REIKI VIDYA NIKETAN

सर्वे: सन्तु निरामयाः

रेकि ब्रह्म

वर्ष ९वे अंक ९वा । जून २०२१

email: reikibramhamasik@gmail.com

भूतकाळाच्या अधिष्ठानावरती वर्तमानाला विराजमान करूया..

प्रिय साधक,
जय गुरूदेव,

सामान्यपणे असे मानले जाते कि साधकांनी भूतकाळ विसरून जाऊन भविष्याकडे नजर ठेवून आपले पाय वर्तमानाच्या जमिनीवर घट्ट रोवून ठेवावेत. परंतु आजच्या काळासारखा काळ जेव्हा माणसाच्या अस्तित्वालाच आव्हान देतो तेव्हा सगळ्याच दिशा हरवतात. ध्येयसुद्धा एका धुरकटलेल्या धुक्यामध्ये आभासात्मक वाटू लागते. मानवाचे पाय डगमगू लागतात. त्याच्या आत्मविश्वासाला तडे जायला लागतात. सगळे अस्तित्वच गलितगात्र होऊन जाते. वर्तमानाच्या पायाखालची जमिन निसरू लागते. आपण भय भीतिच्या चिखलात खोलवर रूतले जाऊ लागतो. याच अंकात बोधकथेमध्ये आपण एका भव्य दिव्य गजराजाची अशीच अवस्था वर्णन केली आहे. हीच अवस्था आज जगभरात मानवाची झालेली आहे.

अशा वेळेला भविष्यामध्ये अंधकार दिसत असतो. वर्तमानाची अवस्था बिकट आणि भयावह झालेली असते. मग एकच काळ आपल्याला आधार म्हणून दिसत असतो. तो म्हणजे भूत काळ. आपल्या बऱ्या वाईट अनुभवांची, गुण दोषांची शिदोरी खांद्यावर टाकून तो आपल्या पावलावर पाऊल टाकून चालत असतो. अशा वेळेला भगवान बुद्धांनी जी युक्ती गजराजाच्या बाबतीत केली तीच आपल्या उपयोगी पडू शकते. गजराज शरीराने थकला नव्हता तर मनाने खच्ची झाला होता. बुद्धाची फक्त त्याच्या विजयाच्या झेंड्यांची यात्रा त्याच्या डोळ्यांसमोरून नाचवली. भूतकाळातील विजयाच्या पताकांची तोरणे त्याच्या आकाशात फडफडवली. आणि वर्तमानाच्या मनातले नैराश्य धुडकावून गजराज पुन्हा नव्या जोमाने उभा राहीला.

आजच्या मानवाला हेच करायचे आहे. वर्तमानात गोंधळलेल्या मनाला पुन्हा एकदा भूतकाळातील सुवर्ण कणांनी सजवून आधार द्यायलाच हवा. आणि आपल्या सगळ्यांच्या भूतकाळात असे सुवर्ण कण भरपूर जमा झालेले आहेत. व्यवहारिक दृष्ट्या पहाता हे कण छोटे असतील. पण ते सुवर्णाचे आहेत हे लक्षात ठेवायला हवे. असे काही क्षण प्रत्येकाच्या आयुष्यात असतातच कि त्यांच्या केवळ आठवणीने चैतन्याचे धुमारे फुटु लागतात आणि आपल्याला खूप बरे वाटते. दुर्दैवाने भूतकाळच विसरून जायचा असे ठरवून आपण हे सोन्याचे क्षण हरवून बसतो. भूतकाळाच्या समुद्रात डुबकी लगावून त्यातील मोती असे वेचता यायला हवेत. फक्त त्या मोत्यांबरोबरचा चिखलाचा गाळ मात्र तेथेच सोडता यायला हवा. मग आपल्याच भूतकाळातून निघालेल्या चैतन्याच्या कारंजांतून वर्तमान चिंब भिजून जायला हवा. शेवटी वर्तमानातील संकटांना सामोरे जायला भूतकाळाच्या शमिच्या झाडावर टांगलेली अस्त्रे शस्त्रेच कामाला येतील हेच खरे.

अजित सर
दि, २४ मे २०२१

रणभेरी वाजवा..

गौतम बुद्ध

एका राजाकडे खूप हत्ती होते. पण त्यातील एक हत्ती मेघनाद त्याचा अतिशय लाडका होता कारण तो खूप बलवान होता आणि त्याच बरोबर तो आज्ञाधारक, शिस्तबद्ध आणि लढाईसाठी फार उपयुक्त होता. त्याने बऱ्याच लढायांमध्ये सहभाग घेतला होता आणि आजपर्यंत तो कोठल्याही लढाईत पराभूत होऊन आला नव्हता.

काही काळानंतर तो हत्ती वयोवृद्ध झाला आणि त्याचा उपयोग आता लढाईसाठी जास्त करण्यासाठी राजा तयार नव्हता. परंतु तरीही राजाच्या हत्तीशाळेतील आणि राजाच्या हृदयातील त्याचे स्थान अढळ होते.

एक दिवस मेघनाद हत्ती पाणी पिण्यासाठी राजवाड्याजवळील सरोवराजवळ आला. परंतु दुर्दैवाने त्या तळयाजवळील चिखलात त्याचा पाय रूतला. तो पाय सोडवण्यासाठी त्या हत्तीने खूप प्रयत्न केले परंतु प्रत्येक प्रयासानंतर तो त्या चिखलात आणखीनच रूतु लागला. त्या चिखलातून बाहेर येण्यासाठी त्या मेघनादचे केलेले प्रयत्न इतर लोकही पाहत होते. तेही त्याच्या मदतीला धावले. परंतु त्या हत्तीला आता बाहेर काढणे आता आणखीनच कठीण होऊन बसले होते. ही वार्ता राजापर्यंत पोहोचली आणि राजाही आपल्या लाडक्या हत्तीची अवस्था पाहून हळहळू लागला. राजाने लोकांच्या आणि शिपायांच्या मदतीने सगळे प्रयत्न करून पाह्यले. परंतु दुर्दैवाने सगळे प्रयत्न फसले.

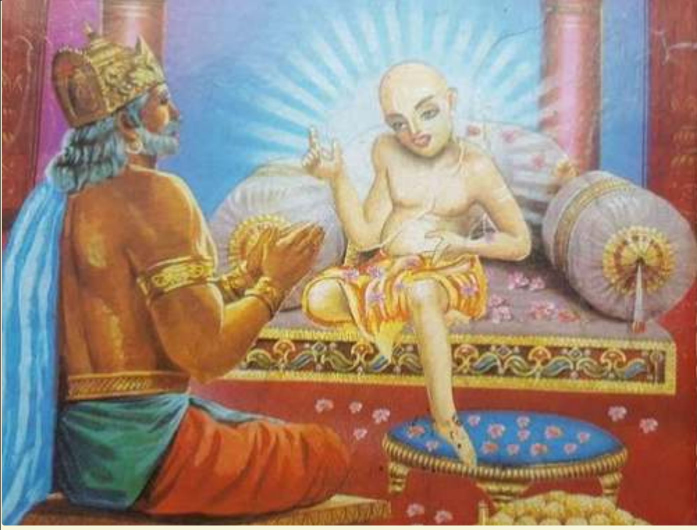
त्याच वेळेला तेथून भगवान बुद्ध जात होते. तिकडची गर्दी पाहून बुद्धांनी चौकशी केली तेव्हा त्यांच्या लक्षात आले कि मेघनाद हत्ती चिखलात फसला आहे आणि तो हळूहळू चिखलात गाडला

जातोय. भगवान बुद्ध त्या ठिकाणी पोहोचले जेथे तो प्रकार घडत होता. बुद्धांनी राजाला म्हटले कि ताबडतोब रणभेरी, रणवाद्ये वाजवायला सांगा, थोडेसे लढाईचे वातावरण तयार करा. तो हत्ती बाहेर येईल. वाद्ये वाजवून हत्तीची सुटका कशी होईल हा प्रश्न सर्वांच्याच मनात उमटला. परंतु प्रत्यक्ष बुद्धांनी हा उपाय सुचवला असल्याने कितीही नाही पटला तरी त्या विचाराला विरोध करणे कोणालाच योग्य वाटले नाही. झाले, राजाने त्वरितच ती व्यवस्था केली.

परंतु जशी रणवाद्ये वाजू लागली, मेघनादच्या देहबोलीमध्ये फरक पडू लागला. त्याने मान वर करून येथे तेथे पाहीले, सोंड उंचावून गर्जना केली आणि एका नव्या उमेदीने त्याने चिखलाच्या बाहेर यायचा प्रयत्न सुरू केला.

आडवा झालेला हत्ती हळुहळू निश्चयाने उभा राहीला आणि आता तो पूर्ण सामर्थ्यानिशी चिखलातून बाहेर पडायचा प्रयत्न करू लागला. आणि काही क्षणातच सर्वांसमोर तो हत्ती स्वत:हून चिखलातून पूर्ण बाहेर पडला. तेथील प्रत्येक जण आश्चर्यचकित होऊन गेलेला. सगळेच कसे दिग्मूढ होऊन गेलेले. गौतम बुद्ध मात्र हसत हसतच हे अपूर्व दृश्य पाहत होते जणू त्यांना ह्याची पूर्व कल्पना होती. ते म्हणाले, “मेघनादकडे शारीरिक बळ कमी नव्हते झालेले. परंतु त्याच्यात उत्साहाची कमी होती. स्वत:च्या बळावरचा विश्वास कमी पडत होता. आंतरिक इच्छेचा अभाव होता. थकल्याचा आभास होता. आपण दुबळे झालो आहोत ही भावना आली होती. ह्या रणवाद्यांनी त्याची आंतरिक इच्छा आणि मन:शक्ती पुन्हा जागृत झाली.”

