महिन्याचा विचार

लिखित जप

अध्यात्मिक सवय म्हणून मंत्रलेखन हे गुरूदेवांचे अत्यंत आवडते साधन आहे. त्यांतून मन त्वरीत एकाग्र होण्यास मदत होते. एकदा ते म्हणाले होते – ''मंत्रलेखनासाठी खिशात कायम एक छोटी पुस्तिका ठेवा तसेच जेथे जाल तेथे एक माळ, एक गीतेची छोटी प्रतही बाळगत जा. थोडी फुरसत मिळताच हवेत मनोरे बांधण्यापेक्षा किंवा मन निष्क्रिय ठेवण्यापेक्षा काही काळ वहीत मंत्रलेखन करावे, माळेचा जप शांतपणे करावा किंवा गीतेमधील काही श्लोक लिहून काढावेत. या मार्गाने मनावर ताबा मिळवता येतो.''

या व्यतिरिक्त आपल्या दैनंदिन जीवनात लिखित जप गुंफण्याचे इतरही मार्ग गुरूदेवांनी आम्हांस दाखविले. उदा. काहीही लिखाण करण्यापूर्वी ''ओम नमो नारायण'' ने सुरूवात करावी. लिहिणारा आणि वाचणारा दोघांनाही भगवत नामाचा लाभ होतो. दुसरा मार्ग–लेख लिहिण्यापूर्वी मंत्राच्या एक–दोन ओळी लिहाव्यात.

ओम, ओम, ओम, ओम, ओम

ओम, ओम, ओम, ओम, ओम

आत्मसमर्पण

गुरूदेवांची प्रत्येक कृती दैवी इच्छेला समर्पित केलेली असायची, त्यांच्या प्रत्येक शब्दात आणि प्रत्येक विचारात हे प्रतिबिंबित व्हायचे. गुरूदेव असे देवाशी एकरूप झाले होते. त्यांचे शब्द सच्चे, दिलासादायक आणि मानवजातीसाठी लाभदायक असत. गुरूदेव अधिकारवाणीने बोलत आणि मानवी जीवन बदलून टाकण्यात यशस्वी होत. त्यांचे विचार कायम दैवी असतात. मलाया सोडून भारतात परतण्याचे गुरूदेवांनी ठरविले आणि त्यांची ती कृती सर्वोच्च आत्मसमर्पणाची ठरली. एका प्रश्नाला उत्तर देताना ते म्हणाले होते – ''मी भारतात परतण्याचे एकमेव कारण म्हणजे आता मला ईश्वरप्राप्ती व्हायला हवी असं प्रकर्षाने जाणवायला सुरूवात झाली होती.''

अनेकवार गुरूदेव आम्हांला सांगायचे – ''मला आश्रम किंवा एखादी संस्था उभारायची इच्छा नव्हती. मला स्वत:ला पूर्णपणे विसरून, एखाद्या वृक्षाखाली शांतपणे बसून जप किंवा कीर्तन करायचे होत.''

त्याक्षणी त्यांनी परमेश्वराच्या मंगल चरणी स्वत:ला

समर्पित केले, आपल्या आजवरच्या सर्व इच्छा–आकांक्षा त्यांनी ईश्वराला वाहिल्या. मुमुक्षत्वाच्या अग्नीत स्वत:च्या इच्छेची आहुती दिल्याशिवाय भगवतप्राप्ती होत नाही. या अग्निहोत्रात रूग्णसेवेची आणि पीडितांची निरपेक्ष सेवा करण्याची इच्छाही तात्पुरती अर्पण केली होती. या होमात स्वत:ला अर्पण केलेली ही व्यक्ती साक्षात ईश्वर स्वरूप झाली. ही खरी भगवतप्राप्ती! त्यानंतर भगवंत हे एकमेव सत्य उरले. ईश्वर जाणीव हीच गुरूदेवांची ओळख उरली. ईश्वरेच्छा त्यांची इच्छा बनली आणि त्यांचे आयुष्य दैवी योजनेचा भाग बनून गेले.(क्रमश:)

- Sivananda's Integral Yoga
by Swami Venkatesananda

POWER OF MUSIC

MUSIC IS YOGA SADHANA...

Music is a medium of expressing emotion. It kindles love and infuses hope. It has countless voices and instruments. It is in the hearts of all men and women. Music is in the winds and waves. Music is in all things.

Sound is the first manifest of the absolute. Supercharged with transcendent soul-force,

sound is in all creation, one powerful principle that widely influences and brings under control all manifestations both individual and cosmos. Music has derived its mighty power from the supreme music of Brahman, the sacred Pranava. All musical notes are blended beautifully in this pranava. Music is intended to reverberate this Pranava-nada in your heart. Om or pranava is your real name/swaroopa. And hence you love to hear music. When mind gets attracted and unified with its essential nature, the great power of God wells up within and heals body and mind.

Music helps one forget the body and world and remove dehadhyas and come face to face with the greatest storehouse of knowledge and wisdom. It leads to Bhava samadhi and super intuitional knowledge.

Music is spiritual. It is not for titillation of the nerves and satisfaction of senses. It is yoga sadhana which enables one to attain Atma-Sakshatkara.

-Swami Sivananda

दिव्य जीवन संघ, पुणे शाखा वृत्तांत

- ✻ फेब्रुवारी २०२३ चा सत्संग २५ तारखेला संपन्न झाला.
- ✻ 'दिव्य जीवन'' या आपल्या मासिक पत्रिकेचा फेब्रुवारी २०२३ चा अंक परिवारातील सदस्यांना हार्ड आणि सॉफ्ट कॉपी तसेच व्हॉट्सअप द्वारे पाठविण्यात आला.

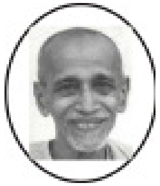
पुणे शाखेचा पत्ता

श्री.नितीन देशपांडे
'ईशावास्य' प्लॉट नं. ४९/सायंतारा, डी.एस.के.
विश्व, धायरी, पुणे ४११०६८,
मो.नं. ९८५०९३१४१७

बुक पोस्ट

प्रति

दिव्य जीवन



पुणे शाखा
वर्ष १८/अंक ३
मार्च २०२३

God walks in the garb of a beggar, moans in the guise of the sick. See Him in all. The lovers of God have no religion, but God alone. When God wants to shower His grace abundantly, He creates a situation where the devotee feels totally helpless. Then he surrenders to God.

Swami Sivananda

You must have the determination that no matter how much the mind pulls in the wrong direction, you will not succumb.

Swami Chidananda