श्रीगुरुमाईंच्या वचनांवर ध्यान
ईशा सरदेसाई यांच्याद्वारे लिखित

आपल्या सर्वांसाठी श्रीगुरुमाईंचा प्रश्न

श्रीगुरुमाईंनी त्यांच्या प्रवचनात जो प्रश्न वारंवार विचारला होता, तो म्हणजे : *आजकाल तुम्ही काय करत आहात, विशेषतः १ जानेवारी, २०२६ पासून?* मला अगदी खातरी आहे की, श्रीगुरुमाईंनी हा प्रश्न जेव्हाजेव्हा विचारला, तेव्हातेव्हा माझ्या चेहऱ्यावरील हास्य वाढतच गेले. तो प्रश्न आणि गुरुमाईंनी ज्या प्रकारे तो विचारला, दोन्हीमध्ये श्रीगुरुमाईंचे वैशिष्ट्यच झळकते. हा प्रश्न जेव्हा त्या विचारत होत्या, तेव्हा त्या प्रश्नात त्यांची कृपा आणि आपल्याविषयी त्यांना वाटणारी अतीव आत्मीयता प्रकर्षाने जाणवत होती. या वर्षाच्या सुरुवातीच्या दोन आठवड्यांमध्ये आपण काय करत होतो, हे जाणून घेण्यात त्यांनी जी आपुलकीयुक्त उत्सुकता व्यक्त केली, त्यामध्ये त्यांचे कृपापूरित मार्गदर्शन होते.

मी या प्रश्नावर स्वतःसाठी विचार केला. 'मी' १ जानेवारीपासून काय करते आहे? नवीन वर्षाची सुरुवात होऊन खरोखरच दोन आठवडे झाले का, 'मधुर सरप्राईज्' होऊन खरोखर दोन आठवडे झाले का, की ज्यामध्ये आपण वर्ष २०२६साठी श्रीगुरुमाईंचा संदेश प्राप्त केला? मी हे मान्य करते की, श्रीगुरुमाईंच्या प्रश्नाने मी क्षणभर थबकले. एकीकडे, माझ्यापाशी होते एक अगदी सरळ व स्पष्ट उत्तर. 'मधुर सरप्राईज्' झाल्यानंतरच्या काही दिवसांतच मी माझे जर्नल आणि पेन काढले आणि श्रीगुरुमाईंच्या संदेशाचे अध्ययन व अभ्यास करण्यासाठी एक वैयक्तिक योजना आखली. तेव्हापासून मी माझ्या योजनेचे पालन करण्याचा सर्वतोपरी प्रयत्न केला आहे.

दुसरीकडे, मला माहीत नाही की, मी स्वतःला हे विचारले होते की नव्हते, की मी काय करते आहे आणि ही योजना कशा प्रकारे पार पडते आहे, किमान त्या प्रकारे तरी नाही, ज्या प्रकारे गुरुमाईंनी विचारले होते—किती मृदुलतेने त्यांनी तो प्रश्न विचारला होता, त्यांच्या विचारण्यात किती खुलेपणा आणि कुतूहल होते. मी जी पावले उचलते आहे, ती माझ्यासाठी फलप्रद आहेत का? मी जी लक्ष्ये ठरवली आहेत, ती मी प्रत्यक्ष आचरणात आणू शकेन का? श्रीगुरुमाईंच्या नववर्ष-संदेशात निहित असलेल्या ज्ञानानुरूप जीवन जगण्यात ही लक्ष्ये मला खरोखर मदत करत आहेत का? मग मला एका

अशा गोष्टीची आठवण झाली, जी मी गुरुमाईंकडून वारंवार शिकले आहे—ती ही, की सिद्धयोग मार्गावर साधना ही एक जिवंत आणि ऊर्जेने भरलेली प्रक्रिया आहे, स्वतःशीच सातत्याने ज्ञानवर्धक व हितकारी रूपाने संवाद साधत राहण्याची प्रक्रिया आहे. श्रीगुरुमाईंनी आपल्याला शिकवले आहे की, आपण 'परम आत्म्या'ची' [अर्थात त्या प्रकाशाची, जो आपल्या अंतरी वास करतो व आपल्या सभोवताली विद्यमान आहे] अनुभूती, 'जीवात्म्या'द्वारे [आपले चित्त वा संकल्प-विकल्पात्मक मन व शरीराच्या क्रियांद्वारे] करतो.

