मे महिन्याचा परिचय

१ मे, २०२१

आत्मीय वाचक,

आपण मे महिन्यात—बाबांच्या महिन्यात पदार्पण केले आहे, तो महिना जेव्हा बाबा मुक्तानंदांनी या ग्रहावर जन्म घेतला. सौर तिथीनुसार बाबांचा जन्मदिवस १६ मे रोजी आहे आणि या वर्षी चांद्रतिथीनुसार त्यांचा जन्मदिवस २६ मे रोजी आहे. सिद्धयोग मार्गावर बाबांचा जन्मदिवस म्हणजे तो समय आहे, जेव्हा आपण या जगावर झालेल्या त्यांच्या कृपेच्या व शिकवणींच्या रूपांतरणकारी शक्तीचा महोत्सव साजरा करतो. तसेच हा समय आहे बाबांच्या सान्निध्यात हजारो साधकांनी अनुभवलेल्या प्रगाढ आनंदाचे आणि प्रेमाचे चिंतन करण्याचा. बाबांचा तो आनंद व प्रेम त्यांच्या वाणीतून प्रकट होत असे; सहजपणे होणाऱ्या त्यांच्या हालचालींतून झळकत असे, त्यांच्या उत्स्फूर्त दिलखुलास हास्यातून प्रवाहित होत असे; बाबा अभंगांना, भजनांना आणि बोधकथांना त्यांच्या शिकवणींमध्ये अशा प्रकारे गुंफत, की त्यांचे सार अगदी स्पष्ट होत असे; आणि बाबांच्या सान्निध्यात राहिल्याने सर्वांना वाटत असे कि आपल्याला आपल्या घरी परतण्याचा मार्ग मिळाला आहे.

बाबा मुक्तानंदांनी शक्तिपात दीक्षेला अर्थात् सुप्त आध्यात्मिक शक्ती म्हणजेच कुंडलिनी शक्तीच्या जागृतीला, संपूर्ण जगासाठी मुक्त रूपाने उपलब्ध करून दिले, जिथे यापूर्वी ही दीक्षा म्हणजे पूर्णतः गुप्त स्वरूपात राखले गेलेले रहस्य होते आणि केवळ काही योगिजनांनाच ते ज्ञात होते. बाबांनी सिद्धयोगाच्या शिकवणी प्रदान केल्या आणि 'ध्यानक्रांती' घडवून आणली, जिच्याद्वारे त्यांनी जिज्ञासूंना त्यांच्या स्वतःच्या अंतरी आणि समस्त सृष्टीमध्ये ईश्वराच्या उपस्थितीची जाणीव व्हावी याकरता साधने उपलब्ध करून दिली.

बाबांच्या महिन्याची तयारी करण्यासाठी, मी चिंतन करते आहे की मी बाबांकडून काय शिकले—त्यांनी लिहिलेल्या पुस्तकांद्वारे, त्यांच्या शिकवणींद्वारे तसेच ज्यावेळी मी बाबांच्या सान्निध्यात होते आणि मला त्यांचे दर्शन प्राप्त झाले. एक स्मृती जी वारंवार माझ्या मनात येते, ती म्हणजे गुरुदेव सिद्धपीठातील गुरुचौकात बाबांच्या आणि इतर सिद्धयोग विद्यार्थ्यांच्या समवेत शांतपणे बसून राहणे. तिथे हिवाळ्यातील सुंदर अशा सकाळच्या प्रकाशात आम्रवृक्षांच्या छायेखाली बसलेले असताना मला जाणवत असे की बाबांमधून प्रबळ प्रेमभाव आणि कल्याणकारी शक्ती प्रसारित होते आहे. मी त्याची कल्पना अशा प्रकारे करत असे की कृपापूरित तेजाची किरणे आमच्यापैकी प्रत्येकाच्या हृदयात प्रवेश

करत आहेत. आजदेखील, त्या क्षणाचे स्मरण करताच बाबांच्या प्रेमाची दीप्ती माझ्या अंतरी चमचमत असल्याचे मी अनुभवते.

बाबांनी माझ्या जीवनाची दिशाच बदलून टाकली. वर्ष १९७६मध्ये मला बाबांकडून शक्तिपात दीक्षा प्राप्त झाली आणि सिद्धयोग ध्यानाचा अभ्यास कसा करावा हे मी त्यांच्याकडून शिकले. त्यावेळी मी एक न्यूरोसाइंटिस्ट म्हणून विश्वविद्यालयीन स्तरावर शिकवत होते आणि मला असे वाटत होते की या ब्रह्मांडाला जाणण्यासाठी जे काही आवश्यक आहे त्या सगळ्यांची उत्तरे विज्ञानाकडे आहेत. पण बाबांकडून शक्तिपात प्राप्त झाल्यावर आणि ध्यानाच्या अभ्यासाची सुरुवात केल्यावर मला हे कळून चुकले की, मला अजूनही बरेच काही शिकायचे आहे. ध्यानाच्या विषयाकडे एक शास्त्रज्ञ म्हणून पाहण्याचा संकल्प मी केला, माझ्या स्वतःच्या अंतरीच्या प्रयोगशाळेत मी शोध घेऊ लागले—ध्यान करताना मी माझ्या विचारांचे निरीक्षण करू लागले आणि स्वतःला प्रश्न विचारू लागले की, ध्यानाच्या अभ्यासामुळे माझ्या बोधामध्ये कशा प्रकारे परिवर्तन होते आहे.

