

# सोऽहं ध्यान तरंग



- सद्गुरु प्रभ् -



संपादन

गु. फ. आजगांवकर

## मी निमित्त मात्र -

‘सोऽहं भाव तरंग’ हे छोटेखानी पुस्तक मुंबईन गोव्याच्या प्रवासास निघालो असतां वाटेंत सावंतवाडी मुक्कामी प्रकाशित करौत आहे.

या तरंगाची व माझी भेट प्रवासांत झाली. अध्यात्म मार्गविर प्रवास करणारे जे असंख्य यात्रेकरू आहेत त्यांना हे तरंग तृष्णार्ताची तहान भागविणारे ठरतील. प्रबोधन रिसर्च अंसोसिएट्स मुंबई या संस्थेतर्फे हे ‘तरंग’ प्रकाशित करतांना मनाला एक आगळाच आनंद लाभत आहे. ‘सोऽहं भाव तरंग’ हे परमेश्वराचे शुद्ध स्वरूप आहे. विचारवंतांना व ज्ञानेच्छांना यापेक्षां अधिक तें काय हवें ?

सद्गुरुभ्रमी व भक्तजनांचा दासानुदास  
— गुं. फ. आजगांवकर

— सद्गुरु प्रभु विरचित

संपादक व प्रकाशक :— गुं. फ. आजगांवकर

मुद्रक :— अरुण द. ढेकणे

अरुण प्रिंटिंग प्रेस

जी. ६०२, उभावाजार, सावंतवाडी

किंमत २ रुपये

---

प्रकाशक :— प्रबोधन रिसर्च अंसोसिएट्स

१७ के. जी. वी निवास, गिरगांव - मुंबई ४

### आत्मब्रह्म

पादुका दर्शन, होय कृष्णे काठीं  
दत्तभेटीसाठी जाणे झाले ॥

भालचंद्र योगी आशौर्वाद देती;  
सवे ते फिरती तृप्त झालो ॥

पूण्य पतनीं जाता योगी गुळवणी,  
स्वाक्षरी करूनी प्रतिमा देती ॥

स्वरुपानंद स्वामी, पावस मुक्कामी  
सोहम् भाव, मनीं देते झाले ॥

दाभोली मठाचे स्वामी रामानंद,  
नारायण छंद तो श्रीराम ॥

निसर्ग दत्तांची भेट माझी झाली  
'मी आहें' भावली जप्ती एक  
मुंबापुरीमध्ये कृष्णमूर्ति भेट  
साक्षीत्वाची थेट उर्मी आली ॥

सोऽहं गुरु आत्मा, राम गुरु आत्मा  
दत्तगुरु आत्मा आत्म ब्रह्म ।

— सद्गुरु प्रभू

---

## चिदानंद – आनंद

मी भावतों लाट येते नि जाते  
 मी पाहतों रात्र येते नि जाते  
 मी पाहतों दिन येतो नि जातो  
 सर्वत्र मी सूर्य दिनरात उरतों (१)  
 मी पाहतों भोग येती नि जाती  
 मी पाहतों रोग रोगेच मरती  
 मी राहतों सर्व येती नि जाती  
 'मी - तो' असा भाव मत् नित्य चित्ती (२)  
 स्वात्म प्रकाशीं मी नित्य आहें  
 ना जन्म ना मृत्यु पदीं ब्रह्म राहें  
 ना नाम ना रूप नाकार मातें  
 चिदानंद आनंद हें सार उरतें (३)

## सोऽहं पंढरपूर

जरी दिसतों व्यवहारीं  
 परी वसतों पंढरपुरीं  
 हें सोऽहं पंढरपूर  
 होई विठूचा गजर  
 आम्ही दिसतो जरी कर्मठ  
 असूं मूर्तिमंत वैकुंठ  
 शिव शक्ती आम्ही असूं  
 सोऽहं भावें अंतरी वसूं

