श्रीगुरुमाईंच्या वचनांवर ध्यान

ईशा सरदेसाई यांच्याद्वारे लिखित

परिचय

दिनांक १४ जानेवारी, २०२६ रोजी, मकरसंक्रांतीप्रीत्यर्थ श्रीगुरुमाईंनी सिद्धयोग वैश्विक हॉलमध्ये एक सत्संग केला. या सत्संगाचे शीर्षक होते “सूर्य का प्रकाश” [‘सूर्याचा प्रकाश’] आणि याचे आयोजन श्री मुक्तानंद आश्रमातील भगवान नित्यानंद मंदिरातून थेट व्हिडिओ प्रसारणाद्वारे सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाइटवर करण्यात आले होते.

सत्संगातील तत्त्वांमध्ये सूत्रधार पीटर वॉल्श यांच्या व्याख्यानाचा समावेश होता. श्री. पीटर हे एक सिद्धयोग ध्यानशिक्षक आहेत, जे व्यावसायिकरित्या एक कार्यकारी [एग्झेक्युटिव्ह] प्रशिक्षक म्हणून कार्यरत आहेत. त्यांनी सर्वांना मकरसंक्रांतीच्या सणाविषयी माहिती दिली आणि सांगितले की, हा सूर्यदेवतेची पूजा करण्याचा सण आहे.

भारतातून, अमी बंसल यांनी सूर्य गायत्री मंत्रजपाचा परिचय करून दिला. त्यादेखील एक सिद्धयोग ध्यानशिक्षिका आहेत तसेच संस्कृत भाषेच्या व शास्त्रग्रंथांच्या विद्वानदेखील आहेत. त्याचबरोबर, एक अत्यंत प्रतिभाशाली सिद्धयोगी, शिवालिनी किन्सले यांनी नामसंकीर्तनाचा परिचय दिला. त्या एक फोटोग्राफर आणि माइंडफुलनेस प्रशिक्षिका आहेत तसेच एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशनच्या डोनर रिलेशन्स विभागात सेवा अर्पण करतात. त्यांनी सांगितले की, आपण ‘हरे राम, हरे कृष्ण’चे नामसंकीर्तन करणार आहोत. हे नामसंकीर्तन श्रीगुरुमाईंनी भैरवी रागात संगीतबद्ध केले आहे.

नामसंकीर्तन झाल्यानंतर, एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशनच्या एक युवा स्टाफ सदस्या व लाईव्ह ईव्हेंटस् विभागाच्या नव्या प्रमुख, भानू डेंबर्ग यांनी आरतीद्वारे संपूर्ण संघम्‌चा भक्तिभाव अभिव्यक्त केला. मी हे सांगेन की, मी नेहमीच सिद्धयोग मार्गावरील आरतीच्या सौंदर्याने आणि शक्तीने मंत्रमुग्ध होत आले आहे. श्रीगुरूंच्या ज्योतीनेच आपली आंतरिक ज्योत जागृत होते—आणि याच्या फलस्वरूप आपले हे सौभाग्य व कर्तव्य आहे की, आपण हा प्रकाश, ही ज्योत आपल्या जगाला द्यावी. या सत्याचे स्मरण मला तेव्हातेव्हा होते, जेव्हाजेव्हा मी ज्योतीला ज्योत अर्पण करण्याच्या या पावन

अभ्यासात सहभागी होते, जेव्हाजेव्हा मी दिव्याच्या ज्योतीच्या प्रकाशाचा या दिव्य प्रकाशाशी संगम होताना पाहते.

