समानुभूति

२४ जून, २०२२

अमी बन्सल आणि गरिमा बोरवणकर यांच्याद्वारे लिखित भाष्य

भाग ७

भाग ६मध्ये आम्ही, अमी आणि गरिमा यांनी, २४ जून, २०२२ला श्रीगुरुमाईंनी प्रदान केलेला सद्‌गुण, ‘समानुभूति’मध्ये निहित असलेल्या सौम्यता या गुणाविषयी लिहिले होते. हे ‘समानुभूति’ या सद्‌गुणाच्या पाचव्या पैलूच्या संदर्भात होते ज्याचा उल्लेख आम्ही भाष्याच्या सुरुवातीलाच केला होता :

> **‘समानुभूति’ म्हणजे इतरांचे मूल्यमापन न करता, त्यांच्याविषयी कोणतेही मत न बनवता त्यांना सौम्यतेने प्रतिक्रिया देणे.**

मागच्या भागात आम्ही याविषयी सांगितले होते की, सौम्यता हा गुण कशा प्रकारे आपल्या प्रत्येकामध्ये उपजतच विद्यमान असतो आणि एकदा आपण आपल्या सौम्यतेशी स्वतःचा परिचय पुन्हा करून घेतला व निरंतर तिच्याशी जोडलेले राहण्याच्या अभ्यास केला, की सरतेशेवटी ती पुन्हा आपला स्वभाव बनू शकते. आपण सहजपणे तिच्यापर्यंत पोहोचू शकतो आणि इतरांना प्रतिक्रिया देताना आपल्या आचरणातून ती प्रतिबिंबित करू शकतो.

एखाद्या व्यक्तीचे किंवा परिस्थितीचे मूल्यमापन न करणे किंवा त्यांच्याविषयी आपले मत न बनवणे म्हणजे आलोचना न करणे हे सौम्यतेपेक्षा भिन्न आहे. या दोन्ही गुणांमध्ये हा फरक आहे की, मूल्यमापन म्हणजे आलोचना न करण्याचा गुण आपल्या कार्यांमध्ये प्रतिबिंबित करण्यासाठी आपल्याला बहुधा अधिक प्रयत्न करण्याची आवश्यकता असते. सौम्यता ही आपली सहजप्रवृत्ती असू शकते, पण मूल्यमापन म्हणजे आलोचना न करण्याचा गुण ही आपली सहजप्रवृत्ती नसते. मूल्यमापन न करण्याचा अभ्यास करण्यासाठी आपल्याला आपल्या सवयी, आपली मते आणि आपले पूर्वग्रह यांच्याविषयी जागरूक राहणे आवश्यक असते आणि आपल्या बुद्धीचा उपयोग करून प्रश्न विचारावे लागतात व काळजीपूर्वक विचार करावा लागतो की, ते आपल्यासाठी खरोखरच हितकर आहेत किंवा नाही.

आलोचना न करण्याच्या गुणाविषयी व ‘समानुभूति’शी असलेल्या त्याच्या संबंधाविषयी आम्ही भाग ४मध्ये आधी सांगितले होते [त्या भागामध्ये आम्ही ‘मत न बनवणे’ आणि ‘मूल्यमापन न करणे’ अशा

प्रकारे या गुणाचे वर्णन केले होते]. त्या वेळी, आपण आलोचना न करणे या गुणाला विशेषतः या परिप्रेक्ष्यातून पाहिले होते की, श्रीगुरुमाई करुणेविषयी कशा प्रकारे शिकवतात जो 'समानुभूति'चा आणखी एक गुण आहे. आता, आपण आलोचना न करणे या गुणाविषयीचा आपला शोध पुढे नेऊ आणि त्याविषयीचे आपले ज्ञान व आपली समज विकसित करून घेऊ.

अनेकदा, हे समजून घेण्यासाठी की, एखादी गोष्ट काय *आहे,* हे समजून घेणे साहाय्यक असते की, ती गोष्ट काय *नाही.* आणि कधीकधी, हे समजून घेण्यासाठी की, एखादी गोष्ट काय *नाही,* हे समजून घेणे साहाय्यक असते की, ती काय *आहे.*

परंतु जेव्हा आलोचना न करणे या गुणाची बाब येते, तेव्हा गोष्टी आणखी अधिक चित्ताकर्षक होतात. शाब्दिक दृष्ट्या, 'आलोचना न करणे' यासाठी इंग्रजी भाषेतील शब्द आहे, *nonjudgment* [नॉनजज्मेन्ट—ज्याला आलोचनारहित असेही म्हणता येईल] 'आलोचनारहित' याचे दोन भाग आहेत दुसरा शब्द आहे, 'रहित' [ज्याचा अर्थ आहे 'नसणे,' 'च्या रहित असणे' किंवा 'च्या उलट किंवा विरुद्ध असणे,' जे यावर अवलंबून असते की, त्याचा वापर कोणत्या शब्दाला जोडून केलेला आहे] आणि पहिला शब्द आहे, मूळ शब्द 'आलोचना.' तथापि, जेव्हा तुम्ही हे दोन्ही भाग एकत्र जोडता, तेव्हा त्यातून जो शब्द तयार होतो, तो आहे 'आलोचनारहित' [आलोचना न करणे] ज्याचा अर्थ आणि संदर्भ केवळ 'आलोचनात्मकतेचा अभाव' किंवा 'आलोचना नसणे' याहून निराळा आहे.

तरीही, 'आलोचनात्मक असणे' व 'आलोचनात्मक नसणे [आलोचनारहित असणे]' हे दोन्ही परस्परांशी कसे संबंधित आहेत हे समजून घेणे उपयुक्त आहे.

आता, संस्कृत आणि हिंदी भाषांचा संदर्भ घेऊन सुरुवात करू या, ज्यांमध्ये 'आलोचना' या शब्दाच्या समानार्थी किंवा त्याच्या अर्थांशी संबंधित असलेल्या शब्दांची कमतरता नाही. हे शब्द आहेत 'निर्णय' [निकाल], 'विवेक' [समजूतदारपणा, सुज्ञपणा], 'निश्चय' [दृढ संकल्प], 'विवेचन' [समंजसपणे केलेली समीक्षा, मूल्यांकन आणि परीक्षण—जे बहुधा आपसात चर्चा करून केले जातात], 'विचारणशक्ती' [विचार करण्याची-समजून घेण्याची व तर्क करण्याची क्षमता], 'प्रज्ञा', 'बुद्धी' आणि 'समज'.

