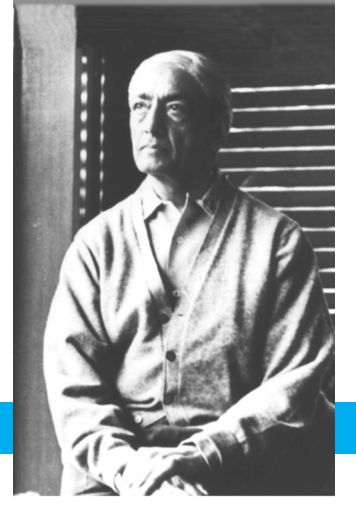


अंतरलहरी



कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडिया, मुंबई

मे - ऑगस्ट २०१४

वर्ष ७ अंक २ पृष्ठ ८

रु. २/-

सौंदर्याप्रमाणे स्पष्टता ही परिपूर्ण असण्याची अवस्था आहे

आज संध्याकाळी तुमच्याबरोबर बऱ्याच गोष्टींवर बोलायला मला आवडेल, विशेषतः मनाची संवेदनशीलता आणि ध्यान. परंतु ह्या गोष्टींमध्ये शिरण्यापूर्वी मनाची स्पष्टता ही खूप महत्त्वाची आहे असे दिसते; कारण ह्या स्पष्टतेशिवाय मनाला खोलवर विचार करण्याची क्षमता येणार नाही. कुठल्याही स्तरावर स्पष्टता ही अत्यंत आवश्यक आहे. तुम्हाला घरचा रस्ता माहीत नसेल तर तुम्ही गोंधळता. तुम्हाला तुमच्या भावना स्पष्ट दिसत नसतील तर आंतर्विरोध निर्माण होतो. तुमच्या विचारांच्या तऱ्हा तुम्हाला स्पष्ट दिसत नसतील तर ही स्पष्टतेची उणीव भ्रम निर्माण करते; म्हणून सर्व बाजूंनी स्पष्टता असणे महत्त्वाचे आहे आणि खरोखर स्वच्छ मन असणे हे अत्यंत कठीण आहे असे मला वाटते. कारण ही स्पष्टता जोपासता येत नाही, शिकता येत नाही. खरेतर ती बघण्यातून, निरीक्षणातून, आकलनातून येते.

ज्या स्पष्टतेविषयी मी बोलत आहे ती सौंदर्याच्या दृष्टीचा भाग आहे. हे असे का असते मला माहीत नाही - हे माझे कुणाबद्दलचे मत नव्हे, पण फार थोडे जण सौंदर्याबद्दल संवेदनशील असतात - मावळत्या सूर्याचे सौंदर्य, चेहऱ्यामधील सौंदर्य, वक्ररेषेतील सौंदर्य, झाडाचे सौंदर्य किंवा वाऱ्याच्या झुळुकेबरोबर सळसळणाऱ्या पानातील सौंदर्य, उडत असणाऱ्या पक्षाचे सौंदर्य, हावभावातील, शब्दातील सौंदर्य. मी इथे तितकासा अभिव्यक्तीसंबंधी विचार करत नाही आहे, जितका त्या भावनेचा, सौंदर्याच्या गुणधर्माचा, विणाईचा करतो आहे. मला वाटते, सौंदर्याबद्दलची संवेदनशीलता आणि स्पष्टता या एकत्र जोडूनच असतात. सौंदर्याप्रमाणे स्पष्टता ही परिपूर्ण असण्याची अवस्था आहे. सौंदर्य हे फक्त चेहऱ्यामध्ये, आकारामध्ये नाही; ते माणसाचे पूर्णतः अस्तित्व आहे, ते झाडाच्या संपूर्णतेत, आकाशाच्या विशालतेत, पानावर पडलेल्या सूर्यकिरणाच्या पूर्णतेमध्ये, पाण्यावर पडलेल्या चंद्रप्रकाशाच्या पूर्णतेमध्ये आहे. सौंदर्य म्हणजे समग्रता असते. त्याचप्रमाणे स्पष्टता दुभंगलेली नसते. तुम्हाला अर्थशास्त्राबद्दल, चंद्रावर पोचण्याबद्दल स्पष्ट ज्ञान असेल, पण जर तुमच्या स्वतःच्या विचार करण्याच्या पद्धतीबद्दल, तुमच्या मनाच्या कार्यपद्धतीबद्दल तुम्ही अनभिज्ञ असाल तर त्याला स्पष्टता म्हणता येणार नाही. तसेच जेव्हा तुम्ही आंतर्विरोधी मनःस्थितीत असाल, तेव्हा चित्रातील सौंदर्य व संगीतातील गोडवा तुम्हाला जाणवणार नाही.

मला वाटते स्पष्टता ही संपूर्ण मन व्यापणारी आहे : ती आपल्या संपूर्ण अस्तित्वाची जाणीव आहे. खरंच, स्पष्टता ही साधेपणा आहे. आपण बहुतेक साधेपणा हा वागण्यात, कृतीत पाहतो. आपल्याला वाटते तिचा संबंध वर्तनाशी, बोलण्याशी आहे किंवा आपल्या पोषाखाशी आहे. वेगळ्या शब्दात सांगायचे झाल्यास आपण साधेपणा हा अभिव्यक्तिका भाग समजतो. आपण म्हणतो हा माणूस साधा आहे. त्याच्याकडे दोनच वस्त्रे आहेत किंवा त्याने हे सोडले आहे, ते स्वीकारले आहे : आपण कपड्यांबद्दल, बाह्य जीवनपद्धतीवरून साधेपणाबद्दल आपले मत बनवीत असतो. पण मला वाटते, साधेपणा ही आंतरिक अवस्था आहे, जिच्यामध्ये विसंगती, तुलना नसते; ती कुठलीही समस्या हाताळताना त्या समस्येचे आकलन होण्याच्या गुणवत्तेमध्ये असते.

जीवन गुंतागुंतीचे झाले आहे, ज्यामध्ये अधिकाधिक कुशल व्यक्ती एकमेकांच्या विरोधात असतात. ज्या मनाला जीवन, त्यातील समस्या व गुंतागुंतीसह समजून घ्यायचे आहे, त्याचा मार्ग नक्कीच सोपा व सरळ असला पाहिजे. जेव्हा मन एखादी समस्या आपल्या पक्क्या मताप्रमाणे, कल्पनेतून किंवा एखाद्या विशिष्ट विचारधारेतून हाताळण्याचा प्रयत्न करते तेव्हा ते मन सहज, सरळ नसते. मला वाटते साधेपणामध्ये निर्धारला जागा नाही. जे मन जिद्दी असते ते साधे नसते. कृपा करून हे सर्व नीट ऐका. कारण मी आता जे काही म्हणतो आहे ते जर तुम्हाला समजले नाही - तर मी जे मनाविषयी, ध्यानाविषयी बोलायचा प्रयत्न करणार आहे ते तुम्हाला समजणार नाही. ही स्पष्टता, सरळता, ही विलक्षण सौंदर्याची भावना अनुभवल्याशिवाय तुम्ही कदाचित ती कठीण यंत्रणा - ज्याला आपण मन म्हणतो - ती उमजू शकणार नाही. आपल्यापैकी बऱ्याच जणांमध्ये मनाबद्दल पूर्वकल्पना आहेत. मन काय आहे, कसे असावे याबद्दल मत बनलेले असते आणि त्या निर्णयासह, त्या कल्पनेसह आपण ते समजण्याचा प्रयत्न करतो. म्हणून आपल्याला ते मन समजणे अशक्य नसले तरी अवघड होते.

मुंबई १९५९-६०, भाषण ५

सहजता ही मनोवैचारिक गोष्ट नव्हे आणि मुद्दामहून अंगी बाणवलेली सहजता, साधेपणा म्हणजे धूर्तपणे केलेली निव्वळ तडजोड असते; सुख आणि दुःखापासून बचाव व्हावा म्हणून ती केली जाते. ही स्वतःला स्वतःतच कोंडून घेण्याची क्रिया असते आणि नाना तऱ्हेचे संघर्ष आणि संभ्रम उत्पन्न करते. संघर्षातून आंतरिक व बाह्य पातळीवर काळोख, विषाद उद्भवतो. संघर्ष आणि स्पष्टता यांचे सहअस्तित्व निश्चितच असू शकत नाही - सहजता ही संघर्षातून मुक्त झाल्याने येते, त्यावर मात करण्याने नव्हे... संघर्षापासून होणाऱ्या मुक्ततेची विचारांच्या पातळीवर नोंद घेतली जाऊ शकते, मात्र विचारांनी ही मुक्तता अनुभवता येत नाही. कारण सहजता, सुस्पष्टता ह्या मनोवैचारिक अवस्था नव्हेत.

