प्रत्येक दिवशी आनंद

१ जून, २०१८

आत्मीय वाचकांनो,

कदाचित तुमच्या हे लक्षात आलेच असेल की, आपण जसजसे जून महिन्यात प्रवेश करत आहोत, तसतशी आकाशात गुलाबी रंगाची छटा पसरू लागली आहे. असे वाटते आहे की, जणू काही कोणीतरी निर्मळ, नील सरोवरासमान दिसणाऱ्या आकाशात गुलाबी रंग मिसळला असावा. सूर्योदयाच्या वेळी पाहा किंवा सूर्यास्ताच्या वेळी, तुम्हाला दिसेल की, हा रंग कसा पाण्यातील भोवऱ्याच्या तरंगांप्रमाणे पसरत जातो आणि चहूबाजूंनी आपल्याला घेरून टाकतो. तरीदेखील, पसरता-पसरता फिकट होण्याऐवजी हा रंग आणखीनच जास्त गडद, चमकदार आणि लक्षणीय होतो आहे. कधीकधी माझ्या मनात असा विचार येतो की, वर कॅन्व्हस्प्रमाणे पसरलेले आकाश इतके मोठे आहे का, की असा चमकदार, तजेलदार रंग ते स्वतःमध्ये सामावून घेऊ शकेल, अशा आनंदातिरेकाला ते धारण करू शकेल! आणि तेव्हा माझ्या असे लक्षात येते की, वर्षाच्या या कालावधीत आकाशही स्वतःला व्यक्त करण्यापासून थांबवू शकत नाही. कारण, हा तर महोत्सवाचा महिना आहे! हा “जन्मदिन”चा महिना आहे, आपल्या परमप्रिय गुरुमाईंच्या जन्मदिवसाचा महिना!

आनंदमय जन्मदिवसाच्या तुम्हाला अनेकानेक शुभेच्छा!

२४ जूनच्या त्या महान दिवसाची, “जन्मदिन”ची तयारी सुरू करत असताना मला आढळून येते की, मी काही प्रश्नांवर गांभीर्याने विचार करते आहे. उदाहरणार्थ : ते काय आहे, जे पाण्याला ओलेपणा आणते? ते काय आहे, जे रेशमाला मृदू-मुलायम बनवते? ते काय आहे, जे गुलाबाला सुगंध देते आणि जे लाल रंगाला त्याचा अनुपम जिवंतपणा प्रदान करते? अत्याधिक उल्हासपूर्ण आनंदाच्या केंद्रस्थानी जी प्रशांती असते, ती काय आहे? तुम्ही जर एखाद्या गहन भावनेत गढून गेलात, तर त्या भावनेच्या मुळाशी जाणवत असलेले ते मौन आणि आंतरिक स्थान काय आहे — मग त्या अशा भावना का असेनात, की ज्यांच्यातून बाहेर पडणे कठिण वाटेल?

मी हे शिकले आहे की, स्वतःला असे प्रश्न विचारत राहणे अतिशय उपयुक्त ठरू शकते. या प्रश्नांच्या मदतीने माझ्या अंतरातून एक समज उद्‌भवते, ज्यामुळे मला हे समजण्यासाठी व अधिक स्पष्टतेने हे व्यक्त करण्यासाठी मदत मिळते की, या विश्वामध्ये गुरुमाईंची उपस्थिती, त्यांच्या शिकवणी व त्यांची कृपा असणे, याचे काय महत्त्व आहे; मला हीदेखील समज मिळते की, माझ्या स्वतःच्या जीवनात, माझ्यासाठी या सर्वांचा काय अर्थ आहे. खरे तर, याविषयी बरेच काही सांगता येईल. या विषयावर मनात कितीतरी कविता रचता येतील, या आनंदाला कागदावर उतरवताना माझी लेखणी गद्य रूपात कितीतरी पाने लिहू शकेल. तरीही, आत्ता मी हेच सांगेन — तुमच्यापैकी अनेक लोकांप्रमाणेच माझेदेखील हे असाधारण सद्‌भाग्य आहे की, मी श्रीगुरुमाईंना माझ्या श्रीगुरू म्हणू शकते; आणि म्हणूनच, माझ्या जीवनात गुरुमाईंच्या उपस्थितीमुळे मी ते अनुभवू लागले आहे, जे सत्याचे सार आहे.

