

प्रयत्न करणे आणि पुन्हा प्रयत्न करणे

१ एप्रिल, २०१८

आत्मीय वाचकांनो,

मला अंतरात कुठेतरी असे वाटते आहे की, एप्रिल महिन्याचा आरंभ वास्तविक काही दिवसांपूर्वीच झाला होता. जेव्हा याचे आगमन झाले, तेव्हा वसंतातील वाऱ्याच्या मंद झुळुकीचा पूर्ण प्रभाव आणि गोडवा यांनी तो परिपूर्ण होता, संपूर्ण वातावरणात जणू काही बासरीचे मधुर स्वरच गुंजत होते; तो कवितामय झाला होता. आणि कवितादेखील कोणतीही सामान्य कविता नाही, तर ती कविता जी थेट तुमच्या हृदयापर्यंत पोहोचते, काय घडते आहे हे तुमच्या मनाला समजण्याआधीच; अशी कविता की जी मौनाने तितकीच समृद्ध आहे, जितकी की भाषेने आहे, आणि त्या मौनात तुमच्या हृदयाची *ख्वाहिश*, तुमच्या हृदयाची इच्छा, यांच्याविषयी एखादी गोष्ट व्यक्त केली गेली आहे. आपल्या परमप्रिय गुरुमाईनी एक कविता लिहिली आहे आणि ही कविता सिद्धयोग वेबसाईटवर उपलब्ध आहे जेणेकरून आपण ती वाचावी आणि तिचा अभ्यास करावा —पुन्हा वाचावी आणि पुन्हा तिला अभ्यासावे, तिच्यासोबत राहावे व आपल्या जर्नलमध्ये आपली समज व अनुभव व्यक्त करावेत. हा श्रीगुरुमाईसमवेत 'सत्संग' आहे आणि ईस्टर सणाच्या या आठवड्याच्या अखेरीस, नवीन महिन्याचा आरंभ साजरा करण्याचा याहून अधिक चांगला मार्ग खचितच असू शकतो.

खरे म्हणजे, काव्य हे एक मुख्य माध्यम ठरले आहे, ज्याद्वारे सार्वभौमिक संघर्षाच्या सर्व भागांतील लोक श्रीगुरुमाईच्या या वर्षाच्या संदेशाचा अनुभव घेत आहेत व त्याला व्यक्तरूप देत आहेत. मुद्दा तर अगदी समर्पक वाटतो. हे खरे नव्हे का, की सर्वोत्कृष्ट कविता ही अशी वाटते की जणू काही ती एखाद्या व्यक्तीच्या त्याच्या स्वतःच्याच आत्म्याशी सुरू असलेल्या वार्तालापाची झलक देते आहे? आणि मग कवितांमध्ये निरंतरतेचा किंवा सातत्याचा भाव अंतर्भूत असतोच. कविता *खरोखरच* कुठून सुरू होते? तिची समाप्ती कुठे होते? होय, हे खरेच आहे की, कवितेला एक पहिला शब्द असतो आणि एक शेवटचा शब्द असतो, पण ती वाचत असताना तुम्हाला असे जाणवते की *प्रत्यक्षात* ती सुरूच राहते. लिहिणारा सत्संग करत असतो आणि तुम्हाला त्या सत्संगाच्या एखाद्या खास क्षणाची रहस्यपूर्ण झलक दिली गेली आहे.

वर्षाच्या चवथ्या महिन्यात प्रवेश करत असताना, निरंतरता किंवा सातत्य यांच्याविषयीचा हा विचार खूपच आकर्षक आहे. कवितेच्या वाचनामुळे आपल्याला जे जाणवते, त्याला आपण दैनंदिन जीवनात वास्तविकतेचे रूप कसे द्यावे? आपण असे काय करावे की ज्यामुळे सत्संगाचा आपला अनुभव “सुरूच राहावा”? काय केल्याने सत्संगाचे आणखी अधिक क्षण आपल्यापाशी असतील, आणि त्या क्षणांच्या आपल्या अनुभवातील सखोलता, सामर्थ्य आणि परिपक्वता आणखी अधिक कशी वाढेल?

