मार्च महिन्याचा परिचय

१ मार्च, २०२१

आत्मीय वाचक,

मार्च हा महिना आपल्यासाठी वर्षभरातील एक सर्वात शुभ रात्र घेऊन आला आहे —आणि ती आहे महाशिवरात्री—‘भगवान शिवाची महान रात्री.’ या वर्षी, ११ मार्च रोजी कलेकलेने कमी होत जाणारा चंद्र सुंदर अशा नाजूक चंद्रकोरीत जेव्हा रूपांतरीत होईल, तेव्हा आपण एका महारात्रीच्या उत्सवात सहभागी होऊ शकतो. ही महारात्र इतकी शुभ असते की, त्या रात्रीच्या प्रहरी आपण करत असलेल्या आध्यात्मिक अभ्यासांचे लाभ हजारो पटींनी वाढतात.

या उत्सवाकरता आपण तयार व्हावे म्हणून, सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाईटवर अनेक साधने उपलब्ध असणार आहेत, ज्यांच्याद्वारे आपल्याला भगवान शिवाविषयीचे ज्ञान प्राप्त करता येईल आणि त्यांचा दिव्य कृपाप्रसाद प्राप्त करण्यासाठी स्वतःला ग्रहणशील ठेवता येईल. सिद्धयोग मार्गावर आपण भगवान शिवाची आराधना ही समज बाळगून करतो की, ज्यांचे आवाहन आपण करतो आहोत ते परम सत्ता, परमोच्च तत्त्व आहेत. ते आदिगुरू आहेत. ते ब्रह्मांडीय चिती आहेत जी या समस्त सृष्टीमध्ये व्याप्त आहे, ती समस्त प्राणिमात्रात आणि प्रत्येक वस्तूत तिचा वास आहे. त्यांच्या कृपाप्रसादाद्वारे आपण आपल्या अंतरतम आत्म्याच्या रूपात त्यांना, परमशिवाला जाणू शकतो.

भगवान शिवाची आराधना करण्याच्या अनेक मार्गांपैकी, मला विशेषकरून श्रीरुद्रम्‌चे पठण करण्याची ओढ जाणवते. हे कृष्ण यर्जुवेदातील स्तोत्र आहे, जो भारताचा एक प्राचीन शास्त्रग्रंथ आहे. श्रीरुद्रम् हे स्तोत्र भगवान शिवाच्या रौद्र स्वरूपाचे आवाहन करते, जे स्वरूप आपल्या सीमीतता नष्ट करते आणि आपला बोध शुद्ध करते; ज्यायोगे आपल्याकरिता एक असा मार्ग खुला होतो की, त्याद्वारे आपण स्वतःच्या अंतरी आणि समस्त सृष्टीत व्याप्त असलेल्या भगवंताच्या अस्तित्वाला जाणू शकतो.

साधारण सहा वर्षांपूर्वी, मी श्रीरुद्रम्‌च्या रेकॉर्डिंगची एक कॉपी सिद्धयोग बुकस्टोअरमधून विकत घेतली आणि त्याच्या पठणावर प्रभुत्व मिळविण्याच्या निश्चय केला. हे पठण मला आव्हान देत होते आणि त्यामुळेच त्याने माझे लक्षही वेधून घेतले होते. मला त्याचा ध्वनी अतिशय आवडत असे आणि ज्या शक्तिपूर्ण रीतीने ते पठण माझ्या श्वासोच्छ्‌वासाला गतिशील करत असे, तेदेखील मला फार आवडत असे; त्यामुळे माझ्या शरीरात अद्‌भुत अशा शक्तीचा संचार होत असे व मनात स्पष्टता

निर्माण होत असे. मला ही समज मिळाली की, हे कार्य त्या रूपांतरणकारी शक्तीचे आहे, जी शक्ती सिद्धयोग गुरूंनी शिकवलेल्या प्रत्येक अभ्यासामधून प्रवाहित होत असते. तेव्हापासून, प्रत्येक दिवशी मी श्रीरुद्रम् स्तोत्राचे पठण करत आलो आहे.

