...प्रथमच हे लक्षात घ्यावं की, हे पुस्तक कुठल्या पंथाचं नसून उपासनेसंबंधीचं आहे. म्हटलं तर त्या अर्थानं कुठल्याही पंथातल्या उपासकालाच काय पण कुठलीही उपासना न करणाऱ्यालासुद्धा ते लागू आहे. त्याचा हेतू उपासना समजून घेणं, ज्याला त्याला आपली उत्तरं शोधायला मदत करणं किंवा समर्थ करणं हाच आहे...

...सत्पुरुष काम करतात, किंवा त्यांचे खरे श्रद्धावान भक्त काम करतात, ते असं नदीसारखं चोवीस तास. पण कधीतरी कुणाच्यातरी दृष्टीस पडणारं. बाकीचे असतात ते त्यांच्या नावानं मांडलेला बाजार असतो. काही लोक नदीवरून फुकट पाणी नेऊन ते घरोघरी व बाजारात विकत नाहीत काय ?

...माझ्या विहिरीला किंवा बोअरला जे पाणी लागलं, ते 'स्वकष्टार्जित' असलं तरी 'स्वनिर्मित' नव्हे !

...या बाबतीत मी हे मुद्दाम स्पष्ट करू इच्छितो की, उपासना हे एक नवं बंधन किंवा जादा ओझं नसून, असलेली ओझी हलकी करण्याचं शास्त्र, साधन आणि जरूर असलेली मदत आहे !

उपासना

डॉ. सुहास पेठे

।। श्री ।।

उपासना

(स्वत्याच्या उपासनेची गरज, स्वरूप, शंका यांचा सोपा उलगडा)

डॉ. सुहास पेठे
एम्.ए.,पीएच्.डी.(तत्त्वज्ञान)

उपासना

पुस्तकरूपाने प्रकाशित सातवी आवृत्ती : मार्च २०२०
डिजिटल आवृत्ती : डिसेंबर २०२१

© डॉ. सुहास पेठे , सातारा, महाराष्ट्र

डॉ. सुहास पेठे यांच्या अन्य साहित्यासाठी पहा :

वेबसाईट : www.pethekaka.com
युट्यूब चॅनेल : Shri Pethe Kaka
अँड्रॉईड ॲप : SadhanNandadeep (साधननंदादीप)

मानवी आयुष्याचा परम अर्थ शोधून
तो जगणाऱ्या
आणि
त्यासाठी खऱ्या उपासनेनं स्वतःचं
आणि
सर्वांचं जीवन
आनंदानं उजळणाऱ्या
अगणित लहान-थोर विश्वमानवांना -
कालच्या, आजच्या आणि उद्याच्याही

ही उपासना-सेवा

कृतज्ञतापूर्वक, सादर समर्पण ...

- सुहास पेठे

उपासना : थोडी पार्श्वभूमी

'उपासना' या विषयाची गरज, स्वरूप, व्याप्ती व त्यासंबंधीच्या शंका, त्यांचं निरसन - हे समजून घेण्यापूर्वी थोडं हे पाहाणं आवश्यक आहे की, हे सारं पाहाण्याची गरज का भासते ?अनेक स्तरांवरच्या अश्रद्ध-सश्रद्ध अशा असंख्य व्यक्तींशी जवळून संपर्क आल्यावर, मोकळेपणानं चर्चा झाल्यावर या विषयावर एक सोपं पुस्तक संदर्भासाठी हाती देता आलं तर बरं होईल, असं लक्षात आलं. अशा पुस्तकात शक्यतो नेहमी उपस्थित होणाऱ्या, बदलत्या काळानुसार निर्माण होत चाललेल्या, शंका-चर्चा-विषय - यांवर थोडं एकत्रित, व्यवहार्य, तर्कशुद्ध, सुटसुटीत असं काही समाविष्ट झालं तर, बरं होईल, असं वाटतं. त्यातून हा अल्पसा प्रयत्न श्रींच्या कृपेनुसार आकार घेत आहे.