या वर्षाच्या आपल्या संदेश प्रवचनात गुरुमाईंनी आपल्याला एक शब्द प्रदान केला होता, “सत्यरस.” सत्यरस याचा अर्थ केवळ परम सत्य नाही, तर याचा अर्थ आहे, त्या परम सत्यात निहित असलेले अमृत, त्या परम सत्याचा विशेष गुण. आणि ही अगदी योग्य रीत आहे, — होय ना? — गुरुमाई आपल्याला जे शिकवतात त्याचे वर्णन करण्याची; त्या आपल्याला शिकवतात की, आपण हे ओळखावे की हे अमृत आपल्या जीवनात आहे व आपण त्याला आपल्या जीवनात प्रकट होऊ द्यावे. “सत्यरस,” या शब्दाने मनात अशी एक गोष्ट येते जी शुद्ध आहे, निर्मळ आहे आणि त्याचबरोबर तिची घडण अतिशय प्राचुर्याने झाली आहे; एक अशी गोष्ट जी अत्यंत स्पष्ट आहे, तरीदेखील असामान्यपणे समृद्ध आहे, अगदी जून महिन्यात दिसणाऱ्या आकाशाप्रमाणे! “सत्यरस” हा शब्द स्वतःच स्पष्ट करतो की, तो म्हणजे असे काहीतरी नाही की ज्याचे केवळ लांबूनच निरीक्षण करून त्याच्याविषयी विचार करता येईल आणि त्याला जाणता येईल. नाही — आपण आपल्या आंतरिक इंद्रियांच्या संपूर्ण क्षमतेसह त्याचे रसास्वादन केले पाहिजे, त्याचा आनंद उपभोगला पहिजे आणि तो आपल्या अंतरात उद्‌भवून इतरांपर्यंत प्रवाहित झाला पाहिजे.

दोन महिन्यांपूर्वी, मी श्री मुक्तानंद आश्रमातील अनुग्रह बिल्डिंगच्या खालच्या लॉबीत जात होते. दुपारची वेळ होती, आकाश निरभ्र होते आणि प्रकाश खिडक्यांमधून आत डोकावत होता. जेव्हा मी आत गेले, तेव्हा मी बघितले की लॉबीच्या एका बाजूला गुरुमाई उभ्या होत्या जिथे विविध प्रकारची रोपे व फुले शेजारी-शेजारी रांगांमध्ये ठेवलेली होती. गुरुमाईंसोबत एक सेवाकर्ता होते जे त्या रोपांना इथे-तिथे सरकवत होते.

मला पाहून गुरुमाईंनी स्मित केले आणि त्या म्हणाल्या, "आम्ही एका छोट्याशा स्वर्गाची रचना करत आहोत."

रोपांजवळ एक नाजुकसे स्टँडदेखील ठेवलेले होते, जे कदाचित लोखंडाचे असावे; तिथे काही छोटे स्टूलस्देखील ठेवलेले होते. ते सेवाकर्ता त्या विविध रोपांना स्टँडवर व स्टूलस्वर, तसेच त्यांच्या आजूबाजूला ठेवत होते, कदाचित अशा दृश्याची रचना करण्यासाठी की जे डोळ्यांना सुखावह वाटेल. मीदेखील त्यामध्ये मदत करू लागले आणि काही वेळात तिथे अन्य सेवाकर्तेही आले. आम्ही सर्वांनी मिळून रोपांना थोडे इकडे, थोडे तिकडे सरकवले आणि खाली पडलेली पानेही उचलली. आम्ही पुन्हापुन्हा ती रचना वेगवेगळ्या कोनांनी पाहात होतो, मान वाकवून कधी इकडच्या, तर कधी तिकडच्या बाजूने पाहात होतो आणि पुन्हा त्यामध्ये थोडा आणखी बदल करत होतो. गुरुमाई आमच्या शेजारी उभ्या राहून आम्हाला मार्गदर्शन करत होत्या. त्या आम्हाला सांगत होत्या की, कुठले रोप कुठे ठेवायला हवे. पुन्हा एकदा त्या म्हटल्या, "आपण एका छोट्याशा स्वर्गाची रचना करत आहोत."

