श्रीरामरक्षास्तोत्र आणि मारुतिस्तोत्र

(अर्थासह)

मनोगत

आपल्याकडे घरोघरी सायंकाळी देवापुढे दिवा लावल्यानंतर 'शुभं करोति'सह श्रीरामरक्षास्तोत्र आणि श्री मारुतिस्तोत्र म्हणण्याचा परिपाठ आहे. या लघुग्रंथात ही दोन्ही स्तोत्रे अर्थासह दिली आहेत; तसेच महत्त्वाचे काही अध्यात्मशास्त्रीय सिद्धान्तही दिले आहेत. यातील पारिभाषिक शब्दांचे आणि या देवतांविषयी अध्यात्मशास्त्रीय दृष्टीकोनातून लिहिलेले सविस्तर विवेचन सनातनच्या 'श्रीविष्णु, श्रीराम आणि श्रीकृष्ण' या ग्रंथात, तसेच 'मारुति' या लघुग्रंथात दिले आहे.

प्रारंभी श्रीराम आणि मारुति या देवतांसंबंधी काही सूत्रे समजून घेऊ. बहुतेकांना देवाविषयी जी थोडीफार माहिती असते, ती बहुधा लहानपणी वाचलेल्या किंवा ऐकलेल्या गोष्टींमुळे असते. अशा अल्प माहितीमुळे त्यांचा देवावरचा विश्वास थोडाफारच असतो. देवांविषयी जास्त माहिती मिळाल्यास अधिक विश्वास निर्माण होण्यास मदत होते. त्यामुळे साधनाही चांगल्या तऱ्हेने होते. तसे व्हावे म्हणून या लघुग्रंथात इतरत्र बहुधा न दिलेली पण उपयुक्त अशी माहिती देण्यात आली आहे; ती समजून घेऊ.

१. श्रीराम

हा भगवान श्रीविष्णूचा सातवा अवतार होय.

१ अ. तत्त्व : विष्णुतत्त्व ७५ टक्के (विष्णु / ईश्वर = १०० टक्के).

१ आ. क्षमता : सर्वांत मूलभूत कार्ये उत्पत्ती, स्थिती व लय अशी तीन प्रकारची आहेत. रामाच्या एकूण क्षमतेतील २० टक्के उत्पत्ती, ५० टक्के स्थिती व ३० टक्के लय या संदर्भात वापरली जाते.

१ इ. प्रकट शक्ती : ७५ टक्के. (सर्वसाधारणतः देवांत प्रकट शक्ती केवळ १० टक्के असते.) श्रीराम कार्य करण्यासाठी फक्त ७५ टक्के शक्तीचाच वापरकरतो. या शक्तीला 'प्रकट शक्ती' असे संबोधिले आहे. वापरात नसलेली शक्ती 'अप्रकट शक्ती' होय. कार्यानुरूप जास्त शक्तीचा वापर करणे आवश्यक असेल, तर प्रकट शक्ती जास्त प्रमाणात असते.

रावण महान शिवभक्त असल्याने साधनाबळामुळे त्याचे आध्यात्मिक सामर्थ्यही अधिक होते. याकरिताच श्रीरामाचा अवतार रावणासारख्या सामर्थ्यवान असुराचा नाश करण्यासाठी झाला

असल्याने, त्याची प्रकट शक्ती जास्त आहे.

२. मारुति

२ अ. तत्त्व : विष्णुतत्त्व ७० टक्के, शिवतत्त्व १० टक्के (विष्णु / शिव / ईश्वर = १०० टक्के). मारुति शिवाचा अवतार असला, तरी रामाच्या उपासनेन त्याच्यात विष्णुतत्त्व जास्त आहे.

२ आ. क्षमता : उत्पत्ती १० टक्के, स्थिती ७० टक्के व लय २० टक्के.

२ इ. प्रकट शक्ती : ७२ टक्के. मारुतीमधील प्रकट शक्ती इतर देवांच्या (१० टक्के) तुलनेत खूप जास्त असल्याने शक्तीविषयक पुढील कारणांसाठी मारुतीची उपासना करतात.

१. हनुमानाची दासमारुति व वीरमारुति ही दोन रूपे आहेत. दासमारुति हा रामापुढे हात जोडून उभा असतो. त्याची शेपटी जमिनीवर रुळत असते. वीरमारुति युद्धाच्या पवित्र्यात असतो. त्याची शेपटी वर उभारलेली व उजवा हात मस्तकाकडे वळलेला असतो. काही वेळा त्याच्या पायाखाली राक्षसाची मूर्ती असते. लंकेत लाखो राक्षस होते, तरीही ते मारुतीला काही करू शकले नाहीत.

