संक्षिप्त भावार्थ_दासबोधामृत : अध्याय ७ : " नाम, रूप तथा अखण्ड ध्यान "

ॐ अथ श्रीसमर्थ_रामदास विरचित दासबोध ग्रन्थात् मथित "सन्क्षिप्त भावार्थ_दासबोधामृत"सारे

" नाम, रूप तथा अखण्ड ध्यान" नाम सप्तमोऽध्याय:

(मूळ दासबोध दशक १३ : " नाम, रूप ")

ॐ श्री गणेशाय नम: |
श्रीराम जय राम जय जय राम | जय जय रघुवीर समर्थ !
या नाम_रूप नाम तेराव्या दशकी | आत्मा_अनात्मा व सार_असार | नाना_प्रलय, बोध, प्रत्यय व शिकवण | मुख्यत: याच विषयांची चर्चा **(७.१)**
प्रत्येक सजीवाच्या अस्तित्वी | '**व्यक्तिमत्वा**'ची जी येते प्रचीती | त्यांत '**अनात्मा**' तद्देह_स्वरूपी | त्यावीण 'आत्मा' अकर्तुत्ववान **(७.२)**
'**आत्मा**' स्व_ईच्छेनुसार देहाकडून | कार्ये करवुनी, भोगे सुख दु:ख | देह_गृही निवसे जन्मापासून सतत | आत्म्याविना देह मृत्यु पावे **(७.३)**
देहातच राहणारा '**परमात्मा**' | देह संगोपनाची कार्ये नाना | करवितो जोवर त्या देहात आत्मा | निवसोनि भोगतो सुख_दु:खादिक (७.४)
ज्या क्षणी आत्म्याने देह त्यागिला | त्या क्षणीच परमात्म्याने त्या देहाला | कुजवून नाश करण्याचा प्रारम्भ केला | परमात्मा सातत्ये निवसे सर्वत्र (७.५)
हेच **आत्मा_अनात्मा व परमात्मा** यांच्या | अस्तित्व व कार्याञ्चे रहस्य '**सार**' जाणा | इतर **असार** ज्ञानाचाही अफाट पसारा | समजेल तेवढा तरी समजून घ्यावा (७.६)

हर सजीवास 'मृत्यू' हाच अन्तिम **ब्रह्म_प्रलय** | तर 'निद्रा' वा सुषुप्ती हे "**नित्य_प्रलय**" | डुलकी, विश्रान्ती हे '**नैमित्तिक प्रलय**' | बेशुद्ध अवस्था हा **प्रलय** '**मायावी**' (७.७)

असेच विविध प्रलयांचे प्रकार | विश्वातिल प्रत्येक वस्तुमात्रास | सूर्य, चन्द्र, तारका, आकाशगंगासह | अणु, रेणू, परमाणूस घडत असतात (७.८)

पृथ्वीवर होणारे **सांवत्सरिक प्रलय** | नद्यांचे महापूर वा उल्कापात | चक्रीय वादळे, विजांचा वर्षाव | हे ऋतु_चक्रानुसार घडती दर वर्षी (७.९)

ज्वालामुखी, भूकम्प इत्यादिक काही | '**आकस्मिक प्रलय**' सम घटनाही घडती | त्यान्ना मुळिच सुर, ताल_बद्धता नाही | त्यांचे घडणे निश्चित पण अनिश्चित मार्गे (७.१०)

निश्चित व काहीशा सुरातही घडणारे | प्रलय युगान्त, कल्पान्त इत्यादिक नावांचे | वैदिक ज्योतिष शास्त्रा प्रमाणे ते | ब्रह्माण्डी प्रमुख पाच ऐसे जाणा (७.११)

कृत, त्रेता, द्वापर व कली | ऐशी काल गणनेची युगे चार कल्पिली | त्यांच्या प्रत्येक आवर्तनासी | एक चतुर्युगी वा 'महायुग' मानिलेसे (७.१२)

पृथ्वीच्या सूर्याच्या एका प्रदक्षिणेचा | समय एक 'संवत्सर' '**प्रमाण**' मानिला | ऐशा चार लक्ष बत्तीस हजारान्ना | एका कलियुगाचे 'प्रमाण' झाले (७.१३)

