REIKI VIDYA NIKETAN

सर्वे: सन्तु निरामया:

रेकि ब्रह्म

वर्ष ९वे अंक १०वा । जुलै २०२१

email: reikibramhamasik@gmail.com

पुराणांतील जर– तर, फुलपाखराचा प्रभाव व हुकलेल्या संधी

“बटरफ़्लाय इफेक्ट” (फुलपाखराचा प्रभाव) हा आधुनिक विज्ञानाचा एक महत्वाचा टप्पा मानला जातो. फुलपाखरु आपले इवलेसे पंख हवेत झाडते, त्यावेळेला वातावरणातील वायुचे रेणु गतिमान होतात. ते रेणु हवेतील इतर रेणुंना गती देतात. असे करित करित हा प्रभाव एवढा मोठा होतो की शेवटी पृथ्वीवरच्या कोठल्या तरी प्रदेशात एका तुफानाची सुरुवात होते असा सिद्धांत श्री एडवर्ड लॉरेंझ ह्या शास्त्रज्ञाने न्युयॉर्क ऍकेडमी ऑफ सायन्सच्या १९६३ च्या परिषदेत मांडला.

लॉरेंझच्या ह्या सिद्धांताची तेथे उपस्थित असलेल्या त्याच्या सहकार्यांनी खूप टर उडवली. हा सिद्धांत तर्काला सोडून होता हे खरे, परंतु तो तेवढाच कुतुहलजनक होता. ह्या सिद्धांताबद्दलची उत्सुकता आणि त्याचा तिरस्कार ह्या दोन्ही मुळे वैज्ञानिक कादंबऱ्यांमधून कित्येक दशके चर्चिला गेला. त्याच प्रमाणे, विनोदी पुस्तके आणि नीच दर्जाचे चित्रपट या मध्ये फुलपाखराचा प्रभाव हा विषय अविभाज्य भाग बनला. त्यानंतर साधारण ३० वर्षाच्या अंतराने जेव्हा भौतिक विज्ञानाचे अध्यापक आणि जग भरातील शास्त्रज्ञ यांनी प्रस्थापित केले कि, हा सिद्धांत तर्कसंगत, बिनचूक आणि प्रत्यक्ष सिद्ध आहे, त्यावेळेला विज्ञाननिष्ठ समुहाला आश्चर्याचा प्रचंड मोठा धक्का बसला. वैज्ञानिकांच्या सभेत ह्या सिद्धांताला, the law of sensitive dependence upon the initial conditions.

फुलपाखराचा प्रभाव हा सिद्धांत् समजायला अगदी सोपा आहे. त्याचा अर्थ एवढाच कि एखादी छोट्यातली छोटी घटना, जी साधारणतः क्षुल्लक समजली जाते ती परिस्थितीवर केवढा मोठा प्रभाव पाडू शकते. सत्य परिस्थिती अशी आहे कि केवळ छोट्या घटनाच मोठ्या प्रमाणावर परिणाम करू शकतात. आणि दुर्दैवाने त्या घटनांवर आपले लक्षच नसते आणि त्यामुळे ह्या कार्य कारणांचा संबंधच आपण लावू शकत नाही. मानवी इतिहासात अशा बऱ्याच घटना आहेत कि ज्यांचे मूळ एका क्षुल्लक दुर्लक्षित घटनेमध्ये सापडते. अगदी भारतीय इतिहासात जर आपण पाहीले तर लक्षात येईल कि भारतात आलेला वास्को द गामा हा पहिला परदेशी नाविक हिंदूंना बाटवायला आला, तो आफ्रिकेतील एका मूळ हिंदू भारतीयांच्या दयाभावामुळे आला. तर भारताच्या शोधाला निघालेला कोलंबस रस्ता चुकुन अमेरिकेच्या किनाऱ्यावर लागला. विश्व स्तरावर त्या क्षणापासून भारताचे स्थान खालावले आणि अमेरिकेचे स्वरूप बदलले. फुलपाखराच्या प्रभावाचे नजीकच्या काळातील उदाहरण म्हणजे कोरोनाची महामारी. आतापर्यंत जगाच्या लक्षात आले आहे कि चीनमधल्या वुहान ह्या एका छोट्या गावातील एका प्रयोगशाळेत कोरोनावरचा चाललेला प्रयोग, एका छोट्या विषाणूच्या बाहेर पडण्याने सगळ्या जगाला महागात पडला. जगभरची साधारण ३० लाख माणसे ह्या महामारीला बळी पडली आणि त्याचे मुख्य कारण म्हणजे ही हजारो मैलांवर घडलेली क्षुल्लक घटना.

आपण जर भारतिय पुराणांत किंवा इतिहासात डोकावून पाहीले तर अशा प्रकारच्या फार मनोरंजक घटना नजरेसमोर येतात. महाभारत आणि रामायणासारख्या महाकाव्यात्मक कथांमध्ये काही क्षुल्लक वाटणाऱ्या घटनांनी मोठ्या घटनांना जन्म दिला त्याचा परिणाम सगळ्या मानवजातीला मोठ्या प्रमाणात भोगावा लागला. काही छोट्या घटना घडू शकल्या असत्या. त्यांनी जन्मच न घेतल्याने ह्या कथांमधील परिवर्तनशील संधी सुटून गेल्या. जेव्हा महाराणी कैकयीने महाराज दशरथाकडे तिला प्रदान केलेल्या वरदानाची आठवण काढून त्यांच्याकडे प्रभू रामचंद्रांसाठी १४ वर्षांचा वनवास मागितला, त्यावेळेला दशरथाकडे तसे वचन देऊन रामाबरोबर वनवासाला जायची एक अत्युत्तम संधी चालून आली होती. त्याला रामाचा विरह सहन होत नव्हता तर मृत्यु स्विकारण्यापेक्षा त्यांनी राम–लक्ष्मणाबरोबर वनवास स्विकारला असता तर पुढचे रामायण एका वेगळ्याच दिशेला गेले असते. अयोध्येचे राज्य भरताने चालवले असते आणि परिवारासह अरण्यात गेलेल्या राम–लक्ष्मणांना सीतेला गमवावे लागले नसते. कोठल्याही लढायांची आणि महासंहाराची गरज भासली नसती. अगदी महाभारतात सुद्धा द्रौपदीच्या तोंडून धृतराष्ट्राच्या अंधपणाविषयी असंस्कृत उदगार निघाले नसते तर कदाचित महाभारताचा महासंहार वाचला असता. अगदी मूळाशीच जाऊन जर आपण पाहीले तर पांडवांना कृष्णाच्या मूळ स्वरूपाची जाण सातत्याने राहिली असती तर त्यांच्या हे लक्षात आले असते कि जोपर्यंत प्रत्यक्ष परमेश्वर आपल्या बरोबर आहे तर तो आपल्यासाठी एका रात्रीत अक्षरशः हजारो हस्तिनापूरे निर्माण करू शकला असता. मग त्या हस्तिनापूर नावाच्या जमिनीच्या तुकड्यासाठी लढाईची गरजच काय होती

ह्या अशा घटना आपल्या आजूबाजूला सातत्याने घडत असतात तेथे आपले लक्ष नसते. क्षुल्लक वाटणाऱ्या घटना केवढे काय करून ठेवू शकतात ह्याचा अंदाज साधकाला यायला हवा. साधकाला प्रत्येक घटनेच्या होऊ शकणाऱ्या परिणामांचा विचार करूनच आयुष्य जगायला हवे. कोठलीच गोष्ट आयुष्यात क्षुल्लक नसते. प्रत्येक घटनेच्या पोटात एका गर्भित परिस्थिती जन्म घेण्यासाठी तयार होत असते. अर्थात आपण गोष्टी प्रारब्धानुसार घडत आहेत हे समजतो आणि त्या आपल्याला कदाचित टाळता येणार नाहीत, परंतु त्याचे मूळ एकदा का समजले कि त्याचे परिणाम सुसह्य होतात एवढे मात्र खरे. स्वामी समर्थांनी एका दृष्टांतात मला सांगितले, “भीड बहोत जम जायेगी, लेकिन मूळ पुरूष खोना नही” हा सुद्धा ह्या सगळ्या उहापोहाचा गर्भितार्थ असू शकतो.

प्रेम, प्रकाश आणि रेकिसह

अजित सर

अनुष्ठानातील दिनंदिनी

तेजश्री रानडे, देवगड

दिवस तिसरा

प्रिय सर,

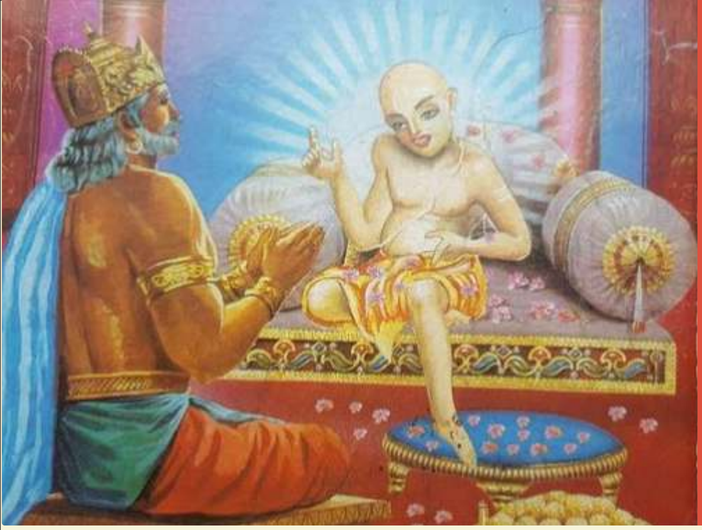
आज, काल ज्या शांतीच्या छायेत झोपी गेले होते, त्याच शांतीचा अनुभव घेत जागी झाली. सरलेल्या दोन दिवसांपेक्षा बरं वाटत होतं. सकारात्मकतेचा मनात प्रवेश होत असल्याचं जाणवत होतं. हीच सकारात्मकता दिवसाच्या अखेरीपर्यंत टिकली पाहीजे अशी स्वामींना प्रार्थना केली.

