आंतरिक मौन वृद्धिंगत करण्याचा समय

१ मे, २०२०

आत्मीय वाचकांनो,

गेले काही दिवस, मी स्वतःला प्रश्न विचारतो आहे की, आध्यात्मिक रिट्रीटचा सर्वात महत्त्वाचा पैलू काय असतो? तो त्याचा एकांत असतो का? की त्याचे मौन असतो? निश्चितच त्याचा संबंध एखाद्या व्यक्तीच्या संकल्पाशी असतो. हे प्रश्न यामुळे निर्माण होत आहेत कारण, यापूर्वी कधीही न उद्भवलेल्या अभूतपूर्व अशा परिस्थितीचा सामना जग आता करते आहे आणि त्यामुळे आपल्यापैकी अनेक लोकांना — ज्यात माझाही समावेश आहे— जास्तीत जास्त काळ घरातच राहावे लागते आहे, जेणेकरून आपण तसेच इतर लोकदेखील सुरक्षित राहतील. इतक्या प्रमाणात बंदिस्त राहण्यामुळे क्षोभ निर्माण होऊ शकतो पण तरीदेखील गेली सहस्रावधी वर्षे अनेक साधकांनी एकांतात आणि शांततेत राहण्याची आस धरली आहे, जेणेकरून त्यांना स्वतःच्या दिव्य आंतरिक प्रकाशाशी सहजतेने अनुसंधान साधता येईल.

सिद्धयोग मार्गावर अशा समयी आपल्यावर कृपाप्रसादाचा वर्षाव होतो आहे, ‘मंदिरात राहा’ या सत्संगांच्या शृंखलेच्या माध्यमातून, बहुतांश वेळी हे सत्संग श्रीगुरुमाईंसमवेत होत आहेत आणि त्यांचे थेट व्हिडिओ प्रसारण श्री मुक्तानंद आश्रमातील भगवान नित्यानंदांच्या मंदिरातून होते आहे. गेल्या महिन्यात सुरू झालेल्या या सत्संगांमधून श्रीगुरुमाईंबरोबर पावन स्तोत्रांचे पठण व नामसंकीर्तन करण्याचा, श्रीगुरुमाईंची प्रवचने ऐकण्याचा आनंद आपल्याला अनुभवता आला, तसेच मंदिरात उपस्थित असलेल्या व संपूर्ण विश्वातील प्रतिभाशाली गायकांनी गायलेली भजने ऐकण्याचे आणि बडे बाबांचे दर्शन घेण्याचे सुखही आपल्याला लाभले. या सत्संगांविषयी माझा अनुभव असा आहे की, आपण खरोखरच या पवित्र स्थळाच्या गहन प्रशांतीत आणि स्पंदनशील शक्तीमध्ये तल्लीन होऊन, बडे बाबांच्या मूर्तीच्या दिव्य तेजामध्ये निमग्न होऊन *प्रत्यक्षात* त्या मंदिरात उपस्थित होतो.

या प्रेरणादायी सत्संगांमध्ये गुरुमाईंनी याविषयी सांगितले की, आपल्यापैकी जे लोक आपापल्या घरांच्या छत्रछायेत आहेत, [एका सूत्रधाराने सांगितले की, एक सिद्धयोगी म्हणून आपण कृपेच्या छत्रछायेत आहोत], हा कठीण असलेला काळ, त्या लोकांसाठी सिद्धयोग साधना करण्याकरिता एक स्वर्णिम संधी आहे. श्रीगुरुमाईंनी आपल्याला असा मार्गोपदेश केला आहे की, आपण अनुशासनाने आणि दृढतेने सिद्धयोग अभ्यास करून या समयाचा सदुपयोग करावा, जेणेकरून आपण आंतरिक शांतीच्या स्थानाचा विकास करू शकू. हे विरोधाभासी वाटू शकते, जेव्हा आपल्या असे लक्षात येईल

की, या जगासाठी कसोटीचा असलेला हा काळ प्रत्यक्षात मात्र आपल्याला अंतरातील दिव्य मौनाच्या सखोलतेत उतरण्यासाठी आधार देतो आहे.

