।। श्री सद्‌गुरू निरंजन महाराज प्रसन्न ।।

संतश्रेष्ठ श्री सोपानदेवांचा हरिपाठ या ग्रंथाचे प्रकाशन करताना मनोमन आनंद होत आहे.

शालिवाहन शके अकराशे नव्वद । निवृत्तिआनंद प्रकटले ।।
त्र्याण्णवाचे साली ज्ञानदेव प्रकटले । सोपान देखिल शाण्णवात ।।
नव्व्याण्णवाचे साली मुक्ताई देखिली । जनी म्हणे केली मात त्यांनी ।।

गुरुदेव डॉ. रानडे यांनीही या भावंडांचे हे जन्मशक मान्य केलेले आहे. सोपानदेवांना निवृत्तीनाथांकडून दीक्षा मिळाली व सोपानदेवांनी विसोबा खेचरांना गुरुपदेश दिला. या विसोबा खेचरांनीच पुढे नामदेवांना गुरुपदेश दिला.

माझ्या नामयाचा गुरू । तो हा सोपान सद्‌गुरु ।।

असा उल्लेख जनाबाईंच्या अभंगात आढळतो.

ब्रह्मावतार श्री सोपानदेवांचा जन्म शके 1196 मध्ये झाला व महानिर्वाण मार्गशीर्ष वद्य 13 शके 1215 रोजी झाले. सर्व भावंडांमध्ये सर्वप्रथम सोपानदेवांनी सासवडला समाधि घेतली.

फार प्राचीन काळी ब्रह्मदेवाने सासवड या भूमीत गहन तप केले. ब्रह्मदेवाच्या पदस्पर्शाने पुनीत झाली म्हणून तीस ब्रह्मपुरी म्हणत. ब्रह्मपुरीप्रमाणेच सासवडला ज्ञानेश्वरमाऊली काळी संवत्सर असेही नामाभिधान होते. श्रीसंत सोपानदेवमहाराज यांचे समाधि प्रसंगाचे पुरावे अनेक अभंगातून आपणांस मिळतात. संत नामदेवास भगवंत म्हणतात,

संवत्सरा जाऊनिया त्वरित । समाधि देऊ सोपाना ।।

सोपानदेवांनी समाधि घेतल्यानंतर भक्त पुंडलिक आणि उद्धव म्हणतात,

म्हणति पहा हो भाग्याचे केव्हढे । जे कैवल्य ब्रह्म उघडे ।।
ऐसे संवत्सर ग्रामे वाडे कोडे । देखिले सकळी की ।।

याच समाधि सोहळ्याचे वर्णन करताना नामदेवराय आपल्या अभंगात म्हणतात,

भक्त समागमे हरि । सत्वर आले संवत्सरी ।।

सासवडच्या पश्चिम दिशेस भोगावती (चांबळी) च्या पावनतीरी हे पुण्य पवित्र सोपानदेव समाधि मंदिर उभे आहे. हे मंदिर म्हणजे

अध्यात्मज्ञानाचे महन्मंगल केंद्रच !

भगवान शिवापासून आलेल्या थोरपरंपरेतील संतश्रेष्ठनिवृत्तीनाथांचे बंधू श्रीसोपानदेव यांचे हरिपाठावरील 28 अभंग व सोपानदेवी ' ही गीतेवरील टीका आहे. ती समश्लोकी असली तरी तिचे अभंग 739 आहेत.

सोपानदेवांचा हरिपाठ अभ्यासणारे लोक फार दुर्मिळ आहेत.परंतु संतसाहित्याचे अभ्यासक व आमचे मित्र डॉ. माधव देशपांडे, कोल्हापूर यांनी सखोल चिंतन व अभ्यास करुन या 28 अभंगांवर उत्तम भाष्य केलेले आहे.

परखड विचार निर्भिडपणे मांडणारी मंडळी फार कमी असतात. डॉ. देशपांडे यांनी साधकांना अंतरंग साधनेबाबत मार्गदर्शन होईल असे वास्तवच आपल्या विचारातून मांडले आहे. अनेक अर्वाचीन संतांचे विचार व मार्गदर्शन अत्यंत सरलपणे उदाहरणासह दिलेले आहेत.त्याचबरोबर त्यांनी संतश्रेष्ठ ज्ञानेश्वर माऊली, जगद्‌गुरु श्रीतुकाराम महाराज आदि महावैष्णवांचे पूरक दाखले देऊन श्रीसोपानदेवांचे हरिपाठावर ओघवते भाष्य केले आहे.

या हरिपाठाचा सर्व साधकांनी विचारपूर्वक अभ्यास करुन आपली साधना वाढवावी व त्यांना निजानंद प्राप्त व्हावा ही सद्‌गुरु चरणी प्रार्थना !

जयनाम संवत्सर चैत्र कृ. 6 शके 1935

महाराष्ट्र दिन, बुधवार दि. 1 मे 2013

आपला विनम्र,

के. डी. धनवडे

प्रेसिडेंट,

विनयानंद चॅरिटेबल होम, हुपरी, इंडिया 416203

FWP.093-7120- 6465. MOB. 09423231625

समन्वय से समाधि

शुध्द, स्थिर, व्यापक आणि परिपूर्ण म्हणजे परमार्थ.

श्री सोपानदेवकृत हरिपाठ
अभंग 1 ला

या जनार्दनी पाठें जाईजे वैकुंठे । हरिनाम गोमटे मुखी घेई ।।1 ।।
वायांच भ्रमसी कां रे गुणरासी । वेगीं केशवासी भजन जाय ।।2 ।।
शरीर पोसीसी कबाड उपसीसी । हे न ये कामासी अंती तुझ्या ।।3 ।।
सोपान सांगत ऐक तू दृष्टांत । हरीच मुखांत गाय वेगी ।।4 ।।

सांगलीच्या श्री गुरुनाथ कोटणीस महाराजांनी हा हरिपाठ प्रकाशित केला आहे. ' मुक्ताबाई हरिपाठ ' देखील त्यांनी प्रकाशित केला आहे. त्या हरिपाठावर प्रवचने झाली व 'मुक्ताबाई हरिपाठ' हा ग्रंथ मी प्रकाशित केला होता. आता सोपानदेवांच्या हरिपाठावर चिंतन करुया. श्री ज्ञानदेव, श्री एकनाथ महाराजांसारखा हा हरिपाठ प्रचलित नाही. त्यामुळे याचा उल्लेख फारसा कोण करत नाही. निरुपण, प्रवचनासाठीं अभंग घेतले जात नाहीत. सोपानदेवांची अभंगरचना सुंदर आहेच, त्यात ज्ञानयोग व भक्तियोग यांचा सुरेख संगम दिसून येतो. निद्रिस्त समाजाला जागे करुन हरिभक्तिच्या वाटेवर नेणे हेच संतांचे मुख्य कार्य. त्यासाठीच ही अभंग रचना केली आहे.

अभंगाच्या पहिल्या चरणांत श्रीसोपानदेव म्हणतात, या जनार्दनाचे नाम घेतल्याने तू वैकुंठाला जाशील. हरिनाम अत्यंत गोड आहे, ते तू घे. नामाचा महिमा अगाध आणि अपार आहे. समर्थ म्हणतात,

अगाध महिमा न वचे वदला । नामें बहुत जन उद्धरिला ।
अजामेळ पावन झाला । नारायण नामें ।।

सर्वसाधारण लोकांना स्वर्गात जाऊन, स्वर्गसुख भोगण्याची इच्छा असते. त्यासाठी ते उपास तापास, पूजा, अभिषेक, यज्ञ, नामस्मरण करतात. संतांना स्वर्ग नको असतो. त्यांना भगवंतांचे सान्निध्य हवे आहे. त्यासाठी वैकुंठात जावे अन् तिथेच वास्तव्य करावे असे संतांना वाटते. तुकाराम महाराज म्हणतात,

आम्हीं वैकुंठवासीं । आलो याची कारणासीं ।
बोलिलें जें ऋषीं । साच भावें वर्ताया ।।

भगवंतांचे वास्तव्य ' नामात ' असते. सतत नाम घेतल्याने

भगवंताचे सान्निध्य मिळते. भगवंतच भक्तांच्या हृदयात रहावयास येतो. भक्तांचे हृदय तेच वैकुंठ होय. यासाठी भगवंताचे सुलभ आणि गोड असे नाम मुखाने घ्या असे सोपानदेव सांगत आहेत. संतांना भगवंताचे नाम गोड वाटते. ते अखंड नामस्मरणात असतात. तुकाराम महाराज म्हणतात,

विषयी विसर पडिला निःशेष । अंगी ब्रह्मरस ठसावला ।।
माझी मज झाली अनावर वाचा । छंद या नामाचा घेतला असे ।।

याचे कारण विवेक, वैराग्य, शमदमादी षट्संपत्ती आणि मुमुक्षत्व या चारही गुणांचा उत्तम परिपोष अंतःकरणात असल्याशिवाय ' साधना ' होत नाही. हे सोपानदेवांना माहिती आहेच, तरी कोठून का होईना, साधकाची साधनेला सुरुवात झाली पाहिजे. नाम घेणे सुरु ठेवणे हेच उत्तम.

सोपानदेव पुढे सांगतात, तीन गुणांच्या चक्रांत भ्रमत फिरु नकोस. केशवाला भजत जा. तुझ्या भक्तीत वेग येऊ दे. देह, प्रकृती ही त्रिगुणात्मक आहे. सत्त्व, रज, तम यांचे कमी-अधिक मिश्रण सर्वांच्यामध्ये आहेच.

सत्त्वगुणें भगवद्भक्ति । रजोंगुणे पुनरावृत्ती ।
तमोगुणें अधोगती । पावती प्राणी ।। दासबोध

श्रीतुकाराम महाराज म्हणतात,

रजतम सत्त्व आहे ज्याच्या अंगी । याच गुणे जगीं वायां गेला ।।
तम म्हणजे काय । नरकची केवळ । रज तो सबळ मायाजाळ ।।
तुका म्हणें येथें सत्त्वाचे सामर्थ्य । करावा परमार्थ अहर्निशी ।।

सत्त्वगुणाचा हात धरला तरच भगवद्भक्ति होऊ शकेल. आत्मपरीक्षणाची साधकाला खूप गरज असते. आपल्यामधील रज, तम गुणांचा बिमोड करुन सत्त्व प्रवृत्ती वाढीला कशी लागेल याचा खोलवर विचार करावा लागतो. दासबोधातील सत्त्वगुण समासाचा सूक्ष्म अभ्यास निश्चित उपयोगाचा आहे. हे सर्व करत देवावरील प्रेम, भक्ति वाढवली पाहिजे. अंतःकरणाचा तीव्र संवेग अपेक्षित जरी असला तरी

तुका म्हणे येथ नाही चालत तांतडी । प्राप्त काळ घडी आल्याविण ।।

हेच खरे आहे. ध्येयाची निश्चिती झाली तरच साधनेत वेग येतो. मुमुक्षत्व किती तीव्र आहे यावर हे अवलंबून आहे.

किती वेळा जन्मा यावे । नित्य व्हावें फजीत ।।
म्हणोनि जीव भ्याला । विठोसी शरण गेला ।।

अशी अंतःकरणाची धारणा माझी आहे का? हा प्रश्न प्रत्येकाने स्वतःला विचारायला हवा. पुढच्या चरणांत सोपानदेव म्हणतात, तू कितीतरी कष्ट करतोस आणि शरीराचे भरण पोषण करत आहेस. तथापि शेवटी हे काही कामास येणार नाही.

समर्थ दासबोधात म्हणतात,

जन्मभरी स्वार्थ केला । तितुका अवघाची व्यर्थ गेला ।
कैसा विषम काळ आला । अंतकाळी ।।
जन्मभरी पोट भरिले । देहाचे संरक्षण केले ।
शेवटी अवघेची व्यर्थ गेले । अंतकाळी ।।

हे अंतिम सत्य आहे. याकडे सर्वजण कानाडोळा करतात. कारण देहबुद्धी घट्ट आहे. दुर्लभ अशा नरदेहाचा उपयोग परमार्थासाठी करुन घ्यावयाचा आहे. त्यासाठी योग्य आहार, विहारांनी देह सुदृढ ठेवला पाहिजे. याबद्दल संतांचे दुमत नाही. केवळ विषयोपभोगासाठी देहाचा वापर करु नका असे त्यांचे सांगणे आहे. अर्थात

चालतां बोलतां विषय त्यागी । ऐसा कोण आहे जगी ।।

हे जरी खरे असले तरी साधकांनी

शबळ विषय त्यागणें । शुद्ध कार्याकारण घेणे ।
विषय त्यागाची लक्षणे । जाणा ऐसी ।।

निषिद्ध विषयांचा त्यागच करावयाचा आहे. अभक्ष्य भक्षण, अपेयपान, नाना व्यसनें यांचा त्यागच सांगितला आहे. देह तंदुरुस्त राहण्यासाठी चौरस आहार घ्यावा. वेळेचे योग्य नियोजन करुन जास्तीत जास्त वेळ साधनेसाठी काढावा. भाऊसाहेब उमदीकर महाराज म्हणत, दिवसभरात निम्मा वेळ परमार्थासाठी निम्मा वेळ संसारासाठी काढावा. ते स्वतः 9 तास नामस्मरण, तीनवेळा प्रवचने, तीनवेळा भजन असा 14-15 तासांचा परमार्थ करत. आपण निदान 2।। ते 3 तास तरी साधनेसाठी काढले पाहिजेत अशी दीर्घकाळ, निरंतर, प्रेमाने साधना केली तर नरदेहाचे सार्थक झाले असे म्हणता येईल. शेवटी सोपानदेव म्हणतात, हे साधका हाच एक उद्देश तू जीवनासमोर ठेव ! जास्तीत जास्त नामस्मरण तू मुखाने कर. नामसंकीर्तन करत रहा.

' ईश्वराचा साक्षात्कार करुन घेणे ' हेच जीवनातील श्रेष्ठतम मूल्य

होय. हे ध्येय ठेऊनच जीवनाची वाटचाल केली पाहिजे. बाबा महाराज बेलसरेनी गुरुदेव रानडेंना विचारले, ' तुम्ही नामसाधना कशी काय वाढवली? ' यावर गुरुदेव म्हणाले,

' नाम घेतल्यानंतर मी ठरवूनच टाकले इथुन पुढे केवळ नामासाठीच जगायचे. नोकरी आणि (परमार्थाला अनुकूल) वाचन सांभाळून सर्वच्या सर्व वेळ नामस्मरणासाठी दिला ' पुढे ते म्हणाले, ' खरे तर नामस्मरणाला वेळ कमीच पडतो. पोटभर नाम घेण्यासाठी महाराजांची कृपाच पाहिजे. ' मोठी माणसे मोठीच का असतात? याचे हे उत्तर आहे. Not the failure but low aim is the Crime असे इंग्रजीत सुभाषित आहे. 'सूर्य' हे जीवनाचे ध्येय असेल तर 'काजवा' होण्याची शक्यता आहे. 'काजवा' ध्येय असेल तर जीवनात अंधारच अंधार !

सोपानदेवांची हीच अपेक्षा हरिपाठाच्या अभ्यासकांकडून आहे. वैयक्तिक साधना वाढली पाहिजे. त्यासाठी मी काय करणार आहे याचा विचार साधकांनी करुन घ्यावा. ' Go to Self ' हेच खरे.

....

अभंग 2 रा

संसारी आलीया कां रे नोळखीसी । नरहरी न म्हणशी एक भावें ।।1 ।।
जप नाम विद्या विद्या जप नाम । संसारी हा जन्म गेला वृथा ।।2 ।।
एका भजावें परत्रालागीं जोडावें । हे वर्मबीज सांगावे कवणे ते ।।3 ।।
सोपानदेवी जोडियेले धन । नित्य स्मरण हरिनाम ।।4 ।।

श्री सोपानदेवांचा हरिपाठ आपण पहातो आहोत. गोंदवलेकर महाराजांना एक प्रश्न विचारला होता, ' संसारी लोकांबद्दल तुम्हाला काय वाटते? ' त्याचवेळी एक मद्यपी माणूस झोकांड्या देत रस्त्यावरुन चालला होता. त्याला पाहून महाराज म्हणाले, ' संसारी लोकांच्याबद्दल मला असेच वाटते, ते कसल्यातरी धुंदीत जात असतात. ' याचे कारण काय असावे? ' ' माया ' हेच त्याचे कारण. भगवंताला हा खेळ चालू ठेवायचा आहे.
म्हणूनच त्याने स्वतःमध्ये आणि जीवांमध्ये हा मायेचा पडदा ओढून ठेवला आहे आणि भगवंत म्हणतो कसा?

सर्व सोडून शोधा मजला । ऐसा भगवंत गीते माजी बोलला ।
लोकी शब्द अमान्य केला । म्हणोनि दुःखी होती ।।

मानसिक तयारी, पूर्व पूण्य काहीच नाही. मग भगवंताला शोधायला कोण जातो. तुकाराम महाराज हांकारा देत आहेत.

देव घ्या कुणी, देव घ्या कुणी । आयतां आला घर पुसोनि ।।
देव घ्या फूका देव घ्या फूका । न लगे रुका मोल कांही ।।

फुकट देव द्यायला बसले आहेत तरी लोकांना देव नको आहे. लोकांना देव नको आहे तर देवाचे वैभव हवे आहे.

जनांचा लालचा स्वभाव । आधीच म्हणती देव ।
म्हणजे काही तरी देव । ऐसी वांच्छ्या ।।

काहीतरी द्या, पैसा द्या, घर द्या, गाडी द्या, मुले द्या. देवा तू नाही आलास तरी चालेल. परंतू लक्ष्मी ’ मातेला पाठव. ही कलियुगाची कथा आहे. पैसा, उपभोगाचे अतिशय आकर्षण आणि आसक्ती समाजात आहे. अशा समाजातील सात्त्विक मंडळीं ज्यांना परमार्थाविषयी आस्था आहे, देवाविषयी जाणून घेण्यासाठी इच्छा आहे, साधना करण्याची तयारी आहे, अशा व्यक्तींना सोपानदेव या अभंगातून उपदेश करत आहेत. ते म्हणतात, या संसारात तू जन्माला येऊन सुद्धा देवाला ओळखत नाहीस, जाणून घेत नाहीस, देवाचे नाव देखील एकभावाने का घेत नाहीस? परमार्थ हा माणसाला अंतर्मुख करणारा आहे. काही प्रश्न आपण स्वतःलाच विचारायला लागतात. जन्माला येऊन काही स्वहित साधले का? नाहीतर स्वामी स्वरुपानंद म्हणतात,

जन्मोनिया काय साधिले स्वहित । केली यातायात प्रपंचाची ।।1 ।।
केले घरदार मांडिला संसार । लोकीं लोकाचार वाढविला ।।2 ।।
सुखासाठीं वृथा केली धडपड । यातना उदंड भोगियेला ।।3 ।।
स्वामी म्हणे तरी सरेचिना हाव । आठवेना देव पामरांते ।।4 ।।

यासाठीं काय करायचे ? त्याला समर्थांनी उत्तर दिलंय.

जयांस वाटें देव पहावा । तेणे सत्संग धरावा ।
सत्संगेविण देवाधिदेवा । पाविजोत नाही ।

या सत्संगामध्ये परमार्थाचे श्रवण घडेल. देव कोण? मी कोण? या प्रश्नांची उकल होईल. साधनेचा मार्ग स्पष्ट होईल आणि देवाचा शोध बाहेर नसून आपल्या आंतमधील चेतन तत्त्व हाच खरा देव आहे हे समजेल. त्याच देवाला ओळखायला सोपानदेव सांगत आहेत.

तस्मात विचार करावा । देव कोण तो ओळखावा ।
आपुला आपण शोध घ्यावा । अंतर्यामी ।।

तो निर्गुण, निराकार परमात्माच सगुण साकार होऊन अवतरलेला आहे. त्याचे अखंड नाम घेतल्याने अंतःकरणातील परमात्मा प्रकट होतो. त्याची प्रचिती येते. फक्त ते नाम अत्यंत प्रेमाने, भावाने घेतले पाहिजे. ' भाव ' म्हणजे अस्तित्वाची जाणीव. तो आहेच ! जसा समर्थांचा भाव होता.

नभीं वावरें जो अणु रेणु काही । रितां ठाव या राघवेंविण नाही ।।

सोपानदेवच नव्हे तर सर्व संतांना याचे आश्चर्य वाटते ! नरदेह प्राप्त होऊन देखील, मुक्तीसाठी, देवाच्या भेटीसाठी लोक काहींही प्रयत्न करत नाहीत ! पुढच्या चरणांत सोपानदेव म्हणतात, जप-तप करणे हीच खरी विद्या होय. नाम जप हेच विद्येचे लक्षण होय. ही विद्या शिकली नाही तर या संसारात येऊन हा जन्म वृथाच गेला असे म्हणायला हरकत नाही. श्रीरामकृष्ण म्हणत, विद्या मायेचा आश्रय केला पाहिजे. अविद्या, अज्ञान हे बद्ध माणसाचे लक्षण आहे. साधकाला यापासून लांब रहायला लागेल.
नाम, जप विद्या शिकण्यासाठी संतांचा, सद्गुरुंचा आश्रय हवाच.

ते ज्ञान पैं गा बरवें । जरी मनीं आथी आणावें ।
तरि संता या भजावें । सर्वस्वेसीं ।। ज्ञानेश्वरी 4/165

संतांच्या सहवासात, विकार, वासना गळून पडतात. ईश्वर प्राप्ती हेच जीवनाचे सर्वोत्तम ध्येय आहे हे चित्तावर ठसते. नाम हे सच्चिदानंद आहे आणि जीवही सच्चिदानंदच आहे. नाम जप केल्याने जीवाला आपण अज, अमर, सत् स्वरुप आहोत याचा बोध ध्यानात होतो. नामस्मरणांकडून साधक ध्यानाच्या प्रगाढ अवस्थेत जातो. ध्यानातच आत्मदर्शन होते. हे जर साधकाच्या बाबतीत याच जन्मात झाले नाही किंवा साधनेचा मोठा टप्पा गाठता आला नाही तर आपले जन्माला येणे व्यर्थच झाले असे म्हणावे लागेल. साधकांनी सदैव या विचारात राहिले पाहिजे. संतांची चरित्रे, श्री दासबोध, श्री ज्ञानेश्वरी या ग्रंथांचा अभ्यास साधकाला मार्गावर ठेवण्यास मदत करतोच. सत्संगाचा फार मोठा उपयोग असतो. श्री गुरुदेव रानडे साधकांना त्यांच्याकडे रहावयास बोलवत आणि म्हणत ' तुमच्या संगतीचा मला फार फायदा होतो.' सोपानदेव पुढच्या चरणांत म्हणतात, एका परमेश्वराला तू भज, शरण जा. त्यामुळे तुला परत्र जोडले जाईल,

पारलौकिक सुख मिळेल. पण हे वर्मबीज तुला कोणी सांगावे?

ऐहिक धड करावे त्याबरोबर पारलौकिक जोडावे असे संतांचे सांगणे आहेच. माणूस ऐहिक वैभवाच्या पाठीमागे लागतो. सगळं आयुष्य त्यासाठी घालवतो. आयुष्याच्या संध्याकाळी त्याला देवाची आठवण होते. त्यावेळी इंद्रिये, मन, शरीर साथ देत नाहीत. सद्‌गुरुंनी सांगितलेली साधना करणे जमत नाही. अंतःकरणात शांती, तृप्ती, आनंद, समाधान काही नाहीच. केवळ भिती, चिडचिड, असमाधान! कमावलेले धन, जमा केलेल्या वस्तू नातेवाईक यांपैकी कोणीही शांती, सुख देत नाहीत. अशावेळी आपण कष्टी होतो. संतांच्या मार्गावरुन चालावयास हवे होते असे वाटते. पण गेलेली वेळ कधी परत येते का? तुकाराम महाराज एवढ्यांसाठीच म्हणतात,

क्षणक्षणां करावा हाचि विचार । तरांवया पार भवसिंधु ।।1 ।।
नाशिवंत देह जाणार सकळ । आयुष्य खातों काळ सावधान।।2 ।।
संत समागमी धरुन आवडी । करावी तातडी परमार्थी।।3 ।।
तुका म्हणे इहलोकींच्या वेव्हारे । नयें डोळे धूरें भरोनि राहु ।।4 ।।

तु. गा.2523

वैभव, सत्ता याचा धूर डोळ्यांत भरला की सारासार विवेक जातो. परमार्थ काही हाताला लागत नाही. सोपानदेव म्हणतात, हे नरदेहाचे सार्थक होणारे जे वर्म आहे, जो ' नाम ' बीजमंत्र आहे तो त्याला कोणी सांगावा? शेवटी एक संत त्यांच्या हयातीत किती लोकांपर्यंत पोहचणार? भाऊसाहेब उमदीकर महाराजांनी आपल्या जीवनकाळात सुमारे पाच हजार लोकांना अनुग्रह दिला. शेवटी सोपानदेव म्हणतात, मी परमार्थाचे धन जोडले आहे. हरिनामाचे मला नित्य स्मरण आहे. संत लौकिक अर्थाने श्रीमंत असतीलच असे नाही. समर्थ म्हणतात,

हरिभक्त वैभवें कनिष्ठ । परि ब्रह्मादिकां श्रेष्ठ ।
सदा सर्वदा संतुष्ट । नैराश्य बोधे ।।

हा एक भाग झाला. दुसऱ्या अर्थाने ते श्रीमंत असतात.

मोक्षश्रीया अलंकृत । ऐसे हे संत श्रीमंत ।
जीव दरिद्री असंख्यांत । नृपति केले ।।

सोपानदेव या भावातून श्रीमंत आहेत कारण त्यांनी अखंड

हरिस्मरण केले आहे. त्यांच्या अंतःकरणात हरिनारायण रहावयास आलेले आहेत.

अंतरी वसता नारायणें । लक्ष्मीस काय उणें ।
ज्याची लक्ष्मी तो आपण । बळकट चित्ती धरावा ।।

त्यासाठी हरिस्मरण करणे हेच आपले काम आहे.

....

अभंग 3 रा

आम्ही नेणो काया नेणो गती माया । ब्रह्मी महालया आम्हा माजी ।।1।।
मी तू पण गेलें ब्रह्मी मन ठेलें । वासना ती जाण ब्रह्म झाली ।।2।।
बीज सर्व भाव आपणची देव । केला अनुभव गुरुमुखे ।।3।।
सोपान हा ब्रह्म वर्ततसे सम । प्रपंचाचे काम काहीं नाही ।।4।।

संत स्वतःविषयी फारसे बोलत नाहीत. याचे पहिले कारण म्हणजे प्रसिद्धी पराङमुखता आणि दुसरे कारण म्हणजे ते जे सांगत आहेत ते कळून घेण्याची पात्रता नसलेले श्रोते मिळणे हे आहे. एकदा गुरुदेव रानडे, काकासाहेब कारखानीसांना म्हणाले, 'माझ्या डोळ्यांसमोर कसली तेजपुंज वस्तू चमकते आहे ! कळतं आहे काय?' काकासाहेब म्हणाले, नाही ! त्यावर गुरुदेव जोरकसपणे म्हणाले, ' नेम करा, साधना करा म्हणजे कळेल.'

सद्‌गुरुंचे महात्म्य किंवा त्यांचे मोठेपण कळणे अवघडच असते. अनेकजण त्यांना ' ते ' मोठे आहेत असे म्हणतात मग आपणही म्हणतो. ते महान आहेत. संतांचे अंतरंग कळण्यासाठी आपण त्यांचे अंतरंगातले भक्त झाले पाहिजे आणि त्यासाठी आपली पथ्ये पाळून, वैराग्यासहित साधना पाहिजे. सोनोपंत दांडेकर पहा ! विष्णू बोवा जोग महाराजांचे अंतरंग शिष्य होते. विष्णू बोवा म्हणत, माझ्या माघारी माझे काम 'सोन्या' करणार...! हा 100 टक्के विश्वास त्यांना होता.

या अभंगात सोपानदेव आपली आंतरिक स्थिती वर्णन करत आहेत. अभंगाच्या सुरुवातीलाच ते म्हणतात, मी देह जाणत नाही की मायेची गती काय आहे हे जाणत नाही. ब्रह्माचा लय जणू आमच्यामध्ये झाला आहे. याचा गर्भितार्थ समजून घेतला पाहिजे.

देहबुद्धी घट्‌ट असणारे आणि देहावरच प्रेम करणारे आपण लोक !

त्यामुळे मी देह जाणत नाही हे आपल्याला कळणे अवघडच. श्री तुकाराम महाराज म्हणतात-

देवा आतां ऐसा करी उपकार । देहाचा विसर पाडी मज ।।

नामाच्या स्मरणात देहाचे विस्मरण आहे. ज्याचे तैलधारवत अखंड नाम चालू आहे, मनाचे उन्मन झाले आहे, अंतःकरण ईश्वरी भावाने भरुन गेले आहे, त्याला देहाचा विसर पडलेलाच असतो. याचा अर्थ चित्त चैतन्याशी समरस झाले आहे. मी सच्चिदानंद परमेश्वरच आहे. पंचमहाभौतिक देह मी नाही. अशी 100 टक्के अनुभूति सोपानदेवांना आलेली होती. म्हणून ते म्हणतात, मी देह वगैरे जाणत नाही.

स्वामी स्वरुपानंद संजीवनी गाथेत म्हणतात,

देह जावो किंवा राहो, देह नाशिवंत । मी तो देहातित स्वामी म्हणे ।।

याचा अर्थ देहाचे व्यापार तो अलिप्तपणे करतो. समाजात तो कसाही वागत नाही. नीति, नियमांचे आचरण काटेकोरपणाने पाळतो. तरी देखील.

तोही नेत्रीं पाहें । श्रवणीं ऐकतु आहे । परि तेथिंचा तो नोहें । नवल देखें ।।

अशी अंतरिक स्थिती असल्याने पुढे ते म्हणतात मी मायेची गती पण जाणत नाही. गोंदवलेकर महाराज म्हणत, भक्ती आणि माया दोन्ही भगवंताच्याच होत. त्यामुळे त्या सवत असाव्या तशा आहेत. आपण भक्तीचा हात धरावा म्हणजे माया आपोआप निघून जाते. सोपानदेवांनी भक्तीशी संधान साधलेले आहे आणि महत्त्वाचे म्हणजे मायेची गती देहापुरतीच मर्यादित असते. देहभावच नाही तर मायेला कोण विचारते?

समर्थ म्हणतात,

जी झालीच नाही । तयांची वार्ता पुससी कायी । त्यांना माया नाहीच ! मायेचा त्रास आपणाला होतोय. मायेपासून सोपानदेव दूरच गेल्याने मी ब्रह्म आहे हा बोध, हे ज्ञान त्यांना झाले आहे. त्या ब्रह्मामध्ये मीपणाचा लय झाला. अहं ब्रह्मास्मि ! हे महावाक्य जणु अनुभूतीत आले आहे. याचाच परिपाक, भाव अभंगाच्या दुसऱ्या चरणांत उतरलेला आहे. मी तू पण हे द्वैत मावळून गेले आहे. माझे मन ब्रह्मातच विलीन झालंय. वासना देखील ब्रह्मरुप झाली.

पूर्वजन्मीचें केवढे पुण्य असले पाहिजे की, द्वैत मावळून जाईल. जीवा-शिवाची भेट झाल्याशिवाय द्वैत जाणार कसे? ती भेट होण्यासाठी

साधन, ध्यान आणि नाम !

ध्यानी ध्यातां पंढरीराया । मनासहित पालटें काया ।।
तेथें बोलां कैचीं उरी । माझें मी पण झाला हरि ।।
चित्त चैतन्या पडतां मिठी । अवघी सृष्टी हरिमय ।।

ध्यानाच्या प्रगाढ अवस्थेत जीवाला मी आत्मस्वरुप आहे, ब्रह्म आहे, हा बोध होत असतो. तो बोध झाला की द्वैत मावळते. ध्यानसाधनेला संतांनी फाटा दिलेला नसतो. काही काही जण असे म्हणतात, ' माझा पिंड भक्तीचा आहे, ध्यान वगैरे काही मला जमणार नाही. वास्तविक पाहता तुकारामांसारखे केवळ भक्तीचा पुरस्कार करणारे संत म्हणतात,

उर्ध्वमुखें आळविला सोऽहं शब्दाचा नाद । बोली अरुप जागवला ।।

भंडारा, भामनाथांच्या डोंगरावर जाऊन एकांतामध्ये तुकारामांनी ध्यान साधना केलेली दिसते.

आनंद एकांती प्रेमें ओसंडीत । घेऊ अगणित प्रेमसुख ।।

हे प्रेमसुख, आत्मस्वरुपाचे सुखच होय. या अवस्थेत मी-तू पण हे द्वैत गेले. सर्वत्र 'मी' च किंवा एक परमात्माच नटून आहे हे अनुभवाला आले. वासना ती देखील ब्रह्ममय झाली. इथे एक लक्षात ठेवले पाहिजे, साधकाची सुरुवात ही वाईट वासना, विषय टाकूनच झालेली असते. तरी देखील बारीक-सारीक वासना मनात येतात, असतात. अंतःकरणात जोपर्यंत विषय वासना लेश मात्र आहेत तोपर्यंत ज्ञान होऊ शकत नाही. श्री तुकाराम महाराज म्हणतात,

ब्रह्मरस गोडीं तयांस फावली । वासना जयांची निमाली पूर्णपणे ।।

सोपानदेवांची वासना पूर्णतः निमाली होती. ज्या मनात विषय, वासना होत्या ते मनच ब्रह्मात विलीन झाले. जिकडे पहावे तिकडे केवळ ब्रह्मच ! जणूं अथांग सागराच्या मध्यावर आपण उभे आहोत. दूरवर केवळ पाणीच पाणी! किनारा कोठे नाहीच.

पुढे सोपानदेव म्हणतात, परमार्थाचे मूळ बीज म्हणजे ब्रह्म. तो भाव माझ्या अंतःकरणात आहे. मीच देवस्वरुप झालो आहे. हा जो अनुभव मला प्राप्त झाला तो केवळ गुरुंच्यामुळेच.

पूर्वीचे संचित । ये जन्मींची कमाई । तिसरी ती पाहीं । गुरुकृपा ।।

पूर्वीचे संचित, पुण्य घेऊनच संतांचा जन्म झालेला असतो.

तरीदेखील या देहात आल्यानंतर ' साधना ' ते मोठ्या प्रेमाने, कष्टाने दीर्घकाळपर्यंत करतात. म्हणूनच गुरुंची कृपा त्यांच्यावर होते आणि ब्रह्मबोध त्यांना होतो. हे आपल्याला शिकण्यासारखे आहे. आपलाही अनुग्रह झालेला असतो. पण ये जन्मीची कमाई- म्हणजे साधना तीव्र अनुरागाने आपण करत नाही. बाबा महाराज बेलसरे म्हणतात, आपला परमार्थ हा ' इझी चेअरचा ' असतो. आरामात, विशेष कष्ट, त्रास न घेता, यथाशक्ती, यथामती असा असतो. त्यामुळे परमार्थाचे पीक काही जोमाने येत नाहीच. बरेच साधक म्हणतात, आमची सद्‌गुरुंच्यावर श्रद्धा आहे. नुसती श्रद्धा असून भागत नाही. माऊली म्हणते,

नुसधियाची श्रद्धा । झोंबों पहासी परमपदा ।
तरी तैसे हे प्रबुद्धा । सोहपे नाही ।।

त्यासाठी विवेक, वैराग्य सहित साधना हवीच हवी.

शेवट करताना सोपानदेव म्हणतात, सोपान हा ब्रह्म झाला आहे. त्याचे वर्तनात समभाव आला आहे. संसारच ब्रह्मरुप झाल्याने आता कोणतेच काम शिल्लक राहिले नाही. अनुभूती ही ज्याची त्यालाच येत असते. ' ती ' ठामपणे सांगता आली पाहिजे.

स्वामी स्वरुपानंद म्हणतात,

अंतर्बाह्य राम झालो पूर्ण काम । मूर्तीमंत ब्रह्म देखियेले ।।
आनंदला जीव भेटला केशव । गेलो भवार्णव तरुनियां ।।

किंवा तुकाराम महाराज म्हणतात,

बीज भाजूनी केली लाही । आम्हां जन्ममरण नाही ।।
आकारासी कैंचा ठाव । देह प्रत्यक्ष झाला देव ।। तु.गा.3348

सोपानदेव खात्रीने सांगतात, मी ब्रह्म झालो. त्यामुळे सर्व भूतमात्रांच्या ठिकाणी असलेला देव त्यांना दिसू लागला. देवच सर्वत्र भरलेला असल्याने त्यांच्या ठिकाणी विनय, नम्रता, प्रेम भरुन आलंय. ' समदर्शिन ' असा त्यांचा व्यवहार झालाय. संसाराचे चक्र केव्हांच मोडून पडलंय. आता संसाराचे खरेच काय काम ?

आपण कधी तरुन जाणार? हाच प्रश्न आहे.

....

अभंग 4 था

सागरींचे तोय जगी निववित । मागुता भरत पूर्णपणे ।।1 ।।
तैसे आम्ही दास तुजमाजी उदास । तुं सर्व निवास आमुचा देवों ।।2 ।।
तूज माजी विरुं सुखदु:ख विसरु । तुझ्या नामें तरुं याची जन्मीं ।।3 ।।
सोपान ऐसा बोलूनि सरळ । तिष्ठत गोपाळ अभय देत ।।4 ।।

श्री सोपानदेवांच्या हरिपाठाचे चिंतन आपण करतो आहोत. याचा उद्देश काय आहे? तर आपल्या सर्वांना जी आपल्या ' स्वरुपाची ' विस्मृती झाली आहे, त्याची स्मृती यावी. मी देह, मन, बुद्धि नसून सच्चिदानंद परमात्मस्वरुपच आहे. हे याच जन्मी कळावे. अर्थात ते आपोआप कळणार नसून त्यासाठी खडतर साधनेची गरज आहे. साधना करण्याची प्रेरणा आणि ध्येयाची जागृती निर्माण व्हावी हाच उद्देश या चिंतनाचा आहे.

सोपानदेव अभंगाच्या सुरवातीलाच जलचक्राचे उदाहरण देत आहेत. सागराचे पाणी वास्तविक पाहातां अत्यंत खारट, क्षारयुक्त व पिण्याला अयोग्यच असते. पण तेच पाणी सूर्याच्या उष्णतेने वाफेत रुपांतरीत होते. त्याच वाफेचे ढग बनतात आणि ढगांतून पाऊस पडतो. ही धरती तृप्त होऊन जातें. हिरवळ चहूंकडे दाटून येते. सर्व वृक्ष, वल्ली पल्लवीत होतात. नद्या, नाले, ओढे, विहिरी तुडूंब भरतात. धरणे भरुन वाहू लागतात. संपूर्ण जगाला जीवन मिळते. पाण्याविना व्याकूळ झालेला जीव शांत होतो तृप्त होतो. सागराचे पाणी संपून जात नाही. नद्या पुनःश्च सागराला येऊन मिळतात. सागर भरुन जातो. अशा तऱ्हेने जलचक्र पूर्ण होते.

याच रुपकाचा विचार 'जीवा ' बाबतीत करायचा आहे. ' जीव ' हा तत्त्वता परमात्मस्वरुपाचा अंश आहेच. स्वतः परमात्माच असून देखील तो स्वतःला

मी जीव मज बंधन । मज आहे जन्ममरण ।
केल्या कर्माचे फळ भोगीन । मी आतां ।।

सद्गुरुंचे मार्गदर्शन पूर्व पुण्याईने लाभले, योग्य मार्गाने साधना उत्तम झाली तर आत्मदर्शनाचे भाग्य त्या साधकाला लाभते. तो स्वतःचे जीवन धन्य करतोच पण इतरांना देखील आनंद, समाधान देऊन जातो. त्याचे जीवनाची फलश्रुती,

थेंबुरा सागरी मिळाला । गंगे सरिता संगम झाला ।।

अशा प्रकारचे असते. सच्चिदानंद सागराचा तो अविभाज्य घटक बनून जातो.

पुढे सोपानदेव म्हणतात, आम्ही तुझे दास आहोत. तु सच्चिदानंद सागर आहेस. त्यात आम्ही उदासीन वृत्तीने राहतो आहोत. आमच्या निवासाचे, वस्तीचे स्थान ही तूंच आहेस.

निर्गुणाचा साक्षात्कार, निर्विकल्प समाधीचा लाभ जरी महात्म्याला झाला असला तरी त्याची सगुण भक्ती कमी होत नाही उलट ती शतपटीने वाढलेलीच असते. ज्ञानी भक्त तोच असतो जो सगुणावर उत्कटतेने प्रेम करतो. नामसंकीर्तनात प्रेमाने डोलतो, आनंदाने नाचतो. जे ज्ञानीही नाहीत आणि भक्तही नाहीत ते केवळ ज्ञान आणि भक्ती यावर काथ्याकुट करत बसतात. सोपानदेवांचे तसे नव्हते. ते वासुदेवाः सर्वं इति। हे जाणणारे भक्त होते, ज्ञानी होते. त्यामुळेच ते हरिचे दास झालेले आहेत. दासाचे सर्व जीवन मालकाच्या मर्जीवर चालते. तसे आपले जीवन देवाच्या मर्जीने चालते. आपण आपली इच्छा मध्येच घालू नये.

माळियें जेउतें नेले । तेउतें निवांतची गेले ।
तयां पाणियां ऐसें केलें । होआवें गा ।।

अशीच भूमिका सोपानदेवांची होती. भगवंत सर्वत्र भरलेला आहे. आत्मबुद्धि दृढ झाली आहे. अशा स्थितीत तो महात्मा देह असेपर्यंत जगांत निर्लिप्तपणे रहातो. त्यालाच उदासवृत्ती असे म्हटले आहे. देहबुद्धिपासून जो दूर झाला आहे तो उदासीन. त्याची प्रसन्नता ढळत नाही कारण चित्ताला भगवंताचा स्पर्श झालेला असतो. मन आता संसारात नसते. नामदेवांनी म्हटल्याप्रमाणे,

भ्रमर सुवासी मधावरी माशी । तैसें या देवांसी माझे मन ।।
आणिक देवता नेघें माझें चित्त । गाता गोड गीत या विठ्ठलाचे ।।

त्यामुळे या संतांचें निवासस्थान कोणते? तर पांडुरंगच !! मनाला, बुद्धिला, चित्ताला दुसरा विषयच नाही. बाबा महाराज आर्वीकर म्हणत, ' जीवाने देवाचे द्वार न सोडण्यातच जीवाची सार्थकता आहे ' म्हणूनच संतांचे निवासस्थान देवाचे द्वार असते, म्हणजे देवळाचे द्वार नव्हे. ते अखंड नामात असतात.

पुढे सोपानदेव म्हणतात, आम्ही तुझ्यामध्येच विरुन जाऊ आणि लौकिक जीवनातील सुख दुःखे विसरुन जाऊ. याच जन्मात तुझ्या नामाने तरुन जाऊ.

भगवंतामध्ये विरुन जाणे म्हणजे काय? तर स्वरुपाचा बोध होणे, ज्ञान होणे, अनुभूती येणे. आत्मनिवेदन या नवव्या भक्तीला प्राप्त होणे.

मी सच्चिदानंद शिवस्वरुप आहे. मला जन्म मृत्यू नाही. मी अज, अमर असा आत्माच आहे हे कळणे. म्हणजे भगवंतामध्ये विरुन जाणे होय. असं भाग्य कोट्यावधी परमार्थातील साधकांपैकी एकालाच प्राप्त होते. सोपानदेवांचे ते परमभाग्य होते. सद्‌गुरुंचीं कृपा होऊन त्यांना आत्मदर्शन झाले.

या आत्मदर्शनासाठी संतांनी कीर्तने केली, नामस्मरणं केली, आनंदाने बेहोष होऊन नाचले, शांतपणे बसून चित्त एकाग्र केले आणि आपल्याच अंतःकरणात चैतन्यरुपाने नटलेल्या जाणीवेशी एकरुप होण्याचा प्रयत्न केला. अर्थात आताच्या भाषेत Self वर किंवा Pure Conciousness शी चित्त जोडले. मी किंवा अहंकार त्या विराट परमेश्वरात सोऽहं भावाने विरुन गेला. आता असा जो महात्मा,

मनुष्यासारिखा तरी दिसे । परि मनुष्यत्व तया न घडे ।

असा असतो. त्यामुळे देह धारण करुन आल्यामुळे त्या देहाचे प्रारब्ध, सुख, दुःख, वियोग सर्व कांही त्याला जीवनात भोगावे लागते. गुरुदेवांची प्रथम पत्नी वारली. ती घटना अंबुराव महाराजांना कळल्यानंतर त्यांच्या डोळ्यांत पाणी आले. त्यांना विचारल्यावर ते म्हणाले, काय करु? माझ्याही अंतःकरणात माया आहेच. आत्मसाक्षात्कारी मनुष्य दगड नसतो. त्यालाही मन, भावना असतातच. सोपानदेव म्हणतात, हे पांडुरंगा तुझ्या स्मरणात आम्ही सुख दुःख विसरुन जाऊ. सुख दुःखाचा विचार करण्यापेक्षा तुझे चिंतन आनंदकारक, सुखकारक आहे असा भाव त्यात आहे. सामान्य माणूस सुखाने हुरळून आणि दुःखाने होरपळून जातो. संत त्यात अडकत नाहीत.

हे सर्व होत असताना, सोपानदेव म्हणतात, याच जन्मात आम्हीं तुझ्या नामाने तरुन जाऊ. ते स्वतः तरुन गेलेले होते यात शंका नाही. तथापि त्यांच्या चरणांचा आश्रय करणाऱ्या शिष्यांना ते प्रेरणा देत आहेत.

याच जन्मात नाम साधना तीव्र संवेगाने करण्याची शक्ती ते साधक शिष्यांत संक्रमित करत आहेत. म्हणूनच त्यांना विश्वास वाटतो की या नामाने आपण सर्वजण तरुन जाणार. माऊली म्हणते,

' जयां सद्गुरु तारुं पुढें । जें अनुभवाचें कांसे गाढें ।
जयां आत्मनिवेदन तरांडें । आकळिले ।। '

सद्गुरुंसारिखा पाठीराखा असल्यानंतर सत्शिष्य निश्चित तरुन जाणार यात शंका नाही.

शेवटी सोपानदेव म्हणतात मी अत्यंत सरळपणे सर्वकांहीं तुम्हांला सांगितलें आहे. श्रीगोपाळ अर्थात पांडुरंग मला अभय देत तिष्ठत उभाच आहे.

श्री रामकृष्ण म्हणत, ' अनेक जन्मांच्या तपस्येनंतर माणूस सरळ बनतो. म्हणजे त्याला प्रत्येक गोष्ट सरळच दिसते. फसवणे, लबाडी, इ. त्याच्याकडे थोडे सुद्धा नसते.'

सोपानदेव तर ईश्वराचे अवतार. ते सरळच बोलणार ! ते देवांचेच शब्द होत. आपले काम काय आहे? तर सरळपणे आपण त्यांचें ऐकणे आणि सरळपणे साधना करणे.

आपल्या बुद्धिला अनंत फाटे फुटलेले असतात. त्यामुळे अविचल श्रद्धा आपल्याकडे नसते. साधनेची, कष्टाची तयारी नाही. हे आपल्यातील दोष प्रयत्नपूर्वक काढून अभ्यास केला पाहिजे.

सोनोपंत दांडेकर म्हणत, देव जागाच आहे. देव उद्धार करण्यासाठी उभाच आहे. पण जग झोपलंय त्याला कोण काय करणार ?

त्यासाठीच विवेकानंदांनी ' उठा ! जागे व्हा !! ' हा संदेश तरुणांना दिलांय.

सोपानदेव म्हणतात, अभयाचे दान देण्यासाठी विठ्ठल तिष्ठत उभा आहे. सद्गुरु आणि देव दोघेच अभयाचे दान देऊ शकतात.

मृत्यूच्या भयापासून मुक्त, म्हणजेच आत्मज्ञानाची प्राप्ती. समर्थ म्हणतात,

आतां होणार ते होय ना का । जाणार ते जाय ना का ।
तुटली मनाची आशंका । जन्ममृत्युची ।।

मी मुक्त असा आत्माच आहे अशी अनुभूती जीवाला येणे हेच खरे

अभयदान. ते सोपानदेव, सद्‌गुरु देण्यासाठी उभे आहेत. आपण गेले पाहिजे शरणागत होऊन !

....

अभंग 5 वा

दिव्य व्योम तारा ग्रहणे शेषी । एक हृषीकेशी सर्व आम्हां ।।1 ।।
ब्रह्माविण नाहीं रीता ठाव पाही । या निवृत्तीच्या पायीं बुडी दे कां ।।2 ।।
सर्व हे निखळ आत्माराम सर्व । नाहीं देहभाव विकल्पता ।।3 ।।
सोपान निकट गुरुनाम पेठ । नित्य हे वैकुंठ जवळी असें ।।4 ।।

अद्वैत ग्रंथांचें केलेले अध्ययन आणि त्यांच बरोबर वाचलेले अनुभवात येण्यासाठी केलेली साधना याने पारमार्थिक जीवन समृद्ध बनत असते. गौतम बुद्ध म्हणत असत,' धर्म हा ग्रंथात नाही, देवळात नाही तो आचरण्यात आहे. ' परमार्थ, अध्यात्म हे लिखाणात, बोलण्यात नाही ते आचरणात किती आले यावर आहे. मामासाहेब दांडेकर हे नेहमी पाहत, आचरण किती शुद्ध आहे. एखाद्या व्यक्तीला ' ज्ञान ' झाले याची प्रचिती त्याच्या दैनंदिन आचरणातून प्रकट होत असते. माऊली नेमकेपणाने सांगते,

अखंड अगर्वता होऊनि असती । तयांची विनय हेचि संपत्तीं ।
जें जयजयमंत्रें अर्पिती । माझ्याचिं ठायीं ।। ज्ञानेश्वरी 9/226
ते वाट कृपेचि करितु । तें दिशा स्नेहेचिं भरितु ।
जीवा तळीं अंथरितु । जीवु आपुला ।।

असं जर झालेले नसेल तर ' संत साहित्याचे गाढे अभ्यासक ' असे म्हणून घेण्यात काय अर्थ आहे? अनुभूती नाही, साधना नाही, आचरण नाही, केवळ शब्दांचे खेळच !

सोपानदेवांचे तसे नाही. त्यांच्यावर पूर्ण गुरुकृपा झालेली होती. गीतेत जे सांगितलें आहे ते अनुभवाला आलेले होते. त्यातूनच प्रस्तुत अभंग त्यांनीं लिहिलेला आहे.

ते म्हणतात, दिव्य असे तेज, आकाश, तारे, ग्रह, शेष राहिलेले सर्व ग्रहमंडल म्हणजेच एक हृषीकेशच आहे आमच्यासाठी.

वेदांताचा, उपनिषदांचा अभ्यास हा प्रामुख्याने केलेला असतोच. पंढरपुरातील अनेक विद्वान, प्रवचनकार, कीर्तनकारांनीं देखील शास्त्री,

पंडितांकडून, गीता, उपनिषदे, भागवत आदी ग्रंथांची संथा, अर्थासह समजून घेतलेली दिसून येते. याचे मोठे कौतुक वाटते. आम्ही स्वयंभू आहोत असे म्हणणारे दांभिक आणि थापाडे असतात. सोपानदेवांचा अभ्यास झालेला होता. ल. रा. पांगारकरांनी तुकाराम महाराजांचें उत्तम चरित्र लिहिले आहे. त्यातील एका प्रकरणात तुकाराम महाराजांचा वेगवेगळ्या ग्रंथांचा अभ्यास आणि त्यावरुन केलेली अभंग रचना हे सप्रमाण दाखवून दिलेले आहे.

गीतेच्या सातव्या अध्यायांत भगवंत, अष्टधा प्रकृती आपल्यापासून कशी झाली हे सांगतात. यामध्ये एक लक्षात येते उपादान कारण आणि निमित्त कारण दोन्ही भगवंतच झाला आहे. पंचमहाभूते, मन बुद्धि, अहंकार यातून सारी दृश्य सृष्टी निर्माण झाली. केवळ भगवंतांचा एक संकल्प, एकोऽहं बहुस्याम प्रजायेय ! या सर्वांसाठी कारणीभूत ठरला. म्हणूनच सोपानदेव म्हणतात हे ग्रह, नक्षत्र, आकाश, सूर्य, चंद्र ही सर्व हृषीकेशच आहेत. दृष्टी अनुभूतीमुळे व्यापक बनली आहे.

हे समस्तही श्रीवासुदेवो । ऐसा प्रतितीरसाचा वोतला भावो ।
म्हणोनि भक्तांमाजी रावो । आणि ज्ञानिया तोचि ।। ज्ञानेश्वरी 7/136

समोर आलेल्या प्रत्येक व्यक्तीमध्ये भगवंत पाहणे हेच खरे परमार्थाचे वर्म आहे. मूर्तीपूजा ही अगदी अलिकडील पायरी आहे.
तर सर्वाभूतीं भगवद्भाव हे भक्तीचे शिखर आहे ज्ञानपूर्ण अवस्था आहे. साधकांनी हे लक्षात ठेवणे खूप गरजेचे आहे. समाजाशी हडसून वागणारा, लोकांकडे तुच्छतेने बघणारा माणूस हा राक्षस कुळातीलच होय. परमार्थी माणसाने अत्यंत नम्रतेने, विनयाने लोकांशीं वागले पाहिजे.

पुढे सोपानदेव म्हणतात, या ब्रह्माशिवाय रितां ठांव कोठे नाहीच. ही दृष्टी सद्गुरु निवृत्तीनाथांच्यामुळे आली. त्यांच्या पायी कृतज्ञतेने बुडी दिली पाहिजे.

सोपानदेवांनी आपल्या दृष्टीची व्यापकता प्रकट केली आहे. ती व्यापकता प्रकट होण्यासाठी आधी आपल्याच अंतर्यामी असलेले 'आत्म'रुपी ब्रह्माचा अनुभव आला पाहिजे.
माऊली म्हणते,

प्रथम स्वरुपसमाधान । पावोनि ठेला अर्जुन ।

सर्वेंचि उघडीं लोचन । तंव विश्वरुप देखें ।।

विश्वरुप हे उघडे आहेच पण ते पाहण्याची योग्यता आपल्याकडे हवी ना! उत्कटतेने दीर्घकाल साधना आणि सद्‌गुरुकृपा यांनी ते शक्य आहे. सोपानदेवांवर ती कृपा झालेली होती यात शंका नाही. त्यामुळेच समर्थ म्हणतात त्याप्रमाणे,

नभीं वावरें जों अणुंरेणुं कांहीं । रितां ठांव या राघवेंविण नाही ।।

सोपानदेवांना सर्वत्र ब्रह्म दिसू लागलेले आहे. यामुळें होते काय तर अंतःकरणात आनंदाचें तुफान उठतं. खरं तर हे वर्णन शब्दांनीं नाही करता येणार. कारण एकीकडे आनंदाच्या सागराला भरती आली आहे. ज्ञानाच्या लाटा उसळत आहेत पण या सर्वांला शांतीचा अथांग किनारा लाभलेला आहे. सोपानदेवांना गुरुकृपेचे मोठे कौतुक आहे आणि अंतःकरणात अपार कृतज्ञता भरुन आलेली आहे.

खरं म्हणजे सद्‌गुंरुविषयींची कृतज्ञता कशी व्यक्त करणार आणि त्यांचें ऋण कसे फेडणार ? श्री ज्ञानेश्वर माऊली म्हणते,

सद्‌गुरुंचें ऋण । न फिटे मरोन जाऊन । तें मियां पायां पडून । सोडविलें ।।

ज्ञानोबांची जर ही अवस्था असेल तर सोपानदेवांची कांहीं वेगळी अवस्था नाहीच. ते म्हणतात ते बरोबरच ! निवृत्तीनाथांच्या चरणी बुडी दिली पाहिजे. बुडी देणे म्हणजे, त्यांनीं सांगितलेली साधना एकनिष्ठेने करणे.

सत्‌शिष्याचे मुख्य लक्षण । सद्‌गुरुवचनीं विश्वास पूर्ण ।
अनन्यभावें शरण । या नांव सत्‌शिष्य ।।

सद्‌गुरुंनी अनुग्रहाच्या वेळी सांगितले आहेच, ते ब्रह्म तूच आहेस तत्त्वमसि। या वचनावर आपला पूर्ण विश्वास हवा ना ! त्याचाच अभ्यास दिवसभराच्या कर्मात करावयाचा. सर्व कर्मे करीत असताना मी अलिप्त आहे. अज, अमर असे ब्रह्मच आहे, हे अनुसंधान सुटू देऊ नये.

सोपानदेवांनी ते प्राणपणाने केले. त्याचसाठी त्यांच्यावर गुरुकृपेचा वर्षाव झाला.

पुढे सोपानदेव म्हणतात हा सर्व दृश्य पसारा म्हणजे निखळ आत्मारामच आहे. माझ्या ठिकाणी कोणताही देहभाव आणि विकल्पता राहिली नाही.

जे पिंडीं तेच ब्रह्माण्डी हा अनुभव आहे. तत्त्वबोध नांवाचा एक ग्रंथ

श्री शंकराचार्यांनीं लिहिलेला आहे. त्यात साधनचतुष्ट्यांपासून सुरुवात करत आचार्यांनीं देहाच्या पंचीकरणाविषयी उत्तम मार्गदर्शन केले आहे. पांच ज्ञानेंद्रिये, पांच कर्मेंद्रिंये, स्थूल, सूक्ष्म, कारण, महाकारण देह, पंचकोष, पंचमहाभूतांच्या संयोगाने झालेला देह वगैरे सांगत, आत्मस्वरुपच सर्व कांहीं झालेले आहे हा बोध त्यातून कळतो.

मी आत्मस्वरुप आहे याचे ज्ञान झाले की विश्व हा आत्म्याचाच आविष्कार आहे हे कळतें. त्यासाठी वेगळे प्रयत्न करावे लागत नाहीत.

स्वामी स्वरुपानंद एकदा स्वामी माधवनाथ (पुणे)यांना म्हणाले होते, ' एखादा महात्मा केवळ ' सः ' एवढांच बोध करेल म्हणजे ' वही तो है। ' ते तत्त्वच सर्वत्र भरुन आहे. यातूनच देहभाव आणि विकल्पता गळून पडणार आहे.

श्री रामकृष्ण म्हणत, ' देहबुद्धि जाता जात नाही, अहंकार कोठून तरी येतोच.' असं जरी असले तरी साधनेचे प्रयत्न करत राहणे, देवाची, सद्‌गुरुंची प्रार्थना करणे या तरी आपल्या हातातील गोष्टी आहेत त्या आपण करत राहू.

देहबुद्धि ते आत्मबुद्धि करावी । सदा संगती सज्जनांची धरावी ।।

हा समर्थानीं सांगितलेला साधनेचाच भाग आहे. कधी ना कधी हे द्वैत मावळेल आणि अद्वैत स्थिती प्राप्त होईल. मग विकल्प उरणार नाही.

वासुदेवांविण विश्वी नाही दूजें । नांदतो सहजें एकलाचि ।।

अशी अवस्था येईल. सोपानदेवांची तशी स्थिती होती. शेवटी सोपानदेव म्हणतात, मी गुरुनाम पेठेच्या निकटच आहे, त्यामुळे माझ्याजवळच वैकुंठ आहे असे मला वाटते.

नामाचा संबंध दिवसभर टिकलाच पाहिजे. समर्थ म्हणतात,

स्मरण देवाचें करावें । नाम अखंड जपतची जावे ।
नामस्मरणें पावावें । समाधान ।।
नित्यनेम प्रातःकाळीं । माध्यानकाळीं सायंकाळीं ।
नामस्मरण सर्व काळीं । करत जावें ।।

त्यामुळे सकाळचा अर्धा तास नामस्मरण झाले की देवाचा आपला संबंध संपला असे होऊ नये. अंतःकरणात देवाविषयी जागृती, मनात नामाचे स्मरण असा दिवस जायला पाहिजे. सोपानदेव म्हणतात मी गुरुनामाच्या

पेठेतच रहातो. याचा अर्थ आता नाम इतकें खोलवर पोहचले आहे की न घेता आपोआप नाम चालू आहे.

ज्ञानदेवा मौन जपमाळ अंतरी । धरोनि श्रीहरि जपे सदा ।

नाम आणि भगवंत अभिन्न. म्हणूनच जो अखंड नामात आहे त्याचा वास वैकुंठातच आहे. आजकाल स्मशानभूमींना वैकुंठभूमी हे नांव दिले जाते. खरं वैकुंठ नामातच आहे. म्हणून ' नामस्मरण ' अखंड करावे असेच श्री सोपानदेवांना वाटते.

अभंग 6 वा

निवृत्ती सोपान परिसा भागवत । पंढरी निवांत विठ्ठल गाती ।। 1 ।।
धन्य तोचि नामा ज्ञानदेव पाहीं । सनकादिक बाहीं उभे देखा ।।2।।
पुंडलिक भक्त देव मुनी सर्व । शुद्ध चरणीं भाव अर्पिताती ।। 3 ।।
सोपान डोंगर आनंदे नाचत । प्रेमें ओवाळीत हरीच्या दासा ।।4 ।।

माऊली म्हणते,

येथ वडिल जें जें करितीं । तयां नाम धर्मु ठेविती ।
तेचिं येर अनुष्ठिती । सामान्य सकळ ।।

घरातील लहानांचें थोरांच्या आचरणांकडे लक्ष असते. समाजाचे नेत्यांकडे लक्ष असते. साधकांचे आपल्यापेक्षा वरिष्ठ साधकांकडें व सद्‌गुरुंच्याकडे लक्ष असते. म्हणूनच प्रत्येकाची जबाबदारी ठरते की आपले आचार-विचार-उच्चार शुद्ध असले पाहिजेत. अनुकरण करणे हा जसा लहान मुलांचा स्वभाव असतो, तसाच समाजाचा पण असतो. किती तरी कॉलेज तरुण, तरुणी सिनेमा मधील नट-नट्यांचे अनुकरण करताना दिसतात. टि.व्ही. वरील विविध मालिकांमधून स्त्रियांना खलनायिकेच्या रुपात दाखवून त्याचा वाईट संस्कार समाजावर होत असतो. न कळत त्याचा परिणाम प्रेक्षकांवर होत असतो याचा विचार करण्याची मोठी गरज झाली आहे. पानमसाला, दारुंच्या नांवाचे पण ड्रिंकिंग वॉटर या नावांनी करण्यात येणाऱ्या जाहिराती घातक आहेत. हे सगळं लिहिण्याचे कारण एवढंच आहे, चांगले संस्कार रुजवण्यासाठी फार मोठे प्रयत्न करावयास लागणार आहेत. जे अयोग्य आहे त्याचा निषेध वेळीच केला पाहिजे. त्याच बरोबर संत वाङ्मयाचे संस्कार समाजात वाढविले पाहिजेत. सत्त्वगुणी साधकांचीं संख्या वाढविली पाहिजे.

प्रस्तुत अभंगातून सोपानदेवांनीं आपल्यापेक्षा वरिष्ठ संतांच्या हरिभक्ती विषयी लिहिले आहे. सोपानदेवांचें भाग्य कांहीं औरच होते. घरातच श्री निवृत्तीनाथ, ज्ञानदेव, मुक्ताबाई ही संत मंडळीं होती. तर नामदेव, परिसा भागवत, विसोबा खेचर, गोरा कुंभार, चोखामेळा यांसारखी संत मंडळी आजुबाजूला होती. त्यामुळे संतांचें विठ्ठलावरचें अगाध प्रेम, नाम संकीर्तनामधील त्यांचीं निष्ठा, अत्यंतिक प्रेमाने त्यांचें नाचणे या सर्व गोष्टी डोळ्यांसमोर दिसत होत्या. त्यातून शिकण्यासारखे बरेच होते. ते म्हणतात श्री निवृत्तीनाथ, स्वतः ते आणि परिसा भागवत पंढरीत निवांतपणे विठ्ठलाचे भजन, नामसंकीर्तन करत होते. सोपानदेवांनीं इथे ' निवांत ' हा शब्द वापरला आहे. त्याचबरोबर सद्गुरु आणि संत त्यांच्या समवेत ते आहेत. देवासाठी वेळ नसणारे शेकडो लोक आहेत. देवासाठी थोडा वेळ देणारेही थोडे जण आहेत. पण केवळ देवासाठीच निवांत वेळ देणारे संतच आहेत. याचे कारण जीवनात देवाचे स्थान अव्वल आहे. प्रथम पसंती देवाला, नंतर इतर व्यवहार.

महत्कृत्य सांडूनि मागे । देवांस ये लागवेगें ।
भक्ति निकट अंतरंगें । तो सत्त्वगुण ।।
ईश्वरीं प्रेमा अधिक । प्रपंच संपादणें लौकिक ।
सदा संनिद्ध विवेक । तो सत्त्वगुण ।।

असा शुद्ध सत्त्वगुण संतांच्या अंगी असतो. पूर्व जन्मींचे अपार पुण्यपण गाठींला असल्यामुळे भगवंतावर प्रेम जडते. या चरणातील दुसरा भाग म्हणजे विठ्ठलावरील प्रेम.

माझ्या जीवीची आवडीं । पंढरपूरा नेईन गुढी ।।

असे प्रेम विठ्ठलावर आहे. पंढरपूर म्हणजे भूलोकांवरील वैकुंठ स्वर्ग. त्यामुळे आषाढी, कार्तिकी, चैत्री, माघी वारीच्या वेळी पंढरपूरला जावे आणि डोळे भरुन पांडुरंगाला पाहावे, असे संतांना वाटले नाही तरच नवल. आत्मसाक्षात्कारानंतर सगुणावरील प्रेम कायम राहते. ते कमी होत नाही. यासाठीच ही संत मंडळी विठ्ठलाचे गीत गात आहेत.

पुढे सोपानदेव म्हणतात, धन्य तो नामदेव आणि ज्ञानदेव, त्यांच्या सोबत सनकादिक उभे आहेत. नामदेवांचा अधिकार मोठा होताच. त्यांच्या भक्तिप्रेमाचे कौतुक स्वतः माऊलीने केले आहे. पंजाबपर्यंत भक्तिची पताका

नेण्याचे कार्य नामदेवांनीं केले. ग्रंथसाहिब या शिखांच्या धर्म ग्रंथामध्ये नामदेवांची पदे समाविष्ट आहेत. अशा भक्त श्रेष्ठ नामदेवांच्या जोडीला ज्ञानदेव विठ्ठलासन्मुख उभे आहेत. ज्ञानेश्वर महाराज तर योगीयांचें योगी, ज्ञानियांचे ज्ञानी ! गीतेवर केलेली अप्रतिम टीका, भावार्थ दीपिका, यांनीं त्यांचे ज्ञानवैभव, किर्ती सर्वत्र झालेली होती.

कल्पना जरी केली तरी अतिशय आनंद होतो. कसे ते दृश्य असेल ! माऊली, निवृत्तीनाथ, नामदेव, जनाबाई, मुक्ताबाई सर्वजण पांडुरंगाच्या दर्शनासाठी पाळीत उभे आहेत. पांडुरंगासमोर उभे राहिल्यानंतर त्यांच्या अंतःकरणाची स्थिती काय झाली असेल?

अष्टसात्त्विक भाव जागृत झाले असतील. डोळ्यांतून आनंदाश्रु वाहत असतील. पांडुरंगानेच प्रकट होऊन या सर्वांना मिठीत घेतले असेल. आनंद कल्लोळ उसळला असेल. या कल्पनेत देखील विशेष आनंद आहे.

पुढे सोपानदेव म्हणतात, पुंडलिक, भक्त, देव, मुनी सर्वजण आपल्या अंतःकरणातील शुद्ध भाव पांडुरंगाच्या चरणी अर्पण करत आहेत.

पुंडलिकांची आठवण सर्वांना होतेच.

पुंडलिकांच्या भेटी परब्रह्म आले ।

हा त्यांचा अधिकार होता. तुकोबा कौतुकाने म्हणतात,

कां रे पुंड्या मातलासी । उभे केले विठ्ठलासी ।।
युगे झाली अठ्ठावीस । अजून न म्हणसी बैस ।।

समाजात आज पुंडलिक चरित्र समजावून सांगण्याची गरज आहे. वृद्ध माता-पित्यांची सेवा करणे हे परम कर्तव्य आहे याचा हजारो मुलांना विसर पडला आहे. पेन्शनवर डोळां ठेवून आई-वडिलांना ठेऊन घेणारे महाभाग कमी नाहीत. तत्परतेने कर्तव्य आणि प्रेम बुद्धीने आई-वडिलांची सेवा करणाऱ्या पुंडलिकांचीं समाजाला आवश्यकता आहेच. सोपानदेव म्हणतात, (अर्थात ही भाव अवस्थेतील दर्शने आहेत हे लक्षात ठेवले पाहिजे) पुंडलिक, भक्त, देव जणु त्या पंढरीराया समोर उभे आहेत. विठ्ठलाच्या नामाचा जयघोष चालू आहे. अंतःकरणातील शुद्ध प्रेम विठ्ठलाच्या चरणी अर्पण करत आहेत.

पांडुरंगाला तरी भक्तांकडून काय हवे असते?
माऊली म्हणते,

तू मन हे मीचि करीं । माझियां भजनीं प्रेम धरी ।
सर्वत्र नमस्कारीं । मज एकातें ।। ज्ञानेश्वरी 9/517

यापेक्षा देवाला आपल्याकडून काहीं नको. अभिषेक, रुद्र, महापूजा, महाप्रसाद हे सर्व आपणांसाठीच आहेत. देव म्हणत नाही, " काय फार दिवसांत तुम्हीं मला अभिषेक केला नाही? रुद्र घातला नाही. "

येरं पत्रं पुष्प फळं । हे भजावया मिस केवळ ।
वांचूनि आमुचा लाग निष्कल । भक्तितत्त्व ।। ज्ञानेश्वरी 9/396

देव अंतःकरणातील प्रेम आणि भाव बघतो. श्री गुरुदेव रानडे म्हणत, ' भाव ' हा सर्वश्रेष्ठ आहे. हे जाणून सोपानदेव म्हणतात, मुनीवरांपासून सर्वजण शुद्ध भाव विठ्ठलाला अर्पण करत आहेत. कामनारहित झाल्याशिवाय भाव शुद्ध होत नाही. ' कामना ' हा रजोगुणाचा स्वभाव आहे. ' भक्ती ' ही सत्त्वगुणात मोडते. त्यामुळे आपण आपल्या अंतरंगात डोकावून पाहिले पाहिजे की ' कामना ' आहे की नाही? निःशेष कामना काढून टाकली तरच भाव शुद्ध राहतो नाहीतर तो एक व्यवहार होऊन जाईल. **तुका म्हणे न मागो आणिक । तुझे पायीं सर्व सुख आहे ।।** असे आपल्याला वाटले पाहिजे.

शेवटी सोपानदेव म्हणतात, मी डोगंरावर आनंदाने नाचत आहे, हरिच्या दासांना प्रेमाने ओवाळतो आहे.

सातशे वर्षांपूर्वी पंढरपूर एवढे गजबजलेले शहर नसणार. लोकवस्ती, दुकाने, वाहनांची रहदारी वगैरे अगदी नगण्यच असणार. अवती भवती झाडे, अरुंद रस्ते, छोट्या टेकड्या, डोंगर वगैरे असतीलही. त्यामुळे सोपानदेव जे म्हणतात की आनंदाने डोंगरावर नाचतोय या म्हणण्याला तथ्य आहे. एकतर ते एकांतात साधनेला बसलेले असतील. ध्यानात, नामस्मरणात विलक्षण अनुभव येऊन ते आनंदाने मदहोष झालेले असतील. सहजच भान हरपून नाचले असतील !

त्याच बरोबर हरिदासांचें मोठेपण ते जाणतात. सत्संगतीमध्ये परमार्थात वाढ होते. अनुभवात वाढ होते. गुरुदेव रानडे नेहमी म्हणत, " मला देखील सत्संगाची गरज असते म्हणूनच मी तुम्हां सर्वांना इकडे राहण्यास बोलवितो. " हरिदास देवांशी एकरुप झालेले असतात. त्यांच्या अंतःकरणात देव उभाच असतो. यासाठीच सोपानदेव या हरिदासांना प्रेमाने

ओवाळतात. यात त्यांचें मोठेपण आहे. हरिदासांमुळे परमार्थ जिवंत राहिला म्हणून कृतज्ञता आहे. ते देवस्वरुप आहेत म्हणून त्यांना ओवाळून त्यांचें आशिर्वाद घ्यावेत अशी धारणा आहे.

या सर्वांचा विचार आपण केला पाहिजे आणि संतांच्या मार्गाने जाण्याचा निर्धार केला पाहिजे.

....

अभंग 7 वा

नश्वर हा देह साधका साधनी । एक तत्त्व धरुनी तत्त्व बोध ।।1।।
सांडी मांडी तत्त्वीं न करीं रे सर्वथा। एक तत्त्वीं चित्ता हरी पावे ।।2।।
देहाचेनिं मापें पावे एक वृत्ती । जीव शिव समरस ऐक्य झालें ।।3।।
सोपान निमाला अंबरी अंबर । ब्रह्म तदाकार ऐक्य झाला ।।4।।

श्रीसोपानदेवांच्या हरिपाठातील सातव्या अभंगावर आज आपण चिंतन करणार आहोत. समर्थ म्हणतात,

समजलें आणि वर्तलें । तेंचि भाग्यपुरुष ठेलें ।
या वेगळे ते उरलें । करंटे पुरुष ।।

आधी नीट समजून घेतले पाहिजे, आणि त्यानंतर साधना दीर्घकाळ पर्यंत प्रामाणिकपणे केली पाहिजे. सध्या ' बोलाचीच कढी बोलाचाच भात ' असे झाल्यामुळे अनुभव येत नाही. अनुभवाबद्दल बोलत कोण नाही.

सोपानदेवांचे तसे नाही. प्रत्येक अभंगातून ते आपली आंतरिक स्थितीच मांडत आहेत. हे सर्व साधकांच्यासाठीच. त्यांना कळावं की आपले अंतिम मुक्कामाचे ठिकाण कोणते आहे. अभंगाच्या पहिल्या चरणांत ते म्हणतात, देह हा नश्वर जरी असला तरी साधकाने ईश्वर प्राप्तीच्या साधनाला तो लावावा. ' नाम ' या तत्त्वाला धरुन तत्त्वबोध किंवा आत्मबोध करुन

समर्थ म्हणतात,

देह परमार्थी लाविले । तरिच याचे सार्थक जालें ।
नाहितरी हे वेर्थचि गेले । नाना आघातें मृत्यूपंथे ।।
पशुदेही नाही गती । ऐसें सर्वत्र बोलतीं ।
नरदेहीच प्राप्ती । परलोकांची ।।
म्हणौनि नरदेह श्रेष्ठ । नाना देहांमध्ये वरिष्ठ ।

त्याप्रमाणे साधकाने या नरदेहाचा उपयोग अग्रक्रमाने परमार्थासाठी करुन घेतला पाहिजे. नरदेह सुस्थितीत राहण्यासाठी त्याला योग्य आहार, विहार, व्यायाम दिला पाहिजे. स्वामी स्वरुपानंद संजीवनी गाथेत म्हणतात,

नको निराहार नको सेवूं फार । सदा मिताहार असु द्यावा ।।
नको बोलुं फार नको धरुं मौन । करावें भाषण परिमित ।।
नको अति झोप नको जागरण । असावें प्रमाण निद्रेंमाजी ।।
संयमीं जीवन बाणतां सहज । स्वामी म्हणे तुज योगसिद्धी ।।

' आत्मज्ञान ' हे जीवनाचे ध्येय डोळ्यांसमोर ठेऊनच आपण साधना करावयाची आहे. गुरुदेव रानडे म्हणत, ' नोकरी आणि वाचन सांभाळून मी माझा सर्व वेळ नामस्मरणात घालवतो.' सुरवातीला ते 4-5 तास नामस्मरण करित. नंतरच्या काळात अखंड साधना चालूच होती. सांगण्याचा मुख्य उद्देश काय आहे तर देह नश्वर आहे हे माहित आहे पण साधनेसाठी देह आटोकाट वापरला पाहिजे.

नामसाधना ही मुख्य !

एक तत्त्व नाम दृढ धरी मना । हरिंसी करुणा येईल तुझी ।।

हे सूत्र साधकांनी घट्ट धरायचे आहे. हे नाम तत्त्व घट्ट धरले की मनाचे अमन, उन्मन होईल यथाकाल, आत्मतत्त्व ते मीच आहे, हा बोध साधकाला गुरुकृपेने होईल.

पुढे सोपानदेव साधकांना सांगतात, धरणे, सोडणे असे तू साधनेच्या बाबतीत करु नकोस. नाम तत्त्वाला घट्ट धरुन ठेवल्याने तुला हरिची प्राप्ती होईल.

एक रखुमाईचा पती । धरिला आम्हीं चित्ती ।।
तेणेंचि झालें काम । निवारिला भवश्रम ।।

सद्गुरु आणि त्यांनीं दिलेला नाममंत्र घट्टच धरुन ठेवावयास हवा. बरेच वेळा साधक राजमार्ग सोडून आडमार्गाला जातात.

आदरणीय काकासाहेब तुळपूळे यांचें बंधू नीळकंठराव यांनीं अंबुराव महाराजांचा अनुग्रह घेतलेला होता. नंतर ते इंचगेरीला यायचे बंद झाले, दुसऱ्या कुठल्यातरी महाराजांच्या नादी लागले. गुरुदेव रानडे म्हणाले, ' नीळकंठरावला बाबांच्यामध्ये कमी काय दिसले ? म्हणून तो दुसरीकडे गेला. मी नेमामध्यें बाबांचे केवढें दिव्यरुप पाहिलें आहे. '

चांगले लोक पण बुद्धिवर पडदा पडल्यासारखे आडरानाला जातात म्हणूनच सोपानदेव सांडी, मांडी हे शब्द वापरतात. ऐहिक लाभ डोळ्यांसमोर ठेऊन सद्‌गुरुंच्याकडे जाऊच नये. ' लाभ ' मनाजोगता झाला नाही तर हे लोक दुसऱ्या महाराजांकडे जातात. त्यांच्याजवळ निष्ठा, श्रद्धा नसते. फक्त प्रापंचिक लाभ डोळ्यांसमोर असतो.

माऊली हरिपाठात म्हणते,

नामा परतें तत्त्व नाहीरे अन्यथा । वायां आणिक पंथा जाशी झणीं ।।

मीराबाईची कृष्णभक्ती होती. सद्‌गुरु रैदासांनी त्यांना रामनाम दिलेले होते. त्या रामनाम घेत होत्या. त्यांना माहित होते, राम-कृष्ण वेगळे नव्हेत. दोघेही तत्त्वांच्या अंगाने एकच होत. कृष्णावरील प्रेम दृढ ठेऊन त्यांनीं रामनाम प्रेमाने घेतले. मला कृष्णनामच हवे होते असा हट्‌ट त्यांनीं सद्‌गुरुंजवळ धरला नाही.

जे नाम, जो बीजमंत्र आपल्याला दिला आहे त्याचे अखंड स्मरण कसे राहील याचीच चिंता साधकांनी करायची आहे. गुरुदेव रानडे म्हणत, ' नामात रंगून जाणे हाच खरा अनुभव आहे. ' Mark the word Rangun ' असे त्यांनी बाबा महाराज बेलसरेंना सांगितले होते.

या साधनेमुळे साधकाला हरिची प्राप्ती होते म्हणजेच ' Self realization ' होते. ' मी ' चा शोध लागतो. महत्त्वाची गोष्ट अशी आहे नामस्मरणातून साधक ध्यानात जातो. कारण ध्यानातच आत्मदर्शन होते.

चित्त परतोनि पाठीमोरे ठाकें । आणि आपणयातें आपण देखें ।
देखत खेवों वोळखें । तत्त्व हे मीं ।।

हे केवळ ध्यानातच शक्य आहे. श्री रामकृष्ण म्हणत, नामसंकीर्तनामुळे महावायू भरभर उर्ध्वगामी जातो आणि साधक स्तब्ध होतो. सहज कुंभक साधतो, मन निर्विषय निराकारात स्थिर होते. हरिप्राप्ती म्हणजे बोध होणे, आत्मानुभूती येणे. मी परमात्मस्वरुप आहे हे अनुभवाला येणे.

पुढे सोपानदेव म्हणतात, देहामुळेच आपल्याला मी देह आहे अशी वृत्ती मिळालेली असते. तथापि सद्‌गुरुकृपेने, केलेल्या साधनेने, मी देह नसून शिव स्वरुप आहे असा बोध होतो जणू जीवाशिवाचे ऐक्य झाले.

अनादि काळापासून जीवाच्या ठिकाणी अज्ञान आहे. मल, विक्षेप,

आवरण यांचा साठा भरपूर असल्याने देहबुद्धि घट्ट झालेली आहे. पूर्वपुण्याईने सद्‌गुरुंचीं भेट झाली. त्यांनीं नाममंत्राचा उपदेश केला. ज्या देवाचे तू नाम घेत आहेस तो देव वस्तुतः तुझ्या आंतमध्येच आहे. एवढंच नव्हे तर तो तूंच आहेस. तत्त्वमसि।

या नवीन वृत्तीला धरुन नाम घ्यायचे आहे. नामस्मरण करण्याचा मूळ उद्देश स्वरुपाचा बोध होणे हा आहे हे बहुतेकांच्या लक्षांत येतं नाही. . कामनापूर्ती हा नामस्मरणाचा हेतू नाही. ' प्रारब्ध ' हा एक जीवनाचा भाग आहे. कर्माचा सिद्धांत हेच सांगतो.

प्रारब्धेचि जोडे धन । प्रारब्धेचि जोडे मान ।
प्रारब्धेचि मिळे सुख । प्रारब्धेचि मिळे दुःख ।
प्रारब्धेचि भरे पोट । तुका करे ना बोभाट ।।

त्यामुळे केवळ स्वरुपाचा बोध मला याच जन्मात व्हावा हे ध्येय ठेऊनच नामसाधना अखंड करावयाची आहे. नामाने योगाचे सर्व अनुभव येतात असे श्री गुरुदेव रानडे म्हणत.

ठायीच बैसोनि करा एकचित्त । आवडी अनंत आळवावा ।।

हे तुकाराम महाराजांचे सूत्र लक्षात ठेवावे.

शेवटी सोपानदेव आपला आंतरिक, अंतिम अनुभव सांगत आहेत. सोपानदेव म्हणतात, मी चिदाकाशांत विरुन गेलो. ब्रह्माशी तदाकार होऊन गेलो.

चिदाकाश म्हणजे मस्तकाकाश. पाचव्या अध्यायांत माऊली म्हणते,

सहजें तिही संधी भेटी । जेथ भ्रूपल्लवा पडे गांठीं ।
तेथ पाठिमोरीं दिठी । पारुखोनियां ।। ज्ञानेश्वरी 5/152
सांडूनि दक्षिण वाम । प्राणापान सम ।
चित्तेसी व्योम । गामिये करिती ।। ज्ञानेश्वरी 5/153

चित्ताला मस्तकाकाशात स्थिर करावयाचे आहे.

श्वासावर नाममंत्र बसवून, मन, ब्रह्मरंध्राच्या ठिकाणी ठेवणे. कालांतराने ' चित्त ' निर्विकार होऊन त्या अवकाशात किंवा अंबरात, विलीन होत आहे असा अनुभव साधकाला येतो. या अनुभवासाठी बसले पाहिजे.

बैसोनि निवांत शुद्ध करी चित्त ।तयां सुखा अंत पार नाही ।।
येऊनी अंतरीं राहिल गोपाळ ।सायासाचे फळ बैसलियां ।।

सोपानदेवांनी निवांतपणे बसून आपले मन चिदाकाशांत स्थिर केलेले असणार. मनाचे अमन, उन्मन झालेले असणार. चित्त चैतन्याची मिठी पडून ब्रह्माचा अनुभव घेतला असणार.

हे सर्व आपण कधी करणार? हाच प्रश्न आहे.

....

अभंग 8 वा

कर्माचे पेटारे किती वहावे शिरीं । लटके गा मुरारी न जाय ओझे ।।1 ।।
घे कर्मसी दोरी तुजची वाहीन । नित्यता सेवीन चरण तुझे ।।2 ।।
न होता परिपूर्ण बाधतसे बाधा । एक तू मुकूंदा आम्हां पुरे ।।3 ।।
सोपान म्हणे कर्म ब्रह्म एक । वेदाचा विवेक ब्रह्म एक ।।4 ।।

माणसाला नेमकं काय हवंय? याचा विचार केला तर त्याला समाधान, शांती, तृप्ती, आनंद हवा आहे असे लक्षांत येते.

जीवनातल्या प्रत्यक्ष घडामोडीत, हे शब्द केवळ शब्दच राहतात. त्याची अनुभूती अभावानेच येते किंवा तात्पुरते समाधान शांती जीवाला लाभते. अखंड सुखाची अनुभूती कांही येत नाही याउलट.

सुख पहातां जवां पाडे । दुःख पर्वताएवढें ।।

असाच कांहीसा अनुभव सर्वांचा असतो. ज्यांच्यावर रजोगुणाचे प्राबल्य जास्त असते असे लोक कर्माचा डोंगर उभा करतात. शंकराचार्यांचे असे म्हणणे आहे की कोट्यावधी कर्मे केली तरी ' समाधान ' प्राप्त होणार नाही. लोक म्हणतात, धंद्यात कायम असमाधानी राहिले पाहिजे त्याशिवाय प्रगती होणार नाही. पण धंदा कशासाठी करतो आहोत? तर समाधानासाठी ! केवढा विरोधाभास असतो. आपल्या जीवनात! प्रचंड पैसे मिळाल्याने असंतोष, असमाधान, असूया, मद, मत्सर, अभिमान या सर्वांचा अंतःकरणात प्रवेश होतो. तरी देखील माणूस समाधान मिळावे म्हणून पैसा मिळवतच राहतो.

ठेविले अनंते तैसेचि रहावे । चित्ती असो द्यावे समाधान ।।

ही संतांचीं वचने लक्षात कोण घेतो?

प्रस्तुत अभंगात संत सोपानदेव कर्मयोग सांगत आहेत. सुरवातीलाच ते म्हणतात, डोक्यावरुन कर्माचे पेटारे किती वहावेत याला गणतीच नाही. आता हे ओझे कांहीं मला सहन होत नाही. अर्थात हे सगळे

मी लटकेच खोटे खोटे बोलतोय.

कर्माचा लेप कधी लागतो? तर गीता असे सांगते,
कर्तृत्वाचा मद आणि फळ भोगण्याची इच्छा असली की कर्माचा लेप लागतो. कर्म बंधनामध्ये ती व्यक्ती अडकते. कर्म तर करावेच लागणार आहे. भगवद्गीतेत म्हटलंय, एक क्षण देखील कर्माशिवाय जात नाही. डोळ्यांची उघडझाप करणे, श्वासोश्वास घेणे, बसणे ही सर्व कर्मातच मोडतात. आश्चर्य आहे, मी रिकामा बसलोय, कांहीं करत नाही असं म्हणण्याची सोय देखील नाही.

संत कधीही रिकामे बसलेले नसतात, उदंड कर्म त्यांच्याकडून होत असते. तरी देखील ते निर्लिप्त असतात याचे कारण काय ? तर मी, माझे, मला हे विसरुन ते कर्म ईश्वरार्पण बुद्धिने करतात. त्यामुळे कर्माचे ओझे त्यांना वाटत नाही. देवाचे काम, देवासाठीच करतो आहे ही भावना कायम असते. माऊली म्हणते,

तो कर्मे करी सकळें । परि कर्मबंधा नाकळें ।
जैसें न शिंपे जळीं जळें । पद्मपत्र ।।

पद्मपत्राप्रमाणें अलिप्त राहून संत कर्म करीत असतात. सोपानदेवांचे कर्म असेच चालू आहे म्हणूनच खोटे खोटे देवाला म्हणतात,' माझ्या डोक्यावर कर्माचे ओझे फार झाले आहे.' देहभान, देहभाव हरपला आहेच मग मी कर्म करतो हा अहंकार कुठला?

पुढच्या चरणांत सोपानदेव म्हणतात, ही कर्माची जी दोरी आहे ती मी तुलाच वाहणार आहे. तुझ्या चरणांची सेवा मी नित्य करीन.

99 टक्के लोक हे कर्माचे अधिकारी असतात. ज्ञानयोगाचा अधिकारी विरळा असतो. एखादे विवेकानंद, समर्थ रामदास इ.

संसार मिथ्या ऐसा कळला । ज्ञान समजोन निघोन गेला ।
तेणें जन पावन केला । आपणां ऐसा ।।

हे समर्थ रामदासांना शोभून दिसते.
सर्वसामान्य जीवांना हे शक्य नाही. अर्जुनाला गोपालकृष्णांनी युद्ध करण्याचा सल्ला दिला. संन्यास घे असें कांहीं सांगितलें नाही.

कर्तव्य कर्म, नैमित्तिक कर्म, व्यावसायिक कर्म अशी अनेक कर्मे माणसाला करावी लागतात. ही कर्मे करत असताना सामान्य माणूस, मी,

माझे, आणि मला विसरु शकत नाही. त्यामुळे त्याचे कर्म बंधनकारक होते. पुनर्जन्माला कारणीभूत होते. चित्तशुद्धि त्यातून साधली जात नाही. संतांचे चित्त मूळातच शुद्ध असते. आणि कर्म करताना ईश्वराची पूजा हा भाव असतो.

तयां सर्वात्मका ईश्वरां । स्वकर्म कुसुमांची वीरा ।
पूजा केलीं होय अपारां । तोषांलागीं ।। ज्ञानेश्वरी 18/917

अशा प्रकारचा भाव संतांचा असतो. ह्याच कर्माच्या दोरीने किंवा बोधाच्या दोरीने सोपानदेव देवांशी जोडलें गेले आहेत. गोंदवलेकर महाराजांच्या जीवनात असेच दिसून येते. ते म्हणत, " मी केलं ' या शब्दांनीं माझी जीभ आजन्म मी विटाळलेली नाही.'

जेतुलाले कर्म निपजे । तेतुले आदिपुरुषीं अर्पिजें ।
तरी परिपूर्ण सहजें । झालेंचि जाण ।।

या भावनेने सर्व कर्म ईश्वरार्पण केलेली असतात. असे हे नित्य केलेले असते, ही एक देवाची चरण सेवाच आहे. सोपानदेव म्हणतात, कर्माच्या अंगाने मी नित्य तुझी चरण सेवा करतो आहे. ही फार मोठी गोष्ट आहे. देवाचे काम असे नित्य वाटत नाही. अहंकार पूर्णतः गेल्याशिवाय हे शक्य नाही. गुरुदेव रानडेनीं, भाऊसाहेब उमदीकर महाराजांना लिहिलेल्या पत्रात, कनिष्ठ नोकरी असे लिहिले. तर महाराजांनी पत्राचे उत्तर देताना, ' देवाच्या कामाला नांवे ठेऊ नयेत ' असे लिहून कळवले. यावरुन लक्षात येते, देवाचे काम, देव माझ्याकडून त्याची सेवा म्हणून करुन घेतो आहे असा भाव आपण साधकांनीं ठेवला तर ती देवाची सेवा होऊन जाते. त्याने चित्ताची शुद्धी होऊन ज्ञान होते.

पुढे श्री सोपानदेव म्हणतात, कर्मात अहंकार मिसळला की ते कर्म ईश्वराला अर्पण होत नाही त्यामुळे जीवाला ते बाधकच ठरते. म्हणून हे मुकुंदा तुझ्या आठवणीमध्ये ते कर्म व्हावे, त्यापासून तूच आम्हांला प्राप्त व्हावंसं हें पुरे आहे.

मला नेहमी संत गाडगे महाराजांचीं तीव्रतेने आठवण येते. कर्मयोग, भक्तीयोग याने जीवन कसे ओसंडून वहात होते. त्यांनीं सांगितलेल्या गोष्टी आज कोणी मनावर घेत नाही हे वेगळे. तोंड मिटून, मान खाली घालून ते अंगण झाडत, हातावर अर्धी भाकरी आणि पिठलं एवढाच आहार आयुष्यभर

त्यांनीं घेतला. लक्षावधी रुपये कनवटीला असले तरी एका नव्या पैशाचा लोभ त्यांना झाला नाही. हे कर्मयोगाचे मूर्तीमंत आचरणच आहे. संध्याकाळी कीर्तने केली. लोकांच्या अंतःकरणात स्वच्छतेविषयी, नवस-सायास, दारु-मटण व्यसनाविषयी अखंड जागृती केली. बकरी कापू नका, नवस करु नका, दारुसारख्या व्यसनांपासून मुक्त व्हा. देवाचे भजन करा, आचरण शुद्ध ठेवा. लोक चांगले कांहीं आचरणात आणत नाहीत, तरी देखील बाबा सांगत राहिले. हा कर्मयोग अत्यंत महत्त्वाचा आहे. देवाच्या प्राप्तीसाठी ध्यान, नामसाधनेबरोबर ही कर्मयोगाची साधना साधकांनी केली पाहिजे.

अंतःकरणात समाधान सहजच बाणते. साधक देवाच्या सन्निद्ध जातो. हृदय व्यापक, विशाल होऊन जाते. व्यापक होणे हेच परमार्थाचे मर्म आहे.

शेवटी श्री सोपानदेव म्हणतात ' कर्म ' ब्रह्मासारखे आहे, वेदांचा विवेक देखील ब्रह्मच आहे.

संतांची व्यापक भूमिका इथे लक्षात घेतली पाहिजे. ' कर्म ' हे साधने सारखे वापरायचं आणि ब्रह्म अनुभवायचं हे साध्य आहे. ज्यांचीं दृष्टी व्यापक झाली आहे त्यांना सर्वत्र ब्रह्मच दिसू लागते.

सावता माळ्यांचें काय झालें?

कांदा मूळा भाजी ।अवघी विठाई माझी ।।

शेतातील कर्म चालू आहे. शेतातील विहिर, दोर, मोट, सर्व कांहीं विठ्ठलमय दिसू लागलंय. हेच सोपानदेवांना आपणां सर्वांना सांगावयाचे आहे. सर्व काही ब्रह्ममय होय.

वेदांचा प्रतिपाद्य विषय ब्रह्मच आहे.जरी कर्मकांड, ज्ञानकांड हे विभाग वेदात असले तरी देखील ईश्वरप्राप्ती हाच एक उद्देश ज्ञानकांडातून होतो. अधिकारभेदानुसार साधना होत असते. संसार, स्वर्ग, उपभोग हेच ज्यांच्या जीवनाचे उद्देश आहेत ते साहजिकच कामनायुक्त कर्मकांडाकडे वळतात.

चित्तशुद्धि आणि ईश्वरप्राप्ती हे जीवनाचे ध्येय असलेले साधक कर्म ईश्वरार्पण बुद्धीने, ब्रह्मभावाने करतात. भगवंतच आपल्याकडून करवून घेत आहे अशा भावनेतून ते करतात.

सोपानदेवांनी ब्रह्मभावाने सर्व कर्मे करुन मुक्ती गाठली. आपणही त्याच भावाने आपली कर्मे केली पाहिजेत.

अभंग 9 वा

शरीर निर्मळ वासना टवाळ । कां रे तुं बरळ भक्तिविण ।। 1 ।।
सर्व ब्रह्म हरी नेणशी सोवळे । एकचि गोपाळ जनक हेतू ।। 2 ।।
पृथ्वी आप तेज वायु आणि व्योम । पंचभूत सम वर्ततसे ।। 3 ।।
सोपान म्हणे गुरुचा उपदेश शुद्ध । तरीच वासना प्रबुद्ध तया नरा ।। 4 ।।

ज्ञानेश्वरीत माऊलीने भगवंतांच्या तोंडी एक अर्थपूर्ण ओवी घातलीय.

तैसे माझिये भक्तीविण । जळो तें जियालेंपण ।
अगा पृथ्वींवरी पाषाण । नसतीं काई ।। ज्ञानेश्वरी 9/436

स्वामी स्वरुपानंदांनी याच भावातून संजिवनी गाथेत एक अभंग लिहिला आहे.

घेई ना जें भावें हरिचें दर्शन । काय ते नयन असोनियां ।। 1 ।।
हरि नामोच्चार गर्जे ना जी वाणीं । असोनि नसोनि सारखीच ।। 2 ।।
हरिगुण गान करिना श्रवण । काय ते कान असोनियां ।। 3 ।।
हरिंपायी मन होय ना तल्लींन । जळों तें जीवन स्वामी म्हणे ।। 4 ।।

नरदेह धारण करुन जीव जन्मला आहे, त्याचा एकमेव उद्देश आहे, परमेश्वराची भक्ती करणे, त्याला जाणून घेणे. हे सर्व विसरुन केवळ उपभोगमय जीवन जगणे हे पशूचे लक्षण आहे.

नरदेहाचे उचित । कांहीं करावें आत्महित ।
नाहीतरी व्यर्थ । भूमिभार होणे ।।

प्रस्तुत अभंगातून संत सोपानदेवांना हेच सांगावयाचें आहे. ते अभंगाच्या पहिल्या चरणांत म्हणतात, निर्मळ अशा शरीरात अशुद्ध वासना वावरत आहेत म्हणूनच की काय तूं हरि भक्ति न करता भ्रमल्यासारखा वागत आहेस.

निरोगी शरीरात निरोगी मन असले पाहिजे. बरेच वेळा पूर्व संस्कारांमुळे रज, तम गुणांचें अधिक्य असल्याने मनात वाईट विकार, वासनांचे अस्तित्व जास्त असते. त्यामुळे विपरीत असे माणूस वागत असतो, मद, मस्ती, अहंकार असल्यामुळे जीवनात देवभक्तिला स्थान नसते.

त्यापेक्षा

बरे खावें बरें जेवावें । बरे ल्यावें बरे नेसावें । दुस-याचे अभिलाषावें ।

याला अधिक स्थान असते. हा रजोगुणाचा स्वभाव आहे.

गोडग्रासी आळकेंपण ।अत्यादरें पिंडपोषण ।
रजोगुणें उपोषण । केलेचिं न वचें ।।

ही रजोगुणाची स्थिती, तर तमोगुणी

दुश्चितपणासवें आळस ।आळसें निद्राविलास ।
निद्राविलासे केवळ नाश ।आयुष्याचा ।।

असे जीवन जगतो.

श्री सोपानदेवांनाच काय पण कोणत्याही संतांना हे जीवन मान्य होणार नाही. त्यांना हवे आहे,

मुखीं नाम हातीं टाळीं ।नाचत बोलें ब्रिदावळीं ।
घेऊनि लावी पायधूळीं । तो सत्त्वगुण ।।

सत्त्वगुणाने परिपूर्ण असे जीवन, साधकांनी जगावे.

संत देखुन धावें। परमसुखें सुखावें। नमस्कारीं जीवें भावें ।तो सत्त्व गुण।।

सोपानदेव म्हणतात, भक्तिविण बरळ असे जीवन जगू नको. संतांकडे जा, देवाविषयी जाणून घे. त्यांच्याकडून नाम घे. ध्यान, साधना समजावून घे. आणि उत्तम जीवन जग.

पुढे सोपानदेव सांगतात, या सर्व विश्वात एक हरिच ब्रह्मरुपाने उभा आहे. पण तू या सोवळ्या हरिला जाणत नाहीस. हे ब्रह्माण्ड निर्माण करणारा गोपाळ हाच आहे. त्याला जाणून घे.

सेवितों हा रस ।वाटितो आणिकां ।घ्यारें होऊ नकां ।रानभरीं ।।

अशी अंतःकरणाची स्थितीं संतांची असल्यामुळें ते त्यांच्या सहवासात येणाऱ्या जीवाला, हरिला जाणून घे असे सांगतात. कारण जीवनात शाश्वत समाधान शांती, तृप्ती, आनंद हवा असेल तर हरि शिवाय पर्याय नाही. तथापि हरिकडे जाणाऱ्यांची संख्या अत्यंत दुर्मिळ आहे.

सहस्त्रांमध्ये कोणी एक ।पाहें देवाचा विवेक ।
परी त्या देवाचें कौतुक ।ठायी न पडें ।।

हजारोंत एखाद्या माणसाला देवाला जाणून घ्यायची इच्छा होते. तरी देखील प्राप्तीचा पैलतीर एखादाच गाठतो.

तैसे आस्थेच्या महापुरीं ।रिघतांती कोटिवरी ।।
परी प्राप्तींच्या पैलतीरी ।विपाइला निगे ।। ज्ञानेश्वरी 7/13

असे माऊली म्हणते.

अर्थात हरिला जाणणें असे सोपें नाहीं. ' बहुनो जन्मनांमन्ते ' होणारी ती प्रक्रिया आहे. तरी देखील हरिला जाणणें महत्त्वाचें आहे. तोच नरदेहाचा उद्देश आहे. तो जाणल्यामुळे जीवाला ' अभय ' आणि सच्चिदानंद पदवी प्राप्त होणार आहे. जीवाचे परमकल्याण होणार आहे यासाठी संतांची धडपड चालू आहे.

ब्रह्म उघडंच आहे, सर्वत्र भरुन आहे. ते पहाण्याची दृष्टि संतांकडे आहे ती ज्ञानदृष्टि आपण साधना करुन प्राप्त करुन घ्यावी हे संतांचे सांगणे आहे. या ब्रह्माण्डाचा जनक, निर्माता गोपाळच आहे. त्यानेच केवळ संकल्पाने हे विश्व निर्माण केले आहे. उपादान कारण आणि निमित्त कारण दोन्ही तोच असल्याने या विश्वात त्याच्याशिवाय दुसरें कांहींच नाही. तोच सर्वांच्या रुपाने नटून राहिला आहे.

पुढे सोपानदेव म्हणतात, पृथ्वी, आप, तेज, वायू, आकाश ही पंचमहाभूते सम वर्तन करतात. मुळ मायेपासून गुणमाया, त्रिगुण आणि पंचमहाभूतांची निर्मिती झाली. पंचमहाभूतांच्या संयोगाने, सर्व भूतमात्रांची शरीरे तयार झाली आहेत.

' तत्त्वबोध ' श्री शंकराचार्यांचा ग्रंथ आहे. आचार्यांनीं यात हे पंचीकरण अत्यंत सुलभ तऱ्हेने वर्णन केले आहे. चिन्मयानंदांनी यावर केलेले भाष्य उत्तम आहेच. विशेष म्हणजे हे ' पंचीकरण ' आकृतीनें स्पष्ट केले आहे. जिज्ञासूंनी ' तत्त्वबोध ' हा चिन्मय मिशनने प्रकाशित केलेला ग्रंथ जरुर पाहावा. हे सर्व सांगण्याचा मुख्य उद्देश एकच आहे की शरीरात ही पंचमहाभूते समभावाने वर्तत असतात.

अलिकडे आयुर्वेद शास्त्रात पंचभौतिक चिकित्सा केली जातें. पंचमहाभूतांतील तत्त्वांचा आरोग्यावर परिणाम होत असतो. साधकाच्या दृष्टीने महत्त्वाचे काय असेल तर या पंचमहाभौतिक शरीरामध्ये ' आत्मतत्त्व ' म्हणजे ' मी ' हे जाणून घ्यायचे आहे. शरीरातील सर्व घडामोंडींकडे साक्षीभावाने पाहणाऱ्या आत्मतत्त्वाचा शोध घेणे, अनुभव घेणे हे साधनेचे, परमार्थाचे वर्म आहे.

शेवटी सोपानदेव सांगत आहेत की सद्‌गुरुंनी केलेला ज्ञानाचा उपदेश अत्यंत शुद्ध आहे. त्या उपदेशानुसार साधना केल्यास शुद्ध वासना,

ज्ञान साधकांना प्राप्त होईल.

ब्रह्मज्ञानेविंण उपदेश । तो म्हणो नये विशेष ।

असे समर्थ रामदास म्हणतात.

जयांस वाटें मोक्ष व्हावा । तेणें सद्‌गुरु करावा ।
सद्‌गुरुविण मोक्ष पावावा । हें कल्पांतीं न घडे ।।

मोक्षप्राप्ती, आत्मज्ञानासाठी साधक सद्‌गुरुंच्याकडे जातो. खरे सद्‌गुरु ब्रह्मज्ञानाशिवाय कोणताही वेगळा उपदेश देत नाहीत. ताईत, दोरे, गंडे, अंगारे, धुपारे, मंत्र-तंत्र, यंत्र, नाना विधि, विधाने जर एखादे सांगत असतील तर ती व्यक्ती सद्‌गुरु नव्हे. भले त्यांच्याकडें खुप गर्दी असली तरी.

सर्वसामान्य लोकांना सांसारिक समस्या निवारणाचे मोठे आकर्षण असते. त्यांना ब्रह्मज्ञानाविषयी कांहीं घेणें देणें नसते. त्या ज्ञानाशिवाय त्यांचें कांहीं अडत देखील नाही. अंतःकरणात मोक्षाची, मुक्तीची इच्छा असलेल्या साधकांना हे नको असते.

अशा साधकांना सद्‌गुरु सांगतात,

ऐक शिष्या येथिचें वर्म । स्वयें तूं चि आहेस ब्रह्म ।
ये विषयीं संदेह भ्रम । धरुंचि नको ।।
सोऽहं आत्मा स्वानंदघन । अजन्मा तो तूं चि जाण ।
हे साधूचे वचन । सुदृढ धरावें ।।

हा शुद्ध ब्रह्मज्ञानाचा उपदेश आहे. या उपदेशाचे पालन करणे म्हणजे नित्य नियमित ध्यान साधना करणे, नाम साधना करणे. ज्याचे 'नाम' मी घेतो तो परमात्मा मीच आहे या बोधाने नाम घेतल्याने वासना विकार गळून जातात. अंतःकरण, चित्त शुद्ध होते. तो परमात्मा मीच आहे, (सोऽहं भाव) याविषयी बरेच वेळा नव्हे तर 90 टक्के साधकांचे अज्ञानच असते. नामस्मरण ते करतात, पण बोधाच्या अंगानीं नाही.

एक नाम हरि द्वैत नाम दूरी । अद्वैत कुसरीं विरळां जाणे ।।

असे ज्ञानोबा हरिपाठात म्हणतात. सोऽहं भावाने जन्मोजन्मीचे कुसंस्कार निघून जातात. अंतःकरणात भाव प्रकट होऊ लागतो.

सोपानदेवांना हेच या अभंगातून सूचित करावयाचे आहे संयमित जीवन जगून, हरिभक्तीमय जीवन जगावे.

अभंग 10वा

मना आधि मुंडी वासनेतें दंडी । विठ्ठल ब्रह्मांडी एक आहे ।।1।।
मन हे सोवळें सदा शुची करी । तुज निरंतरीं हरि पावे ।।2।।
विवेक वैराग्य ज्ञानाचे पैं भाग्य । सकळ आरोग्य हरि देखा ।।3।।
सोपान म्हणे मी सलगीचा सोंवळा । नित्य वेळो वेळा स्मरें हरी ।।4।।

संतांनी शास्त्रज्ञांसारखें शोध लावले नाहीत, तसेच त्यांनी समाजाला निष्क्रिय बनवले असे आक्षेप समाजात घेतले जातात. खरं तर याला कांहीं तथ्य नाही. संत आणि शास्त्रज्ञ समाजाला सुख कसे मिळेल यासाठीच प्रयत्न करत असतात. शास्त्रज्ञ जीवनाला उपयुक्त अशा उपकरण, यंत्र, तंत्रज्ञान, माहिती, औषधे, रसायने यांचा शोध लावतात. या सर्व शोधांमुळे जीवन कांहींस सुखकर झालें कष्ट, त्रास वाचले याबद्दल शंका नाही. पण माणूस खऱ्या अर्थाने सुखी झाला का ? उलट सारे जग आज अणुबॉंबच्या ढिगाऱ्यावर बसले आहे. केव्हां स्फोट होईल आणि अखिल मानवजातीचा विध्वंस होईल हे सांगता येणार नाही. कारण कोणत्याही बाह्य कृती मागे ' मनाचा ' सहभाग असतो. संतांनी सर्वात मोठे काम केले ते समाजाच्या मानसिक सुधारणेकडे. मन कसे प्रेममय होईल, विकार, वासना रहित होईल, आनंदमय होईल याकडे विशेष लक्ष संतांनी दिले.

प्रस्तुत अभंगात श्री सोपानदेवांनी मनाच्या शुद्धीकडे लक्ष वेधले आहे. ते म्हणतात, मनाचे आधी मुंडण कर, वाईट वासनांचे निर्दालन कर, तरच या ब्रह्मांडात एक विठ्ठलच कसा भरुन राहिला आहे तो तू पाहू शकशील.

मनावरच सर्व परमार्थ अवलंबून आहे. स्वामी स्वरुपानंद म्हणतात,
मनासीं प्रसन्न ठेवीं रात्रंदिन । कल्पांती हि खिन्न होऊ नेदीं ।।
तेचिं घालीं जाण जीवासीं बंधन । मोक्षासीं कारण तेचिं होय ।।

असं हे मन, जे अशुद्ध आहे, ' कुमन ' आहे त्याला चांगले केले पाहिजे. त्याचे ' सुमन ' झाले पाहिजे. चित्ताच्या शुद्धिसाठीच सर्व साधना सांगितल्या आहेत. असे हे ' सुमन ' ध्यान-नामादि साधनेला लागले की त्याचे ' अमन होईल ' किंवा ते No mind State ला जाईल. कालांतराने मनाचे उन्मन होऊन समाधि प्राप्त होईल.

भगवंताच्या आणि आपल्या आड वाईट वासना येत असतात. वित्तेषणा, दारेषणा, लोकेषणा या तीन प्रमुख एषणा (वासना)आहेत. इतरही अनेक गौण वासना मनात सांठून असतात. साधनेच्या काळात त्या मधून मधून डोके वर काढतात. साधकाला खाली खेचतात. कांही वेळा साधक गाफील राहिला तर त्या वासना त्याला रसांतळाला घेऊन जातात यात शंका नाही.

संतांच्या आणि त्यांच्या ग्रंथांच्या सहवासात सतत राहिल्याने मनावर चांगले संस्कार होतात. मनात ईश्वरीप्रेम भरुन राहते. साधना करावीशी वाटते. ती वाढत वाढत गेली की भगवंताचा साक्षात्कार होतो, एकच एक विठ्ठल या ब्रह्माण्डात भरुन राहिला आहे याचा अनुभव येतो.

या हरिचा अनुभव येण्यासाठी काय करावे हे श्री सोपानदेव अभंगाच्या पुढच्या चरणांत सांगत आहेत. मन हे सोवळें कर, अत्यंत शुद्ध कर तरच तुला निरंतर हरि भेटेल.

' हरि ' हा निर्गुण, निराकार, निरुपाधिक तर आहेच तसाच तो सगुण, साकार, पूज्य, षडगुणैश्वर्य आहे. हरिपर्यंत पोहचायचे आहे ते मनाने, चित्ताने. देह जडच आहे. जड देहाला चालविणारा हरि चैतन्यरुपाने वास्तव्य करुन आहे. ' मी ', ' मी ' या स्फुरणाने त्याचा प्रत्यय येतो. चित्ताची आणि चैतन्याची मिठी पडल्याशिवाय हरि दर्शन नाही. चित्त चैतन्यरुप होणे, चैतन्यातच विरुन जाणे यालाच आत्मदर्शन म्हणतात. ते होण्यासाठी मन कडकडीत सोवळें झाले पाहिजे.

गोंदवलेकर महाराज म्हणत, भगवंत पूज्य आहे. आपण पूज्य म्हणजे पवित्र झाले पाहिजे. तनाने, मनाने आपण पवित्रतम असले पाहिजे. दुसरी गोष्ट महाराज सांगतात, पुज्य म्हणजे गणितातील शून्य. आपण विकार, विचार, वासनेच्या अंगांनी, वृत्तीच्या अंगाने शून्य,' झीरो ' स्टेट ला गेले पाहिजे.

शून्य निःशून्याचे बीज महाशून्य । भेटविले धन्य हरिरुप ।।

असे स्वामी स्वरुपानंद म्हणतात. ' मन ' किंवा चित्त चैतन्यात सामावून गेले तरच हे शक्य आहे. मनाची शुद्धता हवी. ती कशी? तर दुसऱ्याचे सुख, उत्कर्ष पाहून मनस्वी आनंद होणे हे केवळ शुद्ध मनातच शक्य आहे. श्री रामकृष्ण परमहंस म्हणत, शुद्ध चित्त आणि भगवंत एकच

आहेत. कारण शुद्ध चित्तातच भगवंताचा प्रकाश पडतो. अखंड हरिची भेट होते. चित्त आत्यंतिक आनंदी, प्रसन्न, शांत होऊन जाते. दृष्टी भगवंतमय होते.

स्वामी स्वरुपानंद म्हणतात,

वासुदेवाविण विश्वीं नाहीं दूजे । नांदतो सहजें एकलाचि ।।
अणुंरेणूंतून राहिला भरुन । सकळ संपूर्ण वासुदेव ।।

स्वामी स्वरुपानंदांना हरिदर्शन झालेले होते यात शंकाच नाही. त्यांचे अखंड नाम चालू होते.

रामनाम बीज मंत्र । स्वामी जपे अहोरात्र ।।

अशक्त शरीर असून देखील स्वामींनीं अत्यंत कष्टाने, प्रेमाने साधना केली हा केवढा मोठा आदर्श आपल्यासमोर आहे. आपण कठोर साधना केली पाहिजे.

पुढच्या चरणांत श्री सोपानदेव म्हणतात, विवेक आणि वैराग्य हे ज्ञानाचे भाग्य आहे. शरीर, मनाचे आरोग्य- म्हणजे ज्ञानपूर्ण अवस्था झाली की हरिच सर्वत्र पाहता येईल.

समर्थ रामदास म्हणतात,

विवेक वैराग्य । या परतें नाहीं भाग्य ।

तर माऊली म्हणते,

तैसें वैराग्याची शिव न देखतीं । जे विवेकाची भाष नेणतीं ।
ते मूर्ख केवीं पावती । मज ईश्वरातें ।। ज्ञानेश्वरी 4/25

विवेक, वैराग्याशिवाय परमार्थ नाही. साधनचतुष्ट्यात पहिले विवेक, वैराग्य सांगितलें आहेत.

नामरुपात्मक जग हे मायिक । अविनाश एक आत्मपद ।।

हाच तो आत्मानात्मविवेक योग्य काय, अयोग्य काय? चांगले, वाईट हे सर्व अंतःकरणात प्रकाशित करणारी शक्ति विवेक होय.

जनीं निंद्य ते सर्व सोडून द्यावे । जनी वंद्य ते सर्व भावे करावे ।

हे सूत्र जमले की परमार्थ सरळ होतो. वैराग्य अंतःकरणात सुप्रतिष्ठित झाले पाहिजे. श्रीरामकृष्ण आपल्या सर्व संन्यासी भक्तांना तीव्र वैराग्याचा उपदेश देत.ते विज्ञानानन्दाना एकदा म्हणाले,"

सोन्यासारखी सुंदर स्त्री भक्तीने गदगदून तुझ्याकडे आली तरी देखील तू

तिच्याकडे ढुंकुनही पाहू नकोस."

कनक, कांता आणि किर्ती । यदर्थी जीवी त्यज्यावी ।।

ही तीन आकर्षणे साधकाला त्रास देतात. इथेच विशेष सावधानता पाळली तर ज्ञानाकडे वाटचाल द्रुत गतीने होते. युक्त विहार, युक्त आहार, उत्तम साधना, सद्‌गुरुकृपा यामुळे मानसिक, शारिरीक आरोग्य त्याला लाभते. गुरुदेव रानडे म्हणत,

He gets
Physical Equipose
Mental Equipose and
Spiritual Equipose.

सोपानदेवांनी योग्यच लिहिले आहे. हे ज्ञानपूर्ण आरोग्य वाढेल. तसे हरि सर्वत्र दिसू लागेल.

शेवटी सोपानदेव म्हणतात, मी विठ्‌ठलाच्या, सद्‌गुरुंच्या सलगीतला आहे, तसेच सोवळां म्हणजे शुद्ध आहे. नित्य माझे हरि स्मरण चालू आहे.

सोपानदेवांसारख्या संतांनीं स्वेच्छेने अवतार धारण केलेला असतो. ते शुद्ध आत्मेच होत. तरी देखील नरदेह धारण करुन आल्यानंतर त्यांना साधना वैगेरे लीलाचरित्र करावेच लागते. त्या देहाचे प्रारब्ध, भोग इ. भोगावे लागतात. तरी देखील मुळ शुद्ध सत्त्वगुण प्रकृती त्यांचीं असते.

आपल्यासारख्या सर्व सामान्य जीवांमध्ये रज, तम गुणांचे प्राबल्य अधिक असल्याने, सत्त्वगुणाची वाढ कशी होईल? याचीच काळजी अधिक करावी लागते.

सोपानदेवांचे अंतःकरण श्रद्धा, भक्ती प्रेमाने भरुन ओसंडत आहे. त्यामुळेच ते सद्‌गुरुंच्या, विठ्‌ठलाच्या विशेष सलगीतील आहेत.

श्रीरामकृष्ण परमहंस आपल्या संन्यासी, तरुण भक्तांना अंतरंगातील अधिकारी मानत. त्यांच्याबद्दल त्यांना विशेष सलगी, प्रेम असे. कारण एवढंच की शुद्ध सात्त्विक प्रकृती ! विवेकानंदांना पहाताच ते म्हणाले, ' कलकत्त्यासारख्या भोग नगरीत एवढां मोठा सत्त्वगुणाचा आधार कोठून जन्माला आला?'

सोपानदेव सलगीतले, सोवळें आहेत. त्यांचे नामस्मरण अखंड चालू

आहे हे विशेष !

आधी होतां संतसंग । तुका झाला पांडुरंग ।।
त्याचे भजन राहिना । मूळ स्वभाव जाईना ।।

हेच खरे. संतांचे जीवन भगवंतमयच असते. त्यांना पांडुरंगाशिवाय दुसरे काय सूचणार?

....

अभंग 11 वा

ज्याचे मुखीं हरि धन्य तोचि जगीं । तरेल पैं वेगीं विठ्ठल नामें ।।1 ।।
हरि हाचि आत्मा तत्त्व पैं सोपे । हरतील पापें हरिनामे ।।2 ।।
वैकुंठीचे सुख न लगे पै चित्तीं । हरि हाचि मूर्ति विठ्ठल घ्यावा ।।3 ।।
या नामीं स्मरण कैवल्य साचार । सोपान विचार हरि जपा ।।4 ।।

माऊली म्हणते,

जयाचियां वाचें पुंढा भोजें । नाम नाचत आहे माझें ।
जें जन्मसहस्त्रीं वोळगिजें । एक वेळ मुखीं यावया ।।

' नाम ' एक वेळेला मुखीं येण्यासाठीं एक हजार जन्मांचें पुण्य लागते. ज्यांच्या मुखांत अखंड नाम चालू असेल त्यांचें किती पुण्य सांठलें असेल याची कल्पनाच केलेली बरी !

अनंत जन्मांतरींचे पुण्य जोडें । तरिच हा परमार्थ घडें ।
मुख्य परमात्मा आंतुडें । अनुभवासि ये ।।

परमार्थ हा सत्त्वगुणी लोकांचा पुण्याचा मार्ग आहे. यावरुन चालणाऱ्या साधकाला ' आत्मदर्शन ' होऊन त्याचे जीवन धन्य होऊन जाते. याबद्दल शंकाच नाही. अन्य संतांनीं याला दुजोरा दिला आहे.

रामनाम ज्याचें मुखीं । तो नर ' धन्य ' तिन्ही लोकीं ।।

गुरुदेव रानडे म्हणत, देवाचा आठव करणें हे आपले कर्तव्य आहे. आणि दुसरें महत्त्वाचें म्हणजे देवाला भेटण्यासाठी, देवाचा अनुभव येण्यासाठी नामासारखें सुलभ गोमटे साधन नाही.

सोपानदेवांना प्रस्तुत अभंगात हाच विचार मांडावयाचा आहे. सोपानदेव म्हणतात, ज्याच्या मुखांत हरिनाम आहे तो या जगात धन्य होय. तो या संसाररुपी सागरांतून वेगाने तरुन जातो.

तसं पाहिलं तर ही भगवंतांचीच योजना आहे. आपले भक्त संसार

सागरातून तरुन जावेत असेच भगवंतांना वाटते. ते म्हणतात,

नामाचिया सहस्त्रवरीं । नावा इया अवधारीं ।
सजूनियां संसारीं । तारु जाहलों ।। ज्ञा. 12/ 90

एक हजार नाम नौका भगवंतांनीं भक्तांसाठी सोडलेल्या आहेत. जन्म-मृत्यूरुप संसारातून तरण्यासाठी आपण या नाम नौके मध्ये चढलं पाहिजे.

सोपानदेव म्हणतात, ज्याचे मुखी हरिनाम येते तो पुण्यवान असला पाहिजे, तो धन्य होय. जीवनात आपण पाहतो, नाटक, सिनेमाची गाणी सहज ओठावर येतात. रामनाम कांहीं येत नाही. तरुण मुलगा रामनाम जर घ्यायला लागला तर घरातील लोकांचा त्याला प्रचंड विरोध होतो. सर्वजण म्हणू लागतात, ' म्हातारपणीं करावयाची गोष्ट आतापासून का करतोस? आतां संसार कर, पैसे कमव! म्हणूनच की काय समाजात परमार्थाविषयी विशेष आवड दिसून येत नाही.

म्हणूनच ही सत्य गोष्ट आहे, नामाविषयी आवड, प्रेम निर्माण होण्यासाठी पूर्वपुण्यच गांठींला पाहिजे.

जन्मोंजन्मीं आम्हीं बहु पुण्य केलें । तेव्हां या विठ्ठलें कृपा केली ।।

' ईश्वरप्राप्ती ' हेच जीवनाचे मुख्य ध्येय धरुन नामस्मरण केल्याने, कांहीं काळातच नाम खोलवर पोहचते म्हणजेच वैखरीने नाम घेण्यास सुरवात केल्याने हळुहळू नाम मध्यमेमध्ये चालू लागते. ओठ बंद करुन आंतल्याआंत शांतपणे नाम घेता येते. नंतर हाच जप पश्यंतींमध्ये चालू राहतो. बाबा महाराज बेलसरे म्हणत, घशांत कांहीं हालचाल जाणवते पण नाम चालू आहे याची जाणीव साधकाला असते. शेवटी- राम हमारा जप करें । हम बैठें आराम । अशी स्थिती कबीरांनी वर्णन केल्याप्रमाणे होते. अखंड नाम चालू आहे. असा साधक 'तरुन' गेला असे म्हणायला हरकत नाही.

पुढे सोपानदेव म्हणतात, हरि हाच आत्मा होय, हे आत्मतत्त्व सोपे आहे, शब्दांनी ते कळते पण अनुभवासाठी खूप साधनाच हवी. चित्ताची शुद्धी पापनाशनाने होते. हरिनामाने पापांचा आणि पापवृत्तीचा नाश होतो.

परमेश्वर हा निर्गुण, निराकार आहे. संतांना, मंत्रद्रष्ट्या ऋषिंना ॐ कार हा ईश्वर निर्देशक मंत्र मिळाला. त्याच परमात्मतत्त्वाला, हरि, शिव, सच्चिदानंद, कृष्ण असेही संबोधले जाते. सोपानदेव तत्त्वाच्या अंगानीं

बोलत आहेत. यासाठी ते म्हणतात, हरि हाच आत्मा होय. ज्ञानोबा तेच सांगतात,

एक हरि आत्मा जीव शिव समा । वायां तु दुर्गमां न घालीं मन ।।

याच शरीरात ' जाणीव ' रुपाने नटलेल्या आत्म्याचा शोध घे. तत्त्वाच्या अंगानें समजून घे. मी देह, मन, बुद्धि कसा नाही ! चैतन्यरुप आत्माच आहे हे गुरुंच्या मुखातून कळेल. त्यावर 100 टक्के विश्वास ठेवून साधना केली पाहिजे.

एकाच ठिकाणी शांतपणे बसून, पुरेसा वेळ देऊन साधनारत व्हायचंय. सार लक्ष मस्तकाकाशांत केंद्रित करुन शरीरातील जाणीवेशी, Self शी एकरुप होण्याचा प्रयत्न करायला पाहिजे. चित्त आणि चैतन्याची एकरुपता होणे हेच साधनेचे मुख्य फलित आहे. यानेच ज्ञानावस्था प्राप्त होईल.

हरिनामाने स्वरुपाचे ज्ञान होते. स्वरुपज्ञानाने पापांचा नाश होतो. माऊली म्हणते,

जरी कल्मषांचा आगरुं । तुं भ्रांतीचा सागरुं ।
व्यामोहाचा डोंगरु । होऊनी अससी ।। ज्ञानेश्वरी 4/172
त-ही ज्ञानशक्तिचेनिं पाडे । हे आघवेचि गा थोकडें ।
ऐसें सामर्थ्य आहें चोखडें । ज्ञानी इयें ।। ज्ञानेश्वरी 4/173

ज्ञानात मुक्ती आहे. ज्ञानातच पाप नाश आहे. ज्ञान आणि भक्ती वेगळी राहत नाहीत. ती एकरुपच अवस्था आहे. हरिनामाने पापाचे हरण अशा त-हेने होते. नामस्मरण करतेवेळी ज्याचे नाम मी घेतो तो ईश्वर आणि मी नाम घेणारा एकच आहोत या भावनेतून जप, नामस्मरण केले पाहिजे. माऊली म्हणते,

एक नाम हरि द्वैत नाम दूरीं । अद्वैत कुसरीं विरळां जाणें ।।

पुढच्या चरणांत सोपानदेव म्हणतात, वैकुंठीचे सुख माझ्या चित्तात येत नाही. हरिचे ध्यान चित्तात धरुन ठेवावे हेच खरे.