## नित्य मी तेथे असें

नित्य मी तेथे असें  
 जेर्थे मन उन्मन होतसे  
 नित्य मी तेथे वसे  
 जेर्थे जप अजपा होतसे  
 नित्य मी तेथे असें  
 जेर्थे समाधान वसतसे  
 नित्य मी तेथे वसे  
 जेर्थे सोऽहं भाव असे  
 नित्य मी तेथे असे  
 जेर्थे मी असुनी मी नसे

## नित त्याला तूं स्मर

तुझा तूची ईश्वर  
 मनुजा तुझ्यांत परमेश्वर  
 सोऽहं भावें जागृत त्याचा  
 निदिध्यास तूं धर  
 त्रिपुटीचा लय सहज साधुनि  
 दुःख ताप तूं हर  
 जाणीव स्पंदन सुक्ष्म करूनी  
 नील ज्योति दिप भव  
 चिदानंद आनंद तुझें रूप  
 नीत त्याला तूं स्मर

## सतरावीच्या पैलतडी

राम असें मी कृष्ण असें  
 मी शिव असें मी विष्णु असे  
 परि जन्म नसे मज मृत्यु नसे  
 अन् कालातित मी काल नसे  
 आनंदाचा कंद असें मी  
 चिदानंद मम स्वरूप असे  
 महावीर अन् बुद्ध असोनी  
 निराकार साकार असें  
 चिदाकाशीं मी राहतसे  
 चित् शक्ती मी बोलतसे  
 सतरावीच्या पैलतडी मी  
 ज्योतीर्मय निल स्वरूप असे

## स्व स्वरूप सुख

स्व स्वरूप सुख  
 असे हो हितकारी  
 आहे अभ्यंतरी  
 पहा तुम्हीं ।  
 आत्मज्ञान आहे  
 पुरुषार्थ साधन  
 मोक्षाचें साधन  
 तेंच होय ।

पुत्र दारा धन

इष्ट मित्र सोहिरे  
नागविती सारे  
परमार्थ ।

उसने आणिलेले

सुख अनुभव  
अंतीं जाती सर्व  
परागंदा ।

सोऽहं भाव मनीं

नित्य ठेवा ध्यानीं  
मुक्ती मिळेल झणी  
क्षणाधीत ।

## आत्मयोग

मी आहें आनंद शांती

मी आहें प्रकाश दिस्ती

मी आहें निराकार स्फूर्ति

ब्रह्म चैतन्य मी असें ।

प्रेरणा घेऊनि त्रिश्वें अनंत

सुर्यादि तारे ज्ञात अज्ञात

गोलाकारें फिरती फिरवित

अन्य गोलादिकां ।

ऐशा एका गोलावर  
 मनुजा तूं एक पामर  
 अन्य प्राण्यादिकांबरोबर  
 प्रपञ्च व्यवहार करतोसी ।

तुझ्यामध्ये आहे प्रकाश  
 तोच असे माझा अंश  
 त्यास म्हणती आत्मप्रकाश  
 मन, बुद्धि, जीव, वेगळा ।

आत्मप्रकाश स्पंदनांतून  
 मन बुद्धि जीव रसायन  
 मिळवी प्रतिविबात्मक चैतन्य  
 आणि विसरे आत्मस्वरूपा ।

नास्मरण व्हावें कामांत  
 सोऽहं भाव असावा संतत  
 आत्मयोग आपैपें साधत  
 सद्गुरुचें वचन असें ।

---

### अद्वैत मौन

जें दिसतें तें नासतें  
 जें न दिसे तें उरतें  
 नामस्मरणे पाहवें तें  
 पश्यंतीनें ।

तें पाहोनीं प्रवासा निघावें  
 सहज पंथासी निवडावें  
 निवडणे राहोनीआपैपे घडावें  
 उधर्व जाणे ।

मार्गीं सुगंध अनाहत नादें  
 न थांबतां धरावें मागतिं  
 सततानुसंधाने अद्वैतातें  
 भेटी होय ।

या भेटींत द्वैत नुरतें  
 सतरावीचें अमृत उरतें  
 तें प्राशोनी अनुभवा येतें  
 अद्वैत मौन ।

