

॥ॐ॥

॥ स्वरूप-सिद्धि-सूत्रे ॥

॥ सोऽहम् ॥ सोऽहम् ॥ सोऽहम् ॥



(पावसचे परमहंस श्रीस्वामी स्वरूपानंद यांनी शिष्य श्रीअमलानंद
उर्फ मामा फडके यांना प्रत्यक्ष भेटीत व पत्राद्वारे वेळोवेळी केलेल्या
मननीय व चिंतनीय अशा बोधाचे संकलन)

(संदर्भ: 'स्वामी म्हणे अमलानंदा' - लेखक: श्री वसंत दामोदर भट)

श्रीस्वामी अमलानंद (लक्ष्मण रामचंद्र फडके)



– मनोगत –

श्रीगुरु मुखींचे । बोल मित साचे । मोल उपदेशाचे । भाग्यवंता ॥१॥
जरी मित बोल । अर्थ तो सखोल । बोध तो विमल । साधकांसी ॥२॥
शास्त्रांचा संभार । शब्द भाराभार । चर्वण अपार । नुपेगाचे ॥३॥
भ्रमित ते मन । बुद्धिभेद होणं । मना शांतवन । कैसे होय ॥४॥
स्थिर बुद्धि जाण । पाया तो महान । साधना सोपान । आरोहणा ॥५॥
श्रीगुरुप्रणित । साधन सतत । मोक्षदायी होत । साधकासी ॥६॥
हेचि बिंबवणे । तोचि लाभ जाणे । शास्त्र चघळणे । कशासाठी ॥७॥
मनने चिंतने । काय दृढ होणे । अन्यथा तरणे । न घडेचि ॥८॥
जरी भाग्यवान । लाभतसे जाण । श्रेष्ठ ते साधन । निरुपाधि ॥९॥
नको पारायणे । मंत्र अनुष्ठाने । होम वा हवने । नानाविध ॥१०॥
नाथांचे हे देणे । सोऽहम् तो साधणे । केवळ पवने । सिद्धि होय ॥११॥
परि कळे कुणा ? । साधनेच्या खुणा ? । श्रीगुरु शरणा । तोचि जाणे ! ॥१२॥
साधना गुपित । उघड हे होत । सोऽहम् जो जपत । तयासीच ॥१३॥
भासे जरी जीव । असे मीच शिव । करे कंठरव । गुरुबोध ॥१४॥
सोऽहम् सोऽहम् सोऽहम् । विलया जाई अहम् । नको व्यर्थ भ्रम । साधनांचा ॥१५॥
चाले सहजीच । खूण जाणा हीच । पवनाचा नाच । स्वाभाविक ॥१६॥
त्या अनुसंधाने । सहस्रारी जाणे । तेथे स्थिर होणे । बहुकाळ ॥१७॥
दुःख तळमळ । बाधे ना तो काळ । मोद सर्वकाळ । शांतिसंगे ॥१८॥
समाधान फळ । साधन सफळ । गुरुकृपा बळ । सत्साधका ॥१९॥
स्वरूप स्वामींचा । शिष्य एक साचा । वर्षाव प्रेमाचा । हो त्यावरी ॥२०॥
भेटींत पत्रांत । श्रीस्वामीकथित । बोध तो शाश्वत । सारगर्भ ॥२१॥
सहज सुबोध । बोल हितप्रद । आशिष वरद । श्रीस्वामींचा ॥२२॥
अंमल त्यां होता । हो अमलावस्था । स्वामी संबोधिता । अमलानंद ॥२३॥
काया वाचा मन । केले समर्पण । लाभे सोऽहम् खूण । धन्य धन्य !! ॥२४॥

अमलानंदाना । वर्णिल्या ज्या नाना । अभ्यासाच्या खुणा । स्वामीराये ॥२५॥
 त्याचे संकलन । पुस्तक लहान । केले प्रकाशन । व.दा.भटे^१ ॥२६॥
 आकार लहान । थोरवी महान । नित्य ते मनन । फलदायी ॥२७॥
 कैसी ती प्रेरणा । होय शिष्यगणा । दीपस्तंभ जाणा । उभविला ॥२८॥
 सोऽहम् ध्येय तेथे । नित्य खुणाविते । भक्तं पाचारिते । यावे यावे ॥२९॥
 दाविली जी खून । घ्यावी आकळून । चिंतन मनन । त्याचे व्हावे ॥३०॥
 चिंतन मनन । आंगवावी खून । नेई तेथे जाण । गुरुकृपा ॥३१॥
 हेचि करा आता । ध्यास तो पुरता । नको व्यर्थ कथा । कानी मनी ॥३२॥
 शिष्या ज्ञान होता । गुरु तो तोषता । सफल हो वार्ता । अध्यात्माची ॥३३॥
 मौक्तिक वचने । भावे आचरणे । ज्ञान ते पावणे । निःसंदेह ॥३४॥
 साधन तो प्राण । शिष्यासी ज्या जाण । गुरुचा तो प्राण । शिष्य होय ॥३५॥
 सद्गुरु तोषोन । होय कृपा पूर्ण । कृपे लाभे ज्ञान । योग्य काली ॥३६॥
 हेच ते गणित । होय हो खचित । घ्यावे जी ध्यानात । साधकाने ॥३७॥
 स्वरूपनाथाची । जणू ही 'गीता'चि । भावे वाचिताचि । मना आले ॥३८॥
 बोल ते वेचून । काढिले लिहोन । दिले पाठवून । स्नेहीजना ॥३९॥
 कैसे आले मना । स्वामीची प्रेरणा । स्वाध्यायचि जाणा । जाहलासे ॥४०॥
 प्रतिदिन ऐसा । उपक्रम खासा । झाला संपूर्णसा । आज दिनी ॥४१॥
 स्वामी तो तोषता । मोद हो पुरता । पावे कृतार्थता । कृष्णदास! ॥४२॥

(२५.१.२०१९)

^१ २०-०९-१९७० रोजी लिहिलेल्या पत्रात श्रीस्वामींनी ल. रा. उर्फ मामा फडके यांस अमलानंद या नावाने प्रथम संबोधिले.

^२ श्रीस्वामी स्वरूपानंद यांनी शिष्य श्रीअमलानंद यांना प्रत्यक्ष भेटित व पत्राद्वारे वेळोवेळी केलेल्या बोधाचे स्वामीशिष्य श्री वसंतराव दामोदर भट यांनी संकलन करुन 'स्वामी म्हणे अमलानंद' या पुस्तकरूपाने गुरुपौर्णिमा शके १८९८ दि. ११ जुलै १९७६ रोजी प्रसिद्ध केले.

* * *

❀ सोऽहम् कसे करावे ❀

दि. २० एप्रिल ते २७ एप्रिल १९६५ या काळात मामा व त्यांचे मित्र श्री अण्णा गोडसे व श्री रामभाऊ केळकर ह्यांचा मुक्काम पावसला होता.

बुधवार दि. २१ एप्रिलला मामा व त्यांचे मित्र ओटीवर स्नान करून भजनास बसले होते. सकाळचे सात वाजले होते. तिघांनीही आपले ध्यानकर्म आटोपले व श्रींच्या दर्शनाची ते आतुरतेने वाट पाहात होते. श्रींचा आतून निरोप आला की ते आठ वाजता बाहेरच ओटीवर येऊन बसतील. आठ वाजले. श्रीस्वामी मंद मंद पाऊले टाकीत काठीचा आधार घेत ओटीकडे येऊ लागले. श्रींच्या मुखावर दिव्य तेज दिसत होते. तिघांनीही श्रींना तुळसी व फुले अर्पण करून नमस्कार केला. नंतर श्रींनी तिघांनाही शेजारीच बसण्याची खूण केली. आशीर्वाद देऊन श्री म्हणाले,

आमचे गुरू बाबा महाराज वैद्य म्हणत की, सोऽहम् ध्वनि श्रवण होईल इतपत निदान तीनदा दीर्घ श्वसन करून मग त्याचीच धारणा दृढवीत, तो मी, तो मी, सः अहम् असा भाव मूर्ध्निआकाशात, मस्तकाकाशात शांतपणे दृढ करून एक क्षण निर्विकल्प, पुन्हा एक क्षण निर्विकल्प अशी अवस्था अनुभवीत स्वस्वरूप अद्वयानंद सिद्धि अनुभवावी. सर्व प्रकारच्या परिस्थितीत साधकाने मन शांत ठेवून गुरूने सांगितल्याप्रमाणे साधना करीत राहिले पाहिजे. गुप्तधन दाखविण्याचे कार्य गुरू करतो पण ते प्रयत्नाने साध्य करण्याचे कार्य साधकाचेच. हा अद्वयानंद अनुभवायचे, लुटायचे साधन म्हणजे भक्तियुक्त अंतःकरणाने करावयाचे सोऽहम् ध्यान होय. हे साधन प्रदीर्घ काळ करावयाचे आहे.

२१ एप्रिल रोजी बैठक संपण्यापूर्वी श्री गोडसे म्हणाले, माझी सोऽहम् प्रक्रिया जरा बघा.

बरं, करा असे श्री म्हणाल्यावर श्री गोडसे लगबगीने, घाईने अंग, मान आवळून घेऊन अगदी जोराजोराने सोऽहम् करू लागले. हे पाहून श्री म्हणाले,

सोऽहम् अभ्यास म्हणजे नाक, कान, डोळे वा इतर अवयवांची कसरत करायला नको, मुद्दाम अंगविक्षेप नकोत. सहज आसन घालून बसावे. डोलू नये, हलू नये. सोऽहम् ध्वनि कसा होतो ते प्रथम तीनदा दीर्घ श्वास करून अभ्यासावा. नाभीच्या मागच्या मणक्यापासून सुषुम्नामार्गे तालूपर्यंत लक्ष ठेवावे. हे पहा (असे म्हणून श्रींनी अगदी शांतपणे तीनदा सोऽहम्, सो श्वास घेताना हात वर नेत नंतर मस्तकाकाशात किंचित स्थिर करून श्वास खाली घेताना हात खाली आणीत करून दाखविले.) असे करतांना सोऽहम् म्हणजे आत्मा तो मी आहे, अशी धारणा करावी. हे सहजच होत असते. तिकडे फक्त लक्ष द्यावयाचे. सोऽहम् धारणेने प्रत्येक क्षण आत्मभाव जागृत होऊन देहभावाचा विसर पडतो. मुद्दाम शरीराला क्लेश देऊन काहीही करायचे नाही. दिवसभरात अनुसंधान जितके ठेवता येईल तेवढे ठेवावे. मुख्य देहबुद्धि ती आत्मबुद्धि करावी. हाच अभ्यास.

