

॥ श्रीशंकर ॥
श्रीमद्जगद्गुरु शंकराचार्य विरचित

साधकाची चिंतनिका

चितक
प्राचार्य अ. दा. आठवले
(स्वामी श्री वरदानंदभारती)

प्रकाशक
श्रीराधादामोदर प्रतिष्ठान, पुणे.

प्रकाशक :

अध्यक्ष, श्रीराधादामोदर प्रतिष्ठान
“प्रतीक”, ४०३/१, शनिवार पेठ, मेहुणपुरा, पुणे ४११ ०३०.
दूरध्वनी - (०२०) २४४९२४९७

○ सर्वाधिकार सुरक्षित

चतुर्थ आवृत्ती

कार्तिक वद्य १३, शके १९३२
(३ डिसेंबर २०१०)

मूल्य :

पंधरा रुपये मात्र

अक्षरजुळणी :

दिपक पांडे
मोबाईल : ९९२३४३८८००

मुद्रणस्थळ :

बालोद्यान प्रेस
१३७२, शुक्रवार पेठ,
पुणे ४११ ००२.
दूरध्वनी : (०२०) २४४७ १०३४

(तीन)

॥ श्रीशंकर ॥

साधकाची चिंतनिका

चतुर्थ आवृत्तीचे प्रकाशकीय

साधकाची चिंतनिका या शीर्षकाखाली भगवान् शंकराचार्यांच्या तीन रचना - 'प्रातःस्मरण', 'चित्तप्रसाद' आणि 'ते धन्याः' पू. अप्पांच्या विवरणासह प्रकाशित झाल्या. या ग्रंथांची दुसरी आवृत्ती मार्च १९९३ ला तर तिसरी आवृत्ती एप्रिल २००० ला प्रकाशित झाली.

पू. अप्पांचे शुभहस्ते श्रीक्षेत्र गोरटे येथे ३ मे १९९३ रोजी ध्यानमंदिरामध्ये श्रीवरदनारायणाच्या प्रतिमेची स्थापना आणि ५ मे १९९३ ला कलशारोहण झाले आणि साधकाच्या दृष्टीने साधनेला लागणारे एकान्त स्थान निर्माण झाले. पुढे सप्टेंबर २००२ मध्ये प. पू. स्वामीजींनी उत्तरकाशी येथे संजीवन समाधी घेतली. अंतिम भावाभिव्यक्ती करताना ते म्हणाले, 'माझे ग्रंथ हेच माझे स्वरूप - त्याचे चिंतन मनन आणि आचरण हीच खरी गुरुपूजा!'

प. पू. स्वामीजींचा साधनेच्या दृष्टीने आवश्यक असणारा हा ग्रंथ काही काळ उपलब्ध नव्हता आणि भाविकांची मागणीहि वाढत गेली. त्यामुळे आम्ही आता त्याची चवथी आवृत्ती प्रकाशित करित आहोत. साधनेच्या दृष्टीने या ग्रंथाचा उपयोग साधकांनी अवश्य करून घ्यावा ही विनंती.

पूर्वीप्रमाणेच उत्तम प्रकारे छपाई करून दिल्याबद्दल बालोद्यानचे श्री. उत्तमराव सहस्रबुद्धे आणि त्यांचे कर्मचारी यांचे आम्ही मनःपूर्वक आभार मानतो.

कार्तिक व. १३, शके १९३२

दि. ३ डिसेंबर २०१०

ग. प्र. परांजपे

अध्यक्ष,

श्रीराधादामोदर प्रतिष्ठान

(चार)

॥ श्रीशंकर ॥

द्वितीयावृत्तीचे प्रकाशकीय

आता २१ व्या शतकाकडे वाटचाल करताना प्रगत विज्ञान, मानवी जीवन सुखमय करणार की दुःखमय याबद्दल शंका वाटू लागते. विज्ञान जो जो अधिक प्रगत होतंय तो तो भारतीय अद्वैत सिद्धान्तच सिद्ध होतो आहे असे मोठे मोठे विज्ञानवेत्ते म्हणू लागलेले आहेत. तथापि विज्ञानाने साधनांची रेलचेल केल्याने सद्यःस्थितीत तर मानवी जीवन कमालीचे, धगधास्ती धावपळीचे झालेले आहे.

“श्वास ही घेऊ ना देती सारखे धावणे लागे
थकोनी धापही लागे, परी कोणी न ये मागे”

असा एक प्रचंड वेग माणसाला खेचतो आहे. या सान्या विश्वाचा हा प्रकार पाहिला की म्हणावेसे वाटते “लोचने भ्रांत होताती बघोनी भव्य बाजार!” म्हणून मनुष्य शांततेच्या, स्वास्थ्यतेच्या शोधाचा प्रयत्न करतो.

अशा वेळी त्याला चित्ताच्या प्रसन्नतेचा मार्ग सांगणे आवश्यक असते. संत मंडळींनी वेळोवेळी हेच केलेले आहे. त्या थोर संतांच्या मार्गावर समर्थपणे वाटचाल करताना घेतलेल्या अनुभूतींनी मार्गदर्शनक्षम बनलेल्या प. पू. अप्पांनी- श्री स्वामी वरदानंदांनी श्रीशंकराचार्यांच्या स्तोत्र-माध्यमातून ते समर्थ मार्गदर्शन केलेले आहे. ही साधकाची चिंतनिका आहे.

परमार्थ हा अनुभूतीचा विषय असल्याने साधना करणे नितांत आवश्यक! अर्थात या साधनेचा प्रारंभही प्रातःकाली उठल्यापासून व्हावा हेच उचित! स्वाभाविकपणेच माणसाचे मन यावेळी प्रसन्न असते म्हणूनच साधनेलाही हीच वेळ योग्य असे मानले जाते- या दृष्टीने भगवान् शंकराचार्यांनी तत्त्वज्ञानाच्या दृष्टीने केलेले सर्वश्रेष्ठ प्रातःस्मरण आपणही करित जावे, म्हणून त्या स्तोत्राच्या तिन्ही श्लोकांचे सुंदर साक्षेपी विवेचन पू. स्वामीजींनी केलेले आहे.

भगवान् शंकराचार्यांनी मनुष्याला चित्ताची प्रसन्नता कशी लाभेल ते स्पष्ट करताना एक छोटेसे प्रकरण लिहिले- चित्तप्रसाद! स्वामीजींनी त्यावर केलेले प्रवचन आपल्यालाही प्रसन्नता मिळवून देईल.

(पाच)

तसेच भगवान् शंकराचार्य स्वतः कशामध्ये धन्यता मानीत होते किंवा धन्य म्हणवून घेण्यासाठी काय असावे लागते याचे विवेचन 'ते धन्याः' या एका छोट्याशा प्रकरणात करतात. पू. स्वामीजींनी त्यावरही विवेचन केलेले असून शंकराचार्यांचे हृद्गत आपल्यासमोर प्रकट केलेले आहे.

साधकाला- भक्ताला आवश्यक अशी ही तिन्ही प्रकरणे- '(१) प्रातःस्मरण (२) चित्तप्रसाद व (३) ते धन्याः' पुनः प्रकाशित करित आहोत. या तीनही चिंतनिका आहेत. ज्याला खरोखरीच शांतता हवी आहे, स्वास्थ्य लाभावे अशी इच्छा आहे, त्या साधकाने या अर्थाचे चिंतन करावे, मनन करावे आणि आचरणही करावे. "असाल तेथुन पुढती चला यत्न सोडा ना" हे या सर्वांचे सूत्र आहे.

परमार्थ मार्गावरला कोणीही साधक या मार्गाने जाऊ शकतो. "मार्ग दावून गेले आधी । दयानिधी संत ते" या न्यायाने स्वानुभूतिजन्य आनंदाने केलेले हे विवरण भाविकांसाठी निश्चितच उपयुक्त ठरेल.

'प्रतिष्ठान'ला हे लहानसे तीन प्रकरण ग्रंथ प्रकाशित करायला मिळाले याची धन्यता वाटते.

या प्रकाशन कार्यात 'बालोद्यान' मुद्रणालयाचे श्री. उत्तमराव सहस्रबुद्धे यांचे मनापासून आभार. तसेच त्यांच्या मुद्रणालयातील सर्व कर्मचाऱ्यांना धन्यवाद!

गुढीपाडवा शके १९१५

२४-३-९३

अध्यक्ष

श्रीराधादामोदर प्रतिष्ठान

(सहा)

◆ अनुक्रम ◆

प्रकरण	पृष्ठांक
१) प्रातःस्मरण स्तोत्र	७ ते १२
२) चित्तप्रसाद	१३ ते ३२
३) ते धन्य आहेत	३३ ते ४८

॥ श्रीशंकर ॥

जगद्गुरुश्रीमच्छंकराचार्यविरचितम्

प्रातःस्मरणस्तोत्रम्

१

प्रातः स्मरामि हृदि संस्फुरदात्मतत्त्वं ।
 सच्चित्सुखं परमहंसगतिं तुरीयम् ॥
 यत् स्वप्नजागरसुषुप्तमवैति नित्यं ।
 तद् ब्रह्म निष्कलमहं, न च भूतसंघः ॥

२

प्रातर् भजामि मनसो वचसामगम्यम् ।
 वाचो विभान्ति निखिला यदनुग्रहेण ॥
 यन् नेति नेति वचनैर्निगमा अवोचु- ।
 स्तं देवदेवमजमच्युतमाहुर्ग्रम् ॥

३

प्रातर् नमामि तमसः परमर्कवर्णं ।
 पूर्णं सनातनपदं पुरुषोत्तमाख्यम् ॥
 यस्मिन्निदं जगदशेषमशेषमूर्तौ
 रज्ज्वां भुजंगम इव प्रतिभासितं वै ॥

अन्वयार्थ

१

हृदि संस्फुरत् सत् चित् सुखं तुरीयम् परमहंसगतिं
 आत्मतत्त्वम् प्रातः स्मरामि । यत् नित्यं स्वप्नजागर-
 सुषुप्तं अवैति । तद् (आत्मतत्त्वमेव- निष्कलं ब्रह्म ।
 (तद् ब्रह्म एव) अहं (अस्मि) न च (अहं) भूतसंघः ।

हृदयामध्ये स्फुरण पावणाच्या आत्मतत्त्वाचे मी पहाटेच्या वेळी स्मरण करतो. हे आत्मतत्त्व सत्य, ज्ञानरूप, आनंदमय व सर्वश्रेष्ठ आहे. याच्या

प्राप्तीसाठीच सत्पुरुष प्रयत्न करित असतात. हे आत्मतत्त्वच जागेपणा, गाढ झोप व स्वप्नस्थिती या अवस्थांचा अनुभव प्रत्यही घेत असते. निरवयव पूर्ण ब्रह्म आणि हे आत्मतत्त्व एकच आहे. ते ब्रह्म हेच माझे स्वरूप आहे. मी पंचभूतांचा समुदाय नव्हे.

२

मनसो वचसाम् अगम्यं (ब्रह्म) प्रातः भजामि ।
 यदनुग्रहेण निखिलाः वाचः विभान्ति । नेति नेति वचनैः
 निगमा यत् अवोचुः । तम् अग्रं अजं देवदेवं अच्युतं आहुः ।

मनाला आणि वाणीला ज्याच्यापर्यंत पोहचता येत नाही अशा परब्रह्माचे मी प्रभाती भजन करतो. याच्या प्रसादाने वाणीला वैभव प्राप्त होते. वेदांनाही याचे वर्णन करताना 'नेति नेति' असे म्हणावे लागले. सर्वांच्या आधी असलेल्या आणि जन्मरहित अशा या परब्रह्मालाच देवांचा देव आणि अच्युत असे म्हणतात.

३

तमसः परं अर्कवर्णं पूर्णं पुरुषोत्तमाख्यम् सनातनपदं
 प्रातः भजामि । यस्मिन् अशेषमूर्तौ इदं वै अशेषं
 जगत् रज्ज्वां भुजंगमः इव प्रतिभासितं (भाति) ।

सर्व अज्ञानाच्या पलीकडे असलेल्या या ज्ञानरूप तेजस्वी ब्रह्मास मी प्रभाती वंदन करतो. हे तत्त्व पूर्ण, व्यापक, स्थिर व त्रिकालाबाधित आहे. (भक्त) याला (प्रेमादराने) पुरुषोत्तम म्हणतात. दोरीवर साप भासावा, त्याप्रमाणे हे सर्व जगत् या परमेश्वरावरच भासत आहे.

विवरण

आपल्या संस्कृतीमध्ये पहाटेच्या वेळी ईश्वराचे चिंतन, भजन, ध्यान, नमन इत्यादी काहीतरी करण्याची प्रथा आहे. व्यक्तीच्या कल्याणाची इच्छा असणाऱ्या शास्त्रकारांनी प्रातःस्मरण म्हणून काहीतरी करावे असा आदेश दिलेला आहे. भूपाळ्या म्हणण्याच्या रूपाने या आदेशाचे पालन मागच्या पिढीपर्यंत बहुधा होत होते. तमासगिरांनीसुद्धा उत्तम भूपाळ्या रचल्या होत्या आणि अगदी बहुजन समाजापर्यंत ही प्रथा नेऊन पोहोचविली होती, रूढ केली होती. विद्वान व

सुशिक्षित लोक उच्च प्रतीची स्तोत्रे व अष्टके म्हणून प्रातःस्मरण करीत असत. शरीराच्या आरोग्यासाठी ज्याप्रमाणे हित-मित आहाराची आवश्यकता असते त्याहूनही अधिक प्रमाणात मनाच्या आरोग्यासाठी ध्यान-स्मरण चिंतनाची आवश्यकता असते, हे आपण लक्षात घेतले पाहिजे. ही प्रातःस्मरणे निरनिराळ्या विचारांची आहेत. तशीच भिन्न भिन्न देवतांना उद्देशूनही आहेत. रुचीप्रमाणे वा संप्रदायाप्रमाणे या स्तोत्रांचा पाठ केला जात असे.

सूर्योदयापूर्वीची वेळ हीच पहाट. सूर्योदयापूर्वीचा एक प्रहर हा ब्राह्ममुहूर्त मानला जातो. चोवीस तासांच्या दिवसांचे कालावधीतील हा समय फारच शांत, प्रसन्न आणि मंगल असतो. स्वाभाविक विश्रांती मिळाल्यामुळे या वेळी माणसाचे शरीर, मन व बुद्धी यांना एक प्रकारची टवटवी असते, प्रसन्नता असते. शरीरव्यापारही शांत व समधात स्थितीत आलेले असतात. अशा वेळी मनावर शुभ संस्कार घडतील, अशा विचारांचे चिंतन केले तर त्याचा परिणाम फार चांगला होतो व सर्व दिवसही सापेक्षतः अधिक प्रसन्नतेत जातो. या अभ्यासाने मन, बुद्धी व त्याचा परिणाम असलेले सर्व जीवन सदाचारी, निरामय आणि प्रसन्न होत जाते.

भगवान् शंकराचार्य हे अद्वैत मताचे पुरस्कर्ते असल्यामुळे त्यांनी या स्वरचित स्तोत्रांत आपला श्रुतिप्रणीत सिद्धान्त साध्या, सोप्या भाषेत आणि सुमधुर काव्यपंक्तीत गोविला आहे. आचार्य म्हणतात:- हृदयामध्ये अखंड स्फुरण पावणाऱ्या आत्मतत्त्वाचे मी प्रातःकाली स्मरण करतो. हे आत्मतत्त्व सत्य, ज्ञानमय व आनंदरूप असून सर्वश्रेष्ठ आहे. सर्व थोर थोर साधुसंत महात्मे, संन्यासी या आत्मतत्त्वाच्या प्राप्तीसाठीच प्रयत्न करीत असतात. हे शुद्ध, बुद्ध आत्मतत्त्वच प्रत्यही गाढ झोप, स्वप्नस्थिती आणि जागृती या व यांसारख्या इतर अनेक प्रकारच्या अवस्थांचा अनुभव घेत असते. निरवयव, निरुपाधिक असे जे ब्रह्म तेच हे आत्मतत्त्व. या आत्मतत्त्वाला उद्देशूनच मी 'मी' असे म्हणतो. पंचमहाभूतांचा असणारा समुदाय असे जे शरीर ते म्हणजे माझे स्वरूप नव्हे.

जगातील सर्व प्रकारची दुःखे ही पंचभूतात्मक वा त्रिगुणात्मक शरीरालाच 'मी' मानण्याच्या कल्पनेतून उत्पन्न होतात. हे शरीर उत्पत्ती, स्थिती व विनाश यांनी बद्ध असल्यामुळे उत्पत्तीचा स्वाभाविक परिणाम जो विनाश त्यातून सुटका

व्हावी या इच्छेने सर्वदा स्थितीच्या (टिकावे या) प्रयत्नात असते. या स्थितीसाठीच अनेक प्रकारच्या इच्छाआकांक्षा माणूस आपल्या मनात बाळगतो. त्यातील काही नैसर्गिक असतात, काही स्वाभाविक असतात, काही परिस्थितीतून उत्पन्न होतात, काही संस्कृतीतून जन्माला येतात, काहींना संगत कारणीभूत होते. पुष्कळशा आपल्या अज्ञानामुळे उत्पन्न झालेल्या असतात. या वासना माणसाला कार्यप्रवण करतात; आणि त्याचे सर्व जीवन जड जगताशी जोडून टाकतात. परिणामी ते जीवन दुःखमय होऊन जाते. भगवान् श्रीशंकराचार्य जीवाला शिकवण देत आहेत की, "बाबा! ब्रह्म हे तुझे स्वरूप आहे, तू ज्याला 'मी' म्हणतोस तो 'मी' म्हणजे हे पांचभौतिक, जडशरीर नव्हे, तर ब्रह्मरूप जे आत्मतत्त्व तेच 'मी'चे खरे स्वरूप आहे. ते मुळात निर्विकारी आहे व आनंदरूपही आहे. भल्या माणसाने या आत्मतत्त्वाच्या प्राप्तीसाठीच प्रयत्न केला पाहिजे." या विचारांच्या अभ्यासाचा परिणाम स्वाभाविकपणेच अलिप्ततेत होतो आणि बाह्य परिस्थितीचे गुणदोष विशेषसे न चिकटल्यामुळे जीवन शांत व प्रसन्न होते.

