

॥ श्रीशंकर ॥

# आत्मसंयोग योग

(श्रीमद्भगवद्गीतेच्या सहाव्या अध्यायावर केलेले विवेचन)

प्रा. अनंत दामोदर आठवले  
(स्वामी श्री वरदानंद भारती)

श्रीराधादामोदर प्रतिष्ठान, पुणे

प्रकाशक :

अध्यक्ष, श्रीराधादामोदर प्रतिष्ठान

प्रतीक, ४०३/१, शनिवार पेठ, मेहुणपुरा, पुणे ४११ ०३०.

दूरध्वनी - (०२०) २४४९२४९७

Website : <http://radhadamodar.org>

© सर्वाधिकार सुरक्षित

आवृत्ती तिसरी

प्रकाशन :

गुरुपौर्णिमा

आषाढ शु. १५, शके १९३५

२२ जुलै २०१३

मूल्य :

रु. १४०/-

अक्षरजुळणी :

दिपक पांडे

मोबाईल : ९९२३४३८८००

मुद्रणस्थळ :

बालोद्यान प्रेस

१३५८-अ, शुक्रवार पेठ

पुणे ४११ ००२

॥ श्रीशंकर ॥

### तृतीयावृत्तीचे प्रकाशकीय

श्रावण वद्य ११ शके १९२४ या पवित्र दिवशी पूजनीय स्वामी श्री वरदानंद भारती ब्रह्मलीन झाले हे सर्व विश्रुत आहे. त्यांच्या अनेक उत्तम ग्रंथांपैकी एक म्हणून 'आत्मसंयम योग' या ग्रंथाचा उल्लेख करता येईल. या ग्रंथाची द्वितीयावृत्ती स्वामीजींच्या पश्चात श्रीदासगणु महाराजांच्या जयंतीदिनी (शके १९२४) प्रकाशित झाली. आता ही तृतीयावृत्ती प्रकाशित करताना प्रतिष्ठानला समाधान वाटत आहे.

प. पू. स्वामीजींच्या संजीवन समाधीमुळे ते गीता जगत होते हे निर्विवादपणे स्पष्ट झालेले आहे. याच ग्रंथातील 'उद्धरेत् आत्मना आत्मानम्' हे त्यांनी आपल्या कृतीने सिद्धच केले. आत्मसंयमयोगाचे त्यांचे विवेचनही त्यांनी योगारूढ होऊन केले असले पाहिजे असे ग्रंथ वाचताना अनेक ठिकाणी जाणवण्याइतके ते विवेचन रेखीव नि निःसंदिग्ध झालेले आहे. येथे निष्काम कर्मयोगाचे व संन्यासाचे अभेदपण चांगल्या प्रकारे त्यांनी स्पष्ट केलेले आहे. ध्यानयोगाची अलौकिकता हा त्यांच्या जीवनात अनुभवाचा विषय होता. त्यामुळे गीता जीवनाचे शास्त्र कसे बनते ते त्यांनी आचरून दाखविले, असे निश्चयाने म्हणता येते. योगभ्रष्टाच्या संदर्भातले त्यांचे विवेचन स्वानुभूतीवर आधारलेले असल्याने ते आकर्षक झालेले आहे. तत्त्वज्ञान आणि व्यवहार यांचा उचित संबंध त्यांनी सर्वच ग्रंथातून स्पष्ट केला आहे, तसा तो येथेही आहे. भगवान् श्रीकृष्णांच्या दोन आश्वासनांचाही विवेचनात समावेश आहे. तो मार्मिक व आशादायक आहे.

बालोद्यान प्रेसचे श्री. सहस्रबुद्धे आणि त्यांचे सहकारी यांचे या प्रकाशनाच्या कामी मिळालेले सहकार्य उत्तम आहे. प्रतिष्ठान त्यांचे आभारी आहे.

वि. वा. ग. प्र. परांजपे

अध्यक्ष, श्रीराधादामोदर प्रतिष्ठान, पुणे

### प्रथमावृत्तीचे प्रकाशकीय

'तत्त्वविज्ञान' (गीता १३वा अध्याय) सादर करतानाच म्हटले होते; - 'पुनरागमनायच!' गीता जगणारी काही थोर मंडळी असतात.-आहेत. प्राचार्य श्री. अ. दा. आठवले- आता श्रीस्वामी वरदानंदभारती- हे नाव त्यामध्ये एक आहे. जीवनाच्या शाश्वत मूल्यांचा समग्र विचार असे गीताग्रंथाचे थोडक्यात वर्णन करता येईल. गीता हे जीवनाचेच शास्त्र असल्याने त्याच्या व्यासंगाबरोबरच त्याचे प्रायोगिकही (प्रॅक्टिकल) प्राचार्यांनी आपल्या जीवनात उतरविले. त्यामुळेच ते गीता जगतात असा उल्लेख वर केलेला आहे. ह्यामुळे अनुभूतीची विलक्षण सुंदर किनार त्यांच्या 'आत्मसंयमयोग' ह्या सहाव्या अध्यायावरील विवेचनरूपी महावस्त्राला लाभलेली आहे. असा हा अनुभूतिपूर्ण सुंदर ग्रंथ घेऊन ह्यावेळी आम्ही आपल्यासमोर येत आहोत.

योगवैभव सांगणारा हा गीताध्याय असल्याने येथले प्रतिपाद्य योग व योगी हेच

आहे. संन्यास आणि निष्काम कर्मयोग यांचे अभेदत्व येथे सुस्पष्ट केलेले आहे. आत्मोद्धाराची प्रेरणा, योगारूढतेचे विश्लेषण, मनोनिग्रहाचे अनन्यसाधारण असे महत्त्व आणि ध्यानयोगाची अलौकिकता येथे चांगल्या प्रकारे आकार घेत गेली आहे.

ध्यान आणि आत्मसंमोहन यांच्या सीमारेषा स्पष्टपणे दाखविल्या आहेत. मनोनिग्रहाच्या संदर्भात उर्वशी-उत्तरा यांच्या उदाहरणांनी अर्जुनाच्या योग्यतेला त्यांनी जी नैतिक उंची दिलेली आहे, ती अत्यंत मनोज्ञ आहे. श्रीशंकराचार्यांच्या 'अपरोक्षानुभूति' ह्या ग्रंथातील संदर्भाधारे केलेले समाधि-प्राप्तीतल्या अडथळ्यांचे वर्णन ध्यान-योगाच्या विवेचनाला एक वेगळाच उजाळा देऊन जाते.

योगभ्रष्टाच्या संदर्भातले आस्तिकता-नास्तिकता ह्यासंबंधीचे विवेचन आकर्षक झालेले आहे. पूर्वजन्म-पुनर्जन्म हा संस्कृतिदृष्ट्या मौलिक विषय त्यांनी समग्रतेने मांडलेला आहे. नास्तिक बुद्धिवाद्यांना येथे मिळालेली चपराक पुरेशी बोलकी आहे. 'उत्तम सुख', 'शान्तरजस', 'विगतकल्मष', 'प्रशान्तमनस', 'समदर्शन', 'समदर्शी' इ. संज्ञा आजच्या परिस्थितीच्या दृष्टीनेही अधिकाधिक स्पष्ट करण्यास ते विसरले नाहीत. विशेषतः 'समदर्शी' शब्दावरचे त्यांचे व्याख्यान चिंतनीय झालेले आहे.

आज समाजात योगसाधनेच्या नावावर प्रचलित असणारे सारे प्रकार रास्त-योग्य असतातच असे नाही. दांभिकतेचा विचार करता त्यात चमत्कारांचेच आकर्षण असल्याचे जाणवते. या पार्श्वभूमीवर तर ४३व्या श्लोकाच्या संदर्भात आलेले सिद्धीचे प्रकरण खूप काही सांगून जाते.

धार्मिक आणि सामाजिक विषयांबरोबरच व्यक्तीचा राजकारणाशीही अनिवार्यतेने संबंध येतो, हे येथे पहावयास मिळते. व्यक्ती-व्यक्तीमध्ये अस्मितेचे पुनर्जागरण करणे हा तर पूजनीय स्वामीजींचा जणू वसाच आहे. प्रवचनांच्या माध्यमातून तो ते चालवीत असतात. त्यामुळे तत्त्वज्ञान आणि व्यवहार यांची सांगड घातल्यावाचून त्यांचे विवेचन पूर्णच होत नाही. इथेही त्याचा अनुभव येतो. त्यामुळेच ह्या ग्रंथाचे मोल विशेष आहे.

'नहि कल्याणकृत् कश्चित् दुर्गतिं तात गच्छति' आणि 'स्वल्पमप्यस्य धर्मस्य त्रायते महतो भयात्' अशी जी दोन आश्वासने गीतेमध्ये भगवंतांनी दिलेली आहेत, त्यांचे ओघाने केलेले विवेचन मार्मिक असून सामान्यांना दिलासा देणारे आहे.

सद्यःस्थितीत मुद्रण हे अवघड काम आम्हाला सोपे झाले आहे ते काही निरपेक्ष, उदार सुहृदांच्या आर्थिक साहाय्यामुळेच! त्यांचा नामोल्लेखही त्या सुहृदांना रुचणार नाही! तरी पण प्रतिष्ठान त्यांचे आभारी आहे. तसेच या ग्रंथाचे शब्दांकन करणाऱ्या कु. गार्गी देशपांडे ह्यांचेही आभार! 'आयुर्विद्या मुद्रणालय', 'ॐ अक्षर रचना' म्हणजेच श्री. गुर्जर बंधू, तसेच डॉ. ग. प्र. परांजपे इत्यादींच्या सहकार्याबद्दल प्रतिष्ठान त्यांचेही आभारी आहे. वरचेवर अशीच मौलिक प्रकाशने करण्याचे भाग्य आम्हाला लाभो हीच ईश्वरचरणी प्रार्थना!

आपले

अध्यक्ष, श्रीराधादामोदर प्रतिष्ठान.

॥ श्रीशंकर ॥

॥ ॐ श्रीपरमात्मने नमः ॥

## ॥ आत्मसंयम योग ॥

(श्रीमद्भगवद्गीता - अध्याय सहावा)

वंशीविभूषितकरान्नवनीरदाभात् ।  
पीताम्बरादरुणबिम्बफलाधरोष्ठात् ।  
पूर्णेन्दुसुन्दरमुखादरविन्दनेत्रात्  
कृष्णात्परं किमपि तत्त्वमहं न जाने ॥

पार्थाय प्रतिबोधितां भगवता नारायणेन स्वयम्  
व्यासेन ग्रथितां पुराणमुनिना मध्येमहाभारतम् ।  
अद्वैतामृतवर्षिणीं भगवतीमष्टादशाध्यायिनीम्  
अम्ब ! त्वामनुसंदधामि भगवद्गीते भवद्वेषिणीम् ॥

औन्नत्यं भजते हिमद्रिरिव या गंगेव या पावनी  
आलिंगनमरणं निधाय हृदये यां देशभक्ता मुदा ।  
स्फूर्तिस्थानतया व्यलोकि नितरां या लोकमान्यादिभिः  
शश्वत् प्रेरणदायिनी भवतु सा गीताख्यसंजीवनी ॥

प्रपन्न पारिजाताय तोत्रवेत्रैकपाणये ।  
ज्ञानमुद्राय कृष्णाय गीतामृतदुहे नमः ॥

योऽन्तप्रविश्य मम वाचमिमां प्रसुप्तां  
सञ्जीवयत्यखिलशक्तिधरस्वधाम्ना ।  
अन्यांश्चहस्तचरणश्रवणत्वगादीन्  
प्राणान्नमो भगवते पुरुषाय तुभ्यम् ॥

॥ पुंडलीक वरदा हरि विठ्ठल ॥

॥श्री सद्गुरू ज्ञानेश्वर-तुकाराम महाराज की जय ॥

॥जयजय रघुवीर समर्थ ॥

कर्म का संन्यास? संन्यास का कर्म? असे द्वंद्व अर्जुनाच्या अंतःकरणात सतत जागते आहे, उसळते आहे. भगवान् संन्यासाची महति गातात आणि कर्माची श्रेष्ठताहि वाखाणतात. अर्जुनाला भीष्म-द्रोणाविषयीच्या ममत्वामुळे युद्ध नकोसे वाटते आहे. त्यामुळे त्याच्या कल्पनेप्रमाणे त्याला- अर्जुनाला- संन्यासच जवळचा वाटतो आहे; परंतु भगवान् संन्यास श्रेष्ठ आहे असे स्पष्टपणे म्हणत नाहीत. उलट, 'एकं सांख्यं च योगं च', 'यत् सांख्यैः प्राप्यते स्थानं तद्योगैरपि गम्यते', 'सांख्ययोगौ पृथग्बालाः प्रवदन्ति न पंडिताः' असे संन्यासाचे आणि कर्माचे सारखेपण वारंवार सांगत आहेत. कारण फलप्राप्ति एकच असल्याने दोन्हीच्या योग्यतेत काही अंतर राहत नाही. प्रकृति-प्रवृत्ति-परिस्थितीप्रमाणे अनुकूलता वा प्रतिकूलता साधनेच्या दृष्टीने राहू शकते; पण त्यावरून श्रेष्ठता वा कनिष्ठता तत्त्वतः ठरविता येत नाही. परंतु गीतेचे प्रतिपाद्य, कर्मयोग का संन्यास, असा वादविवाद मात्र सतत चालू असतो.

सिद्धान्ताची प्रस्थापना करणे आणि त्याचा प्रचार करणे या दोन गोष्टी अगदी एकरूप राहू शकत नाहीत. सिद्धान्ती, त्याला आकलन झालेले सत्य काय स्वरूपाचे आहे, ते सांगत असतो तर प्रचारकाला आपण ज्याला सत्य मानतो तेच कसे यथार्थ आहे, इतरांचे मत कसे सदोष आहे हे पटवून द्यायचे असते. त्यामुळे तो कधी अतिशयोक्तीचा तर कधी काही गोष्टींकडे दुर्लक्ष करण्याचा अवलंब करित असतो. आपले म्हणणे पटवून देताना त्याला तसे करणे अवश्य वाटत असते. त्यामुळे दोन सिद्धान्तांच्या अनुयायांमध्ये सतत वादविवाद होत राहतात आणि तर्क हा अप्रतिष्ठित असल्याने तसे होत राहणारच. वाद हे भगवंताचे स्वरूप आहे. त्यामुळे तो नाहिसा न होणे, न मिटणे स्वाभाविकच आहे. पण त्यामुळे खऱ्या जिज्ञासूची, प्रामाणिक साधकाची मनोवृत्ती काहीशी शंकाकुल होते. श्रद्धा दृढ असेल तर ही स्थिती फारशी जाचक होत नाही. अन्यथा बुद्धीची आंदोलने होत राहतात. बुद्धीला निश्चयात्मकता येत नाही. त्यामुळे साधनेतही थोडीशी शिथिलता येऊ शकते.

जो जो मूळ ग्रंथाकडे जावे तो तो मतभेदाचे क्षेत्र उणावत जाते. तेथेही काही परस्परविरोधी वाटणारी वचने अडचण उपस्थित करतातच. विरोधी वाटणाऱ्या त्या त्या वचनांच्या मागच्या पुढच्या शब्दांचे अर्थ आणि विवेचनाचा संदर्भ लक्षात घेतला तर श्रद्धावंतांची चांगली सोय होऊ शकते. त्याला त्या दृष्टीने स्वतःचे समाधान करून घेण्यापुरता तार्किक बुद्धिवादही करता येतो.

लोकमान्य टिळकांनी श्रीशंकराचार्यांचा मायावाद जसाच्या तसा स्वीकारून ज्ञाननिष्ठ, भक्तियुक्त, निष्काम कर्मयोगाचा पुरस्कार केला आहे. तेव्हा कर्मयोगवाद्यांना असा प्रश्न विचारणे शक्य आहे की, बाबांनो! तुम्ही ज्ञानोत्तर कर्मयोगाचे प्रतिपादन करता हे व्यवहारतः ठीक आहे, पण तत्त्वतः ज्याने कर्मयोग स्वीकारलाच पाहिजे असा आग्रह तुम्ही धरता, तो जर ज्ञानी आहे हे तुम्हाला मान्य आहे, तर त्याने कसे वागावे आणि कसे वागू नये हे सांगणे योग्य आहे का? तसे सांगणे आवश्यक असेल तर तो ज्ञानी नाही आणि तो जर ज्ञानी असेल तर त्याला तसे सांगण्याचा अधिकार इतरांना नाही.

संन्यासवाद्यासंबंधीहि असेच म्हणणे शक्य आहे. भगवान श्रीशंकराचार्यांनी अद्वैत तत्त्व मान्य करून मायावाद स्वीकारला आहे आणि संन्यास मार्गाचा पुरस्कार केला आहे. पण त्यांनीही कर्माचा संपूर्ण निरास स्वीकारलेला नाही. गीतेच्या चौथ्या अध्यायातील विसाव्या श्लोकावर भाष्य लिहिताना म्हटले आहे की, “कुतश्चिन् निमित्तात् कर्मपरित्याग-असंभवे सति कर्मणि तत् फले च संगरहिततया स्वप्रयोजनाभावात् लोकसंग्रहार्थं पूर्ववत् कर्मणि प्रवृत्तः अपि नैव किञ्चित् करोति । ज्ञानाग्निदाधकर्मत्वात् तदीयं कर्म अकर्म एव संपद्यते ।” ह्यावरून ज्ञान्याने कर्म करूच नये असा संन्यासाचा अर्थ, श्रीशंकराचार्यांनाहि अभिप्रेत नव्हता असे उघड होते. कर्मयोगाचे प्रतिपादन तर गीतेत अनेक ठिकाणी आले आहे. गीतेचा समारोप “करिष्ये वचनं तव” या वचनाने होतो. म्हणजे भगवान् कर्म करावयास सांगतात आणि अर्जुन “मी तसे करीन” अशी प्रतिज्ञा करतो. यावरून ज्ञानोत्तर कर्म संभवतच नाही, असे म्हणणे शक्य नाही. संन्यासवादी हे विचारात घेतील तर बरे होईल.

सहाव्या अध्यायाच्या या पहिल्या श्लोकातहि भगवंताला आश्रमसंन्यास अभिप्रेत नसून वृत्तिसंन्यास अभिप्रेत आहे असे दिसते. साधनेच्या मार्गावर प्रगत व्हावयाचे तर संन्यस्तवृत्तीचा अवलंब, साधेल तसा करीत राहिले पाहिजे. आसक्तीचा त्याग करण्याच्या दिशेने स्वतःची प्रगति-उन्नती अधिकाधिक होत राहिल अशा दृष्टीने प्रयत्नशील राहावेच लागेल. त्यादृष्टीने एक आदर्श भूमिका भगवान सांगत आहेत.

: १ :

श्रीभगवानुवाच

अनाश्रितः कर्मफलं कार्यं कर्म करोति यः ।

स संन्यासी च योगी च न निरग्निर्न चाक्रियः ॥

कर्मफलाचा आश्रय न करता जो, केलेच पाहिजे असे कर्म करतो तोच संन्यासी आणि योगी आहे (असे जाणावे). केवळ अग्नी बाळगीत नाही वा अक्रिय राहतो (सांसारिक कर्मे करीत नाही) त्यालाच केवळ संन्यासी वा योगी म्हणू नये.

श्रीकृष्णांना येथे आश्रम-संन्यास अभिप्रेत नाही. वृत्तिसंन्यास अभिप्रेत आहे असे स्पष्टपणे दिसते. कारण त्यांनी जो गृहस्थाश्रमी नाही म्हणजे अग्निहोत्र ठेवीत नाही वा गृहस्थाप्रमाणे व्यवहारातली लहान-मोठी-उद्योग-व्यवसायाची कामे करीत नाही, त्यालाच केवळ संन्यासी म्हणावे असे नाही, असे म्हटले आहे.

अग्नी ठेवणे म्हणजे अग्निहोत्र बाळगणे किंवा उद्योग-व्यवसायाची कामे करणे या गोष्टी आश्रमसंन्यासात वर्ज्य आहेत. सामान्यपणे संन्यासदीक्षा घेतलेल्या व्यक्ती अशा असतातही आणि त्यांनी तसे असावेही. हा संन्यासाश्रम आपल्या सनातन वैदिक धर्माने योग्यतेनुसार आवश्यक म्हणून सांगितला आहे. ज्याला शक्य आहे त्याने आपल्या प्रवृत्तीचा-परिस्थितीचा विचार करून त्याचा स्वीकार करणे इष्ट आहे. आश्रमव्यवस्था उद्ध्वस्त झाल्यामुळेच वृद्धांची परिस्थिति चिंताजनक झाली आहे. आणि वृद्धाश्रमांची आवश्यकता भासू लागली आहे. लग्न होईपर्यंत ब्रह्मचर्याश्रम आणि लग्न झाल्यानंतर गृहस्थाश्रम एवढेच दोन आश्रम नावाच्या दृष्टीने उरले आहेत. त्यामुळे कुटुंबातील स्वास्थ्य आणि परिणामतः समाजातील स्वास्थ्यही हरवले आहे. विशिष्ट वयानंतर तरी आसक्ती न ठेवणे या वृत्तीचा अभ्यास केल्याविना माणसाला सुखसमाधान लाभणे अशक्य आहे.

भगवान् म्हणतात- कर्माचे फळ प्राप्त व्हावे अशी कोणतीहि इच्छा, अपेक्षा न ठेवता आवश्यक ते विहित कर्म, कर्तव्यकर्म जो करीत राहतो, तोच खरा संन्यासी किंवा योगी.

येथेही भगवान्, संन्यास आणि कर्मयोग एकाच योग्यतेचे किंवा एकच मानतात.

आपण सगळे कोणत्या ना कोणत्या तरी स्वरूपात कर्म करीत असतो. पण ते आवश्यक किंवा विहित असे कर्तव्यकर्म असतेच असे नाही आणि विहितकर्मही

निष्काम भावनेने होत नाही. करमणूक म्हणून, व्यसन म्हणून, वेळ घालविण्याचे साधन म्हणून, चैन म्हणून, आपण कितीतरी गोष्टी करीत असतो. त्यात आवश्यकतेचा भाग जवळजवळ नसतोच. लौकिकाच्या दृष्टीने असलाच तर फार थोडा असतो. तेव्हा या दृष्टीने होणारी सर्व कर्मे ही अनावश्यक असल्याने त्यासंबंधी काही सांगण्याचे कारण नाही.

परंतु जी कर्मे आवश्यक आहेत, केलीच पाहिजेत अशी आहेत, त्यांचाच उल्लेख भगवान 'कार्यकर्म'-कर्तव्यकर्म ह्या शब्दाने करीत आहेत. अशी ही कर्तव्यकर्मे, संन्यास किंवा योग साधावा अशी इच्छा असेल तर फलाशारहित होऊन केली पाहिजेत, असे भगवान सांगत आहेत.

मी वेदान्तशास्त्राचा अभ्यास यथाशक्ती केला पण वेदान्तशास्त्राची जी परिभाषा आहे, तिच्यात खोलवर शिरणे मला साधले नाही आणि आवश्यकहि वाटले नाही. म्हणून कर्मफलत्यागाची व्याख्या 'अवच्छेदकावच्छिन्न' यासारख्या परिभाषेने मला करता येणार नाही. पण फलाकांक्षाविरहित कर्म हे खेळाडूपणासारखे, खेळाडूवृत्तीसारखे (स्पोर्ट्समन स्परिटसारखे) आहे, असे म्हणता येईल. जय मिळणार असेल तरच खेळेल, जय मिळाला नाही तर हताश होऊन खिन्नपणे बसेन हे म्हणणे जसे योग्य नाही, तीच वृत्ती कर्तव्यकर्मासंबंधीही असावी. उत्तम प्रकारे खेळ खेळणे हे आनंदाचे. जय-पराजय महत्त्वाचा नाही. त्याप्रमाणे स्वकर्म चांगल्यारीतीने पार पाडणे हेच उचित. यशापयशाची चिंता असता कामा नये. असे वागणाऱ्यालाच "अनाश्रितः कर्मफलं कार्यं कर्म करोति" असे म्हणता येईल. व्यवहारात वागताना आपण या गोष्टीचा विचार करतो का? कर्मफलाची आसक्ती न ठेवता जर वागता आले तर, जीवनातले सगळे तणाव, सगळी दडपणे (स्ट्रेस अँड स्ट्रेन) नष्ट होतील. कारण निर्माण होणारे सर्व ताण अभिलाषेतून, आकांक्षेतून निर्माण झालेले असतात. ताणरहित आयुष्य जगावयाचे असेल, आळशी नसलेले अत्यंत कार्यक्षम जीवन समाधानाने भोगावयाचे असेल तर फलाची आकांक्षा नसलेले कर्तव्यकर्म निष्ठेने करीत राहणे हाच एक मार्ग आहे.

महापुरुषांच्या आयुष्यात ह्याला अनुकूल अशी उदाहरणे अनेक वेळा आढळतात. लोकमान्य टिळकांना अटक करून पोलीस-कोठडीत डांबण्यात आले. जामीन मिळविण्याच्या प्रयत्नास संधी राहू नये म्हणून अटक संध्याकाळी उशीरा करण्यात आली. श्री. दाजी आबाजी खरे हे पक्के मवाळ गृहस्थ टिळकांचे जिवलग

मित्र आणि वकील होते. ते जामीन मिळविण्याच्या खटपटीत होते. प्रयत्न करूनही जामीन मिळाला नाही, असे सांगण्यासाठी श्री. खरे काही काळानंतर परत आले. त्यावेळी लोकमान्य टिळक कोठडीत शांतपणे गाढ झोपलेले होते. पहाऱ्यावर युरोपियन रक्षक होता, तो खऱ्यांना म्हणाला, "यह कैसा आदमी है? सो गया!" पोलीस कोठडीत मनुष्य झोपू शकतो हे त्याने त्याच्या आयुष्यात प्रथमच पाहिले होते. त्यावेळचे तुरुंग आणि पोलिसकोठड्या १९२५ नंतरच्या गांधीजींच्या काळातल्याप्रमाणे राजबंद्यांना सुखावह वाटणाऱ्या अशा नव्हत्या. त्या पहाऱ्याने कोठडीत बंद होताच तडफडत राहणारी, तळमळत राहणारी, रडत बसणारी माणसेच पाहिली होती. टिळक मात्र स्वतःच्या घरी असल्याप्रमाणे शांत झोपले होते. त्यामुळे या इंग्रज आरक्षीला आश्चर्य वाटणे स्वाभाविकच होते. पण टिळकांच्या दृष्टीने ते सहज होते. कर्तव्यकर्म करीत असतानाहि त्यांच्या अंतःकरणात फलासक्ती नव्हती. त्यामुळे त्यांच्या डोक्यावर ओझेही नव्हते. ज्यांच्या डोक्यात आणि डोक्यावर आशाआकांक्षांचे ओझे असते, त्यांची दडपण आणि तणाव ह्यातून सुटका होत नाही. ज्यांना फलासक्ती नाही, त्यांना असा कोणताही ताण नसतो, बाहेरच्या उपाधीशी जणु त्यांचा काही संबंध नसतो. बाहेरचे वैभव असले काय किंवा नसले काय ते स्वतःच्या ठिकाणी सारखेच समाधानी असतात. आमच्यासारखे इतरेजन मात्र दोन्ही स्थितीत सारखेच चिंताग्रस्त असतात. ज्याच्याजवळ काही नाही त्याला, कसे मिळवावे आणि कसे खावे याची चिंता असते; तर ज्याच्याजवळ काही आहे त्याला ते कसे सांभाळावे आणि कसे पचवावे ह्या विचाराने ग्रासलेले असते. शांत झोपेपासून दोघेही वंचितच राहतात.

जो कर्तव्यकर्म करीत असताना फलाविषयी अभिलाषा बाळगीत नाही, सदा शांत आणि समाधानीच असतो, त्यालाच भगवान, तोच संन्यासी, तोच योगी असे म्हणतात. शेंडी कापली, जानवे काढून टाकले आणि कपड्याचा रंग भगवा केला म्हणजेच काय तो संन्यास होतो असे नाही. आश्रमव्यवस्थेच्या दृष्टीने त्यालाही अर्थ आहे पण वृत्तिसंन्यास झाल्यानंतर आश्रमसंन्यास शोभतो. आश्रमसंन्यासामुळे संन्यस्तवृत्तीचे रक्षण होण्यास साहाय्य होते, हे खरेच. पण वृत्तीमध्ये वैराग्य नसेल तर आश्रमसंन्यास हा उपहासास्पद ठरतो. मग अशा संन्याशाचे आश्रम आणि राहणीमान श्रीमंत गृहस्थाच्या घरापेक्षाही वैभवशाली असते. अन्न-वस्त्र-निवाऱ्याची काही सोय देहधारणेच्या दृष्टीने संन्याशालाही प्रकृति-परिस्थितीप्रमाणे असावीच लागते. पण

एखाद्या उद्योगपतीप्रमाणे ते सर्व वैभवशाली असावे अशी अपेक्षा करावयाची तर कपडा भगवाच असावा असा आग्रह कशाकरिता धरावयाचा? संन्याशाने तरी आवश्यकतेपलीकडे परिग्रह राहणार नाही, याची दक्षता घेतली पाहिजे. पण पुष्कळ ठिकाणी तसे आढळत नाही. भगवंतांना हा असा वरवरचा संन्यासाश्रम अभिप्रेत नाही. संन्यासमार्गाचा पुरस्कार करणाऱ्या भगवान श्रीशंकराचार्यांनाही तो मान्य नाही. तेही अशा संन्याशाला “उदरनिमित्तं बहुकृतवेषः” पोटासाठी केलेले सोंगच म्हणतात.

अपेक्षारहित कर्म असंभवनीय वाटावे अशा रीतीने लोक वागत असतात. कुणी कौतुक करावे, धन्यवाद द्यावे, आभार मानावे, निदान उपेक्षा-उपहास-निंदा करू नये एवढी तरी अपेक्षा काही बरे काम करणाऱ्याची असते. तसे घडले नाही, तर त्याला खिन्नता येते, तो हताश होतो, निदान त्याचा कामातील उत्साह तरी मावळतोच. हे असे होणे कर्माच्या फलाविषयीची अभिलाषा असण्याचेच लक्षण आहे. म्हणून भगवान केवळ आश्रमसंन्यासाला संन्यास न म्हणता फलाकांक्षा न ठेवता जो कर्तव्यकर्म करतो त्याला संन्यासी योगी म्हणतात.

हेच पुढील श्लोकातून त्यांनी स्पष्ट केले आहे.

: २ :

**यं संन्यासमिति प्राहुर्योगं तं विद्धि पाण्डव ।**

**न ह्यसंन्यस्तसंकल्पो योगी भवति कश्चन ॥**

अर्जुना! लोक ज्याला संन्यास म्हणतात तोच योग आहे असे तू समज. कारण संकल्पाचा संन्यास (त्याग) केल्यावाचून कोणत्याही माणसाला योगी होता येत नाही.

भगवान सांगताहेत की अर्जुना! ज्याला लोक संन्यास म्हणून ओळखतात ना, तो काही योगापेक्षा कुणी वेगळा नाही. कारण कोणालाही योगी होण्यासाठी सर्व प्रकारच्या संकल्पांचा संन्यास करावाच लागतो. मग हा योग सांख्ययोग असो की कर्मयोग असो.

सांख्ययोग, ज्ञानयोग किंवा संन्यासयोग आणि कर्मयोग हे तत्त्वतः एकच असल्यामुळे त्यांची योग्यता प्राप्त होण्यासाठी लागणारी वृत्तीही एका जातीचीच असावी लागते. एकसारखीच असावी लागते. आरंभी, आरंभी साधनामार्गाच्या

दृष्टीने प्रमाण विचारात घेता थोडे उणे-अधिक रहात असेल इतकेच; पण ते अंतर प्रमाणाचे (क्वांटिटी) असेल, प्रकाराचे (क्वालिटी) असणार नाही.

संकल्पाच्या संन्यासाने म्हणजे संकल्पाचा त्याग केल्यानेच केवळ योगी होण्याची पात्रता येत असते. मग हा योग कोणत्याही प्रकारचा असो. हे हवे, हे नको याचे नाव संकल्प. हे घडले पाहिजे, हे घडता कामा नये याचे नाव संकल्प. हे असे असले पाहिजे, हे असे असता कामा नये याचे नाव संकल्प. असे हे जे हवे-नको आहे, ते मनुष्याच्या अंतःकरणाला तो जागा असताना तरी सदैव व्यापून राहते. त्याच्यापासून माणसाची कधी सुटका होत नाही. असे हे हवे-नको ज्याच्या अंतःकरणातून नाहीसे झाले किंवा ज्याने ते प्रयत्नपूर्वक नाहीसे केले, त्यालाच योगी होण्याची पात्रता प्राप्त होते.

शरीरधारणा किंवा कर्तव्यकर्म यांच्या दृष्टीने आवश्यक म्हणून काही हवे-नको राहिलच, राहावेही लागेल. प्रकृति-परिस्थितीप्रमाणे त्यांचे स्वरूप भिन्न भिन्नही असेल; पण प्रामाणिक आवश्यकतेच्या मर्यादित हे कोणत्याही स्वरूपाचे हवे-नको बाधक होत नाही. उलट काही प्रमाणात साधकच होते. मात्र ही आवश्यकता शास्त्रदृष्टीने पारखून घेतलेली असली पाहिजे आणि तिची मर्यादा कटाक्षाने सांभाळली पाहिजे. ‘मला वाटते, मला आवडते’ ही कसोटी उपयोगाची नाही. ती वापरली तर धोक्याचीच ठरण्याचा संभव अधिक. उदाहरण म्हणून मी वरचेवर सांगतो ते सर्वत्र विवेकाने वापरता येईल. भूक लागणे नैसर्गिक आहे. तेव्हा खावेसे वाटणे दोषास्पद नाही. पण काय खावे आणि किती खावे ह्याचे स्वरूप आरोग्यशास्त्राचा विचार करून निश्चित केले पाहिजे. आपली रुची प्रामाणिक असतेच असे नाही. बहुधा नसतेच असे म्हणता येईल. तसेच कडू लागते म्हणून योग्य औषध नाकारणेही उचित नाही. वैद्याचा आदेश प्रमाण मानूनच औषधाचा उपयोग केला पाहिजे. तात्पर्य, ‘हवे-नको’चा त्याग म्हणताना, तो तो त्या त्या भूमिकेला अनुसरून असलेला पूर्णपणे अनावश्यक असलेल्या ‘हवे-नको’चा त्याग आहे, हे कधीही विसरू नये. आणि आवश्यक ते ‘हवे-नको’ चालते तर कोणतेही ‘हवे-नको’ चालण्यास का अडचण असावी असे तर्कटही करू नये. तसेच दुसऱ्या कोणाच्या ‘हवे-नको’शी स्वतःच्या ‘हवे-नको’ ची तुलना करून दुसऱ्याचा उपहास वा स्वतःचे समर्थनहि करू नये. स्वतःच्या ठिकाणी प्रामाणिक असावे. आणि ही प्रामाणिकता शास्त्रीय आदर्शांशी यथाशक्ती जवळिक साधणारी असावी. असो.

योगी होण्याची पात्रता कोणाला येते, त्याचे वर्णन करताना भगवान 'संकल्पाचा त्याग करणाऱ्याला योगी होता येते' असे सांगतात. **योगी होण्यासाठी** कुणी ध्यान कसे लावतो, कशावर लावतो, कोणत्या आसनावर बसतो, मांडी कशी घालतो, प्राणायाम कसा करतो, कुंभकात कितीवेळ राहतो. श्वासोच्छ्वासाशी '**सोऽहं हंसः**' ह्या अव्यक्त ध्वनीची जोड घालतो का, कशी घालतो, नाकातून, घशातून काही ध्वनी-स्वर उमटतात का? कानातून, डोक्यातून काही ध्वनीचे स्पंद जाणवतात का? कोणत्या अवयवांना कंप सुटतो? पाठीत, मानेत, छातीत, हातापायात कुठे मुंग्या आल्यासारखे वाटते का? पाठीच्या कण्यातून चमक येणे, स्नायूंची फडफड होणे, डोळ्यापुढे निरनिराळे रंग येणे, काही आकृत्या उमटणे, ध्वनी ऐकू येणे इत्यादी इत्यादी काही होते का? तसे होत असेल तरच त्याच्या ठिकाणी योगी होण्याची पात्रता आहे, त्याची योगमार्गाने निश्चितपणे प्रगती होत आहे असे समजावे, **असे काहीही सांगत नाहीत.**

आपण ज्याला योगमार्गाचा वा ध्यानमार्गाचा रक्षक समजतो, त्यात हे सगळे गृहीत धरीत असतो. कदाचित् संन्यस्तसंकल्प होण्याच्या भूमिकेपर्यंत पोचण्यासाठी प्राथमिक दृष्टीने त्यांची काही प्रमाणात उपयुक्तताही असेल. पण त्यासाठी आसन-प्राणायाम-धारणा-ध्यान ह्याप्रमाणेच नामस्मरण, पूजा, पारायणे, प्रवचन-कीर्तन करणे-ऐकणे, तीर्थयात्रा, मौन, व्रते, उपवास इत्यादी गोष्टींनाही प्राथमिक अवस्था म्हणून स्वीकारता येईल. तेथेही क्वचित् निरनिराळ्या प्रकारचे शब्द-स्पर्शादींचे अनुभवही येतील. पण त्यावर फार भरवसू नये. साध्याच्या दृष्टीने अशा अनुभवांचे मूल्य फारच थोडे असते. म्हणून अशा काही अनुभवांची अपेक्षाही करू नये. आणि तसे घडले तर त्याकडे शक्यतो दुर्लक्ष करून स्वीकारलेला साधनामार्ग चालत राहावा. अंतिम साध्य एकच असले तरी तेथवर पोहोचण्याचे मार्ग वेगवेगळे असू शकतात आणि वाटचाल करण्याची साधनेही आपल्या प्रकृतिपरिस्थितीप्रमाणे वेगवेगळी स्वीकारावी लागतात. त्या प्रत्येक मार्गाचा आणि साधनाचा काही भाग सोयीचा आणि काही भाग अडचणीचा असतो. सोय आणि अडचण उण्या-अधिक प्रमाणात सगळीकडेच असते. आपल्याला काय चालते आणि काय सोसते ह्यांचा विचार करून चालावे. विमानाचा प्रवास सोयीचा का आगगाडीचा प्रवास सोयीचा? कलकत्याला जाताना नागपुराहून जावे का प्रयागहून जावे, या दृष्टीने सोय किंवा अडचण प्रत्येकाची वेगवेगळी असू शकते. विमान सोयीचे, प्रतिष्ठेचे आणि श्रीमंतीचे.

पण विमानतळावर पोचणे आणि विमानतळावरून परतणे, विमानतळावरील दोन्ही स्थानांच्या चक्रव्यूहातून सुटणे, ह्यात जाणारा वेळ कित्येक वेळी, प्रत्यक्ष विमानप्रवासास लागणाऱ्या वेळेपेक्षा अधिक असू शकतो. स्वतःची गाडी आणि सारथी दोन्हीकडे असेल तर थोडी सोय वाढते, अन्यथा तोही त्रास होतो. प्रत्येक विमान-प्रवाशाला, तो आतंकवादी गृहीत धरून त्याला पारखले जाते. पिशव्या-पेट्या उघडून दाखवाव्या लागतात. त्यांची संशयित अपराध्याप्रमाणे अंगझडतीही घेतली जाते. त्यावेळी लाज वाटावी अशी स्थिति निर्माण होते. न्यायालयात आरोपीही निरपराध धरून आरोप सिद्ध करण्याचे दायित्व आरोप करणाऱ्यावर असते. तर विमानतळावर शेकडा ९९ पेक्षाही अधिक सभ्य गृहस्थांना कधीतरी घडणाऱ्या कोण्यातरी आतंकवाद्याच्या दुष्कृत्यामुळे, तो प्रत्येक जणू अपराधी आहे असे गृहीत धरून पारखले जाते. निरपराधी असल्याचे सिद्ध करण्याचे दायित्व त्या सभ्य गृहस्थावरच राहते. ते न्यायालयीन नीतीच्या नेमके उलट आहे. ह्या सर्व दृष्टीने आगगाडीचा प्रवास अधिक सुखाचा. आगगाडीला होतो तसा विमानालाहि उशीर होतो. विमानात स्फोटके ठेवल्याची वार्ता उठली तर कोणते हाल किती प्रकाराने सोसावे लागतील ह्याला सीमाच नाही. सगळ्यात महाग आणि वैभवशाली मानल्या गेलेल्या विमानाच्या प्रवासासंबंधी हे मी सांगितले. आता एखाद्या सशक्त आणि व्याप नसलेल्या व्यक्तीने पूर्णपणे स्वतंत्र आणि स्वावलंबन असलेला पायी प्रवासच मला सुखाचा वाटतो असे म्हटले तर त्याला दोष देण्याचे, नावे ठेवण्याचे वा मागासलेला म्हणण्याचे काय कारण? गिर्यारोहणाची आवड असणारे, अत्यंत महाग आणि तरी अत्यंत कष्टकर प्रवास करीतच असतात. तो त्यांच्यावर कोणी लादलेला नसतो. ते स्वतः उत्साहाने क्लेश सहन करीत राहतात. अनेकांचे मृत्यू घडले तरी दुसरे कोणी थांबत नाहीत. पुढचे गिर्यारोहण टाळीत नाहीत. अशा स्थितीत विमान-आगगाडी इत्यादी चांगली साधने उपलब्ध असताना पायी तीर्थयात्रा घडो म्हणणाऱ्याला अंधश्रद्ध म्हणून हिणवण्याचे खुळेपण कोणी करू नये. उपमा पूर्ण करावयाची तर ध्यानादी साधने विमान इत्यादी सारखी तर नामस्मरणादी साधने दुचाकी, पायचाकी, पायी प्रवासासारखी. मी असे म्हणताच "**मुखी नाम हाती मोक्ष । ऐसी साक्ष बहुतांची**" ह्या आदरणीय संतवचनांच्या आधारे माझ्याशी कुणी वाद घालणारच नाही असे नाही. पण माझ्याकडून मी तो वाद कधीही वाढवणार नाही. माघार घेऊन तो वाद मिटवीन.

पातंजल योगातील अवस्थाक्रमांचे स्वरूप ह्यापेक्षा वेगळे असते. हे लक्षात ठेवावे. कारण तेथेही आसन प्राणायामापूर्वी यम-नियम आणि धारणेपूर्वी प्रत्याहार सांगितला आहे. ह्या तीन अवस्थांचा एकत्र विचार केला की प्रत्याहारासवे सर्व संकल्पाचा त्याग जवळजवळ पूर्ण झालेला असतो. धारणा ध्यानाचा उल्लेख या प्रत्याहारानंतर येतो, हे जिज्ञासूंनी लक्षात ठेवावे. असो.

साधना, साधनामार्ग वेगवेगळे राहू शकतात. पण भगवान ज्या पात्रतेचा विचार करीत आहेत ती स्थिती फार वरची आहे. कोणत्याही मार्गाने जाणाऱ्याला अंतिम दशेत या अवस्थेपर्यंत पोहचावेच लागते. संकल्पाचा पूर्णपणे निरास झाला की मग पुढचा प्रवास अगदी थोडा राहतो. त्याकरिता फारसे प्रयास करावे लागत नाहीत. पुढची, ही, थोडीशी उरलेली वाटचाल, सहजपणे घडू शकते. आपोआप होते असेही म्हणता येईल.

प्रयत्नपूर्वक प्राप्त करून घेण्याची स्थिती आणि विनायास होणारी वाटचाल ह्या दोन अवस्थांच्यामागेही काही कारण असते. त्यांच्या स्वरूपात अंतर राहते हे भगवान पुढील श्लोकात सांगत आहेत.

: ३ :

**आरुरुक्षोर्मुनेर्योगं कर्म कारणमुच्यते ।**

**योगारूढस्य तस्यैव शमः कारणमुच्यते ॥**

ज्याला योगावर आरूढ होण्याची इच्छा आहे अशा मननशील व्यक्तीला कर्तव्यकर्म हे (योगारूढ होण्यासाठी) साधन म्हणून उपयोगी पडते. आणि जो योगाला प्राप्त झाला, त्याला (ती स्थिती टिकवून ठेवण्यासाठी वा आत्मसाक्षात्कार होण्यासाठी) शमाचा (मनाच्या निर्विकल्प अवस्थेचा) उपयोग होत असतो, असे तज्ज्ञांनी सांगितले आहे.

कोणत्याही स्थितीत चित्त समाधानी राहणे म्हणजेच हवे-नको सुटणे. म्हणजेच सर्व प्रकारच्या द्वंदाच्या हर्ष वा विषाद देणाऱ्या परिणामातून मुक्त होणे. म्हणजेच समत्वाला प्राप्त होणे आणि समत्वाला प्राप्त होणे ह्या स्थितीला योगी होणे असे म्हणतात. अशी स्थिती प्राप्त करून घेण्याची ज्याला इच्छा आहे, अशा व्यक्तीने कर्मयोगाचा अर्थात् कर्तव्यकर्म करण्याचा, तीही फलाकांक्षेवाचून करण्याचा प्रयत्नपूर्वक सातत्याने अभ्यास केला पाहिजे. हा योगारूढ होऊ इच्छिणारा अभ्यासू

साधकही कुणी सामान्य असून चालत नाही. तो मुनी असावा लागतो म्हणजेच मननशील, चिंतनशील, विवेकशील, विचारी असावा लागतो. त्याला मनात उठणाऱ्या वृत्तींचा, त्यांचा इंद्रिय व शरीरावर होणाऱ्या परिणामांचा, त्यामुळे बाह्य-स्थितीशी येणाऱ्या संबंधाचा योग्यायोग्याच्या दृष्टीने विचार करावा लागतो. आणि हे घडावयाचे तर त्याला केवळ देहधारणेपुरते नव्हे तर परिस्थितिवशात् प्राप्त कर्तव्यही धैर्य टिकवून उत्साहाने करावेच लागते. मोटार चांगली चालविता येते की नाही ह्याची कसोटी चांगल्या सपाट आणि मोकळ्या मैदानात गाडी चालवून लागत नाही. ती लागते उलट-सुलट जाणाऱ्या येणाऱ्या वाहनांची दाटी असताना. रस्ता खाचखळग्यांचा, अरुंद वेड्यावाकड्या वळणाचा चढउताराचा असताना. अशा स्थितीतून जो सर्व प्रकारचे धोके टाळून गाडी सुरक्षितपणे चालवू शकतो, त्यालाच गाडी चांगली चालवता येते असे म्हणतात. इतकेच नव्हे तर गाडीला होणारे सामान्य बिघाडही त्याला नीट करून घ्यावयास यावे लागतात. अन्यथा जेथे जावयाचे आहे तेथे पोचता येत नाही.

साधनामार्गातही तसेच होते. आपले हवे-नको संपले आहे की नाही, कितपत उणावले आहे ह्याची परीक्षा कर्तव्यकर्म योग्यरीतीने करीत राहिले तरच होते. शरीर आहे तोपर्यंत त्याच्याभोवती अनुकूल-प्रतिकूल घटना सतत घडत राहणारच. अशा स्थितीत कर्तव्यकर्म करीत राहून मनाची अवस्था कशी राहते हे पाहावे लागते. हा विचार सतत करता आला पाहिजे. आणि तो करण्यासाठी माणूस मननशील असला पाहिजे. “**क्षणोक्षणी हाचि करावा विचार । तरावया पार भवसिंधू ।**” असे संत म्हणतात. ते ह्या दृष्टीनेही लक्षात ठेवण्यासारखे आहे. ऐकण्याचा-वाचण्याचा उत्साह सर्वच दाखवितात. पण दैनंदिन वर्तन तेथील विवेचनाच्या आधारे सतत पारखून घेतले पाहिजे, तोलून पाहिले पाहिजे. ह्याची जाणीव कुणी ठेवत नाही. आमचे श्री. धुंडामहाराज मोठ्या गमतीने सांगतात, त्याची यथार्थता पटल्यामुळे त्यांचे वाक्य मला फार आवडले. महाराज एकदा म्हणाले, - “लोक कीर्तन-प्रवचन संपल्यावर वक्त्याला नमस्कार करतात. त्याचा अर्थ बुवा ! आत्तापर्यंत तुमचे ऐकले. आता ते तुमचे तुम्हीच सांभाळा. आम्ही चाललो!”

मननाच्या अभावी श्रवण वा पठण निरुपयोगी होते. म्हणून इथे प्रवेश-योग्यता दर्शविणारा ‘मुनी’ शब्द श्रीकृष्णानी आवर्जून वापरला आहे.



आधी योगारूढ होण्याची इच्छा असावी लागते. मनुष्य चिंतनशील असला तरच त्या इच्छेला अर्थ प्राप्त होतो. आणि मग फलाकांक्षारहित कर्तव्यकर्म करीत राहण्याने प्रगती-उन्नती क्रमाक्रमाने होऊ लागते. साधकाच्या प्रकृति-परिस्थितीप्रमाणे धृती आणि उत्साहाला अनुसरून त्यासाठी लागणारा काळ उणा अधिक राहू शकतो. पण त्यामुळे विचलित न होता कर्तव्यकर्म करीत राहून 'हवे-नको'चे स्वरूप किती कसे राहते हे पाहात राहिले पाहिजे. त्यासाठी आळस, उपेक्षा, वंचना ह्यांचा त्याग केला पाहिजे. कर्म केले नाही तर जिथे जायचे तिथे पोचताच येणार नाही. पण कर्म करीत असतानाही योग्यायोग्य, यथार्थ-अयथार्थ ह्याचा विवेक करून कुठे, किती, काय, केव्हा, कसे या सगळ्या प्रश्नांची उत्तरे शोधून त्या त्या प्रसंगी आपण कसे वागलो, कसे वागावयास पाहिजे होते, हे विवेकपूर्वक लक्षात घेऊन प्राप्त व्यवहार करीत राहावे लागते.

‘न हि कश्चित् क्षणमपि, जातु तिष्ठत्यकर्मकृत्’ या गीतावचनाप्रमाणे कर्मावाचून कोणालाही एक क्षणही राहाता येणार नाही. उद्योगधंदा, सेवा-चाकरी हीच तेवढी कर्मे आहेत असे नाही; तर श्वासोच्छ्वास घेणे एवढेच नव्हे, तर झोपणे हेही कर्मच आहे. मग नामस्मरण, पूजापाठ, कीर्तन-प्रवचन करणे वा ऐकणे हीही कर्मेच आहेत हे सांगावयास नको. पण ह्यातील काहीही करीत असताना योग्यायोग्यासंबंधीचा विचार दूर सारून चालत नाही. म्हणून श्लोकात मुनी शब्दाचा उपयोग केला आहे.

कर्म कधी टाळता येत नाही आणि ते विवेकपूर्वक केले नाही तर बाधल्याशिवाय राहात नाही. एक सोयीचे वाटत नाही म्हणून दुसरे स्वीकारले तर तेथेहि अडचणी उभ्या राहतातच. माणसाला कधी आपले चांगले, दुसऱ्याचे वाईट असे वाटत राहाते तर कधी उलटेहि जाणवते. 'हवे-नकोचा' विस्तार वाढतो तो ह्यामुळेच. म्हणून हे टाळावयाचे असेल तर प्रथम कर्म हे कर्तव्य आहे की नाही, यशापयशाचा विचार न करता आपण ते करीत राहातो की नाही, आणि कर्मातील सातत्य आणि उत्साह टिकतो की नाही, हे पाहून त्यातील योग्य ते स्वीकारणे हेच कर्मातील कौशल्य आणि गीतेने त्यालाही योग्य म्हटले आहे. समत्वाने प्राप्त होणे हा साध्ययोग तर कर्म कौशल्याने करणे हा साधनायोग असे म्हणता येईल. हे साधल्यानंतर पुढे काय दक्षता घ्यावी ते भगवान दुसऱ्या ओळीत सांगत आहेत. “योगारूढस्य तस्यैव

शमः कारणमुच्यते” जिऱ्याची शेवटची पायरीही आता चढून झाली आहे. आता फार तर चार पाच पावले टाकून स्वतःच्या खोलीत जाऊन सुखासीन व्हावयाचे आहे. आता चढण्याचे श्रम नाहीत की झोक जाण्याचे भय नाही. सारा जिना चढून आलेल्याला दोन चार पावले टाकणे काही कष्टाचे नसते. पावले टाकण्याची क्रिया घडत असते. पण ती अगदी विनाश्रम सहजपणे घडत असते. योगारूढ झालेल्या अवस्थेत शमाचे कारणत्व जर काही असेल तर ते जिना चढून झाल्यावर दोन चार पावले टाकण्याच्या स्वरूपाचे असेल. खोलीत जाऊन बसताच तेही थांबते. आता शम हा कारण आहे हे म्हणणेही उपचार राहते.

शम म्हणजे काही न करणे. शांत राहण्याकरितासुद्धा प्रयत्न करावा लागतो. अंतर एकच आहे की शान्त होण्याकरिता, शांत राहण्याकरिता जो प्रयत्न करावयाचा असतो ते करणे, शांत झाल्यावर रहात नाही. आता कर्म होत असते; कर्म करावे लागत नाही. तेथे कोणताही आग्रह उरत नाही. बळही लावावे लागत नाही. श्वासोच्छ्वास, हृदयाचे स्पंदन, जसे सहज होते तसे शांती-समाधान-प्रसन्नता-आनंद या अवस्थांचे स्वरूप योगावर आरूढ झालेल्याच्या शम ह्या स्थितीत असते.

ह्या अवस्थेत मनुष्य निष्क्रिय असतो का? शरीर-मन-बुद्धीच्या पातळीवर काहीच करीत नाही, काहीच घडत नाही असे असते का? ह्याचे उत्तर, 'असे नसते' असे आहे. शरीर आहे, जिवंतपणा आहे तोवर काही क्रिया, काही घटना घडतच असतात. कित्येकवेळा त्याचे बाह्यस्वरूप सामान्य व्यक्तींच्या प्रमाणेच असते. पण अंतरंगदृष्टीने मात्र दोघांच्या ह्या क्रियेमध्ये आकाशपाताळाचे अंतर असते, असू शकते. जो पूर्णपणे योगारूढ झाला, शमामध्ये राहिला, ज्याची साधना सर्वार्थाने परिपूर्ण झाली, त्याचे सगळे जीवन हीच साधना होऊन जाते. प्रत्येक कृती, क्रिया वा घटना साधनारूप होऊन राहाते. श्रीमत् शंकराचार्य म्हणतात त्याप्रमाणे-

आत्मा त्वं गिरिजामतिः सहचराः प्राणाः शरीरं गृहम् ।

पूजा ते विविधोपभोगरचना निद्रा समाधिस्थितिः ॥

संचारः पदयोः प्रदक्षिणविधिः स्तोत्राणि सर्वा गिरो ।

यद्यद्कर्म करोमि तत्तदखिलं शंभो तवाराधनम् ॥

त्याची प्रत्येक कृती ही पूजा होते. श्रीज्ञानेश्वर महाराजांनीही अगदी असेच वर्णन केले आहे. “एवं तो बोले ते स्तवन । तो देखे ते दर्शन । अद्वया मज

गमन । तो चाले तेचि ॥ तो करी तेतुली पूजा । तो कल्पी तो जपु माझा । तो असे तेचि कपिध्वजा । समाधी माझी ॥” (ज्ञाने. १८/११८०-८१) श्रीमद्शंकराचार्यांनी “निद्रा समाधिस्थितिः” म्हटले आहे तर श्रीज्ञानोबारायांनी अधिक व्यापकरणे “तो असे तेचि समाधि माझी” असे स्पष्टपणे म्हणून सिद्धावस्थेत पोहोचलेल्या व्यक्तीच्या सर्व अवस्थांचा जागृति-स्वप्न-सुषुप्ती-तुर्या यांचाही उल्लेख केला आहे.

गीतेच्या दुसऱ्या अध्यायामध्ये स्थितप्रज्ञाची लक्षणे अर्जुनाने विचारली आहेत. तेथेही तो धोरणाने विचारतो आहे. तो ‘स्थितप्रज्ञस्य का भाषा’ अशी नुसती व्याख्या विचारित नाही तर “स्थितधीः किं प्रभाषेत किमासीत् व्रजेत किम्” बुद्धी स्थिर झालेला पुरुष कसा बोलतो, कसा बसतो, कसा चालतो असे विचारतो आहे. स्थितप्रज्ञता ही खऱ्या अर्थाने परिपूर्ण समाधी आहे. म्हणून तेथे, जागृत असलेल्या साधारण व्यक्तीप्रमाणे वेगवेगळ्या संदर्भात वेगवेगळ्या प्रकारचे बोलणे, वागणे, बसणे, उठणे हे घडतच असते. पण तो दुःखे देणाऱ्या परिस्थितीत उद्विग्न होत नाही, खिन्न होत नाही. वा सुखाच्या परिस्थितीत असेच असावे, असेच मिळावे, असेच चालावे अशी इच्छा अभिलाषा धरित नाही. कोणत्याही प्रकारची आसक्ती, भय, क्रोध यापासून दूर असतो. त्यालाच स्थितधी, स्थितप्रज्ञ किंवा समाधिस्थ म्हणावे असे भगवंत सांगतात. येथेही भगवंतांनी मुनी शब्दाचा उपयोग केला आहे. अर्थात ‘आरुरुक्षुही’ मुनीच, आणि योगारूढही मुनीच. इथे ते मुनित्व सहजतेला प्राप्त झालेले असते. साधकावस्थेत प्रत्येक गोष्ट सावधपणे करावी लागते. इंद्रिये कासवाप्रमाणे विषयापासून मागे वळवून आत ओढावी लागतात. “बाहेरी धीट जैसी । दाटुगा पति कळासी । करी टेहणी तैसी । प्रवृत्तीसी ॥” (ज्ञाने. १३/५०५) अशा रीतीने वागावे लागते. पण इंद्रियांना असे चांगले वळण लागले की मग मात्र ती महापतिव्रतेप्रमाणे, वागू नये तशी स्वभावतःच सहजपणे वागत नाहीत. इंद्रिये पूर्णपणे वश होतात. हाच शम. तेथे करावयाचे काही उरत नाही. स्नान-संध्या, जप-जाप्य, होम-हवन, पूजा-पाठ ह्यातले तो काही करित नाही, असेही दिसते. श्रीएकनाथमहाराजांनी “झाली संध्या संदेह माझा गेला” असे म्हणले आहे. पण ही संध्या सुटलेली आहे. सोडलेली नाही. आता संध्या करणारेच थोडे, सोडलेलेच पुष्कळ. ते काही श्रीएकनाथ नाहीत. ते स्वतःला काय समजत असतील

ते असो; पण श्रीएकनाथमहाराजांच्या जोडीने नाव घेण्याच्या योग्यतेचेही नाहीत. उद्योग व्यवसायापुढे वेळ नसल्याचे कारण सांगतात. पण ते, आमचे दादा म्हणतात तसे असते.

“स्नानसंध्या ध्यानधारणा ईशभक्तिला वेळ नसे ।  
घंटा घंटा सावरी नेकटॉय केस डोईचे विंचरितसे ॥”

ही स्थिति काही कौतुकास्पद नाही. अशी व्यक्ती आरुरुक्षु (चढण्याची, मिळविण्याची इच्छा असलेली) नसतेच; पण जिज्ञासूही (जाणण्याची इच्छा असलेली) नसते. शास्त्रीय भाषेत अशा व्यक्तीला पामर म्हणूनच संबोधायचे लागेल. पामर म्हणजे बापडा, ज्याची कीव करावी असा. माणसे स्वतःला बुद्धिमान समजतात. हे शब्द त्यांना आवडणार नाहीत. आपण त्यांना तसे म्हणूही शकणार नाही. कारण आपण जिज्ञासू आहोत, साधक आहोत. असो.

संध्या सोडणे शक्य आहे पण ती सुटावी लागते. जो योगारूढ झाला त्याची संध्या सुटते. त्याचा प्राणायाम, त्याचे ध्यान, त्याची धारणा, त्याचा जप, त्याचे भजन, त्याची साधना हे सर्व काही सुटून जाते. कारण आता केले तरच होते, नाही केले तर होत नाही, असे मुळी कधी नसतेच. श्रीज्ञानेश्वर महाराजांनी अमृतानुभवात फार सुंदर शब्दांत सांगितले आहे. महाराज म्हणतात- “भजता भजन व्हावे । न भजता काय नव्हे । ऐसे नव्हे आघवे । शिवुचि असे ॥” (अमृतानुभव ९-४९) भजन केले तरच होते, नाही केले तर होत नाही, असे कसे असेल? सगळे काही शिवरूप, ब्रह्मरूप, आत्मरूप असल्याने, तद्व्यतिरिक्त दुसरे काही नसल्याने जे काही असते ते भजनच असते. शमाचे हेच स्वरूप असते. आता ह्याला सोयीसाठी काहीही नाव द्या. शांती-प्रसन्नता-समाधान-संतोष-तृप्ती-आनंद-कैवल्य हे सगळे शमाचेच पर्यायवाची शब्द मानता येतील. प्रकृतिभेदाने क्वचित अवस्थाभेदाने त्यात कधी कार्यकारणभाव सांगितला जातो इतकेच.

अशा रीतीने शम प्राप्त करून घेऊन मनुष्य पूर्ण होतो, योगारूढ होतो तेव्हा त्याची अंतरंगस्थिति कशी असते ते श्रीकृष्ण पुढील श्लोकात सांगत आहेत.

: ४ :

### यदा हि नेन्द्रियार्थेषु न कर्मस्वनुषज्जते । सर्वसंकल्पसंन्यासी योगारूढस्तदोच्यते ॥

ज्यावेळी माणूस इंद्रियांच्या भोगात आणि कर्माच्या आचरणात आसक्त होत नाही, (तसेच ज्यावेळी) व्यक्तीच्या सर्वप्रकारच्या संकल्पाचा निरास झालेला असतो, तेव्हा त्यावेळी व्यक्तीला योगारूढ म्हटले जाते.

मागच्या श्लोकात शम साधला की योगारूढ होता येते असे म्हटले आहे. येथे त्या योगारूढ झालेल्या व्यक्तीची मनोवृत्ती कशी असते ते स्पष्ट केले. योगारूढ झालेला पुरुष, पूर्णतेला पोचलेला पुरुष कसा असतो ते भगवान सांगतात.

ज्याला शम साधला तो योगारूढ होतो. हे शम साधणे म्हणजे काय ते या श्लोकात अधिक स्पष्ट केले आहे, असे समजावे.

शम आणि दम अशी दोन साधने साधकाला उपयोगी म्हणून शास्त्राने अगदी आरंभीच सांगितली आहेत. शरीराचे, इंद्रियांचे नियंत्रण म्हणजे दम आणि मनाचे नियंत्रण म्हणजे शम. अवस्थेप्रमाणे बुद्धि-अहंकाराच्या नियंत्रणाचा समावेश शमामध्येच होऊ शकतो. हे दोन्ही परस्परांना पूरक होऊन साधकाला स्वतःची प्रगती कौशल्याने करून घेता येते. अशा रीतीने पूर्णावस्था प्राप्त झाल्यानंतर इंद्रियांच्या अर्थाविषयी कोणतीही आसक्ती उरत नाही. तसेच कर्म करण्याविषयीचा वा न करण्याविषयीचा आग्रह नाहीसा होऊन जातो. हे असे सहज घडते कारण अहंकाराच्या अधिष्ठानाने बुद्धि-मनाच्या पातळीवर उत्पन्न होणारे सर्वप्रकारचे संकल्प निरास पावलेले असतात. अशी स्थिती ज्याला प्राप्त झाली त्याला योगारूढ म्हटले जाते.

इंद्रियार्थ म्हणजे विषय. ज्ञानेंद्रिये पाचच असल्याने विषयहि खऱ्या अर्थाने पाचच आहेत. आपण कानाने शब्द ऐकतो, त्वचेने स्पर्श करतो, डोळ्याने रूप पाहतो, जिभेने रस चाखतो, नाकाने गंध हुंगतो. शब्द-स्पर्श-रूप-रस-गंध या पाचात जगतातले सर्व विषय समाविष्ट होतात. याव्यतिरिक्त काही उरत नाही. माणसाला ज्ञानग्रहण करता येणारी इंद्रिये पाचच आहेत. पाच कर्मेंद्रिये ज्ञानेंद्रियांना सहाय्यक म्हणून उपयोगी पडतात. मन हे इंद्रियांचे प्रेरक आहे आणि विषयांचा उपभोग घेणारेही तेच आहे. त्यामुळेच, 'हे पाहिजे, ते नसावे' असे 'हवे-नको' चे संकल्प विविध प्रकाराने, विविध प्रमाणात होत असतात आणि त्यादृष्टीने नाना प्रकारच्या हालचाली

घडत असतात. ह्यावर विवेकाचे पूर्ण नियंत्रण प्रस्थापित होते, म्हणजेच इंद्रिये अनाग्रही होतात, कर्माविषयी हट्ट उरत नाही आणि संकल्प उसळत नाहीत, तेव्हा ती व्यक्ती पूर्ण झाली, योगारूढ झाली असे समजावे.

परमार्थ-साधनेमध्ये हे असे वर्णन आले की मग त्या सांगणाऱ्याला श्रोत्यांकडून वा वाचकांकडून निरनिराळ्या प्रकारचे प्रश्न विचारले जातात. देवाने डोळे दिले आहेत तर पहायचे नाही का? कान दिले आहेत तर ऐकायचे नाही म्हणजे काय? फुलांचा सुगंध का घ्यायचा नाही? अन्नाचा स्वाद का चाखायचा नाही? मऊ, दुलदुलीत, कोमल, शीत, उष्ण असे स्पर्श का अनुभवयाचे नाहीत? असे लोक विचारतात. आपण मोठा अडवणुकीचा प्रश्न विचारला, फार चांगला तर्क केला असेही ह्या लोकांना वाटत असते. डोळे पाहण्याकरिताच दिले आहेत. जीभ चाखण्याकरिताच आहे. कानाची निर्मिती ऐकण्याकरिताच आहे. ह्यामध्ये वाद असण्याचे कारण नाही. पण हे ऐकणे-खाणे, योग्य-अयोग्य, हित-अहित या दृष्टीने कधी विचारात घेतले जाते का? जे जे हिताचे आहे, जे जे योग्य आहे, तेच ऐकण्या-खाण्या-पाहण्यात गोडी वाटते का? ह्या प्रश्नाचे उत्तर होकारार्थी असेल तर गीता ऐकण्यापूर्वीच कळली आणि वळली असे होईल. अशा जन्मसिद्ध पुरुषाला कोण सांगायला जाईल आणि त्याची आवश्यकता तरी काय? आपण या कोटीत समाविष्ट होतो का, ह्याचा विचार ज्याचा त्याने करावा. असे होत नाही. ही जाण येत नाही म्हणून तर गीता-दासबोध-गाथा-ज्ञानेश्वरी ह्या ग्रंथांची थोरवी अबाधित रहाते आणि उपयुक्तता वाढत जाते. इंद्रियांना असणारी विषयाची ओढ ही आसक्तीचे रूप घेऊन नानाविध चाळे करते आणि त्यातून मानवी जीवनाचा सर्वनाशहि ओढवतो. म्हणून तर काय पहावे, काय ऐकावे, काय चाखावे हे निरनिराळ्या पातळीवर सांगण्याचा प्रसंग येतो. "दृष्टि दिसो तुझी मूर्ति । कानी पडो संतकीर्ति" या सद्बचनप्रमाणे ईश्वराचे श्यामसुंदर रूप डोळ्यांना दिसावे. संतचरित्राच्या वा संतवचनांच्या श्रवणाने कान तृप्त व्हावेत, असे कधी उत्कटतेने वाटते का? "घेई घेई माझे वाचे । गोड नाम विठोबाचे" असे संत म्हणतात त्याप्रमाणे नामजपाची गोडी कधी चाखावीशी वाटते का? पण असे वाटत नाही. क्वचित वाटले तर ती ओढ टिकत नाही. म्हणून तर ज्ञानेंद्रियांचा धिक्कार करण्याचा प्रसंग येतो. जगन्नाथ पंडितांनी गंगा-लहरीत म्हटले आहे-

विशालाभ्यामाभ्यां किमिह नयनाभ्यां खलु फलं ।

न याभ्यामालीढा परमरमणीया तव तनुः ॥

अयं हि न्यक्कारो जननि मनुजस्य श्रवणयोः ।

ययोर्नान्तर्यातस्तव लहरिलीलाकलकलः ॥

गंगे! डोळे चांगले कमलासारखे विशाल आणि सुंदर आहेत पण त्यांनी जर तुझ्या प्रवाहातून उसळणाऱ्या सौंदर्याचा आस्वाद घेतला नाही तर त्या डोळ्यांना चांगले दिसते म्हणता त्याचा काय उपयोग? तसेच तुझ्या खळाळणाऱ्या जलातून उठणाऱ्या तरंगाचा निनाद ज्या कानांना सुखवीत नाही, तो ऐकत राहावा असे ज्या कानांना वाटत नाही त्या कानांचा धक्कारच केला पाहिजे. इंद्रियांच्या विषयज्ञानाचा शरीर-धारणेसाठी उपयोग होतो पण त्यांचे महत्त्व मर्यादित आहे. इंद्रियार्थ हे खऱ्या अर्थाने जीवनाधार नाहीत. जीवनाधार आहे तो प्राण. उपनिषदामध्ये इंद्रियांची मर्यादा व प्राणाचे श्रेष्ठत्व सांगणारी एक गोष्ट आली आहे. मी ती पूर्वी अनेकवेळा सांगितली आहे. परमार्थाचा विचार सोडा, इंद्रियाविषयीची आसक्ती, 'याचि देही याची लोकी' अत्यंत सुखावह असलेल्या आरोग्याचा तरी विचार करते का? तो कोणी करित नाही हे तर उघड आहे. म्हणून तर वैद्यक महाविद्यालयात पाच-दहा लाखांची देणगी देऊन प्रवेश मिळण्यासाठी लोक धडपडत असतात. "ज्याचे ऐहिक धड नाही ! त्याचे परत्र पुससी कायी" ह्या नियमाप्रमाणे ज्याला आरोग्यही सांभाळावेसे वाटत नाही, त्याचा परमार्थ धड कसा होणार?

इंद्रियार्थ हे खऱ्या अर्थाने जीवनाधार नाहीत, जीवनाधार आहे तो प्राण, त्याहिपेक्षा खरे तर आत्मा. हे निश्चितपणे उमजल्यामुळे हा पुरुष इंद्रियांच्या विषयात आसक्त होत नाही, वा त्यासाठी कराव्या लागणाऱ्या कर्माविषयी आग्रहहि धरीत नाही. ह्याच चवीचे खावे हा आग्रह जिभेचा आहे. आरोग्य इच्छिणाऱ्या शरीराचा नाही. सर्वसामान्यांच्या हातून घडणाऱ्या कर्मांमागची प्रेरणा धनेषणा-दारेषणा-लोकेशनेची असते. त्यादृष्टीने काय करावे, काय करू नये याविषयी त्यांचा आग्रह असतो. महात्म्यांचे असे होत नाही. खरे तर आस्वाद हे श्रोत्यांचेही व्रत सांगितले आहे. चांगल्या श्रोत्यांच्या दृष्टीने काय ऐकतो, हे महत्त्वाचे असले पाहिजे. कोण सांगतो नि कसे सांगतो याचे आकर्षण त्याला असता कामा नये. पण श्रोत्यांची तशी वृत्ती दिसत नाही. व्यक्तिमत्त्व प्रभावी, वक्तृत्व आकर्षक आणि विद्वत्ता चांगली

असे ज्याच्या संबंधात आढळून येते तो जे सांगेल ते श्रोत्यांना आवडते, मग ते भले तो 'संभोगातून समाधीकडे जाता येते' असे घातक मत सांगत असो. विषयाच्या बाह्य रूपाशी आसक्ती जडलेली असली म्हणजे हे असेच होते. त्यामुळे जे हितकर ते आवडावे, असे होण्याच्या ऐवजी जे आवडते ते हितकर मानण्याची प्रवृत्ती वाढते आणि ती घातक ठरल्याविना राहात नाही. म्हणून विषयाविषयी आसक्तीचा अभाव असणे हेच हिताचे असते. थोरथोरांच्या जीवनात ह्याचा प्रत्यय उघडपणे येतो. चांगले मिळाले तरी उचंबळणे नाही, वाईट वाट्यास आले तरी खिन्नताही नाही, अशी त्यांची भूमिका असते. क्वचित् सामान्यांना स्पष्ट बोध व्हावा म्हणून वाईटाचे आवर्जून स्वागत करावे अशीही वृत्ति ते दाखवितात. 'बरे झाले देवा बाईल कर्कशा । बरी ही दुर्दशा जनामध्ये ।', 'बरे झाले देवा निघाले दिवाळे । बरी या दुष्काळे कृपा केली' असेही उद्गार हे महात्मे काढताना आढळतात. 'जगे अवज्ञाचि करावी । संबंधी सोयचि न धरावी ॥' अशीही इच्छा ते ठेवतात. साधकाला या वृत्तीचा उपयोग होऊ शकतो. आसक्ती सुटण्यासाठी काही प्रमाणात प्रतिपक्षभावना उपयोगी पडते. योगसूत्राने तसे मार्गदर्शन केलेले आहे.

थोर महात्म्यांना, संतसत्पुरुषांना सुखाची असात्म्यता (अॅलर्जी) असते असे नाही. सुखे आणि दुःखे दोन्ही त्यांना सारखीच असतात. याचा अर्थ कोणत्याही परिस्थितीत त्यांची मनस्थिती सारखीच शांत आणि प्रसन्न असते. सुख आणि दुःख यांच्या संदर्भात त्याची वर्णने मात्र वेगळी वेगळी होतात इतकेच. 'न प्रहृष्येत् प्रियं प्राप्य नोद्विजेत् प्राप्य चाप्रियम्' (गीता ५.२०) किंवा 'दुःखेष्वनुद्विग्नमनाः सुखेषु विगतस्पृहः' (गीता २.५८) अशी वर्णने प्रिय किंवा अप्रिय म्हणजेच सुख किंवा दुःख ह्यांच्या संदर्भात गीतेने केलेली आहेत. या दोन्ही ठिकाणी बुद्धीच्या स्थिरतेचाही उल्लेख आहे. त्यातील एके ठिकाणी त्या पुरुषाला ब्रह्मज्ञानी-ब्रह्मस्थित असे म्हटले आहे. सहाव्या अध्यायातील या श्लोकात त्याला 'योगरूढ' असे म्हटले आहे. योगारूढ होण्यासाठी सर्वसंकल्पसंन्यासी व्हावे लागते, असेही तेथेच म्हटले आहे. सर्व प्रकारच्या हवे-नको चा त्याग म्हणजे संकल्पांचा त्याग. ह्याचे स्पष्टीकरण पूर्वी केलेच आहे.

आता ही स्थिती, ही योगारूढता प्राप्त कशी व्हावी त्याचे उत्तर भगवान पुढील श्लोकात सांगत आहेत.

: ५ :

उद्धरेदात्मनात्मानं नात्मानमवसादयेत् ।

आत्मैव ह्यात्मनो बन्धुरात्मैव रिपुरात्मनः ॥

आपणच आपला उद्धार करून घेतला पाहिजे. आपला अधःपात करून घेऊ नये. कारण आपणच आपले आप वा मित्र असतो आणि स्वतःचे शत्रूहि आपण स्वतःच असतो.

योगारूढ कोणाला म्हणावे? योगारूढ कोणाला म्हणावे? हे भगवंतांनी अर्जुनाला सविस्तरपणे सांगितले. हे प्रकरण काही सोपे नाही. कर्मफलाविषयी अभिलाषा नसणे, इंद्रियाचे विषय उपभोगण्याविषयी आसक्ती नसणे आणि कर्माविषयीचे आग्रह सुटणे हे शब्द आपल्या वृत्तीचा विचार करता ऐकायलाही अवघड, कळायला कठिण मग वळणे तर दूरच राहिले. अशा काही अवघड गोष्टी आल्या की आपण ईश्वराचा प्रसाद, गुरूची कृपा, संतमहात्म्यांचे आशीर्वाद ह्यामुळे सर्व प्रकारच्या अडचणी दूर होऊन इष्ट ते घडून येते, असे भावड्या श्रद्धेने मानीत असतो. चांगला प्रयत्नवादी सज्जनही अशी भाषा वापरतो पण ती त्याच्या निरहंकारी वृत्तीची, विनयाची, सौजन्याची, प्रामाणिक श्रद्धेची द्योतक असते. गुरूच्या-ईश्वराच्या-संतांच्या कृपाप्रसादाने सर्व काही होते हे सांगणे नम्रतेचे असेल, प्रामाणिक श्रद्धेचे असेल तेव्हा शोभते, पण त्याचा अर्थ आपल्याला काही करायला नको, असा गृहीत धरला जातो ते मात्र चुकीचे आहे. कुणी खराच थोर सत्पुरुष आहे, तरी त्याच्या पायावर केवळ डोके ठेवून नमस्कार केल्याने वा त्याने आपल्या मस्तकाला स्पर्श करून आशीर्वाद दिल्याने आपला उद्धार होतो असे मानणे भावडेपणाचे आहे. असे मानण्यासाठी काही संतवचनांचा आधार आहे आणि महंत स्वतःची महती वाढविण्यासाठी लोकेषणेचे क्वचित लोकसंग्रहाच्या भावनेने या अशा कृपाप्रसाद-आशीर्वाद-संतसंगती यांची महती गौरवाने गाणाऱ्या वचनांचा भरपूर आधार घेत असतात आणि प्रवचन-प्रसिद्धीच्या माध्यमातून त्याचा प्रचार-प्रसारही करीत असतात. त्यामुळे अनुयायांचा मेळावा वाढत जातो. आणि सत्कार पूजनादींचे कार्यक्रम वैभवशाली थाटामाटाने होत असतात. प्रत्यक्ष प्रगती वा उन्नती किती जणांच्या पदरात पडते ते एक ब्रह्मदेवालाच ठाऊक.

‘संतचरणरज लागता सहज । वासनेचे बीज जळोनि जाय ।’ असे एक

संतवचन आहे. वासनेचे बीजच जळून जाणे म्हणजे सर्वसंकल्पसंन्यासी होणे आहे की नाही आणि ह्या वचनाप्रमाणे ही गोष्ट आता किती सोपी झाली! सत्पुरुषाच्या पायाची धूळ जाता जाता सहजपणे थोडी अंगाला लागली तरी वासना नष्ट होते म्हणजेच संकल्पाचा निरास होतो. रामदास-तुकारामादि थोर संत, सर्वार्थाने महापुरुष ज्या रस्त्यावरून जात होते त्या रस्त्यावर हिवाळा-उन्हाळ्यातहि भरपूर धूळ असणार. आणि त्याच रस्त्याने जाणारा-येणारांची संख्याही काही थोडी नसणार! ते सर्वसंकल्पसंन्यस्त होऊन योगारूढ झाले असे म्हणता येईल का? “आपणासारखे करिती तत्काळ ! नाही काळ वेळ तयालागी ॥” असेही एक संतवचन आहे. त्या त्या संतांच्या योग्यतेचे संत त्या त्या काळी किती झाले? गुरुमाहात्म्य-संतमाहात्म्य मला ठाऊक आहे. आशीर्वादाचे महत्त्व, कृपेचे मूल्य मलाही कळते. गुरूपदेश-संतसहवास ह्यांची उपयुक्तता मीहि नाकारित नाही. पण हे सर्व मान्य करूनही मी भावड्या लोकांना एक प्रश्न विचारतो की हे निवृत्तीनाथ, ज्ञानेश्वर, तुकाराम, रामदास यांच्यासारखे अलौकिक सत्पुरुष कृपण होते की पक्षपाती होते? हे दोष त्यांना दूरान्वयानेही लावण्याची शक्यता नाही. हे सर्व महात्मे अत्यंत उदार, अध्यात्मिक ऐश्वर्याने संपन्न आणि सर्वांच्या विषयी माउलीच्या वात्सल्याने समदृष्टी असणारे असेच होते. पण पर्जन्यवर्षाच केवढाही आणि कितीही वेळ होत राहिला तरी पालथा घडा रिकामा आणि कोरडाच राहतो. तसे या महात्म्यांच्या कृपावर्षावात अनधिकारी व्यक्तीचे होते. कृपेचे आणि सहवासाचे गायिले गेलेले माहात्म्य शब्दातून व्यक्त होणाऱ्या अर्थाप्रमाणे जसेच्या तसे यथार्थ असते तर आपल्या या भारतवर्षात तरी सर्व प्रांतात आणि सर्व शतकात झालेल्या शतावधि संतांचा प्रभाव शब्दातील वर्णनाप्रमाणे जसाच्या तसा दिसावयास हवा होता. पण तसे कोठे आढळत नाही. संतांच्या सहवासात काही काळ आलेली इतर माणसे सोडा पण संतांचे निकटचे आप्तही संत आहेत किंवा होतात असे म्हणता येत नाही. आणि हे संत-सहवासाची महती गाणाऱ्या संतांनीच लिहून ठेवलेले आहे.

श्रीज्ञानेश्वर महाराजांचे सदगुरू श्रीनिवृत्तिनाथ, यांच्यापेक्षा थोर अधिकारी पुरुष कुठे शोधायचे? जी योग्यता ब्रह्माची, परब्रह्माची तीच निवृत्तिनाथांची. कणानेहि उणी नाही. नव्हे नव्हे निवृत्तिनाथ म्हणजे प्रत्यक्ष ब्रह्मच, परब्रह्मच. अशा या निवृत्तिनाथांनी श्रीज्ञानेश्वर महाराजांना घडविले नसते तर ज्ञानेश्वर काही ज्ञानेश्वर महाराज

झाले नसते, असे ज्ञानेश्वर महाराज म्हणतात. अशा या निवृत्तिनाथांनी एकच ज्ञानेश्वर काय म्हणून निर्माण केला? पाच पन्नास ज्ञानेश्वर का नाही निर्माण केले? जगाचे त्यामुळे अधिक कल्याण झाले नसते का? पण ज्ञानेश्वर एकच झाले त्याला साडेसातशे वर्षे होऊन गेली. पुन्हा काही त्या योग्यतेचा पुरुष झाला नाही. एकनाथ-तुकोबा-रामदास यांच्या संबंधातही तसेच म्हणता येईल. श्रीमत् शंकराचार्यांनी गुरूची महती गात असताना गुरू आपल्या शिष्याच्या ठिकाणी “स्वीयं साम्यं विद्यते” स्वतःची समता, स्वतःशी समता उत्पन्न करतो असे म्हटले आहे. पण त्या शंकराचार्यांसारखा शंकराचार्य पुन्हा निर्माण झाला नाही. त्यांच्याच शिष्यात पुढे मतभेद निर्माण झाले. आज तर पीठाधीश शंकराचार्यांची भांडणे न्यायालयात पोचली आहेत. प्रत्यक्ष रामदासस्वामींचे शिष्यही ऐहिक कारणाकरिता परस्परांशी भांडले असे म्हणतात. आता संगति-सहवास-कृपा ह्यांचा जो महिमा गायिला जातो, त्याचे ह्या वस्तुस्थितीच्या संदर्भात काय करावयाचे? अलीकडे शक्तिपाताचे नावही बरेच ऐकायला येते. मानला जातो त्या अर्थाने शक्तिपात नावाची काही वस्तूच अस्तित्वात नाही असे मला म्हणावयाचे नाही. पण त्याचे महत्त्व फार मर्यादित राहते. प्रेरणा मिळण्यापुरते, श्रद्धा दृढ होण्यापुरते या अशा गोष्टींची उपयुक्तता असते, मनुष्याला ज्या मार्गदर्शनाची आवश्यकता असते ते मार्गदर्शनही सहवास उपदेश इत्यादींमुळे लाभते. पण आई लेकराला कडेवर घेऊन जाते तसे काही कोणत्याही गुरूने वा संताने केले आहे असे कधी दिसत नाही. दिव्याने दिवा लागतो. तसेच गुरू-शिष्यसंबंधात होते असे कधी कधी उपमेने सांगितले जाते. पण ही उपमा घ्यावयाची तर ती पूर्णार्थानेच घेतली पाहिजे. एका दिव्याने दुसरा दिवा जेव्हा लागतो, तेव्हा पहिल्या दिव्याच्या ज्योतीशी स्पर्श होण्यापूर्वीचा दुसरा दिवा, पणती, तेल, वात यांनी योग्य प्रकारे सुसज्ज असावा लागतो. तेव्हाच दिव्याने दिवा लागतो. आणि जेथे हा स्पर्श व्हावयाचा ते स्थलही निवांत असावे लागते. मग ज्योतीचा स्पर्श कार्यक्षम होतो. पण पणती, तेल, वातीची सिद्धता करणे काही साधे-सोपे असत नाही. पणती, तेल, वात काही स्पर्शाने निर्माण होत नाही. वाद-विवादासाठी या पणतीतले थोडे तेल त्या पणतीत घालावे, तसेच वातीचीहि विभागणी करावी म्हणजे एका दिव्याचे दोन दिवे होतील, असे म्हणता येईल. पण मग त्याची अत्यंत मर्यादितताही मान्य करावी लागेल. आणि मग कामधेनु, कल्पतरू यांची उदाहरणे घेता येणार नाहीत.

आमच्या ती. दादांनीही ‘गुरु गुरुपणा दे शिष्याला अनन्य झाल्यावरती। दासगणु म्हणे भेद नुरे ज्योतीस मिळाल्या ज्योती’ असे वर्णन केले आहे. पण ह्या वर्णनात शिष्य अनन्य होणे आवश्यक असल्याचे सांगितलेच आहे. प्रत्यक्षात अशी अनन्यता कोठे, किती आढळते? पत्रात स्वाक्षरी करताना आवर्जून उल्लेखिली जाणारी आज्ञाधारकताही शिष्याचे ठिकाणी नसते तर अनन्यता कोठून आणावयाची? अनन्यता गृहीत धरल्यावाचून संगती, कृपा, उपदेश ह्यांचे माहात्म्य सिद्ध होऊ शकत नाही आणि ही अनन्यता साधकाला प्रयत्नपूर्वक प्राप्त करून घ्यावी लागते. हे सर्व त्याचे त्यालाच करावे लागते. म्हणून भगवान म्हणतात- “उद्धरेत् आत्मनात्मानं”.

गुरू खराच अधिकारी आहे असे गृहीत धरले तरी प्रत्यक्षात त्याचे हातून किती शिष्यांचा उद्धार होतो? किती शिष्य आपल्या गुरूच्या योग्यतेला पोचतात? योगवासिष्ठाने अगदी स्वच्छ शब्दात आपण मानीत असलेल्या भाबड्या कल्पनेला ठामपणाने नाकारले आहे. आपण मानलेल्या कल्पनेचा थोडा उपहास केला आहे म्हटले तरी चालेल. तेथे वचन आहे ते असे-

“गुरुश्चेदुद्धरत्यज्ञं केवलं साधुबोधितम् ।  
उष्ट्रं दातं बलीवर्दं स कस्मान्नोद्धरत्यसौ ॥”

गुरूला जर अज्ञानी शिष्याचा उद्धार केवळ उपदेशाने करता येतो तर तो गुरू, उंट, पोळ (सांड-कठळ्या) ह्यांचाहि उद्धार का करीत नाही, असा प्रश्न योगवासिष्ठाने विचारला आहे. योगवासिष्ठ हा ग्रंथ मान्यता पावलेला तत्त्वज्ञानाचा श्रेष्ठ ग्रंथ आहे. वसिष्ठ आणि रामचंद्र यांच्यामधील संवाद असे त्या ग्रंथाचे स्वरूप आहे. तेव्हा योगवासिष्ठाने सांगितलेला विचार दुर्लक्षून चालणार नाही. श्रीशंकराचार्यांचे शिष्य तोटकाचार्य आणि श्रीसमर्थांचे शिष्य भोळाराम यांचे चरित्र हे योगवासिष्ठ मताच्या विरोधी जाते, असे म्हणू नये. कारण त्या दोघांचेहि जीवन अनन्यभावाने ओथंबलेल्या अत्यंत निष्ठावंत सेवकाचे होते. आणि त्यांचे गुरू वास्तवात अत्यंत अधिकारी असलेले महापुरुष होते. स्वतःला त्याच कोटीतले गणण्याची चूक चांगली समज असलेल्याने तरी करू नये. अशी जी उदाहरणे आहेत ती अत्यल्प आहेत. अपवादात्मक आहेत. त्याने नियमाला बाध येतो असे म्हणण्याचे कारण नाही.

वात्सल्यमूर्ति श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनीही “कवणा काय दीजेल कवणे । अद्वैती इये ।” असे परमार्थात देवघेव होत नसल्याचे स्पष्ट शब्दात सांगितले आहे. येथे कोणी कोणाला काही देऊ शकत नाही. सगळे स्वतःच कष्ट करून मिळावे लागते.

आयते काही मिळत नाही, कोणी ते देऊ शकत नाही. क्वचित तसे आढळले तरी तो जन्म-जन्मांतरी केलेल्या साधनेचा परिपाक असतो म्हणून आत्मविश्वासपूर्वक निष्ठेने प्रयत्न करीत राहणे, हाच एक मार्ग उन्नतीच्या प्रगतीच्या दृष्टीने उपलब्ध आहे, हे प्रामाणिक साधकाने तरी विसरू नये.

गुरू मार्गदर्शन करील पण सगळी वाटचाल शिष्याला स्वतःलाच करावयाची असते. ही वाटचाल सावधपणे, सातत्याने, धैर्य-उत्साह मावळून देता करीत राहिले तर ध्येयापर्यंत निश्चितपणे पोचता येते. पण यात कुठे काही उणीव निर्माण झाली तर अधःपतनही होऊ शकते. त्यालाहि आपले आपणच उत्तरदायी असतो. हिमालयाच्या वाटेवर “सावधानता हटी तो दुर्घटना घटी” अशा अर्थाच्या पाट्या लावलेल्या असतात. त्यावरून अधःपातालाहि आपले आपणच कारण असतो हे लक्षात येईल.