आज टी.एम केल्यानंतर एक गोष्ट आठवली. तुम्ही गेल्या अनुष्ठानानंतर म्हणाला होतात, "शक्ती सोबत शिवाची जागृती महत्वाची आहे. शक्तीच्या महाकाय प्रवाहाला योग्य दिशा देण्याची ताकद केवळ शिवात आहे. एकदा का आतला शिव जागृत झाला की संतुलन प्रस्थापित झाले म्हणून समजा." त्यामुळे अनुष्ठानाचा एक महीना संपला तरी शिवोपसन (रुद्रपठण, रुद्रभिषेक आणि रुद्रस्वाहाकार) चालू ठेवली तर आतला शिव जागृत राहील. मला जाणवू लागलं की माझ्यातील शक्ती दिशाहीन तर नाही ना होत? त्यासाठी मलाही माझ्यात शिवाच्या जागृतीसाठी तुम्ही सांगितल्याप्रमाणे साधना निग्रहाने चालू ठेवायला पाहीजे.तसच टी.एम च्या २० मिनिटामध्ये आपण येणारा प्रत्येक विचार त्यात न अडकता केवळ साक्षिभावाने पाहतो तसंच आता केवळ ध्यानातच नव्हे तर जागृतावस्थेतही करायला हवं. तरच या द्वंदातून सुटका होऊ शकते. परंतु हे करणं सोप नाही, पण तुम्ही करून घ्याल याची खात्री आहे. आजपासून तसा प्रयत्न करणार आहे.

नंतर आंघोळ करून कवच केलं. त्यानंतर डोळे मिटून शांतपणे पडून राहीले. मोबाईलवर, आदि शंकराचार्यांच आत्माष्टक चालू होतं. 'चिदानंद रुपम् शिवोहम.. शोवोहम.' त्यातला शब्दन् शब्द आतपर्यंत पोहोचत होता. केवढं ते सामर्थ्य त्या दिव्य महात्म्याच्या शब्दात.. साक्षात शिवप्रभूच ते.. शब्दन् शब्द कोरला जात होता मनावर. हळूहळू एका दिव्यतेची जाणीव होऊ लागली. मला जाणवू लागलं की मी तेजश्री नावाचं शरीर नसून वैश्विक माता आहे. सारं विश्व बाळरूप घेवून माझ्या मांडीवर खेळत आहे. त्याच्या त्या बाललिला पाहून किती अलौकीक आनंद होत होता. हृदयातल्या प्रेमाला, करूणेला, वात्सल्याला उधाण आलं. डोळे प्रेमाश्रूने पाझरू लागले. वैश्विक मातृत्वाच्या दिव्य भावनेने माझं सारं अस्तित्वच व्यापून टाकलं होतं जणू. हजारो सुवर्णकमळ उमलली होती आणि आपला दिव्य सुगंध पसरत होती दशदिशांत. केवळ आनंद, प्रेम, करूणा याच भावना भरून राहील्या होत्या. अतिशय अद्भुत अकल्पनिय अनुभुती होती ती. याच वैश्विक भावनेत दिवस सरून गेला.

आणि आता दिवसाच्या अखेरीला सहज विचार आला की ही वैश्विक मातृत्वाची भावना का आणि कशी निर्माण झाली? याच अनुभवासाठी मी युगानयुगं तरसत होते आणि आज त्या दिव्य अनुभवाने माझं अस्तित्व पावन होत आहे असंच म्हणता येईल असा अनुभव होता तो. असं घडलं असेल? या प्रश्नाचं उत्तरही लगेच सापडलं. तुम्ही म्हटल्याप्रमाणे आता खऱ्या अर्थाने त्या चिदानंद स्वरूप शिवाची जागृती होत आहे अस्तित्वात. त्यामुळेच माझ्यातल्या दिशाहीन शक्तीच्या महाकाय प्रवाहाला योग्य दिशा मिळत असेल. सर तुमचं वाक्य हे ब्रम्हवाक्यच असतं याची प्रचिती घेत आहे मी. हे अनुष्ठान काहीतरी वेगळंच आहे आणि मला नव्याने ओळख करून देणार आहे असं वाटत आहे.

कळावे
आपली तेजू..



अष्टावक्र गीता

(भाग ९) प्रकरण २

अजित सर

श्लोक १४वा:

अषे अहं नमो मह्यं यस्य मे नास्ति किञ्चन ।
अथवा यस्य मे सर्वं यद्वाङ्मनसगोचरम् ॥१४॥

अर्थ: मी किती छान आहे. मी जो काहीच नाही आणि सगळे काही आहे, त्या मीचे मला केवढे अप्रूप वाटतेय.

येथे जनकाला स्वत:ला शून्य ठरवले आहे त्याचे कारण त्याला आता समजले आहे कि खरे म्हणजे सगळाच आभास आहे. सत्य आहे तो केवळ आपला आत्मा. सगळे जग जे भासतेय ते मुळात नाहीच आहे. त्यामुळे माझ्याशिवाय दुसरे काहीच नाही. जे काही मुळात आहे ज्याविषयी आपण आतापर्यंत जे बोललो आहे ते तर केवळ माझेच आहे.

येथे जनकाने भूमिका घेतली आहे ती एका सिद्धाची. सिद्धाचे सगळे काही असते परंतु तो कशाचाच नसतो. त्याची सत्ता अमर्याद असते परंतु तो कोणाच्याही सत्तेचा गुलाम नसतो. परंतु सगळ्या गोष्टींचा मालक असूनही तो कोठल्याच गोष्टींचा उपभोग घेत नसतो. कारण तो जाणत असतो कि मुळातच ह्या गोष्टी फक्त आभासच आहेत मग उपभोग घ्यायचा तरी कशाचा / उपभोग्य गोष्टींची तशी त्याला गरजही नाही. कारण तो पूर्ण आहे. गरज फक्त अपूर्ण अस्तित्वाला असते.

श्लोक १५ वा:

ज्ञानं ज्ञेयं तथा ज्ञाता त्रितयं नास्ति वास्तवम् ।
अज्ञानाद्भाति यत्रेदं सोऽहमस्मि निरञ्जनः ॥१५॥

अर्थ: ज्ञान, ज्ञेय आणि ज्ञाता अशी त्रिपुटी खरे म्हणजे नसतेच. मी तो निष्कलंक आहे ज्यामध्ये ही त्रिपुटी पूर्णपणे सामावून गेलेली आहे.

ज्याला जाणले जाते त्याला ज्ञान म्हणतात. ज्याच्याबद्दल जाणायचे असते ते ज्ञेय असते तर जो जाणणारा असतो त्याला ज्ञाता मानले जाते. कोठल्याही ज्ञान प्राप्तिसाठी ह्या तिघांचीही गरज असते. ह्यापैकी एखादे जरी नसेल तर ज्ञानाची प्रक्रिया पुरी होत नाही. अश्याच त्रिपुटी कर्ता, कर्म आणि क्रिया अथवा भोक्ता, भोग्य आणि भोग असतात. येथे जनक म्हणतात, कि अज्ञानी माणसाला ज्ञानाची गरज असते. त्यामुळे आत्मानुभव झाल्यानंतर ज्ञानाची गरज संपते. त्यामुळे ज्ञानाची प्रक्रिया आणि त्याचे तीन आविष्कार यांनाच विराम मिळतो. मग अशा अवस्थेत ही त्रिपुटी त्या पूर्णावस्थेत समर्पित होऊन जाते. जनक असेही म्हणत आहे कि मी निष्कलंक आहे कारण अज्ञान आणि अहंकार हे दोन मोठे कलंक आहेत. तेच राहीले नाहीत तर साधकाला कोणता कलंक स्पर्शू शकतो ?

श्लोक १६वा:

द्वैतमूलमहो दुःखं नान्यत्तस्याऽस्ति भेषजम् ।
भेषजम् दृश्यमेतन् मृषा दृश्यमेतन् सर्वमेकोऽहं चिद्रसोमलः ॥१६॥

अर्थः अहो, सगळ्या दु:खांचे कारण हे द्वैत आहे. मी पूर्ण चैतन्याचे आनंद स्वरूप आहे आणि बाकी सगळ्या गोष्टी ज्या आपण अनुभवत आहोत त्या मिथ्या आहेत ही एकच समज ह्या दु:खावरचा उतारा आहे.

