दिव्य प्रेमाचा महिना

१ फेब्रुवारी, २०२०

आत्मीय वाचकांनो,

दिव्य प्रेमाच्या या महिन्यात तुमचे स्वागत! तुम्हाला हे माहीत आहे का की, 'स्वागत' या शब्दासाठी असलेला इंग्रजी शब्द *welcome* [वेलकम], हा जुन्या इंग्रजी भाषेतील *wilcuma* [विलकुमा] या शब्दापासून आला आहे, ज्याचा अर्थ आहे 'ती व्यक्ती जिच्या आगमनामुळे आपल्याला आनंद होतो.' सखोल पातळीवर विचार करता, हे अभिवादन एक गहन दृष्टिकोन व्यक्त करते, जो संस्कृत भाषेतील वाक्यांश : *अतिथि देवो भव* म्हणजेच 'अतिथी भगवंत असतो'मध्ये व्यक्त केला गेला आहे. आणि जसे की, तुमच्यापैकी बहुतेकांना हे ज्ञात आहे की, आपण ज्या कोणालाही भेटतो, त्याच्या आंतरिक दिव्यतेला ओळखणे, हे सिद्धयोगाच्या एक प्रमुख शिकवणीचे सार आहे, आणि ती शिकवण आहे, *'परस्पर देवो भव'.*

म्हणून, फेब्रुवारी महिन्यात एकमेकांचे स्वागत करणे हे विशेषकरून प्रसंगोचित ठरते, जेव्हा सिद्धयोग कॅलेंडरनुसार येणारी दोन मुख्य पर्वे ही प्रेमाचा महोत्सव आहेत. ही पर्वे आहेत : 'संत व्हॅलन्टाइन् डे' आणि 'महाशिवरात्री'. 'महाशिवरात्री'ला आपण मोठ्या आनंदाने भगवान शिवाचे पूजन करतो, त्यांना वंदन करतो आणि त्यांचे ध्यान करतो, भगवान शिव जे परम पुरुष आहेत आणि आपल्या हृदयाचे सारतत्त्वही आहेत. आणि 'संत व्हॅलन्टाइन् डे'ला आपल्या जीवनात जे लोक उपस्थित आहेत, त्यांना आपल्या प्रेमाची प्रतीकात्मक भेट देऊन या दिव्यतेला अत्यंत आनंदाने अभिव्यक्त करतो. अशा प्रकारे, अद्वैत परम चेतना जी म्हणजेच भगवंत आहे, ती प्रेम, मैत्री, आनंददायी साहचर्य आणि आपल्या सहकारी मनुष्यांच्या स्वागताच्या दिव्य विलासात स्वतःला अभिव्यक्त करते आणि स्वतःच त्याचा अनुभवदेखील घेते.

***

गुरुमाईंच्या वर्ष २०२०च्या संदेशावर कार्य करणे

आपण दररोज आपल्या शरीराचे पोषण करण्यासाठी आणि आपल्या शारीरिक आणि बौद्धिक कार्यांना आधार देण्यासाठी भोजन करतो. आपण काही अंशी अशी कल्पना जर केली, तर आपण हे पाहू शकतो की, दररोज आपल्या अस्तित्वाच्या आध्यात्मिक पैलूंचे पोषण करणे हादेखील किती उत्कृष्ट विचार आहे. सिद्धयोग शिकवणींचे अध्ययन करणे आणि त्यांना आपल्या जीवनात कार्यान्वित करणे हा आपल्या आंतरिक अस्तित्वाला सशक्त करण्याचा आणि त्याला आनंद प्रदान करण्याचा अगदी अचूक मार्ग आहे. आणि ज्या प्रकारे आपल्यातील प्रत्येकाला आपल्या जेवणात स्वतःचीच स्वतंत्र अशी एक रुची असते, त्याच प्रकारे आध्यात्मिक अध्ययनामध्ये आणि अभ्यासामध्ये निमग्न होण्याच्यादेखील आपल्यापैकी प्रत्येकाच्या विशेष पसंतीच्या अशा काही पद्धती असतात. वर्ष २०२०मध्ये, श्रीगुरुमाईंचा नववर्ष संदेश सिद्धयोगाच्या आपल्या अध्ययनाला आणि अभ्यासाला मार्गदर्शन करतो आहे — आणि सुदैवाने या संदेशाच्या तुमच्या अध्ययनाला साहाय्य करण्यासाठी अनेक प्रकारच्या पद्धती उपलब्ध असतील, ज्यांच्यामध्ये मननचिंतनाचा पर्यायदेखील अंतर्भूत असेल आणि त्याबरोबरच आपल्या अभ्यासाला प्रत्यक्षात कार्यान्वित करण्याच्या पद्धतीही उपलब्ध असणार आहेत.

