

वर्तमानातल्या वर्तनाचे नियोजन

-बापट गुरुजी

संतोपदेश...

चित्तवृत्तीमध्ये
खरोखरची
शांती यायला
हवी असेल
आणि मनाच्या
एकाग्रतेसाठी
जीवनाला ईश्वर
किंवा सद्गुरु
भक्तीचा रंग
देता आला
पाहिजे.

आध्यात्मात नामजप, ध्यानादि साधना करताना, बरेच भक्त ही तक्रार करतात की मन एकाग्र होत नाही. मन एकाग्र न होण्याचं प्रमुख कारण म्हणजे, मनाची चंचलता. मानवी चंचलता. मानवी मनामध्ये दोन घडामोडी सतत घडत असतात, पहिली म्हणजे भूतकाळाची उजळणी आणि दुसरी म्हणजे भविष्य काळाचं नियोजन. प्रत्येकाने जर प्रामाणिकपणे आत्मशोधन केलं, तर लक्षात येईल की भविष्यकाळाचे नियोजन आणि भूतकाळाची उजळणी या दोन प्रकारच्या विचारांनीच मन व्यापलेलं असतं.

भविष्यकालीन नियोजन:- प्रत्येक मनुष्य व्यावहारिक दृष्टीने भविष्यकाळाचं नियोजन करतो. यामध्ये जास्तीत जास्त सुख कसं मिळेल आणि कमीत कमी दुःख कसं वाटायला येईल याचाच विचार प्रामुख्याने केला जातो. व्यावहारिक दृष्टिकोनातून भविष्यकालीन नियोजन आवश्यक असले, तरी त्या नियोजन प्रक्रियेत सातत्याने अडकून त्यायोगे मनाचे संतुलन बिघडवणे योग्य नाही, असं अध्यात्माचं प्रतिपादन आहे. खरे तर व्यावहारिक जीवनाइतकीच, किंबहुना त्याहूनही अधिक आवश्यकता आध्यात्मिक नियोजनाची असते. कारण, व्यावहारिक जीवनातल्या नियोजनात सतत अडकून राहणं हे सुख-दुःखादि क्लेश निर्माण करणारं असतं, तर आध्यात्मिक जीवनातलं नियोजन हे सुख-दुःखाचा समतोल साधणारं असतं, त्यामुळे ते मनुष्याला बाधक ठरत नाही.

भूतकाळातल्या आठवणींची आसक्ती :- भूतकाळातल्या चुका भविष्यकाळात घडू नयेत एवढ्याच मर्यादित हेतूने भूतकाळातल्या आठवणींची केलेली उजळणी ही अध्यात्म आणि व्यावहारिक जीवन या दोन्हीसाठी उपयुक्त ठरते. पण जेव्हा मनुष्य वारंवार भूतकाळातल्या आठवणींमध्ये तल्लीन होतो तेव्हा त्याची साधनेतली एकाग्रता निश्चितपणे नष्ट होते. शरीराने नामसाधना किंवा पूजा-अर्चा यासारख्या क्रिया सुरू राहतात, पण त्यावेळी मनाची तिथे उपस्थिती नसेल, मन जर भूतकाळात रमलेलं असेल, तर साधनेचं श्रेय साधकाला पूर्णांशाने मिळत नाही.

भूतकाळातल्या भोगांचं स्मरण करण्यामागे, मनाच्या आसक्तीने दोन प्रकार असतात; एक म्हणजे तीव्र आसक्ती, तर दुसरी मंद आसक्ती. जीवनात एखाद्या वेळी मनुष्याला अपरिमित दुःखद परिस्थितीला सामोरं जावं लागतं. त्यानंतर तो मनुष्य त्या दुःखाचं पुनःपुन्हा स्मरण करत राहिला तर जणू तेच दुःख पुनरावृत्तीने भोगून त्याचे संस्कार परत परत चित्तावर होत राहतात आणि चित्तामध्ये मलिन्य येत राहतं. हे चित्ताचं मलिन्य साधनेमध्ये एकाग्रता होऊ देत नाही. अशाप्रकारची तीव्र आसक्ती फक्त दुःखद घटनांची असते असं नाही तर भूतकाळात उपभोगलेल्या सुखाची आसक्ती सुद्धा मनामध्ये तीव्रतेने निर्माण होते. एखादा श्रीमंत मनुष्य अचानक दरिद्री झाला किंवा एखाद्या उच्चपदस्थ व्यक्तीला त्या पदावरून काही कारणाने पायउतार व्हावे लागले तर असा माणूस परत परत जुन्या आठवणी सांगताना आढळेल, 'अरे, काय काळ होता तो! काय सुंदर दिवस होते ते!' अशा प्रकारे सुखाची वारंवार उजळणी त्याच्या मनामध्ये होत राहते. भोगलेल्या दुःखाप्रमाणेच सरलेल्या सुखाच्या आठवणींचे संस्कार चित्तात मलिन्य निर्माण करतात.