ज्या क्षणी जनकांना आत्मसाक्षात्काराचा अनुभव आला त्याक्षणी त्यांना अद्वैताचा अनुभव आला. त्यांच्या लक्षात आले कि सगळ्या द्वैतभावाचे मूळ मानवाच्या अहंकारात आहे. अहंकार प्रत्येक गोष्टीला विभागतो आणि त्यांच्यातील भेदाभेदाला जन्म देतो. त्यातून मग संघर्षाचा जन्म होतो, लोभ, मोह, द्वेष, मत्सर, आक्रमकता, आणि आजार–विकारांचीही निर्मिति होते. ह्या विकारांना काहीच औषध नसते. द्वैत हाच एक विकार असतो. ज्याक्षणी अहंकाराचा नाश होतो किंवा तो आत्म्याच्या अमर्याद अस्तित्वात विलीन होतो, त्याचक्षणी समुद्राची लाट पुन्हा समुद्रात मिसळून जाते, आपल्या स्वरूपात विलीन होते.

श्लोक १७वा:

बोधमात्रोऽहमज्ञानाद् उपाधिः कल्पितो मया ।
एवं विमृशतो नित्यं निर्विकल्पे स्थितिर्मम ॥१७॥

अर्थः मी शुद्ध चैतन्याचे स्वरूप आहे. केवळ अज्ञानामुळे माझ्या मर्यादा मी माझ्यावर लादून घेतल्या होत्या. आता माझ्या चैतन्य स्वरूपाशी तादात्म्य पावल्यामुळे मी माझ्या अमर्याद स्वरूपाला प्राप्त झालो आहे.

येथे मर्यादांचा अर्थच मुळी अहंकार, मन, शरीर इत्यादि आणि अमर्यादचा अर्थ अद्वैत जेथे द्वैत विरघळून जाते आणि आपला आत्मा थाटमाटात आपल्या सौंदर्याने आपल्याला दिपवून टाकतो. येथे जनक राजाला आपल्या आत्मचैतन्याची आत्मानुभूति झाली आणि समज आली कि सारे विश्व हे आपल्याच आत्मचैतन्याचा आविष्कार आहे.परंतु ज्या क्षणी आपण त्याचे विभाजन करतो त्याक्षणी त्याचे सौंदर्य आणि सुगंध दोन्ही आपण गमावून बसतो

श्लोक १८वा:

बोधमात्रोऽहमज्ञानाद् उपाधिः कल्पितो मया ।
एवं विमृशतो नित्यं निर्विकल्पे स्थितिर्मम ॥१८॥

अर्थः मी बंधित नाही आणि मी मुक्तही नाही. मायेचा किंवा आभासाचा आधारच निखळून गेल्याने मायेचे निराकरण झाले. अहो, सारे विश्व माझ्यामध्ये असूनही ते प्रत्यक्षात नाही.

आत्मा हा आंतरिक प्रवृत्तीने मुक्त आहे त्यामुळे त्याच्या बंधनाचा प्रश्नच राहत नाही. बंधनांचे मूळ अज्ञानात आहे. आपल्या अस्तित्वाचे अज्ञान. सातत्याने मला माझ्या शुद्ध अस्तित्वाची जाणिव होत असल्याने अज्ञान तर मुळातच उखडून गेले. आणि अज्ञान हाच आभासाचा पाया असल्याने आभासही समाप्त झाला.

संदर्भाच्या दृष्टीकोनातून पाह्यले असता साऱ्या विश्वाचे अस्तित्व भासते आणि त्याचा पायाही आत्माच असल्याचे जाणवते. पण परिपूर्ण दृष्टीकोनातून पाहता विश्व नाही तर केवळ आत्मा आहे.

श्लोक १९वा:

अर्थ: मला आता पक्के ठाऊक आहे कि शरीर आणि विश्व दोन्ही नाहीत तर केवळ शुद्ध चैतन्याचे अस्तित्व आहे. मग आता कोठल्या आधारावर आभास अनुभवायचा?

आता म्हणजे अज्ञानाच्या निराकरणानंतर. आभास म्हणजे विश्वाचा आणि शरीराचा. जनक राजा म्हणतो कि आता मला हे सत्य कळून चुकले आहे कि द्वैत नाहीच आहे. केवळ एक आणि एकच असीमित असा आत्मा आहे. मग आता कोठलाच संदर्भ नसताना द्वैताचा अनुभव कसा करायचा?

श्लोक २०वा:

शरीरं स्वर्गनरकौ बन्धमोक्षौ भयं तथा ।
कल्पनामात्रमेवैतत् किंकल्पनामात्रमेवैतत् किं मे कार्यं चिदात्मनः ॥

अर्थ: शरीर, स्वर्ग आणि नरक, बंधन आणि मुक्ती तसेच भय, हे सगळे कल्पनाविलासच आहेत. परंतु मला जो स्वतःच शुद्ध चैतन्याचे स्वरूप आहे त्याला ह्याचे काय पडले आहे?

सामान्य माणसाला जो मनाद्वारे आयुष्याचे अनुभव घेत असतो त्याला शरीर, स्वर्ग व नरक, भय आणि काळजी या गोष्टी आभास असूनही खऱ्या वाटतात, त्याच्या जन्मापासून मृत्युपर्यंतच्या प्रवासात त्याला प्रेरणा देत असतात. तो शरीराच्या माध्यमातून जीवनाचा उपभोग घेऊ इच्छितो. तो स्वर्ग आणि नरकाच्या संकल्पनेतून मृत्युला सामोरा जातो. तो. अज्ञान आणि अहंकाराच्या माध्यमातून जे खोटे आहे त्याचा स्विकार करतो. परंतु आत्मसाक्षात्काराला प्राप्त झालेला ते कसे काय स्विकारू शकेल?

श्लोक २१वा:

अहो जनसमूहेऽपि न द्वैतं पश्यतो मम ।
अरण्यमिव संवृत्तं क्व रतिं करवाण्यहम् ॥

अर्थ: अहो, मला आता द्वैत दिसतच नाही. त्यामुळेच मानवांच्या समूहामध्येसुद्धा मला विजनवासात असल्यासारखे वाटतेय. मी कशाशी जोडून घेऊ?

राजा जनकाला आता नवी दृष्टी प्राप्त झाली आहे. त्याच्या भोवतालचे जग तसेच आहे पण त्याच्या नव्या दृष्टीमुळे त्याची अनुभूति मात्र त्याला वेगळी येत आहे. त्याची वृत्ती आता संन्यस्त झाली आहे पण त्याचा संसारातून दूर् जाण्याचा काहीही संबंध नाही. अगदी माणसांच्या संगतीत सुद्धा तो एकांत अनुभवतो आहे. एकांत ही मनाची अवस्था किंवा मनाच्या पलिकडची अवस्था आहे. आजूबाजूला कोणी असणे किंवा नसणे याच्याशी ह्याचा काहीच संबंध नाही.

श्लोक २२वा:

नाहं देहो न मे देहो जीवो नाहमहं हि चित्।
चित् अयमेव हि मे बन्ध आसीद्या जीविते स्पृहा॥

अर्थ: मी शरीर नाही, आणि शरीरही माझे नाही. मी जीव नाही. मी तर शुद्ध आत्मा आहे. माझी जीवनासाठीची तहान हेच माझे बंधन होते.

ह्या श्लोकाचा अर्थ फार गहन आहे. येथे जनक राजा जीवनाच्या तहानेबद्दल बोलत आहे. ही तहानच त्याला आता बंधन वाटत आहे. तो येथे जीवन हे बंधन आहे असे म्हणत नाही तर जीवनाची तहान ही त्याला बंधन वाटते, जसे अन्न हे वाईट नसते त्याच्यावरची वासना ही वाईट असते, आयुष्याला घट्ट चिकटून बसणे हेच त्याला बंधन वाटते आहे. तो आयुष्याला नाकारत नाही तर तहानेला नाकारतो आहे.

श्लोक २३वा:

अहो भुवनकल्लोलैर्विचित्रैर्द्राक् समुत्थितम्।
समुत्थितम् मय्यनन्तमहाम्भोधौ चित्तवाते समुद्यते॥

अर्थ: अहो, माझ्यात तो अफाट समुद्र आहे जो मनातल्या वाढणाऱ्या वाऱ्याबरोबर संसाराच्या लाटांना उसळवतो.

खरे पाहता आत्म्याच्या शिवाय काहीच सत्य नाही. त्यावर नाम आणि रूप लादले कि विश्व खरे वाटायला लागते. परंतु ज्या क्षणी आत्म साक्षात्कार होतो त्यावेळेला ही सगळी माया आटायला लागते आणि सत्य सामोरे येते. आणि ते सत्य म्हणजे आत्मा. जशी समुद्राच्या लाटा वाऱ्याच्या वेगाने उसळू लागतात आणि समुद्र खवळल्याचा भास होतो. परंतु ज्या क्षणी त्या लाटा ओसरू लागतात त्यावेळेला समजते कि त्यांचे वेगळे अस्तित्व नव्हतेच. ते त्या अफाट समुद्राचेच एक रूप होते.

श्लोक २४वा:

मय्यनन्तमहाम्भोधौ चित्तवाते प्रशाम्यति।
अभाग्याज्जीववणिजो जगत्पोतो विनश्वरः॥

अर्थ: अफाट समुद्रातील मनातला वारा शांत झाला कि तो व्यापारी जीव नष्ट होतो.

येथे जीवाला व्यापाऱ्याची उपमा दिली गेली आहे. आणि जगाला बाजाराची. त्या जीवाची कर्मे म्हणजे त्याचा व्यापार उद्योग. कर्मांची चांगली आणि वाईट फळे म्हणजे त्याचा नफा आणि तोटा. पण ज्या क्षणी आत्मज्ञानाने मन समाप्त होते त्यावेळेला व्यापारी जीव आणि त्याचा जगाचा बाजार उध्वस्त होतो कारण ही केवळ मनाची प्रतिबिंबे होती.

