निष्ठा आणि अनुभव

–बापट गुरुजी

संतोपदेश...

कुठलीही साधना करताना अन्य अवधानं गुंडाळून ती जीव ओतून करावी.

एकाग्रता आणि निष्ठा या मनाच्या अत्यंत उपयुक्त अशा वृत्ती आहेत. वैदिक काळातील ऋषी-मुनींपासून ते अर्वाचीन काळातील समर्थ रामदासांपर्यंत आणि त्यानंतरच्याही अनेक भारतीय सत्पुरुषांनी मनावर सखोल संशोधन केलं आहे. प्रसिद्ध तत्त्वज्ञ हिप्पोक्रेट्स, सॉक्रिटिस, अलिकडच्या काळातला मानसशास्त्रज्ञ पावलोव यांच्यासह अनेक पाश्चात्य संशोधकांनीही मनावर संशोधन केले आहे. पंचेंद्रियांकडून प्राप्त होणाऱ्या सृष्टीच्या ज्ञानाचे पृथक्करण करण्याचा निर्णायक अधिकार मनाकडे असतो. मनाने सृष्टीचे अवलोकन करण्याच्या ह्या क्रियेत तीन घटक समाविष्ट असतात. पहिला म्हणजे 'अनुभावक' अर्थात् अनुभव घेणारा 'मी' हा केंद्रबिंदू असतो. यामध्ये 'मी' हा कर्ता झाला आणि त्यालाच अनुभावक म्हटलं गेलं आहे. हा अनुभावक ज्या भौतिक गोष्टींकडे बघतो, इतर मनुष्यांकडे बघतो किंबहुना सृष्टीतल्या ज्या ज्या पदार्थांकडे बघतो त्यांना 'अनुभाव्य' असं म्हणतात. अनुभाव्याकडे बघण्यामुळे त्या अनुभावकाला जे काही जाणवतं तो म्हणजे त्याला मिळालेला 'अनुभव!' म्हणजेच अनुभावक, अनुभाव्य आणि अनुभव अशी त्रिपुटी तिथे सिद्ध झाली. अनुभवाच्या प्रक्रियेतून मनुष्य रोजच्या रोज काहीतरी शिकतो, शहाणा होतो. अनुभवातून जो शिकत नाही तो मनुष्य नाहीच कारण तो त्याहीपेक्षा खालच्या स्तरावर गेलेला असतो. आपल्या प्राचीन भारतीय ऋषी-मुनींनी ह्याच अनुभवाच्या प्रक्रियेचा आधार घेऊन सखोल संशोधन केलं. आधुनिक विज्ञानातली संशोधन प्रक्रियासुद्धा याच पद्धतीने अनुभवावर आधारित अशी असते. फरक एवढाच की ऋषी-मुनींनी बाह्यसृष्टीऐवजी अंतरात्म्याकडे वळून आंतरसृष्टीचं निरीक्षण करत संशोधन केलं आणि त्यांना त्यातून जे अनुभव आले त्या अनुभवांच्या आधारे त्यांनी समाजाला मार्गदर्शन केलं.

प्राचीन काळातल्या ऋषी-मुनींनी ज्याप्रकारे आंतरसृष्टीवरच्या चिंतनातून, एकाग्रतेतून अनुभव घेतले, तेच अनुभव आजच्या काळातल्या एखाद्या अनुभावकालाही येऊ शकतात. नव्हे तसं अर्वाचीन काळातल्या कित्येक सत्पुरुषांनी नोंदवूनही ठेवलं आहे. याचाच अर्थ या सर्व प्रक्रियेत निश्चितपणे सत्यता आहे. मग एखादा तथाकथित विज्ञानवादी जर असं म्हणू लागला की, 'नाही, मला ज्या अर्थी हा अनुभव आला नाही त्याअर्थी तो खोटा आहे' तर तसं म्हणणं योग्य होणार नाही. कुत्र्याचं घ्राणेंद्रिय मनुष्यापेक्षा कैक पटीने बलवान असतं. ह्या शक्तीचा उपयोग करून, गुन्हेगारांना शोधून काढण्यासाठी कुत्र्यांची मदत घेतली जाते. पण आपण जर असं म्हणू लागलो की, 'मला ज्याअर्थी असा वास येत नाही त्याअर्थी कुत्र्याला वास येतो असं म्हणणं म्हणजे थोतांड आहे', तर ते चुकीचं होईल. आपण विज्ञानाच्या पुस्तकात वाचतो की एव्हरेस्ट शिखराची उंची अंदाजे २९ हजार फूट आहे. पण त्याची शहानिशा करायला आपल्यापैकी प्रत्येकजण काही एव्हरेस्ट शिखरावर जाऊन त्याची उंची प्रत्यक्षपणे मोजू शकत नाही. याचाच अर्थ कोणतातरी शास्त्रज्ञ प्रयोग करतो आणि त्याने काढलेल्या निष्कर्षावर आपण विश्वास ठेवतो.

