्र आहे तसे या बेहदच्या चक्रात एक दिवसाचे हे छोटे चक्र आहे. या दोन्ही चक्रात अंत मतीला फार महत्व आहे. त्यामुळे रोज झोपण्यापूर्वी आपले कर्म व संकल्प यांचे खाते क्लीअर असेल तर आपण सहज संपूर्ण वा सफलतापूर्ण बनू शकू.

आतापावेतो आपण राजयोगाचे विविध पैलू थोडक्यात पाहिले. (परंतु त्याविषयी अधिक माहितीसाठी व योगाच्या अनुभूतिसाठी जिज्ञासूंनी प्रजापिता ब्रह्मा कुमारी ईश्वरीय विश्व-विद्यालयाच्या कोणत्याही सेवाकेंद्राला अवश्य भेट द्यावी.) यावरून आपल्या लक्षात आले असेल की राजयोग हाच विश्व परिवर्तनाचा आधार आहे. राजयोगाद्वारेच आपल्या विकर्मांचा विनाश होतो व आत्मा पावन बनून पावन दुनियेचा (स्वर्गाचा) मालक बनतो. सर्वात महत्त्वाची बाब म्हणजे वर्तमान संगमयुगातच आपण राजयोगाचा अभ्यास करू शकतो. त्यामुळे समयानुसार आपण निरंतर योगी बनू या व पद्मापद्म भाग्यशाली बनू या. ■■

कविता

असे हे संगमयुगी वारसदार

- ब्र.कु. जगदीश दीक्षित, पुणे

'मजला पुत्र मानूनी वारीस
बनवा' वदले आपुले शिवपिता
म्हणूनी त्याजला पुत्र मानूनी
बनावे त्याचे मातापिता ||१||

बंधू भगिनींनो, शिवबाबाला
पुत्र मानण्यात संकोच नसावा
त्याचे मातपिता होवूनी विश्वातील
सर्वोच्च आनंद प्राप्त करावा ||२||

शिवबाबा जरी असेल माझा
गुजगोष्टी करणारा परममित्र
तरी तो आता माझा झाला आहे
भरवशाचा प्रामाणिक पुत्र ||३||

प्रत्येक प्रतिकूल परिस्थितीत
लौकिक पुत्र उपस्थित नसतो
संकल्प करता क्षणी शिवपुत्र
हा वायुवेगाने उपस्थित होतो ||४||

दैहिक समस्येचे निवारण
करण्या दैहिक पुत्राशी बोलावे
आत्मिक समस्येवर मात्र आत्मिक
पुत्राशी रुहरिहान करावे ||५||

लौकिक पुत्राची प्रकृति
कधी कधी होत असते नादुरुस्त
पारलौकिक पुत्र माझा सदा
असतो निरोगी व तंदुरुस्त ||६||

लौकिक पुत्र परगांवी गेला
असता पाठवित नाही एकही पत्र
पारलौकिक पुत्र तो प्रतिदिनी
पाठवितो एक ज्ञानयुक्त पत्र ||७||

नित्य नवनवीन वस्तू
घेण्याचा लौकिक पुत्राचा असतो हट्ट
पारलौकिक पुत्राचा हा एकची हट्ट
ठेवा स्मृति माझी सदा घट्ट ||८||

लौकिक पुत्र देश सोडूनी गेला
तर म्हणतो 'मी आहे परदेशात'
शिवपुत्र हा देश सोडूनी गेला असता
म्हणतो 'मी आहे स्वदेशात' ||९||

लौकिक पुत्र भारतभूमीला
उद्देशून वदतो 'वंदेमातरम्'
पारलौकिक पुत्र शिवशक्तिंना
आदराने वदतो 'वंदेमातरम्' ||१०||

लौकिक पुत्र करवितो सफर
भिन्न भिन्न प्रेक्षणीय स्थळांची
पारलौकिक पुत्र तो सफर करवितो
विश्वासहित तीन लोकांची ||११||

लौकिक पुत्र मजसाठी आणीतो
भिन्न-भिन्न प्रकारची भारी वस्त्रे
पारलौकिक पुत्र मजला देतो वीस
जन्मांची पवित्र देहवस्त्रे ||१२||

सर्व पुत्रात माझा शिवपुत्र
आहे सर्वाधिक कर्तृत्ववान
कलियुगी नर्क उद्ध्वस्त करूनी
तो स्थापितो स्वर्ग महान ||१३||

कधी शिवबाबा माझे संतान तर
कधी मी संतान शिवबाबांचे
भावस्पर्शी हे विचित्र नाते, सार्थक
जाहले अलौकिक जन्माचे ||१४||