तात्पर्य: मनुष्यामध्येही ह्या आंतरिक शक्ती जागृत झाल्या कि मग एका नव्या सामर्थ्याने तो संकटांचा मुकाबला करू शकतो. आजच्या काळात सुद्धा माणसाचे शारीरिक बळ कमी नाही झालेले. आशा आणि उत्साह वाढविण्यासाठी कोणीतरी श्रद्धेच्या रणभेरी आणि तुताऱ्या वाजवायला हव्यात. आणि एका क्षणार्धात आपली सगळी दुर्बलता बाजूला सारून माणुस एका नव्या उमेदीने उभा राहून आनंद, स्वास्थ्य आणि सुखाचा जयघोष करेल.



अष्टावक्र गीता

(भाग ९) प्रकरण २

अजित सर

सूत्र सहावे:

यथैवक्षुरसे क्लुप्ता तेन व्याप्तैव शर्करा ।
तथा विश्वं मयि क्लुप्तं मया व्याप्तं निरंतरम् ॥६॥

अर्थ: जसे उसाच्या रसामधून तयार झालेली साखर त्या उसाच्या रसामध्येच व्याप्त असते, तसेच माझ्यापासून बनलेला संसार हा माझ्यातच व्याप्त झालेला आहे.

येथे अष्टावक्र मुनींनी जनकाला हे समजावले आहे कि आपल्यातूनच बनलेला संसार आणि आपण हे जरी भिन्न दिसले तरीही ह्या दोन्ही मधला जो मूळ धागा आहे तो एकच आहे. मिठाई आणि मिठाईचे प्रकार जरी भिन्न दिसले तरीही त्यांमध्ये जी मिठास किंवा गोडवा आहे तो तर तोच असतो. सामान्य माणुस ह्या बाह्य प्रकारात गुंतुन जातो तर सिद्धाला ह्या मूळ रसाची ओळख व्हायला हवी. द्वैतामध्ये असलेले अद्वैत त्याला समजायला हवे.

सूत्र सातवे:

आत्माऽज्ञानाज्जगद्भाति आत्मज्ञानान्न भासते।
रज्जवज्ञानदहिर्भाति तत्ज्ञानाद्भासते न हि ॥७॥

अर्थ: आत्म्याबद्दलच्या अज्ञानाने संसार आहे असे भासते तर आत्म्याबद्दलच्या ज्ञानाने संसार भासत नाही. जसे रस्त्यात पडलेला एखादा दोरखंड दुरून सापासारखा भासला तरीही एकदा का आपल्याला समज आली कि तो दोर आहे कि आपल्याला त्यात सापाचा भास होत नाही.

साधारणत: लोकांना असे वाटते कि संसार सोडल्याने आत्मज्ञान होते. परंतु ते सत्य नव्हे. आत्मज्ञान झाल्याने संसार ही केवळ माया आहे हे समजून येते, आत्मज्ञानानंतरसुद्धा संसार तर राहतोच कि! परंतु सामान्य माणसाला तो जसा दिसतो तसा ज्ञानी संसाराचा अनुभव नाही करत. साधकाची दृष्टी बदलली कि त्याचा दृष्टीकोन बदलतो आणि दृष्टीकोन बदलला कि आपोआप दृश्य बदलते. तू कर्तापण सोडून दे, जे स्वाभाविकपणे होत आहे ते होऊ दे. सगळ्या गोष्टींचा स्विकार कर, कर्ता नको बनूस, फक्त साक्षीभावाने द्रष्टा बनून बघ. सगळे आपणहून होणे हा सृष्टीचा नियमच आहे. हे समजणे हीच साधकाची पात्रता.

सूत्र आठवे:

प्रकाशो मे निजं रूपं नातिरिक्तोऽस्म्यहं ततः ।
यदा प्रकाशते विश्वं तदाऽहं भास एव हि ॥८॥

अर्थः प्रकाश हेच माझे स्वरूप आहे. मी त्याहून भिन्न नाही.
जेव्हा सृष्टी प्रकाशित होते ती माझ्याच प्रकाशातून प्रकाशित होते.

आत्मा स्वयंप्रकाशित आहे. त्याला दुसऱ्या प्रकाशाची जरूरी नाही. देव हा शब्दच मुळात प्रकाश ह्या शब्दातून आलेला आहे, मूळ शब्द आहे द्यु (विद्युत शब्दाची उत्पत्ती ह्यातूनच आहे). देव, देवता इत्यादि शब्द त्यातूनच आलेले आहेत. म्हणूनच शास्त्रांमध्ये आत्म्याला ज्योतिष्याम् ज्योति असे म्हटले गेले आहे. बहुसंख्यांना, ज्यांना आत्मसाक्षात्कार झालेला आहे त्यांना तो नेहमीच प्रकाशरूपाने झालेला आहे, बायबलची तर सुरूवातच आणि तेथे प्रकाश अवतरला ह्या शब्दांनी झालेली आहे.

सूत्र नववे:

अषे विकल्पितं विश्वमज्ञानान्मयि भासते ।
रूप्यं शुक्तौ फणी वारि सूर्यकरे यथा ॥९॥

अर्थः आश्चर्य आहे कि अज्ञानामुळे मला सृष्टीचा आभास होतोय, जसे शिंपल्यामध्ये चांदी, दोरीमध्ये साप, उन्हामध्ये दिसणारे मृगजल असल्याचा आभास होतो.

या सूत्रात तीन उदाहरणे दिली गेली आहेत. शिंपली चांदीसारखी दिसते याचाच अर्थ ती निर्मूल्य असूनही मूल्यवान चांदीसारखी दिसत आहे तद्वतच संसारामध्ये चमकदार दिसणाऱ्या सगळ्याच गोष्टी भासमान आहेत, साध्या दोरीला पाहून अज्ञानात आपण त्याला साप समजतो व भीतिने भरून जात आहोत. तसेच आयुष्यात आपण असत्याला सत्य समजून भय तयार करत असतो व त्याच भयाशी आयुष्यभर झगडत असतो. मृगजळ आपल्या तहानलेल्या अस्तित्वाला पाण्याचा भास दाखवून आपली फसवणूक करत असते. संसारातील भुलभुलैय्या असाच आपल्याला तहान–भूक भागवण्याची खोटी आशा दाखवत असतो. आयुष्याच्या शेवटी शेवटी मग आपला भ्रम निरास होतो.

सूत्र दहावे:

मत्तौ विनिर्गतं विश्वं मय्येव लयमेष्यति ।
मृदि कुलौ जले वीचिः कनके कटकं यथा ॥१०॥

अर्थः माझ्यातून उत्पन्न झालेला हा संसार शेवटी माझ्यातच विलीन होऊन जाणार आहे. जसे मातीचा घडा मातीतच विलय होतो, जसे समुद्राची लाट शेवटी समुद्रातच विलीन होऊन जाते आणि सोन्याचे अलंकारही एक ना एक दिवस सुवर्णामध्येच मिळून जातात.

आजच्या आधुनिक विज्ञानाने मान्य केलेला सिद्धांतच शेवटी आपल्याला ह्या श्लोकात पाह्यला मिळतो. आपण जन्म घेतो तेव्हा आपण आपल्या स्वतःच्या विश्वाला जन्म देतो, साऱ्या नात्या गोत्यांना जन्म देत असतो. आपण आपले विश्व आपल्या जन्माच्या वेळी घेऊन येतो आणि जीवनाच्या शेवटी त्याच प्रकट विश्वाला आपल्यामध्ये सामावून घेऊन जातो. मग सगळी नाती गोती, सगळे संबंध आपल्यातच विरघळून जातात. जसे अंतिमतः ज्या गोष्टी ज्या मूळ स्वरूपातून उत्पन्न झाल्या आहेत त्या आपल्या मूळ स्वरूपातच विलीन होऊन जातात. मग ते सुवर्णाचे अलंकार असोत अथवा समुद्रातून निघालेली भयंकर लाट असो अथवा मातीतून घडवलेला सुंदरसा घडा किंवा मडके असो. एका संताने आपल्या गीतात म्हटले आहे, माती सांगे कुंभाराला, पाई मज तुडविशी, असाच आहे शेवट वेड्या माझ्या पायाशी

सूत्र अकरावे:

अषी अहं नमो मह्यं विनाशी यस्य नास्ति मे ।
ब्रह्मादिस्तम्बपर्यंत जगन्नशेऽपि तिष्ठतः ॥११॥

अर्थ: मी आश्चर्यकारक आहे. मला माझेच कौतुक वाटत आहे. कारण मी नित्य आहे. अगदी ब्रह्मापासून गवताच्या छोट्या पात्यापर्यंत सर्वच गोष्टी एक दिवस नष्ट होतील पण मी नाही होणार.

येथे जनक म्हणतो कि माझ्या आत्मस्वरूपाशिवाय जगात काहीच नित्य नाही. मग मला कोण नमस्कार करणार? म्हणून मीच स्वत:ला नमस्कार करतो. मला माझेच अप्रूप वाटत आहे. माझा आत्मा अजन्मा आहे म्हणून त्याला मृत्यु नाही. अगदी ब्रह्माला सुद्धा निर्माता आहे. त्याचाही एक दिवस विनाश होणार. छोट्यातल्या छोट्या गवताच्या पानाचाही विनाश होणार. पण मी मात्र नित्यच राहणार. हेच माझे आत्मतत्व.

सूत्र बारावे:

अषे अहं नमो मह्यमेकोऽहं देहवानपि ।
क्वचिन्न गन्ता नागन्ता व्याप्य विश्वमवस्थितः ॥ १२॥

अर्थ: मी आश्चर्यकारक आहे. मला माझेच कौतुक वाटत आहे. मी देहधारी असूनही अद्वैत आहे. मी (आत्मा) ना कोठून येतो ना कोठे जातो. आणि मी साऱ्या विश्वात व्याप्त आहे,

जनक राजाला आपल्या आत्मतत्वाची अनुभूति झाली. त्याच्या पूर्णत्वाची जाणिव झाली. एका क्षणात सगळ्या विश्वाचे पूर्ण ज्ञान प्राप्त झाले. त्यांना आश्चर्य वाटत आहे कि मी देह धारण केलेला असूनसुद्धा मी अद्वैत आहे. कारण मी देह नाही फक्तत्या देहाचा धारण कर्ता आहे. सामान्य माणुस देहाला त्या आत्मतत्वापासून भिन्न मानतो. पण जनकाला बोध झालेला आहे आपल्या आत्मतत्वाचा.

सूत्र तेरावे:

अषे अहं नमो मह्यं दक्षो नास्तीह मत्समः ।
असंस्पृश्य शरीरेण येन विश्वं चिरं धृतम् ॥ १३॥

अर्थ: मी आश्चर्यकारक आहे. मला माझेच कौतुक वाटत आहे. ह्या विश्वात माझ्यासारखा निपुण कोणीच नाही. कारण ह्या शरीराला स्पर्श केल्याविना मी साऱ्या विश्वाला युगानयुगे धारण करत आलो आहे.

येथे जनक राजा म्हणत आहे कि मेल्यानंतर जरी आत्म्याचे हे शरीर सुटले तरीही तो संपूर्ण विश्वाचे शरीर धारण करतोच कि? आणि हे सगळे विनासायास होत आहे कारण हा तर आत्म्याचाच स्वभाव आहे, जसे चुंबकाला लोखंड खेचायला काहीच प्रयत्न करावे लागत नाहीत, सूर्य आपल्या इच्छेने ताप आणि प्रकाश पसरवत नाही किंवा वीज सुद्धा प्रयत्नपूर्वक प्रकाश तयार नाही करत. हे सगळे त्यांच्या द्वारे होत असते. ते त्यांना स्वाभाविक असते. तसेच आत्म्याचेही आहे.

मकर संक्रांति

सौ वंदना तेलंग, ठाणे.

जूनच्या २१ तारखेला वर्षातील सर्वात मोठा दिवस असतो. दक्षिणायनाची सुरुवात होईल. दक्षिणायन आणि उत्तरायण ह्या गोष्टी आपल्या संस्कृतित फार महत्वाच्या मानल्या जातात. आपल्या भारतिय संस्कृतित मकर संक्रांति हा एक महत्वाचा सण मानला जातो. सूर्याची उपासना करणाऱ्या भारतासारख्या देशात हे होणे स्वाभाविकच आहे. वेदकाळापासूनच मानल्या गेलेल्या पाच देवतांमध्ये सूर्याचे स्थान आगळे वेगळे आहे हेही निश्चितच. सूर्याची गति आणि त्याची संक्रमणे ही भारतिय परंपरेची नेहमीच एक कुतुहलाची बाब राह्यली आहे. सूर्याच्या ह्या एका राशीतून दुसऱ्या राशीत संक्रमण करण्याला संक्रांत म्हणतात. एकूण बारा राशी असल्याने सूर्य प्रत्येक महिन्यात एका राशीतून दुसऱ्या राशीत प्रवेश करतो. म्हणजेच एका वर्षात एकूण बारा संक्रांति येतात. त्यातील सूर्याच्या कर्क आणि मकर राशीत्तील संक्रमणाला विशेष महत्व दिले गेले ते उत्तरायण आणि दक्षिणायन यांमुळे.

आता ह्या महिन्यात (जूनमध्ये) २१ तारखेला सायन कर्क राशीत प्रवेश करतो त्यावेळेला दिवस सगळ्यात मोठा असतो. ह्याला दक्षिणायन म्हटले जाते. त्याचप्रमाणे सूर्य डिसेंबरच्या २१ तारखेला सायन मकर राशीत प्रवेश करतो त्या दिवशी दिवस सगळ्यात लहान असतो. ह्याला उत्तरायण म्हटले जाते. ह्यामुळेच सूर्याच्या ह्या दोन राशींतील संक्रमणाला फार महत्व दिले गेले आहे. अर्थात आपली कालगणना ही निरयन पंचांगाप्रमाणे असल्याने २१ जूनच्या ऐवजी १६ जुलै हा दक्षिणायनाचा दिवस मानला जातो तर २१ डिसेंबरच्या ऐवजी १४ जानेवारी हा उत्तरायणाचा दिवस मानला जातो. ह्या दिवसालाच मकर संक्रांति असे म्हटले जाते. सूर्याने एकदा मकर राशीत प्रवेश केला कि पुन्हा मकर राशीत संक्रमण करण्यास त्याला ३६५ दिवस, ६ तास, ९ मिनिटे व १० सेकंद एवढा वेळ लागतो. त्यामुळे दरवर्षी मकर संक्रांति ही १४ जानेवारीलाच येईल असे नसते. हा दर वर्षीचा ६ तास, ९ मिनिटे व १० सेकंदांचा काळ साठत

जाऊन दर १५७ वर्षांनी मकर संक्रांत आणखी एक दिवस पुढे सरकते, ज्योतीष शास्त्रानुसार १८९९ला मकर संक्रांति १३ जानेवारीला आली होती व २१०० नंतर ती १६ जानेवारीला येईल.

आपल्या बहुसंख्य सणांना काहीना काही तरी एक कथा असतेच. तशीच एक पौराणिक कथा मकर संक्रांतिलाही आहे. खूप वर्षांपूर्वी संकरासुर नावाचा एक राक्षस होता. तो सामान्य जनांना फारच त्रास देई. त्याला मारण्यासाठी देवीने संक्रांतिचे रूप घेतले. त्या संक्रांतिदेवीने संकरासुराचा वध केला आणि लोकांना त्याच्या त्रासापासून मुक्त केले. तो दिवस म्हणजे संक्रांतिचा दुसरा दिवस ज्याला कंक्राति म्हटले जाते. संक्रातिच्या आधीच्या दिवसाला भोगी म्हटले जाते. ह्या दिवशी घराची स्वच्छता केली जाते. किंक्रातिचा दिवस कर म्हणून साजरा केला जातो. त्या दिवशी कोणतेही शुभ कार्य केले जात नाही. असे हे तीन सण एकामागून एक येतात.

मकर संक्रांतिला सूर्याच्या गतिचे प्रतिक म्हणुन शक्तीदेबता मानतात. ह्याच देवतेला मंदा, मंदाकिनी, ध्वांक्षी, घोरा, महोदरी, राक्षसी आणि निश्चिता अशी सात नावे आहेत. त्याशिवाय तिला उत्तरायणी असेही नाव आहे. सूर्यवंशी भगिरथ राजाने ह्याच दिवशी गंगेला पृथ्वीवर आणले आणि आपल्या पूर्वजांना सद्‌गति दिली. भगिरथाने गंगाजल, अक्षता आणि तीळ यांच्या सहाय्याने श्राद्ध तर्पण केले म्हणून आजही आपल्या पितरांना प्रसन्न करण्यासाठी संक्रांति पर्वकाळात तीळाचे अर्घ्य व जलतर्पण करण्याची प्रथा आहे. मकर संक्रांतिच्या दिवशी देवांच्या ब्रह्ममुहुर्ताच्या उपासनेचा काळ सुरू होतो. परा व अपरा विद्याप्राप्तिचा काळही सुरू होतो. साधनेची सिद्धी याच काळात होते. याच दिवशी दानधर्माचेही महत्व आहे. लोक दान करतात आणि हव्य–कव्ये करतात. दान केलेल्या सगळ्या वस्तु सूर्य त्यांना प्रत्येक जन्मात देतो असे मानले जाते. ह्याच दिवशी प्रयाग आणि हरिद्वार येथे माघमेळा अर्थात पूर्णकुंभ व अर्धकुंभ साजरा होतो.

आणखी एक गोष्ट मकर संक्रांतिसंबंधी आणि ती म्हणजे पतंग उडवणे. या दिवसात पतंग उडवण्यास निरभ्र आकाश आणि काहीशी संथ हवा पूरक असते. पतंग उडवण्याची परंपराही संक्रांतिएवढीच जुनी आहे. पत्यक्ष प्रभू रामचंद्र आपल्या भावासमवेत आणि हनुमंतासमवेत पतंग उडवत असल्याचा उल्लेख चक्क श्रीरामचरित मानस मधील बालकांडात आढळतो. त्याची पण एक सुंदर कथा आहे. श्रीरामचरितमानसातला दोहा असा आहे:

राम इक दिन चंग उडाई, इंद्रलोक मे पहुंची जाई।

रामाचा इंद्रलोकात गेलेला पतंग इंद्रदेवांच्या सुनेने पकडला व ती विचार करू लागली,

जासु चंग अस सुन्दरताई। सो पुरूष जग मे अधिकाई ।

याचा अर्थ असा कि ज्याचा पतंग इतका सुंदर, तो माणुस किती श्रेष्ठ असेल? तो पतंग तिने लपवून ठेवला कारण तिला वाटले कि ज्याचा पतंग असेल तो त्या पतंगाला न्यायला नक्कीच येईल. बराच काळ पतंग आकाशातून खाली आला नाही म्हणून रामाने हनुमंताला तो शोधण्यासाठी पाठवले. इंद्रदेवांच्या सुनेने तो पतंग देण्यास नकार दिला आणि पतंग उडवणाऱ्या माणसाने मला दर्शन द्यावे अशी इच्छा व्यक्त केली. रामचंद्रांनी तिला चित्रकूटामध्ये दर्शन देण्याचे आश्वासन दिल्यावरच तो पतंग त्यांना परत मिळाला.

मकर संक्रांतिला दानाचे आणि गंगास्नानाचे महत्व फार सांगितले आहे. सूर्याच्या सात किरणांपासून वैद्यकिय फायदे कसे होतात हे तर सर्वश्रुतच आहे. पहिला म्हणजे तांबड्या रंगाचा सूर्यकिरण भौतिक संपत्ती देणारा आहे तर सातवा जांभळा किरण दैवी अध्यात्मिक संपत्ती प्रदान करतो. मानवी चक्रांच्या संबंधीत अशी ही गोष्ट आहे. सातव्या किरणाचा प्रभाव गंगा आणि यमुनेच्या पात्राच्या मध्यभागी दीर्घकाळ राहतो आणि म्हणूनच हा पर्वकाळ मानला जातो. अग्निहोत्र नियमित करणारे जाणतातच कि उगवत्या सूर्याचे पहिले किरण मनुष्य, प्राणी आणि वनस्पतिंसाठी अतिशय महत्वाचे आहेत. या किरणांमध्ये रोग निर्मूलन करण्याची व आरोग्य प्रदान करण्याची शक्ती असते असे मानले जाते.

भारतिय संकृतितील प्रत्येक सण हा निसर्गाच्या कृतज्ञतेसाठी असतोच. हा सणही निसर्गाचे ऋण मानण्याचा असतो. भारतातील बऱ्याच प्रदेशांमध्ये या दिवशी कापणी केली जाते. एका सुबत्त काळाची सुरूवात होते. त्याच बरोबर सामाजिक दृष्ट्या पाहीले तर नात्यांचे विटलेले धागे पुन्हा एकदा नव्याने सजवण्यासाठी तिळगुळ घ्या गोड गोड बोला आणि हळदी कुंकवासाख्या मंगल सोहळ्यांची पेरणीही याच दिवशी होते. अशी ही उत्तरायणाची सुरूवात आणि मकर संक्रांति.

अनुष्ठानातील दिनंदिनी

तेजश्री रानडे, देवगड

दिवस दुसरा

प्रिय सर,

आज अनुष्ठानाचा दुसरा दिवस. दिवसाच्या सुरुवातीला परिस्थिती काही फारशी वेगळी नव्हती. सकाळी टि.एम केलं. काही वेळाने सेंटरींग मेडिटेशन केलं, थोडं बरं वाटतंय अस वाटलं तर पुन्हा कालचीच धुमश्चक्री चालू झाली. सेंटरींग मेडिटेशन करूनही मन संतुलित नाही या विचाराने अजूनच अस्वस्थता वाढली. मला माझीच लाज वाटू लागली. पण तरीही रुद्रपठण, शिवपूजन, त्र्यंबकहोम, महामृत्युंजय मंत्राचाजप हे सगळं करत रहायचं असं पक्क ठरवलं. आंघोळ करून कवच करायला बसले. आंघोळीने शरीर स्वच्छ झालं, पण मनाचे काय? मन नाही निर्मळ तर काय करील साबण, हे मागे कधीतरी वाचलेलं वाक्य आठवलं. पण आता माझ्या मनाला तुम्ही शिकवलेलं कवच ठीक करेल या विश्वासाने कवच सुरु केलं.

विचारांचं जडत्व एवढं होतं की प्राणायाम सुध्दा नीट करता येत नव्हते. एवढी नकारात्मकता कुठुन आली काहीच कळातं नव्हतं. तुमच्या आठवणीने डोळे भरून येत होते. एखादं हरवलेलं पाडस आपल्या आईला जीवाच्या आकांताने हाका मारतं तशी मी तुम्हाला हाका मारू लागले. “सर सोडवा मला. आता हे जडत्व सहन होत नाही . त्यावेळी मला एक प्रसंग आठवला. एकदा मठात आपण सगळे मैत्री रुममध्ये बसलो होतो. मी नेहमीच्या जागी म्हणजे शोकेशच्या खाली भिंतीला टेकून बसले होते. त्यादिवशी साधकांची फारच वर्दळ होती. कोणाचा चुकून पाय लागत होता मला, कोणाचा हात लागत होता. सारखं उठावं लागत होतं. माझी ती अवस्था तुम्ही पाहीली आणि म्हणालात, “तेजू उठ तिथून आणि येऊन बस इथे.” तुमच्या आसनाच्या शेजारी, तुमच्या पावलाजवळ एक व्यक्ती बसू शकेल एवढी जागा होती त्याजागेकडे तुम्ही हात केला. मी आनंदाने तिथे बसले. पण त्यानंतर तुम्ही जे बोललात ते कदाचित मी शेवटच्या श्वासापर्यंत विसरु शकणार नाही. तुम्ही म्हणालात, “ही तूझी जागा आहे. आता तू इथेच बसायचं. इथून तूला कोणीच उठवू शकणार नाही बरं.” आणि एक अलौकीक हास्य तुमच्या चेहऱ्यावर होतं. अगदी मनापासून सांगते सर, ती केवळ माझ्यासाठी भौतिकातली जागा नव्हती तर ते ध्रुवबाळाचं अढळपद होतं. त्यावेळी माझ्या मनात आनंद आणि डोळ्यात आनंदाश्रू होते. पण आज स्वत:मधील एवढी नकारात्मकता पाहून मला प्रश्न पडतो की मी खरच त्या लायक आहे? मी आहे का तुमचा

ध्रुवबाळ? किंवा कधी होऊ शकेन का? ध्रुवबाळाची तपस्या, त्याच्यातली निर्मलता, सात्विकता येईल का माझ्यात? अशा अनेक विचारांनी मन कावरंबावरं झालं.

पण एवढी सगळी उलथा पालथ होऊनही अंतरमनातल्या त्या शंभू महादेवाच्या गाभाऱ्यातून एक वाक्य सतत गुंजारव करत होतं, “भिऊ नको, मी तुझ्या पाठिशी आहे.” स्वामींचं वाक्य... ब्रम्हवाक्य. थोडा वेळ असाच गेला आणि हळूहळू हलकं वाटू लागलं, कसल्यातरी लहरी मनाला शांत करू लागल्या. कसल्या होत्या त्या लहरी. आनंदाच्या... आनंदलहरी... तुमचं वाक्य कानात घुमले, “तेजू काही झालं तरी आनंदात राहायचं बरं.” दोन वर्षांपूर्वी बोललेलं ते वाक्य त्याक्षणी अक्षरशः जगत होते मी. कसला तरी आनंद होत होता. कारण कळत नव्हतं. मी देहभान विसरले होते. जाणीव होती ती फक्त आनंदाची. हाच आत्मानंद असेल का सर? हाच तो चिदानंद असेल का? ही स्थिती जवळपास अर्धा तास राहीली. नंतर मी भानावर आले. आवरून कॉलेजला निघून गेले. तिथे मात्र action-reaction च्या खेळात अडकले आणि पुन्हा नकारात्मकतेने डोकं वर काढलं. या दुनियेच्या मोहमायेत आपले षडारीपू आपल्याला अडकवणार या भितीने कापरं भरलं मला. पण सगळ्यात एक गोष्ट सकारात्मक होती ती म्हणजे तुमच्या सामर्थ्याची जाणीव. हीच जाणीव मला त्या अवस्थेतही उभं राहण्याची ताकद देत होती. एखाद्या लगानग्या शूरवीर बालकाप्रमाणे मी त्या त्रास देणाऱ्या भितीरूपी राक्षसाला ठणकावून सांगू लागले, “माझ्या गुरुमाऊलींचं सामर्थ्य तू जाणत नाहीस. मी पण त्यांचच बाळ आहे. शूरवीर बाळ. नाही घाबरणार तुला.” मी प्राध्यापक आहे, शिक्षिका आहे हे विसरून मी अगदी लहान बालक झाले होते. आणि आपण आपल्या गुरुसमोर बालकच तर असतो ना? तुमचं सामर्थ्यशाली अस्तित्व जाणवत होतं. जस जसा दिवस कलत गेला तस तशी मनातील धुमश्चक्री शांत होत गेली.

संध्याकाळी त्र्यंबकहोम, रुद्रपठण करून बरं वाटलं.

अखेर रात्री शांतीच्या छायेत आणि आपल्या प्रेमळ स्वामींच्या कुशीत निजून जाणार आहे आता.

कळावे

आपली तेजू..

स्वामी विवेकानंद आणि ध्यान

लेखांक १५वा

अनुवादक : श्री प्रांजल जोशी, पुणे

ध्यानाच्या अवस्था

ध्यान करताना आपण एखाद्या वस्तूवर चित्त पूर्णपणे स्थिर केले पाहिजे. एका भांडयातून दुसऱ्या भांडयात तेल ओतत असताना त्या तेलाचा अखंड प्रवाह असतो ना, अगदी तसेच. सामान्य माणसाचे मन हे विखुरलेले असते आणि ध्यानाच्या वेळी देखील सुरुवातीला मन प्रथम भरकटतेच आणि ते तसे होणे अगदी स्वाभाविकही आहे. मनात कोणतीही इच्छा उद्भवू द्या, कोणतेही विचार येऊ द्यात. आपण शांतपणे बसून ते फक्त पहायचे. कोणत्या प्रकारच्या कल्पना मनात येत आहेत, कसले विचार मनात येत आहेत त्याकडे बारकाईने लक्ष द्या. असे केल्यानेच मन शांत होते आणि त्यामध्ये आता विचार–लाटा कमी कमी होत जातात. पूर्वी कधी काळी ज्या गोष्टींचा तुम्ही सखोल विचार केलेला होता, त्या गोष्टी आता अवचेतन प्रवाहात (दव्ध्ड्ढ़ड्ढथ्ड्ढ़ ड्ढव्ड्ढड्ढ़ज्फ्ळ) रुपांतरित झालेल्या असतात आणि म्हणूनच ध्यान करताना आता या गोष्टी मनात येऊ लागतात.

ध्यानादरम्यान येणाऱ्या या लहरीं किंवा विचार तुमचे मन एकाग्रतेकडे झुकत आहे याचा पुरावा आहे, असे समजा. कधी कधी ध्यानात एकच वस्तू वा विचाराऐवजी, विचार समुहावर लक्ष केंद्रित होते. त्याला विकल्प किंवा दोलन ध्यान असे म्हणतात. पण मन जेव्हा सर्व क्रियाकर्मांपासून मुक्त होते, ते स्व अस्तित्वच जणु विरघळून जाते, समर्पित होते, तेव्हा ते सर्वज्ञ असते. अनंत ज्ञानाचे सार हेच आहे. यालाच निर्विकल्प समाधी म्हटले आहे. सर्व कामांपासून, कारणांपासून, क्रियांपासून, कर्मांपासून पूर्णपणे मुक्त. श्री रामकृष्णांमध्ये अनेकदा ध्यानाची ही दोनही रुपे आम्ही पुन्हा पुन्हा अनुभवली आहेत. त्यांच्या ध्यानधारणेतून ती वारंवार आमच्या लक्षात आली आहेत. आणि सगळ्यात अद्भुत गोष्ट म्हणजे, हे असे ध्यान त्यांना अगदी सहजसाध्य होते. सहजपणे कोणत्याही संघर्षाविना ते असे ध्यानातीत होऊन जायचे. हे फार आश्चर्यकारक होते. त्यांना त्या अवस्थेत गेलेले वारंवार पाहूनच आम्हाला ध्यानाबाबतच्या या गोष्टी समजल्या.

भावना आणि ध्यान

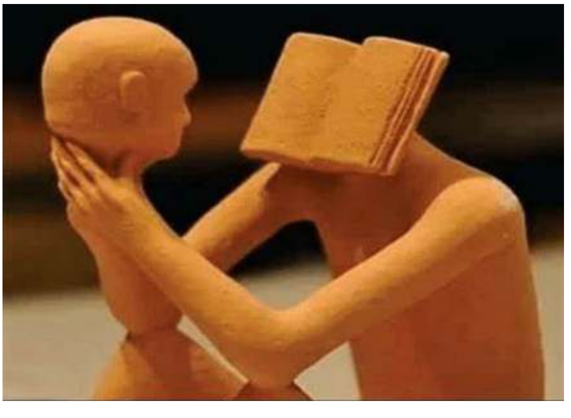
स्वामीजी :– दररोज ध्यान करा. म्हणजे सर्व काही स्वत:लाच उमजेल. ध्यान करताना भावनिकता बिलकुल नसावी. ध्यानसाधनेत भावना हा फार मोठा धोका आहे. हे नि:संशय खरे आहे की, जे खूप भावनिक असतात त्यांची कुंडलिनी अतिशय वेगाने वरच्या चक्रांकडे जाते, परंतु ती तेवढयाच किंवा अंमळ थोडया अधिकच वेगाने परत खाली येते. आणि जेव्हा ती खाली येते तेव्हा ती साधकास फारच विचित्र परिस्थितीत सोडते. याच कारणास्तव कीर्तन, भजन आणि त्याच्यासारख्याच भावनिक उद्दीपन करणाऱ्या साधना, यामध्ये की एक मोठी कमतरता दिसून येते. त्याला ध्यानाची जोड म्हणूनच आवश्यक असते. हे देखील खरे आहे की नादमय नृत्य करून आणि उडया मारून किंवा तत्सम क्षणिक प्रेरणेतून देखील, ती कुंडलिनी शक्ती वरच्या दिशेने जाऊ शकते. परंतु ती तिथेच टिकवुन ठेवता येत नाही आणि खरी समस्या हीच आहे. एवढेच नव्हे, तर जेव्हा ती परतीचा मार्ग पकडते, तेव्हा आत्यंतिक हिंसक वा अति कामवासना उद्यपीत करणारी ठरते. ध्यान आणि एकाग्रता यांच्या सातत्याच्या सरावाच्या अभावामुळे हे असे घडते.

शिष्य :– स्वामीजी, मी यापूर्वी कधीही कोणात्याही शास्त्रवचनांमध्ये हे वाचलेले नाही, आध्यात्मिक अभ्यासाचे हे रहस्य आज मी प्रथमच ऐकत आहे.

स्वामीजी :– तुला असे वाटले का, की शास्त्रांमध्ये आध्यात्मिक अभ्यासाचे सर्व रहस्य दिलेले आहे? अरे, गुरुशिष्य परंपरेतून अत्यंत गुप्तपणे काही गोष्टी पुढच्या पिढीला सांगितल्या जातात. त्यामुळे, ध्यान केल्याशिवाय एक दिवस देखील वाया घालवू नकोस. तुझ्याकडे खूपच काम असेल, तरी दररोज किमान १५ मिनिटे आध्यात्मिक अभ्यास करणे गरजेचेच आहे. माझ्या प्रिय शिष्या, स्थिर भक्तीशिवाय आपण ध्येय, गाठणार तरी कसे?

आपले स्वतःचे जीवन वाचा

इंद्रियांचे शमन करा अन मन नियंत्रित करा, एकदा का हे झाले की मग तुम्ही योगी झालात. मग सर्वकाही आपोआप जाणून घेता येईल. मन जे ऐकायला सांगतंय ते ऐकण्यास नकार द्या, जे पहायला उद्युक्त करतंय ते पहायला नकार द्या, वास घेणे, चव घेणे याबाबतीतही तसेच. या सर्वच बाह्य गोष्टींपासून मानसिक शक्ती काढून द्या. हे असे करण्याचा सातत्याने सराव करा, म्हणजे जाणता वा अजाणता, सहजपणे असे करणे तुम्हास शक्य होईल.



मन प्रवाही आहे, जेथे इच्छा, तेथे ते जाते. तिथेच रमते. पण त्याच मनाला, त्याला हवे तिथे आणि हवे तेवढा वेळ एकाग्रता साधण्याची शक्ती देखील साध्य आहे. मी म्हणजे शरीर आहे आणि त्यामुळे या शरीरभोगाप्रमाणेच माझे वर्तन असणार, ही मूलभूत अंधश्रध्दा अन अज्ञानाचे मूळ असणारी गैरसमजुत. या गैरसमजुतीशी एकदा अन कायमची फारकत घ्या. आपल्या स्वतःत, स्व अस्तित्वामध्ये, आत शोध घ्या, ढुंढाळा आणि तुम्हाला तुमच्या स्वतःतच उपनिषदे गवसतील. तुम्ही स्वतःच एक ज्ञानाचे मोठे भांडार आहात. ज्ञानाचे सर्वात महान, गुह्य अन अमर्याद असे पुस्तक तुमच्या आतच आहे. जोपर्यंत आतला शिक्षक जागा होत नाही, तोपर्यंत बाहेरच्या शिक्षणाचा, अन त्या बाहेरच्या पुस्तकांचा काडीमात्र उपयोग होणार नाही.

आपलं स्वतःच पुस्तक उघडल्याशिवाय बाहेरची सर्व पुस्तके आपल्यासाठी निरुपयोगीच असतात, अन एकदा का आतलं आपलं स्वतःच पुस्तक उघडलं, अन बाहेरची इतर पुस्तके आपल्या पुस्तकातल्या ज्ञानाची पुष्टी करू लागली, की मगच ती पुस्तके उपयोगी ठरतात. सामर्थ्य बलवानालाच समजते. हत्तीचे सामर्थ्य सिंहाला समजते, उंदराला नाही. आम्हाला येशू तोपर्यंत समजणार नाही, जोपर्यंत आम्ही त्याच्या समजेच्या पातळीची बरोबरी करण्याचा प्रयत्न करणार नाही. केवळ भव्यता, भव्यतेचे कौतुक करू शकते अन फक्त देवच देवाला जाणू शकतो. नाही का?

आम्ही स्वत: एक जिवंत पुस्तकच आहोत. हे पुस्तक कशाने बनले ? आम्हीच बोललेल्या शब्दांनी. सर्वकाही जिंवत आहे. देव जिवंत आहे, येशू ख्रिस्त जिवंत आहे; ते तसे पाहिले की झाले. आपल्या स्वतःतला माणुस वाचा ना. एक जिवंत कविताच आहे जणु. आम्हीच बायबल, आम्हीच येशू ख्रिस्त आणि आम्हीच बुध्द देखील !

हे समजले अन कायमचे उमजले तर सत्य, अन्यथा त्या नुसत्याच मूर्ती वा कल्पना अन वल्गना !

श्रद्धेच्या लाटेचा प्रभाव
काही जबरदस्त अनुभव

श्रद्धेच्या लाटेची सुरूवात झाल्याला आता एक महिना पूर्ण झाला. रूद्राध्याय पठण, दत्तबावनी, श्री स्वामी समर्थ कृपातीर्थ तारक मंत्र, दिगंबरा दिगंबराची धून, श्री स्वामी यतिवर स्तवन पठण, राम रक्षा आणि रूद्र यज्ञ, महामृत्युंजय स्वाहाकार या सर्व अस्त्र-शस्त्रांनिशी साधक मंडळी कोरोनाच्या संकटांना सामोरे जाण्यासाठी सामान्य माणसाला मदत करायला उतरली तीही मोठ्या संख्येने. स्वामी तारक मंत्राने भारलेले तीर्थ अक्षरशः हजारो रूग्णांपर्यंत पोहोचवले गेले. दिगंबराची धून रुग्णांच्या मोबाईलमध्ये धामधूमीने पोहोचवली गेली, आणि चमत्कारांच्या मालिकेची सुरूवात झाली. सगळे हरून बसल्याची आणि नैराश्याची भावना जी समाजात बळावत होती त्या मागची प्रेरणा जी एक प्रचंड भीतिची लाट होती ती लाट पहाता पहाता ओसरायला लागली.

रूग्णालयांतून बरे होऊन आलेले बरेच रुग्ण, या सगळ्या सात्विकतेचा आपल्याला कसा फायदा झाला ते अनुभव सांगू लागले, लिहून पाठवू लागले आणि काहींनी तर ध्वनि माध्यमातून रेकॉर्ड करून पाठवले. त्यातील काही आम्ही ह्या लेखांकात देत आहोत.

१) श्री टेमकर यांचा "श्रध्देची आणि भक्तीची लाट" या उपक्रमाद्वारे झालेल्या अद्भुत चमत्काराविषयीचा दिनांक ४ मे २०२१ रोजीचा सौ. टेमकर यांनी सांगितलेला हा अनुभव –

दुपारी नेहमीप्रमाणे घराच्या गच्चीवर फेऱ्या मारुन झाल्यावर श्री टेमकर खाली आले खरे परंतु त्यांना फारच अस्वस्थ वाटत होते. काही वेळात त्यांना ४-५ उलटया झाल्या, शरीर अचानक थंडगार पडू लागले आणि ते निपचित खाली पडले. पटकन काहीच प्रतिक्रिया त्यांच्याकडून येईना. आम्ही सर्वजण प्रचंड घाबरून गेलो आणि लवकरच त्यांना ICU मध्ये ॲडमीट केले.

पण हॉस्पिटल मध्ये ॲडमीट करण्यापूर्वी त्यांच्या सर्वांगाला आम्ही अग्निहोत्राचे भस्म लावले, स्वामींचा तारकमंत्र २१ वेळा म्हटला आणि तो म्हणताना लावलेल्या उदबत्तीची झालेली विभूती पाण्यांत घालून, ते तीर्थ देखील त्यांना पाजले. तसेच रामरक्षा पठण चालू केले आणि दूरस्थ रेकि देखील सुरु केली.

कसेबसे रात्री साडे अकरा वाजता ते बऱ्यापैकी शुध्दीत आले, स्वस्थ झाले. रात्री साडे बारा वाजता अखेर ते डॉक्टरांशी बोलू शकले. डॉक्टरांच्या परवानगीने आम्ही त्यांच्याजवळ ICU मध्ये देखील मोबाईल दिला आणि त्यामुळे ते रुद्र पठण आणि रामरक्षा सातत्याने ऐकू शकले. त्या मोबाईलमुळेच आजची ५ मे रोजीच्या आपल्या दैनंदिन सांज सभेत ते भाग घेऊ शकले.

सरांचे आणि साधकांचे सर्वांचेच खूप खूप आभार. सरांचे पुन्हा पुन्हा आभार की त्यांनी आपल्याला या एवढया सगळ्या गोष्टी शिकवल्या. हे सगळे अगतिक घडत असताना कोणीतरी सातत्याने आतून मला या सगळ्यातून श्री टेमकर आणि आम्ही कुटुंबीय यांना कसे सांभाळायचे याचे जणू मार्गदर्शनच करीत होते.

श्री टेमकरांनी सांगितलेला स्वानुभव तर अंगावर रोमांच उभे करून गेला. ते म्हणाले की ICU मध्ये मला काहीच कळत नव्हते. पण अचानक स्वामीच समोर उभे राहीले आणि मला म्हणाले, "परत ये, अजून तुला खूप काम करायचे आहे."

खरोखरचं **"आज्ञेविण काळ ही ना नेई त्याला.."** या स्वामींच्या तारक मंत्रातील ओळींची प्रत्यक्ष प्रचितीच आम्ही सर्व कुटुंबीयांनी घेतली. सर्वांचे खूप आभार.

जय गुरुदेव.

श्रध्येचा ऑक्सिजन की ऑक्सिजनची श्रध्दा

अमृत कीरपेकर, पुणे.

मागल्या वर्षी मार्च पासून अगदी एक वर्ष आपण एका विचित्र अशा लाटेवर स्वार झालेलो आहोत. त्यानंतर काही काळ जरा बरा गेला, असे वाटेपर्यंत पुन्हा एकदा त्यापेक्षाही भयंकर आणि गंभीर अशी स्थिती ओढावली, ओढावली काय तर पंधरा दिवसात तिने आपल्याला जणू तिच्या गर्त्यात ओढून घेतले.

मागील वर्षी कोणीतरी ओळखीचे आजारी पडले हॉस्पिटल मध्ये ऍडमिट झाले, असे कानावर यायचे, पण आता अगदी आपले सख्खे, सोयरे आणि जिव्हाळयाची लोक, या सगळ्यामध्ये भरडताना आपण पाहतो आहोत. दररोज, विचित्र बातम्या कानावर येत आहेत. दर ५ मिनिटाला दारावरून जाणाऱ्या ऍम्ब्युलन्सचा आवाज काळजाचा थरकाप उडवीत आहे. कोणा नातेवाईकाचा फोन आला की तो उचलणे ही दशहत वाटते. कारण पलीकडून काय ऐकायला येतयं हे त्या विधात्यालाच ठाऊक ! अशाच या लाटेमध्ये बुडता बुडता वाचल्याचा किंवा गुरुजी आणि स्वामी यांनी वाचविले म्हणणे जास्त रास्त ठरेल. असा हा माझा स्वत:चाच अनुभव.

मागील महिन्यात निमित्त झाले फ्रिजमधील २-३ दिवसांपूर्वीचे कलिंगड खाल्याचे आणि अचानक तब्येतीची वाताहत सुरु झाली. घसा दुखू लागला, ताप येऊ लागला. पहिले दोन दिवस अंगावर काढले. पण दररोज ताप येत होता. हळूहळू वास येणे पण कमी झाले. शेवट डॉक्टरांकडे गेलो.चेकअप नंतर त्यांनी व्हायरल इन्फेक्शन आहे असे सांगितले. औषध, गोळ्या दिल्या. त्या घेतल्या. पण खरा त्रास तर आता सुरु झाला.

हे होत असताना गुरुजींच्या कानावर मी आजारी आहे हे सांगून ठेवले. ते म्हणाले, काळजी करू नकोस. या वाक्याने जरा धीर आला.

पुन्हा दोन दिवसात औषधाचा साईड इफेक्ट की काय, पण परिस्थिती हाताबाहेर जाऊ लागली. चव, वास तर गेलाच पण पोटही खराब झाले. डोकं दुखणे वाढले. नीट उभेही राहता येईना आणि महत्वाचे म्हणजे दम लागू लागला. श्वास घेताना त्रास होऊ लागला. माझ्या पत्नीने (माधवीने) गुरुजींना पुन्हा फोन करून हे सविस्तर सांगितले. आम्ही पुन्हा डॉक्टरकडे गेलो. यावेळी त्यांनी ऑक्सिजन चेक केला, तर तो होता ८३. त्यांनी मला लगेचच टेस्ट करून ऍडमिट होण्याचा सल्ला दिला. त्यांच्या दृष्टीने करोनाची खातरजमा होण्याचो औपचारिकता बाकी होती. माझ्याबरोबर तिथे आलेले माझे बाबा आणि भाऊ एकदम हताश झाले. कारण सगळं पुढचं दुष्टचक्र दिसू लागले. मी तशा अवस्थेत काही करण्यापेक्षा तसेच थेट घरी जाण्याचा निर्णय घेतला. घरी आलो, शांत बसलो. गुरुजींची आणि स्वामींची खूप आठवण आली आणि रडू कोसळले. कारण माझ्यामुळे यापुढे सर्वांना त्रास होणार ही भिती कुठेतरी मनात टोचत होती.

सिध्द पुरुष आपल्या अस्तित्वानेच काय पण केवळ आपल्या वाक्यामुळे देखील सामान्यांचे कल्याण करतो, हे कुठेतरी मनात होते आणि अचानक गुरुजींची दोन वाक्ये आठवली. जेव्हा आपले सर्व प्रयत्न थांबतात, तेव्हा स्वामीच काहीतरी करतात. आणि दुसरे वाक्य म्हणजे काही महीन्यांपूर्वी माझ्याशी बोलताना गुरुजी म्हणाले होते दिगंबर दिगंबरा च्या जयघोषाने ऑक्सिजन लेवल वाढते.

बास झ्र.!!! हाच तो क्षण, जिथे श्रध्देने नियतीला हरविले. मी देव्हाऱ्या जवळ गेलो. स्वामींना नमस्कार केला आणि सांगितले मी तुमचे नामस्मरण करत झोपतो आहे, आता काही बरे वाईट झाले तर तुमच्याकडे येताना, तुमचे नामस्मरण करीत येईन.

इथे मी एक सांगू इच्छितो, की सध्याच्या या परिस्थितीत माणूस मनाने प्रचंड खाचतो आहे. खुप वाईट विचार मनात येतात. पण माझ्या मते ज्याची श्रध्दा बळकट, त्याचा दोर बळकट.

मी सतत झोपत जागा होत होत्ते. शुध्द येत होती, ग्लानी येत होती. पण अखंड वेळ दिगंबरा दिगंबरा चा मठात होतो तसा जप सुरु होता. काही वेळाने मला झोप लागली होती. तोपर्यंत रात्र झाली आणि उद्या हॉस्पिटलला

जायचे असा सर्वांनी माझ्यासाठी घेतलेला निर्णय ऐकून पुन्हा स्वामींचा जप करत झोपायाला गेलो. इथे मी एक नमूद करू इच्छितो, या अशा अवस्थेत मी असून सुध्दा माझ्या घरातील सर्व मडंळी मला सातत्याने स्पर्श करून ग्रुप रेकि देत होते.

दुसऱ्या दिवशीची सकाळ झाली आणि एखाद्याने पूर्ण शरीर आतून धुवून काढल्याची जाणीव झाली. आता पाय दुखत नव्हते. डोकेही पूर्ण शांत झाले होते. बाहेर हॉल मध्ये चाललेल्या सकाळच्या अग्निहोत्राच्या धुराचा मला वास देखील आला. अनभिज्ञ आणि उन्मनीय अशा भावनेने मी ताडकन उठलो, खोकला थांबला होता. हा म्हणजे आनंदाचा परमोच्च क्षण ! एका रात्रीत ही मोठी किमया झाली होती. गुरुजी अन स्वामींच्या आशिर्वादाने मी ठणठणीत बरा झालो होतो. बेडरूमच्या बाहेर आलो तोच घरचे सर्वजण माझ्या हॉस्पिटल ऍडमिशनचा प्लॅन करत होते आणि आता यांना मी बरा झालो आहे आणि तेही एवढया कमी वेळात, हे कसे समजावून सांगू हा प्रश्न मला पडला. पण स्वामी कृपेने सर्वकुटुंब रेकि परिवार असल्याने ते सर्व गुरु अनुग्रहाचे महत्व जाणून होते आणि त्यांनी माझ्या भावना समजल्या.

आता मी दात घासले, आश्चर्य म्हणजे मला टूथपेस्टची चव आली. मग सर्वांनी आनंदाने चहा घेतला आणि गप्पा मारत होतो. हे होत असताना खिडकीतून अचानक एक वाऱ्याची झुळूक हळुवार आत आली. मी पूर्ण श्वास घेतला आणि विचार केला, कालपर्यंत अशा झुळुका येतच होत्या की, पण मला श्वास घेता येत नव्हता. पुन्हा गुरुजींचे अजून एक वाक्य आठवले. उश्य्ळण्त्फ़ त्ल ज्श्ज्य्ह्ष्णज्य्ज ग्फ्छ उश्ज्य्ह्ळण्त्फ़ त्ल न्ळज्फ्ळ आणि डोक्यात लख्ख प्रकाश पडला बाहेरच्या ऑक्सिजनशी सहनिनाद करायला आत मधला ऑक्सिजन जागा पाहिजे आणि हाच तो आतला ऑक्सिजन. आता याला तुम्ही श्रध्येचा ऑक्सिजन म्हणा की ऑक्सिजनची श्रध्दा...!!!

वरील प्रसंगातून एक शिकवणूक मिळाली. ते ही गुरुजींचेच वाक्य आहे "Devrukh is a space not a place, so just be connected and Swami will take care of everything !"

आणखी एक महत्वाचे म्हणजे या एकूण १५ दिवसात, माझ्या परिवारातील सर्वांनी मला स्पर्श करून ग्रुप रेकि दिली आणि त्यांच्यापैकी एकालाही करोनाची वा इतर कोणतीही लागण झाली नाही.

जय गुरुदेव !!!

रेकि अनुभव

आकांक्षा कुटुंबळे, बडोदा.

फेब्रुवारी २०२१ मध्ये बडोद्याच्या रेकि शिबीरामध्ये मला संगीता मॅडम कडे रेकि शिकायची संधी मिळाली. मला असे वाटते रेकि शिबीर मध्ये शिकण्याचा अनुभव शब्दात वर्णन करणे कठीण आहे. जेव्हा एखादी व्यकी स्वत: तिथे जाऊन रेकि शिकते तेव्हाच ती समजू शकते.

रेकि शिबीरात मला जाणवले की आजूबाजूचे वातावरण जेवढे शांत वाटत होते तेवढेच रेकि शिकताना स्वत:चे अंतर्मन शांत झाले होते. रेकि देताना आम्ही ज्याप्रमाणे बसलो होतो ती शरीराची स्थिती सोयीस्कर नसून सुध्दा मनाला शांतता जाणवत होती.

मला जो अनुभव आला तो अगदी थोडक्यात सांगत आहे. मार्चच्या दुसऱ्या आठवडयात मी मेघालयला फिरायला गेले होते. तिथे माझ्या ग्रुप मध्ये सगळ्याच मैत्रिणी अनोळखी होत्या. ट्रिपला जाण्यापूर्वी मी माझ्या भावाला २ दिवस रेकि दिली होती. माझ्या ट्रिपचा अनुभव सांगण्यापूर्वी मी हे सांगू इच्छिते की मी प्रयत्न करून पण रेकिचे अर्धेच पॉईंटस मी कव्हर करु शकत होते.

आता मला आलेला छान अनुभव सांगण्याकडे परत वळते.

उन्हाळ्याची सुरुवात झालेली होती. इंदोरमध्ये तापमान वाढत होते. ६ तारखेला मी शिलॉंगला पोचले. तिथे मला 'वेई सो डोंग' ह्या धबधब्यात डुंबायला मिळाले. अनुभव खुपच जबरदस्त होता. शिलॉंग नेहमीच थंड असते. आम्ही ज्या गेस्ट हाऊस मध्ये रहात होतो ते वातावरण पण खूपच थंड होतं. तिथे हिटर असूनसुध्दा आम्हाला थंडी वाजत होती. ह्या वातावरणात आणि स्थितीमध्ये उब येण्यासाठी मला नेहमी गरम कपड्याचे थर घालावे लागतात. पण मी जेव्हा स्वत:वर रेकि घेत होते त्यावेळी माझे केस थोडे ओले होते तरीसुध्दा मला थंडी वाजत नव्हती ही पहिली गोष्ट मला जाणवली. ह्या थंड वातावरणात सुध्दा माझ्या हातांना ऊब जाणवत होती त्यामुळे मी स्वत:ला ऊबदार स्थितीत ठेऊ शकले.

रात्री आकाश स्वच्छ व निरभ्र असल्यामुळे आम्ही दोघी ताऱ्यांकडे पाहत बसलो होतो. आम्ही दोघींनी त्या रात्री रेकिविषयी चर्चा केली. माझी मैत्रीण संचिता, जी डेंटिस आहे तिने बऱ्याच लोकांकडून रेकिविषयी ऐकले होते. पण ती म्हणाली माझा रेकिवर विश्वास नाही. मी म्हटले, ठीक आहे, प्रत्येकाने अनुभव घ्यायला हवा. ही गोष्ट अशी आहे की सगळ्यांनी पाहिले आणि लगेच समजले असे होत नाही.

तिला खूप थंडी वाजत होती. तर शिलॉंगच्या त्या गारठलेल्या रात्री मी सहज तिला विचारले की, मी तुला रेकि देऊ का? तुला बरे वाटेल आणि झोप पण लागेल. ती अनिच्छुक होती, काही बोलली नाही. पण मी तिला विचारले की, तुझा माझ्यावर विश्वास आहे का? आणि जर असेल तर मी तुझ्या शरीरावर हात ठेऊन रेकि दिलेली तुला चालेल का?

तिने हो म्हटल्यावर मी तिला व्यवस्थित स्थितीमध्ये झोपायला सांगितलेआणि डोक्याच्या पॉईंटपासून रेकि द्यायला सुरुवात केली. पहिले ४ पॉईंट रेकि दिल्यावर तिने मला थांबायला सांगितले आणि आता तिला बरे वाटत आहे, आणि थोडे ऊबदार पण वाटत आहे असे म्हणाली. मी तिच्या पायांना अजून रेकि दिली नव्हती तरीपण तिचे पाय खूप गरम झाले होते.

दुसऱ्या दिवशी तिने बाकीच्या मैत्रिणींना तिचा अनुभव सांगितला की खरोखरच तिला ऊब मिळाली आणि रात्री तिला खूप छान झोप पण लागली.

त्यानंतर आमचा ट्रेक चालू असताना संचिताचे पाय दुखत होते. लगेच मी तिला रेकि देऊ का असे विचारले. ह्यावेळी ती काहीही शंका न घेता लगेच हो म्हणाली. पण ह्यावेळी मात्र आम्हाला दोघींना आश्चर्य वाटले कारण तिला माझे हात खूप गरम झालेले वाटत होते आणि मला पण माझ्या हातांची आग होतेय असे वाटत होते.

ह्यापूर्वी कधीही असं झालं नव्हतं त्यामुळे मला खूप आश्चर्य वाटत होतं की एवढया थंड वातावरणात पण माझे हात गरम आहेत. हा अनुभव माझ्यासाठी पूर्णपणे नवीन होता. त्यानंतर मी जेव्हा रेकि द्यायची त्यावेळी माझे हात गरम होत होते. जेव्हा माझ्या बरोबरच्या मैत्रिणींना थंडी वाजायची त्यावेळी मी त्यांना माझे हात धरायला सांगायची त्यामुळे त्यांना पण ऊबदार वाटत होते. एकदा हाताला ऊब आल्यावर पूर्ण शरीराला ऊब मिळतेच असे मला वाटते.

मी जेव्हा मधुराला रेकि दिली (जिने पूर्ण ट्रीप ऑरगनाईझ केली होती) तेव्हा तिच्या डोळ्यांवर रेकि देताना माझे हात गरम होत होते आणि बाकीच्या पॉईंटवर रेकि देताना मात्र नॉर्मल होते. ह्या सगळ्याचा अर्थ काय ते मला कळत नव्हते, हा माझा दुसरा अनुभव होता. पण जेव्हा मी स्वत:वर रेकि घेत होते किंवा दुसऱ्यांना देत होते त्या दोन्ही वेळेला मला मानसिक शांतता जाणवत होती हे मात्र खरे.

आता रोज रेकिचे सगळे पॉईंट कव्हर करण्याचा माझा प्रयत्न असेल. म्हणजे माझा तो अनुभव सुध्दा मी शेअर करू शकेन.

धन्यवाद.

आश्रम वार्ता

(१) डि.एस्.पी.पी.एल. ची बालक प्रशिक्षण शिबिरे

नेहमीप्रमाणे या वर्षीही उन्हाळा सुरू झाला आणि डि.एस्.पी.पी.एल. ची बालक शिबिरे घोषित झाली. कोरोनाच्या परिस्थितीमुळे या वर्षीही ऑनलाईन शिबिरे घेण्याचे योजले गेले. १४ एप्रिलच्या गुढी पाडव्याच्या शुभदिनी सॉफ्ट १ ह्या स्तरावर ९ वर्षांच्या बालकांच्या शिबिराने सुरूवात झाली. दहा दिवसांच्या ह्या शिबिरानंतर लगोलग सॉफ्ट २ व ३ तसेच सॉफ्ट ४, मिडल पाथ १ व २ असा भरगच्च कार्यक्रम झाला. साधारणतः १५० मुलांनी या शिबिरांमधून भाग घेतला.

त्यानंतरचे दहा दिवसांचे पालकांसाठी शिबिर म्हणजे तर मोठा दिव्य सोहळाच जणू. दररोज सव्वादोन तास चालणारे हे शिबिर पालकांना बरेच काही देऊन गेले.

(२) श्रद्धेच्या लाटेचा विस्तार

श्रद्धेच्या लाटेवर स्वार झाल्याला साधकांना आता एका महिन्याच्या वर होऊन गेला. किती कोरोनाच्या रुग्णांना ह्या लाटेने सुखरूपपणे किनाऱ्यावर आणले आणि कितीजणांची बुडणाऱ्या नौका श्रद्धेच्या समर्थ हातांनी स्वामी समर्थांनी वाचवलेल्या ठाण्याच्या कोळ्यासारख्या वाचवल्या गेल्या याची गणती करणे शक्यच नाही, एका भजनातील तू लहर बना सागरकी मेरी नाव किनारे लाया या उक्तीचा हा प्रत्यक्ष अनुभव साधक वर्ग कधीच विसरणार नाही. श्रद्धेच्या लाटेने भीतिची लाट कशी वरमून गेली हे आपण सर्वच आता आपल्या आजूबाजूला अनुभवत आहोतच.

या व्यतिरिक्त झूम मिटींगवर होणारा दररोजचा सत्संग म्हणजेही आपल्या साधकांना मोठीच पर्वणी. तीनशेच्या आसपास साधक मंडळी नियमितपणे ह्या श्रद्धेच्या प्रवाहात सचैल स्नान करत आहेत हे दृश्यच अनोखे आहे. डॉ मुकुंदराव हनुमंते, नारेश्वरचे दत्तभक्त डॉ धीरूभाई जोशी, एक गाढे विद्वान डॉ आदित्य अभ्यंकर, दत्तभक्त वासुदेवराव नंदुरबारकर इत्यादि आधुनिक काळातील संत मंडळींनी ह्या मंचावर येऊन साधकांना केलेले मार्गदर्शन तर ह्या प्रकल्पाचा मोठाच अनुभव आहे. रूद्र पठण, राम रक्षा, दत्त बावनी, दिगंबरा, श्री गुरू यतिवर, स्वामी तारक मंत्र, स्वाहाकार, अग्निहोत्र ह्या सगळ्यांच्या छत्राखाली सगळी साधक मंडळी किती छान रमलो आहेत हे पाहूनच कृतार्थ वाटते. ही एका नव्या युगाची नांदी आहे असा आभास होतोय एवढे खरे.

अशक्यही शक्य करते हैं स्वामी ॥

8

श्री स्वामी समर्थ हे अनंतकोटी ब्रह्मांडनायक आहेत असे म्हटले जाते. आणि बऱ्याच स्वामीभक्तांनी त्याचा अनुभवही केला आहे, जाहल्या स्वामीराज वैद्य व्याधी पळे आपणची ह्या आपल्या याच अंकात येणाऱ्या अनुभवांना आपण सामोरे गेले असालच. स्वामी समर्थ हे केवळ एक अवतारी पुरूष म्हणून त्यांच्याकडे पहाणे हे निश्चितच अनुचित ठरेल. श्री स्वामी समर्थ यांचा अवतार हा केवळ एका युगापुरता किंवा काही काळापुरता नव्हता हे आता सारे विश्व जाणते. इ.स्. १०७१ पासून स्वामींचा अवतार जगाला माहीत होता हे आता सगळ्यांनाच उमगू लागलेले आहे.

श्री स्वामी समर्थ म्हणजेच ब्रह्म आणि ह्या सर्व ब्रह्मांडाचा निर्मिता. स्वामी समर्थ म्हणजे प्रत्यक्ष चैतन्याचा स्वरूपावतार. जसे स्वामींचा स्तवनामध्ये म्हटले गेले आहे, “पुराण पुरूषा मनुज मानिती, गढले जे हे गाढ तमी” म्हणजेच अज्ञानाच्या दाट अंधकारामध्ये बुडुन गेलेलेच फक्त स्वामींना एका मनुष्याच्या रूपात समजतात आणि त्यांना मनुष्याच्या त्रिगूण आणि त्रिदोष या त्रिमितिवर त्यांच्या सामर्थ्याची परिक्षा घेतात हे निश्चित. स्वामींच्या अमर्याद, अचाट, अद्भुत अशा अस्तित्वाला ते सामोरे गेलेच नाहीत असे वाटते. समाधिच्या वेळचे स्वामींच्या तोंडचे उदगार, “हम गया नही, जिंदा है” हे स्वामींच्या अचाट आणि अफाट अस्तित्वाची साक्ष देतात.

स्वामींच्या अक्कलकोटच्या वास्तव्यात आणि त्या नंतरही देहाचा त्याग केल्यानंतरच्या गेल्या १४१ वर्षांतील अनुभव हेच दाखवतात कि स्वामींना काहीच गोष्ट अशक्य नाही. ब्रह्मांडांचा चालक आणि निर्मिता कोठलीच मर्यादा नसल्यामुळे साऱ्याच गोष्टी शक्य करू शकतात याची अगणित उदाहरणे आज स्वामीभक्तांसमोर आहेत. सामान्य जीवनातील शक्यता आणि अशक्यता ही माणसाच्या तर्कबुद्धीवर आधारीत असते. परंतु तर्क बुद्धी मानवाच्या मर्यादित अस्तित्वातून जन्म घेत असते. त्या अफाट वैश्विक अस्तित्वाचा आणि त्याच्या सामर्थ्याचा त्याला गंधही नसतो. मानवी मनाच्या आणि बुद्धीच्या आवाक्याबाहेर स्वामींचे कार्य सातत्याने चालू असते. स्वामी म्हणतात, “ज्याने माझ्याकडे पाहीले त्याच्याकडे मी पाहतो आणि ज्याने माझ्याकडे पाह्मले नाही त्याला त्याचे प्रारब्ध पाहत असते.” प्रारब्धाच्या चौकटी पार करून स्वामी स्वत:च्या हाताने भक्ताचे प्रारब्ध घडवत असतात. स्वामींच्या ह्या अद्वितीय सामर्थ्याची अनुभूति घेण्यासाठी समर्पित भाव आणि गाढ श्रद्धा ठेवून स्वामींच्या हातात आपला हात द्यायचा हेच कर्म, हीच साधना आणि हाच मोक्ष.