गुरु गोविंदसिंग

समृद्ध लॉज
राहण्याची व्यवस्था
स्टेशन रोड, पुणे स्टेशनजवळ,
पुणे – ४११ ००१
दूरध्वनी : ६५०००७०६

म्हणजे अनुभाव्य, अनुभावक आणि अनुभव ही तिथे सिद्ध झालेली त्रिपुटी आपण मान्य करतो. विज्ञानात अशा सोयीस्कर परोक्ष त्रिपुटी मान्य करताना अध्यात्मातल्या अनुभवांसंबंधी मात्र तथाकथित विज्ञानवादी म्हणतात, 'असं टाळ कुटून, नामजप करून, आरती करून, यज्ञ करून काही होणार आहे का? काही मिळणार आहे का? त्यापेक्षा श्रमशक्तीला चालना देणारं काम करावं ज्यामुळे समाजाला आणि व्यक्तीला असा दुहेरी फायदा होईल.' हे मत म्हणजे आध्यात्मिक साधनेतून व्यक्तिगत आणि पूर्ण समाजाच्या प्रगतीच्या दृष्टीने होणाऱ्या उत्तम परिणामांना नाकारण्यासारखं आहे.

प्राचीन काळापासून धर्म आणि विज्ञान यांची सतत फारकत होत आली आहे. विशेषत: पाश्चात्य संस्कृतीत असं विशेषत्वाने घडलेलं आढळतं. धर्म याचा अर्थ समाजाला आवश्यक असणारी नियमावली आणि शिस्तबद्धता. आज आपण बघतो की धर्माने एक मत सांगितलं की विज्ञान लगेच दुसऱ्या टोकाचं मत मांडतं. धर्म आणि विज्ञानाच्या या फारकतीमुळे मानवी समाजाची अपरंपार हानी झाली आहे. विज्ञानाने जे सिद्ध केलं आहे ते जर धर्माने वेळोवेळी मान्य केलं असतं किंवा धर्माने जे सप्रमाण सिद्ध केलं आहे ते विज्ञानाने मान्य केलं असतं तर ही वेळ आलीच नसती. याचाच अर्थ असा की विज्ञान आणि अध्यात्म या दोघांनी हातात हात घालून, एकमेकांशी सांगड घालून पुढे जाणं आवश्यक आहे. थोडक्यात अनुभाव्य, अनुभावक आणि अनुभव या तिघांची सांगड दोन्ही दृष्टिकोनातून घातली गेली पाहिजे. परंतु दुर्दैवाने अशी सांगड कुठेच घातली जात नाही. ती का घातली जात नाही याचाही विचार आपल्याला करता यायला हवा. या फारकतीचं प्रमुख कारण म्हणजे माणसाचं मन, जे एकाच वेळी चार प्रकारे कार्यरत असतं. ते चार प्रकार कोणते ते आपण आता बघू.

चार प्रकारची मनं

पहिल्या प्रकारचं मन म्हणजे शारीरिक मन. हे मन फक्त देहाकडे लक्ष देतं. 'काय केलं असता माझ्या देहाला सुख मिळेल?' या विचाराने ते मन सतत देहसुखाच्या शोधात असतं आणि त्या दृष्टीने हालचाली करतं. दुसरं असतं ते मानसिक मन. यामध्ये मनाला आवडणाऱ्या गोष्टींचाच विचार ते मन करतं. जर मनावर उत्तम संस्कार घडले असतील तर ते मन शरीराचं काहीही न ऐकता उत्तमोत्तम गोष्टी करण्याची आज्ञा देहाला देईल किंवा याउलट म्हणजे भलत्या-सलत्या गोष्टी सांगून ते मन कदाचित शरीराला परावृत्तही करेल. तिसरा प्रकार म्हणजे बुद्धिवादी मन. ज्या मनाला 'मी अत्यंत बुद्धिमान आहे' असा सतत अहंकार असतो त्या मनावर बुद्धीचा पगडा जबरदस्त असतो. त्यामुळे कुठलाही निर्णय बुद्धीच्या मान्यतेशिवाय घेतला जात नाही. चौथ्या प्रकारात मन आणि बुद्धी या दोन्हींचा अंमल बलवान नसतो. याला साध्या भाषेत अज्ञाणीपणा किंवा भाबडेपणा म्हणता येईल. पण अशा मनुष्याच्या भाग्याने जर त्याला उत्तम संगत लाभली तर तो मनुष्य सर्वात आधी उद्धरून जाईल.

