

परमपिता परमात्मा त्रिमूर्ती शिवभगवानुवाच 'मन्मनाभव।'

अमृतकुंभ

अंतरंग

वर्ष ११. अंक ५. डिसेंबर २०१७ जानेवारी २०१८

(मुखपृष्ठाविषयी)

ज्ञानसागर शिव परमात्म्याने आपल्याला सृष्टीच्या आदि-मध्य-अंताचे ज्ञान दिले आहे. त्यानुसार सत्ययुगापासून कलियुगाच्या अंतापर्यंत जे आत्मे पार्ट बजावतात, त्यांचे जास्तीत जास्त ८४ जन्म असतात. या विश्वनाटकात प्रजापिता ब्रह्माबाबा हेच ८४ जन्मांचा 'एक्युरेट पार्ट' बजावतात. त्यातील त्यांचे ३ जन्म अतिशय महत्त्वपूर्ण आहेत. कारण या जन्मात संपूर्ण विश्व त्यांना मानते व त्यांचे अनुकरण करते.

कलियुगाच्या अंतिम पर्वात निराकार शिव परमात्मा, प्रजापिता ब्रह्मा यांच्या शरीराचा आधार घेऊन, त्यांच्याद्वारे स्वर्गाची स्थापना करतात. त्यामुळे प्रजापिता ब्रह्माबाबा हेच नवसृष्टीचे निर्माता होत. तसेच संगमयुगातील तीव्र पुरुषार्थाद्वारेच ते भविष्यात श्रीनारायण वा श्री विष्णु बनतात व सत्ययुगी दैवी सृष्टीची पालना करण्यासाठी निमित्त बनतात. पुढे द्वापरयुगाच्या प्रारंभी जेव्हा देवी-देवता वाममार्गात जातात तेव्हा तेच 'राजा विक्रमादित्य' यांची भूमिका बजावतात व सर्वप्रथम शिवलिंगाची स्थापना करून, भक्तीची सुरुवात करतात. हाच भाव चित्रातून दर्शाविण्यात आला आहे. - प्रकाशक अमृतकुंभ.



१. नवसृष्टीचे निर्माता - प्रजापिता ब्रह्माबाबा (संपादकीय)	२
२. नव विश्वाचा हा निर्माता (कविता)	५
३. सर्व धर्मान् परित्यज्य	६
४. मनमंदिरात चैतन्य मूर्तीची प्राणप्रतिष्ठा करा....	८
५. ईश्वरीय कार्य व्यवहारात आदर्श व्यवस्था संपन्न करण्याची आवश्यकता.	११
६. विघ्नरूप बनणाऱ्यांना आपला शिक्षक समजा.	१४
७. सचित्र सेवावृत्त	१६
८. खुशीसारखा खुराक नाही	१८
९. कालचक्रानुसार विभिन्न विचार पध्दती	२१
१०. आत्मा, परमात्मा, ड्रामा व प्रकृती - (भाग-१)	२७
११. आरोग्यम् धनसंपदा (मधुमेहावर नियंत्रण)	२९
१२. बाबा ! तूच खरा आधार - (अनुभव)	३०

फोटो, लेख, आदी पाठविण्याचा पत्ता :

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

वर्गणी पाठविण्याचा पत्ता:

बी.के. गोदावरी, प्रकाशक अमृतकुंभ द्वारा :
प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज्, ए-१०, वर्षा अपार्टमेंट,
छत्रपती शिवाजी सोसायटी, कोपरी कॉलनी, ठाणे (पूर्व) - ४००६०३.
मोबाईल : ९८२००२३०९२

प्रजापिता ब्रह्मा कुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालयाचे मुखपत्र 'अमृतकुंभ' द्वैमासिक मुद्रक व प्रकाशक बी.के. गोदावरी यांनी परफेक्ट प्रिंट, २२ ज्योती इंडस्ट्रियल इस्टेट, नुरीबाबा दर्गा रोड, ठाणे (पश्चिम) - ४००६०१ येथे छापून प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज्, लाईट हाऊस, वागळे इस्टेट, ठाणे (पश्चिम) - ४००६०४ येथे प्रसिद्ध केले- संपादक ब्र.कु. शिवाजी चौधरी, संगणक अक्षरजुळवणी : केवल गाला, देरासर लेन, एम.जी. रोड, घाटकोपर (पू.) ४०० ०७७.

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

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



(संपादकीय)

नव सृष्टीचे निर्माता - प्रजापिता ब्रह्माबाबा



प्रजापिता ब्रह्मा बाबा हे अनुपम योगी, तपस्वी, ज्ञानी, आचार्य, प्रशासक, दार्शनिक, विद्वान, विधि - प्रदाता व श्रेष्ठतम प्रशासक होते. प्रजापिता ब्रह्मा बाबांनाच शास्त्रात, पुराणात नवसृष्टीचे निर्माता, नियामक, धर्म-ज्ञान प्रदाता, जीवन-दर्शनाचा उपदेष्टा व आदि पितामह असे संबोधण्यात आले आहे. अन्य जे सुधारक, प्रचारक, धर्मसंस्थापक, उपदेशक इत्यादी होऊन गेले, त्यातील कोणालाही या सृष्टीचे निर्माता, आदि सनातन धर्माचे संस्थापक, सारी सृष्टीचे आदि पिताश्री वा आचार्य असे संबोधण्यात आलेले नाही. **कलियुगी पतित सृष्टीला पावन बनविण्यासाठी, स्वयं निराकार शिव परमात्मा, ज्यांच्या शरीरात अवतरित झाले आणि ज्यांच्या दृष्टी, वाणी व हस्तांचा प्रयोग केला, ती सिध्दहस्त व्यक्ती म्हणजे प्रजापिता ब्रह्माबाबा होय.**

ब्रह्माबाबा सृष्टीरूपी नाटकातील मुख्य अभिनेता असून त्या आत्म्याची भूमिका संपूर्ण कल्पात म्हणजे सत्ययुगाच्या प्रारंभापासून कलियुगाच्या अंतापर्यंत असते. म्हणूनच सत्ययुग व त्रेतायुगाला

अर्थात कल्पाच्या पहिल्या अर्ध्या भागाला (२५०० वर्षांचा कालावधी) ब्रह्माचा दिवस (स्वर्ग) म्हणतात. तर द्वापरयुग आणि कलियुगाला अर्थात कल्पाच्या दुसऱ्या अर्ध्या भागाला (२५०० वर्षांचा कालावधी) ब्रह्माची रात्र (नर्क) असे म्हणतात. प्रत्येक कल्पाच्या अंती परमपिता शिव परमात्मा, साकार माध्यम प्रजापिता ब्रह्मा यांच्या शरीरात अवतरित होतात व त्यांच्याद्वारे नवसृष्टीची व स्वर्गाची स्थापना करतात. म्हणूनच 'ब्रह्मदेवाद्वारे स्थापना' असे गायन हिंदू करतात. तर ख्रिश्चन व मुस्लीम बांधव अॅडम (Adam) व आदम यांनी मनुष्य सृष्टीची स्थापना केली असे मानतात. जैन धर्माचे लोक ब्रह्मदेवाला 'आदिनाथ' म्हणतात. तात्पर्य म्हणजे प्रत्येक धर्मात ब्रह्मदेवाविषयी आपापल्या मान्यता आहेत. आता आपण प्रजापिता ब्रह्माबाबांचा जीवन वृत्तांत थोडक्यात पाहूया.

- ब्रह्माबाबांचा जीवन वृत्तांत -

ब्रह्माबाबांचे पूर्वश्रमीचे नाव होते लेखराज खूबचंद कृपलानी. त्यांचा जन्म सन १८७६ मध्ये सिंध प्रांतातील हैदराबाद येथे झाला. आई

लहानपणीच वारली म्हणून त्यांचे पालनपोषण त्यांच्या वडिलांनीच केले. त्यांचे वडील एका छोटयाशा गावात अध्यापक होते. ते अतिशय धार्मिक व थोर अंतःकरणाचे होते. त्यामुळे लेखराजच्या बालमनावर चांगल्या संस्कारांचे बीजारोपण झाले होते. उंच बांधा, सुदृढ शरीरयष्टी, गौरवर्ण, मधुर वाणी यामुळे तो बालपणी देखील सर्वाना प्रिय होता. पुढे आपल्या अंगी असलेल्या कलागुणामुळे व हुशारीमुळे दादा लेखराज हे सोने-हिन्यांचे प्रसिध्द व्यापारी बनले. त्यांना समाजात खूप प्रतिष्ठा प्राप्त होती. **त्यांच्या वयाच्या ६०व्या वर्षी म्हणजेच सन १९३६ मध्ये, त्यांच्या शरीरात निराकार शिव परमात्म्याचे दिव्य अवतरण झाले. शिव परमात्म्याने त्यांच्या मुखाद्वारे स्वतःचा परिचय करून दिला. त्याचबरोबर शिव परमात्म्याने दादा लेखराज यांचे नाव 'प्रजापिता ब्रह्मा' असे ठेवले व त्यांना नवीन सत्वप्रधान दैवी सृष्टीच्या स्थापनेसाठी निमित्त बनवले.**

त्यानंतर सन १९३६ मध्ये प्रजापिता ब्रह्माबाबांनी आपल्या घरी जशोदा निवास मध्ये सत्संगाची



सुरुवात केली. परंतु आज ८१ वर्षानंतर मात्र हा सत्संग प्रजापिता ब्रह्मावुःमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालयाच्या रूपाने विश्वव्यापक बनला आहे. या संस्थेची १४२ देशातून ९००० पेक्षाही अधिक सेवाकेंद्रे आहेत.

सन १९३६ ते १९६९ या सुमारे ३३ वर्षांच्या कालावधीत प्रजापिता ब्रह्माबाबांनी तीव्र पुरुषार्थ केला. त्याग, तपस्या व सेवा यांच्याद्वारे आपली संपूर्ण कर्मातीत फरिश्ता स्थिती प्राप्त केली. १८ जानेवारी १९६९ रोजी (वयाच्या ९३ व्या वर्षी) त्यांनी आपल्या नश्वर देहाचा त्याग केला व ते अव्यक्त वतनवासी बनले. आजही ते अव्यक्त रूपाने विश्वसेवेचे सर्वश्रेष्ठ कार्य करीत आहेत. **ब्रह्माबाबांचे अलौकिक जीवन चरित्र म्हणजे जणू सृष्टीवर साकारलेले ईश्वराचेच चरित्र होय. त्याची महिमा वर्णन करणे, खरोखर अशक्य आहे.**

-अगणित गुण व विशेषतांचे धनी -

प्रजापिता ब्रह्माबाबा अनेकानेक गुण व विशेषतांचे धनी (मालक) होते. ज्याप्रमाणे गुळाची चव कुठल्याही बाजूने घेतली तरी ती गोडच लागते. त्याप्रमाणे बाबांच्या जीवनाच्या कुठल्याही पैलूकडे दृष्टी टाकली तर त्यांच्यात दिव्य गुणांची गोडी अनुभवाला येत असे. त्यांची मेधावी बुद्धी व तर्कशुध्द

विचारसरणी यामुळे ते उत्तम दार्शनिक वाटत. त्यांचे श्रेष्ठतम आचार - विचार, संयम - नियम व शिष्टाचार यामुळे ते महान आचार्य अनुभवाला येत. संस्था चालविण्यासाठी आवश्यक प्रशासन कुशलता त्यांच्या अंगी असल्याने, त्यांना उच्च कोटिचे प्रशासक म्हटले गेले. त्यांच्या मुखातून ज्ञानाचे असे हिरे-मोती निघत की लोक त्यांना अलौकिक जवाहरी म्हणत असत. त्यांच्या मुखमंडलावर पवित्रतेचे व तपस्येचे असे तेज होते की त्यांना पाहताच, ते महान योगी असल्याची खात्री पटत असे. त्यांच्या व्यवहारात खूपच शालीनता होती. ती पाहून वाटत असे की ते आधी राजा, महाराजा किंवा त्यांचे निकटवर्ती असावेत. ते दानी, महादानी तसेच वरदानी होते. त्यांच्यात प्रेम व अनुशासन (Love and Law) यांचे अद्भूत संतुलन पहायला मिळत असे. त्यांचे व्यक्तित्व व व्यवहार असा होता की त्यामुळे सर्वांच्या जीवनात सहजच नैतिक परिवर्तन होत असे. **अशा अनेक गुणांमुळेच त्यांना नवसृष्टीचे निर्माण करण्यासाठी, परमात्मा शिव पित्याने माध्यम बनविले होते. त्यांच्या मुखकमलाद्वारे शिव परमात्म्याने सत्य गीता ज्ञान दिले.** परंतु हे ज्ञान सर्वप्रथम ऐकणारे 'गॉडली स्टुडंट' (ईश्वरीय विद्यार्थी) सुध्दा ब्रह्माबाबाच

होते. त्यामुळे जे ईश्वरीय ज्ञान त्यांनी कानाद्वारे श्रवण केले ते सर्वप्रथम त्यांनीच धारण करून दाखविले. त्यामुळे 'बोले तैसा चाले, त्याची वंदावी पाऊले' या उक्तीप्रमाणे ब्रह्माबाबांचे संपूर्ण अलौकिक जीवन साऱ्या विश्वासाठी अनुकरणीय तसेच वंदनीय बनले. म्हणूनच त्यांचे गायन 'ब्रह्मा वंदे जगद्गुरु' असे केले जाते. तात्पर्य म्हणजे जसे सद्गुरु केवळ एक 'शिव' परमात्मा आहेत तसेच जगद्गुरु देखील एकच 'प्रजापिता ब्रह्मा' आहेत. म्हणूनच आपण त्यांना 'फॉलो' करू या.

- ब्रह्माबाप समान बनण्याचा सहज पुरुषार्थ -

सदैव स्वतःला 'सारथी' व 'साक्षी' समजा. याच विधीद्वारे ब्रह्माबाबांनी नं.१ सिध्दी प्राप्त केली. आपण सर्व श्रेष्ठ आत्मे, शरीररूपी रथाचे सारथी आहोत. या रथाला चालविणारा आत्मा 'सारथी' आहे. ही स्मृती आपल्याला आपोआपच या देहापासून अलिप्त (न्यारे) बनवते. परिणामतः कुठल्याही प्रकारच्या देहभानापासून आपण अलिप्त बनतो. देहभान नसल्याने आपण सहजच योगयुक्त बनतो. फलस्वरूप प्रत्येक कर्म योगयुक्त व युक्तियुक्त होत जाते. स्वतःला सारथी समजल्याने, आपली सर्व कर्मेन्द्रिये आपल्या नियंत्रणाखाली राहतात. अर्थात सर्व



कर्मेन्द्रियांना सदा अंतिम लक्ष्य व लक्षण त्यांच्या समीप आणण्याची नियंत्रण शक्ती येते. सारथी कधीही कर्मेन्द्रियाच्या वश होत नाही. कारण माया जेव्हा कोणावर वार करते तेव्हा ती प्रथम कुठल्या ना कुठल्या स्थूल कर्मेन्द्रियांच्या किंवा सूक्ष्म शक्तींच्या (मन, बुद्धी व संस्काराच्या) परवश बनविल्यामुळे सारथी कधीही मायेच्या वश होत नाही. परंतु मायेला वश करतो. त्यामुळे चालता - फिरतांना, प्रत्येक कर्म करतांना हे चेक करा की मी सारथी स्थितीत स्थित आहे का? अधून-मधून हे चेक करा. असे नाही की सारा दिवस निघून गेल्यावर, मग रात्री चेक कराल. त्याचा काय फायदा? कारण सारा दिवस तर असाच कमाई वाचून निघून जाईल.

दुसरी महत्वाची गोष्ट म्हणजे सारथी स्वतः साक्षी होऊन सर्व काही करेल, पाहिल, ऐकेल व बोलेल. अशाप्रकारे साक्षी बनून पाहिल्याने, विचार केल्याने, कर्म केल्याने, सर्व काही करतांना आपली निर्लेप स्थिती राहिल अर्थात मायेचा कुठलाही लेप-छेप आत्म्यावर चढणार नाही. त्यामुळे सदैव 'सारथी' व 'साक्षी' स्थितीत रहा म्हणजे आपली स्थिती ब्रह्माबापसमान बनेल.

- ब्रह्माबाबांचा मुख्य आदेश अथवा संदेश -

ब्रह्माबाबांचा मुख्य आदेश त्यांच्या १८ जानेवारी १९६९ रोजीच्या रात्रीच्या प्रवचनातून सुस्पष्ट होतो. त्यांनी मनुष्याला निराकारी, निर्विकारी व निरहंकारी बनण्याचा आदेश दिला. अर्थात प्रत्येक मनुष्यानं सदैव सत्य आत्मिक स्वरूपात स्थित राहिले पाहिजे. तसेच विकाररहित व अभिमानरहित होण्याचा पुरुषार्थ केला पाहिजे. त्यांनी हे देखील समजावून सांगितले की ईश्वर पित्याशी प्रेमपूर्ण संबंध जोडा. म्हणजे मागील नैतिक विकृतीपासून आत्म्याची सुटका होईल. त्याच बरोबर सर्व दुःख व पीडा यांचे निवारण होईल.

त्यासाठी प्रामुख्याने हा अभ्यास करा की, मन्सा सदा निराकारी, वाचा सदा निरहंकारी व कर्मणा सदा निर्विकारी ठेवा. आपण जितके निराकारी स्थितीत स्थित राहू तितकेच निरहंकारी व निर्विकारी देखील राहू. हाच मुख्य पुरुषार्थ आहे. जसजसा समय पुढे जाईल तसतसा मीपणा वा अहंकाराच्या रूपात अनेक विघ्ने येतील. बऱ्याच जणात ज्ञानाचा अभिमान, बुद्धीचा अभिमान, सेवेचा अभिमान येत जाईल. तो समाप्त करण्यासाठी सदैव लक्षात ठेवा की मी निमित्त आहे. निमित्त बनल्यानेच आपण निराकारी, निर्विकारी व निरहंकारी स्थितीत राहू शकू.