आचार्य दुसऱ्या श्लोकामध्ये देवाधिदेव परमेश्वराचे स्तवन करतात. "हा देवांचा देव, अच्युत, परमात्मा, मन आणि वाणी यांच्या पलीकडचा असल्यामुळे, वेदानांही या ईश्वराच्या स्वरूपाचे वर्णन चांगल्या प्रकारे करता आले नाही. वेदही 'नेति नेति' असे नाही, असे नाही- असे म्हणाले. या परमेश्वराच्या अनुग्रहाने- कृपेने-प्रसादानेच वाणीला स्फुरण येते, वैभव लाभते. हा परमेश्वर अनादी, अनंत, अक्षय, सर्वश्रेष्ठ असा आहे. मी पहाटेच्या वेळी त्याचे अतिशय भक्तीने भजन करतो."

वाणी- वाचा ही इंद्रियांचे एक उपलक्षण म्हणून येथे वर्णन केली आहे. माणसाच्या सर्व व्यापारात कर्तृत्वाने होणारे पहिले स्फुरण या वाणीचेच असते. मनुष्य जन्माला येताच त्याची पहिली क्रिया वाणीच्या रूपाने प्रगट होते. त्यामुळे आपल्याकडे सर्व इंद्रियव्यापारांवर नियंत्रण ठेवण्यासाठी ज्या ज्या साधनांचा पुरस्कार केलेला आहे त्यात जपाचे माहात्म्य विशेष सांगितले आहे. जप हा वाणीनेच होतो. साधक ज्या ज्या योग्यतेचा असेल त्या त्या प्रमाणे वैखरीतून परेपर्यंत कोणत्याही वाणीने जप होऊ शकतो व तदनुकूल अशी प्रगती होत जाते. भगवान् शंकराचार्य इंद्रियजयाचे मुख्य सूत्र असलेल्या वाणीलाच भगवंताच्या कृपेने वैभव प्राप्त व्हावे अशी इच्छा अप्रत्यक्षरीत्या व्यक्त करीत

आहेत. पण वैभव प्राप्त झालेली वाणी ही विनीत, नम्रच राहिली पाहिजे, असे सुचविण्यासाठी परमेश्वरी तत्त्व मनाच्या व वाचेच्या पलिकडे असून वेदानांही तेथे कसे मूक व्हावे लागले त्याचा उल्लेख भगवान् शंकराचार्य करीत आहेत. इतर जीवसृष्टीमध्ये ध्वनी, स्वर अशा अव्यक्त रूपांमध्ये वाणी आहे. क्वचित एखाद्या दुसऱ्या स्वरव्यंजनाचा आकारही इतर जीवांची वाणी घेते. परंतु, माणसाची वाणी ही वैभवशाली आहे. तिचे सामर्थ्य असाधारण आहे. माणसाच्या सर्व प्रकारच्या ज्ञानाचे ही वाणी माध्यम झाली आहे. तिच्यामुळेच माणूस ज्ञान मिळवितो व ज्ञान वाढवितोही. ज्ञानाची परंपरा वाणीमुळेच टिकून राहते. यासाठी शंकराचार्य 'वाचो विभान्ति' असे म्हणतात व ही परमेश्वराची कृपा असल्याचे सांगून जीवाला अहंकाररहित होऊन भगवंताला शरण जाण्यास सांगतात. नाहीतर 'अहं ब्रह्मास्मि' तत्त्वज्ञानाने ध्येय स्पष्ट होण्याऐवजी अहंकारच बळावेल आणि प्रगती खुंटेल. प्रगतीसाठी विनय, नम्रता यांची आवश्यकता असल्याने या श्लोकामध्ये परमेश्वराच्या अवर्णनीय श्रेष्ठतेचे आणि मानवाच्या असमर्थतेचे स्मरण जीवाला करून दिले आहे. त्या निमित्ताने सर्व इंद्रिये विनीत, सदाचारी आणि परमार्थप्रवण ठेवण्याचा आदेश दिला आहे.

तिसऱ्या श्लोकामध्ये भगवान् शंकराचार्य जगद्रूपाने नटलेल्या परमेश्वर पुरुषोत्तमाला नमस्कार करीत आहेत. सर्व अज्ञानाच्या पलीकडे असलेला जो ज्ञानरूप परमेश्वर त्याला पहाटेच्या वेळी मी नमस्कार करतो. अंधाराचा नाश सूर्यप्रकाशाने व्हावा त्याप्रमाणे सूर्याहूनही अत्यंत तेजस्वी असलेल्या या परमेश्वराच्या प्रसादाने अज्ञानाचा नाश होतो. हे ईश्वरी तत्त्व त्रिकालाबाधित व दिशांच्या सीमांनी मर्यादित न होणारे असे व्यापक व नित्य आहे म्हणजेच सनातन आहे. हे पूर्ण असल्यामुळे त्यात केव्हाही कोणत्याही प्रकारची उणीव संभवत नाही. भक्त या ईश्वरालाच सगुण, साकार दृष्टीने पुरुषोत्तम म्हणतात. अपुऱ्या उजेडामुळे दोरीवर साप भासावा त्याप्रमाणे या परमेश्वरावरच अज्ञानाने ज्याला 'जगत् जगत्' असे म्हटले जाते ते सर्व भासमान होत आहे.

अंतःकरणात उत्पन्न झालेल्या वासना माणसाला कार्यप्रवृत्त करतात आणि निरनिराळ्या विषयांना मिळविण्यासाठी धडपड करण्यास भाग पाडतात. जगतात अनेक वस्तूविषयी आकर्षण निर्माण होते. त्या वस्तू मिळाल्या म्हणजे सुख वाटेल या भावनेने मनुष्य भल्याबुऱ्या मार्गांनी अनेक वस्तूंचा संग्रह करू इच्छितो. 'ठेविले अनंतं तैसेचि राहावें' यातील बोध त्याला पटत नाही व परिणामी

सर्व जीवन हे दुःखमय अशा निष्फळ धडपडींनी भरून जाते. वस्तू मिळाल्या तरी त्या मिळताक्षणीच त्यातील नावीन्य नष्ट होते, आकर्षण संपते व पुन्हा नवीन व अधिक वस्तू मिळविण्याची अभिलाषा वाढत जाते आणि त्यासाठी पुन्हा प्रयत्न अवलंबिले जातात. वस्तूंची प्राप्ती व सुख यांना काहीही मोजमाप राहात नाही व त्यामुळे हवे असलेले खरे सुख कधीही प्राप्त होत नाही. 'जगतातील वस्तू या सत्य आहेत आणि त्यांच्या लाभातून मला खरे सुख मिळेल' ही कल्पनाच माणसाला दुःखात पाडते. हे अज्ञान नष्ट करण्याकरिता भगवान् शंकराचार्य जगत् हे (परमेश्वराहून भिन्न भासणाऱ्या जगतरूपाने-) कसे भ्रमात्मक आहे ते या श्लोकात सांगत आहेत.

माणसाला मिळवायचे खरे सुख त्याच्या स्थिर, अचंचल, त्रिकालाबाधित अशा शांत वृत्तीवर अवलंबून आहे. म्हणून ज्या पुरुषोत्तमाला वंदन करावयाचे तो सनातन असल्याचे आचार्य सांगतात. नावीन्यामुळे काही वेळ बरे वाटत असले तरी नावीन्याची आवडच मुळात अशांततेची व अस्वास्थ्यतेची जनक आहे, ती आपणास असावी, असे वाटते. म्हणजे नावीन्याची ओढच, विविधता वास्तव आहे या कल्पनेवर आधारलेली आहे. ही विविधता नष्ट करण्यासाठी ईशतत्त्व पूर्ण असल्याचे ते सांगतात.

सर्व जगत् हे परमेश्वराचे रूप असल्यामुळे त्यात खऱ्या अर्थाने विविधता नाही. त्यामुळे त्यामध्ये नावीन्यही नाही. म्हणून अस्वस्थता व अशांतता असण्याचे कारण नाही. यथालाभांत समाधानी असावे हे प्रत्येकाने ध्यानात घेतले पाहिजे. वस्तू नित्य नूतन नसते, नसावीही; पण जे चांगले आहे त्याच्याविषयी वाटणारी ओढ मात्र नित्य नूतन असावी. म्हणूनच आचार्यांनी भगवंताला पूर्ण व पुरुषोत्तम अशी विशेषणे दिली आहेत.

तात्पर्य, या प्रातःस्मरणाच्या तीन श्लोकांमध्ये 'मी आत्मस्वरूप आहे' असे सांगून वासनांचे कारण नष्ट केले. इंद्रिय प्रवृत्तींना परमेश्वराचा अनुग्रह प्राप्त करून देऊन त्यांना सदाचारी व विनयी बनविले. आणि जगताचे जगद्रूपाने भासणारे मिथ्यात्व सांगून अंतःकरणवृत्तींच्या अभिलाषा नाहीशा करून चित्ताला भगवंताच्या चरणी शांत, स्थिर राहण्याचा आदेश दिला.

या तिन्ही श्लोकांचे नित्य पठण, स्मरण, अनुसंधान घडेल व त्यातील अर्थावर लक्ष देऊन तो आचरणात उतरविण्याचा प्रयत्न होईल तर सर्व जीवन प्रसन्न झाल्याशिवाय राहणार नाही.

॥ श्रीशंकर ॥

चित्तप्रसाद

प्रथमावृत्तीचे प्रकाशकीय

विसाव्या शतकाच्या उत्तरार्धात वैज्ञानिक प्रगतीबरोबरच मानवाच्या जीवनातील धावपळही विलक्षण वाढली आहे. जीवनातील स्थिरता कमी होऊन अस्थिरता जास्त प्रमाणात वाढली आहे. धीरगंभीर, स्थितप्रज्ञ वृत्तीचा लोप होऊन चंचलता बळावली आहे. एकमेकांवरील विश्वास नाहीसा होऊन पदोपदी अविश्वास प्रगट होत आहे. जीवन जगण्यासाठी केवळ आवश्यक अशा गोष्टी मिळविण्यासाठी आज मनुष्याला अपार कष्ट करावे लागतात. ही सगळी धावपळ करूनही जेव्हा त्याच्या आवश्यक गरजा भागत नाहीत त्यावेळी त्याचे मानसिक स्वास्थ्य बिघडते. त्याला स्वतःसंबंधी न्यूनगंडाची भावना निर्माण होऊन तो स्वतःला हीन, दीन व दुर्बल समजू लागतो. मग मानसिक स्वास्थ्य मिळविण्यासाठी, शाश्वत शांतता लाभण्यासाठी तो देवपूजेला लागतो, धर्मसंस्कारांच्या मार्गाने जीवनात शांतता मिळवू पाहतो.

परंतु नेमके याच वेळी स्वतःला धर्ममार्तंड समजणाऱ्या विद्वानांकडून, आचार्यांकडून, दांभिक जीवन जगणाऱ्या तथाकथित नीतिशास्त्रज्ञांकडून, धर्माच्या आसऱ्यास आलेल्या त्या जीवास चुकीचे मार्गदर्शन घडते. साहजिकच त्यातून त्याला हवी ती शांतता, त्यांस आवश्यक ते चित्ताचे समाधान लाभत नाही व परिणामतः त्याचा धर्मावरील विश्वास उडतो. शाश्वत नैतिक मूल्यांवरील त्याची श्रद्धा नाहीशी होऊन तो चार्वाकाप्रमाणे जडवादाला बळी पडून स्वैरवृत्तीचे जीवन जगण्यास प्रारंभ करतो. अनैतिक मार्गाने कष्टाविना पैसे मिळवून जीवनाच्या ऐहिक उपभोगांत तो पराकोटीचा आनंद मानू लागतो. कष्टाविना, आडमार्गाने मिळालेल्या या संपत्तीचा उपयोग तो धर्मश्रद्धास्थाने नष्ट करण्यासाठी वापरतो. समाजाला स्थिरता, शाश्वत समाधान, योग्य दृष्टी प्राप्त करून देणारे विचार आणि त्या विचारांचा प्रभाव पाडणारी आदर्श चरित्रे हे सर्व नष्ट करणे हे त्याचे ध्येय बनते. शेवटी या मार्गाने तो स्वतःचा व त्याच्या समाजाचाही विनाश ओढवून घेतो. एका व्यक्तीच्या व त्या समाजाच्या नाशाला कारणीभूत झालेली ती गोष्ट म्हणजे योग्य वेळी त्या व्यक्तीला मिळालेले अयोग्य मार्गदर्शन- यासाठी

संतमहात्म्यांच्या उपदेशांचे श्रवण, मनन आणि आचरण हाच एक सुखाचा मार्ग उपलब्ध आहे.

श्रीमत् जगद्गुरु आद्य शंकराचार्य यांनी मानवी जीवास अभिप्रेत असलेली आणि आजच्या धावपळीच्या युगात दुर्मिळ असलेली मानसिक शांती मिळविण्याचे, प्राप्त करून घेण्याचे निरनिराळे मार्ग 'चित्तप्रसाद' या छोट्याशा प्रकरणात मार्मिकपणे व सुलभतेने वर्णन करून सांगितले आहेत. याप्रमाणे इतरही बरीचशी मार्गदर्शक प्रकरणे आचार्यांनी लिहून ठेविलेली आहेत. परंतु ती सर्व त्या काळी धार्मिक वाङ्मयात प्रचलित असलेल्या संस्कृत भाषेत. आजच्या काळात जेथे संस्कृत शिकविण्याची किंबहुना टिकविण्याची सुद्धा टाळाटाळ केली जाते तेथे संस्कृत शिकण्याची व जिज्ञासाबुद्धीने संस्कृत वाङ्मय वाचण्याची कल्पना करणेही कठीण आहे. याशिवाय केवळ शब्दार्थ समजल्याने आचार्यांच्या शब्दांतील भावार्थ व मार्मिकपणा लक्षात येणे शक्य नाही. त्यासाठी तोलामोलाचा व्याख्याता असावाच लागतो

श्री. अनंत दामोदर आठवले यांनी शंकराचार्यांच्या चित्तप्रसाद या प्रकरणावर पुण्यात व हिंगोलीस प्रवचने केली. ती ऐकत असताना श्रोते भारावून गेल्यासारखे होत असत. ती प्रवचने काही भाविकांनी टिपून घेतली होती. ही व्याख्याने छापून प्रसिद्ध करावी अशी इच्छा अनेकांनी अनेकवेळा अनेक प्रकारांनी व्यक्त केल्याने श्रीदासगणु प्रतिष्ठान, गोरदें यांच्या वतीने ती आता प्रकाशित होत आहेत.

ती. प. पू. अप्पा (श्री. अ. दा. आठवले) श्रीदासगणू महाराजांची परंपरा समर्थपणे चालवीत आहेत हे आता सर्वांना विदित आहेच. त्यांचे कीर्तन, प्रवचन व व्याख्यान ज्यांनी ऐकले त्यांना त्यांच्या ठिकाणी असलेली विद्वत्ता, शुद्ध चारित्र्य, प्रखर बुद्धिवाद आणि उत्कट हरिभक्ति या गुणांचा प्रत्यय येतो. सुशिक्षित तरुणवर्गही त्यांच्या भावपरिप्लुत विवेचनाने अगदी भारावून जातो, सद्विचाराने प्रभावित होतो.

श्री. अप्पांच्या व्याख्यानांचे जे टिपण विचक्षण श्रोत्यांनी केलेले होते, त्याचेच परिष्कृत रूप या पुस्तिकेच्या रूपाने प्रकाशित होत आहे. याची मुद्रणप्रत ती. अप्पांनी अवलोकिलेली आहे.

संस्कृत श्लोकांवरील विवेचन अगदी व्यवहारी पातळीवरून कुणालाही मार्गदर्शक होईल असे झालेले आहे. पू. अप्पांच्या वाणीतील सर्व गुणांचा प्रत्यय या व्याख्यानांतूनही येतो. साधकांना ही व्याख्याने उत्तमप्रकारे मार्गदर्शन करतील असा आमचा विश्वास आहे.

भाविकांचे सहकार्य लाभल्यास श्री. अप्पांच्या व्याख्यानांची आणखी काही प्रकरणे प्रकाशित करण्याचा आमचा विचार आहे.

श्रीज्ञानेश्वर पुण्यतिथीच्या व श्रीदासगणुमहाराजांच्या पुण्यतिथीच्या शुभदिनी प्रकाशित होत असलेली ही पुस्तिका त्यांच्याच चरणी भक्तियुक्त अंतःकरणाने अर्पण असो.

विनीत

वि. प्र. नांदेडकर

सचिव

श्रीदासगणु प्रतिष्ठान, गोरटे.

* * *

॥ श्रीशंकर ॥

चित्तप्रसाद

चित्तप्रसाद म्हणजे चित्ताची प्रसन्नता. मनाची आनंदित स्थिती. प्रसन्नता, आनंद या शब्दांचेही अर्थ नीट समजून घेतले पाहिजेत. मनासारखे घडले, इच्छा पूर्ण झाली, काहीतरी दुर्लभ वस्तूचा लाभ झाला, एखादी आपत्ती अनपेक्षितरीत्या दूर झाली म्हणजे जी स्थिती होते, जे वाटते, त्याला प्रसन्नता वा आनंद म्हणण्याची पद्धत आहे. पण हे योग्य नाही. प्रसन्नता शब्दाचा खरा अर्थ 'निर्मलता' असा आहे. सर्व प्रकारचे विकार मनातून निघून गेले; मन पूर्ण स्वच्छ, शुद्ध बनले म्हणजे प्रसन्नता लाभली असे खऱ्या अर्थाने म्हणता येईल. मनाच्या या प्रसन्नतेचा म्हणजे विकाररहित अवस्थेचा जो अनुभव येतो तोच वस्तुतः आनंद होय.