याच्या उत्तराचे अनुमान तुम्ही कदाचित केलेही असेल? तुमच्या अनुभवात एका विशिष्ट स्तराची निरंतरता आणण्यासाठी तुमच्या प्रयत्नांमध्येदेखील निरंतरता असणे अत्यावश्यक आहे. तुम्हाला प्रयत्न करावा लागेल, पुन्हा करावा लागेल आणि मग, एकदा पुन्हा करावा लागेल.

आता प्रश्न हा उभा राहतो की आपल्याला असलेली ही समज आचरणात कशी आणायची. तुमचे संकल्प कितीही उत्तम असले तरीही, साधनेत खोलवर जाण्याची तुमची उत्कट अभिलाषा कितीही जरी तीव्र असली, तरीही, उदाहरणार्थ, कदाचित . . . तुम्ही व्यस्त व्हाल. तुमच्या कामांची यादी इतकी मोठी होईल की ती कामे पूर्ण करणे अशक्य वाटेल. किंवा कदाचित तुमचे लक्ष विचलित होईल; तुमच्या आजूबाजूला अशा असंख्य गोष्टी असतील ज्या तुम्हाला उत्तेजित करत राहत असतील, निरनिराळ्या प्रकारचा कोलाहल तुमच्या बोधाच्या सीमारेषांना तोडून टाकत तुम्हाला प्रभावित करत असेल आणि तुमचे लक्ष इकडेतिकडे खेचत राहत असेल.

हे सर्व कितीही का खरे असेना — निश्चितच तुम्ही व्यस्त *आहात* आणि खरोखरच बरेच काही घडते *आहे* — तरीदेखील फक्त क्षणभरासाठी मी तुम्हाला आग्रहपूर्वक सांगू इच्छिते की तुम्ही स्वतःच्या या कथानकाच्या बाहेर पाऊल टाकावे. या बाबतीत सुरुवातीला तुम्ही जितका विचार केला असेल, त्याहीपेक्षा तुमची जबाबदारी जर का जास्त असेल आणि त्याबरोबरच तुमचे सामर्थ्यदेखील, तर? विचार करा, हे खरे नाही का, की तुमच्या जीवनात असंख्य क्रियाकलाप होत असतात आणि जे न जाणो किती आवेश आणि चिंतादेखील उत्पन्न करत असतात, तरीदेखील त्यातच गुंतून राहणे हे सोपेच नव्हे तर संतोषजनकदेखील वाटते? या गोष्टींमध्ये गुंतून राहणे जास्त सोपे वाटू शकते, यापेक्षा की तुम्ही स्वतः आपल्या सान्निध्यात बसावे, स्वतःमध्ये परिवर्तन घडवून आणावे आणि आपल्या अंतरंगाशी जोडले जाण्याचा प्रयत्न वारंवार करावा.

याचा स्वीकार करण्यासाठी भलेही तुम्ही इच्छुक नसाल, तरीदेखील तुमच्या आत काहीतरी आहे, मग पाहिजे तर त्याला तुम्ही आपले अंतःकरण म्हणा किंवा धर्म अथवा कर्तव्यपरायणता म्हणा, तुमच्या अंतरात कुठेतरी तुम्हाला हे माहित असते की परिवर्तनाची सुरुवात तुमच्यापासूनच होते. तुम्हाला

कदाचित हे आठवत असेल की गुरुमाईनी हीच बाब वर्ष २०१८च्या आपल्या संदेशाच्या प्रवचनामध्ये सांगितली होती. म्हणून तुम्हाला जेव्हा असे वाटू लागते की तुमची प्रेरणा कमजोर होते आहे किंवा यापुढे कसे जावे याविषयी तुम्ही संभ्रमात पडलेले असाल, तेव्हा त्या क्षणांमध्ये आपल्या अंतरातून प्रेरणा देणाऱ्या त्या शक्तीचे स्मरण करणे उपयुक्त असते. आपल्या त्या वचनाशी संपर्क साधा, जे युगानुयुगांपूर्वी तुम्ही स्वतःला दिले होते, त्या आत्मविश्वासाशी जोडले जा, जो न जाणो किती जन्म-जन्मांतरांनंतर तुमच्या अंतरात उपजला आहे. तुमच्या प्रयत्नाची फळे तुम्हाला एखाद्या दिवशी अधिक स्पष्टतेने दिसतील तर एखाद्या दिवशी कदाचित ती दिसणारही नाहीत. ही समज ठेवा की असे होणे ठीक आहे. फक्त प्रयत्न करत राहा.

