

साप्ताहिक सत्संगाच्या वेळेत बदल -

दि. ३१ मे २००९ रोजी, नवी दिल्ली येथे पू. गुरुदेवांनी दिलेला संदेश

प्रिय बंधु आणि भगिनींनो,

गेल्या कित्येक वर्षांपासून, सत्संगाआधी, सत्संगादरम्यान व सत्संगानंतर काय होते याबाबत माझे निरीक्षण मी आपल्या सर्वांसमोर मांडणार आहे आणि या प्रास्ताविकाद्वारे, ४५ वर्षापूर्वी जेव्हा मी मिशनमध्ये प्रवेश केला तेव्हा काय होत होते व शहाजहाँपूरमधील पहिल्या वसंत उत्सवादरम्यान काय झाले हे मी आपणांस सांगणार आहे. यावेळी त्यांच्या घरामध्ये बाबूजी महाराजांसह ४० ते ४२ अभ्यासी होते. त्यावेळी उभारलेला शामियान्याचा आकार हा ४०० वर्गफूट वा त्यापेक्षाही कमी होता. परंतु येथे सांगण्याची गोष्ट अशी की, त्यावेळी हृदयात उचंबळून येणारी उत्कट इच्छा, आम्ही कुठेही असलो तरी घरातून निघाल्यापासून असलेली उत्कट इच्छा. उदाहरणार्थ मी ८ ते १० दिवसाआधी मद्रासहून निघालो होतो. आम्ही दिल्लीपर्यंतचा संपूर्ण प्रवास आगगाडीने केला व येथुन दुसऱ्या गाडीने शहाजहाँपूर येथे पोहोचलो. यासंपूर्ण प्रवासादरम्यान वेगवेगळ्या स्थानकांवर आम्हाला अभ्यासी येऊन मिळत होते.

मी मिशनमध्ये प्रवेश केला त्यानंतर १० वर्षांनी - १९७४मध्ये देखिल अभ्यासींची संख्या जास्त नव्हती. शहाजहाँपूर आश्रमातील प्रथम वसंत उत्सवामध्ये मला वाटते २४०० ते २५०० अभ्यासी होते आणि सभागृहाची क्षमता जास्तीत जास्त केवळ ८०० जणांसाठीच होती. म्हणजेच अकरा ते बारा वर्षांच्या कालावधीमध्ये संख्या ४० वरून २८०० पर्यंत वाढली. परंतु येथे मी हे सांगण्याचा प्रयत्न करित आहे की, आमच्या प्रवासाच्या अगदी प्रारंभापासून आमच्या हृदयामध्ये एक उत्कट इच्छा असायची. मग तो प्रवास कुठूनही सुरु झालेला असो. अभ्यासी पूर्व, पश्चिम, उत्तर, दक्षिण सर्व दिशांकडून यायचे व प्रवास करणाऱ्या या समुहाला, आपण प्रवास कशासाठी करित आहोत, कुठल्या दिशेने करित आहोत व या प्रवासाचा हेतु काय आहे याविषयीचे सतत स्मरण असायचे. खाणे, पिणे, प्रवासात होणारा त्रास याविषयी कुणीही विचार करत नसत. व ज्यावेळी आम्ही शहाजहाँपूरमध्ये प्रवेश करायचो किंवा आमच्या गाडीतून खाली उतरायचो तेव्हा आमची हृदये जणू स्फोटासाठी तयार असायची.

मला खेदपूर्वक म्हणावे लागते की हे मला आजकाल दिसत नाही. आणि हा कदाचित माझा दोष आहे की मी वेळ बदलण्यास परवानगी दिली, परिपाठ बदलला, नियम शिथिल केले. मला वाटले होते की नियम जर कडक असतील तर लोक येणार नाहीत. बाबूजी महाराजांनी घालून दिलेले तत्व "मला संख्या नको, गुणवत्ता हवी" न पाळून आपण चूक केली. मला स्वतःला वाटते की गेल्या ४५ वर्षांमध्ये कुठेतरी ही चूक सर्वप्रथम माझ्याकडून झाली की आपण गुणवत्तेऐवजी संख्येचा विचार करावयास लागलो आणि परिणामी आज आपल्याकडे प्रचंड संख्या आहे पण गुणवत्ता नाही. ही कुणा व्यक्तिविषयी टिप्पणी नाही. ही फक्त एक टिप्पणी आहे. आणि जसे आपण इंग्रजीमध्ये म्हणतो "टोपी त्याला घालू द्यावी ज्याला ती योग्यरित्या होते". हे दुःखदायक आहे, कारण तुम्हांस माहित आहे की आता जेव्हा आपण रबीवारी सत्संगाची वेळ सकाळी ९ वाजता बदलली, लोकांना हे एकदम सोपे वाटले. हे म्हणजे ते काही कामासाठी वा स्वतःवर नव्हे तर मिशनवर, त्यांच्या परिक्षकांवर उपकार करण्यासाठी जात आहेत असे वाटते. जसे की, चला ही एक गोष्ट सहन करायची आहे, उरकायची आहे; त्यातून गेलेच पाहिजे.

