।। ॐ श्री साईराम ।।

प्रशांती संदेश भाग ७७

ॐ श्री साईराम !

प्रशांती संदेश'च्या ७७ व्या भागात तुमचे सहर्ष स्वागत आहे.

तुम्ही जो वेळ देत आहात त्याबद्दल आणि तुमच्या सक्रिय सहभागाबद्दल खूप खूप धन्यवाद! भगवान बाबांकडून सतत उच्चारले जाणारे एक वाक्य मला आता आठवत आहे. भगवान बाबा म्हणतात, ''तुम्ही एक नाही तर तीन आहात.'' पुन्हा एकदा सांगतो, ''तुम्ही एक नाही तर तीन आहात.''

हे विधान खरोखरीच मजेदार आहे. मी तीन कसा असेन? मी आता इथे एकच आहे तर मी तीन कसा असेन?

हा प्रश्न आपल्या मनामध्ये उठतो आणि स्वामी यावर आधारित असे दुसरे विधान करतात, ''तुम्ही एक नाही, तीन आहात, कसे? तुम्ही स्वत:ला जे समजता ते, इतर लोक तुम्हाला जे समजतात ते आणि आपले जे खरे रूप आहे ते.'' म्हणजेच आपल्या जीवनामध्ये तीन भाग किंवा तीन स्तर आहेत. ते म्हणजे कोण? जो अभिनय आपण करतो तो. अभिनय करतो म्हणजेच इंजिनिअर, डॉक्टर, व्यावसायिक, प्रोफेसर यातील किंवा इतर कुठली भूमिका साकारत असतो. अभिनेता म्हणजे येथे जो भूमिका साकारत आहे तो. भूमिका साकारणार म्हणजे जो आपण स्वत:ला समजत असतो तो.

दुसरा म्हणजे जे इतर लोक तुम्हाला समजतात तो, हा तुमच्या व्यक्तिमत्त्वाचा दुसरा स्तर झाला. इतर जण असे समजतात याचा अर्थ असा झाला की माझ्या आजूबाजूला जे घडत आहे त्याचे मी निरीक्षण करतो. म्हणजे एक प्रकारचा निरीक्षक किंवा एक तऱ्हेचा प्रेक्षक किंवा श्रोता असे याला म्हणता येईल. हा दुसरा भाग झाला.

माझी पहिली भूमिका ही एका अभिनेत्याची असते. माझी दुसरी भूमिका ही एका प्रेक्षकाची किंवा श्रोत्याची असते. तिसरे म्हणजे जे तुमचे खरे रूप आहे ते. ते म्हणजे एक साक्षी म्हणून मी माझ्याकडे पहात असतो. अंतरामधून... केवळ एक साक्षी!

अशा तऱ्हेने माझ्या जीवनामध्ये तीन स्तर आहेत. एक भूमिका साकारणाा अभिनेता म्हणून, दुसरा प्रेक्षक म्हणून आणि तिसरा साक्षी म्हणून! म्हणजे जेव्हा स्वामी म्हणतात की, तुम्ही एक नसून तीन आहात तेव्हा त्याचा अर्थ असा होतो की एक म्हणजे जे तुम्ही स्वत:ला समजता... अभिनेता, दुसरा म्हणजे इतर लोक तुम्हाला समजतात... प्रेक्षक आणि तीन म्हणजे तुमचे खरं रूप... साक्षी.

या विषयावर आपण थोडा विचार करू. कारण आपल्याला असे वाटेल की आपण याबद्दल ऐकले आहे परंतु स्वामींच्या या विधानाचे महत्त्व आणि त्याचे परिणाम जाणून घेण्यासाठी आपण त्यावर पूर्णतया, खोलवर विचार केला नाही. का? आपण नेहमी दुसऱ्यांना पाहतो पण आपल्याला स्वत:बद्दल विश्वास नसतो. कारण आपल्या व्यक्तिमत्त्वामुळे आपण गोंधळून गेलेलो असतो. काही जण म्हणतील तुम्ही खूप देखणे किंवा सुंदर आहात. काही जण म्हणतील तुम्ही खूप बुद्धिमान आहात. काहीजण म्हणतील तुम्ही एक वाईट, निरुपयोगी व्यक्ती आहात.

