ते जे सूक्ष्म आहे, ते जे महान आहे

१ फेब्रुवारी, २०१८

आत्मीय वाचकांनो,

नमस्कार. महाशिवरात्रीच्या या महिन्यात आपल्या सर्वांचे स्वागत.

तुम्ही जर स्वतःचे डोळे बंद केलेत, तर अजूनही कदाचित तुम्हाला तो ऐकू येईल : गुरुमाईंचा स्वर—ज्या स्वरामुळे सूर्याच्या प्रभेने चमचमणाऱ्या एका शब्दाला नादरूप प्राप्त झाले आहे, ज्या स्वराने त्या शब्दाला अशा सौंदर्याने आणि अनुनादाने पूरित केले आहे की त्याचे वर्णन करणे अशक्यप्राय आहे; गुरुमाईंच्या स्वराने त्या शब्दाला अशा शक्तीने व्यापून टाकले आहे, जी रहस्यमय तर आहेच, पण त्याचबरोबर चितपरिचितसुद्धा आहे. “सत्संग.” तो निनादत राहतो.

आपल्याला १ जानेवारीला एक मधुर सरप्राइझ् सत्संगात गुरुमाईंकडून हा दिव्य नववर्ष संदेश प्राप्त झाला आहे, वर्ष २०१८साठी त्यांचा संदेश. त्या दिवसापासून तुमच्यापैकी अनेकजण या संदेशाच्या विविध रूपांचे बारकाईने अवलोकन करत आहेत आणि याकडेही लक्ष पुरवत आहेत की, संदेशाशी निगडित असलेल्या कोणकोणत्या गोष्टी तुमच्यासाठी उजागर होत आहेत. तुम्हाला जी समज प्राप्त झाली आहे त्याविषयी तुम्ही एकमेकांत चर्चा करत आला आहात, तसेच येथे सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाइट्‌वरसुद्धा आपली समज व्यक्त करत आला आहात. तुम्ही कदाचित आपल्या दैनंदिनीमध्ये लेखनही करत असाल — काव्य, गद्य, विविध प्रकारच्या विचारांचे काही अंश. किंवा, कदाचित तुम्ही वेळ राखून ठेवलेला असेल, संदेशावर चिंतन-मनन करण्यासाठी आणि ‘सत्संग’ या शब्दाचा तुमच्यासाठी काय अर्थ आहे हे अधिक स्पष्टपणे जाणून घेण्यासाठी, तसेच तुम्ही अंतरात असलेल्या अथांग ज्ञानकुंडात बुडी मारत असाल, हे जाणण्यासाठी की, गुरुमाईंच्या या शिकवणीचे पालन *तुम्ही* कशा प्रकारे कराल — तुम्ही जिथे कुठे असाल आणि जेव्हाही तुमची इच्छा असेल, तेव्हा कशा प्रकारे तुम्ही स्वतःच्या सत्संगाची रचना करू शकाल.

फेब्रुवारी महिन्यात तुम्ही आपले अन्वेषण अधिक पुढे न्यावे, त्याला *अधिक* प्रगाढ करावे यासाठी मी तुम्हाला आमंत्रित करते. उदाहरणार्थ, आपल्या स्वतःच्या सत्संगाची रचना करण्याची क्षमता असणे

याचा नेमका अर्थ काय आहे? कोणत्याही वेळी सत्याच्या संगतीत असणे याचा काय अर्थ आहे? यामुळे सत्याच्या स्वरूपाविषयी काय प्रकट होते आहे?

याचे उत्तर तुम्हाला माहितही असेल. तुम्ही कदाचित असे म्हणाल, परम सत्य सर्वसमावेशक आहे, ते सर्वव्यापी आहे; ते सर्वत्र आहे, प्रत्येक वस्तुत आहे, ते प्रत्येक क्षणात उपस्थित आहे. तरीदेखील, प्रत्यक्ष जीवनात हे नेहमीच इतके स्पष्ट आणि साधे वाटते का? जेव्हा प्रश्न येतो *तुमच्या स्वतःच्या* आयुष्याचा आणि तुमच्या व्यक्तिगत परिस्थितींचा, जेव्हा एखाद्या परिस्थितीत तुम्हाला वाटते की तुम्ही स्वतःच्या विखुरलेल्या विचारांसह आणि धडधडणाऱ्या हृदयासह एकटे पडले आहात, तेव्हा काय घडते? त्या वेळी तुम्हाला परम सत्याचे स्मरण होते का? ते तुमच्या आवाक्यात नाही, असे तुम्हाला वाटते का? तेव्हा तुमच्या मनात असा विचार येतो का की, कोणास ठाऊक परम सत्य कुठे लुप्त झाले आहे?

