

॥ श्री सद्गुरुनाथाय नमः ॥

आत्मचिंतन - २

या अभ्यासात सर्वात महत्त्वाचे असे आहे की 'जीवाची आत्म्यावर सत्ता नसून आत्म्याची जीवावर सत्ता आहे त्यामुळे जीव स्वप्रयत्नाने वा स्वसामर्थ्याने आत्मानुभव घेऊ शकत नाही तर आत्मा स्वतःच स्वतःला प्रकट करीत असतो!' म्हणजे काय व कसे?? तर यावर चिंतन करा . . .!!

आत्मा स्वतःच स्वतःला प्रकट करीत असतो म्हणजे काय व कसे ते पाहू...

आत्मशोधाच्या या प्रवासात खरेतर सुरवातीपासूनच आत्म्याची जीवावर असलेली कृपा, त्या त्या जीवातून स्वतःला प्रकट होण्याचा संकल्प कारण आहे व या प्रवासाच्या पूर्णतेसही आत्माच केवळ कारणीभूत आहे.

या विश्वातील जीवांच्या जीवनाचा विचार केल्यास असंख्य, अगणित जीवांपैकी एखाद्यास एखाद्या क्षणी आत्म्याचे कुतूहल कसे निर्माण होते? ते जाणून त्या मार्गावर चालण्याची प्रेरणा कशी मिळते?, त्याची प्रक्रिया समजविणारा सद्गुरु कसा भेटतो?, अशा भाग्यवान जीवांपैकी सद्गुरुप्रणित उपदेशानुसार, उपासना मार्गानुसार मार्गक्रमण करता करता, त्या त्या साधनमार्गात तसेच व्यावहारिक जीवनात येणाऱ्या विविध विघ्नांशी सामना करीत, हार न मानता, परिस्थितीला शरण न जाता शेवटपर्यंत, आत्मसिद्धिपर्यंत पोहोचण्याचा प्रवास लक्षात घेतला तर यात जीवाचे सामर्थ्य फारच मर्यादित वा तोकडे आहे हे दिसून येईल. जीवाच्या निश्चयशक्तिचा यात मोलाचा वाटा आहेच पण ती शक्ति प्रदान करणारासुद्धा केवळ आत्माच आहे, तिला आत्मशक्तिच म्हटले पाहिजे. सद्गुरुकृपेचा लाभ होण्यात पूर्वसुकृताचा वाटा आहे असे मानले जाते पण असे जर आहे तर सद्गुरुकृपेचा लाभ होऊनसुद्धा काहीच मार्गक्रमण न करणारी, मार्गक्रमण करताना मार्गात मध्येच विचलित होणारी, आणि केवळ इतकेच नव्हे तर अगदी शेवटच्या टप्पा गाठणार इतक्यात काही कारणवश मार्गच्युत झालेली असंख्य उदाहरणे दृष्टोत्पत्तीस येतात. (असे कां? ही सुद्धा विचार करण्याजोगी बाब आहे.)

संसार व परमार्थ यांतील अनुभवात मूलतः फरक आहे तो असा की संसारातील अनुभव हे त्रिपुटीधारित आहेत म्हणजे तेथे अनुभवजन्य वस्तू, अनुभव व अनुभव घेणारा (भोग्य-भोक्तृत्व-भोक्ता)

अस्तित्वात असतात तर परमार्थात त्रिपुटीचा लय असतो. म्हणजे जीवाची जाणीव आत्म-स्वरूपाशी एकरूप पावते व आत्म-स्वरूप हेच आपले खरे स्वरूप आहे, 'मी तोच आहे' या अनुभवाअंती ते भानही नाहीसे होऊन म्हणजेच त्रिपुटी लय होऊन 'केवल-अवस्था' शिल्लक उरते. यांस सर्वात मोठे रूपक 'कीट-भृंग' या स्वरूपात विशद केले जाते की ज्यात अळी कीटकाचे ध्यान करता करता अंती कीटकरूपच होते. तसे आत्म्याचे ध्यान करता करता, क्षण-क्षण ती अनुभूती लाभून, त्याचा अवधि वाढत वाढत जीवाची जाणीव, जी 'मी देह आहे' अशी दृढ झालेली आहे, ती आत्मस्वरूपाशी संलग्न होत होत आत्म-स्वरूपच होऊन जाते. आत्मा साक्षी आहे व जाणीव साक्षीशी एकरूप होऊन अंती ते साक्षित्वही लोप पावले.

