॥ श्री ॥

# अध्याय सतरावा

## - श्रद्धात्रयविभागयोग -

गीता प्रवचने - या अध्यायात कार्यक्रम योग सांगितला आहे. आपली वृत्ती प्रसन्न व मोकळी रहावी असे वाटत असेल तर आपण आपले वर्तन बांधून घेतले पाहिजे. आपला नित्य कार्यक्रम कोणता तरी ठराविक भूमिकेवरुन चालला पाहिजे. त्या मर्यादेने, त्या एका निश्चित नियमित रीतीने आपले जीवन चालले तरच मन मोकळे राहू शकेल. नदी मोकळेपणाने वाहते पण तिचा प्रवाह बांधलेला आहे.

सूर्य स्वतंत्र व मोकळा आहे. तो नियमित आहे यातच त्याच्या स्वतंत्रतेचे सार आहे. रोज ठराविक रस्त्याने फिरावयास जायची सवय असेल तर रस्त्याकडे लक्ष न जाता मनाने आपणास विचार करत फिरता येते. रोज नवीन रस्ता जर काढला तर सारे लक्ष त्या रस्त्याकडेच लागेल. मनाला मग मोकळीक रहाणार नाही. जीवनाचा बोजा न वाटता जीवनात आनंद वाटावा यासाठी आपण आपले वर्तन बांधून घेतले पाहिजे.

यासाठी भगवंत या अध्यायात कार्यक्रम योग सांगत आहेत. मनुष्य जन्मतःच तीन संस्था घेऊन जन्म घेत असतो. एक त्याचे शरीर, दुसरे म्हणजे समाज आणि तिसरे म्हणजे हे विशाल ब्रह्मांड

Notes

www.madhaveeraghuveer.com

किंवा ही अपार सृष्टी! ह्या तिन्ही संस्थांची आपल्यासाठी झीज होत असते. ती भरून काढण्यासाठी आपण सतत प्रयत्न करावा व आपले जीवन सफल करावे. यासाठी तीन उपाय आहेत.

व्यष्टि- तप समष्टि- दान परमेष्टि- यज्ञ.

परमेष्टी- यातील परमेष्टि म्हणजेच ही सृष्टी आहे. ~~सृष्टी~~ यज्ञाचा हेतू झीज भरून काढणे हा आहे. सृष्टीचा समतोल साधण्यासाठी झीज भरून काढणे, शुद्धी करणे याबरोबरच काही विधायक गोष्टीही कराव्या लागतील. धान्य निर्माण करणे, सूत काढणे ही देखील यज्ञक्रियाच आहे. आपण आधीच जी झीज केली आहे ती भरून काढणे हे माझे कर्तव्य आहे हा परोपकार नाही. आपण आधीच ऋणी आहोत. हे ऋण डोक्यावर घेऊनच आपण जन्माला आलेलो आहोत. पदोपदी आपण सृष्टीसंस्था वापरतो. आपण जन्माला आलो तेव्हा जशी सृष्टी होती तशीच ती आता आहे का? बिलकुल नाही. मग हे कोणी बिघडवले? मीही त्याच समाजाचा एक भाग आहे. माझ्याकडून त्या सृष्टीची हानी होणार नाही. जेवढे शक्य आहे तेवढे नैसर्गिक रूपात मी तिचे तिला परत करेन. हा निश्चय मनापासून करणे आणि तो अमलात आणणे हाच खरा यज्ञ! मात्र हा अत्यंत निःस्वार्थी बुद्धीने व्हायला हवा.

*Notes*



www.madhaveeraghuveer.com

समष्टी - म्हणजे मनुष्य समाज। आपल्यासाठी आई-वडील, गुरु, मित्र, शेजारी, परिचित, हितचिंतक, समाज मेहनत करत असतो. हे समाजऋण फेडण्यासाठी 'दान' सांगितले आहे. समाजापासून मी अपार सेवा घेतली आहे. मी या जगात असहाय, दुबळा होतो. तेव्हा या समाजाने मला लहानाचे मोठे केले. त्यासाठी परतफेड म्हणून मी आता समाजाची सेवा करायची. वृद्धांना, अपंगांना आधार द्यायचा. समाजाचे ऋण फेडण्यासाठी शरीराने, द्रव्याने, अन्य साधनांनी केलेली मदत म्हणजे दान।

शतेषु जायते शूरः सहस्रेषु च पाण्डितः।
वक्ता दशसहस्रेषु दाता भवति वा न वा॥

खरा दानशूर हा फार दुर्मिळ असतो. मात्र हे चित्र पालटायला हवे. प्रत्येकाने दाता व्हायला पाहिजे. कोणताही स्वार्थ न बाळगता कोणतीही जाहिरात न करता 'दान करणे' हा माझ्या जीवनशैलीचा भाग बनला पाहिजे. स्वतःच्या घासातला घास काढून इतरांना देता यायला पाहिजे. त्यामुळे समाजात समतोल साधता येईल. श्रीमंत-गरीब ही दरी कमी व्हायला हवी. श्रीमंत अधिक श्रीमंत होत आहेत आणि गरीब अधिक गरीब होत आहेत. दानाने काही प्रमाणात हे अंतर कमी करता येईल. मात्र दान असे सहज हवे की ज्यामुळे देणाऱ्याचा अहंकार वाढणार नाही आणि घेणाऱ्याला कमीपणा येणार नाही. अपमान

Notes वाटणार नाही.

| S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | 2012 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | JAN |

8.00 व्यष्टी- म्हणजे व्यक्ती किंवा शरीर! शरीराची
तर रोजच झीज होत असते. आपण मन,
9.00 बुद्धी, इंद्रिये या सर्वांना वापरतो, झिजवतो.
या शरीररूपी संस्थेत जे विकार, जे दोष उत्पन्न
10.00 होतील त्यांच्या शुद्धीसाठी तप सांगितले आहे.
तपाने शरीराची झीज भरून निघते. तप म्हणजे
11.00 अनुशासन, नियमितपणा. योग्य वेळी योग्य क्रिया
करण्याची शिस्त. नियमबद्ध आचरण. शरीराला
12.00 त्याचे भोग वेळच्या वेळी व योग्य प्रमाणात देणे.
अशा रीतीने तप, दान यज्ञ यांच्या योगाने
1.00 व्यष्टी, समष्टी व परमेष्टी (सृष्टी) चे कार्य
उत्कृष्ट चालले पाहिजे. आपल्यालाही कबीरासारखे
2.00 म्हणता आले पाहिजे. देवा! तू मला जशी चादर
दिलीस तशी मी परत देऊन चाललो आहे.
3.00 नीट तपासून घे ही चादर!
आपण दुसऱ्याकडून एखादी वस्तू आणली
4.00 तर ती परत करताना काळजीपूर्वक तपासून
पहातो. मग जशी सृष्टी आपल्याला मिळाली तशी
5.00 आपण परत करतो का? पुढच्या पिढ्यांसाठी आपण
काय ठेवून जाणार आहोत. यासाठी फार मोठे कष्ट
6.00 घ्यायला नको तर मग काय करायला हवे?
तर सृष्टीच्या नैसर्गिक रूपात बाधा न आणता
7.00 त्यास वापरता आले पाहिजे. ज्यामुळे निसर्गाची
हानी होणार नाही याची काळजी प्रत्येकाने घ्यायला हवी.

