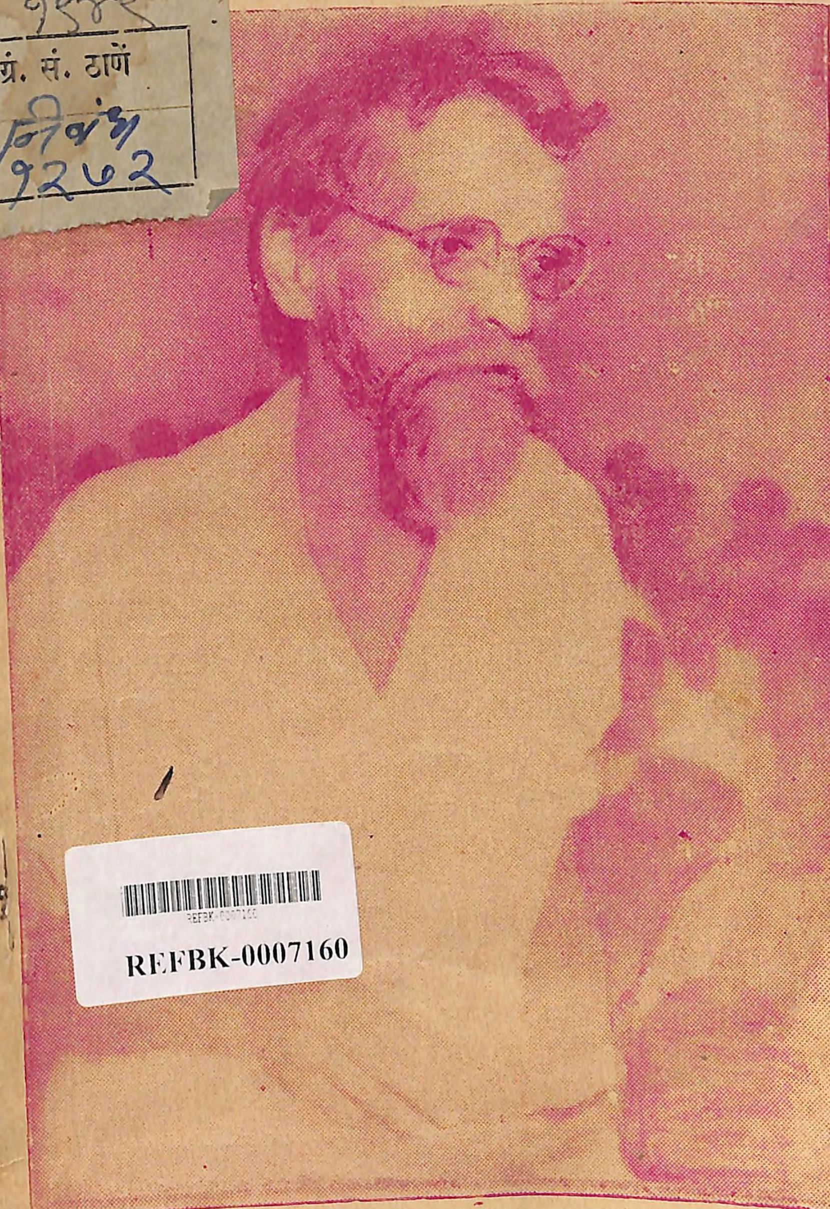
वेडछी आश्रमात



ग्रं. सं. ठाणें
REFBK-0007160

सेवका ची प्रार्थना

हे नम्रते च्या सम्राटा !

दीन भंग्या च्या चंद्रमौळी झोपडी तील नीवासी !

गंगा, यमुना आणी ब्रह्मपुत्रा यां च्या जळा ने सींचीत अशा या सुंदर देशा मधे ठीक-ठीकाणी तुला शोधून काढण्या च्या कामी आम्हा ला साहाय्य कर ।

आम्हा ला ग्रहण-शीलता आणी मोकळें हृदय दे ।

तुझी स्वतः ची नम्रता आम्हा ला दे ।

हींदुस्थान च्या जनते शी अेकरूप होण्या ची शक्ती आणी अुत्कंठा आम्हा ला दे ।

हे भगवान् !

जेव्हा मनुष्य शून्य बनून तुला शरण येतो तेव्हा तू मदती करीता धावून येतोस ।

ज्या जनते ची सेवा आम्ही तीचे सेवक आणी मीत्र या नात्या ने करू अीच्छीतो, त्या जनते पासून आम्ही कधी दुरावू नये, असें आम्हा ला वर-दान दे ।

त्याग, भक्ती आणी नम्रता ही मूर्तीमंत आमच्या ठीकाणी अवतरू दे । म्हणजे त्या योगा ने या देशा चें आम्हा ला अधीक द्न्यान होअून, आम्ही त्या वर प्रेम करू ।

महात्मा गांधी

वेडछी आश्रमांत

★

वी नो बा

REFBK-0007160

ग्राम-सेवा-मंडळ, वरधा

१९४९] [मूल्य ८ आणे

प्रकाशक : **भाऊ पानसे**
मंत्री, ग्राम-सेवा-मंडळ
नालवाडी, वरधा

मुद्रक : **नारायणदास जाजू**
मुख्य प्रबंधक
श्रीकृष्ण प्रीं. वर्क्स, वरधा

प्रस्तावना

वेडछी च्या आश्रम स्वराज्य-साधने त गाज़लेला । त्या च्या गुण-गौरव मी अैकून च़ होतो । या वर्षी पहीलां दा च़ कार्यकर्तां च्या शीबीरा नीमीत्त तीथे सात दीवस राहण्या च्या योग आला । तेथील भाषणां च्या हा छोटासा संग्रह आहे । हीं भाषणें मना त अेक योजना राखून दीलीं होतीं । तीथलें वातावरण सारें आश्रम चें होतें । त्या मुळे आश्रम-जीवना तून सर्व जनां नी घेण्या सारख्या गोष्टीं ची त्या त चर्चा केली आहे । भाषणें मूळ गुज़राथी त दीलेलीं । त्यां च्या हा मराठी अनुवाद आहे । गुज़राथी माझें पुष्कळ दीवसां चें बीनवापरा ने गंज़लेलें । त्या मुळे तीतका सा गुळगुळीत-पणा साहजीक च़ त्या त नव्हता । त्या ची च़ छाया मराठी त ही अुतरलेली असणार । वर पुन्हा अनुवादकां च्या करामती ची थोडी फार भर असेल च़ । मी पाहून घेअू शकलो असतो तर भाषे ला सावरून घेता आलें असतें । पण ती शक्यता नसल्या मुळे आहे तसें वाचकां च्या पुढे ठेवलें आहे । पण भाषा कशी ही असली तरी आतला भाव शुद्ध सोलीव असा च़ आहे । अनुभवा बाहेर ज़ाअून कल्पने ने सांगीतलेलें असें या त कांही च़ नाही । शीबीरा त च़ नव्हे पण सर्व कुटुंबा त, या तील वीचारां च्या शीरकाव अवश्य कल्याणकारी होअील ।

परंधाम, पवनार
३०।१०।४९

वीनोबा

अनुक्रमणीका

क्रम		पृष्ठ
१	शीबीरां ची अुपयोगीता	१
२	सकाळीं लवकर अुठणा च़ा लाभ	८
३	कासवा च़ा दृष्टांत	१२
४	वेळे चें भान	१५
५	बुद्धी स्वच्छ करा	१९
६	परीश्रम आणी जीवन-वीकास	२३
७	व्रतें आणी समाज-सेवा	२८
८	कर्ममय अुपासना	३२
९	आपला मंडळी त	३७
१०	आश्रम ची आहार-दृष्टी	४०
११	सार्वजनीक प्रार्थने चें चतुर्वीध स्वरूप	४५
१२	प्रेम-वृत्ती आणी वीवेक-बुद्धी वाढवा	५०

मराठी ग्रंथ संग्रहालय, ठाणे. स्थलप्रत
अनुक्रम
क्रमांक
वि:
नों: दि:

शीबीरा ची अुपयोगीता

आज़ पासून शीबीरा चें कार्‌य सुरू होत आहे । आणी तसें मी जाहीर करावें अशी तुमची अीच्‌छा आहे ।

आपली वीचार-प्रचारा चीं जीं काही साधनें आहेत, तीं त कदाचीत् हें शीबीरा चें साधन पुष्‌कळ च अुपयोगी ठरलें आहे । ज़री पुष्‌कळ शा शीबीरां स मी गेलेलो नाही तरी जीतकें पाहू शकलो तेवढी वरून म्हणू शकतो की हें अेक यशस्‌वी साधन आहे । या त दुसरें काही नाही मीळालें तरी अेक तऱ्हे चा सत्‌संग मीळतो । ही च दृष्‌टी तुम्ही ठेवावी, असें मी अीच्‌छीतो । आपण अीथे आलो ते सत्‌संगा ची अुत्‌कंठे ने च आलो आहो । पुष्‌कळां चा अनुभव आहे की अेक क्षणा चा ही सत्‌संग लाभला स आणी भगवत्-कृपे ने आपले चीत्‌ता चे दरवाजे मोकळे असले स त्या ची मात्‌रा बरोबर लागू पडते आणी आपलें सगळें जीवन च पालटून ज़ातें । ही जुनी काळ ची गोष्‌टी नव्हत । ह्या काळा त ही या चा प्रत्‌यय आलेला आहे ।

ज्या स्थानी आपण ज़मलो आहों तें अेक महान् स्थान आहे । आणी आपल्या शीबीरा साठी जेव्हा अशीं स्थानें लाभतात तेव्हा तें शीबीर दुप्‌पट लाभदायक होतें । ह्या स्थाना च्या पाठीमागे अेक अीतीहास आहे । हें स्थान म्हणजे अीथलीं झाडें कींवा अीथली ज़मीन महान् आहे असा माझा अर्‌थ नाही । तशी कोणी भावना केली तर तसा ही अर्‌थ होअू शकतो । पण तें माझें अभीप्‌रेत नाही । अीथे कैक वर्‌षां पासून आश्‌रम चालला आहे आणी त्या दृष्‌टी ने मी

पृ. १
मराठी ग्रंथ संग्रहालय ठाणे
ग्रा. क्र. (१९६०)

बोलत आहे । आता जुगतराम भाअीं नी ज़री नम्रता-पूर्वक सांगी-
तलें की अीथे काही पूर्ण सीद्धी पहायला मीळणार नाही आणी
मी मानतो की तीं च़ें हें कथन केवळ नम्र नाही तर यथार्थ आहे,
तरी तुम्हा ला अीथे च़ांगला सत्संग लाभेल आणी ती च़ दृष्टी ने
तुम्ही पहावें असें मी म्हणेन ।

अशा शीबीरा त दुसरी गोष्ट होऊ शकते ती म्हणजे आपली शक्ती च़ें भान । अीथे येता च़ तुम्हा ला तसें भान झ़ालें असेल आणी पंधरा दीवसा नंतर तें पक्कें होअील, असें मी मानतो । पुष्कळ कार्यकर्ते ठीकठीकाणीं पांगलेले काम करीत आहेत । तीं ना आपली कामा तून स्फूर्ती अवश्य मीळते आणी आपली आसपास ची वातावरणा ला ज़े आपली स्फूर्ती ने प्रभावीत करू शकतात ते या वातावरणा च़ा आपली मना वर परीणाम ही होऊ देत नाहीत आणी आपली अेकटी ची स्फूर्ती ने काम करीत राहतात । पण हें काम ज़रा कठीण आहे, ज़री तशी हींमत आपली ठीकाणीं असली पाहीजे । पण अेकअेकटें काम करणारे जेव्हा अशा आश्रम-भूमी त अेकत्र होतात तेव्हा तीं ना समुदाय-शक्ती च़ें दर्शन होतें । आपण ज़ें काम करीत असू तें कीती ही लहान का असेना, पण अशीं सारीं लहानें जेव्हा अेकत्र गोळा होतात तेव्हा आपली ला अेक मोठी वस्तु भेटत आहे असा आभास समुदाया त येतो । अशा तऱ्हे ची दर्शना ची साधका ला गरज़ असते । गीते त आपली ला हें च़ दीसून येतें । सगळी गीता अेकी कडे ठेवा आणी वीश्वरूप-दर्शन दुसरी कडे । वीश्वरूप-दर्शन वगळून बाकी ची गीता वाच़ा । ज़री बाकी ची अध्यायां तून कमी स्फूर्ती मीळत नाही, तरी वीश्वरूप-

दर्शना ने ज़ो शक्ती-संचार अर्जुना च्या हृदया त झाला तो वगळल्या स बाकी च्या गीते चा तो अनुभव येऊ शकत नाही ज़ो वीश्वरूप-दर्शना ने अर्जुना स आला। तसें वीश्वरूप-दर्शन अीथे होतें। वीश्वरूप-दर्शना हून ही थोर स्वरूप-दर्शन आहे असें मी पुष्कळदा म्हटलें आहे। पण तें अेकदम होत नाही। ज़र झालें तर कुठल्या ही बाह्य पुष्टी ची गरज़ च राहणार नाही। ज़ो पर्यंत तसें स्वरूप-दर्शन होत नाही, तो पर्यंत सामुदायीक शक्ती ने ज़ें बळ मीळतें त्या ची अुपेक्षा करता कामा नये। आपल्या अेकट्या च्या च शक्ती ने काम भागेल असें मानता कामा नये, ज़री त्या वर वीश्वास ज़रूर असला पाहीजे। तथापी त्या बरोबर च नम्रता ही असली पाहीजे। म्हणजे वीश्व-शक्ती चा ही लाभ आपल्या ला होतो। आपण शीबीरा त येतो तेव्हा आपल्या ला तसा लाभ होतो। अीश्वरा ने केवळ आपल्या ला च प्रेरणा दीली आहे, अथवा केवळ आपल्या ला च तो कसू पाहतो आहे आणी बाकी च्या जगा ला त्या ने स्फूर्ती दीलेली नाही असें नाही। अीतरां वर अीश्वरा ने कृपा केली आहे। आपण भक्त-गण आहोत, तो गण-पती आहे। आपण अेकटे नाही, वीश्व-शक्ती आपल्या बरोबर आहे, अशा सारखें काही दर्शन असल्या शीबीरा तून होतें। ज्या ला कल्पना-शक्ती आहे तो असल्या शीबीरा त आल्या शीवाय देखील ही गोष्ट समज़ू शकतो आणी तशी मी समज़ून घेतो। पण जेव्हा आपण प्रत्यक्ष समुदाया त बसतो तेव्हा अेक असामान्य दर्शन होतें। अशा सारख्या दर्शना साठी ज़र कुठे दूर प्रवासा स ज़ावें लागलें तरी मी ज़ाअीन। कीती सुंदर असतें तें दर्शन, जेव्हा आपण

