

श्रीगणपतिअथर्वशीर्ष-
“ रहस्यम् ”



संकलन आणि भाष्य

प्रभाकर बाळकृष्ण करंबेळकर

। श्रीगणपतिअथर्वशीर्षरहस्यम् ।

– संकलन आणि भाष्य –

श्री. प्रभाकर बाळकृष्ण करंबेळकर



शिवपार्वती



कामेश्वरी



सिद्धिविनायक

॥ ॐ कामेश्वराय नमः ॥



श्री कामेश्वर म्हणजे कामना-इच्छापूती करणारा ईश्वर. भाविकांच्या मते एकवार प्रचिती घेण्यासारखे अत्यंत जागृत देवस्थान आहे. श्रीकामेश्वराचे मंदिर आणि घाटाचे बांधकाम पेशव्यांच्या काळात श्री. नेने यांनी साधारणपणे २५० वर्षांपूर्वी केले. म्हणून घाटाचे नाव नेनेघाट पडले.
(पत्ता - ११९, नेनेघाट, शनिवार पेठ, पुणे - ४११०३० सध्या व्यवस्था - श्री. प्रकाशराव आठवले)

ज्ञान प्रबोधिनी संशोधन संस्था

कै. वासुदेवशास्त्री अभ्यंकर स्मृति पुरस्कार

* सन्मानपत्र *

ॐ

श्री. प्रभाकरजी करंबेळकर यांना,
स.व.वि.वि.

आपण बँक अधिकाऱ्याचे पदावरून स्वेच्छानिवृत्ती घेऊन पौरोहित्याकडे वळलात. उत्तम, साक्षेपी पौरोहित्य करण्याबरोबर पौरोहित्य वर्गात शिकवण्यातही रस घेतलात. संत्रिकेत नसलेला पंचांग परिचयाचा वर्ग आपण सुरू केलात. यासाठी आवश्यक ते ज्ञान आपण स्वतःच मिळवलेत. बँक क्षेत्रातील प्रशिक्षणाचे काम आपण केले असल्याने पौरोहित्य वर्गाचा अभ्यासक्रम तयार करून तो पुणे विद्यापीठाकडे सादर करण्याचे कामही आपण केले. चांगल्या प्रकारची कवित्वशक्ती आपल्यापाशी असून आपल्या इंग्रजी कवितांना अन्य देशातही प्रसिद्धी लाभत आहे. आपण 'मैत्र जीवांचे' ही स्वतंत्र संस्था उभी केली असून तिच्या वतीने नानाविध उपक्रम राबवत आहात. प्रबोधिनीतील चारही पथकाधिपतींची तैलचित्रे करवून घेऊन ती आपण प्रबोधिनीस अर्पण केलीत.

या सर्व गोष्टींचा विचार करून या वर्षीचे उत्तम पौरोहित्य कार्याचे पारितोषिक आपणास देताना आम्हास आनंद होतो आहे.

गिरिश बापट

गिरिश बापट

संचालक

ज्ञान प्रबोधिनी

२३ सौर आषाढ १९२४

दि. १४ जुलै २००२

य. श. लेंले

य. श. लेंले

विभागप्रमुख

संस्कृत संस्कृति संशोधिका

"मैत्र जीवांचे"

द्वारा श्री. प्रभाकर करंबेळकर,

डी-१९, स्वरुपनगरी, कोथरुड, पुणे - ४११०३८

(भ्रमणभाष - ९८९०६०७१३२)



संपूर्ण नाव : **श्री. प्रभाकर बाळकृष्ण करंबेळकर**
पत्ता : डी-१९, स्वरूपनगरी, कोथरुड, पुणे ४११०३८.
ई.मेल : **sudheerjee@gmail.com**
जन्म : २१.११.१९४८.
जन्मठिकाण : बेळगाव (कर्नाटक)
शिक्षण : बी.कॉम १९६८, (पुणे विद्यापीठ),
सी.ए.आय.आय.बी. (बँकिंग परीक्षा).

नोकरी वाटचाल : एकूण नोकरी ३१ वर्षे. बँक ऑफ इंडिया मध्ये कारकून (डिसेंबर, १९६९) ते मुख्य शाखाधिकारी पदापर्यंत (मार्च, १९९७)

ऐच्छिक सेवानिवृत्ती : १.६.२००० पासून.

सेवानिवृत्तीनंतर

- १) ज्ञान प्रबोधिनी, पुणे येथे पौरोहित्याचे शिक्षण घेतले.
- २) ज्ञान प्रबोधिनी पध्दतीने पौरोहित्य केले तसेच पौरोहित्य वर्गात शिक्षक म्हणून काम केले.
- ३) तेथेच दोन वर्षे पंचांग परिचय वर्गाचे आयोजन व शिक्षक म्हणून काम केले.
- ३) त्यांच्याच माध्यमातून दीनानाथ मंगेशकर रुग्णालयात हृदयरोग विभागात व्यवस्थापक म्हणून काम केले.
- ४) नंतर शेटताराचंद आयुर्वेदिक रुग्णालयात एक वर्ष संयोजक म्हणून काम केले.
- ५) सध्या जेनेसिस अॅकॅडमी ऑफ बँकिंग अँड फायनान्स, पुणे येथे कर्जवसुली एजंट यांना प्रशिक्षण देत आहे.
- ६) तसेच विविध संस्थांच्या निबंध, लेख आणि काव्यस्पर्धात भाग घेतो आहे.

पुरस्कार

- १) बँक शाखांच्या अंतर्गत व्यवहारांचा सुयोग्य मेळ घालण्याचे कामाबद्दल बँक ऑफ इंडियाचे प्रमुख कार्यकारी अधिकारी यांचेकडून प्रशस्तिपत्र.
- २) ज्ञान प्रबोधिनी, पुणे संशोधन संस्थेकडून उत्तम पौरोहित्य कार्याबद्दल कै वासुदेवशास्त्री अभ्यंकर स्मृति पुरस्कार १४ जुलै, २००२ साली प्राप्त.
- ३) सुप्रजान रिसर्च सेंटर, पुणे यांचेतर्फे - "सध्याच्या विज्ञानयुगात ज्योतिषशास्त्राची गरज आहे क्व?" ह्या विषयावरील निबंध स्पर्धेत सर्वोत्तम निबंध श्रेणी पुरस्कार.
- ४) लोकसत्ताच्या २०१० सालच्या खेळ सापशिडीचा स्पर्धेत भाग्यवान स्पर्धक म्हणून निवडव पुरस्कार.

ई-प्रकाशक : ई साहित्य प्रतिष्ठान

www.esahity.com

esahity@gmail.com

प्रकाशन : ४ सप्टेंबर २०१९

©esahity Pratishthan® 2019

- विनामूल्य वितरणासाठी उपलब्ध.
- आपले वाचून झाल्यावर आपण हे फॉरवर्ड करू शकता.
- हे ई पुस्तक वेबसाईटवर ठेवण्यापूर्वी किंवा वाचनाव्यतिरिक्त कोणताही वापर करण्यापूर्वी ई-साहित्य प्रतिष्ठानची परवानगी घेणे आवश्यक आहे.
- या पुस्तकातील लेखनाचे सर्व हक्क लेखकाकडे सुरक्षित असून पुस्तकाचे किंवा त्यातील अंशाचे पुनर्मुद्रण वा नाट्य, चित्रपट किंवा इतर रूपांतर करण्यासाठी लेखकाची लेखी परवानगी घेणे आवश्यक आहे. तसे न केल्यास कायदेशीर कारवाई (दंड व तुरुंगवास) होऊ शकते.

This declaration is as per the Copyright Act 1957. Copyright protection in India is available for any literary, dramatic, musical, sound recording and artistic work. The Copyright Act 1957 provides for registration of such works. Although an author's copyright in a work is recognised even without registration. Infringement of copyright entitles the owner to remedies of injunction, damages and accounts.

अथर्वशीर्षम

हे पुस्तक विनामूल्य आहे

पण फुकट नाही

हे वाचल्यावर खर्च करा ३ मिनिट

१ मिनिट : लेखकांना फ़ोन करून हे पुस्तक कसे वाटले ते कळवा

१ मिनिट : ई साहित्य प्रतिष्ठानला मेल करून हे पुस्तक कसे वाटले ते कळवा.

१ मिनिट : आपले मित्र व ओळखीच्या सर्व मराठी लोकांना या पुस्तकाबद्दल आणि ई साहित्यबद्दल सांगा.

असे न केल्यास यापुढे आपल्याला पुस्तके मिळणे बंद होऊ शकते.

दाम नाही मागत. मागत आहे दाद.

साद आहे आमची. हवा प्रतिसाद.

दाद म्हणजे स्तुतीच असावी असे नाही. प्रांजळ मत, सूचना, टीका, विरोधी मत यांचे स्वागत आहे. प्रामाणिक मत असावे. ज्यामुळे लेखकाला प्रगती करण्यासाठी दिशा ठरवण्यात मदत होते. मराठीत अधिक कसदार लेखन व्हावे आणि त्यातून वाचक अधिकाधिक प्रगल्भ व्हावा, आणि अखेर संपूर्ण समाज एका नव्या प्रबुद्ध उंचीवर जात रहावा.

मित्रहो

पुस्तकं वाचून कोणी शहाणं होतं का?

हो! आम्ही म्हणतो होतं. वाचन करणारी माणसं त्यांच्याबरोबरच्या वाचन न करणाऱ्या माणसांहून अधिक प्रगल्भ आणि विचारी असतात.

कोणत्याही प्राण्याला, सजीवाला, अनुभवाने शहाणपण येतं. इतर प्राण्यांना काही प्रमाणात त्यांचे जन्मदाते थोडंफार शिक्षण देतात. पण मानव हा असा प्राणी आहे ज्याला शतकांपुर्वी जगलेल्या आणि आता जिवंत नसलेल्या माणसांचे अनुभवही शिकता येतात. ते पुस्तकांद्वारे. माणसाला आपल्या सभोवताली नसलेल्या, दूर देशातल्या माणसांचे अनुभव समजून घेऊन शिकता येतं. तेही पुस्तकांद्वारे. प्रत्यक्ष अनुभवांहून चांगला शिक्षक नाहीच. पण इतरांना आलेले अनुभव, त्यांनी खाल्लेल्या ठेचा याही माणसाला शिकवतात आणि शहाणे करून सोडतात.

म्हणून वाचा. वाचत रहा. इतरांना वाचायचा आग्रह करा. वाचाल तर वाचाल हे शंभर टक्के सत्य आहे.

मंडळी!

वाचायला तर हवंच!

पण वाचून झाल्यावर प्रतिसादायलाही हवं...

...आणि स्वतःही लिहायला हवं.

esahity@gmail.com / www.esahity.com

प्रकाशक : “मैत्र जीवाचे”

द्वारा : श्री. प्रभाकर बाळकृष्ण करंबेळकर.

© श्री. प्रभाकर बाळकृष्ण करंबेळकर.

डी-१९, स्वरूपनगरी, कोथरूड, पुणे - ४११ ०३८.

दूरध्वनी : ०२० - २५४४९१०४

भ्रमणध्वनी : ९८९०६०७१३२

ई-मेल : sudheerjee@gmail.com, sudheerjee@hotmail.com

प्रथम आवृत्ती : ७ फेब्रुवारी, २०११

जुळणी, मांडणी आणि मुद्रण संयोजन -

श्री जे प्रिंटर्स प्रा.लि.

१४१६, सदाशिव पेठ, पुणे - ३०.

फोन : ०२० - २४४७४७६२

मुखपृष्ठ :

श्री. आनंदराव शं. गुणे, पिंपरी.

विशेष आभार :

सौ. आशाताई आणि रवींद्र गुर्जर, येरवडा, पुणे.

श्री. आनंदराव शं. गुणे, पिंपरी.

मूल्य : ₹. १५/-

Price : US \$ 1

- अर्पण-पत्रिका -



आम्हा सर्व भावंडांना स्वतःच्या पायावर उभे रहाण्यासाठी
आवश्यक शिक्षण आणि जीवनाकडे पहाण्याचा दृष्टिकोन ज्यांनी दिला,
ते आमचे वडील आणि आई
श्री. बाळकृष्ण गजानन करंबेळकर आणि सौ. उषा बाळकृष्ण करंबेळकर
यांना समर्पण.

प्रभाकर उर्फ सुधीर
विनायक उर्फ सुहास
रामचन्द्र उर्फ नंदू

प्रस्तावना

गीता आणि ज्ञानेश्वरी ग्रंथावर आजपर्यंत किती पुस्तके किंवा लेख लिहिले गेले असतील, त्याला गणतीच नाही. शेकडो वर्षे हे काम चालूच आहे. अभ्यासकाला/संशोधकाला त्या प्राचीन अक्षर वाङ्मयात नवनवीन अर्थ प्रतीत होत असतात. ते निश्चितच स्वागतार्ह आहेत. श्री गणपती अथर्वशीर्षही त्याला अपवाद नाही. त्यावर असंख्य लेखकांनी विवेचन केलेले आहे. श्री. प्रभाकर करंबेळकर यांचे “श्रीगणपतिअथर्वशीर्षरहस्यम्” या नावाने हे पुस्तक प्रसिद्ध होत आहे.

अथर्वशीर्षाचे सामुदायिक पठण, सहस्रावर्तन करण्याची परंपरा आहे. अर्थ समजाऊन घेऊन हे स्तोत्र म्हणणारे फारच थोडेजण असतात. लेखकाच्या अपेक्षेप्रमाणे या संकलनामुळे, प्रामुख्याने शाळेतील विद्यार्थ्यांना संस्कृत भाषेचा परिचय होईल. मूळ शब्द, त्याची व्युत्पत्ती, व्याकरण, अर्थ, विशेष स्पष्टीकरण दिल्यामुळे अथर्वशीर्षाचे मर्म ध्यानी येऊन श्रीगणेशाचे सर्वांच्या हृदयातील स्थान अधिक दृढ होईल. स्वाध्याय म्हणून ज्या काही गोष्टी करायला सांगितल्या आहेत, त्या प्रयत्नपूर्वक केल्यास लेखनाद्वारे हा विषय आत्मसात होण्यास मोठी मदत होईल.

श्रीगणपतीअथर्वशीर्ष हे एक उपनिषद् आहे. कोणत्या वेदाचा तो भाग आहे हे ज्ञात नाही; तथापि अथर्ववेदात कधीकाळी ते समाविष्ट असावे. ज्ञानप्राप्ती आणि मोक्ष हे आपल्या प्राचीन धर्माचे उद्दिष्ट आहे.

या स्तोत्रातूनही तेच दिसून येते. भाष्यकाराचे मनोगत सर्वांनी अवश्य, लक्षपूर्वक वाचावे. प्रत्यक्ष पुस्तकाच्या अभ्यासाने श्री गणेशदर्शन अवश्य होईल यात शंका बाळगण्याचे कारण नाही.

शुद्ध आणि निर्दोष स्वरूपात पुस्तक तयार करण्यासाठी श्री. करंबेळकर यांनी खूपच कष्ट घेतले आहेत ते सार्थकी लागावेत, हीच शुभेच्छा. त्यांचे मनःपूर्वक अभिनंदन.

रवींद्र वसंत गुर्जर

२६/१२, प्रतिकनगर, येरवडा

पुणे - ४११ ००६

दि. २५ जून, २०१०





संपूर्ण नाव : श्री. प्रभाकर बाळकृष्ण कंबेळकर
पत्ता : डी-१९, स्वरुपनगरी, कोथरूड,
पुणे ४११०३८.
ई.मेल : sudheerjee@gmail.com,
sudheerjee@hotmail.com

जन्म : २१.११.१९४८
जन्म ठिकाण : बेळगाव (कर्नाटक)
शिक्षण : बी.कॉम १९६८, (पुणे विद्यापीठ)
सी.ए.आय.आय.बी. (बँकिंग परीक्षा).
नोकरी वाटचाल : एकूण नोकरी ३१ वर्षे. बँक ऑफ इंडिया
मध्ये कारकून (डिसेंबर, १९६९) ते मुख्य
शाखाधिकारी पदापर्यंत (मार्च, १९९७).
ऐच्छिक सेवानिवृत्ती : १.६.२००० पासून.

सेवानिवृत्तीनंतर :

- १) ज्ञान प्रबोधिनी, पुणे येथे पौरोहित्याचे शिक्षण घेतले.
- २) ज्ञान प्रबोधिनी पद्धतीने पौरोहित्य केले तसेच पौरोहित्य वर्गात शिक्षक म्हणून काम केले.
- ३) तेथेच दोन वर्षे पंचांग परिचय वर्गाचे आयोजन व शिक्षक म्हणून काम केले.

- ३) त्यांच्याच माध्यमातून दीनानाथ मंगेशकर रूग्णालयात हृदयरोग विभागात व्यवस्थापक म्हणून काम केले.
- ४) नंतर शेठ ताराचंद आयुर्वेदिक रूग्णालयात एक वर्ष संयोजक म्हणून काम केले.
- ५) सध्या जेनेसिस अॅकॅडमी ऑफ बँकिंग अँड फायनान्स्, पुणे येथे कर्जवसुली एजंट यांना प्रशिक्षण देत आहे.
- ६) तसेच विविध संस्थांच्या निबंध, लेख आणि काव्यस्पर्धात भाग घेतो आहे.

पुरस्कार :

- १) बँक शाखांच्या अंतर्गत व्यवहारांचा सुयोग्य मेळ घालण्याचे कामाबद्दल बँक ऑफ इंडियाचे प्रमुख कार्यकारी अधिकारी यांचेकडून प्रशस्तिपत्र.
- २) ज्ञान प्रबोधिनी, पुणे संशोधन संस्थेकडून उत्तम पौरोहित्य कार्याबद्दल कै. वासुदेवशास्त्री अभ्यंकर स्मृति पुरस्कार १४ जुलै, २००२ साली प्राप्त.
- ३) सुप्रजन रिसर्च सेंटर, पुणे यांचेतर्फे - “सध्याच्या विज्ञानयुगात ज्योतिषशास्त्राची गरज आहे का?” या विषयावरील निबंध स्पर्धेत सर्वोत्तम निबंध श्रेणी पुरस्कार.
- ४) लोकसत्ताच्या २०१० सालच्या खेळ सापशिडीचा स्पर्धेत भाग्यवान स्पर्धक म्हणून निवड व पुरस्कार.



। संकलकाचे मनोगत ।

वक्रतुंड महाकाय सूर्यकोटिसमप्रभ ।
निर्विघ्नं कुरु मे देव सर्वकार्येषु सर्वदा ॥

साधारणपणे मुलाच्या/मुलीच्या तिसऱ्या वर्षापासून म्हणजेच शब्दोच्चार नीटपणे करता यायला लागल्यापासून शुभंकरोतीने सुरुवात करून वरील श्लोकाने - गणेश- स्तवनाने सुरुवात होत असते. लहानपणी वक्रतुंड म्हटले की गंमत वाटे. पुढे वक्रतुंडचा अर्थ 'वाकडे तोंड' असा सांगितला गेला की गणपतीसारख्या देवाला असे म्हणतात याचेच आश्चर्य वाटे आणि मग कुणाशी भांडण/वाद वगैरे झाला की त्याला 'वक्रतुंड कुठचा' असे चिडवायला पण मजा वाटे.

कालांतराने माध्यमिक शाळेच्या अभ्यासाचा चक्रव्यूह भेदायला सुरुवात झाली, संध्याकाळ झाली तरी सातच्या आत घरी न येण्याची सवय लागली की वक्रतुंड वगैरे स्तोत्रे म्हणण्याची आपली संवय बंद पडते, हाही बहुतेकांचा अनुभव असेलच. त्यामुळे लहानपणी कौतुकाचा भाग परंतु अपरिहार्य पाठांतर एवढेच त्याचे स्वरूप रहाते. पुढे संस्कृत हा विषय घेतला गेलाच - आणि तोसुद्धा अधिक गुण मिळविण्याच्याच उद्देशाने - तर शब्दांचा अर्थ काय आहे हे पहाण्यास सुरुवात होते. परंतु कालांतराने ते शब्द आणि त्याचे अर्थही 'व्यावहारिक अर्थाच्या' पाठी धावण्यात कधी विरून जातात तेही कळत नाही. मग त्यांची परत आठवण होते ती घरी लहानग्यांचा वावर सुरू झाल्यावरच. कारण आता त्यांच्याकडून स्तोत्रे पाठ करून घ्यावयाची असतात ना !

मुले मोठी झाल्यावर परत सर्व बाजूला पडते, ते पुन्हा आठवते थेट आपल्या वयाची साठी जवळ यायला लागली की! कारण तोपर्यंत नातवंडांच्या आगमनाला सुरुवात होते. एकूण काय तर बहुतेकांच्या बाबतीत विविध स्तोत्रांच्या पाठांतरापलिकडे - परत परत पाठांतर करण्यापलिकडे म्हणजेच अर्थज्ञानापर्यंत मजल जात नाही. त्यामुळे आठवते ती स्वामी समर्थ रामदासांची उक्ती -

अर्थावीण पाठ कासया करावे । व्यर्थचि मरावे घोकोनिया ।

घोकोनिया काय? वेगी अर्थ पाहे । अर्थरूप राहे होवोनिया ।

गेल्या काही वर्षांत विविध गणेशमंडळांच्या सार्वजनिक गणेशोत्सवात श्रीगणपतिअथर्वशीर्षाचे सामुदायिक पठण पुरुष, मुले, मुली आणि महिलासुद्धा करीत आहेत, ही उत्तम गोष्ट आहे. परंतु त्यातील कितीजण या स्तोत्राचा अर्थ समजून घेऊन उच्चारण करतात, हा संशोधनाचा विषय होऊ शकेल.

या पुस्तकाच्या माध्यमातून सर्वांना सुपरिचित असलेल्या श्रीगणपतिअथर्वशीर्षाचा अर्थ समजून घेऊन अर्थरूप कसे होऊन रहाता येईल हे सांगण्याचा, हा एक छोटासा प्रयत्न आहे. ज्या विद्यार्थ्यांस प्रथमच संस्कृत या विषयाची ओळख होणार आहे, त्यास या विषयात गोडी निर्माण व्हावी; शब्द, त्यांची व्युत्पत्ती, व्याकरण व अर्थ, पालकांच्या/शिक्षकांच्या मदतीने समजून घ्यावे आणि विशेषतः अर्थरूप होऊन रहाण्याची आवड निर्माण व्हावी, असा विचार ठेवून या पुस्तकाची मांडणी केली आहे. अशी आवड या एकविसाव्या शतकातील

युवक/युवतींच्यात निर्माण होऊन, भारताला महासत्ता करण्याचे सर्वांचे स्वप्न साकार होवो, हीच त्या महान गणेशचरणी प्रार्थना.

माझ्या वडिलांनी - कै. श्री.बाळकृष्ण गजानन करंबेळकर यांनी, मला माझ्या वयाच्या चौथ्या वर्षीच अथर्वशीर्ष शिकविले होते. माझ्या त्या पाठांतराचा तसेच स्पष्ट उच्चारणाचा आविष्कार त्यावेळच्या पुणे आकाशवाणीवर (१९५२-५३ साली) व्हावा यासाठी वडिलांनी बरेच प्रयत्न केले परंतु त्यास यश मिळाले नाही. परंतु माझे पठण आजतागायत अखंडित चालू राहिले. कालांतराने अथर्वशीर्षाचा मराठीत अर्थ समजून घेतल्यावर त्याच्या अर्थापलीकडील अर्थ मनात घुमू लागला आणि तोच या पुस्तकाची मांडणी होण्याचे मुख्य कारण ठरला. त्यामुळे या पुस्तकाचे खरे कर्ते वडीलच म्हणायला हवे. मी केवळ निमित्तमात्र होय.

या पुस्तकाच्या मांडणीत बऱ्याच जणांचे सहाय्य झाले, ते म्हणजे ज्ञानप्रबोधिनी, पुणे - संस्कृत विभागाचे प्रमुख - माननीय श्री. यशवंतरावजी लेले, सौ.अदिती ओगले - देशपांडे, सौ.धनश्री शेजवलकर, सौ.माधुरी कोटिभास्कर. त्याचप्रमाणे वेदचूडामणी श्री.वझेगुरुजी यांनीही ही प्रत तपासून वेळोवेळी उचित मार्गदर्शन केले आणि प्रोत्साहन दिले. त्याबद्दल सर्वांना मनःपूर्वक शतशः प्रणाम.