वास्तविक स्वतःला निमित्त समजून चालणे, हीच सेवाधारीची खरी विशेषता आहे. परंतु निमित्तभाव बरोबरच सर्वाविषयी स्नेहभाव आवश्यक आहे. स्नेहभाव नसेल तर दयाभाव नसेल व नम्रताभावही नसेल. पिताश्री ब्रह्माबाबांमध्ये या दोन्ही गोष्टी होत्या, म्हणूनच ते सर्वांचे प्रिय बनले.

- ब्रह्माबाबा वेळेला समयाला फार मूल्यवान मानत -

समयाचे मूल्य ब्रह्माबाबा जेवढे समजत असत तेवढे कोणीही समजू शकले नाही. ते वारंवार समजावून सांगत असत की वर्तमान संगमयुगी जीवन अतिशय मूल्यवान आहे. सृष्टिचक्रातील या अंतिम जन्मात जर मानवमात्राची सेवा केली तर त्यापासून आपल्याला २५०० वर्षाकरिता सुखपूर्ण भविष्य प्राप्त होईल. ते म्हणत असत, 'जरी आपले वर्तमान शरीर वासनाजन्य असले तरी ते आपल्याला देवतातुल्य बनविण्यासाठी उपयुक्त साधन बनू शकते. त्यामुळे या शरीराची देखभाल त्याला ईश्वरीय संपत्ती समजून करा. त्याद्वारे कुठलेही वार्ड कर्म करू नका. कारण ईश्वराने आपल्याला ते दुरुपयोग करण्यासाठी दिलेले नाही.' त्याचबरोबर ते हे देखील समजावून सांगत की जेव्हा ईश्वरीय सेवेचा समय असेल तेव्हा कधीही 'नाही'



म्हणू नका. ईश्वरीय सेवा करणाऱ्यांना सदैव प्रोत्साहनच द्या.

- पिताश्रींचा स्मृतीदिवस हा समर्थी दिवस -

पिताश्रींचा स्मृतीदिवस हा ब्रह्मावत्सांकरिता समर्थी दिवस आहे. कारण त्यादिवशी विशेषत्वाने त्यांचा जीवनपट आपल्या डोळयासमोर उभा राहतो. त्यांच्या जीवनाशी आपण आपले जीवन

पडताळून (Tally) पाहतो. तेव्हा आपल्या लक्षात येते की आपण कुठपर्यंत पोहोचलो आहोत व बापसमान बनण्यासाठी आपल्याला किती पल्ला गाठायचा आहे. पिताश्रींचे जीवन हे आपल्यापुढे नंबर १ उदाहरण आहे. त्यांच्या प्रत्येक पाऊलावर पाऊल ठेऊन चालत गेल्यानेच आपण आपले लक्ष्य गाठणार आहोत. त्यामुळे

पिताश्रींच्या जीवनाचे आपण पूर्णपणे अनुकरण करूया व ब्रह्माबापसमान बनण्याचा दृढ संकल्प करूया. दि. १८ जानेवारी २०१८ रोजी असलेल्या पिताश्रींच्या ४९व्या स्मृतीदिनानिमित्त त्यांना समर्पित हीच खरी श्रद्धांजली ठरेल. शेवटी पुन्हा विश्वातील लाखो ब्रह्मावत्सांकडून पिताश्रींच्या दिव्य स्मृतीला कोटी-कोटी प्रणाम!

- ब्रह्माकुमार शिवाजी -

- नव विश्वाचा हा निर्माता -

नव विश्वाचा हा निर्माता, ब्रह्मा भाग्यविधाता।

प्रभु वत्सांनो ऐका त्यांची, अदभूत जीवनगाथा ॥६॥

अति जाहली हिंसेची, अन् लोप पावली शंती।

युद्धा वाचूनी जगात व्हावी, अपूर्व अभिनव क्रांती।

या ध्येयाने प्रेरित होऊन, पुढे आणिल्या माता।

प्रभु वत्सांनो ऐका त्यांची, अदभूत जीवनगाथा ॥७॥

विश्व नवे निर्माण करावे, संदेश शिवाचा ऐकोनी।

सर्वस्व आपुले अर्पण केले, लेखराज श्री दादांनी।

त्याग तयांचा बघूनी अलौकिक, प्रसन्न झाले शिवपिता।

प्रभु वत्सांनो ऐका त्यांची, अदभूत जीवनगाथा ॥८॥

अस्पृश्य लेखूनी ज्या वेदांनी, दूर ठेविले नारीला।

'वंदे मातरम्' म्हणून तयांनी, गौरविले स्त्री जातीला।

सत्ययुगातील श्रीलक्ष्मी तिज, सर्व समजती आता।

प्रभु वत्सांनो ऐका त्यांची, अदभूत जीवनगाथा ॥९॥

स्मृती दिवस हा त्या बाबांचा, अठरा जानेवारी।

आजही घेती सूक्ष्म पालना, ब्रह्माकुमार कुमारी।

थके न वाणी आम्हा सर्वांची, बाबांचे गुण गाता।

प्रभु वत्सांनो ऐका त्यांची, अदभूत जीवनगाथा ॥१०॥

- एक ब्रह्माकुमार



meJe&Oecee&veo

ब्र.कु. अनुराधा खोत, पुणे

गीतेमधील खूप प्रसिध्द असणारा एक श्लोक आहे. 'सर्वधर्मान् परित्यज्य मामेकं शरणं व्रज। अहं त्वां सर्व पापेभ्यो मोक्षयिष्यामि मा शुचः॥ सर्व धर्मांचा त्याग करून केवळ मज एक हया परमात्म्यालाच शरण ये. मी तुला सर्व पापांपासून मुक्त करीन. अध्याय (१८वा श्लोक ६६) तू काळजी करू नकोस. असा अर्थ सांगितला आहे.

यातील 'सर्व धर्म' - कारण अनेकवचन आहे - याचा अर्थ काय बरं होतो? सर्वसाधारणपणे सांगितलं जातं ते 'धर्म' या शब्दाचा आज रुढझालेला ढोबळ अर्थ गृहीत धरून, 'ख्रिस्ती, मुस्लिम इत्यादि धर्म सोडून मला अनुसरा' असा लावला जातो. परंतु अर्थातच इतका एकेरी, स्थूल अर्थ असणं शक्य वाटत नाही.

'धर्म' या शब्दाचा अर्थ 'रिलिजन' मधे मर्यादित झाला आहे. तेवढा मर्यादित अर्थ भारतात घेतला जात नाही. इथे 'गुणधर्म' या अर्थानंही हा शब्द वापरला जातो - जसं 'वाहणं हा पाण्याचा स्वाभाविक धर्म आहे.' किंवा कर्तव्य या अर्थी - जसं 'प्रजेचं पालन प्रेमानं करणं हा राजाचा धर्मच आहे.' तर या व्यापक अर्थासह 'धर्म' चा अर्थ इथे भगवंताना म्हणजे शिवबाबांना काय

अभिप्रेत असेल याचा विचार चालू झाला. 'बेहद' बाबांच सारंच 'बेहद' आहे ना! म्हणजेच तो वर उल्लेखिलेला ढोबळ अर्थ हा काही एकमेव अर्थ नव्हे.

शिवबाबा त्याविषयी काय म्हणतात - 'देहसहित देहके सब धर्मोंको भूल अपनेको आत्मा समझ, मुझे याद करो'

यामध्ये पहिलीच गोष्ट आहे की देहाला विसरण्याची. प्रथम देहाला विसरायचं. आता ही किती कठीण गोष्ट आहे हे आपण सारे जाणत आहोतच. परंतु आपण आत्मा आहोत, देह नाही. देह हे केवळ वस्त्र आहे. जन्मोजन्मी बदलण्याचं, हाच पहिला धडा आपण इथे ज्ञानात शिकतो. तेव्हा ती पहिली अट देहात राहूनही देहाला विसरण्याची ही कसरत - कला - विद्या शिकायचीच आहे. कारण आपण आत्मे आणि परमात्मा दोघेही निराकार आहोत.

पुढचा महत्वाचा शब्द - देहके सब धर्मोंको म्हणजेच धर्म शब्दाचा अर्थ अनेक पदरी झाला. दि. ५.४.१९८१ च्या अव्यक्त वाणीत. शिवबाबांनी अतिशय सुंदर शब्दात सांगितले आहे 'मानव जीवन में हरेक आत्मा की विशेष दो धारणाये हैं - एक धर्म,

दुसरा कर्म। धर्म में स्थित होना है और कर्म करना है। धर्म के बिना जीवन के कर्म में सफलता मिल नहीं सकती। ब्राह्मण जीवन में भी यथार्थ यह धारणा है कि - 'मैं श्रेष्ठ आत्मा हूँ। मैं आत्मा शान्त, सुख, आनंद, प्रेम ... स्वरूप हूँ। इसी आधार से कर्म बदल गया।'

याचा अर्थ हा की आत्म्याचे सात दिव्य गुण आहेत. त्या सात गुणांच्या जाणिवेत स्थिरपणे राहणं त्यांना न विसरणं हा आपला धर्म (वा धारणा)

'सतत माझ्या आठवणीत रहा' हे बाबा वारंवार सांगतात. कारण त्यात आपलं कल्याण सामावलं आहे. आपण मात्र कामात गुंग झालो की विसरतो. तर ती 'याद' राहिल कशी? बाबा एक युक्ती सांगतात.

'देहके धर्म छोड़ो तब याद रहेगी'। आता हे धर्म - देहाचे धर्म - कोणते ?

सत्ययुगात आपण पवित्र आत्मे होतो म्हणून देहही पवित्र होते. आत्मा शुध्द म्हणून देह विकारात जात नाही. याच्या उलट स्थिती या पतित कलियुगात आत्मा अंधारमय स्थितीत म्हणून देह विकार, दुर्गुण यांच्या जाळयात अडकला आहे.

पाच विकारांमुळे पाचही



कर्मेन्द्रिये स्वार्थ, मोह, लालसा, लोभ, हावरेपणा यांच्या तडाख्यात सापडली. जिभेला जे योग्य ते नव्हे, तर जे स्वादिष्ट त्याचा मोह होतो. तेच हवसं वाटतं. कानांना योग्य ते ऐकण्यापेक्षा स्तुती ऐकाविशी वाटते. मग ती खोटी का असेना! मनाला शांती प्रदान करणा-या दृश्यांपेक्षा डोळ्यांना हिंसक वा गलिच्छ दृश्य आवडू लागतात. हातांना कष्ट करून जगण्याऐवजी लाचखोरीचा पैसा घेणं बरं वाटू लागतं. दुष्कृत्यं करावीशी वाटतात. एकूण पतित आत्म्याला स्वतःच्या ख-या रूपाचा विसर पडल्याने, देह विकाराधीन झाला. परिणामतः जग वरचेवर भ्रष्टाचार, स्वार्थ, हिंसा यांच्या दलदलीत खोलवर रुतत चाललं आहे.

पतित आत्म्याचा व्यवहार बिघडला. कर्म बिघडलं. त्यामुळे देहाचा धर्मच दुःख निर्मिण्याचा, दुःख देण्याचा नि घेण्याचा झाला. मग हाच आहे का देहाचा धर्म जो शिवबाबा आपल्याला सोडायला सांगतात?

दि. १०.५.१७ च्या 'मुरली' त शिवबाबा म्हणाले, 'पवित्रता है तुम्हारा धर्म। स्वप्नमें भी 'अपवित्रता' आयी तो वह हुआ दुसरा धर्म। हा 'दुसरा' धर्म' म्हणजेच श्लोकामधला 'परधर्म' 'परधर्मो भयावहः' असं सांगितलेला. - म्हणजे पवित्रता हा आपला धर्म, अपवित्रता हा परधर्म, राजयोगाची पहिली अट पवित्रता हीच आहे ना!

पुढे येते ती सत्यता, आपण 'पुरुषोत्तम संगमयुगी ब्रह्मामुख-वंशावली ब्राह्मण' होताना जे सत्य ज्ञान आपल्याला मिळत जातं ते आपल्या चार प्रमुख विषयांपैकी एक ज्ञान. या ज्ञानाचा आधार सत्यता आहे.

ते सत्य ज्ञान मिळाल्यावर आपल्याला हवी निर्भयता. कारण हे ज्ञान सांगण्याला हिंमत लागते. ते जगावेगळं असल्यानं ते पटवून घ्यायला माणसं तयार नसतात. त्यासाठी लागणारा प्रयत्नवाद चिकाटी ही निर्भयतेतून येतात. या निर्भयतेचा आधार अर्थातच 'निश्चय' म्हणजे संपूर्ण विश्वास, खात्री हा असतो.

हा ज्ञानमार्ग आहे. पवित्रता हा आत्म्यांचा खरा धर्म. त्यामुळे ओघानंच आलं की अपवित्रता, असत्य, विकार, भीरुता हे सारे झाले अधर्म. आनंद, सुख, खुशी हा आपला धर्म. उदासपणा, दुःख, रुसवा, नाराजी, रडणं हे सारे अधर्म. शांती हा धर्म. अशांती, अस्थिरता, चंचलता, गडबडून जाणं, गोंधळून जाणं हा अधर्म. आधी स्व - उन्नती - नंतर इतरांची उन्नती साधणं हा स्वधर्म. अवनति हा परधर्म. शक्तिशाली असणं हा स्वधर्म. दुर्बलता हा परधर्म ! विचारसागरमंथन केल्यावर असा अर्थ हाती लागला. म्हणून शिवबाबा सांगतात - मनन, चिंतन करा.

सा-या जगात ही एक भारतभूमी वेगळी आहे. त्याचं मूळ या सहिष्णुतेत सुध्दा आहे; पवित्रते

बरोबरच. आपण शिवबाबांची मुले आहोत. म्हणून ती आपल्यातही झिरपली आहे. त्यामुळेच आपण मुस्लिम, ख्रिस्ती, पारशी, ज्यू यांसारख्या परकीयांना सुध्दा उदार आश्रय दिला. अगदी आक्रमक परकीय शक्तींना विरोधलं तरी स्थायिक झालेल्यांना सामावून घेतलं. याला सारं जग साक्षी आहे. इतिहास साक्षी आहे. ती सहिष्णुता हा भारतभूमीचा विशेष गुण आणि ते देणं परमात्मा परमपित्याचं.

तेव्हा विचार करताना असं वाटलं की आत्म्याचे मूळचे सात गुण + राजयोग + श्रीमत मिळून आपला धर्म बनतो. स्वधर्म ! खरा धर्म ! प्रेमस्वरूप, सुखस्वरूप बनणं हा त्याचा खरा अर्थ !

'सर्वधर्मान्' या जोडशब्दाचंच हे विवेचन झालं. बाकी 'शरण ये' यामधली शरणागती ही भक्तिमार्गातली आहे. बाबांना ती पसंत नाही. ते म्हणतात ताठ कण्यानं ताठ मानेनं उभे राहा. माझी मदतगार मुले व्हा. चरणांशी बसून का. सर्व शक्तिमान व्हा. माझ्या खांद्याला खांदा भिडवून चाला. विश्वकल्याणकारी बना. 'मी तुम्हाला सर्व पापांपासून मुक्त करीन' हे सुध्दा तसं नाही. तुम्ही स्वतःच तपस्या करून स्वतःला पापमुक्त करायचंय. शुध्द निर्मळ पवित्र बनवायचं आहे. शिवबाबा त्याची रीत शिकवितात त्यानुसार करणारे आपण !

'मन्मना भव' (मन माझ्याकडे लाव) 'मामेकम् - केवळ

▶▶▶ पान १० वर



- मनमंदिरात चैतन्य मूर्तीची प्राणप्रतिष्ठा करा -

ब.कु. हरिणाक्षी, विलेपार्ले (पू.), मुंबई.

ज्याप्रमाणे दिवसानंतर रात्र व रात्रीनंतर दिवस हे चक्र अव्याहतपणे फिरत असते त्याप्रमाणे ऋतुचक्र, वायुचक्र, जलचक्र, कालचक्र इत्यादी देखील फिरत असतात. परंतु सृष्टिचक्र कसे फिरते, त्याचा कालावधी किती वर्षांचा आहे, त्याचा आदि-मध्य-अंत कसा होतो ह्याचे ज्ञान देण्यासाठी निराकार शिव परमात्म्याचे दिव्य अवतरण या सृष्टीवर होते. ईश्वरीय ज्ञानानुसार सृष्टिचक्राचा कालावधी ५००० वर्षांचा आहे. ते सत्य, त्रेता, द्वापर व कलियुग या चार युगात विभागले असून, प्रत्येक युगाचा कालावधी १२५० वर्षांचा आहे. कलियुगाच्या अंती संगमयुगात पतितपावन शिव परमात्मा, आपल्याला सहज राजयोग शिकवितात. त्याच्या अभ्यासानेच आपण मनुष्यापासून देवता बनतो. याचेच गायन शास्त्रातून केले जाते -

नर ऐसी करनी करे, जो नरसे नारायण बने ।

नारी ऐसी करनी करे, जो नारी से श्रीलक्ष्मी बने ॥

याच वेळी आपण पुरुषार्थाद्वारे आपल्या मनमंदिरात चैतन्य मूर्तीची प्राणप्रतिष्ठा करू शकतो.

वेळेचे महत्व

कुठलीही गोष्ट करण्याची तिथी, तारीख नक्की केल्यानंतर आपल्या पुरुषार्थाला खऱ्या अर्थाने गती प्राप्त होते. उदा. जेव्हा मंदिरात मूर्तीची प्राणप्रतिष्ठा करायची तिथी, तारीख नक्की केली जाते तेव्हा राहिलेल्या सर्व कामांना गती प्राप्त होते. मंदिरातील बारीक-सारीक कामे झपाट्याने पूर्ण केली जातात. घडवलेल्या सुबक मूर्ती आणून ठेवल्या जातात. आजूबाजूच्या भाविकांना निमंत्रित केले जाते. सर्वांच्या भंडाऱ्याची सोय केली जाते. पुरोहितांना पाचारण केले जाते. जसा-जसा मुहूर्त जवळ येऊ लागतो तसे सर्वत्र उत्साहाचे वातावरण पसरते. सगळीकडे सडा, रांगोळ्या, पताका, तोरणे, रोषणाई, भजन, कीर्तन इत्यादी केले जाते. प्रत्येक भाविकाच्या मनात हाच शुभ संकल्प असतो की माझ्या ईष्ट

देवाची अथवा देवीची प्राणप्रतिष्ठा आता मंदिरात होणार आहे.