भारतातील महाराष्ट्रात १७व्या शतकात होऊन गेलेले संतकवी, तुकाराम महाराज म्हणतात,

ओले मूळ भेदी खडकाचे अंग । अभ्यासासी सांग कार्यसिद्धी ॥

नव्हे ऐसे कांही नाही अवघड । नाही कईवाड तोच वरी ॥

ज्याप्रमाणे धरतीमध्ये खोलवर वाढत जाताना,

वृक्षाची ओली व नवी, कोवळी मुळे खडकालाही भेदू शकतात,

त्याचप्रमाणे निरंतर प्रयत्नाने [अभ्यासाने] सर्व कार्ये सिद्धीस नेली जाऊ शकतात.^१

या पदात दिलेल्या उपमेची छबी किती मोहक आहे — आणि ज्ञानपूर्णदेखील. रोपटे फक्त एवढेच जाणते की त्याला बहरायचे आहे. आणि म्हणून ते निरंतरपणे, एकाग्रतेने, दृढनिश्चयासह पुढे जात राहते, धरतीतून आपला रस्ता बनवत जाते आणि गरज पडल्यावर दगडालादेखील भेदते, केवळ यासाठी की त्याने तेच करायला हवे.

हे अतिशय चित्तवेधकदेखील आहे की कशा प्रकारे तुकाराम महाराज “ओले” म्हणत मुळाचे वर्णन करतात ज्याचा अर्थ आहे “ओली” किंवा “नवी, कोवळी.” विचार करा, की तुमचा प्रयत्न वृक्षाच्या “नव्या, कोवळ्या” मुळासारखा जर असला, तर मग तो कसा असेल, जर तो धरतीतून नुकत्याच अंकुरित होणाऱ्या रोपट्याच्या नरम-मुलायम मुळांसारखा असेल तर कसा असेल. अशा प्रयत्नात काही विशिष्ट गुण असायला हवेत —जसे की एकतर त्या प्रयत्नात सूक्ष्मता असावी आणि त्याबरोबरच त्यात ताजेपणा, नाविन्य तसेच उत्साहाचा व तत्परतेचा भाव असला पाहिजे. जेव्हाजेव्हा तुम्ही सत्संगाचा अभ्यास करण्याचा प्रयत्न कराल, तेव्हा तुम्ही जर का त्याला स्वतः प्रथमच केलेल्या प्रयत्नासमान

हाताळण्यास सुरुवात केलीत, तर . . . भलेही तो तुमचा १०वा, २५वा, किंवा ६००वा सत्संग का असेना? त्या प्रकारचा प्रयत्न करण्याच्या तुमच्या अनुभवात कोणता वेगळेपणा असेल?

सिद्धयोग मार्गावर आपण निरनिराळ्या प्रारंभांचा सन्मान करतो — यांपैकी एक आहे वसंतबहाराचे येणे — ज्याच्याने आपण स्वतःला याचे स्मरण करून देऊ शकू की कोणत्याही वेळी आपण आपल्या साधनेला पुन्हा एका नवीन रूपात सुरू करू शकतो. गुरुमाईच्या संदेशाचा अभ्यास करण्याचा प्रत्येक क्षण हा अगदी असाच असू शकतो — नवीन आरंभाचा क्षण, एक *नवा* क्षण ज्याला पकडून ठेवत आपण त्याचा योग्य रीतीने सदुपयोग करून घेऊ शकतो. म्हणून, मी तुम्हाला प्रोत्साहित करते की तुम्ही येणाऱ्या काही आठवड्यांमध्ये या गोष्टीकडे लक्ष द्यावे की ते काय आहे की जे तुम्हाला प्रेरणा देते, ते काय आहे की जे तुम्हाला स्वतःच्या साधनेप्रति नाविन्याचा भाव टिकवून ठेवण्यास मदत करते.

