

एप्रिल महिन्यात समयाला समय देणे

१ एप्रिल, २०२५

आत्मीय वाचक,

तुम्ही अलीकडच्या काळात ट्रेनमधून प्रवास केला आहे का? विमानातून? बसविषयी तुमचे काय मत आहे? टॅक्सीतून? किंवा तुमच्या स्वतःच्या गाडीतून? की तुम्ही त्या लोकांपैकी आहात, ज्यांना पायीच सगळीकडे जायला आवडते? तुम्ही बाहेर पडून संपूर्ण प्रवास पायीच करण्याच्या प्रयत्नात आहात का?

कदाचित तुम्ही प्रवास करण्याचा विचार करत आहात—कुठल्या तरी अशा एखाद्या ठिकाणी की, जिथे हवामान थोडे गरम असेल, एखाद्या थंड हवेच्या ठिकाणी, एखाद्या दूरवरच्या निसर्गरम्य स्थानी. किंवा कदाचित तुम्हाला तुमच्या घराजवळचेच एखादे ठिकाण आवडत असेल. किंवा मग तुम्ही अशा लोकांपैकी आहात का की, ज्यांना झाडांच्या सावलीतच वेळ घालवायला आवडते?

मी हे प्रश्न विचारते आहे, कारण प्रत्येक कार्याची, वाहतूकीच्या प्रत्येक साधनाची स्वतःचीच अशी एक गती असते. या दृष्टिकोणातून पाहिल्यास, हे समयासारखेच आहे. आपण जे काही करत आहोत आणि ज्या पद्धतीने करत आहोत, त्यानुसार आपल्याला जाणवते की, समय जलद गतीने वाटचाल करतो आहे, की मंद गतीने. तेव्हा सध्या, समय हा तुमच्यासाठी कोणत्या गतीने वाटचाल करतो आहे? तो खूप वेगाने पुढे जातो आहे का? की तो रडतरखडत वाटचाल करतो आहे? किंवा मग, तो अगदी त्याच गतीने वाटचाल करतो आहे का, जशी तुम्ही कल्पना केली होती?

या ग्रहावर कुठेतरी पहाट होते. मग सकाळ होते, मध्याह्न होते आणि सुस्त व आळसावलेले दुपारचे प्रहर असतात. मग रहस्यमयी तिन्हीसांजा होतात. आणि मग संध्याकाळ होते. आणि मग गर्द निळी-काळोखी रात्र. समय पुढे-पुढे पावले टाकीत आपल्या जीवनाभोवती फिरत राहतो. किंवा याच्या अगदी उलट काही घडत असते का?

दिवस आणि रात्र या अविराम चक्राच्या अंतर्गत एक कुतूहलपूर्ण, विलक्षण घटना घडते. वेळ अपुरा पडतो. आपले संकल्प पूर्ण करण्यासाठी, आपली उद्दिष्टे साध्य करण्यासाठी आणि आपली स्वप्ने

साकार करण्यासाठी वेळ अपुरा पडतो. आपण जे करायचे ठरवले होते, जी योजना आखली होती, ती पूर्ण करण्यासाठी वेळ अपुरा पडतो. आपण आपल्या वेळेचा सदुपयोग करण्यात असमर्थ ठरतो.

तेव्हा, काय घडते आहे? आपण काय करावे? आपण काय करू नये? एकीकडे आपल्याला अधिक चांगल्या प्रकारे वेळेचे निर्देशन करणे शिकायचे आहे; तर दुसरीकडे आपल्याला समर्पण करायचे आहे. आपल्याला योजनाबद्ध रीतीने, कुशलतेने वेळेचा उपयोगही करायचा आहे, त्याचे उचित नियोजनही करायचे आहे—आणि आपल्याला काही गोष्टी सोडूनही द्यायच्या आहेत. आपल्याला वाटचाल करायची आहे; आपल्याला स्थिर व अचल राहायचे आहे. आपल्याला बोलायचे आहे; आपल्याला मौन राहायचे आहे. आपल्याला नेतृत्व करायचे आहे; आपल्याला योगदान करायचे आहे. आंतरिक प्रेरणा प्राप्त करून आपल्याला कार्य करायचे आहे; आपल्याला आपल्या कर्मांच्या परिणामांचा स्वीकार करायचा आहे आणि गोष्टी ज्या पद्धतीने घडतात, तशा त्या घडू द्यायच्या आहेत. आपल्याला हे करायचे आहे, आपल्याला ते करायचे आहे आणि हा एकच प्रश्न सतत आपल्या मनात अधिकाधिक तीव्रतेने प्रतिध्वनित होत राहतो : *कसे?* हे—सगळे—आपण—कसे—करावे? वेळ अपुरा पडण्याचे संकट सतत आपल्याला भेडसावत राहते.

