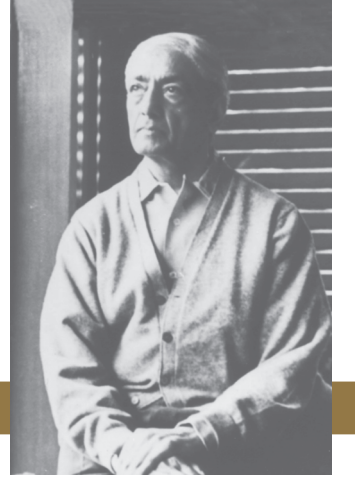


# अंतरलहरी



कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडिया, मुंबई

मे - ऑगस्ट २०१२ वर्ष ५ अंक २ पृष्ठे ८ रु. २/-

## आपण त्या पळवाटा वास्तव म्हणून स्वीकारतो

**प्रश्कर्ता:** वरवरच्या सर्व भयापलिकडे माझ्यामध्ये एक खोलवर मनोवेदना रुतून बसलेली आहे. ती मला चटकन लक्षात येत नसते. तीच माझी जीवनविषयक भीती आहे - किंवा कदाचित ती भीती मृत्यूचीही असेल - का ती भीती जीवनातील प्रचंड रितेपणाबद्दल आहे?

**कृष्णमूर्ती:** मला वाटते आपल्यापैकी बहुतेक जणांना असेच वाटत असते; आपल्यापैकी बहुतेक जणांना ही रितेपणाची दाट भावना असते, एकाकीपणाची फार मोठी भावना. आपण ती टाळण्याचा प्रयत्न करतो, आपण त्यापासून पळून जाण्याचा प्रयत्न करतो. आपण या मनोवेदनेपासून दूर अशी सुरक्षितता, शाश्वती शोधण्याचा प्रयत्न करतो किंवा आपण अनेक स्वप्नांचे किंवा अनेक प्रतिक्रियांचे विश्लेषण करून त्यापासून मुक्त होण्याचा प्रयत्न करीत असतो. परंतु ती नेहमी तिथेच असते, आपल्याला चकवीत असतो. इतक्या सहजपणाने किंवा इतक्या वरवरच्या प्रयत्नांनी तिची उकल होण्यासारखी नसते. आपल्यापैकी बहुतेक जणांना त्या रितेपणाची जाणीव असते, एकाकीपणाची मनोवेदनेची आणि त्यासंबंधीची भीती वाटल्यामुळे आपण सुरक्षितता शोधत असतो, चिरकाल टिकणारी भावना शोधत असतो. वस्तूंमध्ये किंवा इस्टेटीमध्ये, लोकांमध्ये किंवा नातेसंबंधांमध्ये किंवा कल्पनांमध्ये, श्रद्धांमध्ये, विशिष्ट ठाम मतांमध्ये, नावामध्ये, प्रतिष्ठेमध्ये आणि सत्तेमध्ये आपण सुरक्षितता शोधत असतो, परंतु ही रितेपणाची भावना स्वतःपासून केवळ पळून जाण्यामुळे नाहीशी होईल का? आणि हे आपले स्वतःपासून पळून जाणे, गोंधळाचे, वेदनेचे, दुःखाचे एक कारण नाही का? आपल्या नातेसंबंधामधील तणावाचे कारण नाही का आणि म्हणूनच या जगामधील दुःखाचे हे कारण नाही का?

तेव्हा हा प्रश्न मध्यमवर्गीय गरीब लोकांचा प्रश्न म्हणून बाजूला सारता येणार नाही किंवा मूर्खपणाचा म्हणून किंवा जे लोक सामाजिकदृष्ट्या किंवा धार्मिकदृष्ट्या कार्यरत नाहीत त्यांचा आहे असे म्हणून दुर्लक्ष करता येणार नाही. आपण तो फार काळजीपूर्वक तपासून पाहिला पाहिजे, त्याचा पूर्णपणे अभ्यास केला पाहिजे. मी म्हटल्याप्रमाणे, आपल्यापैकी बहुतेक जणांना या रितेपणाची जाणीव असते आणि आपण त्यापासून पळून जाण्याचा प्रयत्न करीत असतो. त्यापासून पळून जाण्यामध्ये आपण काही विशिष्ट सुरक्षितता प्रस्थापित करतो आणि त्या सुरक्षितताच आपल्यासाठी फार महत्त्वाच्या बनतात. कारण त्या सुरक्षितता आपल्या विशिष्ट एकाकीपणापासून, रितेपणापासून किंवा मनोवेदनेपासून दूर जाण्यासाठीच्या पळवाटांची साधने, माध्यमे असतात. तुमची पळवाट ही तुमचा गुरू असेल, तुम्ही स्वतःला खूप महत्त्वाचे समजण्यामध्ये ती असेल, ती पळवाट तुमचे सर्व प्रेम, तुमची संपत्ती, दागदागिने, सर्व काही बायकोला किंवा कुटुंबाला देण्यामध्ये असेल किंवा ते तुमचे सामाजिक किंवा परोपकारी कार्य असेल. आंतरिक रितेपणापासून दूर नेणारी कुठलीही पळवाट ही खूप महत्त्वाची बनते. म्हणून आपण तिला अत्यंत अगतिकतेने बिलगून राहतो. जे धार्मिक वृत्तीचे असतात, ते त्यांच्या देवावरील श्रद्धेला चिकटून राहतात, ती श्रद्धा त्यांचा रितेपणा, त्यांची मनोवेदना झाकून ठेवते; आणि म्हणून त्यांची श्रद्धा, त्यांची विशिष्ट धार्मिकता अत्यंत आवश्यक बनते आणि मग त्यासाठी त्यांची लढायची, एकमेकांचा विनाश करण्याची तयारी असते.

तर मग अर्थातच, मनोवेदनेपासून, एकाकीपणापासून दूर नेणारी कुठलीही पळवाट 'ही' समस्या सोडवू शकणार नाही. उलट ती पळवाट तुमची समस्या केवळ वाढविते आणि अधिक गोंधळ निर्माण करते. तेव्हा आपण प्रथम त्या पळवाटाच समजून घेतल्या पाहिजेत. सगळ्या पळवाटा एकाच स्तरावरच्या असतात, तिथे उच्च प्रतीच्या किंवा कमी प्रतीच्या पळवाटा नसतात, तिथे संसारापलिकडे आध्यात्मिक पळवाटा नसतात. सर्व पळवाटा या मूलतः सारख्याच असतात आणि आपण जर हे जाणले की आपले मन मनोवेदनेच्या, रितेपणाच्या मुख्य समस्येपासून सतत दूर पळत असते, तर आपण त्यावर टीका न करता किंवा त्या रितेपणाला न घाबरता आपल्या रितेपणाकडे पाहण्यासाठी सक्षम असतो. जोपर्यंत मी वस्तुस्थितीपासून पळ काढत आहे, मी त्या वस्तुस्थितीला घाबरत आहे आणि जेव्हा तिथे भीती असते, तेव्हा मला त्या वस्तुस्थितीबरोबर संवाद साधता येत नाही. म्हणून रितेपणाची वस्तुस्थिती समजून घेण्यासाठी तिथे भीती असता कामा नये. जेव्हा मी भीतीपासून पळून जाण्याचा प्रयत्न करीत असतो त्याच वेळी भीती येते कारण पळून जाण्याच्या कृतीमुळे मी ती भीती कधीच थेट पाहू शकत नाही. परंतु ज्या क्षणी मी पळून जाणे थांबवितो, तेव्हा माझ्याजवळ वस्तुस्थिती उरते. मी तिच्याकडे निर्भयपणे पाहू शकतो, आणि मग मी ती वस्तुस्थिती हाताळण्यास समर्थ होतो.

