गुरुमाई चिद्विलासानंद यांच्या शिकवणी

तालासोबत राहा

नामसंकीर्तन

शनिवार, २ मे, २०२०

भगवान नित्यानंद मंदिर

नाद, आत्मा, शांतचित्तता. ♥ नाद, शांतचित्तता, आत्मा. ♥ शांतचित्तता, नाद, आत्मा.♥
आत्मा, नाद, शांतचित्तता. ♥ शांतचित्तता, आत्मा, नाद. ♥ आत्मा, शांतचित्तता, नाद. ♥
नाद, आत्मा, शांतचित्तता.

सिद्धयोग वैश्विक हॉलमध्ये, 'मंदिरात राहा' या सत्संगात, आपण भरपूर नाद निर्माण करणार आहोत. का? कारण, हा नाद तुम्हाला शांतचित्ततेच्या अनुभवापर्यंत घेऊन जातो. हा नाद तुम्हाला आत्म्याचा अनुभव देतो.

मॅनेजिंग डायरेक्टर, रोहिणी मेनन ही मला सांगत असते की, तुमच्यापैकी बरेच लोक 'मंदिरात राहा' या सत्संगांच्या थेट व्हिडिओ प्रक्षेपणांमध्ये मधूनच भाग घेण्यास सुरुवात करतात. किती अद्‌भुत गोष्ट आहे! हीच सुंदरता आहे सत्संगाची, विषेशतः सिद्धयोग सत्संगाची. तुम्ही त्यात केव्हाही सहभाग घेऊ शकता आणि अध्ययन करण्यासाठी संपूर्ण ज्ञान तुम्हाला प्राप्त होऊ शकते. तुम्हाला पूर्ण आशीर्वाद मिळतील, स्वतःची साधना करण्यासाठी आणि स्वतःच्या जीवनाचा उद्देश अनुभवण्यासाठी.

नाद. आजच्या सत्संगात आपण भरपूर नाद निर्माण करणार आहोत. भगवंताचे खूप आभार की, आपल्याकडे हे साधन आहे—नामसंकीर्तन. भगवंताचे खूप आभार की आपल्याजवळ आध्यात्मिक मार्ग आहे. किती अद्‌भुत.

सत्संगात असणे म्हणजे आत्म्याविषयी ज्ञान मिळवणे आहे. सत्संगात असणे म्हणजे हे जाणणे की, तुमच्यापाशी ते आहे जे साधना करण्यासाठी आवश्यक असते. सत्संगात असण्याचा अर्थ आहे आत्म्याच्या प्रभेचे दर्शन घेणे आणि मग तुम्ही जे काही करता त्या सर्व गोष्टींमध्ये ती प्रभा पाहणे.

आज सकाळी, ‘मंदिरात राहा’ या सत्संगात किशोर सिद्धयोगींनी आपली कलाकौशल्ये सादर केली; ती ऐकल्यानंतर मी नित्यानंद सरोवराभोवती फिरण्यासाठी गेले. पूर्व तटावर राहणारी प्रत्येक व्यक्ती जाणतेच, की अखेरीस आज, आपण थंडीच्या मोसमातून बाहेर आलो आहोत. परंतु, हे फक्त थोड्या कालावधीसाठीच आहे. मी पुढच्या सप्ताहांताच्या हवामानाचा अंदाज पाहिला—पुन्हा एकदा थंडी पडणार आहे. पण आपण जेव्हा अमेरिकेच्या पूर्व तटावर राहत असतो, तेव्हा आपल्याला जेवढी उष्णता मिळेल तेवढी आपण ग्रहण करतो.

बाहेरचे वातावरण फारच सुंदर होते. आकाश *निळेशार* होते. तुम्हाला माहीतच आहे की, निळे आकाश मला किती आवडते. ही बाबा मुक्तानंदांकडून मला मिळालेली भेट आहे.