Notes

| 2011 | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| DEC | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

www.madhavleeraghuveer.com

यज्ञ, दान, तप अशा तीन संस्था असे जरी सोयीसाठी म्हटले तरी त्या एकच आहेत. कारण व्यक्ती समाजात रहाते आणि समाज सृष्टीमध्येच आहे. दान, तप सर्व मिळून एक व्यापक यज्ञच होतो. गीतेने यज्ञाचा विशाल अर्थ केला आहे.

जी जी सेवा करू ती निरपेक्षच असली पाहिजे. फळ तर आपण आधीच घेतलेले आहे. आता निदान ते परत करायची बुद्धी तरी राहिली पाहिजे. यज्ञाने सृष्टीसंस्थेत साम्यावस्था प्राप्त होते. तशीच दानाने समाजात व तपाने शरीरात साम्यावस्था रहाते.

ही सर्व सेवा करायची त्यासाठी काही भोगही द्यावा लागेल. भोग हेही यज्ञाचेच अंग आहे. या भोगाला गीता आहार असे म्हणते. या शरीररूपी यंत्राला अन्नरूपी कोळसा दिला पाहिजे तरच तो उपयोगी पडेल. हे शरीर सेवेसाठी सदा उभे रहावे म्हणून मी या शरीराला जी आहुती देईन ती आहुती यज्ञरूप आहे सेवार्थ केलेला आहार पवित्र आहे.

परंतु या सर्व गोष्टींच्या मुळाशी श्रद्धा हवी. सर्व सेवाही ईश्वरार्पण करायची हा भाव हवा. आणि या सर्व गोष्टी ईश्वराला अर्पण करायच्या तर, ती सर्व कर्मे सात्त्विक हवीत. त्यासाठी कर्म करताना त्यात आत्मा ओतावा लागेल. चित्ताची एकाग्रता साधावी लागेल.

बाहेरच्या कर्माचा व आतल्या मनाचा मेळ

www.madhavaraghuveer.com

Notes

SUNDAY 11

| S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | 2012 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | JAN |

नसेल तर ती क्रिया विधिहीन होईल. आत जर मनाची अनुमती नसेल तर बाहेरचे कर्म बिघडेल. ते जर निर्मळ, सुंदर नसेल तर लिंग मलीन आहे असे समजावे. या सर्व कर्मांना मंत्राचीही जोड हवी. मंत्रहीन क्रिया व्यर्थ आहे.

अशी उत्तम सेवा घडावी म्हणून आहार-शुद्धी हवी. जसे आहार तसे मन. आहार स्वच्छ व शुद्ध असावा. तो प्रमाणात असावा. पशुमध्ये व आपल्यात फरक आहे. तो फरक वाढवणे यालाच संस्कृतिवर्धन म्हणतात.

आहारशुद्धीने चित्तशुद्धी होईल. शरीराला वळण लागेल. समाजसेवा नीट करता येईल. चित्तात संतोष राहील. समाजात संतोष नांदेल. आरशातील प्रतिबिंबाप्रमाणे सर्वत्र अद्वैताचा अनुभव येईल. व्यक्ती व समाज यात विरोध राहणार नाही. माझ्या खोलीतील हवा व बाहेरची हवा यात विरोध नाही. मात्र जेव्हा माझे लहानसे घर मी जगापासून निराळे मानतो तेव्हा मी माझ्यावर मर्यादा घालून घेतो व अनंत संपत्तीला पारखा होतो. संकुचित वृत्तीमुळे वैभवाला मुकतो.

कुदरतने तो बख्शी थी हमें एक ही धरती
हमने कहीं भारत कहीं इरान बनाया।
हिन्दू बने या ना मुसलमान बनेगा
इन्सान की औलाद है वो इन्सान बनेगा।।

www.madhaveeraghuveer.com

Notes

| 2011 | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| DEC | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

व्यक्ती व समाज यांत ज्यायोगे उत्तम सहकार्य होईल असा साधा सुंदर मार्ग गीता दाखवत आहे.

जीभ आणि पोट यांत विरोध नसावा. ज्याचे जीवन यज्ञमय आहे तो सर्वांना हवाहवासा वाटतो. जो आवडतो सर्वांला। तोचि आवडे देवाला।

समर्थ म्हणतात —

ऐसा पुरुष तो पहावा। जनास वाटे हा असावा॥

अशा रीतीने सर्व जीवन यज्ञमय करून पुन्हा ते ईश्वरार्पण करायचे. ॐ तत् सत् या मंत्राने सगळी कर्मे ईश्वराच्या चरणी अर्पण करायची. त्याने सेवा अधिकाधिक शुद्ध होत जाते.

प्रथम तुम्ही व मी एक करायचे. आम्ही करायचे हे झाले यज्ञकर्म आणि नंतर आम्ही व तो एक करायचे हे झाले ईश्वरार्पण.

ॐ - शुभ मंगल तत् - ते आणि सत् - आहे.

एका बाजूला पुण्यमय पण अहंकारी जीवन असेल तर दुसऱ्या बाजूला पापमय पण नम्र जीवन असेल तर ज्या पापाने परमेश्वराचे स्मरण राहते ते जीवन श्रेष्ठ आहे. दोघांनाही ईश्वरस्मरणाचा अधिकार आहे. पुण्यवानाने पुण्याचा संचय केला आहे म्हणून तर पाप्याला पापापासून भय आहे म्हणून दोघांनीही ईश्वरस्मरण करावेच.

Notes

| S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | 2012 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | JAN |

3 March 2013

आता थोडा मागील अध्यायाचा संदर्भ पाहू या. सोळाव्या अध्यायात सांगितले आहे की दैवी संपत्ती उत्कर्षाला तर आसुरी संपत्ती अपकर्षाला कारणीभूत ठरते. वैराग्य हा ज्यांच्या वर्तनाचा आणि चरित्राचा पाया बनला आहे अशा थोर महात्म्यांच्या गळ्यात सव्वीस गुणांची माळ घालण्यासाठी मुक्ती-रूपी उपवर कन्या या वीतरागी पुरुषाच्या मागे धावत आहे.

