समयाचा आदर करणे

१ ऑगस्ट, २०२५

आत्मीय वाचक,

समयाविषयीचा तुमचा अनुभव कोणत्या गोष्टीने प्रभावित होतो, याचा तुम्ही कधी विचार केला आहे का? असे का होते की, एखादा दिवस तुम्हाला एक विशिष्ट जाणीव करवतो किंवा एखाद्या विशेष गोष्टीशी संबंध दर्शवतो, तर याउलट, पुढचाच दिवस आदल्या दिवसापेक्षा पूर्णतः वेगळीच अनुभूती जागृत करतो? तुम्हाला असे वाटते का की, तुम्ही ज्या गोष्टींची निवड करत आहात, म्हणजे, तुम्ही तुमच्या वेळेच्या बाबतीत काय करायाचे ठरवत आहात, त्यामुळे असे घडते? की मग, मुळात समयामुळे आणि परिस्थितींमुळे असे घडते का? या वर्षी, आपण जेव्हा श्रीगुरुमाईंच्या वर्ष २०२५च्या संदेशाचे अध्ययन करत आहोत, तेव्हा हे प्रश्न विचारणे फायदेशीर ठरू शकते.

प्राचीन ग्रीसमधील तत्त्ववेत्त्यांनी या विषयावरील त्यांच्या लिखाणांमधून, समयाच्या दोन मुख्य धारणांविषयी सांगितले आहे. एकाला त्यांनी ‘क्रोनोस’ म्हटले आहे आणि दुसऱ्यास ‘काइरोस.’[1] ‘क्रोनोस’ हा समयाचा तो पैलू आहे ज्याचे प्रमाण निर्धारित केले जाऊ शकते म्हणजे ज्याचे मोजमाप करता येऊ शकते. हे म्हणजे एखाद्या गोष्टीचा कालावधी, त्या गोष्टीची पुनरावृत्ती किंवा एखाद्या गोष्टीचे वय असते—म्हणजे एका वर्षातील दिवसांची संख्या, एखादे काम पूर्ण करण्यासाठी लागणाऱ्या तासांची संख्या आणि त्या तारखा, जेव्हा एखादी घटना घडली किंवा तिची पुनरावृत्ती झाली. ‘क्रोनोस’ म्हणजे समयावर आधारित संरचना आहेत, ज्यांच्या अंतर्गत काम करण्याचा निर्णय आपण सर्वांनी एकमताने घेतला आहे.

‘काइरोस’ हा पैलू अधिक सूक्ष्म आहे. ग्रीक भाषेमध्ये ‘काइरोस’ या शब्दाचा एक अर्थ ‘योग्य वेळ’ असा आहे. हा शब्द दर्शवतो की, एखाद्या क्षणाची काय मागणी आहे किंवा एखाद्या क्षणी काय गरजेचे आहे, ज्याचा अभिप्रेत अर्थ हा आहे की, ‘क्रोनोस’ समयाच्या अंतर्गत काही असे उपयुक्त वा अनुकूल क्षण असतात की, जेव्हा एखादी गोष्ट करता येऊ शकते किंवा एखादी गोष्ट घडू शकते. ‘काइरोस’ किंवा एक उपयुक्त क्षण कोणता आहे, हे अनेक घटकांच्या आधारे निश्चित केले जाऊ शकते—जसे की एखादी अनपेक्षित घटना किंवा आपल्या वैयक्तिक परिस्थिती आणि व्यापक सामाजिक परिस्थिती यांचे एकत्रित रूप.