काम पूर्ण करून, आम्ही थोडेसे मागे सरकत आम्ही केलेल्या त्या रचनेवर नजर टाकली. जिथे सुरुवातीला सर्व रोपे खिडकीजवळ रांगेत ठेवलेली होती, आता तीच रोपे एकाच जागी एकत्र, अशा क्रमाने ठेवली गेली होती, की ती अतिशय आकर्षक वाटत होती; लॉबीच्या त्याच कोपऱ्यात आम्ही एक छोटासा बगिचा सजवला होता, एका हिरव्यागार रमणीय स्थानाची रचना केली होती. एकाएकी त्या रोपांची गतिशीलता व छबी, कसे कुणास ठाऊक, पण आणखीनच उठून दिसू लागली होती. मी पाहिले की, एका रोपाच्या पानांचा रंग कसा गर्द लाल आहे आणि गार्डीनियाच्या रोपाच्या फांद्या कशा हलकेच वाकलेल्या आहेत. रोपांच्या संमिश्र सुगंधातदेखील काहीतरी विशेष होते, तो सुगंध खरोखर मोहून टाकणारा होता आणि आता तो अशा प्रकारे जाणवत होता की काही क्षणांपूर्वी तसा जाणवत नव्हता. त्यांच्या सुगंधाचा दरवळ आम्हाला व्यापून टाकत होता.

हा अनुभव माझ्या स्मरणात राहिला आहे कारण तो खूप काही शिकवतो. सर्व रोपे लॉबीत आधीपासूनच ठेवलेली होती; स्टँड आणि स्टूलस्देखील जवळपासच्या ठिकाणांहूनच आणले गेले होते. तरीदेखील, गुरुमाईंच्या मार्गदर्शनाने आणि थोडा प्रयत्न करून — रोपांना थोडेसे हलवून, उचलून इकडेतिकडे सरकवून, पुन्हा एकदा थोडा विचार करून परत त्यांना व्यवस्थित ठेवून — आम्ही त्याच ठिकाणी, तिथेच असलेल्या वस्तूंपासून त्या जागेला बदलून टाकले होते आणि अत्यंत आकर्षक, अत्यंत सुगंधमय बनवले होते. एक असे स्थान जिथे असे वाटत होते की ती सोनेरी झालर जी आपल्या जीवनात अदृश्य रूपात विद्यमान आहे, आता बाहेर डोकावू लागली आहे आणि तिथून ये-जा

करणाऱ्या लोकांना आणखी जास्त आनंदित करू लागली आहे. त्यानंतर, मला बोध झाला : हे तेच नाही का जे गुरुमाई आपल्याला निरंतर शिकवतात? हेच की, आपल्या परिस्थिती कशाही असल्या तरीदेखील एक छोटासा स्वर्ग, म्हणजेच थोडासा सत्यरस नेहमीच आपल्यासाठी उपलब्ध आहे.

***

आपण या महिन्यात ज्या-ज्या पद्धतींनी उत्सव साजरा करू, त्या सगळ्यांवर मनन करण्याबरोबरच स्वतःला हे विचारणेदेखील विवेकपूर्ण ठरेल : आपल्या श्रीगुरूंच्या सन्मानार्थ आपण सर्वोत्कृष्ट पद्धतीने उत्सव *कसा* साजरा करावा? गुरुमाईंच्या जन्मदिवशी त्यांचा सन्मान करण्याची सर्वोत्तम रीत कोणती आहे? त्यांनी या धरतीवर जन्म घेतला आहे या गोष्टीचे माहात्म्य आपल्याला कशा प्रकारे समजून घेता येईल? त्यांची कृपा ज्या-ज्या रूपांमध्ये आपल्या जीवनात प्रवाहित होते त्यासाठी आपण कशा प्रकारे कृतज्ञता व्यक्त करू शकतो? ज्या-ज्या रूपांमध्ये त्यांच्या शिकवणी आपल्याला अधिक चांगला मानव बनण्यासाठी मदत करतात, आपल्याला अधिक दयाळू, अधिक सबळ व अधिक प्रेमळ बनण्यास मदत करतात, त्या सगळ्यांसाठी गुरुमाईंच्या प्रति आभार व्यक्त करण्याची सर्वश्रेष्ठ रीत कोणती आहे? मला नाही वाटत की, माझ्याकडे या प्रश्नांचे अगदी अचूक उत्तर आहेच; कमीत कमी असे उत्तर तर नाहीच की हे पत्र वाचणारा प्रत्येकजण त्याच्याशी सहमत होईल. याचे उत्तर कदाचित आपल्यातील प्रत्येकाला आपापल्याकरता स्वतःच शोधावे लागेल.