वास्तविक ही सगळी संगमयुगातील यादगार आहे, हे आपल्याला त्रिकालदर्शी शिवबाबांनी समजावून सांगितले आहे. संगमयुगी ब्रह्मावत्स हेच भविष्यात देवी-देवता बनतात. म्हणूनच 'ब्राह्मण देवीदेवताय नमः' असे म्हटले जाते.

मनमंदिराची ठळक वैशिष्ट्ये

देवीदेवतांच्या मंदिरात गेल्यावर प्रामुख्याने ३ ठळक वैशिष्ट्ये दिसतात. यामागे देखील आध्यात्मिक रहस्य सामावलेले आहे. मनमंदिराच्या वैशिष्ट्यांचीच ती यादगार आहे. कसे ते थोडक्यात पाहू या. सर्वप्रथम मोठ्या मंदिरामध्ये प्रवेश करण्यापूर्वी खांबांवर दोन द्वारपाल दर्शाविण्यात येतात. (मथुरेला श्रीकृष्णाच्या मंदिरात असे द्वारपाल आहेत) याचे आध्यात्मिक रहस्य असे आहे की दिव्यतेची मूर्ती बनण्यासाठी 'अटेंशन व चेकींग' या दोन गोष्टींची नितांत आवश्यकता आहे. याचे प्रतीक म्हणून ते दोन द्वारपाल आहेत. शिवबाबांनी



आपल्याला श्रीमत दिले आहे की वार्डट विचार करु नका (Think no evil), वार्डट बघू नका (See no evil), वार्डट ऐकु नका (Hear no evil), वार्डट बोलू नका (Talk no evil), वार्डट कर्म करु नका (Do no evil). या पाच गोष्टीकडे सातत्याने लक्ष देऊन, त्यांचा शिरकाव मनमंदिरात होणार नाही, याची नीट काळजी घ्या'.

मंदिराचे दुसरे वैशिष्ट्य म्हणजे कुठलीही मूर्ती ही मंदिराच्या गाभाऱ्यात स्थापित केले जाते. हे प्रतीक आहे अंतर्मुखतेचे. जोपर्यंत आपण अंतर्मुखी बनत नाही तोपर्यंत समजावे की मंदिराचा गाभाराच अजून तयार झाला नाही. मग मनमंदिरात चैतन्य मूर्ती स्थापित कशी होणार? त्याचबरोबर मंदिराच्या गाभाऱ्यात सतत नंदादीप तेवत असतो. हा नंदादीप आपल्या आत्मअभिमानी स्थितीचे प्रतीक आहे. परंतु अंतर्मुखतेद्वारेच आत्मअभिमानी स्थिती बनते. याउलट बहिर्मुखतेत जो रहातो त्याची अवस्था 'ये कहानी है दिये और तुफान की' अशी असते. अर्थात आत्मअभिमानी स्थितीचा नंदादीप, माया सहजच विझवून टाकते. त्यामुळे मनमंदिरात दिव्यत्वाच्या मूर्तीची स्थापना करावयाची असेल तर अंतर्मुखी बनणे अति आवश्यक आहे.

अंतर्मुखतेला दुसरा कुठलाही पर्याय नाही.

मंदिराचे तिसरे वैशिष्ट्य आहे मंदिराचा कळस. हा कळस दुरुनच परमपिता शिव परमात्म्याची स्मृती जागृत करतो. परमात्मा शिव पिताच सर्व ३३ कोटी देवी देवतांचा निर्माता, देवांचा देव महादेव आहे. त्याचेच गायन आहे. 'उंचा तेरा नाम, उंचा तेरा धाम, उंचा तेरा काम.' निराकार परमात्मा परमधाम निवासी आहे. तो दिव्य ज्योतिस्वरूप आहे. म्हणूनच मंदिराचा कळस हा ज्योतिच्या आकाराचा तसेच तो अधिकाधिक उंच असतो. मंदिराचा कळस आणि मंदिरातील नंदादीप या दोन्ही गोष्टींवरून सहज राजयोगाची विधी स्पष्ट होते. राजयोग अर्थात (देहसहित देहाचे सर्व धर्म विसरून) स्वतःला आत्मा समजून, प्रेमपूर्वक परमात्मा शिव पित्याची आठवण करणे होय.

सारांशाने आपल्या हे लक्षात आले असेलच की आपल्या मनमंदिरात चैतन्य मूर्तीची प्राणप्रतिष्ठा करायची असेल तर तीन गोष्टी आवश्यक आहेत - (१) अटेंशन व चेकींग (२) अंतर्मुखता अथवा आत्म अभिमानी स्थिती (३) राजयोगाचा अभ्यास - त्याचबरोबर सर्वांत महत्वाची गोष्ट म्हणजे आपल्या मनमंदिरात चैतन्य मूर्तीची प्राणप्रतिष्ठा करण्याची तिथी तारीख

नक्की करा. आता लवकरच आपल्या श्रेष्ठ स्थितीद्वारे प्रत्यक्षता होणार आहे. परमात्म प्रत्यक्षतेचा आधार आपली संपन्न व संपूर्ण स्थिती आहे. प्रत्येक ब्रह्मावत्साच्या श्रेष्ठ कर्मरूपी दर्पणाद्वारे परमात्म प्रत्यक्षता होणार आहे. परमात्म प्रत्यक्षता करण्याचा अर्थ आहे - स्वतःला बापसमान बनविणे. बाकी ही जी स्थूल साधने आहेत ती केवळ निमित्त मात्र आहेत. सदाकाळाचे साधन आहे सिध्दीस्वरूप स्थिती. आपल्या चित्र व चरित्राद्वारे अर्थात चेहरा व चलनद्वारे दुसऱ्याला शिवबाबा दिसला पाहिजे. ज्याप्रमाणे पृथ्वीवर पोहचणारी सूर्याची किरणे सूर्योदय झाल्याचे स्वतःच सिध्द करतात. त्याप्रमाणे ब्रह्मावत्सांपासून मिळणारा अलौकिक ईश्वरीय स्नेह, निस्वार्थ स्नेह स्वतःच दाता शिवबाबांना प्रत्यक्ष करेल. तात्पर्य म्हणजे आपले प्रॅक्टीकल लाइफ हेच परमात्म प्रत्यक्षतेचे खरे साधन आहे. या अनुषंगाने दि. ११.४.१९७३ च्या अव्यक्त वाणीत शिवबाबांनी अतिशय सुंदर शब्दात सांगितले आहे - "परमात्म ज्ञान का प्रूफ है आपका प्रॅक्टीकल लाइफ । प्रॅक्टीकल में ज्ञान अर्थात धारणामूर्त, ज्ञानमूर्त, गुणमूर्त । मूर्त से ही वह ज्ञान और गुण दिखाई दे। आजकल डिस्कस (चर्चा) करने से अपनी मूर्त को सिध्द नहीं कर सकते । लेकिन



मूरत से उनको एक सेकण्ड में शान्त करा सकते हो।”

तात्पर्य म्हणजे आता सर्वांच्या मुखातून हेच उद्गार बाहेर पडले पाहिजेत की ‘आमचे ईष्ट आले आमचे पूज्य आले तेव्हा आपोआपच आपल्याला इतके महान बनविणाऱ्या, परमात्मा शिव पित्याची प्रत्यक्षता होईल अर्थात

रचना, रचयिता शिवबाबांना प्रत्यक्ष करेल. याचेच गायन आहे - ‘जिसकी रचना इतनी सुंदर वो कितना सुंदर होगा,’ चला तर मग, लवकरात लवकर आपल्या मनमंदिरात चैतन्य मूर्तीची प्राणप्रतिष्ठा करू या. त्यासाठी महाशिवरात्रीची सर्वोत्तम तिथी तारीख आपण नक्की करू या.

तोपर्यंत चैतन्य मंदिराच्या नवनिर्माणचे उर्वरित कार्य पूर्ण करू या. त्यासाठी आजच दृढसंकल्प करू या. तसेच रोज वेगाने राहिलेली सर्व कामे पूर्ण करू या.



►►► पान ०७ वरून

मलाच’ हे शब्द अतिशय महत्वाचे आहेत कारण आपण द्वापर युगापासून आजवर अनेकांची - अनेक दैवतांची - उपासना करीत आलो. परंतु प्राप्ती भरघोस झाली नाही. मुख्य म्हणजे आपल्याला परमात्म्याचाच विसर पडला. म्हणून अधोगति होत गेली. शिवाय देहभान, देहअभिमान, दैहिक वृत्ती, दैहिक दृष्टी हे अधःपतनाचं मूळ. म्हणून शिवबाबा सतत सांगतात देह नि देहाचे संबंध, वस्तू, वैभव हे सर्वच विसरा. देहाचा धर्म या सर्वांनी लडबडलेला, यामध्ये लिप्त झालेला आहे.

तेव्हा पतित देहाचे अधःपतित धर्म, व्यक्तिगत कर्तव्य - कर्म, एकूण दैनंदिन जीवनात प्रकटणारं कर्म या सर्वांचंच शुध्दीकरण साधणारा,

शिवबाबांच्या शिकवणुकीचं सार असणारा एकच शब्द, सारं ज्ञान कोळल्यावर निघतो आणि तो आहे ‘प्रेम’ !

मानवाचा व्यवहार सुधारेल कसा? तर मन सुधारल्यानं. मन कसं सुधारेल? त्याचंही उत्तर एकच-प्रेम! विशुध्द प्रेम परमपित्यापासून मिळतं. तेच प्रेम व्यवहारात उतरावायचं हा एकमेव मार्ग आहे जगणं सुधारण्याचा.

म्हणून शिवबाबा वारंवार सांगतात ‘क्षमा करा, विसरून जा, लेट गो’ करा. गोष्टी वाढवू नका. लहान-लहान करीत जा. (भांडणाचे, मतभेदाचे विषय मोठे करू नका) आत्मिक स्थितीत राहून, आत्मिक दृष्टीनं पहा. अप्रिय घटनेच्या कारणांची चर्चा नको. निवारण करीत पुढे चला. व्यर्थ नको.

वर्तमानात रहा. सावधान रहा. चूक पुन्हा होऊ नये याची काळजी घ्या. नकारात्मक नको. सकारात्मक विचार करा.’

हे सारं काय आहे? हे सारे मंत्र आहेत, स्वतःला सुधारण्याचे. या सर्व युक्त्या - प्रयुक्त्या वातावरणातील मलिनता काढून टाकण्यासाठी आहेत. या सगळ्या वाटा राजयोगाच्या राजपथाला जाऊन मिळणा-या आहेत. तात्पर्य म्हणजे - आपण जेव्हा आधी स्वतःवर, नंतर इतरांवर, जगावर, सृष्टीवर, प्राणीमात्रावर प्रेम करू तेव्हाच होणार आहे पृथ्वीचं नंदनवन, भारताचा स्वर्ग !



सन १९१७-१८ या वर्षाची अमृतकुंभाची वर्गणी अद्याप थकीत असल्यास. ती लवकरात लवकर ‘प्रकाशक अमृतकुंभ’ यांच्या पत्त्यावर पाठविण्याचा सहयोग द्यावा - तसेच डिमांड ड्राफ्ट पाठवितांना तो ‘अमृतकुंभ प्रजापिता ब्रह्मा कुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय’ च्या नावानेच पाठवावा.

- प्रकाशक अमृतकुंभ



ईश्वरीय कार्य व्यवहारात आदर्श व्यवस्था संपन्न करण्याची आवश्यकता

दिवंगत वरिष्ठ भ्राता रमेश शाह (मुंबई) यांच्या लेखणीतून

यज्ञ कारभारात आदर्श व्यवस्था संपन्न व्हावी, याबाबत मी लेखांची शृंखला लिहित आहे. ब्रह्माबाबांनी माझ्यावर जेव्हा ट्रस्टची जबाबदारी सोपविली, तेव्हा पत्रांद्वारे मार्गदर्शनही केले. ब्रह्माबाबा अव्यक्त झाल्यानंतर अव्यक्त बापदादांद्वारे जे मार्गदर्शन मिळाले आणि मी जे Master of Divine administration (MDA) बदल ज्या गोष्टी शिकलो, त्याबाबत मी या लेखात लिहित आहे.

यज्ञ कार्य व्यवहाराचे संचालन करण्याची विधी अलौकिक आहे. आपण जर त्या विधी अनुसार यज्ञ कार्यव्यवहार चालविला तर भविष्यात विश्व कारभार सुध्दा सांभाळू शकू. ब्रह्माबाबांनी मला पत्र लिहिले होते की, बच्चे ट्रस्टचा कारभार ईमानदारीने झाला पाहिजे. कार्य व्यवहारात जराही इकडे-तिकडे होता कामा नये. यज्ञ कारभार शीशमहाल सारखा असला पाहिजे. जसे शीशमहालामध्ये कोणतीही गोष्ट लपत नाही, त्याप्रकारे यज्ञ कारभारामधील एखादी केलेली छोटी चूक सुध्दा लगेच सर्वांच्या नजरेत येते. म्हणून आपल्याला यज्ञ कार्य व्यवहाराला

शीशमहाल सारखे जपायचे आहे. कुणाकडूनही तक्रार येता कामा नये की, यज्ञव्यवहारामधेही अशी चूक झाली. यामुळेच जेव्हा जेव्हा मी यज्ञ कार्यव्यवहारासंबंधी काही निर्णय घेतो तेव्हा हे जरूर लक्षात ठेवतो की, याबाबत आपल्या दैवी परिवाराचा काय विचार असेल?

बाबांनी म्हटले की, यज्ञ कारभार हा लोकपसंत, स्वपसंत व प्रभुपसंत असला पाहिजे अन्यथा लोक त्यास नाकारतील. अब्राहम लिंकनने ही म्हटले होते, Government of the people, by the people, for the people. याप्रकारे यज्ञ कार्यव्यवहार सुध्दा सर्वांसाठी, सर्वांच्या सहकार्याने व्हायला हवा. यासाठी यज्ञ कार्य व्यवहार करणाऱ्यांप्रति माझी नम्र विनंती आहे की, यज्ञ कारभारास शीशमहालामान पारदर्शक ठेवा, जेणेकरून कुणाचा विरोध होऊ नये.

मी येथे माझ्या एका लहान चुकीचे उदाहरण देत आहे. एका सेवाकेंद्राची बहीण सेवाकेंद्रासाठी भवन निर्माण करित होती. आपल्या लौकिक आईवडिलांकडून तिला २५,००० रु. भवन निर्मितीसाठी

मिळाले होते. ती बहीण मला म्हणाली की, जर तिने २५,००० रु. सेवाकेंद्राच्या बांधकामासाठी तिच्या आईवडिलांकडून मिळाले आहेत, असे क्लासमध्ये सांगितले तर, क्लासचे भाऊ-बहिण तितके पैसे कमी गोळा करतील. म्हणजे जर ५ लाख खर्च होणार असेल तर ४,७५,००० रु. गोळा करतील. परंतु त्यापेक्षा मी जर असे सांगितले की, हे २५,००० रु. यज्ञाकडून मिळाले आहेत तर सर्वांचा उमंग - उत्साह वाढेल. ज्या कार्यासाठी यज्ञाकडून सहकार्य मिळाले आहे त्या कार्यात आपल्यालाही संपूर्ण सहयोग दिला पाहिजे, अशी भावना होईल. या गोष्टीसाठी मी परवानगी दिली. त्या बहिणीने क्लासमध्ये सांगितले की, तिला यज्ञाकडून २५,००० रु. मिळाले आहेत. जिज्ञासू खूप आनंदित झाले. त्यांनी ही गोष्ट सगळीकडे पसरविली की, यज्ञाकडून आमच्या भवनासाठी २५,००० रु. मिळाले आहेत. ही गोष्ट सगळीकडे अशी पोहचली की, यज्ञ आता सेवाकेंद्र बनविण्यासाठी २५,००० रु. देत आहे.

परिणामस्वरूप असे झाले की, चार सेवाकेंद्रांनी आदरणीय



प्रकाशमणी दादीकडे अर्ज केला की, त्यांनाही भवन निर्मितीसाठी यज्ञाकडून २५,००० रु. मिळावेत, जेणेकरून त्यांच्याही भाऊ-बहिणींचा उत्साह वाढेल. दादी प्रकाशमणीजी यांनी मला बोलविले आणि विचारले की, २५,००० रु. चा काय मामला आहे? मी कधी या गोष्टीसाठी परवानगी दिली? आणि तुम्ही कधी त्या सेंटरला पैसे दिले? मी म्हटले की, दादी आम्ही यज्ञाच्या भंडारीमधून एक पैसा ही दिलेला नाही. हे पैसे त्या बहिणीला तिच्या लौकिक आईवडिलांकडून मिळाले आहेत. पण जर यज्ञाचे नाव घेतल्याने यज्ञ-वत्सांमध्ये उत्साह संचारतो तर तसे सांगायला काय हरकत आहे. म्हणून मी त्या बहिणीला तसे म्हणण्यासाठी परवानगी दिली. माझी गोष्ट ऐकून दादीजी गंभीर झाल्या आणि म्हणाल्या की, यज्ञ कारभारात खोटे बोलू नये. खोटे कधीही लपले जात नाही. पहा, तुम्ही एक छोटसं खोटे बोलला परंतु त्याचा परिणाम काय समोर आला. सगळीकडे ही गोष्ट पोहचली आणि ४ सेवाकेंद्राकडून माझ्याकडे अर्जसुध्दा आलेत. आता तुम्हीच सांगा की, तुम्ही आता त्यांना कसे लिहिणार की, यज्ञाने २५,००० रु. दिले नाहीत आणि तसे बोलण्यासाठी त्या बहिणीला तुम्ही परवानगी दिली. चूक त्या बहिणीची

नाही तर चूक तुमच्याकडून झाली आहे. यज्ञाचा कार्य व्यवहार सत्यतेनेच झाला पाहिजे. आज नाहीतर उद्या खोटे पकडले जाणारच आहे. त्यावेळेस मला आठवले की, 'भगवान के घर में देर है, लेकिन अंधेर नहीं है'। म्हणून इंग्रजीमध्ये म्हटले जाते की, **you can fool all the people some of the time and some of the people all the time, but you can not fool all the people all the time.** भावार्थ असा की, सर्वांना नेहमी मूर्ख बनविता येणार नाही, एक न एक दिवस पितळ उघडे पडणारच आहे.