श्लोक २५वा:

मय्यनन्तमहाम्भोधावाश्चर्यं जीववीचयः।
उद्यन्ति घ्नन्ति खेलन्ति प्रविशन्ति स्वभावतः॥

अर्थ: किती नवलकारक मी एक किनाऱ्याशिवायचा समुद्र, प्रत्येकाच्या स्वभावाप्रमाणे उसळणाऱ्या, एकमेकांशी खेळणाऱ्या आणि काही काळानंतर समुद्रात विरघळून जाणाऱ्या लाटा एवढेच..

येथे स्वभावाप्रमाणे म्हणजे जीवाच्या प्रारब्धाप्रमाणे. अज्ञान संपले कि लाटा संपल्या. कर्मांचाही निचरा झाला. जनक राजा एका उच्च स्तरावरून आपल्या गुरूंना आपले अनुभव सांगत आहे.आता तो म्हणतो कि तो एक मर्यादित अस्तित्व नसून एका अमर्याद अस्तित्वाची अनुभूति करत आहे. केवळ अज्ञानामुळे त्याला आपल्या आत्म्याचा पूर्ण अनुभव नव्हता. आता त्याला आपल्या निरंतर, निरंजन स्वरूपाची ओळख झालेली आहे. एक छोटासा क्षण आणि केवढे मोठे परिवर्तन. जणू कृष्णाच्या विराट स्वरूपाचे अर्जुनाला झालेले दर्शनच.

गॉड पार्टिकल

संगिता कुलकर्णी, वडोदरा.

'देवोंके देव महादेव' ही मालिका आपण पाहीली असेलच. त्यात सतीच्या विवाह प्रसंगाच्या दिवशी शिव मंडपात येऊ नये म्हणून दक्ष खुप खबरदारी घेतो आणि मुद्दाम द्वारपाल म्हणून शिवाची मूर्ती दाराशी ठेवतो. दक्ष हे कदाचित विसरला की शिव– महादेव हे कणाकणात व्यापून आहेत. त्या मातीच्या मूर्तीत पण शिव तत्व आहे. म्हणूनच सतीच्या हातातली वरमाला त्या मूर्तीच्या गळ्यात पडताच शिव मूर्तीतून साक्षात प्रगट होतात आणि सतीचा स्विकार करतात.

आपण ही आज विसरलो आहोत की प्रत्येक कणाकणात शिव तत्व आहे. परमेश्वर आहे. कृमी, किटक, जिव, जंतु सगळ्यांचीच उत्पत्ती त्या सृष्टीकर्त्याने केली आहे. जो मानव जातीचा जनेता आहे. मग हे बॅक्टेरिया, व्हायरस हे सुध्दा आपले बांधवच आहेत. जे आपण साध्या डोळ्याने बघू शकत नाही. ईश्वरही आपल्याला दिव्य दृष्टी लाभली तरच दिसतो. त्यामूळे विज्ञानाला मानणारे लोकं आत्मा–परमात्म्याला अंधविश्वास मानतात. पण न दिसणाऱ्या बॅक्टेरिया – व्हायरस वर त्यांचा पूर्ण विश्वास आहे. त्यांच्यामते या जीवाणूंचा आपल्या शरीरावर परिणाम दिसून येतो. मग ह्या ईश्वर शक्तीचा आपण अनुभव करतोच ना. आपल्या सगळ्या आंतरिक क्रियांवर कोणाचे नियंत्रण आहे?

आपल्या साधकांपैकी बरेच जण सरांना आपला अनुभव सांगतात की आज स्वामी दिसले असे वाटते. पण भूत पाहिले असे ठाम सांगतात. स्वामींच्या दिसण्यावर शंका येते. आपला आपल्यावरच विश्वास नाही की आपल्याला ही काही दिव्य अनुभव होऊ शकतात.

देवाचे अस्तित्व कणा–कणांत, स्थूल–सुक्ष्मात आहे हे आज वैज्ञानिकांनीही मानले आहे. ज्या शास्त्रज्ञांनी "गॉड पार्टिकल" विषयी संशोधन केले त्यांना नोबेल पारितोषिक मिळाले आहे. त्याला गॉड पार्टिकल म्हटले कारण तो डोळ्यांनी दिसत नाही परंतु चैतन्यमय आहे.

प्रश्न हाच आहे की वातावरणात असलेल्या या सूक्ष्मातीत सूक्ष्म जिवाणूंची इतकी भिती आहे तर या सर्वव्यापी परमेश्वरावर श्रध्दा का नाही? या सर्वव्यापी परमेश्वराची हाजरी कुठल्या पॅथेलॉजिकल टेस्टने सिध्द होत नाही, पण आपला चालत असलेला श्वास ही त्याची अनूभूति नाही का? गुरुत्वाकर्षणाचे सगळे नियम तोडून एक गवताचे पाते जमीन चिरून बाहेर येते ही परमेश्वराची अनूभूति नाही का?

आपल्यातल्या भयाचा ॲन्टीडोट आहे श्रध्दा. जर आपण पूर्ण श्रध्देत असलो तर भयमुक्त होऊ शकतो. असुरक्षितता ही भय आणि श्रध्देच्या असंतुलनामुळेच येते. आपल्यातली जी चैतन्यशक्ती आहे, जी शिव चेतना आहे त्यालाच आपण आत्मा म्हणतो. ह्यामुळे आपण स्वतःचा व बाह्य जगताचा अनुभव घेतो. ही आस्तिकता किंवा केवळ आध्यत्माचाच विषय नाही. क्वॉटंम फिजिक्स पण हेच मानते की संपूर्ण जगत ॲनर्जी आणि स्पंदनावर टिकून आहे. जी ॲनर्जी संपूर्ण ब्रम्हांडाचे संचालन करते यालाच आपण 'शिवतत्व' मानतो.

विश्वाच्या कुठल्या कोपऱ्यात उद्भवलेला हा व्हायरस जर ट्रान्समिशन द्वारे सगळ्या जगात वेगाने पसरून विनाश करू शकतो तर ही शिव चेतना तर त्याहीपेक्षा वेगाने ट्रान्समिट होऊ शकते यावर आपली श्रध्दा हवी. परंतु जे दिसत नाही त्यावर श्रध्दा कशी ठेवणार? या विश्वात जेवढया अलौकीक, गूढ आणि अद्भूत शक्ती आहेत त्या सगळ्या सदृश्यच आहेत.

जगात जे जे काही दृश्यमान आहे ते सगळे नश्वर आहे पण जे निराकार आहे ते शाश्वत आहे. जे काही निर्गुण, नित्य, निराकार आणि निर्विशेष आहे ते सगळे शिवस्वरूप आहे, जे शाश्वत आणि अनंत आहे. जे अव्याख्यायित.. आहे, अवर्णनीय आहे. शिव म्हणजे गहन मौन, शून्यता, नथींगनेस. जी शून्यता जिथून आपण आलो आणि शेवटी तिथेच आपण जाणार आहोत. भय हा आपला स्वभाव नाही. आपला मूळ स्वभाव सद्चिद् आनंद, शिव आहे. शिवाशी जोडून राहीलो तर भय राहणार नाही. म्हणून आज संकल्प करू या की "आपण सगळे या शिवचैतन्याशी एकरुप झालो आहोत." आणि जर एकरुपता साधली तर पुढचे पाऊल आहे भयमुक्त होण्याचे, एखाद्या लहान बालकाप्रमाणे.

श्रद्धेच्या लाटेचा प्रभाव
काही जबरदस्त अनुभव

आशिष मुळे

रेकि, स्वामींच्या पादुकांचे तीर्थ आणि अग्निहोत्र भस्म यांच्या उपयोगाचा एक विलक्षण अनुभव.

१० मे २०२१ रोजी दुपारी मी ऑफिस मध्ये माझा सहकारी धर्मेश याला कामासाठी बोलावले होते. पण त्याने मला सांगितले की तो जबरदस्त टेन्शन मध्ये आहे. सगळीकडे पळापळी करत आहे. त्याच्या वडिलांना करोना नंतर बुरशीची लागण झाल्याची शंका डॉक्टरांना आहे. पाठीच्या कण्यात झालेली ही बुरशी म्हणजे कदाचित म्युकोर मायकोसिस आहे असे डॉक्टरांना वाटत आहे, एकूण ४ डॉक्टरांचे मत घेऊन झाले आहे आणि सगळ्यांची ऑपरेशन शिवाय गत्यंतर नाही अशी खात्री पटली आहे.

सर्व हकीकत समजल्यावर मी त्याला बाबांचा (श्री नवीन भाई पटेल) यांचा फोटो आणि त्यांना झालेल्या आजाराविषयी थोडी माहिती लिहून पाठव अशी विनंती केली, जेणेकरून मला हे सर्व आमच्या रेकिच्या ग्रुपवर पाठवता येईल व आम्ही सर्व रेकि साधक त्यांच्या प्रकृती स्वास्थ्यासाठी रेकि पाठवू शकू. त्याने काही वेळातच ही माहीती आणि फोटो पाठविला. आम्ही रेकि द्यायला सुरुवात केली. इतक्यात मला चंद्रेश भाईंना फोन आला. आमच्या साधकांपैकी कोणाचा वाढदिवस असेल तर आम्ही सर्व जण त्याच्यासाठी स्वामींच्या पादुकांवर रुद्राभिषेक करून त्याचे तीर्थ त्या साधकाला पाठवतो. त्यांनी मला विनंति केली की संध्याकाळी ऑफिस मधून येताना संगीताताईंकडे जाऊन रुद्राभिषेकाचे तीर्थ घेऊन ये. चंद्रेश भाईंच्या मुलाचा शिवांगचा वाढदिवस म्हणून तीर्थ देवरुखवरून संगीताताई घेऊन आल्या होत्या.