गुरुमाईंचे श्रीगुरू बाबा मुक्तानंद यांनी आपली आत्मकथा ‘चित्शक्ती विलास’मध्ये वर्णन केले आहे की, कशा प्रकारे ते आध्यात्मिक साधनेमध्ये प्रदीर्घ काळ निमग्न झाले होते —आणि त्यांच्या व्यक्तिगत अनुशासनाने, त्यांच्या श्रीगुरूंकडून त्यांना प्राप्त झालेली कृपा कशा प्रकारे फलीभूत होऊ शकली. मे महिना हा बाबांच्या जन्मदिवसाचा महिना आहे, ज्या महिन्यात आपण बाबांच्या प्राप्तीचा आणि शक्तिपाताच्या महाप्रसादाचा उत्सव साजरा करतो; शक्तिपाताचा महाप्रसाद, जो बाबांनी या विश्वाला प्रदान केला आहे, आणि जो श्रीगुरुमाई आता प्रदान करत आहेत. अनेक वर्षांपासून, गुरुमाईंनी मे महिन्याला ‘बाबांचा महिना’ म्हणून संबोधित करण्यास सुरुवात केली, आणि बाबांच्या जन्मदिवसाच्या या महिन्यात गुरुमाई आपल्याला प्रोत्साहित करतात की आपण बाबांच्या जीवनामध्ये आणि त्यांच्या शिकवणींमध्ये निमग्न व्हावे.

बाबांच्या महिन्यात

या संपूर्ण मे महिन्यात, बाबांचा महिना साजरा करण्याच्या विपुल संधी सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाइटवर उपलब्ध असतील. या वर्षी बाबांचा जन्मदिवस चांद्र तिथीनुसार ७ मे रोजी तर सौर तिथीनुसार १६ मे रोजी आहे. निश्चितच मी तुम्हाला प्रोत्साहित करतो, की तुम्ही संपूर्ण मे महिना वेबसाइट पाहत राहावी आणि बाबांच्या शिकवणींविषयी व जीवनाविषयी अधिक माहिती जाणून घ्यावी व त्याविषयी अन्वेषण करावे.

बाबांच्या जन्मदिनाच्या महोत्सवाप्रीत्यर्थ सिद्धयोग ऑडिओ सत्संग

बाबांच्या जन्मदिवसाच्या महोत्सवाप्रीत्यर्थ सिद्धयोग ऑडिओ सत्संग—या सत्संगाला गुरुमाईंनी शीर्षक प्रदान केले आहे, ‘नाद, आत्मा, शान्तचित्तता’ आणि हा सत्संग सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाइटवर १ मेपासून संपूर्ण महिनाभर उपलब्ध राहील. स्वामी अखंडानंद हे या सत्संगाचे शिक्षक आहेत. हा सत्संग फ्रेंच, स्पॅनीश आणि हिंदी या भाषांमध्ये ‘व्हॉइस-ओवर’ अनुवादासह उपलब्ध राहील तर इतर आठ भाषांमध्ये तो सबटायटल्स्‌सह उपलब्ध असेल.