या पत्रातून मी तुम्हाला जे सांगू इच्छिते, त्यावर मी जेव्हा विचार करत होते, तेव्हा मला संतकवी सूरदासांचे हे भजन गात असल्याचा श्रीगुरुमाईचा आवाज निरंतर माझ्या अंतरी ऐकू येत होता : ‘अब ना बनी तो फिर ना बनेगी, नर तन बार-बार नही मिलता.’ “ते जर आता साध्य केले नाही, तर ते कधी साध्य होईल? मानवशरीर पुन्हापुन्हा मिळत नाही.” ब्रह्मांडीय स्तरावर विचार केल्यास, समय हा असीमित असू शकतो, परंतु आपल्यापैकी प्रत्येकाला जो समय दिला गेला आहे, तो निश्चितपणे सीमित आहे. जसे की, आपण लहानपणापासून आपल्या आईवडलांकडून आणि आपल्या मार्गदर्शकांकडून ऐकत आलो आहोत, आपण वेळेचा उपयोग सुज्ञपणे केला पाहिजे, अन्यथा आपण त्याला कायमचे गमावून बसू.

आता, या तथ्यामध्ये तात्कालिकतेचा, अविलंबाचा भाव अंतर्भूत आहे—पण याचा अर्थ असा नाही की, तुम्ही नाउमेद व्हावे, भयभीत व्हावे. सिद्धयोग मार्गावर, आपण आपल्या श्रीगुरूंकडून या गोष्टीचे महत्त्व शिकलो आहोत की, आपण प्रत्येक दिवसाची सुरुवात हा *नवा दिवस* आहे असे समजून करावी, नावीन्याच्या भावासह तसेच नवीन आरंभ करण्याच्या जाणीवेसह आपण आपल्या दिवसाची सुरुवात करावी. दररोज सकाळी, आपण आपल्या परीने सर्वोत्तम प्रयत्न करू शकतो आणि कृपेस प्रकट होऊ देऊ शकतो—आणि आपण पुन्हा एकदा प्रयत्न करू शकतो. जसे की, सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाइटवर तुमच्यापैकी एका व्यक्तीने अत्यंत स्पष्टपणे सांगितले आहे :

श्रीगुरुमाईच्या वर्ष २०२५ साठीच्या नववर्ष संदेशाला मी अशा एका आमंत्रणाच्या रूपात ग्रहण केले आहे, की ज्यायोगे मी प्रत्येक दिवसाला माझ्या इच्छेनुसार आकार देण्याची माझी स्वतःची क्षमता पुन्हा प्राप्त करू शकेन. हा समय *माझा* आहे आणि तो 'माझ्यासाठी लाभप्रद बनवण्याची' निवड मी नेहमीच करू शकते.

या सिद्धयोगीने जे सांगितले आहे, त्याच्याशी मी सहमत आहे, विशेषतः 'स्वतःची क्षमता पुन्हा प्राप्त करण्याविषयीच्या' तिच्या मुद्याशी. बरेचदा असे घडते की, आपला सामना जेव्हा आव्हानात्मक लोकांशी किंवा परिस्थितींशी होतो, तेव्हा आपण सहजपणे हार मानतो. आपण आपल्या निर्णयक्षमतेचा, कार्यक्षमतेचा त्याग करून, "नशिबा"पुढे हात टेकतो, जणू हे सारे विधिलिखितच होते. पण वास्तवात, हे खरे नाही, होय ना? जसे की, ही महिला आपल्याला स्मरण करवून देते आहे, निवड करण्याची संधी आपल्यापाशी सदैव असते.