म्हणून ते पहिले पाऊल असते - वस्तुस्थितीला सामोरे जाणे. याचाच अर्थ पैशांच्या माध्यमामधून पळवाट काढणे नव्हे, मनोरंजनामधून, रेडिओद्वारा, श्रद्धांमधून, ठाम मते बनवून नव्हे किंवा दुसऱ्या कुठच्याही माध्यमातून नाही. कारण ती रिक्तता शब्दांनी भरून येऊ शकत नाही, कुठल्या धडपडीतून भरून येणार नाही, कुठच्याही श्रद्धांमधून नाही. आपण काहीही करा, ती मनोवेदना मनाच्या कुठल्याही चलाखीमुळे नाहीशी होऊ शकणार नाही आणि त्या संबंधी जे काही मन करेल ती फक्त टाळाटाळच असेल. परंतु जेव्हा तिथे कुठच्याही प्रकारची टाळाटाळ नसेल, तेव्हा तिथे वस्तुस्थिती असते आणि वस्तुस्थितीचे आकलन कुठच्याही संशोधनावर अवलंबून असत नाही, प्रक्षेपणावर किंवा मनाच्या हिशोबावर

पळवाट म्हणजे काय? जेव्हा समोरासमोर तोंड द्यायला भीती वाटते, कठीण वाटते तेव्हा तिथून पळण्यासाठी दुसरी वाट शोधणे, कबूल करायला आवडले नाही तरी त्यात पळपुटेपणा, माघार, हार अध्याहृत आहे. अशा पळवाटांचा आपण कळत नकळत आधार घेत असतो. उदाहरणार्थ येरझान्या घालणे काही विशिष्ट कार्यक्रम मनात नसताना टी.व्ही., रेडिओ चालू करणे, खाण्याची किंवा भूकेची वेळ नसताना सहज काही तोंडात टाकणे अशा काही लहान पळवाटा, काही मोठ्या दीर्घ काळ टिकणाऱ्या पळवाटा आहेत. घरातील वातावरणाला सामोरे जाणे कठीण होऊ लागते की समाजकार्य करणे, मंडळात जाणे, यात्रा, मंत्र, देवपूजा करणे, वाईट सवयीत पडणे वगैरे. तसेच खूप पैसा कमावून बाहेर प्रतिष्ठेचा भपका दाखवण्यात कधी कधी आतील दारिद्र्यापासूनची पळवाट असू शकते. जरूरीपेक्षा अधिक वस्तू, पैसा, गोळा करणे ही पण पळवाटच आहे. हे कृष्णमूर्तींनी अनेक वेळा अनेक शब्दात व्यक्त केले आहे.

त्या सगळ्या धावपळीत कधी शरीरस्वास्थ्य बिघडते तर समाज कार्यासारख्या गोष्टीतून लोकोपयोगी कार्य घडते, पण बहुधा हेतू पळण्याचाच असतो.

ह्या पळवाटा, वाटा आहेत असे भासते, पण प्रत्यक्षात त्या वस्तुस्थिती समजून घेण्याआड, स्वतःला समजण्याआड येणाऱ्या भिंती आहेत.

त्रयस्थपणे स्वतःकडे पाहता आले तर आपण पळवाटांचा आधार घेत असतो हे समजणे कठीण नाही. दिवसातून काही वेळा तरी मी ही कृती का करतो असा प्रश्न केला, तर आवश्यक काय व पळवाट काय हे कळू शकेल आणि पळण्यात वाया घालवलेल्या ऊर्जेचा व्यय थांबून वस्तुस्थितीला सामोरे जाण्याचे सामर्थ्य येण्याची शक्यता आहे, पळवाट ही समस्येपासून क्षणिक सुटका देणारा भ्रम आहे हे लक्षात येईल

अवलंबून नसते. जेव्हा एकाकीपणाचे सत्य आपल्यासमोर उभे ठाकते, ती तीव्र मनोवेदना, अस्तित्वाची विशाल रिक्तता समोर येते, तेव्हा मग आपल्या लक्षात येईल की हा रितेपणा हे एक वास्तव आहे की केवळ नामकरणाचा, विशिष्ट शब्दाने संबोधण्याचा, स्वप्रक्षेपणाचा तो परिणाम आहे. कारण त्याला नाव दिल्यामुळे, त्याला शब्दाने बंदिस्त केल्यामुळे, आपण त्याचा धिक्कार केला आहे, नाही का? आपण म्हणतो ते रितेपण आहे, तो एकाकीपणा आहे, तो मृत्यू आहे आणि हे शब्द – मृत्यू, एकाकीपणा, रितेपणा – यामध्ये धिक्कार-प्रतिकार अभिप्रेत असतो. आणि प्रतिकारामधून, धिक्कारामधून आपल्याला वस्तुस्थिती समजत नाही. वस्तुस्थिती समजून घेण्यासाठी, ज्याला आपण रितेपणा म्हणत आहोत तिचे आकलन होण्यासाठी तिथे त्या वस्तुस्थितीचा धिक्कार असता कामा नये, तिला काही नाव देणे असता कामा नये. सरते शेवटी, वस्तुस्थितीला ओळखणे म्हणजे 'स्व'चे केंद्र निर्माण करणे असते आणि हा 'स्व' म्हणजेच रितेपणा असतो, हा 'मी' म्हणजे फक्त शब्द असतात. मी ज्यावेळी वस्तुस्थितीला कोणते नाव देत नाही, संज्ञा देत नाही, जेव्हा वस्तुस्थितीत 'हे' किंवा 'ते' असे ओळखत नाही त्यावेळी तिथे एकाकीपणा असतो का? शेवटी एकाकीपणा हा वेगळा पडण्याची प्रक्रिया असते नाही का? निश्चितच आपल्या सर्व नातेसंबंधांमध्ये, आपल्या आयुष्यातील सर्व प्रयत्नांमध्ये आपण सतत स्वतःला निराळे, एकाकी करत असतो. ही वेगळे पडण्याची प्रक्रिया अर्थातच रितेपणाकडे घेऊन जात असते आणि वेगळे पडण्याची ही संपूर्ण प्रक्रिया समजून घेतल्याशिवाय, आपण ही रितेपणाची समस्या, एकाकीपणाची समस्या सोडवू शकणार नाही. परंतु जेव्हा आपण वेगळे पडण्याची प्रक्रिया समजून घेऊ, तेव्हा आपल्याला दिसेल की रितेपणा हे केवळ शब्दांचे बुडबुडे आहेत. केवळ ओळख असणे; आणि ज्या क्षणी तिथे ओळख नसेल, नाव देणे नसेल आणि म्हणून भीती नसेल, त्या क्षणी रितेपणा ही काहीतरी दुसरीच गोष्ट ठरेल, ती तिच्या स्वतःच्या पलिकडे जाईल. तो मग रितेपणा नसतो, तो एकलेपणा असतो – वेगळे पडण्याच्या प्रक्रियेपेक्षा काहीतरी फार विशाल अशी अवस्था.

आता आपण एकटे असता नये का? वर्तमानात आपण एकटे नाही आहोत. आपण अनेक प्रभावांनी बनलेले एक गाठोडे आहोत. आपण अनेक प्रकारच्या प्रभावांची परिणती आहोत. सामाजिक,

धार्मिक, आर्थिक, वांशिक, वातावरणाचा प्रभाव. या सर्व प्रभावांच्या माध्यमांमधून आपण त्याच्या पलिकडे काहीतरी शोध घेण्याचा प्रयत्न करतो आणि जर आपल्याला ते शोधता आले नाही तर आपण काहीतरी कल्पित रचतो आणि त्या कल्पित शोधाला आपण चिकटून राहतो. परंतु जेव्हा आपण आपल्या जाणीवेच्या निरनिराळ्या स्तरांवर ही प्रभावाची समग्र प्रक्रिया समजून घेऊ आणि मग त्यापासून मुक्त झाल्यानंतर, तिथे एक एकटेपणा असतो जो कशानेही प्रभावित नसतो, म्हणजेच मन आणि हृदय ही आंतरिक अनुभवांनी किंवा बाहेरील घटनांनी यापुढे प्रभावित होणारे नसतात. ज्यावेळी असा एकटेपणा असतो तेव्हाच सत्य सापडण्याची शक्यता असते. परंतु जे मन भीतीमुळे स्वतःला केवळ अलग पाडत असते त्याला फक्त मनोवेदनाच असू शकते आणि असे मन कधीच स्वतः पलीकडे जाऊ शकत नाही.

आपण पळवाटांविषयी अनवधानी असतो. ही आपल्यापैकी बहुतेक जणांची अडचण असते. आपण इतके संस्कारित झालेले असतो, आपण पळवाटांबरोबर इतके रुळलेले असतो की, आपण त्या पळवाटा वास्तव म्हणूनच स्वीकारतो, परंतु जर आपण आपल्या अंतर्मनामध्येच जरा खोलवर पाहिले, तर आपल्याला दिसेल की, अगदी वरवरच्या पळवाटांच्या आवरणाखाली आपण किती विलक्षण एकाकी आहोत, आपण किती असामान्यपणे रिते आहोत. त्या रितेपणाची जाणीव झाल्यानंतर आपण सतत ते निरनिराळ्या उपक्रमांनी झाकण्याचा प्रयत्न करतो, मग ते कलात्मक, सामाजिक, धार्मिक किंवा राजकीय उपक्रम असतील. परंतु शेवटी रितेपणा कुठल्याही आवरणाखाली झाकला जाणे शक्य नाही. तो समजूनच घेतला पाहिजे आणि तो समजून घेण्यासाठी आपल्याला या पळवाटांविषयी अवधानी, सावध, जागरूक राहिले पाहिजे. आणि जेव्हा आपल्याला या पळवाटांविषयी जाणीव होईल, त्यावेळी आपण या आपल्या रिक्ततेला सामोरे जाण्यास समर्थ होऊ. तेव्हा आपल्याला दिसेल की रितेपणा ही काही आपल्यापेक्षा निराळी गोष्ट नाही. तेथे द्रष्टा हाच दृश्य झालेला असतो. म्हणजे जो पाहतो तो आणि ज्याला तो पाहतो तो एकच असतो. त्या अनुभवामध्ये, विचारकर्ता आणि विचार यातील त्या एकात्मकतेमध्येच हा एकलेपणा, ही मनोवेदना नाहीशी होऊन जाते.