याविषयी चित्ताकर्षक गोष्ट ही आहे, की, संस्कृत आणि हिंदी भाषांमध्ये वापरल्या जाणाऱ्या या निरनिराळ्या शब्दांपैकी कोणत्याही शब्दाचा अर्थ असा निघत नाही की, 'आलोचना' हा शब्द मुळातच नकारात्मक आहे. खरे तर, काही शब्दांचे तर सकारात्मकच अर्थ व संदर्भ आहेत! इंग्रजी भाषेमध्ये यासाठी शब्द आहे *judgment* [जज्मेन्ट] आणि या शब्दाचे अर्थ व संदर्भ अधिकांशतः भलेपणा किंवा

सौम्यपणाच दर्शवतात. उदाहरणार्थ, याचे अर्थ असे असू शकतात—मूल्यांकन, सम्यक्पणे विचार करणे आणि विवेकबुद्धी. परंतु, 'आलोचना' या शब्दाचा वापर बहुधा हे अर्थ लक्षात ठेऊन केला जात नसल्यामुळे असे एक सर्वसामान्य मत बनले आहे की, याचा अर्थ नकारात्मकच असतो. आपण जर असे म्हटले की, एखादी व्यक्ती आपली आलोचना करते आहे, तर सहसा आपल्या म्हणण्याचा अर्थ असा नसतो की, ती व्यक्ती आपल्याविषयी खूप चांगला विचार करते आहे किंवा ती आपल्यावर प्रशंसोद्गारांचा वर्षाव करते आहे.

तथापि, मूलतः 'आलोचना' हा शब्द विचार-विमर्श करण्याची ती प्रक्रिया दर्शवतो ज्यायोगे आपण एखाद्या व्यक्तीविषयी किंवा परिस्थितीविषयी आपले ज्ञान व समज यांच्या आधारे त्या व्यक्तीविषयी किंवा परिस्थितीविषयी निष्कर्षाप्रत पोहोचतो. इतकेच नव्हे, तर विचार करण्याची ही प्रक्रिया अशी आहे की, ही प्रक्रिया आपल्या *सर्वांमध्ये* चालू असते, *सतत* चालू असते. आपण आपले दैनंदिन जीवन जगत असताना, आपल्याला सतत विवेकशील राहावे लागते, मूल्यांकन करावे लागते, परीक्षण करावे लागते आणि स्वतःच्या समजूतदारपणाचा व विवेकबुद्धीचा वापर करावा लागतो. उदाहरणार्थ, कदाचित आपण असे म्हणू शकतो, "सतत अशी तक्रार करत राहण्याऐवजी की, मला चांगले ध्यान लागत नाही, मी ध्यान-रिट्रीटमध्ये सहभागी होण्याचा निर्णय घेतला." किंवा, "माझ्या मित्रांबरोबर सहलीला जाण्याऐवजी मी माझ्या आजीआजोबांना भेटायला जाण्याची निवड केली." किंवा, "मी जे ज्ञान अर्जित केले आहे त्याविषयी इतर लोकांना सांगण्याचे महत्त्व मला माहीत होते, कारण तसे केल्याने त्यांचे जीवन अधिक चांगले होऊ शकेल."

तुम्ही पाहू शकता की, आपण ज्या आलोचना करतो, त्या साध्यासरळही असू शकतात किंवा गुंतागुंतीच्यादेखील असू शकतात. आलोचना करणे हे आपल्या बुद्धीचे स्वाभाविक कार्य आहे [संस्कृत व हिंदी भाषेमध्ये बुद्धीच्या अनेक अर्थांमध्ये 'आलोचना' हादेखील एक अर्थ आहे, जो एक योगायोग नाही]. या भाष्याच्या भाग ५मध्ये, आम्ही समजावले होते की, कशा प्रकारे आपण आपले जग समजून घेण्यासाठी आणि त्यात कुशलतेने कार्य करण्यासाठी आपल्या बुद्धीचा उपयोग करतो. आपल्यासमोर ज्या गोष्टी येतात त्या समजून घेण्यासाठी, आपल्या मनात येणाऱ्या विचारांचे विश्लेषण करण्यासाठी आणि त्या आंतरिक व बाह्य संवेगांप्रति आपली प्रतिक्रिया कशी असावी हे निर्धारित करण्यासाठी आपण बुद्धीचा उपयोग करतो.

आणि केवळ मनुष्यप्राणीच अशा प्रकारच्या विश्लेषणात्मक प्रक्रियेमध्ये संलग्न होतात असे नाही. पशुपक्षी आणि वनस्पतीदेखील भिन्नभिन्न प्रकारांनी अशा प्रकारच्या संज्ञानात्मक क्षमतेचा परिचय देतात,

विशेषतः तेव्हा, जेव्हा ते स्वतःच्या जिवाची सुरक्षा सुनिश्चित करण्यासाठी निर्णय घेतात. उदाहरणार्थ : सूर्यफूल हे प्रकाशासाठी सूर्याच्या दिशेने वळते. एका झाडाची मुळे पाण्याच्या शोधार्थ जमिनीमध्ये खोलवर जातात आणि बाहेरच्या दिशेने पसरतात. एक सरडा शिकार पकडण्यासाठी किंवा अन्य परजीवभक्षी प्राण्यांपासून लपण्यासाठी स्वतःच्या त्वचेचा रंग बदलतो जेणेकरून तो आजूबाजूच्या रंगांसारखाच दिसेल.

काही सस्तन प्राण्यांमध्ये आणखी अधिक विकसित संज्ञानात्मक क्षमता असते. डॉल्फिन मासे परस्परांशी संपर्क साधण्यासाठी निरनिराळ्या प्रकारचे आवाज काढतात; जसे की, काही आवाज नावांसारखे असतात आणि त्या समूहात इतर डॉल्फिन्सना बोलावण्याचे कार्य करतात. डुकरांना माणसांनी बोललेले शब्द किंवा खाणाखुणा समजतात. आणि व्यापक संशोधनाने हे सिद्ध केले आहे की, चिंपांझी व हत्ती या दोहोंकडे सशक्त स्मरणशक्ती आणि उन्नत बुद्धिक्षमता असते.

मानवप्राणी, हा पृथ्वीतलावर वास करणारा सर्वात उत्क्रांत जीव आहे, ज्याला आश्चर्यकारकपणे उन्नत व सशक्त निर्णयक्षमता प्रदान केली गेली आहे. यापेक्षाही अधिक म्हणजे, वैज्ञानिकांनी असादेखील शोध लावला आहे की, मानवी मेंदूमध्ये निरंतर शिकत राहण्याचे, बदल करण्याचे आणि परिस्थितीनुसार जुळवून घेण्याचे प्रचंड सामर्थ्य असते. आपल्या अंतरी नवीन ज्ञान ग्रहण करण्याची व ते आत्मसात करण्याची क्षमता आहे, आपल्या अंतरी एखाद्या विषयाबद्दलचे वा परिस्थितीबद्दलचे निरनिराळे दृष्टिकोण समजून घेण्याची व ते स्मरणात ठेवण्याची क्षमता आहे, आपल्या अंतरी आपले दृष्टिकोण बदलण्याची व त्यांचा विस्तार करण्याची क्षमता आहे आणि आपल्या अंतरी ती क्षमता आहे जिच्यामुळे आपण लहानमोठ्या निवडी करू शकतो ज्या आपल्या वागणूकीत गहन रूपांतरण घडवून आणू शकतात.