मला अचानक लक्षात आले, की हे तीर्थ देवरुखच्या आपल्या स्वामींच्या पादुकांवरच्या रुद्राभिषेकाचे पवित्र तीर्थ आहे. मी चंद्रेशभाईला म्हणालो की आपण थोडे तीर्थ नवीन भाईला पण द्यायचे का? आणि चंद्रेशभाई देखील ताबडतोप तयार झाले.

संध्याकाळी मी धर्मेश भाईंकडे जाऊन त्यांना तीर्थ दिले, अग्निहोत्र भस्म दिले आणि त्याचा कसा उपयोग करायचा हे देखील समजावून सांगितले. तीर्थ वडिलांनाच द्यावे हे पुन्हापुन्हा सांगितले. त्यांनी मला सांगितले की आता टेस्ट पूर्ण झाल्या आहेत, पण ऑपरेशनचा धोका अजूनही आहेच.

३६ तासानंतर, १२ मे ची सकाळ. मला धर्मेश भाईंचा मेसेज आला की त्यांनी अजून एका डॉक्टरचे मत घेतले आणि आता ऑपरेशन सुरु झालेले आहे. त्यांनी मला हे देखील सांगितले की वडिलांना तीर्थ दिले आहे, भस्म देखील दिलेले आहे. काही तासानंतर पुन्हा त्यांचा फोन आला. ऑपरेशन यशस्वी झाल्याचे सांगितले आणि नवीन भाईंनी स्वतः सर्व साधकांचे आभार व्यक्त केले आहेत. सगळ्यात आश्चर्याची गोष्ट म्हणजे, धर्मेश भाईला डॉक्टरांनी तपासणी करून सांगितले की इन्फेक्शन हे बुरशी नव्हतेच मुळी. धर्मेश भाईंनी डॉक्टरांना आश्चर्याने विचारले, मग आधीचे डॉक्टर ताबडतोप ऑपरेशन करा म्हणत होते, ते मग चुकीचे होते का? पण डॉक्टर म्हणाले आता आपण झाल्या गोष्टी पुढे आणण्यात काहीच हशील नाही.

धर्मेश भाई नंतर मला भेटले आणि त्यांनी अगदी प्रामाणिकपणे कबूल केले की एनर्जी (चैतन्य) शास्त्र महान आहे. मी त्याचा प्रत्यक्ष अनुभव आता घेतला.

सदर अनुभव आपले साधक श्री आशिष मुळे यांनी दिलेला आहे, वरील सर्व प्रसंगावर त्यांनी देखील एक निरिक्षण नोंदविलेले आहे ते पुढीलप्रमाणे –

ऑपरेशन १२ मे रोजी केले गेले, पण त्यासाठी ग्राह्य धरलेले रिपोर्टस हे ९ व १० मे चे होते. म्हणजेच स्वामींच्या पादुकांचे तीर्थ देण्याअगोदरचे, अग्निहोत्र भस्म घेण्याअगोदरचे आणि रेकि उपचार सुरु होण्यापूर्वीचे. त्यामुळे मुळातच ऑपरेशन होण्या अगोदरच इन्फेक्शन बरे झाले होते. कदाचित त्यांनी ऑपरेशन पूर्वी अजून एकदा टेस्टस केल्या असत्या तर हे अगदी उघड झाले असते.

माझा पांडुरंग

माझा पांडुरंग पंढरीच्या देवळात नाही
माझा पांडुरंग वीटेवर नाही
दोन्ही हात त्याचे कटेवर नाही
मन माझे भेटीसाठी व्याकूळ झाले
पंढरीच्या राजास शोधाया निघाले ॥धृ॥

वाटेत कुणी एक सावळासा भेटला
गाडगेबाबापरी देह त्याचा भासला
वसा निर्मळतेचा हाती झाडू होता
माझा पांडुरंग त्याच्यात होता

माझा पांडुरंग वीटेवर नाही
दोन्ही हात त्याचे कटेवर नाही ॥१॥

कुण्या एका भक्ताचा जीव कोंडत होता
त्याला श्वास देण्यासाठी कोण धावत होता?
कुण्या एका आईचे अश्रू पुसत होता
माझा पांडुरंग त्याच्यात होता

माझा पांडुरंग वीटेवर नाही
दोन्ही हात त्याचे कटेवर नाही ॥२॥

सांडूनी झोप ती अहोरात्र जागत होता
हातामध्ये काठी त्याच्या उभा चौकात होता
रक्षणाची आण घेऊनी खाक्या वर्दीत होता
माझा पांडुरंग त्याच्यात होता

माझा पांडुरंग वीटेवर नाही
दोन्ही हात त्याचे कटेवर नाही ॥३॥

शेतामध्ये सावतामाळी जसा राबत होता
उन्हातान्हामध्ये भाजी विकत होता
कुण्या भुकेल्याची भूक भागवत होता
माझा पांडुरंग त्याच्यात होता

माझा पांडुरंग वीटेवर नाही
दोन्ही हात त्याचे कटेवर नाही ॥४॥

माझा पांडुरंग ठायी ठायी आहे
माझ्या पांडुरंग हृदयात आहे
माझा पांडुरंग तुझ्यात आहे

माझा पांडुरंग माझ्यात आहे
माझा पांडुरंग वीटेवर नाही
दोन्ही हात त्याचे कटेवर नाही ॥५॥

गौरी जयेश टेमकर, पुणे.

स्वामी विवेकानंद आणि ध्यान

लेखांक १६वा

अनुवादक : श्री प्रांजल जोशी, पुणे

अष्टांगयोग

राजयोग अष्टांगयोग म्हणूनही ओळखला जातो, कारण त्यामध्ये देखील आठ महत्वाच्या पायऱ्या (वा आठ महत्वाचे नियम) सांगितलेले आहेत. त्याचा तपशील पुढीलप्रमाणे –

सर्वप्रथम **"यम"**. हे सर्वात महत्वाचे आहे आणि आयुष्यभर याचे पालन करणे गरजेचं आहे. त्याचे पाच उप–विभाग आहेत :

१) विचार, शब्द किंवा कृतीतून कोणासही इजा न पोहोचवणे.

२) लोभविहीन विचार, शब्द आणि कृती याचे पालन करणे.

३) विचार, शब्द आणि कृती मध्ये पवित्रता असणे.

४) विचार, शब्द किंवा कृतीत परिपूर्ण सत्यता असणे.

५) भेटवस्तू न स्विकारणे (कोणाचे उपकार न ठेवणे).

दुसरी पायरी म्हणजे **"नियम"** – शारीरिक देखभाल, दररोज आंघोळ करणे, आहार इ, बाबतची शिस्त

तिसरी पायरी **"आसन"** – खांदे, डोके आणि पाठ सरळ रेषेत ठेवून कणा शिथिल ठेवून बसण्याचा सराव.

चौथी पायरी **"प्राणायाम"** – श्वास घेणे, रोखणे अन सोडणे (प्राणाचे नियमन)

पाचवी पायरी **"प्रत्याहार"** – मनाचे संयमन करणे, त्याला बाह्य गोष्टीत भरकटू न देता अंतर्मुख करणे.

सहावी पायरी **"धारणा"** – एकाच विषयावर एकाग्रता साधणे.

सातवी पायरी **"ध्यान"**

आठवी पायरी **"समाधी"**, आपल्या सर्व प्रयत्नांचे अंतिम उद्दीष्ट.

राज–योगाद्वारे भगवंताकडे येऊ इच्छितो तो शारीरिक, मानसिक, नैतिक आणि आध्यात्मिकदृष्ट्या मजबूतच हवा. म्हणूनच तुमचे प्रत्येक पाऊल त्या दिशेनेच उचला.

योगाभ्यासाची त्रिसूत्री

व्यक्तिमत्व बाहेर आणण्याचा प्रयत्न करणारा हा धडा आहे. "कल्पनाशक्ती हे प्रेरणेचे द्वार आहे आणि त्याचा आधार आहे विचार" सर्व प्रेषित, कवी आणि संशोधक या सर्वांकडे प्रचंड कल्पनाशक्ती होती. निसर्गातील चमत्कारांचे स्पष्टीकरण आपल्या आतमध्येच दडलेले आहे, दगड वरून खाली पडतो, परंतु ते गुरुत्वाकर्षण आपल्या आत असते, बाहेरून कोठून ते येत नाही. ते आपल्याच समजेत दडलेले असते.

जे खूप अन्न सेवन करतात किंवा जे उपासमार करतात, खूप झोपतात किंवा खूप जागरण करतात ते योगी होऊ शकत नाहीत. अज्ञान, चंचलपणा, मत्सर, आळशीपणा आणि भौतिक गोष्टींचा हव्यास हे मोठे शत्रू आहेत.

योगाभ्यासात यश मिळविण्यासाठी तीन गोष्टींची आवश्यकता असते–

एक – शारीरिक आणि मानसिक शुध्दता,

अस्वच्छता आणि अपवित्रता मग ती कोणत्याही प्रकारची असो, मनाला कमकुवत बनवितात, त्यामुळे त्यांचा त्याग करणे आवश्यक असते.