मी जेव्हा पहिल्यांदाच ध्यान करण्यास सुरुवात केली, तेव्हा सुरुवातीला मला आढळून आले की, विचारांचा ओघ सतत सुरू आहे. त्यानंतर, मी जेव्हा श्वासोच्छ्वासावर लक्ष केंद्रित करू लागले, तेव्हा विचार ओसरू लागले आणि मला तेव्हा खूप आनंद झाला, जेव्हा मला असे आढळून आले की विचारांच्या अगदी खालीच शुद्धतम आनंदमय मौन आहे. मी बाबांकडून शिकले होते की परम चिती समस्त सृष्टीचा तसेच आपल्या मनाचा मूळ आधार आहे आणि सारतत्त्वही आहे. ध्यान करताकरता मला याची जाणीव होऊ लागली की, ध्यानाच्या प्रशांत क्षणांमध्ये जेव्हा माझे मन विश्रांत होते, तेव्हा मी या शुद्ध चितीमध्ये प्रवेश करते.

गेल्या अनेक दशकांमध्ये मी श्रीगुरुमाईंच्या मार्गदर्शनाखाली माझा ध्यानाचा अभ्यास जसजसा सखोल करत गेले, तसतशी न्यूरोसायन्सच्या दृष्टिकोनातून ध्यानाच्या लाभकारी परिणामांचा शोध घेण्याची प्रेरणा मला मिळाली. मला असे आढळून आले की ध्यानाच्या अभ्यासामुळे आपल्या मेंदूची रचना अक्षरशः बदलते. मला असाही ठोस पुरावा मिळाला की चेतना—जिला आपल्यापैकी अनेकजण बोध किंवा जाणीव समजतात—ती शरीराने कार्य करणे बंद केल्यानंतरही सातत्याने अस्तित्वात असते.

माझ्या कामकाजादरम्यान तसेच सिद्धयोग अध्ययनामध्ये ही माहिती सांगताना मला खूप आनंद मिळाला आहे, विशेषतः त्या लोकांना सांगताना ज्यांनी त्यांच्या स्वतःच्या ‘आंतरिक संशोधनाद्वारे’—त्यांच्या सिद्धयोग ध्यानाच्या अभ्यासाद्वारे—अनंत आणि शाश्वत चितीचा अनुभव घेतला आहे आणि

ज्यांना हे जाणण्यात स्वारस्य आहे की अशा प्रकारच्या माहितीला काटेकोर वैज्ञानिक संशोधन पद्धतीचा आधार लाभला आहे.

यांसारख्या काही मार्गांमुळे माझे जीवन समृद्ध झाले आहे, अगदी तेव्हापासून जेव्हा मला बाबा मुक्तानंदांकडून वर्ष १९७६ मध्ये शक्तिपात मिळाला आणि मी बाबा आणि श्रीगुरुमाईंच्या शिकवणींच्या मार्गदर्शनाखाली सिद्धयोग ध्यानाचा अभ्यास सुरू ठेवला आहे.

या महिन्यात, बाबांच्या जन्मदिवसाच्या सन्मानार्थ, बाबांविषयीच्या कथा, बाबांच्या शिकवणी, त्यांची छायाचित्रे, त्यांच्या कृपेच्या आवाहनासाठी स्तोत्रे आणि बरेच काही सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाइटवर प्रस्तुत केले जाईल. बाबा मुक्तानंदांचा जन्मदिवसाच्या महोत्सवाप्रित्यर्थ सिद्धयोग ऑडिओ सत्संगही उपलब्ध असेल, ज्यामध्ये तुम्हाला संपूर्ण महिनाभर केव्हाही भाग घेता येईल.

***

बाबांच्या जन्मदिवसाव्यतिरिक्त, मे महिन्यात अनेक सण आणि कार्यक्रम आहेत, जे आपण सिद्धयोग मार्गावर साजरे करतो.