मला जेव्हा पहिल्यांदा बाबा मुक्तानंदांचे दर्शन झाले तेव्हा ते मला निळ्या रंगाच्या स्वरूपात दिसले. त्यानंतर, मला जेव्हा-जेव्हा त्यांची आठवण येत असे तेव्हा मी निळ्या आकाशाकडे पाहत असे आणि मग मला त्यांच्या खूप समीप असल्याप्रमाणे वाटत असे. या कारणामुळे, निळे आकाश मला फार प्रिय आहे.

आज सकाळी मी जेव्हा, सर्वाधिक सुंदर अशा निळ्या आकाशाखाली, सरोवराकाठी होते, तेव्हा मी आपल्या जगात जे काही घडते आहे त्याबद्दल विचार करत होते. जो अविश्वसनीय गोंधळ आणि जे गहन भय लोक अनुभवत आहेत त्याविषयी मला अजिबात चांगले वाटत नव्हते.

मी या शब्दांचा उपयोग कधीच एकत्रितपणे केला नाही : ‘गहन’ आणि ‘भय’. मी गहन आनंद, गहन हर्ष, गहन अनुभव यांविषयी बोलत असते. परंतु, या समयी प्रत्येकाला गहन भय वाटते आहे. मी त्याविषयी विचार करत होते. आणि मी अशी बातमीही वाचली होती की पानगळीच्या दरम्यान, पुढील थंडीचा मोसम आल्यावर, परिस्थिती पुन्हा एकदा बिघडणार आहेत. जगाला स्वतःला तयार करावे लागेल, भविष्यात येणाऱ्या रोगासाठी, जो *येईलच*. बातम्यांमध्ये असेही सांगितले जाते आहे की, प्रत्येकाला, आत्ताच, याच वेळी आपल्या जीवनात अनुशासनाचे पालन करावेच लागेल.

म्हणून, मी तुम्हाला सांगू इच्छिते की, या विस्मयकारी पृथ्वी ग्रहावर तुम्हाला जर निरामय जीवन जगायचे असेल आणि या पृथ्वीला आपले मोठे योगदान द्यावयाचे असेल तर *आत्ताच* सुरुवात करा.

खऱ्या अर्थाने तुम्हाला जर जिवंत राहायचे असेल तर, आणि तुम्हाला जर वाटत असेल की, इतर लोकदेखील जगावेत व ही पृथ्वी काय आहे हे त्यांनी अनुभवावे, तर *आत्ताच* सुरुवात करा. जसे की तुम्ही जाणता, की जीवनाचा अधिकार प्रत्येकालाच आहे.

सध्या, जग ज्या यातनांमधून जाते आहे याविषयी मी जेव्हा विचार करत होते तेव्हा मला चांगले वाटत नव्हते. थोडा वेळ चालून झाल्यावर, वेंकप्पा अण्णांना समर्पित असलेल्या झाडाखाली एका बाकावर मी बसले. तुमच्यातील अनेक लोकांना या महान विभूतीविषयी माहिती आहे ज्यांनी बाबा मुक्तानंदांची आजन्म सेवा केली. मी जेव्हा लहान होते तेव्हा ते माझा आदर्श होते. कधी जर मी उदास झाले तर मी वेंकप्पा अण्णांकडे जात असे आणि ते मला खूश करत. अर्थातच, मी जेव्हा आनंदी असे तेव्हा ते मला शिस्त लावत. परंतु मी जर उदास असले, तर ते मला अतिशय खूश करत.

तर, मी त्यांच्या भव्य वृक्षाखाली, निळ्या आकाशाखाली बसले होते. मखमली हवेची झुळूक वाहत होती. मी चहूबाजूला पाहिले तेव्हा सर्वकाही चमचमत होते. अचानक माझ्या लक्षात येऊ लागले की, स्वच्छ निळे आकाश हे निर्मळ शुभ्र पांढऱ्या ढगांनी सुशोभित होते आहे. इथे-तिथे ढग प्रकट होऊ लागले; मी अजूनही निळ्या आकाशाचा विस्तार पाहू शकत होते.

