

अमृत कुंभ





१. श्रीरामपूर : भारताचे पूर्व राष्ट्रपती डॉ. अब्दुल कलाम यांना पुष्पगुच्छ देतांना ब्र.कु. अश्विनी बहेन, सोबत ब्र.कु. मंदा बहेन व गीतांजली बहेन.
 २. बोरिवली (पूर्व) : आय.टी. प्रोफेशनल्ससाठी आयोजित सेमीनारचे उद्घाटन करतांना श्री. राजेश अग्रवाल, आय.टी. सेक्रेटरी, म.रा. श्री. अजय पारेख, बी.के. दिव्या बहेन व अन्य. ३. घाशी (नवी मुंबई) : जीवनात आध्यात्मिकतेचे महत्व या विषयावर बोलतांना बी.के. शीला बहेन, मंचासीन डी सिनेमा चॅनेलचे मुख्य मनिष सोनी, भ्राता नरेश गुप्ता व अन्य. ४. पुणे (निगाडी) : कॉलेजातील विद्यार्थीनींना राजयोगाचे प्रशिक्षण दिल्यानंतर त्यांच्यासोबत बी.के. कल्पना बहेन व बी.के. मुकुल भाई. ५. वर्धा : आमदार मा. सुरेशभाऊ देशमुख यांना ईश्वरी भेटवस्तू देतांना सेवाकेंद्र संचालिका माधुरी दीदी. ६. पणजी (गोवा) : मडगाव येथे नवीन सेवाकेंद्राचे उद्घाटन करतांना बी.के. सुनंदा बहेन, बी.के. शोभा बहेन, बी.के. कांचन बहेन व बी.के. राहुल भाई (मधुवन). ७. अंदमान : व्यसनमुक्ती अभियानाचे उद्घाटन करतांना अंदमानचे मुख्य सचिव श्री. जी. देवा निधिदास, डॉ. प्रेमबसन, डॉ. सचिन परब, बी.के. अस्मिता बहेन व अन्य. ८. आबूरोड (शांतीवन) : सुप्रसिध्द समाजसेवक भ्राता आण्णा हजारे यांच्याशी ईश्वरी ज्ञानचर्चा करतांना ब्र.कु. दत्तात्रय भाई.

अमृतकुंभ

वर्ष ७ | अंक ३ | ऑगस्ट - सप्टेंबर २०१३

मुखपृष्ठाविषयी

पिताश्री ब्रह्माबाबा अव्यक्त होतांना दादीजींचा हात हातात घेऊन, त्यांच्यात सर्व शक्ती भरून गेले. त्यांच्या हाती संस्थेचे इवलेसे रोपटे दिले. दादीजींनी त्याला विशाल वटवृक्षाचे स्वरूप दिले. सन १९६९ ते २००७ पावेतो त्या संस्थेच्या मुख्य प्रशासिका होत्या. या कालखंडात त्यांनी विश्वातील सर्व बंधु-भगिनींना पवित्रतेच्या आणि एकतेच्या सूत्रात बांधण्याचा प्रयत्न केला. त्यासाठी त्यांनी विश्वभरात बेहद रक्षाबंधनाचे कार्यक्रम साजरे केले. त्यामुळे त्यांचा स्मृतीदिवस 'विश्वबंधुत्व दिवस' म्हणून पाळला जातो.

दादीजींनी गहन तपस्येद्वारे कर्मातीत आणि बापसमान फरिश्ता स्थिती प्राप्त केली होती. त्यांनी जरी शरीर सोडले असले तरी आजही त्या अव्यक्त रूपाने बाबांच्या बरोबर विश्व परिवर्तनाच्या सेवेत मदतगार आहेत. मुख-पृष्ठावरील चित्रात हाच भाव सुंदर रीतीने दर्शविण्यात आला आहे. दादीजी जशा संपूर्ण पावन अर्थात सुगंधी फुलाप्रमाणे बनल्या तसेच विश्वाला देखील पावन बनविण्याची सेवा त्या अव्यक्त रूपाने करीत आहेत. दि. २५ ऑगस्ट २०१३ रोजी दादीजींच्या ६व्या स्मृती-दिनानिमित्त, आम्हा सर्वांचे कोटी-कोटी प्रणाम!

-- प्रकाशक, अमृतकुंभ.

वार्षिक वर्गणी रु. ६०/-

अर्धवार्षिक वर्गणी रु. ३०/-

आजीव सभासद वर्गणी रु. १,३००/-

-- अंतरंग --

- दादी प्रकाशमणीजींचे अनमोल वचन २
- बेहदचे रक्षाबंधन... (संपादकीय) ३
- क्षण आला भाग्याचा (कविता) ५
- श्रीकृष्ण भारतात पुन्हा कधी येईल? ५
- राजयोगिनी दादी प्रकाशमणी-सर्वांसाठी प्रेरणास्त्रोत ६
- खुशी कशी मिळवाल? ८
- निर्विघ्न स्थिती बनविण्याचा पुरुषार्थ १०
- सर्वोत्तम हेल्थ फंडा १३
- सचित्र सेवावृत्त १६
- बहुमुखी प्रतिमेच्या धनी... दादी प्रकाशमणीजी १८
- धन्य धन्य हो गये! (अनुभव) २१
- ईश्वरी संघटनरूपी किल्ला २५
- परमात्मा कुणाला म्हणावयाचे? २६
- तेरी पालना का बाबा (अनुभव) ३०
- शिवबाबांची अलौकिक व सूक्ष्म चाळणी (कविता) ३१
- बाबा आपने कमाल कर दिया (अनुभव) ३२

फोटो, लेख, आदी पाठविण्याचा पत्ता :

संपादक - अमृतकुंभ, द्वारा : प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज्

ए-१०, वर्षा अपार्टमेंट, छत्रपती शिवाजी सोसायटी,

कोपरी कॉलनी, ठाणे (पूर्व) - ४००६०३

फोन : ०२२-२५३२२२०८. मोबाईल : ९८२००२३०९२

E-mail : meenakshi.bk@gmail.com

वर्गणी पाठविण्याचा पत्ता : बी.के.गोदावरी,

प्रकाशक अमृतकुंभ द्वारा : प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज्,

ए-१०, वर्षा अपार्टमेंट, छत्रपती शिवाजी सोसायटी,

कोपरी कॉलनी, ठाणे (पूर्व) - ४००६०३.

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालयाचे मुखपत्र 'अमृतकुंभ' द्वैमासिक मुद्रक व प्रकाशक बी.के.गोदावरी यांनी परफेक्ट प्रिंट, २२ ज्योति इंडस्ट्रियल इस्टेट, नुरीबाबा दर्गा रोड, ठाणे (पश्चिम) - ४००६०१ येथे छापून प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज्, लाईट हाऊस, वागळे इस्टेट, ठाणे (पश्चिम) - ४००६०४ येथे प्रसिद्ध केले - संपादक ब्र.कु.शिवाजी चौधरी.

संगणक अक्षरजुळणी : कु.मनिषा गोवळकर, ८ श्रीसदिच्छा सोसायटी, मीठ बंदर रोड, ठाणे (पूर्व) - ४०० ६०३.



दादी प्रकाशमणीजींचे अनमोल वचन

● प्रत्येक ब्रह्मावत्साने स्वतःला विचारा की या जगात माझ्याइतका उच्च कोणी आहे? महान कोणी आहे? तर अंतःकरणातून हेच उत्तर मिळेल की आम्ही सर्वापेक्षा उच्च आहोत. आमच्यापेक्षा श्रेष्ठ कोणी नाही. आम्ही सर्वात श्रेष्ठ योगी आहोत. सर्वात पवित्र आहोत कारण आम्ही सर्वश्रेष्ठ सद्गुरु शिवबाबांच्या श्रीमतावर चालत आहोत. अन्य अज्ञानी लोक तर ना शिवबाबांना, ना परमशिक्षकाला, ना सद्गुरुला फॉलो करू शकत. आमच्या गाडीला तर तीन इंजिन प्राप्त आहेत. परमपिता, परमशिक्षक व सद्गुरुची आम्ही पद्मापद्म भाग्यशाली मुले आहोत. जेव्हा आमचे हे महान भाग्य आम्ही रोज पाहतो तेव्हा हृदयातून हेच उद्गार बाहेर पडतात, 'वा बाबा वा ! वा ड्रामा वा ! जसे माझे भाग्य बनले आहे तसे दुसऱ्यांचेही बनावे.

● मुरलीत शिवबाबांनी जे काही श्रीमत दिले आहे, त्याचे पालन करणे हा आपला स्वधर्म आहे. चेक करा की माझ्यात श्रीमत पालन करण्याची शक्ती किती आहे? माझा सारा व्यवहार श्रीमतानुसार आहे का? शिवबाबांनी श्रीमत दिले आहे की कोणीही व्यक्ती वा वस्तूच्या आकर्षणात येऊ नका. त्यामुळे जे आकर्षणात येत असतील ते श्रीमताच्या लकीरचे उल्लंघन करीत आहेत. त्यांना रावण जरूर आपल्या शोकवाटिकेत घेऊन जाईल. दुसरे श्रीमत दिले आहे की तुम्ही आपले तन-मन-धन ईश्वरी सेवेत लावा. यासाठी आपली दिनचर्या श्रीमतानुसार आहे का, हे चेक करा.

● शिवबाबांनी आम्हा सर्वांना एक मंत्र दिला आहे, एकमत, एकरस व एकनामी. आपले पहिले-पहिले एकमत आहे की आपण सर्व एकाचे आहोत. त्यामुळे आपल्या सर्वांच्या हृदयात श्रीमत आहे. श्रीमत अर्थात शिवबाबांची मुरली. मुरली हीच आपली मुख्य धारणा अथवा शिक्षण आहे. त्यामुळे चेक करा की आपण सर्व एकमत होऊन राहतो का? जेथे एकमत आहे तेथे द्वैत नाही, द्वेष नाही, राग नाही, कुठलाही भेद नाही, इर्ष्या नाही, वैर-विरोध नाही, कुठलेही दुमत नाही. त्यामुळेच म्हटले जाते - जेथे एकता आहे तेथे ईश्वर आहे.

जेव्हा आपसात दोन मते निर्माण होतात तेव्हा तेथे रामायण घडते. रामायण अर्थात द्वैत. त्याठिकाणी मंथरा अवश्य येते व कैकयीचे डोके फिरवून टाकते. परिणामतः रामाला १४ वर्षे वनवासात जावे लागले, राजा दशरथाला पुत्रशोकाने प्राण त्यागावे लागले. तात्पर्य म्हणजे द्वैत निर्माण झाले की इतके मोठे रामायण घडते.

● शिवबाबा किती निरहंकारी आहे. जर बाबा आज्ञाधारक आहे तर आपण स्वतःला विचारा की मला किती निरहंकारी व नम्रचित्त राहायला हवे? जर सर्वश्रेष्ठ अॅथॉरिटी, स्वयं भगवान म्हणतो की मी तुमचा सेवक आहे तर आपण किती निरहंकारी असले पाहिजे. त्यासाठी स्वतःला सेवाधारी समजा म्हणजे आपल्यात निरहंकारीपणा येत जाईल.

● मम्मा, मम्मा तेव्हा बनल्या जेव्हा त्यांनी एकदा केलेली चूक पुन्हा होऊ दिली नाही. कधी कुठल्या गोष्टींमुळे गोंधळून जाऊ नका. सदैव खुशीत नाचत राहा म्हणजे माया दूर पळून जाईल. स्वतःला बिझी (व्यस्त) ठेवा. रिकामे ठेवा तर रिकामे मन सैतानाचे घर बनेल. बिझीचा अर्थ असा नाही की प्रदर्शनी समजावून सांगितली, कोर्स केला...नाही. स्वतःला बिझी ठेवण्याची अनेक साधने आहेत. आपण कित्येक कला शिकू शकतो. वाचन करा, लिखाण करा, विचार सागर मंथन करा, आपल्या मस्तीमध्ये मस्त राहा. 'मौलाई मस्ती' हीच आपली खरी प्रॉपर्टी आहे.

● आपण भगवंताची मुले आहोत. केवळ मुलेच नाही तर अतिप्रिय, अतिशय लाडकी मुले आहोत. संगमयुगात स्वयं भगवान आपली पालना करीत आहेत. आपण भगवंताचे चैतन्य ठाकूर आहोत. तोच आपल्याला साऱ्या विश्वाचे ज्ञान देत आहे. सृष्टिचक्राचे ज्ञान देऊन त्रिकालदर्शी बनवित आहे. शिवबाबांनी आपल्याला इंजिनिअर्सचा इंजिनियर, डॉक्टर्सचा डॉक्टर, प्रोफेसर्सचा प्रोफेसर बनवले आहे. त्यामुळे आपल्या मनात कधीही असा विचार यायला नको की समोरची व्यक्ती इतकी शिकलेली आहे. कारण शिवबाबांनी दिलेले आध्यात्मिक ज्ञान हेच सर्वश्रेष्ठ आहे.



संपादकीय . . ✍

बेहदचे रक्षाबंधन अर्थात विश्वबंधुत्व भावनेचे प्रसारण

श्रावण महिना आला की सर्वत्र आनंद आणि उत्साह भरभरून वाहतांना दिसतो. या महिन्यातील सण, उत्सव याबरोबरच एकेका वारांनाही विशेष महत्व असते. ईश्वराच्या आरधनेइतकेच सृष्टीसौंदर्याचा निर्भर वृत्तीने आनंद लुटणे व निसर्गाने बहाल केलेल्या सजीव-निर्जीव चराचराबद्दल कृतज्ञता व्यक्त करणे, हे या महिन्याचे वैशिष्ट्य आहे. या महिन्यात अनेक प्रकारची व्रत-वैकल्ये केली जातात. मुख्यतः श्रावणी पौर्णिमेला अथवा नारळी पौर्णिमेला रक्षाबंधनाचा सण मोठ्या आनंदाने साजरा केला जातो. भावा-बहिणीच्या उदात्त प्रेमाचे हे एक सुंदर प्रतीक आहे. रेशमाच्या धाग्याला मध्यभागी गाठ असलेली राखी बहीण भावाच्या मनगटावर बांधते व स्वतःच्या रक्षणाची भावाकडे मागणी करते.

भावाबहिणीचे प्रेम हे रेशमाच्या धाग्यासारखे मृदु-मुलायम आहे तर त्या धाग्यावरील गाठ ही रक्षणासाठी सदैव तत्पर राहण्याच्या बंधनाचे प्रतीक आहे. आपल्या भावाकडून संरक्षणाची म्हणजेच मानसिक आधाराची अपेक्षा करणे हा स्त्री-मनाचा एक नाजूक पैलू आहे. अशाप्रकारचे परंपरागत पद्धतीने सीमित वा हृदये रक्षाबंधन साजरे केल्यामुळे, आज भाऊ केवळ आपल्या बहिणीची रक्षा करण्याचे बंधन पाळण्याचा प्रयत्न करतो. परंतु दुसऱ्या स्त्रियांविषयी त्याची दृष्टी-वृत्ती तितकीशी पवित्र नसते. परिणामतः दिवसेंदिवस समाजात स्वैराचार, भ्रष्टाचार, पापाचार हा झपाट्याने वाढतच चालला आहे. आजकाल वरचेवर वृत्तपत्रातून प्रकाशित होणाऱ्या बलात्काराच्या, गँगरेपच्या घटना याचेच प्रतीक आहे.

यावरून हे स्पष्ट होते की दरवर्षी रक्षाबंधनाचा सण साजरा करूनही समाजाचे नैतिक अधःपतन झपाट्याने होताना दिसत आहे. याला कारण म्हणजे रक्षाबंधन हे केवळ घरगुती पातळीवर केले जाते. त्यातील आध्यात्मिक रहस्याचा आज विसर पडला आहे. ते सर्वांना ज्ञात

होण्यासाठी बेहदचे रक्षाबंधन करण्याची आवश्यकता आहे. त्याद्वारेच विश्वबंधुत्व भावनेचे प्रसारण होईल.

□ रक्षाबंधनाचे आध्यात्मिक रहस्य

बहीण भावाचा संबंध हा अतिशय पवित्र संबंध आहे. त्यामुळे बहिणीने भावाला राखी बांधण्याचा वास्तविक अर्थ आहे की भावाने पवित्रतेचे व्रत धारण करावे. अर्थात मन-वचन-कर्माने पवित्र राहून सर्व स्त्रीयांशी आपल्या बहिणीप्रमाणे व्यवहार करावा. ब्राह्मणाच्या हातून यजमानाला राखी बांधण्याचा देखील हाच उद्देश आहे. प्राचीन काळी ब्राह्मण पवित्र राहून दुसऱ्यांनाही पवित्र राहण्याची प्रेरणा देत असत. अशारीतीने द्वापरयुगापासून पवित्रतेचे व्रत धारण करण्यासाठी रक्षाबंधनाचा सण साजरा करण्यात येत होता. परंतु आता संगमयुगात (कलियुगाचा अंत व सत्ययुगाचा आदि यांचा संधीकाळ) रक्षाबंधनाचे आध्यात्मिक रहस्य आणखीनच स्पष्ट झाले आहे.

खरं तर विश्वातील आपण सर्व आत्मे, एक पिता शिव परमात्म्याची अति प्रिय, अमर संतान आहोत. त्यामुळे आपण आपापसात भाऊ-भाऊ आहोत. परमरक्षक परमात्मा पिता आपल्याला पवित्रता, शांती तसेच सर्व गुणांनी संपन्न बनवू इच्छितो. त्यासाठी वर्तमान संगम-युगात परमात्मा, एका मनुष्य शरीराचा आधार घेऊन, पवित्र भव, राजयोगी भव हे सर्वश्रेष्ठ वरदान देत आहेत. त्याचबरोबर या दृढ संकल्पाची राखी बांधत आहेत की आपण सर्वांनी सर्व भेद (जाती, भाषा, कुळ, धर्म, संप्रदाय, देश इत्यादी) विसरून एकतेच्या सूत्रात बांधलेले रहावे. आत्मस्थितीत टिकून एक दुसऱ्याला आत्मिक दृष्टीने पहावे. तसेच मधुर वचनांची मिठाई एक दुसऱ्याला वाटावी. याद्वारेच आपण सर्वगुणसंपन्न देवतासमान बनू. रक्षाबंधनाचा हा दिव्य संदेश जितक्या व्यापक प्रमाणावर आपण सर्व आत्म्यांना प्रदान करू, तितक्या प्रमाणात विश्व एक परिवार बनेल व विश्व-बंधुत्वाची भावना सर्वत्र



पसरेल. फलस्वरूप खऱ्या अर्थी स्वर्ग, वैकुंठ वा नंदनवन बनेल.

□ बेहदचे रक्षाबंधन साजरे करणारी एकमेव विश्व-व्यापी संस्था

आज प्रजापिता ब्रह्माकुमारीजू या संस्थेची १३५ देशात ८५०० हून अधिक सेवाकेंद्रे आहेत. या संस्थेत कुठल्याही प्रकारचा भेदाभेद नाही. आत्मिक नात्याने सर्व जण बंधुत्व भावनेने बांधले गेले आहेत. या प्रत्येक सेवाकेंद्राद्वारे दरवर्षी मोठ्या प्रमाणावर बेहदचे रक्षाबंधन केले जाते. सर्व आत्म्यांना ईश्वरी स्नेह सूत्रात बांधण्याचा प्रयत्न केला जातो. त्यासाठी ब्रह्माकुमार आणि ब्रह्माकुमारी भगिनी निरनिराळ्या शाळा, कॉलेजातून, पोलिस स्टेशनमध्ये, जेलमध्ये, ज्येष्ठ नागरीक संस्थांमध्ये, वृद्धाश्रमात, लायन्स आणि रोटरी क्लबमध्ये, बँकांमध्ये, निरनिराळ्या सार्वजनिक संस्था अशा अनेक ठिकाणी जाऊन सर्वांना राखी बांधून पवित्रतेचा पावन संदेश देतात. एवढच नव्हे तर प्रत्येक सेवाकेंद्रावर रक्षाबंधनाचे सार्वजनिक कार्यक्रम करतात. हे रक्षाबंधनाचे कार्यक्रम केवळ त्या दिवसापुरते मर्यादित नसून एक आठवडा, एक पंधरवडा किंवा एक महिन्यांपर्यंत साजरे केले जातात. अशाप्रकारचे रक्षाबंधनाचे कार्यक्रम अन्य कुठल्याही धार्मिक संस्थेद्वारे इतक्या व्यापक प्रमाणावर साजरे केले जात नाहीत. त्यामुळे बेहदच्या रक्षाबंधनाद्वारे संपूर्ण विश्वात बंधुत्वाची भावना पसरविणारी 'प्रजापिता ब्रह्माकुमारीजू' ही एकमेव संस्था आहे.

□ रक्षाबंधनाचे अनन्य साधारण महत्त्व

रक्षाबंधन हे मर्यादा आणि आत्मनिग्रहाद्वारे विकारांवर विजय प्राप्त करण्याचे पर्व आहे. हे पर्व केवळ एक दिवसापुरते नसून संपूर्ण संगमयुगाच्या कालखंडात चालू असते. जे आत्मे पवित्रतेची राखी बांधून विकारांपासून स्वतःची रक्षा करतील तेच स्वर्गात अर्थात श्रीकृष्णपुरीत जातील. म्हणूनच पतितपावन शिव परमात्मा, ब्रह्माद्वारे हाच निर्देश देत आहेत की, 'काम विकार महाशत्रू आहे. त्यावर विजय प्राप्त केल्यानेच तुम्ही कृष्णपुरीत जाल.' अशारीतीने रक्षाबंधनाचे अनन्यसाधारण महत्त्व आहे.

म्हणूनच पूर्वीच्या काळी श्रावणी पौर्णिमेला राखी बांधल्यानंतर ती जन्माष्टमीला सोडण्याची प्रथा होती. असा रक्षाबंधन व जन्माष्टमीचा घनिष्ठ संबंध आहे. यावरून आपल्या लक्षात आले असेल की श्रीकृष्णपुरीत वा स्वर्गात जाण्यासाठी लागणारा पासपोर्ट अर्थात पवित्रतेची राखी बांधण्यासाठी 'प्रजापिता ब्रह्माकुमारीजू'च्या सेवाकेंद्राला भेट देणे अति आवश्यक आहे. हा पासपोर्ट असेल तर आपल्याला स्वर्गाचे राज्यभाग्य तर मिळेलच, याखेरीज अंतिम समयी यमदूतांकडून शिक्षाही भोगावी लागणार नाही. याविषयीच्या उद्बोधक कथा सर्वश्रुतच आहेत.