द्वापर युग काल, कलियुगाच्या दुप्पट | त्रेता_युग कालावधी, कलियुगाच्या तिप्पट | कृत_युग कालावधी कलियुगाच्या चौपट | म्हणुनि प्रत्येक महायुग, दसपट कलियुगाच्या (७.१४)

ऐशीया एक हजार महायुगांच्या | कालावधीला एक '**कल्प**' मानिला | ऐशिया दोन कल्प समयावधीचा | कालावधी मानिला एक **ब्रह्म_दिवस** (७.१५)

प्रत्येक 'कृत' आदिक युगाच्या अन्ती | तसेच प्रत्येक 'महायुगा'चे अन्ती | '**युगान्त_प्रलय**' घडोनिया नवी नवी | सृष्टी सृजन घटना होत जाते (७.१६)

प्रत्येक कल्पाचे अन्ती **कल्पान्त_प्रलय** | छत्तीस हजार कल्पांचे अन्ती **ब्रह्माण्ड_प्रलय** | ऐसे प्रमुख प्रलयांचे प्रकार | वर्णिले वैदिक ज्योतिष शास्त्री (७.१७)

युगान्त, महायुगान्त, मन्वन्तरान्त | कल्पान्त, ब्रह्माण्डान्त ऐसे पञ्च | **पञ्च_प्रलय** सुप्रसिद्ध | वैश्विक कालचक्रात अनन्त होतच राहती (७.१८)

अवकाशाची व्याप्तीही अनन्त | त्यात नान्दणारी ब्रह्माण्डेही अनन्त | कालचक्राची परिभ्रमणे ही अनन्त | भूतकाळी झाली, होतीलही भविष्यी (७.१९)

जेंव्हा जेथे निश्चल परब्रह्माचे मानसी | '**संकल्प**' नाम '**चांचल्य**' प्रगटते त्या क्षणी | तेथेच एक **प्रचण्ड** '**विस्फोट**' होउनी | एक 'ब्रह्माण्ड' सृजित होते (७.२०)

प्रत्येक ब्रह्माण्डात अनन्त | 'गह्_लक्ष्य' आकाशगंगांचे वास्तव्य | त्यांत अब्जावधी तारकांचे समूह | सूर्यासमान 'मण्डले' प्रत्येकाची (७.२१)

अशाच कुणा कुणा तारका मंडळात | एखादाच विरळा वैशिष्ट्यपूर्ण ग्रह | पृथ्वी' प्रमाणे जेथील वातावरण अनुकूल | वसते "सजीव_सृष्टी” क्वचित् काल तेथे (७.२२)

ग्रहा सभोवतीच्या, वायूमण्डळात | तापमान दाब, ता-यांचा प्रकाश | प्राणवायू प्रमाण, जल, कार्बन आदिक | खनिज अस्तित्व ठाकठीक (७.२३)

ऐशा ग्रहावर काही काही वेळी | होतसे उभारणी सजीव सृष्टीची | काही अब्ज वा कोटी वर्षा पुरती | मर्यादित कालानन्तरी प्रलयी नष्ट गुप्त (७.२४)

लता, वृक्ष व गवत आदिक | नदी सरोवराकाठी उपजती प्रथम | त्यांची पाने, फुले, फळे, आदिकरुन | 'खाद्यान्न' पुरवठा पशु पक्षी कीटकान्ना (७.२५)

ऐशी आधारुनी एकमेकावरी | उभारणी रचली "सजीव_सृष्टीची” | जी स्वत:च स्वत:च्या वंशजांची | पुनरोत्पत्ती करु शके पिढ्या दर पिढ्या (७.२६)

नर_मादी संभोगे पुनरोत्पादक | प्राण्यांच्या वर्गात 'मानव' ही एक | त्याच्या उत्पत्ती_प्रलयाचे एक | उदाहरण येथे पाहूया (७.२७)

काळी, गोरी, पिवळी, ताम्बडी | ऐशी 'नर_मादी'ञ्ची जोडपी चार तरी | ब्रह्मदेवाने प्रथम निर्माण केली | या पृथ्वीवरी कोणे काळी (७.२८)

