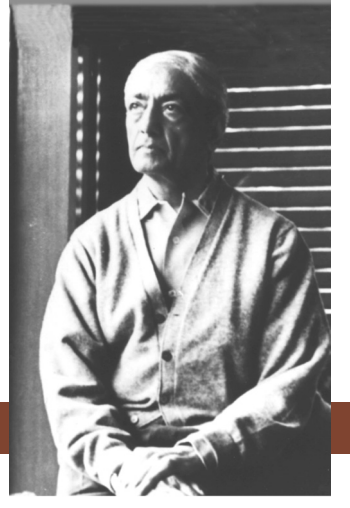


अंतरलहरी

कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडिया, मुंबई

जानेवारी - एप्रिल २०१८ वर्ष ११ अंक १ पृष्ठ ८ रु. २/-



विचाराचा स्पर्श न झालेला परमानंद, अत्यानंद असा असतो का?

तो गृहस्थ आपली पत्नी व मुले अशा परिवारासह आला होता. तो फारसा श्रीमंत नसावा, पण त्यांचे कपडे चांगले होते आणि ते सर्व जण खाऊन पिऊन सुखी दिसत होते. काही वेळ मुले शांतपणे बसली होती. पण त्यांना बाहेर जाऊन खेळा म्हणून सुचविताच उड्या मारीत उत्सुकतेने ती दाराबाहेर पसार झाली. त्यांचे वडील कुठे तरी अधिकारी होते. एक कर्तव्य म्हणून तो ती नोकरी करीत होता एवढेच. त्याने विचारले:

‘सुख म्हणजे काय असते आणि ते जन्मभर का टिकत नाही? काही फार मोठ्या सुखाचे क्षण मी अनुभविले आहेत आणि अर्थात तीव्र दुःखही भोगले आहे. मी सुखातच राहण्याची धडपड केली आहे. पण त्याबरोबर दुःख हे नेहमी असतेच. मग सुखातच राहणे शक्य आहे का?’

सुख म्हणजे काय? प्रत्यक्ष सुखी असताना आपल्याला ते कळते की ते ओसरल्यानंतर थोड्या वेळाने कळते? सुख म्हणजे इंद्रियजन्य सुख असते का? आणि हे तरी सतत टिकू शकते का?

‘माझ्यापुरते तरी मला जे सुख म्हणून माहीत आहे त्यात इंद्रियांचे सुख किंवा चैन यांचा एक भाग असतो असे मला वाटते. मौजमजा वगळून मी सुखाची कल्पनाच करू शकत नाही. मौजमजा करणे हा मानवाचा उपजत स्वभाव आहे आणि ती जर वजा केली तर सुख कसे काय मिळणार?’

आपण सुखाच्या प्रश्नाचा चौकसपणे शोध घेत आहोत, होय ना? आणि या चौकशीबाबत आपण जर काही गृहीत धराल किंवा काही निश्चित मत असेल तर आपल्याला फारसे पुढे जाता यावयाचे नाही. गुंतागुंतीच्या मानवी प्रश्नात शिरण्यासाठी अगदी आरंभापासून स्वतंत्रता हवी. ती जर आपल्याला नसेल तर आपण खुंटाला दोरीने बांधून ठेवलेल्या प्राण्यासारखे बद्धच असाल आणि दोरी जेवढी लांब असेल तिथपर्यंतच आपण पुढे सरकू शकू आणि नेहमी असेच घडत असते. आपल्यापाशी संकल्पना, सूत्रे, श्रद्धा किंवा अनुभव असतात, आणि ते आपल्याला जखडून ठेवतात. त्यांच्याच आधाराने आपण भोवताली पाहण्याचा, शोध घेण्याचा प्रयत्न करतो आणि साहजिकच खोलवर शोध घेण्यास याचा अडथळा येतो. म्हणून असे सुचवावेसे वाटते की काहीही गृहीत धरू नका, श्रद्धा बाळगून चालू नका, तर अगदी स्पष्टपणे पाहणारी दृष्टी ठेवा. जर सुख म्हणजे मौजमजा असेल तर त्याबरोबर दुःखही येतेच. इंद्रियसुख हे दुःखापासून आपण वेगळे करू शकत नाही. ती दोन्ही नेहमी जोडीनेच असतात ना?

‘मग इंद्रियसुख म्हणजे काय? आणि सुखसमाधान म्हणजे काय?’

आपण जर फूल तपासताना त्याच्या सर्व पाकळ्या एकेक करून खुडून टाकल्यात तर फूलच उरणार नाही. आपल्या हातात फक्त फुलाचे तुकडे राहतील आणि या तुकड्यांनी काही फुलाचे सौंदर्य साकारत नसते. म्हणून या प्रश्नाकडे पाहताना आपण बौद्धिकदृष्ट्या विश्लेषण करणार

नाही. कारण त्यामुळे सारा प्रकार शुष्क, अर्थशून्य आणि पोकळ होऊन जाईल. आपण या प्रश्नाकडे अतिशय कळकळीच्या दृष्टीने समंजसपणे पाहणार आहोत. म्हणून कृपया त्याचे विच्छेदन करू नका आणि हाती काही न लागता परत जाऊ नका. विश्लेषण करणारे मन बाजूस ठेवा.

विचारच इंद्रियसुखाला प्रोत्साहन देतो ना? विचार हा त्याला सातत्य देऊ शकतो. ते सुख पुष्कळ काळ टिकेल असा आभास निर्माण करू शकतो आणि त्याला आपण सुख असे नाव देतो. त्याचप्रमाणे विचार हा दुःखालाही सातत्य देऊ शकतो. विचार म्हणतो, ‘हे मला आवडते, ते मला आवडत नाही; हे मला ठेवावेसे वाटते, ते मला टाकून द्यावेसे वाटते.’ पण दोन्हीची निर्मिती विचारानेच केलेली असते, आणि परिणाम असा होतो की मग सुख हेही विचाराचाच विषय होऊन बसते. ‘मला त्या सुखाच्या अवस्थेत राहावेसे वाटते’ असे जेव्हा तुम्ही म्हणता, तेव्हा तुम्ही स्वतः तो एक विचारच असता, आणि ज्याला तुम्ही सुख म्हणता ते सुद्धा पूर्वानुभवाच्या स्मृतीरूपाने तुम्ही स्वतःच असता.

विचार म्हणजे भूतकाळ आणि तो आता असे म्हणत आहे की, “मला मिळालेल्या सुखाच्या अवस्थेतच मी राहू इच्छितो”. यातच तुम्ही मृत अशा गतकाळाला वर्तमानात वास्तवता बहाल करता आणि ते उद्या निसटून जाईल अशी भीतीही बाळगता. अशा प्रकारे तुम्ही सातत्याचे एक चक्र निर्माण केलेले आहे. या सातत्याची पाळेमुळे गतकालाच्या राखेत असल्यामुळे ती जिवंत अशी गोष्ट नसते. राखेत तर काहीही उमलत नाही. आणि विचार ही एक राखच आहे. म्हणजेच थोडक्यात असे की सुख हा आपण विचाराचा विषय बनवलेला आहे आणि तुम्हालाही तो तसाच वाटतो.

पण सुखोपभोग, वेदना, सुख आणि दुःख याहून वेगळे असे काही आहे का? विचाराचा स्पर्श न झालेला परमानंद, अत्यानंद असा असतो का? कारण विचार हा क्षुद्र असतो. त्यात अभिनव असे काहीही नसते. हा प्रश्न विचारण्यात विचाराने स्वतःचेच विसर्जन केले पाहिजे. जेव्हा विचार स्वतःचे विसर्जन करतो तेव्हा त्यात विसर्जनाचे असे स्वतःचे वळण असते आणि तोच तपःपूर्ततेचा प्रसाद (Grace of Austerity) असतो. मग तपःपूर्तता कठोर आणि क्रूर होत नाही. कठोर तपःपूर्तता म्हणजे सुख आणि चैन यांच्या विरुद्धची प्रतिक्रिया असलेल्या विचाराचे अपत्य असते.