तर आपण निवांतपणे उठतो, नाश्ता वगैरे करतो, आपण भरल्या पोटांने येतो. आपण नाश्ता देतो जी आपली एक मोठी चूक आहे. आणि म्हणून आपण जेव्हा ध्यानाला बसतो, तेव्हा आपल्यामधील अधिकतर लोकांचे पोट भरलेले असते, हृदय रिकामे असते, डोक्यांमध्ये विवंचना असतात आणि ते घोरतात - आपल्यामधील बहुतांशी लोक. ही एक दुःखप्रद बाब आहे कारण आपण एका वाफेच्या रेल्वे इंजिनासारखे आहोत ज्यामध्ये वाफच नसते. जेव्हा इंजिन स्वतःच हलू शकत नाही तर ते इंजिन रेल्वे कसे काय ओढू शकेल?

म्हणून आजपासून, अधिकृतरीत्या, मी एक बदल अंमलात आणीत आहे. रविवारचा सत्संग सकाळी ७:३० ला होईल, आपण कोठेही असू, हिमालयात, अमेरिकेत किंवा वाळवंटामध्ये. न चुकता ७:३० वाजता. सत्संगाआधी चहा, नाश्ता किंवा काहीही दिले जाणार नाही. ९ वाजता, तुम्ही ज्याला भक्कम नाश्ता म्हणतात, म्हणजे दुपारचे जेवण आणि नाश्त्याच्या मध्ये, ते

दिले जाईल. ते पुरेसे असेल. त्याचे प्रमाण मर्यादितच असेल. दुसऱ्यांदा दिले जाणार नाही. कारण, तुमच्या आश्रमातील वास्तव्याचा उद्देश्य तुमचे शरीर व आत्म्यास एकत्र आणणे हा आहे. हे तुमच्या आत्म्याच्या विकासासाठी आवश्यक आहे मग तुमच्या शरीराचे काहीही होवो. तुमच्या खाण्यापिण्याच्या व्यवस्थेसाठी आम्ही इथे आलेलो नाही तर तुमच्या हृदयातील दैवी अस्तित्वाला दहा नियमांचे पालन करून तुमच्या स्वतःच्याच प्रयत्नांनी जागृत करण्यासाठी आलो आहे.

तर, ९ वाजता भक्कम नाश्ता दिला जाईल, जर तुम्ही इथे दिवसभर थांबणार असाल तर ३ वाजता पुरेश्या अल्पोपहारासमवेत चहा दिला जाईल. तो ही प्रमाणातच. भरपूर नसला तरी अध्यात्मिकदृष्ट्या परिपूर्ण असा. जर कार्यक्रम २-३ दिवसांचा असेल तर, रात्रीचे जेवण ७:३० वाजता दिले जाईल. रविवारी सकाळी ७:३० वाजता व सायंकाळी सोयीप्रमाणे ५:३० वा ६:०० वाजता ध्यान होईल, त्यानंतर नाही. हे कडकपणे पाळले गेले पाहिजे, मग तिथे एकजण असो वा एक लाखजण असोत.

बाबूजी महाराजांनी मला सांगितले होते कि, आपले आदिगुरु, लालाजी महाराज, जर ६:३० ला ध्यान असेल तर बरोबर ६:३० ला ते तिथे हजर असत. तिथे कितीजण हजर आहेत याचा विचार न करता सत्संग सुरु करित असत. त्याने काहीच फरक पडत नसे कारण त्यांची प्राणाहुती त्यांची "तवज्जो" फक्त हजर असणाऱ्यांसाठीच नव्हे तर साऱ्या विश्वासाठी असे. ते प्राणाहुती देत आणि जेव्हा ते संपवित असत तेव्हा त्यांचे जवळचे व विकसित असे २-३ अनुयायी तेथे असत ज्यांच्याबरोबर ते एक फेरफटका मारीत असत. कारण, सत्संगादरम्यान आपल्या शरीरामध्ये प्राणवायुची कमतरता होते, त्याची भरपाई होणे आवश्यक असते. त्यासाठी एक फेरफटका असायचा.

बाबूजींनी लालाजींसमवेतचे आपले पूर्ण जीवन विस्तृतपणे वर्णिले आहे. लालाजीमहाराज शरीराने धष्टपुष्ट नव्हते. ते श्रीमंत नव्हते. त्यांचे कुटुंब मोठे होते. बाबूजींनी हेही सांगितले आहे की फतेहगढच्या कडाक्याच्या थंडीतही ते आपल्या संपूर्ण कुटुंबासमवेत एकाच फाटक्या कांबळीमध्ये झोपत असत.

आपण हे लक्षात घेतले पाहिजे की, आपण काळे असू वा गोरे, पुरुष असो वा स्त्री, अध्यात्मिक उन्नतीसाठी जीवनामध्ये थोडीशी अडचण व कष्ट असणे गरजेचे आहे. मला आठवते, खूप दिवसांपूर्वी मी बाबूजी महाराजांना बोललो होतो कि, आपण शहाजहाँपूर रेल्वे स्थानकापासून आश्रमापर्यंत एक बस ठेवूया. तेव्हा बाबूजी म्हणाले, "मला तुमची कल्पना आवडली. परंतु, मला खूप जास्त सुखसोयी नको आहेत. हे अध्यात्मितेच्या विरुद्ध आहे.

इल्लत, जिल्लत, किल्लत. इल्लत म्हणजे काय? जिल्लत म्हणजे काय? किल्लत म्हणजे काय? थोडक्यात, तुम्हाला जेवढी गरज आहे त्यापेक्षा थोडे कमी मिळाले पाहिजे, उत्तम तब्येतीपेक्षा थोडी कमी तब्येत असावी आणि नेहमीच आपल्या सभोवती टिकाकार असावेत. तुम्हाला जेव्हा १६ आणे हवे असतील आणि जर तुमच्याकडे १५ आणेच असतील तर तुम्ही खर्चाबाबतीत समजूतदार बनता. ज्याची गरज आहे फक्त त्यावरच तुम्ही खर्च करता. आणि कदाचित तुम्ही थोडी बचतही करू शकता. मला आठवते जेव्हा माझे वडील १९३५-३६ मध्ये रेल्वेमध्ये काम करित होते, तेव्हा त्यांचा पगार ८० रुपये महिना होता, सुमारे ७५ वर्षांपूर्वी. त्यातूनही ते ५ रुपयांची बचत करित होते. आणि आज लोकांकडे ३०,००० रुपये, ५०,००० रुपये महिना पगार असूनही ते सतत कर्जात बुडालेले आहेत, सदान्कदा ज्या उद्यावर विश्वास नाही अशा उद्याच्या विवंचनेत व स्वतःवरही विश्वास नसलेले दिसतात. ते त्यांच्या नोकरीच्या काळजीत असतात, त्यांच्या कुटुंबाच्या काळजीत असतात. कारण आपल्या सवयींचा अतिरेक झाला आहे. रात्री उशीरा ११, १२, १ वाजता झोपायचे, सकाळी उशीरा, कामाला जायच्या ५ मिनिटे आधी उठायचे, ध्यानाचे काय? उद्या.

मला ती आग पुन्हा तुमच्या हृदयामध्ये प्रज्वलित करायची आहे. आणि ती सुखासीन राहणीने किंवा मिशनमध्ये तुम्हाला खुश करण्याच्या धोरणाने येणार नाही. जर तुमचा व्यवस्थापक किंवा मालक तुम्हांस खुश ठेवत असेल तर नक्कीच त्याचे कुठेतरी चुकते आहे. हे मी स्वतः नोकरी करित असतांना शिकलो. लोकप्रिय व्यवस्थापक हा व्यवस्थापक असूच शकत नाही. याचाच अर्थ तो (व्यवस्थापक) निष्काळजी आहे. तो तुम्हाला जे खरोखर केले पाहिजे ते करण्याऐवजी, तुमची जी इच्छा असेल ते तुम्हांस करू देतो, तुम्हांस मन मानेल तसे वागू देतो. सहजमार्गामध्ये आता हे असे चालणार नाही. हे मी

केवळ तुमच्या फायद्यासाठी सांगतो आहे - जर तुम्हास याच मानवी जीवनात शक्य असलेल्या सर्वोच्च स्तरापर्यंत पोहचण्याचे असेल. केवळ हेच एक जीवन आहे ज्याबद्दल तुम्ही खानी बाळगू शकता. पुढचा जन्म आहे का नाही हे आपणांस माहित नाही. यामुळे काहीही फरक पडत नाही. बाबूजींच्या म्हणण्याप्रमाणे सहजमार्गात आपला पूर्वीच्या किंवा पुढील जन्मांशी काहीही संबंध नाही. आपला संबंध फक्त या जन्माशी आहे कारण आज आपल्याला हे मिळाले आहे आणि आपण याचा उपयोग आपल्या फायद्यासाठी करून घेऊ शकतो. आणि हे शहाणपण तुम्हांस रोजचे जीवन जगतांना येणे आवश्यक आहे.

तुमचा नियम सांगतो - सुर्योदयापूर्वी उठा. तुमच्याकडे बाबूजी महाराजांनी लिहिलेले पुस्तक "रिअॅलीटी अँट डॉन" (सत्योदय) आहे. सत्याचा उदय म्हणजे काय हे तुम्हांस तोपर्यंत कसे कळणार जोपर्यंत तुम्ही उदय होण्यापूर्वी त्याचा स्विकार करण्यास तयार रहाणार नाही? असेही काही लोक आहेत जे पर्यटनाकरिता व प्रवासाकरिता म्हणून दार्जिलींगचा सुर्योदय बघण्यास जातात, एव्हरेस्टवर जातात, अमेरिकेतील ग्रँड कॅनीअन येथे सुर्योदय व सुर्यास्त बघण्यास जातात व ते तेथे कित्येक तास अगोदर पोहोचतात, ते ही फक्त सुर्योदय वा सुर्यास्त बघण्यासाठी? तुमच्या हृदयामध्ये असणाऱ्या सत्याच्या उदयाबद्दल मात्र काय? हा सत्याकडे नेणारा वा सत्याचा उदय नाही. अनेक भाषांमध्ये याचे चुकीचे भाषांतर केले गेले आहे. "रिअॅलीटी अँट डॉन" (सत्याचा उदय) हेच मूळ शिर्षक आहे. याचाच अर्थ असे काय आहे जे स्वतःला सत्याच्या उदयाच्यावेळी प्रकट करते?

म्हणूनच कृपया स्वतःला सुर्योदयापूर्वी उठण्याची सवय लावून घ्या जसे सकाळी साडेचार वाजता. शारिरीक व मानसीकरित्या शुद्ध होऊन ध्यान करण्यासाठी बसा. घड्याळाचा गजर लावून बरोबर एक तास नियमितपणे बसा. जोपर्यंत गजर वाजत नाही, ऊठू नका. यावेळी पोट रिकामे ठेवा. दहा नियम ज्यांना मुलतः दहा आज्ञा म्हणून संबोधले गेले, त्या आपल्याच फायद्यासाठी आहेत. हे दहा नियम किंवा वचने तुमच्या दैनंदिन जीवनासाठी आवश्यक असणाऱ्या सर्व गोष्टी तुम्हांस देतात. जसे तुम्ही कसे खावे? काय खावे? आम्ही बाबूजी महाराजांबरोबर असतांना काही लोकांना पाहिले आहे - २० जण जेवण करित असायचे आणि ते माझ्या कानात कुजबुजायचे की " त्या माणसाकडे बघ; तो डुकुरासारखा जेवतो आहे." त्याचे संपूर्ण लक्ष जेवणाकडे असायचे. स्मरणाचा विचार नाही, त्यांचादेखिल विचार नाही, ईश्वर, ज्याने त्याला खाण्यास प्रवृत्त केले, काहीतरी खाण्यास दिले व त्यांस खाण्यायोग्य बनविले. म्हणजे बघा, खाणे हि काही सोपी गोष्ट नाही आहे.

सर्वप्रथम तुम्हांस खाण्यासाठी काहीतरी असणे आवश्यक आहे. दुसरे म्हणजे तुमच्याकडे खाण्यासाठी वेळ असला पाहिजे. तुमच्याकडे खाण्याची क्षमता असली पाहिजे. तुम्ही जे खात आहात ते पचविण्याची ताकद तुमच्याकडे असली पाहिजे. गरज असलेले घटक शरीराने शोषून घेतल्यानंतर टाकावू पदार्थ बाहेर टाकण्याची क्षमता पाहिजे. हे एवढे सोपे नाही की तुम्ही एक मोठा पराठा थोड्या बटाट्यासह घेतलात व तोंडामध्ये भरलात. जेवणाचे स्वतःचे काही नियम आहेत - आपण कसे खाल्ले पाहिजे, केव्हा खाल्ले पाहिजे, काय खाल्ले पाहिजे. कोणीही लक्ष देत नाही - आज आपण जगण्यासाठी नव्हे तर आनंदासाठी खात आहोत. मला तुमचे लक्ष याकडे वेधायचे आहे की आपण जीवनात जे काही करतो - श्वासोश्वास, खाणे, पिणे, काम करणे, आराम करणे, झोपणे - यासर्व गोष्टी एकाच नियमाला धरून झाल्या पाहिजेत तो म्हणजे हे सर्व आपण केवळ जगण्याच्या हेतुने केले पाहिजे. आणि जगणे हे केवळ एकाच हेतुने असले पाहिजे तो म्हणजे मी स्वतःला या मानवी जीवनाच्या स्तरावरून वरच्या स्तरावर घेऊन जाईन ज्यालाच आपण दिव्यत्व म्हणतो. माझ्या प्रिय भगिनी आणि बंधूंना, हे आवश्यक आहे की हे आपण आत्मसात केले पाहिजे, साधी राहणी स्विकारण्यासाठी शहाणपण विकसीत केले पाहिजे, साधी राहणी अध्यात्मिक जीवनाकरिता आवश्यक आहे तर सुखासिनता यासर्वांच्या विरुद्ध आहे.

तुम्ही विलासी जीवन न जगता देखिल श्रीमंत होऊ शकतात. मी रामायण मालिकेच्या एका भागात पाहिले आहे की जेव्हा अयोध्येचे रामचंद्रजी लक्ष्मणाला त्यांच्या पत्नीस दूर जंगलात सोडून द्यायला सांगतात. ते जमीनीवर झोपलेले असतात आणि लक्ष्मण विचारतो भ्राताश्री हे आपण काय करित आहात? ते म्हणतात होय मी आता एका ब्रम्हचान्याचे जीवन जगतो आहे. जमीनीवर. म्हणजे असे की साधी व सरळ राहणी ही भिकारी व गरीब लोकांसाठीच नाही आहे. ही त्याहीपेक्षा श्रीमंत लोकांसाठी आवश्यक आहे ज्यांना प्रत्येकक्षणी श्रीमंती जीवनामुळे, मुख्य विचारांमुळे, चुकीच्या खानपानामुळे, अतिरीक्त निद्रेमुळे, अजीबात जागे न होण्यामुळे, पथभ्रष्ट होऊन दिवस दर दिवस प्रत्येक दिवशी अध्यात्मिक जीवनाची संधी घालवून बसण्याचा धोका असतो.

म्हणूनच तुमच्या वैयक्तिक जीवनासाठी हा एक वैयक्तिक नियम बनवा की तुम्ही दहा नियम दररोज वाचाल, समजून घ्याल व त्याचे अनुसरण कराल. तुम्हाला यामध्ये मदत करण्यासाठी मिशन आपले स्वतःचे वेळापत्रक नियमित करित आहे. सकाळी ७.३० वाजता रविवार सत्संग, सायंकाळी ५.३० किंवा ६.०० वाजता; ९ वाजता सकाळचा भक्कम नाश्ता, त्यापूर्वी काहिही नाही, चहा दुपारी ३ वाजता, यादरम्यान काहिही नाही. निश्चितच उपहारगृह सुरु राहिल, परंतु स्वयंपाकघर व उपहारगृह हे दोन्ही सकाळी ९ वाजेपर्यंत बंद रहातील.

तुमच्यासारख्या अनेकांना सकाळी इथे उपस्थित बघून, कदाचित मी हे छोटेखानी भाषण देण्याची गरज नव्हती असा विचार माझ्या मनात येतो आहे कारण मी जर का स्वतःद्वारे उदाहरण घालून दिले तर तुम्ही नक्कीच त्याचे अनुकरण कराल. तुम्ही सर्वांनी येथे येऊन मला बोलण्यासाठी प्रोत्साहन दिले याबद्दल मी आपला कृतज्ञ आहे. माझ्या मनात 'ते काय करतील' या भितीऐवजी ही खात्री आहे जी माझ्या स्वतःच्या हृदयामधून मला जाणवते आहे की ही माझी माणसे आहेत व मी जे काही सांगतो आहे त्याचे ते त्यांच्या स्वतःच्या फायद्यासाठी पालन करतील.

आपले अत्यंत आभार.