सर्वत्र प्रकाश असो

~ गुरुमाई चिद्विलासानंद

चला सुजनहो पुन्हा आपण प्रयत्न करू या
होय, प्रयत्न—'कोशिश'
'कोशिश' या हिंदी शब्दाचे अनेकानेक पर्यायवाची शब्द आहेत
याचे अनेक सांकेतिक अर्थ आहेत जसे की
यत्न-प्रयत्न
श्रम-परिश्रम
सायास-मेहनत
उद्योग-पुरुषार्थ
उद्यम-अध्यवसाय
निरीक्षण-परीक्षण
चेष्टा-युक्ती
जिज्ञासा-शोध
पण इथे मी कोणत्या प्रयत्नाविषयी बोलते आहे?

श्रीरामाचा पुरुषार्थ
धर्माचे उत्थान
जनमानसाचे कल्याण

शुभ दीपावली

नवीन वर्षाचा संकल्प पूर्ण करता-करता
आपली हार आणि जीत सांभाळता-सांभाळता
समय कोणत्या गुहेत संकोचन पावला कळलेच नाही
केव्हा खुशी विषादाच्या दिशेने निघून गेली
केव्हा आनंदाने वेदनेचा पदर पकडला
केव्हा सुखाने स्वतःला दुःखामध्ये हरवून टाकले

केव्हा निश्चिंततेचा श्वास बेचैनीच्या बेडीत अडकला
केव्हा उल्लासाची प्रवृत्ती विषादाची प्रवृत्ती बनली
केव्हा प्रसन्न चित्त वैमनस्याचे बीज पेरू लागले
केव्हा आल्हादित हृदय खिन्नतेने जगू लागले
केव्हा एक विश्वासपूर्ण मन
आपल्या स्वप्नांना छिन्नभिन्न होताना पाहून
केवळ कोणत्या ना कोणत्या दुर्घटनेची परिकल्पना करू लागले

समयाची गती
त्यामध्ये नसावी रती
सौभाग्यशाली जीवन

शुभ दीपावली

या गोष्टी पारखता-पारखता
आपल्या परिस्थितींविषयी विचार करता-करता
एक वर्ष पुन्हा अनंततेमध्ये सामावून गेले
आणि पुन्हा आपण अमावस्येच्या रात्रीचा हा सण
उत्कंठेने साजरा करण्यास निघालो आहोत
आपली इच्छा आहे की या सणाने
एक सुखद समाचार आपल्यासमोर प्रकट करावा
आपण हर्षभरित अशी आत्मशक्ती पाहावी
जिने नाचत-बागडत, उड्या मारत-झेप घेत
स्वतःचे शांत स्वरूप धारण करून
आपल्या अंतरी स्वेच्छेने सामावून जावे

आत्म्याचा आलोक
अंधाराचा लोप
सुखांचा मेळा

शुभ दीपावली

जीवनात आशा काय असतात?
होय, हे जे दीपावलीचे पर्व आहे ना
हे केवळ दिव्यांच्या ज्योती आविर्भूत करण्यासाठी नाही
किंबहुना यामध्ये आणखी काही गूढ तथ्यदेखील दडलेले आहे
अंतरीच्या ज्या आशा आवृत्त आहेत त्यांना अनावृत करणे
दीपावली-पर्वाचा महान उद्देश आहे
बारकाईने ऐका
कान देऊन ऐका माझ्या प्रियजनांनो
बाहेरच्या जगात कितीही झगमगाट असो
त्याने तुम्हाला कोणताही नफा-लाभ होणार नाही
यामध्ये किंचितही वेळ वाया घालवू नका
जीवनाच्या या काळ्या रात्रीला जेव्हा तुम्ही
तुमच्या अंतर्निहित प्रकाशाच्या प्रभेने सिक्त कराल
तेव्हा खरोखर दीपावलीच्या पर्वाची
शानदार सनई वाजू लागेल
शंखांचे नाद अंतरी शिरलेल्या तिमिराला झटपट पळवून लावतील
भगवान रामाची हसतमुख प्रतिमा जीवनाचा आधार बनेल

आता आपण एक धारणा करणार आहोत—
काही क्षण एका आरामदायक आसनात बसा
तुमच्या श्वासोच्छ्वासाकडे लक्ष द्या
आत येणारा श्वास सखोल आहे
बाहेर जाणारा उच्छ्वास दीर्घ आहे
अशा प्रकारे श्वास घेत राहा
तुमचे डोळे बंद करा
आता सहजतेने श्वासोच्छ्वास होऊ द्या

