महामंडलेश्वर

स्वामी परमानंदगिरीजी महाराजांचे

सत्संग - प्रवचन

प्रवृत्ती निवृत्ती मार्ग

(प्रथम आवृत्ती)

- प्रकाशक -

ॐ परमानंद प्रकाशन

महामंडलेश्वर स्वामी परमानंदगिरीजी महाराज आश्रम

भांगसीमाता गड, परमानंदनगर, शरणापूर, औरंगाबाद (महाराष्ट्र)

दूरध्वनी :

किंमत : पाच रुपये (५/-)

निवेदन

अनादी काळापासून भगवंताच्या प्राप्तीचे प्रामुख्याने दोन मार्ग आहे. प्रवृत्ती मार्ग व निवृत्ती मार्ग.

जास्तीत जास्त साधक भक्त प्रवृत्ती मार्गाने भगवंताची प्राप्ती करून घेण्याचा प्रयास करतात.

निवृत्ती मार्गाने भगवंताची भक्ती, प्राप्ती करणारे या जगात अत्यंत दुर्लभ आहे. त्यामुळे या निवृत्ती मार्गाचे ज्ञान स्वानुभावाने जानणारेही दुर्लभ आहे.

जपानुष्ठान काळात जे असंख्य साधक साधना म्हणजे अनुष्ठान करतात, त्यांच्या निमित्ताने **श्री श्री १००८ महामंडलेश्वर स्वामी परमानंदगिरीजी महाराज** प्रवृत्ती व निवृत्ती मार्गाचे साधकांना जे मार्गदर्शन करतात ते संग्रहीत करून भक्तांना, साधकांना पुस्तक रुपाने देतांना आम्हास अत्यंत आनंद होत आहे.

प्रकाशक

निर्वाहापुरते अन्न अच्छादन । आश्रमासी स्थान कोपी गुहा ।।१।।
कोठेही चित्तासी नसावे बंधन । ह्दयी नारायण साठवावा ।।२।।
नये बोलो फार बैसो जनामधी । सावधान बुद्धी इंद्रीये दमी ।।३।।
तुका म्हणे घडी घडीने साधावी । त्रिगुणाची गोवी उगवूनी ।।४।।

◆ ◆ ◆ ◆ ◆

भगवंताच्या प्राप्तीचे अनेक मार्ग असले तरी प्रामुख्याने दोन मार्ग आहे. ते मार्ग म्हणजे प्रवृत्ती मार्ग व निवृत्ती मार्ग.

काही साधक प्रवृत्ती मार्गाने म्हणजेच संसाराच्या मार्गाने म्हणजेच गृहस्थाश्रम स्वीकारून भगवंताची प्राप्ती करून घेतात. जसे तुकाराम महाराज, नामदेव महाराज, एकनाथ महाराज यांनी गृहस्थाश्रम स्वीकारून गृहस्थाश्रमात राहून भगवंताची प्राप्ती करून घेतली.

काही साधक निवृत्ती मार्गाने भगवंताची प्राप्ती करून घेतात. जसे ज्ञानेश्वर महाराज समर्थ रामदास स्वामी यांनी निवृत्ती मार्गाने भगवंताची प्राप्ती करून घेतली.

म्हणजेच प्रवृत्ती व निवृत्ती अशा दोन्हीही मार्गाने भगवंताची प्राप्ती करून घेता येते.

ज्यांना प्रवृत्ती मार्गाने म्हणजेच गृहस्थाश्रमाच्या मार्गाने म्हणजेच गृहस्थाश्रमात राहून भगवंताची प्राप्ती करून घ्यावयाची असेल तर त्यांनी काय केले पाहिजे? अशी शंका ज्यांच्या मनात निर्माण झाली असेल तर त्यांच्या शंकेच्या समाधानासाठी संत तुकाराम महाराज अभंगाच्या प्रथम चरणामध्ये म्हणतात.....

निर्वाहापुरते अन्न अच्छादन । आश्रमासी स्थान कोपी गुहा ।।

ज्यांनी गृहस्थाश्रम स्वीकारला असेल तर आई-वडीलांची सेवा करणे, पत्नीचा सांभाळ करणे मुला-मुलींना शिक्षण व सर्वांत महत्त्वाचे म्हणजे सुसंस्कार देणे त्यांचे प्रथम कर्तव्य आहे. त्याचप्रमाणे कोणी अतिथी आला

असेल तर त्याला देखील अन्न पाणी आदी देणे गृहस्थाश्रमीचा धर्म आहे.

म्हणजेच आपला गृहस्थाश्रम चालविण्यासाठी, गृहस्थाश्रमीचे कर्तव्य व धर्म पालन करण्यासाठी, अन्न वस्त्र व निवारा या तीन गोष्टीची अत्यंत आवश्यकता असते. या तीन गोष्टीची अत्यंत आवश्यकता जरी असली तरी परंतु त्यांच्या संदर्भात रात्रंदिवस चिंता करणे किंवा संग्रह करणे तसेच पाप कर्म करणे योग्य नाही. तर अन्न, वस्त्र व निवाऱ्याच्या संदर्भात संत तुकाराम महाराज म्हणतात.

निर्वाहापुरते अन्न अच्छादन ।

जेणे करून आपला निर्वाह होईल इतके अन्न व कपडे आपण जरूर जमविले पाहिजे. कमविले पाहिजे.परंतु अनावश्यक अन्न कपडे जमा करण्यामध्ये आपले अनमोल आयुष्य व्यर्थ घालवता कामा नये. संत कबीर महाराज देखील म्हणतात.