मुळात, ‘काइरोस’ ही एक अशी संकल्पना मानली गेली आहे, जी बहुतांशी समयाचे ‘गुण’ दर्शवते. तारीख, तास किंवा कालावधी यांसारखे मापदंड जरी उपयोगी आणि आवश्यक असले, तरी ते स्वतंत्रपणे हे दर्शवणार नाहीत की, एखादा विशिष्ट समय महत्त्वाचा का आहे किंवा त्या वेळी काय करण्याची आवश्यकता आहे. ‘काइरोस’ या संकल्पनेच्या अंतर्गत अशी धारणा आहे की, एखाद्या व्यक्तीने समयासोबत सक्रियतेने कार्यरत व्हावे, ज्याच्या साहाय्याने ती व्यक्ती समयाची गतिशीलता मान्य करते आणि त्याच्या गतीप्रति सजग राहून त्यानुसार प्रतिक्रिया व्यक्त करते.

निसर्गातील ऋतू परिवर्तनामध्ये आपल्याला याचे एक सुंदर उदाहरण आढळून येते. आपण जरी कॅलेंडरच्या ठराविक दिवसांना चिह्नांकित करू शकत असलो की, सर्वसाधारणपणे वसंत किंवा पानगळीचा ऋतू किंवा ग्रीष्म ऋतू अमुक दिवसांमध्ये सुरू होईल, पण नैसर्गिक जगत या संरचनेला बांधील नाही. फुले तेव्हाच उमलतील, पाने त्यांचा रंग तेव्हाच बदलतील, जेव्हा तसे करण्यासाठी परिस्थिती त्यांना अनुकूल असतील. परिस्थितींनुसार स्वतःला बदलण्याची पृथ्वीची क्षमता आणि तिची लवचीकता अथांग आहे आणि ती तिच्या सिद्धान्तांविषयी सदैव प्रामाणिक राहते.

श्रीगुरुमाईंच्या नववर्ष-संदेशाच्या माझ्या अध्ययनात आणि समयाशी माझा जो संबंध आहे, समयाविषयी माझा जो अनुभव आहे, त्याबाबतीत निरंतर सुरू असलेल्या माझ्या परीक्षणात ‘क्रोनोस’बद्दल आणि ‘काइरोस’बद्दल शिकणे माझ्यासाठी महत्त्वपूर्ण ठरले आहे. याविषयी माझी समज आता अशी आहे. समय—निश्चितच—ते सुनियोजित पृष्ठपटल आहे ज्याच्यासमोर स्थित असलेल्या मंचावर आपण आपले जीवन जगतो. याने आपले जीवन सुव्यवस्थित करण्यास तसेच त्याच्या विकासाचे व त्यात घडणाऱ्या परिवर्तनांचे मोजमाप करण्यास मदत मिळते. त्याबरोबरच, समय म्हणजे ते सक्रिय ‘तत्त्व’ *देखील* आहे, ज्याच्याबरोबर आपण आपल्या अंतःप्रज्ञेद्वारे, आपल्या बुद्धीद्वारे आणि आपल्या विवेकक्षमतेद्वारे सतत संवाद साधू शकतो आणि साधायलाही हवा. जसे की, श्रीगुरुमाईंनी म्हटले आहे : “समय परमेश्वर आहे. समय दिव्य आहे. समय विद्युल्लतेची चमक आहे. समय चितीचा प्रवाह आहे.”

१ जानेवारी रोजी, ‘मधुर सरप्राईझ्’ या कार्यक्रमामध्ये श्रीगुरुमाईंनी ‘महाकाल’ याविषयी सांगितले होते. ‘महाकाल,’ भगवान शिवाचे ते रूप आहे, जे समयाचे प्रतीक आहे. माझ्यासाठी, भगवंताचे मूर्त स्वरूप म्हणून समयाची ही प्रतिमा तितकीच बोधप्रद आहे जितकी की ती विस्मयकारी आहे. ती असे सूचित करते की, समय चेतन आहे; की समय आपल्याशी संवाद साधू शकतो; की समय आपल्याला संकेत

देतो, आपल्याला सांगतो की, काय आवश्यक आहे. गरज आहे ती फक्त आपण त्याकडे बारकाईने लक्ष देत राहण्याची.