आणि मानसचित्रण करा—
पानगळीचा ऋतू आहे
ऐका ही कुजबुज
जमिनीचे चुंबन घेण्यास आतुर
फुलांच्या नाजूक पाकळ्यांची
झाडांच्या लाल-पिवळ्या-नारिंगी पानांची
डोळे मिटलेलेच ठेवा
आणि मनश्चक्षूंनीच
वर आकाशाकडे पाहा
कापसासारखे हलकेफुलके शुभ्र मेघ इकडेतिकडे विखुरले आहेत
जणूकाही अनंतपुष्पे उमलली आहेत
हे मनमोहक दृश्य
नजरेत साठवून घ्या
या अनुभूतीचा सुगंध श्वासात भरून घ्या
हळुवारपणे आपले डोळे उघडा
ही अनोखी अनुभूती जतन करा

या ठिकाणी धारणा पूर्ण झाली
कसे वाटते आहे?
बारकाईने पाहा हृदयात प्रशांती आहे ना?
जर तुम्हाला याआधी तुमचे जीवन सुनेसुने वाटत होते
तर ही धारणा केल्यानंतर
आणि याच्या फलस्वरूप
अंतरी गोडव्याचा सुवास उद्‌भवतो आहे ना?
तुम्ही तुमच्या जीवनाचे खरे मूल्य ओळखता आहात ना?
कारण तुम्ही तर जाणताच
तुम्ही ज्याचा विचार कराल तेच तुम्हाला प्राप्त होईल

आशांची लड
आशीर्वादांची झड
माधुर्यच माधुर्य

शुभ दीपावली

अंतरीच्या दीपावलीचा दिवा प्रज्वलित होताच
असे समजा की तुमचे काम झाले आहे
लक्ष द्या माझ्या स्वजनांनो
ज्या रितीरिवाजांनी दीपावलीचा पाया रचला गेला
तुम्ही खरे तर त्यांचा आरंभ तुमच्या अंतरी करू शकता
तत्पश्चात तुमच्या आनंदाच्या विझलेल्या वातीला
        जीवनदान देण्याची क्षमता तुमच्यात
                रोहिताश्वापेक्षाही अधिक तीव्रतेने भडकून उठेल
वास्तवात दीपावली ही दिखाव्याची नव्हे
एक आंतरिक पूजा आहे
हा एक आंतरिक भाव आहे
'सूफ़ियाना' जीवन जगण्याची पद्धत आहे
अंतरीची ज्योत आजन्म प्रज्वलित ठेवा

हृदयात ठिणगी
भावांमध्ये साधेपणा
जीवनात सहजता

शुभ दीपावली

दीपावली-पर्व हे समजावते की
प्रकाशाचा विजय झालाच पाहिजे
आणि अंधकार नष्ट होणे आवश्यक आहे
ज्ञानाच्या प्रकाशाने दीपक राग गावा

आणि अज्ञानाचा अंधकार दूर व्हावा
एक गोष्ट आश्चर्याची आहे भद्रजनहो की
शतकानुशतके आपण दीपावलीच्या समयी मातीचे दीप प्रज्वलित करतो
आणि पाहा ना
आपले शरीर जे पंचतत्त्वाचे बनलेले आहे
त्यालादेखील मातीचा पुतळा असे म्हणून
आपल्या संतांनी संबोधित केले आहे
तर याच मातीच्या पुतळ्याच्या अंतरी ती परम पवित्र ज्योत
पूर्ण वैभवानिशी ज्वलंत आहे
आशा अशी ठेवा की दररोज कमीतकमी एकदा तरी
या प्रज्वलित आणि शोभायमान दिव्य प्रभेशी संलग्न व्हायचेच आहे
दीपावली मंगल समय आहे
जेव्हा अशा मंगल समयी आशा करतो की काही चांगले करायचे आहे
तेव्हा या निर्धाराला खूप बळ मिळते
चांगल्या कार्याला आपण कोणत्याही दिवशी सुरुवात करू शकतो
तरीदेखील असा जो मंगलमय समय आहे
        दीपावलीचा सण
                त्याचा चमत्कारच काही निराळा आहे

