

‘सद्गुण वैभव’चे नव्याने अन्वेषण

१ जून, २०२६

आत्मीय वाचक,

त्याचे आगमन झाले आहे : जून महिन्याचे आगमन झाले आहे! श्रीगुरुमाईच्या जन्मदिवसाचा महिना, ‘आनंदमय जन्मदिवसा’चा महिना. चला, औपचारिक पद्धतीने याचा शुभारंभ करू या, करायचा ना? आणि याचा शुभारंभ आपण त्या पद्धतीने करू या, जी आपल्याला सर्वात चांगल्या प्रकारे अवगत आहे, म्हणजे आपल्या डिजिटल साधना सर्कलमध्ये एकत्र येऊन.

मला वाटते की, माझ्याप्रमाणेच तुमच्यापैकी अनेकजण हाच विचार करत असतील की, श्रीगुरुमाईच्या जन्मोत्सवाचा महिना तुम्हाला कशा प्रकारे साजरा करायला आवडेल. सिद्धयोग मार्गावर, वर्षाच्या या समयाची प्रतीक्षा आपण नेहमीच मोठ्या उत्साहाने व आतुरतेने करत असतो. खरेतर, जून महिन्याचे आगमन होताच, सिद्धयोगीजन इतका आनंद व्यक्त करत की, श्रीगुरुमाईनी या महिन्याला ‘आनंदमय जन्मदिवस’ हे नावच बहाल केले. जूनच्या पहिल्या दिवसापासूनच, लोक श्रीगुरुमाईना जन्मदिवसाच्या शुभेच्छा देण्यास सुरुवात करत. ते जेव्हाजेव्हा दर्शनासाठी येत, तेव्हा ते श्रीगुरुमाईना कोणता-ना-कोणता उपहार अर्पण करत असत. त्यांच्या चेहऱ्यांवर हर्ष झळकत असे, त्यांच्या खळखळून हसण्याचा आवाज आश्रमाच्या दालनांमध्ये घुमत असे. त्यांची ‘खुशी’ आणि त्यांचा ‘आनंद’, त्यांचे ‘माधुर्य’ आणि त्यांची ‘आपुलकी’, त्यांचा ‘दयाळूपणा’ आणि ‘उत्साह’—हे सर्व पूर्णरूपात दिसत असत. म्हणून श्रीगुरुमाई म्हणाल्या, “तुमचा एवढा सगळा आनंद, तुम्ही मला देत आहात, तर मग या महिन्याला आपण ‘आनंदमय जन्मदिवस’ हे नाव देऊ या.”

जे सर्वकाही मी श्रीगुरुमाईकडून शिकले आहे आणि कशा-कशा प्रकारे माझे भाग्य घडवले गेले आहे, समृद्ध केले गेले आहे, यावर जेव्हा मी चिंतन करते, तेव्हा माझ्या अंतरी प्रतिसाद म्हणून जे स्फुरते, ते म्हणजे केवळ आनंद. आणि याचा एकमेव परिणाम जो होतो, तो म्हणजे, कृतज्ञतेचा भाव. माझ्या जीवनात मी जे-जे निर्णय घेतले आहेत, त्यांच्या बाबतीत मला पूर्ण खातरी आहे आणि माझा विश्वास आहे की, माझे बहुतांशी निर्णय हे योग्य, विवेकपूर्ण आणि हितकारक ठरले आहेत, कारण मला श्रीगुरुमाईच्या शिकवणींचे मार्गदर्शन लाभले आहे.

एक शिकवण, किंबहुना शिकवणींचा समूह, जो माझ्यासाठी अतिशय रूपांतरणकारी ठरला आहे, तो आहे, 'सद्गुण वैभव,' जे श्रीगुरुमाईनी प्रदान केलेले सद्गुण आहेत आणि जे जून महिन्यादरम्यान सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाइटवर प्रकाशित केले जातात. या महिन्याच्या प्रत्येक दिवसाकरता श्रीगुरुमाईनी एक विशेष सद्गुण निवडला आहे, ज्याचे आपल्याला अध्ययन करायचे आहे, अभ्यास करायचा आहे आणि सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे त्याचा अनुभव घ्यायचा आहे. श्रीगुरुमाईनी सर्वप्रथम वर्ष २०१३मध्ये हे सद्गुण आपल्याला प्रदान केले होते आणि त्यावेळी त्यांनी आपल्याला असे सांगितले होते की, प्रत्येक सद्गुण हा त्यांच्याकडून आपल्याला दिला गेलेला जन्मदिवसाचा एक उपहार आहे. ते तेव्हादेखील सर्वात अद्भुत उपहार होते आणि आजही आहेत. माझ्यासाठी तर हे सद्गुण म्हणजे दररोज मिळणारा प्रसादच आहेत.