तरीदेखील, माझा एक विचार आहे. आपण गुरुमाईंचा सन्मान जर अशा प्रकारे केला, तर ते कसे राहिल? — त्यांनी आपल्याला जे काही दिले आहे त्याकरता आपण त्यांच्या प्रति कृतज्ञता व्यक्त करावी, जे आपले कर्तव्य आहे. त्यांनी आपल्याला ज्या शिकवणी दिल्या आहेत, त्या शिकवणींचा एकमात्र उद्देश आहे, की आपले व आपल्या जगताचे कल्याण व्हावे; तेव्हा आपण त्यांच्या शिकवणींचे पालन करून त्यांचा सन्मान करावा आणि अशा प्रकारे, त्यांनी आपल्याला जे काही दिले आहे त्यासाठी आपल्याकडून त्यांच्यासाठी अर्पण केलेली हीच एक भेट असावी. शेवटी, एक विद्यार्थी व शिष्य असण्याच्या नात्याने आपले हे उत्तरदायित्व आहे आणि हे आपले सद्भाग्य आहे की, त्यांनी आपल्यासाठी जे केले आहे, आपल्याला जे दिले आहे व जे प्राप्त करणे संभव केले आहे, आपण त्याचा विकास करावा आणि त्याला पोषित करावे.

म्हणून, मी तुम्हाला प्रोत्साहित करेन की, या महिन्यात तुम्ही गुरुमाईंच्या वर्ष २०१८च्या संदेशाचे अध्ययन व अभ्यास करणे सुरू ठेवावे. सत्संगाचा अभ्यास करा आणि एका नव्या श्रद्धेने, सतर्कतेने व परिश्रमाने तसेच अधिक विवेकाने सत्यरसाच्या त्या महान कुंडापर्यंत पोहोचण्याचा प्रयत्न करा, जे

तुमच्या अंतरात विद्यमान आहे. गुरुमाईंच्या संदेश प्रवचनात एक धारणा आहे जिचा या वेळी अभ्यास करणे प्रेरणादायी ठरेल. ती धारणा आहे : सत्संग करण्यासाठी आपल्या स्वतःच्या चांगल्या संगतीवर केंद्रित राहण्याचा काय अर्थ आहे.

आतापर्यंत तुमच्यापैकी बरेच लोक या शिकवणीचा अभ्यास व्यक्तिगत रूपाने करत आले असतील — कदाचित तुम्ही निळसर-गुलाबी आकाशाच्या सान्निध्यात एकटे होतात आणि त्या वेळी तुम्ही आणखी थोडे जाणले असेल की, स्वतःच्या संगतीत असणे कसे वाटते. हे अतिशय अद्‌भुत आहे; आणि खरे सांगायचे तर सत्संग करण्यासाठी फक्त एवढेच गरजेचे असते. पण, युगानुयुगांपासून परंपरागत पद्धतीने ज्या रूपात सत्संगाचा अभ्यास केला जात आहे, त्याचा अशा प्रकारच्या व्यक्तिगत सत्संगाशी काय संबंध आहे? व्यक्तिगत सत्संगाचा त्या सत्संगाशी काय संबंध आहे, ज्याचा तुम्ही या महिन्यात निश्चितच अभ्यास कराल — जेव्हा तुम्ही सिद्धयोग आश्रमांमध्ये व ध्यानकेंद्रांमध्ये एकत्र येऊन गुरुमाईंचा जन्मदिवस साजरा कराल? व्यक्तिगत रूपाने सत्संग करणे आणि भगवंताची आराधना करण्यासाठी साधकांनी सत्संगात एकत्र येणे, या दोहोंचा परस्पर संबंध काय आहे?

