

## परमपूज्य भाऊंनी परमगुरूपौर्णिमेला केलेलं विवेचन

विज्ञान तंत्रज्ञानात झालेल्या प्रगतीमुळे मानवाचं आयुष्य वरवर पाहता सुखाचं झालं असलं, तरी प्रत्यक्षात सारी मानवजात ताण-तणावांची शिकार व्हायला लागली आहे. या ताणतणावांमुळे अनेक मनोकायिक, मानसिक आणि शारीरिक रोगांना, विकारांना माणसं अक्षरशः बळी पडत आहेत. 'जागतिक आरोग्य संघटने'ने ब्याणव टक्के रोग/विकार हे ताण-तणावांमुळे निर्माण होत असल्याचं मान्य केलं आहे. हे ताण-तणाव आपण करत असलेल्या विचारांमुळे उत्पन्न होतात, असं मी मनावर संशोधन केलं, तेव्हा माझ्या लक्षात आलं. जेवढे विचार अधिक, तेवढा तणाव अधिक. एखाद्या समस्येविषयी नुसता विचार करत राहिल्याने समस्या सुटत नाही. उलट निर्णय घेण्याची क्षमताच लोप पावते. त्या समस्येवर मात करायची, तर कृती करायला हवी. नुसता विचार करत राहिल्याने तणाव वाढतो. या वाढत्या तणावाचा परिणाम शरीरावर मोठ्या प्रमाणावर होत असतो. आपलं शरीर असंख्य पेशींनी बनलं आहे. रक्तातल्या लाल आणि पांढऱ्या पेशी, वेगवेगळ्या अवयवांच्या वेगवेगळ्या पेशी. या साऱ्या पेशींना स्वतःचे असे वैशिष्ट्यपूर्ण भाव असतात. प्रत्येक पेशी आपापल्या भावांप्रमाणे वागत असतात. म्हणजेच कार्य करत असतात. त्यांच्या या कार्यात निसर्गतःच एक सुसूत्रता असते. ताण-तणावांमुळे ही सुसूत्रताच विस्कळीत होते. त्यामुळे पेशींच्या कार्यात अडथळा येतो. पेशी आपलं नेमून दिलेलं कार्य नीट करू शकत नाहीत. त्याचा परिणाम आपल्या अवयवांवर पर्यायाने आपल्या शरीरावर होत असतो. आणि अंतिमतः आपल्या मनावरही होत असतो. त्याचं दृष्य स्वरूप म्हणजे विविध व्याधी, आजार, विकार.

मनोकायिक व्याधी, आजार, विकार टाळायचे असतील, तर पेशींच्या कार्यातील सुसूत्रता विस्कळीत होऊ द्यायची नाही. व्याधी, आजार, विकार झाले असतील, तर ते नियंत्रित करायचे. आणि पेशींच्या कार्यातली सुसूत्रता पुनर्स्थापित करायची. असं करणं नामस्मरणाने शक्य होतं, असं मी मनावर केलेल्या संशोधनाच्यावेळी माझ्या लक्षात आलं. हा निष्कर्ष निश्चित करण्यासाठी मी आणखी संशोधन केलं. निरनिराळ्या धर्मांमधल्या नामांचा, ती नामे म्हणायच्या पद्धतींचा, तसंच मनावर होणाऱ्या परिणामांचा मी सखोल अभ्यास केला. त्यातूनच नामामध्ये असलेल्या चैतन्याचं अस्तित्व मला जाणवलं. या साऱ्या संशोधनाचा, त्याच्या फलिताचा, त्याच्या महत्त्वाचा, सविस्तर उहापोह मी 'नामचैतन्य' या पुस्तकात केला आहे.

मनाला लागलेली विचार करायची सवय आपण घालवायला हवी. विचार कमी केले, की मन रिलॅक्सड होतं. मनावरचा ताण नाहीसा झाला, की आपोआपच त्याचा चांगला परिणाम शरीरावर होतो. लाल पेशींचं प्रमाण वाढतं. पेशींच्या कार्यात सुसूत्रता येते. त्यामुळे अर्थातच सर्व अवयवांचं कार्य सुरळीत सुरू होतं. साहाजिकच आपल्याला आजार/विकार/व्याधी यापासून मुक्तता मिळते. परिणामी शारीरिक आणि मानसिक स्वास्थ्य लाभतं. आपली कार्यक्षमता वाढते. शरीराची आणि मनाची कार्यक्षमता वाढली, की आपल्या जीवनात होणारे सकारात्मक बदल आपल्याला सर्वच दृष्टीने लाभदायक ठरतात.

