घेऊन गुरुदेव खोली खोलीत जाऊन वाटप करीत आणि आईच्या मायेने ' भर उन्हात बाहेर पडू नका, विश्रांती घ्या ' असे सुचवीत. हा सकारात्मक सहनशक्तीचा वसा गुरुदेव अंमलात आणून आमच्यासमोर त्यांचे आदर्श उदाहरण ठेवीत.
(क्रमश:)

Sivananda's Integral Yoga by
- Swami Venkatesananda

Give, give, give. This is the secret of abundance. Give willingly in charity. Share what you have with others. This will purify your heart and lead to the vision of God. You will earn undying name and fame.

Swami Sivananda

Every act of ours, every thought is evidence of some supreme aim in life. There is some aim to be fulfilled. Unconscious movement is called natural evolution. Conscious evolution is Yoga or the practice of religion. Conscious attempt to unite ourselves with the Supreme Reality is called Spiritual Sadhana.

Swami Sivananda

The destroyers of your own happiness are not so much outside; rather, they are within you. The things that run riot in your own mind – your anger, envy, greed and hatred – continuously cause turmoil in your mind and are with you twenty-four hours a day.

Swami Chidananda

Even if you take one hundred births through the ages, you will never be able to satisfy the endless desires of mind and find happiness. Desire has to be conquered and transcended, as this is the way to bliss and peace.

Swami Chidananda

दिव्य जीवन संघ, पुणे शाखा वृत्तांत–

- 'दिव्य जीवन' या आपल्या मासिक पत्रिकेचा फेब्रुवारी महिन्याचा अंक परिवारातील सदस्यांना (हार्ड आणि सॉफ्ट स्वरूपात) 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,

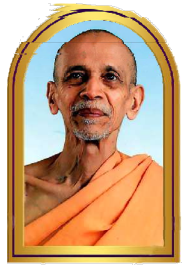
दिव्य जीवन

पुणे शाखा

वर्ष २२ /अंक ३

मार्च

२०२६



निवेदन

जानेवारी आणि फेब्रुवारी २०२६ च्या दोन्ही मासिक सत्संगामध्ये उपस्थित असलेल्या सर्व सदस्यांनी खालील विषयावर साधक बाधक चर्चा केली–
आपल्या पुणे शाखेतर्फे दरवर्षी आपण ' राज्यस्तरीय आंतरशालेय निबंध स्पर्धा 'आयोजित करीत असतो. तसेच दरवर्षी' ''राज्यस्तरीय आंतर महाविद्यालयीन वक्तृत्व स्पर्धा'' आयोजित करीत असतो. गेल्या काही वर्षांमध्ये वक्तृत्व स्पर्धेला अल्प प्रतिसाद मिळतोय. आपण विषय, पारितोषिकाची रक्कम, स्पर्धेची माहिती जास्तीत जास्त विद्यार्थी/महाविद्यालये यांना मिळावी असे प्रयत्न सातत्याने करीत आलो आहोत. एका वर्षी तर सहभागी स्पर्धकांशीही चर्चा करून त्यांचे स्पर्धेविषयक अभिप्राय गोळा केले. पण सहभागामध्ये सुधारणा झाली नाही. म्हणून यंदापासून स्पर्धेची ही परंपरा आपण खंडित करायचे ठरविले आहे.

निबंध स्पर्धेचा मुद्दा काहीसा वेगळा आहे- स्पर्धेला प्रतिसाद मिळतोय पण गेली दोन वर्षे असं आढळून आले आहे की सहभागी विद्यार्थी कळत-नकळत (कदाचित शाळेला अंधारात ठेवून) चॅटजीपीटी चा वापर करून निबंध पाठवीत आहेत. त्यामुळे वेगवेगळ्या शाळांमधील बऱ्याच विद्यार्थ्यांचे निबंध शब्दशः एकसारखे असतात. सुरुवातीला आश्चर्य वाटले पण नंतर त्यामागील कारण कळाले. असं वाटलं की यामुळे स्पर्धेचा मूळ हेतूच हरवतोय. तेव्हा ही स्पर्धा सुद्धा बंद करावी. सर्वानुमते हे निर्णय झालेले आहेत.
बघू या, भविष्यात काही बदल झाले आणि या स्पर्धा पुन्हा नव्या रूपात सुरु करता आल्या तर नक्कीच आवडेल.
सध्या इतकेच.
शाखेचे बाकीचे उपक्रम यथावत सुरु राहतील.

