प्रकाशाच्या दिशेला वळणे

१ डिसेंबर, २०२०

आत्मीय वाचकांनो,

वर्ष २०२० ची सांगता करणाऱ्या या महिन्यात आपले स्वागत! उत्तर गोलार्धात थंडीच्या मोसमाचे स्वागत करण्यासाठी तुम्ही तयारी करत असाल किंवा दक्षिण गोलार्धात लागवडीच्या मोसमासाठी तुम्ही तयार होत असाल, हे काहीही जरी असले, तरी हा क्षण आपल्या आध्यात्मिक जीवनातील आणखी एका स्थित्यंतराचा एक क्षण आहे ज्यावेळी आपल्या परमप्रिय श्रीगुरुमाईंकडून आपल्याला या वर्षी विपुल प्रमाणात प्राप्त होत असलेल्या मार्गदर्शनावर आणि त्यांच्या शिकवणींवर आपण मनन-चिंतन करत आहोत. अशा प्रकारचे ‘मनन’ हे वर्ष २०२१मध्ये प्रवेश करण्यासाठी केलेली सर्वात उत्कृष्ट पूर्वतयारी असू शकते असे मला वाटते.

या विशिष्ट क्षणी जेव्हा आणखी एका वर्षाची सांगता होते आहे, तेव्हा ते आपल्याला स्पष्ट जाणीव करून देते आहे की, काळ पुढे सरकतो आहे. तुम्हाला जाणवले नाही का, की कशा प्रकारे शेवट, काळाला अधिक मूल्यवान बनवतो? अगदी या क्षणी जेव्हा मी इथे बसून लिहितो आहे, तेव्हा इथे एक वादळ घोंगावू लागले आहे, आकाशात काळोख दाटून आला आहे. माझ्या सभोवतालचे जग शांततेत बुडून गेले आहे— एका म्हणीनुसार वादळापूर्वीची शांतता. आकाशातील वीजेचे सौम्य कडाडणे मला परत वर्तमानात आणते आहे आणि एक संक्षिप्त कविता लिहिण्यास प्रेरित करते आहे.

अवघ्या क्षणांच्या दरम्यान

पावसापूर्वीच्या क्षणात,
एक जिवंत निःस्तब्धता असते,
एखाद्या मासोळीच्या झेपेप्रमाणे,
एक पान गळून पडण्याप्रमाणे, किंवा
श्वासोच्छ्वासांमधील अवकाशाप्रमाणे.
अवघ्या क्षणांच्या दरम्यान
तुम्ही कोणीच नसता—
केवळ एकमात्र ‘तो’ असता.

या ओळी स्फुरल्यानंतर मला असे वाटले की, या वर्षीच्या श्रीगुरुमाईंच्या संदेशाच्या अध्ययनाने माझी ही समज इतकी सखोल बनवली आहे की, आपल्यासाठी आंतरिक बोधाचे हे शांत क्षण सदैव उपलब्ध असतात, जर आपण लक्ष दिले तर. म्हणूनच, एका सुमधुर पद्धतीने ही कविता माझ्यासाठी ते एक ज्ञान अभिव्यक्त करते ज्यामध्ये मी या वर्षी स्वतःला अधिक दृढतेने स्थापित केले आहे.

