

जय जय रघुवीर समर्थ

स्वाध्याय ५ -- सिकवण निरूपण

नावाप्रमाणे श्रीसमर्थ यातून छान शिकवण देतात, पाहू या काय देतात, सांगतात ते!

श्रीसमर्थ यात आपली दिनचर्या कशी असावी हे सांगतात. आता दिनचर्या सांगायची वेळ आली आहे एवढी परिस्थिती अवघड झाली आहे. का सांगितली दिनचर्या?

कारण आपण आपक वेळ सत्कारणी लावताच नाही. प्रपंच जरूरी पुरता करावा व परमार्थ मार्गाने जाऊन जन्म सार्थकी लावावा हेच समजत नाही. लहानपण अज्ञानात, तरुणपण मजा करण्यात आणि म्हातारपण आजारपणात जाते. तरुणपणी म्हणजे शरीरात ताकद असते तेव्हा फक्त हौसमौज, पैसे कमवण्यासाठी कसेही वागणे, त्यासाठी प्रकृतीची हेळसांड करणे, नको ते नको तेथे काहीही खाणे, नाटक-सिनेमा, पिकनिक, हॉटेलिंग असे बरेच काही करतो. जागरण, मग नीट झोप नाही मग ब्लड प्रेशर, हार्ट प्रॉब्लेम, मधुमेह असे साथीदार लवकर मिळतात. आपले कल्याण कसे करून घ्यायचे हेच समजत नाही. आपल्या समोर अनेक अनपेक्षित दुसऱ्यांचे मृत्यू पाहतो तरीपण आपण शहाणे होत नाही. याला काय म्हणावे? आपण देहबुद्धीत एवढे अडकलेले आहोत की देहसुखासाठी आपण सतत धडपडतो. आपल्या सुखाच्या कल्पना या सर्व शरीराभोवती फिरत असतात - छान कपडे, छान घर, छान खाणे, छान मोबाईल, छान दागिने छान फिरणे, छान गाडी वगैरे वगैरे. पण त्यासाठी किती किंमत मोजतो याची क्लोन, विचार आपण करतच नाही. योग्य अयोग्य यांचा विचार न करता कसेही वागतो आणि आपले कर्मभोग उभे करतो. कालांतराने ते आपल्याला व आपल्या कुटुंबीयांना भोगावे लागतात. मग आपण दुःखी होतो. पण आत्मपरीक्षण करत नाही. म्हणून कसे वागावे हे श्रीसमर्थ या समासातून सांगतात.

पहाटे उठावे. जमिनीला देवाला नमस्कार करावा. देवा तुझ्यामुळे हा दिवस बघत आहे अशी कृतज्ञता व्यक्त करावी. आपण तसे वागतो का? पहाटे उठतो का? उठल्यावर मोबाईल हातात घेऊन सर्वप्रथम दुसऱ्याला गुडमॉर्निंग चा मेसेज पाठवतो मग दात घासतो, याला काय म्हणावे? उठून देवाला नमस्कार करून शौचमुखमार्जन करून व्यायाम करावा. मग सात्विक न्याहारी करून कामधंदा करावा व तो प्रामाणिकपणे, लक्ष देऊन करावा. वेळ मिळाला तर वायफळ गप्पा न करता वाचन करावे. मोबाईल वर सिनेमा, वेबसिरीज पाहू नये. त्याने वेळ जातोच उलट डोळे, कान, मान सर्व खराब होतात. लोकांबरोबर उत्तम विषयांवर चर्चा करावी, अडलेल्यांना मदत करावी. लोकांशी सुखसंवाद करावा. या सर्व गोष्टी आळस न करता कराव्यात. असे शिस्तबद्ध वागावे.

सर्वात मुख्य म्हणजे माझ्या नशिबात जे काही आहे ती देवाची कृपा याचे भान असावे व त्या नुसार वर्तन करावे.

प्रपंचात सुवर्ण पाहिजे म्हणजे पैसे हवेतच पण ते प्रामाणिक पणे कमवावेत, त्याचा हव्यास धरू नये, त्यालाच सर्वस्व मानू नये. तसेच स्वस्वरूप जाणून घ्यावे. मी कोण याचा शोध घ्यावा. अहं ब्रह्मास्मि। चा अर्थ समजून घ्यावा.

सत्कर्म, निष्काम कर्म, उपासना या मुळेच समाधान पदरी पडते. उपासनेने स्वस्वरूप समजते. हेच कायमस्वरूपी ज्ञान आहे आणि त्यामुळेच समाधान प्राप्त होणार आहे. त्याबद्धलच्या गोष्टी ऐकाव्यात म्हणजे मनात सकारात्मक ऊर्जा तयार होते. मग आयुष्य जगावेसे वाटते.

जय जय रघुवीर समर्थ.