बाबांच्या सन्मानाप्रीत्यर्थ अन्वेषण करण्याचे विषय

या वर्षी बाबांच्या पहिल्या विश्वयात्रेची पन्नासावी वर्षगाठ आहे आणि या महिन्यात बाबांनी केलेल्या त्या महत्त्वपूर्ण घोषणेचीदेखील वर्षगाठ आहे, जी त्यांनी १२ मे, १९७० रोजी केली होती. त्यांनी घोषित केले होते की, ते पाश्चिमात्य देशांच्या ऐतिहासिक यात्रेवर जातील. मी नेहमी विचार करतो की, बाबांनी या महत्त्वपूर्ण विश्वयात्रेवर जाण्याच्या आपल्या श्रीगुरूंच्या आज्ञेचे ज्या निष्ठेने पालन केले, त्यासाठी सिद्धयोग मार्गावरील आपण सर्वजण सदैव त्यांचे ऋणी राहू, आणि यासाठी आपण त्यांना कितीही जरी कृतज्ञता अर्पण केली, तरी ती कमीच असेल. जरा कल्पना करा की, बाबांच्या पहिल्या विश्वयात्रेत ज्याचे उन्मीलन झाले त्यामुळे कितीतरी हजारो लोकांचे आयुष्य रूपांतरित झाले! तुम्ही बाबांसमवेत विश्वयात्रेत सहभागी झालेले असाल किंवा त्यांची ओळख तुम्हाला आता होत असेल — या महिन्यात, मी तुम्हाला आमंत्रित करतो की, तुम्ही बाबांच्या जीवनाविषयी आणि त्यांच्या वारश्याविषयी अधिक माहिती मिळवण्यासाठी खालील वेबपृष्ठे पाहावीत.

- **बाबा मुक्तानंदांविषयीच्या कथा :** हा त्या अनुभवांचा अद्‌भुत व मर्मस्पर्शी संग्रह आहे, जे अनुभव बाबांच्या कृपेच्या व शिकवणींच्या माध्यमातून लोकांना प्राप्त झाले होते.
- **बाबा मुक्तानंदांचे दर्शन आणि त्यांचे प्रज्ञान** — यामध्ये बाबांची एकतीस छायाचित्रे आहेत आणि त्यांच्या प्रत्येक छायाचित्रासमवेत त्यांची एक मूलभूत शिकवण दिलेली आहे.
- **'ज्योत से ज्योत जगाओ',** ही एक प्रार्थना आहे जी बाबांचे एक विद्यार्थी, संगीतकार व गायक हरी ओम् शरण यांनी लिहिलेली आहे आणि ही आरती सिद्धयोग सत्संगांमध्ये व नामसंकीर्तनांमध्ये नित्य गायली जाते. या ऑडिओ रेकॉर्डिंगमध्ये तुम्ही श्रीगुरुमाई तसेच इतर संगीतमंडळी यांच्यासोबत 'ज्योत से ज्योत जगाओ' ही आरती गाऊ शकता, जिचे रेकॉर्डिंग भगवान नित्यानंदांच्या मंदिरात झालेल्या आरतीच्या वेळी केले गेले होते.
- **'इक मस्ताना जोगी आया रे'** हे भजनदेखील हरी ओम् शरण यांनी बाबांकरता लिहिले होते. या महिन्यात चांद्र तिथीनुसार येणाऱ्या बाबांच्या जन्मदिवसाच्या आसपास हे भजन वेबसाइटवर पोस्ट केले जाईल. या भजनाच्या प्रारंभिक ओळींमध्ये बाबांचे वर्णन अतिशय मार्मिक शब्दांमध्ये केले गेले आहे : "इक मस्ताना जोगी आया रे अन्तर-शक्ति जगाने, अलबेला जोगी आया रे सोऽहम् नाद जगाने ॥" 'एक आनंदमग्न असलेला योगी अंतरातील

शक्ती जागृत करण्यास आला आहे. आपल्या अंतरी सोऽहम् नाद जागृत करण्यासाठी एक परमानंदमग्न योगी आला आहे.'

