

महिन्याचा विचार

नमस्कार योग :

उद्धवाला मार्गदर्शन करताना भगवान श्रीकृष्णाने सर्वप्रथम नमस्कार योगाचे महत्व अधोरेखित केलेले होते आणि याचे सान्निध्य ईश्वराच्या अस्तित्वाशी सहज जोडलेले होते. गुरुदेवांनी आपल्या अध्यात्मिक साधनेशी नमस्कार योग जोडेपर्यंत, तो संन्याश्यांनी पूर्णतया दुर्लक्षित केलेला होता. गुरुदेवांच्या स्वर्गाश्रमातील सहकान्यांकडून मी असे ऐकले आहे की, तेथे जाणाऱ्या रूग्णांना, साधू आणि सामान्य माणसांना सत्यसेवाश्रम या दवाखान्यात गेल्यावर फक्त औषधे अथवा आवश्यकता असल्यास आर्थिक मदतच (भोजन भिक्षा) मिळत असे असं नाही तर कृतज्ञता म्हणून गुरुदेव त्यांना साष्टांग नमस्कार घालीत आणि त्यामुळे त्या व्यक्तींना लाजल्यासारखे होत असे. ऋषिकेश मधील साधू, परमहंस संन्याशी सुद्धा हा नमस्कार योग अंमलात आणीत नसत आणि त्यांच्यापुढे एक मुलभूत प्रश्न असे –कोणी कोणाला साष्टांग प्राणिपात करायचा ? कोणी कोणापुढे झुकायचे ? आपली अनिच्छा ते झाकून ठेवीत आणि या नमस्कार योगापुढे दुर्लक्ष करीत. आपल्या ध्यानातील, सरावातील एक लुप्त कडी त्यांना एकदा सापडली आणि गुरुदेवांकडून त्यांना शिकायला मिळाले की भेदभावाच्या अनुपस्थितीत, अध्यात्मिक

सरावातून डोकावणाऱ्या अहंकारातून, तत्त्वचिंतनातून आणि वैराग्यातून हाती येणारे फलित हे संपत्तीच्याद्वारे अस्तित्वात येणाऱ्या अहंभावापेक्षा, जन्म शिक्षण यांच्या महत्वापेक्षा अधिक प्रभावी असते. योग्यरित्या केलेले वंदन हा आपला सूक्ष्म अहंकार दूर सारते.

आपल्या शिष्यांमध्ये हा नैसर्गिक आदरभाव सतत अनुस्यूत व्हावा म्हणून गुरुदेव कायम प्रयत्नशील असत. गुरुदेवांचे प्रथम शिष्य – श्री स्वामी परमानंद १९३० च्या सुमारास गुरुदेवांशी झालेली पहिली भेट अजूनही स्मरतात. गुरुदेवांनी त्यांच्या लक्षात आणून दिले होते की, हात जोडून, स्मितहास्याने केलेले आधुनिक नमन पुरेसे नसते आणि त्यांनी परमानंदाच्या पावलांवर डोके टेकवून या नमस्कार योगाचे प्रात्यक्षिक दिले होते.

आश्रमाला भेट देणारे अभ्यागत आणि गुरुदेवांच्या प्रसार यात्रांच्या दरम्यान त्यांना भेटणाऱ्यांना एक गोष्ट कायम स्मरणात असते. पहिल्या भेटीत गुरुदेव खाली झुकत आणि त्यांच्या पावलांना स्पर्श करीत. त्यांना ओशाळवाणे वाटे पण गुरुदेवांनी आपला प्रघात कधीच सोडला नाही. जोपर्यंत ही सवय त्यांच्या सहवासात येणाऱ्यांना लागत नसे, तोपर्यंत गुरुदेव हे सुरूच ठेवीत. नम्रतेचे पाठ देणारी कोणतीही सवय यापेक्षा अधिक चांगली नसते याचा त्यांना साक्षात्कार होत असे. (क्रमशः)

YOGA- link between religion and spirituality

Both Yoga and Religion imply life in God, communing with God, and finally uniting with God. Sri Aurobindo holds that the aim of yoga is to be one with the divine and to be of the nature of the divine. The God or supreme divine reality is known by different names such as Brahman, Iswara, Father in Heaven, Allah, Jehovah, etc. Every religion has a spiritual element that relates one with the supreme divine reality.