त्या ढगांचे आकार ओळखण्यासाठी मला फारसे एकाग्र होऊन पाहण्याचीदेखील गरज नव्हती. नुसत्या डोळ्यांनी मी त्या ढगांमध्ये पळणारा एक कुत्रा पाहू शकत होते. आणि मग मी धावणारा एक ससा पाहिला. मग मी एका घोड्याला धावताना पाहिले. आणि मग तिथे हृदयाच्या आकाराचे असंख्य ढग दिसू लागले. भरपूर ओऽम् दिसू लागले. अगदी माझ्या डोळ्यांसमोर ढग उडत होते आणि त्यांचे आकार तयार होत होते—मी तो अदृश्य हात पाहू शकत होते जो ढगांना आकार देत होता.

इतके सारे हृदयाकार ढग तसेच ओऽम्च्या आकारातील ढग वर निळ्या आकाशात जन्म घेत होते, निर्माण होत होते; ते जेव्हा मी पाहिले तेव्हा माझे जड झालेले हृदय ओऽम् गाऊ लागले. आणि मी पुन्हा विचार करू लागले, “त्या सर्व लोकांचे काय होईल जे यातना भोगत आहेत? निसर्गाचे काय होणार ज्याची देखभाल लोक करत असत? जनावरांचे काय होईल ज्यांची काळजी घेणारे आता कोणी नाही?” परत मला आकाशात निर्माण होणारा आणखी एक ओऽम् दिसू लागे. आणि माझे हृदय ओऽम् गाऊ लागे.

पण मग आणखी एक विचार : “काय होणार आहे पुढे? लोक एकत्र येऊन काम करतील का? देश एकजूट होईल का? मनुष्यांमध्ये एकता असेल का?” आणि काय आश्चर्य, पाहता-पाहता आणखी एक

भव्य हृदयाकार ढग. आणि माझे हृदय ओऽम् गाऊ लागे. आणखी एक विचार. आणि पुन्हा ओऽम्. आणखी एक भाव. परत ओऽम्.

हे सर्व होत असताना एका क्षणी मी पाहिले की, एक विमान वर, वर, *वरच्या* दिशेने जाते आहे आणि मग ते वळले आणि त्याने एक सुरेखसा यू-टर्न घेतला! मी पाहत होते, जेट विमानाने सोडलेल्या धुराच्या रेखेने क्षितिजावर इंग्रजीतील 'यू' हे अक्षर लिहिले होते. जेट विमानाला यू-टर्न घेताना मी कधीही पाहिले नव्हते. मी विचार केला, "खरेच? केवळ मला खूश करण्यासाठी, हे सर्व अप्रतिम देखावे आकाशाने मला दाखवले—ऐहिक आणि पारमार्थिक, दोन्हीही?

मी स्वतःला सांगितले, "ठीक आहे तर मग. योग्य हेच होईल की, या जगाचे काय होईल याविषयी विचार करणे तसेच चिंता करणे मी बंद करावे आणि ओऽम् मंत्रात तल्लीन होऊन जावे. या सृष्टीमध्ये एक अधिक महान शक्ती कार्यरत आहे. तिच्या सारतत्त्वात माझा विश्वास अधिक दृढ असायला हवा."

मी बाकावरून उठले आणि आनंदाने चालू लागले—पुन्हा एकदा विस्तृत निळ्या आकाशाचा आणि मखमली हवेच्या झुळकेचा आनंद घेत तसेच सिद्धयोग वैश्विक हॉलमध्ये सत्संगात लहान मुलांनी जी कलाकौशल्ये सादर केली होती, ती आठवत मी चालू लागले. ओऽम् गुणगुणत आणि सरोवराच्या काठावरील पायवाटेने चालत असता मी पाहिले की, दोन हंस छानशा आविर्भावात हिरवळीवर बसले होते. ते भोजवृक्षाच्या छोट्या वाटिकेमध्ये सुरक्षितपणे बसले होते. ते अतिशय रमणीय दृश्य होते. ते हंस आरामात बसले होते. ते आनंदी होते. खरोखरच आनंदी. वस्तुतः आनंदी.

