

नित्यपाठ

लहानपणी आम्हाला सर्वांना सायंकाळी एकत्र बसून परवचा, नित्यपाठ वगैरे म्हणावे लागे. मोठ्या भावंडांचे ऐकून पाढे आणि नित्यपाठाचे श्लोक, स्तोत्रे ही आपोआपच पाठ होत असत. शाळेत संस्कृत शिकल्यावर त्या श्लोकांचा, स्तोत्रांचा अर्थही समजायला लागला. पुढे क्रीडामानसशास्त्राची गोडी लागल्यावर स्वसंवाद म्हणजे Self Talk या प्रकरणावर आलो आणि मग नित्यपाठाचा खरा उपयोग ध्यानात आला.

रामरक्षा, भीमरूपी स्तोत्र, भगवद्गीतेची प्रार्थना, पंधरावा अध्याय, बरेचसे संस्कृत श्लोक आणि सुभाषिते ही सारी नित्यपाठामुळे लहानपणीच तोंडपाठ होऊन गेली. त्यांचा अर्थ समजायला लागल्यावर त्यातले विचार आणि अवतरणे नुसत्या चर्चेसाठीच नव्हे, तर परीक्षेतले प्रश्न लिहितानासुद्धा खूप उपयोगी पडली.

घरामध्ये होणाऱ्या संस्कारांत नित्यपाठाचा अवश्य समावेश असावा. सर्वांनी एकत्र म्हणण्याची प्रार्थना आणि काही श्लोक हे व्यवस्थित निवडावेत. घरात जी परंपरा असेल ती अवश्य पाळावी आणि त्याबरोबरच नवे विचार आणणारे श्लोक, सुभाषिते आणि कविता यांचासुद्धा समावेश असावा. स्वातंत्र्यवीर सावरकरांचं स्वातंत्र्यदेवतेचं 'जयोस्तुते' हे सूक्त आणि त्यांचं 'ने मजसि ने परत मातृभूमीला' हे सागरसूक्त, अशा तेजस्वी विचारांच्या कविता नित्यपाठांत अवश्य असाव्यात. उमलत्या पिढीला आपल्या देशातलं, समाजातलं जे जे म्हणून वाईट असेल ते आयुष्यभर बोचतच राहणार आहे. पण जे जे म्हणून चांगलं असं मागच्या पिढीला भावलं असेल, ते ते किंवा त्याबद्दलचा विचार तरी पुढच्या पिढीला नित्यपाठांतून देता येईल. त्याचा युवापिढीला दृढसंकल्प बनवण्यासाठी फार मोठा उपयोग होऊ शकेल.

भावंडांमध्ये वयाने लहान असण्याचा मला हा फार मोठा लाभ झाला. 'सागरा प्राण तळमळला', कुसुमाग्रजांची 'गर्जा जयजयकार क्रांतीचा', केशवसुतांची 'सतारीचे बोल' ही कविता, कवी यशवंतांच्या अनेक कविता या माझ्या मोठ्या बहिणींच्या तोंडून ऐकूनच मला पाठ होऊन गेल्या. त्यांच्या शाळेतली प्रार्थना 'पवित्र ते कुल, पावन तो देश, जेथे हरिचे दास, जन्म घेती' ही पण मला अशीच पाठ होऊन गेली. या सर्व थोर विचारवंत कवींचे विचार कानांवर पडत गेले आणि त्यांचे मनावर अतिशय उत्तम संस्कार झाले. पुढच्या आयुष्यात निर्णय घ्यायची जबाबदारी जेव्हा जेव्हा आली, तेव्हा तेव्हा हे सारे संस्कार फार उपयोगी पडले, अशी माझी श्रद्धा आहे.

आमची आईसुद्धा तानाजीचा पोवाडा, झाशीच्या राणीचा पोवाडा, शारदेची भूपाळी, सावित्रीची कथा ही सारी गाणी म्हणत असे. अर्थ सहज मनाला भिडवू शकणारी, अतिशय प्रासादिक अशी ही गाणी होती. त्यातून मनापुढे आदर्श कसे असावेत याचं चित्र उभे राही आणि स्वार्थत्यागाचं, शौर्याचं महत्त्व मनावर बिंबवलं जाई. याच संस्कारांतून 'गीत रामायण' पुन्हा पुन्हा ऐकण्याची आणि 'जाणता राजा' सारखे कार्यक्रम पाहण्याची ओढ निर्माण झाली.

या सान्या संस्कारांना सुरुवात नित्यपाठांतूनच होते. तुम्ही जर करत नसाल तर सुरू करा, करत असाल तर त्यात चांगली भर टाकत जा. पुढची पिढी दृढसंकल्प आणि सक्षम होईल. तुमचेसुद्धा विचार आणि आचार चांगले राहत जातील.

-भीष्मराज बाम
('मना सज्जना' या पुस्तकातून)