२. चांगल्या शक्तीवर ताबा : जागृत कुंडलिनीच्या मार्गात अडथळा आला तर तो दूर करून तिला योग्य दिशा देण्यासाठी मारुतीची उपासना करतात.

३. वाईट शक्तींचे निवारण : सर्व देवतांमध्ये फक्त मारुतीला वाईट शक्ती त्रास देऊ शकत नाहीत. मारुति हाभुतांचा स्वामी आहे. यामुळे भुताने कोणाला पछाडले, तर त्या व्यक्तीला मारुतीच्या देवळात नेतात किंवा मारुतिस्तोत्र म्हणतात. भूत, पूर्वजांचे लिंगदेह, शनिग्रहपीडा वगैरे त्रास दूर करण्यासाठी वीरमारुतीची उपासना करतात. येथे दिलेल्या मारुतिस्तोत्रात वीरमारुतीचेच वर्णन आहे.

३. स्तोत्रांचे रचनाकार

रामरक्षा बुधकौशिकऋषींनी व मारुतिस्तोत्र समर्थ रामदासस्वामींनी रचले आहे. आत्म ज्ञानसंपन्न ऋषीमुनी व साधूसंत यांना हे वाङमय परावाणीतून स्फुरत असते. या अवस्थेत त्यांचे ईश्वराशी पूर्ण अद्वैत असल्याने व ईश्वरच या साऱ्याचा कर्ता आहे, या अनुभूतीमुळे 'रामरक्षा श्री शिवांनी स्वप्नावस्थेत सांगितली' असे बुधकौशिकऋषींनी लिहिलेले आढळते;तर रामदासस्वामींचा तेरा कोटी जप पूर्ण झाल्यावर मारुति त्यांच्यासमोर प्रकट झाला व त्या दर्शनानंतर स्वामींनी भीमरूपीस्तोत्र रचले.

४. मंत्र, कीलक, स्तोत्र व कवच

४ अ. मंत्र : अध्यात्मवाङमयात मंत्रयोगाला खूप महत्त्व आहे. श्रीरामरक्षास्तोत्र हा मंत्रच आहे. रामरक्षेच्या सुरुवातीला 'अस्य श्रीरामरक्षास्तोत्रमंत्रस्य' असे म्हटले जाते. मंत्र शब्दाच्या काही

व्याख्या पुढीलप्रमाणे आहेत.

१. 'मननात् त्रायते इति मंत्रः ।' मनन म्हणजे एकच विचार मनात वारंवार आणणे व त्रायते म्हणजे रक्षण करणे; म्हणून ज्याचे मनन केल्याने आपले रक्षण होते, त्याला 'मंत्र' असे म्हणतात.याचा आणखी एक अर्थ म्हणजे 'मना'पासून जो रक्षण करतो, म्हणजे जो मन नाहीसे करायला मदत करतो, तो मंत्र होय.

२. 'मंत्र म्हणजे इष्टसाधक आणि अनिष्टनिवारक वर्णसमूह.

३. मंत्र म्हणजे एक नाद / ध्वनी, एक अक्षर, एक शब्द किंवा शब्दांचा समूह. ज्या वेळा ठरावीक लयीत व सुरात एखादा मंत्र जपला जातो, त्या वेळी त्या जपातून एक विशिष्ट शक्ती निर्माण होते.

याकरिता रामरक्षा विशिष्ट लयीत म्हणणे आवश्यक आहे.

रामरक्षेच्या आरंभी 'अनुष्टुप् छन्दः' असे म्हटले असले, तरी यातील सर्वच श्लोक या छंदातील नाहीत; तर अधिकतर श्लोक या छंदात आहेत.

मंत्राची तदर्थभावपूर्वक निष्ठेने पुनःपुन्हा (स्तोत्रात दिल्याप्रमाणे) आवृत्ती करणे याला 'मंत्रजप' म्हणतात. तदर्थभावपूर्वक = तत् + अर्थ + भावपूर्वक, म्हणजे त्याचा (मंत्राचा) अर्थ समजून भावासह'. केवळ यंत्राप्रमाणे मंत्राचे प्राणहीन उच्चारण करणे, म्हणजे जप नव्हे. मंत्रोच्चार असा व्हावा की, ज्याच्या योगे जपकर्ता भगवद्भावयुक्त आणि भगवच्छक्तीयुक्त झाला पाहिजे.

४ आ. कीलक : एखाद्या ऋषींनी एखादा मंत्रनिर्माण केला व 'अमुक एका शब्दाचा उच्चार त्या मंत्रोच्चारापूर्वी न केल्यास तो मंत्र फलद्रूप होणार नाही', अशी पूर्वसूचना दिली असल्यास, नुसता तो मंत्र म्हटला तर त्याचा उपयोग होत नाही. अशा शब्दाला त्या मंत्राचा 'कीलक' म्हणजे पाचर किंवा मेख म्हणतात. त्या शब्दासह तो मंत्र म्हटला, तरच तो फलद्रूप होतो.