य़ा जोडप्यांच्या वंशावळीतील | जोडपे होते कोणी एक | एकमेकावरी प्रीती करीत | नान्दले सुखात अनेक वर्षे (७.२९)

त्यान्ना जाहली कन्या, पुत्रादिक सन्तती | त्यान्नी उपजविली पुढची पिढी | अशाप्रकारे पिढी दर पिढी | संख्या वाढतच गेली त्याञ्ची (७.३०)

संख्या थोडीशीच होती तं्व्हा | होती भाऊ बहिणीत आदर व सख्यता | परन्तू पुढती संख्या बहु वाढता | उपजली भाऊबंदकी भाण्डणे तण्टे (७.३१)

क्रोध, मत्सर, चीड, सूड व हिंसा | ऐशा आसुरी भावना मनी फोफावल्या | यादवी माजून प्रलयच ओढवला | नष्टप्राय जाहले अवघे

कुटुम्ब (७.३२)
कालबद्ध सुरातील **नैसर्गिक_प्रलय** | अकालीच घडणारे **अ_नैसर्गिक**_प्रलय | पुन: पुन: सृजन, प्रलयांचा हा खेळ | त्यामधील कालावधीत '**स्थिती**' नान्दे (७.३३)
आपापुल्या मानवी आयुष्य काळात | जो जो घडे '**सृष्टी_स्थिती_प्रलय**' खेळ | सावधानतेने घेतल्यास **प्रेक्षक_सम** अनुभव | प्रत्ययास येईच प्रत्येकालाही (७.३४)
परन्तू हा खेळ ज्याने माण्डला | तो परमात्मा जरी न येई प्रत्यया | त्याच्या अस्तित्वाचा तात्विक पुरावा | '**बुद्धीग्राह्य_प्रत्यय**' स्मरावा सदैव (७.३५)
मुख्य_देव म्हणुनि त्याच परमेश्वराची | स्व_हृदय मन्दिरात ज्यान्नी प्रतिष्ठापना केली | त्यांच्या सद्बुद्धीला तो सर्व व्यापी | अनन्त अन्तरीक्षातही **नित्य_व्यक्त** राहतो (७.३६)
अन्य जनही भजती ज्या ज्या देवतान्ना | पाण्डुरंग, शिव, कृष्ण, बुद्धादिकान्ना | त्या त्या स्वरूपान्नी त्या सर्व भक्तान्ना | पावतच राहतो तोच तो एकच (७.३७)
मता मतांतरांचा बहुत हा गलबला | मानवी बुद्धिमन्तान्नी खेळ हा माण्डिला | पण 'कारण' होतोय तो व्यर्थ भाण्डणान्ना | स्वबुद्धीने निवडावा प्रत्येक साधकाने (७.३८)
आपापुल्या बुद्धी व कुवती प्रमाणे | आपापुल्या स्वभाव, स्थल_कालानुरूपतेने | निवडायला हवी दैवते प्रत्येकाने | तरीच स्व_ध्येय साध्य होईल त्यासी (७.३९)
कुणी एक कलकत्याहुन गेला जसा दिल्लीला | तोच राजमार्ग होइल कलकत्ताकरान्ना | परन्तू तोच मार्ग मुम्बई_चेन्नई_करान्ना | निरुपयोगी हा विवेक राखलाच पाहिजे (७.४०)
कुणाचे स्वत:चेच 'हेलिकौप्ट'र' आहे | तरीही मनी दिण्डीतून पायीच चालायचे | भजन_संकीर्तन सत्संग बहु आवडे | तरी त्यान्नी करावे मनाजोगे अवश्य (७.४१)