आता, आपण असे *करतो* किंवा नाही हा सर्वथा एक निराळाच विषय आहे. मोठे होताहोता आणि जीवनपथावरून वाटचाल करताना, जगाविषयी—आणि आपल्या स्वतःविषयी—आपले दृष्टिकोण निश्चित होतात, आणि इतकेच नव्हे तर ते अतिशय कठोर व ठामदेखील होतात. कदाचित आपले व्यक्तिमत्त्व, आणि इतकेच नव्हे तर आपले गुण व स्वभाव यांच्याविषयी आपले एक स्थायी किंवा ठरावीक मत बनेल. आपण आपल्या उणीवा, आपले दोष यांच्यापुढे हार पत्करतो. आपण म्हणतो, “काय करू? मी हा असाच आहे.” आणि हाच विचार आपण व्यक्त करतो. “*ते* तर असेच आहेत.” “जग हे असेच चालते.” आपण जेव्हा अशा प्रकारे विचार करतो, तेव्हा आपण वास्तवात आपल्या स्वभावाविषयी किंवा एखाद्या गोष्टीकडे किंवा परिस्थितीकडे पाहण्याच्या एखाद्या अन्य पद्धतीविषयी

विचार करणे नाकारत असतो. आपण ती शक्यता नाकारत असतो की, एखादी वेगळी किंवा अधिक व्यापक वास्तविकतादेखील असू शकते. आणि आपण बदलण्याचे, वाढण्याचे तसेच विकसित होण्याचे मेंदूचे जे सामर्थ्य आहे, त्याचा लाभ करून घेत नाही.

यावरून आपल्याला हा संकेत मिळतो की, 'आलोचना,' जी तसे पाहता मनाचे निष्पक्ष—आणि अतिशय मौल्यवान—कार्य आहे, पण कशा प्रकारे तिचा संबंध नकारात्मकतेशी जोडला गेला आहे.

अधिक जाणून घेण्यासाठी, आता आपण बुद्धी या विषयामध्ये आणखी सखोल जाऊ या. तुम्हाला आठवत असेल की, आम्ही बुद्धीविषयी सर्वप्रथम भाष्याच्या भाग ५मध्ये सांगितले होते, ज्यामध्ये आम्ही बुद्धीला 'अंतःकरण चतुष्टय'चा एक भाग असे म्हटले होते. 'अंतःकरण चतुष्टय'चा आणखी एक भाग आहे 'चित्त' किंवा अवचेतन मन, जे आपल्या स्मृतींना आणि पूर्वसंस्कारांना संचित करून ठेवते. हे संस्कार ज्या घटकांनी तयार होतात, त्यांमधील काही घटक आहेत—त्या परिस्थिती ज्यांमध्ये आपण मोठे झालो आहोत, आपले शिक्षण, ज्या-ज्या गोष्टींवर आपला विश्वास आहे, आपल्या समाजाचे किंवा संस्कृतीचे नियम, आपली वैयक्तिक तत्त्वे आणि ते नैतिक सिद्धान्त ज्यांच्या अनुसार आपण जीवन जगतो, जीवनात प्राप्त झालेले आपल्या अनुभवांचे गाठोडे आणि त्या अनुभवांमधून काढलेले आपले निष्कर्ष.

ते पूर्वसंस्कारदेखील असतात, जे आपण या जन्मात आपल्यासोबत आणले आहेत. वेदान्त तत्त्वज्ञानाचे एक मुख्य प्रतिपादक, आदि शंकराचार्य, आपली रचना 'प्रबोधसुधाकर' यामध्ये हा सिद्धान्त समजावून सांगतात.

आदि शंकराचार्य म्हणतात :

> तत्कारणं स्मृतं यत्तस्यान्तर्वासनाजालम्।
>
> कारण शरीरात समस्त पूर्वसंस्कारांचे, वासनांचे दाट जाळे आहे.[१]

कारण शरीर, हे आपल्या चेतनेचे एक सूक्ष्म शरीर आहे. त्यामध्ये आपल्या समस्त पूर्वकर्मांचे व अनुभवांचे सुप्त संस्कार संचित असतात जे सोबत घेऊन आपण या जगात जन्माला आलो होतो. हे सुप्त संस्कार चित्तातून म्हणजेच अवचेतन मनातून बाहेर प्रकट होऊ शकतात, तेच चित्त जे आपल्या *या वर्तमान* जन्माच्या स्मृतीदेखील संचित करते; आणि हे सर्व संस्कार वर्तमानात जगाप्रति आपला दृष्टिकोण रंगवतात.

चित्त आणि बुद्धी हे सदैव एकत्र कार्य करतात. बुद्धी आपल्या चित्तामध्ये संचित असलेली माहिती समजून घेऊन, तिचा अर्थ लावते आणि निर्णय घेण्यासाठी ती उपयोगात आणते. म्हणून, ती माहिती काय व कशा प्रकारची आहे—ती शुद्ध आणि अचूक आहे किंवा दोषयुक्त आहे—ही गोष्ट अतिशय महत्त्वाची असते व तिचा खूप मोठा प्रभाव पडतो. आणि या सगळ्या गोष्टींच्या आधारे आपण ज्या निवडी करतो, त्या आपल्या वस्तुस्थितीला आकार देतात.

वेदान्त 'रज्जु-सर्प-भ्रान्ति'चे एक उत्तम उदाहरण प्रस्तुत करते. 'रज्जु' अर्थात दोरी आणि 'सर्प' अर्थात साप. 'भ्रांती' या शब्दाचे अनेक अर्थ आहेत, जसे की, 'संभ्रम', 'गैरसमज किंवा भ्रामक कल्पना', 'आभास', 'खोटा तर्क', आणि 'चुकीचा समज किंवा विकृत दृष्टिकोण'.

आपले पुस्तक *The Yoga of Discipline* मध्ये 'रज्जु-सर्प-भ्रान्ति' या विषयावरील कथेद्वारे श्रीगुरुमाई आपल्याला वेदान्ताच्या या सिद्धान्ताचे ज्ञान प्रदान करतात. श्रीगुरुमाईंनी त्यांच्या पुस्तकात पुन्हा कथित केलेली ती सुंदर गोष्ट इथे प्रस्तुत करण्याची आपण आम्हाला अनुमती द्यावी.