संस्कृतमध्ये 'सद्गुण,' हा शब्द 'सत्' आणि 'गुण' या दोन शब्दांनी बनलेला संयुक्त शब्द आहे. 'सत्' हा सर्वव्यापी आत्म्याचे वर्णन करतो आणि जे अर्थ तो दर्शवतो, ते आहेत 'ते जे सत्य, वास्तविक, चांगले, सुंदर आणि शाश्वत आहे'. 'गुण'चा अर्थ आहे, 'गुणधर्म' किंवा 'वैशिष्ट्य.' श्रीगुरुमाईनी आपल्याला शिकवले आहे की, हे सद्गुण आपल्यामध्ये उपजतच आहेत आणि ते आपल्याला अंतरीदेखील प्राप्त होऊ शकतात तसेच ते आपल्या सभोवतालच्या लोकांमध्ये व जगामध्येदेखील आपल्याला दिसू शकतात. वस्तुतः, वर्ष २०१७मध्ये त्यांच्या जन्मदिनाच्या प्रसंगी थेट व्हिडिओ प्रसारणाद्वारे झालेल्या एका सत्संगात, श्रीगुरुमाईनी सांगितले होते की, सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाइटसाठी 'सद्गुण वैभव'ची त्यांनी जेव्हा निवड केली होती, तेव्हा त्या अशा सिद्धयोग्यांबद्दल विचार करत होत्या, ज्यांनी स्वतःच्या आचरणाद्वारे श्रीगुरुमाईच्या जीवनकालादरम्यान त्यांच्याप्रति ते सद्गुण व्यक्त केले होते. श्रीगुरुमाईनी केलेली निवड ही त्या लोकांनी उदात्तभावाने केलेल्या कार्यांनी व आचरणांनी प्रेरित होती. श्रीगुरुमाई म्हणाल्या, " 'सद्गुण वैभव' हे तुमच्याबद्दल आहे. म्हणून तुम्ही जर अद्याप तुमच्या अंतरी व तुमच्या चहूबाजूला या सद्गुणांचा शोध घेतला नसेल, तर आता त्यांचा शोध घ्या."

या शिकवणी सूत्रासमान असण्याचे कोणते लाभ आहेत, याविषयीदेखील श्रीगुरुमाईनी सांगितले आहे—या शिकवणी संक्षिप्तदेखील आहेत [अगदी एका शब्दाच्या रूपात आहेत!] आणि त्या अनेकानेक गूढ अर्थछटांनी समृद्ध आहेत. प्रत्येक सद्गुणाचे अन्वेषण असंख्य दृष्टिकोणांतून केले जाऊ शकते. केवळ भाषेच्या संदर्भातच पाहिले, तर आपल्याकडे अनेक पर्याय उपलब्ध आहेत. एखाद्या सद्गुणाच्या इंग्रजी शब्दाचेच अनेकदा विविध आणि सूचक अर्थ असू शकतात. आपण जर इंग्रजीव्यतिरिक्त इतर भाषा बोलत असू, तर जेव्हा आपण त्या भाषांतील शब्दावर चिंतनमनन करू,

तेव्हा त्या सद्गुणाचे अन्य रसदेखील आपल्यासमोर प्रकट होतील. आणि त्यानंतर हा मुद्दादेखील समोर येतो की, आपण त्या सद्गुणाची अनुभूती कशा प्रकारे करतो. हीदेखील जणू स्वतःच एक भाषा आहे, आपल्यापैकी प्रत्येकाची बोलण्याची पद्धत एकमेकांपेक्षा काहीशी वेगळी असते ना, म्हणून! माझ्या जीवनात मी 'धैर्य' हा सद्गुण ज्या प्रकारे अनुभवते, ते त्यापेक्षा वेगळे असेल ज्या प्रकारे तुम्ही तो अनुभवता. 'उदारता' या सद्गुणाविषयी तुमच्या ज्या धारणा आहेत, त्या माझ्या धारणांपेक्षा भिन्न असतील.

या सर्व संभाव्य विविधता असूनदेखील—आणि कदाचित, काही अंशी, त्यांच्यामुळेच—सद्गुणांचा विकास सामूहिकपणे करण्याचा प्रभाव प्रचंड असतो. चला, क्षणभर याची कल्पना करू या. जगातील प्रत्येक व्यक्तीने जर एखाद्या विशिष्ट दिवसाचा सद्गुण स्वतःच्या आचरणात आणण्याचे ठरवले, तर काय होईल? त्यामुळे लोकांच्या परस्पर वागणूकीवर काय परिणाम होईल, समुदायांमध्ये, देशादेशांमध्ये आणि संस्कृतींमध्ये असलेल्या परस्पर संबंधांवर याचा कशा प्रकारे परिणाम होईल? त्यामुळे आपल्यासाठी आणि सर्वांसाठी मुळातच जीवनाचे स्वरूप, त्याची जडणघडण व त्याचा अनुभव कशा प्रकारे बदलून जाईल?

हे एक प्रेरणादायी चित्र आहे, नाही का? आणि आकांक्षांनी पूरितदेखील आहे. जगामध्ये लोक जे काही करतात, त्यावर आपले नियंत्रण नसते. परंतु, सुदैवाने *आपण* जे करतो, सिद्धयोगी या नात्याने जो प्रयत्न करण्याची निवड आपण करतो, त्यावर आपले संपूर्ण नियंत्रण असते. त्यामध्ये स्वतःचीच अशी एक शक्ती असते—इतकी महान की तिच्या महानतेचा थांग लागणे कठीण असते.

जसे की, श्रीगुरुमाईंनी सांगितले, या प्रयत्नाचे मुख्य उद्दिष्ट सद्गुणांचा *शोध घेणे* आहे. ते सद्गुण प्राप्त करणे आहे. त्यांना खोदून काढणे आहे. श्रीगुरुमाई शिकवतात की, हे सद्गुण आपल्या अंतरी आधीपासूनच विद्यमान आहेत. हे एक असे सत्य आहे ज्याचे मला आश्चर्य वाटते : कधी असादेखील काळ होता का की, जेव्हा या सद्गुणांचा प्रकाश अखंड होता आणि आपल्याला त्याची अनुभूती स्पष्टपणे होत होती, जेव्हा तो आपण शिकून घेतलेल्या वागणूकीच्या थरांनी, दैनंदिन जीवनातील दुःखांनी व चढउतारांनी निर्माण झालेल्या गैरसमजूतींच्या थरांनी झाकोळलेला नव्हता? यासाठी कदाचित आपल्याला त्या काळापर्यंत मागे जावे लागेल, जेव्हा आपण गर्भामध्ये होतो.