माझी मनःस्थिती किंवा शारिरीक अवस्था कशीही जरी असली, तरीही श्रीरुद्रम् स्तोत्राचे पठण मला ऊर्जेने भरून टाकते. हे स्तोत्र माझा परममित्र आहे, ज्याला भेटण्यासाठी मी दररोज आतुर असतो. मला असे जाणवले आहे की, माझी एकाग्रता अधिक सखोल झाली आहे, माझा श्वासोच्छ्वास अधिक ऊर्जाशाली झाला आहे आणि माझ्यातील सर्वसाधारण जोम वाढला आहे. माझ्या आवाजात एक नवा जिवंतपणा आला आहे, जे माझ्या दृष्टीने अतिशय महत्त्वाचे आहे, कारण ऑडिओ पुस्तकातील मजकूर कथन करणे यावर माझी उपजीविका चालत असते. स्तोत्र पठणानंतर मी विनासायास ध्यानात उतरतो. आणि ज्या खोलीत मी पठण करतो तेथील वातावरण चमचमते आहे, असे मला जाणवते.

श्रीरुद्रम् स्तोत्राचे माझे पठण हे मला एखाद्या योगदानासारखे वाटते, सदिच्छा आणि आशीर्वादांचे या विश्वाला केलेले एक अर्पण वाटते, अशा विशुद्ध आनंदाचा आणि महोत्सवाचा अर्धा तास जो बाहेरच्या दिशेला उत्सर्जित होत असतो.

मार्च महिन्यात आपल्या साधनेच्या दैनिक अभ्यासांमध्ये रत असताना, आपण खाली दिलेल्या वर्धापनदिनांची आणि महोत्सवांची उत्सुकतेने प्रतीक्षादेखील करू शकतो.

वर्धापनदिन

ऑस्ट्रेलियातील नामसंकीर्तन यात्रा : २२ मार्च—१९ एप्रिल [२०१४]

या वर्षी सिद्धयोगाच्या इतिहासातील एक महत्त्वाचा कार्यक्रम, सिद्धयोग नामसंकीर्तन यात्रा : ऑस्ट्रेलिया २०१४ चा सातवा वर्धापनदिन आहे. श्रीगुरुमाईंनी या यात्रेला नाव दिले,
‘सत्यं शिवं सुन्दरम्.’

या नामसंकीर्तन यात्रेच्या माध्यमातून सिद्धयोग संगीताच्या रूपांतरणकारी शक्तीने ऑस्ट्रेलियाच्या कानाकोपऱ्यांतील हजारो साधकांचे जीवन रूपांतरित केले.

उत्सव आणि रितीरिवाज

महाशिवरात्री : ११ मार्च

सिद्धयोग मार्गावर, भगवान शिवाची आराधना आदिगुरूंच्या स्वरूपात केली जाते; जे दिव्य ज्ञानाचे प्रदाता आहेत व जे श्रद्धा-भक्तीने केलेल्या एखाद्या साध्याशा कार्यानेदेखील सहज प्रसन्न होतात.

भगवान शिव आणि महाशिवरात्री यांविषयी आपली समज आणि आपले अनुभव अधिक सखोल करण्यासाठी या महिन्यात तुम्हाला सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाईटवर अनेक साधने मिळतील. मंत्र **'ॐ नमः शिवाय'** हा सिद्धयोग मार्गाचा दीक्षा मंत्र आहे, ज्याचा जप कोणत्याही वेळी— आणि विशेषतः महाशिवरात्रीच्या पर्वकाळात करणे हे भगवान शिवाच्या कृपेचे आवाहन करण्याचे एक शक्तिशाली साधन आहे. आपण आपल्या अंतरी वास करणाऱ्या भगवंतावर ध्यान करू शकतो आणि भगवान शिव व शिवलिंग [निराकार भगवान शिवाचे साकार रूप], यांच्यावर आधारित पौराणिक कथा वाचू शकतो. आपण भगवान शिवाची स्तुती करणारे स्तोत्रपाठ म्हणजेच श्रीशिवमहिम्नः स्तोत्रम्, शिव आरती आणि श्रीशिवमानसपूजा यांचे पठण करून किंवा 'जय जय शिव शंभो' आणि 'सांब सदाशिव' ही नामसंकीर्तने गाऊन त्यांच्या सान्निध्यात असल्याची अनुभूती घेऊ शकतो.