विवेक, सातत्य, उत्साह ज्या प्रमाणात टिकेल त्या प्रमाणात आपण आपले मित्र असतो. उलट अविचार, अळंठळं, आळस, उपेक्षा यामुळे कोणतीही साधना निरुपयोगी ठरते आणि या दुर्गुणामुळे आपणच आपले शत्रूही ठरतो. कारण आळसादी दुर्गुण आपलेच असतात आणि त्यांनी घात होतो तोही आपलाच. फलाकांक्षा, विषयाभिलाषा, निष्क्रियता, यामुळे अविचारादि दुर्गुणाचे बळ वाढते. आणि त्या त्या प्रमाणात पतनही निश्चित होते.

आरोग्यसंपन्न राहणे किंवा रोगग्रस्त होणे हे जसे आपल्याच योग्य किंवा अयोग्य आहार-विहारावर अवलंबून असते, तसेच परमार्थाचेहि होते. वैद्य निदान करील, औषध सांगेल पण औषध घेणे आणि पथ्य करणे हे रुग्णाला स्वतःच करावे लागते. चांगले पथ्य केले तर पुष्कळदा औषधही घ्यावे लागत नाही; आणि पथ्य पाळले नाही तर औषधाचा उपयोगही होत नाही. म्हणूनच आपणच आपले शत्रू आहोत ही गोष्ट कधीही विसरू नये. स्वावलंबनाने आपण आपल्या पायावर उभे राहणे हे सर्वत्र लाभदायकच ठरणारे आहे. व्यवहारातही या गोष्टीचा चांगला अनुभव येतो. कल्याणकारी स्वरूपाच्या शासनपद्धतीने लोकांची उद्यमशीलता मारली आहे. लोक शासनावर अवलंबून निष्क्रिय राहतात असे मत काही तज्ज्ञ व्यक्त करतात; ते विचारार्ह आहे. चंद्रशेखर रमण या थोर भारतीय शास्त्रज्ञाने विदेशातून विज्ञान वा विज्ञानोपयोगी यंत्रे आयात करणे हिंदुस्थानच्या दृष्टीने परिणामी घातक ठरणारे आहे असे आपले मत परखडपणे व्यक्त केले आहे. जे यंत्र आपण पन्नास हजार रुपये देऊन संशोधनास उपयोगी म्हणून आणतो, ते येथे पाच हजार रुपयात तयार करणे शक्य आहे. या

अशा आयातीमुळे भारतीय तरुणांच्या प्रज्ञेला वाव मिळत नाही. ही गोष्ट फार अनिष्ट आहे असे ते म्हणत. श्रीचंद्रशेखरांच्या या विधानाचा प्रत्यय जपानने आणून दिला आहे. जपानी लोक अत्यंत स्वाभिमानी असे देशभक्त आहेत. उद्यमशीलता आणि स्वावलंबन हे जणू त्यांचे ब्रीद आहे. संशोधनोपयोगी वा व्यवहारोपयोगी असे यंत्र जगात कोठेही निर्माण झाले की जपानमध्ये तेथील शास्त्रज्ञ फार लौकर त्या यंत्राची प्रतिकृति निर्माण करतात. क्वचित ती पहिल्याहूनही सरस असते. अत्याधुनिक अशा वैद्युतीच्या (इलेक्ट्रॉनिक्स) क्षेत्रात जपानचा हात धरणाऱा आज कुणी नाही असे मानले जाते. जगताच्या व्यापारातही जपानने आपली प्रतिष्ठा कोणालाही हेवा वाटावा अशी उंचावली आहे. अमेरिकेसारख्या संपन्न राष्ट्रावरही जपानने त्या दृष्टीने मात केली आहे, असे मानले जाते. परावलंबनामुळे स्वराज्य प्राप्तीनंतरही हिंदुस्थानने कोणत्याच क्षेत्रात म्हणावी अशी चमक दाखविलेली नाही. कारण तेथेहि आपण “आत्मैव ह्यात्मनो बन्धुः आत्मैव रिपुरात्मनः ।” हे तत्त्व विसरलो. आज आपण नाना प्रकारचे वैभवी सण साजरे करीत आहोत. पण ते सगळे अब्जावधी रुपयांच्या परकीय ऋणांच्या ओझ्याखाली दडपले जात असताना करतो आहोत. वेळीच सावध झालो नाही तर आपल्या आर्थिक दुर्दशेला पारावार राहणार नाही. केव्हातरी हे उजाडेल पण तेव्हा फार उशीर झालेला असेल. गांधीजींचा यंत्रविरोध कालानुरूप नसला तरी त्यांनी सांगितलेले स्वावलंबनाचे धोरण अत्यंत लाभदायक होते. पण गांधीवादी म्हणविणाऱ्या शासनानेच तिकडे पूर्णपणे दुर्लक्ष केले. असो. तो माझा विषय नाही. स्वावलंबनाचे महत्त्व लक्षात आणून देण्यासाठीच सर्वांच्या सहज लक्षात येणाऱ्या ह्या व्यावहारिक गोष्टींचा उल्लेख केला. स्वावलंबन हेच शेवटी कोणत्याही क्षेत्रात लाभदायक ठरणारे आहे. ते जसे व्यवहारात तसे परमार्थातही उपयोगी पडणारे सूत्र आहे.

कलियुगात तरी कोणाच्या आशीर्वादाने कोणाचे कल्याण होत नाही. वा कोणाच्या शापाने कोणावर आपत्तीही येत नाही. सुखदुःख वाट्याला येण्यात प्रारब्धाचा वा दैवाचा भाग असतो. पण त्यालाही केव्हाचे तरी स्वतःचे कर्मच कारण असते.

वाहन म्हणून मोटारीचा चांगला उपयोग होतो. मोटारीच्या रचनेत चाके, ऑक्सिलरेटर, क्लच, गिअर, ब्रेक, स्टिअरिंग इत्यादींचा समावेश असतो. त्यांचा उपयोग कसा, किती, केव्हा करावा हे शिकून घ्यावे लागते. ते नीट लक्षात ठेवून

मोटार चालविली तर प्रवास सुखावह होतो. नाहीतर अपघात झाल्याविना रहात नाही. आपल्या शरीररूपी यंत्रालाहि शम, दम, विवेक, धैर्य, उत्साह मार्गदर्शनासाठी गुरू, गाथा, वा दासबोधदि ग्रंथ अशी सर्व साधने उपलब्ध आहेत. तेव्हा आपला उद्धार आपला-आपणच साधून घ्यावयाचा आहे. आणि अधःपातालाही आपले आपणच कारण आहोत हे लक्षात ठेवूनच वागले पाहिजे. “सुखस्य दुःखस्य न कोऽपि दाता । परो ददातीति कुबुद्धिरेषा ।”

आपल्या सुखदुःखाला आपले आपणच कारण असतो. दुसऱ्या कोणामुळे हे घडते असे मानणे ही दुर्बद्धी आहे. निदान ते अज्ञानाचे लक्षण तरी आहेच आहे.

आपले आपणच मित्र किंवा शत्रू केव्हा होतो, का होतो, ते भगवान पुढील श्लोकात सांगत आहेत.

: ६ :

**बन्धुरात्मात्मनस्तस्य येनात्मैवात्मना जितः ।**

**अनात्मनस्तु शत्रुत्वे वर्तेतात्मैव शत्रुवत् ॥**

ज्याने स्वतःच स्वतःवर पूर्णपणे नियंत्रण प्रस्थापित करून घेतले आहे तो आपणच आपला बंधू मित्र-सहाय्यक होतो. आणि असे आपले आपल्यावर नियंत्रण ज्याला साधले नाही त्याच्या संबंधात, आपणच आपल्याशी शत्रूसारखे वर्तन करीत आहोत असे समजावे.

आपणच आपल्याला नियंत्रित करणे हे एका दृष्टीने सोपे आहे, असे वाटले तरी त्यादृष्टीने प्रयत्न केला म्हणजे त्यातील कठिणपणा लक्षात येईल.

ज्या चौकात जाणारी-येणारी मंदगति वा वेगवान वाहने आणि दाटीवाटीने जाणारे पादचारी पुष्कळ प्रमाणात जात-येत असतात, तेथे जर वाहतुक-नियंत्रक दिवे वा आरक्षी (पोलिस) नसेल तर काय होते, याचा अनुभव अनेक वेळा येतो. अपघात घडावेत, लागावे, खरचटावे, हातपाय मोडावेत, वाहनांची नासधूस व्हावी, मृत्यू यावा म्हणून काही कोणी रस्त्याने जात-येत नसतो वा वाहने चालवीत नसतो. पण बाहेरचा नियंत्रक नसेल तर हे सर्व उण्या-अधिक प्रमाणात घडल्याशिवाय रहात नाही. कारण कुठे आवरावे, कसे आवरावे, हे आपले आपल्याला कळत नाही. पुढे घुसण्याचा अगदी क्षुल्लक मोहही टाळता येत नाही म्हणून आपणच आपले शत्रू होतो. कारण आपणच आपला घात करून घेत असतो. आपण आपला सहाय्यक,

हितकर्ता, मित्र होऊ शकत नाही.

प्रत्येकाने आपल्यापुरते चांगले वागावयाचे ठरविले तर बाह्य नियंत्रणाची आवश्यकताच उरणार नाही आणि प्रत्येकाने आपणहून तसे चांगले वागावयाचे नाही असे ठरविले तर माणसागणिक नियंत्रक किंवा आरक्षी उभा करणे शक्य आहे का? आणि तो आरक्षीही माणूसच आहे; तो तरी योग्य असाच वागेल असा भरवसा कसा देणार? तोही आमच्यातलाच असतो. त्यालाहि मिळालेल्या सत्तेचा स्वार्थासाठी दुरुपयोग करण्याची बुद्धी होते. मग भ्रष्टाचाराचे क्षेत्र वाढत जाते. म्हणून स्वतःचे हित साधावयाचे तर आपणच आपल्याला नियंत्रित-संयमित-शांत केले पाहिजे. सगळे असे वागतील तर बाह्य नियंत्रकाची, शासनाची आवश्यकताच उरणार नाही. एक माणूसच नव्हे तर समाज आणि सर्व देश सुखासमाधानात नांदेल. आपल्याकडे एक काळ असा होता, असे वर्णन इतिहासाने केले आहे. राज्य नव्हते. राजा नव्हता. शिक्षा करावी असा अपराधी कुणी नव्हता अर्थात् शिक्षा करणारा कुणी नव्हता. सर्व लोक धर्माने वागून एकमेकांचे रक्षण करीत होते. कारण प्रत्येकजण स्वतःच स्वतःला आवरीत होता. स्वभावतःच संयमाने वागत होता.

जीव-मात्र स्वातंत्र्याचा भोक्ता आहे. शरीर मन-बुद्धीने विकसित असलेला माणूस तर आहेच आहे. ह्या नैसर्गिक स्वातंत्र्यप्रियतेचा आधार घेऊन बुद्धिवादी तर्कटे रचतात आणि विचारतात की ‘मला असे कर, असे करू नको’ असे सांगणारे हे धर्मशास्त्र कोण? हे जो मनुष्य विचारतो त्याने मला अडविणारा, थांबविणारा, जा आणि जाऊ नको म्हणणारा असा हा वाहतुक-नियंत्रक-आरक्षी कोण, असाहि प्रश्न का विचारू नये? ‘वाकडे वळण, जपून चला’ अशी पाटी असणे हाही मनुष्याच्या बुद्धिमत्तेचा अपमान नाही का? मार्गामार्गावर अनेक ठिकाणी वेडेवाकडे हादरे देणारे गतिरोधक (स्पीडब्रेकर) असतात. वाहनातून जाणारा बहुधा प्रत्येक वेळी त्यांच्या विरोधात ओरडतो. पण तरीही शासन गतिरोधक काढून टाकीत नाही.

माणसाला बाह्यनियंत्रकाची आवश्यकता असते म्हणून तर शास्त्राची, गुरूची आवश्यकता असते. पण हे बाह्यनियंत्रण त्याचे किती काळ संरक्षण करू शकेल. शेवटी कधीतरी, काय करावे, कसे करावे हे आपले आपल्यालाच कळावे लागते, करावे लागते. गति केव्हा वाढवावी, ब्रेक केव्हा दाबावा, गिअर केव्हा बदलावा, क्लचचा उपयोग कसा करावा, स्टिअरिंग केव्हा वळवावे हे कधी तरी आपले



आपल्यालाच कळले पाहिजे की नाही? मोटारीची रचनाही मोठी गमतीची असते. ज्या पायाने ॲक्सिलरेटर दाबायचा त्याच पायाने ब्रेक दाबावयाचा असतो. हे सावधपणे लक्षात ठेवले नाही तर ब्रेकऐवजी ॲक्सिलरेटर जोराने दाबला जातो आणि धोका अनेकपटीने वाढतो. ॲक्सिलरेटरवरचा पाय उचल आणि ब्रेक दाब हे कुणी बाहेरचा नियंत्रक सांगत नाही, सांगू शकत नाही. कधी कधी ब्रेक पारखून घ्या अशी पाटी मार्गावर असते. पण तिचा उपयोग लाक्षणिक असतो. सावध राहण्याची सवय लावण्यापुरता असतो.

आपल्याला आपले नियंत्रण करता आले पाहिजे. बाहेरचा कुणीही, केवढाही माणूस आपल्याला कसे सांभाळणार? किती दिवस सांभाळणार? स्वतःचे स्वतःला आवरता येणे आणि त्यादृष्टीने वागता येणे हे केव्हातरी साधलेच पाहिजे. सदैव शिशुवर्गात राहणे, बालवर्गात राहणे याला कोणी शिक्षण म्हणत नाही. प्राथमिक विद्यालय, माध्यमिक विद्यालय, महाविद्यालय, विद्यापीठ याक्रमाने प्रगती करून घेणाऱ्यालाच आपण सुशिक्षित समजतो. सुशिक्षित म्हणवून घेण्यासाठी केवळ अक्षर-ओळख पुरेशी होत नाही. 'बालकाचेसाठी । पंतोजीचे हाती पाटी ॥' हात धरून गिरवून घेणे आणि गिरवणे ही अवस्था संपलीच पाहिजे की नाही. पण परमार्थात तरी अशी दक्षता कुणी घेत नाही. गुरू स्वप्नात येऊन मार्गदर्शन करतात, दृष्टान्त होतात, साक्षात्कार घडतात. असे काही लोक भाविकपणे क्वचित् अगदी गहिवरूनही सांगतात. पण बहुधा हे सर्व भावनेचे खेळ असतात. त्याची काही उपयुक्तता असलीच तर ती अत्यल्प असते. आणि तीही अगदी प्राथमिक अवस्थेत.

श्रीतुकाराममहाराजांना स्वप्नात मंत्रोपदेश झाला हे खरे पण आपल्याला जी स्वप्ने पडतात तीही तशीच असतात असे समजण्याची चूक कोणी करू नये. चांगले काय वाईट काय हे आपले आपल्याला कळले पाहिजे. कसे वागावे, कसे वागू नये हे नीट उमगले पाहिजे. वाईटाचा त्याग, चांगल्याचा स्वीकार सहजा सहजी झाला पाहिजे. कोणत्याही प्रकारची खळखळ कोणीकडूनही होता कामा नये. असे झाले म्हणजे स्वतःचे स्वतःवर नियंत्रण प्रस्थापित झाले असे समजावे. मग त्या व्यक्तीची स्थिति श्रीज्ञानेश्वर महाराज म्हणतात, त्याप्रमाणे होते -

“तेवी दोषादोष विवेकी । इंद्रियेचि होती पारखी । नियमु बारे पायिकी। वोळगे तै ॥ नाइकणे ते कानचि वाळी । न पहाणे ते दिठीचि गाळी । अवाच्य

ते टाळी । जीभचि गा ॥ वाती पुढां जैसे । पळो लागे काळवसे । निषिद्ध इंद्रिया तैसे । समोर नोहे ॥” (ज्ञाने. १४/२०८-९-१०)

पण हे सर्व घडावयाचे तर स्वतःचे स्वतः प्रयत्न करून, सावध राहून घडवून घ्यावे लागते. त्यासाठी प्रयत्नाचे सातत्य दीर्घकाळ असावे लागते. येथे कुणी कुणाला साहाय्य करू शकत नाही. गुरू शिष्याला मदत करतो हे फार फार मर्यादित अर्थाने खरे आहे. सद्गुरूंच्या साहाय्याची खरे तर मार्गदर्शनाची अत्यंत आवश्यकता असते. हे एकशे एक प्रतिशत खरे आहे. शेवटी त्यालाही मर्यादा असते, सीमा असते, हे त्याहून खरे आहे. शेवटी आपला उद्धार आपणच करून घ्यावयाचा असतो. साधनेची वाटचाल आपल्याला करावी लागते. प्रयत्नाने सातत्य आपणास टिकवून ठेवावे लागते आणि हे सर्व विश्वासाने, उत्साहाने करावे लागते. अगदी अधिकारी गुरू म्हणून ज्यांची ख्याती आहे, त्या गुरूचे सगळे शिष्यसुद्धा सारख्या अधिकारारचे नसतात. सारख्या वेळात योग्यतेला प्राप्त होत नाहीत. कोणाला दोन वर्षात साधते, कोणाला पाच वर्षात, कोणाला दहा वर्षात तर कोणाला साधतच नाही. गुरू अधिकारी असताना असे का होते? याचे उत्तर शोधले पाहिजे की नाही?

क्वचित् काही अनुभव सांगता येतात. काही सांगितले जातात. श्रद्धा वाढण्यासाठी, दृढ होण्यासाठी या कथनाचा काही प्रमाणात उपयोगही होतो. पण साखर गोड लागते. मी खाल्ली. मलाही गोड लागली असा सिद्धान्त सांगता येतो. पण अनुभव सांगता आला तरी त्यामुळे साखरेची गोडी कळत नाही. ती ज्याची त्यालाच अनुभवावी लागते.

वरील साऱ्या चर्चेवरून मी गुरूचे महत्त्व पार नाहीसे करून टाकले, ते योग्य झाले नाही, असे काही श्रद्धावंतांना वाटणे शक्य आहे. त्यामुळे त्यांना खेदही झाला असेल कारण गुरूचे एकमार्गी माहात्म्य सांगणारी, सगळे काही गुरूवर अवलंबून आहे, त्याच्या कृपाप्रसादानेच सर्व काही साधते, अशा अर्थाची कितीतरी वचने थोरसंतांच्या वाङ्मयातून-शास्त्रग्रंथातून किंवा पुराणादीतून उपलब्ध होतात. गुरूंचा गौरव वाखाणणाऱ्या या वचनांचा प्रचार करणारे अनेक महंतही आहेत. त्यातील काही प्रामाणिकही आहेत. पुष्कळसे बुवा आहेत. जे प्रामाणिक आहेत ते लोकसंग्रहासाठी “अधिकार तैसा दावियला मार्ग” या न्यायाने “निवडिले साचे । उत्तम मध्यम कनिष्ठाचे” या दृष्टीने सामान्यजन साधनमार्गाला लागावेत

म्हणून ते गुरुची महती सांगत असतात. सामान्य माणूस श्रद्धायुक्त असला तरी अधीरा असतो. त्याला आत्मविश्वास नसतो म्हणून त्याला आपल्यामागे बळकट आधार आहे, आपल्याला सावरणारे समर्थ असे कुणीतरी आहे. तेव्हा आपल्याला कसलीही चिंता करण्याचे कारण नाही. आपण आपल्या शक्तीप्रमाणे जेवढे काही करू, ते पुरेसे आहे. इतर सर्व गुरू पाहून घेतील, सांभाळून घेतील या विश्वासाने ऐकलेल्या गुरुगौरवामुळे सामान्य मनुष्य परमार्थात स्थिरावतो. त्याला धीर वाटतो. अर्थातच त्याला लाभ होतो. क्रमाने त्याची प्रगती होते.

शिशुवर्गातील शिक्षिका अक्षरओळख करून देण्याचा प्रयत्नसुद्धा करीत नाही. त्या लेकरापुढे भरपूर खेळणी टाकली जातात, त्याला हलकेफुलके गाणे सांगितले जाते. त्याचे मन रमविणाऱ्या कथा ऐकवल्या जातात. त्याला आईही घरी सांगत असते की बाळ ! शाळेत जा. तेथे काही करू नको. हा खाऊचा डबा घे. शाळेत बसून खा आणि परत ये. गुरुगौरव असा उपयुक्ततेच्या दृष्टीने प्राथमिक अवस्थेत उपयोगी पडतो आणि त्यातून निर्माण झालेली श्रद्धा, पुढे सोसाव्या लागणाऱ्या कोणत्याही कष्टाला कराव्या लागणाऱ्या प्रयत्नाला कंटाळत नाही. गुरुगौरवाचा असा लाभ होतो.

महंत-मंडळीपैकी जे बुवा आहेत, त्यांना लोककल्याणासाठी कराव्या लागणाऱ्या लोकसंग्रहापेक्षा स्वतःची प्रतिष्ठा वाढविण्यास उपयोगी पडणारी धनेषणा, लोकेषणाच अधिक असते. नीट पाहिले तर ते कोणाच्याही लक्षात येऊ शकते. आपला परिवार वाढावा, नावलौकिक मिळावा, सत्कार समारंभाचे कार्यक्रम नाना निमित्ताने घडावेत आणि त्यातून पुन्हा अनुयायांच्या संख्येत भर पडावी अशीच धारणा असते. परमार्थाची कीर्तन-प्रवचने हे त्याचे साधन असते. कित्येकांचा तर तो उघड उघड व्यवसायही असतो. गुरुगौरव हे प्रत्यक्ष-अप्रत्यक्षपणे त्यांच्या स्वतःच्या लाभाचे माध्यम असते. अर्थातच अशा मंडळींचा स्वाभाविकपणेच गुरुकृपेची थोरवी गाण्यावर भर असतो. मग अशा व्यक्तीने सांगितलेली साधना वरवर काहीतरी हाती लागले असे वाटणारी असली तरी पुढे पुढे निरुपयोगी वा घातकही ठरू शकते.

आश्चर्याची गोष्ट अशी की अशा बुवांच्या पाठीमागेही समाजातल्या वरच्या थरातील लोकांची पुष्कळ दाटी असते. त्यांच्या परिवारात श्रीमंत, सुशिक्षित, विद्वान, सत्तेच्या पदावरील अधिकारी अशांची बहुसंख्या असते. ते पाहून मग प्रश्न उत्पन्न होतो की एवढा मोठा शहाण्या लोकांचा समाज ज्याच्याभोवती आहे, तो सांगतो ते

खरे असलेच पाहिजे. आपण लोकसत्ता मानतो तेव्हा लोकमताला मान दिलाच पाहिजे. हे समर्थन ठीक आहे. पण लोकमत अविवेकीही असू शकते, त्याची बहुसंख्याही होऊ शकते. ती प्रचारमाध्यमे, प्रलोभने, दडपणे, धाक ह्यांच्या बळावर पुरेशी वाढविताही येते. ह्या बहुमताचा लाभ किती आणि हानी केवढी, हे खंडित भारताच्या स्वराज्यप्राप्तीपासून आपण चांगले अनुभविले आहे. तेव्हा बहुमताने म्हणून योग्य असे मानणे श्रेयस्कर असतेच असे नाही. एकदा शास्त्र काय आहे, तत्त्व काय आहे हे निश्चितपणे जाणून घेतलेच पाहिजे. प्रत्येक वेळेला बालभावाने केवळ आपल्या श्रद्धा डळमळीत होऊ नयेत म्हणून, नुसता आधार वाटावा म्हणून सोयीचे वाटते, गोड वाटते म्हणून कोणी, ऐकत असेल आणि त्या प्रमाणे तेवढेच खरे मानून वागत असेल तर ते फार काळ पुरणार नाही. शिशुवर्गातील पद्धती माध्यमिक शाळातूनही वापरीत नाहीत. मग महाविद्यालयातही तिचाच अवलंब करावा हे सांगणे अयोग्य आहे, असे सांगण्याची शक्यताच उरत नाही.

गीतेच्या चौथ्या अध्यायात ज्ञानाचे महत्त्व सांगून ते कसे मिळवावे हे सांगताना “तद्विद्धि प्रणिपातेन परिप्रश्नेन सेवया । उपदेक्ष्यन्ति ते ज्ञानं ज्ञानिनस्तत्त्वदर्शिनः॥” (गीता ४/३४) असे म्हटले आहे आणि ह्यावर भाष्य करताना श्रीज्ञानोबारायांनी म्हटले आहे की -

“ते ज्ञान पै गा बरवे । जरी मनी आथी आणावे । तरी संता या भजावे । सर्वस्वेशी ॥ जे ज्ञानाचा कुरुठा । तेथ सेवा हा दारवंटा । तो स्वाधीन करी गा सुभटा । वोळंगोनि ॥ तरी तनुमनुजीवे । चरणासी लागावे । आणि अगर्वता करावे । दास्य सकळ ॥ मग अपेक्षित जे आपुले । तेहि सांगती पुसिले । जेणे अंतःकरण बोधले । संकल्पा नये ॥” (ज्ञाने. ४/१६५ ते १६८)

ज्याच्याकडून बोध मिळवावयाचा त्याला गीता तत्त्वदर्शी आणि ज्ञानी म्हणते. म्हणजे तो श्रोत्रिय आणि ब्रह्मनिष्ठ आहे. अर्थातच साक्षात्कारी महात्मा आहे. म्हणूनच ज्ञानेश्वरांनी त्याचे वर्णन संत ह्या एका शब्दाने केले आहे. ज्याच्याकडून ज्ञान मिळावयाचे तो जर संत आहे तर तो दयाळू, कृपावंत, निर्लोभी, अमानित्व-अदंभित्व ह्या लक्षणांनी युक्त, समदर्शी, सगळ्यांशी सारखा, कुणी शत्रु-मित्र नसलेला, निरपेक्ष असा असणारच. आता त्याच्याकडून ज्ञान मिळविण्यासाठी त्याला नमस्कार करावा, त्याची सेवा करावी, तीही उत्कटतेने, सर्व समर्पण भावाने करावी अशा गोष्टींची आवश्यकताच काय? नमस्काराने आणि सेवेने संतुष्ट होणारा निरभिमानी आणि

निरपेक्ष मानता येईल का? या गोष्टीची ज्याला अपेक्षा आहे, त्याला खरा संत म्हणता येईल का? अर्थात् या गोष्टीची संतांकडून, ज्ञान्याकडून, गुरुकडून मुळीच आवश्यकता नाही. त्यांना त्याची अपेक्षाही नसते. तशी अपेक्षा आणि आवश्यकता असेल तर संतत्वालाच बाध येतो. संत दयाळू कृपाळू आणि समदृष्टी असतात.

तेव्हा सेवा करणारा आणि न करणारा त्यांच्या दृष्टीने सारखाच असला पाहिजे. वस्तुस्थितीने संत खरोखरीच समदृष्टीच असतात. पण हे कळण्यासाठीही योग्यता असावी लागते.

संत समदृष्टी आणि कृपावंत असताना त्यांचेकडून संकल्पाचा निरास करणारे ज्ञान मिळविण्यासाठी केवळ शरीरानेच नव्हे तर मनाने-जीवे-प्राणे करून त्यांचे पाय धरावेत आणि पूर्ण निरभिमान वृत्तीने त्यांची सर्व प्रकारे सेवा करावी, असे गीता आणि श्रीज्ञानेश्वरमहाराज सांगतात, त्याचे मर्म लक्षात घेतले पाहिजे. समदृष्टी संतांकडून होणारा कृपेचा वर्षाव ग्रहण करण्याचीहि पात्रता असावी लागते. शेत चांगले वहितावलेले नसेल, बी पेरलेले नसेल तर पाऊस पडूनही काही उपयोग होत नाही. त्या पावसाचा उपयोग मग काट्याकुट्याचे तण माजण्यातच होतो. संतकृपा होण्याची पात्रता लाभावी म्हणूनच श्रीज्ञानेश्वरमहाराज “तनुमनुजीवे । चरणासी लागावे । आणि अगर्वता करावे । दास्य सकळ ।” असे म्हणतात. पण हे सोपे आहे का? सेवाभाव खऱ्या अर्थाने असणे अत्यंत कठीण आहे. प्रश्न विचारतात, नमस्कार करतात, पुनःपुनः काही चुकले असेल तर क्षमा करा असे गहिवरून म्हणतात, दक्षिणा देतात, सोय करण्यासाठी पुष्कळ धनहि वेचतात. पण शरीराला थोडा कष्टाचा ताण पडला की त्रासतात आणि वैतागून म्हणतात, “सोडवा आम्हाला, तुम्ही मोकळे व्हा आणि आम्हालाही मोकळे करा.” हे असेच बहुतेक आढळून येत असल्याने, श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांचे ‘दास्य सकळ’ इत्यादि शब्द किती महत्त्वाचे आहेत ते समजते. ज्ञानग्रहणाची पात्रता येणे किती अवघड आहे, हेही लक्षात येते, ‘दास्य सकळ’ न होण्याच्या मुळाशी कोठे तरी देहभाव आडवा येतो, तो शरीर म्हणजेच मी असेच समजत असतो. मग होणारे थोडेही कष्ट अंगचोरपणा करण्यास लावतात. शरीरावरही नियंत्रण नसेल तर मन-बुद्धी कशी नियंत्रित होणार? येथे तर यतचित्तात्मतेचे महत्त्व फार आहे.

सर्व पातकातून मुक्त करीन. पण त्या आधी सर्व धर्माचा त्याग करून मला

शरण ये अशी अट भगवान सांगतात. मन्मन हो, मद्याजी हो, मत्कर्मकृत् असा मद्भक्त हो असेही भगवान म्हणतात. भक्ताची लक्षणे बाराव्या अध्यायात भगवंतांनी ‘अद्वेष्टा सर्वभूतानां’ पासूनच्या लक्षणाने सविस्तरपणे सांगितली आहेत. आता हे साधे-सोपे आणि आशीर्वादाने लाभणारे आहे का? भगवान भक्तांचा योगक्षेम मी वाहतो असे म्हणतात, ते खरेही आहे पण हा भक्त कोण? त्याची लक्षणे त्याच श्लोकाच्या उरलेल्या तीन चरणात दिलेली आहेत. तो अनन्य चिंतन करणारा, सर्वत्र ईश्वर भरून राहिला आहे, असे दर्शन घेणारा, आदरपूर्वक ध्यानामध्ये निरंतर गढून राहिलेला, असा असावा लागतो. हेही सोपे नाही. जे जे सोपे वाटते त्याच्या मागचे पुढचे लक्षात घेतले म्हणजे मग त्यातील अवघडपणा उमगून येतो. इतर ज्ञानयोगादी मार्गापेक्षा सोपी मानली जाणारी भक्तीही ‘सुळावरची पोळी’ असते. म्हणून कोणाच्या केवळ अशीर्वादाने काही होते ह्या भ्रमात साधकाने राहू नये. मार्गदर्शन लागते आणि मिळतेही. पण आपला उद्धार आपणच करून घ्यावा लागतो. त्यासाठी सद्बर्तन उपयोगी पडते. आणि आपल्या अधःपाताला आपली कुकर्मच कारणीभूत असतात, ही गोष्ट कधीही दृष्टिआड करून चालत नाही.

श्रीज्ञानेश्वरीच्या शेवटी श्रीज्ञानेश्वरांनी मागितलेले पसायदान दिव्य आणि उदात्त असे आहे. श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांच्या अंतःकरणातील अपार करुणा, सर्वांच्या हिताची तळमळ, प्रेमळ मातेलाही लाजविणारे वात्सल्य त्या मागणीतून प्रगट झाले आहे. दुष्टांचा दुष्टपणा जावो. ते सदाचरणी होवोत. सर्वांना स्वधर्माची जागृती येवो. सर्व जीव परस्परांशी मित्रतेने वागोत. ज्याला जे पाहिजे असेल ते त्याला मिळो, कल्पतरूसारखा असलेला संतांचा समुदाय जगताचे कल्याण करीत भूतलावर अखंडपणे संचार करीत राहो. इत्यादी मागणे त्यांनी मागितले आणि विश्वेश्वरस्वरूप निवृत्तिनाथ ‘तथास्तुहि’ म्हणाले. ह्या वरदानाने ज्ञानेशांसारखा विरक्त महापुरुषही सुखावला. अशा स्थितीत प्रत्यक्षात काय घडले? श्रीज्ञानेश्वरी लिहून तीन-चार वर्षे होतात न होतात तोच महाराष्ट्र अल्लाउद्दिन खिलजीसारख्या क्रूर मुसलमान आक्रमकाच्या टाचेखाली निर्दयपणे तुडविला गेला. यादवांचे साम्राज्य धुळीला मिळाले आणि ही दुर्दशा त्यानंतर पुढे चारशे वर्षे टिकली. छत्रपति शिवाजी राजांच्या उदयानंतर त्यांच्या पराक्रमाने, त्यांच्या स्वधर्मनिष्ठेने हिंदूंचे एक लहानसे राज्य महाराष्ट्रात निर्माण झाले, तरी इतर हिंदुस्थान मुसलमानांच्या अत्याचाराने संतस्त झालेला होता.

सर्व प्रकारचे दुःख दैन्य भोगत होता. लाचारीचे जिणे जगत होता. आशीर्वादाने सगळे काही होते म्हणणाऱ्यांनी हा इतिहास लक्षात घेतला पाहिजे.

एवंच प्रचार-प्रसार-प्रवाद-तर्कवाद काहीही असला तरी आपल्या उद्धाराला आपणच कारण असतो. आणि आपले पतनही आपल्याच दोषाने होते. कारण आपले मित्रही आपणच आणि आपले शत्रूही आपणच ! हे नीट समजून घेतले पाहिजे. त्यादृष्टीनेच योग्य ती साधना करित राहिले पाहिजे. अद्वैत हेच परमसत्य, पारमार्थिक सत्य असल्याने ह्यापेक्षा दुसरे काही असणे संभवतच नाही. ह्या सिद्धान्तापेक्षा निराळे विचार, निराळी मते मांडली गेली आहेत असे दिसले तर ती अधिकारभेदाने आहेत असे जाणून समन्वयाच्या दृष्टीने त्यातील संगती जाणून घेतली पाहिजे. अर्थातच त्यासाठी सांप्रदायिक दुराग्रहापासून मुक्त झाले पाहिजे.

“नर करनी करे तो नरका नारायण हो जाय” ही म्हण पूर्णपणे खरी आहे. मनुष्य हा असा प्राणी आहे की तो योग्य मार्गाने प्रयत्न करील तर त्याचा ज्ञानेश्वर-तुकाराम-रामदासही होऊ शकेल. उलट स्वार्थाने वासना-लोलुप होऊन वागला तर त्याचा रावण-दुर्योधन-दुःशासन होण्यास वेळ लागणार नाही. रावणाचे तपही काही सामान्य नव्हते पण विषयलोलुप होताच तो नीचतेच्या पराकोटीला जाऊन पोचला. तपश्चर्येच्या बळावर प्राप्त झालेल्या सामर्थ्याने त्याला अधिकाधिक अधमपणाने वागण्याची निर्भयता प्राप्त झाली होती. पण परिणती झाली ती सर्वनाशात. म्हणून भगवंत म्हणतात- “नात्मानं अवसादयेत्” विषयासक्ती सोडावी लागते, संकल्पाचा निरास व्हावा लागतो. तो यासाठीच.

काहीच न करण्यापेक्षा करतो ते ठीक आहे. केवळ श्रद्धेने का होईना, भाबड्या श्रद्धेने का होईना पण सन्मार्गावर आहे, अल्प-स्वल्प का होईना साधना करतो आहे, तेव्हा ‘अकरणान्मंदकरणं श्रेयः’- काहीच न करण्यापेक्षा थोडसे तरी करतो आहे हेही बरे. ह्या न्यायाने ठीक आहे, म्हणावयाचे इतकेच.

आपले आपण मिळवावे, आपले आपण शिजवून खावे हेच शेवटी योग्य. पण मिळविण्याची, शिजवण्याची, अगदी भरविण्याची व्यवस्था दुसऱ्या कोणाकडून अगतिकतेपोटी, कर्तव्यापोटी, प्रेमापोटी होत असली तरी शेवटी पचवावे लागते ते तरी आपले आपल्यालाच ना ! पचनशक्ती चांगली नसेल तर ती वाढविण्याचा प्रयत्न करावा लागतो. त्यात बाहेरचे सहाय्य उपयुक्त ठरणारे असले तरी शेवटी तेही

आपले आपल्यालाच करावे लागते. यासाठी प्रामाणिक साधकाने आपल्या उन्नतीला वा पतनाला आपले आपण कारण असतो हे लक्षात ठेवूनच विवेकपूर्वक वागले पाहिजे.

मनुष्याच्या ठिकाणी प्रकृतीच्या अधिष्ठानाने सत्त्व-रज-तम तिन्ही गुण रहात असले व आपापल्या परीने त्या तिघांचाही निरनिराळ्या प्रकाराने उपयोग होत असला तरी वर्तन जेव्हा सत्त्वगुणाच्या नेतृत्वाने होते तेव्हा माणसाची उन्नती, प्रगती व विकास होतो. ह्या उलट रजोगुणाला वा तमोगुणाला प्राधान्य देताच माणसाला दुःखे भोगावी लागतात. त्याचे पतन होते. यासाठी गीतेच्या सोळाव्या अध्यायात सांगितल्याप्रमाणे प्रत्येक माणसाने आपल्या ठिकाणचे दैवी संपत्तीचे गुण प्रयत्नपूर्वक वाढवित असावे. आणि आसुरी संपत्तीचे दोष उणावत जातील, नाहीसे होतील असा साक्षेप धरावा म्हणजे आपणच आपले मित्र ठरतो. प्रगती-उन्नती-सुखसमाधान ह्यांचा अनुभव घेऊ शकतो. असे केले नाही तर आपणच आपले शत्रू ठरून दुःख-दैन्य-वाट्यास येते. अधःपात भोगावा लागतो.

प्रतिकूल ते घडले म्हणजे दुसऱ्या कोणाला दोष देण्याची सर्वसामान्य प्रवृत्ती असते, ती योग्य नाही. आत्मसंशोधन करून, स्वतःच स्वतःचे वर्तन पारखून वागण्यास शिकले पाहिजे. हेच सर्व साधनेचे मूळ आहे.

एक अत्यंत महत्त्वाचा आणि सर्वार्थाने उपयुक्त, परम सत्यावर अधिष्ठित असा स्वावलंबनाचा सिद्धान्त सांगून झाल्यावर भगवान पुन्हा योगारूढ योगी कोणाला म्हणावे, त्याचे अधिक स्पष्टीकरण पुढील तीन श्लोकातून करित आहेत. परमार्थात काय मिळवायचे असते, कोठे जावयाचे असते, परमार्थाचा योग्य अर्थ कोणता, ते त्यावरून स्पष्ट होते. आपण क्रमाने यथाशक्ति त्या श्लोकातील आशयाचा विचार करू.

: ७ :

**जितात्मनः प्रशान्तस्य परमात्मा समाहितः ।**

**शीतोष्णसुखदुःखेषु तथा मानापमानयोः ॥**

ज्याने आपले आपल्यावर नियंत्रण प्राप्त करून घेतले आहे. (त्यामुळेच) शीत-उष्ण, सुख-दुःख, मान-अपमान ह्यांच्या संबंदात जो निर्विकार झाला आहे अशा माणसाला परमात्मा प्राप्त आहेच.

‘परमात्मासमाहितः’ ह्या शब्दातही अर्थाच्या अनेक छटा संभवतात. आपापल्या प्रकृतीप्रमाणे त्यातील साधनेच्या दृष्टीने सोयीचा अर्थ निवडावा. एकाक्षरी कोश आणि व्याकरण ह्यांच्या बळावर संस्कृत श्लोकांचे निरनिराळेच नव्हे तर अगदी विरुद्ध अर्थही करता येतात. काही लोक त्यालाच पांडित्याचे भूषण समजतात. श्रीमद्भागवताच्या ‘जन्माद्यस्य यतोन्वया’ ह्या प्रारंभीच्या एकाच श्लोकाचे निरनिराळ्या देवतांच्या स्तुतीपर आणि भिन्न भिन्न तत्त्वज्ञानाच्या अनुरोधाने वेगळे वेगळे असे शंभर अर्थ केले आहेत. पुष्पदंताचे अतिशय सुरेख आणि उघड उघड शिवस्तुतीपर असलेले, प्रासादिक स्तोत्र एका आदरणीय महापंडिताने पूर्णपणे विष्णुस्तुतीपर असल्याचे सिद्ध केले आहे. मी विद्वान नाही. माझे व्याकरणाचे ज्ञान वरवरचे-कामापुरते आहे. आणि श्लोकांचे वेगवेगळे अर्थ करण्यात मला रसही नाही. उपयोगापुरता अर्थ कळला की मला पुरेसे वाटते.

आत्मा शब्दाचे शरीर-मन-बुद्धी-जीव-आत्मा-परमात्मा (परमेश्वर) इतके अर्थ होऊ शकतात. निरनिराळ्या संदर्भात तसे केलेही आहेत. येथे ‘जितात्मा’ शब्दाने मागच्या श्लोकातील ‘येनात्मैवात्मनाजितः’ पदाच्या आधारे ज्याने मन-बुद्धीच्या सहाय्याने स्वतःचे शरीर, इन्द्रिये, मन ह्यांना जिंकले आहे, त्यांच्यावर पूर्ण नियंत्रण प्रस्थापित केले आहे, ज्याची ती सर्व अगदी आज्ञाधारक झाली आहेत, तो जितात्मा.

ही ‘जितात्मता’ ओळखावयाची कशी? जो शीत किंवा उष्ण, सुख किंवा दुःख, मान किंवा अपमान ह्यापैकी काहीही वाट्यास आले तरी प्रशान्तात्मा-प्रसन्नचित्त, सारखाच समाधानी किंवा पूर्णपणे निर्विकार राहू शकतो, तोच जितात्मा झाला असे समजावे.

येथे शीतोष्ण हे शरीराच्या पातळीवर अनुभवास येते, सुखदुःखाची जाणीव इंद्रियांच्या पातळीवर होते आणि मानापमान हा मन-बुद्धीचा विषय आहे. अशी विभागणी करणे सोयीचे आहे आणि त्यामुळे ‘जितात्मा’ शब्दाच्या अर्थाची व्यापकता उमगते.

शीत आणि उष्ण हा शरीराला येणारा अनुभव सामान्यतः निसर्गाधीन आहे. उन्हाळ्यात उकडते, पावसाळ्यात कधी उकडते, कधी थंडी वाजते. हिवाळ्यात गारठा जाणवतो हे उणे-अधिक होण्यावर माणसाचे नियंत्रण असू शकत नाही. पण त्या शीतोष्णामुळे माणसाच्या आवश्यक त्या व्यवहारातही अंतर निर्माण होते. पाऊस

पडत असताना, फार उन्हा असताना, फार थंडी असताना घराबाहेर पडणे टाळावेसे वाटते. घरातल्या घरातही उकडण्यामुळे वा थंडीमुळे करावयाची ती कामेही नकोशी वाटतात. कंटाळा येतो. काही सुचत नाही. आवडणाऱ्या कीर्तन-प्रवचनांना होणाऱ्या दाटीवरही त्यांचा परिणाम होतो. हे असे का व्हावे? शीतोष्णाचा आवश्यक तो प्रतिकार करावा पण त्यामुळे केल्या पाहिजेत त्या गोष्टीही योग्य रीतीने घडत नसतील, शरीराची कार्यक्षमता उणावत असेल तर, असे होणे काही इष्ट नाही. थंडी असो का उकडा असो, तो सोसता आला पाहिजे. तसे नसेल तर हिमालयातील तीर्थयात्रांचा अनुभव घेता येत नाही, वा पायी प्रवासातील आनंद लुटता येत नाही. शीतोष्ण सोसावे म्हणताच, धगधगत्या निखाऱ्यावर बसा वा बर्फावर उघड्या अंगाने लोळा, पाहू ते सोसते का, असा अतिरेकी विचारही करू नये; तसे घडत नाही म्हणून शीतोष्णाच्या संबंधात सोसणे म्हणून काही नसतेच असेही मानू नये. उकाडा असो की गारठा असो वा पावसात वावरण्याचा प्रसंग येवो, जे केले पाहिजे ते योग्य रीतीने करता आले पाहिजे. त्यामुळे सुचत नाही, उत्साह रहात नाही असे होता कामा नये. अभ्यासाने शरीराला शीत किंवा उष्ण यांच्या संबंधातही कार्यक्षम ठेवता येते. साधकाने ही कार्यक्षमता मिळविली पाहिजे. ‘जो थंडीला (अर्थात उन्हालाही) घाबरतो त्याला ब्राह्मण म्हणू नये.’ अशा अर्थाचे वचन महाभारतात आहे. ज्याला शेतीची कामे करावयाची आहेत त्यालाही शीतोष्णाला भिणे महागात पडते. तपश्चर्येची थोरवी तर पुष्कळदा शीतोष्णाच्या मापानेच मोजली जाते. उन्हाळ्यात पंचाग्निसाधन करणे, हिवाळ्यात गळ्याइतक्या पाण्यात उभे राहणे आणि पावसाळ्यात उघड्या ‘आकाशाखाली एखाद्या शिलातलाचा आश्रय घेणे, असे तपश्चर्येचे प्रकार वर्णिलेले आहेत. पार्वतीने अशा प्रकारचे तप केल्याचे वर्णन कालिदासाने काव्यमय रीतीने ‘कुमारसंभवात’ केले आहे.

शरीराच्या पातळीवर शीतोष्ण सहन करून कार्यक्षमता टिकविणे हे साधनेचे एक आवश्यक अंग आहे. सुखदुःखे हा बहुधा इंद्रियांचा विषय आहे. तो शब्द, स्पर्श, रूप, रस, गंध या इंद्रियद्वारा लाभणाऱ्या संवेदनांच्या अनुकूलतेवर वा प्रतिकूलतेवर अवलंबून आहे. आरोग्याच्या दृष्टीने ह्यातील जे इष्टानिष्ट आहे ते प्रामाणिक समजावे. पण तसे बहुधा रहात नाही. त्या विषयाची आवड-नावड परस्पर विरुद्धही असू शकते. कोणाला साखर किंवा गूळहि पुरेसा गोड आहे असे वाटत

नाही, तर कुणी गोड पदार्थ पानात पडू देत नाही. कोणाला लवंगी मिरच्यांचा ठेचाही झणझणीत वाटत नाही, तर कोणाला फोडणीत घालून काढून टाकलेल्या मिरचीनेही भाजी आमटी खाताना तोंड भाजल्यासारखे वाटते. आरोग्य रक्षणाच्या दृष्टीने आवश्यक असलेली अन्न, वस्त्र-निवाऱ्याची पुरेशी सोय झाल्यानंतर त्यापेक्षा अधिक वस्तू संग्रहाला असाव्यात असे वाटणे, तसे नसले तर खिन्न राहणे यातही काल्पनिकताच असते की नाही? आणि ही काल्पनिकता कोणत्या थराला पोचेल याचा नियम रहात नाही. विज्ञानाच्या प्रगतीसवे बुद्धिमत्ता वाढली आहे आणि भाबडेपणा उणावला आहे असे भूषण मिरविले जाते. पण अलीकडे निर्माण झालेल्या अनेक छंदांपायी किती उधळपट्टी होते याचा विचार कुणी करतो का? छंद म्हणण्यातच उपयुक्ततेचा अभाव व्यक्त होतो. पोस्टाची तिकिटे गोळा करण्याचा छंद असतो, असे म्हणतात. त्या पायी सहस्रावधी रूपये वेचले जातात. एखाद्या दुर्मिळ तिकिटाचे मूल्य सहस्रकांनी मोजले जाते. इतर कोणाकडे नाही आणि माझ्याकडे आहे. एवढ्या वैशिष्ट्याने समाधान लाभावे का? आणि तेवढ्यासाठी इतके प्रचंड मूल्य द्यावे का? आता शास्त्राने सुखदुःखांना भ्रान्त मानले तर काय चुकले? कोणताही भ्रम हा टाकण्यासाठी असतो आणि तसे करण्यातच प्रगती उन्नतीचे मूळ असते. मानापमानाच्या कल्पनेचा संबंध तर उपयुक्ततेशी जोडणे अत्यंत अवघड आहे. मानापमानाच्या कल्पनेचे अधिष्ठान तर केवळ अहंकार असतो. अहंकार जो जो उर्मट तो तो मानापमानामुळे होणारी तुष्टी किंवा व्यथा हीही अधिक. त्यामुळे अंतःकरणाला येणारी अस्वस्थताही पराकोटीची ! आधी नारळ कोणाला दिला, कोणाला कुठे उभे केले, कोणाला कुठे बसविले, स्वागत करताना शब्द कोणते आणि कसे उच्चारले, काय दिले, कसे दिले, कोणी दिले अशासारख्या अगदी क्षुद्र आणि बाह्य गोष्टींशी मानापमानाची सांगड घातली जाते. आणि त्यापायी माणूस आपले सुखस्वास्थ्य हरवून बसतो. क्रोधाच्या, द्वेषाच्या टोकापर्यंत जातो. म्हणून साधकाने तरी मानापमानाच्या कल्पनेपासून दूर रहावे.

मानापमानाकडे दुर्लक्ष करावे ह्याचा अर्थ स्वाभिमानशून्य असावे, लाचारी पत्करावी, अन्याय सहन करावा असा मुळीच नाही. स्वाभिमान राखलाच पाहिजे. पण स्वाभिमानाचे अधिष्ठान कोणते तरी उदात्त तत्त्व असले पाहिजे. पवित्रतेची कल्पना त्याच्या मुळाशी असली पाहिजे. त्यामुळे नीतिमत्तेचे संरक्षण झाले पाहिजे.

त्यातही व्यष्टी, समष्टी ह्यांचा विचार केला पाहिजे. अस्मिता म्हणजे अहंकार नव्हे हे लक्षात घेतले पाहिजे. सीताहरण आणि द्रौपदीचा अपमान ह्यापायी झालेला राक्षसांचा आणि कौरवांचा संहार हा केवळ समर्थनीयच नव्हे तर धर्म्य आहे. पण त्यामुळे वैयक्तिक अहंकारातून निर्माण झालेल्या मानापमानाच्या कल्पना योग्य ठरत नाहीत. मी जे केले असते ते दुसरे कोणी केले की तो मला माझा स्वतःचा अपमान वाटून मी संतापतो ह्या अहंकाराला काय म्हणावे ? तेव्हा आपला मान झाला तर मान देणाराला सज्जन आणि उदारहृदय समजावे आणि अपमान झाला तर स्वतःच्या ठिकाणी काही दोष आहेत का, ते नीट पारखून घ्यावेत. अशा वेळी दुसऱ्याचे वकील आणि स्वतःचे न्यायाधीश व्हावे. निंदकाला निर्बुद्ध किंवा दुष्ट मानण्याऐवजी 'संप्राप्ति विशारद' (पॅथॉलॉजिस्ट) समजावे. मनःस्वास्थ्य टिकण्यासाठी ह्याचा उपयोग होतो. साधनेत तेच महत्त्वाचे असते.

जो जितात्मा झाला, ज्याने शरीर, मन, बुद्धीवर नियंत्रण प्रस्थापित केले, ज्याला इंद्रिय आणि मन ह्यांच्यावर विजय मिळाला आहे, त्याला मग शीत-उष्ण, सुख - दुःख, मान-अपमान, ह्यांच्या संबंधात प्रशान्तात्मा राहणे, शांत-स्थिर-समाधानी-प्रसन्न राहणे अवघड जात नाही. अभ्यासाने, विवेकाने ते अगदी सहज होऊन जाते. अशी सहज, प्रसन्न वृत्ती जेव्हा लाभते तेव्हा परमात्मा कोठे दूर रहात नाही, शोधावा लागत नाही. तो त्या प्रसन्नवृत्ति-पुरुषाच्या जवळच असतो, त्याच्या हृदयात असतो. तसा तर ईश्वर सर्वांच्याच हृदयात आहे पण जितात्मा झालेल्या व्यक्तीला त्याचा साक्षात्कार होतो, अनुभव येतो. सच्चिदानंद तत्त्वाचा, अखंडतेचा, व्यापकतेचा येणारा अनुभव त्या माणसाच्या जीवनाला परिपूर्णता देतो. सिद्ध, महात्मा, स्थितप्रज्ञ, योगारूढ, संत इत्यादी विशेषणे मग त्याला यथार्थतेने शोभतात. पुढील दोन श्लोकात हाच विषय निराळ्या शब्दात, निराळ्या प्रकाराने सांगितला आहे.

: ८ :

**ज्ञानविज्ञानतृप्तात्मा कूटस्थो विजितेन्द्रियः ।**

**युक्त इत्युच्यते योगी समलोष्टाश्मकाश्चनः ॥**

ज्ञान आणि विज्ञान ह्यांच्या प्राप्तीमुळे अंतःकरण तृप्त झाले आहे, ज्याची मन-बुद्धी पूर्णपणे स्थिरावली आहे, ज्याने इंद्रिये जिंकली आहेत, ज्याला मातीचे ढेकुळ, दगड आणि सोने सारखेच झाले आहे, त्याच योगमार्गी व्यक्तीला 'युक्त' (पोचलेला-

सिद्ध) म्हटले जाते.

योग, योगी किंवा युक्त ह्या शब्दामध्ये युज् असा मूळ धातू आहे आणि त्याचा अर्थ जोडले जाणे असा आहे. जोडले जाण्यातच एकरूपता गृहीत आहे. जीव ब्रह्मभावाला प्राप्त होणे, आत्मा परमात्म्याला मिळणे, भक्ताला भगवंत भेटणे हे सारे युक्त शब्दाचेच अर्थ आहेत. त्यात अर्थाच्या काही छटा आहेत असे मानता येते. पण तो भेद प्रकृति-प्रवृत्तीचा असतो. तत्त्वतः त्यात काही अंतर नाही. असा युक्त केव्हा होतो किंवा युक्त झालेली व्यक्ती कशी असते, ते ह्या श्लोकात चार लक्षणांनी सांगितले आहे.

हा, मागचा आणि पुढचा असे तीनही श्लोक किंवा हा आणि मागचा असे दोन्ही श्लोक एकत्र घेऊन त्या सर्वांचा अन्वय लावून त्याचे एक वाक्य करता येणार नाही का? अर्थ समजण्याच्या दृष्टीने ते अधिक उपयुक्त नाही का, असे एका मित्राने विचारले ! बोधाच्या दृष्टीने तसे उपयोगी पडत असेल तर तसे अवश्य करावे. आपल्यापुरते सर्व गीतेचे सुद्धा असे रचनान्तर करून घेण्यास अडचण नाही. मात्र हे रचनान्तर करताना हे-हे श्लोक प्रक्षिप्त मानून काढून टाकले म्हणजे संगती चांगली लागते, असे म्हणू नये आणि आपलेच रचनान्तर इतरांनीही स्वीकारावे असा आग्रह धरू नये. श्रीशंकराचार्यांच्यापासून विनोबांपर्यंत, सातशे श्लोकांची जशीच्या तशी, संपूर्ण स्वीकारलेली गीता मूळची नाही, असे म्हणणे, स्वतःच्या बुद्धीचा अवास्तव अभिमान बाळगण्यासारखे आहे. या विद्वानांनी केलेले तर्क त्यांच्यावरच उलटतात आणि ते, लेख लिहून निदर्शनाला आणून दिले तरी तिकडे दुर्लक्ष करून, स्वतःची चूक मान्य न करता, आपलाच हेका चालू ठेवतात. हे विद्वत्तेचे लक्षण असेलही कदाचित्, पण साधकाने तरी त्या भानगडीत न पडता उपलब्ध असलेली सातशे श्लोकांची गीता पूर्णपणे प्रमाण मानून आपल्या प्रकृति-प्रवृत्तीप्रमाणे तिचा अर्थ जाणून घ्यावा. अवस्थानुरूप एखाद्या भागावर भर देऊन वा योग्य व्यक्तीकडून मिळालेल्या मार्गदर्शनाप्रमाणे साधना करावी.

गीता हा श्रीकृष्णार्जुनांचा संवाद आहे. मुळात तो लिखित प्रबंध नाही. चर्चेच्या आणि संवादाच्या भरात जसे होते तसे गीतेतही झाले आहे. त्यामुळे एकच विषय एकाच ठिकाणी सलग येतोच असे नाही. क्वचित् त्यातला काही भाग इतर अध्यायातूनही येतो. चौथ्या अध्यायात निरनिराळ्या प्रकारचे यज्ञ सांगत असताना योगमार्गातील महत्त्वाचे अंग प्राणायाम त्याचाही यज्ञ म्हणून उल्लेख आला आहे.

तेव्हा एकेक विषय नीट समजून घेण्यासाठी विषयांचे वा श्लोकांचे संकलन आवश्यकतेप्रमाणे करावे; पण मी केलेली रचनाच सर्वश्रेष्ठ आहे, तिचाच उपयोग येथून पुढे सर्वांनी करावा असे म्हणण्याचा हट्ट धरू नये. एवढे तरी सौजन्य रचनान्तर करणाऱांनी बाळगावे. गीता ही माऊली आहे ती साऱ्या लेकरांचा लडिवाळपणा सारखाच संतोषाने सोसेल, असा मला विश्वास आहे. मला उपयोग नाही असे वाटते, म्हणून वत्सल आणि क्षमाशील मातेचे अवयव कापून टाकण्याची क्रूरता कोणी करू नये. ती दुष्टता आहे. तसे कृत्य नीचपणाचे आहे. अशा नीचतेचा सर्वसामर्थ्यानिशी प्रतिकार केला पाहिजे असो.

माणसाच्या अंतःकरणात जिज्ञासा असणे हे स्वाभाविक आहे. त्या जिज्ञासेची तृप्तीही व्हावी लागते. नाहीतर शंका वाढतात, संशय येतो. काय करावे, कसे वागावे ह्यासंबंधीचा मोह नाहीसा होत नाही म्हणून ज्ञान आणि विज्ञान काय आहे हे जाणून घेतले पाहिजे. अंतःकरणाचे समाधान होईल इतका त्या विषयीचा बोध झाला पाहिजे. ज्ञान आणि विज्ञान ह्या शब्दाचे निरनिराळ्या भाष्यकारांनी केलेले अर्थ वेगवेगळे आहेत. विशेषतः विज्ञान शब्दाच्या अर्थात बरीच मतान्तरे आहेत. श्रीज्ञानेश्वर महाराजांनी केलेले अर्थ प्रमाण मानून चालणे आपल्याला पुरेसे आहे. ज्ञान म्हणजे परमार्थाविषयीचे, आत्म्याविषयीचे, ईश्वराविषयीचे ज्ञान आणि विज्ञान म्हणजे सृष्टीविषयीचे, प्रपंचाविषयीचे ज्ञान. निरनिराळ्या आचार्यांच्या मताप्रमाणे ज्ञानाचे स्वरूपही भिन्न भिन्न आहे आणि ह्या विज्ञानयुगात विज्ञानाच्या शाखोपशाखांची संख्या किती आहे ते मोजणेही अवघड होऊन बसले आहे. त्यातील दोनचार निवडून त्यात पारंगत होणेही कठीण आहे. अशा स्थितीत ज्ञान-विज्ञान-तृप्तात्मा होणे कितपत शक्य आहे, असे वाटणे स्वाभाविक आहे. केवळ सांगोपांग माहिती मिळविणे, असा तृप्तीचा अर्थ केला तर असे तृप्त होणे अशक्य आहे कारण 'अनन्तपारं किल शब्दशास्त्रं, स्वल्पं तथायुर्बहवश्च विघ्नाः' अशी वस्तुस्थिती आहे. हा माहिती-स्वरूपाचा अर्थ येथे अभिप्रेत नाही. गीतेवरची नुसती भाष्ये व त्यावरची टीका, उपटीका, विचारवंत म्हणून प्रसिद्ध असलेल्यांचे गीतेवरचे ग्रंथ ह्यांचा अभ्यास दूर राहिला पण नुसते वाचन करण्याचे ठरविले तरी एका माणसाचे आयुष्य पुरणार नाही आणि ते ग्रंथ साठविण्याला चार खोल्यांचे घरही अपुरेच ठरेल. म्हणून हे ज्ञान केवळ माहितीच्या स्वरूपाचे असणे येथे अपेक्षित नाही.

ज्ञान-विज्ञानाविषयीच्या जिज्ञासेची तृप्ती होणे शक्य असले पाहिजे म्हणून तर ज्ञान-विज्ञानाच्या संदर्भात तृप्तात्मा शब्द येथे आला आहे. गीतेमध्येच अन्यत्र 'यज्ज्ञात्वा नेह भूयोऽन्यत् ज्ञातव्यमवशिष्यते' (गीता ७/२) किंवा 'यज्ज्ञात्वा न पुनर्मोहमेवं यास्यसि पांडव' (गीता ४/३५) अशी वचने आली आहेत. त्यावरूनहि ज्ञान-विषयात तृप्त होता येते हे सिद्ध होते.

परमार्थाचे स्वरूप काय, पारमार्थिक साध्य काय, ध्येय काय हे निश्चित समजणे म्हणजे ज्ञान; आणि साधना कोणती असावी, साधन मार्गात कोणाची प्रगती होते, कशी होते, त्यात कोणते अडथळे येतात, त्यातून कसे पार जावे हे समजणे म्हणजे विज्ञान. पहिल्याचा संबंध मुख्यतः ईश्वराशी तर दुसऱ्याचा संबंध सृष्टीशी आहे, प्रपंचाशी आहे. या दोन्हींचे पुरेसे ज्ञान होऊन साधनामार्ग स्वीकारला, वृत्ती स्थिरावली, शंका, संशय, मोह ही पिशाच्चे पळून गेली, निष्ठा दृढ झाली की, मग तो साधक स्वतःपुरता ज्ञान विज्ञान तृप्तात्मा झाला असे समजावे. त्याच्या ह्या तृप्ततेमुळे त्याला साधनेचाच आनंद असतो, साधनेतच आनंद असतो, किती आलो, किती जायचे आहे, खरेच काही पदरात पडले का, हे प्रश्न त्याला चंचल करीत नाहीत. खरे तर असे प्रश्न त्याला पडतही नाहीत, कारण स्वीकारलेल्या साधनेवरचा त्याचा विश्वास अचल असतो. त्याला प्रयत्नाचे कष्ट वाटत नाहीत. त्याचे सातत्य सुटत नाही. उत्साह उणावत नाही. हे असे असते म्हणून त्याला तृप्त आत्मा म्हणावयाचे. असा तृप्तात्माच कूटस्थ होतो.

कूटस्थ शब्दाचेही वेगवेगळे अर्थ आहेत. पंधराव्या अध्यायात 'कूटस्थोऽक्षर उच्यते' असे अक्षर आत्म्यालाही कूटस्थ म्हटले आहे. कूट शब्दाचा ऐरण असाही अर्थ आहे. ऐरणीवर सोने-चांदी-तांबे-लोखंड अशा धातूंच्या पड्ड्या किंवा सळ्या तापवून हातोड्याने ठोकून त्यांना पाहिजे तसे आकार दिले जातात. वरच्या धातूला कोणताही आकार प्राप्त झाला तरी खालची ऐरण जशीच्या तशी स्थिर राहते. तसे कोणत्याही परिस्थितीत जो स्थिर राहतो, अविकारी राहतो तो कूटस्थ. असे कूटस्थ कोणाला होता येते? तर 'विजितेंद्रियाला'. 'वशेहि यस्येन्द्रियाणि' तो विजितेन्द्रिय. ज्याचे इंद्रियावर पूर्ण नियंत्रण आहे, इंद्रिये ज्याच्या कक्षात आहेत, इंद्रिये ज्याच्याशी आज्ञाधारकपणे वागतात, ज्याला विषयाचा मोह नसतो, ज्याचे हवे नको मावळलेले असते, खरे तर ते विवेकावर आधारलेले असते आणि हे सारे सहजपणे विनायास

घडते, तो विजितेंद्रिय. मागच्या श्लोकातील जितात्मा आणि हा विजितेंद्रिय एकच. पण इंद्रियावर नियंत्रण प्रस्थापित होणे फार अवघड आहे. माणूस या विषयात पशुहून पशू आहे. इतर जीव हे अपरिपूर्ण प्राणी आहेत. पण माणूस मात्र परिपूर्ण पशू आहे, असे एका शास्त्रज्ञाने खोचकपणे म्हटले आहे. युक्त होण्यासाठी 'जितेन्द्रिय जितात्मा' होणे फार आवश्यक आहे.

हा पुरुष, ज्याला युक्त म्हणून ओळखावे तो, ज्ञान-विज्ञान-तृप्त, विजितेन्द्रिय, कूटस्थ, असला पाहिजे. पण ही सगळी लक्षणे अंतरंग लक्षणे आहेत. ती तशी असल्याचे कळण्यासाठी बाह्य साधन काही नाही. म्हणून मागच्या श्लोकातील शीतोष्ण, सुख-दुःख, मानापमान, येथील प्रशान्ततेप्रमाणे जितेन्द्रियता, जितात्मता, कूटस्थता ओळखण्याचे, काहीसे बाह्य म्हणता येईल असे एक लक्षण भगवान येथे सांगत आहेत. 'समलोष्टाश्मकाश्चनः' ज्याला युक्त म्हणावे, अशा योग्याला मातीचे ढेकूळ, दगड आणि सोने सगळे सारखेच असते.

योगारूढ होण्याचे शमत्व हे एक कारण सांगितले आहे. त्या शमत्वाचे वर्णनच निरनिराळ्या प्रकारांनी चालू आहे. कार्य आणि कारण यात तत्त्वतः भेद नसतो. कारणच कार्यरूपाने प्रगट होत असते. आणि कार्य हे कारणाला सोडून वेगळे राहू शकत नाही. सोनेच दागिना होते आणि दागिन्यातही सोने जसेच्या तसे अस्तित्वात असते. कार्य कारणामध्ये असणारा वेगळेपणा हा व्यवहारात उपयुक्ततेच्या पातळीवर उपयोगी पडतो, इतकेच काय ते. तेच योगरूढ होणे हे कार्य आणि शम म्हणजे मनाचा संयम, वृत्तीचा अंतःकरणाचा संयम हे कारण, हे तत्त्वतः एकरूपच आहेत. प्राप्त करून घेण्याच्या पद्धती, प्रकृतिभेदाने वेगवेगळ्या राहिल्या तरी शमत्व आणि समत्व असेच एकरूप आहेत. "अर्जुना समत्व चित्ताचे । तेचि सार जाणे योगाचे॥' (ज्ञाने. २-२७३)

चित्ताच्या समत्वालाच श्रीज्ञानेश्वर महाराजांनी योगाचे सार म्हणून संबोधले आहे. गीताहि 'समत्वं योग उच्यते' अशी योगाची व्याख्या सांगते.

गीतेचे तात्पर्य काय याविषयी अनेक वाद-विवाद आहेत. हे शतकानुशतके चाललेले आहेत. आणि कधीकाळी ते पूर्णपणे मिटलील अशी शक्यताही नाही. विद्वत्ता प्राप्त करून घेण्यासाठी त्यांच्या अभ्यासाचा उपयोगही होतो. पण त्यामुळे साधनेला बळ मिळतेच असे नाही.



ग्रंथाचे तात्पर्य काय ते ठरविण्यासाठी कोणत्या विचाराची पुनरावृत्ती किती वेळा होते ते एक गमक ठरविले आहे. ते विचारात घेतले तर गीतेमध्ये कोणत्या ना कोणत्या तरी स्वरूपात द्वंद्व-सहिष्णुत्वाची किंवा समत्वाची पुनरावृत्ती जितक्या वेळा झाली आहे, तितक्या वेळा इतर कोणत्याही एका विचाराची झालेली नाही.

१. 'समदुःखसुखं धीरं सोऽमृतत्वाय कल्पते' (२/१५)
२. 'सुखदुःखे समे कृत्वा लाभालाभौ जयाजयौ' (२-३८)
३. 'सिद्धयसिद्धयो समो भूत्वा समत्वं योग उच्यते' (२-४८)
४. 'समः सिद्धावसिद्धौ च कृत्वापि न निबध्यते' (४-२२)
५. 'इहैव तैर्जितः सर्गो येषां साम्ये स्थितं मनः' (५-१९)
६. 'समलोष्टाश्मकाश्चनः' (६-८)
७. 'समबुद्धिर्विशिष्यते' (६-९)
८. 'सर्वत्र समदर्शिनः' (६-२९)
९. 'आत्मौपम्येन सर्वत्र समं पश्यति योऽर्जुन (६-३२)
१०. 'योऽयं योगस्त्वया प्रोक्तः साम्येन मधुसूदन' (६-३३)
११. 'समोऽहं सर्वभूतेषु' (९-२९)
१२. 'सर्वत्र समबुद्धयः' (१२-४)
१३. 'समदुःखसुखः क्षमी' (१२-१३)
१४. 'समः शत्रौ च मित्रे च तथा मानापमानयोः।  
शीतोष्ण सुखदुःखेषु समः सङ्गविवर्जितः।' (१२-१८)
१५. 'नित्यं च समचित्तत्वं इष्टानिष्टोपपत्तिषु' (१३-९)
१६. 'समं सर्वेषु भूतेषु' (१३-२७)
१७. 'समं पश्यन्हि सर्वत्र' (१३-२८)
१८. 'समदुःखसुखः स्वस्थः समलोष्टाश्मकाश्चनः।' (१४-२४)
१९. 'समः सर्वेषु भूतेषु मद्भक्तिं लभते पराम्।' (१८-५४)

अशी आणखीही काही वचने सापडतील त्यावरून समत्वाला गीतेमध्ये किती महत्त्व आहे हे लक्षात येईल. एके ठिकाणी तर गीतेने ब्रह्मालाच सम, किंवा समालाच ब्रह्म म्हटले आहे. 'निर्दोषं हि समं ब्रह्म' (५-१९)

साधनामार्गात ही समता, हे समत्व आपापल्या शक्त्यनुसार निरनिराळ्या संदर्भात प्राप्त करून घ्यावे लागते. एके ठिकाणी तर अभ्यासाने, प्रयत्नाने प्राप्त झाले की

अन्यत्रही ते मिळविणे, साधणे सोपे जाते. आणि मग त्याला 'समं पश्यन्हि सर्वत्र' हे गीतावचन अनुभवाला येऊ शकते.

या समत्वाच्या संदर्भात एक गोष्ट मात्र अवश्य लक्षात ठेवली पाहिजे. प्रातिभासिक सत्तेत समत्वाच्या दृष्टीने अधिकात अधिक योग्य असा व्यवहार केला पाहिजे. पारमार्थिक सत्तेत भेद किंवा विविधता नसल्याने, केवळ एकताच नांदत असल्याने समत्वाची आवश्यकताच उरत नाही. व्यावहारिक सत्तेमध्ये मात्र विविधता-भेद यथायोग्यरीतीने जाणून घ्यावे लागतात. आणि हितावर दृष्टी ठेवून व्यवहार साधावा लागतो. गाय, कुत्रा, माणूस, जीव म्हणून सारखेच असल्याने भूतावर दया करावी या धर्माप्रमाणे ते भुकेलेले असतील तेव्हा त्यांना अन्न देणे आवश्यक आहे. पण समता लक्षात घेऊन तिघापुढेही खाण्यासाठी गवत टाकता येणार नाही. व्यावहारिक सत्तेत विविधतेला विविधता म्हणून स्वीकारावीच लागते. तेथे कृतीची समता संभवत नाही. तेथे भावातील समताच लक्षात घेतली पाहिजे. म्हणूनच श्रीशंकराचार्यासारख्या कट्टर अद्वैती महात्म्यानेही 'भावाद्वैतं सदा कुर्यात् क्रियाद्वैतं न कर्हिचित्॥' असे आवर्जून सांगून साधकाला सावध केले आहे.

येथे योगारूढ झालेल्या व्यक्तीला 'समलोष्टाश्मकाश्चनः' असे विशेषण दिले आहे. त्याचा ढोबळ अर्थ करून त्या व्यक्तीला सोन्याचा पिवळेपणा, दगडाचा कठीणपणा, ढेकळाचा ठिसूळपणा हे काही लक्षात येत नाही किंवा तो विटा पाडण्यासाठी सोने आणा म्हणतो, वा मातीच्या चिखलाची गोफ-साखळी करू पाहतो असे अर्थ करू नयेत. काही साहित्यिकांनी असा वेडेपणा केला आहे. कारण त्यांचा हेतू अध्यात्माची टिंगल टवाळी करणे हाच असतो. एका नाटककाराने स्थितप्रज्ञ गाढवासारखा असतो असे म्हणण्याचे पाप केले आहे. जो 'समलोष्टाश्मकाश्चन' झाला आहे, त्याची वृत्ती दागिन्याने मढलेल्या व्यक्तीला त्याच्या त्या श्रीमंतीमुळे आदरणीय मानणारी नसते किंवा दगड घडवणाऱ्या पाथरवटाला वा मातीचा चिखल तुडविणाऱ्या कुंभाराला तो हलके तुच्छही लेखीत नाही. त्याला सोन्याची अभिलाषाही नसते आणि मातीचा तिरस्कारही नसतो. कारण इंद्रियांच्या विषयाविषयी त्याला लोभ असत नाही. त्याचे सर्व व्यवहार हिताच्या दृष्टीने आवश्यक तेवढ्या पुरते घडत असतात. अपरिहार्य कर्तव्यपालनासाठी, यात देहधारणा, लोककल्याणार्थ लोकसंग्रह हेही येते; तो मोजके धन त्याज्य मानणार नाही. वा निवारा उभारण्यासाठी दगड-माती नको म्हणणार नाही. पण श्रीमंती मिळावी आणि घरकुले तुच्छ लेखावी

असे त्याचेकडून कधी घडणार नाही.

मनुष्य कितीही श्रेष्ठ असला तरी त्याचा संबंध केवळ जड वस्तूंशीच येतो, असे घडत नाही. कुणी घनदाट अरण्यात एकान्तवासात जाऊन राहिल तर निराळे. पण एरवी प्रत्येक व्यक्तीचा निरनिराळ्या प्रकारच्या माणसांशी संबंध तर येतच असतो. हे संबंध सामान्यतः किती प्रकारचे असतात आणि परमात्म्याशी एकरूपता पावलेला म्हणजेच ईश्वरी साक्षात्कार झालेला योगी अशा संबंधात कसा वागतो ते वर्णन पुढील श्लोकात आले आहे.

: ९ :

### सुहृन्मित्रार्युदासीनमध्यस्थद्वेष्यबन्धुषु । साधुष्वपि च पापेषु समबुद्धिर्विशिष्यते ॥

सुहृद्, मित्र, शत्रू, उदासीन, मध्यस्थ, ज्याचा द्वेष करावा असा, पुण्यशील आणि पापी यांच्या संबंधात जो समबुद्धीने वागतो, तो श्रेष्ठ असे समजावे.

येथे आठ-नऊ प्रकार सांगितले आहेत ते सगळे माणसाचेच आहेत.

दोन किंवा अधिक माणसे एकत्र आली की ती यापैकीच कोणत्यातरी एक वा अधिक संबंधाने परस्परंशी वागत असतात.

**सुहृद् :-** कोणतीही कसलीही अपेक्षा न ठेवता साहाय्य करणारा. हित साधून देण्याविषयी प्रयत्न करणारा. व्यवहारात अशा व्यक्ती फार फार विरळ्या, लाखात एखादा तरी माणूस खरोखरीच तसा असेल की नाही कोणास ठाऊक. “**ऐशी कनवळ्याची जाती। करी लाभाविण प्रीती ।**” तो सुहृद् असे समजावे.

**मित्र :-** आपण सामान्यतः सुहृद् आणि मित्र एका अर्थाने वापरतो. पत्रांचा आरंभ ‘प्रिय सुहृद्, प्रिय मित्र’ अशा शब्दांनी होत असतो. येथे सुहृद् आणि मित्र हे शब्द एकत्र आले आहेत. तेव्हा त्यातील अर्थ काही वेगळा आहे. तो समजून घेतला पाहिजे. मित्राचे लक्षण एका संस्कृत सुभाषितात आले आहे. ‘**ददाति प्रतिगृह्णाति गुह्यमाख्याति पृच्छति। भुंक्ते भोजयते चैव षड्विधं मित्रलक्षणम् ॥**’ प्रसंग विशेषी देतो आणि घेतोही, आपल्या गुह्यगोष्टी सांगतो, आणि त्याच्या गुह्यगोष्टी जाणून घेण्यासाठी विचारतो. आपण आपल्या परिचितात बहुधा या दृष्टीनेच वागतो. एकमेकांना साहाय्य करतो पण उलटही तसेच घडावे अशी अपेक्षाही एकमेकांना असते. व्यवहाराच्या दृष्टीने असे असणे ठीकही आहे. मित्रता टिकवायची तर असे

व्यावहारिक संबंध योग्य त्या रीतीने यथाशक्ती सांभाळलेच पाहिजेत. पण यात कुठेतरी भाव असावा. आत्मीयता असावी, थोडीशी क्षमाशीलता असावी. काहीसे औदार्य असावे. व्यापाऱ्यासारखी केवळ धंदेवाईक वृत्ती या देण्या-घेण्याला नसावी. इतके आले म्हणून इतके दिले अशी मोजपट्टी वापरू नये. “**अन्यथा होत तो धंदा, ती नसे मित्रता खरी ।**”

**अरि :-** शत्रू, तुम्ही एखाद्याशी वाईट वागलात म्हणून तो तुमच्याशी वाईट वागतो; असेच असते, असे नाही. केवळ तुमचे बरे झालेले पाहवत नाही म्हणून मत्सराने जो तुमचे शत्रुत्व करतो तो शत्रू. कधीकधी आपल्या हातून कळत न कळत झालेल्या अपराधातूनही शत्रुत्व निर्माण होते. भर्तृहरिने वर्णन केलेल्या माणसाचे जे चार गट, त्यातील पहिला प्रकार सुहृदाचा, दुसरा मित्राचा, तिसरा आणि चौथा शत्रूंचा म्हणता येईल.

**उदासीन :-** तटस्थ, ‘जाऊ द्या की, मला काय त्याचे!’ या भावनेने तटस्थ राहणारा. कशाचेही सोयरसुतक नसलेला. आपण हिंदू लोक सामाजिक आणि राष्ट्रीय लाभाच्या वा हिताच्या दृष्टीने बहुधा असे उदासीनच असतो. वैयक्तिक स्वार्थ आपणास नेमका उमगतो. आणि तो साधण्यासाठी आपण कोणत्याही थरापर्यंत जातो. पण सामाजिक किंवा राष्ट्रीय हितसाधनाचा प्रसंग आला की आपली अलिप्तता, तटस्थता एखाद्या खरोखरीच्या विरक्ताला लाजवील, अशा रूपात प्रगट होत असते. आपले मुसलमान मित्र मात्र सामाजिक दृष्टीने हिंदू माणसाच्या उलट वृत्तीने वागतात. निदान एवढ्यापुरता तरी आपण मुसलमानांचा आदर्श डोळ्यापुढे ठेवला तर सामाजिकदृष्ट्या आपले कल्याण झाल्याशिवाय राहणार नाही. गीतेच्या नवव्या अध्यायातील नवव्या श्लोकात आलेला उदासीन शब्द वेगळ्या अर्थाचा आहे. कारण तेथील संदर्भ वेगळा आहे. तो अनासक्त पुरूषांच्या संदर्भात आला आहे. मात्र येथे सुहृद्, शत्रू, मित्र यांच्या ओळीत तो शब्द आल्याने येथील उदासीन शब्दाने नवव्या अध्यायातील उदात्तात घेण्याचे काही कारण नाही. सामान्य व्यक्ती स्वतःचा काही स्वार्थ नसलेल्या गोष्टींच्या संदर्भात ज्या वृत्तीने वागते, ती वृत्ती येथील उदासीन शब्दाने घ्यावी.

**मध्यस्थ :-** दोन विरोधी पक्षांमध्ये दोघांचेही बरे व्हावे, तडजोड व्हावी पण फारशी हानी कोणाचीच होऊ नये या विचाराने जो वागतो तो मध्यस्थ.

**द्वेष्य :-** दुष्ट, अन्याय करणारा, न आवडण्यासारखे वागणारा, सामान्य

शिष्टाचारही न पाळणारा, बाह्यस्वच्छतेचीही दक्षता न घेणारा, किळस यावी असे वागणारा, हे सगळे द्वेष्यच होत. द्वेष्य म्हणजे द्वेष करण्यास योग्य, ज्यांचा द्वेष करावा असे.

**बन्धू** :- आप्त, नातेवाईक.

**साधू** :- संत, सज्जन, सत्पुरुष, सद्द्वर्तनी, पुण्यशील.

**पापी** :- दुष्ट, दुर्जन, नीच, पातके करणारा.

या विविध वृत्तीने, स्वभावाने, नात्याने संबंधात येणाऱ्या सुहृदापासून पाप्यापर्यंतच्या कोण्याही व्यक्तीशी जो समबुद्धीने वागतो तो श्रेष्ठ पुरुष. त्यालाच युक्त, योगी, योगारूढ म्हणून ओळखावे. सर्वसामान्य मनुष्य असा वागू शकत नाही. त्याचे वागणे क्रिया-प्रतिक्रिया अशा स्वरूपाचे असते. आणि ही प्रतिक्रियाही साधी, सरळ, तात्पुरती न राहता अंतःकरणातील राग-द्वेषांनी, आसक्तीने किंवा चीड-संतापाने भारावलेली राहते. शत्रूला तर आपण शत्रू समजतोच पण आपल्या आपत्तीच्यावेळी अलिप्त राहतो, म्हणून त्या उदासीनालाही आपण शत्रू समजतो. मध्यस्थी करणाराला तो आपणास तडजोड करण्यास भाग पाडीत आहे, काही सोडून देण्यास लावीत आहे, आपला पुरेसा लाभ साधून देत नाही, त्यालाही आपण शत्रूच समजतो. मित्राने काही अपेक्षा केली तरी आपणास राग येतो. साधूंच्या संबंधातही तो आपली सगळी मनोवांछिते पूर्ण करित नाही, खरे तर दोष दाखवितो, कौतुक करित नाही म्हणून आपणास राग येत असतो. शत्रू, द्वेष्य आणि पापी यांच्याविषयीच्या क्रोधाने आपले अंतःकरण भरलेले राहते, यात काही अस्वाभाविक आहे, असे आपणास वाटतही नाही. आपल्या स्वार्थप्रवण वृत्तीला जो सुहृदाच्या लक्षणांनी युक्त आहे, असा एकच पुरुष आवडण्यासारखा आहे; त्यामुळे हे सर्वच प्रकरण आपणास समजण्याच्या दृष्टीने फारच अवघड आहे. आचरणाच्या दृष्टीने तर अशक्यच आहे.

भीष्माचार्य आणि श्रीकृष्ण यांच्या वर्तनातील अर्थ नीटपणे उमजला तरच या श्लोकाचा अर्थ लक्षात येईल.

व्यक्ती जेव्हा पूर्णपणे अनासक्त, निष्काम, निर्लोभी, निस्वार्थी होईल आणि तरी व्यवहारात राहून कर्तव्यकर्म करित राहील तेव्हाच या प्रकारच्या समबुद्धीचे वैशिष्ट्य प्रत्ययास येईल. भगवंतानी स्वतःच एकदा 'न मे द्वेष्योऽस्ति न प्रियः' (गीता ९/२९) असे स्वतःचे वैशिष्ट्य सांगितले आहे आणि तरी त्याच गीतेत 'यो मद्भक्तः

स मे प्रियः' (गीता १२/१६) आणि 'तेषामहं समुद्धर्ता मृत्युसंसारसागरात्', (गीता १२/७) 'योगक्षेमं वहाम्यहम्' (गीता ९/२२) असेही म्हणतात. म्हणजेच कोणाविषयीचे तरी प्रेम असल्यामुळे त्याला वेगळी चांगली वागणूक आपण देतो असेही भगवान म्हणतात. उलट 'तानहं द्विषतः क्रूरान् संसारेषु नराधमान् । क्षिपाम्यजस्रमशुभान् आसुरीष्वेव योनिषु ।' (गीता १६/१९) असे दुर्वर्तनी राक्षसी वृत्तीच्या माणसासंबंधी आपण किती कठोरपणे वागतो तेही भगवान् सांगतात आणि तरी 'न मे द्वेष्योऽस्ति न प्रियः' म्हणतात. म्हणजेच सुहृदापासून पाप्यापर्यंत सर्वांशी समबुद्धी ठेवतो, अजे दुजे करित नाही, असे सांगतात. हे सर्व समजण्यास अवघड जाते. कारण आपण विचार करतो तो फार स्थूलदृष्टीने करतो. स्वतःच्या वृत्तीशी स्वतःच्या धारणांशी जुळेल असा विचार करतो. भीष्मांसारखा, कृष्णानंतर ज्याचे नाव घ्यावे लागेल अशा योग्यतेचा, महापुरुष चारित्र्यसंपन्न, धीरोदात्त, धर्मनिष्ठ महात्मा पांडवांची धार्मिकता आणि त्यांच्या पक्षाला न्याय आहे हे लक्षात घेऊनही दुर्योधनाच्या पक्षाचा सेनापती म्हणून लढला. भीष्मांची थोरवी समजली तरच त्यांच्या विचित्र वाटणाऱ्या वर्तनातील समबुद्धीचा उलगडा होईल. हे गीतेच्या भाषेत सांगावयाचे तर पांडवांच्या पक्षाने 'कुशलं नानुषज्जते' (गीता १८/१०) आहे आणि दुर्योधनाच्या पक्षाने 'न द्वेष्टि अकुशलं कर्म' (गीता १८/१०) आहे. हे असे होऊ शकले कारण भीष्माचार्य स्वतः त्यागी, सत्त्वसमाविष्ट, मेधावी, छिन्नसंशय, असे महात्मे आहेत. आपण सामान्य दृष्टीने विचार करतो म्हणून हे लक्षात येत नाही. आपली स्थिती श्री ज्ञानेश्वर महाराजांनी म्हटल्यासारखी "पै स्थूलदृष्टी देखती माते । तेची न देखणे जाण निरुते । जैसे स्वप्नीचेनि अमृते । अमरा नोहिजे ॥ एहवी स्थूलदृष्टी मूढ । मातेजाणती कीर दूढ । परी ते जाणणेचि जाणणेया आड । रिगोनि ठाके ॥ म्हणोनि मोहिलेनि मनोधर्म । हेचि मी मानूनि संभ्रमे । मग येथिचेनि जिये जन्मकर्म । तिये मजचि म्हणती ॥ मी आत्मा एक चराचरी । म्हणती एकाचा कैपक्ष करी । आणि कोपोनि एकाते मारी । हेचि वाढविते ॥" (ज्ञाने. ९/१४४-४५, ५५, ६८) अशी होते. म्हणून श्रीकृष्णाच्या समबुद्धीचे आकलन आपणास होत नाही. त्यातल्या त्यात समजावे म्हणून व्यवहारात नित्य दृष्टीस पडणारे उदाहरण सांगतो.

आई आणि तिचे मूल ह्यांचे वर्तन लक्षात घ्यावे. आई मुलाचे लाड करते.

कौतुक करते, खाऊ खेळणी देते, प्रेमाने अंजारते-गोंजारते, राजा म्हणते, बाळकृष्ण म्हणते, तीच मुलाला मेल्या म्हणते, काट्या म्हणते, गालगुच्चे घेते, मुस्काडित मारते, रडवते. दोन्ही कृती परस्परांच्या अगदी विरुद्ध आहेत. तरी दोन्ही वेळी ती आईच असते. क्वचित् खाऊ देऊन राजा म्हणते त्यावेळेपेक्षाही मेल्या म्हणून मुस्काडित मारते तेव्हा अधिक चांगली आई असते. 'तत्र माता विशिष्यते' असेही गीतेच्या संदर्भात म्हणता येईल. तिच्या खाऊ घालण्यामुळे वा थोबाडीत देण्यामुळे तिच्या आईपणात कोणतेही अंतर पडत नाही. कारण आई हे वात्सल्याचेच दुसरे नाव आहे. आई आपल्या लेकरापुरती सर्वदा समबुद्धीच असते. संतही असेच असतात. 'तुका म्हणे आम्ही आघवेची गोड । जया पुरे कोड त्याचेपरी॥' हे आघवेची गोड असणे म्हणजे सुहृदापासून पाण्यापर्यंत त्यांचेकडे पाहण्याची, त्यांच्याशी वागण्याची समबुद्धी होय.

युधिष्ठिराने प्रपंचात सुखी कसे राहता येईल असा प्रश्न नारदांना विचारला होता असे म्हणतात. नारदांनी त्यावर उत्तर दिले ते प्रसिद्ध आहे.

“कलत्रं पितरौ पुत्राः बान्धवः सुहृदाश्च ये।  
यत् कुर्वन्ति यदिच्छन्ति चानुमोदेत निर्ममः॥”

पत्नी, आईबाप, मुले, नातेवाईक आणि सुहृद हे जे करतील, जे म्हणतील, (जे इच्छतील) त्या सगळ्याला 'ठीक आहे' असे निर्मम भावनेने म्हणावे. 'शहाणे आहात करा काय वाटेल ते' अशी रोषाची भावना अनुमोदनामागे नसावी. असे वागणे हे समबुद्धीने वागणेच आहे.

गीतेने उल्लेखिलेल्या व्यक्तिविशेषामध्ये खरी अडचण निर्माण होते ती शत्रू आणि पातकी ह्यांच्या संबंधात कसे वागावे ही. ह्या दोन्हीवेळी आपण शत्रूला शत्रू आणि पातक्याला पातकी का समजतो याचा मनोमन विचार केला पाहिजे. आपल्या न्याय्य अधिकाराच्या आड येणारी कार्यवाही कुणी स्वार्थापोटी, दुष्टतेपोटी करीत असेल तर अशा व्यक्तीला शत्रू मानून त्याच्या प्रतिकारासाठी उभे राहणे व्यवहारात आवश्यक आहे आणि योग्य आहे. पण त्यासाठी उपयुक्त असलेल्या संतापाला चिडीचे, जळफळाटाचे स्वरूप येता कामा नये. महाभारतातील एका घटनेवरून मी म्हणतो त्याचे स्पष्टीकरण होऊ शकेल.