कधीकधी मला अशी कल्पना करायला आवडते की, जेव्हा आपले कोणतेही रूप किंवा आपला कोणताही आकार नव्हता, तेव्हा आपण प्रकाशात तरंगत होतो—आणि हा प्रकाश काय आहे, हे आपण

सांगू शकत नव्हतो, त्याच्यातून उत्पन्न होणारी कोणतीही रूपे आपण ओळखू शकत नव्हतो, कारण तोपर्यंत आपल्या मेंदूचा किंवा आपल्या इंद्रियांचा विकास झाला नव्हता. आपल्यापाशी जे काही होते ते म्हणजे, केवळ स्वच्छ-निर्मळ प्रकाश; असा काळ जो कालातीत होता आणि आपल्यापाशी होती संपूर्ण विश्वासाची ती अवस्था. विश्वासाच्या त्याच शक्तीमध्ये आपण सामावलेलो होतो, विश्वासाच्या त्याच शक्तीने आपण पूर्णपणे वेढलेले होतो, ती सर्वव्यापी होती.

अशा प्रकारचे चिंतन गूढ असू शकते, पण मला ते आश्वासक वाटते. किती सुखद आहे हे जाणणे की, माझ्या अंतरी कुठेतरी, ती अवस्था अजूनही अस्तित्वात आहे—पूर्णतया दीप्तिमान आणि शुद्धतम सोन्यासारखी, तिच्या मूळ स्वरूपासह. श्रीगुरुमाईच्या शिकवणींद्वारे मी ते आवरण दूर करू शकते, जे या प्रकाशाला चमकू देत नाही, मी तो रूपकात्मक मळ काढून टाकू शकते, जो सोन्याला झाकून टाकतो. त्या मूळ अवस्थेवरचे आवरण मी पुन्हा एकदा दूर सारू शकते आणि त्या अवस्थेला माझ्या बोधाच्या अग्रस्थानी आणू शकते. मी जे आहे त्याचा अविभाज्य भाग मी तिला बनवू शकते, माझे जीवन जगण्याचा पाया बनवू शकते.

मला या गोष्टीनेदेखील प्रेरणा मिळते की, या प्रयत्नात तुम्ही सर्वजण, माझे सह-सिद्धयोगी आणि नवीन साधक माझ्यासोबत असणार आहात. इतकेच नव्हे, तर आपण सामूहिक प्रयत्न करणार आहोत, या समयी, जो आनंदाचा महिना आहे, आपल्या परमप्रिय श्रीगुरुंच्या जन्मदिवसाचा महिना आहे. जसे की, आपल्यापैकी अनेकांनी स्वतः अनुभवले आहे, की सिद्धयोग मार्गावर महोत्सवांच्या वेळी एक विशेष ऊर्जा जाणवते. आपल्या साधनेची शक्ती वृद्धिंगत होते. आणि त्या साधनेची फळे अनेक पटींनी वाढतात, किंबहुना वेगाने वाढतात. आणि गोष्ट जेव्हा 'सद्गुण वैभव'ची असते—होय, हे खरे आहे की, जून महिन्यानंतरही आपल्याला यावर कार्य करत राहायचे आहे आणि हेदेखील खरे आहे की, विशेषतः या महिन्यात यांच्यावरच एकाग्र राहण्याचे विशेष लाभ आहेत. सद्गुणांची आपली अभिव्यक्ती—म्हणजेच, आपण जगात जी सत्कृत्ये करतो—ती अभिव्यक्ती अधिक प्रभावशाली होऊ शकते. आनंदाच्या ज्या बीजांची पेरणी आपण आता करू, त्यांच्यामध्ये अद्भुत सामर्थ्य असेल; कदाचित ती बीजे उल्हासमय आणि अनपेक्षित प्रकारे अंकुरित होतील, बहरतील.

मी यापूर्वी उल्लेख केला आहे की, मागील तेरा वर्षांपासून सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाइटवर प्रत्येक जून महिन्यात 'सद्गुण वैभव' प्रकाशित होत आले आहे. श्रीगुरुमाईनी हे मार्गदर्शन केले आहे की, प्रत्येक वर्षी, या महिन्याच्या प्रत्येक दिवसाचा सद्गुण तोच राहावा. याला अपवाद आहे, श्रीगुरुमाईच्या जन्मदिवसाचा, म्हणजे २४ जूनचा सद्गुण. दरवर्षी, २४ जूनला श्रीगुरुमाई एक नवा सद्गुण प्रदान

करतात—आणि माझ्यासाठी ही गोष्ट श्रीगुरुमाईच्या शिकवण्याच्या पद्धतीचे अद्भुत वैशिष्ट्यच आहे. 'सद्गुण वैभव'सारख्या इतक्या परंपरागत, इतक्या महान गोष्टीची बाब जेव्हा येते, तेव्हादेखील श्रीगुरुमाई त्यामध्ये नाविन्य आणण्यासाठी, ती नवचैतन्यमय ठेवण्यासाठी, कोणता ना कोणता मार्ग शोधूनच काढतात, ज्यायोगे त्यात 'सरप्राइझ' देणारे एक तत्त्व अंतर्भूत करता येईल. इतकेच नव्हे तर, 'सरप्राइझ' अर्थात आश्चर्यचकित करणाऱ्या, उत्सुकतेचा भाव उत्पन्न करणाऱ्या या अनपेक्षित तत्त्वामुळे नेहमीच एखादे प्रयोजन साध्य होते. यामुळे आपण जरा थबकतो. ज्या गोष्टीला आपण खरी किंवा बरोबर मानले असेल, त्या गोष्टीवर पुन्हा विचार करण्यास हे तत्त्व आपल्याला प्रोत्साहित करते आणि यावरदेखील विचार करण्यास प्रेरित करते की, एखाद्या विषयाबद्दल अथवा शिकवणीबद्दल जे काही जाणता येऊ शकते, ते कदाचित आपल्याला अद्याप माहीत नसावे.