आत्मशोधाच्या प्रक्रियेत तादात्म्य आणि वियोग या दोन स्थिति वा अवस्था, आणि स्मरण व विस्मृति ही महत्त्वाची अंगे आहेत. कधीकाळी तादात्म्य असल्याने वियोगाची भावना वा स्मृति असल्याने विस्मृतीची जाणीव होते हे खरे नव्हे काय? ज्या स्थितीचे कधी तादात्म्य झालेलेच नाही त्याच्या वियोगाची जाणीव उदित होणे शक्य आहे काय? उदाहरणार्थ अपत्य असल्याने त्याचे स्मरण आहे व त्यामुळेच ते दूर देशी गेल्यास वा नजरेआड झाल्यास अपत्य-वियोग जाणवू शकतो. म्हणूनच आज जरी जीवाची जाणीव देहाशी निगडित असली तरी केव्हातरी त्यास आत्म्याचा संस्पर्श झालेला असला पाहिजे त्यामुळे त्या स्थितिचे स्मरण वा स्मृति होत आहे.

आत्मा स्वतःला प्रकट करतो म्हणजे कसे?

समजा आपण एकाद्या ठिकाणी आहोत तेथे अचानक एखादी गोष्ट आपली नजर वेधून घेते ना? म्हणजे ती वस्तू नजर वेधून घेण्यास कारणीभूत होते. त्यासाठी आपण काही खास प्रयत्न करतो का? नाही ना? तसेच आपण नामस्मरण वा ध्यान करायला बसलो असता, आपण ध्यान लावू शकतो का? नाही तर एखाद्या क्षणी चटकन एकाग्रता साधते वा अंतरीच्या आनंदाचा अनुभव येतो. खरेतर अंतरीच्या आनंदाचा अनुभव येतो व एकाग्रता येते. म्हणजेच जीव अनुभव घेतो असे म्हणण्यापेक्षा जीवास अनुभव येतो असे म्हणणेच संयुक्तिक नव्हे काय? मग हा अनुभव कसला, कोण देतो व अनुभव कोण घेतो? तो जर नित्य आहे तर त्याचे जे स्फुरण आत, प्रत्येक जीवात होत आहे ते नित्यच असले पाहिजे.

साधना करताना ही जी आत्मानुभूति येते ती जीव स्व-सामर्थ्याने घेऊ शकत नाही तर तो अनुभव त्यास लाभतो हेच खरे आहे. तो कुणास कसा लाभेल याचे काहीच गणित नाही. त्याचे जे

प्रकटीकरण होते ते कशाने, काय कारणाने? आत्मदर्शनाच्या वाटचालीत साधना करताना, कठोर तपाचरण अवलंबणाऱ्या जीवनाचा विचार केला तर अंती त्या त्या जीवात उदित होणारी संपूर्ण शरणागति लक्षात येते. याचे ठळक उदाहरण म्हणजे श्री समर्थ रामदासांची करुणाष्टके होय. सर्वसंगपरित्याग करून दूरदेशी केलेल्या एक तपाच्या खडतर तपश्चर्येनेसुद्धा आत्मदर्शन न झाल्याने त्या व्याकुळतेच्या परिसीमेत चित्तात उत्पन्न झालेली करुणाष्टके, तो भाव, ती अवस्था इतर कुणी सामान्य बुद्धीने जाणणे केवळ अशक्यच. नित्यसिद्ध वा अवतारी सत्पुरुष यांचा अपवाद वगळता ही व्याकुळता प्रत्येक साधकाने थोड्याफार प्रमाणात अनुभवलेली असतेच असते. या करुणेचे व्यावहारिक चपखल उदाहरण म्हणजे पाळण्यातील बालकाचे देता येईल. त्या बालकास मातेचे ज्ञान आहे, तिच्या वियोगाची जाणीव झाल्याने, तिच्याशी मिलन होण्याकरता स्वतः शारीरिकदृष्ट्या तिच्याकडे जाण्यास असमर्थ असल्याने त्यापायी जे स्वाभाविक रुदन, आक्रंदन स्फुट होत आहे तेच मातेच्या हृदयात करुणा उत्पन्न होण्यास कारणीभूत नव्हे काय? त्या आक्रंदनाची तीव्रता ज्याप्रमाणे असेल त्याप्रमाणात मातेची बालकाकडे धाव घेण्याची तत्परता दिसून येते. हे आक्रंदन उत्पन्न होण्यास कुणास कुणी दुसरा मदत करू शकेल काय? ती तीव्रता वाढण्यास कुणी कुणास मदत करू शकेल काय?