यातील संस्कृत व्याकरण, अर्थ, शुद्धलेखन इ. काळजीपूर्वक तपासून देण्याचे कठीण कार्य सौ.आशाताई गुर्जर आणि मा. श्री. यशवंतरावजी लेले यांनी अतिशय अल्प कालावधीत करून दिले. त्याबद्दल मी त्यांचा ऋणी आहे. (या पुस्तकातील व्याकरणाचे विवेचन परिशिष्ट क्रमांक - १ मध्ये दिले आहे ते कृपया वाचनास सुरूवात करण्यापूर्वी पहावे).

त्याचप्रमाणे इंग्रजी, हिन्दी, संस्कृत आणि मराठी भाषात लीलया भाषांतर करणाऱ्या श्रीमती सुषमा दाते यांचे विशेष आभार. त्यांच्याचमुळे सौ. आशाताई गुर्जर यांची ओळख झाली आणि या पुस्तकातील संस्कृत व्याकरणाचा भाग मला उत्तम प्रकारे तपासून मिळाला.

पुस्तकाचे मुखपृष्ठचित्र, माझ्या सौ. विजूमावशीचे यजमान आणि ख्यातनाम चित्रकार व रांगोळीचित्रकलाकार श्री.आनंदराव गुणे यांनी त्वरित उपलब्ध करून दिले त्याबद्दल त्यांचे आभार मानावेत तेवढे थोडेच आहेत.

या पुस्तकातील भाष्याचा भाग हा विविध लेख, आध्यात्मिक ग्रंथ, संस्कृती कोश, पुस्तके, यांच्या वाचनातून तसेच आजपर्यंत ऐकलेल्या विविध कीर्तनांतून, प्रवचनांतून, संस्कारांतून तसेच वैचारिक चर्चेतून मनावर बिंबलेल्या विचारांचाच एक परिपाक आहे. त्यामुळे मी लेखकाची भूमिका न समजता माझ्या या प्रयत्नास संकलनाची भूमिका समजत आहे. शेवटी अध्यात्म म्हटले की त्याच त्या शब्दांची आणि विचारांची उलटसुलट मांडणी असते. त्यामुळे कुठे सारखेपणा आढळल्यास ते वाङ्मयचौर्य नसून विचारांचा सारखेपणा समजावा हीच अपेक्षा. फक्त ही मांडणी वाचकांच्या/गणेश साधकांच्या मनाला कितपत भावते ते माझ्या दृष्टीने महत्त्वाचे.

या पुस्तकाचा प्रामुख्याने उपयोग, विविध माध्यमिक शाळांत पाचवीच्या वर्गापासून व्हावा, जेणेकरून विद्यार्थिदशेपासूनच मुला/मुलींमध्ये स्वतःकडे पहाण्याचा, स्वतःला ओळखण्याचा, स्वतःमध्ये योग्य आत्मविश्वास निर्माण करण्याचा आणि पर्यायाने इतरही माझ्यासारखेच आहेत -असा एकात्मतेचा भाव-(मग तो कोणत्याही

धर्माचा, जातीचा, पंथाचा असू दे) निर्माण व्हावा हा आहे. त्यासाठी अथर्वशीर्षाची संथा देणे, विद्यार्थ्यांबरोबर चर्चा करणे इ.साठी लागेल ते साहाय्य करण्याची माझी तयारी आहे.

या पुस्तकातील संस्कृत व्याकरण, शुद्धलेखन इ. बिनचूक रहाण्यासाठी सर्वांनीच अपार मेहनत घेतली आहे. तरीसुद्धा कोणतीही चूक आढळल्यास मीच त्यास जबाबदार आहे. पुढील आवृत्तीत सुधारणा करण्यासाठी अभ्यासकांनी/वाचकांनी आपल्या सूचना खालील पत्त्यावर पाठवाव्यात ही विनंती.

विशेष सूचना - या पुस्तकात प्रत्येक भाष्यानंतर स्वाध्याय दिलेला आहे. तेच स्वाध्याय पुस्तकाच्या शेवटीसुद्धा अनुक्रमे दिले आहेत. जो वाचक/साधक कोणत्याही १३(तेरा) स्वाध्याय प्रश्नांची उचित उत्तरे, कागदाच्या एका बाजूस सुवाच्य अक्षरात लिहून, या पुस्तकातील स्वाध्यायप्रश्नांच्या मूळ प्रतीसह माझ्या पत्त्यावर पाठवेल, त्यास उचित पुरस्कार दिला जाईल, याची कृपया नोंद घ्यावी. यासाठी कोणत्याही वयाची, धर्माची, जातीपातीची तसेच कालावधीची अट नाही. **फक्त स्वाध्याय प्रश्नांची पुस्तकातील मूळ प्रत उत्तरासोबत असणे अनिवार्य आहे.**

या पुस्तकाची मांडणी दोन भागात केलेली आहे. भाग - १ मध्ये संस्कृत व्याकरण इत्यादी व मराठी अर्थ समाविष्ट आहे. भाग - २ मध्ये माझा अथर्वशीर्षाकडे पाहण्याचा, त्यातील मूळ अर्थ, सार समजून घेण्याचा विचार भाष्य स्वरूपात मांडला आहे. (कृपया भाग - २ पूर्वीचे भाष्यकाराचे मनोगतही वाचावे ही विनंती.)

श्री. प्रभाकर बाळकृष्ण करंबेळकर



। श्रीगणपतिअथर्वशीर्षरहस्यम् ।

(भाग - १)

- संधिविग्रह -

- शब्द -

- व्युत्पत्ती -

- व्याकरण -

(धातू - गण - पद - काळ - पुरुष - वचन)

- मराठी अर्थ -

॥ शांतिमंत्र ॥

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवाः भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः

भद्रं - विशेषण - भद्र - नपुंसकलिङ्ग - द्वितीया एकवचन -
अर्थ - श्रेष्ठ, सुंदर, हितकर, कल्याणकर.

कर्णेभिः - कर्ण - पुल्लिङ्गी - बहुवचन - तृतीया (वैदिक-आर्षरूप) -
अर्थ - कानांनी

शृणुयाम - क्रियापद - श्रु धातू - प्रथमगण - परस्मैपदी - विध्यर्थ -
प्रथमपुरुष - बहुवचन -
अर्थ - आपण ऐकू या.

देवाः देव - नाम - पुल्लिङ्गी -संबोधन - बहुवचन - अर्थ - हे देवांनो
भद्रं - विशेषण - भद्र - नपुंसकलिङ्ग - द्वितीया एकवचन -
अर्थ - श्रेष्ठ, सुंदर, हितकर, कल्याणकर.

पश्येमाक्षभिर्यजत्राः - पश्येम + अक्षभिः+ यजत्राः

पश्येम - क्रियापद - दृश् - पश्य - प्रथमगण परस्मैपद - विध्यर्थ -
प्रथमपुरुष - बहुवचन - अर्थ - पाहू.

अक्षभिः - अक्षिन्- तृतीया - बहुवचन (आर्षरूप) - अर्थ - डोळ्यांनी

यजत्राः - यजत्र - पुल्लिङ्गी - प्रथमा - बहुवचन - अर्थ - यज्ञ करणारे.

अर्थ - यज्ञ करणाऱ्या आम्ही कानांनी शुभ तेच ऐकावे,
डोळ्यांनी कल्याणकारक तेच पाहावे.

स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुवांसस्तनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः

स्थिरैः + अङ्गैः + तुष्टुवांसः + तनूभिः + व्यशेम

स्थिरैः - स्थिर - विशेषण - नपुंसकलिङ्गी - तृतीया - बहुवचन

अङ्गैः - अंग - नपुंसकलिङ्गी - तृतीया - बहुवचन

तुष्टुवांसः - तुष्टुवस् - शब्द - पुल्लिङ्गी - प्रथमा - बहुवचन

अर्थ - स्तुति करू इच्छिणारे आम्ही

तनूभिः - तनु - स्त्रीलिङ्गी - तृतीया - बहुवचन

व्यशेम - वि + अश् (गण पाचवा) विध्यर्थ प्रथमपुरुष बहुवचन.

अर्थ - व्यतीत करू/करावे.

देवहितं - देवेन हितम् - नपुंसकलिङ्गी - प्रथमा - एकवचन

अर्थ - देवाने ठेवलेले (दिलेले).

यदायुः - यत् + आयुः

यत् - सर्वनाम - नपुंसकलिङ्गी - प्रथमा - एकवचन - जे.

आयुः - शब्द - सान्त आयुस् - नपुंसकलिङ्गी - द्वितीया - एकवचन - आयुष्य.

अर्थ - जे आयुष्य देवाने आम्हाला दिले आहे ते आम्ही त्याच्या स्तुतीत - स्तुती करण्यात - स्थिर अशा अवयवांनी - आरोग्यपूर्ण - व्यतीत करू.

ॐ स्वस्ति न इन्द्रो वृद्धश्रवाः

ॐ - अव्यय - मंगलसूचक प्रारंभ.

स्वस्ति - अव्यय - कल्याणकारक होवो, कल्याण असो.

इन्द्रः - विशेषनाम - पुल्लिङ्गी - प्रथमा - एकवचन.

वृद्धश्रवाः - सान्त वृद्धश्रवस् शब्दाच्या प्रथमेचे एकवचन -

(वृद्धं श्रवः यस्य सः - बहुव्रीहि समास) - अर्थ - अत्यंत ज्ञानी.

अर्थ - ॐ सर्वज्ञानी इन्द्र आम्हाला मंगल/कल्याणकारक होवो.

स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः।

स्वस्ति - अव्यय - कल्याणकारक होवो, कल्याण असो.

नः - अस्मद् - सर्वनाम - चतुर्थी - बहुवचन - आम्हाला.

पूषा - नान्त पूषन् - पुल्लिङ्गी - प्रथमा - एकवचन - पूषन् देव.

विश्ववेदाः - सान्त पुल्लिङ्गी - विश्ववेदस् - प्रथमा - एकवचन - अर्थ -

सर्वज्ञ. (विश्वं वेत्ति इति उपपद तत्पुरुष समास)

अर्थ - सर्वज्ञ पूषन् देव आम्हाला कल्याणकारक होवो.

स्वस्ति नस्ताक्षर्यो अरिष्टनेमिः स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥२॥

स्वस्ति नः + ताक्षर्यः अरिष्टनेमिः

स्वस्ति - अव्यय - कल्याणकारक होवो, कल्याण असो.

नः - अस्मद् - सर्वनाम - चतुर्थी - बहुवचन - आम्हाला.

ताक्षर्यः - पुल्लिङ्गी - प्रथमा - एकवचन - गरुड

अरिष्टनेमिः - इकारान्त - पुल्लिङ्गी - प्रथमा - एकवचन.

अर्थ - ज्याच्या रथचक्राची धाव अविच्छिन्न आहे (म्हणजेच जो अत्यंत गतिमान आहे.)

स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु - स्वस्ति नो बृहस्पतिः + दधातु -

स्वस्ति - अव्यय - कल्याणकारक होवो, कल्याण असो.

नो - नः - अस्मद् - सर्वनाम - चतुर्थी - बहुवचन.

बृहस्पतिः - विशेषनाम-बृहस्पति-इकारान्त-पुल्लिङ्गी-प्रथमा-एकवचन.

दधातु - धा - धातू - तृतीयगण - परस्मैपद - आज्ञार्थ - तृतीयपुरुष - एकवचन अर्थ - देवो.

अर्थ- संकटांचा नाश करणारा ताक्षर्य म्हणजे गरुड आणि बृहस्पती आमच्यासाठी कल्याणकारी असोत.

ॐ तन्मामवतु

ॐ तन्मामवतु - तत् + माम् + अवतु

तत् - नपुंसकलिङ्गी सर्वनाम - एकवचन - प्रथमा - अर्थ - ते.

माम् - अस्मद् - एकवचन - द्वितीया - अर्थ - मला/माझे.

अवतु - अच् - प्रथमगण - परस्मैपद - आज्ञार्थ - तृतीयपुरुष - एकवचन -

अर्थ - रक्षण करो.

अर्थ - ते माझे रक्षण करो.

तद् वक्तारमवतु

तद् वक्तारमवतु - तत् + वक्तारम् + अवतु

तत् - नपुंसकलिङ्गी सर्वनाम - एकवचन - प्रथमा - अर्थ - ते.

वक्तारम् - वक्तृ- पुल्लिङ्गी - द्वितीया एकवचन - अर्थ- वक्त्याचे (ला).

अवतु - अव् - प्रथमगण - परस्मैपद - आज्ञार्थ - तृतीयपुरुष -

एकवचन -

अर्थ - रक्षण करो.

अर्थ - वक्त्याला राखो. ते वक्त्याचे (अथर्वशीर्ष म्हणणाऱ्याचे) रक्षण करो.

अवतु माम्

अवतु - अव् - प्रथमगण - परस्मैपद - आज्ञार्थ - तृतीयपुरुष -

एकवचन -

अर्थ - रक्षण करो.

माम् - अस्मद् - सर्वनामाचे द्वितीयेचे एकवचन - अर्थ - मला (माझे).

अर्थ - मला, माझे रक्षण करो.

अवतु वक्तारम् ।

अवतु - अव् - प्रथमगण - परस्मैपद - आज्ञार्थ - तृतीयपुरुष -
एकवचन -

अर्थ - रक्षण करो.

वक्तारम् - वक्तृ - पुल्लिङ्गी -- द्वितीयेचे एकवचन - अर्थ- वक्त्याचे
(ला).

अर्थ - वक्त्याला राखो.

ॐ शांतिः शांतिः शांतिः

अर्थ - शांती असो, शांती असो, शांती असो.



॥ श्रीगणपतिअथर्वशीर्षम् ॥

हरिः ॐ नमस्ते गणपतये

हरिः ॐ - नाम - हरि - पुल्लिङ्गी - प्रथमा - एकवचन.

नमस्ते - नमः+ ते

नमः - अव्यय - नमस्कार असो.

ते - युष्मद् सर्वनामाचे चतुर्थी विभक्ती एकवचन.

गणपतये - गणपतिः (गणानां पतिः - षष्ठी तत्पुरुष) - इकारान्त

पुल्लिङ्गीनाम चतुर्थी विभक्तीचे एकवचन.

**अर्थ - हरि ॐ - मंगलसूचक, प्रारंभसूचक गणपतीस
नमस्कार असो.**

त्वमेव प्रत्यक्षं तत्त्वमसि

त्वमेव - त्वम् + एव

त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

एव - अव्यय - च किंवा केवळ.

प्रत्यक्षम् - विशेषण -(अव्यय) - अक्ष्णोः प्रति -

अर्थ - दृश्य, उघड, स्पष्ट, डोळ्यांना दिसणारे, मूर्तिमंत.

तत्त्वमसि - तत्त्वम् + असि

तत्त्वम् तत् + त्वम् - तत्त्वम् - नपुंसकलिङ्गी नाम - प्रथमा एकवचन.

तत् - तद् सर्वनामाचे नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन - ते.

त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.
असि - अस् - द्वितीयगण परस्मैपदी धातूचे वर्तमानकाळ द्वितीय पुरुष
एकवचन - आहेस.

**अर्थ - तूच ते प्रत्यक्ष अंतिम तत्त्व - त्याचे प्रकटरूप
आहेस.**

त्वमेव केवलं कर्ताऽसि

त्वमेव - त्वम् + एव -

त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

एव - अव्यय - च किंवा केवळ.

केवलं - केवल - विशेषणाचे नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन -

अर्थ - फक्त, केवळ, शुद्ध.

कर्ताऽसि - कर्ता + असि

कर्ता - कर्तृ ऋकारान्त पुल्लिङ्गी प्रथमा एकवचन - अर्थ - ईश्वर, ब्रह्मदेव.

असि - अस् - असणे - द्वितीयगण परस्मैपदी धातूचे वर्तमानकाळ
द्वितीयपुरुष एकवचन - आहेस.

**अर्थ - तूच केवळ कर्ता (ईश्वर, ब्रह्मदेव, जगन्निर्माता)
आहेस.**

त्वमेव केवलं धर्ताऽसि

त्वमेव - त्वम् + एव

त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

एव - अव्यय - च किंवा केवळ.

केवलं - केवल - विशेषणाचे नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन - फक्त,
केवळ, शुद्ध.

धर्ताऽसि - धर्ता + असि

धर्ता - धर्तृचे ऋकारान्त पुल्लिङ्गी प्रथमा एकवचन - अर्थ - धारण
करणारा.

असि - अस् - असणे - द्वितीयगण परस्मैपदी धातूचे वर्तमानकाळ
द्वितीयपुरुष एकवचन - आहेस.

**अर्थ - तूच केवळ धारण (पालनपोषण) करणारा
आहेस.**

त्वमेव केवलं हर्ताऽसि

त्वमेव - त्वम् + एव

त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

एव - अव्यय - च किंवा केवळ.

केवलं - केवल - विशेषणाचे नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन - फक्त,
केवळ, शुद्ध.

हर्ताऽसि - हर्ता + असि

हर्ता - हर्तृचे ऋकारान्त पुल्लिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन - अर्थ - हरण करणारा.

असि - अस् - असणे - द्वितीयगण परस्मैपदी धातूचे वर्तमानकाळ द्वितीयपुरुष एकवचन - आहेस.

अर्थ - तूच केवळ हरण करणारा (लय करणारा, सृष्टीचा संहारकर्ता) आहेस.

त्वमेव सर्वं खल्विदं ब्रह्माऽसि

त्वमेव - त्वम् + एव

त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

एव - अव्यय - च किंवा केवळ.

सर्वम् - सर्व - विशेषणाचे नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन

खल्विदम् - खलु + इदम् - खरोखर हे.

खलु - अव्यय - खरोखर.

इदम् - सर्वनाम - नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन - हे.

ब्रह्माऽसि - ब्रह्म + असि

ब्रह्म - ब्रह्मन् - नकारान्त नपुंसकलिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन.

असि - अस् - असणे - द्वितीयगण परस्मैपदी धातूचे वर्तमानकाळ द्वितीयपुरुष एकवचन - आहेस.

अर्थ - तूच केवळ खरोखर सर्वव्यापक ब्रह्म आहेस.

त्वं साक्षादात्मासि नित्यम् ॥ १ ॥

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

साक्षादात्मासि - साक्षात् + आत्मा + असि

साक्षात् - अव्यय - मूर्तिमंत, प्रत्यक्ष, स्वतः

आत्मा - आत्मन् - नकारान्त पुल्लिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन -
आत्मा.

असि - अस् - असणे - द्वितीयगण परस्मैपदी धातूचे वर्तमानकाळ
द्वितीयपुरुष एकवचन - आहेस.

नित्यम् - अव्यय - अविनाशी, सनातन, स्थिर, सदोदित.

**अर्थ - तू मूर्तिमंत, प्रत्यक्ष, स्वतः अविनाशी आत्मा
आहेस.**

ऋतं वच्मि

ऋतं - ऋत - विशेषनामाचे नपुंसकलिङ्गी द्वितीया एकवचन.

(इथे विशेषणासारखा प्रयोग) - त्रिकालाबाधित सत्य.

वच्मि - वच् धातु द्वितीयगण परस्मैपदी वर्तमानकाळ प्रथमपुरुष
एकवचन

अर्थ - त्रिकालाबाधित सत्य बोलत आहे.

सत्यं वच्मि ॥२॥

सत्यं - सत्य - विशेषणाचे नपुंसक द्वितीया एकवचन.

वच्मि - वच् धातु द्वितीयगण परस्मैपदी वर्तमानकाळ प्रथमपुरुष
एकवचन

अर्थ - खरे, (प्रामाणिक) बोलत आहे.

अर्थ - खरे, (प्रामाणिक) बोलत आहे.

अव त्वं माम्

अव - अव् धातु प्रथमगण परस्मैपदी आज्ञार्थ द्वितीयपुरुष एकवचन -
रक्षण कर.

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

माम् - अस्मद् - सर्वनामाचे द्वितीयेचे एकवचन - मला/माझे.

अर्थ - तू माझे रक्षण कर.

अव वक्तारम्

अव - अव् धातु प्रथमगण परस्मैपदी आज्ञार्थ द्वितीयपुरुष एकवचन -
रक्षण कर.

वक्तारं - वक्तृ- ऋकारान्त पुल्लिङ्गी नामाचे द्वितीयेचे एकवचन - वक्त्याला,
(वक्त्याचे)

**अर्थ - तू वक्त्याचे (तुझे यथार्थ वर्णन करणाऱ्या माझे)
रक्षण कर.**

अव श्रोतारम्

अव - अव् धातु प्रथमगण परस्मैपदी आज्ञार्थ द्वितीयपुरुष एकवचन - रक्षण कर.

श्रोतारं - श्रोत् - ऋकारान्त पुल्लिङ्गी नामाचे द्वितीयेचे एकवचन - ऐकणाऱ्याचे.

अर्थ - तू ऐकणाऱ्याचे/श्रवण करणाऱ्याचे (माझे) रक्षण कर.

अव दातारम्

अव - अव् धातु प्रथमगण परस्मैपदी आज्ञार्थ द्वितीयपुरुष एकवचन - रक्षण कर.

दातारं - दात् - ऋकारान्त पुल्लिङ्गी नामाचे द्वितीयेचे एकवचन - देणाऱ्याचे.

अर्थ - तू देणाऱ्याचे रक्षण कर.

अव धातारम्

अव - अव् धातु प्रथमगण परस्मैपदी आज्ञार्थ द्वितीयपुरुष एकवचन - रक्षण कर.

धातारं - धात् - ऋकारान्त पुल्लिङ्गी धातूचे द्वितीयेचे एकवचन - धारण करणाऱ्याचे.

अर्थ - तू, धारण करणाऱ्याचे रक्षण कर.

अवानूचानमवशिष्यम्

अव + अनूचानम्, अव + शिष्यम्

अव - अव् धातु प्रथमगण परस्मैपदी आज्ञार्थ द्वितीयपुरुष एकवचन - रक्षण कर.

अनूचानम् - अनूचान - पुल्लिङ्गी नामाचे द्वितीया एकवचन. मागोमाग उच्चारण करणाऱ्याचे.

अव - अव् धातु प्रथमगण परस्मैपदी आज्ञार्थ द्वितीयपुरुष एकवचन - रक्षण कर.

शिष्यम् - शिष्य - पुल्लिङ्गी नामाचे द्वितीयेचे एकवचन - शिष्याचे.

अर्थ - अध्ययन करणाऱ्याचे, मागोमाग उच्चारण करणाऱ्याचे रक्षण कर. शिष्याचे रक्षण कर.

अव पश्चात्तात्

अव - अव् धातु प्रथमगण परस्मैपदी आज्ञार्थ द्वितीयपुरुष एकवचन - रक्षण कर.

पश्चात्तात् - पश्चात् + तात् - अव्यय - पाठीमागून.

अर्थ - पाठीमागून रक्षण कर.

अव पुरस्तात्

अव - अव् धातु प्रथमगण परस्मैपदी आज्ञार्थ द्वितीयपुरुष एकवचन - रक्षण कर.

पुरस्तात् - पुरस् + तात् - अव्यय - पुढे, समोर.

अर्थ - पुढून, समोरून रक्षण कर.

अवोत्तरात्तात्

अव + उत्तरात्तात्

अव - अव् धातु प्रथमगण परस्मैपदी आज्ञार्थ द्वितीयपुरुष एकवचन - रक्षण कर.

उत्तरात्तात् - उत्तरात् + तात् - अव्यय - उत्तरेकडून, डावीकडून.

अर्थ - उत्तरेकडून, डावीकडून रक्षण कर.

अव दक्षिणात्तात्

अव - अव् धातु प्रथमगण परस्मैपदी आज्ञार्थ द्वितीयपुरुष एकवचन - रक्षण कर.

दक्षिणात्तात् - दक्षिणात् + तात् - अव्यय दक्षिणेकडून, उजवीकडून.

अर्थ - दक्षिणेकडून, उजवीकडून रक्षण कर.

अव चोर्ध्वात्तात्

अव, च + ऊर्ध्वात्तात् -

अव - अव् धातु प्रथमगण परस्मैपदी आज्ञार्थ द्वितीयपुरुष एकवचन - रक्षण कर.

च - अव्यय - आणि, सुद्धा.

ऊर्ध्वात्तात् - ऊर्ध्वात् + तात् - अव्यय - वरून.

अर्थ - वरूनसुद्धा रक्षण कर.

अवाधरात्तात्

अव - अव् धातु प्रथमगण परस्मैपदी आज्ञार्थ द्वितीयपुरुष एकवचन - रक्षण कर.

अधरात्तात्-अधरात् + तात्-अव्यय - नपुंसकलिङ्गी -पंचमी - एकवचन- खालून.