मोक्षाचेही खरे स्वरूप हेच आहे. मोक्ष म्हणजे कोणी पेठ, गाव, प्रांत, प्रदेश, वसाहत वा लोक नव्हे की जेथे जाण्यासाठी काही स्थलांतर करावे लागते, प्रवास करावा लागतो. ज्ञानाने निर्मल झालेल्या चित्तालाच मोक्ष म्हटले जाते. आत्म्याचे यथार्थ ज्ञान झाले म्हणजेच ही स्थिती प्राप्त होऊ शकते. पण साधकाच्या अवस्थेमध्ये या उच्चस्थितीतील वास्तवाचा तितकासा उपयोग होत नाही. तेव्हा प्रसन्नता या शब्दाचा मोक्ष हा उच्च वा सूक्ष्म अर्थ न करता, मनाची शुद्धता, स्थिरता, विकाररहितता एवढाच अर्थ करणे अधिक लाभदायक आहे. या ठिकाणी चित्तप्रसाद हे परमार्थाचे एक अत्युत्कृष्ट आणि प्रभावी साधन या दृष्टिकोनातून विचार केला आहे.

चित्ताची प्रसन्नता असणे हे ध्येय सर्वांचेच कळत वा नकळत असते. माणूस अनेक तऱ्हेचे व्यापार वा व्यवहार करित असतो; उद्योग करतो, सेवाचक्री करतो; घरदार, संपत्ती मिळविण्यासाठी धडपडत असतो. मान, प्रतिष्ठा, सत्ता यासाठी प्रयत्नशील असतो, भल्याबुऱ्या मार्गांनं सुख मिळविण्याचा आग्रह धरतो; तरी हे यश मिळूनहि त्याचे समाधान होत नाही. कोणत्या ना कोणत्या स्वरूपाची तळमळ, अशांतता, दुःख, चिंता या गोष्टी त्याला अस्वस्थ करितच असतात. त्याचे कारण चित्ताला प्रसन्नता प्राप्त व्हावी असे वाटत असले तरी

त्यासाठी नेमके काय पाहिजे हे माणूस सहसा लक्षात घेत नाही. कदाचित् लक्षात आले तरी ते कृतीने घडत नाही, वागणुकीत येत नाही.

या ठिकाणी चित्ताची प्रसन्नता लाभण्याची अनेक साधने वा उपाय सांगितले आहेत. हे सर्व उपाय सगळ्यांनाच साधणारे आहेत असे नव्हे. किंवा एका उपायापेक्षा दुसरा उपाय विशेष सोपा आहे वा फार श्रेष्ठ आहे असेहि म्हणता येणार नाही. हे उपाय एकापेक्षा दुसरा निराळा अशा स्वरूपाचे आहेत. माणूस तेवढा एक असे आपण कितीहि म्हणत असलो तरी व्यवहारामध्ये कोणताहि एक माणूस कधीहि दुसऱ्यासारखा असत नाही. त्याची प्रकृती, प्रवृत्ती आणि परिस्थिती अगदी वेगळी असते. ती एकाच प्रकारची घडवून आणणे कधीही शक्य असत नाही. प्रयत्नाला काहीच अर्थ नाही असे मला म्हणावयाचे नाही पण प्रयत्नवादाच्या मर्यादाहि लक्षात घ्यावयास पाहिजेत. कोणत्याही एकाच साधनाने उच्च ध्येय साध्य करण्याचा हट्ट भारतीय तत्त्वज्ञानाने यामुळेच कधी दाखविला नाही. जीवनाचा व परम सत्याचा सर्वांगीण विचार ज्या तत्त्वज्ञानामध्ये असतो त्या तत्त्वज्ञानामध्ये कोणत्याही तऱ्हेचा ठोकळेबाजपणा कधीही संभवत नाही. ध्येयानुकूल असलेली ही व्यक्तिसापेक्ष विविधता भारतीय संस्कृतीचे खरोखरीच एक भूषण आहे. त्यामुळे भोगामध्ये परवशता असल्याचे मान्य करूनही भारतीय तत्त्वज्ञानाने जीवाचे कर्मस्वातंत्र्य ठामपणे सांगितले आहे आणि मानवमात्राची सोय व्हावी यासाठी अनेक प्रकारचे उपायही दिग्दर्शित केले आहेत.

ज्याने त्याने ह्यापैकी एखादा तरी उपाय एखादे तरी साधन आपली आवड, आपली शक्ती, आपली परिस्थिती यांचा विचार करून अवलंबावे आणि निष्ठेने, आग्रहाने ते साध्य व्हावे या विचाराने प्रयत्नशील असावे. प्रकृति व प्रयत्नांच्या प्रमाणात त्याचे फळ निश्चयाने मिळते.

यमेषु निरतो यस्तु नियमेषु च यत्नतः ।

विवेकिनस्तस्य चित्तं प्रसादमधिगच्छति ॥ १॥

अहिंसा, सत्य, अस्तेय, ब्रह्मचर्य, अपरिग्रह या भावांना शास्त्रामध्ये यम अशी संज्ञा आहे. शौच, संतोष, तप, स्वाध्याय नि ईश्वरप्रणिधान या भावांना नियम असे म्हणतात. या यमनियमांचा अवलंब विवेकाने करून जो त्यांना

अनुसरून आपले आचरण प्रयत्नपूर्वक ठेवतो त्याचे चित्त प्रसन्न होते.

यम-नियमांचा अवलंब विवेकाने करावा हे म्हणायचा उद्देश असा आहे की त्यातल्या कोणत्याही गोष्टीचा विचार परिस्थितीनिरपेक्ष, प्रकृतिनिरपेक्ष किंवा प्रवृत्तिनिरपेक्ष असा साधकदशेत तरी करता येणार नाही. व्यवहारामध्ये वागताना, सजीव जगताना परमार्थप्रवण व्यक्तीच्या दृष्टीनेही संपूर्ण चांगले व संपूर्ण वाईट असे दोनच पर्याय कधीही नसतात. कमी चांगले वा कमी वाईट, अधिक चांगले वा अधिक वाईट या दृष्टीनेच कृतीचा वा घटनांचा विचार करावा लागतो. हा विचार प्रामाणिक असावा, सरळ मनाचा असावा, वस्तुनिष्ठ असावा एवढी काळजी मात्र घेतली पाहिजे. या नियमाचे आचरण विवेकाने करावे असे आवर्जून सांगण्यामागची भूमिका लक्षात यावी यासाठी काही गोष्टींचे स्पष्टीकरण उदाहरण म्हणून करतो.

कोणत्याही जीवनमात्राला कायिक, मानसिक रीतीनेही दुःख न देणे म्हणजे अहिंसा होय. या दृष्टीने संपूर्ण अहिंसा पाळावयाची असे ठरविले तर जगणेच अशक्य होईल. दळणकांडण करता येणार नाही, स्वयंपाक शिजविता येणार नाही. पृथ्वीवर पाऊल टाकता येणार नाही. फार काय यथार्थतेने आत्यंतिकरीत्या अहिंसेचे पालन करावयाचे ठरविल्यास श्वासोच्छ्वासही करता येणार नाही, कारण या प्रत्येक क्रियेत कितीतरी जीवजंतूंचा संहार होत असतो; आणि अहिंसा पाळण्यासाठी हे काही केल्यास स्वतःचीच हत्या केल्याचा दोष लागतो. डांस, टेकूण, पिसवा, झुरळे, माशा, विंचू, साप यांचा नाश करावयाचा नाही म्हटले तर स्वतःसच रोगाच्या वा मृत्यूच्या तावडीत सापडावे लागते. यासाठी अहिंसेचा विचार जीवनधारणेच्या, समाजधारणेच्या दृष्टीने केला पाहिजे. श्रीसद्गुरू तुकाराम महाराजांसारखे संतश्रेष्ठ 'दया तिचे नाव भूतांचे पालन । आणिक निर्दालन कंटकांचें' वा 'विंचू देव्हान्याशीं आला । देवपूजा नावडे त्याला । तेथे पैजाराचे काम । व्हावे अधमासी अधम ।' असे म्हणतात, हे लक्षात घेतले पाहिजे.

अपरिग्रहाची स्थितीही अशीच आहे. अपरिग्रह म्हणजे स्वतःजवळ काहीही न बाळगणे. संपूर्ण अहिंसेएवढा संपूर्ण अपरिग्रह कठीण अथवा अशक्य नसला तरी गृहस्थाश्रमी माणसालाच काय पण संन्याशालाही तो सोपा नाही. उशासाठी

घेतलेला धोंडा किंवा नेसलेली लंगोटी हाही परिग्रहच आहे. मग दर्भाची चटई, हरिणाचे कातडे, कांबळे, मातीची अगर लाकडाची भांडी वा गवताची झोपडी हा परिग्रह आहे हे सांगावयास नकोच. पूजेची साधने, जपाची माळ, वाचावयाची पोथी हेही परिग्रहच आहेत. गृहस्थाश्रमी माणसाला तर यापेक्षा कितीतरी अधिक वस्तू संग्रहित कराव्या लागतात. यामुळे संपूर्ण अपरिग्रहाचा अवलंब करणे शक्य नाही. आणि असे म्हटले की चित्ताला प्रसन्नता मिळावयाची आशाच करावयास नको. यासाठी अहिंसा किंवा अपरिग्रह इत्यादी गोष्टी कृतीत न पाहता वृत्तीत पाहिल्या पाहिजेत; व त्या दृष्टीने आपण जगत असलेल्या वा आपणास जगावे लागणाऱ्या जीवनाचा या यमनियमांच्या संदर्भात विचार केला पाहिजे व जेथे आहोत तेथून पुढे, ज्या अवस्थेत आहोत त्यातून वर, यमनियमांच्या उत्कृष्ट स्वरूपाकडे क्रमाक्रमाने जाण्यासाठी, स्वतःशी पूर्णपणे प्रामाणिक राहून प्रयत्नशील असले पाहिजे. प्रगतीचा हाच वास्तव अर्थ आहे. ही प्रगती जो जो साधत जाईल तो तो अंतःकरण म्हणजे चित्त निर्मल होत जाऊन त्यास प्रसन्नता लाभेल.

आसुरीं संपदं त्यक्त्वा भजेद्यो दैवसंपदम् ।

मोक्षैककांक्षया नित्यं तस्य चित्तं प्रसीदति ॥ २ ॥

आसुरी संपत्तीचा त्याग करून जो निरपेक्षपणे वा मोक्षलाभासाठी सदोदित दैवी संपत्तीचे पालन करतो त्याचे चित्त प्रसन्न होते.

गीतेच्या १६व्या अध्यायात दैवीसंपत्ती वा आसुरी संपत्ती या विषयाचे वर्णन सविस्तरपणे आलेले आहे. ज्ञानेश्वर महाराजांचे त्यावरील ज्ञानेश्वरीतील भाष्य विशेष लक्षात ठेवण्यासारखे आहे. निर्भयता, अंतःकरणाची वासनारहित स्थिती, ज्ञान व योग यांचा अभ्यास, दान देणे, इंद्रियांचे नियमन करणे, परमेश्वर गुरुजन व अतिथी यांचे यथाशक्ती पूजन करणे, शास्त्रांचे अध्ययन करणे, धर्माचे आचरण करित असताना शरीराला व मनाला कष्ट झाले तरी ते आनंदाने सहन करणे, सरळपणाने वागणे, आपल्या स्वार्थासाठी कोण्याही जीवाला पीडा होणार नाही याची काळजी घेणे, खरेपणाने वागणे, न रागावणे, अहंकाराचा त्याग करणे, शांती न सोडणे, दुसऱ्याचे दोष न पाहणे, कोणाची निंदा न करणे, प्राणिमात्रांविषयी दयाबुद्धी ठेवणे, भोगाविषयी आसक्ती न बाळगणे,

वागण्याबोलण्यात कोमलता असणे, दुष्कृत्यांची लाज वाटणे, चंचलता नसणे, तेजस्वी असणे, क्षमाशील राहणे, दृढतापूर्वक वागणे, अर्थ व काम यांच्या संपादनामध्ये शुद्धता राखणे, कोणाच्याही विषयी द्वेषबुद्धी नसणे व आपल्या ठिकाणी असलेल्या सद्गुणांची प्रौढी न मिरविणे ही दैवी संपत्तीची लक्षणे होत. यातील एकेक गुण प्राप्त झाला तरीसुद्धा साधकाला श्रेष्ठ प्रतीची प्रसन्नता लाभणे शक्य आहे. अंगी बाणवून घेणे व कृतीत आणणे यादृष्टीने हे सर्व गुण वरवर पाहता परस्परांपेक्षा भिन्न वाटले तरी ते एकमेकांचे सहकारी आहेत. त्यामुळे आपल्या प्रकृतीप्रमाणे, सोयीप्रमाणे यातील कोणत्याही गुणावर लक्ष केंद्रित करून तो आत्मसात करण्याचा प्रयत्न केल्यास इतर गुण विनाश्रमांनी किंवा थोड्याशा प्रयत्नांनी सहज प्राप्त होण्यासारखे आहेत. परस्पर वेगळेपणा दिसला तरी खोलवर विचार केला असता हे सर्व एकाच सत्त्वगुणाचे निरनिराळे अंकुर आहेत. त्यामुळे एक जरी पूर्ण अर्थाने अंगी बाणला तरी बाकीचे सहज साधणे शक्य होते.

दांभिकपणा, मदोन्मत्तपणा, संताप, नागडा स्वार्थ, कठोरपणा, दुष्टता हे गुण आसुरी संपत्तीचे द्योतक आहेत. आसुरी संपत्तीची माणसे काय घ्यावे, काय टाकावे, केव्हा घ्यावे, किती घ्यावे, कुठे घ्यावे याचा विचार करित नाहीत. पवित्रता, सदाचरण, सत्य या भावांची त्यांना ओळखही नसते. जगत् हे केवळ योगायोगाने उत्पन्न झाले आहे, त्याला कोणी निर्माता व नियंता नाही अशी त्यांची धारणा झालेली असते व त्यामुळे उपभोग, विलास, चैन यापलीकडे ध्येय म्हणून त्यांना काही उरत नाही. यासाठी अनेक प्रकारचे उद्योग, व्याप ते परिश्रमपूर्वक करित असतात. ज्याला चित्ताला प्रसन्नता यावी असे वाटत असेल त्याने ह्या आसुरी संपत्तीचा त्याग केला पाहिजे. मात्र हे जे सर्व करावयाचे ते कोणत्याही दृश्य लाभासाठी करावयाचे नसून निरपेक्ष बुद्धीने केवळ चित्तशुद्धीसाठी केले पाहिजे. धर्माचरण वा सदाचरण हे नेहमीच निरपेक्ष असले पाहिजे. मनासारखे घडून येते, सुख मिळते, प्रतिष्ठा लाभते, कीर्ती वाढते या भावनेने केलेले सदाचरण हे खरे सदाचरण नव्हेच, तो एक दंभ मात्र आहे हे लक्षात घेतले पाहिजे.

परद्रव्य-परद्रोह-परनिंदा-परस्त्रियः ।

नालम्बते मनो यस्य तस्य चित्तं प्रसीदति ॥ ३ ॥

दुसऱ्याच्या द्रव्याची इच्छा, दुसऱ्याविषयी द्वेषाची भावना, कोणाचीही निंदा न करणे व परस्त्रीची अभिलाषा करणे हे विकार ज्याच्या मनात येत नाहीत त्यांचे चित्त प्रसन्न होते.

जे आपल्या हक्काचे नाही, जे आपल्या श्रमाचे नाही वा जे अयाचित वृत्तीने मिळालेले नाही अशा वस्तूविषयी अभिलाषा धरणे व त्याच्या श्रमाचा योग्य तो मोबदला न देता त्याची पिळवणूक करित राहणे हे परद्रव्याचे अपहरण आहे. कामामध्ये कुचराई करणे, आळस करणे, टाळाटाळ करणे व तरीही भरपूर वेतनाची अपेक्षा करणे हेही परद्रव्यापहरण आहे. भारताच्या अत्यंत दीर्घ अशा कालखंडातही मजुरांची पिळवणूक करणारी भांडवलशाही कधी निर्माणच झाली नाही. तसेच दुसऱ्याची श्रीमंती पाहून मत्सर वाटणे आणि मग ती लुबाडून घेण्याचे फसवे तत्त्वज्ञान निर्माण करणे याही गोष्टी या राष्ट्रात कधी झाल्या नाहीत. कारण नीतिशास्त्रामुळे जन्मजात संस्कृतीतून परद्रव्याच्या अभिलाषेविषयी समाजाला दूर ठेवण्याचा यशस्वी प्रयत्न केला जात होता. अशा रीतीने अयोग्य मार्गाने द्रव्य मिळविण्याची अभिलाषा अंतःकरणातून जर नष्ट झाली तर लोभ, मोहादि कितीतरी विचार सहजपणे दूर राहतील व चित्तास प्रसन्नता लाभण्यासाठी सहाय्य होईल.

दुसऱ्याविषयी द्वेषाची वा मत्सराची भावना निर्माण होते याचे कारण आपल्या स्वार्थसाधनेला त्याने अडथळा आणला हे असते. भोग नेहमीच दैवाधीन असतात. हे जर मनापासून पटले तर आपल्या प्रयत्नास यश न आल्याचे खापर दुसऱ्या कोणाच्यातरी माथ्यावर फोडून त्याचा द्रोह बाळगण्याचे कारण नाही. आपल्या उन्नतीच्या मार्गात दुसरा कोणी आडवा आल्यास त्याचा योग्य तो प्रतिकार करावा लागतच नाही असा याचा अर्थ नव्हे. अडथळा दूर करणे निराळे व अडथळा निर्माण करणारा शत्रू समजून त्याच्याविषयीच्या द्वेषभावनेने तळमळत, तडफडत, अंतःकरण अस्वस्थ करून वागणे निराळे.