तर आपण पदार्पण केले आहे, एप्रिल महिन्यामध्ये. इथे, श्री मुक्तानंद आश्रमामध्ये, आम्ही पाहतो आहोत की, आमच्या सभोवती निसर्ग कशा प्रकारे त्याच्या स्वरूपाचे मूलभूत अंग पुन्हा प्राप्त करतो आहे, तो स्वतःच्या स्वरूपाचा एक पैलू पुन्हा धारण करतो आहे. त्याच्या सहज ज्ञानाने त्याला हे ठाऊक आहे की, त्याने काय आणि कोण असायला हवे आणि या आधारे तो स्वतःला पुनर्नवीन करतो आहे. जणूकाही तो आपल्याला म्हणतो आहे, "होय. आता हा माझा समय आहे. मी वसंत ऋतूचे वस्त्र परिधान करणार आहे. मी 'वसंतभावात' अवतरित होणार आहे." आणि म्हणून, वातावरण उष्ण होऊ लागते. डॅफोडिलच्या फुलांचा लाल-पांढरा व पिवळा रंग पाहून, तुम्हाला हे जाणून आश्चर्य वाटणार नाही की, पाश्चिमात्य संस्कृतींमध्ये या फुलांचा संबंध पुनर्जन्म आणि नवीन आरंभांशी जोडला जातो. पौर्वात्य संस्कृतींमध्ये यांचा संबंध सौभाग्याशी आणि समृद्धीशी जोडलेला आहे.

या वर्षी, ईस्टर २० एप्रिलला आहे. मी जेव्हा ईस्टरचा विचार करते, तेव्हा मला लहान मुलांची आठवण येते. त्यांना निसर्गाच्या सान्निध्यात राहायला आवडते आणि या समयी त्यांना ईस्टरची अंडी शोधण्यासाठी बाहेर जायला मिळते. [अनेक पाश्चिमात्य संस्कृतींमध्ये ईस्टरच्या प्रीत्यर्थ अंडी विभिन्न रंगांनी रंगवली जातात किंवा त्यांच्या सालांमध्ये अथवा कृत्रिम अंड्यांमध्ये चॉकलेट्स भरली जातात किंवा मग अंड्यांच्या आकारांची चॉकलेट्स बनवली जातात. ही अंडी लपवून ठेवली जातात जेणेकरून मुलांनी ती शोधावीत आणि त्यांचा आनंद लुटावा.] तुम्हाला जर कधी ईस्टरच्या अंड्यांचा शोध घेणाऱ्या मुलांच्या सहवासात राहण्याची संधी लाभली असेल, तर तुम्हाला आढळून येईल की, त्यांना केवळ पाहिल्यानेच तुम्ही नवचैतन्याने भरून जाता. त्या मुलांकडे पाहणे हे तुमच्या अंतरी दडलेला बालसुलभ उत्साहाचा भाव जागृत करण्यासाठी पुरेसे असते.

या महिन्याच्या शेवटी म्हणजेच २९ एप्रिलला [भारतात ३० एप्रिलला] आपण अक्षयतृतीयेचा सण साजरा करणार आहोत. भारतीय पंचांगानुसार हा दिवस वर्षाच्या सर्वात शुभ अशा साडेतीन मुहूर्तांपैकी एक आहे आणि या सणाचा संबंधदेखील विपुलतेशी आणि नवीन आरंभांशी जोडलेला आहे. एखाद्या नवीन गोष्टीची सुरुवात करण्यासाठी हा दिवस म्हणजे विशेष शुभ समय मानला जातो.

नावीन्य अनुभवण्यासाठी या सर्व संधी मिळणे हे स्फूर्तिदायक आहे, होय ना? नवेपणाचा दृष्टिकोण विकसित करणे हे ताजेतवाने करणारे आहे—आहे ना?

काही दिवसांपूर्वी, वसंत-विषुवाच्या [रात्र व दिवस समान असण्याचा काळ] समयी श्रीगुरुमाई एका लहान मुलासोबत आश्रमाच्या परिसरात होत्या. हा मुलगा त्याच्या कुटुंबासह आश्रमात आला होता. त्या वेळी हवा इतकी हळुवार, इतकी सुमधुर व इतकी अद्भुत जाणवत होती की, गुरुमाईनी त्यांचे हात हवेत फिरवले, जणूकाही त्या एक रिबन फिरवत आहेत आणि त्यांनी हवेतून अदृश्य असे काहीतरी तोडले. त्यानंतर गुरुमाईनी हे 'काहीतरी' खाल्ल्याचा मूकाभिनय केला. त्या मुलाने आश्चर्याने गुरुमाईकडे पाहिले आणि विचारले, "गुरुमाई, तुम्ही काय करत आहात?"

गुरुमाईनी उत्तर दिले, "ही हवा किती ताजीतवानी वाटते आहे—म्हणून मी हिचा आस्वाद घेते आहे!"

तो मुलगा हसला आणि लगेच त्यानेसुद्धा तसेच करण्यास सुरुवात केली. अशा प्रकारे, गुरुमाईनी आणि त्या मुलाने एकत्र हवेचा आनंद घेत काही क्षण घालवले.

या जगात तुम्ही कुठेही असा—आणि ऋतू कोणताही असो—मी अशी आशा बाळगते की, तुम्हालादेखील हवेतील नावीन्य व ताजेपणा तुमच्या श्वासांमध्ये भरून घेण्याची संधी मिळेल. मी अशी आशा बाळगते की, यामुळे तुम्हाला स्मरण व्हावे की, तुम्ही प्रत्येक क्षणी नवीन होऊ शकता. मी तुम्हाला विचारू इच्छिते की, तुम्ही या वर्षी वेळ काढून याकडे लक्ष दिले आहे का की, तुम्ही वास्तवात समयाच्या दयेवर अवलंबून नाही? समय हा ज्या कोणत्या परिस्थिती तुमच्यासमक्ष घेऊन येतो, त्यांचे तुम्ही बळी नाही?

मी यापूर्वीही लिहिले आहे की, वर्ष २०२५च्या त्यांच्या संदेशात श्रीगुरुमाई 'तुमचा वेळ' या शब्दांचा प्रयोग कशा प्रकारे करतात—'तुमचा' शब्द हा इथे स्पष्टपणे सूचित करतो की, आपले सामर्थ्य महत्त्वहीन नाही. ज्या सिद्धयोगीची अंतर्दृष्टी मी वर उद्धृत केली, त्या छबीचे उदाहरण घेतल्यास असे आढळून येते की, आपण त्या शिल्पकारांसारखे आहोत, ज्यांच्यापाशी समयाला कोरून आकार देण्याचे व स्वतःसाठी अशा समयाची रचना करण्याचे कौशल्य आहे, ज्यायोगे

आपल्याला ती कार्ये करता येतील, जी आपल्या लेखी महत्त्वाची आहेत. आपल्यापाशी जो समय आहे, त्या समयातून आपण एखाद्या सुंदर गोष्टीची रचना करू शकतो, आपण एखाद्या मौल्यवान गोष्टीची रचना करू शकतो.

तेव्हा, आपल्याकडे हे सामर्थ्य आहे, होय ना? आणि ही एक उत्तम गोष्ट आहे. तथापि, तुम्हाला हे ज्ञात आहेच की, सामर्थ्य असणे याचा अर्थ म्हणजे उत्तरदायित्व असणेदेखील होय. आपल्यापैकी प्रत्येकाने याविषयी विचार करणे अनिवार्य आहे : ते कोणते सिद्धान्त आहेत, ज्यांच्या आधारे आपण आपल्या समयाला आकार द्यावा? ते निकष काय आहेत?

जी व्यक्ती स्वतःच्याच मनमानीपणाने, स्वतःच्याच मर्जीने समयाला आकार देऊ पाहते, ती व्यक्ती सर्वांच्या हिताचे समर्थन करण्याच्या तिच्या नैतिक उत्तरदायित्वाकडे कानाडोळा करते, त्याची उपेक्षा करते. या ग्रहावर जगण्याचा अधिकार सर्वांनाच आहे. इथे असणे हा एक उपहार आहे जो आपल्या सर्वांना समान रूपाने प्रदान केला गेला आहे. मानव या नात्याने आपण एकमेकांचा आदर करायलाच हवा. याचा अर्थ हा आहे की, आपण इतर लोकांच्या जीवन जगण्याच्या पद्धतींचा स्वीकार करावा आणि त्यांची प्रशंसा करावी. याचा अर्थ आहे, त्यांच्या वेळेचा आपण तितकाच सन्मान करावा, जितका आपण आपल्या वेळेचा सन्मान करतो. याचा अर्थ आहे, आपण समयाची लय समजून घेण्याचा प्रयास करावा. जीवनातील प्रत्येक क्षण आपल्यासमोर ही निवड करण्याची संधी आणतो की, आपण कशा प्रकारे विचार करायला हवा, कशा प्रकारे कार्य करायला हवे आणि कशा प्रकारची प्रतिक्रिया द्यायला हवी. आणि आपण जे निर्णय घेतो त्यांचा जो एकत्रित परिणाम असेल, तोच आपल्याला एका नव्या जीवनाकडे घेऊन जाण्यास महत्त्वाचा ठरेल.

ऐकायला छान वाटते, हो ना? *एका नव्या जीवनाकडे घेऊन जाणे.* चला तर मग, तसे करू या!

आदरपूर्वक,
ईशा सरदेसाई