बाबांच्या स्मरणाप्रीत्यर्थ

बाबांच्या जन्मदिनाच्या या संपूर्ण महिन्यादरम्यान, मी तुम्हाला बाबांच्या उपस्थितीची, त्यांच्या सान्निध्याची अनुभूती करत राहण्याचा आणखी एक मार्ग सांगतो. सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाइटला ज्या-ज्या वेळी तुम्ही भेट द्याल, त्या-त्या वेळी काही क्षण थांबून मुख्य पृष्ठाच्या [होमपेजच्या] वरच्या भागात दाखवलेल्या पर्वतरांगांची तेजस्वी निःस्तब्धता न्याहाळा. या छायाचित्रात दाखवलेल्या पर्वतरांगांमधील अनेक गोष्टी, अनेक स्मृती बाबांशी निगडित आहेत. सर्वप्रथम गोष्ट ही आहे की, या पर्वतरांगा कश्मीरमध्ये स्थित असलेल्या हिमालयाच्या पर्वतशृंखलांचा एक भाग आहेत; जे अद्वैत काश्मीर शैवमताचे उगमस्थान आहे. या तत्त्वज्ञानाच्या शिकवणी बाबांनी नेहमीच प्रदान केल्या आणि त्या साऱ्या शिकवणी संपूर्ण विश्वालाही उपलब्ध करून दिल्या. याच पर्वतरांगांमध्ये एक हजार वर्षांपूर्वीचे एक प्राचीन शिवमंदिर आहे जिथे या सर्व काळादरम्यान भगवान शिवाची पूजा होत आली आहे.

आणि या छायाचित्राशी निगडित आहे 'बाबांचे स्मरण करवून देणारा सुंदर क्षण'. हा बॅनर तयार झाल्यानंतर, त्याच्या डिझाईन टीममधील एका सदस्याला त्या पर्वतरांगांविषयी अधिक माहिती जाणून घेण्याची इच्छा झाली; आणि शोध घेतल्यानंतर एक आश्चर्यजनक गोष्ट त्याला आढळून आली : हिमालयातील या पर्वतरांगांचे नाव आहे, 'मुक्तेश्वर'. या शब्दाचे मूळ आणि बाबा मुक्तानंदांच्या नावाचे मूळ हे एकच आहे आणि ते बाबांना प्रिय असलेल्या सूक्तींचे पुस्तक म्हणजेच 'मुक्तेश्वरी' या नावाच्या किती समीप असल्याप्रमाणे वाटते! किती अद्‌भुत आणि हृदयस्पर्शी समानता आहे या सर्वांमध्ये!

गुरुमाईंच्या नववर्ष-संदेशाचे अन्वेषण आणि अध्ययन

ध्यानसत्र-४

ऑडिओ प्रसारणाद्वारे सिद्धयोग ध्यानसत्रांच्या शृंखलेतील चौथे सत्र या महिन्यात उपलब्ध होईल; आणि खरोखरच किती उद्‌बोधक आहे या ध्यानसत्राचे शीर्षक! "Relaxing the Mind, Accepting Good Fortune: *Sukha-saubhāgya*" हे ध्यानसत्र २३ मे रोजी उपलब्ध होईल. या ध्यानसत्रामुळे

आपल्याला तणावमुक्त मन विकसित करण्यासाठी मदत होईल आणि त्याबरोबरच हे सत्र हा बोध विकसित करण्यासाठी आपल्याला साहाय्य करेल की, आपले जीवन किती अर्थांनी सौभाग्यपूर्ण आहे.