४ इ. स्तोत्र : 'स्तूयते अनेन इति' म्हणजे ज्यायोगे देवतेचे स्तवन केले जाते ते स्तोत्र, अशी स्तोत्र या शब्दाची व्याख्या आहे. स्तोत्रात देवतेच्या स्तुतीबरोबरच स्तोत्रपठण करणाऱ्याच्या भोवती कवच (संरक्षक आवरण) निर्माण करण्याची शक्तीही असते.

स्तोत्रांमध्ये दिलेल्या फलश्रुतीमागे रचयित्याचा संकल्प असल्याने ते पठण करणाऱ्याला फलश्रुतीमुळे फळ मिळते.

४ ई. कवच : कवच हा मंत्रविद्येतील एक प्रकार आहे. यात 'देवतेने आपल्या शरीराचे रक्षण करावे', अशी प्रार्थना असते. रामरक्षेतील रामकवचाप्रमाणेच शिवकवच, हनुमत्कवच इत्यादी कवचे प्रसिद्ध आहेत. मंत्रांच्या साहाय्याने मानवी देहावर मंत्रकवचे निर्माण करता येतात. ही कवचे स्थूल कवचांहून अधिक शक्तीशाली असतात. स्थूल कवचे बंदुकीच्या गोळीसारख्या स्थूल आयुधांपासून रक्षण करतात; तर सूक्ष्म कवचे स्थूल तसेच सूक्ष्म वाईट शक्तींपासून रक्षण करतात.

'शब्दाअंती अनुस्वार असून पुढील शब्दाचे पहिले अक्षर हे व्यंजनअसल्यास अनुस्वार हा बिंदूने दर्शवावा', अशी संस्कृत लिहिण्याची पद्धत असली, तरीया लघुग्रंथात रामरक्षेचा पाठ

देतांना अनुस्वार शक्य तो ङ्, ञ्, ण्, न्, म् आदी परसवर्णांनी दर्शविले आहेत.संसार आदी शब्दांतील अनुस्वार परसवर्णांनी दर्शविणे शक्य नसल्याने त्या ठिकाणी अनुस्वारच ठेवला आहेस्तोत्र म्हणतांना जिथे आपण किंचित थांबतो, तिथे दोन शब्दांदरम्यान स्वल्पविराम दिले आहेत. मोठ्या शब्दांचा उच्चारासाठी संधीविग्रह केला आहे, तिथे स्वल्पविराम दिला आहे; पण शब्दांत अंतर ठेवलेले नाही. यामुळे उच्चार करणे सुलभ होईल.

मारुतिस्तोत्रातही उच्चाराच्या दृष्टीने दोन शब्दांत स्वल्पविराम दिले आहेत. स्तोत्रांचा उच्चार कसा करायचा या संदर्भात सोपा नियम म्हणजे आ, ई, ऊ यांचा उच्चार जाणीवपूर्वक जरा दीर्घ करावा. या दोन्ही स्तोत्रांचा उच्चार कसा करायचा, हे साधकांना कळावे म्हणून सनातन संस्थेने त्यांची ध्वनीतबकडीही प्रकाशित केली आहे.

मारुतिस्तोत्राच्या उपलब्ध प्रतींत अनेक पाठभेद आढळून येत असल्याने समर्थ सेवा मंडळ, सज्जनगड, यांनी प्रकाशित केलेल्या 'श्री भीमरूपी स्तोत्रें' या पुस्तकातील पाठ प्रमाण मानून येथे दिला आहे. काहीशब्दांचे पाठभेद दर्शवण्यासाठी स्तोत्रात त्या त्या शब्दाच्या पुढे कंसात टीप १, टीप २,... असे लिहून तो तो पाठभेद स्तोत्राच्या शेवटी दिला आहे.

स्तोत्र सलग वाचता यावे या दृष्टीने श्लोकांचा अर्थ स्तोत्रांच्या शेवटी दिला आहे. वाचकांनी प्रत्येक शब्दाचा व श्लोकाचा अर्थ नीट समजून घेऊन मग स्तोत्र पठण करावे. यामुळे स्तोत्र अधिक भावपूर्वक म्हणता येईल. सगळा अर्थ नीट स्मरणात राहिला की मग अर्थ वाचावयाची आवश्यकता नसते.

या लघुग्रंथात दिलेली स्तोत्रे पठण करणाऱ्यांना त्यांच्यापासून जास्तीतजास्त आध्यात्मिक लाभ होवो, ही श्रीगुरुचरणी प्रार्थना. **– संकलक.**