गदायुद्धात भीमाने दुर्योधनाच्या मांड्या फोडल्या हे गदायुद्धाच्या नियमाला

सोडून असले तरी दुर्योधनाने द्रौपदीला स्वतःची मांडी उघडी करून दाखविली होती, ह्या नीच कृत्याची शिक्षा म्हणून गदने तुझ्या मांड्या फोडीन अशी प्रतिज्ञा भीमाने भरसभेत केली होती; आणि ती त्याने योग्यवेळी योग्य रीतीने पारही पाडली. तेव्हा गदायुद्धातील सामान्य नियम भीम-दुर्योधनापुरता आपोआपच बाधित झाला आहे. आणि ही काही भीमाची गुप्त प्रतिज्ञा नव्हती. ती त्याने सर्वासमोर दुर्योधनाच्या तोंडावर त्याला ऐकवली होती. तेव्हा स्वतः दुर्योधनाने वा दुर्योधनपक्षपात्यांनी भीमाने केलेल्या, मांड्या फोडण्याच्या कृत्याला, अधर्म अधर्म म्हणून धिःकारणे अविवेकाचे आहे, अन्यायाचे आहे. ह्या कारणाने भीमाची निंदा करणे हाच खरा अधर्म आहे. परंतु या नंतर - मांड्या फोडल्यानंतर - अगतिक होऊन प्राणांतिक वेदनेने तळमळणाऱ्या दुर्योधनाच्या मस्तकाला भीमाने जी लाथ मारली, ते मात्र अयोग्य होते. समबुद्धी असलेल्या कृष्णाने त्यासाठी भीमाला दोषच दिला आहे.

रावणाचा वध केल्यानंतर रावणाच्या प्रेताला राजोचित रीतीने अग्नि दिला पाहिजे असे रामचंद्रांनी बिभीषणाला आग्रहाने सांगितले आहे. “**मरणान्तानि वैराणि**” असे सुभाषित या संदर्भातच प्रसिद्ध झाले आहे. शत्रू वा पातकी ह्यांच्या संबंधातील ही रामाची आणि कृष्णाची समबुद्धी ह्या घटनांतून व्यक्त होते. श्री तुकाराम महाराज म्हणतात त्याप्रमाणे राम आणि कृष्ण हे तत्त्वतः 'आघवेची गोड' असेच आहेत. पण रावण आणि दुर्योधन यांचे मात्र 'जया पुरे कोड त्याचेपरी' असे झाले आहे.

याउलट पाच मुसलमान राजांनी विजयनगरच्या रामदेवरायाचा पराभव करून त्याला ठार मारले. रामदेवरायाशी केलेले हे शत्रुत्व मुळातच योग्य होते की नाही यावर चर्चा होऊ शकेल. खरे तर रामदेवरायाशी शत्रुत्व करण्याचे काही कारण नव्हते. पण तसे होते असे गृहीत धरले तरी रामदेवरायाला ठार केल्यानंतर त्याचे डोके एका मोरीच्या तोंडाशी बसवून त्याच्या तोंडातून घाण पाणी वहात राहिल अशी योजना मुसलमान राजांनी केली. शत्रुत्वाची भावना नीचतेच्या कोणत्या पातळीवर उतरते हे ह्यावरून उघड होते. याउलट छत्रपति शिवाजीराजांनी अफजलखानाला ठार मारल्यानंतर त्याच्या प्रेताची कोणतीही विटंबना केली नाही. आवश्यक म्हणून अफजलखानाचे शिर राजगडावर जिजाबाई मातुःश्रींना दाखविण्यासाठी पाठविले. पण ते नेणाऱ्या मंडळींना महाराजांनी आज्ञा केली की “खानाचे शिर बालेकिल्ल्याच्या

दरवाजावर असलेल्या कोनाड्यावर बसवा. त्याची पूजाअर्चा व नैवेद्य नित्य चालवा.” आणि त्याप्रमाणे राजगडावर नित्य व्यवस्था करण्यात आली. शिवरायांचे हे सौजन्य आदरणीय आहे. भगवद्गीतेच्या अभ्यासाचा तो परिणाम असणेही शक्य आहे. कारण महाराज हिंदुधर्माभिमानी होते आणि श्रीमद्भगवद्गीता हा हिंदूंचा एक पवित्र धर्मग्रंथ आहे.

सुहृद्-मित्र-शत्रू-उदासीन-मध्यस्थ-नातेवाईक-सत्पुरुष आणि पापी हे शब्द वापरणे म्हणजेच समबुद्धीचा त्याग करणे नव्हे काय, असे कुणी विचारील पण मग हा प्रश्न सगळ्या द्वंद्वांच्या संदर्भात विचारता येईल आणि तसे केले तर ती चूक मूळ ग्रंथकाराची आहे असे म्हणावे लागेल. पण तसे म्हणणे हा अहंकारी अपराध आहे हे उघड आहे.

अद्वैत हे पारमार्थिक सत्य गृहीत धरले की त्याचेविषयी बोलावयाचे म्हणजे मौनच स्वीकारणे शास्त्रदृष्ट्या उचित ठरेल. ‘तत् त्वमसि’ ते तू आहेस. ‘अहं ब्रह्मास्मि’ - (मी ब्रह्म आहे.) ‘सर्वं खलु इदं ब्रह्म’ - हे सर्व काही (द्रष्टा आणि दृश्य रूपात असलेले माझ्यासकट सगळे जगत्) खरोखरीच ब्रह्म आहे, अशी भाषाही अद्वैतात उच्चारता येणार नाही. तत्, त्वं, अहं, अस्मि, सर्वं, इदं, हे शब्द द्वैताचेच द्योतक आहेत. म्हणून बोलावयाचे ठरविले की (अध्यारोपापवाद न्यायाने) द्वैत गृहीत धरूनच बोलावे लागते. श्री ज्ञानेश्वर महाराज म्हणतात, त्याप्रमाणे ‘पै शून्य जै दावावे जाहले । तै बिंदुले एक पाहिजे केले। तैसे अद्वैत सांगावे बोले । तै द्वैत कीजे।।’ (ज्ञाने. १३-८८७) द्वैत एकदा गृहीत धरले की मग साऱ्या भेदाला, साऱ्या विविधतेला स्वीकारून त्यातील प्रातिभासिक आणि व्यावहारिक सत्तांच्या दृष्टीने विधिनिषेधाच्या रूपात विचार करावाच लागतो. त्यामुळेच साधक, साधना, साध्य, सिद्ध यांचे स्वरूप स्पष्ट होते. व ध्येयाकडे वाटचाल करता येते.

शत्रू-मित्र, उदासीन-आप्त, साधु-पापी यांच्या विषयात समदर्शी होणे कठीण आहे हे खरेच. आपल्या परिचयाचे वा ज्याच्यावरून आपल्याला कल्पना करता येईल असे व्यवहारातील एक उदाहरण विचारासाठी घेणे योग्य ठरेल. समबुद्धी मनुष्य कसा असावा तर न्यायाधीशासारखा असावा, असे समजूत पटण्याच्या दृष्टीने म्हणता येईल. अर्थात् हा न्यायाधीश प्रामाणिक आहे. त्याची बांधिलकी असलीच तर त्याच्यापुढे येणाऱ्या पुराव्याने सिद्ध होणाऱ्या वस्तुस्थितीशी आहे. या न्यायाधीशापुढे

वादी-प्रतिवादी असतो. आरोपी असतो. आरोप करणारा असतो, दोन्ही पक्षाचे अधिवक्ते (वकील) असतात. उलटसुलट पुरावे पुढे येतात. त्यांची उलटसुलट खंडणे वा मंडनेही चालू असतात. साक्ष देणारे असतात. प्रेक्षक असतात. न्यायालयाचे कार्य सुरू असताना रागालोभाचे, कारुण्याचे, विनोदाचे, सरळपणाचे, टिंगल टवाळीचे प्रसंग पुढे येत असतात. तदनुरूप भाषणे होत असतात. साक्ष देणारा आणि त्याला प्रश्न विचारणारा ह्यांच्यात पुष्कळदा लपंडावाचा किंवा आट्यापाट्याचा खेळ सुरू असतो. त्याच्या क्रिया-प्रतिक्रिया प्रेक्षकांच्या व इतरांच्याही मुद्देवर अनुकूल-प्रतिकूलरीत्या उमटत असतात. परस्पर विरुद्ध पक्षाचे अधिवक्ते आपलेच म्हणणे कसे खरे आहे हे टोकाची भूमिका घेऊन आपली अभिभाषणे (अर्ग्युमेंट) करित असतात. पण या सर्व वेळी न्यायाधीश सारे काही गंभीर मुद्देने ऐकत असतो, पहात असतो. तो कोणाला निर्दोष सोडून देतो, कोणाला संशयाचा लाभ घेऊन सोडतो. एकाच अपराधासाठी कोणाला सौम्य तर कोणाला कठोर शिक्षा करतो; तर कोणाला त्याच्या झालेल्या हानीची भरपाई म्हणून सहस्रावधी रुपये देण्याची आज्ञा करतो. तर कोणाला दंड ठोठावतो. आणि या सर्व वेळी तो केवळ न्यायाधीश असतो. त्याचा कुणी शत्रू नसतो, कुणी मित्रही नसतो. पुरावा सादर करण्याच्या कौशल्यामुळे वास्तविक निर्दोषी असलेल्यालाही शिक्षा होते, तर अपराधीही पूर्णपणे सुटून जातो. पण अशावेळी न्यायाधीश दोषी असत नाही. समजुतीच्या दृष्टीने प्रामाणिक न्यायाधीशाला समबुद्धी हे विशेषण देता येते. न्यायाधीश जसा निर्बद्धाच्या बंधनाने बांधलेला असतो म्हणून समबुद्धी राहू शकतो, तसाच योगीही तत्त्वज्ञानाच्या मर्यादेने बांधलेला असतो म्हणून समबुद्धी राहू शकतो, राहतो. समबुद्धी कसे राहावे तर आदर्श न्यायाधीशासारखे, असे आपण म्हणू शकतो.

भगवान् श्रीकृष्णांनी हे स्वतःच्या वर्तनाने सिद्ध केले आहे. म्हणूनच श्रीकृष्णाविषयी भक्ति नसलेल्या नास्तिक बुद्धिवादी म्हणून प्रसिद्ध असलेल्या, एका विदुषीनेही ‘श्रीकृष्णाने गीता नुसती सांगितली नाही तो गीता जगला.’ असे म्हटले आहे.

कृष्णाने भीष्मालाही मारविले आणि कर्णालाही मारविले. त्याने अभिमन्यूचाही मृत्यू पाहिला आणि घटोत्कचाचाही मृत्यू पाहिला. द्रौपदीची मुले मरू दिली पण परीक्षिताला जिवंत केले. ह्या प्रत्येक वेळेच्या श्रीकृष्णाच्या वर्तनाचा मागोवा घेऊन

त्याचा योग्य अर्थ लावता आला तर 'समबुद्धिर्विशिष्यते' म्हणजे काय ते आपणास नीटपणे उलगडेल. योग्यतेच्या दृष्टीने श्रीकृष्ण आपणास फार दूरचा आहे. पण आदर्श न्यायाधीश त्यामानाने बराच जवळचा आहे. त्यावरून 'समबुद्धिर्विशिष्यते' म्हणजे काय ते आपण काही प्रमाणात तरी समजून घेऊ शकू.

समबुद्धी अंगी बाणावी यादृष्टीने प्रयत्न करण्याची इच्छा खरोखरीच असेल तर आपण दुसऱ्याचे समर्थक, अधिवक्ता (वकील) व्हावे. आणि स्वतःचे न्यायाधीश व्हावे. आपले स्वभावतः याच्या उलट असते. आपण सर्वदा स्वतःचे समर्थनच करीत असतो. आपल्या काही चुका असतील, आपले काही दोष असतील हे आपण सहसा विचारात घेत नाही. दुसऱ्याच्या विषयात मात्र न्यायाधीश होऊन स्वतःला अनुकूल असलेला निर्णय घेऊन टाकतो. अशी आपली स्थिती समबुद्धित्वाच्या अगदी उलट असते. त्यामुळे समबुद्धित्वापर्यंत पोचण्याची साधना कठीण होऊन बसते.

या आणि मागील दोन मिळून तीन श्लोकात (७-८-९) भगवंतांनी योगारूढ, योगी कसा असतो, कोणत्या लक्षणांनी तो ओळखावा, सिद्ध पुरुष कसा जाणावा, पोचलेला (पहुँचा हुआ) कोणास म्हणावे, ते अनेक लक्षणांनी स्पष्ट करून सांगितले आहे. यावरून सिद्धावस्था कशाला म्हणावे आणि साध्य काय असते, असावे हे नीट लक्षात येते.

आता ही स्थिती प्राप्त करून घेण्याची साधना कशी असते? कशी असावी ते भगवान पुढील श्लोकातून स्पष्ट करून सांगत आहेत.

ही साधना अगदी प्राथमिक स्वरूपाची आहे, असे म्हणता येणार नाही. श्री ज्ञानेश्वर महाराजांनी तर त्यांच्या नाथ संप्रदायाला अनुसरून कुंडलिनी योगाच्या दृष्टीने ती साधना वर्णन केली आहे. त्यामुळे अर्थातच फार अवघड झाली आहे व हा अवघडपणा श्री ज्ञानेश्वर महाराजांनीच सहाव्या अध्यायात अनुमोदिला नसला तरी बाराव्या अध्यायातील पाचव्या श्लोकावर टीका लिहिताना अगदी उघडपणे मान्य केला आहे. तेथे ते 'योगाचिया वाटा । जे रिगाले गा सुभटा । तथा दुःखाचाचि शेलवाटा । भाग आला ॥' (ज्ञाने १२/२९) असे म्हणतात आणि ते दुःख किती उग्र असते, भयंकर असते ते लक्षात आणून देण्यासाठी तोंडात दात नसलेल्याने लोखंडाचे चणे खावेत वा नवऱ्यावाचून रोज चितेवर जाळून घ्यावे अशी उदाहरणे

देतात. गीतेत येथे वर्णिलेली साधना प्रत्यक्ष कुंडलिनी योगाची साधना आहे, असे म्हणता येणार नाही. कारण येथे 'ताहाने ताहानचि पियावी । भुकेलिया भूकचि खावी ॥' (ज्ञाने १२/६३) अशी बंधने नाहीत. त्यामुळे हटयोगात होते तशी शरीरातील मांस-मेदाचा क्षय होऊन कातडी हाडाला जाऊन चिकटण्याइतकी कृशताही येत नाही. येथे युक्ताहारविहाराला मान्यता आहे आणि योगमार्गातील प्राणायामादी अवघड प्रक्रियांचा उल्लेख न करता ध्यानावर भर दिलेला आहे. त्यामुळे भक्तिमार्गाचे प्रेम असलेल्या साधकालाही येथे वर्णिलेल्या साधनेचा काही प्रमाणात तरी उपयोग करून घेऊन स्वतःची वाटचाल अधिक वेगाने करता येईल.

मला स्वतःला ध्यानावर अधिकारवाणीने बोलता येणार नाही पण गीतेतील श्लोकाच्या आधारे या विषयासंबंधी मी इकडचे तिकडचे पुष्कळ वाचले आहे. आपाततः त्यावर काही चिंतनही करावे लागले आहे. त्या बळावर गीतेतील शब्दांच्या आधारे मी माझे विचार मांडणार आहे. योग्यायोग्याचा निर्णय लिखित शास्त्रांच्या आधारे घेणार आहे. त्यात माझा वैयक्तिक असा सांप्रदायिक अभिनिवेश नाही. तसेच कोण्या संप्रदायात अनुसरल्या जाणाऱ्या पद्धतीचे खंडण वा मंडण करावे अशीही माझी इच्छा नाही. तेव्हा ज्यांनी विशिष्ट संप्रदाय अनुसरून साधना आरंभिली असेल त्यांनी माझ्या बोलण्यातील प्रतिकूलतेमुळे विचलित होण्याचे कारण नाही. ते त्यांच्याकरिता नाही, असे सोयीने समजावे. फारच विरूद्ध आहे, असे वाटल्यास मला क्षमा करावी. मी मात्र विविध प्रकारच्या ग्रंथांच्या वाचनाचा परिणाम म्हणून माझ्या बुद्धीने विचारपूर्वक मला जे योग्य वाटेल ते आपणापुढे मांडणार आहे. कारण अलीकडे ध्यानयोगाचे अनेक संप्रदाय प्रचलित आहेत. त्यांच्या पद्धतीही प्रत्येकी वेगळ्यावेगळ्या क्वचित् परस्परविरूद्धही आहेत. त्या मार्गांच्या साधकाची आचारसंहिताही भिन्नभिन्न आहे. त्यात कडक बंधनापासून स्वैराचारपर्यंत सगळे प्रकार आहेत. एका सद्गृहस्थाने ध्यानविद्या या नावाने चाळीस-पंचेचाळीस प्रकारच्या ध्यानसाधनेचे वर्णन एका लहानशा पुस्तकात केले आहे.

मी माझ्या बुद्धीने गीतेच्या श्लोकांचे विवेचन करणार आहे. माझी मर्यादा मी स्पष्ट केलीच आहे. ती लक्षात घेऊन आपण हंस-क्षीर न्यायाने त्याचा विचार करावा. अशी विनंती आहे.

: १० :

**योगी युञ्जीत सततमात्मानं रहसि स्थितः।****एकाकी यतचित्तात्मा निराशीरपरिग्रहः॥**

संग्रह न करणारा, आशाआकांक्षांचा त्याग केलेला, शरीर आणि अंतःकरणावर नियंत्रण असलेला अशा योग्यानी गुप्त स्थानात एकट्याने राहून आपले मन निरंतर ईश्वराच्या ठिकाणी लावावे.

परिपूर्णतेने योगारूढ होऊ इच्छिणाऱ्या योग्याने आधी शरीर-मन-बुद्धीवर पूर्णपणे नियंत्रण साधावे आणि स्वतःचे अंतःकरण सातत्याने निरंतर परमात्म्याशी जोडलेले राहिल, त्याच्याशी एकरूप होऊन राहिल असे पहावे. अर्थात त्यासाठी ध्यानचिंतनादींचा अवलंब करावा. हे चांगले साधावे यासाठी काही सहकारी कारणे असावी लागतात. त्याशिवाय परमात्म्याचे ठायी अंतःकरण चांगल्याप्रकारे एकाग्रता पावत नाही. साहाय्यभूत होणाऱ्या गोष्टी कोणत्या त्याचा उल्लेख अतिशय मार्मिकपणे या श्लोकात केला आहे. त्या सर्वच गोष्टी फार महत्त्वाच्या आहेत. त्यांचे साहाय्य नसेल तर ध्यान साधतो म्हणणे वा साधले म्हणणे खरे नाही.

या साधकाने गुप्तपणे एकान्तात राहिले पाहिजे. हा गुप्तपणा वा एकान्त स्थानाच्या दृष्टीने जसा महत्त्वाचा आहे. तसा वृत्तीच्या दृष्टीनेही महत्त्वाचा आहे. आपण काय करतो ते कोणाला कळू नये. साधनेचे स्वरूप, त्यात होणारी प्रगती वा परागती याचा पत्ता कोणाला लागू नये, कुणी गुरू असेल तर आवश्यकतेप्रमाणे साधनेत येणारे अनुभव वा वाटणाऱ्या अडचणी त्याचेकडून मार्गदर्शन घेण्यासाठी त्याचेपुढे मांडाव्या. इतरांजवळ याची वाच्यता करू नये. पण माणसाला राहवत नाही. आपले बारीकसारीक कसेही अनुभव त्यांना बोलून दाखवावेसे वाटतात. त्यातील काही खरेही असतात, काही भावनेच्या उद्रेकामुळे उत्पन्न होतात. हे बहुधा भ्रामक असतात. काही आपला मोठेपणा प्रस्थापित करण्यासाठी सांगितले जातात. आपली साधना साध्यापर्यंत पोचावी असे वाटत असेल तर अशा भानगडीत न पडणे बरे. तात्पर्य साधनेत गुप्तता राखावी.

कोणतीही साधना विशेषतः ध्यानमार्गातील साधना तरी एकट्याने एकाकीपणे करीत असावे. अलीकडे साधनेला एक प्रकारे सामुदायिक स्वरूप प्राप्त झाले आहे. त्याचा काही उपयोगही आहे. समाज नावाची काही वस्तू आहे हे आपण विसरून

गेलो आहोत. सगळे काही चांगले असताना अनेक प्रकारचे दुर्दैव्य आपल्या वाट्याला आले आहे, याच्या कारणात सामाजिक कर्तव्याची जाणीव आपण ठेवली नाही हे महत्त्वाचे कारण आहे. जेव्हा प्रत्येक व्यक्ती आपापल्या ठिकाणी चांगली असते वा वागते, तेव्हा समाज म्हणून काही वेगळी जाणीव ठेवण्याचे कारण उरत नाही. कारण व्यक्ती ही वस्तुस्थिती आहे. समाज कल्पावा लागतो, संकल्पित असतो. व्यक्ती-व्यक्तीच्या आवश्यकतेचे क्षेत्र वाढत जाईल, स्वावलंबन उणावत जाईल, तो तो समाज या संकल्पनेला महत्त्व देणे भाग पडेल. एक गणित सांगतो म्हणजे समाज ही संकल्पना मानणे का आवश्यक होते, हे लक्षात येईल. एक दगड दहा माणसे उचलून एका तासात शंभर हात दूर नेता तर एक माणूस एक तासात तो दगड किती दूर नेईल? वा शंभर हात दूर नेण्यात एका माणसाला किती वेळ लागेल? याचे उत्तर सरळ गणिताने दहा हात किंवा दहा तास असे होईल. पण प्रत्यक्षात तो दगड एका माणसाकडून दिवसभरच्या कष्टाने वीतभरही हलणार नाही. हात-पाय-पाठ अवघडून दुखू लागेल हे मात्र खरे.

समुदाय किंवा समाज या संकल्पनेची उपयुक्तता महत्त्वाची असल्याने उत्सव, महोत्सव, शिबिरे, सामुदायिक प्रार्थना, सामुदायिक भजन, सामुदायिक ध्यान यांचा उपयोग होतो. माणसांची मनोवृत्ती विचारात घेता या सामुदायिक स्वरूपाच्या साधनेचा काही प्रमाणात लाभही होतो.

सामान्य माणसाचे आरंभी आरंभी तरी साधनेत मन लागत नाही. त्याला चंचलता येते, धीर सुटतो. काहीना तर आपण करतो आहोत ते चुकते आहे, असे वाटते. काहीना लाज वाटते. समुदायात असले म्हणजे हे सगळे त्या प्रमाणात तरी होत नाही. मी सामान्य कारकून वा शिक्षक आहे. तरी माझ्याभोवती अलीकडे वा पलीकडे कुणी वकील आहे, बॅरिस्टर आहे, उद्योगपती आहे, राजपत्रित (गॅझेटेड) अधिकारी आहे. माझ्यापेक्षा मोठी माणसे बसली आहेत तेव्हा मला लाज बाळगण्याचे कारण नाही. माझ्यापेक्षा अधिक व्याप असलेली माणसे स्थिरपणाने बसली आहेत. तेव्हा मलाही ते साधू शकेल, ही एवढी चांगली सुशिक्षित माणसे अध्यात्माच्या नादी लागली आहेत तेव्हा आपले काही चुकते आहे असे वाटण्याचे कारण नाही, असे माणसाला वाटत असते. हे सर्व लाभदायक होते. तो लाभ पदरात पडल्यानंतर, मनाला आवश्यक तेवढी स्थिरता आल्यानंतर, पारमार्थिक साध्य प्राप्त होण्याच्या दृष्टीने साधकाने आपली साधना एकान्तात, एकाकीपणे करणे चांगले.

एकान्त आणि एकटेपणा यामुळे मनाला चंचल करणारी कारणे पुष्कळ प्रमाणात उणावतात. मात्र एकान्त वा एकटेपणा कंटाळा आणणारा, भारभूत होऊ नये, त्याचा उबग येऊ नये. एकान्तात अगदी एकटे असताना मन शान्त, समाधानी, प्रसन्न राहिले पाहिजे. दीर्घकाळामुळेही त्यात अंतर पडता कामा नये.

एकाकीपणा सुखावह व्हावयाचा तर त्यासाठी स्वतःचा पूर्णपणे निश्चय व्हावा लागतो, साधनामार्ग स्पष्ट झालेला असावा लागतो, श्रद्धा दृढ असली पाहिजे, वृत्ती निष्ठावंत असली पाहिजे, स्वावलंबन पूर्णपणे अंगी बाणलेले असले पाहिजे.

एकान्त किंवा एकटेपणा सुखावह होण्यासाठी माणूस निराशी असला पाहिजे. त्याला कोणतीही आशा-आकांक्षा असता कामा नये. हे हवे, ते नको, हे घडावे, हे घडू नये, असे वाटता कामा नये. इतर आशाकांक्षा तर सुटत नाहीतच पण काही साधना करू लागताच साधनेचे फल प्राप्त व्हावे असे पदोपदी वाटत राहते. मन लागत नाही, फार थोडा वेळ लागते. काही अनुभव येत नाही, असे विचार मनात येतात.

आशा बाळगावयाची तर आशा बाळगण्यासारखे काही केले पाहिजे की नाही? आपण करतो ते पुष्कळ करतो, असे वाटणे निराळे आणि ते तसे खरेच पुरेसे असणे निराळे. मी पूर्वी, कुणी विचारावयास आले की पुष्कळ चौकशा करीत असे. एका मध्यमवयीन गृहस्थाने मला सांगितले की मी रोज ज्ञानेश्वरीच्या दहा ओव्या वाचतो. ज्ञानेश्वरीच्या ओव्या नऊ हजार आहेत. म्हणजे याचे ज्ञानेश्वरीचे एक पारायण होण्यास अडीच वर्षे तरी लागणार.

एका सत्तरी उलटलेल्या माणसाने सांगितले, मी गुरू केला नाही पण रामकृष्णहरि मंत्राचा रोज एक माळ जप करतो. दोन महिने झाले. आपली ही साधना या गृहस्थांना सांगण्याच्या योग्यतेची वाटली पण खरीच ती पुरेशी आहे का? दहा ओव्या वाचायला किंवा एक माळ जपाला दोन-तीन मिनिटे पुरतात. अशा माणसाने कोणत्या अनुभवाची अपेक्षा करावी. साधना प्रामाणिकपणे यथाशक्ति जेवढी होईल तेवढी करीत राहिले पाहिजे. साधनेत आळस आणि उपेक्षा लवमात्रही येता कामा नये. म्हणजे मग ती साधना, साधना ठरते आणि अशा साधनेच्या फलाविषयीही मन अधीर होणार नाही अशी दक्षता घ्यावी लागते. इतर आशा आकांक्षा पूर्णपणे दूर ठेवाव्या लागतात हे उघडच आहे.

साधकाच्या दृष्टीने उपयुक्त ठरेल असा एक विचार मी आपणास सांगतो, परमार्थमार्गामध्ये दौर्बल्य हा खरोखरीच दोष नाही. कोणाचे सामर्थ्य किती? कोणाची

शक्ती किती? कोणाची योग्यता केवढी? कोणाची परिस्थिती कशी? हे निश्चितपणे सांगता येत नाही. या प्रत्येक ठिकाणी उणे-अधिक वैगुण्य असू शकते. हे वैगुण्य दूर करणे आपणास प्रत्येक वेळी शक्य असत नाही. त्यावर आपले काही नियंत्रण नसते. त्यामुळे दुर्बलता हा दोष नाही. परमार्थात पहिला दोष आहे आळस आणि दुसरा दोष आहे उपेक्षा. हे दोष परमार्थात असता कामा नयेत, परमार्थ बिघडतो तो यांच्यामुळेच. तुम्ही तुमच्याकडून जितके होणे शक्य आहे त्यापेक्षा थोडे तरी अधिक करीत राहिले पाहिजे आणि जे करावयाचे ते श्रद्धेने केले पाहिजे, प्रेमाने केले पाहिजे. साधनेचे सातत्य यामुळे सहजपणे टिकते. आपण हे लक्षात घेऊन वागतो का? जेवढे शक्य आहे तेवढे तरी करतो का? याचे उत्तर वस्तुतः नाही, असे आहे.

मन लागत नाही ही गोष्ट एकवेळ समजू शकते. पण सातत्य शरीरानेही टिकत नाही आणि जेवढा वेळ देणे शक्य आहे त्यापैकी फारच थोडा वेळ साधनेला देऊन इतर वेळ आपण जवळजवळ वाया घालवितो. करमणूक, गप्पा, वायफळ चर्चा, खिडकीतून वा कठड्याजवळून रस्त्याकडे पहात बसणे अशा गोष्टीत दिवसातला कितीतरी वेळ वाया जातो. त्याची गणती कुणी ठेवली आहे का? धूम्रपानादि व्यसने असतील तर बघावयास नको. माणूस खरोखरीच निराशी, आशा-आकांक्षारहित असेल तर त्याला तो करीत असलेल्या साधनेव्यतिरिक्त इतर कोणतेही आकर्षण उरणारच नाही.

आधी मन लागू दे मग ती साधना करीन असे मात्र म्हणून नये. साधनेचा आरंभ केव्हाही झाला तरी देहाकडूनच व्हावयाचा असतो. मन रमणे हे त्यानंतर बऱ्याच कालाने घडू लागते. आधी पोहावयास येऊ दे, मग पाण्यात पडतो हे म्हणणे जसे चुकीचे आहे, तसेच आधी मन लागू दे मग साधना करतो, म्हणणे चुकीचे आहे. साधनामार्ग आपल्या प्रकृति-प्रवृत्तीचा विचार करून विवेकपूर्वक पत्करावा. आवश्यक तर तज्ज्ञांचे मार्गदर्शन घ्यावे पण साधनामार्गाला लागताच काही अनुभव यावा अशी अपेक्षा ठेवू नये. काहींना काही अनुभव येतात, तर काहींना काहीच अनुभव येत नाहीत. त्यावरून प्रगती मोजू नये. राग-द्वेष उणावणे हे प्रगती मोजण्याचे खरे साधन आहे. स्वप्न पडणे, डोळ्यापुढे आकृत्या उमटणे, निरनिराळे रंग, ज्योत वा प्रकाश दिसणे (नाद-बिंदू-कला-ज्योती) असे अनुभव काही लोक सांगतात. पण त्याला काही मूल्य असलेच तर ते फार थोडे आहे. त्यात अमुक आधी अमुक नंतर असा अनुक्रमही नाही. पुष्कळांकडून, प्रवचनातून वा काही सांप्रदायिक ग्रंथातून ह्या



व ह्यासारख्या अनुभवांचे मोठे रसभरीत वर्णन केलेले असते. त्याचा परिणाम म्हणून काही भावनाशीलांना तसे अनुभव आपणासही येत आहेत असे वाटू लागते. खऱ्या साधकाने अशा अनुभवावर फारसे न विसंबिणे चांगले, असा काहीही अनुभव न येणाराचीही प्रगती होऊ शकते, मात्र साधनेचे सातत्य टिकले पाहिजे. असो. हे सर्व साधकाच्या अंतरंगदृष्टीने 'निराशी' च्या संदर्भात सांगत आहे, साधनेत येणाऱ्या अनुभवाचीही ज्याने अपेक्षा सोडली तो साधक सत्ता, संपत्ती, लौकिक मानमान्याता यांच्या मोहात गुंतणार नाही हे सांगावयास नकोच.

अपरिग्रह हेही एक साधनेचे महत्त्वाचे सहकारी साधन आहे. आवश्यकतेपेक्षा अधिकाचा संग्रह नसणे हे याचे स्वरूप. देहधारणेपुरता संग्रह हे याचे सगळ्यात आतले वर्तुळ आणि कर्तव्यभावनेने लोकसंग्रहासाठी आवश्यकता हे याचे बाहेरचे वर्तुळ. वर्ण आणि आश्रम यांचा विचार यातच बसतो. प्रकारतः वा परिमाणतः परिग्रह किती असावा याचे माप ठरविता येणार नाही. ते ज्याने त्याने स्वतःशी प्रामाणिक राहून आपल्या प्रकृति परिस्थितीप्रमाणे ठरवावे. कोणत्याही दृष्टीने इतरांशी तुलना करू नये. आणि त्यादृष्टीने न्यूनगंड वा अहंगंड बाळगू नये.

आरोग्यरक्षण, देहधारणा ह्यादृष्टीने काही थोडा संग्रह आवश्यक असेलच. आवश्यकतेला कुणी दुसऱ्याने विलास समजू नये आणि स्वतःच्या विलासाचे, कुणी आवश्यकता म्हणून समर्थन करू नये. विकाररहित बुद्धीला आवश्यकता आणि विलास (चैन) यातील अंतर निश्चितपणे जाणता येते. असा विवेक साधणे अवघड आहे. पण असाध्य नाही. योग्य चिंतनाने तो साधू शकतो. पण अपरिग्रहासंबंधीचा हा विचार फारच थोड्या ठिकाणी प्रत्ययाला येतो. धनाढ्य उद्योगपतीच्या निवासस्थानापेक्षा अधिक वैभवशाली आणि सुखसोयींनी परिपूर्ण असे मठ असतात. अपरिग्रह या संकल्पनेचे तेथे काय होत असेल ते एका परमेश्वरालाच ठाऊक! असो.

आशाकांक्षा न बाळगता अपरिग्रही वृत्तीने एकट्याने राहून आत्मसाधना करावी. पण ती 'सततं युञ्जीत' या स्वरूपाची असावी. साधना एकही दिवसाचा खंड न होता, वर्षानुवर्ष करावी लागते. तिच्याकरिता दिला जाणारा वेळही चढत्या वाढत्या क्रमाने द्यावा लागतो. एका घटकेपासून वाढवित वाढवित एका प्रहरापर्यंत साधनेत स्थिर व्हावे लागते. तदितर वेळही सद्ग्रंथांचे वाचन, नामस्मरण, निस्वार्थ वृत्तीने केलेली जनसेवा, आवश्यक ते कर्तव्यकर्म यातच जावा. एक क्षणही वाया जाऊ देऊ नये. असा आदेश थोरामोठ्यांनी दिला आहे. 'सततं युञ्जीत' म्हणजे काय

त्याकरिता मी हे सांगतो आहे. पुढच्या श्लोकापासून भगवान् साधनेचे प्रत्यक्ष स्वरूप कसे असावे ते सांगण्यास आरंभ करित आहेत.

: ११ :

शुचौ देशे प्रतिष्ठाप्य स्थिरमासनमात्मनः ।

नात्युच्छ्रितं नातिनीचं चैलाजिनकुशोत्तरम् ॥

स्वच्छ, शुद्ध ठिकाणी (समतलभूमीवर), डळमळणार नाही असे आसन (लाकडाचा पाट चौरंग, व्यासपीठ) स्वतःसाठी मांडावे. त्यावर दर्भ मृगाजिन आणि स्वच्छ धुतलेले सुती वस्त्र क्रमाने अंधरावे.

साधनेसाठी ज्या स्थळी बसावयाचे ते स्थळ स्वच्छ, शुद्ध, पवित्र असावे. शुचि देश म्हणजे काय ते सांगताना श्री ज्ञानेश्वर महाराजांनी केलेले वर्णन अत्यंत काव्यमय आहे. पण तशी स्थळे आसपास कोठे मिळणे अशक्यच आहे. त्यासाठी दूरदूरच्या पर्वतराजी शोधितच फिरावे लागेल. हिमालयात बऱ्याच उंचीवर अशी स्थाने आहेत. पण त्यासाठी 'निराशी', 'अपरिग्रही', 'शीतोष्णसुखदुःखेषु समः', 'अरतिर्जनसंसदि' अशी वृत्ती असली पाहिजे; अन्यथा श्री तुकोबा म्हणतात त्याप्रमाणे 'नाहीतरी सुखे असावे संसारी । फजिती दुसरी करू नये ।'

पूर्वी आपल्याकडे देवघर नावाची एक वास्तू असे. तिचे पावित्र्य अधिकात अधिक राखण्याचा, आपण प्रयत्न करित असू. देवघर गायीच्या शेणानेच सारविले जात असे. देवघर झाडावयाची केरसुणी स्वतंत्र प्रकारची आणि वेगळी असे. देवघरात प्रवेश करावयाचा तो स्नान करून, सोवळे नेसूनच करावयाचा असा नियम असे. आज ही गोष्ट कालबाह्य मानली गेली आहे. जेथे कोठे ती अस्तित्वात असेल तेथेही तिचे मूळचे स्वच्छ, शुद्ध, सात्विक स्वरूप उरलेले नाही. उरले आहे ते स्थूल कर्मकांड आणि वरवराचा डामडौल, नवीन वास्तुरचनेत देवघर नाहीच. मी एका चांगल्या वास्तुकलाविशारद (आर्किटेक्ट) मित्राला विचारले होते की "तुमच्या आधुनिक गृहरचना-शास्त्रात देवघर कसे असावे ह्यासंबंधी काही वर्णन आहे का?" त्यांनी 'नाही' म्हणून उत्तर दिले. शौचकूप, न्हाणीघर, जेवणघर, स्वयंपाकघर, शय्याघर, बैठक, सोपान (जिना), आगाशी (गच्ची) इत्यादींची रचना कशी असावी, कोणते स्थान कुठे असणे सोयीचे यांची वर्णने उदंड आहेत. त्यातही स्वच्छतेचा, सोयीचा विचार केला जातो. पावित्र्याचा विचार केला जात नाही. तसा केला असता तर

न्हाणीघर व शौचकूप एकत्र झाले नसते. दोन्ही स्वयंपाकघराशी जोडले गेले नसते. पावित्र्याचे मूल्य देऊन एखादे दार आणि एखादी भिंत यांची काटकसर करावी का? पण हे ज्याने त्याने ठरवावयाचे आहे. चांगल्या प्रसिद्ध मंदिरातूनही स्वच्छता आणि शांततेचा अभाव झाला आहे. असो.

अरण्ये उरली नाहीत, नद्यांचे पाणी प्रदूषित झाले आहे. नगर महानगरातील वातावरणही प्रदूषणयुक्त आहे. निवासस्थानांचा वरचेवर संकोच होतो आहे. एखादी खोली आणि लहानसे स्वयंपाकघर स्वतंत्र आणि स्वयंपूर्ण मिळाले तरी स्वतःला भाग्यवान समजावे अशी वेळ आली आहे. आदर्श काय ते जाणून आपल्या शक्यतेप्रमाणे त्याच्या जितक्या जवळ जाता येईल तितक्या जवळ जावे. एका खोलीत स्वयंपाकघराच्या जागेतही जर दूरदर्शनसंच आणि शीतक (फ्रीज) ठेवण्यापुरती जागा उपलब्ध होऊ शकते, तर साधनेला बसण्यापुरती दीडदोन हाताची औरसचौरस जागा निश्चित करणे काही अवघड नाही. तशी इच्छा असली पाहिजे इतकेच. एका गृहस्थाने पलंग चार फूट उंचीचा करून त्याच्या खाली बसण्यापुरते स्थान निर्माण केलेले मी पाहिले आहे. पण जे स्थान निवडले त्याची स्वच्छता-शुद्धता जेवढी पाळता येईल तेवढी पाळावी. शेजाऱ्याच्या नभोवाणीवर आणि दूरदर्शनवर संतापू नये. बाहेरची पादत्राणे घालून घरभर फिरले नाही तरी बरीचशी स्वच्छता-शुद्धता राखली जाईल. पूर्वी आपल्याकडे यादृष्टीने फार नियम होते. आता देवपूजा नसते आणि स्वयंपाकही पारोशाने होतो.

स्थलाप्रमाणे देहशुद्धीचाही विचार साधनेत महत्त्वाचा आहे. आपली सोवळ्या-ओवळ्याची सर्व कल्पना मुळात स्वच्छता आणि शुद्धता यावर आधारलेली आहे. सोवळ्या-ओवळ्याचे हसे झाले. त्यातील शुद्धतेचा राहू दे पण स्वच्छतेचा आणि आरोग्याचा विचारही आपण दृष्टिआड केला आहे, आणि दुर्दैवाने त्याला सुधारणा समजत आहोत.

आपले आसन आपल्यापुरते राहिल, त्यावरील सुती वस्त्र रोजच्यारोज धुतले जाईल, एवढी दक्षता तरी घ्यावी. मग ते आसन कुठेही मांडून त्यावर बसावे. तसेच आसन डळमळणार नाही अशीही व्यवस्था केलेली असावी. गीतेतील रचना उलट क्रमाची वाटली तरी अर्थक्रम महत्त्वाचा हे लक्षात घेऊन सर्वात तळाशी दर्भ किंवा गवत, त्यावर मृगाजिन आणि त्यावर धूतवस्त्र असा क्रम असावा. खाली पाट किंवा

चौरंग असेल तर तो फार उंच नसावा, तो जिथे ठेवावयाचा ते स्थल उंचसखल नसावे. समतलभूमि म्हणजे काय हे पहावे अशी इच्छा असेल तर कोकणातील अंगणे पहावीत. आपल्या ओसऱ्याही तितक्या स्वच्छ आणि सुरेख नसतात. पायात जोडा घालून आपण त्या अंगणात पाय ठेवणे म्हणजे आपण त्या अंगणाचा अपमान करतो आहोत असे वाटावे, इतकी ती चांगली असतात.

आसन 'नात्युच्छ्रितं नातिनीचं' असावे, यासंदर्भात अलीकडे एक गोष्ट स्पष्ट केली पाहिजे. चार सहा इंच जाडीची फोमरबरची बैठक वापरली जाते. तिच्यावर बसू नये. कारण त्यामुळे आसन डोलते. तसेच खालचा टणकपणा जाणवेल इतके आसन पातळही असू नये. अशा आसनावर बसून साधना करावी. ती कशी ते पुढील श्लोकात वर्णिले आहे.

: १२ :

**तत्रैकाग्रं मनः कृत्वा यतचित्तेन्द्रियक्रियः ।**

**उपविश्यासने युञ्ज्याद्योगमात्मविशुद्धये ॥**

अशा त्या आसनावर बसून चित्त, इंद्रिये आणि क्रिया नियंत्रित करून, मन एकाग्र करून, आत्म्याच्या (अंतःकरणाच्या शुद्धतेसाठी) योगाचा अभ्यास करावा.

आपल्याला साधेल त्याप्रमाणे पवित्र स्थली, योग्य त्या आसनावर बसून मन एकाग्र करण्याचा प्रयत्न करावा. चित्त, इंद्रिये आणि शरीराच्या हालचाली नियंत्रित असणे हे मन एकाग्र करण्यासाठी सहाय्यक म्हणून उपयोगी पडते. चित्ताचे अनेक व्यापार होत असतात. इंद्रियांचेही होतात. शरीराच्याही हालचाली होत राहतात. यांच्यावर पूर्णपणे नियंत्रण प्रस्थापित झाल्यावाचून मनाला एकाग्रता येत नाही. यासाठी करावयाचा अभ्यास शरीर, इंद्रिये, मन अशा क्रमाने करावा लागतो.

मन आणि चित्त असे दोन शब्द येथे आले आहेत. मन एकाग्र करावे आणि चित्तावर नियंत्रण करावे अशी भाषा त्यांच्यासंबंधात वापरली आहे. संकल्प-विकल्प म्हणजे हवे-नको हा मनाचा विषय आहे आणि चिंतन करते ते चित्त. अनेक प्रकारच्या गोष्टी आठवतात, त्या चित्ताला. चित्तामध्ये स्मरणातून उत्पन्न होणारे विचार न येणे आणि मनाचे हवे-नको संपणे याची आदर्श परिपूर्णता कोण्या थोर महात्म्याच्या ठिकाणीच संभवनीय आहे. आपण त्यादृष्टीने यथाशक्ति प्रयत्न करीत राहावा इतकेच.

बहिर्मन ते मन आणि अंतर्मन (सबकॉन्शस् माइंड) ते चित्त. असे आपण

आपल्या सोयीसाठी समजूया. एक गोष्ट मोठी चमत्कारिक आहे. तसे का असावे याचे आश्चर्य वाटावे, अशी ती आहे. पण बहुधा सगळ्यांचाच अनुभव तसा आहे हे मात्र खरे. ध्यानाला जपाला पूजेला बसले, वा गाथा, ज्ञानेश्वरी, दासबोध अशा ग्रंथाचे वाचन करू लागलो, की काही क्षणांच्या आत, नाही नाही त्या गोष्टी, नको नको ते विचार मनात येत राहतात. प्रपंचातील इतर कामे करताना, पत्ते खेळताना, वर्तमानपत्र वा ललित वाङ्मय वाचताना असे होत नाही. निदान इतक्या प्रमाणात तरी होत नाही. त्यावेळी बाह्य मन काम करीत असते. त्यामुळे आतील मन बाह्यमनाच्या दडपणाखाली शान्त राहात असावे. ध्यानपूजादींच्यावेळी या बाहेरच्या मनाला फारसे काम असत नाही. त्यायोगाने अंतर्मनावरील दडपण दूर होते व नानाप्रकारचे विचार उसळत राहतात. अंतर्मन हे एक मोठे कोठार आहे. अडगळ साचवलेली मोठी खोली आहे. त्यात काय काय आणि किती किती साचून राहिलेले असते याची एरवी आपणास कल्पनाही येऊ शकत नाही. अलिकडच्या मानसशास्त्राचा या अंतर्मनावरच फार भर आहे, असे म्हणतात. फ्रॉईडने एका विशिष्ट दृष्टिकोनातून या अंतर्मनासंबंधी पुष्कळच ऊहापोह केला आहे. फ्रॉईडचा दृष्टिकोन सर्वस्वी उचित आहे, असे मुळीच म्हणता येणार नाही. पण त्याचा विचार करण्याचे आपणास कारण नाही. सध्या तरी नाहीच नाही.

अंतर्मनामध्ये साठून राहिलेल्या अनेक गोष्टी ध्यान-जपादींच्या वेळी गोंधळ निर्माण करतात हे खरे. त्यांच्यापुरताच आपणास थोडासा विचार करावयाचा आहे. मनात येणाऱ्या विचारांचे दोन प्रकार असतात. विचार एकातून एक येतात किंवा एकानंतर एक येतात. एकातून एक येणाऱ्या विचारांमुळे विचारांची साखळी तयार होते. आणि हा प्रकार अधिक त्रासदायक आहे. “**तृणैर्गुणत्वमापन्ने बध्यन्ते मत्तदंतिनः**” गवताची काडी वा पाती एकेकटी काही बळकट असत नाही. पण त्यांचे वळून दोरखंड केले की हत्तीलाही बांधता येण्यासारखा बळकटपणा त्यांना येतो. ह्यासाठी विचारांची साखळी निर्माण होणार नाही, अशी काळजी घ्यावी. एक विचार आला, तो गेला. दुसरा आला, तो गेला. तिसरा आला, तो गेला असे पुष्कळ काळ होत राहणारच. पण एकेक काडी सुटी राहू द्या. तिचे दोरखंड होऊ देऊ नका. विचारांची साखळी होते आणि एकेक विचार सुटा सुटा राहतो यात काही अंतर आहे. पण हा भेद लक्षात येण्यासाठीही त्यावर दीर्घकाल चिंतन करावे लागते.

म्हणजे या दोन गोष्टी भिन्न भिन्न कशा आहेत हे कळते. परस्परंशी संबंध नसलेले विचार जेव्हा एकानंतर एक येतात तेव्हा त्यामध्ये एक बारीकशी फट स्वभावतःच राहते. त्या फटीचा लाभ घेऊन तीत एकाग्रतेची पाचर मारून फटीतील अंतर वाढवीत नेता येते. आणि त्यामुळे एकानंतर एक येणाऱ्या विचारांची संख्या उणावत जाते. ध्यानजपादीत जाणाऱ्या वेळाला वेळाला इतर दिवसात वा जीवनात आपण कसे वागतो, त्यातील आपल्या हवे-नको चे स्वरूप काय आहे, त्याच्याशी चित्ताच्या चंचलतेचा फार जवळचा संबंध आहे. हवे-नको चा व्याप जेवढा मोठा तेवढी चित्ताची चंचलता अधिक. हवे-नको चे क्षेत्र उणावत जाऊन ते आवश्यकतेच्या मर्यादेच्या आत आले की चित्त स्थिर होते. चित्त स्थिर होणे म्हणजेच यतचित्तता. यासाठीच मागील दहाव्या श्लोकात साधनेचा एकूण आराखडा काय स्वरूपाचा असतो ते सांगताना ‘**यतचित्तात्मा निराशीः अपरिग्रहः**’ या लक्षणांचा उल्लेख केला आहे. यातील कोणतेही एक लक्षण परिपूर्ण झाल्यानंतर मग दुसऱ्या संबंधीचा विचार करावयाचा असतो असे नाही. त्यातल्या त्यात जे आपल्याला आचरण्याच्या दृष्टीने अधिक अनुकूल वाटेल त्याच्यापासून आरंभ करावा आणि इतर लक्षणे अंगी बाणण्याच्या दृष्टीनेही प्रयत्नशील असावे कारण ही सर्व लक्षणे एकमेकांना पूरक आहेत.

‘**यतचित्तेन्द्रियक्रियः**’ असे व्हावेसे वाटले की त्यादृष्टीने प्रयत्न करावयाचा म्हणजे आहे ती स्थिती शक्य तेवढी जशी आहे तशी सहज करण्याची, सोसण्याची सवय करावी लागते. ध्यान-जपाचेवेळी काय होते कोणास ठाऊक! कुठेतरी थोडीशी खाज सुटते, माशी तरी तोंडावर येऊन बसते. कानात, नाकात गुळगुळल्यासारखे होते. खाकरावेसे वाटते, शिक येते, खोकला येतो. त्या प्रत्येक वेळी सहनशीलता ठेवावी. हात-पाय-मान ह्यांच्या अनवश्यक हालचाली टाळाव्या. कोणाची चाहूल लागली, कुठे काही ध्वनी उमटला की तिकडे वळून बघण्याचे टाळावे.

जप करताना एक गृहस्थ, गोमुखीतून माळ काढून मधूनमधून बघावयाचे. मेरूमणी अजून किती दूर आहे ते, ते गृहस्थ पाहात असत. खरोखरीच हे काय प्रकरण आहे? माळेतील मण्यांची संख्या निश्चित असते. तेव्हा जपातील मंत्राच्या अक्षरांची संख्या जितकी असेल त्या मानाने किती वेळ लागायचा हेही निश्चित असणार. तेव्हा मेरूमणी किती लांब आहे हे बघावयाचे काय कारण? म्हणून शरीराच्या हालचाली जितक्या उणावता येतील तेवढ्या उणावाव्या. हे सगळे एकदम साधते असे नाही. सातत्य

टिकवून धीराने जेवढे साधले तेवढे करीत राहिले पाहिजे. म्हणजे मग मन एकाग्र होऊ लागते आणि एकाग्रतेचा कालही वाढत जातो.

ही जी साधना करावयाची आहे ती 'आत्मविशुद्धये' म्हणजे अंतःकरणाच्या शुद्धतेसाठी. कोणत्याही कामनांच्या पूर्तीसाठी वा सिद्धी प्राप्त होण्यासाठी ही साधना करावयाची नाही. हे लक्षात घेण्यासाठीच 'आत्मविशुद्धये' हे पद ह्या योगसाधनेत आवर्जून उल्लेखिले आहे. खरे तर संपूर्ण गीतेत कोठेही सिद्धीचा वा चमत्कार करण्याच्या सामर्थ्याचा उल्लेख नाही. मनाची एकाग्रता वाढत गेली की मनाचे सामर्थ्य वाढते आणि त्यामुळे क्वचित दूरच्या गोष्टी दिसू शकतात. दूरच्या गोष्टी ऐकू येतात. आणखीही अशा काही बारीकसारीक सिद्धी मिळू शकतात. ह्यातील काही गोष्टी विशिष्ट रीतीचा अवलंब केला की दोन पाच वर्षांत मिळू शकतात असे म्हणतात. पण शहाण्या साधकाने या भानगडीत पडू नये. 'की तपोबळे ऋद्धि । पातलिया भ्रंशे बुद्धि । मग तया विरक्ततासिद्धि । आठवेना ।' (ज्ञाने. १-१८८) हे श्री ज्ञानदेवांचे वचन धोक्याच्या दिव्यासारखे लक्षात ठेवावे. एकाग्र मनाचे सामर्थ्य विलक्षण आहे. पण तेवढ्याने कोणी श्री ज्ञानेश्वर - तुकारामांच्या योग्यतेचा महात्मा होतो असे नाही. सिद्धी प्राप्त व्हाव्यात अशी इच्छा तर करू नयेच पण एखादी सिद्धी आपणहून क्वचित प्राप्त झाली तरी ती प्रार्थनापूर्वक नाकारावी. तिचा उपयोग करण्याचा मोह कटाक्षाने टाळावा. कोणत्याही सिद्धीच्या प्राप्तीकरता प्रयत्न करणे हा परमार्थातील सर्वात मोठा अडथळा आहे, हे विसरू नये. परमार्थ साधावयाचा असतो, तो मन-बुद्धी-अहंकाराच्या शुद्धतेसाठी. सिद्धीमुळे ही शुद्धता फार त्वरेने मलीन होते. वासना-एषणा वाढतात. महंती वाढते. त्याचे काही लौकिक लाभही होतात. पण परमार्थ मात्र दुरावतो. कोणत्याही साधनेचे उद्दिष्ट आधी चित्तशुद्धी आणि मग ईश्वर साक्षात्कार वा आत्मसाक्षात्कार हे असते. ही सर्व साधना दीर्घकाळ करावयाची असते. तिचा काल दिवसांनी-मासांनीच काय पण वर्षांनी, इतकेच नव्हे तर जन्मांनीही मोजावा लागतो. अंतःकरण अत्यंत शुद्ध झालेले असेल आणि भाव उत्कट असतील तर ईश्वरी साक्षात्कार होऊ शकतो. ईश्वर तुमचा हट्ट पुरवितोही. पण हे शेवटी ईश्वराच्या प्रसादाने घडावयाचे असते. आपली शुद्धता आणि उत्कटता आपण ठरवून चालत नाही. ती ईश्वराच्या कसोटीस उतरावी लागते. उपनिषदांनी अगदी स्पष्ट शब्दात "नायमात्मा प्रवचनेन लभ्यः । न मेधया न बहुना श्रुतेन । यमैवेष वृणुते तेन लभ्यः । तस्यैष आत्मा विवृणुते तनुं स्वाम् ।" असे सांगितले आहे.

पुण्याच्या एका बुद्धिवादी प्राध्यापकांनी असे लिहिले आहे की ईश्वर आहे का नाही हे पाहण्यासाठी मी हिमालयात जाऊन सहा महिने तपश्चर्या केली. पण मला ईश्वर दिसला नाही. तेव्हा ईश्वर आहे असे मानणे योग्य नाही.

स्वतः गीताच 'बहूनां जन्मनामन्ते ज्ञानवान् मां प्रपद्यते।' म्हणते आणि हे विद्वान् जेमतेम सहा मास तप केल्यानंतर ईश्वर दिसला नाही म्हणून ईश्वर नाहीच ह्या निर्णयाला येतात.

अरे! राज्याच्या मुख्यमंत्र्याला राष्ट्राचा पंतप्रधान चार आठ दिवस ताटकळत ठेवतो, भेट देत नाही. क्वचित् त्या खेपेत भेट होतच नाही, हिरमुसले होऊन परत यावे लागते. अशा स्थितीत सहा महिन्यात ईश्वराने धावत यावे असा तू कोण?

बारा हजार कोस परिघ आणि चार हजार कोस व्यास असलेल्या पृथ्वीच्या मानाने मोहरी जेवढी आहे, तेवढीही पृथ्वी ब्रह्मांडाच्या मानाने नाही. आपली पृथ्वी ज्या सूर्यमालेत आहे तो सूर्य पृथ्वीपेक्षा आकाराने तेरा लक्ष पट मोठा आहे. अशा अनेक सूर्यमाला आपल्या आकाशगंगेत (अवर ओन गॅलेक्सी) आहेत. अशा अनेक आकाशगंगा एका ब्रह्मांडात आहेत, आणि ईश्वर अनंतकोटी ब्रह्मांडनायक आहे असे वर्णन पुराणांनी केले आहे. पृथ्वीच्या तर राहू द्या पण आपल्या देशाच्या फार काय, आपल्या गावाच्या नकाशातूनही आपले घर दाखविता येत नाही. त्या मला अनंत कोटी ब्रह्मांड नायकाने भेटावे असा मी कोण? आणि त्यामुळे ईश्वर नाहीच म्हणण्याचे धाडस विचारवंतांनी तरी करू नये. ईश्वराने भेटावयाचे तर रावणाइतके सामर्थ्य आणि उपद्रवमूल्य असावे लागते, नाहीतर श्री ज्ञानेश्वर-तुकाराम-रामदास ह्यांच्याइतके मोठे व्हावे लागते. रावणाला सामर्थ्य प्राप्त झाले पण त्याने केलेल्या तपश्चर्येचे स्वरूप नुसते वाचले तरी हृदय थरकापते, अंगावर रोंगटे उभे राहतात, घामाने शरीर डबडबते. तेव्हा ईश्वरप्राप्ती हे प्रकरण सोपे नाही. त्यासाठी अंतःकरणाची शुद्धता असावी लागते. आणि ती प्राप्त करून देणारी तपस्या दीर्घकालाची असते. "तुका म्हणे नाही चालत तातडी । प्राप्तकाल घडी आल्याविण ।" ही गोष्ट साधकाने विसरू नये. असो.

अंतरंग साध्य आणि साधन सांगून झाल्यानंतर शरीराची बाह्य स्थिती कशी असावी ते भगवान पुढील श्लोकात सांगत आहेत.

: १३ :

**समं कायशिरोग्रीवं धारयन्नचलं स्थिरः।****संप्रेक्ष्य नासिकाग्रं स्वं दिशश्चानवलोकयन्।**

शरीर, मान आणि डोके समस्थितीत स्थिर राहिल, हलणार डोलणार नाही, असे बसावे. दृष्टी आपल्या नाकाच्या टोकावर असावी, इकडे तिकडे कोठे पाहू नये.

योग्य त्या स्थानी योग्य ते आसन पसरून त्यावर बसावे. बसण्याच्या स्थितीत पाठीचा कणा, मान आणि डोके एका रेषेत सरळ ताठ राहिल अशी दक्षता घ्यावी म्हणजेच 'समं कायशिरोग्रीवं'. मांडी आपणाला दीर्घकाळ सुखावह वाटेल, त्या स्थितीत घालून बसावे. सहजासन, स्वस्तिकासन, पद्मासन, वज्रासन, सिद्धासन यापैकी कोणते तरी एक आसन निवडावे. कधी हे कधी ते, असे करू नये. एरवीही बसताना शक्यतो ताठ बसण्याची सवय असली म्हणजे ध्यानाचे वेळी ताठ बसणे सुखावह होते. वृद्धांचे सोडा, पण तरुणही एरवी ताठ बसत नाहीत. कुबड काढून बसतात, वाकून चालतात. पृष्ठभाग सरळ नसेल तर ध्यानादि पासून होणारा शारीरिक, मानसिक लाभ योग्यप्रकारे होत नाही. पूर्णपणे पदरात पडत नाही. पृष्ठवंश सरळ नसण्याचे दुष्परिणामही होऊ शकतात. म्हणून ध्यानादींची साधना फार सावधपणे करावी.

आसनावर शरीर स्थिर ठेवावे. खांदे, पाठ, मान, डोके, हात ह्यांची कोणतीही हालचाल होणार नाही याची दक्षता घ्यावी. अलीकडे यादृष्टीने लक्ष ठेवले जात नाही, सावधपणा बाळगला जात नाही, असे दिसते. मान, डोके, पाठ कुणीकडे तरी वेडीवाकडी कललेली असते. मान वा हात झटके आल्यासारखे हालतात. तोंडावाटे विचित्र ध्वनी उमटतात. डोळ्यांची बुबुळेही कुठेतरी खाली-वर अशी सरकतात. आणि अशा वेड्यावाकड्या स्थितीत राहण्यालाच ध्यान साधले, एकाग्रता साधली (ट्रान्समध्ये गेला) अशी भाषा वापरली जाते. भाबड्या श्रद्धेच्या बळावर निर्माण झालेल्या एकाग्रतेमुळे आत्मसंमोहन होते किंवा चित्त लयात जाते, त्याचे हे परिणाम आहेत. पण ही स्थिती इष्ट नाही. शास्त्रकारांनी लय आणि विक्षेप दोन्हीलाही ध्यानाच्या दृष्टीने अयोग्यच ठरविले आहे. मन एकाग्र झाले पाहिजे पण ते जागृत असले पाहिजे. संमोहित झालेल्या मनाला, हे ध्यानमग्न झाले आहे, असे मानू नये. ह्यासाठीच भगवंताने शरीर ताठ, स्थिर आणि अचल ठेवावे, असे आवर्जून सांगितले आहे. 'धारयन् अचलं स्थिरः'

दृष्टी नाकाच्या टोकावर असावी. 'संप्रेक्ष्य नासिकाग्रं स्वं' असे जे म्हटले आहे त्याचा अर्थही थोडा वेगळा असला पाहिजे असे मला वाटते. दृष्टी नाकाचे टोक दिसत राहिल अशी ठेवावयाची तर दोन्ही बुबुळे डोळ्याच्या नाकाकडील कोपऱ्याकडे वळवून खाली पाहात राहावे लागेल आणि असे करण्यामुळे डोळे दुखू लागतात. त्याचा परिणाम म्हणून डोकही दुखू लागते. हा त्रास वाढत जातो. डोळ्यामध्ये इतरही काही दोष निर्माण होण्याची शक्यता असते. तेव्हा हठयोग प्रक्रियेप्रमाणे ज्यांना साधना करावयाची असेल त्यांनी काय करावे हे सांगण्याचे मला कारण नाही. पण ज्यांना भक्तिमार्गाने जावयाची इच्छा आहे, नामस्मरण हे ज्यांना चांगले साधन वाटते त्यांनी अशा अवघडपणात शिरण्याचे कारण नाही. साधनेत काही चूक झाली तर प्रगती लांबेल. पण इतर काही पीडा उत्पन्न होणार नाही, एवढे आपण पाहिले पाहिजे. यासाठी दृष्टी थोडी खाली वळलेली असली पाहिजे एवढेच आपण समजावे त्यामुळेही नाकाचा खालचा भाग दृष्टिपथात येतो. आयुर्वेदामध्ये 'प्रयोगः शमयेत् व्याधीं योऽन्यमन्यमुदीरयेत् । नासौ विशुद्ध, शुद्धस्तु शमयेत् यो न कोपयेत् ।' रोगाची चिकित्सा अशी असावी की ज्यामुळे रोग बरा होईल पण इतर कोणताही त्रास होणार नाही. उपचाराने पहिला व्याधी बरा होण्याचे राहोच पण त्यामुळे दुसरीच काही पीडा आरंभिली तर त्याला काही योग्य उपचार म्हणता येणार नाही, असे स्पष्टपणे म्हटले आहे. पारमार्थिक साधना करतानाही ही चेतावणी लक्षात ठेवली पाहिजे.

दृष्टी खाली वळवून (इष्ट त्या प्रतीकाकडे) स्थिर पहात रहावे. तेथून इकडेतिकडे दृष्टी वळणार नाही अशी दक्षता घ्यावी. इकडेतिकडे पाहण्यासाठी मान तर वळवू नयेच, ते अचल शब्दाने वर सांगितले आहेच. 'दिशश्चानवलोकयन्' या पदावरून डोळेही इकडेतिकडे वळवू नयेत. एका केंद्रावर स्थिर करावेत, असे समजावे. दृष्टी स्थिर ठेवावयाची म्हणजे पापण्यांची उघडझापही करावयाची नाही, असे समजण्याचे कारण नाही. 'त्राटक' या मुद्रेत तसे करावयाचे असते असे म्हणतात.

काही संप्रदायात नासिकाग्र याचा अर्थ नाकाचे वरचे टोक म्हणजे भ्रूमध्य. भिवयांचा मधला भाग वा त्याठिकाणी असलेले आज्ञाचक्र असा केला आहे. व भ्रूमध्यावर दृष्टी केंद्रित करून बसावे असे म्हटले आहे.

योगमार्गाचा वा योगशास्त्राचा माझा अभ्यास नाही. आमच्या ती. दादांनी मला

केलेल्या उपदेशपर प्रकरणात योगमार्गाने जाऊ नको असा स्पष्ट आदेश दिला आहे. कुंडलिनी आणि शरीरात आहेत म्हणून सांगितली जाणारी सहा चक्रे यांचा पतंजलीच्या योगसूत्रात तरी स्पष्टपणे उल्लेख नाही. हठयोगातील ग्रंथात त्यांचा उल्लेख येतो. हठयोग हे एक शास्त्र आहे. यात शंका नाही. पण त्या मार्गाने जाणाराला निःशस्त्रपणे वाधाशी झुंज घेण्याचा प्रसंग पदोपदी येत असतो, असे त्या ग्रंथातूनच म्हटले आहे, ते ध्यानात घ्यावे.

भ्रूमध्यावर दृष्टी केंद्रित करावयाची म्हणजे बुबुळे नाकाकडील कोपण्यात वळवून वर पहावे लागते. तेही पीडाकरच होते. काहींनी कपाळाकडे न्यावी एवढाच त्याचा अर्थ केला आहे. पण या विषयात फार खोलात जाऊन चर्चा करणे माझ्या अधिकारापलीकडचे आहे. विशेष आस्था असणारांनी अधिकारी व्यक्तीकडून मार्गदर्शन घ्यावे. व्यक्तिशः मला नामस्मरणावर भर देऊन एकाग्रता साधण्याच्या दृष्टीने ध्यानादींचा काहीसा उपयोग होतो आणि तेवढा पुरेसा आहे, असे वाटते. भगवान शंकराचार्यांनी तर आपल्या 'अपरोक्षानुभूति' या प्रकरणात 'नासाग्रावलोकिनी दृष्टी' या कल्पनेचाच त्याग केला आहे. आचार्य म्हणतात-

**दृष्टिं ज्ञानमयीं कृत्वा पश्येत् ब्रह्ममयं जगत् ।**

**सा दृष्टिः परमोदारान नासाग्रावलोकिनी ॥**

**द्रष्टदर्शनदृश्यानां विरामो यत्र वा भवेत् ।**

**दृष्टिस्तत्रैव कर्तव्या न नासाग्रावलोकिनी ॥**

(अपरोक्षानुभूतिः ११६/११७)

अद्वैत वेदान्ती हेच सांगणार. ज्ञानाचीही ही परमश्रेष्ठ अशी अवस्था आहे. सर्व जगत् केवळ ब्रह्मरूप आहे असे पहावे, वा पाहणारा, पाहणे आणि जे पहावयाचे ते, यांचा वेगळेपणा उरू नये. तीनही गोष्टी एकरूपच होऊन जाव्यात असे जे दर्शन, अशी जी दृष्टी, ती खरी श्रेष्ठ-उदार-योग्य-दृष्टी. नाकाकडे पाहात राहणे हे काही खरे नव्हे. साधकाच्या भूमिकेवरून हेही, 'दिल्ली तो बहुत दूर है' असेच आहे. अर्थात् नाकाचे टोक बघत राहण्याचाच कटाक्ष नसावा, एवढा बोध या वचनावरून घेता येतो. असो.

ध्यानसाधनेला सहयोगी असलेल्या इतर गोष्टींचा उल्लेख पुढील श्लोकात केला आहे.

: १४ :

**प्रशान्तात्मा विगतभीर्ब्रह्मचारिव्रते स्थितः ।**

**मनः संयम्य मच्चित्तो युक्त आसीत् मत्परः ॥**

अंतःकरण अतिशय शान्त असावे निर्भय राहावे. ब्रह्मचारिव्रताचे पालन करावे. मनाचा संयम साधावा आणि चित्त माझ्या ठिकाणी ठेवून मत्परायण व्हावे.

प्रशान्तात्मा म्हणजे ज्याचे अंतःकरण विकाररहित होऊन शान्त आणि प्रसन्न झाले आहे तो. मागेही 'जितात्मनः प्रशान्तस्य', 'येनात्मैवात्मनाजितः' अशा शब्दांनी याच अध्यायात या स्थितीचे वर्णन केले आहे. (श्लोक ६,७) त्यावरून तिचे महत्त्व लक्षात येते. हे असे होणे म्हणजे परमार्थातील पदवी परीक्षा उत्तीर्ण होण्यासारखे आहे. तिथे जसा पहिला-दुसरा-तिसरा वर्ग असतो, तसे येथेही असते. पहिल्या वर्गातही प्राविण्य मिळविणे, पहिल्या दहात येणे, पहिले येणे अशी श्रेणी असू शकते. शब्दरचनेतील वेगळेपणाच्या आधारावर येथेही तसे करणे शक्य आहे. पण असा कीस काढत फार खोल जाण्याचे आपणास कारण नाही. हे काम विद्वानांच्यावर आणि बुद्धिमंतांच्यावर सोपवणे बरे. मी उल्लेख केला तो त्या अवस्थेचे महत्त्व लक्षात आणून देण्यासाठी; कारण प्रशान्तात्मता प्राप्त झाल्यावाचून, अंतःकरण विकाररहित झाल्यावाचून, परमार्थमार्गामधली प्रगती होत नाही. वा क्वचित् थोडी होत राहिली, तरी ती लक्षात येत नाही. हे विकार साध्या वाटणाऱ्या हवे-नको पासून अत्यंत उग्र स्वरूपाच्या कामक्रोधमदमत्सरापर्यंत कोणतेही असू शकतात. त्यांचे प्रकार आणि प्रमाण उणावत नाही; पण त्यादृष्टीने प्रयत्नशील राहून यश संपादन करावे लागते हे मात्र खरे. मनुष्य प्रशान्तात्मा झाला, त्याचे अंतःकरण विकाररहित झाले म्हणजे निर्भय होणे, ब्रह्मचारिव्रतात स्थिरावणे सहज शक्य आहे.

भय केवळ मृत्यूचेच असते असे नाही. ते येऊ शकणाऱ्या, येऊ घातलेल्या नानाप्रकारच्या आपत्तींचेही असते. आर्थिक संकटे, प्रापंचिक आप्त संबंधातील दुरावा, कोण काय म्हणेल यासंबंधीची चिंता, पारमार्थिक प्रगतीविषयीची उत्कंठा हे सगळे प्रकार भयाचेच आहेत. स्वतःविषयी वाटणारा अविश्वासही भयाचेच एक रूप असते. ही सर्व प्रकारची भये टाकून मनुष्याने निर्भय झाले पाहिजे. निर्भय झाल्यावाचून चंचलता जात नाही, डळमळ उणावत नाही, विश्वास दृढावत नाही. आईच्या कुशीत वा आईच्या मांडीवर तान्हे लेकरू निर्भय असते. त्याप्रमाणे साधनेच्या संदर्भात साधकाचे झाले

पाहिजे. योगक्षेमाची चिंता वाटणे हाही भयाचाच प्रकार आहे. आणि हे सर्व कोणत्या ना कोणत्या स्वरूपात 'हवे-नको' शीच जोडलेले राहते. तेव्हा आपल्या मनःस्थितीचा चांगला शोध घेऊन एकेक दोषाचा निरास प्रयत्नपूर्वक केला पाहिजे. अंतःकरण निर्भय असले की निर्जन स्थल, एकान्तवास, अरण्ये सुखावह होतात, रमणीय वाटतात. त्यादृष्टीनेही साधनेत निर्भयतेला महत्त्व आहे.

ब्रह्मचारिव्रतामध्ये स्थिर राहावे असे गीता म्हणते. ब्रह्मचर्य शब्दाचा मूळ अर्थ 'ब्रह्मणे चरति', 'ब्रह्मणि चरति' - ब्रह्मप्राप्तीसाठी जीवन जगतो, ब्रह्मभावातच बसतो-उठतो असा आहे. ब्रह्म शब्दाचा अर्थ वेद असा आहे. म्हणून उपलक्षणांनी कोणतेही ज्ञान, विद्या यांचा त्यात समावेश होतो आणि त्या ज्ञानार्जनाकरिता स्वीकारलेले नियम असाही 'ब्रह्मचारिव्रत' शब्दाचा अर्थ होऊ शकतो. तेव्हा जी साधना आपण स्वीकारली असेल तिला अनुकूल असे जे वर्ज्यावर्ज्य, हे करू नये - हे करावे यासंबंधीचे नियम, यथायोग्यरीतीने न कंटाळता, न त्रासता आचरणात आणणे, साधना परिपूर्ण होईपर्यंत आचरणात आणणे म्हणजे 'ब्रह्मचारिव्रते स्थितः' आहे असे समजावे. ब्रह्मचारी राहणे ह्याचा अर्थ आपण बराच मर्यादित घेतो. आश्रमधर्माप्रमाणे त्यातही स्वरूपाचे अंतर असते. काही विशिष्ट नियमांचे पालन केले तर गृहस्थाश्रमी व्यक्तीलाही 'तेषां तु तद् ब्रह्मचर्यमेव' अशी मान्यता शास्त्रानेच दिलेली आहे. नैष्ठिक ब्रह्मचर्य ही गोष्ट अत्यंत कठीण आहे आणि योगमार्गातली एक विशिष्ट पद्धती सोडली तर इतरत्र तिची तेवढी आवश्यकताही नाही. तेथे मात्र श्री ज्ञानोबांनी म्हटल्याप्रमाणे "जन्मतेनि प्रसंगे । स्त्रीदेह शिवणे आंगे । तिथून जन्म आघवे । सोवळे कीजे ॥" (ज्ञाने. १७/२११) ह्या स्वरूपाचे कडकडीत ब्रह्मचर्य पाळावे लागते, त्यासाठी त्या साधनेचा आरंभही वयाच्या पाचव्या सहाव्या वर्षापासून करावा लागतो. तरीपण आश्रम-धर्माप्रमाणे सांगितलेले नियम कटाक्षाने पाळणे आवश्यक आहे हे सांगणे नको.

ब्रह्मचारिव्रताचे बाह्यस्वरूप ज्ञानेंद्रिय कर्मेन्द्रिय ह्यांच्याशी निगडित आहे स्वैरतेकडून संयमाकडे जाणे, त्या मार्गाने अधिकाधिक प्रगत होत राहणे हाही ब्रह्मचर्याचा अर्थ आहे. कोणत्याही साधनेत त्याचा अवलंब करणे पुष्कळ उपयोगी पडते.

प्रसन्न अंतःकरणाच्या निर्भय आणि व्रतनियमांचे यथायोग्य पालन करणाऱ्या

साधकाने मनाचा संयम करून 'मच्चित्त' व्हावे म्हणजे चित्त माझ्याशी-ईश्वराशी जोडलेले ठेवावे. आणि अशा रीतीने पूर्णपणे मत्पर-मत्परायण म्हणजे आपले स्वतःचे असे काहीही वेगळे न ठेवता सर्व शरीर आणि मन ईश्वराच्या ठिकाणी अर्पण करावे. ईश्वर-प्रेमावेगळे, ईश्वर-सेवेव्यतिरिक्त, ईश्वराच्या ओढीवाचून त्या व्यक्तीच्या जीवनात वेगळे असे काही उरूच नये. पूर्ण समर्पण, जीवनाच्या अंगोपांगात मुरून राहावे. हे जीवन श्रेष्ठ पतिव्रतेच्या आदर्श जीवनाप्रमाणे अंतर्बाह्य असावे. 'मनःसंयम्य मच्चित्तो युक्त आसीत मत्परः।' याचा भावार्थ असा आहे. ही स्थिती साधनेच्या आरंभी लागत नाही. ती येण्यासाठी पुष्कळ दीर्घकाळ प्रयत्न करावा लागतो किंवा अशी स्थिती प्राप्त झाल्यानंतर साधनेला आरंभ होतो असेही म्हणू नये. 'या सगळ्या थोरामोठ्यांच्या गोष्टी आहेत. आम्ही सामान्य माणसे आम्हाला हे कसे साधणार?' असा विनयाचा आव आणून कोणतीही साधना न स्वीकारता सर्व लक्ष संसारावरच केंद्रित करणे, शहाणपणाचे नाही. कोणतेही निवाऱ्याचे निवासस्थान एका दिवसात उभे करता येत नाही. मग परमार्थ तर राजमंदिर आहे. ते उभे राहण्यास सर्वांगीण प्रयत्नांची दीर्घकालीन आवश्यकता असते. असो.

भगवान इथे 'मच्चित्त' आणि 'मत्पर' म्हणतात. या शब्दातील अर्थाकडे विशेषतः त्यांच्या भावाकडे लक्ष देणे आवश्यक आहे. एकाग्रतेच्या अभ्यासासाठी वा ध्यानासाठी काहीतरी आलंबन अत्यावश्यक आहे हे या संदर्भात लक्षात ठेवले पाहिजे. काहीतरी आलंबन असेल तेव्हाच चित्त त्याठिकाणी राहिल वा तत्पर होईल.

हे आलंबन कोणते असावे याविषयी कोणताही आग्रह हिंदूधर्मात नाही. त्या आग्रहामुळे संप्रदाय आणि पंथ ह्यांची विशिष्टता निर्माण होते. आपल्या प्रकृति-प्रवृत्तीप्रमाणे त्यांचा अवलंबही करावा लागतो. पण आलंबन हेच असले पाहिजे, अमकेच असले पाहिजे असा आग्रह हिंदू-धर्म-शास्त्राने धरलेला नाही. गीतेमध्ये स्वतः भगवंतांनीच

यो यो यां यां तनुं भक्तः श्रद्धयार्चितुमिच्छति ।

तस्य तस्याचलां श्रद्धां तामेव विदधाम्यहम् ॥

स तथा श्रद्धयायुक्तः तस्याराधनमीहते ।

लभते च ततः कामान् मयैव विहितान्हि तान् ॥

(गीता ७/२१, २२)

जो जो कोणी, ज्या कोणत्याही स्वरूपाची श्रद्धापूर्वक भक्तीने उपासना करील त्याची त्याची त्या त्या स्वरूपावरच श्रद्धा दृढ राहावी असे मी मानतो. त्याच्या त्या श्रद्धेने केलेल्या उपासनेमुळे त्याच्या त्याच्या भावाप्रमाणे त्याच्या इच्छा पूर्ण होतात. पण वस्तुतः त्या विशिष्टस्वरूपाने नाही तर मीच-ईश्वरानेच त्या परिपूर्ण केलेल्या असतात. अर्थात् उपासनेसाठी, ध्यानासाठी स्वीकारलेले प्रतीक कोणतेही असू शकते. गणपती, देवी, सूर्य, शंकर, विष्णु हे किंवा यांचेच कलावतार, अंशावतार असलेल्या इतर देव-देवता यापैकी कशाचेही प्रतीक म्हणून आलंबन घेतले तरी चालते. आपल्याला इष्ट असलेला देव, संत, गुरू यांचे चित्र, पादुका, आपल्या आवडीचे देवाचे नाव, ॐ, श्रीः, स्वस्तिक अशी चिन्हे यातील काहीही चालू शकते. निर्गुणच खरे असे म्हणणारा कुणी दुराग्रही असेल तर त्याने भिन्न रंगाच्या पार्श्वभूमीवर कोणत्याही वेगळ्या रंगाचे एक लहान वर्तुळ प्रतीक म्हणून स्वीकारले तरी चालेल. पण कोणतेही प्रतीक सर्वशक्तिमान् परमेश्वराचे आहे, हा भाव मात्र विचलित होता कामा नये. कोणतेही प्रतीक म्हणजे परमात्मा नाही हे खरेच, पण परमात्मा सर्व व्यापक असल्यामुळे आपल्याला प्रिय वाटणाऱ्या कोणत्याही प्रतीकात परमात्म्याचे अस्तित्व असते हेही खरे. साधकाने प्रतीक निवडताना आणखीही एक दक्षता घेतली पाहिजे. कोणतेही प्रतीक हे पवित्रता, उदात्तता आणि शुद्धता यांनी युक्त असावे. सर्व काही ब्रह्मच आहे या वाक्याची ढाल पुढे करून अपवित्र, अँगळ यांचा स्वीकार करू नये. देह धारणेसाठी व्यायाम न करणारांनी मिष्टान्ने, बदामासारखे पौष्टिक पदार्थ नाही खाल्ले तरी चालतील पण 'सर्व खल्विदं ब्रह्म' हे वाक्य उच्चारून कडबा खाल्ला तरी शरीराची धारणा होऊ शकणार नाही. अफू-सोमल-बचनाग यांचे अतिरिक्त प्रमाणात सेवन केले तर जिवंतही राहता येणार नाही. प्रतीक निवडताना या गोष्टी लक्षात ठेवणे इष्ट आहे.

एखादे नाम, एखादा मंत्र, यांचाही प्रतीक म्हणून उपयोग करता येतो. त्यावर अनुसंधान ठेवूनही एकाग्रता, ध्यान यात प्रगती साधता येते. ही साधना थोड्या प्रगत साधकाच्या अधिक उपयोगी पडते. अगदी प्राथमिक अवस्थेत ही तितकीशी उपयोगी पडत नाही.

कोणत्याही प्रतीकाचे आलंबन न घेता एकाग्रतेचा वा ध्यानाचा अभ्यास करणे इष्ट नाही. काही लोकांना त्यांच्या पूर्व संचितामुळे, श्रद्धेमुळे अगदी थोड्या प्रयत्नानेही मन पूर्णपणे निर्विकार करणे साधते. पण ही स्थिती त्यांना लयात किंवा संमोहनात

नेऊ शकते आणि ध्यानातील प्रगतीच्या दृष्टीने ही अवस्था चांगली नाही. हे मी वर सांगितलेच आहे. इतरत्रही हा विषय मी स्पष्टपणे मांडला आहे.

एका संप्रदाय-विशेषातील साधकाने, 'मी सहजपणे होणाऱ्या श्वासोच्छ्वासाबरोबर किंवा श्वास घेताना वा सोडताना नाकपुड्यांची जी अगदी थोडी हालचाल होते त्यावर लक्ष केंद्रित करून ध्यानाचा अभ्यास करतो' असे सांगितले. आणि 'हे करणे योग्य आहे का, चालेल का' असे विचारले. 'काहीच आलंबन न होण्यापेक्षा हेहि चालेल' असे मी म्हणालो. पण इष्टदेवतेच्या रूपाशी वा नामाशी अनुसंधान साधणे अधिक चांगले, असे मला वाटते; हेही सांगितले. असो.

गीतेने 'मच्चित्त' आणि 'मत्पर' असे शब्द वापरले असल्याने प्रतीक आणि आलंबन घेणे आवश्यक आहे हे लक्षात आणून देण्यासाठी मी हे सर्व सांगितले.

पारमार्थिकदृष्ट्या निर्गुण आणि निराकार कितीही सत्य असले तरी सगुण साकाराचा आधार घेतल्यावाचून त्या दिशेने प्रगती होत नाही. देह आहे तोवर कोणत्या ना कोणत्या तरी स्वरूपात आणि उण्या-अधिक प्रमाणात सगुण साकाराचा विचार करावाच लागतो. यासाठी थोरथोर महात्म्यांनी साधकाच्या संरक्षणासाठी केवळ अद्वैताच्या निखळ तत्त्वज्ञानाला थोडीशी मुरड घालून पंचमपुरुषार्थाची भक्ती, ज्ञानोत्तर भक्ती अशा शब्दात भक्तीचा गौरव केला आहे. समर्थानी तर अगदी परखडपणे परमार्थ मार्गातही सगुणाला नाकारणाराला मूर्ख म्हटले आहे. ते म्हणतात, 'मुक्त क्रिया प्रतिपादी । सगुण भक्ती उच्छेदी । स्वधर्म आणि साधन निंदी । तो एक पढतमूर्ख ॥' (दास. २/१०/४)

ज्याने जे प्रतीक; जे आलंबन स्वीकारले असेल त्याने ते आपल्यापुरते योग्य, इष्ट वा श्रेष्ठही मानावे. आपापल्या आवडीप्रमाणे प्रतीके स्वीकारणारांची प्रतीकाच्या वा आलंबनाच्या समानतेप्रमाणे वेगवेगळी संघटना होऊ शकते. त्या संघटनेला विशिष्ट संप्रदायाचेही रूप प्राप्त होते. अर्थातच उपासनेची एक विशिष्ट पद्धतीही निर्माण होते. आणि तिच्या आधारे प्रामाणिकाला आपली प्रगतीही साधून घेता येते. पण हे सर्व ज्याने त्याने आपापल्या पुरते ठेवावे. इतर संप्रदायातील आचार-विचारांना हलके वा तुच्छ लेखू नये. संप्रदायाच्या नावाखाली अनीतीचा वा स्वैराचाराचा पुरस्कार कोणी करित असेल तर, त्याचा मात्र निषेध केला पाहिजे. परंतु केवळ संप्रदाय-विशेषाने परस्पराना हलके लेखणे हिंदू धर्माच्या उदारतेला बाधा आणणारे आहे, हे हिंदू माणसाने तरी विसरू नये.



प्रतीक-विशेषे का निर्माण होतात, त्याचेही कारण गीतेने निर्भीडपणे सांगितले आहे. 'कामैस्तैस्तैर्हृतज्ञानाः प्रपद्यन्तेऽन्यदेवताः । तं तं नियममास्थाय प्रकृत्या नियताः स्वयाः॥' (गीता ७/२०) आपापल्या स्वभाव धर्माने बांधलेले लोक शुद्ध तत्त्वज्ञानापासून दुरावतात, आणि आपापल्या कामनापूर्तीसाठी (त्या त्या दृष्टीने जागृत म्हणून प्रसिद्ध असलेल्या) निरनिराळ्या देवतांची उपासना करतात. त्यादृष्टीने अनुकूल ठरणाऱ्या पूजाअर्चादी विधींचा अवलंबही करतात.

प्रतीकभेद हा मुळात सकामतेतून निर्माण होतो. त्याला स्वभावविशेष कारण असते. भक्तांच्या चार प्रकारात आर्त आणि अर्थार्थी ह्यांचाही समावेश होतो. भगवंतांनी ज्ञानी भक्ताला सर्वश्रेष्ठ अगदी आत्मरूप मानले असले तरी उदार म्हणून इतर प्रकारच्या भक्तांचाही स्वीकार केला आहे. तेव्हा आपल्या प्रकृतिभेदाने प्रतीक निवडण्याला पुष्कळ वाव आहे, हे निश्चित. प्रतीकासंबंधीची भावना उदात्ततेची असावी. आणि कामनेचे स्वरूप शुद्ध उन्नत असावे. हे साधकाने लक्षात ठेवून वागावे. म्हणजे प्रतिकभेद वा उपासनाभेद त्यांच्या प्रगतीच्या आड येणार नाही.

बाह्यप्रतीकावर मनाची एकाग्रता होऊन ध्यान चांगले साधू लागले म्हणजे त्याच प्रतीकाची आपल्या शरीरात क्रमाने नाभी, हृदय, आणि भ्रूमध्य याठिकाणी धारणा करावी. भागवतातील वेदस्तुतीत या स्वरूपाच्या साधनेचा उल्लेख आला आहे असे म्हणता येते. चित्त ईश्वरपरायण होण्याच्या दृष्टीने या साधनेचा अधिक उपयोग होऊ शकतो.

या अशा साधनांचा परिणाम त्यात चांगली प्रगती झाल्यानंतर कसा होतो त्याचे वर्णन पुढील श्लोकात आले आहे.

: १५ :

**युञ्जन्नेवं सदाऽऽत्मानं योगी नियतमानसः ।**

**शान्तिं निर्वाणपरमां मत्संस्थामधिगच्छति ॥**

अशा रीतीने ज्याचे मन नियंत्रित झाले आहे असा योगी सतत प्रयत्नाने अंतःकरण ईश्वराशी-परमात्म्याशी जोडून ठेवतो. (आणि मग) माझ्या म्हणजे ईश्वराच्या आश्रयाने असलेल्या आत्यंतिक (कैवल्यस्वरूप) शांतीचा त्याला लाभ होतो.

जितात्मा, विजितेन्द्रियः, यतचित्तात्मा, यतचित्तेन्द्रियक्रियः, प्रशान्तात्मा, मच्चित्तः असे इंद्रिय-मनावर नियंत्रणाची आवश्यकता प्रतिपादिणारे शब्द गीतेने

पुनःपुनः वापरले आहेत. याही श्लोकात त्याच अर्थाचा 'नियतमानस' शब्द आलेला आहे. तसेच साधनेचे सातत्य लक्षात आणून देण्यासाठी मागे 'सततं युञ्जीत' म्हटले आहे. येथे 'सदा युञ्जन्' या शब्दाचा उपयोग केला आहे.