अव्यक्त बापदादांबरोबरचा माझा एक अनुभव आहे. एका भाऊने यज्ञाच्या कार्यव्यवहारात पैशांसंदर्भात अफरातफर केली. मी कायदेविषयक अनुभवी माणूस असल्याने त्या भावाच्या विरोधात कायदेशीर कारवाई करायचा विचार करू लागलो, जेणेकरून तसे करायचे दुस-या कुणाला पुन्हा धाडस होता कामा नये. मग मला असा विचार आला की, मी याबाबत अव्यक्त बापदादांना विचारणा करून कायदेशीर कारवाईबाबत त्यांचे मत घेऊ या. माझा संदेश घेऊन गुलजार दादी वतनमध्ये गेल्या. गुलजार दादींनी मला जो संदेश ऐकविला तो यप्रमाणे होता - अव्यक्त बापदादाने

मला (रमेशभाई) सुक्ष्मवतनमध्ये इमर्ज केले आणि म्हणाले की, बच्चे, कायदेशीर कारवाईमध्ये वेळ खराब का करावा? कारण कायदयाने सत्यता सिध्द होणे कठीण आहे म्हणून ही गोष्ट तुम्ही माझ्यावर सोपवून द्या. तुम्हाला माहित आहे की, माझे एक चौथे रुप ही आहे आणि ते म्हणजे धर्मराजाचे. तुमच्या कचेरी मध्ये खरे ही खोटे आणि खोटे हे खरे होऊन जाते. परंतु माझ्या कचेरीमध्ये सत्य सत्यच राहणार आणि खोटे हे खोटेच राहणार. खोटे कधीच खरे होऊ शकणार नाही. **बाबांनी अगदी कडक शब्दात सांगितले की, 'शेवटी तो आत्मा जाऊन कुठे जाणार? माझ्याकडे येणार. मग मी त्याचे हिशेब तपासीन. तुम्हाला या बाबतीत वेळ वाया करायची गरज नाही. तुमचे कर्तव्य आहे ईश्वरीय सेवा करणे व करवून घेणे'.**

मी हे उदाहरण यासाठी लिहिले आहे जेणेकरून आपण चुकूनही शिवबाबाचे रुप धर्मराजाचे पण आहे हे विसरू नये. शेवटी सर्वांना धर्मराजाकडे जायचे आहे म्हणून चूका करू नये. ज्याप्रमाणे दुनियेमध्ये म्हटले जाते की, 'दूध का दूध और पानी का पानी' त्याप्रकारे त्याच्या कचेरीत ख-या खोटयाचा निर्णय होत असतो. आता तर विश्व परिवर्तनाचे दिवस जवळ येत आहेत.



म्हणून परमात्म्याचे चौथे स्वरूप (बाप, शिक्षक, सतगुरु याशिवाय चौथे रूप आहे धर्मराज) दिवसे-गणिक प्रकट होत जाईल.

याच संदर्भात मी अव्यक्त बापदादांना एकदा म्हटले होते की, तुम्ही तुमचे धर्मराजाचे स्वरूप हळूहळू प्रकट करा कारण आम्हा भाऊ-बहिणींना तुमचे ते स्वरूप विस्मृत होऊन जाते. परिणामी आम्ही चुका करून बसतो. अव्यक्त बाबांनी उत्तर दिले की, सध्या माझे रूप बापस्वरूप आहे. आता ज्यांना आपल्या चुकांची जाणिव होऊन जे माफी मागताना, त्यांची अर्धी सजा मी माफ करतो. पण जर का एकदा मी धर्मराजाचे रूप धारण केले तर मग माफीचा प्रश्नच उद्भवणार नाही. मग ज्यांनी जसे जे कर्म केले असेल, त्यानुसार त्याचे त्याला फळ मिळेल. तेव्हा मला समजले की, धर्मराजाच्या चावडीवर चांगल्या कर्मांचे चांगले फळ आणि वाईटाचे फळ वाईटच मिळणार.

या संदर्भात मला एक विनोदी गोष्ट आठवली. फार पूर्वी मी एक 'धर्मराजाची चावडी' नावाचे नाटक लिहिले होते. ज्याचे प्रयोग आम्ही मुंबई आणि दिल्ली येथे केले होते. ते नाटक एक उदाहरण म्हणून दाखविले गेले. पण आता तो दिवस दूर नाही जेव्हा धर्मराजाची चावडी ही वास्तवातील चावडी होईल आणि

त्याच्याद्वारे सर्वांना मुक्ती-जीवनमुक्ती मार्ग प्राप्त होईल. धर्मराजाच्या रुपातील परमात्मा, अनेक प्रकारच्या शिक्षा देऊ शकतील. सत्ययुग-त्रेतायुगातील आपल्या पदांचा आधार वर्तमानातील आपली कर्मे असणार आहेत. अल्पकाळाच्या प्राप्तीसाठी आपण जर वर्तमानातील आपल्या कर्मांवर लक्ष नाही ठेवले तर धर्मराज आपल्याला सत्ययुगामध्ये येऊ देणार नाही. म्हणजेच आपल्या एखाद्या छोट्याश्या चुकीमुळे आपण कल्पकल्पांची बाजी हारू शकू आणि श्रेष्ठ पदापासून वंचित राहू. यासाठी आपण वर्तमानातील कर्म करताना याकडे लक्ष दिले पाहिजे की याचे फळ काय असेल.

शास्त्रामध्ये एक कथा प्रसिध्द आहे की, ऋषी वाल्मिकी जे पूर्वी वाल्या डाकू होते. लोकांना ते लुटत असत. एकदा नारदमुनीने वाल्या डाकूला विचारले की, तू ही वाईट कर्मे का करतोस? त्यावर वाल्या डाकू म्हणाला की, परिवाराचे जीवन निर्वाह करण्यासाठी करतो. तेव्हा नारदमुनींनी विचारले की, काय तुझा परिवार तुझ्या पापामध्ये भागीदार बनणार आहेत? वाल्या डाकू म्हणाला की ते माझ्या सुखदुःखात सहभागी होतात. तसे माझ्या पापकर्मांमध्येही सहभागी नक्कीच होतील. त्यावर नारदमुनी

म्हणाले की, जा तुझ्या परिवाराला तसे विचारून ये. वाल्या डाकूने जेव्हा आपल्या परिवाराला विचारले तेव्हा परिवाराच्या सदस्यांनी सांगितले की, तुमचे कर्तव्य आहे आमचे पालनपोषण करणे. तुम्ही कशा पध्दतीने पैसे कमविता ती तुमची जबाबदारी आहे, आमची नाही. तुमच्या पापकर्मांमध्ये आम्ही सहभागी होणार नाही. हे ऐकल्यावर वाल्या डाकूचे डोळे खाडकन उघडले आणि नंतर तो वाल्याचा वाल्मिकी बनला.

ऋषी वाल्मिकीच्या या गोष्टीतून आपल्यालाही हे शिकले पाहिजे की, कधी कधी आपण आपल्या परिवारासाठी, समाजासाठी गैरमार्गाने कमाई करण्याचा प्रयत्न करतो. परंतु ज्याप्रकारे वाल्मिकीचे नातेवाईक त्यांच्या चुकीच्या कर्मांमध्ये सहभागी झाले नाहीत त्या प्रकारे हे लक्षात असू द्या की, आपल्या चुकीच्या कर्मांमध्ये आपले परिवारवाले किंवा समाजाचे लोक सहभागी होणार नाहीत. धर्मराजपुरीमध्ये ते असे म्हणणार नाहीत की, आमच्यासाठी यांनी चुकीचे कर्म केले म्हणून त्यासाठी मिळणा-या शिक्षेमध्ये आम्ही सहभागी व्हा. त्यावेळेस आपल्याला पश्चाताप करण्यावाचून दुसरा कोणताही पर्याय नसेल. म्हणून स्वतःमध्ये आत्ताच परिवर्तन करा.

►►► पान २६ वर



विघ्नरूप बनणाऱ्यांना आपला शिक्षक समजा

ब.कु.भगवान भाई, शांतिवन (आबू रोड)

वर्तमान समयी स्वतःच्या मनाला बदलण्याची आवश्यकता आहे. तरच जीवनातील साऱ्या समस्या, सारी विघ्ने समाप्त होतील. मन बदलणे अर्थात दुसऱ्यांविषयी मनामध्ये चालणाऱ्या विचारांना योग्य सकारात्मक दिशा देणे. मनातील विचारांमुळेच शब्द, वृत्ती, भावना, दृष्टी व व्यवहार बनतो. मनातील नकारात्मक विचारांमुळेच अनेक समस्या वाढत जाऊन, त्या पर्वतप्राय बनतात. पुढे त्याच डोंगराला तोडण्यासाठी आपण जीवनभर आपला वेळ व्यर्थ घालवतो, थकून जातो. तसेच अनेक आत्म्यांसाठी सुध्दा ईर्ष्या, घृणा, द्वेष भावना, वैर - विरोध यांचे बीजारोपण करीत असतो. त्यामुळेच आपल्या मनाला सकारात्मक विचार करण्याची सवय लावणे गरजेचे आहे. तरच आपला भाव, स्वभाव बदलेल व समस्या कापसाप्रमाणे हलकी होऊन जाईल. समस्येला घाबरून स्थान बदलणे किंवा लोकांपासून किनारा करणे, या गोष्टींची गरज भासणार नाही. म्हणूनच म्हटले जाते - 'नजर बदलो तो नजारे बदल जायेंगे'

आपल्या जीवनात जे लोक समस्या निर्माण करतात, त्यांच्या विषयी आपल्या मनात सतत नकारात्मक विचार चालू असतात. परिणामतः आपल्या मनाची शांती भंग होते. तसं पाहिलं तर गुरु वा शिक्षक आपल्याला जो धडा शिकवू शकत नाहीत, तो धडा आपल्याला शत्रूपासून शिकायला मिळतो. त्यामुळे आपल्या जीवनात समस्या निर्माण करणाऱ्याला, आपला शत्रू न मानता, त्याला एक आदर्श शिक्षक माना. म्हणजे त्याच्या विषयीच्या भावना बदलतील व मनाला शांती लाभेल.

दुसरं म्हणजे जर आपल्या जीवनात येणाऱ्या विघ्नांपासून आपण काही ना काही नवीन धडा शिकत गेलो तर विघ्नरूपी दगड आपल्या सफलतेच्या पायरीसाठी उपयोगी पडतील. अशाप्रकारे जीवनात येणाऱ्या अनेक विघ्नरूपी दगडांना, एक एक पायरी बनवून, एक दिवस आपण आपल्या सफलतेचे शिखर गाठू शकतो. त्यामुळे आपल्या जीवनात विघ्नरूप बनणारेच खऱ्या अर्थी आपले सहाय्यक वा सहयोगी

आहेत, आदर्श शिक्षक आहेत. त्यांची आठवण जेव्हा येईल, तेव्हा त्यांना धन्यवाद द्या, त्यांचे आभार माना. परंतु ज्यांच्यामध्ये देह अभिमान आहे ते विघ्नरूपी पेपरापासून कुठलाही धडा घेत नाहीत. उलट ते विघ्नरूपी बनणाऱ्या व्यक्तीविषयी मनात द्वेष, मत्सर, घृणा भाव बाळगतात. व त्यांच्यापासून किनारा करतात. वास्तविक ज्ञानी वा योगी तोच आहे जो आपल्या शत्रूलाही मित्र समजतो. विपरीत परिस्थितीतही आपल्या मनाची शांती कायम ठेवतो.

आपल्या या विश्व-विद्यालयात परम शिक्षक केवळ एक 'शिव' परमात्मा आहे. परंतु त्याने दिलेले ज्ञान आपल्या जीवनात किती धारण केले, याची दिवसाभरात प्रॅक्टिकल परीक्षा घेणारे शिक्षक बरेच आहेत. कारण आपले कर्मक्षेत्र हाच परीक्षा हॉल आहे. या परीक्षा हॉल मध्ये कोणी शिक्षक आपला मनःशांतीचा पेपर घेईल, कोणी सहनशक्तीचा पेपर घेईल, कोणी आपल्या निश्चयबुद्धीचा पेपर घेईल या पेपर हॉल मध्ये जर



आपण सदैव चांगल्या मार्गाने पास होत गेलो तरच अंतिम पेपरमध्ये 'पास विथ ऑनर' होऊ शकू. समजा सकाळी उठल्यावर कोणी तुमची निंदा केली, कोणी अशुभ भावनांची चिखलफेक केली, कोणी तुमच्या रस्त्यावर समस्यारूपी काटे टाकले तरी सुध्दा त्यांना आपले शिक्षकच समजा. कारण ते एक प्रकारे आपली परीक्षा घेण्यासाठी निमित्त बनले.

अशाप्रकारे विघ्नरूप परिस्थितीत जे सकारात्मक विचारांद्वारे तोंड देतात तेच समर्थ बनतात व इतरांना देखील बळ वा प्रेरणा देऊ शकतात. आता लोकांना केवळ ज्ञान सांगायची वेळ निघून गेली आहे. आता वेळ आहे ती आपल्या प्रत्यक्ष आचरणाद्वारे ज्ञानदान अथवा गुणदान करण्याची. याचेच गायन आहे - 'आधी केले मग सांगितले'. आधी आचरणात आणा, मगच दुसऱ्यांना सांगा. पिताश्री ब्रह्माबाबांचे मूर्तीमंत उदाहरण आपल्या सर्वांच्या पुढे आहे. त्यांनी ईश्वरीय ज्ञान प्रथम आचरणात आणले व नंतर सर्वांना उपदेश केला.

जर आपली जीभ एखाद्या सर्पाप्रमाणे दुसऱ्यांना दंश करित असेल, निरुत्साही करित असेल तर आपण दुसऱ्यांना कसे प्रेरणा देऊ शकू? आपल्याला कोणी जरी

भेटला तरी त्यांची प्रशंसा करा. त्यांच्या गुणांचे, विशेषतांचे वर्णन करा. त्याला उमंग - उत्साह प्रदान करा. तुमच्या जवळ जर कोणी समस्या घेऊन आला तर त्यांचे समाधान करा. कुणी एखादा रडत-रडत आला तरी त्याच्या समस्येचे समाधान करून, त्याला हसत-हसत परत पाठवा. हीच खरी ईश्वरीय सेवा आहे. अशी सेवा करणाराच भविष्यात देवता बनू शकतो. याउलट आता सुध्दा तुम्ही तुमच्या स्वतःच्या समस्या घेऊन, रडत असाल तर विश्वातील अनेक आत्म्यांचे दुःखाश्रु कोण पुसेल? आता वेळ आहे ती बापसमान दुःखहर्ता, सुखकर्ता, विघ्नहर्ता बनण्याची. दुसऱ्यांचे अपराध पोटात घालून, मंगलमूर्ती, शिवसूत श्रीगणेश बनण्याची. आपल्या ओंकार स्वरूपात अर्थात आत्म अभिमानी स्थितीत स्थित होऊन, सदैव पिता शिव परमात्म्याच्या पावन स्मृतीत, मनोमन नृत्य करण्याची. या अनुषंगाने दि. १७/४/१९८४ च्या अव्यवन्त वाणीत ज्ञानसागर शिवबाबांची पुढील महावाक्ये अतिशय बोधप्रद तसेच महाराष्ट्रातील सर्व आत्म्यांसाठी प्रेरणादायी आहेत - "मीठे बच्चे, महाराष्ट्र की विशेषता क्या है? जानते हो! महाराष्ट्र में गणपति की पूजा ज्यादा होती है। गणपति को क्या

कहते है? विघ्नविनाशक। जो भी कार्य आरंभ करते है, तो पहले 'श्रीगणेशाय नमः' कहते है। तो महाराष्ट्र वाले क्या करेंगे? हर महान कार्यमें श्री गणेश करेंगे ना।

महाराष्ट्र अर्थात सदा विघ्नविनाशक राष्ट्र। तो सदा स्वयं विघ्न विनाशक बन, अन्य के प्रति इसी महानता को दिखायेंगे। महाराष्ट्र में विघ्न होना नहीं चाहिए। सब विघ्न विनाश हो जाये। आया और दूर से नमस्कार किया। महाराष्ट्र को सदा अपनी इस महानता को विश्व के आगे दिखाना है।"

अशाप्रकारे 'सदा विघ्न विनाशक श्रीगणेश' हा स्वमान आपण धारण करू या. म्हणजे परमपिता शिव परमात्म्याच्या प्रत्यक्षतेसाठी निमित्त बनू. आता परमात्म प्रत्यक्षतेचा समय अति समीप आहे. त्यामुळे तीव्र पुरुषार्थाद्वारे स्वतःमध्ये जलद गतीने परिवर्तन करू या. सारांशाने हाच भाव सदैव मनात ठेवा की -

शिवबाबांची मुले आपण,
विघ्नविनाशक बनू या सारे।
संगमयुगाच्या अंती आता,
प्रभु प्रत्यक्षता करू या सारे।।

अमृतकुंभच्या सर्व वाचकांना नववर्ष २०१८ च्या हार्दिक शुभेच्छा ! तसेच नूतनवर्ष आपणा सर्वांना अतिशय सुख, शांती व समृद्धीचे जावो, हीच मंगलकामना !



खुशी सारखा खुराक नाही....

ब.कु.हेमंतभाई, शांतिवन, आबूरोड

एकदा एका राजाच्या मनात एक विचार आला की आपण असे काही विशेष कार्य करू, जेणे करुन आपली किर्ती दाही दिशात पसरेल. त्यावर राजाने बराच विचार केला व प्रजेला मुक्त हस्ताने दान द्यायच ठरवलं. राज्यातील सर्व गरीब जनतेला राजा मुक्त दान देईल, ही दवंडी पिटविण्यात आली. दुसऱ्या दिवशी ठरल्याप्रमाणे राजदरबारात दान घेण्यासाठी लोकांची मोठी रांग लागली. राजा मुक्त हस्ताने दान देऊ लागला.