की गुणकुसुमांची माळा। हे घेऊनि मुक्तिबाळा।
वैराग्य निरपेक्षाच्या गळा। गिंवसीत असे।।

ज्याने दैवी संपत्ती धारण केली ते एका दृष्टीने समाजाची धारणा करीत असतात. समाजातले सर्व चांगले जर कुणामुळे रहात असेल तर ते ह्या लोकांमुळे रहात असेल दैवी संपत्तीचे सामर्थ्य असे आहे की ती भगवंतालासुध्दा प्रिय होते. भक्ताला देवाचे व्यसन लागण्याऐवजी भगवंतालाच भक्ताचे व्यसन लागते. अशा भक्तावर भगवंत लुब्ध होतो. अशा भक्तासाठी निर्गुण ईश्वर सगुण होतो.

याउलट आसुरी संपत्तीमुळे समाजाचा घात होतो. अन्यायी व्यक्तींनी केलेला अन्याय त्यांच्यावरच उलटतो.

प्रत्येक व्यक्तीमध्ये दैवी व आसुरी संपत्ती असतेच. प्रमाण कमी जास्त असेल. त्यासाठी शास्त्राने चौकट घालून दिली आहे. शास्त्रसंमत घडून येणे कठीण आहे. मग अशा स्थितीत अज्ञानी मुमुक्षुंनी कोणता मार्ग आहे?

Notes

| 2011 | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| DEC | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

(१) अर्जुन पहिलाच प्रश्न विचारतो
जे लोक शास्त्रविधीला सोडून पण श्रद्धेने कर्मे आचरतात त्यांची स्थिती कोणती? सात्त्विक, राजस का तामस? मात्र शास्त्र व श्रद्धा विचारात घेतले तर मानवाचे चार वर्ग पडतात.

अ. शास्त्रही कळते व श्रद्धाही असते - उत्तम साधक, दुर्मिळ योग.

ब - शास्त्र वाचायला आवडते पण अंतःकरणात श्रद्धा जागत नाही. मध्यम साधक

क - श्रद्धा आहे पण शास्त्र आजिबात कळत नाही. कनिष्ठ साधक

ड - शास्त्रही नाही आणि श्रद्धाही नाही - अधम

Man is a social animal. Victory has many fathers but defeat is an orphan.

या श्लोकात सांगितलेली निष्ठा म्हणजे श्रद्धा आहे.

(२) मनुष्याची स्वाभाविक उत्पन्न झालेली ती श्रद्धा सात्त्विक, राजसी व तामसी अशा तीन प्रकारची असते.
स्वभावजा श्रद्धेला, शास्त्रजा श्रद्धेचे अधिष्ठान नसेल तर ती निषिद्ध विषयसेवनाकडेही जाऊ शकते.

(३) सर्व मनुष्यांची श्रद्धा त्याच्या त्याच्या अंतःकरणाप्रमाणे होते. नसेच हा पुरुष श्रद्धामय आहे यासाठी जो पुरुष

Notes

www.madhavaraghuveer.com

ज्या श्रद्धेने युक्त असतो, तो स्वतः ही तोच असतो। काजळ काळ्या रंगाहून वेगळे नसते. म्हणजेच मनुष्य कसा आहे हे ओळखायचे असेल तर त्याची आराध्य देवता, त्याचा आहार-विहार, बोलणे कसे आहे हे पहावे त्यावरून त्या व्यक्तीची खरी ओळख करून घेता येते.

(8) जे सात्त्विक आहेत ते देवांची पूजा करतात. जे लोक राजस आहेत ते धन, सौख्य, समृद्धी मिळवण्यासाठी यक्षांची पूजा करतात. तामस लोक प्रेते, भूते किंवा जे जे ओंगळवाणे आहे त्याची पूजा करतात.

वामाचारी तांत्रिक - यांना वाईट केल्याशिवाय समाधान मिळत नाही. तर अघोरी पंथ ५ 'म' चा पुरस्कार करतात - मद्य, मांस, मत्स्य, मुद्रा व मैथुन.

ही समाजाला लागलेली कीड आहे. हे लोक धर्माला दरिद्री बनवतात. त्याप्रमाणे समाजकंटक म्हणजे पापाचा मूर्तिमंत पुतळा असतात. समाजाची नागवण करतात. अशा दुष्टांना चांगला उपदेश मानवत नाही. अधःपतित समाजात स्त्रैण लोकांची संख्या अधिक असते. ते भोगवादाचा पुरस्कार करतात. यांचे चित्त लोभावर व फायद्यावर असते. परंतु स्त्रीसमोर ते शरणागत असतात. कामवासनेने धुंद झालेला पुरुष स्त्रीच्या आहारी जाऊन गैरव्यवहार करतो.

*Notes*

गवताच्या कोंबावरून भूमीचे सुपीकपण समजते

| 2011 | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| DEC | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

www.madhuveeraghuveer.com

मंचकी बैसे राणी। म्हाता वाहतसे पाणी॥
अशी या समाजाची अवस्था असते. आळशी साधक आणि आपमतलबी गुरु यांचे उदंड पीक आलेले असते. तुकाराम महाराजांच्या काळात तर ब्राह्मणांचेही अध:पतन झाले होते. ते अहंकाराने उन्मत्त झाले होते.

कोडियांचे गोरेपण। तैसे अहंकारी ज्ञान॥
काही लोक जाखाई, जोखाई, रंडी, चंडी, मुंजोबा, म्हैसासुर अशा क्षुद्र देवतांची पूजा करतात. अशा सर्व देवतांना टाकून तुकाराम महाराजांनी विठ्ठलाची भक्ती करायला सांगितली आहे.

कोणताही सद्गुण एका दिवसात निर्माण होत नाही. त्याला वर्षानुवर्षे तपश्चर्या करावी लागते हळूहळू तो सद्गुण धारण करता येतो.

क्षणश: कणशश्चैव विद्यामर्थं च साधयेत।
क्षणत्यागे कुतो विद्या कणत्यागे कुतो धनम्॥
समर्थांनी उत्तम आचरणासाठी त्रिसूत्री सांगितली आहे विचार, विवेक, वैराग्य.

God is nowhere कडून God is now here. अशी विचारधारा व्हायला हवी. तरच समाजाची व राष्ट्राची उन्नती होईल.

अंगात येणे, देवीसाठी बकरे कोंबडे कापणे या गोष्टी म्हणजे तामसी श्रद्धा होय. समारंभ करणे वा उत्सवप्रिय असणे ही राजसी श्रद्धा होय तर एकनिष्ठ

Notes

SUNDAY 18

| S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | 2012 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | JAN |

असणे, अभ्यास करणे, वैराग्य धारण करणे, लोकांच्या कल्याणासाठी कामे करणे ही सात्विकी श्रद्धा होय.