विचाराला स्वतःमधील धोक्याचे आकलन झाल्यामुळे विचारच स्वतःचे विसर्जन करतो आणि या पूर्ण विसर्जनातूनच मनाचे सर्व व्यापार स्तब्ध होतात. ती खरोखरच निखळ अवधानतेची अवस्था असते, आणि त्यातूनच शब्दातीत असा परमानंद, अत्यानंद उद्भवतो. जेव्हा तो शब्दात पकडण्याचा प्रयत्न केला जातो तेव्हा ती अत्यानंदाची अवस्था राहत नाही.

एकमेव परिवर्तन

सुख व आनंद हे शब्द बऱ्याच वेळा समान अर्थाने वापरले जातात. कृष्णमूर्ती त्यात स्पष्ट फरक करतात आणि पारंपरिक तत्त्वज्ञानातही 'आनंद' ह्या शब्दाला वेगळा आयाम आहे.

सुखाच्या मागे इच्छा असते जी विचाराने निर्माण केलेली असते, स्मृतीने जोपासलेली असते. आनंद तेव्हा असतो जेव्हा विचाराचा अंत असतो. आनंदाला विचाराचे बंधन नसते. तो मुक्त असतो, तो अनंत असतो. सुखाला विचारांचा विळखा असतो, ते मिळवताना माणसाला अनेकदा अशिष्ट मार्गांचे अवलंबन करायला लागते. ते सुख संपत राहते व अधिक मिळवण्यासाठी धडपड चालू राहते. हे दुष्ट चक्र चालूच राहते.

आनंदामध्ये धडपड नसते, पण ऊर्जा असते जिचे रूपांतर करूणेत होते. हे सर्व सुंदर आहे. हे शब्दापलीकडचे आहे. आपल्यासारख्या शब्दात अडकलेल्या माणसांना हे समजण्यासाठी बराच प्रवास करायचा आहे.

आनंद हा दुःखाच्या विरुद्ध अर्थाची गोष्ट आहे का?

प्रश्न: सुख म्हणजे काय? या प्रश्नाचा शोध घेण्याचा मी नेहमी प्रयत्न केला. पण काय कोणास ठाऊक, आतापर्यंत मला ते नीटसं साधलंच नाही. मी लोकांना अनेक प्रकारे मौजमजा करून आनंद उपभोगताना पाहतो, आणि ते करतात त्या बऱ्याच गोष्टी पोरकट व अपरिपक्व असतात. मला वाटते की ते त्यांच्या परीने आनंदी असतात. परंतु मला एक वेगळ्या प्रकारचा आनंद हवा आहे. मला कधीकधी एक वेगळीच सूचना मिळते की मला तो आनंद मिळण्याची शक्यता आहे; परंतु आतापर्यंत काही कारणांनी तो नेहमीच हातून निसटत राहिला आहे. मला खरोखर तो संपूर्ण आनंद वाटण्यासाठी मी काय करावे?

कृष्णमूर्ती: तुम्हाला आनंद हीच एक परमावधी आहे असं वाटतं का? की सूझपणाने जगत असताना त्या अनुषंगाने त्याची प्रचीती येते?

प्र: मला वाटते आनंद हीच परमावधी आहे; कारण जर आनंद असेल तर जे आपण करू त्यामध्ये संतुलन असेल; मग गोष्टी प्रयत्नाशिवाय, सहजपणे, संघर्षाशिवाय केल्या जातील. मला खात्री आहे की जे काही ह्या आनंदातून केले जाईल ते योग्यच असेल.

कृ: परंतु असे आहे का? आनंद हे साध्य आहे का? सद्गुण हे साध्य नाही. तसे असते तर ती एक क्षुल्लक गोष्ट झाली असती. तुम्ही आनंदाचा पाठपुरावा करू शकता का? आणि तुम्ही आनंदाच्या मागे धावलात तर सर्व प्रकारच्या सुखोपभोगांमध्ये, मनाला कशात तरी गुंतवण्यामध्ये तुम्हाला त्या आनंदाची नक्कल सापडेल. हे सुख आहे; सुख आणि आनंदाचे एकमेकांशी काय नाते आहे?

प्र: हा प्रश्न मी स्वतःला कधीच विचारला नाही.

कृ: ज्या सुखाच्या मागे तुम्ही धावता त्याला अज्ञानामुळे तुम्ही आनंद म्हणता, तुम्ही सुखामागे धावता तसे आनंदामागे धावू शकता का? सुख म्हणजेच आनंद आहे का, हे आपल्याला नक्कीच कळले पाहिजे; हे अगदी स्पष्ट व्हायला हवे. सुख म्हणजे उपभोग, समाधान, चैन, मनोरंजन आणि उद्दीपन. आपल्यापैकी बरेच जण सुखालाच आनंद समजतात, आणि मोठ्या सुखाला मोठा आनंद मानतात. आनंद हा दुःखाच्या विरुद्ध अर्थाची गोष्ट आहे का? तुम्ही दुःखी, असंतुष्ट आहात म्हणून आनंद शोधता का? आनंदाच्या विरुद्ध असे काही असू शकते का? प्रेमाच्या विरुद्ध काही असते का? तुमचे सुखाविषयीचे प्रश्न हे तुम्ही दुःखी असल्यामुळे आहेत का?

प्र: जगातील इतर लोकांप्रमाणे मी दुःखी आहे, आणि साहजिकच मला ते नको आहे, आणि हेच मला सुखाच्या मागे धावायला भाग पाडते.

कृ: म्हणजे आनंद हा तुमच्यासाठी दुःखाच्या उलट आहे. तुम्ही आनंदी असाल तर तुमची धडपड थांबेल; म्हणून आनंद महत्त्वाचा नाही तर दुःखाचा अंत महत्त्वाचा आहे; हीच मुख्य समस्या आहे. खरं ना?

तुम्ही आनंदाविषयी विचारता कारण तुम्ही दुःखी आहात, आणि आनंद हा दुःखाच्या उलट आहे का ह्या प्रश्नाचा विचार केल्याशिवाय हा प्रश्न तुम्ही विचारत आहात.

प्र: तुम्हाला तसे म्हणायचे असेल तर ठीक आहे. ज्या दुःखात मी आहे त्यातून मी कसा सुटेन ह्याचीच मला खरे तर खंत आहे.

कृ: महत्त्वाचे काय आहे - दुःख समजून घेणे की सुखाचा पाठलाग करणे? तुम्ही सुखाचा पाठलाग करता तेव्हा ती दुःखापासून पळवाट असते, म्हणून दुःख तिथेच असते, ते झाकलेले किंवा लपवलेले असेल, परंतु नेहमीच आतमध्ये ठुसठुसणाऱ्या फोडासारखे असते. आता ह्यापुढे तुम्हाला काय म्हणायचे आहे?

प्र: आता माझा प्रश्न आहे - मी का दुःखी आहे? मला हवे असलेले उत्तर देण्याऐवजी तुम्ही अगदी व्यवस्थितरित्या मला माझी खरी अवस्था दाखवली. आता माझ्यापुढे समस्या आहे की ज्या अवस्थेत मी आहे त्यातून कसा बाहेर पडेन?

कृ: तुमच्या दुःखातून बाहेर पडायला एखादी बाह्य गोष्ट तुम्हाला मदत करू शकेल का? ती बाह्य मदत म्हणजे देव असेल, गुरू, मादक पदार्थ किंवा देवदूत असेल? की मग दुःख म्हणजे काय आहे हे समजून त्यावर थेट कृती करण्याची प्रज्ञा आपल्याजवळ असेल?

प्र: तुमच्याकडून मदत होईल ह्या अपेक्षेने मी आलो, तुम्ही स्वतःला बाह्य मदत म्हणा हवे तर पण मला मदत हवी, कोण मदत करते ह्याची मला पर्वा नाही.

कृ: मदत करणे व मदत घेणे ह्यात अनेक गोष्टी सामावलेल्या आहेत. तुम्ही आंधळेपणाने मदत स्वीकारलीत तर तुम्ही ह्या ना त्या अधिकारात अडकाल - जसे भीती, आज्ञाधारकपणा. तुम्ही मदत घेण्यापासून सुरुवात कराल तर तुम्हाला मदत मिळणार नाही कारण ह्यात कोणी मदत करूच शकत नाही, उलट त्यातून समस्येमागून समस्या येतील; कधी नव्हता तेवढे चिखलात रुताल.