आपल्या संकल्पात पुन्हा नाविन्य आणणे, आपल्या कार्यपद्धतीचे पुन्हा मूल्यांकन करणे

या संदर्भात, श्रीगुरुमाईनी मला तुम्हाला हे सांगायला सांगितले आहे की, या वर्षी, म्हणजे वर्ष २०२६मध्ये, त्यांची अशी इच्छा आहे की, आपण 'सद्गुण वैभव'चे अध्ययन करण्याच्या आपल्या कार्यपद्धतीविषयी पुन्हा विचार करावा आणि तिचे पुन्हा मूल्यांकन करावे. त्यांची अशी इच्छा आहे की, हे सद्गुण समजून घेत असताना आणि त्यांचा विकास करत असताना, आपण योग्य मार्गावर आहोत की नाही याची खातरी करून घेण्यासाठी आपण आपल्या अंतरी तपासून पाहावे, आपल्या अंतरी पडताळून पाहावे.

सिद्धयोगी या नात्याने, आपण दीर्घकाळ अध्ययनात व अभ्यासात निमग्न राहत असताना अशा प्रकारे स्वतःला तपासून पाहायला, पडताळून पाहायला शिकलो आहोत. आणि—माझी अशी समजूत आहे की, या वर्षी श्रीगुरुमाई आपल्याला आणखी अधिक जागरूकपणे प्रयत्न करण्यास, आणखी अधिक दृढ राहून प्रयत्न करण्यास सांगत आहेत. आपण आपल्या ध्येयावर अधिक एकाग्र राहून आत्मनिरीक्षण करावे. आपण स्वतःला असे प्रश्न विचारू शकतो, जे आपल्याला सखोल विचार करण्यास भाग पाडतात व ज्यायोगे आपल्याला आपल्या त्रुटी आणि क्षमता दिसून येतात, त्याचबरोबर आपण विविध दृष्टिकोण समजून घेण्यात समतोल राखण्याच्या आपल्या क्षमतेचा विस्तार करू शकतो. सरतेशेवटी, खरी प्रगती तेव्हाच होते, जेव्हा अंतरी कोणत्यातरी संघर्षाशी आपला सामना होतो—जेव्हा काम करण्याच्या आपल्या आधीच्या खात्रीशीर व अनुभवलेल्या पद्धती, नव्या तसेच अगदी विसंगत असलेल्या विचारांशी जुळत नाहीत.

मग, जर पहिल्यापासून सुरुवात नाही करायची, तर कुठून करायची? श्रीगुरुमाईनी आपल्याला पुन्हापुन्हा शिकवले आहे की, साधनेत आपण जे काही करतो त्यामागे असलेला संकल्प समजून घेणे महत्त्वाचे आहे—आणि मग हे सुनिश्चित करण्यासाठी आपण त्या संकल्पाकडे परत यावे की, आपली कर्मे अजूनही त्या संकल्पाच्या अनुरूप आहेत किंवा नाहीत. मी अलीकडेच लिहिल्यानुसार, साधना ही शिकण्याची, जे शिकले आहे ते विसरण्याच्या हेतूने प्रयत्न करण्याची, आणि पुन्हा शिकण्याची एक निरंतर प्रक्रिया आहे. ही एक निरंतर प्रक्रिया आहे, आंतरिक दिशादर्शकाची तपासणी करून पुन्हापुन्हा त्याला त्याच्या मूळ स्थितीत आणण्याची, आपली समज तपासून पाहण्याची आणि पुन्हा एकदा तपासून पाहण्याची. आपण काय करत आहोत आणि ते का करत आहोत याविषयीची आपली जागरूकता कायम ठेवण्यात जेव्हा आपण अयशस्वी ठरतो, स्वतःच्या आंतरिक स्थितीकडे लक्ष देण्याचे आणि तिला प्रतिसाद देण्याचे जेव्हा आपण बंद करतो, तेव्हा एक जडत्व, एक निष्क्रियता येते, सर्वकाही थांबल्यासारखे वाटते. प्रगती थांबू शकते आणि आपल्या विचार करण्याच्या क्षमतेचा न्हास होऊ शकतो. म्हणून, हे टाळण्यासाठी, आपण शक्य तो प्रयत्न केला पाहिजे, जेणेकरून आपल्या अंतरी जे काही घडते आहे, त्याविषयी आपण सजग व संवेदनशील राहू. आपण सदैव हे स्मरणात ठेवले पाहिजे की, आपल्या अंतरी ऊर्जेचे खरे भांडार आहे, तो स्रोत आहे ज्याच्यापासून सर्व सद्गुणांचा उदय होतो आणि ज्यामध्ये ते पुन्हा सामावतात.

श्रीगुरुमाईनी एक उपमा देऊन सांगितले की, कशा प्रकारे लोक—सुमारे शेकडो वर्षांपूर्वी, किंबहुना हजारो वर्षांपूर्वी—त्यांची धनसंपत्ती जमिनीमध्ये खोलवर पुरून ठेवत असत. धनसंपत्ती सुरक्षित राहावी या हेतूने ते तसे करत असत. परंतु, जसजसा काळ लोटला, जसजशा संस्कृती भरभराटीला आल्या आणि लयाला गेल्या, तसे लोक त्यांची धनसंपत्ती घेण्यास पुन्हा कधीच परत आले नाहीत. एखाद्या व्यक्तीने जर जमिनीचा तो भाग काही कारणाने खणला, तर कधीकधी त्या खजिन्याचे अवशेष अनेक वर्षांनंतर आणि अनेक पिढ्यांनंतर सापडायचे. परंतु तोपर्यंत नुकसान झालेले असायचे. ती धनसंपत्ती केव्हाच नाहीशी झालेली असायची.