दोन – संयम,

योगाभ्यासामुळे सुरुवातीला आश्चर्यकारक अनुभव येतात, परंतु नंतर ते सर्व थांबतात. हा कठीण कालावधी असतो. पण तरीही संयम ठेवून योगाभ्यास चालू ठेवा.

तीन – चिकाटी,

शरीराची पर्वा न करता, निरोगी असताना किंवा नसताना, आजारपणात देखील, योगाभ्यास एक दिवसही चुकवू नका.

मनाचे चार पैलु

मनाचे चार पैलु आहेत. पहिला पैलु म्हणजे मानस , जाण वा आकलन शक्ती. विचारांची विद्याशाखा. जी सहसा पूर्णपणे वाया जाते, कारण ती अनियंत्रित आहे, पण जर तिचे व्यवस्थित नियमन केले तर तीच एक अद्भुत शक्ती बनते.दुसरा पैलु – बुध्दी, तिसरा पैलु– अहं, आत्म–जागरूक अहं, आणि चौथा पैलु–चित्त, ज्याद्वारे सर्व विद्याशाखा कार्य करतात. हा मनाचा आधारस्तंभ आहे. हे एका अथांग समुद्रासारखे आहे ज्यात उठणाऱ्या लाटा म्हणजेच वेगवेगळे विचार आणि त्याची मालिका.

योग हे एक फार मोठे विज्ञान आहे ज्याद्वारे आपण चित्त वेगवेगळ्या विचारांच्या मालिकांमध्ये रुपांतरित होण्यापासुन परावृत्त करू शकतो, त्याला स्थिर करु शकतो. समुद्रावर पडणारे चंद्राचे प्रतिबिंब समुद्रातुनच उठणाऱ्या लाटांमुळे तुटलेले, अस्पष्ट किंवा विखुरलेले भासते. अगदी तसेच काहीसे आत्म्याच्या बाबतीत होते. मनात उठणाऱ्या विचार लाटांमुळे आत्म्याचे प्रतिबिंब तुअटलेले, अस्पष्ट किंवा विखुरले जाते. पण एकदा का समुद्र स्थिर झाला, की मग तेच चंद्राचे प्रतिबिंब समुद्राच्या पाण्यावर अगदी आरशासारखे सुस्पष्ट दिसु लागते. अगदी तसेच जेव्हा चित्त स्थिर होईल, तेव्हा आत्म्याचे प्रतिबिंब सुस्पष्ट दिसेल.

रेकि आणि अग्निहोत्र एक सोनेरी मिलाप

भाग्यश्री पुरोहीत, नाशिक.

ज्या दिवशी रेकि माझ्या आयुष्यात आली त्याच दिवशी अग्निहोत्राची ओळख झाली. सेमिनार संपल्यावर याबद्दल थोडी माहिती देण्यात आली. तो एक प्रकारचा यज्ञच आहे. किती छान. लहानपणी पौराणिक मालिकांमध्ये किती मोठे यज्ञ पाहिले होते. तेव्हापासूनच यज्ञ, याग, होम–हवन याबद्दल मनात प्रचंड उत्सुकता होती. एकदा आमच्याच गावात गणेश याग पाहण्याचा योग आला. पण त्यासाठी लागणारी सामग्री, तयारी, वेळ हे सारं पाहून वाटलं होतं आपल्याला कधीच नाही का करता येणार असा यज्ञ ? पुढे देवरुखला सेमिनार संपल्यावर झालेल्या अग्निहोत्राच्या नवीन ओळखीने मनातली ती जुनी उत्सुकता परत जागी झाली. आपण तर हे सहज करू शकू. पण दिवसातून फक्त दोनदा दोन आहुत्या देऊन एवढा असा काय परिणाम होणार आहे असही मनाला वाटून गेलं. पण तरीही आवड म्हणून घरी अग्निहोत्र सुरू केलं. आणि अग्निहोत्राच्या अनुभवाची एक साखळीच सुरु झाली.

साधारण २०१० ते २०११ सालच्या दरम्यान आईला सिव्हीअर स्लीप डिस्कचं निदान झालं. आम्ही एक दोन डॉक्टरांना दाखवलं, क्ष्ल्‍ काढले. त्यांचं म्हणणं एकच होतं की तात्काळ शस्त्रक्रिया करावी लागेल. कारण तिच्या एका हाताच्या व एका पायाच्या संवेदनाच गेल्या होत्या. तिला जेवताना हातात घासही धरता येत नव्हता. चालतानाही तोल जायचा. चालही तिरकी झाली होती. आमच्या तर पायाखाली जमीनच सरकली. डॉक्टर म्हणाले की या शस्त्रक्रियेच्या यशाची १०० % खात्री देऊ शकत नाही पण परिस्थिती अशी आहे की ऑपरेट करण्याशिवाय दुसरा पर्याय नाही. तरीही गेलेली संवेदना परत कधीच येणार नाही पण शस्त्रक्रिया केली तर संवेदना जाण्याची प्रक्रिया थांबू शकते. यावर कोणतेही औषध नाही.

कोणताही निर्णय घेण्याआधी श्री. अजित सरांना फोन केला ते म्हणाले शस्त्रक्रिया करण्याची घाई करू नका. आईला काही दिवसांसाठी देवरुखला मठात घेऊन ये, मी आणि आई मठात गेलो राहायला. सरांनी रिपोर्ट बघितले. रोज रेकि उपचार सुरु झाले. सरांनी आईचं ऑप्ण ऑपरेशन केलं. रेकि चालू ठेवायला सांगितली आणि अग्निहोत्र भस्माचं मलम रोज मणक्याला आणि संवेदना गेलेल्या भागावर लावायला सांगितलं. रोज घरी अग्निहोत्र करणे, अग्निहोत्र भस्म आईला खाऊ देणे हे उपाय सुरु ठेवले. आता प्रचंड वेदना जाणवू लागल्या. वेदना वाढल्या. संवेदना येण्याचं हे पहिलं लक्षण होतं. रोज अग्निहोत्र मलम आणि रेकि उपचार चालूच होते. एकही ॲलोपॅथीची गोळी आई घेत नव्हती. तरीही दिवसेंदिवस आईच्या हालचालींमध्ये सुधारणा होताना दिसत होती. मलम लावल्याने हळू हळू वेदना कमी होऊ लागल्या. डॉक्टरनी सांगितलं होतं की गेलेल्या संवेदना परत कधीच येणार नाहीत पण आईच्या तब्बेतीत होणारी सुधारणा डॉक्टरांच्या मानण्याला खोडून काढत होती. ज्या आईला चालताना आधार द्यावा लागायचा, जिला एक पायरीही चढता येत नव्हती, जी स्वत:च्या हाताने बोटांची साधी हालचालही करू शकत नव्हती तिच आई शस्त्रक्रिया न करता आज आधाराविना चालू शकते. आज स्वत:च्या हाताने स्वयंपाक करून आम्हाला खाऊ घालते. तिच्या आजारपणाने रेकि, अग्निहोत्र याचं महत्व काय आहे हे दाखून दिलं. सर नेहमी म्हणतात की एखादी घटना आपल्याला काहीतरी शिकवण्यासाठीच घडते. या आजारपणाने आम्हाला बरंच काही शिकवलं. रेकि आणि अग्निहोत्रावरचा विश्वास दृढ झाला.

ही अग्निहोत्राची एवढीशी प्रक्रिया काय आणि किती परिणाम करणार या माझ्या मनातल्या शंकेला या घटनेने पार धुऊन काढलं. जशा दोन पवित्र नद्या एकत्र आल्या की त्या संगमाला अनन्य साधारण महत्व असतं तसाच रेकि आणि अग्निहोत्राचा संगमही अनन्य साधारणच आहे !!

रेकि सोबतची 10 वर्षे

मीना भावे, वडोदरा.

१८ जुन २०११ या दिवशी रेकिचा दिव्य स्पर्श माझ्या आयुष्याला झाला त्याला आज १० वर्षे पूर्ण होत आहेत.

आत्म्याच्या प्रवासाचा विचार करता १० वर्षाचा कालखंड अगदीच नगण्य आहे पण एखाद्या व्यक्तीच्या आयुष्याचा विचार केला तर हा कालावधी तसा मोठाच म्हणावा लागेल आणि जर या काळात आत्म्याच्या प्रवासाला दिशा आणि बळ मिळाले असेल तर या कालावधीचे महत्व आहेच. याच जाणिवेतून अगदी तटस्थपणे रेकिमुळे जीवनात जे बदल झाले किंवा मला जे जाणवले ते मांडण्याचा हा प्रयत्न आहे. खरेतर ही एक निरंतर चालणारी प्रक्रिया आहे पण या वळणावर मागे वळून बघणेही रंजक ठरेल. असो.

आयुष्य चाळिशीला सुरु होते म्हणतात. माझ्याबाबतीत ते अगदी खरे आहे कारण मा रेकिने तिच्या पदराखाली घेतले तेव्हा मी चाळीशीची होते. आता पर्यंतच्या आयुष्यातून एक गोष्ट दृढपणे लक्षात आली होती की आयुष्य फक्त पैसे, प्रसिध्दी, व्यवसायातील यश मिळवणे आणि ते उपभोगणे एवढेच मर्यादित नाही आहे कारण एका मर्यादेपेक्षा जास्त आनंद त्यातून मला मिळू शकणार नाही. मग पुढे काय याचा विचार सुरु झाला, वेगवेगळे मार्ग चोखाळले पण मन कुठेही जास्त काळ रमत नव्हते. अर्थात याला माझी धरसोड वृत्ती ही कारणीभूत असावी. एखाद्या गोष्टीची गोडी नवीन गोष्ट समजेपर्यंत / शिकेपर्यंतच टिकायची. याच कालावधीत मैत्रीणीकडून रेकि विषयी समजले आणि फक्त एक उत्सुकता म्हणून रेकि शिकण्याचा निर्णय घेतला, तेव्हा भविष्यात संपूर्ण आयुष्यच रेकिमय होईल याची कल्पनाही नव्हती.