प्र: ...आता माझा प्रश्न आहे - मला ते शहाणपण येईल का ज्यामुळे दुःखाची समस्या सुटेल व आनंद मिळेल?

कृ: शहाणपण हे त्याच्या कृतीपासून वेगळे आहे असे तुम्ही समजताय, समस्या पाहणे व समजणे ही शहाणपणाची कृती आहे. त्या दोन वेगळ्या गोष्टी नाहीत, किंवा एक आधी येईल व मागून दुसरी येईल अशा त्या वेगळ्या गोष्टी नाहीत. असे नाही की तुम्हाला आधी शहाणपण येईल व मग समस्या सोडवायला ते वापरता येईल. तुम्ही जेव्हा म्हणता आधी क्षमता मिळवा व मग ती वापरा, किंवा संकल्पना, तत्त्वे आधी, मग त्यांचे उपयोजन, तेव्हा तो विचार करण्यामधील एक आजार असतो, म्हणजेच प्रज्ञेचा अभाव व समस्यांचा उद्भव. हे खंडित होणे झाले.

आपले जगणे हे असेच आहे आणि म्हणून आपण सुख-दुःख, द्वेष-प्रेम ह्यांबद्दल बोलत असतो.

प्र: कदाचित भाषेच्या रचनेत ते अंतर्भूत असेल.

कृ: कदाचित तसे असेल पण त्याला खूप महत्त्व देऊन त्याचा बागुलबुवा करून मूळ मुद्द्यापासून आपण ढळू नये. प्रज्ञा आणि प्रज्ञेची कृती - जे म्हणजेच दुःखाच्या समस्येचे आकलन आहे - ह्या दोन गोष्टी अविभाज्य आहेत, त्या एकच आहेत. दुःखाचा अंत वा आनंदाची प्राप्ती ह्यापासून ते वेगळे नाही.

प्र: प्रज्ञा कशी प्राप्त होईल?

कृ: जर तुम्हाला खरोखर समजले तर 'बघणे' हीच प्रज्ञा आहे, हेही तुम्हाला कळेल. 'बघणे' ही एकच गोष्ट तुम्ही करू शकता. परंतु हे बघण्यासाठी तुम्ही बुद्धीला खतपाणी घालून तिची जोपासना करू शकत नाही. 'बघणे' ही बुद्धीची मशागत नव्हे. 'बघणे' हे सुख-दुःखापेक्षा, प्रज्ञेपेक्षा खूप मोठे आहे. येथे फक्त 'बघणे' किंवा 'न बघणे' एवढेच घडू शकते. बाकी सर्व - सुख-दुःख, प्रज्ञा - हे फक्त शब्द आहेत.

प्र: मग हे बघणे आहे तरी काय?

कृ: 'बघणे' - म्हणजे विचार परस्पर-विरोधार्थी गोष्टी कशा निर्माण करतो हे समजणे. विचार जे निर्माण करतो ते खरे नाही. बघणे म्हणजे विचारांचे गुणधर्म, स्मृती, संघर्ष, संकल्पना ह्यांचे गुणधर्म बघणे, समजणे. ही सर्व एक समग्र प्रक्रिया म्हणून बघणे म्हणजे आकलन होणे; हीच प्रज्ञा. समग्रतेने बघणे म्हणजे प्रज्ञा. अंशाअंशाने बघणे म्हणजे प्रज्ञेचा अभाव...

...आता, तुम्हाला दुःखाची समस्या आहे. ती संपूर्णपणे बघा. त्याचबरोबर तुमची सुखी होणाची इच्छा बघा, आणि विचार विरोधार्थी गोष्टी कशा निर्माण करतो ते पण बघा. सुखाचा शोध आणि सुखप्राप्तीसाठी मदत

मिळवण्याची धडपडही बघा. निराशा बघा, आशा, भीती बघा. हे सर्व संपूर्ण समग्रतेने बघा, वेगवेगळे करून नाही. हे आता ह्या क्षणी बघा. तुमचे संपूर्ण ध्यान देऊन बघा.

The Urgency of Change

संतोष हेतुमुक्त असतो

बाजारात काही दमड्या मोजून तुम्ही सुख विकत घेऊ शकता. स्वतःसाठी वा अन्य कुणाहीसाठी परमानंद मात्र विकत घेता येत नाही. सुख हे कालबद्ध असतं. केवळ संपूर्ण मुक्तीतच परमानंद अस्तित्वात येतो. सुख अनेक मार्गांनी शोधता व प्राप्त करता येतं. पण ह्या गोष्टी येत-जात राहतात. परमानंद म्हणजे संतुष्टीचा एक विलक्षण भाव, त्याला कोणताही उद्देश चिकटलेला नसतो. त्याचा शोध घेता येऊच शकत नाही. एकदा तो लाभला, की मग तुमच्या मनाच्या लक्षणानुसार तो कालातीत, हेतुमुक्त राहतो, त्याला काळाने मोजताच येत नाही. ध्यानात सुखाचा ध्यास किंवा आनंदाचा शोध अंतर्भूत नसतो. याउलट ध्यान ही मनाची अशी अवस्था असते जीमधे कोणत्याही संकल्पनेचा, मंत्राचा, सूत्राचा लवलेश नसतो, त्यामुळेच तिथे निरामय मुक्ती असते. अशा मनातच न शोधता, न बोलावता परमानंदाचा उद्भव होतो. ह्या परमानंदाचा उदय झाला, की सभोवतालच्या जगात भरून राहिलेला कोलाहल, सुखलोलुपता, क्रौर्य तुमच्या मनाला स्पर्श करू शकत नाही. संघर्ष सरून जातो. परंतु संघर्षसमाप्ती ही संपूर्ण मुक्ती असेलच असं नव्हे. 'ध्यान' म्हणजे मनाचं ह्या मुक्तावस्थेत वावरणं. परमानंदाच्या ह्या उन्मेषाने दृष्टी निर्मळ होते. मग प्रेम ही परमधन्यता असते.

मेडिटेशन्स १९६९ - भाग १०

कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडिया, वसंतविहार, १२४, १२६, ग्रीनवेज रोड, चेन्नई - ६०० ०२८. • दूरध्वनी : ०४४०-२४९३७८०३/२४९३७५९६

• ईमेल : info@kfionline.org • वेबसाईट : www.kfionline.org • कृष्णमूर्तीच्या भाषणांच्या आणि संवादांच्या अनेक डिव्हाईज आता आपण ऑर्डर पाठवून मागवू शकता. ही यादी वेबसाईटवर उपलब्ध आहे. • दर महिन्याच्या तिसऱ्या शुक्रवारपासून रविवार संध्याकाळपर्यंत निवासी अध्ययन शिबिरे आयोजित केली जातात.

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

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

०८-११ फेब्रुवारी २०१८ Silence, Stillness & Meditation

२४-२५ फेब्रुवारी २०१८ Education Seminar

०८-११ मार्च २०१८ Exploring Stress, Worry, Tension & Conflict

०५-८ एप्रिल २०१८ Karnataka JK Adhayana Shibra:(in Kannada & English) Understanding Relationship in daily life

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

दूरध्वनी: ०५४२ - २४४१२८९ / २४४०३२६ • ईमेल : studycentre@rajghatbesantschool.org • वेबसाईट : www.rajghatbesantschool.org

०१-०४, एप्रिल २०१८ सजगता और हमारा दैनिक जीवन

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.jkrishnamurtionline.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, तेलंगा बझार, कटक - ७५३००९, ओरिसा.

दूरध्वनी : (०६७१) ६४१७९९० • ईमेल : kficuttackcentre@gmail.com • वेबसाईट : www.kficc.org

कृष्णमूर्ती अध्ययन केंद्र, बदलापूर: आनंद-विहार, जे. कृष्णमूर्ती सेल्फ एज्युकेशन सोसायटी, जांभळघर, राहाटोली गावाजवळ, बदलापूर (प.), ता. ठाणे, पिनकोड - ४२१५०३. दूरध्वनी : (०२२) २६६००२२४, २४२२३१९९ • ईमेल : jksesbadlapur@gmail.com • वेबसाईट : www.jkses.org

वार्षिक संमेलन २०१७

कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडियाचे वार्षिक संमेलन ११ ते १४ नोव्हेंबर, २०१७ या दरम्यान सहाद्री एज्युकेशन सेंटर येथे आयोजित करण्यात आले होते. संमेलनाचा विषय होता, ‘The Common Ground of Humanity’ (मानवतेचा सामायिक वारसा) देशभरातून अनेक अभ्यासक तसेच KFI शाळांमधील शिक्षक व इतर मंडळी संमेलनात सहभागी झाली होती.

