कृतज्ञतामार्ग



डॉ. सुहास पेठे

।। श्री ।।

सर्वांसाठी

कृतज्ञतामार्ग

(विस्तृत सुधारित आवृत्ती)

(कृतज्ञता या गरजेच्या गुणाचं सार्वत्रिक महत्त्व, जन्मभर व मृत्यूनंतर आचरणासाठी कालोचित, सोप्या, सार्वत्रिक कृती, सर्वांना स्वतंत्रपणे सहभागी होता येण्यासारखे मराठी मंत्र)

डॉ. सुहास पेठे
एम्.ए.,पीएच्.डी.(तत्त्वज्ञान)

कृतज्ञतामार्ग

पुस्तकरूपाने प्रकाशित तिसरी आवृत्ती : २०१९
डिजिटल आवृत्ती : डिसेंबर २०२१

© डॉ. सुहास पेठे , सातारा, महाराष्ट्र

डॉ. सुहास पेठे यांच्या अन्य साहित्यासाठी पहा :

वेबसाईट : www.pethekaka.com
युट्यूब चॅनेल : Shri Pethe Kaka
अँड्रॉईड ॲप : SadhanNandadeep (साधननंदादीप)

*

वेदपूर्वकालापासून आजअखेर
माणसाला देवतुल्य घडवण्यासाठी
अनेक महत्त्वाच्या मूल्यांचं आणि सद्‌गुणांचं संशोधन करून,
माणसाला सदैव कालमानपरिस्थितीनुसार
आचरता यावेत असे
विविध सद्‌गुण
माणसासमोर ठेवणाऱ्या
ऋषी, साधू, सत्पुरुष, संत – यांना
आणि
परिवर्तन व स्वास्थ्य यांसाठी
या सर्व महापुरुषांना साथ देणाऱ्या
आजवरच्या अगणित सामान्य–असामान्य व्यक्तींना
कृतज्ञता व आदरपूर्वक समर्पण –

...ज्यांनी जगून जपले जगि ईश्वरास ।
शास्त्रे असंख्य रचिली जपले कलांस ।
मूल्ये अमूल्य दिधली जगण्या जगास ।
त्यांचे सदैव ऋण हे मज पामरास ।।

–सुहास पेठे

हे पुस्तक वाचण्यापूर्वी...

- *या पुस्तकात मांडलेला मार्ग हा मानवी जीवन अधिक सुसंस्कृत करणाऱ्या 'कृतज्ञता' या मूलभूत, मोलाच्या गुणासंबंधी आहे. हा गुण जन्मापासून मृत्यूच्या अंतिम टप्प्यापर्यंत जोपासण्याची गरज यात मांडली आहे. अशी जोपासना सर्वांनाच स्वास्थ्याची होते.*
- *मानवी जीवन हे जन्मापासून मृत्यूपर्यंत, देहाच्या दृष्टीनं एकसंध आणि निसर्गानं दिलेली एक मोठी संधी म्हणून, शेवटपर्यंत शुभ आहे, हे इथं लक्षात आणून दिलेलं आहे. त्यामुळं त्यात मृत्यू आणि त्यानंतरचे संस्कार हा विषय आलेला आहे.*
- *यात मांडलेल्या मार्गाचा,पितृमार्गानं केल्या जाणाऱ्या विधींशी किंवा ते करू इच्छिणाऱ्यांशी, त्या अर्थानं कुठला विरोध नाही. त्या मार्गानं जाणाऱ्या, ते विधी करणाऱ्या आणि करवून घेणाऱ्या व्यक्तींविषयी,अर्थातच कोणता अनादर वा विरोध नाही. त्यातले विधीकरवून घेणाऱ्या व्यक्ती, त्यांना द्यावयाची दानं–दक्षिणा या गोष्टी या विधीतही तशाच करणं अभिप्रेत आहे, हे पुस्तकात स्पष्ट केलं आहे.*
- *पूर्वग्रह, रूढी, बदलता काळ, समाजाच्या धारणा, अधिक सोपेपणा – अशा अनेक बाबतींत कृतज्ञतेच्या संदर्भात, पुनर्विचार करून आपल्याला पटल्यास,आचरण्यासाठी निरपेक्षपणे, सर्वांच्या कल्याणाच्या इच्छेनं, हा अनुभवसिद्ध व संतप्रणीत मार्ग नम्रपणे जिज्ञासू वाचकांसमोर मांडलेला आहे.*
- *वेदकालापासून उपनिषदं, गीता, आद्य शंकराचार्य, श्री ज्ञानेश्वर महाराज, आजवरच्या सर्व संतपरंपरा – अशा हजारो वर्षांच्या इतिहासात, कालानुरूप आचारधर्मांचं, मूळ गाभा कायम ठेवून, पुन्हापुन्हा नवी मांडणी आणि शुद्धीकरण होत आलेलं आहे. ते मांडलं जात असताना, पूर्वीच्या रूढींचा, आचारांचा प्रभाव असल्यामुळं, ते विचार तेव्हा नवीन वाटून, स्वीकारताना अडचणीही आल्या. त्यात्या काळच्या समाजाच्या मानसिकतेचा विचार करता, ते स्वाभाविकही आहे. पण ते प्रत्यक्ष आचरणात आल्यावर, ती विचारशोधनं स्वीकारली जाऊन,त्यात्या काळी नंतर मान्यही झाली, हा इतिहास अनेकांना*

परिचित आहे.

- *त्यामुळं यात मांडलेले विचार काहींना नवीन वाटले तरी, आजच्या बुद्धिवादी, वैज्ञानिक, बदलक्षम, जागतिक पातळीवर विचार करू शकणाऱ्या, प्रगतीशील, विधायक, तर्कशुद्ध तसंच तर्कापलीकडच्या सूक्ष्म विश्वाची जाणीव झालेल्या वाचकांजवळ,हे विचार समजून घेण्याएवढी उदारदृष्टी जरूर आहे, या शुद्ध श्रद्धेनं हा मार्ग मांडला आहे.*
- *आपापली घराणी, आचारधर्म, पंथ यांनुसार चालत आलेले पूजापाठ, विधी, उदकशांती, सणवार, उपासनामार्ग – अशा सर्व शुभ गोष्टी आपापल्या परंपरेप्रमाणं स्वतः किंवा आपले गुरुजी, पुरोहित यांच्यामार्फत कराव्यात. त्यात कोणता बदल इथं अभिप्रेत नसून, हे पुस्तक त्या संदर्भात नाही.*
- *पूर्वीपासूनच आचारांच्या मांडणीत, मृत्यूचा प्रसंग नंतरच्या अंत्यविधीपासून वर्षश्राद्धापर्यंत दिवसकार्य, तिलतर्पण, पिंडदान, भोजन, दक्षिणा – अशी अनेक कर्मसांगताना, हा सारा विषय परंपरेतमधल्या काळात कुठंतरी अशुभ मानला गेला. तो रूढही झाला. त्यातल्या मूळ विधीच्या मागं, सामान्यांना आचारधर्म देण्याची बैठक आहे, या अर्थानं या पितृयानमार्गाबद्दल इथं आदर आहे.*
- *त्याचबरोबर मृत्यू ही घटना जीवनाचा भाग म्हणून, शुभ मानून आपापल्या आयुष्यात कर्म, ज्ञान – या मार्गांनी विशिष्ट दैवतांची उपासना करून, त्या त्या दैवतात क्रमाक्रमानं एकरूप होत मृत्यूनंतर, त्या देवतांच्या मानलेल्या ठिकाणी कायमचं जाण्याचा, देवयान मार्गही प्रचलित आहे. या मार्गाबद्दलही इथं आदर आहे. फक्त यात, अनेक दैवतं, पंथ, यांमुळं निर्माण होणारी आग्रही–विपरित भक्ती,यांची गीतेत म्हटल्याप्रमाणं शुद्धी केली आहे. त्यामुळं हाच देवयानमार्ग कृतज्ञतामार्ग म्हणून, देहात असताना किंवा देह पडताना जीवाला मुक्त करणारा शुद्ध, शुभ मार्ग झाला आहे !*

———

अनुक्रम

१.	'सदा सर्वदा मोकळी वृत्ति राहे...'	/९
२.	सद्‌गुणांच्या जोपासनेची गरज	/१०
३.	कृतज्ञता गुण हा थोर...	/१६
४.	श्रद्धेने कर्मि आचरू...	/२०
५.	जन्ममृत्यू तुझी दया...	/२५
६.	..शुभाशुभ पुन्हा भेद, मानवी बुद्धिचा असे ।	/३१
७.	निर्व्यवस्था नसे मार्ग, करावे दोषशोधन...	/३६
८.	काळ-प्रश्न नवे येता, शोधणे नव उत्तरा...	/४७
९.	मूळ हेतूस धरुनी, देवमार्ग क्रमू नवे ।	/५८
१०.	काही संभाव्य शंका व खुलासे	/७१
११.	या संस्कारांतील विविध मंत्र व भूमिका (भाग क्र. १ ते ७)	/७७
१२.	...भक्तांचिया तनुत्यागी । परिचर्या करी ।।	/९७
१३.	परिशिष्टांविषयी	/१०१
	परिशिष्ट १	/१०२
	परिशिष्ट २	/१०६
	परिशिष्ट ३	/१०८

विशेष विनंती

कृतज्ञतामार्ग हे पुस्तक 'कृतज्ञता' या आयुष्यभर जोपासण्याच्या मूलभूत गुणाविषयी आहे. त्याचा एक भाग म्हणून, यात मृत्यू व नंतरचे कालोचित विधी हा विषय आलेला आहे.

मृत्यूचा प्रसंग आल्यानंतर त्या विषयाचा व मंत्रांचा उपयोग होतो, हे खरं आहे. पण त्यावेळी विचार करणं, निर्णय घेणं, पुस्तक, मंत्र, रेकॉर्डिंग हाताशी असणं या गोष्टी थोड्या अवघड जातात.

म्हणून अशी विशेष विनंती आहे की, ज्या वेळी असा कुठला प्रसंग घडलेला नाही, अशा मोकळ्या वेळी या पुस्तकाचं वाचन आणि मग या विधींच्या भूमिका, मंत्र समजून घेणं, त्यावर चिंतन करणं, निर्णय घेणं – हे केव्हाही अधिक आवश्यक व उपयुक्त आहे. अशा वेळी वेळ असल्यामुळं, त्यावर स्वतःला विचार करता येतो, घरच्या व्यक्तीशी चर्चा करता येते. अशा तऱ्हेनं हा मार्ग चाललेल्या व्यक्तींशी चर्चा करून शंकासमाधान करून घेता येतं. या संबंधी आपल्याला या मार्गानं जावं अशी इच्छा असल्यास, ती जवळच्यांना तोंडी सांगता येते, लेखी लिहून ठेवता येते.हा मार्ग मुळातच शुभ स्वरूपाचा असल्यामुळं , हे काम अशा थोड्या मोकळ्या वेळेत, आधी करणं केव्हाही चांगलं आहे, हे आपल्याला पटू शकेल.

खरंतर, तसं करण्याची गरजही आहे. कारण, प्रत्येकाला केव्हा, कधी या प्रसंगाला तोंड द्यावं लागेल, हे सांगता येत नाही. म्हणून त्या संबंधी विचार, पूर्वतयारी, निर्णय हे सारं आधी, कधीही विचार करून, ठरवून ठेवलेलं केव्हाही चांगलं !

शिवाय, हा मार्ग मुळात आयुष्यभर चालण्याचा आहे, हे पुस्तक वाचल्यावर आपल्यासमोर येईलच. त्यामुळं त्या मागची भूमिका कळली

तर, सध्याचं आयुष्य जगताना प्रत्येकाला आपापल्या परीनं संबंधित हयात व्यक्तींच्याबद्दल आपल्याला ज्या कृती करणं शक्य आहे, त्या आज काळ अनुकूल आहे तोपर्यंत त्याला करताही येतील. यादृष्टीनंही, हे पुस्तक आधी वाचणं अधिक चांगलं आहे !

हा मार्ग व त्याचं महत्त्व समजून घेऊन त्यानुसार आयुष्यभर करायच्या कृतज्ञतेच्या कृती आणि नंतर मृत्यूच्या शुभप्रसंगाविषयीची इथं दिलेली पद्धत, या गोष्टी प्रथम संतनगरीतल्या साधकांनी स्वीकारल्या व आचरल्या. नंतर ही माहिती मिळाल्यानंतर अनेक उपासकांनी हा मार्ग चालला, पुढंही चालणार आहेत, या सर्वांचा मी मनःपूर्वक ऋणी आहे !

मात्र ज्यांना आयत्यावेळेला प्रसंग आल्यावर या गोष्टीची कल्पना आली, ती पटली तर, त्यांनी यातलं प्रकरण क्र. ११ व मंत्रांचं रेकॉर्डिंग वाचून घेऊन, या मार्गाप्रमाणं त्या वेळेपुरतं आचरण केलं तरी चालेल, मात्र नंतर यातली सविस्तर भूमिका समजून घ्यावी, हीसुद्धा या संबंधात विशेष विनंती आहे!

हा मार्ग प्रसृत झाल्याला आता चार वर्षं होऊन गेली आहेत. दरम्यानच्या काळात त्या मार्गानं प्रत्यक्ष जाताना, विशेषतः मृत्यूसंस्कारांविषयी वेळोवेळी ज्या अडचणी येत गेल्या, त्याचे खुलासे या आवृत्तीत करून, ती जास्तीत जास्त परिपूर्ण करण्याचा प्रयत्न केला आहे. अजूनही काही विधायक सूचना, शंका आल्यास त्यासंबंधी पुढच्या आवृत्तीत विचार करूया.आत्ताच्या आवृत्तीत काही उणिवा, त्रुटी, अस्पष्टता आदि दोष राहून गेले असल्यास, सहृदय वाचकांनी क्षमा करावी.

– सुहास पेठे

हे पुस्तक कुणासाठी आहे ?

- ज्याला निर्भय, कालोचित, आनंदमय जीवन जगण्याची प्रामाणिक इच्छा आहे,
- त्यासाठी आपलं पूर्वज्ञान, पूर्वग्रह, रूढी इत्यादी बाजूला ठेवून मोकळ्या मनानं हे पुस्तक वाचण्याची उत्सुकता व तयारी आहे,
- माणसांमाणसांतली नैसर्गिक विविधता लक्षात घेतली तरी, माणूस म्हणून सर्व माणसं समान आहेत. त्यामुळं, ज्यांना स्वतःला माणुसकी हा सारभूत गुण स्वतः आचरावा, असं वाटतं,
- अशी माणुसकी त्या अर्थानं सर्वांनाच आनंद देणारी असते आणि त्यामुळं, त्यांनी ती आचरावी असं प्रामाणिकपणे वाटत असलं तरी, त्यांनी ती आचरावीच, असा आग्रह न धरण्याची तयारी आहे,
- मनुष्यजीवन ही निसर्गानं पशुजीवनापासून आपल्याला उन्नत करून सोपवलेली, एक सात्त्विक जबाबदारी आहे आणि ती जबाबदारी आपल्या जीवनात अशा सद्‌गुणांची जोपासना करून, आपण पार पाडू शकतो, याची खात्री आहे. निदान तशा प्रयोगांची तयारी आहे,
- तशा सद्‌गुणांच्या जोपासनेमुळं माणसाला शांत-समाधानी-दैवी जीवन इथंच जगता येणंही शक्य आहे, हे पटतं आहे,
- ही जोपासना करताना, लागणारं गरजेचं धैर्य आहे, वेळ पडली तर, त्यासाठी गुरू-देव-संत यांची कृपाळू मदत घेण्याची नम्रता आहे.यांतलं किमान काही आपल्याकडं असेल तर, उरलेलं सबुरीनं मिळवून आपल्याला शाश्वत समाधान लाभेल,'ही संतांची ग्वाही' आहे!

अशी मोकळी, धैर्यशील, कृतिशील, सश्रद्ध वृत्ती असणाऱ्यांसाठी हे पुस्तक आहे !

आपण आपल्या घरातल्या माणसांबरोबरच शेजारीपाजारी, गावातली, त्यात्या शहरातली माणसं यांच्याही समवेत राहात असतो. आपापल्या आवडीनिवडींच्या, गरजांच्या प्रमाणात इतरांशी आपले संबंध येत असतात. त्यामुळं आपली आणि त्यांचीही जीवनं मार्गी लागत असतात. या सर्व व्यवहारांत खरी मदत होते ती, माणुसकी या सारभूत गुणाची ! पण तो सारभूत गुण असल्यामुळं, त्याचं वर्णन निश्चित स्वरूपात करणं अवघड जातं.

मात्र त्याचे घटक म्हणून, आपण अनेक सद्‌गुण सांगू शकतो. ज्यात कृतज्ञता, नम्रता, त्याग, श्रद्धा, करुणा, प्रेम, संयम, समजून घेण्याची वृत्ती, सहकार्य, सल्ला, मार्गदर्शन – अशा स्वरूपाचे अनेक सद्‌गुण येतात. हे गुण नेहमी आपल्यापासून दुसऱ्याला त्रास, उपद्रव न होता, मदत करणारे ठरतात, तसेच ते इतरांनी आपल्या बाबतीत दाखवले तर आपल्यालाही मदत करणारे ठरतात. त्यामुळंच, अशा सद्‌गुणांना गीतेच्या भाषेत 'दैवी संपत्ती' म्हटलं आहे. ते सद्‌गुण, माणसाच्या ठिकाणी खऱ्या अर्थानं माणुसकीचं ज्ञान आहे, असं दर्शवितात.

आपण पाहिलं असेल की, अशा नुसत्या गुणांच्या उच्चारानंसुद्धा जर माणसाला हलकं, हायसं, निर्भय, सुखदायी वाटत असेल, तर त्यांचा जेव्हा अनुभव येतो, त्यावेळेला होणारा प्रत्यक्ष आनंद किती मोठा असेल! म्हणून, अशा जास्तीत जास्त गुणांचा उल्लेख, आपल्या गीतेसह सर्व प्रस्थानत्रयीत तसंच संतांनी केला आहे, त्यालाच खऱ्या अर्थानं माणुसकीचं ज्ञान म्हटलं आहे, ज्या ज्ञानानं मनुष्य स्वतः सुखी होतो आणि समाजालाही सुखी करतो.

याउलट, भय, हिंसा, क्रोध, पशुता, अज्ञान – अशा मोजक्याच अवगुणांचा थोडक्यात उल्लेख करून, त्यांच्या उच्चारापासून होणारी हानीसुद्धा कमी करण्याचा प्रयत्न, अशाच पद्धतीनं केला आहे. कारण, श्रवण हे माणसाचं शिकण्याचं आणि चिंतनाचं प्रधान साधन आहे. कानांवर जर सततच अवगुण पडत राहिले, त्यांचं प्रमाण जास्त असलं, तर साहजिकच, माणसाच्या मनात त्या दोषांचं, अवगुणांचं चिंतनच जास्त होईल. ते जितकं जास्त होईल, तितके ते अवगुण चित्तात शिरतील, त्याचा परिणाम वृत्तीवर होईल. वृत्तीचा परिणाम कृतींवर होईल आणि मनुष्य अधिक पशुतेनं वागेल.

अवगुण म्हणजे अधोगती किंवा खालच्या दिशेनं प्रवास. मनुष्यजीवन स्वाभाविकपणे उन्नत आणि मध्यवर्ती ठेवलेलं आहे. सद्‌गुणांचा प्रवास ही चढावरची वाटचाल आहे. त्यामुळं त्याचं जास्तवेळा चिंतन झालं तर, मनुष्य सद्‌गुण कष्टानं जोपासू शकतो. पाणी जसं सहजपणे उताराकडं वाहतं, त्यासाठी वेगळी शक्ती लावावी लागत नाही, तसं मनुष्यजीवनातलं मन उताराकडं सहजपणे वाहतं. त्यात शक्तीही कमी लागते. पण हेच पाणी डोंगरावर चढवायचं असलं तर, मोठ्या सात्त्विक शक्तीची गरज लागते. अर्थातच, त्यासाठी सतत वळण, संस्कार, सत्संग अशा अनेक शक्ती कार्यरत राहाव्या लागतात. याउलट, मनाला पाण्यासारखं खाली–अवगुणांकडं उतरायला आधीच कमी शक्ती पुरते. किंबहुना लागतच नाही. त्यात जर, अशा अवगुणांचं किंवा त्यासंबंधी कृतींचं वारंवार चिंतन घडलं तर, होणारा अनर्थ किती सहजपणे आणि किती प्रमाणात, किती लवकर होईल, याची कल्पनाच केलेली बरी. म्हणून, अशा अवगुणांचा उच्चार कमीत कमी करण्याचा प्रयत्न करून, त्याविषयीच्या चिंतनाला आवर घालणं, हा मार्ग अवलंबलेला आहे. असे अवगुण हे अर्थातच, 'आसुरी संपत्ती' म्हणून

गणले गेलेले आहेत. ते व्यक्त होतात तेव्हा, मनुष्य साहजिकच साध्या माणुसकीनंही वागू शकत नाही. इतरांना त्रास, दुःख, उपद्रव निर्माण करतो. पशुतुल्य कृती करतो. त्यामुळं व्यक्तीचं, कुटुंबाचं आणि समाजाचंही स्वास्थ्य जातं, हे वेगळं सांगायला नको.

म्हणून आधी म्हटलेल्या सद्‌गुणांच्या जोपासनेची थोरवी धर्म–पंथ–भाषा–देश अशा कुठल्याही भेदांपलीकडं असून, तशी जोपासना सर्वांनाच सुखशांतीदायक ठरते. अशा गुणांची जोपासना व वर्धन व्हावं, असं कोणत्याही माणसाला, त्याच्या आणि इतरांच्या स्वास्थ्यासाठी गरजेचं आहे, याबद्दल दुमत पूर्वी कधी नव्हतं आणि आजही नाही. या कुठल्याही गुणांचा शेवटी जेव्हा आचार होतो, ते व्यक्तींच्या जीवनात प्रत्यक्ष उतरतात, अनुभवाला येतात, तेव्हा त्या त्या माणसांचं, समाजाचं जीवन सुसंस्कृत, आदर्श असतं.

हे सर्वच गुण चांगले असले तरी, ते अमलात यायला, जो मूलभूत गुण लागतो, तो 'कृतज्ञता' हा होय. तो मूलभूत अशासाठी आहे की, तो माणसाला जगात जन्माला आल्याबरोबर लागू झालेला असतो. आईवडील, बहीणभावंडं, घरदार, बाजूचं वातावरण, भाषा, संवाद – अशा अनेक गोष्टी त्याला जन्मतःच, त्या अर्थानं कुठलेही कष्ट न करता मिळालेल्या असतात. श्वासापासून आकाशापर्यंत आधीपासून विद्यमान असलेल्या आणि त्याला या जगात वाढायला मदत करणाऱ्या, झाडंपेडं, फुलंपानं, पशुपक्षी, अन्नपाणी, ऊनपाऊस– असे निसर्गातले अनेक घटक त्याला जन्मतःच लाभतात. किंबहुना, त्यावरच त्याचं सर्व पोषण जन्मापासून मृत्यूपर्यंत होत असतं.

नम्रता, आदर, त्याग – असे वर उल्लेखलेले अनेक गुण त्याला कळत्या वयापासून जोपासता येतील, मिळवता येतील. पण ही सारी आधी म्हटलेली मदत मात्र, त्याला विनायास मिळालेली असते. म्हणून

ती मिळालेल्याची जाणीव होणं, म्हणजेच – कृतज्ञता बाळगणं, हा गुण मूलभूत ठरतो.

त्यातही इतर गुणांपेक्षा या कृतज्ञतेच्या गुणाचं एक अद्‌भुत वैशिष्ट्य आहे की, तो असेल तर, त्याच्या साहाय्यानं इतर सद्‌गुण नकळतही वाढू शकतात. पण हा कृतज्ञतेचा मूलभूत, मोलाचा गुण माणसाच्या अंगी नसला तर, इतर गुणांची वाढ आपोआपच खुंटते. त्यातही कृतज्ञतेची जाणीव झाली नाही, त्याप्रमाणं त्याला अनुरूप अशा कृती घडल्या नाहीत तर, अनेकदा माणसाच्या जीवनाची दिशासुद्धा, देवत्वाकडून उलट पशुतेकडं वळते. त्याच्या जीवनात त्याचा वैयक्तिक स्वार्थ, कर्तृत्वाचे अहंकार, देहाचं कोडकौतुक – यांपलीकडं काही उरत नाही. अशा माणसाचा समाजाला तर उपयोग नाहीच, उलट तो माणूस समाजाला आपल्या स्वार्थासाठी दुःखात ढकलतो आणि तो ज्याच्या मागं लागला आहे, ते अवगुण असल्यामुळं, त्याचं स्वतःचं जीवनही शेवटी अस्वास्थ्यात संपतं.

याउलट, कृतज्ञतेचा गुण अंगी बाळगला, तो जोपासला, त्यानुसार कृती केल्या तर, त्याचं स्वतःचंच मन अधिकाधिक शुद्ध, सात्त्विक, आनंदी आणि शांत बनतं. त्याचा परिणाम म्हणून इतरांच्या जीवनालाही शांती, समाधानाचा आनंद मिळतो.अगदी साध्या पातळीवर पाहायचं झालं तर, लहान मुलाच्या ठिकाणी अशा कृतज्ञतेची जाणीव असेल तर शाळेला, कामाला – कशालाही बाहेर पडताना, ते मूल मोठ्यांना नमस्कार करून बाहेर पडतं. आल्यावर आपल्या सुखदुःखांच्या गोष्टी सांगतं. मोठी माणसं अनुभवी असल्यामुळं,ती त्याला दुःखाला कसं सामोरं जावं, हे शिकवतात आणि सुखात सावधानतेचा स्वीकारही कसा करावा, हे शिकवतात.

हीच गोष्ट एखाद्या घरात, एखादं मूल घराबाहेरच्या किंवा

गॅलरीतल्या कुंडीतली तुळस किंवा फूल आणून देत असेल, तर त्याचवेळी अशी अनुभवी, कृतज्ञ आई, त्याला त्या झाडाला पाणी कसं घालावं, त्याची निगा कशी राखावी, त्याचं रक्षण कसं करावं, हेही शिकवते. बाहेर संस्थांतून मिळालेली शिक्षणासारखी गोष्ट असो किंवा अशी झाडावरून मिळालेली फुलं असोत, त्याचवेळेला ते स्वीकारताना माझं त्याविषयी काय कर्तव्य लागतं, हे ओळखणं म्हणजे, कृतज्ञता होय.आता ही कृतज्ञतेची फक्त जाणीव झाली. पण झाड कोमेजण्याच्या आत, ते झाड पुन्हा ताजंतवानं होण्यासाठी त्याला पाणी घालणं, ही कृतज्ञतेची तशी छोटीशी पण फार मोलाची कृती झाली.

या कृतज्ञतेच्या गुणाची आपोआप ओळख होणं, हे विशेषतः लहानपणी अवघड आहे. निदान त्या काळात तरी, ती करून देण्यासाठी मोठे लहानांना जे सांगतात, तो कृतज्ञतेचा पहिला संस्कार होय. त्याचा आचार करताना, प्रत्यक्षात आई किंवा वडील, कुणीतरी त्याला बाहेर पडण्यापूर्वी, त्याला कळावं म्हणून त्याच्या भाषेत,'मला नमस्कार कर' असं सांगतात. त्याचबरोबर, घरात अजून कुणी मोठं असेल किंवा कुठला फोटो, देवाची मूर्ती असेल तर, त्याला आधी नमस्कार करायला सांगतात आणि मग हे सांगतात. ऐकणाऱ्याला, यात विशेष काय आहे असं वाटलं तरी, पुढं 'सगळं जग माझंच आहे, माझ्यासाठी आहे, माझ्या कर्तृत्वाचं आहे' अशा अवगुणाची जी त्याची वाटचाल होण्याचा धोका आहे, तो वेळीच थांबवणारी आहे !

नाहीतर, वडील, ते काय आपल्याला हवी ती वस्तू देतातच, आई काय आपल्याला जेवायला–खायला घालतेच, इतर कुणी काका – मामा आपल्याला हिंडवून आणतातच, मोठी भावंडं किंवा नातेवाईक, शेजारी आपले लाड करतातच – असं समजत जाताजाता शेवटी, झाडावर काय फूल असतंच, झाडाला काय फळं येतातच, वारा काय

असतोच, इतकंच काय, डोळ्यांना दिसतंच, कानांना ऐकू येतंच, खाल्लेलं पचतंच – अशा अनेक भ्रामक समजुतींनी, त्याचा दैवी गुणांची जोपासना करण्याचा मार्गच थांबतो.

त्यामुळं त्यांच्या प्रत्येकाविषयी मी काही करणं लागतो, तेही परतफेड म्हणून नव्हे, कृतज्ञतेच्या पावन भावनेनं करणं लागतो – याची जाणीव होत नाही. अशा कृतज्ञतेच्या कृती थांबतात. मग अशा व्यक्ती जीवनात, भले कितीही प्रतिष्ठित, श्रीमंत, सत्ताधीश होवोत, ते घटक समाजाचं स्वास्थ्य आणि संतुलन घालवतात. त्यातही या साऱ्याच गोष्टी स्थूल, बाह्य स्वरूपाच्या असल्यामुळं, परिस्थितीच्या पालटण्यात त्या कधीही निघून जातात. मग कृतघ्नपणे जगल्यानं आलेलं एकाकी, वैफल्यग्रस्त,जगाला अकारण दोष देणारं, अनेकदा निकृष्ट असलेलं जीवन वाट्याला येऊन, मनुष्यजन्माची एवढी मोठी संधी मिळूनही ती मातीमोल होते. शिवाय, अशा चुकीच्या कर्मांचे दुष्परिणाम तर, आत्ताच्या जीवनात, असेपर्यंत आणि नंतर पुढल्या जीवनातही अटळपणे सोसावे लागतात.

आधी उल्लेख केलेल्या प्रत्येक सद्‌गुणामुळं सर्व ठिकाणी माणसांचं कल्याण झालेलं असलं आणि ते तसंच पुढंही होत राहणार असलं तरी, या कृतज्ञतेच्या मूलभूत गुणामुळं त्या साऱ्या सद्‌गुणांची वाढ होऊन, मनुष्याचं जीवन खऱ्या अर्थानं आनंदी आणि दैवी होतं !

यासाठी इतर गुणांच्या अभ्यासापूर्वी आणि या पुस्तकाच्या संदर्भात 'कृतज्ञते'च्या सद्‌गुणाच्या अभ्यासाला इथं महत्त्वाचं स्थान दिलं आहे !

आधीच्या प्रकरणात म्हटल्याप्रमाणं, जन्मतः माणसांसह सर्व सृष्टीचे अनेक प्रकारचे उपकार आपल्यावर असतात. साध्या व्यवहारातसुद्धा एखाद्यानं आपलं काम केलं तर, आपण त्याचे आभार मानतो. कृतज्ञता व्यक्त करतो. त्या त्या प्रसंगानुरूप ती कृतज्ञता आभारदर्शक हास्य, डोळ्यांतले भाव, हात जोडणं–अशा कुठल्याही कृतींनी व्यक्त करता येते. आभार दर्शवणाऱ्या शब्दांनी व्यक्त करता येते. तशीच ती एखादं फूल, पुष्पगुच्छ, लहानमोठी भेट,पत्र– अशा वस्तूंच्या रूपानंही व्यक्त करता येते.

तर मग हा विचार करावा की, जन्मतः मिळालेल्या आणि आपल्या जीवनाला घडवणाऱ्या गोष्टींबद्दलची कृतज्ञता किती प्रकारे असेल आणि ती व्यक्त करण्याचे प्रकारही किती असू शकतील. पुढं या विषयाचा संबंध अधिक खोलात येणार असल्यामुळं, त्याची काही उदाहरणं आणि कृतज्ञतेच्या कृती यांचा इथं जरा अधिक विचार करू.