चमत्काराचा झंकार
ब्रह्मांडाचा हुंकार
गुरुकृपेचा मंद-मंद वर्षाव

शुभ दीपावली

आपला विश्वास आहे की प्रणयाची जी शक्ती आहे—
प्रेमयुक्त प्रार्थनेची जी शक्ती आहे—
कालांतराने तिचे योग्य फळ जरूर प्राप्त होईल
तेव्हा तसाच भरवसा ठेवा की दिवसरात्र तुमच्या अंतरी ज्या लहानमोठ्या

आशा जागृत होतात त्या अगदी स्वच्छ आहेत, स्पष्ट आहेत
आणि कृपेचा वर्षाव करणाऱ्याला त्यांची प्रतीती होईल
निःसंकोचपणे तो त्यांनादेखील साक्षात करेल

भरवशाचा धागा
प्रेमाचा ध्यास
मन मस्त-मग्न

शुभ दीपावली

एका पाषाणाच्या अंतरी आभा आहे
एका पाण्याच्या थेंबात तेज आहे
एका पानात चमक आहे
मातीच्या कणाकणात कांतीची सुरभी आहे
ज्या दैनंदिन वस्तूला तुम्ही कदाचित मामुली समजता
त्यामध्ये सामावलेली आहे सुषमा
दीपावलीचे पर्व साऱ्या जगताला झगमगीत करण्यासाठी आहे
झगमगीत...कशा प्रकारे माझ्या स्वकीयांनो
तुम्ही कशा प्रकारे हे जगत झगमगीत करू इच्छिता?
        आयुष्याच्या एखाद्या वळणावर
        जर तुमच्या मनात संकोचाचे दाट धुके पसरू लागले
                तर ते धुके दूर सारण्यासाठी तुम्ही काय कराल?
        जर कधी एखादा कठीण प्रसंग ओढवला
                रस्त्यात कुठे एखादा अडथळा आला
                        तर तुम्ही काय कराल जेणेकरून ती एक सुवर्णसंधी बनेल?
        जर अंधाराचा एक क्षण एखाद्याला स्वतःच्या कवेत घेऊ लागला
                तर त्यांच्या नजरेची दिशा तुम्ही
                        त्या ताऱ्यांकडे कशी वळवाल
                                जे त्यांच्या जीवनात उजेड आणत आहेत?
        जेव्हा तुम्ही पाहाल की ते रस्ता चुकले आहेत

आणि स्वतः हीनदीन असल्याचे अनुभवत आहेत
तेव्हा तुम्ही निपुणतेने असे काय कराल की
त्यांच्या जडावलेल्या पापण्या वर उचलल्या जातील?
अशा प्रत्येक क्षणी तुम्ही कोणते पाऊल उचलाल
ज्यायोगे तुमचे जीवन
इतरांचे जीवन—
त्यांचेही ज्यांना तुम्ही भेटलादेखील नसाल—
आणि हे चराचर जगत उज्ज्वल होईल?
या दिशेने
तुम्ही जे केले आहे
तुम्ही जे करत आहात
आणि तुम्ही जे करण्याचा विचार करत आहात
हे सर्वकाही तुम्ही संभवतः
कवितेच्या रूपात अभिव्यक्त करू शकता
हे सदैव लक्षात ठेवा आत्मीयजनहो की
एका इवल्याशा दीपशिखेतदेखील
एका अग्निकणातदेखील
अतिशय तेज आहे

त्याचे 'रहमो करम'
तोडी सारे भ्रम
जिकडे वळावे तिकडे केवळ प्रकाशच प्रकाश

शुभ दीपावली

हे श्रेष्ठजनहो
प्रेमाची ज्योत प्रज्वलित करण्याचा हक्क सर्वांमध्ये अंतर्निहित आहे
इतरांप्रति चांगली भावना जागृत करण्याचा अधिकार सर्वांमध्ये अंतर्निहित आहे
जर वाळवंटातदेखील पाणी मिळणे शक्य आहे
मग ते युक्तीनेही का असेना