> एके रात्री, जंघू नावाचा एक मनुष्य गावातील गल्लीत फिरायला गेला. तो सहजच इकडचातिकडचा विचार करत, या गोष्टीविषयी कल्पना करत चालत होता की, भविष्यात तो काय करणार आहे. एकाएकी घाबरून, त्याने उडी मारली. रस्त्यापासून थोड्याच अंतरावर एक खूप मोठा साप सरपटत जाताना त्याच्या दृष्टीस पडला. त्या सापाने जेव्हा जंघूला पाहिले, तेव्हा तो थिजल्यागत झाला. खरेतर, तो साप हालचाल न करता अगदी तयारीतच होता की, केव्हा एकदा पुढे झेप घेऊन बिचाऱ्या जंघूला डसता येईल.
>
> जंघू जोरात किंचाळला आणि मदतीसाठी ओरडत गावाच्या दिशेने धावला. लोकांनी त्या दिशेला जाऊ नये म्हणून, तो प्रत्येकाला सावधदेखील करत जात होता. एक-दोन गावकरी म्हणाले की, ते कंदील घेऊन पाहायला जातील की, साप खरोखर विषारी आहे किंवा नाही.
>
> परंतु जंघू त्यांचे म्हणणे ऐकतच नव्हता. त्याने गावकऱ्यांना सांगितले की, त्याला सापांविषयी सगळे काही माहिती आहे आणि जर ते तिथे गेले, तर त्यांचा मृत्यू झालाच समजा. त्याला पूर्ण खात्री होती की, हा तोच भयानक साप आहे, ज्याच्याविषयी त्याची आजी त्याला सांगत असे. निश्चितच हा तोच साप आहे ज्याने न जाणे किती मुलांचा जीव घेतला होता, शेतांमध्ये जो शेतकऱ्यांना डसला होता आणि ज्याने निष्पाप वाटसरूंवर हल्ला

केला होता. सापाविषयी तो जी वर्णने करत होता, ती वर्णने मिनिटागणिक अधिकाधिक भयावह होत चालली होती.

जंघूला आणखी एक विचार सुचला. तो हीरो बनेल! तो स्वतःच त्या भयानक सापाला मारून संपूर्ण गावाला वाचवेल. त्याला तर त्याच्या कल्पनाविश्वात दिसतही होते की, तो सापाला जोरजोरात तडाखे मारतो आहे आणि एकटाच त्याला हाताळतो आहे. आपण स्वतःच हिरो बनलो आहोत हे पाहून तो जोशाने भरून गेला आणि अंधारातच चालत निघाला. चालताचालता, सापाला मारण्यासाठी तो एक मजबूत काठीही शोधत होता. एका झाडावर त्याला अगदी तशीच फांदी दिसली जशी त्याला हवी होती. त्याने ती फांदी घट्ट पकडली आणि तोडू लागला. पण त्याच वेळी तो जोरात ओरडला आणि जमिनीवर कोसळला. खरे तर त्याने जिला फांदी म्हणून पकडले होते ती मुळी झाडाची फांदी नव्हतीच. तो तर एक मोठा साप होता ज्याने त्या भावी हीरोला डसले होते.

याच दरम्यान, इतर गावकरी आपापले कंदील घेऊन, अगदी सावकाशपणे त्या पहिल्या सापाच्या जवळ चालले होते. आपल्या आरोळ्यांनी त्याला घाबरवत, त्याने पुन्हा झुडपांमध्ये निघून जावे यासाठी ते प्रयत्न करत होते. पण साप अजिबात हलला नाही; त्याने तसूभरदेखील हालचाल केली नाही. शेवटी, ते सर्वजण त्याच्या अगदी जवळ गेले आणि त्याच्यावर खूप जोरजोरात प्रहार करू लागले. परंतु त्याच्याकडून काहीच प्रतिक्रिया झाली नाही—कारण तिथे साप मुळी नव्हताच. तो एक जाडजूड दोरखंड होता जो कोणाच्यातरी हातून रस्त्यावर पडला होता व तिथेच विसरला गेला होता.

जंघूने फक्त *विचार* केला होता की, त्याने साप पाहिला आहे.[२]

ही गोष्ट स्पष्टपणे दर्शवते की, आपले चित्त ज्याची शुद्धी झालेली नाही, त्यामध्ये संचित झालेल्या संस्कारांचा आपल्या बुद्धीद्वारे केलेल्या विभिन्न आलोचनांवर, किंवा काढलेल्या निष्कर्षांवर घातक परिणाम होऊ शकतो. याशिवाय, ते संस्कार इतके प्रबळ असू शकतात, त्यांची पकड इतकी घट्ट व खोलवर असू शकते की, ते खरोखरच आपल्या पाहण्याच्या-समजण्याच्या शक्तीला, आपल्या ज्ञानेंद्रियांना झाकोळून टाकतात. आपण तेच पाहतो, जे पाहण्याची आपली इच्छा असते, जे पाहण्याची आपल्याला अपेक्षा असते, जे आपण आधीच ठरवलेले असते की आपण काय पाहणार आहोत—ते नाही, की जे *वास्तवात* आहे. अशा प्रकारे, आपण जगताकडे पाहण्याचा आपला तोच दृष्टिकोण अधिक ठाम करत जातो. अशा वेळी, प्रतिक्रिया देण्यासाठी आपण जी पावले उचलतो, त्यांमुळे चांगला

परिणाम झाला तर असेच घडते की, ती पावले विचार न करता उचललेली असतात ज्यांमध्ये दूरदर्शीपणाचा अभाव असतो; आणि जर वाईट परिणाम झाला तर, ती आपल्यासाठी व इतरांसाठी हानिकारक ठरतात.

***

आपण नुकतेच 'आलोचना' म्हणजे काय हे विस्तारपूर्वक पाहिले आणि त्यामुळे आपण अचूकपणे हे जाणले की, 'आलोचना न करणे किंवा आलोचनारहित असणे' म्हणजे काय असते. सुरुवातीला आम्ही सांगितले होते की, 'आलोचनारहित असणे' [आलोचना न करणे] याला केवळ 'आलोचनात्मकतेचा अभाव' किंवा 'आलोचना नसणे' असे म्हणता येणार नाही. 'आलोचना न करणे' याचा अर्थ काहीतरी वेगळाच आहे, अधिक गहन आहे, यात अधिक सूक्ष्म अर्थछटा आहेत.

ते बारकावे नेमके काय आहेत हे आपण आता समजून घेऊ.

सर्वप्रथम, 'आलोचना न करणे' म्हणजे असे नव्हे की, आपण आपल्यातील त्या शक्तींचा वापर करू नये ज्यांच्या साहाय्याने आपण मूल्यांकन तसेच विश्लेषण करतो आणि ज्यांची आपल्याला जिवंत राहण्यासाठी व जगात आपले जीवन जगण्यासाठी आवश्यकता असते. याचा अर्थ असादेखील नाही की, एखाद्या परिस्थितीविषयी किंवा एखाद्या व्यक्तीविषयी 'दयाळू बनण्यासाठी' किंवा 'तिचा स्वीकार करण्यासाठी' आपण वरवर प्रयत्न करावा; पण आपण त्या परिस्थितीच्या वास्तविकतेकडे दुर्लक्ष करावे आणि आपल्या डोळ्यांवर पट्टी बांधून घ्यावी.