स्वामी तिन्ही जगाचा पण
अनुभव नसे मात्यापित्याच्या प्रेमाचा
आता आपणच त्याचे मातापिता होवूनी
वर्षाव करू या वात्सल्याचा ||१५||

जर तुम्हासी नको असेल अलौकिक
वारसाहक्कात थोडाही घाटा
तर आपुल्या लौकिक संपत्तीतही
ठेवा, शिवपुत्राचा एक घाटा ||१६||

आत्म्याच्या प्रत्येक क्रियेवर
प्रतिक्रिया निर्माण होत असते
म्हणूनी शिवबाबालाच
वारीसपुत्र मानावयाचे असते ||१७||

असे हे वारसदार असतात
केवळ आता संगमयुगावरी
हक्काचे असे हे आदान-प्रदान
कोठेची नाही भूवरी ||१८||

गाव आमुचे गोकुळ झाले

- बी.के. प्रेमराज भाई, कळमसरे (जळगांव)

कळमसरे येथे २२ वर्षापासून गीता पाठशाळा सुरू आहे. व गेली १८ वर्षे मी ज्ञानात आहे. १९९८ मध्ये राजयोग शिबीरासाठी व्ही.आय.पी. म्हणून मी ७ जणांसोबत शांतीवनला गेलो. त्या अगोदर ज्ञानामृत, अमृतकलश मासिके वाचण्यात आली होती. शांतीवनमध्ये प्रवेश केला व नोंदणी केली; तेथे लिहिले होते 'सच्चे ब्राह्मण बनने के लिए यह विद्यालय है।' अगोदरच ज्ञानाविषयी बऱ्याच शंका मनात होत्या. शिवाय मी फुले, आंबेडकर तत्त्वज्ञान संस्थेचे कार्य त्यावेळी करत असल्याने मनात आले की जर यज्ञकर्म शिकण्यासाठी हे विद्यालय असेल तर दोन दिवस थांबू व कोठेतरी दुसरीकडे (जयपुर, उदयपुर, सोमनाथ) बघायला निघून जाऊ. आम्ही रूमवर जाऊन फ्रेश झाल्यावर मासिकात वाचल्याप्रमाणे अगोदर डायमंड हॉल पहायला गेलो तर त्याची भव्यता पाहून अवाक् झालो. नंतर सौरऊर्जा प्रकल्प, किचन, भंडारा पाहिल्यावर खूपच आश्चर्य वाटले व मनात वाटले की, काहीतरी ईश्वरी शक्ती शिवाय एवढे कार्य होऊच शकत नाही. नंतर उषा बहनजीचा क्लास झाला. त्यात आत्मा, परमात्मा, सृष्टिचक्र, ८४ जन्माची कहाणी सर्व सविस्तरपणे ज्ञान प्राप्त झाले व मला क्षणभर वाटले की, ज्या गोष्टी भक्तिमार्गात कळल्या नाहीत त्या या ठिकाणी सहज उपलब्ध झाल्या. मी रोज नियमित सर्व क्लासेस ऐकून लिहूनही घेतले व **तेथील ६ दिवसाच्या वास्तव्यात आम्हाला खरोखर स्वर्गात असल्याची अनुभूती झाली. सोबतच्या सहकाऱ्यांना मी सांगितले की, आता येथून कोठेच काही बघायला जायचे नाही. तेथून बाबांची सर्व ठिकाणे बघून आम्ही घरी आलो.**

त्यावेळी अमळनेरच्या मिरादीदींनी आम्हाला साप्ताहिकी कोर्स केला. व मी युगलसह ज्ञानात यायला लागलो. वर्षानंतर बाबा मिलनसाठी पुन्हा मधुबनला आलो व तेथील बाबा मिलन कार्यक्रम करून आल्यावर ईश्वरीय सेवेसाठी स्वत:ला वाहून घेतले. त्याचवेळी जळगांवच्या मिनाक्षी दीदींनी माझ्यावर पाठशाळेच्या निमित्त सेवेची जबाबदारी सोपविली. गेल्या १८ वर्षात अनेकदा मधुबनला सेवेची संधी मिळाली. एकदा शांतीकुंजचे नूतनीकरण झाले होते. तेथे प्रत्येक रूमच्या बाहेर कपडे वाळविण्यासाठी प्लॅस्टिक दोरी बांधायची सेवा तळमजल्यावर मी व माझे दोन सहकारी करत होतो. आमच्याच वर तिसऱ्या मजल्यावर काहीजण तशीच सेवा करत होते. एकाएकी त्यांच्या हातून लोखंडी हातोडी निसटली व खाली असलेल्या आम्हा तिघांच्या मध्ये येऊन पडली; परंतु आम्हाला अजिबात इजा झाली नाही. वास्तविक आमच्या तिघात अंतर नव्हते. आम्ही शिवबाबांच्या आठवणीत सेवा करत होतो; म्हणून बाबांनी आम्हाला वाचविले. आम्ही बाबांचे लाखलाख आभार मानले. अशा प्रकारे बाबा सेवाधारींचे संरक्षणही करतात. दुसरी गोष्ट, मी ज्ञानात आलो तेव्हा ब्लडप्रेशरने आजारी असे व बी.पी. ची गोळी नेहमीच घ्यावी लागत होती; परंतु राजयोगाच्या अभ्यासाने १८ वर्षापासून गोळी बंद झाली व अजिबात त्रास नाही.

