गुरुमाई चिद्विलासानंद यांच्या शिकवणी

अनुशासित व्हा

श्रीगुरुगीतेचा पाठ
रविवार, २२ मार्च, २०२०
भगवान नित्यानंद मंदिर

बडे बाबांची पूजा करणे हा मला नेहमीच प्रिय असलेला एक अभ्यास आहे. आणि अनेक वर्षांपासून एक गोष्ट माझ्या लक्षात आली आहे, ती म्हणजे, मी जेव्हा फुले आणि पूजेचे इतर साहित्य बडे बाबांना अर्पण करण्याचा विशेष संकल्प करते, तेव्हा मला शक्तीच्या अत्यंत अनोख्या रंगछटा, तिचे अनोखे रूपाकार आणि गती अनुभवास येतात.

काल संध्याकाळी, “मंदिरात राहा” हे शीर्षक असलेल्या सत्संगामध्ये, सायंकालीन आरतीनंतर मी वैश्विक हॉलमधील सर्वांच्या वतीने बडे बाबांना गुलाबी रंगाची गुलाबाची फुले वाहिली. जेव्हा मी ती गुलाबाची फुले वाहायला सुरुवात केली, तेव्हा माझ्या हृदयात अचानकपणे आनंद चमचमू लागल्याचे मी अनुभवले. जणू एक दैवी हात माझ्या हृदयाच्या अंतरातील कप्प्यांमध्ये गुदगुल्या करतो आहे, असे वाटले. आणि त्या आनंदाचे प्रकाशकण माझ्या शरीराच्या प्रत्येक अणुरेणूमध्ये हळुवारपणे स्पंदित होत होते. आनंदाचे भरते आलेल्या त्या क्षणात मी हा संकल्प केला की, तुमच्यापैकी प्रत्येकाला हा अनुभव व्हावा की, देवाच्या हळुवार हाताने तुम्हाला आपल्या कुशीत घेतले आहे, तसेच या कठीण परिस्थितींमधून वाटचाल करत असताना तुम्हाला ज्या कोणत्या आधाराची आवश्यकता आहे तो तुम्हाला मिळावा.

आपल्या सर्वांच्या परमप्रिय बडे बाबांना गुलाबी रंगाची ती सुंदर गुलाबाची फुले वाहण्यास माझ्याबरोबर सहभागी होण्यासाठी तुम्हाला धन्यवाद.

***

आता आपण भगवान नित्यानंदांच्या स्वरूपावर ध्यान करणार आहोत.

बडे बाबांवर आणि त्यांच्या शिकवणींवर ध्यान करा.

“हृदय हे सर्व तीर्थक्षेत्रांचे केंद्र आहे. तिथे जा आणि विहार करा.”

या शिकवणीला मूर्तरूप द्या.

हृदय तुमच्या अंतरी आहे.
जी महानता तुम्ही तुमच्या हृदयात अनुभवता,
ती तुमच्या अस्तित्वाच्या बाहेरदेखील प्रकट करा.

हृदय—हृदयाचा आनंद—तुमच्या अंतरात आहे.
तो तुमच्या विश्वात प्रकट करा.

तुम्ही ध्यान करता स्वतःच्या आत्म्याला जाणण्यासाठी,
आणि मग जेव्हा तुम्ही डोळे उघडता,
तेव्हा तुम्ही ते ज्ञान स्वतःसमवेत नेता, जिथे कुठे तुम्ही जाता,
जे काही तुम्ही करता, त्यामध्ये ते ज्ञान तुम्ही प्रकट करता.

हृदय—हृदयाचे माधुर्य—तुमच्या अंतरात आहे.
त्या माधुर्याला मूर्तरूप द्या.

जेव्हा तुम्ही लोकांना पाहाल, तेव्हा त्यांना अनुभूती करू द्या त्याच माधुर्याची,
तुमच्या हृदयाची जे ज्ञानाने आणि प्रज्ञानाने पुरेपूर भरलेले आहे.

तुम्हाला अंतरातून जे ज्ञान प्राप्त होते त्याचा सहजतेने स्वीकार करा.

तुम्हाला ध्यानात जे प्रज्ञान प्राप्त होते त्यावर विश्वास ठेवा.

आपले जीवन जगत असताना,
तुमचे अनुभव उपयोगात आणा;
ज्ञानाचे आणि ध्यानाचे,
ज्ञानाचे आणि प्रज्ञानाचे,
ज्ञानाचे आणि प्रार्थनांचे,
ज्ञानाचे आणि संकल्पाचे, तुमचे अनुभव.

ध्यानात तुम्ही जे अनुभवता तो एक उपहार आहे, जो तुम्ही इतरांसोबत वाटलाच पाहिजे.

मी असे का म्हणते, “स्वतःच्या आत्म्यावर प्रेम करा”?
मी असे म्हणते, “स्वतःच्या आत्म्यावर प्रेम करा”,
जेणेकरून तुम्ही तेच प्रेम आपल्या सभोवतालच्या वातावरणात अनुभवावे.

भावसंवेग उद्भवतात.
भावसंवेग ओसरतातसुद्धा.
भावसंवेग सैरभैर होतात,
खासकरून तेव्हा, जेव्हा कोणत्याच गोष्टीवर तुमचा ताबा नसतो.

याच कारणास्तव, तुम्ही अनुशासनाचे पालन केलेच पाहिजे.

अनुशासनात अमृत निहित आहे.
अमृत हेच खरे औषध आहे.

नामसंकीर्तन करताना तुमच्या अंतरीचे अमृत अनुभवा.

भांडी स्वच्छ करत असताना अंतरीचे अमृत अनुभवा.

मौनाचे पालन करताना तुमच्या मनातील अमृत अनुभवा.

पूजा करताना तुमच्या हृदयातील अमृत अनुभवा.

तुमच्या शत्रूंना पाहिल्यावरदेखील अंतरीचे अमृत अनुभवा.

तुमच्यावर आव्हानात्मक परिस्थिती ओढवली असता, तुमच्या अस्तित्वातील अमृत अनुभवा.

स्मरणात ठेवा : तुम्ही आत्मा आहात.
तुम्ही आत्मा आहात.
आत्मा की प्रशान्ति.

पुन्हापुन्हा आपल्या मनाला ‘आत्मा की प्रशान्ति’च्या आश्रयस्थानी घेऊन या.

परत या, परत या आणि परत या.

पुन्हा व्यवस्थित करा, पुन्हा व्यवस्थित करा आणि पुन्हा व्यवस्थित करा.

पुन्हा नवीन करा, पुन्हा नवीन करा आणि पुन्हा नवीन करा.

बडे बाबांच्या अमृतमय स्वरूपावर ध्यान करा.

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