जे मन सवयीमध्येच काम करीत असते त्याला संवेदनशीलता नसते

मनाची संवेदनशीलतेची नैसर्गिक क्षमता म्हणजे अर्थातच प्रज्ञा असते नाही का? प्रज्ञा म्हणजे जीवनातील सर्व हालचालींना अत्यंत सखोल, उत्कट संवेदनशील असण्याची क्षमता. तुम्ही तुकड्या तुकड्यांमध्ये व्यक्तिशः किंवा इतरांपासून स्वतःला वेगळे करून - एक उद्योजक, व्यावसायिक म्हणून, आर्थिक सल्लागार, राजकारणी, धार्मिक व्यक्ती, एक साम्यवादी किंवा हा किंवा तो म्हणून जगू शकत नाही. कारण तुम्ही विलक्षण क्षमतांसह संपूर्ण मानव आहात. या जीवनाच्या हालचालींना जिवंत असणे, सतर्क राहणे, संवेदनशील राहणे म्हणजेच खरी प्रज्ञा असते आणि जेव्हा आपण असे प्रज्ञाशील असतो तेव्हा आपण कुठच्याही स्तरावरील कुठच्याही कृतीसाठी ती प्रज्ञा वापरू शकतो. म्हणून मला असे वाटते की, जीवनाविषयी संवेदनशील असणे अत्यंत आवश्यकच आहे. कुरूपता, सौंदर्य, स्वर्गसुख, स्वतःच्या मनाचे अस्पर्शित असे सारे कपे आणि स्वतःच्या मनाचा अस्वस्थपणा - मनाच्या अपेक्षा, दुःख आणि आंतरिक चिंता - या सर्वांना संवेदनशील असणे जरूरीचे आहे. आपण समस्येला उत्तर शोधण्याचा प्रयत्न करीत नाही आहोत. किंबहुना समस्येबद्दल संवेदनशील असणे आणि त्या संवेदनशीलतेसह जी प्रज्ञा असते त्या प्रज्ञेने आपण समस्येचे आकलन करू शकतो आणि म्हणून समस्या सोडवू शकतो. कुठच्याही स्तरावर समस्येला उत्तर नसते. परंतु जर प्रज्ञा असेल तर समस्येचे निराकरण होत असते. परंतु दुदैवाने आपल्यापैकी बहुतेकजणांना समाधानकारक उत्तरे पाहिजे असतात आणि म्हणून आपण समस्येबद्दल कधीच संवेदनशील नसतो. कारण जेव्हा मन उत्तर शोधत असते तेव्हा ते अर्थातच प्रत्यक्ष वस्तुस्थितीपासून दूर जात असते. परंतु संवेदनशीलतेमधून प्रज्ञा जागृत होते आणि मग तुम्ही समस्या हाताळू शकता, मग ती कुठलीही समस्या असू द्या. जर आपल्याजवळ जगण्याच्या प्रक्रियेबद्दल संवेदनशील मन असेल तर धार्मिक विधी, श्रद्धा आणि अशाच मूर्खपणाच्या सान्या लवाजम्याला काहीच अर्थ नसतो आणि जेव्हा मन केवळ सवयीमध्ये कार्यरत असते तेव्हा ही संवेदनशीलता नाकारली जाते. आपणा सर्वांची मने ही विचारांच्या सवयीमध्येच काम करीत असतात, निष्कर्ष काढत असतात. आपले अनुभव, आपल्याला माहीत असलेली काही विशिष्ट अवस्था, त्या आपल्या सवयी झालेल्या आहेत आणि आपण त्यामधूनच कृती करीत असतो.

आता मी जरा थोडेसे विषयांतर करतो. मला आशा आहे की तुम्ही केवळ बौद्धिकदृष्ट्या किंवा शब्दांच्या केवळ शब्दशः अर्थाने ऐकत नाही आहात. कारण मग तुम्ही जे ऐकता ते प्रत्यक्षात लागू करत नसता, मग तुमच्याजवळ शिकण्याची क्षमता नसते. इथे तुम्ही आणि मी एकत्र शिकण्याचा प्रयत्न करीत आहोत आणि हा शोध घेताना तिथे शिक्षक किंवा विद्यार्थी नसतो. जीवन म्हणजे कोणाकडून शिकवली जाण्याची प्रक्रिया नसते. प्रत्येक गोष्ट शिकायची असते. घाणेरड्या रस्त्यावर धुळीत पडलेले सुकलेले पान, जर तुम्ही त्याकडे संवेदनशीलतेने पाहिले तर त्याला प्रचंड अर्थ असतो. तुम्ही त्या सुकलेल्या पानाकडून शिकू शकता. कारण ते जगलेले असते. कारण त्याने वसंत आणि शिशिर ऋतु पाहिलेले असतात आणि त्याला मृत्यू माहीत असतो. आपण प्रत्येक गोष्टीमधून शिकू शकतो. प्रत्येक घटना, प्रत्येक अनुभव, प्रत्येक हावभावापासून, प्रत्येक दृष्टिक्षेपामधून, प्रत्येक शब्दापासून शिकू शकता. तेव्हा मी आशा करतो की, तुम्ही आणि मी अशा तऱ्हेने

एकमेकांना ऐकत आहोत. त्याला विनम्रता पाहिजे. ज्या मनाला विनम्रता माहीत नसते ते शिकू शकत नाही. ते फक्त माहिती गोळा करत असते. खरे तर असे मन त्याच्या स्वतःच्या ज्ञानाबद्दल उद्धट, अहंकारी असते. ते गोळा करत असते, लबाड, हुशार बनते. पण ते कधीच शिकू शकत नाही. जरी मी बोलण्याचे काम करीत असलो तरी मला आशा आहे की तुम्ही शिकण्याच्या मनाच्या अवस्थेतून ऐकत आहात - तुमच्या विचारांच्या सवयीसंबंधी शिकणे, जे अनुकरण असते, मान्यता देणे, मानसन्मान देणे असते, जो मनाचा क्षुद्रपणा असतो, असेच मन जीवनाला असंवेदनक्षम असते. हे क्षुद्र मन समस्या निर्माण करीत असते आणि तरीसुद्धा हेच मन त्याच्या समस्येची उत्तरे शोधत असते आणि म्हणून समस्या वाढवीत असते. त्याच मनाविषयी आपल्याला शिकायचे आहे. जर तुम्ही तुमच्या मनाचे निरीक्षण केलेले असेल तर तुम्ही बघू शकता की ते किती विलक्षण गतीने विचारांच्या चाकोरीमध्ये सापडले जाते. तुम्ही बघू शकता, बघू शकता की नाही, मन कसे संस्कारबद्धतेमुळे विशिष्ट पद्धतीनेच कार्य करीत असते, तथाकथित चांगल्या सवयी लावून घेण्यासाठी आणि वाईट सवयी टाळण्यासाठी कार्यरत असते. खरे तर तिथे चांगल्या सवयी आणि वाईट सवयी अशा नसतात. तिथे फक्त सवय असते आणि जीवनाच्या आव्हानांना आपण संवेदनशील नसल्यामुळे ही सवयच आपल्याला मंद करीत असते, मूर्ख आणि जड बनवीत असते. तुम्हाला माहीत आहे हे असे आपल्या सगळ्यांच्या बाबतीत होत असते, नाही का? आपल्याला सवयी लावून घ्यायच्या असतात मग नंतर आपल्याला अधिक काही विचार करावा लागत नाही. आपल्याला चांगली सवय लावून घ्यायची असते म्हणजे मग मशीनसारखे आपण काम करू शकतो आणि जशी यंत्रांना संवेदनशीलता नसते तशीच जे मन सवयीमध्येच काम करीत असते त्याला संवेदनशीलता नसते. जो नोकरशहा तीस-चाळीस वर्षे कागदावर सही करत जगला आहे तो जीवनाशी संवेदनशील कसा राहील? तो सीमित मनाने काम करीत असतो आणि सर्व तज्ञ, तंत्रज्ञ आणि आपण सारे त्याच अवस्थेमध्ये जगत असतो. आपण एखादे काम शिकून घेतो आणि त्यामध्येच जगतो. तेव्हा समस्या अशी आहे की सवयींना आपण कसे मरावे, म्हणजेच सवयीपासून कसे मुक्त व्हावे आणि मला त्यावर अतिशय सखोलपणे चर्चा करावयाची आहे, मृत्यूच्या समस्येपर्यंत घेऊन जाणारी चर्चा करावयाची आहे.