अर्थ - खालून रक्षण कर.

सर्वतो मां पाहि पाहि समन्तात् ॥३॥

सर्वतो - सर्वतस् - अव्यय - सर्व बाजूनी, पूर्णपणे.

मां - अस्मद् सर्वनामाचे द्वितीयेचे एकवचन - मला.

पाहि - पा - द्वितीयगण परस्मैपदी - आज्ञार्थ द्वितीयपुरुष एकवचन - रक्षण कर.

समन्तात् - समन्त/समन्ततस् - अव्यय - सर्व बाजूनी.

अर्थ - माझे, आमचे सर्व बाजूनी रक्षण कर, रक्षण कर.

त्वं वाङ्मयस्त्वं चिन्मयः

त्वं + वाङ्मयः + त्वं + चित् + मयः

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

वाङ्मयः - वाङ्मय - अकारान्त विशेषणाचे पुल्लिङ्गी प्रथमा एकवचन.

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू

चिन्मयः - चिन्मय अकारान्त विशेषणाचे पुल्लिङ्गी प्रथमा एकवचन.

चिन्मयः - चित् + मयः - आनंद, चैतन्य + ओतप्रोत भरलेला.

अर्थ - तू वाणी, शब्द, आवाज यांनी ओतप्रोत भरलेला (आहेस) (तसेच) तू चैतन्याने ओतप्रोत भरलेला (आहेस).

त्वमानंदमयस्त्वं ब्रह्ममयः

त्वम् + आनन्दमयः + त्वं + ब्रह्ममयः

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

आनन्दमयः - आनन्दमय - अकारान्त विशेषणाचे पुल्लिङ्गी प्रथमा एकवचन.

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

ब्रह्ममयः - ब्रह्मन् + मयट् (प्रत्यय) - ब्रह्ममय - अकारान्त विशेषणाचे पुल्लिङ्गी प्रथमा एकवचन.

अर्थ - तू आनंदमय आणि ब्रह्ममय आहेस.

त्वं सच्चिदानंदाद्वितीयोऽसि

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

सच्चिदानंदाद्वितीयोऽसि - सत् च चित् च आनन्दश्च अद्वितीयश्च (द्वंद्व समास) प्रथमा एकवचन + असि.

न द्वितीयः यस्य - अद्वितीयः - प्रथमा एकवचन.

असि - अस् द्वितीयगण परस्मैपदी धातूचे वर्तमानकाळ द्वितीयपुरुष एकवचन.

अर्थ - दुसरे काहीही अस्तित्वात नसलेला तू सत् चित् आनंदमय आहेस.

त्वं प्रत्यक्षं ब्रह्मासि

त्वं + प्रत्यक्षं + ब्रह्म + असि

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

प्रत्यक्षम् - विशेषण -(अव्यय) - अक्ष्णोः प्रति -

अर्थ - दृश्य, उघड, स्पष्ट, डोळ्यांना दिसणारे, मूर्तिमंत.

ब्रह्म - ब्रह्मन् या पुल्लिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन - ब्रह्म.

असि - अस् धातू - द्वितीयगण परस्मैपदी धातूचे वर्तमानकाळ द्वितीयपुरुष

एकवचन

अर्थ - तू प्रत्यक्ष ब्रह्म आहेस.

त्वं ज्ञानमयो विज्ञानमयोऽसि ॥४॥

त्वं + ज्ञानमयः + विज्ञानमयः + असि

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

ज्ञानमयः - ज्ञानमय या अकारान्त विशेषणाचे प्रथमा एकवचन -

ज्ञानाने परिपूर्ण.

विज्ञानमयः - विज्ञानमय या अकारान्त विशेषणाचे पुल्लिङ्गी प्रथमा एकवचन - विज्ञानाने

परिपूर्ण.

असि - अस् - द्वितीयगण परस्मैपदी धातूचे वर्तमानकाळ द्वितीयपुरुष

एकवचन.

अर्थ - तू ज्ञानाने, विज्ञानाने परिपूर्ण आहेस.

सर्वं जगदिदं त्वत्तो जायते

सर्वं + जगत् + इदम् + त्वत्तः + जायते

सर्वं - सर्वम् - सर्व - विशेषणाचे नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन.

जगदिदं - जगत् + इदम् - जग + हे.

जगत् - या नपुंसकलिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन - जग.

इदम् - सर्वनाम - नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन - हे.

त्वत्तो - त्वत् + तः - (तस् पंचमीचा प्रत्यय) - तुझ्यापासून.

जायते - जन् - जा - (चतुर्थगण आत्मनेपदी) वर्तमानकाळ तृतीयपुरुष
एकवचन - निर्माण होते, उत्पन्न होते.

**अर्थ - हे सर्व जग तुझ्यापासून/तुझ्यामुळे निर्माण,
उत्पन्न होते.**

सर्वं जगदिदं त्वत्तस्तिष्ठति

सर्वम् + जगत् + इदम् + त्वत्तः + तिष्ठति

सर्वं - सर्वम् - सर्व - विशेषणाचे नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन.

जगदिदं - जगत् + इदम् - जग + हे.

जगत् - या नपुंसकलिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन - जग.

इदम् - सर्वनाम - नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन - हे.

त्वत्तो - त्वत् + तः - (तस् पंचमीचा प्रत्यय) - तुझ्यामुळे.

तिष्ठति - स्था - तिष्ठ - (प्रथम परस्मैपदी) धातूचे वर्तमानकाळ
तृतीयपुरुष एकवचन - स्थित / स्थिर होते.

**अर्थ - हे सर्व जग तुझ्यामुळे स्थित/स्थिर होते/टिकून
आहे.**

सर्वं जगदिदं त्वयि लयमेष्यति

सर्वं + जगत् + इदम् + त्वयि + लयम् + एष्यति

सर्वं - सर्वम् - सर्व - विशेषणाचे नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन.

जगदिदं - जगत् + इदम् - जग + हे.

जगत् - या नपुंसकलिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन - जग.

इदम् - सर्वनाम - नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन - हे.

त्वयि - युष्मद् सर्वनामाचे सप्तमी एकवचन.

लयम् - लय - पुल्लिङ्गी नामाचे द्वितीया एकवचन - विलीन, एकरूप

एष्यति - इ धातु (द्वितीयगण परस्मैपदी) द्वितीय भविष्यकाळ तृतीयपुरुष एकवचन.

अर्थ - हे सर्व जग तुझ्यात विलीन होते/नाश पावते.

सर्वं जगदिदं त्वयि प्रत्येति

सर्वं + जगत् + इदम् + त्वयि + प्रति + एति

सर्वं - सर्वम् - सर्व - विशेषणाचे नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन.

जगदिदं - जगत् + इदम् - जग + हे

जगत् - या नपुंसकलिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन - जग.

इदम् - सर्वनाम - नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन - हे.

त्वयि - युष्मद् सर्वनामाचे सप्तमी एकवचन.

प्रति - अव्यय - कडे.

एति - इ (द्वितीयगण परस्मैपदी) वर्तमानकाळ तृतीयपुरुष एकवचन - जाते.

अर्थ - हे सर्व जग तुझ्याकडे जाते. (तुझ्यात अनुभवाला येते).

त्वं भूमिरापोऽनलोऽनिलोनभः

त्वं + भूमिः + आपः + अनलः + अनिलः + नभः

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

भूमिः - भूमि या स्त्रीलिंगी नामाचे प्रथमा एकवचन - पृथ्वी.

आपः - अप् या स्त्रीलिंगी नामाचे प्रथमा बहुवचन - पाणी.

(नित्य बहुवचनी शब्द - आप् - आपः).

अनलः - अनल या पुल्लिंगी नामाचे प्रथमा एकवचन - अग्नि.

अनिलः - अनिल या पुल्लिंगी नामाचे प्रथमा एकवचन - वायु.

नभः - नभस् या नपुंसकलिंगी नामाचे प्रथमा एकवचन - आकाश.

अर्थ - तू पृथ्वी, पाणी, अग्नी, वायु, आकाश (आहेस).

त्वं चत्वारि वाक्पदानि ॥५॥

त्वं + चत्वारि + वाचः पदानि - (षष्ठी तत्पुरुष समास)

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

चत्वारि - चतुर् या संख्यावाचकाचे नपुंसकलिंगी प्रथमा बहुवचन - चार.

(वाक् - वाच् या स्त्रीलिंगी नामाचे प्रथमा एकवचन - वाणी).

वाक्पदानि - वाक्पद या नपुंसकलिंगी नामाचे प्रथमा बहुवचन -

वाणी चे आश्रयस्थान.

अर्थ - तू चार प्रकारच्या वाणीचे आश्रयस्थान आहेस.

त्वं गुणत्रयातीतः

त्वं + गुणत्रयं अतीतः (द्वितीया तत्पुरुष समास)

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

गुणत्रयं - गुणानां त्रयम् - षष्ठी तत्पुरुष - तीन गुणांचा समुदाय - सत्त्व, रज, तमो.

अतीतः - अति + इ (द्वितीयगण परस्मैपदी) - अतीत या कर्मणि भूतकालवाचक धातुसाधिक विशेषणाचे पुल्लिङ्गी प्रथमा एकवचन - पलिकडे असलेला.

अर्थ - तू तीनही गुणांच्या - सत्त्व, रज, तमस् - पलिकडे असलेला (आहेस).

त्वं देहत्रयातीतः

त्वं + देहत्रयं अतीतः (द्वितीया तत्पुरुष समास)

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

देहत्रय - देहानां त्रयम् - षष्ठी तत्पुरुष - तीन देहांच्या स्थूल, सूक्ष्म, आनंदमय देह.

अतीतः - अति + इ (द्वितीयगण परस्मैपदी) - अतीत या कर्मणि भूतकालवाचक धातुसाधिक विशेषणाचे पुल्लिङ्गी प्रथमा एकवचन - पलिकडे असलेला.

अर्थ - तू तीनही - (स्थूल, सूक्ष्म, आनंदमय) - देहांच्या पलिकडे असलेला (आहेस).

त्वं कालत्रयातीतः

त्वं + कालत्रयं अतीतः (द्वितीया तत्पुरुष समास)

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

कालत्रय - कालानां त्रयम् - षष्ठी तत्पुरुष - तीन काळ - भूत, भविष्य, वर्तमान.

अतीतः - अति + इ (द्वितीयगण परस्मैपदी) - अतीत या कर्मणि भूत कालवाचक धातुसाधिक विशेषणाचे पुल्लिङ्गी प्रथमा एकवचन - पलिकडे असलेला.

अर्थ - तू तीनही काळांच्या (भूत, वर्तमान, भविष्य) पलिकडे असलेला (आहेस).

त्वं अवस्थात्रयातीतः

त्वं + अवस्थात्रयम् अतीतः (द्वितीया तत्पुरुष समास)

अवस्थात्रयम् - अवस्थानां त्रयम् (षष्ठी तत्पुरुष समास)

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

अवस्थात्रयम् - द्वितीया तत्पुरुष - (अवस्थानां त्रयम्) - (षष्ठी तत्पुरुष)

अतीतः - अति + ई (द्वितीयगण परस्मैपदी) - अतीत या कर्मणि

भूतकालवाचक धातुसाधिक विशेषणाचे पुल्लिङ्गी प्रथमा एकवचन - पलिकडे असलेला.

अर्थ - तू तीनही (बाल, तरुण, वृद्ध) अवस्थांच्या पलिकडे असलेला (आहेस).

त्वं मूलाधारस्थितोऽसि नित्यम्

त्वं + मूलाधारस्थितः + असि + नित्यम्

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

मूलः च आधारः मूलाधारः - कर्मधारय समास.

मूलाधारे स्थितः - सप्तमी तत्पुरुष समास प्रथमा एकवचन.

असि - अस् - द्वितीयगण परस्मैपदी धातूचे वर्तमानकाळ द्वितीय पुरुष एकवचन.

नित्यम् - अव्यय - सदैव, नित्य.

अर्थ - तू सदैव, नित्य मूलाधारामध्ये (चक्र) स्थिर आहेस.

त्वं शक्तित्रयात्मकः

त्वं + शक्तित्रय + आत्मकः

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

शक्तित्रय - शक्तीनां त्रयम् - षष्ठी तत्पुरुष समास - शक्तित्रयं आत्मा

यस्य सः बहुव्रीहि समास, प्रथमा एकवचन तीनही शक्ती - शरीर, मन, बुद्धी.

आत्मकः - युक्त, भरलेला.

अर्थ - तू तीन शक्तींनी (शरीर, मन, बुद्धी) युक्त (आहेस) (बनलेला आहेस).

त्वां योगिनो ध्यायन्ति नित्यम्

त्वाम् + योगिनः + ध्यायन्ति + नित्यम्

त्वां - त्वाम् - युष्मद् सर्वनामाचे द्वितीया एकवचन - तुझे.

योगिनः - योगिन् या पुल्लिगी नामाचे प्रथमा बहुवचन - योगी.

ध्यायन्ति - ध्यै - (प्रथम परस्मैपदी) वर्तमानकाळ तृतीय पुरुष बहुवचन

- ध्यान (चिंतन, विचार) करतात.

अर्थ - योगी, तुझे सदैव, नेहमी ध्यान (चिंतन, विचार)

करतात.

त्वं ब्रह्मा

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

ब्रह्मा - ब्रह्मन् या पुल्लिगी विशेषनामाचे प्रथमा एकवचन - ब्रह्मदेव.

अर्थ - तू ब्रह्म.

त्वं विष्णुः

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

विष्णुः - विष्णु या उकारान्त पुल्लिगी विशेषनामाचे प्रथमा एकवचन.

अर्थ - तू विष्णु.

त्वं रुद्रः त्वं इन्द्रः त्वं अग्निः

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

रुद्रः - रुद्र या पुल्लिङ्गी विशेषनामाचे प्रथमा एकवचन.

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

इन्द्रः - इंद्र या अकारान्त पुल्लिङ्गी विशेषनामाचे प्रथमा एकवचन.

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

अग्निः - अग्नि या इकारान्त पुल्लिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन.

अर्थ - तू रुद्र, तू इन्द्र, तू अग्नी.

त्वं वायुः त्वं सूर्यः त्वं चंद्रमाः

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

वायुः - वायु या उकारान्त पुल्लिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन.

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

सूर्यः - सूर्य या पुल्लिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन.

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

चंद्रमाः - चंद्रमस् या सकारान्त पुल्लिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन.

अर्थ - तूच वायू, तूच सूर्य, तूच चन्द्र.

त्वं ब्रह्मभूर्भुवः स्वरोम् ॥६॥

त्वं + ब्रह्म + भूः + भुवः + स्वः + ओम्

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

ब्रह्म - ब्रह्मन् या नपुंसकलिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन - ब्रह्म.

भूः - भू या स्त्री नामाचे प्रथमा एकवचन - पृथ्वी.

भुवः - भुवस् हे अव्यय आहे. सप्तलोकापैकी एक अंतरिक्ष - आकाश.

स्वः - स्वर्ग.

ओम् - ॐकार प्रथम ध्वनि - ब्रह्माचे अक्षररूप.

त्वं - त्वम् - युष्मद् सर्वनामाचे प्रथमा विभक्तीचे एकवचन - तू.

अर्थ - तू ब्रह्म, पृथ्वी, अंतरिक्ष, स्वर्ग, ॐ कार (रूप आहेस).

गणादिं पूर्वमुच्चार्य

गण + आदिम् - पूर्वम् + उच्चार्य

गण - गणे/गणानां/गणेषु आदिः - गणादिः - पुल्लिङ्गी द्वितीया एकवचन.

आदिम् - अर्थ - पहिला, गणापैकी सुरुवातीचा वर्ण - ग्.

पूर्वम् - अव्यय - अगोदरचा, पूर्वीचा.

उच्चार्य - उद् + चर् प्रयोजकाचे ल्यबन्त अव्यय - उच्चारून.

अर्थ - पहिला, सुरुवातीचा गण पूर्वी, अगोदर उच्चारून.

वर्णादिं तदनन्तरम्

वर्ण + आदिम् + तद्अनन्तरम् - तस्मात् अनन्तरम्

वर्णआदिम् - वर्णेषु आदिः -वर्णमालेतला पहिला वर्ण (त्याला).

तद्अनन्तरम् - तस्मात् अनन्तरम्.

अनन्तरम् - अव्यय - नंतर, मागाहून.

अर्थ - पहिला, सुरुवातीचा वर्णमालेतील पहिला 'अ' त्यानंतर.

अनुस्वारः परतरः

अनुस्वारः - अनुस्वार - प्रथमा एकवचन.

परतरः - पर या विशेषणाचे तरवाचक रूप - पलिकडे, नंतर -सर्वात शेवटी.

अर्थ - पलिकडे, नंतर, सर्वात शेवटी अनुस्वार, बिंदू.

अर्धेदुलसितम्

अर्धेन्दुना - अर्धेन इन्दुना - तृतीया तत्पुरुषसमास - लसितम् -

अर्ध + इन्दु + लसितम् - चंद्रकोरीने शोभून दिसणारे.

लसितम् - लस् - (प्रथमगण परस्मैपदी) या धातूचे कर्मणि

भूतकाळवाचक धातुसाधित विशेषण प्रथमा एकवचन.

अर्थ - चंद्रकोर शोभून दिसते.

तारेण रुद्धम्

तारेण - तार - तृतीया एकवचन - उच्च स्वराने

रुद्धम् - रुध् (सातवा गण उभयपद) या धातूचे कर्मणि भूत. धातुसाधित विशेषण नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन - अडविलेले, मर्यादित केलेले.

अर्थ - उच्च स्वराने अडविलेले, मर्यादित केलेले.

एतत्तव मनुस्वरूपम्

एतत् + तव + मनुः च स्वरूपं च - कर्मधारय समास

एतत् - सर्वनाम नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन- हे.

तव - युष्मद् सर्वनाम - षष्ठी एकवचन -तुझे.

मनुः - मनु (मानवाचा मूळ पुरुष)-उकारान्त नामाचे प्रथमा एकवचन- (हे तुझे मंत्ररूप)

स्वरूपम् - स्वरूप या अकारान्त नामाचे प्रथमा एकवचन.

अर्थ - हे तुझे मनु (मानवाचा मूळ पुरुष) स्वरूप (आहे).

गकारः पूर्वरूपम्

ग अकार + पूर्व + रूपम् (अस्ति)

ग - गण या शब्दातील पहिले अक्षर 'ग'.

पूर्व - पूर्व च रूपम् - कर्मधारय समास प्रथमा एकवचन - आदि, मूळ रूपम्-रूप.

अर्थ - ग अक्षर मूळ, आदिरूप आहे.

अकारो मध्यमरूपम्

अकार + मध्यम + रूपम् (अस्ति)

अ- अ स्वरमालेतील पहिला स्वर.

मध्यमं च रूपम् - कर्मधारय समास - मध्यम रूप.

अर्थ - 'अ' हे मध्यम रूप आहे.

अनुस्वारश्चान्तरूपम्

अनुस्वारः + च + अन्त्य + रूपम् (अस्ति)

अनुस्वारः - अनुस्वार - अकारान्त पुल्लिङ्गी शब्दाचे प्रथमा एकवचन.

अन्तरूपम् - अन्त्यं च रूपम् कर्मधारय समास अकारान्त पुल्लिङ्गी शब्दाचे प्रथमा एकवचन - अखेरचे, शेवटचे रूप.

अर्थ - अखेरचे, शेवटचे (हे) अनुस्वाररूप (आहे).

बिंदुरुत्तररूपम्

बिन्दुः + उत्तरं च रूपम्

बिन्दुः - बिंदू उकारान्त पुल्लिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन.

उत्तररूपम् - उत्तरं च रूपं - कर्मधारय समास प्रथमा एकवचन- अखेरनंतरचे रूप.

अर्थ - अखेरनंतरचे बिंदू रूप.

नादः संधानम्

नादः - नाद अकारान्त पुल्लिङ्गी शब्दाचे प्रथमा एकवचन - ध्वनि, आवाज.

संधानम् - संधानं - अकारान्त नपुंसकलिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन - जोडणारा दुवा.

अर्थ - नाद हे संधान आहे- जोडणारा दुवा.

संहिता सन्धिः

संहिता - स्वर + व्यंजनाना एकत्र जोडणारी.

सन्धिः इकारान्त पुल्लिङ्गी नामाचे प्रथमा एकवचन.

अर्थ - संहिता (एकत्र उच्चार) सन्धि आहे.

सैषा गणेशविद्या

सा + एषा + गणेशविद्या

सा - तत् सर्वनाम स्त्रीलिङ्गी रूपांपैकी प्रथमा एकवचन.

एषा - एतत् सर्वनाम स्त्रीलिङ्गी रूपांपैकी प्रथमा एकवचन.

गणेश - गणानां ईशः - षष्ठी तत्पुरुष समास.

गणेशविद्या - गणेशस्य विद्या - षष्ठी तत्पुरुष समास प्रथमा एकवचन.

अर्थ - ही अशी गणांचा (जो) ईश्वर (त्याची) विद्या (आहे).

गणक ऋषिः

गणकः - गणक या अकारान्त विशेषनामाचे प्रथमा एकवचन.

ऋषिः - ऋषि या पुल्लिंगी नामाचे प्रथमा एकवचन.

अर्थ - (ह्या मंत्रांचे) गणक नावाचे ऋषि

निचृद्रायत्रीच्छन्दः

निचृद् + गायत्री + छन्दः

निचृत् - गायत्रीचा एक प्रकार.

गायत्रीच्छन्दः - गायत्री च असौ छन्दः च - कर्मधारय समास.

अर्थ - निचृद् गायत्री हा छंद

गणपतिर्देवता

गणपतिः + देवता

गणपतिः - गणपति या पुल्लिंगी विशेषनामाचे प्रथमा एकवचन.

देवता - देवता आकारान्त स्त्रीलिंगी नामाचे प्रथमा एकवचन.

अर्थ - गणपती ही देवता.

ॐ गं गणपतये नमः ॥७॥

ॐ - प्रणव.

गं - बीजाक्षर.

गणपतये - गणपति शब्दाचे चतुर्थी एकवचन.

नमः - अव्यय - नमस्कार असो.

अर्थ - ॐ गं गणपतीला नमस्कार असो.

एकदन्ताय विद्महे वक्रतुण्डाय धीमहि

एक दात असलेला + जाणतो + दुष्टांना शासन करणारा + ध्यान करतो.

एकदंताय - एकः दन्तः यस्य सः - बहुव्रीहि समास, चतुर्थी एकवचन.

विद्महे - विद् - ६ उभयपदी वर्तमानकाळ प्रथम पुरुष बहुवचन.

वक्रतुण्डाय - वक्रान् तुण्डयति - दुष्टांना शासन करणारा चतुर्थी एकवचन.

धीमहि - ध्यै - (धी ४ आत्मनेपदीही धातू आहे) प्रथम पुरुष बहुवचन.

अर्थ - एकदन्त, वक्रतुंड अशा गणपतीला मी नमस्कार करतो.

तन्नो दन्ती प्रचोदयात् ॥८॥

तत् + नः + दन्ती + प्रचोदयात्

तत् - तद् सर्वनामाचे नपुंसकलिङ्गी प्रथमा एकवचन - तर, आता.

नः - अस्मद् - सर्वनाम चतुर्थी - बहुवचन - आम्हाला, आमचे.

दन्ती - दन्तिन् - प्रथमा एकवचन - दातयुक्त.

प्रचोदयात् - प्र + चुद् - धातु १० वा गण विध्यर्थ तृतीय पुरुष एकवचन

- प्रेरित करो

अर्थ - तो दन्तयुक्त (गणेश) आम्हाला प्रेरणा देवो.

एकदन्तं

एक + दन्तम् - एक दात असलेला.

एकदन्तम् - एकः दन्तः यस्य सः (तम्) - बहुव्रीहि समास - द्वितीया

एकवचन.

अर्थ - एक दात असलेल्या (गणेशाला)

चतुर्हस्तं

चतुर् + हस्तम् - चार हात असलेला

चतुर् हस्तम् - चत्वारः हस्ताः यस्य सः (तम्) - बहुव्रीहि समास -
द्वितीया एकवचन.

चार हात - वरचा डावा हात - अंकुश (नियामक ब्रह्म).

खालचा डावा हात - दन्त (दुष्टनाशक ब्रह्म).

वरचा उजवा हात - पाश (भक्तांचा मोहनाशक ब्रह्म).

खालचा उजवा हात - वरदमुद्रा

(कामनापूर्तीकारक ब्रह्म).

अर्थ - चार हात असलेल्या.