पॅरीस, १९५०, भाषण ५

## पळवाटांची जोपासना ही दुःखाला समजून घेण्यापेक्षा खूप अधिक महत्त्वाची बनली आहे

आपले आयुष्य वेगवेगळ्या स्तरांवर इतक्या समस्यांनी वेढले गेले आहे. आपल्याला केवळ शारीरिक समस्या नाहीत, तर त्याहून अधिक सूक्ष्म आणि अधिक गुंतागुंतीच्या मानसिक समस्या आहेत; आणि ते मानसिक प्रश्न न सोडविता, किंवा त्यांच्यातील सूक्ष्मता जाणून घेण्याचा प्रयत्नही न करता, आपण केवळ त्यांच्या परिणामांची नव्याने मांडणी करण्याकडे वळतो. ज्या कारणांनी हे परिणाम निर्माण झालेले असतात त्या कारणांना खरोखर समजून न घेता आपण त्या परिणामांना पटवून घेण्याचा प्रयत्न करतो. म्हणून, मानसिक संघर्ष आणि दुःख समजून घेणे हे परिणामांची पुनर्रचना करण्यापेक्षा खूप जास्त महत्त्वाचे आहे, असे मला वाटते. कारण जे प्रश्न निर्माण झालेले असतात ते त्यांच्या परिणामांची केवळ पुनर्रचना केल्याने खोलवर आणि अंतिमस्वरूपी सुटत नाहीत. ज्या मानसिक धडपडींनी हे परिणाम निर्माण केलेले असतात त्यांना समजून न घेता, आपण त्या परिणामांची नुसती पुनर्मांडणी केली, तर साहजिकच अजून गोंधळ, अजून विरोध, अजून संघर्ष निर्माण करू. तेव्हा, आपले हित घडवून आणणाऱ्या मानसिक घटकांना समजून घेण्यातून एक नवीन सभ्यता आणि एका नवीन सांस्कृतिक जगताच्या निर्मितीची शक्यता असेल. आणि मला वाटते की ही शक्यता निश्चित आहे. परंतु याची सुरुवात आपल्या प्रत्येकापासून व्हायला हवी. शेवटी, समाज म्हणजे माझे तुमच्याबरोबरचे नातेसंबंध आणि तुमचे इतरांबरोबरचे नातेसंबंध. समाज ही आपल्या नातेसंबंधांचीच निष्पत्ती आहे आणि नातेसंबंध समजून घेण्याच्या कृतीशिवाय संघर्ष मिटू शकणार नाही. तेव्हा नातेसंबंध आणि त्यांची कारणे आणि परिणाम, हे पूर्णपणे समजून घेतल्यावरच मी माझ्या जीवनरीतीमध्ये मूलगामी परिवर्तन आणू शकेन.

तेव्हा आपल्याला आपले वैयक्तिक प्रश्न आणि आपले स्वतःचे मानसिक दुःख याबद्दल कळकळ आहे. वैयक्तिक प्रश्न समजून घेण्यामधून आपण साहजिकच त्या प्रश्नाच्या परिणामांमध्ये वेगळी मांडणी घडवून आणू. परंतु आपण परिणामांनी सुरुवात करू नये. कारण शेवटी आपण केवळ परिणामांचा विचार करून जगत नाही, तर त्यामागे गहन अशी कारणे असू शकतात. तेव्हा आपला प्रश्न हा आहे की विशिष्ट व्यक्तीमधील संघर्ष आणि दुःख हे कसे समजून घ्यावे. दुःखाचे फक्त शाब्दिक स्पष्टीकरण, केवळ बुद्धिवादाने दुःखाच्या कारणांचे आकलन हे दुःख दूर करीत नाही. हे उघड वास्तव आहे. परंतु आपल्यातील बहुतेक जण नुसत्या शब्दांवर पोसले जात असल्यामुळे आणि शब्द इतके प्रचंड महत्त्वाचे बनले असल्यामुळे, आपले स्पष्टीकरणाने अगदी सहजपणे समाधान होते. खुद्द दुःखाचे आकलन होण्यापेक्षा शब्द अधिक महत्त्वाचे बनले आहेत. परंतु शब्द म्हणजे ती वस्तू नव्हे. कितीही स्पष्टीकरण, कितीही युक्तिवाद हे भुकेल्या माणसाला अन्न देऊ शकणार नाहीत. त्याला पाहिजे असते ते अन्न, अन्नाचे किंवा त्याच्या वासाचे स्पष्टीकरण नव्हे. तो भुकेला असतो आणि ज्याने पोषण होईल असा पदार्थ त्याला मिळणे आवश्यक असते. दुःखाच्या कारणांच्या स्पष्टीकरणाने आपल्यापैकी बहुतेक जणांचे समाधान होते. त्यामुळे दुःख म्हणजे मूलगामीपणे सोडविण्याची गोष्ट आहे, आपल्यामधील एक विसंगती - जिचे आकलन झाले पाहिजे - अशा अर्थाने दुःखाकडे आपण पाहत नाही. आपल्याला दुःख कसे

समजणार? दुःखाचे तेव्हाच आकलन होईल, जेव्हा स्पष्टीकरणे ओसरतील आणि सर्व प्रकारच्या पळवाटांचे आकलन होऊन त्या बाजूला सारल्या जातील. म्हणजे, जेव्हा आपल्याला दुःखाचे वास्तव दिसून येईल. परंतु असे पाहा, तुम्हाला दुःख समजून घ्यायचे नसते; तुम्ही क्लबमध्ये पळून जाता, वर्तमानपत्र वाचता, पूजा करता, देवळात जाता, राजकारणात पडता किंवा समाजकार्यात; 'जे आहे', त्या व्यतिरिक्त काहीही. तेव्हा, पळवाटांची जोपासना ही दुःखाला समजून घेण्यापेक्षा खूप अधिक महत्त्वाची बनली आहे; आणि मन पळवाट काढत आहे. हे वास्तव पाहण्यासाठी आणि पळवाटांचा शेवट करण्यासाठी अतिशय प्रज्ञावान मनाची, अत्यंत सावध मनाची जरूरी असते.

आता, संघर्ष हा सृजनशील विचारांना पोषक नसतो. सृजनशील असण्यासाठी, तुम्हाला हवे ते निर्माण करण्यासाठी मन शांत असले पाहिजे, हृदय परिपूर्ण असले पाहिजे. तुम्हाला जर लेखन करायचे असले, उदात्त विचार यायला हवे असले, सत्याचा शोध घ्यायचा असला, तर संघर्ष मिटला पाहिजे, परंतु, आपल्या सभ्यतेमध्ये संघर्षाचे आकलन होण्यापेक्षा पळवाटा खूप अधिक महत्त्वाच्या झाल्या आहेत. आधुनिक गोष्टी आपल्याला पळवाट काढायला मदत करतात आणि पलायन करण्यात सर्जनशीलतेचा पूर्णपणे अभाव असतो - ते स्वप्रक्षेपण असते. त्याने आपला प्रश्न सुटत नाही. आपला प्रश्न सुटतो तो पलायन करणे थांबविल्याने आणि दुःखाबरोबर जगण्याने. कारण शेवटी, काहीही समजण्यासाठी आपण त्याकडे संपूर्ण लक्ष दिले पाहिजे, आणि मन रिझविण्याच्या गोष्टी म्हणजे फक्त पळवाटाच असतात. पळवाटा समजणे म्हणजे त्यांच्यामधील खोटेपणा बघून त्यांचा शेवट करणे आणि दुःखाचे पूर्णार्थाने बोधन होणे ही स्वज्ञानाची प्रक्रिया आहे. स्वज्ञानाशिवाय, स्वतःला मूलतः समजून घेतल्याशिवाय - तुमच्या कृतीचे वरवरचे परिणाम नव्हेत, तर तुमची स्वतःची संपूर्ण प्रक्रिया, विचार करणारा आणि विचार हे दोन्हीही, कर्ता आणि कर्म - त्या स्वज्ञानाशिवाय विचाराला काही पाया नाही. तुम्ही ग्रामोफोनसारखे तेच तेच पुन्हा म्हणू शकता, परंतु तुम्ही संगीतकार नसाल, तुमच्या हृदयात गाणे नसेल.

