



सर्वे: सन्तु निरामया:

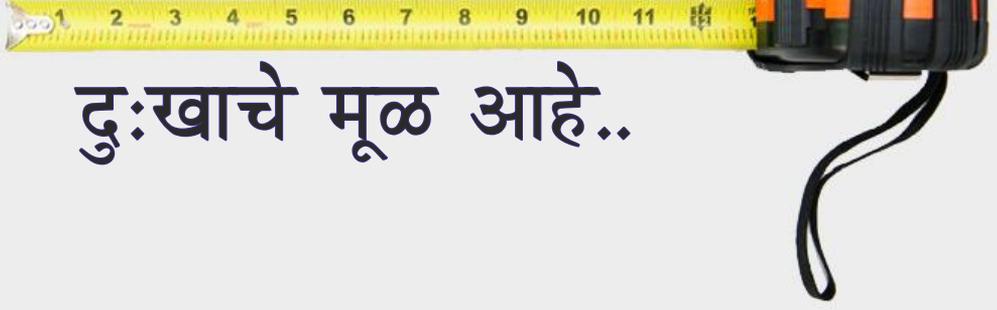
रेकि ब्रह्म

वर्ष १०वे अंक २२
नोव्हेंबर २०२१

email: reikibramhamasik@gmail.com

शुभ दिपावली

मोजमापात



दुःखाचे मूळ आहे..

गेल्याच आठवड्यात ध्यानात बसलो असताना एक संकेत आला. “Measurable leads to Miserable” म्हणजे जे मापनीय आहे तेच सर्व दुःखांचे कारण आहे. त्याला लागूनच आणखी एक संकेत आला, “Figures leads to Fears” म्हणजे आंकड्यांमधून भीतिचा उगम आहे. मोजमापे आली, आंकडे आले की मर्यादा आल्या. मर्यादा आल्या की आपल्या अमर्याद, अनंत, अनादि अस्तित्वाच्या क्षेत्रातून आपण विलग झालो. अद्वैताच्या सीमा ओलांडून विरोधाभासाने भरलेल्या द्वैताच्या प्रभावाखाली आपण आपसूकच आलो. मग सुरु होतो आयुष्यातील संघर्ष. जेथे संघर्ष तेथे दुःख, तेथे वेदना.

गेल्या काही वर्षांपासून आपण हेच अनुभवत आलो आहोत. प्रकर्षाने गेल्या दीड वर्षात आपण ह्याचे केवळ साक्षीदारच नव्हे तर प्रत्यक्ष त्या अनुभवत आहोत. कोरोनाच्या अदृश्य अशा एक तथाकथित विषाणूने माणसाला आणि त्याच्या अहंकाराने भरलेल्या विज्ञानाला गुडघे टेकायला लावले. शरीराचे तापमान, ऑक्सिजनचे परिणाम, सीटी स्कॅनचा हिशोब, फुफुसांच्या वेगवेगळ्या परिमिती... काय आणि काय. ह्या सगळ्या आंकडेवारी एखाद्या भुतावळीसारखा आपल्याभोवती फेर धरून आपल्याला भितीच्या गर्द अरण्यात कैदच केले जणू. साधनेच्या मार्गावर चालणाऱ्या साधकांना मात्र गालातल्या गालात हसू येत होते. ह्या सगळ्या मायेच्या खेळात राहूनसुद्धा त्यांच्या परिणामांच्या पलिकडे जाऊन जगणे त्यांनी पचनी पाडले होते. ज्यांना स्वतःच्या आत्मतत्वाची ओळख झाली होती. त्यांना मोजमापाच्या फुटपट्यांची क्षिती नव्हती. लहानपणी मी एक पुस्तक वाचले होते त्याचे नाव होते. ‘जोनाथन लिव्हींग्स्टन सी गल’ ते लिहिले होते रिचर्ड बाख नावाच्या एका वैमानिकाने जो एक उत्तम छायाचित्रकारही होता. जोनाथन नावाचा एक समुद्रपक्षी जो समुद्रपक्षी असूनही जमातीतल्या इतर पक्ष्यांपेक्षा खूप वेगळा होता. साधारणतः हे पक्षी सूर्योदय व सूर्यास्ताला पाण्याच्या वरच्या स्तरांवर येणाऱ्या माश्यांना खाऊन आपले पोट भरतात. बेताचेच उडणे त्यामुळे आकाशाशी तसे फारसे नाते नसलेला हा पक्षी. परंतु जोनाथन हा खूप वेगळा. त्याला आकाशाचा ध्यास होता. मासे

खाऊन जीवन जगणे हा त्याच्या आयुष्याचा उद्देश त्याने कधीच मानला नाही. ससाणे, गरूड, उंच उंच उडणाऱ्या घारी ही त्याची दैवते. त्यांच्या भराऱ्या जोनाथनला भुलवायच्या. साहजिकच त्याच्या समाजाला हे पसंत न पडल्याने त्यांनी त्याला आपल्या जमातिबाहेर हाकलले आणि जोनाथनला आपल्या आकाशाला गवसणी घालण्याच्या स्वप्नाला पंख फुटले. त्याला आता स्वर्ग खुणावू लागला. गतिच्या वेगवेगळ्या स्तरांवर उसळताना ५०० आणि ६०० मैलांच्या मर्यादाही तुटून पडल्या. त्यात त्याला एक गुरूही भेटला. त्याने जोनाथनला ह्या प्रगतिपथावर जाण्यास आणखी मदत केली. वेगाच्या सीमा पार करताना जोनाथन आपल्या गुरूला म्हणायचा मी आता ८०० मैलांपर्यंत आलो. आता आणखी किती वेग वाढवायचा? स्वर्ग कधी येणार? गुरू शांतपणे म्हणाले, जेव्हा तुझे हे वेगाचे मोजमाप बंद होईल ना तेव्हाच स्वर्गाच्या सीमेवर तू पोहोचशील. कारण प्रत्येक मोजमाप ही मर्यादा आहे. मर्यादा संपल्या कि मोक्षाचा मार्ग खुला होईल.

मी स्वतः मुंबईतील गिरगावातील मध्यमवर्गीय चाळीच्या वातावरणात वाढलेलो. आमच्या बालपणी असलेली चाळ संस्कृति हे मानवी जीवनाला पडलेले एक सुंदर स्वप्न होते असे मला नेहमी वाटते. सगळे भेदभाव विसरून आयुष्याचा महोत्सव कसा करायचा हे ह्या संस्कृतिने आमच्या पिढीला शिकविले. आता ही संस्कृती लयाला जाऊन एका मानवी विकृतिची सुरुवात झाली आहे असे वाटते. आमच्या चाळीतील २८ बिराडामधे एखाद्या घरात शारीरिक ताप मोजायचा थर्मोमीटर असायचा. कोणालाही फार ताप आला असे वाटले कि मग तो थर्मोमीटर आणला जायचा आणि दोन-तीन दिवसांत परत दिलाही जायचा. अंग फारच गरम वाटले तरच त्याचा उपयोग. नाहीतर आहेच हाताचा उलटा-सुलटा पंजा. थर्मोमीटर हा एकच काही तो मोजण्याचा प्रकार. त्याशिवाय कशाचेच मोजमाप व्हायचे असे मला वाटत नाही. बहुसंख्य वेळा तर मला आठवते कि आमचे डॉक्टर नगसेकर त्यांच्याकडे गेल्यावर आमच्या काखेत

थर्मोमीटर घालायचे आणि ते विसरल्यासारखे संध्याकाळचा पेपर वाचत मिनिटोमिनिटे गर्क व्हायचे. मग आम्हीच तो काखेला गुदगुल्या करणारा तो मीटर काढून त्यांच्या हातात द्यायचो. माणसे आजारी पडायची, चार-पाच दिवस खाटेवर असायची, अशक्तही व्हायची पण कधी म्हणून त्यांचा प्राणवायु कमी झाला आहे वगैरे अशी चर्चा झाली नाही. कदाचित कमी झालेला प्राणवायुही आपसूकच जागेवर यायचा. प्राणवायु कमी झाला म्हणून कोणी दगावल्याचे कधीच ऐकले नव्हते. अगदी पांढरी फटक पडलेली माणसेही कधी रक्तातील हिमोग्लोबीन किती कमी झालाय याचा हिशोब मांडताना आम्ही कधीच ऐकले नाही. रक्ताची परीक्षा कधी आम्हाला लहानपणी करावी लागली असे मला तरी आठवत नाही. पण कोठेच काही अडले नाही. मग आताच हे विपरित का घडतेय? व्हायरस हा प्रकार तर गंमतीचाच. वर्षातून दोन-तीनदा तो भेटीला यायचा. परंतु त्याला अवास्तव महत्व ना डॉक्टरांनी दिले ना रुग्णांनी. खरे म्हणजे व्हायरस असे म्हटले कि आम्ही समजायचो कि डॉक्टरांनी आपल्याला हा विकार कळलेला नाही हे कबूल केल्याचा एक परवलीचा शब्द होता. डॉक्टरांची जीभ हे बोलताना गालातल्या गालात घोळायची आणि रुग्णाच्या गालाला एक मिश्रकील खळी पडायची.

अमेरिकेतील एक डॉक्टर तर आपल्या व्हीडियोत सांगतात कि डॉक्टरांच्या समोर रूग्ण गेला कि त्याचा रक्तदाब आणि हृदयाची धडधड जवळ जवळ दुप्पट होते. त्याला सफेद कोट सिन्ड्रोम असे म्हटले जाते. नवीन आलेले हे मापक किती खरे आणि किती खोटे हे कोण सांगणार? काही वर्षांपूर्वी मी अमेरिकेतून येताना आपल्या रेकि आरोग्य मंदिराला उपयोगी पडतील म्हणून दोन डिजिटल ब्लड प्रेशर मापक आणले. अगदी ऑमरॉन सारख्या विख्यात कंपनीने बनवलेले. एका रविवारी ते कसे चालतात म्हणून घेऊन बसलो. म्हटले आपल्यावरच प्रयोग करून बघू. पहिल्याच वेळेला माझा रक्तदाब त्याने ३४५ असा दाखवला आणि मी जाम घाबरलो. एवढा रक्तदाब असूनही आपण जीवंत कसे असा मला प्रश्न पडला. जरासा सावरून एका मिनिटाने पुन्हा लावला. पडद्यावरचे २१२ बघून जरासे हायसे वाटले. तरीही ते खूप जास्त आहे असे वाटून खंत झाली खरी. पुन्हा एका मिनिटाने पाहिले तर १२२. त्यानंतरच्या दोन मिनिटांचे रिडींग १६५ आणि १३५. मी चक्रावलो. म्हटले पाच मिनिटांत अशी पाच परिवर्तने. नेमके किती असेल माझा रक्तदाब? मग ते उपकरण घेऊन एका जवळच्या डॉक्टर मित्राकडे गेलो आणि सांगितले त्याला. तो ही अवाक झाला. म्हणाला हे अजीब आहे. वापरूच नका ते. त्याने पाहीले तर त्याच्या पुराण्या उपकरणात सगळे सामान्य होते. मी सुटकेचा श्वास सोडला आणि परत म्हणून त्या उपकरणाला हातही नाही लावला. मला विचार आला कि समजा हेच रुग्णालयात झाले असते तर त्यांनी माझे दुसरे रिडींग तरी घेतले असते का? कि

त्यांनी मला सरळ आय. सी.यू. मध्ये भरती करून इंजेक्शन टोचली असती? वाचलो असतो का मी त्यातून? परंतु एक समजले कि ह्या उपकरणांवर विश्वास ठेवणे धोक्याचे आहे. आणखी एक गोष्ट आहे १९९५ सालची. माझे एक पारशी मित्र दर पंधरा दिवसांनी ब्रिच कॅंडी इस्पितळात जाऊन आपले हृदय तपासून यायचे. पंधरा वर्षांपासूनचा त्यांचा हा नेम होता. दोन-तीन बॉक्स फायली त्यांच्या रिपोर्टसनी भरून गेल्या होत्या त्या मी पाहील्या होत्या. त्या विशेष दिवशीही संध्याकाळी पाच वाजता आमची व्यवसायासाठी भेट ठरली होती. ते उशिरा आले. म्हणाले, “हार्ट तपासायला गेलो होतो. सगळे नॉर्मल आहे.” त्यांनी माझ्यापुढे इस्पितळाच्या मोठ्या डॉक्टरांचा रिपोर्ट ठेवला. मी माझ्या स्वतःच्या डोळ्यांनी तो वाचला. डॉक्टरांनी लिहिले होते कि त्यांचे हृदय एकदम नॉर्मल आहे. खाली एक मस्त झोकदार सही. डॉक्टर प्रख्यात. इस्पितळ प्रख्यात. भेटीनंतर मी घरी पोहोचलो साधारण सातच्या सुमारास. फोन वाजला त्यावेळी पायातील बूटही काढले नव्हते. फोन उचलला तर दुसऱ्या बाजूला त्या पारशी गृहस्थांची पत्नी. रडत रडत मला म्हणाल्या कि त्यांचा नवरा हार्टफेलने गेला. मी सुन्न झालो. दोन तासांपूर्वी एका प्रख्यात इस्पितळाच्या अत्याधुनिक उपकरणांद्वारे एका प्रख्यात तज्ञ डॉक्टराने केलेले निदान एवढे चुकावे? माझा त्या क्षणी ह्या मोजमापाच्या उपकरणांवरचा विश्वासच उडाला. ह्या उपकरणांच्या आंकड्यांमध्ये फक्त माणसाला घाबरवण्याचे सामर्थ्य आहे. ठीक करण्याचे नाही.

हल्लीचे एक उदाहरण घेऊ. देवरूखजवळच्याच एका खडेगावातील एक वृद्ध आजी रेकि शिकून गेल्या. त्यानंतर दुसरी डिग्रीही त्यांनी घेतली. असे बरेच महिनेही गेले. एका टळटळीत दुपारी आजी काही महिलांसमवेत आपल्या आश्रमात आल्या आणि माझ्यापुढे त्यांनी दोन फायली ठेवल्या. म्हणाल्या डॉक्टरांकडून आल्या होत्या. त्या फायली वाचल्यानंतर मला कळले कि एका वर्षापूर्वी त्यांना लोलोन कोलोन कॅन्सर झाला होता. पण अतिशय गरिब परिस्थितीत त्यांच्यावर उपचार करून कोणाचाच व्यावहारिक फायदा होत नसावा त्यामुळे उपचार काहीच झाले नाहीत. आता ह्या वर्षभरात आजी रेकि मात्र शिकल्या आणि डॉक्टरांनी सांगितल्याप्रमाणे पुन्हा तपासणीला सामोरे गेल्या. दुसरी फाईल त्याची होती. आजींना वाचता येतच नव्हते. मी फाईल घेऊन वाचली आणि लक्षात आले आजी पूर्ण कॅन्सरमुक्त झाल्या आणि त्यांना त्याची सुतराम कल्पना नव्हती. मी अवाक झालो निसर्गाची ही किमया पाहून. आजींना मोजमापाच्या शास्त्राने घाबरवलेच नव्हते. आजींचा पराभव शक्यच नव्हता. आजी छानपणे स्वामींच्या आणि रेकिच्या छात्राखाली जगत होत्या. “उगाची भितोसी भय हे पळू दे” हे त्यांच्या दृष्टीने केवळ वाक्य नव्हते, तो त्यांचा अनुभव होता.

अजित सर,

विजया दशमी, १५ ऑक्टोबर २०२१

रांगोळी

सौ आरति जोशी, बंगळूरु

“रांगोळी” विषय निघाला आणि मन आजोळी जाऊन पोहोचले. कौलारू घर, मातीची शेणाने सारवलेली जमीन, ओसरी, माजघर, कोठीची खोली, देवघर, स्वयंपाकघर, आड सगळे अगदी एखाद्या चित्रफिती सारखे डोळ्यासमोर आले. ह्या सगळ्या बरोबर आठवली ती दारासमोरची ठिपक्यांची रांगोळी, देवासमोरची शुभ चिन्ह असलेली रांगोळी, पोतेरं केलेल्या स्वच्छ चुली समोरची चंद्र सूर्य, कमळ, स्वस्तिक असलेली रांगोळी आणि ह्याच बरोबर “आजी, असे का ग” ह्या प्रश्नांना आजीने न कंटाळता दिलेली कारणमिमांसा.

माझ्या आजोळी सिध्दीविनायक असल्याने घरात सोवळे ओवळे पाळले जायचे आणि त्या अनुशंगाने येणाऱ्या अनेक रितीभाती मनाची शिस्त ह्या सदराखाली अमलात आणल्या जायच्या. तीनही ऋतुत पहाटे उठून, आंधोळ करून दारात, तुळशी समोर सडा रांगोळी, चुलीला, वैल चुलीला पोतरं करून त्यासमोर रांगोळी. जेवायच्या ताटाभोवती नाजुक वेलबुट्टी हे सगळे रोजच्या दैनंदिनीचा भाग होते. लहान असताना आजी कसे करते हे मी बघायचे, थोडी मोठी झाल्यावर आजीला हातभार लावू लागले आणि पुढे शिंग फुटल्यावर आपण असे का करतो हे. तिच्याकडून जाणून घ्यायला लागले.

आमच्या दारासमोरची रांगोळी ही ठिपक्यांची असायची. प्रमाण बध्द ठिपके आणि बारीक सरळ रेघ ह्यांनी साकारलेली ही समतोल सांभाळणारी रांगोळी आजी मनापासून काढायची. काढताना कुठलेसे स्तोत्र म्हणायची. रांगोळी काढून झाली की त्यावर न चुकता हळदी कुंकु वहायची, मला सांगायची “कावेरी, अग. घराची कळा अंगण सांगे. दारातील रांगोळी आलेल्या घरात प्रसन्न चित्ताने प्रवेश करतो.” पुढे सांगायची “आपण रांगोळीची सुरुवात कशाने करतो? टिंबाने, टिंब म्हणजे शून्य. शून्यातून सुरुवात आणि शून्यात शेवट... सरळ रेघ ही सरळ मार्गी आयुष्य, जोडलेली टिंब म्हणजे जोडलेली नाती, जेव्हा आपण टिंबाभोवती वक्राकार रेषा घेतो ते म्हणजे आलेल्या अडचणी वर केलेली मात... कावेरी, ही ठिपक्या भोवती फिरणारी रांगोळी तर

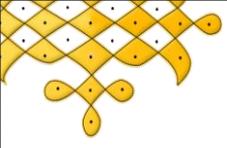
बाई मला आपलेच आयुष्य वाटते. आपले मन कसे सतत आपले घर आपली माणसे या भोवती फिरते हो की नाही? आणि अजून एक गोष्ट लक्षात घे, रांगोळीचे आयुष्य क्षणभंगूर असते, वारा, पाऊस, कुत्री, मांजरी ह्यांनी ती विस्कटते. पण बाळा ती रेखाटणारी गृहीणी निराश न होता दुसऱ्या दिवशी त्याच उत्साहात नवीन रांगोळी काढते. आपल्या आयुष्यातला हा मोठा धडा आहे, कधीही खचून जायचं नाही.

चार बुक जेमतेम शिकलेली माझी आजी किती मोठे तत्वज्ञान सांगत होती. तिची आयुष्याची फीलसॉफी मला थक्क करत होती.

दरवाज्यानंतर रांगोळीच्या दृष्टीने लक्ष वेधणारी दुसरी जागा म्हणजे देवघर. माझे आजोळचे घर खूप मोठे आहे त्यामुळे देवघर म्हणजे एक व्यक्ती आरामात बसून पूजा करू शकेल इतपत छोटेखानी खोली. देवघरात शांत तेवणारा नंदादीप, फुले, गंध, उदबत्ती ह्यांचा मंद दरवळ आणि शंख, चक्र, कमळ, स्वस्तिक असलेली रांगोळी. सर्वच मंगलदायी आणि शुभ !

ओटयावर शेंगडी समोर रांगोळी ही कल्पना आपल्या शहरवासीयांना खूपच विचित्र वाटेल. एकतर जागेची आणि वेळेची कमी. माझ्या आजोळी स्वयंपाक घरात चुली समोर चंद्र, सूर्य, कमळ आणि स्वस्तिक रांगोळी असायची. मी आजीला ह्या मागचे कारण विचारले. आजी म्हणाली, “कावेरी, अग चंद्र आणि सूर्य अविनाशी आहेत तसेच ऊर्जेचे स्रोत आहेत. ती ऊर्जा ह्या चुलीवर शिजलेल्या अन्नातून खाणाऱ्यास मिळू दे आणि त्यांचे आरोग्य उत्तम राहू दे ही ह्या मागची भावना. कमळ हे सात्विकतेचे प्रतिक आहे. हे अन्न ग्रहण करणाऱ्याचे मन सात्विक राहो. स्वस्तिक हे स्थिर चित्ताचे चिन्ह सतत सकारात्मक विचार करायला प्रवृत्त करतात.

माझा पुढचा प्रश्न होता “आजी ताटाभोवती रोज तू नाजुकशी रांगोळी काढतोस ते जेवणाऱ्याला स्पेशल वाटावे म्हणून का ग?” ह्यावर आजी खळखळून हसली म्हणाली, “तसे समज हवे

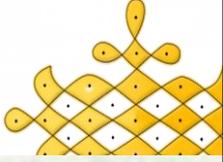


तर. अग आपल्या संस्कृतीत रांगोळी काढलेली जागा शुध्द आणि पवित्र मानली जाते. मग जिथे जेवायचे ती जागा निर्मळ आहे, स्वच्छ आहे हे सांगणारा हा मूक संदेशच ग. बघ आपण ओवाळताना, पूजा मांडताना चौरंगाभोवती रांगोळी काढतो की नाही.” आजीच्या ह्या साध्या कृती मागे इतका खोल अर्थ आहे हे मला अचंबित करत होते.

पुढे काही वर्षांनी मी बंगलोरला वास्तव्यास आले. समोरच्या फ्लॅटमध्ये राहणाऱ्या तामिळ भाषिक जयाशी छान मैत्री झाली. जयाचा दिवस रविवार सकट रोज पाच वाजता सुमधुर कर्नाटकी भक्ती संगीताने सुरु व्हायचा. सकाळी साधारण सहाच्या आधी दारासमोर तांदुळाच्या पिठीने कोलम रेखाटलेली असायची. माझा फ्लॅट अगदी समोरच असल्याने सकाळी दुधाच्या पिशव्या घरात घेताना रांगोळीचे आपसूकच दर्शन व्हायचे आणि मन नकळत प्रसन्न व्हायचे. जयाने पेट्रोकेमिकल मध्ये डॉक्टरेट केले होते आणि एका नामांकित कंपनीत मोठ्या हुद्यावर नोकरी करत होती. दिवसाचे बारा तास घराबाहेर असायची पण एकही दिवस दारातली कोलम चुकली नाही.

एका रविवारी तिच्या घरी फिल्टर कॉफीचा आस्वाद घेताना रांगोळीचा विषय निघाला आणि तिच्या चेहऱ्याच्या बदललेल्या भावावरून माझ्या लक्षात आले की कोलम रेखाटणे ही तिला प्रचंड आवडणारी गोष्ट आहे. म्हणाली, “कावेरी, अग सकाळी रांगोळी काढणे हे माझ्यासाठी मेडीटेशन आहे. It teaches me importance of 'now'. कोलमची डिझाईन रेखाटणाऱ्याला आणि बघणाऱ्या दोघांच्या मेंदूला खूप soothing effect देतात, मन शांत करतात. तुला सांगू माझ्या होम टाऊनला मुलींना लग्नाच्या आधी सिक्कल कोलम शिकवतात because this kolam pattern tunes your mind in such a way that any type of problem can easily solved.

मला मनात हसू आले. चार बुकं शिकलेली, खेडयात रहाणारी माझी आजी आणि डॉक्टरेट केलेली बहुराष्ट्रीय कंपनीत काम करणारी जया ह्या दोघींच्या विचारात किती हे साम्य. दोन भिन्न प्रांत पण संस्कृती व त्यामागचा विचार मात्र एकच ..



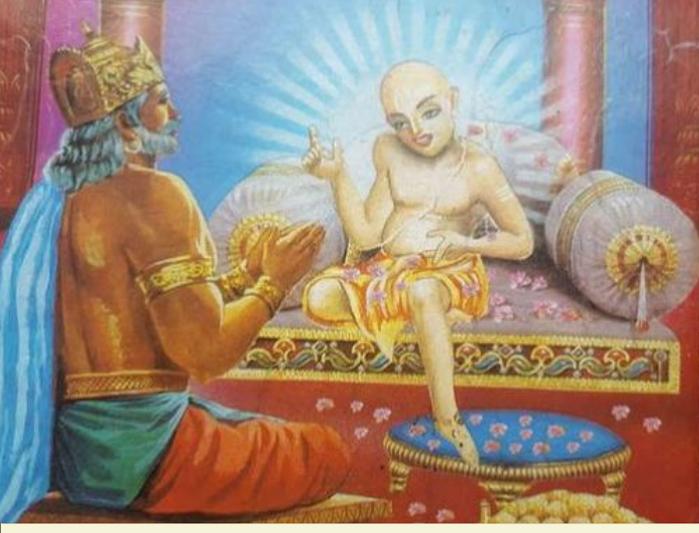
सर्जन आणि विसर्जन

दक्षाबेन

ह्या वेळी देवरुख मठात गणेश उत्सवाच्या दरम्यान माझे गुरुचरित्र पारायण होते. माझ्या मनामध्ये सतत विचार येत होते की गणपती दरवर्षी येतात आणि आपण त्यांचे विसर्जन करतो. मला ह्यावर गुरुजी जे नेहमी आपल्याला सांगत असतात ते आठवले की गणेश चतुर्थीच्या निमित्ताने आपल्या शरीराचे शुध्दीकरण होते. गणपतीचे हे सर्जन आणि विसर्जनाची रचना आपल्या बरोबर जुळलेली आहे जे मला ह्यावेळी जाणवले.

ज्यावेळी बाप्पाचे सर्जन होते म्हणजे त्यांची प्रतिष्ठापना करण्यात येते त्याक्षणी आपल्या शरीरामध्ये सुध्दा एक नवीन शक्तीच्या संचार होतो, नवीन ऊर्जा उत्पन्न होते आणि ज्यावेळी त्यांचं विसर्जन होते त्यावेळी आपल्या मध्ये असलेल्या आधि, व्याधि आणि उपाधिचे पण विसर्जन होते. बाप्पाला सुखकर्ता, दुःखहर्ता, विघ्नहर्ता अशा उपाधींनी पण संबोधलं जाते म्हणजे आपल्या मध्ये नवीन शक्तीचा संचार करून आपल्या सगळ्या उपाधींचे, संकटाचे विसर्जन केले जाते.





अष्टावक्र गीता

(भाग १२) अध्याय ५वा

अजित सर

सूत्र ५.१

अष्टावक्र उवाच

न ते सन्नोऽस्ति किं शुद्धस्त्यक्तुमिच्छसि ।
सन्नातविलयं कुर्वन्नेवमेव लयं व्रज ॥१॥

अर्थ: अष्टावक्र म्हणतात, “तू तर सर्व गोष्टींतून मुक्त आहेस. मग कशाचा त्याग करायचाय तुला? देहभावाला नष्ट कर आणि ह्या प्रकारे अहंतत्वाचा लय करून तू मुक्त हो.”

ह्या अध्यायामध्ये अष्टावक्र जनकाला आपल्या अहंतत्वाचा लय करून मुक्तात्मा बनण्यासाठी चार मार्ग दाखवतात. ह्या मुक्तावस्थेमध्ये देहभावाबरोबरच मनोभाव आणि इंद्रियभावांचा लय होऊन जातो. येथे अष्टावक्र जनकाला सांगतात कि तू सर्व वासनांतून सुटला आहेस मग तुझ्याकडे सोडण्यासारखे किंवा त्याग करण्यासारखे आहे तरी काय? तू तर एक शुद्ध आत्मा आहेस. असा हा शुद्ध

आत्मा संसाराच्या सगळ्या पाशांपासून दूरच राहतो. आपल्या आत्मभावाच्या बाबतीत अज्ञानी असलेला एखादा आपले बुद्धी, मन, अहंभाव आणि इंद्रिये यांच्यशी नाते जोडून आपले अस्तित्व त्यांच्याद्वारे जगवायचा प्रयत्न करत असतो. परंतु ज्या क्षणी त्याला आत्मज्ञान प्राप्त होते त्या क्षणी त्याची ही ओळख नष्ट होते. त्याक्षणी तो मुक्तात्मा बनतो.

सूत्र ५.२

उलेति भवतो विश्वं वारिघेरिव बुदबुदः ।
इति ज्ञात्वैकमात्मानमेवमेव लयं व्रज ॥२॥

अर्थ: समुद्राच्या पाण्यात जसे बुडबुडे, फेस आणि लाटा येत असतात ते समुद्रामुळे तसेच विश्वाचा हा पसारा तुझ्याच आत्म्याचा आविष्कार आहे हे समजून घे आणि तुझ्या अलगतेचा लय कर आणि मोक्षाला तयार हो.

येथे अष्टावक्र जनकाला समजावत आहेत कि समुद्रातून निघणारे बुडबुडे, लाटा आणि फेस हे समुद्राचे केवळ आभास आहेत, त्यांना वेगळे अस्तित्व नाही. तसेच संपूर्ण विश्वाचा आभास हा तुझ्याच

आत्म्याचा आविष्कार आहे. आपण जेव्हा जन्माला येतो त्याच वेळेला आपले जग जन्म घेत असते जसे आपण एखाद्या आरशासमोर उभे राहलो कि आपल्या प्रतिबिंबाचा जन्म होतो तसेच

काहीसे. आपल्या मृत्युनंतर तसेच आपली नाती गोती, आपले धन-संपत्ति यातील काहीच राहत नाही कारण ह्या सगळ्यांचे मुख्य सूत्र आपल्याच अस्तित्वात असते. आपल्या येण्याने ते येतात आणि आपल्या आत्म्याच्या जाण्याने ते जातात. जसे सुर्याच्या येण्याने

त्याचे कवडसे झाडाखाली दिसू लागतात तसेच सुर्याच्या अस्तानंतर हे सर्व कवडसे आपसूकच निघून जातात. त्यांना स्वतःचे अस्तित्त्व नसते. तद्वतच हे विश्व केवळ तुझ्याच आत्म्याचे निर्माण आहे आणि ते तुझ्यातच लय होणारे आहे. त्या सर्वांचा लय कर.

सूत्र ५.३

प्रत्यक्षमप्यवस्तुत्वाद्दिश्वं नास्त्यमले त्वयि ।
रज्जुसर्प इव व्यक्तमेवमेव लयं व्रज ॥३॥

अर्थ: जसा एखाद्याला एखाद्या रज्जु किंवा दोरीमध्ये सर्पाचा आभास होतो आणि भयाची लंकेर उमटते तसेच तुझ्या शुद्ध आत्म्यामध्येच विश्वाचा आभास होत असतो. तसेच तू आपल्या ह्या आभासाच अस्त कर आणि मोक्षाला तयार हो.

ह्या सूत्रामध्ये सर्प रज्जु न्याय ह्या न्यायशास्त्रातील सिद्धांताचा उपयोग अष्टावक्र करून घेत आहेत. रस्त्यात जाताना दूरवर पडलेल्या दोरीला पाहून आपल्याला तो साप असल्याचा भास होत असतो. तो खरोखरच साप असावा असे समजून आपल्याला त्याची भीति वाटते आणि आपल्या शरीरात सुद्धा त्याचे पडसाद उमटतात. आपल्याला घाम फुटतो, आपला

रक्तदाब वाढतो, हृदयाची धडधड वाढते. परंतु जवळ गेल्यावर समजते कि ती तर साधी दोरी किंवा रज्जु होती. आणि मग आपल्या सगळ्या प्रतिक्रिया बदलून जातात. तसेच काहीसे तुझे झाले आहे जेव्हा तुला वाटते कि हे विश्व सत्य आहे. अरे, तो तर तुझ्याच आत्म्यामधून बनलेला आभास आहे. हे समज.

सूत्र ५.४

समदुःखसुखः पूर्ण आशानैराश्ययोः समः ।
समजीवितमृत्युः सन्नेवमेव लयं व्रज ॥४॥

अर्थ: ज्याच्यासाठी सुख आणि दुःख समान आहे, जो पूर्ण आहे, जो आशा आणि निराशा दोघांनाही समान मानतो, जो जीवन् आणि मृत्युलाही समान लेखतो अशा तुला आता मोक्षप्राप्त करायला हवा.

अष्टावक्र ह्या सूत्रात जनकाला सांगत आहेत कि तू तर द्वैताच्या, आयुष्याच्या सगळ्या भेदाभेदांच्या पलिकडे आहेस. तू अद्वैताचा शाश्वत अनुभव करत आहेस. मग आता तुला मोक्षाच्या दिशेने निघायला हवे.

अष्टावक्र अशा चार सूत्रांमध्ये मोक्षाचा उपदेश देत आहेत. ती चार सूत्रे म्हणजे १) देहाभिमानाचा त्याग, २) अद्वैत आत्म्याचा बोध, ३) जगाच्या आभासाचा त्याग आणि ४) द्वैताच्या समत्व बुद्धीचा त्याग. ह्या चार धारणा आत्मज्ञानाला मुक्तात्मा बनवतात.

अग्निहोत्र एक दिव्य अनुभव

अविनाश राऊत, मुंबई



प्रिय गुरुजी,
जय गुरुदेव

रेकि विद्या निकेतनकडून अग्निहोत्र शिकल्याला आता बऱ्यापैकी काळ उलटून गेला. त्या दिवसापासून आतापर्यंत जवळ जवळ अखंडपणे मी अग्निहोत्र करत आहे. ह्या सगळ्या काळांमध्ये अग्निहोत्राने केवळ आम्हालाच नाही तर आमच्या परिसरात राहणाऱ्या बऱ्याचशा लोकांना लाभ झाला आहे.

थोडक्यात सांगायचे झाल्यास कोविडच्या महामारीच्या काळात आमच्या रहिवासी बिल्डींगमध्ये एकही कोरोनाचा रुग्ण झाला नाही आणि याचे बऱ्याच अंशी श्रेय मी नियमित होणाऱ्या अग्निहोत्राला तसेच नियमितपणे केलेल्या रेकिला देईन. कोरोनाच्या उभरत्या आणि कठीण काळात जेव्हा संचारबंदी आणि सामाजिक दूरस्थपणा राबविला गेला त्यावेळेला आम्ही आमच्या घरात आणखी एक अग्निहोत्राचे पात्र आणण्याचा निर्णय घेतला जेणेकरून आमच्या घरातील दोन कौटुंबिय एकाच वेळेला अग्निहोत्र करू शकतील. मूळ उद्देश असा होता कि त्या निमित्ताने घरातील प्रत्येक व्यक्तीला दररोज किमान एकदा तरी अग्निहोत्र करण्याची संधि मिळावी.

गेले अठरा महिने तर आम्ही हा नियम पाळतच आहोत. सकाळचे अग्निहोत्र माझी उलगी करते तर सायंकाळची दोन अग्निहोत्र मी आणि माझी पत्नी करतो आहोत. या प्रक्रियेमुळे आमच्या कुटुंबात आम्ही पूर्ण स्वास्थ्याचा आणि आनंदाचा अनुभव करत आहोत. मला आठवतेय कि आपण एकदा म्हणाला होतात कि पूज्य वसंतरावजी म्हणाले होते कि एक दिवस असा येईल कि केवळ एकाच घरात नव्हे तर सगळ्या जगात प्रत्येकाला स्वतःचे अग्निहोत्र करावे लागेल.

मला असे वाटते कि अग्निहोत्र ही अशी एक चेतना आहे कि जी स्वतःला वाढवता वाढवता साऱ्या जीवांशी संवाद साधते. माझा एक अनुभव मला येथे सांगावासा वाटतोय.

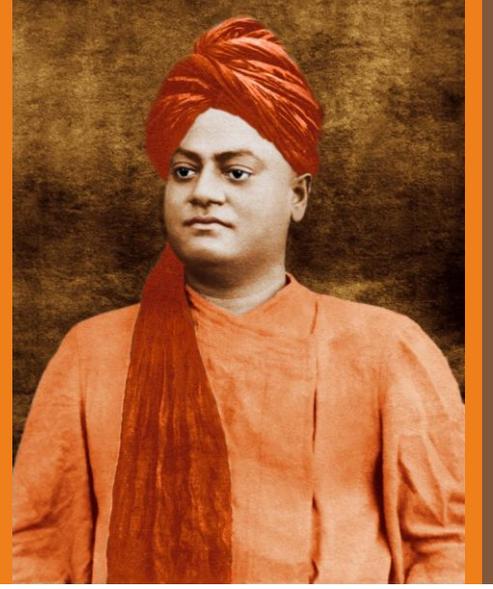
साधारण आठवड्यापूर्वी एका सुंदर पहाटे मला एक स्वप्न पडले. खरे पाहता ते स्वप्नापेक्षाही सत्याशी जास्त जोडलेले होते. त्या स्वप्नात मी अग्निहोत्र करत होतो. मला अग्निच्या ज्वाळांची मंद पण उबदार उष्णता जाणवत होती एवढे ते सत्याच्या जवळ होते. मी ज्वाळांमध्ये आहुति दिली आणि त्या ज्वाळांकडे मी पाहत होतो. आणि अचानक आश्चर्यकारकरित्या मला दिसले कि माझे हात मी त्या पात्राच्या खाली धरले जेव्हा ज्वाळा अजूनही पेटलेल्या होत्या. माझ्या हातांनी ते पात्र उचलले आणि साधारण माझ्या मणिपुरा चक्राच्या वरती ते आले आणि अचानक ते पात्र आतील ज्वाळांसकट हवेत तरंगू लागले. सारी अग्निहोत्र सामुग्री त्या पात्राच्या बरोबरच हळूहळू वाढायला लागली आणि उंच उंच जाऊ लागली. काही क्षणात ते पात्र आकाशात पोहोचले आणि ते अग्निहोत्र पात्र मला पारदर्शक दिसायला लागले. त्यातून मला आणखी पाच अग्निहोत्र होताना दिसायला लागली. चार दिशेला चार आणि मध्ये एक. हे विलक्षण दृश्य होते. माझ्याबरोबर बरेच लोक पाहत होते. त्या अग्निहोत्राचे प्रचंड दिव्य स्वरूप सगळ्यांनाच लुभावत होते.

अग्निहोत्र कदाचित मला जणू सांगत होते कि माझ प्रभाव आता वाढणार आहे आणि साऱ्या जगाला व्यापून उरणार आहे. जसे पूज्य वसंतराव म्हणाले होते तसेच आता अग्निहोत्राचा हा रथ अखंड चालू राहणार आहे. ते आता सगळ्या विश्वालाच ठीक आणि स्वस्थ करायला आले आहे. अग्निहोत्राचा आणि त्यात माझ्या खारीच्या वाटेचा मला खूप आनंद होत आहे.

स्वामी विवेकानंद आणि ध्यान

लेखांक २०वा

अनुवादक : श्री प्रांजल जोशी, पुणे



सर्वांबद्दल कृतज्ञता बाळगा

जो तुम्हाला त्रास देतो, त्याच्यापासून देखील कृतज्ञता बाळगा. कारण तो सुध्दा तुम्हाला काहीतरी शिकवायला आलेला आहे. त्याच्यामुळेच तुम्हाला आत्मसंयमन शिकण्याची संधी मिळाली. म्हणून त्याचे आभार माना आणि समाधानी रहा. सरावाने सिध्दी (शक्ती) प्राप्त होते.

जसे आपण आपल्या स्वतःला आरशाशिवाय पाहू शकत नाही. तसेच हे आहे. शिकण्या - समजण्यासाठी काहीतरी माध्यम आवश्यक असतेच ना !.

त्यामुळे आपल्यावर येणारे हे असे प्रसंग, मानापमान हे आपल्याला जागृत करत असतात आणि मायेचा अन भ्रमाचा भोपळा फोडत असतात. या अशाश्रुत जगाची ते पदोपदी जाणीव आपल्याला करून देत असतात. अन मोक्षप्राप्तीच्या साधनेसाठीची आवश्यक ती शक्ती सुध्दा पुरवीत असतात.

स्व-मुक्ती की समाज मुक्ती?

स्वामीजी: वेदांताचा नुसता अभ्यास करून काय उपयोग? ते दैनंदिन जीवनात उतरले पाहिजे. भगवान शंकराने अद्वैताचे विज्ञान उंच डोंगर आणि घनदाट जंगलापर्यंत आणून सोडले आणि मी आता ते ज्ञान जगासमोर आणि समाजासमोर आणण्यासाठी आलेलो आहे. अद्वैताच्या विज्ञानाची सिंहगर्जना आता चारी दिशांमध्ये घुमू देत, घरा-दारात, ओसरी अन परसात, इतकेच काय पण गोठ्यात, रानावनात, कुरणांत दरी पठारात अन जंगलामध्ये, जागोजागी ही ज्ञानगंगा आता जाऊन पोहचलीच पाहिजे. अन, त्यासाठी तुम्ही सर्व जण माझ्या मदतीला या आणि स्वतःला या कामात झोकून घ्या.

शिष्य: स्वामीजी, हे असे अद्वैताचे ज्ञान कृतीत उतरवण्यापेक्षा, खरे तर मला ध्यान साधना करून ती अद्वैताची अवस्था प्राप्त करून घेण्यातच जास्त रस वाटतो.

स्वामीजी: अरे! हे असे बोलणे म्हणजे दारूच्या नशेत बरळण्यासारखे झाले. फक्त अभ्यास करून काय उपयोग? अद्वैत साक्षात्काराच्या ओढीने आपण त्यात इतरांना देखील सामील करून घेतले पाहिजे. चांगल्या गोष्टींचा आस्वाद काय स्वतःपुरताच मर्यादीत टेवायचा? इतरांबरोबर तो आनंद वाटायला नको का?

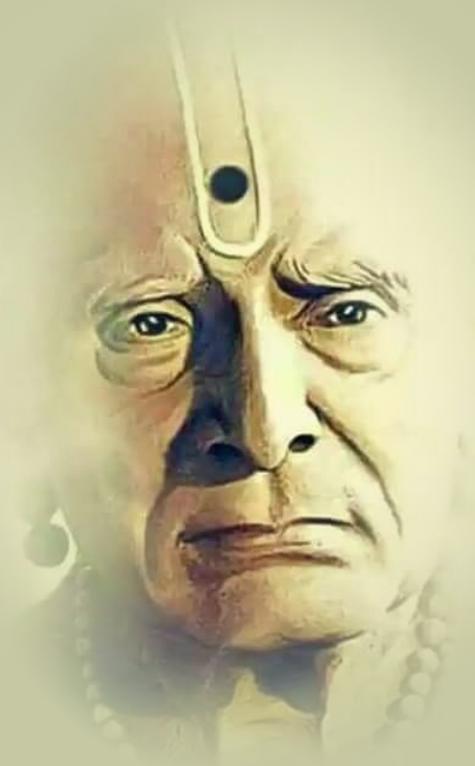
हां, मान्य आहे की तुम्ही अद्वैताच्या साक्षात्कारद्वारे वैयक्तिक मुक्ती मिळवालही. पण तुमच्या त्या मुक्तीचा या जगाला काय उपयोग? तुम्ही हे शरीर सोडण्याआधी संपूर्ण जगाला मुक्त केले पाहिजे आणि मग स्वयंमुक्ती स्विकारली पाहिजे. तसे कलेत, तर त्या आनंदाची तुलना कशाशी तरी होऊ शकेल काय?

जाणणाऱ्याला जाणून घेणार तरी कसे?

शिष्य: स्वामीजी ही एक मोठीच समस्या आहे. जर मीच “ब्रम्ह” आहे, तर मला ते नेहमी जाणवत का नाही?

स्वामीजी: मीच ब्रम्ह आहे, याही सदोदीत जाणीव राहण्यासाठी कोणत्यातरी माध्यमाची आवश्यकता आहे आणि ते माध्यम म्हणजेच माणसाचे मन. पण या मनाला जोपर्यंत आत्म्याचा दिव्य स्पर्श होत नाही तो पर्यंत ते बुद्धीहीन असल्यासारखे वागते. म्हणून हे निश्चित की आपण मनाद्वारे आपल्या आत्म्याला जाणून घेऊ शकत नाही. त्यासाठी आपल्याला मनाच्या पलीकडे जावे लागेल. खरी वस्तुस्थिती अशी आहे की, जाणिवेच्या पलीकडे (...) कोणतेच द्वैत उरत नाही. जाणणारा, जे जाणून घ्यायचे आहे ते, अन जाणून घेणारे माध्यम यात कोणताच भेदाभेद उरत नाही.

तिथे मन लय पावते, अन तेव्हा जी अवस्था प्राप्त होतेम त्याचे वर्णन शब्दात व्यक्त करता येणार नाही.



कभी नहीं देखे ऐसे गुरूवर..

सौ. वंदना तेलंग, ठाणे

भय भीतिच्या खुणा न उरल्या..

अक्कलकोटात एक सदा न्हावी नावाचा नाभिक होता. त्याला एक मुलगी होती तिचे नाव निर्मला. साधारण १५-१६ वर्षांची ही मुलगी. गावातीलच एक गावगुंड तिच्या मागे लागायचा. तिला पळवून तिच्याशी लग्न करणार अशी धमकी द्यायचा. त्यामुळे ती नेहमीच घाबरलेली असायची.

एक दिवस ती गावच्या विहीरीवरून पाणी आणायला निघाली. मनातून ती खूप घाबरली होती. तो गुंड आपल्या पाळतीवर तर नाही ना ह्या एकाच चिंतने तिला घेरले होते. तिच्या वाटेवरच स्वामी समर्थांचा वावर जिथे होता तो वटवृक्ष होता. स्वामी तेथेच बसले होते. त्यांच्या बरोबर त्यांचे सेवेकरी चोळाप्पा आणि नरसप्पा होते. स्वामींना पाहून तिने झटकन नमस्कार केला. स्वामींनी विचारले, “निर्मला, कोठे जाते आहेस?” निर्मलाने चाचपडतच उत्तर दिले, “विहीरीवर पाणी भरायला”. स्वामी चटकन म्हणाले “मग, पाणी भरायला तर एकट्याने जायचे असते”. निर्मला घाबरून म्हणाली, “स्वामी, मी तर एकटीच आहे. कोण आहे माझ्याबरोबर?” स्वामी हसले आणि म्हणाले, “अग तुझ्या बरोबर तुझी भीति आहे. तू एकटी नाहीस. कशाला मनात भीति बाळगतेस सदैव?”

निर्मला म्हणाली, “काय करू स्वामी सतत भय वाटत असते.”

स्वामी मंदसे हसले आणि त्यांनी नरसप्पाला सांगितले कि तो पाण्याचा लोटा येथे आण. आणि त्याबरोबर एक लहानसा दगड आण. स्वामींनी त्या लोट्यात दगड टाकला आणि ते तो लोटा जोरा जोरात फिरवायला लागले. त्याबरोबर त्या लोट्यातून

घडम्.. घडम् असा नाद सातत्याने घुमू लागला. त्या सतत आवाजाने सगळ्यांचाच कानांना त्रास होऊ लागला व अस्वस्थता जाणवू लागली. मग स्वामींनी तो घडा वाजवणे बंद केले. आणि चोळाप्पांना तेथे पडलेला एका पिंजलेल्या कापसाचा गोळा आणायला सांगितला. सगळेच विस्मित होऊन पाहत होते कि स्वामी आता काय करणार? स्वामींनी त्या लोट्यातला दगड आतच ठेवला आणि त्या लोट्यात कापूस ठासून भरायला सुरुवात केली. काही क्षणातच तो लोटा कापसाने काठोकाठ भरला. मग स्वामींनी पुन्हा तो लोटा हलवायला सुरुवात केली. आता मात्र कोठलाच आवाज होईना. सगळे कसे शांतच राहिले.

मग स्वामी निर्मलेला म्हणाले, “कळले का मी काय केले ते? अग तो लोटा म्हणजे आपले मन. तो दगड म्हणजे आपली भीति. ही भीति अशी आपल्या मनात शिरली ना कि ती सतत आवाज करत राहते. मनाला स्वस्थ बसू देत नाही. त्या मनावर सतत आघात करत राहते. म्हणून मी काय केले? मी त्यात कापूस भरला. हा कापूस म्हणजे श्रद्धा. श्रद्धा ठासून मनात भरली ना कि मग त्या भीतिचा कोलाहल बंद होतो. मग भीति असूनही त्याचा त्रास आणि ताप मनाला होत नाही. कळले का? अग, भीति वाटायला लागली ना कि श्रद्धा खूप वाढवायची. मग त्या भीतिचा लवलेश सुद्धा आपल्याला त्रास देत नाही.”

कोरोनाच्या काळात श्रद्धेची लाट तयार करून आपण भीतिच्या लाटेवर मात करून स्वामींचा संदेश जागवला होता ना?

आश्रम वार्ता

कामाक्षी देवीच्या प्राण प्रतिष्ठापनेचा सोहळा संपन्न



नवरात्रोत्सवातील दुसऱ्या दिवशी म्हणजेच ८ ऑक्टोबर २०२१ रोजी देवी कामाक्षी मातेच्या प्राण प्रतिष्ठापनेचा सोहळा देवरुख आश्रमात हिंदू रिवाजानुसार शास्त्रोक्त पध्दतीने संपन्न झाला. कोरोना महामारीमुळे मूर्तीची वाहतूक करणे कठीण झाले, अन त्यामुळे हा सोहळा सातत्याने लांबणीवरच पडत होता. सगळेच साधक या घटनेची एक वर्षाहून अधिक काळ वाट पाहत होते. ती प्रतीक्षा अखेर नवरात्रातच फळाला आली, हा योगायोग.

देवीचे मूर्तिकार कर्नाटक राज्यातले असून देवीची मूर्ती बनवण्यात गेली अनेक वर्ष वाकबगार म्हणून प्रसिध्द आहेत. गोव्यातील आपले साधक डॉ.राजन कुंकोलिकर व त्यांच्या कुटुंबाने हा पुढाकार घेतला. या मूर्तीची जागा मार्च २००० मध्ये आपला आश्रम सुरु झाला तेव्हापासूनच नियोजित केली गेली होती. या पवित्र कार्यक्रामामुळे आपल्या सर्व साधकांचे, आश्रमात शक्तीपीठ (अध्यात्मिक शक्तीचे केंद्र) स्थापन करण्याचे एक स्वप्न आता साकार झाले.

या देवीचे मंदिर फेब्रुवारी २०२० मध्ये म्हणजे कोरोना महामारी सुरु होण्याच्या काहीच काळ अगोदर तयार केले गेले होते. गोव्याच्या रामनाथी मठातील कामाक्षी मंदिरातील पुजाऱ्यांच्या मार्गदर्शनाखाली, देवरुखमधील स्थानिक पुरोहितांनी हा सोहळा पार पडला. प्रतिष्ठापनेचा हा सुंदर कार्यक्रम जवळ जवळ ४ तास चालला होता. या कार्यक्रमाला देवरुखमधील तसेच अनेक इतर केंद्रातून देखील अनेक साधक प्रत्यक्ष सहभागी झाले होते, तर अनेक साधकांनी झूमद्वारे आपापल्या घरूनच या सोहळ्याला उपस्थिती लावली.



आश्रम वार्ता



कामाक्षी देवीच्या प्राण प्रतिष्ठापनेचा सोहळा संपन्न



आश्रम वार्ता



गुजरात राज्य मंत्रालय, आयुष्यमान भारत उपक्रमा अंतर्गत रेकि विद्या निकेतन तर्फे ऑक्टोबरच्या पहिल्या आठवडयात सलग ४ रेकि शिबिरांचे आयोजन करण्यात आले होते. सुमारे १२९ डॉक्टर यात रेकि शिकले हे आणखी एक वैशिष्ट्य. आपल्या रेकि शिक्षिका कृपा चोक्सी यांच्या नेतृत्वाखाली रेकि शिक्षकांच्या संघाने ही कामगिरी पार पडली. आता पुन्हा होत असलेल्या आठवडयाच्या शिबिरासाठी महाराष्ट्रातील रेकि शिक्षक गुजरातला जात आहेत.

शासकीय आरोग्य विभागातील वैद्यकीय व्यावसायिकांशी या शिबिराच्या निमित्ताने परिचय होत आहेत. त्यांच्या रेकि शिकण्यामुळे रेकि उपचारांची जादुई शक्ती अन, रेकि उपचारांची पारंपारिक उसुई प्रणाली, वैद्यकीय क्षेत्रात आता थेट प्रवेश करत आहे. यामुळे रोगापचाराने नवीन विकल्प उलगडतील हे निश्चित.

रेकि उपचार पध्दततीत सरकारची खात्री पटल्यामुळे रेकि प्रशिक्षित डॉक्टरांची संख्या या वर्षाच्या अखेरीस हजारांचा आकडा पार करेल असे दिसते आहे.



आयुष्यमान भारत
आणि रेकि विद्या निकेतन
सहकार्याचे नवे पर्व सुरु





आश्रम वार्ता



श्री स्वामी समर्थ चैतन्य ट्रस्टबरोबर रेकि विद्या निकेतनची संलग्नता

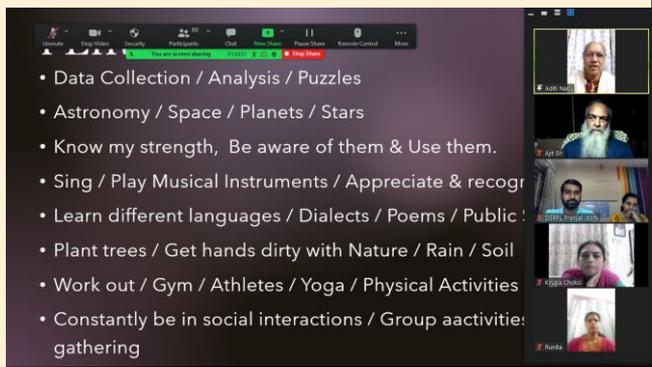
१ एप्रिल २०२१ पासून विश्वस्त संस्थांबाबत भारत सरकारासचे नवीन निर्देश लागू झालेले आहेत. त्यामुळे रेकि विद्या निकेतनची संलग्नता आता विद्यमान श्री स्वामी समर्थ

सेवक प्रतिष्ठान कडून श्री स्वामी समर्थ चैतन्य ट्रस्टबरोबर बदलण्यात आलेली आहे. येथून पुढे या दोन्हीही संस्था भरतातील विविध धर्मादाय उपक्रमांसाठी कार्यरत राहतील.

DSPPL तर्फे “शिक्षण एक आनंददायी आणि नैसर्गिक अनुभव” या विषयावरील ऑनलाईन व्याख्यानाचे आयोजन

२५ ऑक्टोबर २०२१ रोजी DSPPL तर्फे प्राचीताई या नावाने शिक्षण क्षेत्रात ओळखल्या जाणाऱ्या, पुण्यातील श्रीमती अदिती नातू यांचे व्याख्यान आयोजित केले गेले होते. हे व्याख्यान DSPPL मिशनशी जोडलेले सर्व पालक आणि शिक्षकांसाठी झूम प्लॅटफॉर्म द्वारे आयोजित करण्यात आलेले होते. रचनावाद या शिक्षण पध्दतीवर गेली २१हून अधिक वर्षांच्या प्राचीताईंच्या अनुभवाचा आणि ज्ञानाचा

लाभ घेता यावा या उद्देशाने सर्व पालकांना अन शिक्षकांना आमंत्रित केले गेले होते. प्राचीताई या महाराष्ट्रातील प्रसिध्द व ज्येष्ठ शिक्षणतज्ञ आहेत. पद्मश्री विजेत्या अनुताई वाघ यांनी सुरु केलेल्या ग्राम मंगल संस्थेशी व शिक्षण चळवळीशी त्या संबंधित असून, रचनावाद शिक्षण पध्दतीबाबत त्या एक अधिकारी व्यक्ती आहेत.



देवरूख आश्रमात सॅनिटरी नॅपकिन्स इन्सीनेटर बसविण्यात आला.

देवरूख आश्रमात नियमित भेट देणाऱ्या महिला साधकांना हे जाणून आनंद होईल की आश्रम प्रशासनाने आत सॅनिटरी नॅपकिन्स इन्सीनेटर बसवला आहे. महिला

स्वच्छता गृहात हे यंत्र बसविण्यात आलेले आहे. त्यामुळे महिला साधकांची गैरसोय टाळेल वा आश्रमाचे वातावरण देखील स्वच्छ आणि नीटनेटके ठेवता येईल.

यह संसार जागर का कांटा,
आग लगे जल जाओगे ॥

13

यह संसार जागरका कांटा आग लगे जल जाओगे..

गेल्या दोन अंकांत आपण हे पाहीले आहे कि स्वामी समर्थ सांगत आहेत कि हे विश्व क्षणभंगुर आहे. हा संसार जो सामान्य माणूस अनुभवत आहे तो एखाद्या कागदाच्या बाहुलीसारखा आहे कि ज्याला पाणी लागताच ती बाहुली विरघळून जाईल आणि एखाद्या दंवबिंदुसारखा केवळ उन्हाच्या एखाद्या तिरपीनेसुद्धा आपले अस्तित्व संपण्यासारखा आहे हे गेल्या दोन वाक्यांत स्वामीने सांगितले आहे. क्षणभंगुरतेचा मुद्दा आणखी बळकट करायला स्वामींनी आता हेही सांगितले आहे कि एखाद्या बाभुळीच्या काट्यासारखा तो एका क्षणात भस्मसात होऊन जातो. कारण मुळातच ह्या काट्यामध्ये अग्नीतत्व असते. मुळातच अनित्यत्व असलेला हा बाभुळीचा काटा आगीतल्या अग्नीशी पटकन जोडला जातो. माणसाच्या

आयुष्याचे असेच आहे. जरा का परिस्थितीची थोडीशी झळ लागली कि होत्याचे नव्हते होऊन जाते. गेली दीड वर्षे आपण सातत्याने ते होताना पाहत आहोत. त्यामुळे आयुष्य आणि संसार हे नित्य निरंतर आहे असा भ्रम बाळगण्यात काहीच अर्थ नाही. जसे ओशो रजनीश म्हणायचे आपण ह्या पृथ्वीवर आलेले पाहुणे आहोत. आपले बस्तान आपल्याला कधीही हलवावे लागेल ही जाणिव जगताना ठेवणे आवश्यक आहे. निरंतर आहे तो आपला आत्मा आणि तो ह्या संसाराच्या खेळात रमतच नाही. तो काही अनुभवांसाठी ह्या जगात आला आहे, जसा एखादा विद्यार्थी शाळेत शिकण्यासाठी जात असतो एवढ्या जाणिवेने कि मला शाळेतून एक दिवस बाहेर पडायचे आहे. शाळा निरंतर, नित्य नाही व असूही नये.

फक्त दहा मिनिटे..

“(आर्यन खानने अंमली पदार्थांचे सेवन केल्यामुळे त्याच्यावर व त्याच्या वडिलांवर जे संकट ओढवलंय त्याला अनेक गोष्टी कारणाभूत आहेत. सुविख्यात साहित्यिक प्रा. प्रविण दवणे यांच्या सावर रे ह्या पुस्तकातील “फक्त दहा मिनिटं” ह्या लेख अशा अनेक घरातील शाहरूख नेमकं कोणती चूक करतात व त्यामुळे अनेक आर्यन कोणत्या मायाजाळात अडकून आयुष्य व्यर्थ घालवतात ह्या विषयी अतिशय बारकाईने चिंतन करून लिहिलेला हा लेख आहे)

तुटलेला तारा नुसता हतबलपणे बघत राहावा तशी हतबलता काही वेळा येते. मिलिंदला निळ्या गाडीतून पोलीस नेताना तितक्याच हताशपणे मी पाहत होतो. खजील झालेले वडील.. अजूनही न उतरलेली मिलिंदची मगुरी.. सारं सारं स्मरत आहे.

चुपचाप पावलांनी सारे फ्लॉटवासी ब्लॉक झाले. मिलिंदचे वडील घरात आले न भिंतीला टेकून त्यांनी दीर्घ श्वास सोडला पापण्या मिटल्या. त्यांना थोडं थोपटलं.. पुरुषाचं क्रंदन अनेकदा अश्रुंतून नाही व्यक्त होत. पूर्ण विकलता येते तेव्हा अश्रूही गोठतात.

“पाटील साहेब, हे सारं टळलं असतं”

“वेळ गेलीय तेव्हा वेळ काढला मी”

“तुमची फक्त दहा मिनिटं हवी होती. तीही तुमच्याच मुलासाठी”

पाटील नुसते बघत राहिले.

रोज दुपारी सोसायटीच्या कंपाउंडमध्ये शिरल्यावर लगेच कळायचं. तिसऱ्या मजल्यावरचा मिलिंद आज घरात आहे. कानठळ्या बसवणारी धुडगूस गाणी.. मित्रमैत्रिणींच्या “चिअर्स” चा गोंधळ.. इमारत हादरून टाकणारं नृत्य.. घराचा क्लब कसा होत जातो त्याचं मूर्तिमंत उदाहरण...

एक-दोनदा मिलिंदला बोलावलं. म्हटलं, “आईच्या पश्चात तुला बाबांनी वाढवले. स्वार्थी असते तर केव्हाच स्वतः लग्न करून मोकळे झाले असते. पण अनव्या आईकडून तुझ्यावर अन्याय व्हायला नको म्हणून एकटे राहिले.. तुझ्यासाठी. लाज वाटत नाही तुला? किती वेळ फुकट घालवतोस? कुठले मित्र गोळा केले आहेस? थांब बाबांना सांगायचय मला.” “एज यू प्लिज” खांदे उडवत च्युइंगमचा रवंथ तसाच सुरू ठेवत

मिलिंद निघून गेला. नंतर पाच सात वेळा जेव्हा पाटील साहेब दिसले, भेटले तेव्हा तेव्हा म्हणालो, “फक्त दहा मिनिटं हवीत तुमची.” कधी अधिवेशन, कधी मार्च एन्डींग, कधी मंत्रांचं इन्स्पेक्शन.. कारण देत गेले पाटीलसाहेब.

एकटाच मुलगा अन तोही आईविना. गडगंज पगाराची अधिकाराची जागा. भरपूर पॉकेटमनी आणि वेळच नसलेले वडील. बिघडण्यासाठी परिपूर्ण वातावरण मिलिंदला लाभले होतं.

कधी अचानक घरी येऊन कुलदीपक आणि कुलदीपिका कोणते दिवे लावताहेत, हे बघावंसं वाटणारे पालक दुर्मिळ आहेत. काय चांगलं काय वाईट हे समजण्याआधीच बालपणातून तारुण्यात झेपावणारे वय. मग निसर्गाच्या निमंत्रणांना संस्कारांची सोबत कुठली? महापुराशिवायच वाहून जाणारी ही पिढी.. भूकंपाशिवायच भेगाळलेली ही घरं.. यांच्यासाठी कोठले डबे कोण फिरवणार? कुठली मदत कोण मागवणार? कुठून? कारण. वेळच्या वेळीच द्यावा लागणारा वेळ निघून गेल्यावर काही केल्या येत नाही.

मुळातल्या बुद्धीमान मिलिंदभोवती रिकामटेकडा कळप जमला व त्यातून प्रश्नपत्रिका फोडण्याच्या रॅकेटमध्ये तो गोवला गेला. पोलिसांच्या ताब्यात जाताना वडिलांना देऊन गेला- एक न सुटणारी प्रश्नपत्रिका.

“गलिच्छ संगत किती हलक्या पावलांनी आपल्याला विनाशाकडे नेते ते मुलांनाच काय, कित्येक मोठ्यांनाही कळत नाही. सरसकट नियमच झालेल्या भ्रष्टाचारातून आलेल्या भरपूर पैशाला सोबत हवी असते- धुंद काळोखाची, बेबंद घसरत्या पायवाटांची..

स्वतः भ्रष्ट असलेले अनेक पालक मुळातच बोथट होतात आणि घरातल्या नव्या पिढीवरचा आदराचा अंकुश नाहीसा होतो. शब्दांना आचरणाचं बळ नसतं.

मुलं ओळखून असतात. घरातली श्रीमंती कष्टातून आलीय की टेबला-खालून मग सुरू होतं एक चंगळ चक्र. जे फिरताना कळत नाही. न आदळून ठिकऱ्या होतात तेव्हा आम्ही इतकं केलं त्याच्यासाठी, पण काट्यांने काय उजेड पाडला हे उदागार ऐकू येतात. पण इतकं म्हणजे काय केलं ते तपासून पाहायला हवं.

जो-तो आपल्या आवडीप्रमाणे आणि कुवतीप्रमाणे सोबत शोधत राहतो. मग सुरेल मनं एकत्र येऊन होतात मैफली आणि बेसुरांचे होतात अड्डे. अशा अड्ड्यामध्ये चकाट्या पिटणारे केवळ जिवलग मित्र म्हणून अमूल्य वेळ फुकट घालणारे असंख्य आहेत. आणखी दहा वर्षांनंतर कोण जिवलग, ते आठवावं लागतं. इतके ते दूर जातात. पण जाताना मात्र आपल्या बहराचा वेळ खुडुन जातात. जाताना जो कळत नाही न गेल्यावर कळून उपयोग नाही तो वेळ- या क्षणी आपल्यापाशी आहे हे कळण्याइतकं आपण सावध झालो तर?

मला आठवतं. कॉलेजमध्ये असताना नियमाने लायब्ररीत बसणाऱ्या आम्हा मित्रांना एक ग्रुप चिडवायचा-“काय सज्जन? चाललात पुस्तकं चावायला?” ठाकूर नावाच्या सर्वांत पुंड मुलाला त्याही वयात मी बजावलं,” अस्संच दहा वर्षांनी चिडवून दाखव” मध्ये फाटक्या अवस्थेत तळ्यावर भेटला. “अहो-जाहो” करून बोलत होता. मी म्हटलं, “अरे, कॉलेजमधले मित्र आपण. परक्यासारखं का बोलतोस? काय करतोस हल्ली?”

“सांगेन केव्हातरी.” म्हणत झटकन निघून गेला. दुखावण्यासाठी नाही. पण वाटलं- आठवण करून द्यावी काय सज्जन? असं चिडव ना?

वाचनच नसल्यामुळे एक पोकळपण नव्या मुला-मुलींमध्ये दिसतं. वयानं तरूण राहूनही विचारवंतांचे अनुभव वाचून आपल्याला ग्रंथ प्रगल्भ करतात. वैचारिक अर्थाने प्रौढ करतात. वयानं जे शहाणपण येतं ते वय नसतानाही वाचनामुळे येतं. पण ती संगत या भारता वयात नको असते. मग पंख फाटून तारांत अडकली तरी कुठली चिंता? पंख फाटून तारांत अडकलेला मिलींद समोरून आताच पोलिसांनी नेला. त्याचे वडील जामीनावर त्याला सोडवतील. काहीतरी खटपटी करतील. अगदी महिना-दीड महिना रजा घेतील. सर्वस्व पणाला लावतील.

पाटीलसाहेब मुळात सज्जन गृहस्थ. कशासाठी दवणे दहा मिनिटं मागताहेत. एवढी साधी उत्सुकता त्यांनी सात-आठ महिन्यांपूर्वी दाखवली असती तर पूर्ण नव्हे थोडं तरी चित्र वेगळं असतं.

शाळेतल्या पालकसभांची सूचना येते. तेव्हा आपण आठवतो आजी-आजोबांना, आपल्या वेळी ते आले होते शाळेत. आता पुन्हा आपल्या मुलांच्या वेळी त्यांनाच पाठवायचं का? पालकसभा नसतील होत तर अचानक शाळेत-कॉलेजात किती पालक जातात? माझा चार तपांचा अनुभव आहे. एक टक्काही नाही. पालक म्हणतात- मुलांना लाज वाटते हो आम्ही आलो तर. संध्याकाळी तो/ती भांडेल. आकांडतांडव करेल.

काय करायचं ते करू दे। लाज वाटली तर वाटू दे। आजारी पडला कि नेतोच ना दवाखान्यात? तितक्या ओढीने केव्हातरी वर्तणूक तपासण्यासाठी शाळेत-कॉलेजात जाऊन पाहायला काय हरकत आहे? वन-डे मॅचच्या वेळी सहज दांडी मारणारे बाबा गॅदरिंगमध्ये मुलाचा कार्यक्रम बघायला वेळ काढत नाहीत. पालक सभांना वेळ नाही. पाल्य कोणाबरोबर मैत्री करतो ते बघायला वेळ नाही. त्याच्या किती परीक्षा झाल्या, त्यात किती मार्कस् आले ते बघायला वेळ नाही. शाळा-कॉलेजच्या आरामखुर्चीला कोचिंग क्लासचे सलाईन लावले कि आम्ही धन्या

कुणी शेजारी सावध करतो-“दहा मिनिटं वेळ द्या” म्हणतो, तेव्हाही कारण जाणून घ्यायला वेळ नाही. इतका वेळ नाही तर सगळा काबाडकष्टाचा आटापिटा कशाला? सोबत फक्त पैशाची, प्रॉपर्टीचीच असते का? आपल्या पिल्लाच्या निरोगी विकासाचीही सोबत असते. त्या सोबतीची ऊब ही बँकेच्या पासबुकाहूनही चिरंतन असते. समाधान देणारी असते.

लेखक: प्रा. प्रविण दवणे
पुस्तक: सावर रे (भाग १)
संकलन: सौरभ बुरुंगले

आगामी उपक्रम: रेकि शिबिरे

दिनांक	रेकि शिक्षक	केंद्र/स्थान	श्रेणी	नोंदणीसाठी संपर्क
१३ व १४ नोव्हेंबर	अरूणा	बंगळूर	शली	सिंधू राजीव (९८८६०२१७०९)
२० व २१ नोव्हेंबर	अजित सर	मुंबई (दक्षिण)	शली	शारदा गुरव (९८१९२१५६५०)
२० व २१ नोव्हेंबर	राकेश कुमार	मुंबई (उत्तर)	शली	अर्चना पाटील (९८२०३७०४६९)
२० व २१ नोव्हेंबर	विशाल श्रीधनकर	पूणे	शली	अमृत कीरपेकर (९१७५०५०९००)
२० व २१ नोव्हेंबर	कृपा चोक्सी	दिल्ली	शली	प्रिती खन्ना (९८७१११८९०६)
२० व २१ नोव्हेंबर	कल्पिता कीर	रत्नागिरी	शली	भास्कर गाडगीळ (८७८८६९८९६५)
२० व २१ नोव्हेंबर	अरूणा	हैद्राबाद	शली	रामलिंगन (९९११५५५९७४) माधवी सप्तर्षी (९८२४५८०९१९)
२७ व २८ नोव्हेंबर	कृपा चोक्सी	नाशिक	शली	मोनाली राक्षे (९४२०६९२१३६)
२७ व २८ नोव्हेंबर	अजित सर	ठाणे	शली	गिरीष कर्णिक (९८२०२६०२२९)
२७ व २८ नोव्हेंबर	कल्पिता कीर	गोवा	शली	नेत्रा गवस (९४२२६४३१०६)