या काळात आपल्यासमोर अनेक अडचणी आणि त्रास असू शकतात, तथापि आत्मा त्याच्या निःशब्द प्रकाशासह सदैव झगमगत असतो. तरीदेखील तुम्हाला असे वाटत नाही का की, आपल्या जागरूकतेला या प्रकाशाकडे वळविण्यासाठी आपल्याला थोडा पुढाकार घ्यावा लागतो आणि काळजीही घ्यावी लागते? एक प्रकारे, जीवन हे त्या एखाद्या महामंचासारखे, त्या एका अतिशय मोठ्या चित्रपटगृहासारखे आहे ज्यामध्ये बारा निरनिराळे चित्रपट सुरू असतात, त्यांतील काही हृदयाचे ठोके वाढवणारी म्हणजेच रोमांचक नाट्ये असतात, उत्तेजना म्हणजेच मानसिक तणाव निर्माण करतात तर काही नितांत सुंदर आणि प्रेरणादायीही असतात. कोणत्या चित्रपटाच्या कथानकात स्वतःला तल्लीन करावे याची निवड जरी आपण करू शकत असलो, तरी कदाचित आपल्याला असे वाटणार नाही की आपण आपल्या जीवनाच्या परिस्थितींची निवड करत आहोत. तरीदेखील, आपण आपल्या मनात कोणत्या चित्रपटांचे खेळ करतो, यावर आपले *बऱ्यापैकी* नियंत्रण असते. आणि आपण आपल्या अंतरातील मनोरंजनांनी आणि नाट्यांनी जेव्हा शिणतो—मी तुम्हाला अगदी खरोखर सांगतो जी अतिशय खरी वाटतात—तेव्हा आपण आपल्या चेतनेला आत्म्याच्या प्रशांत आणि चमचमणाऱ्या प्रकाशाकडे वळवू शकतो जो आपल्या अंतरी अखंडपणे झगमगतो आहे.

आत्म्याकडे वळणे साध्य करण्याची एक व्यावहारिक रीत ही आहे की, तुम्ही तुमचे अवधान सिद्धयोग मार्ग वेबसाइटवरील अनेक सखोल आणि उत्थानकारी गंतव्यस्थळांमध्ये निमग्न करावे. आता, *येथे* एक मल्टिप्लेक्स् आहे जेथे सर्वकाही उत्थानकारी आहे.

गेल्या महिन्याच्या शेवटी झालेल्या ‘दर्शन और मनन’मध्ये जैया सीबर्ट ने सांगितले की, या वर्षी आतापर्यंत सिद्धयोग वैश्विक हॉलमध्ये थेट व्हिडिओ प्रक्षेपणाद्वारे एकोणपन्नास सत्संग झाले आहेत. या महिन्यात, आपण या अनेक सत्संगांमध्ये, अध्ययन-सत्रांमध्ये आणि अभ्यास-संमेलनामध्ये प्राप्त झालेल्या शिकवणींचा अभ्यास सुरू ठेवू शकतो —*आणि* संघम्च्या रूपाने एकत्रितपणे आणखी अनेक सत्संगामधे भाग घेण्याची संधी आपल्या उपलब्ध असेल.

Engaging in *Shanta-rasa* [शान्त-रस के साथ संलग्न होना]

डिसेंबर महिन्यातील पहील्या तीन आठवड्यांमध्ये, सिद्धयोग वैश्विक हॉलमध्ये सत्संगांची एक नवीन शृंखला आयोजित होईल जिचे शीर्षक आहे, Engaging in *Shanta-rasa* [शान्त-रस के साथ संलग्न होना]. बुधवारी आणि शनिवारी होणारे हे सत्संग थेट व्हिडिओ प्रक्षेपणाद्वारे उपलब्ध होतील.

मंदिरात राहा

'मंदिरात राहा'च्या अद्भुत अशा सत्संगांनी—मार्च ते ऑगस्ट या महिन्यांदरम्यान थेट व्हिडीओ प्रक्षेपणाद्वारे सिद्धयोग वैश्विक हॉलमध्ये आयोजित झालेल्या छत्तीस सत्संगांनी—त्यांतील सहभागींना जेवढे प्रभावित केले आहे, त्याविषयी माझ्या मते आपण अंदाजच लावू शकणार नाही. 'मंदिरात राहा' या वेबसाइटवरील सत्संगाच्या प्रारंभिक पृष्ठांमध्ये, सत्संगांमध्ये झालेली श्रीगुरुमाईंची प्रवचने आणि काही सत्संगांसाठी 'जतन करण्यासाठी आशीर्वाद' या शीर्षकाच्या अंतर्गत ज्या शिकवणींची रचना केली होती, यांचे एकत्रीकरण करण्यात आले आहे. याचा उल्लेख मी पूर्वीच्या पत्रांमध्येही केलेला आहे पण त्या पृष्ठांकडे पुन्हा एकदा वळणे अत्यंत लाभदायक ठरेल—जसे की हे मी स्वतःदेखील अनेकदा अनुभवले आहे. आणि—चित्रपटाच्या विषयवस्तुकडे परतताना—या सत्संगाचे जे सीक्वलस् म्हणजेच पुढील भाग आले आहेत, त्यांतील प्रत्येक भाग तो पैलू दर्शवतो जो सिद्धयोग संघम्ला या सत्संगांमधून प्राप्त झाला. आणि हे दोन भाग आहेत.