Yoga is a science of religion that goes beyond the frame of any particular religion and takes a universal form. Yoga is for humankind as a whole. It is meant for all sections of people of all times who want to overcome pain, misery, bondage & delusion. Yoga is a system of integral education and practical self-culture, says Swami Sivananda. It enables man to fulfil his worldly needs & higher goals of life.

Theme of International Yoga Day 2023- “वसुधैव कुटुम्बकम्” ‘World as one family meaning Yoga for Unity emphasizes the unifying power of Yoga. The word Yoga is derived from root Yuj in Sanskrit which has two important meanings- Yujyati means to unite and Yunakti means to control. The union refers primarily to unity of individual to universal, personal to impersonal and one’s lower self to higher self which is divine in essence. This is bought by controlling and purifying body, prana (vital energy) and mind which are the instruments endowed to human beings so that they become fit instruments of

attaining the spirit/soul within and actively manifesting this divinity in thoughts, words and deeds. The individual prana and mind are individualized nuclei of cosmic prana and mind and soul is one and non-dual pervading in all beings and objects. Hence practice of Yoga not just brings about harmony within the constitution of an individual but among the mankind and the creation at large.

Yoga as expounded by Maharshi Patanjali is a universal technique because there is no dogma nor there is mention of any particular form of deity for worship. Yoga prescribes several physical, breathing, and psychological techniques including the recital of any divine name for fixing the mind.

Religion starts with faith in God, and cordial relations with fellow beings as members of one God's family and culminates in spirituality that looks at spirit rather than forms. It brings about oneness of the perceived trio of the individual subject, objective world, and ruler Ishwara.

Yoga is a common denominator that links primary aspects of religion in the form of rituals and moral stories with its core spiritual values. Mankind has strangely focused more on rites and rituals prescribed by religion but failed to grasp the core essential spiritual value. Religion has been institutionalized where personal bias, the force of convention, and the opinion of fanatics have blinded our vision to a narrow view of religion.

दिव्य जीवन संघ, पुणे शाखा वृत्तांत

- * जून २०२३ चा सत्संग ११ तारखेला संपन्न झाला.
- * 'दिव्य जीवन' या आपल्या मासिक पत्रिकेचा मे २०२३ चा अंक परिवारातील सदस्यांना हार्ड आणि सॉफ्ट कॉपी तसेच व्हॉट्सअप द्वारे पाठविण्यात आला.
- * गुरु पौर्णिमेच्या निमित्ताने जुलै महिन्याचा सत्संग दि.३ जुलै रोजी डॉ. प्रज्ञा अंजळ यांच्या निवासस्थानी सायंकाळी ६ वाजता संपन्न होणार आहे.
- * स्वामी शिवानंद सरस्वती स्मृती व्याख्यान दि. १६ जुलै रोजी गीता धर्म मंडळात सायंकाळी ६ वाजता आयोजित करण्यात आलेले आहे.

पुणे शाखेचा पत्ता

श्री.नितीन देशपांडे

'ईशावास्य' प्लॉट नं. ४९/सायंतारा, डी.एस.के.

विश्व, धायरी, पुणे ४११०६८,

मो.नं. ९८५०९३१४१७

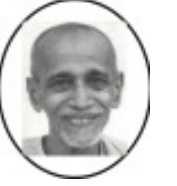
बुक पोस्ट

प्रति	<input type="text"/>
	<hr/>
	<hr/>
	<hr/>
	<hr/>



दिव्य जीवन

पुणे शाखा
वर्ष १८/अंक ७
जुलै २०२३



FOUR OBSTACLES TO MEDITATION & THEIR ANTIDOTE

Attachment to objects, dullness of intellect or understanding, ill-directed argument leading to misinterpretation of texts and clinging obstinately to the belief that the Atman is susceptible to suffering, grief and enjoying happiness, are obstacles in meditation. Any one of these is quite sufficient to interfere with the attainment of real knowledge. Therefore, cultivate dispassion, sharpen the intellect and give up perverted logic. Identify yourself with the pure Atman.

- Swami Sivananda