ते सरोवराच्या काठावरील पायवाटेच्या खूपच जवळ होते म्हणून मी विचार केला की त्यांच्या जवळून जावे, की मागे वळून दुसऱ्या रस्त्याने जावे. हंसांना हे तर चांगले माहीत आहे की, श्री मुक्तानंद आश्रमाच्या या सरोवराजवळ येण्यास त्यांना मनाई आहे. त्यांना हे तर माहीतच आहे की एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन मॅनेजमेंट त्यांना सांगेल की त्यांनी दुसरीकडे कुठेतरी आपले घर शोधावे. याचे कारण असे आहे की, हे हंस ज्या जागी असतात तिथेच ते आपला तळ ठोकतात आणि जो कोणी सरोवराच्या बाजूने चालला असेल त्याच्यावर ते हल्ला करतात.

या हंसांना कॅनेडीयन हंस असे म्हटले जाते. मला माहीत आहे की कॅनडा हा एक फारच चांगला देश आहे. आणि मला या हंसाना पाहायलाही आवडते, म्हणून त्यांच्या त्या असाधारण शांतचित्ततेचे कौतुकाने निरीक्षण करत आणि त्या दृश्याचा आनंद घेत मी शांतपणे तिथेच उभी राहले. मी त्यांच्यापासून केवळ तीन फूट अंतरावर होते. ओह—मला असायला हवे होते सहा फूट अंतरावर. ओह

हो! ओह हो, हे कोणाला सांगू नका की, कॅनेडियन हंसांच्याबाबतीत मी सामाजिक अंतर राखण्याच्या मापदंडांचे पालन केले नाही. मी त्यांच्यापासून केवळ तीन फूट अंतरावर होते!

खरेतर, एकमेकांकडे त्यांनी कसे पाहले हे दिसण्याइतपत आणि त्यांच्यात होणारा सूक्ष्म वार्तालाप जाणण्याइतपत मी त्यांच्या नजीक होते. ते जणू एकमेकांना सांगत होते, “आपण इथून उडून जायचे का, कारण इथे कोणीतरी आहे आणि आपल्याला इथे यायला मनाई आहे?” मग मला ते तणावमुक्त झालेले दिसले, त्यांचे शरीर काही इंच जमिनीकडे झुकले; त्यांच्या या कृतीवरून मला कळले की ते विचार करत असावेत—“ठीक आहे. त्या आपल्याला काही करणार नाहीत. त्या काही एस. वाय. डी .ए. फांउडेशनच्या मॅनेजर नाहीत. आपण इथेच अशा तऱ्हेने थांबून राहू जणू आपण इथे नाहीच. आपण अदृश्य आहोत. त्या आपल्याला पाहू शकत नाहीत.”

त्यांनी तसे करताच माझ्या चेहऱ्यावर एक मोठे हास्य पसरले—विशेषतः हे पाहून की त्यांना असे वाटत होते की ते कोणाला दिसत नाहीत आणि जर त्यांनी एकाही पंखाची हालचाल केली नाही, तर ते तिथे असल्याचे कोणाच्याही लक्षात येणार नाही. ते इतके स्तब्ध होते की, ते पुतळ्यांप्रमाणे भासत होते.

तर अशी ती माझी सरोवराकाठची सकाळ होती. मला हा अनुभव तुम्हाला यासाठी सांगायचा होता की, तुम्हाला जर कधी खिन्न वाटले, तर आपल्या सभोवताली पाहा. तुम्ही खूश असावे अशी सृष्टीची *इच्छा आहे*. सृष्टी तुम्हाला *निश्चितच* खूश करेल. सृष्टी तुम्हाला *निश्चितच* मार्ग दाखवेल. ती तुमच्या अगदी समोर आहे.

आज दुपारी, चंद्र—बाबांचा चंद्र—निळ्या आकाशात किती *मोहकपणे* चमकत होता. परंतु, “मंदिरात राहा” या सत्संगाकरता वैश्विक हॉलमध्ये येण्यासाठी मी आश्रमाच्या लॉबीमधून येत असताना खिडकीबाहेर नजर टाकली आणि मला दिसले की हळूहळू पण निश्चितपणे, दाट धुके पसरायला सुरुवात झाली होती आणि ते आकाशाला आच्छादित करत होते.