सुखदुःखाच्या प्रसंगाची वारंवार उजळणी करण्याच्या मनाच्या सवयीला अध्यात्मात तीव्र आसक्ती म्हणतात. प्रपंचातली सुखं किंवा दुःखं, या दोन्हीच्या तीव्र चिंतनामुळे कर्मभोगांमध्ये भर पडते. सुख किंवा दुःख यातला फरक फक्त मनाला कळतो, शरीराच्या दृष्टीने दोन्हीचे परिणाम एकसारखेच असतात, हे आता विज्ञानानेही सिद्ध केलं आहे. त्यामुळे एखादी घटना प्रत्यक्ष घडताना जे भोग शरीराने भोगलेले



समृद्ध लॉज

राहण्याची उत्तम व्यवस्था

पुणे स्टेशननजिक,

पुणे - ४११ ००१

दूरध्वनी : २६१२२९८८

आहेत तेच भोग त्या घटनेच्या परत परत होणाऱ्या चिंतनाने पुन्हा पुन्हा शरीराला भोगायला लागतात आणि साहजिकच त्याचे दुष्परिणाम अनेक पर्तींनी वाढतात. या तीव्र आसक्ती बरोबरच काही किरकोळ स्वरूपाच्या भूतकाळातल्या आठवणींचे स्मरण सुद्धा मनुष्य करत असतो. घडून गेलेल्या घटनांबद्दल एखाद्या व्यक्तीला दोषी मानून तिला शाप देत असतो किंवा मनोमन एखाद्या व्यक्तीचे कौतुकही करत असतो. असे विचार चिन्तात दीर्घकाळ टिकत नाहीत, ते येतात आणि निघून जातात. मंदासक्तीचे विचार चिन्तात तितकेसे मालिन्य निर्माण करत नाहीत, पर्यायाने एकाग्रतेलाही फारशी बाधा निर्माण करत नाहीत.

मनोव्यापाराच्या परस्परविरोधाची गंमत अशी आहे की, ज्या गोष्टींचे परत परत स्मरण व्हायला पाहिजे, मनन, चिंतन, निदध्यासन व्हायला पाहिजे, त्या आध्यात्मिक विचारांची मानवी मनाला मंद आसक्ती असते. तर याउलट ज्या विचारांमुळे एकाग्रता भंग पावते नेमक्या त्याच विचारांची तीव्र आसक्ती मानवी मनात उत्पन्न होते! ज्याला अध्यात्मात खरोखरची प्रगती साधायची आहे त्याने मनाच्या या खेळाला बळी न पडता प्रयत्नपूर्वक प्रापंचिक विचारांना 'मंद मनोराज्यात' ठेवून आध्यात्मिक विचारांना 'तीव्र मनोराज्यात' अधिष्ठित केलं पाहिजे.

पाश्चात्य देशातली एक गोष्ट आहे. एक प्रसिद्ध गायक त्याचं आवडतं वाद्य म्हणजे 'व्हायोलिन' घेऊन एका गावाहून दुसऱ्या गावी चालला होता. त्याने आपल्या जवळची सगळी धनसंपत्ती एका घोड्यावर लादली होती. वाटेत चोरांनी त्या गायकावर हल्ला केला आणि त्याचं सगळं धन लुटून घेतलं. धनावरोबर व्हायोलिनसुद्धा काढून घेतलं. व्हायोलिन घेतलेलं बघून गायक महाशय फारच अस्वस्थ झाले. जसं दान, यज्ञ, नामजप ही ईश्वरी आराधनेची विविध साधने आहेत, तसंच या गायकाचं साधन म्हणजे त्याचं व्हायोलिन होय. साधनच लुटलं गेल्यावर गायकाने चोरांसमोर हात जोडले आणि विनंती केली, "माझं सगळं धन लुटलं तरी काही हरकत नाही, पण माझं आवडतं व्हायोलिन तेवढं परत करा. मी त्याशिवाय जगूच शकणार नाही." बराच वेळ विनंती केल्यावर चोरांच्या प्रमुखाला दया आली. त्याने ते वाद्य गायकाला परत केलं. व्हायोलिन मिळाल्यावर गायक महाशय इतके खूष झाले, त्यांना गाण्याचा इतका उमाळा आला की त्यांनी व्हायोलिनवर आर्त स्वर छेडत गायला सुरूवात केली. त्या स्वरांनी चोरांवर जणू मोहिनी घातली. सगळेच त्या गाण्यात तल्लीन झाले.