...जे निरंतर आहे त्याचा शोध घेण्यासाठी मनाची प्रक्रिया समजली पाहिजे. तुम्ही अज्ञाताचा विचार करू शकत नाही, तुम्ही फक्त ज्ञाताचाच विचार करू शकता, आणि जे ज्ञान आहे ते वास्तव नाही. वस्तुस्थितीची कल्पना करता येत नाही. त्यावर ध्यान करता येत नाही, तिचे चित्र चितारता येत नाही किंवा तिचे समीकरण मांडता येत नाही; तसे जर करता आले, तर ते वास्तव नसते कारण मग ते केवळ मनाचे प्रक्षेपण असते. जेव्हा विचाराची प्रक्रिया थांबते, जेव्हा मन अक्षरशः आणि पूर्णपणे स्तब्ध असते - आणि स्तब्धता फक्त स्वज्ञानातूनच येऊ शकते - तेव्हा वस्तुस्थितीचे आकलन होते; आणि जे वास्तव आहे त्याचे भान असेल तरच प्रश्न सुटू शकतात, कशात तरी मन रिझविण्याचे धोरण अवलंबून किंवा कृत्रिम पळवाटा शोधून नव्हे.

*The Mirror of Relationship*  
नवी दिल्ली, १९४८, भाषण ३

# वृत्त | वि | शे | ष

**कृष्णमूर्ती अध्ययन केंद्र सह्याद्री येथे जानेवारी २०१२ मध्ये श्री. अभिजीत पडते यांनी युवावर्गातील सुमारे १५ जणांसाठी ३ दिवसांचे शिबीर येथे आयोजित केले होते. दोघेजण हैद्राबादचे तर बाकीचे मुंबईमध्ये पदव्युत्तर अभ्यास करणारे होते. डॉ. परचुरे, श्री. रमण पाटेल आणि वासंतीताई पडते यांनी शिबिरार्थींशी संवाद साधला होता.**

संचित ज्ञान हे पाहण्याच्या आणि ऐकण्याच्या कसे आड येते, ज्ञान गोळा करणे आणि सक्रीयतेने विषयाचे आकलन करणे यातील फरक, गरजा आणि इच्छा यातील फरक, आपल्या मूलभूत गरजा भागविण्यासाठी घेतलेला उपजीविकेचा मार्ग आणि त्याउलट समाजात काही स्थान मिळविण्यासाठी धरलेला पेशा/धंदा, आपले नातेसंबंध अशा अनेक विषयांवर सविस्तर चर्चा या शिबिरात करण्यात आली.

युवापिढीला नित्याच्या जीवनात भेडसावणाऱ्या बाह्य जगातील समस्या आणि आंतरिक तळमळींविषयी चर्चा करताना कृष्णजींच्या शिकवणुकीच्या आकलनाने आपल्या मनातील सूक्ष्म हालचालींकडे लक्ष देऊन आपले अंतस्थ हेतू आपल्याला कसे स्पष्ट, प्रत्यक्ष दिसून येतात, ह्यावर डॉ. परचुरेनी प्रकाश पडला.

आलेल्या युवा शिबिरार्थींना हे सारे काही पुस्तकी तत्त्वज्ञान नसून जीवनाला प्रत्यक्ष सामोरे जाण्यासाठी क्षणोक्षणीच्या अवधानाचे आव्हान आहे, याची जाणीव झाली.

या अध्ययन केंद्रामध्ये एप्रिल २०१२ मध्ये आयोजित करण्यात आलेल्या तीन दिवसीय कार्यशाळेत १८ जण सहभागी झाले होते. बहुतेक जण नाशिकहून आले होते. श्री. अभिजीत पडते यांनी कार्यशाळेचे संचालन करताना सहभागींबरोबर मराठीमध्ये संवाद साधला.

या तीन दिवसात कृष्णमूर्तींच्या शिकवणुकीच्या वेगवेगळ्या अंगांवर विचार केला गेला. विचाराकडे पाहणे म्हणजे काय, आपण बदलत का नाही, 'काळाचा अंत करणे' असे जेव्हा कृष्णाची म्हणतात तेव्हा त्यांना काय अभिप्रेत असते, असे विविध प्रश्न उपस्थित करून त्यावर सविस्तर चर्चा केली गेली.

दर दिवशी सुरुवातीला डॉ. परचुरे यांनी कृष्णजींच्या शिकवणीच्या अनुषंगाने काही विवेचन केले. आपल्या मनोव्यापारातील सूक्ष्म हालचालींकडे त्यांनी सर्वांचे लक्ष वेधले. आपण शब्दांमधून शब्दांकडेच जात असतो. कृष्णजी जे शब्दापलिकडचे आकलन सूचित करीत असतात त्यासाठी आवश्यक असलेल्या सततच्या अवधानावर डॉ. परचुरेनी भर दिला. मन जर खरोखर सावध झाले असते तर जीवनदृष्टीत बदल होऊन ते हळुवार, संवेदनशील होते आणि अशा मनात तारतम्य करण्याची क्षमता जागी होते, याची शिबिरार्थींना जाणीव झाली.

जेव्हा एखाद्या संवेदनेचा उदय होतो तेव्हा मुळात तिला कुठलेही नाव, लेबल नसते, याकडे श्री. अभिजीत पडतेंनी अभ्यासकांचे लक्ष वेधले. आपला अहं त्या संवेदनेचे नामकरण लगेचच करतो. नुसते बघणे हे विचाराला घातक असते, मग विचाराला अस्तित्व नसते, ते 'स्व'ला - अहंला नको असते. कारण मग अहं असुरक्षित होतो. म्हणून हे नामकरण सक्रीय असते. अशा अनेक मुद्यांवर मुक्तपणे विचारविमर्श करून सहभागींनी आपला शोध पुढे नेला.

हे शिकवणुकीचे अध्ययन म्हणजे आपल्या दैनंदिन जीवनाहून वेगळा असा काही कप्पा नसून ते स्वतःचे, आपल्या नातेसंबंधांचे निरंतर निरीक्षण करण्याचे अवधान असते. तरीही अध्ययनातून बोधन होण्याची शक्यता आपण कायम उद्यावर का टाकतो, ते या क्षणी होण्याऐवजी त्याबद्दलच्या कल्पनांमध्ये आपण रममाण का होतो, ह्यावर विचार केला

गेला. या अध्ययनातून आपल्याला न कळत काही मिळण्याचे प्रलोभनही असते, म्हणजे तिथे मुक्तीच्या कल्पनेने एक प्रकारे सुखावणे असते, ही वस्तुस्थिती स्पष्ट झाली.

अशा परस्परसंवादांमधून अभ्यासकांच्या जीवनशोधामध्ये अधिक स्पष्टता येऊन त्याबद्दलची त्यांची उत्कटता तीव्र होईल अशी आशा आहे.



या कार्यशाळेच्या दरम्यान अध्ययन केंद्र आणि शाळा दोन्ही असलेल्या या सह्याद्री शिक्षण केंद्रामधील कर्मचाऱ्यांसाठी एका खास कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले. कृष्णजींचे जीवन आणि त्यांची शिकवणूक याबद्दलचा माहितीपट - परिवर्तनाचे आव्हान (The Challenge of Change) त्यांना दाखविण्यात आला. केंद्राच्या परिसराची साफसफाई, बागकाम, स्वयंपाकातील मदत, शाळेमधील-ऑफिसमधील मदतीची कामे, वाहनचालन, सुरक्षाव्यवस्था अशी निरनिराळी कामे करणारे सुमारे ४० पुरुष आणि महिला कर्मचारी यावेळी उपस्थित होते.

माहितीपट दाखविण्याआधी श्रीमती वासंतीताई पडते यांनी उपस्थित कर्मचाऱ्यांना कृष्णमूर्ती कोण होते, त्यांनी जगाला कोणता संदेश दिला आणि सह्याद्री अध्ययन केंद्रामधून कृष्णजींच्या शिकवणुकीचा अभ्यास आणि त्यांच्या शिक्षणविषयीच्या दृष्टिकोणाच्या अनुषंगाने चाललेले शिक्षणाचे कार्य याबद्दल सोप्या शब्दांमध्ये माहिती दिली.

कृष्णमूर्तींच्या बालपणापासूनच्या घटना, आपल्याला बहाल केल्या गेलेल्या गुरुपदाचा त्याग करताना त्यांनी त्यांच्या नावावरील सारी संपत्ती आणि जगभरातील हजारो एकरांचा जमीनजुमला यावर कसे क्षणार्धात पाणी सोडले याची माहिती वासंतीताईंनी थोडक्यात दिली.