मंदिरात प्रवेश करण्यापूर्वी काही क्षण आधी मला दिसले की, संपूर्ण आकाश त्या धुक्याने आच्छादले गेले आहे. कदाचित तुम्ही विचार कराल, “का?” कारण आता आपण वैश्विक हॉलमध्ये आहोत. निळे आकाश पाहण्यासाठी आता आपण बाहेर जाणार नाही तेव्हा आकाशाला तेच करणे भाग आहे जे त्याने केले पाहिजे. पाहा, प्रत्येकाने आपले कर्तव्य पार पाडायचे असते. आकाश आपले कर्तव्य पार पाडते आहे. निसर्ग आपले काम करतो आहे.

आपण वैश्विक हॉलमध्ये *भरपूर* नाद निर्माण करणार आहोत. ‘सांब सदाशिव’. आपल्याकडे एक

असामान्य हार्मोनियम वादक आहे. तिचे नाव आहे शांभवी क्रिश्चियन. मी शांभवीला सांगू इच्छिते की, तिने प्रथम आपल्या सर्वांकडून या शब्दांचा अभ्यास करवून घ्यावा, कारण या सुंदर नामसंकीर्तनात अनेक शब्द आहेत. मला ‘सांब सदाशिव’ फार प्रिय आहे. लॉस एँजेलस्‌मध्ये, नेमके सांगायचे तर पॅसेडीना येथे ‘सांब सदाशिव’ हे नामसंकीर्तन केल्याचे मला आठवते. आठवते का आपण तासन्‌तास नामसंकीर्तन करत होतो आणि नृत्य करत होतो, नामसंकीर्तन करत होतो आणि नृत्य करत होतो? त्यानंतर सबंध वर्षभर मी रोज सकाळी त्याची सी. डी ऐकतच असे. माझी सकाळ केवळ त्या एका गोष्टीनेच सुरू होत असे, पॅसेडीनामध्ये गायलेले ‘सांब सदाशिव’ हे नामसंकीर्तन ऐकून.

सिद्धयोग वैश्विक हॉलमधील प्रत्येकाने ‘सांब सदाशिव’ हे नामसंकीर्तन पंचावन्न मिनिटांकरता करून खरोखरच भरपूर नाद निर्माण केला. नामसंकीर्तनाच्या दरम्यान, श्रीगुरुमाई अधूनमधून बोलत राहिल्या, आणि तेव्हा त्यांनी खालील शिकवणी दिल्या. नामसंकीर्तन गुरुमाईंच्या शिकवणींने अणुप्राणित होते का? की गुरुमाईंच्या शिकवणी नामसंकीर्तनाच्या शक्तीने अणुप्राणित होत्या?

माझे तुमच्यावर प्रेम आहे.

करुणा.

नामसंकीर्तन करता-करता वीस मिनिटे झाल्यानंतर श्रीगुरुमाईंनी मृदंग वादकाला मृदंग न वाजवण्याचा इशारा केला. नामसंकीर्तन तंबोरा आणि हार्मोनियमच्या संगतीने सुरू राहले. त्यामुळे, तुम्ही पाहाल की श्रीगुरुमाईंच्या बहुतांश शिकवणी तालाविषयी होत्या.

तालामध्ये या.

ताल नामसंकीर्तनात आहे. ताल वैश्विक हॉलमध्ये आहे.

प्रियजनांनो : ताल अनुभवा. नामसंकीर्तनाच्या तालानुसार गा.

वैश्विक ताल.

आपल्या रक्ताला नृत्य करू द्या.

स्मरणात ठेवा, तुमचा जेव्हा मृत्यू होतो, तेव्हा तुम्ही एकटेच असता.

आपल्या अस्तित्वात ताल अनुभवा.

उपस्थित राहा.

या टप्प्यावर आल्यानंतर वैश्विक हॉलमध्ये नामसंकीर्तनाचा अनुभव अधिकच मधुर झाला.
श्रीगुरुमाई म्हणाल्या :

तुम्हाला समजते आहे.