मिळणारा लाभ	देणाऱ्या व्यक्ती	कृतज्ञतेची कृती
● मनुष्यजन्म	निसर्ग, पालक	स्मरण, नमन
● घरदार	पालक	स्मरण, योग्य वापर
● सुसंस्कार	पालक, शेजारी इ.	स्वीकार,त्यानुसार वर्तन
● शिक्षण	शिक्षक, शाळा	समजून घेणं, अभ्यास
● शारीरिक तंदुरुस्ती	प्रशिक्षक	व्यायाम,नियमितता
● नोकरी	संस्था	अपेक्षित काम
● व्यवसाय	ग्राहक	प्रामाणिक व्यवहार
● कुटुंब	कुटुंबीय	परस्पर सहकार्य
● सुसंवाद	भाषा	वाचन, लेखन, सेवा
● मनुष्यदेहाचा अंत	निसर्ग	स्वागत, ईशस्मरण

या ठिकाणी आपण फक्त मोजक्या लाभांचा विचार केला आहे. त्याचबरोबर इथं नैसर्गिक जीवनही गृहीत धरलं आहे. त्यात आपल्या लक्षात येईल की, यात सुरुवात निसर्गाच्या सत्तेनं होते, तसाच आपल्या मनुष्यदेहाचा शेवटचा टप्पाही निसर्गाच्या सत्तेनंच पार पडतो. माणसाचं जीवन अधिकाधिक क्षमतांनी युक्त असल्यामुळं, या जन्मापासून ते शेवटच्या क्षणापर्यंत त्यात तो कला, शास्त्र, विज्ञान, इतिहास, संशोधनं, वेगवेगळ्या संस्कारांची योजना, त्या संस्कारांत कालानुरूप फेरबदल, वैयक्तिक–कौटुंबिक–सामुदायिक असे अनेक उपक्रम, सणवार, ग्रंथरचना, व्यवहार सुकर करण्यासाठी यंत्रं, साधनं, उपकरणं यांची निर्मिती – अशा अक्षरशः अगणित गोष्टींची भर घालू शकतो. तशी ती आज हजारो वर्षं घातली जातानाही आपण पाहात आहोत, तसंच पुढंही ती पाहाता येईल. या अनेक गोष्टी आपल्याला मिळत असतात, त्याबद्दलही कृतज्ञ राहाणं हे कुठल्याही व्यक्तीला गरजेचं आहे.

यांतल्या एखाद्या गोष्टीची निर्मिती तो स्वतःसुद्धा करीत असेल तरी, इतर असंख्य गोष्टी या, त्याला निसर्गाकडून, माणसांकडून घ्याव्या लागतात. त्यामुळं त्याचं जीवन सुकर होतं. यात जी एखादी गोष्ट तो स्वतः करतो, त्या गोष्टीतसुद्धा जर बारकाईनं पाहिलं तर, त्याला इतर अनेक घटकांचं साहाय्य लागतं, त्याशिवाय त्याची ती गोष्ट, तो स्वतंत्रपणे करू शकत नाही.

उदाहरणार्थ, शेतकरी स्वतःच्या शेतात स्वतः शेती करून त्याला लागणारं धान्य मिळवीत असला, तरी त्याला योग्य जमीन, ऊन, पाऊस, हवामानाची अनुकूलता, प्रत्यक्ष पीक निघेपर्यंत, अनेक घटकांचं साहाय्य लागतं. ते नसेल तर, मला लागणारं धान्य मी स्वतः मिळवलं आहे, त्यामुळं यात मी कुणाची कृतज्ञता बाळगण्याचं कारण नाही, असं त्याला म्हणता येणार नाही.

हीच गोष्ट स्वतःच्या कारखान्यात उत्पादन करणाऱ्या एखाद्या कारखानदाराची असते. त्यातसुद्धा कच्चा माल, त्याचं योग्य रूपांतर करणारी अनेक यंत्रं–जी तो स्वतः बनवीत नाही, ती प्रक्रिया करण्यासाठी लागणारे पाण्यापासून रसायनांपर्यंत सर्व घटक, वीज किंवा तत्सम ऊर्जा, ही प्रक्रिया करू शकणारे कामगार–तंत्रज्ञ, मालाची मागणी करणारे ग्राहक, त्यांच्याकडून मालाचं मिळणारं मूल्य – अशा असंख्य घटकांच्या मदतीशिवाय, त्याचं 'स्वतःचं' मानलं जाणारं हे उत्पादनकर्म पुरं होऊ शकत नाही. त्यासाठीसुद्धा ते उत्पादन 'स्वतःचं' आहे असं वाटलं तरी, या साऱ्या घटकांच्या अनुकूलतेबद्दल कृतज्ञ राहाणं, याशिवाय त्याला पर्याय नाही. उलट तसं राहाणं हेच त्याचं कर्तव्य ठरतं !

असं कुणालाही आपलं कर्तृत्व आपण करतो आहोत, असं वाटत असेल, तर या पद्धतीनं विचार करता, त्या कर्मांचं कर्तृत्व 'स्वतःकडं' घेणं किंवा त्यासाठी कृतज्ञ न राहाणं हेच उलट कृतघ्नपणाचं ठरेल. एखाद्यानं साधं उत्तम चित्र काढलं असलं, रांगोळी घातली असली तरी, चित्रातल्या कल्पना कुठूनतरी अमूर्त जगातून येतात, त्याला वळण देणाऱ्या अनेक कल्पना सुचवू म्हणून सुचवता येत नाहीत, त्या सुचत जातात. ज्या कागदावर किंवा जमिनीवर हे चित्र, रांगोळी काढली, ती जमीन स्वतःची नसते, जी असेल तीही चित्राला अनुकूल असल्यामुळं त्या चित्राला–कृतीला पूर्णता येते. जे रंग वापरले, ब्रशसारखी जी साहित्य वापरली, ती सारी आपण स्वतः निर्माण केलेली नसतात. ती आपण 'विकत घेतली' म्हणून स्वतःच्या कर्तृत्वाची समजता येत नाहीत ! कारण, पैसा हे मूल्य असलं तरी, ते साधन हवं तसं बनवणारा कारागीर वेगळा असतो. तेच पैसे देऊन, त्याच दर्जाची वस्तू मिळतेच असं नाही.

मनुष्याला जर खऱ्या अर्थानं प्रगत, सुसंस्कृत जीवन जगायचं असेल तर, त्याला आधी म्हटल्याप्रमाणं त्याच्या प्रत्येक कृतीला, किंबहुना नुसत्या अस्तित्वालासुद्धा निसर्गाची आणि त्याच्यामुळं निर्माण झालेल्या इतर अनेक घटकांची मदत, आयुष्यभर होत असते. सामान्य जीवन जगणारा माणूस असो किंवा काही असामान्य निर्मिती करणारा एखादा माणूस असो, त्या सर्वांचं जीवन अशा तऱ्हेनं निसर्गापासून इतर सर्वांच्या मदतीनं, साहाय्यानं, औदार्यानं घडत असतं.

याचाच अर्थ असा की, आपल्याला निसर्गाशी किंवा त्याच्या या सर्व घटकांशी कृतज्ञ राहाणं, हे अगदी प्राथमिकदृष्ट्याही गरजेचं आहे. म्हणून 'कृतज्ञता गुण हा थोर' असं म्हटलं आहे. आपण प्रयोग म्हणून, कुणीही जन्मापासून आपल्या आजवरच्या प्रवासाचा आढावा घेतला तर, त्याच्या लक्षात येईल, त्याला जगायला सुरुवात करण्यात मदत करणाऱ्या दूध–पाणी–हवा यांसारख्या सर्व नैसर्गिक घटकांनी आणि ते व्यक्त करणाऱ्या वृक्ष–वनस्पती, माणसं अशा अनेकांनी त्याला वेळोवेळी मदत केली आहे. असा विचार करीत गेलं तर, त्याच्या आजच्या वयापर्यंतसुद्धा त्याच्या बाबतीत घडलेल्या शेकडो घटनांच्या मागं, अशा अनेकांची मदत, सहकार्य कारणीभूत आहे.

आजपर्यंत त्याचा माणसानं कधी विचार केला नसेल, पण निदान हे लक्षात आल्यावर तरी तो विचार करणं, हा 'माणुसकीचा सारभूत गुण' आहे, हे त्याच्या लक्षात येईल. त्यातही अशा निसर्ग, व्यक्ती, मदती यांची जाणीव देणारा, अशा गुणांतला'कृतज्ञता' हा सर्वांत महत्त्वाचा गुण आहे. त्या कृतज्ञतेचा पहिला टप्पा, आधी अशा विचारशक्तीचा, माणुसकीचा आणि त्यानंतर उपकारांची जाणीव करून देण्याचा, ती टिकवण्याचा आहे. ती जाणीव असेल तर मग कृती करता येतील !

कृतज्ञतेची जाणीव ही एवढ्यासाठी गरजेची आणि आचरणीय आहे की, आपल्या स्वतःचा अनुभवही त्याला प्रमाण आहे. शास्त्रवचन, गुरुवचन आणि आत्मप्रचीती या तीनही प्रकारे पाहिलं तर, कृतज्ञतेची जाणीव जितकी गरजेची आहे हे कळतं, तितकंच तिची कृतीही गरजेची आहे, हे कळतं. कृती हा बाह्यांगाचा विषय असल्यामुळं, त्याचे प्रकार कितीही असू शकतात. पण त्यात हे लक्षात घेणं अत्यावश्यक आहे की, कृतज्ञता हा गुण सूक्ष्म किंवा स्पष्ट शब्दांत म्हणायचं तर अदृश्य आहे! त्याच्या संबंधातल्या कृती मात्र दृश्य आहेत !

त्या अर्थानं, मनुष्य नुसता दृश्याच्या आधारानं चालणं हे त्याच्या मनुष्यपणाला अपूर्णपणाचं आहे. मनुष्याचं जीवन हेच असं एक प्रगत जीवन आहे की, जे एकाच वेळेला दृश्य आणि अदृश्य अशा दोन्हीही पातळ्यांवर चालत असतं.दृश्य जगात जसं स्थूल–दृश्य हे प्रभावी असतंच, पण त्यापेक्षा त्यामागचं अदृश्य हे अधिक प्रभावी असतं. दृश्याचा वेध घेत भौतिकदृष्ट्या खोल गेलं की, सूक्ष्म अणूपर्यंत जाता आलं. त्यामुळं हेही लक्षात आलं की, या स्थूल जगापेक्षा या अणूची शक्ती प्रचंड आहे. असंच आणखी खोल गेलं की परमाणूसारख्या सूक्ष्मात शक्ती अतिप्रचंड आहे.

हा जो भौतिक गोष्टींतला अनुभव झाला, तसाच अगदी सामान्य पातळीवरच्या माणसाच्या कर्मांचा विचार करू. उदाहरणार्थ, वर म्हटल्याप्रमाणं कृतज्ञतेची जाणीव ही सूक्ष्म, भौतिक जगाला दिसण्यासारखी नसली, त्या अर्थानं सूक्ष्म असली तरी, ती अधिक प्रभावी आणि श्रेष्ठ असते. तिची जोपासना मात्र अशा जाणिवेला धरून केलेल्या कृतींनी बळकट होत जाते. एखाद्याबद्दल आपल्या मनात

कृतज्ञता, तिची जाणीव हे असलं तरी, ज्यावेळी आपण त्या व्यक्तीला हात जोडतो, नमस्कार करतो, त्यावेळी आपल्याला हा कृतज्ञतेचा गुण अमलात आणण्यानं सात्त्विक आनंद मिळतो. अगदी चांगल्या अर्थानंसुद्धा, त्या व्यक्तीलाही स्वाभाविकपणे अशा कृतज्ञतेची जाणीव आणि आपण केलेली कृती, यानं एक सात्त्विक समाधान, संतोष होतो.

गेल्या प्रकरणात म्हटल्याप्रमाणं, आपल्या लहानपणापासून आजवरच्या आयुष्यात ज्यांच्याबद्दल कृतज्ञ राहावं, अशा असंख्य व्यक्ती, मदती, प्रसंग यांची आठवण केल्यावर त्याची जर मनोमन खरी जाणीव झाली तर, आज, जसे, जितपत आपण चांगले आहोत किंवा आपल्या आयुष्याचा आजपर्यंतचा जो निर्वेधपणे प्रवास झाला, त्यामध्ये या घटकांचं योगदान केवढं होतं, याची जाणीव झाली, तर आपलं मन कृतज्ञतेनं भरून जाईल. स्वाभाविकपणे चित्तामध्ये, आधीच्या प्रकरणात उल्लेख केलेल्या हिंसा, प्रतिशोध, क्रौर्य अशा कुठल्या आसुरी गुणांना आपोआपच स्थान राहत नाही. कृतज्ञतेच्या जाणिवेनं आपलं अंतरंग – अदृश्य – सूक्ष्म बाजू शुद्ध होते, ती अशी !

ती तशीच राहावी, टिकावी याची मोठी गरज आहे. कारण आपण आज आठवण्याचा हा संकल्प केला, म्हणून निसर्गापासून अनेक गोष्टींचे उपकार आपल्याला आठवले. वास्तविक, ते उपकार होऊन, पाच–दहा–वीस–पंचवीस अशी अनेक वर्षं होऊनही गेली असतील. पण कृतज्ञतेचं मोल कळल्यानंतर आणि प्रयत्नपूर्वक या उपकारांचं स्मरण करीत गेल्यावर आपल्याला ते आठवले, ताजे झाले.

माणसाला एकप्रकारे विस्मरणाचा हा शाप आणि त्यामुळं होणारं नुकसान, जाणीवपूर्वक प्रयत्न केले नाहीत तर अटळ आहे. आधीच्या संकटात झालेली मदत, कुणी मदतकर्ता, त्यामागं उभा असलेला निसर्ग किंवा जगदीश, त्याला तो प्रसंग पार पडला की विसरून जातो. त्याची

आठवण कधी दोनपाच वर्षांनी संकट आलं की मगच होते. तोपर्यंत त्यावेळची कृतज्ञता आणि त्या संबंधीची कृती करण्याचं काम राहून गेलेलं असतं, अनेकदा ते अशक्यही बनतं. अर्थातच, त्यामुळं होणारं नुकसान अटळ बनतं. म्हणून, सद्‌गुणांच्या 'जोपासनेचा' प्रश्न येतो. एखाद्या रोपाची जशी दैनंदिन जोपासना करावी, तेव्हा ते पुढं वाढतं, फुलाफळापर्यंत येतं, तशी या कृतज्ञतेच्या सद्‌गुणाची जोपासनासुद्धा अदृश्य असलेली जाणीव टिकवणं आणि त्याला पूरक अशा बाह्य कृती करीत राहाणं, यांमुळं होत असते.

कृतज्ञता आणि त्यासाठी कृती हे एकदा लक्षात आलं तर, आपण आत्ता म्हटल्याप्रमाणं, आपल्याला आत्ता आठवणाऱ्या घटनांबद्दल, व्यक्तींबद्दल, संस्थांबद्दल – कृतज्ञता व्यक्त करायची ठरवली, तरीसुद्धा ते खूप मोठं काम आहे, हे लक्षात येईल. किंबहुना आपल्याला निरंतर, दररोज अशा कृती करीत राहिलं तरी ते पूर्ण होईल, असं सांगता येत नाही. कारण ते कामच मोठं आहे. ते संख्येनं तर मोठं आहेच, पण काही बाबतीत ते करणं हेसुद्धा अशक्य आहे. अगदी जवळचं म्हणजे, आपले आईवडील, आजीआजोबा किंवा विशेष कृतज्ञता बाळगावी अशी मदत करणाऱ्या व्यक्ती– या आता अनेकदा हयातही असत नाहीत.

आज हयात असलेल्या एखाद्या व्यक्तीच्या बाबतीत आपण साधा नमस्कार, फूल देण्यासारखी एखादी कृती, त्यांना आज काही आर्थिक, शारीरिक मदत हवी असेल तर ती करण्याची कृती – या गोष्टी एकवेळ शक्य आहेत. पण अशा तऱ्हेनं ज्या व्यक्ती हयात नाहीत, त्यांच्या बाबतीत कृतज्ञता तर आहे, पण अशा तऱ्हेच्या कृती तर शक्य नाहीत, हे कृपया लक्षात घ्यावं. त्यावेळी मनोमन नमस्कार, स्मरण आणि आदरपूर्वक त्या कृतज्ञतेचा उद्‌गार, एवढं करणंच आपल्याला शक्य आहे. हे लक्षात घेतलं तर, शक्य असेल तर कृती करण्याचं

महत्त्वही पटेल, त्या केल्या जातील आणि जिथं ते शक्य नाही, तिथं आपल्यावर माणूस म्हणून कृती करण्यावरसुद्धा किती मर्यादा आहेत, याची एक सात्त्विक खंत जाणवेल. त्यातून मग या साऱ्या दृश्य असल्यामुळं शक्य असलेल्या आणि देह अदृश्य असल्यामुळं अशक्य झालेल्या कृतींचं मूळ असलेला,जो खरा अदृश्यकर्ता, त्याची आणि त्याला प्रार्थना करण्याची गरज आणि महत्त्व जाणवेल. माणसाला देहाची कृती करण्याची संधी देणाऱ्या या अदृश्य कर्त्याला, आपला हा अंतरंगातला अदृश्य कृतज्ञतेचा भावच फक्त पोचू शकेल आणि त्या बाबतीत आपलं कृतज्ञतेचं कर्म साधू शकेल !

आता कृतज्ञतेची जाणीव आणि त्याचं कुठल्यातरी कर्मांनी, कृतींनी आचरण करण्याच्या मार्गाचं महत्त्व लक्षात घेऊ. आपल्यापुरतं साधं पाहिलं तरी, आपल्या मित्रानं आपल्या प्रसंगात धावून येऊन केलेल्या मदतीबद्दल आपल्याला कृतज्ञता वाटणं, त्याची जाणीव असणं हा तर मूलभूत सद्‌गुण आहेच. अशी जाणीव बाळगल्यानं अप्रत्यक्षपणे आपल्या चांगल्या भावना त्याला मिळत असतातच. पण हा आपला अनुभव असेल की, जे मला हे मनानं वाटतं, ते व्यक्त करण्यासाठी थोडे कष्ट घेऊन मी त्या माणसाला जाऊन प्रत्यक्ष भेटलो आणि चार शब्दांनी ती कृतज्ञता व्यक्त केली तर, आपल्याला कृतज्ञता कृतीत आणल्याचं समाधान होतं. ती व्यक्ती प्रत्यक्ष देहात असल्यामुळं, तिला आपले हे चार शब्द प्रत्यक्ष ऐकणं शक्य आहे आणि ते ऐकण्यात, त्याची अपेक्षा नसली तरी, आपण जाणीव ठेवल्याचं समाधान आहे. असंच समाधान कुणी आपल्याकडं येऊन चार शब्दांनी आपल्याला दिलं तर आपल्यालाही होतं, हे लक्षात घ्यावं !

आपण काय किंवा ती व्यक्ती काय, असे प्रसंग विसरूनही गेलो असू, आपली करण्याची भावनाही निर्मळ असेल, निरपेक्ष असेल, तरीही

शक्य असलेल्या अशा कृती आठवणीनं करीत राहिलो तर, त्या व्यक्तीच्या जीवनात तर आनंद निर्माण होईलच, पण अशा या मूलभूत सद्‌गुणाच्या आचरणानं आपल्यालाही अशा कर्मांचा आनंद होईल !

आपल्याला प्रत्यक्ष देह असताना किंवा ज्यांच्याबद्दल कृतज्ञता व्यक्त करायची त्यांना प्रत्यक्ष देह असताना, अशा कृती न करणं, हे मनुष्यजीवनाला न शोभणारं, अर्थातच आसुरी संपत्तीचं लक्षण होय. इथं हे लक्षात घ्यावं की, कृतज्ञतेची जाणीव साधारणतः सर्वत्र अदृश्य आणि समान असली तरी, तिला अनुरूप कर्मं आचरताना मात्र, त्यांत कितीही प्रकार किंवा फरक असू शकतील. अमुक एक कृती केल्यानं कृतज्ञता कमी किंवा अधिक व्यक्त होते, असं अर्थातच मानण्याचं कारण नाही.

कृतींवरून माणसाच्या मनातल्या कृतज्ञतेच्या जाणिवेचं मूल्यमापन करणंही अपरिपक्वपणाचं ठरेल. नमस्कार, फूल, पुष्पगुच्छ, फुलांचा हार किंवा सोन्याचांदीचा अलंकार – यांतली कुठलीही कृती मुळातच फक्त कृतज्ञता व्यक्त करत असते, हे लक्षात ठेवावं. नमस्काराला किंवा हाराला लागणारी व्यावहारिक अनुकूलता ही वेगवेगळी असू शकते. ज्याच्याबद्दल कृतज्ञता व्यक्त करतो, त्यानंही फक्त त्यामागचा कृतज्ञतेचा भाव 'समान' आहे, हे ओळखून ते स्वीकारावं आणि तितकंच प्रसन्न राहावं, ही या आदर्श गुणाची दुसरी बाजू आहे. तिचा उल्लेख करण्याचं कारण, जग बाह्यांगातल्या फरकाप्रमाणं भावना लहानमोठी समजण्याची शक्यता असते, तशी अनेकांना सवयही असते, त्या वृत्तीचा निरास व्हावा.

सारांशानं, कृतज्ञतेसारख्या गुणानं, त्याची जाणीव ठेवण्यानं, त्याला अनुकूल कर्मं करण्यानं, त्या गुणाची जोपासना होत असते आणि माणसाचं देवत्वाकडचं एकेक पाऊल पुढं पडत असतं !

———

कृतज्ञतेची जाणीव ही जेवढी सखोल जाईल, व्यापक होईल त्या प्रमाणात, तशा तऱ्हेच्या कृतींनी आपलं आयुष्य भरून जाईल. अशा तऱ्हेच्या कृती या, दिवस उजाडल्यावर, तो आपल्याला जगायला मिळाला, शिवाय आपल्यात असलेल्या अनेक यंत्रणा झोपेतही कार्यरत राहिल्या, म्हणून आज जगण्याची पुन्हा आपल्याला संधी मिळाली, याची जाणीव अशा स्मरण करून देणाऱ्या प्रार्थना म्हटल्यास होईल. त्याचबरोबर, ज्याकडं आपलं विशेष लक्ष नसतं, अशा मेंदूतल्या स्मरणासारख्या अनेक यंत्रणा, जाग आल्यावर पुन्हा कार्यरत होतात, याचंही भान येईल. पुन्हा दिवसाच्या प्रत्येकाच्या आयुष्याच्या ठेवणीप्रमाणं त्याच्या वाट्याला आलेलं काम पार पाडण्यासाठी लागणाऱ्या, शरीरासह सर्व शक्ती आपल्याला मिळतात, म्हणून आपण वर्षानुवर्षं नोकरीउद्योग करू शकतो, कौटुंबिक कर्तव्यं करू शकतो, सामाजिक कामं करू शकतो – याचीही जाणीव होईल.

त्याचबरोबर हीही जाणीव होईल की, आपल्याला याची कुठलीही जाणीव नसली किंवा कुणी दिली तरी तशी जाणीव ठेवण्याची गरज वाटत नसली, तरी या साऱ्या नैसर्गिक यंत्रणा आपापलं काम थांबवीत नाहीत, अक्षरशः क्षणोक्षणी, पदोपदी आणि रोज आयुष्यभर करीत राहतात. याच्याशी आपण आपला सामान्य व्यवहार ताडून पाहावा.

आपण करीत असलेल्या कामाची कुणाला जाणीव नसली किंवा त्याला त्याची कल्पना देऊनही, त्यानं ती ठेवली नाही तरीही, त्याच्याशी रोज वर्षानुवर्षं असाच उपकार करीत राहणारी किती माणसं आपल्याला भेटतील ? उलट, त्यांना त्याची जाणीव नाही मग आपण

त्यांना अशी मदत का करावी किंवा ती करू नये, अशाच, तर्कानं बरोबर वाटणाऱ्या निर्णयांना येणारे लोकही भेटतील, समाजही भेटेल, संस्थाही भेटतील. त्यांच्या मदतीची किंवा व्यवस्थेची जाणीव, स्मरण न ठेवणाऱ्याला उलट शिक्षा देण्याची व्यवस्थाही आपल्याला दिसेल. उपकाराची जाणीव न ठेवणाऱ्यावरसुद्धा पुन्हा तुम्ही उपकार का करता, असं म्हणणारे लोक आपल्याला जास्त भेटतील. उपकाराची जाणीव न ठेवणाऱ्यावर उपकार करणाऱ्या किंवा उपकार विसरून उलट अपकार करणाऱ्याला,क्षमा करून मदत करणाऱ्यांना असे लोक एकतर, यांना व्यवहार कळत नाही असं म्हणतील, नाहीतर त्यांना संत–महात्मे समजतील.

यावर क्षणभर विचार करावा की, अशा व्यक्तींचं म्हणणं तर्कशुद्ध वाटत असलं आणि त्यामुळं उपकारांची जाणीव न ठेवणाऱ्याला मदत करू नये, हे संयुक्तिक वाटत असलं तरी, प्रत्यक्षात ज्यावेळेला अशा तऱ्हेच्या कृतज्ञतेच्या गुणाची जाणीव होते, जोपासना सुरू होते, त्यावेळी कळतं की, आपण आजवर अनेकांच्या उपकारांची जाणीवही ठेवली नाही, कृती तर दूर राहिली – अशा परिस्थितीत ते आपल्याशी क्षमाशील वृत्तीनं न राहाता, असेच, जशास तसं, वागून दूर झाले असते तर, आपल्या आयुष्याची अवस्था काय झाली असती ?त्यांनी तसं त्या त्या वेळी केलं नाही, उलट आपण जाणीव ठेवली नाही याचा विचार न करता, पुन्हा प्रसंगाला आपल्याला मदतच केली. म्हणून आपलं जीवन आज आकाराला आलेलं आहे, सुस्थितीत आहे.म्हणून आधी सांगितलेलं म्हणणं तर्कशुद्ध वाटत असलं तरी, ते कुणाच्याच हिताचं नाही ! उलट ज्यांनी निरपेक्षपणे मदत करण्याचं सोडलं नाही, अशा व्यक्तींनीच आपलं आणि समाजाचं स्वास्थ्य आणि यंत्रणा टिकवल्या आहेत.

याचवेळी हाही विचार करावा की, आपल्याला जाणीव नाही

म्हणून अनेक असमंजस माणसं असं वागू शकतात, वागतातही. पण निसर्गानं काही क्षणही तसं वागायचं ठरवलं तर,आपलं स्वास्थ्य– नोकरीउद्योग तर सोडाच, पण आपला एवढा मोलाचा देहसुद्धा जगू शकणार नाही. वायूच्या उपकारांची जाणीव नाही म्हणून निसर्गानं वायू रोधला तर, दुसऱ्याक्षणी प्राण कासावीस होतील.शरीरातल्या कुठल्याही यंत्रणांच्या उपकारांची जाणीव नाही, म्हणून निसर्गानं मेंदूतली आपली एक हालचाल जरी थांबवली – दृष्टी, कान, वाणी, स्मरण – अशांतलं काहीही थांबवलं तर, आपलं जीवन असह्य होऊन जाईल. म्हणून या साऱ्या यंत्रणा केवळ क्षमा आणि दया बाळगतात आणि आपण कसंही वागलो तरी आपल्याला आयुष्यभर जगू देतात, म्हणूनच आपलं हे मानवी जीवन जगणं शक्य झालं आहे.म्हणून या सर्व यंत्रणांना आपण निसर्ग म्हणा, सृष्टी म्हणा, ईश्वर म्हणा, अज्ञात शक्ती म्हणा – तिच्या उपकारांची जाणीव आणि त्यासाठी शक्य त्या कृती, हा मनुष्याच्या सुसंस्कृत जीवनाचा गाभा आहे. कृतज्ञतेला स्थान आहे, ते त्यामुळं !

असा विचार केला तर, पुढं लक्षात येईल की, आपल्याला मिळालेला माणसाचा देह, आयुष्याचा प्रवास करण्याची कर्मशक्ती आणि त्या देहाचं चीज करून जीवनाचं सार्थक करणारा मृत्यू – हा सारा एकसंध आणि अशा निसर्गाकडून–ईश्वराकडून नियंत्रित होणारा एक प्रवास आहे ! हा नियंत्रक जसा माझ्याआधी होता, आज मला देह असताना आहे आणि माझा देह पडला तरी तसा पुढंही राहणार आहे. माणसाचा देह मिळणं–जन्म हे माझ्या हातात नव्हतं. ते जेव्हा, जसं कुठं त्यानं दिलं, तेव्हा मिळालं. तसंच माझा हा देह जाणं – मृत्यू हेही माझ्या हातात नाही. तेही जेव्हा, जसं, कुठं ठरलेलं असेल, तेव्हा मिळेल. या एका उच्च अर्थानं 'जन्ममृत्यू तुझी दया...' पूर्ण खरं आहे !

जन्म ते मृत्यू हा सारा प्रवास करताना तो अर्थातच कुठल्याही

अर्थानं शुभाशुभ नाही. मग एवढ्या प्रकारचे, तऱ्हेचे, ठिकठिकाणी होणारे देहाचे आविष्कार का घडतात, याकडं आपलं लक्ष वेधलं जाईल. विचार केल्यास, त्याची उत्तरं आपापल्या कर्मांतच आपल्याला सापडतील. सृष्टीची सारी यंत्रणा कालबद्ध आणि कार्यकारणभावानं बद्ध आहे. साध्या परीक्षेत नेमलेला अभ्यास न करणाऱ्या विद्यार्थ्याला नापास व्हावं लागतं. हे कार्यकारणभावानं योग्य आहे. त्याच परीक्षेला पास होईपर्यंत पुन्हापुन्हा बसावं लागणं, हेही कार्यकारणभावाच्या नियमाप्रमाणं आहे. अभ्यासासाठी खूप कष्ट घेतलेल्याला पहिल्या प्रयत्नात आणि उत्तम गुणांनी त्याच परीक्षेत पास होता यावं, हेही असंच नियमाप्रमाणं आहे. या परीक्षेच्या यंत्रणेत घालून दिलेले नियम मोडून, एखादा अवैध मार्गानंही पास होईल, पण त्यातल्या शिक्षेलाही पात्र होईल. इथं कालबद्धतेच्या नियमाप्रमाणं काम होईल. हा अवैध मार्ग कॉपी करण्याचा असेल आणि ती यंत्रणा तिथंच काम करील तर, नापास होण्याची शिक्षा त्याला तिथंच होईल. पण अशा यंत्रणा मानवी असल्यामुळं, त्यांत त्रुटी, ढिलाई अशा अनेक गोष्टी असू शकतात. अशावेळी ते सारे नियम, त्यानुसार त्याचे परिणाम हे या नियंत्रकाच्या– ईश्वराच्या हाती सोपवले जातात. मग ती कृती आणि त्याचे परिणाम हे परमेश्वरी नियमांप्रमाणं प्रथम क्षमा, शांती इत्यादी गुणांचा अवलंब करून, योग्य कालानंतर योग्य ते फळ देतात. अशा तऱ्हेनं कर्मांच्या प्रतीप्रमाणं त्यांचे परिणाम, कार्यकारणभावानुसारच, पण फळ परिपक्व झाल्यावर मिळतात. म्हणजेच, या साध्या उदाहरणात, अशा तऱ्हेनं मानवी त्रुटी राहून गेल्या आणि पास होऊन उरलेलं आयुष्य जगता आलं तरी, राहिलेला कर्माचा परिणाम भोगण्यासाठी पुन्हा एकदा मानवी देह धारण करावा लागतो. त्या जन्मात वरवर असं दिसतं की, ती व्यक्ती भरपूर अभ्यास करते पण, परीक्षेच्या वेळेला काय होतं हे कळत नाही

आणि नापास व्हायला होतं. आता या दोन कर्मांमध्ये अंतर असल्यामुळं, हे परिणाम आपल्या अपूर्ण मानवी बुद्धीला, देहांच्या फरकामुळं नीट जोडून आपल्या भाषेत 'तर्कशुद्ध'पणे कळत नाहीत, श्रद्धा नसल्यामुळं स्वीकारता येत नाहीत. त्यामुळं मानवी जीवनात, घटनांत गोंधळ आहे, असं आपल्याला वाटतं. त्याचं उत्तर उघड आहे. तेवढी सूक्ष्मता आपल्याकडं असेल, तर ते उत्तरही आपल्याला कळू शकेल. अशी आयुष्यातल्या अनेक प्रश्नांची उत्तरं जाणणारे कित्येक धर्मपंथातीत असलेले ऋषी, मुनी, योगी, संत, सत्पुरुष – पूर्वी होऊन गेले आहेत आणि पुढंही होतच राहतील.