सगळे कर्ममय, परीश्रममय अुपासने ला अेकत्र बसतो, जी त वाणी ची अैवजी कृती च्या च अुपयोग होतो ! कृती वाणी हून वीशेष आहे । वाणी ने प्रार्थना करता येत नाही अशी ही स्थीती माणसा ला येअू शकते । कीतीकां ना देवा ने वाणी च्च दीलेली नसेल । संगीत ही लोकां ना कमी येत असेल । स्पष्ट अुच्चार ही सर्वां ना साधत नसतील । पण प्रत्यक्ष कृती ने अुपासना पुष्कळ लोक सुलभते ने करू शकतात । म्हणून कृतीमय प्रार्थने त आपण अेकत्र झालो तर सगळा भेदभाव दूर होतो । या दृष्टी च्या अनुभव ज़र तुम्ही पंधरा दीवसां त घेतला, हा अेक अमृत-बींदु ज़र तुम्ही आपली हृदय-संपुटा त साठवला, आणी दुसरें काही ग्रहण केलें नाही तरी मी म्हणेन तुमचें काम झालें । हा अेक महान् मंत्र आहे । आणी तो तंत्र-युक्त ही आहे । प्रत्यक्ष क्रीये च्या द्वारें नीर्मीती करणें हें तंत्र होय । जीथे आंतरीक भावना असते आणी प्रत्यक्ष नीर्मीती ही होत असते तीथे मंत्र आणी तंत्र दोहों च्या मीलाफ होतो । असा मीलाफ तुम्ही अीथून घेअून ज़ाल तर शीबीरा च्या अुत्तम अुपयोग होअील ।

ही अेक स्फूर्तीदायी कल्पना गांधीजीं नी आपली ला दीली । अेकोणीसाव्या आणी वीसाव्या शतका त तशी कुणी च दीलेली नाही । या दोन शतकां च्या अुल्लेख मी अेवढ्या साठी केला की अिंग्रज़ां च्या आगमना नंतर अुत्थाना ची कल्पना आम्हाला ज्यां नी दीली ते सगळे अेकोणीसाव्या आणी वीसाव्या शतकां त होअून गेले आहेत । त्या सर्वां च्या कल्पने पेक्षा ही वरचढ कल्पना आहे । दरेका ने अीश्वरा ची अुपासना परीश्रमा च्या द्वारा केली पाहीजे ।

या कल्पने ने देशा चें कल्याण झालें आहे । गरीबां शी अनुसंधान झालें आहे । श्रम-नीष्ठा वाढली आहे । आणी अीश्वरा ची खरी सेवा या त आहे । मी आपली समाजवादी मीत्रां ना पुष्कळदा वीचारतो की काय या पेक्षा अधीक स्फूर्तीदायी कल्पना तुम्ही अेखादी दाखवू शकता ? आणी ज़र नाही दाखवू शकत तर हीच़ा प्रचार कां करीत नाही ? तेव्हा ते म्हणतात की ही कल्पना ज़रूर स्फूर्तीदायी आहे, पण काळ ती कार्या ला अनुकूल नाही । हें यंत्रयुग आलें आहे आणी आपली ला ज़ें काही करायच़ें आहे तें सारें या यंत्र-युगा ला धरून केलें पाहीजे । तुम्ही अेखादा असा श्रम काढला की ज़ो यंत्रा ने होत नाही हाता ने च़ होतो तर च़ांगलें होअील । च़रखी चें काम तर गीरणी ने ही होतें ! म्हणून काळ च़रखी चा वीरुद्ध आहे । तर मग तुमच़ें च़रखी चें काम कसें च़ालणार ? मी अुत्तर देतो—बाबा, काळ वीरुद्ध पाहतो म्हणून मला वीशेष स्फूरती होते । कारण माझी वीचारा चा वीरुद्ध अेक वस्तु अुभी आहे । समोर ज़र पोकळ आकाश असेल तर ती ला काठी घेअून मारणी ची अीच्छा होत नाही । पण अेखादी भरीव वस्तु समोर असेल तर तीला टक्कर देणी ची अीच्छा होते । तसें माझी वीचारा चा वीरुद्ध दुसरी वस्तु अुभी आहे—जीला यंत्र-युग म्हणतात—म्हणून मला वीशेष अुत्साह वाटतो ।

आणखी अेक तीसरी गोष्ट अीथे व्हायला पाहीजे । काही द्न्यान ही अीथे मीळायला पाहीजे । कर्मयोगी ला द्न्यान ही पाहीजे । द्न्याना शीवाय च़े कर्मयोगी आज़काल दीसून येतात । ते म्हणतात—आम्ही कर्मा त मग्न आहोत, द्न्याना च़ें काय

गौरव गाता ! मी तां ना म्हणतो द्न्यान-प्राप्ती तर तुमचा अधीकार आहे । त्या अधीकारा ची तुम्ही कींमत न कराल तर कसें चालेल ! ज़े काम करणारे आहेत ते द्न्याना ची कदर करीत नाहीत । आणी ज़े द्न्यान बाळगतात ते नीरुद्योगी आहेत । परीणाम हा झाला आहे की ज़े द्न्याना चे अधीकारी नाहीत तां चा ज़वळ तें पडलें आहे । आणी ज़े द्न्याना चे खरे अुपासक आहेत ते त्या पासून अलीप्त राहीले आहेत । कर्म द्न्यान-वीरहीत झाल्यास तें नीरुपयोगी बनतें आणी द्न्यान कर्म-हीन झाल्यास तें नी:सत्त्व होतें । म्हणून दोहों चा योग साधला पाहीजे । अेवढ्या साठी कार्यकर्तां ना स्वाध्याय -चींतन आदी नीरंतर करीत राहीलें पाहीजे । आज़ वर तें झालें नाही तर ते म्हणू शकतात की आम्ही स्वराज्य-संपादना च्या कामा त होतो म्हणून आम्हाला द्न्यान-संपादनास अवकाश मीळाला नाही। असा बचाव ते करू शकतात, ज़री तसा बचाव करण्या ची मला अीच्छा होणार नाही । कारण, ज्या ला द्न्याना च्या शक्ती ची ओळख आहे तो असा युक्तीवाद करणार नाही । आपण कुठे असें म्हणतो की स्वराज्य-संपादना चा अेक तीव्र कार्यक्रम आमच्या पुढे होता म्हणून पुष्कळ दीवस झाले खाल्लें ही नाही ? कारण, आपल्या ला ज़ाणीव आहे की खाणें शरीरा साठी फार आवश्यक आहे । खाल्ल्या वाचून शरीर काम करू शकत नाही । तसें च मी म्हणतो की द्न्याना वाचून आत्मा काम करू शकत नाही। आपत्-काळीं ही द्न्याना वाचून राहता कामा नये । आज़वर झालें तें झालें, पण आता आपल्या ला पक्क्या वीचारा वर आपलें काम अुभारलें पाहीजे ।

अशा प्रकारें सत्संगती, सामुदायीक परीश्रमात्मक अुपासना आणी द्न्यान-प्राप्ती ज़र आपली ला अीथून लाभली तर आज़ काळा च़ा जो वीरुद्ध प्रवाह आपली ला दीसून येत आहे ती ची शी लढायची आपली त शक्ती येअील । अीतकी गोष्टी तुम्ही अीथून घेअून ज़ाल तर हें शीबीर फार अुपयुक्त ठरेल ।

सकाळीं लवकर अुठण्या चा लाभ

आपल्या जीवना चीं जीं बाह्य अंगें आहेत त्यां पैकी अेका बाबत बोलायचा वीचार आहे । तशीं हीं अंगें ज़री बाह्य असलीं तरी त्यां च्या अंतरा शी ही पुष्कळ संबंध आहे । आणी आज़ ज्या बाबत बोलायचें आहे त्या च्या तर तसा ख़ास संबंध आहे । ती गोष्ट म्हणजे सकाळीं लवकर अुठणें ।

सकाळीं लवकर अुठून अीश्वरा चें स्मरण करण्या ची रीत सगळ्या जगा त आहे । आणी तशीं काही भजनें ही रचीलीं आहेत । आज़ ज़ें हींदी भजन गाण्या त आलें तें ही त्या बाबत चें च आहे । तथापी गुज़राथी त नरसी मेहता चीं या वीषयीं रचलेलीं जीं भजनें आहेत तीं गुज़राथ ची वीशेषता आहे । आपल्या वीशेषते चें भान प्रायः होत नाही । पण ज्या ची दृष्टी व्यापक असते तो ती वीशेषता ओळखू शकतो । आणी मी पाहीलें आहे की पुष्कळशा भाषां च्या साहीत्या त असलीं भजनें आहेत । तथापी नरसी मेहता च्या प्रभातीं (भूपाळ्यां) चें अेक ख़ास स्थान आहे । त्या च्या अेका भजना त म्हटलें आहे—

“पाछली खट घडी साधु पुरुष ने सुअी न रहेवुं” : शेवटल्या ज्या सहा घटका असतात, त्यां त साधु पुरुषा ने झ़ोपून राहू नये ।

शेवट ल्या सहा घटका म्हणजे सूर्योदया पूर्वी चे अडीच तास । आणी सामान्यतः सहा वाज़ता सूर्योदय होतो असें मानलें तर हा अुठाय-चा वेळ साडे तीन वाज़ता होतो। तमीळ साहीत्या त अेके ठीकाणीं

सहा च्या अैवजी दहा घटका माझ्या वाचना त आलें आहे । पण साधारणतः सूर्योदया पूर्वी दोन घटके च्या काळ परमेश्र्-चींतना च्या, ब्रह्म-चींतना च्या असतो, असें स्मृती चें ही वचन आहे। सर्व-साधारण लोक जीचें सहज़पणें पालन करूं शकतात अशी च गोष्ट स्मृती सांगते । त्या दृष्टी ने सूर्योदया पूर्वी तीन घटका अुठलो तर अेक घटका शौचादीका त ज़ाते आणी अुरलेल्या दोन घटकां त चींतन होअू शकते । नरसी मेहता सहा घटका म्हणतो आणी तमीळ लेखक दहा घटका म्हणतो या चें तात्पर्य हें च की सकाळ च्या जीतका अधीका-त-अधीक काळ आत्म-चींतना त देता येअील तीतका द्यावा ।

बापूजीं नी या वर फार भार दीला होता हें तुम्हा ला माहीत आहे । सध्या आश्रमा त अुठायची वेळ चार वाज़ता ची आहे । पण हें सर्व लोकां वर दया करून बापूजीं नी कबूल केलें आहे । पूर्वी तर चार वाज़ता प्रार्थना सुरू होअून ज़ात असे आणी अुठायची घंटा ३.४० ला होत असे । आश्रमा त मुलें आणी स्त्रीया ही असत आणी त्या सर्वां नी प्रार्थने त हज़र राहीलें पाहीजे असा बापूजीं चा आग्रह असे । तेव्हा स्त्रीयां ची नेहमी तक्रार असायची की मुलां ची झोप पूर्ण होत नाही । आणी तीं ची तक्रार खरी होती । यावर पुष्कळ चर्चा झाली । पण दहा बारा वर्षें तर बापूं नी अैकलें च नाही । शेवटी वीस मीनीटां ची कृपा केली । हा अीतीहास तुमच्या पैकी काहीं ना ठाअूक असेल ।

बापू तर अलीकडे सकाळीं दोन वाज़ता च अुठत असत आणी पुष्कळसें काम सकाळीं च करून टाकीत । गीते च्या दुसर्या अध्याया त स्थीत-प्रद्न्या च्या लक्षणा चे ज़े श्लोक आहेत त्यां त

अेक श्लोक असा आहे की "योगी म्हणजे परमेश्वरा चा भक्त दुसरे लोक जेव्हा झोपून असतात तेव्हा ज़ागत असतो आणी दुसरे लोक जेव्हा ज़ागत असतात तेव्हा तो झोपून असतो।" हें वाक्य काल-दर्शक नसून अवस्था-दर्शक आहे। लोक फल-प्राप्ती आदी जी वीषयां त जागृत राहतात त्या वीषयां त योगी नीश्चींत राहतो आणी परमेश्वरा ची भक्ती, जन-सेवा आदी ज्या गोष्टीं ची चींता दुसरे लोक करीत नाहीत त्या वीषयां त तो जागृत राहतो, हा त्या च्या भावार्थ आहे। आणी बापूं नी ही तो घेतला आहे, तरी त्या च्या अक्षरार्थ घेण्या चा प्रयत्न केला आहे। तो अर्थ हा की संसारी लोक वीलासादीका त रात्रीं पुष्कळ वेळ पर्यंत ज़ागत राहतात आणी सकाळीं झोपत असतात। अुलट भक्त रात्रीं लवकर झोपी ज़ातो आणी सकाळीं लवकर अुठून परमेश्वरा चें भज़न करतो। पण त्या वाक्या चा असा अक्षरार्थ घेण्या ची गरज़ नाही। तरी बापूं नी तो घेतला आहे हें त्यां च्या अक्षरासक्ती चें लक्षण नव्हे, तर कुशल बुद्धी चें लक्षण होय।

संतां च्या बाबती त आपण अैकतो की ते रात्रीं परमेश्वरा चें भजन करीत आणी दीवसा काम करीत। रात्र वीश्रांती साठी आहे आणी दीवस अुद्योगा साठी आहे असें मानलें ज़ातें आणी बोललें ज़ातें। पण भक्ता ला रात्र ध्यान-चींतनादीका साठी असते आणी दीवस सेवाकार्या साठी। ज़े लोक प्रार्थने चें अंतीम कार्य करून झोपून ज़ातात ते प्रार्थने च्या नादा त झोपी ज़ातात। त्या मुळे त्यां ची झोप नीर्दोष, नी:स्वप्न आणी वीचार-वीकासपर होते, असा अनुभव आला आहे। आपण बी शेता त पेरतो आणी माती ने

मराठी ग्रंथ संग्रहालय, ठाणे. स्थळप्रत.