मूल जेव्हा जन्माला येते तेव्हा ते निरागस असते, ते जसजसे मोठे होते तसतसे त्याच्यावर तऱ्हेतऱ्हेचे संस्कार होत जातात. ते एखाद्या धर्माचे, देशाचे, कुटुंबाचे म्हणून ओळखले जाते. वेगवेगळ्या अपेक्षा त्याच्यावर लादल्या जातात आणि त्यातून कळत नकळत तणाव निर्माण होतात. जिन्हाळ्याची नाती जोडण्याऐवजी धर्म, देश, कुटुंब या साऱ्यांमधून हानीकारक असे गटवाद निर्माण होतात. कृष्णमूर्तींना या साऱ्या मानसिक बंधनांच्या ओझ्यातून मानवी मन मुक्त होऊन खऱ्या अर्थाने आपल्या जबाबदारीची जाणीव असणारा एक चांगला माणूस घडून येण्याची कशी तळमळ होती, हे आपल्या भाषणातून वासंतीताईंनी समजावून सांगितली.

कृष्णमूर्तींनी स्थापन केलेल्या केंद्राबद्दल वासंतीताईंनी माहिती दिली. कृष्णमूर्तींनी शाळांना जी एक वेगळी दृष्टी दिली त्यामुळे या शाळांमधून मुले शिकत असताना तिथे सततच्या परीक्षा, चुरस, इ. नसल्यामुळे ती मोकळ्या खेळीमेळीच्या वातावरणात, भीतीच्या

दडपणाशिवाय बागडतात आणि त्यातून एक चांगला माणूस घडू शकतो, हे वासंतीताईंनी काहीशा सविस्तरपणे सांगितले.

जगात माणुसकी जास्त महत्त्वाची आहे, आपले काम जास्तीत जास्त चोखपणे, हेव्यादाव्यांशिवाय, इतरांचे पाय ओढण्याचे विचारही मनात न येता केल्यास त्यातून खचितच चांगुलपणा येतो, सुख समाधान मिळते, याकडे श्रोत्यांचे लक्ष वेधले गेले. त्यानंतर सर्वांनी परिवर्तनाचे आव्हान हा माहितीपट अतिशय मग्नतेने पाहिला.

वासंतीताईंनी ज्या तऱ्हेने प्रेमळपणे आणि सोप्या भाषेत श्रोत्यांशी संवाद साधला, त्यामुळे उत्सुकतेने आलेल्या या कर्मचारी वर्गाला ते इतकी वर्षे जिथे काम करित आहेत, त्या संस्थेच्या एकूण पार्श्वभूमीची ओळख पटली असावी आणि कृष्णजींबदल काही समजल्याचे समाधान मिळाले असावे असे वाटते. त्यांच्याशी वेळोवेळी अशा तऱ्हेने संवाद साधला जावा, असे प्रकर्षाने जाणवले.

१२ फेब्रुवारी २०१२ रोजी बदलापूर नजिकच्या आनंद विहार, जांभाळघर येथे दरवर्षीप्रमाणे जे. कृष्णमूर्ती सेल्फ एज्युकेशन सोसायटीच्या मित्रमंडळींच्या वार्षिक स्नेहसंमेलनात चाळीस जण सहभागी झाले होते.

संमेलनाचे मुख्य पाहुणे सेंट झेवियर्स कॉलेजच्या इंटर रिलिजस स्टडीज विभागाचे मुख्य फादर डॉ. लॅन्सी प्रभू यांनी जमलेल्या साधकांना उद्देशून 'धार्मिक मन' या विषयावर एक अभ्यासपूर्ण भाषण केले.

धार्मिक जीवन जगणारा मनुष्य परंपरा, चालीरिती अशा कुठल्याही बंधनात अडकून पडत नाही. बंदिस्त मन स्वतंत्रपणे सत्य शोधू शकणार नाही. धर्मशील मन हे मूलतः मुक्त मन असले पाहिजे. सतत सजग आणि सतर्क असलेले हे धार्मिक मन नित्यनूतन शिकणारे नवीन मन असले पाहिजे. तरच ते सत्याचा शोध घेऊ शकते. या विषयावर फादर प्रभू यांनी अर्धा तास अभ्यासपूर्ण विवेचन केले.

त्यानंतर जवळजवळ दीड तास प्रश्नोत्तरे झाली. प्रत्यक्ष जीवन जगताना येणारे अनुभव, अडचणी यावर श्रोत्यांनी या विषयाचा वेध घेणारे प्रश्न विचारले. डॉ. अभिजित पडते यांनी या चर्चेत भाग घेताना आपण सर्वसाधारणपणे पाहत असताना विचार करत असतो का? असा प्रश्न उभा केला. नेहमी आपण आजूबाजूला पाहतो त्यावेळी विचार करत असतो का? दैनंदिन जीवनात विचार न करता आपण काही काळ तरी जगण्याची अवस्था अनुभवत असतो की नाही? यावेळी पूर्वसंस्काराची - भूतकाळाची आपल्याला जाणीव असते का? माणसाने सजग, सतर्क राहून स्वतःच स्वतःचे निरीक्षण करित जगणे शक्य होणार नाही का? या अनुषंगाने त्यांनी चर्चा पुढे नेली. अनेक श्रोत्यांनी त्यात उत्स्फूर्तपणे भाग घेतला. दुपारी ४ वा. 'धार्मिक मन' या विषयावरच कृष्णमूर्तींच्या चेन्नई येथील भाषणाचा व्हिडिओ दाखविण्यात आला आणि नंतर ५।। वा. आभार प्रदर्शनानंतर कार्यक्रमाची सांगता झाली.

रचना संसद, प्रभादेवी, मुंबई येथे दि. ८ फेब्रुवारी २०१२ रोजी श्री. राजेश दलाल यांचा तेथील आर्किटेक्चरच्या विद्यार्थ्यांबरोबर संवाद साधण्याचा एक कार्यक्रम झाला. श्री. राजेश यांनी विद्यार्थ्यांबरोबर चर्चा करण्यासाठी विषय निवडला होता 'तुमच्यामधील सुप्त सामर्थ्याचा शोध'.

सुमारे २०० विद्यार्थी या कार्यक्रमाला उपस्थित होते. श्री. राजेश यांनी विषयाची सुरुवात करताना विद्यार्थ्यांना 'आजच्या शिक्षण पद्धती विषयी ते समाधानी आहेत का?' हा प्रश्न विचारून केली. सध्याच्या जीवघेण्या स्पर्धेच्या युगामध्ये विद्यार्थ्यांपुढे कोणती आव्हाने आहेत आणि त्या आव्हानांना सामोरे जाताना विद्यार्थ्यांचे शिक्षकांबरोबरचे तसेच इतर बाहेरील जगाबरोबरचे संबंध कसे असतात, या संबंधांमुळे निर्माण होणाऱ्या संघर्षाला ते कसे सामोरे जातात, कोणत्या पळवाटा शोधतात, या विषयी विद्यार्थ्यांना विचार करायला लावणारे प्रश्न निर्माण केले.

केवळ पैसा मिळवणे, चांगल्या नोकरीच्या मागे धावणे, अधिकाधिक श्रीमंत होत सगळ्या भौतिक सुखांच्या मागे आंधळेपणाने जाणे यातून माणूस अंतिमतः आनंदी होईल का?

तुम्हाला जो विषय मनापासून आवडतो, तोच विषय तुम्ही निवडला पाहिजे. मग तुमचे आई-वडील व समाज यांचा कितीही दबाव आला तरी तुम्ही बळी पडता कामा नये. पडेल ती किंमत देऊन तुम्हाला आवडत्या विषयाचे तुम्ही अध्ययन केले तरच तुम्ही जीवनात खऱ्या अर्थाने आनंदी, समाधानी राहू शकाल. मग पैसा, प्रतिष्ठा आणि श्रेष्ठता याला फारसे स्थान राहणार नाही.

या संबंधात विद्यार्थ्यांनी त्यांना प्रत्यक्ष जाणवणाऱ्या समस्यांवर प्रश्नोत्तरे केली. आई-वडिलांचा दबाव, समाजातील प्रतिष्ठा, श्रेष्ठता राखण्याची भीती, आणि स्वतःची ईर्ष्या-महत्त्वाकांक्षा या कोंडीत सापडलेल्या आजच्या संभ्रमित युवकाने काय करावे अशा स्वरूपाची प्रश्नोत्तरे झाली. राजेश यांच्या उत्तराने त्यांची मने अंतर्मुख झाली असावीत, असे वाटते.

श्री. राजेश यांनी विद्यार्थ्यांच्या प्रश्नांना उत्तरे देताना सांगितले की, त्यांनी कशाचीही आणि कोणाचीही भीती न बाळगता केवळ स्वतःला जे आवडेल, आनंद देईल तोच व्यवसाय मनापासून निवडला पाहिजे. भीतीमुळे आपण स्वतंत्रपणे निर्णय घेऊ शकत नाही, म्हणून एकदा तुम्हाला हे आत्मभान आले की तुमच्या भावी आयुष्यात अधिक आत्मविश्वासाने आणि भीतीमुक्त वातावरणात तुम्ही योग्य तो निर्णय घेऊ शकाल.