हा विशिष्ट तत्त्वज्ञानाचा विषय जेव्हाजेव्हा येतो, तेव्हा मला आठवते की, भारताच्या भाषांमध्ये एखाद्या व्यक्तीचा जीवात्मा व परमात्मा या दोहोंना दर्शवण्यासाठी 'आत्मा' या शब्दाचा प्रयोग केला जातो. मला भगवद्गीतेतील हा एक श्लोक आठवतो आहे. मी गुरुमाईंकडून त्यांच्या प्रवचनांमध्ये या श्लोकाबद्दल ऐकले आहे. या श्लोकात भगवान श्रीकृष्ण त्यांच्या शिष्याला, अर्जुनाला म्हणतात :

उद्धरेदात्मनात्मानं नात्मानमवसादयेत् ।

आत्मैव ह्यात्मनो बन्धुरात्मैव रिपुरात्मनः ॥

मनुष्याने स्वतःच्या आत्म्याद्वारे
स्वतःचा उद्धार करावा आणि आपले पतन होऊ देऊ नये,
कारण आत्माच त्याचा मित्र आहे
आणि आत्माच त्याचा शत्रू होय.[१]

मी याआधी उल्लेख केला आहे की, मला जाणवले होते की, गुरुमाईंनी आपल्याला जो प्रश्न विचारला त्यामध्ये केवढी जिज्ञासा आहे. मला असे वाटले की, त्या आपल्यासमोर एक उदाहरण ठेवून आपल्याला सांगत आहेत की, आपण कशा प्रकारे स्वतःशी संवाद साधावा, कशा प्रकारे आपण या गोष्टीकडे लक्ष द्यावे की, आपल्या मनाला आपला स्वतःचा मित्र बनवता येईल, जसे भगवान श्रीकृष्ण इथे सांगत आहेत. श्रीगुरुमाईंचा प्रश्न 'पॉप क्विझ' म्हणजे अचानक विचारलेला प्रश्न नव्हता, ज्याचे उत्तर आपल्याला लगेचच द्यायचे आहे. त्या प्रश्नाचा उद्देश आपल्याला गोंधळात टाकणे हा नव्हता. अर्थात तुम्ही ते तसे समजला असाल, असे मी म्हणतच नाही; मी केवळ माझा विचार व्यक्त करू इच्छिते आहे की, त्या क्षणी मला अंतरी खोलवर काय जाणवले होते. मला असे वाटले की, श्रीगुरुमाई जे म्हणाल्या त्यात कितीतरी आपुलकी होती आणि त्यात त्यांना आपल्याविषयी वाटणारी काळजी

जाणवत होती; आपल्याविषयी किती विचारशीलता होती त्यांच्या प्रश्नामध्ये—सूर्याच्या तेजासम गुरुमाईंचे ते शब्द आपल्यावर प्रकाशाचा वर्षाव करत होते.

मला प्रकर्षाने असेही वाटते की, त्यांचे शब्द आपल्याला आमंत्रण देत आहेत की, आपण आणखी सखोलपणे आंतरिक अन्वेषण करावे. मला तर ते निश्चितच आमंत्रित करत आहेत. आता जेव्हा मी तुम्हाला सांगितले आहे की, आजकाल ‘मी’ काय करते आहे, तेव्हा तोच प्रश्न मी तुम्हाला विचारू इच्छिते, जो श्रीगुरुमाईंनी विचारला होता.

आजकाल *तुम्ही* काय करत आहात, विशेषतः १ जानेवारी, २०२६ पासून?

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

---

[1] श्रीभगवद्गीता ६.५; © इंग्रजी भाषांतर २०२६ एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन®.