आता प्रश्न असा की, अशा कर्मांच्या गोंधळामुळं त्याचे परिणाम पूर्ण करण्यासाठी आणि अशा परिणामांत पुन्हा न अडकण्यासाठी काय करावं हा ! त्यासाठी संन्यस्तपणे कर्मं करणं, समत्वानं राहाणं आणि सर्वांना सोपं, सुलभ असलेलं साधं, नामप्रधान, भक्तिमार्गी जीवन जगणं – असे अनेक मार्ग आहेत. त्यांतला हा निष्काम देवभक्तीचा मार्ग सर्वांत सोपा, सुगम, कुणालाही, कुठल्याही परिस्थितीत आचरण्यासारखा मार्ग आहे. तो मार्ग चालण्यासाठीसुद्धा आपल्याला पुन्हा मानवी देहाचीच गरज लागते, जो मिळणं आपल्या हातात नाही. पूर्वकर्मं सोसून, नवीकर्मं खऱ्या भक्तिमार्गानं, निरपेक्षपणानं आचरून,एकूण सर्व परिणामांपासून मुक्त असं जीवन जगणं म्हणजेच अर्थात ज्या ईश्वराकडून आलो, त्या ईश्वरात तितकंच शुद्ध होऊन मिसळून जाणं, मुक्त होणं ! त्यानंतर हा देह तितक्याच आनंदानं ईश्वराच्या इच्छेप्रमाणं सोडून देणं !

म्हणून अशी संधी देणाऱ्या सृष्टिचालकाला उद्देशून म्हटलेलं आहे, '...जन्ममृत्यू तुझी दया...'! मुळात मनुष्यदेह मिळणं आपल्या हातात नाही. त्यात सावधानता नसली तर, अशा कृतज्ञतेसारख्या

सद्‌गुणांची जोपासना होणंही अवघड, म्हणजे पुन्हा कर्मपरिणामाच्या चक्रात अडकणं. त्यात पुन्हा मृत्यू आपल्या हातात नाही – अशी सारांशानं प्रामाणिकपणे मनुष्यजन्माची स्थिती आहे.ती ओळखून सामान्य माणसाला यातून मार्ग मिळावा, म्हणून उपनिषदांपासून गीतेपर्यंत वेगवेगळ्या पद्धतींनी थेट भगवंताकडं नेणारा भक्तिमार्ग सांगितला आहे. संतसत्पुरुषांनी सामान्य माणसाला हा मार्ग भाषेमुळं अवघड होऊ नये, अंतरू नये म्हणून ज्ञानेश्वरीपासून गाथेपर्यंत आणि इतरही सर्व संतसाहित्यात–अभंगांत सविस्तर आणि स्वानुभवानं दिला आहे. हे समजून घेणाऱ्यांना मनुष्यजन्म आणि मृत्यू हे दोन्हीही शुभस्वरूप आणि ईश्वरी दया आहेत, हे प्रत्ययाला येईल !

———

मनुष्य जर त्याच्यावरच्या सर्व उपकारांची कृतज्ञ जाणीव ठेवून जगेल तर, जन्मापासून निदान कळत्या वयापासून, त्याचं जीवन मृत्यूपर्यंत 'कृतज्ञतामार्ग'च ठरेल ! यात एकदा जाणीव झाल्यानंतर कृतज्ञतेच्या काही प्रातिनिधिक कृती करता येतील.

१. कुणी देहात असलेल्या, लहानपणी उपकार केलेल्या व्यक्तीला एखाद्या शुभप्रसंगी उदाहरणार्थ, त्या व्यक्तीचा वाढदिवस, दसरा, पाडवा अशा एखाद्या दिवशी प्रत्यक्ष भेटून,आपल्याकडून राहून गेलेली ही कृतज्ञता कुठल्या ना कुठल्या कृतीच्या रूपानं व्यक्त करता येईल.

२. लहानपणच्या कठीण दिवसांत कुणी शिक्षणासाठी आर्थिकमदत केली असेल, तिची परतफेड झाली नसेल तर करता येईल आणि झाली असली तरी, त्याबद्दलची कृतज्ञता व्यक्त करता येईल. त्याचबरोबर त्या व्यक्तीच्या घरामध्ये आज कुठल्या कारणासाठी, त्या व्यक्तीच्या आजारपणांच्या खर्चासाठी, शक्य त्या मार्गानं मदत करता येईल.

३. ज्या शाळेतल्या शिक्षणामुळं आपल्या जीवनाचा पाया घातला गेला, त्याबद्दल कृतज्ञता म्हणून, शाळेच्या एखाद्या प्रकल्पाला आर्थिक किंवा शक्य ती मदत करता येईल.

४. ज्या मित्रांच्या संगतीनं आपलं जीवन घडलं, त्यांचे प्रसंग ओळखून त्यांना शारीरिक, आर्थिक मदत किंवा गरजेची असलेली एखादी वस्तू देऊन कृतज्ञता व्यक्त करता येईल.

५. अनेक मोलाच्या चरित्रांनी, पुस्तकांनी आपल्याला आयुष्य घडवण्यात मदत केली असेल तर, त्यांच्या लेखकांना जरूरीनुसार मदत करता येईल किंवा निदान चार शब्दांनी त्यांचे आभार मानता येतील.

६. आपल्या मातृभाषेची सेवा म्हणून, ती भाषा शिकण्यात अव्वल

येणाऱ्या विद्यार्थ्याला बक्षिसाची योजना करता येईल. मातृभाषेतली उत्तमोत्तम पुस्तकं स्वतः खरेदी करून योग्य ठिकाणी भेट देता येतील.

७. ज्या गावी, ज्या समाजात आपण वाढलो, त्या गावातल्या साध्या स्वच्छतेपासून ते कोणत्याही विधायक सामाजिक कार्यापर्यंत, कोणत्याही कामाला मदत करून ही कृतज्ञता व्यक्त करता येईल.

अशा त-हेच्या असंख्य कृती करून, कृतज्ञता प्रत्यक्ष जोपासता येईल. तो सद्‌गुण आपल्या मनात मूळ धरेल, मुक्तीच्या आड येणारी मनाची शुद्धी साधेल ! हा सद्‌गुण मूलभूत असल्यामुळं त्याच्याबरोबरच त्याग, क्षमा, संयम, दान, निरपेक्षता, प्रेम, सामाजिक जाणीव, भक्ती– असे असंख्य गुण आपल्या अंतरंगात रुजत जातील, वाढत जातील.

आता असा विचार करावा की, अशा बऱ्याचशा बाबतींत त्यात्या व्यक्ती, गावं, संस्था यांना आपण परत भेटू शकत होतो, म्हणून हे शक्य झालं.पण मुळातच यांतली कुठलीही कृती ही कुणालाही, कुठल्याही विधी किंवा कर्मकांडं यांच्याशिवाय आणि तीही स्वतःला करण्यासारखी आहे. त्याचबरोबर, यांतल्या कुठल्याही कृती आयुष्यभर करीत राहिलं तरी, त्या शुभ व आनंददायकच आहेत !

या सर्व कृतींना एक प्रतीकात्मक स्वरूप होतं. कृतीला नेहमीच ती अडचण असते. आभाराचा भाव कितीही विशाल आणि सूक्ष्म असला तरी, त्यानिमित्त द्यायचं फूल प्रतीकात्मकच असतं. अशाच कुठल्याही व्यक्तीबद्दल कृतज्ञता, ही केवळ ती व्यक्ती हयात असेपर्यंत जपायची गोष्ट नसून, व्यक्तीच्या मृत्यूनंतरही जपणं गरजेचं आहे. कृतज्ञतेच्या कृती या हयात व्यक्तीच्या बाबतीत करण्यामुळं जसं आपलं गुणवर्धन होतं, तसंच त्या गुणाचा उल्लेख आणि उच्चारण आपल्या घरी होत असल्यामुळं, त्या गुणांतून आपल्या स्वतःला आणि इतरांनाही सद्‌गुणांची प्रेरणा मिळत असते, जी आज माणुसकीच्या दृष्टीनं अत्यंत

दुर्मिळ, पण मोलाची आहे ! हे सर्व जाणणाऱ्यांनी, अशा तऱ्हेच्या कृती होण्यासाठी जे आचार आखून दिले, त्यालाच सारांशानं सोप्या भाषेत धर्म म्हणतात. जसं हयात असलेल्या व्यक्तीच्या बाबतीत, प्रतीकात्मक कृती करणं शुभ आणि आवश्यक, तसंच ते मृत्यूनंतरही जपणं शुभ आणि आवश्यक होय.हा विषय खरंतर एवढा साधा, सोपा, पटणारा आणि कुणालाही आचरण्यासारखा आहे. मृत्यूनं जीवनाचा मंगलमय शेवट भगवंत साधीत असतो ! मृत्यूनं संबंधित व्यक्तीनं केलेले उपकार नष्ट होत नाहीत, आपलं त्याबद्दलचं ऋण संपत नाही, त्याबद्दलची कृतज्ञता व्यक्त करणं संपत नाही. म्हणून जिवंतपणी ते करणं जितकं शुभ, तितकंच ते मृत्यूनंतरही शुभ होय ! इथं 'मानवी बुद्धीमुळं' शुभाशुभ, भय असे भेद झाले.

आता मृत्यूनंतर अशा कृतज्ञतेच्या कृती करताना मर्यादा येणार, हे उघड आहे. थेट कृती करता येणं शक्य होणार नाही. तशाही हयात असताना त्या कृती प्रतीकात्मक आणि शुभच होत्या. तशाच त्या नंतरही प्रतीकात्मक आणि शुभच राहतील. त्यासाठीसुद्धा धर्मविचारांमध्ये काही आचार घातले गेले. मृत्यूनं माणूस दिसत नाहीसा होत असल्यामुळं, मानवी मनाला जे भय वाटतं, त्याचा प्रभाव अशा धर्मविचारांमध्ये पडत गेला. स्वाभाविकच, ते सारं अशुभ समजण्याकडं कल वाढला. बहुतांश समाज हा रूढीप्रिय असल्यामुळं, त्याच्यावरही या अशुभाचं आणि भयाचं सावट पडत गेलं, वाढत गेलं.

त्यातही पुन्हा देह पडल्यानंतर,त्यात्या व्यक्तीच्या कर्मांप्रमाणं व्यक्तीच्या पुढच्या गतीबद्दल, सूक्ष्म प्रवासाबद्दल दोन विचारधारा निर्माण झाल्या. एक, जसे पूर्वज गेले त्या मार्गानं जाऊन, कर्मांची शुभाशुभ फळं शुद्ध करून पुन्हा प्रपंचात परतणं, हा पितृमार्ग. त्या मार्गाचे विधी अर्थातच शुभाशुभ, दिवसकार्य अशा कर्मांच्या बाजूवर जास्त भर असलेले

आहेत.

तर श्री ज्ञानेश्वर महाराजांसारख्यांनी प्रतिपादन केलेला, सर्वांना समानपणे उपलब्ध असलेला, तसंच आपल्या प्रस्थानत्रयीतल्या वेदान्तापासून चालत आलेला देवमार्गही आहे. ईश्वराचं नामस्मरण करून, आपली कर्तव्यं करून, ईश्वराला ती अर्पण करणं आणि ईश्वराला शरण जाऊन त्याच्या इच्छेनं, आनंदानं देह ठेवल्यावर मृत्यूनंतर त्याच्याच कृपेनं पुन्हा ईश्वररूप होणं, हा भगवंतानी गीतेमध्ये अधिक स्पष्ट केलेला, सोपा, भक्तिप्रधान मार्ग आहे. तो पितृलोकी नेत नाही. देवलोकीही नेऊन थांबत नाही तर, थेट थेंब सागरात मिसळून एकरूप व्हावा किंवा देहातला वायू सबंध विश्वातल्या वायूशी एकरूप होऊन जावा, तसा मृत्यूनंतर थेट ईश्वराशी एकरूप करणारा मार्ग आहे. श्री भगवंतांनी म्हटल्याप्रमाणं,

उपासना जसे करिती, जाती जीव तिथे तसे ।

देवलोकी, पितृलोकी,माझे, माझ्याकडे तसे ।।(भावगीता ९/२५)

या वचनाप्रमाणं देह ठेवलेला मंगलमय जीव पूर्ण मुक्त होऊन भगवंतापर्यंत थेट परत जावा, हा या सर्व जीवनमार्गाचा,शुभप्रवासाचा अंतिम टप्पा होय. तसंच श्री माउलींनी खात्री दिल्याप्रमाणं,

मरणापूर्वीच मजकडे आले । माझ्यात मिसळून गेले ।

ते शरीर पडता दुसरीकडे गेले। असे कसे होईल?(समओवी ९/३६५)

अशा अर्थानं थेटपरत ईश्वराकडं जाऊन तादात्म्य होण्यासाठी, या मार्गानं जाणं कुणालाही इष्ट व सोपं आहे.

पहिल्या मार्गात शुभाशुभ, कर्मं, कर्मकांडं, अवडंबर अशा गोष्टी प्रधान आहेत तर, दुसरा मार्ग भक्तिप्रधान, हेतुप्रधान, कालोचित, कुणालाही स्वतःलाही आचरता येतील, अशा कळणाऱ्या मराठीतील

मंत्ररचना, सुटसुटीत तीन दिवसांचे जरूरीचे विधी, त्यात स्त्रीपुरुष,तरुण सर्वांचा समावेश,पारंपरिक पुरोहित–आचार्य यांना दानदक्षिणा, सामाजिक कार्यं – यांना प्रधान मानणारा व कालोचित आहे.

या बाबतीत हे लक्षात घ्यावं की, मनाच्या ठेवणीप्रमाणं मार्ग चालण्याचं औदार्य वेद–वेदान्त–गीता अशा ग्रंथांतून पूर्वीपासून दिलं गेलेलं आहे. समृद्धीचं जीवनच प्राधान्यानं जगू इच्छिणारे , आत्ताचं जीवन ज्याप्रमाणं वाट्याला येईल त्याप्रमाणं कर्तव्य करून, जगून मरणोत्तर चांगली गती मिळवू इच्छिणारे, आणि आहे या जीवनातच मुक्त होऊन, पुढचं जीवन भगवंताला वाहून, त्याच्या इच्छेनं आनंदानं जगू इच्छिणारे–असे जगणाऱ्यांचे तीन प्रकार आढळतात. अशा तऱ्हेनं क्रमशः प्रेयस्, श्रेयस् आणि निःश्रेयस् – अशा तीनही प्रकारची ठेवण आपल्या जीवनात आढळते.त्यानुसार आपलं जीवन जगलं जातं.त्याच क्रमानं पुढं मृत्यूच्या विधींच्या संदर्भातही प्रकार झाले. आहेत ते सुखोपभोग टिकावेत आणि मृत्यूनंतरही पुन्हा मिळावेत, असं सांगणारा पितृमार्ग व आत्ताची कर्मंच भगवंताच्या स्मरणात करून, त्याच्याशी तादात्म्य पावून, खऱ्या समाधानाचा अनुभव घेऊ इच्छिणारे श्रेयस् अणि निःश्रेयस् यांचा भक्तिमार्ग– असे दोन मार्ग निर्माण झाले.

साहजिकच यात मृत्यू अनुक्रमे पहिल्या पितृमार्गात अशुभ–भयकारक ठरला, तर श्रेयस् व निःश्रेयस् मार्गांत तोच शुभ व केवळ निसर्गक्रम ठरला. त्यातून भयापोटी पहिला–चौदावा अशा दिवसांची कर्मकांडं उत्पन्न व रूढ झाली. तर निःस्वार्थी कर्मं आणि ईश्वरार्पित जीवन जगणाऱ्या भक्तांना, मृत्यूआधी वा नंतरही सर्व निर्भय व शुभ राहिलं. कर्मकांडाची जरूर राहिली नाही.

हा भक्तिप्रधान कृतज्ञतामार्ग आपण पुढील प्रकरणात पाहू.

———

आधीच्या प्रकरणात पाहिल्याप्रमाणं, भाव अदृश्य असले तरी त्याला दृश्य कृती लागते, त्यानं ते व्यक्त होतात. जिवंत असताना त्या व्यक्तीबद्दल जितक्या मनापासून आणि आनंदानं आपण कृतज्ञतेच्या कृती करतो, अर्थातच त्या निःशंकपणे शुभ असतात, प्रेरणादायी असतात. तशाच मृत्यूसंबंधी आणि त्यानंतरही निरोप देण्याच्या, आदर व्यक्त करण्याच्या कृतीही, तितक्याच आवश्यक, निःशंकपणे शुभ असतात, प्रेरणादायी असतात, असायला हव्यात. इथं कुठला विशिष्ट धर्म–पंथ–संप्रदाय अभिप्रेत नाही आणि मनुष्य म्हणून तसा भेद असण्याचं कारणही नाही. त्यामुळं इथला विचार माणुसकीच्या एकाच पातळीवर करणं, हे कुणालाही पटेल आणि आचरता येईल असं आहे.

फक्त आपल्या या प्रदेशाचा, धार्मिक आचार, प्रभावांचा या बाबतीत विचार येणं, करणं हे केवळ जरूर म्हणून केलं आहे. कारण, जवळपासच्या समाजाच्या आचारांचा परिणाम आणि त्यांचा वर्षानुवर्षं असलेला पगडा, अशा नव्या खऱ्या हेतूला धरून, भावाला धरून मार्ग चालताना अडचणी निर्माण करतात, शंका निर्माण होतात. त्यांचं निराकरण किंवा शंका–समाधान हेही तितकंच गरजेचं आहे, म्हणून त्याचा विचार इथं केला आहे.

पहिलं म्हणजे, इतक्या दिवसांचे विधी आपण मानत आलो आहोत, ते परंपरेनं, कुणाच्या तरी सांगण्यावरून ! प्रत्यक्षात वेदांपासून आजपर्यंतच्या काळात झालेल्या फरकांचं, त्यानुसार कालोचित बदलांचं अध्ययन आपण केलेलं असतं असं नाही.

दुसरं म्हणजे, अशा कुठल्याही मार्गात अतिसूक्ष्म विश्वाचा परिचय तपश्चर्येनं, काही मोजक्या ऋषींना, संतांना घडलेला असतो.

सर्वच माणसांची त्याच पातळीवर विचार करण्याची क्षमता, मोकळी वृत्ती अशा गोष्टी असतातच, असं नाही. यात त्या माणसांचा दोष नसून, प्रत्येकाच्या बुद्धी, भावना, तपश्चर्या, अंधानुकरण करण्याची वृत्ती– यांनुसार व्यक्तींमधला तो भेद असतो. तसा तो राहणारच आहे. अगदी व्यवहारानंसुद्धा अनेक सूक्ष्म तत्त्व समजावून देणं, शंकानिरसन करणं, मग त्याचा आचार अमलात आणलं जाणं हे शक्य नसतं. आपल्या वैज्ञानिक संशोधनाच्या बाबतीतसुद्धा हा अनुभव आपल्याला येईल, तर साध्या तुळशीवृंदावनाला एकशे आठ प्रदक्षिणा घालण्यासारख्या आचार–पद्धतीबद्दलही येईल.त्यात जसं त्यात्या व्यक्तींनी खोलात जाऊन, अनुक्रमानं मूलतत्त्व, गाभा जाणून घेतलेला असला, तरीसुद्धा इतर सामान्य पातळीवरच्या शास्त्रज्ञांना, शास्त्राच्या अभ्यासकांना, शाळेत शास्त्र शिकणाऱ्या मुलांना – त्यांच्या त्यांच्या पातळीवर तुम्ही थेट अमुक करा असं सांगणं, एवढाच म्हणजे थेट आचाराचाच मार्ग उरतो. आयुर्वेदाचं सखोल अध्ययन केलेल्या व्यक्तीला सर्व कार्यकारणभाव सांगणं आणि लोकांना कळणं अवघड असल्यामुळं, नुसतं तुळशीला प्रदक्षिणा घाला, पाणी घाला, गाई पाळा, त्यांची सेवा करा –असे थेट आचार सांगावे लागतात.यांतून लोकांना नुसते आचार पाळून पाळून त्यांची सवय होते, रूढी, परंपरा निर्माण होतात. त्या पाळणं सुरक्षित असल्यामुळं, जुन्या मोडणं किंवा नव्या स्वीकारणं यांमध्ये अकारणच भय निर्माण होतं. त्यात व्यक्तिशः त्यांना दोष नसला तरी, तो एक मानसिक अडथळा ठरतो, हे लक्षात घ्यावं.

तिसरं म्हणजे, यातूनच आपल्या लक्षात येईल की, अशी मूलभूत तत्त्वं, त्यांचा प्रत्यक्ष अनुभव असलेल्या व्यक्तींनी मूळ तत्त्व, त्यांतला गाभा कायम ठेवून पुढचं कार्य करण्याची – नवे आचार देण्याची, काळानुसार प्रत्येक टप्प्यावर गरज असते. आपल्या लक्षात येईल की,

आचारांची, कृतींची त्यात्या काळात असलेल्या समाजजीवनाची, वैज्ञानिक प्रगतीची, वैचारिक धारणांत होत जाणाऱ्या बदलांची, निसर्गाच्या स्वरूपात होणाऱ्या चांगल्यावाईट फरकांची, नव्या मूल्यांची, लोकसंख्येची – अपरिहार्य बाजू असते. त्यात विविध राजवटी, वेगवेगळे आचार, नवनवी सुखसाधनं, नैसर्गिक संपत्तीचा अलोट ऱ्हास, हवामान, तापमानातले विलक्षण बदल, जागतिक पातळीवरच्या युद्धासारख्या घटना – यांचीही त्यात भर पडत असते.

त्यामुळं, त्यांना अनुकूल अशा नवनव्या आचारांची, कृतींची जोड देण्याची, वेळी अनेक गोष्टी पुन्हा नव्यानं मांडण्याची गरज असते. त्यात्या काळानुसार तेते आचार, कर्मं बरोबर असली तरी, आपल्या विशिष्ट प्रदेशाच्या बाबतीत विचार केला तर, हजारो वर्षांच्या काळात इतके मोठे बदल अनेक क्षेत्रांत घडले आहेत की, त्यासाठी अशा तऱ्हेच्या आचारांची, कर्मांची छाननी करून योग्य, कालोचित आचार, कर्मं समोर ठेवण्याची गरज, ही कुणालाही पटण्यासारखी आहे. मनमोकळेपणानं ती स्वीकारण्याची, आचरण्याची गरज अत्यंत मोठी आहे.

आचार कालबाह्य होत चालले की, बहुतांश लोकांचा कल ते न करण्याकडं, काहींचा कल भयापोटी ते करण्याकडं आणि काहींचा नुसतंच तटस्थ राहण्याकडं होतो, हे उघडच आहे. याचा अनुभव आज आपण विधींच्या बाबतीतही घेत आहोत. त्यात काही मंडळींनी कालबाह्य असले तरी, असे आचार करण्याची लोकांवर सक्ती करणं, न केल्यास अशुभ गोष्टींचं भय दाखवणं, असे प्रकारही घडत राहतात. शेकडो वर्षं गेल्यावर काही आचार जसे कालबाह्य होतात, तसेच ते कालानुरूप करण्याची गरजही वाढत जाते. व्यवस्था निर्माण केली तर, त्यात अशा इतर घटकांमुळं दोष निर्माण होणं स्वाभाविक असलं तरी त्यावर

अव्यवस्था, गोंधळ हे उत्तर नाही. तर मूळ शुद्ध हेतू कायम ठेवून, कालानुरूप ज्या गोष्टी अशक्य, अनावश्यक, अर्थहीन झाल्या, त्या गोष्टी बदलणं आणि पुन्हा लोकांना नवे व्यवहार्य आचार देणं, हा त्यावरचा सात्त्विक मार्ग आहे.

परिस्थिती नेहमी बदलत राहणार. त्यामुळं आजच्या काही गोष्टी कालांतरानं अशाच कालबाह्य होणार आणि त्यावेळेलाही पुन्हा दोषशोधन करून नव्या, कालानुरूप निर्दोष व्यवस्था निर्माण करीत राहाणं, ही समाजधारणा करण्याची स्वाभाविक आणि निरंतर प्रक्रिया आहे. कृतज्ञतामार्ग हा त्यातलाच या टप्प्यावरचा एक प्रयास आहे. त्यावर पुढच्या काळात होणाऱ्या बदलांप्रमाणं काही तपशील अजूनही बदलावे लागतील, बदलले जातील, हेही रास्त आहे.

या वस्तुस्थितीच्या प्रकाशात आपण आता सध्या प्रचलित असलेल्या आणि बदलण्याची गरज असलेल्या काही रूढी, प्रथांचा थोडक्यात विचार करू.

१. मृत्यू झाल्यावर ती व्यक्ती आणि आजूबाजूच्या अनेक गोष्टी, विधी आणि मृत्यूचा हा प्रसंग अशुभ मानला जातो.

याविषयी आपण पूर्वी विचार केला आहे. मनुष्याला देह मिळणं जितकं शुभ आहे, तितकंच तो कालाधीन असल्यामुळं यथाकाल परत जाणं, हेही शुभच आहे. त्यात श्री माउलींनी म्हटल्याप्रमाणं या देहाला जन्मापासून मृत्यूपर्यंत भोगावी लागणारी सुखदुःखं पाहाता,'देहाच्या कैदेत न पडावे'हे अधिक सत्य आणि आदर्श आहे. मृत्यू ही गीतेप्रमाणं भगवंताची सर्व हरण करणारी विभूती आहे. असाच मनुष्य जगत राहिला आणि सावध नसला तर, तो उलट लोभानं किती संचय,दुःख, अस्वास्थ्य निर्माण करीत राहील, हे सांगता येणार नाही. याची अनेक उदाहरणं

आपण पाहिली असतील. त्यापेक्षा समजुतीनं, सद्‌गुणांच्या जोपासनेनं, आहे ती कर्मं शुद्ध करून अर्पण करणं, हा व्यक्तीच्या दृष्टीनं मृत्यूच्या बाबतीत बाळगण्याचा शुभ व स्वागतार्ह दृष्टिकोन आहे. याचबरोबर काहींना मृत्यूची जाणीव झाल्यामुळं,त्या व्यक्ती दुर्वर्तनाकडून सद्‌वर्तनाकडं वळल्याची उदाहरणं आहेत. त्यातही मृत्यूमुळं त्यांचं कल्याणच होतं. त्यामुळं, जाणाऱ्याच्या दृष्टीनं त्याच्या जगात अडकण्याच्या स्थावर, सत्ता, संपत्ती, प्रतिष्ठा, अपेक्षा – अशा सर्व दुर्गुणांचा निखालस शेवट करणारा मृत्यू हा मोठा उपकारकर्ता आणि शुभ आहे.(अधिक माहितीसाठी मा.हीराभाई ठक्कर यांचं 'मृत्यूचं माहात्म्य' हे पुस्तक अवश्य पाहावं.)

जे असे मृत्यू पाहातात आणि त्याला अशुभ मानून त्या व्यक्तीच्या मृतदेहाला स्पर्शही होऊ नये, त्याच्या उत्तरक्रियेपासून बाजूला कसं राहाता येईल, असे विचार करणारे लोक हे कृतज्ञ कसे म्हणता येतील ? उलट प्रत्येक व्यक्तीला जन्म देताना,आई जसं एक शुभ कर्म पार पाडीत असते, जे त्या व्यक्तीच्या हातात नसतं, तेच मृत्यूच्या वेळेला तसंच व्यक्तीच्या हातात नसताना, जवळच्यांनी किंवा इतर कुणीही करणं हे एक मंगलमय कर्मच आहे ! व्यक्तीचा वियोग हा ज्याच्यात्याच्या संबंधांप्रमाणं त्याला दुःखद असणारच, पण ती मानवी भावना आहे. त्यात भय किंवा अशुभ असं काही नाही. जे लोक प्रामाणिकपणे विचार करू शकत असतील, त्यांनी गेलेल्या व्यक्तीबद्दल शोक व्यक्त करीत असलेले अनेक जवळचे लोक हे, जे.कृष्णमूर्तींनी म्हटल्याप्रमाणं,त्या मृत्यूमुळं त्यांची होणारी हानी, कमी होणारा मान, पैसा यांबद्दल खरंतर अस्वस्थ असतात. गेलेल्या व्यक्तीच्या कर्तृत्वावर साध्या भाषेत पैशावर, संबंधांवर चालणारं आपलं घर आता कसं चालेल, यापोटी ही घटना शोकाची, दुःखाची आणि त्यामुळं अशुभ ठरते.यात

शुभाशुभ पेक्षा स्वार्थाचाच संबंध जास्त असल्यामुळं,हे कदाचित पचवायला काहींना अवघड वाटलं तरी, सत्य आहे हे ओळखून, गेलेल्या व्यक्तीबद्दल आजवर त्यांनी केलेल्या उपकारांचं कृतज्ञ स्मरण करण्याचा, मृत्यू हा त्याच्या आयुष्यातला शेवटचा प्रसंग आहे आणि म्हणून तो शुभ आहे, हे लक्षात घेतलेलं बरं !

२. मृत्यूनंतर व्यक्तीला नेण्याची पद्धत आणि बरोबर त्याच्या कुणा मुलाला किंवा तत्सम आप्ताला,शिंकाळ्यावर छोट्या मडक्यात अग्नी ठेवून बरोबर अग्निसंस्कारांसाठी नेणं.

काळानुसार आचार बदलायची गरज असते, हेलक्षात न आलं म्हणजे असल्या अनावश्यक आणि वातावरण भेसूर करणाऱ्या कृती केल्या जातात.वास्तविक, शेकडो वर्षांपूर्वी जेव्हा घनदाट जंगलं होती आणि तिकडं कुठंतरी जाऊन हा अग्निसंस्कार करायची गरज होती, तेव्हा मृतदेह एका उंचीची चार भक्कम माणसं तो खांद्यावरून वाहून नेत होती. अंतराप्रमाणं ही माणसं अधेमधे बदलली जात होती, विसावाही घेत होती. जेव्हा रस्ते झाले, त्यावरून जाणाऱ्या साध्या गाड्या, वाहनं आली, त्यात काळानुरूप बदल करून आता शववाहिकातून देह नेला जाणं, हा कालानुरूप बदल आपण स्वीकारला. हे योग्यच झालं.

पण, घरातून मडक्यातून अग्नी नेऊन त्या मुलाला एखाद्या अपराध्यासारखं तो अग्नी घेऊन जायला लावणं मात्र, आजच्या काळाला लागू राहिलं नाही, याकडं दुर्लक्ष झालं. साधं आहे की, पूर्वीच्या काळी घरामध्ये गृहस्थाचा चुलीतला अग्नी कधी विझू दिला जात नसे. अग्नीचं व्रत म्हणून तो आजन्म राखेखाली का होईना, प्रज्वलित ठेवलेला असे.