तर शंभर टक्के प्रत्येक मनुष्य
मग तो राजा असो वा रंक
दीपावली-पर्व सुंदर-सुंदर विधींनी—
        मोहक-मोहक फुलांनी
                दारासमोर काढलेल्या रांगोळीने
                        लक्ष्मीपूजनाच्या तयारीने
                                मिष्टान्नांनी सजलेल्या ताटांनी—
आपापल्या कुवतीनुसार साजरा करू शकतो
याने काहीही फरक पडत नाही की
        फूल एक असो वा हजारो
                रांगोळी साधी असो वा किचकट
                        पूजा साधी असो वा भव्य
                                मिष्टान्ने दोन असोत वा दहा
गोष्ट अशी आहे की
एका दिव्याच्या ज्योतीत तोच अग्नी आहे
        जो शेकडो दिव्यांच्या ज्योतीमध्ये असतो
म्हणून कमीजास्तीच्या फेऱ्यामध्ये अडकू नका
आलोचनेचा तराजू हातात घेऊन फिरू नका
भलेही त्या तराजूवर तुम्ही स्वतःचे जीवन तोलत आहात
अथवा कोणा दुसऱ्याचे जीवन
किंवा मग इतरांशी स्वतःची तुलना करण्यात गुंतलेले आहात
तुम्ही तुमच्या मनाचा स्वभाव तर पाहा
कधी ते तुम्हाला तुच्छ लेखते आणि इतरांना उच्च स्थान देते
कधी ते तुम्हाला उंच शिखरावर बसवते
आणि इतरांना नगण्य बनवते
मला काही सुचवायचे आहे मुमुक्षुजनहो
विशेषकरून थोडा वेळ काढा
आणि साक्षी बनून हे पाहा की
कधीकधी तुमचे मन कशा प्रकारे काम करते

कदाचित तुम्ही लोकांना असे काहीसे म्हणताना ऐकले असेल—

माझ्यामध्ये हजारो त्रुटी भरल्या आहेत आणि त्या सज्जनाकडे पाहा

त्यांच्यामध्ये तर शोधूनदेखील एकही सापडत नाही

माझ्या शेजाऱ्याकडे सर्वकाही आहे, माझ्याकडे काहीच नाही

अरे माझ्यासमोर तुझी काय किंमत?

कधी तुम्ही स्वतःच्या तुलनेत इतरांना चांगले मानता

कधी इतरांच्या तुलनेत स्वतःला

तेव्हा या गोष्टींमध्ये गुरफटल्याने ना तुमचा काही लाभ आहे ना इतरांचा

उलट तुमच्याच हृदयावरचे ओझे वाढते

त्यामध्ये नैराश्य भरते

हताशा घर करते

आत्मबल क्षीण होते

उत्साह कमी होतो

म्हणून या वृत्तीला तिलांजली द्या

हा आहे दीपावलीचा शुभ मुहूर्त

या प्रसंगी जर तुम्ही अशा तुच्छ भावनेचा त्याग केलात

तर किती छान होईल

मी तुमचे लक्ष एका गोष्टीकडे वेधू इच्छिते

जरा सजगपणे ऐका

तुम्ही अंतरीची ज्योत प्रज्वलित करण्यास समर्थ आहात

तुमच्या अंतरी सगळ्यांशी गोड बोलण्याची योग्यता आहे

तुमच्यामध्ये त्यांचे गोड बोलणे ऐकण्याची पात्रता आहे

तुम्ही मनाला टवटवीत ठेवण्यास सक्षम आहात

दीपावलीचा सण तर

एकत्रपणे मिळूनमिसळून आनंद साजरा करणे आहे

एकमेकांशी आनंदाची देवाणघेवाण करणे आहे

आपले घरदार आनंदाने दरवळू देणे आहे

आणि आपण असे करू शकतो

खुदाच्या मेहेरबानीने

आपल्या सत्कर्मांच्या फळांनी
एक गोष्ट आठवते
ज्यामध्ये स्वर्गात भोजन वाढताना
खाण्यासाठी प्रत्येकाला एक लांऽऽऽबलचक चमचा दिला जातो
इतक्या लांब चमच्याने स्वतःला जेवू घालणे तर अशक्य आहे
मग याचे काय प्रयोजन?
एवढा लांब चमचा या हेतूने दिला जातो
जेणेकरून आपण एकमेकांना खाऊ घालावे
होय, दीपावलीच्या या पुण्यकाळात आणि सदैव
आपण स्वतःच्या अंतरीची दिव्यता उदार हृदयाने लुटवलीच पाहिजे
आदानप्रदानाची ही सुंदर रीत पाळलीच पाहिजे