रूखा सुखा खाय के ठण्डापाणी पीव ।
देखी पराई चुपडी मत ललचावै जीव ।।

भगवंताचे चिंतन, स्मरण करत जे स्वकष्टाने कमविले असेल असे साधे जरी अन्न असेल, परंतु सात्विक पवित्र अन्न सेवन केले पाहिजे. परंतु रजोगुणी, परान्नाची अभिलाषा मनात बाळगू नये. स्वकष्टाने कमविलेली भाजी भाकरी जो सेवन करतो त्याचे जीवन आनंद मय होते. परंतु जो रजोगुणा, तमोगुणी आहाराची अपेक्षा करतो जो विलासी अन्नाची अपेक्षा करतो तो त्या अन्नासाठी पाप कर्म करतो किंवा विलासी रजोगुणी, तमोगुणी जो आहार सेवन करतो त्याची बुद्धी पापमय होते कारण...

खट्टा मिठा चर्परा जीभ्या सब रस लेय ।
चोरो कुतिया मीलीगयी को अब पहरा देय ।।

आहाराप्रमाणे मन बुद्धी बनत असते. आहार जर सात्विक

असेल तर मन बुद्धी देखील सात्विक राहते. परंतु ज्याचा आहारच बिघडला असेल तर त्याची बुद्धी बिघडण्यास उशीर लागत नाही. ''चटोरी बिघडली की, कटोरी बिघडते.'' अशी एक म्हण आहे. चटोरी म्हणजे स्वाद घेणारी जीभ जर बिघडली तर कटोरी म्हणजे शरीर बिघडते. म्हणून शुद्ध सात्विक अल्प आहार सेवन केला पाहिजे. की जेने करून शरीराचे योग्य प्रकारे रक्षण होईल.

त्याच प्रमाणे जो गृहस्थाश्रमी असेल तर त्याने लज्ज्या व शरीर रक्षणार्थ आवश्यक तेवढेच वस्त्र जमविले पाहिजे. राहण्यासाठी निवाऱ्यासाठी सांगतात. '' आश्रमाशी स्थान कोपी गुहा '' आश्रमाशी म्हणजेच जे चार प्रकारचे आश्रम आहे

१) ब्रह्मचर्याश्रम **३) वानप्रस्थाश्रम**

२) गृहस्थाश्रम **४) संन्यास आश्रम**

त्या पैकी आपन जो ' गृहस्थाश्रम' स्वीकारलेला आहे. त्या गृहस्थाश्रमासाठी निवारा म्हणून कोपी म्हणजेच झोपडी किंवा गुहा बनविली पाहिजे. आश्रमासी स्थान कोपी गुहा म्हणजे गृहस्थाश्रमी जे असतील त्यांनी झोपडीतच राहिले पाहिजे. असे नव्हे तर सहज जे बनविता येत असेल असे घर, बंगला बनविण्यास हरकत नाही. परंतु रात्रंदिवस घर बंगल्यासाठीच अट्टाहास, प्रयास करणे, पाप करणे ठीक नाही. सहज जरी बंगला आपला बनला असेल तरी त्याचा अभिमान करणे, गर्व करणे हेही चांगले नाही. त्यासाठी आपल्या मनात विवेक जागृत ठेवला पाहिजे की....

कबीर गर्ब न किजीए उँचा देखी निवास ।
काल परौ भूई लेटना उपर जमसी घास ।।

कितीही मोठा बंगला बनविला तरी एक दिवस खाली यावेच लागेल किंवा बंगल्याच्या बाहेर मृत्यू झाल्यानंतर शरीराला आणतील

व जमिनीत मातीत शरीर मिसळून जाईल. अशा शरीरासाठी पाप कर्म करणे चांगले नाही.

सांगण्याचे तात्पर्य की, आपण जरी गृहस्थाश्रम स्वीकारला असेल तरी अशा गृहस्थाश्रमासाठी

बहुत पसारा मत करो कर थोडे की आस ।
बहुत पसारा जीन कीया वो भी गये निराश ।।

खूप पसारा करता कामा नये. कारण ज्यांनी खूप पसारा केला. पाप कर्म, हत्या करून म्हणजेच खून दरोडे घालून अन्यायाने अनितीने खूप मोठे राज्य, धन, संपदा जमविली ते सर्व सोडून एकट्यालाच जावे लागले. त्यांच्यासोबत एखादी दमडी तर काय अंगावरची चमडीही गेली नाही.त्यांचे शरीर मातीत मिळून गेले. व जेवढे जमविले होते, कमविले होते त्या पैकी काहीच सोबत आले नाही. असे ते जीवात्मे विचार करत निराश होऊन या जगामधून चालल्या गेले. म्हणून आपणाला देखील असे निराश होऊन या जगामधून जावे लागू नये. असे वाटत असेल तर त्या साठी हे लौकीक धन जमा न करता भक्तीरुपी धन, ज्ञानरुपी धन, नामरुपी धन कमविले पाहिजे. कारण या धनाने संतोषधन म्हणजेच समाधान प्राप्त होते. संतोष धनाप्रमाणे या जगात कोणतेच धन श्रेष्ठ नाही. म्हणून संत म्हणतात.

गोधन गजधन बाजीधन और रतन धन खान ।
जब आवै संतोषधन सब धन धूरी समान ।।

गाई, हत्ती, घोडे, रत्न, माणिक मोती हे सर्व मिळूनही जोपर्यंत संतोषधन म्हणजेच समाधान मिळत नाही. तोपर्यंत हे सर्व धन मिळूनही विशेष लाभ होत नाही आणि ज्या वेळेस संतोष म्हणजेच समाधान प्राप्त होते त्या वेळेस इतर धनाची किंमत धुळीसमान नगण्य वाटते. म्हणून संत तुकाराम महाराज म्हणतात...