दुसरं म्हणजे, ज्या रानामध्ये, नदीकाठी हा संस्कार करायचा, तिथं अग्नी उपलब्ध होत नसे. त्यावेळी घरातल्या अग्नीनं त्याला तिथं अग्निसंस्कार करता यावा, यासाठी तो बरोबर नेण्याची प्रथा काळानुरूप

योग्य होती.आता घरातही अशा चुली नाहीत, त्यात आजन्म अग्नी जपला जात नाही. गॅसशेगड्यांसारखी उपकरणं आली. तिथं त्याअर्थानं घरचा अग्नी हा विषय बहुतांशी संपलेलाच आहे. त्याचबरोबर, जिथं स्मशानभूमीमध्ये हा अग्निसंस्कार करायचा, तिथं अग्नी प्रज्वलित करण्यासाठी खिशात मावणाऱ्या आगपेटीपासून अनेक साधनं उपलब्ध झाली आहेत. त्यामुळं अग्नी नेण्याची ही रूढी किती कालबाह्य झाली आहे, हे समजून घेतलेलं बरं. पण रूढीच्या पगड्यामुळं आणि स्वतंत्र विचार–आचार करण्यात, इतरांनी नावं ठेवण्याची भीती वाटत असल्यामुळं अजूनही कित्येक ठिकाणी दारात, अंगणात असा अग्नी तयार करून तो त्या मडक्यातून नेण्याची प्रथा अनावश्यकपणे सुरू असते.

३. पिठाचे किंवा पुढं भाताचे पिंड तयार करणं, ते ठेवणं आणि त्या संबंधी काही कृती करणं.

वास्तविक, देह ठेवल्यानंतरच्या कृती या मार्गात करण्याची गरज उरलेली नाही.व्यक्ती जिवंत असताना ती उपाशी असेल, तहानलेली असेल, तर याच काय, कोणत्याही व्यक्तीला अन्नपाणी देणं, हे प्रत्यक्ष आयुष्यभर करण्याच्या कृतज्ञतेच्या कृतीत येतं.देह ठेवल्यानंतरच्या त्या व्यक्तीबद्दल करायच्या कृती, या प्रतीकात्मक असतात. मुळातच, सद्गुणांची जोपासना प्रतीकात्मक कृती करूनच करायची असते. हयात असताना ती थेट करता येते. तरीही त्यात पुन्हा त्या व्यक्तीबद्दलचा आदरभाव पुन्हा एखाद्या फुलानं, पेढ्यांनी व्यक्त करावा लागतो. मृत्यूनंतर तिथंही नमस्कारानं, प्रार्थनेनं, अगदी प्रतीक म्हणून फुलं वाहण्यानं, भगवंताच्या नामस्मरणानं, त्या व्यक्तीच्या गुणांविषयी चार चांगले शब्द बोलण्यानं – हे प्रतीकात्मक काम होऊ

शकतं. ते तसं करण्यानं वातावरणही प्रसन्न व शुद्ध राहातं. असे अन्नासारखे पदार्थ अशा तऱ्हेनं अग्नीत जाळून ना त्या व्यक्तीला काही लाभ, ना आपल्याला.

हा विषय रूढीनं चालत आलेल्या पितृमार्गानं विधी करणाऱ्यांना त्यांच्या इच्छेचा आणि स्वातंत्र्याचा विषय आहे. ज्यांना ते पटत असेल त्यांनी ते अवश्य करावं. मात्र, या संबंधात क्रियाकर्मांतरांत जे मंत्र उच्चारले जातात आणि त्यात केलेल्या भाताच्या पिंडावर ज्या प्रतीकात्मक क्रिया केल्या जातात, त्यांचे अर्थ आपल्याला कळत नाहीत किंवा कुणी अर्थ पाहायला जात नाही, हेच बरं. असं म्हणण्याचं कारण, या गेलेल्या व्यक्तीचा सूक्ष्म देह वेगवेगळ्या वासनांनी युक्त असला तर, तो परत फिरून या शरीरात येऊ नये किंवा आपल्याला, आपल्या कुटुंबाला, मुलाबाळांना त्रास देऊन अशा गोष्टी पुऱ्या करून घेऊ नये आणि त्यानं आपल्यापासून लवकरात लवकर वेगानं दूर निघून जावं – अशा भयग्रस्त आणि न पटणाऱ्या आचारांचा यात समावेश असतो. हा विषय त्या मार्गानी जाऊ इच्छिणाऱ्यांनी विचार करून ठरवण्याचा आहे.

४. या सर्व विधींना लागणारे तेराचौदा दिवस तीन दिवसांतल्या विधींत कसे साध्य होतील ?

यातही पुन्हा आपल्याला कालमानाचा हजारो वर्षांपूर्वीपासूनचा परिस्थितीचा आणि त्यात आवश्यक सुधारणा करण्याच्या विषयाचा संबंध आहे. त्याकाळी एखाद्या व्यक्तीचा मृत्यू झाल्यानंतर त्याच्या नातेवाईकांना कळवण्यासाठी, बोलावण्यासाठी मनुष्यानं प्रत्यक्ष जाऊन सांगावा देण्यापलीकडं फारशी साधनं नव्हती. कुटुंबं मोठी होती. बऱ्याच ठिकाणी पायवाटा, जंगलं, अनेक ठिकाणी वाटेत नद्या ओलांडल्याशिवाय – मुली, मुलं, भावंडं, नातेवाईक – अशा आप्तेष्ट मंडळींच्यापर्यंत निरोप

पोचवण्यात पाचसहा दिवस जात असत, तेही वेगवेगळ्या ठिकाणी वेगवेगळी माणसं सांगावा द्यायला पाठवूनही. तसे निरोप मिळाल्यानंतर, त्या ठिकाणची माणसं ही कृषिप्रधान कुटुंबातली असल्यामुळं, त्यांच्या त्यांच्या व्यापाप्रमाणं दोनचार दिवस, आठवडाभर, इथल्या गाईगुरांपासून शेतीवाडीपर्यंत सर्व व्यवस्था लावून, मूळ घरी पोचायला चारपाच दिवस लागत असत. त्या व्यक्तींना या मृत व्यक्तीबद्दल आदर व्यक्त करण्यासाठी लागणारा सर्वसाधारण कालावधी म्हणून, आठदहा दिवस धरलेले होते.

आजची परिस्थिती अशी आहे की, व्यक्ती मृत्यू पावल्यापासून पाच ते दहा मिनिटांच्या आत, अत्यंत जलद अशा संपर्कमाध्यमांतून देशभरातल्या कुठल्याही भागातच नव्हे तर, परदेशातही ही वार्ता तत्काळ पोचते. इतकंच काय, पूर्वीच्या काळी घरातल्या किंवा दोनतीन तासांवरच्या चालण्याच्या अंतरातल्या व्यक्तींनाच अंत्यदर्शन किंवा अग्निसंस्काराला हजर राहाता येत असे. आता प्रवासाची वैयक्तिक वाहनांपासून जलदगती विमानांपर्यंत इतकी साधनं उपलब्ध झाली आहेत की, या आठदहा दिवसांची गरज तर उरली नाहीच. पण नुसताच आदरभाव फुलांनी व्यक्त करण्याच्या कार्यक्रमाला हजर राहण्याऐवजी, दोनदोन हजार किलोमीटरच्या अंतरावर असलेले नातेवाईक, पाचसहा तासांत विमानानं अंतर काटून, प्रत्यक्ष अंत्यदर्शनाला किंवा अंत्यविधीलाही हजर राहू शकतात, अशी परिस्थिती आहे. त्यामुळं यातला मुख्य जो, 'देह तो परत देऊया' या निरोपाच्या अग्निसंस्काराच्या विधीलाही एक दिवस पुरतो.

ज्या क्षणी मनुष्याचा मृत्यू होतो, त्या क्षणी अंतरंगातलं चैतन्य–श्वास–वायू सबंध अंतरिक्षातल्या वायूशी एका क्षणात एकरूप होऊन जातो. त्याचबरोबर त्या क्षणीच त्या व्यक्तीच्या आयुष्यभराच्या क्रियांचा

सारांश,शिल्लक असल्यास वासना–सूक्ष्म वासनादेह धारण करून अदृश्यात विलीन होतात आणि त्याच क्षणी शरीरक्रिया थांबून देह पंचमहाभूतांच्या स्वाधीन व्हायच्या तयारीत असतो. त्यामुळं आता तो देह अग्नीच्या स्वाधीन करून, पंचमहाभूतांना परत करणं, हे कर्म एका दिवसातच होतं.

यानंतर व्यावहारिकदृष्ट्या घरची आवराआवर, फोनवरच्या किंवा प्रत्यक्ष गाठीभेटी, सर्व संबंधित व्यक्ती चित्तानं स्थिर होणं – यांत दुसरा दिवस जातो. तोपर्यंत अग्निसंस्कार केलेल्या ठिकाणचा अग्नीही शांत होतो आणि काही अस्थी, रक्षा या रूपानं उरलेला पृथ्वीचा अंश पृथ्वीत मिसळून द्यायला येतो. ते कर्म करताना या राहिलेल्या अस्थी–रक्षा अशा शेवटच्या दृश्य अस्तित्वाला तुळशीफुलं वाहून,

'निराकार परमात्मन्, मुक्त हा जीव परतला ।
एकत्वे पूर्ववत् नांदो, 'तेथे' हा जीव 'तेथला' ।।'

अशी भावपूर्ण प्रार्थना करून, भक्तिप्रधान मार्गानं तीन दिवसांत हे सर्व विधी शांत व प्रसन्न वातावरणात पूर्ण होतात. त्या संबंधी कृतज्ञतेची – दर्शन, दक्षिणा, दान – ही कर्मं घरातल्या संबंधित व्यक्ती आपल्यापरीनं सवडीनं करू शकतात.

अशा तऱ्हेनं, आजच्या धावपळीच्या काळामध्ये, विभक्त कुटुंबांच्या अडचणी, सर्वांच्या नोकरीची, रजेची बंधनं, उपलब्ध असलेली कार्यक्षम, जलदगती वाहनं – संपर्कयंत्रणा लक्षात घेऊन, काळाप्रमाणं मुळात अपेक्षित असलेला भाव आणि सर्व कर्मं तीन दिवसांत साध्य होऊ शकतात.

५. कृतज्ञतामार्ग हा मृत्यू व त्या संबंधीच्या कृतींचा फक्त तीन दिवसांचाच मार्ग आहे का ?

आधी म्हटल्याप्रमाणं, कृतज्ञतामार्ग हा वस्तुतः जन्मापासून मृत्यूपर्यंत चालण्याचा आयुष्यभराचा आचार आहे. जीवनाची सांगता परमेश्वर मृत्यूनं करतो हे लक्षात घेऊन, मृत्यूनंतरच्या विधींचा त्यात विचार केला आहे.तो केवळ तीन दिवसांपुरता मर्यादित नाही. ज्यासाठी सर्वांना येण्याची इच्छा असते, वेळ कमी असतो, त्यांच्यासाठी मृत्यूनंतरचे हे तीन दिवस हा त्यातला मुख्य भाग होय. परंतु मूळ कृतज्ञतेच्या सद्‌गुणाची जोपासना करायची असल्यामुळं आणि तीही मागं हयात असलेल्या पिढीत याच सद्‌गुणाची जोपासना प्रसंगपरत्वे करायची असल्यामुळं, त्यात खालील कर्मांची योजनाही केलेली आहे.

१) या सर्व मार्गाची कल्पना स्पष्ट करणाऱ्या भूमिकेचं श्रवण

२) निर्याणाचा दिवस, प्रार्थना इत्यादी

३) तिसरा दिवस, अस्थिरक्षासंचयन, पूजा, प्रार्थना, गुणस्मरण

४) पंधरा दिवस वा त्यानंतर सवडीनं इच्छेनुसार उदकशांत

५) प्रतिवार्षिक वैयक्तिक कृतज्ञता दिवस, नाम, अन्नदान इ.

६) तिथीनं वैयक्तिक, वार्षिक कृतज्ञता दिवस – वर्षश्राद्ध

७) वार्षिक सार्वत्रिक कृतज्ञता दिवस,सर्वपित्री अमावस्यादिनी वैयक्तिकरित्या किंवा इथं केला जातो तसा, सामुदायिक कार्यक्रमानं

श्री गोंदवलेकर महाराजांनी म्हटल्याप्रमाणं, गतव्यक्तीला तिच्या कर्मांच्या परिणामांनुसार गती किंवा मुक्ती मिळत असते, ती या संस्कारांनी मिळत नाही. मात्र, हे संस्कार करण्यानं आपल्या आयुष्यातल्या कृतज्ञतेच्या कृतींत भर पडून, आपल्याला अधिक उत्तम गती मिळते.

या कृतज्ञतामार्गाचा तपशील आणि सर्वांना म्हणता येण्यासारखे मराठी मंत्र यांचा तपशील आपण पुढील प्रकरणात पाहू.

---

८. काळ-प्रश्न नवे येता, शोधणे नव उत्तरा...

या कृतज्ञतामार्गाची गरज, नावीन्य व ठळक वैशिष्ट्यं

१. हा मार्ग व्यवहार्यता,त्यात्या वेळचा काळ, मूळ कर्मामागचा भाव आणि भक्ती यांना प्राधान्य देणारा आहे.

२. वेगवेगळ्या कारणांनी अश्रद्ध झालेल्या पिढीकडून, मृत्यूसमयी किंवा नंतर कुठल्याच कृती न होण्यानं घडणारं नुकसान टाळणं आणि अवडंबरात अडकल्यामुळं मुळात गरजेच्या असलेल्या भावाला अंतरून होणारं नुकसान टाळणं – या दोन्हींचाही मेळ घालून,मूळ संस्कार काळाला धरून कसा करावा, याचा हा सोपा मार्ग आहे.

३. आपलं उपास्य दैवत, सद्गुरू यांच्या इच्छेनं व्यक्तीचं होणारं निर्वाण, हे जीवनाची सांगता आणि त्याअर्थानं परिपूर्णता देणारा क्षण मानला जातो. जन्म देणं ज्याच्या हाती आहे, त्याच्याच हाती मृत्यू देणं आहे – याचं शांतपणे आदरपूर्वक भान ठेवण्यावर,या मार्गात भर आहे.

४. आपण भगवंताकडून – अज्ञातातून आलो, ते भगवंतानं दिलेल्या उचित वेळी आलो. आता त्याच्याकडं जाण्याची वेळ हीसुद्धा ईश्वरानं दिलेली असल्यामुळं, तीही उचित आणि त्यामुळं शुभ असा मुहूर्त आहे. ही पटण्यासारखी मृत्यूबद्दलची धारणा यामागं आहे.

५. यात देह देणाऱ्या, जगण्याची संधी देणाऱ्या आणि काळाच्या मर्यादेनुसार निर्याणाची वेळ साधून देणाऱ्या, त्या अज्ञात शक्तीबद्दल– ईश्वराबद्दल श्रद्धा आहे आणि कृतज्ञताही आहे.

६. यात, देहातल्या व्यक्तीच्या वियोगाचं वैयक्तिक दुःख, हे ज्याच्या त्याच्या संबंधांनुसार होणार, हे व्यवहार्य आणि मानवी भावभावनांना अनुसरून मानलं आहे. तरीही, घडणारी मृत्यूची घटना ही

जीवनाची परिपूर्णता साधणारी असल्यामुळं, उद्धाराच्या दृष्टीनं शुभ आहे, हे समजून घेतलं जातं. त्यामुळंच, त्या संबंधीचे खरे, आवश्यक व मोजके विधी त्यात्या वेळच्या परिस्थितीनुसार, मूळ हेतू व भाव यांचा गाभा सांभाळून केले जातात.

७. मृत्यूपूर्वी थोडी आधी कल्पना आल्यास किंवा नंतर लक्षात आल्यास, तिथलं वातावरण प्रसन्न राखण्यासाठी, भगवंताचं स्मरण देणारं विष्णुसहस्रनाम, गीतेचा पाठ, ज्ञानेश्वरीचा आठवा, नववा किंवा बारावा असे अध्याय तसंच नवव्या, बाराव्या अध्यायांच्या समओवी – अशा प्रकारचं वाचन किंवा यांतलं काही शक्य नसल्यास, सर्वांचं सार असलेल्या नामाचा वैखरी जप, माळेवर किंवा माळेशिवाय सुरू ठेवला जातो. वेळी त्याला पर्याय म्हणून, अशा नामाची 'नामगंगेची' किंवा साधनपदांची ऑडिओ सीडी सुरू ठेवली जाते.

८. इथं एकदा सुरू केलेलं नाम किंवा ऑडिओवर सुरू असलेलं नाम, अंत्यसंस्कारांसाठी गेल्यानंतर तिथंही, तिथल्या प्रत्यक्ष विधीला सुरुवात होईपर्यंत, पार्श्वभूमी म्हणून सुरू ठेवावं. त्याचबरोबर, या विधीमागच्या भूमिकेचंही कुणा जबाबदार व्यक्तीनं वाचन करावं, श्रवण करावं. त्यानंतर, ही भूमिका अनेकांना नवीन असल्यामुळं, ती समजून आल्यावर, पुन्हा अशा तऱ्हेनं नाम सुरू ठेवावं. त्यात साधणारा आणखी एक साधा, योग्य व व्यवहार्य मुद्दा असा की, त्यामुळं त्या वातावरणातलं गांभीर्य नामानं टिकून राहातं आणि मधल्या मोकळ्या वेळेत नकळत होणाऱ्या घटनांच्या, राजकारणांच्या, तिथल्या वातावरणाशी संबंधित नसलेल्या विषयांवरच्या चर्चा घडत नाहीत. जमलेल्या व्यक्ती एकतर नाम घेतात किंवा शांत राहतात. दोन्हीनंही त्यांचं कल्याण आणि वातावरण टिकणं शक्य होतं.

९. नामात भगवंताचं अस्तित्व असल्यामुळं निर्याणाच्या पूर्वी आणि नंतरही घेतल्या जाणाऱ्या नामामुळं, ते अस्तित्व या पुढच्या संस्कारांच्या प्रवासात, व्यक्तीच्या सूक्ष्म वासनादेहाला सोबत करून मुक्त करतं. त्यामुळं, वैयक्तिक वियोगाचं दुःख असलं तरी, वातावरणावर अशुभाचं सावट नसतं. वातावरण शांत राहातं, असा अनुभव आहे.

१०. व्यक्तीला अंत्यसंस्कारांसाठी नेताना अग्नी पेटवून तयार करणं, शिंकाळ्यातून तो नेणं, तिरडीची बांधाबांध करणं – या गोष्टींची यात आवश्यकता नाही. त्यासाठी अलीकडं वापरल्या जाणाऱ्या शववाहिकेतल्या स्ट्रेचरवर देह उचलून ठेवला जातो. त्यामुळं, कामं अकारण वाढत नाहीत. या कर्मात भेसूरपणा येत नाही. अशा तऱ्हेची वाहिका, स्ट्रेचर नसल्यास मात्र, अंथरलेल्या वस्त्रासह नेण्यासाठी काही व्यवस्था केली जाते.

११. मृत व्यक्तीला नेल्यानंतर घरातली स्वच्छता करणं, निर्जंतुक करणारं व पवित्रता आणणारं गोमूत्र शक्य असल्यास शिंपडलं तरी पुरतं, नसल्यास डेटॉलसारखं व्यवहारात उपलब्ध असलेलं निर्जंतुक वापरून खोली, घर स्वच्छ पुसून घेतलं तरी चालतं.

१२. त्यानंतर विटा, टोपली, पीठ घालून त्यावर पणती ठेवणं – असल्या कुठल्या अनावश्यक व अशुभाची जाणीव देणाऱ्या गोष्टी यात केल्या जात नाहीत.

१३. त्याऐवजी खोलीत एखाद्या स्टूल किंवा टेबलवर मृत व्यक्तीचा फोटो ठेवून, त्याशेजारी प्रसन्नपणे तेवणारी समई लावण्याची योजना आहे. त्याचबरोबर कुणीही आल्यास, त्यांना श्रद्धांजली वाहाता यावी म्हणून, पुढचे किमान तीन दिवस किंवा सोयीनुसार त्यानंतरही आठवडाभर, बाजूला चांगल्या फुलांची परडी रोज ठेवण्याची व्यवस्था

आहे. त्यामुळं भेटायला आलेल्या व्यक्तीला चार शब्द बोलून झाल्यावर, फुलं वाहून कृतज्ञतेचा भाव व्यक्त करता येतो.

१४. या मार्गात अग्निसंस्कार, अस्थिसंचयन, रक्षाविसर्जन, तिसऱ्या दिवसाची समारोपाची श्रद्धांजली, वार्षिक तिथिनुसार वैयक्तिक व सर्वपित्री अमावस्येला सार्वत्रिक श्रद्धांजलीचा दिवस – या सर्वांसाठी भावपूर्ण, सोपे प्रार्थनामंत्र दिले आहेत. ते मराठीतून असल्यामुळं, या प्रत्येकवेळी आपण काय करतो आहोत, याचा अर्थ सर्वांना कळू शकतो. हे मंत्र रेकॉर्डवर लावता येतात किंवा स्वतः शांतपणे भावानं स्वतःचे स्वतःला म्हणताही येतात.

१५. यातली एक महत्त्वाची व्यवस्था म्हणजे, समाजजीवनात होणारे बदल, यात विचारात घेतले आहेत व पुढंही ते घेतले जावेत आणि त्यानुसार आवश्यक बदल केले जावेत, अशी मनमोकळी भूमिका आहे. उदाहरणार्थ, एक– अनेक वेळा अलीकडं परदेशात असलेल्या किंवा काही कारणानं तात्पुरत्या गेलेल्या व्यक्तीचा तिथं मृत्यू झाल्यास, त्याच्या मुलाची–मुलीची–जवळच्यांची त्यांचे अंत्यसंस्कार आपल्या देशात होण्याची इच्छा असते. काही वेळा तिथल्या कायद्यानुसार अग्नी तिथंच द्यावा लागतो, देह इथं आणता येत नाही. अशावेळी तो भाग तिकडं पार पडल्यानंतर, इथं सर्वांच्या सोयीनं, एकत्रित येऊन तिसऱ्या दिवसाचा विधी प्रातिनिधिकपणे फोटोला फुलं घालून, तिसऱ्या दिवसाची प्रार्थना म्हणूनही करता येतो. तसंच त्यापुढचे अन्नदान, इतर दानधर्म इत्यादी करता येऊन अशा जवळच्या मंडळींना त्याचं समाधान लाभू शकतं.

दोन –कायद्यानुसार अशा तऱ्हेनं कुणी जाऊन असा देह घेऊन येऊ शकलं तर, इथं आल्यानंतर या मार्गात दिल्याप्रमाणं, इथं आल्यावर

अग्नी दिलेला दिवस पहिला धरून, उरलेले सर्व विधी सुटसुटीतपणे व पूर्ण करता येतात.

तीन – आज कालमानानुसार व्यक्तीचा एखादाच मुलगा किंवा मुलगी असते. ती परदेशात जाते. तिथलं वातावरण अधिक चांगलं वाटून हळूहळू तिथंच पूर्ण स्थायिकही होते. त्या व्यक्तीला इथल्या आपल्या आई–वडील–भाऊ अशा एखाद्या व्यक्तीचे संबंधही काही कारणांनी नको वाटतात किंवा ठेवण्याची विशेष गरज वाटत नाही. मृत्यू झाल्याचं कळल्यानंतरही दुर्दैवानं, ते फक्त 'मी येऊ शकत नाही, पुढच्या संस्कारांसाठी लागणारा खर्च पाठवून देत आहे', अशा तऱ्हेची भूमिका घेतात. इथं राहिलेली व्यक्ती जेव्हा शेवटी एकटी असते, त्यावेळी आपल्या देशात अजून तरी शेजारीपाजारी, स्नेही – अशी संबंधित माणसं तेवढे संस्कार करण्याचं कर्तव्य करायला, मित्रत्वाची–संबंधाची–सामाजिक जबाबदारी म्हणून पुढं येतात. अशा परिस्थितीचा स्वीकार करण्यापलीकडं आता आपल्या हाती काही नसतं, कुणाला दोष देण्यातही अर्थ नसतो. अशा प्रसंगी या राहिलेल्या व्यक्तीनं, जर या मार्गानं संस्कार करण्याची इच्छा आहे व तशी मदत कुणीही इथल्या जवळच्यांनी करावी, अशी इच्छा लिहून ठेवली, सांगून ठेवली असेल तर, हा मार्ग त्या अर्थानं थोड्या काळात होणारा व सोपा असल्यानं, अशी सद्भावना बाळगणाऱ्या इथल्या व्यक्तीला तो चालता येतो. गेलेल्या व्यक्तीबद्दलची कृतज्ञतेची कृती करून, त्या व्यक्तीचं ऋणही फेडता येतं, त्या व्यक्तीचा लौकिक संबंध एका चांगल्या पद्धतीनं संपतो आणि एका सत्कर्माची, त्या अर्थानं पुण्याईही लाभते.

चार – विद्युत्दाहिनीत किंवा फिरत्या विद्युत्दाहिनीत प्रतीकात्मक रक्षा लगेचही मिळू शकते. या विधीत पहिला आणि तिसरा असे खरे दोनच दिवस मूळ विधी आहेत. अशा विद्युत्दाहिनीच्या प्रकारात हाच तिसऱ्या

दिवसाचा विधी दुसऱ्या दिवशीही करता येणं शक्य आहे. हे जसं विद्युत्दाहिनीमुळं शक्य होतं तसंच ते इतर कारणं – व्यक्तीच्या जवळचं कुणी नसणं, करणाऱ्यांना एखादादुसरा दिवसच देणं शक्य असणं, व्यक्तीचे संबंधच अत्यंत मर्यादित असणं, व्यक्ती वृद्धाश्रमात किंवा अशा ठिकाणी असल्यास त्यांनाही एकदोन दिवसांच्यावर जबाबदारी घेता येणं शक्य नसणं – अशा इतर कारणांसाठीसुद्धा हे शक्य आहे. ही काळानुसार असलेली व्यवहार्य सोय आहे.

पाच – अग्निसंस्कार, अग्नीशांत होणं व नंतरची पूर्वतयारी यांसाठी अस्थिसंचयन व रक्षाविसर्जन तिसऱ्या दिवशी केलं जातं. पण इतर पद्धतीच्या संस्कारांत तिसरा दिवस शनिवार, सोमवार, गुरुवार इत्यादी त्यात्या गावच्या प्रथेप्रमाणं अस्थिविसर्जनाचा नसतो. तेव्हा दुसऱ्या दिवशीही विसर्जन केलं जातं. या मार्गात अशा कुठल्या प्रथांचा संबंध नसतो. त्यामुळं, येणाऱ्या तिसऱ्या दिवशी जो वार असेल त्या वारी हा विधी केला जातो. कारण, या मार्गात निरोपाची व ती भूमी पूर्ववत् मोकळी करून देण्याची – मूळ भूमिका महत्त्वाची आहे.

सहा – अलीकडं वाढलेले अपघात, अपमृत्यू, संशयास्पद मृत्यू, हत्या, आत्महत्या, युद्धात होणारे वेगवेगळ्या प्रकारचे मृत्यू इत्यादी अनेकप्रकारे,या बाबी अर्थातच इष्ट नसल्या तरी, मृत्यूला सामोरं जावं लागतं. अनेकदा शवविच्छेदनातही कालावधी जातो. त्यावेळी देह अग्निसंस्काराला उपलब्ध झाल्यानंतर तो संस्कार हा पहिला दिवस धरून तीन दिवसांचे विधी करून, इतरांना आपलं कर्तव्य पूर्ण करता येतं.

सात – कुणी प्रतिष्ठित व्यक्ती, सत्पुरुष इत्यादींच्या दर्शनासाठी एखादा दिवस थांबण्याचीही गरज असते. त्यावेळी दुसऱ्या दिवशी अग्निसंस्कार होतो. त्यानंतर शक्यतेनुसार त्याच्या पुढल्या दिवशी किंवा तिसऱ्या

दिवशीही हे विधी केले तरी चालतात. त्यांना अग्नी देण्याचा दिवस हा अर्थातच त्यांनी देह ठेवल्याचा दिवस नसतो. मात्र, तिथिप्रमाणं त्यांचा वार्षिक कृतज्ञता व्यक्त करण्याचा दिवस, हा मृत्यूची तिथी किंवा तारखेनं करायचा असल्यास, ती तारीख ही वार्षिक कृतज्ञता दिवसासाठी धरावी.

१६. यातील अंत्यसंस्कारांच्या विधींपासूनच्या सर्व विधींत लहानथोर, स्त्रीपुरुष अशा सर्वांना हजर राहाता येतं आणि भाग घेता येतो.

१७. जीवनाच्या सांगतेचा हा सारा प्रवास बघितल्यामुळं, आत्ता मिळालेल्या जगण्याच्या संधीकडं बघताना,अनेकांना त्यातून विधायक दृष्टिकोन मिळतो. सद्‌गुणांची, सत्कर्मांची प्रवृत्ती वाढते.

१८. या सर्व कर्मांमध्ये म्हणायचे मंत्र, मोबाईल, छोटे पॉवरस्पीकर यांवर लावण्याची व्यवस्था पहिल्या व तिसऱ्या दिवशी उपलब्ध करून द्यावी. त्या मंत्रांची सीडीही विनामूल्य देण्याची व्यवस्था आहे, तसंच ते मंत्र या पुस्तकात दिलेले आहेत. त्या मंत्रांच्या झेरॉक्सप्रती काढून, विधीत भाग घेणाऱ्या सर्वांनी एकत्रितपणे म्हणण्याचीही सोय आहे. शिवाय ते मंत्र मराठीत असल्यामुळं, कृतज्ञतेच्या सात्त्विक भावानं यात भाग घेऊ इच्छिणाऱ्या सर्वांना, आपण या विधीत समंत्रक सहभागी झाल्याचा पवित्र अनुभव येतो.

१९. हे मंत्र संतांच्या आज्ञेनुसार व इच्छेनं रचना झालेले असून, त्यांचं वाचन, चिंतन एरवी कधीही केलं तरी चालतं. त्यातून मानवी आयुष्याचं महत्त्व कळतं. तसंच, आयुष्यात सद्‌भावांची, सद्‌गुणांची जोपासना कशी करावी, याच्याही दिशा मिळू शकतात.

२०. असे विधी अचानकपणे कधीही, कोणत्याही वेळी करायचा प्रसंग आला तरीही, त्याला कुणी मार्गदर्शक–मध्यस्थ लागत नसल्यामुळं, ते विधी, हे पुस्तक घेऊन जमलेल्या मंडळींना स्वतःचे स्वतः करता येतात.

२१. हे विधी करण्याचा, विशेषतः अग्नी देण्याचा अधिकार, हा मुलं, मुली, आप्त, मित्र, हितसंबंधी अशा कुणालाही आहे. त्याचबरोबर ज्यानं अग्नी दिला आहे, तो पुढचे विधी करतोच, पण ते पुढचे विधी त्यानंच केले पाहिजेत, असं बंधन नाही. त्यामुळं आजारपणं, रजा, इतर अडचणी अशांसाठी आजच्या काळवेळेनुसार, यांतले विधी करायला कुणीही पुढं येऊन ते संस्कार पूर्ण होतात.

२२. यात घरातून देह नेताना आणि तिथं सर्व व्यवस्था होईपर्यंत, विशेषतः रामनाम किंवा इतर कुठलं नाम घेतलं जातं किंवा ध्वनिमुद्रित नाम सुरू ठेवलं जातं. हा मार्ग मुळातच संतप्रणीत भक्तिमार्गाचा असल्यामुळं, असं नामस्मरण, संतांचे अभंग, वाटेत अणि तिथं सुरू ठेवलेजातात. म्हणून अशा प्रसंगी अकारण 'राम बोलो, भाई राम' किंवा मूळ मंत्र टाळून नुसतंच 'जयजय राम' म्हटलं जात नाही. कारण ते म्हणण्यानं वातावरणाला अकारण अशुभाचं सावट येणं आणि अशा पद्धतीनं नाम घेण्याचा, ना गेलेल्या देहाला उपयोग असतो ना म्हणणाऱ्यांना. रामनामाऐवजी आपल्या श्रद्धेचं कुठलंही इतर नाम – 'ॐ नमः शिवाय' इत्यादी अशावेळी चालू शकतं. अशा नामामुळं बरोबर जाणाऱ्या व्यक्ती स्वतः नाम घेत जातात किंवा त्यांच्या कानांवर सतत नामस्मरण पडत राहातं आणि त्याचा परिणाम सर्वांच्या वृत्ती शांत आणि मंगलमय टिकवण्यात होतो.