अशा तऱ्हेने लोकांनी आपल्यावर कितीतरी प्रकारची मते नोंदवली आणि आपल्या अंतरात कितीतरी आवाज निर्माण झाले. आपण लोकांच्या मतानुसार चालतो. दोन्ही प्रकारच्या टीका आपण पाहतो, सकारात्मक आणि नकारात्मक. म्हणजे येथे द्वैत आहे. तुम्ही जेव्हा

स्वत:ला एखादी विशिष्ठ भूमिका करणारा अभिनेता समजत असाल तेव्हा कोणी तुम्हाला चांगले म्हणेल आणि कोणी तुम्हाला ''तितकेसे चांगले नाही.'' असेही म्हणेल. म्हणजे आपण दोन्ही स्वर ऐकतो.

दुसरी गोष्ट म्हणजे आपण दुसऱ्यांच्या दृष्टीवर अवलंबून राहून स्वत:बद्दल अंदाज बांधतो. इतर लोक काय म्हणतात, ते आपल्याला कशाप्रकारे पाहतात? दुसऱ्या शब्दात सांगायचे झाले तर आपण दुसऱ्यांच्या डोळ्यांचा आरशासारखा वापर करतो. ते सगळे आरसे असतात आणि त्याच्या आधाराने आपण आपल्या व्यक्तिमत्त्वाबद्दल अंदाज बांधतो.

त्याच वेळी आपण एक गोष्ट लक्षात ठेवली पाहिजे की आरशामध्ये आपल्याला केवळ आपले प्रतिबिंब दिसते. ते तुमचे खरे रूप नव्हे! आणि आरसेही विविध प्रकारचे असतात. बहिर्गोल असतील, अंतर्गोल असतील आणि तुम्हाला माहीतच आहे की काही आरशांमध्ये आपले शरीर प्रचंड मोठे दिसते. म्हणूनच जर आरसेच विविध प्रकारचे आहेत तर प्रतिबिंबावर कसा विश्वास ठेवायचा? नाही.

परंतु दुर्दैवाने आपण इतरांच्या म्हणण्यानुसार आपले व्यक्तिमत्त्व घडवितो. परंतु आता त्या प्रतिमेकडे पाहणे सोडून दिले पाहिजे. आपण लोकांमध्ये राहतो, या गर्दीमध्ये असतो आणि लोकांसाठी जगतो. केवळ यासाठी आपल्या इतरांच्या दृष्टीमधून दिसणाऱ्या प्रतिमेवर आधारित असे आपले मूल्य करू नये आणि दु:खद गोष्ट ही की, आपण कदाचित या गर्दीसाठी मरणही पत्करू. हे मोठे दुर्दैव आहे.

आपल्याला हेही माहीत पाहिजे की, लोकांच्या मते वेळोवेळी बदलत असतात. मग तुम्ही गर्दीच्या मतानुसार कसे जाता? शेजारी समाज यांच्या मतांवर कसा विश्वास ठेवता? त्यांचे अंदाज, त्यांच्या अपेक्षा वेगळ्या असतात. जोपर्यंत आपण इतरांच्या हो ला हो म्हणतो, ते म्हणतील ते मान्य करतो तोपर्यंत ते आपल्याला चांगले म्हणतील. जेव्हा आपण त्यांचे म्हणणे अमान्य करण्यास सुरुवात करू तेव्हा ते आपल्यावर वाईट मनुष्य म्हणून टीका करतील, आपली निर्भत्सना करतील.

म्हणजेच कौतुक किंवा निर्भत्सना या गोष्टी त्यावेळी आपली नाती कशी असतात यावर अवलंबून असतात आणि हो... इतर लोक त्यांची मते बदलू शकतात आणि त्यासाठी त्यांची स्वत:ची कारणे असतात. जेव्हा त्यांचे विचार-परिवर्तन होते तेव्हा त्यांचा तुमच्याकडे बघायचा दृष्टिकोनही बदलतो. जेव्हा त्यांचा दृष्टिकोन बदलतो तेव्हा ते तुमचे मूल्य वेगळ्याप्रकारे करतात.

यातून हे स्पष्ट होते की, तुम्ही ते स्वत:ला एखादा 'भूमिका साकारणारा', अभिनेता समजत असता. ते खरे नाही कारण ते बदलत जाते. तुम्ही वस्तूशी एकरूप होता. तुम्ही स्वत:चे मूल्य मी एक डॉक्टर आहे, मी इंजिनिअर आहे, मी प्रोफेसर आहे, मी व्यावसायिक आहे अशा प्रकारे करता. म्हणून तुम्ही जे स्वत:ला समजत असता तो एक भूमिका करणारा अभिनेता असतो आणि आपण मात्र आसपासच्या वस्तूंशी एकरूप होती.