- **मंदिरात राहा-२**—या पृष्ठांमध्ये समाविष्ट आहेत सिद्धयोग ध्यान शिक्षकांनी आणि साधकांनी केलेली अनेक भाष्ये आणि दिलेली व्याख्याने, संपूर्ण विश्वातील सिद्धयोग्यांनी सांगितलेल्या बोधप्रद कथा आणि त्याचप्रमाणे 'मंदिरात राहा' या सत्संगादरम्यान सादर केल्या गेलेल्या सिद्धयोग संगीताच्या आणि संकीर्तनांच्या झलकी, याबरोबरच सिद्ध कॉफी तयार करण्याची कृती. 'मंदिर में रहो-२ का परिचय'मध्ये ईशा सरदेसाई यांनी असे लिहिले आहे की, या सत्संगांसाठी श्रीगुरुमाईंचा उद्देश होता लोकांचे मनोबल पुन्हा वाढवणे.

- **मंदिरात राहा-३**—इथे तुम्हाला सिद्धयोग ध्यान शिक्षकांनी आणि भारताच्या साहित्यिक तसेच आध्यात्मिक परंपरेतील विद्वानांनी लिहिलेली भाष्ये आढळतील, ज्यांमध्ये सिद्धयोग शिकवणी, अभ्यास आणि परंपरा विशद केल्या गेल्या आहेत, जे सर्व 'मंदिरात राहा' या सत्संगाचा एक भाग होते. 'मंदिर में रहो-३ का परिचय'मध्ये स्वामी शांतानंद आपल्याला प्रोत्साहित करतात की या पृष्ठांवर उपलब्ध पवित्र शिकवणींचे आपण अन्वेषण करावे आणि हे परीक्षण त्यातील कोणती गोष्ट आपण आपल्या जीवनात आणि आपल्या साधनेत कार्यरत

करू शकतो हे जाणून घेण्याच्या उद्देशासह असावे. ते असे लिहितात की हे, “like unearthing gold—the gold of divine wisdom” [सुवर्णाला शोधून काढण्यासारखे आहे—दिव्य प्रज्ञानाच्या सुवर्णाला शोधण्यासारखे आहे].

उत्सवांचा मोसम

डिसेंबर हा महिना त्यामध्ये येणाऱ्या उत्सवांसाठी ओळखला जातो. याला नेहमीच उत्सवांचा मोसम असे म्हटले जाते : प्रकाशाचा जादुई समय जेव्हा लोक त्यांच्या घरांना आणि रस्त्यांना प्रकाशाने सजवतात आणि एकमेकांना उपहार देण्याचे मार्ग शोधतात—आणि मुख्यतः, लहान बालकांना देण्याचे.

या समयी विश्वभरात लोक उत्सव साजरे करतात जसे की हनुका, यहूदींचा ‘प्रकाशाचा उत्सव’ [१० ते १८ डिसेंबर], क्वांझा हा पारिवारिक सदाचरणाचा आफ्रिकन-अमेरिकन उत्सव [२६ डिसेंबर ते १ जानेवारी] आणि ख्रिसमस डे [२५ डिसेंबर], ख्रिश्चन लोकांचा उत्सव ज्यामध्ये मानव जातीतील ईश्वराच्या आविष्काराचा उत्सव साजरा केला जातो.