ठेविले अनंते तैसेची रहावे । चित्त असो द्यावे समाधान ।।

भगवंताने ज्या परिस्थितीत ठेवले असेल त्या परिस्थितीत राहून चित्त समाधानी ठेवले पाहिजे. याचा अर्थ हा नाही की, आपण काही प्रयत्नच करू नका. प्रयत्न तर जरूर करा परंतु प्रयत्नाला यश देने न देने आपल्या हातात नाही तर भगवंताच्या हातात आहे. कर्म करणे, कर्तव्य करणे एवढेच आपल्या हातात आहे. असे समजून कर्तव्य, कर्म प्रयत्नपूर्वक करून भगवंताच्या कृपेने जे मिळेल त्यात समाधानी वृत्ती ठेवाली पाहिजे. जशी पांडवांची, सुदामाची अनेक साधू संतांची समाधानी वृत्ती होती. परंतु कौरवासारखी आपली असमाधानी वृत्ती नसावी. कारण ज्यांची कौरवासारखी स्वार्थी वृत्ती असते असे नेहमी छळ, कपट करीत राहतात. त्यामुळे आपणही सुखाने जगत नाही व इतरांनाही सुखाने जगू देत नाही.

म्हणून ज्यांना प्रवृत्ती मार्गाने भगवंताची प्राप्ती करून घ्यायची असेल तर त्यांनी '' **निर्वाहापुरते अन्न अच्छादन ! आश्रमासी स्थान कोपी गृहा** '' या समाधानी वृत्तीने रात्रंदिवस संसाराची चिंता, खाण्यापिण्याची चिंता न करता भगवंताचे चिंतन केले पाहिजे. अशा प्रकारे रात्रंदिवस भगवंताचे चिंतन, स्मरण करत भगवंताची प्राप्ती करुन घेतली पाहिजे.

प्रवृत्ती मार्गाने ज्यांना भगवंताची प्राप्ती करावयाची असेल त्यांनी काय केले पाहिजे, हे प्रथम चरणामध्ये सांगितल्यानंतर निवृत्ती मार्गाने ज्यांना भगवंताची प्राप्ती करून घ्यावयाची असेल त्यांनी काय केले पाहिजे हे दुसऱ्या चरणामध्ये सांगतात...

कोठे ही चित्तासी नसावे बंधन । ह्रदयी नारायण साठवावा ।।

ज्यांना निवृत्तीच्या मार्गाने भगवंताची प्राप्ती करून घ्यावयाची असेल तर त्यांनी कोठेही आपली चित्त वृत्ती गुंतवू नये. कोठेही मोहमाया

त्यांची गुंतलेली नसावी. सुरूवातीला ज्या ठिकाणी आपण जन्म घेतलेला आहे. त्या ठिकाणी मोह, ममता किंवा चित्तवृत्ती गुंतलेली असते. म्हणून प्रथम त्या मोह, ममतेच्या आशा अपेक्षांच्या बंधनातून मुक्त झाले पाहिजे. सुरूवातीच्या म्हणजेच घरादाराच्या मोह, ममतेपासून मुक्त होण्यासाठी कोणता उपाय केला पाहिजे? तर यासाठी दुसऱ्या एका अभंगात संत तुकाराम महाराज म्हणतात.

वैभव ते राज्य संपत्ती टाकावी । उदरार्थ मागावी माधोकरी ।।

घराचीच काय परंतु कितीही वैभव, राज्य, संपत्ती असेल तर निवृत्ती मार्ग स्वीकारण्यापूर्वी हे सर्व टाकून द्यावे. टाकून द्यावे याचा अर्थ की ठेवलेल्या वस्तूकडे जसे आपण परत परत पाहतो किंवा तिची अपेक्षा धरतो, परंतु टाकलेल्या वस्तूकडे परत आपण पाहत नाही. तिची मोह, ममता ठेवत नाही. त्याचप्रमाणे वैभव राज्य संपत्ती सर्व टाकून द्यावी म्हणजेच या सर्वांची परत कधी अपेक्षा करू नये. आशा करू नये. कारण,..

आशा तेथ नाही सुख । आशेपासी परम दुःख ।।
आशा सर्वासी बाधक । मुख्य दोष तो आशा ।।

आशेपासी सुख समाधान शांतता नाही. आशेपासी सर्व दुःख ही दुःख आहे. म्हणून भगवंता व्यतिरीक्त कशाचीच आशा करू नये. कारण सर्व दोषांना कारणीभूत आशा असते... कोणत्या दोषांना कारणीभूत आशा असते? तर एकनाथ महाराज म्हणतात...

आशेपासी काम आशेपासी क्रोध । आशेपासी भेद लागलासे ।।
आशेपासी कर्म आशेपासी अधर्म । आशेपासी नेम नानात्वाचा ।।
एका जनार्दनी निरासी तो धन्य । ज्यासी नारायण सांभाळीतो ।।

ज्या ठिकाणी आशा असेल तर त्या ठिकाणी काम, क्रोध निर्माण होतो. काम क्रोधामुळे भेद निर्माण होतो. भेदामुळे दुष्कर्म

अधर्म घडतात. त्यामुळे त्याला भगवंताची प्राप्ती होऊ शकत नाही कारण..

काम क्रोध आड पडले पर्वत । राहिला अनंत पलीकडे ।।

भगवंत आणि जीव या मध्ये काम आणि क्रोध हे मोठे पर्वत आहे, त्यामुळे जीवाला भगवंताची प्राप्ती होऊ शकत नाही. म्हणून निवृत्तीच्या मार्गाने भगवंताची प्राप्ती करून घ्यावयाची असेल तर त्या साठी प्रथम सर्व आशेचा त्याग केला पाहिजे. त्यासाठी तुकाराम महाराज म्हणतात.,..

आशा हे समुळ खनोनी काढावी । तेव्हांची गोसावी व्हावे तेने ।।

गोसावी म्हणजेच गो स्वामी म्हणजेच गो म्हणजे इंद्रियांचा स्वामी तो गोस्वामी म्हणजेच गोसावी. असे विरक्त संन्यासी किंवा निवृत्ती मार्गी व्हायचे असेल तर अगोदर आशा समूळ म्हणजेच मुळासह खणून काढली पाहिजे. कारण वरतून वरतून आशा काढली असेल तोडली असेल तर परत आशा निर्माण होऊ शकते, वाढू शकते. म्हणून मुळासह आशा काढली पाहिजे. अशी मुळासह आशा जर नाही तोडता आली तर...