(५)(६) शास्त्रविहिन लोक घोर तप आचरतात. तसेच दंभाने अहंकाराने युक्त होऊन कामना, आसक्ती यांचा अभिमान बाळगतात. शरीररुपी भूतसमुदायाला आणि अंतःकरणात रहाणाऱ्या मलाही कृश करणारे आहेत. त्यांना तू आसुरी समज.

त्यांना भगवंतही मान्य नसतो आणि ज्यांची शास्त्रावरही श्रद्धा नसते अशी माणसे आपल्या मनाप्रमाणे वागत असतात. ते कुणालाही जुमानत नाहीत. दुर्योधन आई, वडील, गुरु कोणाचेही एकत नव्हता. रावण आपल्या आजोबांना 'थेरडा' म्हणून अपमान करीत असे. [मंदोदरीचे वडील - माल्यवान] रावणानेसुद्धा तप केलेले होते पण त्यात आसुरी भाव होता. म्हणून त्याची श्रद्धा तामसी होती. आसुरी संपत्ती नष्ट झाली की दैवी संपत्ती दृढ होते.

(७) माणसाची मनोवृत्ती आहारावर ठरत असते.
यज्ञ - देवतेच्या प्रीत्यर्थ केलेला द्रव्य त्याग म्हणजे यज्ञ.

| | |
|---|---|
| यज्ञ - यज धातु | होम हु - धातु |
| उभे राहून हवन केले जाते. | बसून हवन केले जाते. |
| शेवटी वषट्काराचा प्रयोग | शेवटी स्वाहाकाराचा प्रयोग |

Notes

हे दोन्ही यज्ञच आहेत. आपल्या स्वामित्वाचा त्याग म्हणजे यज्ञ होय.

| 2011 | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| DEC | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

4 March 2013

(८) सात्विक श्रद्धेसाठी सात्विक आहार -

दैवी संपत्तीचे लेणे धारण करायचे असेल तर सात्विक श्रद्धा पाहिजे. आपण जे अन्न सेवन करू त्यावर स्वभाव ठरत असतो.

देही आरोग्य नांदते । भाग्य नाही यापरते ॥

आरोग्य कशामुळे बिघडते? तर दोन बाबींमुळे. आधी म्हणजे मानसिक चिंता तर व्याधी म्हणजे शारीरिक त्रास. आधी आधी येते.

जो मनाने लवकर खचतो तो निरोगी राहू शकत नाही.

धकाधकीचा मामला । कोण पुसे अशक्ताला ॥

त्यामुळे या जगात आपणच आपल्याला सबळ केले पाहिजे. नियमित व्यायाम व सकस आहार.

रस्या - म्हणजे आहार रसयुक्त, ओला असावा. कोरडा नसावा हा एक अर्थ तर दुसऱ्या अर्थाने तो बहुरसयुक्त असावा. शरीराचे पोषण करणारे रस त्यात आहेत असा आहार हवा. भले तो जीभेला रुचणारा असेल किंवा नसेल. पण तो अवश्य घ्यावा. लहानपणापासून तशी सवय लावली तर लागते.

स्निग्ध - पदार्थामुळे शरीराला पुष्टी मिळते सांध्यांना वंगण मिळते. त्यामुळे ते विनातक्रार दीर्घकालपर्यंत उत्तम रीतीने काम करू शकतात. स्निग्ध पदार्थामुळे मन आणि देह सुदृढ होऊन स्थिरावतो.

हृद्य - आनंद देणारे अन्न । तत्काळ किंवा तात्पुरता आनंद नाही तर परिणामी आनंद देणारे अन्न!

Notes समर्थ आपली भिक्षा गोदावरीमध्ये धुवून घेत.

www.madhaveeraghuveer.com

| S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | 2012 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | JAN |

सात्विक आहाराची ९ लक्षणे -

१. दीर्घायुष्य प्राप्त होते - खीर
२. धैर्य सोसण्याची ताकद वाढते - गाईचे तूप
३. शारीरिक बळ वाढते - दूध
४. शरीर व्याधिमुक्त होते - तेलकट तिखट वर्ज्य.
५. भोजनानंतर आल्हाद व तृप्ती वाटते - मध.
६. भोजन करताना अन्नाची रुची वाढते - पायस.
७. रसयुक्त आहाराने शरीर सक्षम होते - पक्व अन्न, फळे.
८. स्निग्ध आहाराने शरीर व बुद्धीची पुष्टी - लोणी.
९. ज्यामुळे अन्नाचा सारांश दीर्घकाळ शरीरात टिकतो असे अन्न म्हणजे हविष्यान्न.

(२) राजस आहार - जिभेचे चोचले पुरवणारे सर्व पदार्थ यात मोडतात.

खारट, तिखट, आंबट - चरकमरक
अति तिखट - मिरच्या, लोणची

यामुळे अल्सर होण्याची शक्यता असते.

माणसाच्या शरीरात चेतकांचे प्रमाण हळूहळू वाढत असते. तंबाखू, पान - तीव्रता वाढत जाते. थोडे किंवा कमी प्रमाणात सेवन करून kick येत नाही. खाताना कितीही चांगले लागले तरी देहाला ज्यामुळे दुःख होणार आहे त्याला म्हणायचे शोकमरक.

आमय म्हणजे विकार, व्याधि, रोग.

प्रदूषित झालेले, माशा बसलेले अन्न बाधक ठरते.

Notes

| 2011 | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| DEC | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

www.madhaveeraghuveer.com

ज्यातून रोग निर्माण होतो असे आमयप्रद अन्न राजस व्यक्तीला आवडते. राजस अन्नाचे ७ गुणधर्म

१. अति कटु (तिखट  २. आंबट

३. खारट - B. P. Heart.  ४. उष्ण - जीभ व

५. तीक्ष्ण - कडक. शेकदार  दात यांना हानिकारक

६. रुक्ष - वाळलेले, सुकलेले अन्न ७. दाहकरणारे.

(१०) तामसी आहार -

यातयाम - याम म्हणजे प्रहर हा साधारण तीन तासांचा असतो. अन्न शिजवल्यानंतर तीन तास उलटून गेल्यानंतर ते अन्न खाऊ नये.

गतरसम् - रस निघून गेलेले. काकडी, फळे भाज्या कापून खूप वेळ झाला तर त्यातील रस निघून जातो.

पूति - दुषित झालेले दुर्गंधि सुटलेले अन्न.

पर्युषित - खूप शिळे अन्न.

उच्छिष्ट - उष्टे किंवा उरलेले. थोडे सेवन केले आणि थोडे तसेच ठेवले तरी ते उच्छिष्ट होते.

अमेध्य - स्वभावतःच दुषित अन्न खाऊ नये. उदा. हुलगे, चिंच, कांदा कधीच जास्त खाऊ नये. मात्र वर्षा - दोन वर्षातून एकदा सामिष भोजनाचे उल्लेख आले आहेत. कोणतीही गोष्ट पूर्णपणे वर्ज्य नाही.