मला वाटते की, माझ्यासाठी आणि तुमच्यासाठीसुद्धा, कोणत्याही सत्संगात श्रीगुरुमाई जे काही बोलतात, तेच विशेष तत्त्व असते. आता मी हे सांगू इच्छिते : श्रीगुरुमाई जे काही सांगतात, श्रीगुरुमाई जे काही करतात आणि ज्या प्रकारे गुरुमाई या गोष्टी सांगतात व करतात, तेव्हा श्रीगुरुमाई आपल्याला शिकवणी प्रदान करत असतात. श्रीगुरुमाई शास्त्रग्रंथांमधून काही समजावून सांगत असोत, गोष्ट सांगत असोत किंवा एखादा प्रसंग सांगत असोत; त्या अगदी प्रेमळपणे बोलत असोत किंवा खेळकरपणे बोलत असोत, विनोद करत असोत; अथवा एखाद्याशी सहजच बोलत असोत; कदाचित त्या आश्रमातील पशू-पक्ष्यांसमवेत खेळत असोत [त्यांच्यापैकी अनेक पशू-पक्ष्यांना अशी सवय आहे की, ते श्रीगुरुमाईंना शोधून काढतात आणि मग त्यांच्या मागेमागे फिरतात]; असेही असू शकते की, श्रीगुरुमाई मौन दर्शन देत असतील, जसे की त्यांनी यापूर्वीदेखील गुरुदेव सिद्धपीठाच्या गुरुचौकात तासन्तास बसून दिले आहे. त्या आपल्याला स्वप्नांमध्ये दर्शन देत असतील. यांपैकी कोणत्याही आणि सर्व परिस्थितींमध्ये श्रीगुरुमाई आपल्याला शिकवतच असतात. त्या आपल्याला त्यांचे ज्ञान व त्यांचे प्रेम प्रदान करत असतात.

मकरसंक्रांतीच्या सत्संगादरम्यान, श्रीगुरुमाईंनी आपल्याशी संवाद साधला आणि आपल्याला अनेकानेक शिकवणी प्रदान केल्या. मी इथे त्यातील काही मुख्य बिंदूंवर चर्चा करेन—त्या शिकवणींची चर्चा करेन, ज्यांच्यावर मी आतापर्यंत केंद्रण व चिंतनमनन केले आहे.

शिकवणींचे अशा प्रकारे अध्ययन करणे मला उपयुक्त वाटते, म्हणजे एका वेळी काही शिकवणींवर केंद्रण करणे आणि सखोलतेने त्यांचे अन्वेषण करणे, कारण श्रीगुरू सूत्रबद्ध भाषेत बोलतात. श्रीगुरुमाईंचे प्रत्येक वाक्य सूत्रासमान असते, वरवर पाहता त्याची शब्दरचना संक्षिप्त असते, तरीही त्यामध्ये अनेकानेक अर्थ दडलेले असतात. म्हणूनच, जेव्हाजेव्हा श्रीगुरुमाई प्रवचन देत, तेव्हा सिद्धयोग आश्रमांमध्ये व ध्यानकेंद्रांवर अनेक वर्षे मनन सत्संग आयोजित केले जात असत. सिद्धयोगाचे स्वामीगण, ध्यानशिक्षक, केंद्रांतील नेतृत्वकर्ते, सिद्धयोग्यांना व नवीन साधकांना मार्गदर्शन करत, ज्यायोगे साधकांना श्रीगुरुमाईंच्या शब्दांच्या अनेक अर्थांमधील काही बारकावे समजून घेता यावेत. ते लोकांना ही गोष्ट समजण्यास मदत करत की, श्रीगुरुमाई काय म्हणाल्या आणि त्यांच्या म्हणण्याचा अर्थ काय असू शकतो.

सिद्धयोगाच्या साधना सर्कल्सचादेखील हाच उद्देश आहे. वर्ष २००३मध्ये एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशनने यांचा आरंभ केला होता. श्रीगुरुमाईंची इच्छा होती की, संघम्‌च्या सर्व लोकांनी एकत्र येवून शिकवणींचे अध्ययन करावे, मग ते अध्ययन अत्यंत अनौपचारिकरीत्या, स्थानीय संघम्‌च्या लहानलहान समूहांमध्ये का असेना. साधना सर्कल आणि त्याच्या संचालनासाठी स्वामी वासुदेवानंद व एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशनमधील त्यांच्या टीमने स्थापित केलेल्या मार्गदर्शिका, विश्वभरातील सिद्धयोग्यांना एका अशा रूपरेषेची आखणी प्रदान करतात, जिच्या आधारे लोक अध्ययन करू शकतात.