तुमच्या रक्ताला नृत्य करू द्या.

पाण्यावर पडणारे लहानसे थेंब.

तुमच्या रक्ताला नृत्य करू द्या.

तुमच्यात जर रक्त असेल, तर गा.

नामसंकीर्तनाच्या शक्तीने तुमच्या रक्ताचे शुद्धिकरण होऊ द्या.

नामसंकीर्तनाच्या तालासोबत राहा.

नादाचा उदय कुठून होतो आहे? तुमच्या रक्ताला गाऊ द्या. लाल रंग सुंदर आहे. तो शक्ती आहे.

मजबूत बना. मजबूत बना. तालात राहा.

तालाविना जग संपलेले असेल. तालामध्ये, जग आनंदमय होते. तालामध्ये गा.

नामसंकीर्तनाची धुन अचानक लोण्यासारखी झाली. ती अतिशय मृदू झाली. श्रीगुरुमाई म्हणाल्या :

सुंदर. आता मला तो जाणवतो आहे. आता 'तो' सुंदर आहे. या अनुभवासोबत राहा.

हार्मोनियम वाजवणाऱ्या महिलेला संबोधित करत, जी मृदंगाशिवाय हार्मोनियम वाजवत होती,
श्रीगुरुमाई म्हणाल्या :

नामसंकीर्तनाकरता हार्मोनियमने ताल द्यायला हवा. झोपू नको. जागी राहा.

भरपूर नाद निर्माण करा.

नामसंकीर्तनाचा ताल अधिक दृढ, अधिक ठोस होत गेला, आणि श्रीगुरुमाईंचा आवाज सिद्धयोग वैश्विक हॉलमध्ये दुमदुमू लागला, तेव्हा मृदंग वादकाने याला एक संकेत समजून पुन्हा मृदंग वाजवण्यास सुरुवात केली. परंतु तसे नव्हते. म्हणून श्रीगुरुमाई म्हणाल्या :

लक्ष द्या. पाहा जगाला काय झाले आहे. लोकांनी स्वतःचे ऐकले नाही, लोकांनी इतरांकडे लक्ष दिले नाही, त्यामुळे सगळे जग दुःख भोगते आहे.

गोष्टी जितक्या बिघडलेल्या आहेत त्यापेक्षा अधिक बिघडू शकत नाहीत. लोकहो! कृपा करून, तुमच्या रक्ताला नृत्य करू द्या.

कृपेचे ऐका. स्मरणात ठेवा, साधना म्हणजे काही पुष्पशैय्या नव्हे.

तुम्ही प्रेमास पात्र आहात.

या नामसंकीर्तनात आपण 'मृत्युंजयाला' म्हणजे मृत्युदेवाला प्रार्थना करत आहोत : "तू आमच्यावर दया कर."

ताल ऐका. तो वैश्विक हॉलमध्ये आहे. तालासोबत राहा.

करुणा.

जागे राहा. जागे राहा. आपला आनंद वाढवा.

नामसंकीर्तनाच्या मुख्य भागाच्या समापनानंतर, श्रीगुरुमाई "शंभो, शंभो" गाऊ लागल्या आणि त्यांनी मृदंग वादकाला मृदंग वाजवण्यास आमंत्रित केले. नेहमीप्रमाणेच तो प्रभावीपणे वाजवू लागला, त्याच्या मृदंगाची थाप सिद्धयोग वैश्विक हॉलमध्ये प्रतिध्वनित होऊ लागली.

त्यानंतर श्रीगुरुमाईंनी मृदंग वादकाला केवळ एकट्याने मृदंग वाजवण्यास सांगितले आणि त्या स्वतः डफ वाजवू लागल्या. मृदंग वादकाने मोठ्या तत्परतेने आणि चैतन्यपूर्णतेने मृदंगवादन केले; नामसंकीर्तनादरम्यान अधिकांश वेळ मृदंग न वाजवल्यामुळे त्याचे बाहू आणि तळवे अजिबात थकले नव्हते.