आणि असे करण्यासाठी सिद्धयोग वेबसाइटकडून तुम्हाला मदत मिळेल, जिथे तुम्हाला नववर्ष संदेशाचा अभ्यास करण्याच्या विविध पद्धती, विविध दृष्टिकोन प्राप्त होतील. उदाहरणार्थ, वेबसाइटवर अधिक कविता दिल्या जातात. या महिन्यापासून वेबसाइटवर एक नवीन विभाग सुरू केला जाईल, जो संतजनांच्या व सिद्धांच्या काव्याप्रति समर्पित असेल; जनसामान्यांना सत्संग उपलब्ध करवून देण्याच्या या संतांच्या वारशाचे गुणगान श्रीगुरुमाईनी वर्ष २०१८च्या आपल्या नववर्ष संदेश प्रवचनात केले होते.

वेबसाइटवर एक गोष्टदेखील दिली जाईल, एका हत्तीची व भ्रमराची पारंपारिक गोष्ट, जी गुरुमाई व गुरुमाईचे श्रीगुरु बाबा मुक्तानंद, आपल्या प्रयत्नांचे महत्त्व समजावण्यासाठी गेली काही वर्षे ऐकवत आले आहेत. त्याबरोबरच, प्राणायामविषयक एक भाष्यदेखील असेल जे पातंजल योगसूत्राच्या दृष्टिकोनावर आधारित असेल. श्रीगुरुमाईनी हा प्राणायाम आपल्या नववर्ष संदेश प्रवचनात शिकवला होता, ज्यामुळे आपल्याला सहजतेने ध्यानात जाऊ शकण्यास मदत मिळू शकावी.

वेबसाइटवर आणखीही बरेच काही असेल, तेव्हा वेबसाइट पाहात राहा आणि सत्संग करत राहा. सत्संगाचा तुमचा प्रत्येक नवीन क्षण जेव्हा संचित होईल, तेव्हा तुमच्या असे लक्षात येईल की तुम्ही सत्संगाची रचना करण्याची शक्ती विकसित करत आहात. तुम्ही अधिकाधिक निरंतरतेचा आणि सातत्याचा विकास करत आहात.



एप्रिल महिन्याच्या अखेरीस आपण एका महान विभूतीचा सन्मान करणार आहोत, ज्यांनी आपल्याला सत्संगाविषयी शिकवले. आपण नेहमी जेव्हा त्यांचे स्मरण करतो, तेव्हा मनःपटलावर हे चित्र उभे राहते

की ते असंख्य जिज्ञासूंनी घेरलेले आहेत, सत्संग करत आहेत आणि त्यांनी त्यांच्या शिकवणी व शक्तिपात दीक्षा प्रदान करून त्या जिज्ञासूंच्या जीवनाला रूपांतरित केले आहे. होय, २९ एप्रिलच्या पौर्णिमेला [अथवा भारतात व पूर्व गोलार्धातील अन्य भागांमध्ये ३० एप्रिलला] आपण चांद्रतिथीनुसार बाबा मुक्तानंदांचा जन्मदिवस साजरा करू. सन् १९९९ नंतर प्रथमच बाबांचा चांद्र जन्मदिवस मे महिन्याऐवजी एप्रिल महिन्यात येतो आहे. बाबांच्या महिन्याचा उत्सव साजरा करण्यासाठी आपल्याला थोडा अधिक कालखंड मिळतो आहे, आणि ज्याचा शुभारंभ आपण करणार आहोत बाबांच्या गोष्टींद्वारे, त्यांच्या शिकवणींद्वारे आणि त्यांच्या नामाचे संकीर्तन करून!