‘मधुर सरप्राइझ्’मध्ये अनेकदा सहभागी होणे, हा श्रीगुरुमाईंचा संदेश आत्मसात् करण्याचा एक प्रभावशाली मार्ग आहे. मी तुम्हाला विशेष रूपाने अशी शिफारस करतो की, ‘श्रीगुरुमाईंच्या नववर्ष संदेशाचे अध्ययन सखोलतेने करणे’ हा वेबसाईटवरील लेख तुम्ही अवश्य वाचावा ज्यामध्ये इटलीचे सिद्धयोग ध्यानशिक्षक, लियोनार्डो रुसो यांनी मागील वर्षी ‘मधुर सरप्राईझ्’मध्ये अनेकदा सहभागी झाल्यामुळे त्यांना आलेल्या गहन अनुभवांचे वर्णन केले आहे. ज्या विशिष्ट दिवशी ते त्यात सहभागी होत असत, त्यांना ते “सोनेरी रविवार” म्हणतात — हा अभ्यास मी या वर्षी श्रीगुरुमाईंच्या नववर्ष संदेशाच्या स्वतःच्या अध्ययनात कार्यान्वित करण्याचे ठरवले आहे.

मागील वर्षी नववर्ष संदेशाचे अध्ययन करण्याची माझी स्वतःची आवडती पद्धत होती, सिद्धयोग ध्यान-सत्रांमध्ये भाग घेणे. प्रत्येक सत्रामध्ये अंतर्भूत असलेल्या ध्यान-निर्देशांच्या मदतीने ध्यान करणे मला अत्यंत प्रिय होते — मला वाटत असे की, मी एका शांत-सुखमय उर्जेने आच्छादित आहे आणि ते ध्यान-निर्देश ऐकता-ऐकता मी अगदी सहजपणे ध्यानात उतरू शकतो आहे. वर्ष २०२० मध्येदेखील मी निश्चितच ध्यान-सत्रांमध्ये पुन्हा भाग घेणार आहे, जेव्हा ऑडिओ प्रसारणाद्वारे आठ ध्यान-सत्रांची नवीन शृंखला या महिन्यापासून सुरू होते आहे! श्रीगुरुमाईंनी यांतील प्रत्येक ध्यान-सत्राला शीर्षक आणि केंद्रण प्रदान केले आहे आणि स्वामी ईश्वरानंद हे पहिल्या सत्राचे ध्यान-शिक्षक असतील.

सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाईटवर अन्य प्रभावी पद्धतीदेखील उपलब्ध असतील; या पद्धतींच्या माध्यमातून आपण आगामी वर्षात श्रीगुरुमाईंच्या संदेशाचे अध्ययन आणि अभ्यास करू. मी निश्चितच यांमध्ये भाग घेण्यासाठी उत्सुक आहे — जसे की, तुम्ही अशी कल्पना नक्कीच करू शकता की, श्रीगुरुमाईंच्या संदेशावर कार्य करण्यासाठी यांतील प्रत्येक पद्धतीत ते सामर्थ्य आहे, जे तुम्हाला संदेशाच्या जिवंत अनुभवाकडे मार्गदर्शित करते.