प्रथम असं लक्षात येईल की, या विषयात अनेक प्रकार आहेत. त्यांतल्या पहिल्या प्रकारात अशी आपल्याला पुढं दिली तशी अनेक वाक्यं ऐकू येतात. मी उपासना शब्द ऐकला नाही. ती कशाला म्हणतात, ते मला माहीत नाही. मी कधी ती केली नाही. आजवरच्या आयुष्यात कधीही मला तिची गरज वाटली नाही, वाटत नाही. मी ती का करावी किंवा ती कशी असावी, याबद्दल मला अजून कधी पटेलसं काही उत्तर मिळालेलं नाही. उपासना हे एक थोतांड आहे. मानसिकदृष्ट्या दुर्बल लोकांच्या काही भ्रमात्मक कृती आहेत. आजच्या पुढारलेल्या जगात आणि विज्ञानयुगात असल्या गोष्टीचं काही स्थानही नाही आणि तिची काही गरजही नाही - ही किंवा यांसारखी अनेक वाक्यं आपल्याला ऐकायला मिळत असतील.

दुसऱ्या प्रकारामध्ये, तुम्ही उपासना करा- तुम्ही अमुक करा-तमुक करा, म्हणजे तुमचे प्रश्न सुटतील. तुम्ही उपासना करीत नाही म्हणून तुम्हाला अपयशं येतात. तुमच्यात स्वास्थ्य नाही. यांनी पहा उपासना केली म्हणून त्यांचं कसं सारं सुरळीत चाललं आहे. तुम्ही उपासना करीत नाही, मग देवाचा कोप होईल, नाही तर काय ? तुम्हाला अडचणी आल्या, अपयशं आली म्हणजे कळेल - असेही असंख्य उद्‌गार ऐकू येतात.

तिसरा प्रकार म्हणजे, उपासना म्हणून जे काही केलं जातं त्यांचा. त्यांत तर पशूच काय, मानवी हत्येपासून स्वतःला टोचून, सुखदुःख देऊन,

डागण्या देऊन उपासना करणारे भेटतात. कुणी शांतपणे ध्यान करणारे भेटतात. कुणी मौनजप करणारे भेटतात. कुणी यज्ञात दूध-तूप-समिधा यांची हवनं करणारे भेटतात. कुणी चढाओढीनं मंत्रपठणं, कुणी पाठ असलेले उतारे नि उदाहरणं देऊन वाक्यं, वचनं, काव्यं, अभंग यांची सरबत्ती करून श्रोत्यांना गार करणारे. कुणी श्रोत्यांना मंत्रमुग्ध करणारे, डोलवणारे भेटतात. कुणी अन्नदानं-पारायणं करणारे भेटतात.

चौथा प्रकार वेगळाच आहे. उपासना म्हणून काही लोक घरदार सोडून, संन्यासमार्गी होणारे, कुणी यात्रेमागोमाग यात्रा करीत सुटलेले, कुणी एखादा ग्रंथ घेऊन त्याचा मला तुमच्याकडं सप्ताह करायचा आहे - असं वेगवेगळ्या घर मालकांना गावोगावी जाऊन सांगणारे भेटतात. ज्यांचा त्या त्या घरमालकांना आदर वाटण्याऐवजी भीतीच जास्त वाटते आणि यांचा हा संकल्प पुरा करण्यात आपण सहकार्य केलं नाही तर, आपणच एखाद्या शापाचे किंवा पापाचे धनी होऊ की काय, असं वाटतं. याही प्रकारचे लोक आहेत. कुणी तंत्र-मंत्र - तुमच्यावरची करणी आहे, मी उतरवतो, म्हणून छातीठोकपणे सांगणारे. कुणी अघोरमार्गी - अपरात्री - स्मशानात वावरणारे. या साऱ्यालाच ते ते लोक आपली उपासना म्हणतात.

पाचवा प्रकारही खूप प्रमाणात आढळतो. तो म्हणजे, उपासना करणाऱ्यांचे अगणित पंथ असतात. त्यांचे कुणी प्रमुख-महंत-महाराज-स्वामी-साधू वगैरे असतात. ते अहमहमिकेनं आपलीच उपासना किंवा आपलाच पंथ कसा खरा, कसा उपयोगी आहे, ते अगदी गळी पडून सांगत असतात.