एकदा देव-असुर संग्रामात इंद्राचा पराजय झाल्याने, त्याला आपले स्वर्गाचे राज्य गमवावे लागले होते. तेव्हा त्यांची पत्नी इंद्राणीने त्याला राखी बांधली. त्यानंतर इंद्राने असुरांचा पराभव करून, आपले गमावलेले स्वर्गाचे राज्य पुन्हा प्राप्त केले. (इंद्राणीने इंद्राला राखी बांधली याचा भावार्थ असा आहे की गृहस्थजीवनात पवित्रतेची प्रतिज्ञा करणे अर्थात कामविकाररूपी असुरावर विजय प्राप्त करणे. फलस्वरूप स्वर्गाचे राज्यभाग्य आपल्याला पुन्हा प्राप्त होते.)

दुसरी कथा आहे की यमाने आपली बहीण यमुना हिच्याकडून राखी बांधली होती. त्यावेळी यमाने सांगितले होते की जो मनुष्य ही राखी बांधेल तो यमयातनांपासून मुक्त राहील. तात्पर्य म्हणजे पवित्रतेची शक्ती ही सर्वश्रेष्ठ शक्ती आहे. तिची धारणा केल्याने आत्मा पावन बनतो. त्यामुळे त्याला अंतिमसमयी यमदूतांकडून कुठलीही शिक्षा भोगावी लागत नाही. सारांशाने पुढील काव्यपंक्ती लक्षात ठेवा -

श्रेष्ठ वेळ ही कल्पांतीची, संगमयुग ही महती त्याची ।

याच समयी शिव परमात्मा, देई प्रतिज्ञा पावित्र्याची ।

याच स्मृतीचा आहे हा सण, रहस्य याचे घ्या समजावून ॥

□ विश्वबंधुत्व दिवस

आदरणीय दादी प्रकाशमणीजींचा स्मृतीदिवस (दिनांक २५ ऑगस्ट) हा प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व-विद्यालयातर्फे 'विश्वबंधुत्व दिवस' म्हणून पाळला जातो.



याला कारण म्हणजे दादी प्रकाशमणी जेव्हा संस्थेच्या मुख्य प्रशासिका होत्या (सन १९६९ ते २००७ या ३८ वर्षांच्या कालखंडात) तेव्हा विश्वभरात १३० देशात ८,०००हून अधिक सेवाकेंद्रे उघडण्यात आली आणि त्या सर्व सेवाकेंद्राद्वारे रक्षाबंधनाच्या पावन पर्वावर अनेकानेक कार्यक्रमांचे आयोजन करून, विश्वबंधुत्व भावनेचे प्रसारण करण्यात आले. फलस्वरूप 'एक ईश्वर, एक परिवार' ही भावना मूर्त स्वरूपात आली. याचे प्रत्यक्ष प्रमाण म्हणजे आजही शांतीवनमध्ये जेव्हा अव्यक्त बापदादांचे दिव्य अवतरण होते तेव्हा अनेक देशातील हजारो बंधुभगिनी प्रत्येक टर्नमध्ये सन्मुख मीलनासाठी येतात आणि बंधुत्व भावनेने मोठ्या आनंदाने, गुण्यागोविंदाने एकत्र राहतात. हे दृश्य पाहून 'विश्व एक परिवार' ही भावना मनात ठसते. त्यामुळे आपण यावर्षी बेहदचे रक्षाबंधन करू या. सर्वांना एक परमात्मा शिव पित्याचा पावन संदेश देऊ या. याद्वारेच अनेक सामाजिक व आर्थिक समस्या समाप्त होऊन, विश्वात आध्यात्मिक क्रांती घडून येईल व संसार सुखमय बनेल. सारांशाने,

करू या आपण सारे, बेहदचे रक्षाबंधन।

तेणे होईल विश्वबंधुत्व भावनेचे प्रसारण।।
क्षण आला भाग्याचा

क्षण आला भाग्याचा, संदेश मिळाला ईश्वराचा।
सहयोग तो ब्रह्माकुमारीचा, पत्ता सापडला घराचा।
पिता भेटला आत्म्याचा, अनुभव आला सुखाचा।
विसर पडला देहाचा, छंद जडला मुरलीचा॥ १॥
निश्चय केला मनाचा, सदा श्रीमतावर चालण्याचा।
विकार गेला अंतरीचा, आजार गेला तनाचा।
फेरा चुकला संकटांचा, अनुभव आला शांतीचा।
पाझर फुटला प्रेमाचा, आनंद लुटते योगाचा॥ २॥
नेम केला पवित्रतेचा, हात धरला ईश्वराचा।
नेत्र उघडला ज्ञानाचा, नाश झाला तिमिराचा।
वर्षाव झाला भाग्याचा, अविनाशी सुख-शांतीचा।
निश्चय केला मनाचा, भविष्यात लक्ष्मी बनण्याचा॥ ३॥
(ब्र. कु. वत्सलामाता, बारामती-पुणे).

श्रीकृष्ण भारतात पुन्हा कधी येईल?

भारतातील भ्रष्टाचार, विकार, दुःख आणि धर्मग्लानी पाहून, भारतवासी श्रीकृष्णाच्या पुन्हा प्रकट होण्याची आशा ठेवतात. कारण ते समजतात की गीतेत श्रीकृष्णाचे महावाक्य आहे की, 'मी धर्मग्लानीच्या वेळी पुन्हा येईन.' परंतु भारतवासींना हे माहित नाही की या कलियुगी, अपवित्र व भ्रष्टाचारी सृष्टीवर देवता आपले पाऊलसुद्धा ठेवत नाहीत. श्रीकृष्णासारख्या षष्ठ देवात्मासाठी प्रकृती, पदार्थ आणि प्रजा सर्व पवित्र आणि सतोप्रधान पाहिजे. वास्तविक श्रीकृष्ण तर सत्ययुगाच्या प्रारंभी जन्म घेतो व संपूर्ण विश्वावर राज्य करतो. त्यालाच स्वयंवरांतर श्रीनारायण म्हटले जाते व श्रीराधेला श्री लक्ष्मी म्हटले जाते.

खर तर गीतेतील हे जे महावाक्य आहे की 'मी धर्मग्लानीच्या वेळी अवतरित होतो हे अशरीरी परमपिता परमात्मा ज्योतिर्बिंदू शिवाचे आहे. तेच प्रत्येक कल्पांती प्रजापिता ब्रह्मा यांच्या शरीरात अवतरित होऊन आदि सनातन देवी-देवता धर्माची पुनर्स्थापना करतात व महादेव शंकराद्वारे विश्व युद्धासाठी प्रेरित करून अधर्माचा विनाश व भ्रष्टाचारी सृष्टीचा महाविनाश करवितात. अशाप्रकारे जेव्हा पापाचा अंत व श्रेष्ठाचाराची स्थापना होते तेव्हा विष्णूचे साकार रूप श्रीकृष्ण (श्री नारायण) भारतात जन्म घेऊन पालना करतात.

आता भगवान शिव आपली दोन्ही ईश्वरी कर्तव्ये प्रजापिता ब्रह्मा आणि महादेव शंकरद्वारा करवित आहेत. तसेच निकट भविष्यात होणाऱ्या अटॉमिक विश्वयुद्ध व महाविनाशानंतर सत्ययुगी सृष्टीच्या आरंभी पुन्हा श्रीकृष्ण लवकरच येणार आहे. (संदर्भ पुस्तक :

भारत के त्योहारों की आध्यात्मिक व्याख्या).

● जो आत्मा साधारण व व्यर्थ कर्मात आपला समय, संकल्प व शक्ती वापरतो त्याच्या फलस्वरूप तो संगमयुगात परमानंद प्राप्त करू शकत नाही. त्याचबरोबर त्या समय, संकल्प व शक्तीद्वारे जे भविष्य फळ बनायला पाहिजे तेही बनत नाही. साधारण व व्यर्थ कर्माच्या फलस्वरूप देखील आत्म्याला कोणती ना कोणती दैहिक व्याधी होते. व्यर्थ कर्माचा हिशोब पश्चातापाच्या रूपाने अधिक भोगावा लागतो.



राजयोगिनी दादी प्रकाशमणी - सर्वासाठी प्रेरणास्त्रोत

ब्र.कु.डॉ.नारायणभाई, कल्याण.

या जगात आजवर अनेक महान विभूती होऊन गेल्या ज्यांनी आपल्या आत्मिक शक्तीद्वारे समाजात नवचेतना जागृत केली. आपल्या परीने समाज सुधारण्याचे कार्य केले. परंतु या सर्वांपेक्षा दादी प्रकाशमणीजी या भिन्न होत्या. त्यांनी योगबलाद्वारे ईश्वरी शक्ती प्राप्त करून, स्वतःला निमित्त समजून विश्व-परिवर्तनाचे महान कार्य केले. त्यांनी कधीही मान-शानची अपेक्षा केली नाही. कर्ता करविता परमात्मा शिव पिता आहे. मी केवळ निमित्त आहे, हा भाव सदैव त्यांच्या अंतःकरणात भरलेला होता. त्या शिवशक्ती-स्वरूपा होत्या. त्यांनी उदाहरणमूर्त बनून लाखो आत्म्यांना, मनुष्यापासून देवता बनण्याची दिव्य प्रेरणा दिली. असंख्य आत्म्यांना प्रभूप्रेमाची पालना दिली. त्यामुळे त्यांचे जीवन आजही सर्वासाठी एक प्रेरणास्त्रोत बनले आहे.

दादीजींचा जन्म सन १९२२ मध्ये हैदराबाद (सिंध) येथे झाला. वयाच्या १४व्या वर्षी, सन १९३६ मध्ये त्या ईश्वरी ज्ञानयज्ञात समर्पित झाल्या. त्यानंतर सुमारे ७१ वर्षांच्या अलौकिक जीवनाच्या कालखंडात (सन १९३६ ते २००७) त्यांनी विश्वसेवेचे महान कार्य केले. त्यामुळे दादीजींची जीवनगाथा म्हणजे जणू चैतन्य भागवताचे प्रत्यक्ष प्रमाण आहे. त्यात प्रभूप्रेम ओतप्रोत भरलेले आहे. (संगमयुगातील ईश्वरी चरित्राचीच यादगार भक्तिमार्गातील भागवत आहे. भागवतातील श्रीकृष्ण हे शिव परमात्म्याचे प्रतीक आहे व त्यातील राधा तसेच अन्य गोपगोपिका हे अनन्य ब्रह्मावत्सांचे प्रतीक आहे.)

□ मातृवत पालना

दादीजींचे जीवन म्हणजे जणू त्याग, तपस्या, सेवा, सत्यता, पवित्रता, समर्पणता, मधुरता, रमणीकता, दिव्यता या सर्वांचे उच्चतम शिखर होते. त्यांनी आपल्या संबंध-संपर्कात येणाऱ्या अनेकानेक आत्म्यांचे दुःख दूर करून, त्यांना अलौकिक सुखाने भरपूर केले. त्यांच्या प्रत्येक श्वासात शिवबाबांची आठवण सामावलेली होती. त्यांचा

प्रत्येक संकल्प, बोल व कर्म बापसमान होता. त्यांच्या चेहऱ्यावर सदैव हास्य झळकत असे. त्यांची सर्वात मोठी विशेषता म्हणजे त्यांनी प्रत्येकाला इतके निःस्वार्थ प्रेम दिले की ते कोणीही कधीही विसरू शकणार नाही. मग ते व्ही.आय.पी. असोत किंवा अन्य कोणी असोत, सर्वजण त्यांना आपली दादी असे मानतात कारण दादीजी प्रेममूर्ती होत्या. त्यांनी सर्व यज्ञवत्सांची मातृवत पालना केली. दादीजींनी सर्वासाठी सदैव शुभचिंतक राहून, लहान-मोठ्या सर्वांना सन्मान दिला.

□ दादीजींची पवित्रता महान होती

सुरुवातीपासूनच दादीजींची पवित्रता महान होती. सर्व प्रकारची पवित्रता दादीजींमध्ये होती. कुठलीही व्यक्ती, वस्तू, वैभव यांच्याकडे दादीजींची नजर कधी आकर्षित झाली नाही. 'मेरा तो एक शिवबाबा, दुसरा न कोई' हीच एक धुन त्यांच्या जीवनात दिसून आली. जेथे पवित्रता असते तेथे सर्व सिद्धी आपोआपच असतात. त्याचबरोबर जेथे पवित्रता असते तेथे सर्व गुण व सर्व शक्ती देखील आपोआपच असतात कारण पवित्रता बीज आहे. दादीजीं-मध्ये संपूर्ण पवित्रता असल्याने त्यांच्यात सर्व गुण तसेच सर्व शक्ती आणि सर्व सिद्धी होत्या.

□ विदेश सेवेसाठी देखील सर्वप्रथम दादी निमित्त बनल्या

माउंट आबू येथे यज्ञाचे स्थानांतरण झाल्यानंतर दादीजींनी दिल्ली, कानपूर, पाटणा, कलकत्ता, मुंबई येथे विशेष सेवेची भूमिका बजावली. विदेशात सुरुवातीला जपानमध्ये शांतीचा संदेश देण्याकरिता शिवबाबांनी दादीजींना निमित्त बनवले. त्याचबरोबर दिनांक १८ जानेवारी १९६९ रोजी जेव्हा पिताश्री ब्रह्माबाबा अव्यक्त वतनवासी झाले तेव्हा सुद्धा शिवबाबांनी दादीजींची संस्थेची मुख्य प्रशासिका म्हणून नियुक्ती केली. तेव्हापासून सुमारे ३८ वर्षे त्यांनी देश-विदेशात, ईश्वरी सेवा करण्यात मुख्य भूमिका बजावली. त्यांनी देश-विदेशातील ८,००० पेक्षा अधिक सेवाकेंद्राचे



सूत्रसंचालन कुशलतापूर्वक केले. दादीजींनी प्रकाशमणी हे आपले नाव खऱ्या अर्थाने सार्थ केले. त्यांनी एखाद्या प्रकाशस्तंभाप्रमाणे दाही दिशांना ईश्वरी ज्ञानप्रकाश पोहोचविण्याचे कार्य केले. त्यांच्या कुशल नेतृत्वाखाली १३० देशांतून संस्थेची सेवाकेंद्रे उघडण्यात आली. त्यांच्या या थोर कार्याचे प्रतीक म्हणून शांतीवन (आबू रोड) येथे एक अनुपम प्रकाशस्तंभ उभारण्यात आला आहे.

□ दादीजींना मुरली अतिशय प्रिय होती

मातेश्वरी जगदंबा, बाबांची मुरली अतिशय चांगल्या-रीतीने वाचत असत. त्यातील महावाक्ये नोट करीत असत. त्यावर मनन करीत असत. मुरलीला पूर्णपणे आत्मसात केल्यानंतर सर्वांना मुरली ऐकवित असत. तीच गोष्ट दादीजींच्या बाबतीत होती. त्या सकाळी क्लासमध्ये बाबांची मुरली वाचण्यापूर्वी, स्वतः लक्षपूर्वक वाचत असत. रात्री कितीही उशीर झाला तरी झोपण्यापूर्वी मुरली अवश्य वाचत असत, क्लासमध्ये मुरली वाचतांना, दादीजी आपली स्वतःची कुठलीही गोष्ट सांगत नसत. त्यामुळे त्यांच्या मुखातून मुरली ऐकल्यावर ती जशीच्या तशी हृदयात कोरली जात असे.

दादीजी शेवटी जेव्हा हॉस्पिटलमध्ये होत्या त्यांना जर भ्राता निर्वैर भाईंनी किंवा मोहिनी बहेनजींनी विचारले की दादीजी, समाचार सांगू का? तर त्या स्पष्टपणे नकार देत. परंतु त्यांना जर विचारले की, 'मुरली ऐकवू का?' याला मात्र त्या लगेच होकार देत असत. तसेच त्या संपूर्ण मुरली अतिशय सावधानपूर्वक ऐकत असत. यावरून दादीजींचे मुरलीविषयीचे प्रेम आपल्या लक्षात येईल. आपण हेही जाणतो की जितके मुरलीवर प्रेम तितकेच मुरलीधर शिव-बाबांवर त्यांचे प्रेम होते.

□ दादीजींनी आबूला विश्व-विख्यात तीर्थस्थान बनविले

दादीजी साक्षात सहनशीलतेची मूर्ती होत्या. त्यांच्यात सामावून घेण्याची शक्ती सागरसमान होती. त्यामुळे त्या सर्वांसाठी संतोषी माता बनल्या. त्यांची दृष्टी अतिशय शक्तिशाली होती. त्या प्रत्येकातील विशेषता पाहून त्याला सन्मान देत असत. त्या सत्यतेची मूर्ती होत्या. त्या कोणत्याही परिस्थितीत असत्य बोलल्या नाहीत. त्या अंतर्बाह्य निर्मल

असल्याने, सर्वांची मने जिंकून घेत. फलस्वरूप त्या सर्वांच्या प्रिय होत्या. त्यांना देहअभिमानाचा कधीही स्पर्श झाला नाही. त्यामुळे त्या अतिशय निरहंकारी होत्या. त्यांनी ज्ञानसरोवर तसेच शांतीवनचे निर्माण कार्य करून बेहद ईश्वरी सेवेचे शिखर गाठले. त्यांनी आबूला विश्वातील पावन तीर्थ बनवून, सर्व आत्म्यांच्या सेवेचे द्वार उघडले. दादीजींचे हे महान कार्य पाहून प्राणेश्वर बापदादांनी देखील पुढील महावाक्ये उच्चारण केली होती, 'आप जहान के नूर तो हो ही, लेकिन पहले बाप के नयनों के नूर हो। कहावत है कि नूर नहीं तो जहान नहीं। तो बापदादाभी नूरे रत्नों को ऐसे ही स्थापना के कार्य में विशेष आत्मा देखते हैं। करावनहार तो करा रहा है, लेकिन करनहार निमित्त बच्चों को बनाते हैं।'

□ दादीजी महान साधक व स्थितप्रज्ञ होत्या

दादीजी 'निराकारी, निर्विकारी व निरहंकारी भव' या अंतिम वरदानाच्या प्रत्यक्ष स्वरूपात रहाण्याचा विशेष पुरुषार्थ करीत असत. अमृतवेळेपासून रात्रीपर्यंत आपल्या दिनचर्येत हे वरदान प्रयोगात आणण्याकडे लक्ष देत. निराकारी स्थितीचा आधार आहे शक्तिशाली अमृतवेळा. हे तर त्यांच्या जीवनाचे स्वरूप होते. निर्विकारी स्थितीचा आधार आहे मुरलीचे गहन मनन-चिंतन. त्यासाठी दादीजी रोज रात्री झोपण्यापूर्वी तसेच अमृतवेळेच्या योगानंतर मुरली लक्षपूर्वक वाचक असत. त्याचबरोबर दिवसाभरात त्यांना पर्सनल भेटणाऱ्यांकडून मुरलीतील धारणा, श्रीमत पक्के करवून घेत असत. त्या सदैव स्वतःला निमित्त समजून कार्य करीत असत. कर्ताकरविता शिवबाबा आहे. मग अहंकार तो कसला? अशारीतीने श्रीमत व दृढताद्वारे त्यांनी आपली निराकारी, निर्विकारी व निरहंकारी स्थिती बनवली होती.

शेवटच्या काही वर्षात दादीजींची स्थिती अतिशय उपराम होती. त्यांनी गहन तपस्येद्वारे विकर्माजीत, कर्मातीत व बापसमान फरिश्ता स्थिती प्राप्त केली होती. दादीजींनी २५ ऑगस्ट २००७ रोजी आपल्या नश्वर देहाचा त्याग केला व त्या अव्यक्त वतनवासी बनल्या. त्यांच्या ६व्या स्मृती दिनानिमित्त संपूर्ण विश्वभरातील आम्हा सर्व ब्रह्मावत्सांचे कोटी-कोटी सादर प्रणाम !



खुशी कशी मिळवाल?

(ब्र.कु.शिवानी बहेन यांच्या प्रवचनावर आधारित)

ब्र.कु.मिन्नल, ठाणे.

खुशी शब्द ऐकताच मन आनंदाने भरून जाते. दररोज आपण किती खुश राहतो? आयुष्यात प्रत्येक क्षण खुशीत जगणे शक्य आहे का? असे प्रश्न तुम्हालाही पडत असतील. जीवनात आनंद, सुख समाधान असावे अशी प्रत्येकाची इच्छा असते. व्यक्ती, वस्तू, वैभव इत्यादी माध्यमातून आपण तो आनंद शोधतही असतो. परंतु आयुष्यात चढउतार आले, एखादी अप्रिय घटना घडली की आपली खुशी गायब होते. यात महत्वाची भूमिका बजावतात आपले संकल्प. सकारात्मक चिंतनाने खुशी कशी प्राप्त करता येईल, ते पाहू या.

□ स्वतःच्या संकल्पांवर अवलंबून असते खुशी

दिवसभरात आपण जे संकल्प करतो ते आपलं व्यक्तिमत्व घडवत असतात आणि भाग्यही. घरात, ऑफिसमध्ये काही कुरबुर सुरू असेल, स्वभाव-संस्कारांची टक्कर होत असेल, अशा वेळी सकारात्मक संकल्प करण्यासाठी मी जर सक्षम असेन तर सहजच ती परिस्थिती पार करू शकेन. आपल्याच संकल्पांनी आपण परिस्थिती निर्माण करत असतो, त्यामुळे उद्भवलेली परिस्थितीही आपणच बदलू शकतो. अमुक एका व्यक्तीमुळे हे घडतय, कायम दुसऱ्यांना असा दोष देणं थांबवायला हवं. सर्वप्रथम काही क्षण अंतर्मुख होऊन स्वतःच्या मनात उत्पन्न होत असलेल्या विचारांना तपासून बघावं. या क्षणी माझ्या मनात कोणता विचार सुरू आहे आणि त्या संकल्पाची गुणवत्ता काय आहे? मनातील विचारांबद्दल सजगता येणं ही परिवर्तनाची पहिली पायरी आहे. जोपर्यंत आपण जागरूक होणार नाही तोपर्यंत विचारांना सकारात्मक चिंतनात बदलता येणं शक्य नाही. आजकाल जगात सगळीकडे 'सकारात्मक विचार' यासंबंधी लोक चर्चा करतात, व्याख्यानांना जातात, पुस्तके वाचतात पण मनातील विचारांचा स्रोत काय आहे हेच त्यांना ठाऊक नसते. संकल्प ही एक उर्जा आहे जी सुप्त मनात निर्माण होत असते. ज्या गोष्टींच्या आधारे आपल्या मनात संकल्प उत्पन्न होत असतात त्यामध्ये

प्रथम उल्लेख करावा लागेल सूचनांचा. आपण वाचत असलेली वर्तमानपत्रे वा पुस्तकं, पहात असलेले टी.व्ही. वरील कार्यक्रम वा चित्रपट, ऐकत असलेले संगीत व आपल्या मित्रपरिवाराचा सहवास या सर्व गोष्टींपासून आपल्याला अनेक चांगल्या-वाईट सूचना मिळत असतात. परंतु आपल्याला जर यशस्वी व्हायच असेल तर आपण आपल्या सुप्त मनाला सकारात्मक खाद्य पुरवणं पाहिजे म्हणजे मन आपल्याला योग्य मार्गाने घेऊन जाईल. आपल्या जीवनात सदैव खुशी अनुभवावा येईल.