नाही तरी सुखे असावे संसारी । फजिती दुसरी करू नये ।।

संसाराचा त्याग करू नये. निवृत्ती मार्ग स्वीकारू नये. प्रवृत्ती मार्गातच म्हणजेच गृहस्थाश्रमातच राहावे. कारण आशा न तोडता जर त्याने निवृत्ती मार्ग स्वीकारला तर त्याचीही फजीती होते.व इतरांचीही फजिती होते. म्हणून निवृत्ती मार्ग स्वीकारण्यापूर्वी सर्व आशा मुळासह खणून काढली पाहिजे. आशा मुळासह खणून काढली म्हणजे आपले सर्व कार्य झाले असेही नाही. कारण काही वृक्ष असे असतात की, त्यांना शेतातून मुळासह काढून इतरत्र फेकले तरी ते त्या ठिकाणी लगेच वाढतात. त्याच प्रमाणे ही आशा आहे. आशेला केवळ मुळासह काढून चालत नाही तर..

आशा मारुनिया जयवंत व्हावे । तेव्हांची निघावे सर्वातूनी ।।

मुळासह खनून काढलेल्या आशेला मारून टाकावे लागते. जो पर्यंत आशा मरत नाही तोपर्यंत आपण सर्वांचा त्याग करून घरदार सोडू नये. संसाराचा त्याग करू नये. आशेला मारल्यानंतरच घरादाराचा त्याग केला पाहिजे. आशेला मारले म्हणजे आपले सर्व कार्य झाले असेही नाही. एक घरादाराची आशा मेली तरी दुसरी आशा निर्माण होऊ शकते म्हणून संत तुकाराम महाराज म्हणतात...

तुका म्हणे जरी योगाची तातडी । आशेची बी बुडी करि आधी ।।

परमात्म्याच्या प्राप्तीचा योग साधायचा असेल तर त्यासाठी आशेचे बी शिल्लक राहू देता कामा नये. जसे आशा मुळासह काढली, आशा मारून टाकली तरी बी शिल्लक असेल तर परत आशारूपी वृक्ष निर्माण होऊ शकतो. त्या मुळे आशेचे बिज देखील शिल्लक राहता कामा नये. म्हणून भगवंताचा, ब्रह्माची प्राप्ती करून घ्यावयाची असेल किंवा ज्ञानाची प्राप्ती करून घ्यावयाची असेल तर त्यासाठी मनामध्ये कसलीच आसक्ती नसावी जसे संत बहिनाबाई देखील म्हणतात...

परलोक नावडे इंद्राची संपत्ती । इहलोक वाटे विष जैसे ।।
तो एक विरक्त ज्ञानासी अधिकारी । ब्रह्मप्राप्ती खरी होय तया ।।

खरा विरक्त, खरा निवृत्त मार्गी तो आहे ज्यास इहलोक तर काय परंतु परलोक देखील आवडत नाही. इंद्राची संपत्ती तसेच स्वर्गाच्या भोगऐैश्वर्याची ज्याला आसक्ती नाही. असा जो निरासक्त असेल तर त्यालाच ज्ञानाची व ब्रह्माची प्राप्ती होते. इतकेच नव्हे तर

सर्व सिद्धी येता घरासी सर्वथा । नावडती चित्ता विरक्तीने ।।

सर्व रिद्धी, सिद्धी त्याला प्राप्त होतात. परंतु विरक्तीमुळे त्याला हे सर्व काहीच आवडत नाही. त्याच प्रमाणे

रंभा तिलोत्तमा उर्वशी मेणका । नावडती एका हरिवीन

स्वर्गाच्या सर्व अप्सरा त्याच्या सेवेसाठी आल्या तरी एका भगवंताशिवाय अशा विरक्ताला त्या काहीच आवडत नाही. अशी विरक्ती ज्याच्या जवळ असेल तर त्याला लाभ काय होतो तर संत बहिनाबाई म्हणते.

बहेणी म्हणे पूर्ण विरक्ती मानसी । ज्ञान तयापासी वोळंगण ।।

अशी आत्ताच सांगितल्या प्रमाणे ज्याच्याजवळ विरक्ती असेल तर त्यांना ज्ञानाची प्राप्ती होते. ज्यांना ज्ञानाची प्राप्ती झाली असेल तर त्याची मुक्ती होते. भगवंताची प्राप्ती होते.

म्हणून अशी विरक्ती येण्यासाठी वैभव राज्य संपत्ती सर्व त्यागली पाहिजे. अगदी एक पैसादेखील सोबत न घेता घराचा त्याग केला पाहिजे. सर्वस्वाचा त्याग केला पाहिजे. सोबत घरातून काहीच न घेता घर गाव सोडून एकांतात जाऊन भगवंताचे चिंतन केले पाहिजे. असे ऐकल्यानंतर काहींच्या मनात शंका निर्माण होऊ शकते, की भूक लागल्यानंतर काय करायचे? त्यासाठी आताच सांगितले की,

''एका जनार्दनी निराशी तो धन्य । ज्यासी नारायण सांभाळीत''

जो खरोखरच संपूर्ण मोह ममता सोडतो, विरक्त होतो, संसारापासून उदासीन होतो त्याचा भगवंत सांभाळ करतो. हा केवळ एकनाथ महाराजांचाच अनुभव आहे असे नाही तर संत तुकाराम महाराज देखील म्हणतात...