म्हणून प्रश्न असा आहे की मन त्याच्या सर्व स्मृतींसह, संघटीत अनुभवांसह आपल्या स्मृतींना मरू शकेल का आणि केवळ मंद होऊन, मुर्खासारखे, सर्जनशील असण्यास असमर्थ बनून राहणार नाही. स्मृती ज्या आपल्यावर एवढा प्रभाव टाकीत असतात त्यांना आपण मरू शकत नाही का? त्यातील वास्तवाची आपण नोंद करीत असतो तरीही त्या स्मृतींना मरू शकत नाही का? कारण तुम्ही जर वास्तव जीवनामध्ये काल-परवाला विसरला तर तुम्ही जगू शकणार नाही, तर तुमचा टिकाव लागणार नाही. परंतु जर कालची स्मृती तुमच्या आजच्या जीवनावर प्रभाव टाकीत असेल तर तुम्ही संवेदनशीलता हरवून बसता आणि मग काल (Yesterday) खऱ्या अर्थाने विसरण्यामधील अगाधता, गहनता, तुम्ही गमावून बसता.

To Be Human, मुंबई, भाषण ७

या सर्वाबद्दल संवेदनशीलता पाहिजे

संवेदनशीलता म्हणजे आपल्या भोवतालच्या सर्व गोष्टींबद्दल-वनस्पती, पशु, वृक्ष, आकाश, नदीचे पाणी, उडत जाणारा पक्षी, भोवतालच्या माणसांच्या मनाचा कल, जवळून जाणारा अपरिचित माणूस - या सर्वांबद्दल संवेदनशीलता पाहिजे. या संवेदनशीलतेमुळे, पूर्वनियोजित नसलेली अशी उत्स्फूर्त व निःस्वार्थी प्रतिक्रिया उत्पन्न होते आणि तीच खरी नीतिमत्ता व खरा सदाचार होय! संवेदनशील असल्यामुळे मूल मनमोकळेपणाने वागेल, लपवाछपवी करणार नाही. म्हणून मग शिक्षकाने नुसती सूचना केली तरी ती प्रतिकाराशिवाय किंवा संघर्षाशिवाय सहजपणे मान्य केली जाईल.

मनुष्याच्या संपूर्ण विकासाची आपल्याला कळकळ आहे म्हणून आपण त्याच्या भावनांच्या ऊर्मी समजून घेतल्या पाहिजेत. त्या ऊर्मी बौद्धिक तर्कापेक्षा पुष्कळच जास्त जोरदार असतात. आपण भावनात्मक सामर्थ्य दडपून टाकण्यास साहाय्य न करता ते विकसित करण्यास साहाय्य केले पाहिजे. जेव्हा हे भावनात्मक व बौद्धिक प्रश्न आकलन करून ते हाताळण्याचे सामर्थ्य आपल्या अंगी येईल तेव्हा त्या प्रश्नांना तोंड देताना भीती वाटणार नाही.

मनुष्याचा संपूर्ण विकास होण्याकरिता संवेदनशीलता विकसित करण्याचे साधन म्हणून एकान्त आवश्यक ठरतो. एकान्तसेवन म्हणजे काय, चिंतन करणे म्हणजे काय, मरणे म्हणजे काय, याची आपल्याला समजूत असली पाहिजे, आणि एकान्त चिंतन, मृत्यू, यांत काय अध्याहृत असते ते फक्त स्वतःच शोध घेऊन समजते. हे अध्याहृत आशय शिकविता येत नाहीत. ते स्वतःच शिकावे लागतात. कोणी काही निर्देश करू शकेल, पण निर्देश केल्याप्रमाणे शिकणे म्हणजे एकान्ताचा व चिंतनाचा अनुभव घेणे नव्हे. एकान्त म्हणजे काय व चिंतन म्हणजे काय हे अनुभवण्यासाठी आपले मन शोधक अवस्थेत असले पाहिजे. जे मन शोधक अवस्थेत असते तेच शिकण्यास समर्थ असते. पण जेव्हा पूर्वीच्या ज्ञानामुळे किंवा दुसऱ्याच्या अधिकारामुळे अथवा अनुभवांमुळे शोध दडपून टाकला जातो

तेव्हा शिकणे म्हणजे केवळ अनुकरण करणे होते व त्यामुळे मनुष्य जे शिकतो त्याची अनुभूती न घेता केवळ पुनरुक्ती करित असतो.

शिकविणे म्हणजे केवळ माहिती पुरविणे नसून शोधक मन विकसित करणे होय! मन, धर्म म्हणजे काय या प्रश्नाच्या अंतरंगात शिरते व प्रस्थापित धर्म आणि त्यातील कर्मकांड व देवळे यांचा केवळ स्वीकार करित नाही. श्रद्धेचा व सिद्धांताचा अंधपणे स्वीकार करणे म्हणजे धर्म नसून ईश्वराचा, सत्याचा किंवा आपण इष्ट वाटेल ते नाव त्याला द्यावे- त्याचा शोध घेणे हाच खरा धर्म होय!

विद्यार्थी ज्याप्रमाणे रोज दात स्वच्छ करतो, रोज स्नान करतो, रोज नवीन गोष्टी शिकतो, त्याचप्रमाणे त्याचे इतरांबरोबर किंवा एकट्याने निवांतपणे बसणेही घडले पाहिजे. हा निवांतपणा शिकवून येत नसतो. रूढीच्या बाह्य अधिकारशाहीनेही त्याकडे प्रवृत्ती होत नाही; तसेच निवांत बसण्याची इच्छा असूनही ज्यांना एकटे राहाता येत नाही अशा लोकांच्या प्रभावानेही निवांतपणा येत नसतो. एकान्तामुळे मनाला आरशात पाहिल्यासारखे स्वतःचे रूप पाहण्यास मदत होते, तशीच, महत्त्वाकांक्षेतील स्वार्थी धडपडीतून उत्पन्न होणाऱ्या सर्व गुंतागुंती, भये व निराशा यातून सुटण्यासही मदत होते. एकान्तामुळे मनाला एक स्थैर्य प्राप्त होते, एक सुसंगतपणा लाभतो, पण तो काळाच्या मापाने मोजायचा नसतो. मनाचा असा निर्मळपणा म्हणजेच शील होय! शील नसेल तर अंतर्द्वंदांची अवस्था येते.

संवेदनशील असणे म्हणजे प्रेम करणे होय, प्रेम हा शब्द म्हणजे प्रेम नव्हे, आणि ईश्वरावरील प्रेम व मानवावरील प्रेम असे प्रेमाचे भागही पाडायचे नसतात; तसेच एका व्यक्तीवरील प्रेम आणि अनेकांवरील प्रेम असेही ते मोजायचे नसते. फूल आपला सुगंध जसा मुक्तपणे देते तसेच प्रेम हे स्वतःचे मुक्तपणे समर्पण करते, पण आपल्या परस्परंशी येणाऱ्या संबंधात आपण नेहमी प्रेमाचे मोजमाप करित असतो व त्याचा नाश करित असतो.

भावी जीवन

आपण संवेदनशीलता का हरवून बसतो?

हे शेवटचे भाषण आहे आणि या संध्याकाळी तुमच्याबरोबर ज्याला आपण सद्गुण, संवेदनशीलता, प्रेम, सौंदर्य असे म्हणतो, त्यासंबंधी बोलायला मला आवडेल. मला माहित नाही की आपण कधीतरी हा प्रश्न स्वतःला विचारला आहे की आपण संवेदनशीलता का हरवून बसतो? एका विशिष्ट गोष्टीविषयीच नाही तर ती विलक्षण संवेदनशीलता प्रत्येक गोष्टीसाठी - मोकळे आकाश, रस्त्यावरील पावसाचे पाणी, ते पुढे पुढे सरकणारे विशाल मेघ, पाण्यावरील चांदणे, चेहऱ्यावरील स्मित, बैलगाडी ओढताना थकलेला बैल या साऱ्यांना आपण का संवेदनशील नसतो? ही आपुलकीची भावना आपण का हरवून बसतो? जसे आपण मोठे होत असतो, तसे हा निरागसतेचा भाव आपण का हरवतो, जो संवेदनशीलतेचा गाभा असतो, जे सुंदर आहे, आश्चर्यजनक आहे, चमत्कार, जगण्याच्या प्रक्रियेमधील हे सर्व चमत्कार, या सर्वांचे कुतूहल आपण का हरवून बसतो?

मला वाटते, या समस्येला आपण पूर्ण अवधान देऊन सावधपणे सामोरे गेलो तर ते चांगले होईल. मग स्वतःलाच आपण एवढे मंद, जड का झालो आहो ते शोधून काढता येईल. मूलतः मला असे वाटते की, या सुस्तपणाचे एक कारण म्हणजे मनाचा सद्गुण जोपासण्याची आपल्याला लागलेली सवय. कृपया लक्ष द्या. मी तुम्हाला हे स्पष्ट करून सांगत

आहे आणि हा सुस्तपणा जेव्हा मन एखाद्या गोष्टीसाठी कृती करण्यास बांधिल झालेले असते तेव्हाच येत असतो. जेव्हा आपण एका विशिष्ट गटाला जोडलेले असतो, आणि त्या बंधनाच्या चौकटीतच आपल्याला कृती करावी लागते तेव्हाच हा सुस्तपणा येत असतो. तसेच, मन जेव्हा सत्ता ग्रहण करण्यासाठी, सत्ता गाजविण्यासाठी आसुसलेले असते तेव्हा मन बोथट केले जात असते. मला वाटते मनाच्या सुस्तपणाची ही तीन महत्त्वाची कारणे आहेत.