तेव्हा, आपण हे कसे करायचे? आपण समयाकडे लक्ष कसे द्यावे? समयाची कुजबुज, त्याचे पुटपुटणे, अधूनमधून होणारी त्याची गर्जना आपण कशी ऐकायची?

श्रीगुरुमाईंनी ‘मधुर सरप्राईझ्’मध्ये ही गोष्टदेखील समजावून सांगितली होती. तुम्हाला आठवते का? श्रीगुरुमाईंनी आपल्याला शिकवण प्रदान केली होती, “आपल्या अंतर-स्थितीमध्ये राहा.” म्हणजे, आपण आपल्या अस्तित्वाच्या केंद्रस्थानी, आपल्या हृदयात, अंतरी विद्यमान असलेल्या भगवंताच्या स्थानी राहावे. अगदी अलीकडेच, श्री मुक्तानंद आश्रमात गुरुपौर्णिमेच्या महिन्यात झालेल्या एका सत्संगात, गुरुमाईंनी या शिकवणीबद्दल पुन्हा एकदा सांगितले.

गुरुमाईंनी सांगितले :

> आपल्या अंतर-स्थितीशी अनुसंधान कसे साधायचे हे लोकांनी शिकणे चांगले आहे. लोक अतिशय असंतुलित असतात, त्यांच्या अंतर-स्थितीपासून दूर जातात. स्वतःच्या आत्म्यामध्ये—स्वतःच्या अंतर-स्थितीमध्ये—स्थिर होण्याऐवजी आणि त्या स्थानी राहून कार्य-व्यवहार करण्याऐवजी ते तिकडे जातात, जिकडे हवा घेऊन जाईल, जिकडे वादळ घेऊन जाईल.
>
> यासाठी पूजा-अनुष्ठाने खूप चांगली असतात, पण काही लोकांना तरीही पूजा-अनुष्ठानांच्या शक्तीविषयीची समज नसते. पूजा-अनुष्ठाने व्यक्तीला तिच्या स्वतःच्या अंतर-स्थितीकडे परतण्यास मदत करतात.

श्रीगुरुमाई अनुष्ठानांविषयी जेव्हा बोलत होत्या, तेव्हा त्या विशेषकरून पूजा करण्याविषयी तसेच या विधींमध्ये जे काही समाविष्ट असते त्या सर्व गोष्टींविषयी बोलत होत्या. पूजा करताना आपण क्रमानुसार जे विधी करतो, त्या प्रत्येक कार्याचा एक उद्देश असतो, तो म्हणजे आपल्याला अंतर-स्थितीच्या, आपल्या अंतरीच्या केंद्रस्थानाच्या अनुभूतीकडे घेऊन जाणे. तुम्ही कितीतरी वेळा लोकांना असे म्हणताना ऐकले असेल : “अंतरी खोलवर, मला हे माहीत होते.” आपल्या अस्तित्वाच्या सखोलतेत ज्ञानाचा वास आहे. पूजा-अनुष्ठानांच्या माध्यमातून, पूजा-अर्पणाच्या माध्यमातून आपण याच आंतरिक ज्ञानापर्यंत पोहोचतो.

***

सिद्धयोग मार्गावर या महिन्यात दिनांक आणि प्रसंगांचा एक अद्‌भुत संगम होतो आहे—जेव्हा कॅलेंडरमधील विशिष्ट दिवशी, महत्त्वाच्या व उत्सवाच्या क्षणांचे मिलन अत्यंत मनोहारी रूपाने होते आहे.

माझ्या म्हणण्याचे तात्पर्य काय आहे?

- ८ ऑगस्ट रोजी आपण भगवान नित्यानंदांची सौर पुण्यतिथी साजरी करणार आहोत. याच दिवशी बडे बाबांनी आपल्या भौतिक देहाचा त्याग केला आणि ते परम चेतनेत विलीन झाले होते. सिद्धयोग मार्गावर आपल्यासाठी हा एक पावन दिवस आहे—प्रार्थना, स्मरण, आणि कृतज्ञतेचा दिवस. भारताचे शास्त्रग्रंथ आणि परंपरा आपल्याला असे शिकवतात की, एका महान विभूतीचे या पृथ्वीतलावरून प्रयाण झाल्यानंतरदेखील त्यांच्या भक्तांना त्यांच्या आशीर्वादांची अनुभूती होत राहते.