दर दिवशी सकाळच्या सभेत व्याख्यात्यांची मुख्य विषयावर आधारित भाषणे झाली. भाषणांनंतर प्रश्नोत्तरेही झाली. श्री. स्टीफन स्मिथ, श्री. कबीर जयतीर्थ, श्री. कंदास्वामी व डॉ. शैलेश शिराळी हे वक्ते होते. विषयासूत्र एकच असले तरीही प्रत्येक वक्त्याने त्या विषयाचा आपला स्वतःच्या अर्थबोध आपल्या भाषणातून व्यक्त केला. ‘तुमची जाणीव ही संपूर्ण मानवतेची जाणीव आहे,’ ह्या कृष्णजींच्या गहन विधानाच्या अनेक पैलूंवर या भाषणांमधून प्रकाश पडला आणि

स्वतःला आणि जगाला समजून घेण्याच्या प्रश्नाची मिमांसा करण्यास चालना मिळाली.

संमेलनात लहान गटांमधून चर्चासत्रांचे आयोजन करण्यात आले होते. विषयानुरूप कृष्णमूर्तीच्या भाषणांच्या व्हिडिओ फिल्म्स दाखविण्यात आल्या. दुपारच्या दोन सभांमध्ये फाउंडेशनच्या जेष्ठ पदाधिकाऱ्यांनी फाउंडेशनच्या शाळा, अध्ययन केंद्रे, विविध प्रकाशने आणि भाषंतरांबद्दल माहिती देत अभ्यासकांशी संवाद साधला. ह्या सभांनाही अभ्यासकांनी मोठ्या संख्येने उपस्थित राहून चांगला प्रतिसाद दिला. १२ नोव्हेंबर रोजी कर्नाटक शैलीतील शास्त्रीय संगीत क्षेत्रातील प्रसिद्ध गायक श्री. टी. एम. कृष्णा यांच्या सुश्राव्य गायनाचा अनुभव श्रोत्यांना मिळाला.

या संमेलनातील कार्यक्रमाचे ध्वनीमुद्रण ऐकण्यासाठी सहाद्री अध्ययन केंद्राच्या <https://kscskfi.com> या संकेतस्थळास भेट द्यावी.

प्रो. पद्मनाभन् कृष्णा यांची व्याख्याने

४ नोव्हेंबर २०१७ रोजी मुंबईतील लोअर परळ भागातील ‘द इंटिग्रल स्पेस’ येथे प्रो. पद्मनाभन् कृष्णा यांनी ‘कृष्णमूर्ती आणि जगण्याची कला’ या विषयावर व्याख्यान दिले. आपले नित्य जीवन आपल्या ‘स्व’ची पृष्ठी करण्यास कसे पूरक असते ते दाखवून देत त्यांनी अशा ऊर्जेचा निर्देश केला जी प्रेमाची ऊर्जा असते. सत्य-असत्याचा तारतम्य-भाव जागृत ठेवून, निरीक्षणातून, अवधानातून समग्रतेने जीवन जगण्याच्या कलेचे त्यांनी विवरण केले. भाषणांनंतर प्रश्नोत्तरे झाली. अनेक युवा श्रोत्यांची या व्याख्यानास उपस्थित होती.

प्रो. पी. कृष्णा यांचे आनंद विहार, जांभळ घर या कृष्णमूर्ती अध्ययन केंद्रामध्ये दिनांक ५ नोव्हेंबर २०१७ रोजी ‘आंतरिक तसेच बाह्य परिवर्तन’ (Inner and outer Change) या विषयावर भाषण झाले. आंतरिक तसेच बाह्य परिवर्तन ह्या विषयावर बोलताना त्यांनी आंतरिक व बाह्य असे दुहेरी परिवर्तन नसते, तो एक एकल (unitary) प्रवास असतो, हे प्रथम स्पष्ट केले. बाहेर होणाऱ्या भौतिक बदलामुळे किंवा प्रगतीमुळे आंतरिक बदल घडून येतो असे वाटणे, हा एक प्रकारचा भ्रम असतो. तेव्हा हा भ्रम आहे हे ओळखणे हीच खरी आंतरिक बदलाची सुरुवात असते. असत्याला असत्य म्हणून पाहणे व सत्याला सत्य म्हणून पाहणे हे आंतरिक परिवर्तन असते. तेव्हा सतत सतर्क राहून स्वतःच्या मनाच्या हालचालीकडे अलिप्तपणे पाहण्यामधूनच परिवर्तनाची सुरुवात होत असते. हा बदल आपण मुदाम घडवून आणू शकत नाही. तो आपल्या सततच्या अभ्यासातून घडत असतो. आंतरिक बदल ही सततची घडणारी प्रक्रिया असते.

स्व-ज्ञानाशिवाय प्रज्ञा जागृत होत नाही आणि प्रज्ञा म्हणजेच प्रेम असते. प्रत्येक व्यक्तीमध्ये ही प्रज्ञा-करुणा-प्रेम ही सुप्त स्वरूपात दडलेली असतात म्हणून प्रत्येक व्यक्तीला त्या स्व-ज्ञानामधून आंतरिक परिवर्तन घडवून आणण्याचे स्वातंत्र्य असते. परंतु जोपर्यंत आपण भ्रमात जगत असतो तोपर्यंत हे स्वातंत्र्य मिळत नाही.

हिंदीतून झालेल्या या भावपूर्ण भाषणांनंतर बरीच प्रश्नोत्तरे झाली व या कार्यक्रमाची सांगता झाली.

शिक्षण परिषद

मुंबईमध्ये १२-१३ जानेवारी २०१८ या दरम्यान बॉम्बे केम्ब्रिज गुरुकुल ग्रुपच्या शाळांनी Imperatives in Education- Advancing Education with Principles (शिक्षणातील अत्यावश्यक घटक- नीतीतत्वांसह शिक्षण) या विषयावर एक परिषद आयोजित केली होती. कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडियाच्या मुंबई केंद्राचा ह्या उपक्रमात सहभाग होता. १०० हून अधिक शिक्षक-प्राध्यापकांनी ह्या परिषदेत भाग घेतला. ह्या शाळासंकुलाचे संचालक श्री. विक्रम पटेल हे कृष्णमूर्तीच्या शिकवणुकीचे गंभीर अभ्यासक आहेत. त्यांनी आपल्या भाषणातून आजच्या शिक्षणपद्धतीमधून केवळ माहितीवजा ज्ञानार्जन व कौशल्यांचा विकास ह्यांवर दिला जाणारा भर आणि त्याचे मानवी मनावर होणारे दुष्परिणाम, ह्या बाबींकडे श्रोत्यांचे लक्ष वेधले. कृष्णमूर्तीची शिक्षण-जीवनदृष्टी समजून घेऊन ती अमलात आणण्याची निकड त्यांनी दाखवून दिली. कार्यक्रमाचे प्रमुख पाहुणे श्री. सुधींद्र कुळकर्णी यांनी ‘भारतातील शाळांना भविष्याकडे नेणे’, या विषयावर भाषण दिले. शिक्षण क्षेत्राशी निगडित असलेल्या विविध क्षेत्रातील वक्त्यांनी आपापले विचार मांडले.