सातत्य राखून नाम घेतलं, की मिळणारे फायदे अमोल आहेत. नाम कोणत्याही दैवताचं घेतलं तरी चालतं. त्याला धर्माचं बंधन नाही. शुभ-अशुभ याचा विचार करायची गरज नाही. नामासाठी वेळेचेही नियम नाहीत. पण सर्वात महत्त्वाची गोष्ट म्हणजे नाम अगदी मनापासून, एखाद्या दैवतावर अपार श्रद्धा ठेवून घ्यायला हवं. त्यात भाव असायला हवा. श्रद्धा ही मनात असते. भक्ती, पूजा, अर्चा, व्रतं यातून ती व्यक्त होत असते. श्रद्धा, विश्वास हे भाव मनात असतात. ते नामातून व्यक्त व्हायला हवेत. आपल्या आराध्य दैवताला आपण मनात कोंडलं, की आपोआपच भाव उत्पन्न होतात. दैवताशी एकरूपता साधली जाते. त्यामुळे भाव आणखीनच गहिरे होत जातात. या भावांना नामातल्या ब्रह्मत्रयीची साथ लाभली, की आपोआपच नाम आणखी प्रभावी होतं. अक्षरब्रह्म, नादब्रह्म आणि तालब्रह्म या ब्रह्मत्रयीमुळे नामात चैतन्य निर्माण होतं. हे चैतन्यच शरीरातील पेशींवर चांगला परिणाम घडवून आणतं. त्यांच्या कार्यात सुसूत्रता आणतं. म्हणूनच नामात प्रचंड उर्जा आहे. ती आपण ओळखायला हवी.

नामाचं महत्त्व शब्दातीत आहे. नामात मन विरलं, की स्वतःचं अस्तित्वच उरत नाही. नामाचा गजर सुरू होतो. बाहेरचं जग विसरायला होतं. नामाचा छंदच लागतो. भावपूर्ण नामामुळे आपल्याला 'ईशकृपा' / 'गुरुकृपा' प्राप्त होते. हेच आपलं खरं भांडवल आहे. हे भांडवल आपल्याला आयुष्यातच नव्हे, तर मृत्यूनंतरच्या जीवनातही साथ करत असतं.

आपले संत आपल्याला नामात रमायचा आग्रह धरतात. प्रत्येक धर्मात नामाला महत्त्व प्राप्त झालं आहे. नाम घेताना माळ ओढली जाते. प्रत्येक धर्मातल्या संत-सत्पुरुषांच्या हातात जपाची माळ असते. नाम चिरकाल टिकणारं आहे. पिढ्यान्पिढ्या परंपरेने आपण ते मान्यही करत आलो आहोत. पण त्या मागचं विज्ञान मला संशोधन केल्यावर गवसलं, आणि मी ते सिद्धही केलं. त्याची सविस्तर माहिती 'नामचैतन्य' या पुस्तकात आहे. पण पुस्तक कागदाचं आहे. त्यातल्या शब्दांच्या माध्यमातून आशय तुमच्या पर्यंत पोहोचतो. पण

कागदातून, त्याच्यावरच्या अक्षरांमधून भाव व्यक्त होणं कठीण आहे. म्हणूनच भाव व्यक्त होण्यासाठी ताला-सुरांची मदत घ्यायलाच हवी. त्यासाठीच 'नामचैतन्या'चं महत्त्व आणि माहात्म्य प्रात्यक्षिक आणि उदाहरणांसह तुमच्या पर्यंत पोहोचवण्यासाठी एक सी.डी. काढायचा आमचा मानस आहे. 'ढवळे प्रकाशना'च्या श्री. अंजनेय ढवळे यांनी त्या कामी मदत करायचं आश्वासन दिलं आहे. तेव्हा लवकरच ती सी.डी. तुमच्यासाठी उपलब्ध होईल.

भावपूर्ण नामाचं महत्त्व विशद केल्यावर परमपूज्य भाऊंनी स्वतः गाऊन विविध धर्मांमधली नामं सादर केली. त्यांची अनुभूती घेताना साधकांना अक्षरशः धन्य वाटत होतं. साधकांनाही नामाचं महत्त्व, नाम कसं घ्यावं, त्यात भाव कसा असावा हे सारं पटलं. भजनानंतर परमपूज्य भाऊंनी स्वामी नामाच्या व्हरायटी घेतल्या आणि साधकांच्या भावावस्थेने परमोच्चबिंदू गाठला.

सोहळ्याची सांगता परमपूज्य भाऊंनी साधकांना स्वहस्ते प्रसाद देऊन केली. सर्व साधकांनीही पीठाच्या लौकिकाला शोभेल अशा शिस्तबद्ध पद्धतीने वागून खूपच सहकार्य केलं.