मातृदिन : ९ मे

मातृदिन हा जगभरात पन्नास देशांमध्ये साजरा केला जातो—त्यांपैकी पंचवीस देशांमध्ये, ज्यांमध्ये अमेरिकेचा समावेश आहे, तिथे हा महोत्सव मे महिन्यातील दुसऱ्या रविवारी साजरा करतात. मातृदिनाच्या दिवशी आपण आपल्या मातांप्रति कृतज्ञता व्यक्त करतो, ज्यांनी आपल्याला या जगात आणले आणि आपण मोठे होत असताना ज्यांच्या प्रेमाने आपले संगोपन केले. आपण त्या सर्वांचाही सन्मान करतो ज्यांनी आपल्या जीवनात आपले रक्षण केले आणि आपला सांभाळ केला.

सिद्धयोग गुरूंनी मातांना नेहमीच महान सन्मान प्रदान केला आहे. बाबांनी त्यांची आध्यात्मिक आत्मकथा, 'चित्शक्ती विलास', त्यांच्या मातेला आणि त्या सर्व मातांना समर्पित केली आहे, ज्यांनी बाबांच्या जीवनात त्यांची देखभाल केली होती. वर्षानुवर्षे, गुरुमाईंनी त्यांच्या असंख्य प्रवचनांमध्ये आणि काव्यांमध्ये मातांच्या गुणांची प्रशंसा केली आहे. श्रीगुरुमाई आणि बाबा, दोघांनीही अनेकानेक पिढ्यांच्या साधकांना त्या दिव्य मातेविषयी, कुंडलिनी शक्तिविषयी ज्ञान दिले आहे, जी स्वतःच्या अस्तित्वातून ब्रह्मांडाची निर्मिती करते आणि जिच्या जीवन रूपांतरणकारी शक्तीची जागृती आपल्या अंतरी श्रीगुरूप्रदत्त शक्तिपात दीक्षेद्वारे होते.

अक्षयतृतीया : १४ मे

हिंदू पंचांगानुसार, अक्षयतृतीया ही वर्षातील अत्यंत शुभ अशा साडेतीन मुहुर्तांपैकी एक मानली जाते. या दिवशी लोक नवीन उपक्रमांचा आरंभ करतात, दानधर्माची कार्ये करतात आणि पूजा, मंत्रजप आणि दक्षिणा यांसारख्या आध्यात्मिक अभ्यासांशी संलग्न होतात. सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाइटवर, तुम्ही अक्षयतृतीयेचा इतिहास आणि महत्त्व आणि त्याच्याशी संबंधित महाभारतातील "भगवान कृष्णाचा अक्षय अनुग्रह" ही कथा वाचू शकता.

आदि शंकराचार्य जयंती : १६ मे [भारतात १७ मे]

आदि शंकराचार्य यांचा जन्म दक्षिण भारतातील केरळमध्ये आठव्या शतकात झाला. ते आत्मज्ञानी आध्यात्मिक गुरू होते ज्यांनी संपूर्ण भारतात अद्वैत वेदान्ताच्या तत्त्वज्ञानाची स्थापना केली. सिद्धयोगाच्या अनेक शिकवणी या तत्त्वज्ञानावर आधारित आहेत, ज्याची मान्यता आहे की जीव आणि ब्रह्म एकच आहे. शंकराचार्यांनी चार मठांची स्थापनादेखील केली आणि दहा संन्यास परंपरा निर्माण केल्या ज्यामध्ये सरस्वती परंपरेचा अंतर्भाव आहे; श्रीगुरुमाई आणि बाबा याच परंपरेचे आहेत. आदि शंकराचार्यांच्या जयंतीच्या सन्मानार्थ तुम्ही सिद्धयोग वेबसाइटवर दिलेली, आदि शंकराचार्यांची काही स्तोत्रे वाचू शकता, ऐकू शकता आणि त्यांचे गायन करणेदेखील शिकू शकता.

***

या पत्राचे समापन करत असताना, भारतासमवेत जगातील अनेक भागांमध्ये महामारीचा प्रकोप सुरू आहे आणि अनेकांचे दैनंदिन जीवन भय आणि क्लेश यांनी ग्रस्त आहे. या समयी, हे कळण्याचा काहीही मार्ग नाही की, ही आव्हाने किती काळ टिकून राहतील किंवा केव्हा लोकांचे जीवन अंतिमतः पुन्हा स्थिरस्थावर होईल. या परिस्थितीत, आपण काय करू शकतो? आपण कशा प्रकारे मदत करू शकतो? या महिन्यात जेव्हा आपण बाबा मुक्तानंदांचा सन्मान करतो आहोत आणि त्यांच्या वारशांचे स्मरण करतो आहोत, तेव्हा आपण सर्वजण एक गोष्ट करू शकतो, ती म्हणजे आपण सिद्धयोग साधनेच्या आपल्या प्रयत्नांना द्विगुणीत करू शकतो आणि या पृथ्वीग्रहाला दुःखकष्टांपासून मुक्त करण्यासाठी आणि याच्या उन्नतीसाठी आपल्या आध्यात्मिक अभ्यासांची फळे अर्पित करू शकतो.

आदरपूर्वक,
अचला वुलाकॉट

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