जसं गाणं संपलं तसा चोरांचा सरदार उभा राहिला आणि म्हणाला, 'तुझं गायन-वादन अलौकिक आहे. खरोखर तुझी हाक ईश्वरापर्यंत नक्की पोहोचत असणार. कारण त्यात अतिशय आर्तता आहे, तळमळ आहे. तुझं वाद्य आम्ही तुला परत केलंच आहे, आता तुझी धनदौलत सुद्धा परत देतो. शिवाय तुझ्या कलेची दाद म्हणून आमच्याकडून खास बक्षिसाचाही स्वीकार कर!'

चोरांच्या सरदाराने सगळी लूट तर परत केलीच पण भरघोस बक्षीस देऊन गायकाला जंगलाबाहेर सुखरूप सोडलं! हे सगळं कशामुळे घडलं, तर त्या व्हायोलिनवरच्या म्हणजे साधनावरच्या नितांत भक्तीमुळे! त्या साधनापुढे बाकी सर्व धनसंपत्ती त्या गायकाला फोल वाटत होती! त्यामुळेच तो संकटातून सहीसलामत सुटू शकला. तद्वतच अध्यात्मातही साधनेवरचा विश्वास जर दृढ असेल तर कितीही संकटं आली तरी हा भवसागर निश्चितपणे पार करता येतो. जीवनाचा भवसागर पार करणं इतकं सोपं नाही कारण चहुबाजूंनी संकटाच्या लाटा आपल्यावर आदळत असतात. परंतु साधनेची नौका जर बळकट असेल तर भवसागरातल्या लाटा कितीही प्रक्षुब्ध झाल्या तरी पैलतीर गाठता येतो.

वर्तमान एक संधिकाल :- सारांशाने, भूतकाळ घडून गेला आहे, त्यामुळे त्याचा उपयोग फक्त धडे शिकण्यासाठी आहे. भविष्यकाळाचे कितीही नियोजन केले तरी ते आताच्या

म्हणजे वर्तमानातल्या क्षणावर अवलंबून आहे. संस्कृत व्याकरण शास्त्रज्ञ पाणिनीने वर्तमानकाळाची उत्तम व्याख्या केली आहे.

'वर्तमानसामीप्ये वर्तमानवद्धा' (३/३/१३१)

वर्तमानसामीप्य हे वर्तमानाप्रमाणेच असते. उदा- 'मी आता आलो आहे', हे भूतकाळाला उद्देशून वापरलेले वाक्य आणि 'मी आता जात आहे', हे भविष्यकाळाला उद्देशून वापरलेले वाक्य यामध्ये वर्तमानसामीप्य आहे. वस्तुतः वर्तमान असा काळच नसतो! गेलेला क्षण तो भूतकाळ आणि येणारा क्षण तो भविष्यकाळ आणि या दोन्हीमधला संधिकाल तो वर्तमानकाळ होय. सदैव भूतकाळात आणि भविष्यकाळात रमणारे हे मन वर्तमानकाळात कधीच राहत नाही. खरे तर कर्म नियमांच्या प्रमेयांप्रमाणेच येणाऱ्या भविष्यकाळाची पायाभरणी आपल्याला या 'संधिकालात' करायची असते. म्हणजेच वर्तमानकाळातल्या प्रत्येक क्षणी जर आपण कायावाचा मनाने उत्तम वर्तन करू शकलो तर भविष्यकाळाचे निराळे नियोजन करण्याची आवश्यकता राहणार नाही. वर्तमानाचे उत्कृष्ट आध्यात्मिक नियोजन जर आपण करू शकलो, त्या काळात भूतकाळातल्या आठवणी उगाळत बसलो नाही, तर मनाचे चांचल्य काही काळानंतर आपोआप कमी झालेलं आपल्या लक्षात येईल. चित्तवृत्तीमध्ये शांतता प्रस्थापित झाल्यामुळे कितीही संकट आली तरी नियोजित सत्कर्मापासून आपण दूर जाणार नाही. कबीराचा दोहा आहे, "पाया हो तो दे दे प्यारै। पाय पाय फिर खोना क्या रे।। जब अखियन में नींद घनेरी। तकिया और बिछोना क्या रे।। कहे कबीर प्रेम का मारग। सीर देना तो रोना क्या रे।।"