कृष्णमूर्ती फाउंडेशनचे डॉ. शैलेश शिराळी व श्री. गौतमा यांची ‘Excellence in Human Behaviour’ (मानवी वर्तणुकीतील उत्कृष्टपणा) या विषयावर भाषणे झाली. त्यांनी कृष्णमूर्तीच्या समग्र शिक्षणदृष्टीचा श्रोत्यांना परिचय करून दिला. कृष्णमूर्तीच्या शाळांमध्ये परस्परसंबंध कसे मोकळेपणाने, स्नेहभावाने जापासले जातात आणि निसर्गाशी मानवाचे जे अतूट नाते आहे त्याबद्दलची संवेदनक्षमता कशी काळजीपूर्वक विकसित केली जाते, ह्या गोष्टींच्या विविध पैलूंवर श्रोत्यांशी संवाद साधला. शिक्षक आणि विद्यार्थी दोघांनीही ऐकणे, निरीक्षण करणे, अवधान ठेवणे आणि त्यातून आपल्या मनोव्यापाराचा वेध घेणे, तसेच भीती-स्पर्धा-तुलना विरहित वातावरणामध्ये असलेली मनाची जबाबदार स्वतंत्रता अशा अनेक गोष्टींवर त्यांनी चर्चा केली.

कार्यक्रमाची सांगता करताना BCG संकुलाच्या श्रीम. सविता वेंकट ह्यांनी कृष्णमूर्तीच्या शिक्षण-जीवन दृष्टीचा खोलवर अभ्यास करू इच्छिणाऱ्या शिक्षकांसाठी नियमित संवाद-सत्रे सुरू करण्याचा आपला मानस जाहीर केला.

आनंदाला दिशा नसते

डॉ. अँडरसन: गेल्या संवादामधून तुमचं म्हणणं ऐकत असताना, अंतरंगातील या प्रवासासंबंधी शिकत असताना मी आनंदित झालो होतो. भीतीसंबंधी शोध घेताना, इतर मुद्यांवरून पुढे जाताना आपण सुखापर्यंत येऊन पोचलो होतो. मला वाटतं की आपण त्यापासून पुढे चालू करूया.

कृष्णमूर्ती: होय, आपण सुख, मजा, आनंद, समाधान याबद्दल बोलत होतो. सुखाचं मनोरंजनाशी, तसंच आनंदाशी व समाधानाशी नातं असतं का? सुख म्हणजे आनंद असतो का? की सुख हे ह्या दोन्ही भावनांहून अगदी पूर्णपणे निराळं असतं?

अँ: इंग्लिश भाषेमध्ये आम्ही सुख आणि आनंद यामध्ये फरक करतो, असं आपल्याला वाटतं - त्यातील फरक जाणीवपूर्वक समजून घेतोच असं नाही. पण शब्दांच्या वापरामध्ये काही वेळा आपण फरक करतो. जेव्हा आनंद हाच शब्द योग्य आहे असं वाटतं तेव्हा आपल्याला आनंदाऐवजी सुख हा शब्द योजणां अवघड वाटतं. 'कृपा करून' (Please) आणि 'सुख' (Pleasure) हे शब्द माझं लक्ष अधिक वेधून घेतात. आपण कुणाला तरी म्हणतो 'कृपया बसा', आणि असं समजलं जातं की...

कृ: कृपया बसण्यातील सुख अनुभवा.

अँ: होय, ते निमंत्रण असतं, विनंती नव्हे.

कृ: विनंती नाही.

अँ: तेव्हा, सुख या शब्दामध्येच आनंदाला आवाहन असतं जे शब्दामधून व्यक्त झालेलं असतंच असं नाही.

कृ: सुखाचा आनंदाशी काही संबंध आहे का यासंबंधी मला शंका आहे.

अँ: मला वाटतं की, या दोन शब्दांमध्ये फरक आहे, असं तुम्हांला म्हणायचं आहे.

कृ: किंवा शब्दाच्या पलिकडेसुद्धा. सुखापासून आनंदाकडे जाणं अशी अखंडता असते का? त्या दोघांना जोडणारा धागा असतो का? सुख म्हणजे काय? मला खाण्यामध्ये सुख वाटतं, चालण्यामध्ये सुख वाटतं, मी पैसे साठवण्यामध्ये सुख मानतो, अशाच अनेक गोष्टींमध्ये मी सुख मानत असतो. वैषयिक गोष्टीमध्ये, दुसऱ्या लोकांना दुखावण्यामध्ये, तसेच दुसऱ्याच्या दुःखामध्ये सुख शोधणं, हिंसेमध्ये सुख मानणं. सुखाचे हे असे अनेक प्रकार असतात. मी सुख मानतो आणि त्या सुखाचा पाठलाग करतो. एखाद्याला इतरांना दुखवायचं असतं आणि त्याला तसं करणं सुख देतं. एखाद्याला सत्ता हवीशी वाटते, मग ती आपल्या घरातील स्वयंपाक्यावर असो किंवा स्वतःच्या पत्नीवर असो किंवा अशाच असंख्य लोकांवर सत्ता गाजवणं असो. ते सगळं एकच असतं. सुख जे तुम्ही सांभाळून ठेवता, जोपासता आणि सतत जितं ठेवता; आणि हे सुख जेव्हा हिरावून घेतलं जातं तेव्हा हिंसा, राग, मत्सर, अस्वस्थता, तोडफोड करणं, सर्व प्रकारच्या मनोविकारांच्या आहारी जाणं आणि अशा साऱ्या गोष्टींमध्ये त्याचं रूपांतर होतं. तेव्हा सुख म्हणजे नेमकं काय आहे, आणि ते असं काय आहे ज्यामुळे सुख सतत असावं असं वाटतं? त्याचा पाठलाग, सतत त्या दिशेने धावणं म्हणजे काय असतं?

अँ: मला वाटतं आपल्या पहिल्या संवादामध्ये या विषयाला आपण स्पर्श केला होता. आपण अपूर्ण प्रगतीमधील जी अंतर्भूत गरज पाहतो त्यासंबंधी बोलत होतो. तिथे केवळ शेवट होत असतो व नवीन सुरुवात होत असते, एवढंच! परंतु पूर्तता अजिबात नसते, समग्रता नसते, परिपूर्णता नसते - मला म्हणायचं आहे की, पूर्तता वाटणं.

कृ: होय. मला समजतंय. परंतु ज्याला सुख म्हणतात ते काय असतं? जे मला आवडतं ते मी पाहतो आणि मला ते पाहिजे असतं. मालमत्तेमधील सुख - साधी गोष्ट घ्या. एखादं मुलं, प्रौढ मनुष्य, आणि पुरोहित जे धरून ठेवतात, ते पकडून ठेवण्यामधील सुखाची भावना. एखादं खेळणं, घर, ज्ञानाचा साठा किंवा ईश्वरासंबंधी कल्पना यावर असलेला ताबा किंवा एखाद्या हुकुमशहाला वाटणारं सुख, एकाधिकारशाहीतील जुलूम, जबरदस्ती; अगदी साध्या शब्दात विचारायचं तर सुख म्हणजे काय? काय घडतं ते पहा: सर, त्या टेकडीवर एकच झाड आहे. सुंदर, हिरवं कुरण आहे आणि हरीण बागडतं आहे. तुम्ही ते पाहता आणि म्हणता किती 'अप्रतिम' आहे. कुणाला तरी सांगण्यासाठी तुम्ही किती अप्रतिम आहे असं म्हणता. परंतु जेव्हा तुम्ही एकटेच असता आणि तुम्ही पाहता की ते दृश्य खरोखर विलक्षण सुंदर आहे - ते सगळं पृथ्वीचं अलौकिक स्वरूप असतं - फुलं, हरीण, कुरण, पाणी, एकच झाड, त्या सावल्या सगळं कसं विलोभनीय असतं. तुम्ही ते बघता. ते चित्तवेधक असतं. आणि तुम्ही मागे वळता आणि निघून जाता. नंतर विचार म्हणतो 'ते दृश्य किती विलक्षण सुंदर होतं'.

अँ: जे आता आहे त्याच्याशी तुलना करता.

कृ: किती विलक्षण, मला ते पुन्हा पाहिजे, मला त्यावेळी ज्या भावना उचंबळून आल्या त्या पुन्हा पाहिजेत, दोन क्षणांसाठी किंवा पाच मिनिटांसाठी. तेव्हा पहा काय घडलं ते - त्या सौंदर्याला तात्काळ प्रतिसाद होता. शब्दाविना, भावनाविरहित, भावविवश न होता, रोमांचित न होता; मग तेथे विचार येतो आणि म्हणतो, 'किती विलक्षण, काय आनंद होता तो' आणि मग त्याची स्मृती तयार होते, नंतर मागणी आणि पुनरावृत्तीची इच्छा.