(११) सात्विक यज्ञ - शास्त्रविधीने वाट्याला आलेला, जो करणे कर्तव्य आहे असे मनाचे समाधान करून

Notes फलाची आकांक्षा न करणाऱ्यांकडून केला जातो तो सात्विक यज्ञ।

| S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | 2012 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | JAN |

www.madhaveeraghuveer.com

शिवं भूत्वा शिवं यजेत्।

या भूमीतून आपण अनंत गोष्टी घेतो. फुले, फळे घेतो. खनिजे, औषधी वनस्पती घेतो. सृष्टीचे वैभव ओरबाडून घेतो. हे वैभव रहावे म्हणून सृष्टीला जे परत करावे लागते त्यालाच यज्ञ म्हणायचे. यज्ञ म्हणजे केवळ तुपाची धार टाकणे नव्हे. सृष्टीबद्दल कृतज्ञता व्यक्त करून आपण उपभोगत असलेल्या वैभवाचा एक अंश परत करणे.

शिवाजी महाराजांची आज्ञापत्रे म्हणजे या सृष्टी यज्ञाची उत्तम उदाहरणे आहेत.

"जावळीच्या जंगलातील एकही वृक्ष तोडू नये. ज्याला वृक्ष तोडायचा आहे त्याने किमान शंभर वृक्ष पहिल्यांदा लावावेत आणि नंतर एक वृक्ष तोडावा." हा खरा यज्ञ आहे.

सृष्टीयज्ञासाठी प्रार्थना केली जाते.

काले वर्षतु पर्जन्यः पृथिवी सस्यशालिनी।
देशोऽयं क्षोभरहितः ब्राह्मणाः सन्तु निर्भयाः॥

दुसऱ्यांना न देता स्वतःच सर्व खाऊ पहाणारे सर्व चोर आहेत. सृष्टीचा यज्ञ योग्य रीतीने चालू रहायला हवा. आपल्याकडे अग्निहोत्र, दर्श, पूर्णमास, चातुर्मास्य, ज्योतिष्टोम असे नाना प्रकारचे यज्ञ सांगितले आहेत. (3) शिक्षकाने खाजगी शिकवण्या न घेता तन्मयतेने शिकवणे (2) रुग्णाला स्वास्थ्य लाभावे म्हणून वैद्याने पूर्ण वेळ त्यासाठी देणे.

Notes

| 2011 | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| DEC | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

(3) कारखान्याचे उत्पन्न वाढावे म्हणून कामगाराने चोख काम करणे. हे सर्व यज्ञच आहेत. थोडक्यात प्रत्येकाने निःस्पृहपणे स्वधर्मरत असणे हा सात्त्विक यज्ञच होय. त्यागमय यज्ञाचे उदाहरण • उञ्छवृत्ती ब्राह्मणाचा पुण्यसंचय हा अश्वमेध करणाऱ्या युधिष्ठिरापेक्षा अधिक होता - सोन्याचे मुंगुस.

उञ्छवृत्ती - ज्या शेतातील धान्य काढलेले आहे त्या शेतात पडलेल्या कणांवर उपजीविका करणारा.

अतिथीसत्कार हे ब्राह्मणाचे कर्तव्य आहे. त्याची पत्नी, त्याचा मुलगा-सून या सर्वांनी आपापला वाटा अतिथीला दिला. तो संतुष्ट झाला. तो अतिथी म्हणजे मानवरूप धारण केलेला धर्म होता.

ज्याने भूक जिंकली तो स्वर्गावरही विजय मिळवतो.

★ एक हजार देण्याची शक्ती असेल तर निदान शंभराचे दान करावे. शंभर देण्याचे सामर्थ्य असेल तर निदान एक तरी द्यावे आणि ज्याच्याजवळ देण्यासारखे काहीही नाही त्याने शक्यतो अन्नदान आणि जलदान करावे. (रन्तिदेवाने जलदान केले. शिबी - मांस)

• त्या अतिथीने (धर्मराजाने) जिथे सत्तू सेवन केले होते त्या जागेत लोळल्याने मुंगुसाचा अर्धा देह सोन्याचा झाला. उरलेला अर्धा देही सोन्याचा व्हावा म्हणून तो युधिष्ठिराने जिथे अश्वमेध यज्ञ केला तिथे आला. मात्र तिथे शेरभर सत्तूत लोळूनही त्याचे शरीर सोन्याचे झाले नाही. अश्वमेध यज्ञ केल्यामुळे युधिष्ठिराला जो अहंकार झाला होता तो या प्रसंगामुळे नाहीसा झाला.

Notes

SUNDAY 25
Christmas Day

शास्त्रसंमत, कर्तव्य भावनेने केलेला, मनःशांती मिळवून देणारा आणि फलाकांक्षा नसणारा अशा चार शुभलक्षणांनी युक्त तो सात्त्विक यज्ञ होय.

| S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | 2012 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | JAN |

www.madhaveeraghuveer.com

## १७ व्या अध्यायाशी संबंध

(१२) जो यज्ञ केवळ दंभ दाखविण्यासाठी अथवा फलाचेच उद्दिष्ट राखून केला जातो तो राजस यज्ञ!

यज्ञ करताना माणूस लवला पाहिजे. झुकला पाहिजे. पण त्याउलट माणसे उन्मत्त होतात. आपली कीर्ति सगळ्यांनी गावी. वर्तमानपत्रात आपले फोटो झळकावेत अशी इच्छा असणारा यज्ञ राजस यज्ञ ठरतो.

म्हैसूराश्रमातील महाराजांनी एका अहंकारी व्यापाऱ्याचे दान स्वीकारले नाही. कारण त्या संपत्तीला 'मी'चा, अहंकाराचा स्पर्श होता. वास्तविक भगवंताची इच्छा म्हणून मी देत आहे असे म्हटले असते तर ते उचित ठरले असते. कार्य करताना मनात प्रसिद्धीची आस नसावी 'इदं न मम' असे म्हणून ही त्या यज्ञातील केवळ एक समिधा असे म्हणून अर्पण करावे.

(१३) शास्त्र, अन्नदान, मंत्र, दक्षिणा व श्रद्धा ही कोणत्याही यज्ञाची पाच अधिष्ठाने आहेत. तामसी यज्ञात ह्या पाचही गोष्टींचा अभाव असतो.

अ. शास्त्रविधि समजावून न घेता विपरीत स्वरूपात यज्ञाचे अनुष्ठान केले जाते.

ब - अन्नदानाशिवाय कोणताही यज्ञ पूर्ण होत नाही. त्यासाठी आतिथिविषयी प्रेमादर आणि दीनदुबळ्यांविषयी प्रेम अंतःकरणात असावे लागते.