मनासारखे नियंत्रण आणि दीर्घकाळपर्यंत सातत्याने घडणारा अभ्यास या गोष्टी कोणत्याही स्वरूपाच्या साधनेत किती महत्त्वाच्या आहेत हे त्यावरून लक्षात येते. अंतःकरण नियंत्रित असणे, ते परमात्म्यावर जडणे या शब्दाने, ते सर्वदा तेथेच स्थिर राहिले पाहिजे, हा भाव व्यक्त होतो. जशी लेकुरवाळी वत्सल आई घरातले कोणतेही काम करित असली तरी आपल्या लेकराला कधी विसरत नाही. थोर पतिव्रतेचे मन जसे पतीपासून वेगळे होत नाही, कृपण मनुष्याचे लक्ष जसे त्याच्या संचित धनावर जडून असते, व्यसनी मनुष्य जसे व्यसन सोडीत नाही; तसे चित्त परमात्म्याशी जडून राहिले पाहिजे. केव्हा तरी एकदा वा केव्हातरी मधूनमधून ईश्वराचे स्मरण होणे हे पुरेसे नाही. तेव्हा सातत्य टिकण्याच्या दृष्टीने शरीराला व मनाला तशी सवय अभ्यासपूर्वक लावून घ्यावी लागते. इतके दिवस केले. इतके केले अशी जाणीव होणे हेही मन स्थिरावले नसल्याचे लक्षण आहे. साधनेची ओढ आणि काळ क्रमाक्रमाने वाढत गेले पाहिजेत. असे पूर्णपणे साधले, चित्त परमात्म्याच्या चरणी स्थिरावले की त्याचा परिणाम काय होतो? 'शान्तिं निर्वाणपरमां मत्संस्थामधिगच्छति' केवळ परमात्म्याच्या, ब्रह्माच्या-ईश्वराच्याच आश्रयाने राहणारी अशी शान्ती, अशी प्रसन्नता मोक्षाचेच एक अनुभवगम्य स्वरूप आहे. ही प्रसन्नता, हा आनंद, ही शान्ती त्या नियतमानस, मच्चित्त, मत्पर झालेल्या, सतताभ्यासी योग्याला सहजपणे प्राप्त होते, त्याचे अंतःकरण प्रसन्नतेला प्राप्त होते. आनंदाने भरून राहते. सत्पुरुष कोणत्याही अवस्थेत प्रसन्न राहतो त्याचे कारण हे असे आहे. आपत्ती, व्याधी, संकटे ह्यांचा त्रास फार तर शरीराला होत असतो. ह्यांचे शरीराविषयी ममत्व नसतेच. आणि मन तर सच्चिदानंद स्वरूप परमात्म्याच्या ठिकाणी जडून असते. तेव्हा दुःखद परिस्थितीचा त्रास त्यांना न होणे स्वाभाविक आहे. आपले ममत्व बायकामुलांशीच काय पण घराशी-शेतीवाडीशी उत्कटपणाने जडलेले राहते. भाडेकरूने भिंतीत खिळा ठोकला तर घरधन्याला जणू आपल्याच छातीत खिळा ठोकला आहे असे दुःख होते. घराविषयीच्या ममत्वाने इतके होते मग शरीराविषयी तर बोलावयासच नको.

धर्माचे महत्त्वाचे साधन असल्याने शरीराची उपयुक्तता अमान्य करण्याचे काहीच कारण नाही. पण शरीर म्हणजेच मी असे वाटणे मात्र योग्य नाही. आपले मन अशा

रीतीने शरीरपर झाल्याने शरीराच्या सुखदुःखानाच आपण आपली सुखदुःखे मानतो आणि मोहग्रस्त असे जीवन जगतो. थोर महात्म्यांचे अंतःकरण ईश्वरपरायण झालेले असते. त्यामुळे त्यांच्या आनंदाला, प्रसन्नतेला कशानेही बाध येत नाही.

श्रीरामकृष्ण परमहंस दुष्टार्जुदासारख्या (कॅन्सर) भयंकर व्याधीने दोन वर्षेपर्यंत पीडलेले होते. वेदना तर होत असणारच. तरी ते शान्तपणे पण्डलेले असत. पाहणारी माणसे त्यांची स्थिती पाहून व्याकूळ होत असत. एकाने विचारले की महाराज, आपण कालीमातेची प्रार्थना करून अनेकांचे रोग बरे केले. स्वतःकरिता देवीची प्रार्थना का करित नाही? हाच प्रश्न अनेकजणही विचारीत असणार. रामकृष्णांनी दोन प्रकारांनी उत्तरे दिली आहेत. एकाला ते म्हणाले - 'अरे! आईला कळत नाही का मला वेदना होताहेत ते! जे होते आहे त्यातच माझे हित होणार आहे, असेच तिला वाटत असणार म्हणून ती वेदना उणावण्याच्या दृष्टीने काही हालचाल करीत नाही. तुमचे उपचार चालू आहेत. मी आग्रह का धरू?' दुसऱ्याला त्यांनी उत्तर दिले, ते असे - 'व्याधी आहे तो शरीराला. शरीर म्हणजे काही मी नव्हे. मला जर काही झालेच नाही तर मी देवीची प्रार्थना कशासाठी करावी. शरीर हे वस्त्र आहे. ते कधी ना कधी तरी फाटणारच.'

स्वातंत्र्यशाहीर कवि गोविंदांनी त्यांचे मरण जवळ आले तेव्हा कविता केली की 'सुंदर मी होणार'. नोकरीत खालच्या पदावर आणले, काढून टाकले की वाईट वाटते पण बढती मिळाली की आनंद वाटतो. होते ते पद गेले हे दोन्हीकडे सामान्यच आहे. संतांना शरीर सोडताना बढती मिळाल्याचा आनंद असतो तर आपणाला खालच्या पदावर उतरविल्यासारखे वाटते. किंवा नोकरीवरून काढून टाकल्यासारखे दुःख होते. संत सर्वदा शान्त-समाधानी का असतात हे लक्षात यावे म्हणून मी हे सांगत आहे. ते 'मच्चित्त' आणि 'मत्पर' म्हणजे 'मत्परायण' सदैव ईश्वरपरायण असल्याने सच्चिदानंदधन परमात्म्याच्या ठायी असलेला आनंद संतांच्या अंतःकरणात प्रगट असतो. दुःख वस्तुतः घटनेचे नसते. तेथे असलेल्या ममत्वाचे असते. आपले ममत्व बारीकसारीक गोष्टीपासून शरीरापर्यंत जोडलेले असते. म्हणून साध्या वर्तमानपत्री वार्तेपासून ते पीडाकर रोगापर्यंत कोणत्या ना कोणत्या तरी कारणाने आम्ही सदा सर्वदा अस्वास्थ्याने भारलेले राहतो. संतांचे ह्याच्या उलट असते. कैवल्याच्या योग्यतेची शान्तता, प्रसन्नता त्यांना, ते तुम्हा-आम्हासारखेच देहधारी

असतानाही अनुभविता येत असते. साधनेचे साध्य काय ते येथवर सांगितले. आता साधनेशी संबद्ध असा बाह्य आचार कसा असावा हेही भगवान सांगत आहेत.

: १६ :

**नात्यश्रतस्तुयोगोऽस्ति न चैकान्तमनश्रतः ।**

**न चाति स्वप्नशीलस्य जाग्रतो नैव चार्जुन ॥**

भगवान म्हणतात - 'अर्जुना! जो फार खातो त्यालाही योग साधत नाही; तसेच जो कडकडीत निराहारी राहतो त्यालाही योग साधत नाही. त्याप्रमाणेच फार झोपाळू असलेल्या माणसाला वा सतत जागरण करणाऱ्या व्यक्तीलाही योगाचा लाभ होत नाही.'

योग प्राप्त व्हावा अशी उत्कट इच्छा असली आणि त्यासाठी स्वीकारलेली साधनाही चांगली असली तरी फल पदरात न पडण्याची अनेक कारणे संभवतात. त्यात आहारविहार अनुकूल नसणे हेही एक महत्त्वाचे कारण आहे.

आपणाला प्राप्त झालेले शरीर हे कोणत्याही मार्गाने घडणाऱ्या पारमार्थिक प्रगतीचे एक महत्त्वाचे साधन आहे. अशा या शरीराच्या धारणेसाठी, देहाच्या रक्षणासाठी योग्य त्या प्रकारचा आहार आणि उचित असा विहार यांचा स्वीकार करावा लागतो. वैद्यकाने अयोग आणि अतियोग ही रोगाच्या उत्पत्तीची कारणे सांगितली आहेत. मुळीच न घेणे वा आवश्यकतेपेक्षा फारच थोडे घेणे हा अयोग. आवश्यकतेपेक्षा अधिक घेणे हा अतियोग. भगवान त्याच अपथ्याचा उल्लेख येथेही करित आहेत.

साधनेकरिता शरीर कार्यक्षम असावे लागते म्हणून आहाराविषयीचे अयोग आणि अतियोग टाळणे आवश्यक असते. शरीर व्याधिग्रस्त असताना वा शरीराला लहानमोठ्या व्यथा-वेदना होत असताना आरंभी काही काळ तरी साधना नीट होऊ शकत नाही. साधनेत पुष्कळ प्रगती झाल्यानंतर शरीराच्या पीडा बाधक होत नाहीत असे म्हणता येईल. पण सर्वसामान्य व्यक्तीने हा विचार करणे योग्य नाही. धर्मशास्त्राने हे संतुलन राखण्यासाठी काही व्रते, काही सण ह्यांची योजना केली आहे. व्रते बहुधा उपवासाशी वा विशिष्ट प्रकारच्या मिताहाराशी जोडलेली असतात. पण आपण उपवासाला हास्यास्पद करून ठेवले आहे. आपण निराहाराचे खातो किंवा हे पदार्थ निराहाराला चालतात असे म्हणून जणू निराहार शब्दाची हत्याच करित असतो.

भात-भाकरी-पोळी ह्या नित्याच्या पदार्थाव्यतिरिक्त इतर सगळे काही उपवासाला चालते असे आपणच समजत असतो. आणि ह्या सर्व गोष्टींना धर्मशास्त्राचा नाही तर जिभेच्या चवचालपणाचा आधार असतो. याउलट उपवासाच्या अत्युग्र प्रकाराचेही वर्णन पुराणकथातून येते. पार्वतीला अपर्णा हे नाव का प्राप्त झाले त्याचे कारण सांगताना कालिदासाने म्हटले आहे की-

**स्वयं विशीर्णद्रुमपर्णवृत्तिता । परा हि काष्ठा तपसस्तया पुनः ।**

**तदप्यपाकीर्णमतः प्रियंवदां । वदन्त्यपर्णेति च तां पुराविदः ॥**

आपोआप गळून पडलेली पाने खाऊन राहणे ही तपश्चर्येची आहारविषयक परकाष्ठा मानली जाते. पार्वतीने तेही केले नाही. काहीही न खाता ती तपश्चर्या करित होती. म्हणून तिला प्राचीन काळचे जाणते 'अपर्णा' असे म्हणू लागले. त्याचे प्रतीक म्हणून मागच्या पिढीपर्यंत तरी काही श्रद्धावंत सुवासिनी हरितालिकेच्या दिवशी रुईच्या पानाला थोडेसे तूप लावून चाटीत असत. रुईचे पान खाता येत नाही म्हणून कदाचित रुईचे पान निवडले जात असावे.

पार्वतीने शंकराच्या प्राप्तीसाठी अशा प्रकारचे तप केले, दीर्घकाळ केले. ह्या प्रकाराची आपण कल्पना तरी करू शकू का? पार्वतीचे शरीर कमलासारखे मृदू असले तरी अत्यंत चिवट आणि सहनशील होते. (मृदु प्रकृत्या च ससारमेव च) म्हणून कालिदासाने, तिचे शरीर सुवर्णकमलांनी निर्माण केलेले असावे, असे म्हटले आहे.

आपल्या दृष्टीने तर काहीही न खाता साधना करणे परवडणारे नाही. पण शरीरधारणेपुरते खावे हे लक्षात न ठेवता चवीचवीने नाना प्रकारचे पदार्थ भरपूर खाणे ही आपली सवय होऊन राहते. आणि मग ती बाधक झाल्याशिवाय राहात नाही. प्रकृतिधर्माप्रमाणे प्रकार, प्रमाण आणि वेळ वेगवेगळी असेल इतकेच. साधकाने आहारविषयक संयम दुर्लक्षू नये एवढे तरी ह्यावरून लक्षात घेतले पाहिजे.

जी गोष्ट आहाराची, तीच गोष्ट झोपेची. केव्हाही पडले तरी झोप येते म्हणून घेता येईल तेवढी झोप प्रमाणाबाहेर घेणे हेही योग्य नाही आणि जागरण सोसते म्हणून झोपच घ्यायची नाही, असे ठरविणेही योग्य नाही. सर्वसामान्य व्यक्तीला वयोमानाप्रमाणे आणि प्रकृतिप्रमाणे पाच ते आठ तासाची झोप पुरेशी होते आणि ती आवश्यकही आहे. वय पुष्कळ वाढले की झोपेचे प्रमाण याहीपेक्षा उणावते. तरीपण

त्याही अवस्थेत तीन साडेतीन तास चांगली झोप लागणे आवश्यक आहे. अति झोप किंवा अति जागरण दोन्हीही शरीराला बाधक आणि मनाला अस्वस्थ करणारी ठरतात. साधकाने या विचाराकडे दुर्लक्ष करू नये.

झोप आहाराइतकीच महत्त्वाची किंबहुना अधिक महत्त्वाची असूनही तिच्याविषयी योग्य ती दक्षता न बाळगणारे लोक बरेच आढळतात. पत्ते, नाटक, चित्रपट, गायन, वाचन इत्यादी सभ्य समजली जाणारी व्यसने कोणास असतील, तर तो झोपेची उपेक्षा करूनही आपापल्या व्यसनात रमून गेलेला आढळतो. झोपेचा अनियमितपणा प्रकृतीला बाधल्याविना राहात नाही. काही माणसे फार झोपाळू असतात. कितीही महत्त्वाचे काम पुढे असले तरी त्यांना झोप आवरत नाही. थोडेही जागरण होताच त्यांचे डोके दुखते, मन अस्वस्थ होते. पंधरा सोळा तास वा त्यापेक्षाही अधिक झोपून राहणारी माणसे आढळतात. मूर्खाची जी अनेक लक्षणे सुभाषितकारांनी सांगितली आहेत. त्यात 'बहुभोजनः रात्रंदिवास्वप्नभाक्' पुष्कळ खाणारा आणि दिवसरात्र संधी मिळेल तेव्हा झोपणारा अशा दोन लक्षणांचाही समावेश केला आहे. तेव्हा साधनेच्या दृष्टीने शरीर कार्यक्षम ठेवण्यासाठी पूर्णपणे निराहार राहणे वा सतत जागरण करणे टाळावे, तसेच अधिक खाणे आणि अधिक झोप यापासूनही दूर राहावे. मग साधकाने कसे वागावे ते भगवान पुढील श्लोकात सांगत आहेत.

: १७ :

**युक्ताहारविहारस्य युक्तचेष्टस्य कर्मसु ।**

**युक्तस्वप्नावबोधस्य योगो भवति दुःखहा ॥**

ज्याचा आहार आणि विहार योग्य आहे, आवश्यक ती कामे करताना ज्याच्या हालचाली योग्य त्या प्रकारे, योग्य त्या प्रमाणात होतात तसेच त्याचे झोपणे आणि जागे होणे योग्य त्या स्वरूपात असते. त्यालाच योग (साधना) दुःखे नाहीसे करणारा (री) ठरतो (ते).

योग्य तो आहार ह्याचा विचार करताना प्रमाण, प्रकार आणि वेळ या तिन्ही गोष्टी विचारात घ्याव्या लागतात. आहाराचे प्रमाण आणि प्रकार ठरविताना आपली प्रकृती, आपली पचनशक्ती ह्याचा विचार केला पाहिजे. शास्त्राने सामान्यतः दोन वेळा आहार घ्यावा असे आवर्जून सांगितले आहे. अग्निहोत्रामध्ये अग्नीला दोन वेळा आहुती देण्याचे विधान आहे. त्याप्रमाणे जठराग्नीला दोन वेळा आहुती घ्याव्या म्हणजे

अग्निहोत्राचे फल लाभते असेही गौरवाने, महत्त्व पटविण्याच्या दृष्टीने सांगितले आहे. ज्याला शारीरिक कष्टाची कामे अधिक प्रमाणात करावी लागतात, त्याला सकाळी न्याहारीही योग्य समजली पाहिजे. ज्याचा दिवसभरचा सगळा वेळ आवश्यक त्या उद्योग व्यवसायाने सतत व्यापलेला असतो, त्याला एकावेळी पूर्ण आहार घेणे त्रासदायक होते. त्याने दोन वेळचा आहार चार वेळा विभागून घेणेही योग्य ठरते. मात्र अशावेळी दिवसाच्या प्रत्येक दोन आहारात निदान तीन तासांचे तरी अंतर असावे. तसेच रात्रीचे खाणे झोपेच्या वेळेपूर्वी दोन अडीच तास उरकणे आवश्यक आहे.

आहाराचे प्रमाण ठरविताना गोड-आंबट-खारट-तिखट या रसांच्यावर अत्यंत नियंत्रण असले पाहिजे. आहार घेताना पोटाचे चार भाग कल्पून दोन अन्नाने, एक पाण्याने भरावा. आणि एक पचनासाठी आवश्यक त्या अन्नाच्या हालचाली होण्यासाठी मोकळा असावा. पोटाचा अर्धा भाग अन्नाने भरावा, असे म्हणताना तोही भात आमटी, पिठले भाकरी, भाजी पोळी अशा साध्या आणि पचायला हलक्या असलेल्या अन्नासाठी आहे असे समजावे. पुरणपोळी लाडू-जिलेबी-पेढे-बर्फी असे पचनाच्या दृष्टीने अधिक जड असलेले पदार्थ याहीपेक्षा कमी प्रमाणात घ्यावेत. आणि नित्य घेऊ नयेत. आहार तेलकट-तुपकट वा जळजळीत असू नये. धर्मशास्त्राने मिष्टान्न वा पक्वान्न खाणे केवळ देवकार्य-पितृकार्यातच करावे, एरवी करू नये, असा नियम सांगितला आहे. देवकार्य-पितृकार्याचे दिवस कोणत्याही कुटुंबात वर्षाकाठी तीस-पस्तीसपेक्षा अधिक असत नाहीत. इतर दिवशी नियमाने वागणाराला एवढे अधिक खाणे बाधक होत नाही. उलट शरीराचा सोशिकपणा वाढविण्याच्या दृष्टीने इष्टही ठरते.

योग्य त्या विहाराचा विचार करता शरीराला व्यायाम असणे, काही प्रमाणात शारीरिक श्रमाची कामे करावी लागणे हे आवश्यक आहे. पण आज ही गोष्ट दुर्मिळ झाली आहे. आणि त्याचे भूषणही मिरविले जाते आहे. पूर्वी दळण, कांडण घरोघर होत असे. त्यामुळे अन्नधान्यात आवश्यक तो कोंड्याचा भाग राहात असे. पचन आणि मलशुद्धीच्या दृष्टीने ते उपयुक्त ठरत असे. अलीकडे आपण पालेभाज्यांचे प्रमाण आहारात वाढवून या दोषावर मात करू इच्छितो. ते काही प्रमाणात उपयुक्त आहे. पण आदर्श नव्हे.

प्रसिद्ध वैद्य वाग्भट याचे शिक्षण पूर्ण झाले तेव्हा त्याची परीक्षा म्हणे धन्वंतरीने घेतली. वाग्भट ज्या झाडाखाली बसला होता त्या झाडावर धन्वंतरी होल्याच्या रूपाने प्रगट झाला. आणि त्याने 'कोऽरुक् कोऽरुक् कोऽरुक्' अशा ध्वनीचा उच्चार केला. संस्कृत भाषेप्रमाणे ह्या वर्णाचा अर्थ निरोगी कोण, निरोगी कोण, निरोगी कोण? असा आहे. वाग्भटाने त्या उच्चाराचा आशय लक्षात घेऊन उत्तर दिले, 'हितभुक् मितभुक् अशाकभुक्' जो हितकर तेच खातो, तेही पचनाच्या दृष्टीने, आरोग्याच्या दृष्टीने, योग्य त्या प्रमाणात खातो आणि ज्याच्या आहारात पालेभाज्या नसतात वा अगदीच थोड्या असतात, त्यांचे आरोग्य चांगले राहते. युक्ताहार-विहाराच्या दृष्टीने ही दंतकथा मार्मिक आहे.

दैनंदिन जीवनातील स्वाभाविकपणे काही करावी लागणारी श्रमाची कामे विज्ञानाच्या पद्धतीने उणावली असली आणि असे जीवन हे प्रगत राहणीमानाचे मानले जात असले, तरी शरीराला सहजपणे न होणारे श्रम व्यायामाच्या रूपाने भरून काढणे, त्यासाठी सकाळ संध्याकाळ दहा-वीस मिनिटे वेळ देणे आवश्यक आहे, पण हे कुणी लक्षात घेत नाही.

चालताना पावले सरळ पडावीत, कुबड काढून बसू नये-चालू नये. पण तरुण मंडळीही हे लक्षात घेत नाहीत. चालता-बसताना हातापायाच्या अनावश्यक हालचाली करण्याची काही लोकांना सवय असते. ती ती कामे करताना हालचाली कशा कराव्यात हेही शिकून घ्यावे लागते. हे सर्व लक्षात ठेवणे म्हणजेच 'युक्तचेष्टस्य कर्मसु' साधनेसाठी आसनावर बसतानाही हातांच्या मुद्रा आणि पाय, पाठ, मान यांची स्थिती त्या त्या आसनानुरूप जशी असावी तशी असणे हे अत्यंत महत्त्वाचे आहे. साधकाने तिकडेही दुर्लक्ष करून चालत नाही.

वेळेवर झोपणे आणि वेळेवर जागे होणे हेही महत्त्वाचे आहे. सूर्योदयापूर्वी दोन अडीच तास जागे व्हावे आणि सूर्यास्तानंतर अडीच तीन तासांनी झोपावे. याच्या जवळपासची वेळ झोपेसाठी प्रशस्त; पण प्रकृती, दीर्घकालाच्या सवयी यामुळे हा नियम सांभाळणे अवघड जाते. अनेकांना रात्री जागणे आणि सकाळी उशीरा उठणे हेच स्वाभाविक असते. तेव्हा त्याने निदान वयोमानाप्रमाणे पाच ते सात तास झोप मिळेल असे पाहावे. आणि त्यातही झोपण्याची आणि उठण्याची वेळ जितकी नियमित असेल तितके चांगले.

आहार विहाराच्या दृष्टीने अयोग आणि अतियोग हे जसे अहितकर असतात, त्याचप्रमाणे आयुर्वेदात मिथ्यायोग असाही अपथ्याचा एक प्रकार सांगितला आहे. मिथ्यायोग म्हणजे आहार-विहारातील विकृतपणा. अयोग, अतियोग हे प्रमाणाशी संबद्ध आहेत तर मिथ्यायोग हा स्वरूपावर अवलंबून आहे. आहाराच्या दृष्टीने गीतेने सांगितलेला तामस आहार हा सारा मिथ्यायोग आहे असे म्हणता येईल.

आपण नित्याच्या जेवणामध्ये दहीभातावर दूध घेऊन खातो, तो मिथ्यायोगच आहे. कारण ते विषमाशन आहे. फळे-दूध, विशेषतः ज्यांच्यामध्ये उण्याअधिकप्रमाणात आंबटपणा आहे, अशी फळे आणि दूध एकत्र करून खाणे हे विषमाशनच आहे. वेड्यावाकड्या हालचाली हाही मिथ्यायोगच समजावा.

शरीर कार्यक्षम ठेवण्यासाठी ह्या सर्व गोष्टी लक्षात ठेवणे अतिशय महत्त्वाचे आहे. वयाच्या विशीत हे सर्व लक्षात घेऊन वागणे हितकर असते. जो जो उशीर होतो तो तो होणाऱ्या लाभात घट होत जाणारच. पण काहीच न करण्यापेक्षा थोडे केलेले, कधीच न करण्यापेक्षा उशीरा केलेले हे त्या त्या प्रमाणात उपयुक्तच ठरते, म्हणून प्रत्येकाने त्यातील जेवढे साधेल तेवढे साधण्याचा प्रयत्न करित असावे.

ध्यानादि साधनेच्या दृष्टीने हा विचार अलीकडे दुर्लक्षिला जातो आहे असे वाटते. मनात जसे येईल तसे वागावे, करावे वाटेल ते करावे. नीतिनियम, पाप-पुण्य या विचाराचे दडपण बाळगू नये, असा स्वैराचाराचा उपदेशही काही महंत करीत असतात. स्त्री-पुरुष संबंधातही सर्व प्रकारची मोकळीक पूर्णपणे असावी अशा अत्यंत घातक गोष्टीचेही समर्थन वक्तृत्वपूर्ण शब्दात केले जाते. ध्यान मोकळ्या मनानेच साध्य होते, असा सिद्धांत त्यासाठी सांगितला जातो. स्वाभाविकपणे तो लोकप्रिय होतो. ध्यानाच्या शिक्षणातही पंचवीस रुपयांचे ध्यान, पन्नास रुपयांचे, शंभर रुपयांचे, सहस्र रुपयांचे ध्यान असे मूल्य आकारले जाते, असे मी ऐकले आहे. हे सर्व माझ्या समजशक्तीच्या पलिकडचे आहे. पण गीतेच्या विचारांना धरून नाही एवढे निश्चित. आता कुणी, 'काळ दिवसेंदिवस प्रगत होत असतो, तदनु रूप माणसाचीही प्रगती होत असते' असा सिद्धांत स्वीकारून स्वतःला आतापर्यंत होऊन गेलेल्या सर्व शास्त्रज्ञांपेक्षा, थोर व्यक्तींपेक्षा, गीतेपेक्षा, भगवान श्रीकृष्णापेक्षा अधिक बुद्धिमंत, अधिक विचारी समजत असेल तर तो सांगत असलेला मार्ग आपला नव्हे, एवढेच म्हणणे मला आणि आपल्यालाही शक्य आहे.

आयुर्वेदाने 'त्रयः उपस्तंभः' जीवनाचे तीन आधार म्हणून आहार-निद्रा-अब्रह्मचर्य अशा तीन गोष्टींचा उल्लेख केला आहे. यातील पहिल्या दोन शरीरधारणेसाठी आणि तिसरी समाजधारणेसाठी, समाज-सातत्यासाठी उपयोगी पडणारी आहे. ह्या तिन्ही विषयात जितका पाळता येईल तेवढा संयम साधकाच्या दृष्टीने हिताचा आहे. निदान आरोग्य-शास्त्र पुढे ठेवून तरी, प्रत्येक व्यक्तीने या तीन गोष्टींचा स्वीकार करावा. यातील प्रत्येक गोष्ट माणसाला मोहात पाडणारी आहे. म्हणून फार सावध राहिले पाहिजे. या प्रत्येक गोष्टीच्या संबंधी शास्त्राने काही नियम घालून दिले आहेत. आहाराच्या दृष्टीने प्रमाणात आणि प्रकारात हितकर असा आहार घ्यावा. दिवसा झोपू नये, रात्री जागू नये. केवळ ऋतुकाळी स्वस्त्रीगमन करावे. परस्त्रीशी संबंध ठेवू नये. ऋतुकालीही तिथिनक्षत्राचा विचार करावा इत्यादी इत्यादी. या सर्व गोष्टींचे विवेचन येथे करण्याची आवश्यकता नाही. तशा विवेचनाचे हे स्थलही नाही. पण साधना सुखकारक व्हावयाची, परमार्थ मार्गात प्रगती करून देणारी ठरावयाची तर आहार-विहारातील युक्तता, योग्य तेच प्रमाण आणि प्रकार जीवनात कटाक्षाने उतरविलेच पाहिजेत. नाहीतर कोणतीही साधना उण्या अधिक प्रमाणात दुःखदायक ठरल्याविना राहात नाही. साधना ज्या मार्गातील स्वीकारली असेल त्या मार्गानुसार आहारविहारासंबंधी कटाक्षाचे स्वरूप भिन्न भिन्न राहू शकेल. पण स्वैरता मात्र कुठेही स्वीकार्य ठरणार नाही. सर्वत्र संयमाचाच विचार करावा लागेल. आहार विहाराची युक्तता, योग्यता केवळ प्रमाण-प्रकारावरच अवलंबून आहे असे समजू नये. आहार-विहारांच्या (विषयोपभोगांच्या) सूक्ष्म सूक्ष्मतर अंशातून मन-बुद्धीचे पोषण व्हावयाचे असते हे लक्षात घेतले की मग आहार-विहारांच्या संदर्भात ते कसे मिळविले, कोणत्या मार्गाने मिळविले, किती मिळविले हेही महत्त्वाचे ठरते. धर्मशास्त्राने सांगितलेल्या पुण्यपापाचा, वर्ज्यावर्ज्याचा, पवित्रतेचा विचार त्यादृष्टीने मार्गदर्शक ठरतो. साधकाने आपल्या प्रगतीसाठी तेही लक्षात ठेवणे आवश्यक आहे. म्हणून योग दुःखद होऊ नये असे वाटत असेल तर सगळे आहार-विहार सर्व प्रकाराने युक्त, योग्य, संयमपूर्ण, हितकर असेच असले पाहिजेत, असे साधना कशी करावी ते सांगून झाल्यानंतर पुढील श्लोकात पुनःयुक्त म्हणजे योगी कोणाला म्हणावे हे भगवान् सांगत आहेत.

: १८ :

यदा विनियतं चित्तमात्मन्येवावतिष्ठते ।

निःस्पृहः सर्वकामेभ्यो युक्त इत्युच्यते तदा ॥

पूर्णपणे स्वाधीन झालेले मन ज्यावेळी केवळ आत्म्यात-परमात्म्यात चांगल्याप्रकारे स्थिर होऊन राहते (आणि ह्याचा परिणाम म्हणून ज्यावेळी तो साधक) सर्व प्रकारच्या कामनांच्याविषयी निःस्पृह-अभिलाषारहित होतो. त्यावेळी त्याला, तो आता योगी झाला, योगयुक्त झाला असे म्हटले जाते.

आहार-विहार संयमित होऊन ते पूर्णपणे हितकरतेच्या मर्यादित आले की करीत असलेल्या साधनेच्या बळावर हळूहळू मनावरही नियंत्रण प्रस्थापित होते. मनावर असे चांगले नियंत्रण प्रस्थापित झाले की जे अनवश्यक, अनुचित, अयोग्य, अहितकर असे असते ते करावे असे वाटतच नाही. मग असे शान्त प्रसन्न झालेले मन ईश्वराच्या ठिकाणी पूर्णपणे स्थिरावते. मन ईश्वराच्या ठिकाणी अशा रीतीने पूर्णपणे स्थिरावताच त्या साधकाला तो आता युक्त झाला, योगी झाला असे म्हणतात.

चित्त स्वाधीन होणे, नियंत्रित होणे (विनियतं), परमात्म्याच्याच ठिकाणी स्थिरावणे (आत्मनि एव अवतिष्ठति) आणि विषयोपभोगाविषयीच्या सर्व प्रकारच्या कामनेतून वेगळे होणे, विरक्त होणे, 'निःस्पृहः सर्वकामेभ्यः' हे अंतःकरणाचे स्वरूप सांगणारे वर्णन तीन वेगवेगळ्या शब्दांनी केलेले असले तरी आशयाच्या दृष्टीने परस्परपूरक, परस्परोपकारक असल्याने जवळ जवळ एकाच अर्थाचे आहे. हे वर्णन म्हणजे 'पतिव्रते आले । वार्धक्य जैसे ॥' (ज्ञाने. १३/२६९) म्हणण्यासारखे आहे. पतिव्रता शब्दानेच ती दुसऱ्या कोणाच्या मोहात पडण्याची शक्यता नाही हे निश्चित झाले. आता ती पतिव्रता वृद्ध झाली म्हणण्याने तिच्याकडून नवीन काही घडावयाचेच नाही. पण वृद्ध झाली म्हणण्याने तिला मोहात पाडण्याची इच्छाही कोणाला होणार नाही. अशी सर्वांगीण सुरक्षितता सहजपणे प्राप्त झाली आहे हे मात्र स्पष्ट होते. नियंत्रित झालेले चित्त परमात्म्याच्या ठिकाणी स्थिर झाले आहे आणि पूर्णपणे निःस्पृह झाले आहे असे म्हणण्याने ही सर्व प्रकारची स्थिरता आणि सुरक्षितता स्पष्ट होते.

'निःस्पृहः सर्वकामेभ्यः' म्हणण्यात सर्वप्रकारच्या कामनातून विरक्त होणे हा भाव व्यक्त होतो. आणि तो फार महत्त्वाचा आहे.

पुष्कळ वेळा शान्त, सात्त्विक, सदाचारी साधकाच्या अंतःकरणातून अयोग्य कामनांचा निरास झालेलाच असतो. तो कोणाचे वाईट चिंतीत नाहीच वा त्याचा स्वार्थही आवश्यकतेची मर्यादा ओलांडत नाही. सगळ्यांचे हित व्हावे, सगळ्यांचे कल्याण साधावे यातच त्याला आनंद असतो. पण बहुधा ही त्याची वृत्तीच कामनेचे रूप धारण करते. मला कोणाच्या खिशात हात घालून पैसे काढून घ्यावेत असे वाटत नाही. माझी अशी अडचण आहे, ती कोणीतरी भागवावी, असेही वाटत नाही. पण पंधरा-वीस वर्षे सहवासात आहे, प्रार्थना म्हणतो तरी त्याला एखादे संस्कृत स्तोत्र नीट म्हणता येत नाही, असे पाहिले की राग येतो. आणि त्याला ते नीट म्हणता-सांगता आलेच पाहिजे असा आग्रह धरावासा वाटतो. कामना कशी, कोणत्या रूपाने प्रगट होत असते ते लक्षात यावे म्हणून मी हे सांगत आहे.

लाभ-हानी फार मोठी आहे आणि मग त्याविषयी आग्रह धरणे व्यवहाराच्या दृष्टीने योग्य आहे असे म्हणता येईल. पण असे क्वचित असते. बारीकसारीक गोष्टीच आपणास अस्वस्थ करीत असतात. सुनेने स्वयंपाक करताना काय करू, तांदूळ किती घेऊ हे विचारले नाही तर सासूला आवडत नाही, राग येतो. आपली उपेक्षा झाली, आपला अपमान झाला असे वाटते. आणि सुनेला, एवढेही न कळण्याइतकी मी अडाणी आहे काय, असे वाटून तसे विचारणे मानहानीचे वाटते. आता ते तसे विचारणे आणि न विचारणे यामध्ये सासूसुनांची लाभ-हानी कोणती? खरे तर काही नाही. सासूला बरे वाटते तर तसे विचारण्याचा मोठेपणा सून दाखवित नाही. आणि सुनेने विचारले नाही, तर आपले आपण स्वतंत्रपणे सर्वकाही निभावून नेण्याची योग्यता सुनेच्या ठिकाणी आहे, असे समजण्याचे सौजन्य सासू बाळगीत नाही. वा आवश्यकता असेल तर आपणहून काय करावे ते सांगण्याचा मोकळेपणाही कुणी ठेवीत नाही. हे असेच घडत राहते. म्हणून 'निःस्पृहः सर्वकामेभ्यः' होणे अत्यंत आवश्यक आहे. मानसन्मान प्रतिष्ठा-सत्ता-संपत्ति-ऐश्वर्य प्रगट करणारे विलासी विषयोपभोग त्याविषयीची आसक्ती बाधक होतेच. साध्या सज्जन साधकाच्या ते लक्षातही येते. चांगला त्यादृष्टीने सावधही असतो. पण दुसऱ्याकडून चांगले तेच घडावे. नाहीतर त्याचीच व्हावी तशी प्रगती होणार नाही असे वाटून त्यापोटी जे अस्वास्थ्य निर्माण होते त्याचाही अडथळा काही लहान नसतो. अशा स्थितीत अंतःकरणाच्या आश्रयाने असणाऱ्या लहानमोठ्या क्षुद्र कामना किती बाधक होत असतील हे सांगायचा

नकोच.

माणसाचे वय वाढत जाते. म्हातारपण अनेक रूपाने प्रगट होत असते. शक्ती उणावते, उत्साह ओसरतो, कार्यक्षमता टिकत नाही तरी आपण म्हातारे झालो हे मान्य करणे कोणास आवडत नाही. माणूस आजोबा होतो, पण आजोबा म्हणवून घेणे आवडत नाही. मृत्यू अटळ आहे, तो समोर दिसत असतो. कितीही उपचार केले तरी फार तर तो काही दिवस लांबतो. पण तरीही आता खर्चिक उपचार थांबवा, वेदनामय आयुष्य व्यर्थ लांबविणारे उपाय आता करू नका, असे आपण होऊन कुणी सांगत नाही. खरे तर अशा अतिवृद्धांनी प्रायोपवेशनाचा अवलंब करावा असे शास्त्राने सुचविले आहे. पण स्वातंत्र्यवीर सावरकर, विनोबाजी भावे, महर्षी अण्णासाहेब पटवर्धन अशा काही थोड्यांनी तो मार्ग अवलंबिला आहे. इतर कसे वागतात ते आपण पहात असतो. अनुभवीत असतो.

गीतेने अधिकारी व्यक्तीचे वर्णन करताना किंवा योगाची, योग्याची लक्षणे सांगताना कुठेही चमत्कारांचा उल्लेख केला नाही. चमत्कार होतच नाहीत, होऊ शकतच नाहीत असे मला मुळीच म्हणावयाचे नाही. पण त्यामुळे चमत्कार दिसतात म्हणून एखाद्याला मोठे म्हणावयाचे ही मात्र अंधश्रद्धा आहे, ह्यात शंका नाही. श्री ज्ञानेश्वर महाराजांनी योगमार्गात प्राप्त होणाऱ्या काही चमत्कारांचा उल्लेख केला आहे. पतंजलीनेही आपल्या योगसूत्रात काही सिद्धी वर्णिल्या आहेत. पण त्यानेही योगाची व्याख्या करताना 'योगश्चित्तवृत्ति निरोधः' अशीच केली आहे. आणि योगाची परिपूर्णता सांगताना 'तदा द्रष्टुः स्वरूपे अवस्थानं' असेच म्हटले आहे. या श्लोकातही 'विनियतं चित्तं' आणि 'आत्मन्येवावतिष्ठते' या दोन वर्णनांनी योगसूत्राचाच भाव व्यक्त झाला आहे असे म्हणता येते. 'निःस्पृहः सर्वकामेभ्यः' सर्व कामनांचा निरास होणे हे जणू या दोन वर्णनांना साधणारा सेतू होते.

माणूस खराच निःस्पृह झाला आहे की नाही हे त्याची द्वंद्वसहिष्णुता वा द्वंद्वतीतता कशी आहे, किती आहे यावरून जाणणे शक्य होते. पूर्णपणे निःस्पृह झाला, कोणतीही कामना उरली नाही. आता प्रयत्नाला वाव कुठे राहिला? कशाकरिता प्रयत्न करावयाचे, असे मात्र साधकाने कधीही म्हणू नये. जोवर देह आहे तोवर प्रयत्न पूर्णपणे थांबलेले असतात असे वाटले तरी शरीराच्या काही हालचाली आणि शरीरक्रिया होतच असतात. तसेच प्रयत्नांचे म्हणजे साधनेचे होत असते. प्रयत्न

सुटणे आणि प्रयत्न सोडणे यातील अंतराची अखंड जाणीव, ज्याला प्रगती साधून घ्यावयाची आहे, उन्नती गाठावयाची आहे, त्याने ठेवलीच पाहिजे. आपण पूर्ण झालो असे वाटणे हेच अपूर्णतेचे महत्त्वाचे लक्षण आहे, हे ध्यानात ठेवावे. प्रत्येकाने योग्य मार्गाने सतत प्रयत्नशील राहिलेच पाहिजे. परिस्थिती, प्रकृती, अवस्था, व्यवसाय, वर्ण, आश्रम ह्यांना अनुसरून प्रयत्नांचे वा साधनेचे बाह्यस्वरूप क्वचित् वेगवेगळे दिसलेही; पण प्रयत्न सोडता येत नाहीत हे विसरू नये. निष्काम पुरुषालाच खऱ्या अर्थाने सातत्याने प्रयत्नशील राहता येते. उलट काही कामना धरून प्रयत्न केला तर मात्र निराशा पदरी येते कारण परिपूर्ण न होणे हेच कामनांचे स्वरूप असते. एक पूर्ण झाली असे वाटले की त्याचक्षणी वा त्या आधीही दुसरी उत्पन्न झालेली असते. कामनासक्त माणूस थकून जातो, हताश होतो. त्याला येणारे अस्वास्थ्य भयंकर असते. कित्येकवेळा अशी व्यक्ती घातक व्यसनांच्या विळख्यात सापडून सर्वनाश ओढवून घेते.

प्रयत्नाला काही उद्दिष्ट, काही ध्येय असावे लागते. तरच प्रयत्न योग्य त्या दिशेने होत राहतात. या ध्येयालाच कामना म्हणण्याची चूक करू नये. 'दोन्ही दिसतातही सारखी' पण त्यात अंतर आहे. 'वर्म जाणे तो पारखी' भगवंताविषयीचे प्रेम, मनाची शान्तता, अंतःकरणाची प्रसन्नता, बुद्धीचे स्थैर्य, वृत्तीचे समाधान, साधनेची गोडी, ईशदर्शन-लालसा, संतांचा सहवास, तत्त्वाची समज ही वा यासारखी हित साधून देणारी काही ध्येये साधकापुढे असावीच लागतात. ध्येय प्राप्त व्हावे असे वाटणे ही तरी कामनाच आहे की नाही, असे खुळे तर्कट साधकाने तरी मनात आणू नये. ज्याला काहीच करावयाचे नसते त्याला अशी चर्चा करण्यात काही रस असेल तर असू द्यावा. शुष्क तर्कवादाने कोणताही निर्णय कधी लागत नाही. आणि पदरात काही पडत नाही. म्हणून त्या वाटेने न जाणे बरे.

अंतःकरणात काही कामना आहे की नाही हे अनुकूल परिस्थितीत लक्षात येत नाही. परिस्थिती प्रतिकूल झाली की मगच अंतःकरण किती आणि कोणत्या कामनेने भरलेले असते हे लक्षात येते. एरवी 'स्वस्थे को वा न पंडितः' अशी स्थिती असते. यासाठी प्रतिकूल परिस्थितीचा कंटाळा करू नये. प्रत्येकवेळी आत्मशोधन करीत राहावे. म्हणजे क्रमाने निःस्पृहतेच्या दिशेने वाटचाल होत राहते. आणि मग पुढील श्लोकात सांगितल्याप्रमाणे अवस्था अनुभविता येते.

: १९ :

**यथा दीपो निवातस्थो नेङ्गते सोपमा स्मृता ।****योगिनो यतचित्तस्य युञ्जतो योगमात्मनः ॥**

ज्याप्रमाणे निर्वातस्थळी ठेवलेल्या दिव्याची ज्योत डोलत नाही तीच उपमा आत्म्याशी योग साधलेल्या योग्याच्या नियंत्रित चित्ताला देता येते.

निर्वात स्थल म्हणजे वारा वहात नाही असे स्थळ. वाऱ्याला गती नाही, वेग नाही असे स्थान. वारा अस्तित्वातच नसणे म्हणजे निर्वातस्थल असे येथे तरी समजू नये. कारण ज्योत तेवत राहण्यासाठी प्राणवायूची आवश्यकता असते. आणि त्याचा योग्य त्या प्रमाणात सतत पुरवठा होत राहावा लागतो. ज्योतीच्या जळण्यामुळे उत्पन्न होणारा दुसऱ्या प्रकारचा वायू बाहेर निघूनही जावा लागतो. ज्योत शान्तपणे तेवत राहण्यासाठी अशी व्यवस्था योग्य त्या प्रमाणात आवर्जून करावी लागते. तेल, वात, पणती ह्यांचे स्वरूपही योग्य तसे असावे लागते. तरी सुद्धा मधूनमधून वातीवर कोळी धरतो. तो काढून टाकावा लागतो. काजळी, धूर निघणार नाही अशा रीतीने वात मागेपुढे सरकवावी लागते. ज्योत त्या प्रमाणात लहानमोठी करावी लागते. तेव्हा कुठे ज्योतीचे हालणे, डोलणे थांबते. ज्योत स्थिरपणाने प्रकाशते. म्हणजे ही स्थितीही प्रयत्नसाध्यच आहे.

तेवत राहणारी ज्योतही जड नाही, चेतन आहे, तिच्यातील सातत्य हे प्रवाह-सातत्य आहे. त्यासाठी प्राणवायूचा पुरवठा योग्य त्या प्रमाणात होणे आवश्यक आहे. यासाठीच गीतेच्या या श्लोकात ‘आत्मनः योगं युञ्जतः’ आणि ‘यतचित्तस्य’ अशी दोन पदे आली आहेत. ‘आत्मनः योगं युञ्जतः’ म्हणजे आत्म्याशी, परमात्म्याशी जोडलेले राहणे, ईश्वराचे भक्त असणे, अंतःकरणात भक्ती असणे हेच तेल. आणि चित्त नियंत्रित असणे, स्वाधीन असणे, संयमित असणे, धैर्यशील असणे हा प्राणवायू. अशी सांगड असली की मग वृत्ती शान्त, प्रसन्न राहते आणि मग तिला गाभ्यात तेवत राहणाऱ्या ज्योतीची नंदादीपाची उपमा शोभते.

शान्तपणे तेवत राहणाऱ्या ज्योतीच्या प्रकाशात होणारे मूर्तीचे दर्शन अतिशय प्रसन्न आणि आल्हाददायक असते (गाभारा आणि मूर्तीच्या मानाने नंदादीप पुरेसा प्रकाश देणारा असावा हे येथे गृहीतच आहे.) झगझगीत विजेच्या प्रकाशात मूर्ति पाहण्यापेक्षा जुन्या पद्धतीच्या नंदादीपाच्या शांत प्रकाशात मूर्तीचे दर्शन घेण्यात

असलेला गोडवा काही आगळा आहे, हे खरेच; पण हे कळण्यासाठीही अंतःकरणात सात्विकता असावी लागते.

गाभार्यातील नंदादीप उपमेसाठी स्वीकारण्यामागे आणखीही एक हेतू असणे शक्य आहे. नंदादीप आपल्या ठिकाणी प्रकाशित राहतो. त्याचा उपयोग करून घेण्यासाठी तुम्ही गाभार्यापर्यंत गेले पाहिजे. नंदादीप प्रकाश दाखविण्याचे काम करण्यासाठी तुमच्यासवे वा तुमच्यामागे भटकणार नाही.

संत म्हटला की त्याने लोकोद्धाराचे वा जनजागृतीचे कार्य आपण होऊन करीत राहिले पाहिजे. नाहीतर त्याच्या संतत्वाचा काय उपयोग? असे म्हणणारा एक वर्ग आहे. त्याने संतांच्या जीवनाच्या वैशिष्ट्याचा नीटपणे विचार केला नाही, असेच म्हणावे लागेल. चांगले प्रामाणिक राजकीय-सामाजिक नेते आणि संत यांच्याकडून घडणारे लोकांचे कल्याण एकाच स्वरूपाचे घडत नाही. आपले कल्याण व्हावे अशी उत्कट इच्छा ज्याच्या अंतःकरणात असते, त्यालाच संतांच्या सहवासाचा वा बोधाचा लाभ होतो. ही स्थिती निवान्त ठिकाणी असलेल्या नंदादीपासारखीच आहे. दिवा हातात घेऊन हिंडले तर त्याच्या ज्योतीला हालणे, डोलणे, थरथरणे या गोष्टींचा उपद्रव होणारच. असो.

नंदादीपाची उपमा शान्त, स्थिर राहून प्रकाशण्यापुरती आहे. योग्याची मनोवृत्ती अशी स्थिर प्रसन्न असते एवढेच त्यातून सुचवावयाचे आहे. नंदादीपासाठी लागणारे तेल-वात-पणती बाहेरून कोटून तरी आणावी लागते. तसे मात्र योग्याचे असत नाही. त्याला ही वा यासारखी प्रकाशमान होण्यासाठी लागणारी सगळी साधने त्याच्याच ठिकाणी आतल्या आतच उपलब्ध व्हावयाची असतात. खरे तर सर्वानाच ती तशी असतात. चांगला साधक योग्य रीतीने त्यांचा उपयोग करून घेतो. इतरांना आपल्या अडाणीपणाचेच भूषण असते.

योग्याला लाभणारे सुख-संतोष-समाधान-आनंद-प्रसन्नता हे भाव कसे कोटून लाभतात ते भगवान पुढील श्लोकातून सांगत आहेत.

: २० :

**यत्रोपरमते चित्तं निरुद्धं योगसेवया ।****यत्र चैवात्मनात्मानं पश्यन्नात्मनि तुष्यति ॥**

योगाचा अवलंब केल्यामुळे नियंत्रित झालेले चित्त जेथे उपरम पावते, आणि



जेथे (ते) शुद्ध बुद्धीने (आत्मना) परमात्म्याचा (आत्मानं) साक्षात्कार होऊन (पश्यन्) परमात्म्यातच संतुष्ट होते.

मनावरील नियंत्रणाचा उल्लेख गीतेत इतरत्र आणि या अध्यायातही यापूर्वी अनेक प्रकाराने आलेला आहे. 'जितात्मनः' (७) 'यतचित्तात्मा' (१०) 'यतचित्तेन्द्रियक्रियः' (१२) 'प्रशान्तात्मा' 'मनः संयम्य' (१४) 'नियतमानसः' (१५) 'विनियतं चित्तं' (१८) 'यतचित्तस्य' (१९) ह्यावरून मनाच्या नियंत्रणाचे महत्त्व साधकाने लक्षात घेतले पाहिजे. मन पूर्णपणे नियंत्रित-स्वाधीन झाल्यावाचून परमार्थातील प्रगतीचे नावही काढणे शक्य नसते. संकल्प-विकल्पांचा, राग-द्वेषांचा, हवे-नकोचा त्याग पूर्णपणे घडेल तेव्हाच मन निरुद्ध झाले, नियंत्रित झाले, संयत झाले, स्वाधीन झाले असे म्हणता येईल. हे नियंत्रण कसे साधावे ते भगवान पुढे सांगणार आहेतच. पण नियंत्रित झालेल्या मनाने काय साधते त्याचे वर्णन भगवान या श्लोकात करीत आहेत. मनाच्या नियंत्रणाची उपयुक्तता, मनाच्या संयमाचे महत्त्व त्यामुळे साधकाच्या लक्षात येऊ शकेल. मन असे विविध उपायाने नियंत्रित झाले की मग ते आपल्या ध्येयविषयाच्या ठिकाणी एकाग्र होऊन, स्थिर होऊन रमू लागते, रमते. मन असे रमले की मग इतर विषयांची गोडी उरत नाही. अर्थातच मन तिकडे ओढही घेत नाही.

मनाचे हवे-नको उणावले, रागद्वेष संपले की बुद्धीही शुद्ध होते, तीक्ष्ण होते, सूक्ष्म होते. खरे तर बुद्धीचे स्वरूप मनापेक्षाही अधिक सात्विक, प्रकाशयुक्त आणि तेजस्वी असे आहे. पण मागचा अहंकार आणि पुढचे मन यांच्या कचाट्यात सापडून ती कळत असूनही खऱ्या वास्तवतेला पारखी होते आणि अहंकाराच्या आणि मनाच्या प्रबलतेमुळे त्यांचीच समर्थक होते. अहंकाराला पुष्ट करणारे आणि मनोविकारांना योग्य ठरविणारे तत्त्वज्ञान ती निर्माण करते. बहुश्रुततेच्या बळावर इकडून तिकडून गोळा केलेल्या सिद्धान्तवाक्यांचा पुरावाही ती आधारास घेते. जो जो अहंकार बलवान आणि मन विकारी तो तो हे बुद्धीने निर्माण केलेले आडनावाचे तत्त्वज्ञान सत्यापासून दूर जाते. माणसाची घसरण सुरू होते. आणि तो आसुरी प्रकृतीच्या कचाट्यात अधिकाधिक गुंतून भ्रष्टतेच्या, नीचतेच्या परिसीमेस पोचतो. या सान्या अधःपतनाला तत्त्वतः अहंकार आणि व्यवहारतः मन उत्तरदायी असते, कारणीभूत होते. यासाठी साधनामार्गात निरहंकारी वृत्तीची, नम्रतेची, निःस्पृहतेची, वैराग्याची, निष्कामतेची महती निरनिराळ्या प्रकाराने वारंवार वर्णिलेली आहे.

अंतःकरण जसजसे नियंत्रित होईल, स्वाधीन होईल तसतसे हे सद्गुण वाढत जाऊन पूर्णतेला पोचतात. त्यामुळे बुद्धी निर्लेप होऊन आपल्या मूळच्या शुद्ध स्वरूपाला प्राप्त होते. आणि तिला आत्मसाक्षात्काराची, ईश्वरदर्शनाची पात्रता येते, येऊ शकते.

उपनिषदामध्ये बुद्धी आत्म्यापर्यंत पोचू शकत नाही असे सांगितले आहे. आत्मा किंवा ब्रह्म हे इंद्रिय-मन-बुद्धीच्या पलीकडे आहे आणि त्यामुळे ते जसे इंद्रियांना किंवा मनाला अगम्य आहे. तसेच बुद्धीलाही अवेद्य आहे. श्रीशंकराचार्यांनी 'बुद्ध्यवेद्य मनवेद्यभूति यत्' असे विवेकचूडामणीमध्ये म्हटले आहे.

कठोपनिषदाने 'नायमात्मा प्रवचनेन लभ्यः न मेधया न बहुना श्रुतेन । यमैवेष वृणुते तेन लभ्यः तस्यैष आत्मा विवृणुते तनुं स्वाम् ॥' असे म्हटले आहे. हे वचन महत्त्वाचे आहे. त्याचा आशय असा की आत्म्याची प्राप्ती प्रवचनाने, व्याख्याने, कीर्तने, धारणा-समज चांगली असलेल्या बुद्धीने वा पुष्कळ श्रवण केल्याने होत नाही. जो केवळ आत्मदर्शन व्हावे, आत्म्याचा साक्षात्कार व्हावा, अशी प्रार्थना करीत राहतो त्याच्याच पुढे आत्मा आपले स्वतःचे यथार्थरूप प्रगट करतो. श्रीशंकराचार्यांनी 'वृणुते' शब्दाचा अर्थ 'प्रार्थयते' असा केला आहे. प्रार्थना शब्दात नुसती इच्छा अभिप्रेत नाही. प्रार्थना हे नुसते शब्द नसतात. निदान नसावेत. तो भावांच्या उत्कटतेचा, अंतःकरणाच्या तळमळीचा, आवेगाने प्रगट होणारा अविष्कार असावा. तरच आत्म्याचा साक्षात्कार होण्याची पात्रता येते. अशा सत्पात्र व्यक्तीपुढे आत्मा आपण होऊन प्रगट होतो. वास्तविक ज्ञान हेच ब्रह्मप्राप्तीचे, आत्मप्राप्तीचे एकमात्र साधन म्हणून वेदान्तशास्त्राने सांगितलेले आहे. कारण ज्ञान हेच आत्म्याचे म्हणजे ब्रह्माचे खरे स्वरूप आहे. 'प्रज्ञानं ब्रह्म' या महावाक्याने त्याचा बोध होतो. मेधा, दृष्टी, मती, स्मृती ही बुद्धिवाचक नावे ज्ञानाची, प्रज्ञानाची नामांतरे असल्याचे ऐतरेयोपनिषदाने सांगितले आहे. श्रवण-प्रवचन हे ज्ञानप्राप्तीचे अत्यंत महत्त्वाचे असे साधन. अशा स्थितीत प्रवचनाने-बुद्धीने-श्रवणाने आत्म्याचा लाभ होत नाही, आत्मा ज्याच्यावर कृपा करतो त्यालाच आत्म्याचे दर्शन होते. त्यासाठी साधकाला प्रार्थना करावी लागते, असे ज्ञानमार्गी असलेल्या उपनिषदानेही का म्हणावे याचे आश्चर्य वाटते! पण असे का म्हटले त्याचे कारणही उपनिषदांनी तेथे लगेच सांगितले आहे. 'नाविरतो दुश्चरितान्नाशान्तो ना समाहितः । नाशान्त मनसो वाऽपि प्रज्ञानेनैनमाप्नुयात् ॥' (१:२:२४) जो दुर्वर्तनापासून दुरावला नाही,

जो इंद्रियलोलुप आहे, ज्याचे मन एकाग्र झालेले नाही, उलट ते संकल्प-विकल्परूप निरनिराळे व्यापार सतत करीत राहते, असा माणूस प्रज्ञानाच्या बळावरही आत्म्याला प्राप्त करून घेऊ शकत नाही. कारण दुर्वर्तनी, विषयलोलुप, चंचलचित्त माणसाचे प्रज्ञान म्हणजे ब्रह्मज्ञान हे नुसते शाब्दिकज्ञान असते आणि नुसते शाब्दिक ज्ञान हे आमचे ती. दादा म्हणतात त्याप्रमाणे -

नुसते शब्दज्ञान मना रे घातक बहु पाही ।  
ते नच करी बा कृतार्थ कवणा बुडविल भवडोही ॥  
लेश जलाचा नसून मृगजल जलास भासविते ।  
तसे ज्ञान हे अनीतिलागी नीतिरूप आणिते ।  
म्हणून सांगतो यापासुन तू सावध बहु राही ।  
दासगणु म्हणे शुद्ध वर्तने ध्याई विठाबाई॥

या पदाची शेवटची ओळ म्हणजे 'नाविरतो दुश्चरितात्', 'यमैवेष वृणुते तेन लभ्यः' या दोन उपनिषदवचनांचे बालबोधीकरण आहे.

'यमैवेष वृणुते तेन लभ्यः' या वाक्यातून उपनिषदाने सूचित केलेली भक्ती जी शंकराचार्यांनी 'प्रार्थयते' या शब्दांनी स्पष्ट केली आहे, तिच्यावरचे भाष्यच 'ध्याई विठाबाई' या शब्दांनी केले गेले आहे. तेथेही 'गाई विठाबाई' न म्हणता 'ध्याई विठाबाई' असे म्हटले आहे. यात उपनिषदाने सांगितलेले 'समाहितत्व' समाविष्ट होऊन जाते.

बुद्धी हे परमेश्वराच्या-परमात्म्याच्या दर्शनाचे साधन आहे. हेही उपनिषदांनीच सांगितले आहे. 'नायमात्मा प्रवचनेन लभ्यः' हे वचन कठोपनिषदात जेथे आहे. तेथेच पुढे काही मंत्रानंतर 'एष सर्वेषु भूतेषु गूढोऽऽत्मा न प्रकाशते । दृश्यते त्वग्रया बुद्ध्या सूक्ष्मया सूक्ष्मदर्शिभिः ।' (१:३:१२) असे म्हटले आहे.

सर्व भूतांच्या ठिकाणी आत्मा असला तरी तो गूढ आहे, गुप्त आहे, लपून राहिला आहे. त्यामुळे सर्वांच्या ठिकाणी असूनही सर्वांनाच प्रकट नसतो, प्रकाशित नसतो, दिसत नसतो. पण तो कोणालाच दिसत नाही असे मात्र नाही. जे सूक्ष्मदर्शी आहेत, त्यांना आपल्या सूक्ष्म आणि तीक्ष्ण बुद्धीच्या बळावर या आत्म्याचे, गूढ असलेल्या आत्म्याचे दर्शन घेता येते. सूक्ष्मदर्शी म्हणण्यामध्ये इंद्रिये, विषय, मन, बुद्धी, अहंकार आणि आत्मा यांच्या स्वरूपाचे यथार्थ ज्ञान झालेला विद्वान अभिप्रेत आहे. साधनेच्या बळावर तो या इंद्रियादीतील दोष काढून टाकतो; त्यामुळे त्याचे मन

एकाग्र होते, बुद्धी शुद्ध होते, तीक्ष्ण होते आणि अशा या शुद्ध, कुशाग्र बुद्धीला परमात्म्याचे दर्शन घडते. तेच 'आत्मा आत्मान् पश्यन्' या गीतेतील पदांनी स्पष्ट केले आहे.

'आत्मना आत्मानं पश्यन्' या विषयात इंद्रियापासून परमात्म्यापर्यंत उत्तरोत्तर सत्याच्या अधिक जवळ जाणाऱ्या ज्ञेयरूप वस्तूंच्या मालिकेत अहंकारानंतर प्रकृती-अविद्या-अव्यक्त-चिच्छक्ती-माया यांनाही तत्त्वज्ञानाप्रमाणे अस्तित्व असते. पुरुष-ईश्वर-आत्मा-परमात्मा-ब्रह्म यांच्यापेक्षा जे जे काही दिसते, भासते, प्रत्ययाला येते, प्रातिभासिकतेचा वा व्यावहारिकतेचा खेळ चालतो ते सगळे वेदान्त शास्त्राप्रमाणे मायेचेच उद्योग असतात. तेव्हा सूक्ष्मदर्शी होण्याकरिता मायेचे हे व्यापारही जाणून घ्यावे लागतात. सिद्धान्त म्हणून सांगितली जाणारी तत्त्वज्ञानाची सगळी विविधता याला मायाच कारणीभूत असते. ही विविधता कधी योग्यतेनुसार अवस्थाक्रमाने प्रगत-उन्नत होत जाण्याच्या दृष्टीने साधनामार्गात उपयोगी पडते, तर पुष्कळवेळा साधनेचा अवलंब न करता, केवळ शब्दांच्या बळावर जाणण्याचा प्रयत्न केला तर घोटाळ्यात पाडते, भ्रमित करते, श्रद्धेलाही डळमळविते. श्रद्धाबळावर निर्माण होणारी, साधनेतून साधणारी चित्ताची एकाग्रता, मनाची निष्कामता, बुद्धीची स्थिरता जितकी समर्थ, त्याप्रमाणात विवेकाचे सामर्थ्य वाढत जाते आणि कोणतीही विविधता एकप्रकारे सौंदर्याचा, ऐश्वर्याचा, वैभवाचा आनंद देत आत्म्याच्या ठिकाणी आत्मदर्शनानंतर स्थिर होण्यास साहाय्य करते.

पूर्वी वर्णन केल्याप्रमाणे स्थिर बुद्धीला, तीक्ष्ण बुद्धीला एकदा आत्म्याचे दर्शन झाले की अंतःकरण तेथेच स्थिरावते, रमून जाते. संतुष्ट होते. कारण आता पाहणारा, जे पाहतो त्यापेक्षा वेगळा राहात नाही. जे हुडकित होतो, शोधीत होतो ते वस्तुतः आपलेच स्वरूप आहे. आपण तत् स्वरूपच आहो, हे लक्षात येताच सुखद आश्चर्य वाटते आणि हा सुखद आश्चर्याचा धक्का जणू ज्ञात्याला ज्ञेयाशी समरस करून टाकतो. ज्ञाता ज्ञेयात विरून जातो.

: २१ :

सुखमात्यन्तिकं यत्तद् बुद्धिग्राह्यमतीन्द्रियम् ।

वेत्ति यत्र न चैवायं स्थितश्चलति तत्त्वतः ॥

हे जे सुख आहे ते अनंत-अपार आहे, इंद्रियांच्या अतीत आहे. शुद्ध आणि

सूक्ष्म बुद्धीनेच केवळ अनुभविता येणारे ते सुख तो जाणतो अनुभवितो आणि त्या अवस्थेत स्थिरावलेला योगी त्या शुद्धस्वरूपापासून किंचितही विचलित होत नाही.

शुद्ध बुद्धीने, आत्म्याला पाहणे आणि त्या आत्मदर्शनाने आत्म्यातच रमून जाणे, संतोष पावणे ही स्थिती काय स्वरूपाची आहे तिचे वर्णन या आणि पुढील श्लोकात भगवान करीत आहेत.

हे सुख आत्यंतिक आहे, अनंत आहे, अपार आहे, असीम आहे आणि त्यामुळेच ते इंद्रियातीतही आहे. कारण इंद्रियद्वारा उपलब्ध होणारी शब्दस्पर्शादी सुखे ही मर्यादित असतात. त्यांचे प्रमाणही थोडे आणि कालही थोडा. इंद्रियांचे स्वरूप आणि सामर्थ्यही मर्यादित, अगदी लहान, त्यामुळे अनंत-अपाराचा आनंद घेणे इंद्रियांच्या शक्तीच्या पलीकडे राहणे स्वाभाविक आहे. आपले नित्याचे जीवन बहिर्मुख असल्याने आपली सुख-कल्पनाही इंद्रियांच्या द्वारा होणाऱ्या अनुकूल संवेदनेशी जोडलेली असते. तेव्हा अतीन्द्रिय इंद्रियापलिकडचे सुख काही असते याची कल्पना आपण करू शकत नाही. मान-सन्मान-सत्कार-प्रतिष्ठा-स्तुती-सत्ता इत्यादी गोष्टी कर्मेन्द्रिये, ज्ञानेन्द्रिये यांनी अनुभविता येणाऱ्या नसल्या तरी त्या मनाने अनुभविता येणाऱ्या आहेत. त्यामुळे ते सुखही अतीन्द्रिय नाही. कारण मन हेही इंद्रियच म्हटले आहे. आणि त्याचे स्वरूप उभयात्मक आहे. म्हणजे ते ज्ञानेन्द्रियही आहे आणि कर्मेन्द्रियही आहे, असे सांगितले आहे.

आपणही आपल्या दैनंदिन जीवनामध्ये एका अतीन्द्रिय सुखाचा अनुभव घेत असतो. पण अतिपरिचयामुळे आपण तिकडे लक्ष देत नाही. गाढ झोपेचे सुख हे खऱ्या अर्थाने अतीन्द्रिय सुख आहे. कोणत्याही ज्ञानेन्द्रियाने-कर्मेन्द्रियाने वा मनानेही आपण ते उपभोगतो असे सांगता येणार नाही. पण बहुधा सहजासहजी प्राप्त होत असल्याने झोपेच्या सुखाचे महत्त्व आपण लक्षात घेत नाही. तुला सुखकारक काय? काय आवडते? असे कोणाला विचारले तर तो शब्द-स्पर्श-रूप-रस-गंध यापैकीच एखाद्याचा वा आलटून पालटून सगळ्याचा उल्लेख करील. तेव्हा त्याला म्हणावे की तुला जे आवडते असे म्हणतोस ते शब्दस्पर्शादि सुख तुला तू म्हणशील तितके, म्हणशील तितक्या वेळ उपभोगावयास मिळेल पण अट एकच, झोपावयाचे नाही. एक दोन दिवस माणसे कदाचित् दम धरतील, एखादा निष्ठावंत, छांदिष्ट कचित् तीन चार दिवस टिकेल. पण मग मात्र वैतागून म्हणेल. 'ते सगळे खड्ड्यात जाऊ द्या, मला आता झोपू द्या!' झोप छान लागली असली तरच जागृतीतील सुखे उपभोगता

येतात. अतीन्द्रिय सुख किती महत्त्वाचे आहे हे लक्षात यावे म्हणून मी हे सांगत आहे.

चांगली झोप येण्यासाठी सुद्धा युक्ताहार-विहाराचाच उपयोग होत असतो. गाढ झोप ही अशी महत्त्वाची, खऱ्या सुखाची आणि अत्यंत आवश्यक असली तरी तिचे स्वरूप अतीन्द्रिय, इंद्रियापलिकडचे असले तरी ती बुद्धिगम्य नाही. अनुभव असतो पण अनुभव घेत असताना त्या अनुभवाची जाणीव नसते. निद्रा आणि समाधि यातील वेगळेपणा जाणिवेच्या माध्यमातून जाणून घ्यावा लागतो. श्रीशंकराचार्यांनी निद्रेला 'समाधिस्थिति' म्हटले असले तरी ते वर्णन, पूर्ण होऊन सहजावस्थेला प्राप्त झालेल्या व्यक्तीचे आहे. श्रीज्ञानोबारायांनी याही पुढे जाऊन 'तो असे तेचि कपिध्वजा । समाधी माझी' असे म्हटले आहे. या शब्दातून जणू ज्ञानोबाराय सहजावस्थेची परिसीमा, प्रगट करीत आहेत. प्रयत्न करणाऱ्या साधकाने समाधी आणि निद्रेतील अंतर मात्र विवेकाने जाणले पाहिजे. जागृतीमध्ये जाणीव असते. पण त्यावेळी वृत्ती बहिर्मुख असते. निद्रेमध्ये इंद्रिय निष्क्रिय आणि वृत्ती लय पावलेली असते. त्यामुळे जाणिवेचा अभाव असतो. समाधीमध्ये वृत्ती लय पावलेली नसते. ती अधिकारप्रमाणे ध्येयाशी एकाग्र झालेली राहते. ती नाहिशी होत नाही. ती अंतर्मुख होऊन राहते. समाधीच्या काही प्रकारात तर इंद्रियेही निष्क्रिय नसतात. तीही अंतर्मुख होतात. भावावेशाप्रमाणे मग अशी व्यक्ती पाहते, गाते, नाचते, वेगवेगळ्या हालचाली करते असेही दिसते. पण या सर्व क्रिया उन्मादवत् असतात. लोकबाह्य असतात. मात्र यावरून वेड्याला समाधिस्थ मानण्याची चूक कोणीही करू नये.

आत्मसुख आणि गाढ झोपेचे सुख यात अंतर पडते ते येथेच. व्यावहारिक जीवनात झोपेच्या सुखाला खऱ्या अर्थाने पर्याय नसल्यामुळे झोपेच्या सुखाचे मूल्य अधिक मानावे लागले तरी ते आत्यंतिक नाही, अनंत नाही, अपार नाही. आत्मसुख त्याही दृष्टीने विशेष आहे.

आत्मसुख हे बुद्धिग्राह्यही आहे आणि आत्यंतिकही आहे. असे असल्यामुळे त्या सुखाचा एकदा अनुभव मिळाला की त्या जीवाला तेथून हलावे, परतावे, दूर व्हावे असे कोणत्याही कारणाने वाटत नाही. तो त्या आत्मरूपाशी जडून, समरसून, विलीन होऊन राहतो. ही स्थिती लक्षात यावी म्हणून दोन उदाहरणे विचारात घेण्यासारखी आहेत. दुष्ट नवरा आणि खाष्ट सासू यांचा सासुरवास सोसणाऱ्या शालीन सुवासिनीला प्रेमळ आईबापांच्या सहवासात, माहेरी आल्यावर जसे वाटते, तसे आत्मप्राप्तीने जीवाला वाटते; किंवा दीर्घकालाचा अगतिकपणे करावा लागणारा

कष्टदायक प्रवास संपवून प्रवासी आपल्या माधुर्याने भरलेल्या संपन्न घरी परत येतो तेव्हा त्याला जसे वाटते, ती स्थिती आत्मसाक्षात्काराने सुखावलेल्या जीवाची असते. अर्थात् ही उदाहरणे केवळ उदाहरणेच आहेत. अनंत-अव्यय-अखंड-व्यापक, अद्वितीय अशा आत्म्याच्या संदर्भात कोणतेही उदाहरण हे परिपूर्ण असू शकत नाही. सर्व उदाहरणे वा उपमा या शाखाचंद्रन्यायाने घ्याव्या लागतात.

‘तत्त्वतः न चलति’ या शब्दाचा जसा तत्त्वापासून म्हणजे आत्मतत्त्वापासून, आत्म्यापासून, ब्रह्मापासून, भगवद्स्वरूपापासून ढळत नाही, विलग होत नाही, तेथेच जडून राहतो, असा अर्थ आहे; त्याप्रमाणे ‘तत्त्वतः न चलति’ या शब्दसंहतीचा अर्थ करताना त्याचा एक व्यावहारिक आशयही लक्षात घेणे इष्ट आहे.

आत्मदर्शन झालेल्या वा आत्म्याशी अंतःकरण जडून राहिलेल्या या योग्याचे-जीवनमुक्ताचे, श्रेष्ठ भक्ताचे शरीर काही सुटलेले नसते. त्यामुळे प्रारब्धवशात होणारी, देहधारणेसाठी करावी लागणारी कर्मे वा प्राप्त कर्तव्य म्हणून करावी लागणारी कृत्ये त्या योग्याकडून, आत्मसाक्षात्कारी पुरुषाकडून घडतच असतात. त्यामुळे तो सामान्यजनांच्या दृष्टीने लौकिक व्यवहाराच्या पातळीवर सामान्यासारखाच दिसतो. त्यामुळे हा कशाचा योगी? हा कशाचा आत्मसाक्षात्कारी? हा कशाचा भक्त? असेही कोणास वाटू शकते. म्हणून जरी व्यवहार-दशेत शरीरव्यापाराच्या दृष्टीने तो कुठेही असला, काहीही करीत असला तरी ‘तत्त्वतः न चलति’, तात्त्विक दृष्टीने चळलेला नसतो, ढळलेला नसतो, आपल्या ठिकाणीच स्थित असतो, असाही अर्थ करणे उचित आहे, श्री ज्ञानेश्वर महाराजांनी अशा अर्थाचे वर्णन फार उत्कटपणे केले आहे. ते म्हणतात,

‘तोहि नेत्री पाहे । श्रवणी ऐकत आहे । परी तेथिचा सर्वथा नोहे । नवल देखे ॥ स्पर्शांसि तरी जाणे । परिमळु सेवी घ्राणे । अवसरोचित बोलणे । तथाहि आथी ॥ आहारते स्वीकारी । त्यजावे ते परिहरि । निद्रेचिया अवसरी । निदिजे सुखे ॥ आपुलेनि इच्छावशे । तोहि गा चालतु दिसे । पै सकळ कर्म ऐसे । राहावे कीर ॥ तो कर्म करी सकळे । परी कर्मबंधा नातळे । जैसे न शिंपी जळी जळे । पद्मपत्र ॥’ (ज्ञाने. ५/४१ ते ४४ व ५०)

हे वर्णन येथेही तंतोतंत लागू पडणारे आहे. व्यवहारात कसेही दिसत असले तरी ‘तत्त्वतः न चलति’ हे लक्षात येण्याच्या दृष्टीने ते बोधप्रदही आहे.

श्रीमच्छंकराचार्यांची सगळी ‘जीवन्मुक्तानंदलहरी’ यादृष्टीने अभ्यासण्यासारखी आहे.

आत्मदर्शन झाले म्हणजे तेथून हलावेसे का वाटत नाही, त्याचे अधिक स्पष्टीकरण पुढील श्लोकात आले आहे.

: २२ :

यं लब्ध्वा चापरं लाभं मन्यते नाधिकं ततः ।

यस्मिन् स्थितो न दुःखेन गुरुणापि विचाल्यते ॥

जे लाभल्यानंतर त्यापेक्षा दुसरा कोणताही लाभ अधिक आहे असे त्यास वाटत नाही. जेथे स्थिरावल्यानंतर मोठ्यातल्या मोठ्या दुःखानेही तो विचलित होत नाही.

आत्मदर्शन, आत्मसाक्षात्कार, आत्मप्राप्ती हा लाभ इतका मोठा आहे, इतका श्रेष्ठ आहे, इतका लोभनीय आहे की त्यापेक्षा अधिक काही आकर्षक म्हणून त्रिभुवनात उरतच नाही. ‘सर्व सुखाचे आगरा बाप रखुमा देवीवर ।’ असे संतांनी म्हटले आहे. कारण ‘तुझे पायी सुख सर्व आहे’ हा त्यांचा अनुभव आहे. म्हणून त्यांनी आपल्या इंद्रियांनाही आदेश दिला आहे की बाबांनो! हे सुंदर ध्यान विटेवर उभे आहे. म्हणून,

घेई घेई माझे वाचे । गोड नाम विठोबाचे ॥

डोळे तुम्ही घ्या रे सुख । पहा विठोबाचे मुख ॥

तुम्ही ऐका रे कान । माझ्या विठोबाचे गुण ॥

मना तेथे धाव घेई । राहे विठोबाचे पायी ॥

तुका म्हणे जीवा । नको सोडू या केशवा ॥

आत्मप्राप्तीचा आनंद असा विलक्षण आहे की त्यातील अनुभवासाठी सर्व इंद्रिये ‘हा केवळ माझाच विषय आहे’ या भावनेने तिकडे ओढ घेतात. म्हणून तर देहाच्या ठिकाणी अष्टसात्त्विकभाव प्रगट होत असतात. आपापल्या आवडीप्रमाणे आत्मदर्शन साकारते. निर्गुण सगुण होते. निराकार-निरंजनता, ही, सुखसंतोष-समाधान-प्रसन्नता-आनंद या भावाने अंतःकरणाला व्यापून राहते. हे सुख अवीट आहे अर्थातच त्यापेक्षा अधिक लाभदायक काही उरत नाही असे वाटणे स्वाभाविक आहे. व्यावहारिकदृष्ट्या इतर सर्व प्रकारची हानी सोसूनही सत्पुरुष याच सुखाची आम्हाला ओढ आहे असे सर्वजनकल्याणासाठी आवर्जून सांगत असतात. कारण

वस्तुस्थितीच अशी असते. श्री तुकाराम महाराजांनी तर “**न मिळो खावया न वाढो संतान । परी हा नारायण कृपा करो ॥**” असे उद्गार अत्यंत उत्कटतेने काढलेले आहेत.

कृपेचा हा अर्थ आपल्या आकलनापलिकडचा आहे. घर सुसंपन्न, ऐश्वर्य चांगले, बायको मुले आनंदी, अन्नधान्याची रेलचेल, समाजात मान सन्मान असे सगळे काही मनाप्रमाणे यथास्थित असले की मग आपल्याला ती परमेश्वरी कृपा झाली आहे असे वाटते आणि हे महाराज ‘**तुका म्हणे तुझी नलगे दसोडी । परी आहे आवडी दर्शनाची ॥**’ असे मागणे करीत असतात. आपली स्थिती मृगजळाच्या मागे धावणाऱ्या तहानलेल्या हरिणासारखी असते तर सत्पुरुष ‘**आनंदाचे डोही । आनंद तरंग**’ या स्वरूपात सुखामृताने परिपूर्ण भरलेल्या सरोवरात आनंदाने पोहत असतात. सार्वभौम सम्राटाला कवड्या गोळा करण्याची इच्छा होत नाही. मिष्टानाने तृप्त झालेल्याला कांजी प्यावीशी वाटत नाही. सोनसळी रेशमी वस्त्राने मिरविणाऱ्याला चिंध्यांची ओढ नसते. वैभवशाली राजमंदिरात सुखावलेल्याला काटेरी माळरानावरच्या चंद्रमौळी झोपडीचे आकर्षण उरत नाही. त्याप्रमाणे आत्मप्राप्ती, ईश्वरी-साक्षात्कार झालेल्याला त्रिभुवनातील इतर कोणताही विषय सुखदायक वा आकर्षक वाटत नाही. त्याचा आनंद, त्याची प्रसन्नता अक्षय, अभंग आणि निर्लेप असते. ‘**आनंद तयाचा कधी न कशाने मळे**’ असे वर्णन आमच्या ती. दादांनी केले आहे. लोकमान्य टिळकांसंबंधीची आठवण यादृष्टीने विचारात घेण्यासारखी आहे. भगवद्गीता ऐकल्यावर, भगवंतांनी गायिलेले गाणे ऐकल्यानंतर त्यांना दुसऱ्या कोण्या गवयाचे कर्णमधुर संगीत ऐकण्याची इच्छा उरली नाही. हे ‘**यं लब्ध्वा चापरं लाभं मन्यते नाधिकं ततः**’ यादृष्टीने लक्षात घेण्यासारखे उदाहरण आहे.

हे असे असल्यामुळेच गीतेने ‘**यस्मिन् स्थितो न दुःखेन गुरुणापि विचाल्यते**’ अशी स्थिती त्या योग्याची, आत्मसाक्षात्कार झालेल्याची होते असे म्हटले आहे. योगी वा आत्मसाक्षात्कारी पुरुष मोठ्यातल्या मोठ्या दुःखाने विचलित होत नाहीत असे भगवान सांगतात. आपली समजूत मात्र नेमकी उलटी असते.

हा योगी आहे, ईश्वरभक्त आहे, साक्षात्कारी पुरुष आहे, थोर अधिकारी आहे तर त्याच्यावर संकटे येतीलच कशी? त्याच्यावर दुःखात सापडण्याचा प्रसंग ओढवतोच कशाला? ईश्वर भक्ताचा पाठिराखा असतो तर त्याच्यावर कोणतीही आपत्ती कधी येताच कामा नये असे आपण मानीत असतो, बोलतही असतो.

आत्मसाक्षात्कारी पुरुषावरही, ईश्वरभक्तावरही आमच्यासारखीच दुःखे-संकटे कोसळत असतील तर भक्त होण्याचा, भक्ती करण्याचा उपयोग काय, असे आपणास वाटत असते. भ्रष्ट राजकारणात मोठ्या अधिकाऱ्याचा वा मंत्र्याचा वशिला असला की सगळी कामे कोणतीही अडचण न येता जशी बिनबोभाट पार पडतात तसेच परमार्थातही असावे, असे आपण गृहीत धरलेले असते. त्यादृष्टीने पुराणातील, इतिहासातील, संतचरित्रातील, काही गोष्टी आपण आपल्या सोयीने लक्षात ठेवलेल्या असतात. योग्याला तर सर्व सिद्धी प्राप्त झालेल्या असतात. अशा स्थितीत दुःखे त्याच्याकडे यावीतच का? असा आपला प्रश्न असतो. वस्तुस्थिती मात्र अशी नाही. ज्या घटनांचा आपण दुःखदायक म्हणून उल्लेख करतो, ज्यांना संकट-आपत्ती-विपत्ती म्हणून मानले जाते, अशा घटना अत्यंत थोर थोर व्यक्तींच्या जीवनातही अनेकदा घडलेल्या आहेत, अधिक उग्र स्वरूपात घडलेल्या आहेत, अशीच इतिहासाची नोंद आहे. राजा श्रीराम, नल वा धर्मात्मा युधिष्ठिर यांची योग्यता असामान्य असूनही त्या श्रेष्ठ पुरुषांवर कोसळलेल्या संकटांचा उल्लेखही ऐकणाऱ्या सामान्यांचे अंतःकरण थरकापवून टाकणारा असतो. सीता-सावित्री-द्रौपदी यांचीही चरित्रे अशीच आहेत. श्री तुकाराम महाराजांनी आपल्या संसाराच्या दैन्याचे स्वतःच वर्णन केले आहे. आपण एकनाथ महाराजांचा प्रपंच मोठा सुखी आणि संपन्न मानतो. आर्थिकदृष्ट्या तो तसा होता, असेलही, पण त्यांचा मुलगा त्यांच्याशी भांडत असे आणि जावयाने तर त्यांना कितीप्रकारे छळले असेल कोणास ठाऊक!

तेव्हा संकटेच न येणे यात मोठ्यांचे मोठेपण नाही; तर मोठ्यांचे मोठेपण दृढ राहण्यात, धैर्य न चळू देण्यात, हताश न होण्यात, हायहाय न करण्यात आहे. वादळाचा वेग कितीही मोठा असला तरी पर्वताचे शिखर जसे अचल राहते, धुवांधार मेघवर्षावानेही ते कोसळत नाही. तशी स्थिती मोठ्यात मोठ्या दुःखाच्या वेळी थोरांच्या मनोवृत्तीची असते. देहबुद्धीमुळे संकटे आपणास भयभीत करतात, दुःखदायक होतात. ज्यांची आत्मबुद्धी असते, त्यांना परिस्थितीतून उत्पन्न होणारी संकटे पीडाकर होण्याचे कारणच नसते. त्यांच्या लेखी इंद्रियांचे सुख, सुख नसते. तसेच इंद्रियांचे दुःखही, दुःख नसते. म्हणून दुःखाच्या प्रसंगीही-संकटातही त्यांचे धैर्य ढळत नाही, प्रसन्नता मावळत नाही. दुःख दुःखच खरे पण जणु ते त्यांच्यापर्यंत पोचतच नाही. योगाचे सामर्थ्य किंवा स्वरूप हे असे असते. पुढील श्लोकात ते स्पष्ट झाले आहे.

: २३ :

तं विद्याद्दुःखसंयोगवियोगं योगसंज्ञितम् ।

स निश्चयेन योक्तव्यो योगोऽनिर्विण्णचेतसा ॥

दुःखाच्या संयोगाचा वियोग जेथे असतो त्याला योग म्हणून जाणावे. (जिचे चित्त आसक्तिरहित झाले आहे अशा व्यक्तीने) असा हा योग निश्चयाने, प्राप्त करून घ्यावा.

दुःखाच्या संयोगाचा वियोग होतो, हे म्हणणे लक्षात घेण्यासारखे आहे. दुःखाचे प्रसंग येतच नाहीत, त्यांचा वियोग होतो असे वर्णन येथे नाही. ज्याच्याज्याच्यामुळे दुःख वाटावे असे प्रसंग जगतामध्ये सदैव आणि सर्वत्र घडत असतात. भूकंप-महापूर, अतिवृष्टी, दुष्काळ, वणवा लागणे, अपघात, हत्या, बलात्कार, लुटालूट, चोरी, मृत्यू यातही तरुणांचे आणि बालकांचे मृत्यू, नाना प्रकारचे व्याधी, भ्रष्टाचार, स्वार्थान्धांनी केलेले अन्याय अशा घटना घडत नाहीत, असा दिवसही जात नाही. तीव्र दुःख व्हावे असे काही ना काही तरी सतत घडत असते. पण यातल्या किती गोष्टींमुळे आपणास अत्यंत दुःख होते याचा विचार ज्याने त्याने मनाशी करावा. आपण फार तर 'अरेरे' म्हणतो, असे घडू नये म्हणतो, असा प्रसंग शत्रूवरही ओढवू नये, असे सभ्यपणाने म्हणतो. हे असे म्हणणे प्रत्येकवेळी दंभाचेच असते असे नाही. मानवी गुणधर्मात सहानुभूती हाही मनुष्याचा एक स्वाभाविक गुण आहे. तो संस्काराने, उदात्त विचाराने अधिकाधिक व्यापक होऊ शकतो. आणि या व्यापक सहानुभूतीतूनच सामाजिक कार्यकर्ते, देशभक्त नेते, शास्त्रज्ञ आणि सत्पुरुष जन्मास येत असतात. परंतु ही गोष्ट सामान्य नाही. सामान्यांच्या संबंधात तरी दुःखदायक घटनांचा संबंध कोणत्या ना कोणत्या स्वरूपात प्रत्यक्ष त्यांच्याशीच येऊन भिडतो, तेव्हा दुःखकारक होतो. यावरून लक्षात येईल की दुःख हे त्या त्या दुःखदायक घटनेचे नसते.

दुःखाचा स्वतःशी जो संबंध येतो त्यामुळे ते उत्पन्न होते. मी नेहमी एक उदाहरण सांगतो, त्यावरून हे लक्षात येईल. चांगला अनुभवी, अवघडातील अवघड शस्त्रकर्मेही कुशलतेने पार पाडणारा, अनेक रुग्णांना पुन्हा जणू नवे जीवन देणारा शस्त्रवैद्यही स्वतःच्याच मुलाचे शस्त्रकर्म करीत नाही. इतरांची करतो तेव्हा, त्याचे काही झाले तरी चालेल अशी भावना त्याची नक्कीच नसते. शस्त्रकर्म यशस्वी व्हावे, त्यांचा जीव वाचावा अशीच भावना प्रत्येकवेळी शस्त्रवैद्याची असते. स्वतःच्या मुलाच्या संबंधात

याहून वेगळे काही असणारच नाही; तरी तो स्वतःच्या मुलाचे शस्त्रकर्म करीत नाही. कारण एकच, त्याचे स्वतःच्या मुलाविषयीचे ममत्वच त्याच्या कौशल्याच्या आड येते. एरवी जो आत्मविश्वास त्याला असतो तो केवळ ममत्वाने आता वाटत नाही. दुःखापेक्षा संयोगच कसा पीडादायक असतो हे यावरून लक्षात येईल.

औषधी क्षेत्रातील वेदनानाशके, संमोहनद्रव्ये हेच कार्य करीत असतात आणि त्यांचा उपयोगही कित्येकवेळी फार महत्त्वाचा ठरतो.

शास्त्र, हेच कार्य तत्त्वज्ञानाच्या माध्यमातून घडवित असते. हे ज्याला साध्य होते तो योगी. मिथिलेचा राजा जनक हा असा तत्त्वज्ञानी होता. त्यामुळे तो सहजपणे म्हणू शकला 'मिथिलयां प्रदग्धायां न मे दहति किंचन' मिथिलेला-राजधानीला आग लागली तरी माझे काहीच जळत नाही. काही बुद्धीवाद्यांना रोमच्या राजाचे-नीरोचे उदाहरण आठवते आणि तत्त्वज्ञानाची टवाळी करताना ते त्याचा उपयोगही करतात. त्याची जनकाशी तुलना करणे दुःष्टपणाचे आहे. नीरो अत्यंत स्वयंकेंद्रित, स्वार्थी आणि अहंमन्य होता आणि त्यामुळे रोम पेटलेले असताना, वैभवशाली राजवाड्यात वाद्य वाजविण्यात आणि संगीताचे सुख लुटण्यात गढून राहू शकत होता. जनकाची स्थिती यापेक्षा अगदी वेगळी होती. दुसऱ्या टोकाची होती म्हटले तरी चालेल. त्याचा स्वतःचा पाय जवळची शेकोटी लागून जळू लागला तरीही तो शान्तच होता, असे वर्णन आहे. स्वयंकेंद्रित माणसाचे असे नसते. ती माणसे स्वतःच्या संबंधात हळवी, अत्यंत घायकुती असतात. त्यांचे सारे ममत्व स्वतःचे शरीर वा वैयक्तिक प्रतिष्ठा यांच्यापुरते मर्यादित असते. स्वतःपलीकडे इतर कोणत्याही कोणाच्याही सुखदुःखांची क्षिती ते बाळगीत नाहीत. स्वतःच्या स्वार्थासाठी इतरांची काय स्वतःच्या बायकोमुलांचीही हत्या करणारे स्वार्थान्ध इतिहासात होऊन गेले आहेत. सत्तापिपासू असलेल्या लोकांच्यामध्ये त्याचे प्रमाण पुष्कळच मोठे आहे. म्हणून नीरो आणि जनक यांची तुलना करता येत नाही. त्यांच्यातला सारखेपणा हा उथळपणे पाहण्याचा परिणाम आहे. नीरो नृशंस आहे, जनक महात्मा आहे. असो.

योगामुळे आसक्तीचा नाश होतो, अंतःकरण निःस्पृह होते. स्वार्थ पार नाहीसा होतो. त्यामुळे परिस्थितीने वा प्रारब्धवशात उत्पन्न झालेल्या दुःखद घटना त्यांना पीडा देऊ शकत नाहीत. साधनेच्या बळावर त्यांची देहबुद्धी आत्मबुद्धी झालेली असते. आणि ते मग सुदामदेवाप्रमाणे कौतुकाने म्हणत राहतात की 'नियती घेऊन

दुःखे भारी । कष्टविण्या मज येते दारी ॥ परी टाकिते श्वास हताशी । बधुन मला तव पदकमलासी ॥' (कृष्णकथामृत) आपला काहीही परिणाम त्या व्यक्तीवर दिसत नाही, म्हणून दुःखच आणणारी नियती अपयशाने खिन्न होऊन धापा टाकित राहते!