या महिन्यातील महोत्सव

संत व्हॅलन्टाइन् डे — १४ फेब्रुवारी

'संत व्हॅलन्टाइन् डे' हे प्रेमाचा उत्सव साजरा करणारे एक लोकप्रिय पर्व आहे, ज्या प्रसंगी बरेचदा आपल्या प्रियजनांना एका मोठ्या लाल रंगाच्या हृदयाच्या चित्रांची भेटकार्डे आणि चॉकलेटस् दिली जातात. सिद्धयोग मार्गावर 'संत व्हॅलन्टाइन् डे'ला महान हृदयाचा सन्मान प्रेमाच्या दिव्य स्त्रोताच्या स्वरूपात केला जातो आणि त्याचा महोत्सव साजरा केला जातो तसेच हा दिवस आपल्याला स्मरण करवून देतो की, आपण स्वतःच्या अंतरी आणि इतरांमध्ये विद्यमान असलेल्या या महान प्रेमाचा सन्मान करावा. 'संत व्हॅलन्टाइन् डे'शी निगडित असलेले महान हृदय हे याच प्रेमाचे प्रतीक आहे. 'संत व्हॅलन्टाइन् डे' साजरा करण्याचा एक आनंददायी आणि चिंतनशील मार्ग आहे सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाईटवरील 'प्रत्येक कृतीत प्रेम २०२०' पाहणे, जो या पर्वाच्या निमित्ताने आपल्यापैकी प्रत्येकाला श्रीगुरुमाईंकडून मिळालेला एक उपहार आहे. 'प्रत्येक कृतीत प्रेम २०२०'च्या माध्यमातून श्रीगुरुमाई आपल्याला दिव्य प्रेमाच्या अनुभवात खोलवर घेऊन जातात. प्रत्येक वर्षी हे निराळे असते आणि प्रत्येक वर्षी हे माझ्या हृदयाला एका नवीन रूपाने खुले करते.

महाशिवरात्री — २१ फेब्रुवारी

या उत्सवाचे नावच हे दर्शवते की, महाशिवरात्री हा 'भगवान शिवाच्या महान रात्री'चा उत्सव आहे. भगवान शिवाच्या अनेक नामांपैकी एक नाम आहे, 'शांत,' ज्याचा अर्थ आहे, 'जे प्रशांत आहेत,' — ध्यानाच्या परम गुरूंसाठी एक समर्पक असे हे नाव आहे. भगवान शिवाला नेहमी पद्मासनामध्ये आसनस्थ असलेले दर्शविले जाते, ज्यामध्ये त्यांचा एक हात दुसऱ्या हातावर ध्यान-मुद्रेत ठेवलेला असतो. स्वतःच्या अंतरात खोलवर एकाग्र केलेल्या बोधासह त्यांची दृष्टी नेहमी खालच्या दिशेला झुकलेली असते. भगवान शिवाची ही प्रतिमा आपल्याला आपली दृष्टी अंतर्मुखी करण्यासाठी आणि

स्वतःच्या आत्म्यावर ध्यान करण्यासाठी मार्गदर्शित करते, जो विशुद्ध, आनंदमय चेतना आहे आणि तो स्वतः भगवंतच आहे.

भगवान शिवाला आदिगुरू म्हणूनही जाणले जाते, ज्यांची कृपा सिद्धयोग परंपरेच्या गुरूंमध्ये प्रवाहित असते. श्रीगुरूंच्या या करुणामय अनुग्रहाद्वारे आपल्याला शक्तिपात दीक्षा प्राप्त होते आणि आपण गहन आणि स्वयंस्फूर्त ध्यानाची अनुभूती घेऊ शकतो.

महाशिवरात्रीला, सिद्धयोगी ती रात्र प्रायः भगवान शिवाच्या आराधनेसाठी समर्पित करतात; भगवान शिव जे सर्वांचे परम आत्मा आहेत. या रात्री सिद्धयोगी सिद्धयोग परंपरेचा दीक्षा मंत्र, *ॐ नमः शिवाय* च्या रूपात भगवान शिवाच्या नामाचा जप करतात. असे म्हटले जाते की, महाशिवरात्रीला भगवान शिवाच्या नामाच्या एका जपात किंवा उच्चारणात, अन्य वेळी हजारदा केलेल्या जपाची शक्ती असते. मला वाटते की, हे माझे प्रिय पर्व आहे — यामध्ये काहीतरी जादू आहे.

अधिवर्ष किंवा लीप वर्ष — २९ फेब्रुवारी

सौर वर्ष हे प्रत्यक्षात ३६५ १/४ दिवसांचे असते हे तुम्हाला माहीत आहे का? होय, पृथ्वीला सूर्याभोवतीच्या तिच्या परिभ्रमण कक्षेतील ५८४ दशलक्ष मैलांचा [९४० दशलक्ष किलोमीटर्सचा] एक वर्षाचा प्रवास करण्यास एका अतिरिक्त एकचतुर्थांश दिवसाची आवश्यकता असते. दर चार वर्षांनी आपण हे जास्तीचे सहा तास मिळून एक अतिरिक्त दिवस जोडतो, २९ फेब्रुवारी. आपण त्याला अधिवर्ष किंवा लीप वर्ष म्हणतो. आपण या अतिरिक्त दिवसाची भर जर टाकली नाही, तर ७८० वर्षांनंतर नववर्ष दिवस आणि ग्रीष्मकालीन संक्रांतीचा दिवस [अयनदिन] हे एकाच दिवशी असतील!