नामसंकीर्तनाच्या पूर्णाहुतीवरून हे स्पष्ट होते की, गुरुमाई सर्वांना शिकवत होत्या की सर्वांनी अनाहत

नादाविषयी अधिक जाणून घ्यावे, हृदयाच्या तालाविषयी अधिक जाणून घ्यावे. हे अगदी तसेच होते जसे त्यांनी सत्संगात सुरुवातीला सांगितले होते—तो अदृश्य हात पाहणे ज्याने त्या दिवशी सकाळी विस्तृत निळ्या आकाशात हृदयाकार आणि ओऽम्‌च्या आकाराच्या ढगांची रचना केली होती.

नंतर श्रीगुरुमाई सर्वांना ध्यानात घेऊन गेल्या. ध्यानानंतर श्रीगुरुमाई म्हणाल्या :

हे करुणाकर. हे करुणेच्या मूर्तरूपा—आमच्यावर दया कर.

हे मृत्युंजय, हे मृत्युदेवा—आमच्यावर दया कर.

सच्चितसुखमय. चिती, प्रकाश आणि आनंद यांच्या मूर्तरूपा—आमच्यावर दया कर.

मला असे म्हणावेच लागेल की, हे ध्यान सुरूच राहू शकले असते, सुरूच राहू शकले असते, सुरूच राहू शकले असते. ते किती उचित वाटत होते, किती अद्‌भुत. ‘सांब सदाशिव’ नामसंकीर्तनाने आपल्याला ध्यानाच्या स्थितीत पूर्णतया अवस्थित केले होते.

या अनुभवाला धरून ठेवा. हा बोध धारण करून ठेवा. मग तुमच्यासमोर जे काही येईल त्याच्यासमवेत तुम्ही राहू शकाल. तुम्ही उदास जरी झालात तरी तुम्ही त्यावर मात करू शकाल. तुम्हाला जरी अतिशय भय वाटले तरी तुम्ही त्यातून बाहेर पडू शकाल. हे स्मरणात ठेवा—अंतरातील निळे आकाश. नीलपुरुष तुमच्यासोबत आहेत.

तुम्हाला आठवत असेल की, श्रीगुरुमाईंनी सुरुवातीला सांगितले होते की निळे आकाश बाबा मुक्तानंदांकडून त्यांना प्राप्त झालेला एक उपहार आहे. एवढेच नव्हे तर, या धन्य दिवशी बडे बाबा निळ्या रंगाच्या पेहराव्यात सुशोभित होते आणि प्रत्येकाने नुकतेच भगवान शिवाच्या, नील-ईश्वराच्या नामाचे संकीर्तन केले होते.

श्रीगुरुमाई पुढे म्हणाल्या :

शंभो, शंभो. फक्त आपल्या हृदयाला आनंदित होऊ द्या.

या लॉकडाउनच्या समयी जे काही घडते आहे, ते तुम्ही जरी सहन करू शकत नसलात तरी मुलाबाळांना आनंदी ठेवा. मुलाबाळांशी योग्य रीतीने आणि सभ्यपणे बोला. काय घडते आहे ते त्यांना समजावून सांगा. त्यांना समजून घेऊ द्या. कृपा करून, तुमची निराशा, तुमची चिंता, तुमचा क्रोध मुलांसमोर प्रकट करू नका, कारण त्यांना काही माहितच नाही. इतर कोणत्याही गोष्टीपेक्षा त्यांना अधिक गरज आहे तुमच्या आधाराची. शक्य होईल तितके आणि शक्य असेल तितक्या चांगल्या पद्धतीने त्यांच्याशी बोला. कृपा करून.

आणि असे करत-करता, एकमेकांसोबत चांगला समय व्यतीत करा. मजा करा. मुलांना मजा करणे फार आवडते. ते असेच शिकतात. ते असेच मोठे होतात. अशा प्रकारेच भविष्यात ते आपले नेतृत्वकर्ते बनतात.

© २०२० एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन®. सर्वाधिकार सुरक्षित.