(२१-०४-१९६५)

दि. १६-२-६८ ला सकाळी दर्शनासाठी आत गेले असताना श्रीरामभाऊ केळकर यांना अखंड स्वरूपानुसंधानाने स्व-स्वरूप कसे कळते ते श्रींनी एका ग्रंथातील उतान्यावरून समजावून दिले.

आपण आपल्या शरीराला मी म्हणतो व तसे समजतोही, परंतु ह्या शरीरात ज्याचे अस्तित्व कोणासही प्रत्यक्ष प्रयोगाने सिद्ध करता येत नाही अगर ते अमुक प्रकारच्या गुणधर्मांनी युक्त असल्याचेही सिद्ध करता येत नाही असेही एक तत्व आपल्या शरीरात वास करीत असते. मी अगर चैतन्य अगर अन्य नावानेही ते संबोधिले जाते.,

माझा देह, माझी बुद्धि, माझं मन असे म्हणणारा जो मी तो मी देहाहून निराळा आहे. तो मी हे आपलं स्व-रूप. ते जाणलं पाहिजे; ओळखलं पाहिजे. देहाचे, मनाचे सर्व व्यवहार तटस्थपणे पाहता आले पाहिजेत. देहबुद्धि पूर्णांशाने धारण केल्याने देहबुद्धीने आत्मरूप पूर्ण झाकलं गेल्याने, मी माझे असा अहंकार घेऊन जीव सर्व कर्मे बंधनात्मक करून त्यात गुंतून जातो. सुखदुःखे अनुभवितो. स्व-रूप ज्ञान झालं की संसारातील सुखदुःखे संपतात. ह्यासाठी सतत मी इंद्रिये नव्हे, बुद्धि नव्हे,

अहंकार नव्हे, मन नव्हे, असे चिंतन करीत मी तोच आहे - परमेश्वर आहे - सः
अहम् सोऽहम् - सोऽहम् अशा भावक्रियेने, क्षणाक्षणाला देहबुद्धीच्या व मनाच्या
मिठीतून सोडवीत सोडवीत मूळच्या शुद्ध अधिष्ठानाला, स्थितीला न्यावयाचे.
सोऽहम् अभ्यास बराच काळ होता होता मनच नाहीसे होते - आत्मरूपात
मिसळते. आणि मग केवळ आत्मरूपच शिल्लक उरते.

आत्मरूपाची अनुभूति म्हणजे अखंड प्रसन्नता! शांतिमय-सुखमय-आनंदमय
स्थिति. अशी स्थिती झाली की सर्व कर्मे करूनही निष्कर्मता अनुभवास येते. हीच
जीवन्मुक्तदशा अनुभूति होय. सतत प्रयत्नाने चिदाकाशी मन-पवनाचे खेळ संपून
स्थिरत्व-शांतिलाभ होईल हे निश्चित. ब्रह्मरंध्री स्थिरत्व आलेले जाणणे. नंतर न
जाणणे. समाधि अवस्थेच्या पलीकडील चित्सुखानंद ज्याचा त्याला प्रत्ययास येतो.
त्यासाठी जन्म कमी पडला तर होत ना अनेक जन्म!

भजनाच्या (सोऽहम् ध्यानाच्या) वेळी काही अडथळे, विक्षेप आले तरी त्याचीच
भावना दृढ केली की सर्व प्रकारचे चांचल्य-विक्षेप दूर होतात असे अनुभवाने
सांगतो.

सर्व श्रद्धा भक्ति व साधनेनेच शक्य. आत्मा हाच सद्गुरु. आत्मरूप होणे हाच
साक्षात्कार. सद्गुरु देहधारी न पाहता श्रीज्ञानदेव, श्रीसद्गुरु माझे अनुभवात,
प्रसन्नतेत प्रत्यक्ष त्याच भावात आहेत, एकरूपतेत आहेत ही स्वानुभूति यावयास
हवी. अखंड अनुसंधानानेच हे शक्य होते.

जाणीव याचि परी । प्रवेशती अंतरी । तेथे येकलीच उरे उरी । आपणियाची ॥
आपण एकी एकला । दुजा नाही देखिला । ज्ञानमात्र संचला । आत्माराम ॥

हेच खरे. मुख्य देहबुद्धि आत्मरूप झाली की सर्व क्रिया साक्षित्वानेच होऊ
लागतात. नाटकातील नट त्याच्या भूमिकेत असलेली वेशभूषा, अभिनय, भाषणे
हे अगदी समरस होऊन अंगिकारतो, तरीपण आपण निराळे असून हे केवळ एक
करमणूक अथवा बोधासाठी नाट्यकर्म आहे असे अंतरी पुरेपूर ओळखून त्या

भूमिकेस पूर्णांशाने चिकटलेला नसतो, तसे आपण आत्मरूप होऊन सर्व विश्वात ब्रह्ममय भावाने प्रतीत होऊन राहू लागतो ही अनुभूति ज्याची त्याला.

(१६-२-१९६८)

अखंड सोऽहम् साधनेने मूळ स्वरूपाची प्रचिती येते. प्रथम ध्यास - नंतर त्याचेच हळूहळू दृढीकरण - नंतर आत्मसाक्षात्कार - मग देह जावो अथवा राहो.

(२६-४-१९६५)

आत्मानुभव खऱ्याखऱ्या अर्थाने आला नसता नुसती शाब्दिक व तात्त्विक चर्चा करून आनंद अथवा निर्भेळ शांतता लाभणार नाही. खराखुरा आत्मसाक्षात्कार झाला पाहिजे. आत्मा किती अलिप्त आहे, करून अकर्ता फक्त असतो वगैरे गोष्टी पूर्ण अनुभवास आल्या पाहिजेत. जीवास कृतकृत्यता वाटली पाहिजे.

(३१-१२-१९६३)

दररोज कोठेही असताना, कशाही परिस्थितीत असता, थोडा वेळ का होईना, सोऽहम् ध्यान प्रसन्न चित्ते, भक्तिभावाने करून मग सांसारिक जीवनास सुरुवात करावी. सोऽहम् चिंतनाने मनास वाटेल तसे भटकण्यास वावच उरत नाही. सोऽहम् साक्षित्वाने सुखदुःखाचे हेलकावे सहन होऊन आपण संपूर्ण अलिप्त असून देहप्रारब्धानुसार वर्तत आहोत असा खेळ लीलया पाहता येतो. पुढे अभ्यासाने देहाहंता संपूर्ण मावळून आपणच नाना रूपाने नटून सर्वत्र वर्तत आहोत असा पिंड-ब्रह्मांड-साम्यभाव अनुभवास येतो. साधकाचे दोष हळूहळू झडू लागतात व अज्ञानास ज्ञान व्यापून टाकून पुढे ज्ञानासही जाणणारे आपले आपणच उरतो. नवीन काहीच होत नसून आहो तसेच शुद्ध होतो. सर्व भेदभावना लुप्त होऊन एकच वस्तूची अनुभूति येते. एकच तत्व सर्वकाली, सर्वांठायी भरून आहे. कोणताही संप्रदाय हेच सांगणार.

(८-१२-१९६०)

संतसंगाने, गुरुभक्तियुक्त साधनेने अवर्णनीय आनंदाची अनुभूती येते.

(२४-४-१९६५)

सोऽहम् भजनास जेव्हा जमेल तसे बसत जा पण मूळ 'मी तो आहे' 'ब्रह्मरूप आहे' ही धारणा पदोपदी असू द्या.

(२५-४-१९६५)

बाबा महाराज म्हणत की फक्त तीन वेळा दीर्घ श्वसन करून सोऽहम् करावे व अनुसंधान ठेवणे व त्यात राहणे हे मुख्य.

(१-२-१९६९)

मामांना (अमलानंद) मुंबईस असताना एक गृहस्थ म्हणाले होते की घरी सोवळे पाळले गेले नाही तर साधनेत व्यत्यय येतो. प्रगति लवकर होत नाही. त्यावर श्रीस्वामी म्हणाले, तसे काही नाही. आपल्या साधनेत अशामुळे काहीच दोष राहात नाही. आता फक्त स्व-स्थ राहण्याचा अभ्यास करावा.

(२९-१-१९६५)

कोणतीही उपासना फलासक्तीरहित असणे हे चांगले व तेच हिताचे असते.

(३-२-१९६५)

आत्मबोधाच्या वारंवार अनुसंधानात्मक अभ्यासाने प्रयाणकालीही सद्गुरु स्व-स्वरूपाची आठवण देऊन त्यावेळीही काही अडचण निर्माण होऊ देत नाहीत.

(२२-११-१९६०)

स्वतःच शुद्धबुद्ध होऊन विश्वरूप पाहू लागले तर सर्वच आनंदमय, मंगल आहे ही प्रचिती येते. काही जीव पूर्वापार त्रिगुणांचे काही दोषांमुळे, अज्ञानात गुरफटून आनंदाला आच्छादित करतात. ढग आले म्हणजे सूर्य नाही का? शिव होऊनच सर्वत्र शिवमय पाहता येते. संकोची वृत्ति जाऊन अतिविशाल होते.

(१-२-१९६२)

टीका होण्याची शक्यता नेहमीच असते. आपले वागणे, शक्यतो कुणास टीका करण्यास वाव मिळू नये असेच ठेवावे. त्यातूनही कोणी टीका केली तर तीही शांत चित्ते सहन करण्याची ताकद असावी.