क - स्पष्ट, शुद्ध स्वरात मंत्रोच्चारण करावे लागते नाहीतर कधी कधी उलट परिणाम होतात.

Notes

वृत्रासुराने इंद्राचा नाश करण्यासाठी तामसी यज्ञ केला परंतु त्यात अखेर त्याचाच नाश झाला. कारण 'इन्द्रशत्रोर्वर्धस्व' याचे विपरीत उच्चारण झाले.

ड - यज्ञात ऋत्विजांना दक्षिणा दिली नाही तर कृपणतेचा दोष येतो.

ई - लोभापोटी हा यज्ञ केल्याने श्रद्धेचा अभाव असतो

आदि शंकराचार्य - रामानुजाचार्य - मध्वाचार्य
स्वामी विवेकानंद श्री गुरुमूर्ति
चैतन्य महाप्रभु [illegible]

यज्ञाची बैठक त्यागाची आहे. 'यज्ञो वै श्रेष्ठतमं कर्म' असे वचन आहे. मंत्रोच्चारणामुळे वायुमंडलात परिवर्तन होऊन ~~आपल्या~~ विश्वात धर्मचक्र फिरू लागते.

जगात आपण झाडे तोडणे, पाणी पिणे, औषधी खाणे, जनावरांना राबवणे, क्रोध करणे इ. गोष्टी करतो. त्याचे प्रायश्चित्त म्हणून यज्ञामध्ये आहुती देऊन त्या गोष्टींचा त्याग करावा लागतो. यज्ञ म्हणजेच त्याग!

अन्नदान - अत्यंत योग्य आणि अन्नाची याचना करणाऱ्या ब्राह्मणाला जो अन्न देतो तो स्वतःसाठी परलोकात उत्कृष्ट निधीच निर्माण करत असतो. अन्न म्हणजे माणसाचे प्राणच! अन्न म्हणजे अमृत! अन्न नष्ट झाले तर शरीरातील सात धातूंचा नाश!

यज्ञ करताना दृष्टी सात्त्विक हवी - राजसूय यज्ञाच्या वेळी भगवंतांनी युधिष्ठिर व दुर्योधन दोघांनाही सत्पात्र व्यक्ती आणण्यास सांगितले. दुर्योधनाला कुणीही सत्पात्र दिसला नाही. युधिष्ठिराला मात्र प्रत्येक जण सत्पात्रच आहे असे वाटले. अपात्र कुणीच नाही असे तो म्हणाला.

धर्मो रक्षति रक्षितः - याचा व्यापक अर्थ घ्यायला हवा. तुम्ही तुमच्या निसर्गाला, सृष्टीला जपले पाहिजे. ते यज्ञाचे प्रतीक आहे. तुम्ही सृष्टीकडून जेवढे घेतले तर सृष्टी समृद्ध होण्यासाठी शंभरपट परत करायला हवे. आपण उलट वर्तन करतो. हरतालिका, मंगळागौर - पत्री, वटपौर्णिमा - वडाच्या झाडाचे जतन करण्याऐवजी फांद्या ओरबाडतो.

Notes

| S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | 2012 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | JAN |

www.madhaveeraghuveer.com

(१४) यज्ञाची बैठक तपाची आहे.
देव - विष्णुपंचायतन, देवी पंचायतन, १२ आदित्य,
११ रुद्र, ८ वसु आणि २ अश्विनीकुमार मिळून
33 होतात. हे 33 कोटि देव झाले.
शिवो भूत्वा शिवं यजेत्।
द्विज - संस्कारात् द्विज उच्यते। ब्राह्मण हा जन्माने
नाही तर कर्माने ठरतो. ज्याला ब्रह्मतत्व जाणून
घेण्याची तीव्र जिज्ञासा आहे तो ब्राह्मण।
गुरु - अज्ञानरूपी अंधकार नाहीसा करणारे ते गुरु।
वेगवेगळ्या क्षेत्रातील अधिकारी व्यक्ती म्हणजे गुरुच
आहेत. पण आपल्या बोटाला धरुन मुक्तीचा मार्ग
दाखवणारे ते सद्गुरु। हे जरी खरे असले तरी सर्व
ज्येष्ठ, श्रेष्ठ मंडळी, माता-पिता, अध्यापक यांच्याविषयी
आदरभाव बाळगावा.
प्राज्ञ - ज्याला प्रज्ञाचक्षु आहेत असा। विलक्षण
कुशाग्र तल्लख बुद्धीने युक्त।
शौच, आर्जव - अंतर्बाह्य शुचिता, ऋजुता, अहिंसा
या गुणांनी युक्त.
ब्रह्मचर्य - ब्रह्माशी अनुसंधान राखणारी दिनचर्या असणे.
देवपूजन, द्विजपूजन, गुरुपूजन, विद्वत्पूजन, शुचिता
निष्कपटता, अहिंसा आणि ब्रह्मचर्य या ८ गुणांनी युक्त
असे जे तप ते सात्विक शारीरिक तप होय.

(१५) वाङ्मयीन तप - अनुद्वेगकरं वाक्यम्- रागवायचे झाले

*Notes*

पूजन म्हणजे त्यांनी सांगितलेल्या मार्गाचे अनुसरण
२.४५ चा संदर्भ.

| 2011 | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| DEC | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

8.00 तर ओठातून रागवावे. पोटातून नाही.
आपणासी चिमोटा घेतला। तेणे प्राणी दुखावला।
9.00 आपणावरून दुसऱ्याला। ओळखीत जावे॥
सत्यं प्रियहितम - सत्य तरीही प्रिय असे बोलता यावे.
10.00 एका राजाकडे दोन ज्योतिषी येतात
एक म्हणतो - तुझ्यादेखत तुझे सर्व आप्तेष्ट मरणार
11.00 दुसरा म्हणतो - तुम्ही सर्वांपेक्षा अधिक जगणार. दीर्घायुषी।
कोणतीही गोष्ट सांगताना व्यवहाराचे भान ठेवावे.
12.00 स्वाध्याय - रोज थोडे तरी अध्यापन करावे.
अभ्यसन - परमेश्वराच्या नामजपाचा रोज अभ्यास करावा.
1.00
(१६) मनात शांति असेल तर ते प्रसन्न रहाते. आणि
2.00 इंद्रियांचा संग जितका तुटेल तितकी शांती रहाते.
सौम्यत्वम - नेहमी सौम्य वृत्ती धारण करावी.
3.00 एक आजीबाई घरातल्या माणसांवर नेहमी खेकसत
असत. स्वच्छतेवरून खूप बोलत. तेव्हा त्यांचा नातू म्हणाला.
4.00 "आजी धूळ घरात नाही, तर तुझ्या चष्म्यावर आहे."
मौन - मौनातून मनन साधते. मननाने अंतर्मुख होता येते.
5.00 जितके बोलू तितकी बहिर्मुख वृत्ती वाढते. वायफळ बोलू नये.
न तु वृथा वाक्यं समुच्चार्यताम्।
6.00 आत्मसंयम - आत्मसंयमाशिवाय कोणतीही चांगली, सात्विक
गोष्ट साधत नाही.
7.00 भावसंशुद्धी - चित्तातील मल, विक्षेप, आवरण काढून टाकावे
या सर्वांसाठी आत्मविनिग्रह आवश्यक आहे.
Notes
हे त्रिविध तप आचरण्यासाठी रोज थोडातरी
प्रयत्न करावा. २४ तास पुरत नसतील तर २५ वा तास
निर्माण करावा. तुमचा रथ म्हणजे देह आहे. इंद्रिये घोडे
आहेत. आत्मा हा सारथी आहे. घोड्यांना उधळून देऊ
नका. लगाम आवरून धरा.