हा महाशिवरात्रीचा महिना असल्याने आपल्यापाशी या प्रश्नांवर विचार-विमर्श करण्यासाठी उत्कृष्ट संदर्भ आहे. देवाधिदेव भगवान शिव, परम सत्याचे मूर्तरूप आहेत. कैवल्योपनिषदात भगवान शिवाचे वर्णन अशा प्रकारे केले गेले आहे :

> *मी सूक्ष्मातिसूक्ष्म आहे. मी महान आहे. मी हे वैविध्यपूर्ण विश्व आहे. मी पुरातन आहे. मी परम पुरूष आहे. मी ईश आहे, शासक आहे. मी हिरण्मय [स्वर्णमय] आहे. मी शिव आहे.* [१]

"मी सूक्ष्मातिसूक्ष्म आहे. मी महान आहे. मी हे वैविध्यपूर्ण विश्व आहे." या वर्णनातील एक गोष्ट तर अतिशय स्पष्ट आहे. हे ब्रह्मांड ज्या तंतूंनी बनले आहे, त्याच ताण्या-बाण्यांमध्ये परम सत्य अशा प्रकारे विणलेले आहे की, ते अगदी तुमच्या नजरेसमोर आहे, तसेच विरोधाभासी गोष्ट ही आहे की त्याची अनुभूती आपल्या दृष्टीतून सहजगत्या निसटून जाऊ शकते. जितक्या व्यापकतेने त्याची प्रचिती येते, तितकेच ते दडून राहते. या संदर्भात जी प्रतिमा माझ्या मनात उमटते, ती आहे एका अशा व्यक्तीची जी आपल्या एखाद्या महत्त्वाच्या वस्तूचा शोध घेण्याचा प्रयत्न करते आहे — जसे, गळ्यातील हार [भारतीय शास्त्रग्रंथांमध्ये हे उदाहरण बहुधा दिले गेले आहे] किंवा अन्य एखादी वस्तू जसे त्या व्यक्तीचा चष्मा. ती व्यक्ती तो चष्मा इकडे-तिकडे, सगळीकडे शोधते; शोध घेता-घेता त्या व्यक्तीची व्यग्रता वाढत जाते आणि पाहण्याची, फक्त *पाहण्याची* त्या व्यक्तीची इच्छा अधिकाधिक प्रबळ होत जाते. परंतु जेव्हा ती व्यक्ती बाहेर शोध घेणे थांबवून आपले लक्ष स्वतःकडे वळवते, तेव्हा त्या व्यक्तीला उमजते की पूर्ण वेळ तिने चष्मा तर स्वतःच्या हातातच धरलेला होता.

तेव्हा होय, सत्य हे चहूकडे आहे. ते सकाळी गवताच्या पात्यावर दिसणाऱ्या सुंदर, टपोऱ्या दवबिंदूंमध्ये आहे. ते मावळत्या सूर्याच्या लालगुलाबी चमकदार लकाकीत आहे आणि निश्चितच ते चंद्राच्या त्या दीप्तीमान कलेमध्येदेखील आहे जी महाशिवरात्रीला आपल्याला मंत्रमुग्ध करेल. परम सत्य खिन्नतेच्या त्या पीडेतदेखील आहे जी अचानक आपला ताबा घेते; ते दुःखाच्या त्या जाणीवेतदेखील आहे जी काही क्षणांसाठी आपल्याला घेरून टाकते; ते प्रशांत परंतु उत्फुल्लतेने परिपूर्ण असलेल्या आनंदाच्या क्षणांमध्येदेखील आहे.

या परिस्थितींमध्ये असलेल्या सत्याची अनुभूती प्रत्यक्षात घेता यावी यासाठी, आपल्याला स्वतःच्या दृष्टीचे, आपल्या बोधाचे शुद्धीकरण करावे लागेल. आपल्याला स्वतःच्या दृष्टीचे व बोधाचे शुद्धीकरण यासाठी करावे लागेल की जेणेकरून आपण 'त्या गोष्टीची' झलक प्राप्त करू शकू जी या परिस्थितींमध्ये अंतर्भूत आहे आणि जी एका सूक्ष्म तंतूप्रमाणे चमचमते व आपल्याला आशा तसेच समज देत असते, पुढे जाण्याचा मार्ग दाखवत असते. अन्यथा, दवबिंदू आपल्याला केवळ पाण्याच्या थेंबांप्रमाणेच दिसतात आणि आपण सूर्यास्त तर पाहतो पण त्याचे संपूर्ण अलौकिक वैभव पाहू शकत नाही.