महिन्याचा विचार :

गुरुदेवांचा हा स्वभाव मुमुक्षुत्वाचा निर्देशक आहे. इतरत्र त्यांनी भारतात परत आल्यावर ' मला आता भगवंताची आस लागलीय. ' असे शब्द उच्चारले होते असेच सर्वश्रूत आहे. गुरुदेव, जे सदैव सर्वोच्च स्थानावर विराजमान होते, त्यांच्या प्रत्येक कृतीतून साधकांना मुमुक्षत्वाची शिकवण देत असत. त्यांच्या कृती इतक्या परिपूर्ण रीतीने स्वार्थहीन, अहंभावहीन, अपेक्षाहीन असत की त्या कर्मबंधाच्या पलीकडे जात. त्यांचे जीवन, रोजच्या हालचाली स्वतःच्या विमुक्त अवस्थेतील असत, अगदी मुक्तीपलीकडच्या अपेक्षेमध्ये स्थिर असत. तेव्हा साहजिकच त्यांच्यात मुक्तीच्या कल्पनेचा लवलेशही नव्हता. आधीच प्राप्त

केलेल्या गोष्टीची इच्छा आता कोण बाळगेल ?
पराकोटीच्या आपत्ती आली की कोणीही हादरून जातो पण अशा प्रसंगी, गुरुदेव सहज तितीक्षावस्थेत असायचे. शारीरिक वेदना सहन करण्याच्या बाबतीत कोणीही त्यांचा हात धरू शकणार नाही. अतिश्रमाने त्यांना मधुमेह झाला. गुरुदेवांचे नित्य कर्म जर अबाधित ठेवायचे असेल तर या विकारावर नियमन हवेच. त्याकाळातील सर्वमान्य उपचार म्हणजे रोज एक इन्सुलिनचे इंजेक्शन ! हे त्यांच्या अखेरपर्यंत सुरु होते. आश्रमाच्या धर्मादाय रुग्णालयात नियमित डॉक्टरची नेमणूक होईपर्यंत गुरुदेव स्वतःला रोज इंजेक्शन देत असत. १९५० सालच्या भारत यात्रेदरम्यान मात्र आम्हाला योगी शिवानंदांचा एक चमत्कार बघायला मिळाला. त्यांच्या शिणलेल्या देहावर श्रमांचा अतिरिक्त ताण आला. कित्येक दिवस त्यांना खूप ताप आला होता. घसा खवखवत होता आणि अल्सरने डोके वर काढले होते. थोड्याही खोकल्याने त्यांच्या नाकातोंडातून रक्त येऊ लागले होते. त्यांच्यावर उपचार करणारे डॉक्टर्स घाबरले. गुरुदेवांनी मात्र कधीही आपल्या अवस्थेबद्दल यात्रेच्या संयोजकांकडे ब्र काढला नाही आणि जनमत जागृतीसाठी काढलेल्या या यात्रेच्या कार्यक्रमात व्यत्यय येऊ दिला नाही. १९५२ साली जेव्हा lumbago (कटीवात) सुरु झाला त्यावेळी हालचाल करणेही त्यांना अवघड झाले. अशा अवस्थेतही ते रोज कार्यालयात जात आणि दैनंदिन काम करीत. त्यासाठी पायऱ्या चढत. १९५४ साली टायफॉईड झाला आणि ते अंथरुणाला खिळले तरीही त्यांनी स्वतःच्या सेवाकार्यात खंड पडू दिला नाही आणि पडल्या पडल्या ते शिष्यांना सूचना देऊ लागले. कायम मानवतेच्या कल्याणाचा

विचार मनात असलेल्या त्यांच्या प्रभावाला व्याधीने कधी व्यापले नाही.
सहनशक्तीच्या बाबतीत गुरुदेव कधीच परावलंबी, निष्क्रिय नसत, कायम ते पराकोटीचे सक्रिय, सकारात्मक आणि योगक्रियेने परिपूर्ण असत. टॉयफॉईड ने आजारी असताना निमूटपणे, विनातक्रार वेदना सहन करणे हे केव्हाही आसपासच्या सर्वांसमोर अश्रू ढाळणे, विलाप करून सदैव एक रुग्ण आसपास असल्याची जाणीव करून देण्यापेक्षा चांगले होते. स्वतःला वेदना होत असतानाही आजाराकडे दुर्लक्ष करून सतत इतरांच्या स्वास्थ्याचा, कल्याणाचा, शांतीचा, आनंदाचा विचार करणे हे खचितच अवघड असते. स्वतःचा अपमान किंवा जखम बाजूला सारून ज्याने आपला अपमान केलाय त्याचीच सेवा करणे हे सोपे नसते. घरात राहून तक्रार न करता थंडी, ऊन सहन करणे त्यामानाने शक्य असते, पण उन्हाळ्यात भर दुपारी किंवा हिवाळ्यातील थंडीत एखाद्या बैठकीला जाणे अवघडच. गुरुदेवांची सहनशक्ती दुसऱ्या श्रेणीतील होती. भर पावसात किंवा शहारे आणणाऱ्या थंडीतही आपल्या कार्यालयात जाणाऱ्या गुरुदेवांचे दृश्य आश्रमातील शिष्यांना आश्चर्यचकित करून जायचे. १९४० च्या दरम्यान गुरुदेव त्यांच्यासाठी तयार केलेल्या भोजनाचे स्वहस्ते वाटप आश्रमात करीत असत. मला आठवतंय- उन्हाळ्यातील भर दुपारी आम्ही तरुण मंडळी खोलीचा दरवाजा बंद करून स्वतःला आत कोंडून ठेवत असू तेव्हा आपल्या मस्तकावर एक टॉवेल धारण करून, हातात खाद्यपदार्थांची एक थाळी