(२४-१-१९६२)

मुकुंदराजाने 'परमामृत' ग्रंथात विवरण केलेला 'अभ्यासयोग' हा साधकाला अत्यंत उपयुक्त आहे.

(२४-१-१९६२)

'मन जो जो विषय धरी । तो तो विवेके विदारी' अशी विचारणा करीत करीत 'अहम्'चा शोध घ्यावा.

(१-४-१९६२)

आपल्या ठिकाणी मीपणाची पाळेमुळे फार खोलवर गेलेली असतात. ह्यालाच अहंकार म्हणतात. हा अहंकार समूळ गेला, सारासार नित्यानित्यविवेक करून शुद्ध मी, जाणीव परब्रह्मात लीन झाली की अलिप्तता आपोआपच साधते. त्यास कर्तेपणही उरत नाही. सोऽहम् हेच त्यास साधन.

अलिप्तता ज्या त्या साधकाला ज्याची त्याला आपोआप कळू लागते. निंदास्तुतिद्वंद्वे नाहीशी होऊन जीवात्मा प्रत्येक क्षणी मुक्ति भोगू शकतो. प्रकृतीची सर्व कार्ये ब्रह्मार्पण होऊन असंगवृत्तीने जीवात्मा परमात्म्यातच विलीन होतो. जीवन आत्मसंतुष्ट होते.

(१३-१-१९६३)

कोणताही भाव जिरवण्यास शिकले पाहिजे

(२३-१-१९६०)

विषयांबद्दल निरिच्छता उत्पन्न झाली, कर्तृत्व अहंकार कमी होऊ लागला की श्रीगुरू आपोआप भेटतीलच.

(२५-४-१९६५)

श्रीबाबा महाराजांच्या पुण्यतिथीच्या दिवशी करावयाच्या प्रसादासंबंधी मामा (अमलानंद) व भाऊ देसाई ह्यांनी श्रीजवळ चर्चा केली. काहीजणांची एकादशी, उपवास वगैरेसंबंधी बोलताना श्री म्हणाले, भक्तांना पुण्यतिथीचे प्रसाद-भोजन हे साबुदाणे वा इतर फराळापेक्षा केव्हाही खराखुरा श्रेष्ठ प्रसाद. प्रसाद म्हणजे प्रसन्नता, त्या प्रसाद भोजनातच प्रेम वाटावे. पण त्यातूनही आपल्या एकादशी व्रताचा भंग होऊ नये असे कोणास वाटत असल्यास त्यांच्यासाठी फराळाची स्वतंत्र व्यवस्था करावी.

(९-१-१९६४)

रोज नियमाने थोडे वाचन, चिंतन, मनन करित असले म्हणजे बरे. मुख्य गोष्ट आत्मविस्मृति न व्हावी.

(२५-१२-१९६३)

आपण श्रद्धेने सर्वत्र ईश्वर पाहण्यास शिकलो की कोणत्याही परिस्थितीत आनंद टिकून राहतो.

(४-२-१९६२)

भूत भविष्य वर्तमान हे प्रापंचिक ज्ञान होय आणि तापस तपोबलाने ते प्राप्त करू शकतो; पण आत्मज्ञानी व्यक्तीच्या ज्ञानाशी ते पासंगालाही पुरणार नाही.

(२७-१२-१९६३)

आपल्या संप्रदायातील आदिनाथ मत्स्येंद्र इत्यादि गुरुपरंपरेतील सर्व महान शक्ति साधकाचे पाठीशी अहर्निशी वास करित असतात. सोऽहम् साधनेत काही न्यून राहात असले तर सद्गुरुच सर्व पूर्ण करतो व हळूहळू साधकास पुढे नेतो.

(२२-११-१९६०)

त्या आत्मसिद्ध वस्तूचा स्वानुभव आला पाहिजे. तो साधनेनेच येतो. काष्ठातील अग्नि प्रयत्नाने प्रत्ययास येतो तसे....

(२५-४-१९६५)

आत्मप्राप्तीचा बिकट मार्ग आक्रमताना इंद्रिये फार बलवान आहेत. साधकच काय पण सिद्धांनाही ती ऋद्धि-सिद्धीच्या रूपाने जर्जर करतात हे लक्षात ठेवून तत्संबंधी नेहमी जागरूक असावे.

(२५-१२-१९६३)

श्री अग्निहोत्री यांस दि. २४-३-१९७० रोजी लिहिलेल्या पत्रात श्रीस्वामी लिहितात,

विवेकाचा घेऊन आधार । साक्षित्वे करावे सर्वही व्यापार ॥

उठता, बसताना, खातापिता, लिहिता वाचता सर्व व्यवहार करताना हे साक्षित्व अनुभविता आले तर ६० लाखाचा अफाट जनसमूह असलेल्या मुंबईतही 'जनी असोनि आपण । जनावेगळा ॥' असे राहता येईल.

(२४-३-१९७०)

वाचनात एक गोष्ट लक्षात ठेवावी. लेखनाचा, शब्दांचा आशय, मुख्य भावार्थ लक्षात घ्यावा; त्यावर श्लेष, किल्मिष पाहू नयेत. विपरीत भावही मनात आणू नयेत. शब्दांचा किस काढणारे उगाचच वितंडवाद मात्र घालतात. आपणांस तसे नको.

(२५-४-१९६५)

श्री मामा (अमलानंद) यांना दि. २७-४-१९६६ रोजी लिहिलेल्या पत्रात श्रीस्वामी लिहितात, उपासनेला दृढ चालवावे. क्षणाक्षणाला आत्मभान असणे म्हणजेच कालातीत होणे. देहपाश आहे तोवर कालपाश आहेच. म्हणून देहबुद्धी ते आत्मबुद्धी करावी आणि देहीच विदेही स्थिति अनुभवावी.

(२७-४-१९६६)

जरी कोणास खर्च, सांसारिक त्रास वगैरे यामुळे येथे पुन्हा पुन्हा येता आले नाही तरी एकदा दाखविलेल्या मार्गाने अखंड नेमाने व श्रद्धेने भजन केले तरी जीवाची मोक्षेच्छा आज ना उद्या स्वानुभव घेण्यास ते समर्थ होतील. एक भाव मात्र पाहिजे.

(२२-११-१९६०)

अखंड सोऽहम् भजनाने प्रारब्ध प्रसन्नतेने भोगता येते. संचित संपून जाते आणि क्रियमाण कृष्णार्पण होते.

(२०-१०-१९६५)

माझ्या सद्गुरुंनी जे अनुभविले व मला सांगितले तेच मी तुम्हाला दिले. स्वतः अनुभव घ्यावा. अनुभवी लोक पाठीशी असले की चुकावयाला होत नाही व निर्णय कायम राहून अचूक ठिकाणी जाता येते. साधकाने सांगितलेल्या मार्गाने जाण्याचा प्रयत्न मात्र थोडा-फार तरी केला पाहिजे. मी तसा केला, तुम्हीही तसाच करा.

(२०-१-१९६०)

सतत सोऽहम् अनुसंधानानेच सर्व साधेल हे पक्के लक्षात ठेवा. ह्यासाठी जगावेगळे काही करावयाचे असेही नाही. सर्व संसारकर्मे यथायोग्य करीत असतानाच हे सर्व साधते. काही सोडावयाला नको, काही निराळे अट्टाहासाने करावयाला नको. सहजप्राप्तीसाठी कष्ट कशाला ?

(२४-१-१९६३)

दिवसातून अल्पवेळ तरी स्व-स्थ राहून भगवंताचे स्मरण करावे, नाम घ्यावे. सर्व ईश्वरच करतो असा भाव हळूहळू दृढ करावा.

(२३-३-१९६७)

सोऽहम् सोऽहम् चा अभ्यास दृढ करीत मार्ग आक्रमिता एक दिवस सर्वच सर्वत्र सच्चिदानंदमय होते.

(४-२-१९६२)

भजनाच्या (सोऽहम् ध्यानाच्या) वेळी काही अडथळे, विक्षेप आले तरी त्याचीच भावना दृढ केली की सर्व प्रकारचे चांचल्य-विक्षेप दूर होतात असे अनुभवाने सांगतो.

(१६-२-१९६८)

हे शब्देविण संवादिजे । इंद्रिया नेणता भोगिजे ।

बोलाआधी झोंबिजे । प्रमेयासी ॥

जे अपेक्षिजे विरक्ती । सदा अनुभविजे संती ।

सोऽहम् भावे पारंगती । रमिजे जेथ ॥

चालता बोलता संसारातील हरएक गोष्टी करताना आतून अलिप्तपणे, साक्षित्वाने म्हणा, मी निराळा आहे, सत् चित् आनंदरूप शिव आहे. सः अहम्, सोऽहम् आहे असा भाव, दृढ विश्वास सतत ठेवावा म्हणजे हळूहळू एक प्रकारचा आनंद आपोआपच प्रत्ययास येऊ लागेल. अशा विचाराने आपोआपच प्रगति होईल..

(२०-३-१९६७)

कोकणात गरीब कुटुंबात लग्न-समारंभी स्त्रिया दुसरीकडून उसने दागिने आणून मिरवतात. हे सर्व करीत असता त्यांना जाणीव असते की ही वस्तू माझी नाही. उद्या ती परत करावयाची आहे. तैसे देह धरणे । उदास जयाचे ॥ तशीच एक प्रकारची समज आपण आपल्या देहाबद्दल, तसेच इतर गोष्टींबद्दल ठेवली पाहिजे. देहाचे व्यवहार होत असले तरी चित्त परमेश्वराच्याच ठिकाणी संलग्न असावे. संसारातील सर्व कर्मे तुम्ही अशी अलिप्त करावयास शिका म्हणजे हळूहळू तुम्हांस खराखुरा पारमार्थिक आनंद मिळू लागेल.