ध्यानी योगीराज बैसले कपाटी । लागे पाठोपाठी तयांचिया ।।
तहानभूख त्यांचे राखी शित उष्ण । झाले उदासीन देहभावा ।।

ज्याचा संपूर्ण उदासीन भाव झाला असेल म्हणजेच देह जावो अथवा राहो अशी ज्याची भावना झाली असेल जो रात्रंदिवस केवळ भगवंताचेच चिंतन करत असेल तर त्याची चिंता परमात्मा करतो.

असा साधक भगवंताच्या ध्यानामध्ये साधनेमध्ये कुठेही दरी कपारीमध्ये, पहाडामध्ये, एकांत जंगलात, गुफेत बसला असेल तरी परमात्मा तेथे स्वतः जातो किंवा पुण्यात्मांना प्रेरणा करतो. व त्यांचे सीत - उष्ण, तहान - भूख सर्व निवारण करतो. जसे दौलताबादच्या किल्ल्यावर जे संत जनार्दन स्वामी महाराज होऊन गेले त्यांनी एक दिवस संत एकनाथ महाराजांना सांगितले की, एकनाथासमोर जी सूलीभंजन टेकडी दिसत आहे तेथे जा व साधना कर. जोपर्यंत साधनेत काही विशेष घडत नाही, तोपर्यंत येथे येऊ नको.

गुरुच्या आदेशाप्रमाणे एकनाथ महाराज तेथे गेले व एका झाडाखाली साधनेला बसले. खाण्यापिण्याची कसलीही चिंता न करता भगवंताचे ते चिंतन करायला लागले. दोन - तीन दिवस निघून गेल्यानंतर एक गवळी दूध घेऊन आला व ध्यानस्थ एकनाथ महाराजांच्या समोर दूध ठेऊन निघून गेला. त्यानंतर त्याचा दूध ठेवून जाण्याचा नित्यक्रमच बनला. ते दूध घेऊन एकनाथ महाराज साधना करत राहिले.

एक दिवस गायी चारणाऱ्या मुलांनी एकनाथ महाराजांना सांगितले की महाराज आपण येथे थांबू नका या ठिकाणाहून दुसऱ्या ठिकानी साधनेसाठी जा. ज्या वेळेस याचे कारण एकनाथ महाराजांनी विचारले, तर त्या वेळेस ते मुले म्हणाले की, आपण ध्यानस्थ बसल्यानंतर एक खूप मोठा नाग येतो व आपल्या शरीराला विळखा घालून डोक्यावर फणा काढून बसतो. एखाद्या वेळेस तो आपणास चावला तर. म्हणून आपण येथून दुसऱ्या ठिकाणी जा. हे ऐकल्या नंतर एकनाथ महाराजांना गुरू वचनाची आठवण झाली की, गुरूने सांगितले होते की काही विशेष घडले तर त्या वेळेसच परत यायचे. आपन ध्यानस्थ बसलेलो असतांना मुले म्हणतात की नाग शरीराला

विळखा घालून डोक्यावर फणा काढून बसतो हे तर मला कधी कळाले नाही हे विशेष आहे. म्हणून आता गुरूकडे गेले पाहिजे.

एकनाथ महाराज गुरूकडे गेले व घडलेला प्रसंग त्यांना सांगितला तेव्हा जनार्दन स्वामी म्हणाले की, एकनाथा ज्या वेळेस तू ध्यानस्त बसायचा त्या वेळेस झाडामधून एक सूर्याचा किरण तुझ्या डोक्यावर पडत होता. ते उन तुला लागू नये म्हणून तो नाग ते उन आपल्या फण्यावर घेऊन तुझ्या डोक्यावर सावली धरायचा.

सांगण्याचे तात्पर्य हेच आहे की, जो सर्वभावनेने उदासीन होतो त्याचे रक्षण परमात्मा करतो. किंवा दुसऱ्याला करण्याची प्रेरना देतो.

म्हणून खाण्या-पिण्याची, राहण्याची चिंता न करता भगवंताचे चिंतन केले पाहिजे. एवढे सांगून देखील परमात्मा आपला सांभाळ करतो किंवा नाही? अशीच शंका आपल्या मनात असेल तरीही निवृत्तीच्या मार्गाने भगवंताची प्राप्ती करून घ्यावयाची असेल तर त्याने **''वैभव ते राज्य संपत्ती टाकावी ।''** हे सर्व टाकून द्यावे, याचा त्याग करावा व भूक लागल्यानंतर भगवंतावर विश्वास नसेल तर उदरार्थ मागावी माधोकरी. उदरासाठी म्हणजेच केवळ पोटासाठी '' **उदर भरण नोव्हे जानीजे यज्ञ कर्म** '' ही भावना ठेवून माधोकरी मागितली पाहिजे. खरे म्हणजे जो खरोखरच विरक्त असेल. भगवंतावर संपूर्ण श्रद्धा, भावना, विश्वास असेल तर त्याला माधोकरी मागण्याची आवश्यकताच पडत नाही. समजा माधोकरी मागण्याची आवश्यकता भासलीच तरी काही हरकत नाही. साधकास माधोकरी मागण्यास काही हरकत नाही असे संत सांगतात. माधोकरी मागणे म्हणजे भीक मागणे नव्हे. माधोकरी मागणे व भीक मागणे यात खूप मोठे अंतर आहे. जसे भीख मागणारा रात्रंदिवस मागतच राहतो. त्याला कितीही मिळाले तरी त्याचे समाधान होत नाही. परंतु माधोकरी मागणारा केवळ दररोज बदलून बदलून

पाच घरी केवळ उदरभरण्यासाठीच अन्न मागतो. जे सात्विक अन्न मिळाले असेल ते भगवंताला अर्पन करून प्रसाद म्हणून सेवन करतो. एखाद्या दिवसी पाच घरी काहीच मिळाले नाही तर भगवंताला धन्यवादच देतो की, हे प्रभू आज भोजन मिळाले नाही. म्हणून आज भजन चांगले होईल. अशा प्रकारे रात्रंदिवस भगवंताचे चिंतन करतो. म्हणून निवृत्ती मार्गाने ज्यांना भगवंताची प्राप्ती करावयाची असेल तर त्यांनी सर्वस्वाचा त्याग केल्यानंतर काय केले पाहिजे. तर सांगतात.