प्राप्तपुरुषांच्या संबंधात खरोखरीच हे असे घडत असते. सर्व बाह्यपाशातून सुटून, आसक्तीविरहित होऊन ते इंद्रियमनबुद्धीच्या पलीकडे असलेल्या आत्मतत्त्वाशी निष्काम-निरहंकारी वृत्तीने एकरूप होऊन जातात. म्हणून कधी दुःखी कष्टी होत नाहीत, अस्वस्थ होत नाहीत, अस्वस्थ शब्द मोठा चांगला आहे, बोधप्रद आहे. स्व-स्थ नाही तो अस्वस्थ. स्व म्हणजे आपण, आपण स्वतः व्यवहारतः ज्याला आपण समजत असतो ते खरोखरीच आपले खरे स्वरूप नसते. श्रीमत् शंकराचार्यांसारख्या महान् तत्त्ववेत्त्यांनी आपल्या 'निर्वाणषटक' या लहानशा स्तोत्रात हे फार चांगल्या रीतीने पटवून दिले आहे. त्यातला पहिलाच श्लोक आपल्या धारणा कशा चुकीच्या असतात, ते लक्षात आणून देण्याच्या दृष्टीने पुरेसा आहे.

मनोबुद्ध्यहंकारचित्तानि नाहं । न च श्रोत्रजिह्वे न च घ्राणनेत्रे ।

न च व्योम भूमिर्न तेजो न वायुः । चिदानन्दरूपः शिवोऽहं शिवोऽहम् ॥

मी मन नाही, मी चित्त नाही, मी बुद्धी नाही, मी अहंकार नाही, किंवा शरीराला शरीरपणा ज्यांच्यामुळे येतो ते कान, त्वचा, डोळे, जीभ, नाक ही इंद्रिये म्हणजेही मी नव्हे वा सर्व शरीरच काय पण सगळी सृष्टीही ज्यांच्यामुळे आकाराला येते ती पृथ्वी, आप, तेज, वायू, आकाश ही पंचमहाभूते, हेही माझे स्वरूप नाही. नित्य कल्याण, सच्चिदानंद-स्वरूप, शिव, आत्मा, परमात्मा, ब्रह्म हेच माझे स्वरूप आहे.

जो असा सच्चिदानंद स्वरूप आहे अर्थात मी असा आहे, हे साधनेच्याच बळावर ज्याने अनुभविले, त्याच्याशी दुःखाचा संयोग होतोच कशाला? दुःखे ही एक तर स्थूल शरीराच्या आश्रयाने राहतात. किंवा इंद्रियमनबुद्धीच्या आश्रयाने राहतात. जी आत्म्याच्या जवळीकतेमुळे वा सत्त्वगुणाच्या प्राधान्यामुळे चेतन वाटली तरी तत्त्वतः जडच आहेत. आत्मा पूर्ण चेतन, चैतन्यघन, सच्चिदानंदरूप असा असल्याने जडाच्या ठायी होणाऱ्या विकाराचा त्याला स्पर्श होण्याचे कारण नाही. जड त्याच्या आश्रयाने राहते हे खरे पण तो त्यांच्यापेक्षा अलिप्त असतो. म्हणून तर भगवंतांनी पुढे नवव्या अध्यायात 'मत्स्थानि सर्वभूतानि न चाहं तेष्ववस्थितः' असे म्हटले आहे. आणि पुढे लगेच, परमात्मा पूर्णपणे अलिप्त असल्याने भूते त्याच्या आश्रयाने

राहतात, हे म्हणणेही योग्य नाही, हे 'न च मत्स्थानि भूतानि' या शब्दांनी स्पष्ट केले आहे आणि हे वास्तव स्वरूप जाणून घेणे, हेच योगरूप ऐश्वर्य जाणून घेणे आहे, असे म्हटले आहे. ह्याटिकाणी भगवंतांनी ह्याचसाठी दुःखाच्या संयोगाचा वियोग होणे या स्थितीलाच योग म्हटले आहे.

असा हा योग अनिर्विण्ण होऊन म्हणजे निराश, हताश न होता धैर्य धरून, उत्साह टिकवून निश्चयाने, श्रद्धेने, सातत्याच्या प्रयत्नाने जाणून घ्यावा असे म्हटले आहे. उतावळेपणाने-अधीरतेने, अजून साधना कशी फलद्रूप होत नाही, ध्येय कसे प्राप्त होत नाही, इतक्या दिवसांच्या इतक्या प्रयत्नाला एवढ्या दीर्घकाळाच्या सातत्याला, अभ्यासाला अद्यापीही यश का येत नाही असे वाटून साधनेलाच कंटाळू नये. प्रयत्नाचाच-अभ्यासाचाच-उबग येऊ देऊ नये. 'अनिर्विण्णचेतस' आणि 'निश्चयेन योक्तव्यः' हे म्हणण्यात इतके सगळे अभिप्रेत आहे.

परमार्थात खरोखरीच अवघड असते ते असा हा धीर टिकणे हेच! माणसे खरेतर परमार्थ साधनेला लवकर आरंभ करीत नाहीत. कुमारवयातच साधनेला लागावे, असे शास्त्राने सांगितले आहे 'कौमार आचरेत् प्राज्ञः धर्मान् भागवतानिह' कुमारवय म्हणजे बारा-चौदाचे वय. त्यावेळी परमार्थाचे नाव काढणेही हास्यास्पद वाटावे, अशी स्थिती आहे. बारा-चौदा तर राहू द्या पण पंचविशी-तिशीतही असा विचार कोणाच्या मनात येत नाही. पन्नाशी उलटल्यावर खरेतर साठी उलटल्यावर, त्यातही काही कौटुंबिक आपत्ती कोसळली म्हणजे मग 'ज्ञानेश्वरी ही काय भानगड आहे, पाहू या तरी!' असे वाटू लागते. हे खरे म्हणजे घर पेटल्यावर विहीर खोदायला जाण्यासारखे आहे.

पूर्वसुकृत चांगले असेल तरच बारा-पंधराच्या वयात वा क्वचित् त्यापूर्वीही परमार्थाची आवड निर्माण होईल. पण निदान पंचविशी-तिशीत तरी माणसाने परमार्थ साधनेस लागणे आवश्यक आहे. या वयात शिक्षण पूर्ण झालेले असते. समज चांगली वाढलेली असते. व्यवसाय निश्चित झालेला असतो. बहुधा स्थिरावलेलाही असतो. आता तरी, काही वेळ तरी साधनेसाठी दिला पाहिजे. अर्थात कोणतीही साधना ही बाहेरच्या कर्मकांडापुरती तांत्रिक राहता कामा नये. केवळ तांत्रिकपणा फार काळ उपयोगी पडत नाही.

शिक्षणास आरंभ केल्यापासून पदवीधर होण्यापर्यंतचा काळ सामान्यतः चौदा-पंधरा वर्षांचा असतो. त्यासाठीही पहिली दोन-तीन वर्षे सोडली तर पुढची दहा-

बारा वर्षे, सहा तास शाळा आणि तीन चार तास वेगळा अभ्यास साक्षेपाने करावा लागतो; तेव्हा कुठे पदवीधर होता येते. मनुष्य चांगला बुद्धिमान असला आणि त्याने करावयाचा अभ्यास विशेष दक्षतेने केला तरच पहिला वर्ग मिळतो. पारमार्थिक प्रगतीतही हेच सर्व लक्षात ठेवले पाहिजे. पी हळद की हो गोरी, असे कधी घडत नाही. चांगल्या वहितावलेल्या भूमीतही पेरलेले बी लगेच फळाला येत नाही. बी पेरावे लागते, त्याची अत्यंत सावधानतेने, योग्यरीतीने जोपासना करावी लागते. दीर्घकाळ न कंटाळता श्रमावे लागते. तेव्हा कुठे फळ पदरात पडते!

तेव्हा परमार्थसाधनेत तरी माणसाने अधीर होऊ नये. अजून कसे काही घडत नाही, कसा अनुभव येत नाही, अशा विचारांचा उतावीळपणा करू नये. साधनेतच आनंद मानावा, साधनेचाच आनंद मानावा, म्हणजे मग कंटाळण्याचे वा निराश होण्याचे कारण उरत नाही. साधनेचा निश्चय टिकला तरच उत्साह टिकून राहतो. यासाठीच कित्येकवेळा थोर महात्मे 'फळ नकोच, साधनेतच गोडी वाटू दे.' अशी प्रार्थना करतात. "मनी भक्तीची आवडी । सेवा व्हावी ऐशी गोडी ।" "तुका म्हणे देवा मोक्ष तुमचा तुम्ही ठेवा ॥" असे वा या अर्थाचे उद्गार थोर थोर संतांनी-महात्म्यांनी अनेकवेळा काढलेले आहेत.

व्यवहारामध्ये फलाकांक्षा न करता कर्तव्यकर्म करीत राहावे असे म्हणतात. तेच परमार्थातही लक्षात ठेवणे उपयुक्त आहे. तेथे तातडी चालत नाही, योग्य घडी यावी लागते. आणि ती वेळ कोणती हे ठरविण्याचा अधिकार आपला नसतो. चंचल झालेले मन नाना प्रकारच्या उपायांनी, अनेक साधनांनी, युक्त्याप्रयुक्त्यांनी नियंत्रित करावे लागते, स्वाधीन करून घ्यावे लागते. साधनेच्या ठिकाणी ते रंगून राहिल अशी स्थिती प्रथमतः प्राप्त करून घ्यावी लागते. म्हणजे परमार्थमार्गातला पदवीपर्यंतचा अभ्यास झाला असे समजावे. यासाठी दीर्घकालपर्यंत फार धीर धरून साधना करावी लागते, तेव्हा कोठे मनाचा निग्रह करणे साधू लागते, साधते. मनोनिग्रह किती अवघड आहे, हे लक्षात आणून देण्यासाठी श्री गौडपादाचार्यांनी मांडुक्य-कारिकेत एक उदाहरण दिले आहे.

उत्सेक उदधैर्यद्वत् कुशाग्रेणैक बिन्दुना ।

मनसो निग्रहस्तद्वद् भवेदपरिखेदतः॥ (३/४१)

दर्भाच्या टोकांनी एकेक थेंब बाहेर काढून समुद्र कोरडा करण्याचा प्रयत्न करावा

त्याप्रमाणे थोडेही खिन्न न होता मनाचा निग्रह करण्यासाठी प्रयत्न करित असावे.

मनाचा निग्रह करण्यासाठी, मन स्वाधीन होण्यासाठी न कंटाळता किती दीर्घकाळपर्यंत प्रयत्न करावा लागतो ते यावरून लक्षात येईल. हे, 'की टिटिभू चाचुवरी । माप सुये सागरी ॥' टिटवीने आपल्या चोचीने समुद्र उपसण्याचा प्रयत्न करावा, तसे, तेवढेही नाही. टिटवीची चोच लहान खरी पण तिच्यातही चार सहा थेंब पाणी मावत असेल. हाही थेंबच आहे पण तो दर्भाच्या अगदी बारीकशा टोकाला लागून येणारा आहे. आता ह्या इतक्या लहान थेंबाच्या मापाने समुद्र उपसावयाचा आहे त्याला किती दीर्घ-दीर्घतम काळ लागेल याची नुसती कल्पनाच करावी. शास्त्राच्या भूमिकेतून गणितज्ञ त्याचे गणितही मांडू शकेल. पण ते दहाच्या घातांकस्थानी केवढा आकडा घालून पुरे होईल ते त्याचे त्यालाच ठाऊक!

हे जे उदाहरण दिले आहे ते माणसाला घाबरवून टाकून, त्याने साधना सोडून मोकळे व्हावे यासाठी सांगितलेले नाही. धीर किती टिकवून ठेवला पाहिजे, उतावीळपणा कसा उपयोगाचा नाही ते लक्षात आणून देण्यासाठी हे उदाहरण दिलेले आहे.

हिमालयातील अवघड रस्त्यांची वाटचाल पायी करताना जेथे जावयाचे आहे ते ठिकाण जवळ आले आहे, आता फारसे दूर राहिले नाही, ही एवढी समोरची टेकडी ओलांडली, हे वळण संपले की आलेच; असे सांगण्याचीही अनुभवी मार्गदर्शकाची पद्धती असते. त्यामुळे दुर्गम वाटचालीने थकलेल्या, धीर सुटत आलेल्या वाटसरूला हुरूप येतो. आणि तो आपले बळ पणाला लावून चालू लागतो. दोन चार वेळा असे सांगणे काहींच्या बाबतीत लाभदायकही ठरते. पण दहावीस वेळा हे असे ऐकले की त्यामुळे वाटसरूचा स्वतःचा धीर आवरून धरण्याचे सामर्थ्यही पार खचून जाते. कारण अपेक्षाभंगाचे दुःख सोसण्यालाही एक मर्यादा राहते. आशावादीपणाने धीर टिकतो, हे खरे आहे. आणि त्यादृष्टीने अशी धीर टिकणारी वचने संतांच्या वाङ्मयात पुष्कळ आलेली आहेत.

'सुखालागी करिसी तळमळ । तरि तू पंढरीसी जाई एकवेळ । मग तू अवघाचि सुखरूप होसी । जन्मोजन्मीचे दुःख विसरशी ॥' ; 'आली उर्मी साहे । तुका म्हणे थोडे आहे ॥' ; 'चाल केलासी मोकळा । बोल विठ्ठल वेळोवेळा ॥' ; 'मनी नसे तरी नसो । परी वाचे तरी वसो ॥'



ही वा अशा अर्थाची माणसाचा धीर टिकवणारी, वा काहीच न करणाराला साधनेस प्रवृत्त करणारी वचने आदरणीय, वंदनीय महात्म्यांच्या वाङ्मयात नाना प्रकारांनी आलेली आहेत. ती ती अधिकार-भूमिकेप्रमाणे त्या त्या व्यक्तीच्या हिताचीही आहेत. पण जो वाटचाल करू लागला आहे, साधना मार्गावर बराचसा पुढे सरकला आहे, त्याला वास्तवाचे भान नीटपणे झालेले असणे हेही आवश्यकच आहे. नाहीतर वारंवार होणाऱ्या अपेक्षाभंगाने येणारे नैराश्य फार बलवत्तर असते. त्यामुळे माणूस धीर खचून मोडून पडतो, कोसळतोही आणि मग उरलेले आयुष्य नैराश्याने भरलेले, आधारशून्य होते. ते कुठेतरी भरकटते, वाममार्गालाही लागते. त्यासाठी किती करावयाचे आहे, काय साधावयाचे आहे, त्यासाठी केवढा काळ लागणार आहे याची पुरेशी कल्पना, निदान काहीशी कल्पना साधकाला असणे आवश्यक आहे. त्यामुळेही धीर टिकतो, खिन्नता येत नाही. कारण एवढे एवढे होणार हे मग गृहीतच धरलेले असते. यासाठी गौडपादांनी 'अपरिखेदतः' आणि गीतेने 'अनिर्विण्णचेतसा' ही पदे आवर्जून योजिली आहेत. धीर टिकणे, प्रयत्नास न कंटाळणे हाही मनाच्या निग्रहाचाच एक भाग आहे.

मनाच्या निग्रहावरच निर्भयता, दुःखाचा नाश, ज्ञानप्राप्तीने होणारा बोध आणि अक्षय्य शान्ती यांचा लाभ कोणत्याही मार्गाने जाणाराला व्हावयाचा असतो.

बदरिनाथ-केदारनाथच्या हिमालययात्रेत देवदर्शनी म्हणून एक स्थान लागते. बदरिनाथ धाम- केदारनाथ धाम यापासून ते कोस अर्धा कोस अलीकडेच असते. तेथून पुढची वाटचाल फारशी चढाची नसते. मध्ये वळणेही विशेष नसतात. थकल्या भागल्या यात्रेकरूला तशी दूर असलेली पण दृष्टीस पडणारी मंदिराची क्वचित् उन्हाने चमकणारी शिखरे दिसली की जो आनंद होतो तो अवर्णनीय असतो. त्याचे जणू सर्व श्रम नाहीसे होतात. आता दोन चार पावले तरी टाकू शकू की नाही असे वाटणारा थकवा पार पळून जातो. आणि त्यामुळे त्याची पुढची उरलेली अर्ध्या पाऊण कोसाची वाटचाल सहज होते. मनाचा निग्रह प्राप्त झाला, ते संयमित झाले, स्वाधीन झाले म्हणजे त्या स्थितीचे स्वरूप या देवदर्शनीसारखे असते. म्हणूनच गौडपादाचार्यांनी

**मनसो निग्रहायत्तं अभयं सर्वयोगिनाम् ।**

**दुःखक्षयः प्रबोधश्चाप्यक्षया शान्तिरेव च ।**

असे लिहिले आहे आणि हा श्लोक कुशाग्रबिंदूने समुद्र उपसण्याच्या श्लोकाच्या

आधीचाच आहे.

मनोनिग्रह प्राप्त झाला की साधना संपत येते हे खरे पण ध्येय प्राप्तीला अजूनही थोडासा अवकाश असतो. पारिभाषिक शब्दात मला फारसे गम्यही नाही आणि रसही नाही, तरी पण ज्यांना ते परिचित आहेत त्यांना हा विषय त्याही माध्यमातून आकळता यावा म्हणून सांगतो की मनोनिग्रह हा व्यतिरेकासारखा आहे तर ध्येयप्राप्ती ही अन्वयासारखी आहे. रोग जाणे आणि पुन्हा पूर्वीसारखी शक्ती येणे यात जसे अंतर आहे, तसेच येथेही राहते. मनोनिग्रहाने निर्भयता लाभत असेल तर ध्येयप्राप्तीने तेजस्विता प्राप्त होते. मनोनिग्रहाने दुःखाचा नाश होतो. तर ध्येयभूत असलेल्या आत्मसाक्षात्काराने आनंद अनुभविता येतो. मनोनिग्रहाच्या आश्रयाने अक्षय्य शान्ती मिळते. आत्मदर्शनाने लाभलेली आत्मरूपता निराबाध अशा निस्सीम प्रसन्नतेचा प्रत्यय आणून देते. योगाच्या प्राप्तीची महती अशी थोर आहे. तिच्यापेक्षा अधिक चांगले, अधिक श्रेष्ठ म्हणून काही उरत नाही. असा हा श्रेष्ठ, परम आनंदाचा लाभ करून देणारा योग निश्चयाने प्राप्त करून घ्यावा. त्यासाठी आवश्यक असणारा मनोनिग्रह कसा साधावा ते पुढील तीन श्लोकातून सांगितले गेले आहे.

ह्याच अध्यायात पूर्वी दहाव्या अकराव्या श्लोकापासून सतराव्या श्लोकापर्यंत साधनेचा पूर्वार्ध सांगितला. ती साधना काहीशी बहिरंग स्वरूपाची होती. तेथेही मनाला आवरण्यासंबंधीचे उल्लेख आहेतच. पण आता पुढील तीन श्लोकात मन कसे आवरावे त्याची पद्धती भगवान सांगत आहेत.

**: २४-२५-२६ :**

**संकल्पप्रभवान्कामांस्त्यक्त्वा सर्वानशेषतः ।**

**मनसैवेन्द्रियग्रामं विनियम्य समन्ततः ॥**

**शनैः शनैरुपरमेद् बुद्ध्या धृतिगृहीतया ।**

**आत्मसंस्थं मनःकृत्वा न किञ्चिदपि चिन्तयेत् ॥**

**यतो यतो निश्चरति मनश्चलमस्थिरम् ।**

**ततस्ततो नियम्यैतदात्मन्येव वशं नयेत् ॥**

संकल्पातून उत्पन्न होणारे काम, नाना प्रकारच्या वासना पूर्णपणे टाकून द्याव्या

आणि मनाने सर्व इंद्रियांच्या समुदायाला सगळीकडून आवरून धरावे. धैर्याने विवेकी झालेल्या बुद्धीने हळूहळू अनासक्त व्हावे, शान्त व्हावे. मन आत्म्यात स्थिर ठेवावे, आणि तदितर कशाचेही चिंतन करू नये. मन स्वभावतःच अस्थिर आणि चंचल असते. एके ठिकाणी स्थिर राहणे त्याला रुचत नाही. त्यामुळे ते जो जो आत्म्यापासून विचलित होईल तो तो त्याला युक्तिप्रयुक्तीने पुन्हा परत आणून ते आत्म्याच्या स्वाधीन होऊन राहिल असे करावे.

साधनेकरिता विशेषतः ध्यान-साधनेकरिता कसे बसावे, आहार-विहार कसे ठेवावेत हे याच अध्यायात पूर्वी दहाव्या श्लोकापासून पुढील सात आठ श्लोकांत सांगितले गेले, त्यावर यथाशक्ती केलेले विवेचनही आपण ऐकले आहे. गीतेतील ही साधना योगान्तर्गत ध्यानासाठी असली तरी ती इतर साधनेतील एकाग्रतेसाठीही उपयुक्त ठरणारीच आहे. मन रमणे आणि मन एकाग्र होणे या गोष्टी परस्परवलंबी आहेत. त्यामुळे नामस्मरण, पूजापाठ इत्यादि भक्तिमार्गान्तर्गत साधना करणारालाही मन एकाग्र होणे, मन रमणे या गोष्टीची आवश्यकता असतेच. मन एकाग्र होऊन रमण्याच्या साधनेला सोयीसाठी ध्यान हे नाव देण्यास अडचण नाही. पण मनाची एकाग्रता कशी साधावी, मन साधनेत कसे रमून जावे हा प्रश्न काही सोपा नाही. भगवान या श्लोकात क्रमबद्धरीतीने मनावर नियंत्रण कसे प्रस्थापित करावे ते सांगत आहेत.

मनावर नियंत्रण ठेवण्याचा आरंभ संकल्पातून उत्पन्न होणाऱ्या कामांचा समूळ त्याग करण्याने होतो. येथे केवळ काम असा शब्द न वापरता संकल्पप्रभव-संकल्पातून उत्पन्न होणारा-काम असे म्हटले आहे. हे थोडे जाणून घेतले पाहिजे. अलीकडे काम हा शब्द सामान्यतः लैंगिक वासनेला लावला जातो. लैंगिक वासना प्रभावी असते. उत्कट असते. हे कितीही खरे असले तरी काम-इच्छा-वासना ह्यांच्या विशाल क्षेत्राचा विचार करता लैंगिक वासनेचे स्वरूप फारच मर्यादित आहे. आपल्या परंपरेत काम हा शब्द इतक्या संकुचित अर्थाने वापरला जात नाही. निष्काम कर्मयोग हा शब्द आपल्या परिचयाचा आहे. तेथील काम शब्द इतका संकुचित नाही हे सहज लक्षात येऊ शकते. असे असताना एका महापंडिताने नासदीयसूक्तातील 'कामस्तदग्रे समतावर्तताधि' ह्या लहानशा वाक्यांशावर दोन खंडात विभागलेले जवळजवळ दीड हजार पृष्ठांचे संपूर्ण लैंगिक कामशास्त्र लिहिले आहे. ग्रंथाचे

नाव मात्र नासदीय सूक्तभाष्य असे आहे. लो. टिळकांसारख्या महापुरुषाने ऋग्वेदातील ह्या नासदीय सूक्तावर टिप्पणी लिहिताना अशा अर्थाचे विधान केले आहे की, "मनुष्याच्या प्रज्ञेची झेप जेथवर जाऊ शकते, तेथवरचा पल्ला ह्या सूक्ताने गाठला आहे. यापलिकडे अजून तरी कोणी गेला नाही." अशा या गहनगूढ तत्त्वज्ञानाचा आविष्कार करणाऱ्या सूक्तावर भाष्य लिहिताना लैंगिक शास्त्रच डोळ्यापुढे ठेवावे की नाही, हा विचार ज्याचा त्याने करावयाचा आहे. असो.

कोणतीही इच्छा, काहीही हवेसे वाटणे म्हणजे काम. अर्थात या हवे वाटण्यामध्ये नको वाटणे हे गृहीतच आहे. या हवे वाटण्याचे स्वरूप जेव्हा अगदी नैसर्गिक असते, हितकरतेच्या संपूर्ण मर्यादित असते, तेव्हा तो काम धर्माला धरून असतो. ते भगवंताचे स्वरूप असते. पण असे मात्र क्वचित असते. आपल्याला वाटणारे हवे अर्थात हवे-नको संकल्पातून निर्माण झालेले असते. ते नैसर्गिकतेच्या शुद्ध स्वरूपात क्वचितच असते. मी भुकेचे उदाहरण वारंवार देतो, केव्हाही कुठेही देण्यासारखे असते म्हणून देतो. त्यामुळे सभ्यतेची मर्यादा सहजपणे पाळली जाते म्हणून देतो. त्या उदाहरणावरून हा विषय स्पष्ट होऊ शकेल. भूक लागणे नैसर्गिक आहे. लागलीच पाहिजे, न लागणे वाईट. भूक मुळात शरीरधारणेकरिता लागते. तेव्हा शरीरधारणेच्या दृष्टीने जे हितकर, आरोग्यरक्षणार्थ जे चांगले, ते खावयास मिळाले की भुकेचा प्रश्न संपला पाहिजे! पण असे होते का? तसे असते तर हजार पाकक्रियांवरील पुस्तकाच्या पाच वर्षांत दहा आवृत्त्या खपल्या नसत्या. भूक लागते देहासाठी, पण आपण खातो जिभेकरिता! जीभ शब्दशः चवचाल आहे. चवचाल शब्द चांगल्या अर्थाने वापरीत नाहीत. जिभेचे वर्तन लक्षात घेऊनच शब्दाला हा वाईट अर्थ प्राप्त झालेला असावा. आपण जे खातो त्यात आरोग्यरक्षणाचा विचार किती आणि स्वादिष्ट लागण्याचा विचार किती हे आपले आपण शोधून पाहिले पाहिजे. नैसर्गिकतेची मर्यादा शास्त्राने कधी दुर्लक्षिली नाही. म्हणून आपल्या संस्कृतीमध्ये गृहस्थाश्रमाची प्रतिष्ठा वाखाणली आहे. पण अलिकडच्या काळात त्याचे जे झाले आहे त्याचेही स्वरूप पुन्हा 'संकल्प-प्रभव-कामा'चेच आहे. वैज्ञानिक प्रगती, राहणीमान उंचावणे इत्यादि संकल्पना नैसर्गिक आवश्यकतेला सोडून वावरत असतात. सामाजिक शोषण हा खरे तर कुठल्याही समाजव्यवस्थेचा परिणाम नसून मनुष्याच्या मनोवृत्तीचा परिणाम आहे. धर्माने ती नियंत्रित ठेवण्याचा प्रयत्न केला तर साम्यवाद्यांनी धर्मालाच अफूची गोळी

म्हणून सांस्कृतिक धारणांची टवाळी केली आहे. ह्या साम्यवादने कोणाचे किती कल्याण केले आणि त्याची परिस्थिती आज काय आहे, त्याचा खेदजनक इतिहास आता सर्वांना विदित आहेच. स्वतःच्या विचारसरणीतून निर्माण झालेले अनर्थ आता मार्क्सवाद्यांना पीडाकार झालेले आहेत. (आपल्या देशातले साम्यवादी मात्र अजून शहाणपण स्वीकारण्यास सिद्ध नाहीत.) २६-२७ वर्षापूर्वीच्या एका इंग्रजी साप्ताहिकात 'ॲटिट्यूड ऑफ सोव्हिएट यूथ' या नावाचा एक लेख प्रकाशित झाला होता. त्यात रशियन तरूण गलितांग, चक्रम, रानवट इत्यादि झाल्याचे वर्णन आले आहे. धर्माला अफू म्हटले की काय होते ते यावरून लक्षात येईल. त्या विषयात शिरण्याचे आपणास प्रयोजन नाही. संकल्पाची वलये, नैसर्गिक कामाला कशी दूषित करतात ते आपणास जाणून घ्यावयाचे आहे.

आपले हवे-नको हे शुद्ध स्वरूपात आहे की संकल्पाने भारावलेले आहे हे नीट शोधून पाहिले की, आपल्या लक्षात येऊ शकते. अंतःकरणात उत्पन्न होणारा काम नैसर्गिकतेच्या मर्यादित राहिल तर मनाची चंचलता उणावत जाईल. मन साधनेकरिता मोकळे होईल. म्हणून संकल्पातून उत्पन्न होणाऱ्या कामाचा निःशेष त्याग केला पाहिजे. काम मोठा चिवट आहे. वरवर तोडला तरी नाहीसा होत नाही. 'त्यागे भोग माझ्या येतील अंगाशी । मग मी हृषिकेशी काय करू ॥' असे संतांनी म्हटले आहे तसे होते. 'वरिवरि पालवी खुडिजे । आणि मूळी उदक घालिजे । तरी कैसेनि नाशु निपजे । तथा वृक्षा ॥' म्हणून वरवरच्या त्यागाने, दमनाने वा संयमाने संकल्पजनित कामाचा निःशेष निरास होत नाही. त्या त्या कामनेचे मूळ शोधित जावे लागते. त्याच्या योग्यायोग्यतेचा, आवश्यक-अनवश्यकतेचा, कर्तव्याकर्तव्याचा विचार विवेकाने करावा लागतो. संकल्पजनित काम मन अस्वस्थ करतो. कारण तो सामान्यतः योग्य, आवश्यक असा आपल्या कर्तव्याचा एक भाग म्हणून आपणास वाटत असतो.

जेवण, आरोग्याच्या दृष्टीने चौरस असावे; त्यादृष्टीने भात-आमटी, भाजी-भाकरी, वा पोळी चांगली आणि पुरेशी असावी हे ठीक आहे. भात भाकरी पोळीशी काही तरी तोंडी लावणे आवश्यक असते. पण त्यात असलेले मसाल्याचे अधिक प्रमाण आणि डावीकडच्या चटण्या, लोणची यांची खरीच आवश्यकता किती? भाज्या आणि डाळी यांना आहारदृष्ट्या महत्त्वही असते. पण मसाल्याच्या पदार्थांचे

आधिक्य आणि भरपूर तेलाची फोडणी ही आरोग्यशास्त्रदृष्ट्या आवश्यक गोष्ट नाही. चवीकरिता मीठ उपयुक्त खरे पण ते अत्यल्प असावे. खरे तर स्वादिष्टपणाकरिता वापरला जाणारा कोणताही पदार्थ जिरे-हळद, मोहरी, हिंग-तिखट-मीठ यातील कोणताही एक अर्धापाव चमचा नुसता खाऊन बघा म्हणजे तो खरेच स्वादिष्ट आहे की नाही हे लक्षात येईल. हे सर्व पदार्थ खरे तर मुळात औषधी द्रव्ये आहेत. आपण त्यांना आहारद्रव्ये केली. भात, भाकरी, पोळी नुसती खाणे सहज शक्य आहे. भूक खरोखरीच खणखणून लागली असेल तर नुसता भाकरीचा तुकडाही चावताना स्वादिष्ट लागतो. दोन तीन दिवस नुसत्या पाण्यावर राहून नंतर हा प्रयोग करून बघा. म्हणजे मी म्हणतो ते खरे आहे हे पटेल. पण हिंग, मोहऱ्या, हळद, मीठ नुसते खाणे कदापिही शक्य नाही. आणि हट्टाने खाल्लेच तर घातक ठरल्याविना राहणार नाही. आपण स्वादिष्ट खमंग म्हणून खात असलेली सर्व आहारद्रव्ये रजोगुणात मोडणारी आहेत. गीतेने सत्त्वगुणी आहार सांगताना आयुष्य, मन, बुद्धी, शक्ती आणि आरोग्य यांचा उल्लेख प्रथम करून मग सुखकर, प्रीतिविवर्धन, स्निग्ध, हृद्य, रस्य हे गुण सांगितले आहेत. हे सर्व विचारात घेतले म्हणजे मग पेढे, बर्फी, लाडू, शिरा, श्रीखंड, बासुंदी, पुरणपोळी इत्यादि मिष्टान्ने लोक समजतात त्याप्रमाणे सात्त्विक नाहीत, ती खरोखरच राजस आहारात मोडणारी द्रव्ये आहेत. सत्त्वगुणामध्ये स्निग्ध-स्थिर द्रव्याचा उल्लेख केला आहे. त्यांना प्रीतिविवर्धन म्हटले आहे. म्हणून लोक मिष्टान्न पक्वान्नांनाही सात्त्विक समजतात, पण ते योग्य नाही. सत्त्वगुणी आहार-लक्षणांचा समारोप गीतेने हृद्य शब्दात केला आहे. हृद्य शब्दाचा खरा अर्थ हृदयाला हितकर ते, असा आहे. जे आवडते ते हृद्य असाही अर्थ करता येईल. पण एकदा 'सुखप्रीतिविवर्धन' असे म्हणून झाल्यानंतर पुन्हा त्याच अर्थाचा हृद्य शब्द वापरण्यात काही प्रयोजन नाही. सर्व मिष्टान्ने, पक्वान्ने रक्तातील स्निग्धतेचा अंश वाढविणारी आहेत आणि रक्तातील स्निग्धांश (कोलेस्ट्रॉल) वाढणे हे हृदयाला घातक आहे असे तज्ञ चिकित्सक आवर्जून सांगत असतात. तेव्हा आहारद्रव्ये आधी आरोग्याला हितकर आहेत किंवा नाहीत पाहावीत. मग त्यातील सुखप्रीतिविवर्धनाची निवड करावी. आवडीला वाव आहे. पण तो आरोग्य रक्षणाच्या मर्यादित असला पाहिजे. आहारासंबंधी मी अनेक संदर्भात पुन्हा पुन्हा सांगतो त्याचे कारण "औदरिकस्य अभ्यवहारः एव विषयः ।" खादाडाला खाण्याशिवाय दुसरा

विषय सुचत नाही; हे नाही. भोजनातील रसिकता मलाही समजते. पण मी आहारासंबंधी जे सांगतो, ते आहाराच्या शुद्धीवर अंतःकरणाची शुद्धता अवलंबून असते ह्या कारणाने. छांदोग्य उपनिषदाने अगदी स्पष्टपणे आहाराचा संबंध आत्मज्ञानापर्यंत असल्याचे क्रमाने सांगितले आहे. 'आहारशुद्धौ सत्त्वशुद्धिः, सत्त्वशुद्धौ ध्रुवा स्मृतिः, स्मृतिलंभे सर्वग्रंथीनां विप्रमोक्षः।' आहार शुद्धीशी केवळ सोवळेओवळेच नव्हे तर ज्या मार्गाने वा व्यवसायाने आहार मिळविला जातो, त्याचाही संबंध महत्त्वाचा आहे. प्रमाणाचा आणि प्रकाराचा तर आहेच आहे. असो.

काम म्हणजे आवड, इच्छा, संकल्पप्रभव कशी असते ते लक्षात यावे म्हणून मी हे सांगत आहे. हे जसे आहाराचे तसेच जीवनातील इतर आवश्यकतांचेही. समाजात वावरताना कपडे नीटनेटके असावेत. घरही ठाकठीक आणि उपयुक्ततेच्या गोष्टींनी युक्त असावे. पण त्यासाठी कपड्यांच्या जोड्या, पातळांची संख्या आणि चहाचे संच (टी सेट) किती आणि किती प्रकारचे असावेत त्याचा विचार केला पाहिजे की नाही! घरातील उपस्कर (फर्निचर) दोनतीन वर्षांनी पूर्णपणे नवीन आणणारी छांदिष्ट रसिक मंडळी मी पाहिली आहेत. जीवनमान उंचावण्याच्या नादात संकल्पप्रभव-काम स्वैर होत जातो, हे प्रत्येकाची कौटुंबिक परिस्थिती वेगवेगळ्या थराची असते हे लक्षात घेऊनही विसरू नये, असे मला वाटते.

अनेक वडीलधारी मंडळी तरुण पिढीच्या वागण्यावर असंतुष्ट असतात आणि अनेक कारणांनी स्वतःच्या ठिकाणी तळमळत राहतात. मुलांच्या बाबतीत आपले कर्तव्य योग्य रीतीने पार पाडावे पण पंचवीशी तिशी ओलांडलेली कर्ती मुले आपले ऐकत नाहीत म्हणून खेद करण्यात अर्थ नसतो. मुलांच्या हिताचे जे आपणास वाटते ते वडीलधाऱ्यांनी अवश्य सांगावे. पण त्यांनी त्याप्रमाणे वागलेच पाहिजे असा हट्ट धरू नये. त्यांना त्यांच्या विवेकबुद्धीवर आणि दैवयोगावर सोपवून स्वस्थ राहावे. केवळ आवडी निवडीचा प्रश्न असेल तेथे तर कुणी कुणाच्या स्वातंत्र्याच्या आड येऊ नये. कुलाचार अवश्य लक्षात घ्यावा पण आपण करतो त्यापेक्षा वेगळे म्हणजे कुलाचाराचा भंग असे मात्र समजू नये. तरुण पिढीनेही वडिलांचा अपमान होईल, परंपरागत कुलाचार मोडीत निघतील असे वागू नये. दोन पिढ्यांतील असंतोष आणि मतभेद हा वास्तविक पिढीतील अंतराचा परिणाम नसून मोकाट सुटलेल्या

संकल्पप्रभव-कामाचा परिणाम आहे. कौटुंबिक भांडणाचे मूळही ह्यातच आहे. संकल्पप्रभव-कामामुळेच सौजन्य देशोधडीला लागते. अर्थात अनेक विषयांशी गुंतलेल्या त्या संकल्पप्रभव-कामाने मन बारा वाटा पळत राहिल यात नवल नाही.

ते थांबविण्याचा उपाय पुढच्या ओळीत सांगितला आहे. 'मनसैवेन्द्रिय ग्रामं विनियम्य समन्ततः।' पाच ज्ञानेंद्रिये, पाच कर्मेन्द्रिये आणि उभयात्मक असलेले मन या अकरा इंद्रियांच्या समुदायाला सगळीकडून आवरावे. सगळीकडून म्हणण्यामध्ये त्या त्या इंद्रियांच्या क्षेत्राचा सर्व विस्तार लक्षात घेऊन ती कुठे कशी आवरावी हे विचारात घ्यावे असे सुचविले आहे. रूप पाहणे हा डोळ्याचा विषय पण ही रूपे नाटक, चित्रपट, दूरदर्शन चित्रांचे संग्रह, नाना प्रकारच्या शिल्परचना, वेरूळ अर्जिठ्याची लेणी, मदुरेचे मिनाक्षी मंदिर, इतरही मानवनिर्मित आणि प्रेक्षणीय स्थळे इत्यादी ठिकाणी पहावयाची असतात, पाहिली जातात. यात मनाला शान्त, सात्त्विक, प्रसन्न करणारी किती आणि अंतःकरणाला नाना विकारांनी क्षुब्ध करून विषयासक्तीत बुडविणारी किती याचा विचार केला पाहिजे. दैनंदिन जीवनात मनोरंजनाला काही स्थान आहे. पण हे मनोरंजन अधिक वेळ वाया घालविणारे वा मनोविकाराला उत्तेजन देणारे नसावे. काही लोक खिडकीत किंवा सजात उभे राहून केवळ वेळ घालविण्याचे साधन म्हणून रस्त्याकडे पाहात तासन्तास उभे राहतात. त्यांना काय समाधान मिळते त्यांचे त्यांनाच ठाऊक! कवी किंवा साहित्यिक असे निरीक्षण करतो. पण तोही इतकावेळ उभा असतो असे वाटत नाही. त्याचे निरीक्षण सहज घडत असते आणि प्रतिभेच्या बळावर तो त्याचा कलात्मक उपयोग करून घेऊ शकतो. असो.

हे जसे रूप विषयाचे तसेच इतर शब्द-स्पर्श-रूप-रस-गंधाचेही. ट्रान्झिस्टर किंवा टेपेरेकॉर्डर लावून ठेवल्याशिवाय अलिकडच्या मुलांचा अभ्यास होत नाही असे ती म्हणत असतात. सत्यनारायण, उद्घाटने, लग्न समारंभ इत्यादी निमित्ताने ध्वनिक्षेपक सतत किंचाळत असतात. प्रसिद्धीचे हे माध्यम अत्यंत उच्छाद देणारे आहे. त्या संबंधी निर्बंधही केलेले आहेत. पण ते सर्व पुस्तकांत राहतात. इतरही इंद्रियांचे असेच होते. रस, स्पर्श, गंध यांची विविधताही विज्ञानाच्या बळावर पुष्कळ विस्तार पावलेली आहे आणि विलासी रसिकता तिचा नाना तऱ्हेने उपभोग घेण्यात भूषण मिरवते. ऐश्वर्याच्या प्रदर्शनापायी हा सोस अधिकाधिक वाढत जातो.

हातापायांनाही अनवश्यक चाळे करण्याची सवय असते. व्यायाम म्हणून चालणे निराळे आणि गंमत म्हणून भटकत राहणे वेगळे. अशा रीतीने दाही इंद्रियांना जणू चळ भरलेला राहतो. माणसाने आपल्या स्वभावधर्माप्रमाणे या उपभोगाचे तत्त्वज्ञानही बनविले आहे. या सर्व कारणांनी अनवश्यक विषयाची आसक्ती सुटणे हे प्रकरण अवघड होऊन बसते.

‘इंद्रियग्राम’ आणि ‘समन्ततः’ ह्या दोन शब्दांच्या उपयोगावरून कोणत्याही इंद्रिय-भोगातील स्वैरता इतर इंद्रियांच्या आसक्तीला खतपाणी घालीत असते हे लक्षात घेतले पाहिजे. एखाद-दुसरे इंद्रिय आवरले आणि इतरांना मोकळीक दिली असे करून चालत नाही. तेव्हा सर्वच इंद्रियांना सगळीकडून नियंत्रित केले पाहिजे. आणि ती आवश्यकतेच्या मर्यादितच कटाक्षाने राहतील असे पाहिले पाहिजे.

नैष्ठिक ब्रह्मचर्य पालनाची इच्छा असणाराने तर सर्व प्रकारच्या इंद्रियांच्या संयमाचा अवलंब केला पाहिजे. ही गोष्ट गांधीजींनी आपल्या ब्रह्मचर्य या विषयाच्या संदर्भात चांगल्या रीतीने आणि सविस्तरपणे समजावून दिली आहे.

नैष्ठिक ब्रह्मचर्याला काही लोक अनैसर्गिक, विकृत आणि घातकही मानतात. काही आधुनिक मानसशास्त्रज्ञांनी ही गोष्ट बढीचढी करून मांडली आहे. आणि त्यामुळे स्वैरवर्तनाला एकप्रकारे प्रोत्साहन मिळवून दिले आहे. निरनिराळ्या माध्यमातून आणि ललित वाङ्मयातून या स्वैरतेचे समर्थनही केले जाते. त्याचे दुष्ट परिणामही काही ठिकाणी दिसू लागले आहेत. घाणेरड्या आणि घातक रोगाचे प्रमाण वाढू लागले आहे. आता समाजशास्त्रज्ञांना जाग येऊ लागली आहे. विषयाविषयी असणाऱ्या आकर्षणाची मूलभूत मीमांसा न केल्याचा हा परिणाम आहे. जे जे उत्कटतेने करावेसे वाटते ते समर्थनीय मानणे, त्या इच्छा कामनांना वाव असला पाहिजे, असे म्हणणे ही मानसशास्त्राची विचारसरणी हटवादीपणाची आहे. भूक ही जशी मूळात देहधारणेसाठी आहे, तशी लैंगिक वासना हीही मुळात समाजधारणेसाठी आहे. जिभेच्या स्वादाप्रमाणे व्यक्तीव्यक्तीला लाभणारे सुख हे अनुषंगिक आहे. ते मूळ प्रयोजन नाही. व्यक्तीच्या देहधारणेशी त्याचा तादृश संबंध नाही. म्हणून उदात्त ध्येय असलेल्या निष्ठावंतांना नैष्ठिक ब्रह्मचर्याचे पालन अवघड वाटत नाही. मनाला चंचल करणाऱ्या विषयात लैंगिक आकर्षणाचा भाग फार मोठा आहे. म्हणून मन स्थिर, एकाग्र करण्याच्या दृष्टीने येथेही संयमाचा विचार

करणे आवश्यक आहे. हिंदू संस्कृतीने मोकळीक आणि संयम याची जोड गृहस्थाश्रमाच्या रूपाने उत्तम घालून दिली आहे. गीतेचा वक्ता आणि श्रोता दोघेही गृहस्थाश्रमीच आहेत. चांगले रसिक गृहस्थाश्रमी आहेत. तेव्हा संयमाच्या शिकवणीला अनैसर्गिक मानण्याची चूक आधुनिक मानसशास्त्राच्या बळावर कोणी करू नये. गृहस्थाश्रमाचा गौरव करणाऱ्या परंपरेला ‘लैंगिकता हे काही पाप नाही’ (सेक्स इज नो सिन) असे शिकविण्याचा उद्दामपणा कुणी करू नये. तसे सांगणाऱ्यांनाच आज ‘एकाच जोडीदाराशी एकनिष्ठ राहा’ (स्टिक टू वन पार्टनर) असे आग्रहाने प्रचारण्याचा प्रसंग आला आहे. प्रेमाचे महत्त्व सगळ्याच जाणत्यांना समजते. पण वासनेला प्रेम नाव देणे अनर्थकारक आहे हे विसरू नये. ‘इंद्रियग्राम समन्ततः विनियम्य’ त्याच्या स्पष्टीकरणाकरिता हे सर्व सांगावे लागले. साहित्यातून होणाऱ्या प्रचाराला साधकाने भुलू नये, त्यासाठी हे सांगणे भाग पडले.

इंद्रियांशी तुलना करताना मनाचे विषय तर असंख्य आहेत. कारण मन प्रत्येक इंद्रियाशी जोडलेलेच असते. पुन्हा मनाचे विषय स्वतंत्र असतात. त्यात आशा, आकांक्षा, अभिलाषा, सत्ता, संपत्तीची हाव, मानापमानाच्या कल्पना, स्वतःविषयीची अहंगांडाची वा न्यूनगंडाची धारणा त्या सर्वांचा परिणाम म्हणून उत्पन्न होणारे काम-क्रोध-लोभ-मोह-मद-मत्सर हे शत्रुतुल्य असलेले सहा विकार हे सर्व मनाला सातत्याने चंचल करीत असतात. इंद्रियांच्या विषयाच्या अशा विस्तृत क्षेत्रातून इंद्रिये हितकर तेवढ्यांचा स्वीकार करतील, इतरांच्या नादी लागणार नाहीत, वाहवणार नाहीत, ह्याची दक्षता ठेवावी लागते. आणि हे मनासकट अकराही इंद्रियांना आवरण्याचे काम मनालाच करावे लागते. मनालाच या दृष्टीने शिकवण द्यावी लागते. समर्थानी आपला दोनशे पाच श्लोकांचा मनोबोध हा ग्रंथ, मनाला उपदेश करून ते नीट मार्गाला लागावे यासाठीच केला आहे. अर्थात हे कार्य एकाएकी साधणारे नाही. सर्व दृष्टीने सावध राहून मन आणि इंद्रियांचा संयम हळूहळू साधावा लागतो. तेच भगवंतांनी यानंतरच्या दोन श्लोकातून सांगितले आहे.

‘धृतिगृहीतया बुद्ध्या शनैः शनैः उपरमेत् ।’ धैर्याने, निष्ठेने, श्रद्धेने, विवेकाने, जागृत झालेल्या बुद्धीच्या बळावर विषयांच्या फाफटपसाऱ्यातून इंद्रिये हळूहळू संयमित करावीत. त्या त्या इंद्रियांच्या विषयांची विविधता हळूहळू उणावत न्यावी. विषयग्रहणांची संख्या आणि वेळ आखडीत आणावी. आणि हे सर्व

हिताहिताचा विचार करून योजनापूर्वक सुख-समाधानाने व्हावे. इंद्रिये खळखळ करतीलच. पण त्यामुळे मन कष्टी होऊ नये. बुद्धीला श्रद्धेचे आणि विवेकाचे अधिष्ठान असेल तर ते सर्व सहज साधू शकते, “रसनाद्वारे विषो पोखे” जिह्वालौल्यामुळे इतरही इंद्रिये अवखळ बनतात हे ध्यानात ठेवावे. आपल्याकडे नानाप्रकारची व्रतवैकल्ये सांगितली आहेत. त्यांचा मूळ उद्देश इंद्रियांना ज्या अनावश्यक सवयी लागलेल्या आहेत, त्या नाहीशा करण्याचा वा उणावण्याचाच असतो. या व्रतवैकल्यातही आहारद्रव्यांच्या नियंत्रणालाच प्राधान्य असते, असे लक्षात येईल.

पूर्वी चातुर्मासात कांदालसूण न खाण्याची पद्धती सामान्यतः सगळीकडे रूढ होती. पण त्याचा मुख्य उद्देश लक्षात न घेतल्याने कांदेनवमी नावाची शास्त्रात न सांगितलेली एक तिथी निर्माण झाली. तोवर भरपूर कांदे खाऊन घ्यावेत आणि कार्तिक शुद्ध एकादशी कधी उलटते याची आतुरतेने वाट पहात राहावे.

ही परिस्थिती काही योग्य नाही. व्रते ही संयम शिकण्यासाठी आहेत, विषय-भोगाची लालसा वाढविण्यासाठी नाहीत; पण हे लक्षात घेतले जात नाही. गीतेने ‘शनैः शनैः उपरमेत्’ असा शब्द वापरला आहे. उपरम शब्दाचे अनासक्ती, विरक्ती, पश्चात्ताप, ओढ नसणे इत्यादी भाव अभिप्रेत आहेत. उपरम पावलेले अंतःकरण शान्त असते, प्रसन्न असते, समाधानी असते. त्यात विषयग्रहणाची उत्कंठा किंवा आतुरता उरत नाही. कारण विषयासंबंधीची अभिलाषा दडपलेली नसते, नाहीशी झालेली असते. हिताहिताचा विचार करून नाहीशी केलेली असते. वासना दडपल्या गेल्यामुळे आवरल्या गेल्यासारख्या वाटल्या तरी त्या नाहीशा होत नाहीत. उलट त्यामुळे अंतःकरणाला विकृती येण्याचीच शक्यता असते. मग अशी माणसे त्रासिक, चिडचिडी, संतापी, मत्सरी झालेलीही दिसतात. म्हणून गीतेने ‘धृतिगृहीतया बुद्ध्या शनैः शनैः उपरमेत्’ असे म्हटले आहे. येथे दडपण्याची वा बंधने घालण्याची कल्पना नाही. समजूत घालण्याची, वळण लावण्याची, क्रमाने आवरण्याची शिकवण दिलेली आहे. श्रद्धा आणि विवेकाच्या बळावर हे होऊ शकते. हे सगळे सावकाश, क्रमाक्रमाने आणि हळुवारपणे साधावे लागते. शनैः शनैः म्हणण्यात हाच भाव अभिप्रेत आहे.

परमार्थातून आपल्याला काय साधावयाचे आहे ते आपले ध्येय निश्चित असावे. त्यादृष्टीने नामस्मरण, पूजापाठ, धारणा, ध्यान यांचा अवलंब करावा. गीतेने

मनाला ‘आत्मसंस्थ’ करावे असे म्हटले आहे. पण ते प्रकरण सोपे नाही. त्यासाठी साधकाची सर्वांगीण प्रगती पुष्कळ असावी लागते. शास्त्रदृष्टीने आत्मा सर्व व्यापक आहे आणि हृदयस्थही आहे. हृदयामध्येही तो देवभातावरील तुसासारखा सूक्ष्म, तेजस्वी ज्योतीच्या आश्रयाने राहतो असे नारायणोपनिषदाने म्हटले आहे. दृढनिष्ठेच्या बळावर होणारे हेही ध्यानदर्शनच आहे. ध्यानासाठी आलंबन म्हणून ह्या हृदयस्थ ज्योतीचा स्वीकार करणे हे काम काही सोपे नाही. आल्हाददायक तेजाने तळपणाऱ्या या दिव्य ज्योतीच्यामध्ये परमात्म्याचा साक्षात्कार होणे ही गोष्ट मग फारच दूर झाली. साधकाने यासाठी इष्ट देवतेचे नाम, गुरुमंत्र वा मूर्ति-चित्र, या रूपाने स्वीकारलेले प्रतीक देवता, संत, गुरु यांचा आपल्या आवडीच्या उत्कटतेप्रमाणे श्रद्धापूर्वक स्वीकार करावा. आत्मा सर्वव्यापक असल्याने स्वीकारलेले प्रतीक त्याहून भिन्न रहात नाही. प्रगती साधण्याच्या दृष्टीने असे हे प्रतीक त्यातल्यात्यात सोपे साधन म्हणून उपयोगी पडते. स्वीकारलेल्या या बाह्य प्रतीकावर एकाग्रता साधू लागली की मग त्याच प्रतीकाची नाभी, हृदय इत्यादी अंतरंग स्थानी स्थापना झाली आहे अशी भावना करून तेथे एकाग्रता साधावी. स्वीकारलेल्या प्रतीकावरून चित्त विचलित होणार नाही याची दक्षता घ्यावी. तदितर कोणतेही विचार मनात येऊ देऊ नयेत. मन त्या स्वीकारलेल्या प्रतीकावरच स्थिर राहिल, असा प्रयत्न करावा. मन स्थिर करण्याचा जो जो प्रयत्न करावा तो तो ते अधिकच भरकटते असा अनुभव येतो. नाटक चित्रपट पाहताना मन जेवढे भरकटत नाही, तेवढे ते पूजापाठ करताना भरकटते. कादंबरी वा ललित वाङ्मय वाचताना मनामध्ये इतर विचार जेवढे येतात त्यापेक्षा कितीतरी अधिक विचार दासबोध-गाथा-ज्ञानेश्वरी वाचताना येतात. हे असे होते याची कितीतरी कारणे आहेत. पण मुख्य कारण एकच की इंद्रिय आणि मनाला बहिर्मुख व्यापाराची जितकी सवय, आवड आणि ओढ असते, तितकी ती अंतरंग विषयाची असत नाही. ती सातत्याने प्रयत्नपूर्वक निर्माण करावी लागते. पूर्वी सांगितल्याप्रमाणे जीवनातील इंद्रियमनाच्या दृष्टीने ‘हवे-नको’चे क्षेत्र जितके उणावत जाईल तितके मन एकाग्र होण्यास सहाय्य होईल. श्रद्धा आणि विवेक यांचे पाठबळ जो जो अधिक तो तो एकाग्रतेचे प्रयत्न सोपे होत जातात. अर्थात ह्यातले काहीही त्वरित साधणारे नाही. ही सगळी साधना दीर्घकालाची आहे. साधनेचे स्वरूप, मिळालेले मार्गदर्शन, साधकाची योग्यता, त्याच्या प्रयत्नातील साक्षेप, अंतःकरणातील निष्ठा आणि

परिस्थितीची अनुकूलता या सर्वांचा एकाग्रता साधण्यासाठी किती काळ लागावा, याच्याशी संबंध आहे. यातही साधकाची निष्ठा आणि साक्षेप महत्त्वाचा. इतर गोष्टी सहकारी कारणासारख्या साहाय्यभूत होणाऱ्या आहेत.

मन एकाग्र करण्याच्या प्रयत्नामध्ये मनाला शत्रू समजून त्याच्याशी मारामारी करून चालत नाही. त्याला खोडकर पण लडिवाळ मूल समजून वळण लावावे लागते. साम-दामाचा उपयोग अधिक प्रमाणात करावा लागतो. भेदाचा उपयोग विवेकाने फारच थोडा करावा. दंड अगदी क्वचित वापरावा. श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी या संदर्भात अगदी स्पष्टपणे म्हटले आहे की...

‘आता नियमूचि हा एकला । जीवे करावा आपुला । जैसे कृत निश्चयाचिया बोला । बाहेरा नोहे ॥ जरी येतुलेनि चित्त स्थिरावे । तरी काजा आले स्वभावे । नाही तरी घालावे मोकलुनी ॥ मग मोकलिले जेथ जाईल । तेथूनि नियमूचि घेऊन येईल । ऐसेनि स्थैर्यचि होईल । सावियाचि की ॥’ (ज्ञाने. ६/३८०-८१-८२) चित्त एकाग्र होत नाही म्हणून केलेला नियम ढळू देऊ नये. तो जसा ठरविला असेल तसाच्या तसा शरीराने तरी पाळला जाईल असा कटाक्ष ठेवावा. मन आवरण्याइतके शरीर आवरणे काही कठीण नाही. म्हणून कबिरांनी ‘मन गया तो जाने दे मत जाने दे शरीर ।’ असा आग्रह ठेवण्यास सांगितले आहे. मनाशी फार आडदांडपणा ठेवू नये. ते भरकटेल तर भरकटू द्यावे पण त्याच्या या भरकटण्यावर लक्ष ठेवावे. भरकटणाऱ्या विचारांची साखळी निर्माण होऊ देऊ नये. एका विचारातून दुसरा विचार येऊ देऊ नये. एकानंतर दुसरा आला तर ते काहीसे क्षम्य मानावे. असे विचार येतात त्याचे मूळ शोधावे. ते संकल्पाच्या विस्तारात असते. एरवीचे जीवन जितके साधे सरळ, रागद्वेषरहित तितके मनाचे भरकटणे मर्यादित राहते. भरकटणाऱ्या मनाला चुचकारून पुन्हा पुन्हा स्वीकारलेल्या प्रतीकावर एकाग्र होण्यास लावावे. निसटले की पुन्हा परत आणावे. असे दीर्घकाळ करित राहिले की मनाचा खोडकरपणाही उणावू लागतो. मात्र हे सर्व करण्याच्या प्रयत्नात मन लयात जाणार नाही, याची काळजी घ्यावी. प्रतीकाचे आलंबन हे मन लयात न जाऊ देण्याच्या दृष्टीने फार उपयोगी ठरते. लयही चित्ताच्या दृष्टीने विक्षेपासारखाच ध्यानाला बाधक आहे, म्हणून गौडपादाचार्यांनी- “उपायेन निगृह्णीयात् विक्षिप्तं कामभोगयोः। सुप्रसन्नं लये चैव यथाकामो लयस्तथा ॥”

असे म्हटले आहे. चित्त लयात गेले की थोड्या प्रसन्नतेचा लाभ होतो; पण ही स्थिती झोपेने मिळणाऱ्या विश्रांतीसारखी आहे. त्यात वासना नष्ट होत नाहीत. संकल्पप्रभव काम निःशेष होत नाहीत. ते दडून राहतात. दडून राहतात. संधी मिळताच पुन्हा प्रकट होतात. कदाचित अधिक उफाळून येतात. म्हणून गौडपादाचार्यांनी अत्यंत स्पष्टपणे लयाचे स्वरूपही विक्षेपाला कारणीभूत होणाऱ्या कामासारखेच असते, असे म्हटले आहे. गीतेने यासाठी चंचल होणाऱ्या मनाला आवरून परत आणावे आणि आत्म्याच्या स्वाधीन करावे, असे सांगितले आहे. कारण आत्मा ज्ञानरूप आहे, प्रकाशमान आहे, सच्चिदानंद आहे. चित्त लयात गेले की ज्ञानाचा, प्रकाशाचा अनुभव येत नाही. ते सच्चिदानंदरूप होतही नाही. मन अमन होणे किंवा उन्मन होणे म्हणजे लयात जाणे नाही, हे सावधपणे लक्षात ठेवावे. ध्यानाच्या नावाखाली मनाला लयात जाऊ देणे म्हणजे आत्मसंमोहनाला निमंत्रण देणे आहे. ही स्थिती परिणामी मनाला हळवे, दुबळे करणारी आहे. दुबळ्या मनाने प्रपंचही नीट होऊ शकत नाही. मग परमार्थ तर दूरच राहिला. ‘नायमात्मा बलहीनेन लभ्यः’ असे उपनिषदांनी म्हटले आहे. येथे बलाचा अर्थ मनाचे बळ असाच आहे. शरीराचे बळ येथे निश्चित अभिप्रेत नाही. तसे असते तर सगळे मल्ल उद्धरून गेले असते. शरीर आरोग्यसंपन्न असणे एवढा अर्थ मात्र उपनिषदातील बल शब्दाचा करणे आवश्यक आहे.

मनाचे भरकटणे उणावले, थांबले, ते नियंत्रित झाले की मग ते आत्म्याशी जोडून ठेवावे. आत्मा सदरूप आहे, चिद्रूप आहे, आनंदरूप आहे. त्याचे आलंबन मनाला मिळाले की ते लयात जाण्याची शक्यताच उरत नाही.

बाहेरचे प्रतीक, अंतरंगातले प्रतीक वा अंतरात्मा यावर स्थिरता पावणारे मनही एकदम तसे होत नाही. जन्मजन्मान्तरीच्या वासना-संस्कारांनी क्लुषित झालेले मन पूर्णपणे स्थिरावण्यासाठीही दीर्घकाळ जावा लागतो. मधूनमधून त्याला बहिर्मुख होण्याची ऊर्मी येईल तेव्हा ती सहन करण्याचा अभ्यास करावा, तिच्यामागे इंद्रियांना तर काय पण अंतःकरणालाही जाऊ देऊ नये. चंचल मन जेथे जाईल तेथून त्याला पुन्हा वळवून आपल्या ध्येयावर, आपण स्वीकारलेल्या प्रतीकावर आणून स्थिर करण्याचा प्रयत्न करावा; ही गोष्ट कितीही वेळा करावी लागली तरी कंटाळू नये.

मन देवघरात, पूजापाठात, परमार्थ साधनेत अधिकच चंचलता दाखविते, याचे कारण जणू ते आपल्या मरणाला भीत असावे. कारण तेथे ते स्थिरावले की

मनाचा मनपणा संपला, मन अमन झाले. संकल्प-विकल्पशील असणे हेच तर मनाचे जीवन आहे. आपल्या जीवनाचा सुखासुखी कोण त्याग करील? म्हणून मन अधिकच त्रागा-आक्रोश करित असावे. अर्थात असे असेल तर हाही मनाचा अडाणीपणा आहे. म्हणून त्याला जणू समजावून सांगावे की, बाबा! संयत होण्यास, स्थिर राहण्यात तुझी काहीही हानी नाही. उलट तुला परमोच्च सुखाचा लाभ होणार आहे. ही गोडी एकदा चाखून तर बघ!' 'अनुभवसुखचि कौतुके । दावीत जाइजे ॥' असे श्रीज्ञानेश्वरमहाराज म्हणतात. कारण 'देखिलिया गोडीचिया ठाया सोके ।' हेही मनाचे एक वैशिष्ट्य आहे.

स्वीकारलेले प्रतीक देवता, संत, गुरु यापैकी काही असेल किंवा नाम असेल, तर ज्याचे ते नाव असेल त्यांच्या चरित्रातले रमणीय प्रसंग, मनोहारी सद्गुण, आल्हाददायक वर्तन ह्यांचे स्मरण करावे, चिंतन करावे. म्हणजे मन तेथे रमण्यास सहाय्य होते. आणि त्याची इतर विषयाकडची ओढ उणावत जाते. यासाठी एक गोष्ट मात्र आवर्जून केली पाहिजे ती ही की एकाग्रतेसाठी समोर ठेवलेले प्रतीक हे प्रतीक नाही. ते चित्र नाही, ती धातु-पाषाणाची मूर्ति नाही तर प्रत्यक्ष आपले आराध्यदेवत आपल्यापुढे सानुले रूप धरून प्रगट झालेले आहे अशी भावना करित असावे. "यादृशी भावनां कुर्यात् सिद्धिर्भवति तादृशी" हे सुवचन दुर्लक्ष नये.

श्रीगुलाबराव महाराजांच्या जीवनातील प्रसंग यादृष्टीने लक्षणीय आहे. श्रीगुलाबरावमहाराज आळंदीला आले होते. संतवाङ्मयाचे अभ्यासक आणि भक्त श्री. लक्ष्मण रामचंद्र पांगारकर त्यांच्या समागमे होते. श्रीज्ञानेश्वरांच्या समाधीवर अभिषेक होत होता. पंचामृत घातले गेले होते. ते, पांगारकर समाधीला आपल्या हाताने चोळित होते. त्यावेळी पांगारकरांच्या हातातील सोन्याची अंगठी समाधीवर घासली गेली. त्या सूक्ष्म खरखरीनेही श्री. गुलाबराव महाराज कळवळले आणि ते म्हणाले- "पांगारकर, तुमच्या अंगठीने तातांच्या पायांवर ओरखडे निघताहेत. आधी काढा ती अंगठी!" आराध्यदेवतेविषयी भक्ताची भावना किती उत्कट असावी हे या घटनेवरून लक्षात येते.

श्रीगुलाबराव महाराजही कोणी सामान्य व्यक्ती नव्हे. वयाच्या नवव्या महिन्यात त्यांना अंधत्व आले असले तरी ते थोर भगवद्भक्त आणि गाढे विद्वान् होते. त्यांची ग्रंथसंपदा विपुल आहे. त्याकाळच्या अनेक नास्तिक बुद्धिवाद्यांना त्यांनी वादविवादात

जिकलेले होते. साहित्यसम्राट न.चिं. केळकर, लोकनायक बापूजी अणे यांच्यासारख्या विद्वानांनी गुलाबराव महाराजांच्या विद्वत्तेसंबंधी प्रशंसोद्गार काढलेले आहेत. अशी विद्वान बुद्धिमान व्यक्तीही श्रद्धेच्या बळावर, भावनेच्या क्षेत्रात किती कोमल हृदयाची असते, त्यांचा भाव किती हळुवार असतो, हे लक्षात घेतले म्हणजे साधकाची मनस्थिती कशी असावी, त्याचा आदर्श दृष्टीपुढे उभा राहतो. "भावेन देवः"- 'भाव तैसा देव' हे लक्षात घेतल्याविना साधनेतील अनुभवाच्या क्षेत्रात प्रवेश होणार नाही. ते तेथे स्थिरावणार नाही, रमणार नाही. मग साधना ही वरपांगी राहिल. ते केवळ यांत्रिकपणे केलेले कर्मकांड उरेल.

ओढाळ वासराला खुंट्याला बांधून ठेवावे लागते. त्याप्रमाणे एकाग्रता साधण्यासाठी, मनालाही अडकवून ठेवण्यासाठी अनेक युक्त्या प्रयुक्त्यांचा अवलंब केला जातो. काही प्रतीकांचा उल्लेख पूर्वी केला आहेच. त्याप्रमाणेच श्वासोच्छ्वास, त्यावेळी होणारी नाकाची हालचाल, श्वासोच्छ्वासाच्या वेळी 'सोऽहं, हंसः' असा ध्वनि उमटतो आहे अशी भावना करणे, श्वासागणिक इष्ट त्या नामाचे अनुसंधान ठेवणे, शून्य आकाशावर लक्ष केंद्रित करण्याचा प्रयत्न करणे, भोवती संपूर्ण अंधार निर्माण करून त्यात बसणे, काही साधनांनी स्थिर जलावर तरंगत राहणे, रमणीय स्थळी एकांतात वा अगदी निःशब्द वातावरणात बसणे, एखादा स्वर, ध्वनी वा आवडती शब्दावली सातत्याने ऐकत राहणे वा तशी ऐकतो आहोत अशी भावना करणे, आपणच उच्चारित असलेले स्तोत्र त्रयस्थाप्रमाणे आपणच ऐकतो आहोत अशी भावना ठेवणे, स्तोत्रातील एखाद्या विधानावर वा शब्दावर तदर्थ भावना करित राहणे, इत्यादी इत्यादी अनेक प्रयोगांचा अवलंब केला जातो. ती ती विशिष्ट पद्धती वा प्रतीकच चांगले, उपयुक्त, श्रेष्ठ असा आग्रह धरणारे पक्ष, पंथ वा संप्रदायही आहेत. हे असे काही न करता मृदंग, टाळ, चिपळ्या, वीणा यांच्या नादब्रह्मात वैयक्तिक वा सामुदायिक पद्धतीने भजनानंदात रंगून देहभान विसरणाऱ्यांची संख्याही थोडी नाही. हठयोगाचा अवलंब करून देहाच्या आश्रयाने असल्याची भावना केलेली मूलाधारादी सहस्रदलान्त सहा वा अधिक चक्रे, कमले, यांच्या माध्यमातून कुंडलिनीचा संचार साधणारे निग्रही साधक वा इडा, पिंगला, सुषुम्ना या नाड्यांच्या आधारे कुंडलिनीची प्रगती उन्नती साधणारे तपस्वी असे प्रामाणिक साधकही विरळा कुठे भेटतात.



‘यो यत् श्रद्धः स एव सः’ या न्यायाने अधिकारभेद, प्रवृत्तिभेद, प्रकृतिभेद, मार्गदर्शकाचे स्वरूप यांच्या अनुसार कोणतीही साधनापद्धती सारखीच उपयुक्त आहे. सर्व गोष्टींचा विचार करून एकदा निवड करावी आणि मग अधीर न होता- तुलना न करता- निष्ठेने, सातत्याने प्रयत्न करित राहावे. चांगले केलेले काहीही कधीही वाया जात नाही. हे निश्चितपणे लक्षात ठेवावे. ‘भगवान् के घरमे देर है लेकिन अंधेर नहीं’ अशी एक हिंदी म्हणही सर्वांनीच विचारात घ्यावी. यातील जी ‘देर’ आहे म्हणजे उशीर आहे, विलंब लागतो, त्याला भगवंताचा लहरीपणा कारणीभूत आहे असे मात्र कृपा करून समजू नये. तरीपण इतके केले, इतका वेळ केले, तेव्हा एवढे एवढे मिळालेच पाहिजे, असे गणित मांडता येत नाही. परमार्थ-साधना हा काही व्यापार नाही. इतके मूल्य, ही वस्तू; अशी देवघेवही तेथे असण्याची शक्यता नाही. भगवान् उदार आहे, दयाळू आहे तसा न्यायीही आहे. आणि सर्वज्ञही आहे. तो सर्वशक्तिमान् आहे त्याप्रमाणे सर्वतंत्र स्वतंत्रही आहे. त्याचे गावठी भाषान्तर ‘लहरी’ शब्दात करून एखाद्याला स्वतःचे समाधान साधून घ्यावयाचे असेल तर त्यासही अडचण नाही. अंतःकरणातील कामक्रोध, रागद्वेष, हवे-नको यामुळे हे विकल्प श्रद्धावंताच्या अंतःकरणातही उत्पन्न होत असतात. नेणते पोर आईवर रागावते-रुसते, तसे असेल तर हे क्षम्यही आहे. अधिकारभेदाने कौतुकाचेही आहे. नारदासारख्या थोर महात्म्याने, भगवद्भक्ताने ‘कामक्रोधादिकं तस्मिन्नेव करणीयम्’ असे म्हणून भगवद्विषयक अशा विकारांनाही अनुमती दिली आहे. टोकाला जाऊन भगवंताचा द्वेष करणाऱ्या रावणाचा, कंसाचा, शिशुपालाचा उद्धारच झाला असे पुराणांनी सांगितले आहे.

विवेचन थोडे वाहवले पण कोणाला काय परवडते याचा विचार ज्याचा त्याने करावयाचा आहे. हे त्यातील सार आहे. आपल्या शक्ति-भक्तीप्रमाणे साधना प्रामाणिकपणे करित राहावी. त्यासाठी योग्य ते मार्गदर्शन घ्यावे. थकवा आणि कंटाळा यावर मात करून प्रयत्न करित असावे हे साराचेही सार आहे, असे समजावे.

विकारांचा नाश, मनाची एकाग्रता, चित्ताची शुद्धता हे सर्व परास्परावलंबी आहे. सर्व पारमार्थिक लाभ चित्ताच्या शुद्धतेच्या अधिष्ठानावर होत असतात. आरंभी आरंभी काही काळ शरीराचे स्वास्थ्य, सवयी आणि परिस्थितीचे स्वरूप यांचा चित्ताची शुद्धता साधण्याच्या दृष्टीने अनुकूल वा प्रतिकूल प्रभाव पडत असला

तरीही पुढे पुढे साधनेच्या बळावर सर्व प्रकारच्या प्रतिकूलतेवर मात करून अंतःकरणाची निर्विकारता, एकाग्रता, शुद्धता यांचे आदर्श प्राप्त करून घेणे शक्य असते, त्यामुळे शरीर वा परिस्थिती यांच्या नावाने फार काळ ओरडत राहण्यास अर्थ नसतो. पारमार्थिक वाटचाल ही केवळ शरीराच्या बळावर नाही, तर भावाच्या बळावर व्हावयाची असते आणि हा भाव प्राप्त करून घेणे कोणालाही शक्य आहे; म्हणून मनाच्या चंचलतेचा कारणासह पूर्णपणे विचार करून आपली संयमशक्ती क्रमाक्रमाने वाढवित असावे. स्वतःचे वर्तन नीटपणे विचारात घ्यावे. त्यातील काम-क्रोध, राग-द्वेष, पर्यायाने हवे-नको यांचे क्षेत्र उणावत जाते आहे की नाही, साधनेचे प्रेम, साधनेतच प्रेम वाटते आहे की नाही, ते वाढते आहे की नाही इकडे लक्ष ठेवावे. आस्था, प्रेम वाढते आहे की नाही, याचे एक बाह्य लक्षण सांगता येण्यासारखे आहे. कोणत्या साधनेला उपयोगी असणाऱ्या गोष्टींसाठी आपण कोणत्या प्रापंचिक गोष्टींच्या त्यागास सहजपणे, समाधानाने सिद्ध होतो यावरून हे लक्षात येऊ शकते.

एका धार्मिक उत्सवाला एक व्यक्ती प्रतिवर्षी नेमाने उपस्थित राहात असे. आणि आपणाला या विषयाची, विशेषतः त्यातील कीर्तन-प्रवचनाची किती आवड आहे, आपण नियम कधी चुकवत नाही याचे भूषणही स्वतः वारंवार मिरवित असे. ती व्यक्ती एके वर्षी अनुपस्थित होती. अनुपस्थितीचे कारण त्या व्यक्तीनेच सांगितल्यावरून कळले ते असे. मुंबईत एका खेळाच्या प्रवेशदर्शिका त्याच्या नावाने आरक्षित झालेल्या होत्या म्हणून हे भाविक गृहस्थ उत्सवास न येता तिकडे गेले. जी सहज टाळणे शक्य आहेत अशी कारणेही पारमार्थिकदृष्ट्या उपयोगी पडणाऱ्या साधनेच्या आड कशी, किती येतात ते यावरून लक्षात येईल आणि संत महात्मे दुसऱ्या टोकाला जाऊन “मस्तक फुटले, शरीर तुटले तरी नामाचा गजर सोडू नये.” अशी निष्ठा बाळगावयास सांगतात. खरोखरीच साधकाने आपण कशाकरिता कशाचा त्याग करतो याचा चांगला विचार केला पाहिजे. अगदी क्षुल्लक गोष्टी, साधारण सोयी, वरवरचे स्नेहसंबंध हेही साधनेला उपयोगी पडणाऱ्या, धार्मिक वा पारमार्थिक कृत्याच्या आड येत असतील तर आपला प्रवेश अजून शिशुवर्गाच्या पुढे गेला नाही, असे समजावे. शाळा चुकविण्याचा आनंद मुलांना होत असतो. शाळा बुडली, बुडवली अशी भाषा ते वापरीत असतात. साधक या वृत्तीपासून जितका दूर राहिल तितके उपयोगाचे ठरणारे आहे. चंचल-

अस्थिर असलेले मन किती किती प्रकाराने भटकंती करीत राहते ते लक्षात यावे म्हणून मी हे सांगत आहे. फार प्रयासाने, निष्ठेने, निग्रहाने आवरावे लागते. आणि ते आत्मवश होईल, आत्म्याच्या स्वाधीन राहिल, असे साधावे लागते.

‘आत्मन्येव वशं नयेत्’ यातील आत्मा शब्दाचा अर्थ परमात्मा-ईश्वर असा न करता ‘बुद्धी’ असाही करता येईल. कारण मनाची समजूत घालण्याचे, आवरण्याचे, त्याला नियंत्रणात ठेवण्याचे काम वस्तुतः बुद्धीचे आहे तेव्हा हाही अर्थ प्रयत्नाला वाट दाखविण्याच्या दृष्टीने उपयुक्त आहे. पण मन रमणे, रंगणे, लीन होणे या मनाच्या अवस्थांचा विचार करता आत्मा शब्दाने परमात्मा घेणे अधिक इष्ट आहे. कारण पुढील श्लोकातून ज्या सुखाचा वा अवस्थेचा विचार सांगितला आहे त्यादृष्टीने येथील आत्मा शब्द परमात्म्याचा-ईश्वराचा वाचक घेणे अधिक चांगले. सुखाचे अधिष्ठान तत्त्वतः ईश्वर आहे, बुद्धी नाही.

मागच्या श्लोकात ‘आत्मसंस्थ’ असा शब्द वापरला आहे. तेथेही मनाला आत्म्याशी-परमात्म्याशी-आपल्या आराध्य देवतेशी जोडून ठेवणे हाच अर्थ अभिप्रेत आहे. पुढे बाराव्या अध्यायात भगवान स्वतः ‘मय्येव मन आधत्स्व मयि बुद्धि निवेशय’ असा आदेश स्पष्टपणे देतात, ‘मयि एव मनः आधत्स्व’ म्हणण्यात आपल्या आवडीप्रमाणे सगुण-साकार-ईश्वर किंवा निर्गुण-निराकार-परमात्मा हाच अर्थ ‘मयि’ शब्दाने अभिप्रेत आहे. तेव्हा येथेही आत्मा-परमात्मा-आराध्य दैवत हाच अर्थ घेणे उपयुक्त आहे. असो. या सर्व विषयांची पुन्हा एकदा उजळणी व्हावी म्हणून श्रीमद् शंकराचार्यांनी उपदेशिलेल्या एका प्रसंगाचा उल्लेख करितो.

ध्यानाच्या अभ्यासाने मन एकाग्र करण्याच्या प्रयत्नाला अनेक अडचणी येतात. त्या संख्येनेच पुष्कळ असतात असे नाही, तर त्यांचे प्रकारही अनेक असतात. भगवान् श्रीशंकराचार्यांनी आपल्या ‘अपरोक्षानुभूति’ या प्रकरणग्रंथात समाधि प्राप्त होण्याच्या मार्गातील विघ्ने या स्वरूपात, ह्या अडचणीचे मार्मिक वर्णन सविस्तरपणे केले आहे. आचार्य म्हणतात-

समाधौ क्रियमाणे तु विघ्नाः आयान्ति वै बलात् ।

अनुसंधानराहित्यं आलस्यं भोगलालसाम् ॥१२७॥

लयः तमश्च विक्षेपो रसास्वादश्च शून्यता ।

एवं यद् विघ्नबाहुल्यं त्याज्यं ब्रह्मविदा शनैः ॥१२८॥

समाधी साधावयाच्या अभ्यासास आरंभ करताच नाना प्रकारची विघ्ने येऊ

शकतात. जणू कोणीतरी त्यांना बळाने पाठवितो आहे असे त्यांचे स्वरूप उग्र आणि अगदी अनपेक्षित असे असते. ती विघ्ने अशी-

(१) अनुसंधान न टिकणे :- प्रतीकावरून लक्ष विचलित होणे, प्रयत्नातील सातत्य न टिकणे.

(२) आलस्य :- साधनेचा कंटाळा येणे, साधना तेवढ्यापुरती तरी नकोशी वाटणे, साधनेकरिता, सातत्याकरिता कराव्या लागणाऱ्या प्रयत्नांचे कष्ट वाटणे, आपण शरीराला उगीच त्रास देत आहोत असे वाटणे. त्यामुळे प्रयत्नात-सातत्यात-शिथिलता येणे.

(३) भोगलालसा :- निरनिराळ्या विषयांचा उपभोग घ्यावा असे वाटणे. यात ज्ञानेन्द्रियांच्या आणि कर्मेन्द्रियांच्या विषयांचा समावेश असतो. एके काळी चांगले विरक्त, तपस्वी, अपरिग्रही म्हणून प्रसिद्धी पावलेले लोकही धनेषणा, दारेषणा, लोकेषणेच्या पाशात अडकून घसरतात असे दिसते. चांगले-चुंगले स्वादिष्ट पदार्थ खावेसे वाटणे, सुख-विलासात रहावेसे वाटणे, सेवा करून घेण्यात संतोष होणे, स्तुती ऐकावी, कीर्ति वाढावी, सन्मान-सत्कार व्हावेत अशा अभिलाषा मनात दाटून राहतात आणि त्या, या ना त्या प्रकाराने व्यक्तही होतात. व्यसनाचेही कौतुक करून घ्यावेसे वाटणे.

(४) लय :- मन प्रतीकावर जाणीवपूर्वक स्थिर होण्याचे ऐवजी नेणिवेत लीन होणे.

(५) तम :- अज्ञान-प्रमाद वा झोप, संशय, मोह, अश्रद्धा यापैकी एक वा अनेक दोष त्रास देतात.

(६) विक्षेप :- मनाची चंचलता- नको त्या गोष्टीचे स्मरण होणे अनावश्यक विचार मनात येणे, शोक, मोह, चिंता, क्रोध, द्वेष, मत्सर इत्यादी विकारांनी थैमान घालणे. हे घडावे, मिळावे, हे घडू नये इत्यादी इच्छा उद्भवणे.

(७) रसास्वाद :- ध्यानाच्या वेळी मन एकाग्र होऊन तेथे रमले वा नाद-बिंदु-ज्योती यापैकी किंवा इतर काही अनुभव आले की, त्यांचेच आकर्षण वाटून ते वा त्यासारखे अनुभव पुनः पुनः यावेत असे वाटणे. हा दोष प्रलोभन निर्माण करणारा, उत्साह वाढविणारा, त्यावेळेपुरता सुखावह वाटणारा असा असला तरी साधकाने सावध राहून हा मोह टाळला पाहिजे. अशा अनुभवात गुंतणे म्हणजे आवळ्यासाठी कोहळा गमावणे आहे. असे अनुभव प्रत्येकवेळी साधन मार्गावरील

प्रगतीचे द्योतक असतातच असे नाही. कधीतरी, कुठेतरी, ऐकलेल्या वाचलेल्या गोष्टीमुळे असे अनुभव भ्रमानेही येतात. स्वतःच्या कल्पनेत दीर्घकाळ केलेल्या आणि स्वतःलाच योग्य वा निर्दोष वाटणाऱ्या, साधनेच्या बळावर पोसलेल्या अहंकाराचा परिणाम म्हणूनही असे काही अनुभव आले पाहिजेत, असे वाटते आणि त्या अहंकारी मनाचे खेळ म्हणूनही असे अनुभव येतात. स्वप्ने पडतात. त्यांना दृष्टान्त मानले जाते. हे सर्व फारच क्वचित् यथार्थ असते. म्हणून साधकाने हे आकर्षण निर्माण होणार नाही अशी दक्षता साक्षेपाने घेतली पाहिजे. ह्या अशा अनुभवाकडे दुर्लक्ष करून साधनेतील सातत्य यथापूर्व निष्ठेने राखले पाहिजे.

(८) शून्यता :- अंधारात खोल शिरल्याप्रमाणे जाणीवशून्य स्थिती, निद्रा आणि मूर्च्छेत जसे अंतर असते तसेच लय आणि शून्यतेत असते. या स्थितीतून भानावर आल्यावरही माणूस गोंधळलेला राहतो. त्याला भोवतालच्या परिस्थितीचे भान लौकर येत नाही. त्याच्याकडून काही असंबद्ध क्रिया घडतात. घशातून विचित्र ध्वनी उमटतात. मान, हात, पाय यांच्या कशातरी हालचाली होतात. झोकांड्या जातात. आत्मसंमोहाची ही वा इतर लक्षणे प्रगटतात. मुद्रा विचित्र दिसते. सावध झाल्यावर प्रसन्नता, उत्साह न वाटता थकवा जाणवतो. कधी खिन्नताही येते.

ही आठ लक्षणे समाधीची विघ्ने म्हणून सांगितली गेली असली तरी ती ध्यानकालीच प्रगट होतात. म्हणून मग ध्यानाची पुढची अवस्था जी समाधी ती प्राप्त होणे अशक्य होते. ध्यान उत्तम साधले तर पुढील समाधीची स्थिती त्यामानाने सहज असते.

शक्ती न येण्याची कारणे जशी अन्न पौष्टिक असले तरी ते न पचण्याशी संबद्ध असतात. अन्नाचे जठराग्नीच्या द्वारा होणारे स्थूल पचन आणि धात्वग्नीच्या मुळे होणारे सूक्ष्मपचन व्यवस्थित रीतीने झाले म्हणजे शरीराला तुष्टीपुष्टी लाभून बल मिळणारच; तसे धारणा, ध्यान चांगले साधले की मग समाधी प्राप्त होण्यास काही अडचण येत नाही. तेव्हा ही समाधीची म्हणून सांगितलेली विघ्ने धारणा ध्यानाचीच आहेत असे मानणे साधकाच्या सोयीचे आहे.

ही विघ्ने दूर सारणे, नाहीशी करणे, वाटते तेवढे सोपे नाही. त्यासाठी साधक निष्ठावंत तर असावाच लागतो, पण चांगला जाणकारही असावा लागतो. म्हणून आचार्यांनी या व्यक्तीला ब्रह्मविद्-ज्ञानी-शास्त्राचा अभ्यासू-जाणता असे म्हटले आहे. असा असला म्हणजे कोणाच्या तरी आकर्षक व्यक्तिमत्त्वाला वा वक्तृत्वाला

भुलून तो वाहवत जात नाही. लय, रसास्वाद, वा शून्यतेलाच यशप्राप्ती मानीत नाही.

अशा जाणत्यालाही विघ्ने टाळणे सहजासहजी साधत नाही. त्यासाठी ज्ञात्यालाही अत्यंत सावधतेने विवेकाने सर्वांगीणपणे विचार करून एक एक अडचण दूर करावी लागते. यासाठी दीर्घकाळ लागतो. तो किती ते, प्रकृती-प्रवृत्ती-परिस्थितीने उत्पन्न झालेल्या अधिकारावर अवलंबून असते. कोणतीही श्रेष्ठ गोष्ट एकदम लाभत नाही. म्हणून आचार्य आवर्जून 'शनैःविघ्नबाहुल्यं त्याज्यं' असे म्हणतात. ते फार महत्त्वाचे आहे.

ही विघ्ने एका विशिष्ट क्रमानेच येतात असे नाही. साधनेचे स्वरूप, माणसाची प्रकृती आणि परिस्थिती यामुळे यात मागे पुढे होऊ शकते. असे असले तरी सर्व साधारणपणे मनुष्य स्वभावाचा विचार करिता आळस, अनुसंधान सुटणे, विक्षेप आणि विषयोपभोगाची अभिलाषा छळू लागतात. तर तम, शून्यता, लय, रसास्वाद यांची बाधा उशीरा होऊ लागते. अर्थात हा अगदी काटेकोर नियम नाही. परंतु ही विभागणी सामान्यतः उचित आहे; अवस्थाभेदाने असे होणे स्वाभाविकही आहे.

या प्रत्येक विघ्नाचे-त्यातही विक्षेप-तम-भोगलालसा-रसास्वाद व यांचे पुनः अनेक पोटभेद वा उपप्रकार आहेतच. प्रत्येक साधकाच्या वाट्याला ते सगळे येतात असे नाही. मात्र साधनेचा प्रवास अगदी निर्विघ्नपणे पार पडतो, असे सहसा घडत नाही. होणारे कष्ट उणे-अधिक सह्य-असह्य असू शकतात. गुरुकृपा, पूर्वसंचित, निष्ठा, धैर्य या कारणांनी या उण्या-अधिकाची संगती पाहिजे तर लावावी. इंद्रिये आवरली जाऊन मन निश्चल व्हावे आणि मग ते आत्मसंस्थ व्हावे यासाठी हे सर्व आवश्यक आहे. हा प्रश्न सर्वानाच फार छळतो म्हणून थोडी पुनरुक्ती पत्करूनही एवढा विस्तार करावा लागला.

इंद्रिये सगळीकडून योग्य रीतीने आवरली गेली, मन विकाररहित झाले, अर्थात मनाचे सर्व संकल्प-विकल्प समूळ नाहीसे झाले, धैर्याने निश्चित झालेल्या विवेकबुद्धीने मन विषयापासून उपरम झाले, त्याला नाना प्रकारच्या उपभोगाची ओढ राहिली नाही, ईश्वराच्या ठिकाणी ते जडून राहिले, इकडे तिकडे भरकटेनासे झाले, इतर काहीही विचार उठेनासा झाला, ईश्वराविषयीचे प्रेम उत्पन्न होऊन ते ईश्वरी भावात रंगून गेले, रमून राहिले म्हणजे मग अशा त्या योग्याची स्थिती कशी होते, ते पुढील श्लोकात भगवंतांनी सांगितले आहे.

: २७ :

**प्रशान्तमनसं ह्येनं योगिनं सुखमुत्तमम् ।****उपैति शान्तरजसं ब्रह्मभूतमकल्मषम् ॥**

ज्याचे मन अशा रीतीने पूर्णपणे शान्त झाले आहे, जो निष्पाप झालेला आहे, जो ब्रह्मभावाला प्राप्त झाला आहे अशा त्या योग्याला उत्तम सुखाची प्राप्ती होते.

येथे योग्याला दिलेली प्रशान्तमनसं, शान्तरजसं, अकल्मषं, ब्रह्मभूतं ही विशेषणे लक्षात घेण्यासारखी आहेत. आपण सामान्यतः सिद्धीच्या बळावर काही चमत्कार करणारा, अंतर्ज्ञान असणारा, समाधिस्थ होतो या नावाने भूमीमध्ये गाडून घेणारा इत्यादी इत्यादी वैशिष्ट्ये दाखविणारा जो असतो त्याला योगी म्हणतो, योगी मानतो. भगवंतांनी मात्र येथे जी लक्षणे सांगितली आहेत ती अगदी वेगळी आहेत. जी लक्षणे संतांच्या ठिकाणी असतात, असे मानले जाते, त्यांचाच उल्लेख येथे भगवंतांनी योगी या नावाने केला आहे.