जेव्हा राजा याचकाला दान देई तेव्हा दान देण्याची खुशी राजाच्या चेहऱ्यावर स्पष्ट दिसत होती. जवळच एक साधु उभा होता. त्याच्या दृष्टीतून दान देतांना राजाच्या चेहऱ्यावर प्रकट होणारी खुशी लपू शकली नाही. तेव्हा साधुने मनात थोडा विचार केला. तोही दान घेणाऱ्यांच्या रांगेत जाऊन उभा राहिला व जेव्हा दान घेण्यासाठी त्याचा नंबर येई तेव्हा तो साधु स्वतः दान न घेता, आपल्या जागेवर दुसऱ्याला उभे करून, दान घ्यायची

संधी देई. त्यानंतर पुन्हा रांगेत शेवटी जाऊन उभा राही. दिवसभर साधु असच करीत राहिला. ठरल्याप्रमाणे राजा दुसऱ्या दिवशीही दान देऊ लागला. राजाला वाटले होते, त्याच्या दानाची बातमी सर्वत्र पसरेल व त्याच्या दानशूरतेची लोक स्तुती करतील. परंतु झाले नेमके उलटे. राजाची स्तुती होण्याऐवजी, दान न घेणाऱ्या साधुची बातमी पसरली. परिणामतः राजा बेचैन झाला व त्याने त्या साधुला बोलावून विचारले की आपण स्वतः दान न घेता, दुसऱ्याला दान घेण्याची संधी का देत आहात? तेव्हा मोठ्या नम्रतेने साधु उत्तरला, “महाराज, जेव्हा आपण गरजूंना दान देत होता, तेव्हा आपल्या चेहऱ्यावर अलौकिक खुशी झळकत होती. दानाच्या महान कर्मांमुळेच तुम्हाला ती खुशी प्राप्त होत आहे, हे मी जाणले. तशी खुशी आपल्यालाही मिळावी, म्हणून मी देखील माझा नंबर आल्यावर, दुसऱ्याला ते दान घेण्याची संधी देत होतो.”

खरंच देण्यात जी अपार

खुशी मिळते, ती घेण्यात कदापी नाही. आपल्या ताटातली भाकरी भूकेल्यास दिल्याने जो संतोष, जी तृप्ती लाभते, त्या खुशीची चव पंच पक्वानांना ही फिकी करते. खरी खुशी वस्तु-वैभवात, पैसा अडक्यात नाही. स्वतःच्या वाटातल्या भागाचा त्याग करुन गरजूस दिल्याने, त्याच्या अंतःकरणाचा आशीर्वाद आपल्याला खुशी प्रदान करतो. खुशीविना जीवन जसे मृतप्राय, निरस वाटते. म्हणूनच मनुष्य खुशीसाठी काय काय, नाही ते करतो. परंतु खरं तर मानवाला ईश्वराने दिलेले सर्वोच्च वरदान आहे स्थायी अविनाशी खुशी, ती बाह्य स्थूल भौतिक जगात कशी मिळेल?

खुशी म्हणजे प्रत्येक मानव मनाची भूक व जीवनाचे खरे सुख होय. खुशी ही हर्षित आनंदी मनाची वृत्ती, सुसंस्कारित मानवाची श्रेष्ठ कृती आणि देव आत्म्यांची सामायिक प्रवृत्ती (स्वभाव) होय, मंदिरातल्या मंजुळ घंटानादासारखा, आत्म्याच्या अंतर्मनाचा मंगलनाद व जीवनाचा श्वास म्हणजे म्हणजे



खुशी. स्वस्थ जीवनासाठी खुशी हे 'शक्तिशाली' टॉनिक वा खुराक आहे. खुशी मानवाची आंतरिक शक्तीच जणू! खुशी ही मनात प्राण भरते व सुखमय जीवनाचे प्रत्यक्ष प्रमाण देते.

उदास- चिंतित- रंजित- संतप्त हृदयासाठी खुशी ही प्राणदायी जीवनामृत, जीवन सौरभ आहे. क्षणभरच्या खुशीचा अनुभव ही अशक्त तन व अशांत मन या दोघांनाही मधुरसाचा स्वाद चाखवितो. खुशीहीन जीवन जणू निरस, अर्थहीन व निव्वळ ओझे वाटते परंतु थंड हवेच्या झुळुकेप्रमाणे खुशीची लहर तन-मनाला ताजे तवाने करते. आत्मारूपी पाखराला खुशीचे उमंग, उत्साहाचे पंख देते आणि अमर्याद आनंदाच्या आकाशात गरुड झेप घेण्यास समर्थ बनविते. खुशीच आत्म्याच्या चिरकाल चैतन्य अविनाशी अस्तित्वाचा बोध करविते.

संतोषाच्या परम स्रोतात सदाकाळ टिकणाऱ्या खुशीचा जन्म होतो. जेव्हा व्यक्तीस झालेली प्राप्ती स्थूल (भौतिक) असो अथवा सूक्ष्म (आत्मिक), आत्म्याची तिजोरी संतोषाच्या संपत्तीने भरते तेव्हा संतुष्टतेतून प्रकट झालेले सुख, आत्म्यास खुशीचा अमृत स्वाद करविते. अभिनव रचनात्मकता ही खुशीचे सृजन सहज करते. गुण

संपन्न मानवाचे अविनाशी धन म्हणजे खुशी, तसे हे धन अचोरणीय (न चोरले जाणारे) आहे. त्याच बरोबर हे धन अनेकांना वाटल्याने ते तीव्रगतीने वाढत जाणारे ही आहे. दानरूपी अद्भूत मंत्राने खुशीचा खजिना असंख्य पटीने वाढतो. परंतु खुशीच्या पाठीमागे धावून खुशी वाढत नाही. संतुष्ट स्थिती हीच खुशीची जननी आहे.

खुशी एक आंतरिक, मधुर, सुखदायी अनुभूती होय. ही तर अंतर्मनातून प्रकट होणारी रसधारा आहे. दैहिक मौज-मस्तीची सुखसाधने अल्पकालीन खुशी देऊ शकतात. याउलट आत्म्याच्या सप्त गुणांच्या निरंतर अनुभूती व अभ्यासाने, अविनाशी स्थायी खुशी प्राप्त होते. परमानंदाचा महासागर परमात्म्याच्या मधुर आठवणीत आत्मा रमतो तेव्हा प्रभु प्रेमाच्या अमृतरसात लवलीन स्थितीचा अनुभव करतो. फलस्वरूप त्याला असंख्य खुशीचे माणिक-मोती-रत्ने प्राप्त होतात. वास्तविक आत्मचिंतन व प्रभुमिलन हेच खुशीचे उगमबिंदू व अखूट, अनंत स्रोत आहेत.

परंतु या परम सत्याचा मानवाला विसर पडल्याने, तो आज अल्पशा खुशीच्या प्राप्तीसाठी किती प्रयत्न वा पुरुषार्थ करीत आहे. तो कधी विज्ञानाच्याच चमत्काराने

मनाचे मनोरंजन करण्याचा प्रयत्न करीत आहे, कधी चंद्रावर फेरफटका मारायचे स्वप्न पहात आहे, कधी जीभेचे चोचले पुरवून त्यात खुशी शोधत आहे, कधी ऐशो-आरामाच्या साधनात खुशी प्राप्त करण्याचा प्रयत्न करीत आहे. परंतु आकाश पाताळ एक करूनही त्याला स्थायी खुशी प्राप्त होत नाही. कारण त्याने खुशी मिळविण्यासाठी केलेले प्रयत्न विनाशी स्रोतांशी जोडलेले आहेत.

खरं तर खुशी, पिता परमात्माद्वारे आत्म्याला लाभलेला वारसा व अंतःकरणातल्या आनंदाचा आरसा आहे. ती तर मानवाला सुख-समृद्धीने भरपूर करणारी संपदा आहे. हिचा शोध बहिर्मुखी होऊन नव्हे तर अंतर्मुखी होऊनच लागू शकतो. अंतर्मुखतेच्या प्रयोगशाळेत बसून आत्मिक गुणांवर केलेल्या प्रयोगाने व सहज राजयोगाच्या अभ्यासाने खुशीला जन्म देता येतो. स्थूल संसाधन व भौतिक सुख-सुविधांमध्ये खुशीला शोधणे म्हणजे जणू पाण्याला घुसळून लोणी काढण्याची निरर्थक चेष्टा करणे होय.

जसे समुद्र मंथनात नाना रत्ने प्राप्त झाली अगदी तसेच विचार सागर मंथन केल्याने खुशीरूपी अमृत व अनमोल रत्ने सहज लाभतात.



आत्मचिंतन व परमात्मा चिंतन यांच्या खोल सागराच्या तळाशी गेल्यावर खुशीची सार सूत्रे सहजच हाती लागतात. आपल्या समोर आता नववर्ष उभं आहे. तेव्हा नववर्षाचे स्वागत आपण खुशीच्या आदान प्रदानाने करू या. **आपल्या मन मंदिरात खुशीचा अखंड दीप तेवत ठेऊ या. त्यासाठी २०१८ ह्या नववर्षात पुढे नमूद केलेली २० सूत्रे, निरंतर खुशीच्या प्राप्तीसाठी उपयोगी सिध्द होतील, अशी खात्री आहे.**

१) मनोरंजनासाठी खेळल्या जाणाऱ्या खेळासमान जीवनाला एक खेळ मानणे व प्रत्येक क्षणाचा आनंद लूटणे. २) सकारात्मक दृष्टिकोनाने प्रत्येक सुखद अथवा दुःखद क्षणाला स्वीकारण्यासाठी स्वतःला तयार करणे. ३) घडलेली बरी वाईट घटना काहीना काही शिकवण देते. म्हणून झालेली चूक समयरूपी शिक्षकाला दिलेली फी समजून, पुन्हा चूक न करता शहाणे बनून पुढची वाट काढणे. ४) प्रेरक पुरुष व आदर्श व्यक्तींच्या उत्तम चारित्र्याचे अनुसरण करणे. ५) सदाचरणी सत् पुरुषाची संगत करून, वाईट संगदोषापासून स्वतःला वाचविणे. ६) मूल्यनिष्ठ साहित्याचे वाचन करणे व

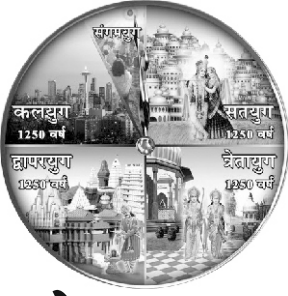
अशिल्लल दुराचारी साहित्यापासून, स्वतःला दूर ठेवणे. ७) व्यक्ती व प्रकृती मध्ये लपलेले गुण शोधणे व गुणग्राही बनणे. ८) समयाची कदर करून सत्कर्मात समय सफल करणे. ९) वेळ काळ पडल्यावर गरजूंना तन-मन-धनाने यथोचित केवळ योग्य व उचित मदत करणे. १०) सभोवताली सजलेल्या नैसर्गिक सौंदर्याचा वेळोवेळी आस्वाद घेणे. ११) शरीर स्वास्थासाठी मोकळ्या ताज्या हवेत नियमित फेरफटका मारणे वा नियमित योग्य तो व्यायाम करणे. १२) मर्यादेच्या अनुरूप सात्विक भोजन (न जास्त, न कमी परंतु संतुलित व सुपाच्य) ग्रहण करणे. १३) शरीरासोबत आत्म्याच्या बौद्धिक भोजनाची काळजी घेणे तसेच व्यर्थ, नकारात्मक अनावश्यक संकल्पांचे पथ्य पाळणे. १४) स्वतःस दुर्व्यसनापासून मुक्त व सुदगुणांनी युक्त बनविणे आणि विषय वासना व विकृतीपासून स्वतःचे रक्षण करणे. १५) नर-नारी, प्रकृती, पशु-पक्षी, जीव-जंतु प्राणीमात्रावर निःस्वार्थ प्रेम करणे. १६) प्रत्येकापासून काही ना काही चांगले शिकायची सवय लावणे. १७) साधी राहणी व उच्च विचार

सरणी ह्या म्हणीप्रमाणे आदर्श जीवन बनवणे. म्हणजे अनावश्यक गरजा कमी करणे व उपलब्ध साधन संपत्तीचा मर्यादापूर्वक वापर करणे. १८) दिवसातून वेळात वेळ काढून आत्मचिंतन-प्रभुचिंतन करणे. १९) प्रत्येक परिस्थितीत स्वतः स्वतःच्या मनाशी सुसंवाद साधून, प्रसन्न राहण्याच्या सवयीचा विकास करणे. २०) सदैव खुशीत राहून दुसऱ्यांना खुशीचे दान देणे.

वरील २० सूत्रे निश्चितच वाचकांची झोळी खुशीच्या रत्नांनी भरतील. जो नेहमी खुश राहील तोच दुसऱ्याला खुशी देऊ शकेल. म्हणून तर चला मग, शुभकार्यात उशीर कशाला. हृदयाला आभाळाएवढं करुया व खुशीचा खजिना सर्वांना मुक्त हाताने वाटू या. **नेहमी खुश राहू या व सर्वांना मर्यादापूर्वक सुख देऊन, खुशीचे दान देऊ या.... कारण खुशीसारखा खुराक नाही. जो हा खुराक रोज खाईल तो तनामनाच्या स्वास्थ्याचा स्वामी अवश्य बनेल. शेवटी आपणा सर्वांना नववर्षाच्या हार्दिक शुभभावना व शुभकामना!**



वाचकांनी, सेवाकेंद्राच्या टीचर बहिणींनी एप्रिल २०१८ पासून सुरु होणाऱ्या नवीन वर्षासाठी 'अमृतकुंभ' ची मागणी फेब्रुवारी २०१८ अखेरपर्यंत कृपया कळवावी. म्हणजे ती विचारात घेऊन, अंक छापणे सुकर होईल. तसेच सन २०१८-१९ ची वर्गणी सध्या इतकीच रु. ६५/- राहिल. - प्रकाशक अमृतकुंभ



कालचक्रानुसार विभिन्न विचार पद्धती

ब.कु. प्रकाश तलाठी, पुणे.

कोण आपल्याला अशांत करते? कोणी व्यक्ती, परिस्थिती, प्रसंग, घटना? नाही, बिलकुल नाही! व्यक्ती, वस्तू, परिस्थिती, प्रसंग, घटना हे केवळ निमित्त असते. ती एक ठिणगी असते होणाऱ्या स्फोटासाठी. आपण ज्या कोंडमाऱ्यातून जात आहोत त्याला ते जबाबदार नाहीत. आपण आपली जबाबदारी स्वीकारायला पाहिजे. आपणच आपल्याला अशांत बनवतो, त्रस्त करतो.

एखादा खेडूत मृत्युमुखी पडतो आणि गावात बातमी पसरते. अमुक अमुक व्यक्ती सर्पदंशाने मेली. परंतु जेव्हा ते मृत शरीर मरणोत्तर चिकित्सेसाठी (पोस्ट मार्टम) हॉस्पिटलमध्ये नेण्यात येते तेव्हा चिकित्सेनंतर डॉक्टर रिपोर्टमध्ये मृत्यूचे कारण काय लिहितात? फलाना विषाने मृत्यू झाला. म्हणजे सर्पदंश हे खरे कारण नाही. खरे कारण आहे विष!

त्या व्यक्ती, वस्तू, परिस्थिती, प्रसंग, घटना आपल्या मनामध्ये जे 'इंजेक्ट' करतात, त्यावर विचार करुन आपण त्या गोष्टी पुनः पुनः पाहून त्यापासून

आपण जे उत्पन्न करतो ते असते जालीम विष. म्हणजे व्यक्ती, वस्तू, परिस्थिती, प्रसंग, घटना नव्हे तर आपणच आपल्यासाठी विष उत्पन्न करतो. ते जे बोलले किंवा त्यांनी बोलण्याचे टाळले, ते जसे वागले किंवा वागण्याचे टाळले ज्यामुळे आपल्याला दुःख झाले आणि हृदयाला जखम झाली आणि ती दृश्य पुन्हा-पुन्हा पाहून आपण काय करतोय? आपण त्या जखमेला भरायला मदत करतोय की जखम अधिक खोलवर जायला? मग तुम्हाला कोण वाटतोय जो आपल्याला अशांत करत आहे? इतर जण की आपले विचार? कोणी हे विचार केले? ती आपली निर्मिती आहे. आपणच त्यांची जबाबदारी घेतली पाहिजे.

आपले मन हे आत्म्याचे एक महत्त्वपूर्ण अंग आहे. जर ते योग्य प्रकारे हाताळले तर ते कमाल करुन दाखवते. आपल्या अंतरात ते विविध फुलांच्या ताटव्याने भरलेली फुलबाग उत्पन्न करुन दाखवते. तर अयोग्यरित्या हाताळले तर काटयांचे जंगल किंवा कोळयाच्या जाळी लटकत असलेल्या आणि सर्वत्र

धुळीचे थर पसरलेल्या भग्नावस्थेतील राजमहालाची आठवण करुन देते.

मन आत्म्याची विचार करण्याची यंत्रणा आहे. प्रत्येक नॉर्मल मन हे मिनिटाला २५ ते ३० विचार करते. त्रस्त आत्मा तर याहूनही अधिक विचार करतो. वेडा तर एका विचारावर क्षणमात्रसुद्धा थांबू शकत नाही. अतिशय चंचल मन तर त्याला वेडा ही पदवी मिळवून देते. जागृत अवस्थेत साधारण व्यक्ती २५ ते ३० हजार विचार दर दिवसाला करते.

हे एवढे विचार करणाऱ्या मनाचे खाद्य काय असावे? एवढे विचार ते कसे काय निर्माण करते? मन जे पहाते, ऐकते, वाचते, अनुभवते त्यावर विचार करते, तसेच त्याच्या आवडी-निवडी, इच्छा-अपेक्षा, भाव-भावना, संस्कार-सवयी, व्यसन, भले-बुरे अनुभव, दिनचर्या, ध्येय, मान-अपमान, हार-जीत..... आदी आदी! शिवाय सृजनशीलता!! केव्हाही मोठी यादी !!! त्यामुळे मन क्षणभरसुद्धा विचार केल्याशिवाय राहत नाही. शिवाय खाली मन तर



सैतानाचे घर!