तर मग, 'आलोचना न करणे' म्हणजे *काय?* सिद्धयोग मार्गावर आपण हे शिकतो की, 'आलोचना न करणे' म्हणजे जागरूकतेसह तो प्रयत्न करणे ज्यायोगे हे सुनिश्चित करता येईल की, या जगाविषयी असलेले तसेच यामध्ये वास्तव्य करणाऱ्या लोकांविषयी व वस्तूंविषयी असलेले आपले विश्लेषण हे चित्तामध्ये संचित असलेल्या अशुद्ध किंवा मिथ्या संस्कारांनी विकृत होणार नाही. आणि यासाठी अत्यावश्यक आहे, आध्यात्मिक साधना.

जेव्हा आपण चित्तशुद्धी करतो, जेव्हा आपण आपल्या मनाला आत्मज्ञानात लीन करतो, तेव्हा आपण या जगाला तसेच पाहतो जसे ते आहे—आपण त्या प्रकारे पाहत नाही, जसे आपण त्याला समजतो किंवा जसे आपल्याला वाटते की ते कसे असावे. सिद्धयोगाच्या श्रीगुरूंनी असे करण्यासाठी आपल्याला अनेक उपाय प्रदान केले आहेत. आणि यांपैकी एक उपाय आहे, 'साक्षी' बनून राहण्याचा प्रयत्न—आपल्या विचारांचा, भावनांचा, शब्दांचा आणि कर्मांचा 'साक्षी' बनून राहण्याचा अभ्यास करणे.

आपण जेव्हा साक्षी बनलेले असतो, तेव्हा आपण आपल्या दृष्टिकोणाविषयी जागरूक असतो—जगाला आणि त्यात राहणाऱ्या लोकांना व परिस्थितींना आपण ज्या दृष्टीने पाहतो, तिच्याविषयी आपण जागरूक राहतो. आपण जेव्हा साक्षी बनलेले असतो, तेव्हा आपण तटस्थ भावाने, निष्पक्ष दृष्टीने जगाकडे तसेच पाहतो जसे ते *आहे*—आपली दृष्टी ही आपल्या स्वतःच्या धारणांनी, आपल्या पूर्वग्रहांनी आणि आलोचनांनी रहित असते. आपण जेव्हा साक्षी बनलेले असतो, तेव्हा आपल्यासमोर जो कोणी किंवा जे काही असते, त्याच्यावर लगेचच कोणत्याही नावाचा किंवा गुणाचा शिक्का मारण्यापेक्षा, आपण एक पाऊल मागे जातो आणि हे पाहतो की, आपण त्या व्यक्तीविषयी किंवा परिस्थितीविषयी स्वतःचे मत बनवत आहोत, की आपण स्वतःच्याच दृष्टीनुसार त्याचे मूल्यांकन करत आहोत. जेव्हा आपण थोडेसे थांबून, साक्षीभावाने हे पाहतो की, आपल्या मनात काय चालले आहे [कदाचित आपण क्षणभरासाठी थांबत असू], तेव्हा आपण प्रश्न विचारू शकतो की, जे आपल्याला दिसते आहे ते काय आहे. हे एक निष्पक्ष सत्य आहे का, जे एखाद्या तथ्यावर आधारित आहे? अथवा, हा आपला स्वतःचा एक व्यक्तिगत दृष्टिकोण आहे का, आणि कोणती-ना-कोणती कारणे देऊन, जसे की, स्वतःच्याच संदेहवृत्तीमुळे; उदासीनतेमुळे, निरुत्साहामुळे; बौद्धिक सुस्तीमुळे किंवा इतर वास्तविकता आणि शक्यता मान्य करण्याच्या आपल्या अनिच्छेमुळे आपण स्वतःला त्या व्यक्तिगत दृष्टिकोणावर विश्वास ठेवण्यासाठी भाग पाडले आहे? आपल्या मनाच्या कार्य करण्याच्या प्रक्रियेविषयी आपण जितके अधिक जागरूक असतो, तितकेच अधिक आपण हे समजू शकतो की, जगाप्रति आपला दृष्टिकोण हा कितीतरी प्रमाणात आपण स्वतः केलेली *निवड* असते.

The Yoga of Discipline च्या ज्या प्रकरणात गुरुमाई दोरीची आणि सापाची गोष्ट सांगतात, त्याच प्रकरणात त्या साक्षीभावाचा अभ्यास करण्याच्या महत्त्वाविषयीदेखील समजावून सांगतात.

श्रीगुरुमाई म्हणतात :

> दैनंदिन कार्ये करताना तुमच्या डोळ्यांवर लक्ष ठेवा. साक्षी बनून राहा. ध्यान करा, जप करा, आपल्या हृदयात शुद्धतम व अतीव सुंदर भावनांचा उदय होऊ द्या आणि अशा प्रकारे आपल्या डोळ्यांना पुन्हापुन्हा विश्रांती द्या. तुम्ही जेव्हा एखाद्या व्यक्तीकडे पाहाल, तेव्हा तिला आपले आशीर्वाद द्या. तुम्ही जेव्हा काही घडताना पाहाल, तेव्हा मदत करण्यासाठी, आधार देण्यासाठी हात पुढे करा. तुमच्या डोळ्यांतून ऊर्जा अतिशय वेगाने बाहेरच्या दिशेला प्रवाहित होत असते, अतः, साक्षी बनून राहा. डोळ्यांना अधिकाधिक कल्याणकारी आशीर्वाद देऊ द्या. असे करण्यासाठी आपले हृदयदेखील साक्षीच्या स्थितीमध्ये ठेवा.[३]

इथे गुरुमाई ज्या डोळ्यांविषयी समजावून सांगत आहेत, ते फक्त भौतिक डोळे नाहीत; तर याविषयी आहे की, जे काही आपण पाहत आहोत त्याच्याप्रति आपला दृष्टिकोण काय आहे, ते पाहण्याची आपली दृष्टी कशी आहे आणि आपली समज काय आहे. आपण जेव्हा स्वतःचा आणि आपल्या आजूबाजूच्या जगाचा साक्षी बनून राहण्याचा अभ्यास करतो, तेव्हा आपण आपली दृष्टी शुद्ध करतो आणि गोष्टी अधिक स्पष्टपणे पाहू लागतो. आणि याच्या फलस्वरूप आपण त्या परमसाक्षीच्या, आपल्या अंतरात्म्याच्या संपर्कात येतो, जो आपले विचार, वाणी, भावना आणि कृत्ये यांना पाहतो आहे. आणि एकदा का आपण आपल्या अंतःस्थ आत्म्याशी अनुसंधान साधले की, मग आपल्याला इतरांमध्येही आत्म्याचे दर्शन होऊ लागते. या अभ्यासाद्वारे आपल्या अंतरी 'सम'चा बोध विकसित होऊ लागतो.