हा योगी प्रशान्तमनस आहे. त्याच्या अंतःकरणातील कामक्रोधादी विकार मावळले आहेत. त्याला लाभहानी, जयपराजय, मानापमान यामुळे अस्वस्थता येत नाही. सर्वप्रकारच्या शोकमोहापासून तो दूर राहतो. शान्त असणे हाच त्याच्या मनाचा स्वभाव होऊन राहतो. कारण आता या योग्याच्या ठिकाणचा रजोगुण मावळलेला आहे. रजोगुणामुळे मनुष्य स्वार्थी, विषयासक्त, नाना प्रकारचे उद्योग अंगावर ओढून घेणारा, चळवळ्या, लोभी, विषयलोलुप, अश्रद्ध असतो असतो. रजोगुण नाहीसा झाल्यामुळे रजोगुणाचे हे दोषही लोप पावतात आणि मग अर्थातच अशा व्यक्तीच्या हातून कोणत्याही प्रकारचे पापाचरण घडत नाही.

रजोगुण नष्ट झाला, शरीर आणि मन पूर्णपणे निष्पाप झाले की असा योगी ब्रह्माच्या योग्यतेचा, ब्रह्म होण्याच्या योग्यतेचा होतो. आणि मग त्याच्याकडे सुख, उत्तम सुख, सर्वश्रेष्ठ सुख आपण होऊन येते.

मनुष्याची प्रत्येक प्रवृत्ती ही सुख मिळविण्यासाठी असते असे शास्त्र सांगते. “सुखार्थाः सर्वभूतानां मताः सर्वाः प्रवृत्तयः” हे विधान निरपवादपणे सत्य आहे. माणूस कष्ट उचलण्यास, त्याग करण्यास, त्या स्वरूपात दुःख भोगण्यास सिद्ध असतो, असे जरी वरवर पाहता दिसले तरीही तो ते त्याच्या कल्पनेने अधिक चांगल्या, अधिक टिकाऊ सुखासाठी करित असतो. अडचण असते किंवा चूक

घडते, ती सुख कशाला म्हणावे या संबन्धात. सामान्य माणूस इंद्रियांना मिळणारे विषयोपभोग यातच सुख आहे असे मानीत असतो. खाणे, पिणे, लेणे पाहिजे तसे मिळणे हीच त्याच्या सुखकल्पनेची मर्यादा असते. खाण्यापिण्याचा निदान शरीरधारणेपुरता उपयोग तरी आहे, लेण्याचे सुख हे केवळ काल्पनिक सुख आहे. त्यामुळे लोक आपल्याला बरे म्हणतात, कौतुक करतात एवढेच समाधान मिळत असेल तर असेल, त्यातही खऱ्या कौतुकापेक्षा मत्सराने जळफळाटच होण्याची शक्यता अधिक. या लेण्यामुळे मिळावयाचा तो आनंदही वर्षाकाठी पाच दहा दिवस मिळावयाचा. एरवी ते सांभाळण्याची चिंताच पुष्कळ प्रमाणात करावी लागते. बहुतेक सर्व सांसारिक सुखाचे उण्या अधिक प्रमाणात असेच असते. ही सुखे एक तर थोडा वेळ टिकतात. त्यात कल्पनेचा भागच अधिक असतो. आणि तुलनेचा संभव सतत असल्याने आपल्यापेक्षा चांगले कोणाजवळ आढळले की आपल्या सुखाचे समाधान पार हरवून जाते. कोठेतरी उदात्ततेचा स्पर्श असल्यावाचून सुखाला खऱ्या अर्थाने सुखपणा प्राप्त होत नाही. व्यसनी माणसे अधम पातळीवरच्या छांदिष्टपणालाही परमोच्च सुख मानतात आणि त्या सुखाचे आकर्षण नसणाऱ्याला करंटा (कम्बखत) समजतात हे त्यांच्या अहंकाराच्या नीचतेचे लक्षण आहे. केवळ शब्दांच्या लाघवामुळे कशालाही सुख म्हणणे योग्य नसते, हिताचे नसते.

एरवी प्रपंचातही सुख म्हणण्याच्या योग्यतेची काही सुखे व्यक्तीला, भाग्यवान व्यक्तीला उपभोगावयास मिळतात. अन्न-वस्त्र-निवारा पुरेसा असणे, बायको सुगृहिणी-त्यातही-सहधर्मचारिणी असणे, मुले सद्गुणी असणे, आस सहकारी असणे, मित्र निरपेक्ष असणे, सेवक आज्ञाधारक असणे, समाजामध्ये प्रतिष्ठा असणे ही आणि यासारखी काही सुखे प्रपंचातही उपभोगता येतात. पण ती सगळी एखाद्याच्या वाट्याला येणे हे क्वचितच आढळते. ‘कोठे काही कोठे काही । एक आहे एक नाही ।’ अशी स्थिती बहुधा सर्वत्र आढळते. आणि मग प्रत्येकजण एकमेकाला ‘माझ्यापेक्षा तुझे बरे आहे रे’ असे म्हणत असतो. संसारातील प्रत्येक सुख जणू अपूर्णता आणि अतृप्तीच्या हातात हात घालून चालत असते. म्हणून इंद्रियजन्य सुखाला, सांसारिक सुखाला, शास्त्र सुखाभास म्हणत असते.

येथे गीतेने जो शब्द वापरला आहे तो ‘उत्तम सुख’ असा आहे. सामान्य सुख क्वचित इतरत्रहि आढळेल पण परमार्थात, अध्यात्मात वर्णिलेले हे जे सुख आहे, ते

असे साधे सुख नाही. ते उत्तम सुख आहे. आता त्यापेक्षा अधिक श्रेष्ठ, अधिक चांगले, अधिक आनंददायक असे दुसरे काही उरत नाही, म्हणून हे उत्तम सुख. यात शाश्वतता आहे. म्हणजे हे सतत टिकून राहणारे आहे. यात चढउतार, उणे-अधिक, डावे-उजवे, असे काही नाही. या सुखाला उत्तम हे विशेषण त्यामुळेच प्राप्त झाले आहे.

असे हे उत्तम सुख प्रशान्तचित्तादी लक्षणांनी युक्त असलेल्या योग्याला मिळते. ते सुख जणू आपण होऊन त्याच्याकडे येते. गीतेने 'उत्तमं सुखं योगिनं उपैति' असा प्रयोग केला आहे. 'योग्याकडे सुख येते' असा त्याचा अर्थ. म्हणजे योगी साधना करतो ती सुखाच्या लालसेने नाही हेही त्यावरून सहजपणे स्पष्ट होते.

साधना पूर्ण झालेल्याची अवस्था मोठी विलक्षण आहे. विषयासक्ती त्याला आपण होऊन सोडून जाते. तर सुख-संतोष-समाधान त्याच्या भेटीसाठी आतुर झालेले असते. हा आपल्याठिकाणी शान्त आणि प्रसन्न असतो. म्हणूनच कदाचित गीतेने प्रशान्त शब्दाचा उपयोग केलेला असेल. त्याला सुख मिळते, सुख त्याच्याकडे येते हे म्हणणे खरे तर लौकिकच आहे. कारण जो ब्रह्मभूत झाला, ब्रह्मत्वाला प्राप्त झाला, ब्रह्म होताच ज्याचे ब्रह्मत्व व्यक्त झाले, त्याला सुख प्राप्त होते म्हणण्यात काही विशेष नाही. प्रशान्तचित्त योगी सुखरूपच आहे. कारण ब्रह्म हे सच्चिदानंदरूप आहे. सत्-चित्-आनंदरूप असणे हेच ब्रह्माचे स्वरूप आहे, लक्षण आहे. तेव्हा सुख, उत्तम सुख त्याचेकडे येते ही भाषा बोध करून देण्यासाठी असलेली लौकिक भाषा आहे.

साधकदशेतून सिद्ध दशेकडे जाताना सिद्धावस्था प्राप्त झाली असली तरी परिपूर्ण सिद्धतेच्या दृष्टीने काही अंतर राहाते त्याला अनुसरून ही अशी वर्णने केली जातात. पुढील श्लोकावरून हे अधिक स्पष्ट होईल.

: २८ :

**युञ्जन्नेवं सदाऽऽत्मानं योगी विगतकल्मषः ।**

**सुखेन ब्रह्मसंस्पर्शमत्यन्तं सुखमश्नुते ॥**

अशा रीतीने (मन आत्म्यामध्ये) सदैव जोडून ठेवणारा योगी, ज्याची पापे (पूर्णपणे) नाहीशी झाली आहेत, असा होतो. (आणि मग) सहजपणे ब्रह्माशी तादात्म्य पावल्याचे उत्कट सुख अनुभवितो.

'एवं सदा युञ्जन्' हा शब्दप्रयोग फार महत्त्वाचा आहे. अशा रीतीने "सदैव जोडलेला राहिलेला" म्हणण्यात साधनेच्या प्राथमिक अवस्थेपासून अंतिम स्थितीपर्यंतच्या संपूर्ण साधनेचा अंतर्भाव गृहीत धरलेला आहे. साधनेच्या आरंभी आरंभी आसन कोणते घ्यावे, त्यावर कसे बसावे, आहार-विहार योग्य त्या रीतीने कसे ठेवावेत इत्यादी गोष्टी सांगितल्या. ही केवळ बाहेरची सिद्धता झाली. आता अंतरंगाच्या दृष्टीने संकल्पाचा त्याग करावा. इंद्रियांना सगळीकडून आवरावे, विवेकबुद्धीच्या बळावर निष्ठेने मन आवरण्याचा प्रयत्न करावा. हळूहळू विषयसुखापासून अनासक्त व्हावे, उपरम व्हावे, मन एकाग्र होत नाही, ते इकडे तिकडे धावते तेव्हा त्यास चुचकारून, गोंजारून ध्येयाशी पुनःपुनः तद्रूप करित असावे. विषयाभिलाषा जो जो उणावत जाईल तो तो मन ध्येयाशी तदाकार होऊन स्थिरावेल. असे झाले म्हणजे शरीरानेच काय पण मनानेही पाप घडत नाही. मग मनाला प्रशान्तता येते. रजोगुण नाहीसा झाल्याने मनाची चंचलता उरत नाही. ते विषयाकडे ओढ घेत नाही, लोभाला बळी पडत नाही. ध्येयाशी एकाग्रता साधल्याने अंतःकरणाला इतर कशात गोडीही वाटत नाही; अशी स्थिति प्राप्त होते. हा सर्व क्रम, ही सर्व प्रक्रिया 'एवं सदा युञ्जन्' ह्या शब्दात अभिप्रेत आहे.

आपण कोठे आहोत, कसे आहोत, आणि आपणास, कोठे जावयाचे आहे, कसे जावयाचे आहे, हे निश्चित झाल्याविना साधना मार्गाचे योग्य स्वरूप ठरविता येत नाही. त्या त्या टप्प्यापुरता विचार करणे तात्कालिक दृष्टीने लाभदायक वाटले तरी त्यातून मिळणारे आश्वासन फार काळ पुरे पडत नाही. म्हणून आरंभ आणि अंत यांचा सम्यक् विचार सुबुद्ध साधकाने तरी आवर्जून केला पाहिजे.

गीतेतील अध्याय चौदावा-सतरावा-अठरावा यात आलेली वेगवेगळ्या संदर्भातील रजोगुण-तमोगुणाची प्रकरणे, सोळाव्या अध्यायातील आसुरी संपत्तीचे आणि त्यावरील श्रीज्ञानेश्वरीत आलेले वर्णन, श्रीज्ञानेश्वरीच्या तेराव्या अध्यायातील अज्ञानलक्षणे, दासबोधातील मूर्ख, पढतमूर्ख, रजोगुण-तमोगुण आणि बद्ध यांचे स्वरूप सांगणारे समास चांगले लक्ष लावून वरचेवर वाचले म्हणजे आपण कुठे आहोत, कसे आहोत ते नेमके कळते. काही वेळातर आमच्या संबंधीच्या सगळ्या गोष्टी इतक्या नेमकेपणाने श्रीरामदासांना वा श्रीज्ञानेश्वरांना कुणी सांगितल्या असे वाटते. कुणीतरी घरभेद्या निघाला असला पाहिजे असा संशय येतो. विनोद सोडून

द्या. पण आपल्या स्थितीचे, योग्यतेचे निश्चित भान असणे ही मूलभूत आवश्यकता आहे.

कोठे जावयाचे आहे, काय व्हावयाचे आहे ते कळण्यासाठी गीतेच्या दुसऱ्या अध्यायातील स्थितप्रज्ञ, सहाव्या अध्यायातील योगी, नवव्या बाराव्यातील भक्त, तेराव्यातील ज्ञानी, चौदाव्यातील गुणातीत, सोळाव्यातील दैवी संपत्तीचा पुरुष, अठराव्या अध्यायातील क्रमयोगी दासबोधातील उत्तम पुरुष, श्रीएकनाथ-तुकारामासारख्या महात्म्यांनी सांगितलेली संतांची लक्षणे इत्यादी संबंधीचे वर्णन, जेथे पोचावयाचे आहे त्या स्थानाचा निर्देश करते. यात संदर्भानुसार शब्दरचना वेगवेगळी आढळली तरी त्या सर्वांचे सार, एकच आशय लक्षात आणून देणारे असल्याने स्वरूपात तत्त्वतः भेद नाही. म्हणूनच समर्थानी 'संत दिसती वेगळाले । परी ते स्वरूपी मिळाले' अशा अर्थाचा सिद्धान्त सांगितला आहे.

सारांश, मन विकारी आणि चंचल असते, त्याला स्थिर आणि प्रशान्त करावे लागते. सर्व प्रकारच्या साधनेचा मतितार्थ खरे तर एवढाच आहे. ही अशी साधना जो निष्ठेने, सातत्याने आचरीत राहतो, तो विगतकल्मष-पापरहित होतो. शरीराने पातके न घडणे हे सामान्यतः पुष्कळ ठिकाणी आढळते. आपण बहुतेक सगळे याच वर्गातले आहोत. हा सभ्यांचा, सज्जनांचा वर्ग. पण विगतकल्मष होण्यासाठी, म्हणवून घेण्यासाठी एवढे पुरत नाही. पातकाची कल्पना उन्नति-प्रगतीच्या मार्गावर सूक्ष्मसूक्ष्मतर होत जाते. अगदी लहानसाही सदोष-विचार मनात येणे हेही पातकच असते. असे पातकाचे सूक्ष्म स्वरूपही अंतःकरणात न येणे, कोणताही लोभ, कोणताही मोह, कोणतेही आकर्षण (अर्थात विषयासंबंधी) अंतरंगात नसणे म्हणजे विगतकल्मष होणे आहे. अंतःकरण असे निष्पाप-निर्मल शुद्ध झाले म्हणजे मग ब्रह्मभूत होण्याची योग्यता प्राप्त होते आणि त्या व्यक्तीला खरे तर त्या विशुद्ध अंतःकरणाला ब्रह्माचा स्पर्श होतो, संस्पर्श होतो.

इंद्रियांचा विषयाशी जो स्पर्श होतो, ज्याला मात्रास्पर्श असे थोड्या शास्त्रीय भाषेत म्हटले जाते तसा स्पर्श हा नव्हे. म्हणून नुसते स्पर्श न म्हणता संस्पर्श म्हटले असावे. कारण शब्दस्पर्शादि विषयांचे त्या त्या इंद्रियांना होणारे स्पर्श सुखकारक वाटले तरी हितकारक असतातच असे नाही. लाभणारे सुखही क्षणजीवी, विकार वाढविणारे, परिणामी दुःख वा अस्वास्थ्य निर्माण करणारे ठरते. त्यांच्या विषयीच्या

आसक्तीने व्यक्ती आणि समाज यांचे जीवन असंतोषाने आणि संघर्षाने व्यापले जाते. वाईटपणा सर्वप्रकारांनी प्रगट होतो. जीवन भारभूत होते, नकोसे वाटते. 'धन्याः नराः ये मृताः' (मेले ते सुटले, ते भाग्यवान ठरले) असे म्हणण्याचा प्रसंग ओढवतो. विषयामुळे उत्पन्न होणाऱ्या मात्रास्पर्शाचे स्वरूप हे असे असते. त्यांच्या प्राप्तीसाठी प्रत्येक वेळी सारे नीतिनियम गुंडाळून जीवापाड कष्ट करावे लागतात ते वेगळेच.

ब्रह्मसंस्पर्श याचे स्वरूप यापेक्षा वेगळे, अगदी विरुद्ध टोकाचे आहे. ती घाणेरी दलदल आहे तर हा सुंदर सुगंधी पुष्पांनी अलंकारलेल्या रमणीय उद्यानातील प्रसन्न विहार आहे. येथे क्षणभंगुरता नाही. श्रेय हे प्रेयापेक्षा वेगळे राहात नाही. येथे उणे अधिक नाही. एकदा प्राप्त झाले की नाहीसे होण्याचे भय नाही. हे मिळण्यासाठी, मिळवण्यासाठी कोठे प्रवास करावा लागत नाही. या सुखाचा कधी वीट येत नाही. सुख निर्माण करण्याचे कष्ट उपसावे लागत नाहीत, आणि ह्यासारखे उपमेला, तुलनेला दुसरे काही उरत नाही, असत नाही. सर्वाहून विशेष म्हणजे हे सुख प्रत्यक्ष उपभोगता येते. इतकेच नव्हे तर तो उपभोगणाराच अंतर्बाह्य सुखरूप होऊन राहतो. "मग तू अवघाचि सुखरूप होशी" किंवा "आनंदाचे डोही आनंद तरंग" असे वर्णन अनुभवी महात्म्यांनी केले आहे. हे सुख भोगणारा इतका सुखावतो, इतका उल्हासतो, त्याचा उत्साह इतका ओसंडतो की मी आता "आनंदे भरीन तिन्ही लोक" असे उद्गार त्याच्या मुखावाटे बाहेर पडतात. "अत्यंतं सुखमश्नुते" म्हणण्यात इतके सगळे अभिप्रेत आहे.

असे हे वर्णन ऐकले, वाचले की मन भरून येते, सुखावते पण त्याच वेळी संशयही येतो की हे सर्व शक्य आहे का? जर हे खरे असेल तर आमची आणि भोवतालची स्थिती यापेक्षा अगदी विपरीत का? असे वाटणे स्वाभाविक आहे. कारण आपण माणूस आहोत. माणूस असल्यामुळेच या अशा दिव्योदात्त अवस्थेचे विलक्षण आकर्षण आपल्या प्रत्येकाच्या अंतःकरणात प्रगट-अप्रगट स्थितीत असते; कारण विशेषाचे, भव्यतेचे, दिव्यतेचे आकर्षण असणे हे माणसाचे एकमात्र वैशिष्ट्य आहे. तुलना करून बरे वाईट ठरविण्याची प्रवृत्ती मुळात माणसामध्ये ह्यामुळेच उत्पन्न होते कारण अधिक चांगल्यावर म्हणजेच दिव्योदात्ततेवर त्याची स्वाभाविकपणे श्रद्धा असते. कोणत्याही मनुष्येतर प्राण्यात ही अशी श्रद्धा किंवा कोणत्याही प्रकारची श्रद्धा हा गुण आपणास शोधूनही आढळणार नाही. त्यामुळे नैसर्गिक आवश्यकतेपेक्षा

अधिकाधिक सुखाचे आकर्षण आपणास मनुष्येतर प्राण्यात दिसणार नाही. मनुष्यदेह श्रेष्ठ मानला जातो तो याच कारणामुळे; कारण त्याला अंतःप्रेरणेने विकास, उन्नती, प्रगती ह्याविषयीचे नैसर्गिक आकर्षण असते. आणि म्हणून मनुष्य मनात आणील तर वाटेल तेवढी उन्नती साधू शकतो. म्हणूनच सगळी शास्त्रे माणसासाठीच निर्माण झाली आहेत आणि त्यांनी विधिनिषेधाच्या मर्यादा सांगून माणसाच्या उन्नतीचा मार्ग प्रशस्त केला आहे. माणसाला याची मनोमन जाणीव आहे आणि त्यामुळेच दैन्य-दारिद्र्याने पीडिलेला, हालअपेष्टांनी त्रासून गेलेला माणूसही श्रीमंताच्या घरच्या वैभवात लोळणाऱ्या कुत्र्याचा जन्म मिळावा अशी इच्छा करित नाही. उलट, मिळालेल्या नैसर्गिक मनबुद्धीच्या सामर्थ्याचा विनियोग, इंद्रियद्वारा मिळणाऱ्या विषयसुखाकडे करून उपभोगातच सर्व काही आहे, असे मानू लागला, तर आसुरी प्रवृत्तीची वाढ होऊन त्याचा किती अधःपात होईल तेही सांगता येत नाही. मनुष्येतर प्राण्याच्या संदर्भात हेही शक्य नाही. त्यांना जशी उन्नती नाही तसा अधःपातही नाही. यासाठीच शास्त्राने उन्नतीचा परमोत्कर्ष असलेली आत्मप्राप्ती, कैवल्य, मोक्ष, मुक्ती, ईश्वरी साक्षात्कार, ईशदर्शन, निदान परोपकार, समाजसेवा, देशभक्ती इत्यादी केवळ स्वार्थाच्या क्षेत्रातून बाहेर काढणारी उदात्त ध्येये मानवाचे पुढे ठेवली आहेत. आणि सर्व प्रकारच्या साम-दाम-दंड-भेदाचा अवलंब करून मनुष्याने या उन्नतीच्या मार्गानेच वाटचाल करावी असा आग्रह धरला आहे. गीताही “**एवं विगत कल्मषः सदा आत्मानं युञ्जन्**” या शब्दांनी शास्त्राचा हाच विचार उद्घोषित आहे. पापे सोडून गेली आहेत, याचा अर्थ जीवन असंयमाकडून संयमाकडे वाटचाल करित आहे आणि ही वाटचाल ‘**आत्मानं सदा युञ्जन्**’ अशा स्वरूपाची असल्याने शरीर-मन-बुद्धी-अहंकार या आत्मशब्दाने उल्लेखिल्या जाणाऱ्या सर्व माध्यमातून प्रगत व्हावयाचे आहे हे लक्षात ठेवून ही देहादि सर्व माध्यमे यथाशक्ती पण प्रामाणिकपणे सातत्याने प्रगत होत राहतील, असा प्रयत्न साधकाने निष्ठेने करित राहणे आवश्यक आहे. म्हणजेच तो खऱ्या अर्थाने विगतकल्मष होतो. योगी म्हणण्यास पात्र होतो. पूर्णतेच्या सीमेला पोचतो. माझ्या कल्पनेप्रमाणे एवं म्हणजे अशा रीतीने, अशा प्रकारे, या शब्दातील भाव प्रगट होण्यासाठी मी हे विवेचन केले. काहीतरी साधावे, काहीतरी घडावे यासाठी काहीतरी करावे, या धारणेने प्रवचन वा श्रवण यांना अर्थ प्राप्त होतो, असे मला वाटते. प्रवचन करतो, तोही कुणी सिद्ध पुरुष नसतो. साधनेची

वाटचाल करण्याची धडपड त्यालाही करावीच लागते. क्वचित कदाचित त्याचे शब्दज्ञान अधिक असते म्हणून तो बोलतो, इतर ऐकतात; एवढेच अंतर वक्त्याश्रोत्यात असते. श्रीज्ञानेश्वर-तुकाराम-रामदास यांच्यानंतर त्यांच्या योग्यतेचा काय तो मीच, अशी वल्गना, जरा बरे बोलता येते आणि श्रोत्यांची संख्या चांगली असते म्हणून वक्त्याने करू नये आणि श्रोत्यानेही वक्त्याच्या वक्तृत्वाला आणि प्रभावी व्यक्तिमत्त्वाला भुलून असे मानू नये. दोघांनीही ‘**एकमेका सहाय्य करू । अवघे धरू सुपंथ ।**’ या भावनेतच राहणे चांगले. प्रत्यक्ष भगवान शंकरही या मार्गाचे अजून वाटसरूच आहेत. “**या मार्गीचा कापाडी । महेशु अजुनी**” असे स्वतः श्रीज्ञानेश्वर महाराज म्हणतात. तेव्हा पूर्णतेचा अहंकार मिरविणे हा या परमार्थ मार्गातील सर्वात मोठा अपराध आहे, हे सर्वांनीच लक्षात ठेवणे बरे.

येथे गीता ज्या योग्याचा उल्लेख करित आहे, ती साधनेच्या बळावर पूर्णतेला प्राप्त झालेली व्यक्ती आहे. म्हणूनच तिचे वर्णन, ती व्यक्ती ‘**ब्रह्मसंस्पर्श अत्यंत सुखं, सुखेन अश्नुते**’ असे गीतेने केले आहे. असा हा ब्रह्माचा संस्पर्श अनुभविणारा योगी, अधिकारी पुरुष कसा असतो, कसा वागतो, त्याची स्थिती कशी राहते ते गीतेने पुढील चार श्लोकात निरनिराळ्या प्रकाराने वर्णिले आहे.

: २९ :

**सर्वभूतस्थमात्मानं सर्वभूतानि चात्मनि ।**

**ईक्षते योगयुक्तात्मा सर्वत्र समदर्शनः ॥**

ज्याचे अंतःकरण योगयुक्त झाले आहे असा पुरुष सगळीकडे समदृष्टीने पाहतो. तो सर्व भूतांच्या ठिकाणी आत्मरूपाने स्वतःला पाहतो आणि सर्व भूतांना स्वतःच्या ठिकाणी स्वतःच्या आत्म्यात पाहतो.

एकायला सोपा, उदात्ततेचे स्वभावतः आकर्षण असल्यामुळे अर्थाच्या दृष्टीने फारच चांगला पण समजून घेण्याच्या दृष्टीने अवघड आणि अनुभवाच्या दृष्टीने अत्यंत कठीण असा हा श्लोक आहे.

गीतेने सम शब्द अनेक ठिकाणी अनेक संदर्भात वापरला आहे. गीतेचा तो फार आवडता शब्द आहे असे दिसते. भगवंतांनी तो साधनेकरिता आणि साध्याकरिता दोन्ही ठिकाणी वापरला आहे. योग हे साधन तर योगाची व्याख्या ‘**समत्वं योग उच्यते**’ अशी केली आहे. साधकाच्या दृष्टीने ब्रह्मप्राप्ती हे साध्य तर “**निर्दोषं हि**

समं ब्रह्म' अशा रीतीने ब्रह्मालाच सम म्हटले आहे.

या अध्यायाच्या आरंभीच 'समबुद्धिः विशिष्यते' असे म्हणून समबुद्धीची स्तुती केली आहे. मग अंतःकरण निष्काम, निष्पाप करून मनाची एकाग्रता साधावी आणि चित्ताला आत्म्याशी जोडून ठेवावे, अशा स्वरूपाची साधना सांगून अशा रीतीने आत्मसंस्थ झालेला योगी निरतिशय सुखाचा अनुभव घेतो, आत्म्याशी एकरूपता अनुभवित असताना मिळणाऱ्या सुखापेक्षा अधिक काही आनंदाचे असू शकते, असे त्यास कधी वाटत नाही. असेही वर्णन केले गेले आहे आणि आपण हे ऐकलेही आहे. ही आत्यंतिक सुखाची अनुभूति का येते त्याचे वर्णन या श्लोकात आले आहे, असे म्हणता येईल. 'द्वितीयात् वै भयं भवति' असे बृहदारण्यक उपनिषदाने सांगितले आहे. योगयुक्त झालेल्या पुरुषाला सर्वत्र आत्मदर्शनच होत असल्याने कोणीकडून वा कोणापासून, कोणत्याही स्वरूपाचे भय उत्पन्न होण्याचे कारण उरत नाही. ज्याला आपण दुःख दुःख असे समजतो, तो भयाचाच एक भाग आहे. भविष्यकालीन ते भय असते. वर्तमानकालात त्याचीच परिणती दुःखात होते. जणू भय या कारणेच दुःख हे कार्य असते. कार्यकारण भावात एकरूपता असते असे शास्त्र सांगते. सांख्य आणि वेदान्ती कारणच कार्यरूपाने व्यक्त होते असे मानीत असतात.

सृष्टीमधे नानाप्रकारची विविधता दिसते. भूत या शब्दाने त्यातील प्रत्येकाचा उल्लेख केला जातो. यात सर्व स्थावरजंगम वस्तुजातांचा समावेश होतो. माती, धातू, दगड हे स्थावर पदार्थ; वनस्पती, गवत, वेल वृक्षादी स्थावरच आहेत पण सजीव आहेत. कृमिकिटक, पक्षी, पशू आणि माणूस हे सर्व जंगमात समाविष्ट होतात. यात प्रत्येकाचे पुन्हा असंख्य पोटभेद आहेत. त्यात मग आपापल्या दृष्टीने उपयोगी, हितकर, चांगले, निरुपयोगी, अहितकर, त्याज्य अशी वर्गवारी निर्माण होते. अशा रीतीने विविधतेची रूपे जरी असंख्य असली तरी त्याच्या मुळाशी एक आत्मतत्त्वच असते आणि ते आत्मतत्त्व सर्वत्र ओतप्रोत, अखंड, निरतिशय आणि एकीकृत असे असते. तदितर काही म्हणून अस्तित्वात नसते. उपनिषदांनी 'नेह नानास्ति किंचन' या विश्वात वेगवेगळे असे काही नाही. 'सर्वं खलु इदं ब्रह्म' हे जे सगळे काही आहे ते एक ब्रह्मच आहे. 'सर्वेषां अन्तरतरं यदयमात्मा' सगळ्याच्या अंतरंगात एक आत्माच आहे, असे अनेक प्रकारांनी अनेक ठिकाणी सांगितले

आहे. उपनिषदांचा हा सिद्धान्तच श्रीमत् शंकराचार्यांनी अत्यंत प्रभावीपणे विशद केला. तो सिद्धान्तच अद्वैत सिद्धान्त म्हणून ओळखला जातो. सुदैवाने प्रगत विज्ञानही या सिद्धान्ताला पुष्टी देणारे विचार, शास्त्रीय सत्य म्हणून स्वीकारू लागले आहे. श्री राजा रामणांसारखे आपल्याकडील थोर शास्त्रज्ञ 'आजचे विज्ञान श्रीशंकराचार्यांनी मांडलेल्या अद्वैत सिद्धान्ताच्या जवळ येत चालले आहे' असे प्रतिपादित असतात; यामुळे नास्तिक बुद्धिवाद्यांची मात्र पंचाईत होणार आहे, यात शंका नाही. कुणी कीर्तनकार-प्रवचनकाराने हा विषय मांडला असता तर त्याची टवाळी करण्यास या मंडळीत अहमहमिका लागली असती. आता श्रीरामणांसारखा विख्यात शास्त्रज्ञ, श्रीशंकराचार्यांनी मांडलेले अद्वैत तत्त्वज्ञान विज्ञानशास्त्रदृष्ट्याही सत्य असल्याचे सिद्ध होत आहे, असे म्हणत आहे. काळाने तथाकथित बुद्धिवाद्यांवर हा एक प्रकारे सूड उगवला आहे असे म्हणता येईल; असो.

सगळ्या विविधतेच्या मुळाशी एक आत्मतत्त्वच आहे. योगी आपल्या साधनेच्या बळावर त्या आत्मतत्त्वाचा साक्षात्कार करून घेतो, अंतःकरणाने त्या आत्म्याशी जोडला जातो. जोडलेलाच राहतो. आणि म्हणून तो विविधतेने भरून राहिलेल्या या विश्वात सगळीकडे, सर्वांना, समदृष्टीने पाहू शकतो. कारण सामान्य माणसाला बहिरंगाचे आकर्षण राहते. योगी अंतरंगाचा वेध घेऊ शकत असल्याने दिसणारी-भासणारी विविधता त्याला चकवू शकत नाही. त्यामुळे विविधतेचे त्याला असे आकर्षण नसते, तसा तिरस्कारही नसतो. कारण तो समदर्शी झालेला असतो.

या समदृष्टीचा परिणाम म्हणून सगळी भूते, सर्व वस्तुजात हे स्वतःच्या ठिकाणी आहे आणि आपण स्वतः सर्व पदार्थमात्रांच्या ठिकाणी आहोत. अशी त्याची धारणा असते. कारण सर्व भूते हाही आत्म्याचा आविष्कार आहे आणि आपण स्वतःही आत्मरूप आहोत, असा त्याचा साधनेच्या बळावर प्राप्त झालेला अनुभव असतो. व्यवहारतः अंतर असले तर ते आकाराचे आणि प्रमाणाचे असते. घराला घरपणा प्राप्त होतो, तोहि आकाशामुळेच आणि घटाला घटत्व मिळते तेहि आकाशामुळेच. अंतर रहात असेल तर घटाच्या मानाने घराला माती अधिक लागते इतकेच. पण घटाच्या आणि घराच्या आकारामुळे आकाश काही वस्तुतः लहान किंवा मोठे होऊ शकत नाही. ते आपल्या ठिकाणी जसे जेवढे असते तसे तेवढेच असते. त्यामुळे घटासवे ते निर्माण होत नाही किंवा घट फुटताच ते नाहीसेही होत नाही. घटाला



घटपणा मात्र आकाशाविना येत नाही. भूते आणि आत्मा यांचा संबंध भूते आपल्या ठिकाणी असल्याने आणि योगीही या आत्मरूपतेचा अनुभव घेत असल्याने सर्व भूते आपल्या ठिकाणी आहेत वा आपण सर्व भूतांच्या ठिकाणी आहोत, अशी धारणा करू शकतो.

वीट, परळ, मडके, चूल इत्यादी वस्तूंचे उपयोग आणि आकार एकमेकापेक्षा कितीही वेगळे असले तरी त्या सर्वांना एक मातीचेच अधिष्ठान असते. आणि ही माती मातीपणाने वीट, चूल बोळक्यात सारखीच असते. सोने आणि दागिने, कापूस आणि कापड, पाणी आणि तरंग, वाफ, बर्फ यांच्या संबंधातही असेच म्हणता येईल. वेदान्तशास्त्राने आत्मा आणि भौतिक असलेली सर्व सृष्टी यांचा संबंध सांगताना ही वा यासारखी उदाहरणे अनेक प्रकारे तो विषय समजून देण्यासाठी वापरलेली आहेत. उपनिषदाने अगदी स्पष्टपणे सर्व प्रकारच्या नामरूपात्मक विविधतेला म्हणजे मुळापेक्षा वेगळे दिसणाऱ्या विकारांना 'वाचारंभणं विकारो नामधेयं' असे म्हणून नाकारले आहे. आणि त्यांच्या मुळाशी असलेल्या वस्तूला 'मृत्तिका इति एव सत्यम्' असे म्हटले आहे. हे असे असल्याने विचार, विवेक आणि अनुभूति यांच्या सहाय्याने सर्वभूतमात्रांच्या ठिकाणी समदर्शी होणे साध्य होऊ शकते.

समदर्शी, समदर्शन हे शब्द चांगल्या प्रकारे समजून घेतले पाहिजेत. तत्त्वज्ञानाची सारी काही उदात्तता या समदृष्टीमध्ये- समदर्शनामध्ये समाविष्ट झाली आहे. गीता येथे सर्वभूतमात्रांच्या ठिकाणी समदर्शी असावे म्हणते. मागे याच अध्यायातील नवव्या श्लोकात शत्रू आणि मित्र, आप्त आणि परका, सहाय्यक आणि तटस्थ, साधू आणि पापी यांच्या विषयातही समबुद्धी असावे असे म्हटले आहे. मागे पाचव्या अध्यायातील अठराव्या श्लोकात, विद्वत्ता आणि विनय अशा गुणांनी संपन्न असलेला ब्राह्मण, गाय, हत्ती, कुत्रा आणि चांडाळ-अस्पृश्य यांच्याविषयी शहाण्याने, पंडिताने समदर्शी असावे असे म्हटले आहे. ब्राह्मणसुद्धा जो जन्माने ब्राह्मण, तो येथे अभिप्रेत नाही. हा ब्राह्मण विद्येने संपन्न आहे, चांगला विद्वान् आहे, अनेक शास्त्रात पारंगत आहे, बहुश्रुत आहे पण इतके सर्व असूनही तो अहंकारी नाही, गर्विष्ठ नाही, मदोन्मत्त होऊन इतरांना तुच्छ लेखणारा नाही तर अतिशय नम्र आहे, फार विनयी आहे. या विनयाचे विलोभनीय रूप कुठे पहावयाचे असेल तर ज्ञानेश्वरीत पहावे. गीतेसारख्या श्रेष्ठ ग्रंथावर भाष्य लिहिण्यास आपण उद्युक्त झालो हे केवढे धाडस मी करतो आहे

हे लक्षात आणून देण्यासाठी श्रीज्ञानेश्वर महाराज म्हणतात- 'टिटवीने समुद्र उपसण्यास प्रवृत्त व्हावे.' 'मी नेणतु त्यापरी । प्रवर्ते येथ ।' माझ्या ज्ञानाचा उजेड काय पडणार? 'एरवी तरी मी मूर्ख । जरी झाला अविवेकु ।' तरी तुमच्यासारख्या थोर संतांच्या कृपेचा दिवा पुढे उजळलेला असल्याने मी हा प्रयत्न करित आहे. आणि हे संत कोण? तर पुढे बसलेले सारे श्रोते. खरोखरीच विनयाची, नम्रपणाची परिमीमा येथे झाली आहे. यामुळेच मला एकदा श्रीज्ञानेश्वर महाराजांचा फार राग आला. श्रीज्ञानेश्वर महाराजांसारख्या अत्यंत थोर महापुरुषाने स्वतःला उद्देशून नेणता, अविवेकी, मूर्ख, बापाच्याच ताटात जेवायला बसून बापाला भरवू पाहणारे लहान पोर, असे शब्द वापरावेत का?

ज्यांच्याजवळ श्रीवाल्मिकींची प्रतिभा, श्रीव्यासांची विद्वत्ता, श्रीशंकराचार्यांची प्रज्ञा, कालिदासाचे उपमाकौशल्य, जयदेवाची भाषालालित्य, शुकाचे वैराग्य, नारदाची भक्ती, जननीचे वात्सल्य या सर्व गुणांचा उत्कर्ष एकवटलेला आहे, त्यांनीही जर स्वतःला नेणता- मूर्ख इत्यादि म्हणवून घ्यावयाचे तर माझ्यासारख्या कोणत्याही दृष्टीने त्यांच्या पासंगालाही न पुरणाऱ्या सामान्यातल्या सामान्याने स्वतःविषयी कोणते शब्द वापरावेत? श्रीज्ञानेश्वरांसारख्या उदारहृदय सत्पुरुषांनीही मला अर्किचन करून माझी सर्व दृष्टीने कोंडी करून ठेवली आहे. त्यामुळे माझी कुचंबणा होत आहे. हा विचार सर्वभूतहितेतरत असलेल्या या महात्म्याच्या मनातही येऊ नये! आता त्यांच्यावर रागवू नये तर काय करावे सांगा! असो. विद्या विनयाने शोभते असे म्हणतात, पण विद्येचे आणि विनयाचे जन्मजात वैर असावे, अशीच परिस्थिति बहुधा आढळते.

दैवयोगाने विद्येने आणि विनयाने संपन्न ब्राह्मण भेटला आहे तरी जाणत्याने गाय-हत्ती-कुत्रा व चांडाळ यांच्याकडे पहावे, यांना लेखावे; त्याच भावनेने समदृष्टी होऊन त्या ब्राह्मणालाही मानावे, मोजावे असे गीतेने सांगितले आहे. अशी समदृष्टी ज्याची असेल त्यालाच पंडित म्हणजे आत्मज्ञानी-ब्रह्मज्ञानी समजावे. (पंडा नाम आत्मविषया बुद्धिः सा यस्य अस्ति स पंडितः ।) आता या समदर्शित्वाच्या दृष्टीने सांगितलेल्या पाच गोष्टीत दोन माणसे आणि तीन पशू आहेत. ब्राह्मणाला जसे अन्न-वस्त्र द्यावे, तसे ते चांडाळाला, हरिजनालाही द्यावे हे म्हणणे सहज शक्य आहे. आणि गायीला-कुत्र्याला-हत्तीला एकवेळ असे अन्न देता येईल पण वस्त्र देता येईल का? गायीला आणि हत्तीला आहार म्हणून गवत कडबा देणे योग्य आहे.

आपण स्वतः समदृष्टी झालेले आहोत या भावनेने ब्राह्मणापुढे-हरिजनापुढे जेवणासाठी कुणी गवत आणि कडवा ठेवला तर ते शहाणपणाचे ठरेल काय? कुत्रा, गाय-हत्तीसारखाच पशू आहे पण जातीने तो मांसाहारी आहे. त्याला एकवेळ माणसाप्रमाणे दूध भाकरी खायला घालता येईल पण पशू म्हणून गायीपुढचे गवत खाण्यासाठी त्याच्यापुढे ठेवता येत नाही. आता ब्राह्मण-गाय-हत्ती-कुत्रा-चांडाळ यांच्याकडे समदृष्टीने पहावे म्हणजे काय करावे? काम-क्रोध-लोभ-मोह यांना बळी न पडता केवळ कर्तव्य भावनेने ज्याला जे योग्य त्याच्याशी तसे वागावे म्हणजेच समदृष्टीने-समतेने वागणे आहे. वैद्याने सगळ्या रोग्यांना सारखेपणाने वागवावे, त्यात अजेदुजे करू नये, श्रीमंत-दरिद्री, आपला-परका या दृष्टीने पाहू नये. इतपत चिकित्सकाच्या समदृष्टीचा अर्थ लावणे योग्य आहे. पण सगळ्या रोग्यांना एकच औषध द्यावे वा एकच पथ्य सांगावे हे काही वैद्याच्या समदृष्टीचे लक्षण ठरू शकणार नाही. वैद्य एखादा रोगी तपासल्यावर हात धूत नाही. तर दुसऱ्या एखाद्या रोग्याला तपासताच स्वतःचे हात अत्यंत दक्षतेने धुतो. त्यावरून त्याने त्या दुसऱ्या रोग्याला तुच्छ लेखून त्याचा अपमान केला असे म्हणता येत नाही. श्री एकनाथ महाराजांनी हा विचार अत्यंत स्पष्टपणे मांडला आहे. महाराज म्हणतात-

“जेवी ब्राह्मणा वाढिले तृण । गायीस वाढिले मिष्टान्न । श्वानासी बैसणे सिंहासन । साधूसी आसन थारोळा । व्याघ्रासी पडिल्या लंघन । त्यासी अर्पू नये गोदान । गाय गादल्या संपूर्ण । तैलाभ्यंग करू नये ॥ हो का इंद्रिये जरी एके । तरी जिह्वा कर्म नव्हे नाके । तेवी एक भूतात्मा भूतवेखे । उचितोन्मुखे यजावा ॥ करिता यथोचित अर्पण । जरी क्रिया दिसे भिन्न भिन्न । तरी अंतरश्रद्धा अभिन्न । हे मुख्य लक्षण भागवतधर्मी ॥” (एकनाथी भागवत ३/३७३-७७)

मूळ भागवतातच ‘दयां मैत्रीं प्रश्रयं च भूतेष्वद्धा यथोचितम्’ (३-२३) असा उल्लेख आहे; तेव्हा गीतेचा समत्वयोग जाणून घेताना हे सर्व लक्षात घेणे महत्त्वाचे आहे.

शास्त्रीय विषय समजून घेणे आणि व्यवहारात त्याप्रमाणे वागणे, यामध्ये काही अंतर राहते, ते ठेवणे आवश्यक असते. असे व्यवहार शास्त्रीय सिद्धान्ताला सोडून आहेत. त्यामुळे ते सदोष आहेत असेही म्हणता येत नाही किंवा व्यवहारात जशाचा

तसा आणता येत नसल्यामुळे शास्त्रीय सिद्धान्तच चूक आहे असेही म्हणू नये. पण पुष्कळ वेळा उदात्तेच्या खोट्या आकर्षणाने आपण अशी चूक करित असतो. विशेषतः सामाजिक संदर्भात असे अधिक वेळा घडलेले आढळते. आपण हिंदू तर अशा भाबडेपणापायी अनेक संकटांना बळी पडलो आहोत आणि अद्यापीही आपण पुरेसा सावधपणा बाळगतो आहोत, असे दिसत नाही. बुद्धकालानंतर आणि गांधीजींच्या प्रभावामुळे या भाबडेपणाला चांगल्या चांगल्या बुद्धिमंतानी आणि क्रियाशील उत्साही तरुणांनीही नैतिकतेचे अधिष्ठान मानले आहे. समाजाच्या पुनरुत्थानाचा तोच एक मार्ग आहे, असे त्यांना वारंवार वाटत असते. इतिहासाची कारणमीमांसा नीटपणे लक्षात न घेतल्याचा हा परिणाम आहे. तत्त्वज्ञानाचा विचार व्यक्ती आणि समाज, कुटुंब आणि राष्ट्र, व्यष्टी आणि समष्टी यांच्यासंदर्भात विवेकाने करावा लागतो. पण हे घडत नाही म्हणून एकीकडे शास्त्राला प्रमाण मानणारे, भाबडेपणाने आत्मवंचना करून संकटास अविरतपणे बळी पडतात; तर दुसरीकडे शास्त्र झुगारून देऊन केवळ स्वतःच्याच बुद्धीवर विश्वास ठेवणारा निराळ्या प्रकारे स्वतःही फसतो किंवा त्याच्या त्या फसव्या बुद्धिवादाने स्वैराचाराला आणि त्यातून निर्माण होणाऱ्या संघर्षाला-अशान्ततेला तोंड देण्याचा प्रसंग समाजावर कोसळतो.

हिरा आणि कोळसा ही दोन्ही द्रव्ये प्रांगार (कार्बन) या एकाच मूलतत्त्वाची दोन रूपे आहेत. पण कोणीही त्यांना समान लेखून त्यांचे मूल्य एकच असावे असे म्हणत नाही. आणि कोणीही हिरा-कोळशांना समान मानीत नसल्याने रसायनशास्त्राचा सिद्धान्तच चूक आहे, असे म्हणण्याचा वेडेपणाही पत्करीत नाही.

समदृष्टी, समदर्शन, समबुद्धी, समता हे शब्द समजून घेताना सांगोपांग विचार करून विवेक पूर्णपणे जागृत ठेवून तदनुरूप व्यवहार करावा लागतो. नाहीतर मूर्ख शिरोमणीच्या लोककथा प्रसिद्ध आहेत, तसे घडू शकते. म्हणून श्रीतुकोबारायांसारख्या भगवद्भक्त महात्म्यानेही ‘व्हावे अधमासी अधम!’ असा शुद्ध व्यवहारवाद सांगितला आहे. श्रीतुकोबारायांनी केलेली दयेची व्याख्याही भाबड्या समतावाद्यांना चक्रावून टाकणारी आहे. ‘दया तिचे नाव भूतांचे पालन । आणीक निर्दालन कंटकांचे ।’ असे ते म्हणतात. तेच ‘दया करणे जे पुत्रासी । तेचि दासा आणि दासी । तोचि साधु ओळखावा । देव तेथेचि जाणावा ॥’ असेही सांगतात. ‘दया’ शब्द एकच आहे. पण संदर्भाला अनुसरून व्यवहार मात्र

वेगवेगळे आहेत. परस्पर विरोधी आहेत. समदृष्टी होण्याच्या दृष्टीने श्रीतुकोबांचाच पुरेसा विकास झालेला नव्हता, असे कुणी म्हणेल तर त्याला कोपरापासून हात जोडणे एवढेच आपल्या स्वाधीनचे आहे.

गीतेने पुढे अठराव्या अध्यायातही ‘समं सर्वेषु भूतेषु मद्भक्तिं लभते पराम्’ असे विधान केले आहे. समदर्शिता हा अंतःकरणाच्या दिव्यत्वाचा आविष्कार आहे. अशी समदर्शी व्यक्ती भगवद्भक्त, निस्वार्थी, अनासक्त, वैराग्यसंपन्न, परोपकारी, क्षमाशील, शान्त, प्रसन्न अशी राहते, अशी होते. कारण यापूर्वी सांगितल्याप्रमाणे साधनेच्या बळावर या व्यक्तीने आत्म्याशी जवळीक साधलेली असते. या जवळिकेचा-आत्मसंस्थ होण्याचा, ब्रह्माचा संस्पर्श लाभण्याचा परिणाम काय होतो त्याचे वर्णन पुढील श्लोकात आलेले आहे.

: ३० :

**यो मां पश्यति सर्वत्र सर्वं च मयि पश्यति ।**

**तस्याहं न प्रणश्यामि स च मे न प्रणश्याति ॥**

जो सगळ्या ठिकाणी मला पाहतो आणि माझ्या ठिकाणी सर्वांना पाहतो. मी त्याला नाही असे कधी होत नाही; आणि तो मला नाही असे कधी होत नाही.

मागील श्लोकात सर्व भूतांमध्ये आत्मा आणि आत्म्यामध्ये सर्व भूते पाहतो त्याला समदर्शी असे म्हटले आहे. इथे भगवान आत्मा शब्द न वापरता मी हे सर्वनाम वापरून स्वतःचाच उल्लेख करतात. कारण तत्त्वतः ब्रह्म-आत्मा-ईश्वर आणि ईश्वरावतार असे जे श्रीकृष्ण हे एकमेकांपेक्षा वेगळे मानण्याचे काहीच कारण नाही. ‘सर्वं खलु इदं ब्रह्म’ सर्व काही ब्रह्मच आहे या न्यायाने प्रत्येक वस्तुजात किंवा प्राणिमात्र जर ब्रह्मरूपच आहे; ब्रह्मच आहे तर सत्पुरुषांचे संरक्षण करण्यासाठी, दुर्जनांना नष्ट करण्यासाठी आणि धर्माची प्रतिष्ठापना करण्यासाठी प्रगट झालेल्या, सर्व सामर्थ्याने संपन्न असलेल्या, ईश्वराचा पूर्णावतार असलेल्या श्रीकृष्णाने आत्मरूपाने वा ब्रह्मरूपाने स्वतःचा उल्लेख करणे यात आश्चर्य वाटण्यासारखे काही नाही किंवा हा महंती अहंकारही नाही. ती केवळ वस्तुस्थिती आहे. म्हणून श्रीज्ञानोबारायांनी कुणी शंका घेऊ नये यासाठी ‘तरी ब्रह्म आन नोहे । मी वाचोनि।’ असे ‘ब्रह्मणोहि प्रतिष्ठाहं’ या चौदाव्या अध्यायातील श्लोकावर भाष्य करताना लिहून ठेवले आहे. ‘जे जे भेठे भूत । ते ते मानिजे भगवंत ॥’ ‘विष्णूमय जग वैष्णवांचा धर्म ।’

‘सर्वाभूती भगवद्भाव ॥’ ही वा अशा अर्थाची वचने म्हणजे गीतेच्या वरील श्लोकार्थाचा अनुवाद असल्यासारखीच आहेत.

सृष्टी आणि ईश्वर, भूते आणि आत्मा, जीव किंवा ब्रह्म यांच्यामध्ये परस्परानुयोगी असलेला अभेदभाव ज्याच्या प्रत्ययाला येतो, त्याची स्थिती कशी होते त्याचे वर्णन या श्लोकाच्या उत्तरार्धात केले आहे. हे वर्णन केवळ योग्यापुरते नाही. कोणत्याही साधनेच्या द्वारे संतपदाला पोचलेले पुरुष किंवा नामाच्या आधारावर भावबळाने पूर्णतेला पोचलेले भक्त, हेही येथे उल्लेखिलेले आहेत असे म्हटले पाहिजे. खरे तर योग्यापेक्षा हे वर्णन संतांना आणि ज्ञानी भक्तांनाच लागू पडते, असे म्हणता येईल. कारण भगवंतांनी स्वतःच ‘ज्ञानी त्वात्मैव मे मतम्’ असे ज्ञानी भक्ताचे वर्णन केले आहे. आणि पुढे अध्यायाच्या शेवटी सर्वपेक्षा अधिक श्रेष्ठ असलेल्या योग्यापेक्षाही त्याच्यात जो भक्त आहे तो श्रेष्ठ असल्याचे उल्लेखिले आहेच. असे असल्यामुळे ईश्वर किंवा भक्त एकमेकांना दुरावत नाहीत. जेथे संत तेथे ईश्वर. जेथे ईश्वर तेथे संत. भिन्नता दिसते, भासते ती केवळ नावापुरती. वस्तुतः दोन्ही एकच. यासाठीच आपल्याकडे ही एकरूपता लक्षात आणून देण्यासाठी गौरवाने संतांचे महत्त्व ईश्वरापेक्षा अधिक असल्याचे वर्णन नाना प्रकारांनी येते. “गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुः गुरुर्देवो महेश्वरः । गुरुः साक्षात् परब्रह्म तस्मै श्रीगुरवे नमः ॥” “ज्ञानेशो भगवान् विष्णुः ॥” “तुकिता तुलनेसी ब्रह्म तुकासी आले ॥’ अशी संतांची अर्थात गुरूची ईश्वराशी एकात्मता वर्णिलेली आहे. इतकेच नव्हे तर एकनाथ महाराजांनी ‘संत मोठे ईश्वर लहान’ अशा अर्थाचे उद्गार काढले आहेत. समर्थानी गुरुपेक्षा ईश्वराला श्रेष्ठ मानणाऱ्या शिष्याला करंटा म्हटले आहे “करिता देवतार्चन । घरा आले संतजन । देव सारावे परते । संत पूजावे आरते ॥’ असे श्रीतुकोबांनी म्हटले आहे. तात्पर्य, देव आणि संत किंवा पूर्णताप्राप्त योगी आणि ईश्वर हे एकमेकांना दिसत नाहीत, पहात नाहीत असे कधी नसते. ते परस्परांना कधी दुरावत नाहीत. देव भक्तांच्या हृदयात राहतो तर देव म्हणतो ‘मी देह आहे, भक्त माझा आत्मा आहे.’ समर्थानी यासाठीच ‘विभक्त नव्हे तो भक्त’ अशी भक्ताची व्याख्या केली आहे. हे सर्व ‘तस्याहं न प्रणश्यामि स च मे न प्रणश्याति’च आहे. योग्याच्या भाषेत ‘यत्र यत्र मनो याति तत्र तत्र समाधयः’ अशी जी स्थिती वर्णन केली आहे, ती या चरणावरील टिप्पणीच आहे असे म्हणता येईल. जेथे गोडी तेथे साखर, जेथे साखर तेथे गोडी असेच काहीसे हे आहे.

‘यो मां पश्यति सर्वत्र’ आणि ‘तस्याहं न प्रणश्यामि’ यांचे संदर्भ संतांच्या जीवनात कितीतरी ठिकाणी आढळतात. आणि तेथे ही केवळ समाधिअवस्थेत येणारी अनुभूती नसून ज्या भाग्याचा योग्यानीही हेवा करावा असे उघड्या डोळ्यांना होणारे ईश्वराचे ते अलौकिक दर्शन आहे. आमच्या ती. दादांनी वर्णन केले आहे की मिराबाई वृंदावनात गेल्या तेव्हा त्यांना ‘जहाँ देखो वहाँ तुम गिरिधारी’ असा साक्षात्कार होऊ लागला. मीराबाईंनी वर्णन केले आहे की गौळणी कृष्णरूपाने इतक्या भारावल्या गेल्या होत्या (कृष्णरूप छाँकी है ग्वालिनी) की त्या ‘दही घ्या, दही घ्या’ म्हणण्याच्या ऐवजी ‘हरिल्यों हरिल्यों बोलै’ असे म्हणाल्या. चैतन्य महाप्रभू जगन्नाथपुरीला नितान्त सुंदर असलेल्या समुद्राच्या काठावर उभे होते. समुद्राच्या उसळणाऱ्या लाटा त्यांना समुद्राच्या लाटा दिसल्या नाहीत. कृष्ण परमात्मा आपले बाहू उभारून आलिंगन देण्यासाठी उत्कंठेने पुढे येत आहे, असेच त्यांना दिसले आणि तेही आतुरतेने त्या मिठीत विसावण्यासाठी धावले व सागराकार श्रीकृष्णरूपामध्ये नित्याचे विलीन झाले.

श्रीएकनाथ महाराजांनी ‘मागेपुढे विठ्ठल भरला । रिता ठाव नाही उरला॥’ ‘जिकडे पहावे तिकडे आहे । दिशा प्रभू भरला आहे’ असे म्हटले आहे. दुसऱ्या एका अभंगात ते म्हणतात, “जिकडे जावे तिकडे देवचि सांगाते । ऐसे केले नाथे पंढरीच्या ॥’ देवाचीही स्थिती अशीच झाल्याचे वर्णन त्यांनी केले आहे. “देव विसरला देवपणाशी । देखोनी भक्तासी भुलला ।” “नावडे वैकुंठचि धाम । तो निष्काम कीर्तनी नाचतो ॥”

अशी ही वर्णने ऐकली, वाचली व आठवली तरी अंतःकरण उचंबळून येते. शरीर रोमांचित होते, डोळे पाणावतात. इतकी मधुरता, विलक्षण रमणीयता या प्रसंगात आहे. ही स्थिती प्रत्यक्ष जे अनुभवीत असतील त्यांच्या हृदयात आनंद किती दाटून उसळत असेल त्याची कल्पनाही करता येणे कठीण आहे. श्लोकामध्ये ‘पश्यति’ शब्दाचा उपयोग केला असल्याने ही निर्गुण निराकाराची अनिर्वचनीय शान्ती नाही; तर सगुण साकाराची भावमधुर प्रसन्नता आहे, असे म्हणावेसे वाटते. हे विदेहमुक्तीतले समाधान नाही, हा जीवन्मुक्तीतला संतोष आहे. पुढील श्लोकावरून हे लक्षात येऊ शकते.

: ३१ :

सर्वभूतस्थितं यो मां भजत्येकत्वमास्थितः ।

सर्वथा वर्तमानोऽपि स योगी मयि वर्तते ॥

एकत्वाला प्राप्त होऊन जो सर्व भूतांच्या ठिकाणी असलेल्या मला भजतो, तो योगी जीवनात कुठेही कसाही असला तरी माझ्यामधेच राहात असतो.

येथील हे भजन मोठे अद्भुत आहे, फार विलक्षण आहे. भजन शब्दाने एरवी जे आपल्याला लक्षात येते त्यापेक्षा हे पूर्णपणे वेगळे आहे. हे भजन मंदिराच्या सभामंडपात उभे राहून गाभाऱ्यात स्थानबद्ध असलेल्या देवमूर्तीपुढे केले जाते, तसे नाही. वा देवघरात मांडून ठेवलेल्या प्रतिमांचे यांत्रिकपणे होणारे पूजनही हे नव्हे. हे भजन योग्याने केलेले आहे, जो साधनेच्या बळावर शुद्ध झालेल्या अंतःकरणाने एकाग्रचित्त होऊन आत्म्याशी-परमात्म्याशी ईश्वराशी एकरूप होऊन गेला आहे, एक झाला आहे, तादात्म्य पावला आहे, तेथेच रमून राहिला आहे. आता हा करीत असलेले भजन-पूजन साध्या गंध फूल अक्षतांनी होते, त्या जातीचे नाही. कारण आता भजन-पूजनाची कोणतीही द्रव्ये वा उपचारपद्धती सर्वभूतांच्या ठिकाणी स्थित असलेल्या, सर्वांना व्यापून राहिलेल्या परमात्म्याच्या सेवेसाठी पुरेशी ठरणारी नाहीत. सर्वत्र अखंड भरून राहिलेल्या सच्चिदानंद तत्त्वाची पूजा साध्या उपचारांनी होणारच कशी? प्रत्येक वस्तुजाताच्या ठिकाणी ईश्वराचे दर्शन होणे हे येथील आवाहन आहे. प्रेमभक्तीने भरलेले हृदय हा येथील पवित्रजलाने भरलेला कलश आहे. शुद्ध चारित्र्याचे वस्त्र येथे अर्पण करावे लागते. निष्काम भावनेने निरलसपणे केलेले आपले कर्तव्यकर्म हेच फूल म्हणून वहावे लागते. सद्गुणांचा धूप दरवळावा लागतो. आत्मज्ञानाच्या ज्योतीने ओवाळावे लागते. परोपकारी जीवनाचा नैवेद्य समर्पावा लागतो. सर्वत्र सर्वप्रकारे असलेली निर्ममता हीच दक्षिणा समर्पावी लागते. सदाचरणाची प्रदक्षिणा घालावी लागते. देहबुद्धीचा त्याग करावा तेव्हा दंडवत घडते. सर्वभूतांच्या ठिकाणी असलेल्या भगवंताचे भजनपूजन होते ते असे.

असे हे भजन त्यालाच साधू शकते ज्याला ईश्वराशी ऐक्य झाल्याचा अनुभव येतो. “गोडपणे जैसा गूळ । तैसा देव झाला सकळ” अशी ज्याची स्थिती झालेली असते.

जो विभक्त नाही असा हा भक्त आहे, जो जोडला गेलेलाच आहे, असा योगी

आहे. त्यामुळेच तो सर्व भूतांच्या ठिकाणी असलेल्या ईश्वराचे भजन करण्याचा अधिकारी होतो.

या योग्याचा देहभाव नाहीसा झालेला असला, श्रीसमर्थ म्हणतात त्याप्रमाणे त्याची देहबुद्धी आत्मबुद्धीत परिणत झालेली असली, तरी त्याच्या शरीराचा त्याग झालेला नसतो. प्रारब्ध आहे तोवर शरीर आपापल्या परीने जीवनात कार्य करीत असतेच. पण आता हे शरीर सामान्य माणसाचे नाही. केवळ साधकाचे नाही तर पूर्णतेला प्राप्त झालेल्याचे आहे. त्यामुळे शरीर कुठेही असले, कसेही असले, शरीराकडून घडणारी कार्ये कोणत्याही स्वरूपाची असली, शरीराची अवस्था कशीही असली तरी तो योगी शरीरनिरपेक्षपणे, अंतरात्म्याच्या सामर्थ्याने परमात्म्यामध्येच स्थित असतो. देहाची धारणा त्याला परमात्म्यापासून लवमात्रही दूर करीत नाही. श्रीज्ञानेश्वर महाराज म्हणतात त्याप्रमाणे “**तो असे तेचि कपिध्वजा । समाधी माझी**” अशी स्थिती या महापुरुषाची असते. योगशास्त्रात रूढ असलेले समाधी आणि व्युत्थान हे शब्द वा त्यांच्या स्थितीतील भेद यामुळे या पुरुषाच्या वर्तनात कोणतेही अंतर उत्पन्न होत नाही. ‘**सर्वथा वर्तमानोऽपि**’ म्हणण्यात हे इतके सर्व अभिप्रेत आहे.

साधारण माणसाचे ‘**सर्वथा वर्तन**’, -कसेही वागणे- मात्र या पातळीवर चढू शकत नाही. कारण त्याच्या कृतीत केवळ प्रारब्धकर्मांमुळे येणारी नैसर्गिकता नसते. सामान्य माणसाची कृती ज्या वृत्तीमुळे घडते ती वृत्ती निरनिराळ्या प्रकारच्या आसक्तींनी, कामक्रोधादी विकारांनी प्रेरित झालेली असते. सत्पुरुषाचे वर्तन आणि सामान्यांचे वर्तन यात अंतर पडते ते इथेच. शरीराच्या पातळीवर होणाऱ्या बाह्यकृती कदाचित् दोघांच्याही सारख्या दिसतील पण त्यांचे मूल्यमापन मात्र सारखे करता येणार नाही. आवर्जून हिऱ्यासारखा दिसेल असा निर्माण केलेला काचेचा खडा चांगला चमकताना दिसतो. पण पैलू न पाडण्यामुळे तेवढा न चमकणारा हिरा मूल्याच्या दृष्टीने भारी असावयाचा तो असतोच. काही कारणाने मळलेला हिराही काचेच्या खड्याइतकासुद्धा चमकत नाही. म्हणून काही हिऱ्याचे मूल्य उणावत नाही. चलनी नोट मुळात खरी प्रामाणिक असावी लागते. मग ती कितीही मळलेली असली व काहीशी फाटलेली असली तरी तिचे मूल्य करकरीत नव्या नोटेइतकेच असते. मूल्याच्या दृष्टीने प्रामाणिक पण जुनी बळकट नोट आणि तशीच प्रामाणिक असलेली

स्वच्छ नवी कोरी नोट बँकेत तरी सारख्याच योग्यतेची समजली जाते. ‘**स योगी मयि वर्तते**’ म्हणण्यामध्ये असेच घडत असते. कसाही वागत असला तरी आत्मसंस्थ पुरुष परमेश्वराच्या लेखी ब्रह्मभूतच आहे. त्याच्या व्यावहारिक वर्तनाचा लेप त्याच्या थोरवीला बाधक होत नाही.

‘**सर्वथा वर्तमानोऽपि**’चा अर्थ हा असा आहे! पण लबाड माणूस ह्याचा दुरुपयोगही करून घेण्याची शक्यता आहे. दांभिकाला आपल्या दुर्वर्तनासाठी येथे समर्थनही सापडेल. पण त्यामुळे या गीतावचनाचा अर्थ काही वेगळा करून सांगणे योग्य ठरणार नाही.

तत्त्वज्ञान कितीही चांगले असले तरी माणूस धूर्ततेने त्याचा विनियोग दुर्वर्तनाच्या समर्थनासाठी करू शकतो. हेही माणसाचेच वैशिष्ट्य आहे. कोणत्याही जीवसृष्टीला उपलब्ध नसलेले कर्मस्वातंत्र्य ईश्वराने माणसाला दिलेले आहे. तसेच कार्यामागील कारण शोधण्याची बुद्धिमत्ताही त्याचे ठिकाणी ठेवली आहे. मुळात माणसाने सामान्य जीव म्हणून न जगता काहीतरी उदात्त ध्येय पुढे ठेवून जगावे, सृष्टीच्या मुळाशी असलेले कारण शोधून, तेथे असलेल्या ईश्वराला ओळखून नराचा नारायण होण्याच्या प्रयत्नास लागावे, हा हेतू मनुष्याला, कर्म स्वातंत्र्य आणि बुद्धिमत्ता देण्याच्यामागे आहे. पण नेमक्या याच असाधारण अशा श्रेष्ठ देणगीचा माणसे दुरुपयोग करीत असल्याचेच बहुधा आढळेल. मनुष्य भोगात परतंत्र आहे. पण कर्मात स्वतंत्र आहे. त्याचे हे कर्मस्वातंत्र्य काही वेळा परिस्थितीने वा प्रारब्धाने मर्यादित झाल्यासारखे दिसते; तरीही त्याचे ठिकाणी असलेले मूळचे कर्मस्वातंत्र्य पूर्णपणे कधी नाहीसे होत नाही. त्यामुळे माणसाच्या उन्नति-प्रगतीचा मार्ग तत्त्वतः मोकळाच असतो. पण या कर्मस्वातंत्र्यामुळेच तो अधोगतीला जाऊ शकतो. त्याला आपला अधःपातही करून घेता येतो. मनुष्येतर प्राण्यात हे कर्मस्वातंत्र्य नसल्याने त्याला उन्नतीही साधून घेता येत नाही, प्रगतही होता येत नाही, वा त्याचा अधःपातही होत नाही. नीतीच्या नियंत्रणाखाली राहून, सत्त्वगुणांचे मार्गदर्शन पत्करून माणूस वागू लागला तर त्याला दैवी संपत्तीची प्राप्ती होईल. त्याच्यातून श्रीज्ञानेश्वर-तुकारामांसारखा श्रेष्ठ सत्पुरुष घडेल. उलट कर्मस्वातंत्र्य, रजोगुण-तमोगुणांच्या प्रभावाखाली राहिल तर माणसाचा राक्षस होईल. त्याचे दुर्वर्तन दुर्योधन-दुःशासनालाही लाज आणण्याइतके उन्मत्त होईल.

माणसाचे माणूसपण काही त्याच्या वेगळ्या असलेल्या शरीररचनेत नाही. शरीररचना तर कोणत्याही दोन प्राण्यांची एकसारखी नसते. हत्ती आणि उंट, गाढव आणि अस्वल, कुत्रा आणि घोडा, हरिण आणि ससा हे काही एकमेकांसारखे नाहीत. केवळ शरीररचना वेगळी म्हणून माणसाला माणूस म्हणावयाचे असेल तर मांजर, उंदीर, गिधाड, साप यासारखा माणूसही एक वेगळ्या जातीचा प्राणी ठरेल. पण हे म्हणणे योग्य नाही. याची चांगली जाणीव आपल्याला आहे. कसेही असलो तरी आपण मनुष्य आहो. गाढव गाढवासारखे असते. आणि गाढवासारखे वागतेही. त्याच्या असण्या-दिसण्यात आणि वागण्यात कधी अंतर नसते. पण माणसाच्या संबंधात मात्र असे असत नाही. समोर आपल्यासारख्या आकृतीचा माणूस दिसत असला तरी त्याच्याकडे बोट दाखवून वा एखाद्याला उद्देशून 'हा काय किंवा तो काय माणूस आहे का', असे उद्गार काहीवेळा तरी आपण काढतो. माणसाला माणूस बनविण्यासाठीच तर शास्त्राचे, तत्त्वज्ञानाचे प्रयत्न आहेत. मानवाला मानवता शिकविण्यासाठी अनेक थोर थोर महापुरुषांनी आपापले जीवनच्या जीवन वेचले आहे. बिघडणे किंवा सुधारणे हे केवळ माणसाच्याच बाबतीत शक्य आहे. कारण त्याला कर्मस्वातंत्र्य आहे. आणि विशिष्ट प्रकारची बुद्धिमत्ता आहे. आपल्या जीवन-धारणेला आवश्यक ती बुद्धी तर इतर प्राणि-सृष्टीतही आढळते. स्वसंरक्षण कसे करावे, पळून जावे की आक्रमक व्हावे, एवढे ज्ञान इतर प्राणिमात्रात सुद्धा आहे. अन्नाची आणि निवाऱ्याची व्यवस्था प्राणी आपापल्या पद्धतीने साधू शकतात. त्यांच्या नैसर्गिक जीवनामध्ये कधी अंतर पडत नाही. क्वचित तसे घडते असे दिसत असले तरी त्याचे प्रमाण फार अल्प असते. माणूस लाचाराहून लाचार आणि उन्मत्ताहून उन्मत्तही होऊ शकतो. इतके अंतर पशूच्या जीवनात दिसत नाही. एकवेळ वाघ, सिंह आज्ञाधारक होऊन कामे करतात. त्यांच्या खेळावर मनुष्य आपला चरितार्थही चालवितो. पण मांजराला मात्र असे काही शिकविता येत नाही. मांजर आपली अस्मिता उत्तम रीतीने सांभाळते. संस्कारामुळे माणसाच्या स्वभावात, वर्तनात आकाशपाताळाचे अंतर पडू शकते, तसे कधी पशूंचे होत नाही. काही गोष्टी तर माणसापेक्षा त्यांना अधिक कळते, असे आढळते. काही प्राण्यांना तर भूकंप होणार असल्याचे ज्ञान, चोवीस तास, छत्तीस तास आधी कळते. माणसाला मात्र त्यासाठी विशिष्ट प्रकारच्या यंत्रावर अवलंबून राहावे लागते. अर्थात हे यंत्रही त्यानेच निर्माण

केलेले असते हे खरे. पण ते यंत्र कोण्यातरी एका माणसाने तयार केलेले असते. प्रत्येक माणसाला काही ते यंत्र तयार करण्याचे सामर्थ्य असत नाही. इतकेच नव्हे तर यंत्राने दर्शविलेल्या चिन्हांची नोंदही योग्य त्या अर्थाने प्रत्येक माणसाला घेता येत नाही. त्यासाठी सुद्धा तज्ञ असावा लागतो. त्या तज्ञालाही विशिष्ट शिक्षणक्रमातून पार पडावे लागते. पण मिळालेल्या बुद्धिमत्तेच्या बळावर माणूस अशा काही अडचणींवर मात करू शकतो. आपल्या सोयीसाठी तो इतरांना आपल्या इच्छेप्रमाणे राबवू शकतो. यात प्राण्याप्रमाणे माणसाचाही समावेश होतो. एका पशूने आपल्याच जातीच्या दुसऱ्या पशूला आपल्या कामाकरिता राबविल्याचे आपणास निसर्गात दिसणार नाही. कळप करून राहणारे प्राणीही तसे स्वावलंबी असतात. तिथे कोणी कोणाची सेवा घेत नाही वा करीतही नाही. जेथे कोठे क्वचित तसे आढळते तेही माणसाने केलेल्या कल्पनेमुळे आणि दिलेल्या नावामुळे. त्या जातीत तो केवळ निसर्गधर्म असतो. ती स्वाभाविक प्रेरणा असते. असो. प्राणिशास्त्र हा आपला विषय नाही. माणसाचे कर्मस्वातंत्र्य स्पष्ट करण्याच्या संदर्भात मी हे सांगितले एवढेच.

कर्मस्वातंत्र्यामुळेच माणसाला आपण निसर्गावर सत्ता चालवितो असा अहंकारही झाला आहे. पंचमहाभूते आपण अंकित करून घेतली आहेत, असा डौल तो मिरवित असतो. बोलण्यापुरते हे ठीक आहे. पण वस्तुतः असे काही झालेले नाही. कार्यामागील कारण शोधण्याची बुद्धी माणसाला लाभलेली आहे. तिच्या बळावर निसर्गातील प्रत्येक घटनेची कारणमीमांसा काही शास्त्रज्ञ शोधून काढतात. सृष्टीचे नियम बारकाव्याने जाणून घेण्याचा प्रयत्न करतात. आणि त्या बळावर प्रतिकृती निर्माण केली जाते. त्यालाच आपण वैज्ञानिक प्रगती समजतो. यंत्रे निर्माण होतात, सुखसोयी वाढतात पण हे सर्व सृष्टीच्या नियमांचे काटेकोरपणे पालन होत आहे, तोपर्यंतच लाभदायक होते. त्यात थोडीशीही चूक झाली तरी निसर्ग फटका दिल्याविना रहात नाही. निसर्ग आपण जिंकला असता तर निसर्गाने माणसाच्या चुका निमूटपणे सहन करावयास हव्या होत्या. पण तसे कोठेही दिसत नाही. म्हणून माणसाने खोटा अहंकार बाळगण्याचे कारणच नाही. त्याने मिळालेल्या बुद्धिमत्तेचा आणि कर्मस्वातंत्र्याचा उपयोग स्वतःच्या उन्नति-प्रगती करिताच करून घेतला पाहिजे. त्याला ऐहिकातही सुखी-समाधानी जीवन जगता येईल; पण त्यासाठीही संयमाचाच अवलंब करावा लागेल. कोणत्याही आसक्तीला स्वैर होऊ

देता कामा नये. म्हणजेच नीतिनियमांचा अवलंब करावा लागेल. शास्त्रे जी निर्माण झाली आहेत ती हे नीतिनियम शिकविण्यासाठीच. माणसाने त्याचे ज्ञान करून घेतले पाहिजे. शास्त्रे काय आहेत ते माहित नाही म्हणून आम्ही असे वागलो असेही माणसाला म्हणता येणार नाही. निर्बंधाचे ज्ञान नाही, नियम ठारूक नाही ही काही क्षमा मिळविण्यासाठी पळवाट असू शकत नाही. **(इग्रन्स ऑफ लॉ इज नो एक्स्क्यूज)**

माणसाने आपल्यातील माणूसपण वाढविण्यासाठी निरनिराळ्या शास्त्रांचा अभ्यास केला पाहिजे. आणि त्यातील नियमाचा उपयोग करून स्वतःला चांगला माणूस बनविले पाहिजे. गीता-ज्ञानेश्वरी-दासबोधासारखे ग्रंथ सामान्य माणसाला सर्वोत्तम माणूस बनविण्यासाठीच अवतीर्ण झाले आहेत. लाभलेल्या कर्मस्वातंत्र्याच्या बळावरच माणसाने स्वतःच्या उद्धारासाठी त्यांचा उपयोग करून आपली उन्नति-प्रगती-विकास करून घेतला पाहिजे. माणूस बुद्धिवान आहे, तो शास्त्रे वाचतो पण त्याच्यातला अहंकार आणि विषयासक्ती, शास्त्रातील वचनांचा विनियोग स्वतःच्या स्वैरतेच्या समर्थनासाठी करित असतो.

गीतेने 'सर्वथा वर्तमानोऽपि स योगी मयि वर्तते' असे म्हटले आहे. येथील, 'सर्वथा वर्तमानोऽपि' म्हणजे कसाही वागत असला तरी अर्थात त्यात चांगले-वाईट, सभ्य-असभ्य, सुष्ट-दुष्ट, स्वार्थी-परोपकारी अशा बाह्यतः अगदी भिन्न वा परस्परविरुद्ध दिसणाऱ्या वर्तनाचाही समावेश होतो. साधारणतः असाच अर्थ असलेली अधिकारी पुरुषांची इतरही वचने आहेत. जो त्रिगुणातीत झाला, ज्याला तत्त्वाचे ज्ञान आकळले, त्याच्या संदर्भात भेद-अभेद, पाप-पुण्य काही उरत नाही, तो विधि-निषेधाच्या पलीकडे जातो, असे वर्णन एका सुभाषिताने केले आहे. **(‘निस्त्रैगुण्यै पथि विचरितां को विधिः को निषेधः’)** श्रीशंकराचार्यांनी 'भज गोविंदम्' या नावाने प्रसिद्ध असलेल्या मोहमुद्गर या प्रकरणामध्ये "योगरतो वा भोगरतो वा संगरतो वा संगविहीनः । यस्य ब्रह्मणि रमते चित्तं नन्दति नन्दति नन्दत्येव ॥" असे म्हटले आहे. हा जणू गीतेच्या वरील श्लोकाचा अनुवादच आहे. योगात असो वा भोगात असो, संगत असो की त्यागात असो, परमात्म्यामध्ये रमला तो सर्वदा आनंदातच असतो असा या वचनाचा भावार्थ आहे. गीतेच्या तिसऱ्या अध्यायात तर लोकसंग्रह करण्यासाठी ज्ञानी पुरुषाने कर्मात आसक्त असलेल्या

सामान्य जनाप्रमाणे वागावे असे आवर्जून सांगितले आहे. तेव्हा, 'आमच्या वागण्याकडे बघून लोभी, विषयासक्त, व्यसनी मानणे वेडेपणाचे आहे. आम्ही ब्रह्मसंस्थ झालो असल्याने सामान्याप्रमाणे हे कर, हे करू नको, पुण्यकर्म कर, सदाचरणाने वाग, पातके टाक, व्यसनाधीन होऊ नको, असे विधिनिषेध आम्हाला बंधनकारक असत नाहीत,' असे म्हणून प्रतिष्ठा अबाधित राखण्यात दांभिकांना वाव सापडतो. जी खरी मोठी माणसे असतात ती त्यांच्या हातून घडलेल्या वा कराव्या लागलेल्या निषिद्ध वर्तनाचे समर्थन सहसा करित नाहीत. उलट लोकांचा अपसमज होऊ नये, सदाचरणाची मर्यादा कटाक्षाने सांभाळावी असे वागण्याची दक्षता ते घेतात. एका शंकराचार्यांच्या चरित्रातील मद्याच्या आणि काचेच्या रसाच्या भिक्षेची गोष्ट मी अनेक वेळा सांगितली आहे. या संदर्भात ती विचार करण्यासारखी आहे.

आमचे ती. दादा एका शास्त्रीबुवांची गोष्ट सांगत असत. सज्जन माणसे सदाचरण सांभाळण्यात कशी दक्ष असतात ते त्यावरून चांगले लक्षात येईल.

एक चांगले विद्वान शास्त्री मोठे सात्विक आणि सदाचरणी होते. त्यांच्या प्रवचनाचा लौकिकही फार चांगला होता. त्यांची शिष्यशाखाही मोठी होती. शास्त्रीबुवा पुढे वृद्ध झाल्यामुळे घरून प्रवचनाला जाता येताना रस्त्यावरील एका ओट्यावर थोडा वेळ विश्रांतीसाठी बसत. स्वच्छता व सावली या दृष्टीने ते स्थल सोयीस्कर होते. पण योगायोग असा की त्या ओट्याला लागूनच दारूचे दुकान होते. परिणाम असा झाला की शास्त्रीबुवा मद्यपान करतात, दारूच्या दुकानापुढे आम्ही त्यांना पाहिले आहे, अशी चर्चा होऊ लागली. ती वाढून पसरूही लागली. या कुजबुजीने शास्त्रीबुवांच्या काही शिष्यांना खेद झाला. आपल्या गुरूंची ही अपकीर्ति आपल्यालाही लांछनास्पद आहे, या विचाराने त्यातील काही, दारूच्या बाटल्या घेऊन शास्त्रीबुवांकडे आले. म्हणाले, 'महाराज! वयोमानाने आपणास दारू घेणे आवश्यक झाले असेल तर घ्या. पण गुपचूपपणे घरी बसून घ्या. तुम्ही बाहेर दुकानात जाऊन घेता. त्यामुळे आम्हाला मान खाली घालण्याचा प्रसंग येतो. या बाटल्या आणल्या आहेत त्या घ्या.' शास्त्रीबुवा काहीच बोलले नाहीत. त्यांनी प्रतिवादही केला नाही. प्रकरण काय आहे आणि कशामुळे उद्भवले हे त्यांच्या लक्षात आले. ते एवढेच म्हणाले- 'ठीक आहे, त्या समोरच्या कपाटात बाटल्या

ठेवा.' शास्त्रीबुवांनी आपला तो नेहमीचा रस्ता टाळला आणि थोड्या लांबच्या रस्त्याने जाऊ लागले. तिकडून एक मारुतीचे मंदीर होते. त्याच्या ओट्यावर बसून ते थोडा वेळ जाता जाता विश्रांती घेत. गावातील चर्चेचे स्वरूप बदलले. काही म्हणाले - आपली झालेली निंदा ऐकून शास्त्रीबुवांनी दारू सोडली, तर शिष्य समजले ही घरीच सोय झालेली आहे. त्यामुळे शास्त्रीबुवांना आता दुकानात जाण्याचे कारण उरले नाही. काही दिवसांनी हे शहाणे शिष्य बाटल्या घेऊन पुन्हा शास्त्रीबुवांच्याकडे आले. शास्त्रीबुवा म्हणाले- 'ठेवा त्या कपाटात.' कपाट उघडले तेव्हा शिष्यांना पहिल्या आणलेल्या बाटल्या तशाच तोंडे न फोडलेल्या, न वापरलेल्या दिसल्या. त्यांनी शास्त्रीबुवांना विचारले, 'हे हो काय? पहिल्याच जशाच्या तशा भरलेल्या आहेत.' शास्त्रीबुवा म्हणाले, 'या ठेवल्यात तर त्याही तशाच राहतील.' 'म्हणजे काय?' शिष्यांनी आश्चर्यचकित होऊन विचारले. शास्त्रीबुवा शान्तपणे म्हणाले, 'मी दारूला कधीच शिवलो नाही. आधीही घेत नव्हतो. आताही घेणे शक्य नाही.' शिष्य म्हणाला, 'मग पहिल्या आणलेल्या बाटल्या कशाला ठेवायला सांगितल्या?' शास्त्रीबुवा उत्तरले, "पसरलेला लोकापवाद माझ्या कानावर आला होता. मी जाता येता दारूच्या दुकानाजवळच्या ओट्यावर विसावतो हे त्याचे कारण आहे. हे त्याच क्षणी माझ्या लक्षात आले. तुम्ही आपल्या गुरूची निंदा होऊ नये या उथळ सद्भावाने दारू घरी आणून दिलीत. मी त्याचवेळी नको म्हटले असते तर तुम्हाला ते खरे वाटले नसते. कारण लोकापवादातले सत्यत्व तुम्हीही गृहीत धरलेले होते. म्हणून मी ठेवा म्हणालो. आता त्या तशाच असल्याचे पाहून तुमचा भ्रम दूर झाला असण्याची शक्यता आहे." शिष्य ओशाळले आणि गुरूची क्षमा मागून निघून गेले. "सर्वथा वर्तमानोऽपि" च्या संदर्भात ही गोष्टही लक्षात ठेवण्यासारखी आहे.

काही वेळा संतपणाचे जे आदर्श सांगितलेले असतात, - सत्य, अहिंसा, दया, क्षमा, वैराग्य, अपरिग्रह- ते त्याच्या आदर्श स्वरूपात जसेच्या तसे पाळणे व्यवहारात ब्रह्मवेत्यालाही शक्य होत नाही. त्याला आपल्या शरीरस्वास्थ्याचा विचार करावा लागतो. तसेच परिस्थितिवशात कर्तव्यभावनेने, लोकसंग्रहासाठी म्हणून काही गोष्टी कराव्या लागतात, स्वीकाराव्या लागतात. समाजाच्या मार्गदर्शनासाठी 'मां अनुस्मर' सवेच 'युद्ध्य च' असेही सांगावे लागते. वरवर पाहून तर्क करणाऱ्याला

ही विसंगती जाणवते, मग तो तत्त्वज्ञानाला खोटे म्हणतो, आदर्शच चुकीचे ठरवितो. वा त्या व्यक्तीलाच दांभिक लेखतो. या तिन्ही गोष्टी वस्तुतः मिथ्या आरोप केल्यासारख्या आहेत. व्यवहाराचे व्यापक स्वरूप न जाणवल्याचा तो परिणाम आहे. दोषच द्यावयाचा झाला तर तत्त्वज्ञानाप्रमाणे विज्ञानाच्या प्रगतीलाही देता येईल. प्रगत विज्ञानाने माणसाच्या काही सुखसोयी वाढविल्या हे कितीही खरे असले तरी व्यापक प्रमाणात मनुष्याचा संहार करणारी महाभयानक अस्त्रेही प्रगत विज्ञानामुळेच निर्माण झाली आहेत. आणि उद्दाम राज्यकर्ते अहंकारी दुष्टतेने त्याचा उपयोगही स्वैरपणे करित आहेत. या संहारक शस्त्रामुळेच आतंकवादाचे स्वरूप अधिकाधिक भीषण आणि घातक होत आहे. प्रदूषण तर कितीतरी प्रकारांनी वाढले आहे आणि त्यामुळे आरोग्य न्हास पावत आहे. दुर्धर व्याधींचे प्रमाण वाढत आहे. पण हे सगळे घडत असतानाही विचारी माणूस दोष विज्ञानाला देत नाही. विज्ञानाचा दुरुपयोग करणाऱ्या स्वार्थी, अविचारी उन्मत्ततेला तो दोषी ठरवीत असतो. तत्त्वज्ञानाच्या आधारावर कुणी दंभाचार करित असेल तर तेथेही असेच मानले पाहिजे.

विषयोपभोगाची लालसा असणारा, सत्ता-संपत्ती-प्रतिष्ठा याची अभिलाषा बाळगणारा, स्वयंकेंद्रित, स्वार्थी, अहंकारी असा माणूस आपले हे सर्व उद्दिष्ट पार पाडण्यासाठी लोकसंग्रह, समाजसेवा, परोपकार, धर्मकार्य, देशभक्ती यांचा देखावा करित असतो. आणि प्रत्यक्षात आपल्या स्वार्थ-साधनेसाठी दुष्टतेच्या वा नीचतेच्या कोणत्याही पातळीवर उतरू शकतो. याच कारणामुळे धर्म किंवा अधर्म यांचे निश्चित स्वरूप केवळ बाह्यांगावरून ठरविता येत नाही. 'अधर्मरूपो धर्मो हि कश्चिदस्ति नराधिप । धर्मश्चाधर्मरूपोऽस्ति तच्चज्ञेयं विपश्चिता ॥' असे एक वचन महाभारतात आलेले आहे. वरून अधर्मासारखा वाटत असला तरी आतून तो खरा धर्मच असतो, उलट वरवर पाहाता धर्म वाटला तरी तो असतो मात्र अधर्म. जाणत्याने, विचारवंताने हे ओळखावे लागते. व्यवहारात वागताना निस्वार्थी, निःस्पृह, विरक्तालाही सामाप्रमाणे भेदाचा, क्षमेप्रमाणे दंडाचा, त्यागाच्या उपदेशाप्रमाणे प्रलोभनाचाही उपयोग करावा लागतो. अशा वेळी उदात्तेची पोकळ भाषा उपयोगी पडत नाही. अन्यायाच्या प्रतिकारासाठी हिंसेलाही प्रवृत्त व्हावे लागते. तर कित्येक वेळा प्रलोभन दाखवून आपले काम साधून घ्यावे लागते. क्षमा एकीकडे सारून दंड द्यावा लागतो. तर हित साधण्यासाठी सत्याला दूर सारावे लागते. पण हे ज्याने



करावयाचे तो मुळात विवेकी, निस्वार्थी, निरहंकारी आणि तत्ववेत्ता असा असावा लागतो. एरवी तो निःस्पृह, क्षमाशील, सत्यवक्ता, परोपकारी असाच असतो. पण कर्तव्य म्हणून परिस्थितीवशात त्याला सामान्याप्रमाणे वागावे लागते. त्यास क्वचित् असत्य, हिंसा यांचाही स्वीकार उण्या-अधिक प्रमाणात करावा लागतो. पण त्यामुळे त्याच्या श्रेष्ठतेला, संतत्वाला, थोरवीला कोणताही बाध येत नाही. कारण निषिद्ध वर्तनाच्या मागेही त्याचा हेतु उदात्त असतो, लोककल्याणाचा असतो, अपरिहार्य आवश्यकतेचा असतो. त्यामुळे ह्या बाह्याचरणाचे पाप त्याला लागत नाही कारण तसे पाप निर्माणच होत नाही. गीतेने 'असा वागलास तर तुला कर्माचे बंधन पडणार नाही, पाप लागणार नाही, सगळ्या दोषातून सुटशील' अशा अर्थाची आश्वासने कार्यकर्त्याला अर्जुनाच्या निमित्ताने अनेकवार दिली आहेत.