उत्सवांच्या मोसमात, मी अनेक वर्षे गायकवृंदासह [भजने गाणारे समूह] गात आलो आहे आणि विशेषतः आम्ही गायलेले गहन आध्यात्मिक संगीत मला अतिशय प्रिय आहे. सिद्धयोग मार्गावर, आपल्याला संपूर्ण वर्षभर भगवन्नाम गात राहण्याचा आणि पुन्हापुन्हा स्वतःच्या अस्तित्वातील दिव्य रहस्याचा अनुभव घेत राहण्याचा आशीर्वाद प्राप्त आहे. उत्सवांच्या मोसमाविषयी आणखीन काहीतरी असे आहे की जे खरोखर जिवंत आणि विशेष असते, आणि दररोज नामसंकीर्तन करणे किंवा आठवड्यातील बऱ्याचशा दिवशी श्रीगुरुगीतेचे पठण करणे हा तुमच्यासाठी तुमच्या अंतरी खरोखर प्रकाशाचा उत्सव साजरा करण्याचा एक अचूक मार्ग असू शकतो.

प्रकाशाविषयी बोलायचे झाल्यास, हा महिना त्या क्षणाला अंकित करतो जो क्षण प्रकाशाचा आपला अनुभव नवीन ऋतूच्या प्रारंभाकडे वळवतो. डिसेंबर महिन्यात जो सॉल्स्टिस् म्हणजे संक्रांतीकाळ [अयनदिन] येतो, तो उत्तर गोलार्धात हेमंत ऋतूतून शिशिर ऋतूत होणारे संक्रमण अंकित करतो तर दक्षिण गोलार्धात वसंतऋतूतून ग्रीष्म ऋतूत होणारे संक्रमण. वर्षभरात दोन सॉल्स्टिस् येतात आणि प्रत्येक सॉल्स्टिस् तो क्षण दर्शवतो जेव्हा पृथ्वीच्या अक्षाचा एक ध्रुव सूर्यापासून सर्वाधिक अंतरावर असतो—डिसेंबरमध्ये उत्तर ध्रुव आणि जूनमध्ये दक्षिण ध्रुव. उत्तर गोलार्धात, २१ डिसेंबरला असणारा विंटर सॉल्स्टिस् अर्थात शीतकालीन संक्रांती [अयनदिन] म्हणजे प्रकाशाच्या समयाकडे परतण्याची सुरुवात करण्यासारखे असते आणि यासंबंधी तुम्ही सिद्धयोग मार्गाच्या बेबसाइटवर ‘वे जो

ज्योतिर्मय हैं’मध्ये ‘ऋग्वेदा’तील श्लोक वाचू शकता ज्यांमध्ये प्रकाशाच्या द्योतकाची, सूर्याची आराधना केलेली आहे.

***

हे वर्ष आता संपत आले आहे, तेव्हा मी तुम्हा सर्वांना या मासिक पत्रांमधील वैचारिक सहभागासाठी धन्यवाद देऊ इच्छितो. तुम्हा सर्वांचे पत्रांवरील अभिप्राय मी वाचले आहेत आणि त्या अभिप्रायांमधून तुमचे विद्यार्थित्व ज्या प्रकारे झळकते, त्याची मी प्रशंसा करेन. तुमच्या उपस्थितीने मला प्रेरित केले आहे की, मी माझ्या अंतरीच्या सखोलतेतील आवाज ऐकावा आणि मी त्या शब्दांचा शोध घ्यावा जे प्रत्येक महिन्याच्या मुख्य विषयाला दर्शवत आहेत. माझी ही, शुभेच्छा आहे की सिद्धयोग संघम्‌मधील आपल्यातील प्रत्येक व्यक्तीने येणाऱ्या वर्षात आपली आध्यात्मिक उन्नती करतच राहावे.

आदरपूर्वक,
पॉल हॉकवुड

© २०२० एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन®. सर्वाधिकार सुरक्षित.