त्यांत दुसऱ्यांच्या मार्गाची अवहेलना, निंदाही करतात. ते एक वेळ समजतं पण एखाद्या संघटनेचे किंवा पक्षाचे सभासद करून घ्यावे तसे पंथाचे सदस्य वाढवण्याच्या मोहिमा काढतात, त्यासाठी प्रचारशिबिरं, दौरे आयोजित करतात. त्यावर त्या त्या ठिकाणी लक्षावधी रुपयांचे खर्च मंडप-माळा-लॉकेट-प्रचारसाहित्य - असल्या अनेक गोष्टींवर खर्च करतात. त्याहीपेक्षा वाईट म्हणजे त्या त्या पंथातल्या दुफळ्या, शह-काटशह, त्यांतल्या पदं, सत्ता, पैसा - अशा गोष्टींवर नियंत्रण ठेवण्यासाठी चाललेली धडपड आढळून येते. कुणा सामान्य माणसालाही ही सारी धडपड अनेकदा लक्षात येते. ती धडपड एखाद्या राजकीय पक्षाच्या कार्यपद्धतीसारखी किंवा वेळी केविलवाणी वाटते. त्यात तिथल्या मूळ सत्पुरुषांवर आणि एकूण उपासना मार्गांबद्दलही अश्रद्धा उत्पन्न होते. त्या

स्थानांपासून आणि संबंधित लोकांपासून लांब रहावंसं वाटतं. त्यातलं काहीच करू नये, असं वाटतं.

असे अनेक प्रकार पाहिले की, शहाणासुद्धा संभ्रमात पडतो की, 'उपासना' म्हणजे नक्की काय ? हे सारं की, यांतलं काहीच नव्हे ? त्यात पुन्हा दुसऱ्यावर सात्त्विक किंवा तामस दबाव टाकणारे, उपासना करायला लावणारे, वेगवेगळ्या युक्त्या वापरून लोकांकडून पैसे उकळणारे, त्यात बुवाबाजी, भोंदूगिरी, त्या त्या निमित्तानं आपापले अनेक स्वार्थ साधून घेणारे - असे अनेक अनुभवही सामान्य माणसाला येत असतात. अनेकदा व्यावहारिक फायद्याचं आमिष किंवा धोक्याची भीती दाखवून उपासना गळ्यांत मारणारे, त्यावर पैसा उकळणारे भेटतात..... असं खूप काही उपासनेच्या निमित्तानं घडताना आढळत असतं.

या साऱ्याचा परिणाम एक तर, लालूच किंवा भीतीनं काही करण्यात होतो किंवा अनेकदा या साऱ्यांपासून लांब राहून जगण्यात होतो. अशा तऱ्हेनं उपासनेपासून दूर रहाणाराही खूप मोठा समाज आहे. या लोकांतले काही, यात तथ्य नाही - खावं-प्यावं, मौजमजा करावी, कष्ट करावे, मिळेल त्या भल्या-बुऱ्या मार्गानं भरपूर पैसा मिळवावा, डोक्याला फार ताप करून घेऊ नये, मस्त रहावं - या वर्गातले असतात. काही साधं, सरळ, प्रामाणिक, जरुरीपुरतं मिळवून, पोट भरून, जमेल तेवढी इतरांना मदत, सेवा करीत - उपासना वगैरेच्या विचाराची गरज नाही, असं मानून जगतात. काही अपवादभूत असतात. ते उपासना वगैरेत पडत नाहीत, पण सर्वस्व सोडून एखाद्या कलेला, कार्याला वाहून घेतात. त्यालाच ते उपासना मानतात.

अनेक जण तर असेही आढळतील की, रोजची दमछाक करणारी नोकरी, उद्योग, त्यांसाठी प्रवास, खाण्यापिण्यालासुद्धा वेळ नाही, लोकल-बस धावपळीचं जीवन, रात्री सारी जेवणाच्या टेबलवर एकत्र आली तरी पुष्कळ - तेही आठवड्यातून कधी तरी. त्यात प्रत्येक घटकाची आपापली स्वप्नं- विद्यार्थ्याची पहाटे ते रात्रीपर्यंत मार्कांसाठी परवड, टीव्ही, फ्रीज, कूलर, हीटर, एसी, कंप्यूटर, केबल, फ्लॅट, फर्निचर - अशा असंख्य गोष्टींच्या आकर्षणाला बळी पडण्यामुळं खर्च भागत नाही म्हणून कसल्याही रात्र-दिवस न पाहणाऱ्या नोकऱ्या घरातल्या प्रत्येकानं करणं आम्हाला भाग आहे - असं मानणारे असतात. ते तर उपासना शब्दसुद्धा ऐकायला सवड नाही - अशा मनःस्थितीत