यासाठीच गुरुमाई आपल्याला सत्संग करण्यास शिकवतात. यासाठीच सत्संग करण्याची सवय करणे, त्याला एक अभ्यास बनवणे हे अतिशय महत्त्वाचे आहे. प्रत्येक दिवशी काही मिनिटे का होईना, आपल्या अंतरातील परम सत्याच्या सान्निध्यात असण्यासाठी वेळ द्या. याकडे लक्ष द्या की काय केल्याने — किंवा न केल्याने — तुम्हाला त्या परम सत्यासमवेत संपर्क स्थापित करण्यास मदत मिळते. हे शिका की, तुम्हाला परम सत्य कशा स्वरूपात दिसते, त्याचा ध्वनी कसा आहे, त्याची जाणीव कशी आहे. तुमच्यासाठी ते परम शांती आहे का? ते आनंदाचे भरते येणे आहे का? ते अंतरातून उद्‌भवणारा उल्लसित प्रवाह आहे का ज्याची अनुभूती तुम्हाला तेव्हा होते, जेव्हा तुम्ही तन्मयतेने गात असता किंवा चित्रे रंगवत असता किंवा लेखन करत असता?

आपल्या अंतरात असलेल्या सत्याच्या सान्निध्यात राहण्यासाठी तुम्ही जितका अधिक प्रयत्न करता, तितकाच आंतरिक आणि बाह्य जगताविषयी तुमचा दृष्टिकोन व्यापक होत जातो; तुमची विवेकबुद्धी तितकीच तीव्र होत जाते. कैवल्योपनिषदात भगवंताला 'सूक्ष्म' आणि त्याबरोबरच 'महान' असे म्हटले आहे. या शब्दांचा एक अर्थ हासुद्धा आहे की सत्याची अनुभूती करण्यासाठी कदाचित थोडा वेळ आणि शक्ती लागेल, पण ज्या क्षणी तुम्ही त्याला पाहता, तेव्हा त्याचे दर्शन तुम्हाला *खरोखरच* होते. ते अगदी स्पष्ट असते.

मला ती वेळ आठवते आहे, जेव्हा काही आठवड्यांपूर्वी आम्ही श्री मुक्तानंद आश्रमात गुरुमाईंसोबत झालेल्या एका सत्संगात भाग घेतला होता. आम्ही श्रीगुरुगीतेचा पाठ करत होतो आणि एक वेळ अशी आली की जेव्हा पाठाची गती थोडी मंद होऊ लागली. तेव्हा गुरुमाईंनी संगीत-निदेशकाला [कंडक्टर] पाहून मंदस्मित केले व मॅट्रोनोमचा [संगीताची गती तपासण्याचे यंत्र] उपयोग करावयास सांगितले जेणेकरून पाठाची गती टिकवून ठेवण्यास मदत होईल. गुरुमाई त्यांना म्हणाल्या, "लयबद्धतेत आनंद आहे."

या शिकवणीविषयी मी खूप विचार केला आहे. या शिकवणीत किती करुणा आहे, ही शिकवण ज्या संदर्भात दिली गेली होती त्याही पलीकडे हिची व्यापकता आहे आणि ही साधनेशी असलेले तिचे साधर्म्य उत्कृष्टपणे दर्शवते. दृढता व सातत्य राखल्याने, अनुशासनाचे पालन केल्याने तसेच आपल्या अंतरात जी लय सतत स्पंदित होत असते तिच्यामध्ये स्थित होण्याचा नियमित अभ्यास केल्याने आपल्याला स्वतःच्या अंतरात खुलेपणाचा आणि आपल्या विश्वात विस्ताराचा अनुभव होतो. तेव्हा आपल्याला संगीतात असलेले मौन ऐकू येऊ लागते, आपण दैनिक जीवनातील आवाजांमध्येदेखील निःशब्दता ऐकू लागतो. आपण तो अदृश्य तंतू, तो मजबूत धागा पाहू लागतो जो आत्ताच्या क्षणाला पुढच्या क्षणाशी आणि आपल्यापैकी प्रत्येकाला एकमेकांशी जोडतो. आपण त्याला स्पर्श करतो जे "सूक्ष्मातिसूक्ष्म" आहे आणि आपण अगदी अचूकपणे ते जाणतो जे "महान" आहे.

***

तर, आपण फेब्रुवारी महिन्यात प्रवेश केला आहे; या महिन्यात आपल्याकडे गुरुमाईंच्या संदेशाचा अभ्यास करण्यासाठी भरपूर संधी आहेत. फेब्रुवारी महिन्यात असे प्रसंग आहेत जे आपल्याला पुन्हापुन्हा आठवण करून देतील की आपण अंतराकडे वळावे, आपल्या हृदयस्थ परम सत्याला जाणावे, आणि तिथे निवास करणाऱ्या भगवंताची संगत सदैव ठेवावी.