अँ: संगीत कार्यक्रमांमध्ये असंच घडत असतं. आपण पुन्हा पुन्हा मागणी करतो, नाही का?

कृ: अर्थातच.

अँ: आणि पुनर्मागण्यांमुळे आपण ओशाळून पेचात पडत असतो. कारण पहिली पुनर्मागणी सुखकारक आनंद देणारी असते आणि प्रत्येकजण आनंदी असतो. पण नंतर अर्थातच, अजून किती वेळा त्याची पुनरावृत्ती करायची! शेवटी आपण कंटाळतो आणि ते नकोसं वाटतं.

कृ: अगदी बरोबर. तेव्हा विचार त्याला पुष्टी देतो, त्याची जोपासना करतो आणि सुखाला दिशा देतो. त्या झाडाच्या पहिल्या दर्शनामध्ये सुख नव्हतं. ती टेकडी, त्या सावल्या, पाणी आणि ते हिरवांगार कुरण, ते सगळं दृष्ट्यच विलक्षण, अबोल होतं, त्यात रोमांचकता नव्हती. ते दर्शन होतं. त्याचा तुमच्याशी वा माझ्याशी काही संबंध नव्हता. ते तिथे होतं. नंतर विचार तिथे येतो आणि स्मृती तयार होते आणि ती स्मृती उद्यापर्यंत चालू राहते आणि त्याची पुनः पुन्हा मागणी आणि त्याचा पाठलाग. आणि जेव्हा मी ते दृष्ट्य पुन्हा पाहायला दुसऱ्या दिवशी येतो

तेव्हा ते तसंच नसतं. मला थोडासा धक्का बसतो. मी म्हणतो, 'मला प्रेरणा मिळाली होती. मला ती प्रेरणा मिळण्यासाठी इतर साधनं शोधली पाहिजेत. म्हणून मी मद्य घेतो, विषयाधीन होतो, हे आणि असंच काही, समजलं ना?

अँ: तुम्हाला असं वाटतं का की, संस्कृतीच्या इतिहासामध्ये सणा-समारंभाची सुरुवात ही अशीच तुम्ही म्हणता त्याप्रमाणे झाली असेल?

कृ: अर्थातच. तेच सारं असतं... सर, सुख हे विचाराने पोसलेलं असतं, काम-सुख, प्रतिमा, त्याविषयी विचार करणं ते सर्व काही आणि त्याची पुनरावृत्ती आणि त्यापासून मिळणारं सुख आणि तुम्ही ते चालू ठेवता, त्याची सवय होऊन जाते. आता त्या सुखाचं त्या आनंदाच्या क्षणाशी काय नातं असतं? आनंद नव्हे, ते काहीतरी अव्यक्त - अबोल असतं. तर मग सुख आणि आनंद यामध्ये काही नातं असतं का? जेव्हा विचार म्हणतो 'मला त्यापासून आनंद मिळाला आहे, मला ते सुख पुन्हा पाहिजे', तेव्हा आनंद हे सुख बनतं.

अँ: ते खरंतर आनंदापासून बाहेर पडणं असतं

कृ: अगदी खरं. तेव्हा सुखाचा या परमानंदाशी, आनंदाशी, त्या दिव्यानंदाशी, समाधानाशी काहीही संबंध नसतो. कारण सुख हे विशिष्ट दिशेने जाणारी विचाराची हालचाल असते. ते कुठच्या दिशेने जात असते याला महत्त्व नाही, परंतु त्याला दिशा असते. आनंदाला दिशा नसते. तुम्ही मजा घेता, अनुभवता. आनंद हा असा काहीतरी आहे ज्याला तुम्ही आमंत्रण देऊ शकत नाही. ते घडत असतं आणि तुम्हाला त्या क्षणी आपण आनंदी आहोत याची जाणीव नसते. दुसऱ्या क्षणी तुम्ही म्हणता की, तो किती सुखाचा, अद्भुत अनुभव होता. तेव्हा पाहा काय घडत असतं ते. मन, मेंदू त्या टेकडीची, वृक्षाची, पाण्याची, हिरव्या कुरणाची, सौंदर्याची नोंद करून लगेच त्याचा अंत करू शकेल का? असं न म्हणता की मला ते पुन्हा पाहिजे.

अँ: होय. आता तुम्ही जे काही म्हणालात ते आपल्याला काही वेळापूर्वी आपण जे नकारात्मकतेविषयी बोलत होतो तिथे घेऊन जातं. कारण तिथे असे काही क्षण असावे लागतात की, तुम्ही हरवून जाणार असता आणि तुम्ही जे काही म्हणत आहात तो त्या स्वतःला हरवून जाण्याचा क्षण असतो असं दिसतंय.

कृ: तुम्ही एका क्षणात पाहाल काय विलक्षण गोष्ट घडते ती. मी सुख, आनंद, समाधान पाहतो आणि बघतो की सुखाचा त्या इतर दोघांशी काही संबंध नसतो. म्हणून विचार त्या सुखाला दिशा देतो आणि त्याला जोपासतो. आता मन विचारतं की सुखाचा अनुभव घेताना विचाराची लुडबुड नसणं शक्य आहे का? मी सुख अनुभवत असतो. विचार त्यात का म्हणून येतो?

अँ: खरं तर काहीच कारण नाही.

कृ: परंतु तो येतो.

अँ: तो येतोच येतो.

कृ: तेव्हा प्रश्न असा उभा राहतो की मन, मेंदू विचाराला सुखामध्ये शिरण्यापासून प्रतिबंध कसा करू शकेल? तुम्हाला समजतंय का?

अँ: होय.

कृ: त्यामध्ये पडायचं नाही. म्हणून आपले पूर्वज व धार्मिक गुरू सांगतात, 'विचाराला ताब्यात ठेवा', समजलं? 'त्याचा आत शिरकाव होऊ देऊ नका. त्याच्यावर ताबा ठेवा.'

अँ: ज्या क्षणी तो आपलं विद्रुप डोकं वर काढतो त्याक्षणी त्याला ठेचा. तो अनेक डोक्यांचा प्राणी (Hydra) असतो.

कृ: एक डोकं उडवलं की परत त्या जागी दुसरं डोकं येतं. आता, त्या सुंदर दृष्याचा आनंद घेणं, त्या परम दृष्यामध्ये स्वतःला हरवून जाणं आणि विचाराला आता येऊ न देणं हे शक्य आहे का? ते कसं शक्य आहे, पूर्णपणे शक्य आहे ते, मी तुम्हाला दाखवतो. जर तुम्ही त्या क्षणी पूर्णपणे जागृत असाल, पूर्णपणे अवधान ठेवून असाल तर ते शक्य आहे. समजलं का सर?

अँ: याचा अर्थ आपण स्नायूंच्या मदतीने लक्ष केंद्रित करण्याचा अट्टाहास करणं वगैरे नव्हे.

कृ: बरोबर. तुम्ही त्या क्षणी संपूर्णपणे जागरूक असलं पाहिजे. जेव्हा तुम्ही सूर्यास्त पाहता तेव्हा पूर्णपणे अवधान देऊन पहा. जेव्हा एक सुंदर धावणारी कार पाहता तेव्हा ती पूर्णपणे पहा आणि विचाराला त्यामध्ये शिरकाव करायला देऊ नका. याचा अर्थ त्या क्षणी पूर्णपणे मनःपूर्वक शरीर, कान, डोळे सर्व अवयवांसह जागृत रहा. मग विचार त्या अवस्थेमध्ये तुम्हाला स्पर्श करत नाही. म्हणून सुख हे विचाराशी निगडित आहे आणि विचार स्वतःमध्येच मूलतः विभाजित असतो, जसं सुख आणि अ-सुख(दुःख) - म्हणून मग - 'मला सुख मिळत नाही आहे, मला सुखाचा पाठलाग केला पाहिजे', असं असतं.