पाशमंकुशधारिणम्

पाशम् + अंकुश + धारिणम्

पाशं अंकुशं च धारयति इति (तम्) - उपपद तत्पुरुष समास - द्वितीया
एकवचन.

पाश + अंकुश + धारण करणारा.

धारिणम् - द्वितीया एकवचन.

**अर्थ - एक दाताचा, चार हातांच्या, (आणि) पाश,
अंकुश धारण करणाऱ्याला.**

रदं च वरदं हस्तैर्बिभ्राणं मूषकध्वजम्

रदं - रदम् - दन्तम्

वरदं - वरं ददाति इति वरदः उपपद तत्पुरुष समास (तम्) - द्वितीया एकवचन - कृपाहस्त (उताणा हात) असलेला.

हस्तैर्बिभ्राणं मूषकध्वजम् - हस्तैः + बिभ्राणम् , मूषक + ध्वजम्
हस्तैः - हस्त - तृतीया बहुवचन - हातांनी.

(चार हात - पाश, अंकुश, रद आणि वरद).

बिभ्राणम् - 'बिभ्राण' - भृ (तृतीय गण) वर्तमानकाळवाचक धातुसाधित विशेषण द्वितीया एकवचन - धारण करणाऱ्या.

मूषकध्वजम् - मूषकध्वज या पुल्लिंगी नामाचे द्वितीया एकवचन.

मूषकध्वजम् - मूषकः ध्वजः (चिन्हं) यस्य सः (तम्) - बहुव्रीहि समास.

अर्थ - मूषक हे चिन्ह असलेल्या, या चार गोष्टी चार हातांनी धारण करणाऱ्याला.

रक्तलंबोदरं शूर्पकर्णकं रक्तवाससम्

रक्तं- रक्त- विशेषण द्वितीया एकवचन. रक्तलाल दिसणारा.

लंबोदरं - लम्बम् उदरम् यस्य सः - बहुव्रीहि समास (तम्) - द्वितीया एकवचन

लंब उदर, मोठे पोट असलेला.

(अनंत ब्रह्मांडांची निर्मिती करण्याचे सामर्थ्य-त्याचे प्रतीक म्हणून मोठे पोट).

शूर्पकर्णकम्-शूर्प इव कर्णौ यस्य सः-शूर्पकर्णः-बहुव्रीहि समास, तम्
द्वितीया एकवचन.

सुपासारखे कान असलेल्या.

(सुपाची क्रिया - पाखडणे - धान्यपदार्थातील घाण/कोंडा साफ करणे).

रक्तवाससम् - रक्त+ वाससम् (मूळ शब्द वासस् -वस्त्र) -

लाल, तांबडे वस्त्र धारण करणाऱ्या.

रक्तवाससम्-रक्तं वासः यस्य सः - बहुव्रीहि समास (तम्) - द्वितीया
एकवचन.

**अर्थ - रक्त दिसणारा (रक्तवर्णाच्या), लंब (मोठे) उदर
(पोट) असलेल्या, सुपासारखे कान असलेल्या, लाल
रंगाचे वस्त्र धारण करणाऱ्या.**

रक्तगंधानुलिप्तांङ्गं रक्तपुष्पैः सुपूजितम्

रक्तगन्ध + अनुलिप्त + अङ्गम् - रक्तपुष्पैः + सु + पूजितम्

रक्तगन्धानुलिप्तअङ्गम् - रक्तगंधेन अनुलिप्तं अङ्गं यस्य सः (तम्)

- बहुव्रीहि समास द्वितीया एकवचन.

रक्तपुष्पैः - रक्तं पुष्पं - रक्तपुष्पम् - कर्मधारय समास, तैः

सुपूजितम् - सुष्ठु पूजितः सुपूजितः - द्वितीया एकवचन.

**अर्थ - तांबड्या गंधाने माखलेल्या अंगाच्या, रक्तफुलांनी
उत्तम पूजन केलेल्या.**

भक्तानुकम्पिनं देवं जगत्कारणमच्युतम्

भक्तानुकम्पिनम् + देवम् - जगत्कारणम् + अच्युतम्

भक्तानुकम्पिन् - तम्, भक्तेषु अनुकम्पिनम्- सप्तमी तत्पुरुष समास,
द्वितीया एकवचन - भक्तांवर दया/करुणा करणारा.

देवम् - देव या अकारान्त पुल्लिङ्गी नामाचे द्वितीया एकवचन.

जगत्कारणम् - जगतः कारणम् (तम्) - षष्ठी तत्पुरुष समास - जगाचे
कारण, द्वितीया एकवचन.

अच्युतम् - न च्युतः अच्युतः नञ् तत्पुरुष समास - द्वितीया एकवचन.

**अर्थ - भक्ता (विषयी) करुणा, अनुकंपा असलेल्या
देवाला, जगाचे, विश्वाचे अढळ कारण (असलेल्या).**

आविर्भूतं च सृष्ट्यादौ

आविर्भूतम् + च + सृष्टिः + आदौ

सृष्ट्याः आदौ - सृष्टिपूर्वी, सृष्टीच्या अगोदर.

आविर्भूतम् - अविः + भूतम् - भू प्रथमगणाच्या परस्मैपदी धातूचे
कर्मणि भूतकालवाचक धातुसाधित विशेषण, नपुंसकलिङ्गी प्रथमा
एकवचन.

च - प्रत्यय.

सृष्ट्याः आदौ - षष्ठी तत्पुरुष समास (आदौ - अव्यय)

अर्थ - सृष्टीच्या अगोदर अवतीर्ण झालेल्या.

प्रकृतेः पुरुषात् परम्

प्रकृतेः पुरुषात् + परम्

प्रकृतेः - प्रकृति या इकारान्त स्त्रीलिङ्गी नामाचे पंचमी एकवचन.

पुरुषात् - पुरुष या अकारान्त पुल्लिङ्गी नामाचे पंचमी एकवचन.

परम् - विशेषण श्रेष्ठम् - पलिकडचा.

अर्थ - प्रकृति आणि पुरुष यांच्या पलिकडचा/श्रेष्ठ/आधीचा.

एवं ध्यायति यो नित्यं स योगी योगिनां वरः ॥९॥

एवं - अव्यय - अशाप्रकारे.

ध्यायति - ध्यै - (प्रथमगण परस्मैपदी) वर्तमानकाळ तृतीय पुरुष एकवचन.

यो - यः यत्- सर्वनाम पुल्लिङ्गी रूपांपैकी प्रथमा एकवचन - जो.

नित्यं - अव्यय - नेहमी.

सः - तत् सर्वनाम पुल्लिङ्गी रूपांपैकी प्रथमा एकवचन.

योगी - योगिन् - प्रथमा एकवचन.

योगिनां - योगिन् - षष्ठी बहुवचन.

वरः - अकारान्त विशेषण प्रथमा एकवचन - श्रेष्ठ.

अर्थ - याप्रमाणे जो सदैव, नेहमी ध्यान करेल तो योगी (सर्व) योग्यांमध्ये श्रेष्ठ, योग्यांचा योगी (ठरेल).

नमो ब्रातपतये नमो गणपतये नमः प्रमथपतये नमस्तेऽस्तु
लंबोदरायैकदंताय विघ्ननाशिने शिवसुताय श्रीवरदमूर्तये नमः
नमो ब्रातपतये

नमो - नमः - अव्यय - नमस्कार असो.

ब्रातानां पतिः - ब्रातपति षष्ठी तत्पुरुष समास.

ब्रातपतये - ब्रातपति - इकारान्त पुल्लिङ्गी नामाचे चतुर्थी एकवचन.

अर्थ - नमस्कार असो ब्रात्यांच्या (ब्रात्य-संस्कारहीन मनुष्य) प्रमुखास.

नमो गणपतये

नमो - नमः - अव्यय - नमस्कार असो.

गणपतये - गणपति - इकारान्त नाम - पुल्लिङ्गी चतुर्थी एकवचन.

गणानां पतिः - षष्ठी तत्पुरुष समास.

अर्थ - नमस्कार असो गणांच्या पतीस (प्रमुखास).

नमः प्रमथपतये

नमः - अव्यय - नमस्कार असो.

प्रमथपतिः - प्रमथानां पतिः षष्ठी तत्पुरुष समास.

प्रमथपतये - चतुर्थी एकवचन - प्रमथांच्या पतीला (प्रमुखाला).

शंकराच्या भूत योनीतील सेवकांना प्रमथ म्हणतात - गणेश त्यांचा प्रमुख.

अर्थ : प्रमथांच्या प्रमुखाला नमस्कार असो.

नमस्तेऽस्तु

नमः + ते + अस्तु

नमः - अव्यय - नमस्कार.

ते - युष्मद् सर्वनामाचे चतुर्थी एकवचन - तुला.

अस्तु - अस् (द्वितीय गण) आज्ञार्थ तृतीय पुरुष एकवचन - असो.

अर्थ : तुला नमस्कार असो.

लंबोदरायैकदंताय

लम्बोदराय (लम्ब + उदराय) + एकदन्ताय

लम्बोदराय - लम्बं उदरं यस्य सः - लम्बोदरः बहुव्रीहि समास - चतुर्थी एकवचन.

एकदन्ताय - एकः दन्तः यस्य सः एकदन्तः - बहुव्रीहि समास चतुर्थी एकवचन -

लंब, मोठ्या + पोटाचा + एक दात असलेला.

अर्थ : मोठ्या उदराच्या (पोटाच्या), एकदात असलेल्या.

विघ्ननाशिने

विघ्ननाशिन् - विघ्नान् नाशयति इति उपपद तत्पुरुष समास - चतुर्थी एकवचन.

अर्थ - विघ्नांचा, संकटांचा नाश करणाऱ्यास.

शिवसुताय

शिवसुतः- शिवस्य सुतः - षष्ठी तत्पुरुष समास. चतुर्थी एकवचन.

अर्थ - शिवाच्या पुत्रास, मुलास.

श्रीवरदमूर्तये नमः ॥१०॥

श्रीवरदा च या मूर्तिः - कर्मधारयसमास, चतुर्थी एकवचन.

नमः - अव्यय - नमस्कार असो.

अर्थ - वर देण्यासाठी मूर्त रूप धारण केलेल्यास (गणेशास) नमस्कार असो.

अर्थ - ब्राह्मणांच्या प्रमुखास नमस्कार असो, गणांच्या प्रमुखास नमस्कार असो, भूतांच्या पतीला नमस्कार असो. लंब, मोठ्या उदराच्या (पोटाच्या), एक दाताच्या (गणपतीस) नमस्कार असो. विघ्नांचा, संकटांचा नाश करणाऱ्यास, शिवाच्या पुत्रास, वर देणाऱ्या मूर्तीस नमस्कार असो.





संत्रिका SANTRIKA

संस्कृत संस्कृति संशोधिका, ज्ञान प्रबोधिनी
Institute for Research in Sanskrit & Indian Culture

सन्मित्र

श्री. प्रभाकरजी करंबेळकर
यांना,
सन्मतेह नंदन!

३ सौर कार्तिक संक १९३२

आपले 'अथर्वशीर्षरहस्यम्' हे पुस्तक समजावणाले, जांगले झाले आहे.

मुरनष्ट लः गोडस अशा गणेशपुत्रींना अकालात मुक्तेमुळे खूपच
भाबते.

संस्कृत आणि भाष्य वाचनीय झाले आहे. भातृपितृवर्णी अर्चना केलेली
ही साहित्यदेवा लेखकाचा केवळ धन्यताच बरे तर विवदात ही कल्पना
राहणार नाही.

पदलेद, अन्वय, अन्वयार्थ व पदशः व्यकरण देण्याची जुनी प्रथा आपण
बहुतांशी वापरल्याने अभ्यास करणा-यांना खूप अपयोज होणार आहे.

फलश्रुती आपण दिली नाही-जांगले जाळे- पण त्याचे लकीरुद्ध करण ही गर
जमूर करत. आले असते तर केवळ शिवाभक्तीचे पहा करणा-यांना पुस्तक
अपुढे जाऊन असते.

भाव्यकावाचे प्रणेणार विचार करण-यांचा ज्ञानावशील लगणव्याचे हल्लीचे
उत्तम झाले आहे.

स्वाध्यायाची जोड ही निरंतरतायाम प्रेरक करते हा आपला अनुभव आहे.
पुढील आनूपासाठी काही सुधारणा करत इच्छित असाल तर आपण
दिलेली प्रत अडक पाहली. त्यात सुधारणा करवता आहोत.

धन्यवाद!

२१-२-१९३२

। श्रीगणपतिअथर्वशीर्षरहस्यम् ।

(भाग - २)

- भाष्य -

श्री. प्रभाकर बालकृष्ण करंबेळकर

। भाष्यकाराचे मनोगत ।

अकार चरणयुगल । उकार उदर विशाल ।

मकारु महामंडळ । मस्तकाकारे ॥

संकलकाने प्रस्तावनेत म्हटल्याप्रमाणे या पुस्तकाचा प्रामुख्याने उपयोग विविध माध्यमिक शाळांत पाचवीच्या वर्गापासून व्हावा, जेणेकरून विद्यार्थीदशेपासूनच मुलामुलींमध्ये स्वतःकडे पहाण्याचा, स्वतःला ओळखण्याचा, स्वतःमध्ये योग्य आत्मविश्वास निर्माण करण्याचा आणि पर्यायाने इतरही माझ्यासारखेच आहेत -असा एकात्मतेचा भाव (मग तो कोणत्याही धर्माचा, जातीचा, पंथाचा असू दे) निर्माण व्हावा हा आहे. जर भारत हा लवकरात लवकर महासत्ता व्हायला हवा असेल तर आपआपसातील धार्मिक, जातीय, पंथीय, वैचारिक, आर्थिक, राजकीय इ.मतभेद संपवून हे विश्वचि माझे घर आणि मानवता हाच माझा धर्म - मग जन्माने मला कोणता का धर्म चिकटलेला असेना - असा भाव निर्माण होण्याची अत्यंत गरज आहे. सर्व जाती, धर्माच्या नागरिकांनीच आता असा निर्धार करायला हवा की मी जन्माने कुठल्याही जातीचा/धर्माचा असलो तरी मी माझी जात, धर्म, प्रथा. रूढी इ. माझ्या वैयक्तिक, घरगुती गोष्टींपुरत्याच मर्यादित ठेवीन आणि सर्व सार्वजनिक ठिकाणी मानवधर्माचे पालन करीन. ज्याचे नियम, कायदेकानू, प्रथा अर्थातच सर्वांसाठी समान असतील. म्हणजेच थोडक्यात मी दोन धर्मतत्त्वांचा अंगिकार करेन - एक वैयक्तिक

जन्माने लाभलेला अथवा सध्याचा (धर्मातराने घेतलेला), तर दुसरा विश्वधर्म - मानवधर्म. आणि अशा मानवधर्माच्या कायदेकानूंचे मी पूर्णतः पालन करेन.

उपरोक्त निर्धार करण्याची पहिली पायरी म्हणजे स्वतःच स्वतःला पूर्णपणे ओळखणे होय. अशी ओळख जर का खरोखरच व्हायला हवी असेल तर आपले मस्तक, डोके, शीर्ष - स्थिर (अथर्व) असायला हवे. शीर्ष अथर्व असेल तरच शांत, थंड डोक्याने विचार करता येतो. थर्व शीर्ष म्हणजे अस्थिर मस्तक. जेथे अस्थिरता तेथे अतिविचार, जेथे अतिविचार तेथे अविचार, जेथे अविचार तेथे अविवेक, जेथे अविवेक तेथे डोके हे तापलेले आणि तापलेले डोके तेथे कार्यनाश हा असतोच. म्हणूनच म्हणतो -

मस्तक तापले तापले । तेथे अविचार प्रकटले।
अविचारे अविवेक जन्मे । निश्चित नासे कार्य ते।

असा वारंवार जर का कार्यनाश होऊ लागला, अपयश येऊ लागले तर मग आपल्या जगण्याचे प्रयोजन काय, असा विचार बळावू लागतो आणि मग आपल्या कार्याप्रती, भोवतीच्या, संबंधातील गोष्टींबद्दल, लोकांबद्दल निरिच्छपणा निर्माण होतो किंवा त्याप्रती असूया, द्वेष, मत्सर तरी निर्माण होतो. निरिच्छपणा असो अथवा मत्सर दोन्हीमध्ये कार्यनाश हा होतोच होतो. निरिच्छपणामुळे म्हणजे काहीएक न करण्याच्या इच्छेमुळे आणि द्वेषाने, मत्सराने दुसऱ्याच्या कार्यात

अडथळे आणण्यामुळे. मग यावर उपाय एकच तो म्हणजे शीर्ष अथर्व ठेवणे म्हणजेच अथर्वशीर्ष समजून घेणे, म्हणजेच स्वतःच स्वतःला पूर्णपणे ओळखणे होय.

अथर्वशीर्षाचा मराठीत अर्थ समजल्यावर त्याच्या वारंवार पठणातून त्या लौकिक अर्थामागचा अलौकिक अर्थ हळुहळू उलगडत गेला तोच आपणा सर्वांच्या अभ्यासात आणावा, या एकाच हेतूने या पुस्तकाची मांडणी केली आहे. वैदिककाळात गणपती नव्हता तर ब्रह्मणस्पति अशी देवता होती. त्यासाठीचे ब्रह्मणस्पतिसूक्त असे स्वतंत्र स्तवन आहे. गणपतीसुद्धा दोन रूपात ओळखला जातो - एक सुखकर्ता गणेश म्हणून तर दुसरा संकटकारक वा शत्रुनाशक विनायक याही स्वरूपात. (याबाबतची भरपूर माहिती गणेशपुराण इ. सारख्या ग्रंथांतून उपलब्ध आहे, त्यामुळे ती येथे देत नाही. ज्यांच्या वाचनात आली नसेल त्यांनी अशा ग्रंथांचेही आधी वाचन करावे ही विनंती). शुक्ल पक्षात येणारी ती विनायकी चतुर्थी तर कृष्ण पक्षात येणारी ती संकष्टी चतुर्थी. त्यावेळी गणेशाचे स्तवन करण्यासाठी अथर्वशीर्षाची योजना झाली असा आपला समज आहे. ते असे हे अथर्वशीर्ष कुठून आले याचा शोध घ्यायला गेले की समजते की ते उपनिषदातून आलेले आहे. (पहा - अथर्वशीर्ष फलश्रुतीचा शेवट - इत्युपनिषद्). उपनिषदे म्हणजे थोडक्यात सांगायचे तर गुरूने शिष्याला उपदेश केलेले अंतिम सत्याचे ज्ञान. असे जर असेल तर अथर्वशीर्ष हे मुख्यतः गणपतीसाठी नसून ते मानवासाठीच असले पाहिजे. कारण

गणपतीचे शीर्ष अथर्व ठेवण्याची गरज नसून मानवाचेच शीर्ष अथर्व रहाण्याची फार गरज आहे. कारण गणेश प्रत्यक्ष कार्य करणारा नसून मानवच कार्य करणारा आहे आणि गणेश कार्य करवून घेणारा आहे. जो कार्य करणारा मानव आहे त्याचेच शीर्ष स्थिर नसेल तर कार्यनाश हा ठरलेलाच. म्हणूनच मानवाने आधी स्वतःस पूर्णपणे ओळखावे या हेतूनेच या अथर्वशीर्षाची योजना केली असावी असे मला वाटते. किंबहुना हरिः ॐ पासून ॐ गं गणपतये नमः पर्यंतच्या भागात मानवा, तू कसा आहेस याचेच विवेचन/विवरण प्रत्ययास येते. हा अलौकिक अर्थ जर का एकदा अंतर्मनात प्रतिबिंबित झाला की मग आपण स्वतःच गणेशरूप (गणांचा ईश) आहोत आणि कर्ताकरविता मीच आहे हे लक्षात येण्यास वेळ लागणार नाही आणि गणेशाचेच कार्य जर का मी करणार असेन तर ते नेहमीच शुद्ध, पवित्र स्वरूपातच राहिल याचीही मी दक्षता घेईन हे नक्कीच. एकदा का मी स्वतःला गणेशरूप समजू लागलो की माझ्या आचारविचारातही सकारात्मक बदल घडतील आणि मग मला कोणत्याही बाह्य गणेशदर्शनाचीही गरज उरणार नाही. नुसत्या अथर्वशीर्ष उच्चारणानेच मला बसल्याजागी गणेशदर्शन घडू शकेल.

या पुस्तकाचा हाच मूळ हेतु आहे. बाह्य कार्य करताकरता अंतर्मनापर्यंत पोहोचावे आणि पाठांतराचे/पठणाचेच ओझे आयुष्यभर न वाहता स्वतःच अर्थरूप होऊन रहावे आणि मानवधर्माचे पालन करत स्वतःचे, समाजाचे तसेच देशाचे स्वास्थ्यही अबाधित ठेवावे, हीच त्या गणेशचरणी म्हणजेच आपल्या चरणी प्रार्थना.

सर्वसाधारणपणे अशा प्रकारच्या स्तोत्रानंतर 'फलश्रुति' दिलेली असते. या पुस्तकात त्याचा समावेश केलेला नाही कारण जर वरील प्रमाणे अथर्वशीर्ष उच्चारणाने बसल्याजागीच मला गणेशदर्शन होऊ लागले तर फलश्रुतीत म्हटल्याप्रमाणे या मायावी विश्वातील भौतिक गोष्टींची गरजच उरणार नाही.

भाष्यलेखनातील विचार व शुद्धलेखन तपासून सुप्रसिद्ध साहित्यिक व प्रकाशक श्री. रवीन्द्र गुर्जर यांनी जे बहुमोल पाठबळ दिले, त्याप्रमाणेच पुस्तकासाठी प्रस्तावनारूपी आशीर्वादही दिले त्याबद्दल मी त्यांचा अत्यंत आभारी आहे.

श्री. प्रभाकर बाळकृष्ण करंबेळकर.

डी-१९, स्वरूपनगरी, कोथरूड,

पुणे-४११०३८

(भ्रमणभाष-९८९०६०७१३२)



॥ श्रीगणपतिअथर्वशीर्षरहस्यम् ॥

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवाः भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ।

अर्थ - यज्ञ करणाच्या आम्ही कानांनी शुभ तेच ऐकावे, डोळ्यांनी कल्याणकारक तेच पहावे.

स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुवांसस्तनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः ।

अर्थ - जे आयुष्य देवाने आम्हाला दिले आहे ते आम्ही त्याच्या स्तुतीत - स्तुती करण्यात - स्थिर अशा अवयवांनी - आरोग्यपूर्ण - व्यतीत करू .

ॐ स्वस्ति न इन्द्रो वृद्धश्रवाः । स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः ।

स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो अरिष्टनेमिः स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥२॥

अर्थ - ॐ सर्वज्ञानी इन्द्र आम्हाला मंगल/कल्याणकारक होवो. सर्वज्ञ पूषन् देव आम्हाला कल्याणकारक होवो. संकटांचा नाश करणारा तार्क्ष्य आम्हाला आणि बृहस्पती आमच्यासाठी कल्याणकारी असोत.

ॐ तन्मामवतु

अर्थ- ते माझे रक्षण करो.

तद् वक्तारमवतु

अर्थ - वक्त्याला राखो. ते वक्त्याचे (अथर्वशीर्ष म्हणणाऱ्याचे) रक्षण करो.

अवतु माम्

अर्थ - मला, माझे रक्षण करो.

अवतु वक्तारम् ।

अर्थ - वक्त्याला रक्षो.

ॐ शांतिः शांतिः शांतिः

अर्थ - शांती असो, शांती असो, शांती असो.

(श्री गजाननदर्शन मध्ये याचा सुरेख अर्थ मराठीत काव्यरूपे दिला आहे तोच येथे उद्धृत करीत आहोत).