तें झाकून देतो । आता बी चें काय होअून राहीलें आहे हें ज़री वरून दीसत नाही तरी तें पडून राहत नाही तर त्या चा वीकास होत असतो । हें तर जे॑व्हा त्यातून अंकुर बाहेर पडतो ते॑व्हा आपल्या ला दीसून येतें । त्या पूर्वी च्या वीकास आपल्या दृष्टी ला दीसून न येवो, पण होतो अवश्य । त्या प्रमाणे जे॑व्हा आपण प्रार्थने त चींतन-बीज पेरून झोपीं ज़ातो ते॑व्हा झोप माती चें कार्य करते । आपल्या ला पत्ता लागत नाही तरी अशा झोपे त वीचारां च्या वीकास होत राहतो । या चा अनुभव मी घेतला आहे । नीर्दोष नीद्रे ला समाधी ही ॑म्हणतात । सकाळीं अुठून अध्ययन केल्यास दीवस भर चींतना ची सुंदर प्रेरणा मीळते, सेवा अुत्तम होते, वीकार-शमन होतें । प्रतीभावान् कवीं नी जीतकें लीहीलें आहे तें पुष्कळसें सकाळीं च लीहीलें आहे । माझा ही अनुभव असा च आहे । सकाळ च्या वेळे च्या ज़र मी अुपयोग करू शकलो नसतो तर गीते वर मी ज़ें काही लीहीलें आहे तें लीहू शकलो नसतो ।

॑म्हणून तु॑म्ही या शीबीरा त पंधरा दीवस राहून ज़े काही घेअून ज़ाल त्या त सकाळीं अुठण्या ची गोष्ट अवश्य घेअून ज़ा । जग तसें करीत नाही आणी रात्रीं अनेक कामें करण्या चा मोह धरतें । पण तो मोह च आहे । त्या मोहा पासून दूर राहून तु॑म्ही रात्रीं लवकर झोपण्या चा आणी सकाळीं लवकर अुठून चींतन करण्या चा अभ्यास करा । त्या ने लोक-सेवे चें नुकसान होणारें नाही, पण लाभ च होणारा आहे । त्या शीवाय शारीरीक आणी मानसीक—आध्यात्मीक लाभ तर होअील च ।

मराठी ग्रंथ संग्रहालय, ठाणे. स्थळप्रत.
अनुक्रम २८७९८ वि: नियोग

कासवा चा दृष्टांत

आज़ दीवस भर तुम्ही पुष्कळ अैकलें आहे । म्हणून अधीक सांगणी चा माझा वीचार नाही । आता प्रार्थने नंतर चींतना साठी अेक श्लोक देणी त आला आहे । आणी सर्वां नी मौन-पूर्वक ती चें थोडा वेळ चींतन करावें अशी सूचना देणी त आली आहे । मला ही पद्धती आवडली । चींतना साठी ज़ो श्लोक देणी त आला आहे ती चें थोडें प्रगट चींतन करतो ।

हा श्लोक गीते तील आहे । ती त अींद्रीय-संयमा चें शीक्षण देणी त आलें आहे । आणी ती साठी कासवा चा दृष्टांत दीला आहे । कवी काव्यां त रस नीर्माण करणी साठी दृष्टांत अुपमा आदी देतात । पण तशी गीते ची पद्धती नाही । गीता दृष्टांत देते ते व्हा चींतना साठी देते । आणी तो देखील फार कंजूस-पणें । जीतके दृष्टांत गीते त दीले आहेत ते सारे ध्यानयोगा साठी दीले आहेत । आणी तसे च ते ख्याती पावले आहेत । अेकाग्र ध्याना साठी दीवी चा दृष्टांत, अलीप्तते साठी कमल-पत्रा चा दृष्टांत, तसा अींद्रीय-संयमा साठी हा कासवा चा दृष्टांत आहे । तुमची पैकी पुष्कळां नी पाहीलें असेल की मंदीरां त कासवा ची प्रतीमा असते । कासव जी प्रमाणे आपले अवयव आवरून घेतो ती प्रमाणे वीषयां पासून अींद्रीयां ना आपण आवरून घेतलीस भलें होतें हें ती चें तात्पर्य । हा अेक परीपूर्ण दृष्टांत आहे । पण ती ची अक्षरां त अेक च भाग दाखवीला आहे । आपण भाव-चींतन करीत असताना ती भागा ला पूर्ण करून समज़ून घीयला पाहीजे ।

कासव आपले अवयव नेहमी आवरून घेत नाही । पण भया च्या प्रसंगी आवरून घेतो । आणी तसें भय नसेल तेव्हा ते पसरून तीं च्या पासून काम घेतो । तसें च़ आपल्या अींद्रीयां बाबत समज़ावयाचें । अींद्रीयां ना नेहमी आत ओढून घ्यायचें नाही । तीं तर वस्तुतः आत्म्या च्या शक्ती होत । तीं च्या साहाय्या ने च़ आत्मा देहा त सेवा भजन अीत्यादी करू शकतो । अींद्रीय शब्दा च्या अर्था पासून च़ ही सूचना मीळतें । अींद्रीय म्हणजे अींद्रा ची शक्ती । आणी अींद्र म्हणजे आत्मा । अींद्रीयें आत्म्या च्या साधक शक्ती होत बाधक नव्हेत । समज़ा आपण घरा त बसलो आणी घरा चीं सारीं दारें आणी खीडक्या बंद केल्या तर आपण त्या घरा त कोंडलो गेलो, कैद झ़ालो, असें म्हटलें ज़ाअील । देहा त अींद्रीयें नसतीं तर आत्म्या ची तशी च़ स्थीती होती । अींद्रीयें देहरूपी घरा चे दरवाज़े होत । तीं च्या वाटे आत्म्या ला प्रकाश मीळतो आणी तो काम करू शकतो ।

म्हणून कूर्मा च्या दृष्टांता च़ा अर्थ हा समज़ला पाहीजे की अींद्रीयां वर जेव्हा वीषयां चें आक्रमण होत असेल तेव्हा भया च़ा प्रसंग ओळखून तीं ना आत ओढून घ्यावें आणी तसें भय जेव्हा नसेल तेव्हा तीं च़ा अुपयोग करावा । अींद्रीयां च़ा अुपयोग करण्या चे ही दोन प्रकार आहेत । अेक, मोकळेपणा ने नीर्भयतापूर्वक अुपयोग करणें । आणी दोन संकोचा ने संयमपूर्वक अुपयोग करणें । आणी भया च्या प्रसंगी तर तीं ना आत ओढून घेअून तीं च़ा अुपयोग च़ करावयाच़ा नाही । काना वर वाअीट गोष्ट येअू लागली तर भया च़ा प्रसंग ओळखून काना ला आत ओढून

घेतलें पाहीजे आणी तो वीषया ला च बंद करून टाकलें पाहीजे। व्यवहारा त हीतकारक श्रवणा चा प्रसंग आला असता काना चा अुपयोग केला पाहीजे—पण सावधगीरी ने, संकोचा ने, अंकुश राखून। गरज़े हून अधीक अैकता कामा नये। पण भगवंता चे गुण अैकणो चा प्रसंग आला असता मोकळेपणा ने नीर्भयता-पूर्वक अैकलें पाहीजे। अशा च प्रकारें जेव्हा वाणी ने भगवद्-नामा चा अुच्चार करावयाचा असता अुदार-चीत्त होअून वाणी चा अुपयोग केला पाहीजे। आणी असत्य हींसक अथवा दुष्ट वचन वाणी तून बाहेर पडणो चा जीथे संभव वाटत असेल तीथे वाणी ला बंद च केलें पाहीजे।

अशा प्रकारें तीन तऱ्हे ने अींद्रीय-संयम पूर्ण होतो। आणी तीन्हीं ची गरज़ असते। कूर्मा च्या दृष्टांता वरून या तीन्हीं चा आपलो ला बोध मीळतो।

वेळे चें भान

काल आपण आश्रम जीवना तील अेक महत्त्वा ची गोष्ट पाहीली । आज तशा च अेका दुसऱ्या गोष्टी चा वीचार करू ।

आश्रम पहायला ज़ो कोणी येतो त्या चें लक्ष अेका गोष्टी कडे खेचलें ज़ातें । ती गोष्ट म्हणजे वेळे चें भान । आश्रमा त सर्व कामें नीयमीतपणें चालवीलीं ज़ातात । अीतकें की प्रार्थने सारखें भक्ती-कार्य ही ज़वळ घडयाळ ठेवून केलें ज़ातें । भक्ती-मार्गा त या गोष्टी चें आता पर्यंत थोडें ही भान न्हवतें । अीतकें च न्हवे तर असें भान राखणें भक्ती ला फारसें अनुकूल नाही अशी समज़ूत होती । पण ती समज़ूत चुकी ची आहे । ज़सा अेखादी वस्तू चा कैफ असतो तसा संगीता चा अथवा भक्ती चा कैफ अनुभवणें हा काही भक्ती चा अर्थ न्हवे । आणी तसा अर्थ करता ही कामा नये । तें तर चीत्त-शुद्धी चें अेक महान् साधन आहे । आणी ज्या प्रमाणे आहार, ज़ो अेक नीत्य सेवन करायची वस्तु आहे, नीयमीत पाहीजे त्या प्रमाणे ज्या नीत्य करायच्या वस्तु आहेत त्या बाबत ही नीयमीतपणा असला पाहीजे । त्या प्रमाणे भक्ती बाबत ही व्हायला पाहीजे । अेवढें खरें की असा अेखादा महान् भगवद्-भक्त असू शकतो की ज्या ला या सगळ्या गोष्टीं चा वीसर पडू शकतो । पण त्या ला भक्ती-मार्ग म्हणता येणार नाही । मार्ग म्हणून तर भक्ती त ही नीयमीतपणा असला पाहीजे ।

खाणें झोपणें आदी तर सारें जग च करतें, पण आश्रमा त तीं सारीं कामें नीयमीतपणें होतात हा फरक आहे । त्या ने कर्मयोगा

ची शक्ती वाढते। दीवसा ची चोवीस तासां च़ा अुपयोग होतो आणी थकवा ही येत नाही। अनीयमीतपणा ने काम कमी होतें, च़ांगलें होत नाही, मना वर ती च़ें ओझ़ें राहतें—आणी शरीर ही थकून ज़ातें। ही सर्व आपत्ती वेळे वर काम करणी ची सवय लावून घेतली ने टळतात। या त अशी कोणती च़ गोष्ट नाही की जी कोणा सामान्य गृहस्था ची घरीं होअू शकत नाही। तीथे ही भोजना च़ा अेक नीश्चीत वेळ राखता येतो। पण ती गोष्ट सुच़त च़ नाही। ती मुळे अनीयमीतपणा च़ालतो। आणी अशा तऱ्हे च़ा अनीयमीतपणा गृहस्थाश्रमा त अपरीहार्य आहे असें ही मानलें ज़ातें। पण असें मानणी च़ें काही कारण नाही। प्रत्येक गोष्टी त अपवाद असतात। तीतका वाव ठेवली स शेती च़ें काम देखील नीयमीतपणें होअू शकतें। शेती च़ें अुदाहरण मी अेवढी साठी दीलें की शेती पावसा वर अवलंबून असते म्हणून ती नीयमीत-पणें होअू शकत नाही असें वाटतें। वर्षा तून दहा-बारा दीवस अवश्य असे येतील की ती मुळे ती कामा त अनीयमीतपणा येअील, पण तेवढें वगळली स शेती ची कामा त देखील नीयमीतपणा च़ें पालन करता येतें। पण गृहस्था च़ा देखील अेक आश्रम असतो ही च़ें भान गृहस्था ला नसतें। काही दीवस खूप काम करतील तर काही दीवस आळसा त काढतील। वेळे च़ा काही हीशोब च़ नसतो। ती अैवजी काम आणी वीश्रांती दोन्ही नीयमीत झ़ाली स थकवा कमी येअील आणी काम ही अधीक होअील।

आपण पाहतो की आश्रमा त आहार नीयमीत आणी नीयत असतो। पौष्टीक तत्त्वां च़ा वीचार करून आहार देणी त येतो।

आहारा त गोडा ची गरज़ वाटत असल्यास नीयमीतपणें गूळ ही दीला ज़ातो। अुलट जगा त मीष्टान्न खाण्या चे दीवस असतात। त्या दीवसा त अधीक मीष्टान्न खाअून शरीरा ला लाभा अैवजी अधीक हानी च होते। सणा चे दीवस म्हणजे आज़ारी पाडण्या ची तयारी च। पण नीयमीतपणा पाळल्या स हें सारें टळतें। आणी चोवीस तासा त अीतकें काम होअू शकतें की तेवढें करायला दुसऱ्या ला दुप्पट वेळ लागेल। काल सहज़ नारायण बरोबर महादेव भाअी च्या कामा बाबत बोलणें चाललें होतें। महादेव भाअी अीतकें काम कसें करीत, असा प्रश्न पडला। पण तें अीतकें काम करू शकत या चें कारण त्यां नी नीयमीतपणें काम करण्या ची सवय लावून घेतली होती हें आहे। तरी त्यां च्या कामा चें स्वरूप असें होतें की थोडा-फार अनीयमीतपणा होअून ज़ायचा। पण माझी अशी धारणा आहे की ज़र तेवढा ही अनीयमीतपणा त्यां नी होअू दीला नसता तर ते अधीक काम करू शकले असते। अर्थात् शरीर कदाचीत् अधीक काळ काम देतें। जीतक्या अंशा ने अनीयमीतपणा झाला तीतक्या अंशा ने काम कमी झालें, असें हीशोब केल्यास आढळून येअील।

जीवना तील प्रत्येक क्रीया नीयमीत वेळे वर होअील अशी खात्री देता येत नाही। पण ज्या मुख्य क्रीया आहेत त्यां त ज़र नीयमीतपणा चें भान आपण राखलें तर अीतर कामें जीं मधून मधून येत राहतात, रोज़ करायचीं नसतात, त्यां त ही सहज़ नीयमीतपणा येअून ज़ातो। झोपण्या ची वेळ, अुठायची वेळ, जेवणा ची वेळ, फीरायचा वेळ नीश्चीत करून टाकला, आहार, अध्ययन, व्यायाम आदी जीं रोज़ करायचीं कामें आहेत त्यां चा वेळ ज़र नीश्चीत असला