(२२-४-१९६५)

देहबुद्धि पूर्णांशाने धारण केल्याने देहबुद्धीने आत्मरूप पूर्ण झाकलं गेल्याने, मी माझे असा अहंकार घेऊन जीव सर्व कर्मे बंधनात्मक करून त्यात गुंतून जातो. सुखदुःखे अनुभवितो. स्व-रूप ज्ञान झालं की संसारातील सुखदुःखे संपतात. ह्यासाठी सतत मी इंद्रिये नव्हे, बुद्धि नव्हे, अहंकार नव्हे, मन नव्हे, असे चिंतन करीत मी तोच आहे - परमेश्वर आहे - सः अहम् - सोऽहम् अशा भावक्रियेने, क्षणाक्षणाला देहबुद्धीच्या व मनाच्या मिठीतून सोडवीत सोडवीत मूळच्या शुद्ध अधिष्ठानाला, स्थितीला न्यावयाचे.

(१६-२-१९६८)

‘माझा देह, माझी बुद्धि, माझं मन’ असे म्हणणारा जो मी तो मी देहाहून निराळा आहे. तो ‘मी’ हे आपलं स्व-रूप. ते जाणलं पाहिजे, ओळखलं पाहिजे.

(१६-२-१९६८)

मुद्दाम शरीराला क्लेश देऊन काहीही करायचे नाही. दिवसभरात अनुसंधान जितके ठेवता येईल तेवढे ठेवावे. मुख्य देहबुद्धी ती आत्मबुद्धी करावी. हाच अभ्यास.

(२१-४-१९६५)

सुखे वा दुःखे येतील, जातील. साक्षित्वाने सर्वांपासून अलिप्त होणे हे मुख्य.

(२१-३-१९६७)

भक्त चार प्रकारचे. पण ज्ञानी भक्त - जनकादिकांसारखा भक्त, संसारद्वंद्वांपासून अलिप्त राहून सर्व कर्मे करीत असलेला भक्त हाच ईश्वराचा खराखुरा प्राण होय.

(२३-४-१९६५)

मुख्य सोऽहम् धारणा अखंड असणे. प्रत्येक श्वास-उच्छवासात मुक्ततेची आनंदनिष्ठा दृढतर होत जाऊन सहजावस्था प्राप्त होते हे लक्षात ठेवावे.

(२२-३-१९६७)

एकदा गुरुप्राप्ती झाली व सोऽहम् साधनात-चिंतनात साधक राहू लागला की संचित संपुष्टात येते, साचलेले पाणी उपसा झाल्याने संपते. त्यात अधिक भरही पडत नाही आणि काहीच उरत नाही.

(२५-४-१९६५)

श्रीबाबा महाराज वैद्यांनी मला जे व जसे दिले ते व तसे तुम्हांस दिले. त्यात तुम्ही गुरोपदिष्टमार्गे अनन्यभावाने गेल्यास कल्याणाचं होईल ह्यात तिळमात्रही संशय नाही.

(२५-४-१९६५)

नाटकातील नट त्याच्या भूमिकेत असलेली वेशभूषा, अभिनय, भाषणे हे अगदी समरस होऊन अंगिकारतो, तरीपण आपण निराळे असून हे केवळ एक करमणूक अथवा बोधासाठी नाट्यकर्म आहे असे अंतरी पुरेपूर ओळखून त्या भूमिकेस पूर्णांशाने चिकटलेला नसतो, तसे आपण आत्मरूप होऊन सर्व विश्वात ब्रह्ममय भावाने प्रतीत होऊन राहू लागतो ही अनुभूति ज्याची त्याला.

(१६-२-१९६८)

झोपेतील स्वप्नाला झोप हीच आधार. झोपच गेली की स्वप्नेही संपली. एक आत्मज्ञान झाले की इतर सर्व गोष्टी नाहीशा होतात. ज्या ज्ञानाने सर्व अज्ञानाचा नाश होतो, त्या ज्ञानाचे रूपांतर शेवटी पराभक्तीत होते. पापपुण्य, सर्व-संसार-कर्मच आत्मपर होऊन संसारच मोक्षमय होतो. हे ज्ञान मिळविण्यासाठी गुरुपदिष्ट मार्गे सोऽहम् साधन, सोऽहम् भजन, सोऽहम् आत्मनिवेदन करणे आवश्यक आहे.

(२५-४-१९६८)

गुरूने सांगितलेला सोऽहम् साधनामार्ग अवलंबित असता आपणाला सर्व काही करावयाचे आहे. संसार हा आहेच. कधी दुःख तर कधी सुख, कधी यश तर कधी अपयश, हा भाग आहेच. कर्मे केलीच पाहिजेत, ती कधी कोणास सुटली नाहीत. अशा परिस्थितीत ह्या सोऽहम् चिंतनाने, मननाने, स्मरणाने आपली बांधणीच अशी करायला शिकले पाहिजे की ज्या बांधणीत, मानसिक घडणीत, स्वभावतः अलिप्तता आहे. साक्षित्व आहे आणि अहंकाराचा मागमूसही नाही. प्रदीर्घ कालाने अशी बांधणी झाली की तुमच्याकडून जे काही होईल ते ते तुमच्या पारमार्थिक प्रगतीच्या आड येणार नाही. निष्काम बुद्धीने, निरहंकाराने सर्व कर्मे ईश्वरास अर्पण करणे हे मुख्य. हे झाले की सर्वच सुखदुःखे संपली.

(२२-४-१९६५)

आत्मरूपाची अनुभूति म्हणजे अखंड प्रसन्नता! शांतिमय-सुखमय-आनंदमय स्थिति. अशी स्थिती झाली की सर्व कर्मे करूनही निष्कर्मता अनुभवास येते. हीच जीवन्मुक्तदशा अनुभूति होय.

(१६-२-१९६८)

हे ज्ञान मिळविण्यासाठी गुरुपदिष्ट मार्गे सोऽहम् साधन, सोऽहम् भजन, सोऽहम् आत्मनिवेदन करणे आवश्यक आहे. सर्वभावे ईश्वराशी शरण गेलेला भक्त आपणाला स्वतःला जाणतच नाही, स्वतःची जाणीव संपते. सर्व कर्मात कर्ता करविता ईश्वरच असे समजणाऱ्या भक्ताला बंध कसला, मोक्ष कसला, सर्व ईश्वररूपच. एखाद्या साधकाला असे अनन्य होणे सहजासहजी जमले नाही तरी त्याचा अभ्यास फुकट जात नाही. जन्मजन्मांतराने का होईना तो आत्मरूपाप्रत पोहोचतोच.

(२५-४-१९६८)

ईशचिंतनयुक्त, भक्तीयुक्त अंतःकरणाने साधन चालू राहिले, निरहंकाराने, ईश्वरार्पण बुद्धीने कार्ये होऊ लागली की एक दिवस असा उजाडेल की, 'सुखे सुखरूपा घडीजे । माझियाचि अंगा ॥' सुखरूप अशा ईश्वराच्या स्वरूपातच आपण मिसळून जाऊ. जो अहंकार, अभिमान आहे तो ईश्वराच्या भक्तीतच रूपांतरित होईल.

(२२-४-१९६५)

वाचन करतांना योग्य स्थळी थांबून श्रद्धेने वाचन केले की भाव अंतरी व्यक्त होतो असे स्वानुभवाने सांगतो.

(२४-१-१९६२)

जेणेकरून स्वात्मानंद व शांति लाभेल तोच बोध सदोदित ध्यानी मनी स्वप्नी चिंतन करीत असावे.

(२१-३-१९६७)

सोऽहम् अभ्यास बराच काळ होता होता मनच नाहीसे होते - आत्मरूपात मिसळते. आणि मग केवळ आत्मरूपच शिल्लक उरते.

(१६-२-१९६८)

सर्व श्रद्धा, भक्ति व साधनेनेच शक्य.

(१६-२-१९६८)

आपले प्राप्त कर्म अल्प वा मोठे, चांगले अथवा वाईट वगैरेसंबंधीची विवंचना देहाहंकृतीने उगाच माथी न घेता, तेच अंतरी सर्वार्पण बुद्धीने होत गेले की मग जन्म, मृत्यू, सुख, दुःख काहीच विवंचना राहता नाहीत. सर्व कर्माहंकार ईश्वराचाच होतो. आपण निमित्तमात्र. अखंड आत्मस्मरणाने सोऽहम् भावनेत अनहंकाराने सर्व कर्मे ईश्वरच करीत आहे असे मानून कार्यरत राहण्याचा अभ्यास करावा.

(२३-४-१९६५)

सुखदुःख कोणासही सुटले नाही. पण साधकाने कोणतेही कर्म करताना, चालता, बोलता, उठता, बसता, नेहमी मी ते स्वरूप आहे याची जाणीव ठेवीत जावी, हळूहळू साधक सिद्ध होत जातो. पुढे पुढे त्याला काहीच करावे लागत नाही. सर्व क्रिया त्याला यंत्रवत् चाललेल्या दिसतात. पुढे जाणीव नेणीव ह्याचाही विसर पडतो. फक्त एकरूपताच, आत्मरूपच तो अनुभवतो.

(२४-१२-१९६३)

कर्ता करविता तोच एक अशा वृत्तीने वर्तता येऊ लागले की हळूहळू भक्त ईश्वररूपच होतो. भक्त विभक्त न राहता अनन्य होऊन मुक्तीवरील भक्तिसुख-स्वानंद सुख भोगतो. हे सांगण्यासही तो उरत नाही.

(२३-४-१९६५)

जग हे त्रिगुणाने व्यापलेले आहे हे समजून जपून वागावे, बोलावे.

(१९७०)

अखंड आत्मस्मरणाने सोऽहम् भावनेत अनहंकाराने सर्व कर्मे ईश्वरच करीत आहे असे मानून कार्यरत राहण्याचा अभ्यास करावा.

(२३-४-१९६५)

देहाचे व्यवहार होत असले तरी चित्त परमेश्वराच्याच ठिकाणी संलग्न असावे.

(२२-५-१९६५)

उपासना निष्ठेने चालू असावी. भक्ति तितकी प्राप्ति.

