

स्वामी मुक्तानंदांच्या वचनांवर ध्यान

ईस्टर पर्वाप्रीत्यर्थ सिद्धयोग सत्संग

ईशा सरदेसाई यांच्याद्वारे लिखित

शरीराचे प्रयोजन सार्थ करणे

‘चित्शक्ती विलास’मध्ये संतमहात्म्याच्या कथेचे समापन करताना, बाबा मुक्तानंद लिहितात : “ज्याला शरीराचा बोध झाला आहे, तो त्याला योगपूर्ण, प्रेमपूर्ण आणि ध्यानपूर्ण बनवितो.”^१ बाबांच्या या विधानात, त्या कथेचा सारांश पूर्णपणे व्यक्त होतो आहे—आणि अर्थातच तो पुढे आणखी चिंतनमनन करण्यास प्रेरित करतो आहे. बाबांच्या कथनातील या शब्दांकडे मी विशेषतः आकर्षित झाले आहे की, आपण आपल्या शरीराला योगपूर्ण, प्रेमपूर्ण आणि ध्यानपूर्ण बनवू शकतो. यावरून हे सूचित होते की, आपल्याला सुरुवातीला जितके वाटते, त्याहूनही अधिक लवचीक आपले शरीर असते.

हे खरे आहे, की आपण या जगात पूर्णतः कोऱ्या पाटीसारखे येत नाही. मागील भागात मी ‘संस्कारां’चा उल्लेख केला होता; असे म्हटले जाते की, ते जन्मजन्मांतरांपासून संचित होत राहतात. आणि हे तर स्पष्टच आहे की, एखाद्या व्यक्तीच्या सद्य जीवनकाळात, त्याच्या शरीराच्या विशिष्ट प्रतिभा, प्रवृत्ती आणि सीमितता या तर असतीलच. तरीदेखील, आपण अलीकडेच केलेल्या अन्वेषणानुसार आपल्यापैकी प्रत्येकामध्ये शिकण्याची, जे शिकले आहे ते विसरण्याच्या हेतूने प्रयत्न करण्याची आणि पुन्हा शिकण्याची अमर्याद क्षमता आहे. आपल्यामध्ये अशी क्षमता आहे की, आपल्याला योग्य वाटेल अशा कोणत्याही उद्देशाच्या अनुरूप आपण आपल्या शरीराला घडवू शकतो. दुसऱ्या शब्दांमध्ये सांगायचे झाल्यास, आपण स्वतः निवडलेल्या कोणत्याही गोष्टीने आपण आपल्या शरीराला ‘पूर्ण’ करू शकतो, त्याला ‘भरू’ शकतो.

किंवा मग, आपण ज्याची निवड केलेली नसते, त्याचा जो परिणाम असेल, त्याने आपण आपल्या शरीराला ‘भरू’ शकतो, ‘पूर्ण’ करू शकतो. आपण शरीराला जे देतो, मग ते आपण समजून-उमजून देत असू वा नकळतपणे देत असू, इतकेच नव्हे तर आपण त्याविषयी जागरूक असू वा नसू, पण आपण त्याला जे देतो त्यानुसारच आपले शरीर रंगरूप, रस आणि विशेष गुण ग्रहण करते. मला एक प्रसिद्ध

म्हण आठवते, “निसर्गाला पोकळी आवडत नाही.” [*Nature abhors a vacuum.*] श्रीगुरुमाईंनी आपल्या सत्संगांमध्ये या म्हणीचा प्रयोग केला आहे आणि ती म्हण ग्रीक तत्त्वज्ञ, अ‍ॅरीस्टॉटल यांच्या एका विचाराचे सार व्यक्त करते. निश्चितच ही गोष्ट आपल्या बालपणाच्या आणि किशोरवयाच्या त्या वर्षांना लागू होते ज्या काळात आपल्या शरीराचा विकास होत असतो, जेव्हा आपल्यावर प्रभाव टाकणाऱ्या सभोवतालच्या सर्व गोष्टी आपण सतत आत्मसात करत असतो आणि त्यानुसार आपली जडणघडण होत असते. पण ही गोष्ट आपल्या प्रौढ वयातदेखील तितकीच खरी असते; उदाहरणार्थ, आपण आपल्या सभोवतालच्या वातावरणातून जे काही ग्रहण करतो, त्याच्या आधारे आपला मेंदू सतत सायनॅप्सिस म्हणजेच मज्जातंतूंच्या जोडण्या तयार करत असतो, त्या बळकट करत असतो आणि वापरात न येणाऱ्या जोडण्या काढून टाकत असतो.