देवानो ऐकावे मंगल । भद्र तेचि कानांनी ।

मांगल्याचे दृश्य पहावे । सदैव अमुच्या नयनांनी ॥१॥

देवाने जे कल्पित जीवन । स्तुती तयाची गात जगेन ।

धनशाली तो इन्द्र देव मम । पूषा करु दे जीवित जतन ॥२॥

गरुड करु दे पक्षिराज तो । संकटनाशन माझे त्वरित ।

बृहस्पतीही देवो सतत । बळ माझ्या या गात्रांत ॥३॥

शांतिपाठ हा गाअनि केले । गणपतिदेवा नमन ।

करितो आता पुण्यप्रद हे । अथर्वशीर्षावर्तन ॥४॥

(माझ्या वाचनात आलेला आणिक एक मराठीतील सुंदर अर्थ,
परंतु संदर्भ आत्ता आठवत नाही- क्षमस्व)

शांतिपाठ -

सदा भद्र ते कान ऐकोत देवा । सदा भद्र ते चक्षु पाहोत देवा।

असे कल्पिले आयु जे ब्रह्मयाने । जगावे पुरे ते निरोगी तनूने ॥

रहावी सदा शक्तिशालीच अंगे । स्तुतिस्तोत्र देवा करू भक्तिरंगे ।

तुझ्या याजनी पूजनी जीवनाचा । कळावा खरा अर्थ आम्हा सुखाचा ॥

करो स्वस्ति सर्वत्र तो इंद्रदेव । जयाच्या धनाचा नसे पूर्ण ठाव ॥

जगी स्वस्ति विश्वज्ञ पूषा करू दे । तसा संकटा पक्षिराजा हरू दे ॥

सुरांचा गुरू स्वस्ति शांतीस देवो । त्रिकाळात तैसी त्रिधा शांती देवो ।

अशी गाऊनी प्रार्थना नम्रभावे । गणेशा तुझे स्तोत्र वाचे वदावे ॥

हरिः ॐ नमस्ते गणपतये

अर्थ - हरि - ॐ - मंगलसूचक, प्रारंभसूचक गणपतीस
नमस्कार असो.

हरिः ॐ हरि - विष्णुचे नाव -

संत ज्ञानेश्वर म्हणतात -

अकार चरणयुगल । उकार उदर विशाल ।

मकारु महामंडळ । मस्तकाकारे ॥

संत तुकाराम महाराज म्हणतात -

ॐकार प्रधान । मुख गणेशाचे ।

ते तिन्ही देवांचे । जन्मस्थान ॥१॥

अकार तो ब्रह्मा । उकार तो विष्णु ।

मकार महेश । जाणियेला ॥२॥

तिन्ही देव जाले । जेथून निर्माण ।

तो हा गजानन । मायबाप ॥३॥

सर्वप्रथम ऐतरेय ब्राह्मणात म्हटले आहे की ॐकार हा दोन स्वर
आणि एक व्यंजनातून निर्माण झाला आहे. तो म्हणजे - अ + उ
+ म ही अक्षरे भूः भुवः स्वः या तीन व्याहृतींपासून निघाली
आहेत.

अ- अकार - आदि - अर्थात सुरुवातीचा म्हणजे ब्रह्मदेव या विश्वसृष्टीतील नवनिर्मिती ज्याचे कार्य समजले जाते.

उ -उकार - पोषण - जे कार्य करणारा आहे विष्णु - थोडक्यात या सृष्टीतील सर्व जीवांचे पालनपोषण करणे हे याचे कार्य होय.

म - मकार - या सृष्टीतील जीवांचा लय (नाश) करणे - हे कार्य करणारा आहे तो महेश म्हणजेच शंकर.

महेशाचे कार्य म्हणजे जीवाचा लय झाल्यावर त्यास परत अ-आदिकडे सोपविणे म्हणजेच त्या जीवात्म्यास ब्रह्मदेवाकडे सोपविणे जो त्याचा उपयोग नवनिर्मितीसाठी करणार आहे.

थोडक्यात जीव - आत्मा हा परत परत ब्रह्मा, विष्णु आणि महेश - जे गणेशातून निर्माण झाले आहेत - त्यांच्या हस्ते अकार, उकार आणि मकार घेत रहातो म्हणजेच ॐकारस्वरूप होत रहातो.

अर्थातच या जीवसृष्टीतील सर्वांनाच ॐकार स्वरूप आहे. असे असेल तर या सृष्टीतील सर्व प्राणी, पक्षी, जलचर, वनस्पती आणि मानवही - मग तो कोणत्याही धर्माचा, जातीचा, पंथाचा असो तो ॐकार स्वरूपच आहे.

ॐ हे आकाशाचे विशुद्ध स्वरूप असून तो नादमय व ईश्वर चैतन्यशक्तिस्वरूप आहे. परमेश्वरापासून नाद अथवा शब्द,

त्यापासून आकाश, आकाशापासून स्पर्श, त्यापासून वायु, वायूपासून रूप, त्यापासून तेज, तेजापासून रस, रसापासून आप म्हणजे पाणी, पाण्यापासून गंध, त्यापासून पृथ्वी अशा क्रमाने सृष्टी निर्माण झाली. म्हणून सृष्टीचे आदिरूप नाद होय. हा विश्वरूप नाद शुद्धतेने ऐकल्यावर ओंकारासारखा येतो म्हणून उँकार हेच सृष्टीचे आदिरूप होय. म्हणूनच ब्रह्मा, विष्णु आणि महेश यांचा जन्मदाता जो गणेश त्याचे उँकारप्रधान रूप आहे असा समज आहे.

नमस्ते गणपतये

अर्थ - गणपतीस नमस्कार असो.

विनायक - विघ्नकारी, उपद्रवकारी, क्रूर अशांचा अधिपती तो गणपती. विनायकगण सहा आहेत. गण म्हणजे जीवसृष्टीवर विघातक परिणाम करणाऱ्या रज/तम लहरींचा समूह होय.

गणपती म्हणजे गणांचा पती. येथे गण म्हणजे मानवाच्या अंगी असलेले षड्रिपु - काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद, मत्सर आणि यातून अधिक उणेपणाने - अनुक्रम-संयोगाने (Permutation-Combination) चढत्या श्रेणीने निर्माण होणारे इतर दोष - दंभ, दर्प, द्वेष, मस्ती, विषयवासना, चिंता, अहंकार (मीपणा), असूया, संशयीपणा, निंदकपणा, हाव, लंपटपणा, विषयासक्तता, चिकित्सकपणा (कीस काढणे याअर्थी), गावगुंडपणा, दुरभिमान,

कठोरपणा, निर्लज्जपणा, चंचलता, कृपणता, खादाडपणा, आळशीपणा, कुटीलपणा, खोटेपणा, लबाडी, विश्वासघातकीपणा, निरादर, मूर्खपणा, कपटीपणा, नीतिहीनता, उद्धटपणा, हट्टीपणा, निरुद्योगीपणा, गैरसावधपणा, अनाचार, निर्दयीपणा, भानगडखोरपणा, तऱ्हेवाईकपणा, चिडखोरपणा, तिरसटपणा, अतिखादाडपणा, तुसडेपणा, तोंडाळपणा (शिव्या देणे), हिंस्रपणा, स्वच्छंदीपणा, भित्तेपणा, व्यसनाधीनता, ढोंगीपणा, निष्ठुरपणा, चहाडखोरपणा, बाष्कळपणा, नाटकीपणा, अंगचोरपणा, तामसीपणा, अविचारीपणा, स्वार्थीपणा, लुच्चेपणा, लोचटपणा, व्यभिचार इत्यादी दोष, मानव हा जन्माला आल्यावर आणि जाणता होऊ लागल्यावर वेळेनुसार व प्रसंगानुसार त्याच्यापाशी जमा होतात, जसे ते त्याचे गणच - अनुयायीच आहेत. जर ते अनुयायी तर त्यांचा स्वामी तो पती म्हणजेच मानव हा गणपतीच ठरेल नाही का? अर्थात या विविध दोषांचे उत्तम अभ्यासाने आणि विचारपूर्वक गुणांमध्येसुद्धा परिवर्तन करता येऊ शकते. उदाहरणार्थ - देशाच्या शत्रूने हल्ला केल्यास क्रोध हा हवाच, अन्यथा शत्रूचा प्रतिकार कसा करणार ? उत्तम ज्ञान संपादन करण्याचा लोभ हा हवाच. संपूर्ण विश्वाचे ज्ञान प्राप्त करून घेण्याचा मोह हा हवाच. थोडक्यात काय तर दोषांचे सुद्धा गुणांमध्ये परिवर्तन शक्य आहे आणि त्यातून उत्तम अनुयायी- गण निर्माण करून त्यांचा जो पती होईल तो

गणपती, गणेश म्हणण्यास पात्र ठरेल. असा जो दोषांचे गुणांमध्ये परिवर्तन करू शकेल त्या गणेशाला म्हणजे मला स्वतःलाच नमस्कार असो.

स्वाध्याय क्र. १ :- उपरोक्त दोषांचे उपयुक्तगुणांमध्ये कसे परिवर्तन करता येईल ते सोदाहरण लिहा.

त्वमेव प्रत्यक्षं तत्त्वमसि

अर्थ - तूच ते प्रत्यक्ष अंतिम तत्त्व - त्याचे प्रकरूप आहेस.

तू म्हणजे तुझे नश्वर शरीर नव्हे, पंचेंद्रिये-कर्मेंद्रिये, ज्ञानेंद्रिये अथवा मन नव्हे तर तुझ्या शरीरात वास्तव्य करणारा आत्मा होय. आत्मा हाच चिरंतन आहे, हेच सत्य आहे. आत्मा म्हणजे तुझ्या शरीरातील चैतन्य, तेजाचा आविष्कारच. त्याच्यामध्ये जेवढे कमी दोष आणि जेवढे जास्त गुण रहातील तेवढी त्याची शुद्धता वाढते आणि त्याबरोबरच शरीरातील तेज, चैतन्यही. हेच तेज, तुला चारचौघात उठून दिसण्यास मदत करते. हेच चैतन्य तुला नेहमी उत्तम कार्यरत ठेवते आणि तुझ्याकडून विविध समाजोपयोगी, देशोपयोगी कार्य करवून घेते. ते सत्य आहे आणि ते तूच आहेस हे ओळख. हाच संदेश अंगी बाणव.

स्वाध्याय क्र. २ :- तुमच्या शरीरात कोणकोणती पंचेंद्रिये-कर्मेंद्रिये, ज्ञानेंद्रिये आणि मनाचे किती प्रकार आहेत ते लिहा.

त्वमेव केवलं कर्ताऽसि

अर्थ - तूच केवळ कर्ता (ईश्वर, ब्रह्मदेव) आहेस.

या नश्वर शरीरात स्थित परंतु दृष्टीस पडत नाहीत अशा दोन गोष्टी आहेत. ओळखा पाहू! झाला विचार. एक म्हणजे आत्मा आणि दुसरे ते मन. आत्मा आपल्या शरीरात चैतन्य जागृत ठेवतो ते आपण वर पाहिले. परंतु या चैतन्याला जर कार्यरत ठेवायचे असेल तर त्याकरिता कोणीतरी त्याला सारखे हलवत ठेवले तरच ते जागृत राहू शकेल. नाहीतर पोटभर जेवण झाल्यावर मला कोणी हलवणारे नसेल तर माझे शरीर जसे निवांत एके ठिकाणी पडून राहिल म्हणजेच झोपी जाईल तसे शरीरातल्या चैतन्याचे होईल. हेच हलविण्याचे काम करणारी शरीरातील अदृश्य यंत्रणा म्हणजे मन होय. आता या मनाचेसुद्धा दोन प्रकार समजले जातात. अंतर्मन आणि बाह्यमन. त्यांचेही आणिक दोन प्रकार म्हणजे सुष्ट मन आणि दुष्ट मन. मनाचे काम आपल्या परोक्ष वा अपरोक्ष घडणाऱ्या सर्व घटनांवर विचार करणे; त्याप्रमाणे ज्ञानेंद्रिये, कर्मेंद्रिये यांना सूचना देणे व शरीराकडून कार्य करवून घेणे. याचाच अर्थ असा की चैतन्याला जागृत ठेवून त्याच्याकडून शरीरामार्फत काम करवून घेण्याचे काम मन करीत असते. जोपर्यंत शरीर झोपी जात नाही तोपर्यंत मनाचे - अंतर्मन वा बाह्यमन, सुष्ट वा दुष्ट मनाचे कार्य अखंडपणे चालू असते. कोणताही विचार अगोदर मनात अवतरतो

आणि मग त्याप्रमाणे शरीराकडून कार्य करवून घेतो. मग विचार सुष्ट असो वा दुष्ट. म्हणून तुझ्या हातून घडणाऱ्या किंवा न घडणाऱ्या सर्व सुष्ट वा दुष्ट कार्यांचा केवळ तूच कर्ता आहेस हे नक्की. याठिकाणी कोणतीही बाह्य शक्ती कार्य करीत नाही. म्हणूनच ज्याप्रमाणे ब्रह्मदेव हा या सृष्टीचा निर्माता त्याप्रमाणे तुझ्याकडून होणाऱ्या अथवा न होणाऱ्या कार्यांचा तूच कर्ता, (ईश्वर, ब्रह्मदेव) आहेस.

स्वाध्याय क्र. ३ :- सध्याच्या काळात सुष्ट आणि दुष्ट विचार कोणते ते सोदाहरण लिहा.

त्वमेव केवलं धर्ताऽसि

अर्थ - तूच केवळ धारण (पालनपोषण) करणारा आहेस.

वर आपण कर्ता कोण ते पाहिले. आता मन जर कर्ता असेल तर मग धर्ता - धारण करणारा कोण असेल ?

या जगात जीव जन्माला आला की त्याचे पालनपोषण करण्याची जबाबदारी स्वाभाविकतः भगवान विष्णुवर आहे. कारण पोषण हा विभाग या देवाच्या अखत्यारीत येतो असा समज आहे. म्हणजेच ब्रह्माचा अंशात्मक आत्मा प्राप्त झालेला जीव शरीर धारण करता झाला की म्हणजेच या पृथ्वीतलावर जीव जन्माला आला की त्याच्या पालनपोषणाला सुरुवात होते. थोडक्यात आई, वडील,

पालक या रूपात विष्णुच आपले धारण करतो. कालांतराने तुम्हीच पालक या भूमिकेतून इतरांचे धारण करण्यास सुरूवात करता. जीव जन्माला येतो म्हणजे ज्याप्रमाणे आपले शरीर शर्ट, पँट, लेंगा, कुर्ता वा साडी, ब्लाऊज, परकर, पोलके धारण करते (अंगात घालते) त्याप्रमाणे आत्मा आपले शरीररूपी वस्त्र (कपडा) धारण करतो. येथे तू म्हणजे आत्मा किंवा प्राण होय. ज्याप्रमाणे आपण घातलेले कपडे घाण झाले तर धुवून घेतो किंवा जुने झाले, फाटले की फेकून देतो त्याचप्रमाणे आपले शरीररूपी वस्त्र, आत्मा सोडून जातो. अशा वेळेला आपण म्हणतो शरीर निष्प्राण झाले. मग असे निष्प्राण शरीर केवळ फेकून देण्याच्याच लायकीचे उरते. म्हणूनच मग अशा शरीराची विल्हेवाट ज्याच्या त्याच्या धर्मप्रथेप्रमाणे जाळून, पुरून , टांगून ठेवून वा पाण्यात सोडून लावली जाते. म्हणूनच आपले हे शरीर अकाली जीर्ण होणार नाही यासाठी आपणच योग्य ती दक्षता घ्यावयास हवी नाही का ? कारण असे म्हणतात की मानवाचाच जन्म परत मिळेल याची कोणीच खात्री देऊ शकत नाही. आणि जर एखाद्याचा पुनर्जन्मावरच विश्वास नसेल तर मग आहे हाच जन्म मानवाचा आणि तोही शेवटचा असेच समजून आपले आचरण ठेवावे लागेल ना ?

स्वाध्याय क्र. ४ :- शरीररूपी वस्त्र जीर्ण न होण्यासाठी काय करावे ?

वरीलप्रमाणे निष्प्राण शरीराची विल्हेवाट कोणकोणत्या धर्मपंथानुसार कशी केली जाते ते शोधा आणि त्याची कारणे लिहा.

त्वमेव केवलं हर्ताऽसि

अर्थ - तूच केवळ हरण करणारा (लय करणारा, सृष्टीचा संहारकर्ता) आहेस.

या सृष्टीतील जीवाचा लय, नाश करणारा म्हणजेच जीवाचे हरण करणारा तो महेश. मग तू कोणाचे हरण करणार ? येथे तू म्हणजे ना फक्त शरीर, ना फक्त आत्मा, ना फक्त मन तर सर्व तऱ्हेने निरोगी असलेली पंचेंद्रिये - कर्मेंद्रिये, ज्ञानेंद्रिये आणि सुष्ट मन तसेच शुद्ध आत्मा यांचा निवास असलेले शरीर असा घ्यावा लागेल. अशा या शरीरामार्फतच विविध तापांचे, त्रासांचे हरण म्हणजे निवारण होणे शक्य असते. कार्य करणाऱ्याच्या कार्यात नेहमीच विविध अडचणी उत्पन्न होत असतात. त्यात अशा अडचणी कधी प्रापंचिक, कधी शारीरिक, कधी आर्थिक, तर कधी मानसिक असतात. परंतु निरोगी शरीर आणि सुष्ट मन अशा अडचणींवर सहजतेने मात करू शकते. रोगी शरीर दुबळे असते म्हणून नीटपणे कार्यच करू शकत नाही तर दुष्ट मन नेहमीच दुसऱ्याचे अहित चिंतित असते. त्यामुळे ते दुसऱ्याससुद्धा कोणतेच

कार्य नीटपणे करू देत नाही. उलट अर्थाने ते दुसऱ्याचा कार्यनाश म्हणजेच कार्यहरण करते. आता तुम्हीच ठरवावयाचे की आपण कार्यकर्ते म्हणजे इतरांच्या अडचणींचे निवारण करणारे व्हावयाचे की दुसऱ्यांच्या कार्याचे हरण करणारे - कार्यनाशक.

स्वाध्याय क्र. ५ : तुमच्या कोणत्याही कार्यात आलेल्या अडचणी कोणत्या होत्या आणि तुम्ही त्यावर कशी मात केलीत ते आठवून लिहा.

त्वमेव सर्वं खल्विदं ब्रह्माऽसि

अर्थ - तूच केवळ खरोखर सर्वव्यापक ब्रह्म आहेस.

ज्याप्रमाणे महेशाचे कार्य जीवाचा, आत्म्याचा लय करून तो अंश परत ब्रह्मदेवाकडे पुनर्निर्माणासाठी सोपविणे; ब्रह्मदेवाचे कार्य त्या आत्म्याच्या पापपुण्याचा हिशोब करून त्यास नवीन शरीररूपात जन्मास घालणे असा समजला जातो, त्याप्रमाणे तू सुद्धा खरोखर ब्रह्मासारखा आहेस. तू क्षणोक्षणी एकएक नवनवीन कल्पना मनातल्या मनात जन्माला घालतोस (उत्पन्न करतोस), त्याला विविध विचारांचे खतपाणी घालतोस आणि क्षणार्धात त्या कल्पनेचा लयही, नाशही (विचार सोडून देणे) करतोस आणि परत एका नवीन कल्पनेला जन्मालाही घालतोस. असे तू जोपर्यंत जागा असतोस तोपर्यंत अविरत चालू असते. ज्या ठिकाणी विचारांची परिपक्वता होते तेथेच

कृती करण्याचा विचार पक्का होतो, तेथेच कार्य निर्माण होते तशी मनातली कल्पना साकार होते. अशाप्रकारे समाजोपयोगी, देशोपयोगी नवनवीन कल्पनांना जन्म देऊन समाज आणि देश घडविण्याचे महान कार्य तुझ्या हातून घडते. त्यामुळे तू म्हणजे तुझ्यातला आत्मा हा खरोखर ब्रह्मासारखाच आहे.

स्वाध्याय क्र. ६ :- समाजोपयोगी, देशोपयोगी किमान तीन कल्पना लिहून कळवा.

त्वं साक्षादात्मासि नित्यम् । ऋतं वच्मि । सत्यं वच्मि
 अर्थ - तू मूर्तिमंत, प्रत्यक्ष, स्वतः अविनाशी आत्मा आहेस.
 (मी-ऋषि) त्रिकालाबाधित सत्य बोलत आहे.
 खरे, (प्रामाणिक) बोलत आहे.

माणूस जन्माला येतो तो बालरूपात. याच बालकाची समज जसजशी वाढत जाते, आसपासच्या वातावरणातून, आईवडील, नातेवाईक, शेजारी, सगेसोयरे, गुरूजन यांच्याकडून मिळणाऱ्या शिकवणी व संस्कारांतून त्या बालकाचे रूपांतर एका पूर्ण मानवात होऊ लागते तसतसे त्याच्यामध्ये विविध गुणदोषांचाही प्रादुर्भाव होऊ लागतो. जो ताकदीने बलवान, जो पैशाने, संपत्तीने बलवान होतो तो स्वतःलाच परमेश्वराचा अवतार समजू लागतो. मी म्हणेन तीच पूर्व आणि मी करेन तेच योग्य असा अहंभाव त्याच्यामध्ये निर्माण होतो. बलवान शरीर रोगी होऊलागले की पैशाची, संपत्तीची

ताकद कितीही असली तरी रोगट शरीर काही वाचवता येत नाही. ते केव्हातरी नष्ट होतेच. मग उरते काय ? तर फक्त आत्म्याचा अंश जो क्षणार्धात हे रोगट शरीर सोडून जातो. त्यामुळे तुझे शरीर कितीही बलवान असो, तुझ्यापाशी कितीही अमाप संपत्ती असो, तू कायम लक्षात ठेवले पाहिजेस की तू म्हणजे तुझे शरीर नसून तू फक्त एक अविनाशी आत्मा आहेस. हेच योग्य, सत्य आहे ते प्रामाणिकपणे समजून घेऊन त्याप्रमाणे आपले आचरण ठेव.

स्वाध्याय क्र. ७ :- तुमच्याकडे बलवान शरीर आणि अमाप संपत्ती असल्यास काय कराल, ते लिहा.

अव त्वं माम्

अर्थ - तू माझे रक्षण कर.

अव वक्तारम्

अर्थ - तू वक्त्याचे (तुझे यथार्थ वर्णन करणाऱ्या माझे) रक्षण कर.

अव श्रोतारम्

अर्थ - तू ऐकणाऱ्याचे/श्रवण करणाऱ्याचे (माझे) रक्षण कर.

अव दातारम्

अर्थ - तू देणाऱ्याचे रक्षण कर.

अव धातारम्

अर्थ - तू, धारण करणाऱ्याचे रक्षण कर.

अवानूचानमवशिष्यम्

अर्थ - अध्ययन करणाऱ्याचे, मागोमाग उच्चारण करणाऱ्याचे रक्षण कर. शिष्याचे रक्षण कर.

येथे 'तू' म्हणजे आत्मा आणि 'मी' म्हणजे माझे म्हणजे या शरीराचे आणि त्यातील अदृश्य मनाचे रक्षण कर अशी त्या आत्म्यालाच विनंती. येथे वक्ता म्हणजे बोलणारा आहे आत्मा आणि ऐकणारे, श्रवण करणारे आहे ते मन. देणारा आहे आत्मा आणि उपदेश, संदेश धारण करणारे आहे ते मन. येथे गुरू आहे आत्मा आणि अध्ययन करणारा, मागोमाग उच्चारण करणारा, पठण करणारा जो शिष्य आहे ते म्हणजे मन. गंमत आहे नाही का? एकाच शरीरात वास्तव्यास असलेल्या दोन अदृश्य गोष्टींच्या या अलौकिक संबंधांची.

येथे जर का 'तू' आणि 'मी' यांच्या संबंधात अदलाबदल झाली म्हणजे 'तू' जर का मन झाले आणि 'मी' जर का आत्मा झाला तर काय होईल ? जर का मनच गुरू झाले तर प्रचंड उलथापालथ होईल. कारण मग तो मानव त्याच्या मनात येईल तसे वागायला लागेल. आपण मागे पाहिले की मनाचे दोन प्रकार आहेत - एक

सुष्ट मन तर दुसरे दुष्ट मन. आत्मा हा ब्रह्मदेवाचा अंश असल्याने सदैव शुद्ध स्वरूपाचाच मानला जातो. दुष्ट मन जर का शरीरावर आणि आत्म्यावर स्वार झाले तर मग बघायलाच नको. या जगात हाहाकार माजेल. जे सध्या आपण अनुभवतो आहोतच. म्हणूनच म्हणतो -

मन करा रे पवित्र । सर्वसिद्धीचे कारण ॥

स्वाध्याय क्र. ८ :- सुष्ट मनाचे फायदे आणि दुष्ट मनाचे तोटे विशद करा.

अव पश्चात्तात्

अर्थ - पाठीमागून रक्षण कर.

अव पुरस्तात्

अर्थ - पुढून, समोरून रक्षण कर.

अवोत्तरात्तात्

अर्थ - उत्तरेकडून, डावीकडून रक्षण कर.

अव दक्षिणात्तात्

अर्थ - दक्षिणेकडून, उजवीकडून रक्षण कर.