हे सर्व प्रकार अधिक समजण्यासाठी आपण एक उदाहरण घेऊ. समजा आपला वाढदिवस आहे आणि त्याविषयी आपल्या शेजाऱ्याने आपल्याला छानपैकी मिठाईचा एक मोठा पुडा भेट दिला. पुडा हातात पडल्यावर शारीरिक मन तत्काळ सांगतं, 'वा! छान! हा माणूस घरी गेला की आपण लागलीच हा पुडा उघडून त्यातली मिठाई खाऊ या.' या उलट मानसिक मन म्हणेल, 'अरे, तो पुडा मिळाला आहे ते ठीक आहे, पण एवढी साखर खाणं तुझ्यासाठी चांगलं नाही, तू थोडं बेताने खा.' तिसऱ्या प्रकारात बुद्धीचा अंमल असतो त्यामुळे मनुष्याचं मन विचार करतं, 'ही मिठाई याने स्वत: बनवली की कुठून तरी विकत आणली? याचा देण्याचा हेतू काय असावा? कालपर्यंत हा मला शिव्या

देत होता आणि आज मला मिठाई देतो आहे, तेव्हा नक्कीच काहीतरी गौडबंगाल आहे!' चौथ्या प्रकारातलं मन जर उत्तम संस्कारांनी युक्त असेल तर ते विचार करतं,'याने हा मिठाईचा पुडा मला आणून दिला खरा, पण हे मिठाईचं ऋण मी माझ्या खांद्यावर घेणं योग्य आहे का? मी यासाठी लायक आहे का? हा भारी किमतीचा पुडा मला मिळाल्यामुळे त्यातून जे कर्मनियम निर्माण होतील ते मी कधी आणि कसे फेडणार?' गंमत अशी की ही चारही प्रकारची मनं एकाच मनुष्यात कार्यरत असू शकतात. त्यापैकी जे मन सर्वात बलवान असेल त्याचेच विचार अंमलात आणले जातात.

आपलं मन कोणत्या प्रकारातल्या विचारांना आहारी जावं किंवा जाऊ नये हे ज्याचं त्याने ठरवायचं असतं. हे साधं मिठाईचं उदाहरण झालं. प्रत्यक्ष जीवनामध्येही रोजच्या रोज अशा घटना घडत असतात. जे तात्पुरतं सुखदायक असेल तेच करायला आपलं मन तत्पर असतं. त्यामुळे,'हा नामजप करून मला काय मिळणार?' असे विक्षेप मनात येतात. संकुचित बुद्धीने केलेल्या वैज्ञानिक प्रयोगांच्या आधारे आध्यात्मिक साधनेतील तत्काळ मिळणारे फायदे सिद्ध करणं अवघड असतं, त्यामुळे तथाकथित विज्ञानवादी,'हे सगळं खोटं आहे, याला काहीही आधार नाही' असं म्हणून मोकळे होतात. आधीच डळमळीत झालेल्या मनाला लोक सल्ला देतात,'अरे, तू काय वेडा आहेस का? कुठे जप करून वेळ फुकट घालवतोस? लोक काय म्हणतील?' हीच साधकाच्या निष्ठेची आणि साधनेची खरी कसोटी असते.

तू समय नही जानता, काल भी नही जानता!

गुरु गोविंदसिंह हे शीख धर्मातले दहावे गुरु म्हणजे लढाऊ बाण्याचे आणि अध्यात्मात उच्च दर्जा प्राप्त केलेले श्रेष्ठ संत होते. एक तरुण मनुष्य त्यांच्याकडे अनुग्रह घेण्यासाठी गेला. गुरु गोविंदसिंहांनी त्याला अनुग्रह दिला आणि त्यावेळच्या पद्धतीप्रमाणे त्याला आपल्या मठात सेवेला ठेवून घेतलं. गुरूंनी त्याला विचारलं,'तू काय काम करणार? तुला काय येतं?' वास्तविक त्या तरुणाला स्वयंपाक, शस्त्रविद्या वगैरे कोणतंच कौशल्य अवगत नव्हतं. त्याने तसं प्रांजलपणे गुरु गोविंदसिंहांना सांगून टाकलं. पुढे तो तरुण म्हणाला,'गुरुदेव, मला फक्त घोड्यांची निगा राखण्याचं काम येतं. मी ते काम उत्तमपणे मन लावून करीन.' तरुणाच्या इच्छेनुसार गुरु गोविंदसिंहांनी त्याला घोड्यांच्या पागेत घोड्यांची निगा राखण्यासाठी नियुक्त केलं.