गुरूमाईंच्या नववर्ष-संदेशावर आधारित एक कथा

‘श्रीगुरुमाई के वर्ष २०२० के सन्देश पर कहानियाँ,’ हा एक आनंददायी आणि चिंतनमननाला प्रेरित करणारा कथासंग्रह आहे जो गुरुमाईंच्या संदेशावर कार्य करण्यास आपल्याला मदत करतो. अलीकडेच मी एक प्राचीन ग्रीक कथा “सिकन्दर और डायोजनीज़ की मुलाक़ात” वेबसाइटवर वाचली, जी शांभवी ख्रिस्चनने इंग्रजी भाषेत पुन्हा लिहिली आहे आणि मौखिक रूपात रेकॉर्डदेखील केली आहे. या कथेमध्ये मॅसेडोनीयन सम्राट, त्या प्रसिद्ध परंतु असामान्य जीवनशैली असलेल्या एका तत्त्ववेत्त्याला भेटायला जातो, जो बॅरलमध्ये म्हणजेच पिंपामध्ये राहत असतो आणि ज्याला सामाजिक चालीरितींची यत्किंचितही फिकीर नसते. सिकंदर जेव्हा डायोजनीजसमोर उभा राहतो आणि डायोजनीजकडून ज्ञानाचे बोल ऐकण्याची अपेक्षा व्यक्त करतो, तेव्हा काय होते? ती कथा पुढे कशी उलगडत जाते त्याचा शोध घेण्याचे कार्य मी तुमच्यावरच सोपवतो आहे. मला असे वाटते की, ही कथा अनेक रूपांनी गुरुमाईंच्या संदेशाविषयी आपल्याला झालेल्या अर्थबोधावर प्रकाश टाकू शकते. त्यातील एक पैलू मला अतिशय चित्तवेधक वाटतो, तो म्हणजे, जेव्हा एखादी व्यक्ती आपल्या आंतरिक स्त्रोताच्या संपर्कात असते, तेव्हा जी शक्ती तिला प्राप्त होते, त्याची एक झलक ही कथा आपल्याला देते!

श्रीगुरुमाईंच्या सन् २०२०च्या नववर्ष संदेशावरील अभ्यास-पुस्तिका

अलीकडे मी ‘श्रीगुरुमाई के वर्ष २०२० के सन्देश पर अभ्यास-पुस्तिका’कडे माझे लक्ष देतो आहे. अभ्यास-पुस्तिकेमध्ये प्रस्तुत केलेल्या शिकण्याच्या विविध पद्धतींमध्ये, माझी पत्नी अचला बुलाकॉट हिने अगदी आरंभापासूनच अतिशय उत्साहाने भाग घेतला आणि मला हे जाणवले की, गुरुमाईंच्या संदेशाचे अन्वेषण करताना या पद्धती कार्यान्वित केल्यास मलादेखील लाभ होईल. मी एक सेवानिवृत्त रायटिंग टीचर [सुंदर व अलंकृत पद्धतीने लिहायला शिकवणे] आहे आणि एखादी शिकवण सखोलतेने समजून घेण्यासाठी मी नेहमी शब्दांची मदत घेतो —एखाद्या विशिष्ट शिकवणीविषयी श्रीगुरू काय म्हणत आहेत हे मी वाचतो किंवा मी त्यावर चिंतन करतो आणि मग मी माझे विचार लिहून काढतो. मला असे कधी सुचलेच नाही की, मी ते शारीरिक रूपाने करावे, त्याचा मानसिक नकाशा बनवावा किंवा रंगीत पेंसील घेऊन चित्र काढावे.

परंतु अभ्यास-पुस्तिकेच्या मार्गदर्शनानुसार मी या तिन्ही पद्धतींचा अवलंब केला — आणि मला एक उज्ज्वल व गहन अनुभव आला. अभ्यासाच्या कृतीचे वर्णन न करता मला हे सांगायचे आहे की, एका क्षणी असे घडले की, मी आमच्या दिवाणखान्यात होतो आणि खिडकीतून माझ्या घराच्या बाहेर असलेल्या जूनिपरच्या वृक्षाला न्याहाळण्यात तल्लीन झालो, त्या वेळी माझे हात माझ्या डोक्याच्या वर होते आणि हळूहळू डोलत होते. तत्क्षणी, त्या वृक्षाशी असलेल्या माझ्या संबंधातील एक नवीन स्तर मला जाणवू लागला—मला असे वाटले की, त्या वृक्षाप्रमाणे मीदेखील स्थिर व दृढ आहे आणि माझे हात वृक्षाच्या फांद्याप्रमाणे डोलत आहेत. माझ्यातील आणि त्या वृक्षातील ऐक्याची संवेदना मला माझ्या शरीरातील कोशिकांमध्ये जाणवली. हा अनुभव मला शब्दबद्ध करता येणार नाही; तरीदेखील मी हे सांगू शकतो की, निसर्गाशी असलेल्या माझ्या संबंधाविषयी गेली अनेक वर्ष चिंतन केल्यानंतर या अभ्यास-कृतीने मला अधिक खोल अनुभव आणि बोध प्रदान केला—आणि असे यामुळे घडले की नैसर्गिक जगत अधिक सखोलतेने अनुभवण्यासाठी मी एक साधन म्हणून माझ्या शरीराचा उपयोग करत होतो.