आपूले ते आधी करावे स्वहीत । ऐसी आहे नित स्वधर्माची ।।

अगोदर आपले हीत करा नंतर जगाचे हीत करा. म्हणजेच आपण तरून विश्व तारा विश्वाला तारायचे असेल, जगाचे हीत करायचे असेल तर अगोदर आपण आपले हीत करून घेतले पाहिजे. जसे दुसऱ्याला पोहणे शिकवायचे असेल किंवा बुडणाऱ्याला तारायचे असेल तर आपण अगोदर चांगले पोहणे शिकले पाहिजे. दुसऱ्याला डबलसिट बसवून दुसऱ्या ठिकाणी घेऊन जायचे असेल तर त्यासाठी आपण अगोदर, स्वतः चांगले सायकल आदी वाहन चालविणे शिकले पाहिजे. आपण अगोदर स्वतः पोहणे न शिकता किंवा चांगले वाहन चालविणे न शिकता दुसऱ्याला पोहणे शिकविण्याचा किंवा वाहनावर बसवून घेऊन जाण्याचा प्रयास केला तर जसे बुडण्याची किंवा अपघात होऊन खड्यात पडण्याची जास्त भिती असते. त्याचप्रमाणे आपले हीत करून न घेता दुसऱ्याचे हित करण्याचा प्रयास करने व्यर्थच नव्हे तर हानिकारक आहे. असे असतांना मात्र काही साधक आज घरदार सोडले दुसऱ्या दिवसी भगवे कपडे परिधान करून उपदेश करायला लागले अशी त्यांची अवस्था असते. म्हणून असे न करता अगोदर आपले हीत करून घेतले पाहिजे. आपले हीत करून घेण्यासाठी....

वर्णकुळ जाती याचा अभिमान । त्यजावा सन्मान लौकिकाचा ।।

वर्णकुळ जातीचा स्वाभिमान जरूर असला पाहिजे. परंतु अभिमान मात्र असू नये. विशेष म्हणजे सन्मानाची इच्छा मुळीच करू नये. परंतु बऱ्याच साधकांच्या मनात सन्मानाची इच्छा निर्माण होते. बरेचसे साधक घराचा त्याग केल्यानंतर एखाद्या संताकडे, गुरुकडे, आश्रमात जातात. थोडे दिवस राहिले की त्या संताकडे, गुरुकडे भगव्या कपड्याची मागणी करतात. त्यांना जर विचारले की, भगवे कपडे कशासाठी पाहिजे? तर म्हणतात की, भगवे कपडे नसेल तर लोक पाया पडत नाही. काही तर लोकांनी पाया पडावे, मान सन्मान मिळावा यासाठी संताकडे किंवा गुरुकडे न जाता स्वतःच भगवे कपडे परिधान करून स्वतःला साधू संन्यासी मानतात. भगवे कपडे बघून त्यांचे लोक दर्शन घेतात.''**संन्याशाला नव्हे बहुरुपि याला पाहून त्याला धन देती**'' संन्यासी समजून बहुरुपियाला धन द्यावे त्याचे दर्शन घ्यावे तशी त्यांची अवस्था निर्माण होते. लोक महाराज-महाराज म्हणायला लागले की, त्यांना वाटते आपण आता झालो महाराज. आपण आता सिद्ध झालो. आता साधना करायची काही आवश्यकता नाही. त्यामुळे ते साधक साधना करत नाही. चांगले पोहायला न येता लोकांनी स्तुती केली की यांना खूप चांगले पोहता येते व त्यांची स्तुती ऐकून एखादा खूप लांब पोहत जावा व तेथेच डुबावा अशी त्या साधकांची अवस्था होते. अशी अवस्था होऊ नये. यासाठी सन्मानाची इच्छा त्यागून...

तुका म्हणे राहे एकाकी निशंक । देऊनिया हाक कंठी काळ ।।

साधना करून परमात्मा साध्य करायचा असेल तर त्यासाठी एकांतामध्ये एकटेच राहिले पाहिजे. परमात्मा मिळेल किंवा नाही? जेवायला मिळेल किंवा नाही? काही संकट येईल की काय? अशी काहीही मनात शंका न आणता निशंक होऊन साधना करित राहिले

पाहिजे. काही संकट आलेच तर '' देऊनिया हाक कंठी काळ '' भगवंताला आवाज देऊन सर्व भार भगवंतावर सोपविला पाहिजे. साधना काळात...

एक निरंजन दो सुखी । तीन मे खटपट चार दुःखी ।।

हे सूत्र नेहमी लक्षात ठेवले पाहिजे. एक निरंजन स्वरूप आहे. दोघ सुखी आहे. तिघं असल्यानंतर काही ना काही खटपट चालूच राहते व चार असेल तर तेथे दुःख झाल्याशिवाय राहत नाही.

म्हणून एकटेच एकांतात साधना करत राहिले पाहिजे. साधना पूर्ण झाल्यानंतर भगवंताने आदेश दिल्यानंतर **सर्व जन हिताय सर्व जन सुखाय** असे कार्य आपल्या हातून अगदी सहज होईल की, जे इतर कुणी सहज करू शकत नाही. म्हणून साधना काळामध्ये भगवंत साध्य करणे म्हणजे भगवंताची प्राप्ती करणे हेच मुख्य जीवनाचे ध्येय असले पाहिजे.