२३. या विधींत अग्निसंस्कार, वाहन याला येणाऱ्या काही तांत्रिक

खर्चाव्यतिरिक्त, सर्व तीन दिवसांच्या विधीला कुठलाही आर्थिक खर्च येत नाही. हे किमान दोन खर्चसुद्धा अनेकदा सामाजिक बांधिलकी मानणाऱ्या संस्थांकडून, विनामूल्य केले जातात. त्यामुळं कुणाही गरीबांनासुद्धा, इतरांसारखे असेच विधी करणं शक्य आणि सोपं होतं.

२४. मात्र, ज्यांना अशा प्रसंगी येणारा खर्च करणं शक्य आहे, त्यांनी या विधींना येणारा खर्च, कालांतरानं आपल्या घराण्याचे कुणी गुरुजी, पुरोहित असल्यास, त्यांना द्यावा आणि त्याचबरोबर इतरत्र योग्य ठिकाणी दान देणं मात्र अपेक्षित आहे.

२५. या मार्गात विधी कुणीही केलेले चालत असल्यामुळं, ज्यांना मूलबाळ नाही किंवा असलं तरी त्यातलं कुणी जवळ नाही किंवा फक्त मुलगीच आहे, अशा कोणत्याही व्यक्तीचे विधी, मुलीकडून किंवा इतर कुणाही जवळच्या व्यक्तीकडून पूर्ण होऊ शकतात आणि त्यात मृत व्यक्तीच्या जीवनाच्या सांगतेची सोय होते !

२६. कुठल्याही कर्मांत काहीतरी अपूर्णता राहात असते. नामात अशी कुठलीही राहिलेली अपूर्णता पुरी करण्याचं सामर्थ्य आहे. त्यामुळं अंत्यविधीच्या वेळेला प्रार्थनामंत्र झाल्यावर, रामनामाची एक माळ करीत नामाग्नी दिला जातो. त्यामुळं, प्रत्यक्ष त्या विधीतली अपूर्णता जाऊन या कर्मानं जीवनाची नुसतीच सांगता होत नसून, सांगतेला परिपूर्णताही येते.

२७. या मार्गात तिसऱ्या दिवशी रक्षापूजन केल्यानंतर, जमलेल्या सर्व स्त्रीपुरुष, आप्तमंडळींना निर्याण झालेल्या व्यक्तीच्या संदर्भात, त्या व्यक्तीकडून मिळालेले आदर्श गुण, वैयक्तिक उपकार – यांचं सामुदायिक स्मरण करण्याची संधी असते. या व्यवस्थेमुळं, अनेकांना गेलेल्या व्यक्तीनं आयुष्यभरात केलेल्या आणि अनेकांना माहीत

नसलेल्या सद्‌गुणांची, उपकारांची माहिती होते. त्यातून आपापल्या आयुष्यात पुढं तरी सद्‌गुणांची अधिकाधिक जोपासना करण्याची प्रेरणा मिळते.

अशात-हेच्या चांगल्या घटनांचं स्मरण होऊन किंवा नव्या घटना कळून, त्या व्यक्तीशी संबंधित अशा घरातल्या जवळच्या माणसांनाही एक सात्त्विक आनंद मिळतो.

२८. हा मार्ग जुन्या, नव्या, विचारवंत, तर्कनिष्ठ, बुद्धिवादी, भावनाप्रधान, भक्तिमान – अशा कुणाही व्यक्तीला पटला तर, त्या मार्गानं जाण्याचं किंवा पूर्वापार चालत आलेल्या पितृमार्गानं जाण्याचं पूर्ण स्वातंत्र्य आणि मोकळीक आहे. त्यामुळं, या मार्गानं जाणं किंवा न जाणं या दोनही बाबतीत, कुठला रूढीचा दबाव संबंधित व्यक्तीवर येत नाही.

२९. हा मार्ग वाचला, पटला किंवा कुणी आचरलेला पाहिल्यामुळं माहीत झाला तर, या मार्गानं माझ्यामागं व्यवस्था करावी, असं जवळच्या संबंधित व्यक्तींना आपली अंतिम इच्छा म्हणून लेखी, तोंडी सांगून ठेवता येतं. त्यामुळं हा मार्ग चालणं नंतर जवळच्या मंडळींना सोपं होतं.

व्यक्ती एकदा गेल्यानंतर, जरी वर सांगितल्याप्रमाणं, त्या व्यक्तीला आपले पुढचे संस्कार या मार्गानं व्हावेत अशी इच्छा असली, ती लेखी, तोंडी लिहून ठेवलेली असली, तरीही हे लक्षात ठेवावं की, आपण कालानुरूप सात्त्विक आणि भक्तिप्रधान मार्गानं जाण्याची इच्छा आणि व्यवस्था केल्यानंतर, त्याचं शुभफळ– पुण्याई ही गेलेल्या व्यक्तीला आहेच. कारण, पुढं त्याप्रमाणं प्रत्यक्ष कृती करणं, हे त्याच्यानंतरच्या व्यक्तींच्या हाती आहे. ते अशा त-हेची गतव्यक्तीची इच्छा म्हणून त्याप्रमाणं आदरपूर्वक नियोजन करू शकतील.

या बाबतीत हे स्पष्ट केलेलं बरं की, त्या कृती हे आता त्यांचं कर्म आहे, त्यांचे परिणाम हा त्यांच्या जीवनाचा – वासनादेहाचा प्रश्न आहे. त्यामुळं आपण लिहिल्याप्रमाणं होईल की नाही, हासुद्धा आपल्या काळजीचा किंवा परिणामाचा विषय नाही. त्यामुळं एकदा लिहिल्यावर, सांगितल्यावर, आपण निश्चिंतपणे आपल्या इच्छेप्रमाणं पुढं घडण्याचा विषय भगवंतावर सोपवून नामात राहावं !

३०. काही व्यक्ती भावनाप्रधान असल्या, त्यांचे गेलेल्या व्यक्तीशी संबंधही तसेच भावपूर्ण असले तरी, त्यांना ते व्यक्त करायला या मार्गात अनेक प्रकारच्या संधी आहेत. पण काळाचा प्रभाव आणि समाजाच्या बदलत्या धारणा – यांचा विचार करता, अनेक व्यक्ती, आता त्या अर्थानं भावनाशील नसतात, त्यांचे संबंध व्यावहारिक असतात. परिस्थितीमुळं जीवन अधिकाधिक संकुचित आणि व्यक्तिवादी झालं आहे, ही वस्तुस्थिती समजून घेण्यात सामंजस्य आहे.

गेलेल्या व्यक्तीबद्दल काहीही न करणं किंवा नाईलाजास्तव संस्कारांचं अवडंबर स्वीकारणं – ही दोन्हीही टोकं अनिष्ट आहेत, हे कुणालाही पटण्यासारखं आहे. संबंधांना आलेल्या एकप्रकारच्या कोरडेपणामुळं, दुखवटा हा विषयही अंतरत चालला आहे. अशा काळात नाईलाजानं असा दुखवटा दोनदोन आठवडे पाळण्यापेक्षा, तो कमीत कमी पण मनापासून पाळणं – हा मध्यम मार्ग आहे, जो या पद्धतीच्या तीन दिवसांच्या विधीत साधण्याचा प्रयत्न केला आहे.

३१. हा कृतज्ञतामार्ग म्हणजे जीवनाच्या शुभ सांगतेचा अपेक्षित भाव आणि सध्याच्या कालमानानुसार बदललेली परिस्थिती, यांचा जास्तीत जास्त विधायक, संशोधित व आदर्श मेळ आहे !

———

९. मूळ हेतूस धरुनी, देवमार्ग क्रमू नवे ।

तीन दिवसांच्या विधींचा हा
कृतज्ञतामार्ग चालण्यापूर्वी
कृपया खालील गोष्टींची नोंद घ्यावी.

विधीचा पहिला दिवस

१. या विधींची प्राथमिक जबाबदारी असलेल्या व्यक्तीनं, कृपया हा मार्ग शक्य तर स्वतः आधी नीट समजून घ्यावा. तो स्वतःला पटतो आहे ना, हे पाहावं.

२. तसा निर्णय झाल्यास, जवळच्या मोजक्या आप्तमंडळींचा विचार घेऊन, या मार्गानं तीन दिवसांचे विधी करण्याचा निर्णय घ्यावा.

३. रूढी, परंपरा, त्या भागात प्रचलित असलेल्या प्रथा – यांचा पगडा असणं स्वाभाविक आहे. त्यामुळं, आपल्या घरात प्रथम एकमत होतं आहे ना, ते पाहावं. त्यात इतरांच्या प्रतिक्रिया अनुकूल किंवा प्रतिकूल असल्या तरी, शांत चित्तानं आपणहा मार्ग चालू शकू ना, याची खात्री करावी.

४. आपल्याच मुख्य व्यक्तीचं व घरातल्यांचं दुमत असेल तर, यावर अकारण संघर्ष करणं टाळावं आणि त्यांचा आग्रह असल्यास, पारंपरिक चौदा दिवसांचा मार्ग अवलंबण्याचा निर्णय घ्यावा.

असंही होऊ शकतं की, घरातल्या सर्वांचं यावर एकमत आहे, पण शेजारीपाजारी–समाज यांचं पारंपरिक मार्गानं जाण्याबद्दल थोडं दडपण आहे. त्याबद्दल, त्यांना घरातल्या सर्वांचं एकमत आणि मृत

व्यक्तीची इच्छा – हे सांगितल्यास,शिवाय हा मार्ग कसा कालोचित आहे, याची कल्पना दिल्यास, असं दडपण कमी होऊ शकतं. अनेकदा सहकार्य मिळतं, असाही अनुभव आहे.

रूढी, प्रथा या अकारण का होईना, लादल्या जात असतात. पण हा मार्ग मात्र तसा लादला जाऊ नये. तो पाहिला आहे, वाचला आहे, पटला आहे म्हणून चालण्याचा निर्णय घेणं अपेक्षित आहे.

५. हे ठरल्यावर मृत्यूची वार्ता गावात, परगावी कळवताना सर्वांना सर्व विधी तीन दिवसांत, मुख्यतः पहिल्या व तिसऱ्या दिवशीच होणार आहेत, याची कल्पना द्यावी, म्हणजे त्यांना तीन दिवस किंवा त्यांच्या सोयीनुसार पहिला किंवा तिसरा दिवस असे दोन दिवस रजा काढणं, येण्याजाण्याची व्यवस्था करणं शक्य होईल. त्याचवेळी तीन दिवसांनंतर पारंपरिक दहावा किंवा चौदाव्यापर्यंत पुढचे दिवस वेगळे करण्याची आवश्यकता नाही किंवा होणार नाहीत, याचीही कल्पना द्यावी.या निमित्तानं भेटायला येणाऱ्या व्यक्तींनी भेटायला कधीही यावं, पण ज्यांना हा मार्ग समजून घेण्याची इच्छा आहे, त्यात भाग घेण्याची इच्छा आहे, त्यांना शक्यतेनुसार, पहिल्या व तिसऱ्या दिवशी येण्याची विनंती करावी.

६. या निरोपानंतर येणाऱ्या लोकांच्या सोयीनुसार अंत्ययात्रेसाठी निघण्याची वेळ संबंधितांना कळवावी.

७. यात लागणाऱ्या पहिल्या दिवशीचे व तिसऱ्या दिवशीचे मंत्र व भूमिका यांचे खालील भाग क्रमांक एक ते पाच आपल्याकडं आहेत ना व ते लावण्याची मोबाईल, छोटी चार्जिंगची पॉवरस्पीकरची यंत्रणा इत्यादी सर्व आहे ना, याची खात्री करावी.

* माहितीसाठी संबंधित रेकॉर्डिंगचे भाग *

➤पहिल्या दिवशी अग्नी देण्यापूर्वी दहनभूमीत लागणारा भाग :

०१. कृतज्ञतामार्गाच्याभूमिकेचं श्रवण

०२. प्रत्यक्ष अग्नी देण्यापूर्वी सर्वांनी म्हणावयाचे मंत्र

➤तिसऱ्या दिवशी सकाळी दहनभूमीत लागणारा भाग :

०३. अस्थिरक्षासंचयन मंत्र

➤तिसऱ्या दिवशी सकाळी घरच्या विधींत लागणारे भाग :

०४. तिसऱ्या व अंतिम दिवसाची भूमिका

०५. तिसऱ्या दिवसाचे प्रार्थनामंत्र

या मार्गानं व्यक्तीचं तिथी किंवा तारखेनं येणारं वर्षश्राद्ध करायचं झाल्यास आणि सामुदायिक वार्षिक कृतज्ञता दिवस - सर्वपित्री अमावस्येच्या दिवसासाठी पुढील दोन भागही संग्रही ठेवावेत.

➤व्यक्तीचं वैयक्तिक वर्षश्राद्ध खालील दोन प्रकारांनी करता येतं.

१.तिथीनं येणाऱ्या दिवशी पारंपरिक पद्धतीनं वर्षश्राद्ध करणं

२.अशा तिथीच्या दिवशी पारंपरिक पद्धतीनं करण्याचा विचार नसल्यास, या मार्गानं तिथीच्या किंवा तारखेच्या दिवशी वैयक्तिक कृतज्ञता दिवस करावा. त्यात सामान्यतः संबंधित व्यक्तीनं तीन / सहा तासांचं नामस्मरण, वार्षिक कृतज्ञता दिवसाचे मंत्र म्हणणं, फुलं वाहून कृतज्ञता व्यक्त करणंआणि नैवेद्य, प्रसाद करणं, हा सोपा मार्ग आहे. यात कुणी या मार्गानं आपण होऊन सहभागी होऊ इच्छित असेल, तर त्यांनाही सहभागी होऊ द्यावं.

➤सर्वपित्री अमावस्येच्या सामुदायिक वार्षिक कृतज्ञतेच्या दिवशी लागणारे भाग : (हे स्मरण सामुदायिकरित्या शक्य नसल्यास, वैयक्तिकरित्या करावं.)

०६. वार्षिक कृतज्ञता दिवसाची भूमिका

०७. वार्षिक कृतज्ञता मंत्र व सांगता मंत्र

८. या मार्गाचा निर्णय झाल्यानंतर व तसे निरोप दिल्यानंतर वैखरी नामस्मरण, ध्वनिमुद्रण, गीतापाठ, गीतेच्या नवव्या, बाराव्या अध्यायांच्या समओवीचं वाचन – इत्यादी सर्वांच्या सहकार्यानं सुरू

ठेवावं.

९. घरातल्या जबाबदार, जवळच्या मंडळींनी अंत्यसंस्कारांसाठी देह नेल्यानंतर घरातील स्वच्छता, उपलब्ध असल्यास गोमूत्र किंवा काळानुसार डेटॉलसारख्या मार्गानं निर्जंतुक करून ठेवण्यास सांगावं.

१०. त्यानंतर विटा, टोपली, दिवा, पीठ असे कुठले उपचार यात अनावश्यक आहेत, याची नीट कल्पना द्यावी. स्वच्छ झालेल्या खोलीत वातावरण प्रसन्न ठेवणाऱ्या धूप, उदबत्त्या लावून ठेवण्यास सांगावं. तसंच इतरांच्या मदतीनं बाहेरच्या खोलीत स्टूल किंवा टेबलवर गतव्यक्तीचा फोटो ठेवून त्याला हार, फुलं अर्पण करून ठेवण्यास सांगावी. शेजारी समई लावून ठेवण्यास सांगावं. तसंच भेटायला येणाऱ्या व्यक्तींना प्रतीकात्मक श्रद्धांजली वाहण्यासाठी काही दिवस रोज ताज्या फुलांची परडी ठेवण्यास सांगावी.

११. प्रत्यक्ष देह जागेवरून हलवण्यापूर्वी, ज्या गुरुपदाच्या किंवा सद्गुरूंच्या कृपेनं व्यक्तीचं जीवन आणि निर्वाण साधलं, त्यांचं कृतज्ञतापूर्वक स्मरण करण्यासाठी, शक्य असल्यास, कापूर लावून, 'गुरुपदाची आरती' किंवा 'सुखसहिता दुखरहिता...' यांतील एखादी आरती म्हणावी. याचा हेतू वातावरण सात्त्विक होणं, हा आहे. कापूर लावण्याचा हेतू, लावायला सोपा आणि जन्माची मिळालेली संधी सत्कर्मरूप यज्ञाच्या ज्वालेप्रमाणं व्यतीत केल्यास, कापूर नाहीसा व्हावा, तसा देह नाहीसा होतानाच, सर्व कर्मपरिणाम व वासना नाहीशा होऊन, पुनर्जन्माला कारण उरत नाही, जीव मुक्त होतो. श्री माउलींनी म्हटल्याप्रमाणं,'कापुराची वाती उजळली ज्योती। ठायीच समाप्ती झाली जैसी।।' अशा तऱ्हेनं आरती म्हणून कृतज्ञता व्यक्त करण्याची औचित्यपूर्ण पद्धत, अनेक भक्तिप्रधान मार्गांत आहे. या दोन्ही आरत्या

या प्रकरणाच्या शेवटी दिल्या आहेत.

इष्टमित्रांच्या मदतीनं शववाहिका किंवा तत्सम वाहनातून, मृतदेह नामस्मरण करीत दहनभूमीत न्यावा. या मार्गात अंत्यविधींसाठी स्त्रिया, पुरुष, तरुण, युवक, मोठ्या मुली, सुना – अशा, ज्यांना येण्याची इच्छा आहे, त्यांनाही वाहनानं बरोबर येण्याची विनंती करावी. त्याची उपयुक्तता या विधीच्या नावीन्यासंबंधीच्या प्रकरणात दिली आहेच.

तिथं अग्नी देण्यासाठी साधी काडेपेटी किंवा लाईटर अशा वस्तू बरोबर घ्याव्यात. वेगळा अग्नी सिद्ध करून मडक्यातून किंवा तिकाटण्यामधून नेण्याची गरज नाही. इतर मदतनीसांकडं इथं पुढं दिलेल्या प्रार्थनांच्या या पुस्तकाच्या किंवा त्यातील पहिल्या दिवशीच्या मंत्रांच्या झेरॉक्सप्रती, इच्छा असलेल्यांना सहभागी होता यावं, म्हणून बरोबर घेण्यास सांगावं.

१२. तिथं गेल्यानंतरही सर्वांच्या मदतीनं अग्नी देण्याची पूर्वतयारी करताना, प्रत्यक्ष किंवा ध्वनिमुद्रित नामस्मरण सुरू ठेवावं. नंतर अग्नी देण्यापूर्वी प्रथम कृतज्ञतामार्गाची भूमिका – भाग १ लावावा किंवा वाचून दाखवावा. नंतर, भाग २–प्रार्थनामंत्र लावावेत, त्याबरोबर इच्छा असलेल्या सर्वांना त्या मंत्रांच्या प्रती देऊन बरोबर म्हणण्याची विनंती करावी.

१३. मंत्र संपल्यानंतर मृत व्यक्तीला अग्नी देण्यापूर्वी, अग्नी देणाऱ्यानं प्रार्थनापूर्वक प्रदक्षिणा घालावी. नंतर सर्वांनी मिळून मोठ्यानं रामनामाची माळ सुरू करावी आणि संबंधित व्यक्तीनं प्रत्यक्ष नामाग्नी द्यावा.

१४. नंतर अग्नी देणाऱ्या किंवा दुसऱ्या जबाबदार व्यक्तीनं यानंतर

तिसऱ्या दिवशी होणाऱ्या, सकाळी सुमारे आठच्या अस्थिसंचयन, रक्षाविसर्जनाची कल्पना द्यावी व त्यानंतर घरी नेलेल्या प्रातिनिधिक रक्षेचं पूजन, भूमिका, प्रार्थनामंत्र अशा सांगतेच्या विधींची कल्पना द्यावी आणि त्यास हजर राहण्याची विनंती करावी. त्याचवेळी मृत व्यक्तीला श्रद्धांजली वाहण्याच्या कार्यक्रमात, सर्व स्त्रीपुरुषांना भाग घेता येईल, रक्षेस फुलं वाहाता येतील आणि गतव्यक्तीच्या उपकारांच्या स्मरणार्थ चार शब्द बोलता येतील आणि ते त्यांनी बोलावेत, अशी विनंती करावी. साधारण सकाळी दहा ते बारा या दरम्यान होणाऱ्या या विधीनंतर, हा सर्व कार्यक्रम सांगतेचा शुभ व मंगलमय विधी असल्यानं त्यानंतर सर्वांनी प्रसादास थांबावं, अशीही प्रार्थना करावी.

इथं पहिल्या दिवसाचे विधी संपतात.

दुसऱ्या दिवशी या मार्गात कोणते विशिष्ट विधी नाहीत. मात्र, त्या दिवशी या पुस्तकाचं सामुदायिक वाचन करावं, म्हणजे पहिल्या दिवशी झालेल्या व पुढं करायच्या कृतींच्या मागची भूमिका, औचित्य उपस्थितांच्या लक्षात येईल.या मार्गानं तिथी–तारखेनुसार नामदिवसाच्या रूपानं वर्षश्राद्ध करणार असल्यास, त्या दिवशीही असं सामुदायिक वाचन करावं, म्हणजे या मार्गाची कल्पना आणि औचित्य त्यावेळी उपस्थित असलेल्या मंडळींना येईल.

या मार्गात लावलेली समई रात्रंदिवस ठेवणं अभिप्रेत नाही. सकाळचे आन्हिक आवरल्यावर, भेटीला येणाऱ्या लोकांच्या वेळेत, साधारणतः सकाळी आठ ते रात्री नऊ या दरम्यान समई प्रज्वलित ठेवावी. तिसऱ्या दिवशी संध्याकाळनंतर रूढीनुसार लोक पुढे आठदहा दिवस सवडीनं भेटायला येत जात असू शकतात, तोपर्यंत अशाच वेळेत समई प्रज्वलित ठेवली तरी चालेल, तसंच गरजेनुसार फुलांची व्यवस्थाही ठेवली तरी चालेल.

दुसऱ्या दिवसापासून गीता, भावगीता, ज्ञानेश्वरी, ज्ञानेश्वरीच्या नवव्या, बाराव्या अध्यायाची समओवी, गुरुतत्त्वतरंगिणी, विष्णुसहस्रनाम, नामसप्ताह, इतर सद्ग्रंथांचं पारायण – अशा मार्गांनी वातावरण प्रसन्न व पवित्र ठेवावं. हे काम किमान दहाबारा दिवस तरी चालू ठेवावं. अनेक ठिकाणी रूढीचा पगडा असल्यामुळं आणि मध्ये त्या अर्थानं कुठले विधी नसल्यामुळं, तसं दुःखही निसर्गक्रमाप्रमाणं सतत टिकणारं नसल्यामुळं, हा काळ अकारणच अवघडलेला जातो. अशा वेळेला भेटायला येणाऱ्या मंडळींसाठी, शक्यतेनुसार मोकळ्या असणाऱ्या माणसांना घरी थांबावंही लागतं. त्या सर्वांचाच हा काळ साधनेत आणि चांगल्या वातावरणात जातो.

विधीचा तिसरा दिवस

१. अंत्यसंस्कारांपासून तिसऱ्या दिवशी सकाळी आठ वाजताचारपाच जबाबदार व्यक्तींनी दहनस्थळी जावं. त्यावेळी आधी उल्लेख केल्याप्रमाणं मंत्र क्रमांक ३ः अस्थिरक्षासंचयनमंत्र–बरोबर मोबाईलमध्ये घेऊन जावी व संचयनाचं काम पूर्ण होईपर्यंत त्यातले दोन मंत्र रिपीट मोडवर चालू ठेवावेत किंवा म्हणावेत. अन्यथा एकदा मंत्र झाल्यानंतर नाम घेत, उरलेलं संचयनाचं काम पूर्ण करावं. त्यासाठी विशिष्ट वार असण्या–नसण्याचीयात आवश्यकता नाही. मुळातच, अग्नी शांत होण्यासाठी लागणारा तो तीन दिवसांचा काळ आहे. हा मूळ गाभा लक्षात ठेवला तर विशिष्ट वार हवा–नको, या त्यात्या ठिकाणच्या प्रथा आहेत, हे लक्षात येईल.

व्यावहारिकदृष्ट्या रक्षा, अस्थी –यांचं संचयन करून ती भूमी पुन्हा उचित वापरासाठी स्वच्छ करून देणं – हे आपलं कर्तव्यच आहे. म्हणून दहन हा अधिक आदर्श संस्कार आहे. आजची लोकसंख्या,

भूमीची उपलब्धता यांचा विचार करता, दहनानं ठराविक व मर्यादित भूमीच या कामासाठी पुन्हापुन्हा वापरात येते व पुरते. शिवाय जशा विद्युत्दाहिनी वाढतील, तशी एवढ्या भूमीची गरजही लागणार नाही आणि हा अस्थिरक्षा मार्गी लावण्याचा प्रश्नही अत्यंत कमी होत जाईल.

कारण, दहनासाठी लागणारी लाकडं आता प्रचंड वृक्षतोडीमुळं अनेक गावी उपलब्ध होत नाहीशी झाली आहेत. त्याला पर्याय म्हणून होणारा शेणींचा वापरही हळूहळू अवघड होत जात आहे. शिवाय, पूर्वीप्रमाणं मागं उरणाऱ्या अस्थिरक्षा या अवशेषांचं विसर्जनही एकेकाळी पाण्यात होत होतं. वाढत्या लोकसंख्येमुळं आता या मार्गानं होणारं नद्यांचं प्रदूषणही टाळणं गरजेचं झालं आहे.

त्याला पर्याय म्हणून हे अवशेष एकप्रकारे मातीचा खतासारखा वापर होऊ शकणारे असल्यामुळं, अनेक गावांत तो प्रयोगही करून झाला आहे. त्यात या अशुभाच्या भावनेमुळं आणि शेवटी जवळपासच्या शेतांची मर्यादा संपल्यामुळं, हे अवशेष मार्गी लावण्याचा प्रश्न हाही अवघड होत जाणार आहे. पुढे पुढे आज महानगरांत दिली जाते, तशी प्रतीकात्मक चिमूटभर रक्षाच उरेल व दिली जाईल.

त्यातही कालमानाचा नेहमी विचार करण्याची गरज आहे आणि त्यानुसार आपल्या प्रथा, रूढी बदलत जावं लागतं, याचा उलगडा होईल. 'काळ, प्रश्न नवे येता, शोधणे नव उत्तरा' ही जी भूमिका या कृतज्ञतामार्गामागं आहे, तिचं औचित्य कुणाही विचारी माणसाच्या लक्षात येईल. म्हणून त्यानुसार या विधीतही तांत्रिक बदल करत जावं लागेल. उदाहरणार्थ, काही शहरांत सुरू झालेल्या फिरत्या विद्युत्दाहिनी ! या व्यवस्थेत तर, आपल्या घरांच्या परिसरात येऊन तिथंच सर्वसाक्षीनं हा संस्कार करून, रक्षा देऊन, तासाभरात ही फिरती

विद्युत्‌दाहिनी परत जाते. असे हे प्रश्न आणि त्यांची बदलत जाणारी उत्तरं आहेत.

सध्यातरी दहनजागी उपलब्धतेनुसार गोमूत्र शिंपडणं, गोमयानं (गाईच्याशेणानं) भूमी सारवून देणं, शक्य असल्यास केलंजातं. त्यानंतर घरी जमलेल्या सर्व आप्तेष्टांना श्रद्धांजली वाहता यावी, म्हणून डबीतून रक्षा घरीआणली जाते. परिस्थितीनुसार विद्युत्‌दाहिनी किंवा तत्सम साधनं असतील, तर अशी अल्पप्रमाणात राहिलेली रक्षा यावेळी उपयोगात आणावी.

२. आधी उल्लेख केल्याप्रमाणं, तिसऱ्या दिवशी सकाळी दहाच्या सुमारास डबीतून प्रतीकात्मकरित्या पूजनासाठी घरी आणलेली रक्षा फोटोसमोर ठेवावी. तिसऱ्या आणि शेवटच्या दिवसाच्या या महत्त्वाच्या श्रद्धांजलीच्या विधीसाठी येणाऱ्या व्यक्ती एकत्र जमल्यावर, प्रथम या तीन दिवसांच्या विधीच्या कार्यक्रमाची रूपरेषा सर्वांच्या माहितीसाठी सांगावी. त्या रूपरेषेप्रमाणं खालील कृती कराव्यात. :

१) अंत्यविधीस अनुपस्थित असलेल्या आणि तिसऱ्या दिवशी प्रथमच आलेल्या, शिवाय या तीन दिवसांच्या विधीची कालानुरूप निर्माण झालेली गरज आणि उपयुक्तता समजूनघेण्यासाठी आलेल्या– अशा सर्व व्यक्तींसाठी, तिसऱ्या दिवसाच्या भूमिकेची ऑडिओ लावावी. ऑडिओ : 'भाग क्र. ४ – तिसऱ्या व अंतिम दिवसाची भूमिका'

२) भाग क्र. ५ – 'तिसऱ्या व अंतिम दिवसाचे प्रार्थनामंत्र' रेकॉर्डिंगवरून श्रवण करावं. संबंधित पुस्तक व कमी पडल्यास या प्रार्थना मंत्रांच्या झेरॉक्स, सहभागी होऊ इच्छिणाऱ्यांना द्याव्यात. त्या सर्वांनी मिळून या प्रार्थनामंत्रांत सहभागी व्हावं, अशी विनंती करावी.

रेकॉर्डिंग उपलब्ध नसल्यास, या पुस्तकातून किंवा वाटलेल्या त्याच्या झेरॉक्सप्रतींवरूनही सर्वांना हे मंत्र म्हणता येतील.

३) हे मंत्र झाल्यानंतर, गतव्यक्तीशी विशेष संबंध आलेल्या उपस्थितांना त्या व्यक्तीच्या गुणांविषयी, उपकारांविषयी काही सांगायचं असल्यास, तसं सांगण्याची प्रार्थना करावी व त्यासाठी वेळ द्यावा. अनेक व्यक्तींचे आलेले संबंध, त्यांच्यावर या व्यक्तीचे असलेले उपकार, तसंच गत व्यक्तीचे अनेक गुणही अनेकांना अज्ञात असतात. ते मांडण्याची या निमित्तानं एक अत्यंत सात्त्विक आणि औचित्यपूर्ण संधी, या कृतज्ञतामार्गाच्या सांगतेच्या दिवशी असते. त्यातून जे श्रवण घडतं, त्यातून अनेकांना सद्‌गुणांची, सत्कर्मांची माहिती तर मिळतेच पण, ज्याच्या त्याच्या शक्यतेनुसार अशा सद्‌गुणांची जोपासना करण्याची प्रेरणाही मिळते. या अर्थानंही हा सांगतेचा अंतिम टप्पा शुभ व कल्याणकारक ठरतो !

४) या प्रसंगानं भावमय आणि भक्तिमय झालेलं हेलावणारं पण प्रसन्न वातावरण, रक्षेवर वाहायच्या फुलांना कृतज्ञतेचा खरा सुगंध देऊन जातं ! त्यामुळं, या गुणस्मरणानंतर त्या प्रतीकात्मक रक्षेवर फुलं वाहून या विधीची सांगता करावी.

५) सर्वांची फुलं वाहून झाल्यानंतर एकदोन जबाबदार व्यक्तींनी, डबीतली रक्षा जवळपासच्या, नदीकाठच्या शेतात भूमीत मिसळून यावं आणि घरी येऊन शक्य असल्यास स्नान करावं. घरच्या देवांना नमस्कार करावा.