तर बाकी ची कामां च़ा वेळ सहज़ नीश्चीत होऊन ज़ातो आणी कामा च़ा भार ही वाटत नाही। या बाबत बापूजी आपला अनुभव सांगत होते। तीं नी गीते च़ा पदार्थ-कोष तयार केला होता। तसा कोष ईतरां नी ही केला होता। पण हें बापूं ना ठाऊक नव्हतें। मी जेव्हा तीं ना हें सांगीतलें तेव्हा म्हणू लागले—जी मेहनत केली ती काही व्यर्थ गेली नाही, तीचा मला लाभ च़ झाला आहे। पुढे सांगू लागले की "कोषा साठी मी रोज़ वीस मीनीटें देत असे। दुसरीं कामें सोडून देऊन ज़र ही च़ कामा ची मागे लागलो असतो तर कदाचीत् हें लवकर झालें असतें असा कुणा ला भास होऊ शकतो। पण तो भास च़ आहे। ती ला मनुष्य कंटाळून ज़ाणी च़ा ही फार संभव आहे। 'अनासक्तीयोग' ही मी रोज़ एक श्लोक लीहून पूर्ण केलें। झोपणी पूर्वी रोज़ लीहून च़ टाकत होतो। तसें न करतो तर कदाचीत् तें काम पूर्ण झालें नसतें।" आता कोषा ची कामा चें उदाहरण ठीक आहे। कारण, तें यांत्रीक काम आहे। पण गीते ची अनुवादा चें हें उदाहरण अनुकरणीय च़ आहे असें मी म्हणणार नाही। कारण, असलें वीचारात्मक काम वेळ नीश्चीत करून उत्तम होतें च़ असें म्हणता येत नाही। बापूं ची बाबती त तें ठीक होतें। तीं ची जीवना त तें बसून गेलें होतें। पण प्रतीभे ची कामा त अधीक वाव ठेवावा लागतो आणी स्फूरती पाहून काम करावें लागतें। तथापी असलीं वीशेष कामें सोडून दीलीं तर बाकी चीं सरवसाधारण कामें ज़र नीयमीत-पणें केलीं तर तीं त रस वाढतो ही अनुभवा ची गोष्ट आहे।

बुद्धी स्वच्छ करा

आता आपण तुलसीदासजीं ची अेक चौपाअी गाअीली । ती त मला वाटतें, बीभीषण रावणा ला बोध देत आहे । तो सांगतो आहे की प्रत्येका ची हृदया त सुमती आणी कुमती म्हणजे सद्बुद्धी आणी दुर्बुद्धी दोन्ही वास करीत असतात । तीं त सद्बुद्धी संपत्तीरूप असते आणी दुर्बुद्धी आपत्तीरूप असते । म्हणून दुर्बुद्धी सोडून सद्बुद्धी च्या आश्रय करा, असें बीभीषण समज़ावून देत आहे ।

तशा तर माणसा ला आयुष्या त बाहेरून कीती तरी संपदा आणी आपदा प्राप्त होत असतात । पण तीं चा मुळा शी ज़ाअून पाहीलें तर नीश्चीतपणें अनुभवा स येतें की सर्व सुखां चें मूळ सद्बुद्धी होय, सद्वासना होय । म्हणून ज़े काही प्रयत्न आपण करतो ती च्या परीणाम ज़र चीत्त-शुद्धी अथवा वासना-शुद्धी होत असेल आणी बुद्धी नीर्मल होत असेल तर तो प्रयत्न सफळ झाला असें म्हटलें पाहीजे । ती ज़र होत नसेल तर ती प्रयत्नां च्या बाह्य परीणाम कीती ही चांगला दीसत असला तरी तो योग्य म्हणता येणार नाही । आत्म-कल्याणा साठी अनेक ऋषीं नी आणी सत्पुरुषां नी केलेली प्रार्थना प्रसीद्ध च आहेत । पण ती सर्वां त जी सर्वोत्तम मानली गेली आहे ती आहे गायत्री-मंत्र । परमेश्वरा पासून ती त सद्बुद्धी ची मागणी करणी त आली आहे । गायत्री-मंत्र बुद्धीवादी मंत्र आहे । शेवटी आपली ज़वळ जी

नीरणय-शक्ती आहे ती बुद्धी आहे । तीची पलीकडे ज़ो आहे तो अंतर्यामी परमेश्वर आहे । तीथ पर्यंत पोचायचें साधन देखील बुद्धी च आहे । म्हणून बुद्धी शुद्ध करणें हें च सर्व साधनां चें सार आहे । कंदीला त आत वात ज़ळत असते । पण वर काच असते । ती काच ज़र मळकी असेल तर प्रकाश स्वच्छ पडत नाही । तशी परमेश्वरा ची ज्योती प्रत्येका ची हृदया त तेवत आहे । पण बुद्धीरूपी काच स्वच्छ असेल तर ती ज्योती चा प्रकाश स्वच्छ पडेल । नाही तर आत ज्योती असून ही बाहेर स्वच्छ प्रकाश प्रगट होणार नाही । गीते त ज़ो सर्वोत्तम आदर्श सांगीतला आहे ती चें नाव देखील स्थीत-प्रदन्य आहे । म्हणजे जी ची बुद्धी स्थीत झालेली आहे, नीष्कंप झालेली आहे । स्थीत-प्रदन्या चें लक्षण हें च की तो सर्वोत्तम नीरणय देऊ शकतो । दुसरी पुष्कळ शा शक्ती असून ही नीरणयकारी शक्ती ज़र माणसा ची ठाई नसेल तर तो चुकी ची मारगा ने ज़ाईल आणी ती ने नुकसान होईल असा संभव आहे । म्हणून नीरणय-शक्ती ही सर्वां त महत्त्वा ची गोष्ट आहे । जी ची ज़वळ अचूक नीरणय-शक्ती असते ते समाजा ला फार काम देतात । ते अुत्तम नेते होऊ शकतात । गुरू चें स्थान ही ते घेऊ शकतात । आपली बुद्धी स्वच्छ झाली स असें गुरु-स्थान आपली ठाई च आपली ला प्राप्त होतें । मग कुठे दुसरी कडे वीचारायची गरज़ च राहत नाही । आतून नीश्चीत नीरणय मीळून ज़ातो । आपला नीरणय ज़र चुकी चा असला तर भावना चांगली असून ही ती नीरणया ची चूक नुकसान करू शकते । म्हणून बुद्धी शुद्ध केली पाहीजे ।

क्र. ७१६०

अेवढ्या साठी गीते ने बुद्धी चे सात्त्वीक, राजस आणी तामस असे तीन प्रकार केले आहेत। बुद्धी तर प्राणीमात्रा त असते। पण ती त सात्त्वीकते बरोबर रजोगुण व तमोगुण यां चें मीश्रण असेल तर ती बुद्धी योग्य नीर्णय देण्या चें काम करू शकणार नाही। तमोगुणां चें मीश्रण असेल तर नीर्णय वीपरीत होईल। आणी रजोगुणा चें मीश्रण असल्यास बुद्धी संशया त पडेल। आणी संशय म्हणजे अनीर्णय। अर्थात् वीपर्यय व अनीर्णय दूर केले म्हणजे स्वच्छ नीर्णय मीळतो। बुद्धी त रजोगुण व तमोगुण यां चे ज़े अंश असतात ते च मुख्यतः दूर करण्या चा आपल्या ला यत्न करायला पाहीजे।

कोणा ची बुद्धी तीव्र असते, कोणा ची मंद असते। पण बुद्धी ची तीव्रता वा मंदता ही खास महत्त्वा ची बाब नव्हे। बुद्धी स्वच्छ असल्यास ती मंद असली तरी प्रकाश देईल व नीर्णय देईल। बुद्धी तीव्र असली तरी ती त ज़र रजोगुणा चा वा तमोगुणा चा अंश मीसळला असेल तर ती चुकी चा नीर्णय देईल। म्हणून बुद्धी ची स्वच्छता ही च महत्त्वा ची गोष्ट आहे। तशी स्वच्छता असून बुद्धी तीव्र असेल तर व्यापक क्षेत्रा त काम करील आणी मंद असेल तर मर्यादीत क्षेत्रा त काम करील। पण दोन्ही नीश्चीत नीर्णय अवश्य देतील। नीश्चीत नीर्णय सात्त्वीक बुद्धी च देऊ शकते। बुद्धी सात्त्वीक बनवीली तर मंद बुद्धी तीव्र बुद्धी त परीणत होऊ शकते। शेवटी मंद बुद्धी नेहमी साठी मंद च राहण्या चें काही कारण नाही। ती देखील तीव्र बनवीता येते। पण त्या साठी आधी बुद्धी शुद्ध करण्या ची गरज़ आहे।

तेव्हा आत्मा चा प्रकाश स्वच्छ मीळतो आणी तसा प्रकाश मीळाला नंतर बुद्धी मंद न राहता तीव्र व व्यापक बनते । कारण, ती आत्मा त स्थीर होऊन जाते । आत्मा त लीन झाला नंतर बुद्धी जीतकी व्यापक बनू शकते तीतकी ती तऱ्हे तऱ्हे चीं दन्यानें मीळवून ही होऊ शकत नाही । म्हणून बुदधी चा स्वच्छते ची चींता बाळगली पाहीजे । आणी त्या साठी सर्वोत्तम साधन म्हणजे परमेश्वरा ची भक्ती होय । तो भक्ती-भाव राखू तर भगवान् सांगतात—"ददामी बुद्धी-योगं तम्"—दन्यान द्यायला मी बसलो आहे । आतून च तें दन्यान आपला ला मीळून जाईल ।

म्हणून या चौपाई त जें सद्बुद्धी आणी दुर्बुद्धीं यां चें वीश्लेषण केलें आहे तें फार महत्त्वा चें आहे । आणी आपण जी शीबीर आदी प्रवृत्ती चालवीतो त्यां ची परीक्षा आपली बुद्धी स्वच्छ होते कीं वा नाही या वरून च होते ।

परीश्रम आणी जीवन-वीकास

आश्रम-जीवना च्या ज्या वैशीष्ट्या बाबत मला आज बोलायची ईच्छा होती तद्वीषयक च आज गीते चा अध्याय म्हटला गेला आहे। तें वैशीष्ट्य हें च की दीवसा चा मुख्य भाग कोणत्या-ना-कोणत्या परीश्रमा त, आणी शक्य तर शारीरीक परीश्रमा त, आपण घालवावा।

आम जनता तर नीरंतर कर्म करीत च असते। त्या शीवाय अुत्पादन होत नाही आणी जीवन ही चालत नाही हें सगळ्यां ना ठाअूक आहे। तरी प्रयत्न हा च असतो की शक्य तीतका तो परीश्रम टाळावा। त्या साठी कुठल्या तरी मार्गा ने अधीक संग्रह करून परीश्रमा तून मुक्त होअून जायचें अथवा कमी त कमी परीश्रम करावा लागेल अशीं अुत्पादना चीं साधनें शोधून काढायचीं। पहीला वीचार व्यक्तीगत आहे। बौद्धीक कर्मा ने आपल्या साठी अधीक संग्रह करून परीश्रमा तून सुटावयाचें हा तो वीचार आहे। आणी दुसरा सामाजीक आहे। त्या साठी मनुष्य यंत्रा च्या पाठी मागे लागला आहे। मनुष्या ला वीसावा मीळावा अेवढें च नव्हे तर शक्य झाल्यास त्या ला काम च करावें लागू नये अथवा कमी-त-कमी करावें लागावें अशी वासना त्या मागे आहे। मनुष्या ला संस्कार आणी जीवना चा आनंद यां साठी फुरसत ही हवी, अशी ही त्या मागे कल्पना आहे। मनुष्या चा जो काही वीकास झाला आहे तो फुरसती मुळे झाला आहे, अशी ही दृष्टी त्या त आहे।

या दोहों त पहीला वीचार व्यक्तीगत आणी स्वार्थी म्हटला ज़ाईल । म्हणून ती बाबत खास वीचार करणी चें कारण नाही । पण हा दुसरा वीचार सगळी समाजा कडे लक्ष देतो । ती त नुसता स्वार्थ नाही । ती त दृष्टी ही आहे की कर्मयोगा त माणसा ला कमी वेळ दीवा लागला तर फुरसती चा वेळीं तो जीवना चा वीकास करू शकेल । साहीत्या चा, धर्मा चा, वा कारागीरी चा जीतका काही वीकास झाला आहे तो सारा फुरसती मुळें च झाला आहे असें तीं चें म्हणणें आहे । पण ही दृष्टी आश्रमा त आम्ही अंगीकारीलेली नाही । माणसा ला फुरसती ची गरज़ च नाही असें तर मानलें नाही, पण ती फुरसत कर्मयोगा तून च मीळते असें कल्पीलें आहे । अेका च कामा ने माणसा चा जीवना चा अेका च अंगा चा वीकास होतो । तें च काम आयुष्यभर तो करीत राहीलीस जीवन अेकांगी बनून ज़ातें । म्हणून सर्वांगीण जीवन-वीकासा साठी वेगवेगळी कर्म-योगां ची योजना केली असता जीवना त आनंद येतो आणी ती बरोबर च द्न्यान ही मीळतें । द्न्यान आणी आनंद हे कर्म-योगा चे प्रतीस्पर्धी कल्पून तीं चा साठी वेगळा वेळ काढणी ची वृत्ती आम्ही राखत नाही । आणी या तून च 'नअी तालीम' चा शोध लागला आहे ।

तसा हा नवा शोध नाही, पण आश्रम-जीवना चा तो स्वाभावीक परीणाम आहे । आणी सारी गीता ती चा बचावा साठी अुभी आहे । द्न्यान कर्म आणी आनंद तीन्ही अेक-रूप आहेत असें गीते चें सूत्र आहे । आनंदा चें वीशुद्ध रूप म्हणजे च भक्ती होय । म्हणून भक्ती शब्दा त गीते ने ती चा समावेश

केला आहे । अशा प्रकारें द्न्यान भक्ती आणी कर्म या तीहीं ची योगा चा अेका च वस्तू त अनुभव करणी ला गीता समत्व म्हणते । तें प्राप्त करणी साठी जीवना ची कशी रचना करायला हवी तें गीतें त सांगीतलें आहे । केवळ संन्यासा ने म्हणजे अलीकडे ची भाषे त फुरसती ने जीवन-वीकास होत नाही । मनुष्या ला जी काही सीद्धी मीळाली आहे ती चींतना ने झाली आहे खरी, पण चींतन कर्मा तून सुटका अपेक्षीत नाही। अुलट कर्मा तून च चींतन अुत्पन्न होतें । जें चींतन कर्मा तून सुटका अपेक्षीतें तें माणसा ला योग्य मार्गा स लावीत नाही, अयोग्य मार्गा स लावतें । वीकासा अैवजी वीनाशा कडे घेअून जातें । फुरसती ची वेळ चें चींतन ही नीरुपयोगी असतें । जी चींतना चा आधार प्रत्यक्ष कर्मयोगा वर, अनुभवा वर, नसतो तें चींतन हवे त राहून जातें । मनुष्या ची शरीरा ची रचना देखील अशी आहे की ती चें मस्तक आकाशा त असलें तरी पाय ज़मीनी ला लागलेले आहेत । मानव-मूर्ती मनुष्या चें जीवन कसें असावें ती चें सूचन करते । म्हणून द्न्यान कर्म व आनंद, जी ला मी भक्ती म्हणेन, या तीहीं चा अेकदम अनुभव यायला पाहीजे । वैदीक ॠषी म्हणत आहे—

' तव अीत् अींद्र अहं आशसा हस्ते दात्रं चना दधे "—

हे परमेश्वरा, तुझी प्राप्ती साठी हाता त वीळा घेअून मी शेता त काम करतो । (संस्कृत दात्र वरून गुज़राथीतला "दांतरडुं' शब्द बनला आहे । दात्र वरून अीतका सरळ प्राकृत शब्द दुसरी कुठली ही भाषे त नाही) तेव्हा ॠषी दात्रा ला अीश्वर-प्राप्ती चें साधन मानतो । या त ती ची जी दृष्टी आहे ती च गीते ची

आहे । आश्रम-जीवन आणी नवी तालीम यां चा मागे ही ही च दृष्टी आहे ।

ही नवीन नाही । पण तीची अंमल-बजावणी मधली काळा त होत नव्हती आणी या काळा त ही, ज़री चोहो बाज़ू स काम काम आणी काम दीसून येत आहे, मोठमोठीं यंत्रें आणी कारखाने दीसून येत आहेत, आणी मोठा प्रमाणा वर अुत्पादना चा वीचार होत आहे तरी, सारी धडपड कर्म टाळणा ची आहे । यंत्र आपलें आपण फीरत नाही । त्या ला हाता ने गती द्यावी च लागते । म्हणून नाअीलाज़ा ने हाता ने चालवीतात । पण तें ही चालवावें लागू नये आणी हाता चा मदती शीवाय यंत्र अखंड गती ने फीरत राहील या चा शोध करणा चे पुष्कळ प्रयत्न करणा त आले । परंतु त्यां त यश आलें नाही । चेतना चा मदती शीवाय अखंड चालणारें कुठलें ही यंत्र नीघू शकत नाही हें सीद्ध झालें तेव्हा या नीर्णया वर आले की मनुष्या चा हात यंत्रा ला लावला पाहीजे । परंतु नीयत तर कर्म टाळायची च आहे । कर्मा तून सुटका करून घेणा ची वृत्ती असते ।

मग कर्मा तून सुटका करून घेणा ची कल्पना करणा त येते आणी तदनुकूल तत्त्व-दन्यानें ही अुभारलीं ज़ातात । पण देह असताना कर्मा तून सुटणें म्हणजे मुक्ती नव्हे । ज्या मुळें देह अुत्पन्न झाला आहे त्या वासने ला छेदणें म्हणजे मुक्ती होय । आणी अशी मुक्ती कर्म करून च मीळू शकते । कारण ती अंतीम अवस्था आहे । जी अंतीम अवस्था आहे ती अनारंभा ने, आरंभ न केला ने च, मीळवीता येत नाही । नदी चा

पलीकडच्या तीरा वर ज़ाऊन ज़ो आनंद मीळतो तो अलीकडच्या तीरा वर मीळू शकत नाही। डोंगर चढून त्या च्या माथ्या वर बसण्या त ज़ो आनंद मीळतो तो डोंगर न चढता च पायथ्या शी बसून राहील्या ने मीळत नाही। अंतीम कर्‌म-मुक्ती त देह-मुक्ती ची कल्पना आहे। देह आहे तो वर बाह्‌य कर्‌म करीत करीत मना ने कर्‌म-मुक्‌त होण्या चा यत्‌न ज़र आपण करीत राहू तर शेवटी देह अुडून ज़ाअील आणी फीरून देह धारण करण्या ची गरज़ राहणार नाही। या चें नाव मुक्‌ती होय।

सारांश, अेकी कडून वैद्‌न्यानीक, दुसरी कडून तत्‌त्व-द्‌न्यानी आणी तीसऱ्या बाज़ू ने आळशी तीघे मीळून कर्‌मा तून सुटायचे मार्‌ग शोधीत आले आहेत। अुलट गीते ने आणी बापूजी नी जां नी आश्‌रम अुभारला त्यां नी देखील समज़ावून दीलें की प्‌रत्‌यक्ष अुत्‌पादक कर्‌मयोग च मुक्‌ती मीळवीण्या चा मार्‌ग आहे। अुत्‌पादक परीश्‌रम तर दुनीया ही करते, पण ती लाचारी ने करते। आपल्या ला तो स्‌वेच्‌छे ने आणी द्‌न्यान मीळवीण्या चा अीच्‌छे नें केला पाहीजे।

व्रतें आणी समाज-सेवा

आज़ चींतना साठी जो श्लोक देणी त आला आहे तो गीते च़ा आहे। ती चें तात्पर्य हें— “मनुष्य ईंद्रीयां च़ा आहार तोडील तर तीतकी अंशा ने वीषय दूर राहतील। पण मना ची खोल गाभारी त वीषयां ची जी गोडी असते ती तेवढी ने सुटत नाही। ती साठी स्वतंत्र प्रयत्न करावा लागतो। आणी तो म्हणजे आत्मी ची ओळख करून घेणें हा च होय। आत्म-दर्शन झाली नंतर वीषयां ची गोडी उरत नाही।” या श्लोका चें चींतन आज़ मी करू ईच्छीत नाही। स्थीत-प्रद्न्या ची लक्षणां पैकी हा अेक श्लोक आहे। ‘स्थीतप्रद्न्य-दर्शन’ नावा चें माझें मराठी पुस्तक प्रसीद्ध झालेलें च आहे। माझी व्याख्यानां चा तो संग्रह आहे। ती त ती लक्षणां चें चींतन मी केलेलें आहे। ती पुस्तका ची गुज़राथी आणी हींदी आवृत्ती यथाकाळ तयार होईल च। हे श्लोक नीत्य-चींतना चे आहेत। आणी सर्व सत्याग्रही स्त्री-पुरुष ते रोज़ म्हणतात। ते म्हा तीं ची चींतना ची गरज़ होती। म्हणून तें पुस्तक मी प्रकाशीत केलें।

बापूं नी आश्रमा साठी जीं व्रतें सांगीतली – जीं ना अेकादश व्रतें म्हणतात – तीं त अस्वाद-व्रत ही आहे। हा श्लोक ती व्रता ची आठवण करून देतो। ती व्रता बाबत बोलायचा वीचार नव्हता, पण शीबीरा त बापूजीं ची मंगल-प्रभात या पुस्तका चा अभ्यास व्हायला पाहीजे। बापूजीं नी पुष्कळ लीहीलें आहे। ती त

मौलीक साहीत्य ही पुष्कळ आहे। तथापी ती सर्वा च़ें मथीत ज़र काही असेल तर हें लहानसें पुस्तक आहे। आज़ ती च़ें भान लोकां ना तीतकें सें स्पष्ट नाही। पण शंभर वर्षां नंतर जनता बापूं ची 'मंगल प्रभात' च़ें जीतकें स्मरण राखील तीतकें कदाचीत् दुसरी साहीत्या च़ें ठेवणार नाही। आज़ ची पीढी बाबत तां नी ज़ें काही लीहून ठेवलें तें सारें अीतीहास-ज़मा होअील। पण ज़ें थोडें साहीत्य नीरंतर अुपयोगा च़ें ठरेल ती त 'मंगल-प्रभात' शीरोमणी होय। ती त जीं व्रतें सांगीतलीं आहेत तीं नवीं नाहीत। पण तां बरोबर ची तां ची कल्पना मौलीक आहे।

समाज-सेवा करणारां नी मानलें आहे की सेवे साठी चारीत्र्य-बल आवश्यक आहे। पण काही व्रतां च़ें नीरपवाद पालन समाज-सेवा करीत असता केलें पाहीजे, ते'व्हा च़ खरी सेवा होअू शकते असें तां नी मानलें न'व्हतें। पुष्कळ से समाज-सेवक असे होअून गेले आहेत की जां नी च़ांगली सेवा केली आहे आणी जां ची सेवे च़ा समाजा ने अुपकार ही मानला आहे। तथापी ते सेवक असली व्रतां ची गरज़ मानीत होते असें दीसत नाही। या अुलट योगा च़े अुपासक आणी जैन व बौद्ध धर्मा च़े अनुयायी, भक्तीमार्गी आणी वेदांती काही व्रतां ची गरज़ अवश्य मानीत असत। सत्य अहींसा आदी पाच़ व्रतें तर बापूजीं नी सरळ पतंजली वरून च़ घेतलीं आहेत। पण ते लोक व्रत-पालना बरोबर समाज-सेवे ची आवश्यकता मानीत न'व्हते। ती व्रत-पालना त व्यक्तीगत शुद्धी ची कल्पना होती। अशा प्रकारें ज़े लोक समाज-सेवा करीत ते व्रतां च़ें ध्यान ठेवीत नसत आणी ज़े व्रतां च़ें ध्यान ठेवीत ते ती बरोबर समाज-

सेवे ची कल्पना करीत नसत। दोहों ची साधना वेगवेगळी होती। पण ता दोहों ना ज़ोडणें अपरीहार्य आहे, हा मौलीक वीचार होय।

आपण खादी च्या प्रचार व्हावा असें ईच्छीतो। हींदुस्थाना त अखंड चरखा चालो अशा अर्था चें भजन ही ईथे रोज़ गाईलें ज़ातें। ते'व्हा या व्रतां वर आमची अखंड श्रद्धा असली पाहीजे तर च चरखा अखंड चालेल। चरखा ला ज़र आ'म्ही केवळ अेक बाह्य वस्तु मानलें तर चरखा अखंड चालणार नाही, तर तो खंडीत होईल। बापूं चे वीचार मानणारां मधे अेक ऊणीव राहून गेली आहे। ते जीवना च्या खोली त शीरू ईच्छीत नाहीत। थोडें दूर ज़ाऊन थांबून ज़ातात। पण आमचा वीचार ज़र वरवर च राहील, वीचारा चा खोल पाया नसेल, तर ता वर ऊभारली ज़ाणारी ईमारत पक्की होणार नाही।

'म्हणून आपण ज़ें काम करीत आहोत ता चा मुळा शी ज़ाऊन ता चा पाठीमागे ज़ें तत्त्व-द्न्यान आहे ता'च्या अभ्यास करायला पाहीजे। शीबीरा त 'मंगल प्रभात' चा अभ्यास अवश्य व्हायला पाहीजे। ता त अकरा व्रतां बरोबर नीश्चय आणी नम्रता हे दोन आणखी ज़ोडून देणा त आले आहेत। अेकूण तेरा अध्याय आहेत। पंधरा दीवसां त ता पुस्तका चा सामान्य अभ्यास होऊ शकतो।

नम्रता आणी नीश्चय हे परस्पर-वीरोधी नसून परस्पर-पूरक होत। आ'म्ही सावध रहावें अेवढा साठी दोहों ची गरज़ आहे। ज़ें द्न्यान मीळवीलें आहे तें आचरणा त आणणा साठी नीश्चय

हवा आणी अद्याप पुष्कळ द्न्यान मीळवायचें शील्लक आहे अशा वृत्ती साठी नम्रता हवी । आम्ही सर्व काही द्न्यान मीळवीलें आहे असें वाटल्यास आपण अुद्धट बनू आणी द्न्याना चे दरवाज़े बंद होतील । मग वीकास होणार नाही । पण या चा अर्थ हा नाही की जीतकें द्न्यान मीळवीलें त्या चें आचरण करताना मना त शंका असावी । नीःशंक होअून आचरण करण्या साठी नीश्चय पाहीजे । अशा प्रकारें आपल्या व्रतां चे नीश्चय आणी नम्रता हे दोन रक्षक होत । व्रतां बरोबर यां चें ही सखोल अध्ययन व्हायला पाहीजे ।

कर्ममय अुपासना

आश्रम-जीवना ची बाह्य अंगां ची चर्चा आपण करून राहीलो आहो। काल आपण कर्मयोग म्हणजे श्रम-नीष्ठा या बाबत वीचार केला। ती चा च अेका वीशेष भागा ची जी कल्पना करणी त आली आहे तीची बाबत आज़ वीचार करू।

कर्ममय अुपासना रूढ करणी चा प्रयत्न आश्रमा त कैक वर्षां पासून चालला आहे। अुपासने चीं काहीं कर्में अुत्पादक असतात। काही तरीं अुत्पादक नसतात, ज़री तीं ही अुपयुक्त असतात। परंतु आश्रमा त अेक असें अुत्पादक कर्म अुपासने साठी नीवडून घेणी त आलें आहे की ज़ें सर्व ज़ण अेकत्र ज़मून आणी अुपासने ची भावना राखून करू शकतात। बापूं नी ती ला यद्न्य नाव दीलें। हींदुस्थान ची आज़ ची गरज़ पाहून ती चा अंगीकार करणी त आला होता। तें म्हणजे सूत्र-यद्न्य। ती ला च मी अुपासना नाव दीलें आहे। सूत कातणी त पेळू तयार करणी चा ही समावेश होतो, ज़री प्रारंभीं तसा अर्थ करणी त आला नव्हता। पण तो अेक दोष राहून गेला होता। आणी तो आज़ पर्यंत आपली ला त्रास देत आहे। आता ती दोषा चें भान झालें आहे तर सूत कातणी चा अुपासने चा पूर्ण अर्थ समज़ून घेतला पाहीजे। सूत कातणी चा अुपासने चा ज़री आज़ची गरज़ ध्याना त घेअून स्वीकार करणी त आला आहे तरी ती नेहमी साठी अुपासना होअू शकते। प्राचीनां नी देखील जेव्हा असली अुपासने बाबत

मराठी ग्रंथ संग्रहालय, ठाणें. स्थळ ... २८१९८ ... वि: ... नों. दि: ...

वीचार केला तेव्हा कातणा-या अुपासने चा स्वीकार केला होता। कापड द्रेका ची शारीरीक गरजे ची वस्तु आहे। ता च बरोबर ती आध्यात्मीक वस्तु ही आहे। कारण तीचा शी संस्कारीते चा संबंध नीगडीत आहे। अशा तरे ने शारीरीक आणी आध्यात्मीक दोन्ही आवश्यकता पूर्ण करणारी जी वस्तु आहे तीचा अुपासने साठी स्वीकार करणें योग्य च आहे।

कर्ममय अुपासने ची ही खुबी होय की ती त अुपासने ची भावना असेल तर श्रेय लाभतें, आणी तशी भावना नसली तर अुत्पादन तरी होतें च। गीते त धर्म-युद्धा चें असें च वर्णन केलें आहे: "हतो वा प्रापस्यसी स्वर्गं, जीत्वा वा भोक्ष्यसे महीम्।" धर्म-युद्धा त माणसा ला मृत्यु आला तरी भलें आहे आणी जय झाला तरी भलें आहे। तशी योजना हा अुपासने त आहे। अुपासने ने समाज आध्यात्मीक सूत्रा त बांधला ज़ातो। ज़े वर्ग-भेद रूढले आहेत ते नष्ट होतात, आणी सर्वत्र साम्या चा अनुभव येतो। "वेत्थ त्वं अंतर्यामीणम्, वेत्थ त्वं सूत्रम्" — तुम्ही ता अंतर्यामी ला ओळखता का, ज़ो सर्वां ना अेका सूत्रा त ओवतो ? अशीं प्रश्नोत्तरें अुपनीषदा त येतात। सर्वांतर्यामी आत्मा स आपण ओळखत असू तर सगळा सृष्टी चें अंतःसत्त्व अवगत केला सारखें होतें। गीते त देखील या सूत्रा चा रूपका चा अुपयोग करून घेतला आहे। तेव्हा अशी ही सर्वां ना आध्यात्मीक सूत्रा त बांधणारी सूत कातणा ची अुपासना आहे।

अुपासना आणी सत्कर्में यां त ज़ें अंतर आहे तें मी अेक अुपमा देअून समज़ावून सांगत असतो। अीतर सत्कर्में त्वचे त असलेला

असंख्य छीद्रां सारखीं होत। ता छीद्रां चा द्वारें माणसा ला हवा अवश्य मीळते। पण अुपासना नाका सारखी आहे। बाकी चा छीद्रां तून तशी हवा मीळत नाही ज़शी ती नाका ने श्वासोच्छ्वास करून मीळते। असें महदंतर सत्कर्में आणी अुपासना यांचा त आहे। जी चेतना अुपासने चा द्वारें मीळते ती सत्कर्मां चा द्वारें मीळत नाही।

आपले प्राचीन धार्मीक लोक देखील अुपासना रूढ करणा त यशस्वी झाले आहेत। पण तां ची अुपासना पांथीक आहे। सामान्यतः धर्मां त भेद होते च। तेव्हा प्रत्येक धर्मवाला ने आपापली वेगळी अुपासना रूढ केली। पण ती अुपासना कर्ममय नव्हती। वाङ्मय होती, ध्यानमय होती। म्हणून दोन्ही प्रकारें लाभ देणारी नव्हती। ध्यान-योगा साठी आपण सारे बरोबर बसलो—ज़से क्वेकर पंथा चे लोक करतात—आणी ता ध्याना त यशस्वी झालो, तर ध्याना च्रा लाभ अवश्य मीळतो। पण तशी ध्यान-क्रीया जां चा मना त होत नाही तां ना ती आळसा ची वा आरामा ची क्रीया होअून बसते। म्हणजे ध्यान-योगा ची अुपासना अेकेरी लाभा ची आहे। मना त ध्यान च्राललें तर लाभ आणी तसें ध्यान न घडल्यास अलाभ। पण कर्ममय अुपासना दोन्ही प्रकारें लाभदायक होतें। म्हणून सामुदायीक दृष्टी ने कर्ममय अुपासना श्रेष्ठ ठरते।

अशी सर्व प्रकारें ही अुपासना श्रेयस्कर असून ही आम्ही ती आता पर्यंत रूढ करू शकलो नाही। करू शकलो असतो तर

आता पर्यंत सगळा समाज अेकरूप होअून गेला असता । तसा थोडा प्रयत्न केला गेला, पण आम्ही तीतके शक्तीशाली नव्हतो । आम्ही ती वस्तु आत्मसात् केली नाही म्हणून तीचा प्रचार झाला नाही । आश्रमा ने आणी चरखा संघा ने तसा थोडा प्रयत्न केला पण ती त यशस्वी झालो नाही । अज़ून ही आपण ती त तन्मय होअून ज़ाअू तर आज़ पर्यंत झाला नाही अीतका प्रचार पुढे होअील । परंतु प्रचारा ची अीतकी चींता नाही, जीतकी तो वीचार आत्मसात् होणी ची आहे ।

ज़ुनी अुपासने चा वीचार आम समाज आता पर्यंत ग्रहण करू शकला नाही । कारण तो प्रचलीत वीचारा शी ज़ुळत नव्हता । परंतु कातणी ची अुपासना आधुनीक मन समज़ू शकतें । या त पांथीकते चा आभास नाही आणी अव्यक्त वस्तु मानणी ची ही गोष्ट नाही । सूत कातणी ने आपण आम जनते शी अेकरूप बनतो म्हणून ही व्यक्त वस्तु आहे असें आधुनीक माणसा ला समज़ावून देता येतें ।

माझी कडून झाला तीतका मी या दीशे ने प्रयत्न केला आहे । कताअी ची साधना त जीतके शोध मी केले आहेत ते या दृष्टी ने च केले आहेत । खादी-अुत्पत्ती अेक गोष्ट आहे, वस्त्र-स्वावलंबन दुसरी । परंतु कर्ममय अुपासना या दोहों हून ही वेगळी आहे । ती त अुत्पादन आणी वस्त्र-स्वावलंबन तर आपोआप होअून च ज़ातें । परंतु ती आध्यात्मीक वस्तु आहे । आणी आध्यात्मीक कर्ममय अुपासने साठी साधनें अतीशय साधी

असलीं पाहीजेत। म्हणून मी तकली पुष्कळ चालवली। तीची गती वाढवीण्या चे ही प्रयोग केले। चरख्या पेक्षा तीच्या वर सूत कमी च नीघत होतें। चरख्या ची बरोबरी तकली करू च शकत नव्हती। तरी तीच्या पायीं पुष्कळ वर्षें घालवीलीं। कारण त्या त सामुदायीक व्यापक प्रचारा ची दृष्टी होती। आणी ही च दृष्टी तुनाई चा शोधा त होती। आपल्या पींजण्या त दोष होते हें कारण तर होतें च। पण त्या प्रयोगा त मुख्य दृष्टी व्यापक प्रचारा ची होती।

या चा प्रचार करण्या ची शक्ती तेव्हा च येईल की जेव्हा आपण त्या वस्तू ला आपल्या जीवना चें अंग बनवू।

आपली मंडळी त

तुम्हा मंडळीं स पाहून मला फार आनंद होत आहे। या पूर्वी मी अीथे येअू शकलो नाही, या बद्दल मला वाअीट वाटतें आणी वाटत ही नाही। वाअीट अेवढा साठी वाटतें की तुम्हा भावा-बहीणीं शी मी आता पर्यंत भेटू शकलो नाही आणी वाअीट वाटत नाही तें अेवढा साठी की बापूं नी ज़ें काम मला सोपवीलें होतें तें करणा त नी [illegible] होतो।

शेवटीं माणसा च़ा खरा परीचय तर मानसीक च़ असतो। बाह्य परीचया ला मर्यादा असते। मानसीक परीचय करोडों शी होअू शकतो—ज़े जीवंत आहेत तां चा शी ही आणी जे दीवंगत आहेत तां चा शी ही। अीथे मी बसलो आहे तो परीचीतां त, आपला कुटुंबीयां त, बसलो आहें असें वाटतें। आता तुमच़ा परीचय करून देणा त आला। पण तो तर मी पुष्कळ सा वीसरून ज़ाअीन। अशा गोष्टी प्रायः मी वीसरून ज़ातो। पण तुमची अेक आठवण तर मी केंव्हा ही वीसरणार नाही। तुम्ही सर्व ज़ण मला अंतर्यामीरूप आहा। आता तुलसीदास जीं ची चौपाअी गाअीली गेली, ती त ते म्हणतात—"सत्संगा शीवाय वीवेक होत नाही आणी प्रभु रामचंद्रा चा कृपे शीवाय सत्संग लाभत नाही।" तुम्हा मंडळीं ना अीथे फार च़ांगला सत्संग लाभला आहे। बुद्धा पासून गांधीजीं पर्यंत चा च़ांगला तसबीरी अीथे लावणा त आला आहेत। आणी तां चा छत्र-च्छाये त अीथे सारीं कामें केलीं ज़ातात। अीथली

सृष्टी ही पुष्कळ शी तुमची बनवीलेली आहे। अीथले पुष्कळ से कार्यकर्ते तुम्ही तयार केलेले आहेत। कैक वर्षां पासून अीथे सेवा-कार्य होत आहे। आपसां त बंधुभाव राखून लोक कामें करताहेत। अीथे मी बसलो आहे तो सत्संगती त बसलो आहे, असें वाटतें।

अीश्वरा ची मज़ वर अपार कृपा होत राहीली आहे। लहान-पणा पासून ती ने मला सत्संगती च दीली आहे। तुमची बैठकी त मला आभास होत आहे की अीथे अेक सत्ता काम करून राहीली आहे। जी ची गुरुभावना असेल तो तीला गुरु म्हणू शकतो। जी ची पीतृ-भावना असेल तो तीला बापु म्हणू शकतो। आणी सारी जगा त आत्म-स्वरूप प्रभू ला पाहणी ची जी ची भावना असेल तो तीला अीश्वर म्हणू शकतो। नाव काही ही दी, पण अशी अेक सत्ता आहे खास। आणी तीचा च आशीर्वाद, तीचा च वरद हस्त आम्हा सर्वां वर आहे। अीथली प्रार्थने त मी जीं प्रवचनें दीलीं ती त माझी अुपदेश देणी ची भावना नव्हती। मी आपली वीचारपोथी त लीहीलें आहे—"वेद स्वभावा ने बोलतात। गुरु अुपदेशार्थ बोलतात। मी जपार्थ बोलतो।" माझी भावना दृढ करणी साठी च मी बोलतो।

तुम्ही माझा आशीर्वाद अीच्छीता, पण मज़ वर जी चा आशीर्वाद आहे ती चा तुमची वर ही आहे। तो तर अुत्सुकते ने पहात आहे की कोण माझी आशीर्वादा ची अीच्छा करतो आहे। सारी जगा त प्रकाश आणी सत्य-प्रेरणा भरून रहावी अशी ती ची अीच्छा आहे। पण आम्हा बालकां ना तो प्रयोग करू देत आहे। चुका करू देत आहे। चूक करू तरी वर खाली मागे पुढे तो च

बसला आहे, त्या ची दृष्टी आपल्या वर आहे च। मासोळी पाणी सोडून कुठे ज़ाणार? पाण्या चा तरंग पाणी च असतो।

तुम्ही मंडळीं नी अीथे तप केलें आहे। तपस्ये ने च सारें काही मीळतें। आता आपण चौपाअीं त अैकलें आहे की अुमे ला भगवान् शंकरा ची अीच्छा होती तर तीला तप करण्या स सांगण्या त आलें। तपस्ये ने च भगवान् सृष्टी चालवून राहीला आहे। अुपनीषदा त आपण पाहतो की शीष्य जेव्हा गुरू ज़वळ ब्रह्म-वीद्ये साठी ज़ातो तेव्हा गुरु त्या ला सांगतो— "तपसा बरह्म वीजीज्ञासस्व। तपो ब्रह्म।" तप च ब्रह्म आहे। तप करून त्या ला ज़ाण, त्या ची ओळख करून घे।

बापू गेल्या नंतर आता आपल्या कसोटी ची वेळ आली आहे। त्या साठी आपल्या ला अधीक तपस्या करावी लागेल। अेक प्रकार चें स्वराज्य मीळालें आहे, पण ज्या ला आपण राम-राज्य म्हणतो त्या साठी आता प्रयत्न करायचा आहे। या आश्रमा चें नाव देखील स्वराज्याश्रम आहे। भगवंता चा आशीर्वाद तर आपल्या वर आहे च। आम्ही अधीक ज़ोमा ने कामा स लागावें अेवढें च अीश्वरा पाशी मागून मी संपवतो।

आश्रम ची आहार-दृष्टी

आश्रमा च्या वीवीध अंगां त आहार-शुद्धी च्या आग्रह आणी तसले प्रयोग हें अेक वीशेष अंग चालत आलें आहे। हा वीषय भारतीय समाजा स नवा नाही। सगळें भारतीय मानस असले प्रयोग करीत आलें आहे— ज़री सामाजीक दृष्टी ने पाहीलास फार मोठा परीणाम तें घडवून आणू शकलेलें नाही। तरी आपल्या अनुभवा वरून ज़ो काही अल्प पण नीश्चीत परीणाम तें घडवून आणू शकलें तो जगा तील दुसऱ्या धर्मां शी तुलने स ठेवता वीशेष लक्ष वेधून घेतो।

आहार-शुद्धी ची दृष्टी ठेवून त्या त पुष्कळ प्रयोग करण्या त आले आहेत। अेक म्हणजे शारीरीक आरोग्या ची दृष्टी। त्या बाबत वैद्य-शास्त्रा ने पुष्कळ कार्य केलें आहे। आपल्या वैद्य-शास्त्रा त पथ्य-वीचारा ला अेक महत्त्वा चें स्थान आहे— ज़री तें त्या अंगा चा वीशेष वीकास करू शकलेलें नाही। पाश्चात्त्य लोकां नी प्रयोग करून नैसर्गीक आहार आणी नैसर्गीक अुपचार यां चें शास्त्र वीकसीत केलें आहे। या चा वीचार आश्रमा त ही झाला आहे, पण तें अंग अ-वीकसीत असें च राहीलें। नैसर्गीक अुपचारां वर च संतुष्ट राहू तेव्हा च ते यशस्वी मानले ज़ातील। रोग-लक्षण दीसू लागलें म्हणजे नैसर्गीक अुपचारा ने आणी आहार-नीयमना ने त्या ची चीकीत्सा करण्या चा तर आम्ही प्रयत्न केला, पण त्या त फारसे यशस्वी ज़ालेलो नाही।

आहारा बाबत आपला त ज़ो दुसरा प्रयोग ज़ाला तो मानसीक शांती कशी मीळेल ही दृष्टी समोर ठेवून केला गेला। ता त मग सात्त्वीक राजस तामस असें वर्गीकरण ज़ालें। योग-शास्त्रा ने ही या च़ा वीचार केला आहे। गीते त देखील ता च़ा अुल्लेख येतो।

तीसरा प्रयत्न ज़ाला तो सर्व-सामान्य समाजा ला खाद्याखाद्य-वीवेका ची दीशा दाखवीणा चा दृष्टी ने ज़ाला। हा प्रयोग समाज-शास्त्रं नी केला। हा च़ा अुल्लेख स्मृतीं तून आपला ला पहायला मीळतो। तो व्यंग असला तरी या दृष्टी ने प्रयत्न मानतात आंणी अभीमान ही धरतात। ता तून मग अुच्च-नीच-भावना ही अुत्पन्न ज़ाली आहे। अेका स्वच्छ वीचारा च़ा हा मलीन परीणाम ज़ाला आहे। ता वीचारा ची स्वच्छता टीकवायची आणी वाढवायची असेल तर हा मलीनते च़ा स्पर्श होअू देता कामा नये।

या बाबती त हींदुस्थान ची वीशेषता तर आहे च़, पण ता त ही गुज़राथ ची अधीक आहे असें म्हणता येअील। गुज़राथ च़ असा प्रांत आहे की जीथला शेतकरी ही मांसाहारा तून मुक्त आहे। अीतर प्रांतां त वीशेषतः वैश्य आणी काही ब्राह्मण मांसाशन करीत नाहीत। पण शेतकरी नीरामीषाहारी नसतात। ते देखील रोज़ मांसाशन करतात अशातली गोष्ट नाही। मधून मधून च़ करतात। ता च़ा शारीरीक लाभ ही तां ना होत नाही। स्वाद तेवढा थोडा मीळत असेल अेवढा च़

लाभ । ती तून अधीक काही लाभ होत नाही । तरी ही वाईट चाल जशी ईतर प्रांतांतली शेतकरीं त रूढ आहे तशी गुजराथ मधे नाही । वैष्णव आणी जैन संप्रदाया ची लोकां नी केलेली कामा चा हा परीणाम आहे । हें तर मी आहार-शुद्धी बाबत ऐती-हासीक दृष्टी ने आता पर्यंत काय प्रयोग झाले ती चें वीवेचन केलें । आश्रमा त जे प्रयोग झाले तीं त ही संगळी गोष्टी आहेत च, पण ती शीवाय गरीबां ची जीवना शी अनुसंधान राखणी ची ही दृष्टी आहे । गरीबां चें ही जीवन-मान वर अुचलायला पाहीजे आणी तीं चा आहार परीपुष्ट करायला पाहीजे । तथापी आज ते जी स्थीती त आहेत ती स्थीती त आपली जीवना शी ही तीं चा संबंध असला पाहीजे । ही दृष्टी आश्रम चा आहार नीश्चीत करताना ठेवणी त आली आहे । म्हणून सात्त्वीक आहारा ची नीवड करीत असता ही जो आहार गरीब घेअू शकतात असा आहार ठेवणी चा यत्न करणी त आला आहे । पण या चा प्रचार आम जनते त व्हावा म्हणून प्रयत्न करणी त आलेले नाहीत ।

ही वस्तु पुढे न्यायची असेल तर, आणी जी काही मांसाहारा तून सुटका झाली आहे तीचा पुरा फायदा घेअून ती आणखी पुढे न्यायची असेल तर, हींदुस्थाना त आहारा मधे फळ व भाजी यां चा अुपयोग वाढवला पाहीजे । तीं चें अुत्पादन ही वाढवलें पाहीजे । परीपूर्ण मांसाहार-त्यागा ची दृष्टी ने दूध सोडणी चे ही प्रयोग करणी त आले आहेत । पण दुधा चें नीयमीत सेवन करायला पाहीज अशा नीर्णया वर आम्ही आलो आहो । तरी या बाबत अधीक

प्रयोग व्हायला पाहीजेत । सध्या आश्रम च्या आहारा त गरम मसाल्यां च़ा अुपयोग न करणें अेवढी च़ वीशेषता दीसून येते ।

परंतु आहार-शुद्धी त आहार कोणता घ्यावा या पेक्षा कीती घ्यावा ही वस्तु अधीक महत्त्वा ची आहे । आध्यात्मीक दृष्टी ने मी या नीर्णया वर आलो आहे की मीताहार च़ अ-स्वाद व्रता ची मुख्य कसोटी आहे । फलाहार सात्त्वीक मानला ज़ातो । पण त्या च़ें सेवन अतीमात्र झालें तर मानसीक प्रगती होत नाही । धान्य दूध आदी राजस आहार मानला ज़ातो । पण तो मात्रे त घेतला, म्हणजे मानसीक प्रगती अधीक होते । अशा प्रकारे मीताहार हा हीताहारा हून अधीक श्रेष्ठ आहे ।

आहार शुद्ध ठेवून औषधादी घ्यावें लागू नये या दीशे ने ज़े प्रयत्न झाले आहेत ती ही आश्रम ची अेक वीशेषता म्हणता येअील । पण त्या प्रयत्ना त आम्हा ला फारसें यश आलेलें नाही । तरी औषधादीं च़ा अुपयोग न करण्या ची दृष्टी असल्या मुळे अेखाद्या वेळीं त्यां च़ा अुपयोग करावा ही लागला तर तो संकोचा ने करतो । परंतु या दीशे ने ही अधीक प्रयोग व्हायला पाहीजेत । बापूं नी या साठी अुरळी कांचन येथे अेक स्वतंत्र आश्रम स्थापन केला । शेवटल्या दीवसां त तर ते नाम-स्मरणा वर च़ अधीक ज़ोर देअू लागले होते । ही गोष्ट काही लोकां ना आक्षेपार्ह देखील वाटली । नुसत्या नाम-स्मरणा ने सारे रोग दूर होतात असें बोलणें अेक प्रकारे जादू वर वीश्वास ठेवण्या सारखें च़ आणी भोळी श्रद्धा वाढवीण्या सारखें आहे, असा आक्षेप करण्या त येअी । पण तो

आक्षेप बरोबर नाही । नाम-स्मरणा त रोग दूर करणा ची शक्ती अवश्य आहे । आम्ही नाम-स्मरण-पूर्वक आहार घेअू तर तो अधीक मात्रे त घेतला ज़ाणार नाही । स्वादा ला आम्ही जींकू शकू । अयोग्य वर्तन आमचा कडून होणार नाही । हें सोरें नाम-स्मरणा ने होअू शकतें । म्हणून नाम-स्मरणाहून अुत्तम दुसरें कुठलें च औषध नाही । असें अनुभवा वरून आम्ही नीश्चया ने म्हणू शकतो । हा सारा आहार-शुद्धी च्या नीश्कर्ष झाला ।

सार्वजनीक प्रार्थने चें चतुर्वीध स्वरूप

आज़ मला वीचारण्या त आलेल्या अेका प्रश्ना ची चर्चा करू अीच्छीतो। प्रश्न असा आहे की जीथे सर्व संप्रदायां चे लोक—ज़से या शीबीरा त—अेकत्र होतात तीथे प्रार्थने चें रूप कसें असावें। पुष्कळदा असा प्रश्न अुभा होतो। म्हणून या बाबत आपल्या पाशी काही नीश्चीत अुत्तर असलें, तर काम सोपें होअून ज़ातें।

हींदुस्थान समन्वय-वीचारा ची भूमी आहे। या भूमी वर सत्य-दर्शना साठी जीतके प्रयत्न झाले आहेत तीतके क्वचीत च दुसऱ्या भूमी वर झाले असतील। जग देखील मानतें की हींदुस्थाना त सत्य दर्शना साठी पुष्कळ तपस्या झाली आहे।

पुष्कळ से प्रयोग करून आमचे लोक ज्या नीर्णया वर आले आहेत तो नीर्णय प्राचीन ग्रंथा त, ज़ो जगातील पहीला ग्रंथ आहे त्या त, लीहून ठेवला आहे। "अेकं सत्, वीप्रा बहुधा वदन्ती" ह अृग्वेदा चें वचन प्रसीद्ध आहे। सत्य अेक आहे, पण अुपासक अनेक नावा त आणी अनेक रूपां त त्या ची अुपासना करतात। अृग्वेदा च्या काळीं च हा नीर्णय होअून चुकला होता या चा अर्थ हा की त्या पूर्वी च या ची चर्चा आणी तपस्या होअून चुकली होती। त्या तपस्ये ची नाद देखील वेदा त पहायला सापडते। त्या नंतर अनेक पंथ नीर्माण झाले। आणी काही पंथां च्या मधे काही कटुता ही नीर्माण झाली होती। परंतु अेकंदरीत सर्वां नी मीळून समन्वय करून घेतला होता। देवी-देवतां चीं अनेक नामें असून ही

परमेश्वर अेक आहे या चें भान हींदुस्थान च्या जनते ला झालें होतें। काही ज़ण समज़तात त्या प्रमाणे हींदुधर्मा त अनेक अीश्वरां ची कल्पना केलेली नाही। हींदू देखील अीश्वर अेक आहे असें मानतात। अीश्वर अनेक आहेत असा भ्रम कुणा ला च़ नाही। परंतु अीश्वरा ची शक्ती वीवीध प्रकार ची असते। म्हणून त्या ची अुपासना करणारे वेगवेगळ्या शक्तीं ची अुपासना करतात। तसें तर अेक च़ अुपासक वीवीध शक्तीं ची अुपासना करू शकतो। तो आखाड्या त गेला म्हणजे हनूमाना ची अुपासना करील। सूर्योदया च्या वेळीं तो स्नान करून सूर्यदेवा ची पूजा करील। वीद्यालया त गेला म्हणजे सरस्वती चें स्तोत्र गाअील। रसोअी-घरा त गेला म्हणजे अन्नपूर्णे चें स्तोत्र गाअील। अीश्वरा ची शक्ती अनंत आहे। त्या चीं नावें ही अनंत असू शकतात, आणी रूपें ही अनंत असू शकतात। अेक च़ मनुष्य भोजन, अध्ययन, व्यायाम आदी वीवीध कामें करू शकतो, त्या प्रमाणें अेक च़ मनुष्य वीवीध अुपासना करू शकतो। त्यां च्या त वीरोध कल्पी-ण्या चें काही कारण नाही। सर्वां च़ा मेळ बसू शकतो।

आता जीथे अनेक पंथां चे संप्रदायां चे आणी धर्मां चे लोक अेकत्र ज़मतात त्या ठीकाणीं प्रार्थने चें स्वरूप त्रीवीध असू शकतें। शुद्ध नीर्वीकार परमेश्वरा चें नाम-स्मरण, अथवा अीश्वरा च्या अनेक वीभूतीं चें अेकत्र अुच्चारण, अथवा त्या च्या अेका च़ नावा चें अुच्चारण, ज्या त अीतर सर्व नामां च़ा अंतर्भाव मानता येअील।

पहीली पद्धती वेदांता ची आहे । स्वामी वीवेकानंदां नी हींमत-पूर्वक अमेरीके त जाहीर करून दीलें की सगळी जगा च़ा वेदांत हा च़ अेक धर्म होअू शकतो । तेव्हा जगा ला आणी हींदुस्थान ला ही हींदू धर्मा ची महत्ते च़ें यथार्थ भान झालें । वेदांता ची अुपासना च़ अशी अेक नीर्गुण नीराकार सर्व-व्यापक अुपासना आहे की जी त अुपासक देखील वेगळा राहत नाही । सर्व भेद तीथे मावळतात, सर्व नाम-रूपां च़ा तीथे लोप होतो । हा अेक प्रकार झाला । या त कुठली च़ पंथा ची काही-अेक तकरार राहत नाही । सगळी नदी जी प्रमाणे समुद्रा त वीलीन व्हायला तयार असतात ती प्रमाणे या महान् पंथा त सगळे पंथ वीलीन व्हायला तयार होअू शकतात ।

दुसरा प्रकार म्हणजे अनेक देवतां च़ा अुच्चार करणें । हींदु, मुसलमान, ख्रीस्ती, पारशी, यहूदी आदी सर्वां ची धर्मां त सांगीतलेली परमेश्वरा ची नावां च़ा अेकसाथ अुच्चार करणें— ज़सें आपण कधी कधी करतो—हा दुसरा प्रकार झाला ।

तीसरा प्रकार म्हणजे अुपासना च़ालवीणारे जी धर्मा चे अधीक असतील ती धर्मा ची अुपासना व्हावी । ती त अीतर सर्व लोकां नी सामील व्हावें । कोणा अेका च़ नामा च़ा अुच्चार तीथे होत असला तरी सगळीं नामें ती अेका नामा त येअून ज़ातात अशा अवीरोध-वृत्ती च़ा अभ्यास करावा । रामा ची नामा त कृष्णा चें नाव येअून ज़ातें, कृष्णा ची नावा त शंकरा च़ें नाव येअून ज़ातें, शंकरा ची नावा त अल्ला च़ें नाव येअून ज़ातें, आणी अल्ला ची