आपली विवेकशक्ती जेव्हा 'सम'च्या प्रकाशाने प्रकाशित होते, तेव्हा आपण जी आलोचना करतो, तिच्यामध्ये अपमानाचा किंवा निंदेचा भाव नसतो, तर ती 'आलोचना' साक्षीभावातून उदित होते. 'आलोचनेच्या' या विशुद्ध रूपाला 'विवेक' म्हणतात.

भारतीय शास्त्रग्रंथांमध्ये 'विवेका'चे वर्णन भेद ओळखण्याच्या त्या सामर्थ्यशक्तीच्या रूपात केले गेले आहे की, जी आत्म्याच्या अपरिवर्तनशील व नित्य स्वरूपाच्या ज्ञानातून उदित होते. विवेकबुद्धी म्हणजे ती बुद्धी जी विवेकात दृढतेने प्रतिष्ठित आहे; ती बदलत राहणाऱ्या तत्त्वांना [जसे की, शिक्षण, सांस्कृतिक पार्श्वभूमी, जीवनाची वर्तमान परिस्थिती किंवा भूतकाळात घडलेल्या घटना किंवा सामान्यतः आपली मानसिक स्थिती] विचारात घेऊन त्यांच्याविषयी सम्यक् विचार करते आणि मग या मूलभूत, शाश्वत सत्याच्या दृष्टीने त्यांना पाहते की, सर्वांमध्ये एकच आत्मा विद्यमान आहे. जे क्षणभंगुर आहे आणि जे शाश्वत आहे, या दोन्हीमध्ये विवेकबुद्धी संतुलन ठेवते; ती भेददेखील पाहते आणि त्या भेदामध्ये निहित असलेले ऐक्यदेखील पाहते. तिचे आधार आहेत—गहन प्रज्ञान, बुद्धिमत्ता, व्यवहारकौशल्य, सर्व जीवांविषयी आदर, विनम्रता आणि शिकण्यासाठी असलेली ग्रहणशीलता किंवा खुलेपणा. आणि या विकसित समग्रतापूर्ण बोधातून विवेकबुद्धी तिचे निष्कर्ष काढते व निर्णय घेते.

'आलोचना न करणे' याचा आधार आहे, विवेक; आणि जेव्हा आपण चित्तामध्ये संचित असलेले संस्कार नष्ट करतो, तेव्हा आपण विवेकाला पोषित करतो व तो सशक्त करतो.

आपला ग्रंथ 'विवेकचूडामणि'मध्ये आदि शंकराचार्य म्हणतात :

> नाहं जीवः परं ब्रह्मेत्यतद्व्यावृत्तिपूर्वकम्।
> वासनावेगतः प्राप्तस्वाध्यासापनयं कुरु॥
>
> "मी जीव नाही, परब्रह्म आहे." 'अनात्म्या'चा त्याग करून, स्वतःला त्या वासनांपासून मुक्त करा ज्या पूर्वसंस्कारांच्या आवेशामुळे उत्पन्न झाल्या आहेत.[४]

चित्त जसजसे शुद्ध होत जाते आणि स्फटिकासमान आत्म्याचा प्रकाश प्रतिबिंबित करू लागते; जसजशी 'आलोचना' कमी होत जाते आणि 'आलोचनारहितता' स्वतःचे स्थान ग्रहण करू लागते—तसतसे चांगुलपणा आणि सद्गुणांनी पूरित एक अवघे वातावरण निर्माण होत जाते.

'आलोचना न करणे'च्या गुणामध्ये काय-काय समाविष्ट आहे, हे जाणून घेण्यासाठी आम्ही लेखिकांनी 'आलोचनारहितता' या अर्थाचा इंग्रजी शब्द *nonjudgment* [नॉनजज्मेन्ट]चे काही समानार्थी शब्द पाहिले. उदाहरणार्थ, 'आलोचना न करणे' म्हणजे 'पूर्वग्रहरहित असणे', 'सहिष्णू असणे', 'उदार असणे' किंवा 'विचारांमध्ये खुलेपणा असणे' आणि 'निष्पक्ष, तटस्थ असणे'. आम्ही जेव्हा या शब्दांवर चिंतन करतो, तेव्हा एक गुण जो आमच्या मनात उद्भवतो, तो आहे 'आदर.' एखाद्या व्यक्तीविषयी किंवा एखाद्या परिस्थितीविषयी उदारहृदयी असण्यासाठी किंवा त्यांच्याविषयी स्वतःच्या विचारांमध्ये खुलेपणा ठेवण्यासाठी, त्यांच्याविषयी कोणताही पूर्वग्रह न ठेवण्यासाठी, त्यांच्याविषयी निःपक्षपाती दृष्टिकोण ठेवण्यासाठी, मुळात हे आवश्यक असते की, आपल्या मनात त्यांच्याविषयी आदर असावा. आणि हा आदर म्हणजे वरवर दाखवलेला आदर नाही, ओढूनताणून चेहऱ्यावर आणलेले एक खोटे हसू किंवा बनावटी गोडगोड शब्द नाहीत, जे तुम्ही एखाद्याला म्हणून टाकता पण स्वतःला त्या शब्दांचा भाव जाणवत नसतो. हा तो आदर असतो, ज्याची पाळेमुळे 'सम'च्या बोधामध्ये, या अभिज्ञानात इतकी सखोल रुजलेली असतात की, तुमच्यासमोर जो कोणी आहे किंवा जे काही आहे, तुम्हाला त्यांचे वास्तविक मूल्य समजते—मग ते जे काही कार्य करत असतील, ते तुम्हाला आवडो वा न आवडो, त्यांनी केलेल्या निवडी तुम्हाला पसंत असोत वा नसोत.

आम्हाला वाटते, असे म्हणणे ठीक राहील की, 'आलोचना न करणे' यामध्ये निहित असलेला सिद्धान्त हा सर्व संस्कृतींमध्ये जरी नसला, तरीही विश्वातील अधिकांश संस्कृतींच्या ताण्याबाण्यात विणलेला आहे. हे स्पष्ट करण्यासाठी आम्ही आईचे उदाहरण घेतल्याविना राहू शकत नाही [विशेषतः यामुळे की, आम्ही दोघी स्वतःदेखील आई आहोत!]. एक आदर्श आई जेव्हा हे पाहते की, तिचे मूल असे काहीतरी

करते आहे जे त्याने करू नये, तेव्हा कदाचित तिला तिच्या मुलाला तसे करण्यापासून थांबवावे लागेल किंवा त्याच्या दुर्व्यवहारासाठी त्याला समजावून सांगावे लागेल आणि जसजसे ते मूल मोठे होत जाते, तसतसे जर आईला त्याच्या निवडी किंवा त्याने घेतलेले निर्णय योग्य वाटले नाहीत, तर ती सौम्यपणे तिच्या मुलाला त्याविषयी जागरूक करते. परंतु ती कधीही तिच्या मुलाची 'आलोचना' करत नाही [आलोचना शब्दाच्या नकारात्मक अर्थानुसार]. तिच्या मुलावर असलेल्या विश्वासाला, मुलाचा स्वीकार करण्याच्या तिच्या गुणाला, मुलाच्या भलेपणावर आणि सामर्थ्यावर असलेल्या विश्वासाला, मुलाविषयी असलेल्या तिच्या प्रेमाला विचलित करता येणार नाही.