निश्चितच खरी गरज असते ती संवेदनशील, सजग मन असण्याची, जे अगदी उत्कट असते आणि स्वतःची कार्यक्षमता निर्माण करत असते आणि ती संवेदनशीलता आणि ती उत्कटता - जे मन सद्गुणांची जोपासना करित असते त्याला नाकारित असते.

सद्गुण हा मनाची निर्मिती असत नाही. ज्याला आपण साधारणपणे सद्गुण म्हणतो - नैतिक बंधने, व्यावसायिक नीतीशास्त्र, योग्य वागणुकीचे नियम, इ. इ. ही सारी एका विशिष्ट समाजाची निर्मिती असते, नाही का? खऱ्या अर्थाने सद्गुण ही मनाची निर्मिती नसते आणि या सद्गुणाला समाज सद्गुण म्हणून ओळखत नसतो.

नवी दिल्ली १९६०, भाषण ८

तालमाकीवाडी येथील स्वामी चिदानंदजी यांचे भाषण

९ मार्च २०१४ रोजी स्वामी चिदानंदजी यांचे तालमाकीवाडी येथील श्रीमत आनंदाश्रम सभागृहामध्ये सकाळी १० वा. 'जीवन पुस्तकामधून शिकणे' या विषयावर भाषण झाले. सुरुवातीला फाउंडेशनच्या मुंबई केंद्राच्या अंजली कांबे यांनी फाउंडेशनच्या मुंबईतील उपक्रमांची माहिती उपस्थितांना दिली व स्वामी चिदानंद यांची ओळख करून दिली.

त्यानंतर भाषणाची सुरुवात करताना स्वामी चिदानंद यांनी कृष्णमूर्तींना अभिप्रेत असलेले 'जीवन पुस्तकामधून शिकणे' म्हणजे काय या विषयाचे स्वरूप विषद केले. दैनंदिन जीवन जगताना आपण यांत्रिकपणे जगत असतो. पण जर अवधान ठेवून आपण जगलो तर आपल्या जगण्याला निराळा आयाम मिळू शकतो. आपण विविध विषयावरची अनेक पुस्तके वाचून जे ज्ञान, माहिती मिळवतो ते केवळ पुस्तकी ज्ञान असते आणि त्याची आपल्याला आवश्यकता पण असते. परंतु त्यापासून आपल्याला आंतरिक शांती, मुक्ती मिळू शकत नाही. जर आपल्याला या ताण-तणावापासून यांत्रिकपणे चाकोरीबद्ध जीवन जगण्यापासून मुक्त व्हायचे असेल तर आपण स्वतःला समजून घेतले पाहिजे आणि स्वतःला समजून घेणे म्हणजेच आजूबाजूला घडत असलेल्या घटनांबद्दल आपल्यामधील प्रतिक्रिया, अनेक गोष्टींना होत असलेला आपला विरोध, प्रत्येक गोष्टीमध्ये असलेल्या आपल्या आवडी-निवडी यांच्याकडे आपण पूर्ण अवधान देऊन विचाराशिवाय पाहिले पाहिजे. जर आपण तसे स्वतःकडेच पाहू शकलो तर आपण जीवनामधून शिकत असतो. आपण सतत कोणाला तरी भेटण्याचे टाळत असतो किंवा आपल्याला आपल्या पसंतीच्याच माणसाला भेटायला आवडते, हे सर्व आपल्या भूतकाळातील संस्कारामधून सीमित होत असते.

याचे आपल्याला भान नसते. ते अवधान ठेवले तर आपण जीवनामधूनच शिकत असतो.

प्रत्येकजण आपल्या समाधानाचा कोपरा (comfort zone) शोधत असतो. एका साच्यामधून दुसरा साचा आपल्याला सुरक्षितता देत असतो आणि आपली सगळी धडपड ती सुरक्षितता शोधण्यासाठीच असते. ज्ञान, माहिती, पुस्तके आपल्याला एक प्रकारची सुरक्षितता देत असतात. हे पुस्तकी ज्ञान आपल्याला भूतकाळापासून, संस्कारापासून मुक्त करित नाही. तर ते संस्कार अधिक दृढ करते. आपण जर अवधान ठेवले नाही तर अधिक अहंकारी होण्याची शक्यता असते.

आपल्याला जर आपल्या भावना, आपला राग, भीती, द्वेष, मत्सर, अपमान या नकारात्मक भावना समजून घ्यायच्या असतील तर कुठलेही पुस्तकी ज्ञान तुम्हाला मदत करणार नाही. त्यासाठी दैनंदिन जीवनातील प्रतिक्रियामधून स्वतःला - स्वतःच्या भावनांना - समजून घेतले पाहिजे. विचारांची रचना - हालचाल - त्या विचारांचा आपल्यावर असलेला प्रभाव समजून घेतला पाहिजे. विचाराशिवाय विचारांचे निरीक्षण करून तुम्ही स्वतःला जाणून घेतले पाहिजे. तुम्ही या गोष्टी पुस्तकामधून शिकू शकत नाही, तर भावनांकडे, विचारांकडे पूर्ण अवधान देऊनच जीवनामधून शिकता येते.

जीवनाचे पुस्तक वाचणे म्हणजे स्व-भानामध्ये, अवधानामध्येच जगणे असते.

जवळजवळ १॥ तास चाललेले हे श्रवणीय भाषण श्रोते मंत्रमुग्ध होऊन ऐकत होते.

त्यानंतर उत्स्फूर्त प्रश्नोत्तरे झाली व कार्यक्रमांची सांगता झाली.

राजेश दलाल यांना भावपूर्ण श्रद्धांजली!

१७ फेब्रुवारीला - कृष्णमूर्तींच्या पुण्यतिथीदिवशी आणि आपल्या स्वतःच्या मृत्युपूर्वी आठवडाभराहून थोडे आधी- पाठवलेल्या शेवटच्या ईमेलमध्ये राजेश दलालनी के.एफ.आय. विश्वस्तांच्या चिंतनासाठी तीन प्रश्न पाठविले होते:

१. 'के' व के.एफ.आय.शी निगतडीत असलेले सर्व संदर्भ पूर्णतः बाजूला ठेऊन आपल्याला 'शिकवणी'ला भिडता येईल का, तिचा वेध घेता येऊ शकेल का? - जेव्हा आपल्याला तसं करणं शक्य होतं व ज्यावेळी ते शक्य होत नाही, अशा दोन्ही वेळेला वरील प्रश्नाचे कुठले गर्भितार्थ समोर येतात?

२. माझ्या दृष्टीने 'शिकवण' म्हणजे काय आहे? मी तिला एखाद्या व्याख्येत बसवलं आहे का? मला होणाऱ्या तिच्या आकलनाकडे मी कसं पाहतो? दुसऱ्यांनी केलेल्या व्याख्यांना मी विरोध करतो का? मी माझ्या व्याख्येनुसार जगण्याचा प्रयत्न; किंवा दुसऱ्यांनी त्यानुसार जगावं अशी अपेक्षा करतो का? या अत्यंत महत्त्वाच्या क्षेत्रामध्ये माझ्या आणि माझ्या मित्रांसाठी काय घडते आहे?

३. लोकांनी सामुहिकरित्या, एकत्र येऊन याचा शोध कसा घेता येईल? असा शोध घेण्यामध्ये आड येणाऱ्या गोष्टी कोणत्या? कोणते घटक त्यांना मदत करतात?



- या प्रश्नांमधून कृष्णमूर्तींशी, व त्याचवेळी आपल्या वास्तविक 'स्व'शी असणाऱ्या नात्यांचं सखोल परीक्षण करण्याचं आव्हान राजेशने विश्वस्त मंडळींपुढे मांडलं होतं. कृष्णजींच्या शिकवणीचे मूलभूत पैलू आत्मसात केलेल्या जाणीवेतून ते प्रश्न निर्माण झाले होते आणि खुद्द कृष्णमूर्तींना आपल्या विश्वस्तांकडून असलेल्या अपेक्षा त्यातून प्रतिध्वनित झाल्या होत्या. दुर्दैवाने त्याच्या ह्या मागणीतून जी विश्लेषक चर्चा उद्भवू शकली असती ती पाहायला राजेश आता हयात नाही.