अंतर्मन, अंतर्मनाचे प्रतापसुद्धा काही कमी नसतात! ते भूतकाळात गाडलेल्या हाडांच्या सापळ्यांना बाहेर काढते किंवा भविष्यातील चिंताना मुक्त द्वार करून देते आणि चेतन मनाला वारेमाप खाद्य पुरवते. **चेतन मन आणि अंतर्मन या मधील संबंध मालक आणि सेवक, बॉस आणि त्याचा सचिव असा आहे. परंतु अज्ञानवश सेवक मालकाला अथवा सचिव त्याच्या बॉसला नको ते सापळे काढून अक्षरशः नाचवतो!**

प्रतिदिन २५-३० हजार विचारांचे वर्गीकरण केल्यास त्यांची ४ प्रकारात विभागणी होते.

१) व्यर्थ विचार - आपण जितक्या विचारांची निर्मिती करतो त्या सर्वांना न्याय देणे, आपल्या शक्ती बाहेरचे असते. त्यातील काही विचार आपण व्यक्त करतो, काही विचार कर्मांमध्ये रूपांतरित करतो, परंतु अनेक विचार वापरले जातच नाहीत आणि त्या विचारांचा आपण या क्षणी जे काही करत आहोत त्याच्याशी काडीमात्र सुद्धा संबंध नसतो. परंतु तरी देखील ते अचानक उगवतात आणि आपल्या एकाग्रतेचा भंग करतात. शिवाय ते आपला अमूल्य वेळ (२५ विचार प्रति मिनिट) आणि मानसिक ऊर्जा (Mental energy) व्यर्थ फुकट

दवडतात. पहा आठवून कसे व्यर्थ विचार मेडिटेशन मध्ये साधकाची एकाग्रता भंग करतात. व्यर्थ विचारामध्ये आणि ३ उपप्रकार असतात. अ) व्यर्थ सकारात्मक, ब) व्यर्थ नकारात्मक, क) केवळ व्यर्थ.

२) नकारात्मक विचार - आत्म्याने जन्म-मरणाच्या चक्रामध्ये फिरताना गोळा केलेले विकार काम, क्रोध, अहंकार, ईर्ष्या, द्वेष, लोभ, मोह आदी नकारात्मक किंवा आसुरी गुणांवर आधारित विचारांना नकारात्मक विचार म्हटले जाते. नकारात्मक विचार आपणाला भूतकाळात अथवा भविष्यकाळात नेतात. भलत्या समस्या कल्पून मनाला भरकटवतात. चिंता, काळजी, विवंचना, भीती आदीने मनाला त्रस्त करतात. याची परिणती वेगवेगळ्या आजाराने होते. ज्याला **psychosomatic disease** म्हणतात ९०-९५% आजारपणाचे मूळ मनाचे आजारपण हे असते. म्हणून "Healthy Mind in Healthy Body" असे म्हटले जाते.

३) सकारात्मक विचार - आत्म्याच्या अनादि विशुद्ध दैवी गुणांवर, आंतरिक शक्तींवर, ज्ञानभांडारावर आधारित ह्या विचारांची उभारणी होते. प्रत्येक आत्मा आपल्या अनादि आणि आदि

रूपात मूलतः अतिशय सुंदर असतो. कारण त्यामध्ये दैवी गुणांची खाण असते. त्याचे विचार या आंतरिक सौंदर्य व सामर्थ्यावर अधिष्ठित असतात, सकारात्मक असतात. अन्य दुबळ्या आत्म्याला सुद्धा ते शक्तिशाली बनवतात. निराशा आत्म्यांसाठी उमंग उत्साहाचे प्रेरणास्थान बनतात. दृष्टीहीनला नेत्र देतात. भटकणाऱ्या जीवाला मार्ग दाखवतात, ठिकाण देतात. या विचारांची महिमा (जादूगिरी) महान! यांच्या निर्मितीचा ओघ (वेग) अतिशय कमी असतो. परंतु तेच आत्म्याला हलके-फुलके आणि शक्तिशाली बनवतात. आपण सदैव आनंदी, उत्साही, खुशामिजाज, अथक, टवटवीत असतो, राहतो.

४) सर्वसाधारण विचार - हे आवश्यक कामकाजाचे विचार असतात.

व्यर्थ आणि नकारात्मक विचारांची निर्मिती अमर्यादित, असंख्य आणि दुबळी असते. या विचारांमध्ये वाईट प्रभाव टाकण्याची, दुर्बल बनवण्याची क्षमता असते. वर्तमान, कलियुगात, आपण म्हणूनच केवळ विचार, अधिक विचार, आणि अधिकाधिक विचार करत राहतो. तामुळे शिवबाबा म्हणतात, तुम्ही येथे कलियुगात खरीखुरी शांती अनुभवू शकत नाही.



मानवाने या काळात चिंता करत राहण्याचा एक स्वाभाविक स्वभाव (Natural Nature) बनविला आहे. जर काळजी करायला काहीच नाही, अशी वेळ आली तर तो बेचैन बनतो. भीती चिंता करायला लावते. चित्रपट, टि.व्ही. शोज, सस्पेन्स मुव्हीज, थ्रिलर्स मध्ये अन्याय, पिळवणूक, अत्याचार, कोडमारा, सेक्स आणि हिंसा दाखवतात. त्याने हिरो-हेरॉईनबाबत सहानुभूती उत्पन्न करतात आणि जेव्हा नायक खलनायकाला मारायला सुरुवात करतो तेव्हा त्यांना सुटल्यासारखे वाटते आणि आनंद होतो. दर्शकांमधील काहीजण तर कोठे ठोसा मारावा त्याचे मार्गदर्शन करू लागतात. तर काहीजण आनंदाने शिट्या मारू लागतात. कोणत्या प्रकारचा आनंद हा! दुसऱ्याच्या वेदनांवर आधारलेला विपरीत आनंद! बदला, सूडभावना यावर आधारलेला आनंद! सूडभावनेला अंत नाही. कारण (Cause & Effect) आणि परिणाम यांची साखळी प्रक्रिया चालूच राहते. मृत्यूपर्यंत आणि मृत्यूनंतरसुद्धा! ज्याच्या बाजूची परिस्थिती असते तो उट्टं काढतो आणि दुसरा काय करतो? स्वतःच्या बाजूने येणाऱ्या परिस्थितीची वाट पाहतो. तोपर्यंत ते काय करतात? विचार, विचार

आणि विचार! अशांती, बेचैनी घुसमट आणि कोडमारा! अशाच प्रकारे ईर्ष्या, द्वेष, निंदा-ग्लानी, टीका-टिप्पणी, दोषारोप आदी गैरवर्तणुकीबरोबर घडते. त्यामुळे या कलियुगाच्या काळात खरीखुरी शांती लाभू शकत नाही.

सत्ययुग हे सुखधाम आहे. तेथे पवित्रता नांदते. जिला सुख, शांतीची जननी म्हटले जाते. तरी देखील शिवबाबा म्हणतात ही खरी शांती नाही. जो पर्यंत आत्मा शरीरात आहे तो पर्यंत त्याला खरी खुरी शांती लाभू शकत नाही. खरी खुरी शांती फक्त शांतीधाममध्ये नांदते.

शांतीधाममध्ये सर्वत्र सोनेरी लाल रंगाचा पारदर्शक प्रकाश पसरलेला असतो. तेथील वातावरण मधुर शांतीच्या आणि दैवी पवित्रतेच्या घनदाट तरंगाने व्याप्त असते. वातावरणाची निर्मिती आत्म्यांच्या वृत्ती वरून होते. वृत्ती तसे वायुमंडळ! घरी परतलेल्या प्रत्येक आत्म्यामध्ये पवित्रता आणि शांतीचे खजिने भरपूर असतात. तसेच प्रत्यक्ष शिव पिता परमात्मा स्वयं शांतीचा, पवित्रतेचा आणि सर्व गुणांचा सागर आहे. त्यामुळे वायुमंडळ मधुर शांती आणि दैवी पवित्रतेचे भारलेले असते.

आपण आत्मे तेथे आपल्या घरी आपल्या पवित्रतेच्या दर्जानुसार

स्थित असतो. परमपिता परमात्मा, शिवबाबा, आपल्या अति उंच स्थानी विराजमान झालेला असतो. आपण आत्मे आपल्या अनादि आणि मूळ रूपामध्ये, बीज रूपामध्ये, आपापल्या स्थानावर आपल्या प्राणप्रिय बाबांजवळ बसलेलो असतो. जणू कौटुंबिक मेळावा! शिवालयतील कुंभ मेळा!! बाबा सूर्य, दादा चंद्रमा, मम्मा ध्रुव तारा आणि आपण प्रत्येकजण तारा नक्षत्राप्रमाणे चमकणारा, तेजोमय प्रकाश बिंदू!!! एक सुंदर तारामंडळ!!! सर्वत्र प्रकाशच प्रकाश. अशी ही पार आवाजापलीकडली गहन शांतीची प्रकाशाची दुनिया आहे. ब्रह्म महत्त्व आहे. तेथे कुठलीही हालचाल नाही. तेथे आहे मनाचे मौन! आपण तेथे जिवित (Being) असतो, परंतु करत काहीच नसतो. केवळ विश्रांती.

तेथे शांतीधाममध्ये नकारात्मक तसेच व्यर्थ विचार नसल्यामुळे आत्म्याच्या शांतीला कोणत्याही प्रकारचा धक्का तसेच धोका पोहचत नाही. तसेच सकारात्मक विचार नसल्यामुळे आत्मिक स्थितीमध्ये अधिक उत्कर्ष होत नाही. तो त्याच्या उच्चतम, श्रेष्ठ आणि पवित्र स्थितित कायम राहतो. आत्मा प्रकाशस्वरूप, प्रेमस्वरूप, सत्यस्वरूप, ज्ञानस्वरूप, पवित्रस्वरूप, शांतीस्वरूप, सत्चितआनंदस्वरूप



जसा आहे तसा कायम राहतो. तेथील वास्तव्यामध्ये कमीजास्ती काही होत नाही. (No Leakage, No Westage)

तथापि आपण पुन्हा एकदा विशिष्ट काळ वेळी आणि पृथ्वीवरील पवित्रतेच्या दर्जाशी आपला दर्जा जुळताच घर सोडून खाली उतरतो. (स्वतः बाबासुद्धा ड्रामा प्लान अनुसार अवतरित होतात, ना एक सेकंड आधी ना एक सेकंड उशिरा). **जेव्हा आत्मा सुखधाममध्ये जन्मतो तेव्हा तो त्याच्या क्षमतेनुसार सर्व खजिन्याने संपूर्ण असतो. जग पवित्र असते, सृष्टी पवित्र असते, पाचही तत्त्वे पवित्र असतात. धरा अस्पर्श (Virgin) असते. पवित्र आत्म्याला पवित्र शरीर मिळते आणि त्याची पवित्र पाऊले ही पहिली पावलांची जोडी असते जी पवित्र जमिनीवर आपला पहिला ठसा उमटवते. प्रत्येकजण पवित्र असतो, प्रत्येक जण दैवी असतो, प्रत्येक जण देवता असतो! प्रत्येक महाल हा स्वर्ण मंदिर (Golden Temple) असतो. आणि त्या स्वर्ण मंदिरा मध्ये राहणारा प्रत्येक जण हा चैतन्य देवता असतो. अशा सर्व देवतांच्या वास्तव्यामुळे ते स्थान चैतन्य तीर्थस्थान बनून जाते. देवता पवित्र असल्यामुळे त्यांचे विचार पवित्र आणि सकारात्मक असतात. अकारण विचार ते करत**

नाहीत. जे होणार असेल तेच विचार त्यांच्या मनात उत्पन्न होतात. असे विचार “संकल्पाने सिद्धी” म्हणून ओळखले जातात. पवित्र आणि सकारात्मक विचारांचा निर्मितीचा वेग फारच कमी असल्यामुळे त्यांचे मन फारच कमी वापरले जाते. फारच थोडे विचार केले जातात. मन नेहमीच शांत, आरामदायी स्थितीत निवांत पहुडलेले असते. असे मन हे नेहमीच सृजनशील आणि निर्मितीक्षम असते. फारच थोडे विचार आणि फारच थोडी कर्म! म्हणून त्यांच्या प्रत्येक कर्मात शांती भरलेली असते, घाई-घाई बिलकुल नसते. प्रत्येक कर्म करताना त्यामध्ये एक नजाकत असते. डौल असतो, सफाई असते, राजाईचा रुबाव असतो. नृत्यामध्ये टाकलेल्या पावलांप्रमाणे रुबाव, डामडौल नजाकत, खानदानीपणा असतो. पाहणारा प्रभावित होतो. काम नव्हे, जणू नृत्यच ते! स्वर्गीय देवीदेवता त्रेता युगाच्या अंतापर्यंत हे असे मौजेचे जीवन जगतात.

जेव्हा ते द्वापर युगामध्ये प्रवेश करणार तेव्हा ते अशा आत्म्यांच्या संबंधात येतात जे योगाद्वारे पवित्र न होता, जुन्या पुराण्या दुनियेच्या विनाशाच्या काळात शिक्षा भोगून, मार खाऊन, यातना सहन करून स्वतःमध्ये नाईलाजाने तात्पुरते परिवर्तन करतात. त्यांचा

द्वापर युगापासून सृष्टिचक्रात प्रवेश सुरु होतो. **कोणताही दबाव नसल्यामुळे ते आत्मे पुन्हा त्यांच्या जुन्या विकारांवर आधारित सवयींना जवळ करतात आणि तो विकारांचा प्रसाद ते चक्रात पूर्वीपासून असलेल्या आत्म्यांना द्यायला सुरुवात करतात. नाविन्यामुळे आणि तात्पुरत्या क्षणभंगुर सुखाला आकर्षित होऊन, काही आत्मे विकारांना जवळ करतात आणि हळू हळू सर्व आत्मे विकारांचा प्रसाद स्वीकारतात. देवी देवता वाम मार्गाकडे वळतात. स्वर्ग त्यांच्या बोटातून निसटून जातो. लज्जा वाटते. त्याचे गायन Adam & Eve tested a forbidden apple म्हणून प्रसिद्ध आहे. तसेच ‘सोन्याची द्वारका पाण्यामध्ये बुडाली’ हे ही प्रसिद्ध आहे. पुन्हा एक छोटासा विनाश होतो. विज्ञान आणि शास्त्रीय सुखसोयी नष्ट होतात. खडतर जीवन सुरु होते. दुःख, यातना आणि भोग सुरु होतात. मानव संपूर्ण जगात अनेक देशात विखुरला जातो. सकारात्मक विचारांप्रमाणे नकारात्मक विचार सुद्धा सिद्ध होतात. सकारात्मक आणि वेगाने उत्पन्न होणारे नकारात्मक विचार यामुळे मनावर कामाचा बोझा वाढतो आणि मनाला आणि शरीराला अधिक वेगाने काम करावे लागते. काळ पुढे सरकतो. द्वापर युगाच्या अखेरीस त्यांच्या असे**



लक्षात येते की विचार केला, परंतु तो सिद्ध नाही झाला. असे पूर्वी कधीच झाले नव्हते. का, कशामुळे, कोण जबाबदार आदी आदी प्रश्न मनात उठतात. त्यावर विचार सुरु होतो आणि व्यर्थ विचारांची मालिका सुरु होते. मानव प्रश्नचित्त बनतो. प्रसन्नता त्याच्यापासून कोसो मैल दूर पळून जाते.

कलियुगात जसा-जसा प्रवास पुढे-पुढे होत जातो. आता आपल्या न पूर्ण झालेल्या इच्छा, अपेक्षा यांना कोणी ना कोणी तरी जबाबदार असल्याचे आपले पक्के मत बनते. त्यामुळे दोषारोप, निंदा, टीका, बदला, सूड, द्वेष, मत्सर आदी आदी नकारात्मक आणि व्यर्थ विचारांची जाळी विणून, आपण त्यात तडफडत राहण्याची कला शिकतो. रात्र-रात्र या कुशीवरून त्या कुशीवर तळमळण्याचा अनुभव सुद्धा घेतो. त्या (बे)जबाबदार माणसाला आपण आपल्या मनाच्या कोर्टात शिक्षासुद्धा ऐकवतो.

आता क्वचित उठणाऱ्या सकारात्मक विचारांबरोबर, नकारात्मक आणि व्यर्थ विचारांची अति वेगवान उत्पत्ती सुरु होते. मनावरचा ताण वाढतच जातो. मनाच्या विचारांना हाताळण्याच्या क्षमतेपेक्षाही अधिक विचार मानव करू लागतो. एका विचारावर स्थिर राहून निर्णय घेणे कठीण होत जाते.

आता सर्वसाधारण माणूस मिनिटाला २५ ते ३० विचार करू लागतो. ते प्रत्यक्षात आणणे त्याच्या क्षमतेच्या कैक योजने पलीकडचे असते. असंभव असते. वेडसर माणूस तर यापेक्षाही अधिक विचार करतो. एका विचारावर एका मुद्द्यावर तो थांबू शकत नाही. म्हणून तर त्याला Crazy (वेडा) म्हणतात. क्षमतेपेक्षा अधिक काम करून काम संपत नाही, मन मात्र थकून जाते. आराम नाही, शांती नाही, उलट ताण-तणाव, चिंता, काळजी, Stress, Tension, Depression, Panic, Agony आदी आदी Psychosomatic Diseases!

सुरुवातीला विचार कृतीमध्ये रुपांतरित करण्यामध्ये जो डौल, दिमाख, रुबाव अशी सफाई होती जणू नृत्याचा पदन्यास त्या ऐवजी धावपळ, भागदौड, hurry worry! घडयाळाच्या सेकंदाच्या काटयप्रमाणे जो तो धावत आहे. एक क्षण थांबून मी का धावत आहे बुवा? हे तपासून पाहण्यासाठी सुद्धा उसंत नाही. अशा परिस्थितीला बदलणे अत्यंत आवश्यक आहे. त्यासाठी प्रामुख्याने दोन गोष्टी केल्या पाहिजेत.