पहिल्या चरणामध्ये प्रवृत्त साधकांना दुसऱ्या चरणामध्ये निवृत्त साधकांना बोध केल्यानंतर परत प्रवृत्त व निवृत्त दोन्ही साधकासाठी तुकाराम महाराज बोध करतात की...

नये बोलो फार बैसो जनामधी । सावधान बुद्धी इंद्रीये दमी ।।

कोणत्याही मार्गाने साधना करतांना साधकाने तीन नियमांचे काटेकोरपणे पालन केलेच पाहिजे. ते नियम म्हणजे पहिला नये बोलो फार. दुसरा जनामध्ये जास्त बसायचे नाही आणि तिसरा सावधान राहून इंद्रियांचे दमन केले पाहिजे.

म्हणून साधना करणाऱ्या साधकाने हे तिन्ही नियम चांगले समजून घेतले पाहिजे. जसा पहिला नियम म्हणजे

नये बोलो फार :- जास्त बोलू नये. जास्त बोलल्याने अनावश्यक बोलल्याने वाणिची शक्ती नाश पावते. म्हणून जे वाचाळ असतात,

त्यांच्या बोलण्यावर इतरांचा विश्वास राहत नाही. म्हणून ज्ञानी सांगतात की मौन धारण केले पाहिजे. मौन धारण केले पाहिजे म्हणजे जे उत्तम मौन असेल तर असे उत्तम मौनव्रत धारण केले पाहिजे. त्यासाठी उत्तम मौन कशाला म्हणतात हे जानून घेतले पाहिजे. जसे काही कनिष्ठ मौन धारण करतात. कनिष्ठ मौन म्हणजे ते वाचेने शब्द उच्चारत नाही. परंतु हू हू करत राहतात. खाना खुना करत राहतात. इशारे करत राहतात. पेनाने लिहितच राहतात. कधी कधी शरीरावर इतका क्रोधाचा आवेश असतो की वाटते की यांना मौन नसते तर शिव्याच दिल्या असत्या अशा प्रकारे रात्रंदिवस बोलण्याची इच्छा असते. परंतु बोलत नाही याला म्हणतात कनिष्ठ मौन. मध्यम मौन म्हणजे त्याला काही बोलण्याची इच्छा होत नाही व तो बोलतही नाही. तिसरे सर्वात श्रेष्ठ मौन म्हणजे जसे तुकाराम महाराज म्हणतात...

बोलनेची नाही । आता देवाविन काही ।।
एकसरे केला नेम । देवा दिले क्रोध काम ।।
तुका म्हणे मने । हेची संकल्प वाहने ।।

असा संकल्प केला पाहिजे की, आता भगवंता शिवाय काही बोलायचेच नाही. भगवंता विषयी, धर्माविषयी, *सर्वजन हिताय सर्वजन सुखाय* कार्याव्यतिरिक्त काही बोलायचेच नाही. हे सर्वात श्रेष्ठ मौन आहे. कारण भगवंताने आपणास एक मोठे वरदान दिलेले आहे ते म्हणजे भाषा, शब्द त्या भाषेचा शब्दाचा सद्उपयोग आपण सर्वांच्या कल्याणासाठी केला पाहिजे. ***'' जे जे आपनासी ठावे । ते ते इतरांसी सांगावे ''*** जेणे करून इतरांना ज्ञान होईल त्यांच्या जीवनात आनंद प्राप्त होईल असे जरूर बोलले पाहिजे. परंतू अनावश्यक तर चुकून देखील बोलू नये. अनावश्यक बोलल्याने आपणही दुःखी होतो व इतरांनाही दुःखी करतो जसे....

रात्रीचे जवळपास अकरा वाजले होते. झोपायची वेळ झाली होती. अशा वेळेस सेठ सेठानिला म्हणाले असे वाटते की, आपण एक म्हैस घ्यावी. तेव्हा सेठानी म्हणाली की, खरोखर म्हैस घ्याच. कारण लोक दुधात पाणी टाकून दूध देतात. म्हणून म्हैस घ्याच. तेव्हा सेठ म्हणाला की म्हैस घेतल्यानंतर मलाई मात्र मीच खाईन. तेव्हा सेठानी म्हणाली असे का बरे मलाई तर मलाही मिळाली पाहिजे. तेव्हा परत सेठ म्हणाले. दुकानावर मी बसतो. पैसे मी कमवितो. तेव्हा माझ्या पैशाची म्हैस असल्यामुळे मलई मी एकटाच खाईन. तेव्हा सेठानी म्हणाली. दुकानात आपण बसतात हे तर ठीक आहे परंतु मी स्वयंपाक बनवून देते. विशेष म्हणजे म्हैस आणल्यानंतर तिला चारापाणी कोण करेल? तुमचा बाप?

बापाचे नाव काढल्यानंतर त्या दोघामध्ये जे भांडण सुरू झाले ते रात्री जवळपास दोन अडीच वाजेपर्यंत चालले. त्यामुळे शेजाऱ्याला झोप येईना व सेठच्या घरात चाललेल्या नवरां-बायकोच्या भांडणात हस्तक्षेपही करता येईना असे झाले. शेवटी शेजाऱ्याला राग आला व त्याने एक लाकूड घेऊन लाकडाने सेठच्या दरवाज्यावर मोठ्याने दणका मारला. त्या आवाजाने शेठने दरवाजा उघडला व शेजाऱ्याला विचारले काय झाले? तेव्हा शेजारी रागारागाने म्हणाला तुमच्या म्हशीने आमचे सर्व शेत खाल्ले आणि तुम्ही घरात बसून विचारता की काय झाले? तेव्हा सेठ म्हणाले आम्हाला म्हैस कुठे आहे. तेव्हा शेजाऱ्याने आश्चर्याने विचारले तुम्हाला म्हैस नाही. सेठ म्हणाला नाही. तेव्हा परत शेजाऱ्याने विचारले दूध आहे का? परत सेठ म्हणाले नाही. परत शेजाऱ्याने विचारले मलई आहे का मलई? तेव्हा परत सेठ म्हणाले मलईही नाही. तेव्हा शेजारी म्हणाला तुमच्या कडे जर म्हैस नाही, दूध नाही, मलई नाही तर मग दोन-तीन

तासापासून का भांडत आहात की, मलाच मलई खायची गुपचित झोपाना. अशा प्रकारे अनावश्यक बोलण्याने आपणही दुःखी होतो व इतरांनाही दुःखी करतो. म्हणून संत म्हणतात...