| S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | 2012 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | JAN |

तळहातावर केस येणार नाही.

www.madhaveeladhuveer.com

तनुनिर्वाह आवश्यक ते घ्यावे संपादोन
अधिक कामना सत्पात्री ते दानसुख घ्यावे।
कधीही ना मी उल्लंघावा वेदाज्ञा वा श्रुती।।

फलाची आकांक्षा नको पण ध्येयवाद हवा.

(१७) सात्त्विक तप - फलाची आकांक्षा नको. तपसिद्धीबाबत उदासीन निष्काम बुद्धी. अत्यंत श्रद्धायुक्त अंतःकरण.

(१८) सत्काराची हाव मानाचा दंभ, पूजेची आकांक्षा जिथे एकवटलात त्याला राजस तप म्हणतात. जर मुमुक्षुने राजस तपाची वासना कधीही करु नये. या तपाचे फलही क्षणभंगुर व अनिश्चित असते. मोक्ष तर दूरच राहिला पण अशा मंडळींना कोणतीही पारलौकिक गोष्ट, किंवा शुभफलप्राप्ती तर होत नाहीच पण हे सकारात्मक थोडे काही लाभते ते लवकर नष्ट होते.

(१९) जे तप मूर्खपणाच्या हट्टाने मन, वाणी व शरीर यांना पीडा देऊन अथवा दुसऱ्याचे अनिष्ट करण्याकरता केले जाते ते तामस तप म्हटले जाते.

बगाड
पशुबळी

अट्टाहास, आत्मपीडा व दुसऱ्याच्या नाशाचा विचार म्हणजे तामस तप। रावण, हिरण्यकशिपु, कुंभकर्ण यांचे तप तामसी होते. रावणाने दहा हजार वर्षे तप केले व ब्रह्मदेवाकडे अमरत्व मागितले. त्याउलट बिभीषणाने वर मागितला "पराकाष्ठेच्या विपत्तीत जरी मी सापडलो तरी धर्माकडे माझी मती असावी. जी जी बुद्धी त्या त्या आश्रमामध्ये मला होईल ती ती धर्माला अनुसरुन असावी व त्या त्या धर्माचे परिपालन मी करावे"

(२०) दानाचे तीन प्रकार - देश, काल, पात्रापात्रता यांचा विचार

Notes करुन जे दान दिले जाते ते अत्यंत सात्त्विक असते.

चलम् - क्षणिक } डुगडुगणाऱ्या दगडावर पाय
अध्रुवम् - अस्थिर } ठेवण्यासारखे.

| 2011 | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| DEC | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

www.madhaveeraghuveer.com

अश्वपूर्वां रथमध्यां हस्तिनादप्रबोधिनीम् ।



~~ब्राह्मणाला दिलेले दान फलदायी~~

8.00 ते 'इदं न मम' या वृत्तीने दिलेले असावे. जिथे
परतीची एका अंशानेही अपेक्षा नाही. सत्पात्री दान
9.00 देतो म्हणून निःशंकता आणि संशयाची निवृत्ती आहे
ते दान सात्त्विक दान होय. आहारापासून देहाची
10.00 मनाची, चित्ताची शुद्धी झाली की आत्मिक बळ वाढावे
म्हणून प्रयत्नपूर्वक, जाणीवपूर्वक अभ्यास करायचा. दान
11.00 करायचे. मात्र संपत्ती दान करण्यापूर्वी ती उचित मार्गाने
मिळवलेली असावी. शुक्ल, शबल, कृष्ण.

12.00 शुक्ल – वडिलोपार्जित, आप्तेष्टांकडून प्रीतीने आलेले व
भार्यासहित लाभलेले धन.

1.00 शबल – लाच म्हणून मिळालेले, जी वस्तू विकू नये ती
वस्तू विकून मिळालेले किंवा उपकाराची परतफेड.

2.00 कृष्ण – द्यूत, चोरी किंवा दरोडे घालून, भ्रष्टाचार करून
मिळवलेले धन.

3.00 प्रत्येक माणसाने शुक्ल धनच मिळवून धर्माचरण
करावे. दात्याने दान केल्यावर त्याची आठवणही
4.00 राहू नये. दात्याचा अहंकार घेणाऱ्याची लाचारी वाढू नये

5.00 (२१) राजस दानात दृष्ट वा अदृष्ट फळाची आसक्ती असते.
ते दान प्रत्युपकारासाठी दिले जाते व देताना दात्याला
6.00 कष्ट होतात. दुग्धप्राप्त्यासाठी गाईला चारा देणे. आहेरावर
दृष्टी ठेवून सोयऱ्यांना निमंत्रण देणे. परतफेडीच्या भावनेने
7.00 दान देणे किंवा क्षुद्र वृत्तीने केले जाते ते राजस दान।

Notes

(२२) जे अपवित्र ठिकाणी केले जाते; अशौच काळात केले
जाते; चोर पाखंडी अशा भ्रष्टांना दिले जाते किंवा अस्कारपूर्वक
दिले जाते ते तामस दान।

SUNDAY 1 New Year Day

वर वर्णन केलेल्यांपैकी आहाराचे प्रयोजन प्रत्यक्ष
आहे. आणि फळही स्वानुभव आहे. परंतु यज्ञ, तप; दान यांचे

| S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | W | T | F | S | S | M | T | 2012 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | JAN |

www.madhaveeraghuveer.com

1 January प्रयोजन व फल अदृष्ट आहे. ते सात्त्विक व्हायला हवे.
ते करताना माणसाच्या हातून प्रमाद घडण्याची
शक्यता असते.

(२३) या दोषनिवृत्तीसाठी भगवंत सांगतात.
वर वर्णन केलेल्या क्रियांमध्ये दोष असल्यास
2 February ॐ तत्सदिति या मंत्राचे उच्चारण करून प्रायश्चित्त
घेता येते. ॐ तत् सत् या मंत्रामध्ये तीन पदे
आहेत. उपनिषदांनी व गीतेने ॐकाराचे स्वरूप
उलगडून तोच परमात्मा असल्याचे सांगितले आहे. हा
मंत्र श्रद्धेने जपला तर यज्ञ, तप, दान यातील दोष
3 March नाहीसे होतात. परमात्म्याचे निःश्वसित म्हणजे वेद होत.
गीतेच्या प्रत्येक अध्यायानंतर ॐ तत्सदिति म्हटले
जाते. ही एक प्रकारची क्षमायाचना/दोषनिवारणच आहे.