अशा मार्गदर्शनाखाली, सामूहिकरीत्या अध्ययनात सहभागी होण्याचे आणखी एक कारण म्हणजे, आपल्याला जेव्हा एखादी माहिती मिळते, तेव्हा आपण ती आपापल्या मतांच्या, अनुभवांच्या व पूर्वधारणांच्या चाळणीतून चाळतो आणि मग ती ग्रहण करतो. मनोविज्ञानात याला 'पुष्टीकरण पूर्वाग्रह' [confirmation bias] म्हणतात. यामध्ये, आपण तेच ऐकतो, जे आपल्याला ऐकायचे असते किंवा अधिक स्पष्टपणे मांडायचे झाल्यास आपण आपल्या पूर्वकल्पनांच्या, आपल्या विचारांच्या या चौकटींना आव्हान न देता, जी माहिती जशी आहे, ती तशीच ऐकण्याऐवजी, आपल्याला जी माहिती मिळते, तिला आपण आपल्या वर्तमान मानसिक व भावनात्मक धारणांच्या व कल्पनांच्या चौकटीत बसवण्याचा प्रयत्न करतो. याच्या मागे विकासक्रम म्हणजे विकासवादसंबंधी उद्देश आहे; 'पुष्टीकरण पूर्वाग्रह' ही प्रवृत्ती एका चाळणीसारखे काम करते. या प्रवृत्तीमुळे आपण आपल्याला मिळालेल्या एखाद्या माहितीविषयी विचार करण्याची, ती समजून घेण्याची संपूर्ण प्रक्रिया लगेचच पूर्ण करू पाहतो आणि आपल्याला जे काही अल्पस्वल्प समजलेले असते त्याच्या आधारे आपण पटकन निर्णय घेतो; दुसऱ्या शब्दांमध्ये सांगायचे झाल्यास, आपण समजून-उमजून, निरीक्षण करण्याची पूर्ण प्रक्रिया आपल्या अंतरी घडू देत नाही, तर याउलट आपण शॉर्टकट म्हणजे सोपा उपाय अवलंबून निष्कर्षाला पोहोचतो.

याची कमकुवत बाजू ही आहे की, आपले निष्कर्ष नेहमीच अचूक ठरतील असे नाही. आणि आपण जर सतर्क राहिलो नाही, तर चुकीचे निष्कर्ष काढण्याची आपली ही सवय श्रीगुरूंच्या शब्दांचे अध्ययन करण्याच्या आपल्या प्रक्रियेलादेखील प्रभावित करू शकते. हे एक रोचक संतुलन आहे, जे आपल्याला साधायचे आहे. निश्चितच, आपण आपल्या संपूर्ण अस्तित्वानिशी, पूर्ण एकाग्रतेने, श्रीगुरूंच्या शिकवणी ग्रहण करू इच्छितो. श्रीगुरुमाईंनी वारंवार याचा उल्लेख केला आहे की, शिकवणींविषयी जेव्हा आपल्याला आपल्या स्वतःचा असा "आहा!" भावनेचा तो क्षण गवसतो, जेव्हा आपण स्वतः अनुभवतो की, त्या शिकवणी आपल्या अंतरीच्या भावनेला खोलवर स्पर्श करून तिथे प्रतिध्वनित होत आहेत,

जेव्हा त्या शिकवणी आपल्या हृदयात खोलवर जाऊन भिडतात आणि आपल्याला असे वाटते की, त्या आपल्यासाठीच आहेत, तेव्हाच त्या शिकवणी आपल्या अंतरी पाळेमुळे धरू शकतात.