जन्मापासून मरणा पर्यन्त | स्वदेह, वय, आरोग्य आदिकानुकूल | अन्न, वस्त्र, निवारा घेतात निवडून | तैसाच निवडावा आध्यात्मिक मार्गही (७.४२)
कोणी स्वप्नातच जरी केले 'भोजन' | तरी त्याने न घडेल देह संवर्धन | तैसेच जाणिजे निव्वळ '**तात्विक_ज्ञान**' | कर्म_मार्गाची जोडही आवश्यक आहे (७.४३)
म्हणोनिया सातत्ये भजन, पूजन | व्रत, उपोषणे, दानधर्मादिक | वाचेने अखण्ड नाम मन्त्र जप | योगाभ्यास साधके केलाच पाहिजे (७.४४)
स्व_मानसी सदैव '**समाधानी_वृत्ती**' | परि जनात वाढविण्यास '**आस्तिक_प्रवृत्ती**' | अनुरूप कार्यक्रम राखुनि आत्मस्थिती | साधती ते साधू धन्य धन्य (७.४५)
कटु औषधीही मधांत मिसळुनी | देता रोगी खाती ती आनन्दे चाटुनी | सुखे निरोगी होती, हे जाणुनी | '**वचन_माधुर्य**' विवेक पाळिती साधु सिद्ध जन (७.४६)
श्रोत्यांचे मनोगत राखोनिया | ज्ञानाचे अमृत पाजवावया | वाचेतिल 'माधुर्य' राखोनिया | वदती चातुर्ये ते साधु जन धन्य (७.४७)

(मूळ दासबोध दशक १४ : "अखण्ड ध्यान"

चौदाव्या दशकास नाम "**अखण्ड_ध्यान**" | प्रमुख चर्चित विषय निस्पृहता, भिक्षाटन | कवित्व, कीर्तन, हरिकथा चातुर्य | युगधर्म लक्षणे आणि ध्यान शाश्वताचे (७.४८)
धारिष्ट्य कधीही चळू देऊ नये | चळलेच तरी चळलेले दिसू देऊ नये | प्रसंगी भिक्षा मागण्यासही लाजू नये | न मागावे कधीही अधिक गरजेहुनी (७.४९)
'विरक्ती'ची भावना गळू देऊ नये | ज्ञानावर मालिन्य साठू देऊ नये | मलिन अन्न वा जल सेवन करू नये | झुरो नये न मिळता 'काम्य' कोणतेही (७.५०)
कुलाचा_नेमधर्म मोडू नये | कठिण बोचरे बोलू नये | **अनुमानासच निश्चितार्थ** मानू नये | अन्ध विश्वास कुणावरही न ठेवावा (७.५१)
अति सशयीही असू नये | वडिलधारे व सन्त_सज्ञन मत निर्लक्षू नये | सत्कार्यी निरपेक्षता साण्डू नये | साण्डावा कर्मठ अनाचार (७.५२)
उदण्ड करावे पुण्य_क्षेत्र तीर्थाटन | भगवन्ताचे करावे गुणगान कीर्तन | अल्प_सन्तोषी राखावे मन | भिक्षाटनादिकी व अन्य पुण्यकर्मीही (७.५३)