६) या व्यक्ती परत येईपर्यंत, हा सर्व विधी आता शेवटच्या टप्प्यात भोजनप्रसादानं तडीला जातो. त्याची दरम्यान तयारी करून, देवांना नैवेद्य दाखववावा आणि आलेल्या सर्व मंडळींना भोजनप्रसाद द्यावा.

काही मंडळी अशा प्रसंगी भोजनास येत नाहीत, काहींना येणं शक्य होत नाही. अशा तऱ्हेनं तिसऱ्या दिवशी भोजनाला येऊ न शकलेल्या व्यक्तींना प्रसाद, विशेषतः रव्याचे लाडू नंतर पोचवण्याची प्रथा पडली आहे. हे असे लाडू पोचवूनही ते खाल्ले जातातच असं नाही. त्यापेक्षा हे का केलं जातं, ते लक्षात घ्यावं. पहिल्या दिवशी अंत्यसंस्काराच्या वेळी अशा मंडळींनी संबंध असोत वा नसोत, प्रसंग ओळखून आपल्याला जी मदत केलेली असते, तिची जाणीव ठेवून कृतज्ञता व्यक्त करणं, हा भाव त्यामागं आहे. तो ओळखला तर, या प्रथेऐवजी तीन दिवसांनंतर आपल्या सवडीनुसार, अशा न आलेल्या व्यक्तींच्या घरी जाऊन, त्यांनी केलेल्या मदतीबद्दल कृतज्ञता व्यक्त करावी. तसं जाणं शक्य नसल्यास, निदान फोन करून किंवा मेसेज करून ही मदतीबद्दलची कृतज्ञता व्यक्त करावी.

७) या प्रसादानंतर कालमानपरिस्थितीनुसार जमलेल्या व्यक्ती आपापल्या नोकरी, उद्योग, व्यवसायाला परतू शकतात. आधी म्हटल्याप्रमाणं, पितृमार्गानं जाऊनसुद्धा पुन्हा आपापल्या प्रपंचात कर्तव्यासाठी परतणं हे रूढ आहेच. त्यानुसार विधी, शुभाशुभ, काकस्पर्श, चौदा दिवसीय कार्य – हे करण्याचं स्वातंत्र्य आपल्याला आहेच.

परंतु या गोष्टींवर आता बदललेली परिस्थिती, व्यावसायिकता, कर्मांची आवश्यकता व शास्त्रीयता, विविध कारणांनी निर्माण झालेला वेळेचा अभाव, त्यातही हे करायचं झाल्यास, त्यात अकारण जाणारे कामकाजाचे दिवस, अकारण जात–येत राहाणं, पाहिल्यावरही अनेक विधी न पटणं, कृतज्ञता जपण्याच्या अन्य अनेक कृतींची सामाजिक गरज असणं – अशी अनेक प्रश्नचिन्हं निर्माण झाली आहेत. यासाठी या तीनदिवसांच्या विधींचं शास्त्रशोधन, प्रयोग आणि योजना भगवंताच्या

आणि संतांच्या आज्ञेनं करण्यात आली आहे. त्याला मिळणारे प्रतिसादही विधायक व वाढते आहेत.

मात्र हा मार्ग मुळात तीनच दिवसांचा, तसा समंत्रक, कळणारा, पटणारा, सर्वांना सहभागी होता येण्यासारखा, बिनखर्चिक, वेळेची बचत करणारा – असा असल्यामुळं तो **'तेवढ्यासाठी'** स्वीकारला जाऊ नये. या मार्गानं त्याचं रास्त फल करणाऱ्याला जरूर मिळत असतं. परंतु ज्याच्या त्याच्या कर्मांनुसारच त्याला गती मिळत असते, हे संतवचन लक्षात ठेवावं. आपल्या वैयक्तिक उद्धाराला गतव्यक्तीच्या सद्गुणांतून प्रेरणा घ्यावी, पण आपलीकर्मं या प्रसंगाच्या निमित्तानं अधिकाधिक शुद्ध आणिस्वतःला पुढं अंतकाली उत्तम गती देणारी ठरावीत,यासाठी या प्रसंगापासूनच कुटुंबीय व संबंधित मंडळीखालील प्रकारच्या कृती तेथील अनुकूलतेप्रमाणंकरतात, करू शकतात –

१. वृक्षारोपण

२. झाडांना पाणी घालणं

३. श्रमदान करणं

४. नित्यनेमानं दानानं पैशाचं शुद्धीकरण करणं

५. सार्वजनिक स्वच्छता, निराधारांना मदत इ. समाजकार्यात सहभाग घेणं

६. हयात व्यक्तींशी कृतज्ञतेनं वागणं

७. स्वतःपुरते नामस्मरणाचे संकल्प करणं, ते पुढं स्वतः पाळणं इत्यादी

८. अशा विधींची व्यवस्था उपलब्ध करून देणाऱ्या संस्था, संबंधित वाहनचालक इत्यादी यंत्रणांना उचित दान करणं

९. या निमित्तानं सवडीनं आपले कुणी परंपरागत गुरुजी किंवा तत्सम व्यक्ती असतील तर त्यांना उचित दान करणं

१०. आपलं श्रद्धास्थान असलेल्या ठिकाणी अन्नदानाची, सेवेची व्यवस्था असल्यास, त्यात आठवणीनं, शरीरकष्टानं भाग घेणं.

११. अवर्षण, अतिवृष्टी अशा नैसर्गिक आपत्तींच्या प्रसंगी तनमनधनानं मदत करून सामाजिक ऋण फेडणं.

१२. स्वतः गोसेवा करणं

१३. गोशाळांना मदत करणं इ.

श्री सद्‌गुरूंची आरती

सुखसहिता दुखरहिता निर्मळ एकांता । कलिमलदहना गहना स्वामी समर्था ।
न कळे ब्रह्मादिका अंत अनंता । तो तू आम्हा सुलभ जय कृपावंता ।।१।।

जयदेव जयदेव जय करुणाकरा ।
आरती ओवाळू सद्‌गुरुमाहेरा ।। धृ ।।

मायेविण माहेर विश्रांती ठाव । शब्दी अर्थ लाभ बोलणी वाव ।
सद्‌गुरुप्रसादे सुलभ उपाव । रामी रामदासा फळला सद्‌भाव ।।२।।

गुरुपदाची आरती

जय देव जय देव जय श्री गुरुपदा ।
अनंतरूपे प्रकटुनि उद्धरिशी जगता ।।धृ।।

चार खाणींमध्ये जीव जन्मले ।
वासनायोगाने इहलोकी भ्रमले ।
स्वस्वरुपा विसरोनी देहमय झाले ।
जिज्ञासारूपाने तू जागृत केले ।।१।।

कोठुनि आला जीव ओळख तू देशी ।
जगी जगावे कैसे ते तू बोधीशी ।
कोठे जाणे जीवा ध्येय दावीशी ।
सार्थक जीवनाचे साधुनिया देशी ।।२।।

जेथे अडला जीव सावरण्या येशी ।
हाक देती आर्त तू प्रकट होशी ।
धर्म ना, पंथ ना, भेद ठेवीशी ।
छत्र आभाळापरि सर्वांवरि धरिशी ।।३।।

संत सत्पुरुष अन् अगणित अवतार ।
आजहि नाना रूपे घेशी आकार ।
वर्णन करण्या देवा तुमचे उपकार ।
दीना पडते अपुरे शब्दभांडार ।।४।।

१. हा मार्ग सर्वांसाठी आहे. त्यात धर्म–पंथ,स्त्री–पुरुष, गरीब–श्रीमंत असे कुठलेही भेद नाहीत.स्वतःला पटल्यास त्याप्रमाणं तो घरातल्या किंवा गरज पडल्यास जवळच्या मृत व्यक्तींसाठी चालता येतो, तसंच आपल्या मागंही यापद्धतीनं वाटचाल करण्याची इच्छा सांगून ठेवता येते.

२. यात वेद–वेदान्त, धर्म, निर्णय, तर्क, भाव, व्यवहार, परिस्थिती, कालमान–अशा गोष्टींचा यथोचित मेळ आहे. (यात ऋग्वेद, अथर्ववेद, आश्वलायनसूत्र,याज्ञवल्क्यसंहिता, शतपथ, विविध निर्णयांची निर्णयसिंधू, धर्मसिंधू, अन्त्येष्टिप्रयोग हे पारंपरिक ग्रंथ व त्यांतील अनेक ऋषी व स्मृतिकारांची मेळ न बसणारी मतं, तसंच अलीकडील मृत्यूचं माहात्म्य आदि ग्रंथांचा आवश्यक विचार केला आहे.) आत्ताचा हा कालमानपरिस्थितीला व मूळ हेतूला धरून असलेला सोपा मेळ, स्वतःला विचार केल्यावर पटू शकतो. फक्त आचरणात आणताना इतरांनाही त्याचंऔचित्य सांगून एकमतानं, भावानं व निर्धारानं चालणं अधिक इष्ट आहे.

३. याची नीट कल्पना घरातल्या विशेषतः स्त्रियांना नसल्यास, आपण अग्निसंस्काराहून परत येईपर्यंत, कुणी रूढी माहीत असलेली मंडळी पीठ टाकून, दिवा लावून, टोपली ठेवून पारंपरिक कर्मं करतात. आपण आल्यावर या मार्गाची कल्पना देऊन, तो दिवा शांत झाल्यावर, तेथील सर्व स्वच्छता करून, पुढं या मार्गानं गेलं तरी चालतं.

दरम्यान घरातल्या मंडळींनी सर्वांसाठी साधा स्वयंपाक घरी करावा. ती मंडळी आलेल्यांना भेटण्याच्या कामात असल्यास, इतर नातेवाईकांनी किंवा शेजारच्या व्यक्तींनी हा स्वयंपाक त्यांच्याऐवजी

करावा. अशी घटना कोणत्या वेळी घडते त्यानुसार, हा स्वयंपाक करावा. पहिल्या दिवशीही अंत्यसंस्काराहून परत आलेल्या मंडळींची स्नानं झाल्यानंतर त्यांनाही घरी जेवायला वाढावं. परंतु, अवेळ, रात्रीची वेळ असल्यास, प्रकृतीची प्रतिकूलता असल्यास, फळं, केळी, दूध – अशा वस्तू अन्नपदार्थांऐवजी द्याव्यात. त्या दिवशी शेजाऱ्यांनी त्यांच्या घरून पिठलं–भात आणून देण्याची प्रथा आहे. प्रसंग घडलेल्या घरी अशुभामुळं–सुतकामुळं स्वयंपाक करू नये, अशी समजूत झाली आहे. यात अशुभाचा–सुतकाचा विषय नसल्यामुळं, स्वयंपाकघरात पुरेशी जागा असल्यास, त्याच घरी हा स्वयंपाक करण्यासही हरकत नाही.

मात्र, काही घरी या प्रसंगानंतर बरीच वर्दळ असते. स्वयंपाकघर मोकळं नसतं, अशावेळी शेजारून कुणी असं साधं भोजन आणून द्यावं, हे व्यवहार्य आहे. पिठलं–भात अशी विशिष्ट प्रथा सोयीमुळं पडली आहे. ती चालेल पण, वरण–भात, आमटी–भात असे पर्यायही या मार्गात चालू शकतात.

४. पहिल्या दिवशीपासूनच्या सर्व संस्कारात मूळ भक्तिभावाची बैठक असल्यामुळं, स्त्रियांना अडचणींच्या दिवसांतही यात भाग घेता येतो.

५. ज्यांना परंपरेमुळं, स्वभावामुळं, वयामुळं संस्कारांच्या ठिकाणी जाण्यात भय वाटण्याची शक्यता आहे, अशा व्यक्ती सोडून, इतर लहानथोर, स्त्रीपुरुष सर्वांनी या तीनही दिवसांच्या विधीत जिज्ञासा व कृतज्ञता म्हणून जरूर भाग घ्यावा. अशुभ, भय यांचं सावट दूर होतं. निर्भयता येते. मूळ कृतज्ञतेची जोपासना एरवीच्या आयुष्यातसुद्धा कशी करावी, याची कल्पना आल्यामुळं, स्वतःला आणि इतरांना लाभ होतो.

६. यातील अग्निसंस्कार पुत्र, कन्या, आप्तयांबरोबरच अन्य कुणी श्रद्धावान व्यक्तीही करू शकते. यात तिसऱ्या दिवशी परंपरेतल्या दहाव्या दिवसाप्रमाणं केस कापण्याची वगैरे जरूर नाही. सर्व कर्मांना

स्नानानं शुद्धी आहे. घरातल्या देवांची पूजा अंतरू नये, घरात त्यावेळी असलेल्या इतर कुणी किंवा नेहमीप्रमाणं स्वतः स्नान करून करावी.

७. हे तीन दिवसांचं कार्य मुळातच शुभ कार्य आहे. त्यामुळं रूढीप्रमाणं चौदाव्या दिवसाच्या कार्यानंतर देवाला जाण्याची, दुखवटा काढण्यासाठी वस्त्रं देण्याची प्रथा काही ठिकाणी असते, तिचा याविधींच्या बाबतीत काही प्रश्न उद्भवत नाही. कुणी प्रथा म्हणून वस्त्र दिल्यास नाकारू नये. तीच गोष्ट देवदर्शनाबाबतीत आहे. तीन दिवसांत विधी संपत असले तरी, त्याची कल्पना इतरांना असतेच असं नाही. त्यामुळं, विधी संपल्यानंतर देवाला जाण्याची प्रथा असली तरी, सार्वजनिक देवस्थानी लगेच जाऊ नये. त्याऐवजी, रोज घरच्या देवांना नमस्कार करीत असावं. पंधरा दिवसांनी, अशा तऱ्हेनं सार्वजनिक देवस्थानी दर्शनाला जावं. म्हणजे लोकांच्या प्रश्नांना अकारण तोंड द्यावं लागणार नाही. तसंच आपला, अशा देवांना जाण्याचा नित्यक्रम असल्यास, तो पंधरा दिवसांनी पुन्हा सुरू करता येईल.

८. मूळ विधी तीन दिवसांत संपत असले, तरी इतर सर्वांना त्याची कल्पना असतेच असं नाही. त्यामुळं या पद्धतीनं विधी पूर्ण करून नातेवाईकांचा व स्वतःचा वेळ अवश्य वाचवावा, पण गतव्यक्तीचा फोटो, समई, फुलं अशी व्यवस्था पुढं आठ–दहादिवस ठेवावी व शक्य असल्यास भेटायला येणाऱ्या व्यक्तींसाठीही वेळ द्यावा.

९. शुभ–अशुभ, दहावा–चौदावा, वेगळे अन्नपदार्थ, विधींसाठी कुणी बाहेरच्या व्यक्तींची गरज– अशा अनेक गोष्टींचा पगडा मनावर असतो. त्यांतल्या अनेक गोष्टी कालबाह्य झालेल्या असल्या, स्वतःला पटत नसल्या, तरी असा कालोचित सुगममार्ग चालतानासुद्धा, इतरांच्या प्रतिक्रियांना तोंड देण्याचीव स्वतः ते आचरण्याची भीती वाटू शकते. तिला स्थान देऊ नये. इतिहासात वेळोवेळी कालबाह्य झालेल्या परंपरा

तर्कनिष्ठ व श्रद्धावान व्यक्तींनी धैर्यानं बाजूला करून, नवे, उचित मार्ग चालले आहेत, हे विसरू नये. 'परंपरा परीक्षूनी घ्यावी निवडूनि आदरे । त्याज्य ते टाकिता धैर्ये, मनी भीती नको बरे।'(विचारगीता/२३) नवे मार्ग आचरताना पाहिल्यावर, अभ्यासल्यावर, स्वतः आचरल्यावर अधिक पटतात, हे लक्षात ठेवून आचरण्याचा निर्धार करावा.

१०. या ठिकाणी हे अवश्य लक्षात घ्यावं की, आपल्याच प्रांतात अनेक पंथांत, धर्मांत अशा तऱ्हेनं तीन दिवसांचे विधी पूर्वीपासूनच आचरले जात आहेत आणि त्यात कुणाचं अकल्याण झालेलं नाही. त्यामुळं, या विधींचा स्वीकार करण्यात फार वेगळं वाटण्याचं कारण नाही. यात कालानुरूप बदल, सर्वसमावेशकता, भाव आणि विचार यांना आजच्या काळाला गरजेचं असलेलं योग्य स्थानही दिलं गेलेलं आहे.

११. आत्मा हा शब्द अनेकजण वेगवेगळ्या अर्थांनी वापरत असतात, हे लक्षात घ्यावं. त्यामुळं तो दहा दिवस घोटाळत असतो, काकस्पर्शानं तो मुक्त झाला का हे कळतं, वगैरे कल्पना उद्भवतात. आधी स्पष्ट केल्याप्रमाणं, मनुष्याला पूर्वकर्मांचे परिणाम संपवून, शक्यतो भक्तीसारख्या सोप्या मार्गानं, निर्वासन होऊन, भगवंताकडं जाण्यासाठी मिळालेला देह, मनाच्या रूपानं आधीच्या आणि आत्ताच्या कर्मांना प्रेरणा देणारा व बांधणारा वासनादेह आणि शरीर अंतकाळापर्यंत कार्यक्षम ठेवणारं निर्मल चैतन्य – आत्मस्वरूप श्वास, असे तीन घटक वाट्याला आलेले असतात. कालाच्या मुदतीप्रमाणं देह पडताक्षणी भक्तिमार्ग – शरणागती, निरपेक्ष, आदर्श कर्मं, योगमार्ग – यांनी मनुष्याचा वासनादेह एकतर नाहीसा होतो नाहीतर, अधिक शुद्ध होऊन, कर्मंपरिणाम संपवण्यासाठी सूक्ष्म रूपानं श्वासाबरोबर बाहेर पडतो. तर, भगवत्स्वरूप श्वास–चैतन्य विश्वचैतन्याशी शेवटच्या उच्छ्वासाबरोबर एकरूप होऊन जातं.

संतांनी म्हटल्याप्रमाणं, अंतकाळापर्यंत जिवानं केलेल्या सर्व कर्मांनी जाणाऱ्या जीवाला गती किंवा मुक्ती प्राप्त होत असते. इतरांनी नंतर केलेल्या अशा संस्कारांचा उपयोग, त्यांचं स्वतःचं जीवन सुसंस्कृत होण्यासाठी होत असतो, याचं स्पष्ट आकलन या कृतज्ञतामार्गात आहे. इतकंच काय, श्री ज्ञानेश्वरीत म्हटल्याप्रमाणं, अंतकाळी अशा श्रद्धेच्या व्यक्तीचा उद्धार करण्यासाठी, स्वतः विश्वरूप भगवंत सेवेला उभा असतो. त्यामुळं, त्या अर्थानं त्या क्षणानंतर,गेलेल्या व्यक्तीचं मागं काही उरत नाही. म्हणून मृतव्यक्ती परतणं, जीव दहा दिवस घोटाळणं, तिच्या वासना– यांच्याशी हयात व्यक्तींचा कसला संबंध नसतो. त्यामुळं त्याबद्दल भय बाळगू नये. त्यापेक्षा आपण मुक्त कसे होऊ, या विचाराला लागावं !

१२. निःश्रेयस् म्हणजे इहलोकीचं निरुपाधिक समाधानी जीवन. ते जगण्याची इच्छा असलेल्यांसाठी विवेक व सर्वांना सुसाध्य भक्ती – हे मार्ग म्हणजे पारमार्थिक जीवन होय. भक्तिमार्गाच्या ठेवणीला हा सर्वांना चालता येण्यासारखा मार्ग आहे. काहींची पूर्वीची ठेवण भक्तिमार्गाची नसली आणि त्यांना हा मार्ग पटला, तरी ते या विधींच्या निमित्तानं भक्तिमार्गाकडं वळून या मार्गाचा लाभ घेऊ शकतात. पुढं अशा व्यक्तींनी श्रद्धेनं नाम, उपासना सुरू करावी, हे चांगलं. आपण भक्तिमार्गातले नाही किंवा त्याविषयी आपण पूर्वी काही केलं नाही, त्यामुळं हा भक्तिमान लोकांसाठी असलेला मार्ग आता आपण कसा चालणार, अशी शंका घेऊ नये. त्याऐवजी आत्ता या क्षणी आपल्याला गरजेच्या वेळेला, पूर्वी कुठं पाहिलं म्हणून म्हणा किंवा हे वाचून पटलं म्हणून म्हणा, आज हा मार्ग श्रद्धा ठेवून आचरला तरी चालेल, हे लक्षात घ्यावं.

आत्ताची तातडीची गरज असलेले तीन दिवसांपुरते मुद्दे समजून घ्यावेत, त्यानुसार श्रद्धेनं कृती कराव्यात. नंतर सवडीनं या दोन महत्त्वाच्या मार्गांतला फरक आणि या अधिक शुद्ध केलेल्या देवयान मार्गातला संतप्रणीत सोपेपणा, सर्वसमावेशकता या गोष्टी लक्षात घ्याव्यात. एरवी आपलं मन अधिक शुद्ध होण्यासाठी संतांनी सांगितलेलं नाम श्रद्धेनं घ्यावं. सद्ग्रंथ वाचनात ठेवावेत. सत्संगतीत राहण्याचा जास्तीत जास्त प्रयत्न करावा. म्हणजे मग त्यावेळेला घडलेला मृत्यू आणि हे तीन दिवसांचे कृतज्ञताविधी हे एक सात्त्विक निमित्त ठरून, त्यामुळं आपल्या आयुष्याचं कल्याण करणारी, श्रद्धेची, संतमार्गाची आपली वाटचाल पुढं सुरू होईल. त्यामुळं एरवीही वैयक्तिक, कौटुंबिक समाधान राहील.

१३. वेळ, मार्गदर्शक व्यक्ती किंवा खर्चाची बचत व्हावी म्हणून हा मार्ग तेवढ्यापुरता कृपया निवडू नये. कालबाह्य परंपरा, रूढी, अंधश्रद्धा, विविध भेदयांना फाटा देऊन, थेट परमेश्वराशी श्रद्धेच्या आचरणानं, नामानं संपर्क साधून, परमेश्वराशी तादात्म्य होण्याचा–मुक्तीचा हा मार्ग म्हणजे एक जीवनपद्धत आहे. तीन दिवसांचे निर्याणविधी हा त्यातला एक भाग आहे. या भावनेनं याचा स्वीकार करावा.

भाग : १ - कृतज्ञतामार्गाच्या भूमिकेचं श्रवण

(या विधींमागील भूमिकाभाग : १ ध्वनिमुद्रित स्वरूपात लावावीकिंवा जबाबदार व्यक्तीनं भूमिका वाचून दाखवावी.)

सर्व उपस्थितांना सादर नमस्कार !

अग्निसंस्काराचे मराठी मंत्र म्हणण्यापूर्वी या 'कृतज्ञतामार्गा'च्या तीन दिवसांच्या विधींची व्यवस्था आपण समजून घेऊ. कृतज्ञतामार्ग हा केवळ अशा विधींपुरता मर्यादित नाही. म्हणून 'कृतज्ञते'च्या सद्‌गुणाची गरज आणि जोपासना यांसाठी जिज्ञासूंनी मूळ मार्ग 'कृतज्ञतामार्ग' या सविस्तर पुस्तकातून जाणून घेण्याची कृपा करावी, ही विनंती.

आता आपण या मार्गाची प्राथमिक भूमिका थोडक्यात श्रवण करूया.

नुकताच देह ठेवून गेलेल्या आपल्यातल्या व्यक्तीला अंतिम निरोप देण्यासाठी, आवर्जून आलेल्या सर्व मंडळींना कृतज्ञतापूर्वक अभिवादन! गतव्यक्तीशी कुणाचे कुटुंबीय म्हणून तर, कुणाचे आप्त, मित्र, व्यवसायबंधू, शेजारीपाजारी, शिक्षक, विद्यार्थी, गुरू, शिष्यवर्ग, सामाजिक कार्यकर्ते – अशा अनेक प्रकारांनी या व्यक्तीच्या आयुष्यात संबंध आले असतील. देहात असताना आलेल्या या संबंधांचं स्मरण ठेवून, या आदरणीय गतव्यक्तीला, त्याच्या देहाला, आदर्श अशा अग्निसंस्कारानं निरोप देताना, आपण आपल्या संबंधांचं स्मरण तर करीत आहोतच पण, त्या व्यक्तीचं ऋण फेडण्याचं एक सत्कर्मही आचरीत आहोत.

हा निरोप देण्याच्या प्रसंगात, वैयक्तिकदृष्ट्या वियोगाचं दुःख असणं हे स्वाभाविक आहे. पण, हे आपण समजून घेऊया की, आत्ता आपण ज्या पद्धतीनं तो निरोप देत आहोत, त्यावर पारंपरिक अशुभाचं सावट मात्र नाही ! निसर्गाकडून किंवा निर्गुण ईश्वराकडून, प्रत्येकाला एका शुभ मुहूर्तावर देहानं आकाराला येण्याची संधी एकेकाळी मिळाली. जन्मभर, आपापली प्रारब्धं, कर्मस्वातंत्र्याप्रमाणं कर्मं करण्याची आणि ईश्वरानं योजलेल्या वेळी जन्माची सांगता करण्याची मिळालेली संधी, हीसुद्धा तशीच शुभ होय. त्यामुळंच या ठिकाणी येताना आणि या भूमिकेनंतरही भगवंताचं पवित्र नाम आपण घेत आहोत. प्रत्यक्ष अग्नी देतानाही या रामाच्या किंवा अन्य नामाचं वैखरीनं स्मरण करीत, देहाची आहुती नामानं आपण देत आहोत.

पूर्वीपासूनयासाठी निर्माण झालेल्या आचारांमध्ये, मृत्यू अशुभ समजून अंत्यविधीपासून दिवसकार्य, तिलतर्पण, पिंडदान, वर्षश्राद्ध किंवा त्यानंतरही येणारी श्राद्धकर्मं सांगितलेली आहेत. त्यामागं गतव्यक्ती त्याच्या पूर्वजांच्या स्थानी जाऊन, केलेल्या कर्मांचे परिणाम सोसून, पुन्हा देहात येण्याची इच्छा गृहीत धरलेली असते.

त्याचबरोबर मृत्यू अशुभ मानल्यामुळं, या कर्मांबरोबर एक प्रकारचं भयही वावरत असतं. आपल्याकडं प्रचलित असलेल्या मुख्य दोन मार्गांपैकी, हा पितृमार्ग – पितृयानमार्ग होय.

त्यात याला पूरक अशी कर्मकांडं वाढत जाणं, केल्या जात असलेल्या – कर्मांचा संस्कृत मंत्रांचा अर्थ न कळणं, व्यावसायिकता येणं, अशा विधींना अनावश्यकपणे अनेक दिवस लागणं, कालानुरूप दोषशोधन न होणं, झाल्यास ते न स्वीकारलं जाणं, जन्माच्या सांगतेचं पवित्रपण– शुभमयता, मंगलमयता मृत्यूला असताना, अशा विधींवर अशुभाचं अकारण सावट येणं– अशा अनेक कारणांनी या मार्गातली

कर्मं हळूहळू अंतरत चालली आहेत. काहीवेळा, ती समाजाच्या दडपणाखाली किंवा प्रतिष्ठेचा भाग म्हणून करण्याचाही कल दिसतो. तसंच भयानंही करण्याचा कल दिसतो.

म्हणून, यात वेदकालापासून आजकालच्या शुद्ध, सात्त्विक मार्ग चालणाऱ्या संतांपर्यंत सर्वांनी, दुसरा देवयानमार्ग, कालानुरूप शुद्ध करीत आणलेला आहे. तो सर्वांना आचरण्यासारखा, समान, पटणारा, बदलक्षम आणि सुटसुटीत आहे. त्यामागं आपल्याला सृष्टीतला सर्वोत्तम असलेला नरदेह देणाऱ्या निसर्गाविषयी, आपापल्या उपास्य दैवताविषयी कृतज्ञता बाळगून, श्री ज्ञानेश्वर माउलींनी म्हटल्याप्रमाणं,पुन्हा या 'देहाच्या कैदेत' पडायला लागणार नाही, अशी कर्तव्यं आणि उपासना करून, देहात असताना किंवा देह पडताना आनंदानं, कृतज्ञतेनं आपापल्या दैवतांशी एकरूप होण्यावर देवयानमार्गाचा भर आहे.

अशा अर्थानं जगायचं झालं तर, निसर्ग, व्यक्ती, समाज, संस्था, आपल्याला जगायला मदत करणाऱ्या अनेक यंत्रणा – यांचे उपकार लक्षात ठेवून, त्यांचं उतराई होण्यासाठी अंतिम क्षणापर्यंत कार्यरत राहण्यानं, कालानुरूप येणारा मृत्यू ही जीवनाची सार्थकता आणि शुभसांगता ठरते. अशा तऱ्हेचं कृतज्ञतेनं जगलेलं जीवन, भक्तिप्रधान वाटचाल ही व्यक्तीच्याच नव्हे तर, समाजाच्या, निसर्गाच्या व्यवहारालाही औचित्याची आणि स्वास्थ्याची आहे, हे कुणालाही पटण्यासारखं आहे.

त्यातही देवयानमार्गातल्या देवदेवतांना आकाराला आणणाऱ्या मूळ, निर्गुण, अनाम ईश्वरी शक्तीकडं थेट जाण्याची पवित्र इच्छा धरणं, हे देवयानमार्गाचं तर्कशुद्ध, प्रगत स्वरूप होय. त्या अर्थानं, असं जीवन जगणं म्हणजे,'सगुणाचेनि आधारे, निर्गुण पाविजे निधरि' किंवा 'पुनरपि संसारा येणे नाही' अशा संतवचनांचं आदर्श प्रात्यक्षिकच होय ! या

मार्गाचा खुलासा संबंधित पुस्तकात आपण नंतर अवश्य वाचावा. मानवी जीवन हे खऱ्या अर्थानं माणुसकीचं घडतं, ते सद्‌गुणांच्या जोपासनेमुळं. त्यात कृतज्ञता हा अगदी प्राथमिक पण महत्त्वाचा, मन सुसंस्कृत करणारा केंद्रबिंदू होय. माणसाला मुक्त करणाऱ्या आणि समाजजीवनाला विधायक मदत करणाऱ्या,या जीवनपद्धतीला त्यामुळंच 'कृतज्ञतामार्ग' असं म्हटलं आहे.तो जसा जीवनभर चालण्याचा मार्ग आहे, तसा जीवनाच्या शेवटीही, जीवनाच्या संधीबद्दल देवाचं नाम घेऊन कृतज्ञ राहण्याचाही आहे. या गतव्यक्तीला, नामात अग्नीच्या स्वाधीन करणं, ही कृतीही इतर कसलीही कर्मकांडं टाळून, इतरांनी करण्याची कृतज्ञतेची कृतीच आहे.

या दोन्ही मार्गांतला मूळ कृतज्ञतेचा गाभा कायम ठेवून स्वीकारलेला हा अधिक शुद्ध, देवयानमार्ग – कृतज्ञतामार्ग आहे. संपर्क माध्यमांची सहज उपलब्धता, नवी कार्यक्षेत्रं, बदलती जीवनपद्धती यांमुळं माणसाला असलेला वेळेचा अभाव – अशा अनेक गोष्टी लक्षात घेऊन, या कृतज्ञतामार्गात गरजेच्या अशा तीन दिवसांच्या विधींचीच योजना केली आहे. त्यामुळं यानंतर उद्याचा दिवस हा भेटीगाठी तसंच हा मार्ग अधिक समजून घेण्यासाठी संबंधित पुस्तकाचं वाचन, यांसाठी आहे. तर, नंतरच्या तिसऱ्या दिवशी रक्षापूजनाची भूमिका, त्यासाठी मराठी मंत्र, प्रत्यक्ष पूजन आणित्यानंतर प्रसाद होऊन, हा तीन दिवसांचा शुभविधी समाप्त होईल.