१) विचार पद्धतीत आमूलाग्र बदल -

विचार पद्धती मध्ये आमूलाग्र बदल करण्याची

आवश्यकता आहे. मध्ये मध्ये विचार कोणत्या दिशेने जात आहेत हे तपासून, गरज जाणवताच त्यांची दिशा बदलणे. **यासाठी ब्रह्माकुमारीज मध्ये एक सुंदर पद्धती आहे, जिला 'ट्रॅफिक कंट्रोल' असे म्हटले जाते.** दर तासाला मिळणाऱ्या इशाऱ्याला जाणून क्षणभर अंतर्मुख होऊन विचारांची दिशा तपासली जाते आणि गरज असल्यास योग्य दिशेकडे वळवावी लागते.

२) विचारांचा वेग कमी करण्याकडे ध्यान देणे -

हे अत्यंत गरजेचे आणि स्वास्थ्यदायक आहे. हे जाणणे पुरेसे नाही. आता हे कसे शक्य करावयाचे? हा मुख्य प्रश्न आहे. आता आपल्याला अशा एका स्पेशलिस्टची किंवा सर्जनची गरज आहे, जो निदान करेल, औषधोपचार करेल आणि गरज भासल्यास शस्त्रक्रियासुद्धा करेल. म्हणून संगमयुगामध्ये तो सर्जन अवतरतो आणि ड्रामाच्या मदतीने आपणावर उपचार करतो. आपले जीवन-नाट्य हे सुद्धा एक उपयुक्त साधन आहे ज्याद्वारे आपणाला जाणवते की आपले जुने पुराणे संस्कार, सवयी यापासून आपल्याला काहीच साध्य होत नाही. म्हणून त्यांचे परिवर्तन करणे आवश्यक आहे. त्यासाठी ज्ञान मुरलीद्वारे मिळालेले



श्रीमत तसेच सहज राजयोगाच्या नियमित अभ्यासाने स्वतःमध्ये परिवर्तन करा. फलस्वरूप आपले जीवन संपूर्ण पवित्र व दैवी गुण संपन्न बनत जाईल. त्याच बरोबर आपल्याला फरिश्ता स्थितीसाठी आवश्यक हलकेपणा आणि विकर्मापासून मुक्तता या सर्व

गोष्टींची प्राप्ती होईल. तसेच कर्मातीत स्थिती आणि बीजरूप स्थिती साध्य होईल. तात्पर्य म्हणजे जे काही होत आहे त्यात नवीन काही नाही 'Nothing New' उलट पक्षी त्यात माझे कल्याणच आहे. तेव्हा झालेल्या गोष्टींना धरून बसू नका. त्यांना जाऊ द्या. 'Let Go!'

बितीला बिती करा. साक्षी होऊन पहा. माफ करून विसरून जाण्याबाबत मोठे हृदय करा. जे काही घडत आहे, ते कल्याणकारी आहे आणि ड्रामा बरहुकूम आहे.



►► पान १३ वरून

सत्यता, ईमानदारी, प्रामाणिकपणाने कारभार करण्याचे उद्दिष्ट ठेवले तर खूप बरे होईल. आजच्या दुनियेत भ्रष्टाचाराचा बोलबाला आहे. जर भ्रष्टाचाराच्या आधारावर आपण कमाई केली असेल तर शेवटच्या काळात त्याची शिक्षा भोगायला तयार राहा.

आपण सारे जाणतो की, परमात्मा त्रिकालदर्शी सुध्दा आहेत. म्हणूनच परमात्मापासून चुका लपविणे अगदी अशक्य आहे. या गोष्टीचा अनुभव मी एकदा घेतला होता. त्यावेळी मुंबईतील सेवाकेंद्रावर योगभट्टी चालू होती. दादी पुष्पांता भोग घेऊन वतनमध्ये बाबांजवळ गेल्या तेव्हा सुक्ष्मवतनमध्ये संपूर्ण क्लास बाबांनी इमर्ज केला होता आणि सा-या भाऊबहिणींच्या जीवनाबद्दल त्यांना सांगितले की, हा असे करतो, तो असे करतो. अशाप्रकारे संपूर्ण

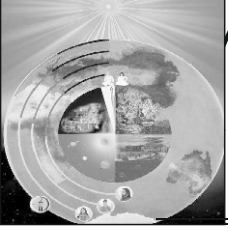
क्लासची वास्तविकता दादींना दाखविली. दादी पुष्पांताजींनी ध्यानावस्थेतून बाहेर आल्यावर, आम्हा मुलांना हेच सांगितले की, धर्मराज परमात्म्यापासून आपण कोणतीच गोष्ट लपवू शकत नाही. जर काहीच लपवू शकत नाही तर चुकीचे कर्म का करावे बरे? पुष्पांतादादी द्वारे परमात्म्याने आम्हा मुलांना जी सावधानी दिली, ती जीवनात उतरवून, स्वतःला वाईट कर्मापासून आपण वाचवू शकतो, आणि सत्ययुगात उच्चपद प्राप्त करू शकतो.

मुंबईत आम्ही योग प्रदर्शनी तयार केली. त्याबाबत ब्रह्माबाबांनी पत्र लिहिले की, प्रदर्शनीच्या अंतिम चित्राबाबतचे स्पष्टीकरण लिहून पाठवून द्यावे, जे चित्राखाली लिहिले जाईल. हे अंतिम चित्र असे होते की पृथ्वी मृत्यू शैथ्येवर आहे, वरून अँटमबॉम्ब येत आहेत आणि बाजूला

एक संन्यासी बसलेला असून तो म्हणत आहे की, कलियुग अजून बाल्य अवस्थेत आहे. ब्रह्माबाबांनी या चित्राबाबत काही ओळी लिहून पाठविल्या त्या अशा होत्या - "तुमचे भाग्य तुमच्या हातात आहे. तुमचे भाग्य ना कुणी घडवू शकतो, ना कुणी बिघडवू शकतो. तुमच्या भाग्याचे तुम्ही स्वतःच भाग्यविधाता आहात— ही चेतावणी जर आपण आपल्या जीवनात लक्षात ठेवली तर अनेक वेळा आपण जी बहाणेबाजी करतो की, याच्यामुळे असे झाले अशा सबबीपासून स्वतःला वाचवू शकतो आणि आपले जीवन साधे आणि सरळ बनवू शकतो. कारण हा दैवी परिवार शीशमहाल आहे आणि राहिल !

(भावानुवाद-
बी.के.जयश्री खिलारी)
विद्रोळी, मुंबई.





Hejce Je He'keA=leer DeveeefoDeveble keA Je Hejceelc³ee®eer keÀe³ex efYevve-efYevv

ब.कु.जगदीश दीक्षित, पुणे.

‘अनादि’ या शब्दाचा प्रयोग केवळ आत्मा, परमात्मा, परमधाम, प्रकृती अर्थात पंचमहाभूते व अविरत भ्रमण करणाऱ्या सृष्टिचक्रासाठी केला जातो. अनादि शब्दापुढे ‘अनंत’ हा शब्दही जोडला जातो. अन् + अंत हयाचा सरळ अर्थ आहे ज्याचा अंत नाही असा. फलस्वरूप सर्वप्रथम परमात्म्याला ‘अनंत’ हे विशेषण लावले जाते. अनादि हया शब्दाला अध्यात्म्यात स्थान असले तरी विज्ञानात स्थान नसल्याने, त्याचा गुह्यअर्थ अत्यल्प मनुष्यआत्मेच समजू शकतात. हे सृष्टिचक्र अथवा ड्रामा अनादि आहे; असे विधान केल्यानंतर तो काही कोटी वर्षांपूर्वी, काही अब्ज वर्षांपूर्वी अथवा अरब, खरब वर्षांपूर्वी निर्माण झाला होता’ असे म्हणता येणार नाही. कधीतरी तो निर्माण झाला असणार असे म्हणणे अर्थात अनादिलाही आदि मानणे होय! ‘हा ड्रामा निर्माण झाला होता’ असे विधान जेथे केले जाईल, तेथे प्रश्न हाच निर्माण होईल की, त्याचा अंत कधी आहे? बंधुनो, अनादिला ना कधी उत्पत्ति असते ना त्याचा कधी अंत असतो. फलस्वरूप ‘हा ड्रामा (सृष्टिचक्र) परमात्म्याने कधीतरी निर्माण केला

असावा’ असे विधान केल्यास परमात्म्याच्या प्रत्यक्षतेनंतर अनेकांच्या मनात अनेक प्रश्न निर्माण होतील. विशेषतः भक्तगणांच्या मनी हा प्रमुख व तक्रारयुक्त प्रश्न निर्माण होईल की, परमात्म्याने आमच्यासाठी देवी देवतापद प्राप्त करण्याचा ड्रामा का नाही बनविला? हया महान व अलौकिक प्राप्तीपासून त्याने आम्हाला सदा काळासाठी का वंचित ठेविले आहे? **अशी प्रश्नांकित हुरहुर कोणाच्याही मनात निर्माण होवू नये तसेच अंतिम समयी कोणीही परमात्म्याविषयी कोणतीही तक्रार करू नये म्हणून स्वतः परमात्म्याने हे ज्ञान स्पष्ट केले आहे की, ‘बच्चे यह बना बनाया ड्रामा है, इसे मैंने नहीं बनाया।’** विशेष म्हणजे ड्राम्याविषयीचे हे महत्त्वपूर्ण ज्ञान वारंवार श्रवण करूनही काही ब्रह्मावत्स मात्र ‘हा ड्रामा कधी काळी परमात्म्याने अवश्य बनविला असणार’ हया संकल्पेवर दृढ असतात. फलस्वरूप त्यांच्या मुखातून प्रसंगानुरूप हे वाक्य बाहेर पडते की ‘मेरे लिए बाबाने यह कल्याणकारी ड्रामा बनाया है।’ हयाच वाक्याची दुरुस्ती करून त्यांनी श्रीमतानुसार असे म्हणावे की, ‘इस बने बनाए (अनादि) ड्रामा में मुझ

आत्माका कल्याणही कल्याण है।’

जर परमात्म्याने हा चार युगांचा ड्रामा निर्माण केला आहे असे मानल्यास पहिला प्रश्न हा निर्माण होतो की त्याने प्रथमतः कोणते युग कोणत्या पद्धतीने निर्माण केले असावे? युगांच्या क्रमवारीत प्रथमतः सत्ययुगाचे नाव अवश्य घेतले जाते म्हणून सदरहू मान्यतेनुसार परमात्म्याला प्रथमतः सत्ययुग निर्माण करावे लागेल. पृथ्वीवर मनुष्य आहे म्हणजे कोणते तरी युग निश्चित आहे अर्थात परमात्म्याने कोणतेही युग निर्माण करण्यापूर्वी ही पृथ्वी निर्मनुष्य असणे आवश्यक आहे आणि निर्मनुष्य असलेल्या हया पृथ्वीवर ज्यावेळी परमधाममधून देवात्मे येतील त्यावेळी ते आपला सत्ययुगातील दैवी जन्म कसा प्राप्त करू शकतील? त्यासाठी हया साकार सृष्टीवर थोड्याफार संख्येत स्त्री पुरुष असणे अपरिहार्य आहे. कारण स्त्री पुरुष शिवाय कोणाचाही जन्म होवू शकत नाही. देवी-देवतांचा योगबळाने जन्म होण्यासाठी, परमात्मा असाधारण व योगबळाने युक्त असे स्त्री पुरुष कलियुगाच्या अंतिम चरणात अर्थात पुरुषोत्तम संगमयुगावर अवश्य



निर्माण करतो. परंतु त्यासाठी प्रथमतः त्याने कलियुग निर्माण करणे आवश्यक आहे. द्राम्यात चारही युगांचा समावेश होतो. अर्थात परमात्म्याने हा चार युगांचा द्रामा बनविला आहे असे मत व्यक्त करणाऱ्या ब्रह्मावत्सांच्या मनात हा प्रश्न तात्काळ निर्माण व्हायला हवा की, परमपवित्र परमात्मा, कलियुगी अपवित्र रौरव नर्काचाही निर्माता आहे काय? बंधुनो, परमात्मा तर केवळ सत्त्वप्रधान मनुष्य सृष्टीचा रचयिता असल्याने तो कदापी तमोप्रधान व संख्येने बहुलोक तमोप्रधान कलियुग निर्माण करू शकत नाही. सत्ययुग, त्रेतायुग, द्वापरयुग व कलियुग ही युगे निरंतर एकापाठोपाठ एक अशी चक्राकार पध्दतीने येत असल्याने हा अनादि द्राम्यात प्रथम कोणते युग निर्माण झाले? हा प्रश्नच निर्माण होत नाही. बंधुनो, असा कोणताच काळ असू शकत नाही की ज्या काळात हया पृथ्वीवर कोणत्याच युगाचे अस्तित्व नव्हते. तद्वतच असे कोणतेच युग असू शकत नाही की ज्या युगात मानवमात्राचे अस्तित्व नव्हते. अर्थात प्रत्येक कल्पातील चारही युगात कमी अधिक प्रमाणात मानवाचे वास्तव्य निरंतर असतेच. जेथे पाच तत्त्वांनी बनलेले मानवी शरीर आहे तेथे पाच तत्त्वांचे अस्तित्व असणे अपरिहार्य आहे. तर्कशुद्ध सिद्धांत हाच निश्चित होतो

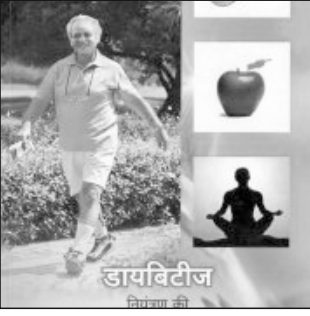
की जसा द्रामा अनादि आहे तशी पाच तत्त्वेही (पंचमहाभूते) अनादि आहेत. त्याचबरोबर पाच तत्त्वांनी बनलेला निसर्गही अर्थात नद्या, सागर, पर्वत, वृक्ष इत्यादि अनादि आहेत. त्यांचा कोणीही रचयिता नाही हे समस्त जगताला विशेषतः वैज्ञानिकांना व विज्ञानवाद्यांना ज्ञात होणे आवश्यक आहे. केवळ 'अनादि' हया शब्दाला विज्ञानात स्थान न दिल्याने ही जीवसृष्टी कधी व कशी निर्माण झाली; हयावर वैज्ञानिकांनी वर्षानुवर्षे केलेले संशोधन निष्फळ होत आहे. बंधुनो, मानवी बुध्दीला व त्याच्या संशोधनाला सीमा असल्याने, अनाकलनीय व असीम अशा अनादिचा शोध घेणे हे मानवी बुध्दीच्या पलिकडील आहे.

मनुष्य सृष्टीविषयी, पशू पक्ष्यांच्या सृष्टीविषयी व पाच तत्त्वांच्या निर्मितीविषयी 'बायबल' हया पवित्र ग्रंथात कोणते विचार मांडले आहेत, ते आपण जाणून घेवूया. सदरहू ग्रंथात आरंभीच म्हटले आहे की, ज्यावेळी हया पृथ्वीवर सजीव, निर्जिव असे काहीही नव्हते त्यावेळी परमेश्वर म्हणाला 'आकाश निर्माण होवो' आणि आकाश निर्माण झाले. दिवसाचा प्रकाश व रात्रीचा प्रकाश वेगळा होण्यासाठी त्याने लहान मोठया अशा दोन ज्योति अर्थात सूर्य चंद्र निर्माण करून तारेही निर्माण

केले. त्यानंतर परमेश्वर म्हणाला 'नद्या व समुद्र निर्माण होवो' आणि नद्या व समुद्र निर्माण झाले. त्यानंतर तो म्हणाला 'पृथ्वीवर काही धान्याची तर काही फळांची झाडे झुडपे वाढोत' आणि झाडे झुडपे निर्माण झाली. आकाशात पक्षी, पाण्यात मासे व जमिनीवर प्राणी निर्माण होवोत' आणि तसेच झाले. परमेश्वराने विचार केला की आता मानवाला निर्माण करावे तेव्हा त्याने मानवाला घडवून ईव्ह आणि अॅडम नावाचे स्त्री पुरुष निर्माण केले व त्यांना आशीर्वाद देवून म्हटले की, 'तुम्हाला भरपूर मुले बाळे होवू देत' त्या सर्वानी पृथ्वीवर सर्वत्र वस्ती करावी. अशाप्रकारे हया संपूर्ण जगाची निर्मिती परमेश्वराने केवळ सहा दिवसात केली.

श्रीमद्भगवद्गीतेत आत्मा व प्रकृतिविषयी अत्यल्प शब्दात सांगितले आहे की, 'पुरुष आणि प्रकृति हे दोन्ही अनादि आहेत' पुरुष अर्थात आत्मा. येथे प्रकृतिचा अर्थ शरीर असा आहे. भगवद्गीतेतील हा श्लोक (१३-१९) वाचल्यानंतर प्रश्न हाच निर्माण होईल की, शरीर तर विनाशी आहे, त्याला अनादि कसे म्हणता येईल? बंधुनो, एका कल्पाचा विचार केल्यास ते विनाशी अवश्य आहे. परंतु तंतोतंत त्याच प्रकारचे शरीर कल्प कल्प निर्माण होत असल्याने ते अनादि झाले आहे.