अव चोर्ध्वात्तात्

अर्थ - वरूनसुद्धा रक्षण कर.

अवाधरात्तात्

अर्थ - खालून रक्षण कर.

सर्वतो मां पाहि पाहि समन्तात्

अर्थ - माझे, (आमचे) सर्व बाजूंनी रक्षण कर, रक्षण कर.

जसे तुझ्या शरीरात आत्मा आणि सुष्ट, दुष्ट मन अदृश्य रूपात स्थित आहेत त्याप्रमाणे रोज तुझ्या संपर्कात येणाऱ्या माणसांच्यामध्येसुद्धा आत्मा आणि सुष्ट, दुष्ट मन अदृश्य रूपात स्थित आहेत. तुझ्या संपर्कात येणाऱ्या माणसांच्या दुष्ट मनातील विचारांचा तुझ्या सुष्ट मनावर परिणाम होऊन तुझे सुष्ट मन दुष्ट विचारात परिवर्तित होऊ शकते. अशी दुष्ट मनाची माणसे पाठीमागून असतात, कधी समोरूनही येतात, कधी डावीकडून तर कधी उजवीकडून, कधी वरून (तुम्हाला वरिष्ठ असतील तर) तर कधी खालून (तुम्ही वरिष्ठ असाल तर तुमच्या हाताखाली काम करणारी असतील). अशा सर्व दुष्ट मनाच्या माणसांपासून हे आत्म्या, माझे - माझ्या मनाचे सर्व बाजूंनी रक्षण कर. असा भाव मनात जागृत होवो.

स्वाध्याय क्र. ९ :- तुमच्यातील सुष्ट विचारांचे दुष्ट विचारात परिवर्तन का आणि कसे होते, त्यास कोण कारणीभूत असते, ते ओळखून लिहा.

त्वं वाङ्मयस्त्वं चिन्मयः

अर्थ - तू वाणी, शब्द, आवाज यांनी ओतप्रोत भरलेला (आहेस) (तसेच) तू चैतन्याने ओतप्रोत भरलेला (आहेस). प्रत्येक शरीराचे ठिकाणी पुरुषरूपाने म्हणजे जीवरूपाने गणपती राहतो त्यामुळे तू वाङ्मय आहेस. येथे तू म्हणजे, अंतरात्मा आणि सुष्ट अंतर्मन असे एकत्रित घ्यावे लागेल. अंतरात्मा आणि सुष्ट अंतर्मन एकत्र झाल्यावर आनंद आणि चैतन्य याशिवाय दुसरे तेथे काही असूच शकत नाही. त्यामुळे स्वतःप्रति निराशेचा, वैफल्याचा विचार अथवा दुसऱ्याप्रति वाईटाचा विचार संभवूच शकत नाही. या सर्व विश्वाचे कल्याण होवो आणि ते करायला आपणही हातभार लावावा असे चैतन्ययुक्त विचारच तुझ्या ठायी प्रकटतात. तुझा आवाज स्वच्छ, शब्द निर्मळ आणि वाणी मार्दवपूर्ण होते. सर्वांप्रती सहानुभूतीचा, मायेचा ओघ अंतःकरणातून वाहू लागतो. स्वतःअगोदर दुसऱ्याचा विचार करण्याची संवय लागू लागते. या चराचरात फक्त आनंदच भरून राहिला आहे याचा प्रत्यय येऊ लागतो. मी सर्व विश्वाचा आणि सर्व विश्व माझे असा भाव मनात जागृत होतो. थोडक्यात आपपर भाव संपुष्टात येऊ लागतो. असे झाले की कोणत्याच छोट्यामोठ्या संकटांचे, अडचणींचे काहीच वाटेनासे होते. कारण सर्व विश्वच आता तुझे मित्र बनलेले असते.

स्वाध्याय क्र. १० :- तुम्ही यापूर्वी स्वतःला कधी आनंदी, चैतन्यपूर्ण अनुभवले आहे का, असल्यास कशामुळे, नसल्यास का नाही, त्याची कारणे लिहा.

त्वमानंदमयस्त्वं ब्रह्ममयः

अर्थ - तू आनंदमय आणि ब्रह्ममय आहेस.

त्वं सच्चिदानंदाद्वितीयोऽसि

अर्थ - दुसरे काहीही अस्तित्वात नसलेला तू सत् चित् आनंदमय आहेस.

त्रिगुणात्मक प्रकृतीचा दोष नसलेला म्हणजे सत्, चैतन्यस्वरूप म्हणून चित्, आनंदाचा कंद म्हणून आनंदमय.

वर आपण पाहिले की तू ब्रह्ममय आहेस. ब्रह्माठायी असलेली नवनिर्मितीची क्षमता तुझ्या ठायी आहे. त्यातून मिळणारा निर्मितीचा आनंद तुझ्या चेहऱ्यावर प्रतिबिंबित होतो. अशी निर्मिती वारंवार घडू लागली की आनंदाच्या लाटांवर लाटा मनामध्ये निर्माण होत रहातात ज्या एखाद्या सागराचेच रूप धारण करतात. मग अशा आनंदसागरात तू एकटाच नाहीस तर तुझ्या आसपास असलेल्या सर्वजणांनाच या सागरात डुंबण्याचा आनंद मिळू शकतो. यामुळेच सतत ब्रह्ममय होऊन रहाणे म्हणजे नवनिर्मिती करीत रहाणे हेच तुझ्या जीवनाचे ध्येय बनू दे.

नवनिर्मितीचा आनंद वरकरणी नसतो तर तो आत खोलवर अंतर्मनापर्यंत पोहोचतो. त्यामुळे ब्रह्ममयता हे खरोखर मनाचे, हृदयाचे अद्वितीय असे सुख आहे. कारण तू केलेली नवनिर्मिती ही फक्त तुलाच आनंदी करित नाही तर त्या निर्मितीपासून इतरांना जो फायदा होतो, आनंद होतो त्याची तुलना कोणत्याच आनंदाशी करता येणार नाही. या एकाच कारणामुळे जगातील सर्व संशोधक हे एका अर्थी ब्रह्मदेवच म्हणायला हवेत. कारण ते कोणताही शोध, कोणतीही नवनिर्मिती त्यांच्या वैयक्तिक फायद्यासाठी करित नाहीत तर जगाच्या कल्याणासाठीच करत असतात. मग तो शोध एखाद्या यंत्राचा असो, औषधाचा असो वा इतर काही असो.

स्वाध्याय क्र. ११ :- तुमच्या हातून घडलेल्या एखाद्या नवनिर्मितीचे वर्णन लिहा.

त्वं प्रत्यक्षं ब्रह्मासि

अर्थ - तू प्रत्यक्ष ब्रह्म आहेस.

त्वं ज्ञानमयो विज्ञानमयोऽसि

अर्थ - तू ज्ञानाने, विज्ञानाने परिपूर्ण आहेस.

तू प्रत्यक्ष ब्रह्म आहेस; कसे ते आपण पाहिले. जसे ब्रह्माला सर्व विश्वाचे ज्ञान असते त्याप्रमाणे त्याचा अंश असलेला तू, तुझ्याकडेसुद्धा जन्मतः ज्ञान असतेच. फक्त ते जाणण्याची, प्रकट होण्याची/करण्याची क्षमता ज्याच्या त्याच्या अभ्यासावर,

अवलोकनावर, निरीक्षणावर, समजून घेण्याच्या क्षमतेवर आधारलेली असते. ज्ञान म्हणजे या विश्वात असलेल्या विविध गोष्टींची माहिती करून घेणे. ज्ञानाच्या सर्व शाखांचे मूळ बीज वेदांत सापडते. अनुषंगाने ज्योतिष, भूमिती, व्याकरण, छंद ही वेदांगे होती. वेदांत - आयुर्वेद, धनुर्वेद, गान्धर्वशास्त्र (संगीतशास्त्र) यांचाही उगम आढळतो.

ज्ञान म्हणजे माहिती असेल तर, त्याच गोष्टींचे विशेष ज्ञान, शास्त्रीय ज्ञान, तत्त्वज्ञान, ब्रह्मज्ञान याला विज्ञान अशी संज्ञा आहे. सामान्यपणे जड पदार्थ व नैसर्गिक घटना यांचे निरीक्षण व प्रयोग करून इंद्रियांच्या साहाय्याने जे ज्ञान प्राप्त होते ते क्रमबद्ध आणि नियमबद्ध करणे म्हणजे विज्ञान होय. ज्ञानाच्या पुढच्या चार पायऱ्या - सूक्ष्म निरीक्षण, वर्गीकरण, नियम आणि अनुमान म्हणजे विज्ञान होय. एखाद्या गोष्टीचे, घटनेचे नियम समजले की माणूस त्यावर सत्ता चालवू शकतो. उदा. वीज, उष्णता, प्रकाश, आवाज इ.चे वागण्याचे नियम कार्यकारणभावावर अवलंबून असतात. विज्ञानाचा भर कार्यकारणभाव जाणून उपयोजनावर आधारित असतो. म्हणूनच गूढ, चमत्कारमय घटना विज्ञानाने समजावून घेता येतात. तुझ्याकडे काही गोष्टींचे ज्ञान उपजतच असते तर काहींचे अभ्यासपूर्वक मिळवावे लागते. तुझ्यामध्ये घटनेचे निरीक्षण करून त्यात नियमबद्धता आणण्याची

क्षमतासुद्धा जन्मतःच असते. म्हणजेच तू ज्ञानमय आणि विज्ञानमयही आहेस. परंतु कालांतराने नवीन गोष्टींची माहिती करून घेण्याचा कंटाळा करण्यामुळे ज्ञानाची पातळी कमीकमी होत जाते तशी विज्ञानाची आवडही कमीकमी होत जाते. मग इतरांनी प्राप्त केलेल्या भौतिक विज्ञानाचा वापर करून तू समृद्धी प्राप्त करून घेतोस परंतु आंतरिक समाधान मात्र मिळत नाही. याचमुळे आज जगात बाह्य सुख उदंड झाले पण लोकांकडे आंतरिक सुख मात्र दिसत नाही. याचा परिणाम म्हणजे अत्यंत निराशा, त्यातून विविध व्यसने ज्यामुळे शरीर व मनावरही वाईट परिणाम, शून्य कार्यक्षमता असा जीवनाच्या अधोगतीचा प्रवास सुरू झालेला सर्वत्र दिसतो आहे.

स्वाध्याय क्र. १२- तुम्हाला किंवा तुमच्या माहितीतील कोणाला वाईट व्यसन आहे का व असल्यास ते कशामुळे सुरू झाले याचा शोध घ्या आणि ते व्यसन कसे सोडवता येईल, ते ठरवा.

सर्व जगदिदं त्वत्तो जायते

अर्थ - हे सर्व जग तुझ्यापासून/तुझ्यामुळे निर्माण, उत्पन्न होते.

असे म्हणतात की या विश्वाचा पसारा केवढा तर ज्याच्या त्याच्या डोक्याएवढा. म्हणजे डोक्याच्या आकाराएवढा नव्हे, तर तू म्हणजे

फक्त तुझे डोके नव्हे तर तुझे मन, बुद्धी, अहं इ. ने, विचार करण्याएवढा. त्यामुळे तुझे विचार जसजसे प्रगल्भ होत जातील तसतसे या विश्वाचा पसारा वाढत जाईल. मी, माझे आईवडील, नातेवाईक, सगेसोयरे, मित्रमैत्रिणी, माझे शत्रू, माझे शिक्षण, माझे गुरूजन, माझे सहाध्यायी, भूत, भविष्य इ. बाबतचे विचारच तुझे विश्व असते. आलटूनपालटून या सर्वांचा तू क्षणोक्षणी बसल्या जागी अखंड विचार करीत असतोस. थोडक्यात काय तर तुझे विश्व तुझ्यातच निर्माण, उत्पन्न होत असते. मनोमात्रमिदं जगत् । (योगवासिष्ठ). वेड्या किंवा मन जाग्यावर नसलेल्याच्या दृष्टीने जग अस्तित्वातच नसते. आता या विचारांनाच आणिक जोड द्यायला सुरूवात करायला हवी ती म्हणजे - स्वतः स्वतःपाशी बसून - मी कोण? माझा जन्म कशासाठी झाला आहे? माझ्या जीवनाचे ध्येय काय ? मला या जीवनात काय साध्य करायचे आहे ? यावर विचार करायला सुरूवात करण्याची. कारण तुझ्यापाशी काही करण्यासाठीचा वेळ फारच थोडा आहे. त्यामुळे जगावेगळे स्वतःचे विश्व निर्माण करायचे असेल तर आता त्यावरच विचार करण्याशिवाय सध्याच्या काळात दुसरा पर्याय नक्कीच नाही.

स्वाध्याय क्र. १३ :- तुमच्या जीवनाचे ध्येय काय, तुम्हाला या जीवनात काय साध्य करायचे आहे, ते लिहा.

सर्व जगदिदं त्वत्तस्तिष्ठति

अर्थ - हे सर्व जग तुझ्यामुळे स्थित/स्थिर होते/टिकून आहे.

विश्वाचा विचार माणूस स्वतःच्याच डोक्याने करतो हे आपण वर पाहिले. याचाच अर्थ तू जे जग, विश्व निर्माण करतोस ते तुझ्याच डोक्यात उत्पन्न झालेले असते. दुसऱ्या अर्थाने ते विश्व तुझ्याच मस्तकात सामावलेले असते; स्थित, स्थिर झालेले असते. तू जाणतेपणाने जेव्हा एखाद्या गोष्टीवर, घटनेवर विचार स्थिर करतोस त्यावेळी त्या त्या गोष्टीचे, घटनेचे संदर्भ तुला तात्काळ आठवतात. त्यामुळे भूत, भविष्य आणि वर्तमानातील सर्व गोष्टींचे संदर्भ हे सदैव तुझ्यातच स्थित आहेत. वेळेनुसार आणि गरजेनुसार त्यांचा वापर करण्याची क्षमताही तुझ्यात आहे, म्हणूनच तर वर्षभर केलेला अभ्यास तुला बरोबर वार्षिक परीक्षेच्या वेळी आठवू शकतो. किंबहुना शालेय, महाविद्यालयीन जीवनात मनःपूर्वक केलेला विविध विषयांचा अभ्यास तुला उर्वरित आयुष्यभर उपयोगी पडतो. त्यामुळे तुझ्या शैक्षणिक कालावधीत तुझे जग हे फक्त ज्ञान आणि विज्ञान प्राप्तीचा ध्यास हेच असावयास हवे हे निश्चित.

स्वाध्याय क्र. १४ :- तुमच्या जगात कायकाय भरलेय आणि त्याची उपयुक्तता किती, याचा तौलनिक अभ्यास करा.

सर्व जगदिदं त्वयि लयमेष्यति

अर्थ - हे सर्व जग तुझ्यात विलीन होते/नाश पावते.

वर उल्लेखिलेल्या तुझ्यातील स्थित जगाचे कोणकोणते संदर्भ, माहिती लक्षात ठेवायची आणि कोणती विसरावयाची याचा निर्णय तुझे मनच घेत असते. जर तुझ्या मनात नसेल तर तू त्या गोष्टीवर कोणताही विचारसुद्धा करीत नाहीस. म्हणजेच तू तुझ्या विचाराने निर्माण केलेल्या विश्वाचा लय, नाश तुझ्यामध्येच होतो. मग भले तो विचार तू इतरांना बोलून दाखव अथवा नको. असे जर असेल तर मग तू, तुझ्या मनात कोणकोणती अनावश्यक माहिती साठून राहिलेली आहे याचा विचार कर आणि ती काढून टाकण्याचा प्रयत्न कर. याचा फायदा असा होईल की विचारांची सुस्पष्टता सुधारेल, विस्मरण कमी होईल, योग्य वेळी, योग्य ठिकाणी, योग्य ती माहिती आठवेल म्हणजेच हजरजबाबीपणा अंगी बाणेल जो सध्याच्या जगात अत्यंत महत्त्वाचा गुण आहे.

स्वाध्याय क्र. १५ :- तुमच्या हजरजबाबीपणाची एखादी घटना लिहा.

सर्व जगदिदं त्वयि प्रत्येति

अर्थ - हे सर्व जग तुझ्याकडे जाते. (तुझ्यात अनुभवाला येते).

मनात साठून राहिलेली अनावश्यक माहिती काढून टाका हे म्हणणे सोपे आहे परंतु मन असे खट्याळ असते की जे विसरायचे असे

आपण म्हणू तेच तेवढे जास्त आठवत रहाते आणि परत परत त्या गोष्टीवरच विचार चालू रहातो. म्हणजे जी घटना, संदर्भ विसरायचा प्रयत्न चालू असतो तीच घटना, संदर्भ परत परत आपल्याकडे येत रहाते. तेच जग परत परत तुझ्याकडे येत रहाते. त्यामुळे होते काय की जी नवीन गोष्ट शिकण्याचा तू प्रयत्न करीत असतोस त्यात तुझे मन पूर्णपणे कधीच सामील होऊ शकत नाही. याचा परिणाम असा होतो की जो विषय नीटपणे समजून घ्यायचा असतो तो तसा घेता येत नाही. त्यामुळे तुझ्या ज्ञानाची पातळी, जो दुसरा कोणी तो विषय नीटपणे समजून घेतो त्याच्यापेक्षा, कमी प्रतीची ठरते आणि कालांतराने तुला नवीन विषय शिकण्याचाच कंटाळा येऊ लागतो.

स्वाध्याय क्र. १६ :- कोणत्या घटना, संदर्भ तुम्ही परतपरत आठवत राहता आणि का आठवत राहता, यावर विचार करून लिहा.

त्वं भूमिरापोऽनलोऽनिलोनभः

अर्थ - तू पृथ्वी, पाणी, अग्नी, वायु, आकाश (आहेस). तुझे शरीर हे सृष्टीतील पंचतत्त्वांचा आविष्कार आहे. पृथ्वी म्हणजे माती- शरीराची त्वचा, अंगप्रत्यंगे ही पृथ्वीतत्त्वाची तर शरीरात ७० टक्के पाणी, ज्याच्या साहाय्याने रक्त सर्व शरीरभर संचार करते, त्वचा तजेलदार ठेवते, शरीरात उष्णता असते

म्हणजे अग्नीचा वास आहे, जो पित्ताच्या आश्रयाने रहातो, शरीरात पाच ठिकाणी पाच वेगळ्या नावाच्या वायूंचा निवास - प्राण, अपान, व्यान, उदान व समान आणि त्यांची कार्येही वेगवेगळी. पाचवे तत्त्व आकाश - म्हणजे पोकळी-जी शरीरात फुफ्फुसांच्या ठिकाणी असते. ही पाचही तत्त्वे तू जन्माला येतानाच घेऊन येतोस आणि मृत्युनंतर ती परत सृष्टीमध्येच विलीन होऊन जातात.

स्वाध्याय क्र. १७ :- तुमच्या शरीरात वरील पाच तत्त्वे किती प्रमाणात असावीत, तसेच त्यांचे प्रमाण बिघडले तर कोणत्या व्याधी संभवतात, ते अभ्यासा व लिहा.

त्वं चत्वारि वाक्पदानि

अर्थ - तू चार प्रकारच्या वाणीचे आश्रयस्थान आहेस.

वाणी म्हणजे वाक् ही सूक्ष्म किंवा लिंग शरीराशी संबंधित आहे. सूक्ष्म विचार आणि शब्द ही मनाची दोन प्रतिरूपे आहेत. सूक्ष्म विचार ग्राहक तर शब्द हा ग्राह्य अशा दोन रूपात मन अभिव्यक्त होत असते. अव्यक्त पुरुष म्हणजे आत्मा हा वाणीच्या द्वारे व्यक्त होतो. ॐकार हा सर्व प्रकारच्या वाणींचा मूलस्रोत होय. दैवी आणि मानुषी असे वाणीचे दोन प्रकार आहेत. दैवी म्हणजे जी वाणी वैदिक ऋचा उच्चारणासाठी वापरली जाते तर मानुषी म्हणजे सर्वसामान्यांची बोली. दैवी वाणीच्या सततच्या उच्चारणामुळे

चैतन्यव्यवहार चालतात, अप्राप्य वाचासिद्धी शक्ती देते व श्रेष्ठत्व येते. (ऋग्वेद-१०.१२५).

तुड्यामध्ये परा, पश्यंती, मध्यमा आणि वैखरी अशा चार प्रकारच्या वाणी म्हणजे स्वतःला व्यक्त करण्याच्या पद्धती आहेत. परा वाणीचे स्थान नाभीत (बेंबीत), शब्दसाधनेत विस्फोटाच्या पहिल्या अवस्थेला परा म्हणतात.

पश्यंती वाणीचे स्थान मूलाधार ते मणिपूरचक्र यादरम्यान असते. ही वाणी स्पंदनमात्र स्वरूपात असते आणि कोणताही विशेष अर्थ सांगत नाही. ही मनाशी संयोग करते.

मध्यमा वाणीचे स्थान कंठ आहे. या वाणीत प्रकट, बाह्य अर्थ असत नाही. कोणत्याही गोष्टीची धारणा निर्माण करणारी मानसिक गती असे तिचे स्वरूप असते.

वैखरी वाणीचे स्थान जिह्वा (जीभ) आहे. अर्थ प्रतीत करणारा स्थूल शब्दोच्चार म्हणजे वैखरी. नाभीपासून हृदयात शब्दाला, अव्यक्त स्थितीतून, कंठाद्वारे, ध्वनिरूपाने, जिह्वेच्या उपाधीने (साहाय्याने) वर्णरूप प्राप्त होतो म्हणजे शब्दाचे उत्थान (उच्चारणे) होते. (ज्याला आपण माणसाची बडबड म्हणतो).

वैखरी ते परा वाणी क्रमशः सामान्य, चांगली, उत्तम आणि अत्युत्तम अशा चढत्या श्रेणीच्या वाणी समजल्या जातात.

वैखरीचा वापर कमी करता आला की वाचेचा (बोलण्यातील)

निरर्थकपणा लक्षात येतो आणि विचारांना धारण करण्याची गती मनाला प्राप्त होते, विचार स्थिर होऊ लागतात. मनाची स्पंदने कमीकमी होऊ लागतात तसतसा मनाचा आत्म्याशी संवाद वाढू लागतो. चिंतनाला सुरूवात होते, हाती घेतलेल्या कार्यात पूर्ण लक्ष दिले जाते आणि अपेक्षित यशही मिळते. शेवटी एकवेळ अशी येते की शब्दोच्चाराशिवायच दुसऱ्याच्या मनातील विचार समजू लागतात. सध्या दूरभाष, भ्रमणभाष, दूरदर्शन आणि ध्वनिवर्धकांमुळे सर्वच ठिकाणी वैखरी वाणीचा वापर प्रमाणाबाहेर वाढला आहे. त्याचेही दुष्परिणाम सर्वांना जाणवत आहेत. जसे रक्तदाब, मधुमेह, डोकेदुखी, हृदयरोग इ. यावर उपाय एकच दिसतो तो म्हणजे वैखरी वाणीचा वापर आवश्यकतेपुरताच करून परा वाणी प्राप्त करण्याचा प्रयत्न करणे. म्हणून, उच्चार करावयाचाच झाला तर श्रेष्ठत्व देणाऱ्या चैतन्यव्यवहारी दैवी वाणीचे तू सतत उच्चारण करत राहा आणि आवश्यक तेवढेच बोलत जा.

स्वाध्याय क्र. १८ :- दैवी वाणीवर आधारित कोणकोणते ग्रंथ सध्या उपलब्ध आहेत त्याची यादी करा.

त्वं गुणत्रयातीतः

अर्थ - तू तीनही गुणांच्या - सत्त्व, रज, तमस् - पलीकडे असलेला (आहेस).

नाभिचक्राचे ठिकाणी सात्त्विक भाव, लिंगचक्राचे ठिकाणी राजस

भाव तर दृकचक्राचे ठिकाणी तामस भाव असतो.

तू म्हणजे तुझ्यातील आत्मा, जो ब्रह्मदेवाचा अंश आहे तो, तीनही गुणांच्या म्हणजे सत्त्वगुण, रजोगुण आणि तमोगुणांच्या पलीकडे गेलेला आहे. वास्तविक मानवदेहाचे सत्त्व, रज व तम या गुणांमुळे म्हणजेच त्रिगुणांमुळे व्यवहार चालतात. यातही सत्त्वगुण उत्तम होय. सत्त्वगुणाच्या योगाने उत्तम गती प्राप्त होते. रजोगुणाने जन्ममरणाचे फेरे घ्यावे लागतात आणि तमोगुणामुळे मानवास अधोगती प्राप्त होते.