(२१-७-१९६२)

अट्टाहासाने असे काहीच करू नये. प्राप्त कर्म सहजतेने झाले पाहिजे. अलिप्ततेने, साक्षित्वाने, अनहंकाराने, भक्तीयुक्त अंतःकरणाने केलेली कर्मे बाधत नाहीत.

(२३-४-१९६५)

सर्व गोष्टी काय, घटना काय अथवा वेळा काय नेहमी त्याच तऱ्हेच्या राहात नाहीत.

(८-११-१९६०)

गुरोपदिष्ट साधक जरी तैलबुद्धी नसला तरी तो क्रमाक्रमाने हळूहळू ध्येयसिद्धी गाठतो.

(४-२-१९६५)

मूळ भजनात सतत राहावे म्हणजे सर्व गोष्टी साधतात.

(८-११-१९६०)

सतत सोऽहम् अनुसंधानात असता, साक्षीवृत्तीने सतत आनंद भोगता येऊ लागतो. संसाराचे आघात सुलभतेने सहन होऊ लागतात. देवभक्त ऐक्यानंदातच राहतात. उगाच नसत्या चिंता करून आत्मरूपाचा विसर पडू देऊ नये. मनाची उद्विग्नता वाढवू नये. देवावर भार टाकून निष्काळजी राहावे.

(६-११-१९६०)

अविरत आत्मोद्धारार्थाचीच तळमळ बाळगून वाटचाल करावी.

(२९-१-१९६२)

निरंजन, निर्गुणाची अवस्था फार सूक्ष्मात सूक्ष्म आहे. साधकास ती अढळ श्रद्धेने, सतत अभ्यासाने अनेक दिवसानंतर लाभते. परमात्म्याच्या कृपेनेच फार थोड्यानाच अशी निरंजन अवस्था लाभते, पण साधकाने जेवढे जमेल तेवढे सतत प्रयत्नाने साध्य करीत राहावे.

(२७-१२-१९६४)

गुरूजवळ अहंकार किंचितही चालवू नये. नेहमी सद्गुरु-वचनामृत प्राशन करून त्याचेच मनन व ते अनुभवास आणण्याचे प्रयत्न करणे हे शिष्याचे व्रत असावे. पूर्ण अनुभवास आले नसताना 'मला माहित आहे' असे कधीही शिष्याने बोलू नये.

(३-२-१९६५)

तुम्ही कोठेही असा पण अनुसंधान ठेवा हेच माझे सांगणे. प्रगति हळूहळू झाली तरी ती पुढे फायदेशीरच ठरते. मूळ गोष्ट अभ्यास करीत राहणे हे मुख्य.

(२५-१-१९६३)

सद्गुरु देहधारी न पाहता श्रीज्ञानदेव, श्रीसद्गुरु माझे अनुभवात, प्रसन्नतेत प्रत्यक्ष त्याच भावात आहेत, एकरूपतेत आहेत ही स्वानुभूति यावयास हवी. अखंड अनुसंधानानेच हे शक्य होते.

(१६-२-१९६८)

दररोज थोडे थोडे सोऽहम् ध्यान करावे. अनुसंधान ठेवण्याचा दररोज थोडा थोडा प्रयत्न करावा. त्यामुळे मन स्वस्थ होऊन शांतीचा अनुभव येऊ लागेल. आनंद वाढेल.

(१-२-१९६९)

साधक सोऽहम् बोधाने हळूहळू गुणातीत होत जातो.

(२५-४-१९६५)

सोऽहम् भावाने अनेक जन्मींचे मळ धुवून काढले जातात.

(२४-१-१९६२)

आपल्याला काय करावयाचे आहे, कसे जावयाचे आहे ते ध्येय एकदा ठरवावे व त्याप्रमाणे वागावे म्हणजे आज ना उद्या ते साध्य होईलच.

(७-११-१९६०)

माळ, जप, मृगाजिन, आसन ही साधकास साधकावस्थेत स्थिर करण्याची फक्त साधने. परतत्त्वावर अलक्ष लक्ष अखंड ठेवणे हे मुख्य. बाह्य गोष्टी गौणच.

(२२-१-१९६०)

सोऽहम् ही चित्-शक्ति आहे. ह्या सोऽहम् अनुसंधानाने मी माझे प्रारब्ध, संचित, क्रियमाण कर्म, त्याचे फळ, कर्म त्याचे फळ असे जे रहाटगाडगे चालू आहे ह्या सर्व गोष्टींचा हळूहळू नाश होतो. आणि निखळ परमात्मस्वरूप खाली शिल्लक उरते. बाकी काही शिल्लकच उरत नाही. जो परमात्मा आहे तो तूच आहेस हेच सत्य.

प्रश्न - केवळ सोऽहम् ने हे शक्य आहे का ?

मी काय म्हणतो आहे त्यावर तू विश्वास ठेव. तसे साधन कर, तदनुषंगिक साधना कर. तशी अनुभूति जर तुला आली नाही तर माझ्यावर तू खुशाल रागाव. मला दोष दे.

(३१-१-१९६९)

आपला संप्रदाय हा गुरुपदिष्ट मार्गे ज्याचा त्याने वाटचाल करून अनुभवावयाचा आहे. सोऽहम् अनुसंधानात्मक - सदोदित वृत्ती धारणा ही ज्या त्या साधकाचीच व्यक्तिगत अभ्यास करण्याची गोष्ट आहे. मला जसे गुरूने सोऽहम् धारणा तत्त्व सांगितले तसेच मी तुम्हांस सांगितले आहे. श्वासावर - अनाहत ध्वनिवर म्हणा क्षणाक्षणाने 'मी तोच आहे' ही धारणा करावयाची. वाटचाल फार मोठी पण हळूहळू मार्ग क्रमून ती साध्य होते. फक्त श्रद्धा व प्रयत्न पाहिजेत.

(१४-२-१९६८)

सोऽहम् धारणेने प्रत्येक क्षण आत्मभाव जागृत होऊन देहभावाचा विसर पडतो.

(२१-४-१९६५)

प्रत्येकाचे मार्ग भिन्न भिन्न असतात पण आपणाला आपल्या सद्गुरुने सांगितलेल्या मार्गानेच त्वरित पल्ला गाठावयाचा आहे. तसा प्रयत्न सतत ठेवावा.

(८-११-१९६०)

अखंडानुसंधानाने सोऽहम् मधील अहम् हळूहळू गळून जाऊन सः च शिल्लक रहातो. स्वानुभव तसा येऊ लागला की अनन्यभक्तीस सुरुवात होते. मग 'देव पाहण्यास गेलो । तो देव होऊनि ठेलो ॥' अशीच स्थिति-नैष्कर्म्य आपोआपच होते. असा सिद्ध, सत्कर्म योग्य तऱ्हेने करीत राहिला तरी तो तत्त्वतः मुक्तच असतो. पण हे सर्व स्वानुभूतीने जाणले पाहिजे. नुसते शाब्दिक ज्ञान काय उपयोगाचे?

(२३-१-१९६३)

एरव्हीं सर्वांच्या हृदयदेशीं । मी अमुका आहे ऐसी ।

जे बुद्धि स्फुरे अहर्निशीं । ते वस्तु गा मी ॥ ४२१ ॥

परी संतासर्वे वसतां । योगज्ञानीं पैसतां ।

गुरुचरण उपासितां । वैराग्येसीं ॥ ४२२ ॥

येणेचि सत्कर्मे । अशेषही अज्ञान विरमे ।

जयांचे अहम् विश्रामे । आत्मरूपीं ॥ ४२३ ॥

(ज्ञानेश्वरी अध्याय १५)

वरील ओव्यांचा अर्थ नीट समजावून देत श्री म्हणाले, हा 'मी'पणा, अहंपणा आत्मस्वरूपाशीच निगडित असतो. पण तो 'मी' आत्मरूपाशी विलीन होऊन नाहीसा होणे व केवळ आत्मरूपच अनुभवास येणे ह्या गोष्टी केवळ संतसमागमानेच शक्य.

(२४-४-१९६५)

अभ्यासाने हळूहळू सर्व साधेल.

(८-११-१९६०)

अभ्यास, भजन अथवा नित्यनेम काहीही म्हणा पण ते शेवटपर्यंत करीत राहिले पाहिजे.

(७-११-१९६०)

ध्यानातून उठल्यावरही सर्व व्यवहार करतानादेखील सोऽहम्चे अनुसंधान राखण्याचा प्रयत्न करावा म्हणजे बाह्य जगाचे आघात कमी होतील.

(६-११-१९६०)

सर्व तोच आहे. सर्व सृष्टी त्याचेच रूप आहे. दूध-दही, लोणी-तूप, मूळ एकच.

प्रतिबिंबौनी बिंबवरी । प्रभेची जैसी उजरी ।
ते सोऽहम् वृत्ति अवधारी । तैसी होय ॥
ऐसेनि मग परस्परे । ते सोऽहम् वृत्ति जै अवतरे ।
तै तियेही सकट सरे । आपैसया ॥

भक्त हा ईश्वरापासून वेगळा राहातच नाही. ज्याच्या ठायी सोऽहम् भाव अखंडित आहे अशा भक्ताचा तो सोऽहम् भावही शेवटी ईश्वराच्याच ठायी तदाकार होऊन सोऽहम् वृत्तीही मावळते व तो आत्मरूपच होतो. ज्ञाता, ज्ञेय, ज्ञान सर्व एकरूपच होते. हीच एकनिष्ठ भक्ति.

(६-११-१९६०)

नाद, प्रकाश, अनाहत ध्वनि ह्यात साक्षित्व अनुभवावे. प्रकाश पाहणारा कोण? नाद ऐकणारा कोण?. भजनात तल्लीन होता होता साक्षित्वातही मावळून केवळ आत्मानंदातच राहावयाचे. हळूहळू नित्यनेमाने 'मी ब्रह्म' ह्या भावाचा आनंदलाभ भोगावयाचा.