(२४) ॐ या एका अक्षरात परमात्म्याचा निर्देश तर आहेच
4 April पण अवघ्या सृष्टीचे रहस्य दडलेले आहे. तात्पर्य - सर्वकाही
ॐकारमयच आहे. यज्ञ, तप, दान या सर्वांचा पारमार्थिक
लाभ परमात्मा आहे. परमात्मा व ॐकार अभिन्न
असल्यामुळे कोणत्याही शुभ कर्माच्या प्रारंभी ॐकाराचा
उच्चार करूनच नंतर कर्मानुष्ठानाला प्रारंभ होतो.

5 May (२५) तत् - तत् या नावाने संबोधिला जाणारा परमात्मा
याचेच हे सर्व आहे अशा भावनेने फलाची इच्छा
न करता अनेक प्रकारच्या यज्ञ व तपरूप क्रिया तसेच
दानरूप क्रिया मोक्षार्थी पुरुषाकडून केल्या जातात.
6 June त्वंपद आणि तत्पद या दोहोंचाही वाच्यार्थ सोडून
द्यावा आणि ऐक्यभावाने जे दिसून येईल त्याचे,
म्हणजे लक्ष्यार्थाचा स्वीकार करावा हा ज्ञानकांडातील इत्यर्थ आहे.

www.madhaveeraghuveer.com

(२६) सत. सत असे परमात्म्याचे नाव सत्यभावात आणि श्रेष्ठ भावात योजिले जाते. तसेच उत्तम कर्मातही सत् शब्दाचा प्रयोग केला जातो. त्यामुळे कर्माचा प्रशस्तपणा व प्रौढत्व वाढते. प्रत्येक कर्म पवित्र व मंगल होते.

(२७) यात ॐ तत् सत् चे माहात्म्य उलगडले आहे. यापैकी एकेका पदाचे माहात्म्य अलौकिक आहे. मग तिन्ही पदांचे एकत्रित सामर्थ्य किती असेल हा अनुभवाचा विषय आहे. शब्दांचा नाही. असा महामंत्र धारण करण्यासाठी निष्ठा व श्रद्धा यांचीच आवश्यकता असते. केवळ श्रद्धातंतय यज्ञ, तप, दान यांद्वारे उन्नत होतो. मात्र ज्यांची श्रद्धा नाही त्यांची काय गती होते?

(२८) श्रद्धेशिवाय अनेक यज्ञ केले तरी त्यांचे फळ शून्य असते. श्रद्धेविना केलेल्या कर्मांना ऐहिक साफल्यही नाही आणि परलोकाचेही नाही. शास्त्र आणि गुरु यांचा उपदेश पूर्णतः खरा आहे अशी मनाची निश्चित वृत्ती की जिच्या योगाने आत्मवस्तूचा पारमार्थिक लाभ घडतो तिला 'श्रद्धा' असे म्हणतात.

शास्त्रश्रद्धा व गुरुश्रद्धा यातून आत्मश्रद्धेचा उदय होतो. पूर्वसंस्कारातून उमललेली ती 'स्वभावजा श्रद्धा' आणि श्रवणातून दृढावलेली ती 'शास्त्रजा श्रद्धा'. रजोमयी व तमोमयी श्रद्धेचा त्याग करून सत्वमयी श्रद्धेचा आश्रय करणाराच तत्वज्ञानाचा अधिकारी होऊ शकतो. या अध्यायात तिन्ही प्रकारच्या श्रद्धांचे विवेचन आले आहे. मात्र इथे कोणताही आग्रह भगवंत धरत नाहीत. केवळ प्रत्येक विषयाची (आहार, दान, तप) लक्षणे

7 July
8 August
9 September
10 October
11 November
12 December

www.madhaveeraghuveer.com

# FINANCIAL SUMMARY

| Income | January | February | March | April | May |
|---|---|---|---|---|---|
| Sources | | | | | |
| Gross Income | | | | | |
| Dividends | | | | | |
| Interest | | | | | |
| Capital gains | | | | | |

व परिणाम सांगतात. यातून साधकाने योग्य तो बोध घ्यावा व त्याप्रमाणे आचरण करावे इतकेच त्यांचे सांगणे आहे.

Monthly Totals: Cash Allocation :

Total annual income: Monthly Average :

| Expenditure | January | February | March | April | May |
|---|---|---|---|---|---|
| Rent/Mortages | | | | | |
| Lonas/Instalments | | | | | |
| Savings | | | | | |
| Investments | | | | | |
| Fuel | | | | | |
| Electricity | | | | | |
| Telephone | | | | | |
| Food | | | | | |
| Household | | | | | |
| Medical | | | | | |
| Clothing | | | | | |
| Personal Care | | | | | |
| Transport | | | | | |
| Car Maintenance | | | | | |
| Education | | | | | |
| Child's Allowances | | | | | |
| Entertainment | | | | | |
| Hobbies | | | | | |
| Travel/Holidays | | | | | |
| Club Memberships | | | | | |
| Total | | | | | |

गृहस्थाश्रमी लोकांच्या दृष्टीने हा अत्यंत महत्त्वाचा अध्याय आहे. आपले जीवन उन्नत करण्यासाठी कोणती पथ्ये पाळावीत; प्रयत्न कसे करावेत. याचे अप्रतिम मार्गदर्शन या अध्यायात केले आहे. आजच्या तरुण पिढीसाठी हे मार्गदर्शन विशेष उपयुक्त व हितकारक ठरेल.

शुभं भवतु।

www.madhaveeragniveer.com

| June | July | August | September | October | November | December | Total |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |

(१)
कथा- एक व्यापारी - ४ पत्नी सुंदरा, चतुरा, रुचिरा, अंतरा
देह, बुद्धी, मन, आत्मा

(2) वडील - २ मुले < पेन्शन, इस्टेट, यावर डोळा
काही नको, फक्त वडील पाहिजेत.

Expenses :

Investment :

Saving :

Other :

| June | July | August | September | October | November | December | Total |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |

(3) आई कामात असताना मुलाला खेळणी तर कधी खाऊ देऊन शांत करते. परंतु जेव्हा तो आईच पाहिजे म्हणतो तेव्हा तिला त्याला घ्यावेच लागते.

(४)

www.madhaveeraghuveer.com