गुरू आणि शिष्य एकमेकांशी जोडलेले असतात

माझी पत्नी अचला वुलाकॉट हिच्याशी माझा विवाह अनेक वर्षांपूर्वी श्री मुक्तानंद आश्रमापासून जवळच असलेल्या एका बगिच्यात झाला होता. त्यानंतर लगेचच, आम्हाला श्रीगुरुमाईंचे दर्शन प्राप्त झाले. अचला आणि मी श्रीगुरुमाईंच्या चरणांपाशी जमिनीवर बसलो होतो, आणि आमचे कुटुंबीय व विवाहप्रसंगी उपस्थित असलेले इतर लोक आमच्या पाठीमागे गोल करून बसले होते. काही वेळानंतर, गुरुमाईंनी माझ्या वडीलांना विचारले की, त्यांच्या आवडीचे छंद काय आहेत. वडीलांनी उत्तर दिले की, ते शिल्पकार आहेत आणि त्यांना लाकडांच्या तुकड्यांना आकार [इंग्रजीत आकारासाठी शब्द आहे 'फॉर्म' *form*] द्यायला खूप आवडते.

गुरुमाई अतिशय निरागस आवाजात म्हणाल्या, “तुम्हाला शेती करायला आवडते?” [इंग्रजीत शेती करणे यासाठी शब्द आहे ‘फार्म’ *farm*]

मला वाटले की, कदाचित गुरुमाईंना नीट ऐकायला गेले नसावे, म्हणून मी अगदी हळूच म्हणालो, “ *‘फॉर्म’* गुरुमाई. त्यांना *‘फॉर्म’* द्यायला आवडते.”

गुरुमाईंनी माझ्याकडे पाहून स्मितहास्य केले आणि गमतीने माझ्या गुडघ्याला त्यांच्या पायाच्या अंगठ्याने हलकासा स्पर्श केला. माझे मन विचारशून्य झाले आणि विस्मयाचा तसेच प्रेमाचा निर्झर माझ्या अंतरामधून उसळून बाहेर पडत असल्याची जाणीव मला झाली. *वाह!* मी विचार केला. *मीसुद्धा अशीच शाब्दिक कोटी करत असतो — आणि गुरुमाई मला दर्शवीत आहेत की, आम्ही किती घनिष्ठतेने जोडलेले आहोत.* मला जाणवले की, हा एक गहन उपहार आहे — विवाहाप्रित्यर्थ एक दिव्य भेट : असा अनुभव की, श्रीगुरू आणि शिष्य वास्तवात एक आहेत. त्यानंतर संभाषण पुढे सुरू राहिले आणि सगळ्यांना कलिंगडाचा रस दिला गेला. मला वाटते की, माझे वडील — खरेतर माझे आई-वडील दोघेही — ह्या छोट्याशा वैवाहिक समारंभात त्यांनी अनुभवलेल्या एकंदरीत प्रेमाने रोमांचित झाले होते. आणि मला आयुष्यभरासाठी एक शिकवण मिळाली होती.

मी तुम्हाला आमंत्रित करतो की, भगवंताशी तसेच गुरूंशी तुमचे जे ऐक्य आहे, याविषयी असलेल्या तुमच्या स्वतःच्या अनुभवांचा विचार तुम्ही करावा. दिव्य प्रेमाचा हा महिना तुमच्यासाठी अगदी उत्तम समय आहे, जेव्हा तुम्ही हे ओळखू शकता की, कशा प्रकारे तुमचे मन आणि हृदय या अगाध अनुबंधासाठी उत्कंठित असते आणि मग तुमच्या सर्वोच्च सत्य आत्म्याला प्रार्थना करा की, त्याने नित्य-उपलब्ध असलेल्या या अनुभवाप्रति तुम्हाला जागृत करावे. या महिन्याला दिव्य प्रेमाचा महिना बनवा!

शुभेच्छांसहित,

पॉल हॉकवुड

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