एकदा का ईश्वरासमोर, सद्गुरुसमोर तुम्ही शरणागती पत्करली की मग जग तुम्हाला कसे का वागवेना, त्याचा विचार करण्याची गरज नाही. जसं डोळ्यावर अनावर झोप असताना माणूस उशी-पांघरूणाचा विचारही करीत नाही तसंच ईश्वरापर्यंत पोहोचण्याचा निश्चय पक्का असेल, त्याला शरणागतीरूपी 'शीर' बहाल केलं असेल, तर दैनंदिन जीवनातल्या संकटांचा विचार करून रडण्याची गरजच नाही. ज्याअर्थी व्यवहारातलं कोणतंही सुख शाश्वत नाही त्याअर्थी दुःखही शाश्वत नाही. सुख-दुःख दोन्ही जर अशाश्वत असतील तर सुखाच्या आनंदात रममाण होण्यापेक्षा किंवा दुःखात रडत बसण्यापेक्षा आपली आध्यात्मिक मार्गक्रमणा योग्य रीतीने चालू ठेवणं हेच मनुष्यासाठी श्रेयस्कर आहे.

भक्तीच्या रंगात रंगून जा! :- साधकाच्या हातून जी साधना घडत असते ती सद्गुरुकृपेने घडत असते. एकदा का सद्गुरु तत्त्वावर आपण आपलं जीवन सोपवलं की ते

संतकृपा मासिकास निरपेक्ष दान देणारे दानदाते

- १) क्ष, मु.पो.बदलापूर, जि.ठाणे रु.१०,०००/-
- २) श्री. गोखले सुधीर रु. ३,०००/-
गोकुळ निवास, श्रीकृष्ण बोर्डिंग हाऊस दादर(प), मुंबई-४०००२८.
- ३) स्वामी उमानंद सरस्वती सिद्धयोग रु. ३,०००/-
मिशन ट्रस्ट, एरंडवणे-पुणे-४११००४
- ४) श्री.ए.जी. गद्रे रु. ५,०००/-
विंडकिलक, सी-२२/६, जीवनवीमा नगर, वोरिवली(प), मुंबई-४००१०३.

आपल्याकडून योग्य मार्गक्रमणा करून घेईलच यावर साधकाची दृढ श्रद्धा हवी. यात कोणतीही शंका, विकल्प, संशय मध्ये येता कामा नये. चित्तवृत्तीमध्ये खरोखरची शांतता यायला हवी असेल आणि मन एकाग्र करायचं असेल तर संपूर्ण जीवनाला ईश्वराच्या किंवा सद्गुरुतत्त्वाच्या भक्तीचा रंग देता आला पाहिजे.

एखाद्या पांढऱ्या रंगाच्या मेणबत्तीला वरून रंग लावला तर तो रंग टिकत नाही, जरा नखांनी खरवडलं की तो रंग निघून जातो. टिकणारा रंग मेणबत्तीला लावायचा असेल तर ते मेण उष्णतेने वितळवावं लागतं आणि वितळलेल्या मेणात रंग घालून पुन्हा ती मेणबत्ती निर्माण करावी लागते, तरच तो रंग टिकतो. आपल्या जीवनाच्या मेणबत्तीला जर भक्तीचा रंग द्यायचा असेल तर वेहाला आणि मनाला तप सामर्थ्याची उष्णता द्यावी लागते. यालाच ताप सहन करणे म्हणतात! जसजसे आपण जीवनातील त्रिविध ताप भक्तीच्या सामर्थ्यासहित समत्वबुद्धीने सहन करू तसतसे चित्तरूपी मेण वितळायला लागतं. या संपूर्ण वितळलेल्या मेणात जेव्हा आपण भक्तीचा रंग मिसळू, तेव्हा तो रंग निर्माण होतो तो असतो शाश्वताचा रंग, एकरूपत्वाचा रंग आणि आयुष्याच्या अंतिम कल्याणाचा रंग!

८४ लक्ष योर्नीमध्ये वाटचाल करून त्यानंतर जीवाला मनुष्य जन्म प्राप्त होतो, तो या शाश्वत कल्याणाच्या प्राप्तीसाठी होय. भूतकाळातल्या आठवणी आणि भविष्यकाळातील चिंता न बाळगता वर्तमानकाळातल्या प्रत्येक क्षणी आपल्या आयुष्याच्या अंतिम ध्येयाची आठवण ठेवून जर साधनेशी दृढ राहता आले तर ईश्वराशी एकरूप होण्यातले अडसर निश्चितपणे दूर होतील.