त्याचप्रमाणे साधकाच्या वा जीवाच्या हृदयात उत्पन्न होणारी व्याकुळता, तळमळ वा तिची तीव्रता ही इतर कुणावर अवलंबून असूच शकत नाही. त्यामुळेच परमार्थ हा एकट्यानेच आक्रमिण्याचा मार्ग आहे. संसाराबद्दल उत्पन्न झालेले आत्यंतिक वैराग्य (यात वैराग्य म्हणजे संसाराचा त्याग हा अर्थ अभिप्रेत नाही तर अनात्म वस्तूचे आकर्षण वा प्रेम नसणे हा आहे) यावरच केवळ यावरच ही तीव्रता, उत्कटता अवलंबून आहे. अन् हे वैराग्य उत्पन्न होण्याचे कारण आहे त्या आत्म्याचे अंशतः होणारे प्रकटीकरण! त्याची तीव्रता वाढण्याचे कारणही आहे केवळ तेच वारंवार होणारे प्रकटीकरण वा संयोग आणि वियोग! म्हणूनच म्हटले जाते की सर्व विश्वाची कृपा असली तरी एकाची कृपा नसल्यास सर्व व्यर्थ आहे आणि तो एक म्हणजेच 'आत्मा' होय!!! **अशा प्रकारे आत्माच स्वतःच स्वतःला प्रकट करीत असतो हेच खरे नव्हे काय?**

दर्शन → स्मरण → विस्मरण → तळमळ → करुणा → दर्शन

जीवाला हवी आत्मानुभूति, अखंड अविरत आनंदस्थिति
जी त्याची मूळ सहजस्थिति, पण जी दुरावली असती
उपाय त्यासाठी नाना किती, जप ध्यान भजन इति
पण तरी येत नसे सहज ती, कारण जीवभाव वासनांची गुंती
विषयानंदी लाभे सहज परि असे क्षणिक ती, कारणविरहित नसेची ती
मूळ स्वरूपी लक्ष वळविता चित्ती, आत्माकार होई वृत्ति
वासनांची उकलते गुंती, जीवभावाची विसरते स्थिति
क्षण क्षण लाभे आनंद स्थिति, स्पर्शता हळुहळु मूळ स्थिति
अभ्यासे होई तीच अखंड सहजस्थिति,
गुरुकृपेची असे पूर्ण खूण ती

ईश्वरासी जाणायाचे? ? मग काय करायाचे? ?
काही नाही करायाचे! काहीच नाही करायाचे!!
पंचज्ञानेंद्रियांसी विषय नाही पुरवायाचे
तेणे काय साधायाचे, तेणे काय साधायाचे?
चित्तचतुष्टयासी नुरे काही चघळायाचे
जळावरील तरंग जणू असे रे थांबवायाचे
निश्चल स्थितीत त्या हळुहळु रमायाचे
स्वसंवेद्य आत्मरूप स्वतःशीच अनुभवायचे
अनुभवतो तो कोण अन् जाणितो त्यासी कोण
तोच तो मी नव्हे आणिक हेच केवळ जाणायाचे
काळ ठरे कल्पना, दुजे ना शांतिविना
हेच रे हेच केवळ, हेचि असे रे अनुभवायाचे
स्थितिते या पार करता काय तेथे उरायाचे
शब्द पांगुळती जेथे, ते कसे रे वर्णयाचे
विश्व सारे कल्पनाचि, नुरे काही तेथ बा रे
कृष्णदासे गुरुकृपे, सांगितले वर्म सारे

‘मी’च माझ्या स्वरूपासी जाहलो रे पारखा
स्वरूप तेचि जाणण्यासी पाहतो ‘मी’ सारखा ॥
विसरलो ‘मी’ जाणतो, ‘तो’ कोण, ‘त्यासी’ विसर कां?
विसरल्याचा ‘कुणा’ आठव, जाहला ‘तो’, ‘तोच’ का? ॥
जाणणारा ‘मी’ स्वयेचि, भान घेतो ‘मी’ स्वयेचि
भान ‘ज्याचे’ घेतसे ‘तो’, ना दुजा रे स्वये ‘मी’चि ॥
जाणीव माझी, तीच जाणीव, होतसे त्या सकल जीवा
शुद्ध जाणीव मिटवी ती, ‘मी’ ‘तू’ पण भेदभावा ॥
‘मी’च येथे, ‘मी’च तेथे, व्यापितो ‘मी’ चराचराते
अनुभव हा ‘मी’च करितो, वसतसे ‘जो’ सर्व जीवा ॥
जाणीव हो ‘माझीच’ ‘मजला’, जाणीवे ‘त्या’ ‘कोण’ रमला?
जाणीवेचि होत नेणीव, नेणीवे ‘त्या’ ‘कोण’ उमगला? ॥
जाणीव ती पार करुनि, नेणीवेत स्थिर झाला
कृष्णदास नित्य लक्षी, असे रे तो ‘त्या स्थितीला’! ॥

- कृष्णदास
-१८ मे २०१४