आपण जर सतर्कता बाळगली नाही, तर हीच गोष्ट साधनेच्या आणि सद्गुणांच्या बाबतीत घडू शकते. आपल्याला जे ज्ञान मिळाले आहे, त्याचा आपल्याला विसर पडू शकतो. ते परत कसे मिळवायचे, कदाचित याचाही आपल्याला विसर पडू शकतो. त्यामुळे, आपण जे शिकलो आहोत, त्यावर पुन्हापुन्हा विचार करत राहणे आवश्यक आहे. आणि तुम्ही सिद्धयोग मार्गावर जर नवीन असाल किंवा तुम्ही सद्गुणांविषयी जर पहिल्यांदाच ऐकत असाल, तर तुम्ही स्वतःसाठी हे लिहून ठेवू शकता किंवा ही

गोष्ट लक्षात ठेवू शकता—की, काही काळ सद्गुणांचा अभ्यास केल्यानंतर, त्यांचा विकास करण्याच्या तुमच्या संकल्पाकडे परत येण्याचे, तो पुन्हा नवीन करण्याचे स्मरण तुम्ही स्वतःला करवून घ्याल.

तेव्हा, काय आहे तो संकल्प? हा प्रश्न आपण स्वतःला विचारू या. आपण सद्गुणांचा विकास का करतो? या प्रश्नावर विचार करताना, तुमच्या मनात काय येते? एक वर्षापूर्वी, पाच वर्षापूर्वी किंवा दहा वर्षापूर्वी तुमचे जे उत्तर असेल, त्यापेक्षा आत्ताचे तुमचे उत्तर वेगळे आहे का? तुमचे उत्तर वेगळे असण्याचे कारण काय असू शकते? तुमचे उत्तर तेच का आहे, जे पूर्वी होते? ते काय आहे, जे बदलले आहे? ते काय आहे, जे आजही तितकेच खरे आहे, जितके तेव्हा होते?

वर्ष २००२मध्ये त्यांच्या जन्मदिवसाच्या प्रसंगी दिलेले प्रवचन, *Intention and Blessing* [‘इंटेंशन ऍंड ब्लेसिंग’ ज्याचा अर्थ आहे, ‘संकल्प आणि आशीर्वाद’] यामध्ये श्रीगुरुमाई शिकवतात की, सिद्धयोग मार्गावर संकल्प म्हणजे काय. आत्ता, जेव्हा आपण सद्गुणांचा विकास करण्याचा आपला संकल्प पुन्हा नवीन करत आहोत, तेव्हा त्या परिभाषेवर पुन्हा विचार करणे उपयुक्त ठरेल. ‘संकल्प’ या संस्कृत शब्दाविषयी बोलताना, श्रीगुरुमाईनी समजावून सांगितले की, एखाद्या संकल्पाची रचना करताना आपण आपले विचार, आशा आणि सदिच्छा यांना एका ध्येयावर केंद्रित करणे व ते एकत्रित करणे आवश्यक असते. जसे की, श्रीगुरुमाई म्हणतात, हे आहे आपल्या विचारांचे सत्त्व काढणे—आणि मग त्याला असे एक रूप देणे जे न्याहाळण्याजोगे असेल, जे आपल्या जीवनात साकार होण्यायोग्य असेल.

आपण जसे घडवू, तसे जग असते. आपण जसे घडवू, तसे आपले *जीवन* असते. तेव्हा, आपण कोणता संकल्प केला पाहिजे? आपण कोणती कल्पना साकार केली पाहिजे? नकारात्मकतेच्या शक्तीची पाळेमुळे या जगात किती खोलवर रुजलेली आहेत, हे आपल्या सर्वांना माहीतच आहे. लोभ आणि अहंकार यांसारख्या दुर्गुणांनी एका व्यक्तीच्या आणि समाजाच्या मानसिकतेवर किती मजबूत पकड मिळवली आहे, हे आपण पाहतच आहोत. तथापि, श्रीगुरुमाईनी आपल्याला शिकवले आहे की, सद्गुणदेखील *तितकेच* सामर्थ्यशाली असतात आणि आपल्या जीवनात हे सद्गुण अभिव्यक्त करून आपण एक खराखुरा व चिरस्थायी प्रकाश पसरवू शकतो, जिथे अंधकार असल्यासारखे भासते.

याविषयी विचार करा. स्वतःशी प्रामाणिक राहून खरोखर आत्मनिरीक्षण करा. तुमच्याशी जर एखादी व्यक्ती कठोरतेने वागत असेल, तर तुमच्या अंतरी काय घडते? तुमच्या मनात कोणते विचार येतात? तुमच्या मनःस्थितीवर काय परिणाम होतो? तुमचा दृष्टिकोण? कधी असे घडते का की, तुम्ही त्या व्यक्तीच्या वागणूकीला संपूर्ण मानवजातीची वागणूक समजता? दुसऱ्या शब्दांत सांगायचे झाल्यास,

कदाचित, फक्त तीच व्यक्ती वाईट आहे, असे वाटत नसते. कदाचित त्या क्षणीच्या तिच्या उर्मटपणामुळे तुम्ही असे मत बनवाल की, हे संपूर्ण जगच असभ्य आहे, जणू त्या व्यक्तीची वागणूक असे दर्शवते की, मुळात हे जगच, निष्ठुर व असंवेदनशील आहे, जिथे आपुलकीच नाही.