बहुधा मी जेव्हा गुरुमाईना बाबांविषयी बोलताना ऐकते, मी जेव्हा गुरुमाईना पाहते की बाबा कशा प्रकारे शिकवत असत किंवा बाबांबरोबर नामसंकीर्तन करणे कसे वाटायचे याविषयी सांगताना त्या कशा स्मितहास्य करतात किंवा मी त्यांना बाबांची पूजा करताना जेव्हा पाहते, तेव्हा माझे अंतरंग स्थिरतेने व प्रशांतीने भरून जाते. कधीकधी असे घडते की बाबांच्या वस्त्रांचा भगवा रंग माझ्या मनःचक्षुंसमोर चकाकतो; त्यांच्या त्या आवाजाचे किंवा हास्याचे पडसाद माझ्या अंतरात निनादू लागतात ज्याला मी मागील काही वर्षांमध्ये, त्यांच्या प्रवचनांच्या व नामसंकीर्तनांच्या रेकॉर्डिंगजूमधून ऐकलेले आहे. मला असे वाटते की मी गुरुमाईसमवेत आणि बाबांसमवेत सत्संग करते आहे; मी सिद्धांसमवेत सत्संग करते आहे.

या वर्षी बाबांविषयी आणि त्यांच्या शिकवणींविषयी मनन चिंतन करणे विशेषत्वाने आनंददायी असेल, कारण या वर्षी आपण परम सत्याच्या संगतीत असण्यासाठी उत्कट अभिलाषेने प्रयत्न करत आहोत आणि प्रयत्नांची पराकाष्ठा करत आहोत जेणेकरून त्या लक्ष्यापर्यंत पोहोचण्याच्या आपल्या प्रयत्नांमध्ये आपण आणखी अधिक स्थैर्य आणू शकू. साधनेमध्ये सातत्य टिकवून ठेवण्याच्या महत्त्वाविषयी बाबा नेहमीच शिकवत असत; ते साधकांना वारंवार सांगत असत की त्यांनी त्यांचे अभ्यास करत राहावे — श्रद्धेसह, भक्तीसह आणि निर्भयतेसह.

आपल्या एका कवितेत बाबा लिहितात :

अंतरातील चितीवर तुमची दृष्टी टिकवून ठेवा.

अंतरातील साक्षीमध्ये आनंदाने विश्राम करा.

तुमच्या प्रयत्नांना वाढवा;

विवेकाचा विकास करा.

जोमाने आणि साहसीपणे,

उंच, आणखी उंच जात राहा.^२

जोमाने आणि साहसीपणे, उंच, आणखी उंच जात राहा. या ओळी वाचून तुम्ही खरोखरच तुमच्यासमोर पर्वताची कल्पना करू शकता — तो पर्वत भव्य आणि बर्फाच्छादित आहे किंवा कदाचित तो हिरवळीने आणि सोनेरी सूर्यप्रकाशाने आच्छादलेला आहे. आणि तुम्ही त्यावर चढत आहात, एक-एक पाऊल पुढे जात आहात; याचा खाचा असलेला पृष्ठभाग पार करत जात आहात, जो दणकटदेखील आहे आणि थोडासा नरमदेखील. वर चढत असताना, कदाचित तुम्हाला प्रत्येक वेळी काही विशेष बाब जाणवणार नाही, पण क्षणभरासाठी तुम्ही जर थांबलात, तुमच्या श्वासाचा ध्वनी जर ऐकलात आणि अनंत क्षितिजाकडे दृष्टिक्षेप टाकलात, तर त्यावेळी तुम्हाला जाणवेल की तुम्ही एका आणखीनच विस्तीर्ण अशा परिघात प्रवेश करत आहात, जिथली हवा इतकी शुद्ध व स्वच्छ आहे की तुम्ही यापूर्वी कधीही अशी हवा अनुभवली नाही.

एप्रिल महिन्यात तुमच्या साधनेसाठी अनेकानेक शुभेच्छा.

आदरपूर्वक,

ईशा सरदेसाई



^१ इंग्रजी भाषांतर © २०१८ एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन. सर्वाधिकार सुरक्षित.

^२ स्वामी मुक्तानंद, *Reflections of the Self*, द्वितीय आवृत्ती [साउथ फॉल्सबर्ग, न्यूयॉर्क : एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन, १९९३] पृ. ६४.