हे आपल्याला 'आलोचना न करणे' या गुणाच्या—आणि, विस्तृतपणे पाहिल्यास 'समानुभूति'च्या—आणखी एका पैलूकडे घेऊन येते. आपण 'आलोचना न करण्याच्या' भावासह जेव्हा एखाद्या व्यक्तीशी वर्तणूक करतो, तेव्हा त्यामुळे अतिशय स्वाभाविकपणे तुमच्या व त्या व्यक्तीमधील परस्पर विश्वास वाढतो. याच्या फलस्वरूप, त्या विश्वासामुळे *त्या व्यक्तीच्या* अंतरी आणखी अधिक आत्मनिश्चिततेचा आणि आत्मविश्वासाचा भाव वाढतो.

असे का असते? मुद्दा हा आहे की, एखाद्या व्यक्तीला जेव्हा हे जाणवते की, तुम्ही अगदी मनापासून त्यांचा स्वीकार करत आहात, तुम्ही त्यांना साथ देऊ इच्छिता; जेव्हा त्या व्यक्तीला हे जाणवते की, ती व्यक्ती जे सांगेल ते ऐकण्याची तुमच्यामध्ये क्षमता आहे, त्या व्यक्तीचे म्हणणे ऐकून तुम्हाला केवळ तिला मदत करायची आहे आणि याव्यतिरिक्त तुमचा इतर कोणताही हेतू नाही, तेव्हा त्या व्यक्तीला तुमच्या सान्निध्यात सुरक्षित वाटू लागते. ती व्यक्ती मन मोकळे करू लागते. ती स्वतःशी व स्वतःविषयी प्रामाणिक असण्यासाठी धीर एकवटू शकते. आणि जेव्हा त्या व्यक्तीला हे जाणवते की, *तुम्ही* त्यांच्यातील माणुसकी पाहत आहात, की तुम्ही त्यांना एक चांगली व्यक्ती समजत आहात, तेव्हा तिला *तिच्या स्वतःच्या अंतरी* त्याच चांगल्या व्यक्तीला ओळखणे सोपे होते. आणि यामुळे शक्यतांचे एक संपूर्ण जग खुले होते : त्या व्यक्तीचा विश्वास बळावतो—नवीन गोष्टी करून पाहण्याचा किंवा नवनवी कौशल्ये विकसित करण्याचा विश्वास; असीमित अपराधबोधाने ग्रस्त न होता ती व्यक्ती स्वतःच्या चुका ओळखण्यात आणि त्या सुधारण्यात अधिक सक्षम होते आणि जीवनातील चढउतारांचा सामना करण्यासाठी आणखी अधिक सुसज्जित होते.

या वळणावर, आम्ही तुम्हाला एक प्रसंग सांगू इच्छितो. आम्हाला वाटते की, हा प्रसंग अतिशय सुंदरतेने हे दर्शवतो की, 'आलोचना न करणे' हा गुण असलेली प्रतिक्रिया एखाद्या व्यक्तीमध्ये कशा प्रकारे

आत्मनिश्चिततेची आणि आत्मविश्वासाची भावना जागृत करू शकते. हा प्रसंग गरिमा यांच्याकडून आलेला असल्यामुळे त्याच तो सांगणार आहेत.

वर्ष २००४च्या उन्हाळ्यातली गोष्ट आहे. मी सेवा अर्पण करण्यासाठी श्री मुक्तानंद आश्रमात गेले होते. माझ्यासोबत माझी मुलगी वनितादेखील आली होती, जी त्यावेळी नऊ वर्षांची होती आणि चवथ्या इयत्तेत शिकत होती. एके दिवशी, गुरुमाईंच्या दर्शनाच्या वेळी मी त्यांना त्या घटनेचा वृत्तांत सांगितला जी आश्रमात येण्याच्या काही काळ आधीच वनिता व तिच्या रचनात्मक-लिखाण शिकवणाऱ्या शिक्षिका यांच्यामध्ये घडली होती. त्या शिक्षिका वनिताच्या मुख्य शिक्षिकेच्या जागी काही दिवसांसाठी तिला शिकवायला आल्या होत्या.

वनिताने क्रोध या विषयावर एक कविता लिहिली होती, जी तिला तिच्या शाळेच्या माध्यमातून एका ख्यातनाम पद्य प्रकाशनाकडे पाठवायची होती. शिक्षिकेने ती कविता वाचली आणि वनिताला समजावले की, तिने तिच्या कवितेत ज्या अलंकारिक भाषेत तीव्र कल्पना अभिव्यक्त केल्या आहेत, त्या तिने थोड्या कोमल स्वरूपात व्यक्त कराव्यात, आणि असे करण्यासाठी त्यांनी वनिताला काही सूचना व निर्देशही दिले. इतकेच नव्हे तर, त्या शिक्षिकेने असा आग्रहदेखील केला की, त्यांनी दिलेल्या सूचनांच्या आधारे वनिताने ती कविता पुन्हा लिहावी.

वनिताला त्या सूचना योग्य वाटल्या नाहीत. म्हणून, तिच्या आत्मविश्वासाला तडा गेल्यानंतरही तिने कविता जशी लिहिली होती तशीच ती जमा केली, या गोष्टीची पर्वा न करता की, प्रकाशित करण्यासाठी त्या कवितेची निवड होईल अथवा नाही.

हा भावस्पर्शी वृत्तांत ऐकल्यानंतर, गुरुमाईंनी मला वनिताची भेट त्या सिद्धयोग्यांशी घालून देण्यास सांगितले जे निपुण कवी आणि लेखक होते. या सिद्धयोग्यांनी काव्यकलेचे विस्तारपूर्वक अध्ययन केले होते; त्यांनी स्वतः काव्ये लिहिलेली होती आणि इतरांना काव्यकला आणि लेखनकलेचे धडे दिलेले होते. गुरुमाईंनी सांगितले की, त्यांनी एक गट तयार करावा आणि नियमितपणे एकमेकांना भेटून आपल्या रचनात्मक कृती सर्वांना दाखवाव्यात—"Poets' Group" म्हणजेच 'कविजनांचा समूह.'