तरीदेखील आपण श्रीगुरुमाईंच्या शब्दांमध्ये निहित असलेला अभिप्राय आणि त्यांचे अर्थ लक्षपूर्वक समजून घेतले पाहिजेत. म्हणजे : *गुरुमाई काय सांगत आहेत?* आपण असा दृष्टिकोण ठेवू नये की : *मी गुरुमाईंना काय सांगताना ऐकू इच्छिते?* किंवा : *स्वतःविषयी किंवा या विषयावर माझ्या विचारांच्या व भावनांच्या आधारे, मला काय वाटते की, गुरुमाई काय सांगत असतील?*

सुदैवाने, हा खरोखरच एक विरोधाभास नव्हे. सिद्धयोगाच्या मार्गाचे अनुसरण करण्याच्या माझ्या अनुभवावरून मी हे जाणले आहे की, एखादी शिकवण माझ्या अंतरी खोलवर स्पर्श करून ती तिथे प्रतिध्वनित होत असल्याचे खरेखुरे क्षण, म्हणजे ते क्षण जेव्हा मला जाणवते की, ती शिकवण माझ्या हृदयाला भिडली आहे आणि ती माझ्याचसाठी आहे; ते क्षण, जेव्हा क्षणार्धात मला खोलवर अंतरी जाणीव होते की, "हो, हो, मला ते समजले आहे," असे क्षण तेव्हाच घडून येतात, जेव्हा माझे मन खुले व ग्रहणशील असते आणि श्रीगुरूंच्या शब्दांमध्ये निहित असलेल्या सत्याचा स्वीकार करून त्याचा सामना करण्यास तयार असते.

मनन सत्संगाचा उद्देश हा आहे की, प्रत्येक साधकाला श्रीगुरुमाईंच्या शिकवणींविषयी अधिक सखोल आणि अचूक समज मिळावी आणि त्याने हे जाणावे की, या शिकवणी विशेषतः त्याच्यासाठीच आहेत, त्याच्याशीच निगडित आहेत. इतकेच नव्हे तर, सामूहिकरीत्या साधना करण्यात शक्ती असते, आणि मनन सत्संगात हे स्वाभाविकपणेच घडते. आपण एकमेकांना सांगतो की, आपली जी समज आहे व जे दृष्टिकोण आहेत, ते आपल्याला कसे प्राप्त झाले आणि त्या चर्चेत सहभागी असलेल्या सर्वांसाठी ती माहिती साहाय्यक तसेच प्रेरणादायी ठरते. आपण इतरांकडून ऐकतो की, एखाद्याने त्या शिकवणीसोबत कशा प्रकारे कार्य केले, कशा प्रकारे त्याने त्या शिकवणीमध्ये दडलेले निरनिराळे अर्थ शोधले आणि ते ऐकून आपल्याला वाटते, "अरे हो! हे तर मी पण करू शकतो!"

आपण सर्वजण भौतिक रूपाने एकत्र, एका स्थानी असू शकत नाही. तथापि, मी या गोष्टीसाठी कृतज्ञ आहे की, आजकाल आपण डिजिटल माध्यमाचा उपयोग करू शकतो. श्रीगुरुमाईंनी एकदा मला सांगितले होते की, त्या अशी कल्पना करतात की, सिद्धयोग वैश्विक हॉल हा एक चमचमणारा निळा मंडप आहे. मला हे सुचवावेसे वाटते की, आपण जेव्हाजेव्हा वैश्विक हॉलमध्ये एकत्र येऊ, तेव्हा आपण आपल्या मनात ही सुंदर कल्पना करावी की, आपण या चमचमणाऱ्या नीलमंडपात एकत्र आलो

आहोत, मग ते सत्संगासाठी असो वा आपल्या चिंतनमननावर एकमेकांशी चर्चा करण्यासाठी असो, जसे आता आपण करत आहोत.

श्रीगुरुमाईंनी मला प्रोत्साहन दिले की, मकरसंक्रांतीच्या सत्संगातील त्यांच्या शिकवणींविषयीचे माझे विचार तुम्हा सर्वांना म्हणजेच माझ्या सहसाधकांना सांगावेत. “श्रीगुरुमाईंच्या वचनांवर ध्यान” या अंतर्गत हे चिंतनबिंदू संपूर्ण फेब्रुवारी महिन्यात सिद्धयोग मार्गाच्या वेबसाइटवर अनेक भागांमध्ये प्रकाशित केले जातील.

© २०२६ एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन®. सर्वाधिकार सुरक्षित.