(२९-१-१९६२)

सतत सोऽहम् स्मरण राहू दे. एक एक क्षण देहाचा, संसाराचा विसर पडला की काही दिवसांनी क्षणोक्षणी, 'आता माझे कार्य सफल झाले; काही शिल्लक नाही', असे वाटू लागेल. 'मोटके गुरुमुखे उदैजत दिसे । हृदयी स्वयंभूचि असे ।' ह्याची प्रचिती येऊ लागेल.

(२२-३-१९६७)

कोणतीही गोष्ट अमुकच तऱ्हेने होणार अथवा व्हावी अशा तऱ्हेचा आग्रह नसावा. सर्व संकल्प ईश्वराच्याच प्रेरणेने, त्याच्याच इच्छेनुसार जसे व्हावयाचे तसेच पार पडतात. आपण केवळ निमित्तमात्र असतो.

(३-२-१९६२)

श्री वि. दा. भट यांना दि. १७-४-१९६६ रोजी लिहिलेल्या पत्रात श्रीस्वामी लिहितात,

रोज सकाळी उठल्यावर सोऽहम् स्मरण करून आजचे सर्व व्यवहार दक्षतेने, निरहंकार वृत्तीने म्हणजेच कृष्णार्पण बुध्दीने, सुखाने आणि शांत चित्ताने करावयाचे असा मनाचा निर्धार करून उद्योगास लागावे.

पत्र ऑफिसमधील सर्व साधकांस वाचून दाखवावे

(१७-४-१९६६)

सोऽहम् हा ध्वनि अत्यंत सूक्ष्म आहे. तेव्हा 'मीच तो' हे त्या श्वासावर अनुसंधानात्मक लक्ष ठेवण्याचे साधन आहे. जर काही अडचणीने ध्वनि नीट ऐकू आला नाही तरी अनुसंधानाने अंतरी साक्षित्व होत असतेच. इष्ट कार्य सिद्ध होतेच. मूळ भाव मुख्य.

(१४-२-१९६८)

स्वतःच शुद्धबुद्ध होऊन विश्वरूप पाहू लागले तर सर्वच आनंदमय, मंगल आहे.

(१-२-१९६२)

आपली ओळख झाली म्हणजे देवाचीही ओळख होते. आपणाहून देव वेगळा नाही व देवाहून आपण वेगळे नाही. अभेदत्वाचा प्रत्यय येणे यालाच 'भक्ति' असे नाव आहे. 'विभक्त नव्हे तो भक्त'.

(१-४-१९६२)

सतत अभ्यास असला की मृत्यूसमयी न डगमगता शांतचित्ते परमतत्त्वात लीन होता येते. त्यासाठी दररोज दोनतीन मिनिटे आपण नाहीच (मेलोच) असून एक आत्मतत्त्व अंतर्बाह्य भरून आहे, देहाची खोळ वापरून त्याच्या आश्रयाने ते आत्मतत्त्व कार्यप्रवण आहे वगैरे स्वरूपाचा अभ्यास करावा. मृत्यूची भीती हळूहळू अभ्यासाने वाटणार नाही. आपुले मरण पाहिले म्या डोळा । हा सुखसोहळा स्वर्गी नाही । याचा अनुभव घ्यावा.

(९-११-१९६०)

संपूर्ण अहंकाराचा त्याग करून गुरूने सांगितलेल्या मार्गाने, श्रद्धा ठेवून ज्याने त्याने प्रगति करून घ्यावी हेच खरे

(२१-३-१९६७)

संसार करीत असता ज्ञानेश्वरी, दासबोध, नाथभागवत वगैरे ग्रंथ नित्य, निदान वारंवार वाचीत असावे. म्हणजे चिंतन होते, आत्मरूपाची नेहमी जाणीव राहते. त्याचा इष्ट तो परिणाम होत जातोच.

(२४-१२-१९६४)

आठा प्रहरामाझारी । मोटके निमिषभरी देत जाई ॥

असे एक एक निमिष होईल तेवढे भजन (सोऽहम्) भक्तीभावाने चालू असावे.

(८-८-१९६१)

सर्व कर्मे अनासक्तीने केल्यामुळे संचितात भर पडत नाही.

(२५-४-१९६५)

प्रगति ज्याची त्यानेच करून घ्यावयाची असते.

(२५-१२-१९६३)

आत्मबोधातच जीवनाची कृतार्थता आहे. त्यासाठी गुरोपदिष्टमार्गे सोऽहम् भावात रंगून जावे.

(१-४-१९६२)

देवाच्या अनन्य प्रार्थनेवाचून दुसरा काय उपाय असणार? साधक मात्र एकनिष्ठ असावा, उडी टाक म्हटले की त्याने उडी टाकली पाहिजे, असे असेल तर देवसुद्धा त्यास झेलण्यास तयार असतो. अनन्य भावाने भक्ति करावी म्हणजे देव रक्षण करतो. काळज्या, संकटे सर्व त्याच्याच कृपेने दूर होतात.

(१३-११-१९६०)

देहाचे, मनाचे सर्व व्यवहार तटस्थपणे पाहता आले पाहिजेत.

(१६-२-१९६८)

भजन (सोऽहम्) निष्ठापूर्वक चालू द्या. म्हणजे सर्वकाही समजून येईल.

(१९६०)

जैसे जयाचे भजन । तैसेचि दे समाधान ॥

‘जेवढी भक्ति तेवढी प्राप्ति’ असे माझे सद्गुरु नेहमीच सांगत.

(३-१२-१९५९)

जीवास सर्व अवस्थांतून जावे लागते. एकदमच परमशांतीचा लाभ कसा होणार? गुरुवाक्य कर्णी पडताच उमजून पूर्ण होणारा अगदीच विरळा. बव्हंशी साधकांस श्रवण, मनन, निदिध्यासपूर्वक एकनिष्ठेने गुरुमार्ग आक्रमित प्रगति करणे भाग पडते. आपणांस संसार करीत असतानाच नित्यनेमाने या मार्गाने आपले मूळ स्वरूप ओळखून तेथेच स्वस्थ होणे आहे. मनाचा खेळ हळूहळूच कमी होणार.

(८-११-१९६०)

भक्तांचा सांभाळ तो करतोच.

(१४-१०-१९६०)

या संसारग्रामात नाम हेच सर्वोत्तम धन आहे. ते ज्याने प्राप्त करून घेतले त्याला 'वैकुंठ' (परमशांति) दूर नाही. 'नाम' घेतले की स्मरण आलेच.

(२९-१०-१९६१)

सर्व कर्मात कर्ता करविता ईश्वरच असे समजणाऱ्या भक्ताला बंध कसला मोक्ष कसला, सर्व ईश्वररूपच.

(२५-४-१९६५)

सोऽहम् ध्यान, 'भजन' उठता बसता, जाता येता, जेवता, देता घेता मधून मधून तरी व्हावे. हाच अभ्यास.

(१९६०)

गुरुसेवा याचा अर्थ केवळ शारीरिक सेवा असाच नव्हे. शिष्याचा भाव असावा पण गुरूने शिष्यांची सेवाही विशेष कारण नसताना घेऊ नये. ह्या सर्व भावनाच असतात. आपणाला भावातीत व्हावयाचे आहे. निर्गुण निराकार उपासनेत हे कोठे बसते सांगा पाहू?

(२१-१-१९६०)

आत्मा हाच सद्गुरु. आत्मरूप होणे हाच साक्षात्कार.

(१६-२-१९६८)

वाचन केले की ते प्रत्यक्षात किती उतरते ह्याला महत्त्व आहे. मी ज्ञानेश्वरीतील एक एक ओवी सतत मनन करीत असे. त्याप्रमाणे आपल्याकडून वागणे होते की नाही ह्याबद्दल सतत लक्ष ठेवीत असे. हे अखंड प्रयत्नाने चिंतनाने साधते.

(२४-१-१९६२)

भजन म्हणजे सोऽहम् अनुसंधान नित्यनेमानें करावे.

(१७-१-१९६०)

गुरूने सांगितलेल्या मार्गाने दिवसातून काही वेळ साधन केलेच पाहिजे. हळूहळू गोडी वाटू लागते. सोऽहम् साधनेने चित्त हळूहळू ब्रह्मभावना धारण करते. चित्तच पुढे चैतन्यमय होते. ते आत्मरूपच होते. हळूहळू अभ्यासाने सोऽहम् साधनेने चित्त-मन प्रपंचातून-सांसारिक गोष्टीतून सुटून आत्मरूपाशी जडते. हाच अभ्यास.

(२३-४-१९६५)

जो संकटकाळी न डगमगता, न खचता श्रद्धापूर्वक दैवताचे अथवा सद्गुरुंचे स्मरण करतो, भक्ति ठेवतो, तो त्यातून निभावून जातो. दुःख सहन करताना धैर्य व शक्ति साधकास येते व नंतर नित्यानित्य विवेकाने त्याचा त्यालाच उमज पडतो. कर्मगती अति गहन व ती सर्वानाच आहे. ईश्वराजवळ धैर्य व शक्ति मागावी व देव ती देतोच.

(१०-१-१९६२)

अभ्यास हा ज्याचा त्यानेच करावयाचा असतो. अडीअडचणीत मार्ग दाखविता येईल पण योग्यता प्राप्त झाली नसताना उगाच घाई करून चालत नाही. निदिध्यास, गुरूनिष्ठा, सतत अखंड सोऽहम् अनुसंधानात्मक भजन करावे. मग जसजशी प्रगति होईल तसतशी खूण पटू लागेल. गुरुरूपच होऊन भजन करावे. (श्रीस्वामी सोऽहम् साधनेस भजन म्हणत असत) म्हणजे कोणतेही न्यून राहणार नाही. साधनेबद्दलही वृथा अहंकार नसावा.

(१७-१-१९६०)

कर्मफल ज्याचे त्यास भोगावेच लागते हा सृष्टीनियम. सर्व गोष्टी प्रभूच्या हातात. निष्कामपणे प्राप्तकर्म व फळ ईश्वरावर सोपवावे. त्यासच एकनिष्ठेने शरण गेल्यास आपले ज्यात कल्याण होईल अशाच घटना तो ईश्वर करतो.