गुरुमाईंकडून मिळालेल्या या मार्गदर्शनासाठी हृदयात अपार कृतज्ञता अनुभवत, मी व वनिता त्या सिद्धयोग्यांना भेटलो आणि त्या मार्गदर्शनाविषयी त्यांना सांगितले. त्यांच्यापैकी प्रत्येकजण त्यात भाग घेण्यासाठी अत्यंत उत्सुक होता. आणि हा समूह तयार झाला : कवींच्या या समूहाने

वनिता आश्रमात असतानाच भेटायला सुरुवात केली आणि ती घरी परतल्यावर त्यांनी फोनद्वारे भेटणे सुरू ठेवले!

या प्रतिभावंत लेखकांनी वनिताला उदारपणे स्वतःचा वेळ, त्यांची ऊर्जा आणि त्यांचे खास लक्ष दिले. ती जरी अगदी लहान मुलगी होती, तरी त्यांनी तिला समूहातील प्रत्येक व्यक्तीच्या बरोबरीचा दर्जा दिला आणि महत्त्वाची सदस्या म्हणून तिचा पूर्णपणे स्वीकार केला, तिच्याप्रति अतीव सौम्यतापूर्वक आचरण केले, आणि जीवनाचा अनुभव नसण्याबाबत एकदाही तिच्याप्रति कोणत्याही प्रकारची आलोचना केली नाही. हा समूह एकमेकांच्या कृतींवर चर्चा करत असे, त्यांची समीक्षा करत असे आणि त्यांच्याविषयी आपापली मते व्यक्त करत असे, आणि समूहातील प्रत्येक व्यक्ती जे योगदान करत होती, त्यासाठी सन्मानाचा भाव ठेवत असे.

वनिता व इतर कवींमध्ये ज्या विश्वासाची बांधणी होत होती, ते पाहणे खूपच सुंदर होते; तिच्या रचनांप्रति त्यांची रुची व तीव्र गोडी स्पष्टपणे दिसत असे. मी आश्चर्यचकित होऊन पाहत असे की, माझ्या नऊ वर्षांच्या मुलीमध्ये आत्मविश्वास आणि दृढता कशा प्रकारे वाढत होती, या प्रगल्भ कवींच्या प्रोत्साहनामुळे आणि स्नेहामुळे तिच्या स्वतःच्या वाणीमध्ये दडलेला तिचा विश्वास अनेक पटींनी वाढत होता. हा असा काळ होता ज्याने वनिताचा व तिच्या लेखनप्रतिभेचा कायापालट केला.

गेल्या अनेक वर्षांमध्ये मी अनेकदा त्या काळाचे स्मरण केले आहे. त्या वेळी, वनिता तिच्या बालपणाच्या नाजूक वयात होती आणि म्हणून ती सहजतेने प्रभावित होऊ शकली असती, तथापि, ती स्वतः एक लेखिका, एक कवयित्री, एक स्वतंत्र आणि रचनात्मक विचारवंत म्हणून स्वतःची अशी ओळख निर्माण करू पाहत होती. वयाने तिच्यापेक्षा मोठ्या असलेल्या व अनुभवी लोकांकडून ज्या कोणत्याही सूचना किंवा सल्ले तिला मिळत—सकारात्मक असोत वा नकारात्मक, तिला साहाय्यक असोत वा असाहाय्यक—त्याचा वनितावर परिणाम होणारच होता. गुरुमाईंच्या संकल्पातून व दूरदृष्टीतून तयार झालेल्या त्या कविजनांच्या समूहामुळे, वनिताची कधीही अशी धारणा तयार झाली नाही की, संपूर्ण जग तिच्या विरोधात आहे किंवा तिचे लेखन वाईट आहे किंवा तिच्या कलात्मक अंतःप्रेरणा चुकीच्या आहेत. ती स्वतःला सांगू शकत होती, “ते तर फक्त एका व्यक्तीचे मत होते.” कवितेच्या माध्यमातून स्वतःला व्यक्त करण्याची तिची अंतर्जात प्रतिभा हरवून गेली नाही; जगाविषयीचा तिचा अद्वितीय

दृष्टिकोण व्यक्त करण्याची तिची रुची व स्वतःच्या अभिव्यक्तीप्रति तिची वचनबद्धता तिने सोडून दिली नाही.

या गोष्टीचा अंतिम भाग : वर्ष २००४मध्ये आम्ही श्री मुक्तानंद आश्रमातून घरी परत आल्यानंतर, आम्हाला समजले की, वनिताच्या कवितेची केवळ प्रकाशनासाठीच निवड झाली नाही, तर कवितासंग्रहाच्या सर्वोत्कृष्ट श्रेणीमध्ये त्या कवितेचा समावेश करण्यात येणार होता! आणि आज, वनिता हॉलिवूडमधील सुविख्यात स्टुडिओमध्ये व्यावसायिक पटकथा लेखिका म्हणून कार्यरत आहे!

गरिमाने ही गोष्ट जेव्हा अमीला सांगितली, तेव्हा विश्वास आणि 'आलोचना न करणे' यांविषयी व एखाद्या व्यक्तीवर होणाऱ्या त्यांच्या परिणामाविषयी आम्ही चर्चा केली. आम्हाला जाणवले की, हा प्रसंग किती स्पष्टपणे हे सांगतो की, गुरुमाई कशा प्रकारे शिकवतात—आणि गुरुमाई कशा प्रकारे शिकवतात की, आपण कशी व्यक्ती बनावे. 'आलोचना न करणे' यासाठी प्रयत्नांची गरज असते, होय निश्चितच. यासाठी अनुशासनाची आवश्यकता असते. पण त्या प्रयत्नाचे व अनुशासनाचे फळ काय असेल, एखादी व्यक्ती कोण आहे आणि ती काय योगदान करू शकते, याचे मूल्य ओळखण्याच्या प्रयत्नाचे फळ काय असेल? होय, ते एखाद्या चमत्कारापेक्षा कमी नाही. ते एखाद्या व्यक्तीच्या जीवनपथाला आकारदेखील देऊ शकते.

क्रमशः . . .

© २०२२ एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन®. सर्वाधिकार सुरक्षित.

[१] आदि शंकराचार्य, प्रबोधसुधाकर, श्लोक ११३; इंग्रजी भाषांतर © २०२२ एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन.

[२] गुरुमाई चिद्विलासानंद, *The Yoga of Discipline,* [साउथ फॉल्सबर्ग, न्यूयॉर्क : एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन, १९९६], पृ ६५-६६.

[३] *The Yoga of Discipline,* पृ ७७.

[४] आदि शंकराचार्य, विवेकचूडामणि, श्लोक २८०, इंग्रजी भाषांतर © २०२२ एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन.