आंतरिक प्रकाश

तुमच्या जीवनात जे घडून गेले आहे आणि
तुमच्या भविष्यात जे येणार आहे,
ते तुमच्या आत जे आहे
त्याच्या तुलनेत फिकेच पडेल.

- राल्फ वाल्डो इमरसन

प्रिय मित्रांनो,

दिवाळी म्हणजे दिव्यांचा उत्सव. बहुतांश प्रथांच्या मागे काही विशिष्ट उद्देश असतो. आपल्या पूज्य देवतेची पूजा आणि आराधना करून, त्या आराधनेने आपल्याला त्या देवतेचे सारतत्त्व अनुभवण्यापर्यंत घेऊन जाणे अपेक्षित असते, जिथे आपण रूपाकडून अरूपाकडे जातो. त्याचप्रमाणे आदराने व भक्तिभावाने बाहेर लावलेला दिवा एक तृष्णा जागवतो, आंतरिक प्रकाशाच्या, आंतरिक मार्गदर्शनाच्या आणि आंतरिक सुज्ञपणाच्या खऱ्याखुऱ्या शोधाची तृष्णा.

आपण दिवाळीसारख्या प्रथा साजऱ्या करतो ते वेळात वेळ काढून कौटुंबिक नात्यांमधील जिव्हाळ्याला उजाळा देण्यासाठी आणि नवनवे शुभारंभ करण्यासाठी. पूर्वीच्या काळी मुळात हा एक अतिशय साधा, सुगीचे दिवस साजरे करण्याचा सण होता, ज्यात शेतकरी समृद्धीची देवता लक्ष्मी हिच्या औदार्याबद्दल तिचे आभार मानायचा, तो आता संपूर्ण जगभरात एक कोट्यावधी डॉलर्सची उलाढाल करणारा उद्योग झाला आहे. चला या दिवाळीला आपण परत तिच्या मूळ

स्वरूपाकडे जाऊया व या आनंदाच्या सणामागील खरी भावना सर्वांनी एकत्रितपणे अनुभवू या.

दिवाळी हा भारतीय उपखंडातील सर्वात महत्त्वाचा धार्मिक उत्सव आहे. प्रभू राम व माता सीतेच्या चौदा वर्षांच्या वनवासानंतर अयोध्येला परत येण्याचे प्रतिक म्हणून साजरा केला जाणारा उत्सव. ते परत आले तेव्हा अंध:कारावरील प्रकाशाचा, निराशेवरील आशेचा आणि दुष्टावरील सुष्टाचा विजय साजरा करण्यासाठी, लोकांनी संपूर्ण नगरी दिव्यांनी सजवली होती.

मी तुम्हाला एक गोष्ट सांगतो.

एका राजाला चार मुले होती आणि त्याला त्यांच्यातील एकाला उत्तराधिकारी म्हणून निवडायचे होते – जो न्यायाने व लोकांच्या सुखासाठी राज्यकारभार चालवू शकेल. हा एक अतिशय अवघड निर्णय होता, त्यामुळे त्याने एक परीक्षा घेतली. त्याने चार महाल बांधले व प्रत्येक मुलाला त्यातील एक महाल अतिशय मौल्यवान अशा गोष्टीने भरून टाकायला सांगितला. परंतु एक मेख होती : हे अतिशय कमी खर्चात करायचे होते, म्हणजे आजच्या काळातील 1000 रुपयांच्या किमतीत!

ही अट ऐकल्याबरोबर सर्वात मोठ्या मुलाने वडिलांवर टिका केली कारण त्याला सिंहासनावर त्याचा अधिकार वाटत होता. त्याने विचारले, ‘‘फक्त 1000 रुपयात हा महाल भरून टाकावा अशी अपेक्षा तुम्ही कशी काय करू शकता?’’ निव्वळ हा प्रश्न विचारण्याने, त्याने हे नक्की केले की तो उत्तराधिकारी बनू शकत नाही.

दुसरा मुलगा म्हणाला, ‘‘मी संपूर्ण बाजारात फिरतो व काही वस्तू मिळतात का याचा शोध घेतो.’’ त्याने बाजारात जाऊन बऱ्याच प्रकारच्या वस्तू आणल्या, परंतु केवळ 1000 रुपयात काय येणार? त्या सर्व निरुपयोगी वस्तूंनीसुद्धा महाल भरला नाही.

तिसऱ्या मुलाने सगळीकडे आपल्या वडिलांचे फोटो आणि मातीचे पुतळे ठेवले. ती एक नाविन्यपूर्ण कल्पना होती तरीही तो संपूर्ण महाल भरू शकला नाही.

ते प्रेमच असते जे आपल्यात बदल घडवून आणते, चांगले बदल. आपल्याला सतत हृदयातील प्रेममय वातावरण जोपासत, चांगली माणसे बनायचे आहे.

चौथा सर्वात लहान मुलगा अतिशय विनम्र होता. तो त्या रिकाम्या महालात अतिशय आदराने आणि शांतपणे बसला. संपूर्ण प्रेमाने भरलेल्या हृदयाने त्याने मार्गदर्शनासाठी प्रार्थना केली, कारण त्याला आपल्या वडिलांना खुश करायचे होते. त्याचे फक्त तेच ध्येय होते.

आतून त्याला मार्गदर्शन मिळाले आणि मग तो संपूर्ण महालात पणत्या व उदबत्त्या लावत गेला. त्या प्रकाशाने संपूर्ण महाल भरला आणि उदबत्त्यांचा सुवास खिडक्यांमधून बाहेर पडून आजूबाजूच्या परिसरात दूरवर दरवळू लागला. प्रत्येक जण महालात काय घडते आहे हे पाहण्यासाठी महालाकडे येऊ लागला व राज्यातील सर्व लोक या साध्याशा कृतीचे सौंदर्य पाहण्यासाठी गोळा झाले. राजा त्याच्या सर्वात लहान मुलाच्या सुज्ञपणाने फारच आनंदित झाला. त्याने पाहिले की कशा प्रकारे प्रेम आणि आदराच्या भावनेने त्याला या समस्येचे साधे उत्तर मिळवण्यास मदत केली.

पोकळी भरून काढणे सोपे आहे, परंतु ती पोकळी भरूनसुद्धा शुद्धता व हलकेपणा कायम ठेवणे हे केवळ प्रेमाद्वारेच शक्य आहे.

हार्टफुलनेस हा एक असा मार्ग आहे, जो सतत आपल्या हृदयांमधील गुंतागंत काढून टाकून त्यांना शुद्धता, हलकेपणा व प्रेमाने भरत राहतो. हार्टफुलनेसमध्ये कोणत्याही प्रकारचा हटवादीपणा, ताठरपणा किंवा बळजबरी नाही. आपण जे काही करतो ते प्रेमाखातर करतो. खरेतर प्राणाहुतीचे पाठबळ असलेले हार्टफुलनेस ध्यान हे या धारणेने सुरू होते की हृदयात दिव्य प्रकाश आधीपासूनच विद्यमान आहे. त्यानंतर, प्रत्येक ध्यानाच्या दरम्यान आपल्याला प्राणाहुतीचा परिणाम ताबडतोब अनुभवास येतो. जीवनाचे खरे अमृत, ज्याला प्रेम

म्हणतात त्या कायमस्वरूपी शाश्वत स्रोताकडे खोलवर जात असताना, आपण लगेचच त्या चिरपरिचित शांततेशी आपले नाते जोडू शकतो.

ते प्रेमच असते जे आपल्यात बदल घडवून आणते, चांगले बदल. आपल्याला सतत हृदयातील प्रेममय वातावरण जोपासत, चांगली माणसे बनायचे आहे.

या दिवाळीला प्रेमाची भेट द्या, प्रकाशाची भेट द्या.

शुभेच्छापूर्वक
दाजी

कमलेश डी. पटेल यांच्याविषयी :

दाजी या नावाने अनेकांना सुपरिचित असलेले श्री. कमलेश डी. पटेल हे हार्टफुलनेस ध्यानसाधनेच्या परंपरेतील चौथे मार्गदर्शक आहेत. आधुनिक प्रशिक्षकाच्या बहुआयामी भूमिका पार पाडत असतानाच आपल्या हृदयात खोलवर सूर मारून आपल्या अस्तित्वाच्या गाभ्यापर्यंत पोहोचण्याची दुर्मिळ क्षमता त्यांच्यामध्ये विद्यमान आहे आणि त्याच वेळी ध्यान, अध्यात्म व मानवी उत्क्रांतीच्या मूलभूत संशोधनाप्रती वैज्ञानिक दृष्टिकोनही त्यांचे ठायी विलसत आहे. ते एक सफल वक्ते व लेखक असून त्यांचे नित्यनवे लिखाण तुम्ही www.daaji.org या वेबसाईटवर वाचू शकता.

हार्टफुलनेसविषयी :

विसाव्या शतकाच्या प्रारंभी सुरुवात झालेल्या व एक संघटना म्हणून 1945 मध्ये औपचारिकरित्या स्थापना झालेल्या सहजमार्ग या नावाने ओळखल्या जात असलेल्या राजयोगावर आधारित ध्यानसाधनेकडे पाहण्याचा हार्टफुलनेस हा एक दृष्टिकोन आहे. सत्तर वर्षांहून अधिक काळानंतर नागरी समाज, शासकीय विभाग, शाळा व महाविद्यालये आणि कॉर्पोरेट जगतासारख्या विभिन्न समूहांनी हार्टफुलनेस दृष्टिकोन आता जागतिक पातळीवर स्वीकारलेला आहे.

130 हून अधिक देशांमध्ये 8000 हून अधिक प्रमाणित स्वयंसेवी प्रशिक्षकांच्या साहाय्याने दहा लाखांहून अधिक लोक हार्टफुलनेस अभ्यास करीत आहेत आणि जगभर पसरलेल्या शेकडो हार्टफुलनेस केंद्रांच्या माध्यमातून ही संख्या वाढतच चालली आहे.

www.heartfulness.org

www.heartfulnessmagazine.com