- त्याचबरोबर, ८ ऑगस्ट रोजी श्री मुक्तानंद आश्रमात रक्षाबंधनाचा सण साजरा केला जाणार आहे. सिद्धयोग्यांसाठी हा सण म्हणजे श्रीगुरू आणि शिष्य यांच्यातील संरक्षणाच्या आणि प्रेमाच्या बंधनाचा उत्सव साजरा करण्याचा समय आहे. श्रीगुरुमाईंनी म्हटले आहे की, हे बंधन ‘अक्षत’ आहे; ‘अक्षत’ एक संस्कृत शब्द असून त्याचा अर्थ आहे, ‘ते ज्याचा कधीही क्षय होत नाही.’

- १५ ऑगस्ट हा भारताला वसाहतवादी राजवटीपासून स्वातंत्र्य मिळाल्याचा वर्धापन दिवस आहे आणि याच दिवशी आपण बाबा मुक्तानंदांच्या दिव्य दीक्षेचा सोहळा साजरा करणार आहोत. या दिवशी बाबांना त्यांचे श्रीगुरू, भगवान नित्यानंद यांच्याकडून शक्तिपात दीक्षा प्राप्त झाली होती. आज आपल्या सर्वांसाठी या घटनेचे अनन्यसाधारण महत्त्व आहे. कारण हाच तो शुभारंभ होता ज्याच्या फलस्वरूप बाबांनी सिद्धयोग मार्गाची स्थापना केली.

- तसेच, १५ ऑगस्टलाच कृष्णजन्माष्टमीदेखील आहे; असे म्हटले जाते की, या दिवशी भगवान श्रीकृष्णाचा जन्म झाला होता. कृष्णजन्माष्टमीच्या रात्रीला ‘मोहरात्री’ असे म्हटले जाते. भारतीय पंचांगानुसार ही वर्षातील सर्वात शुभ अशा तीन रात्रींपैकी एक आहे.

महोत्सवांचे अशा प्रकारे एकाच वेळी असणे हे किती विलक्षण आहे, होय ना? ८ ऑगस्ट आणि १५ ऑगस्ट हे दिवस सिद्धयोग मार्गावर नेहमीच विशेष असतात, कारण बडे बाबांची पुण्यतिथी आणि बाबांचा दिव्य दीक्षा दिवस हे सौर तिथीनुसार महोत्सवाचे दिवस आहेत. पण इतर दोन महोत्सव—रक्षाबंधन आणि कृष्णजन्माष्टमी—हे पंचांगात दिलेल्या तिथीनुसार म्हणजे चांद्र तिथीनुसार निश्चित केले

जातात. म्हणून, ते साजरे करण्याच्या तारखा दरवर्षी बदलतात. तेव्हा, वर्ष २०२५मध्ये हे महोत्सव एकाच दिवशी असणे हा एक अनोखा योगायोगच असल्याचे प्रतीत होते.

किंवा कदाचित हा इतकाही विशेष योगायोग नसावा. कदाचित, या वर्षी जेव्हा गुरुमाईंचा नववर्ष-संदेश हा पूर्णतः समयाशी असलेल्या आपल्या संबंधाबद्दलच आहे, तेव्हा समयदेखील आपल्याला काहीतरी सांगण्याचा प्रयत्न करत असल्याचे हे आणखी एक उदाहरण असावे. एखाद्या क्षणी काय आवश्यक आहे, हे ओळखता येणे नेहमीच सोपे नसते. निदान, माझा तरी हाच अनुभव आहे. पण काही प्रसंग असे असतात—जसे की आता ऑगस्टमध्ये—जेव्हा सर्व संकेत जणू आपल्याला एकाच दिशेला निर्देशित करत असतात. असे काही प्रसंग असतात, की जेव्हा आपण काय करणे सुज्ञपणाचे व विवेकपूर्ण ठरेल, हे पूर्णतः स्पष्ट असते.