परस्त्रीविषयक मोह हा स्वभावतःच समाजामध्ये दुर्लौकिक निर्माण करणारा असल्याने सर्वसामान्यतः मनुष्याची प्रवृत्ती या मोहापासून बरीच दूर असते. निदान काही भावना चाळवल्यासारख्या वाटल्या तरी अभिलाषेच्या उत्कटतेचे स्वरूप या भावनेला फारसे प्राप्त होत नाही. परद्रोह या दुर्गुणाविषयीही माणसे त्या मानाने बरीच सांभाळून वागतात. परद्रव्याविषयीही परिस्थितिवशात का

होईना, व्यक्तीला फारसा अन्याय करता येत नाही. पण परनिंदा हा असा दुर्गुण आहे की ज्या बाबतीत संयम हा अशक्यच ठरतो. माणसाच्या अंतःकरणाची सारी क्षुद्रता या स्वरूपात सदैव व्यक्त होत असते. त्याच्या अहंकारामुळे त्याला स्वतःपेक्षा दुसरा कोणी मोठा, अधिक चांगला वा अधिक योग्य असेल असे वाटतच नाही. व म्हणून प्रथम प्रथम आत्मसमर्थनासाठी व पुढे पुढे सवयीने आत्मप्रतिष्ठेसाठी तो दुसऱ्याच्या प्रत्येक कृतीची व परिस्थितीचीही अवहेलना करित राहतो. ज्या बाबतीत कोणतीही व्यक्ती परस्वाधीन असते त्या बाबतीतही माणूस दुसऱ्याची निंदा करतो. एखादे शारीरिक व्यंग ही केवळ दैवाधीन गोष्ट होय. त्या व्यंगाला निंदेचा विषय करणे ही तर अधमपणाची परिसीमा आहे. स्वतःच्या कपड्यांना टापटिपीचे समजून दुसऱ्याची वेषभूषा गबाळी म्हणणे ही पद्धती तर सर्वत्र रूढ आहे. मुंबईचे लोक पुण्यातल्या नागरिकांना गबाळे वा बावळे मानीत असतात. टवाळी वा थड्डा ही निंदेचीच जरा प्रतिष्ठित स्वरूपे आहेत. कित्येक वेळा विनोदाच्या नावाखाली हे केले जाते. तरी पण त्याचे स्वरूप मुळातच निंदेचेच असते. विनोद हा मुळात चांगला असला तरी माणूस निर्मळ अंतःकरणाचा असल्यावाचून निरागस विनोद साधत नाही. इतरांनी विनोदाच्या नावाखाली स्वतः करित असलेल्या निंदेवर पांघरून घालण्यात अर्थ नाही.

परनिंदेचे स्वरूप इतर तीन त्याज्य गोष्टींपेक्षा वरवर निरूपद्रवी वाटले तरी या दुर्गुणाची व्यापकता आणि सातत्य हे चित्ताच्या प्रसन्नतेला अधिक घातक ठरण्याचा संभव असतो, म्हणून साधकाने या दुर्गुणापासूनही कटाक्षाने दूर राहिले पाहिजे.

आत्मवत्सर्वभूतेषु यः समत्वेन पश्यति ।

सुखं दुःखं विवेकेन तस्य चित्तं प्रसीदति ॥ ४ ॥

जो सर्व भूतांच्या ठिकाणी आत्मबुद्धीने व्यवहार करतो व सुखदुःखाला विवेकाच्या बळाने सारखेच लेखतो त्याचे चित्त प्रसन्न राहते.

आपल्याला काय आवडते, काय नको वाटते, माझ्याशी दुसऱ्याने कसे वागावे या विषयीची जी आपली धारणा असते तिचा विचार करून दुसऱ्याशी आपणही तसेच वागले पाहिजे अशा बुद्धीने जर मनुष्य जगात वागेल तर

जगातील दुःखे निश्चितच उणावतील. पण हे होत नाही. माणूस स्वार्थाने हा विचार करू शकत नाही. एक वेळ माणूस सज्जनपणाने राहिल पण तो प्रेमळ असेलच असे नाही. प्रेमळ असणे हे सज्जनतेचे भूषण आहे. अशा माणसाला जीवनामध्ये निरागस सुखाची प्राप्ती होते. त्यामुळे त्याच्या मनाला एक प्रकारच्या हळुवार सुखाचा लाभ होत असतो. भूतमात्रांविषयीचे प्रेम अंतःकरणात वाढत गेले की स्वतःच्या सुखदुःखाविषयी त्यास फारसे महत्त्व वाटेनासे होते. सुख-दुःख हे विषयोपभोगाचे मनावर उमटणारे एक प्रकारचे तरंग आहेत. आत्म्याच्या प्रेरणे बुद्धी जर साक्षित्वाने त्याचा विचार करील तर सुखदुःखाची टोचणी माणसाला मोह वा शोक यांनी ग्रस्त करू शकणार नाही. सुखदुःखाची जाणीव तितकीशी बाधक नाही. पण या सुखदुःखाच्या जाणीवेतून मोह व शोक उत्पन्न होतात, ते घातक ठरतात. म्हणून मूळ सुख किंवा दुःख हेच कसे चंचल आहे, त्यांची रूपे कशी पालटतात, त्यांना वास्तव सत्याचे स्वरूप कसे नाही हे विवेकाने समजून घ्यावे लागते. म्हणजे मग सुखदुःखाची बोचणी मनुष्याला विशेषशी त्रासदायक होत नाही व तसे झाले म्हणजे त्याच्या ठिकाणी चित्ताची प्रसन्नता निर्माण होते.

अत्यंत श्रद्धया भक्त्या गुरुमीश्वरमात्मनि ।

यो भजत्यनिशं क्षान्तं तस्य चित्तं प्रसीदति ॥ ५ ॥

जो माणूस अत्यंत श्रद्धेने व भक्तियुक्त अंतःकरणाने गुरूची, ईश्वराची, परमात्म्याची आराधना सातत्याने करतो व सदैव सहनशीलता राखतो त्याचे चित्त प्रसन्न होते.

भक्ती ही अंतःकरणाची अशी वृत्ती आहे की जिच्यामुळे मनुष्य उपासनेमध्ये आनंद घेतो, त्याग करतो, सेवा करताना सुख मानतो. ज्याच्या श्रेष्ठतेचा प्रत्यय आला त्याच्याविषयी हा भाव सामान्यतः उत्पन्न होतो, कारण भजनशील असणे हा माणसाचा स्वभाव आहे. पण चित्ताच्या चंचलतेपणामुळे ही भावना टिकत नाही. ती दुसरीकडे वळते वा काही काळापुरती नष्ट होते. निष्ठा ही सातत्य निर्माण करते. कोणतीही गोष्ट सातत्याने करावीशी वाटणे, केव्हाही, कशांही त्या संबंधाने तिरस्कार वा कंटाळा न येणे ह्या वृत्तीलाच निष्ठा किंवा श्रद्धा म्हणता येईल. अर्थदृष्ट्या निष्ठा व श्रद्धा यांत थोडा भेद दाखविणे शक्य असले

तरी ती गोष्ट विशेष महत्त्वाची नाही. थोडे स्पष्टीकरण करावयाचे झाले तर असे म्हणता येईल की निष्ठा ही धृतिवृत्ती आहे तर श्रद्धा ही आदरवृत्ती आहे. भक्तीच्या अपेक्षेने श्रद्धा येथे वेगळी उल्लेखिलेली असल्याने तिचा निष्ठा असा अर्थ करणे अधिक चांगले. श्लोकांतील 'अनिशं' हा सातत्यवाचक शब्दही हेच दाखवितो. श्रद्धेने व भक्तीने मार्गदर्शन करणाऱ्या सद्गुरूंची, जगत्चालक ईश्वराची व सर्वव्यापक ब्रह्माची आराधना केली पाहिजे. गुरुभक्तीतून ईश्वरभक्ती व ईश्वरभक्तीतून ब्रह्मानंदाची प्राप्ती होणारी असते. मात्र ही उपासना सतत झाली पाहिजे. तिच्यातील उत्कटता कमी होता कामा नये. परमार्थात नुसत्या भावापेक्षा सातत्याला अधिक महत्त्व आहे. सहनशीलता असली, सोशिकपणा असला म्हणजे हे सातत्य टिकण्यास मदत होते. माणसाच्या अंतःकरणात हा सोशिकपणा नसल्यामुळे त्याला काहीही साधत नाही. कंटाळा येतो, कष्ट होतात, नको वाटते, पुरे वाटते, पुष्कळ झाले, पुष्कळ केले, किती दिवस तेच तेच करावयाचे अशा भावनेने त्याच्या वृत्तीतील उत्कटता कमी होते. निरुपायाने ती गोष्ट करणे भागच झाल्यास त्यात आनंद राहात नाही. कामात शिथिलता येते. कामे, टाकणे टाकल्यासारखी केली जातात. व त्यामुळे पहिले केलेलेही वाया जाते. यासाठी श्रद्धा-भक्तीतील सातत्य टिकविण्यासाठी सोशिकपणाची आवश्यकता आहे. श्रद्धा-भक्तीतील हे सातत्य आणि सहनशीलता ज्याला साधली त्यालाच चित्ताची प्रसन्नता प्राप्त होते.

शिष्टान्नमीशार्चनमार्यसेवां, तीर्थाटनं स्वाश्रमधर्म-निष्ठाम् ।

यमानुसक्तिं नियमानुवृत्तिं, चित्तप्रसादाय वदन्ति तज्ज्ञाः ॥६॥

यज्ञ करून झाल्यानंतर उरणारे अन्न खाणे, देवपूजन, सज्जनांची सेवा व तीर्थयात्रा करणे, आपापल्या वर्णाश्रमाप्रमाणे प्राप्त होणारी कर्तव्ये निष्ठेने करित राहणे, पहिल्या श्लोकांत सांगितलेले यमनियम आचरणांत आणण्यासाठी प्रयत्नशील राहणे या गोष्टी जो करतो त्याच्या चित्ताला प्रसन्नता प्राप्त होते.

आतापर्यंत सांगितलेल्या साधनांच्यापेक्षा अधिक लोकांना व्यवहारतः अनुसरता येतील अशी साधने येथे सांगितली आहेत.

यज्ञ यथासांग केल्यानंतर जे अन्न उरते त्याला शिष्टान्न असे म्हणतात. यज्ञ शब्दाचा केवळ अग्नीमध्ये हवन करणे एवढाच मर्यादित अर्थ नाही. अग्नीमध्ये आहुती टाकणे हे जसे महत्त्वाचे आहे तसेच ते प्रतीकही आहे.

इंद्रिये विषयांकडे म्हणजे वस्तूंचा उपभोग घेण्याकडे वळलेली असतात. त्यांना तीच सवय असते. इंद्रियांना संयमाचे वा त्यागाचे वळण लावावे म्हणून उपयुक्त द्रव्याच्या आहुती अग्नीत टाकणे या कर्माचा उपयोग होतो. यज्ञाच्या मूळ अधिदैविक-स्वरूपाचा हा अधिभौतिक अंश आहे. यज्ञ या शब्दाच्या व्यापक अर्थात त्याग, दान, स्वकर्तव्याचे निःस्वार्थ बुद्धीने पालन, परोपकार इत्यादि अनेक उदात्त गोष्टींचा समावेश होतो. प्राप्त कर्तव्य म्हणून ज्यांना जे द्यावयाचे, त्यांच्याकरिता जे करावयाचे ते करून झाल्यावर मग अन्नाचा वा संपत्तीचा उपभोग घ्यावा, तोही आवश्यकता म्हणून घ्यावा, चैन म्हणून नव्हे; या जाणिवेने जो राहतो तो शिष्टान्न सेवन करतो असे समजावे. कुलवंतांच्या घरातील गृहिणी बहुधा अशीच वागत असते. एकत्र कुटुंबातील प्रौढ, वयस्क, सज्जन कर्ता पुरुष, याच वृत्तीने राहत असे. हीच वृत्ती सर्वांची हवी. जेवणापूर्वी चित्राहुती घालाव्या यातही भूतमात्रांसाठी करावयाच्या त्यागाचेच स्मरण देण्याचा प्रयत्न आहे. दुर्दैवाने अलीकडे, दिल्यानंतर उरलेले खावे या वृत्तीचा लोप होत असून मनसोक्त चैन करूनही उरले तर द्यावे वा खरे म्हणजे ते भविष्यकालीन उपभोगासाठी साठवून ठेवावे अशीच प्रवृत्ती आहे. गरजेपुरते उपभोगाचे याचा अर्थ एखाद्या संन्याशासारखे 'कुछ रोटी कुछ लंगोटी' या पद्धतीने राहावे असा नाही. मनुष्याला त्याच्या परिस्थितीप्रमाणे, प्रकृतीप्रमाणे, आश्रमधर्माप्रमाणे अनेक गोष्टी आवश्यक म्हणून कराव्या लागतात. धर्मशास्त्र, आरोग्यशास्त्र यातील सदाचाराच्या व आहारविहाराच्या मर्यादा सांभाळून जीवनाचा उपभोग घेणे यात लाज वाटण्यासारखे काही नाही. गृहस्थाश्रमी माणसाच्या जीवनात उपभोगाचे स्वरूप केवळ नैसर्गिक आवश्यकतेच्या मर्यादित राहाणे शक्यही नाही व इष्टही नाही. याचसाठी कर्तव्यपालनाचा अर्थ भौगोलिक, सामाजिक एवढेच नव्हे तर राजकीय परिस्थितीच्या सुद्धा संदर्भात केला पाहिजे. पण हेही होत नाही. चैन, विलास, विषयोपभोग यामध्ये आसक्तीचे स्वरूप येते. आपले काही उत्तरदायित्व आहे याचे लवमात्र स्मरण ठेवले जात नाही. आजचे सामाजिक अस्वास्थ्य व वैयक्तिक असमाधान हा याच प्रवृत्तीचा परिपाक आहे. यामुळे येथे शिष्टान्न सेवनाचा आदेश दिलेला आहे. त्याचे पालन करणे प्रसन्नता उत्पन्न करणारे आहे.

इष्ट दैवतांच्या मूर्ती, कुलदैवतांच्या मूर्ती, वंदनीय पुरुषांच्या पादुका वा

चित्रे यांची यथाशक्ती पण भावाने पूजा करणे हे ईशार्चन. ते जितके, ज्या प्रमाणात यथासांग, यथाविधी होईल व त्याचवेळी अंतःकरणात खरा भाव जागृत असेल तर त्यापासून अलौकिक फळ मिळते. पूजाविधीमध्ये इंद्रिये आणि मन यांना निकोप रीतीने गुंतविण्याचे फार मोठे सामर्थ्य आहे. त्यामुळे सर्व प्रकारचे शारीरिक व मानसिक क्षोभ शांत होण्यास पूजेचे सहाय्य होते. अवडंबर नसावे हे खरेच. पण शास्त्रोक्त अनुशासनाचा अवलंब अधिकाधिक करण्याची इच्छा मात्र ठेविली पाहिजे. पूजा करित असताना व नंतर, अंतःकरणातील सद्भाव वाढावेत अशी प्रार्थना भगवंताजवळ करित राहावे. प्रामाणिकपणा असावा, दंभ नसावा, अशा रीतीने घडलेले पूजन माणसाला चित्तप्रसन्नतेच्या ध्येयाकडे त्वरेने घेऊन जाऊ शकते.

आर्यसेवा म्हणजे नम्रपणे सज्जनांच्या संगतीत राहणे. संतसज्जनांच्या सहवासामुळे उदात्त जीवनाची प्रत्यक्ष ओळख पटून मनावर विनासायास शुभसंस्कार होतात. चांगले व वाईट, ग्राह्य व त्याज्य याचा विवेक करण्याचे सामर्थ्य बुद्धीला प्राप्त होते. सदाचाराचे वळण लागते. जीवनाचा अर्थ कळतो. अडचणींचा परिहार होतो. प्रयत्नांना मार्गदर्शन लाभते. धर्माचा अर्थ डोळ्यांपुढे उभा राहतो. आपल्यामधील उणीवांची जाणीव होते. सन्मार्गावरील प्रगतीची गोडी लागते. अर्थातच या सर्वांचा परिणाम म्हणून चित्ताला प्रसन्नता लाभते.

तीर्थाटन म्हणजे तीर्थयात्रेसाठी पवित्र स्थळांच्या दर्शनासाठी प्रवास करणे, यामुळे सोशिकपणा येतो, शरीराचे व मनाचे लाड कमी होतात, येईल त्या परिस्थितीशी जमवून घेणे भाग पडल्याने अहंकाराला मर्यादा बसते; कारण अशा प्रवासात कितीही प्रयत्न केला तरी नेहमीच्या सवयीप्रमाणे जसेच्या तसे राहता येत नाही. तसेच अनेकांशी अनेक प्रकारचे संबंध आल्याने आपल्या स्वभावाला मुरड घालून इतरांशी जमवून घ्यावेच लागते. तसेच काहीवेळा साधुसत्पुरुषांची गाठ पडून त्यांच्या सहवासाचे वा दर्शनाचे लाभ होतात.

माणूस नेहमीच्या वातावरणात व परिस्थितीत राहून राहून कंटाळलेला असतो. प्रतिकूलतेशी नित्य कराव्या लागलेल्या झगड्यामुळे त्याला वैतागही आलेला असतो. सभोवतालचे वातावरण त्याला गुदमरून टाकित असते. अशा परिस्थितीत मन खिन्न, कठोर बनते. नवीन संस्कार घेण्याइतके ते मोकळे वा कोमल राहू शकत नाही. तीर्थाटनामुळे निराळ्या वातावरणात त्याला

एकप्रकारचा उत्साह वाटतो. साधुसंतांच्या तपामुळे, निसर्गाच्या औदार्याने, सृष्टीच्या सौंदर्याने व जागृत देवांच्या अधिष्ठानामुळे तेथील वातावरण एक प्रकारे भारावलेले असते. सरळ, मोकळी, संस्कारक्षम मने अशा वातावरणात रमतात व त्यांना एकाग्रता, स्थिरता, प्रसन्नता इत्यादी गोष्टी तुलनेने इतर स्थलापेक्षा थोड्या श्रमात प्राप्त होतात. अशा रीतीने तीर्थाटनही साक्षात व परंपरेने मनाच्या प्रसन्नतेला कारण होऊ शकते.