अद्वैतात कोणताच भाव नाही, भावना नाही, जीवनातले रुसवे, फुगवे, भांडण, मनधरणी वैगेरे देवाशी संतांनीं केलेले व्यवहारही नाहीत.

संतांना साखर होणे आवडत नाही. साखर खाणे आवडते. अद्वैतस्थितीवर राहण्यापेक्षा द्वैतावर राहणे आनंददायी आहे. म्हणून

नको मज मुक्तस्थिती । तू देव मी भक्त ऐसे करी ।।

भगवंतांना हेच आवडते,

मग याहीवरीं पार्था । माझ्या भजनी आस्था ।

तरी तयातें मी माथां । मुकुट करीं ।। ज्ञानेश्वरी 12/214

सोपानदेवांची तीच इच्छा आहे. अद्वैत स्थितीत राहण्यापेक्षा देवांबरोबर लीला करण्यात सुख आहे. नामसंकीर्तन करावे, प्रवचन, कीर्तने करावीत, पूजा करावी, देवाशी संवाद करावा, वेळप्रसंगी भांडावे, ही सर्व लीलाच आहे. त्यात जो आनंद आहे तो अद्वैत स्थितीत नाही. मी नाही, तू नाही कांहीच नाही. श्री रामकृष्ण परमहंस, काली मातेस हेच म्हणाले, ' आई, मला शुष्क साधु करु नकोस. मला रसांत ठेव ! '

शेवटी सोपानदेव सांगत आहेत या नामस्मरणांमुळे मुक्ती, कैवल्यपद निश्चित मिळते, हा अत्यंत सोपा विचार आहे, की तुम्ही हरिस्मरण करा.

पट्टीचा गायक अनेक ताना घेऊन शेवटी समेवर येतो तसेच सोपानदेव समेवर आले आहेत.

' मुक्ति ' कैवल्यपद प्राप्ती हेच जीवनाचे, परमार्थाचे मुख्य उद्दिष्ट आहे.

नामस्मरणांमुळे ऐहिक कामनांची पूर्ती होणार का? असा बहुसंख्य लोकांचा प्रश्न असतो. याचे उत्तर एवढेच आहे, प्रारब्धात असेल तर कामनांची पूर्ती होईल. प्रारब्धात नसेल तर देवही कांहीं करुं शकणार नाही. म्हणून कामना टाकून नामस्मरण सांगितले आहे. अज्ञानी जीवांची भक्ती वेगळीच असते. तुकाराम महाराज म्हणतात,

अज्ञानाची भक्ति इच्छिती संपत्ती । तयाचिया चित्ती बोध कैचा ।।
अज्ञानाची पूजा कामिक भावना । तयाचिया ध्याना देव कैचा ।।
अज्ञानाचे कर्म फळी ठेवीं मन । निष्काम साधन तयां कैचे ।।
अज्ञानाचे ज्ञान विषयांवरी ध्यान । ब्रह्म सनातन तयां कैचे ।।
तुका म्हणें जळों ऐसियांचे तोंड । अज्ञानाचे बंड वाढविती ।।

तु.गा.3176

हे अतिशय महत्त्वाचे आहे. जोपर्यंत अंतःकरणात वासना, कामना

आहेत तोपर्यंत नामस्मरण हे प्रेमाचे होणार नाही. त्या व्यक्तीला ज्ञानही होणार नाही. ज्ञान नाही तर मुक्ती कुठली?

साधकांनी याचा विचार करुन आपलं ध्येय, पक्कं आहे की नाही ? हे वारंवार तपासून पाहिलं पाहिजे.

....

अभंग 12 वा

हरिनाम जपे सहस्त्रचरी सोपें । जातील रे पापें अनंत कोटी ||1||
हरीविण नाम नाहीं पैं सार । दुसरा विचार करु नको ||2||
हरिनाम चोख पवित्र परिकर । नित्यता शंकर हरि ध्यानीं ||3||
सोपान म्हणे हरि जप करा रे सर्वथा । न पावाल व्यथा भवजाळी ||4||

माणसाचे जीवन धर्माच्या अधिष्ठानावर चाललं पाहिजे. धर्माच्या अधिष्ठानावर मिळविलेले अर्थ, काम मनुष्याच्या लौकिक सुखाला कारणीभूत होतात. आणि मग चौथ्या पुरुषार्थाकडे, मोक्षाकडे जाणे सोपे होते.

आज कलियुगाचा अनिष्ट महिमा पसरला आहे. सदाचरणाचा मार्ग दिसत नाही. धर्म कोणालाच नको आहे. अशा परिस्थितीत पापाचे डोंगर वाढले नाहीत तर नवलच. अखाद्य भक्षण, अपेयपान, अनैतिक आचरण, भ्रष्ट जीवन याचे भय माणसांना वाटत नाहीये. सर्व कांहीं ' मॅनेज ' करता येईल असं वाटतंय. देवाला कसे मॅनेज करणार ? आपण आपल्यालाच फसवतो आहे हे कळलं पाहिजे !

अशा परिस्थितीत सोपानदेवांचा हरिपाठ परमार्थाच्या पवित्र वाटेवर चालण्याचे आवाहन करीत आहे. पुण्याच्या मार्गावर चालण्यासाठी बोलवत आहेत. आपण दुर्लक्ष करता कामा नये. या अभंगाच्या पहिल्या चरणांत ते म्हणतात. हरिनामाचा जप हा सहस्त्रचरांच्या या विश्वांत सोपें साधन आहे. या हरिनामाच्या जपाने अनंत कोटी पापे जातील.

चौऱ्याऐंशी लक्ष जीवयोनींची ही सृष्टी, चराचरांनीं नटलेली ही पृथ्वी. या पृथ्वीतलावर आपण माणूस म्हणून जन्माला आलो आहोत. तर आपल्या जन्माचे सार्थक करुन घेतले पाहिजे. स्वामी स्वरुपानंद म्हणतात,

असोनि संसारी घ्यावें आत्मसुख । तरिच सार्थक स्वामीं म्हणे ||

ते आत्मसुख देवाची भक्ति करुन मिळणार आहे. भक्तिहीन मनुष्य

पशुच होय. माऊली म्हणते,

माझिये भक्तीविण । जळों तें जियालेंपण ।
अगा पृथ्वीवरी पाषाण । नसतीं काई ।। ज्ञानेश्वरी 9/436

तर स्वामी स्वरुपानंद संजिवनी गाथेत म्हणतात,

हरिपायीं मन होय ना तल्लीन । जळों तें जीवन स्वामीं म्हणे ।।

आपल्या जीवनात भक्तिला प्रथम स्थान असले पाहिजे. जे नसतंच. असे म्हणतात,

Everybody has time for urgent work but Nobody has time for important work. नामस्मरण, ध्यान हे महत्त्वाचे काम आहे. ज्याने जीवन धन्य धन्य होऊन जाणार आहे. नामस्मरणांमुळे अनंत कोटी पापांचा नाश होणार आहे.

सर्व संतांनीं आपल्या अभंगवाणींतून हे समाज मनावर ठसवलं आहे, कीं नामाने पापांचा नाश होतो. याचे कारण काय असावे ? तर, समाजाची नैतिक पातळी उंचावली गेली पाहिजे !

निंबरगीं संप्रदायात अनुग्रह, नामदीक्षा देताना, अंगाऱ्याला शिवून शपथ घ्यायला लावतात. परद्रव्य आणि परस्त्रीचे पथ्य पाळेन. श्रीरामकृष्ण परमहंस म्हणत, ' कनक, कांता ही दोनच पथ्ये साधकांनीं काटेकोरपणे पाळावीत. ' मी देवाचे नाम घेतो आणि अशी पाप कर्मे मी करीनच कसा ? यासाठी मी जन्माला आलो नाही. अशी खुणगांठ मनाशी बांधील तर सहजच पापप्रवृत्तीवर आळा बसतो. अखंड नामस्मरण केल्याने चित्ताची शुद्धि होते. ज्ञानाचा उदय होतो. ज्ञानाचा सूर्य प्रकटताच पापाचा अंधार नाहीसा होतो. एक गोष्ट महत्त्वाची लक्षांत ठेवली पाहिजे, प्रत्येक कर्माचे फळ हे भोगावे लागतेच. त्यामुळे पापकर्म केले वर नामस्मरण केले की पापाचे फळ भोगावे लागणार नाही का ? लागणारच! त्यात सुटका नाही.

पुढे सोपानदेव म्हणतात हरिनामाशिवाय सार कांहीं नाही. दुसरा कोणता विचार करुच नको. परमार्थामध्ये साधनचतुष्ट्य ही मुख्य गोष्ट आहे. अंतःकरणांत मुमुक्षत्व नसेल तर उपदेश फलद्रुप होत नाही. म्हणूनच आज हजारो प्रवचने, सत्संग होत असूनही श्रोत्यांच्यामध्ये पालट का होत नाही ? याचे कारण श्रोत्यांच्यात साधनचतुष्ट्य नाही.

पहिलं जर काय सांगितले असेल तर आत्मानात्मविवेक !

सार काय? असार काय?

निवडावें हंसे जैसे क्षीर नीर । तैसें सारासार विचारावें ।।
नामरुपात्मक जग हें मायिक । अविनाश एक आत्मपद ।।

आत्मपद म्हणजे हरि ! या हरिला धरुन ठेवणे म्हणजे ' सार ' ! जीवनाचे सारभूत कर्तव्य.

संतांनी परमेश्वराशिवाय दुसरे कांहीं चिंतन केले नाही.

स्वामी स्वरुपानंद म्हणतात,

आतां मज एक विठ्ठलाचा छंद । लौकिक संबंध दुर ठेला ।।
विठ्ठला वांचोनि न बोलें वचन । न देखें नयन दुजें कांहीं ।।

तर माऊली म्हणते,

डोळां जें देखावें । कां कांनीं हन ऐकावें ।
मनीं जें भावावें । बोलावें वाचें ।। ज्ञानेश्वरी 8/76
तें आंत बाहेरीं आघवें । मीचि करुनि घालावें ।
मग सर्वीं काळीं स्वभावें । मीचि आहें ।। ज्ञानेश्वरी 8/77

यालाच म्हणतात हरि धरुन ठेवणे. कारण तेच जीवनाचे सार आहे. सोपानदेव म्हणतात, हरिशिवाय दुसरा विचार करुच नको.

हरिशिवाय दुसरा विचार म्हणजे सांसारिक विषयांचा विचार. संसार तर पाठीमागे लागलेलाच आहे. संसारापासून बाजूला जाऊन हरिचिंतनांची सवय, अभ्यास केला पाहिजे. अभ्यास जसा वाढेल तसे संसाराचे विस्मरण होईल.

सांडून आपली संसारवेथा । करित जावी देवाची चिंता ।
कथा निरुपण कीर्तन वार्ता । देवाच्याचि सांगाव्या ।।

म्हणजे हरिचे चिंतन सर्वकाळ होईल. दुसरा विचार येणार नाही.

पुढच्या चरणांत श्री सोपानदेव म्हणतात, हरिनाम अत्यंत चोख, पवित्र आहे. सुखकारक आहे. प्रत्यक्ष भगवान शंकर देखील हरिचे ध्यान करतात. भगवंत आणि त्याचे नाम अभिन्नच आहेत. सोनोपंत दांडेकर म्हणत, ' पवित्राणां पवित्र' असा हरि आहे, त्यामुळे कोणत्याही व्यक्ती, जातीने शिवल्यामुळे तो अपवित्र कसा होईल? पतितांना पावन करणारा तो आहेच. हरिनामाने अंतःकरणाला पावित्र्य येते.

मृत्यूंजयकार शिवाजीराव सावंत बोलताना म्हणाले होते, " जगात

एक निर्दोष असा परमेश्वरच आहे. बाकी सर्वात कमी अधिक दोष असतोच ” सोन्यापेक्षाही चोख असा परमात्मा आहे, कारण त्याला कशाचाच स्पर्श होऊ शकत नाही. नाम देखील शुची, अशुचीच्या पलिकडे आहे. ते चोख पवित्र आहे. नाम घेण्यामुळे अंतरिक सुख वाढते.

तुकाराम महाराज म्हणतात,

नाम घेतां मन निवे । जिव्हें अमृतचीं स्त्रवें ।।

जीभेंवर अमृताचा स्त्राव करणारे नाम किती सुखकारक आहे याची कल्पना संतांनाच आहे. कारण आपण पोटभर नाम घेत नाही.

सोपानदेव म्हणतात, भगवान श्री शंकर देखील हरिध्यान करतात. भगवान शंकरांचे गुरु श्रीराम आहेत. राम हे हरिचेच रुप. त्यामुळे शंकरांना राम नाम अतिशय प्रिय आहे. ते अखंड त्या नामाचा उच्चार आणि ध्यान करतात. समुद्र मंथनातून निघालेल्या विषाचे सेवन केल्याने शंकराना जो दाह झाला तो केवळ राम नामाने थांबला.

समर्थ म्हणतात,

नामाचा महिमा जाणे शंकर । जनां उपदेशी विश्वेश्वर ।।

शेवटी सोपानदेव सांगत आहेत, सर्वकाळ हरिचा जप करत राहा. त्यामुळे संसाराची व्यथा तुम्हांला लागणार नाही.

गोंदवलेकर महाराजांना विचारले, ’ तुम्ही वाणी अवतारा पेक्षा प्रत्यक्ष देह धारण करुन का आला नाहीत ? ’ त्यावर महाराज म्हणाले, ’ देह धारण केला की त्या देहाचे प्रारब्ध भोगावे लागणार. पुनःश्च सर्वच सुरुवात करावी लागणार. ’

हे खरंच आहे, देह धारण केला की प्रारब्ध भोगावे लागते. संसार म्हणजे जन्म मृत्यू.

जन्म दुःखाचा अंकुर । जन्म शोकाचा सागर ।
जन्म भयाचा डोंगर । चळेना ऐसे ।।

असे वर्णन समर्थांनीं केलेले आहे. ही व्यथाच आहे. कारण इथे

सुख पाहतां जवां पाडे । दुःख पर्वताएवढें ।।

असे हे संसारचक्र तोडायचे असेल तर

ज्ञानदेव म्हणे हरि जप करणे । तुटेल धरणे प्रपंचाचे ।।

हेच करावे लागेल. सोपानदेवांनी ते मोठ्या निष्ठेने केले होते.

आपणासहि तसे करावे लागेल. तरच जीवनात सुख शांती लाभेल.

....

अभंग 13 वा

विठ्ठल पैं सार हा जप आमुचा । आणि त्या शिवाचा नित्यनेम ।।1 ।।
गोविंद श्रीहरी हेचिं तो उच्चारी । शिव चराचरीं आत्माराम ।।2 ।।
नामेंविण नेणें दुजियाची मात । गोविंद स्मरत शिवराणा ।।3 ।।
सोपान धारणा गोविंद पाठाची । कोटी पैं कुळाची कुळवट ।।4 ।।

समर्थ रामदास म्हणतात,

विवरलेंचि विवरावे । पुन्हा निरुपण ।।

परमार्थात पुनरुक्ती हा दोष मानलेला नाही. जो पर्यंत आचरणात येत नाही तोपर्यंत

श्रवण मनन । केलेचि करावें ।।

त्यानंतर देखील आचरणात घसरण होऊ नये. म्हणून ऐकावे लागेलच. प्रस्तुत अभंगात श्री सोपानदेवांनी, परमार्थाचे आदिगुरु श्रीशंकर, आदिनाथ यांचें उदाहरण घेऊन नाम महात्म्य सांगितले आहे.

अभंगाच्या पहिल्या चरणांत श्रीसोपानदेव म्हणतात, ' विठ्ठल ' नाम हे सर्व साधनांचे सार आहे. त्याचा जप मी करतोय. आणि प्रत्यक्ष शिव देखील नित्य नेमाने तोच जप करत आहेत.

समर्थ म्हणतात,

क्रियेंविण शब्दज्ञान । तेंचि श्वानाचे वमन ।
भले तेथें अवलोकन । कदापि न करती ।।

सोपानदेवच नव्हे तर सर्व संतांच्या जीवनात क्रिया आणि अनुभव याशिवाय बोलणे नसते. श्रीगुरुदेव रानडे म्हणत, माझ्या सर्व ग्रंथांमध्यें मला जे अनुभवाला आले नाही ते मी लिहिले नाहीं ! ' आज जे समाजात चित्र दिसते, उपदेशाचे डोस पाजत वक्ते येतात आणि जातात. स्वतःच्या जीवनात कोणतीच साधना ते करत नाहीत. ' आम्हीं समाजाचे प्रबोधन करतो '. वगैरे गोंडसपणे सांगतात. अशा वक्त्यांचे नांव, प्रसिद्धि होईल पण कार्य ठसणार नाही, परिणाम कांहीं दिसणार नाही. आज 700 वर्षानंतरही माऊलींचे शब्द, 400 वर्षानंतर तुकाराम, रामदास, एकनाथ महाराजांचे शब्द जीवनात पालट घडवूं शकतात याचे कारण, त्या शब्दांच्या पाठीमागे

त्यांचें जीवन आणि अनुभव उभे होते.

सोपानदेव हरिनाम जप स्वतः नित्य करत आहेत. कारण सर्व साधनांचे ते सार आहे. तुकाराम महाराज म्हणतात,

वेद अनंत बोलिला । अर्थ इतुकाचि साधला ।
विठोबासी शरण जावें । निजनिष्ठा नाम घ्यावे ।।

असाररुपी संसाराचा त्याग करुन सारभूत असा परमात्मा आणि त्याचे नाम संत धरुन ठेवतात. गोंदवलेकर महाराज म्हणत, नामाची शक्ति एवढी मोठी आहे की ती भगवंताला खेचून आपल्याकडे घेऊन येते. कोणीतरी अनुभव घेऊन पहायला तयार हवे.

असे हे दिव्य नाम प्रत्यक्ष शिव नित्य नेमाने घेत आहेत. शिव म्हणजे

आदिनाथ सिद्ध आदिगुरु थोर । तयांसीं नमस्कार भक्ति भावें ।।

ज्यांच्या पासून हा नाथ संप्रदाय चालू झाला ते परमगुरु ते देखील नामस्मरणाचा नित्यनेम चालू ठेवतात. याची कारणे दोन आहेत. एक कारण,

एथ वडिल जें जें करितीं । तयां नामु धर्मु ठेविती ।
तेंचि येर अनुष्ठिती । सामान्यसकळ ।।

समाज आपल्या थोर वडिलधारीं माणसांकडें पाहून शिकत असतो. प्रत्यक्ष चंद्रमौळी शंकर भगवान नाम घेत आहेत हे पाहून लक्षावधी साधकांना प्रेरणा मिळते. दुसरे कारण,

बाह्य साधकांपरी । स्वरुपाकार अंतरी ।
सिद्धलक्षण चतुरी । परिसावें ऐसें ।।

समर्थ हे दासबोधात सांगत आहेत.

सद्गुरुंनीं आपली साधकदशा सोडलेली नसते. साधक शिष्यांच्या बरोबर ते ही नाम, ध्यान, भजन करत राहतात. भाऊसाहेब उमदीकर, अंबुराव महाराज, गुरुदेव रानडे वगैरे थोर संत साधकांसमवेत तीन-तीन तास नेमाला बसत. हे सर्व सांगण्याचे कारण साधना आपली सुटू नये.

पुढच्या चरणांत श्री सोपानदेव म्हणतात, शिव महाराज, गोविंद, श्रीहरि या नामांचा उच्चार करतात. त्याच बरोबर चराचरांत आत्माराम म्हणून तेच नांदत आहेत.

भगवंतांचीं अनंत नामे आहेत. कोणत्याही नामाने हांक मारल्यास ते

' ओ ' देतात, प्रतिसाद देतात. हे कसे तर, माऊली म्हणते,

उपजलिया बाळकांसी । नांव नाही तयांपासीं ।
ठेविलेनि नावेंसी । ओं देत उठीं ।। ज्ञानेश्वरी 17/330

गोंदवलेकर महाराज म्हणत, शंकर भगवान रामनाम घेतात. त्यांना ते अत्यंत आवडते. इथे सोपानदेव म्हणतात, गोविंद श्रीहरि या नामांचा जप शिवशंकर करतात. याचा अर्थ आपण समजून घेतला पाहिजे. सोपानदेवांनी हे सिम्बॉलिक म्हटलं आहे. मुख्य वर्म काय असेल तर शिवाचे नामस्मरण चालू आहे.

शिव स्वतः सिद्धच असल्यामुळे सर्व चराचरांतून आत्मरुपाने ते विद्यमान आहेत. याचा सखोल विचार करुन घेतला पाहिजे.

मी आत्मस्वरुप आहे हा अनुभव आल्यानंतर, मीच सर्व प्राणिमात्रांच्या अंतर्यामी व्यापून आहे असा व्यापक अनुभव त्या व्यक्तीला येतो. ही सिद्धांची अवस्था असते. एऱ्हवी आपल्या बाबतीत द्वैतच असते. आजकाल तर जिथे आई, बाप, भाऊ यांना देखील ओळख न दाखवणारे लोक आहेत. वृद्ध आई-वडील एकटेच राहत असतात. सोपानदेवांच्या विचारानुसार आचरण झाले तर समाजात प्रत्येकाविषयी आत्मियता निर्माण होईल. ती आत्मियता घरांतून निर्माण होत विश्वापर्यंत गेली पाहिजे. मला कोणी परका वाटताच कामा नये. प्रत्येकाच्या अंतःकरणामध्ये तो ' शिव ' च आहे असे जाणणे तीच खरी भक्ति होय.

माऊली म्हणते,

जे जे भेटे भूत । ते ते मानिजे भगवंत ।
हाचि भक्तियोगु निश्चित । जाण माझा ।।

पुढच्या चरणांत सोपानदेव म्हणतात, नामाशिवाय दुसरी कोणतीच गोष्ट शिवराणा जाणत नाहीत. अखंड गोविंदाचे स्मरण ते करत आहेत.

हनुमंत म्हणत, " मी तिथी, वार, नक्षत्र वगैरे कांहीं जाणत नाही, मी फक्त रामाला जाणतो. " गुरुदेव रानडे म्हणत, " ज्या नामामुळे आपल्याला इतका आनंद, अनुभव आलेला आहे असे दिव्य नाम घेणे कोण सोडेल? " या दोन्ही उदाहरणांवरुन लक्षांत येते की जे सर्वोत्तम आहे, जे जीवनाचा उद्धार करणारे आहे, साक्षात्कार करुन देणारे आहे ते ' नाम ' अत्यंत प्रिय होऊन जाते.

' राम ' नामाने शंकरांचा विष प्राशन केल्यामुळे होणारा दाह नष्ट झाला. म्हणूनच ते ' राम ' नाम त्यांनी कंठात धरुन ठेवले आहे. श्रीरामकृष्ण परमहंस म्हणत, रामाचे गुरु श्रीशंकर आणि शंकराचे गुरु श्रीराम. त्यामुळे दोघांच्यात विशेष सख्य आहे. दोघेही नामस्मरण करत आहेत. प्रभू रामचंद्र- ॐ नमः शिवाय चा जप करतात तर श्री शंकर श्रीराम, श्रीराम म्हणतात.

कोणतीही गोष्ट ही कालांतरांने सिद्ध होते. अखंड नामस्मरण लगेच होत नाही. गुरुदेव रानडेंचा 1901 साली अनुग्रह झाला. 1917 साली त्यांनीं काकासाहेब कारखानीसांना सांगितले,
" तैलधारवत अखंड नामस्मरण चालू आहे." त्यासाठी 17वर्षांचा काळ उलटावा लागला.

मुळातच साधकाचे ध्येय ते असले पाहिजे. त्यामुळे साधनेला दिशा आणि गती मिळत जाते. बाबा महाराज बेलसरे म्हणत, विमान आकाशात झेपावण्याआधी खूपच धावपट्टी ओलांडांवी लागते. एकदा का ते आकाशात स्थिर झाले की मग फारसे कष्ट नाहीत, माझ्या बाबतीत आता तसे झाले आहे, पडून राहिलो तरी नाम चालू राहते. साधकांनी यातून हेच शिकायचे आहे, चिकाटीने नाम घेतले पाहिजे.

शेवटी सोपानदेव म्हणतात, माझी स्वतःची धारणा, गोविंदाचे नाम घेण्याची आहे, जणु कांही ही आमची कोट्यावधी कुळांपासून चालत आलेली कुळ परंपराच आहे.

पूर्वीचे संचित हे मानावेच लागेल. त्याशिवाय अध्यात्माची, परमार्थाची गोडी लागत नाही. अगदी लहान वयातच बहुतेक संत हे सद्‌गुरुंच्या, संतांच्या सहवासात आलेले दिसतात. मामासाहेब दांडेकर 15-16 वर्षांचे होते. जोग महाराजांकडून ज्ञानेश्वरीचे धडे त्यांना मिळत होते. त्या वयात ते पूर्णतः कळत होते अशातला भाग नाही पण संस्कारांना महत्त्व आहे. पुढे तर जोग महाराजांनीं सांगून टाकले, माझ्या माघारी माझा सोनू कीर्तने, प्रवचने करील.

सोपानदेवांची पारमार्थिक, आध्यात्मिक धारणा पूर्वसंचितांनुसार होती. म्हणूनच ते म्हणतात, गोविंद या नामाची धारणा माझी आहे. नाम घट्ट धरुन ठेवणे ही सोपी गोष्ट नाही. अंतःकरणात भगवंतांचें प्रेम भरलेले असेल तरच नाम येते. मुक्त होण्याची तळमळ साधनेला धरुन ठेवते. कारण

स्वरुपाचे ज्ञान व्हावे आणि संसारचक्रातून सुटावे हाच मुख्य उद्देश नामसाधनेचा आहे.

पुढची गोष्ट सोपानदेवांनीं छानच सांगितली आहे. संत लोक धर्मसंस्थापनेसाठीच येत असतात. तुकाराम महाराज म्हणतात,

आम्हीं वैकुंठवासी । आलो याची कारणासी ।
बोलिले जे ऋषी । सांच भावें वर्ताया ।।

किंवा

मागे बहुतां जन्मी । हेंचि करित आलो आम्हीं ।
भवतापश्रमी । दुःखे पीडिले निववूं त्या ।।

सोपानदेवांची देखील हीच कुळपरंपरा आहे, नाम महिमा सांगत राहण्याची !

....

अभंग 14 वा

हरी असें देही सर्वकाळ संपन्न । म्हणोनि चिंतन निरंतर ।।1 ।।
हरीविण नाहीं हरीविण नाहीं । दिशा द्रुम पाहीं बिंबलासे ।।2 ।।
हरीविण देवो नाहीं अन्य भावों । हरी असे सर्व देह नावें ।।3 ।।
सोपान सांगतु ऐके हरी सर्वत्रांसवें । भाग्यवंता दिसे सर्वकाळ ।।4 ।।

गीतेत भगवंत अर्जुनाला सांगतात,

श्रद्धावान् लभतें ज्ञानम् ।

आणि श्रद्धा या शब्दावर भाष्य करताना श्री शंकराचार्य म्हणतात शास्त्र आणि गुरुवाक्यावर विश्वास याला ' श्रद्धा ' म्हणावे. गोंदवलेकर महाराज म्हणत, ' शिष्यच आता इतकें हुषार झाले आहेत की सद्गुरुंला शिकवायचा प्रयत्न करतात. ' शिष्याची शरणागती महत्त्वाची ठरते. ' " मला कांहीं कळत नाही." हे मला आवडते असे गोंदवलेकर महाराज म्हणायचे.

सोपानदेवांची नुसतीच श्रद्धा नव्हती तर साधना होती. माऊली म्हणते,

नुसधियाचीं श्रद्धा । झोंबों पाहसी परमपदा ।
तरी तैसें हें प्रबुद्धा । सोहोपे नोहे ।। ज्ञानेश्वरी 17/50

नुसत्या श्रद्धेने हे काम होणार नाही. अभ्यास पाहिजे.

अभ्यासासि कांहीं । सर्वथा दुष्कर नाहीं ।
म्हणोनिं माझ्याठायीं । अभ्यासें मिळ ।।
असे भगवंत सांगत आहेत.

प्रस्तुत अभंगात ते पहिल्या चरणांत म्हणतात, हरि हा सर्व देहांमध्ये सर्वकाळ विद्यमान आहे. म्हणून मी त्याचे चिंतन सर्वकाळ, निरंतर करतो आहे. संतांच्या अभंगावर, गीता, भागवत, उपनिषदे यांचीं छाप असते. या ग्रंथातील तत्त्वज्ञानच ते अभंगातून मांडत असतात.
गीता असे सांगते,
अहं आत्मा गुडाकेश सर्वभूताशयास्थितः ।

मी ' आत्म 'रुपाने सर्वभूतमात्रांच्या मध्ये आहे. विभूतियोगात भगवंत म्हणतात,
इंद्रियांमाजी अकरावें । मन तें मी हे जाणावें ।
भूतांमाजीं स्वभावें । चेतना तें मी ।। ज्ञानेश्वरी 10/224
मन आणि मनाला चेतना देणारे चैतन्य देवच झाले आहेत. शरीरच त्यांच्या सत्तेने चालते.
चालें हे शरीर कोणाचिये सत्ते । कोण बोलवितें हरिविण ।।
देखवीं ऐकवी एक नारायण । तयाचें भजन चुको नको ।। तु. गा.3066

आपण सर्वांनींच हे लक्षात ठेवले पाहिजे की आंत मध्ये हरि विद्यमान आहेत. आत्मस्वरुपाचे ध्यान म्हणजे हरिचे ध्यान.
श्रीसोपानदेव निरंतर ध्यान करत आहेत. यातून साधकाने प्रेरणा घेण्यासारखे आहे. सख्य भक्तीत समर्थ म्हणतात,
सांडून आपली संसारवेथा । करित जावी देवाची चिंता ।
कथा निरुपण कीर्तन वार्ता । देवाच्याचि सांगाव्या ।।

सर्व अंगांनी हरिचे चिंतन, मनन, ध्यान झाले पाहिजे.
ते आंतबाहेरी आघवें । मीचि करुनि घालावें ।
मग सर्वी काळी स्वभावें । मीचि आहे ।। ज्ञानेश्वरी 8/77

रिकाम्या वेळेत मी काय करतो आहे? तो वेळ मी परमार्थासाठी दिला की विषय चिंतनात घालवला? हा प्रश्न स्वतःला विचारुन घेतला की काम झाले ! सोपानदेव तैलधारवत चिंतनात मग्नच झाले आहेत.

पुढच्या चरणांत सोपानदेव म्हणतात, या सर्व दिशांमधून हरिशिवाय

कोणी नाही. सर्वत्र तोच भरुन राहिला आहे.

ही सोपानदेवांची बोधपूर्ण अवस्था आहे. हरिपाठात माऊली म्हणते,

ज्ञानदेवा प्रमाण आत्मा हा निधान । सर्वांघटी पूर्ण एक नांदे ।।
ज्ञानदेवा गोडी संगती सज्जनी । हरि दिसे जनीं वनी आत्मतत्त्वीं ।।

तर जनाबाई म्हणते,

वाम सव्य दोन्ही कडे । दिसे देवाचें रुपडें ।।
खाली पाहें अथवा वरी । जिकडे पाहें तिकडे हरि ।।
डोळें झाकुनियां पाहे । पुढें गोपाळ उभा आहे ।
अणुंरेणूं चक्रपाणिं । खुण झाली दासी जनीं ।।

सर्व संतांचा हाच अनुभव असतो. ज्याने आत्मतत्त्व जाणलें त्याने सर्व कांहीं जाणल्यासारखेच असते. त्या असिम तत्त्वांपासून पंच महाभूते, मन, बुद्धि, अहंकार यांनीं अष्टधा प्रकृती तयार झाली आहे. म्हणूनच भगवंत म्हणतात,

ए-हवीं मी नसें ऐसें । कांहीं वस्तुजात असें ।
पाहें पां कवण जळ रसें । रहित आहे ।। ज्ञानेश्वरी 7/159

मी सर्वत्र आहेच. किंबहुना

सुवर्णांचे मणि केलें । ते सोनियाचे सुतीं वोंविलें ।
तैसें म्यां जग धरिलें । सबाह्याभ्यंतरीं ।। ज्ञानेश्वरी 7/32

हे जग भगवंताने आंत बाहेर धरुन ठेवले आहे. आपल्याला तसा दृष्टीलाभ गुरुकृपेने झाला पाहिजे. अकराव्या अध्यायांत गीतेमध्ये भगवान गोपालकृष्णांनीं अर्जुनाला दिव्य चक्षु दिले तेंव्हा त्याला विराट विश्वरुपदर्शन झाले. ते ज्ञानचक्षु होते. सोपानदेवांना ही ज्ञानदृष्टी मिळाली होती. त्यामुळे त्यांना सर्वत्र नटून राहिलेला भगवंत, हरि दिसू लागला.

पुढच्या चरणांत ते म्हणतात, हरिशिवाय अन्य देव नाहीच असा माझा भाव आहे. हरि हाच सर्व देहांच्या ठिकाणी नामरुपाने उभा आहे.

दासबोधात श्री समर्थ म्हणतात, मुख्य देवाचा निश्चय झाला पाहिजे. ' आत्माराम ' हाच मुख्य देव होय. बाह्य जगतांमध्ये नानाविध देवतांची सगुण उपासना चालू आहेच. त्याबद्दल संतांना कांहीं म्हणावयाचें नाहीं. कारण अधिकारभेदानुसार लोक उपासना करत राहतात. संतांना आत्मानुभूति आल्यामुळे, आत्मचिंतन ही मुख्य धारणा ठेऊन बाकीचे

व्यवहार ते सांभाळतात.

आत्माराम उपासना । तेणें पाविलो निरंजना ।।

ज्या उपासनेने मुख्य देवाचे म्हणजे हरिचे दर्शन होते. ती ' आत्माराम ' उपासना सोपानदेवांनी केलेली आहे. त्यासाठीं ते सर्व साधकांना हरिशिवाय अन्य देव नाहीच असे विश्वासाने सांगतात. आत्मतत्त्वाची अनुभूति येताच सर्व कांहीं आत्माच झाला आहे, या जगांत आत्माच भरुन राहिला आहे अशी प्रचिती त्या साधकाला येते असे रामकृष्ण परमहंस सर्वांना सांगत.

संतांची दृष्टी यामुळे एका बाजूला अतिशय सूक्ष्म आणि दुसऱ्या अंगाने अत्यंत व्यापक होते.

या उपाधिमाजी गुप्त । चैतन्य असे सर्वगत ।
ते तत्त्वज्ञ संत । स्वीकारिती ।। ज्ञानेश्वरी 2/126

' तत्त्वज्ञ ' म्हणजे आत्मतत्त्वाशी एकरुप झालेला, आत्मज्ञानी संतांकडे गेल्यानंतर ते समोरच्या व्यक्तींमधील गुण-अवगुणांचा विचार करत नाहीत, किंवा त्याची जात, लिंग, गरिबी, श्रीमंती हे सर्व न पाहता, त्याच्याही अंतःकरणात हरिच उभा आहे हे पाहतात. अनंत रुपे, अनंत वेषे तूच नटला आहेस असे संत का म्हणतात याचा उलगडा होतो. त्यामुळे संतांच्या जीवनात संघर्ष नाही, द्वेष नाही, मत्सर नाही. सर्वांशी प्रेमाने ते वागतात कारण समोर ' हरि ' उभा आहे. हे अद्वैत एकदा साधले की झाले. पण हा बोध लाखात एखाद्या उत्तम साधकाला गुरुकृपेने होतो.

शेवटी सोपानदेव आपणां सर्वांना सांगत आहेत हरि सर्वांच्या संगे आहे, भाग्यवंत माणसांना मात्र तो सर्वकाळ दिसतो.

इथे एक महत्त्वाचा विचार सोपानदेवांनी मांडला आहे. संतांचा अनुभव तीन टप्प्यात सांगता येईल. (एक) देव आहे (दोन) देव तुझ्या अंतःकरणांत आहे आणि (तीन) तूंच देव आहेस !

' चैतन्य ' हेच देवाचे स्वरुप ! सर्व देहांमध्ये चेतना आहे. म्हणून देव सर्वांच्या संगतीत आहे. हे ज्ञान बहुतेक लोकांना नसते. त्यामुळे ते देवाचा शोध बाहेर घेतात.

तस्मात विचार करावा । देव कोण तो ओळखावा ।
आपुला आपण शोध घ्यावा । अंतर्यामी ।।

हा देव कसा ओळखता येतो? मी, मी हे जे स्फुरण आपल्या मध्ये आहे ती वस्तू म्हणजे देव.

माऊली म्हणते,

ए-हवीं सर्वांच्या हृदयदेशीं । मी अमुका आहे ऐसी ।
जें बुद्धि स्फुरें अहर्निशीं । ते वस्तु गा मीं ।। ज्ञानेश्वरी 15/421

' मी ' हे स्फुरण अखंड आहे. ' मी ' नाही असे कधीही वाटत नाही. याचे कारणच मी त्रिकालाबाधित असलेला सत् स्वरुप परमेश्वरच आहे.

हा बोध होण्यासाठी

पूर्वीचे संचित । ये जन्मीची कमाई।
आणि तिसरी ती पाहीं । गुरुकृपा ।।

हे आवश्यक आहे.

तीव्र संवेगाने केलेली साधना आणि गुरुंची कृपा याचा संगम म्हणजे आत्मसाक्षात्कार. आत्मा हाच हरि. भाग्यवंताला हे आत्मसाक्षात्काराचे भाग्य लाभते हे अगदी खरे आहे. स्वामी माधवनाथ(पुणे) म्हणत, ' पूर्वसंचिताचा मोठा भाग असतो.' स्वतः श्री गुरुदेव रानडे म्हणत, " अरे ही दर्शने म्हणजे पूर्व जन्मींची पुण्याई ! "

आपले भाग्य कधी उजळणार? हाच प्रश्न आहे.

....

अभंग 15 वा

गोविंद माधव हा जप आमुचा । नाही प्रपंचाचा आम्हां लेशु ।।1 ।।
गोविंद स्मरणें नित्य ताप हरणे । हरिनाम पठणे मोक्षमुक्ति ।।2 ।।
नलगेचि तिर्थ एक गोविंदची पुरे । वेगीं कृष्ण धूरें ओंळगे सदा ।।3 ।।
सोपान सांगत गोविंद स्मरण । नित्यता पैं ध्यान गोविंदाचे ।।4 ।।

आपल्या जीवनकार्याचे प्रतिबिंब लेखनातून उमटत असते. ईश्वराविषयी अपार प्रेम, त्याचेच चिंतन, मनन, ध्यान, भजन हे सर्व संतांच्या जीवनाचे सूत्र असते. या सूत्राला सांभाळून ते जगाच्या व्यवहारात वावरतात. जे आपल्या सहवासात येतात त्यांना देवाच्या भक्ति-प्रेमाची आवड लावण्याचा ते आटोकाट प्रयत्न करतात. हरिनामाची महती पुनः पुन्हा सांगतात. संतांच्या सांगण्याचा परिणाम अंतःकरणावर होतोच कारण ते जे बोलतात, तेच जीवनात करत असतात. म्हणून त्यांच्या वचनांना विशेष

महत्त्व आहे.

तुका म्हणे करुन दावी । त्याचे पाय माझें जीवी ।।

प्रस्तुत अभंगातून सोपानदेव प्रापंचिक साधकांना मोठा दिलासा देत आहेत. अभंगाच्या पहिल्या चरणांत सोपानदेव सांगत आहेत, गोविंद, माधव असा नामजप आमचा चाललेला आहे. प्रपंच लेशमात्र देखील अंतःकरणात राहिला नाही.

प्रपंच हा पाठीमागे लागलेलाच असतो. मामासाहेब दांडेकर ब्रह्मचारी होते. तथापि ते आपल्या थोरल्या बहिणीकडे राहत असत. साहजिकच घरातील लग्न, मुंजी पासून अनेक प्रापंचिक कामे चिकटलेली असत. तथापि ते सर्वांना सांगत, माझ्या डोक्यात पांडुरंगाशिवाय कांहीं नाही. याचा अर्थ समजून घेतला पाहिजे.

देह असो भलतिये व्यापारी । परि चित्त असावें सर्वेश्वरी ।।

सोपानदेवांचे असेच झालेले होते. तैलधारवत अखंड नामस्मरण चालू होते. मन नामाकार झालेले होते. प्रपंचाचे विचार मनात येतच नव्हते.

प्रपंच म्हणजे पंचविषयांच्या उपभोगाचे ठिकाण. नाना प्रकारच्या वासना, कामना, विकार म्हणजे प्रपंच. आपल्या प्रपंचाविषयी संतांच्या मनात उदासिनता असते. तथापि त्यांच्याकडे येणाऱ्या प्रापंचिकजनांविषयी त्यांना अपार करुणा असते. सोपानदेवांचा विषय अवघा ' नारायण ' झालेला असल्यामुळे त्यांना प्रपंच चिकटलेला नाही. श्रीरामकृष्ण परमहंस पाखाल माशाचे उदाहरण देत. हा पाखाल मासा चिखलात सापडतो. पण चिखल कांहीं त्याच्या अंगाला चिकटलेला नसतो. कमळ देखील जळात असून अलिप्त राहते तसे संतांचे असते.