फाउंडेशनचा सदस्य म्हणून राजेशचा कार्यकाल कुठल्याही सदस्यापेक्षा मोठा होता तरीही त्याची गणना वयाने सर्वात तरुण असणाऱ्यांमध्ये होत असे. विद्यार्थीदशेत असताना आकस्मिकपणे कृष्णमूर्तींच्या लेखनाशी झालेल्या परिचयाचा त्याच्यावर तत्काळ, खोलवर प्रभाव पडला होता. त्यामुळे १९७६ मध्ये आयआयटी कानपुरमधील

अभियांत्रिकी शाखेतून पदवीचे शिक्षण पूर्ण करताच तो राजघाट येथील शाळेत रुजू झाला. कृष्णमूर्तींशी झालेली त्याची पहिली भेट आणि त्यानंतर त्यांच्याशी झालेल्या अनेक चर्चा, त्यांच्यासोबत केलेले प्रवास या सान्याने राजेशच्या कार्याची आणि आयुष्याची दिशा निश्चित झाली. विशीत असतानाच त्याला फाउंडेशनचा सदस्य होण्यासाठी निमंत्रण

देण्यात आले. आयुष्यभर तो अतिशय मनापासून, चिकित्सक वृत्तीने 'शिकवणी'चा शोध घेत राहिला, कुठल्याही पर्यायी, संभाव्य जीवन-उद्दिष्टांच्या मागे तो गेला नाही.

राजघाटमध्ये काही लहान मुलांच्या वसतिगृहाचा ताबा राजेशकडे सोपवण्यात आला होता. त्यांच्याबरोबर राहणं, त्यांना विविध शालेय विषय शिकवणं, ते करत असताना गहन मूल्यं त्यांच्यामध्ये रुजवणं या साऱ्या जबाबदाऱ्या त्याने स्वतःवर घेतल्या होत्या. त्याच्या अंगी असलेला विलक्षण, उत्साही खेळकरपणा आणि त्यात अगदी सहजपणे पाझरलेली तळमळ यामुळे तो उत्तम, यशस्वी शिक्षक झाला नसता तर नवल! आयुष्यातील गहन प्रश्नांशी व जटील विचारकौशल्यांशी त्याच्या विद्यार्थ्यांची ओळख करून दिली जात असे. तसंच त्यांना नाना जादुई क्लुप्त्या, कूटप्रश्न, टंग ट्रिस्टर्स सांगायला, कोडी घालायला त्याला फार आवडत असे. त्यामुळे विद्यार्थी त्यांच्याशी आनंदाने समरस होत असत.

१९८० साली कृष्णजींच्या सांगण्यावरून राजेश ऋषी व्हॅलीला ज्युनिअर शाळेचा प्रमुख म्हणून दाखल झाला. राजघाटमध्ये त्याच्या देखरेखीखाली असलेल्यापैकी बरीच मुलंसुद्धा त्याच्यासह ऋषी व्हॅलीमध्ये आली. आपली सर्जनशील उर्जा वापरून त्याने ज्युनिअर शाळेला विद्यार्थी व शिक्षकांसाठी अधिक चैतन्यपूर्ण बनवण्यासाठी परिश्रम तर घेतलेच, पण त्याचबरोबर ऋषी व्हॅली स्कूलची व्यवस्था पाहण्यासाठी नव्याने तयार करण्यात आलेल्या व्यवस्थापकीय गटामध्येही महत्त्वाची भूमिका बजावली. ऋषी व्हॅलीत 'माध्यामिक शाळे'च्या संकल्पनेला साकार करण्यामध्ये तो साधनभूत ठरला आणि यथावकाश बहुतांश के.एफ.आय. शाळांनी या प्रारूपाचा अवलंब केला.

ऋषी व्हॅली शाळेमध्ये आठ वर्षे काम केल्यानंतर राजेश वसंत विहारच्या के.एफ.आय. मुख्यालयात आला. तिथे त्याने कृष्णमूर्ती अध्ययन केंद्र उभारण्याच्या कामी सहाय्य केलं. शहरातील विविध शैक्षणिक संस्थांमध्ये तो कृष्णमूर्तीवर व्याख्यानं देत असे व विद्यार्थ्यांना, तरुणांना वसंत विहारला आणून जीवनासंबंधीच्या प्रश्नांवर विचार करण्यास प्रोत्साहन देत असे. लदाखहून आलेल्या लहान मुलांच्या एका छोट्या गटाचं पालनपोषण करण्याचा व त्यांना शिक्षण देण्याचा दीर्घकालीन प्रकल्पदेखील त्याने आपली पत्नी सरस्वती हिच्यासह राबवला होता.

१९९६ मध्ये राजेश व सरस्वती यांना त्या मुलांसह उत्तरकाशी जवळील भागीरथी व्हॅलीमधील नव्या जागेत स्थानांतरित होण्यास बोलावण्यात आलं. तिथे ग्रामीण हिमालयीन मुलांसाठी पूर्वी उघडण्यात आलेली छोटी के.एफ.आय. शाळा यामुळे पुन्हा सुरु करता आली. त्या ठिकाणी एकत्रित झालेल्या समर्पित वृत्तीच्या काही व्यक्तींच्या साथीने एक उत्कृष्टरित्या सृजनक्षम शैक्षणिक प्रकल्प विकसित करण्यात आला, 'नचिकेत' असं त्याचं नव्याने नामकरण करण्यात आलं. कालांतराने ती शाळा बंद करावी लागली असली तरीही तिच्या जिन्हाळ्याच्या, प्रसन्न वातावरणात वाढलेल्या अनेक मुलांनी सरस्वतीसोबत भारतात विविध ठिकाणी जाऊन आपलं हे अनोखं शिक्षण अव्याहत सुरु ठेवलं. राजेशचं त्यांना पूर्ण पाठबळ मिळे.

दरम्यानच्या काळात राजेशला राजघाट एज्युकेशन सेंटरला परतण्याची व तिचा रेक्टर म्हणून पदभार स्वीकारण्याची विनंती करण्यात आली. ह्या मोठ्या आव्हानाची धुरा त्याने ५ वर्षे समर्थपणे झगडत सांभाळली आणि त्याच वेळी 'नचिकेत' प्रकल्प दऱ्याखोऱ्यांमध्ये जोमाने कार्यरत होता.

२००७ मध्ये राजेशने के.एफ.आय. अंतर्गत अधिक संस्थात्मक जबाबदाऱ्या न स्वीकारण्याचा निर्णय घेतला आणि प्रवास करण्यास व आत्म-परीक्षणात रस असणाऱ्या नवनव्या व्यक्ती व समूहांच्या भेटीगाठी घेण्यास सुरुवात केली.

गेली काही दशकं राजेशने स्वतःला प्रामुख्याने एका आव्हानाशी बांधून घेतलं होतं, ते म्हणजे; मानवी अस्तित्वासंबंधीच्या मूलगामी प्रश्नांना आव्हान करून, त्याचा पाठपुरावा करत राहून, त्यांना खतपाणी घालून, त्यांची गहनता जाणून घेत 'जाणीवे'मध्ये परिवर्तन घडवून आणणं. कित्येक आंतरराष्ट्रीय परिषदांमध्ये, संमेलनांमध्ये विशेष अतिथी किंवा प्रमुख वक्ता म्हणून त्याला आमंत्रित केलं जात असे. भारतभर बऱ्याच ठिकाणी, तसंच युरोप, अमेरिका व रशियाच्या काही भागांत त्यांची भ्रमंती चालू असे. आयुष्याच्या अखेरच्या काळात तो अधिकाधिक वैविध्यपूर्ण अशा श्रोत्यांपर्यंत पोहचू शकला ज्यांना एकविसाव्या शतकातील बिकट मानवी समस्यांविषयी खोलात शिरून जाणून घेण्याची कळकळ होती. एक 'सह-प्रवासी' या नात्याने त्यांच्यापाशी तो आपले विचार व्यक्त करत असे आणि गुंतागुंतीच्या मानवी समस्यांवरिल संभाव्य उत्तरावर चर्चा करत असे. त्याची काही अतिशय प्रभावी भाषणं आता यूट्यूबवर उपलब्ध आहेत.

या सगळ्या दरम्यान राजेश के.एफ.आय.मधील मित्रपरिवाराशी, सहकाऱ्यांशी जवळून संपर्कात होता. के.एफ.आय.च्या विश्वस्तांशी, त्याचबरोबर के.एफ.आय. शाळांचे मुख्याध्यापक व शिक्षकवृंदाबरोबर परस्परसंवाद वृद्धिंगत होण्याला, गहिरा होण्याला तो शक्य तितकं उत्तेजन देत असे. अंधारत चाललेल्या या जगात, कृष्णमूर्तींनी आपल्या हयातीत जोपासलेल्या व्यक्ती आणि परिसर हे एक 'प्रकाशबिंदू' म्हणून वाढीस लागतील या शक्यतेविषयी त्याला कायमच तळमळ वाटत असे.