प्रत्येकाचा सण
प्रत्येकाचा स्नेहल आग्रह
संतुष्टीचे भांडार

शुभ दीपावली

ज्यांची परमेश्वरावर श्रद्धा असते त्यांनी ही एक बाब जाणली आहे
की प्रत्येक गोष्टीत असे म्हणणे अनिवार्य आहे
परमेश्वराची इच्छा
त्यांच्या जीवनात कोणतीही जटिल परिस्थिती आली तर ते म्हणतील
परमेश्वराची इच्छा
काही अनपेक्षित धनप्राप्ती झाली तर म्हणतील
परमेश्वराची इच्छा
खूप चांगली बातमी असो किंवा वाईट तर म्हणतील
परमेश्वराची इच्छा
याविषयी संदेह नाही की
परमेश्वराचा वरदहस्त आपल्यावर क्षणोक्षणी असतो
एक अपेक्षित सत्य हे आहे की

मातापिता आपल्या मुलांचे सदैव भलेच चिंततात
आणि एक ध्रुव सत्य हे आहे की
भगवंत आपला सर्वात श्रेष्ठ हितैषी आहे
हे जाणत असूनही मन का बरे विसरते?
हा लाखमोलाचा प्रश्न आहे
या प्रश्नाचे उत्तर मिळवण्याचा
एकच मार्ग आहे
आणि तो मार्ग आहे अंतरी डोकावण्याचा
का?
जेव्हा अंतरी प्रश्नोत्तरीची शृंखला चालत राहते
तेव्हा त्यामध्ये अतिशय बळ असते
त्या आंतरिक मंथनातून जो उपाय समोर येतो
तो बाहेरून कधीच मिळू शकणार नाही
अंतरीच्या मार्गावर चालताचालता
स्वतःशी प्रश्नोत्तरी करताकरता
तुम्हाला तुमच्या या प्रश्नाचे उत्तर मिळू लागते
तुमची समज परिष्कृत होत जाते
प्रमाणस्वरूप
तुम्ही उजेडाऐवजी खिन्नतेचा पाया घालू लागताच
तुम्ही हे जाणू लागता की यामध्ये
तोटा तुमचाच आहे
अस्तु
तुम्ही सावध राहणे अत्यावश्यक आहे
तुम्ही सतर्क राहणे गरजेचे आहे
तुम्ही अनुशासित राहणे अनिवार्य आहे

सद्भावांची दीप्ती
प्रभुस्मृतीचे वरदान
भगवदिच्छा सर्वोपरी

शुभ दीपावली

दीपकाच्या प्रदीप्त ज्योतीचे महत्त्व काय आहे?
भारतीय शास्त्रग्रंथांमध्ये याचे मनोहारी वर्णन
भक्तिभाव जागृत करणाऱ्या या श्लोकांमध्ये आढळते
हा मंत्रोच्चार दीप प्रज्वलित करत असताना केला जातो—

साज्यं च वर्तिसंयुक्तं वह्निना योजितं मया।
दीपं गृहाण देवेश त्रैलोक्यतिमिरापह॥

भक्त्या दीपं प्रयच्छामि देवाय परमात्मने।
त्राहि मां निरयाद् घोराद् दीपज्योतिर्नमोऽस्तुते॥

हे देवांच्या देवा
हे तिन्ही लोकींच्या अज्ञानाच्या अंधकाराचे हरण करणाऱ्या
अग्नीच्या तेजाने सुसज्जित तुपाची वात असलेल्या या दीपकाचा
स्वीकार कर हे प्रभो

हे परमात्मा
मी गहन भक्तीने आणि श्रद्धेने हा दीप तुला अर्पण करतो आहे
हे दीप-प्रकाशा
तुला माझा वारंवार नमस्कार
कृपा करून अज्ञानाच्या घोर नरकापासून माझे रक्षण कर

या श्लोकांचा अर्थ जाणून घेऊन जर तुम्ही दीपावली-पर्वाचे मर्म
आत्मसात करण्याचा प्रयत्न केलात
तर हे जाणून घ्या माझ्या आत्मजनांनो
शुभ कर्मांची छटा तुम्हा सर्वांच्या जगात विखुरली जाईल
शुभ कर्मांची धवलता तुमच्या अंतःकरण चतुष्टयात चमकेल

शुभ कर्मांची धवलता प्रत्येक भवनात, प्रत्येक सदनात परिव्याप्त होईल
शुभ कर्मांची धवलता अवघ्या भूतलावर सर्वदूर चमचम करेल
शुभ कर्मांची श्री समस्त विश्वाच्या चेतनेत झगमगेल

नववर्षाच्या शुभेच्छा!

सप्रेम,
गुरुमाई चिद्विलासानंद

© २०२३ एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन®. सर्वाधिकार सुरक्षित.