स्वाश्रमधर्मनिष्ठा यांत सोयीसाठी आश्रमनिष्ठा व धर्मनिष्ठा असे दोन प्रकार केले पाहिजेत. प्रत्येक व्यक्तीने वयाचा व परिस्थितीचा विचार करून समाजालाही लाभदायक होईल अशा जीवनाची पद्धती व्यक्तिशः स्वीकारणे यालाच आश्रमनिष्ठा असे म्हणतात. विद्याभ्यास, प्रापंचिक कर्तव्ये, निस्वार्थपणे समाजसेवा व शेवटी आत्मकल्याण हे उद्देश मनात ठेवून ब्रह्मचर्य, गृहस्थाश्रम, वानप्रस्थ व संन्यास असे चार आश्रम परंपरेने सांगितले आहेत. त्यातील अनुशासन व कर्मकांड जसेच्या तसे अवलंबिणे सद्यःस्थितीत अवघड व अशक्य वाटत असले तरी या वर्गीकरणामागचा हेतू आजही केवळ आदरणीय नव्हे तर आचरणीयही आहे. वयाच्या २०-२५ वर्षांपर्यंत संयमाने व नियमबद्ध रीतीने वागून जीवनाला सर्वांगाने संपूर्ण करू शकणाऱ्या विद्यांचे अध्ययन करावे. तेथून पुढे ५५-६० वर्षांपर्यंत जीवनाचा यथाविधि उपभोग रसिकतेने घ्यावा. रूप, गुण आणि अनुरूप कुलशील पाहून विवाह करावा. नीतीच्या मर्यादा सांभाळून प्रयत्नपूर्वक संपत्ती व ऐश्वर्य मिळवावे. आपण मिळवलेल्या संपत्तीवर केवळ आपला व आपल्या कुटुंबियांचाच अधिकार आहे असे न समजता इतर आप्तेष्टांचा, समाजाचा व देशाचाही त्या संपत्तीवर काही अधिकार आहे याची सक्रिय जाणीव अहर्निश ठेवावी. त्यासाठी पात्र पाहून दानधर्म करावा, मुलाबाळांचे संगोपन करावे, त्यांना शिक्षण देऊन मोठे करावे, वडीलधाऱ्यांना आधार द्यावा, अनाथ अपंगांना पीडा निवारण्यासाठी सहाय्य करावे, सन्मान, कीर्ती, ऐश्वर्य, प्रतिष्ठा प्राप्त करून घ्यावी. हा गृहस्थाश्रम. ५५-६० नंतर कौटुंबिक जीवनातून सुटण्याच्या मार्गास लागावे. प्रपंचाचा भार कर्त्या मुलांवर सोपवावा, कोणत्याही लाभाची अपेक्षा न ठेवता सामाजिक कार्य करावे; आप्तेष्टांच्या, मुलाबाळांच्या प्रपंचांत आपली अडचण होणार नाही, आपल्या स्वभावामुळे त्यांना अवघडल्यासारखे वाटणार नाही याची काळजी घ्यावी.

आपण त्यांना भारभूत होणार नाही असे पाहावे. कुटुंबियांना विशेष प्रसंगी मार्गदर्शन करावे पण आपल्या आदेशाचे पालन त्यांनी केलेच पाहिजे असा हट्ट ठेवू नये. आवड व आसक्ती, आवश्यकता व चैन, यांतील अंतर समजून घ्यावे. आसक्तीचा व चैनीचा त्याग करावा. त्यासाठी खऱ्या अर्थाने धार्मिक वा सामाजिक कार्यामध्ये शरीर व मन गुंतून राहिल असे पाहावे. हाच वानप्रस्थाश्रम. शरीर चांगले कार्यक्षम आहे तोवरच हे व्याप सांभाळावे. पुढे सर्वप्रकारच्या उपभोगाला व उद्योगांना फाटा द्यावा. अक्षरशः शरीरधारणेपुरते अन्न, शरीर व लज्जारक्षणपुरते वस्त्र व आवश्यक तेवढा निवारा यापेक्षा अधिक कशाचीही अपेक्षा धरू नये. आता होणारे रोग व व्यथा या उपचारांनी बऱ्या होणाऱ्या नाहीत याची पूर्ण जाणीव ठेवून कार्यक्षमता देण्याच्या दृष्टीने वास्तविकपणे निरुपयोगी असल्यामुळे केवळ दीर्घायुष्य देणाऱ्या औषधोपचारांच्या फारसे मागे लागू नये. ७०-७५ नंतरचे आयुष्य अशा रीतीने सामान्यतः केवळ ईश्वरचितनात घालवावे. हाच संन्यास. प्रकृतीची आणि प्रवृत्तीची पूर्ण अनुकूलनता असेल तर संन्यासदीक्षाही घ्यावी.

अशा रीतीने जीवन घालविण्यासाठी शरीराची व मनाची विवेकाने सिद्धता करून घ्यावी लागते; व या तऱ्हेच्या सिद्धतेसाठी प्रयत्नांचा आरंभ तिशी-पस्तिशीच्या आतच करावा लागतो. पुढे त्याचा उपयोग होत नाही; वा उशीरा जाणीव झाली तर त्यावेळी तो आरंभ करू नये असे नाही. पण प्रयत्नांचा आरंभ जितका लवकर होईल तितका तो अधिक लाभदायक ठरेल यात संशय नाही. यासाठी मन व बुद्धी यांवर संस्कार करणे आवश्यक आहे. ज्ञानेश्वरी, दासबोध, तुकारामांचा गाथा, भगवद्गीता, भक्तिसारामृतासारखे सद्ग्रंथ इत्यादींचे पारायण अवश्य करावे. विवेकाने केलेली या ग्रंथाची पारायणे कोणत्याही परिस्थितीत माणसाचा तोल सुटू नये यासाठी उपयोगी पडतात. यापेक्षा अधिक करणे ज्यांना शक्य असेल त्यांनी करू नये असे म्हणणे नाही. पण वागणुकीला वा विचाराला ठोकळेबाजपणा येणार नाही, मन दडपले जाऊन ते विकृत बनणार नाही याची काळजी मात्र घेतली पाहिजे.

वर जी आश्रमव्यवस्था सांगितली आहे तिचा अवलंब करणे हे वैयक्तिक व कौटुंबिक स्वास्थ्यासाठी आवश्यक आहेच; पण मनाच्या प्रसन्नतेसाठीही या तऱ्हेचे वर्तन अत्यंत लाभदायक होते.

आज वर्णधर्म लुप्त झाले आहेत. जाती व व्यवसाय यांचे संबंध राहिलेले नाहीत. पण वृत्ती आणि उद्योग यांचे वर्गीकरण हे चातुर्वर्ण्य पद्धतीचेच आहे. ज्ञान मिळविणारा, वाढविणारा व ते दुसऱ्यांना देणारा असा एक वर्ग आहे. समाजात देशाचे रक्षण करणारा असा वर्ग आहे. ग्राहकांच्या उपभोगासाठी वस्तू निर्माण करणे व निर्माण झालेल्या वस्तूंचा संग्रह, विनीमय, प्रसार करणे, हे काम असणारा एक वर्ग आहे. वस्तूंच्या निर्मितीसाठी शारीरिक कष्ट, आणि कलाकौशल्यांची कामे करणारा असा एक वर्ग आहे. अशी चार वर्गांची व्यवस्था आहेच. आज जन्माशी याचा फारसा संबंध राहिलेला नाही इतकेच. म्हणून आज विवाहापुरता जन्मजातींचा विचार करून एरवी सर्व ठिकाणी वरीलपैकी कामे आपल्या वाट्याला आली असतील त्याप्रमाणे करित राहणे हे वर्णधर्माचे स्वरूप आजही शक्य, इष्ट व आवश्यक आहे. चैनीच्या सुखासीन जीवनाची अपेक्षा न करता विद्यादान करणारा, श्रमाचा कंटाळा न करता ज्ञान मिळविणारा, विश्रांतीची अपेक्षा न करता ज्ञान वाढविणारा, सुखाची व प्राणाची तमा न बाळगता अहर्निश जागृत राहून रक्षण करणारा, वंचना न करता विनिमय करणारा आणि काम करण्याचे मान्य केल्यानंतर शरीरश्रमांत कुचराई न करणारा हे सर्व धार्मिकच म्हटले पाहिजेत. सामाजिक स्वास्थ्यासाठी या धर्मपालनाची आवश्यकता आहेच, पण अशी धार्मिक वृत्ती चित्ताचे समाधान मिळवून देण्यासही कारण होऊ शकते.

पहिल्या श्लोकाच्या विवेचनाच्या प्रसंगी यमनियमांचे वर्णन केलेले आहे. त्यांतील यमाच्या पालनासंबंधी अंतरंगात ओढ असावी व नियमांच्या पालनासाठी यथाशक्ती कृती करित रहावे म्हणजे चित्तप्रसाद लाभण्यास सहाय्य होते.

कट्टम्ल, लवणात्युष्ण, तीक्ष्ण, रुक्ष, विदाहीनाम् ।

पूति-पर्युषितादीनां त्यागः सत्त्वाय कल्पते ॥ ७ ॥

तिखट, आंबट, खारट, उष्ण, झणझणीत, कोरडे, जळजळणारे, आंबलेले, शिळे असे पदार्थ खाऊ नयेत. हे न खाल्ल्यामुळे सत्त्वगुण वाढतो.

चित्ताची प्रसन्नता प्राप्त होण्यासाठी बाह्य परिस्थिती, सदाचार, सद्बर्तन, नियमित राहणे, सुस्वभाव यांची आवश्यकता असते. तशीच शरीराच्या शुद्धतेचीही आवश्यकता असते. स्नान, स्वच्छ कपडे, निर्मल स्थली राहणे या बाह्य गोष्टींचा शरीरशुद्धीसाठी जसा उपयोग होतो तसेच शरीर ज्या रसरक्तादी

धातूंनी बनलेले आहे ते धातूही निर्मळ गुणाचे असावे लागतात. शरीर-धातू निर्मळ, स्वच्छ, पवित्र असे घडावे यासाठी धातूंचे पोषण करणारा जो आहार तोही निर्मळ, पवित्र, साधा व सात्त्विक गुणांचे पोषण करणारा असावा लागतो. यासाठी आहारामध्ये मिर, मिरची, मोहरी यासारखी तिखट द्रव्ये; चिंच, आंबट ताक, अननस, कैरी यासारखे आंबट पदार्थ; मीठ, शेंदेलोण, पादेलोण, सज्जीसाखर यासारखे खारट पदार्थ; चहा, कॉफी यासारखे उष्ण पदार्थ; फुटाणे, चुरमुरे यासारखे कोरडे रुक्ष पदार्थ; ज्यामुळे घशाशी जळजळ होईल असे मसाल्याचे व तळलेले पदार्थ; नासवलेले, आंबवलेले पावासारखे, मद्यासारखे पदार्थ किंवा एक रात्र उलटून गेलेले शिळे पदार्थ अशी द्रव्ये जेवणामध्ये शक्यतो असू नयेत. जेवण हे साधे, मसाले मुळीच न वापरलेले वा फार न वापरलेले असे असावे. फार खर्च येणारे श्रीमंती थाटाचे जेवण हे संपन्नतेचे द्योतक असले वा जिभेला रुचकर वाटत असले तरी आरोग्याच्या दृष्टीने शरीराला हितकर नाही. धर्मशास्त्राने यासाठीच देवकार्ये, पितृकार्ये वा विवाहासारखे मंगलप्रसंग याव्यतिरिक्त मिष्टान्नाचे भोजन करणे हे पातकांत समाविष्ट केले आहे. त्याला आरोग्यरक्षणाच्या दृष्टीनेही फार मोठा अर्थ आहे. याची जाणीव प्रत्येकाने ठेवली पाहिजे. आहारात जुन्या जाड तांदळाचा भात, ज्वारी-बाजरी-नाचणीची भाकरी, गव्हाची पोळी असे मुख्य पदार्थ असावेत. डाळीसाठी मुगाचा उपयोग अधिक करावा. ताजे गोड ताक पुरेसे घ्यावे. थोडेसे लोणी किंवा तूप भोजनांत असावे. तिखट, मसाल्याचे पदार्थ, फोडणी हे शक्यतो वर्ज्य करावेत. रुचीसाठी आले, लिंबू, मीठ शक्यतोवर शेंदेलोण यांचा उपयोग करावा. तांदुळजा, घोळ, माठ, शेवगा, दोडका, पडवळ, दुध्या, भेंडी यासारख्या कमी किंमतीच्या भाज्या खाव्या. गृहस्थाश्रमामध्ये विशेषतः रात्री दूध घेणे आवश्यक समजावे. दूध व केळी हा एक चांगला सात्त्विक आहार आहे. सर्व प्रकारची ताजी फळे, मध यांचाहि सात्त्विक अन्न म्हणून उपयोग करता येईल. सुकी फळेही अल्प प्रमाणात घेतली तर सात्त्विक आहारात मोडतील. यांतील शक्य तेवढे सवयीत उतरवावे. निदान अतिरेक टाळावा. जिभेला व शरीराला चांगल्या सवयी लावून घेताना प्रथम काही दिवस अडचण वाटते हे खरे; पण दृष्टी हितावर असावी. सात्त्विक आहारामुळे आरोग्य चांगले राहावयास व बुद्धी शुद्ध होण्यास सहाय्य लाभत असल्यामुळे मनःप्रसाद साधणे सोपे जाते.

**श्रुत्या सत्त्व-पुराणांना सेवया सत्त्ववस्तुतः ।
अनुवृत्त्या च साधूनां सत्त्ववृत्तिः प्रजायते ॥ ८ ॥**

सात्त्विक कथा ऐकाव्या, सात्त्विक वस्तू भोवती असाव्या, सज्जनांच्या वागण्याचे अनुकरण करावे म्हणजे वृत्ती सात्त्विक होतात.

मनुष्य कितीही उद्योगी असला आणि अनेक व्याप त्याने मागे लावून घेतले असले तरी त्याला थोडा तरी रिकामा वेळ असतोच किंवा शरीर-मन-बुद्धीच्या स्वास्थ्यासाठी, विश्रांतीसाठी वा करमणुकीसाठी थोडातरी वेळ काढावा लागतो. काव्य, नाटके, कथा, कादंबऱ्या यांचा जन्म या आवश्यकतेपोटीच झाला आहे; पण दुर्दैवाने प्रेमवत्सल, वीर, शांत अशा सद्भावनेने युक्त असलेल्या रसापेक्षा कामासक्ती, बीभत्स, भयानक, रौद्र अशा हानिकर रसांचेच प्राबल्य वाड्मयात अधिक आढळून येते. काही पुराणेही या दृष्टीने दोषीच आहेत म्हणून वर सात्त्विक पुराणे ऐकावीत असे म्हटले आहे. भारत, भागवत, रामायण यासारखे प्राचीन वाड्मय, संतचरित्रे, शिवाजी, राणाप्रताप यासारख्या वीरांची चरित्रे, देशभक्तांच्या कथा किंवा त्याग, प्रेम, उदात्त अशा रसाने युक्त असलेल्या कथा याच वाचाव्या.

घरातील वातावरणही सात्त्विक विचारांना पोषक असावे. मनाल उच्छृंखल करतील अशा चैनीच्या वा भडक वस्तू (चित्र, पुतळे अशा) सभोवती नसाव्या. प्रेम, भक्ती, आदर निर्माण करणारी वा सृष्टीच्या विविधतेतील भव्य, उदात्त, सौंदर्य प्रत्ययास आणून देणारी निसर्गाची चित्रे घरात लाविलेली असावी. आदरणीय गुरुजनांच्या वा वंदनीय पुरुषांच्या चित्रांचा संग्रह करावा. वासना उत्तेजित होतील वा स्वतःसंबंधी आसक्ती वाढेल अशा वस्तू घरामध्ये शक्यतो नसाव्या. सात्त्विक वस्तूंनी भरलेल्या वातावरणात मनाला प्रसन्नता लाभू शकते.

सज्जनांच्या संगतीत राहिले, त्यांच्या सद्गुणांचे अनुकरण केले म्हणजेही मन प्रसन्न होते.

**यस्य चित्तं निर्विषय हृदयं यस्य शीतलम् ।
तस्य मित्रं जगत्सर्वं तस्य मुक्तिः करस्थिता ॥ ९ ॥**

ज्याच्या अंतःकरणातून विषयासंबंधीची अभिलाषा नष्ट झाली आहे, तसेच ज्याचे अंतःकरण क्षोभरहित झाले आहे, सुखदुःखाच्या प्रसंगांमध्ये जो हर्षशोकाच्या आधीन होत नाही वा कामक्रोध उसळून यावेत अशा परिस्थितीतही

ज्याचा तोल जात नाही, त्याचे हृदय शीतल झाले आहे असे समजावे. स्वार्थ नष्ट झाल्यामुळे शत्रू म्हणून ज्याला उरलाच नाही, ज्याचे मन उदार, क्षमाशील बनले आहे त्याला मोक्ष हातात आल्यासारखाच आहे. अर्थातच अशा व्यक्तीचे मन प्रसन्न होईल यात आश्चर्य नाही.

हित-परिमितभोजी, नित्यमेकान्त सेवी ।

सकृदुचिताहितोक्तिः स्वल्प निद्रा-विहारः ॥

अनुनियमनशीलो यो भजत्युक्तकाले ।

स लभत इह शीघ्रं साधुचित्तप्रसादम् ॥ १० ॥

या श्लोकामध्ये आतापर्यंत येऊन गेलेल्या विवेचनांचे सार पुन्हा एकदा थोडक्यात सांगितले आहे.