A Wholly Different Way of Living, संवाद ८

Sahyadri School (KFI)

Looking For Teachers

बोरघाटाच्या निसर्गरम्य वातावरणात वसलेली सह्याद्री विद्यालय ही एक संपूर्ण निवासी, सहशिक्षण देणारी शैक्षणिक संस्था आहे. केवळ उत्तम शैक्षणिक प्रगती नव्हे तर इथे विद्यार्थी आणि शिक्षक एकत्रितपणे जीवनातील मूलगामी प्रश्नांचा सम्यक शोध घेण्याचा प्रयत्न करतात. आत्म-जागरूकता, योग्य जीवनपद्धती आणि पर्यावरण जपणूक हे संस्थेचे ब्रीद आहे.

अशा या शाळेत अध्यापकांच्या रिक्त जागा भरण्यासाठी अनुभवी शिक्षकांकडून अर्ज मागविण्यात येत आहेत. इयत्ता ४थी ते १०वी आणि ११-१२वीच्या वर्गासाठी विविध विषयात रस आणि उत्तम शैक्षणिक पात्रता असणाऱ्या शिक्षकांना प्राधान्य देण्यात येईल.

खालील विषयांसाठी शिक्षकांची नेमणूक करावयाची आहे.

इयत्ता ९वी ते १२वी : इंग्लिश, अर्थशास्त्र, जीवशास्त्र, भौतिकशास्त्र, गणित, लेखाशास्त्र, वाणिज्य.

इयत्ता ४थी ते ८वी : इंग्लिश, भौतिकशास्त्र गणित

संस्थेला एका वित्तीय अधिकाऱ्याची देखील नेमणूक करावयाची आहे.

इच्छुक अर्जदारांनी आपले अर्ज पुढील e-mail पत्त्यावर पाठवावेत. office@sahyadrischool.org अथवा शाळेच्या संकेतस्थळावर देखील अर्ज पाठविता येतील:

<http://www.sahyadrischool.org/>

सह्याद्री स्कूल, कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडिया, तिवई हिल, राजगुरुनगर, जिल्हा पुणे : ४१०५१३

आनंद ही तत्क्षणीची गोष्ट आहे

सुख, चैनबाजी, यांपेक्षा आनंद ही अगदी वेगळी गोष्ट आहे, असे आपण गेल्या प्रकरणात म्हटले आहे. इंद्रियभोगातील सुखामध्ये काय अंतर्भूत असते ते आपण आता पाहूया, आणि ज्या विश्वात आनंद आहे, मांगल्य आहे, पण मौजमजा, ऐष, सुख-चैन ही नाहीत अशा विश्वात जगणे शक्य आहे का, हेही पाहूया.

आपण सर्वजण कोणत्या ना कोणत्या स्वरूपात सुखाचा मागोवा घेत असतो. बौद्धिक, इंद्रियजन्य व सांस्कृतिक सुखे, सुधारणा करण्यातील, दुसऱ्यांना आज्ञा देण्यातील, समाजातील दोषांत बदल करण्यातील, सत्कर्म, परोपकार करण्यातील तसेच अधिक ज्ञानसंपन्न होण्यातील, शारीरिक भूक जास्त भागविण्यातील, तृप्तीतील, अधिक अनुभवातील, जीवनाच्या व्यापक अभ्यासातील, लबाड मनाच्या या व अशा प्रकारच्या अनेक हिकमतीतील सुख माणसाला हवे असते-आणि त्याच्या सुखाची पराकाष्ठा म्हणजे अर्थातच ईश्वरप्राप्ती असते.

समाजरचना सुखमूलकच आहे. बालपणापासून मृत्यूपर्यंत आपण गुप्तपणे, लपून-छपून, लबाडीने किंवा उघडपणे सुखाच्याच नादी लागलेले असतो. म्हणून, मला वाटते, आपल्या सुखाचा प्रकार कोणताही असो, आपण त्या बाबतीत अगदी स्पष्ट असलेले बरे, कारण तेच आपल्या जीवनाला आकार देत राहणार आहे. म्हणून आपल्यापैकी प्रत्येकाने हा सुखाचा प्रश्न बारकाईने, सावधानपणे व हळुवारपणे तपासून पाहणे फार महत्त्वाचे आहे. कारण सुख मिळविणे, ते धरून बसणे, त्याचे सातत्य व पुनः प्रत्यय व ते वाढविणे ही जीवनातील प्राथमिक मागणी आहे आणि त्याच्याशिवाय जिणे कंटाळवाणे, मूर्खपणाचे, एकलकोंडे, शून्य व व्यर्थ होते.

मग यावर तुम्ही असा प्रश्न विचाराल, की सुखाचे सुकाणू धरूनच जीवन का चालवू नये? तसे करू नये याला अगदी साधे कारण असे आहे, सुख हे अनिवार्यपणे दुःख, वेदना, कुचंबणा, शोक व भय, व भयातूनच हिंसकता यांना जन्म देत असते. तुम्हाला तसलेच जिणे हवे असेल तर जगा तसेच! जगभर काय, बहुतेक असाच प्रकार आहे, पण तुम्हाला जर दुःखापासून पूर्णपणे मुक्ती हवी असली तर सुखाच्या प्रक्रियेची सर्व अंगोपांगे तुम्ही समजून घेणे आवश्यक आहे.

सुखाचे सर्व पैलू समजून घेणे म्हणजे ते नाकारणे नाही. आपण त्यांचा धिक्कार करीत नाही किंवा ते योग्य आहेत की अयोग्य आहेत तेही म्हणत नाही. पण जर सुखाच्या नादी आपण लागत असलोच तर ते आपण डोळे उघडे ठेवून लागूया; जे मन सदोदित सुखोपभोगांच्या मागे लागते त्याला सुखामागून सावलीसारखे दुःखही भेटणारच हेही पक्के लक्षात ठेवूया. जरी आपण फक्त सुखामागे धावतो व दुःख टाळतो तरी ती वेगळी करता येत नाहीत.

आता मन अशा तऱ्हेने सतत सुखाचीच मागणी का करीत असते? सुखप्राप्तीच्या सुप्त इच्छेचा हेतू पोटात ठेवून आपण भल्याबुऱ्या गोष्टी का करीत असतो? लवमात्र सुखाच्या बारीकशा धाग्यासाठी आपण त्याग व कष्ट का करीत असतो? सुख हे आहे तरी काय, आणि त्याचा उगम कसा होतो? हे प्रश्न तुमच्यापैकी कोणीतरी स्वतःला विचारले आहेत का, आणि त्यांची उत्तरे अगदी शेवटच्या टोकाला जाऊन तुम्ही शोधली आहेत का?

सुख हे चार टप्प्यांनी अस्तित्वात येते-वस्तूचे होणारे प्रथम-दर्शन, तिच्यामुळे होणारी इंद्रियसंवेदना, तिचा मनाशी होणारा संग, आणि त्यातून उत्पन्न होणारी तीव्र इच्छा - 'दर्शन, स्पर्श, संग व तीव्र इच्छा' असे थोडक्यात म्हणता येईल. समजा-मी एखादी सुंदर मोटार पाहतो. त्या गाडीकडे पाहण्यातून मला एक संवेदना होते, प्रतिक्रिया जाणवते, मग मी त्या गाडीला स्पर्श करतो किंवा स्पर्श केला आहे अशी कल्पना करतो, मग ती गाडी माझ्या मालकीची असावी व तीत बसून ऐटीत, झोकात हिंडावे अशी तीव्र इच्छा उत्पन्न होते. किंवा मी एखादा सुंदर मेघ पाहतो. किंवा स्वच्छ आकाशाच्या पार्श्वपटामुळे स्पष्ट दिसणारा गिरिराज पाहतो-किंवा वसंत ऋतूत नुकतीच फुटलेली पालवी पाहतो-किंवा मनोहर देखाव्याने व भव्यतेने चित्त वेधून टाकणारी दऱ्याखोऱ्यातील शोभा किंवा दिव्य वैभवशाली सूर्यास्त पाहतो, किंवा बुद्धीचे तेज असलेली ओजस्वी सुंदर मुद्रा पाहतो की जेथे मीपणाची जाणीवही नसते व देखणेपणाचे भानही नसते - या वस्तूकडे पाहणे होते ते आत्यंतिक आनंदाच्या भरात होते व जेव्हा त्या माझ्या दृष्टीस पडतात तेव्हा मी पाहणारा असा कोणी तेथे त्या क्षणी उरतच नाही पण फक्त निरपवाद निखळ सौंदर्य, प्रीती, हीच असतात. क्षणभरच, मीपणाच्या समस्या, काळज्या, विपत्ती, खंती, यांसह 'मी' तेथे विलयच पावलेला असतो. तेथे फक्त ती एकमेव आश्चर्यकारक वस्तू असते. त्या वस्तूकडे मी आनंदाने पाहू शकतो व दुसऱ्याच क्षणी विसरू शकतो, नाहीतर संकल्पविकल्प मध्ये शिरतात आणि समस्येला प्रारंभ होतो. जे मनाने पाहिलेले असते त्यावर मन रूजं घालत राहते व 'ते किती सुंदर होते' असा विचार करीत राहते. मग मी मला स्वतःला, ती वस्तू वारंवार आपल्याला पाहायला हवी असे सुचवू लागतो. विचार हा तुलना करू लागतो, बरेवाईट ठरवू लागतो आणि म्हणू लागतो, 'मला ती वस्तू उद्या पुनः हवी!' ज्या अनुभवाने क्षणभर एकदा आनंद प्रदान केलेला असतो त्या अनुभवाच्या स्मृतीला चिकटून असणे, त्यात सातत्य आणणे हे कार्य विचाराकडून होते...