सुप्त मन हे एखाद्या बागेसारखं असतं, आपण तिथे काय लावतो याची त्याला पर्वा नसते. ते तटस्थ असतं. त्याला स्वतःची आवडनावड नसते. पण आपण जर चांगलं बी पेरलत तर आपली बाग चांगली होईल, नाहीतर बागेत तण माजेल. सर्वात महत्वाची गोष्ट म्हणजे सुप्त मन हे जागृत मनापेक्षा खूपच सामर्थ्यवान असते. असे समजा की सुप्त मन मोटार आहे तर जागृत मन ड्रायव्हर आहे. मोटारीमध्ये शक्ती असते पण नियंत्रण ड्रायव्हरकडे असते.

□ मनाचे कार्य फिल्टर पेपर प्रमाणे सुरू असते

आपल्यापैकी बहुतेकांना सकाळी उठल्या-उठल्या वर्तमानपत्र वाचण्याची सवय असते. झोप पूर्ण झाल्यावर जेव्हा बाह्य मन एकदम शांत असतं त्यावेळी आपलं सुप्त मन अधिक सक्रिय असतं. एखाद्या फिल्टर पेपरप्रमाणे ते सगळ्या सकारात्मक किंवा नकारात्मक सूचना आत सामावून घेत असतं. विज्ञानाने सिद्ध केलं आहे की सकाळी उठल्यावर दोन तासांपर्यंत आपली ग्रहणशक्ती तीव्र असते त्यानंतर ही क्षमता कमी होत जाते. खरंतर दिवसभराकरता ज्या सकारात्मक सूचना आवश्यक आहेत त्या सुप्त मनात तेव्हा निर्माण करायला हव्यात. पण होतं काय की आपण वर्तमानपत्र किंवा दूरदर्शनवरील बातम्यांच्या माध्यमातून अपघात, खून, हिंसाचार, निसर्गाचा प्रकोप इत्यादी नकारात्मकता वाढवणाऱ्या सूचना स्वीकार करतो ज्या सुप्त मनात खोलवर शिरकाव करतात. हिंसा, भय, घृणा,



असुरक्षिततेसारखे कमकुवत करणारे विचार केले तर पुढे दिवसभरात आपले संकल्प कसे असतील? एखाद्या परिस्थितीत आधी नकारात्मक विचारच मनात येतील. उदाहरणार्थ आपण घरी पोहोचता तेव्हा एखादी व्यक्ती घरात नसते. आपण फोनवर संपर्क करण्याचा प्रयत्न करता पण उत्तर मिळत नाही. अशावेळी सहजपणे संकल्प येतो, काही अपघात वगैरे तर झाला नसेल ना! मग यथावकाश ती व्यक्ती घरी आल्यावर मनातली काळजी त्राग्याने चिडचिड होऊन व्यक्त होते. त्यामुळे वातावरण अधिकच तणावाचे बनते. अशाप्रकारचे नकारात्मक संकल्प प्रकट होण्याचं एक कारण असू शकते, सकाळी कळत-नकळत आपणच आपल्या मनात रुजवलेले विचार.

□ सकारात्मक विचार हाच भाग्य बनवण्याचा आधार

इथे हे समजून घेणं आवश्यक आहे की दिवसाच्या सुरवातीइतकच रात्री झोपण्यापूर्वी आपण करत असलेल्या विचारांनाही महत्त्व आहे. मनोरंजन म्हणून विविध वाहिन्यां-वरून जे कार्यक्रम प्रसारित केले जातात त्यात भय, संबंधा-मधील अविश्वास, हेवेदावे, दुःखद घटनाच प्रामुख्याने दाखविल्या जातात. आपण तेच विचार मनात ठेवून झोपतो. मग सकाळी उठल्यावरही मनावर पडलेला त्याचा प्रभाव जाणवत राहतो. काही वेळेस एखादी चिंता असेल तर रात्री झोपही येत नाही. घडलेली घटना, संबंधित व्यक्तीच आठवत राहतात. अशावेळी संकल्पांची संख्या आणि त्यांची तीव्रता खूप जास्त असते. मग मनाला शांत करण्यासाठी काहीजण झोपेच्या गोळ्यांचा आधार घेतात. पण अशा अल्पकालीन साधनांपेक्षा मनाला कायमच सकारात्मक चिंतनाची सवय लावली तर ते अधिक फायदेशीर ठरेल. जीवनात प्रत्येक पावलावर विचारांनीच आपण आपलं भाग्य घडवत असतो. ज्याप्रमाणे सकस अन्न शरीराच पोषण करते त्याप्रमाणे सकारात्मक विचार आपल्या मनाला स्वास्थ्य प्राप्त करून देतात. ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व-विद्यालयात आम्ही दिवसाची सुरुवात परमात्म्याची मधुर महावाक्ये ऐकून करतो. या आध्यात्मिक ज्ञानाचे शक्तिशाली, सकारात्मक शब्द सुप्त मनात श्रेष्ठ सुंदर विचार निर्माण करतात. एक महिनाभर प्रयोग करून बघा

की मी सकाळी उठल्यावर आणि रात्री निजण्यापूर्वी (टेलिव्हिजन बंद करून) कमीतकमी १५ मिनिटे चांगलं काहीतरी वाचेल. बरेचजण म्हणतात की ज्यावेळी खूप व्यर्थ चिंतन चालू असते तेव्हा पुस्तकाचे पूर्ण पान वाचले तरी त्यातील मजकूर मात्र लक्षात राहत नाही. अशावेळी मोठ्याने वाचन करून बघा म्हणजे एकाग्रता वाढेल आणि व्यर्थ विचार आपसूकच दूर होतील. हळूहळू अभ्यास वाढवत नेल्यास संकल्प अवश्य बदलतील. त्याचबरोबर मेडिटेशन करणे, सुमधुर संगीत ऐकणे अशा चांगल्या गोष्टींनीही सकारात्मक उर्जा मिळेल.

□ जीवनातील अनुभवांचा प्रभाव

जीवनात वेळोवेळी आलेले अनुभव ही एक अशी गोष्ट आहे जी आपल्या संपूर्ण आयुष्यावर खोलवर प्रभाव टाकत असते. मागील भेटीत एखाद्या व्यक्तीशी झालेले संभाषण किंवा मिळालेली वागणूक जर चांगली नसेल तर आपण त्याच गोष्टी मनात घोळवत राहतो. काल त्या व्यक्तीचा मूड ठीक नसेल. पण हाच विचार घेऊन जर आपण आज पुन्हा भेटलो आणि समोरच्या व्यक्तीची वागणूक चांगली असली तरी आपल्याला ते ठीक वाटणार नाही कारण दृष्टिकोन कालचाच राहिला. यासाठी स्वतःला वेळ देऊन ती परिस्थिती काय होती याचा शांतपणे विचार करायला हवा. दिवसभरात घडलेल्या घटनांचा आढावा घ्या. आज मी कुणाला दुःख तर दिले नाही ना, कोणाबद्दल माझ्या मनात घृणाभाव तर उत्पन्न झाला नाही ना, असे स्वचिंतन करा. पण यामुळे आपण पुन्हा दुःखी होणार नाही अशा-प्रकारे ती परिस्थिती आठवा आणि स्वतःकडे बघा. विचार करा की, 'समोरच्या व्यक्तीचं वागणं त्याक्षणी कसंही असलं तरी आता मला त्या गोष्टीला अधिक ताणायचं नाहीये. शेवटी माझे विचार म्हणजे माझी रचना माझ्याच हातात आहेत. मी आज अमुक एका गोष्टीवरून जी रागावले तशी वागले नसते तरी काम झालं असतं.' घटनांचं पुनरावलोकन करत असताना आपली काही चूक असेल तर तीही लक्षात येते. सुधारण्याची संधी मिळते. नाहीतर हेच संकल्प चालत राहतात की त्यांचं कालचं वागणही चुकीचं

► पान क्र. १२ वर



निर्विघ्न स्थिती बनविण्याचा पुरुषार्थ

ब्र.कु.भगवानभाई, शांतीवन (आबू रोड).

वर्तमानसमयी निर्विघ्न रहाण्याचा पुरुषार्थ करण्याची गरज आहे. जे निर्विघ्न राहतात तेच सुख, शांती व प्रेमाने भरपूर असतात. विघ्नांमुळे आपला संकल्प, समय आणि शक्तीचा खजिना व्यर्थ जातो तसेच सभोवतालचे वातावरण बिघडते. विघ्नांमुळे मनात नकारात्मक विचार चालतात. परिणामतः भावनासुद्धा बिघडून जातात. आपली मानसिक व शारीरिक स्थिती कमजोर होते. ज्यावेळी कोणत्याही प्रकारचे विघ्न असते त्यावेळी आपण स्वधर्मात तसेच स्वमानात टिकू शकत नाही. त्याचबरोबर विघ्नामुळे मनात व्यर्थ विचार चालत असल्याने, आपण आत्मचिंतन व परमात्म चिंतन करू शकत नाही. विघ्नांमध्ये आपली बुद्धी भटकू लागते. त्यामुळे आत्मबल वा मनोबल कमी होते. याचा परिणाम असा होतो की आपल्यातील अवगुण अथवा मनोविकार जागृत होतात. म्हणूनच सदैव निर्विघ्न स्थिती कशी राहिल, याकडे लक्ष दिले पाहिजे.

ज्ञानसागर शिवबाबांनी देखील दि, ५ एप्रिल २०१३च्या अव्यक्त वाणीत हाच इशारा दिला आहे की पुढील सहा महिन्यात प्रत्येकाने विशेष दोन गोष्टी कराव्यात १) आपल्या सेवाकेंद्राला व झोनला सदैव शुभभावना व शुभकामनाद्वारे निर्विघ्न बनवावे, २) स्वतः निर्विघ्न रहावे आणि सर्वांना निर्विघ्न बनवावे. अशाप्रकारे जे निर्विघ्न राहतात तेच सदैव खुश राहतात व सर्वांना खुशी वाटतात, तसेच आपल्या चलन व चेहऱ्याद्वारे ईश्वरी सेवा करू शकतात. निर्विघ्न आत्मा सदा संतुष्ट राहून इतरांना शांतीचा सकाश देऊ शकतो. सारांशाने, स्वतःला प्रत्येक गोष्टीत निर्विघ्न ठेवणे हाच तीव्र पुरुषार्थ आहे कारण निर्विघ्न स्थितीत मन शांत राहते. फलस्वरूप आपण लाइटहाऊस, माइटहाऊस, विदेही, अशरीरी, बिंदूरूप स्थितीत सहज स्थित होऊ शकतो. आपल्याला अतींद्रिय सुखाचा अनुभव होतो.

आपली निर्विघ्न स्थिती हेच वास्तविक आपल्या श्रेष्ठ पुरुषार्थाचे प्रत्यक्ष प्रमाण आहे. आपण किती ज्ञानस्वरूप

बनलो आहोत; आपल्यात किती योगबल आहे, हे आपल्या निर्विघ्न स्थितीवरून लक्षात येते. जर आपल्या जीवनात काही ना काही विघ्ने येत असतील तर आपल्या ज्ञान, योग व धारणेत काहीतरी कमतरता आहे; असे समजायला हरकत नाही. सर्वात महत्वाची बाब म्हणजे संगमयुग हा साऱ्या कल्पाचा पाया आहे. त्यामुळे जर का आपण संगमयुगात निर्विघ्न रहाण्याचा पुरुषार्थ केला नाही तर पुढे साऱ्या कल्पात आपल्याला विघ्नांना तोंड द्यावे लागेल. त्यासाठी आताच आपल्याला सदा निर्विघ्न रहाण्याचा तीव्र पुरुषार्थ केला पाहिजे.

निर्विघ्न स्थिती म्हणजे विघ्ने येऊच नयेत असे नाही परंतु विघ्न आल्यावरसुद्धा आपल्या मन-बुद्धीची एकाग्रता कायम टिकणे, भावना शुद्ध राहणे, व्यर्थ विचार न चालणे याला निर्विघ्न स्थिती म्हटले जाते. जीवनातील विघ्ने ही पुरुषार्थाची तीव्रता वाढवितात. विघ्नांना न घाबरता, जे त्यांना यशस्वीपणे तोंड देतात, ते शक्तिशाली तसेच विजयी बनतात. त्यामुळे प्रस्तुत लेखात आपण पुरुषार्थी जीवनात येणारी विघ्ने कोणती व त्यांना यशस्वीपणे कसे तोंड देता येईल याविषयी चर्चा करू या.

वर्तमानसमयी सत्ययुगामध्ये जाण्याचा पुरुषार्थ करणाऱ्यांच्या जीवनात प्रामुख्याने चार प्रकारची विघ्ने येत आहेत. १) स्वतःच्या कर्मेन्द्रियांपासून निर्माण होणारे विघ्न, २) आपल्या जुन्या संस्कारातून निर्माण होणारे विघ्न, ३) आपल्या संबंध-संपर्कात येणाऱ्या व्यक्तींच्या भाव-स्वभावा-तून निर्माण होणारे विघ्न, ४) शारीरिक आजार व प्राकृतिक आपदा याद्वारे निर्माण होणारे विघ्न. कुठलेही विघ्न जेव्हा येते तेव्हा सर्वप्रथम मनाची एकाग्रता, अंतर्मुखता आणि शांती भंग होते. मनात नकारात्मक विचार चालू लागतात व आत्मा पुरुषार्थ हीन बनत जातो. आता आपण पाहू या की अशा परिस्थितीत आपण निर्विघ्न कसे बनू.

□ स्वतःच्या कर्मेन्द्रियांपासून निर्माण होणारे विघ्न

आपले शरीर जणू आत्मारूपी राजाचा एक किल्ला



आहे. आपली कर्मेद्रिये त्या किल्ल्याचे दरवाजे आहेत. जर हे दरवाजे मजबूत नसतील तर राजाला शत्रूपासून धोका संभवतो. जेव्हा डोळे वाईट गोष्टी पाहतात, कान वाईट गोष्टी ऐकतात, मुखाद्वारे कटुवचन बाहेर पडतात, मन नकारात्मक वा व्यर्थ विचार करू लागते तेव्हा साहजिकच आत्मारूपी राजा विघ्नांच्या गराड्यात सापडतो. त्यामुळे आपल्याला सदैव निर्विघ्न स्थिती अनुभवायची असेल तर सदैव समर्थ वा शुभ (सकारात्मक) विचार केले पाहिजेत. शुभ बोलले पाहिजे, शुभ ऐकले पाहिजे, शुभ पाहिले पाहिजे, शुभ केले पाहिजे.

आपली कर्मेद्रिये हे आपले कर्मचारी आहेत. त्यामुळे रोज रात्री झोपण्यापूर्वी त्यांचा दरबार लावा. त्यांची बारकाईने तपासणी करा. दिवसाभरात एखाद्या कर्मेद्रियाने नकारात्मक गोष्ट केली असेल तर त्याला सक्त ताकीद द्या. पिताश्री ब्रह्माबाबांनी सुरुवातीला हाच पुरुषार्थ करून निर्विघ्न स्थिती प्राप्त केली. आपणही फॉलो फादर करू या व आपले प्रत्येक कर्मेद्रिय कमलपुष्पासमान बनवू या. याचेच गायन नेत्रकमल, मुखकमल, हस्तकमल, पादकमल असे केले जाते.

□ आपल्या जुन्या आसुरी संस्कारातून निर्माण होणारे विघ्न

द्वापरयुगापासून आपण देहअभिमानी बनल्याने, प्रत्येक आत्म्यामध्ये आसुरी संस्कार निर्माण झाले आहेत. त्यांचे परिवर्तन दैवी संस्कारात करण्यासाठी परमात्मा शिव पिता संगमयुगात आपल्याला श्रीमत देतात. परंतु एखादा पुरुषार्थी जेव्हा श्रीमताचे उल्लंघन करतो किंवा श्रीमतामध्ये मनमत मिक्स करतो तेव्हा त्याचे आसुरी संस्कार पुन्हा जागृत होतात.

समजा एखाद्यामध्ये काम विकाराचा आसुरी संस्कार अंशरूपाने शिल्लक आहे आणि असा साधक जर अश्लील साहित्य वाचत असेल, इंटरनेटवरील अश्लील फोटो पाहत असेल, सिनेमातील अश्लील गाणी ऐकत असेल तर अशा साधकाचा कामविकाराचा आसुरी संस्कार पुन्हा जागृत होईल व त्याची दृष्टी, वृत्ती दैहिक बनेल याला कारण म्हणजे कामविकाराच्या अंशापासून वंश विस्तारीत होण्यासाठी आवश्यक ते खतपाणी पुरविण्यात आले. अशाप्रकारे

आपले आसुरी संस्कार पुरुषार्थात विघ्नरूप बनू नयेत व आपली स्थिती निर्विघ्न रहावी यासाठी पुढील गोष्टी आवश्यक आहेत.

नेहमी ईश्वरी नशेत रहावे; अमृतवेळेचा योग शक्तिशाली करावा; रोज वेगवेगळ्या स्वमानाचा अभ्यास करावा; नेहमी सकारात्मक विचारामध्ये रमण करावे; अशरीरी, विदेही, बिंदूरूप स्थितीचा अनुभव करावा; स्वतःला नेहमी व्यस्त (बिझी) ठेवा; मनाची दिनचर्या बनवा; योगाद्वारे अतींद्रिय सुखाचा अनुभव करा. ज्या गोष्टींपासून आसुरी संस्कार जागृत होतात, त्यापासून दूर रहा, ईश्वरी नियम व मर्यादांचे काटेकोरपणे पालन करा, विकाराविषयी मनामध्ये संपूर्ण वैराग्य निर्माण करा.

अशाप्रकारच्या पुरुषार्थामुळे आपल्याला अतींद्रिय सुखाची अनुभूती होईल व विकारी क्षणिक सुखाचे वैराग्य येईल. इंद्रियांचे सुख तुच्छ वाटू लागेल. फलस्वरूप आपली स्थिती निर्विघ्न राहील.

□ आपल्या संबंध-संपर्कात येणाऱ्या व्यक्तींच्या भाव-स्वभावातून निर्माण होणारे विघ्न

आपल्या संबंध-संपर्कात येणारी व्यक्ती जेव्हा आपल्याला धोका देते, आपला अपमान करते, आपल्यावर अपकार करते, विघ्नरूप बनते, द्वेष वा घृणा करते तेव्हा अशा व्यक्तीविषयी मनात नकारात्मक विचार चालतात, भावना खराब होतात. त्या व्यक्तीविषयी घृणाभाव निर्माण होतो. आजकाल अशाप्रकारचे विघ्न अधिक प्रमाणात दिसून येते. या विघ्नाने आपली अंतर्मुखता, एकाग्रता व शांती भंग होऊन जाते. आत्मबळ कमजोर होते. अशावेळी आपण त्या व्यक्तीला दोषी मानून त्याची निंदा वा ग्लानी करू लागतो. त्या व्यक्तीपासून किनारा करू लागतो. परिणामतः संबंधात कटुता निर्माण होते.

अशाप्रकारच्या विघ्नापासून स्वतःचा बचाव करण्यासाठी नेहमी कर्माची गृह्यगती लक्षात ठेवा. आपल्या संबंध-संपर्कातील प्रत्येक व्यक्ती मागील जन्मातील कर्मानुसार कोणी घेण्यासाठी तर कोणी देण्यासाठी आले आहे, असे समजून त्या व्यक्तीला निर्दोष दृष्टीने पाहा. प्रत्येक गोष्टीत



काहीना काही कल्याण अवश्य सामावलेले आहे. इमानुसार माझ्या संबंध-संपर्कातील सर्व व्यक्ती कल्याणकारी आहेत. शिवबाबांनासुद्धा हा इमा अतिशय प्रिय आहे मग आपण व्यर्थ विचार का करावा ? अशाप्रकारची विचारसरणी असेल तर आपण संबंध-संपर्कातील व्यक्तींपासून निर्विघ्न राहू शकू.

□ शारीरिक आजार आणि प्राकृतिक आपदा याद्वारे निर्माण होणारे विघ्न

जेव्हा आपण आजारी पडतो किंवा प्राकृतिक आपदा येतात तेव्हा ती परिस्थिती बदलण्याची वाट पाहतो. परिणामी आपला पुरुषार्थ ढिला होतो. ज्यावेळी खूप गर्मी वाढते, कडाक्याची थंडी पडते, अतिवृष्टी होते, दुष्काळ पडतो तेव्हा आपल्या पुरुषार्थामध्ये विघ्न पडते. अशा परिस्थितीत निर्विघ्न बनण्यासाठी अशरीरी स्थिती व आत्मस्थितीत राहण्याचा पुरुषार्थ करा. कारण अशरीरी वा आत्म-अभिमानी स्थितीत राहणारा सर्दी-गर्मी, मान-अपमान, सुख-दुःख यापासून अलिप्त, सदैव साक्षी अवस्थेत राहतो. यासाठी आतापासूनच आत्म्याचा पाठ पक्का करा म्हणजे अंतिमसमयी आपण निर्विघ्न राहू शकू.

अशाप्रकारे वरील चार गोष्टींमुळे येणाऱ्या विघ्नांमध्ये जर आपण निर्विघ्न राहिलो तर आपला समय, संकल्प व शक्तीचा खजिना वाचू शकेल व आपण तीव्र पुरुषार्थी बनू शकू. सदैव लक्षात ठेवा की आपण विघ्नविनाशक आत्मे आहोत. कल्प-कल्पाचे विजयी रत्न आहोत. सर्व शक्तिवान परमात्मा आपला पिता आहे. त्याची छत्रछाया आपल्याला प्राप्त आहे. विजय तर आपला जन्मसिद्ध अधिकार आहे. त्यामुळे विघ्न जरी आले तरी ते आपल्याला विजयाचा आनंद देण्यासाठी आले आहे; असे समजा. आपली मनाची स्थिती सदैव समर्थ, शक्तिशाली ठेवा. त्यासाठी अमृतवेळेचा योग, मॉर्निंग क्लासच्या पूर्वीचा योग आणि ज्ञानमुरलीचे श्रवण या तीन गोष्टी जर मजबूत असतील तर आपली स्थिती दिवसभर शक्तिशाली, समर्थ व निर्विघ्न राहील.