असतात.पैसावाले उद्योगपती, बडे इंजिनिअर, डॉक्टर्स, बिल्डर्स, व्यावसायिक, ब्यूरोक्रॅट इ. असतील तर 'उपासना' हा बावळटपणा मानणारे असतात... अशा इतर जगणाऱ्यांची ही यादीसुद्धा मोठी आहे.

या साऱ्या पार्श्वभूमीवर 'उपासना' म्हणजे काय हे सांगणं कसं कठीण घडत जातं, हे सहज लक्षात येईल. झालं आहे काय की, तळातले खडेसुद्धा दिसणाऱ्या नितळ स्वच्छ पाण्याचा एखादा शांत झरा असतो. पाणी इतकं स्वच्छ असतं की, अचंबित होऊन थांबावं. त्यातलं ओंजळभर स्वच्छ पाणी घोटभर प्यालं तरी शांत व्हावं - इतका निर्मळ अनुभव अशा खऱ्या झऱ्याजवळ येतो. पण खूप काळानं त्याचा प्रवाह केवढा तरी बनत जाताना, अनेक नाले, दूषित पाणी, रसायनं, मळी, दुर्गंधीयुक्त सांडपाणी, मध्येच दुसरा एखादा ओढा, कधी कारखान्यांतून - गावागावांतून सोडलेले ड्रेनेज - मिसळत जाऊन झऱ्याची प्रचंड नदी व्हावी - पण शेजारी, काठावरसुद्धा उभं राहाणं कठीण जावं, शांत होणं तर सोडाच, पण घोटभर पाणी पिण्याची कल्पनाही कठीण वाटावी, तसं या विषयाचं झालं आहे. मूळ उपासनेचा खरा झरा असाच अत्यंत स्वच्छ, सहज आणि स्वतःपाशी आहे. पण त्याला आत्ता वर म्हटलं तसे अनेक प्रकार होऊन असं गुंतागुंतीचं स्वरूप प्राप्त झालं आहे.

खऱ्या उपासनेची गरज, स्वरूप, व्याप्ती - हे समजून घ्यायचं तर, अर्थातच यासाठी काही गोष्टी करणं योग्य होईल. उदाहरणार्थ, प्रथमच हे लक्षात घ्यावं की, हे पुस्तक कुठल्या पंथाचं नसून उपासनेसंबंधीचं आहे. म्हटलं तर, त्या अर्थानं कुठल्याही पंथातल्या उपासकालाच काय पण कुठलीही उपासना न करणाऱ्यालासुद्धा ते लागू आहे. पंथ, उपासना, प्रकार, व्यक्तींच्या वृत्ती-प्रवृत्ती-कुवती यांच्या चर्चा गरजेसाठी त्यात होतील.

पण त्यांचा हेतू उपासना समजून घेणं, ज्याला त्याला आपली उत्तरं शोधायला मदत करणं किंवा समर्थ करणं, हाच आहे. कुठला मार्ग-पंथ-प्रकार यांचा उल्लेख, चर्चा आलीच तर ती कुणाला कमीजास्त लेखण्यासाठी खचितच नाही. निर्णय घेण्यासाठी, वस्तुस्थिती समजून घेण्यासाठी, स्वतःचं आकलन वाढवण्यासाठी अशी चर्चा करावी लागेल. त्यामुळं आपण या विषयावरचा संवाद करताना कुठलाही पूर्वग्रह ठेवू नये, अशी मी प्रांजळ विनंती करतो. भले, आपण कुठलेच उपासक असाल वा नसाल तरीही - कारण त्यातूनच अनेक तथ्यं, उपयोगी सत्यं - आपल्याला गवसू शकतील, असा मला नम्र

विश्वास वाटतो.