तारुण्यात, मध्यम वयात, अगदी वृद्धापकाळाच्या सुरुवातीलाही राजेश दलालच्या स्वभावात उपजतच असलेला निरागसपणा कधीही हरपला नाही. तसा काही तर्क करायचं झाल्यास असं म्हणता येईल, की मानवी स्वभावावरिल अढळ विश्वास आणि द्वेषवृत्तीचा संपूर्ण अभाव हेच त्याच्या जीवनाचं रहस्य होतं.

राधिका हर्षबर्गर
आलोक माथुर

स्पष्टपणा संघटित करावयाचा नसतो

आपल्या अंतर्गात असणारी व म्हणूनच बाह्य जगातही असणारी विपन्नावस्था व गोंधळ समजून घेण्यासाठी आपण प्रथम आपल्यामध्येच स्पष्टपणा आणला पाहिजे, अणि तो स्पष्टपणा योग्य विचार करण्याचेच येतो. हा स्पष्टपणा संघटित करावयाचा नसतो कारण त्याची दुसऱ्याजवळ देवाण-घेवाण करता येत नाही. संघटित गटाचा विचार केवळ पुनरुक्ती करणारा असतो. शाब्दिक प्रतिपादनाने स्पष्टपणा येणारा नसतो पण सूक्ष्म आत्मभान व सम्यक विचार यांनीच तो येतो. सम्यक विचार हा बुद्धीचा परिणाम नसतो व बुद्धीची जोपासना करणे म्हणजेही सम्यक विचार नसतो. तसेच कितीही रास्त किंवा उदात्त साचेबंद विचारसरणीशी मिळते-जुळते घेणे म्हणजेही योग्य विचार नसतो सम्यक विचार हा आत्मज्ञानासहितच निर्माण होतो. स्वतःला समजून घेतल्याशिवाय, विचाराला आधारच तुमच्याजवळ नसतो; आत्मज्ञानाशिवाय, तुम्ही काहीही विचार केलात तरी तो सत्य नसतो.

प्रथम अर्थात अंतिम मुक्ती

जी स्पष्टता कुठल्याही प्रयत्नाशिवाय आलेली असते

आपण अनंतकाळपर्यंत बोलत राहू, वर्णन करीत राहू, शब्दांचा कीस काढत, अनेक प्रकारच्या निष्कर्षांप्रत येत, परंतु या सर्व शाब्दिक गोंधळामधून जर एक स्पष्ट अशी कृती करता आली तर ती कृती हजार शब्दांच्या तोडीची असते. आपल्यापैकी बहुतेक जण कृती करायला इतके घाबरत असतात कारण आपण गोंधळलेले असतो, अव्यवस्थित, आंतर्विरोधी आणि किंबहुना दुःखी असतो आणि गोंधळामधून, अव्यवस्थेमधून आपण आशा करीत असतो की कुठल्यातरी प्रकारची स्पष्टता अस्तित्वात येईल, जी स्पष्टता पुन्हा कधीच ढगाळली जाणार नाही, जी दुसऱ्याकडून आलेली स्पष्टता नसेल, जी स्पष्टता कोणी दिलेली नसेल किंवा उत्तेजित केलेली नसेल किंवा जी परत घेतली जाऊ शकणार नाही, जी स्पष्टता कुठल्याही प्रयत्नाशिवाय आलेली असते, कुठल्याही अभिमानाशिवाय असते, कुठल्याही हेतूशिवाय असते, जिवंत असते, स्पष्टता जिला शेवट नसतो आणि म्हणून सुरुवात नसते. आपणा बहुतेकांना अशी इच्छा असते किंवा बहुतेक जणांना ते जर आपल्या आंतरिक गोंधळाबद्दल सजग असतील, जागृत असतील तर अशा प्रकारची स्पष्टता हवी असते.

या सकाळी जर आपण - आणि मला वाईट वाटते की बाहेर सुंदर ढग जमलेले असताना स्वच्छ सूर्यप्रकाश आणि हलणारी वृक्षवल्ली असताना तुम्हाला या सभागृहामध्ये बसायला लागते आहे. अशा वेळी सभागृहामध्ये बसणे हे त्रासदायकच असते. या सकाळी जर आपल्या प्रत्येकाजवळ ही स्पष्टता असू शकली तर मला आवडेल. म्हणजे जेव्हा सभागृहातून बाहेर पडाल तेव्हा तुमचे मन आणि हृदय

मन आणि शरीर संवेदनशील नसतील तर प्रज्ञा नसते

मते ही तीव्र आणि कठोर बनवता येतात आणि बहुतेक कृती या आवड आणि नावड या तत्त्वावर आधारित असतात. अनुभव आणि ज्ञान पक्के झाल्यानंतर कृती व्यक्त होते. परंतु अशी कृती माणसाला माणसापासून अलग पाडते. मत आणि श्रद्धा यामुळेच प्रत्यक्षात 'जे आहे' त्यांच्या निरीक्षणात अडथळा आणतात. 'जे आहे' ते पाहणे म्हणजे तुम्ही विचारीत असलेल्या प्रज्ञेचा भाग असतो. मन आणि शरीर संवेदनशील नसतील तर प्रज्ञा नसते. यासाठी निरीक्षणातील स्पष्टता आणि भावनेची संवेदनशीलता असावी लागते. भावनाप्रधानता आणि भावनावशता भावनेची संवेदनशीलता बोथट करतात. एखाद्या क्षेत्रात संवेदनशीलता असणे आणि इतर क्षेत्रात असंवेदनशील असणे हे विरोध आणि संघर्ष निर्माण करतात आणि ते प्रज्ञेला दूर ठेवतात. अनेक अलग अलग भाग एकत्र जोडून तयार केलेली एकसंघता प्रज्ञा निर्माण करू शकत नाही. संवेदनक्षमता म्हणजेच अवधान आणि अवधान म्हणजेच प्रज्ञा. माहिती आणि ज्ञान यांचा प्रज्ञेशी काहीएक संबंध नसतो. ज्ञान हे नेहमी गतकालीनच असते. वर्तमानात कृती करण्यास त्याची मदत घेतली जाऊ शकते. पण त्यातून वर्तमानालाच सीमित बनवले जाते. प्रज्ञा ही नेहमी वर्तमानातच असते; ती कालरहित असते.

एकमेव परिवर्तन, युरोप भाग ८, संभाषण ६

ही स्पष्ट झालेली असतील, शांत-समस्या नाहीत, भीती नाही. जर आपण यात शिरू शकलो तर ते पाहणे फार उत्कट असेल. आपण आपल्या स्वतःचा प्रकाश असू शकतो का, असा प्रकाश जो दुसऱ्या कुणावरही अवलंबून नसेल, आणि जो पूर्णतः मुक्त असेल. त्यामध्ये शिरण्यासाठी एक गुंतागुंतीची समस्या सोडविली पाहिजे, एकतर ती आपण बौद्धिकदृष्ट्या सोडवू शकतो, त्याचे पृथक्करण करून गोंधळाचा आणि अव्यवस्थेचा एक-एक स्तर घेऊन, पुष्कळ दिवस देऊन, अनेक वर्षे घेऊन, कदाचित संपूर्ण आयुष्य त्यासाठी वेचून-आणि तरीसुद्धा त्याचा शोध लागत नाही. एकतर तुम्ही ते करा - कारण आणि परिणामाच्या या प्रक्रियेचे पृथक्करण करा किंवा कदाचित तुम्ही ते पूर्णपणे बाजूला सारू शकता आणि तिच्याप्रत (स्पष्टतेकडे) सरळ येऊ शकता - बुद्धिवाद किंवा आदर्शांच्या अधिकाराचे माध्यम न स्वीकारता. ते करण्यासाठी 'ध्यान'ची आवश्यकता आहे - 'ध्यान' हा शब्द वापरून वापरून अर्थहीन झाला आहे. तो शब्द दुर्दैवाने पौर्वात्यांची मक्तेदारी बनलेला आहे आणि म्हणून अगदी निरर्थक झाला आहे.