म्हणून, आपण आपल्या शरीराला व मनाला कोणत्या वातावरणात किंवा परिस्थितींमध्ये ठेवावे, याची निवड आपण शक्य असेल तेवढी विचारपूर्वक करावी, हे सर्वथा सुज्ञपणाचे नाही का? बाबा त्यांच्या शिकवणीत अत्यंत स्पष्टपणे आणि दृढपणे सांगत आहेत. आपण जर आपल्या शरीराचा बोध प्राप्त करण्याचा म्हणजेच शरीराला समजून घेण्याचा प्रयत्न केला, तर आपण त्याला चांगली वागणूक देणारच. इथे बाबा जेव्हा “शरीराचा बोध होणे” याविषयी बोलतात, तेव्हा माझ्या मते याचा अर्थ असा आहे की, शरीराच्या माध्यमातून आपल्यासाठी काय करता येणे शक्य आहे हे आपण समजून घ्यावे—हे शरीर तो उदात्त उद्देश पूर्ण करू शकते आणि गंतव्यस्थानी पोहोचण्यासाठी हे शरीर साधन म्हणून कार्य करते. आणि ते आहे, भगवंताला जाणणे.

हा मुद्दा जर आपण खरोखर समजून घेतला—आणि केवळ बौद्धिक स्तरावर हे समजून घेणे असा माझ्या म्हणण्याचा अर्थ नव्हे, आपण जर हे ज्ञान आपल्या अंतरी वास्तवात आत्मसात केले—तर जीवनाकडे पाहण्याचा आपला दृष्टिकोण, जीवन जगण्याची आपली पद्धत त्यानुसार बदलेल असे म्हणणे अर्थपूर्ण ठरेल. आपण जे-जे कार्यकलाप करतो त्यांचे वर्णन बाबा ‘चित्शक्ती विलास’मधील या उद्धरणात करतात आणि त्यातील प्रत्येक कार्यापुढे ते ‘पूर्ण’ हा शब्द प्रत्यय म्हणून जोडतात. बाबा म्हणतात की, आपले शरीर योगपूर्ण, प्रेमपूर्ण आणि ध्यानपूर्ण बनेल. ‘पूर्ण’ हा शब्द दर्शवतो परिपूर्णता, संपूर्णता, समग्रता आणि सर्वार्थाने आदर्श असणे. भारतीय शास्त्रग्रंथांमध्ये भगवंताचे, परमात्म्याचे, परब्रह्माचे वर्णन करण्यासाठी अनेकदा या संज्ञेचा प्रयोग केला गेला आहे. अतः ज्या-ज्या कार्यकलापाविषयी बाबा सांगतात अर्थात शरीराचे प्रयोजन समजून घेतल्यानंतर, त्याचा बोध झाल्यानंतर आपण जे कार्यकलाप करतो, ते सर्व आपल्याला भगवंताप्रत घेऊन जातात.

आता मला तुमच्याकडून ऐकायला आवडेल. तुमचे शरीर आणि त्याचे प्रयोजन अधिक चांगल्या प्रकारे समजून घेण्यासाठी तुम्ही कोणकोणत्या पद्धती उपयोगात आणता? आणि एक ऋतू जेव्हा पुढच्या ऋतूच्या आगमनासाठी स्थान बनवतो आहे, तेव्हा तुम्ही कशा प्रकारे वसंताचा उमंगोत्साह तुमच्या श्वासात भरत राहाल, जेणेकरून तुम्ही जीवनाच्या त्या रसाचा आस्वाद घेऊ शकाल, जो या मानवी देहात अनुभवता येतो?



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

^१ स्वामी मुक्तानंद, *चित्शक्ती विलास : एक आध्यात्मिक आत्मकथा*, [चित्शक्ती पब्लिकेशन्स, २०२२], पृ. २६३.