(क्रमशः)



आरोग्यम् धनसंपदा (मधुमेहावर नियंत्रण)

ब्र.कु. डॉ.निखिल राणे, एम.डी. मुलुंड (पूर्व)

भारतासह अनेक देशात मधुमेह हा भयानक रोग समजला जातो. एकटया अमेरिकेत दीड कोटी लोकांना मधुमेह असण्याची अधिकृत नोंद आहे. सन १९९५ च्या अहवालानुसार भारतात सुध्दा मधुमेहींची संख्या १ कोटी नव्वद लाख इतकी आहे. २०२५ पर्यंत हीच संख्या सहा कोटीपर्यंत जाईल असा अंदाज आहे. तसेच जगातील एकूण मधुमेही रुग्णांपैकी प्रत्येक पाचवा माणूस भारतीय असेल. **ताज्या आकडेवारीनुसार भारतातील मधुमेही रुग्णांची संख्या अडीच कोटी पेक्षा अधिक आहे. यापैकी ९०% रोगी चाळिशीच्या पुढचे आहेत. यावरून आपल्या लक्षात आले असेल की मधुमेह - एक जटिल समस्या आहे. तिच्यातून मुक्त होण्यासाठी वेळीच खबरदारी घेणे आवश्यक आहे.** कारण मधुमेह हा असा रोग आहे ज्याची लक्षणे बहुधा दिसत नाहीत आणि जेव्हा सहज तपासणी करतांना रक्तामध्ये आणि लघवीमध्ये साखरेचे प्रमाण जास्त आढळते, तेव्हाच तो आपल्या लक्षात येतो. सर्वप्रथम आपण थोडक्यात पाहू या

की, मधुमेह म्हणजे काय व तो कसा होतो.

मधुमेह म्हणजे काय ?

आपण जे अन्न सेवन करतो, त्या अन्नाचे रूपांतर ग्लुकोजमध्ये होते. ही एक प्रकारची साखरच आहे. या ग्लुकोजपासून शरीराला उर्जा वा शक्ती मिळते. या ग्लुकोजचे रक्तातील प्रमाण ठराविक पातळीवर ठेवण्याचे काम 'इन्स्युलिन' नावाचे हार्मोन करते. आपल्या पचन संस्थेमध्ये स्वादुपिंड (पॅनक्रियाझ) नावाचा एक अवयव असतो. त्यातून इन्स्युलिनची निर्मिती होत असते. ग्लुकोजची पातळी सम प्रमाणात ठेवणे एवढेच इन्स्युलिनचे काम नसते. ग्लुकोजचा उपयोग करणे व साठा करून ठेवणे, हे सुध्दा त्याचे काम असते.

इन्स्युलिनच्या संपूर्ण किंवा अंशतः अभावामुळे खाल्लेल्या अन्नातील कार्बोदकांचे पचन नीट होत नाही. तसेच प्रथिने व स्निग्ध पदार्थ यांचे सुध्दा पचन काहीसे नीट होत नाही. त्यामुळे शरीरातील पेशींना आवश्यक असणारे ग्लुकोज मिळत नाही आणि ते रक्तात वाढत रहाते. मधुमेहात रक्तातील

ग्लुकोजची (साखरेची) मात्रा वाढते. मधुमेहाचे प्रामुख्याने ३ प्रकार आहेत.

१) प्रकार १: इन्स्युलिनवर अवलंबून असलेला मधुमेह :- या प्रकारचे मधुमेही रुग्ण इन्स्युलिनच्या इंजेक्शनवर अवलंबून असतात. या रुग्णांमध्ये इन्स्युलिन स्त्रावाची निर्मिती होत नाही. इन्स्युलिनच्या अभावामुळे पेशींना ग्लुकोज मिळत नाही. त्यामुळे रक्तात साखर तशीच राहते. यासाठी बाहेरून इंजेक्शन द्वारे इन्स्युलिनची गरज भागवली जाते. रक्तातील साखर नियंत्रित ठेवण्यासाठी ह्या रुग्णांना दररोज इन्स्युलिनचे 'इंजेक्शन' घ्यावे लागते.

२) प्रकार २: इन्स्युलिनवर अवलंबून नसलेला मधुमेह :- या विकारात इन्स्युलिनची निर्मिती कमी होते. हा मधुमेह मध्यमवयीन माणसांमध्ये आढळून येतो. चाळिशीच्या आधी हा सहसा दिसून येत नाही. पण तरुणांमध्ये या मधुमेहाचे प्रमाण वाढत आहे, असे पाहणीमध्ये आढळून आले आहे. मात्र लक्षणे सौम्य स्वरूपाची

►►► पान ३२ वर



बाबा ! तूच खरा आधार - (अनुभव)

ब्र.कु.भिमराव विरंजे, हलकर्णी (कोल्हापूर)

दिनांक २२ फेब्रुवारी २००९ पासून मी ज्ञानमार्गात चालत आहे हा सुध्दा विलक्षण योगायोगच होता. तो सतगुरुवारचा दिवस होता. मी एकटाच रस्त्याने जात होतो. तेवढ्यात रस्त्यात एका ब्रह्माकुमार भाईची गाठ पडली. त्यांनी मला ईश्वरीय संदेश दिला व ज्ञानावर बरीच चर्चा केली. शेवटी ते म्हणाले की आजच तुम्ही सेंटरला जा. आज सतगुरुवार आहे. सेंटरला तुम्हाला शिवबाबांचा भोग (प्रसाद) ही मिळेल. त्यानुसार मी लगेच सेंटरला गेलो. तेथील बहीणजींनी मला प्रदर्शनीच्या चित्रांवर ज्ञान समजावून सांगितले. अर्थातच ते ज्ञान मला अतिशय आवडले. आजवर मी बरीच भक्ती केली होती. ठिकठिकाणी सत्संगातही गेलो होतो. परंतु मला कुठेही परमात्म्याचा सत्य परिचय प्राप्त झाला नव्हता. 'तीर्थ विठ्ठल, क्षेत्र विठ्ठल, देव विठ्ठल, देवपूजा विठ्ठल' अशा प्रकारची भोळी भक्ती मी करीत होतो. याचेच गायन शास्त्रातून केले जाते - 'जनम जनम लगाये फेरे, फिर भी हर दम दूर रहे।' परंतु आज मला रचयिता व रचनेच्या आदि-मध्य-अंताचे ज्ञान मिळाले होते. माझा

साप्ताहिक कोर्स केवळ २ दिवसात पूर्ण झाला व तिसऱ्या दिवसापासून मी मुरली ऐकण्यासाठी सेंटरला जाऊ लागलो. तेव्हापासून आजपर्यंत मी मुरली कधी चुकवली नाही.

ज्ञानमार्गात चालत असतांना फक्त २-३ महिन्याचाच कालावधी तेवढा लोटला होता आणि मला व्ही.आय.पी. ग्रुप मधून मधुबनला जाण्याची सुवर्णसंधी मिळाली. आम्ही एकूण ३० भाऊ-बहिणी होतो. आमची राहण्याची व्यवस्था शांतिवनमध्ये करण्यात आली होती. शांतिवनमध्ये पाऊन टाकताच, मन शांतीने भरून गेले होते असे वाटले की जणू जन्मोजन्मीची शांतीची तहान शमली आहे. तेथील नियमांप्रमाणे आमची सर्वांची दिनचर्या व्यवस्थितपणे चालू होती. वरिष्ठ दादीजींचे अनुभवयुक्त क्लास ऐकून मन ज्ञानामृताने भरून गेले होते. तेथील वातावरणात मी इतका खुश होतो की मला माझ्या लौकिक परिवाराची आठवण सुध्दा आली नाही. मी त्यांना फोन करायचेही विसरून गेलो होतो. आजचा वार कोणता, तारीख कोणती, याचे देखील भान राहिले नव्हते. खरोखरच ते मंतरलेले दिवस होते.

शेवटच्या दिवशी आम्ही माऊंट आबु येथील प्रेक्षणीय स्थळे पहाण्यासाठी गेलो. पिताश्री ब्रह्माबाबांची चरित्रभूमी असलेल्या पांडव भवनच्या आवारात पाय ठेवताच, तेथील पवित्र, मंगल वातावरणामुळे आम्ही गद्गद् होऊन गेलो. बाबांची झोपडी व शांतिस्तंभ या ठिकाणी योग करतांना तर प्रेमाश्रुंनी डोळे भरून आले. खरोखरच मी धन्य-धन्य झालो होतो. मला योग्य वेळी, योग्य आसरा वा आधार मिळाला होता. त्याचवेळी मी बाबांच्या रुममध्ये प्रतिज्ञा केली. 'मी घरी गेल्यावर सर्व नातेवाईकांना, मधुबन पावन, सर्वोत्तम तीर्थावर अवश्य पाठवीन.' त्याप्रमाणे मी माझ्या सर्व नातेवाईकांना व्ही.आय.पी. ग्रुपमधून मधुबनला पाठवले. आज ते सर्व नातेवाईक, जेथे-जेथे सेंटर आहे, तेथे आठवडयातून एक दोन वेळा अवश्य जातात.

शांतिवन मधील एक अविस्मरणीय प्रसंग याठिकाणी नमूद करावसा वाटतो. एकदा आमच्या व्ही.आय.पी. ग्रुपसाठी डायमंड हॉल मध्ये एक क्लास आयोजित करण्यात आला होता. ब्र.कु. शीलू



दीदी तो क्लास करणार होत्या. क्लास सुरु होण्यापूर्वी एक गीत वाजविण्यात आले. आम्ही सर्व जण योगात बसलो होतो. त्यावेळी गीताचे जे बोल कानी पडले, त्यातून मला माझ्या जीवनाचे ध्येय उमगले. ते पुढील बोल आजही माझ्या हृदयात बिंबले आहेत -

मधुबन के इस चमन की तुम बहार हो।

परमपिता शिव के गले का हार हो ॥

जहान के तुम नूर हो, प्रकाश फैलाओ,

सबके दिलों की आश हो, दुःख दर्द मिटाओ,

तुम बाबा के दुलार हो, तुम बहार हो, मधुबन के इस चमन की.....

त्याक्षणी वाटलं की आपण सर्व जण खरोखरच धन्य आहोत. आपण किती महान आत्मे आहोत व शिवबाबांची आपल्याकडून कोणती अपेक्षा आहे, हे लक्षात आले. आपल्याला सदा बापसमान दुःखहर्ता, सुखकर्ता बनायचे आहे.

अशाप्रकारे मधुबनच्या वातावरणात मज आत्म्याची बॅटरी पूर्णपणे चार्ज झाली होती. त्यानंतर या सृष्टीरूपी पेपर हॉलमध्ये माझी परीक्षा सुरु झाली. मधुबनहून परत येऊन दोनच दिवस झाले होते. माझी तळ्बेत ठीक नव्हती. मी

डॉक्टरकडून औषधही आणले होते. थोडा अशक्तपणा जाणवत होता. मोटरसायकलीवरून जातांना अचानक मला चक्कर आली. मी खाली पडलो व बेशुद्ध झालो. माझ्या उजव्या डोळयाजवळ जखम झाली. तीन ठिकाणी फ्रॅक्चर झाले. हातावरही जखम झाली. त्यातून रक्त वाहू लागलं. मी रस्त्यावरच पडलो होतो. त्याच रस्त्याने एक मिलेट्रीमन जवान जात होता. तो माझ्या मदतीला देवासारखा धावून आला. त्याने मला सरकारी दवाखान्यात दाखल केले. माझ्या खिशातील डायरी घेऊन, माझ्या घरच्यांना फोन केला. लगेचच माझा मुलगा व नातेवाईक दवाखान्यात आले. तेथे प्राथमिक इलाज केले. पुढील उपचारासाठी माझा मुलगा मला कोल्हापूर येथे घेऊन गेला. पाच दिवस हॉस्पिटल मध्ये अॅडमिट होतो. आवश्यक ती ट्रीटमेंट घेतली. घरी आल्यावर थोडे दिवस विश्रांती घेतली. आराम वाटल्यावर पुन्हा रोज सेंटरला जाऊ लागलो. **शिवबाबांनी माझे प्राण संकटातून वाचविले. शिवबाबांनीच त्या मिलेट्रीमनला सदबुद्धी दिली व त्याने लगेचच मला सरकारी दवाखान्यात अॅडमिट केल्याने, पुढील धोका टळला.**

माझे गाव मुख्य सेंटरपासून ७ कि.मी. दूर आहे. मी तेथे रहातो.

एक दिवशी शेतात फिरायला गेलो होतो. थोडा वेळाने घरी परत येत होतो. माझ्या डोक्यावर गुं-गुं-असा आवाज येऊ लागला. मी वरच्या दिशेने पाहिले तो काय? मधमाशांची झुंड होती सुदैवाने मला एकही मधमाशी चावली नाही. मी घराजवळ आल्यानंतर पाहिले तर मधमाशा घराजवळ (माझे घर शेतात आहे) आंब्याच्या झाडावर बसू लागल्या. ह्या मधमाशा आकाराने मोठ्या आणि धोकेबाज असतात. त्यांना पळवून लावण्यासाठी झाडाखाली जाळ पेटवला. परंतु त्या गेल्या नाहीत. झाडाच्या फांदीवरच बसल्या. मी प्रयत्न सोडून दिला. त्यांना घालविण्यासाठी इतरांना सांगितले. त्यांनीही प्रयत्न केले. ते पण विफल झाले. नंतर मी **शिवबाबांना मनापासून विनंती केली की बाबा, या मधमाशांची झुंड येथून गेली पाहिजे आणि काय आश्चर्य, खरोखरच थोड्या वेळाने त्या निघून गेल्या. मनोमनी मी बाबांना शुक्रिया बोललो.**

एक वेळ मी मुरली क्लास संपल्यानंतर माझ्या गावी येण्यासाठी एस.टी. स्टँडवर एका बंद दुकानाच्या बाहेर बसलो होतो. अचानक लोखंडाची पट्टी माझ्या डोक्यावर पडून, उजव्या खांद्यावरून खाली पडली. डोक्यावर जखम झाली. रक्त येऊ लागले. इतक्यात त्याच



दुकानाचे मालक आले. त्यांनी मला डॉक्टरकडे नेले. इंजेक्शन, औषधोपचार घेऊन घरी आलो. एकच दिवस विश्रांती घेऊन नियमित सेंटरला जाऊ लागलो. याप्रमाणे प्रत्येक कठीण प्रसंगी बाबा माझ्या बरोबर आहेत आणि त्यांनीच मला

वेळोवेळी संकटातून वाचविले. शेवटी मी सर्व भाऊ बहिणींना सांगू इच्छितो की कोणत्याही समस्या असू दे. त्या शिवबाबांच्या हवाली सोडून निश्चिंत रहा. बेफिकर बादशहा बना. शिवबाबांना सांगा - बाबा, माझा हितरक्षक 'एक तूच आहेस. तूच

खरा आधार आहेस ! मग पहा तो तुमच्या मदतीसाठी कसा धावून येतो ते !' मला नेहमी एका गीताची आठवण येते - "जिसका साथी है भगवान, उसको क्या करेगा आँधी और तुफान"

ॐ ॐ ॐ ॐ

►► पान २९ वरून

असल्यामुळे, बरीच वर्षे तो ओळखू येत नाही. चाळिशीनंतर त्याचे निदान होते.

प्रकार २ चा मधुमेह नियंत्रणाखाली आणता येतो. कधी कधी तो पूर्णपणे बरा सुध्दा होतो. योग्य आहार, पुरेसा व्यायाम, वजनावर नियंत्रण यामुळे बरा होतो. परंतु ज्यांना हे जमत नाही त्यांना इन्स्युलिनची इंजेक्शने घ्यावी लागतात.

३) गरोदरपणातील मधुमेह - गरोदर स्त्रियांमध्ये या मधुमेहाचे प्रमाण ४% आहे. गरोदरपणापूर्वी त्यांना मधुमेह नसतो. परंतु गरोदरपणात पुरेसे इन्स्युलिन नसल्यामुळे, रक्तात साखरेचे प्रमाण वाढते. याला शर्कराधिक्य असे म्हणतात. त्यांना नंतर प्रकार २ चा मधुमेह होण्याची शक्यता जास्त असते.

- मधुमेहाची लक्षणे -

मधुमेहाची लक्षणे बहुधा दिसत नाहीत. परंतु काही जणांच्या बाबतीत ती स्पष्टपणे दिसतात.

उदा. खूप वेळा लघवी लागणे, खूप भूक लागणे, वजन कमी होणे, अशक्तपणा आणि थकवा वाटणे, अंगाला खाज येणे, अंग दुखणे, जखम लवकर भरून न येणे, वारंवार इन्फेक्शन होणे, दृष्टी मंद होणे, हातापायाला मुंग्या येणे, स्पर्श कमी जाणवणे इत्यादी.

मधुमेहाचे रोगनिदान करण्यासाठी रक्तामध्ये ग्लुकोजचे (साखरेचे) प्रमाण किती आहे हे पाहण्यासाठी रक्ताची तपासणी करतात. सकाळी उपाशी पोटी व दुपारी जेवणा नंतर (२ तासांनी) रक्तशर्करा तपासली जाते.

मधुमेहाचे रोगनिदान निश्चित झाल्यावर ग्लायकेटेड हिमोग्लोबिन टेस्ट (H₁A₁C) करतात. या तपासणीसाठी शिरेतून रक्त घेतात. मधुमेहामुळे ज्या शारीरिक समस्या उत्पन्न होतात, त्यांची शक्यता अजमावण्यासाठी ही तपासणी करण्यात येते.

दीर्घकालीन समस्या व नियंत्रण

मधुमेह हा फार किचकट

रोग आहे. यातील बहुतेक समस्या रक्तपुरवठा व रक्तवाहिन्या यासंबंधी असतात. रक्तामध्ये जास्त प्रमाणात असलेल्या साखरेमुळे रक्तवाहिन्यांवर परिणाम होतो. सदोष चयापचयाचा सुध्दा रक्तवाहिन्यांवर परिणाम होतो. मधुमेहामध्ये दीर्घकालीन समस्यांच्या यादीमध्ये हृदयविकार, पक्षघात, दृष्टिदोष, चेतासंस्थांचे दोष, नाजूक बनलेले पाय, मूत्रपिंड विकार, श्वसनरोग, उच्च रक्तदाब व जनन संस्थेचे विकार यांचा समावेश आहे. त्यामुळे मधुमेह असल्याचे निदान झाल्यावर, लगेचच डॉक्टरच्या सल्ल्याने योग्य तो औषधोपचार करणे अत्यंत आवश्यक आहे. तसेच आहारात योग्य ते परिवर्तन, नियमित व्यायाम (रोज ३-४ कि.मी. चालणे), वजनावर नियंत्रण, तणावमुक्त जीवन, व्यसनमुक्ती या सर्व गोष्टीकडे लक्ष दिल्यास मधुमेहावर सहज नियंत्रण करता येते. त्यामुळे वेळीच सावध व्हा हेच विनम्र आवाहन ...