पुढं तिथीप्रमाणं वार्षिक कृतज्ञता विधी वैयक्तिक असेल आणि सर्वपित्री अमावस्येच्या दिवशी सार्वत्रिक वार्षिक कृतज्ञता विधी यांचीही योजना आहे. असा सार्वत्रिक वार्षिक कृतज्ञता विधी वैयक्तिकरित्याही करता येतो. या विधींनाही, या संबंधी जिज्ञासा असलेल्या, सश्रद्ध

मंडळींनी यावं व सहकार्य करावं, ही कुटुंबियांच्या वतीनं सर्वांना विनंती !

यानंतर अग्नी देण्यापूर्वी ध्वनिमुद्रित मराठी मंत्र लावले जातील. त्यात सर्व स्त्रिया–पुरुष–मुलं सहभागी होऊ शकतात. 'नाम्ना सादृगुण्यम्'अर्थात कुठल्याही कर्मात राहणारी उणीव, भगवंताच्या नामानं पूर्ण होते, या भावनेनं रामनामात किंवा अन्य नामात गतव्यक्तीला आता आदरपूर्वक अग्नी दिला जाईल !

***

भाग: २ - प्रत्यक्ष अग्नी देण्यापूर्वी सर्वांनी म्हणावयाचे मंत्र

(अग्नी देताना हे ध्वनिमुद्रित मंत्र लावले जातील. त्यात सर्व उपस्थितस्त्रिया-पुरुष हे मंत्र म्हणून भाग घेऊ शकतात.)

॥ॐ॥

सृष्टिच्या चालका हे प्रभु, जन्ममृत्यू तुझी दया।
अगम्य बुद्धीस मनुजाच्या, जाणुनी स्थिर राहुया॥१॥

जगण्यास लागते संधी, लाभते ती तुझ्यामुळे ।
प्रारब्धे आणि कर्तव्ये, घडे उद्धार त्यामुळे ॥२॥

महाभूतांस तू आज्ञा, देउनी देह घडविशी ।
पूर्वकर्माप्रमाणे तो, या लोकी तूच धाडीशी ॥३॥

तुझे स्मरण राखूनी, कर्तव्ये आम्हि आचरू ।
पुन्हा तुझ्याकडे येण्या, सत्कर्मे नित्य ती करू॥४॥

आज आम्ही इथे जमलो, आप्तस्वजन लोकही।
ठेविला देह अमुच्यातिल, ज्यांनी त्यागून सर्वही ॥५॥

आज हा जीव आजन्म, मानवी जन्म लाभुन ।
जगला अमुच्यामध्ये, आप्तस्वजन होउन ।।६।।

जन्मदात्यास, देवास, स्मरून जगला असे ।
आज आज्ञा तुझी होता, देह तो परत देतसे ।।७।।

कर्मे अर्पण होवोत, देहासहित सर्व ती ।
शुद्ध होऊन परमात्मन्, निःशेष बनुदे स्थिती ।।८।।

प्रार्थनापूर्वक हे अग्नी, आहुती तुज देउया।
महाभूतांस ज्याचे ते, देउनी ऋणि राहुया ।।९।।

नेई तुझ्या सवे जीव, देवमार्गावरी अता ।
ज्योतीत ज्योत मिळवी ही, जीवाला दे पवित्रता ।।१०।।

कर्मे निर्दोष या जगती, करिता कधि न होत ती ।
नाम्ना सादगुण्य भावाने, नामाने, करु पूर्ण ती ।।११।।

।। श्रीराम ।।

तिसऱ्या दिवशी सकाळची कर्मं

अस्थि-रक्षासंचयन व मंत्रपठण

तिसऱ्या दिवशी सकाळी आठ वाजता दहनस्थळी जाऊन रक्षा, अस्थी –यांचं संचयन करून, व्यावहारिकदृष्ट्या ती भूमी पुन्हा उचित वापरासाठी स्वच्छ करून देणं – हे आपलं कर्तव्यच आहे. त्यात उपलब्धतेनुसार गोमूत्र शिंपडणं, गोमयानं (गाईच्या शेणानं) भूमी सारवून देणं, शक्य असल्यास करावं. त्यानंतर घरी जमलेल्या सर्व आप्तेष्टांना श्रद्धांजली वाहता यावी म्हणून, डबीतून रक्षा घरी आणावी.

परिस्थितीनुसार विद्युत्दाहिनी किंवा तत्सम साधनं असतील, तर अशी अल्प प्रमाणात राहिलेली रक्षा यावेळी उपयोगात आणावी.हे अस्थिरक्षासंचयन करताना खालील मंत्र लावून ठेवावा किंवा म्हणावा. काम पूर्ण होईपर्यंत नामस्मरण करावं.

भाग: ३ - अस्थि-रक्षासंचयन मंत्र

लाभे या जगती जिवास प्रकृती, आणि जशी आकृती ।
कर्तव्ये जगुनी अखेर जगती, लाभे जिवाला गती ।।१।।
मृत्यूनंतर देह अग्निस दिला, आज्ञा प्रभूची जशी ।
अस्थिसंचयना अता अम्हि करू, वंदून रक्षा तशी ।।२।।

।। श्रीराम ।।

भाग : ४ - तिसऱ्या व अंतिम दिवसाची भूमिका

आजच्या या रक्षापूजनाच्या आणि विसर्जनाच्या कार्यक्रमाची भूमिका आता आपण ऐकूया.

'देह ठेवून नुकत्याच गेलेल्या आपल्यातल्या व्यक्तीबद्दल, कृतज्ञता भाव अर्पण करण्यासाठी, इथं होणाऱ्या या उपासनेला उपस्थित असलेल्या सर्वांना कृतज्ञतेनं अभिवादन. व्यक्तींचा आपल्या आयुष्यात संबंध आल्यावर, त्यात्या संबंधांनुसार वेगवेगळ्या प्रकारचं त्या व्यक्तीचं ऋण आपल्यावर असतं. कालाच्या क्रमानं आणि ईश्वराच्या इच्छेनं, त्या व्यक्तीचं निर्वाण झाल्यावर, आपली परिस्थिती,विचार, देशकालमान यांनुसार, काही कृती करून, त्यांचं आपल्यावर असलेलं हे ऋण फेडणं, हे आपलं एक कर्तव्यच आहे.

त्यासाठी पूर्वापार दोन मुख्य विचारधारा आणिमार्ग चालत आलेले आहेत. एक कर्मांचा आहे आणि दुसरा अनन्य भक्तीचा आहे.

कर्म, कर्मफळं शुद्ध करून पितृमार्गानं जाणं आणि पुन्हा प्रपंचात परतणं, हा आपला एक पितृमार्ग आहे. त्या मार्गाचा विधी, शुभाशुभ, काकस्पर्श, दिवसकार्य अशा स्वरूपाच्या कर्मांच्या बाजूवर जास्त भर आहे, तर भक्तमंडळींसाठी श्री ज्ञानेश्वर महाराजांसारख्यांनी प्रतिपादन केलेला, सर्वांना समानपणे उपलब्ध असलेला आणि आपल्या प्रस्थानत्रयीतील वेदान्त–उपनिषदं आणि गीतेपासूनचालत आलेला पुरातन देवमार्गही आहे.

ईश्वराचं नामस्मरण करून, आपली कर्तव्यं करून, ईश्वराला ती अर्पण करणं आणि ईश्वराला शरण जाऊन, मृत्यूनंतर त्याच्या कृपेनं पुन्हा ईश्वररूप होणं, हा आपला देवयान मार्ग आहे. हे दोनही मार्ग तसे श्रद्धेचेच आहेत. पण आपल्याला आपल्या आचारधर्मानुसार अधिक अनुकूल वाटतील, काळाप्रमाणं उचित वाटतील, पटतील ते चालण्याचं स्वातंत्र्यही आहे. ईश्वरी कृपेनं भक्तिभावाची ओळख झाल्यानं देवमार्गानं, नामाच्या स्मरणात, देह अग्निसंस्कारानं पृथ्वीला परत करावा आणि आता तिसऱ्या दिवशी त्याची रक्षा प्रतीकरूपानं, प्रार्थनेनं, पूजनानं आणि संतांच्या आशीर्वादानं शुद्ध करून ती भूमीत मिसळून द्यावी, हे या आजच्या अंतिम टप्प्यातल्या संस्कारात अभिप्रेत आहे.

तसंच त्यासाठी पंचमहाभूतांच्या, विशेषतः भूमीच्या, देवाच्या ऋणातून उतराई व्हावं म्हणून, फुलांनी रक्षापूजन करून देवमार्ग चालण्याचा हा प्रयत्न आहे. श्री भगवंतांनी म्हटल्याप्रमाणं–

उपासना जसे करिती, जाती जीव तिथे तसे ।
देवलोकी पितृलोकी, माझे माझ्याकडे तसे ।।(भावगीता अ.९/२५)

या वचनाप्रमाणं देह ठेवलेला जीव पूर्ण मुक्त होऊन भगवंतापर्यंत थेट परत जावा, ही मनोमन इच्छा आहे. तसंच श्री ज्ञानेश्वर माउलींनी खात्री दिल्याप्रमाणं –

मने, वाचा, करणी । देव भजती जे भजनी ।
ते शरीर पडता क्षणी । देवलोकी जाती ।।(समओवी अ.९/३५५)

त्यामुळं देवलोकी जाण्यासाठी, श्रद्धेनं केलेल्या आजच्या या विधीमध्ये, कृपया सर्वांनी मनोमन सहभागी व्हावं, अशी सर्वांना नम्र प्रार्थना !

भाग : ५ - तिसऱ्या दिवसाचे प्रार्थनामंत्र

(भूमिका ऐकून व वाचून झाल्यानंतर उपस्थित मंडळींनी खालील प्रार्थनामंत्र सामुदायिकपणे म्हणावेत. गतव्यक्तीविषयीचे गुणस्मरण करावे. शेवटी कृतज्ञतेची तुळशीफुले वाहावीत.)

।।श्रीराम।। ।। सब संतन की जय ।।

आत्मस्वरूप परमात्मन्, हे प्रभो, सृष्टिचालका ।
प्रार्थनापुष्पांस स्वीकारी, हे सद्बुद्धिप्रदायका ।।१।।

अवघ्या जगावरी माया, दया सर्वांवरी असे ।
जडावरी जसे प्रेम, चेतनविश्वावरी तसे ।।२।।

मनुष्यजन्म हा लाभे, त्याला ना तुलना असे ।
पुण्ये ना जाणतो अमुची, कर्तृत्व अमुचे नसे ।।३।।

भाग्याने देह हा लाभे, तीही केवळ तुझी कृपा ।
स्मरण घडणे कृपेचेही, आज आहे नवी कृपा ।।४।।

आकार देउनी आम्हा, धाडिता जन्म लाभला ।
जगती उचित ते पूर्ण, करण्या देह हा दिला ।।५।।

जाणून जगण्यासाठी, सावधान करी सदा ।

कालौघात स्वरूपाचे, भान राहोत सर्वदा ।।६।।

समान सम आनंदी, असता आम्ही सर्वही ।
विसरून तुला भगवन्, आणिले विविध स्वार्थही ।।७।।

भेदाने नटविली सृष्टी, तुझे ते बाह्य वैभव ।
निर्मिता अंतरी भेद, चुकतो आम्ही मानव ।।८।।

याची जाणीव देऊनी, भाग्याची कल्पना दिली ।
आचारधर्म शोधूनी, संतांनी प्रेरणा दिली ।।९।।

मानवी जन्म ही संधी, तसे पुढती कळे असे ।
देहाने व्यक्त जो होई, तोच अव्यक्त होतसे ।।१०।।

जन्माचे वेगळे सुख ना, मृत्यूचे दुःख ना असे ।
शुभाशुभ पुन्हा भेद, मानवी बुद्धिचा असे ।।११।।

जन्माने विसरतो देव, तो जन्म शुभ कोठला ।
मृत्यूने आठवे देव, पाहिजे शुभ मानला ।।१२।।

खरे तर असे भेद, कल्पना तर्क आणती।
आधी आहे, पुढे आहे, सच्चिदानंद ही स्थिती ।।१३।।

देहाची आकृती आणि, वासनादेह सोबत ।
हलके करणे चित्त, इतुके जीवनामृत ।।१४।।

आम्ही तुझ्यामध्ये होतो, येण्यापूर्वी जगात या ।
चैतन्ये आत वावरशी, असता आम्ही जगात या ।।१५।।

तसे आम्ही तुझ्यामध्ये, जाऊ विलय पावुनी ।
पुन्हा राहू तुझ्यामध्ये, सच्चिदानंद होउनी ।।१६।।

आम्ही जे आप्तसंबंधी, मित्रवर्ग, हितेच्छुही ।
घडले ज्यांस देहांतर, त्यांचे कृतज्ञ सर्वही ।।१७।।

निराकार परमात्मन्, मुक्त हा जीव परतला ।
एकत्वे पूर्ववत् नांदो, 'तेथे'हा जीव 'तेथला'।।१८।।

पृथ्वीचे मृत्तिका भस्म, करूया परत ते तिला ।
स्नेह, अक्षत राहू दे, भाव जल फुलातला ।।१९।।

।। ॐ शांतिः शांतिः शांतिः ।।

गतव्यक्तीविषयी गुणस्मरण

यानंतर गतव्यक्तीविषयी या श्रद्धांजलीच्या पवित्र कार्यास उपस्थित असलेल्या मुलं, मुली, आप्त, नातेवाईक, संबंधी, मित्रमंडळी अशा व्यक्तींपैकी ज्यांना इच्छा असेल, त्यांनी गेलेल्या व्यक्तीच्या गुणांचं, आपल्याशी आलेल्या संबंधांचं, उपकारांचं, त्या व्यक्तीच्या काही सद्गुणांचं, आठवणींचं थोडक्यात स्मरण करावं. त्या स्मरणामुळं गतव्यक्तीविषयी आदरभाव तर वाढतोच, पण त्या व्यक्तीनं अनेकांवर केलेल्या उपकारांची, अनेक गोष्टींची माहिती होते, सद्भावना वाढतात, अनेकांना त्यामुळं आपल्या आयुष्यात अनेक चांगले गुण जोपासण्याची प्रेरणा जरूर मिळते. जो या कृतज्ञता विधीचा खरा उपयुक्त गाभा आहे.

कृतज्ञतेचं पुष्पार्पण

या कृतज्ञता स्मरणानंतर त्या कृतज्ञतेचं प्रतीक म्हणून, उपस्थित सर्वांनी व्यक्तीच्या फोटोला, डबीतील रक्षेला फुलं वाहावीत.

सर्वांची फुलं वाहून झाल्यानंतर विधी करणाऱ्या जवळच्या व्यक्तीनं स्वतः फुलं वाहून खालील मंत्र म्हणून या विधीची सांगता करावी.

सांगतेचा मंत्र

कृतज्ञता गुण हा थोर, श्रद्धेने कर्मि आचरू ।
होण्या कल्याण सर्वांचे, अंती त्या ईश्वरा स्मरू ।।

सद्‌गुरुनाथ महाराज की जय ! सब संतन की जय !

।।ॐ शांतिः शांतिः शांतिः ।।
।।ॐ तत् सत् ब्रह्मार्पणमस्तु ।।

सांगतेचा भोजनप्रसाद

त्यानंतर सर्वांना प्रसादासाठी थांबण्याचं आवाहन करावं. नंतर पंगती घेऊन व्यक्तींच्या सोयीनुसार साधा महाप्रसाद सर्वांना द्यावा. आलेल्या व्यक्तींना कामाला जाण्याची गडबड असल्यास किंवा काही व्यक्ती इच्छा असूनही येऊ शकल्या नसल्यास, त्यांना नंतर भेटून आभार मानावेत किंवा आभाराचे फोन करावेत.

कृतज्ञताविधींच्या पूर्णतेनंतर नित्याच्या दैनंदिन जीवनाची सुरुवात

इथं या मार्गातले सर्व विधी संपले. आता आपला नित्यक्रम, दैनंदिन जीवन पूर्ववत् सुरू करावं. ते करताना सुरुवातीला आपल्या घरातल्या देवांना दिवा लावावा व प्रार्थनापूर्वक नमस्कार करावा. यानंतर आपल्या इच्छेनुसार पंधराव्या किंवा आपल्या सोयीच्या दिवशी उदकशांत हा एक शुभविधी करण्यास हरकत नाही.

।। श्रीराम ।। ।। ॐ तत् सत् ।।

सामुदायिक वार्षिक कृतज्ञता दिवस - सर्वपित्री अमावस्या

प्रास्ताविक

आधीच्या प्रकरणात मूळ धर्मविधींच्या मागं जो कृतज्ञतेचा अर्थ आणि त्यामागील हेतू यांची उपयुक्तता आपण पाहिली आहेच. रूढ असलेल्या प्रथेमध्ये पुढं प्रतिवर्षी त्या त्या व्यक्तीच्या श्राद्धाच्या दिवशी तिथीप्रमाणं पारंपरिक वर्षश्राद्ध पितृमार्गानं जाणाऱ्यांनी करावं. या मार्गाप्रमाणं जाणाऱ्या व्यक्तींनी असं गतव्यक्तीचं वार्षिक स्मरण तिथीप्रमाणं किंवा तारखेप्रमाणं इथं दिलेली भूमिका व मंत्र यांच्या साहाय्यानं करावं. हे स्मरण जबाबदार व्यक्तीनं स्वतः कुटुंबियांसह किंवा कुणी त्यास हजर राहू शकत असल्यास त्यांच्यासह करावं. त्यात शक्यतो एक तास, तीन तास मौनजप असावा. मंत्र व पुष्पार्पण झाल्यावर भोजनप्रसाद–अन्नदान, कृतज्ञतेच्या अन्य कृती कराव्यात.

त्या गतव्यक्तीच्या वर्षश्राद्धाबरोबरच आपल्याशी संबंधित असलेल्या आईवडील, इतर नातेवाईक, आप्त, लहानपणापासूनचे वेगवेगळे उपकारकर्ते, विद्यागुरू, दीक्षागुरू, मित्रमंडळी – अशा सर्व गतव्यक्तींचं स्मरण पारंपरिक मार्गात महालय श्राद्धात विशिष्ट तिथीप्रमाणं केलं जातं. ते करण्यामागचा हेतू अर्थातच, कृतज्ञता जपण्याचा असून तो चांगला आहे, याबद्दल दुमत नाही.

परंतु त्यातही विविध कर्मकांडं, त्यांना निघालेले व निघत असलेले पैशाधारित पर्याय – यांमुळं संतनगरीत त्यासाठी एक प्रतिवार्षिक कृतज्ञता दिवस सर्व लहान थोरमंडळी मिळून स्मरणपूर्वक पाळतात. सर्वपित्री अमावस्येच्या व श्री ब्रह्मानंदांच्या निर्याणाच्या दिवशी सकाळी हा कृतज्ञतेचा शुभविधी होतो. दुपारीदेवांना व सर्व गतव्यक्तींना नैवेद्य दाखवून प्रसाद होतो.या किंवा अशा तऱ्हेनं कृतज्ञता जपणं – याची गरज स्पष्ट आहे. माणसाला घराण्यातल्या पूर्वजांचं त्याचबरोबर

आपल्यावर उपकार करणाऱ्या नात्याच्या किंवा अन्य सर्व व्यक्तींच्या उपकारांचं, त्यांच्यातल्या गुणांचं, त्यांनी केलेल्या संस्कारांचं स्मरण राहाणं, स्वतःच्या आयुष्यातल्या उन्नतीसाठी गरजेचं आहे, हे खरं.

पण त्याची कुठल्याना कुठल्या निमित्तानं आठवण होणं, हे निकडीचं आहे. माणसाचा विस्मृतीचा स्वभाव पाहाता, अशी आठवण होत राहिली तरच, ती लाभदायक ठरेल. त्यामुळं आपापल्या पूर्वजांचं त्यात्या तारखेला व्यक्तिशः स्मरण करणं–हा मार्ग किमान नामस्मरणाच्या रूपानं अवलंबला जातोच, परंतु या पद्धतीनं सामुदायिक स्वरूपात केलेलं कृतज्ञतेचं स्मरण, सर्वांना या अर्थानं जागं ठेवण्यासाठी उपयुक्त ठरतं. अशा सर्वपित्रीच्या सामुदायिक विधीत भाग घेता येणं शक्य झालं तर ठीकच, पण ते शक्य न झाल्यास, आधी उल्लेखल्याप्रमाणं त्या दिवशी आपल्या घरी स्वतः किंवा आपल्याबरोबर सहभागी होऊ इच्छिणाऱ्या व्यक्तींसह हे सार्वत्रिक स्मरण करावं. त्यासंबंधी वार्षिक कृतज्ञता मंत्र म्हणण्यापूर्वी वाचली जाणारी भूमिका अशी –

भाग : ६ - वार्षिक कृतज्ञता दिवसाची भूमिका

'कृतज्ञता हा मन सुसंस्कृत करणारा भारतीय संस्कृतीतला एक केंद्रबिंदू आहे. त्यानं मनुष्याचं व्यक्तिजीवन उत्तम घडून उद्धार होतोच, पण अशा सुसंस्कारित मनानं मनुष्य समाज स्वास्थ्यासाठीसुद्धा उपयुक्त बनतो. कृतज्ञतेचा आचार अर्थातच आजीवन चालणारी गोष्ट आहे. धर्मविचारामध्ये, विविध कृत्यांमध्ये गतपूर्वजांचं कृतज्ञतेनं स्मरण करण्यासाठी तिलतर्पण, पिंडदान, भोजन, दक्षिणा–अशी कर्मं सांगितली आहेत. त्यात कर्मकांडं वाढत गेल्यामुळं आणि कालानुरूप दोषशोधन न

झाल्यामुळं, ही कर्मं हळूहळू अंतरत चालली आहेत. त्याचा परिणाम समाजावर दिसतो आहे.

वास्तविक व्यक्ती असताना दसरा, पाडवा किंवा त्या व्यक्तीचा वाढदिवस अशा एखाद्या शुभदिनी प्रत्यक्ष कृतींनी, वस्तूंनी ही कृतज्ञता व्यक्त करणं, हे अधिक मोलाचं आणि बदलत्या काळालाही पटणारं आहे. पण मृत्यूनंतरच्या या कृत्यांवर भर दिल्यामुळं, इकडं झालेलं दुर्लक्ष कमी करून, आता कालोचितबदल करण्याची गरज निर्माण झाली आहे. या कर्मांवर पूर्वापार चालत आलेलं अशुभाचं सावटही दूर करण्याची गरज निर्माण झाली आहे. व्यक्ती देहात असताना प्रकट केलेली कृतज्ञता उत्तम आणि शुभ आहेच, तितकीच ती नंतर स्मरणात ठेवणं, त्यासाठी प्रतीकात्मक कृती करणं आणि त्यातही गत व्यक्तीच्या गुणांचं स्मरण करणं, आचरण करणं हेही शुभच आहे.

त्यासाठी प्रथम संबंधित व्यक्ती हयात असताना या कृतज्ञतेची अभिव्यक्ती करणं, हे प्रधानकर्म संतनगरीत व्यक्तिशः केलं जातं. त्याशिवाय वर्षातून एखाद्या दिवशी उदा. पारंपरिक पितृपक्षातल्या अमावस्येला गत पूर्वज–आप्तसंबंधी आणि संतमंडळी यांचं कृतज्ञतापूर्वक प्रतीकात्मक अर्घ्यदानानं सामूहिक स्मरण केलं जातं.

कृतज्ञता बाळगणं, त्याची जाणीव ठेवून कृती करणं, अशा व्यक्तींबद्दल श्रद्धा बाळगणं– हे सर्वदेहात असलेल्या मातापिता, संबंधी, संत इत्यादींच्या बाबतीत आपापल्या इच्छेनुसार करणं सर्वांनाच शक्यआहे. पण अशा कुणी व्यक्ती हयात नसतील, तर त्यांच्या बाबतीत कृतज्ञतेची अर्घ्यदानाची प्रतीकात्मककृती करणं – त्यांच्याशी संबंधित असलेल्या आजच्या व्यक्तींना शक्य आहे. ते केल्यानंतर त्या व्यक्तीपासून मिळालेल्या आणि त्यांच्यात्यांच्या आयुष्यात उपयोगी पडलेल्या एखाद्या गुणाचं स्मरणही या उपक्रमात शेवटी केलं जातं.

याशिवाय इथं ज्या संतांच्या छायेमध्ये सर्वच लहानथोर कुटुंबीय वावरत असतात, त्या आणि इतरही अव्यक्त संतमंडळींना आदरानं अर्घ्य देण्यात सर्वांना सहभागी होता येतं. संत एका अर्थानं देहात नसले आणि सूक्ष्म रूपानं विद्यमान राहून अनुभव देत असले, तरी अशा प्रसंगी अशा मुक्तिदात्या संतांचं स्मरण सर्वजण कृतज्ञतेनं करतात.

माणसावर सुसंस्कार करणाऱ्या एका लुप्तप्राय होत चाललेल्या प्रथेचं हे कालोचित, उपयुक्त, व्यापक आणि मूळ हेतूचं भान जागवणारं पुनरुज्जीवन आहे ! त्यासाठी हे नवे प्रतिसांवत्सरिक मराठी मंत्र !'

भाग : ७ - वार्षिक कृतज्ञता मंत्र व सांगता मंत्र

(आचमन, प्रार्थना)

श्री परमात्म्यास स्मरुनी, देववाणीसही तसे ।
कर्म निर्विघ्न करण्यास, गणेशाला नमू तसे ।।१।।

पूर्वकर्माप्रमाणे मज, लाभला नरदेह हा ।
इतिहास जाणणे, स्मरणे, कर्मे करण्या समर्थ हा ।।२।।

पूर्ण करण्यास प्रारब्धे, प्रयत्ने देव गाठण्या ।
नरदेहापरी साधन, न दुजे हित साधण्या ।।३।।

मला तसे कुणालाही, लाभे दुर्लभ साधन ।
लाभे ज्यांच्या कृपेने ते, स्मरूदे नित्य हे मन ।।४।।

श्राद्धपक्ष तयासाठी, पिंड–तर्पण–भोजन ।
योजिले धर्मकर्त्यांनी, सुसंस्कृत करण्या मन ।।५।।

कर्मे वा साधने, कर्ते, नुरता जे जसे हवे ।
मूळ हेतूस धरुनी, देवमार्ग क्रमू नवे ।।६।।

(संकल्प – देवमार्ग क्रमू नवे)

जन्मदाते पितामाता, प्रपिता आणि पूर्वज ।
कुणालाही जगी वंद्य, संबंध नित्य देहज ।।७।।

तितुकेच श्रेष्ठ संबंधी, पत्नी, श्वशुर, आत्मज ।
त्यांचेही ऋण देहास, नातेवाईक जन्मज ।।८।।

असेच ऋण जीवास, शेजारी, मित्र वा गुरू ।
जगण्यास साह्य सर्वांचे, सदाचे असते सुरू ।।९।।

कृतज्ञ राहणे त्यांचे, आहे मनुजलक्षण ।
नसता कृतज्ञता मग ते, ठरते पशुजीवन ।।१०।।

याहीपुढे मनुष्याचे, ध्येय अंतिम जे असे ।
संपवणे प्रारब्ध या जन्मी, मुक्तिही गाठणे तसे ।।११।।

त्यासाठी सद्‌गुरू, संत, जे जे अपुल्यास भेटती ।
कृतज्ञता जपणे त्यांची, आजन्म दुर्लभ नित्य ती ।।१२।।

श्रद्धा, कृतज्ञता आणि, कृती हे मर्म यांतिल ।
अर्घ्य तर्पण दाने ही, कर्मे गौण तयांतिल ।।१३।।

उपकारांचा कुणी कर्ता, प्रत्यक्ष असता जगी ।
भावाने कर्म प्रत्यक्ष, त्यांसाठी करणे जगी ।।१४।।

श्रद्धेच्या कृति या श्रेष्ठ, खरी श्राद्धे जगात या ।
आनंदा देत सर्वांना, जगताना जगात या ।।१५।।

कधी ते शक्य ना असते, प्रतिकूल परिस्थिती ।
कधी ना करता येते, व्यक्ती देहात असुन ती ।।१६।।

शुभदिनी, वाढदिवसास, व्यक्त करणे कृतज्ञता ।
अनुकूल म्हणुनी जमले, ओळखणे भाग्य सर्वथा ।।१७।।

मृत्यूनंतरही भाव, उपकार स्मरणे कसे ।
त्यास हा श्राद्ध वा पक्ष, मार्ग गौण असा असे ।।१८।।

आता जे करणे ते ते, प्रतीकात्मक जाहले ।
अर्घ्य द्या, दान द्या त्यात, मुख्य स्मरण हे भले ।।१९।।

सर्वांस आदरे स्मरणे, शुभभाव इथे वसे ।
अशुभ, भय नसे त्यात, प्रेमे ते करणे असे ।।२० ।।

माता वा आप्तसंबंधी, सद्‌गुरू संत वा कुणी ।
सूक्ष्म या जगती ग्रहण, करती सद्‌भाव जे मनी ।।२१।।

भूतली वावरती संत, देह ते ठेविती जरी ।
प्रेमे अर्घ्य तया द्यावा, जागृत ते जगी जरी ।।२२ ।।

कृतज्ञता, शब्द वा श्रद्धा, या खरे कार्य साधिती ।
नसती जे अता देही, तरी त्यांस निवेदिती ।।२३।।

कृतज्ञता तशी कर्मे, मार्ग मोठा अपूर्वही ।
अंतःशुद्धी घडे त्याने, घडे संबंधशुद्धिही ।।२४।।

देहात असता ज्यांनी, संस्कार, उपकार जे ।
दिले त्यामुळे दिसती, जगी दिवस आज जे ।।२५।।

आपुले जीवन समृद्ध, करण्या गुण लाभले ।
स्मरुया आज ते सारे,टिकण्या,जगण्या भले ।। २६।।

कृतज्ञता दिन हा वार्षिक, जाणुनी मर्म आचरू ।
शुभकर्मे अमावस्या, प्रकाशमय ही करू ।।२७।।

आता पूर्वोक्त भावाने, क्रमाने अर्घ्य अर्पुया ।
अंति या सर्व संतांना, सर्वही अर्घ्य देउया ।।२८।।

(सर्व अर्घ्य देणे, फुले अर्पण करणे, पुढील प्रार्थना म्हणणे)

देवही तृप्त भावाने, तृप्त ते मनुज, संतही ।
देवोत सर्व आशीर्वच, कल्याणा चिंतोत सर्वही ।।२९।।

कर्म करण्यात न्यूनाधिक, त्यासाठी मागतो क्षमा ।
देवहो, पूर्ण करा सर्व, एवढी प्रार्थना तुम्हा ।।३०।।

।।ॐ शांतिः शांतिः शांतिः ।।
।।ॐ तत् सत् ब्रह्मार्पणमस्तु ।।

।।विष्णवे नमो, विष्णवे नमो, विष्णवे नमः ।।

(गुणस्मरणानंतर सांगतामंत्र)

सांगतेचा एक मंत्र

कृतज्ञता गुण हा थोर, श्रद्धेने कर्मि आचरू ।
होण्या कल्याण सर्वांचे, अंती त्या ईश्वरा स्मरू ।।

सद्‌गुरुनाथ महाराज की जय !
सब संतन की जय !

१२. ...भक्तांचिया तनुत्यागी । परिचर्या करी ।।

मनुष्यजन्मासारखी संधी सर्व सृष्टीतल्या जीवांचा विचार करता दुसरी नाही. या नरदेहाची धन्यता पूर्ण निर्वासन होऊन, सर्वार्थांनी मुक्त होण्यात आहे. त्यासाठी खरंतर एक जन्मच पुरेसा आहे. पण, मनाच्या तावडीत कळतनकळत सापडल्यामुळं, मनुष्यदेहाबरोबरच सूक्ष्म वासनादेह तयार होतो. तो शुद्ध झाला तर, निर्वासन होऊन, याच जन्मी मनुष्य सुखदुःखांपलीकडं जाऊन, कर्तव्यकर्मं करीत असतानाही, मुक्तावस्थेत जगू शकतो आणि निसर्गक्रमाप्रमाणं अत्यंत समाधानात देहत्यागही करू शकतो.