दीड-दोन तास चाललेल्या या कार्यक्रमात विद्यार्थी मनमोकळेपणे सहभागी झाले होते. आभार प्रदर्शनानंतर कार्यक्रमाचा समारोप झाला.

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

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

बेंगलुरु, ऋषी व्हॅली, उत्तर काशी, कोलकता, ओरिसा आणि हैद्राबाद येथील अध्ययन केंद्रांची माहिती वेबसाईटवर उपलब्ध आहे.

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

२९ सप्टें.-०३ ऑक्टो. २०१२ हिंदी कार्यशाळा: आपने दैनिक जीवन का अन्वेषण Enquiry Into Our Daily Living ०५-०८ नोव्हें. २०१२: वार्षिक संमेलन

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, बदलापूर :**

आनंद-विहार, जे. कृष्णमूर्ती सेल्फ एज्युकेशन सोसायटी, जांभळघर, राहाटोली गावाजवळ, बदलापूर (प.), ता. ठाणे, पिनकोड- ४२१५०३, महाराष्ट्र,

दूरध्वनी: ९४२३८३१०५९, (०२२) २५०१४०९४, २४२२३१९९ • ई मेल: zillog@vsnl.com

## ... तर मग वास्तवापासून पळवाट काढण्याची इच्छाच नसेल

प्रश्न: मला खूप मित्र आहेत, पण ते सोडतील ही भीती मला कायम असते. मी काय करू?

कृष्णमूर्ती: ह्यात समस्या कुठे आहे? मित्राने सोडण्याची आणि भीतीची की परावलंबनाची? तुम्हाला मित्र का हवेत? असे नव्हे की मित्र नसावेत, परंतु जेव्हा आपल्याला मित्रांची जरूरी वाटते, तेव्हा ते परावलंबन असते. ते काय दर्शविते? ते आपल्यातील अपुरेपणा दाखवीत नाही का? एकाकीपणा हा आंतरिक दारिद्र्य दाखवीत नाही का? एकटे होणे, आंतरिक त्रुटी असणे, अपुरेपणा वाटणे ह्या गोष्टींमुळे आपण दोस्तांकडे, प्रेमाकडे, कार्य करण्याकडे, ध्येयाकडे, मालकी मिळवण्याकडे, ज्ञानाकडे आणि तंत्राकडे वळतो. आंतरिक दारिद्र्यामुळे आपण बाह्य गोष्टींकडे वळतो, म्हणून ह्या बाह्य गोष्टी आपल्याला महत्त्वाच्या वाटतात. जेव्हा एखादी गोष्ट आपण स्वतःपासून पळण्याचे साधन म्हणून वापरतो तेव्हा ती खूपच महत्त्वाची बनते, हे उघडच आहे. आपण वस्तूंना, कल्पनांना, व्यक्तींना चिकटून राहतो. कारण मानसिकरित्या आपण त्यांच्यावर अवलंबून असतो आणि जेव्हा हा आधार काढून घेतला जातो, जसे आपला मित्र आपल्याला झिडकारतो, तेव्हा आपण गोंधळून जातो, भयभीत होतो. म्हणून परावलंबन हे आंतरिक अनिश्चितता, आंतरिक त्रुटी दर्शविते आणि आपण जोपर्यंत दुसऱ्यांचा वापर करतो किंवा त्यांच्यावर अवलंबून असतो. तोपर्यंत तिथे निश्चितच गमावण्याची भीती असते.

हा एकाकीपणा, हे आंतरिक दारिद्र्य, हा रितेपणा मनाच्या एखाद्या कृतीने भरून काढता येईल का? मला जे सुचवायचे आहे ते कृपा करून एका आणि त्याप्रमाणे स्वतःच्या मनाचे निरीक्षण करा आणि तुम्हालाच त्याचे उत्तर सापडेल. आपण असे पुढे जात असताना मी फक्त अनुभवाचे वर्णन करतोय. परंतु तुम्हाला ते स्वतः अनुभवायचं आहे. तुम्ही प्रतिक्रियेशिवाय सहजपणे दक्ष असायला हवे, फक्त माझ्या शब्दांचा पाठलाग नव्हे.

आपल्या आंतरिक उणीवा आहेत. त्या उणीवांपासून, उद्योग, ज्ञान, प्रेम अशा अनेक कृतींच्या माध्यमांद्वारे आपण निसटण्याचा प्रयत्न करीत असतो. आपण रेडिओ ऐकतो. नवीन पुस्तक वाचतो, एखाद्या कल्पनेच्या किंवा सद्गुणाच्या मागे लागतो, श्रद्धेचा स्वीकार करतो, स्वतःपासून पळण्यासाठी काहीही करतो. आपले विचार करणे हे वास्तवापासून पळण्याची प्रक्रिया असते आणि ही आतली पोकळी कधीतरी भरून काढता येते का, किंवा झाकता येते का? जेव्हा पळवाट शोधली जात नाही तेव्हाच हे लक्षात येईल- ते खूपच अवघड आहे. आपल्याला आपण पळत आहोत, आणि सर्व पळवाटा सारख्याच आहेत, त्यात आदरणीय पळवाट असे काही नाही हे लक्षात यायला हवे. सगळ्या पळवाटा- मद्यपानापासून देवपूजेपर्यंत, एकच आहेत. कारण वास्तव, म्हणजेच आपण आहोत, म्हणजेच आपले आंतरिक दारिद्र्य आहे, यापासून आपण पळत असतो आणि आपण जेव्हा खरोखर निसटण्याचे संपूर्ण थांबतो तेव्हाच एकाकीपणाच्या समस्येसमोर, आंतरिक अपुरेपणाच्या समोर उभे ठाकतो. जे कुठल्याही ज्ञानाने, अनुभवाने झाकता येत नाही. मगच तिथे ती समस्या समजण्याची व निवारण्याची शक्यता असते. हा एकाकीपणा, हा आंतरिक अपुरेपणा, ही फक्त ज्यांना सवड आहे व स्वतःबद्दल अभ्यास

करण्यापलीकडे ज्यांना काही करायचे नाही अशांचीच समस्या नाही; तर ही जगातील सर्वांचीच - श्रीमंत, गरीब, अति हुशार माणूस आणि बुद्धीने मंद असलेला माणूस- सर्वांचीच समस्या आहे.

ही आंतरिक पोकळी कधी झाकता येते का? तुम्ही प्रयत्न केला असेल आणि अयशस्वी झाला असाल तर तुमच्या लक्षात आले असेल की सर्व पळवाटा व्यर्थ आहेत, खरे ना? मानसिक अपुरेपणा हा कधीही झाकता येत नाही, भरून काढता येत नाही, तो गुणसंपन्न करता येत नाही. हे समजण्यासाठी तुम्हाला एका पळवाटेपासून दुसऱ्या पळवाटेकडे जाण्याची जरूरी नाही. एका पळवाटेचे संपूर्ण आकलन केल्याने पळवाटेची संपूर्ण प्रक्रिया समजेल, होय ना? मग काय होते? तुमच्याजवळ उरतो तो रितेपणा, एकाकीपणा आणि मग प्रश्न उद्भवतो - ज्याला एकाकीपणा वाटतो. तो त्या एकाकीपणापासून वेगळा असतो का? अर्थातच नाही. असे नाही की एखाद्याला पोकळीची जाणीव होते तर तो स्वतःच पोकळी असतो. ती व्यक्ती जिला पोकळी जाणवते आणि ती अवस्था जिला तो पोकळी म्हणतो, यातील वेगळेपणा हा त्या अवस्थेला नाव, खून दिल्याने निर्माण होतो. त्या अवस्थेला जर तुम्ही नाव दिले नाही तर तुम्हालाच समजेल की निरीक्षण व निरीक्षण केली गेलेली अवस्था हे वेगळे नाहीत. निरीक्षकच निरीक्षण - म्हणजे अपुरेपणा - असतो. दुसऱ्या शब्दात सांगायचे झाल्यास, जेव्हा नामकरण, परिभाषा देणे नसेल तेव्हा अनुभव व अनुभवणारा ह्यामध्ये एकात्मता असेल आणि मग एकाकीपणा, अपुरेपणा म्हणून टाळत असलेली अवस्था ही खरोखरच तशी आहे, की भीती जागविणाऱ्या 'एकाकीपणा' ह्या शब्दाला तो केवळ प्रतिसाद आहे, हे शोधण्यासाठी तुम्ही पुढचे पाऊल टाका.