असोनि जळांत राजीव अलिप्त ।

मनावर अखंड नाम, ध्यानाचे संस्कार होत राहिले की मन प्रापंचिक विषयात रममाण होत नाही. सोपानदेवांचे तर अवतार कार्यच परमार्थ प्रसाराचे होते. त्यांना जर प्रपंच चिकटला तर आश्चर्य वाटेल! तरी साधकांना सोपानदेवांचे सांगणे आहे, गोविंद माधव हा जप केल्याने प्रपंच मनाला, चित्ताला चिकटणार नाही.

पुढच्या चरणांत ते म्हणतात गोविंदाचे स्मरण केल्याने प्रपंचाचा ताप होत नाही. हरिनामाच्या पठणाने मोक्ष मुक्ती मिळते.

याठिकाणी दुहेरी फायदा सोपानदेवांनी वर्णन केला आहे. सर्व सामान्य जीवांना त्रिविध ताप प्रपंचात त्रास देतातच. आधिभौतिक, आधिदैविक आणि आध्यात्मिक अशा प्रकारचे तीन ताप आहेत. या त्रिविध तापांचे समग्र वर्णन समर्थांनी दासबोधात सविस्तर केले आहे. याचबरोबर सामाजिक, राजकीय प्रश्न, कटकटी, महागाई, बेरोजगारी, जीवनावश्यक वस्तूंचा तुटवडा अशा अनंत गोष्टींनी जीवन त्रस्त होते. या सर्व तापत्रयांमध्ये जीवाला शांती, दिलासा, समाधान कांहीं मिळत नाही. हा आपला रोजचा अनुभव आहे.

नामस्मरण केल्यामुळे भगवंताचे चिंतन, मनन घडते. जग आणि जगातील व्यवहार हे असेच असायचे, श्री गोंदवलेकर महाराज म्हणत, ' मीठ खारट आहे याबद्दल कोणी तक्रार करते का? ' तसेच जग हे तापदायक असायचे. मन भगवंताकडें ठेऊन जगातील व्यवहार केल्याने फार मानसिक त्रास होत नाही. साहजिकच अशा तापत्रयांकडे दुर्लक्ष होते. हे असेच चालायचे अशी मानसिक धारणा तयार होते.

आमचे स्वामीजी म्हणायचे, नामस्मरण केल्याने गॅस सिलेंडर स्वस्त होणार नाही, पण भाव वाढले म्हणून मानसिक त्रासही होणार नाही. नामस्मरणांमुळे व्यवहारात फायदा होईल अशी धारणा लोकांचीं असते, तसे कांहीं होत नाही. खुळचट समजुतींना थारा साधकाने देऊ नये. हरिनामाने मोक्ष मुक्ति मिळते असेही सोपानदेव सांगत आहेत. श्री गोंदवलेकर महाराज म्हणत, ' अखंड नाम चालू असणे हाच मोक्ष किंवा मुक्ति आहे. ' नामाने देहाचे विस्मरण होऊन आत्मभाव निर्माण होतो. नाम म्हणजे आत्मा. मी आत्मस्वरुप आहे, चैतन्यरुप आहे अशी अनुभूती साधकाला दीर्घकाळाच्या तपश्चर्येने येऊन तो मुक्त होतो. त्याचा मनोनाश आणि वासनाक्षय होऊन जातो. चित्त चैतन्याशी समरस होऊन जाते. या सर्वांत काळ जातो. एक-दोन वर्षांचे हे काम नाही. God realization is not an event but it is a slow process हे गुरुदेव रानडेंचे वचन लक्षात ठेवावे. चिकाटी सोडायची नाही. कट्टाचा नेम चालू ठेवायचा. ज्ञान तर गुरुकृपेने होणारच आहे.

पुढच्या चरणांत सोपानदेव सांगतात, तीर्थयात्रा वगैरे कांहीं करण्यांची गरज नाही. केवळ नामस्मरण पुरे आहे. नामस्मरणाच्या योगाने

कृष्णाला तुम्हीं आपलेसे करुन घ्या. तीर्थयात्रा हे एक परमार्थातील साधन आहे. पूर्वीच्या काळी तीर्थयात्रा खडतर होती. आता दळणवळणाची उत्तम सुविधा आहे. विमानाने माणूस तासाभरात काशी, मथुरा, वृदांवनला पोहचू शकतो. आज लाखाच्या संख्येने लोक तीर्थक्षेत्री येतात. या सगळ्यांमध्ये मुळ जो उद्देश होता, मन व्यापक होणे, पारमार्थिक साधना वाढीला लागणे, घराविषयीची आसक्ती कमी होणे, एकांतवास मिळणे हा मूळ उद्देश तो सगळा लोप पावला. साइट सिईंग किंवा सहल, पिकनिक अशा प्रकारचे स्वरुप तीर्थयात्रेला आले. देवदर्शन अर्धातास, बाकीच्या वेळेत गाव भटकणे, खरेदी, शॉपींग वगैरे. चित्त भगवंतांजवळ नाहीच. याच अर्थाने माऊली हरिपाठात म्हणते,

त्रिवेणी संगमी नाना तीर्थे भ्रमी । चित्त नाही नामी तरी ते व्यर्थ ।।

भगवंतांचे नाम अखंड मुखात आले नाही तर ती तीर्थयात्रा कांहीं फलद्रुप झाली नाही. त्यापेक्षा

राम म्हणे वाट चाली । यज्ञ पावलों पावलीं ।।
धन्य धन्य तें शरीर । तीर्थव्रतांचे माहेरघर ।।

केवळ नामस्मरणाने ते शरीर तीर्थक्षेत्र बनून जाते. संतांनी तीर्थयात्रा केल्या होत्या. त्यांच्या वास्तव्याने तीर्थक्षेत्रे पुण्यक्षेत्रे झाली.

तीर्थयात्रेचा मूळ हेतु लक्षात ठेऊन तीर्थयात्रेला जायला हरकत नाही. केवळ नामस्मरणाने तीर्थयात्रेपेक्षा अनंतपट पुण्य मिळेल. देवाला आपलासा करण्याचा ' नाम ' हा सुंदर उपाय आहे. गोंदवलेकर महाराज म्हणत, ' नामाने देवाला खेचून आपल्याकडे आणता येते. ' केवढी श्रद्धा त्यांचीं नामावर होती.

ऐहिक, व्यावहारिक कामनांचा त्याग करुन केवळ देव भेटावा म्हणून नाम घ्यावे. कामनांचा फार मोठा अडसर उपासनेत येतो. ती अज्ञानाची भक्तीच आहे. तुकाराम महाराज म्हणतात,

अज्ञानाची भक्ति इच्छिती संपत्ती । तयाचिया चित्ती बोध कैचा ।।
अज्ञानाची पूजा कामिक भावना । तयाचिया ध्याना देव कैचा ।।

मला कांहीं नको तू हवास असे देवाला सांगणारे भक्त हवेत.

शेवटी सोपानदेव सांगत आहेत. मी गोविंदाचे स्मरण करतोच आहे त्याच बरोबर गोविंदाचें ध्यान नित्य करतो.

सगुण आणि निर्गुण उपासना हातात हात घालून जात असतात. निर्गुणाचे ध्यान, सगुणाची उपासना आणि हे दोन्ही एकमेकांना सहाय्यभूत आहेत आणि शेवटी दोन्ही सगुण निर्गुण अभेद आहेत हा बोध होणेही महत्त्वाचे ठरते.

सगुण निर्गुण कासया भेद । एकला अभेद वासुदेव ।।

24तास ध्यान करणे अशक्य असते. गुरुदेव रानडे म्हणत, 24 तास नेम करणे शक्य नाही. मग त्याच्या जोडीला भजन, वाचन, लेखन इत्यादी करावे लागते. निंबाळमध्ये 4 वेळा भजन, उरलेला वेळ नामस्मरण, दासबोध वाचन असा घालवला जातो.

सोपानदेवांचे असेच चालू होते. ते नामस्मरण करत होते. त्याच बरोबर प्राणलय, मनोलय होण्यासाठी नित्य, ध्यान करत होते. साधना रोजच करावी लागते. मनावरचे संस्कार सहजासहजी जात नाहीत. नवीन जळमटे चिकटतात. त्यासाठी रोज नियमित साधनेसाठी वेळ दिला पाहिजे.

तुका म्हणे मना पाहिजे अंकुश । नित्य नवा दिस जागृतीचा ।।

याचा विचार साधकांनीं जरुर केला पाहिजे.

....

अभंग 16 वा

गोपाळ अच्युत हा नाम महिमा । नित्यता पौर्णिमा आम्हां देहीं ।।1 ।।
रामकृष्ण नाम हा जप परम । ऐसा नित्य नेम सारुं रया ।।2 ।।
वासना ओढाळ नेघों पैं बरळ । नित्यता आढळ गोपाळ सेवूं ।।3 ।।
सोपान सार जप तुझे नाम । दिन निशी प्रेम हृदयांतु ।।4 ।।

सोपानदेवांच्या हरिपाठाचे चिंतन आपण करत आहोत. नाम महात्म्य सांगून संपत नाही हेच खरे. अंतःकरणाची शुद्धी होण्यासाठी नामासारखे दुसरे साधन नाही. यासाठी आपले दैनंदिन व्यवहार अत्यंत चोख हवेत. फसवणे, लबाडी करणें, नं. 2 चा माल गळ्यात मारणें, वजनात पाप करणें इ. असंख्य प्रकार लोक व्यवहारात करुन पैसे मिळवतात. साधकाने कटाक्षाने हे सर्व टाळावयास हवेच. ' व्यवहारात हे असेच असते ' वगैरे भाषा नको.

जोडोंनियां धन उत्तम व्यवहारें । उदासे विचारें वेच करीं ।।

हे लक्षात ठेवावे. एका व्यापाराकडे काळा, वास मारणारा गुळ आला

होता. त्याने मित्रांना फोन केला, ' अरे ! माझ्याकडे उत्तम औषधी असा गुळ आलेला आहे. 5-5 किलो घेऊन जा ' असले व्यापार नको आहेत. व्यवहार शुद्ध असले की नामावर मन एकाग्र होते. त्या नामस्मरणाचा परिणाम ' चित्तशुद्धी ' हाच आहे. आपले ध्येय काय आहे ? स्वरुपज्ञान होणे. याची निश्चिती झाली असेल तर आपण साधना करणार. परमार्थ आपला साइड बिझनेस होऊ नये.

प्रस्तुत अभंगात श्री सोपानदेव सुरुवातीलाच म्हणतात, गोपाळ, अच्युत हा नाम महिमा मी काय सांगू या देहात असतानाच, जीवनात ज्ञानाची पौर्णिमा झाली आहे.

ज्ञानाची पौर्णिमा होण्यासाठी साधना दीर्घकाळ, निरंतर, प्रेमाने झाली पाहिजे. नाम खोलवर गेले पाहिजे. गोंदवलेकर महाराज, बाबा महाराज बेलसरेंना म्हणाले, ' तुम्ही जे नाम आतां घेत आहात, ते नाम हे ' छाया ' आहे. खरे नामस्मरण नाम पश्यंती मध्ये गेल्यावरच चालू होते. योगी अरविंदानीं माताजींना ' ॐनमो भगवते ' हा नाममंत्र दिला होता. अखंड नामस्मरण त्यांनीं केले. त्या म्हणत, ' शरीरातील प्रत्येक पेशीमधून नामाची स्पंदनं अखंड जाणवत आहेत. ' नाम इतके खोलवर जायला पाहिजे. ही उदाहरणे साधकांना प्रेरणा देणारी आहेत. फुटकळ साधनेने कांहीं होत नाही. वेळ दिला पाहिजे, आणि वेळ वाया घालवतां कामा नये.

क्षणक्षणां करावा हाचि विचार । तरावयां पार भवसिंधू ।।
नाशिवंत देह जाणार सकळ । आयुष्य खातों काळ सावधान ।।

एक दोन महिन्यात, किंवा वर्षात हे अज्ञान जाते असे नाही. पूर्वीचे संचित आणि ये जन्मीचीं कमाई म्हणजे साधना किती केली जातें यावर ती ज्ञानाची पौर्णिमा कधी होणार हें ठरतें. सोपानदेवांच्या जीवनात ती पौर्णिमा झाली याचे कारण एकनिष्ठ भावाने त्यांनी केलेली नामसाधना.

पुढच्या चरणांत श्री सोपानदेव सांगत आहेत. रामकृष्ण नाम जप हा परम कल्याणकारी आहे. त्या नामाचा नित्य नेम मी करतो आहे. त्या नामात मी रत आहे.

नाम घेण्याचा उद्देश लोकांना कळत नाही. डॉ. एस. एन. खिश्चन यांना नाम देताना गुरुदेव रानडे म्हणाले, ' हे पहा डॉ. खिश्चन, तुम्हांला नाम देण्याचा उद्देश एकच आहे की तुम्हांला तुमचे इष्ट दैवत प्रभू येशु

खिस्ताचे दर्शन व्हावे. ' गुरुदेव रानडेंच्या कृपेने, त्यांना भाव अवस्थेत तसे दर्शन झाले. जीवन कृतार्थ झाले. जीवाला उत्तम गती प्राप्त होणे, स्वरुपाचा बोध होणे हा मुख्य हेतू नामस्मरणांपाठीमागे आहे. कामना पूर्ती नाही. हे स्पष्ट करुन लोकांना सांगितले पाहिजे. जीवाचे ' कल्याण ' होते ते या अर्थाने.

पैसा, नोकरी, लग्न, मुले होणे हे सर्व मिळाल्यामुळे जीवाचे सार्थक होत नाही.

असोनि संसारी घ्यावे आत्मसुख । तरीच सार्थक स्वामी म्हणे ।।

जीवाचे अज्ञान, दुःख व त्याची भ्रांती दूर झाली की जीवाचे सार्थक होते. त्यासाठी स्वरुपज्ञान होणे गरजेचे आहे.

सोपानदेवांनी हेच केले. त्या नामास्मरणांत ते रत झाले.

आधी होता संतसंग । तुका झाला पांडुरंग ।
त्याचे भजन राहिना । मूळ स्वभाव जाईना ।।

नाम सोडावंसं वाटत नाही. गुरुदेव रानडे म्हणत,

Who will discard so much source of energy and bliss !!

संत नामात रंगून गेलेले असतात.

पुढच्या चरणांत सोपानदेव म्हणतात, विषय वासना ही ओढाळ आहे, त्याने साधक परमार्थाच्या मार्गावरुन भलतीकडे जातो, वाटेल ते बरळतो, वासना नकोच, त्यापेक्षा ' अढळ ' असा जो गोपाळ आहे त्याचे चरणाचे सेवन मी नित्य करतो.

हा अतिशय महत्त्वाचा मुद्दा सोपानदेवांनी मांडलेला आहे. मुळात आपल्याला ईशचिंतनापेक्षा विषय चिंतन आवडते. रजोगुणाचे प्राबल्य अधिक असल्यामुळे, परमार्थाची आवड कमीच असते. रिकाम्या वेळेत नामस्मरण, सद्ग्रंथ वाचन, लेखन, वगैरे न करता विषय चिंतन प्रामुख्याने घडते. साहजिकच, गीतेत सांगितल्याप्रमाणे,

'ध्यायतो विषयान्पुंसः' हे चक्र चालू होते. त्यामुळे वासना घट्ट होत जातें. साधनेचा मार्ग खुंटतो यासाठी साधकाने खुपच सावध असावे लागते.

सावध, साक्षेपी दक्ष । ही समर्थांची त्रिसुत्री लक्षात ठेवली पाहिजे. कारण भले भले लोक ही कधी गोत्यात येतात हे सांगता येत नाही.

माऊलीने हा इशारा दिलेला आहे.

तैसी प्राप्तेही पुरुखें। इंद्रियें लाळिलीं कौतुकें।
तरी आक्रमिला देख दुःखे । सांसारिके ।।ज्ञानेश्वरी 2/350
पतंगा दीपी आलिंगन । तेथ त्यांसी अचुक मरण ।
तेवि विषयाचरण । आत्मघाता ।। ज्ञानेश्वरी 3/201

मनाला क्षणभरही रिकामे सोडून चालणार नाही. दोन अडीच तास रेल्वे लेट होती म्हणून स्टेशनवर बाबा महाराज बेलसरे बसले होते. गोंदवलेकर महाराजांना भेटल्यानंतर महाराजांनी विचारले, त्या रिकाम्या वेळेत काय केले? बाबा कांहीं बोलले नाहीत. महाराज म्हणाले, ' निदान तुम्हीं तरी ' नामस्मरण केले ' असे सांगाल असे वाटले होते '. हे बोलके उदाहरण आहे. असे कितीतरी तास परमार्थ विन्मुख गेले असतात.

सोपानदेवांचे तसे नव्हते. अंतःकरणात चैतन्यरुपाने अढळ राहिलेल्या गोपाळाचे ध्यान, चिंतन, नामस्मरण करण्यात त्यांना आनंद आहे.

तुका म्हणे मज अवघ्याचा कंटाळा । तू एक गोपाळा आवडसी ।।

असे आपल्या बाबतीत झाले पाहिजे.

शेवटी सोपानदेव म्हणतात, तुझे नाम जपण्यातच जीवनाचे सार साठवले आहे. तुझ्या विषयीचे प्रेम हृदयांतून रांत्रदिवस वाढतेच आहे.

साधन आणि साधनेचा निश्चय अंतःकरणात झाला पाहिजे. ' नाम ' हे साधन, त्याचे स्मरण करणे ही साधना निरंतर केली पाहिजें.

त्रिगुण असार निर्गुण हे सार । सारासार विचार हरिपाठ ।।

हरिस्मरण करणे हा सारासार विचार आहे. तो परंपरेनें आपल्यापर्यंत आलेला असतो. आदिनाथ अजूनहि प्रेमाने राम नाम घेत आहेत.

दों ची अक्षरांचे काम । म्हणा राम राम ।।

सोपानदेव अगदी योग्यच सांगत आहेत की तुझे नाम हेच जीवनाचे सार आहे. गोंदवलेकर महाराज म्हणत नाम घेणे म्हणजे प्रत्यक्ष भगवंताला भेटण्यासारखे आहे; बाकीची साधने म्हणजे देवाला पत्राने भेटण्यासारखे होय.'

भगवंत हा प्रेममय आहेच. त्यामुळे प्रेमाने त्याचे नाम घेतल्याने

हृदयात प्रेम वाढू लागते. याचा अनुभवच घेऊन बघायला हवा. नामाची गोड चव जीभेवर येते. बाबा महाराज बेलसरेंनीं स्वतःचा अनुभव सांगितला आहे, गोंदवल्यातच नामाविषयी बोलताना, एकदमच जीभेवर गोड चव येऊन, भरभर लाळ टपकू लागली, मन समाधानाने भरुन गेले, 2-3 मिनिटे बोलणं थांबवावे लागले. भाऊसाहेब उमदीकर महाराज, कानडीतून सांगत, 'नालगी म्याले शी बरबेकु !' म्हणजे जीभेवर गोड चव आली पाहिजे. अमृतरसाचा हा अनुभव आहे. म्हणूनच संत त्याला नामामृत म्हणतात.

हा सर्व परिणाम एकनिष्ठ भावाने, प्रेमाने केलेल्या नामस्मरणाचा आहे. याचा विचार आणि कृती आपल्याकडून झाली पाहिजे.

....

अभंग 17 वा

हरि नांदे देही हाचि भाव खरा । वायां तू सैरा धांवू नको ।।1 ।।
धावतां अवचटे पडशील व्यसनीं । संसार धसणी योग माळे ।।2 ।।
श्रीहरीचें ध्यान निरंतर करीं । बाह्याभ्यंतरी एक राम ।।3 ।।
सोपान म्हणे हरी नांदे सर्वत्र । त्याचेचि चरित्र क्षरलेसे ।।4 ।।

रुढी, परंपरा यात बहुतेक समाज अडकून पडलाय. एखादी गोष्ट का करायची असते ? याचे ज्ञानही समाजाला नाही. वर्षानुवर्षे धोपट मार्गाने लोक जात असतात. संतांनी आपल्या प्रवचन, कीर्तन, ग्रंथातून समाजाचे प्रबोधन केलेले असते. पण लोक त्या मार्गाने जात नाहीत. नवस करुं नका, पशुबळी देऊ नका, दारु पिऊ नका, स्वच्छता ठेवा हे सर्व गाडगे महाराज आयुष्याच्या अखेरपर्यंत सांगत राहिले. लोक करायचे ते करतातच. याला काय करावे ? कार्लाईल म्हणतो,

' If you think, you and your thoughts will change the wickedness of world, it will never happen. Leave it to God, HE will do whatever needed. ' कार्लाईलचा अनुभव होता. जग बदलत नाही. आपण बदललं पाहिजे. गोंदवलेकर महाराज म्हणतात, आपण सुधारावे, त्या मानाने जग सुधारले असे समजावे. नवीन देवळे लोक बांधत आहेत. 100 कोटी रुपयांचे देऊळ कृपाळुजी महाराजांनीं वृंदावनला बांधलंय ! खरोखरीच अशा मंदिरांची गरज आहे का ?

देह देवाचे मंदिर । आंत आत्मा परमेश्वर ।।

हे समाजाला कळत नाही का?
स्वामी स्वरुपानंद म्हणतात,
निरोगी निर्मळ असावे शरीर । जाण ते मंदिर देवाजींचे ।।

एकंदरीत सर्वत्र बाजार झालेला आहे. संत या बाजारात हरवलेल्या लोकांना प्रबोधन करत आहेत. प्रस्तुत अभंगातून सोपानदेवांना तेच सांगावयाचे आहे.

अभंगाच्या पहिल्या चरणांमध्ये तें म्हणतात, हरि या देहातच आहे, हेच अंतिम सत्य होय, तू हरिचा शोध घेण्यासाठी इकडे तिकडे धांवू नकोस. देव हा शब्द ' दीव ' या धातू पासून झाला आहे. ज्ञानाचा प्रकाश देणारा असा त्याचा अर्थ आहे. याचे स्वरुप निर्गुण निराकार सत्, चित् आनंदमय असे आहे. शरीरात हा जाणीव रुपाने, चैतन्य रुपाने रहातो. मी आहे, असणे किंवा is ness हेच त्याचे स्वरुप होय. संतांनी या निर्गुण तत्त्वाला हरि, राम, देव या अर्थाने संबोधले आहे. हीच शाश्वत परमेश्वराची खूण होय. तो देहात आहे पण तो चर्मचक्षूंना दिसत नाही पण त्याच्या अस्तित्वाशिवाय डोळे कोणतीच वस्तू पाहू शकत नाहीत. त्याच्या सत्तेने शरीर चालते.

यासाठीच तुकाराम महाराज म्हणतात,
चालें हे शरीर कोणाचिये सत्ते । कोण बोलवितें हरिविण ।।
देखवीं ऐकवी एक नारायण । तयाचें भजन चुको नको ।। तु. गा.3066

असा हा देव त्याची ओळख झाली पाहिजे.
तस्मात विचार करावा । देव कोण तो ओळखावा ।
आपुला आपण शोध घ्यावा । अंतर्यामीं ।।

संतांनी याच पद्धतीने देवाचा, ' मी ' चा, ब्रह्माचा, स्वरुपाचा शोध घेतलेला असतो. ' मी ' चा शोध म्हणजेच देवाचा शोध होतो.
मी कोण ऐसा हेत । धरुन पहातां देहातीत ।
अवलोकितां नेमस्त । स्वरुपचि सवें ।।

देव अंतर्यामीच असल्याने सैरावैरा कोठेही जाण्यात अर्थ नाही. तीर्थक्षेत्रें, मंदिरे, मूर्ती, प्रतिमा घेऊन बसण्यात अर्थ नाहीच.
ठायीच बैसोनि करा एकचित्त । आवडीं अनंत आळवावा ।।
एवढंच करावयाचे आहे.

पुढच्या चरणांत श्रीसोपानदेव म्हणतात, अशी धावाधांव केल्याने

तुला भ्रमंतीचे व्यसन लागेल, संसार आणि पुनःश्च संसार असाच योग येत राहील.

देवाचा निश्चय होणे महत्त्वाचे आहे. समर्थ दासबोधात म्हणतात,

ऐसा देवाचा निश्चयो झाला । देव निर्गुण प्रत्ययो आला ।

त्याचा शोध अंतर्यामी घ्यायचा आहे, असे निश्चितपणे वाटले तरच धावांधाव थांबते. म्हणूनच योग्य गुरुंची गरज आहे. नाहीतर लोक फिरत राहतात. हे गुरु भेटले, त्या सत्पुरुषांकडे गेलो. पंढरपुर, गाणगापूर इथे राहिलो. उत्तरेत हिमालयात गेलो, किती म्हणून सांगणार? अखंड भ्रमंती चालू असते. त्याचे व्यसनच माणसाला जडून जाते. व्यसन, आसक्ती सुटणे ही सोपी गोष्ट नाही. पदरात तर कांहीं पडत नाही. वेळ वायां जातो. नुकसान होते. हे नुकसान टाळण्याचा उपाय काय ? सद्गुरुंच्या मुखातून श्रवण हाच आहे.

सेवेलेचि सेवावें अन्न । घेतलेचि घ्यावें जीवन ।
तैसें श्रवण मनन । केलेचिं करावें ।।

मनातील अनेक संशयांचे निराकरण झाले की एका ठिकाणी बसून अंतर्यामी असलेल्या चैतन्यरुपी पांडुरंगाचा वेध घेण्याची साधना सुरु होईल. असे केले नाहीतर संसाराचा योग चालूच राहील. जन्ममरणरुपी संसारचक्र खंडित होणार नाही. साधकाची मुक्त होण्याची तळमळ असेल तरच साधना होऊ शकते. बहुतेक वेळा अशी तळमळ दिसून येत नाही.

पुढच्या चरणांत श्रीसोपानदेव म्हणतात, श्रीहरिचे ध्यान निरंतर करत रहा मगच तुला आंत आणि बाहेर भरुन राहिलेला श्रीराम दिसू लागेल.

’ सातत्य ’ हा साधनेचा प्राण आहे. साधनेचा विलक्षण कंटाळा लोकांना येतो. कोणतेही साधन व्यवस्थितपणे जाणून, निरंतर, प्रेमाने आणि दीर्घकाळ करावे लागते. केलं तर केलं नाहीतर नाही. असे सूत्र 95 टक्के अनुग्रहीत साधकांचे असू शकते. कारण तीव्र मुमुक्षत्व नाही. कांहीं साधकांना सामाजिक कार्यात जास्त इंटरेस्ट असतो. सत्कार समारंभ, रक्तदान शिबीर, महाप्रसाद असे कार्यक्रम आध्यात्मिक संस्थेच्या कार्याचे भाग जास्त बनत चालले आहेत. या सर्व पसाऱ्यांत एखादे मान्यवरांचे प्रवचन, कीर्तन करावयाचे. इतर सर्व वेळ जेवणावळीत जातो.

अंबुराव महाराज म्हणत, ' पुष्कळ लोक आले म्हणजे कार्यक्रम, सप्ताह चांगला झाला असे नव्हे, तर थोडेच लोक आहेत पण त्यांनीं पुष्कळ साधना केली तर सप्ताह, कार्यक्रम चांगला झाला. '

' निरंतर ' याचा अर्थच मुळी तैलधारवत अखंड उपासना करणे होय. ध्यान लागत नाही हे खरे पण पुनः पुन्हा बसल्याने ध्यान सिद्ध होते. माऊली म्हणते,

म्हणोनि आसनाचिया गाढिका । जो आम्हीं अभ्यासु सांगितला निका।
तेणें होईल तरी हो कां । निरोधु ययां ।।ज्ञानेश्वरी 6/364

गाढ आसन, गाढा अभ्यास, मग ध्यान लागणार नाही असे कधी होईल का? ' स्व ' किंवा self चे अनुसंधान ठेवतां ठेवतां चैतन्याशी चित्त समरसून जाते.

चित्त चैतन्या पडतां मिठी । दिसे अवघी सृष्टी हरिमय ।।

ध्यान निरंतर केल्याचे हे सर्वोत्तम फळ आहे. दुर्लभ असे जे आत्मज्ञान आहे ते झाले. मी कोण? आणि देव कोण याचे ज्ञान झाले. मीच तो सच्चिदानंद परमात्मा ! आतां आंत आणि बाहेर एकच एक परमात्मा नटून राहिला आहे असे अनुभवाला आले.

हे समस्तही श्री वासुदेव ।
नभीं वावरें जो अणुंरेणुं कांहीं । रितां ठांव या राघवेंविण नाही ।।

सर्व संतांना एकच प्रचिती येते.

शेवटी श्री सोपानदेव म्हणतात, हरि सर्वत्र नांदतो आहे. त्याचेच स्वरुप सर्वत्र दिसत आहे.

विनोबाजी म्हणत ईश्वररुपी धाग्याने हे जगाचे महावस्त्र विणलेले आहे हे ज्याला कळलं तोच ज्ञानी होय.

ज्ञानदेवा प्रमाण आत्मा हा निधान । सर्वांघटीं पूर्ण एक नांदे ।।

कापसापासून धागा तयार होतो. त्या धाग्यांपासून वस्त्र तयार होते. निरनिराळ्या आकाराने तेच वस्त्र अनेक रुपांनी बाजारात येते. शर्ट, टॉवेल, रुमाल, पॅण्ट, पायजमा, साडी इ. कितीतरी नामे-रुपे डोळ्यांना दिसतात. मूळ तत्त्व काय आहे तर कापूस !

तसेच हे जग आहे. एकाच परमात्म तत्त्वाचा संकल्प उठला ! मूळमायेची सुरुवात, मूळमायेपासून गुणमाया, त्रिगुण, पंचमहाभूते, मन

बुद्धि, अहंकार ! अष्टधा प्रकृती तयार झाली. एक परमेश्वर जगाच्या अंगानी नटलेला आहे. हे जाणून घेणे हाच परमार्थ आहे. तो कळावा त्यासाठी नामस्मरण, ध्यान !!

सोपानदेवांची अनुभूती सांगते, सर्वत्र हरिच नटलेला. स्थूल, सूक्ष्म, व्यक्त, अव्यक्त, जड-चेतन सर्व कांहीं हरिमय.

स्वामी म्हणे देव सर्वत्र संचला । संसार तो झाला मोक्षमय ।।

....

अभंग 18वा

आवडीचें मागे प्रकृतिचे नेघे । नाम मार्गे बिधें वेगीं रया ।।1 ।।
नाम परब्रह्म नाम परब्रह्म । नित्य राम नाम जपिजेसु ।।2 ।।
अंतरीच्या मुखे बाहिरिलिया वेखें । परब्रह्म सुखें जपतसें ।।3 ।।
सोपान निवांत रामनाम मुखांत । तेणें दुजी भान हरिविण ।।4 ।।

जीवनाचे दोन मार्ग आहेत एक श्रेयस आणि दुसरा प्रेयस, चांगले आणि वाईट, उत्तम गती किंवा अधोगतीचा मार्ग. निवड मला करायची आहे. परीक्षेचे दिवस आहेत. अत्यंत महत्त्वाचे वर्ष आहे. अशा वेळी खेळ, नाटके, सिनेमा, पार्टी यांना फाटाच दिला पाहिजे. कितीही मला हे सर्व प्रिय असले तरी देखील मी मनावर संयम ठेऊन सारासार विचार करायला हवा. आपल्याला कळत नसेल तर जाणकार व्यक्तीचा सल्ला घ्यायला हरकत नाही.

ऐन युद्धाच्या वेळी अर्जुनाला कळत नाही, नेमकं काय करावं? युद्ध करु नयेच असे त्याला वाटत होते. तेच त्याला प्रियकर वाटत होते. अशावेळी भगवंतानीं त्याला जीवनात श्रेयस्कर काय आहे हे नेमकं सांगितलं. प्रस्तुत अभंगात श्री सोपानदेव हेच आपल्याला सांगत आहेत.

पहिल्या चरणांत ते म्हणतात ज्या परब्रह्माची तुला आवड आहे तेच तू कर. प्रकृतीने समोर जे आणलंय त्याकडे तू अजिबात पाहू नकोस. नामाच्या मार्गाने तू जा, नामातच रत होऊन रहा.

जीवाचे मुळस्वरुप आनंदमय आहे. देहात्मबुद्धि घट्ट असल्याने तो स्वतःचा आनंद वस्तु, विषयांमध्ये शोधतो. नीट विचार करुन पाहिलं तर जीवाची ओढ सत् चित् आनंदाकडे म्हणजेच परब्रह्माकडेच आहे. त्याला ज्ञानाची ओढ आहे, त्याला आपण कायम रहावं असे वाटते, दुःखापासून

सुटून कायम आनंदरुप असावं अशी इच्छा होणे म्हणजेच मूळस्वरुप, ' ब्रह्म ' होणे होय. साधकाने हे जाणून त्या परब्रह्माची उपासना म्हणजे ध्यान करावे. ब्रह्म म्हणजेच आपले आत्मस्वरुप होय आत्म्याचे ध्यान म्हणजे स्वरुप चिंतन. ' स्व ' च्या जाणीवेशी एकरुप होणे म्हणजेच ध्यान. परब्रह्म वेगळे आणि मी वेगळा असे नसून दोन्ही एकच आहेत. ध्यान तर केलेच पाहिजे. ध्यानाला नामाची जोड लागते. 24 तास ध्यान ही होऊ शकत नाही आणि नामस्मरण ही होत नाही. कांही वेळ, कमीत कमी दीड तास ध्यान आणि उरलेल्या वेळात नाम, पुन्हा ध्यान असा वेळ घालवावा, त्यातच सद्ग्रंथ वाचन, लेखन, मनन हे सर्व त्याला पूरक असेच आहे. नामातून साधक ध्यानात जातो. केवळ नामस्मरण ही कवायत न होता, ' स्व ' च्या जाणीवेत रहाणे, ' स्व ' चे अनुसंधान ठेवणे महत्त्वाचे.

नामाने भगवंताचे स्मरण होते. म्हणून जीभेला, मनाला अखंड स्मरणाचा चाळा लावावा असे श्री गोंदवलेकर महाराज म्हणत.

पुढच्या चरणांत श्री सोपानदेव नाम हे परब्रह्म आहे असे दोन वेळा सांगतात. राम नामाचा जप नित्य तू कर असे ही ते सांगत आहेत. संतांची सांगण्याची विशेष पद्धती असते. त्यांचें सांगणे हे अनुभवातून आलेले असते. नाम हे परब्रह्म आहे हे सोपानदेव अगदी ठासून सांगत आहेत. कारण एवढेच आहे, साधकांच्या हृदयात ते ठसावे. त्यांचें नामस्मरण मोठ्या तीव्र संवेगाने व्हावें. सर्व नामे ही ॐकारातूनच निर्माण होतात. ॐहा परब्रह्म वाचक शब्द आहे. हाच ॐकार ध्वनी शरीरातील प्रत्येक पेशीत स्पंदन रुपाने असतो. संतांना ही स्पंदने जाणवतात. म्हणून नाम हे परब्रह्म आहे. साधकाने नाम घेताना हा भाव अंतःकरणात धरुन ठेवावा. नाम परब्रह्म आहेच त्याच बरोबर हे नाम घेणारा मी तो ही ब्रह्मरुपच आहे. माऊली म्हणते,

एक नाम हरि द्वैत नाम दूरी । अद्वैत कुसरी विरळा जाणे ।।

अशा अद्वैत भावाने नाम मोठ्या प्रेमाने घेतल्याने साधकाचा देहभाव लवकर जातो. त्याचे ध्यान उत्तम लागते. रामनामाचा जप नित्य कर असे सोपानदेव सांगत आहेत. परमात्मा हा नित्य आहेच. म्हणूनच त्याचें स्मरण नित्य केले पाहिजे. माऊली हरिपाठांत म्हणते,

नित्य नेम नामी ते प्राणी दुर्लभ । लक्ष्मी वल्लभ तयां जवळीं ।।

आपल्या जीवनाचे आद्य कर्तव्य ' साधना ' आहे हे लक्षात ठेवले

पाहिजे. बाकीचे उद्योग हे सावकाशीने पहावेत. पहिले ध्यान ! नामस्मरण.

प्रभाते मनी राम चिंतित जावा । पुढें वैखरीं राम आधी वदावा ।

हा क्रम लक्षात ठेवला पाहिजे.

पुढच्या चरणांत श्री सोपानदेव म्हणतात, अंतरिक वाणीने, बाह्य उपाधीसहीत तू नाम सुखाने जपत जा.

परा, पश्यंती, मध्यमा, वैखरी ही वाणीचीं चार रुपें आहेत. म्हणून ' वैखरीचा ' त्याग करु नका असे गोंदवलेकर महाराज म्हणत. नामस्मरणाचा मूळ संकल्प परावाणीतून उमटतो. परावाणीतून पश्यंतीमध्ये अर्भरुपाने आणि पश्यंतीतून मध्यमेमध्ये हालचालीच्या रुपाने शेवटी वैखरीवाटे नादरुपाने प्रकटतो. तोंडाने रामनाम घेतले तरी त्याचा संबंध परेशी असतोच असे महाराज सांगतात. वैखरीवाटे पुष्कळ नाम घेतल्याने, नाम हळूच मध्यमेत चालू होते. मनातल्या मनात नामाचे स्मरण चालू रहाते. बाबा महाराज बेलसरे म्हणत, पश्यंतीमध्ये नाम सुरु झाल्यावर घशांत हालचाल जाणवते. नाम इथे पर्यंत पोहचण्यासाठी नियमित नामस्मरणाची बैठक पाहिजे. बाबा महाराज बेलसरे 5,000 नामस्मरणाची बैठक सकाळी करत. तो त्यांचा नित्यनेम होता. नंतर वेळेनुसार संध्याकाळी, रात्री ते नामस्मरणाला बसत. या सर्व गोष्टी अनुकरणीय आहेत.

बाह्य उपाधीचा त्याग जेवढा शक्य आहे तेवढा करता येईल पण शेवटी व्यवसाय, धंदा, नोकरी या सर्व जीवनाला आवश्यक असतात. श्री सोनोपंत दांडेकर एस. पी. कॉलेजचे प्राचार्य होते. श्री गुरुदेव रानडे अलाहाबाद विश्व विद्यालयाचे कुलगुरु होते. म्हणजे उपाधी पाठीमागे लागलेली आहेच. तरी त्यांचीं पारमार्थिक साधना उत्तम प्रकारे, चढत्या वाढत्या अंगांनी चाललेली होती.

समर्थ म्हणतात,

संसार त्याग न करता । प्रपंच उपाधी न सांडता ।
जनांमध्ये सार्थकता । विचारेंचि होय ।।

अखंड नाम चालू राहणं ही दैवी कृपाच होय. गुरुदेव रानडे म्हणत, ' नामाचे एक क्षण विस्मरण नाही. नाम अखंड चालू आहे.'

हे कसे साधले ? तर नाम सुखाचे आहे हे जाणून सुखाने जपल्याने ते सुखरुप झाले.

आपण साधक म्हणून जास्तीत जास्त वेळ साधनेसाठी दिला पाहिजे. श्री अंबुराव महाराज म्हणत, आधी देवाची चाकरी मग भाकरी. त्यांनी कधीही साधनेची वेळ चुकविली नाही.

शेवटच्या चरणांत श्री सोपानदेव म्हणतात, मी निवांतपणे रामनाम मुखाने घेत आहे. हरिशिवाय माझ्या जीवनात दुसऱ्या कोणत्याही गोष्टीला विशेष मान (स्थान) नाही.

हरिशिवाय दुसऱ्या कोणत्याही गोष्टी दुय्यम वाटतात हाच सर्वात मोठा भाग जीवनातला आहे. अगदी या उलट सांसारिक माणसाचे असते. त्याच्या दृष्टीने ' संसार ' त्याला जीव की प्राण इतका प्रिय होऊन जातो. एका गृहस्थाने मला सांगितले, जीवनात पहिली गोष्ट महत्त्वाची म्हणजे आपला धंदा, नंतर बायको-मुले आणि शेवटी देवाचे बघायचे ! हे कमी-अधिक फरकाने सर्वांना लागू पडणारे आहेच. किंवा ' देवाचे ' घरात कोणीतरी बघतंय, आपला फारसा संबंध त्याच्याशी नाही. आरती-प्रसादापुरते हजर राहू.

संतांनी देवाशिवाय दुसरे कांही चिंतन केले नाही.

ज्ञानदेवी रम्य रमले समाधान । हरिचे चिंतन सर्वकाळ ।।

अशी आयुष्याची दिशा ठरली की साधक साधनेसाठी वेळ काढतो. अनुभूती येण्यासाठी निवांत बसले पाहिजे.

बैसोनि निवांत शुद्ध करी चित्त । तयां सुखापार अंत नाही ।।
येऊनि अंतरीं राहिल गोपाळ । सायासाचें फळ बैसलिया ।।

वेळ काढलाच पाहिजे. सबबी नकोत. ' सबबी सांगतो तो साधक नव्हेच. ' असे श्री स्वामी माधवनाथ, पुणे म्हणत.

सोपानदेव निवांत आहेत. वृत्तीने आणि कर्माने. म्हणूनच ते सुखाने रामनाम घेत आहेत. निवांत बसण्याचे एक सुख असतेच. पण रामनाम घेण्याचे एक वेगळे सुख आहे.

ही दोन्ही सुखे आपल्या वाट्याला आली पाहिजेत.

....

अभंग 19 वा

सबाह्य कोंदाटले निवांत उगवले । रामरसी रंगले अरे जना जना ।।1 ।।
हरि रामकृष्ण । दिन हरि निशीं प्रश्न मुखी करा ।।2 ।।

तराल पैं संसार रामनामें निरंतर । अखंड जिव्हा सार राम रस ।।3।।
सोपान जपतु रामनामीं रतु । नित्यता स्मर तु रामकृष्ण ।।4।।

700 वर्षे उलटुन गेली तरी संतांनी मांडलेलं तत्त्वज्ञान आज ही ताजें आणि टवटवीत आहे. कारण तेच एकमेव सत्य आहे. सत्याला कधीही मरण नसते. श्री रामकृष्ण परमहंसानीं अनेक धर्मांची साधना, उपासना करुन पाहिली आणि निष्कर्ष एकच काढला की परमात्म तत्त्व एकच आहे. कोणत्याही मार्गाने जा, शेवटी एकाच परमेश्वराला सर्वजण भेटतात. देव एकच आहे. तुमचा देव आणि आमचा देव हे सर्व अज्ञान आहे. देव नावांचा कोणी पुरुष नाही, व्यक्ती नाही, वस्तू नाही तर शरीरामधील ' चैतन्य ' हाच देव. जो डोळ्यांना दिसत नाही पण त्याच्या अस्तित्वमात्र सत्तेने शरीरच काय पण विश्व चालते हे निःसंशय होय.