या वर्षासाठी असलेल्या गुरुमाईंच्या संदेशाच्या अनेक अद्‌भुत पैलूंपैकी एक पैलू हा आहे की, त्यांचा संदेश सत्संगाविषयी आपल्याला फक्त एक नवीन बोध आणि सोपा मार्गच प्रदान करत नाही, तर आपण सत्संगाच्या पारंपारिक स्वरूपाचा अभ्यास कशा प्रकारे करतो, आपण त्यात कशा प्रकारे सहभागी होतो याचे पुनःपरीक्षण करण्यासाठी तो आपल्याला प्रेरितदेखील करतो. सत्संग कुठल्याही स्वरूपात असो, तुम्ही व्यक्तिगत रूपात सत्संग करा किंवा अन्य साधकांसह त्याचा अभ्यास करा, सत्संगाचा अर्थ आहे, परम सत्याच्या संगतीत असण्याचा प्रयत्न करणे व त्याच्या संगतीत राहणे. प्रश्न हा आहे की, त्या परम सत्याचा निवास कुठे असतो? यात काहीच शंका नाही की, तुम्ही जेव्हा अन्य साधकांसोबत असता, तेव्हा त्यांच्या संगतीत राहणे तुम्हाला आवडते, त्यांच्याकडे असलेल्या ज्ञानातून शिकणे व त्यांच्यासह आध्यात्मिक अभ्यास करणे तुम्हाला आवडते. तरीदेखील, अशा प्रकारे एकत्र येण्याला दुसरे काहीही न म्हणता “सत्संग” यासाठी म्हटले जाते की, याचा उद्देश आहे, अधिक निकटतेने स्वतःच्या आत्म्याच्या संपर्कात येण्यासाठी तुमची मदत करणे. हे सूर्यदेवतेच्या सान्निध्यात बसून ध्यान करण्यासारखेच आहे. बाहेर जे आहे, ते त्याला आधार देते जे अंतरंगात आहे; आणि अंतरंगात जे आहे, ते कालांतराने, बाह्याशी एकाकार होऊन जाते. असे व्हावे यासाठी एक सौम्य-सूक्ष्म प्रयत्न गरजेचा असतो, आपण याविषयी विशेषरूपाने जागरूक राहाणे गरजेचे असते.

तेव्हा, वर्ष २०१८मध्ये तुम्ही ज्या पद्धतीने गुरुमाईंचा जन्मदिवस साजरा करू शकता, त्याचे प्रमुख अंग असेल, सत्संगाचा अभ्यास — व्यक्तिगत रूपाने, अन्य साधकांबरोबर तसेच अधिक दृढनिश्चयासह. आणि या महिन्यातील प्रत्येक दिवशी, सिद्धयोग मार्गाची वेबसाईट तुमच्या अभ्यासासाठी साहाय्य करेल; प्रत्येक दिवस तुमच्यासाठी नवनवीन साधने घेऊन येईल, ज्यांच्या साहाय्याने तुम्ही स्वतःच्या हृदयाशी संपर्क साधू शकाल.

जसे की आज वेबसाईटवर हे पत्र आहे, त्याचप्रमाणे वेबसाईटवर आणखीही 'काही' आहे. तुम्ही ते वाचले का? किंवा असे विचारणे जास्त योग्य ठरेल की तुम्ही ते *अनुभवले* का जे वेबसाईटवर दिले गेले आहे; तुम्ही त्याची लय ऐकली का आणि त्याच्या आरोह-अवरोहाला श्वासासह आपल्या आत उतरू दिले का; तुम्ही त्या शब्दांमध्ये विणलेल्या शिकवणीला आपल्या हृदयात सामावून घेतले का, हे लक्षात घेऊन की असे केल्यामुळे तुम्ही जीवन जगण्याच्या आणि कार्य करण्याच्या तुमच्या पद्धतींमध्ये परिवर्तन आणू शकाल. होय नक्कीच, मी त्याच अप्रतिम कवितेविषयी बोलते आहे जी श्रीगुरुमाईंनी आपल्यासाठी लिहिली आहे, जिचे शीर्षक आहे : "त्या अचूक क्षणाची प्रतीक्षा."