(२२-१-१९६५)

जैसा निर्वातीचा दिपु । सर्वथा नेणे कंपु ।
तैसा स्थिरबुद्धि स्वस्वरूपु । योगयुक्त ॥

वारा नसलेल्या ठिकाणचा दिवा कसा शांत तेवत असतो त्याप्रमाणे अखंड सोऽहम् अनुसंधानाने बुद्धि अगदी स्थिर होऊन वृत्तीही अगदी शांत ठेवणे शक्य होते. सर्वच कर्मात, व्यवहारात एक प्रकारची अलिप्तता आपोआपच येते.

(२०-१-१९६०)

स्वरूपाचे चिंतन, हे सोऽहम् ध्यान, हे भजन सहजतेने अखंड व्हावयास हवे. चालता-बोलताना, लिहिताना, वाचताना, खाताना, पिताना सर्व व्यवहार होत असताना हा सावधपणा पाहिजे. तसा तो अखंड राहात नाही म्हणून दिवसातून घटका अर्धा तास डोळे मिटून किंवा मधून मधून अर्धे उघडे ठेवून मांडी घालून स्वस्थपणे सांप्रदायानुसार भावातीत, त्रिगुणरहित श्रीसद्गुरुंचे, भगवद्भक्तांचे, सिद्धपुरुषांचे स्मरण करीत गुरोपदिष्टमार्गे सोऽहम् ध्यान करीत जावे. साधनाभ्यासाने मन हळुहळू निवृत्त होऊन शांत होते व साधकास परमार्थाचा लाभ होतो.

(श्री नारायणराव गोडसे यांना लिहिलेल्या पत्रातून) (१०-१०-१९६२)

हे शब्देविण संवादिजे । इंद्रिया नेणता भोगिजे ।
बोलाआधी झोंबिजे । प्रमेयासी ॥
जे अपेक्षिजे विरक्ती । सदा अनुभविजे संती ।
सोऽहम् भावे पारंगती । रमिजे जेथ ॥

ह्याचा अनुभव शब्दांनी येणारा नाही. मन, बुद्धि ह्यांच्या पलीकडील असे जे मोक्षसुख, ते सोऽहम् भावानेच प्राप्त होणार. सोऽहम्, सः अहम्, सः अहम्, तो मीच आहे, तो मीच आहे अशी दृढ श्रद्धा ठेवून देहबुद्धीच्या कचाट्यातून सुटून आत्मबुद्धी झाली की मगच त्याचा अनुभव येणार.

(१७-१-१९६०)

गुरूनिष्ठा ही कोणत्याही संप्रदायात अत्यंत महत्वाची मानलेली आहे.

(७-११-१९६०)

मामांनी (अमलानंदांनी) त्यांचे मित्र श्री. गोडसे ह्यांचा प्रश्न 'ह्याच जन्मी मोक्षलाभ होईल का?' श्रींना निवेदन केला. त्यावर श्रीस्वामी म्हणाले, एखाद्या व्यक्तीचा तसा दृढ संकल्प व प्रयत्न असून गुरुकृपा असता तसे का नाही होणार? मूळ स्वप्रयत्न हा महत्वाचा असून त्यास योग्य मार्गदर्शन लाभले तर ह्याच जन्मी मोक्षलाभ होऊ शकेल. तुम्ही सर्व खूप (सोऽहम्) भजन करा व स्वानंदात राहा.

(३-२-१९६२)

जे ज्ञानाचा कुरुठा । तेथ सेवा हा दारवंठा ।
तो स्वाधीन करी सुभटा । वोळगोनी ॥
तरी तनुमनु जीवें । चरणांसीं लागावें ।
आणि अगर्वता करावें । दास्य सकळ ॥
मग अपेक्षित जें आपुलें । तेंही सांगती पुसिलें ।
जेणें अंतःकरण बोधलें । संकल्पा न ये ॥
तें वेळीं आपणपेयां सहितें । इयें अशेषेही भूतें ।
माझ्या स्वरूपीं अखंडितें । देखसी तूं ॥
ऐसें ज्ञानप्रकाशें पाहेल । तें मोहांधकारु जाईल ।
जें गुरुकृपा होईल । पार्था गा ॥

सेवा म्हणजे भजनच. गुरुकृपा म्हणजे सोऽहम् बोधच. हा बोध झाला, सारखे भजन झाले की सर्वच संकल्प विकल्प नाहीसे होतात. सर्व स्व-स्वरूपच दिसू लागते. सोऽहम् बोधाने ज्ञानप्राप्ति होते.

(१७-३-१९६०)

सोऽहम् अनुसंधानाने आपल्या शरीरातील सर्व व्यापारच त्रयस्थ भूमिकेतून पाहता येऊ लागतात.

(१३-१-१९६३)

१९३५ ते १७ च्या काळात केवळ अखंड भजनानेच त्यांची प्रगति कशी होऊ शकली ते श्रीस्वामींनी मामांना (अमलानंद) सांगितले. स्थितप्रज्ञाची लक्षणे अंगी मुरण्यासाठी, बनण्यासाठी सतत प्रयत्नशील राहिलो. अपार कष्ट पडले.

(२२-११-१९६०)

सोऽहम् अनुसंधान न सुटता सहजपणे त्याचा तोच खेळत आहे असा प्रत्यय घेत मग संसारातील कोणतीही कामे करावी. मीसुद्धा मला संसार वगैरे नसतानाही, व्यावहारिक सल्ला देणे, मुलांना इंग्रजी, संस्कृत शिकवणे वगैरे गोष्टी करतोच ना? याज्ञवल्क्य, जनक, एकनाथ वगैरेनी राज्य, संसार करूनही समत्वाने, अकर्तेपणाने, अहंकारविरहित सर्व गोष्टी केल्या. ते लोक खरेखुरे त्यागी-संन्यासी, करून अकर्ते होते. मूळ गोष्ट ईश्वराबद्दल दृढभाव व सर्वार्पण शुद्ध व स्थिर बुद्धि झाली की संकल्प, विकल्पात्मक वृत्ति उठतच नाहीत. अशामुळे सर्वच क्रिया कर्मे वासुदेवमय होतात. अशा भक्तावर संकटे, दुःखे वगैरे आघात आले तर त्याची काळजी नारायणालाच लागते. तोच त्या भक्ताच्या पाठीशी राहून त्याचे संरक्षण करतो ही गोष्ट त्रिकालाबाधित सत्य समजा.

(२३-११-१९६०)

आपण अलिप्तपणे राहून सर्वांचेच कल्याण इच्छावे. कोणाबद्दलही राग, द्वेष, तिरस्कार अशी कोणतीच भावना बाळगू नये. दुसऱ्याच्या दोषाचे चिंतन किंचितही करू नये. दैवगतीने काही घटना घडतात.

(२४-१-१९६२)

श्री वि. दा. भट यांना दि. १७-४-१९६६ रोजी लिहिलेल्या पत्रात श्रीस्वामी लिहितात, सोऽहम् साधनेद्वारा मनोभावे तेथूनच माझी जवळीक साधता आली तर तेथेही मी आहेच.

म्हणोनि, अर्जुना मी नसे । ऐसा कवण ठाव असे ।

हे आंत बाहेर मिया कोंदले । जग निखिल माझेचि वोतले ॥

(१७-४-१९६६)

सर्वच ईश्वराचे करणे हे एकदा पाहण्याचे अंगवळणी पडले की सदोदित ईश्वरानंदच भोगता येतो.

(४-२-१९६२)

श्री नारायणराव गोडसे यांना दि. ८-४-१९६३ रोजी लिहिलेल्या पत्रात श्रीस्वामी लिहितात,

आपल्या उपासनेला भावातीत त्रिगुणरहित सद्गुरुचे, प्रल्हाद, नारद-पराशर, पुंडरीकादि भगवद्भक्तांचे, आदिनाथ-मच्छिंद्र गोरक्षादि सिद्ध परंपरेचे अखंड अधिष्ठान आहे. त्यांचे स्मरण करून गुरुपदिष्टमार्गे आपले सोऽहम् ध्यान चालू राहिल्यास विवेक-जागृती सहज होऊन वैराग्यवृत्ती वाढीस लागेल. प्रपंचातील आसक्ति हळूहळू कमी होऊन चित्त आत्मस्वरूपात अधिकाधिक रमू लागेल आणि अंती परमशांतिसुखाची अनुभूति खचितच येईल. जेवढी भक्ति तेवढी प्राप्ति.

(८-४-१९६३)

द्रष्टा, दृश्य, दर्शन ह्यांचे ऐक्य कसे पावते ह्याची केवळ चर्चा करून काय उपयोग. प्रत्यक्ष अभ्यासाने व अनुभूतीनेच ते समजणार. उद्यापासून तुम्ही पहाटे एकदोन तास सोऽहम् भजन करा. मनाच्या वृत्ति कशा उठतात, कशा मावळतात, कोठून उद्भवतात ते सोऽहम् अनुसंधान करीत असता पाहा. त्यांचा उगम, लय ह्यांचे साक्षित्व करीत करीत पुन्हा साक्षी ते स्फुरण आपणावाचून दुसरे कोण-तेच आपण तेथेच स्थिर व्हावयाचे. असा ज्ञानदृष्टीने अभ्यास करता करता सर्वच गोष्टींचा उमज पडेल.

(९-११-१९६०)

साधकाने आपल्या मनाचे, बुध्दीचे खेळ कसकसे चालत असतात ते शांतपणे, अलिप्तपणे पाहायला पाहिजेत. अंतःकरणात धर्माधर्माच्या, अनीतीच्या, पापपुण्य, सुखदुःख यासंबंधीच्या वृत्ति कशा निर्माण होत असतात याचे शांतपणे, स्वस्थपणे अवलोकन करावयास हवे.