अशा प्रकारे काय काय करावे | अथवा काय काय कधीही करू नये | हे स्मरूनच सदैव वागणे | हीच सत् निस्पृहता पाळावी (७.५४)
जे जे विचार मनी येत गेले | ते ते छन्दात गुन्फून खरडिले | कामिक, शृङ्गारिक, उच्छृङ्खल वर्णने | हे सर्व मानावे फक्त '**धीटपाठ**' (७.५५)
'**कवित्व**' असावे रम्य रसाळ | अल्प सोप्या शब्दात सुज्ञान अगाढ | अज्ञ वाचकासही दुर्लभ ज्ञान | सुलभपणे समजेल अशा शब्दात (७.५६)
गूढ सिद्धान्तही शक्य तेवढ्या | सोप्या अशा शब्दांत व्यक्त व्हावया | उदाहरणे देऊनि करावी चर्चा | कवीने '**काव्य**' रचनेत (७.५७)
नाना मतांचे व विचारांचे विवरण | नाना तात्विक चर्चाञ्चे मंडन | नाना कुतर्क वादांचे खण्डन | तेच पद्य '**कवित्व**' जाणावे (७.५८)
जेणे सद्बुद्धी सुविचार जागती | अविवेकी अविचारी आशंका निरसती | अज्ञान, नैराश्य, आलस्य नासती | त्या काव्यांत कवित्व जाणिजे (७.५९)
कीर्तनी लावू नये टम् टम टम | नको अति "जी जी जी जी"तच गुंजण | करावे नेमक्या मोजक्या वाक्यातुन | हरिकथा श्रवण श्रोते_सज्जनान्ना (७.६०)
सुलभ शब्दांचाही करू नका गुन्ता | शाब्दिक जंजाळातुनी बुद्धी भ्रमवू नका | हरिकथेचे 'तात्विक लक्ष्य' लपवू नका | सगुण_प्रकृति निर्गुण_ब्रह्म सदा स्मरा (७.६१)
देही रूप लावण्य सहज जन्म जात | बुद्धी_शक्ति, चातुर्य हीही जन्मजातच | शिक्षण, अभ्यासाने न वाढती, न घटत | फक्त धार चढते या कार्यक्रमान्नी (७.६२)
आलस्य, दारिद्र्यादिके कार्यभाग नासती | उत्साह. वैभवादिके कार्य_व्याप वाढती | मैत्री, नेतृत्वादिके सम्पादिता येती | मोठ्ठी सामाजिक, सामूहिक कार्ये (७.६३)
चारही आश्रमामध्ये सर्वश्रेष्ठ | '**गृहस्थाश्रम**' वर्णिलासे सर्वोत्तम वरिष्ठ | जो देतो आश्रय इतर तीघास | चालवितो मानव वंशास पुढती (७.६४)
'**वर्णानाम् ब्राह्मणो गुरुः**' | ऐसे वचन शास्त्रीचे प्रसिद्ध | परि जन्मजात शिशू ब्राह्मणाचेही शुद्र | याही वचनाचा ब्राह्मणास विसर का पडला ? (७.६५)
'गुरु'पण भूषविण्यास अधिकार व योग्यता | मिळवण्यासाठी प्रयत्न मोठ्ठा हवा | जो जो तत्वज्ञान व शास्त्र_वेत्ता | तोचि ही मान्यता पावण्या योग्य (७.६६)
शम, दम, तप, शुचित्व, आस्तिक्य व क्षान्ति | विनय, आर्जव, चातुर्य, निरुपद्रवी वृत्ती | प्रचण्ड स्मृति सामर्थ्यासह तल्लख बुद्धी | ज्ञान_विज्ञानी आसक्ती, कुतुहल व जिज्ञासा (७.६७)
या सद्गुणाविना जन्म ब्रह्मकुळीचा व्यर्थ | निष्कारणच दुरभिमान मिरवणे, हे मौर्ख्य | अशान्नीच छळले हो ज्ञानदेवादिक | विरोधही केला शिवराज्याभिषेकाला (७.६८)
मिथ्याभिमानी कुतर्कवादी | स्वधर्महित वंचक, स्वार्थी, दुराग्रही | 'कलियुग_धर्म' प्रमाणुनि या मूर्ख भाटान्नी | दुष्ट म्लेञ्छ राजांना मात्र, दिधली साथ मान्यता (७.६९)
सर्वच धर्मांचे धर्म_गुरु सर्वही | स्वधर्मीयांची जन_संख्या वाढवू पाहती | परन्तू ब्राह्मणांची पहा किती अधोगती | '**बाटला**' आक्रोश करुनि घटविती जनसंख्येला (७.७०)
ब्राह्मणांवर झालेल्या या 'कलि' प्रभावे | वैदिक धर्मीयांचे संख्याबल घटले | मनोबलहि खचले व दैवीबल रुसले | '**कुर्वन्तो_विश्वम्_आर्यम्**' या घोषणेच्या विरुद्ध (७.७१)
नाट्य-गृहांत रंगमंचावरी | देखावा मांडलेला दिसतो जैशापरी | तसाच हा विश्वाचा देखावा मांडुनी | जणू स्वमनोरंजनी रमला परमेश्वर (७.७२)
ही माया हे ब्रह्माचे 'सगुण' स्वरूप | त्यातुन अन्तर्बाह्य वसे तो 'निर्गुण' अव्यक्त | या ज्ञानाची स्मृती राहो मनी शाश्वत | हीच "आत्म_निवेदन" भक्तीची रीती (७.७३)

इति श्रीसमर्थ_रामदास विरचित दासबोध ग्रन्थात् मथित "सन्क्षिप्त भावार्थ_दासबोधामृत"सारे

" नाम, रूप तथा अखण्ड ध्यान" नाम सप्तमोऽध्यायः

ॐ तत्सत् ब्रह्मार्पणमस्तु | जय जय रघुवीर समर्थ !