मला वाटते, ऑगस्टमध्ये याचा अर्थ आहे, भगवंताचे आणि श्रीगुरूंचे स्मरण करणे व त्यांची आराधना करणे. निश्चितच, सिद्धयोग मार्गावर श्रीगुरुमाईंकडून आपण शिकलो आहोत की, कोणतीही वेळ ही भगवंताची पूजा करण्यासाठी शुभ असते. कोणताही समय हा श्रीगुरूंना आपली श्रद्धा अर्पण करण्याचा पुण्यसमय असतो. खरे तर, गेल्या काही महिन्यांपासून इतके सारे आनंदाने भरलेले सिद्धयोग महोत्सव साजरे करताना, या पूर्ण ग्रीष्म ऋतूच्या दरम्यान आपण हेच तर करत आलो आहोत. तरीही, श्रीगुरुमाई आपल्याला शिकवतात की, आपण स्वतःच्या अंतरी जी दिव्यता आणि जो चांगुलपणा अनुभवतो, त्याला कोणतीही सीमा नाही. जसे की श्रीगुरुमाई म्हणतात की, सिद्धयोग साधनेत आपण सतत “महानतेकडून अधिक महानतेकडे आणि अधिक महानतेकडून महानतमच्या दिशेने” पुढे जात राहतो.

तर मग, ऑगस्ट महिन्यात असेच घडते आहे.

ऑगस्ट म्हणजे तो महिना, जेव्हा आपण भगवंताकडून आणि श्रीगुरूंकडून प्राप्त होणाऱ्या अगाध कृपेचा आणि संरक्षणाचा सोहळा साजरा करतो. असे करून आपण आपल्या हृदयात गहन शांती अनुभवतो.

ऑगस्ट म्हणजे तो महिना, जेव्हा आपण आपल्या वेळेचा सदुपयोग करण्याचा आपला संकल्प अधिक दृढ करतो. आणि असे करून आपण आपल्या सभोवताली एका शांतीमय वातावरणाची निर्मिती करतो.

आता, तुम्हाला विचार करावयास लावणारे, तुमच्या विचारमंथनासाठी इथे एक-दोन प्रश्न आहेत. वेळ दाखवणारे घड्याळ स्वतःपाशी ठेवणे तुम्हाला आवडेल का? की मग, तुम्हाला तुमचा संपूर्ण वेळ, प्रत्येक क्षण, पूर्ण दिवस शांतीने परिपूर्ण असलेला जास्त आवडेल? या दोन्ही गोष्टी खरंच एका वेळी

होऊ शकणार नाहीत का? आपण भगवंताची पूजा करतो, भगवंताची अनुभूती घेण्यासाठी. त्याचप्रमाणे, आपण सर्वोत्तम रीतीने समयाचा उपयोग करतो, जेणेकरून आपण समयाला जाणावे. असे केल्याने आपण आपल्या हृदयमंदिराशी, त्या पावन स्थानाशी आपले नाते अधिक दृढ करतो, जे शांतीने व्याप्त आहे.

आदरपूर्वक,
ईशा सरदेसाई

© २०२५ एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन®. सर्वाधिकार सुरक्षित.

[१] या पत्रात 'क्रोनोस' व 'काइरोस' यांचे वर्णन मुख्यतः John E. Smith, "Time, Times, and the 'Right' Time; *chronos* and *kairos*," *The Monist: Philosophy of History*, Vol. 53, No. 1 (1969), पृ. १-१३, https://www.jstor.org/stable/27902109 मधून घेण्यात आले आहे.