हितकर अन्न प्रमाणात खाणारा, एकांतवासाची आवड असलेला, योग्य, हितकर, थोडे बोलणारा किंवा योग्य व हिताचे काय हे सांगितलेले ज्याला पुरते असा, आहाराप्रमाणे ज्याचे झोप व इतर वागणे नियमित आहे, ज्याचे जीवन काही विशिष्ट प्रकारच्या नियमांनी बांधले आहे, करावयाच्या, बोलावयाच्या, वागावयाच्या आवश्यक त्या गोष्टी जो योग्य रीतीने करतो त्याच्या मनाला उत्कृष्ट प्रकारची प्रसन्नता फार त्वरित प्राप्त होते.

हितपरिमित आहारामुळे आरोग्य व सात्त्विकता यांची वाढ होते. एकांतवास, प्रेमानुळे निरनिराळ्या व्यापांपासून उत्पन्न होणारा क्षोभ निर्माण होत नाही. घोळ घालीत बसण्याची वृत्ती नसल्यामुळे मनाला व्यग्रता येत नाही. झोप व आहारविहार प्रमाणात असल्याने आळस न येता उत्साह वाढतो. नियमबद्ध जीवनामुळे मन संयमित राहते. इंद्रिये चटकन आवरता येतात व योग्य वेळी योग्य गोष्टी करण्याचा विवेक असल्यामुळे सर्व प्रकारचे अतिरेक टाळता येऊन मन प्रसन्न राहण्यास सहाय्य होते.

श्रीमत् जगद्गुरू शंकराचार्यांनी उपदेशिलेले हे सर्व प्रकरण प्रत्येक व्यक्तीच्या जीवनाला मार्गदर्शक ठरणारे आहे. मग त्या व्यक्तीची परिस्थिती वा पात्रता कशीही, कोणतीही असो. नीट विचार करून ह्या आदेशाप्रमाणे वागण्याचा प्रामाणिक प्रयत्न केल्यास कोणालाही आपली उन्नती साधणे सहज शक्य आहे. मात्र त्यासाठी 'असाल तेथून पुढती चला यत्न सोडा ना' हे तत्त्व लक्षात ठेविले पाहिजे.

॥ श्रीशंकर ॥

ते धन्याः

प्रथमावृत्तीचे प्रकाशकीय

श्रीमत् पूज्यपाद श्रीशंकराचार्य 'ते धन्याः' (ते धन्य आहेत) असे कोणाबद्दल म्हणतात? याचे चिंतन-विवेचन आणि मार्गदर्शन ती. अप्पांनी (प्राचार्य अनंतराव आठवले यांनी) या ठिकाणी केले आहे.

सत्ता-संपत्ती-संतती यांनी युक्त असलेल्याला आम्ही प्रापंचिक, धन्य समजतो; पण आचार्यांच्या लेखी याला गौणत्व आहे. खरा धन्य वेगळाच असतो. तो शांत आहे. निर्मोही आहे. ब्रह्मनिष्ठांच्या सत्संगात राहून आत्मचिंतनात रमलेला आहे. क्रियावान् कोणाला म्हणावे? एकांतवास म्हणजे काय? अध्यात्मज्ञान झाल्याचे ओळखावे कसे? कामक्रोधादि विकारांना शत्रू म्हणून का म्हणावे? 'अहं' आणि 'मम' या बळकट बंधांचा त्याग कसा करावा? धनेषणा-दारेषणा-लोकेषणा यापासून कोण सुटतो? इत्यादि महत्त्वपूर्ण प्रश्नांची उकल ती. अप्पांनी आचार्यांच्या 'ते धन्याः' या प्रकरणाच्या आधारे, मोजक्या शब्दात तर्कशुद्ध पद्धतीने केली आहे.

ती. अप्पांच्या चित्ताला आचार्यांच्या वाङ्मयाने रिझविले आहे, रमविले आहे आणि शमविलेही आहे. याचे दर्शन 'ते धन्य आहेत' या चिंतनिकेतून घडते. 'असाल तेथुनि पुढती चला यत्न सोडा ना' या ती. अप्पांच्या मुखातून निघालेल्या वचनाची साक्ष या छोटेखानी पुस्तिकेतील विवेचनांतून मिळते. संतकवि श्रीदासगणु महाराज यांनी योजिलेल्या विविध उत्सवांतून ती. अप्पांनी प्रातःसमयी सामुदायिक प्रार्थना सुरू केली आहे. प्रार्थनेनंतर ते ज्या निरनिराळ्या विषयांवर मार्गदर्शन करीत असतात त्यापैकी 'ते धन्याः' या आचार्यांच्या प्रकरणावरील त्यांनी केलेले हे प्रकट चिंतन आहे. हा सुलभ बोध सर्वांच्या अंतःकरणात ठसावा व त्याप्रमाणे आचरण घडावे हा ती. अप्पांचा उद्देश आहे.

मार्गशीर्ष वद्य शके १८९३

(१३-१२-७१)

विनीत

मधुकर दत्तात्रेय जोशी

॥ श्रीशंकर ॥

ते धन्याः

(वृत्त - प्रहर्षिणी)

तद् ज्ञानं, प्रशमकरं यदिन्द्रियाणाम् ।

तद् ज्ञेयं, यदुपनिषत्सु निश्चितार्थम् ॥

ते धन्या, भुवि परमार्थ-निश्चितेहाः ।

शेषास्तु भ्रम- निलये परिभ्रमन्तः ॥ १ ॥

ज्याने इंद्रियांचा उपशम होतो, विषयाकडे धाव घेण्याचे सोडून ती शांत होतात ते खरे ज्ञान. उपनिषदांमध्ये ज्या विषयींचा निश्चय झाला आहे तेच खरे ज्ञेय; आणि या परमार्थाविषयीच ज्यांना निश्चितपणे एकमात्र अभिलाषा आहे तेच या जगतीतलावर धन्य होत. इतर सर्व भ्रमचक्रात सापडून फेऱ्या मारीत असतात.

वस्तु जी भासते, दिसते, अनुभवास येते, तिच्या ज्ञानाचे अंतरंग आणि बहिरंग असे दोन भाग व्यवहारतः पडतात. त्यातील बहिरंग ज्ञान हे पुष्कळ वेळा भ्रामक असू शकते. त्यामुळे वस्तू ही अमुकच वस्तु आहे हे निश्चयाने सांगण्याकरिता त्या वस्तुमुळे वा तिच्या इतर गुणांमुळे जे विविध प्रकारचे परिणाम घडतात त्यांच्या अनुभवावरून वस्तूचे वस्तुत्व जाणून घ्यावे लागते. एका साध्या उदाहरणाने ही गोष्ट समजणे सोपे जाईल. कांच, गारगोटी, खडीसाखर व हिरा यांचे काही गुण, अर्थात् बहिरंगाचे, बरेचसे एकसारखे असतात. रसज्ञान आणि रत्नपारख्याचे दृष्टिज्ञान किंवा काही रासायनिक प्रक्रिया यांच्या साहाय्याने समोर दिसणारी वस्तु हिरा, खडीसाखर, गारगोटी, कांच यापैकी काय आहे ते ठरविता येते. असे असल्यामुळे भगवान शंकराचार्य ज्ञान या शब्दाची व्याख्या काही विशिष्ट रीतीने करतात. कारण व्यवहारात ज्याला आपण ज्ञान म्हणतो त्याला खऱ्या अर्थाने ज्ञान म्हणावयास संत वा तत्त्ववेत्ते सिद्ध नाहीत. त्यांच्या दृष्टीने अध्यात्मासंबंधीचे ज्ञान हेच खरे ज्ञान. इतर शास्त्रे व्यवहारतः कितीही उपयुक्त असली तरी त्यांचे ज्ञान हे ज्ञान नव्हे. श्रीज्ञानेश्वर महाराज तर तर्क, व्याकरण, वैद्यक, संगीत, साहित्य, काव्य इत्यादि सर्व व्यावहारिक ज्ञानाला

मोराच्या पिसावर असणाऱ्या डोळ्याची उपमा देतात. त्यांच्या दृष्टीने अध्यात्मज्ञान हेच खरे ज्ञान होय व ते अध्यात्मज्ञान एखाद्या व्यक्तीला झाले आहे की नाही हे कसे ओळखावयाचे, त्याची कसोटी आचार्य या श्लोकामध्ये सांगत आहेत.

उपनिषदांनी, तत्त्वेत्यांनी, संतसत्पुरुषांनी ज्या विषयाचा ऊहापोह केला आहे, प्रतिपादन केले आहे, माहात्म्य वर्णिले आहे ते ब्रह्म हेच काय ते जाणून घेण्यास योग्य म्हणजे ज्ञेय आहे व त्या ब्रह्माचे ज्ञान होताच त्याचा परिणाम इंद्रियांच्या प्रशामामध्ये, संयमामध्ये होतो. उपनिषदांनी ब्रह्माचे वर्णन केले, ब्रह्मप्राप्तीचे मार्ग सांगितले म्हणून उपनिषदे ही ब्रह्माची प्रसिद्धिपत्रके अथवा प्रचारपत्रके होत. त्यांच्या आधारावर सद्गुरूंच्या मार्गदर्शनाने ब्रह्मज्ञान करून घ्यावयाचे असते. पण ते झाल्याचे लक्षण मात्र विद्वत्तेने वा शब्दपांडित्याने कळणारे नाही. महावाक्याच्या एकेका पदावर वा ब्रह्माच्या सद्-चित्-आनंद अशा एकेका लक्षणावर तासन्तास प्रवचन करीत राहणे हे ब्रह्मज्ञान झाल्याचे लक्षण नव्हे, असे आचार्य सांगतात. औषधे घेणे व ते लागू पडणे यात जसा फरक आहे, अन्न खाणे अथवा ते अंगी लागणे यात जे अंतर आहे तेच अंतर ब्रह्मज्ञान मिळविणे व ब्रह्मज्ञान होणे यामध्ये आहे. व्यवहारतः बहुतेक वेळी घेणे व लागू होणे, खाणे व अंगी लागणे यामध्ये फारच थोडे अंतर असल्यामुळे ह्या भेदाचे मर्म तेथे समजत नाही. ब्रह्मज्ञानामध्ये मात्र वरील व्यावहारिक स्थितीच्या उलट अवस्था असते. तेथे घेणे आणि अंगी लागणे यात फारच अंतर असते, त्यामुळे अंगी लागले नाही तर घेतले अगर खाल्ले या म्हणण्याला अर्थ राहत नाही. उलट अंगी न लागलेल्या अन्नाप्रमाणे ते बाधक होते. म्हणून शंकराचार्य, ब्रह्मज्ञानाचा जो परिणाम इंद्रियसंयम, तो झाल्याचे ज्याच्या ठिकाणी दिसेल त्यास त्याचवेळी ज्ञान प्राप्त झाले आहे, असे मानतात.

वस्तूंच्या ठिकाणी असणाऱ्या शब्द, स्पर्श, रूप, रस, गंध इत्यादि विषयांच्या विविध प्रकारच्या अनुभवात सुख सामावले आहे. ही विविधता सत्यच आहे आणि या विविध विषयांच्या सेवनाने इंद्रियांना होणाऱ्या अनुकूल संवेदना म्हणजेच खरे सुख, या धारणेने माणसांची इंद्रिये अनेक प्रकारच्या विषयोपभोगासाठी प्रवृत्त होतात, उचंबळून येऊन त्या त्या विषयांच्या मागे लागतात. उपनिषदांच्या 'हे सर्व विविधतेने नटलेले ब्रह्म वस्तुतः नाम-रूप-गुण विरहित केवळ ब्रह्म आहे,' या प्रतिपादनाप्रमाणे विषयाला उत्तेजक असलेली

ती धारणाच चुकीची असल्यामुळे इंद्रियांचे उचंबळून येणेही आपोआप व्यर्थ ठरते व म्हणून इंद्रियांच्या ठिकाणी स्वाभाविकपणेच प्रशम येतो. तो आला म्हणजे उपनिषदांतील विचार खऱ्या अर्थाने समजले असे आचार्यांचे मत आहे. 'हे जे ज्ञेय त्यालाच परमार्थ असे म्हणतात, आणि तो परमार्थ आपण प्राप्त करून घेतलाच पाहिजे असे ज्यांना निश्चित वाटते, तेच खऱ्या अर्थाने धन्य होत' असे आचार्यांचे म्हणणे आहे. इतर खरोखरीच भ्रमाच्या, मोहाच्या, अज्ञानाच्या कोशात फेऱ्या घालीत असतात.

जे सुखावह नाही ते सुखावह भासणे, हित काय ते न कळल्यामुळे आपल्याच अपसमजाप्रमाणे अमुकच हवे, अमुक नकोच असा आग्रह धरणे, मूळ वस्तुस्थितीचा विचार न करता नाम वा आकाराने मोहित होऊन वस्तूविषयींच्या धारणा करणे हे सर्व भ्रमाचेच प्रकार आहेत; आणि माणूस जीवनात वागत असताना याच पद्धतीने बव्हंशी वागत असतो. ब्रह्माची वा परमेश्वराची प्राप्ती हेच खरे ध्येय असे एक तर खऱ्या अर्थाने सामान्य मनुष्याला वाटत नाही किंवा त्याविषयी त्याला अज्ञान असते अथवा संशय वाटतो. प्रत्यक्ष अनुभवास येणारे स्पर्शादि विषय व त्यातून उत्पन्न होणाऱ्या अनुकूल-प्रतिकूल संवेदना त्याच्या मनबुद्धीला व्यापून राहतात. बुद्धीच्या मूळ सात्त्विक गुणामुळे जरी क्वचित् त्याला इंद्रियापलीकडील वस्तुस्थितीची जाणीव झाली तरी मनाची चंचलता त्याला त्या जाणिवेचा निश्चय होऊ देत नाही आणि अशा स्थितीत बलवान इंद्रिये मनाच्या सहाय्याने त्याला पुन्हा विषयाकडे खेचतात आणि त्यामुळे लक्षावधीतील एखादाच या विषयसुखभ्रमांतून मुक्त होऊ शकतो. अर्थात जो मुक्त होतो अशाला धन्य म्हणणे अगदी स्वाभाविक आहे.

असा जो परमार्थाविषयी निश्चितार्थ झाला तो स्वाभाविकपणेच क्रियावान होतो. म्हणजे त्या प्राप्तीच्या दृष्टीने प्रत्यक्ष कृतिशील होतो. ही, ध्येय प्राप्त करून देणारी स्थिती कशी असावी ते आचार्य पुढील श्लोकांतून सांगत आहेत.

(वृत्त - वसंततिलका)

आदौ विजित्य विषयान् मद-मोह-राग-

द्वेषादि - शत्रुगणमाहृत - योगराज्याः ।

वीतस्पृहा विषयभोग- पदे विरक्ता

धन्याश्चरन्ति विजनेषु विरक्त- संगः ॥ २ ॥

प्रथमतः मद, मोह, राग, द्वेषादी शत्रूसं आवरून सर्व विषयांना योगबलाने जिंकून जे विरक्त झाले, विषयोपभोगासंबंधी ज्यांची अभिलाषा नष्ट झाली, ज्यांनी उपाधींचा त्याग केला आणि निर्मनुष्य ठिकाणी हिंडण्यातच ज्यांना आनंद होतो, ते धन्य होत.

मोक्षमार्गाला लागण्यासाठी प्रथम मद-मोह, राग, द्वेष या मानसिक विकारांना जिंकले पाहिजे असे आचार्य सांगतात. मद म्हणजे गर्व-ताठा-उन्मत्तपणा. मोह म्हणजे ज्ञानातील नेमकेपणाचा अभाव. राग म्हणजे आसक्ती. द्वेष म्हणजे तिटकारा. मत्सर, लोभ हे या विकारांचेच प्रकारविशेष आहेत. हे सर्व मूलतः कामक्रोधांतून व त्यातही कामातून निर्माण होतात. या विकारांमुळे माणसांची इंद्रिये, मन आणि बुद्धी यांना विकृती तरी येते किंवा त्यांना खऱ्या हितकर गोष्टींचा अवलंब करण्यास सवडच मिळत नाही. अर्थात् हीही एका अर्थाने विकृतीच आहे. म्हणून मदमोहादी वा कामक्रोधादी विकार जिंकल्यावाचून, त्यावर आपले प्रभुत्व निर्माण केल्यावाचून, मनुष्य परमार्थमार्गाला लागूच शकणार नाही. अलीकडे या विकारांनाच मित्र म्हणण्याची प्रथा निघाली आहे.

कामक्रोधांमुळे जगताचे कसे कल्याण झाले इत्यादी गोष्टी सांगून यांना शत्रू मानणाऱ्या संतांनी समाजाचा घात केला असे म्हणण्याची पद्धती विद्यापीठीय विद्वानांनी अवलंबिलेली दिसते. शंकराचार्य या शत्रूंना जिंकावे असे म्हणतात. मारून टाकावे असे कधी कोणी म्हटले असले तरी त्याचा अर्थ वैद्यकातील धातू मारण्याप्रमाणे असतो, हे लक्षात घ्यावयास हवे. हे लक्षात घेतले म्हणजे व्यवहाराचा तोल सांभाळला जाण्यास अडचण राहू नये; पण दुर्दैवाने विद्यापीठीय विद्वानांना, हा अर्थ विचारत न घेता अध्यात्मज्ञानावर तोंडसुख घेण्यातच समाधान वाटते; ते विकृत आहे. वैद्यकामध्ये निश्चितपणे गुण दाखविणारी अशी अत्यंत प्रभावी औषधे असतात. पण त्यापैकी बहुतेकांवर विष अशी मुद्रा लावलेली असते. तशी मुद्रा लावली नाही तर शासनाच्या दृष्टीने तो अपराध ठरतो. हे ज्याला समजते त्याने तरी कामक्रोधांना शत्रू म्हणताच संतांपावयास नको. कामक्रोधांचे शत्रुत्व त्यांच्या अयोग्य अशा उपभोगात आहे आणि अज्ञानामुळे मिथ्योपभोग होण्याची शक्यता फार आहे. हे लक्षात घेऊनच संत, महात्मे त्यांना

शत्रू म्हणतात. 'विष' अशी मुद्रा लावूनही जेथे उपभोगांचे प्रमाण वाढण्याची भीती असते तेथे अमृत म्हणताच काय होईल त्याची कल्पनाच केलेली बरी.