काही दिवसांनी गुरु गोविंदसिंहांना दिसलं की घोड्यांची अत्यंत उत्तम निगा राखली जात आहे, त्यांच्या देहयष्टीमध्ये, आकारात, वजनात चांगला बदल जाणवतो आहे. मग गुरु गोविंदसिंहांनी त्या निरक्षर तरुणाला थोडं थोडं शिकवायला सुरुवात केली. ते त्याला रोज सकाळी एक अध्यात्मातलं वाक्य शिकवत आणि तो तरुण ते वाक्य दिवसभर घोकून घोकून पाठ करीत असे. असं करत करत वेदांतली महावाक्य झाली, ईश्वराची नामस्मरणं झाली, पुराणातील झाली. हे सगळं त्याला मुखोद्गत यायला लागलं.

एके दिवशी गुरु गोविंदसिंह अत्यंत गडबडीत कुठेतरी काही दिवसांसाठी चालले होते आणि तेवढ्यात तो तरुण धावतपळत तिथे आला आणि म्हणाला,'गुरुदेव, आजचं वाक्य तुम्ही मला लिहून दिलेलं नाही.' गोविंदसिंह अत्यंत घाईत असल्यामुळे थोडासा त्रासल्यासारखा चेहरा करून म्हणाले,'अरे, तू समय भी नही जानता, काल भी नही जानता!' त्यांना म्हणायचं होतं की तुला काळ-वेळ काही कळतो की नाही? पण या तरुणाची आपल्या सद्गुरुंवर इतकी निष्ठा की त्याने तेच वाक्य घोकायला सुरुवात केली की,'तू समय भी नही जानता, काल भी नही

श्री सुंदर नारायण गणेश
संस्कार केंद्र
मु. देवबांध, जि-ठाणे
येथील
वनवासी कल्याणकारी
कार्यासाठी
सढळ हस्ते मदत करा
सौजन्य
मे. एस. आर. पुसाळकर
आणि कं., मुंबई

जानता.' ते वाक्य म्हणजे जणू त्याच्यासाठी गुरुवाक्यच झालं. तो त्या वाक्याचं दिवस-रात्र पठण करू लागला.

गुरु गोविंदसिंहांची सेवा करणारे, वर्षानुवर्ष त्या मठात राहणारे अनेक शिष्य होते, त्यांच्यासाठी हा थट्टेचा विषय झाला. गुरु गोविंदसिंह आठ-दहा दिवस बाहेरगावी गेले आणि तेवढ्या काळात त्या तरुणाने त्या वाक्याचं नामस्मरण अखंड सुरू ठेवलं. हळूहळू तो त्या नामस्मरणात तल्लीन व्हायला लागला. इतरांना वाटायला लागलं की,'अरे या वाक्यात तर रामाचं, कृष्णाचं किंवा कोणत्याच ईश्वराचं नाव नाही, तरी हा या नामस्मरणात एवढा तल्लीन होऊन देहभान कसं विसरतो बरं?' काही दिवसांनी गुरु गोविंदसिंह जेव्हा परत आले तेव्हा त्यांना इतर शिष्यांनी घडलेल्या घटनेचं कथन करून सांगितलं की बहुधा त्या तरुणाला वेड लागलं आहे. गुरु गोविंदसिंहांनी त्या तरुणाकडे पाहिलं आणि ते म्हणाले,'याला वेडबिड मुळीच लागलेलं नाही, तो दिशातीत आणि कालातीत झाला आहे. त्याने काळावर विजय मिळवला आहे. काळाचं साम्राज्य त्याला बाधित करू शकत नाही कारण तो त्रिकालज्ञ झाला आहे!'

मग गुरु गोविंदसिंहांनी त्या तरुणाला हलकेच भानावर आणलं आणि सांगितलं,'तुला ही समाधी अवस्थाच प्राप्त झाली होती. ही अवस्था तुला पुन्हा पाहिजे तेव्हा प्राप्त होईल.' थोडक्यात सद्गुरुंनी दिलेलं नाम एकाग्रतापूर्वक, निष्ठापूर्वक जपत राहिल्यानेच हे घडलं. ज्यामुळे त्या तरुणाचं सर्वोच्च कल्याण झालं होतं, हेच या गोष्टीचं खरं इंगित आहे.