मूळ शुद्ध, शांत करणाऱ्या पाण्याची गरज तर पूर्वीही अबाधित होती, आजही आहे. म्हणून आजच्या जगातल्या माणसांच्या प्रश्नांची उत्तरं शोधण्यातून पाहू की, उपासनेचा शुद्ध, निर्मळ, गरजेचा मूळ झरा शोधता येईल का ? आणि त्याची जपणूक करून तो स्वतःसाठी तरी टिकवता येईल का ? अर्थात, हे काम आपणा सर्वांसाठीच आहे, सर्वांच्या जिज्ञासू प्रश्नांमुळंच आहे, निरपेक्ष आहे आणि कृपेनंच साध्य होणारं आहे !

आता थोडं या पुस्तकाच्या रचनाक्रमाविषयी. पहिल्या प्रास्ताविकात खरा परमार्थ साध्य करण्याचा मार्ग म्हणून उपासनेकडं पहात असताना, हा विषय आणिशब्द तसा फार गुळगुळीत असल्यामुळं, शिवाय त्यासंबंधी असंख्य कल्पना शतकानुशतकं रूढ होत गेल्या. स्वाभाविकपणे उपासनेच्या मूळ स्वरूपाचा बराच विसर आता पडलेला आढळेल. अनेक गैरसमज, तसंच त्यामुळं त्यापासून दूर राहण्याच्या घटनाही आढळतील. उपासनेचा खरा फायदा व्हायला हवा तर, आधी उपासना न करणारे, तटस्थ राहणारे, त्याविषयी आक्षेप असलेले - यांच्या प्रश्नांचा विचार करणं गरजेचं वाटतं. अशा प्रश्नांचा विचार इथं या पहिल्या विभागात केला आहे. तर दुसऱ्या विभागात उपासनेविषयी माहिती असणाऱ्या, ती आपापल्या पद्धतीनं करणाऱ्या पण तिच्याविषयी काही शंका असणाऱ्या, उपासनेच्या खऱ्या स्वरूपाची जिज्ञासा असणाऱ्या - अशा व्यक्तींच्या प्रश्नांचा विचार केला आहे.

शेवटी तिसऱ्या विभागाच्या पूर्वार्धात खऱ्या परमार्थाचं मूळ स्वरूप, त्याची गरज, त्याची रूपरेषा - अशा तात्त्विक भूमिकेचा विचार थोडक्यात मांडला आहे. कारण परमार्थाच्या अत्यंत व्यापक विषयात खरी उपासना समाविष्ट होते. तर उत्तरार्धात उपासनेची तात्त्विक भूमिका थोडक्यात मांडली आहे. हा तिसरा विभाग शेवटी व थोडक्यात देण्याचं कारण असं की, कदाचित, बहुतांश वाचकांना उपासनेविषयीच्या व्यावहारिक शंका दूर झाल्या आणि त्यांच्या, तसंच आधीच उपासना करणाऱ्यांच्या,प्रत्यक्ष अडचणींचा खुलासा उत्तरांच्या रूपानं दुसऱ्या विभागात झाला तर, त्यांना उपासनेला काही अडचण राहणार नाही. त्यांचा कार्यभाग झालेला असेल. फक्त अधिक जिज्ञासू अशा व्यक्तींना परमार्थ व उपासना यांमागच्या तात्त्विक भूमिकांची जर गरज असेल तर, ती थोडक्यात पूर्ण व्हावी आणि ज्यांना त्याची आवश्यकता आहे,

त्यांना तसा तात्त्विक विभागही उपलब्ध असावा, म्हणून तो शेवटी दिला आहे.

वरच्याच उदाहरणानं पहायचं तर, उपासनेचा शुद्ध झरा आहे तिथंच आहे. प्रथम त्यावरचा पालापाचोळा, तो कुजून त्यामुळं निर्माण झालेला गोंधळ दूर करणं, मग खालचं खरं पाणी काही दूषित असल्यास ते शुद्ध करण्याचा प्रयत्न करणं, प्रसंगी थोडं अधिक खणून मूळ शुद्ध पाण्याचे झरे प्रवाहित करणं - अशी दिशा इथं स्वीकारली आहे. ती कुणाला उपयोगी पडली तर, या अल्पमतीच्या प्रयत्नांचं चीज होईल. अनुभवाच्या कसोटीवर खरं न ठरणारं त्यागलं आणि खरं ठरणारं स्वीकारलं तर, दोन्हीचाही आनंदच होईल. तेवढी कृपा वाचकांनी व भगवंतानं करावी, हीच आर्त प्रार्थना !