१७ वर्षापासून युगलसह दोघांचे भोजन करताना मौनव्रत असते. १७ वर्षात फक्त जगदीशभाईंनी शरीर सोडले तेव्हा दीदींच्या फोनसाठी त्यांच्या आग्रहानुसार फक्त एकदाच मौन तुटले आहे. तशी आमची पाठशाळा तालुक्यात सगळ्यात मोठी व आदर्श (ईश्वरीय नियमानुसार चालणारी) आहे. आता दररोज सकाळ-संध्याकाळ मुरली क्लास होतो. संख्या ९०-१०० असते. संपूर्ण क्लास खुर्चीवर बसून मुरली ऐकतात. आपल्या विद्यालयाचे प्रमुख चार विषय- ज्ञान, योग, धारणा व सेवा आहेत. **परंतु आम्ही या पलीकडे गावांसाठी, समाजासाठीही काही उपक्रम राबवत असतो. त्यात सर्वप्रथम ९ वर्षापासून नियमित दर गुरुवारी सकाळी ७ ते ८ या वेळांत सर्वजण (भाऊ-बहिणी) मिळून शांतीयात्रेचे आयोजन करतो. त्यात बाबांचा झेंडा घेऊन शांतपणे, शिस्तीत संपूर्ण गावांत शांतीचे दान द्यायची सेवा सुरू आहे. तिचा परिणाम खूपच छान आहे. नंतर आम्ही सर्वजण मिळून २ वर्ष गावातील अमरधाम २ एकरात बनविले आहे. परंतु तेथे खूपच दुरावस्था होती. सगळ्यांच्या सहाय्याने तेथील स्वच्छता हाती घेऊन, वृक्षारोपण करून सुंदर वातावरण निर्मितीचे कार्यही केले आहे. गावात शांती फेरीत फिरताना बऱ्याच ठिकाणी अस्वच्छता दिसायची. बरेच दिवस आम्ही आठवड्यात एक दिवस सर्वजण ग्राम स्वच्छता केली व लोकांना स्वच्छता, आरोग्य यांचे महत्त्व पटवून दिले. त्यामुळे आता कुठेही घाण दिसत नाही. दारू-बिडी-तंबाखू सारख्या व्यसनाधीन लोकांना व्यसनमुक्त करण्याचा प्रयत्न केला. त्यामुळे ग्रामपंचायत, सरपंच, पदाधिकाऱ्यांनी मध्यवर्ती ठिकाणी पाठशाळेसाठी हॉल उपलब्ध करून दिला म्हणून सेवा खूप वाढली. त्याठिकाणी सेवेसाठी लागणारे साहित्य, पंखे, कलर, साऊंडसिस्टीम, सतरंज्या, इन्व्हर्टर यासाठी अमृतवेळेस बाबांजवळ संकल्प करत गेलो. बाबांनी कोणालाही निमित्त बनवून संकल्प पूर्ण करून दिला आहे. सर्व शक्तिमान परमपिता परमात्मा कर्ता-करविता आहेत.** आपण निश्चयबुद्धी होऊन कार्य करत रहावे. बाबांची मदत अवश्य प्राप्त होते. माझ्या या १८ वर्षाच्या ईश्वरीय सेवेच्या प्रवासात परमपिता परमात्मा शिवबाबा, प्रजापिता ब्रह्माबाबा, सर्व दादीजी, वरिष्ठ भाईजी, जळगांव-अमळनेरच्या दीदीजी व माझे सर्व सहकारी भाऊ-बहिणींचे मोलाचे सहकार्य प्राप्त झाले आहे. **गावोगावी असलेल्या गीता पाठशाळांच्या द्वारे अशाप्रकारची सेवा झाल्यास प्रत्येक गाव हे आमच्या गावाप्रमाणे गोकुळ बनेल व यातूनच शिवबाबांची प्रत्यक्षता होईल असा माझा विश्वास आहे.** ■■