कोणी कसलाही विक्षेप निर्माण केला तरी साधकाने त्याच्या निष्ठेत कमी पडता कामा नये. साधकाची निष्ठा जर कमी पडली तर कितीही काळ नामस्मरण करूनही त्याचा काही उपयोग होणार नाही. ईश्वराची आराधना करताना कोणी वेडा म्हटलं तरी हरकत नाही. कारण असा देहभान विसरलेला मनुष्य जगाच्या दृष्टीने वेडा ठरला तरी तो आतून परमेश्वराचा शहाणा झालेला असतो. काही दिवसांनी तर त्याला वेडा म्हणणारे लोकही त्याला शहाणाच म्हणतात. पण या मधल्या अवस्थेला घाबरून आपली निष्ठा न बदलता, सद्गुरु मुखातून निघालेल्या प्रत्येक वाक्याचं निष्ठापूर्वक आचरण घडलं पाहिजे.

बुद्धिवाद्यांकडून बुद्धिभेद

आध्यात्मिक उन्नतीसाठी प्रयत्न करीत असताना बुद्धिवादी समाजाकडून साधकाचा बुद्धिभेद होतच राहणार. मानवी जीवनाच्या सुरुवातीपासून ते आजपर्यंत हे असंच चालत आलं आहे आणि ते असंच पुढे चालू राहणार आहे. बुद्धिवादी समाजाने कितीही विक्षेप आणले तरी आपली निष्ठा कमकुवत न करता आपलं संकल्पित ध्येय आपल्याला पूर्ण करता यायला हवं. यामध्ये वैयक्तिक, कौटुंबिक आणि सामाजिक अशा सर्व प्रकारच्या अडचणी उद्भवू शकतात. त्यांच्याकडेही आपल्याला दुर्लक्ष करता यायला हवं, तरच ते नाम फलदायी होईल. त्याचा मंत्र सिद्ध होईल आणि या सिद्ध मंत्राचं शस्त्र आपल्या सगळ्या कर्मांचा निःपात करून टाकेल.

या उलट जर आपण सतत प्रापंचिक गोष्टीतच दंग होऊ लागलो, प्रापंचिक अडचणींवरच एकाग्रता साधू लागलो तर यातलं काहीच घडू शकणार नाही. जेव्हा प्रपंचात असाल तेव्हा जरूर प्रपंच करा, परंतु जेव्हा परमार्थात याल, परमार्थ साधून देणाऱ्या सद्गुरुच्या स्थानी याल तेव्हा बाकीचं सर्व विसरून फक्त परमार्थ करा. 'मी इथे साधना करायला आलो आहे आणि मला याशिवाय दुसरं काहीच करायचं नाही' असा हेतू ठेवला तरच ते साध्य होईल. आपण शंभर रुपयांचं तिकिट काढून एखादा सिनेमा बघायला जातो आणि तिथे तीन तास खुर्चीत खिळून पडद्यावरचे सर्व अत्याचार सहन करतो. म्हणजेच सिनेमात दंग होण्याच्या ज्या हेतूने आपण गेलो असतो तो हेतू कसंही करून आपण साध्य करतोच. तसंच आध्यात्मिक साधना करताना या हेतूच्या मागे आपण आपली सर्व शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक ताकद पणाला लावली पाहिजे. साधनेत जर संपूर्ण निष्ठा आणि एकाग्रता नसेल तर आयुष्याच्या शेवटी जेव्हा आपल्यासमोर सर्व ताळा मांडला जाईल तेव्हा कदाचित आपल्यावर आश्चर्य करण्याची वेळ येईल की,'अरे, माझ्या नावावर एवढंच जमा आहे? मग त्या स्थानावर रोज जाऊन जे काही जप-तप मी करीत होतो त्याचं काय झालं?'

सारांशाने जी कुठली साधना आपण करणार आहात ती साधना जीव ओतून करता आली पाहिजे. बाकीची सगळी अवधानं त्यावेळी गुंडाळून ठेवता आली पाहिजेत. साधना करताना 'मी कुटुंबाचा नाही, समाजाचा नाही, मी फक्त ईश्वराचा, माझ्या सद्गुरुंचा आहे' ही जाणीव आतून जागून ठेवता आली पाहिजे. त्यातच विरघळता आलं पाहिजे. तरच अनुभावक, अनुभाव्य आणि अनुभव ही त्रिपुटी अध्यात्मातही सिद्ध होईल आणि त्यातूनच शाश्वत ज्ञान प्राप्त होऊ शकेल.

❖ ❖ ❖

प.पू. सद्गुरु श्री. बापट गुरुजींच्या आध्यात्मिक कार्याविषयी अधिक जाणून घेण्यासाठी www.yadnya.in या संकेत स्थळाला भेट द्या.