रेकि शिबिरातील पहिल्या–दुसऱ्या सत्राचा प्रभाव असा जबरदस्त होता की रेकि म्हणजे काय हे समजून घेत असताना अगदी आतून जाणवले की आपल्याला पुढे आयुष्यभर हेच करायचे आहे. तेव्हा प्रत्येक गोष्ट डोक्यानी ठरवणाऱ्या मला मी लगेच 'थांब ! इतकी घाई नको' असे बजावले. पण या शिबिरात हृदयातील अगदी योग्य तारा छेडल्या गेल्या होत्या.

सुरुवातीला रेकि मी अगदी प्रक्रिया समजून करत असे. अभ्यासाशिवाय इतकी कुठलीच गोष्ट मी चिकाटीने केली नसेल. पण अगदी साधे साधे अनुभव येत गेले आणि रेकि दैनंदिन आयुष्याचा भाग झाली.

याच वर्षी (२०११) ८ व ९ ऑक्टोबरला दुसऱ्या डिग्रीचा प्रसाद मिळाला, मग त्यानंतर स्टडी सर्कल, RVN news leteer मधील लेख, अनुभव या साऱ्यांमुळे रेकिच्या व्यापाकतेची जाणीव होऊ लागली. जुलै २०१२ मध्ये गुरुपौर्णिमा उत्सवाच्या निमित्ताने बऱ्याच साधकांशी परिचय झाला आणि अगदी कमीत कमी बोलणारी, फारसे लोकांत मिसळणे न आवडणारी मी अगदी सहजपणे ढळछ चा भाग झाले. या दठअइउ मध्ये राहण्याची जादू काय असते ते समजू लागले आणि देवरूख आश्रमाचे वेध लागले. जानेवारी २०१३ मध्ये जायचे नक्की केले पण स्वामींची योजना वेगळी होती. डिसेंबर एन्ड २०१२ ला एक मोठा अपघात झाला. या काळात रेकिचे खूप अनुभव घेतले आणि डॉक्टरांच्या अपेक्षेपेक्षा २ महिने आधीच रूटीन सुरु झाले. रेकि वरील विश्वास दृढ झाला. आता रूटीन मध्ये फिजिओ थेरपीची भर पडली आणि सकाळी ८ला घराबाहेर पडणारी मी exercise आटपून संध्याकाळी ६.३० पर्यंत घरी येत असे. जवळजवळ २०१३ डिसेंबर पर्यंत माझे हेच रूटीन होते त्यामुळे स्टडी सर्कल वगैरेला जाणे जमत नसे. याच सुमारास रेकिब्रम्ह गुगल ग्रुप वरून मेल यायचे पण बंद झाले. (माझ्याकडून चुकीने unsubscribe झाले असे मला अजूनही वाटत नाही). Space मध्ये रहाण्यासाठी मी काय करावे हे मला समजत नव्हते. RVN ची वेबसाईट हा एकच मार्ग Space मध्ये ऱहाण्यासाठी माझ्याकडे होता. जुनी ढळछ ची न्युज लेटर्स वाचणे, VDOs पाहणे हे उद्योग करून मी Space मध्ये रहायचा प्रयत्न करत असे.

२०१४ साली अजून खाली जमिनीवर बसणे उठणे नीट जमत नव्हते त्यामुळे घरी व्यायाम सुरुच होता. पण स्टडी सर्कल सुरु करता येईल असा विचार करताना समजले की आता स्टडी सर्कलचे स्वरूप आणि वेळ दोन्ही बदलले आहे आणि ऑफीस सुटल्यानंतर तिथे पोहोचणे अवघड आहे त्यामुळे तो विचार सोडून द्यावा लागला. एका टप्प्यावर news letters सुध्दा नियमितपणे अपलोड होणे बंद झाले तेव्हा हे काय होतयं ह्या विचाराने काही वेळा फार अस्वस्थ वाटत असे. रेकि घेत होते तरी हातातून काहीतरी निसटून जातंय असे सतत वाटायचे आणि ते खरंही होत. या दरम्यान एक अतिरुद्र पूर्ण झाला पण मला त्याची गंधवार्ताही नव्हती.

पुढील जवळजवळ दोन वर्षे मी RVN च्या परिघाबाहेरच होते. याच सुमारास ऑफीसमध्ये प्रचंड काम आणि उशिरापर्यंत थांबणे सुरु झाले आणि रोज रेकि घेणेही जमेनासे झाले. पण तरीही मी बऱ्यापैकी स्वस्थ होते कारण माझ्या दोन भाच्या–भावाच्या मुली. रविवारी त्याच्यांबरोबर अगदी मोकळ्या मैदानातून पाहीलेले सूर्यास्त, पाऊस सुरु होण्याआधी राजमहालात जाऊन बघितलेले पिसारा फुलवून बेभानपणे नाचणारे मोर (आणि झाडाखाली उभे राहून आतून आणि बाहेरून भिजण्याचा आनंद घेणारे आम्ही). ती दहीहंडी, त्या नाटुकल्या, वीज गेल्यावर गायलेली गाणी, सांगितलेल्या गोष्टी, सांकेतिक भाषेतले बोलणे अशा अनेक प्रकारे माझे बालपण मी परत जगत होते आणि समृध्द होत होते. त्यांच्याबरोबर असताना एका वेगळ्याच जगात असल्यासारखे वाटायचे. वेळेचे, आजूबाजूच्या परिस्थितीचे भानही राहत नसे. जणूकाही वेगळ्याप्रकारे मी Space मध्ये होते.

आत कुठेतरी श्रध्दा आणि सबुरी हा मंत्र जपत असतानाच "ये दिल मांगे मोर" अशी काहीशी अवस्था झाली होती. ब्रम्हविद्या या नावाने काही श्वसन आणि ध्यानाचे प्रकार शिकले पण काही महीन्यातच हे माझ्यासाठी नाही हे लक्षात आले.

पुढे २०१७ साल उजाडले ते माझ्यासाठी नवीन प्रकाश घेऊनच. जानेवारी महिन्यात Baroda Healers what's up ग्रुप वर कोणीतरी अॅड केले आणि फेब्रुवारीत होणाऱ्या इंटेन्सिव्ह प्रोगॅम बद्दल समजले.

या तीन दिवसाच्या शिबिराने संपूर्ण आयुष्याला वेगळेच वळण लागले. या शिबिरामुळे अंतरी गुरुंची ओळख पटली. TM आणि अग्निहोत्राशी परिचय झाला. त्याच वर्षी स्वामींनी देवरुखला बोलावून घेतले. ऑफीस मध्ये दुसऱ्या आणि चवथ्या शनिवारी सुट्टी सुरु झाली आणि स्टडी सर्कलला, रेकि सेमिनारला सेवेकरी म्हणून जाणे सुरु झाले. रेकि बद्दलची जाण वाढू लागली आणि एकूणच जीवनाकडे बघण्याचा दृष्टीकोन बदलला. मी अंतर्मुखच होते पण आता हळूहळू स्वत:ची ओळख पटू लागली. आयुष्याचे प्रयोजन सापडले आणि गुरुकृपेने व्यावसायिक आयुष्याला पूर्णविराम देण्याचा मोठा निर्णय घेऊ शकले. त्यानंतर आयुष्यात अनेक घटना इतक्या वेगाने घडल्या की अजून त्याच्या प्रभावाखाली आहे. त्यामुळे त्याबद्दल तटस्थपणे विचार करणे आत्तातरी शक्य नाही.

१० वर्षात काय बदल झाला हा विचार करताना या गोष्टी ठळकपणे जाणवल्या.

१. मनातील भाव जागृत झाला. पूर्वी आयुष्यात डोक्याचा वापर जास्त करत असे आणि भावनांचे स्थान मागच्या बाजूला होते. इंट्युशन पेक्षा लॉजिकचा वापर जास्त होत असे पण आता आतल्या आवाजाची शक्ती समजू लागली आहे आणि जीवनात भावनेला योग्य स्थान प्राप्त झाले.

२. कोणत्याही बाबतीत अट्टाहास ठेवणे खूपच कमी झाले. प्रत्यक्ष गोष्ट लगेच समजली पाहीजे, आली पाहीजे ही

भूमिका जाऊन योग्य वेळी योग्य गोष्टी समजतील आणि येतील ही जाण आली. कोणतीही गोष्ट सहजपणे नैसर्गिकपणे झाली पाहिजे हे ध्यानात आले.

३. आपल्या आयुष्याची दोरी फक्त आणि फक्त आपल्याच हातात असते किंवा हवी हा भ्रम दूर झाला. देवाने इतके सक्षम केले आहे तर आता त्याच्यावर काय सारखा भर टाकायचा असे माझे विचार होते.

४. वाहनावरून उड्डाणपूल पार करताना खूप भीती वाटायची. तो फोबिया दूर झाला.