...विचार हा कधीही नवा नसतो कारण तो म्हणजे आव्हानाला 'स्मृती, अनुभव व ज्ञान' यांनी दिलेला प्रतिसाद असतो. आणि तुम्ही क्षणभर विलक्षण आनंदाने ज्या वस्तूकडे पाहता व उत्कट भावनांनी भरून जाता, तिला विचार हा ज्ञाताचे क्षेत्र असल्यामुळे जुनीच करून टाकतो. पूर्वज्ञात-परिचित वस्तूतूनच तुम्ही सुख मिळविता, नव्या वस्तूतून नव्हे. नवीनात 'काल' असा नसतो.

म्हणून सर्व वस्तूकडे-एखादा चेहरा, पक्षी, साडीचा रंग, सूर्यप्रकाशात चमचमणारा पाण्याचा प्रवाह, आनंददायी अशी कोणतीही वस्तू, विचाराचा मध्ये शिरकाव होऊ न देता, तो अनुभव पुन्हा मिळावा अशी मागणी न करता-पाहू शकलात तरच तेथे दुःख नसेल, भय नसेल, पण ओसंडणारा आनंद असेल.

सुख पुन्हा मिळावे व तसेच मिळत राहावे यासाठी केलेली धडपडच त्या सुखाला दुःखाचे रूप देते. हे तुम्ही स्वतःच्या अंतरंगातच पाहा बरे. सुखाच्या पुनरानुभूतीची नुसती पुन्हा मागणी हीच मुळी दुःख उत्पन्न करते; कारण काल जे जसे सुख मिळाले ते तसे आज नसते. तोच आल्हाद आज पकडण्याचा प्रयत्न तुम्ही करता, चोखंदळ रसिकतेचे समाधान व्हावे म्हणूनच केवळ नव्हे, तर मनाचीही तीच अंतरंगातील

उत्कटता गाठावी असा प्रयत्न करता, पण तो मिळत नाही व त्यामुळे तुमचा विरस होतो व तुम्ही निराश होता.

एखादी लहानशी सुखाची गोष्ट तुम्हाला मिळाली नाही तरी काय होते ते तुम्ही पाहिले आहे का? तुम्हाला जे हवे असते ते मिळाले नाही तर तुम्ही चिंताग्रस्त होता, मत्सर व द्वेषाने ग्रस्त होता. मद्यपान, धूम्रपान, विषयसुख किंवा दुसरे कोणतेही सुख तुम्हाला मिळाले नाही तर काय होते-कोणत्या झगड्यातून तुम्ही जाता ते तुम्ही पाहिले आहे का? जे हवे ते न मिळण्याची व आहे ते गमावण्याची भीतीच तुम्हाला वाटत असते. तुम्ही वर्षानुवर्षे बाळगलेली एखादी श्रद्धा किंवा आदर्श, हादरा बसून-तर्कशुद्ध विचारांनी डळमळून किंवा आयुष्यातील घटनांनी ढासळून पडली तर एकाकी उभे राहाण्याची छाती नसते तुमची, होय की नाही? ज्या श्रद्धेने तुम्हाला वर्षानुवर्षे सुख व समाधान दिलेले असते ती जर हिरावून नेली तर तुम्ही भरकटल्यासारखे, एकाकी व रिक्त होता, व पुन्हा दुसऱ्या एखाद्या सुखाचा व श्रद्धेचा आधार मिळेपर्यंत तुमची भीती तशीच राहाते...

...म्हणून, सुखाचा शोध जेथे असतो तेथे दुःख असणारच, हे तुमच्या लक्षात आले तर, तुम्हाला हवे तर तसेच जगा, पण त्यातच घसरू नका. पण तुम्हाला सुखाची परिसमाप्ती करावयाची असेल-म्हणजेच दुःखाचीही अखेर करावयाची असेल तर तुम्ही सुख, चैन, इंद्रियासक्ती यांची संपूर्ण जडण-घडण कशी होते याचे अवधान ठेवले पाहिजे-संन्यासी व बैरागी सुख तोडून टाकतात तसे नाही करावयाचे, स्त्रीकडे पाहणेसुद्धा पाप आहे असे समजून तिकडे दुकूनही पाहू नये व जाणिवेचा सगळा जोमच खुडून टाकावा असे ते करतात! पण तुम्ही सुखाचा संपूर्ण अर्थ व महत्त्व समजून घेतले पाहिजे. मग पाहा, तुमचे जीवन आनंदाने ओसंडून जाऊ लागेल. आनंद ही अशी गोष्ट आहे की त्याबद्दल विचार करता येत नाही. आनंद ही तत्क्षणीची गोष्ट आहे, आणि त्याविषयी विचार करून तुम्ही त्याचे सुखोपभोगात रूपांतर करता. वर्तमानात जगणे म्हणजेच सौंदर्याचा चेतन साक्षात्कार असतो, आणि त्यात विलक्षण आल्हाद असतो, पण त्यापासून सुखोपभोग मात्र मिळवावयाचा नसतो.

ज्ञानापासून मुक्ती, प्र. ४

सुख म्हणजे संतोष नव्हे

आकाशातले ढग पाहताना, एखाद्या झाडाचं पान न्याहाळताना आपल्याला आल्हाद वाटतो. कोणत्याही गोष्टीतील सौंदर्य हे सुखदायी असतं. पण दुसऱ्या दिवशी पुन्हा तो अनुभव येणं, ते सुख अबाधित राहणं फार कष्टप्रद ठरतं. संतोष हा सुखाहून पूर्णतः भिन्न असतो. तुम्ही सुखाला आमंत्रित करू शकता, त्याचा विचार मनात घोलवू शकता, त्याचं जतन करू शकता, लालनपालन करू शकता, सुख धुंडाळू शकता, त्याचा पाठलाग करू शकता, सुख गच्च पकडून ठेवू शकता; संतोष, परमानंदाबाबत मात्र तसं करता येत नाही. अतिशय अकृत्रिमपणे, कोणत्याही निमंत्रणाविना हा परमानंद लाभतो - भीती व सुखाचं आकलन झाल्यानंतर.

Talks and Dialogues Sydney, 1970

कृष्णमूर्तीविषयीच्या काही वेबसाईट्स:

www.jkrishnamurti.org
www.kfionline.org
www.rishivalley.org
www.rajghatbesantschool.org
www.kfistudy.org
www.kscskfi.com
www.jkrishnamurtionline.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. MAH/MAR/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

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 २४९३ ७८०३/७५९६

ई-मेल : info@kfionline.org

वेबसाईट : www.kfionline.org

कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडियाचे मुंबई केंद्र:

हिम्मत निवास, मलबार हिल येथे असून येथे कृष्णमूर्तीची सर्व पुस्तके, डिक्टीडीज् उपलब्ध आहेत. संपर्क :- कृष्णमूर्ती फाउंडेशन इंडिया, मुंबई एक्झिक्युटिव्ह कमिटी, हिम्मत निवास, ३१, डोंगरसी 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 वगैरेंची 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.

Periodical