अर्थ अवर : [पृथ्वीमातेला समर्पित १ तास] : २७ मार्च

वेदांमध्ये पृथ्वीमातेचा सन्मान एका देवीच्या रूपात केला गेला आहे, जी मानवतेवर प्रकाशाचा आणि शक्तीचा वर्षाव करते. त्याची परतफेड म्हणून आपण तिला काय भेट देऊ शकतो? वर्ल्ड वाइल्डलाईफ फंड [विश्व वन्यजीव कोष] ही संघटना, पृथ्वीच्या वतीने २७ मार्च रोजी वैश्विक स्तरावर आपल्याला आमंत्रित करते की आपण या दिवशी प्रत्येक वर्षी रात्री ८:३० ते ९:३०दरम्यान एका तासाकरता अनावश्यक दिवे मालवून आपल्या ग्रहाप्रति आपले समर्थन प्रदर्शित करावे. अशा प्रकारे हा दिवस साजरा केल्याने आपल्याला एक शांततामय अवकाश मिळतो, ज्यादरम्यान आपण धरतीमातेपासून प्राप्त होत असलेल्या अद्‌भुत प्रचुरतेविषयी चिंतन करू शकतो.

होळी : २८-२९ मार्च

पौर्णिमेला सुरू होणारा दोन दिवसाचा होळीचा हा सण वसंत ऋतुच्या रंगतदार पुनरागमनाचे स्वागत म्हणून संपूर्ण भारतात हर्षोल्लासाने साजरा केला जातो. नाचगाण्याने, हास्यविनोदाने, मस्तीने आणि मित्रपरिवार व प्रियजन यांच्यावर रंग उडवून साजरा केला जाणारा हा जोशपूर्ण उत्सव सौहार्दभावाने भरलेला असतो तसेच हा सण सगळ्यांच्या हृदयांना आनंदित करतो.

***

या मार्च महिन्यात आपल्यापाशी एक नवीन संधी आहे, आपला दृष्टिकोन विस्तृत करण्याची आणि आपली समज पोषित करण्याची. आपल्या मननचिंतनाद्वारे व अभ्यासांद्वारे आपण सिद्धयोग शिकवणींचे अन्वेषण जसजसे करत जातो, तसतसे आपण आपल्या जीवनातील चढउताराच्या परिस्थितींमध्ये सर्वश्रेष्ठ भगवान शिवाच्या शाश्वत व मंगलमय उपस्थितीला जाणू शकतो. मला असे आढळून आले आहे की, असा एक क्षण सदैव असतो : जेव्हा आपण दोन कार्यांदरम्यानच्या काळात मंत्रजप करू शकतो, किंवा स्वतःच्या श्वासोच्छ्वासाकडे अवधान वळवू शकतो; सिद्धयोगाच्या एखाद्या पुस्तकातून एक परिच्छेद वाचू शकतो किंवा सिद्धयोगाची वेबसाइट पाहू शकतो; शिकवणींच्या संरक्षणात, आश्वासनात आणि प्रेरणेत स्नान करू शकतो; जाणू शकतो, स्मरण करू शकतो.

माझ्या वतीने तुम्हाला सुरक्षित व आनंददायी मार्च महिन्यासाठी शुभेच्छा.

आदरपूर्वक,
जूलियन

© २०२१ एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन®. सर्वाधिकार सुरक्षित.