आता मी नियमितपणे अभ्यास-पुस्तिकेशी कार्यरत आहे — आणि मी हृदयपूर्वक अशी शिफारस करेन की, तुम्हीदेखील स्वतःला अभ्यास-पुस्तिकेमध्ये निमग्न करून गुरुमाईंच्या नववर्ष-संदेशाच्या अध्ययनात अधिक खोलवर जावे. सुरुवात करण्यासाठी अजूनही खूप उशीर झालेला नाही!

अन्य उत्सव

महाराष्ट्र दिन—१ मे

१ मे, १९६० रोजी भारतातील महाराष्ट्र राज्याच्या स्थापनेच्या निमित्ताने ‘महाराष्ट्र दिन’ साजरा केला जातो, गुरुदेव सिद्धपीठ याच महाराष्ट्र राज्यात स्थित आहे. हा पवित्र दिवस सार्वजनिक तसेच व्यक्तिगत आनंदासह साजरा केला जातो, ज्यामध्ये लेझिमच्या प्रदर्शनाचा आणि गाण्यांचा समावेश असतो.

भगवान बुद्ध यांची जयंती—७ मे

बुद्ध जयंती, जी भारतात बुद्ध पौर्णिमा या नावानेही ओळखली जाते, भगवान बुद्धांच्या जन्मदिवसाचा महोत्सव आहे. हा अत्यंत पावन असा बौद्धधर्मीय उत्सव आहे ज्या दिवशी बौद्ध भिक्षू मंदिरात एकत्र येतात आणि प्रवचने देतात व बौद्ध शास्त्रग्रंथांमधून पठण करून उत्सव

साजरा करतात. दर्शनार्थी भगवान बुद्धांच्या मूर्तीची पूजा करतात आणि पवित्र अनुष्ठाने करतात. भगवान बुद्धांच्या परोपकारी स्वभावाला शोभेसा असा हा उत्सव म्हणजे शांततापूर्ण आणि प्रेरक प्रसंग असतो.

मातृदिन [मदर्स डे] —१० मे [पंचवीस देशांमध्ये]

बाबांनी आपल्या 'चित्शक्ती विलास' या आध्यात्मिक आत्मकथेचे समर्पण या शब्दांनी सुरू केले आहे, "माझ्या आईचे माझ्यावर फार प्रेम होते...". ते आपल्या आईविषयी आणि सर्व मातांविषयी सदैव पूज्यभावाने व प्रेमाने बोलत. बाबा आणि गुरुमाई या दोघांनीही नेहमीच मातांचा सन्मान अतिशय हृदयपूर्वक केला आहे, कारण मातांनी अनेक मार्गांनी प्रेमभावनेला या जगतात आणले आहे आणि त्या अनेक पद्धतींनी मुलांचे संगोपन करतात, जेणेकरून ती मुले प्रेमळ मनुष्य बनण्यास मदत होईल. मातृदिन हा विश्वभरात ५० देशांमध्ये साजरा केला जातो आणि अमेरिकेसह पंचवीस देशांमध्ये मे महिन्याच्या दुसऱ्या रविवारी हा उत्सव साजरा होतो. मातृदिनाच्या दिवशी, गुरुमाई आपल्याला आमंत्रित करतात की आपण मातांप्रति आणि मातेची भूमिका बजावणाऱ्या सर्वांप्रति कृतज्ञता व्यक्त करावी, त्यांच्या खरोखरीच्या गहन योगदानासाठी जे त्यांनी या जगतात आणि आपल्या जीवनात दिले आहे.