This Light in Oneself, ऑम्स्टर्डॅम १९६८, भाषण ४

जुना मेंदू, आपला प्राणीजन्य मेंदू

मला वाटते जुन्या मेंदूचे कार्य, कृती, उपक्रम समजून घेणे खूप महत्त्वाचे आहे. जेव्हा नवीन मेंदू कार्य करीत असतो तेव्हा जुना मेंदू नवीन मेंदूला संभवतः समजू शकत नाही. फक्त जेव्हा जुना मेंदू - जो संस्कारित असतो, जो प्राण्याकडून आपल्याकडे आलेला आहे, काळाच्या शतकामधून ज्याची जडणघडण झालेली आहे, जो सतत आपली सुरक्षितता आणि सुख शोधत असतो - फक्त हा मेंदू ज्यावेळी शांत होईल त्यावेळी तुम्ही पाहाल की तेथे सर्वस्वीपणे एक निराळीच हालचाल सुरू झालेली असते आणि ही हालचालच ती स्पष्टता आणते. या आकलनासाठी तुम्हाला जुना मेंदू समजून घेतला पाहिजे. त्याविषयी जागृत राहिले पाहिजे. त्याच्या सर्व हालचाली समजून घेतल्या पाहिजेत. त्याच्या कृती, त्याच्या अपेक्षा, त्याचे पाठपुरावे सगळे समजले पाहिजेत आणि त्यामुळेच ध्यान हे फार महत्त्वाचे ठरते. मला असं म्हणायचं नाही की (ध्यान म्हणजे) मूर्खासारखे एका विशिष्ट विचाराच्या सवयीची पद्धतशीरपणे जोपासना करीत राहणे आणि अशाच प्रकारचे इतर सर्व काही. ते सर्व अगदी बालिश आणि अपरिपक्व वाटतं, ध्यान म्हणजे मला वाटतं की, जुन्या मेंदूच्या सर्व हालचाली, क्रिया समजून घेणे, त्या पाहणे, त्याच्या प्रतिक्रिया समजून घेणे, त्याचे कोणते प्रतिसाद असतात, त्याच्या प्रवृत्ती, अपेक्षा, आक्रमक पाठलाग, त्यातील अबोध आणि जाणीव स्तरावरील सर्व काही समजून घेणे आणि जेव्हा तुम्हाला ते समजेल, ज्यावेळी त्याचे अवधान तुम्हाला येईल, त्यावर बंधन न घालता, त्याला दिशा न देता, हे चांगले आहे ते वाईट आहे असे न म्हणता, हे मी ठेवीन, ते ठेवणार नाही अशा प्रकारे कोणतेही मत व्यक्त न करता जेव्हा तुम्ही जुन्या मनाच्या संपूर्ण हालचाली पाहाल त्यांचे पूर्णपणे निरीक्षण करा, त्याचवेळी ते मन शांत होईल.

This Light in Oneself, ऑम्स्टर्डॅम १९६८, भाषण ४

ही संवेदनशीलता कशी येते?

संवेदनशीलता असणे किती महत्त्वाचे आहे, शरीर व मनही संवेदनशील असणे हे किती आवश्यक आहे, याबद्दल परवा एक दिवस या शाळेतील शिक्षक माझ्याशी चर्चा करित होते. आपल्या भोवतालच्या परिस्थितीची जाणीव ज्या मनुष्याला असते, तसेच स्वतःच्या प्रत्येक विचाराचे व भावनेचे ज्याला भान असते, ज्याच्या सर्व गोष्टी एकमेकींशी मिलाप पावलेल्या आहेत, असा जो परिपूर्ण असतो, तोच संवेदनशील असतो. ही संवेदनशीलता कशी येते? शरीराचा पूर्ण विकास कसा घडेल, भावनांचा, खोल व व्यापक विचार करण्याच्या सामर्थ्याचा विकास कसा घडेल आणि संपूर्ण अस्तित्त्वच भोवतालची प्रत्येक गोष्ट, प्रत्येक आव्हान, प्रत्येक प्रभाव यांच्या बाबतीत संवेदनशील, अत्यंत तरल, जागरूक कसे होईल? आणि या अशा जगात, जिथे तांत्रिक ज्ञानालाच सारे महत्त्व आहे, जिथे पैसा मिळविणे, अभियंता होणे किंवा इलेक्ट्रॉनिक्स तज्ज्ञ होणे यालाच सर्व महत्त्व प्राप्त होत आहे, अशा या जगात ते शक्य आहे का? राजकारणी माणसे, इलेक्ट्रॉनिक्समध्ये तज्ज्ञ असलेली माणसे हीसुद्धा एक प्रकारे उत्तम यंत्रेच बनतात. पण त्यांचे जीवन फार संकुचित असते. ती दुःखी असतात. त्यांच्या जीवनाला गहनता नसते. त्यांना आपल्या स्वतःच्या कार्यक्षेत्राचे मर्यादित झालेले आपले तेवढेच जग काय ते माहित असते.

तांत्रिक ज्ञानाने बद्ध असणारे जीवन अतिशय मर्यादित व संकुचित असते. अशा जीवनामुळे पुष्कळ दुःख व विपत्ती उत्पन्न

होणे अगदी अटळ असते; पण एखादा मनुष्य तांत्रिक ज्ञान असलेला, हरहुन्नरी, थोडा-फार पैसा मिळविणारा असा असूनही या जगात सूक्ष्म बुद्धीने, स्पष्टपणे, निःसंदेह दृष्टी ठेवून जगू शकतो की नाही, हाच खरा प्रश्न आहे. जीवन म्हणजे नुसते रोज उठून कचेरीत जाणे नव्हे. जीवन मोठे विलक्षण चैतन्यमय आहे. ते अमूल्य आहे आणि त्यासाठी तुम्ही संवेदनशील असायला पाहिजे. सौंदर्याचा आस्वाद घेण्याची अभिरूची तुम्हाला असली पाहिजे. सौंदर्याची गोष्टच अगदी विलक्षण वेगळी असते, पाहा. सौंदर्य हे कधीही वैयक्तिक नसते. आपण ते वैयक्तिक करून टाकतो, ती गोष्ट वेगळी. आपण केसात फुले माळतो, छान-छान साड्या नेसतो, तलम शर्ट व पॅट घालतो. मोठे तरतरीत दिसतो व जितके सुंदर दिसता येईल तेवढे दिसण्याचा प्रयत्न करतो; पण ती सुंदरता फारच मर्यादित आहे. तुम्ही चांगले कपडे घालू नयेत, असे मी म्हणत नाही, पण तेवढे म्हणजेच काही सौंदर्याची अभिरूची नव्हे. सौंदर्याची अभिरूची म्हणजे एखादा वृक्ष पाहणे, एखादे चित्र पाहणे, एखादा पुतळा पाहणे, ते मेघ पाहणे, ते आकाश, ते उडत जाणारे पक्षी पाहणे, तो पहाट-तारा पाहणे आणि टेकड्यांपलीकडील सूर्यास्त पाहणे हे सारे असते. अशी विराट सुंदरता पाहण्यासाठी आपण आपल्या वैयक्तिक जीवनाचे कवच फोडून टाकले पाहिजे.

शिक्षण-संवाद

कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडिया, वसंतविहार, १२४, ग्रीनवेज रोड, चेन्नई - ६०० ०२८. • ईमेल: thestudykfi@yahoo.com • वेबसाईट: www.kfionline.org

कृष्णमूर्तीच्या भाषणांच्या आणि संवादांच्या अनेक डिव्हीडीज् आता आपण ऑर्डर पाठवून मागवू शकता. ही यादी वेबसाईटवर उपलब्ध आहे.

कृष्णमूर्ती अध्ययन केंद्र, बेंगलुरु येथील अध्ययन कार्यशाळा:

संपर्क: द स्टडी, व्हॅली स्कूल कॅम्पस, १७ कि.मी. कनकपुरा रोड, थातगुणी पोस्ट, बेंगलुरु-५६००६२.

१२-१५ जून २०१४ Is it possible to live without conflict?

१०-१३ जुलै २०१४ Can I be a responsible parent without understanding myself?

०७-१० ऑगस्ट २०१४ Significance of "Living in the Here & Now" ११-१४ सप्टेंबर २०१४ Significance of "Living in the Here & Now"

०६-०९ सप्टें. २०१४ Understanding Relationship

१०-१४ डिसें. २०१४ **Retreat for Young (18-35) What are you doing with your life?

दूरध्वनी: ०८० - २८४३५२४३ • ईमेल: kfistudy@gmail.com • वेबसाईट: www.kfistudy.org

कृष्णमूर्ती अध्ययन केंद्र, राजघाट- वाराणसी : कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडिया, राजघाट फोर्ट, वाराणसी २२१ ००१.

दूरध्वनी: ०५४२ - २४४१२८९ / २४४०४५३ • ईमेल: kcentrevns@gmail.com • वेबसाईट: www.j-krishnamurti.org

कृष्णमूर्ती अध्ययन केंद्र, सह्याद्री पोस्ट - तिवई हिल, तालुका खेड (राजगुरुनगर), जिल्हा - पुणे, पिन - ४१०५१३, महाराष्ट्र

दूरध्वनी : (०२१३५) २८८७७२, २८८३४८, २०३४७५ • ईमेल : kfisahyadri.study@gmail.com • वेबसाईट : http://www.kscskfi.com

कृष्णमूर्ती अध्ययन केंद्र, ऋषी व्हॅली, जिल्हा चित्तूर, आंध्र प्रदेश - ५१७३५२

दूरध्वनी : (०८५७१) २६०३७/६८६२२/६८५८२ • ईमेल: study@rishivalley.org • वेबसाईट : http://www.rishivalley.org

कृष्णमूर्ती अध्ययन केंद्र, उत्तरकाशी, पोस्ट रानारी, डुंडा ब्लॉक, जिल्हा उत्तरकाशी - २४९१५१.