हे असे असल्यामुळेच भगवान् 'सर्वथा वर्तमानोऽपि' योगी कसाही वागत असला तरी 'स योगी मयि वर्तते', तो माझ्या ठिकाणीच असतो, आत्मसंस्थ असतो, मुक्त असतो, जीवन्मुक्त असतो असे म्हणतात. बाहेरची कोणतीही परिस्थिती त्याला बाधक होत नाही.

हा विषय पुढच्या श्लोकात एका निराळ्या प्रकाराने सांगितला गेला आहे.

: ३२ :

**आत्मौपम्येन सर्वत्र समं पश्यति योऽर्जुन ।**

**सुखं वा यदि वा दुःखं स योगी परमो मतः ॥**

सुख असो की दुःख असो, ते आपल्या प्रमाणेच, स्वतःप्रमाणेच इतर सगळ्यांनाही सारखेच असते. असे जो समजतो त्याला, हे अर्जुना! श्रेष्ठ योगी समजावे.

सर्व भूतांच्या ठिकाणी ईश्वराला पहावे, ईश्वरात सर्व भूते पहावीत, आपणही आत्मरूपाने सर्वत्र आहोत तसेच आपल्या ठिकाणीही सर्व काही आहे असे आत्मसंस्थ झालेला, आत्म्याचा साक्षात्कार झालेला योगी मानतो. हे जे योग्याचे वर्णन पूर्वीच्या दोन तीन श्लोकात आलेले आहे, त्याच स्थितीचा एक निराळा आविष्कार या श्लोकात व्यक्त झालेला आहे. आपण जसे आहोत तसेच इतर भूतमात्रही आहे, त्यामुळे ज्या गोष्टींनी आपल्याला सुख होते, जे आपल्याला अनुकूल वाटते, तसेच ते दुसऱ्यालाही वाटते उलट जे आपल्याला दुःखदायक आहे, प्रतिकूल वाटते ते इतर जीवांनाही तसेच असते, हे पूर्णपणे लक्षात ठेवून जो तसा वागतो

त्याला श्रेष्ठ योगी समजावे, असे भगवान म्हणतात. आपल्यावरून जग ओळखावे अशी एक म्हण आपण वापरतो ती याच अर्थाची आहे.

सर्वभूतांमध्ये आपण किंवा आपणात सर्व भूते हे प्रत्यक्षात जसेच्या तसे अनुभवास येणे अत्यंत दुर्घट आहे. रेड्याच्या पाठीवर मारलेल्या काठीचे वळ श्रीज्ञानेश्वर महाराजांच्या अंगावर उमटले अशी घटना श्रीज्ञानेश्वर महाराजांच्या चरित्रात उल्लेखिलेली आहे. कारण श्रीज्ञानेश्वर महाराज योगयोगेश्वर होते. पण चांगल्या, सज्जन, सात्विक माणसाला, निष्ठुरपणे कुणी एखाद्या पशूला ताडन करीत असेल तर स्वतःला मारल्याइतका कळवळा येणे मात्र शक्य आहे. श्रेष्ठ योग्याच्या संदर्भात हीच स्थिती अधिक व्यापक प्रमाणात घडते. एक कुत्रे स्वतःचे गाकर घेऊन पळालेले पाहून नामदेवराय तुपाची वाटी घेऊन त्याच्यामागे धावले. तहानेने व्याकूळ होऊन उन्हात तळमळणाऱ्या गाढवाच्या मुखात एकनाथ महाराजांनी गंगेची कावड घातली. हे आत्मौपम्याने सर्वत्र पाहण्याचेच परिणाम आहेत. व्यवहारात आपण या गोष्टी काही प्रमाणात लक्षात ठेवल्या तर कौटुंबिक आणि सामाजिक जीवन कितीतरी सुखावह होईल. माणसाला स्वतःला स्वच्छता आवडते तर आपल्याकडून, दुसऱ्याला आवडणार नाही, अशी घाण कुठे केली जाणार नाही, हे जर माणूस लक्षात ठेवेल तर नगरपालिकेचे स्वच्छता राखण्याचे काम नव्वद टक्के उणावेल. रोगाचा प्रसार थांबेल. गावाचे आरोग्य चांगले राहील. पण आपल्या देशात आपण ही गोष्ट पार विसरून गेलेलो आहोत. आपली घरे त्यामानाने पुष्कळ स्वच्छ असतात. ती स्वच्छ राखण्याचा आपण कटाक्षाने प्रयत्न करतो. पण सार्वजनिक रस्ते घाण करताना मात्र आपणास थोडीही खंत वाटत नाही. खेडेगावात तर रस्त्यावर पाऊल ठेवण्याची सोय नसते. दुर्गंध पसरलेला असणे हे गाव अगदी जवळ आल्याचे निश्चित लक्षण झालेले आहे. रस्ते जणू मोऱ्या वाहण्याकरिताच असतात असे मानले जाते. आपल्या गच्चीवरचा केर आपण दुसऱ्याच्या अंगणात सहज लोटून देतो. मला कुणी फट म्हणताच, माझा संताप अनावर होतो. पण दुसऱ्याला टाकून बोलताना, त्याचेवर तोंडसुख घेताना, त्यालाही मन आहे हा विचार माणूस करीत नाही. आपल्या दैनिक जीवनातील अशा कितीतरी बारीकसारीक गोष्टींचा उल्लेख करता येण्यासारखा आहे. ज्याने मला सुख होते ते मी दुसऱ्यासाठी करीन, ज्याने मला दुःख होते ते माझ्यामुळे तरी दुसऱ्या कोणाला होऊ नये, याची मी दक्षता घेईन; ह्या विचाराने माणूस वागू

लागला तर तो करीत असलेली साधना प्रगतिपथावर आहे असे समजावे. पण चांगला धार्मिक आहे असा दिसणारा आणि स्वतःला धार्मिक म्हणविणारा माणूसही या विचाराने वागतो, असे फारसे आढळत नाही. परदेशामध्ये बहुधा, व्यक्ती, व्यवहारात या विचाराने वागते. त्यामुळे तिकडील गावे अत्यंत स्वच्छ नीटनेटकी अशी असतात असे म्हणतात. आपल्याकडेही कोकणात काही वर्षापूर्वी लहानमोठ्या गावाची सार्वजनिक स्वच्छता आदर्श स्वरूपाची होती. गांधीजींनी यादृष्टीने देशाला शहाणे करण्याचा पुष्कळ प्रयत्न केला. श्री गाडगेमहाराज गावाच्या स्वच्छतेचा स्वतः प्रयत्न करीत; जणू ते त्यांचे व्रत होते; आणि कीर्तनादीतून या विषयावर भर देत. पण या दोघांचेही थोरपण त्यांच्यापुरते राहिले. लोक काही सुधारले नाहीत. त्यांच्या स्मृतीदिनाच्या निमित्ताने एक नवे ग्रामस्वच्छतेचे कर्मकांड मात्र क्वचित् कोठे आचरिले जाते.

गाव स्वच्छ राखणे हे काही पारमार्थिक साधनेचे अंग नाही, हे मलाही कळते, पण ही साधी सभ्यताही ज्याला साधत नाही किंवा तिचे महत्त्व पटत नाही, त्याच्या अंतःकरणाला पारमार्थिक उदात्ततेचे पावित्र्य कसे लाभणार? मनुष्याच्या स्वभावाला जे वळण लागते त्याला व्यवहारातील बारीकसारीक गोष्टीही कारणीभूत होत असतात. यासाठी माणसाने आपल्या सुखाबरोबर इतरांच्याही सुखःदुःखाचा, अनुकूल-प्रतिकूलतेचा विचार केला पाहिजे. धान्यातील कुचर दाणा उकळत्या पाण्यातही शिजून मऊ होत नाही. त्याप्रमाणे चांगल्या साधनेनेही स्वयंकेंद्रित मनुष्याच्या अंतःकरणाला मार्दव येत नाही. उलट नुसते बाहेरचे कर्मकांड, त्याला अधिकच कठोर आणि त्रासिक बनविते. माणसाने वागताना आपले मन सहनशील आणि स्वाधीन ठेवावे पण दुसऱ्यांच्या भावना मात्र हळुवारपणे जपाव्या, तरच अंतःकरण मोकळे होते, संस्कारक्षम होते. त्याला शुद्धता येऊ लागते. आणि ह्या दिशेने प्रगती होत राहिल, त्याप्रमाणे सर्वत्र समतेचा अनुभव येऊ शकतो.

सुखदुःखाकडे समबुद्धीने पहावे अशा अर्थानेही गीतेतला चरण लावता येईल. जीवनामध्ये सुखाचे आणि दुःखाचे प्रसंग निरनिराळ्या प्रकाराने, निरनिराळ्या कारणाने, निरनिराळ्या संबधातून निर्माण होणे ही काही नवलाची गोष्ट नाही. मनुष्य कितीही लहान वा मोठा असो, कोणाचेही सांसारिक जीवन या नियमाला अपवाद आहे असे म्हणता येणार नाही. गीतेनेच 'न प्रहृष्येत् प्रियं प्राप्य नोद्विजेत्

प्राप्यचाप्रियम्' (गीता ५.२०) हे ज्ञान्याचे लक्षण सांगितले आहे. श्रीमत् शंकराचार्यांनी 'रागद्वेषं विना प्राप्तं भजाम्यद्य शुभाशुभं' अशी स्थिती आत्मज्ञान झालेल्या पुरुषाची असते, असे वर्णन केले आहे. आसक्ती किंवा तिरस्कारावाचून शुभ-अशुभाचा म्हणजेच सुखदुःखाचा स्वीकार करावा. म्हणजेच जी असेल ती स्थिती जशीच्या तशी समबुद्धीने स्वीकारावी असेच श्री शंकराचार्यांना सांगायचे आहे. अगदी अलीकडे होऊन गेलेले जे. कृष्णमूर्तीही असेच सांगत असत. ही भावना अंतःकरणामध्ये प्रामाणिकपणे दृढ झाली म्हणजे मग असा माणूस दुसऱ्याला ताप होईल असा वागत नाही. आणि कुणी कसाही वागला तरी स्वतःला ताप करून घेत नाही. श्रीकृष्णाने आपल्याला कोणता भक्त आवडतो, ते सांगताना 'यस्मान्नोऽद्विजते लोको लोकान्नोऽद्विजते च यः' (गीता १२.१५) असेच म्हटले आहे. यातलाच आशय वर सांगितला आहे. 'सुख दुःखे समे कृत्वा' (गीता २.३८) असाही आदेश गीतेने दिला आहे. पण सुखदुःखाविषयीच्या ह्या समबुद्धीमुळे वा त्याच्या मुळाशी असलेल्या आत्मौपम्यतेने मनुष्य निष्क्रिय होतो, व्यवहारविन्मुख होतो, त्याला कशाचाही उल्हास नसतो, कसलाही उत्साह त्याच्याठिकाणी राहात नाही असे तात्पर्य, काही इहवादी बुद्धिमंत काढीत असतात. पण ती त्यांची धारणा खोटी आहे, प्रचारात्मक आहे. कारण गीतेनेच सुखदुःख, लाभहानी, जयपराजय यांना समभावाने स्वीकारावे असे सांगून होताच 'ततो युद्धाय युज्यस्व' युद्धासाठी प्रवृत्त हो, येईल त्या प्रसंगाला धैर्याने तोंड दे, कर्तव्य विन्मुख होऊ नको. आळशी, निराश वा पलायनवादी होता कामा नये, असे आवर्जून सांगितले आहे. अर्थात अशी योग्यता प्राप्त करून घेणे अवघड आहेच. म्हणून तर भगवंतानी समबुद्धी झालेल्याला श्रेष्ठ योगी मानावे असे म्हटले आहे. गीतेने सांगितलेल्या सर्व लक्षणातून भगवंताला जो योगी अभिप्रेत आहे तो कसा असावा, कसा असतो तेही स्पष्ट होऊन जाते.

भगवंतानी योगाचे, खरे तर योग साधलेल्या योग्याचे हे जे नाना प्रकारे सविस्तर वर्णन केले, योगाची थोरवीही गायिली, योगाचा लाभ झाला म्हणजे योगी समदृष्टी होऊन विलक्षण सुख कसे अनुभवितो, त्याचे स्वरूप सांगितले. हा सर्व विषय प्रज्ञावंतांच्या दृष्टीने फार आकर्षक आणि जिव्हाळ्याचा असा होता. अर्जुन हा अत्यंत बुद्धिमान आणि प्रामाणिक जिज्ञासू आहे. जे ऐकले ते आचरणात आले पाहिजे,

आणले पाहिजे तरच ऐकणे या शब्दाला खरा अर्थ प्राप्त होतो, याची त्याला पूर्ण जाणीव आहे. शुद्ध आणि तीक्ष्ण बुद्धीमुळे त्याला योग-साधनेतील अडचण नेमकी उमगली आणि त्यासंदर्भात त्याने भगवंताला अत्यंत मार्मिक असा प्रश्न विचारला. अडचणीतून पार होऊन साध्यापर्यंत पोचण्याची उत्कट इच्छा त्याचे ठिकाणी आहे. तेव्हा या प्रगति-उन्नतीच्या मार्गावरचा अडथळा कोणता आहे हे ओळखून, तो कसा दूर करावा याविषयी पुढील दोन श्लोकात अर्जुनाने आपले मन भगवंतापुढे मोकळे केले आहे.

: ३३ :

अर्जुन उवाच

योऽयं योगस्त्वया प्रोक्तः साम्येन मधुसूदन ।

एतस्याहं न पश्यामि चञ्चलत्वात् स्थितीं स्थिराम् ॥

अर्जुन विचारतो -

साम्याच्या बळावरच मिळविता येणाऱ्या योगाचे वर्णन आपण केले. पण तो योग मिळविणे काही सोपे नाही. कारण मनाच्या चंचलपणामुळे साधनेची स्थिती स्थिर राहणे शक्य नाही.

भगवंतानी समत्वाची प्राप्ती करून देणाऱ्या योगासाठी आसन कसे घालावे, आहार-विहार कसे ठेवावेत ते सांगितले आणि मनाला आवरून ते ध्येयाशी एकाग्र होईल असा प्रयत्न करण्यास मार्ग दाखविला. पण ह्यातील प्रत्येक गोष्ट त्या त्या पातळीवर साधण्यासाठी सुद्धा निग्रहाची आवश्यकता असते, सातत्य टिकावे लागते. शरीर आणि मन यांना लागलेल्या सवयी साधनेच्या दृष्टीने प्रतिकूल असतात. शरीर एकेठिकाणी शान्त स्थिर आणि सरळ राहणे हेही सोपे नाही. मग मनासंबंधी तर बोलावयासच नको. अशा स्थितीत अत्यंत आकर्षक असलेले योगाचे साध्य कसे प्राप्त व्हावयाचे? अशी मोठी अडचण अर्जुनाच्या पुढे उभी आहे.

शरीर खरे तर जड आहे. त्यामुळे जसे ठेवावे तसे त्याने निमूटपणे राहिले पाहिजे. पण हेही करता येत नाही. पद्मासन, सिद्धासन या त्यातल्या त्यात साध्या आसनांची गोष्ट सोडून द्या. पण ज्याला स्वस्तिकासन म्हणतात, त्या सहजासनावरही म्हणजे साधी मांडी घालून बसण्याच्या स्थितीतही माणसाला घटका अर्धी घटका बसणेही अवघड जाते. पाय बधिर होतात. मुंग्या येतात, सांध्यांना रग लागते. स्नायू

जखडल्यासारखे वाटतात. पाठीचा कणा सरळ राहू शकत नाही. त्याला रग लागते. आणि मग शरीराची नाना प्रकारची हालचाल होत राहते वा करावी लागते. कीर्तन-प्रवचनात बसलेल्या श्रोत्यांच्याकडे जरा नीट पाहिले म्हणजे या हालचाली कशा होतात ते लक्षात येऊ शकते. ज्याचे आहार-विहारावर मुळीच नियंत्रण नाही, त्याच्याविषयी तर बोलावयास नको. उतरत्या वयात हा प्रश्न अधिकच त्रासदायक होऊन बसतो. हे झाले शरीराच्या दृष्टीने, मनाचा प्रश्न तर याहून बिकट. अर्जुनाने त्या काठिण्याचे स्वरूप फार चांगल्या रीतीने स्पष्ट करून विचारले आहे. तो म्हणतो,

: ३४ :

चञ्चलं हि मनः कृष्ण प्रमाथि बलवत् दृढम् ।

तस्याहं निग्रहं मन्ये वायोरिव सुदुष्करम् ॥

कृष्णा! मन हे अत्यंत चंचल आहे, प्रभावी आहे, बलवान आहे, हट्टी आहे, दुराग्रही आहे. त्याच्यावर नियंत्रण प्रस्थापित करणे हे वाऱ्याची मोट बांधण्याइतके अवघड आहे.

अर्जुन हा कुणी सामान्य पुरुष नाही. त्याचे स्वतःवर आणि स्वतःच्या विकारांवर चांगले नियंत्रण आहे. अत्यंत पराक्रमी वीर असून तो संयमी आहे. त्याच्या या गुणांची कसोटी लागावी असे प्रसंग त्याच्या जीवनात अनेकदा उत्पन्न झाले आहेत. आणि त्या सर्ववेळी त्याच्या मर्यादाशीलतेचा वा धैर्याचा सहज आविष्कार प्रत्ययास आलेला आहे.

इंद्रापासून शस्त्राखे मिळविण्यासाठी तो देवलोकात गेला होता. तेव्हा उर्वशीसारखी त्रैलोक्यसुंदरी अप्सरा त्याच्या असामान्य पुरुषी देखणेपणावर भाळून मीलनाच्या अभिलाषेने आपणहून त्याच्या भेटीस गेली होती. पण ती आपल्या कुलाची जननी आहे हे लक्षात घेऊन अर्जुनाने तिची इच्छा पूर्ण करण्याचे नाकारले. त्या मनोभंगाने संतापून उर्वशीने त्याला, 'तू नपुंसक होशील' असा, जिणे लज्जास्पद करणारा शाप दिला; तरी अर्जुन डगमगला नाही. पुढे इंद्राने तो स्वतःच्या अधिकारात एक वर्षापुरता मर्यादित केला. त्याचा लाभ अर्जुनाला अज्ञातवासाचे वेळी झाला.

पुढे विराटाने अजाणतेपणी केलेली पांडवांची अवहेलना आणि गोग्रहणाचे वेळी केलेले उपकार यातून उतराई होण्यासाठी आपली मुलगी उत्तरा पत्नी म्हणून अर्जुनास देऊ केली. तरी अर्जुनाने गुरु-शिष्य संबंधाचे पावित्र्य राखण्यासाठी उत्तरेचा

सून म्हणून स्वीकार केला. अर्जुनाची ही थोरवी लक्षात न घेता एका विदुषीने - त्याला आपले वय आठवले-अशी खवचट टीका केली आहे. 'रसेल' सारखा जगात तत्त्वज्ञानी म्हणून प्रसिद्ध असलेला विख्यात लेखक वयाच्या ऐंशीच्या वर्षी अठरा वर्षांच्या तरुण मुलीशी लग्न करतो, तेव्हा त्याला आपले वय आठवत नाही. असे असताना ज्याने पुढे कौरवांच्या अकरा अक्षौहिणी सैन्याशी घनघोर युद्ध केले, त्या वीराग्रणी अर्जुनाला स्वतःचे वय आठवण्याचे काय कारण? पण अर्जुनाला परिकथेतला नायक समजून त्याचे सर्व महत्त्व उपहासास्पद ठरवायचे आणि कर्णाच्या अंगी नसलेले मोठेपण त्याच्यावर लादून त्याचा गौरव करायचा, असे व्रतच आधुनिक साहित्यिकांनी घेतल्यासारखे दिसते. त्यामुळे तरुणांच्या पुढून खरे आदर्श नाहिसे होतात. मग त्यांची जीवने कुठेतरी भरकटतात. संयम, नीति, मर्यादशीलता यांचे भान ठेवणे सुखी यशस्वी जीवनाच्या दृष्टीने आवश्यक आहे हे त्यांना जाणवतच नाही. असो.

पाशुपतास्त्र प्राप्तीच्या दृष्टीने तप करित असताना किरात वेषाने प्रगट झालेल्या भगवान शंकराने मृगयेच्या निमित्ताने भांडण उकरून काढले, आणि अर्जुनाशी युद्ध आरंभिले. त्याप्रसंगी अर्जुनाची सर्व शस्त्रांखे मोडून गेली, निरुपयोगी ठरली. तरी न डगमगता त्या धैर्यशील पुरुषाने अंगावर धावून जाऊन आपल्या हातातील मोडक्या धनुष्याचा प्रहार किरात वेषातील भगवान शंकराच्या मस्तकावर केला. 'निःशस्त्र झालो, आता काय करावे' म्हणून जीवाच्या भयाने कर्ण रणांगण सोडून अनेकवेळा पळून गेला तसा तो पळून गेला नाही. त्याच्या या असामान्य धैर्याने भगवान शंकर प्रसन्न होऊन मूळ रूपात प्रगट झाले. आणि त्यांनी अर्जुनास पाशुपतास्त्र दिले.

साधनेच्या दृष्टीने आवश्यक असलेले मनोनिग्रह आणि धैर्य हे गुण अर्जुनाजवळ स्वभावतः असताना, उत्तम प्रकारचे असताना, जेव्हा साधनेचा विषय निघाला तेव्हा आपले सदाच जसे होते, आपल्या वाट्याला जी सारखीच येत असते, तीच अडचण अर्जुन भगवंतापुढे मांडत आहे. अर्जुनालाही मन चंचल आहे, ते एके ठिकाणी एका विषयावर कधी स्थिरावत नाही, सारखे भरकटत राहते हे जाणवले आहे. मन बलवान, हट्टी आणि दुसऱ्याला अगतिक करण्याइतके प्रभावी असल्याचेही त्याने लक्षात घेतले आहे. त्यामुळे मन साधनेत रमणे, ते एकाग्र होणे, त्याला नियंत्रित करून आपल्या स्वाधीन ठेवणे हे दुष्कर आहे. वाऱ्याची मोट बांधणे, वादळी वाऱ्याला आवरू जाणे

यासारखे अशक्यप्राय आहे, असे अर्जुन म्हणतो. मन आवरण्याच्या दृष्टीने अर्जुनाची ही अवस्था; तर आपणासारख्या सामान्यांचे काय होत असेल याची कल्पनाही करता येणे अशक्य आहे. आम्ही तर अगदी साधारण अशा क्षुल्लक गोष्टीलाही मोहित होतो. लहानशा आपत्तीनेही आमचा धीर सुटतो. आम्ही शोकाकुल होतो, विषण्ण होतो. आमच्या हातापायातील बळ ओसरून गेल्यासारखे होते. तेव्हा साधनेच्या वाटेलाने जाणेच बरे! करतो आहो तसाच संसार करित राहावा. विकाराच्या आंदोलनाने हेलकावे खात राहणे हेच चांगले, असाही कोणी निर्णय घेऊ शकेल. माणसाचे असे होऊ नये म्हणून भगवंत अर्जुनाने दाखविलेले मनाचे दोष मान्य करूनही मनाला आवरणे शक्य आहे, त्याला योग्य वळण लावता येते असे ठामपणाने सांगत आहेत. पुढील श्लोकावरून ते स्पष्ट होईल.

: ३५ :

श्रीभगवानुवाच

असंशयं महाबाहो मनो दुर्निग्रहं चलम् ।

अभ्यासेन तु कौन्तेय वैराग्येण च गृह्यते ॥

भगवान म्हणाले - पराक्रमी अर्जुना! तू म्हणतोस त्याप्रमाणे मन आवरण्यास अत्यंत कठीण आणि चंचल असे आहे, हे निःसंशयपणे खरे आहे. पण असे असले तरी त्याला (मनाला) अभ्यास नि वैराग्य यांच्या बळावर आवरता येते, हेही निश्चित.

अर्जुनाचे म्हणणे वास्तवाला अत्यंत धरून असल्याने भगवंत ते नाकारित नाहीत. मन आवरणे कठीण आहे कारण त्याचे गुणच तसे आहेत. ते चंचल, प्रमाथी, बलवान, हट्टी असे आहेच. त्यामुळे त्याला आवरण्याचे कार्य पराकाष्ठेचे अवघड होऊन बसते. पण हे कितीही खरे असले तरी मनाला आवरणे सर्वथा असंभवनीय वा अशक्य नाही. विशिष्ट प्रकारच्या युक्तीने, साधनेने मन जिंकता येते. असे हे जिंकले गेलेले मन, स्वतःच्या नियंत्रणात आणलेले मन, मग मात्र साधकाला अत्यंत सहाय्यकारी होते. चंचलता, हट्टीपणा, बलिष्ठता हे गुण जेव्हा मन विषयासक्तीने भारावलेले असते, तेव्हा दोषास्पद ठरतात, घातक होतात. पण तेच जर उदात्त ध्येयाकडे प्रवृत्त झाले तर त्याच्या याच चंचलादी गुणांचा साधकाला लाभ होतो. त्याची प्रगती झपाट्याने होते.

मन चंचल आहे म्हणून तर आपल्याला अनेक गोष्टींकडे लक्ष देऊन सावधपणे

वावरता येते. काम करीत असताना त्याच्या अनुषंगाने असणारी अनेक व्यवधाने सांभाळता येतात. या चंचलतेमुळेच विषयांची विविधता जाणता येते. आणि त्यातील चांगल्या वाईटाची निवड करणे मग सोपे होते.

मन प्रमाथी असल्यामुळे इंद्रियांना वा शरीराला त्याच्या इच्छेप्रमाणे वागणे भाग पडते.

मन बलवान् असल्यामुळे एखादी गोष्ट मनाने घेतली की मग त्यापुढे दुसऱ्या कोणाचे काही चालत नाही. मनाच्या हट्टीपणामुळेच माणसाची निष्ठा टिकून राहते.

हे सर्व जेव्हा चांगल्याकरिता असते, उदात्त ध्येयाकरिता असते, तेव्हा अत्यंत लाभदायक ठरते. उलट मद्यादी दुर्व्यसनाच्या विळख्यात सापडलेल्या माणसाला नाना प्रकारच्या कौटुंबिक आपत्ती आणि स्वतःच्या आरोग्याचा नाश डोळ्यापुढे उघड दिसत असताना मनाच्या याच गुणांमुळे घातक व्यसनांचाही त्याग करावासा वाटत नाही. नाना प्रकारच्या व्यसनापायी अनेक चांगली कुटुंबे उध्वस्त झालेली आपल्या अवतीभोवतीही दिसतात.

हेच मन जेव्हा उदात्त ध्येयाने वेडावते, तेव्हा मग त्या ध्येयासाठी कोणताही त्याग करण्यास सिद्ध होते. अनेक क्रांतिकारक देशभक्तांची चरित्रे यादृष्टीने विचारात घेण्यासारखी आहेत. देशभक्तीसाठी क्रांतीचा भयद मार्ग स्वीकारल्याने त्या वीर युवकांच्या प्रपंचाची वाताहत झाली. अनेक प्रकारच्या हालअपेष्टा त्यांना सोसाव्या लागल्या. मृत्यूला कवटाळावे लागले. कारागृहातील यातनात खितपतावे लागले. गृहसौख्याला चूड लागली. व्याधीने खंगले. पण तरी त्यांचा निश्चय डळमळला नाही. कोणताही मोह वा तर्कवाद त्यांना आपल्या विचारापासून ढळवू शकला नाही. हाही मनाच्या प्रमाथी आणि बलवान गुणांचाच परिणाम आहे.

मन बलवान नि दृढ कसे असते ते पार्वतीच्या चरित्रावरून चांगले स्पष्ट होणारे आहे. शंकराच्या प्राप्तीसाठी पार्वती तपश्चर्या करीत होती. तिची ती तपश्चर्या अत्यंत उग्र होती. उन्हाळ्यात ती पंचाग्निसाधन करी. हिवाळ्यात गळ्याइतक्या पाण्यात उभी राही. पावसाळ्यात उघड्या आकाशाखाली एखाद्या दगडावर बसून तप करी. तिची परीक्षा पाहण्याकरिता भगवान शंकर बटुवेषाने तिच्याकडे आले. पार्वतीने अतिथी म्हणून त्यांचे स्वागत केले. शंकरांनी आरंभी मधुरपणाने तिच्या प्रकृतीची, परिस्थितीची विचारपूस केली. आणि मग म्हणाले, 'राजवैभवात सुखाने नांदावे अशी योग्यता

असलेल्या तुझ्यासारख्या कोमल शरीराच्या सुंदर तरुणीने, जरठ वानप्रस्थाला शोभावे असे हे कठोर व्रत का आरंभिले आहे?' पार्वतीने 'शंकराच्या प्राप्तीसाठी' हे कारण सांगताच तो बटू उपहासाने हसला. त्याने शंकराची नानाप्रकारे निंदा केली. तुझा त्याच्याशी योग होणे किती विसंगत आणि हास्यास्पद ठरणारे आहे हे विविध रीतीने समजावून सांगितले. आणि शेवटी तो म्हणाला - 'उपवर वधूकडून वराविषयी ज्या ज्या काही अपेक्षा असतात त्यातील एक तरी स्मशानवासी भूतनाथाजवळ आहे का?'

**वपुर्विरूपाक्षमलक्ष्यजन्मता ।**

**दिगंबरत्वेन निवेदितं वसु ॥**

**वरेषु यद् बाल मृगाक्षि मृग्यते ।**

**तदस्ति किं व्यस्तमपि त्रिलोचने ॥**

'वर निदान नाकी डोळस नीटस हवा. तुझे डोळे कसे हरिणशावकाच्या डोळ्याप्रमाणे सुंदर, मोठे आणि तेजस्वी! आणि तू ज्याच्याकरिता खुळेपणाने अशी घोर तपश्चर्या करते आहेस, तो शंकर मात्र कुरूप डोळ्यांचा. वर कसा कुलीन असावा. याच्या आईबापाचा तर पत्ताच नाही आणि दिगंबर राहतो. तेव्हा संपत्ती किती आहे हे उघडच कळते. ज्याला वस्त्र नेसणे सुद्धा परवडत नाही, त्याची श्रीमंती किती वाखाणावी!'

त्या बटूच्या बोलण्याने पार्वती संतापली. तिने त्याचा प्रत्येक आरोप खोडून काढला. आणि ती थोड्या उपहासाने म्हणाली, 'तुझ्या या मूर्खपणाच्या बोलण्यात तू भगवान शंकराविषयी एक गोष्ट मात्र योग्य आणि चांगली सांगितलीस. अरे! ज्याने सर्व सृष्टी निर्माण केली अशा ब्रह्मदेवालाही ज्याने उत्पन्न केले, त्याच्या आईबापाचा ठावठिकाणा नसेल यात काय नवल आहे? जो अनादि, अनंत आहे, त्याचे कुल न सांगता येणे अगदी स्वाभाविक आहे.' आणि नंतर ती आपल्या सखीकडे वळून म्हणाली - 'सखे! या बटूला आता आश्रमाच्या बाहेर काढ. पुन्हा बोलण्यासाठी त्याचे ओठ फुरफुरू लागले आहेत. तो असेच काहीतरी वेडेवाकडे बोलणार. अगं! शास्त्र असे आहे की थोरांची जो निंदा करतो, त्यालाच केवळ पाप लागते असे नाही, ती निंदा ऐकून घेणाराही पातकी ठरतो.'

खरोखरीच थोरांची निंदा ऐकणाराही पातकी ठरतो, हे आपण फारसे कधी

लक्षात घेतले नाही, ते घेतले असते तर आपल्या इतिहासातील श्रीराम, श्रीकृष्ण, भीष्माचार्य, धर्मराज युधिष्ठिर, अर्जुन यांची स्वार्थी पुढाऱ्यांनी, नास्तिक बुद्धिवाद्यांनी, तथाकथित साहित्यिकांनी केलेली निंदा आपण 'जाऊ द्या की' म्हणून उपेक्षिली नसती. तरुण पिढी चांगल्या संस्काराला मुकली नसती. महंमद पैगंबराला उद्देशून थोडेसे काही दोष दाखविणारे लिहिले जाताच किंवा तसे लिहिले आहे, असा संशय येताच त्या लेखकाला मृत्युभयाने तोंड लपवून वागावे लागते. वृत्तपत्राची मुद्रणालये आणि कार्यालये जाळून खाक केली जातात. त्यात लक्षावधी संपत्तीचा नाश होतो. अगदी यथार्थ असलेला 'पलायन' शब्दही शासनाला निमूटपणे खाली मान घालून क्रमिक पुस्तकातून काढून टाकावा लागतो. इतके हळवे आणि घायकुते आपण होऊ नये, हे खरे पण आपल्याला आदरणीय असलेल्या व्यक्तींची कितीही निंदा निरर्गलपणे केली जावी आणि आपण ती चवीने वाचावी, अडाणीपणाने ती खरीही मानावी, फारतर तिची उपेक्षा करावी, हे मात्र अनुचित आहे. हे संस्कृति-संरक्षणाच्या दृष्टीने घातक आहे. लेखणीच्या प्रतिकारासाठी हत्यार उचलू नये, हे खरेच पण या अपप्रचाराच्या विरोधात निदान लेखणी तरी हत्यारासारखी वापरलीच पाहिजे. प्रखर तर्कवादाने त्या आक्षेपातील दुष्ट असत्यता खोडून काढलीच पाहिजे. इतर काही शक्य नसेल तर निदान निषेध तरी प्रगटपणे नोंदवला पाहिजे. त्या लेखकाला, नियतकालिकाला एक निषेधाचे पंधरा पैशाचे पत्र तरी न विसरता पाठवलेच पाहिजे. नाहीतर केल्या जाणाऱ्या निंदेमुळे उत्पन्न होणाऱ्या पातकाचे आपणही अंशभागी होतो हे आपणासारख्या श्रद्धावंतांनी तरी दुर्लक्षू नये. असो.

बटूने केलेल्या बोलण्यामुळे पार्वतीचा बुद्धिभेद झाला नाही. तिची निष्ठा दृढ राहिली. अत्यंत उग्र तपश्चर्येचे सर्व कष्ट तिने आनंदाने सोसले. हे जे घडले ते मनाच्या प्रमाथी, बलवान, दृढ या गुणांमुळेच.

तेव्हा मनाचे जे दोष आहेत ते, भूमिका आणि ध्येय चांगले असले तर उपयुक्त ठरतात. हत्याऱ्याच्या शस्त्राला जशी धार असते तशी ती शस्त्रवैद्याच्या चाकूलाही असावी लागते. थोडी अधिकच तीक्ष्ण असावी लागते, असे म्हटले तरी चालेल. तेव्हा हत्यार म्हटले की त्याला धार असायचीच, असली पाहिजे. त्या शस्त्राचा उपयोग कोण कसा करतो यावर शस्त्राचे चांगलेवाईटपण अवलंबून असते. मनाच्या संदर्भातही नेमके तसेच असते. म्हणून तर सत्पुरुषांनी मनाला तू चांगल्या मार्गाला

लाग अशी विनंती त्याला 'सज्जन' म्हणून केलेली आहे. 'मना हे तुजपाशी बा तुजपाशी भेटविणे हृषिकेशी ॥' अशी मनाची विनवणी आमच्या ती. दादांनीही केली आहे.

असे हे चंचल पण प्रमाथी, बलवान, दृढ मन चांगल्या मार्गाला लावण्यासाठी नियंत्रणात कसे आणावे ते भगवंतांनी 'अभ्यासेन तु कौन्तेय वैराग्येण च गृह्यते' या वाक्यांनी सांगितले आहे.

अभ्यास आणि वैराग्य या दोन साधनांच्या बळावर मन कितीही चंचल आणि बलवान असले तरी त्याला आवरता येते.

चित्तवृत्तीचा निरोध, चित्तवृत्ती आवरणे, स्थिर करणे; हेच योगाचे स्वरूप असल्याचे पतंजलीने 'योगश्चित्तवृत्ति निरोधः' या सूत्राने सांगितले आहे. आणि हा निरोध कसा साधतो ते नेमके गीतेप्रमाणे उल्लेखिले आहे. मनाला चंचल करणाऱ्या ज्या वृत्ती आहेत, त्या अभ्यास आणि वैराग्याने नियंत्रित करता येतात असेच पतंजलीने 'अभ्यास वैराग्याभ्यां तन्निरोधः' या सूत्राने स्पष्ट केले आहे.

अभ्यास म्हणजे तीच तीच गोष्ट पुनः पुनः वारंवार सातत्याने दीर्घकालपर्यंत न कंटाळता, न थकता करित राहणे (पौनः पुन्येन प्रवृत्तिः अभ्यासः) मग साधनेच्या दृष्टीने तीच तीच करण्याची गोष्ट नामस्मरण, ध्यानधारणा, पूजापाठ, श्रवण, मनन इत्यादीतील कोणतीही असेल. अधिकारभेदाने वा संप्रदायानुरूप त्याचे स्वरूपही थोडे वेगळेवेगळे असेल. पण ही साधना नित्यनेमाने दीर्घकालपर्यंत करित राहिले पाहिजे. हा दीर्घकाळ किती हे ठरविता येणार नाही. त्यादृष्टीने आतुर होऊन चालणार नाही. तीच तीच गोष्ट सातत्याने न कंटाळता करित राहणे एवढे आपल्या हातातले आहे. तेवढे निष्ठेने करित राहिले पाहिजे. ह्यातील कंटाळा न येणे आपल्या स्वाधीनचे नाही. पण कंटाळा आला तरी करित राहणे हे मात्र आपल्या स्वाधीनचे आहे. मनुष्यस्वभाव असा चमत्कारिक आहे की त्याला पारमार्थिक गोष्टीचा फार लवकर कंटाळा येतो आणि कंटाळा आला की साधना सुटते. तीच तीच गोष्ट पुन्हा पुन्हा किती वेळा करायची, असे त्याला त्या संबंदात वाटते.

सेवानिवृत्त झाल्यावर एका गृहस्थाने मला विचारले - आता काय करू? मी त्यांना सांगितले गाथा, दासबोध, ज्ञानेश्वरी याचे वाचन करा. वर्ष दोन-वर्षांनी भेट झाली त्यावेळी मी त्यांना विचारले 'काय वाचन चालू आहे?' ज्ञानेश्वरी वाचली! मी

म्हटले, 'कितीदा वाचली, नित्य वाचनात आहे का?' ते म्हणाले, 'छे! छे! एकदा वाचून काढली.' आणि हेही त्यांनी अशा थाटात सांगितले की ज्ञानेश्वरी एकदा वाचली हे जणू ज्ञानेश्वरीवर उपकारच केले. कधीतरी विष्णूसहस्रनामाचा एखादा पाठ म्हणतो, पाचसात मिनिटे नाम घेतो, जपाची एखादी माळ ओढतो. देवापुढे चारपाच मिनिटे बसून डोळे मिटून ध्यान करतो. हेही नित्यनेमाने, प्रेमादराने करतो असे नाही, अगदी फुसक्या कारणाने सातत्य सुटते आणि करतो तेव्हाही टाकणे टाकल्यासारखे, कसेबसे उरकावे या रीतीने करतो. हा काही अभ्यास नाही.

संसारामध्ये मात्र आपण त्याच त्याच गोष्टी पुन्हा पुन्हा, कधी कर्तव्य भावनेने, तर कधी उत्साह म्हणून, तर कधी अपरिहार्य असल्याने वर्षानुवर्ष करीत राहतो. पूर्वीच्या सुगृहिणी तर आजच्या स्त्रियांनी थकव्हावे इतक्या सातत्याने आणि उत्साहाने केरवारे, सडा-सारवण, धुणी-भांडी, स्वयंपाकपाणी, आल्यागेल्याचे आतिथ्य, मुलाबाळांची सारी कामे, वडीलधाऱ्यांची सेवा इत्यादी गोष्टी एखाद्या यंत्राने करीत असावे तितक्या निरलसतेने आणि उत्साहाने दिवसभर वर्षानुवर्ष करीत असत. व्यापारी - त्यातही रस्त्यावर पसारा मांडून बसणारा व्यापारी माल मांडून ठेवतो. आणि शेवटी गोळा करून बांधून ठेवतो. हे करण्यास तो कधी कंटाळत नाही. आजच्या यंत्रयुगातला कामकरी यंत्राशी उभे राहून दिवसाचे सात-आठ तास हातापायाची तीच तीच हालचाल वर्षानुवर्ष करीत राहतो, कर्जत ते मुंबई किंवा बोरिवली ते मुंबई असा गाड्यांचा दाटीवाटीचा प्रवास, घामट वासाने गुदमरलेल्या स्थितीत प्रतिदिनी दिवसातून दोन वेळा वर्षानुवर्षे करीत राहतो. असा कोणता उद्योग आहे, व्यवसाय आहे की ज्यात त्याच त्याच गोष्टी सातत्याने करावयाच्या नसतात? व्यवसाय स्वतंत्र असेल तर माणसे घड्याळाकडे न पाहता तहानभूक विसरून दिवसाकाठी बारा-पंधरा तासांपेक्षाही अधिक काळ राबतात. त्यामानाने परमार्थासाठी किती काळ देतो याचे गणित एकदा स्वतःच्या मनाशी मांडून पहावे. म्हणजे आपण जी साधना करतो ती अभ्यास या नावाला पात्र होण्यासारखी आहे की नाही हे समजू शकेल.

वीस-पंचवीस वर्षांपूर्वीची गोष्ट आहे. एक बरेचसे वयस्क गृहस्थ माझ्या कीर्तनाला येत. वेळ मिळेल त्याप्रमाणे भेटून काही - विषयाची चर्चाही करीत. त्यांनी मला बालगंधर्वाची 'स्वयंवर' आणि 'एकच प्याला' अशी दोन नाटके पंचवीस-तीस वेळा पाहिली, असे कौतुकाने सांगितले. गंधर्वाच्या गाण्याच्या कितीतरी

ध्वनिमुद्रिका त्यांच्याजवळ होत्या. त्यातल्या दोन तीन तरी ते नित्यनेमाने ऐकत. आता या पुनरावृत्तीचा कंटाळा यायला नको का? गर्वई तेच ते आलाप पुन्हा पुन्हा घेत असतो. त्याच त्याच तालावर पुन्हा पुन्हा गात असतो. तरी संगीताची गोडी असलेला, रात्रीचा दिवस करून देहभान विसरून ते ऐकतो. 'सारेगमपधनीसा' च्या बाहेर कोणते तरी राग, कोणते तरी आलाप जातात का? पण आवड असल्याने गोडी असल्याने यातील तोचतोचपणा जाणवत नाही.

चेंडूफळीच्या खेळाची धावसंख्या ऐकण्यात माणसांना इतकी उत्सुकता असते की जणू चार मुलीच्या पाठीवर मुलगा झाल्याची वार्ता ऐकतो आहोत. अशा स्थितीत ज्ञानेश्वरी एकदा वाचली, पाच दहा मिनिटे नाव घेतले, काही क्षण डोळे मिटून बसले म्हणजे पुष्कळ झाले, असे म्हणणे योग्य आहे का? बुद्धिवाद्यांना ज्ञानेश्वरीसारख्या ग्रंथाचे वाचन, भजन, पूजन, इत्यादीत गेलेला वेळ म्हणजे माणसाचे तास वाया घालविणे आहे असे वाटते. पत्ते खेळतांना, नाटक-चित्रपट पाहताना वा आकाशवाणी ऐकतांना माणसाच्या कामाचे किती तास वाया जातात, याचीही नोंद ठेवावी असे त्यांना वाटत नाही. अरे! एखादे नाटक पंचवीस तीस वेळा बघावेसे वाटते, तर ज्ञानेश्वरी निदान पाचशे वेळा तरी वाचली पाहिजे असे वाटले पाहिजे, काही लोक नित्यनेमाने ज्ञानेश्वरी वाचतो म्हणतात पण हा नित्यनेम दहा-वीस ओव्यांचा असतो. या वेगाने नऊ हजार ओव्यांची ज्ञानेश्वरी पूर्ण होण्यास किती काळ लागणार? आणि वाचनाचा आरंभही वयाची साठी उलटल्यानंतर केलेला. अशा व्यक्तीने काही लाभ होत नाही, मन लागत नाही अशी अडचण सांगण्यात काय अर्थ आहे? 'अल्पांरंभः क्षेमकरः' आरंभ अगदी थोड्यापासून करावा हे खरे; पण प्रमाण क्रमाक्रमाने वाढवत नेले पाहिजे. आणि सातत्य टिकवले पाहिजे. हे कधीही दुर्लक्षून चालणार नाही. कंटाळा आला तरी शरीराने आळस होणार नाही एवढी दक्षता घेतलीच पाहिजे.

मनाला आवरण्यासाठी आवश्यक असलेला हा अभ्यास जसा घडावयास पाहिजे तसा घडत नाही. ह्याचे मुख्य कारण त्याला वैराग्याची जोड नसते हे आहे. साधनेचे वस्त्र, अभ्यास आणि वैराग्य यांच्या ताण्याबाण्याने विणले जाते. अभ्यासाचा विचार आपण केला. तसे वैराग्य म्हणजे काय तेही थोडे जाणून घेऊ.

राग म्हणजे आसक्ती. ती नसणे, सुटणे म्हणजे विराग. कशाही विषयी, कोणत्याही प्रकारची आसक्ती नसणे म्हणजे वैराग्य. या विषयाचा विचार आपण

निराळ्या संदर्भात केला आहे. 'अनाश्रितः कर्मफलः ।' 'सर्वसंकल्प संन्यासी', 'इन्द्रियार्थेषु न अनुषज्जते' या संदर्भात पूर्वी केलेले सर्व विवेचन म्हणजे वैराग्याचेच वर्णन आहे. शरीर-मन-बुद्धीच्या पातळीवर वैराग्यही क्रमाक्रमाने वाढवित न्यावे लागते. काय हवे, किती हवे, कशाला हवे, तसेच नको वाटते, तेही का याचा प्रत्येक वेळी नीट विचार करून हे सर्व हवे-नको केवळ आवश्यकतेच्या, हिताच्या-मर्यादित ठेवणे याचे नाव वैराग्य.

साधनेच्या दृष्टीने एकदा अभ्यास आणि एकदा वैराग्य असे काही स्वतंत्र विभाग असत नाहीत. ताण्याबाण्याप्रमाणेच त्याची सतत जोड असावी लागते. यथाशक्ती साधेल तसे दोन्ही दृष्टीने शरीर आणि मनाला वळण लावीत साधना टिकवावी लागते, वाढवीत राहावी लागते. म्हणजे मन स्वाधीन होते, नियंत्रित होते, एकाग्र होते. अर्थातच त्यामुळे योगाची प्राप्ती सुलभ होते.

मन हे जातिवंत घोड्याप्रमाणे आहे. जातिवंत घोडा सशक्त आणि आरंभी तरी नाटाळच असतो. त्याला चांगला लगाम घालून बसणाराने आपली मांड बळकट ठेवून वापरावे लागते. तसे नसेल तर बसणाराला घोडा स्वतःच्या पाठीवरून केव्हा फेकून देईल ते कळणारही नाही. पण अशी जातिवंत घोडी एकदा आज्ञाधारक झाली की मग मात्र त्यांच्या सहाय्याने केलेला प्रवास वेगाने होतो आणि सुखावहही होतो. महाराणा प्रताप सिंह, शिवाजी महाराज, थोरले बाजीराव पेशवे हे असे कुशल अश्वारोही होते. त्यांनी गाजविलेल्या पराक्रमामध्ये त्यांच्या घोड्याचाही महत्त्वाचा काही वाटा आहे. चेतक नावाच्या घोड्याने राणा प्रतापाचे आपल्या सामर्थ्याने एकदा संरक्षण केले असा इतिहास प्रसिद्ध आहे. तेव्हा मनाच्या बलवान-प्रमाथी या गुणांचा बाऊ न करता साधनेचे सातत्य टिकविले पाहिजे. आणि वैराग्य वाढविले पाहिजे. त्यादृष्टीने आपल्या वृत्तीचा वरचेवर विचार केला पाहिजे. मनात जे जे आले, इंद्रियांना ज्याची ज्याची ओढ वाटली, शरीराकडून जे जे घडले त्या सर्वांचा नीट विचार वारंवार करीत राहिले पाहिजे. लोभ-मोह, राग-द्वेष जसे जसे उणावत जातील तशी तशी मनाची एकाग्रता वाढत जाईल, ते साधनेत रमू लागेल.

साधनेची योग्यता काही जन्मसिद्ध असते असे नाही. श्री ज्ञानेश्वरांनी म्हटल्याप्रमाणे, योग्यतेची कुठे खाणही नसते की त्यातून पाहिजे तितकी काढून आणावी. म्हणून कोणीही आमची योग्यता नाही, आमची पात्रता नाही असे समजून

हातपाय गाळून बसू नये. अधिकार काय, पात्रता काय, योग्यता काय ही देता घेता येण्यासारखी नाही. ती स्वतःच प्रयत्नपूर्वक मिळवावी लागते. निष्ठेने वाढवावी लागते. असे झाले तरच योग प्राप्त होतो. कोणतीही साधना सिद्धीला जाते. भगवान पुढील श्लोकात तेच स्पष्टपणे सांगत आहेत.

: ३६ :

**असंयतात्मना योगो दुष्प्राप इति मे मतिः ।**

**वश्यात्मना तु यतता शक्योऽवाप्तुमुपायतः ॥**

जो मन-बुद्धीवर नियंत्रण प्रस्थापित करू शकला नाही त्याला योग प्राप्त होणे अशक्य आहे असे माझे मत आहे. ज्याने मन-बुद्धीला स्वाधीन करून घेतले आहे त्याला मात्र योग्य त्या उपायांचा अवलंब करून चांगल्याप्रकारे प्रयत्न केले तर योग प्राप्त करून घेणे शक्य आहे.

भगवान श्रीकृष्ण येथे 'माझे असे मत आहे', असे म्हणत आहेत; याचे कारण ह्यापेक्षा वेगळी विचारसरणी मांडणे संभवनीय आहे हे नाही. सध्या नाही तर पुढे भविष्यकाळी कुणीतरी, काहीही करून, कसेही वागून विशिष्ट संप्रदायाच्या ध्यान पद्धतीचा वा उपासना प्रकाराचा अवलंब केला की योग सिद्ध होतो, योगी होता येते, पारमार्थिक प्रगती साधता येते, असे म्हणणारा, तसा प्रचार करणारा महंत जन्माला येणे शक्य आहे. समाजामध्ये ज्यांना मानमान्यता आहे, प्रतिष्ठा आहे, जे चांगले शिकले सवरलेले आहेत, असे लोक पुष्कळ मोठ्या संख्येने त्यांचेभोवती गोळाही होतील. त्यांच्या अनुयायांचा परिवार वाढेल. हे सगळे होईल पण ते सर्व लौकिकी असेल, प्रचारकी असेल. त्यातून कोणाचेही हित साधण्याची शक्यता नाही. तेव्हा भगवान स्वतःचे मत ठामपणे सांगत आहेत की, ज्याने मनाला जिंकले नाही, त्याला योग प्राप्त होणे शक्य नाही. कुणी स्वतःला श्रीकृष्णापेक्षाही अधिक बुद्धिमान आणि अधिकारी समजत असेल तर त्या पामराला वेडा समजून त्याची उपेक्षा करणे एवढेच आपल्या हातात आहे.

अन्नाचे प्रकार कितीही असले तरी त्यातून शरीराचे पोषण व्हावयाचे ते एकाच पद्धतीने होते. त्यासाठी पचनशक्ती-जठरातील अग्नीची वा धातूंच्या अग्नीची-चांगली कार्यक्षम असावीच लागते. बाह्यसाधना आणि मनबुद्धीचे नियंत्रण यांचे तसेच आहे. मन-बुद्धी नियंत्रित करण्यासाठी, मन स्वाधीन करण्यासाठी, इंद्रियांना योग्य वळण



लावण्यासाठी आरंभी आरंभी मोकळीक, सोय, सवड यांना प्रकृती, प्रवृत्ती, परिस्थिती याप्रमाणे कधीतरी अवसर द्यावा लागतो. तो पुढे सांगितल्या जाणाऱ्या अवघड नियमाच्या दृष्टीने केवळ वेगळाच नव्हे तर विरोधीही असतो. पण ते वळण लावण्याचे एक धोरण असते. तो सिद्धान्त नसतो हे लक्षात ठेवून वागले तरच साधनेत प्रगती होऊन जितात्मा होणे, मन-बुद्धी पूर्णपणे नियंत्रणात आणणे, संभवनीय आहे. शिक्षणाला आरंभ केल्यापासून पुढे जन्मभर बालवर्गातच राहणे याला कुणी शिक्षण म्हणत नाहीत, आरंभ बालवर्गातून होत असला तरी पुढे पदवीपर्यंत जावयाचे असते. आणि त्यानंतरही त्या त्या विषयात प्राविण्य मिळविण्यासाठी पुष्कळ मोठे क्षेत्र असते. तेही ओलांडावयाचे असते, हे विसरता येत नाही. भगवंताचे येथील वचन सिद्धान्तासारखे आहे. आणि ही स्थिती प्राप्त करून घेण्यासाठी म्हणजे **‘जितात्मता’**, **‘यतचित्ता’** मिळविण्यासाठी अनेक उपाय प्रयत्नपूर्वक अवलंबावे लागतात आणि त्यानंतरही योग्य त्या मार्गाने प्रयत्न करित राहावे लागते. म्हणजे योग साध्य होतो, असे भगवंतानी दुसऱ्या चरणात स्पष्ट केले आहे. अर्थात मन जिंकणे जेवढे कठीण आहे, तेवढा नंतरचा प्रवास कठीण नसतो, दूरचा राहात नाही. म्हणून साधकाने मन नियंत्रित करण्याच्या दृष्टीनेच अधिक सावधपणे प्रयत्न करित राहिले पाहिजे. श्रवण, मनन, नामजप, पूजापाठ, ध्यानधारणा किंवा यज्ञयाग, तीर्थयात्रा इत्यादी मुख्यतः शरीराकडून होणारी कार्ये वा साधना करित असतानाच चित्ताची शुद्धता होत जाईल, विषयाभिलाषा उणावत जाईल, कामक्रोधादी विकारांना स्वैरता लाभणार नाही, यादृष्टीने सावधपणे प्रयत्न करित राहिले पाहिजे. दिवसाकाठी दहा पंधरा मिनिटे तरी आपल्या मनामध्ये काय काय आले, शरीराकडून काय काय घडले, त्यातील योग्य किती, अयोग्य किती, आवश्यक किती, अनावश्यक किती, खरोखरीच हितसाधनेच्या दृष्टीने ते उपयुक्त होते काय? इत्यादी चिंतन जर नियमाने करित राहिले आणि तदनुरोधाने मनाच्या संकल्पना आणि शरीराचे वर्तन अनिष्टाकडून इष्टाकडे, असंयमाकडून संयमाकडे, क्रमाक्रमाने का होईना, प्रगत होत राहिल अशी दक्षता बाळगली, ती कार्यवाहीत आणण्याचा साक्षेपाने प्रयत्न केला तर जितात्मता येणे, मन स्वाधीन होणे, बुद्धी विवेकी होणे, इंद्रिये विषयाच्या मोहातून मुक्त होणे आणि शरीराची कार्यक्षमता वाढणे हे सगळे शक्य आहे. अर्थात मग योग प्राप्त होणे, हेही फार अवघड रहात नाही. भगवंतानी **‘यतता’** आणि उपायतः’ या दोन शब्दांचा

उपयोग केला आहे. त्या आधारेच हे मी आपणापुढे सांगितले आहे.

फलाकांक्षा सुटणे, इंद्रियांना संयमाचे वळण लागणे, मन स्वाधीन होणे, ते एकाग्र होणे, ते आपल्या ध्येयाच्या ठिकाणी लीन होणे, तेथेच जडून राहणे, रमून राहणे हे वस्तुतः एकापेक्षा एक अवघड असे प्रकरण आहे. सामान्य माणसालाच काय पण अर्जुनासारख्या स्वभावतः सरळमार्गी, संयमी असलेल्या धैर्यशील वीरालाही मनाचा निग्रह करणे ही किती अवघड गोष्ट आहे हे चांगले जाणवलेले आहे. मागील तेविसाव्या श्लोकावरील विवरण प्रसंगी, गौडपादाचार्यांनी मनाचा निग्रह करणे म्हणजे दर्भाच्या टोकाला लागलेल्या पाण्याच्या थेंबाने समुद्र उपसण्यासारखे आहे, असे म्हटल्याचे उल्लेखिले आहे. त्यावरून मन जिंकणे, मनातील संकल्प-विकल्प काढून टाकणे, मन शान्त आणि स्थिर करणे किती अवघड आहे हे लक्षात येऊ शकते. मनाला पाऱ्याचीही उपमा देतात. भूमीवर सांडलेला पारा गोळा करणे फार अवघड जाते. कारण प्रत्येक धक्क्यागणिक त्याचे कण अधिकाधिक बारीक होत असतात. ते चिमटीत पकडता येत नाहीत, मन तर त्याहून कितीतरी पटीने सूक्ष्म आहे. अलीकडे सूक्ष्म म्हणून घनाणू, ऋणाणू, आणि जडाणू यांना अत्यंत सूक्ष्म मानले आहे. पण त्याचेही विभाग पडतात. आणि ते कण एकापेक्षा दुसरा सहस्रपटीने जड असतो, असेही सांगितले जाते. बीजाणू त्या मानाने कितीतरी स्थूल. अशा स्थितीत सूक्ष्म मनाला आवरणे किती कठीण होईल, हे लक्षात येऊ शकते. जन्मजन्मांतरीच्या प्रयत्नाने उत्पन्न झालेले भाग्य पाठीशी असेल तरच वास्तव अर्थाने मनाचा निग्रह करणे माणसाला एका जन्मात साधेल. **‘याचि देहि याचि डोळा’** योगसिद्धीचा, मुक्तीचा सोहळा पाहता येईल. असे पूर्वसंचित ज्याच्या वाट्याला आलेले नाही त्याचे साधना मार्गात कसे व्हावे? असा प्रश्न आता अर्जुनाच्या पुढे उभा राहिला आहे.

संचित किती आहे, प्रारब्धाचे स्वरूप काय आहे, हे आकळणे कठीण आहे. ईश्वराने ही गोष्ट माणसाच्या लक्षात येऊ नये, राहू नये अशीच मन-बुद्धीची रचना केलेली आहे. कर्मस्वातंत्र्य निर्वेध राहण्याच्या दृष्टीने तसे अत्यंत आवश्यकही आहे. परंतु साधनामार्गामध्ये यामुळेच कराव्या लागणाऱ्या धडपडीला अंत आहे की नाही या विचाराने मनुष्य भांबावल्याविना रहात नाही. क्वचित त्याची श्रद्धाही डळमळू लागते. साधना जर अपुरीच पडणार असेल तर अशी अपूर्ण राहणारी साधना

करावयाची तरी कशाला असा विचार त्याला सतावण्याची शक्यता असते. अर्जुनाने, अर्धवट झालेल्या साधनेला खरोखरची काही अर्थ आहे का ? का ती पूर्णपणे वाया जाते ? असा प्रश्न भगवंताला अगदी स्पष्टपणे विचारला आहे. अगदी नेमकेपणे विचारला आहे.

: ३७-३८-३९ :

अर्जुन उवाच

अयतिः श्रद्धयोपेतो योगाच्चलितमानसः ।

अप्राप्य योगसंसिद्धीं कां गतिं कृष्ण गच्छति ॥

कच्चिन्नोभयविभ्रष्टश्छिन्नाभ्रमिव नश्यति ।

अप्रतिष्ठो महाबाहो विमूढो ब्रह्मणः पथि ॥

एतन्मे संशयं कृष्ण छेत्तुमर्हस्यशेषतः ।

त्वदन्यः संशयस्यास्य छेत्ता न ह्युपपद्यते ॥

अर्जुन विचारतो -

कृष्णा ! श्रद्धावान् आहे, पण असावा तेवढा संयमी नाही त्यामुळे योगमार्गापासून ज्याचे मन विचलित झाले, त्याला योगसिद्धीपर्यंत पोहोचताच येत नाही. (हे उघडच आहे) आता अशाची (अर्धवट प्रयत्न झालेल्याची) परिणती काय?

धड ना इकडे धड ना तिकडे अशा दोन्ही दिशांपासून भ्रष्ट झालेला तो आकाशात मध्येच विरून गेलेल्या ढगासारखा वाया जातो का? कारण ब्रह्मापर्यंत नेऊन पोचविणाऱ्या साधनेच्या मार्गावरून तो ढळलेला असतो. (अशा, साधना मध्येच सुटलेल्या, माणसाचे काय होते? त्याचे आरंभापासूनचे कष्ट अगदी वाया जातात, असे होते काय?)

असा हा मोठा संशय मला आहे. त्याचे संपूर्णपणे निराकरण कर. हे वीरवरा ! तुझ्याशिवाय दुसरा कुणी माझा हा संशय नाहीसा करण्यास समर्थ आहे असे आढळत नाही.

जी माणसे अश्रद्ध आहेत, नास्तिक आहेत, ऐहिक जीवनातील सुखोपभोगापलीकडे चांगले श्रेष्ठ म्हणून काही असते, आणि मनुष्य म्हणून जन्माला आल्यानंतर ते प्राप्त करून घेण्यासाठी प्रत्येकाने काही केलेच पाहिजे, असे ज्यांना

वाटत नाही, नव्हे नव्हे ऐहिक सुखोपभोग म्हणजेच सारसर्वस्व हेच ज्यांचे तत्त्वज्ञान आहे त्यांची गोष्ट सोडून द्या. असे लोक स्वतःला कितीही बुद्धिमान, प्रत्यक्षवादी, तर्कशुद्ध विचारसरणीचे समजत असोत, ते खरोखरीच करंटे आहेत. त्यांना पामरच समजले पाहिजे. श्रेष्ठ तत्त्वज्ञानाचे आकलन माणसास न होवो, आत्मसाक्षात्काराचे परमोच्च ध्येय त्याच्यापुढे नसो, पण त्याला केवळ वैयक्तिक सुखोपभोगामध्येच सर्वस्वी समाधान लाभते असे सहसा होत नाही. समाजासाठी, देशासाठी, आपल्या हातून काहीतरी घडावे असे त्याला वाटत असते. निदान लोकांनी स्वार्थी, कृपण म्हणून आपली निंदा करू नये एवढी तरी त्याची अपेक्षा असते. माणसाच्या माणूसपणाचे हे एक अपरिहार्य लक्षण आहे आणि कितीही वाद घातला तरीही हा विषय श्रद्धेचा आहे. म्हणून तर 'श्रद्धामयोऽयं पुरुषः' माणूस म्हणजे श्रद्धामयच असावयाचा, अशी माणसाची व्याख्याच शास्त्राने केली आहे. ज्यांचे तत्त्वज्ञानच जडवादी आहे, तेही प्रामाणिक असतील तर केवळ वैयक्तिक, स्वार्थी विषयोपभोगाला सर्वस्व मानीत नाहीत. मग जे धार्मिक आहेत, परंपरागत धारणांवर ज्यांचा विश्वास आहे, योगसिद्धी, ईश्वरी साक्षात्कार हे एक उदात्त ध्येय आहे, अशी ज्यांची श्रद्धा असते ते त्यादृष्टीने आपापल्या शक्तीला, बुद्धीला अनुसरून काही ना काहीतरी साधना करित राहतातच.

साधना करित असताना साधनेची आवश्यक ती अंगोपांगे परिपूर्ण असावीत. साधनेच्या बाह्य उपचाराप्रमाणे अंतरंगही जसे असावयास हवे तसे असले पाहिजे, असा साक्षेप ठेवण्याइतकी त्यांची निष्ठा दृढ नसते. ही योग्यता साधण्यासाठी जे कष्ट घ्यावे लागतात, सातत्य टिकवावे लागते, त्याग करावा लागतो, तेवढे त्यांच्याच्याने होत नाही. कधी परिस्थितीमुळे तर कधी वैयक्तिक दौर्बल्यामुळे, तर कधी आळसामुळे, मोहामुळे त्यांची साधना सुटते.

सिद्धीपर्यंत पोचणाऱ्या साधनेचे स्वरूप काहीसे नव्या घर-बांधणीसारखे असते. घरबांधणीसाठी मोकळी जागा घेणे, पाया खोदणे, पाया भरून काढणे, भिंती उभारणे, दारे खिडक्यांच्या चौकटी बसविणे, आतील जमीन, फरशी, गिलावा करणे, मग गृहोपयोगी इतर वस्तू, बैठका, भांडीकुंडी जमविणे इतके सर्व झाले म्हणजे मग घर राहण्याच्या उपयोगी पडते. निदान भिंती छत आणि चौकटीची दारे तरी पूर्ण व्हावीच लागतात. त्याशिवाय घराला घरपणच येत नाही. भिंती उभ्या राहिल्या आणि छत

पडलेच नाही तर तोपर्यंत झालेला व्यय पुष्कळ होऊनही घराचा घर म्हणून काहीही उपयोग होत नाही. आयुष्य संपले म्हणजे तोवर केलेल्या साधनेचे असे होते का? ती साधना, त्या साधनेकरिता केलेले परिश्रम सारे वाया जातात का? असा हा प्रश्न आहे.

काय होते कोणास ठाऊक? पण एक विचित्र अनुभव अनेक वेळा येतो. मनुष्य चांगला असतो, उदार असतो, सश्रद्धही असतो, कोणावर तरी विश्वास असतो, सांगितल्याप्रमाणे काही साधनाही करीत राहतो. पण अगदी लौकर वा बऱ्याच उशीरा चार-सहा महिन्यांनी वा पाच-दहा वर्षांनी अशी एक वेळ येते की त्याक्षणी त्याचे मन अगदी विरुद्ध टोकला जाऊन उभे राहते. करीत असलेली साधना फेकून द्यावीशी वाटते. ज्याच्याविषयी आदर वाटत होता, विश्वास वाटत होता, त्याच्याविषयीच्याच कुकल्पना मनात येतात, अनादर वाटू लागतो. काही या प्रतिक्रियेवर मात करून पुढे सरकतात. तर काही पूर्णपणे मार्गच्युत होतात. अहंकार ज्या प्रमाणात बलवान असेल, उग्र असेल, त्या प्रमाणात हे घडते. या गोष्टी घडण्याला कधी बारीकसे निमित्त मिळते तर कधी कल्पनेने उभे राहिलेले भूतच त्याला ओढून नेते. बहुतेक साधकांच्या जीवनामध्ये असे प्रसंग उभे राहतात. असे होईल अशी कल्पना आधी आणून दिलेली असूनही पुढे होणारी ही विपरीत प्रतिक्रिया माणूस टाळू शकत नाही. हे अहंकारामुळे घडते.

साधना सुटण्याला अहंकाराप्रमाणेच आळस आणि उपेक्षा क्वचित् दौर्बल्यही कारण होते. पण काही ना काहीतरी कारण घडून साधनेत खंड पडतो. क्वचित् साधनेचे सातत्य टिकले तरी, निष्ठा अचल राहिली तरी, यश दृष्टिपथात येण्यापूर्वीच आयुष्य संपून जाते. अशा वेळी जी काही हातून घडली असेल, त्या साधनेचे काय होते? काय होत असावे? असा विचार माणसाच्या मनात येणे स्वाभाविक आहे.

साधना-मार्गाला लागल्यामुळे कर्तव्याच्या दृष्टीने दक्ष असला तरी मनुष्य संसारातही सर्व लक्ष घालू इच्छित नाही. आहे तेवढे पुरेसे आहे, अधिक कशाला मिळवू, असे मानून तो साधनेलाच अधिक वेळ देऊ इच्छितो आणि असा वेळ देऊनही काही काळानंतर ती साधना सिद्धीपर्यंत नेऊन पोचवित नाही, असे वाटू लागते, त्यावेळी मन डळमळते आणि मग वाटते की उपयोगी न पडणाऱ्या साधनेत जे लक्ष घातले तेच जर संसारात घातले असते, तोच वेळ जर उद्योगधंद्यासाठी

दिला असता तर सुखसंपन्नता वाढली असती, मुलाबाळांना अधिक ऐश्वर्यात ठेवता आले असते; तेही केले नाही; आणि इकडेही काही साधले नाही. त्या साधकालाही असे वाटते आणि त्याच्या अवतीभवतीची माणसेही अज्ञानाने पण त्यांच्या प्रामाणिक विचाराने तेच त्याला ऐकवीत असतात; तर कधी कुत्सितपणे त्याचा उपहासही करीत राहतात. अशा वेळी साधक अधिकच वैतागतो. स्वतः जर निष्ठावंत असेल तर फारसा निराश होत नाही पण आयुष्य संपत आले तर त्याचाही धीर सुटल्याविना रहात नाही. इतके केले ते वाया गेले असे वाटून त्याला खेद होतो. आकाश मेघांनी दाटून यावे, उकाडा वाढावा, चांगला पाऊस पडेल आणि मग वातावरणात गारावा येईल अशी अपेक्षा वाढावी, पण तसे काही न होता ढग जागच्याजागीच विरून जावे किंवा अगदी थोडी बुरबुर होऊन चिकचिकाट व्हावा, त्याने पिकांना व्हावा तसा लाभ होत नाहीच; पण आलेल्या पिकावरही कीड पडण्याचा धोका वाढतो. तसे साधनेत केलेल्या प्रयत्नांचे होते काय? अशी शंका अर्जुनाला येते. ह्यासाठी अर्जुनाने प्रश्न विचारला आहे. कारण तो स्वतः केवळ ऐकण्यात समाधान मानणारा श्रोता नाही. जे ऐकले ते आचरणात आणावे अशी त्याची उत्कट इच्छा असते म्हणून तो साधनेच्या दृष्टीने अत्यंत मार्मिक प्रश्न भगवंताला विचारतो. आपल्या सर्व प्रश्नांची उत्तरे देण्यास, आपले योग्य ते मार्गदर्शन करण्यास श्रीकृष्ण पूर्णपणे समर्थ आहे, अशी त्याची विश्वरूप दर्शनापूर्वीही अगदी निश्चिती आहे. तो शिष्य भावाने श्रीकृष्णाला शरण आलेला आहे. आणि भोळा नसूनही श्रीकृष्णाच्या शब्दावर त्याचा पूर्ण विश्वास आहे. श्रीकृष्णाच्या अधिकाराचा पुरुष दुसरा कुणी नाही, असेही त्याला यथार्थपणे वाटत आहे. त्याने आपले मन श्रीकृष्णापुढे मोकळे केले आणि श्रीकृष्णांनी त्याला तितक्याच मोकळेपणाने वस्तुस्थिती काय आहे ते सांगितले आहे. अशी गुरुशिष्यांची जोडी फार क्वचित् आढळते. श्रीकृष्णाला नुसते ऐकणारा आणि नंतर गुरूला नमस्कार करून ते सर्व सोडून देणारा, असा केवळ आडनावाचा शिष्य भेटला नाही. अर्जुन, आचरणात आणण्यासाठी ऐकण्याची इच्छा करणारा आहे म्हणून भगवंतालाही त्याला नाना प्रकाराने समजावून सांगण्यात उत्साह आहे. अर्जुनाने विचारलेले प्रश्न आडवेतिडवे आहेत, तर कधी खोचकही आहेत, एकदा तर त्याने कृष्णाची लाज काढली असे वर्णन श्रीज्ञानेश्वरांनी केले आहे. तरी श्रीकृष्ण अर्जुनाच्या प्रश्न विचारण्याचा कंटाळा करीत नाही. उलट ते म्हणतात अरे ! आम्हाला

पुष्कळ बोलावेसे वाटते पण तुझ्यासारखा ऐकणारा भेटत नाही. तू नुसते ऐकून सोडून देणारा नाहीस. तर ऐकलेले आचरणात आणण्याचा प्रयत्न निष्ठेने करतोस. मग बोलणे आखडते घ्यावे असे आम्हास तरी वाटण्याचे काय कारण आहे? शिष्य जसा योग्यतेचा, तसाच अर्जुनाच्या भाग्याने त्याला गुरुही अत्यंत अधिकारी असा लाभलेला आहे. दुसरे काही साधत नाही, मिळत नाही म्हणून शिक्षक होणारे पुष्कळ असतात. वेतनासाठी कसेतरी तास घेतात. शिकविण्याची आवड, कौशल्य तर नसतेच, पण विषयाचे ज्ञानही नसते. “**वाच्यतां समयोतीतः स्पष्टमग्रे भविष्यति**”, “**इति पाठ्यतां ग्रंथे काठिन्यं कुत्र विद्यते**” “हं वाच...वेळ संपला... वाचीत रहा, पुढे समजेल”; असे सांगून एवढेच सांगून जो थांबतो, त्याला कोणताही ग्रंथ शिकविणे हे काही अवघड नसते. संस्कृत व्याकरणाशी ज्याचे जन्मजात वैर आहे तो माझ्यासारखा माणूसही मग या पद्धतीने व्याकरण महाभाष्याचा पाठ घेऊ शकेल. काही शिक्षकांना विद्यार्थ्याला शिकविण्यापेक्षा आपले महत्त्व वाढवून दाखवावे एवढीच इच्छा असते. तर्कशास्त्रावरील ग्रंथाचा पाठ घेण्यासाठी मी एका शास्त्रीबुवांकडे जात असे. संस्कृत टीका वाचताना मी ती संधी फोडून वाचली की शास्त्रीबुवा, त्यांचा ग्रंथ पाठ असल्याने, संधी जोडून वाक्ये उच्चारित, मी संधी जोडून वाचले की ते ती पंक्ती संधी फोडून म्हणत. असे चार पाच वेळा तरी झाले. शेवटी मला राहवले नाही. मी म्हणालो, “गुरुजी ! आज संधी जोडून वाचू, का फोडून वाचू ते सांगा. तुम्ही सांगाल तसे वाचतो.” असे म्हटल्यावर हा प्रकार थांबला.

खरे तर संस्कृत वाचताना संधी जोडून किंवा फोडून वाचणे दोन्ही गोष्टी अवघड आहेत. मी घरी चांगले वाचून जात असल्यामुळे मला तो भाग दोन्ही प्रकारांनी चांगला वाचता येई. पण शास्त्रीबुवांना ह्याचे कौतुक नव्हते. खरे तर, ‘**शिष्यादिच्छेत् पराजयम्**’ वा ‘**पुत्रादिच्छेत् पराजयम्**’ अशी धारणा गुरुची वा पित्याची असली पाहिजे.

कुमारिलभट्ट असे उदार हृदयाचे गुरु होते. मंडन, प्रभाकर आणि मुरारि असे तीन त्यांचे शिष्य होते. तिथेही बुद्धिमान होते. पण तिघांची वागणूक तीन प्रकारची होती. मंडन सरळ आज्ञाधारक. प्रभाकर फटकळ म्हणता येईल इतका स्पष्टवक्ता; तर मुरारि मध्येच काहीतरी वाकडे लावून गाडी भलत्याच विषयावर नेणारा म्हणून ‘**मुरारेः तृतीयः पन्थः**’ अशी त्याच्याविषयीची धारणा दंतकथातून येते. यातला

जो प्रभाकर आहे, त्याने एकदा कुमारिलभट्टांना आपल्या बुद्धिकौशल्याने चकित केले. मीमांसा शिकवीत असताना ‘**अत्रापिनोक्तं तत्र तुनोक्तमतः पौनरौक्त्यम्**’ असे एक वाक्य आले. याचा अर्थ सांगताना अडचण निर्माण झाली. वरवर पाहता **अत्रापिनोक्तं** म्हणजे येथेही सांगितलेच नाही आणि **तत्रतुनोक्तं** म्हणजे तेथे तर सांगितले नाही. आणि पुढे ‘**अतः पौनरौक्त्यम्**’ म्हणजे म्हणून पुनरुक्ति झाली आहे, असा अर्थ दिसतो. पण असा अर्थ करणे विसंगत होते. दोन ठिकाणी सांगितले तरच पुनरुक्ति होईल. येथेही आणि तेथेही सांगितले नाही असे म्हटल्यानंतर पुनरुक्ति झाली म्हणण्यास वाचक रहात नाही. तेव्हा पाठ देताना कुमारिलभट्ट थांबले आणि म्हणाले, ‘अरे ! हे नीट लक्षात येत नाहीये. विचार करून उद्या सांगेन.’ तेव्हा प्रभाकर ताडदिशी म्हणाला, ‘लक्षात न यायला काय झाले? पदच्छेद योग्यरीतीने केला म्हणजे लगेच लक्षात येईल. ‘**अत्र अपिना उक्तं तत्र तुना उक्तं अतः पौनरुक्त्यम्**’ येथे ‘अपि’ ने सांगितले आणि तेथे ‘तु’ शब्द वापरून सांगितले म्हणून पुनरुक्ति झाली आहे असा याचा अर्थ. जे स्वतःच्या लक्षात आले नाही ते शिष्याच्या लक्षात आलेले पाहून गुरुजींना आश्चर्य वाटले आणि आनंदही झाला. त्यांनी प्रभाकराचे कौतुक केले. आणि म्हणाले, ‘तूच गुरु आहेस’ परंपरेने हे कौतुक सांभाळून ठेवले आहे. मीमांसाशास्त्रात प्रभाकराचे मत गुरुमत म्हणून प्रसिद्ध आहे. आपली विद्या शिष्यालाच काय पण पुत्रालाही न देणारे विद्वान असतात. पुत्र वरचढ होईल म्हणून त्यालाही आपले ज्ञान देत नाहीत. आपले वैद्यक मागे पडले त्याचे हेही एक कारण आहे.

अर्जुन व त्याचा पुत्र बभ्रुवाहन यांचा इतिहास तर सर्वांना माहिती आहेच. तेव्हा गुरु अशा उदार हृदयाचा असला पाहिजे की, जो शिष्याला भरभरून देईल आणि तसे देण्यात कृतार्थता मानील. अर्जुनाच्या भाग्याने त्याला असा हा अत्यंत अधिकारी आणि तरीही उदार हृदयाचा कृष्णासारखा विद्यादानात कुशल असलेला गुरु लाभला. अर्जुनाला त्याची चांगली जाणीव आहे. भगवंतांनी अर्जुनाच्या प्रश्नावर जे उत्तर दिले ते फार मार्मिक आणि बोधप्रद असे आहे. निष्ठा जागविणारे आहे. पण गबाळेपणाला भाबड्या विचाराला थारा मिळणार नाही असे परखडही आहे. ईश्वरी योजनेतील औदार्य आणि त्यासवेच पूर्णपणे निःपक्षपाती असलेला न्याय भगवंतानी दिलेल्या त्या उत्तरातून स्पष्ट होतो. श्रद्धावंत साधकानेही त्याचा बारकाव्याने विचार

करणे आणि तो लक्षात ठेवून वागणे अत्यंत उपयुक्त आहे.

अर्जुनाने विचारलेल्या प्रश्नाला भगवान उत्तर देतात की,

: ४० :

श्रीभगवानुवाच

पार्थ नैवेह नामुत्र विनाशस्तस्य विद्यते ।

न हि कल्याणकृत्कश्चिद् दुर्गतिं तात गच्छति ।

बाबा अर्जुना ! योगासाठी केलेले प्रयत्न कोठेही वाया जात नाहीत. या लोकी वा परलोकी त्याचें योग्य ते फळ मिळतेच कारण कोणतेही चांगले कृत्य करणारा कधीही दुर्गतीला जात नाही.

अर्जुनाने अत्यंत मार्मिक प्रश्न विचारला आहे. प्रत्येक साधकाचाच काय पण प्रत्येक व्यक्तीच्याही मनात कोणत्या ना कोणत्या स्वरूपात हा प्रश्न दडून असतो. आम्ही इतके चांगले केले, आम्ही इतके चांगले करतो तरी आमचे असे का? मग कशाला चांगले करायचे? चांगले वागायचे? असे विचार, थोड्या वैतागाचे विचार - बहुधा सर्वांच्या मनात येतात. एरवी सज्जन आणि प्रामाणिक असलेल्या व्यक्तीलाही असेच वाटते. अर्जुनाने योग्याच्या संदर्भात प्रश्न विचारला असला तरी त्या प्रश्नातील आशय असा व्यापक आहे. सगळ्यांनाच जो अडचणीचा वाटतो असा प्रश्न अर्जुनाने मार्मिकपणे विचारला; त्यावरून त्याची बुद्धिमत्ता आणि सहृदयता व्यक्त झाली आहे. त्यामुळे भगवंताचे हृदयही आपल्या या प्रिय भक्ताविषयीच्या, लाडक्या शिष्याविषयीच्या वात्सल्याने उचंबळून आले आणि त्यांनी बाळा ! या अर्थाचा 'तात' शब्द संबोधन म्हणून वापरला.

संस्कृतमध्ये तात शब्द पिता आणि पुत्र या दोघांचाही वाचक आहे. वडीलधाऱ्या मंडळीनाही आदराने तात म्हणून संबोधिले जाई. तसेच लहानांनाही वात्सल्याने तात म्हणून संबोधण्याची प्रथा होती. मराठीतही 'बाबा' शब्द असाच दोन्हीकडे आपण वापरतो. ज्याच्याविषयी जिन्हाळा आहे, त्याच्याशी बोलताना वक्त्यालाही उल्हास वाटत असतो. श्रीकृष्णार्जुन संवादातील आत्मीयतेचे, प्रेमभावनेचे-ओथंबलेले हे स्वरूप श्रीज्ञानेश्वरांनी अमृतालाही लाजविणाऱ्या आपल्या रसाळ वाणीने अनेक ठिकाणी वाचकांच्या पुढे प्रगट केले आहे. असो.

काहीही चांगले केलेले वाया जात नाही. त्याचे फळ कधी ना कधी तरी,

कोठे ना कोठे तरी मिळतेच, असा ईश्वरी नियम आहे. तो न्यायाला धरून आहे. पण उदार आहे.

चांगले आणि वाईट, पुण्य आणि पाप, या केवळ काल्पनिक संज्ञा नाहीत. ती व्यावहारिक सत्तेतील वस्तुस्थिती आहे. तो केवळ केव्हाही पालटता यावा असा निर्बंध (कायदा) नाही. आरोग्य शास्त्रामध्ये पथ्य आणि अपथ्य, हितकर आणि अहितकर अशा आहारविहारांचा उल्लेख असतो तेच स्वरूप धर्मशास्त्रामध्ये पापपुण्याचे आहे. पुण्य असो वा पाप असो, त्याचा परिणाम भोगावाच लागतो. सुख हे पुण्याचे तर दुःख हे पापाचे फल आहे, असा धर्मशास्त्राचा सिद्धान्त आहे. पापपुण्याची कधी बेरीज वजाबाकी होत नाही. त्यांचे परिणाम वेगवेगळे भोगावे लागतात. पुष्कळ पुण्य आहे, पाप थोडे आहे त्यामुळे पुण्यातून पाप उणे करून उरलेले, केवळ पुण्य भोगासाठी उरते, असे होत नाही. तसेच पाप पुष्कळ आहे, पुण्य थोडे आहे त्यामुळे थोडे पाप घटले असे मानता येत नाही.

नृग राजाच्या चरित्रावरून ही गोष्ट स्पष्ट होते. नृग राजाने आयुष्यभर लक्षावधी गाई दान देण्याचे पुण्य केले होते. पण त्याच्या हातून एकदा एका याचकाला दिलेली गायच दुसऱ्या याचकाला दिली गेली. दोघेही याचक भलते हट्टी निघाले. कोणत्याही मूल्याने त्यांच्यापैकी कुणीही ती गाय राजाला परत करण्यास सिद्ध नव्हता. एवढी लहानशी चूकसुद्धा एक पाप म्हणून गणली गेली. मृत्यूनंतर नृग राजाला विचारले गेले की, तुझे पुण्य पुष्कळ आहे, पाप अगदी थोडे आहे. आधी काय भोगतोस ते सांग. नृग राजाने आधी पाप भोगण्याची सिद्धता दाखविली त्यामुळे तो प्रचंड आकाराचा सरडा होऊन एका कोरड्या असलेल्या विहीरीत कोसळला पुढे कृष्णाने त्याचा उद्धार केला.

प्रचंड आकाराचा सरडा म्हणजे डायनोसॉर जातीचा प्राणी. ही प्रजाती लक्षावधी वर्षांपूर्वी पृथ्वीवरून नष्ट झाली असे प्राणिशास्त्र म्हणते. म्हणजे कृष्णाच्या वेळेपर्यंत असा एक तरी प्राणी जिवंत होता असा त्या कथेचा भौतिक अर्थ लावता येतो. पण त्यामुळे कृष्णाचा काळ किती मागे जातो हे लक्षात घेतले की आपली पारंपरिक युग कल्पना यथार्थ असल्याचे मान्य करण्याचा प्रसंग बुद्धिवाद्यांवर कोसळल्याविना राहणार नाही. असो.

युधिष्ठिरालाही 'अवश्य नरकस्तात द्रष्टव्यः सर्व राजभिः' या नियमाप्रमाणे

अत्यंत धार्मिक पुण्यात्मा राजा असूनही राजेपणाच्या पापामुळे नरकवासाचे नव्हे पण नरकभास पाहण्याचे तरी दुःख सोसावेच लागले. तेव्हा कृतकर्माचे परिणाम भोगावेच लागतात. या अत्यंत तर्कशुद्ध असलेल्या नियमाला धरून पाप-पुण्याचेही फळ स्वीकारावे लागते.

पाप-पुण्याचे फल भोगण्याच्या प्रकारातही एक विशेष आहे. विशिष्ट पापासाठी धर्मशास्त्राने सांगितलेले विशिष्ट प्रकारचे प्रायश्चित्त प्रामाणिकपणे घेतले तर केलेल्या पातकाचा निरास होतो असाही धर्मशास्त्राचा नियम आहे. तेव्हा पापपुण्याची परस्पर वजाबाकी होत नसली तरी पापाचा प्रायश्चित्ताने क्षय होतो. त्याचा दुःखरूप भोग भोगावा लागत नाही. पण पुण्याचे मात्र असे होत नाही. पुण्य, सुखरूप फळ आपापल्या प्रमाणात देऊनच संपते. 'कृतस्य कर्मणः भोगादेव क्षयः' हा नियम पाप आणि पुण्य या दोघांनाही लागू असला तरी पुण्याच्या प्रकरणात त्याला अपवाद नाही. प्रायश्चित्तामुळे पापाच्या विषयात मात्र त्याचा भोग टाळता येतो. हेही धर्मशास्त्र असले तरी तितकेच उदार आणि न्यायी व क्षमाशील आहे, हे सिद्ध करणारेच आहे.

प्रायश्चित्ताने पापाचा नाश होतो याचे कारण काही झाले तरी पाप हे मुळातच असताच्या आधारे जन्माला येत असते. पुण्याचा आधार मात्र काही झाले तरी सत्य हाच असतो. सत्य, तत्त्वतः ब्रह्मरूप असल्याने ते अविनाशी आहे. असद्रूप असल्याने माया-भ्रम ही पापाची कारणे विनाशी असतात. साधन स्वरूपाची नसतात. पुण्य मात्र सुखरूप भोगात परिणत होतेच होते.

चांगले केलेले थोडे असले तरी वाया जात नाही, या सिद्धान्तावर श्रद्धा असल्याने माणसे तशी सात्त्विकपणे वागतात. त्या संदर्भात एक घटना आपणास सांगतो.

मी सतरा-अठरा वर्षांचा होतो. पंढरपूरला सातान्याकडचे एक मराठा गृहस्थ मधून मधून तीर्थरूप दादांच्या भेटिला येत असत. ते साठीच्या आसपासचे पण कानाने ठार बहिरे झालेले होते. त्यांच्याशी काही बोलावयाचे म्हणजे पाटीवर लिहून दाखवावे लागत असे. ते चार्तुमासात पंढरपूरला येत आणि दोन अडीच महिने तरी पंढरपुरात राहात. ते पंढरपुरात कीर्तने आणि ज्ञानेश्वरीची प्रवचने चालत तेथे नियमाने जाऊन बसत. मी त्यांना तसे बसलेले पाहिले आहे. त्यांच्या कानांचे काम जणू डोळे करीत, इतक्या दक्षतेने ते प्रवचनास बसत. मी एकदा त्यांना लिहून विचारले की,

“तुम्हाला अगदी ऐकू येत नाही, तुम्ही कीर्तन-प्रवचनाला प्रतिदिनी काय म्हणून जाऊन बसता?” ते भारावलेल्या स्वरात म्हणाले, ‘बाळ ! मला ऐकू येत नाही हे खरे. पण श्रीज्ञानेश्वर-तुकारामांच्या वाणीचे ध्वनीतरंग इतरांप्रमाणे माझ्याही कानावर पडत असणारच. त्या मंत्रमय शब्दाने माझे कान, माझे शरीर पवित्र होत असणारच. बोध होण्याची योग्यता माझ्या ठिकाणी नसली तरी महात्म्यांच्या शब्दांचे सामर्थ्य माझे कल्याण केल्यावाचून राहणार नाही. त्याचा लाभ मला पुढच्या जन्मी मिळेल.’ या आशयाचे ते बारा-पंधरा मिनिटे तरी बोलत होते. आपल्याला लाभ होतो या निश्चयाचा आनंद त्यांच्या प्रौढ मुद्रेवर झळकत होता, ‘न हि कल्याणकृत् कश्चित् दुर्गतिम् तात गच्छति ।’ या गीतेतील शब्दाने सामान्यजनांच्या अंतःकरणावरही केवढा प्रभाव पाडला आहे हे या घटनेवरून चांगले लक्षात येऊ शकते. तो माणूस कुणी भोळा गबाळा नव्हता, चांगला सुसंस्कृत होता. आपला संसारही चांगल्याप्रकारे सांभाळणारा होता. म्हणून भगवान अत्यंत ठामपणे सांगतात की, चांगले केलेले केव्हाही नष्ट होत नाही. चांगले करणाऱ्याला त्याचे ते कृत्य सद्गतीलाच नेते. हाच आशय पुढील श्लोकातून अधिक स्पष्ट झाला आहे.