नामाचें हें महात्म्य असे  
 सोऽहं भावें तें जपणे असे  
 अभ्यासें अनुभवा येतसे  
 शांतीब्रह्म ।

---

### आम्हीं अनंत अनंत

आम्हीं अनंत अनंत  
 आम्हां नाहीं कसली खंत  
 जी दिसते शरीर उपाधी  
 त्यजिली ती समजुनि व्याधी ।

मन बुद्धि ज्ञानेंद्रियें  
प्रकृतींसह भ्रमति स्वयें  
हा खेळ पाहतौ संत  
आम्हां नाहीं कसली खंत ।

---

### नित्याचाहि नित्य

नित्याचाहि नित्य – नित्य सर्वानंद  
नित्य प्रेमानंद – निर्विकार ।  
विशुद्ध ज्ञानरूप – अनाद्य अनंत  
कार्यकारणातीत सर्व साक्षी ।  
अजर, अमर, अभय अक्षर  
नित्य ज्ञानात्मक – अविनाशी ।  
आनंदात्मक नीत्य – नित्य निरवयव ।  
शक्ती प्रकाशक – सर्व व्यापी ।  
ऐसा तो प्रकाश – सबाह्य अभ्यंतरी  
सोऽहं भाव धरौ – आत्मानंदे ।

---

## आत्मानंद

आनंदाचें विश्व असे  
 आनंदीं आनंद वसे  
 विषयानंदा स्थान नसे  
 आत्मानंदीं विश्व दिसे ।  
  
 नाद फिरवितो तान्यांना  
 नाद फिरवितो सकलांना  
 सोऽहं नादें मी भ्रमतों  
 विश्वानंदीं मौ डुलतों ।  
  
 अनंत युगें मी आहें  
 माझ्या अंतरीं युग राहे  
 अनंत विश्वें भरलेला  
 आत्मानंदें उरलेला ।  
  
 मी आहें आत्मानंद  
 मी आहे ब्रह्मानंद  
 ‘मी आहें’ जाणीव राहे  
 परमात्मा जाणीवीं वाहे ।

---

## द्वैत लोपे

तूं अससी चैतन्यरूप  
 तूं अससी ज्ञानस्वरूप  
 तूं अससी अद्वैत व्यापक  
 नित्य निरंतर ।

तूं अससी असंग अकर्ता  
 तूं अससी निराकार अभोक्ता  
 तूं अससी मुक्त द्रष्टा  
 विशुद्ध बोध अससी तूं ।

तूं अससी साक्षी रूप  
 तैसाची तूं प्रकाशस्वरूप  
 ज्ञान सागर आनंद अमाप  
 परब्रह्म जगत्गुरु ।

आत्मबोधा निजानंदा  
 बोध भानु निजबोधा  
 विश्वभरु सच्चिदानंदा  
 आत्मारामा ।

परात्परा सर्वेश्वरा  
 स्वनिर्भरा महेश्वरा  
 तटस्थ कुटस्थ आत्मेश्वरा  
 चिदानंदा निरंजना ।

मी तूं वेगळे ही माया  
 मी नव्हे माझी काया  
 मी नव्हे माझी छाया  
 प्रकाशकिरण मी असें ।  
 तुझें माझें अस्तीत्व एक  
 द्वैत लोपे होतें क्षणिक  
 आनंदोर्मी उसळती कैक  
 पावती चिदाकाशा ।

---

### स्वयंभू दीप

प्रेमांत आहे आत्मज्ञान  
 प्रेमांत आहे आत्मदर्शन  
 प्रेमांत आहे अधिष्ठान  
 भगवंताचें ।  
 प्रेम करावें वृक्षवेलींवर  
 प्रेम असावें पशु पक्ष्यांवर  
 प्रेमें पहावा विश्वव्यवहार  
 विश्वात्म्याचा ।  
 विश्वप्रेम असे भक्ती  
 भक्ती प्रेम बने शक्ती  
 शक्ती पैल विनावाती  
 स्वयंभू दीप ।