सर्वात महत्त्वाची बाब म्हणजे निकट भविष्यात सृष्टी परिवर्तन अटळ असल्याने, अनेक प्रकारची विघ्ने येणार आहेत. अशा कठीण प्रसंगी निर्विघ्न वा विघ्नमुक्त

बनण्यासाठी आपल्यासमोर अनेकांच्या रांगा लागतील. अशावेळी आपली भूमिका विघ्नविनाशक श्रीगणेशाची असेल त्यामुळे सदैव हे लक्षात ठेवा की आपला पिता स्वयं शिव परमात्मा आहे. आई पार्वती अर्थात पार वतनमध्ये (सूक्ष्म वतननिवासी) राहणारी आहे व आपला भाऊ कार्तिकेय अर्थात बालब्रह्मचारी जो सदा निर्विघ्न आहे. रिद्धी-सिद्धी ही आपली सावली आहे. असे हे आपले कल्पपूर्वीचे स्वरूप सदैव स्मृतीत ठेवा म्हणजे आपण स्वतः तर निर्विघ्न बनूच परंतु त्याचबरोबर इतरांनाही निर्विघ्न बनविण्यासाठी निमित्त बनू. हीच वर्तमान समयीची खरी सेवा आहे. ❖❖❖

► पान क्र. ९ वरून

होतं, आजचंही तसंच आहे. मी कालसुद्धा रागावले होते व आजही रागावले आहे. 'मनातले विचार, त्यामागची भावना व केलेलं कर्म यामुळे एखादा संस्कार मग तो क्रोध करण्याचाही असेल, आपण पक्का करत असतो हे लक्षात ठेवायला हवं. मला स्वतःमध्ये परिवर्तन आणायचं आहे, आनंदी राहायचं आहे यासाठी परिस्थितीला किंवा दुसऱ्यांना दोष न देत हे बघायला हवं की मी त्या अनुभवातून काय शिकले ?

□ संकल्प शक्ती - महान शक्ती

आजकाल कुठेही गेलं तरी प्रसार माध्यमांमधून, व्यक्ती-कडून मिळणारी माहिती ही अधिक तर अशांती, निराशा, असमाधान यांनी भरलेली असते. अशावेळी आपण सकारात्मक संकल्पांचे महत्त्व ओळखले पाहिजे. त्यासाठी ज्या तीन गोष्टी आपण पाहिल्या त्या आचरणात आणायचा प्रयत्न केला पाहिजे. १) सकाळी व रात्री चांगल्या पुस्तकांचं वाचन (सुप्त मनाला चांगल्या सूचना देणे) ब्रह्मावत्सांनी मात्र शिवबाबांच्या ज्ञान मुरलीचे वाचन अवश्य करावे. २) मागील अनुभवांपासून शिकून सकारात्मक दृष्टिकोन ठेवणे, आणि ३) स्वतःचा आत्मविश्वास वाढविणे.

यामुळे आपण कोणत्याही परिस्थितीत सकारात्मक चिंतन करू शकतो. आपली खुशी आपल्याच हाती असते. तेव्हा आजपासून शुभ संकल्प करू या की मी नेहमी खुश राहून इतरांनाही खुशी देईन. (आधार -- ब्र.कु.शिवांनी बहैन यांचा 'हॅपिनेस इडेक्स' प्रवचन संग्रह).



सर्वोत्तम हेल्थ फंडा

ब्र.कु. मुग्धा तांबे, नाशिक.

काही दिवसांपूर्वी मला एक 'एस्. एम्. एस्' आला. एकदा देवाचा इंटरव्ह्यू घेतला गेला व विचारण्यात आले की मानवाबद्दल सर्वात हास्यास्पद गोष्ट कोणती? देवाने उत्तर दिले 'वयाच्या साठ वर्षांपर्यंत तो ढोर मेहनत करून पैसे कमावतो व उरलेल्या आयुष्यात तेच पैसे स्वतःचे आरोग्य चांगले ठेवण्यासाठी खर्च करतो.'

यातील विनोदाचा भाग सोडला तरी आज आपले आरोग्य, मग ते वैयक्तिक असो वा सार्वजनिक, अत्यंत महत्वाचे आहे. म्हणूनच तर हल्ली आरोग्यविषयक नवीन सदरे विविध वर्तमान पत्रातून आणि मासिकातून येत असतात, ज्यात अनेक प्रकारच्या टिप्स दिलेल्या असतात. दूरदर्शनच्या वाहिन्यांवर, आकाशवाणीवर आरोग्यविषयक सल्ला देणारे अनेक कार्यक्रम प्रसारित होतात आणि त्यांना भरभरून प्रतिसादही मिळतो. योगासने शिकविणारी शिबिरे, जागोजागी भरवली जातात. काय खाल्ले व किती खाल्ले म्हणजे आवश्यक तेवढ्या कॅलरीज् मिळतील, हे सांगणारे अनेक तक्तेही बघावयास मिळतात. साधारणपणे वयाची चाळीशी ओलांडल्यावर हल्ली बरेचजण ठराविक आरोग्य-विषयक चाचण्या करून घेताना दिसतात. अनेक विमा कंपन्याही, हेल्थ इंश्युरन्स काढून देतात. एकूणच काय, आज आपण स्वतःच्या आरोग्याविषयी बराच विचार करू लागलो आहोत, असे चित्र तरी दिसते.

तुम्हाला असे वाटेल की हे सगळे आम्हाला माहित आहे, त्यात विशेष ते काय? तुमचे हे वाटणे अगदी रास्त आहे. वाचक हो! वरील सर्व गोष्टी वाचून असे वाटते की भारतात सर्वत्र 'आरोग्यं धनं संपदा' अशी स्थिती आहे. पण वस्तुस्थिती वेगळीच आहे. डॉक्टरांचे दवाखाने गर्दीने ओसंडत आहेत. रुग्णालयातही गर्दीच आहे. देशातील कित्येक भागांमध्ये, योग्य ती प्राथमिक आरोग्यसेवा देखील उपलब्ध नाही. अनेक विषाणुजन्य नवनवीन रोग पसरताना दिसत आहेत. विविध प्रसिद्ध संस्थांच्या मते, येत्या काही

वर्षात भारत देश, हृदयरोग, मधुमेहाची सगळ्यात मोठी बाजारपेठ होण्याची शक्यता आहे. काय कारणे असतील या सगळ्या मागची?

अस्वच्छता, प्रदुषण, भ्रष्टाचार, भेसळ, वाढती लोकसंख्या, आरोग्याच्या चांगल्या सवयींचे अज्ञान या सर्व गोष्टी तर आहेतच. पण त्यातही सर्वात महत्वाची गोष्ट आहे, बदललेली जीवन शैली (लाइफ स्टाईल), त्याच्याच जोडीने बदललेली मानसिकता आणि पाश्चात्यांचे अंधानुकरण. स्वतःला मेन्टेन करण्याच्या नादात, कित्येकदा एकीकडे कुपोषण किंवा अपुरे पोषण होत आहे तर दुसरीकडे स्थूलतेचे प्रमाण वाढताना दिसत आहे. सगळे हेल्थ फंडे (आरोग्यमंत्र) सर्वांनाच उपयोगी पडतात असे नाही. या सगळ्या पार्श्वभूमीवर शिवबाबांनी सांगितलेला 'हेल्थ फंडा' (आरोग्यमंत्र) सर्वांनाच उपयोगी पडणारा आहे. आरोग्य प्राप्त करण्यासाठी केवळ पोषक आणि संतुलित आहारच पुरेसा नाही, तर योग्य व्यायामाचीही गरज आहे असे सर्वच तज्ञ सांगतात. पण शिवबाबांचा संपूर्ण आरोग्यासाठीचा मंत्र आहे, 'सात्विक व संतुलित (प्रमाणशीर) आहार, संतुलित विहार आणि संतुलित व श्रेष्ठ विचार.'

शरीर पुष्ट ठेवण्यासाठी, त्याची वाढ होण्यासाठी, उष्णतेचे नियमन होण्यासाठी तसेच शरीरातील हानिकारक पदार्थ बाहेर टाकण्यासाठी आहाराची गरज असते. सर्वसामान्यपणे तीन प्रकारचा आहार आपल्याला माहित असतो. सात्विक आहार, राजसिक (रजोगुणी) आहार, तामसिक आहार. असे म्हणतात 'जसे अन्न, तसे मन'. म्हणजेच ज्या प्रकारचा आहार आपण घेतो, त्याचा परिणाम आपल्या मनावर व एकूणच जीवनावर होतो.

भगवद्गीतेत १७व्या अध्यायात वर्णन केल्याप्रमाणे -
कटु अम्ल लवण अतिउष्ण तीक्ष्ण रुक्ष विदाहिनः।

आहारा राजसस्येष्टा दुःखशोकमयप्रदाः ॥ १॥
अर्थात अत्यंत तीखट, आंबट, खारट, गरम, तीक्ष्ण,



शुष्क आणि दाहकारक आहार रजोगुणी आहार आहे. असा आहार दुःख, शोक आणि व्याधी निर्माण होण्यास कारणीभूत असतो. वरील प्रकारचा आहार घेणारी व्यक्ती रजोगुणी म्हणून ओळखली जाते. कांदा, लसुण यासारखे तीक्ष्ण चवीचे पदार्थ या आहारात समाविष्ट आहेत.

यातयामं गतरसं पूति पर्युषितं च यत् ।

उच्छिष्टं अपि चामेध्यं भोजनं तामस प्रियम् ॥१०॥
म्हणजेच तीन तासापेक्षा अधिक काळापूर्वी शिजवलेले, बेचव, दुर्गंधीयुक्त, उष्टे आणि अपवित्र पदार्थांनी युक्त असे अन्न, तमोगुणी प्रिय असते. मांसाहाराचा समावेश या प्रकारच्या आहारात केला जातो.

वरील दोन्ही प्रकारच्या आहारामुळे आपल्या शरीरावर तसेच मनावरही विपरीत परिणाम होतो. तीनही प्रकारात सर्वश्रेष्ठ व ज्याला देवतांचा आहार असे मानले जाते, तो आहार म्हणजेच सात्विक आहार होय. या आहाराचे वर्णन भगवद्गीतेतील १७व्या अध्यायात खालीलप्रमाणे केले आहे.

आयुः सत्वबलारोग्य सुख प्रीतिविवर्धनाः ।

रस्याः स्निग्धाः स्थिरा हृदया आहाराः सात्विक प्रियाः ॥ ८ ॥
याचा अर्थ आहे सतोगुणी मनुष्यांना प्रिय असणारा आहार, त्यांचे आयुष्य वृद्धिंगत करतो, जीवनशुद्धी करतो आणि बल, आरोग्य, सुख आणि संतोष प्रदान करतो. असा आहार रसयुक्त, पौष्टिक आणि मनाला आनंद देणारा असतो. मग जाणून-बुजून रोग निर्माण करणारा, शरीराला हानिकारक असा तामसिक वा राजसिक आहार का घ्यावा? सदा निरोगी राहावयाचे असेल तर सात्विक आहार आवश्यक आहे. वाचकहो! तसे पाहिले तर मानवी शरीराची रचना अशा सात्विक आहारास म्हणजेच शाकाहारास अनुकूल आहे. आता हेच पाहा ना, मांसाहारी प्राण्यांचे पंजे रुंद असून नखे तीक्ष्ण असतात. त्याचे दातही अणकुचीदार व तुलनेने मोठे असतात. त्यांची आतडी लहान असतात कारण खाल्लेल्या अन्नाचे पचन झाल्यावर, अनावश्यक पदार्थ लवकरात लवकर शरीराबाहेर टाकण्याची गरज असते. जर असे पदार्थ जास्त काळ शरीरात राहिले

तर त्याचे विषारी पदार्थात रूपांतर होऊन ते रक्तात शोषले जातात.

याउलट शाकाहारी प्राण्यांचे दात टोकदार नसून चपटे असतात. त्यांची नखे तीक्ष्ण नाही तर आखुड असतात. त्यांचे मोठे आतडे लांब असते. त्यामुळे अन्नघटकाचे रक्तात शोषण होण्यास पुरेसा वेळ मिळतो. अशा प्राण्यांच्या अन्नातून जीवाणू मिश्रित घटक रक्तात जाण्याची वा अनावश्यक पदार्थांचे विषारी पदार्थात रूपांतर होण्याची शक्यता खूपच कमी असते.

काही जण असाही दावा करतात की, शरीर शक्ति-शाली करण्यासाठी मांसाहाराला पर्याय नाही. त्यांना नम्रपणे असे सांगावेसे वाटते की सर्वात ताकदवान प्राणी हत्ती तसेच मेहनतीची कामे करणारे घोडा, बैल इत्यादी प्राणी संपूर्ण शाकाहारी आहेत. मांसाहारातून मिळणारे आवश्यक अन्नघटक समतोल शाकाहारातून प्राप्त होतात. आहारशास्त्र असे सांगते की, १०० ग्रॅम कडधान्यातून जितक्या कॅलरीज् मिळतात, तितक्या मिळविण्यासाठी २०० ग्रॅम अंडी वा ३०० ग्रॅम बीफ किंवा पोर्क अथवा ४०० ग्रॅम मासे लागतात. मांसाहारातून खनिजे व इतर आवश्यक घटक कमी प्रमाणात मिळतात. त्याउलट प्रथिने, मेद जास्त प्रमाणात मिळतात. आपल्याला आवश्यक इतकी प्रथिने व मेद शाकाहारातून सहज उपलब्ध होतात.

आजकाल प्रामुख्याने आढळणारे अनेक रोग जसे उच्च रक्तदाब, मधुमेह, हृदयविकार इत्यादींचे प्रमाण मांसाहारी व्यक्तीत तुलनेने जास्त असते. मांसाहारी प्राण्यांमध्ये प्रथिनांच्या पचनासाठी पाचक रसाची निर्मिती होत नाही कारण त्यांना आहारातून तयार प्रथिने मिळतात. मानवी शरीरात मात्र या पाचक रसांची निर्मिती होते.

या आहाराच्या जोडीने हल्ली 'रेडी टू इट' किंवा 'इंस्टंट' पदार्थ खाण्याचा कल वाढू लागला आहे. पाश्चात्य लोकांप्रमाणे कित्येक लोकांना, हवाबंद किंवा डबाबंद अन्न आवडू लागले आहे. या सर्वात संरक्षक पदार्थ (अन्न खराब होऊ नये म्हणून) वापरले जातात, जे आपल्या आरोग्यास हानिकारक आहेत. अशा अनेक गोष्टी



आजच्या आहाराविषयी सांगता येतील.

अन्न आणि मनाचा घनिष्ट संबंध आहे. जितके शुद्ध, सात्विक अन्न, तितके मनही शुद्ध राहण्यास मदत होते. 'जागतिक आरोग्य संघटनेने' संपूर्ण आरोग्याची व्याख्या करताना असे म्हटले आहे की, 'निरोगी शरीर व निरोगी मन म्हणजेच संपूर्ण आरोग्य होय.' आज घडीला होमिओपॅथी, आयुर्वेद या सारख्या उपचार पद्धतीदेखील, तनाबरोबर मनाचा विचार करूनच रोग निदान करतात. रेकी, फेथहिलींग सारख्या पूरक उपचार पद्धतीतही संकल्प शक्तीवरच भर दिला आहे. एका जुन्या मराठी चित्रपटातील गाणे आहे, 'मन शुद्ध तुझं गोष्ट आहे पृथ्वी मोलाची, तू चाल पुढे तुला रे गड्या भिती कोणाची.' पण शुद्ध मन म्हणजे काय? शुद्ध मन म्हणजे असे मन, ज्यात कोणत्याही विकारी संकल्पांना थारा नाही. सकारात्मक व शुभ भावनांनी युक्त संकल्प करणारे मन. लहान बालकांचे मन असेच शुद्ध असते त्यामुळेच त्यांना देवतासमान किंवा देवाघरची फुले असे मानले जाते.

आपल्या रोजच्या जीवनात सामान्यपणे आपण दिवस-भरात २५ ते ३० हजार विचार करत असतो. यापैकी सर्वात जास्त संकल्प व्यर्थ किंवा नकारात्मक असतात. आपल्या भोवताली घडणाऱ्या घटना ज्ञानेन्द्रियांमार्फत मेंदू-पर्यंत पोहोचतात व याचे पडसाद अनेकवेळा संकल्पांमध्ये दिसून येतात. या घटना जर चांगल्या सकारात्मक असतील तर मनातील विचारही सकारात्मक होतात. हे सकारात्मक विचार मनाला शक्तिशाली बनवतात. पण दुर्दैवाने सद्य-स्थितीत आपल्या आजुबाजूला घडणाऱ्या बहुतेक घटना, नकारात्मकता निर्माण करणाऱ्याच आहेत. यामुळे मनाची शक्ती क्षीण होते. साधे उदाहरण घ्यायचे झाले तर मोबाईल फोन जितका कमी वापरला जाईल, तितकी त्याची बॅटरी शक्तिशाली असेल. म्हणजेच तो कमी वेळात चार्ज करता येईल. याउलट जर तो सतत वापरला, तर निश्चितच चार्ज करण्यासाठी जास्त वेळ लागेल व बॅटरीचे आयुष्यही कमी होईल. अगदी त्याचप्रमाणे सकारात्मक विचार म्हणजेच शुद्ध भावनांनी निर्माण झालेले विचार. ते कमी संख्येने

निर्माण होतील पण शक्तिशाली असतील. त्यामुळे मानसिक शक्ती कमी खर्च होऊन, मन शक्तिशाली बनेल. नकारात्मक व व्यर्थ विचार संख्येनेही जास्त असल्यामुळे मानसिक शक्तीला कमजोर करतात.

आपले विचार हे बीज असून, त्यानुसारच आपल्या भावना ठरतात, त्याबरहुकुम दृष्टिकोन बनतो व शेवटी आपले बोल किंवा कृतीतून विचार प्रगट होतात. प्रत्येक वेळी बोल किंवा कृतीची गरज असतेच असे नाही, तर केवळ देहबोलीतूनही आपले विचार व्यक्त होतात. आपण केलेल्या विचारांचा प्रभाव शरीरावर होतो. म्हणूनच असे म्हटले जाते की जसा तुम्ही विचार कराल तसेच तुमचे व्यक्तिमत्व घडेल. शरीराच्या अनेक व्याधी मनाशी निगडीत आहेत. जवळपास ८० टक्के शारीरिक आजार हे मनाशी जोडले गेले आहेत. ज्यांना 'मनोकायिक व्याधी' असे म्हणतात.

आपण जेव्हा विचार करतो, तेव्हा निरनिराळ्या लहरी निर्माण होतात. या लहरी वातावरणात पसरतात आणि वातावरणाला प्रभावित करतात. एवढेच नव्हे तर एखाद्या व्यक्तीबद्दल आपण तीव्रतेने केलेला विचार, तिच्यापर्यंत पोहोचतो, मग ती व्यक्ती कितीही दूर असली तरीही. खरे तर मनाचा थांग भल्याभल्यांना लागला नाही. पण या प्राथमिक गोष्टी जरी आपण लक्षात ठेवल्या तरी मनाला वळण लावणे शक्य होईल. समर्थ रामदासांनी मनाच्या शक्तीची ही महती ओळखली होती, म्हणूनच तर त्यांनी बलोपासनेसाठी जशी हनुमानाची मंदिरे स्थापन केली, तसेच मनाला बोध करण्यासाठी मनाचे श्लोक लिहिले. तात्पर्य काय तर आहार व व्यायामाइतकेच, मनाचे महत्व निरोगी राहण्यासाठी आहे. सकारात्मक बनण्याचा सोपा मार्ग म्हणजे शिवबाबांनी शिकविलेला राजयोग.

भगवंताने दिलेल्या ज्ञानाच्या आधारे आपण स्वतःला यथार्थ ओळखायला शिकतो, त्याचबरोबर शिवबाबांचाही संपूर्ण परिचय प्राप्त करून, त्यांच्याशी सर्व संबंध जोडायला शिकतो. प्रत्येकाविषयी शुभभावना-शुभकामना ठेवायला

► पान क्र. ३१ वर



बार्शी (सोलापूर) : माजी आमदार श्री. राजाभाऊ राऊत यांना ईश्वरी संदेश देताना ब्र.कु. वैजनाथ भाई.



पुणे (भुक्कूम) : जि.प.गटनेते श्री. शांताराम इंगवले यांना ईश्वरी भेटवस्तू देताना बी.के. रूपाली बहेन व बी.के. गीतीका बहेन.



पुणे (बाणेर) : मुधोजी महाविद्यालयाच्या स्नेहमीलन कार्यक्रमात राजेयोगा मेडिटेशनचे महत्व समजावून सांगतांना बी.के. त्रिवेणी बहेन.



वारणा कोडोळी : होर्डिंगचे उद्घाटन करताना सहाय्यक अभियंता श्री. नवाळे, ज्यु. इंजिनियर श्री. देशमुख, ब्र.कु. डॉ. वैशाली बहेन, पाटील भाई व अन्य.



कोपर खैरणे (नवी मुंबई) : येथील आध्यात्मिक कार्यक्रमात उपस्थित सभापती भ्राता रविकांत पाटील, ब्र.कु. शीला बहेन, समाजसेविका जयश्री पाटील, शिवसेना महिला अध्यक्षा रंजना शिंदे व नगरसेविका दमयंती आचरे.



संगमनेर : 'सेवांकुर युथ मोटीव्हेशन कॅम्प' मधील युवकांना मार्गदर्शन करताना बी.के. रश्मी बहेन.



कडेगाव (सांगली) : 'नारी सुरक्षा अभियान' कार्यक्रमात ग्रुप फोटोत लोकप्रिय नेते मोहनराव कदम, बी.के. सुनिता दीदी, बी.के. मीना बहेन व अन्य.



सोलापूर : समाजसेवक भ्राता रेवणशेट पुराणीक यांच्या वाढदिवसानिमित्त सत्कार करतांना ब्र.कु. सुजाता बहेन, ब्र.कु. उज्वला बहेन, पूर्व गृहराज्यमंत्री श्री. म्हेत्रे, ब्र.कु. अनीता बहेन व अन्य.



शिर्डी : जंगली महाराज ट्रस्टचे अध्यक्ष श्री. नंदकुमार सुर्यवंशी यांना ईश्वरी संदेश दिल्यानंतर त्यांच्यासमवेत बी.के. शशिकांत भाई (मधुवन), बी.के. श्रीधर भाई, बी.के. भारती बहेन व बी.के. पद्मा बहेन.



संगमनेर : पंचायत समितीद्वारे आयोजित प्रशिक्षण कार्यक्रमात अंगणवाडी कार्यकर्त्यांना ईश्वरी संदेश देतांना बी.के. भारती बहेन. शेजारी बी.के.पद्मा बहेन व गटविकास अधिकारी श्री. खामकर.



सोलापूर (अशोक चौक) : सेवाकेंद्राच्यावतीने आयोजित राजयोग शिविरात उपस्थित शिविरार्थी तसेच त्यांचे समवेत मुख्याध्यापिका सौ. बंदना दुधगुंडी, शिक्षिका सौ. बत्तूल, भ्राता श्री. रजपूत (आतील फोटोत) ब्र.कु. उज्वला बहेन ईश्वरीय सौगात देतांना.



पेठ वडगाव : अंक प्रकाशन समारंभात माजी नगराध्यक्षा प्रणिता साळवे यांना ईश्वरी भेटवस्तू देतांना बी.के. राणी बहेन, शेजारी पार्श्वगायिका नम्रता सुतार, कलाकार आरती कुलकर्णी व सुरभी बहेन.



