

ॐ श्री परमात्मने नमः।

भगवद्गीतेने मला काय शिकवले?

भगवद्गीतेचा परिसरस्पर्श होण्यापूर्वीची मी आणि आजची मी यामध्ये खूप अंतर आहे. कारण आज मी जी काही आहे ती केवळ गीतामतेमुळेच घडले आहे. जणू सुरवंराचे फुलपाखरु व्हावे नसा. माझ्यात आमूलाग्र बदल झाला. आणि एक संसारात बुडलेली अबोल स्त्री चवक गीतेतील काही विषयांवर अधिकारवाणीने बोलू लागली. केवढे हे आश्चर्य!

पण हा अनुभव माझ्यासारखाच अनेकांना आला आहे. या गीतेची महती आहेच नशी! सुमारे १३ वर्षांपूर्वी मी गीता संया कगीला जाऊ लागले. प्रापंचिक आध्यात्मिक तैरभैर झालेल्या मनाला शांती मिळाली. पुरीपासूनच अंधशाकल संस्कृत अध्यापन करत होते व त्यामुळे अनेक सुभाषिते संस्कृत श्लोके पाठ येत होती. संस्कृतची आवड असल्याने गीता अध्यायातील श्लोकांचे उच्चार योग्य रीतीने करता आले व स्मरणशक्ती बरी असल्याने शिकता शिकताच पाठांतरही झाले. संपूर्ण गीता कंडस्थ करव्याच आगकाच अनुभव मिळाला आणि आत्मविश्वास शतगुणित झाला.

गीतेतील प्रत्येक श्लोक हा मंत्र आहे. आणि तो जर शास्त्रशुद्ध उच्चारसहित म्हटला तर तो थोर भगवंतापर्यंत जाऊन पोहोचतो अशी माझी श्रद्धा आहे. काही श्लोक सोपे तर काही श्लोक म्हणायला कठीण आहेत, परंतु त्यामुळे जीवला चांगले सामर्थ्य, एक प्रकारची धार प्राप्त होते. आणि वाणी हा ईश्वरापर्यंत पोहोचण्याचा उत्तम मार्ग आहे. गीतेच्या नित्य पठणाने आरोग्य सुधारते. सुखासीन आयुष्यामुळे आपण जमिनीवर बसणे विसरूनच गेलो आहोत. मात्र संपूर्ण गीता पठण करताना सलग तीन तास मांडी व हलवता बसता येणे हा गीतेचा आशीर्वादच आहे. विशिष्ट उच्चारसहित शास्त्रशुद्ध पठणाने आपोआप प्राणायामाचेही फायदे मिळाले. एका श्वासात पूर्ण श्लोक सहजनेने म्हणता येऊ लागले. नित्य पठणाने शरीरातील दुष्कृत द्रव्ये आपोआप निघून जातात.

आपण तप करू आचरू शकतो हे भगवद्गीतेमुळेच समजले.
शारीरिक यानसिक आणि भाषिक तप आपण संसाराने
राहून सर्व दैनंदिन व्यवहार करता करता आचरू शकतो.

नेहमी खरे, प्रिय, हितकर बोलणे, चुकूनसुद्धा दुसऱ्याला
खुष करू असे न बोलणे, अभ्यासपूर्ण बोलणे हे वाणीचे तपच
आहे. जगामध्ये जगामित्र, निर्वेवाशी आहे खूब हे समर्थवचनी
हेच सांगते. त्याचप्रमाणे देवपूजा, वडीकथायांचा विद्वानांचा
मान राखणे, अंतर्बहिष्ण शुश्रूषा पाळणे, सरक घुन्नी हे
शारीरिक तप सांगितले आहे. जर मनाची प्रसन्नता, सौम्यपणा,
मितभाषण आत्मनिग्रह हे मानसिक तपाने साधते.

ही तिन्ही तपे जर बऱ्याच प्रमाणात आचरणात
आणली तर जीवन आदर्शवत् होईल. 'मी आणि माझे' या
परीघातून बाहेर पडता येईल. त्यातून लोकसंग्रह वाईल.
सौख्यात, रोजच्याच आयुष्याला शिक्षा लावणे, सर्व कामे
नियमितपणे व निःस्वाधीपणे करणे, आपल्यापेक्षाही इतरांचा
विचार अधिक करणे ही गीतेची खरी शिकवण आहे.

भगवान् योगेश्वर आपल्याबरोबर पावलोपावली
आहे हा विश्वास मला भगवद्गीतेने दिला. आयुष्यात संकट
अडचणी येतच राहतात. मात्र कठीण प्रसंगात, कोणत्याही
आपत्तीची सामना करण्याचे बळ गीतामाताच देते. आणि
आत्मविश्वासाने संकटावर मात केल्यानंतर मिळणारा आनंद
आगळाच असतो. तो शब्दात नाही आणणार. ही सर्व
गीतामातेची शिकवण! त्यामुळेच गीतामातेचे धरतले
बोट आयुष्याच्या शेवटच्या स्वासापर्यंत कधीच सोडणार
नव्ही. भगवद्गीतेमुळे माझ्या आयुष्यात जसा आनंद फुलला
तसा आपणा सर्वांना मिळे ही योगेश्वराच्या चरणी
मार्थना!

माधवी जोशी.