हे विकार सामान्यतः हितकर मर्यादित कधीच राहत नाहीत व त्यामुळे त्यांच्यापासून उत्पन्न होणारा धोका स्पष्ट करण्यासाठी त्यांना 'शत्रू' शब्दाने संबोधले आहे. कामादींना खऱ्या अर्थाने हितकरतेच्या मर्यादित ठेवणे म्हणजेच जिंकणे आहे. अशा रीतीने राग-द्वेषांना जिंकून योगाचे साम्राज्य प्राप्त करून घ्यावे. रागद्वेषांना जिंकणे आणि योग प्राप्त करून घेणे हे खरे म्हणजे समानार्थकच आहे. साधकाच्या दृष्टीने अनुक्रमाने त्याचे वर्णन केले इतकेच! जो माणूस अशा रीतीने रागद्वेषादी विकारांना जिंकतो; धारणा, ध्यान, समाधीने चित्तवृत्तींवर पूर्ण स्वामित्व प्रस्थापित करून मनबुद्धीला पूर्णपणे स्थिर, शांत, प्रसन्न करतो; तसेच ज्याच्या वासना नाहीशा झाल्या आहेत, जो विषयोपभोगांविषयी विरक्त झाला आहे, सर्व प्रकारच्या उपाधींचा ज्याने त्याग केला आहे आणि जो एकांतवासाच्या आवडीने राहतो; तोच धन्य होय.

गीतेच्या १३व्या अध्यायात 'इंद्रियार्थेषु वैराग्यं' हे ज्ञानाचे लक्षण सांगितले आहे. श्रीज्ञानेश्वर महाराजांचे त्यावरील भाष्य मोठे सुंदर आहे. अंतःकरणातल्या इच्छा नाहीशा झाल्या, हेच पाहिजे, असेच पाहिजे, हे नको- असे नसावे, असे वाटेनासे झाले म्हणजे मग विषयोपभोगांविषयीची माणसाची आसक्ती नष्ट होते. आवश्यकतेनुरूप शरीरधारणेसाठी विषयसेवन करणे हे वस्तुतः उपभोगात समाविष्ट होऊ नये; पण माणसाचे विवेकज्ञान त्याच्या सवयीमुळे, बाह्य परिस्थितीमुळे बरेच उणावलेले असते; त्यामुळे गरज कुठे संपली आणि चैन कुठे सुरू झाली हे त्यास नेमके कळेनासे होते. म्हणून साधकदशेत विषयोपभोगांपासून प्रथम शरीराने आणि मग मनाने कटाक्षाने दूर राहण्याचा आग्रह धरावा लागतो. घर-प्रपंचापासून दूर लोकसमाजापासून लांब वनामध्ये राहणे या दृष्टीने फार सहाय्यक ठरते. कारण भोवती असलेल्या विषयाच्या विपुलतेने व उपभोग घेणाऱ्या लोकांच्याकडे पाहून माणसाच्या मनामध्ये तद्विषयक ओढ निर्माण होत असते. एकान्तवासात हे पुष्कळसे टळते म्हणून एकान्तात रमणारे धन्य होत असे आचार्य म्हणतात.

(वृत्त - वसंततिलका)

त्यक्त्वा ममाहमिति बंधकरे पदे द्वे

मानावमान- सदृशाः समदर्शिनश्च ।

कतारमन्यमवगम्य तदर्पितानि

कुर्वन्ति कर्म-परिपाक- फलानि धन्याः ॥ ३ ॥

मी आणि माझे हे सर्व तऱ्हेने बंधन उत्पन्न करणारे दोन शब्द टाकून देऊन, मान आणि अपमान यांच्या ठिकाणी जे सारखेपणानेच वागतात, ज्यांना सर्व सारखेच दिसते म्हणजे ज्यांची श्रेष्ठ-कनिष्ठ ही भावना नाहीशी झाली, खरे कर्तृत्व हे दुसऱ्याचेच म्हणजे परमात्म्याचेच आहे असे जाणून कर्मांमुळे उत्पन्न होणारी फळे ज्यांनी परमात्म्याला समर्पण केली ते धन्य होत.

वैराग्य हे उत्कृष्ट व ते ज्याला साधले तो धन्य! हे खरे असले तरी असे वैराग्य साधण्यासाठी अहं आणि मम या अत्यंत बळकट असलेल्या दोन बंधांचा त्याग घडला पाहिजे. अहं म्हणजे मी व मम म्हणजे माझे. या दोन भावनांमुळेच जगातील सर्व बऱ्या-वाईट गोष्टींचा लेप माणसास लागत असतो व त्याचे परिणाम सुखदुःखाच्या रूपाने त्यास जन्म जन्म भोगावे लागतात. 'मी' या भावनेत तो स्वतःला कर्ता, भोक्ता, शास्ता असे काहीतरी समजतो. ज्याच्या आश्रयामुळे वासना उत्पन्न होतात, सुखदुःखाविषयी हवे-नको वाटते, अनेक प्रकारच्या जाणिव्यांची उत्पत्ती होते, तो भाग म्हणजे 'मी' अशी त्याची धारणा होते आणि मग हा 'मी' स्त्री-पुरुष, बाल-तरुण-वृद्ध, रोगी-निरोगी, सर्वावयवसंपन्न-व्यंगयुक्त, शहाणा-मूर्ख, विद्वान-अशिक्षित, समर्थ-दीन, श्रीमंत-दरिद्री, निरनिराळ्या जातीचा, निरनिराळ्या कुलाचा, शूर वा भित्रा असे काहीतरी तो स्वतःला समजतो. व्यावहारिक सत्तेत प्रत्ययास येणारे हे भेद सत्य मानून त्या स्वरूपातच स्वतःची कल्पना करतो आणि मग त्याच्याभोवती सर्व विश्व हे माझा शत्रू वा माझा मित्र, मला नको वा मला हवा, मला दुःखदायक वा मला सुखदायक या भावात उभे राहते.

'मी' पेक्षा 'माझे'चा बंध थोडा शिथिल आहे. कारण चांगल्या-वाईटाची, हवे-नकोची धारणा माणसाच्या चंचल स्वभावामुळे पालटत राहण्याची शक्यता असते. जी वस्तू एकदा चांगली वाटल्यामुळे हवीशी होते तीच कालांतराने

वाईट ठरून नकोशी होते. असलेली नाती तुटतात, नसलेली नाती निर्माण होतात. पतिपत्नीसारख्या सर्व नात्यांना व व्यावहारिक ऋणानुबंधांना जन्म देणाऱ्या अत्यंत जवळच्या नात्यांतही दुजाभाव निर्माण होतो. शक्य असेल तर घटस्फोट घेतला जातो, नसेल त्यावेळी अगतिक होऊन एकत्र नांदणूक घडत असली तरी तितकाऱ्याची भावना दडून राहत नाही. कारण शेवटी ममत्व हे स्वतःला वाटणाऱ्या लाभहानीवर अवलंबून असते. ते कधीच निःस्वार्थ वा निरपेक्ष असत नाही व ही स्वार्थभावना 'अहं'च्या आश्रयाने राहते. त्यामुळे 'अहं' गेले तर 'मम' जाईलच; म्हणून ईश्वरशरणागतीच्या रूपाने, सोऽहं भावनेने 'अहं' हे नाहीसे केले पाहिजे. म्हणजे शुद्ध केले पाहिजे. 'अहं' खऱ्या अर्थाने जाताच तो खऱ्या अर्थाने समदर्शी म्हणजे सगळीकडे एकरूपतेच्या, सारख्या भावनेने पाहणारा होतो. स्वाभाविकपणेच त्याचे हवे-नको संपते. मानापमानाचे, निंदास्तुतीचे, यशापयशाचे त्यास काहीही वाटत नाही. जे जसे घडेल ते तसेच स्वीकारण्याची त्याची सिद्धता असते. मात्र ही गोष्ट आपण समजतो तितकी सोपी नाही. माणसाचा अहंकार व त्यापोटी निर्माण होणारी स्वतःच्या श्रेष्ठत्वाची, निर्दोषत्वाची भावना इतकी उत्कट असते की दुसऱ्या कोणी जरासे न्यूनतादर्शक उद्गार काढताच माणसाचा संताप अनावर होतो. व्यवहारामध्ये याचे नमुने पुष्कळ दिसतात. प्रत्येक व्यक्तीला व्यक्तिशःही या गोष्टीचा अनुभव असतो.

निंदा पचावयास तर कठीण आहेच; पण स्तुती पचणे त्याहीपेक्षा कठीण जाते. निंदेने माणसाचा अहंकार दुखावला जाऊन बळावत असेल तर स्तुतीने माणसाचा अहंकार सुखावतो. त्यामुळे परमार्थाच्या दृष्टीने निंदेपेक्षा स्तुती अत्यंत घातक असते. अत्यंत स्वार्थी वा लोचट मनुष्यास निंदेचा लेप लागत नाही. 'जाऊ द्या हो! लोक असेच म्हणायचे, जगात कोणाचे कोणाला बरे पाहवत नाही म्हणून आपण आपले सोडायचे काय?' या व अशा पद्धतीच्या उद्गारांनी मनुष्य निंदेपासून अलिप्त राहतो असे आढळते; पण स्तुतीने माजत नाही, चढत नाही, सुखावत नाही असा माणूस विरळा! अगदी नाटाळ व कृपण म्हणून प्रसिद्ध असलेल्या व्यक्तीही स्तुतीला भाळून जातात असे आपण व्यवहारात अनेकवेळा पहातो. अमके गृहस्थ फार चांगले आहेत, त्यांना त्यांची स्तुती केलेली आवडत नाही असे म्हटले की तो संतुष्ट होतो. म्हणूनच मोरोपंत म्हणतात-

**गमो मधुर हे विष स्तवन सेविता माजवी ।
करी मलिन सद्यशोमुख हलाहला लाजवी ॥**

स्तुती ही हलाहलापेक्षाही तीव्र आहे. ती पचविण्याचे सामर्थ्य एका ईश्वरातच आहे म्हणून संतांनीही 'निंदकाचे घर असावे शेजारी' असे म्हटले. या निंदास्तुतीपासून जो अलिप्त झाला, त्याचाच अहंकार गेला असे म्हणता येईल. निंदा-स्तुतीचा लेप तरी का लागतो? याचा विचार केला तर असे आढळेल की माणसांची निंदास्तुती त्याने केलेल्या चांगल्या-वाईटाचा तो कर्ता आहे म्हणून होते. मनुष्य जर कर्तृत्व टाकील तर निंदास्तुतीचा लेप त्याला लागण्याचे कारण राहणार नाही. मान व अपमान त्याला बाधक होणार नाहीत. तेव्हा शंकराचार्य म्हणतात, परमेश्वर हा सर्व कर्माचा कर्ता आहे असे समजून आपली सर्व कर्मे व त्या कर्मांच्या परिपाकातून उत्पन्न होणारी फले ईश्वरार्पण करावी. मनुष्य हा खऱ्या अर्थाने जड यंत्रासारखा असल्याने त्याचे कर्तृत्व हे शरीरस्थ चैतन्याचे आहे व शरीरस्थ चैतन्य हा ईश्वराचा अंश असल्यामुळे कर्तृत्व हे शेवटी ईश्वराचे आहे. हे माणसाला जर खऱ्या अर्थाने कळले तर त्याला कर्तृत्वाचा अहंकार उरणारच नाही, पण असे होत नाही. मनुष्य तोंडाने 'कर्ता करविता ईश्वर आहे' असे म्हणत असला तरी जी त्याच्या दृष्टीने सत्कृत्ये असतात, त्यात त्याची ही धारणा दृढ राहात नाही, सत्कृत्याचे फळ त्याला हवेसे वाटते. दुष्कृत्याचे फळ मात्र कर्ता करविता ईश्वरच असल्यामुळे आपणास भोगावे लागू नये अशी त्याची धारणा असते. अर्थातच ही लबाडी आहे. कर्म कोणतेही असो, त्याचा कर्ता हा ईश्वरच असल्यामुळे त्याची फलेही ईश्वरार्पण झाली पाहिजेत, केली पाहिजेत असे ज्याला खऱ्या अर्थाने व प्रामाणिकपणाने वाटते व शरीर-मन-बुद्धीने त्याचा आचार ज्याच्याकडून घडतो तो धन्य होय.

मानापमानापासून अथवा निंदास्तुतीपासून अलिप्त राहावे याचा अर्थ आपली निंदा-स्तुती कोणी करीत असेल तर त्याच्यापासून अलिप्त राहावे असा आहे. आपण दुसऱ्या कोणाची निंदा करू नये वा अपमान करू नये असाही याचा अर्थ आहे. कारण त्यामुळे आपला अहंकार दृढावतो अथवा वाढतो. आपल्या हीन स्वार्थासाठी दंभाने दुसऱ्या कोणाची स्तुती करू नये वा दुसऱ्या कोणास मान देऊ नये, असाही याचा अर्थ आहे. पण योग्यता असली तरी दुसऱ्या कोणास मान देऊ नये वा त्याची स्तुती करू नये असा मात्र या प्रकरणाचा अर्थ करू

नये. योग्य व्यक्तीची एकांती, लोकांती वा समक्ष स्तुती करावी, त्याला अवश्य मान द्यावा. आपल्या अंगी गुणग्राहकता असण्याचे ते एक लक्षण आहे. त्यामुळे अहंकार उणावतो. नम्रता वाढते. पण दुर्दैवाची गोष्ट अशी की माणसे सामान्यतः या प्रकरणी फारच कृपण असतात. मोकळ्या मनाने कोणाला चांगले म्हणणे वा भले मानणे त्यांच्याकडून घडत नाही हाही सुप्त अहंकारच आहे. हा ज्याच्या ठिकाणी नाही तो धन्य होय.

(वृत्त : वसंततिलका)

त्यक्तवैषणात्रयमवेक्षित - मोक्षमार्गा

भैक्षामृतेन परिकल्पित- देहयात्राः ।

ज्योतिः परात्परतरं परमात्मसंज्ञं

धन्या द्विजा रहसि हृद्यवलोकयन्ति ॥ ४ ॥

तीनही एषणांचा त्याग करून जे मोक्षमार्गाला लागले, भिक्षेत जे काही मिळेल तेच अमृत समजून स्वतःच्या देहरक्षणपुरते जे त्याचे सेवन करतात, परात्पर परमात्म्याच्या प्रकाशमान ज्योतींचे जे एकान्तात बसून स्वतःच्या हृदयामध्ये दर्शन घेतात ते विद्वान धन्य होत.

धनेषणा, दारेषणा, लोकेषणा या तीन एषणांनीच माणसाचे जीवन व्यापले आहे. धनेषणा म्हणजे प्रत्यक्ष पैसा वा सुखोपभोगाची साधने ज्याच्यामुळे मिळविता येतील असे बाह्यसाधन. माणूस उद्योग-धंदा, नोकरी-चाकरी, शेती-व्यापार वा काळाबाजार, लांच खाणे, दरोडेखोरी इ. जी करतो तिच्या पाठीमागे ही धनेषणाच असते. दारेषणा म्हणजे कामवासना. स्त्रीविषयक इच्छा हे उपलक्षण आहे. सुख देणाऱ्या साधनाविषयींची अभिलाषा म्हणजेच खऱ्या अर्थाने कामवासना. दारेषणा हे त्याचे प्रतीक. शब्द, स्पर्श, रूप, रस, गंध यांची अभिलाषा हीही एक प्रकारची दारेषणाच होय. माणसाचे सर्व जीवन या सुखविषयक अभिलाषेने व्यापलेले असते. त्याला धनाची इच्छा असते तीसुद्धा सुखाचे साधन म्हणूनच. लोकेषणा ही एषणा व्यावहारिकदृष्ट्या उदात्त आणि सूक्ष्म अशी आहे. लोकेषणेच्यामुळेच माणसाच्या धनेषणेला व दारेषणेला नियंत्रण पडते. पण लोकेषणा ही स्वतः फार सूक्ष्म व बलवान असल्याने हिच्या लोभाने माणूस दांभिक बनतो. यासाठी मोक्षप्राप्तीची इच्छा असणाऱ्याने या

तीनही एषणांचा त्याग करूनच मोक्षमार्गाला लागले पाहिजे.

दुर्दैवाची गोष्ट अशी की जे स्वतःला परमार्थमार्गी समजतात; जपजाप्य, पूजापाठ, यात्रा, दान, गुरुसेवा, कीर्तन, श्रवण इत्यादी गोष्टी करतात- त्यांच्या मनातही या तीन एषणांचाच प्रभाव असतो. पैसा मिळावा, सांसारिक सुख मिळावे वा दुष्कृत्य लपले जावे या भावनेनेच गुरूची वा ईश्वराची कृपा संपादन करण्यासाठी माणूस देवधर्म करीत असतो. हा खरा परमार्थी, अध्यात्मवादी वा मोक्षमार्गी नव्हे. अर्थातच अशा माणसाला सन्मार्ग दाखविणारा महंतही कचित्तच भेटतो. जो भेटतो तो काही तरी थानुरमातुर चमत्कार करून सांसारिक इच्छा पूर्ण करण्याचे सामर्थ्य आपल्या अंगी आहे असे दुसऱ्याला जाणवण्यासाठी, साधुत्वाचा दंभ स्वतःभोवती निर्माण करणारा, सांसारिक माणसांपेक्षाही वरील तीन एषणांत गुंतलेला दांभिक असतो.