पण याच्या उलटही खरे असू शकते, होय ना? एखादी व्यक्ती जर तुमच्याकडे पाहून प्रेमाने हसली, तर तुम्हाला कसे वाटते? जेव्हा तुम्ही क्षणभरासाठी त्या व्यक्तीशी जोडले जाता आणि ती व्यक्ती तुमच्याशी मनमोकळेपणाने हसते, तेव्हा कसे वाटते? त्यावेळी तुम्हाला केवळ तीच व्यक्ती चांगली आहे असे वाटते का? की, तिच्या वागण्यातील गोडव्यामुळे, संपूर्ण जगाविषयीची तुमची समजही मृदू होते? तिचा चांगुलपणा, तिचा दयाळूपणा, हे गुण म्हणजे लोक किती चांगले असू शकतात याचा संकेत आहे, असे तुम्ही समजाल का?

आपण कोणत्या प्रकारचे जग निर्माण करू इच्छितो, ही बाब जेव्हा येते, तेव्हा निवड करणे आपल्या हातात असते. माझ्या बाबतीत सांगायचे झाल्यास, मला असे वाटते की, ज्या प्रकारचे जग निर्माण करण्याचे चित्र आपण आत्ताच रंगवले आहे—म्हणजेच, एका अशा जगाचे चित्र ज्यामध्ये त्या सगळ्या सर्वश्रेष्ठ गोष्टी आहेत, ज्या मानवता बहाल करू शकते—ते चित्र ही गोष्ट नेमकेपणाने दर्शवते की, आपण सद्गुणांचा विकास का केला पाहिजे. आपण असे करतो, जेणेकरून प्रकाश पसरावा. जेणेकरून चांगुलपणाचे स्वागत व्हावे. जेणेकरून आनंदाची उधळण व्हावी. जेणेकरून ज्ञान उत्पन्न व्हावे. जेणेकरून विश्वबंधुत्वाची भावना जोपासली जावी. जेणेकरून परस्पर सामंजस्य वाढवण्यासाठी प्रोत्साहन मिळावे. जेणेकरून जीवनात आणखी थोडे नवल आणि विस्मय यांचा शिडकावा व्हावा. जेणेकरून आपल्याला पुन्हापुन्हा याची जाणीव व्हावी की, ज्या गोष्टी आपल्यात एकोपा निर्माण करतात, ज्या गोष्टी आपल्यात समान रूपात आहेत, त्यांमध्ये इतकी अफाट शक्ती आहे की, आपण कधी कल्पनाही केली नसेल.

सद्गुणांचा 'अतिरेक करणे'

मी आधी सांगितले आहे की, श्रीगुरुमाई आपल्याला सद्गुणांचा विकास करण्याच्या आपल्या पद्धतीवर पुन्हा विचार करण्यास आणि तिचे पुनर्मूल्यांकन करण्यास सांगत आहेत. याचा एक पैलू म्हणजे, जे आपण इतक्यातच केले आहे—म्हणजे, स्वतःला त्या कारणाची आठवण करवून देणे की, आपण या सद्गुणांचा विकास का करतो. दुसरा पैलू हा आहे की, आपण प्रामाणिकपणे हे पाहावे की, सद्गुणांचा विकास करण्याचे आपले प्रयत्न त्या संकल्पाला अनुसरून आहेत किंवा नाहीत. जो उद्देश

डोळ्यासमोर ठेवून आपण सुरुवात केली होती, तो साध्य होतो आहे का? की आपण मार्गावरून भरकटलो आहोत?

श्रीगुरूंच्या शब्दांचा विपरीत अर्थ लावणे, हे आपल्याला जितके वाटते, त्याहून अधिक सोपे आहे. एखादा सद्गुण आचरणात आणणे म्हणजे काय असते, याचा कदाचित आपण चुकीचा अर्थ लावू शकतो आणि त्या सद्गुणाचा विकास करण्याच्या प्रयत्नात अखेरीस आपले वर्तन असे असू शकते जे त्या सद्गुणाच्या अगदी विरुद्ध असेल. असे घडण्याची शक्यता कदाचित तेव्हा जास्त असते, जेव्हा आपण त्या सद्गुणाचा अतिरेक करतो—जेव्हा असे वाटते की, आपण त्या सद्गुणात 'खूप जास्त' वाढ करत आहोत किंवा आपण त्या सद्गुणाच्या नावाने खूप जास्त प्रयत्न करत आहोत. स्पष्टपणे सांगायचे झाल्यास, कोणत्याही सद्गुणाचा अतिरेक किंवा आधिक्य मोजण्याचे एखादे खरेखुरे मापक असे नाहीच. वैज्ञानिकांनी किंवा योगीजनांनी—कोणीही याचे प्रमाण ठरवलेले नाही. पण आपल्याला या गोष्टीचा अंदाज तर नक्कीच येऊ शकतो की, आपण केव्हा एखाद्या सद्गुणाचा अभ्यास जरा प्रमाणाबाहेर करत आहोत. हा अंदाज या गोष्टीवर आधारलेला असतो की, त्या सद्गुणाविषयी आपल्या मनात काय भावना आहेत, आपल्याला त्याविषयी इतरांकडून कोणत्या प्रतिक्रिया मिळतात आणि प्रत्यक्षात आपल्या प्रयत्नांचे परिणाम काय आहेत.