ईमेल: krc.himalay@gmail.com • दूरध्वनी : ९४१२४ ३६४२९/९४१५९८३६९०

वेबसाईट : http://www.jkrishnamurtonline.org भारतीय भाषांमधील संकेतस्थळ

कृष्णमूर्ती अध्ययन केंद्र, कोलकाता, कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडिया, ३०, देवदार स्ट्रीट, कोलकाता - ७०००१९.

दूरध्वनी : (०३३) ४००८२३९८ • ईमेल: kfikolkata@gmail.com

कृष्णमूर्ती अध्ययन केंद्र, कटक - ओरिसा, पुरीघाट रोड, तेलेंगा बझार, कटक - ७५३००९, ओरिसा.

दूरध्वनी : (०६७१) ६४१७९९० • ईमेल: kficuttackcentre@sify.com

कृष्णमूर्ती अध्ययन केंद्र, बदलापूर : आनंद-विहार, जे. कृष्णमूर्ती सेल्फ एज्युकेशन सोसायटी, जांभिळघर, राहाटोली गावाजवळ, बदलापूर (प.),

ता. ठाणे, पिनकोड- ४२१५०३, महाराष्ट्र. • दूरध्वनी: (०२२) २५०१४०९४, २४२२३१९९ • ई मेल: zilog@vsnl.com

आंशिक संवेदनशीलता अशा प्रकारची अवस्था तर असतच नाही

संवेदनशीलता ही कुठल्याही सूक्ष्म परिष्करणापेक्षा (refinement) सर्वस्वी वेगळी असते. ती एकरूप आणि एकसंघ अशी अवस्था असते; परिष्करण ही नेहमीच अंशात्मक वा खंडित अशी अवस्था असते आणि आंशिक संवेदनशीलता अशा प्रकारची अवस्था तर असतच नाही. एकतर संवेदनशीलता ही संपूर्ण जाणिवेला व्यापून राहिलेली अशी अवस्था असते किंवा संवेदनशीलता ही मुळीच असत नाही. कणाकणांनी साठविली जाणारी अशी ती वस्तू मुळीच नसते. तिचे संवर्धन करता येत नसते. तो काही विचार आणि अनुभव यांचा परिणाम नसतो. ती भावविश अशी अवस्थाही असत नाही. तिच्यात अचूकपणाची, रेखीवपणाची गुणवत्ता असते. कल्पनारंजन वा आभास हे तिच्यामध्ये मुळीच नसतात. जे वास्तव असते त्याचा सामना संवेदनशील व्यक्तीच करू शकते. कुठल्याही प्रकारच्या निष्कर्षामध्ये, मतामध्ये वा मूल्यमापनामध्ये आश्रय न शोधता ती वास्तवाचा सामना करू शकते. संवेदनशील व्यक्ती हीच काय ती पूर्ण एकटी, पूर्ण एकरूप असू शकते आणि ही एकताच विलक्षण कोटीची असते. तिच्यामधून सर्व प्रकारची सुखे काढून टाकली जातात आणि म्हणूनच अभिलाषा आणि इच्छाशक्ती यांनी घडवून आणलेली तीव्र खडतरता नव्हे, तर दर्शन व श्रवण यांनी घडवून आणलेली तपःपूता तिच्यात वसत असते. परिष्करण करित राहण्यात सुख वाटत असते. शिक्षण, संस्कृती, वातावरण इत्यादी क्षेत्रांमध्ये परिष्करण करित राहण्याला स्थान असते. पण परिष्करणाचा हा मार्ग अनंत असतो. हे जे परिष्करण केले जात असते, ते वेगवेगळ्या निवडींमुळे, संघर्षांमुळे व दुःखांमुळे होत असते आणि येथे ती नेहमीच निवड करणारा, परिष्करण करणारा, गुणदोष विवेचन करणारा असतो. आणि म्हणूनच येथे नेहमी दुःख, परस्परविरोध व संघर्ष हे राहत असतात. परिष्करण करित राहणे हे मनुष्याला नेहमी विभक्ततेकडेच खेचणारे असते. स्वतःला कोंडून घेणाऱ्या तटस्थतेकडेच नेणारे असते. युद्ध व ज्ञान ही जी विभक्तता उत्पन्न करतात, त्या विभक्ततेकडेच लोटणारे असते. परिष्करण

करित राहण्याचा व्यापार हा स्वयंकेद्रित असा व्यापार असतो. मग हे परिष्करण सौंदर्यदृष्ट्या व नीतीदृष्ट्या कितीही प्रबोधनकारी असो. परिष्करणाच्या प्रक्रियेत अतिशय संतोष प्राप्त होतो खरा. पण गहन स्वरूपाचा आनंद मात्र तेथे असत नाही. परिष्करण हे क्षुद्र व उथळ असेच केव्हाही असते. त्याला फारसा अर्थही नसतो. संवेदनशीलता व भावना-विचारांचे परिष्करण या दोन सर्वस्वी भिन्न अशा वस्तू आहेत. एक मनुष्याचे अधिकाधिक विभक्तीकरण करित करित त्याला मृत्यूकडे नेत राहते व दुसरी अनंत अशा जीवनाकडे मनुष्याला नेते.

कृष्णमूर्तीची दैनंदिनी

कृष्णमूर्तीविषयीच्या काही वेबसाईट्स:

www.jkrishnamurti.org
www.kfionline.org
www.rishivalley.org
www.j-krishnamurti.org
www.kfistudy.org
www.kscskfi.com
www.jkrishnamurtionline.org
www.kfa.org
www.kfoundation.org
www.kinfonet.org

जे. कृष्णमूर्ती यांची शिकवण सर्वापर्यंत पोहोचविण्यासाठी 'कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडिया' ही संस्था कार्यरत आहे. फाउंडेशनने चेन्नई, ऋषी व्हॅली, बंगलोर, मुंबई, वाराणसी आणि सहायद्री येथे अध्ययन केंद्रे, शाळा स्थापन केल्या आहेत. बऱ्याच ठिकाणी तेथील ग्रामीण समाजासाठी विकास केंद्रेही आहेत.

कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडियाचे मुख्य कार्यालय:

कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडिया,
वसंतविहार, १२४, ग्रीनवेज रोड,
चेन्नई - ६०० ०२८.

दूरध्वनी : ०४४ २४९३ ७८०३/७५९६,

ई-मेल : kfihq@md2.vsnl.net.in

वेबसाईट : www.kfionline.org

कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडियाचे मुंबई केंद्र:

हिम्मत निवास, मलबार हिल येथे असून येथे कृष्णमूर्तीची सर्व पुस्तके, डिव्हीडीज् उपलब्ध आहेत.

संपर्क :- कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडिया,

मुंबई एक्झिक्युटिव्ह कमिटी, हिम्मत निवास,

३१, डॉंगरसी मार्ग, मलबार हिल,

मुंबई-४००००६.

दूरध्वनी - ०२२ २३६३३८५६

ई-मेल : kfimumbai@gmail.com

'अंतरलहरी' ही वृत्तपत्रिका दर चार महिन्यांनी प्रसिद्ध होणारी पत्रिका आहे. कृष्णजींच्या शिकवणीचा अभ्यास करू इच्छिणाऱ्या व्यक्तींसाठी कृष्णमूर्तीच्या साहित्याची मराठी भाषांतरे, त्यांच्या शिकवणीसंबंधी लेख, संस्थेच्या उपक्रमांची, अभ्यासकेंद्रांची तसेच पुस्तके वगैरेची माहिती इ. ह्या पत्रिकेत प्रकाशित केली जाईल. आपल्याला ही पत्रिका घरपोच हवी असल्यास आमच्या मुंबई केंद्राच्या पत्त्यावर पत्र किंवा ई-मेल द्वारा कळवावे. कृपया आपले नाव, संपूर्ण पत्ता, दूरध्वनी आणि ई-मेल ही माहिती कळवावी.

Published in January, May, September

Periodical

Registered with The Registrar of Newspapers for India under No. MAHMAR/2008/25259

If undelivered please return to :

Krishnamurti Foundation India

Mumbai Executive Committee, Himmat Niwas, 31, Dongersey Road, Malabar Hill, Mumbai - 400 006.

Tel.: (022) 2363 3856 Email : kfimumbai@gmail.com

Websites : www.kfionline.org, www.jkrishnamurti.org