बहुमुखी प्रतिभेच्या धनी, विविध कला-गुणांच्या दिव्यमणी दादी प्रकाशमणीजी

ब्र.कु.हेमंतभाई, शांतीवन (आबूटोड).

अमावस्येची काळोखी रात्र असावी, त्यातही भयानक जीवघेण्या अंधारांचे साम्राज्य असावे, तर मग भीतीने अंगाचा थरकाप होणे साहजिकच. अशावेळेस एक पाऊलही पुढे उचलण्याची हिंमत होणार नाही. परंतु तेवढ्यात प्रकाशाचा दिव्यमणी हाती लागावा. त्या अद्भूत मण्याचा सर्वत्र उजेड पडावा, भरकटलेल्या यात्रेकरूस मार्ग दिसावा व मण्याच्या प्रकाशात त्याचा प्रवास सुखाचा व्हावा. खरोखरच जसे अमावस्येच्या काळ्याकुट्ट अंधारात मण्याचे महत्व, त्याचप्रमाणे कलियुगाच्या काळरात्रीत पवित्रतेच्या प्रकाशाने सत्कर्माची वाट दाखविणाऱ्या दिव्यात्म्यांची महती व महिमा महानच आहे. जेव्हा-जेव्हा जगात अज्ञानाचा अंधार पसरतो, पापाचार-अनाचार-भ्रष्टाचाराला पूर येतो, मानवतेचा खून होऊ लागतो, तेव्हा-तेव्हा मानवतेच्या उद्धारसाठी व जगाच्या कल्याणाकरिता, भगवंत दिव्यात्मारूपी चैतन्य मण्यांना पाठवितो. त्यांच्या पुण्यकर्मांच्या प्रकाशाने पतित आत्म्यांनाही मुक्ती आणि जीवनमुक्तीचा मार्ग स्पष्ट दिसू लागतो.

अशा चैतन्य मणांच्या माळेतील एक अद्भूत अलौकिक आणि अनमोल 'ज्येष्ठ व श्रेष्ठ' शिरोमणी रत्न होत्या डॉ.दादी प्रकाशमणी. ज्यांना स्वतः सत्यम् सुंदरम् शिवानेच त्यांचे भविष्यातील उज्वल कर्तव्यनिष्ठ स्वरूप पाहूनच 'यथा काम तथा नाम (गुण व कार्य)' या म्हणीप्रमाणे प्रकाशमणी हे नाव दिले. स्वतःच्या अकाट्य प्रयत्नांच्या परकाष्ठेने दादीजींनी ईश्वराने दिलेले प्रकाशमणी हे नाव सार्थक केले. आध्यात्मिक ज्ञानाचा प्रकाश साऱ्या जगभर पसरवणाऱ्या त्या खऱ्या अर्थाने आध्यात्मिक प्रकाशाच्या चैतन्यमणी बनल्या. आयुष्यभर असंख्य दुःखी, अशांत आत्म्यांना अध्यात्म ज्ञानाचा दीपस्तंभ बनून सुख, शांतीचा किनारा दाखविला. खरे तर दादीजींचे व्यक्तित्व म्हणजे 'न भूतो न भविष्यती' असे बहुमुखी प्रतिभेचे एक भारदस्त

उदाहरणच होय. पिताश्री ब्रह्माबाबा अव्यक्त होताना दादीजींचा हात हातात घेऊन त्यांच्यात दिव्यशक्ती भरून गेले. त्यांच्या हाती प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालयाचे इवलेसे रोपटे दिले. त्याला दादीजींनी विशाल वटवृक्ष बनविले. खरे तर हा दादीजींच्या अनेक कला गुणांचा अद्भूत चमत्कारच होता.

ज्याप्रमाणे अमावस्येचा चंद्र पौर्णिमेकडे जाताना एकेक कलेने वाढत जातो व संपूर्णत्वाला प्राप्त होतो. त्याचा प्रकाश तन-मनाला गारवा, गोडवा व शितलता देतो. अशाप्रकारे पौर्णिमेच्या संपूर्ण चंद्राप्रमाणे सोळा कलांनी संपूर्णत्वाला प्राप्त झालेलं दादीजींचं जीवन इतरांना संपूर्ण बनण्याची प्रेरणा देतं. दादीजींचे जीवन म्हणजे जणू सदाबहार सर्व कलांनी सजलेल विशाल चैतन्य संग्रहालयच होतं. त्यांच्या पावन स्मृतीदिनानिमित्त येथे प्रस्तुत आहे दादीजींच्या अनेक गुणयुक्त कलांचा घेतलेला आढावा जो आपणा सर्वांना निश्चितच तीव्र पुरुषार्थाची प्रेरणा देईल. नेतृत्व कला : खरा आदर्श नेता ना कुणाच्या पुढे चालतो, ना कुणाच्या मागे चालतो, परंतु सर्वांना सोबत घेऊन वाट काढतो व सर्वांना पुढे नेतो. याप्रमाणे दादीजी यज्ञाचे आदिरत्न वरिष्ठ दादांना, दीदींना तसेच आपल्याहून लहान आणि समवयस्कांना सोबत घेऊन चालत राहिल्या. विश्वभर पसरलेल्या विशाल ब्रह्माकुमारीज संस्थेच्या असंख्य भाऊ-बहिणींसमोर आदर्श ठेवला. इतकेच नव्हे तर जागतिक पातळीच्या अनेक नेत्यांना मार्गदर्शन केले. दादीजी खऱ्या अर्थाने विश्वाला अध्यात्माद्वारे वाट दाखविणाऱ्या आदर्श नेत्या होत्या.

वक्तृत्व कला : दादींच्या मुखात साक्षात सरस्वतीचा वास होता. कोणत्याही क्षणी कुठल्याही विषयावर मौलिक भाषण देण्यात दादीजी प्रवीण होत्या. विशेषकरून दादींच्या वाणीत सत्याची धार आणि योगशक्तीचा चमत्कार दिसे.



आपल्या ओजस्वी वाणीद्वारे त्या श्रोत्यांच्या मनावर छाप टाकित असत. साध्या, सोप्या व सरळ शब्दात ईश्वरीय ज्ञानाचे सहज स्पष्टीकरण देऊन, श्रोत्यांची मने मोहून त्यांना परमात्म आगमनाचा संदेश देत. त्यामुळे विश्व-धर्म संमेलनातही दादीजींच्या संदेशाने सर्वांना आकर्षित केले. **सत्य बोलण्याची कला** : दादीजी साक्षात सत्यतेच्या दीपस्तंभ होत्या. विश्वव्यापी ब्रह्माकुमारीज् संस्थेचा कार्य-भार सांभाळताना त्या मधुर, सत्यवाणीच बोलत. एकदा ज्ञानसरोवर येथे त्यांच्या कुशल व्यवस्थापनेच्या रजत जयंती निमित्त महामंडलेश्वर व साधू संत यांनी दादीजींचा आदरसत्कार व सन्मान केला त्यावेळी भर सभेत दादीजींनी साधुसंत व महामंडलेश्वर यांना संबोधित करताना म्हटले की, 'मी आयुष्यात एकदाही असत्य (खोटे) बोलले नाही.' ही होती वाणीतील सत्यवादिता. अर्थात ही सुद्धा सत्यनिष्ठतेची कला होय.

अतिथी सत्काराची कला : दादीजींमध्ये मातृवत आणि सर्वांना आपलेपणाची अनुभूती करवणारी खास विशेषता होती. त्या सर्व अतिथींचा सत्कार करीत. खरोखरच कोणी मोठा असो वा लहान, गरीब असो वा गर्भश्रीमंत, सर्व ईश्वराची लेकरे आहेत. ईश्वराच्या द्वारी व घरी आलेल्या आत्मारूपी बाळांची काळजी घेणे प्रत्येकाची आवश्यकता पुरी करणे. 'आपणास काय हवे आहे, प्रवासात काही त्रास तर नाही ना झाला, अशा प्रेमाच्या दोन गोड शब्दांनी अतिथीचा थकवा मिटवित तसेच अतिविशेष (व्ही. आय. पी.) व साधारण व्यक्तींचा समान सत्कार करीत.

व्यवस्थापनाची कला : शांतीपूर्ण निर्विघ्न व्यवस्थापनासाठी ब्रह्माकुमारीज विद्यालय जगप्रसिद्ध आहे. याचे सर्व श्रेय दादीजींनाच जाते. प्रत्येकास जीवपाड प्रेम देऊन, आपलेपणाची भावना भरून व्यवस्थापन करण्यात दादीजींचा हातखंडा होता. मधुबनच्या अनेक विभागांची आखणी, कामाची वाटणी, कार्याची अंमलबजावणी करण्यात दादीजी प्रवीण होत्या. कार्याच्या आधी योजना बनवून, त्याप्रमाणे प्रत्यक्षात वाटचाल करण्यात त्या पारंगत होत्या. दादीजींच्या या व्यवस्थापन कलेमुळेच ब्रह्माकुमारीज् संस्थेला

खास ओळख मिळाली.

सेवेच्या विस्ताराची कला : नेहमी नवीन-नवीन सेवा योजना राबविण्यात दादीजींमध्ये कल्पनातीत उत्साह दिसे. प्रत्येक वेळी काहीतरी नूतन अभिनव विधी शोधा व त्याद्वारे सेवेच्या सफलता प्राप्त करा, असा दादीजींचा दृष्टिकोन होता. त्यामुळे सेवेची वृद्धी होत असे. महाशिवरात्रीचं महान पर्व असो वा एखादे महासंमेलन किंवा मेळा वा उत्सव, प्रत्येक विधी नाविन्यपूर्ण असावी व सेवेचा विस्तार व्हावा हा दादीजींचा संकल्प असे. लहान मोठ्या सेवाकेंद्रांच्या स्वतंत्र इमारती, म्युझियम, रिट्रीट सेंटर दादीजीद्वारे झालेल्या सेवेच्या विस्ताराची साक्ष देतात.

क्षमादानाची कला : दादीजींचे मन आभाळाएवढे मोठं होतं. त्यांच्या हृदयात दया-करुणा-क्षमा या त्रिगुणांचा सुंदर त्रिवेणी संगम झालेला दिसे. दादीजींसमोर कितीही मोठी चूक करणारी व्यक्ती आली तरी केवळ त्यांच्या कल्याणाकरिता दादीजी त्यास समज व सावधानी देत. परंतु दादीजी कुणाच्याही पापकर्माला बघून त्याची घृणा करण्याऐवजी त्याची दयाच करीत. एखाद्याच्या आत्म-कल्याणाकरिता शिक्षा देऊन त्याची चूक क्षणभरात विसरत. जर ती व्यक्ती नंतर भेटली तर काही झालेच नाही, अस वर्तन त्या करीत व त्याच्यावर पुन्हा प्रेमाची वर्षा करीत.

स्मित हास्याने आपले बनविण्याची कला : दादीजींचा हसरा चेहरा अलौकिक रुहानी (आत्मिक) प्रेमाचा आरसा होता. त्यांच्या चमकणाऱ्या व दिव्य नेत्रामधून स्नेहिल दृष्टीची वर्षा होत असे. दादीजींचा वरदानी हस्त, साऱ्या विश्वाच्या आत्म्यांना बेहद स्नेह पाशात सामावून घेणाऱ्या भुजा आणि चेहऱ्यावरचे निर्मळ लोभस, गोंडस तसेच निर्मळ हास्य बघून कुठलीही व्यक्ती जात-पात, रूप-रंग, देश विसरून दादीजींच्या निर्मळ स्नेहाने भारावून जात असे. दादीजींना एकदा भेटलेली व्यक्ती पुन्हा भेटण्यासाठी आतुर असे.

पालना देण्याची कला : दादीजींमध्ये विश्वमातेची व आईच्या वात्सल्यमय ममतेची झलक दिसत असे. मधुबन-



निवासी भाऊबहिणी असो वा देश विदेशांतील ब्रह्मावत्स, प्रत्येकावर बारकाईने लक्ष असे. कुणी मधुबननिवासी वा अन्य आजारी असेल तर त्या कितीही व्यस्त असल्या तरीही आवर्जून भेटण्यास रुममध्ये जात. औषध, भोजन व फळं इत्यादिची विचारपूस करीत. मधुबन वा शांतीवन येथे आलेला ग्रुप कितीही मोठा असला तरी खाणेपिणे, राहणे व झोपणे इत्यादी व्यवस्थेकडे काळजीने लक्ष देत. स्थूल पालनेसोबत ज्ञानयोगाच्या पालनेकडे देखील त्या पुरेपूर विशेष लक्ष पुरवित.

मुरली श्रवण आणि मुरली वाचनाची कला: खरे तर मुरलीधर शिवबाबांच्या मुरलीच्या मस्तानी गोपिका होत्या दादीजी. अव्यक्त बापदादांचे आगमन झालेले असताना सुरुवातीपासून शेवटपर्यंत त्या समोर खाली बसून मुरली श्रवणाचा आनंद घेत. आपल्या हाताने डायरी मध्ये पूर्ण मुरली लिहित. तसेच मुरलीचे वाचन करताना दादीजींच्या श्रीमुखातून जो मुरलीचा मधुर मधुरस टपके, त्याची तुलना कुणाशीही होऊ शकत नाही. मुरलीच्या रंगात स्वतः रंगून इतरांना त्या अमृतमय रसाचा स्वाद चाखविण्यात दादीजीं-सारखे दुजे कोणी होणे शक्य नाही.

विशेषतांना पारखून विशेषरत्न बनविण्याची कला: दादीजींची नजर रत्नपारखी होती. एखादा चमकणारा दगड जर रत्नपारख्याच्या हाती आला तर तो त्याच्यात लपलेल्या गुप्त हिऱ्याला पारखतो व त्याला तराशून व पॉलिश करून अमूल्य हिरा बनवतो. अशाप्रकारे बाह्यस्वरूपात साधारण दिसणाऱ्या आत्म्यांमध्येही लपलेल्या कला-गुणांची दादीजी क्षणभरात पारख करीत. त्यांच्यात उमंग-उत्साह भरून, प्रोत्साहन देऊन, हिंमत बांधून त्याला विशेष रत्न बनवित. मधुबनमध्ये अनेक विशेष महाराथी भाऊ, बहिणी याची जीवंत साक्षा आहेत.

विश्वास ठेऊन विश्वासपात्र बनविण्याची कला : ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व-विद्यालयाचा एवढा मोठा अवाढव्य कार्यभार आपण कसा काय सांभाळता? यावर दादीजींचे सहज सोपे उत्तर मिळत असे की, दादी प्रत्येक कार्याच्या आधी कार्यकर्त्यावर विश्वास ठेवत. त्याला

कार्य करण्याची पूर्ण सूट देत त्यानंतर त्याला कार्याची स्वतंत्रता देत, त्यामुळे दादीने ठेवलेल्या विश्वासाला कुणीही तडा देत नसे. मग खरेदी-विक्रीचा व्यवहार असो वा आपल्या विभागाचे कार्य असो प्रत्येकजण विश्वासपात्र बनून कार्य करीत असे.

नम्र-निरहंकारी बनून नवनिर्माण करण्याची कला : दादीजींच्या मुखातून 'मी करते' हा शब्द कोणी कधीही ऐकला नाही. त्या नेहमी म्हणत, 'माझ्या एका बाजूला बाबा व दुसऱ्या बाजूला दादा आहेत. तेच कर्ताकरविता आहेत, मी तर केवळ निमित्त आहे.' असा हा निमित्त भाव दादीजींमध्ये कुटून-कुटून भरलेला होता. त्यामुळे त्यांना कोणी कधीही चिंताग्रस्त बघितले नाही. त्यांच्या चेहऱ्यावर व व्यवहारात नेहमीच हलकेपणा दिसत असे. या कलेचे जिवंत उदाहरण म्हणजे ज्ञानसरोवर व शांतीवनच्या विशाल निर्माणाचे कार्य होय.

सदा उमंग-उत्साहात राहून जीवनास उत्सव बनविण्याची कला : दादीजींचे व्यक्तिमत्त्व म्हणजे साक्षात उमंग-उत्साहाचा धबधबाच होता. प्रत्येक दिवसामध्ये नाविन्यता भरून, साधारण दिवसालाही उत्सवाचे रूप कसे द्यायचे, हे तर केवळ दादीजींकडून जाणावे व शिकावे. प्रत्येक सण हा नूतन अभिनव पद्धतीने साजरा करावा, वेगवेगळे सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित करून मनाचे मनोरंजन करावे व प्रत्येक क्षणाचा उमंग उत्साहाने पुरेपूर आनंद लुटावा, हा दादीजींचा रमणीकतेने भरलेला स्वाभाविक संस्कार होता.

सन्मान देऊन सन्माननिय बनविण्याची कला : सन्मान द्या आणि सन्मान मिळवा, हे दादीजींचे ब्रीद होते. लहान असो वा मोठा, शिक्षित असो वा अशिक्षित, आपला असो वा परका, प्रत्येकात असलेल्या दिव्य गुणस्वरूप आत्म्यास सन्मान दिलाच पाहिजे कारण मूळ स्वरूपात आत्मा हा सन्माननीय आहे आणि म्हणूनच दादीजींनी रजत जयंती, स्वर्ण जयंती व हिरक जयंती महोत्सवांमध्ये टीचर, कुमार, अधरकुमार-कुमारी यांचे वेळोवेळी सन्मान समारंभ आयोजित

► पान क्र. २४ वर



धन्य-धन्य हो गये!

(अनुभव)

ब्र.कु.बालूभाई, शांतीवन (आबूरोड)

माझा जन्म सन १९७० मध्ये पिंगरी निर्मळ या गावी, एका धार्मिक व सुशील परिवारात झाला. वडील सधन शेतकरी असल्याने माझे संपूर्ण शिक्षण मोठ्या आनंदात पार पडले. त्याचबरोबर घरातील वातावरण धार्मिक असल्याने, माझ्यावर आपोआपच धार्मिक संस्कार होत गेले. मी लहानपणापासून शिवाची भक्ती करीत होतो. दर सोमवारी शिव मंदिरात जाऊन मी शिवलिंगावर बेलपत्र वहात असे आणि कापूर लावत असे. मला शिवलिंगाविषयी फारच आकर्षण होते.

माझ्या गावापासून शिर्डीचे देवस्थान फक्त १२ कि.मी. अंतरावर आहे. तेथे गेलो तरी माझ्या बुद्धीत साईबाबांचे एकच महावाक्य घोळत असे. ते म्हणजे 'सबका मालिक एक है।' त्यामुळे माझी अशी श्रद्धा होती की देहधारी देवी-देवता या भगवान नसून, भगवान एक आहे, ज्याला आपण देवांचा देव 'महादेव' असे म्हणतो. तो सर्वव्यापी नाही. तो आकाशाच्याही पलिकडे राहतो. त्याची आपण सर्वजण दुःखाच्या वेळी आठवण करतो कारण तोच दुःखहर्ता व सुखकर्ता आहे. परंतु माझे वडील मात्र जेव्हा मला परंपरागत पद्धतीप्रमाणे देवी-देवतांची पूजा-अर्चा करायला सांगत तेव्हा ही गोष्ट माझ्या मनाला पटत नसे.

मी इयत्ता ७वी मध्ये शिकत असताना रोज सकाळी उठून ज्ञानेश्वरीतील 'पसायदान' वाचत असे. माझ्या हिंदीच्या शिक्षकांना जेव्हा ही गोष्ट समजली तेव्हा त्यांनी मला रोज क्लासच्या आधी पसायदान म्हणायला सांगितले. त्यामुळे माझ्या बालबुद्धीत पसायदानातील विश्वात्मक भाव भरायला मदत झाली. त्यातील पुढील ओळी तर आजही अंतःकरणात कोरल्या गेल्या आहेत.

आता विश्वात्मके देवे। येणे वाग्यज्ञे तोषावे

तोषोनि मज द्यावे। पसायदान हे ॥ १ ॥

जे खळांची व्यंकटी सांडो। तया सत्कर्मी रती वाढो।

भूता परस्परे पडो। मैत्र जिवाचे ॥ २ ॥

दुरितांचे तिमिर जावो। विश्व स्वधर्मसूर्ये पाहो।

जो जे वांछील तो ते लाहो। प्राणीजात ॥ ३ ॥

त्याचबरोबर शालेय जीवनात मी भगतसिंग, राजगुरु, सुखदेव, चंद्रशेखर आझाद, नेताजी सुभाषचंद्र बोस या देशभक्तांची चरित्रे मोठ्या आवडीने वाचली. परिणामतः आपणही आपले जीवन महान कार्यासाठी समर्पित करावे, ही भावना विकसित होत गेली. जसे एखादे फूल थोड्या काळासाठी फुलते परंतु ते ईश्वराला अर्पित केले जाते. तसे आपणही १०० वर्षे जगण्यापेक्षा काही वर्षातच महान कार्य करून किर्तीरूपाने उरावे, अशी इच्छा मनात उत्पन्न झाली.

पुढे वयाच्या १६व्या वर्षी मी १०वीची परीक्षा चांगल्या मार्कांनी उत्तीर्ण झालो. त्यानंतर ईश्वर प्राप्तीची उत्कंठा मनात वाढत गेली. परंतु प्रचलित ग्रंथातून त्याविषयी यथार्थ मार्गदर्शन प्राप्त होत नव्हते. शेवटी माझी ती इच्छा देखील भगवंताच्या कृपेने लवकरच पूर्ण झाली. तो दिवस सोमवारचाच होता. मी माझ्या नियमाप्रमाणे शिव मंदिरात बेलपत्र वहाण्यासाठी जात होतो. तेथे मंदिरासमोर आध्यात्मिक प्रदर्शनी लावली होती (सदरची प्रदर्शनी ब्र. कु. बाबाभाई यांनी लावली होती. ते भाई नंतर शांतीवनमध्ये ईश्वरी सेवेत समर्पित झाले.) ही प्रदर्शनी मी अतिशय लक्षपूर्वक समजून घेतली. त्यातून मला स्वतःचा तसेच परमात्मा पित्याचा सत्य परिचय प्राप्त झाला. त्यामुळे मला खूपच आनंद झाला. माझ्या भक्तीचे फळ, मला सत्यज्ञानाच्या रूपाने मिळाले होते. तेथे मी काही ज्ञानाची पुस्तके विकत घेतली. त्यातील एका पुस्तकातील पिताश्री ब्रह्माबाबांचा फोटो माझ्या मनाला खूपच आकर्षित करीत होता. त्यांच्या दृष्टीतील आत्मिक भाव पाहून हेच आपले बाबा आहेत, हा माझा निश्चय दृढ झाला. निराकार परमात्मा शिव पिता, साकार माध्यम प्रजापिता ब्रह्माद्वारे सत्ययुगी नवसृष्टीची स्थापना करीत आहेत, हे स्पष्ट झाले. याच ईश्वरी कार्यासाठी आपण आपले जीवन पुष्प



समर्पित करावे, हेही मनात पक्के झाले. अशारीतीने माझ्या जीवनात अद्भूत परिवर्तन घडविणारा तो क्षण ठरला. मला ज्ञानाचा तिसरा नेत्र प्राप्त झाला होता. त्यामुळे पुढील गीतातील भाव अंतःकरणात भरला होता.