नावा त मज़्दा चें नाव येअून ज़ातें अीत्यादी । तीथे राम अल्ला अथवा मज़्दा अशीं वेगळीं नावें घेण्या ची गरज़ नाही । सर्व नावां चा अेका च नावा त समावेश होअून ज़ातो असें मानावें ।

हे अुपासने चे तीन प्रकार झाले । यां ची ज़ोडी ला नीती म्हणजे हृदय-वीकासा चा अथवा गुण-वीकासा चा वीचार ज्या त आहे असा भाग असावा । स्थीत-प्रद्न्या चा लक्षणा सारखे श्लोक कुठल्या ही पंथवाल्या ला बाधक वाटणार नाहीत । सर्व अुत्साह-पूर्वक त्या चा स्वीकार करतील । कारण, प्रत्येक धर्मा त असा नैतीक वीभाग असतो च ।

तेव्हा अुपासने चे अीतके प्रकार होतात—(१) आत्म-चींतना चा नीर्वीकार तात्त्वीक भाग । (२) प्रत्येक धर्मा मधून अेक अेक भाग सामुदायीक रीत्या अुच्चारणें । मी जी प्रार्थना तयार केली आहे ती त आठ-दहा धर्मां चीं वचनें घेतलीं आहेत । त्यां चा मराठी त अनुवाद केला आहे । आणी तो मी केव्हा केव्हा म्हणतो । (३) कुठल्या ही अेका नावा चा अुच्चार, ज्या त अीतर सगळ्या नावां चा समावेश होतो असें मानणें । ज्या प्रार्थने त हींदूं ची संख्या अधीक असेल तीथे 'रघुपती राघव राजाराम' म्हटलें ज़ाअील । आणी त्या त अीतर सगळे ज़ण भाग घेअील । ज्या बैठकी त पारशां ची संख्या अधीक असेल तीथे मज़्दा चें नाव गाअीलें ज़ाअील । आणी त्या त सगळीं नावें येअून ज़ातात असें समज़ून सर्व लोक त्या प्रार्थने त भाग घेतील । (४) सर्व साधारण गुण-वीकास-पर काही भाग, ज्या त सर्व धर्मां चें

सार येऊन ज़ात असेल असा। मी ही ला नीती-पर भाग म्हणणार नाही, गुण-वीकास-पर च म्हणेन। कारण, नीती-पर म्हणणी त थोडी बाह्य वृत्ती वाटते। गुण-वीकास शब्द अधीक आंतरीक आहे। गुण-वीकास होतो तेव्हा च आत्म-दर्शन होतें। ती साठी कुठे ज़ावें लागत नाही वा शीकावें लागत नाही। चीत्ता ची गुणां चा अुत्तम वीकास झाली ने आत्म-दर्शन आपोआप होऊन ज़ातें।

प्रार्थने चें असें हें चतुर्वीध स्वरूप आहे।

मराठी ग्रंथ संग्रहालय, ठाणें. स्थळप्रत.
अनुक्रम ...... वि: ......
क्रमांक ...... नों दि ......

मराठी ग्रंथ संग्रहालय ठाणे
दा. क्र. ७९६०
(स्थळ प्रत)

प्रेम-वृत्ती आणी वीवेक-बुद्धी वाढवा

आज़ मी अधीक बोलू ईच्छीत नाही । तुलसीदासां ची वाणी आज़ तुम्ही ऐकली आहे । ती तून पुष्कळसें मीळून ज़ातें । आज़ मी ज़ात आहे । या शीबीरा त जी प्रेम-वृत्ती तुम्ही ठेवली आहे ती च सबंध समाजा साठी नेहमी ठेवणी च़ा तुम्ही यत्न करा ।

प्रेमा च्या ही एक अभ्यास असतो । क्रोधादी वीकार अनी-वार्य आहेत असें मानलें ज़ातें । परंतु तें बरोबर नाही । ते वीकार मना ची आश्रया ने असतात; आणी आपण तर मना हून वेगळे आहोत । हें भान ज़र आलें तर घडीळ ज़सें आपण हाता त घेतो आणी तें दुरुस्त ही करतो ती प्रमाणे मन ही पारखू शकू आणी ती चे दोष ही पाहू शकू । डोळा बीघडला असता आपण वाचणें सोडून देतो आणी आपली जीवना चा अुपयोग अन्य प्रकारें करतो । कारण, आपली ला माहीत असतें की वाचणें चालू च ठेवलें तर ती ने डोळा आणखी च बीघडून ज़ाईल । डोळी चा अुपयोग कसा करावा हें आपण ज़ाणतो । कारण डोळी हून आपण वेगळे आहो, या ची आपली ला ज़ाणीव आहे । ती प्रमाणे मना हून ही आपण वेगळे आहो हें ओळखू तर मना चा नीट अुपयोग आपण करू शकू । मना त ज़े वीचार-तरंग अुठतात तीं चा शी आपला संबंध नाही, अशी नीष्ठा अंतरा त असेल तर मना ची लीला तटस्थपणें आपण पाहू शकू । मग मना त काय दोष आहेत आणी काय गुण आहेत, या चें परीक्षण करणी ची आणी मना ला शुद्ध करणी ची रीत आपली हातीं येईल ।

मराठी ग्रंथ संग्रहालय, ठाणें. स्थळप्रत.

अनुक्रम वि: ……
क्रमांक २८११८ नों. दि. ……

क्षणोक्षणीं जो मनुष्य रागावतो तो क्रोधा चा अभ्यास करतो। मत्सरा चें देखील असें च आहे। अशा च रीती ने आपण प्रेमा चा ही अभ्यास करू शकतो। समाजा त वागताना प्रेम-पूर्वक वागलास समाजा त प्रेम व्यापक होतें आणी आपल्या हृदया त खोल ठसतें। सद्गुण-प्रचारा ची ही च खुबी आहे। आपल्या हृदया त ते खोल रुजले तर समाजा त सुलभते ने व्यापक बनतात। ईथे जर बंधुभावा ने तुम्ही राहीला, तर च बंधु-भावा ने सबंध समाजा त राहण्या चा तुम्ही यत्न कराल आणी प्रेमा चा अभ्यास कराल, अशी मी आशा करतो।

दुसरी अेक गोष्ट समजून घेतली पाहीजे। कीती ही चांगली गोष्ट असली तरी ती त काही दोष असू शकतात च। म्हणून आपल्या ला वीवेका ने काम केलें पाहीजे। कीती ही सुंदर स्थान असलें, अथवा सर्वोत्तम शास्त्र-वचन असलें, तरी वीवेक-बुद्धी ने कोणती वस्तु मुख्य आहे व कोणती गौण आहे या चा वीवेक राखला पाहीजे। प्रकाशा बरोबर अंधार असतो च। नुसता पांढरा कागद असेल तर चीत्र तयार होणार नाही। त्या साठी काळा आणी पांढरा दोन्ही प्रकार पाहीजेत। प्रत्येक वस्तु गुण-दोष-मीश्रीत असते। ती तून गुण घेतले पाहीजेत, दोष टाकले पाहीजेत। ही क्रीया आपण व्यवहारा त करीत च असतो। शेता तून धान्य येतें। त्या तून आपण खडे नीसून टाकतो। पीठा त कचरा असतो तो आपण चाळून टाकतो। भाकरी खातो त्या त ही शरीरा ला अनुकूल असलेला भाग ठेवून घेऊन बाकी चा फेकून देतो। अशा प्रकारें गुण-दो ओळखण्या ची आणी गुण घेण्या ची क्रीया सर्वत्र च करायला पाहीजे।

सूची [अंक पृष्ठ दाखवीतात]

अनासक्ती-योग	१८
अन्नपूर्णा	४६
आश्रम(साबरमती)	९
अींग्रज़	४
अींद्र	१३
अुपनीषद	३३
अुमा	३९
अुरळी कांचन	४३
अृग्-वेद	४५
क्वेकर	३४
गणपती	३
गांधीजी	४
गायत्री मंत्र	१९
गीता	३३
गीता-पदार्थ-कोष	१८
गुज़राथ	४१
जैन	४२
तमीळ साहीत्य	९
तुलसीदास	१९,३९
नरसी मेहता	८
नारायण देसाअी	१७
पतंजली	२९
प्रभाती	८
बापूजी	९,२७,२८,३२
बीभीषण	१९
मंगल-प्रभात	२८,३०
महादेव भाअी	१७
योग-शास्त्र	४१
रावण	१९
वीचार-पोथी	३८
वीवेकानंद	४७
वेदांत	४७
वैद्य-शास्त्र	४०
वैष्णव	४२
शंकर भगवान्	३९
समाजवादी मीत्र	५
सरस्वती	४६
सूर्यदेव	४६
स्थी. प्र. दर्शन	२८
स्मृती	९,४१
स्वराज्याश्रम	३९
हनूमान्	४६
हींदुधर्म	४६
हींदुस्थान	४५

वचनें

"अेकं सत्, वीप्रा बहुधा वदन्ती—अृग्वेद (४५)

तप अधार सब सृष्टी भवानी। करही जाअी तपु अस जीय जानी
—तुलसीदास(पृ. ३९)

"तपसा ब्रह्म वीजीज्ञासस्व। तपो ब्रह्म।"
—अुपनीषद (३९)

"तव अीत् अींद्र अहं आशसा हस्ते दात्रं चना दधे"—वेद(२५)

ददामी बुद्धी-योगं तम्
—गीता (२२)

"बीनु सतसंग बीवेक न होअी। रामकृपा बीनु सुलभ न सोअी"
——तुलसीदास(३७)

"पाछली छट घडी साधु पुरुषने सुअी न रहेवुं"
——नरसी मेहता(८)

"वेद स्वभावा ने बोलतात, गुरु अुपदेशार्थ बोलतात, मी जपार्थ बोलतो।"
——वीचार-पोथी (३८)

"वेत्थ त्वं अंतर्यामीणं। वेत्थ त्वं सूत्रम्"
——अुपनीषद (३३)

"हतो वा परापस्यसी स्वर्गं, जीत्वा वा भोक्ष्यसे महीम्।"
——गीता (३३)

* प्रकाशन *

	मूल्य
१ मधुकर	१ - ८
२ जीवन-दृष्टी	१-१२
३ स्वराज्य-शास्त्र	०-१०
४ गीता-प्रवचनें	२ - ८
५ स्थीतप्रदन्य-दर्शन	१ - ८
६ अुपनीषदां चा अभ्यास	२ - ०
७ अीशावास्य-वृत्ती	१ - ८
८ वीचार-पोथी	१ - ८
९ लोक-नागरी लीपी	० - ५
१० तेरा-दीवस	० - ८
११ मूलोद्योग : कांतणें	०-१०
१२ गांधी तत्त्व-दन्यान	० - ४
१३ गीताअी	० - ३
१४ गीताअी (लोक-नागरी)	० - ४
१५ गीताअी (ठळक)	० - ८
१६ गीता	
१७ दन्यानदेवा चीं भ	
१८ नामदेवा चीं भज	
१९ अेकनाथा चीं भज	
२० संतां चा प्रसाद	०-१२
२१ पै० महंमदा चीं वचनें	१ - ०
२२ हीमालया ची हांक	२ - ०
२३ धर्मपद	०-१२
२४ आश्रम-संगीत	१ - ०

	मूल्य
२५ सत्याग्रह व स्वराज्य	३ - ०
२६ मंगल-प्रभात	० - ५
२७ गांधीजीं चीं पत्रें	०-१०
२८ स्थायी समाज-व्यवस्था	२ - ८
२९ महारोग	१ - ०

हींदी

१ गीता प्रवचन	२ - ८
२ वीनोबा के वीचार भाग १,	२ - ०
३ ,, ,, ,, भाग २,	२ - ०
४ शांती-यात्रा	२ - ८
५ श्रद्धांजलीयां	० - ६
६ वीचार-पोथी	१ - ८
७ स्वराज्य-शास्त्र	०-१०
८ मूलोद्योग : कातना	०-१०
९ स्थीतप्रदन्य-दर्शन	
य-वृत्ती	
श्रम में	

गामी

१ दन्यानेश्वरी शब्द-कोश
२ आश्रम पाठ
३ सर्वोदय-वीचार
४ खादी-वीचार (वीनोबां चे समग्र लेख आणी भाषणं)

REFBK-0007160

❀ तीन ग्रंथ रत्नें ❀

गीता-प्रवचनें मूल्य २॥ रु.

"या प्रवचनां ची भाषा सोपी, सरळ, धावती, मार्मीक दृष्टां-तां नीं भरलेली व गीते चा मुख्य वीचारा चा स्पष्ट अुकल करून दाखवीणारी आहे। मानवा चा रोज़ चा जीवना ला वळण कसें दीवें हें या प्रवचनां चा पानापानां तून आढळतें।"

स्थीतप्रज्ञ्य-दर्शन मूल्य १॥ रु.

गीते चा दुसरा अध्याया चा शेवटी अठरा श्लोकां त स्थीतप्रज्ञ्या चें गंभीर आणी अुदात्त चरीत्र वरणीलें आहे। हा अठरा श्लोकां त गीते चा अठरा अध्यायां चें ज़णूं सार च सांठवीलें आहे। स्थीतप्रज्ञ्य गीते ची आदर्श-मूर्ती आहे। ग्रंथकारा नें प्रस्तुत पुस्तका त हा च मूर्ती चें सर्वांगीण दर्शन करून दीलें आहे।

अीशावास्य-वृत्ती मूल्य १॥ रु.

अीशावास्य हें अेक पूर्ण अुपनीषद आहे। म्हणजे पारमार्थीक जीवना चा अेक परीपूर्ण आराखडा ता त थोडका त मांडला आहे। वेदां चें तें सार आहे आणी गीते चें बीज आहे। अशा या ग्रंथ-रत्ना चें हें भाष्य आहे। अीतकें मौलीक आणी मार्मीक भाष्य दुसरें नाही। ग्रंथा चा आरंभी अीशावास्य-बोध दीला आहे, जा त सामग्र्या नें संपूर्ण ग्रंथा चें थोडका त दर्शन होतें। अशा प्रकारें वीषया चें पृथक्करण आणी अेकीकरण करून ग्रंथ परीपूर्ण झाला आहे।

प्रकाशन-वीभाग, **ग्राम-सेवा-मंडळ,** नालवाडी, वरधा।