मी आधी उल्लेख केल्याप्रमाणे, हा महाशिवरात्रीचा महिना आहे — ती रात्र जेव्हा भगवान शिवाच्या जटांमध्ये सुशोभित अर्धचंद्र आपल्यावर त्याच्या हास्याचा वर्षाव करतो; असे म्हटले जाते की, या रात्री केलेल्या भगवान शिवाच्या आराधनेचे व नामजपाचे लाभ सहस्रपटीने अधिक असतात. वर्ष २०१८मध्ये आपण १३ फेब्रुवारी रोजी महाशिवरात्रीचे पर्व साजरे करणार आहोत. [तुम्ही वेबसाइटवर दिलेली महाशिवरात्रीची कथाही वाचू शकता]

या वर्षी, महाशिवरात्रीनंतर लगेच, बरोबर पुढच्याच दिवशी 'सेंट व्हॅलेंटाइन्स् डे' आहे. संत आणि ऋषीमुनी आपल्याला सांगतात की, अंततः परम सत्य प्रेमस्वरूप आहे; असे प्रेम जे आपला मूळ

स्वभावच आहे, जे कोणत्याही बाह्य प्रेरणेवर अवलंबून नाही आणि आपण जर लक्षपूर्वक पाहिले, तर आपल्याला आढळेल की हे प्रेम अखंडितपणे आपल्या अंतरात प्रवाहित होते आहे. सिद्धयोग मार्गावर आपण 'व्हॅलेंटाइन्स् डे'ला याच प्रेमाचा आदर करतो आणि त्याचा उत्सव साजरा करतो.

अर्थातच, तुमचे विचार जर माझ्या विचारांशी मिळतेजुळते असतील, तर अहेतुक प्रेमाचा केवळ विचारसुद्धा तुम्हाला गुरुमाईंची आठवण करवून देईल. म्हणून हे सांगत असताना मला खरोखर अत्यंत सन्मानाचा आणि आनंदाचा अनुभव होतो आहे की, यावर्षी आपण गुरुमाईंच्या *Love in Action* ['हर कृत्य में प्रेम'] द्वारे 'व्हॅलेंटाइन्स् डे' साजरा करू शकतो; याविषयीची माहिती लवकरच सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाइटवर दिली जाईल.

आणि १६ फेब्रुवारीला, म्हणजेच महाशिवरात्री व 'व्हॅलेंटाइन्स् डे' ज्या आठवड्यात आहेत त्याच आठवड्यात चीनी नववर्षाचा आरंभ होणार आहे. सिद्धयोग मार्गावर ज्या प्रकारे आपण नवीन आरंभांची अभिस्वीकृती करतो, त्याच प्रकारे हा दिवसदेखील आपल्यासाठी एक संकेत आहे की, आपण आपला संकल्प पुन्हा नवीन करावा, आपण आपल्या आध्यात्मिक साधनेमध्ये अधिक उत्साह व तत्परता आणावी तसेच आपल्या साधनेला नवेपणाच्या भावाने पूरित करावे.

होय, महाशिवरात्री, व्हॅलेंटाइन्स् डे आणि चीनी नववर्ष — ही सर्व मंगलमय पर्वे आहेत, गुरुमाईंच्या संदेशाचा अभ्यास करण्यासाठी. हे सर्व शुभ समय आहेत, त्या परम सत्याला जाणण्यासाठी जे आपल्या दृष्टीआड राहूनही आपल्या अंतरात आणि चहूकडे, सर्वत्र झगमगत असते.

आणि . . .*आजदेखील* उत्तम वेळ आहे, गुरुमाईंच्या संदेशाचा अभ्यास करण्यासाठी. उद्याचा दिवसही तुम्हाला गुरुमाईंच्या संदेशाचा अभ्यास करण्यासाठी आमंत्रित करतो आहे. आणि त्यानंतर येणारा दिवस तर तुम्हाला सत्संग करण्यासाठी निखालसपणे आर्जव करतो आहे. खरे सांगायचे तर, सत्संगाची रचना करण्यासाठी कोणत्याही नव्या सबबीची, कोणत्याही खास प्रोत्साहनाची आवश्यकताच नसते, तुमची उत्कट इच्छाच पुरेशी असते — सत्य जाणण्याची तुमची तळमळ, सत्य समूजन घेण्याची तुमची इच्छा, सत्याच्या संगतीत राहण्याची तुमची उत्कंठा. या महिन्यात भगवान शिवाची आराधना करत असताना, या महिन्यात प्रेमाच्या रूपात भगवंताचे कीर्तीगान करत असताना, आपली उत्कंठा पूर्ण करण्यासाठी पाऊल उचला.

आदरपूर्वक,
ईशा सरदेसाई

[1]कैवल्योपनिषद्, श्लोक २०. इंग्रजी भाषांतर © २०१८ एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन.

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