---

## सगुण निर्गूण होई जेथे

धरा उद्योगाची कास  
 टाळा विनाशाचा त्रास  
 स्मरा राम त्या उद्योगी  
 सदाचार व्हाया वेगीं ।

राम देई तुम्हां काम  
 काम होई राम नाम  
 कामाविना राम जपती  
 न्यून रामा ते आणती ।

राम माझा आत्माराम  
 राम माझा दत्तनिधान  
 राम माझें सारासार  
 राम आहे ब्रह्मविचार ।

करूं नका गोळा लोक  
 व्हाल अंतीं तुम्हां शोक  
 होई परमार्थाचा धंदा  
 पडूं नका असल्या फंदा ।

नामस्मरणे आत्मज्ञान  
 आत्मज्ञानीं समाधान  
 शांती आहे निश्चित तेथे  
 सगुण निर्गूण होई जेथे ।

## रात होई दिन

सोऽहं प्रकाशांत  
गातों दिनरात  
रामकृष्ण गीत  
मनोभावें ।

रात होई दिन  
भूमी भासमान  
सोऽहं भावे मन  
मनातीत ।

माझ्याविना कांहीं  
अन्य दुजें नाहीं  
द्वैत नुरे देहीं  
चिदानंद ।

## ॐ पुरुषोत्तम

कांही होण्यासाठी  
धडपड चाले  
कोणीतरी बोले  
ती निर्मिती ।

नियती ती निर्मी  
दुसरा तो बोले  
स्वभावें तें चाले  
तिसरा म्हणे ।

अंतीं सत्य एक  
दुजें काही नाहीं  
दिसते जें काहीं  
प्रकृती सारी ।

प्रकृतींत आहे  
क्षरांगें पुरुष  
अक्षरांगें ईश  
सुक्षमाकाशीं ।

भूत भविष्याक्षीं  
योग तो नसावा  
'मी आहें' शीं असावा  
आत्मयोग ।

परात्पर पुढे  
ॐ पुरुषोत्तम  
परब्रह्म वर्म  
तेथे आहें

---

## - आमची प्रकाशने -

- \* -

- १) वेदांत धर्म अँण्ड सायन्स ( इंग्रजी )
  - २) भारतांतील शास्त्रांचा उद्गम आणि विकास  
ले. डॉ. पंढरीनाथ प्रभू ( कि. ५० रु. सेट ) ( मराठी )
  - ३) गंधर्बकालीन नटवर्य माधवराव वालावलकर  
संपादक :— गु. फ. आजगांवकर कि. रु. २५  
आगामी
- १) कृपेची साऊली माऊली माझी  
ले. स. फ. आजगांवकर कि. १० रु.
  - २) ओवी नामामृत सार  
— सद्गुरु प्रभु —

---

प्रकाशक :— प्रबोधन रिसर्च असोसिएट्स १७  
१७ के. जी. वी निवास, गिरगांव - मुंबई ४

## - गु. फ. आजगांवकर यांचे वाडमय -

- \* -

- १) आजगांव दर्शन
- २) वालावल दर्शन, 'कुडाळदेशकर' खंड १ ते ३
- ३) मेनापती भोसले
- ४) कोकण रेलवेकर्ते - अ. ब. वालावलकर
- ५) प्राचीन मराठी संतकवि खंड २ रा
- ६) प्राचीन मराठी संतकवि खंड ३ रा
- ७) प्रसिद्ध पुरुषांच्या अप्रसिद्ध गोष्टी } ज. र. आजगांवकर यांचे  
८) स्वरभूषण वसंत देसाई } वाडमय (संपादन)
- ९) मठवर्य माधवराव वालावलकर (संपादन)
- १०) डी. जी. तेंडुलकर (संपादन)
- ११) रा. ब. अनंत शिवाजी देसाई टोपीवाले (संपादन)
- १२) गु. फ. आजगांवकर गौरव ग्रंथ (ले. दि. ग. नाईक)
- १३) स्वानंद लहरी (चिदानंद स्वामी) संपादन

१७ के. बी. निवास, गिरगांव मुंबई नं. ४