: ४१ :

**प्राप्य पुण्यकृतां लोकानुषित्वा शाश्वतीः समाः ।**

**शुचीनां श्रीमतां गेहे योगभ्रष्टोऽभिजायते ॥**

आपल्या पुण्याच्या बळावर मिळणाऱ्या लोकांमध्ये तो (प्रयत्न अर्धवट राहिलेला साधक) दीर्घकालपर्यंत निवास करतो. (तिथे सुख भोगतो) आणि त्यानंतर पुन्हा पवित्राचरणी श्रीमंताच्या घरामध्ये जन्म घेतो.

हा श्लोक आशयाच्या दृष्टीने काही विवरून सांगावा असा नाही. भाषा सरळ, सोपी आणि स्पष्ट आहे. अलीकडे बुद्धिवाद्यांच्या प्रभावामुळे सर्वसामान्य माणसाला संशय असतो तो दोन तीन गोष्टींचा. शरीरापेक्षा जीव म्हणून कुणी वेगळी वस्तू आहे का? ती आपल्या कर्मांप्रमाणे चांगले वाईट भोगण्यासाठी जाते असे लोक, ज्यांना स्वर्ग वा नरक अशी नावे दिली जातात, त्यांना खरेच अस्तित्व आहे का? जीव पुन्हा जन्माला येतो, हे विश्वसनीय मानावे का?

वरील श्लोकात तीनही गोष्टी आहेत असे निश्चितपणे गृहीत धरलेले आहे. गृहीत धरणे ही आपली भाषा आहे. शास्त्राप्रमाणे आपला हा हिंदुस्थान, जर्मनी,

जपान, रशिया, अमेरिका, इंग्लंड, आफ्रिका, ऑस्ट्रेलिया इत्यादी जसे देश आहेत; तसेच स्वर्गलोक, महर्लोक, जनलोक, तपोलोक, सत्यलोक इत्यादी सात किंवा चौदा लोक आपल्या पृथ्वीप्रमाणेच ह्या ब्रह्मांडामध्ये वास्तविकरित्या अस्तित्वात आहेत. माणूस जसा ऐश्वर्याने प्रवासाला निघाला म्हणजे पंचतारांकित निवासगृहामध्ये काही दिवस विलासी जीवन जगतो किंवा अपराध करून सापडला आणि अपराधी म्हणून सिद्ध झाला म्हणजे कारागृहामध्ये काही काळ यातना भोगतो; तसेच स्वरूप स्वर्गाचे वा नरकाचे आहे.

झाडाची फांदी तोडली की त्या जागी अंकुर फुटून पुन्हा नवी शाखा निर्माण होते किंवा धान्य आल्यानंतर रोप वाळून गेले तरी त्या धान्यातून पेरल्यानंतर पुन्हा नवे पीक येते. तशी कर्मानुसार जन्ममृत्यूची परंपरा अखंड चालू रहाते, असे आपल्या शास्त्राने निश्चितपणे सिद्धान्त म्हणून सांगितले आहे.

हिंदू कोणास म्हणावे यासंबंधीच्या अनेक व्याख्या आहेत. स्वा. सावरकरांनी केलेली व्याख्या व्यापक आणि चांगली आहे. हिंदू धर्मान्तर्गत सर्व पंथोपपंथाचा विचार केला म्हणजे जो पुनर्जन्म मानतो तो हिंदू अशीही व्याख्या करणे शक्य आहे.

प्रत्यक्षपणे अनुभवास येत नाही म्हणून स्वर्गादी परलोक आणि पुनर्जन्म न मानणारे बुद्धिवादी आहेत. हा नास्तिक विचार आजच जन्माला आला, असे नाही. ते चार्वाकमत रामायण-महाभारताइतके तरी प्राचीन निश्चितच आहे. ईश्वर, परलोक, पुनर्जन्म, शब्दप्रामाण्य यावर आजचे तथाकथित बुद्धिवादी जे आक्षेप घेतात ते सर्व त्याच्या कितीतरी पूर्वी चार्वाकाने त्याच स्वरूपात ईश्वरादीविषयी घेतलेले आहेत. तोही त्यांच्याप्रमाणेच सर्व नाकारतो. या जन्माच्या मागेपुढे काही आहे, असे तोही मानत नाही. मृत्यूनंतर सगळे काही संपून जाते. देहाची राख होते वा तो मातीला मिळून जातो. जीव, आत्मा असे वेगळे काही नाही. ईश्वर, पुनर्जन्म या भ्रामक कल्पना आहेत इत्यादी इत्यादी विचार चार्वाकाने मांडले आहेत. आजचे बुद्धिवादी त्याचाच अनुवाद निरनिराळ्या प्रकाराने करीत असतात. कीर्तनकार-प्रवचनकार हे व्यास, शंकराचार्य, ज्ञानेश्वर इत्यादींचा अनुवाद करतात म्हणून जर गतानुगतिक तर हे बुद्धिवादीही चार्वाकाचा अनुवाद करीत असल्यामुळे तितकेच गतानुगतिक आहेत. तेही परंपरावादीच आहेत. ते नास्तिकतेची परंपरा मानतात इतकेच.

नास्तिकवाद अत्यंत प्राचीन आहे. पण त्यामुळे श्रद्धावंताचे काही फारसे

बिघडलेले नाही. किंवा श्रद्धेचे क्षेत्र उणावलेही नाही. आजही तसेच घडते आहे. निरनिराळ्या देवस्थानांचे, क्षेत्रांचे माहात्म्य तेथे होणाऱ्या दाटीचा आणि संपत्तीचा विचार करता नास्तिकतेवर मात करून श्रद्धा वाढतेच आहे, असेच अनुभवास येते. तरीपण अलिकडे प्रचाराची बहुतेक सर्व साधने नास्तिकवाद्यांच्या हातात असल्याने सुशिक्षित श्रद्धावंतांच्या अंतःकरणामध्ये काही संशय निर्माण होतात. ते नाहीसे करण्याच्या दृष्टीने काही तर्क आणि अनुमान असले म्हणजे श्रद्धावंतांची श्रद्धा अधिक स्थिर राहण्यास साहाय्य होते; म्हणून काही विचार या संदर्भात आपणापुढे मांडतो.

परलोक आहे की नाही हा वादाचा विषय निश्चितच होऊ शकतो. कारण त्या संदर्भात कोणताही पुरावा प्रत्यक्षात उपलब्ध नाही. पण खगोलासंबंधी जे विज्ञान अलीकडे सर्वमान्य झाले आहे त्याच्या आधारे परलोक संभवनीय आहे या दृष्टीने काही तर्क करता येतात.

आपली पृथ्वी हा सूर्यमालेतील एक भाग आहे. सूर्यमालेत बारा ग्रह आहेत. त्यातील पृथ्वी हा एक ग्रह आहे. आणि या पृथ्वीवर पाणी, वनस्पती, प्राणी, मनुष्य आपल्या दृष्टीने प्रगत विज्ञानाचा अनुभव घेणारा मनुष्य असे सर्व उपलब्ध आहे. हे आपणास प्रत्यक्ष ठाऊक आहे. पण अशी परिस्थिती इतर अकरा ग्रहांपैकी कोणावरही नाही. मंगळावर पाणी, वनस्पती असे काहीतरी असावे असा तर्क मांडला जात होता पण तोही निराधार असल्याचे अलीकडे सिद्ध झाले आहे, असे म्हणतात. आपली सूर्यमाला ही आपण जी आकाशगंगा पाहतो तिचा एक लहानसा भाग आहे. आपल्या आकाशगंगेत आपल्या सूर्यासारखे सहस्रावधी सूर्य आहेत. त्यातले कित्येक आपल्या सूर्यापेक्षा अधिक मोठे, अधिक प्रकाशमान आहेत. ह्या इतक्या सहस्रावधी सूर्यांच्या आपल्या सूर्याप्रमाणे ग्रहमालिका असतील, असणे शक्य आहे. त्यात पृथ्वीसारखा सर्व प्रकारच्या प्राणिसृष्टीने संपन्न असलेला मनुष्यासारखा प्रगत जीव असलेला ग्रह असणे असंभवनीय आहे असे मानण्याचे काय कारण? तसे असेल तर आपल्या दृष्टीने तो परलोकच झाला. आपल्याला दिसते ही आकाशगंगा काही एकच आकाशगंगा नाही. अशा कित्येक आकाशगंगा आहेत. त्या परस्परांपासून लक्षावधी प्रकाशवर्षांच्या अंतरावर आहेत. तेथेही अशाच सूर्यमाला आणि पृथ्वीसारखे संपन्न ग्रह असू शकतात. त्यांचीच गणना, परलोक म्हणून केली असणे शक्य आहे. तेव्हा परलोक विचार हा भाबड्या श्रद्धेतून आलेला खुळा विचार

आहे, असे समजण्याचे काही कारण नाही.

तेजोमेघातून सूर्य जन्माला येणे आणि सूर्यापासून ग्रहमाला निर्माण होणे, त्यातील पृथ्वीसारख्या एखाद्या ग्रहावर हळूहळू जीवसृष्टी निर्माण होणे, ती वैज्ञानिकदृष्ट्या मनुष्य प्रगत झाला आहे तशी प्रगति-पथावर येणे, हे जर एका सूर्याच्या संदर्भात संभवते तर अनेक आकाशगंगातून असलेल्या अशा सहस्रावधी सूर्यांच्या संदर्भात आपणच काय ते एकटे आहोत असे ठामपणे मानणे ही अंधश्रद्धेहून अंधश्रद्धा झाली. कारण प्रकाशाचा वेग लक्षात घेता अशा सूर्यमालांचे आणि त्यावरील ग्रहांचे प्रत्यक्ष ज्ञान होणे हे वैज्ञानिक प्रगतीचा आजचा वेग लक्षात घेऊनही असंभवनीय वाटावे इतके कठीण आहे. आपणापासून सहस्रावधी प्रकाशवर्षे दूर असलेले तारे अस्तित्वात आहेत. काहींचा प्रकाश तर पृथ्वीवर पोचण्यास लक्षावधी वर्षे लागतात, असे पुराण नव्हे तर आजचे खगोलविज्ञानही सांगते आहे. तेव्हा प्रत्यक्ष ज्ञान होत नाही, म्हणून त्याचे अस्तित्त्वच नाकारणे हे दुराग्रहाचे आहे.

तेजोमेघापासून आपल्या सूर्याचा जन्म, त्यानंतर सूर्यापासून ग्रहमालेची निर्मिती, पृथ्वीसारख्या ग्रहाला जीवनाच्या उत्पत्तीस योग्य असे स्वरूप प्राप्त होणे, मग जीवसृष्टीची निर्मिती, मनुष्य निर्माण होणे, तो विकसित होतहोत विज्ञानाच्या आजच्या प्रगतीपर्यंत पोचणे असा क्रम खगोल विज्ञान आणि भौतिक विज्ञान सांगते.

आपल्या सूर्याच्या आधी कित्येक अब्ज वर्षे ज्यांचा जन्म झाला आहे असे शतावधी, सहस्रावधी सूर्य ब्रह्मांडात आहेत. वरील विकास क्रमाने आपल्या आधी, तिथली जी कुणी मानव जात असेल ती आपल्यापेक्षा अधिक प्रगत झालेली असली पाहिजे. असाही तर्क काही भौतिक शास्त्रज्ञांनी मांडलेला आहे, तो खरा असला पाहिजे. आपल्या पुराणातून किन्नर, यक्ष, गंधर्व, देव अशा अतिमानवी योनी उल्लेखिलेल्या आहेत. आणि त्या एकापेक्षा एक वरच्या प्रतीच्या आहेत असेही म्हटले आहे. उपनिषदांनी पुण्याच्या प्रमाणात त्या त्या लोकांची प्राप्ती होते आणि तेथील आनंद अधिकाधिक वरच्या श्रेणीचा असतो, असे गणितागत पद्धतीने सांगितले आहे, या ज्ञानाचा उपयोग काय? यावर एवढेच म्हणता येईल की, केवळ उपयुक्ततेचाच विचार करून ज्ञान वाढवावे असे म्हटले तर घर बांधण्याच्या दृष्टीनेही, पृथ्वीचा पृष्ठभाग चेंडूसारखा गोल आहे, हे ज्ञान असण्याचीही काही आवश्यकता नाही.

पृथ्वी स्वतःभोवती ताशी चौवीस हजार मैल वेगाने आणि सूर्याभोवती ताशी सहास्रहजार हजार मैल वेगाने फिरते, असे आजचे विज्ञान सांगते. आपण ते लहान मुलांनाही पाठ्यपुस्तकातून शिकवतो. पण पृथ्वीच्या या गतीचा अनुभव आपल्यापैकी कोणालाही अगदी कोणालाही येत नाही. पण अनुभव येत नाही म्हणून पृथ्वी स्थिर आहे, असे आपण कुणी म्हणत नाही. या अनुमानाप्रमाणे परलोक आणि पुनर्जन्म यांचे अस्तित्त्व केवळ शब्द प्रामाण्यानेच नव्हे तर विश्वसनीय अनुमानाच्या आधारावरही सिद्ध मानता येते. काही तत्त्वज्ञानी परलोक मानतात. ते 'भूः भुवः स्वः महः जनः तपः सत्यं' असे सात आहेत. हेही आपल्या वैदिक परंपरेप्रमाणे मान्य करतात. पण ते एकात एक सूक्ष्म-सूक्ष्मतर आहेत असे म्हणतात. काय खरे असेल ते असो. पण परलोक कल्पना केवळ कल्पना नसून वस्तुस्थिती आहे हे मात्र मान्य करावेच लागेल. मला कोणती धारणा योग्य वाटते ते मी आकाशगंगेतील ग्रहगोल विशेषाच्या रूपाने पूर्वी स्पष्ट केलेच आहे.

पुनर्जन्म आहे असे मानण्यास भाग पाडणारी काही तर्कशुद्ध अनुमाने करता येतात. आणि असे काही पुरावेही उपलब्ध आहेत याची नोंद संशोधकांनीही घेतली आहे. त्याचाही थोडक्यात विचार करू.

मनुष्याच्या शरीराचा विचार करता, ते शरीर सात वर्षांनी पूर्णपणे पालटलेले असते. आकार आणि प्रकार सामान्यतः तोच राहिला तरी त्यातला कण-नू-कण पूर्वीचा रहात नाही, तो नवीन निर्माण होतो, असे आजचे विज्ञान सांगते. मेंदूच्या पेशी मात्र तशाच राहतात, असेही म्हटले आहे पण मेंदूला जर पोषणाची आवश्यकता असेल आणि ती आहे यात शंका नाही, तर पेशींची संख्या उणी-अधिक होत नसली तरी पेशींचे (सेल्सचे) जे घटकावयव आहेत, जे अत्यंत सूक्ष्म सूक्ष्मतर आहेत, त्यात परिवर्तन होत असलेच पाहिजे. जुने जाऊन नवे येत असलेच पाहिजे. नाहीतर मेंदूच्या पेशींना पोषणाची आवश्यकता असल्याचे काहीच कारण राहिले नसते. असो. अशा रितीने प्रत्येक सात वर्षांनी जर सर्व शरीर नवे होते, जुन्यातले काही राहत नाही तर जो मी बाल होतो, तोच तरुण झालो आणि आता वृद्ध झालो आहे ही जाणीव कोण बाळगतो? दहा-पंधरा-पंचवीस वर्षापूर्वीचेही स्मरण कोणाला राहते? तेव्हा शरीर पालटले तरी न पालटणारा असा कोणीतरी आत्मा-जीव हा असलाच पाहिजे, हे मान्य करण्यावाचून गती नाही आणि तोच चैतन्याचे अधिष्ठान



आहे, हे ही स्वीकारणे भाग आहे. तरच शरीर मृत होते असे म्हणण्याला काही अर्थ राहतो. तेव्हा शरीरासवे न संपणारे, नष्ट न होणारे असे आत्मतत्त्व आहे, हे मान्य करावे लागते. असे हे आत्मतत्त्व शरीराच्या नाशानंतर त्या जन्मी केलेल्या कर्माप्रमाणे स्वर्ग-नरक वा नाना योनीतील बरे-वाईट भोग भोगावे लागणारे पुनर्जन्म अनुभवित असते, असे आपले शास्त्र सांगते.

पूर्वजन्म, पुनर्जन्म मानला नाही तर एक वैचारिक आपत्ती ओढवते. जगतामध्ये दिसणाऱ्या अनेक प्रकारच्या विविधतेची, विषमतेची, श्रेष्ठ-कनिष्ठ, उच्च-नीच अवस्थांची संगती योग्य प्रकारे लागत नाही. लावता येत नाही. योगायोग आणि अपघात मानणे हे काही बुद्धीला पटणारे उत्तर नाही. कारण तसे मानण्यामध्ये कार्य आणि कारण हा भाव समूळ नष्ट होतो, आणि कार्य-कारणभाव न मानणे हे व्यवहाराला धरून नाही. तेव्हा प्रत्येक कार्याच्या मागे कारण असलेच पाहिजे असे मानणे युक्तियुक्त आहे. याच विचाराला आपल्याकडे 'कर्मविपाका'चा सिद्धान्त असे म्हणतात. प्रत्येक क्रियेचा परिणाम म्हणून काही असलाच पाहिजे. कारण क्रियेला प्रतिक्रिया असते, हा नियम जड सृष्टीतही आढळतो.

पूर्वजन्म, पुनर्जन्म मानला नाही तर जे केले ते वाया गेले आणि जे केले नाही ते भोगावे लागले असे म्हणणे भाग पडते. यालाच शास्त्रीय भाषेत 'कृतप्रणाश' आणि 'अकृताभ्यागम' अशा संज्ञा वापरल्या आहेत.

आपण अलीकडे वर्णव्यवस्था आणि जातिभेद यावर तोंडसुख घेत असतो. मानवी स्वार्थापोटी निर्माण झालेल्या दुःस्थितीचा विचार सोडून देऊ, पण ज्यात मानवी कर्तृत्वाचा भाग दूरान्वयानेही आढळत नाही आणि तरी विषमता, श्रेष्ठ-कनिष्ठता, उच्चनीचता प्रत्ययास आल्याविना राहत नाही. एका आईबापाच्या पोटी जन्माला आलेली चार मुले सारख्या बुद्धिमत्तेची, सारख्या स्वभावाची, सारख्या शरीरप्रकृतीची वा सारखीच सुखी किंवा दुःखी आढळत नाहीत. प्रत्येक दृष्टीने ह्यात फार अंतर आढळते. काही प्रयत्न न करता वा फारच थोड्या प्रयत्नाने एखाद्याला सुखलाभ होतो तर दुसऱ्याला कितीही प्रयत्न, योग्य रीतीने करूनही मिळावे तसे सुख मिळत नाही. एखादा जन्मतःच अशक्त असतो, तर दुसरा सशक्त. एखादा रागीट तर दुसरा शान्त. एखाद्याची बुद्धी अत्यंत तीक्ष्ण तर दुसरा अगदीच मंदबुद्धीचा. एकाची असलेली संपत्ती नष्ट होते तर दुसऱ्याला अचानक लाभते. अमक्याच्याच

वाट्याला अमुक असे का यावे ह्याचे कोणतेही व्यावहारिक उत्तर शोध करूनही सापडत नाही. आपल्या परंपरेमध्ये पूर्वजन्मातील कर्म हे याचे कारण मानले आहे. आपण ज्याला दैव म्हणतो ते हेच. दैव ही अपघाती गोष्ट नाही. जे कालान्तराने परिणाम दाखविते त्या कर्मांलाच दैव असे म्हणतात.

पूर्वजन्म-पुनर्जन्म नाकारावयाचा असेल तर अकारण दिसणाऱ्या विषमतेचे दुसरे सयुक्तिक कारण सांगितले पाहिजे. पुनर्जन्म कल्पनेने हे उत्तर मिळू शकते.

'महाभारत हा सूडाचा प्रवास' या नावाचे एक पुस्तक आहे. त्यात महाभारतातील सर्व घटना केवळ सूड या एका वृत्तीतूनच निर्माण झाल्या आहेत, असे दाखविण्याचा प्रयत्न केला आहे. लेखकाने मांडलेले विचार महाभारताची योग्यता विचारात घेता मान्य होण्यासारखे नाहीत. पण लेखकाने आपल्या म्हणण्यासाठी मांडलेले तर्क महाभारतातील वचनांच्या आधारेच केलेले आहेत. इतर साहित्यिकांप्रमाणे महाभारतातील वचने हवी तशी डावलणे वा स्वीकारणे, त्यांची तोड मोड करणे, स्वतःच्याच कल्पनेने प्रक्षिप्त ठरविणे असे या लेखकाने केलेले नाही हे मात्र कौतुकास्पद आहे. असो. या ग्रंथाला एका विद्वानांची प्रस्तावना आहे. त्यात त्यांनी असे विधान केले आहे की महाभारतातील घटनांची याहून वेगळी आणि अधिक चांगली संगती जोवर कुणी लावून दाखवित नाही तोवर 'महाभारत एक सूडाचा प्रवास' या ग्रंथाच्या लेखकाने मांडलेले विचार स्वीकारले पाहिजेत. या विधानाच्या आधारे मी असे म्हणतो की प्रत्ययास येणाऱ्या विषमतेची संगती लावून दाखविणारा कर्मविपाकाचा किंवा पूर्वजन्म-पुनर्जन्माचा विचार तोवर नाकारता येणार नाही, जोवर विषमतेची संगती लावून दाखविणारा अधिक चांगला युक्तिवाद कोणी सांगत नाही.

पूर्वजन्माच्या आठवणी सांगणारे अनेक घटना-प्रसंग निरनिराळ्या संशोधकांनी विश्वसनीय म्हणून नोंदले आहेत. आणि ह्या तऱ्हेचे लेखन इंग्लंड, फ्रान्स, अमेरिका ह्या सारख्या देशातील ज्यांच्या धर्माने पुनर्जन्म मानलेला नाही अशा ख्रिश्चन धर्मातील विद्वानांनी, साहित्यिकांनी केलेले आहे. तेव्हा पुनर्जन्म मानणे अपरिहार्य आहे. आपण तसे मानीत नसलो तर ते आपल्या अज्ञानाचे लक्षण ठरेल, कारण ती वस्तुस्थिती आहे.

पुनर्जन्म मानणारातही माणसाला पुन्हा माणसाचाच जन्म येतो असे मानणारी

एक विचारधारा आहे. पण आपल्या प्राचीन परंपरेप्रमाणे उपनिषदांनी किंवा ज्ञानेश्वरादि संतांनी माणसाला त्याच्या कर्माप्रमाणे चौऱ्यांशी लक्ष योनीपैकी कोणत्याही योनीत जन्म घ्यावा लागतो, हाच विचार स्वीकारलेला आहे आणि तेच मानणे योग्य आहे, असेच मला वाटते. कारण हा विचार मानणारे कुणी सामान्य नाहीत. ते प्रज्ञावंत असे उपनिषदकालीन द्रष्टे ऋषि आहेत, श्रीज्ञानेश्वर महाराजांसारखे योगयोगेश्वर महात्मे आहेत. कोणावर तरी श्रद्धा ठेवावयाची, तर ती उपनिषदे, गीता, ज्ञानेश्वरी यांच्यावरच ठेवणे अधिक श्रेयस्कर आहे. हे आपणाला तरी सहज पटेल. असो.

पूर्वजन्म-पुनर्जन्म ही वस्तुस्थिती आहेच; शिवाय तशी श्रद्धा असणारांचे जीवन आशावादी, सात्त्विक, संयमी आणि सदाचरणी राहण्यास स्वभावतः बल मिळते, प्रेरणा मिळते. त्यांचा कर्मावरचा विश्वास वाढतो. हे सर्व लाभ समाज शान्त, सुस्थिर, संघर्षविहीन राहण्यास सहाय्यभूत होतात. हिंदू समाज अनेक आपत्तीतून सर्वनाश घडवू शकणाऱ्या दीर्घकालीन पारतंत्र्यातूनही टिकून राहिला, त्याने आपले स्वत्व राखले, याला जी अनेक कारणे आहेत, त्यात पूर्वजन्म - पुनर्जन्मावरील विश्वास हे एक महत्त्वाचे कारण आहे. असो. भगवान अर्जुनाला सांगत आहेत की अर्जुना, एका जन्मात साधना पूर्ण झाली नाही तरी खिन्न होण्याचे कारण नाही. साधनेच्या सामर्थ्याप्रमाणे त्याला स्वर्गादीसारख्या पुण्यलोकाची प्राप्ती देहपातानंतर होते. तेथे तो आपल्या सत्कृत्याच्या बळावर दीर्घकालपर्यंत नानाविध सुखांचा उपभोग घेतो. आणि पुढील साधनेची वाटचाल करण्याच्या दृष्टीने सुकृताचा मोठा ठेवा घेऊन शुद्ध वर्तनी श्रीमंताच्या घरी जन्मास येतो.

व्यवहारात शुद्ध वर्तनाने श्रीमंती मिळत नाही, ती बहुधा वाममार्गानेच मिळवावी लागते. एका जन्मात तरी कोणाला सरळ सज्जनपणे श्रीमंत होण्याची शक्यताच नसते. म्हणूनच आपल्याकडे 'पापं हि श्रियो मूलम्' असे मानण्याची जुनी परंपरा आहे, ती बव्हंशी सत्य आहे. काल दारिद्र्य-रेषेखाली होता आणि आज कोट्यधीश झाला आहे, अशी उदाहरणे लोकसत्तेच्या काळात अलीकडे पुष्कळ प्रमाणात आढळतात. पण त्यासाठी तस्करी तरी करावी लागते, नाहीतर निवडून येऊन भ्रष्टाचाराची प्रकरणे पचवावी लागतात. अशा श्रीमंताच्या घरी जन्माला आलेली मुले सदाचारी निघण्याची वा सन्मार्गाला लागण्याची शक्यता फारच थोडी असते. घराण्याच्या बळावर त्यांना पुन्हा पुढारी होऊन भ्रष्टाचार करण्याची संधी मिळते किंवा

ती घातक व्यसनांच्या अथवा नट्यांच्या मोहक विळख्यात सापडून आत्मघात करून घेतात.

भगवंतांना असा श्रीमंत अपेक्षित नाही. म्हणून त्यांनी 'शुचीनां श्रीमतां गेहे' असे आवर्जून म्हटले आहे. अशा घरात सुसंस्कृतपणा, सौजन्यशीलता, औदार्य, धार्मिक वळण आणि परिस्थितीची अनुकूलता स्वभावतः असते त्यामुळे अशा घरात जन्माला येऊन साधकाला पूर्व संचिताच्या बळावर आपली प्रगती अधिक वेगाने करून घेता येते. तसे साधावे, अशा उत्कट इच्छेचे साहचर्य मात्र असावे लागते. म्हणजे मग पुढील मार्गक्रमण वेगाने आणि सुखाने होते.

योगभ्रष्ट शब्दातील भ्रष्ट शब्द आपण एरवी समजतो वा वापरतो त्यादृष्टीने वाईट नाही. येथे भ्रष्ट शब्दाने योगसाधनेपासून विचलित झालेला, साधना अर्धवट झालेला, काही दुर्बलतेच्यामुळे साधना सर्वांगाने परिपूर्ण न करू शकणारा असा अर्थ अभिप्रेत आहे. त्यातून केवळ अपूर्णता तेवढी व्यक्त होते.

हे लक्षात यावे म्हणून श्रीज्ञानेश्वर महाराजांनी वाटसरू रेंगाळत चालल्यामुळे, सुर्यास्तापूर्वी जेथे पोचावयाचे आहे, तेथे पोचू शकला नाही, त्याला वाटेत थांबावे लागले, जरा वेगाने चालला असता तर तो इष्टस्थळी अंधार पडण्यापूर्वी पोचला असता; पण एवढ्याने काही बिघडत नाही. तो दुसरे दिवशी उठून आपली पुढची वाटचाल सहज पूर्ण करू शकेल, असे म्हटले आहे.

सदाचरणी श्रीमंताच्या घरी जन्माला येणे हे लाभदायक होते. ह्या पेक्षाही अधिक लाभदायक असाही जन्म मिळतो.

: ४२ :

**अथवा योगिनामेव कुले भवति धीमताम् ।**

**एतद्धि दुर्लभतरं लोके जन्म यदीदृशम् ॥**

अथवा गतजन्मी योग अर्धवट झालेला पुरुष अत्यंत बुद्धिमान, विद्वान अशा योग्याच्याच कुळात जन्माला येतो. खरोखरीच चांगल्या स्थळी, उत्तमस्थली, जन्म येण्याच्या दृष्टीने असा हा जन्म लाभणे ह्या लोकात फार दुर्लभ आहे.

सदाचरणी आणि श्रीमंत अशा गृहस्थाच्या घरी जन्म लाभण्याने जी अनुकूलता सहजपणे लाभते त्याहीपेक्षा अनुकूल परिस्थिती विद्वान सत्पुरुषाच्या कुळात जन्म मिळाल्याने लाभते. कारण साधकाला मग मार्गदर्शनासाठी कोठे अन्यत्र जावे लागत

नाही. इष्ट तो सर्व आदर्श त्याच्यापुढे प्रत्यक्ष उभा असतो. शब्दज्ञान आणि अनुभवाचे ज्ञान विपुल प्रमाणात उपलब्ध असल्याने बोध स्पष्टपणे होतो. शंकेला वा संशयाला फारसा वाव रहात नाही. त्यामुळे श्रद्धा-निष्ठा डळमळीत होण्याचे कारणच उरत नाही. व्यासांचे पोटी शुकाचार्यांचा जन्म झाला वा विठ्ठलपंतांसारख्या विरक्त महात्म्याच्या घरी ज्ञानदेव जन्मास आले, ही याची ठळक उदाहरणे आहेत.

अशा सर्वस्वी अनुकूल परिस्थितीत जन्म लाभला तरी तेवढ्यानेच सर्व काही भागते आणि पुढचे लाभ आपोआप मिळत जातात असे समजण्याचे मात्र कारण नाही. म्हणून भगवान म्हणतात.

: ४३ :

**तत्र तं बुद्धिसंयोगं लभते पौर्वदेहिकम् ।**

**यतते च ततो भूयः संसिद्धौ कुरुनन्दन ॥**

त्या जन्मामध्ये त्याला पूर्वजन्मी केलेल्या अभ्यासाने सुसंस्कृत झालेल्या बुद्धीचा लाभ होतो आणि मग तो योगातील संसिद्धी (सर्वोच्च अवस्था) प्राप्त होण्यासाठी पुन्हा प्रयत्न करित राहतो.

भगवान म्हणतात-हे कुरूकुलात उत्पन्न झालेल्या अर्जुना! पूर्वजन्मी केलेल्या सत्कृत्याच्या, साधनेच्या, पुण्याच्या बळावर सदाचरणी श्रीमंताच्या किंवा योग्याच्या, सत्पुरुषाच्या कुळांमध्ये जन्माला आलेला हा भाग्यवान पुरुष योगाची सिद्धता होण्यासाठी पुन्हा प्रयत्न करित राहतो.

चांगल्या कुळात जन्माला आल्यामुळे बाह्यपरिस्थिती चांगली असते. त्यामुळे अडथळे उणावतात. मनबुद्धीवर होणारे संस्कारही परमार्थ साधनेच्या दृष्टीने चांगले झालेले असतात. या सर्वांचा लाभ त्याला मिळतो. पण असा मनुष्य केवळ तेवढ्यावर संतोष मानून स्वस्थ बसत नाही. आहे तेवढे पुष्कळ झाले असे त्याला कधी वाटत नाही. तो अधिक प्रगती करून घेण्यासाठी प्रयत्नशील असतो.

चांगल्या कुळात, चांगल्या परिस्थितीत जन्माला येणे हे पूर्वसुकृताचे लक्षण आहेच. पण हे पूर्वसुकृत फलद्रूप झाले, असे तेव्हा म्हणता येते की जेव्हा परिस्थिती अनुकूल असलेली व्यक्ती, परमार्थाच्या दृष्टीने अधिक प्रगत होण्याकरीता प्रयत्नशील राहते. नाहीतर आलेली संधी वाया घालविली, असाच त्याचा अर्थ होतो. भगवंतांनी कुरुनंदन या संबोधनाने अर्जुनाला त्याच्या श्रेष्ठ कुलाची आठवण करून दिली आहे.

कारण अर्जुन आपल्या कुलाला शोभेल असा वागतो आहे; याचा भगवंतांना संतोष आहे. नाहीतर दुर्योधन दुःशासन ही नीच मंडळीही कुरूकुलातच जन्माला आलेली होती. कर्णही सूर्यपुत्रच होता. पण आपल्या या कुलाच्या श्रेष्ठतेचा लाभ त्यांनी करून घेतला नाही. उलट मिळालेल्या संधीमुळे ते अधिकच स्वार्थी आणि उन्मत्त झाले. आणि सर्वसाधारण माणूसही वागणार नाही, एवढा स्वार्थी दुष्टावा त्यांनी केला; इतकेच नव्हे तर मत्सरी उन्मत्ततेच्या भरात नीचानीही लाजावे अशी अधमपणाची कृत्ये त्यांनी केली.

अर्जुनाने मात्र आपल्या कुलातून मिळालेल्या सुसंस्कारांचा चांगला उपयोग करून घेतला. तो सुसंस्कृत होता म्हणूनच त्याला युद्ध नकोसे वाटले. गुरूजनांशी लढणे योग्य वाटले नाही. बांधवांच्या रक्तांनी भिजलेले राजैश्वर्य त्याला सुखदायक वाटले नाही. हे सगळे अर्जुनाच्या सौजन्याचे, सुसंस्कृतपणाचे परिणाम आहेत. त्याच्या या सुसंस्कृतपणामुळेच गीतेसारखा अलौकिक ग्रंथ युगायुगातूनही शिळा न होणारा, प्राप्त कर्तव्याचा उत्कृष्टपणे बोध करून देणारा, उदात्तता, दिव्यता यांचा साक्षात्कार करून देणारा, अमृतमय उपदेशांनी भरलेला असा श्रीकृष्णाच्या मुखातून स्रवलेला, गंगौघासारखा पवित्र, पावन ग्रंथ निर्माण झाला. असो.

उत्तम कुल लाभले तरी त्याचा लाभ घेऊन अधिक प्रगतीसाठी प्रयत्नशील असावे लागते, हे विसरून चालणार नाही. नाही तर मग मिळालेल्या संधीचा लाभ न होता, मनुष्य स्थितीशील होतो. त्यातून कर्तव्यविन्मुखता, आलस्य, भोगलोलुपता इत्यादी दुर्गुण वाढतात आणि मग कुळाला न शोभणारा अधःपात वाट्यास येतो. मग कुलकीर्तीच्या पार्श्वभूमीवर हा अधःपात समाजामध्ये अधिकच निंदनीय ठरतो.

परमार्थमार्गामध्ये प्रगती, कधी पूर्ण होत नाही. प्रगतीच्या दिशेने जाणीवपूर्वक वाटचाल करित राहावे लागते. भगवान शंकरही अध्यात्म मार्गावरचे वाटसरूच आहेत, असे श्रीज्ञानेश्वरमहाराज म्हणतात. त्यातील मर्म ओळखून घेतले पाहिजे. मी पोचलो, मी पूर्ण झालो असे वाटणे हेच परमार्थमार्गातील अपूर्णतेचे पहिले लक्षण आहे म्हणून श्रीज्ञानेश्वरमहाराज “आम्ही झालो ऐसे जो म्हणे । तो काहीचि नाही ॥” असे म्हणतात. ही चेतावणी प्रत्येक अध्यात्ममार्गी व्यक्तीने ध्यानात घेतली पाहिजे.

भगवंताने येथे ‘भूयः संसिद्धौ यतते ।’ असे जे म्हटले आहे त्याचा अर्थ

सिद्धी, म्हणजे काहीतरी चमत्कार करण्याचे सामर्थ्य आणि ते मिळविण्यासाठी प्रयत्नशील, असा नाही. गीतेमध्ये कुठेही अधिकारी व्यक्तींच्या वर्णनावर चमत्कार करण्याचे सामर्थ्य असल्याचा उल्लेख केलेला नाही. 'अद्वेष्टासर्वभूतानां', 'वीतरागभयक्रोधः', 'तुल्यनिंदास्तुतिर्मौनी', 'इंद्रियार्थेषु वैराग्यं', 'समदुःखसुखः' अशा रीतीची, वृत्तीची वा वर्तनाची परम उदात्तता दर्शविणारी लक्षणे, गीतेने महात्म्याची -सत्पुरुषाची म्हणून निरनिराळ्या संदर्भात सांगितली आहेत. ज्यांना आपण सामान्यजन सिद्धी म्हणून ओळखतो, असे चमत्कार करण्याची काही शक्ती परमार्थ मार्गावर प्रगत होणाराला लाभते. पण शहाणा साधक तिचे प्रदर्शन तर नाहीच, पण उपयोगही करून घेत नाही. कारण सिद्धी हा परमार्थ मार्गातला इंद्रियांना असलेल्या भोगासक्तीसारखाच किंवा थोडा अधिकच मोठा अडथळा आहे.

परमार्थ मार्गावर वाटचाल करताना अध्यात्मिक सुखाच्या अनुभवाचेही काही क्षण लाभतात. पण प्रामाणिक साधकाने त्यांच्या मोहातही गुंतू नये. कारण हे क्षण सात्विक सुखाचे असले तरी ते बंधक होऊ शकतात. करावयाची साधना, असे सुखाचे अनुभव पुन्हा यावेत-या उद्देशानेही करू नये. भगवंताची इच्छा असेल तर असे सुख मिळेलही; मात्र साधनेचा तो उद्देश नसावा. कारण तसा उद्देश असणे म्हणजे सुखाचाही संग निर्माण झाला, असे होते आणि तो संग बांधून ठेवल्यावाचून राहत नाही. काही तरूण नौकाविहारासाठी एका चांदण्या रात्री महाविद्यालयाने राखून ठेवलेल्या क्रीडाभवनात आले. नावेत बसले आणि नाव वलहवू लागले. कोणत्या तंद्रीत होते कोणास ठाऊक? तास दीड तास नाव वलहवल्यावर त्यांच्या लक्षात आले, अरे ! आपण आहो तिथेच आहो! कारण त्यांनी खुंटाला बांधलेल्या नावेचा दोर सोडवलाच नव्हता. आता कितीही वलहवले तरी नाव पुढे कशी सरकणार? तेव्हा परमार्थमार्गाची वाटचाल करताना वाटेत लाभणाऱ्या सुखानुभूतीचीही आसक्ती बाळगू नये. म्हणून भगवंतांनी नुसती सिद्धी असा शब्द न वापरता संसिद्धी असा शब्द वापरला आहे. इतर अनुभव सुखावह असले तरी तिथेच न गुंतता पुढे चालत राहिले पाहिजे. बेडी सोन्याची असली तरी ती चालताना अडथळा निर्माण करणारच. वाटचाल करताना मधूनमधून श्रमपरिहारासाठी काही क्षण थांबावेसे वाटते, थांबावे लागते हे खरे. कित्येकवेळा असे स्थळ अत्यंत रमणीय अशा निसर्गसौंदर्याने नटलेले

असते. पण ते तसे भेटले म्हणून विसाव्याचा वेळ वाढवून चालत नाही. पुढची वाटचाल करीत राहावे लागते. आणि विसाव्याचे स्थळ रमणीय नसेल तर वाटचाल करीत नाही, असे म्हणून चालत नाही.

एखादी स्त्री कुलीन आहे, पतिव्रता आहे, सुदैवाने तिला मिळालेला नवराही चांगला रसिक आहे. सशक्त आहे, सधन आहे. अर्थात अशा स्त्रीला मग दागदागिने, उंची वस्त्रे, प्रावर्णे इतर सुखोपभोग ह्यांची प्राप्ती होत असतेच. पण अशी प्राप्ती होते म्हणून मी पतिव्रता धर्माने वागते किंवा अशी प्राप्ती व्हावी म्हणून मी पतिव्रता धर्माने वागते असे जर म्हटले तर ते कसे वाटेल, तेच साधनेचेही समजावे. नवरा कसाही असला तरी आपला पतिव्रता धर्म सोडू नये, असे धर्मशास्त्र सांगते. आज व्यावहारिक पातळीवर कोणाला ते पटो किंवा न पटो. पण ते सत्य आहे. आणि म्हणूनच ते हिताचे आहे. चांगल्या साधकाने साधनेच्या संदर्भात हाच विचार आपल्या मनाशी बाळगला पाहिजे. कुलस्त्री ज्याप्रमाणे पातिव्रत्य हेच साध्य समजून पतिव्रता धर्माने वागते, तशी वृत्ती साधकाची असावी.

ध्यानपर साधनेचे वर्णन करणाऱ्या एका हिंदी पदामध्ये, येणाऱ्या काही अनुभवांचे वर्णन करून परमात्म्याशी युक्तीने मीलन साधण्यासाठी जे अनुभव येतील ते एकीकडे सार, दूर कर (जो आवे उसे दे छकड) आणि पुढे चालत रहा, (चल सरक, चल आगे) असा आदेश दिला आहे, साधकाने तो सर्ववेळी लक्षात ठेवला पाहिजे. हा साधनेचा पथही अनंत आहे, म्हणजे न संपणारा आहे कारण ज्याच्याकडे जावयाचे तोही अनंत आहे म्हणजे निस्सीम आहे. मर्यादारहित आहे.

हे प्रकरण असे अवघड असल्यामुळेच या मार्गाने वाटचाल करणाराही सहस्रावधींमध्ये एखादा असतो. वाटचाल करणाऱ्या सहस्रावधींमध्ये तत्त्वतः ज्ञानी असणारा एखादाच असतो. आणि अशा ज्ञान्यांच्यामध्येही 'हे सगळे काही ईश्वर आहे.', 'वासुदेवः सर्वमिति', सर्व खल्विदं ब्रह्म' अशी अनुभूति असणारा महात्मा सापडणे अत्यंत दुर्लभ असते.

तात्पर्य चांगल्या ठिकाणी जन्म लाभल्यामुळे काही लाभ होत असले तरी प्रयत्नांचे सातत्य टिकवून ठेवावेच लागते. असो .

कित्येक वेळी योगसाधनेकरिता , परमार्थ साधनेकरिता केलेले प्रयत्न मनोवृत्तीच्या दृष्टीने वा तदनुकूल प्रत्यक्ष कृतीच्या दृष्टीने फारच अपुरे असतात. उलट

इतर वर्तन अधिक दोषपूर्ण असते. त्यामुळे पुरेसा पुण्याचा साठा जवळ नसल्याने नंतर मिळणारा जन्म साधनेच्या दृष्टीने अनुकूल असा होत नाही. परिस्थिती अनेक दृष्टीने प्रतिकूल राहते. पण असे असले तरी जी काही अल्प स्वल्प साधना माणसाकडून घडली आहे, तीही वाया जात नाही. हे भगवान पुढील श्लोकात सांगत आहेत.

: ४४ :

**पूर्वाभ्यासेन तेनैव ह्यियते हावशोऽपि सः ।**

**जिज्ञासुरपि योगस्य शब्दब्रह्मातिवर्तते ॥**

पूर्वजन्मी केलेल्या अभ्यासाच्या योगाने आता या जन्मात तो (प्रतिकूल परिस्थितीतही) जणू अगतिकपणे साधनामार्गाकडे (योगमार्गाकडे) ओढला जातो. योगाविषयी केवळ जिज्ञासा ज्याच्या अंतःकरणात आहे, तोही कामनायुक्त सत्कृत्ये करणाऱ्यापेक्षा (अध्यात्मदृष्ट्या) अधिक प्रगत होतो.

‘न हि कल्याणकृत् कश्चित् दुर्गतिं तात गच्छति ।’ बाबा अर्जुना ! हातून घडलेले काहीही चांगले कधी वाया जात नाही. ते आपले चांगले फळ देतच असते. हा विषय भगवान समजावून सांगत आहेत. अर्थात जे काही चांगले केले, चांगले घडले त्याचे परिणामही निरनिराळ्या प्रकाराने प्रतिकूल परिस्थितीतही घडत असतात. सदाचारी श्रीमंताच्या घरी जन्माला येणे यात शारीरिक सुखलाभही असतो. हा यज्ञदानादी सत्कृत्याचा भाग असतो. त्याच्यासवे काही आध्यात्मिक साधना करीत असले तर तिच्यामुळे मनबुद्धीवर घडलेले संस्कार हे अनुकूल परिस्थितीमुळे पुढील जन्मात साधनामार्गावर साहाय्यभूत होऊन आध्यात्मिक प्रगती चांगल्या प्रकारे साधता येते. ज्याची आध्यात्मिक साधना खरोखरीच उच्च कोटीची असते, कोणत्याही प्रकारे ऐहिक कामनांचा मोह न धरता केलेली असते, तो साधनेच्या दृष्टीने अत्यंत अनुकूल असलेल्या योग्याच्याच, संत-महात्म्याच्याच कुलात जन्मास येतो. अर्थातच तेथे त्याला आध्यात्मिक वातावरण, संतसंगती, योग्य मार्गदर्शन या सर्वांचा लाभ सहजपणे होतो. आणि मग साधनामार्गावरची त्याची प्रगती फारच वेगाने होते.

ज्याचे साधनेचे सामर्थ्य आवश्यकतेच्या मानाने तोटके असते पण प्रामाणिकपणे ज्याने काही ना काही तरी अल्प स्वल्प साधना केलेली असते तो प्रतिकूल वातावरणात जन्माला आला तरी पारमार्थिक साधनेची ओढ त्याला वाटत असते. घरामध्ये कोणतेही धार्मिक वातावरण नसले, आईवडील, इतर परिवार, वा मित्रमंडळी केवळ

सांसारिक वृत्तीची, फार तर नवससायासाची धार्मिक कृत्ये करणारी किंवा विचाराने पूर्ण नास्तिक अशी असली, तरी याला मात्र गाथा, ज्ञानेश्वरी, दासबोध यासारखे पारमार्थिक बोध देणारे आध्यात्मिक ग्रंथ वाचावेसे वाटतात. कोण्या सत्पुरुषाचे मार्गदर्शन लाभावे, अनुग्रह मिळावा, अशी इच्छा होते. तो मग नामस्मरण, ध्यानधारणा, तीर्थयात्रा, निष्काम भावनेने केली जाणारी दानधर्मादी सत्कृत्ये, ह्याकडे वळतो.

त्याचेकडे बघून, हा कीर्तन-प्रवचनाला कसा आला? आता या वयात ज्ञानेश्वरी काय वाचतोय? यात्रेला काय जातोय? हिमालयातील यात्रा करण्याचे हे वय आहे का? असे विचार परिचितांच्या मनात येत असतात.

पूर्वजन्मकृत दोषामुळे, संगतीमुळे वा सुखी विलासी वातावरणाच्या संस्कारामुळे त्याला आरंभी आरंभी काही व्यसने असली, धार्मिक वृत्तीच्या माणसाने जसे वागू नये तसे तो वागत असला तरी आतील चांगलेपणाकडची ओढ त्याला स्वस्थ बसू देत नाही. ती कोणत्याही निमित्ताने केव्हा तरी एकाएकी प्रगट होते, उत्कट रूप घेते आणि असा माणूस जणू बळाने ओढला गेल्यासारखा परमार्थमार्गाला लागतो. सद्ग्रंथाचे वाचन, ध्यानधारणा, नामस्मरण चांगल्या संगतीत राहणे या गोष्टी करू लागतो. त्याकरिता वेळ काढतो. ‘ह्यियते हावशोऽपि सः’ हे घडते ते असे. आपण कसे होतो आणि आता काय आहोत याचे त्याच्या परिवारालाच काय पण त्याचे त्यालाही आश्चर्य वाटते. पूर्वजन्मीचा अभ्यास अशा रीतीने फलद्रूप होतो.

परमार्थसाधनेविषयी प्रत्यक्ष कृती हातून काही घडत नाही; पण खऱ्या परमार्थाविषयी ज्याला जिज्ञासा आहे, योगमार्ग, भक्तिमार्ग, ज्ञानमार्ग यांचे शुद्ध स्वरूप जाणून घेण्याची ज्याला इच्छा आहे, ज्ञानेश्वरी-दासबोध असे, कोणतेही ऐहिक प्रलोभन न दाखविणारे ग्रंथ ज्याला वाचावेसे वाटतात, त्यातील अवघड विषय समजून घ्यावयाची इच्छा असते, त्यातील आदर्श वर्तनात उतरविणे शक्य आहे का, ते कसे उतरविता येतील, त्याचा क्रम कसा असेल, आपण त्यात कुठे, कसे, किती बसू असे विचार ज्याच्या मनात येतात, प्रत्यक्ष घडत नसले तरी तसे करावे अशी इच्छा ज्याला होते तोही, कामनापूर्तीसाठी नवससायास म्हणून धार्मिक कृत्ये करणाऱ्यापेक्षा, परमार्थमार्गात अधिक चांगला ठरतो.

ईश्वरी शक्ती म्हणून काही आहे असे मानून आपल्या सांसारिक इच्छांच्या

पूर्वतेसाठी जे यज्ञदानपूजादी धार्मिक कृत्ये करतात ते केवळ नास्तिकापेक्षा श्रेष्ठ, चांगले हे खरेच; पण ज्याला ईश्वराचे खरे स्वरूप, अध्यात्माचा खरा अर्थ जाणून घेण्याची इच्छा आहे तोही सकाम भावनेने धार्मिककृत्ये करणारापेक्षा श्रेष्ठ ठरतो, यात शंका नाही. कारण कोणत्याही स्वरूपाची सांसारिक कामना ही माणसाच्या माणूस म्हणून होणाऱ्या प्रगतीतला मोठा अडथळा आहे, कारण त्यामुळे माणूस अधिकाधिक संकुचित, स्वार्थी होत जातो आणि मग क्रमाने उरली सुरली धार्मिकताही त्याच्या जीवनातून नष्ट होते किंवा त्याची धार्मिकता केवळ दांभिक स्वरूपाची उरते. ती त्याचा एक उद्योगधंदा होऊन राहते. जो जिज्ञासू आहे त्याच्या वृत्तीत अशी कामना पूर्तीची अभिलाषा नसते. म्हणून त्याचे मन मोकळे राहते, बुद्धी विकसित होते. चांगल्या संगतीचा, सदग्रंथाच्या वाचनाचा मग त्याच्यावर योग्य तो परिणाम घडतो.

कामनापूर्तीकरता धर्मकृत्ये करावीत अशी ज्यांची भावना असते, ते मग आपत्तीतून कसे सुटता येईल, संपत्ती कशी मिळेल, नोकरी कधी लागेल, लग्न केव्हा होईल, मुले केव्हा होतील, रोग कसा जाईल, शत्रूचा नाश होण्यासाठी काय करावे इत्यादी इच्छा मनात ठेवूनच, त्यांना त्यादृष्टीने जो अधिकारी वाटतो त्यालाच सत्पुरुष समजतात. किंवा सत्पुरुषाने असे उपाय सांगावेत असे त्यांना वाटत असते. त्यामुळे क्वचित खऱ्या संतांच्या संगतीत राहूनही त्यांची आध्यात्मिक प्रगती होत नाही. जिज्ञासूच्या भोवती कामनांचा हा पाश नसतो. म्हणून तो परमार्थाच्या वाटेवर सकाम भावनेने सत्कृत्ये करणारापेक्षा अधिक प्रगत होऊ शकतो. असो.

पूर्वजन्मीचे साधनाबल, पुण्यकर्मांचे संचित असेल त्याप्रमाणे अनुकूल-प्रतिकूल परिस्थिती उण्या-अधिक प्रमाणात लाभते; आणि त्याचे लहानमोठ्या प्रमाणात लाभही होतात, हे कितीही खरे असले तरी ह्यातील कोणताही लाभ आपोआप घडत नाही. कोणतीही प्रगती योगायोगाने काही न करता साधत नाही. 'असाल तेथून पुढती चला' या न्यायाने कोणत्याही अवस्थेत, कोणत्याही दशेत प्रयत्न करावेच लागतात. ते दीर्घकालही करावे लागतात, असे पुढील श्लोकात सांगितले आहे.

: ४५ :

**प्रयत्नाद्यतमानस्तु योगी संशुद्धकिल्बिषः ।**

**अनेक जन्मसंसिद्धस्ततो याति परां गतिम् ॥**

प्रयत्नपूर्वक साधनेचे श्रम करणारा योगी जेव्हा पूर्णपणे निष्पाप होतो तेव्हा परमगतीला प्राप्त होतो. ही सिद्धी प्राप्त होण्यासाठी अनेक जन्मही लागतात.

एक विशिष्ट अवस्था प्राप्त करून घेण्यासाठी सातत्याने परिश्रम करावे लागतात. त्यासाठी लागणारा काळ पुष्कळ दीर्घ असू शकतो. हा परमार्थसाधनेतील विचार या श्लोकामध्ये अत्यंत सुस्पष्ट रीतीने व्यक्त झाला आहे.

हळदीचा उपयोग केला म्हणजे गोरेपणा येतो असे म्हणतात. पण 'पी हळद की हो गोरी' असे कधी होत नसते. चांगल्या व्यावहारिक गोष्टीतही ते तसे नसते. परमार्थात तर नसतेच नसते. परमार्थामध्ये अंतःकरणाची शुद्धता ही अत्यंत आवश्यक गोष्ट आहे. दुसऱ्याला छळणे, चोरी करणे, अन्यायाने वागणे, व्याभिचार करणे एवढेच केवळ पाप असते, असे नाही. ही पापे फारच स्थूल झाली, आणि ती करणारांची संख्या समाजामध्ये खरोखरीच अत्यल्प असते. त्यामानाने यातले काहीही न करणारे इतर लोक खरोखरीच बहुसंख्य आहेत. पण ते संघटित नाहीत. आम्हा हिंदू लोकांचे तर संघटित नसणे हे एक मोठे दुर्दैव आहे ! आणि ते अशा टोकाला गेले आहे की हिंदूंना संघटित व्हा म्हणणाराच अस्पृश्य ठरतो. गडामताच्या लोभाने अस्पृश्य ठरविला जातो. एरवी सर्व काही चांगले असले तरी संघटनेच्या अभावी हिंदू समाज आपल्या स्वतःच्याच देशात अगतिकपणे अवहेलना, अपमान, दैन्य भोगीत आहे. आपण लवकर सावध झालो नाही तर फार मोठ्या आपत्तीला आपल्याला तोंड द्यावे लागेल. असो.

पापाची कल्पना स्थूल नाही हे सांगताना हा विषय निघाला. समाजाचे कल्याण करणारे राजकारण हे कीर्तन-प्रवचनाला वर्ज्य असले पाहिजे, असे मी मानीत नाही. कारण राजकारण चांगले नसले तर धार्मिकताही टिकावी तशी टिकत नाही म्हणून समर्थासारख्या पुरुषाने शिवाजीच्या हिंदवी स्वराज्याला प्रोत्साहन दिले. तुकोबारायांनी शिवराजाला तलवार टाकून टाळ घे, असा उपदेश केला नाही. कोणतीही विद्या विद्या म्हणून कितीही चांगली असली तरी राजनीती जर बिघडली तर ती निरुपयोगी ठरते, असे आपल्या संस्कृतीने स्पष्टपणे सांगितले आहे. 'आन्विक्षिकी त्रयी वार्ता

सतीर्विद्या प्रचक्षते । सत्योऽपिहि न सत्यास्ता दण्डनीतेस्तु विप्लवे ॥”

तर्कशास्त्र, अध्यात्माचे अधिष्ठान असलेले तीन वेद किंवा वार्ता म्हणजे उद्योग व्यवसायाचे ज्ञान या तीन विद्याच समाज धारणेचे अधिष्ठान आहे. विद्या म्हणून त्या कितीही चांगल्या असल्या तरी राजनीती जर बिघडली तर या विद्या निरुपयोगी ठरतात. त्या समाजाचे धारण करू शकत नाहीत. म्हणून धार्मिकांनी राजकारण हा आपला मुळी विषयच नाही असे मानू नये. लो. टिळक, डॉ. हेडगेवार, श्री. गोळवलकरगुरुजी ह्यांच्यासारखे विशुद्ध शील, चारित्र्यसंपन्न असलेले पुरुष राजकारणात पडले. अत्यंत दूर दृष्टीने राष्ट्राच्या वैभवासाठी, उत्कर्षासाठी पायाभूत असलेली हिंदूंची संघटना उभारण्यात त्यांनी आपल्या शरीराचा कण-न-कण झिजवला. आपण सावध असतो, स्वतःचे हित कशात आहे, हे ओळखणारे असतो तर त्यांचे प्रयत्न कधीच यशस्वी झाले असते. साठ-बासष्ट वर्षांच्या अविरत प्रयत्नानंतर आता कुठे हिंदू समाजामध्ये थोडी थोडी जागृती दिसू लागली आहे. ऐहिक कल्याण साधून देणारी हितकर गोष्ट लक्षात येण्यासाठीही इतका दीर्घकाळ जावा लागला. मग पारमार्थिक प्रगतीसाठी जन्मजन्मान्तराची वाट पाहावी लागणे यात काही आश्चर्य नाही.

मूळचे सत्त्वगुणी असलेले अंतःकरण, जन्मजन्मान्तरीच्या संस्काराने रजोगुणी-तमोगुणी होऊन, केवळ इंद्रियद्वारा मिळणाऱ्या विषयोपभोगातच सुखसर्वस्व आहे, असे मानू लागते. आणि त्यामुळे ते पातकांनी अधिकाधिक मलिन होत जाते. ही मलीनता नाहीशी करण्यासही मग दीर्घकाळ लागतो आणि त्यासाठी अनेक प्रकारचे प्रयत्न न थकता, न कंटाळता, न उबगता सातत्याने करावे लागतात.

फार मळलेला कपडा नुसत्या पाण्याच्या धुण्याने वा क्षारद्रव्य वापरलेल्या एका धुण्यानेही स्वच्छ होत नाही. तांब्याचे भांडे काळवंडले की तेही एकदा घासून स्वच्छ होत नाही. प्रत्येक घासण्याचे वेळी एकदाच हात फिरवून भागत नाही. घरात साचलेली बऱ्याच दिवसांची धूळ एका झाडण्याने निघत नाही. अंतःकरणातील वासनांचेही तसेच होते. त्या वासनांचेही क्षम्य, त्याज्य, निंद्य, तिरस्करणीय असे प्रकार असू शकतात. त्यांच्याकडे केलेल्या दुर्लक्षामुळे, ‘जाऊ द्या की’ म्हणण्यामुळे किंवा आसक्तीमुळे त्यांचे थर अधिकाधिक घट्ट होत जातात. म्हणून त्यासाठी करावे लागणारे प्रयत्न दीर्घकाळ करावे लागतात. अंतःकरण शुद्ध करण्याचे आपले सामर्थ्य

उणे-अधिक असू शकते. परिस्थितीची अनकुल-प्रतिकूलताही अशीच सोयीची अडचणीची वा विरोधाचीही असू शकते. पण प्रयत्नाला यश येत नाही हे तत्त्वतः खरे नाही. कठीण दगडावर पाण्याची बारीक धार जरी अखंडपणे पडत राहिली, तरी त्या कठोर कातळालाही खळगा पडतो, असे अनुभवास येते. तेव्हा मन शुद्ध होणारच नाही असे समजण्याचे काही कारण नाही. त्यासाठी आपले ज्ञान वाढवीत राहिले पाहिजे. विवेक करण्यास शिकले पाहिजे. विवेकाचे निर्णय आचरणात आणण्याचे धैर्य टिकवले पाहिजे. त्या प्रत्येक गोष्टीसाठी लागणारा काळ हा पुष्कळ मोठा असतो. मागे सांगितल्याप्रमाणे तो मास-वर्षानेच नव्हे तर जन्मानेही मोजावा लागतो. म्हणून भगवान ‘अनेकजन्मसंसिद्धस्ततो याति परां गतिम्’ असे म्हणतात. ही परमगती म्हणजे ब्रह्मरूपता, कैवल्य, मोक्ष, ज्याचे वर्णन गीतेनेच ‘प्रशान्तमनसं ह्येनं योगिनं सुखमुत्तमम् । उपैति शान्तरजसम् ब्रह्मभूतमकल्मषम् ।’ असे ह्याच अध्यायातील सत्ताविसाव्या श्लोकात केले आहे. ही अंतरंग स्थिती झाली. बाहेरच्या वर्तनात असा पुरुष बहुधा द्वेष रहित, निःस्पृह, निर्भय, शीत-उष्ण, सुखदुःख, मान-अपमान, निंदा-स्तुती यांची क्षिती न बाळगणारा आणि भूतमात्राकडे समदृष्टीने पाहणारा असा दिसतो, असतो. हे बाह्यवर्तन पुष्कळदा त्या त्या व्यक्तीच्या भूमिकेप्रमाणे वरवर पाहता थोडे विविध प्रकारचे राहू शकते. व्यवहारातील सापेक्षसंबंधाने ते तसे राहणे स्वाभाविकही आहे. परंतु परमगतीचे खरे स्वरूप वरच्या सत्ताविसाव्या श्लोकाप्रमाणे असते. ते मात्र पूर्णतेला पोचलेले प्रत्येक पुरुषात सारख्याच स्वरूपाचे असते. त्यात अंतर पडत नाही. अशी स्थिती प्राप्त करून घेणे खरोखरीच फार स्पृहणीय आहे, मोठे सुखाचे आहे. त्याच्या प्रसन्नतेला आणि आनंदाला कधी बाधा येत नाही. आणि अशा स्थितीत पोचलेला पुरुष कोणत्याही बिकट परिस्थितीत कधीही डगमगत नाही. ‘यस्मिन् स्थितो न दुःखेन गुरुणापि विचाल्यते’ असे या पुरुषाचे वर्णन गीतेनेच केले आहे. पूर्ण पुरुषाचे हे स्वरूप लक्षात घेऊनच भगवान अर्जुनाला पुढील श्लोकात आदेश देत आहेत की,

: ४६ :

तपस्विभ्योऽधिको योगी ज्ञानिभ्योऽपि मतोऽधिकः ।

कर्मिभ्यश्चाधिको योगी तस्माद्योगी भवार्जुन ॥

अर्जुना ! योगी हा तपस्व्यापेक्षाही अधिक चांगला आहे. ज्ञान्यापेक्षाही वरचढ

आहे. कर्ममाग्यापिक्षाही श्रेष्ठ प्रतीचा आहे. म्हणून तू 'योगी' हो.

तपस्वी म्हणजे रानावनात जाऊन विशिष्ट सिद्धीच्या वा ध्येयाच्या प्राप्तीसाठी उग्र व्रतादींचे आचरण करून देहदंड सोशित राहणारा. राक्षसानीही अशी भयचकित करणारी कठोर तपश्चर्या केल्याचे वर्णन पुराणादिकातून येते. आणि त्या बळावर त्यांनी त्रिभुवनाला संतस्त करून देवादिकांनाही पराभूत करून अमर्याद ऐश्वर्याचा आणि सत्तेचा उपभोग घेतला, असेही वर्णन आहे. अनेक तपस्वी, ऋषि असूनही तापट, तामसी असल्याचे पुराणांनी उल्लेखिले आहे. क्षुल्लक कारणावरूनही ते घोर शाप देण्यास प्रवृत्त होतात, अशा कथाही परंपरेत रूढ आहेत. म्हणून तपश्चर्या कितीही मोठी असली तरी प्रशान्तमनस झालेल्या योग्याशी, समलोष्टाशमकांचन झालेल्या योगारूढाशी तपस्व्याची तुलना होऊ शकत नाही.

ज्ञानी म्हणजे ज्ञानविज्ञानाने संपन्न असलेली व्यक्ती. त्याला आत्मा-परमात्मा-ब्रह्म-ईश्वर ह्यांच्यासंबंधीचे तसेच भौतिक सृष्टीविषयीचे व तिला कारण असलेल्या माया-अविद्या-प्रकृती इत्यादींचे चांगले ज्ञान असते, ते अंगोपांगासह असते. सखोल असते. जीव-जगत्-जगदीश्वर यांच्याविषयीच्या त्याच्या कल्पना सुस्पष्ट असतात. त्याला अनुसरून द्वैत किंवा अद्वैत या सिद्धान्तातील सगळ्या पंथोपपंथांची मते याविषयीचा त्याचा अभ्यास चांगला असतो. त्यातील सिद्धान्ताचा स्वीकार करण्याच्या दृष्टीने त्याचे स्वतःचे मत दृढ झालेले असते. त्याचे शास्त्रग्रंथाचे अध्ययन उत्कृष्ट असते. श्रोत्यांची उपस्थिती चांगली असते. पण हे सर्व शब्दज्ञानाच्या स्वरूपाचे असते, असावे. फार तर या ज्ञानाचे स्वरूप व्यतिरेकाचे असते, असावे. योगी हा अनुभवाने संपन्न असतो. तो 'सुखेन ब्रह्मसंस्पर्शम् अत्यंतं सुखमश्नुते' 'आत्मौपम्येन सर्वत्र समं पश्यति' या पातळीवर पोचलेला असतो. म्हणून शास्त्रज्ञानामध्ये कितीही निष्णात असला तरी तो ज्ञानी योग्याच्या पातळीवर चढू शकत नाही. मग त्याचे वक्तृत्व कितीही आकर्षक असो वा त्याचा परिवार केवढाही विशाल असो. 'ज्ञानी त्वात्मैव मे मतम्' असे भगवंतांनीच गीतेत म्हटले आहे. उपनिषदाने 'प्रज्ञानं ब्रह्म' असे म्हणून प्रज्ञान म्हणजे ब्रह्म असे महावाक्याच्या द्वारा सांगितले आहे. तरीसुद्धा उपनिषदाने, 'ज्याचे मन अशान्त आहे, तो प्रज्ञानाच्या बळावरसुद्धा आत्म्याला प्राप्त करून घेऊ शकत नाही, 'नाशान्तमनसो वापि प्रज्ञानेनैनाप्नुयात्' असे म्हटले आहे. येथे उल्लेखिलेला हा योगी तर शान्तमनसच नव्हे तर प्रशान्तमनस आहे. म्हणून ज्ञान्यापेक्षाही योगी श्रेष्ठ आहे, असे मत भगवंतांनी

सांगितले आहे.

कर्मी म्हणजे कर्म करणारा. देवपूजा, तीर्थयात्रा, होमहवन जपजाप्य वा समाजोपयोगी अशी आरोग्यरक्षण, शिक्षण, विहिरी खोदणे, झाडे लावणे, मागासलेल्यांना पुढे आणणे, दीन अनाथांना आधार देणे इत्यादी मानवता वाढविणारी समाजसेवेची कामे करणे हेच महत्त्वाचे आहे, असे समजून त्या तऱ्हेचे काम करित राहणारा तो कर्मी. भगवंतांनी येथे कर्मयोगी म्हटलेले नाही हे लक्षात ठेवले पाहिजे. वरील प्रकारची कामे ही कुणी करित असला तर ते समाजाच्या दृष्टीने उपयुक्तच असते. तसेच पूजा-जपादी धार्मिक कृत्यांचा, संसारकृत्यांमुळे ताण-तणावाखाली त्रस्त झालेल्या मनाला काही प्रमाणात शान्तता मिळवून देणे हाही परिणाम उपेक्षणीय नाही. पण केवळ एवढ्यानेच परमार्थात तर राहोच, पण व्यवहारातले सर्व काही चांगले घडते असे होत नाही. धार्मिक म्हणून मानली जाणारी कृत्ये जे केवळ यांत्रिकपणे करतात, वा धार्मिक कृत्यांना जे आपल्या सांसारिक वासनापूर्ततेचे साधन मानतात, ते तिथून उठले की एरवीच्या जीवनात सामान्याहूनही सामान्य राहतात. इतकेच काय पण स्वार्थी, अहंकारी, मत्सरी, कामक्रोधांनी युक्त असेही असतात. असे आढळते.

जे समाजसेवेची म्हणून कामे करतात आणि त्यामुळे स्वतःला मानवतावादी, देशभक्त इत्यादी इत्यादी गौरवशाली विशेषणे लावून घेतात, त्यांचे अंतःकरण तर कित्येकवेळा इतके स्वार्थी असते की त्यापेक्षा लबाड व्यापारीसुद्धा चांगला म्हणावा, असा प्रसंग येतो. समाजसेवा हा त्यांचा बिनभांडवली धंदा असतो. पैसा शासनाचा, देखावा लोकसेवेचा आणि लाभ नेत्याचा असे त्रिविध स्वरूप या लोकोपयोगी कार्याला प्राप्त झाले आहे.

**'स्वाहाकारी ठरल्या बहुधा सर्व योजना सहकारी ।**

**गुंड बंड भांडांची झाली त्यायोगे चलती भारी ॥**

**जुनी इनामे, अमीर राजे कोसळले फटकाऱ्यात ।**

**नवे जन्मले संस्थानिक हे सहकाराच्या क्षेत्रात ॥**

**नऊ पिढ्यातुन वैभव गोळा जितुके राजे करिती ना ।**

**तीन पाच वर्षांतचि ते हे मेळविती नाडून जना ॥'**

(स्वराज्याचा पोवाडा)



समाजसेवेचे वा सहकाराचे स्वरूप असे असेल तर हे कर्म, लाभदायक म्हणून किती प्रमाणात मानता येईल याचा अगदी व्यावहारिक पातळीवरही गंभीरपणे विचार करण्याची परिस्थिती निर्माण झाली आहे. राष्ट्र देशी-विदेशी ऋणाच्या पर्वतप्राय ओझ्याखाली चिरडले जात आहे. आणि लोकसेवक म्हणविणारे, निवडून आलेले पुढारी एखाद्या मोगल बादशहाच्या वैभवात थाटामाटाने मिरवीत राहतात आणि खऱ्या धार्मिकांच्या वागण्याला दूषणे देतात. तुष्टीकरणाच्या योजना आखीत असतात. त्यामुळे स्वभावतः निर्माण होणाऱ्या संघर्षाच्या आगीवर स्वतःच्या पोळ्या भाजून घेण्यात त्यांना थोडाही संकोच नसतो.

गीतेला अर्थातच कर्मी शब्दाने असा धूर्त, स्वार्थी कार्यकर्ता अभिप्रेत नाही. पण सद्यस्थितीचा विचार करता कर्मयोग वा समाजसेवा या नावाखाली जे चालले आहे त्या कर्माचे स्वरूप स्पष्ट करताना हे सांगण्याचे कर्म मला निरुपयाने ओढवून घ्यावे लागले आहे. गीतेला कर्मी शब्दाने इष्ट वा पूर्त कर्मे, सकाम भावनेने करणारा वा लोकषणेची इच्छा धरून त्याद्वारा प्रतिष्ठा मिळविणारा, असा त्यातल्या त्यात साधा, सरळ मनुष्य अभिप्रेत आहे. इष्टापूर्त कर्मेही जो सद्भावाने आणि निष्काम भावनेने श्रद्धापूर्वक करित असतो, तो परमार्थाचा अधिकारी होतो हे निश्चित; पण प्रवेशाची योग्यता असणे आणि त्या अभ्यासक्रमातून पदवी घेऊन चांगल्या प्रकारे उत्तीर्ण होणे ह्यात जे अंतर असते तेच हा कर्ममार्गी आणि योगी ह्यांच्यात असते. म्हणून भगवान कर्ममार्गी व्यक्तीपेक्षाही योगी असणे अधिक महत्त्वाचे आहे असे सांगतात. या अशा कारणाने तपस्वी, ज्ञानी, कर्ममार्गी यातील काही न होता, तू योगी हो, असा आग्रह अर्जुनाला करित आहेत.

योगी हो असा आदेश अर्जुनाला दिला आहे, असे पाहून काहींना शंका येते, की अर्जुन युद्ध करण्याचे नाकारून राज्याचा लोभ सोडून रानावनात जायला निघालाच होता. त्याला भगवंतांनी आडविले, त्याचा हा विचार योग्य नाही म्हणून फटकारले. त्याला युद्धास प्रवृत्त करण्यासाठी गीतेचे तत्वज्ञान सांगण्यास आरंभ केला. त्यातही 'तस्मात् युद्ध्यस्व', 'युद्ध्य च' असे आदेश दिले आणि युद्धाशी ज्याचा संबंध दूरान्वयानेही लावता येणार नाही, असा योगाचा अवलंब करून योगी हो असेही भगवान सांगत आहेत, हे काय प्रकरण आहे? कारण योगी कसे व्हावे यासाठी जी साधना सांगितली आहे ती काही युद्धाच्या उपयोगाची नाही. आसन कोणते घालावे,

कसे बसावे, मन एकाग्र कसे करावे, त्यासाठी स्थान कसे असावे, ह्या चर्चेच्या प्रकरणात, जे योगाचे वर्णन आहे त्या प्रकारचा योगी हो असे सांगण्याचे प्रयोजन काय?

वरवर विचार करता ही शंका योग्य वाटते. काही विद्वानांनी अशाच शंका उपस्थित करून कृष्णांनी अर्जुनाला जी गीता सांगितली ती ही नव्हेच असेही प्रतिपादन करण्याचे साहस केले आहे. अर्जुनाची वास्तविक योग्यता, गीता सांगणाऱ्या श्रीकृष्णाचा अधिकार आणि गीतेच्या स्वरूपाचा मुख्य उद्देश सर्वांगाने विचारात न घेण्याचा तो परिणाम आहे.

अर्जुन युद्ध करित नाही म्हणत होता ते ममत्वामुळे. हे ममत्व सामान्याप्रमाणे स्वार्थी नव्हते. वा मदोन्तमत्ताप्रमाणे स्वयंकेंद्रित वा दुष्टही नव्हते. ते अर्जुनाच्या सात्त्विक अंतःकरणाच्या कोमल भावनेचा परिणाम म्हणून जन्माला आले होते. ते त्याच्या सौजन्याचा प्रत्यय आणून देणारे होते. पण असे ममत्वही माणसाला कर्तव्यविन्मुख करते. कोणत्याही परिस्थितीत कर्तव्य टाळणे, विहिताचरण सोडणे, हे माणसाच्या माणूसपणालाही न शोभणारे आहे. म्हणून भगवंतांनी ममत्वाचा नाश करण्यासाठी तत्वज्ञानाचा उपदेश केला. अर्जुनाची योग्यता फार मोठी असल्याने त्याचे ममत्वाचे अधिष्ठान सामान्य नव्हते. त्यामागेही अर्जुनाची उदात्त भूमिका होती. म्हणून रजोगुण-तमोगुणांच्या अपेक्षेने श्रेष्ठ असलेल्या, सात्त्विक गुणांच्याही वरचे श्रेष्ठतम असे नित्य-सत्त्वस्थतेचे, संपूर्ण निःस्पृहतेचे स्वरूप काय आहे हे सांगणे श्रीकृष्णाला भाग पडले. गीतेचे तत्वज्ञान आध्यात्मिक बनले ते ह्यामुळेच. येथील योगी हा आध्यात्मिकतेची परिपूर्ण उंची गाठलेला पुरुष आहे. तो हठयोगी नाही वा अष्टसिद्धी प्राप्त झालेला, चमत्कारी महात्माही नाही. तो आहे, विगतस्पृह, जितात्मा, प्रशान्तमनस, समदृष्टी, कोणत्याही प्रसंगाने विचलित न होणारा, असा धैर्यशील. आणि हे सर्व, धर्मसंस्थापनेसाठी ज्या युद्धाची आवश्यकता असते, त्या युद्धास लागणारे आवश्यक गुण आहेत. अर्जुन सामान्य सैनिक नाही, साधारण योद्धाही नाही किंवा नुसता सेनानायकही नाही. तो आहे भगवंतांच्या धर्मसंस्थापनेचे साधन; त्यासाठी एक अंग, म्हणून आवश्यक असलेल्या, दुष्टांच्या संहाराचे शस्त्र म्हणून त्याची वृत्ती, पशूंच्या माना निर्दयपणे कापणाऱ्या खाटकासारखी असून चालणार नाही, ती कुशल शस्त्रवैद्याप्रमाणे भूतहिताची करुणा असलेली, रोगपीडीताला जीवनदान देण्याची

आस्था असलेली अशी दयाळू, तरीही हाताला कंप सुटणार नाही अशा धीराची, अविचल कुशलतेची असली पाहिजे. म्हणून भगवान अर्जुनाला तू प्रशान्तमनस, जितात्मा, मोठ्या आपत्तीनेही विचलित न होणारा असा योगी हो असे आग्रहाने सांगत आहेत. वृत्तिसंन्यासाप्रमाणे हाही वृत्तियोग आहे. आणि भव्य-दिव्य कर्तव्ये पार पाडण्यासाठी या योगवृत्तीची अत्यंत आवश्यकता आहे.

ही योगवृत्ती, निःस्पृह, निर्मम, द्वंद्वसहिष्णू, जयापजयाविषयी निर्विकार अशी असावी लागते. पण त्यामुळे या वृत्तीला एक प्रकारची रूक्षता येऊ शकते. तो माणूस निष्ठुर नसतो. पण कठोर असू शकतो. आणि तसे असणे सर्वभूतहिताच्या दृष्टीने पडावे तसे उपयोगी पडत नाही. म्हणून भगवंतानी अर्जुनाला केवळ योग्यापेक्षाही त्याच्यातील भक्त हा अधिक चांगला हे पुढील श्लोकात समजावून दिले आहे.

: ४७ :

**योगिनामपि सर्वेषां मद्गतेनान्तरात्मना ।**

**श्रद्धावान्भजते यो मां स मे युक्ततमो मतः ॥**

सर्व प्रकारच्या योग्यामध्येही जो अंतःकरण माझ्याशी तन्मय ठेवून श्रद्धेने मला भजतो तो सगळ्यात योग्य, असे माझे मत आहे.

खरे तर योग्याच्या, मागे सांगितलेल्या लक्षणातही एकतिसाव्या श्लोकात 'सर्वभूतस्थितं यो मां भजत्येकत्वमास्थितः ।' असा उल्लेख आहेच. पण ते भजन ब्रह्माच्या सर्वव्यापकतेचे ज्ञान झालेल्या तीक्ष्ण बुद्धीच्या परिणामाचे एक स्वाभाविक स्वरूप म्हणून असते. परिपूर्णतेला प्राप्त झालेल्या योग्याची-स्थितप्रज्ञाची-गुणातीताची ती सहजावस्था असते. कोणत्या ना कोणत्या स्वरूपाचे व्यावहारिक कर्तव्य ज्याला पार पाडावयाचे आहे त्याच्या भक्तीचे स्वरूप इतके खोल, इतके गंभीर, इतके अंतर्मुख असून चालत नाही. त्याला स्वार्थनिरपेक्षपणे का होईना पण देहभावावर यावे लागते, राहावे लागते. अशा वेळी भक्ती ही अंतःकरणाच्या उदात्ततेवर-मानससरोवरावर उठणाऱ्या लाटांप्रमाणे उसळत राहावी लागते. तरच लोकसंग्रह करताना तो सहानुभूतीने युक्त होतो. त्यात कर्तव्यभावनेसहच गोडवा येतो. उत्कृष्टपणे केलेल्या पक्वान्नात केशराचे जे स्थान आहे, उपमा, रूपक, शब्दलालित्य इत्यादी गुणांनी अलंकृत असलेल्या काव्यात ध्वनीला-लक्षणेला जे महत्त्व आहे, सौंदर्यही लावण्याने युक्त असले म्हणजे जसे अधिक आकर्षक होते,

पवित्र जलही निर्मल, मधुर असले म्हणजे जसा संतोष देते, चांगल्या औदार्यालाही सौजन्याची कांती असली म्हणजे जे समाधान लाभते, अलौकिक विद्वत्ता विनयाने युक्त असली म्हणजे जशी शोभते तशी श्रद्धेने केलेली ईश्वराची भक्ती ही योग्यलाही भूषणभूत होते. लोककल्याणाचे कार्य त्यामुळे अधिक सुलभ होते. सर्वसामान्य माणूस अशा योग्याच्या जवळ जाताना घाबरत नाही. श्रेष्ठ-तज्ञ मातेच्या वात्सल्याने शिकवू लागला म्हणजे कोणत्याही विद्यार्थ्याला अध्ययनात गोडी वाटते, अवघड विषयही सहजपणे उमगतो, तसे योगी हा श्रद्धावंत भक्त असला म्हणजे होते. 'आपण तरोनि जन तारी । हे ज्ञानाची अगाध थोरी ॥' असे श्रीएकनाथ महाराज म्हणतात. तेच भक्तियुक्त योग्यालाही जसेच्या तसे लागू पडते. म्हणून भगवान म्हणतात की अर्जुना! योग्यातही अंतःकरणपूर्वक माझ्या ठिकाणी लीन होऊन जो श्रद्धेने माझी भक्ती करतो, तो सर्वश्रेष्ठ योगी आहे, असे जाणावे. अशा योग्याच्या वर्तनाला, आचार विचाराला, भावाची कोवळिक असते, प्रेमाचा गोडवा असतो, स्नेहाचे मार्दव असते.

असा योगी मग उपकारापुरता उरतो. त्याला 'जन बुडत' आहे हे 'देखवत नाही' म्हणून 'कनवळा येतो' आणि तो खेळीमेळीने लोकांशी वागतो. अर्थात लोकोद्धाराच्या दृष्टीने हा महापुरुष फार महत्त्वाचा ठरतो. श्रीज्ञानेश्वर महाराज, श्रीरामदासस्वामी, श्रीतुकोबाराय ही ह्या अशा भक्तियुक्त योग्याची उदाहरणे. अशानाच उद्देशून श्रीज्ञानेश्वर महाराज 'कल्पतरूंचे आरव, चेतना चिंतामणीचे गाव, पीयूषाचे बोलते अर्णव, अलांछन चंद्रमे, तापहीन मार्तंड' इत्यादी मधुर मधुरतम विशेषणांनी गौरवितात. अशा थोर महात्म्यांच्या चरणी वंदन करून मी आता हे सत्र आवरतो.

**॥ पुंडलीक वरदा हरी विठ्ठल ॥**

**॥ श्री सद्गुरु ज्ञानेश्वर तुकाराम महाराज की जय ॥**

**॥ जय जय रघुवीर समर्थ ॥**

## विषयसूचि

अग्निहोत्र	४, ८२, ८३	कूटस्थ	४३
अणू (धन-ऋण-जड)	१७४	कोलेस्ट्रॉल वाढ घातक	११४
अपरोक्षानुभूती	७१, १२७	क्रमयोगी	१३५
अमृतानुभव	१६	गाथा	१२०
अविवेकी बहुमत	३२	गीता ग्रंथ	१३४, १९४
अतिद्रिय सुख झोप	९७, ९८	गीता तात्पर्य (समत्व)	४४, ४५
अध्यारोपापवाद	५३	गीतारचनांतर	४१
अनासक्त	६, ७	छांदोग्य उपनिषद	११५
अन्वय	११०	जनरेशन गॅप (पिढीतील अंतर)	११५
अंतर्मन	६४, ६५	जीवनमान उंचावणे	११५
ऑटिट्यूड ऑफ सोव्हिएट यूथ	११३	ट्रान्झिस्टर लावून अभ्यास	११६
आजचे विज्ञान व परलोक	१८८	डायनॉसॉर सरडा	१८२
आधुनिक साहित्यिकांचे व्रत	१६३	तर्क अप्रतिष्ठ	९०
आत्मसंमोहन (ट्रान्स)	६९, ७५, १२२	त्रयः उपस्तंभः	८६
आत्मसंस्थ	१२०, १२७, १३०, १४५, १५०	दासबोध	१२०
आत्मविशुद्धता	६७	दुसऱ्याचे वकील व्हावे	४०, ५५
आत्मसुख समाधी निद्रा	९८	दैवी आसुरी संपत्ती	३६
आश्रमसंन्यास	६	दोष आळस उपेक्षा	६०
उन्नती पतनाला आपण कारण	३४, ३६	धार्मिक व्यक्ती आणि राजकारण	२०१
उद्यमशीलता स्वावलंबन	२५, ६७	नारायणोपनिषद	१२०
एषणात्रय	१९, ६७, १२८	नास्तिकवाद	१८५
कर्मविपाक सिद्धांत	१८९	नासदीय सूक्त	१११
कर्मात स्वतंत्र भोगात परतंत्र	१५०-१५२	नेह नानास्ति किंचन	१३९
कामस्तदग्रेसमवर्तताधि नासदीयसूक्त भाष्य	१११, ११२	नैष्ठिक ब्रह्मचर्य	११७
कीर्तन-प्रवचन व्यवसाय	३१	परमार्थात पदवीधर	१०७
कुमारसंभव	३८	पारमार्थिक वाटचाल भावबळावर	१२६
कुंडलिनी	७१, १२४	परलोक	१८६-१८८
		पलायन	१६७
		पाप पुण्य संकल्पना	१८२, १८३

## विषयसूचि

पूर्वजन्म पुनर्जन्म	१८५-१९१	लेखणी हत्यार वापरावे	१६७
पॅथॉलॉजिस्ट	४०	वाचारंभणविकारोनामधेयम्	१४१
पातंजल योग (प्रत्याहार)	११, ७१	विवेकचूडामणी	९४
प्रगतविज्ञानाने हानी	१५६	वैराग्य	१७१
प्रगती मोजणे साधन	६०	वैज्ञानिक प्रगती	१५२
प्रतीक, आलंबन	७४-७७, १२०-१२३	व्यतिरेक, अन्वय	११०
फ्रॉईड	६५	व्रते सण संतुलन	८०
बुद्धिची शुद्धता (सात्त्विकता)	९३-९७	वृत्तियोग	२०७
ब्रह्मसंस्पर्श	१३८, २०३	वृत्तिसंन्यास	३, ४, ६, २०६
ब्रह्मचर्य यथार्थ	७३	शक्तिपात	२३
बृहदारण्यक	१३९	शम दम	१४-१७
बहिर्मन	६४	श्रोत्रिय ब्रह्मनिष्ठ	३२
मन चंचल अस्थिर	१११	सत्ता त्रय सिद्धांत	४६, ५३
मनावर नियंत्रण	१११	समदर्शी-समत्व	१३८-१४६
मनोबोध	११८	सब कॉन्शस माईंड	६४
मात्रास्पर्श, ब्रह्मसंस्पर्श	१३५	समाज संकल्पना	५८
मांडूक्य कारिका	१०७	समाधिस्थिति	९८
मुनी	१२	सहकार, समाजसेवा	२०४, २०५
युद्धस्व योगीभव (परस्पर विरोध)	२०५	संकल्प प्रभव काम	११२-११५
योग, योगी	१०५, १०६, ११०, १११, १३८-१४०, १६८, १७२	साधना	५५, ५७, १२६
योगभ्रष्ट	१९२	सामाजिक शोषण मनोवृत्ती परिणाम	११२
योगवासिष्ठ	२४	साम्यवाद (मार्क्सवादी)	११३
योगारूढ योगी	११-१७, २०, २१, ४४, १०५, १०६, ११०, १११, १३८-१४०, १६८, १७२	साधनयोग साध्ययोग	१३
		सिद्धि, चमत्कार	६७, ८९
		सेक्स इज नो सिन	११८
		सोऽहं हंसः	९, १२४
		संन्यास तोच योग (सांख्य कर्म)	७
		स्थितप्रज्ञ	१५

## विषयसूचि

स्ट्रेस ऑण्ड स्ट्रेन	५	हिंदूंचे भावडेपण	१४४
स्पोर्टस्मन स्पिरिट	५	ज्ञानयोग	७
हटयोग	५६, ७१	ज्ञानविज्ञानसंपन्न	२०३
हिंदू कोण	१८५	ज्ञानेश्वरी	१३४, १७०
हिंदू संस्कृती	११८	ज्ञान्यापेक्षा योगी श्रेष्ठ	२०३
हिंदूंची उदासीनता	४८	ज्ञानोत्तरभक्ती कर्म	३
हिंदूंचे दुर्दैव असंघटितपणा	२००		

## व्यक्तिनामसूचि

एकनाथ महाराज	१५, २३, १०२, १३५, १४३, १४६, १४७, १५८, २०८	लोकमान्य टिळक	३, ६, १०१, ११२, २०१
कबीर	१२१	तुकाराम महाराज	२२, २९, ३५, ६८, १०१, १०२, १०७, १३५, १३८, १४४, १४६, १५०, १८४, २००, २०८
कालिदास	३८	तोटकाचार्य	२४
कुमारिलभट्ट	१७९	दादा (श्रीदासगणूमहाराज)	१६, २४, १०१, १४७, १५४, १६८, १८३
डॉ. हेडगेवार	२०१	दाजी आबाजी खरे	५
गाडगे महाराज	१५९	न. चिं. केळकर	१२४
गुलाबराव महाराज	१२३	नामदेव महाराज	१५८
गोळवलकर गुरुजी	२०१	निवृत्तिनाथ	२२
गौडपादाचार्य	१०७, १०९, १२१, १७४	नीरो (रोम) व राजा जनक	१०४
चार्वाक	१८५	धन्वंतरी वाग्भट	८३
चैतन्य महाप्रभु	१४७	धुंडामहाराज	१२
जगन्नाथ पंडित	१८		
जे. कृष्णमूर्ति	१६०		
लोकनायक बापूजी अणे	१२४		

## व्यक्तिनामसूचि

पतंजली	११, ८९, १६८	स्वातंत्र्यवीर सावरकर	८९, १८५
महर्षि अण्णासाहेब पटवर्धन	८९	छत्रपती शिवाजी	१७१, २००
महात्मा गांधी	६, २६, १४४, १५९	शंकराचार्य	३, ७, १४, १५, २३, ४१, ४६, ७१, ९५, ९८, १००, १०५, १२७, १४०, १५३, १६०, १८५
महंमद पैगंबर	१६७	ज्ञानेश्वर महाराज	१५, १६, २२, २९, ३२-३५, ४२, ५०, ६६, ६८, ७३, ८९, ९८, ९९, १३४, १३८, १४२, १४५, १४९, १५१, १५८, १७१, १८४, १८५, १९१, १९४, २०८
मीराबाई	१४७		
पुष्पदंत	३७		
विनोबा भावे	४१, ८९		
भोळाराम	२४		
रसेल	१६३		
रमण चंद्रशेखर	२५		
राजारामण्णा	१४०		
राणाप्रताप व चेतक	१७१		
स्वामी रामदास	३५, ६८, ७६, १३४, १३५, १३८, १४६, १४९, २०८		