हमने देखा, हमने पाया, शिव भोला भगवान ।

कितना मीठा, कितना प्यारा, शिव भोला भगवान ॥

काही दिवसानंतर गावात गीतापाठशाळा उघडली आणि बघता-बघता ईश्वरी सेवेत वृद्धी होत गेली. मी कॉलेजमध्ये शिक्षण घेत असताना कॉलेजमध्ये दीर्दीचे प्रवचन तसेच प्रदर्शनीचे कार्यक्रम करीत गेलो. मुख्य म्हणजे माझा स्वतःचा ज्ञान व योगाचा पाया मजबूत करीत गेलो. मी अमृतवेळेचा योग, मुरली क्लास व संध्याकाळचा योग अगदी न चुकता करीत असे. जसा वेळ मिळेल त्याप्रमाणे जवळच्या गावांना सायकलने जाऊन, मुरली क्लास करीत असे. अशाप्रकारे लौकिक व अलौकिक शिक्षणाचा बॅलन्स (समतोल) माझ्या जीवनात होता. त्यातच कॉलेजला असताना तीन वर्षे मी सोमवारच्या दिवशी मौनव्रत ठेवले होते. त्यादिवशी सायलेन्सचा बॅज लावून जात असे. त्याचा प्रभाव पूर्ण क्लासवर तसेच टिचर्सवर देखील पडत होता. त्याचबरोबर अन्नशुद्धीचा नियमदेखील मी पाळायला लागलो. त्यामुळे माझ्या आईच्या हातचे जेवणसुद्धा मी खात नव्हतो. (कारण अन्नाची शुद्धी अर्थात पवित्रतेची पालना करणाऱ्या व्यक्तीच्या हातचे पवित्र भोजन स्वीकार करणे) या गोष्टीला वडीलांचा फार विरोध होत गेला. ते म्हणायचे की मी आजवर बरेच बाबा बघितले परंतु आईच्या हातचे जेवण करायचे नाही, असे सांगणारा बाबा मी बघितला नव्हता. परंतु मी मात्र माझ्या निश्चयावर अटळ होतो. माझी अशी धारणा होती की कोणतीही परिस्थिती वा परीक्षा ही पुढे जाण्यासाठी असते त्यामुळे मी कधी विचलीत झालो नाही. पिताश्री ब्रह्माबाबांची जीवन कहाणी मी वाचली होती. त्यांनी ज्या परिस्थितींना तोंड दिले, त्याच्या तुलनेने माझ्या पुढची परिस्थिती काहीच नव्हती. मी ज्ञानमार्गाच्या सर्व नियमांचे पालन मोठ्या आनंदाने करीत गेलो. शिवबाबांची मदत मला सदैव मिळत गेली. त्याचा एक अविस्मरणीय

प्रसंग याठिकाणी नमूद करावासा वाटतो.

कॉलेजच्या शेवटच्या वर्षाला असताना, मी दर सोमवारी मौनव्रत पाळत होतो. माझे तीन वर्षांचे मौनव्रत पूर्ण होण्यासाठी केवळ दोन सोमवार राहिले होते. नेमकी त्याचवेळी माझी ओरल (मौखिक) परीक्षा आली. आता माझ्या मौनव्रताचे खंडन होईल किंवा काय असा प्रश्न पडला. परंतु अर्थशास्त्र (Economics) शिकविणाऱ्या मंडमचा सहयोग मला प्राप्त झाला. त्यांनी ओरल परीक्षा घेण्यासाठी विद्यापिठाकडून आलेल्या प्राध्यापकांना माझ्या मौनव्रताविषयी समजावून सांगितले. तेव्हा त्यांनी माझे मौनव्रत तुटू नये म्हणून माझी एकट्याची ओरल परीक्षा सोमवार ऐवजी मंगळवारी ठेवली. त्याप्रमाणे माझी ओरल परीक्षा मंगळवारी अगदी व्यवस्थित पार पडली. शेवटी परीक्षकांनी मला विचारले की ब्रह्माकुमारी संस्थेत काय शिकवले जाते? त्याचबरोबर तुझ्या जीवनाचे लक्ष्य कोणते? तेव्हा त्यांना मी थोडक्यात ब्रह्माकुमारी संस्थेचा परिचय दिला तसेच ईश्वरी कार्यासाठी जीवन समर्पण करण्याचे माझे लक्ष्य आहे, हेही सांगितले. ते ऐकून त्यांना खूप आनंद झाला आणि माझ्या उज्ज्वल भविष्यासाठी त्यांनी शुभकामना दिल्या. वयाच्या २१व्या वर्षी मी बी.ए.ची परीक्षा उत्तीर्ण झालो.

तोपर्यंत ज्ञानमार्गात मला ५ वर्षे पूर्ण झाली होती. मी दरवर्षी कॉलेजच्या सुट्टीत मधुबनमध्ये सेवेसाठी जात होतो. नेहमीप्रमाणे बी.ए.ची परीक्षा दिल्यानंतर देखील मी मधुबनला गेलो होतो. माझी सुट्टी संपत आल्यावर जेव्हा मी घरी परत जायला निघालो होतो, त्यावेळी बाबांच्या खोलीत बाबांना भेटायला गेलो. तेव्हा अचानक मला एक दिव्य साक्षात्कार झाला. माझ्या गळ्यात बाबांनी एक सुंदर सुवर्ण फुलांचा हार घातला व मला सांगितले की, 'यज्ञसेवेसाठी तुझी मला आवश्यकता आहे.' बाबांचे हे महावाक्य माझ्या कानात सतत घुमत राहिले. पुढील सहा महिन्यातच ते साकार झाले.

मधुबनहून घरी आल्यानंतर मी कॉलेजमध्ये एम्.ए. (इकॉनॉमिक्स) ला प्रवेश घेतला. कॉलेजला देखील जात



होतो परंतु अभ्यासात मन लागत नव्हते. मनात बेहदचे वैराग्य उत्पन्न झाले होते. मला इतरांसारखे जीवन जगायचे नव्हते. मला फक्त ईश्वरी सेवेसाठी जीवन जगायचे होते. एके दिवशी मी एकटाच बागेत बसून योग करत होतो तेव्हा मला असा अनुभव आला की मी सूक्ष्म शरीर धारण करून सूक्ष्म वतनमध्ये बाबांच्या सन्मुख येऊन पोहोचलो आहे व बाबा मला सांगत आहेत, 'मुला ! यज्ञसेवेत तुझी आवश्यकता आहे. तू तुझा हात बाबांच्या हातात देशील का ?' बाबांचे हे कल्याणकारी बोल ऐकून मी लगेचच होकार दिला. त्यावेळी मला मधुबनमधील साक्षात्काराची पुन्हा आठवण झाली. आता मात्र मी घर सोडून शक्य तितक्या लवकर मधुबनमध्ये जायचे नक्की केले. मधुबनला जाण्यासाठी भाड्याचे पैसे माझ्याजवळ नव्हते. परंतु लवकरच ती संधी मला मिळाली. एम्.ए.च्या पहिल्या सेमेस्टरच्या परीक्षेची फी भरण्यासाठी वडिलांनी मला पैसे दिले. त्या पैश्याने मी मधुबनला जायची तयारी केली व घरच्यांचा निरोप घेतला. त्यांना देखील ही खात्री होती की मी जे करीत आहे ते खूपच महान कार्य आहे.

मी मधुबनला आल्यानंतर दादीजींना भेटलो तेव्हा त्यांनी मला शांतीवनमध्ये सेवेसाठी पाठवले. त्यावेळी सन १९९२ मध्ये शांतीवनमध्ये फक्त शेती व गाईचे संगोपन केले जात होते. माझ्या वडिलांचा व्यवसाय शेती असल्याने, मलाही शेतीच्या कामाचा अनुभव होता. त्यामुळे दिवसभर शेतीची मशागत करणे, शेताला पाणी देणे, गाईचे दूध काढणे, सकाळच्या मुरली क्लासनंतर शेतातील भाजीपाला तोडणे, हा भाजीपाला व दूध पांडवभवनमध्ये पोचवणे. अशाप्रकारची अथक सेवा सुमारे दोन वर्षे केली. त्यावेळी आदरणीय प्रकाशमणी दादीजी आठवड्यातून २-३ वेळा शांतीवनमध्ये चक्कर मारत असत. सर्व सेवाधारींना दृष्टी व टोली देऊन भरपूर करीत असत. सर्वांची मोठ्या प्रेमाने विचारपूस करीत असत. दादीजींच्या सहवासातील ते क्षण खरोखर अविस्मरणीय आहेत. शांतीवन हे त्यावेळी पिकनिकचे स्थान होते. वरचेवर ब्रह्मावत्स पिकनिकसाठी येत असत. माउंट आबूहून आबू रोड ला जाणाऱ्या ब्रह्मा-वत्सांच्या

बसेस देखील शांतीवनला थांबत असत. त्यावेळी हा सर्व गोपाळांचा मेळा पाहून शांतीवनमध्ये जणू गोकुळच अवतरले आहे; असे वाटत असे. त्या सर्वांची मोठ्या प्रेमाने सेवा करताना, मन आनंदाने भरून जात असे.

पुढे शांतीवनच्या व्ही.आय.पी.किचनमध्ये सेवा-धारीची गरज भासल्याने भोपाल भाईंनी मला किचनची सेवा दिली. वास्तविक मला या सेवेचा काही अनुभव नव्हता. तरी मी बाबांची आठवण करून ही सेवा करायला सुरुवात केली. सेवाधारी मातांनी मला हळू-हळू सर्व गोष्टी शिकविल्या. त्याचा परिणाम असा झाला की प्रकाशमणी दादी जेव्हा पांडवभवन मधून शांतीवनमध्ये येत तेव्हा त्यांचे भोजन बनविण्याची सेवा मला मिळाली. फलस्वरूप दादीजींचा बहुमोल सहवास मला लाभला. त्यांच्यातील पवित्रता, हर्षितमुखता, मधुरता, नम्रता, निरहंकारिता असे अनेक गुण आत्मसात करता आले. दादीजींचा सहवास हा एखाद्या परिस स्पर्शाप्रमाणे होता. त्यामुळे खरोखर माझ्या जीवनाचे सोने झाले. माझ्या जीवनाची फुलबाग दिव्य गुणांच्या सुगंधाने बहरत गेली. दादीजी जेव्हा मेगा प्रोग्रामसाठी बाहेरगावी जात असत तेव्हा मला सोबत घेऊन जात असत. त्यामुळे दादीजींबरोबर ज्ञानचर्चा करण्याचे सौभाग्य देखील मला लाभले.

त्यानंतर शांतीवनच्या कारभाराची जबाबदारी आदरणीय शांतामणी दादीकडे सोपविण्यात आली. त्या शांतमूर्त आणि तपस्वी होत्या. त्यांच्या मार्गदर्शनाखाली शांतीवनचा विकास होत गेला. सन १९९६ मध्ये विशाल डायमंड हॉल व रहाण्यासाठी निरनिराळे भवन बांधण्यात आले. अशारीतीने सन १९९२ ते १९९६ या कालावधीत शांतीवनचे संपूर्णरूप बदलताना मी जवळून पाहिले. आज येथे हजारो ब्रह्मावत्सांची पालना होत आहे. प्राणेश्वर बापदादांची अवतरणभूमी आता शांतीवन बनले आहे. अशा या पावनभूमीत मागील २१ वर्षांपासून यज्ञसेवेचे परमसौभाग्य मला लाभले हेच माझ्या जीवनाचे साफल्य ! त्यामुळे सदैव मनात हेच गीत उमटते -
धन्य-धन्य हो गये, हम प्रभू को भा गये ।
गा रही है, जिंदगी, काम उनके आ गये ॥



मुख्य म्हणजे व्ही. आय. पी. किचनमध्ये सेवा करताना मला अतिशय आनंद होत असे कारण सर्व दादी-दीदी तसेच वरीष्ठ भाई यांचा सहवास लाभत असे. त्यांच्याकडून अलौकिक स्नेह प्राप्त होत असे. या अनुषंगाने एक हृदयस्पर्शी प्रसंग या ठिकाणी नमूद करावासा वाटतो. एकदा गुलजार दादी अमेरिकेत सेवा करून शांतीवनमध्ये येत होत्या. मी त्यांच्यासाठी शिवबाबांच्या आठवणीत ब्रह्माभोजन तयार केले होते. दादीजी २. ३० वाजता जेवायला येणार होत्या. त्यामुळे मी विश्रांतीसाठी रुमवर गेलो होतो. किचनमधील सेवाधारीला सर्व गोष्टी समजावून सांगितल्या होत्या. दादीजी आल्यावर त्यांच्यासाठी ब्रह्मा-भोजनाचे ताट वाढण्यात आले. तेव्हा दादीजींनी विचारले की हे ब्रह्माभोजन कोणी तयार केले आहे? त्यावेळी त्या सेवाधारीने माझे नाव सांगितले. लगेचच दादीजींनी मला रुमवरून बोलावून घेतले व मला विचारले की तू हे ब्रह्माभोजन तयार करताना किती मेहनत घेतली असशील? नंतर दादीजींनी आपल्या लहान भावाप्रमाणे माझ्या मुखात एक घास भरवला मगच दादीजींनी ब्रह्माभोजन स्वीकार केले. अशाप्रकारचे अनेक प्रसंग माझ्या जीवनात आले. आजही ते प्रसंग आठवले की अंगावर रोमांच उभे राहतात.

वास्तविक प्रत्येक ब्रह्मावत्साने जी मिळेल ती यज्ञसेवा मोठ्या आनंदाने केली पाहिजे कारण यज्ञसेवा ही सद्-भाग्याची खाण आहे. यज्ञसेवेत जो आपले तन-मन-धन सफल करतो तो खरोखरच महान बनतो. त्याला प्राणेश्वर बापदादांचे आशीर्वाद तर प्राप्त होतातच परंतु ज्यांची सेवा करण्यासाठी तो निमित्त बनतो; त्यांचेही आशीर्वाद प्राप्त होतात. त्या आशीर्वादांच्या जोरावर आपले जीवन निर्विघ्न बनते. यदाकदाचित झामानुसार विघ्न आलेच तर त्यातून आपण सहीसलामत बाहेर पडतो. त्याचा कुठलाही अनिष्ट परिणाम आपल्यावर होत नाही. या अनुषंगाने माझे अनेक अनुभव आहेत. त्याचे एक पुस्तक बनेल. त्या अनुभवांपैकी एक अनुभव पुढीलप्रमाणे आहे.

सन २००९ मधील ही घटना आहे. शांतीवनमधून आम्ही तीन भाई व डायव्हर असे चार जण क्वॉलिस गाडी

घेऊन, दिल्ली (ओ. आर. सी.) मध्ये आयोजित कार्यक्रमासाठी निघालो होतो. आम्ही अजमेरजवळ पोहोचलो होतो. आमची गाडी १२०च्या स्पीडने चालली होती. आमच्या डायव्हरने एका गाडीला ओव्हरटेक केले. समोरून सहा चाकी मोठी ट्रॉली येत होती. आमच्या डायव्हरला गाडी कंट्रोल करता आली नाही. त्यामुळे आमची गाडी सरळ त्या ट्रालीच्या खाली घुसली. गाडीचा एकदम चेंदामेंदा झाला. आम्हा सर्वांना गाडी तोडून बाहेर काढावे लागले. सर्वाधिक मार डायव्हरला लागला. तो सहा महिने बेडवर होता. बाकी माझ्याबरोबर जे दोन भाई होते त्यांनाही बराच मार लागला. परंतु मला मात्र हाताला किरकोळ दुखापत झाली. विशेष म्हणजे ज्यावेळी हा अपघात झाला त्यावेळी मी शिवबाबांच्या आठवणीत होतो. मी तिघांना धीर देत होतो. याप्रसंगी मी जरासुद्धा घाबरलो नव्हतो. ही सारी कमाल होती माझ्या पाठीशी असलेल्या प्राणेश्वर बापदादांच्या तसेच अन्य आत्म्यांच्या आशीर्वादांची! याचेच गायन केले जाते -

जेथे जातो तेथे, तू माझा सांगाती।

चालविशी हाती धरोनिया।।

► पान क्र. २० वरून

केले. सर्वांना सन्मान देऊन मानाचे स्थान दिले. सफल करा आणि सफलतामूर्त बना : प्राप्त झालेल्या तन-मन-धनाला ईश्वरी ज्ञान-यज्ञात सफल करा आणि सफलतामूर्त बना, अशी दादीजी सर्वांना प्रेरणा देत. कुमारांच्या आवडत्या कुमारिका दादी, कुमारांना आपले तन ईश्वरी सेवेत सफल करण्यासाठी उमंग भरत असत. गृहस्थींना धन सफल करण्याची संधी देत तर ज्यांचे निरोगी शरीर नाही, हातात संपत्तीही नाही अशांना मनाद्वारे मनसा सेवा करण्यासाठी मनोबल वाढवून, तन-मन-धनाच्या सफलतेचे वरदान देत.

अशा ममतामयी, गुणमूर्त, वरदानी मूर्त, सदैव नम्रचित्त, प्रसन्नचित्त आणि संतुष्टतामूर्त दादीजींच्या कलागुणांना आचरणात आणणे व त्याचा आदर्श बाळगणे हीच खरी प्रेम, क्षमा व उदारतेच्या आगाध सागर दादीजींना दिलेली श्रद्धांजली ठरेल !





ईश्वरी संघटनरूपी किल्ला

ब्र.कु.लतिका, ठाणे (पश्चिम).

जेव्हा आपण मराठेशाहीचा इतिहास वाचतो तेव्हा महाराष्ट्रातील किल्ल्यांचे महत्व आपल्या लक्षात येते. ज्याप्रमाणे स्थूल किल्ला हा अतिशय मजबूत बनवला जातो, त्यात शत्रूला शिरकाव करता येऊ नये याची दक्षता पूर्णतः घेतली जाते. त्याचप्रमाणे ईश्वरी संघटन हा देखील एक किल्ला आहे. यातसुद्धा कुठलाही विकाररूपी शत्रू शिरकाव करून वार करू शकणार नाही यासाठी चांगलीच मजबूती आवश्यक आहे. जर एखाद्या शत्रूने आत शिरून वार केला तर किल्ला मजबूत नाही, असे म्हटले जाईल. तात्पर्य म्हणजे संघटनरूपी किल्ला सदैव मजबूत कसा राहिल याविषयी प्रस्तुत लेखात आपण चर्चा करणार आहोत.

□ किल्ल्याच्या मजबूतीसाठी तीन गोष्टींची आवश्यकता ईश्वरी संघटनरूपी किल्ला सदैव मजबूत रहावा यासाठी मुख्यतः तीन गोष्टींची आवश्यकता आहे १) स्नेह, २) स्वच्छता वा पवित्रता ३) आत्मिक भाव (रुहानियत). या तीन गोष्टी जर मजबूत असतील तर विकाररूपी शत्रू कधीही वार करू शकणार नाही. त्यामुळे या तीन गोष्टींकडे विशेष लक्ष देण्याची आवश्यकता आहे. प्रत्येक सेवार्केन्द्रावर या तिन्ही गोष्टी आहेत का, हे चेक करा. जर त्यातील एखादी गोष्ट कमी असेल तर ती भरून काढण्यासाठी विशेष पुरुषार्थ करा. जसे एखाद्या ठिकाणाचे वातावरण शुद्ध करण्याकरिता 'एअर फ्रेशनर' चा वापर केला जातो. परिणामी थोड्या वेळाकरिता वातावरण परिवर्तित होते तसे या तीन गोष्टींचा जर सेवार्केन्द्राच्या वातावरणात अंतर्भाव केला तर तेथील वातावरण अवश्य बदलून जाईल. मुख्य म्हणजे सर्व गोष्टीत सफलता प्राप्त होत राहिल. ज्याप्रमाणे स्नेह व स्वच्छता या दोन्ही गोष्टी बाह्यरूपाने प्रत्यक्ष दिसून येतात त्याप्रमाणे आत्मिक भाव (रुहानियत) बाह्य स्वरूपात जेव्हा दिसून येईल तेव्हा जयजयकार होईल.

पांडवांचा किल्ला प्रसिद्ध आहे. त्यामुळे किल्ला मजबूत करणे, हे पांडवांचे विशेष कर्तव्य आहे. जर स्वतःची स्थिती मजबूत असेल तर किल्ला देखील मजबूत असेल.

आपण स्वतःच या किल्ल्याची भिंत आहोत. जर भिंतीतील एखादी वीट निघून गेली किंवा भिंतीला तडा गेला तरी ती भिंत कमजोर होऊन जाईल. परिणामतः किल्ल्याची सुरक्षितता धोक्यात येईल. म्हणूनच प्रत्येकाने आपल्या स्वतःच्या स्थितीकडे लक्ष देणे गरजेचे आहे. त्यासाठी आपल्या जीवनात स्नेह, स्वच्छता अर्थात पवित्रता व आत्मिक भाव या तिन्ही गोष्टी आवश्यक आहेत. ज्याप्रमाणे पिताश्री ब्रह्माबाबा साकार रूपात दुरूनच लाइट हाऊस (प्रकाश स्तंभ) व माइट हाऊस (शक्तिस्तंभ) दिसत असत त्याप्रमाणे आपल्यात जेव्हा आत्मिक भाव (रुहानियत) असेल तेव्हा कोणीही किल्ल्यात आला तरी त्याला लाइट हाऊस, माइट हाऊसचा अनुभव येईल. संघटनचा किल्ला इतका मजबूत असावा की मायेचे तुफान वा मायेचा भूकंप जरी आला तरी किल्ल्याचा पाया कधी खचून जाता कामा नये. जर आपण सान्या विश्वावर प्रभाव टाकू शकतो तर आपल्या समीप असणाऱ्यांना प्रभावित करू शकणार नाही का? आपण इतके सहजयोगी बनले पाहिजे की आपल्याला पाहताच दुसऱ्यांचाही योग लागला पाहिजे. आपण एक मिनिट जरी क्रोध केला तरी आपली संपूर्ण दिवसाची आत्मिक शक्ती नष्ट होते. त्यामुळे क्रोधाचा अंशदेखील आपल्यात नसावा. त्यासाठी आपण सर्व आत्मे भाऊ-भाऊ आहोत ही आत्मिक दृष्टी पक्की करा म्हणजे कधी क्रोध उत्पन्न होणार नाही. एवढंच नव्हे तर स्नेहाची उत्पत्ती देखील आत्मिक दृष्टीमुळेच होईल. याचेच गायन आहे पांडव पहाडीवर जाऊन गळून मेले अर्थात शरीराच्या स्मृतीने गळून जाणे. म्हणूनच सदैव आत्मिक दृष्टीचा अभ्यास आवश्यक आहे.