अलीकडे मी आमच्या बागेत ध्यान करत होतो व अधूनमधून डोळे उघडून सूर्यप्रकाशाचा आणि फुलांच्या सौंदर्याचा आस्वाद घेत होतो. असे करत असताना माझे लक्ष त्या लहानशा फूलपाखराकडे गेले जे मधुरसाच्या अगदी छोट्या-छोट्या थेंबांसाठी एका फुलावरून दुसऱ्या फुलावर उडत होते. मी पाहात होतो की, किती हळुवारपणे ते अनेक फुलांवर जात होते, एखाद्या छोट्याशा कलाकृतीसम ते वाऱ्याबरोबर अतिशय अलगदपणे या फुलावरून त्या फुलावर उडत होते. काही वेळानंतर मला याची जाणीव झाली की, हे फूलपाखरू मला माझे जीवन जगण्याची रीत शिकवत होते. मीदेखील दिवसभरात सौंदर्याने, प्रकाशाने, रंगाने, रूपाकाराने, प्रतिबिंबाने आणि ध्वनीने स्वतःच्या अस्तित्वाला पोषित करत "मधुरसाच्या" अनेक क्षणांचे रसास्वादन करू शकतो. यासाठी मला करायचे फक्त एवढेच आहे की, जे काही आधीपासूनच माझ्या आजूबाजूला आहे, ते पाहण्याचा आणि त्याचा आनंद उपभोगण्याचा संकल्प मी करावा.

थोडे आणखी चिंतन केल्यावर माझ्या हे लक्षात आले की, हे फूलपाखरू मला गुरुमाईंच्या संदेशाचे दिवसभर अध्ययन करण्याची एक उत्कृष्ट पद्धत शिकवत आहे. मी हे पाहिले की किंचितशा स्मरणाने

आणि संकल्पाने आपण —फूलपाखराप्रमाणे काही वेळासाठी का असेना—स्वतःच्या दैनंदिन जीवनात वारंवार विराम घेऊ शकतो जेणेकरून आपल्याला स्वतःच्याच अस्तित्वात आत्म्याच्या अमृतरसाचा आस्वाद घेता येईल. असे करत असताना न जाणो आपल्याला स्वतःच्या अंतरामध्ये कोणती वाटिका सापडेल जी आपल्या संपूर्ण अस्तित्वाला पोषित व अनुप्राणित करणाऱ्या अमृतरसाने भरलेली असेल? या आव्हानात्मक समयी, आपण आपल्या घरात जरी असलो, तरीदेखील आपण किती अद्भुत आंतरिक यात्रेचा आरंभ करू शकतो!

या पत्रात सांगितले गेलेले अध्ययनाचे सर्व उपक्रम आणि इतर तत्त्वे आपल्याला परम आत्म्याच्या वाटिकेपर्यंत पोहोचण्याचे मार्ग प्रदान करतात. मी तुम्हाला आमंत्रित करतो की, तुम्ही फूलपाखरासारखे व्हावे; यातील अनेक मार्ग आजमावून पाहावेत की, कोणते मार्ग तुम्हाला सर्वाधिक प्रभावशाली वाटतात आणि कोणत्या मार्गांनी तुम्हाला सर्वात अधिक प्रज्ञान आणि आनंद मिळतो. मग तुम्ही स्वतःच्या मनाला आणि हृदयाला पोषित करण्यासाठी वारंवार त्यांकडे वळू शकता. तुमच्या स्वतःसाठी मे महिन्याला दिव्य बनवा!

आदरपूर्वक,
पॉल हॉकवुड

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