भीती कशाने जागविली जाते - शब्दाने की वास्तवाने? वास्तव कधी भयानक असते का? की वास्तवाचा विचार भीतीला कारणीभूत असतो. ह्या सर्व प्रक्रिया जाणून त्याप्रमाणे तुम्ही चाललात तर तुम्हाला हे दिसून येईल की जर वास्तवापासून पळवाटेची इच्छाच नसेल तर तेथे भीती नसेल; आणि मग मन 'जे आहे' ते असण्यास घाबरत नाही. त्या अवस्थेमध्ये एकाकीपणाची, अपुरेपणाची भावना नसते - 'जे आहे' ते असते. आणि तुम्ही पुढे खोलात गेलात तर दिसेल की मन त्या अवस्थेचा नकार किंवा स्वीकार करत नाही आणि म्हणून ते स्तब्ध असते. मगच ज्याला एकाकी, अपुरे म्हटले जाते त्यापासून मुक्त होण्याची शक्यता असते. परंतु त्या अवस्थेप्रत येण्यासाठी आंतरिक अपुरेपणा, पळवाट, अवलंबन ह्यांची संपूर्ण प्रक्रिया समजणे आवश्यक आहे. तुम्हाला हे देखील समजले पाहिजे की ज्यापासून तुम्ही पळता त्यापेक्षा त्या पळवाटा आणि पळवाटांची साधने ही अधिक महत्त्वाची होतात. विचार करणारा आणि ज्याला तो एकाकीपणा म्हणतो ती अवस्था ह्यातील विभाजन तुम्हाला समजले पाहिजे आणि ती अवस्था केवळ शाब्दिक आहे की वस्तुस्थिती आहे हे तुम्ही स्वतःच शोधून काढले पाहिजे. ते जर शाब्दिक असेल तर विभाजन चालूच राहिल, परंतु त्याला तुम्ही जर नावच नाही दिले तर केवळ ती अवस्था राहिल तिला तुम्ही एकाकी म्हणून छाप मारणार नाही आणि मगच मन पलिकडे जाऊ शकेल आणि पुढील शोध घेऊ शकेल.

न्युयॉर्क, १९५०, भाषण ४

## मी पळ काढण्यातील विफलता पाहतो

असे पाहा, मी दुःख भोगतो आहे. मी हे एक उदाहरण म्हणून घेतो आहे. मी निरनिराळ्या कारणांनी दुःख भोगतो आहे. दुःखाच्या कारणामध्ये मला फारसा रस नाही. प्रत्यक्ष वस्तुस्थिती ही आहे की मी दुःख भोगतो आहे - माझा मुलगा, माझी पत्नी, माझा भाऊ, सारे काही माझ्यापासून काढून घेतले आहे आणि मी एकटा पडलो आहे. एकाकी, विलग, दुसऱ्याशी काहीही नाते नसलेला, माझ्या स्वतःच्या दुःखाने सीमित. आणि त्या दुःखाच्या कारणाला काही किंमत नाही हे माहीत असताना, मी स्वतःचा हे शोधून काढले आहे की केवळ दुःखाच्या कारणाने शोध म्हणजे दुःखाचा अंत करणे नव्हे. उलट, ते कालबद्ध असते, दुःखाच्या वास्तवापासून दूर जाणारे असते. आणि मला हे दिसते की माझ्या मनाला त्यापासून पळून जायचे असते. कारण त्याचा कशाशी संबंध आहे, त्याचे महत्त्व काय, त्याचा अर्थ काय, हे मला समजत नसते. म्हणून मनाला त्यापासून निसटायचे असते. तुम्हाला त्यापासून पळून जायचे नसते का? तुमचे सारे देव, तुमच्या करमणुकी, तुमची कर्मकांडे, तुमचे गीता वाचणे, उपनिषदे, जे कुठचे पुस्तक तुम्ही पवित्र म्हणत असाल ते - जे खरोखर अजिबात पवित्र नसते. तर ते छापलेले शब्द असतात, ज्यांना तुम्ही पवित्र बनविलेले असते आणि म्हणून तुम्ही त्यापासून पळवाट काढता, दुसऱ्या कशामध्ये दिलासा शोधण्याचा प्रयत्न करता. एखाद्या कल्पनेत दिलासा, चित्रामध्ये, संकल्पनेमध्ये, एखाद्या आशेमध्ये, पळवाट - 'जे आहे' त्याच्या वास्तवतेपासून दूर सरणे. प्रत्यक्ष 'जे आहे' त्यापासून हे दूर होणेच खुद्द दुःखाची सुरुवात असते. तेव्हा, मी हे पाहतो. म्हणजे पळून न जाण्याचा तो निग्रह नाही, तर पळवाट काही दुःखाची समस्या सोडवू शकत नाही ही वास्तवता आहे. याउलट, पळवाट काढणे हा विकारपूर्ण मनाचा व्यापार होतो. म्हणून ज्या मनाला या पळवाटांबद्दल आणि त्यांच्या फोलपणाबद्दल अंतर्दृष्टी असते, असे मन दुःखाच्या वास्तवाकडे परत फिरते. म्हणजे पळवाट असे काही नसते. असे नाही की मी पळून जायचे नाही असा निश्चय केला आहे, तर मी पळ काढण्यातील विफलता पाहत आहे.

मग मी हे देखील पाहतो की दुःखावर मात करण्याचा कुठलाही प्रकार म्हणजे वेगळ्या प्रकारे ऊर्जा वाया घालविणेच आहे. तुम्हाला ह्या सान्याचा अर्थ समजतोय का? तेव्हा, दुःखाच्या कारणाने शोधामध्ये होणारा ऊर्जेचा व्यय माझे मन पाहते, मनाने, विचाराने रचलेल्या अनेकविध पळवाटांमधील ऊर्जेचा व्यय. हजारो पळवाटा असतात. अतिसूक्ष्म रूपात आणि ते पाहताना, त्याची विफलता, निरुपयुक्तता पाहताना - कारण जे काही नेहमीच असते त्यापासून तुम्ही निसटू शकत नाही, तुम्ही ते झाकून ठेवू शकता, त्यापासून तुम्ही दूर पळून जाऊ शकता, परंतु ते तिथेच असते आणि म्हणून मन म्हणते, 'ठीक आहे, मी निसटणार नाही'. तेव्हा अर्थातच तेथे पळवाट नाही. तेव्हा त्यावर मात करणेही नाही, तर्कवितर्काने पटवून देणेही नाही, हे सारे पळवाटांचे वेगवेगळे प्रकार आहेत. आपण या समजण्यात एकमेकांना भिडत आहोत का? कृपया हे करा. केवळ वक्त्याचे बोलणे ऐकून घेणे नव्हे, तो काय म्हणतोय ते, तर ते शब्द ऐका, त्यातील अर्थ शोधून काढा, त्याचे काही महत्त्व आहे का हे शोधून काढा आणि आता इथे बसले असताना हे करा.

मग माझ्या मनाने काय मागे टाकले आहे? हे दुःखाचे वास्तव आहे, केवळ दुःख, वैयक्तिक दुःख नव्हे, तर सान्या मानवांचे अफाट

दुःख, सामुदायिक दुःख, जशी तिथे सामुदायिक निकृष्टावस्था आहे - हा देश ज्यात तरबेज आहे, ती निकृष्टावस्था. मी या देशाची दुसऱ्या देशाशी तुलना करीत नाही; मी तुलनेशिवाय या देशाच्या वस्तुस्थितीचे प्रतिपादन करीत आहे. 'इतर देशांचा न्हास होत नाही का?' असा प्रश्न विचारू नका. तसे खचितच होत आहे, परंतु आपण भारताबद्दल, तुमच्याबद्दल बोलत आहोत. तेव्हा, तुम्ही जेव्हा म्हणता की इतर देशही निकृष्ट आहेत, तेव्हा तुम्ही निकृष्ट होत आहात या वस्तुस्थितीपासून तुम्ही फक्त पलायन करीत असता, तिला टाळत असता. हे म्हणजे जसे एखाद्या राजकारण्याला म्हणावे, 'तुम्ही भ्रष्ट नाही का?' आणि त्याने म्हणावे, 'आम्ही त्या दुसऱ्या देशाइतके भ्रष्ट नाही.' (हशा) होय, तुम्ही हसता. हे हसणेच दर्शविते की तुम्ही तुमच्या आयुष्यातील भ्रष्टाचाराला सामोरे जात नाही आहात.