प्रस्तुत अभंगात श्री सोपानदेव हेच सत्य आपणांसमोर मांडत आहेत.

अभंगाच्या पहिल्या चरणांत सोपानदेव म्हणतात, ते ईश्वरीतत्त्व, सबाह्य, सर्वत्र कोंदाटलेले आहे. ते स्वयंभू असल्याने निवांतपणे उगवलेले, प्रकट झालेले आहे. लोकहो तुम्ही रामरसात रंगून जा, म्हणजे तुम्हांला या तत्त्वाचा बोध होईल, ज्ञान होईल.

नभीं वावरें जो अणुंरेणुं कांहीं । रितां ठांव या राघवेंविण नाहीं ।।

हे समर्थांचे म्हणणे किंवा स्वामी स्वरुपानंदांचे म्हणणे,

स्वामी म्हणें देव सर्वत्र संचला । संसार तो झाला मोक्षमय ।।

हे दोन्ही एकच आहे. कारण ते प्रत्यक्ष अनुभवावर आहे. सर्व सामान्य माणसे जें म्हणतात, देव सर्वत्र आहे हे अनुमानाचे बोलणे असते. कारण त्यांचें वागणें तशा प्रकारचें नसते. ज्ञानपूर्ण स्थितीत वावरणाऱ्या संतांचा लोक व्यवहार वेगळाच असतो.

अखंड अगर्वता होऊनि असती । तयांची विनय हेचि संपत्तीं ।
जें जयजयमंत्रें अर्पिती । माझ्याचिं ठायीं ।। ज्ञानेश्वरी 9/226

आपल्या शरीरातील चैतन्य तत्त्वाचा अनुभव संतांनी घेतल्यामुळे त्यांच्या दृष्टीत बदल झाला. तेच चैतन्यतत्त्व सर्वत्र भरलेले आहे असे त्यांच्या दृष्टीला दिसू लागले. हे कसे झाले ? तर

प्रथम स्वरुप समाधान । पावोंनि ठेला अर्जुन ।

सर्वेंचि उघडीं लोचन । तंव विश्वरुप देंखें ।।

याप्रमाणे. अर्जुनाला ती ज्ञानदृष्टी मिळाली. सोपानदेवांना ती ज्ञानमय दृष्टी असल्यामुळे ते आपणा सर्वांना सांगत आहेत, आंत बाहेर सर्वत्र परमेश्वर भरुन राहिला आहे.

हे परमेश्वरी तत्त्व स्वयंभू आहे. त्याचा निर्माता कोणी नाही. केवळ ' अस्तित्व ' हेच त्याचे स्वरुप.

जन्म नाही मृत्यू नाहीं । येणें नाही जाणें नाहीं ।
बद्ध मोक्ष दोन्ही नाहीं । परमात्म्यासी ।।
परमात्मा निर्गुण निराकार । परमात्मा अनंत अपार ।
परमात्मा नित्य निरंतर । जैसा तैसा ।।

अशी परमात्म तत्त्वाची स्थिती आहे.

तो कसा प्राप्त होईल तर जे रामनामात रंगून जातात

त्यांना तो भेटतो. सोपानदेव राम नामात रंगलेले आहेत. त्यामुळेच त्यांना ' आत्मारामा'चा अनुभव आला.

पुढच्या चरणांत सोपानदेव म्हणतात, रात्रंदिवस आपल्या मुखात रामकृष्णहरि हा मंत्र कसा येईल? नामावर आपले प्रेम कसे वाढेल? असा प्रश्न तू स्वतःच्या मनाला विचार.

संत तुकाराम मोठे भाग्यवान म्हटले पाहिजेत.

कारण ते म्हणतात,

विषयी विसर पडिला निःशेष । अंगी ब्रह्मरस ठसावला ।।
माझी मज झाली अनावर वाचा । छंद या नामाचा घेतला असे ।।

आपण अभागी अभक्त आहोत. कारण मनात अपरंपार विषय आणि संसार भरुन राहिला आहे. दूर्योधनासारखी अवस्था आहे.

जानामीं धर्मम् न च मे प्रवृत्ति ।

नाम घेणे चांगले हे मला कळतंय पण माझी प्रवृत्ति नाही. मी तरी काय करु?

याच कारण एवढंच आहे. माझी अंतःकरणापासून मोक्षाची इच्छा नाही, मुक्ती हे जीवनाचे ध्येय नाही, उद्देश नाही. म्हणून आपणच आपल्याशी संवाद साधला पाहिजे.

एकांतामध्ये जाऊन आपण आपल्याशीच बोललं पाहिजे. आपलं

घोडं कोठे पेंड खातंय, कोणत्या विषयांचे मनाला आकर्षण आहे, हे पहावं. मनाला विषयांचा फोलपणा समजावून सांगावा. थोडीशी जबरदस्ती ही करावी. ' नाम ' घेण्याचा सपाटा लावावा. अभ्यास चालू ठेवावा. मनाला नामाची गोडी लागेल.

तिसऱ्या चरणांत नामस्मरणाने काय होणार? हा जन्म मरणरुपी संसार तरुन जाता येईल असे सोपानदेव सांगत आहेत.
ह्या संसारातून तारण्यासाठींच भगवंतांनीं हजारो नाम नौका या संसार सागरात सोडून ते स्वतःच नावाडी झाले आहेत.

नामाचिया सहस्त्रवरीं । नावा इया अवधारीं ।
सजूनियां संसारीं । तारु जाहलों ।। ज्ञा. 12/ 90
प्रेमाची पेटी । बांधली एकाचियां पोटीं ।
मग आणलें तटीं । सायुज्याचियां ।।12।। ज्ञाने. 12/ 92

भगवंतच नावाडी आहेत. मग काळजी कसली. ते आपल्याला बुडू देणार नाहीत. आतापर्यंत अनेक भक्त तरुन गेले आहेत. आपणही तरुन जाणार.

ज्ञानदेव म्हणे तरलों तरलों । सांच उद्धरलों गुरुकृपे ।।

संतांची भाषा उधारीची नाही. सोपानदेव मोठ्या विश्वासाने सांगतात. भगवंत निरंतर आहेतच. म्हणून निरंतर सर्वजण नाम घेणारे तरुन जाणारच.

त्याच अभंग चरणांत सोपानदेव पुढे म्हणतात, या जिव्हेला सारभूत काय असेल तर राम नाम हेच आहे. ते राम नाम अखंड घेतल्याने रामरस, अमृतरस जिव्हेला चाखावयास मिळेल.

गोंदवलेकर महाराज म्हणत, ' नामाचा अनुभव घेऊन बघण्यास कोणी तयार नाही.' खरं तर नुसत्या श्वासावर 5-10 मिनिटे लक्ष ठेवलं तरी मन शांत होते. नाम तर प्रत्यक्ष परब्रह्म ! त्यावर लक्ष ठेऊन मुखाने, मनातल्या मनात उच्चार केला तर आगळेच सुख मिळते. हा अनेकांचा अनुभव आहे.

खरं तर परमार्थाची पाऊलवाट ही सुखाची आहे. मन शांत होणे, प्रसन्न होणे, मनातील कामना निघून जाणे हे सारे सुखाचेच आहे. अखंड नाम घेतल्याने जीभेवर अमृतरसाचा अनुभव येतो असे भाऊसाहेब महाराज

सांगत असत.

देवाची वारंवार प्रार्थना केली पाहिजे, मला तुझ्या नामात प्रेम येऊ दे. त्यामुळे साधन निरस होणार नाही.

शेवटी सोपानदेव म्हणतात मी रामनामाच्या जपामध्ये रत आहे. नित्य रामकृष्णाच्या स्मरणात आहे.

ग्रामीण भाषेत लोक प्रवचनाच्या ऐवजी ' परवचनाला गेलो हुतो ', असे म्हणतात. एकंदरींत ते बरोबरच आहे. कारण वक्ता पर-वचनच बोलत असतो. नामा म्हणे, तुका म्हणे, जनी म्हणे. आपण काय म्हणे ? तर कांहीच नाही. मी काय करतो ते आधी सांगितले पाहिजे. संतांनी असे केले, तसे केले ! मी कांहीच करत नाही ! सोपानदेव इथे स्वतःची साधना सांगत आहेत, हे अतिशय महत्त्वाचे आहे.

आपण साधना काय करतो? यावर आपली पारमार्थिक प्रगती अवलंबून असते. साधनेला किती वेळ देतो, कर्मे कशी करतो, सत्संगती, श्रवण, वाचन, दैनंदिन व्यवहार कसे आहेत, हे सर्व परमार्थाला पोषक नसतील तर प्रगती होणे शक्य नाही.

सोपानदेव रामनामाच्या जपात रत आहेत. कारण त्यांना नामाची अत्यंत गोडी लागलेली आहे. साधना दीर्घकाळ, निरंतर प्रेमाने केल्याची ही पावतीच आहे. नामाबरोबर ईश्वराचे स्मरण आहेच. मी देवाचे नांव घेतो आहे याची जाणीव साधकाला असली पाहिजे.

नामाचे शब्द हे साधे शब्द नव्हेत. त्या पाठीमागे सद्गुरुंचीं, संप्रदायाची शक्ति उभी असते. म्हणून नामाला बीजमंत्र म्हणतात.

राम नाम बीज मंत्र । स्वामी जपे अहोरात्र ।।

सोपानदेव अहोरात्र नाम घेत आहेत. नामाचे क्षणभर देखील विस्मरण नाही.

आपण नामाचे स्मरण राहू दे अशी प्रार्थना देवाला, सद्गुरुंना करु शकतो. ती आपण करु या.

....

अभंग 20 वा

अविवेकाचे घरी प्रकृति कामारी । रिघे नाजवरी दडुनिया ।।1 ।।
तैसें नको करुं प्रकट सर्वेश्वरु । हरिनाम उच्चारु जपे वाचे ।।2 ।।

विज्ञानी पैं ज्ञान आढळ संपूर्ण । उभयतां चैतन्य तैसा हरि ||3 ||
सोपान निवांत रामनामीं रत । संसारी उचित रामनाम ||4 ||

परमार्थाची इमारत ही विवेक, वैराग्य, शमदमादी षट्संपत्ती आणि मुमुक्षत्व या चार पायांवर उभी असते. आता उपदेश फळताना का दिसत नाही ? याचं कारण सरळ आणि सोपे आहे. विचारायला आलेले नाहीत तरी सांगितले जाते. उत्सव प्रसंगी हजारोंनी गर्दी झालेली असते. यात मोक्षाची इच्छा असणारे किती असतात? अनुग्रह घेतलेल्या शेकडो शिष्यांपैकी मुमुक्षु किती असतात? हे संशोधनाचे काम होईल. म्हणून लोक साधना करत नाहीत. सद्गुरुंचा, संस्थेचा बिल्ला लावून फिरणारेच अधिक! माऊली म्हणते,

तैसें वैराग्याची शिव न देखतीं । जे विवेकाची भाष नेणतीं ।
ते मूर्ख केवीं पावती । मज ईश्वरातें ।। ज्ञानेश्वरी 4/25
विवेक वैराग्य । या परतें नाही भाग्य ।

असे समर्थ दासबोधांत सांगतात. श्री सोपानदेव प्रस्तुत अभंगातून साधकांना याचेच मार्गदर्शन करत आहेत.

अभंगाच्या पहिल्या चरणांत ते म्हणतात, अविवेकी माणसाच्या घरामध्यें मायाच सर्व कामे करते, ती दडून राहिल्यामुळे घरात घुसलेली कळत नाही.

जे ' सत्य ' आहे ते झाकून ठेवणे हेच मायेचे काम आहे. ईश्वरीय तत्त्व सर्वत्र भरुन आहे. पण ते दिसत नाही, अनुभवाला येत नाही याचे कारण ' माया '. मायेमुळेच ममत्व, देहाची, संपत्तीची, विषयांची आसक्ती अंतःकरणात भरुन राहते. ' माया ' ही भगवंतांचीच छाया असल्याने ती अनंत आणि अफाट आहे. म्हणूनच ' माया ' तरुन जाणे अत्यंत अवघड आहे. असे स्वतः भगवंतच भगवद्गीतेत सांगतात.

वेगवेगळ्या प्रकारच्या कामात अडकून या सांसारिक गोतावळ्यात माणूस गुंतून पडतो. त्याला या संसार चक्रातून सुटूच नये असे वाटते. याचे कारण ही गुणमयी माया.

येथ एक नवलावो । जो जो कीजे तरणोपावो ।
तो तो अपावो । होय ते ऐक ।। ज्ञानेश्वरी 7/82

अशी स्थिती आहे.

भवनदीचे पाणी सखया मोठ्या ओढीचे ।
भल्या भल्यांना उलथून खाली पाडीते ।।

असे मुक्ताबाई चांगदेवांना सांगत आहेत. यावर उपाय काय? भगवंतच सांगतात,

येथ एकचि लीला तरलें । जें सर्वभावे मज भजलें ।
तया ऐलीच थडींये सरलें । मायाजळ ।।

सर्वभावाने भगवंतांना शरण जाणे एवढंच साधकाच्या हाती शिल्लक राहते. मायेतून सुटण्याचा उपाय सोपानदेव अभंगाच्या दुसऱ्या चरणांत सांगत आहेत.

तू केवळ मायेच्या अंमलाखाली पडून राहू नकोस. तर ईश्वरी तत्त्व सर्वत्र प्रकट आहे. त्याची अनुभूति येण्यासाठी हरिनामाचा जप मुखाने करत रहा.

काय आहे ! वेळ अतिशय थोडा आहे आणि जायचं तर खूप दूर. अशा वेळी काय करावं? तर माऊली म्हणते त्या प्रमाणे,

तरि झडझडोनि वहिला नीघ। इयें भक्तिचिया वाटें लाग ।
जिया पावशी अव्यंग । निजधाम माझें ।।

मानवी जीवनामध्ये मोक्षाची इच्छा निर्माण होणे ही दुर्लभ गोष्ट मानली गेली आहे. कारण त्यासाठी देखील फार मोठा पुण्याचा सांठा लागतो. पाप आणि पुण्य हे समाजाला नैतिक मार्गाने चालविण्यासाठी काल्पनिक गोष्टी आहेत असे सांगितले जाते. त्यात थोडंसं तथ्य असले तरी पापकर्मांचे फळ दुःख आणि पुण्यकर्मांचे फळ सुख हे अनुभवान्ती कळून येतेच. कर्मविपाकांचा सिद्धांत न मानणारे असे तथाकथित समाज प्रबोधन करणारे लोक आहेत. पण तोही मानावाच लागतो हे ही सत्य आहेच. एखादा मनुष्य तोंडात सोन्याचा चमचा घेऊन जन्माला का येतो आणि एखाद्याला चमचाभर दूध ही मिळू नये ! याचे कारण काय ? प्रारब्ध. उदंड कष्ट करुनही अपयशच पदरी पडत राहातं ! याचं काय प्रयोजन ! दैव. भगवंतानीं ' दैव ' ही पाचवी गोष्ट मानली आहे. सुरुवातीलाच दैव नाही. योग्य दिशेने प्रामाणिक प्रयत्न, शेवटी दैव ! लोक प्रयत्न करत नाहीत प्रारब्धाला धरुन बसतात. आटोकाट प्रयत्न करुन पहावेत. तसंच मायेच्या बाबतीत म्हणतां येईल. मनाला प्रयत्नपूर्वक संसारातून काढून नामस्मरणांत

लावणे हे मोठे धैर्याचे काम आहे. म्हणूनच मोक्षाला पुरुषार्थ मानलं गेलंय. देव जसा सुखासुखी भेटत नाही; तसंच मोक्षाचे, मुक्तीचे आहे. अखंड दीर्घकालापर्यंत साधना करणे हेच त्याचे गमक आहे. सद्‌गुरुंच्यावर विश्वास ठेऊन ' नाम ' स्मरण झाले पाहिजे.

गुरुदेव रानडे म्हणत, ' पोटभर नाम घ्यायला वेळ अजून कमीच पडतो. नामात रंगून जाणे हाच खरा अनुभव. Mark that word Rangoon. आपलं पोट सांसारिक गोष्टींनी आधीच भरलं असल्याने, नामाला जागा कुठे आहे. फुटकळ साधनेने कांहीही होत नाही. साधना कशी वाढेल याकडेच साधकाने विशेष लक्ष द्यावे.

पुढच्या चरणांत सोपानदेव म्हणतात, विशेष ज्ञान म्हणजे विज्ञान हे ज्याला झालंय तो सांगेल ' ज्ञान ' हे परिपूर्ण, अढळ आणि सत्यमात्र आहे. एकच एक चैतन्य सर्वत्र भरुन राहिलं आहे. तेच हरिरुप होय.

स्वामी विवेकानंद म्हणत, ' आपला देश हा उपदेशकांचा देश झालांय. सर्वजण गुरु व्हायला बघत आहेत, साधना करणारे शिष्य कोठे नाहीतच. ' आणखीन एक फार मोठा गैरसमज समाजात पसरला आहे, तो म्हणजे, प्रवचनकाराला आत्मज्ञानी समजले जाते. संत साहित्याच्या अभ्यासकाला विशेष मान दिला जातो. ' आत्मज्ञान ' होणे हे इतके सोपे आहे काय? हाडाची काडे करुन साधना करणाऱ्याला ते होतेच असे नाही. मामासाहेब दांडेकर म्हणत, ' देव मार्केटमधला भाजीपाला आहे का? ' इतकी वर्षे मी साधना करतो आहे, मी ही त्याच्याच शोधात आहे. ' बाबा महाराज बेलसरे सांगत, प्रवचनकाराचे आचरण आणि साधना पहा. म्हणून विशेष ज्ञान झालेला महात्मा, एकनाथ, तुकाराम, ज्ञानेश्वर महाराजांसारखा असतो. श्रीरामकृष्ण परमहंसांसारखा असतो. तो व्यावसायिक प्रवचनकार नसतो. ट्रस्टला द्या 50,000/- तीन दिवस ' सर ' येऊन कार्यक्रम करतील. निरिच्छ, शांत, संयमी, प्रसन्न, सज्जनता, सुशीलता हे गुण प्रकर्षाने जाणवतात असा ईश्वरनिष्ठ ज्ञानी होय.

माऊली म्हणते,

हे समस्तही श्रीवासुदेवो । ऐसा प्रतितीरसाचा वोतला भावो ।
म्हणोनि भक्तांमाजी रावो । आणि ज्ञानिया तोचि ।। ज्ञानेश्वरी 7/136

हा विशेष ज्ञानी आहे. असे विशेष ज्ञान झालेले संत सांगतात,

विश्वात भरुन राहिलेले चैतन्य हेच हरिचे खरे स्वरुप होय. अवतारादिकांची रुपे काळाच्या ओघात नाहीशी होतील पण त्यांचें चैतन्यमय अस्तित्व अढळ आहे.

शेवटी श्री सोपानदेव म्हणतात, मी निवांतपणे रामनामामध्ये रत आहे. या संसारात उचित जर काय असेल तर रामनाम घेणे हेच आहे.

सध्या दिवस असे आहेत की माणूस धावतोय. सुख, समाधान, शांतीसाठी धावतोय. पैसा भरपूर मिळावा म्हणजे सुख मिळेल असे वाटतंय, त्यासाठी धावाधाव चालू आहे. व्याप वाढवला जातोय. समर्थ म्हणतात,

जितका व्याप । तितुका संताप ।।

पैसे मिळूनही समाधान पदरात पडत नाही. वेळ जातो निवांतपणा नाही.

संत सांगत आहेत,

बैसोनि निवांत शुद्ध करी चित्त । तयां सुखा अंतपार नाही ।।

याचा विचार केलाच पाहिजे. साधनेसाठी निवांत 2 1/2 - 3 तास काढलेच पाहिजेत, तर कांहींतरी अनुभव येईल. सोपानदेवांनी निवांत वेळ काढला. गुरुदेव रानडे तीन तासांची बैठक करत. त्यांचा तो तृप्तीचा नेम असे. मन नामस्मरणाने, अनुभवाने तृप्त झाल्याशिवाय ते खोलीच्या बाहेर येत नसत. याचे कारण ध्येय ठरले आहे.

संसारी माणसांनीं ध्येय ठेवले पाहिजे. स्वामी स्वरुपानंद म्हणतात,

असोनि संसारी घ्यावे आत्मसुख । तरिच सार्थक स्वामी म्हणे ।।

ही सार्थकता नामस्मरण, ध्यान केल्यानेच प्राप्त होणार, या जीवनात उचित, सर्वोत्तम तेच आहे. त्याशिवाय आनंद, समाधान, शांती नाही.

याचा सगळा विचार करुन आपल्या दैनंदिन कामाचे योग्य वेळापत्रक करावे. त्यानुसार साधनेसाठी तीन तास तरी कसे मिळतील हे जरुर पहावे. आणि त्यानुसार नित्य साधना करावी. समाधान, शांती चालत आपल्याकडे येतील याबद्दल शंका नाही.

....

अभंग 21

मोक्षालागी धन वेचावें न लगे । रामकृष्ण वोळंगे जपी जेसु ।।1 ।।

रामकृष्ण मुखी तया अनंत सुख । जाईल निशंक वैकुंठ भुवना ।।2।।
वेगाचेनि वेगे जपा लागेवेगे प्रपंच वाऊगें हरिनामें ।।3।।
सोपान संचित रामनामामृत । नित्यता सेवित हरिकथा ।।4।।

श्रीसोपानदेवांनीं मोठा गोड अभंग लिहिलेला आहे. मुख्य मर्म कळलं पाहिजे ! भारंभार, लोक कांहीतरी करत राहतात.

अचुक यत्न करवेना । म्हणोनि केले ते सजेना ।।

संतांचे सांगणे अचूक असते. कारण ते अनुमानाने सांगत नाहीत. त्यांचें बोलणे हें प्रचितीचे असते. प्रस्तुत अभंगात सोपानदेव हेच सांगत आहेत.

ते म्हणतात, मोक्ष मिळविण्यासाठी कोणत्याही धनाची गरज नसते केवळ रामकृष्ण या नामाचा जप केला की झाले. ' मोक्ष ' हा चवथा पुरुषार्थ मानला गेला आहे. पौरुष प्रयत्न (पूर्ण अभ्यास) आणि गुरुकृपेने तो प्राप्त होतो. आयता, रेडीमेड मोक्ष कोणी देत नाही.

पू.गुरुदेव रानडेंना एका साधकाने पत्र पाठवले, ' मी असे ऐकलं आहे की एकनाथ महाराजांनीं एका शिष्याच्या डोक्यावर हात ठेवला आणि त्याला मुक्ती प्राप्त करुन दिली. असले सामर्थ्य आपल्या ठिकाणी आहे का? नसल्यास असे सामर्थ्य असलेला दुसरा गुरु मी केला तर चालेल का? यामुळे गुरुद्रोह होतो का ? ' हे पत्र वाचून गुरुदेव मोठे व्यथित झाले, गंभीर झाले. ते म्हणाले, हा परमार्थाचा, महाराजांचा अपमान आहे. गुरु कृपा करुन नाम देतील. मोक्ष ज्याचा त्यानेच मिळविण्याचा असतो. आयता मोक्ष कोणी देत नाही. ' नाम देणे ' असे सैल सोडतां कामा नये. गुरुद्रोह वगैरे होतो कां ? हे आम्हांला माहित नाही.'

प्रत्येकाला अंतर्मुख करावयास लावणारी अशी ही घटना आहे. सद्गुरुचरणांवर डोके ठेवणे आणि मुक्ती मिळवणे असा गैरसमज अनेकांच्या अंतःकरणात असतो. वास्तविक पहाता,

हम तो सिर्फ राह दिखांयेंगे । चलना तो आप को ही पडेगा ।।

असेच सद्गुरुंचें सांगणे असते.

माऊलींने

तनु मनु जीवे । चरणांसी लागावें । असे लिहिले आहे.

तनु मनु ' धने ' असे सांगितलेले नाही. धनाचे काय काम ?

तुकाराम महाराज म्हणतात,

नाहीं देवापाशी मोक्षाचे गाठोळें । आणूनि निराळें हातीं द्यावे ।।
इंद्रियांचा जय साधूनियां मन । निर्विषय कारण असें तेथें ।। तु.गा.3390

गुरु लोकांनीं ट्रस्ट, आश्रम, मंदिरे वगैरे प्रोजेक्ट उभे केले असतात अशा कामांसाठी पैसा भरपूर लागतो. मग आवाहनें केली जातात. तन, मन धनानें सेवा केली पाहिजे. परमार्थात पैसा आला की परमार्थ संपतो आणि व्यवसाय सुरु होतो. ट्रस्टच्या पैशांवर ए सी लक्झरिअस गाड्या घेतल्या जातात. मोक्ष, मुक्ती हे फक्त बोलण्याचे विषय राहतात.

हे विस्ताराने लिहिण्याचें कारण साधकाने जागृत असावे. आपण स्वतःच्या ठिकाणी स्थिर राहून, व्रतस्थ राहून, दीर्घकाळ साधना, नामस्मरण, ध्यान करत राहायचे आहे. आंधळेपणाने कोणाच्याही आहारी जाऊ नये. ज्ञान आतूनच होणार आहे.

पुढच्या चरणांत श्रीसोपानदेव सांगतात, रामकृष्ण हे नाम मुखाने घेणाऱ्याला अनंत सुख मिळते. तो निश्चितपणे वैकुंठाला प्राप्त होतो.

नामस्मरणाने विषयसुख मिळत नाही आत्मसुख मिळते. गोंदवलेकर महाराज म्हणतात, ' आपण रामाकडे येऊन विषयसुखच मागतो. ' आपण काय मागितले पाहिजे ? ' तर

देवा आतां ऐसा करी उपकार । देहाचा विसर पाडी मज ।।

देहभाव जितका दृढ, तितकी विषयांची गोडी, आसक्ति जास्त. नामस्मरण केल्याने देहाचे विस्मरण होते. आत्मसत्तेचा प्रभाव जाणवू लागतो. मन आत्मस्वरुपात रममाण होऊ लागते. म्हणून माऊली सुखाची व्याख्या करताना ज्ञानेश्वरीत,

किंबहुना सोयें । जीव आत्मयाची लाहें ।
तेथ जे होयें । तया नाम सुख ।। ज्ञानेश्वरी 13/131

असे म्हटलंय. ' आत्मा ' अनंत आहे, त्याचे सुख हे अनंतच असणार. नामाने मन आत्माकार होते हेच नामस्मरणाचे फलित होय. ही कवी कल्पना नाही, हा अनुभव आहे,

स्वामी म्हणें सुख भोगतां अमुप । झालों सुखरुप आपेंआप ।।

आपलं नामस्मरण ते कसलं? यंत्रवत, त्यात प्रेम नाहीच !
म्हणून ते कोरडे होते, कंटाळवाणे, ओझे घेतल्यासारखे होते. मन रंगून गेले

पाहिजे.

गोविंद गोविंद । मना लागलिया छंद ।।

असा नामाचा छंद लागला की देहाचा विसर पडतो, अनंत सुख मिळते. असा भक्त देवाशी एकरुप होतो आणि त्याचा वास भगवंतासन्निध म्हणजे वैकुंठातच होतो. नाम आणि भगवंत अभिन्नच आहेत. जो अखंड नाम घेतो तो वैकुंठातच असतो.

तिसऱ्या चरणांत श्री सोपानदेव म्हणतात, आपल्या नामसाधनेचा वेग वाढवा आणि नामजप लगबगीने करा. प्रपंच वाऊगा आहे त्याच्यात विशेष गुंतून जाऊ नका.

माणसाला परमार्थाची, देवाची निकड वाटली पाहिजे असे गोंदवलेकर महाराज म्हणत. तशी निकड लागलेली असेल तरच साधना होऊ शकते. झालंय काय ! भूकच लागलेली नाही आणि पुढ्यात पंचपक्वान्नांचे ताट वाढून ठेवलंय, कोणं खाणार? तशी आज लोकांची स्थिती आहे. नाटक, सिनेमा, टि.व्ही. सिरिअल्स, क्रिकेट, संगीत याची मनापासून आवड आहे. त्यासाठी भरपूर वेळ दिला जातोय. तेच जीवन आहे असे वाटते. अशी माणसे काय लगबगीने नामस्मरण करणार.

साधकांनी विचार करायचा आहे !

क्षणक्षणां हाचि करावा विचार । तरावया पार भवसिंधु ।।
नाशिवंत देह जाणार सकळ । आयुष्य खातो काळ सावधान ।।
संतसमागमी धरुनि आवडी । करावी तांतडी परमार्थी ।। तु.गा.2523

मरणाचें स्मरण आणि शारिरीक दुःख, जगात झालेली मानहानी यानें परमार्थ वाढीला लागतो असे भाऊसाहेब उमदीकर महाराज म्हणत.

जग काय करतंय हे पहात बसण्यापेक्षा मी काय केलं पाहिजे हे बघायचं आहे. म्हणून वेळ मिळेल तेव्हां नाम घेतलं पाहिजे. अशाने नामाच्या राशीच्या राशी पडतील असे बाबा महाराज बेलसरे म्हणत.

रिकामा वेळ आपण विषय चिंतन, स्वप्न चिंतन यात घालवतो. भूतकाळातील आठवणी आणि भविष्यातील मनोरथे रचण्यात कधी वेळ निघून जातो हे लक्षात येत नाही. अशा चिंतनाने देहबुद्धी, प्रपंचबुद्धी घट्ट होत जाते.

समर्थ म्हणतात,

ऐक सदैवपणाचे लक्षण । रिकामा जाऊ नेदी येक क्षण ।
प्रपंच वेवसायाचे ज्ञान । बरें पाहें ।।

साधकाचा प्रपंच आणि व्यवसाय परमार्थरुपच झालेले असतात.

शेवटी सोपानदेव म्हणतात, माझे थोर संचित आहे, मी रामनामामृताचे अखंड सेवन करतो आहे त्याचबरोबर हरिकथा श्रवणाचा लाभ मला होत आहे.

संतांची भेट होणे, त्यांच्याकडून ' नाम ' मिळणे, साधना नियमित होणे आणि शेवटी गुरुकृपेने आत्मसाक्षात्कार होणे या सर्वांसाठी पूर्वसंचितच लागते हे त्रिवार सत्य आहे. माऊली म्हणते,

फळलें भाग्य माझे । धन्य झालों संसारी ।
सद्‌गुरु भेटलें हो । त्यांनीं धरियेले करीं ।
अनंत जन्मांतरींचें पुण्य जोडे । तरिच हा परमार्थ घडे ।
मुख्य परमात्मा आतुंडे । अनुभवासी ये ।। दासबोध

सोपानदेव म्हणतात ते बरोबरच आहे. पूर्वसंचिताने घरीच सद्‌गुरु भेटले, अनुग्रह झाला. साधना झाली, रामनामाचे अमृत नित्य सेवन करता येऊ लागले. वृत्ती नामात रंगली हे केवढं मोठं भाग्य म्हटलं पाहिजे.

याच बरोबर हरिकथा श्रवण त्यांना होतंय. भगवंतांच्या कथेमध्ये प्रेम असणे याला गर्ग मुनींनीं भक्ती असे म्हटले आहे. संतांना स्वाभाविक प्रेम हरि कथेत असतेच.

आत्मज्ञान झाले तरी सगुणावरील प्रेम कमी होत नाही. ते वाढतच असते. श्री गोंदवलेकर महाराज रामावर किती प्रेम करत. श्री एकनाथांनीं देखील अध्यात्म रामायण लिहिले.

सोपानदेवांना संतांच्या सहवासात या हरिकथेचा लाभ घडत होता. श्रवणाचा एक सात्त्विक आनंद असतो. तो आनंद श्रोत्यांना मिळतो. सांगणाऱ्याला मिळतो. श्रोता-वक्ता दोघे ही रंगून जातात. आपण नामात रंगलं पाहिजे.

....

अभंग 22

सर्वकाळ ध्यान हरिरुपीं ज्याचे । तया सर्व रुपाचे जवळी असे ।।1 ।।
हरि हरि झाला प्रपंच अबोल । हरि मुखी निवा तोंचि धन्य ।।2 ।।

हरि हेचि मन संपन्न अखंड । नित्यता ब्रह्माण्ड त्याचे देहीं ।।3।।
सोपान विदेही सर्वरुपीं बिंबतु । हरिरुपी रतु जीवशिव ।।4।।

' भारतीय संस्कृती ' नावांचे एक अप्रतिम पुस्तक श्री साने गुरुजींनीं लिहिलेले आहे. या पुस्तकाचे वाचन आणि आचरण समाजातील प्रत्येक व्यक्तीने केले पाहिजे. अत्यंत पोटतिडकीने गुरुजींनी हे विचार मांडलेले आहेत. या विचारांचा पाया आध्यात्मिक तत्त्वज्ञानावरच आहे. ' अद्वैतभाव ' हेच सूत्र गुरुजींनीं संपूर्ण ग्रंथात वापरले आहे. संत तत्त्वज्ञानाचा परिपाक म्हणजे हा अपूर्व ग्रंथ होय. दुर्दैव हेच आहे की समाजाचे हृदय दगडासारखे आहे आणि त्याला पाझर फुटणे अवघड. जाती-जातींच्या डबक्यातून आणि भेदाभेदांच्या भिंतींतून समाज बाहेर पडत नाही. संतांना देखील जातीयतेच्या खोड्यात अडकवून ठेवले जातंय, हे योग्य नव्हे. प्रस्तुत अभंगात श्रीसोपानदेवांनी परमेश्वराच्या विराटरुपाचेच वर्णन केले आहे.

ते म्हणतात सर्वकाळ हरिरुपाचे ध्यान करणाऱ्याला हरिचे रुप जवळच असते. त्याला ' हरि ' सर्वत्र दिसतो. माऊली कृष्णाचे वर्णन करताना म्हणते,

ऐसें सर्वरुपरुपसें। सर्वदृष्टींडोळसें। सर्व देशनिवासें । बोलिलें श्रीकृष्णें ।।

म्हणजेच सर्व रुपे ही ज्या परमेश्वरामुळे आहेत, सर्वं डोळ्यांनीं तोच पाहणारा आणि सर्व ठिकाणी ज्याचा निवास आहे असा सर्वव्यापक श्रीकृष्ण. त्याचे रुप सर्वकाळ ध्यान करणाऱ्याला दिसते.

श्री तुकाराम महाराज म्हणतात,

ज्याचें जया ध्यान । तेंचि होय त्याचे मन ।।1।।
म्हणऊनि अवघें सारा । पांडुरंग दृढ धरा ।।2।।
सम खुण ज्याचें पाय । उभा व्यापक विटे ठाय ।।3।।
तुका म्हणें नभा। परता अणुचाही गाभा ।।4।। तु. गा. 3393

म्हणूनच साधकाने हरिरुपाचे ध्यान केले पाहिजे. हे ध्यान कोणाचे केले आहे तर आपल्याच शरीरातील चैतन्यरुपाने नटलेल्या आत्मस्वरुपाचे. तोच हरि मी आहे या जाणीवेशी एकरुप होणे म्हणजे ध्यान. चित्त चैतन्याशी संलग्न होणे म्हणजे ध्यान. हे सर्वं संतांनी केलेले असते. त्या शिवाय आत्मबोध होत नाही.

ज्ञानदेवाप्रमाण आत्मा हा निधान । सर्वांघटीं पूर्ण एक नांदें ।।

सोपानदेवांना आपल्याला हेच सांगावयाचे आहे, की दीर्घकाळ, निरंतर हरि म्हणजे आत्मरुपाचे ध्यान केल्याने ती व्यक्ती आत्मरुपच होते आणि त्या व्यक्तीला सर्वत्र हरि रुप दिसू लागते.

प्रथम स्वरुपसमाधान । पावोनिं ठेला अर्जुन ।
सवेंचि उघडीं लोचन । तंव विश्वरुप देखें ।।

आता हरि पाहण्यासाठी कोठे जावयास नको कारण जें जें कांहीं समोर दिसतंय ते हरिरुपच होय. असं म्हटलंय Geeta does not say God exists nor it says God does not exists But it say's whatever you see is God. हे शंभर टक्के खरे आहे. फक्त तशी दृष्टी यायला हवी.

पुढच्या चरणांत श्री सोपानदेव म्हणतात, हरि हरि असे अखंड स्मरण केल्याने प्रपंचाचा सहजच विसर पडतो. जणूं कांही प्रपंच अबोल झाला आहे. हरि स्मरणांमुळे साधक शांत, निवांत होऊन जातो.

काकासाहेब तुळपुळे म्हणत, नामस्मरणात प्रपंचाचे, देहाचे विस्मरण आहे. रोज थोडा थोडा वेळ प्रयत्न केल्याने नामस्मरणाची बैठक स्थिर होते. कालांतराने प्रपंचाचे, विषयांचे चिंतन थांबते. जसे, तुकाराम महाराजांच्या बाबतीत झाले,

सकळां इंद्रिया मन हें प्रधान । तेहीं करीं ध्यान विठोबाचें ।।
बैसला विठ्ठल जिव्हेचिया माथा । न वदें अन्यथा आन दुजे ।।

तुकाराम महाराजांची जीभ आणि मन दोन्ही ताब्यात आली आहेत ही तर परमभाग्याची स्थिती ! असली पाहिजे. आपले मन स्तोत्रे म्हणत असताना देखील ना शब्दोच्चारांवर असते की अर्थावर असते. स्तोत्र म्हणणे कधी संपले हेच लक्षांत येत नाही.

म्हणून चित्त एकाग्र करुन शांतपणे नामस्मरण करत राहावे. देहादि प्रपंच मायिक आहेत असे मनाला पुनः पुन्हा शिकवावे. यात कष्ट आहेत पण चिकाटीने मन लागेल आणि प्रपंचाचा आठव कमी होईल.

अभ्यासाचे महत्त्व आहे. स्वतः भगवंत म्हणतात,

अभ्यासासि कांहीं । सर्वथा दुष्कर नाहीं ।
म्हणोनि माझ्या ठायीं । अभ्यासें मिळ ।।

या अभ्यासाचा परिणाम म्हणजे शांती आणि निवांतपण. हे दोन्ही

संतांचे गुण आहेत. वासनेची वखवख थांबली की माणसाचे हवे नको पण संपून जाते. जे कांही घडतंय ते देवाच्या इच्छेने, त्यामुळे तो निवांत होऊन जातो.

करणे का न करणे । हे तोचि जाणे ।।

स्वामी स्वरुपानंद म्हणतात,

आता मजलागीं काय उणें जगीं । आवडीने भोगीं शांती सुख ।।

तो महात्मा परमशांत होऊन जातो. त्याच्या सानिध्यात येणारे लोक त्या शांतीचा अनुभव घेतात.

पुढच्या चरणांत सोपानदेव म्हणतात, मन हरिरुप होऊन संपन्न झालेले आहे. जणूं या देहातच ब्रह्माण्ड नांदते आहे.

भगवंत हा षडगुणैश्वर्यसंपन्न आहे. ज्ञान, वैराग्य, ऐश्वर्य, यश, श्री, औदार्य हे सहा गुण भगवंताच्या ठायी आहेत. म्हणूनच त्याला भगवंत असे म्हटले आहे. पण जो निःसंग झाला त्याचा सांगाती भगवंत असतो. मन हरिरुप होणे म्हणजे निःसंग होणे. मनातील अपरंपार संसार, प्रपंच निघून जाऊन केवळ मन ईश्वराच्या नामाने भरुन जाणे. त्यामुळे चेहऱ्यावर अखंड प्रसन्नता येते, संपन्नता येते. येथे धनाचा प्रश्न नाही. समर्थ म्हणतात,

हरिभक्त वैभवे कनिष्ठ । परि ब्रह्मादिकां श्रेष्ठ ।
सदासर्वदा संतुष्ट । नैराश्य बोधे ।।

मनाचे मनपण, चंचलत्व, संकल्प विकल्प करणे निघून गेलेले आहे. त्या परब्रह्म अशा आत्मतत्त्वाशी ते एकरुपच झाले. माऊली म्हणते,

परतोनि पाठिमोरें ठाकें । आणि आपणियांते आपण देखें ।
देखतखेवों वोळखें । म्हणे तत्त्व ते मीं ।। ज्ञानेश्वरी 6/366
तिये ओळखीचिसरिसें । सुखाचिया साम्राज्यीं बैसें ।
चित्तपण समरसें । विरोनि जाय ।। ज्ञानेश्वरी 6/367

मन संपलेच.

जेथ हें संसारचित्र उमटें । तो मनोरुपु पटु फाटें ।
जैसें सरोवर आटें । मग प्रतिभा नाहीं ।। ज्ञानेश्वरी 5/156
तैसें मनपण मुदल जायें । मग अहंभावादिक कें आहे ।
म्हणोनि शरीरेचि ब्रह्म होये । अनुभवी तो ।। ज्ञानेश्वरी 5/157

तो शरीराने ब्रह्म होतो. जणूं ब्रह्म त्याच्या शरीरात नांदते आहे.

शेवटी सोपानदेव म्हणतात, मी विदेही आहे सर्वरुपांमध्ये मीच नटलेलो आहे. हरिरुपामध्ये मी रमलो आहे, जीवाशिवासह.

विदेही अवस्था येणे हा परमार्थातला सर्वश्रेष्ठ अनुभव आहे. स्वामी स्वरुपानंद अनुभवाने म्हणतात.