हा वासनादेह शुद्ध करण्यासाठी विचार, आचार, शुद्ध कर्मं आणि कर्मफलांचा त्याग – यांसाठी वेगवेगळे संस्कार वेदपूर्वकालापासून अस्तित्वात आले आहेत. हे आचार अमलात येण्यासाठी लागणारी बुद्धीची शुद्धता आणि स्थैर्य देणाऱ्या आचारपद्धतीला 'धारणात् धर्म इत्याहुः' किंवा 'आचार लक्षणो धर्मः' असं सोप्या शब्दांत म्हटलं आहे. वडील, आजोबा अशा वयानं, अनुभवानं ज्येष्ठ असलेल्या व्यक्तींचे आदर्श समोर ठेवून, त्यांच्यासारखी सद्गती मिळवण्यासाठी दिलेला आचारांचा पहिला मार्ग पितृयानमार्ग आहे. दुसरा मार्ग, विशिष्ट देवांची भक्ती करून त्यांच्यापर्यंत पोचण्याचा देवयानमार्ग आहे. कृतज्ञतामार्ग हे देवयानमार्गाचं अधिक शुद्ध स्वरूप आहे. भगवंताच्या स्मरणात कर्तव्यं करून परमश्रेष्ठ भगवंताशी तादात्म्य पावून, मुक्त होऊन, पुन्हा न परतण्यासाठी दिलेला नामप्रधान – सुलभ भक्तिमार्ग आहे.या सर्व मार्गांचा हेतू, यासाठी लागणाऱ्या श्रद्धेचे उत्तम संस्कार देण्याचाच आहे.

फरक पडतो तो, पुन्हा आपल्याला परत सुखाच्या इच्छेनं हा मनुष्यजन्म हवा आहे की, अधिक चांगल्या – देवलोकात राहून परत

यायचं आहेकी, पूर्ण मुक्त होऊन निर्गुण भगवंतात कायमचं एकरूप होऊन जायचं आहे – याबाबतीत आहे. व्यक्तींच्या ध्येयात आणि त्यामुळं आचारांत इथं फरक पडतो. त्याचे हे क्रमानं पितृमार्ग, देवयानमार्ग, इथला शुद्ध देवयानमार्ग – कृतज्ञतामार्ग – हे मार्ग आहेत. त्यातल्या या मार्गात 'मामुपेत्य पुनर्जन्म दुःखालयमशाश्वतम् । नाप्नुवन्ति महात्मानः संसिद्धिं परमां गताः' अर्थात, अशा भक्तिमार्गानं 'पुनर्जन्म न विद्यते।' म्हणजे पुन्हा ही मनुष्यजन्माची यातायात – सुखदुःखं वाट्याला येत नाहीत. तो मार्ग स्पष्ट करण्यासाठी आणि संबंधित आचार, काळाला अनुकूल करून देण्यासाठी, संतांच्या आज्ञेनं आणि इच्छेनुसार, या कृतज्ञतामार्गाचं या पुस्तकात विवरण केलं आहे. त्यामुळं,या मार्गांपैकी कुठल्याही मार्गाची निवड करून त्यानुसार आचार करणं, याचं स्वातंत्र्य प्रत्येकाला आहे.

त्यात हा मार्ग समोर ठेवण्याची कारणं – त्याचा सोपेपणा, तर्कशुद्धता, अवडंबरांचा निरास, कालबाह्य विधींचा, रूढींचा परिहार, मानवी जीवनाला आलेल्या गतिमानतेशी सुसंगतता राखणं, मार्ग कुणालाही स्वतःला चालता येण्याइतपत सोपा, बिनखर्चिक असणं – अशा स्वरूपाची आहेत. रूढ देवयानमार्गात शिरलेले देवदेवतांचे भेद, भक्तांचे त्याबद्दलचे आग्रह, परंपरा, त्यामुळं होणारं विघटन, श्री माउलींनी वर्णन केलेली विपरित भक्ती – अशा गोष्टींच्या शुद्धिकरणातून हा शुद्ध देवयानमार्ग–कृतज्ञतामार्ग आकाराला आलेला आहे.

वेदकालापासून मुळातच ही अशुभाची, शोकाची कल्पना त्याज्य समजून, आवश्यक त्या क्रिया करण्यावर,काळानुसार त्यात बदल करण्यावर भर दिला आहे, हे लक्षात घेण्यासारखं आहे.(अथर्व.१८.४.४४, आश्वलायनसूत्र ४.२.३, याज्ञ ३.११,

अलीकडील इ.स.१९४० मधील अन्त्येष्टिप्रयोग हे अभ्यासपूर्ण पुस्तक इत्यादी) त्या बाबतीत वेगवेगळ्या सूत्रकारांमध्ये असलेल्या मतमतांतरांसाठी धर्मसिंधू, निर्णयसिंधू, शुद्धिप्रकाश, भारतीय संस्कृतिकोषाचे खंड आदि ग्रंथही कृपया पाहावे. त्यामुळं त्या मार्गातही रूढीप्रिय, सुधारणावादी इत्यादी भेद आढळून येतील. पितृमार्गानं जाणाऱ्यांनी त्याचा अभ्यास व विचार करावा, ही विनंती.

कृतज्ञतामार्गाचं नावीन्य आणि उपयुक्तता, गरज अधिक कळावी या दृष्टीनं मा. हीराभाई ठक्कर यांचं 'कर्माचा सिद्धांत' आणि विशेषतः 'मृत्यूचं माहात्म्य' ही पुस्तकं अवश्य वाचावीत.

हे सर्व लक्षात घेता, पूर्वपरंपरेचा गाभा, गीतेतील स्पष्ट आधार, श्री ज्ञानेश्वरीमधील स्पष्ट, व्यवहार्य, अनुभवसिद्ध संतवचनं – यांनी सोपा करून दिलेला, आजीवन चालता येण्यासारखा हा कृतज्ञतामार्ग, व्यक्तीला अधिक सुसंस्कृत करणारा, समाजजीवनाला सद्‌गुणांच्या आचारांमुळं स्वास्थ्य देणारा आहे. याच जन्मी सदाचारानं, निरपेक्षपणे कर्तव्याचरण करणाऱ्यांना तसंच त्याला समर्पणबुद्धी, नाम – यांनी भक्तिमार्गाची ठेवण जन्मभर देणारा हा मार्ग आहे. तो चालणाऱ्याला इच्छा, कल्पना, वासना इत्यादींनी भरलेल्या मनापासून–वासनादेहापासून आचरणाच्या क्रमाप्रमाणं हेच जीवन जगताना मुक्त करणारा आणि पुढचं जीवन ईश्वराच्या इच्छेनं आनंदानं, समाजकल्याणार्थ जगण्याची आदर्श बैठक देणारा आहे.

त्या अर्थानंच, श्री ज्ञानेश्वर माउली, श्री तुकोबा अशा जीवन्मुक्त संतांपासून, या शतकातल्या श्री गोंदवलेकर महाराज, श्री विश्वनाथ महाराज आदि संतांनी स्वानुभवानं या तऱ्हेचा देवयानमार्ग शुद्ध व सोपा करून दिला आहे. त्यामुळं तो व्यक्तीला पुन्हा जन्माची, सुखदुःखांची, अडकण्याची अशी कसलीही भीती तर ठेवीत नाहीच, पण त्याच्या

भक्तीच्या तळमळीप्रमाणं त्याच्या देहाच्या अंताच्या आधीच वासनादेह, मन यांचा नाश करतो. भगवंतांनी आपल्या वचनात खात्री दिल्याप्रमाणं, त्याच्या देहाच्या अंतकाळी उलट स्वतः येऊन, भगवंत, त्याला गरज पडेल ती त्याची सेवा करतो आणि देह टाकताच, वासनादेह आधीच नष्ट झालेला असल्यामुळं, त्याच्या आत्मरूपाला विनायास स्वतःत एकरूप करून घेतो ! (ज्ञा. ८.१२३ ते ८.१३१.)

असा हा पुरातन कालापासून संशोधित होत आलेल्या आचाराचा, संतांनी सर्वांना कल्याणभावनेनं अधिक सोपा करून दिलेला 'कृतज्ञतामार्ग', आपणा सर्व जिज्ञासू, विचारी, प्रयोगशील, जाणकार वाचकांच्या चरणी विचारार्थ आणि उचित वाटल्यास आचारार्थ, ठेवला आहे. तो त्यांनी रुजू करून घ्यावा, ही प्रार्थना !

---

१३. परिशिष्टांविषयी

परिशिष्ट १ : इथं पुढं दिलेली 'विचारगीता', ही जीवनाचा सर्वांगीण अनुभव मांडणारी एकाध्यायी रचना आहे. दुसऱ्या दिवशी, मधल्या काळात किंवा एरवी केव्हाही, इतर ग्रंथांच्या वाचनाबरोबर, या विचारगीतेचा वाचनासाठी उपयोग होऊ शकेल. या गीतेचा उपयोग केवळ याच प्रसंगासाठी नसून, ती एरवीही, आपलं सर्व आकलन ताजं ठेण्यासाठी, संतुलित ठेवण्यासाठी, आपल्या कृती विवेकी ठेवण्यासाठी तसंच प्रत्येकाला अत्यंत जवळच्या व अनुभवाच्या श्वासरूप परमेश्वराची जाणीव होईल आणि विचारानं, भक्तीनं त्यापर्यंत पोचता यावं, हा त्या रचनेचा हेतू आहे. ती अध्ययन व स्वानुभव यांवर आधारलेली आहे. आजही ही रचना असंख्य लोकांच्या म्हणण्यात, नित्यपठणात आहे. इथं मांडलेल्या मार्गाशीही ती निगडित आहे. ती यासंबंधात व एरवीही हाताशी असावी, म्हणून या परिशिष्टात दिली आहे.

परिशिष्ट २ : यामध्ये दिलेली 'ऋणस्मरणमाला' ही इथं वर्षानुवर्ष कृतज्ञतेच्या स्मरणासाठी आणि आचरणासाठी, लहानांपासून थोरांपर्यंत सर्व व्यक्ती वेळोवेळी म्हणत असतात. आईवडिलांपासून परमेश्वरापर्यंत सर्व घटकांच्या असलेल्या उपकारांचं या निमित्तानं स्मरण होऊन, त्याला अनुरूप कृती होतात. त्याचाही या मार्गाशी संबंध असल्यामुळं मध्यंतरीच्या किंवा एरवी घरात, शाळेत, कौटुंबिक – वैयक्तिक उपासनेत म्हणण्यासाठी, या मालेचा उपयोग होऊ शकेल. म्हणून ती इथं दिली आहे.

परिशिष्ट : १

एकाध्यायी विचारगीता

आहे शुद्ध विचाराचे, स्थान मोठे जगात या ।
ज्ञानाचे, बुद्धिचे काम, वाढले शतकात या ।।१।।

विचारे सार शोधावे, ज्याने त्याने स्वतंत्रसे ।
अल्पबुद्धी इथे आहे, थोड्के दिधले असे ।।२।।

देहाचे जाणुनी मोल, द्यावे स्थान तया खरे ।
निसर्गाच्या क्रमे त्याचे, योग्य ते करणे बरे ।।३।।

चैनीत ठेवणे नाही, त्याची आबाळही नसो ।
आजन्म कष्ट करण्याची, शक्ती त्यात सदा वसो ।।४।।

कष्टाने मिळविणे पैसा, दाने शुद्ध सदा घडो ।
चालेना त्याविना तरिही, कोणी लोभात ना पडो ।।५।।

एक वेळ कमी चाले, अती क्षोभास कारण ।
विनाकष्ट, अती जेथे, दु:खी होईल जीवन ।।६।।

स्वजनांच्या दक्ष कर्तव्यी, गुंतणे तेथ ना जरी ।
गरजा, स्वार्थ जाणूनी, वर्तणे नित्य अंतरी ।।७।।

सुखाला सर्व नात्याचे, जोडिती नसले तरी ।
नसे नाते कधी दु:खा, पोरके जगते घरी ।।८।।

प्रारब्धाचा जमे मेळा, एक त्यातील आपण ।
हीच अंतिम ठरे भेट, जरी सावध जीवन ।।९।।

प्रपंच फाटका आहे, राजा रंक कुणी जरी ।
बाहेर दिसते त्याला, भुलणे कधि न अंतरी ।।१०।।

अपुरा आतुनी असतो, रंगढंग वरी जरी ।
दोष ना त्यात कोणाचा, पण जाणून हे करी ।।११।।

स्वावलंबी हरेकाने, व्हावे शक्य तिथे, तसे ।
होते साह्य तया योगे, ज्यांना ते जमले नसे ।।१२।।

अहंकार नसो ज्याला, जमले स्वावलंबन ।
कृपा त्यात असे जाणा, नसे स्वाधीन तनमन ।।१३।।

संस्था, सृष्टि, समूहांचे, आजन्म ऋण मानवा ।
फेडणे ते पुढे आहे, एक कर्तव्य या जिवा ।।१४।।

कर्माचे दास ना व्हावे, कर्मे नित्य जरी करी ।
ध्येयास युक्त ती घ्यावी, बाकीची टाळणे बरी ।।१५।।

कौशल्य निवडीमध्ये, कर्मे करण्यातही असे ।
साधते ज्यास तो थोर, अंती मुक्त सदा असे ।।१६।।

शब्द, सूर तशा रेषा, कला माणूस घडविती ।
अंतरंगे मनुष्यांची, समृद्ध करिती किती ।।१७।।

अकृत्रिम कलाविश्व, सृष्टीमध्ये वसे खरे ।
निरहंकार कसे कर्ते, तेथे ते शिकणे बरे ।।१८।।

घडण्या कार्य कुठलेही, होण्या सुकर जीवन ।
व्यवस्था लागते तेथे, थोडे नियमपालन ।।१९।।

वेष वा देश वा न्याय, कुटुंबे, कर्म, धर्म वा ।
व्यवस्था मानवी साऱ्या, स्मरणे नित्य मानवा ।।२०।।

म्हणुनी दोष व्यवस्थांत, कोणी, कोठे करो किती ।
निर्जीव कायदे-शब्द, चैतन्यास न बांधती ।।२१।।

निर्व्यवस्था नसे मार्ग, करावे दोषशोधन ।

व्यक्तिचे स्वास्थ्य, स्वातंत्र्य, गाठणे ध्येय पावन ।।२२।।

परंपरा परीक्षूनी, घ्यावी निवडूनि आदरे ।
त्याज्य ते टाकिता धैर्ये, मनी भीती नको बरे ।।२३।।

ध्येयाची वर्तनी गाठ, घालता हो परंपरा ।
काळ-प्रश्न नवे येता, शोधणे नव उत्तरा ।।२४।।

शस्त्रे, रसायने, शास्त्रे, औषधे, परमाणु वा ।
वाढती सुखविज्ञाने, झेप ही दिव्य मानवा ।।२५।।

परी होता तसा आहे, कर्ता मानव आदिम ।
स्वार्थ, दंभ, विकाराला, कोठे उत्तर उत्तम ।।२६।।

खरी स्पर्धा स्वत:शीच, बाकी दु:खास कारण ।
समाधान खरी प्रगती, बाकीचे ढीग दारूण ।।२७।।

येथले येथ ठेवावे, लागते सर्वही धन ।
घरेदारे असो सत्ता, मृत्यूने पारखे जन ।।२८।।

मिळविता, टिकविता सर्व, याचे भान सदा असो ।
अंति जो येत सांगाती, त्याचे नाम मुखी वसो ।।२९।।

त्यासाठी वेळ काढावा, व्यवसाय कुठला असो ।
अज्ञ वा सुज्ञ वा कोणी, सानाथोर कसा असो ।।३०।।

कर्त्याला कर्मस्वातंत्र्य, लाभले देव जाणण्या ।
सत्संग नित्य साधावा, आत्मारामास भेटण्या ।।३१।।

सद्‌गुरू, साधनी व्यक्ती, सेवावे आप्त ते खरे ।
मुक्तिचे तेच सांगाती, नित्याने भेटणे बरे ।।३२।।

शाश्वतात समाधान, देव सर्वांस नित्य तो ।
अंतरी असता त्याला, जो तो सर्वत्र शोधितो ।।३३।।

अशाश्वत पहा सारे, बदले विश्वव्यक्तिही ।
दु:ख अस्वास्थ्य हिंदोळे, देते सर्वांस प्रत्यही ।।३४।।

जरी बदलतो देह, नित्य चैतन्य यातिल ।
आजन्म चालतो श्वास, ती त्याची खूण येथिल ।।३५।।

देवास शोधितो जगती, श्वासाची जाण ना असे ।
मिळते का कुठे काही, जेथे जे ठेविले नसे ।।३६।।

देहात चालतो श्वास, काही ना करि सर्वथा ।
आजन्म कर्मव्यापार, चाले का तरि अन्यथा ।।३७।।

तसा विश्वातला श्वास, पाही शोधून कोणता ।
विश्वव्यापार तसा कर्ता, थकते बुद्धि शोधता ।।३८।।

वाटते जगती ज्याला, समाधान खरे हवे ।
त्याने उत्तर कोठेही, शोधुनी पाहणे नवे ।।३९।।

शुद्ध बुद्धी असे तेथे, अणूहि हितकारक ।
अंतरे नसता थोर, ठरते सर्व मारक ।।४०।।

सेवा, प्रेम तसे सत्य, शुद्ध आचार अन् मन ।
हेही देव, भजे त्याचे, होते सार्थक जीवन ।।४१।।

विवेक देव वाटोत, कोणा सगुण, निर्गुण ।
अंतरा पालटी देव, त्याच देवा खरेपण ।।४२।।

एक अध्याय गीता ही, विचारे मननी ठसो ।
वाचितो आचरी जो जो, दीनाचे नमन त्या असो ।।४३।।

परिशिष्ट : २

ऋणस्मरणमाला

मातापिता स्वजन अन् परिवार सारा ।
ज्यांनी जिवास दिधला जगती निवारा ।
बुद्धी विचार स्वर अक्षर दिव्य धारा ।
राहो सदैव स्मरणी उपकार सारा ।।१।।

आजन्म साथ करुनी जगवी जनांस ।
देणे सदैव किति हे, अवघ्या जिवांस ।
त्या सृष्टिचे ऋण फिटे, कधि का कुणास ।
आहे सदैव स्मरणे, मज पामरास ।।२।।

हातात बोट धरुनी, अवघ्या गुरूंनी ।
विद्या असंख्य दिधल्या, जगण्यास ज्यांनी ।
नेले तरून मजला मम सद्गुरूंनी ।
कर्तव्य रोज घडु दे, सकळा स्मरूनी ।।३।।

ज्यांनी जगून जपले, जगि ईश्वरास ।
शास्त्रे असंख्य रचिली, जपले कलांस ।
मूल्ये अमूल्य दिधली जगण्या जगास ।
त्यांचे सदैव ऋण हे मज पामरास ।।४।।

शास्ते असोत जन वा कुणि राजसत्ता ।
संस्था कितीक जपती जगती व्यवस्था ।
त्याही पुढे असत जो अवघ्यांस त्राता ।
आहे हरेक स्मरणे उपकारकर्ता ।।५।।

आलो कशास जगती, जगणे कशास ।
कर्तव्य काय कुठले, कळु दे मनास ।
धैर्ये जगून मरणे, मिळणे प्रभूस ।
दीना सदैव धरणे, मनि हाच ध्यास ।।६।।

परिशिष्ट : ३

नातेवाईक, उपकारकर्ते, गुरू – अशा संबंधित गतव्यक्तींची नावे : निर्याणाच्या तिथी, तारखा

१.

२.

३.

४.

५.

सर्वपित्री अमावस्येच्या सामुदायिक वार्षिक कृतज्ञतेच्या दिवशी झालेल्या कार्यक्रमात कळलेले महत्त्वाचे आचरणीय सद्‌गुण

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

स्मरणार्थ नोंदी

१. या पुस्तकाचं आधी वाचन झालेलं नसल्यास, आयत्यावेळेला प्रसंग आल्यास, व या मार्गानं जायचं असल्यास, यातलं प्रकरण क्र. ११ व मंत्रांचं रेकॉर्डिंग यांच्या साहाय्यानं हे विधी करावेत व नंतर सविस्तर पुस्तक वाचावं.

२. _____

डॉ. सुहास पेठे यांच्या दर्जेदार व संग्राह्य साहित्याची सूची

(आता डिजिटल स्वरूपात)

१. **ज्ञानेश्वरी : अध्याय नववा : समओवी** : श्री ज्ञानेश्वरी नवव्या अध्यायाची आजच्या सोप्या मराठीतील समओवी

२. **हरिपाठपराग :** श्री ज्ञानेश्वरांच्या हरिपाठातील काही जीवनसूत्रांचे सुबोध विवरण

३. **दर्शन :** आजच्या काळाचे अंतर्मुख करणारे दर्शन घडवणाऱ्या नव्या बोधकथा

४. **कर्तव्याची सश्रद्ध पाऊलवाट :** कर्तव्य निश्चितीसाठी सविस्तर मार्गदर्शन, शंकासमाधानासह

५. **साधनपदावली :** येथे अभ्यास,भजन व चिंतनासाठी घेतली जाणारी निवडक साधनपदे

६. **जपसंकल्प : स्वरूप व पद्धती :** जपाच्या संकल्पांसंबंधी प्रश्नोत्तररूपाने सुबोध, उपयुक्त माहिती

७. **अभंगसाधना :** श्री गोंदवलेकर महाराज यांच्या अभंगांचे साधनदृष्ट्या विवेचन

८. **जाग :** आनंदमय जीवनासाठी सोपी विचारसूत्रे

९. **जीवनजिज्ञासा** : जे. कृष्णमूर्तींच्या विचारांचा सुबोध परिचय

१०. **विचारविश्वाची ओळख :** आपल्या विचारांच्या विश्वाची सर्वांना उपयोगी ओळख

११. **चैतन्यचिंतन :** श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज यांच्या काही बोधवचनांचे सुगम विवरण

१२. **किमया** : प्रकाशमय जीवनासाठी सोपी विचारसूत्रे

१३. **प्रसादकण** : श्री तुकोबांचे नित्योपयोगी चोवीस अभंग व त्यांचे निरूपण

१४. **ठेवा** : उपनिषदांतल्या जीवनदृष्टीचे सुबोध व आगळे विवेचन

१५. **संतबोध : भाग १ :** विविध संतांच्या बोधवचनांची निरूपणे

१६. **संतबोध : भाग २** : विविध संतांच्या बोधवचनांची निरूपणे

१७. **संतबोध : भाग ३** : विविध संतांच्या बोधवचनांची निरूपणे

१८. **वृत्त्यंतरप्रकाश** : खऱ्या परमार्थाचा श्रीगणेशा करण्यासाठी मोलाची मदत

१९. **नाम** : नामाच्या जिज्ञासूंसाठी सोपी प्रातिनिधिक प्रश्नोत्तरे

२०. **श्री विष्णुसहस्रनाम : एक जीवनशैली** : सहस्रनामांतील निवडक नामांतून उलगडणारी जीवनशैली

२१. **चिंतनक्षण : भाग १ ते १२ (एकत्रित आवृत्ती)** : चिंतनास उपयुक्त अशी एकूण ३६६ बोधवचने

२२. **उपासनेची नोंदवही :** विविध व्यक्तिगत उपासना संकल्पांची पॉकेट साईज नोंदवही

२३. **उत्तरायण - भाग १ :** जिज्ञासू साधकांच्या विविध प्रश्नांना डॉ.पेठे यांनी दिलेली उत्तरे

२४. **शोध :** जिज्ञासू साधकांसाठी जे. कृष्णमूर्तींच्या काही विचारांचा सोपा अभ्यास

२५. **दिशा :** वास्तवावर विचार करण्याच्या काही उपयुक्त कथारूप दिशा

२६. **उत्तरायण - भाग २ :** जिज्ञासू साधकांच्या विविध प्रश्नांना डॉ.पेठे यांनी दिलेली उत्तरे

२७. **मुलांच्या गोष्टी पण सर्वांच्यासाठी :** मुलांसाठी उद्‌बोधक व रंजक गोष्टी - मोठ्यांनाही उपयोगी पडतील अशा

२८. **बासरी :** जीवनसंगीत सुरेल करण्यासाठी काही कथामय बोध

२९. **उपासना :** खऱ्या उपासनेची गरज, स्वरूप, शंका यांचा सोपा उलगडा

३०. **श्री ज्ञानेश्वरी : अध्याय बारावा : समओवी :** श्री ज्ञानेश्वरी बाराव्या अध्यायाची आजच्या सोप्या मराठीतील समओवी

३१. कृपापदावली भाग : १ : भजन, चिंतन, मनन यांसाठी निवडक अभंग, पदे, नव्या आरत्या, नव्या नमनमाला, नवे नित्यपाठ, श्लोक, प्रार्थना इत्यादी

३२. कृपापदावली भाग : २ : भजन, चिंतन, मनन यांसाठी निवडक अभंग, पदे, नव्या आरत्या, नव्या नमनमाला, नवे नित्यपाठ, श्लोक, प्रार्थना इत्यादी

३३. साधनपदावली भाग १ : भजन, चिंतन, मनन यांसाठी संतांचे निवडक अभंग, पदे भूमिकांसह

३४. सारविस्तार भाग : १ : चिंतनक्षण वचन क्र. एक ते आठ वरील ९ निरूपणे

३५. साधनप्रेरणा : नित्योपासनेसाठी संतछायेतील संतप्रतिमा व नमनमाला यांचे डेस्कटॉप कॅलेंडररूपाने दर्शन, गुरुपदपप्रतीक व आरत्यांसह

३६. मेरी यात्रा (हिंदी) : हिंदी कविताओं में निबद्ध साधन-यात्रा

३७. बोधपाठ : आधुनिक नित्यपाठ, २७ अभंग, विवरण, विश्वात्मकाच्या आरतीसह

३८. एकाध्यायी विचारगीता : (विवरणासह) : आदर्श मानवी जीवनासाठी आचरणीय विचारांचे मोजके सार

३९. सृष्टिसंदेश : (विवरणासह) : जीवनाला विधायक दिशा देणारे २७ अभंग सृष्टीच्या आरतीसह

४०. गुरुतत्त्वतरंगिणी : गुरुतत्त्वाच्या कार्याचे तीन अध्यायांत सुबोध श्लोकबद्ध विवरण

४१. श्री ज्ञानेश्वरी : अध्याय नववा : समओवी पारायणप्रत

४२. नाम (इंग्रजी आवृत्ती) : The Simplest Path For Spiritual Liberation

४३ ते ५४. चिंतनक्षण : भाग १ ते १२ (स्वतंत्र छोटी पुस्तके) : डॉ. पेठे यांची चिंतनास उपयुक्त अशी बोधवचने

५५. शिदोरी : व्यक्तिगत, सामाजिक व पारमार्थिक हितासाठी विचारमंथन

५६. विचारविसावा : विसावा देणारी विचारांची विद्या

५७. सारविस्तार भाग २ : चिंतनक्षण वचन क्र. नऊ ते तेरा वरील ७ निरूपणे

५८. महाराजांची शाळा : श्री गोंदवलेकर महाराज यांच्या कल्याणकारी उपदेशाचं लहान थोर सर्वांना उपयोगी ठरू शकणारं सोपं विवरण

५९. साधनपदावली भाग २ : भजन, चिंतन, मनन यांसाठी संतांचे निवडक अभंग, पदे भूमिकांसह

६०. आरतीपुष्पमाला : डॉ. सुहास पेठे रचित विविध नवीन आरत्या

६१. विनवणीची वाणी : चौदा आर्त अभंग प्रास्ताविक व निवेदनांसह

६२. श्रद्धेची पहाट : खऱ्या सुखाचा वास्तवाधार कथारूप बोध..

६३. उपासनामाला : येथे केल्या जाणाऱ्या विविध उपासना

६४. पावनपथ : श्री कृष्णदास महाराजांचा जीवन पावन करणारा उपदेशमार्ग

६५. अनुभवपुष्पे - भाग १ : चिंतनासाठी काही अनुभव-वचने

६६. कृतज्ञतामार्ग : कृतज्ञता या गरजेच्या गुणाचं सार्वत्रिक महत्त्व, जन्मभर व मृत्यूनंतर आचरणासाठी कालोचित, सोप्या, सार्वत्रिक कृती, सर्वांना स्वतंत्रपणे सहभागी होता येण्यासारखे मराठी मंत्र

६७. ज्ञानेश्वरीच्या प्रकाशात : आजच्या जीवनासाठी ज्ञानेश्वरीची सोपी ओळख

६८. श्री ज्ञानेश्वरी अध्याय नववा : समओवी : (मोठ्या आकारातील विशेष आवृत्ती)

श्री ज्ञानेश्वरी नवव्या अध्यायाची आजच्या सोप्या मराठीतील समओवी

६९. संतबोध : भाग ४ : विविध संतांच्या बोधवचनांची निरूपणे

७०. श्री रमणमहर्षीकृत उपदेशसार : मूळ श्लोक मराठी समश्लोकीसह

७१. उत्तरायण -भाग ३ : जिज्ञासू साधकांच्या विविध प्रश्नांना डॉ.पेठे यांनी दिलेली उत्तरे

७२. अनुभवपुष्पे - भाग २ : चिंतनासाठी काही अनुभव-वचने

७३. श्रद्धा : श्रद्धा या विषयावरची सोपी प्रातिनिधिक प्रश्नोत्तरे

७४. **अनुभवपुष्पे - भाग ३ :** चिंतनासाठी काही अनुभव-वचने

७५. **अर्घ्य :** ज्यांचे उपकार फिटत नाहीत, त्यांच्यासाठी समजून केलेल्या प्रातिनिधिक कृती, काही कथांच्या रूपानं

७६. **जीवनचिंतन :** दैनंदिन आयुष्यातल्या छोट्या गोष्टींतला मोठा बोध

७७. **स्वास्थ्यसंवाद :** मनःस्वास्थ्यासाठी सर्वांना उपयुक्त, सोपा सुसंवाद

७८. **वचनांजली भाग १ :** श्री पेठेकाकांच्या प्रवचने, निरूपणे व साहित्यातील निवडक संपादित वचने

७९. **अक्षरायण :** आनंदप्राप्तीसाठी 'अक्षर' चिंतनसूत्रं

८०. **वचनांजली भाग २ :** श्री पेठेकाकांच्या प्रवचने, निरूपणे व साहित्यातील निवडक संपादित वचने

८१. **भावगीता :** श्रीमद्भगवद्गीतेचा मराठी समश्लोकी भावानुवाद

***

....काळ-प्रश्न नवे येता,
शोधणे नव उत्तरा ..!

(विचारगीता / २४)

माणसाचं जीवन समृद्ध आणि शांतिमय बनवायला, त्याच्या आयुष्यात शाश्वत मूल्यांची जोपासना घडणं गरजेचं असतं. ही जोपासना अनेक प्रकारच्या संस्कारांनी होत असते. परिस्थिती, वातावरणात होणारे बदल, यंत्रयुगाचे प्रभाव, जगण्याला आलेली गतिमानता, जग जवळ येण्यानं, संपर्कमाध्यमानं- माणसाच्या बदलत जाणाऱ्या धारणा - या साऱ्यांत मूळ संस्कारांचा अर्थ शोधून, त्यांतला गाभा कायम ठेवून, ही मूल्यं जपण्यासाठी 'संतनगरी'त शास्त्र व प्रयोग - यांची सांगड घालून अनेक उपक्रम - उपासना घडत असतात. जीवनाचा भाग असलेल्या मृत्यूसंबंधी, मृत व्यक्तीसंबंधी कृतज्ञतेच्या संस्कारांची व कृतींची ही शास्त्रीय व भावनिष्ठ मांडणी...