उदाहरणार्थ, प्रचुरता हा सद्गुण विचारात घ्या. आपल्या जीवनात जेव्हा एखादी गोष्ट अतिशय मुबलक प्रमाणात असते, तेव्हा काय घडते? तेव्हादेखील आपण त्या गोष्टीविषयी तितकाच आदर ठेवतो का, त्या गोष्टीला तितकेच महत्त्व देतो का, जितके तेव्हा देत होतो, जेव्हा ती अधिकच दुर्मिळ होती?

अवाजवी 'संतुलना'विषयी तुमचे काय मत आहे? ते कठोरता असल्यासारखे वाटू लागते का? की अतिरेकी अनुशासनासारखे? त्याचे रूपांतर केव्हा अनावश्यक अशा आत्मबलिदानात होते?

एखाद्या सद्गुणाचा अतिरेकही होऊ शकतो, हा विचार मला समजावून सांगताना श्रीगुरुमाई म्हणाल्या, "श्रीगुरूंच्या शिकवणींचे पावित्र्य जपणे आणि पावित्र्याचा आव आणणे यांमध्ये फरक असतो." आपण या गोष्टीची काळजी घ्यायला हवी की, साधनेतील आपले प्रयत्न असे नसावेत, ज्यांमुळे आपण आत्मकेंद्रित होऊ, आपण स्वतःच्याच विश्वात हरवलेले राहू. आपण स्वतःच्या मनात सद्गुणी आचरणांचे किंवा गुणी लोकांचे कोणत्याही प्रकारचे वर्गीकरण करू नये, ज्यामुळे आपण त्या लोकांना दूर लोटू, जे सद्गुणी आचरणाविषयीच्या आपल्या उच्च आदर्शानुसार आचरण करू शकत नसतील, जसे

की, ते लोक, जे उदारशील किंवा पराक्रमी किंवा विनम्रतेविषयीच्या आपल्या आदर्शानुसार आचरण करू शकत नसतील.

सिद्धयोग मार्गाचे अनुसरण केल्याने मी हे शिकले आहे की, श्रीगुरूंच्या शिकवणींचा उद्देश हा नेहमीच, आपल्याला एक करणे आहे, परस्परांशी असलेले आपले नाते पोषित करणे व ते बळकट करणे आहे. मुळात, याचा अर्थ आहे—आणि जसे भारताचे शास्त्रग्रंथ आपल्याला सांगतात—की, आपण ही अनुभूती करावी की, आपला आत्मा व परम आत्मा हे एकच आहेत. याच्या परिणामस्वरूप, आपण हे पाहतो की, एकच आत्मा प्रत्येक व्यक्तीमध्ये आणि प्रत्येक वस्तूमध्ये विद्यमान आहे.

तेव्हा, श्रीगुरूंच्या शिकवणींचा अभ्यास करण्याचे आपले प्रयत्न जर आपल्याला विभाजन करण्यासाठी प्रवृत्त करत असतील, तर आपण हे तपासून पाहणे लाभदायक ठरेल की, आपण श्रीगुरूंच्या शिकवणींचा अभ्यास खरोखर करत आहोत किंवा नाही. हा एक इशारा आहे की, आपण स्वतःच्या सद्गुण-यात्रेमध्ये मागे वळून पाहावे आणि हे ओळखावे की, आपण नेमके कुठे आपल्या मूळ मार्गावरून भरकटलो होतो. केव्हा आणि कुठे आपण सद्गुणांच्या नावाने अतिरेक केला असेल, या गोष्टीकडे लक्ष देणे अत्यावश्यक आहे.

या गोष्टी आपल्या लक्षात आल्यानंतर आणि आपण आपल्या कृत्यांची व समजूतींची पडताळणी केल्यानंतर आपण इतरांना सांगू शकतो की, आपण काय शिकलो आहोत. या संपूर्ण वर्षादरम्यान आणि विशेषतः मी लिहिलेल्या श्रीगुरूंच्या वचनांवर आधारित 'ध्याना'शी संबंधित शिकवणींविषयी व लेखांविषयी, सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाइटवर तुम्ही खूप उत्साहाने प्रतिक्रिया पाठवल्या. तुम्ही तुमचे विचार मांडले, तुमचे चिंतनमनन, साधनेतील तुमचे अनुभव सांगितले. मी आग्रहपूर्वक सांगेन की, या महिन्यात तुम्ही 'सद्गुण वैभव'च्या संदर्भातदेखील तसेच करावे. आपले अनुभव व चिंतनमनन एकमेकांना सांगण्यामध्ये खूप शक्ती आहे—आणि तुमच्यापाशी आहे ती शक्ती.

प्रत्येक दिवसाच्या सद्गुणाच्या खाली, त्या दिवशीचा सद्गुण काय आहे याविषयीची तुमची समज व तुम्ही त्याचा अभ्यास कशा प्रकारे करत आहात केवळ यांविषयीच न सांगता, त्या सद्गुणाचा अतिरेक झाला तर तो कसा वाटेल, याविषयीची तुमची समजदेखील तुम्ही सांगू शकता. तो सद्गुण अंमलात आणण्याच्या, त्याचा अंगीकार करण्याच्या उत्सुकतेपोटी, तुम्ही तुमच्या प्रयत्नात कशा प्रकारे मर्यादेपलीकडे गेलात, हे तुम्ही सांगू शकता. तुम्ही हे सांगू शकता की, कोणत्या पद्धतींची मदत घेऊन तुम्ही स्वतःच्या अंतरी पडताळणी करणे शिकत आहात जेणेकरून तुम्ही तुमच्या संकल्पांशी प्रामाणिक

राहाल. याविषयी तुम्ही मनमोकळेपणाने लिहिणे अतिशय मोलाचे आहे; कोण जाणे, तुम्ही सांगितलेल्या गोष्टी कोणाच्या हृदयाला भिडतील, कोणासाठी त्या अतिशय अर्थपूर्ण ठरतील, आणि तुमची समज व अनुभव त्यांना त्यांच्या साधनेत कशा प्रकारे मदत करतील. याविषयी मी कितीही जरी सांगितले, तरी ते कमीच असेल : आपले अनुभव व आपली समज एकमेकांना सांगण्यात अकथित शक्ती असते.