□ स्वच्छता वा पवित्रतेच्या आधारे सुख-शांतीमय जीवन जेथे स्वच्छता वा पवित्रता आहे तेथे दुःख, अशांतीचा अंशही नसतो. पवित्रतेच्या किल्ल्याच्या आत छोटासा सुखी संसार आहे. पवित्रतेच्या किल्ल्याच्या बाहेर, संकल्प मात्र जरी कोणी गेले तरी दुःख, अशांतीचा प्रभाव अनुभव



परमात्मा कुणाला म्हणावयाचे?

ब्र.कु.जगदीश दीक्षित, पुणे.

परमात्मा त्यालाच म्हणावयाचे, १) जो जन्म-मृत्युच्या, चार युगाच्या, सतो-रजो-तमो या तीन गुणांच्या तसेच कर्म, कर्मफल व कर्मबंधनांच्या चक्रातून अनादि अनंत काळ मुक्त आहे. २) ज्याचे स्वतःचे असे कोणतेच दैहिक रूप नाही अर्थात तो कधीही मातेच्या गर्भातून जन्म घेत नाही. ३) ज्याचे अविनाशी स्वरूप अतिसूक्ष्म ज्योतिर्बिंदू आहे. ४) ज्याचे अनादि अविनाशी नाव दैहिक रूपावर नसून त्याच्या आत्मिक स्वरूपावर आहे. ५) जो सुख, शांती, आनंद, प्रेम, पवित्रता, ज्ञान व आत्मिक शक्ती इत्यादी गुणांचा सागर आहे. ६) जो अधिकाधिक काळ परमधाम, मुक्तिधाम, निर्वाणधाम, निजधाम, ब्रह्मलोक, ब्रह्मांड, मूलवतन, शांतीधाम इत्यादी नावाने ओळखल्या जाणाऱ्या अखंडज्योती तत्वात निवास करतो. ७) जो सर्व धर्मातील सर्व मनुष्य आत्म्यांचा मातापिता, सद्शिक्षक व सद्गती करणारा सद्गुरु आहे. ८) जो सदा स्मृतीस्वरूप व सर्वज्ञ असल्यामुळे या मनुष्यसृष्टीच्या आदि, मध्य व अंताचे ज्ञान अर्थात विश्वाचा आदिपासून अंतापर्यंतचा संपूर्ण इतिहास व भूगोल प्रस्तुत करतो. ९) जो त्रिकालदर्शी, त्रिनेत्री व ब्रह्मा, विष्णू, शंकर या चैतन्य त्रिमूर्तीचाही रचयिता आहे. १०) जो विराट रचनाकार असून ३३ कोटी देवतांची रचना करतो. ११) जो धर्मग्लानी समयी परकाया प्रवेश करून अवतरित होतो व मनुष्यआत्म्यांना गीताज्ञान तसेच राजयोगाची विधी प्रदान करून त्यांचा उद्धार करतो. १२) जो सर्व धर्मांचा विनाश व एका सत्यधर्माची स्थापना करतो. १३) जो मनुष्य आत्म्यांकडून देवत्वपदासाठी पुरुषार्थ करवून घेतो व त्याचबरोबर त्यांच्यासाठी कलियुगी नरकाचे स्वर्गात परिवर्तन करतो. १४) जो पुरुषोत्तम संगमयुगावर ब्रह्मा व ब्रह्मावत्सांच्या ८४ जन्मांची कहाणी प्रस्तुत करतो. १५) जो ब्रह्माद्वारे ब्रह्मामुखवंशावली त्रिकालज्ञानी श्रेष्ठ ब्राह्मणांची रचना करतो. १६) ज्याच्या ज्योतिर्बिंदू स्वरूपाला सर्व धर्मातील

आत्मे, भगवान, अल्लाह, गॉडफादर म्हणून अंतकरणापासून मान्यता देतील. १७) जो ब्रह्मा, विष्णू व शंकराद्वारे स्थापना, पालना व विनाश ही तीन कर्तव्य कर्मे करवून घेतो. १८) जो सदा अजन्मा, अव्यक्त, निराकार आणि अभोक्ता आहे. १९) जो सर्वांचा कल्याणकारी असून सुखकर्ता, दुःखहर्ता व विघ्नहर्ता आहे. २०) जो एकमात्र पतितपावन आहे. अर्थात जो सर्व आत्म्यांना पावन बनवून परमधामी घेऊन जातो. २१) जो निराकार असून ज्याची प्रतिमा-देखील निराकार रूपात अर्थात शिवलिंगाच्या रूपात आहे. २२) जो शिव आणि शंकर यामधील फरक स्पष्ट करतो. २३) ज्याला कोणी माता-पिता, गुरु व शिक्षक नाही. २४) जो भगवद् गीतेतील रथ, रथी आणि सारथी या विषयीचे सूक्ष्म ज्ञान देतो. २५) जो २५०० वर्षांसाठी या विश्वातील माया म्हणजे पाच विकार नष्ट करतो. २६) ज्याला ज्ञानसूर्य ही उपाधी देणे यथार्थ आहे. कोणाही देहधान्यास नाही. २७) ज्याची महिमा आकाशाचा कागद, सागराची शाई व साऱ्या वृक्षांचे कलम केले तरी लिहून पूर्ण होणार नाही. २८) जो मनुष्य आत्म्यांसाठी हे महावाक्य उच्चारू शकतो की, 'हे वत्स, देहसहित देहाचे सर्व धर्म व देहाच्या सर्व संबंधियांना विसरून, मज विदेही परमात्म्याचेच स्मरण कर'. २९) जो मनुष्यआत्म्यांचा देहाभिमान व कामक्रोधादि पाच विकारांना नष्ट करतो. ३०) जो मनुष्य-आत्म्यांना २१ जन्मांसाठी सुख, शांती आणि पवित्रतेचा वारसा हक्क देतो. ३१) जो आपल्या प्रीतबुद्धी मुलांना प्रतिदिन ज्ञान-मुरली ऐकवितो. ३२) जो मनुष्य आत्म्यांची अंधश्रद्धा समूळ नष्ट करतो. ३३) जो ज्ञानमुरलीत वारंवार स्पष्ट करतो की, 'मी परमात्मा सर्वव्यापी नाही, श्रीकृष्ण भगवान नाही व गीता ज्ञानदाताही नाही. पतितपावन कोणीही देहधारी आत्मा अथवा गंगानदी नाही. पतितपावन एक परमात्माच आहे. ३४) जो मन्मनाभव, मामेकम् शरणम् ब्रज, नष्टोमोहः स्मृतिर्लब्धा हे तीन महान मंत्र



देतो. ३५) ज्याची आत्मिक शक्ती सर्वोच्च आहे अर्थात तो सर्व शक्तिवान आहे. ३६) जो अपवित्र कलियुगातही पवित्र गृहास्थाश्रमाची स्थापना करतो. ३७) जो नरापासून श्री नारायण आणि नारीपासून श्री लक्ष्मी बनण्याचे मनुष्य जीवनाचे वास्तविक लक्ष्य स्पष्ट करतो. ३८) जो वैजयंती माळा फेरणाऱ्या (जपणाऱ्या) भक्तासही त्या माळेचा पूज्यमणी बनवितो. ३९) जो देवतांच्या पुजाऱ्यांनाही पूजनीय देवता बनवितो. ४०) जो रामायण, महाभारत कथा कल्पित असल्याचे धक्कादायक विधान करतो. ४१) जो वर्तमान समयीच्या कलियुगास 'कंसपुरी' व 'रावणराज्य' असे संबोधितो. ४२) जो दिव्य स्मृतीदाता आहे अर्थात मनुष्यआत्म्यास त्याचे अनादि आत्मस्वरूप, आदि देवता स्वरूप, पूज्य स्वरूप, ब्राह्मण स्वरूप व फरिश्ता स्वरूप या पाच स्वरूपांची स्मृती प्रदान करतो. ४३) जो पिताश्री ब्रह्माबाबांना 'अहम् चतुर्भुज विष्णु तत्वम्' असे म्हणणाऱ्या श्री विष्णूचा साक्षात्कार घडवितो. ४४) जो आपल्या प्रथम अवतरणात ब्रह्मामुखाद्वारे 'निजानंद स्वरूपम् शिवोहम् शिवोहम्, ज्ञानस्वरूपम् शिवोहम् शिवोहम्, प्रकाश स्वरूपम् शिवोहम् शिवोहम्' ही तीन महावाक्ये उच्चारतो. ४५) जो, एका कल्पाची आयुर्मर्यादा केवळ ५,००० वर्षांची आहे, तसेच गेल्या कल्पातील घटना चालू कल्पात व पुढील कल्पातही तंतोतंत पुनरावृत्त होतात, हे गुह्यज्ञान स्पष्ट करतो. ४६) जो अहिंसा परमोधर्मचे ज्ञान देऊन कामक्रोधादि विकारांशी अहिंसक युद्ध करण्याची आज्ञा देतो. ४७) जो मनुष्य आत्म्यांना आत्मा-आत्मा, भाई-भाईची पवित्र व अलौकिक दृष्टी प्रदान करतो. ४८) जो मनुष्य आत्म्याला त्याच्या स्वधर्म, स्वस्वरूप व स्वकर्तव्याची स्मृती देतो. ४९) जो देवता बनण्यासाठी मनुष्य आत्म्यांना दिव्य गुणांची अलौकिक माळा प्रदान करतो. ५०) जो पुरुषोत्तम संगमयुगात साधारण नारींना अष्टशक्ती प्रदान करून अनेक शिवशक्तींची निर्मिती करतो. ५१) जो मनुष्य आत्म्यांवर स्वमान आणि वरदानांचा वर्षाव करतो. ५२) जो श्री विष्णूच्या चार हातांचे व त्या हातातील चार अलंकारांचे आध्यात्मिक गुह्य रहस्य स्पष्ट करतो. ५३)

जो मनुष्यसृष्टीरूपी कल्पवृक्षाचे बीज आहे. या बीजापासूनच नूतन मनुष्यसृष्टीचे रोपटे तयार होते. ५४) ज्याचे परमात्मे असे अनेक वचन होत नाही. ५५) जो आपले सर्वश्रेष्ठ श्रीमत देतो; ज्या श्रीमताच्या आधारे भारतात सतोप्रधान स्वर्गाची स्थापना होते. ५६) जो ईश्वरी मर्यादांचे ज्ञान देऊन मर्यादाहीन मनुष्यआत्म्यांना मर्यादा पुरुषोत्तम बनवितो. ५७) जो एका कल्पाच्या तिन्ही काळातच नव्हे तर अनादि अनंत काळ संपूर्ण पावन अवस्थेत आहे. म्हणून त्याचे गुणविशेष नांव 'सदाशिव' आहे. ५८) जो मुक्ती-जीवनमुक्ती दाता आहे. जीवन बंधनाच्या युगातूनच जो जीवनमुक्त युगाची निर्मिती करतो. ५९) जो स्वतःचा परिचय स्वतःच देतो. ६०) जो मनुष्यआत्म्यांना बेहदच्या वैराग्याने बेहदचा संन्यास करवितो. ६१) जो काळाच्या अधीन कधीच होत नाही म्हणून त्याला 'महाकाळ' म्हणतात. ६२) जो मनुष्य आत्म्यांना 'अमरभव' चे वरदान देतो. ६३) जो मनुष्य आत्म्यांना राजयोग शिकवून राजांचाही राजा बनवितो. याच राजयोगाद्वारे जन्म-जन्मांतराची विकर्मे व कर्मबंधने भस्म होतात. ६४) जो हे सांगतो की, केवळ ज्ञानमार्गानेच आत्म्याची चढती कला होते. ६५) जो राजयोग्याची कर्मातीत अवस्था करवून घेतो. ६६) जो अत्यंत गुह्यज्ञान प्रगट करतो की, सत्ययुगी स्वर्गातील देवी-देवता संपूर्ण निर्विकारी असल्याने त्यांना योगबलानेच संतती प्राप्त होते. जर तेथेही भोगबलाने संतती प्राप्त झाली तर त्याला स्वर्ग व देवी-देवतांना संपूर्ण निर्विकारी म्हणता येणार नाही. ६७) जो कर्म, अकर्म, विकर्म व श्रेष्ठ कर्माची गहन गती स्पष्ट करतो. ६८) जो अवतरित होऊन सांगतो की, भक्तीचेच फळ ज्ञान आहे. ६९) जो भक्तीविषयी ज्ञान देतो की, मज शिव परमात्म्याची भक्ती अव्यभिचारी भक्ती तर अनेक देवी-देवतांची भक्ती ही व्यभिचारी भक्ती होय. ७०) जो हे श्रीमत देतो की, 'आज का नारायणी नशा, कल का तुम्हारा भविष्य है।'. ७१) जो ब्रह्मामुखवंशावली ब्राह्मणांना स्मृती देतो की, 'आप तो सबसे पूर्वज आत्माएँ है।' ७२) जो असत्य नष्ट करून सत्य स्पष्ट करतो की श्रीकृष्णाच्या राज्यात



कंस नसतो व कंसपुरीत श्रीकृष्ण नसतो. तसेच श्रीरामाच्या राज्यात रावण नसतो तर रावणराज्यात श्रीराम नसतो. ७३) जो चार वर्णाव्यतिरिक्त देवता वर्ण असल्याचे सांगतो. ७४) जो संपूर्ण सत्यज्ञान प्रदान करून सर्व आत्म्यांचे कल्याण करणारा व सत्ययुगी भारताची सुंदर रचना करणारा आहे म्हणून त्याला 'सत्यम्-शिवम्-सुंदरम्' म्हणतात. ७५) जो ब्रह्मावत्सांना संपूर्ण निर्विकारी बनण्यासाठी ही आज्ञा देतो की, गृहस्थाश्रमात व कलियुगी विकारांच्या चिखलात राहूनही विकारांचा स्पर्श होऊ न देता, जीवन कमलपुष्पसमान बनवा. ७६) जो सर्व प्रकारची अनेकता नष्ट करून मानवमात्रात एकता निर्माण करण्यासाठी, अनेक धर्मातून एका धर्माची, अनेक भाषेतून एका भाषेची, अनेक कुळातून एका श्रेष्ठ कुळाची, अनेक राज्यातून एका दैवी राज्याची व अनेक देशातून एका नवभारताची स्थापना करतो. म्हणून त्याला भारत भाग्यविधाता म्हणतात. ७७) जो ज्ञानाचे हे ज्ञान देतो की, प्रत्येक कल्पातील हा ज्ञाना ब्रह्मावत्सांसाठी सर्वात कल्याणकारी आहे. यामध्ये प्रत्येक आत्म्याचा भिन्न-भिन्न पार्ट आहे. ७८) जो हे स्पष्ट करतो की, आकाश तत्वाच्या पलिकडे ना स्वर्ग आहे ना नर्क. ७९) जो प्रत्येक कल्पात रावणाने बनविलेल्या नरकाचे स्वर्गात परिवर्तन करतो. ८०) जो या विश्वाचा अंत होण्यापूर्वी त्याचे अंतिम सत्य प्रगट करतो. ८१) जो हे सांगतो की पांडव सत्ययुगात श्रीकृष्णा बरोबर नसतात तर ते संगमयुगात परमात्म्या-बरोबर असतात. (म्हणून परमात्म्यास 'पांडव पती' म्हणतात.) ८२) जो भारताच्या चारित्रिक उत्थान आणि पतनाच्या ८४ पायऱ्यांचे ज्ञान देतो. ८३) जो साकार लोक, सूक्ष्म लोक व ब्रह्मलोक या तीर्थांचे ज्ञान देऊन साधकांना त्रिलोकीनाथ बनवितो. ८४) जो दिव्यबुद्धिदाता व दिव्यचक्षुर्विधाता आहे. ८५) जो पत्थर बुद्धीला पारस बुद्धी बनविणारा आहे. ८६) जो सत-चित्त-आनंद स्वरूप आहे. ८७) जो सुख-दुःखापासून अलिप्त आहे परंतु सुखकर्ता, दुःखहर्ता आहे. ८८) जो मानवमात्राची जीवननौका सत्ययुगी सुखशांतीच्या

किनाऱ्याला लावतो. ८९) जो अविनाशी रुद्र गीताज्ञान यज्ञ स्थापन करतो ज्या यज्ञात नर-नारी आपले कामक्रोधादि पाच विकार स्वाहा करतात. ९०) जो प्रत्येक धर्माची आयुर्मर्यादा स्पष्ट करतो. ९१) जो शिव परमात्मा व कृष्णदेवता यातील फरकही स्पष्ट करतो. ९२) जो भगवद्गीता ही श्रीकृष्णाची माता असल्याचे सांगतो. ९३) जो भगवद् गीतेतील युद्ध कोणा मनुष्यांच्या विरोधात नसून पाच विकारांच्या विरोधात आहे अर्थात गीतेतील युद्ध संपूर्ण अहिंसक व सर्वांसाठी कल्याणकारी आहे असे सांगतो. ९४) जो हे सांगतो की, कुणाला दुःख देऊ नका व कुणाकडून दुःख घेऊ नका. सुख द्या व सुख घ्या. ९५) जो आत्म्याचा पाठ पक्का होण्यासाठी रथ आणि रथी या उदहारणासहित आत्मा झायव्हर व त्याची शरीररूपी कार हे आधुनिक उदाहरण देतो. ९६) ज्याला रामाचाही ईश्वर 'रामेश्वर' तर कृष्णाचाही ईश्वर 'गोपेश्वर' म्हणून मान्यता आहे. ९७) ज्याच्या प्रतिमेची म्हणजे शिवलिंगाची पूजा द्वापरयुगात प्रथमतः केली जाते तसेच त्याच्या दिव्य जन्माची स्मृती म्हणून संपूर्ण भारतभर शिवरात्रीचा सण मोठ्या उत्साहात साजरा केला जातो. ९८) जो शंख, चक्र, गदा, कमळ हे सूक्ष्म अलंकार श्री श्रीविष्णूचे नसून ब्रह्मामुखवंशावली ब्राह्मणांचे आहेत असे धक्कादायक परंतु सत्यविधान करतो. ९९) जो मनुष्यआत्म्यांचा तमोगुण नाहिसा करून सतोगुणाची निर्मिती करतो. १००) जो उपवास या शब्दाचा अर्थ सांगतो की, उप म्हणजे जवळ आणि वास म्हणजे राहणे अर्थात मन बुद्धीने मज परमात्म्याजवळ राहा. १०१) ज्याला स्थूल वा सूक्ष्म शरीर नाही. १०२) जो ही आज्ञा करतो की, डबल अहिंसक बना. स्थूल कट्यारीचा वा काम कट्यारीचा वार कुणावरही करू नका. १०३) जो देवत्वपदासहित पवित्रतेचा मुगुट व रत्नजडित मुगुट मनुष्य-आत्म्यांना प्रदान करतो. १०४) जो हे सांगतो की, साकार प्रभू मिलन केवळ संगमयुगावरच होते. १०५) ज्याने हे स्पष्ट केले की, एखाद्या आत्म्याने मुक्तिधामहून या साकार सृष्टीवर प्रथम जन्म घेतल्यानंतर महाविनाशा-



पर्यंत त्याला अनेक जन्म घ्यावेच लागतात. अर्थात तोपर्यंत त्याला मुक्ती प्राप्त होऊ शकत नाही आणि सदाकाळची मुक्ती अर्थात मोक्ष कुणालाच प्राप्त होऊ शकत नाही. मोक्ष ही तर केवळ मानवी कल्पना आहे. १०६) जो संगमयुगावर साधकांना वारंवार सांगतो की, 'बच्चे मुझे याद करो।' १०७) जो हे सांगतो की सत्ययुगात व त्रेतायुगात कोणतेही धर्मशास्त्र अथवा कोणतेही शास्त्र नसते. १०८) जो आपल्या पारलौकिक मुलांप्रती हे सांगतो की, 'बच्चे इस एक अंतिम जन्ममें महीन पुरुषार्थ करो तो अगले २० जन्म विना पुरुषार्थ तुम्हे सुख, शांती और अपार वैभव सहज प्राप्त होगा।' १०९) जो हे सांगतो की देहसहित सर्व काही मला समर्पण करून तुम्ही ट्रस्टी व्हा. ११०) जो पुरुषोत्तम संगमयुगावर ब्रह्मावत्सांची योगस्थिती उत्तम रहावी यासाठी मार्गदर्शन करतो की, मनसा, वाचा, कर्मणामध्ये ब्रह्मचर्याची पालना, दैवी गुण व अष्टशक्तींची धारणा, शुद्ध अन्नाचे सेवन, प्रतिदिन सत्संग हे योगी जीवनाचे चार स्तंभ असल्याचे स्पष्ट करतो. १११) जो मनुष्य आत्म्यांना आत्मिक यात्रा कशी करावी अर्थात राजयोगाची विधी शिकवितो. ११२) जो ही स्मृती देऊन आपल्या प्रीतबुद्धी मुलांना सांगतो की, 'पांच हजार वर्षापूर्वी तुम्ही आत्मे परमधाममधून या साकार सृष्टीवर पार्ट बजाविण्यासाठी आला होता. आता तुमचे ८४ जन्मांचे ८४ पार्ट पूर्ण होत आले आहेत. ज्या स्थानाहून तुम्ही आलात तेथेच तुम्हाला परत जायचे आहे. तेच तर तुमचे वास्तविक घर आहे. मी आलो आहे तुम्हाला परमधामी घेऊन जाण्यासाठी. आता तुमच्या मनात हीच धुन असली पाहिजे, 'अब घर जाना है' हेच परमात्म ज्ञानाचे सार आहे तसेच विश्वाचे अंतिम सत्य आहे.' ज्याप्रमाणे कोणताही चित्रपट अथवा ड्राम्यातील शेवटच्या भागात अंतिम सत्य प्रगट होते तद्वतच महविनाशा-नंतर बहुतांश सर्व आत्म्यांनी परमधामी जाणे व प्रत्येकाच्या कर्मानुसार त्याचा निर्धारित वेळी या साकार सृष्टीवरील ड्राम्यात भिन्न-भिन्न पार्ट बजाविण्यासाठी पुन्हा येणे, हेच आणि हेच या विश्वाचे अंतिम सत्य आहे. हे अनाकलनीय सत्य प्रगट करणारा

केवळ सत्य परमात्माच आहे.
वर्ष ७ • अंक ३ • ऑगस्ट-सप्टेंबर २०१३

► पान क्र. २९ वर

► पान क्र. २५ वरून

करतील. त्यामुळे संकल्प रूपाने सुद्धा या किल्ल्याबाहेर जाता कामा नये. अशी स्थिती असणाऱ्यांच्या स्वप्नातदेखील दुःख, अशांतीची लहर उत्पन्न होणार नाही. याउलट जर आपल्या जीवनात जरासुद्धा दुःख, अशांतीचा अनुभव होत असेल तर अवश्य कुठली ना कुठली अपवित्रता आहे. पवित्रता म्हणजे केवळ कामजीत बनणे नव्हे तर काम विकाराचा अंश अर्थात सर्व हृदया कामना (अर्थात इच्छा) होत त्यामुळे कामजीत अर्थात सर्व कामनाजीत बनणे.