तर मग, काय घडले आहे? माझे मन, जे दुःखी आहे, त्याला एक जबरदस्त धक्का बसला आहे. आणि तो त्यातून सुटका करण्याचा, त्याच्यापासून पळून जाण्याचा, त्याला टाळण्याचा प्रयत्न करीत आहे आणि या पळवाटा, ही टाळाटाळ, हे त्यापासून दूर पलायन, हा ऊर्जेचा व्यय आहे आणि मनाला दुःख समजून घेण्यासाठी ऊर्जेची, चेतनेची गरज असते. आपण हे करीत आहोत का? तुम्ही जर हे करीत नसाल तर माझ्या बोलण्याला काही अर्थ नाही. ही फार गंभीर बाब आहे. तेव्हा काय घडते? तेथे काहीही पळवाट नाही, तर्कवितर्क नाही, 'हे माझे कर्म आहे,' असे मी म्हणत नाही, पण त्याने वस्तुस्थितीची उकल होत नाही. तेव्हा शाब्दिक किंवा सैद्धांतिक अशी कुठलीही पळवाट नाही. मग तुम्ही काय मागे टाकलेले असते? आपल्याला जे दुःख वाटत असते, ते दुःख उलगडू शकणारी कोणी व्यक्ती असते का? तुम्हाला समजतंय का? पाहा, मी आता अजिबात पळ काढीत नाही आहे. मी सान्या पळवाटा संपविल्या आहेत. माझ्यामध्ये अशी काही हालचाल आहे का, एक विचार आहे का जो म्हणतो, 'मला याच्या पलिकडे गेले पाहिजे. मी हे सहन करू शकत नाही, मला याच्या पलिकडे गेले पाहिजे, मी हे संपविले पाहिजे'? याचा अर्थ ही चीज दुःखापासून भिन्न आहे. बरोबर? आणि ती व्यक्ती दुःखापासून वेगळी आहे का, की ती व्यक्तीच दुःख आहे? म्हणून, जेव्हा ती व्यक्तीच दुःख असते तेव्हा तिथे द्वंद्व नसते. त्यामुळे तिथे पळवाट नसते आणि मग काय घडते? शारीरिकदृष्ट्या, मानसिकदृष्ट्या जेव्हा पळवाट नसते, कारण शोधून काढणे नसते, टाळाटाळ नसते आणि खुद्द जी व्यक्ती दुःखाला समजून घेण्याचा प्रयत्न करीत असते तीच दुःख असते, हे दिसल्यानंतर काय घडते? ह्याचे पाठांतर करू नका. मग तो दुसऱ्याकडून घेतलेल्या, ज्यात काही नवनिर्मिती नाही, अशा तुमच्या आयुष्याचा आणखीन एक धडा होईल. ह्या वेदनेच्या वास्तवापासून, ह्या अस्वस्थतेच्या भावनेपासून, ह्या दुःखाशी असलेल्या अतिपरिचयापासून निसटण्याची विचाराची सारी हालचाल जेव्हा कुठल्याही पळवाटेच्या अभावी, त्या वास्तवासाठी पूर्णपणे लय पावते तेव्हा त्यातून काय घडते?

विचाराने रचलेल्या कुठल्याही पळवाटेशिवाय जेव्हा दुःख असते... तेव्हा त्या दुःखातून उत्कटता येते आणि त्या उत्कटतेला कारण नसते. तेच यातील सौंदर्य आहे, त्यामागील कारण नाही. ती उत्कटता वैयक्तिक नाही. कारण दुःख हे एखाद्या व्यक्तीपुरते मर्यादित

## ‘द स्कूल- KFI’ कडून विशेष आवाहन

‘द स्कूल - KFI’ ही कृष्णमूर्तीनी स्थापन केलेली भारतातील तिसरी शाळा आहे. १९७३ साली चेन्नई येथे सुरू केलेली ही शाळा त्या प्रांतातील शिक्षण जगतात एक संवेदनशील आणि सर्जनशील शाळा म्हणून ओळखली जाते.

कृष्णमूर्तीनी स्वतःच ही शाळा थिऑसॉफिकल सोसायटीच्या दामोदर गार्डन्सच्या परिसरात स्थापन करावयाचे सुचविले होते. त्यांनी तिचे नामकरण केवळ ‘द स्कूल’ असे केले आणि शाळेच्या इमारतीच्या पायाभरणी समारंभात त्यांनी भाग घेतला. त्यावेळी ते म्हणाले की, विस्तीर्ण सागराच्या लाटांबरोबर संतपणे पुन्हा पुन्हा येत राहणाऱ्या वाळूच्या कणांप्रमाणे ही शाळा सुद्धा अथांग जीवनातून प्रेरणा घेत सतत वाढत राहू दे. बाहेरदेशी असतानाही त्यांनी शाळेशी संपर्क ठेवला. १९८० साली त्यांनी शाळेतील मुलांना उद्देशून भाषण केले.

गेली ३३ वर्षे ही शाळा दामोदर गार्डन्स येथे कार्यरत आहे. शाळेची ही जागा थिऑसॉफिकल सोसायटीने कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडियाला भाड्याने दिली आहे. ह्या भाडेपत्राची मुदत २०१४ साली संपत आहे आणि ते पुन्हा चालू राहणार नसल्याने आता ही शाळा नवीन जागी हलविण्याचे जबरदस्त कठीण काम शाळेपुढे उभे ठाकले आहे.

चेन्नईसारख्या गजबजलेल्या नगरीमध्ये योग्य अशी पर्यायी जागा शोधणे तितकेसे सोपे नाही. सध्या फाउंडेशन अतिशय तातडीने दोन

ते पाच एकर जागेचा शोध घेत आहे आणि सुमारे २० कोटी रुपयांचा द्रव्यनिधी उभा करण्याचा प्रयत्न करीत आहे.

म्हणून फाउंडेशन आपल्या साऱ्या स्नेह्यांना आणि हितचिंतकांना मनःपूर्वक विनंती करीत आहे की, अशा अतिशय निर्णायक आणि निकट परिस्थितीत आपण फाउंडेशनचा सहभाग करून शिक्षणाचे कार्य चालू राहण्यासाठी उदारहस्ते मदत करावी.

यासाठी हातभार लावू इच्छिणाऱ्यांनी ‘कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडिया,’ चेन्नईच्या नावे चेक पाठवावा. ही रक्कम द स्कूलच्या नवीन जागी स्थापनेसाठी (The School Relocation Fund) असलेल्या द्रव्यनिधीसाठी आहे असे निर्देश करू शकता किंवा तुम्ही थेट बँकेच्या खात्यात आपली देणगी पाठवू शकता आणि फाउंडेशनच्या सेक्रेटरींना तसे कळवू शकता.

आयकर कायद्याच्या 80G कलमाखाली अशी देणगी उत्पन्नातून वजा होणाऱ्या रकमेस पात्र असते.

### Account Name :

Krishnamurti Foundation India

**Bank Name :** HDFC Bank

### Bank Address :

R. A. Puram, Chennai - 600028

### Account Type No. :

Saving account No. 01411450000021

**MICR Code No.:** 600240012

**RTGS/NEFT Code No.:** HDFC 0000141

**Swift Code No.:** HDFCINBBXXX

जे. कृष्णमूर्ती यांची शिकवण सर्वापर्यंत पोहोचविण्यासाठी ‘कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडिया’ ही संस्था कार्यरत आहे. फाउंडेशनने चेन्नई, ऋषी व्हॅली, बंगलोर, मुंबई, वाराणसी आणि सह्याद्री 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) २४९३७८०३/७५९६,

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,

बॉम्बे एक्झिक्युटिव्ह कमिटी, हिम्मत निवास,

३१, डोंगरसी मार्ग, मलबार हिल,

मुंबई-४००००६. दूरध्वनी - २३६३३८५६

ई-मेल : kfimumbai@gmail.com

‘अंतरलहरी’ ही वृत्तपत्रिका दर चार महिन्यांनी प्रसिद्ध होणारी पत्रिका आहे. कृष्णमूर्तीच्या 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.

पृष्ठ ७ वरून...)

नसते, तर साऱ्या मानवतेचे प्रचंड दुःख असते. मानवतेचे अफाट दुःख अजिबात वैयक्तिक नसते. दुःखाच्या या प्रश्नावर गहनतेने चिंतन करून, त्याचे आकलन करून येणारी उत्कटता जर माझ्यामध्ये असेल, तरच मला मानवतेच्या अफाट दुःखाचे आकलन होईल. मग उत्कटता वैयक्तिक नसेल आणि त्या उत्कटतेशिवाय सर्जनशीलता नसते. तुम्ही चित्रे काढाल, कविता लिहाल, तुम्ही तुमच्या हातांनी किंवा मनाने सर्व प्रकारच्या कौशल्यपूर्ण गोष्टी कराल. परंतु दुःखातून येणाऱ्या त्या उत्कटतेशिवाय तिथे सर्जन नसते.

मद्रास, १९७४, भाषण ३

कृष्णमूर्तीविषयीच्या काही वेबसाईट्स:

www.jkrishnamurti.org

www.kfionline.org

www.kfa.org

www.kfoundation.org

www.kinfonet.org

Published in January, May, September

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

Periodical

If undelivered please return to :

**Krishnamurti Foundation India**

Bombay 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