आपले संकल्प नव-ऊर्जेने भरण्याच्या व सद्गुणांविषयी आपल्या दृष्टिकोणावर पुनर्विचार करण्याच्या भावनेने, मी तुम्हाला असे करण्यासही प्रोत्साहित करते की, तुम्ही ज्या पद्धतींच्या साहाय्याने तुमच्या संकल्पानुसार प्रत्येक सद्गुणाचा विकास केला आहे, त्या पद्धतींची तुम्ही प्रशंसा करावी. आणि होय, ज्या सद्गुणांशी तुम्हाला एकरूपता जाणवत नाही, त्यांच्या बाबतीतही ही गोष्ट लागू होते. श्रीगुरुमाईंनी सांगितले आहे की, आपल्या सर्वांना आपल्या अंतरी या सद्गुणांच्या अस्तित्वाचा एखादा छोटासा अंश, एखादा धागा पुरावा म्हणून गवसू शकतो. जरी आपल्याला बऱ्याच काळापासून निराश-हताश वाटत असले, तरीही असे काही क्षण निश्चितच आले असतील, जेव्हा आपण अनुभवले असेल की, आपल्या अंतरी प्रसन्नतेचे भरते आले आहे. जरी आपल्याला अनुशासन टिकवून ठेवण्यासाठी संघर्ष करावा लागला असेल, तरीदेखील आपल्यापाशी अनुशासनाचा एखादा आधारभूत नियम तर नक्कीच असेल, ज्याच्या आधारे आपण आपला दिवस व्यतीत करू शकतो.

साधनेत सातत्य राखण्यासाठी, आपल्याला त्या वर्तनांना विसरावे लागेल किंवा सोडून द्यावे लागेल, जी आपल्याला चुकीच्या मार्गावर नेतात, तसेच त्या पर्यायांची निवड करण्याचा निश्चय करावा लागेल, जे आपल्याला पुढे जाण्यास मदत करतील [मग त्या निवडी कितीही लहानसहान किंवा नगण्य वाटत असल्या, तरीही]. हा योगायोग नक्कीच नाही की, श्रीगुरुमाईंनी आपल्याला 'आनंदमय जन्मदिवसा'च्या प्रत्येक दिवसासाठी एक सद्गुण दिला आहे, ज्यावर आपल्याला केंद्रण करायचे आहे. सद्गुणाचा विकास करणे हा असा प्रयत्न आहे, जो प्रत्येक दिवशी करायला हवा—कदाचित तो असा प्रयत्नदेखील आहे, जो क्षणोक्षणी करायला हवा. आपले हेच निर्णय व हीच कार्ये जेव्हा संचित होत जातात, आपण सतत ज्या सुधारणा करतो, पुन्हापुन्हा सुधारणा करत राहतो, त्यांच्यामुळेच आपण एक असे जग निर्माण करू शकतो ज्यामध्ये सद्गुणांचा विजय होतो.

निरोप घेण्याआधी, मला आणखी एक गोष्ट सांगायची आहे. मी आधीही सांगितले आहे की, 'सद्गुण वैभव' हे श्रीगुरुमाईंच्या जन्मदिनाचा आपल्याला मिळालेला उपहार आहे, हा आपल्याला त्यांच्याकडून मिळालेला प्रसाद आहे. आपण जेव्हा सद्गुणांचे अध्ययन व अभ्यास करतो, जेव्हा आपण ते आत्मसात

करतो आणि त्यांचे परिपालन करतो, तेव्हा आपण श्रीगुरूंच्या प्रसादाच्या महत्त्वाविषयीची आपली समज व्यक्त करत असतो. हे प्रसाद आपण केवळ प्रतीकात्मक रूपाने कपाटात ठेवत नसतो, तर आपण काहीतरी असे करत असतो, जे त्याहीपेक्षा कितीतरी अधिक आहे. त्यांच्यापासून आपण एखादी उपयुक्त, एखादी सुंदर अशी गोष्ट घडवत असतो. आपण हे सुनिश्चित करत असतो की, सद्गुणांचा हा उदार प्रसाद प्राचुर्याने वृद्धिंगत व्हावा.

श्रीगुरुमाईंनी मला हे सांगितले आहे की, अनेक वेळा असे घडत असे की, त्या जेव्हा एखाद्या व्यक्तीला प्रसाद म्हणून एखादे सुंदर असे रोपटे देत, तेव्हा कालांतराने ती व्यक्ती परत येऊन त्या रोपट्याची फळे किंवा फुले त्यांना अर्पण करत असे. इथेदेखील तीच संकल्पना आहे. श्रीगुरुमाईंची अशी इच्छा आहे की, आपण सर्वांनी “या जगाला आणखी सुंदर स्वर्ग बनवावे.” या जून महिन्यात जेव्हा आपण ‘सद्गुण वैभव’चा विकास करत असू, तेव्हा आपण श्रीगुरुमाईंकडून उपहार फक्त प्राप्त करत नसू. दररोज, आपणदेखील आपल्याकडून त्यांना जन्मदिनाचा उपहार देत असू.

जय गुरुमाई!

आदरपूर्वक
ईशा सरदेसाई