आता आपण दुसरा स्तर पाहू, जे इतर लोक आपल्याला समजतात.'' प्रथम स्तर म्हणजे जे तुम्ही स्वत:ला समजता. दुसरा स्तर म्हणजे जे इतर तुम्हाला समजतात. येथे आपण प्रत्येक गोष्टीकडे श्रोत्याच्या स्तरामधून, एक प्रेक्षक म्हणून पाहतो. दुसऱ्या शब्दांत सांगायचे झाले तर आपले निरीक्षण होते असते. आजूबाजूच्या लोकांकडून आपले निरीक्षण होत असते. आपण एक निरीक्षण केली गेलेली व्यक्ती असतो म्हणजेच इतर लोक आपल्याला जे समजतात ते. मग काय होते? आपण एक वस्तू बनतो. तुम्ही स्वत:चा आत्मा हरवून बसता...

राजकारणी, अभिनेते, क्रिकेटर्स यांची उदाहरणे घ्या. ते कसे असतात? एखादा राजकारणी निवडणूका जिंकण्यासाठी प्लॅटफॉर्मवर उभा राहून लोकांवर प्रभाव पाडण्याचा प्रयत्न करेल. बॉक्स ऑफिसवर लोकप्रिय होण्यासाठी अभिनेता तुमच्यावर छाप पाडण्याचा प्रयत्न करेल. तर क्रिकेटर्स धावा वाढविण्यावर आणि सामने जिंकण्यावर लक्ष एकाग्र करतील.

म्हणजेच एक प्रेक्षक म्हणून तुम्हाला प्रत्येकावर छाप पाडण्यामध्ये रस असतो. कारण तुमचे निरीक्षण होत असते. ज्याचे निरीक्षण होत आहे तो प्रेक्षकाची भूमिका साकारत आहे. याचा परिणाम काय होतो? आपण एक यशस्वी दांभिक व्यक्ती बनतो. कारण आपण इतरांच्या तालावर नाचत असतो. आपण स्वत:शीच खोटेपणा करत असतो. हा मुद्दा मला तुमच्या ध्यानात आणून द्यायचा आहे. प्रेक्षक असताना काय होते? मी पूर्णपणे अंधारात असतो. मी खरोखरीच कोण आहे हेच मला समजत नाही. कारण मी प्रेक्षकांशी एकरूप होऊन गॅलरीत बसलेल्यांसाठी भूमिका करत असतो. राजकारणी, अभिनेते, क्रिकेटर्स यांच्या बाबतीत हेच घडते.

ठीक आहे... प्रेक्षक म्हणून काय होते? स्टेडियममध्ये बसलेल्या लोकांना पाहताना मी स्वत:ला विसरून जातो. क्रिकेटचे सामने चालू राहतात. स्वत:ला विसरून ते ओरडतात, ते खेळतात, ते हसतात, टाळ्या वाजवतात. म्हणजेच आपण प्रेक्षक बनतो तेव्हा आपण स्वत:ला विसरतो.

पूर्णचंद्राचे प्रतिबिंब समुद्र, नद्या, झरे, तळी या सर्वांमध्ये पडावं तसेच हे आहे. एकाच चंद्राचे प्रतिबिंब अनेक जलाशयांमध्ये पडते म्हणून एक प्रेक्षक म्हणून अनेकानेक पाहणाऱ्यांमध्ये मी एकच असतो. मग काय होते? आपण इतरांच्या तालावर नाचण्याचा प्रयत्न करतो आणि इतरांना प्रभावित करण्याचा प्रयत्न करतो. हा झाला दुसरा स्तर. जे इतर लोक आपल्याला समजतात ते.

तिसरा स्तर म्हणजे जे तुमचे खरे स्वरूप आहे ते. एक साक्षी'' किंवा केवळ निरीक्षण करणारा हे तुमचे खरे रूप आहे. सामान्यपणे आपण दुसऱ्यांकडे पाहतो पण आपण स्वत:कडे पहात नाही. जे आपले खरे स्वरूप आहे त्याच्याकडे आपले दुर्लक्ष होते. म्हणजेच जे स्व, निरीक्षण करणारा, आपल्यामधील साक्षी जे तुमचे खरे रूप आहे – तो सर्वांमध्ये एकच आहे आणि तो निरीक्षण करणारा साक्षी जो सर्वांमध्ये एकच आहे तो नित्य मुक्त असतो. मुक्तीचेच दुसरे नाव! परंतु दुर्दैवाने निरीक्षकाची भूमिका बजावण्याऐवजी आपण स्वत:ला निरीक्षण होणारा बनवितो जे इतर तुम्हाला समजतात.