रजोगुणी म्हणजे हे माझे, ते माझे, सर्व संसार माझा, जे जे चांगले दिसेल ते ते माझ्याकडे हवे असा ध्यास असणारा, हास्यविनोद, थट्टा, कुचेष्टा, निंदा, वादविवाद यात वेळ घालविणारा, संसारविषयात रमणारा, नित्यनेमाचा कंटाळा येणारा, आळशीपणाची आवड असणारा. अभ्यासाची आवड नसणारा असा. पण रजोगुण सत्त्वगुणात मिसळून कार्य करू लागला की तो शुद्ध होय.

तमोगुणी म्हणजे अतिशय क्रोध येणारा, बेफामपणे वागणारा, शस्त्राने घात करणारा, भ्रमिष्ट, अतिझोपाळू, अतिभुक्त्वा, दयाहीन, कपटी, दुसऱ्याचा नाश करणारा, कारणाशिवाय भांडणतंटा करणारा, धूम्रपान, मद्यपान करणारा इ., आत्महत्येचा किंवा दुसऱ्याच्या हत्येचा विचार करणारा.

सत्त्वगुण म्हणजे रज व तम गुणांचा नाश करणारा, ईश्वराच्या ठिकाणी अतिशय प्रेम असणारा, संसारात अडकून न पडणारा, परमार्थाची

आवड असणारा, सतत अध्ययन करणारा, दुसऱ्यांना शिकविणारा, दान करणारा, झाडे लावणारा आणि त्यांची काळजी वाहणारा; विहिरी, तलाव, सरोवरे बांधणारा, नित्यनेमाने वागणारा, मानवजन्म सार्थकी लावणारा, शांतताप्रिय, क्षमाशील, दयावान, स्थिरचित्त, निरहंकारी, दुसऱ्याच्या मदतीस धावून जाणारा, निगर्वी असा. यातील कोणताही एक गुण जास्त प्रमाणात वाढला तरी बाकी दोन गुण दबून जातात. यासाठीच तू तिन्ही गुणांमध्ये उत्तम असा सत्त्वगुण अंगी बाणवण्याचा प्रयत्न कर.

स्वाध्याय क्र. १९ :- वरीलपैकी कोणकोणते दोष तुमच्यामध्ये आहेत त्याची यादी करा. ते कसे काढून टाकता येतील, त्यावर विचार करून लिहा.

त्वं देहत्रयातीतः

अर्थ - तू तीनही - (स्थूल, सूक्ष्म, आनंदमय) - देहांच्या पलीकडे असलेला (आहेस).

तू म्हणजे तुझा आत्मा, हा स्थूल म्हणजे शरीरमय, सूक्ष्म म्हणजे मनोमय, आणि दुसऱ्याच्या सुखामुळे ज्यास आनंद होतो तो म्हणजे आनंदमय देह, या सर्वांच्या पलीकडे तू गेलेला आहेस.

स्थूल देह म्हणजे पृथ्वी, पाणी, अग्नी, वायु आणि आकाश या पंचतत्त्वांपासून बनलेले शरीर.

या शरीरात अदृश्यपणे वास्तव्य करणारे तुझे मन म्हणजे झाला सूक्ष्मदेह.

अशा मनामध्ये जेव्हा सत्त्वशील विचार येतात आणि त्यातून तुझ्या हातून निरपेक्षपणे दुसऱ्यासाठी जेव्हा सत्कार्य घडते त्यामुळे तुला जो आनंद होतो तो म्हणजे आनंदमय देह.

तू मानव म्हणून जन्माला आला आहेस तर अंगी सत्त्वगुण बाणवून, इतरांसाठी मनापासून निरपेक्षपणे कार्य करत आनंदमय होण्याचा प्रयत्न कर. याचाच अर्थ या तीनही देहांच्या पलीकडे जाण्याचा प्रयत्न कर. यातच तुझ्या जीवाला, आत्म्याला खरी शांती लाभेल.

स्वाध्याय क्र. १० :- तुम्हाला दुसऱ्यासाठी काहीतरी केल्यावर आनंद वाटला असेल, तर त्या घटनेचे वर्णन करा.

त्वं कालत्रयातीतः

अर्थ - तू तीनही काळांच्या (भूत, वर्तमान, भविष्य) पलीकडे असलेला (आहेस).

तू म्हणजे तुझा आत्मा -तीनही काळांच्या म्हणजे -भूतकाळ, वर्तमानकाळ आणि भविष्यकाळ म्हणजेच उत्पत्ती, स्थिती, संहार यांच्या पलिकडे गेलेला आहे. कारण जो तुझा म्हणजे तुझ्या आत्म्याचा आत्ताचा म्हणजे वर्तमानातील जन्म आहे, त्या आत्म्याचा भूतकाळी एक जन्म झाला होता आणि तसाच भविष्यकाळीही जन्म असणार आहे. थोडक्यात तुझ्या प्रत्येक जन्माच्या चांगल्या, वाईट कर्मानुसार तुला पुढचा जन्म कोणता असणार ते ठरणार आहे. जर का मानवजन्म एकदाच येत असेल

असे मानले तर हीच वेळ आहे सत्कर्म करून जन्ममरणाच्या फेऱ्यातून सुटका करून घेण्याची आणि या तीनही काळांच्या - भूत, वर्तमान व भविष्य काळाच्या पलिकडे जाण्याची. आणि जर का पुनर्जन्मावरच विश्वास नसेल तर तू आताच या तीनही काळांच्या पलिकडे गेलेला आहेस तर मग सत्कर्म करण्यास काय हरकत आहे ?

स्वाध्याय क्र. २१ :- पुनर्जन्म असो अथवा नसो, तुम्ही कोणती सत्कर्मे करण्याचे ठरविले आहे ते सांगा.

त्वं अवस्थात्रयातीतः

अर्थ - तू तीनही (बाल, तरुण, वृद्ध) अवस्थांच्या पलीकडे असलेला (आहेस).

तुझ्या अवस्था तीन म्हणजे जागृतावस्था, स्वप्नावस्था आणि सुषुप्तावस्था. या तीनही अवस्थांच्या पलिकडे जाणे म्हणजे तुरीयावस्था प्राप्त करून घेणे होय. तसेच -

तू म्हणजे तुझा आत्मा -तीनही अवस्थांच्या - बाल, तरुण व वृद्ध - या अवस्थांच्या पलिकडे गेलेला आहे म्हणजेच तुझा आत्मा हा चिरंतन, अमर आहे. त्याला कोणत्याही वयाचे बंधन नाही. तुझ्या या नश्वर शरीराला बाल, तरुण आणि वृद्धावस्था आहे. या शरीरात प्रकट होणाऱ्या आत्म्यास मात्र यातली कोणतीच अवस्था नाही कारण तो साक्षात् ब्रह्माचा, ईश्वराचा अंश आहे.

म्हणूनच तुला मान्य असो अथवा नसो तुझे शरीर हे कायम नष्टच होणार आणि तुझ्या चालू जन्मातील कर्मानुसार तुला म्हणजे तुझ्या आत्म्याला पुढचा जन्म कोणता मिळणार, ते ठरणार.

स्वाध्याय क्र. २२ :- पुनर्जन्मावर विश्वास असेल तर पुढचा कोणता जन्म घ्यायला तुम्हाला आवडेल, ते कारणासहित लिहा.

त्वं मूलाधारस्थितोऽसि नित्यम्

अर्थ - तू सदैव, नित्य मूलाधारामध्ये (चक्र) स्थिर आहेस.

येथे तू म्हणजे तुझे शरीरातील तेज (आत्म्याचा एक आविष्कार) हे नित्य तुझ्या शरीराचा मूलाधार आहे आणि ते शरीराच्या मध्यभागाच्या खाली म्हणजे बेंबीच्या खाली स्थिर आहे. त्यालाच कुंडलिनी असे योगाभ्यासात संबोधतात. कुंडलिनी - एक शक्ती. कुंडल म्हणजे वेटोळे करून रहाते. जोवर क्रियारूप चित्शक्तीची संमती मिळत नाही तोवर कुंडलिनी सुप्तवत् रहाते. कुंडलिनीच्या अनेक व्याख्या आहेत त्यापैकी एक म्हणजे मानसिक शक्ती किंवा सुप्त चेतना शक्ती. शरीरात ठिकठिकाणी मज्जातंतूंची जाळी असतात. ही जाळी म्हणजे योगशास्त्रातील चक्रे किंवा कमळे होत. ही कुणी सहा, कुणी नऊ, कुणी वीसबावीस पर्यंत आहेत असे मानतात. आपल्या शरीरात वेगवेगळ्या ठिकाणी वेगवेगळ्या नावाची सहा चक्रे आहेत असे कल्पिले आहे त्यांची नांवे अशी

- मूलाधार, स्वाधिष्ठान, मणिपूर, अनाहत, विशुद्ध, आज्ञाचक्र/सहस्रार. कुंडलिनी सदैव वेटोळे घातलेल्या अवस्थेत स्थिर असते. प्राणायामाच्या शास्त्रोक्त अभ्यासाने तिच्यामध्ये जागृती आणता येते. अशी जागृत झालेली कुंडलिनी मस्तकात असलेल्या सहस्रारपर्यंत पोहोचू शकते. अर्थात हा सर्व योगाभ्यासाचा भाग होय. ज्याचा अभ्यास निष्णात गुरूच्या मार्गदर्शनाखाली करावा लागतो. कुंडलिनीजागृती ही अतिशय कष्टसाध्य गोष्ट आहे. अशक्य नाही परंतु अवघड नक्की आहे.

ज्या योग्याची कुंडलिनी जागृत होते त्याला कोणत्या सिद्धी प्राप्त होतात ते ज्ञानेश्वरांनी सांगितले आहे, ते असे -

देहाला सुवर्णकांती चढते, देह वायुसारखा हलका होतो, दृष्टी आकाशव्यापी बनते, पाण्यावरून चालता येते, स्वर्गातले विचार ऐकू शकतो, मुंगीच्याही मनातील भाव ओळखता येतात. (ज्ञानेश्वरी - ६.२६०-२७०)

स्वाध्याय क्र. २३ :- कुंडलिनी जागृत झालेल्या महापुरुषांची चरित्रे अभ्यासा. योगाभ्यासास सुरुवात कशी करता येईल, यावर योग्य मार्गदर्शन मिळवा.

त्वं शक्तित्रयात्मकः

अर्थ - तू तीन शक्तींनी (शरीर, मन, बुद्धी) युक्त (आहेस) (बनलेला आहेस).

शरीर, मन आणि बुद्धी या तीन शक्तींच्या माध्यमातून विविध विचारांची, कल्पनांची उत्पत्ती करण्याची शक्ती तुझ्यात आहे. अशा विचारांना, कल्पनांना धरून ठेवण्याची म्हणजे स्थित ठेवण्याचीही शक्ती तुझ्यामध्ये आहे. तसेच त्या विचारांचा, कल्पनांचा नाश, संहार करण्याची शक्तीही तुझ्यातच आहे. म्हणूनच तुझ्या मनात तू कोणते विचार, कल्पना आणतोस ते जास्त महत्त्वाचे आहे. एखाद्याचे भले करण्याचा विचार तुझी मानसिक आणि बौद्धिक ताकद वाढवू शकतो तशीच तुला आवश्यक अशी शारीरिक ताकदही वाढवू शकतोस. दुसऱ्याचे वाईट करण्याचा विचार मनात आला की आधी बुद्धी, मग मन भ्रष्ट होते तसे शरीरही थकते आणि तुझ्यातील या तीनही शक्तींचा ऱ्हास होऊ लागतो.

स्वाध्याय क्र. २४ :- तीनही शक्तींचा ऱ्हास होऊ नये म्हणून सध्याच्या काळात चांगले विचार, कल्पना कोणत्या, त्या लिहा.

त्वां योगिनो ध्यायन्ति नित्यम्

अर्थ - योगी, तुझे सदैव, नेहमी ध्यान (चिंतन, विचार) करतात.

जो योग घडवून आणतो तो योगी. तू जर का वरील तीनही शक्तींचा म्हणजे शरीर, मन आणि बुद्धी यांचा नाश होऊ न देता योग घडवून आणलास तर तुलासुद्धा योगीच समजले जाईल. असे योगी नेहमीच स्वतःचे शरीर निरोगी राखणे, स्वतःचे मन सदैव स्वतःच्या काबूत, ताब्यात ठेवणे आणि स्वतःची बुद्धी सदैव तल्लख ठेवण्याकडे ध्यान देतात. या तीनही शक्तींचा कसा व्यवस्थित सांभाळ करता येईल यावर सदैव विचार, चिंतन करीत असतात.

स्वाध्याय क्र. २५ :- शरीर निरोगी, मन ताब्यात आणि बुद्धी सदैव तल्लख ठेवण्यासाठी तुम्ही काय कराल?

त्वं ब्रह्मा - अर्थ - तू ब्रह्म .

त्वं विष्णुः - अर्थ - तू विष्णु.

त्वं रुद्रः त्वं इन्द्रः त्वं अग्निः

अर्थ - तू रुद्र, तू इन्द्र, तू अग्नी,

त्वं वायुः त्वं सूर्यः त्वं चंद्रमाः

अर्थ - तूच वायू, तूच सूर्य, तूच चन्द्र.

त्वं ब्रह्मभूर्भुवः स्वरोम्

अर्थ - तू ब्रह्म, पृथ्वी, अंतरिक्ष, स्वर्ग, ॐ कार (रूप आहेस).
तू ब्रह्म आहेस तसा विष्णुही आहेस हे आपण मागे पाहिले. विशू म्हणजे सतत क्रियाशील असणे. निशू म्हणजे व्यापणे म्हणून विष्णु म्हणजे व्यापक. रोदयति सर्वमन्तकाले इति रुद्रः। सर्वांना अंतकाळी रडवितो तो रुद्र. रूत् म्हणजे संसाररूप दुःख ते पळवून लावतो, नष्ट करतो तो म्हणजे या सृष्टीत जे जे काय दिसते, जाणवते ते सर्व तुझ्यातही सामावलेले आहेच. म्हणूनच या सर्व गोष्टी करणारा तू स्वतःच रुद्रस्वरूप आहेस. जसा इंद्र हा देवांचा राजा तसा तू तुझ्या विचारांचा, कल्पनांचा स्वामी म्हणजेच तू त्यांचा राजा म्हणजेच इंद्र आहेस. तुझ्यात जे आत्मारूपी चैतन्य भरलेले आहे. तेच तुझे शरीर उबदार, आवश्यक तेवढे गरम ठेवते. हाच उबदारपणा म्हणजे तू स्वतः अग्निरूप आहेस हे सिद्ध करते. ज्याप्रमाणे वायु हा एका ठिकाणी कधी स्थिर असत नाही तसे तुझे विचार, कल्पना कायम एका ठिकाणी स्थिर राहात नाहीत. हे स्थिर नसण्याचे साम्य लक्षात घेता तू खरोखरच वायुरूप आहेस. याशिवाय तुझ्या शरीरात पाच ठिकाणी पाच भिन्न नावाचे वायु सुद्धा आहेत - प्राण, अपान, व्यान, उदान आणि समान. यांच्याच आधारे तुझ्या शरीराच्या चलनवलनाच्या सर्व क्रिया व्यवस्थित

चालू रहातात. यातील एक जरी बिघडला तरी तुला ते त्रासदायक होते. इतका तू वायुरूप आहेस.

स्वाध्याय क्र. २६ :- पाच वायु तुमच्या शरीरात कोठे आहेत आणि तेथे त्यांचे कोणते कार्य चालते, ते लिहा.

गणादिं पूर्वमुच्चार्य

अर्थ- पहिला, सुरवातीला 'ग' पूर्वी, अगोदर उच्चारून.

वर्णादिं तदनन्तरम्

अर्थ - पहिला, सुरुवातीचा वर्णमालेतील पहिला 'अ' त्यानंतर.

अनुस्वारः परतरः

अर्थ - पलिकडे, नंतर, सर्वात शेवटी अनुस्वार, बिंदू.

अर्धेदुलसितम्

अर्थ - चंद्रकोर शोभून दिसते.

तारेण रुद्धम्

अर्थ - उच्च स्वराने अडविलेले, मर्यादित केलेले.

एतत्त्व मनुस्वरूपम्

अर्थ - हे तुझे मनु (मानवाचा मूळ पुरुष) स्वरूप (आहे).

गकारः पूर्वरूपम्

अर्थ - 'ग' अक्षर मूळ, आदिरूप आहे.

अकारो मध्यमरूपम्

अर्थ - 'अ' तील मध्यम रूपाचा.

अनुस्वारश्चान्त्यरूपम्

अर्थ - अखेरचे, शेवटचे हे अनुस्वाररूप आहे.

बिंदुरुत्तररूपम्

अर्थ - अखेरनंतरचे बिंदू रूप.

तुझ्या जन्माअगोदर म्हणजे आईच्या पोटात असताना तू म्हणजे तुझ्यातील आत्म्याचा अंश 'ग' आकारासारखा दिसतो. म्हणून तुझे रूप हे 'ग' आकारी -आदि, मूळ रूप आहे.

तुझ्या जन्मानंतरचे रूप हे, जसेजसे तुझे शरीर वाढत जाईल तसे तसे, 'अ' आकारी दिसू लागते जे तुझे मधले रूप असते.

तुझ्या जीवनाची अखेर जवळ आली की तेच 'मध्यम रूप' हळूहळू लहान होत परत 'ग' आकारी होत जाते. म्हणजेच वृद्धत्वाची

सुरूवात झाली की शरीरातील अवयवांचे आकारमान कमीकमी होत जाते. आणि तोच 'मध्यम आकारी' तू शय्येवर पडून राहू लागला की परत 'ग' आकारी दिसू लागतोस.

तुझ्या शरीरातील आत्मा, चैतन्य जेव्हा शरीराबाहेर पडते तेव्हा शरीर चेतनाहीन होते तसे तू म्हणजे आत्मा फक्त बिंदूरूपाने शिल्लक उरतो, जो परत मूळ ब्रह्मामध्ये विलीन होतो. हेच ते 'अखेरनंतरचे बिंदू रूप' होय.

नादः संधानम्

अर्थ - नाद हे संधान आहे- जोडणारा दुवा.

तू जन्माला आल्यापासूनच तुझ्यामध्ये एका अनाहत नादाला सुरूवात झालेली असते. तो अनाहत नाद तुझ्या हृदयात तुझ्या जन्मापासून मृत्युपर्यंत अखंडपणे चालू असतो. ज्याप्रमाणे तू नकळत श्वासोच्छ्वास करत असतोस तसाच हा अनाहत नाद तुझ्या हृदयात चालू असतो. थोडक्यात म्हणजे तुझ्या जन्मवेळेपासून मृत्युसमयापर्यंत सांधणारा एक दुवा म्हणजेच हा अनाहत नाद होय. हाच अनाहत नाद, तुझ्या शरीरातील चैतन्य लोप पावल्यावर (म्हणजे तुझे शरीर अचेतन, शव झाल्यावर) तेथून बाहेर पडून, ज्या ब्रह्माचा तू अंश त्या मूळ नादमय स्वरूपाला जाऊन मिळतोस. थोडक्यात तुझ्यातील नादमय अंश त्याच्या मूळ तत्त्वाशी संधान साधतो.

संहिता सन्धि:

अर्थ - संहिता (एकत्र उच्चार) सन्धि आहे.

सर्व अवयव एकत्र असलेले शरीर जन्ममृत्युमधील, दोन जन्मांमधील संधिकाल आहे

सैषा गणेशविद्या

अर्थ - ही अशी गणांचा (जो) ईश्वर (त्याची) विद्या (आहे)

गणक ऋषि:

अर्थ - (ह्या मंत्रांचे) गणक नावाचे ऋषि

गणक म्हणजे दैवज्ञ किंवा ज्योतिषी - शुभाशुभ ग्रहांच्या योगातून निर्माण होणारे फल सांगतो तो गणक. या अथर्वशीर्षाची सिद्धी सर्वप्रथम गणक या ऋषींनी केली कारण त्यांना मनुस्वरूपातील मानवातील गणेशाचे, गणपतीचे रहस्याचा अगोदर साक्षात्कार झाला असावा.

निचृद्रायत्रीछन्दः - अर्थ - निचृद्रायत्री हा छंद.

गायत्री - गय = प्राण व त्रै = वाचवणे, रक्षण करणे. जी (गायन्तं त्रायते यस्मात्) गाणाऱ्याच्या प्राणांचे रक्षण करते ती गायत्री. गायत्री छंदात लक्षण - ज्या रचनेत विशिष्ट अक्षरांचे परिमाण असते. छंदाचे सात प्रकार आहेत. (कंसातील आकडा त्या त्या छंदातील अक्षरांची संख्या दर्शवितो) - गायत्री (२४) उष्णिक्

(२८) अनुष्टुभ् (३२) बृहती (३६) पंक्ती (४७) त्रिष्टुभ् (४४)
आणि जगती (४८)

गणपतिर्देवता - अर्थ - गणपती ही देवता.

ॐ गं गणपतये नमः

अर्थ - ॐ गं गणपतीला नमस्कार असो.

एकदन्ताय विद्महे वक्रतुण्डाय धीमहि

अर्थ - एकदन्त, वक्रतुंड अशा गणपतीला मी नमस्कार
करतो.

तन्नो दन्ती प्रचोदयात्

अर्थ - तो दन्तयुक्त (गणेश) आम्हाला प्रेरणा देवो.

ही गणेशगायत्री आहे. तैत्तिरीय आरण्यकाच्या दहाव्या प्रपाठकात
'तत्पुरुषाय विद्महे । वक्रतुंडाय धीमहि । तन्नो दन्तिः प्रचोदयात् ।'
असा निर्देश आहे. पुराणात यातील तत्पुरुषायच्या ऐवजी एकदन्ताय
वापरून रुद्रगायत्रीचाच अवलंब केलेला दिसतो. वक्र + तुंड -
वक्रतुंड - वाकडी सोंड. वक्र म्हणजे माया - मोहयुक्तसुखाचाच
बोधक. तुंड - ब्रह्म अर्थबोधक. माया आणि ब्रह्म यांचा संयोग -
वक्रतुंड. वक्रान् तुण्डयति इति वक्रतुंड - वक्र(वाकड्या) मार्गाने
चालणारे व बोलणारे अशा दुष्टांना शिक्षा करून जो सरळ मार्गावर
आणतो तो वक्रतुंड.

स्वाध्याय क्र. २७ :- वाकड्या मार्गाने चालणाऱ्या कोणाला तुम्ही अदल घडविली असेल तर त्या घटनेचे वर्णन करा.

एकदन्तं चतुर्हस्तं पाशमंकुशधारिणम्

अर्थ - एक दाताच्या, चार हातांच्या (आणि) पाश, अंकुश धारण करणाऱ्याला. एक शब्द मायेचा वाचक, दन्त हा सत्ता धारक असून मायेचा चालक आहे.

चार हात -

वरचा डावा हात - अंकुश (नियामक ब्रह्म)

खालचा डावा हात - दन्त (दुष्टनाशक ब्रह्म)

वरचा उजवा हात - पाश (भक्तांचा मोहनाशक ब्रह्म)

खालचा उजवा हात - वरदमुद्रा (कामनापूर्तीकारक ब्रह्म)

एकदंत, चतुर्भुज, पाश व अंकुश धारण करणारा, एका हाती (मोडका) दात धारण करणारा, दुसऱ्या हाताची वरदमुद्रा असलेला, ज्याचा ध्वज मूषक चिन्हांकित आहे असा; रक्तवर्ण, लंबोदर, सुपासारखे कान असलेला, रक्तवस्त्र नेसलेला, अंगाला रक्तचंदनाचा लेप लावलेला, रक्तपुष्पांनी पूजिलेला, भक्तावर दया करणारा, जगताचे कारण अच्युतसृष्टीच्या प्रारंभी प्रकट झालेला, प्रकृतिपुरुषाच्या पलिकडचा अशा गणपतिदेवाचे जो ध्यान करतो

तो योगीजनांमध्ये श्रेष्ठ. गँ हे गणेशदेवतेचे बीज आहे. जी देवता वाच्य त्या देवतेचे वाचकबीज गणेश, हा वाच्य असून गणेशदेवतेचे वाचक - 'गँ' हे बीज आहे.

रदं च वरदं हस्तैर्बिभ्राणं मूषकध्वजम्

अर्थ - मूषक हे चिन्ह असलेल्या, या चार गोष्टी चार हातांनी धारण करणाऱ्याला.