राहो किंवा जावो देह नाशिवंत । मी तो देहातीत स्वामी म्हणे ।।

तो चैतन्यरुप परमात्मा तो मी, सोऽहं भावाने ज्यावेळी साधना केली जाते त्यावेळी हळुहळू देहापासून ती साधक व्यक्ति अलग होत असते. कालांतराने गुरुकृपेने तो सोऽहं भावावर आरुढ होतो.

राहे कोठे आता देहाचा संबंध । होता आत्मबोध अंतर्यामी ।।

आत्मबोध झाला की मी विदेही आहे, सर्वत्र व्याप्त आहे असा अनुभव त्या व्यक्तिला येतो.

सोपानदेवांचा अनुभव हाच आहे. शंकराचार्य निर्वाणषटकात तेच सांगतात, मी सर्व विभुतींच्या रुपाने, सर्वत्र, सर्व इंद्रियामधून नटलेलो आहे. द्वैत मावळून जाते.

साधु स्वरुप स्वयंभ । तेथे कैचा असेल दंभ ।
जेथे द्वैताचा आरंभ । जालाच नाही ।।

या जगात सर्व ठिकाणी मीच भरुन राहिलो आहे. आपले आत्मस्वरुप हेच हरिचे रुप.

समर्थ म्हणतात,

राघवाचे जे रुप । ते माझें स्वरुप ।।

या आत्मरुपामध्ये मी रमून गेलो असे सोपानदेव सांगत आहेत. जीव-शिव दोन्हीही तेच आहेत. अज्ञानामुळे मी जीव, मला बंधन आहे, मला जन्ममृत्यु आहेत असे मानत होतो. पण जीवाचे अज्ञान फिटले. मीच शिवस्वरुप आहे असे अनुभवाला आले. त्या हरिरुपात जीव-शिव भेद निघून गेले. एक हरिरुपच उरले.

तेच आपणांला पाहावयाचे आहे !

अभंग 23 वा

मनाचे मवाळ हरिरुप चिंतिती । रामकृष्ण मूर्ति नित्य कथा ।।1 ।।
रामनामी ध्यान । सदा पै सर्वदा । न पावाल आपदा नाना योनि ।।2 ।।
हरिनाम जप सदा पैं अनंत । जीवशिवीं रतु सर्व काळ ।।3।।

सोपान प्रेमाचा आनंद हरीचा । तुटला मोहाचा मोहपाश ।।4 ।।

सर्व गीता सांगून झाली. भगवंत अर्जुनाला विचारतात, ' हे अर्जुना हे सर्व एकाग्र चित्ताने श्रवण केले आहेस, तर तुझा अज्ञानातून आलेला मोह नष्ट झाला का ? ' त्यावर अर्जुन म्हणतो, देवा, माझा मोह गेला, आपल्या कृपाप्रसादामुळे माझे अज्ञानही गेले आणि मला स्वरुपाची विस्मृती झाली होती, ती स्मृती मला झाली. मला आत्मज्ञान झाले. संत साहित्याचा अभ्यास करण्याचा हेतू काय असेल तर कर्तव्यकर्म मोठ्या प्रेमाने करावं, मोह आणि आसक्ति नष्ट व्हावी आणि स्वरुपाचे ज्ञान व्हावे. सोपानदेव प्रस्तुत अभंगातून या मोह-आसक्ति त्यागाविषयी सांगत आहेत.

अभंगाच्या पहिल्या चरणांत ते म्हणतात, मनाचे मवाळ, वृत्तीने सात्विक असणारी भाविक साधक मंडळी हरिरुपाचे चिंतन करतात आणि श्रीराम व श्रीकृष्ण यांची पूजा, कथा श्रवण इ. करतात.

सत्त्वगुणे भगवद्भक्ती । यदर्थी संदेह नाही ।।

असे श्री रामदास दासबोधात सांगतात.

तुका म्हणे येथे सत्त्वाचे सामर्थ्य । करावा परमार्थ अहर्निशी ।।

सत्त्वगुणाचे अधिष्ठान परमार्थासाठी आवश्यक आहे. मनाचे मवाळ म्हणजे ज्यांचे अंतःकरण प्रेमाने, दयेने, भरलेले आहे, ज्यांना भगवंताविषयी आस्था, श्रद्धा आहे ज्यांनीं परमार्थाचा मार्ग समजावून घेतलेला आहे असे साधक सद्गुरुनीं सांगितलेली साधना प्रामाणिकपणे करतात. साधनेशिवाय परमार्थ नाही.

पारियाचा रवा घेता भूमीवरी । यत्न परोपरी साधन तैसे ।।

मनाला रामनामाची गोडी लागण्यासाठी अखंड प्रयत्न हवेत. शेकडो वेळा अपयश आले तरी प्रयत्न सोडायचे नसतात. कंटाळून चालत नाही. माऊली म्हणते, ही पाऊलवाट देखील सुखाची आहे. ध्यान, नाम या दोन्हीं साधना चोवीस तास करणे शक्य नसते. गुरुदेव रानडे देखील म्हणत, नेम 24 तास करणे अशक्य म्हणून उरलेला वेळ परमार्थाला अनुकूल असे लेखन, वाचन करण्यात ते घालवत. सोपानदेव म्हणतात, अर्चन आणि श्रवण या दोन्ही भक्ती परमार्थाला उपयुक्त आहेत म्हणून अंतःकरणातील भाव वाढण्यासाठी प्रेमाने केलेली पूजा भगवंतापर्यंत पोहचते. त्याच्या जोडीला हरिकथा श्रवण. महाभागवताची कथा राजा

परिक्षितीने श्रवण केली. त्या हरिकथेने तो कृतकृत्य झाला. त्याचे मृत्यूचे भय निघून गेले. हरिकथेचे असे विलक्षण महत्त्व आहे. श्रीरामकृष्ण परमहंस देखील मधून मधून पुराणिकांना भागवत, पुराणातील कथा सांगावयास लावत. भाव निर्माण होणे हे महत्त्वाचे आहे.

' भाव ' अस्तित्त्वाची जाणीव ही अतिशय महत्त्वाची आहे.

या जाणीवेला धरुनच, पुढच्या चरणांत श्री सोपानदेव म्हणतात, सदा, सर्वदा रामनामाचे ध्यान तू करत रहा त्यामुळे या प्रपंचात कष्ट, त्रास, कटकटी फार भोगाव्या लागणार नाहीत. मृत्यूनंतर नीच योनीत जन्मही घ्यावा लागणार नाही.

महाराजांनी सदा, सर्वदा असे दोन शब्द वापरले आहेत. सकाळची अर्धा, पाऊणतास उपासना, ध्यान, नामस्मरण, पूजा इ. साधना संपली की आपला आणि देवाचा संबंध फारसा रहात नाही. साधी आठवण देखील आपल्याला होत नाही. तुकाराम महाराज काय म्हणतात,

सदा माझे डोळां जडों तुझी मूर्ती । रखुमाईच्या पती सोयरिया ।।

तैलधारवत अखंड म्हणजे सदा, सर्वदा. परमार्थाला अनुकूल व्यवहार. सदैव त्याच्या चिंतनात राहणे. अंतःकरणात देव भरत राहणे हे अतिशय महत्त्वाचे आहे. थोडक्यात परमार्थाला प्रतिकूल विषय चिंतन, व्यवहार सोडून मन ईश्वरीभावात कसे राहिल याचा विचार साधकांनी केला पाहिजे.

' श्री रामकृष्ण वचनामृत ' या ग्रंथाची साधकांनी अनेक वेळा पारायणे करावीत. रामकृष्णांची, सदा सर्वदा ईश्वरीय ध्यानाची स्थिती कशी होती हे कळण्यांस मदत होईल. तेच आपले ध्येय असले पाहिजे. बरेच वेळा लोक म्हणतात, ' आम्हांला काय तुकाराम, ज्ञानेश्वर, रामकृष्ण वगैरे व्हावयाचे नाही. ' अर्थात उत्तम साधकांसाठीं सोपानदेव सांगत आहेत. ज्याचे त्याने हे ठरवावयाचे आहे. आपणच आपला उद्धार करुन घेतला पाहिजे हे मात्र खरे.

सदा, सर्वदा रामनामाचे ध्यान केल्याने मन प्रपंचाविषयी अनासक्त होत जाते त्याचबरोबर देहभाव कमी होऊन आत्मभाव वाढीला लागतो. जीवन आनंदाने भरुन जाते. मन समाधानी राहते. अशा अवस्थेत प्रपंचातील कटकटी फार कांही त्रासदायक वाटत नाहीत. उलट भगवंताच्या

अस्तित्वाची जाणीव वाढल्यामुळे मन निश्चिंत राहते.

जीवाला उत्तम गती प्राप्त झाल्याने श्वान, शुकरादी नीच योनी भोगाव्या लागत नाहीत. या जन्मात ते ज्ञान आपल्याला प्राप्त झाले नाही तरी आपण उत्तम साधक झाले पाहिजे. मामासाहेब दांडेकरांनी स्वतःचा फड उभा केला नाही, आश्रम, मठ केला नाही. जन्मभर त्यांनीं आपली साधक दशा सोडली नाही. हे आपल्याला अत्यंत प्रेरणादायी उदाहरण आहे.

पुढच्या चरणांत सोपानदेव म्हणतात, रामनामाचा जप सदैव चालू आहे, त्याचे मोजमाप नाही. ' अनंत ' हेच जपाचे स्वरुप होय. त्याचबरोबर आंतरिक ध्यानात, ते आत्मस्वरुपाशी तल्लीन झाले आहेत.

या अभंग चरणाचा चांगला विचार केला पाहिजे. कारण आध्यात्मिक साधना मोजमाप करुन होत नाही. तेरा कोटी रामनाम घेतल्याने राम भेटेलच असे कांहीं नाही. उलट ' मी तेरा कोटी राम नाम घेतले ' असा अहंकार मात्र 100 टक्के चिकटू शकतो. म्हणून गुरुदेव रानडे म्हणत की केलेला जप हा ' तेरा-तेरा ' म्हणजे तुझा, तुझा असा झाला पाहिजे. मी, माझे आणि मला हेच विसरले जात नाही. मी इतका जप केला, देवाने असे करावयास हवे अशी भाषा परमार्थी साधक करत नाही. सोपानदेवांना हेच सांगावयाचे आहे.

नाम अखंड जपतची जावे । नामस्मरणें पावावें । समाधान ।।

नाम जपण्यामध्येच आनंद ! काहीं मागणे नाही. कांहीं सांगणे नाही. वेळ मिळाला की नाम, ध्यान. स्वतःमध्येच डुब देऊन बसणे. इतर वेळी परमार्थाला अनुकुल व्यवहार.

आपल्या दृष्टीने व्यवहार, नोकरी, पैसा याला फार महत्त्व असते. जगण्यासाठी या सर्वांची गरज आहेच. तथापि आपलं कर्म परमार्थाला योग्य होतंय की नाही? हे बघणं जरुरी आहे. एक भेळेची गाडी चालविणारे गृहस्थ स्वामी माधवनाथ, पुणे यांचेकडे येत. अनुग्रहीत, साधक होते. त्यांनी आपल्या मनोगतात म्हटलंय, पूर्वी कसलातरी माल आणून मी गि-हाईकाला खाऊ घालीत असे. पण आता जे सर्वोत्तम असेल तेच ग्राहक देवतेला देतो. काम चालू असताना नाम घेतो त्यामुळे अतीव समाधान मिळते आहे. आपला व्यवहार असा व्हायला हवा.

ध्यानाची उत्तम अवस्था सोपानदेवांना आलेली आहे. चैतन्यरुप परमात्म तत्त्वाशी चित्त एकरुपच होतंय. जणू जीव-शिव एकरुपच झालेले आहेत. शरीरातील चैतन्य म्हणजेच ' सेल्फ ' किंवा ' मी '. याच्याशी चित्त संलग्न होणे म्हणजेच ध्यान.

शेवटी श्री सोपानदेव म्हणतात, मी प्रेममय झालोय आणि आत्मरुप हरिचा आनंद लुटतोय त्यामुळे मोहाचा मोहपाश तुटुन गेला आहे.

प्रेममय होऊन जाणे हे परमार्थाचे वर्म आहे. संत प्रेममयच झालेले असतात.

संत आनंदाचे स्थळ । संत सुखचि केवळ ।
नाना संतोषाचें मूळ । ते हे संत ।।

प्रेममय होण्याचे कारण, आत्मस्वरुपाचे भान आलंय. एकच एक आत्मा सर्वांच्या रुपाने नटलेला आहे. जणू मीच सर्व ठिकाणी आहे. द्वैत नाहीच. येणाऱ्या प्रत्येक व्यक्तीला पाहताच स्वतःच स्वतःला भेटल्यासारखे वाटतंय. आत्मरुप हरिचा हा आनंद आहे.

अंतःकरणातील कामनांचा निःशेष निरास झाल्याने वस्तू, व्यक्ती, विषयांचा मोह राहिला नाही.

स्वरुपीं भरतां कल्पना । तेथे कैचीं उरेल कामना ।
म्हणौनिया साधु जना । कामची नाही ।।

साधकांनी आधी निषिद्ध, कामनिक वासना, कल्पना टाकून दिल्या पाहिजेत. नंतर शुद्ध अंतःकरणाने ध्यान-नामादी साधना केल्यानंतर, असलं-नसलं तरी जीवन चालू शकते. मनाला मोह होत नाही. प्रपंचाचा पाश हळुहळू सुटत जातो. अर्थात याला उपाय साधना हाच आहे.

ज्ञानदेव म्हणे हरिजप करणें । तुटेल धरणें प्रपंचाचे ।।

....

अभंग 24

हरि सुखें छंदे नाचतो सर्वदा । गोविंद परमानंदा हरिबोधा ।।1 ।।
रामकृष्ण नामीं या नामी आनंदु । नित्यता गोविंदु आम्हां घरी ।।2 ।।
निर्गुण हे नेणो सगुण निर्धार । सगुण आचार सर्वकाळी ।।3 ।।
सोपान अवघेचि हरिरुप । हरिविण स्वरुप नेणे चित्ती ।।4 ।।

आनंद ही अद्‌भूत गोष्ट आहे. तो सहज आहे, स्वयंभू आहे. सर्वत्र

भरलेला आहे. विशेष म्हणजे आनंद हेच आपले स्वरुप आहे. आनंद आपल्या जवळच आहे. स्वरुपानंद म्हणतात,

स्वामी म्हणे लाभे अविट आनंद । लागलासें छंद स्वरुपाचा ।।

तर तुकाराम महाराज आपल्याला हेच सांगत आहेत,

आनंदाचें डोहीं आनंद तरंग । आनंदचि अंग आनंदाचे ।।

विनोबाजी गीता प्रवचनात म्हणतात, मनुष्याला आनंदाचें दुर्भीक्ष्य आहे. तो नुसते पाणी पिणार नाही. त्यात साखर, लिंबु, मीठ घालील आणि सरबत मिटक्या मारत पिईल. ह्यांत हें मिसळ, त्यांत तें मिसळ. असे करुन मिसळीचा आनंद तो चाखेल. निर्भेळ असे कांहीं त्याला नकोच आहे.

संत नेहमीच आनंदात असतात. त्यांचा आनंद हा वस्तू, व्यक्ती, विषय यांच्यावर अवलंबून नसतो. स्वरुपाच्या आनंदाचे त्यांनी यथेच्छ सेवन केलेले असते. त्या आनंदात ते नाचतात, डोलतात. तोच आनंद सर्वांना देण्यासाठी ते कळवळतात.

अवघाचि संसार सुखाचा करीन । आनंदे भरिन तिन्ही लोक ।।

श्रीसोपानदेव याला अपवाद नाहीत. ते स्वतः तो आनंद सेवन करत आहेत. त्या आनंदात ते नाचतात. तोच आनंद आपल्याला ते देत आहेत.

प्रस्तुत अभंगाच्या पहिल्या चरणांत ते म्हणतात, हरिच्या सुखाने, हरिनामाच्या छंदाने मी सर्वकाळ नाचत आहे. त्याच बरोबर गोविंद, हरि मीच आहे या बोधाने परमानंदात डुंबतोय.

खरं तर हे एकच चरण आयुष्यभर चिंतन, मननासाठी पुरे आहे. हरिनामाचा छंद सुखासुखी लागत नाही. त्याला अनंत जन्मांतरीचे पुण्य पाठीशी असावे लागते. हे स्वतः ज्ञानेश्वर माऊली म्हणते,

जयाचियां वाचें पुढां भोजें । नाम नाचत आहें माझें ।।
जें जन्म सहस्त्रीं ओळगीजें । एक वेळ यावया ।।

विषयांची आस, हव्यास आणि ध्यास सुटावयास लागतो. जोपर्यंत अंतःकरणात वासना, उपभोगाची इच्छा प्रबल आहे तोपर्यंत नामावर, भगवंतावर प्रेम जडत नाही.

विषयी विसर पडिला निःशेष । अंगी ब्रह्मरस ठसावला ।।1 ।।
माझी मज झाली अनावर वाचा । छंद या नामाचा घेतलासे ।।2 ।।

हे तुकोबांचे उद्‌गार बरंच कांहीं सांगून जातात याचा साधकांनी

विचार करावा. अंतःकरणातील धगधगीत वैराग्याने विषय वासना जळून जातात. पण तसे वैराग्य आपल्या ठायीं नको का? आपण सर्व कांहीं एन्जॉय करत करत नामस्मरण करणार आणि अपेक्षा तर फार मोठ्या ठेवणार. हे गणित जुळत नाही.

सोपानदेवांनी जीवनांत एकच गोष्ट केली हरिवर प्रेम आणि त्याच्या नामाचा छंद. त्यामुळे त्यांना आत्मसुख मिळालं. आपला आत्मा हाच हरि होय या बोधाने ते नाम घेत गेले.

एक नाम हरि द्वैत नाम दुरी । अद्वैत कुसरी विरळां जाणे ।।

आपण द्वैत भावातून नाम घेत असतो. दुसरे म्हणजे हरिप्रेमापेक्षा उपकाराची भावना असते. मी इतके नाम घेतले माझे असे झाले पाहिजे हा व्यवहारही असतो. हे गेलं पाहिजे तरच नामाचा अनुभव येईल. बाबा महाराज बेलसरे सांगत, आपण देवाजवळ ' तुझ्या नामाचे प्रेम मला दे ' एवढंच मागावं.

सोपानदेवांची कोणतीच ऐहिक कामना नव्हती, सद्‌गुरुंच्या उपदेशाचे पालन तत्काळ त्यांनी केलेले होते. अंतःकरणाची भूमिका तयारच असल्याने ते अद्वैत बोधाशी एकरुप झाले. आनंदाने, प्रेमाने, सुखाने, हरिरुप होऊन नाचू लागले.

पुढच्या चरणांत ते म्हणतात, रामकृष्ण हे नाम घेण्यात मोठा आनंद आहे. त्यामुळे गोविंद आमच्या अंतकरणरुपी घरात नित्य वास करुन आहे. संतांची आंतरिक स्थिती यावरुन कळते. नाम घेण्यात त्यांना आनंद वाटतोय. आपला सगळा आनंदी-आनंद. टि.व्ही सिरिअलचा तासाचा स्पेशल एपीसोड, विशेष भाग बघण्यांत, अतीव आनंद होतो. लोक भजनाला प्रवचनाला येत नाहीत; पण महाप्रसादाला वेळेत हजर ! साधकांनी विचार केला पाहिजे. आपल्या मनाशी संवाद साधला पाहिजे. नामस्मरणाचा अभ्यासच केला पाहिजे. कारण

परि वैराग्याचेनि आधारे । जरि लाविलें अभ्यासाचिये मोहरें ।
तरि केंतुलेनि एकें अवसरे । स्थिरावेल ।। ज्ञानेश्वरी 6/419

अभ्यास हेच एक त्याला उत्तर आहे. हळुहळू आनंद वाटू लागेल. नामात प्रेम आणि आनंद येणे ही खरोखरीच भगवंताच्या कृपाप्रसादाची गोष्ट आहे. सोपानदेवांना ही कृपा लाभलेली आहे. त्यांना नाम घेण्यात मोठा

आनंद होतो आहे.

भगवंताचे अस्तित्व हे सर्वत्र आहे. देव माझ्याजवळच आहे अशी जाणीव अंतःकरणात स्थिर होते. मला सबाह्य व्यापून देव आहे अशी अनुभूती संतांना येते.

जनी म्हणे माझी विठाबाई । सबाह्य भरुन राही ।।

किंवा स्वामी स्वरुपानंद म्हणतात,

अंतर्बाह्य झालें देवाचे दर्शन । गेलो भवार्णव तरोनियां ।।

सोपानदेवांना नाम घेता घेता, चित्त चैतन्यात विलीन होऊन गेल्याचा अनुभव आला. तो चैतन्यरुप परमात्मा तो मीच आहे. आता देवाचा वियोग कुठला?

बीज भाजूनी केली लाही । आम्हां जन्ममरण नाही ।।
आकारासी कैंचा ठाव । देह प्रत्यक्ष झाला देव ।। तु.गा.3348

तिसऱ्या चरणांत श्री सोपानदेव म्हणतात निर्गुण निराकार हे परमात्म्याचे स्वरुप मी जाणतो पण मी सगुणाची उपासना निर्धाराने करतो आहे. सगुण भक्तीच आचरणात सर्व काळी आणतो.

समर्थ दासबोधात सांगतात,

सगुण रक्षुन । निर्गुण बोलत जावे ।।

सर्व सामान्य लोकांना निर्गुण, निराकार उपासना पचनी पडत नाही. श्रीरामकृष्ण त्यांच्याकडे येणाऱ्या तरुण साधकांना विचारत, अरे तुला साकार आवडतं की निराकार? दोन्ही पण मानलं पाहिजे, माणसाने एकदेशी असू नये, असे ते सांगत.

निर्गुण परमेश्वरच सगुण साकार झालेला असल्याने सगुण उपासना करण्यात गैर कांहींच नाही. स्वामी विवेकानंद सुरुवातीला निर्गुण ब्रह्माची उपासना करत असत पण श्रीरामकृष्णांच्या उपदेशानंतर ते काली मातेची उपासना करु लागले. सगुणावरचे प्रेम वाढू लागले.

सोपानदेव याला अपवाद नाहीत. **सगुण निर्गुण एक गोविंदु रे ।** हे त्यांना अनुभवाने कळले असल्यामुळे सगुणावर ते उत्कटतेने प्रेम करतात.

गौतम बुद्ध मूर्तीपूजा मानत नव्हते. त्याच गौतम बुद्धांच्या शेकडो मूर्त्या आणि देवळे आहेत. समाजाला मूर्तीपूजा भाव-भावना व्यक्त करण्यासाठी हवी असते. दगड, प्रतिमा म्हणजे देव नव्हे हे खरे असले तरी

भक्त दगडाची, प्रतिमेची पूजा करत नसून देवाची पूजा करत असतो.

शेवटी सोपानदेव म्हणतात, हे जगत सर्व हरिरुपच आहे. हरिशिवाय दुसरे काहीं माझे चित्त जाणत नाही.

शुक महाराज राजा जनकांकडे भेटावयास येत आहेत. जनक राजाने शुक महाराजांना विचारले, 'येताना काय काय पाहिले.' शुक महाराज म्हणाले, ' साखरेचे रस्ते, साखरेची दुकाने, साखरेच्या राजवाड्याच्या टणक पायऱ्या, सर्वत्र साखरेचे पुतळे. आता देखील एक साखरेचा पुतळा, दुसऱ्या साखरेच्या पुतळ्याशी बोलतो आहे. ' जनक राजा म्हणाले, जा ! तुम्हांला आत्मज्ञान झाले आहे ! '

सर्व काहीं परमात्माच आहे असेच ज्ञान सोपानदेवांना झाले आहे. अंतरी बाहेरी एक हरिच भरुन राहिला आहे हे त्यांना कळले. अद्वैत बोधात ते स्थिर झाले.

आता चित्त हरिशिवाय दुसरे काय जाणणार. कारण चित्त वेगळे राहिलेच नाही ते चैतन्याशी एकरुप झाले. हरिरुपच झाले. फारच उच्च स्थिती सोपानदेवांची आहे. आपलं द्वैत कांहीं जात नाही. माझं-तुझं संपल्याशिवाय बोध होणार कसा? अजून भोगिक वृत्ती शिल्लक आहे म्हणूनच साधना होत नाही, ज्ञान ही होत नाही. याचा विचार केला पाहिजे.

....

अभंग 25

हरी नांदे देहीं ऐसा भावो आहे । परतोनि पाहे अरे जना ।।1।।
परतलिया दृष्टी चैतन्याची सृष्टी । नामेंचि वैकुंठी पावे जना ।।2।।
हा बोध श्रीरंगे अर्जुना उपदेशु । सर्व ऋषिकेशु सर्वांरुपी ।।3।।
सोपान धारणा म्हणे नांदे सर्वत्र । त्याचेचि चरित्र क्षरलेंसे ।।4।।

अभ्यासें प्रकट व्हावे । नाही तरी झाकोनि असावे ।। असा संतांचा बाणा असतो. त्यामुळे त्यांच्या सांगण्यामध्ये विशेष धार असते, शक्ति असते. " मला अनुभवाला आलेली नाही अशी एकही गोष्ट मी माझ्या ग्रंथांत लिहिलेली नाही " असे गुरुदेव रानडे म्हणत. योग, ज्ञान, भक्ति आणि कर्माच्या अंगांनीं संत परिपूर्ण असतात. त्यांचीं साधना एकांगी कधीच नसते. फक्त ध्यानच केले, फक्त नाम घेतले असे नसते तर ध्यान, नामसंकीर्तन, प्रवचन, भजन अशा सर्व अंगांनी उपासना चालू असते. प्रस्तुत अभंग हा

योगपर अभंग आहे. भगवद्‌गीतेच्या सहाव्या अध्यायावर माऊलीने फार बहारीचे वर्णन केलेले आहे. बाह्य विषयांपासून मन बाजूला काढून, चित्त आत्मस्वरुपाकडे लावणे हा ध्यान साधनेचा गाभा आहे. संतांची प्रवृत्ती उपजतच तत्त्वस्थः असल्याने सर्व सामान्य साधकांसारखे त्यांना कष्ट पडत नाहीत. तरी देखील ते साधना कष्टपूर्वक करतात. सोपानदेव याला अपवाद नाहीत. त्यांना आलेली अनुभूति ते या अभंगात वर्णन करत आहेत. देवाचे दर्शन बाहेर नाही. लोक जे देवाचे दर्शन म्हणतात ते मूर्ती आणि प्रतिमादर्शन होय. आत्मदर्शन किंवा आत्मानुभूति हेच काय तें देवाचें दर्शन होय.

अभंगाच्या पहिल्या चरणांत ते म्हणतात, हरि हा आपल्या देहातच चैतन्यरुपाने नांदतो आहे. त्याला पाहण्यासाठी या जगाकडे न पाहता तुझ्या आंतमध्येच डोकावून पहा.

देव म्हणजे काय? हे कळलं कीं पुढची साधनेची पायरी सुलभतेने चढता येते. देहातील चैतन्य म्हणजे देव, हरि, आत्मा ! जगांमधील चैतन्य म्हणजे परमात्मा.

तस्मात विचार करावा । देव कोण तो ओळखावा ।
आपुला आपण शोध घ्यावा । अंतर्यामी ।।

देवाचा अनुभव हा चर्मचक्षुंना येत नाही. देव डोळ्यांनी पहावयाचा नसून, शरीरामध्येच त्याच्याशी एकरुप होऊन ' त्याचा ' अनुभव घ्यावयाचा आहे. त्यासाठी गरज आहे विवेक आणि वैराग्याची.

ज्ञानेश्वरीच्या पांचव्या अध्यायात माऊली म्हणते,

तरी वैराग्याचेंनि आधारें । जिहीं विषय दवडूनि बाहिरें ।
शरीरीं एकंदरें । केलें मन ।। ज्ञानेश्वरी 5/151

जगाकडे पाठ फिरवून, चित्त अंतर्यामी वळण्यासाठी वैराग्याचा आधार लागतोच. किमान साधनाकाळापूरता तीन-चार तास आपला फक्त देवाशी संबंध हवा. त्यात ध्यानाची एक स्वतंत्र दीड-दोन तासाची बैठक हवी. तरच चित्त एकाग्र व्हायला मदत होईल. ते चित्त देवाच्या द्वारी, म्हणजे दोन भूवयांच्या मध्ये ! ब्रह्मरंध्राच्या ठिकाणी स्थिर करावे.

सहजें तिहीं संधी भेटीं । जेथ भ्रूपल्लवां पडे गांठी ।
तेथ पाठिमोरी दिठीं । पारुखोनियां ।। ज्ञानेश्वरी 5/152
सांडूनिं दक्षिण वाम । प्राणापानसम ।

चित्तेंसीं व्योम- । गामिंये करिती ।। ज्ञानेश्वरी 5/153

चित्ताला मस्तकाकाशांत स्थिर करुन निवांतपणे बसून राहणे हे ध्यानाचे मुख्य वर्म आहे. इथेच ब्रह्माची, आत्म्याची, देवाची अनुभूति ज्याची त्याला येणार आहे पण दीर्घकाळाच्या तपःश्चर्येने येणार, हे लक्षांत ठेवणं महत्त्वाचे आहे. शरीराची बैठक स्थिर व्हायला 2-4 वर्षे सहज जातात. मनाची घडी बसायला मन किती सात्त्विक आहे यावर बरेचसे अवलंबून आहे. रजोगुणी, तमोगुणी मन स्थिर व्हायला दीर्घकाळ जावा लागतो.

एकंदरीत सोपानदेवांनीं अभंगाच्या पहिल्या चरणांत अप्रत्यक्षपणें ध्यान-योग सांगितला आहे. नामस्मरणयुक्त ध्यान ही निंबरगीं संप्रदायातील मुख्य साधना आहे.

पुढच्या चरणांत श्रीसोपानदेव म्हणतात, तुझी दृष्टी जगापासून परतुन अंतर्यामीच लागली की सर्वत्र चैतन्याची म्हणजे भगवंताचीं सृष्टी दिसू लागेल. लोक नामानेच त्या वैकुंठ भुवनाला प्राप्त झाल्याचे तुझ्या लक्षात येईल.

ध्यानीं ध्यातां पंढरींराया । मना सहित पालटें काया ।।
तेथें बोलां कैंचीं उरी । माझें मीपण झाला हरी ।।
चित्त चैतन्या पडतां मिठी । दिसे अवघी सृष्टी हरिमय ।।

आत्मदर्शनासाठी ध्यान हा एकच मार्ग आहे. नामस्मरणांकडून साधक ध्यानावस्थेतच जातो हे बहुतेक लोकांना माहित नाही. ध्यानाचे नाव काढले तरी लोकांना शिक्षा वाटते. ध्यानाशिवाय पर्याय नाही. केवळ माळांची ओढाओढी करुन काय होणार? मनाचा आणि प्राणाचा लय झाल्याशिवाय चैतन्यामध्ये चित्त विलीन कसे होणार?

माऊली म्हणते,

जेथ हें संसारचित्र उमटें । तो मनोरुपु पटु फाटें ।
जैसें सरोवर आटें । मग प्रतिमा नाहीं ।। ज्ञानेश्वरी 5/156
तैसें मनपण मुदल जायें । मग अहंभावादिक कें आहे ।
म्हणोनि शरीरेचि ब्रह्म होये । अनुभवी तो ।। ज्ञानेश्वरी 5/157

मन उपराम कसे पावणार? त्यासाठी ध्यान आवश्यकच आहे.

ठायींच बैसोनि करा एकचित्त । आवडीं अनंत आळवावा ।।

तुकाराम महाराजांना हेच सांगावयाचे आहे. एका ठिकाणी स्थिर

बैस आणि चित्त एकाग्रतेचा अभ्यास कर. पुढे तेच चित्त चिदाकाशात विलीन कर. सोपानदेव हेच आपल्याला समजावत आहेत. निरुद्ध झालेल्या चित्तालाच चैतन्याचा स्पर्श होतो. सर्वत्र चैतन्य भरलेले आहे. हरि, पांडुरंग भरलेला आहे असे त्या साधकाला अनुभूतिला येते. नाम मंत्राचे ध्यान-काळी आलंबन ठेवले असता हळुहळू मन निर्विचार होते. नाम मंत्राचा हा विशेष उपयोग आहे. नामाची अखंड स्पंदनं चालू होणे म्हणजे वैकुंठात वास्तव्य.

पुढच्या चरणांत श्री सोपानदेव म्हणतात, अद्वैताचा बोध श्री गोपालकृष्णांनीं, अर्जुनाला गीतेच्या माध्यमातून सांगितला. सर्व प्राणीमात्रांच्या रुपाने मीच नटलेलो आहे असे सांगितले.

' अद्वैत बोध ' हा आपल्या संस्कृतीचा पाया आहे. मी जसा आहे तसाच समोरचा जीव आहे. नामरुपाने आमच्यात भेद असला तरी आत्मस्वरुपाने आम्हीं अभिन्न आहोत. संतांनीं याचाच स्विकार केलेला असतो.

या उपाधींमाजीं गुप्त । चैतन्य असें सर्वगत ।
तें तत्त्वज्ञ संत । स्विकारितीं ।।

भगवद्‌गीतेत श्रीकृष्ण अर्जुनाला प्रथम तू ' आत्मस्वरुप ' आहेस हा बोध देतात. नंतर जे कांहीं तू पाहतोस ते सर्व आत्म्याचाच आविष्कार आहे हे सांगतात. याचा स्विकार करायला कोणच तयार नाही. अद्वैत भावाचा बोध जेवढा जास्त या देशात, जगात पसरेल तेवढे परस्परांमध्ये प्रेम वाढेल. द्वेष, मत्सर कमी होईल. लढायांची, आक्रमणांची गरज वाटणार नाही. विश्वबंधुत्व निर्माण होईल. खरं तर हे प्रत्येक संतांचे जगाविषयी स्वप्न असते. समर्थांनी आनंदवन भुवनाचे स्वप्न पाहिले होते. हे स्वप्न सत्यात कधी उतरणार ते परमेश्वरच जाणे. निदान आपल्यापुरते तरी आपण या बोधाचा विचार करुन आपल्या आपल्यातील संघर्ष कमी करावा आणि प्रेम वाढवावे.

सर्वांभूती भगवद्‌भाव । हेचि भक्ती हेचि ज्ञान ।

हे सूत्र साधकाने लक्षात ठेवले पाहिजे. गीता, ज्ञानेश्वरीच्या अभ्यासाचा मुख्य उद्देश हाच आहे. अर्जुनाला भगवंत हेच तत्त्वज्ञान गीतेत सांगतात. जगात संघर्ष चालू आहे तो अज्ञानामुळे. आपण ज्ञान मिळवून भगवंत सर्वत्र पहावा.

शेवटी श्री सोपानदेव म्हणतात. माझी धारणा अशी आहे की भगवंत सर्वत्र भरलेला आहे. त्याचेच सगुण चरित्र सर्व ठिकाणी दिसते आहे. संतांची धारणा ही आत्मानुभूतीतून आलेली असते. ' देव सर्वत्र आहे ' असं संतांनी म्हणणं आणि सर्व सामान्य माणसांनी म्हणणं यात जमीन आस्मानचा फरक आहे. कारण सामान्य माणसाचे वागणे, चालणे तसे नसते. त्याच्या अंतःकरणातील निंदा, द्वेष, मत्सर जसेच्या तसेच असतात.

गीतेच्या बाराव्या अध्यायांत भक्तांची लक्षणे सांगताना, भगवंतांनी म्हटले आहे की, जो सर्व भूतमात्रांच्या विषयी द्वेषरहित झालेला आहे ज्याच्या अंतःकरणात मैत्री, करुणा, क्षमा भरुन राहिली आहे तो भक्त मला आवडतो असे भगवंत म्हणतात. म्हणून रोज देवळात जाणारा भक्त असेलच असे नाही. खरा भक्त देवळात जाईलच असे नाही पण त्याच्या अंतःकरणात सर्वांभूती भगवद्भाव निश्चित असेल.

स्वामी स्वरुपानंद म्हणतात,

पाहे ज्याची दृष्टी सर्वत्र श्रीहरी । भक्त तो संसारी भाग्यवंत ।।

सोपानदेव त्या भाग्यवंतापैकी एक होते.

....

अभंग 26 वा

हरिविण दुजें नावडें पैं दैवत । जरी समर्थ बोले सृष्टी ।।1 ।।
हरिसम गोविंद नित्य हाचि छंद । ह्रदय आनंद प्रेम बोधु ।।2 ।।
हरि हेंचि दैवत । बोले वेदाचे बोलती मुनि ।।3 ।।
सोपान अलगुट नामपाठ वाचें । नित्य विठ्ठलची चरण ह्रदयी ।।4 ।।

एकनिष्ठता, एकवाक्यता आणि त्यानुसार नैतिक आचरण आणि साधना हे परमार्थाचे प्राण आहेत. संतांनीं आपल्या जीवनात हे सूत्र घट्ट धरलेले असते. म्हणूनच त्यांचे जीवन लक्षावधीं लोकांना मार्गदर्शक ठरते. समर्थ म्हणतात,

जैसे बोलणें बोलावें । तैसें चालणें चालावें ।
मग महंतलीळा स्वभावें । अंगीबाणे ।।

याउलट जे वागणें असते ते राजकारणी लोकांचे असते. या लोकांपासून जेवढे दूर राहतां येईल तेवढे साधकाचें भले होईल. सत्संगती, साधनेशिवाय साधकाची प्रगती होणे अशक्य. सत्संगती आणि साधनेतूनच

साधकाला अंतिम सत्य गवसते. ते परमतत्त्व हेच सर्व सृष्टीचे मूळ आहे हे तो जाणतो, तो तत्त्वरुपच होऊन जातो. श्रीसोपानदेव हे तत्त्वरुप झालेले आहेत. प्रस्तुत अभंगात ते हाच विचार मांडत आहेत.

ते म्हणतात मला हरिशिवाय दुसरे दैवत आवडत नाही. जरी सृष्टीमध्ये विविधता आणि सामर्थ्य असले तरी मी हरिवर निरंतर प्रेम करतो.

जग हे रुचि वैचित्र्याने भरलेले आहे. प्रत्येकाची आवड, धारणा, क्षमता वेगवेगळी असते. त्यामुळे प्रत्येक व्यक्ती ही भिन्न भिन्न असते. रज, तम, सत्त्व या तीन गुणांचे मिश्रण देखील वेगवेगळे असते. भगवान बुद्ध ईश्वर मानत नव्हते. पण आत्मा मानत होते. मूर्तीपूजा बुद्धांना मान्य नव्हती. पण आज बुद्धांच्याच हजारो, लाखो मूर्त्या आपल्याला दिसतात. तसेच कांहीं व्यक्ती, समाज, निसर्गाला आपले दैवत मानतात. सभोवताली सृष्टी पसरलेली आहे. तीच सर्व समर्थ आहे. असेही म्हणणारे लोक आहेत. परिवर्तनवादी लोकांचा एक गट समाजात काम करत असतो. त्यांचें एक वेगळेच उद्योग चाललेले असतात. या सर्वांवर एक काळाची सत्ता असते. उत्पत्ती, स्थिती आणि लय हे काळाचे चक्र आहे. या काळावरही एकाची सत्ता आहे ती म्हणजे परमेश्वराची. जो परमतत्त्वाशी एकरुप झाला तो कालातींत झाला. म्हणून संत कालातीत आहेत. हा सर्व सत्तारुप परमात्मा म्हणजेच हरि होय. हे दैवत सोपानदेवांना आवडते आहे.

या विश्वात फक्त एक हरीच आहे. दुसरे कांहीं नाहीच. सर्व सामान्य पातळीवर आपल्या आवडीचे एक दैवत असू शकते. राम, दत्त, गणेश, देवी इत्यादींची उपासना लोक करत असतात. संतांचेही एखादे दैवत असते.

एक रखुमाईचा पती धरिला आम्हीं चित्ती ।
तेणेंचि झाले काम निवारिला भवश्रम ।।

पांडुरंगावर नामदेवांचे विलक्षण प्रेम होते. तथापि सोपानदेव व्यापक अर्थाने ' हरि ' म्हणतात. हे जग हरिचेच व्यक्तरुप होय.

माऊली म्हणते,

हे समस्तही श्रीवासुदेवो । ऐसा प्रतितीरसाचा वोतला भावो ।
म्हणोनि भक्तांमाजी रावो । आणि ज्ञानिया तोचि ।। ज्ञानेश्वरी 7/136

सोपानदेव हे याप्रकारचे ज्ञानी होते. भक्त होते.

पुढच्या चरणांत श्री सोपानदेव म्हणतात, गोविंद हा हरि सारखाच

आहे. त्याचा मला छंद जडलेला आहे. त्यामुळे हृदयात आनंद, प्रेम आहे. ज्ञानबोध पण आहे. माऊली म्हणते,

मग याहीवरीं पार्था । माझ्या भजनी आस्था ।
तरी तयातें मी माथां । मुकुट करीं ।। ज्ञानेश्वरी 12/214

ज्ञानोत्तर भक्तीचा विशेष भाग असतो. निर्गुणाचा बोध झाला म्हणून सगुणाचे प्रेम कमी होत नाही. ते वाढतेच. गोविंदाचा छंद लागणे स्वाभाविक आहे.

गोविंद गोविंद । मना लागलिया छंद ।। हरि सम गोविंद ।

गोविंद, गोपाळ, गिरिधर ही नांवे वेगळी असली तरी तो हरिच आहे. चढते, वाढते प्रेम जडलेले आहे. या प्रेमात स्वतःचा विसर पडून गेलेला आहे.

एखादा मासा स्वच्छ पाण्यात आनंदाने विहार करतो, तसे संत या सच्चिदानंद सागरात विहार करत असतात. आनंद आणि प्रेम ओसंडून वाहते आहे.

तुकाराम महाराज म्हणतात,

आनंदे एकांते प्रेमे ओसंडत । घेऊ अगणित प्रेमसुख ।।

शरीरातील पेशी न पेशीतून या आनंदाचे कारंजे उडत आहेत. तो आनंद त्यांच्या कृतीतून, बोलण्यातून, चालण्यातून प्रतित होतो आहे. हे खरे सुख आहे. हे आत्मसुखच होय.