शंकराचार्यांना मात्र जनतेला खरा परमार्थ तो काय हे सांगण्याची इच्छा असल्याने ते स्पष्ट शब्दांत मोक्षमार्गाला जाऊ इच्छिणाऱ्यांना तीन एषणांचा त्याग केलाच पाहिजे असे सांगतात. शरीरधारणेसाठी भिक्षेवर जे मिळेल ते अमृतासारखे मानून सेवन करावे असे आचार्य सांगतात. तुकाराम महाराज व शंकराचार्य यांच्या तत्त्वज्ञानात वा साधनामार्गात भिन्नता आहे असा अर्थ मात्र कोणी करू नये. 'भिक्षपात्र अवलंबिणे, जळो जिणे लाजिरवाणे' असे म्हणणाऱ्या श्रीतुकाराम महाराजांनीच स्वतःचे जीवन भिक्षेवर अवलंबून असल्याचा उल्लेख केला आहे. संतवाक्यांचा विचार करतांना पार्श्वभूमी अवश्य विचारात घेतली पाहिजे. श्री. विनोबाजी भावे हे एक थोर विचारवंत विद्यमान पुरुष आहेत. त्यांनी आपल्या 'विचारपोथी' या पुस्तकात एकाखाली एक 'भोग भोगावयाचे तर ईश्वरार्पण करून तरी भोग' व 'भोग भोगावयाचे तर ईश्वरार्पण करून तरी भोगू नकोस' अशा अर्थाची दोन वाक्ये लिहिली आहेत. त्यांचा विचार केला म्हणजे शंकराचार्यांच्या तत्त्वज्ञानात भिक्षेचे महत्त्व काय व तुकाराम महाराजांच्या उपदेशात भिक्षेची निंदा का हे लक्षात येईल.

उदरपूर्तीसाठी माणसाचे श्रम कमीत कमी खर्च व्हावेत आणि त्याची सर्व शक्ती साधनेकडे लागावी यासाठी येथे भिक्षेचा मार्ग सांगितला आहे. निष्काम भावनेने पदरी पडेल ते पवित्र मानून कोणत्याही प्रकारचा हट्ट न करता जो अनायास प्राप्त वस्तूचे सेवन करतो तोच खरा भिक्षावृत्तीने राहणारा. खरखरमुंड्या

गोसाव्यांची जी जात असते ते काही खऱ्या अर्थाने भिक्षावृत्तीचे लोक नव्हेत. अशा भिक्षेमुळे आळस वाढतो, विनाश्रम चैनीत राहण्याची प्रवृत्ती बळावते व त्यामुळेच सामाजिक संपत्तीचे शोषण होते. अशा पद्धतीने वागणे हे निश्चितच लाजिरवाणे आहे. शंकराचार्यांना काय किंवा रामदासांना काय या प्रकारची भिक्षा मुळीच अपेक्षित नाही.

पवित्र भिक्षेच्या अनायासाने प्राप्त झालेल्या अन्नावर परमार्थाला साधन असलेल्या देहाची धारणा करावी आणि उरलेला सर्व वेळ पूर्ण एकांतामध्ये राहून हृदयामध्ये परात्पर असा जो परमात्मा त्याच्या सूक्ष्म ज्योतिस्वरूप मूर्तीचे ध्यान करून त्या रूपाचा साक्षात्कार साधावा. या हृदिस्थ ज्योतिस्वरूप परमेश्वराचे महानारायणोपनिषदांत फार चांगले वर्णन आहे. त्या सूक्ष्म ज्योतीलाच ब्रह्म, शिव, अक्षर, विराट, आत्मा, सत्य असे सर्व म्हटले आहे. या साक्षात्काराचे समाधि-सुख जे भोगतात ते योगी धन्य होत.

(वृत्त : वसंततिलका)

नासत् न सत् न सदसत् न महत् न चाणु
न स्त्री पुमान् न च नपुंसकमेकबीजं ॥
यैर्ब्रह्म तत् समनुपासितमेकचित्तैर्धन्या
विरेजुरितरे भवपाशबद्धाः ॥ ५ ॥

ब्रह्म हे सत् नाही, असत् नाही, सदसत् नाही, विशाल नाही, सूक्ष्म नाही, स्त्री-पुरुष-नपुंसक यापैकी काही नाही; पण सर्व वस्तुजातांचे बीजभूत तेच आहे. हे ज्यांनी अनुभविले आणि एकाग्र चित्ताने जे त्या ब्रह्माचे सदैव ध्यान करतात तेच धन्य म्हटले पाहिजेत. इतर संसाराच्या पाशांत गुंतलेले राहतात.

ब्रह्म हे सर्व वर्णनाच्या पत्तीकडे आहे. त्यामुळे अनुभवसाक्षात्कारा-पत्तीकडे त्याचे खरे स्वरूप सांगणे फार कठीण आहे. सांगण्याच्या व वर्णनाच्या सोयीसाठी तोंडओळख व्हावी म्हणून ब्रह्माच्या संबंधित काही गुणविशेष लक्षणेने वापरली जातात. पण ती सर्व केवळ बोट दाखविण्यासारखी आहेत. ब्रह्माच्या वस्तुस्थितीचे वर्णन त्यात कधीही संभवत नाही. आपण जी वस्तु ओळखतो ती तदितर असलेल्या भिन्न पार्श्वभूमीवर ओळखतो. पांढऱ्या चुन्याने सारवलेल्या भिंतीवर खडूने लिहिले तर त्याचे आपणास काहीही ज्ञान होत

नाही. नुसत्या अंधारात वा नुसत्या प्रकाशात आपणास खरे म्हणजे काहीही दिसत नाही. छायाप्रकाशाच्या न्यूनाधिक मिश्रणाने, खरे म्हणजे छायाप्रकाशाच्या परस्पर पार्श्वभूमीमुळे आपणास वस्तूंचे ज्ञान होते. आपल्या हृदयाचे स्पंदन, अन्नचे पचन, रक्ताचे अभिसरण या गोष्टी प्रत्यक्षात सतत होत असूनही आपणास त्याची जाणीव कधीच होत नाही. ज्यावेळी त्यात कोणत्या ना कोणत्या स्वरूपाची विकृती उत्पन्न होते त्याचवेळी आपणास त्याचे ज्ञान होते. म्हणजे प्रकृतीसाठी विकृतीचे ज्ञान व विकृतीसाठी प्रकृतीचे ज्ञान हे पार्श्वभूमीसारखे असेल तरच आपणास प्रकृती-विकृती कळणार. भाव आणि अभाव यांचे ज्ञानही परस्परांच्या अपेक्षेवाचून आपणास होत नाही. लहान आणि मोठा हेही आपणास असेच परस्परांवाचून जाणता येत नाही. एकूण सर्व मानवी ज्ञान हेच वैषम्याने होणारे असल्यामुळे ज्याचे ठिकाणी विषमतेचा लवलेशही नाही, जे अनादी, अनंत, व्यापक, एकरस, पूर्ण, सम असे आहे त्याचे ज्ञान आपणास कोणत्या शब्दाने होणार? हे वरील वर्णनसुद्धा दिग्दर्शनमात्रच आहे. म्हणून शंकराचार्य या श्लोकामध्ये ब्रह्माचे वर्णन व्यतिरेकाने करतात.

ब्रह्म हे असत् नाही, सत् नाही, सदसत् नाही, स्थूल नाही वा सूक्ष्म नाही. ब्रह्म सत् नाही व असत् नाही हे सांगितलेले ऐकतांना कितीही चमत्कारिक वाटले तरी ते वास्तव आहे. कारण या ठिकाणी असताच्या 'अभावाच्या' अपेक्षेने प्रत्ययास येणारे भावरूप सत् नाकारले आहे. तसेच सताच्या अपेक्षेने जाणवणारे असत् नाकारले आहे. सदसत् म्हणजे मिथ्या, माया किंवा अध्यास. वेदान्ताच्या पारिभाषिक प्रक्रियेत या तिन्ही चारी शब्दांच्या अर्थामध्ये काही भिन्नता व वैशिष्ट्य मानले जात असले तरी तत्त्वतः ते सर्व सामान्य स्थितीचेच बोधक आहेत. दिसते पण असत नाही अशी जी स्थिती त्याला सदसत् म्हणावे. मृगजळ, शुक्तिरजत, रज्जुसर्प, सुवर्णालंकार ही सर्व त्याचीच उदाहरणे होत. ब्रह्म हे असे नाही. कारण ज्ञाता-ज्ञेय आणि ज्ञान या त्रिपुटीला वास्तविक अस्तित्व असल्यावाचून कोणतेही वर्णन संभवत नाही व केवलाद्वैतामध्ये ही किंवा इतर कोणतीही त्रिपुटी संभवत नसल्याने हे असे नाही, हे असे नाही या एका रूपातच त्यातल्या त्यात ब्रह्माचा काहीसा परिचय करून देता येतो. असे भाव व अभावापत्तीकडील ज्याचे स्वरूप आहे, त्याचे ठिकाणी इतर कोणतीही भिन्नता-प्रतिपादक लक्षणे संभवत नाहीत आणि म्हणून स्त्री-पुरुष किंवा नपुंसक

अशा स्वरूपांत ब्रह्माची ओळख करून देता येणार नाही; यासाठीच श्रीज्ञानेश्वरमहाराज सर्व शून्याचा निष्कर्ष वा महाशून्य या शब्दांत ब्रह्माचे वर्णन करतात. शून्याला महा हे विशेषण लावण्याने वा शून्याचा निष्कर्ष म्हणण्याने हे शून्य बुद्ध्याच्या शून्यापेक्षा वेगळे आहे हे आपोआपच लक्षात येईल.

असे जे ब्रह्म ते एकबीज आहे. या श्लोकामध्ये एकबीज हा एकच शब्द ब्रह्माचे अन्वयलक्षण म्हणून आहे. इतर सर्व वर्णन व्यतिरेकातच केले आहे. एकबीज शब्दाचा अर्थ करणे थोडे अवघड आहे. संख्या मोजण्याची एकापासून सुरुवात होते हे खरे असले तरी एक म्हणजे काय हे सांगणे गणितशास्त्रालाही आपल्या स्वतःच्या शक्तिपलीकडचे वाटते. या एकाच्या एकत्वाचे जे कारण आहे ते एकबीज. या अर्थाने ब्रह्माला एकबीज म्हटले आहे. अशा ब्रह्माची जे एकचित्त होऊन उत्कृष्टपणे उपासना करतात तेच खरे धन्य होत. इतर हे भवपाशांत बांधलेले तसेच राहतात.

एकचित्तता आली तर उपासनेला उत्कटता नसते. उपासनेला उत्कटता आली तर एकचित्तता साधत नाही वा टिकत नाही. अर्थात् खऱ्या साक्षात्कारासाठी दोन्हीही गोष्टी एकत्र असाव्या लागतात. माणूस साधकदशेत अनेक प्रकारांनी उपासना करित असतो. त्यातील गंध-फूल, अक्षता, जल, नैवेद्य, आसन, स्थान इत्यादि दृष्टीने उपासना करणे हे अगदीच स्थूल आहे, अगदी वरवरचे वा प्राथमिक आहे. हे प्रेम जितके उत्कट, जितके व्यापक, जितके अखंड तितकी उपासना श्रेष्ठ. हे प्रेम साधल्यानंतर शेवटी प्रेमाशी वा प्रेमवस्तूशी पूर्ण एकतानता प्राप्त होऊन जी एकरूपता निर्माण होते, 'एकपणाही मिठी पडो सरली' असे ज्यांचे वर्णन ज्ञानोबाराय करतात तेच खरे एकचित्तत्व. अशी स्थिति तुकोबासारख्या संतांची असते. ते या पृथ्वीतलावर आले असले तरी भवपाशाने बद्ध नसतात. पाण्यामध्ये पोहणे वा पाण्यामध्ये गटांगळ्या खाणे यात जो फरक आहे तोच संतांच्या व सामान्यांच्या जीवनात असतो.

(वृत्त : वसंततिलका)

अज्ञानपंक - परिमग्नमपेत- सारं

दुःखालयं मरण- जन्म-जरावसक्तम् ।

संसार-बंधनमनित्यमवेक्ष्य धन्या

ज्ञानासिना तदवशीर्य विनिश्चयन्ति ॥ ६ ॥

संसाराचे हे बंधन, अज्ञानाच्या चिखलात रुतविणारे, सार नसलेले, दुःखाचे माहेरघर असणारे, जन्म-मृत्यु आणि म्हातारपण यांनी त्रासदायक होणारे आणि अनित्य आहे असे जाणून ते बंधन ज्ञानरूपी शस्त्राने तोडले पाहिजे. ज्ञानखड्गानेच ते तुटणे शक्य आहे असा ज्यांचा निश्चय होतो ते धन्य होत.

अज्ञानाच्या चिखलात रुतलेले, साररूप म्हणजे हितकर, खऱ्या अर्थाने उपयोगी पडणारे, असे ज्यात काही नाही म्हणजे जे चोथ्यासारखे आहे, दुःखाचे केवळ घर आहे, जन्म-मृत्यु आणि म्हातारपण याच अवस्थांनी जे बांधलेले आहे, ज्यामध्ये कोणत्याही स्वरूपाची शाश्वतता वा स्थिरता नाही असे हे संसाराचे बंधन आहे. संसाराचे हे वर्णन ऐकावयास कितीही नकोसे वाटले तरी ते सत्य आहे. सत्य व सत्याचे ज्ञान हे नेहमीच प्रखर म्हणून दाहकही असते. ही प्रखरता वा दाहकता आपणास सोसवत नाही, ती नकोशी वाटते. हेच अज्ञान आणि सर्व जीवन यानेच भरले आहे. एखादी वस्तू आपण माझी म्हणतो व ती माझी आहे या कल्पनेत सुखदुःख भोगतो. अज्ञान हेच याचे कारण. अशीच संसाराला दिलेली वरची सर्व विशेषणे वा वर्णने यथार्थ आहेत. संसारामध्ये सार असते तर जीवाला समाधान लाभले असते. पण तसे होत नाही. वस्तू प्राप्त होताच समाधान देण्याचा तिचा गुण नष्ट होतो हे सर्वानीच अनेक वेळा अनेक प्रकारांनी अनुभविले आहे. अशा या संसाराची खरी ओळख करून घेऊन ज्ञानरूपी खड्गाने जे या बंधनाचा नाश करतात व त्या निश्चयाने वागतात तेच धन्य होत.

ज्ञानाला खड्गाची उपमा देऊन तोडण्याच्या क्रियेचे वर्णन क्रौर्यासाठी केलेले नाही; हिताचा विचार करून केलेले आहे. मूल दुखाणाइत असताना कुशल शस्त्रवैद्यच त्याचे रक्षण करू शकतो. अडाणी आईचा मायाळूपणा मुलाला वाचवू शकत नाही हे लक्षात घेतले म्हणजे मग संसारबंधनाला ज्ञानखड्गाने तोडावे, असे का म्हणतात त्याचे स्वारस्य लक्षात येईल.

(वृत्त : वसंततिलका)

शान्तैरनन्य-मतिभिर्मधुरस्वभावै-

रेकत्व-निश्चितमनोभिरपेत-मोहैः ।

साकं वनेषु विदितात्मपद-स्वरूपं

तद्वस्तु सम्यगनिशं विमृशन्ति धन्याः ॥ ७ ॥

शांत, अनन्य, गोड स्वभावाच्या, मोह नाहीसा झालेल्या, सर्व एकच आहे असा ज्यांच्या मनाचा निश्चय झाला आहे अशा सत्पुरुषांच्या मेळाव्यात बसून, अरण्यात राहून आत्मसाक्षात्काराची आणि सद्बस्तूची जे चर्चा करतात, त्यासंबंधी विचार करतात, ते धन्य होत.

या श्लोकांमध्ये अतिशय काव्यमय शब्दांत सत्संगतीचे महात्म्य शंकराचार्यांनी वर्णन केले आहे. सर्व प्रकारच्या विकारांपासून वा वासनांपासून अलिप्त असल्यामुळेच जे शांत आहेत, ज्यांची बुद्धी ब्रह्मामध्ये अनन्य झाली आहे, जगत्कल्याणाच्या उत्कट तळमळीने जे मधुर स्वभावाचे बनलेले आहेत, ज्यांच्या मनाने एकत्वाचा दृढनिश्चय केला आहे, सर्व प्रकारचे मोह ज्यांच्यापासून दूर झाले आहेत अशा संतांच्या सहवासामध्ये एकान्तात जे रमतात आणि सातत्याने व दक्षतेने ब्रह्मरूप आत्मपदाचे चिंतन करतात, ते धन्य होत.

माणसाला आधी संत कोणाला म्हणावे हे समजत नाही. गंध, कपडे, वेषभूषा व विक्षिप्त वर्तन किंवा काही चमत्कार करण्याचे सामर्थ्य ज्यांच्याजवळ आहे त्याला तो संत समजतो आणि अशा संतांच्या सहवासात राहून “नोकरी द्या, मूल द्या, रोग घालवा, पैसे द्या, संकट दूर करा, सत्ता-कीर्ती मिळवून द्या, शत्रूचा नाश करा,” या व यासारख्या अभिलाषा पूर्ण करण्याची इच्छा करतो, क्वचित खऱ्या संताची संगति लाभली तरी वरील अभिलाषेमुळे तो तेथे फार वेळ टिकत नाही. म्हणून शंकराचार्य ‘धन्य’ व्यक्तीची व्याख्या करताना शांत, निर्मोही, ब्रह्मनिष्ठ, अशा संतांच्या सहवासात सातत्याने राहून आत्मचिंतन करणाऱ्याला ‘धन्य’ मानीत आहेत.

आपण सर्वजण सत्ता, संपत्ती, संतती यांनी युक्त असलेल्या व्यक्तीला धन्य म्हणतो. खरा धन्य कोण ते आचार्यांनी या प्रकरणात सांगितले आहे. या उपदेशाचे चिंतन जीवनात आनंद, स्वस्थता, शांतता उत्पन्न करणारे आहे. म्हणून त्याचे चिंतन करावे.

नमः पार्वतीपते हर हर महादेव !