नये बोलो फार बैसो जनामधी । सावधान बुद्धी इंद्रिये दमी ।।

जास्त बोलू नये.

दुसरी गोष्ट : ज्यांचा आचार विचार चांगला नाही अशांच्या सानिध्यात चुकून देखील बसू नये.कारण...

बसता चोरापासी तैसी होय बुद्धी । देखताची चिंधी मन धावे ।।

व्याभिचाऱ्या पासी बसता क्षणभरी । देखताची नारी मन धावे ।।

कितीही श्रीमंत असेल परंतु तो जर चोराच्या सानिध्यात बसत असेल तर शुल्लक वस्तू जी मागितल्यानंतर सहज कोणीही देईल ती वस्तू देखील त्याला चोरण्याची भावना होते. व्याभिचाऱ्याजवळ बसल्यानंतर त्याला वाईट भावना होते. म्हणून जगामध्ये कितीतरी विकाराने ग्रस्त व्यक्ती असतात त्यांच्याजवळ बसल्यानंतर आपलेही मन विकारी झाल्याशिवाय राहत नाही. म्हणून अशांच्या सानिध्यात आपण बसू नये.

तिसरी गोष्ट साधकाने नेहमी लक्षात ठेवली पाहिजे की, **'' सावधान बुद्धी इंद्रिये दमी ''** रात्रंदिवस अत्यंत सावधान राहिले पाहिजे. कारण इंद्रिय केव्हा विषयाकडे, व्यसनाकडे धाव घेतील केव्हा आपले अधःपतन होईल काही सांगता येत नाही. यासाठी रात्रंदिवस सावधान राहून बुद्धीच्या साह्याने इंद्रियांचे दमन केले पाहिजे. कारण असे नाही केले तर आपले अधःपतन निश्चित होईल. आता अजून एक महत्त्वाचा उपदेश करतात की...

तुका म्हणे घडी घडीने साधावी । त्रिगुणाची गोवी उगवूनी ।।

हे सर्व जग त्रिगुणापासून बनलेले आहे. म्हणजेच जगात तीन

गुण आहे. आपल्या शरीरात देखील रज, तम, सत्त्व असे तीन गूण आहे. प्रत्येक गुणाचा प्रभाव वेगवेगळा आहे. जसे

मुळी देह त्रिगूणाचा । सत्त्व रज तमाचा ।

त्यामध्ये सत्वाचा । उत्तम गुण ।।

या तीन गुणामध्ये चांगला सत्त्वगुण आहे कारण

सत्त्वगुणे भगवद्‌भक्ती । रजोगुणे पुनरावृत्ती ।

तमोगुणी अधोगती । पावती प्राप्ती ।।

सत्त्वगुणामुळे भगवंताची भक्ती घडून जीव मुक्त होतो. रजोगुणामुळे जन्ममृत्यूच्या चक्रात भ्रमण करत राहतो. तर तमोगुणामुळे जीव अधोगतीला जातो. म्हणून कोणता आहार कोणत्या गुणाचा, कोणती व्यक्ती कोणत्या गुणाची आहे हे ओळखले पाहिजे.

म्हणून सात्विक आहार, सात्विक आचार विचार, सात्विक कर्म, सात्विक संगती करून या भवसागरातून आपण आपला तरणोपाय करून घेतला पाहिजे. त्यासाठी जसे साधूसंत, ऋषीमुनी, साधकशिष्य, भक्त ब्रह्ममुहूर्तात उठतात. स्नान, संध्या, जप, नित्य अनुष्ठान करतात. भगवंताचे ध्यान करतात. भगवंताची आरती करतात. त्याच प्रमाणे आपणही ब्रह्ममुहूर्तात उठून स्नान, संध्या, जप, अनुष्ठान नित्य केले पाहिजे व या भवसागरातून आपण तरून जगाला तारले पाहिजे. म्हणून आपण तरून जगाला तारायचे असेल तर त्यासाठी ऋषी-मूनी, साधू-संत, भक्त, साधक-शिष्य, मुमुक्षू ज्या प्रमाणे आचरण करतात त्या प्रमाणे आपले आचरण असले पाहिजे. साधू, संत, ऋषी, मूनी इत्यादी ब्रह्ममुहूर्तात उठून काय करतात? तर हे सर्व ब्रह्ममुहूर्तात उठून स्नान, संध्या, जप, तप, ध्यान, अनुष्ठान करतात व आरती करतात...

स्वामीजींचे जपानुष्ठान काळातील सत्संग - प्रवचन

पुस्तके, व्ही.सी.डी

दिवस	सकाळ	रात्री
१ ला	जन्म - मृत्यू चक्र निवृत्ती	मायाजाळापासून मुक्ती
२ रा	प्रातःकाळी उठावे	संसार सागरातून मुक्ती
३ रा	नाम जपाची विधी	करावे तसे भरावे
४ था	ध्यानाची विधी	नाम जपाने मुक्ती
५ वा	भोजनाने भक्ती	संत संगतीने मुक्ती
६ वा	असाध्य ते साध्य	दानाने सद्गती
७ वा	पाप निवृत्ती उपाय	सद्गुरु वचनामृताने मुक्ती
८ वा समाप्तीचा दिवस	प्रवृत्ती निवृत्ती मार्ग	नित्यकर्म - अनुष्ठान महिमा

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