याच बरोबर ज्ञानाचा बोध आहे. याला फार महत्त्व आहे. लोकांना अज्ञानातच सुख असते. इथे ज्ञानपूर्ण अवस्था आहे. मीच तो सच्चिदानंद परमात्मा होय. हा बोध ज्या भाग्यवान जीवाला होतो तो मुक्त होतोच पण त्याला ब्रह्मानंद प्राप्त होतो. शेकडो भक्त त्या आनंदात सुस्नात होतात. श्रीरामकृष्ण परमहंस म्हणत,' माझ्यात एक आनंदाचे तुफान उठले आहे. ' त्याचबरोबर जो राम झाला जो कृष्ण झाला तोच सांप्रत रामकृष्ण असा बोध त्यांच्या ठिकाणी होता.

पुढच्या चरणांत श्री सोपानदेव म्हणतात, वेद आणि मुनी दोघे हरि हेच दैवत आहे असे सांगत आहेत. हरिपाठात माऊली म्हणते,

चहुं वेदीं जाण साहीं शास्त्री कारण । अठराही पुराणें हरिसी गांती ।।

चारही वेद, सहा शास्त्रे एका हरिचा निर्देश करतात. हरिचे अफाट,

अनंत अमर्याद रुप वेदांनी जाणलं असे नाही. त्याही पलिकडे हरि आहेच म्हणूनच न इति न इति - नेति नेति.

मुनींनी ध्यान - अवस्थेत त्या आत्मरुप ' हरिचा ' अनुभव घेतला. आत्मा हाच सर्वत्र नटलेला आहे, असा बोध त्यांना झाला. विश्वरुपाने हरि नटलेला आहेच तथापि अनंत ब्रह्माण्डे हे ही हरिचे विराट, विशाल रुप आहे हे ही त्यांना अनुभवाला आले.

ज्ञानदेवा गोडी संगती सज्जनीं । हरि दिसें जनीं वनीं आत्मतत्त्वी ।।

स्वामी स्वरुपानंद म्हणतात,

वासुदेवाविण विश्वीं नाही दुजे । नांदतो सहजे एकलाचि ।

या संपूर्ण विश्वात जिकडे पाहावे तिकडे हरिच उभा आहे. शरीराचे प्रत्येक पेशीत त्या हरिचेच स्पंदन आहे. म्हणून जे वेदांना संमत आहे, ऋषि,मुनी, संत यांच्या अनुभूतीचे आहे असे हरि हे दैवत सोपानदेवांनी अंतःकरणापासून स्विकारलेले आहे. साधकांनी याचा विचार केला पाहिजे. जरी आपल्याला परमात्म तत्त्व अनुभवाला आलेलं नसलं तरी,

माऊलीचे

जे जे भेटें भूत । तें तें मानिजे भगवंत ।
हा भक्तियोग निश्चित । जाण माझा ।।

हे सूत्र ध्यानांत घेऊन आपले समाजातील आचरण उत्तम ठेवावे. कर्म - व्यवहार सांभाळावा, शक्यतो गोडच बोलावे. तुसडा माणूस परमार्थी असणं शक्यच नाही. गर्व अहंकाररहित, विनयसंपन्न असे आपले जीवन असले पाहिजे.

शेवटी सोपानदेव सांगत आहेत, माझे अंतरीचे भाव असे आहेत की हरिनामाचा पाठ वाचेने करत राहावे आणि विठ्ठलाचे चरण हृदयी नित्य धरुन ठेवावे.

जीवनाचे श्रेष्ठतम मूल्य काय असेल तर ईश्वराचा साक्षात्कार करुन घेणे. त्यामुळे शाश्वत शांती, तृप्ती, समाधान आणि आनंद जीवाला प्राप्त होणार आहे. कोणतेही कर्म, कितीही पैसा, वस्तु, विषय मनाला समाधान देण्याऐवजी व्यग्रता, असमाधान, अशांति देतात असा अनुभव आहे. कारण नवीन वासना, इच्छा, महत्त्वाकांक्षा निर्माण होतात त्या पुरवण्यासाठी प्रयत्न असे हे चक्र शेवटपर्यंत चालू राहते. करावे काय ? तर गरजा कमीत कमी

असल्या पाहिजेत. विनोबाजी भूदान यज्ञाच्या वेळी श्रीशंकराचार्यांच्या झोपडीत गेले तर त्यांना तेथे दोनच वस्तू आढळल्या, झोपण्यास चटई आणि लोटा. कमीत कमी वस्तूत माणूस राहू शकतो. हे सर्व कशासाठी करायचं तर, ध्यान उत्तम लागावे, मन नामात बुडून जावं ' स्व ' चा अनुभव यावा. ' Self realisation ' व्हावं. त्यासाठी सोपानदेव म्हणतात, प्रेमाने नामस्मरण करा. सगुणरुप विठ्ठलाला घट्ट धरुन ठेवा. नवविधा भक्तिमार्गाने जीवन व्यतीत होऊ द्या.

डोळां जें देखावें । कां कांनीं हन ऐकावें ।
मनीं जें भावावें । बोलावें वाचें ।। ज्ञानेश्वरी 8/76
तें आंत बाहेरीं आघवें । मीचि करुनि घालावें ।
मग सर्वीं काळीं स्वभावें । मीचि आहें ।। ज्ञानेश्वरी 8/77

अशा ईश्वरमय जीवनाची अपेक्षा सोपानदेवांची आपल्याकडून आहे.

....

अभंग 27 वा

हरिविण भावों न धरावा पोटी । सर्वभावें सृष्टी एका तत्त्वें ।।1 ।।
तत्त्वता श्रीहरि सर्वां घटी आहे । उभारुनि पाहे वेद बोले ।।2 ।।
हरिविण नाहीं जीव शिव पाही । शिवाच्या हो देहीं आत्मा हरी ।।3 ।।
सोपान म्हणे हरीविण नाही तत्त्व । हाचि सर्वत्र सर्वी वसें ।।4 ।।

पुनःरुक्ती हा परमार्थात दोष नाही जोपर्यंत एखादी गोष्ट अंतःकरणात ठसत नाही तोपर्यंत पुनः पुन्हा सांगावी लागते. समर्थ रामदास म्हणतात, दगडाचा ढपला काढला तर पुन्हा दगडाला चिकटत नाही. तथापि माणसाची कुबुद्धी कितीही वेळा झटकली तरी पुन्हा चिकटते. याकारणे

पाषाण गोटा भला । मनुष्याहून ।।

याचा विचार केला पाहिजे. साधकाने आपल्या व्यक्तिमत्वाचा स्वतंत्रपणे विचार करावा. त्रयस्थ भावनेतून आपण कोणत्या वासनांच्या आहारी जातो हे बघितले पाहिजे. जे विकार प्रबळ आहेत, त्यांचा बिमोड केला तरच साधनेत प्रगती होण्याची शक्यता आहे. यासाठीं बेलसरे यांनी लिहिलेला आनंद-साधना ग्रंथ मार्गदर्शक ठरतो. संत साहित्याचे चिंतन, मनन, साधनेच्या मार्गावर अतिशय उपयुक्त असल्यामुळे ते वारंवार बघितले

पाहिजे.

प्रस्तुत अभंगात सोपानदेव पहिल्या चरणांत म्हणतात, हरिशिवाय अन्यभाव धरुंच नको. ही संपूर्ण सृष्टी हरि या एका तत्त्वापासून बनलेली आहे. वेदांतांचें अध्ययन ज्यांनी केलें त्यांना सर्व प्रश्नांची उकल करता येते. आजकाल संस्कृत अध्ययनाकडे एक टक्कादेखील विद्यार्थी फिरकत नाहीत. याचे वाईट वाटते. वास्तविक पाहतां, संस्कृत शिक्षकांना प्रचंड मागणी आहे. पण विद्यार्थी विज्ञान शाखेकडेच जातात, आणि सुशिक्षित बेकारांची संख्या वाढवतात.

सृष्टी कशी निर्माण झाली हा प्रश्न नेहमी आपल्याला पडतो. कोणतीही निर्मिती होण्यासाठीं उपादान आणि निमित्त अशी दोन कारणे लागतात. उदा. मातीचे मडके, गाडगे, रांजण, पणती, सुरई, डेरा वगैरे गोष्टींसाठी ' माती ' हे उपादान कारण आहे तर कुंभार हे निमित्त कारण आहे. हा व्यवहारातील भाग झाला. पण या समस्त ब्रह्माण्ड, सृष्टीच्या पाठीमागे निमित्त आणि उपादान कारण हरिच आहे. हरिची संकल्पमात्र शक्ति माया किंवा प्रकृतीपासून हे विश्व उदयाला आले.

गीतेच्या सातव्या अध्यायांत, भगवान गोपालकृष्ण म्हणतात,

भुमिरापोऽनलो वायुः खं मनो बुद्धिरेवच ।
अहंकार इतीयं मे भिन्ना प्रकृतिरष्टधा ।। भ. गी. 7/4 ।।

त्यामुळे या जगाकडे बघताना आपला दृष्टीकोन बदलला पाहिजे. भगवंतांच्या अंशापासून हे बनले असल्यामुळे, जगावर प्रेम करणे म्हणजेच भगवंतावर प्रेम करण्यासारखे आहे. सानेगुरुजींनीं म्हटले आहेच,

खरा तो एकचि धर्म । जगाला प्रेम अर्पावे ।

सोपानदेवांना हरिपाठाच्या निमित्ताने हे सांगावयाचे आहे
की या जनांवनात आत्मरुपाने भरुन राहिलेला हरि पाहा. तो पाहतां यावा म्हणून हरिस्मरण सदोदित करत रहा.

अभंगाच्या दुसऱ्या चरणांत ते म्हणतात, तत्त्वाच्या अंगाने तो श्रीहरि सर्वांच्यात विद्यमान आहे. वेद आपल्या बाह्या उभारुन सांगत आहे.

प्राणी जिवंत आहे याची खूण काय तर त्याच्यामध्ये जीवशक्ती किंवा चैतन्य अस्तित्व आहे. ते जे चेतनतत्त्व सर्वत्र सर्व सृष्टीमध्ये आहे त्यालाच संत ' हरि ' म्हणतात. म्हणजे ते डोळ्यांना दिसत नाही, त्याला हाताने स्पर्श

करता येत नाही पण जे केवळ ' आहे ' पणाने राहते त्या तत्त्वाचा अनुभव संतांनीं साधनेतून घेतलेला असतो. ज्ञानदृष्टी त्यांची उघडलेली असते. त्यामुळे माऊली म्हणते,

या उपाधिमाजीं गुप्त । चैतन्य असें सर्वगत ।
तें तत्त्वज्ञ संत । स्विकारिती ।।

बाह्यरुप, प्रकृती, प्रवृत्ती, व्यक्तिमत्त्व हे भिन्नच असणार. त्याच्याकडे पाहत बसले तर जगात कोणाचे कोणाशी पटणार नाही. प्रेम ही असणार नाही. संत बाह्य प्रकृतीकडे न पाहता केवळ आत्मस्वरुपावर नजर ठेवतात. माझ्यात आणि त्याच्यात एकच आत्मा आहे. तत्त्वाच्या अंगानी मी सर्वांशी जोडलेलो आहे. अभिन्न आहे. हा अद्वैत भाव त्यांच्या ठिकाणी मुरलेला असतो म्हणून ते सर्व भूतमात्रांच्या ठिकाणी द्वेषरहित भावनेने राहतात. निखळ प्रेम करतात. वेदांचा प्रतिपाद्य विषय परमात्माच आहे. माऊली हरिपाठात म्हणतात,

चहुं वेदी जाण, साही शास्त्रीं कारण । अठराही पुराणे हरिसीं गांती ।।
असोनि संसारीं जिव्हे वेगुं करी । वेदशास्त्र उभारीं बाह्या सदा ।।

कर्मकांडांचा भाग सोडला तर वेदांची ज्ञानाची भूमिका हरिला जाणून घेण्याचीच आहे. गोंदवलेकर महाराज म्हणत मी जें कांहीं सांगतोय ते वेदबाह्य असूच शकत नाही. वेदारंभीं जो ॐकार आहे ते नामच आहे. वेद जसे अनादि, अपौरुषेय तसेच नाम अनादि आहे. वेद हरिनामाविषयी गर्जुन सांगत आहेत.

पुढच्या चरणांत श्री सोपानदेव म्हणतात, हरि शिवाय जीव आणि शिव नाही. शिवाच्या देहात देखील ' हरि ' म्हणजेच आत्माच आहे.

समाजात जी भक्ति चाललेली असते ती अज्ञानातून आलेली असते. श्री. तुकाराम महाराज म्हणतात,

अज्ञानाची भक्ति इच्छिती संपत्ती । तयाचिया चित्ती बोध कैचा ।।
अज्ञानाची पूजा कामिक भावना । तयाचिया ध्याना देव कैचा ।।
अज्ञानाचे कर्म फळी ठेवीं मन । निष्काम साधन तयां कैचे ।।
अज्ञानाचे ज्ञान विषयांवरी ध्यान । ब्रह्म सनातन तयां कैचे ।।
तुका म्हणें जळों ऐसियांचे तोंड। अज्ञानाचे बंड वाढविती।।

तु.गा.3176

हा अभंग पुरेसा बोलका आहे. सद्यस्थितीतील समाजाचे चित्रण यांत स्पष्टपणे दिसतें आहे. सोपानदेव जें बोलत आहेत तें तत्त्वाच्या अंगानें. वास्तविक पहातां जीव-शिव वेगळे नाहीतच. जीवांवर अज्ञानाचें आवरण आहे म्हणून तो स्वतःचे अविनाशित्व विसरुन गेला. देहात्मबुद्धि घट्ट झाली. मी देहच आहे असे वाटू लागले.

हे अज्ञान गेले की जीव म्हणू लागतो अरे ! मी तर शिवस्वरुप आहे.

चिदानंद रुपम् ! शिवोऽहं शिवोऽहं ।

ब्रह्मा, विष्णु, हर ही तीनही त्या परमात्म्याची रुपे होत. समर्थ म्हणतात,

ब्रह्मा विष्णु हर । त्यांचा निर्मिता तोचि थोर ।
तो जाणावा मुख्य परमेश्वर । नाना यत्नें ।।

' हर ' म्हणजे प्रत्यक्ष चंद्रमौळी शंकर ! त्याच्याही हृदयात ' आत्मा ' म्हणजे हरि आहेच. आत्म्यानेच सर्व जग व्यापलें आहे. त्याला शिव कसा अपवाद ठरेल? या सर्वांचा मुख्य उद्देश साधकाने लक्षात ठेवला पाहिजे. त्याला अद्वैतभाव स्विकारायचा आहे.

शेवटच्या चरणांत श्रीसोपानदेव म्हणतात हरिशिवाय दुसरे तत्त्वच नाही. तोच सर्वत्र वसलेला आहे.

अनुभूति येणे हीच परमार्थाची पावती आहे. पूर्वीचे संचित म्हणून आपल्याला सद्‌गुरुंचा लाभ झाला. त्यांनीं साधना सांगितली.

कृपावंत भला सद्‌गुरु लाभला । अंगीकार केला तेणें माझा ।।1 ।।
अंतरीची खूण दावोनि मज । सोऽहं मंत्र गुज सांगितले ।।2 ।।

याच्या नंतर साधकाने साधना करुन त्या ' आत्मतत्त्वा ' चा अनुभव देहातच घ्यायचा असतो. अविद्या, अज्ञान, नष्ट झाले पाहिजे. ज्ञान झाले पाहिजे. ' मी ' च तो सच्चिदानंद आत्मा, हरि.

स्वामी म्हणे देव सर्वत्र संचला । संसार तो झाला मोक्षमय ।।

आंतमधील ' हरि ' हे तत्त्व अनुभूतीला आलं म्हणजे विश्वामध्ये नटून राहिलेला हरि दिसू लागतो.

श्रीसोपानदेवांचे असेच झाले आहे. जी अनुभूती माऊलीनीं हरिपाठात वर्णन केली आहे.

ज्ञानदेवा प्रमाण आत्मा हा निधान । सर्वांघटी पूर्ण एक नांदे ।।

हा अनुभव आल्यामुळे जीवनातील संघर्ष संपून जाईल. धर्माच्या

नावांखाली होणारी भांडणे, खून, दंगली, अत्याचार उरणार नाहीत. कारण दृष्टीला समत्व येणार. सर्वत्र हरिच भरुन आहे ! माझ्या आंत-बाहेरही तोच !! 'मी' पण तोच !! असे कधी घडणार ?

....

अभंग 28 वा

आजिचिये देह क्षणा । नासोंनी जाईल रे मना ।।1 ।।
ठायींच सावध होई । एका विठ्ठला शरण जाईं रे मना ।।2 ।।
हें हित ना ये आन हित । रामचिंतनी रत होई रे मना ।।3 ।।
झणी होशील दुश्चितांतरी । काळ नेईल अवचिता रे मना ।।4 ।।
देह आहे तो लाव घेई वहिला ।
सोपान म्हणे आम्हीं निवृत्तीसी आलो रे मनां ।।5 ।।

श्रीसोपानदेवांच्या हरिपाठातील हा शेवटचा अभंग आहे. या हरिपाठाच्या चिंतनांने नामस्मरण करण्याची बुद्धि झाली तर या चिंतनाचे सार्थक झाले असें म्हणतां येईल. परमार्थाचे मूळ आचरणात आहे. गोंदवलेकर महाराजांनीं चुलीसाठी सरपण नव्हते म्हणून पोळपाट, पाट आणि नवीन घरासाठी आणलेली तुळई तुकडे करुन चुलीत घातले व स्वयंपाक केला. डॉ. कुर्तकोटी म्हणाले रामापुढे सगळं जग मिथ्या आहे हा वेदांत त्यांच्या आचरणातून त्यांनीं दाखवून दिला. त्यामुळे परमार्थी माणसांच्या आचरणावर सर्वांचे लक्ष असते.

न पहाणें तें दिठीची गाळीं । न ऐकणें तें कानची वाळीं ।
अवाच्य तें टाळीं । जीभची गा ।।

इथपर्यंत आपलें नैतिक आचरण सुधारले पाहिजे !!

आणि

माझी मज झाली अनावर वाचा । छंद या नामाचा घेतला असे ।।

असा नामाचा छंद जडला पाहिजे तर आपण योग्य मार्गावरुन चालतो आहोत असे होईल. प्रस्तुत अभंगात श्री सोपानदेवांनीं मनाला उपदेश केला आहे. सर्व कांही मनावर अवलंबून आहे.

मन करारें प्रसन्न । सर्व सिद्धींचे कारण ।
मोक्ष अथवा बंधन । सुखसमाधान इच्छा ते ।।

मन वळलं तर जीवन वळेल. अभंगाच्या सुरुवातीला सोपानदेव

म्हणतात , कोणत्याही क्षणी देहाचा नाश होऊ शकतो, हे मना, तू हे लक्षात ठेव.

'समर्थांनीं,

मरणाचें स्मरण असावें । हरिभक्तीस सादर व्हावे ।। असे म्हटले आहे.

परमार्थासाठी मनाचा तीव्र संवेग लागतो. मरणाचे स्मरण ठेवले तर, वेळ थोडा आहे आणि परमार्थाचा फार मोठा पल्ला गाठावयाचा हे साधकांच्या लक्षात राहील, आणि सर्वांचीं साधना मोठ्या वेगाने होईल. तुकारामांनी गाथेत, हाच विचार प्रकर्षाने मांडला आहे.

क्षणक्षणां हाचि करावा विचार । तरावया पार भवसिंधु ।।
नाशिवंत देह जाणार सकळ । आयुष्य खातो काळ सावधान ।।

उदासीन होण्याचे कारण नाही, उलट आजचा दिवस मी जास्तीत जास्त साधना करुन परमेश्वराच्या जवळ पोहचेन. अशी जिद्द अंतःकरणात बाळगावी. गुरुदेव रानडे आंघोळ झाली की मोठ्या वेगाने नेमाच्या खोलीकडे जात आणि तृप्ती होईपर्यंत नामस्मरण करत. वेळ कधी चुकवत नसत.

पुढच्या चरणांत श्रीसोपानदेव म्हणतात आताच सावध हो आणि त्या परब्रह्म विठ्ठलाला शरण जा रे मना.

बेसावधपणा, गाफिलपणा, आळस, झोप ही सर्व तमोगुणांची लक्षणे आहेत. साधक सत्त्वगुणी असतो. म्हणून त्याने या सर्व अवगुणांचा त्यागच करावा. कारण हे अवगुण कधी चिकटतात ते कळत नाही. समर्थ सावध होते म्हणून ते सावधान म्हणताच पळाले.

सावध, साक्षेपी दक्ष । तयांस तत्काळची मोक्ष ।
इतरांस ते अलक्ष । लक्षलें न वचेंचि ।।
येच क्षणीं मरोन जासीं । तरी रघुनाथासीं अंतरलासी ।
माझें माझें म्हणतोसीं । म्हणोनियां ।।

सोपानदेव सांगत आहेत, विठ्ठलाला शरण जा, कारण जन्ममरण रुप संसारातून फक्त विठ्ठलच सोडवूं शकतो.

तुका म्हणे तुज सोडविना कोणी । एका चक्रपाणिं वांचोनियां ।

विठ्ठल या संसार सागरांत नावाडी म्हणून उभा आहे. त्याने नामरुप हजारों नौका सोडून ठेवल्यात. आपलं काम ' नाम ' नौकेत बसणं

एवढंच आहे.

नामाचिया सहस्त्रवरीं । नावा इया अवधारीं ।
सजूनियां संसारीं । तारु जाहलों ।। ज्ञा. 12/ 90

मनाने, बुद्धीने, निश्चय करावा आणि तडक नामसाधनेला लागावं. मी प्रेमाने नाम घेतो आहे. विठ्ठल माझा उद्धार केल्याशिवाय राहणार नाही असा विश्वास बाळगावा.

तिसऱ्या चरणांत श्री सोपानदेव सांगत आहेत हे हिताचे आहे की ते हिताचे आहे असा संभ्रमांत पडूं नको. रामचिंतनामध्ये अत्यंत रत होऊन जा रे मना.

साधकाच्या मनात गोंधळ असू शकतो. हे करु का ते करुं ? असे चक्र चालू असते. मग ' न घर का न घाट का ' अशी स्थिती होते. ज्या अद्वैत तत्त्वज्ञानाचा बोध व्हायला पाहिजे तो कांहीं होत नाही. आयुष्य फुकट जाते.

माऊली म्हणते,

एक तत्त्व नाम दृढ धरी मना । हरिसी करुणा येईल तुझी ।।
तें नाम सोपे रे रामकृष्ण गोविंद । वाचेंसि सद्गद् जपें आधी ।।
नामा परतें तत्त्व नाहीं रे अन्यथा । वायां आणिक पंथा जाशीं झणीं ।।

सद्गुरुंच्या मार्गदर्शनाखाली त्यांनी दिलेली साधना करणे हेच साधकाचे कर्तव्य आहे. आपल्या सद्गुरुंच्यावर गाढ श्रद्धा, निष्ठा ठेवावी आणि साधनेला लागावे.

सत्शिष्याचें मुख्य लक्षण। सद्गुरुवचनीं विश्वास पूर्ण ।
अनन्य भावें शरण । या नांव सत्शिष्य ।।

सोपानदेवांना हेच अपेक्षित आहे. प्रभुरामांच्या चिंतनात रत होणे. सगुणाचे भजन, नामस्मरण आणि आत्मारामाचे ध्यान, हाच योग्य साधनामार्ग आहे.

असे केले नाही तर काय होईल हे सोपानदेव अभंगाच्या चवथ्या चरणांत सांगत आहेत, तुझे चित्त जर दुश्चित झाले तर हा काळ कोठे घेऊन जाईल हे कळणार नाही.

आडरस्त्याने जाणें योग्य नाही. नको ते करावयास जाऊच नये. संताची पाऊलवाट सर्वथैव योग्य असते. धीर, संयमाने साधना करत राहावी, संताच्या कृपेने साधकाचे कल्याणच होणार यात शंका नाही. काळ

हा सर्वात बलवान आहे. यातून कोणाची सुटका नाही. हा चुकवता येणार नाही.

संसार म्हणजे सवेंचि स्वार । नाहीं मरणास उधार ।
मापीं लागलें शरीर । घडीने घडीं ।।
नित्य काळाची संगती । न कळे होणा-याची गती ।
कर्मासारिखे प्राणी पडती । नाना देसीं विदेसीं ।
सरतां संचिताचे शेष । नाही क्षणाचा अवकाश ।
भरतां न भरतां निमिष । जाणे लागें ।।

यासाठीं सोपानदेव सांगत आहेत,

चित्त स्थिर ठेवावें दुश्चितपणासवें आळस । आळसें निद्राविलास । निद्राविलासें नाश । आयुष्याचा ।।

असे हे दुष्टचक्र आहे. समर्थांचा " सावधान " हा शब्द कायमचा लक्षांत ठेवावा.

शेवटी सोपानदेव म्हणतात,

देह आहे तोपर्यंत धांव घेई रे मना !
जसे आम्हीं निवृतीनाथांच्या चरणांजवळ आलो रे मना !!

परमभाग्याने सोपानदेवांना घरातच सद्‌गुरु लाभले. कोणतीही पायपीट वणवण करावी लागली नाही. जे कधी वृत्तीवर आलेच नाहीत असे निवृत्तीनाथ महाराज, ज्यांनी नाथ संप्रदायाची संपूर्ण शक्ति सोपानदेवांच्या अंतःकरणात प्रदान केली. त्यांना सोऽहंची दीक्षा दिली.

सद्‌गुरु आणि सत्‌शिष्य । ते न लगतीं सायास ।
त्या उभयतांचा हव्यास । पूरें एकसरां ।।

सोपानदेवांची तयारी होतीच, सद्‌गुरुंनी वरदहस्त मस्तकीं ठेवतांच ते पूर्णत्वाला गेले. अवतारांच्या बाबतीत हे सहज होत असले तरी आपण सामान्य साधकांनी साधनेचा मार्ग आक्रमिला पाहिजे.

कोण करी कोणाचा येथ उद्धार ।
स्वयें कष्टल्याविंण का कोठे होतो आत्मोद्धार ।।

अभ्यास, अभ्यास, अभ्यास !
जितकीं भक्ति तितकीं प्राप्ती ।। हे सूत्र लक्षांत ठेवावे.

भाऊसाहेब उमदीकर महाराज म्हणत, आयुष्य हेच जीवाचें

भांडवल, म्हणून याच आयुष्यात तो साक्षात्कार करुन घ्यावा. पुढचा जन्म मानवाचा मिळेलच अशी शाश्वती नसते.

श्रीसोपानदेवांच्या कृपेनेच त्यांच्या हरिपाठाचे चिंतन सिद्धिला गेले. ते त्यांच्याच चरणी समर्पित करु या.

हरि ॐ! हरि ॐ!! हरि ॐ !!!

भाष्यकार : डॉ. माधव देशपांडे, कोल्हापूर.

Published By:

Vinayanand Charitable Home India 416203

"Kaivalya," 924/30, Vishalnagar, **HUPARI.** Dist. Kolhapur.(MS)

F.W.P. 0-93-7120-6465, Mob. 0-93-2500-5525

www.vchindia.com, Email : vchindia@gmail.com

शुध्द, स्थिर, व्यापक आणि परिपूर्ण म्हणजे परमार्थ.

ओम् तस्य निश्चिन्तनं ध्यानम् ॥१॥

ध्यान म्हणजे 'त्याचे 'सतत अविरत चिंतन-अखंड ध्यास.

सर्वकर्मनिराकरणं आवाहनम् ॥२॥

सर्व कर्माला-कृतीला कारणभूत होणाऱ्या कारणांचे विसर्जन (थांबणें-बंद पाडणें) हेंच आवाहन होय.

निश्चलं ज्ञानम् आसनम् ॥३॥

निष्कंप-संशयरहित जाणणें हेंच आसन.

उन्मनी भाव: पाद्यम ॥४॥

ऊर्ध्व गतीनें प्रवाहित होणारें मन (मनाच्या भावाचा) ऊर्ध्व दिशेनें वाहणारा प्रवाह-हेंच पुजेचें जल-पाणी.

सदाअमनस्कं अर्ध्यम् ॥५॥

त्याचाचा सतत वेध घेणारें मन हेंच अर्ध्य होय. पाहणें होय.

सदा दिप्ति: अपार अमृतवृत्ति: स्नानम् ॥६॥

अंतरांतील तेजोमयता व अपार अमृतानुभव यांत सतत डुंबत राहणें हेंच स्नान घालणें होय.

सर्वत्र भावना गन्ध: ॥७॥

सर्वत्र तोच भाव असणें म्हणजे गंधलेपन होय.

दृक् स्वरुपेअवस्थानं अक्षता: ॥८॥

स्वत:त साक्षीरुपाने प्रस्थापित अवस्थेत असणें म्हणजेच अक्षता (वाहणें) होय जसा असडिक व न फुटलेला सबंध तांदळाचा दाणा वहातो तसे! 'त्या' शिवाय इतरत्र मनाची धाव नसणें.

चिदाप्ति: पुष्पम् ॥९॥

पूजेकरितां फुलें कोणतीं? चैतन्यावस्थेंत असणें-हेंच फुलें वाहणें.

चिदग्निस्वरुपं धुप: ॥१०॥

अंतरांत चैतन्याचा अग्नि धगधगत ठेवणें हा धूप, सुगंध.

चिदादित्यस्वरुपं दीप: ॥११॥

चैतन्य-चित्सुर्याच्या-स्व-रुपांत ठाम असणें म्हणजे दीप दाखविणें.

परिपूर्णचंद्र अमृत रसैकीकरणं नैवेद्यम् ॥१२॥

अंतरांतील पूर्णचंद्रांतून स्त्रवणारें अमृत सांठविणें हाच नैवेद्य.

निश्चलत्वं प्रदक्षिणम् ||१३||

स्वरुपांत स्थिर असणें ही 'त्या'च्याभोवती प्रदक्षिणा होय.

सोअहं भावो नमस्कार: ||१४||

'तो' 'मी आहें' हा भाव नमस्कार होय.

मचैनं स्तुति: ||१५||

मौन हीच स्तुति.

सर्वसंतोषो विसर्जनम् इति स एवं वेद ||१६||

संपूर्ण संतोष असणें हेंच विसर्जन–पूजेचें विसर्जन करणें, हे जो अनुभवीत असतो तोच ईश्वरप्रसाद मिळालेला ज्ञानी होय.

सर्व निरामय परिपूर्णोअहमस्मीति मुमुक्षुणां मोक्षेकं सिध्दिर्भवति इत्युपनिषत् ||१७||

मी तें निर्मल ब्रह्म आहे हें अनुभविणें म्हणजेच मुक्ति होय.

असें हें आत्मपूजा उपनिषत् समाप्त झालें.

श्री सद्गुरु निरंजन महाराज आश्रम मौजे वडगांव येथे प्रतिवर्षी होणारे सत्संग (माहिती पत्रिका)

अ.नं.	तिथी (महिना)	सत्संगाचे नांव	सत्संग सेवा
१	पौष शु. १५	शाकंभरी पौर्णिमा	मर्दवाडी
२	माघ शु. १५	संत रोहिदास जयंती	खोची
३	माघ कृ. १४	महाशिवरात्री	जांभळी
४	फाल्गुन शु. १५	धुलिवंदन	शिरोळ
५	चैत्र शु. १५	हनुमान जयंती	येडेनिपाणी
६	वैशाख शु. ३	अक्षय तृतिया	बेनाडी
७	वैशाख शु. १५	बुध्द पौर्णिमा	हुपरी
८	ज्येष्ठ शु. १५	वट पौर्णिमा	प्रदिप अर्नाळकर, कोल्हापूर
९	आषाढ शु. १५	गुरु पौर्णिमा	सुरेश कोरवी, सुरेश चौगुले
१०	श्रावण शु. १५	नारळी पौर्णिमा	पट्टण कोडोली
११	श्रावण कृ. ८	श्री कृष्ण जन्माष्टमी	मौजे वडगांव
१२	भाद्रपद शु. १५	प्रौष्ठ पदी पौर्णिमा	हमीदवाडा
१३	अश्विन शु. १५	कोजागिरी पौर्णिमा	मांगूर
१४	कार्तिक शु. १५	त्रिपूरारी पौर्णिमा	हेरले
१५	मार्गशीर्ष शु. १४	दत्त जयंती	जयसिंगपूर
१६	मार्गशीर्ष कृ. ७	श्री. सद्गुरु निरंजन महाराज पुण्यतिथी	देशमुख सरकार, चिकुर्डे

विनयानंद चॅरिटेबल होम 'कैवल्य' ९२४/३०, विशालनगर, हुपरी ४१६ २०३. कोल्हापूर (महाराष्ट्र) इंडिया.

F.W.P. 0-93-7120-6465 Mob. 0-93-2500-5525 www.vchindia.com E-mail - vchindia@gmail.com

प्रकाशित ग्रंथांची यादी

अ.नं.	दिनांक	ग्रंथाचे नांव	संदर्भ	पृष्ठ संख्या	साईज	प्रती	मुद्रकाचे नांव
१	१०.१२.१९९८	तूर्त बोध	श्री संत हैबती	४८+४	१/१६	२०००	प्रज्ञा प्रिंटींग प्रेस, कोल्हापूर
२	२९.१२.१९९९	सिध्दांत संहिता (अध्याय सहावा)	श्री योगिराज संत सोहिरोबाकृत	३२+४	१/१६	१०००	वन ग्राफिक्स, कोरोची
३	०५.०७.२००१	अष्टावक्र गीता (श्री निरंजन महाराज जन्म शताब्दी निमित्त)	अष्टावक्र व जनक संवाद	७९+४	१/१६	५००	जवाहर प्रिंटींग प्रेस, हुपरी
४	०५.०१.२००२	अमनस्क योग	महानयोगी श्री गोरक्षनाथ विरचित	५०+४	१/१६	१०००	जवाहर प्रिंटींग प्रेस, हुपरी
५	१६.१२.२००३	PASSIVE YOGA	www.kriyayoga.com-Hans	६७+४	१/१६	१०००	शेतकरी सहकारी प्रिंटींग प्रेस, कोल्हापूर
६	०३.०१.२००५	परमामृत	आद्यकवी श्रीमन्मुकुंदराजकृत	८६+४	१/१६	१०००	अजंठा मुद्रणालय, इचलकरंजी
७	११.१२.२००६	सिध्दान्तसंहिता (अर्थासह)	श्री योगिराज संत सोहिरोबाकृत	९६+४	१/८	५००	अजंठा मुद्रणालय, इचलकरंजी
८	२०.१२.२००७	स्वात्मसुख	श्री संत एकनाथ महाराज कृत	४८+४	१/८	५००	अजंठा मुद्रणालय, इचलकरंजी
९	१८.१२.२००८	गुरु गीता (हिंदी)	उमामहेश्वर– संवाद	३२+४	१/८	१०००	राजहंस प्रिंटींग प्रेस कोल्हापूर
१०	०७.०७.२००९	सार्थ विवेकचूडामणि	श्रीमद्आद्यशंकराचार्य विरचित	९६+४	१/८	४००	अजंठा मुद्रणालय, इचलकरंजी
११	२५.०७.२०१०	सार्थ श्री गुरुगीता (मराठी)	उमामहेश्वर– संवाद	११२+४	१/१६	५००	अजंठा मुद्रणालय, इचलकरंजी
१२	१७.१२.२०११	सार्थ पंचदशी (भाग-पहिला) प्रकरण १ ते ६	श्रीमद्विद्यारण्यमुनिप्रणीत सार्थ पंचदशी	९४+४	१/८	५००	अजंठा प्रिंटर्स, इचलकरंजी
१३	०५.०५.२०१२	ज्ञानयोगशास्त्र	बाळशास्त्री हुपरीकर	२४८+६	१/८	५००	अजंठा प्रिंटर्स, इचलकरंजी
१४	०२.०७.२०१२	निजस्वरुप (मराठी अनुवाद प्रा. श्रीकांत आरळी)	श्री सद्गुरु कल्मेश्वर महाराज शिरगुर विरचित	१४४+४	१/८	५००	अजंठा प्रिंटर्स, इचलकरंजी
१५	०४.०१.२०१३	सार्थ श्री गुरुगीता (मराठी-द्वितीय आवृत्ती)	उमामहेश्वर– संवाद	११२+४	१/१६	५००	अजंठा प्रिंटर्स, इचलकरंजी.
१६	१३.०५.२०१३	सोपानदेवकृत सार्थ हरिपाठ	भाष्यकार – डॉ. माधव देशपांडे, कोल्हापूर	११६+४	१/८	५००	अजंठा प्रिंटर्स, इचलकरंजी.

।। श्री सोपानदेवकृत सार्थ हरिपाठ ।।

डॉ. माधव देशपांडे

श्री सोपानदेवकृत सार्थ हरिपाठ

भाष्यकार :
डॉ. माधव देशपांडे, कोल्हापूर. फो. 9890515583

प्रकाशक :
के. डी. धनवडे, प्रेसिडेंट
विनयानंद चॅरिटेबल होम, हुपरी. 416 203.

F.W.P. 0-93-7120-6465 Mob. 093-2500-5525
E-mail : vchindia@gmail.com www.vchindia.com
Reg. No. MAH 31153 KOP. EST. DATE 23-07-2012 PAN - AABAV2145B
HDFC Bank ISFC Code : HDFC0002508 S/B A/c. No. 25081450000044
Bank of India ISFC Code : BKID0000920 S/B A/c. No. 092010110001954

©- सर्व हक्क प्रकाशकाचे स्वाधीन

प्रथम आवृत्ती

प्रती – 500 किंमत – 50/- रुपये

मुद्रक : **अजंठा प्रिंटर्स, इचलकरंजी.**
फोन : 0230-2434946, 09423041146

टंकलेखन : **सौ. सिमा ज्योतीराम जाधव, जांभळी.** D.Pharm.
ता. शिरोळ, जि. कोल्हापूर, मो. : 7798631265

प्रूफ रिडींग : **डॉ. श्री. ज्योतीराम महादेव जाधव, मु. पो. जांभळी.** B.A.M.S.
ता. शिरोळ, जि. कोल्हापूर, मो. : 9823061385
ॲड. श्री. श्रीकांत सदाशिव माळकर, सांगली. LL.M.
मो. : 9860940434

प्रकाशन स्थळ : **सद्‌गुरु श्री निरंजन महाराज आश्रम, मौजे वडगांव.** जि. कोल्हापूर.
फोन नं. 0230-2357118 Mob. 094203-35748

प्रकाशन तिथी : अक्षयतृतिया, वैशाख शु.।। 3, शके 1935,
सोमवार दि. 13.05.2013

[विशेष.--ध.आ/(मुं.सा.वि.) ५०-म.

सत्यमेव जयते

नोंदणी प्रमाणपत्र

संस्था नोंदणी अधिनियम, १८६०

(१८६० चा अधिनियम २१)

नोंदणी क्रमांक : महाराष्ट्र/३११५३/को

याद्वारे असे प्रमाणित करण्यात येते की, विनयानंद चॅरिटेबल होम, ९२४/३०, कैवल्य विशालनगर, हुपरी, ता. हातकणंगले, जि. कोल्हापूर खालील तारखेस संस्था नोंदणी अधिनियम, १८६० (सन १८६० चा अधिनियम २१) अन्वये योग्यरित्या नोंदणी करण्यात आली.

तारीख : २३/ ७ /२०१२ रोजी माझ्या सहीनिशी दिले.

ASSISTANT REGISTRAR OF SOCIETIES, KOLHAPUR AREA.

सहाय्यक संस्था निबंधक, कोल्हापूर क्षेत्र

A.B.DUM
Secretary

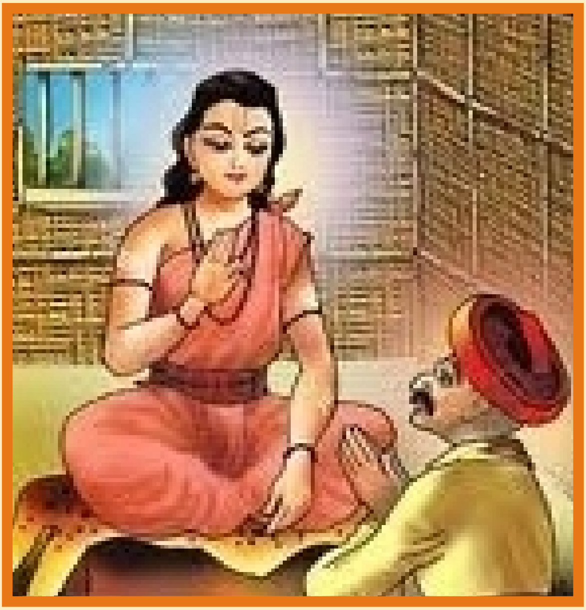
K.D.DHANAVADE
President

VINAYANAND CHARITABLE HOME, HUPARI.

Reg. No. MAH 31153 KOP. EST. DATE 23-07-2012 PAN - AABAV2145B
HDFC Bank ISFC Code : HDFC0002508 S/B A/c. No. 25081450000044
Bank of India ISFC Code : BKID0000920 S/B A/c. No. 092010110001954

F.W.P. 0-93-7120-6465 Mob. 093-2500-5525
E-mail : vchindia@gmail.com www.vchindia.com

|| सोपानदेवकृत सार्थ हरिपाठ ||



भाष्यकार : डॉ. माधव देशपांडे, कोल्हापूर.

Published By:

Vinayanand Charitable Home India 416203
"Kaivalya," 924/30, Vishalnagar, **HUPARI.** Dist. Kolhapur.(MS)
F.W.P. 0-93-7120-6465, Mob. 0-93-2500-5525
www.vchindia.com, Email : vchindia@gmail.com

शुध्द, स्थिर, व्यापक आणि परिपूर्ण म्हणजे परमार्थ.