आणि मग 'साक्षी' म्हणून काय होते? मी स्वत:कडे पाहतो. मी दृष्ट आहे, परंतु निरीक्षण होणारा नव्हे. मी स्वत:कडे एक वस्तू किंवा एक अभिनेता जो मी स्वत:ला मसजतो या दृष्टीने पहात नाही. इतरांच्या दृष्टीने पाहून मी नेहमीच स्वत:ला एक भूमिका साकारणारा अभिनेता समजतो.

आणि मग तुम्ही जेव्हा 'साक्षी' या स्तरावर जाता तेव्हा काय होते? इतर सर्व गोष्टी नाहीशा होतात. यापुढे तुम्ही स्वत:ला एक इंजिनिअर समजत नाही. यापुढे तुम्ही स्वत:ला एक व्यावसायिक समजत नाही. नाही... सर्व 'वस्तू' नाहीशा होतात. पडदा रिकामा होतो. थिएटरमध्ये जसा एक पडदा असतो ज्यावर फिल्मस् दाखविल्या जातात, तसे काहीसे होते. परंतु, पडदा मात्र तसाच राहतो, तो बदलत नाही! म्हणजे साक्षी म्हणून तुम्ही केवळ एक रिकामा पडदा असता. तेथे विचार नसतील, शब्द नसतील कारण तुम्ही संपूर्णपणे रिक्त असाल. तेथे कोणत्याच इच्छा नसतील, कोणतेही दृश्य किंवा खोटा देखावा तुम्हाला अडकवणार नाही.

म्हणजेच प्रत्येकामध्ये असणारा साक्षी एकच आहे. अभिनेता म्हणून विविधता आहे; ते वेगवेगळे असतात. प्रेक्षक म्हणून वेगवेगळे पर्याय असतात, आवड-नावड असते. जो साक्षी असतो तो मात्र सर्वांमध्ये एकच असतो. तर मग आता काय करणे गरजेचे आहे?

वरती स्पष्ट केल्याप्रमाणे तुम्ही एक नसून तीन आहात. जे तुम्ही स्वत:ला समजता ते म्हणजे अभिनेता; जे इतर तुम्हाला समजतात ते - तुम्ही प्रेक्षक बनता; तुमचे खरे स्वरूप – एक साक्षी किंवा निरीक्षक! असा निष्कर्ष आहे. आता काय केले पाहिजे? आपण या द्वैतातून बाहेर पडले पाहिजे. द्वैत हे नेहमी धोकादायक असते. बाबा म्हणतात, ''ज्याच्या मनात द्वैत आहे, त्याला अर्धा अंध समजावा.''

सर्वत्र आरसे असलेल्या दिवाणखान्यात अडकून बसलेल्या कुत्र्याचे उदाहरण स्वामी नेहमी देतात. स्वत:ची प्रतिबिंबे पाहून, येथे अनेक कुत्रे आहेत असे त्या कुत्र्याला वाटते. तो त्यांच्यावर भुंकतो आणि भुंकतो, त्यांच्यावर धावून जातो, प्रत्येक आरशातील कुत्र्यांवर झेप घेतो. मग काय होते? आरसे फुटत जातात आणि कुत्र्यांची अधिकाधिक प्रतिबिंबे दिसू लागतात. सरतेशेवटी कुत्रा स्वत:च्या थारोळ्यात मरून पडतो.

याचाच अर्थ द्वैत म्हणजे मृत्यु! द्वैताने तुम्ही काहीच साध्य करू शकत नाही. सर्वप्रथम ही गोष्ट केली पाहिजे. जेव्हा तुम्ही द्वैतामधून बाहेर पडता तेव्हा तुम्ही केवळ एक साक्षी राहता. तुम्ही अभिनेतेही नसता; तुम्ही प्रेक्षकही नसता. साक्षी असताना तुम्हाला मुक्तीचा अनुभव येतो. अद्वैतामध्ये तुम्ही मुक्तीचे मूर्तीमंत रूपच असता.