याव्यतिरिक्त, येणाऱ्या दिवसात व आठवड्यांमध्ये वेबसाईटवर आणखी बरेच काही असेल. वेबसाईटवर, गुरुमाईंबरोबर घडलेल्या प्रसंगांचे नवीन वृत्तांत असतील, Reflections on Gurumayi [गुरुमाईंकडून प्राप्त झालेल्या शिकवणींवर सिद्धयोग विद्यार्थ्यांचे चिंतन] असतील, त्या सद्‌गुणांवर व्याख्या असतील ज्यांची निवड जून महिन्याच्या प्रत्येक दिवसाकरता गुरुमाईंनी स्वतः केली आहे. गुरुमाईंच्या जन्मदिवशी आपण त्यांना जो नैवेद्य अर्पण करतो, त्या विषयावर एक व्याख्या असेल; तसेच गुरुमाईंच्या नववर्ष संदेशाने प्रेरित एक धारणासुद्धा दाखवली जाईल [व्हिजुअल] जी ध्यानात उतरण्यासाठी तुम्हाला मार्गदर्शन करेल.

आणि २४ जून, 'जन्मदिवसा'च्या त्या दिवशी व त्याच्या आसपासच्या दिवसांमध्ये काय असेल! माझा अंदाज आहे की, तुमच्यातील काहीजण हे जाणण्यासाठी अतिशय अधीर असतील — तेव्हा, त्यासाठी तर तुम्हाला आमच्यासोबतच राहावे लागेल! ☺ सिद्धयोग मार्गाची वेबसाईट पाहात राहा.

आणि इथे आपल्याला एक सुरेखसा विरोधाभास पाहायला मिळतो आहे. एकीकडे आपण "आपल्या गुरुमाईंचा" — ज्याला आपण हिंदीत म्हणतो, "हमारी गुरुमाई जी"— सन्मान करू इच्छितो. आपण त्यांचे यशोगान करण्यासाठी उत्सुक आहोत, आपण उल्हासाने त्यांचे स्तुतीगान करू इच्छितो, त्यांच्या जन्मदिवशी आपण त्यांना अगणित शुभेच्छा अर्पण करू इच्छितो. आपण गुरुमाईंना खूप काही अर्पण करू इच्छितो, आपण त्यांना खूप काही देऊ इच्छितो, त्यांच्यासाठी खूप काही करू इच्छितो आणि

तरीदेखील, घडते असे की गुरुमाईंचा जन्मदिवस साजरा करत असताना आपल्यालाच खूप काही प्राप्त होते. मी नेहमी विचार करते की, गुरुमाईंनी या महिन्याला “आनंदमय जन्मदिवस” असे नाव का दिले असावे — ते यासाठी की, संपूर्ण महिना सतत “आनंद” शब्द ऐकून व त्याचे उच्चारण करून आपण स्वतःकरताच आनंदाच्या अनुभूतीचे आवाहन करतो. यामुळे मला अधिक स्पष्टपणे समजते : “आनंदमय जन्मदिवस,” मुळातच गुरुमाईंच्या करुणेची अभिव्यक्ती आहे. याचा जन्म त्यांच्या औदार्यातूनच झालेला आहे.

एक सुंदर भजन आहे ज्याची रचना संतकवी कबीर यांनी केली आहे. हे भजन गुरुमाईंनी गेल्या काही वर्षांत अनेकदा गायले आहे, आणि आत्ता मला त्याचे ध्रुवपद आठवते आहे :

> साधो, सो सद्‌गुरु मोहे भावै।
> सत्त प्रेम का भर-भर प्याला, आप पिवै मोहे प्यावै॥

ओ साधू, माझे माझ्या सद्‌गुरूंवर किती प्रेम आहे,
जे सत्याचा प्याला पुनःपुन्हा काठोकाठ भरत राहतात.
ज्या पात्रातून माझे सद्‌गुरु स्वतः पान करतात,
त्यातूनच ते मलाही पान करायला देतात.[१]

आदरपूर्वक,

ईशा सरदेसाई

---

[१] *साधो, सो सद्‌गुरु,* ध्रुवपदाचे इंग्रजी भाषांतर © २०१८ एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन.

© २०१८ एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन®. सर्वाधिकार सुरक्षित.