(१०-१०-१९६२)

भजनशील वृत्तीने कालक्रमणा करावी. आशीर्वाद तुमच्या पाठीशी आहेच. हळूहळू सर्व गोष्टींचा उमज होऊन मनाची स्थिरता येऊन अहम् सोऽहम् वृत्तीच मावळतात. सर्वत्र त्याचीच सत्ता व कृति दिसू लागते. मुख्य सोऽहम् धारणा अखंड असणे.

(२२-३-१९६७)

स्वकर्म हे कितीही हलके असो, पण ते ईश्वरदत्त असे समजून ते कर्म चोख रीतीने केले तर ती भगवंताची एक प्रकारे पूजाच होते.

(२४-४-१९६५)

जर तरुणपणीच काही प्रयत्न करून चांगल्या सवयी लाऊन घेऊन चांगल्याचा संचय केला तरच ते गात्र शिथिल झाल्यावर उपयोगी पडावयाचे.

(२५-१२-१९६३)

आपण फक्त सोऽहम् भावात शरीराच्या कणाकणात देहबुद्धि ती आत्मबुद्धि करावयाची आहे. सतत अभ्यास करावयाचा तो हाच.

(२४-१२-१९६३)

अभ्यास मुद्दाम अट्टाहासाने वा लौकिक प्रसिद्धीसाठी नको. 'जसजसे आत्मस्मरण होईल तसतसा अभ्यास वाढत जातो' असे आमचे गुरू बाबामहाराज म्हणत.

(२३-४-१९६५)

संसार हा मुळातच दुःखमय असल्याने, त्रिविध तापाने वैराग्य उत्पन्न होऊन आत्मप्रतीतीची-मोक्षाची तीव्र ओढ लागली की संतसहवासाने, संतउपदेशानेच कायम सुखनिधान लाभून साधक शांत होतो. केवळ संतांच्या सहवासानेच व उपदेशानेच तो धन-सुत-दारा इत्यादि परिवारांत मोह न पावता जे खरेखुरे सुख-अद्वयानंद-आत्मानंद ह्याची गोडी चाखू लागतो. ही अवीट गोडी रात्रंदिवस चाखत तो आत्मरूपच होतो. संतसंगाने, गुरुभक्तियुक्त साधनेने अवर्णनीय आनंदाची अनुभूति येते. आपणच आपल्याला शोधतो व आपला आनंद आपणच लुटतो.

(२४-४-१९६५)

गुरूनिष्ठा, सतत भजन, एकच वस्तूच्या निदिध्यासाने गुरुतत्त्वात लीन व्हावयाचे.
अखंड सोऽहम् हाच मार्ग.

(२२-१-१९६०)

मनानेच मन मागे सारावे लागते.

(१-४-१९६२)

जो उपाधीत राहून अभ्यासाने उपाधीत सापडत नाही तोच उत्तम साधक. साधी लहान मुलाने कडी वाजविली तरी गुहावासी एकांतप्रिय मनुष्यास खपत नाही व 'कार्त्या' असा शब्द ज्याच्या तोंडून निघतो तो कसला साधक? तोच उपाधीत राहून त्या बालकाशी तादात्म्य होऊन, त्याच्या कृतीचा अर्थ शुद्ध स्वरूपात पाहील तर तो त्या बालकाप्रमाणेच आनंद भोगून रागावणार नाही. सर्वच ईश्वराचे करणे हे एकदा पाहण्याचे अंगवळणी पडले की सदोदित ईश्वरानंदच भोगता येतो. आपण श्रद्धेने सर्वत्र ईश्वर पाहण्यास शिकलो की कोणत्याही परिस्थितीत आनंद टिकून राहतो. एकांत असो वा नसो.

(४-२-१९६२)

भक्ताने आपली काळजी देवाला असा कळकळीचा भरवसा धरला तर देव तो भार खरोखरीच घेतो पण भक्तच जर आपल्या काळजीचे ओझे अहंकाराने स्वतःच्या शिरावर घेईल तर देव दुरूनच मौज पाहील, भक्तासच सुखदुःखाचे वाटेकरी व्हावे लागेल. जो अनन्य झाला त्याला काळजी नाही. संकटेसुद्धा तो सुखाने पार करून जातो.

(२४-४-१९६५)

मन विषयातून निवृत्त करून अंतरी स्थिर करावे लागते. पुढे 'विवेक' आणि 'वैराग्य' ह्याचा अभ्यास सहजतेने होतो आणि मन शांत होते. ह्यासाठी 'मन जो जो विषय धरी । तो तो विवेके विदारी' अशी विचारणा करीत करीत 'अहम्' चा शोध घ्यावा.

(१-४-१९६२)

क्रोध उत्पन्न होण्याची परिस्थिती आली की सोऽहम् अनुसंधान करून पाहा.
क्रोधच येणार नाही.

(१३-१-१९६३)

थोडे थोडे करत संपन्न सिद्धता लाभते. अखंड अनुसंधानाने हे प्राप्त होणार.

(३१-१२-१९६३)

जसजसा अभ्यास वाढेल तसतसा अनुभव येऊ लागेल. मूळ देहबुद्धी ती
आत्मबुद्धी होऊ लागली, सोऽहम् अनुसंधान होऊ लागले की सर्व यथाक्रम साध्य
होईल.

(४-२-१९६२)

कोणाचेही वाईट न चिंतिता, कोणाबद्दलही आकस, राग न ठेवता वागावे. जो तो
आपल्या कर्माने बांधलेला आहे. ज्याचा तो जबाबदार. एखाद्या घटनेकडे
तटस्थपणे, क्षमाशील वृत्तीने पाहाता यावयास पाहिजे. अलिप्तपणे जगाचा खेळ
पाहावा.

(१०-१-१९६३)

सिद्ध होऊ इच्छिणाऱ्याने नित्यानित्य विवेकाने सर्व व्यवहार मायेचे खेळ लीलेने
जाणून आपण अज, अव्यय, अरूप कसे आहोत हे ओळखून सर्व गोष्टी तटस्थपणे
पाहावयास शिकले पाहिजे. अशा विचाराने मनाला मोठी वाटणारी गोष्ट ह्या
विश्वाच्या पसान्यात क्षुल्लक व क्षणभंगुर दिसेल.

(८-११-१९६०)

नामदेव महाराज म्हणतात त्याप्रमाणे एक ओवी जरी श्रवण, मनन व निदिध्यासाने
अनुभवास आणली तरी मुमुक्षुचा उद्धार करण्यास पुरी आहे. पण सर्व ग्रंथ
पारायण करूनही काही महाभागांना उमज पडत नाही! नशीब त्यांचे.

(८-११-१९६०)

कल्पनांचा पसारा मांडून कोडी उलगडण्याचे प्रयत्न तरी कशाला करावयाचे? एकच ध्येय, सद्गुरुंनी सांगितलेल्या महावाक्यावर पूर्ण श्रद्धा ठेवून सतत मार्ग आक्रमित आनंदधाम गाठावे. प्रयत्न सातत्याने असावा व त्यामुळेच कार्यभाग होईल अशी पूर्ण खात्री बाळगा.

(८-११-१९६०)

आपल्या संप्रदायातील आदिनाथ, मत्स्येंद्र इत्यादि गुरुपरंपरेतील सर्व महान शक्ति साधकाचे पाठीशी अहर्निशी वास करीत असतात. सोऽहम् साधनेत काही न्यून राहात असले तर सद्गुरुच सर्व पूर्ण करतो व हळूहळू साधकास पुढे नेतो.

(२२-११-१९६०)

जे जे होते ते ते त्याचाच खेळ. जीवास बोध देण्यासाठी ते घडते असे समजावे.

(८-११-१९६०)

लोक साधुसंतांकडे धाव घेतात व कर्मभोग चुकवा म्हणतात. पण कर्मभोग भोगूनच संपविणे हे योग्य.

(३-२-१९६५)

साधन म्हणजे भक्तीयुक्त अंतःकरणाने करावयाचे सोऽहम् ध्यान होय. सातत्याने केलेल्या अशा साधनाने, 'मी कोण' ह्याचा शोध लागेल. अंतिम सर्व कळेल आणि त्याच वेळेस मनाचे मनपण जाईल व बोलाचे बोलपण खुंटेल.

(२१-४-१९६५)

सतत प्रयत्नाने चिदाकाशी मन-पवनाचे खेळ संपून स्थिरत्व-शांतिलाभ होईल हे निश्चित. ब्रह्मरंध्री स्थिरत्व आलेले जाणणे. नंतर न जाणणे.

(१६-२-१९६८)

सतत सोऽहम् अनुसंधानानेच सर्व साधेल हे पक्के लक्षात ठेवा.

(२४-१-१९६३)

परमार्थ म्हणजे अखंड प्रसन्नता, परमशांति. ह्या परमशांत अवस्थेत साधक सोऽहम् ध्यानाने परमात्मरूपाशी समरस होऊन त्याला ह्या विश्वाच्या दृश्य पसाऱ्यात आपणच ओतप्रोत भरून राहिलो आहो, विश्वरूपाने आपणच नटून राहिलो आहो असा प्रत्यय येतो व तो सुखदुःखातीत अशा अखंड आनंदात निमग्न होऊन राहतो. किंबहुना तो आनंदरूपच होतो.

(१०-१०-१९६२)

गुरू मार्ग दाखवील, वाटचाल ज्याची त्यानेच करावयाची आहे. ती करीत असता मार्ग मात्र एकच अवलंबणे आहे. तो म्हणजे भक्तीयुक्त सोऽहम् साधनेचा. हे साधन प्रदीर्घ काळ करावयाचे आहे.

(२१-४-१९६५)

ज्याचा त्यानेच आपला उद्धार करून घ्यावयाचा.

(३०-१-१९६९)

गुरुरूपच होऊन भजन करावे. म्हणजे कोणतेही न्यून राहणार नाही.

(१७-१-१९६०)

सर्वभावे ईश्वराला शरण गेलेला भक्त आपणाला स्वतःला जाणतच नाही, स्वतःची जाणीव संपते.

(२५-४-१९६५)

॥ ॐ तत् सत् ॥