□ सर्वांचा एक संकल्प हाच सफलतेचा आधार

सर्व ब्राह्मणांचा एक संकल्प, ईश्वरी कार्याच्या सफलतेचा आधार आहे. त्यासाठी सर्वांचा सहयोग आवश्यक आहे. किल्ल्याची एक वीट जरी कमजोर झाली तरी ती किल्ल्याला हलवू शकते त्यामुळे लहान-मोठे सर्वजण ब्राह्मण परिवाररूपी किल्ल्याची वीट आहेत. सर्वांना एक संकल्पाद्वारे ईश्वरी कार्याला सफल करायचे आहे. सर्वांच्या मनातून हाच आवाज निघाला पाहिजे की ही माझी जबाबदारी आहे.

आपण सर्व या किल्ल्याच्या पक्क्या वीटा आहोत. एक-एक विटेचे महत्व आहे. एक वीट जरी हालली तरी त्यामुळे संपूर्ण भिंत हलू शकते. त्यामुळे आपल्याला अचल वीट बनले पाहिजे. कोणी कितीही हलवायचा प्रयत्न केला तरी आपली स्थिती हलता कामा नये. आता असे निर्विघ्न वायुमंडल बनवू या की कोणत्याही आत्म्याची विघ्नरूप बनण्याची हिंमत होता कामा नये. त्यासाठी हे व्रत घेऊ या की आपण सर्व एक मत, एक श्रेष्ठ वृत्ती, एक आत्मिक दृष्टी व एकरस स्थितीत राहून एक-दुसऱ्याला सहयोग देऊ. सदा शुभचिंतक बनून सर्वांना शुभभावना व शुभकामना प्रदान करू. सहयोगा-नेच संघटनरूपी किल्ला मजबूत बनतो. फलस्वरूप असंभव कार्यदेखील सहज संभव होते. त्यामुळे आपल्या मन-वचन-कर्माद्वारे ईश्वरी संघटन रूपी किल्ला मजबूत करू या. स्वतःला या किल्ल्याची अमूल्य वीट समजून, ती सदा अचल-अडोल कशी राहिल, याकडे लक्ष देऊ या. सारांशाने, ईश्वरी संघटन हाचि असे अभेद्य किल्ला।

माया होतसे परास्त, करता त्यावर हल्ला।।



तेरी पालना का बाबा

(अनुभव) ब्र.कु.भ्रागवत सोनार, सावदा (जळगाव)

मी सावदा (जळगाव) येथे राहणारा असून, कृषी विभागात सरकारी नोकरी करत होतो. दोन मुली व दोन मुले असा माझा परिवार होता. परंतु अचानक जणू माझ्यावर दुःखाची वीजच कोसळली. माझी पत्नी मला सोडून गेली. काही दिवसांनी माझी मुले सुद्धा मला सोडून माझ्या आधीच देवाघरी गेली. त्यामुळे जीवनाच्या या प्रवासात मला कोणीही सोबती वा सहारा उरला नव्हता. परिणामी मला जीवन उदास, नीरस वाटू लागले, जगण्याची इच्छाच मावळू लागली. हे जीवन संपवून टाकावे असे वाटू लागले आणि खरच एके दिवशी मी जीवघात करण्याच्या उद्देशाने घराबाहेर पडलो. मनामध्ये अनेक विचार थैमान घालत होते. माझ्या जीवनातील एकटेपणाचं दुःख मला अगदी असह्य झालं होतं.

परंतु रस्त्याने जात असताना, अचानक मला घरा शेजारची एक माता भेटली व मला म्हणाली, 'दादा, तुम्ही कोठ जात आहात? तुमची मनःस्थिती ठीक दिसत नाही. तुम्ही आताच माझ्याबरोबर ब्रह्माकुमारी आश्रमात चला.' त्या मातेच्या आग्रहास्तव माझे पाय आश्रमाकडे वळले. मी सेंटरवर गेलो. तेथील शांत, अलौकिक वातावरणात मला शांतीची अनुभूती आली. तेथील निमित्त टीचर भगिनीने मला अतिशय मधुर शब्दात ईश्वरी ज्ञान समजावून सांगितले व रोज सेंटरला यायला सांगितले. त्यांच्या म्हणण्यानुसार मी साप्ताहिक कोर्स पूर्ण केला. त्यानंतर मी रोज मुरली ऐकायला जाऊ लागलो. त्याचा परिणाम असा झाला की माझ्या जीवनातील एकटेपणा कायमचा नाहीसा झाला. मला हे लक्षात आले होते की देहाचे संबंधी हे आपल्या कर्मसंचिताप्रमाणे प्राप्त होतात. परंतु अविनाशी आत्म्याचा सर्व संबंधी, अविनाशी परमापिता शिव परमात्माच आहे. तसेच त्याची निरंतर स्मृती रहावी, यासाठी दैहिक संबंधांपासून नष्टोमोहा बनण्याची आवश्यकता असते. मला तर दैहिक संबंधीच नसल्याने, मी आपोआपच 'नष्टोमोहा स्मृती-

स्वरूप' बनलो होतो. फलस्वरूप माझ्याबरोबर सदैव शिवबाबा आहेत, अशी अनुभूती मला होऊ लागली.

पुढे रक्षाबंधनानिमित्त बऱ्हाणपूरच्या आदरणीय सुधा दादी जेव्हा सावदा सेंटरवर आल्या तेव्हा त्यांनी मला आत्मिक दृष्टी दिली व मोठ्या प्रेमाने राखी बांधली. त्यावेळी माझ्या डोळ्यातून आनंदाश्रू वाहू लागले. दादीजींनी मला समजावून सांगितले की 'तुमच्या सोबत शिवबाबा आहेत. तसेच इतका मोठा ब्राह्मण परिवार आहे. त्यामुळे तुम्ही कधीच स्वतःला एकटे समजू नका.' हे ऐकून जीवन जगण्याची एक नवीन प्रेरणा प्राप्त झाली.

त्यानंतर मला मधुबनला जाऊन बापदादांना सन्मुख भेटण्याची उत्कट इच्छा निर्माण झाली. त्यानुसार दि. २० मार्च २०१२च्या र्टर्नमध्ये जाण्यासाठी माझे रिझर्वेशन देखील करण्यात आले. परंतु मधुबनला जायच्या दोन दिवस आधी, रात्री झोपेत माझ्या छातीत असह्य वेदना होऊ लागल्या त्यामुळे मला जाग आली व मी शिवबाबांची आठवण करू लागलो. मनोमनी बाबांना म्हणालो की तुम्हाला भेटण्यासाठी मला मधुबनला जायचे आहे. तुम्हीच माझे तारणहार आहात. माझे हे शरीर एक वस्त्र आहे. त्याद्वारे मी आत्मा कर्मभोग चुकता करत आहे. तुम्ही सदैव माझ्या सोबत आहात.' तेवढ्यात मला जाणवल की अव्यक्त बापदादा माझ्यासमोर येऊन माझ्या डोक्यावरून हात फिरवू लागले व मला म्हणाले, 'मुला घाबरू नकोस. मी सदैव तुझ्यासोबत आहे. तुला अजून बरीच सेवा करायची आहे. तू बाहेर मोकळ्या हवेत जा म्हणजे तुला बरे वाटेल.' बाबांचे हे वरदानी बोल ऐकून माझ्यात शक्तींचा संचार झाला. त्या अनुभवातच मी बाहेर पडलो. मोकळ्या हवेत फिरल्याने मला बरे वाटायला लागले.

दोन दिवसांनी तारणहार बाबांनी मला मधुबनला नेलं. तेथील वातावरणात मला जाणवल की मी माझ्या बाबांच्या घरी ईश्वरी परिवारात आलो आहे. त्या पावन भूमीवर



मला बाबांचे विभिन्न अनुभव आले. अव्यक्त बापदादांना सन्मुख भेटल्यावर असे वाटले की आपले जीवन कृतार्थ झाले. त्याचवेळी मी दृढ संकल्प केला की आपले उर्वरीत जीवन शिवबाबांच्या आठवणीत व ईश्वरी सेवेत सफल करायचे तसेच आपल्या संबंध-संपर्कातील सर्व आत्म्यांचे मीलन शिवबाबांशी करवायचे.

शेवटी मला वाचकांना हेच सांगायचे आहे की मनापासून शिवबाबांची आठवण केल्याने, सर्व संबंधांच्या सुखाचा अनुभव बाबा आपल्याला करवतात. त्यामुळे विनाशी देह व दैहिक संबंधांना विसरून स्वतःला आत्मा समजा व सर्व संबंध शिवबाबांशी जोडा. म्हणजे सदैव अतींद्रिय सुखाचा अनुभव होत राहिल. आता तर माझ्या मनात हाच भाव उरलेला असतो -

तेरी पालना का बाबा, एहसान चुकाये किस तरहा ।
तूने प्यार जो दिया है, शब्दोंमें गाये किस तरहा ।

► पान क्र. १५ वरून

शिकल्यामुळे, मन सहजपणे सकारात्मक चिंतन करू लागते. झामाचे म्हणजेच सृष्टिचक्राचे ज्ञान आपल्याला चिंतामुक्त करते. या ज्ञानयज्ञात विकारांची आहुती दिल्यामुळे नकारात्मक विचारांना आळा बसतो. परचिंतनाचे तोटे समजल्याने व्यर्थ विचारांपासून आपण मुक्त होतो. शिवबाबांकडून मिळणाऱ्या शक्तीद्वारे मन शक्तिशाली बनते. तसेच कर्मयोगी बनून कर्मभोग सहन करण्याची ताकदही येते. महात्मा गांधींनी तीन माकडांच्या माध्यमातून दिलेला संदेश सर्वश्रुत आहे पण त्याच्याच जोडीला वार्डेट कर्म करू नका आणि सर्वात महत्वाचे म्हणजे वार्डेट विचारही करू नका असे शिवबाबा सांगतात. म्हणूनच राजयोगाचा अभ्यास आणि ईश्वरी ज्ञानाची जीवनातील धारणा, हाच आहे सुखी निरोगी आयुष्याकरिता शिवबाबांचा सर्वोत्तम हेल्थ फंडा. सर्वात महत्वाची गोष्ट म्हणजे याद्वारे केवळ या जन्मातच नव्हे तर भविष्य २१ जन्मांकरिता अविनाशी 'हेल्थ, वेल्थ, हॅपीनेस' चे वरदान शिवबाबांकडून प्राप्त होते.



शिवबाबांची अलौकिक व सूक्ष्म चाळणी

शिवबाबांना पवित्र व प्रीतबुद्धीचे आत्मे हवे असतात म्हणूनी ते आपुली अलौकिक चाळणी चाळतच राहतात ॥ १ ॥
त्यातूनी प्रथमतः विपरीत बुद्धीचे कौरव गळून पडतात प्रीतबुद्धी भवच्या महावरदानाकडे ते दुर्लक्ष करतात ॥ २ ॥
धारणा पालनेला भिवूनी बहुतांश आत्मे गळून पडतात तर मानअपमानात येऊनी मानी आत्मेही गळून पडतात ॥ ३ ॥
संशय निर्माण होऊन संशयी आत्मे गळून पडतात मायावी आकर्षणाने ब्राह्मण आत्मेही गळून पडतात ॥ ४ ॥
ज्ञानावरती वाद घालूनी शास्त्रांचे शास्त्री गळून पडतात नामवंत रथी महारथीही पांडवसेना सोडूनी जातात ॥ ५ ॥
संदिलवरी कन्या पाहूनी ज्ञान ऐकणे अपमान समजतात शिवबाबांच्या चाळणीतूनी असे आत्मे त्वरीतच गळतात ॥ ६ ॥
परिस्थिती व शारीरिक व्याधीने काही आत्मे त्रस्त होतात आणि व्याधीचे कारण सांगूनी स्वतःच गळून पडतात ॥ ७ ॥
शेकडो आत्मे बाहेर पडूनी वेगळा संग स्थापित करतात आणि या अलौकिक चाळणीतून कायमचेच गळून पडतात ॥ ८ ॥
ज्यांच्या बुद्धीत अलौकिक प्राप्तींचे ज्ञानबिंदू नसतात ते केवळ लौकिक प्राप्तीत व्यग्र होऊनी गळून पडतात ॥ ९ ॥
कल्पकल्पांच्या विनाशात मोहग्रस्त आत्मे गळून पडतात असे आत्मे सत्ययुगी उच्चपद प्राप्तींसाठी कमी पडतात ॥ १० ॥
अशा या सूक्ष्म अलौकिक चाळणीस जे यथार्थ जाणतात ते आपुल्या व्यर्थ संकल्पांनाच चाळणीतून खाली पाडतात ॥ ११ ॥
बाबा हेलकावे देऊनी आत्म्यांना तीव्र पुरुषार्थी बनवितात आणि तेच पुरुषार्थी हृदयसिंहासनावरी जाऊनी बसतात ॥ १२ ॥
जे आत्मे बापदादांच्या हृदयसिंहासनावरी जाऊन बसतात तेच आत्मे दैवी राजसिंहासनावरही विराजमान होतात ॥ १३ ॥
शिवबाबांच्या अलौकिक चाळणीने आत्मे हालतच राहतात निश्चयबुद्धी आत्मे मात्र कधीच खाली पडत नसतात ॥ १४ ॥

-- ब्र. कु. उज्वलताई, पुणे.



बाबा आपने कमाल कर दिया

(अनुभव)

ब्र.कु.शंकर पाटील, कुमठे (सांगली).

मी सन १९६२ ते १९८८ या कालावधीत इंडियन मिलिटरीत सेवा करून सुभेदार या पदावरून सेवानिवृत्त झालो. सन १९६५ व १९७१ मध्ये झालेल्या भारत-पाक युद्धात मी प्राण-पणाला लावून लढलो. मला याचा अतिशय अभिमान आहे की या युद्धात भारताचा विजय झाला. सन १९७१ च्या युद्ध समाप्तीनंतर बांग्लादेशातून भारतात परत येतांना, मी बसलेल्या रणगाड्याचा अपघात झाला व माझ्या कंबरेला जबरदस्त मार लागला. सन १९८८ मध्ये सेवानिवृत्त झाल्यानंतर मी जेव्हा गावी शेती करायला लागलो तेव्हा तर कंबरदुखीचा त्रास आणखीनच वाढत गेला. औषधोपचार चालू होता परंतु त्रास काही कमी होत नव्हता.

पुढे सन १९९२ मध्ये मला शिवबाबांचा परिचय मिळाला, हे माझ्या जन्मोजन्मीच्या भक्तीचे फळ होते. या जन्मीसुद्धा मी खूप भक्ती केली होती. अनेक तीर्थक्षेत्रांवर अनेकदा गेलो होतो. अनेकानेक धर्मग्रंथाचे वाचन केले होते. त्यामुळे ज्ञानात आल्यानंतर मी शिवबाबांचा आज्ञाधारक मुलगा बनून श्रीमतानुसार पुरुषार्थ करायला सुरुवात केली. आजपर्यंत मी मधुबनला जाऊन, प्राणेश्वर बापदादांना नऊ वेळा सन्मुख भेटलो हेच माझे परम सौभाग्य !

कर्मयोगाद्वारे कर्मभोगावर विजय प्राप्त करण्याचा माझा पुरुषार्थ चालूच होता. त्यात २ मार्च २००२ रोजी शिवबाबांच्या अपार मदतीचा मला अनोखा अनुभव आला. कंबरेचे दुखणे कमी व्हावे म्हणून ब्र.कु.डॉ.प्रकाश पेठकर यांचेकडून 'पेन मोड्युलर' चे इंजेक्शन घेत असताना, इंजेक्शन जरा घट्ट झाल्यामुळे ते हलवून जोराने प्रेशर देताना साँकेटपासून सुई निसटून ती कंबरेच्या मांसल भागात गेली. ती सुई अशा ठिकाणी फिट झाली की परत ऑपरेशन करूनसुद्धा डॉक्टरांना बाहेर काढता आली नाही. मागील ११ वर्षांपासून माझ्या कमरेत ती सुई आहे. परंतु आश्चर्याची बाब म्हणजे त्यावेळेपासून माझी कंबरदुखी पूर्णपणे थांबली

आणि माझा सर्वप्रकारचा औषधोपचार बंद झाला.

अशारीतीने शिवबाबांनी मला म्हातारपणी होणाऱ्या कंबरदुखीपासून मुक्त करून, 'निरोगी भव' चे वरदान दिले. मी सध्या वयाच्या ७०व्या वर्षी सर्व गोष्टींनी सकुशल असून, पुरुषार्थाचा लाभ घेत आहे. ही सारी शिवबाबांची कमाल आहे. त्यामुळे माझे मन सदैव हेच गीत गाते -

बाबा आपने कमाल कर दिया ।

हमारा सारा जीवन, आपने खुशहाल कर दिया ॥

मनाला सुखी व प्रसन्न

बनविण्याचे अमूल्य उपाय...

लक्षात ठेवा - सुख-शांती मनात असते, कुठल्याही वस्तूमध्ये नसते. • स्वतःशिवाय या जगात आपल्याला कोणी खुश करू शकत नाही. • धन आपल्याला सर्व काही देऊ शकते परंतु खरे सुख आणि शांती देऊ शकत नाही. • सुख-शांतीची खरेदी करता येत नाही. त्याचा केवळ अनुभव करता येतो. • सुख-शांतीचा झरा आपल्याच अंतरंगात आहे. त्याचा शोध बाहेर घेणे चुकीचे आहे. • जरी आपल्याला सम्राट बनवले अथवा आरामाची सर्व साधने वा वस्तू दिल्या तरी आपण सुखी व्हाल याची ग्वाही-गॅरंटी नाही. • सुख-शांती हा आत्म्याचा स्वधर्म आहे, ज्याची प्राप्ती कोणत्याही सांसारिक वस्तूद्वारे अथवा इंद्रिय सुखाद्वारे करता येत नाही. • तणावाचे मूळ कारण आपल्या मनात आहे. त्यामुळे मनाला समजल्याशिवाय तणावमुक्त होणे असंभव आहे. • जर तुम्ही दुःखी होण्याची इच्छा केलीत तरच दुःखी व्हाल. तुम्हाला दुसरा कोणी दुःखी करू शकणार नाही. • प्रसन्नता हा आपला अमूल्य खजिना आहे. त्यामुळे छोट्या-छोट्या गोष्टीत वा परिस्थितीत तो गमावू नका. • आध्यात्मिकतेच्या मार्गावर चालून, ईश्वरी ज्ञान व राजयोगाच्या अभ्यासानेच जीवनात आत्मिक सुख व शांतीची अनुभूती होते.



१. शिगांव (सांगली) : भव्य संत संमेलन कार्यक्रमात ब्र.कु. डॉ. वैशाली बहेन यांचा नागरी सत्कार करतांना, ग्रामविकास मंत्री श्री. जयंत पाटील.
२. डोंबिवली : सेवाकेंद्राद्वारे आयोजित बालविकास शिबिराच्या समाप्ती समारोहात उपस्थित प्राध्यापक भ्राता प्रमोदजी, प्राध्यापक भ्राता जोगळेकर, ब्र.कु. शकू दीदी व अन्य.
३. जयसिंगपूर : मेमरी मॅनेजमेंट कार्यक्रमाचे उद्घाटन करतांना रोटरी क्लब अध्यक्ष राजू गलदवा, बी.के. स्वामीनाथन भाई, बी.के. सुनिता बहेन, बी.के. राणी बहेन व अन्य.
४. मालाड : टीव्ही कलाकार दिलीप जोशी ('तारक मेहता का उलटा चष्मा' यातील जेठालालची भूमिका) यांना ईश्वरी भेटवस्तू देतांना बी.के. नीना बहेन व बी.के. नीता बहेन.
५. उस्मानाबाद : भागवत कथाकार व्यास महाराज यांना ईश्वरी भेटवस्तू देतांना ब्र.कु. सुरेखा बहेन तसेच माजी आमदार ब्र.कु. विनायकराव पाटील.
६. पिंपरी (पुणे) : महिला सशक्तीकरण कार्यक्रमात दीप प्रज्वलन करतांना महापौर सौ. मोहिनीताई लांडे, शिक्षण मंडळ सदस्या सौ. सविता खुळे व ब्र.कु. सुरेखा दीदी.
७. मडगाव (गोवा) : रस्ता सुरक्षा अभियान कार्यक्रमात आपले विचार मांडतांना आमदार विजय सरदेसाई, सोबत ब्र.कु. सुरेखा बहेन, गीता बहेन, माधुरी बहेन व कांचन बहेन.
८. पुणे : भारतीय फुटबॉल टीमचे नवनियुक्त कप्तान सुनिल छेत्री यांना ईश्वरी भेटवस्तू देतांना ब्र.कु. सरिता बहेन सोबत ब्र.कु. दीपक भाई.



धार्मिक प्रभाग के एक ईश्वर - एक परिवार कार्यक्रम का उद्घाटन पं. प्रमोदसिंह करीते हुए जयपूर से अब्दुल अजीज बन्साल्ट, ज्ञानी दरबार सिंघ, ब्र.कु. मनोरमा, महामंडलेश्वर दर्शनसिंह हरिद्वार, मादी रतनमोहिनीजी, ब्र.कु. रत्नमण, स्वामी शाश्वतानंदजी, बनवसुनिजी विशदुवा.

शांतीवन (आबू रोड) : धार्मिक प्रभागाव्दारे आयोजित 'एक ईश्वर एक परिवार' या समेलनाचे उद्घाटन करतांना राजयोगिनी दादी रतनमोहिनीजी, महामंडलेश्वर दर्शनसिंह, स्वामी शाश्वतानंदजी. बी.के. मनोरमा बहेन, भ्राता अब्दुल अजीज व ज्ञानी दरबार सिंह.



पनवेल (मुंबई) : 'खुशनुमा रिश्तोंकी चाबी' या कार्यक्रमात भाषण करतांना बी.के. शिवानी बहेन, मंचासीन भ्राता सुरेश ओबेराय, बी.के. तारा बहेन व नगराध्यक्षा चारुशिला घस्त.



नाशिक : राष्ट्रवादी काँग्रेसचे अध्यक्ष व कृषी मंत्री मा. शरद पवार यांना ईश्वरी भेटवस्तू दिल्यानंतर 'क्लीन द माइन्ड, ग्रीन द अर्थ' अभियानाचा परिचय देतांना ब्र.कु. पुनम बहेन, ब्र.कु. मुग्धा बहेन, ब्र.कु. विकासभाई व अन्य.



पेठ वडगाव : तंबाखू मुक्ती दिनानिमित्त मोहिते इंडस्ट्रीजमध्ये व्यसनमुक्ती व्याख्यानानंतर ग्रुप फोटोत डॉ. रमेश भाई व ब्र.कु. राणी बहेन.