खरे पाहता याच्यातून आपण काही साध्य केलेले नाही. मुक्त म्हणून तुम्ही जन्माला येता. तुम्ही मुक्तच असता! तुम्हीच सर्व बंधने निर्माण करता. जेव्हा तुम्ही अद्वैतात जगता तेव्हा तुम्ही मुक्त असता. दिव्यस्वरूप असता हे समजून घ्या. 'दिव्यत्वाची मूर्तीमंत रूपे' याची प्रचिती तुम्हाला तेव्हा येईल. कोणतेही बंध तुम्हाला बांधू शकत नाहीत. तुम्ही कधीही कोणत्याही बंधनाने बांधलेले नसता, तुम्ही स्वत:ला साक्षी समजा. दुसऱ्यांच्या मताप्रमाणे वागू नका, हे मात्र नक्की!

शेवटच्या टप्प्यावर काय होते? साक्षी म्हणून जेव्हा तुम्ही त्या परमानंदाचे स्वरूप असता तेव्हा काय होते. (पाहणारे) द्रष्टा तुम्ही असता आणि (जे तुम्ही पहात असता दृश्य तेही) तुम्हीच असता. 'वक्ता' तुम्ही असता आणि 'श्रोता' ही तुम्हीच असता. कारण वक्ता आणि श्रोता यांच्यामध्ये असणारा साक्षी एकच आहे. तुम्ही वक्ता' असता आणि त्याचवेळी तुम्ही श्रोता'ही असता.

सहना ववतु सह नौ भुनक्तु

सह वीर्यं करवावहैं

गुरू आणि शिष्य एकच आहेत. केवळ याच टप्प्यावर दिव्य गुरूंचे शब्द आपल्या कर्णेंद्रियांमध्ये शिरतात, जे खूप महत्त्वाचे आहे. कोणत्याही शास्त्रामधून किंवा कोणत्याही प्रवचनांमधून तुम्हाला हे ज्ञान, ही जाणीव प्राप्त होणार नाही. यामधून तुम्हाला खरा अनुभव मिळतो आणि त्या अनुभवाचा स्वाद आपण चाखला पाहिजे.

साक्षी म्हणून आलेला हा अनुभव ज्ञानेंद्रियांच्याही पलीकडचा असतो. परंतु दुर्दैवाने आपल्याला शुद्धच नसते. तर मग चैतन्याचा तो आवाज ऐकणे, त्याकडे लक्ष देणे याची अपेक्षा कशी करता येईल! अशक्य! जोपर्यंत आपण बंधनांमध्ये आहोत तोपर्यंत जीवन म्हणजे एक स्वप्न असते.

उदाहरणार्थ - स्वप्नामध्ये मी सॅन फ्रॅन्सिस्कोला जातो. मी न्युयॉर्कमध्ये असल्याचे स्वप्न मला पडते. परंतु दुसऱ्या दिवशी सकाळी उठल्यावर माझ्या लक्षात येते की मी नेहमीच्याच ठिकाणी माझ्या पलंगावर आहे आणि मी कुठेही गेलो नव्हतो. बंधन म्हणजे केवळ स्वप्न आहे. म्हणजे आपल्याला जेव्हा शुद्ध नसते, तेव्हा असे घडते. म्हणूनच स्वत:बद्दल जाणीव असूद्या आणि ‘साक्षी’ ही तुमची भूमिका असूद्या.

तात्पर्य हे की मित्रांनो अभिनेता म्हणून तुमचा जो भाव आहे त्याचा त्याग करा; तसेच इतर तुम्हाला जे समजतात म्हणजे ‘प्रेक्षक’ हा जो तुमचा दुसरा भाव आहे त्याचा त्याग करा. आणि शेवटी असेल जे तुमचे खरे रूप आहे ते एक साक्षी !

द्वैतभावाचा त्याग करणे आणि स्व-वर लक्ष केन्द्रित करणे हे सूत्र आहे.

इतरांकडे पाहणे सोडून द्या. मग कोणतेही बंध जे केवळ एक स्वप्नच असते ते आपल्याला बांधू शकणार नाहीत,

स्वामी जे नेहमी सांगतात की, ‘‘तुम्ही एक नसून तीन आहात : जे तुम्ही स्वत:ला समजता, जे इतर तुम्हाला समजतात आणि जे तुमचे खरे रूप आहे.’’ या स्वामींच्या विधानाशी जोडले जाणारे असे हे सर्व विचार आहेत.