रक्तलंबोदरं शूर्पकर्णकम् रक्तवाससं

अर्थ - रक्तदिसणारा(रक्तवर्णाच्या), लंब (मोठे) उदर(पोट) असलेल्या, सुपासारखे कान असलेला, लाल रंगाचे वस्त्र धारण करणाऱ्या.

रक्तगंधानुलिप्ताङ्गं रक्तपुष्पैः सुपूजितम्

अर्थ- तांबड्या गंधाने माखलेल्या अंगाचा, रक्त फुलांनी उत्तम पूजन केलेला.

भक्तानुकम्पिनं देवं जगत्कारणमच्युतम्

अर्थ - भक्ता (विषयी) करुणा, अनुकंपा असलेल्या देवाला, जगाचे, विश्वाचे अढळ कारण.

आविर्भूतं च सृष्ट्यादौ

अर्थ - सृष्टिपूर्वी अवतीर्ण झालेल्या.

प्रकृतेः पुरुषात् परम्

**अर्थ - प्रकृति आणि पुरुष यांच्या पलिकडचा/श्रेष्ठ/
आधीचा.**

एक शब्द मायेचा वाचक तर दन्त हा सत्ताधारक असून मायेचा चालक आहे. माया म्हणजे एक अर्थ मोह तसा दुसरा अर्थ भासमय अवताल भवताल म्हणजे तुझ्या अवतीभोवती असलेले, तुला वारंवार मोह घालणारे, तुझेच जग. अशा या तुझ्या जगाचा तूच सत्ताधारक आहेस आणि त्याला चालना देणाराही तूच आहेस. म्हणजे तू एकदन्त आहेस. तू चार हातांचा कसा तर घडणाऱ्या गोष्टींवर अंकुश(नियामक ब्रह्म)-नियमन ठेवणारा आहेस, दन्त (दात)धारण करणारा कसा तर - दुष्टनाशक ब्रह्माचा अंश असलेला आहेस, पाश धारण करणारा कसा तर - तुझे स्वतःचे मोह नष्ट करणारा आहेस, हाताची वरदमुद्रा असलेला कसा तर तुझ्या मनाच्या, तुझ्या नातेवाईक, मित्रमंडळींची कामनापूर्ती - इच्छापूर्ती करणारा तू आहेस. मूषक - स्तेय धातुपासून झाला. स्तेय म्हणजे चोरी. 'काळ' हा मनुष्याच्या आयुष्यात संकटे आणून त्याच्या आयुष्यातील भागांचे क्रमशः हरण (चोरी) करीत असतो. 'काळावर' गणेशाचे स्वामित्व म्हणजेच मूषकावर म्हणून मूषकध्वज तुझे चिन्ह. तूच गणेशाचे रूप म्हटले तर काळावर तुझीच सत्ता.

थोडक्यात, उपलब्ध काळाचा कसा उपयोग करावयाचा यावर फक्त तुझा आणि तुझाच अधिकार आहे.

तुझा आत्मा ज्या शरीरात आहे ते शरीर कशापासून तयार झाले आहे तर हाडे, मांसपेशी, रक्त जे तांबड्या रंगाचे असते. म्हणजेच तुझा आत्मा हा रक्ताने माखल्यासारखा, रक्तचंदनाचा लेप लावलेला असावा असा आहे. शरीरात ठिकठिकाणी मज्जातंतूंच्या जाळ्यांमधून चक्रे किंवा कमळे तयार झालेली आहेत. ती सुद्धा रक्तवर्णाची म्हणजे जणू रक्तपुष्पेच होय. त्यातील एक तुझ्या मस्तकात सहस्रार नावाचे समजले जाते. जणू रक्तपुष्पांनी पूजन केल्यासारखाच तू आहेस. जे तुझे आणि तुला जे आवडतात त्यांच्यावर दया करणारा तुझा आत्मा हा सुद्धा या सृष्टीच्या प्रारंभापासूनच प्रकट झालेला होय. हेच वर्णन गणेशासही लागू पडते म्हणूनच तू म्हणजेच गणेश होय.

एवं ध्यायति यो नित्यं स योगी योगिनां वरः

अर्थ - याप्रमाणे जो सदैव, नेहमी ध्यान करेल तो योगी (सर्व) योग्यांमध्ये श्रेष्ठ, योग्यांचा योगी (ठरेल).

याचसाठी वरीलप्रमाणे तू स्वतःलाच गणेश समजून तुझ्या आत्म्याचे अखंड चिंतन करीत राहिलास की योगीपणाकडे तुझी वाटचाल सुरू होईल आणि तसतसा सर्व योग्यांमध्ये श्रेष्ठ योगी बनशील.

नमो ब्रातपतये नमो गणपतये नमः प्रमथपतये नमस्तेऽस्तु
लंबोदरायैकदंताय विघ्ननाशिने शिवसुताय श्रीवरदमूर्तये

नमः

अर्थ - ब्रात्यांच्या प्रमुखास नमस्कार असो, गणांच्या प्रमुखास नमस्कार असो, प्रमथांच्या प्रमुखाला नमस्कार असो. लंब, मोठ्या उदराच्या, पोटाच्या, एक दाताच्या (गणपतीस) नमस्कार असो. विघ्नांचा, संकटांचा नाश करणाऱ्यास, शिवाच्या पुत्रास, वर देणाऱ्या मूर्तीस नमस्कार असो.

ब्रातपती - ब्रात्यांचा पती- व्रतप्रधान व यज्ञविरहित अशा संघाला व्रत हे नाव. यातील लोक ते ब्रात. संस्कारहीन मनुष्याला ब्रात्य म्हणतात. तुझ्या आयुष्यात तुला वेळोवेळी असे संस्कारहीन -ब्रात्य भेटतच रहातात. अशा ब्रात्यांना उत्तम असे संस्कार शिकवून भल्या मार्गाला नेण्याचे काम तू करू शकतोस. म्हणजेच दुसऱ्या अर्थाने तू त्यांचा ब्रातपती बनू शकतोस. अशा लंब उदर असलेल्या, एक दाताच्या, विघ्नांचा नाश करणाऱ्या (तुला) शिवाच्या म्हणजे पवित्रतेच्या सुतास, अपत्यास, वरददायी मूर्तीस, प्रतिमेस नमस्कार असो.



॥ श्रीगणपतिअथर्वशीर्षम् ॥

॥ शांतिमंत्र ॥

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवाः भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ।

स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुवांसस्तनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः ॥१॥

ॐ स्वस्ति न इन्द्रो वृद्धश्रवाः स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः।

स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो अरिष्टनेमिः स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥२॥

ॐ तन्मामवतु तद् वक्तारमवतु अवतु माम् अवतु वक्तारम् ।

ॐ शांतिः शांतिः शांतिः ॥

अर्थ -

हरियज्ञ करणाच्या आम्ही कानांनी शुभ तेच ऐकावे, डोळ्यांनी कल्याणकारक तेच पाहावे. जे आयुष्य देवाने आम्हाला दिले आहे ते आम्ही त्याच्या स्तुतीत - स्तुती करण्यात - स्थिर अशा अवयवांनी - आरोग्यपूर्ण - व्यतीत करू.

सर्वज्ञानी इन्द्र आम्हाला मंगल/कल्याणकारक होवो. सर्वज्ञ पूषन् देव आम्हाला कल्याणकारक होवो. संकटांचा नाश करणारा तार्क्ष्य आणि बृहस्पती आमच्यासाठी कल्याणकारी असोत.

ते माझे रक्षण करो, वक्त्याला राखो, ते वक्त्याचे (अथर्वशीर्ष म्हणणाऱ्याचे) रक्षण करो, माझे रक्षण करो, वक्त्याला रक्षो, शांती असो, शांती असो, शांती असो.

॥ श्रीगणपतिअथर्वशीर्षम् ॥

हरिः ॐ नमस्ते गणपतये । त्वमेव प्रत्यक्षं तत्त्वमसि ।
त्वमेव केवलं कर्ताऽसि । त्वमेव केवलं धर्ताऽसि ।
त्वमेव केवलं हर्ताऽसि । त्वमेव सर्वं खल्विदं ब्रह्माऽसि ।
त्वं साक्षादात्मासि नित्यम् ॥ १ ॥

हरि - ॐ - मंगलसूचक, प्रारंभसूचक गणपतीस नमस्कार असो.
तूच ते प्रत्यक्ष अंतिम तत्त्व त्याचे प्रकटरूप आहेस. तूच केवळ
कर्ता (ईश्वर, ब्रह्मदेव) आहेस. तूच केवळ धारण (पालनपोषण)
करणारा आहेस. तूच केवळ हरण करणारा (लय करणारा, सृष्टीचा
संहारकर्ता) आहेस. तूच केवळ खरोखर सर्वव्यापक ब्रह्म आहेस.
तू मूर्तिमंत, प्रत्यक्ष, स्वतः अविनाशी आत्मा आहेस.

ऋतं वच्मि । सत्यं वच्मि ॥ २ ॥

(मी-ऋषि) त्रिकालाबाधित सत्य बोलत आहे. खरे, (प्रामाणिक)
बोलत आहे.

अव त्वं माम् । अव वक्तारम् । अव श्रोतारम् । अव दातारम् ।
 अव धातारम् । अवानूचानमवशिष्यम् । अव पश्चात्तात् । अव
 पुरस्तात् । अवोत्तरात्तात् । अव दक्षिणात्तात् । अव चोर्ध्वात्तात्
 । अवाधरात्तात् । सर्वतो मां पाहि पाहि समन्तात् ॥ ३ ॥

तू माझे रक्षण कर. तू वक्त्याचे (तुझे यथार्थ वर्णन करणाऱ्या
 माझे) रक्षण कर. तू ऐकणाऱ्याचे/श्रवण करणाऱ्याचे (माझे) रक्षण
 कर. तू देणाऱ्याचे रक्षण कर. तू धारण करणाऱ्याचे रक्षण कर.
 अध्ययन करणाऱ्याचे, मागोमाग उच्चारण करणाऱ्याचे रक्षण कर.
 शिष्याचे रक्षण कर. पाठीमागून रक्षण कर. पुढून, समोरून रक्षण
 कर. उत्तरेकडून, डावीकडून रक्षण कर. दक्षिणेकडून रक्षण कर.
 उजवीकडून रक्षण कर. वरूनसुद्धा रक्षण कर. खालून रक्षण कर.
 माझे, आमचे सर्व बाजूंनी रक्षण कर, रक्षण कर.

त्वं वाङ्मयस्त्वं चिन्मयः । त्वमानंदमयस्त्वं ब्रह्ममयः ।
 त्वं सच्चिदानंदाद्वितीयोऽसि । त्वं प्रत्यक्षं ब्रह्मासि । त्वं
 ज्ञानमयो विज्ञानमयोऽसि ॥ ४ ॥

तू वाणी, शब्द, आवाज यांनी ओतप्रोत भरलेला (आहेस).
 (तसेच) तू चैतन्याने ओतप्रोत भरलेला (आहेस). तू आनंदमय
 आणि ब्रह्ममय आहेस. दुसरे काहीही अस्तित्वात नसलेला तू सत्
 चित् आनंदमय आहेस. तू प्रत्यक्ष ब्रह्म आहेस. तू ज्ञानाने, विज्ञानाने
 परिपूर्ण आहेस.

सर्वं जगदिदं त्वत्तो जायते । सर्वं जगदिदं त्वत्तस्तिष्ठति ।
सर्वं जगदिदं त्वयि लयमेष्यति । सर्वं जगदिदं त्वयि प्रत्येति ।
त्वं भूमिरापोऽनलोनिलो नभः । त्वं चत्वारि वाक्पदानि ॥ ५ ॥

हे सर्वं जग तुझ्यापासून/तुझ्यामुळे निर्माण, उत्पन्न होते. हे सर्वं
जग तुझ्यामुळे स्थित/स्थिर होते/टिकून आहे. हे सर्वं जग तुझ्यात
विलीन होते/नाश पावते. हे सर्वं जग तुझ्याकडे जाते. (तुझ्यात
अनुभवाला येते). तू पृथ्वी, पाणी, अग्नी, वायु, आकाश (आहेस).
तू चार प्रकारच्या वाणींचे आश्रयस्थान आहेस.

त्वं गुणत्रयातीतः । त्वं देहत्रयातीतः । त्वं कालत्रयातीतः ।
त्वं अवस्थात्रयातीतः । त्वं मूलाधारस्थितोऽसि नित्यम् ।
त्वं शक्तित्रयात्मकः त्वां योगिनो ध्यायन्ति नित्यम् । त्वं
ब्रह्मा त्वं विष्णुस्त्वं रुद्रस्त्वमिन्द्रस्त्वमग्निस्त्वं वायुस्त्वं सूर्यस्त्वं
चंद्रमास्त्वं ब्रह्मभूर्भुवः स्वरोम् ॥ ६ ॥

तू तीनही गुणांच्या - सत्त्व, रज, तमस् - पलिकडे असलेला
(आहेस). तू तीनही - (स्थूल, सूक्ष्म, आनंदमय) - देहांच्या
पलिकडे असलेला (आहेस). तू तीनही काळांच्या (भूत,
वर्तमान, भविष्य) पलिकडे असलेला (आहेस). तू तीनही (बाल,
तरुण, वृद्ध) अवस्थांच्या पलिकडे असलेला (आहेस). तू सदैव,
नित्य मूलाधारामध्ये (चक्र) स्थिर आहेस. तू तीन शक्तींनी

(शरीर, मन, बुद्धी) युक्त (आहेस), (बनलेला आहेस). योगी, तुझे सदैव, नेहमी ध्यान (चिंतन, विचार) करतात. तू ब्रह्मा तू. विष्णु तू. रुद्र तू, इन्द्र तू, अग्नी तू. तूच वायू, सूर्य तूच, तूच चंद्र. तू ब्रह्म, पृथ्वी, अंतरिक्ष, स्वर, ॐकार (रूप आहेस).

गणादिं पूर्वमुच्चार्य । वर्णादिं तदनन्तरम् । अनुस्वारः परतरः ।
 अर्धेदुलसितम् । तारेण रुद्धम् । एतत्तव मनुस्वरूपम् । गकारः पूर्वरूपम्
 । अकारो मध्यमरूपम् । अनुस्वारश्चांत्यरूपम् । बिंदुरुत्तररूपम् ।
 नादः संधानम् । संहिता सन्धिः । सैषा गणेशविद्या । गणक ऋषिः ।
 निचृद्रायत्रीच्छंदः गणपतिर्देवता । ॐ गं गणपतये नमः ॥ ७ ॥

पहिला सुरुवातीचा गण पूर्वी, अगोदर उच्चारून. पहिला सुरुवातीचा वर्णमालेतील पहिला 'अ' त्यानंतर. पलिकडे, नंतर, सर्वात शेवटी अनुस्वार, बिंदू. चंद्रकोर शोभून दिसते. बिंदूने अडविलेले, मर्यादित केलेले. हे तुझे मनु (मानवाचा मूळ पुरुष) स्वरूप (आहे). 'ग' अक्षर मूळ आदिरूप आहे. 'अ' ह्या मध्यम रूपाचा. अखेरचे, शेवटचे हे अनुस्वाररूप आहे. अखेरनंतरचे बिंदू रूप. नाद हे संधान आहे - जोडणारा दुवा. संहिता (एकत्र उच्चार) सन्धि आहे. ही अशी गणांचा (जो) ईश्वर (त्याची) विद्या (आहे). (ह्या मंत्राचा) गणक नावाचे ऋषि. गायत्री हा छंद. गणपती ही देवता ॐ गं गणपतीला नमस्कार असो.

एकदंताय विद्महे वक्रतुंडाय धीमहि । तन्नो दन्ती प्रचोदयात् ॥ ८ ॥

एकदन्त, वक्रतुंड अशा गणपतीला मी नमस्कार करतो. तो दन्तयुक्त (गणेश) आम्हाला प्रेरणा देवो.

एकदन्तंचतुर्हस्तं पाशमंकुशधारिणम् । रदं च वरदं हस्तैर्बिभ्राणं
मूषकध्वजम् रक्तं लंबोदरं शूर्पकर्णकम् रक्तवाससम् ।
रक्तगंधानुलिप्ताङ्गं रक्तपुष्पैः सुपूजितम् भक्तानुकम्पिनं देवं
जगत्कारणमच्युतम् । आविर्भूतं च सृष्ट्यादौ । प्रकृतेः पुरुषात्
परम् । एवं ध्यायति यो नित्यं स योगी योगिनां वरः ॥ ९ ॥

एक दाताचा, चार हातांच्या (आणि) पाश, अंकुश धारण
करणाच्याला. मूषक हे चिन्ह असलेल्या, या चार गोष्टी चार हातांनी
धारण करणाच्याला. रक्त दिसणारा (रक्त वर्णाच्या), लंब (मोठे)
उदर (पोट) असलेल्या, सुपासारखे कान असलेला, लाल रंगाचे
वस्त्र धारण करणाऱ्या तांबड्या गंधाने माखलेल्या अंगाचा, रक्त
फुलांनी उत्तम पूजन केलेला. भक्ता (विषयी) करुणा, अनुकंपा
असलेल्या देवाला, जगाचे, विश्वाचे अढळ कारण, सृष्टीपूर्वी
अवतीर्ण झालेल्या प्रकृती आणि पुरुष यांच्या पलिकडचा/श्रेष्ठ/
आधीचा. याप्रमाणे जो सदैव, नेहमी ध्यान करेल तो योगी (सर्व)
योग्यांमध्ये श्रेष्ठ, योग्यांचा योगी (ठरेल).

नमो ब्रातपतये । नमो गणपतये । नमः प्रमथपतये । नमस्तेऽस्तु
लंबोदरायैकदंताय विघ्ननाशिने शिवसुताय श्रीवरदमूर्तये नमः ॥ १० ॥

ब्रात्यांच्या प्रमुखास नमस्कार असो, गणांच्या प्रमुखास नमस्कार
असो, प्रमथांच्या प्रमुखाला नमस्कार असो. लंब, मोठ्या
उदराच्या, पोटाच्या, एक दाताच्या (गणपतीस) नमस्कार असो.
विघ्नांचा, संकटांचा नाश करणाऱ्यास, शिवाच्या पुत्रास, वर देणाऱ्या
मूर्तीस नमस्कार असो.

॥ ॐ तत्सत् ॥



परिशिष्ट - १

“श्रीगणपतिअथर्वशीर्षरहस्यम्” मधील संस्कृत व्याकरण
(या पुस्तकातील व्याकरण - संज्ञा समजाऊन घेण्यासाठी संस्कृत शब्द-
धातु-रूपावलि: अभ्यासावी)

अव्यय	प्रत्यय
आज्ञार्थ	प्रथमपुरुष
इकारान्त	प्रथमा तृतीया चतुर्थी षष्ठ सप्तमी
उपपद तत्पुरुष समास.	बहुवचन
एकवचन	बहुव्रीहि समास
कर्मधारय समास	युष्मद् सर्वनाम
कर्मणि भूत कालवाचक	ल्यबन्त अव्यय
तत्पुरुष समास.	वर्तमानकाळ
द्वितीयगण, गण पाचवा	वर्णमालेतला पहिला वर्ण
धातु	विशेषण
धातुसाधित	विशेषनाम
नान्त	विभक्ती
परस्मैपद	सर्वनाम
लिंगदर्शक - पुल्लिंगी स्त्रीलिंगी	सान्त
नपुंसकलिंगी -	संख्यावाचक

“मैत्र जीवाचे”

श्री.प्रभाकर(उर्फ सुधीर) बाळकृष्ण करंबेळकर
डी-१९, स्वस्मनगरी, कोथरूढ, पुणे-४११०३८.
(भ्रमणभाष-९८९०६०७१३२)

स्वाध्याय

पृष्ठ क्र.

- १) उपरोक्त दोषांचे उपयुक्त गुणांमध्ये परिवर्तन कसे करता येईल, ते सोदाहरण लिहा. ५९
- २) तुमच्या शरीरात कोणकोणती पंचेंद्रिये-कर्मेंद्रिये, ज्ञानेंद्रिये आणि मनाचे किती प्रकार आहेत ते लिहा. ५९
- ३) सद्य काळात सुष्ट आणि दुष्ट विचार कोणते ते सोदाहरण लिहा. ६१
- ४) शरीररूपी वस्त्र जीर्ण न होण्यासाठी काय करावे? ६२
वरीलप्रमाणे निष्प्राण शरीराची विल्हेवाट कोणत्या धर्मपंथानुसार कशी केली जाते ते शोधा आणि त्याची कारणे लिहा. ६३
- ५) तुमच्या कोणत्याही कार्यात आलेल्या अडचणी कोणत्या होत्या आणि त्यावर तुम्ही कशी मात केलीत ते आठवून लिहा. ६४
- ६) समाजोपयोगी, देशोपयोगी किमान तीन कल्पना लिहून कळवा. ६५
- ७) तुमच्याकडे बलवान शरीर आणि अमाप संपत्ती असल्यास काय कराल, ते लिहा. ६६
- ८) सुष्ट मनाचे फायदे आणि दुष्ट मनाचे तोटे विशद करा. ६८

- ९) तुमच्यातील सुष्ट विचारांचे दुष्ट विचारात परिवर्तन का आणि कसे होते. त्यास कोण कारणीभूत असते. ते ओळखून लिहा. ६९
- १०) तुम्ही यापूर्वी स्वतःला कधी आनंदी, चैतन्यपूर्ण अनुभवले आहे का, असल्यास कशामुळे, नसल्यास का नाही, त्याची कारणे लिहा. ७१
- ११) तुमच्या हातून घडलेल्या एखाद्या नवनिर्मितीचे वर्णन लिहा. ७२
- १२) तुम्हाला किंवा तुमच्या माहितीतील कोणाला वाईट व्यसन आहे का व असल्यास ते कशामुळे सुरू झाले, याचा शोध घ्या आणि ते व्यसन कसे सोडवता येईल, ते ठरवा. ७४
- १३) तुमच्या जीवनाचे ध्येय काय, तुम्हाला या जीवनात काय साध्य करायचे आहे, ते लिहा. ७५
- १४) तुमच्या जगात कायकाय भरलेय आणि त्याची उपयुक्तता किती, याचा तौलनिक अभ्यास करा. ७६
- १५) तुमच्या हजरजबाबीपणाची एखादी घटना लिहा. ७७
- १६) कोणत्या घटना, संदर्भ तुम्ही परतपरत आठवत राहता आणि का आठवत राहता, यावर विचार करून लिहा. ७८
- १७) तुमच्या शरीरात वरील पाच तत्त्वे किती प्रमाणात असावीत, तसेच त्यांचे प्रमाण बिघडले तर कोणत्या व्याधी संभवतात, ते अभ्यासा व लिहा. ७९
- १८) दैवी वाणीवर आधारित कोणकोणते ग्रंथ सध्या उपलब्ध आहेत, त्याची यादी करा. ८१

- १९) वरीलपैकी कोणकोणते दोष तुमच्यामध्ये आहेत त्याची यादी करा. ते कसे काढून टाकता येतील, त्यावर विचार करून लिहा. ८३
- २०) तुम्हाला दुसऱ्यासाठी काहीतरी केल्यावर आनंद वाटला असे घडले असेल तर त्या घटनेचे वर्णन करा. ८४
- २१) पुनर्जन्म असो अथवा नसो तुम्ही कोणती सत्कर्म करण्याचे ठरविले आहे ते सांगा. ८५
- २२) पुनर्जन्मावर विश्वास असेल तर पुढचा कोणता जन्म घ्यायला तुम्हाला आवडेल, ते कारणासहित लिहा. ८६
- २३) कुंडलिनी जागृत झालेल्या महापुरुषांची चरित्रे अभ्यासा आणि योगाभ्यासास सुरुवात कशी करता येईल, यावर योग्य मार्गदर्शन मिळवा. ८७
- २४) तीनही शक्तींचा ज्हास होऊनये म्हणून सध्याच्या काळात चांगले विचार, कल्पना कोणत्या, त्या लिहा. ८८
- २५) शरीर निरोगी, मन ताब्यात आणि बुद्धी सदैव तल्लख ठेवण्यासाठी तुम्ही काय कराल? ८९
- २६) पाच वायु तुमच्या शरीरात कोठे आहेत आणि तेथे त्यांचे कोणते कार्य चालते, ते लिहा. ९१
- २७) वाकड्या मार्गाने चालणाऱ्या कोणाला तुम्ही अद्दल घडविली असेल तर त्या घटनेचे वर्णन करा. ९६