५. शारीरिक स्तरावर आधी, मला आठवतंय तेव्हापासून, ३६५ दिवसातून ३६० दिवस सर्दी, सायनस वगैरेचा त्रास होता. ऋतू बदल झाला की हमखास सुट्टी घ्यावी लागत असे (शाळा आणि ऑफिसातून). व्हर्टिगोचा सुध्दा खूपच त्रास होता. मोशन सिकनेस तर इतका प्रचंड होता की घरी कोणी झोपाळ्यावर बसून झोका घेतला तरी चक्कर आल्यासारखे वाटत असे. अगदी ट्रेन मध्ये उलट दिशेला बसून प्रवास करताना पण त्रास होई. आता यापैकी कोणताही त्रास होत नाही. (ऑफिस मधील मैत्रिणीने तुझ्या Sick leave आता वापरल्या जात नाहीत हे सांगितले तेव्हा लक्षात आले.)

६. देवाबद्दल आदर आणि श्रध्दा होती. लहानपणीच्या सवयीमुळे / घरातील संस्कारांमुळे रोजचे स्तोत्र पठण वगैरे करत असे पण भीतीमुळे लोक भक्ती करतात त्यामुळे भक्ती वगैरे हा आपला प्रांत नाही अशी समजूत होती. माझ्यात भक्तीचा उदय केव्हा झाला ते कळलेच नाही. भगवंताशी नाते जोडणे किती सुंदर आहे.

७. पूर्वी अगदी साधे पेन हरवले तरी मी कासावीस होत असे. पेन किंवा त्या वास्तूमधील भावनिक नात्यामुळे नाही तर माझ्याकडून हरवलीच कशी या विचाराने अस्वस्थ होत असे. आता कोणतीही वस्तू हरवली तर त्या वास्तूशी असलेला ऋणानुबंध संपला हे जाणून हरवलेल्या वस्तूला रेकि देऊन विषय संपवते.

८. स्वत:बद्दल अवास्तव अपेक्षा बाळगणे आणि त्या पूर्ण करण्यासाठी हायहाय करणे हा मूर्खपणा आता थांबला आहे.

९. आधी मी ठरवल्याप्रमाणे गोष्टी घडल्या नाहीत तर हे असे का घडले याचा मी सतत विचार करून स्वत:ला त्रास करून घेत असे आता स्विकारभाव जागृत झाल्यामुळे परिस्थितीप्रमाणे सहज स्वत:त बदल करायला पाहिजे याचे भान आले आहे.

१०. स्वत:चा स्विकार केल्यामुळे परिस्थितीचा, लोकांचा, वातावरणाचा सहज स्विकार करणे आता बऱ्यापैकी जमते.

११. पूर्वी मुक्या जनावरांना त्रास न देणे किंवा आपल्यामुळे कोणा दुसऱ्याला (व्यक्ती, पशुपक्षी, निसर्ग) त्रास होऊ नये/नुकसान होऊ नये इतपत मजल गेली होती आता माझ्या – त्यांच्यातील connection / नाते यांचे भान आले आहे.

१२. एकदा कचऱ्याच्या डब्याचे झाकण पायाने उघडायला गेले पण झटकन पाय मागे झाला. कोणाला चुकून पाय लागला तर नमस्कार करतो आपण आणि मी जाणूनबुजून कितीतरी वर्षापासून पाय लावत होते बापरे किती ही मग्रुरी. पण रेकि रोजच्या जीवनातील इतक्या साध्या क्रियेवर पण कसा परिणाम करते हे लक्षात आले. केवळ अद्भुत !

१३. व्यक्त होणे ही खरतर प्रत्येकाची मानसिक गरज आहे. स्वत:ला व्यक्त करणे माझे बहुतेक थांबलेच होते. शाळा–कॉलेज नंतर लिहीणे, कविता सर्व बंद झाले होते. आता कधीतरी थोडेफार लिहिले साते.

१४. ऑफिसमधील कामात तर अगदी गहाळ झालेली कागदपत्रे शोधण्यापासून ते Team Building पर्यंत रेकिमुळे अनेकदा सर्व काही सुरळीत झाल्याचा अनुभव आहे.

खरंच, रेकिने सर्वच स्तरांवर माझ्यात सकारात्मक बदल केलेत. फक्त सेमिनार मध्ये सांगतात तशी माझी झोप मात्र कमी झाली आहे असे मला वाटत नाही. पूर्वी गादीवर पडल्यापडल्या झोप लागायची आणि बाबांनी उठवले की उठायचे आता गजर लावते हाच काय तो फरक. कधीकधी तो ऐकायलासुध्दा येत नाही.

ही तर अजून सुरुवात आहे. खुप लांबचा पल्ला गाठायचा आहे याची मला जाणीव आहे. पण सुरुवात झाली ह्याचेही समाधान आहेच.

यापुढे फक्त जास्तीत जास्त लोकांचे healing या हातांद्वारे घडावे हीच इच्छा आहे.

अकलसे खुदा पहचानो ॥

9

श्री स्वामी समर्थांच्या अक्कलकोट मुक्कामी त्यांच्या तोंडचे हे एक गाजलेले वाक्य. एक यवन युवक आला आणि त्याने स्वामींना न ओळखून स्वामींनाच प्रश्न केला, स्वामी कोठे आहेत? स्वामींनी एका क्षणात सांगितले कि अक्कलसे खुदा को पहचान अकलेने देवाला ओळख. त्या माणसाला स्वामी समोर असून ओळखता आले नाहीत, डोळे बघत असतात परंतु त्या डोळ्यांबरोबर जर जागृत मन नसेल तर ओळखणे होत नाही केवळ बघणे होते.

देवाला ओळखायला एक लायकी लागते, साधनेच्या मार्गाने मनात जागृति आली कि बाह्य चक्षुंना अंतर्चक्षुंची मदत मिळते आणि देव दर्शन होते. मगच देवाची ओळख पटते. आतल्या आत्म्याची ग्लानी उतरायला हवी. त्या आत्म्यामध्ये देवाच्या छबी आहेत त्याच्याशी अंतर्चक्षुंना पडताळून पाह्यला येता हवे. अहंकाराच्या डोळ्यांमधून परमेश्वराची ओळख कधीच पटणार नाही. अहंकारामध्ये परमेश्वरी संदर्भाला स्थानच नसते. संदर्भच नाही तर ओळख कोण आणि कशी पटवणार?

ओळख पटायला मनाला ह्या क्षणात वर्तमानात जगायला हवे. भूतकाळातील भूते पाहताना देवाचे भान राहत नसते. किंवा भविष्याच्या स्वप्ननगरीतही परमेश्वर राहत नसतो. मग सुरू होतो तो परमेश्वर आणि आपल्यातील लपंडावाचा खेळ. तो संपायला किती युगे उलटतील याचा हिशोब कोणी आणि किती ठेवायचा?

देवाला ओळखायला अंधश्रद्धा कामाची नाही, खऱ्याखुऱ्या भक्तीला प्रज्ञेची जोड मिळायला हवी. तरच आपण देवाच्या दर्शनाला आणि कृपेला प्राप्त होऊ शकतो.

आश्रम वार्ता

१२ जुन ते २३ जुन २०२१ या कालावधीत DSPPL तर्फे STRONG १ (वय वर्ष १५ ते २५) या वयातील युवकांसाठी ऑनलाईन शिबिर संपन्न झाले. १९ युवकांनी सदर शिबिरात सहभाग घेतला. सकारात्मकता, ध्यानधारणा, चक्र व मानवी जीवन, मानवी मुल्ये, संभाषण कौशल्य इ. विविध विषयांवर एकुण ४८ सत्रांमध्ये या शिबिरात युवकांना मार्गदर्शन करण्यात आले. सर्वच सहभागी युवकांनी सदर शिबिरात अतिशय उत्साहाने भाग घेतला आणि शिकवल्या गेलेल्या विविध विषयांमुळे त्यांचा जीवनाकडे बघण्याचा दृष्टीकोनच बदलून गेला असा अभिप्राय नोंदवला. तसेच अशा प्रकाराचे उपक्रम सातत्याने घेण्यात यावेत अशी विनंती देखील केली.

२५ जुन ते ६ जुलै २०२१ या कालावधीत DSPPL तर्फे STRONG २, ज्यांनी मागील वर्षी STRONG १ शिबीराचा अभ्यासक्रम पूर्ण केला आहे, (वय वर्ष १५ ते २५) वयातील युवकांसाठी शिबीर ऑनलाईन पध्दतीने पूर्ण केले. एकूण २५ युवकांनी सदर शिबिरात भाग घेतला. उपनिषदे, प्रगत ध्यानधारणा, Decluttering Spiritual Quotient इ. विषयांवर सदर शिबिरात चर्चा करण्यात आली. “ईश उपनिषद” या विषयावरील सत्रे हे या शिबिराचे ठळक वैशिष्ट्य होते. सर्व युवकांनी त्यांचे दैनंदिन जीवनाबाबतचे तसेच साधनेबद्दलचे प्रश्न गुरुजींना विचारले व त्यांचे मार्गदर्शन घेतले. सर्वच युवकांनी STRONG २ शिबिरात शिकवल्या गेलेल्या विषयांवर दर महिन्याला अभ्यासवर्ग घेण्यात यावेत अशी विनंती केली व ती DSPPL तर्फे स्वागतार्ह सुचना म्हणून आनंदाने मान्य देखील करण्यात आली