**

उपासना

* अनुक्रम *

विभाग : पहिला

प्र.१. मी कुठली उपासना करीत नाही.माझ्या नोकरीव्यतिरिक्त इतर वेळेत मी मला आवड असलेल्या क्रिकेटच्या मॅच व सिनेमा पाहतो. मी उपासक नाही. मी इतर वाचन वगैरे काही करीत नाही.तर मग मी ही प्रश्नोत्तरं कशासाठी वाचावी ? .. १९

प्र.२. आम्ही अनेकदा समाजात बघतो की,वेगवेगळ्या क्षेत्रांतली प्रतिष्ठित माणसं आपापल्या व्यवसायांच्या ठिकाणी किंवा घरात हॉलमध्ये एखाद्या सद्गुरूंचे भले मोठे फोटो लावतात. आपण त्यांचे उपासक आहोत,असं सांगतात.त्यांच्या जयंत्या,पुण्यतिथ्या मोठ्या प्रमाणावर साजऱ्या करतात. पैशाचं व अन्नाचं दानही करतात.पण त्यांच्या व्यवसायामध्ये, नोकरीमध्ये वा परस्परव्यवहारात ती माणसं कितीतरी वेळा अप्रामाणिकअसतात, गैरव्यवहार करतात. या अनुभवामुळं आमचा त्यांच्यावरचा व त्यांच्यासद्गुरूंवरचाही विश्वास उडतो. त्याहीपेक्षा या साऱ्याला उपासना करणं, असं ते म्हणतात. त्यामुळं उपासनेवरहीविश्वास रहात नाही. मग काही वेळा, आम्ही,काही फोटो वगैरे न लावणारे, त्या अर्थानं उपासना न करणारे, एरवी जास्तीत जास्त प्रामाणिक व त्यांच्यापेक्षा चांगलं वागतो, असं वाटतं. यांत कोणतं व कितपत बरोबर आहे ?.. २७

प्र.३. मी विद्यार्थी आहे. विद्यार्थी म्हणून उत्तम मार्क मिळवणं, त्यासाठी मार्गदर्शन घेणं,अभ्यास करणं-एवढंच माझं कर्तव्य आहे,असं मला वाटतं. हे करीत असताना, उपासनेची कोणती गरज मला वाटत नाही व शिवाय ती माझ्या पालकांनाही वाटत नाही.हे बरोबर आहे का?नसल्यास कसं? .. ३६

प्र.४. मी यशस्वी उद्योजक आहे.दीर्घोद्योग, हुशारी, चिकाटी, चातुर्य, लोक सांभाळण्याची कला - यांवर मी आजवर भरपूर पैसा व यश मिळवलं आहे.मला उद्योगापुढं सहसा मोकळा वेळही मिळत नाही. त्यातूनही सुट्टीच्या दिवशी

आउटिंगला-पिकनिकच्या ठिकाणी मी दिवस घालवतो. खातो-पितो, मौज करतो. माझे कुटुंबीयही त्यामुळं आनंदात असतात. मी उपासनेबद्दल कधी कधी ऐकतो. त्याबद्दल मी कधी फारसा विचार केला नाही. ती गोष्ट चांगली असेलही. पण मग मला उपासनेची गरज का वाटत नाही ? असल्यास ती कोणती ? .. ४५

प्र.५. माझं सध्याचं रूटीन खूप गडबडीचं व जवळजवळ १२-१४ तासांचं आहे. मला मोकळा वेळ असा मिळत नाही, आत्ता तरुण वयात माझ्यावर जबाबदाऱ्याही खूप आहेत. अशा वेळी उपासना, उपासनेविषयी वाचणं व ती करणं, हे मला योग्य व शक्य वाटत नाही. हे बरोबर आहे ना ? .. ५१

प्र.६. मला लहानपणापासून मांसाहाराची आणि पुढं बाहेरच्या संगतीप्रमाणं अपेयपानाची सवय आहे. मला सध्याच्या परिस्थितीत तरी याची सवयही आहे, व्यवहारानं थोडी गरजही पडते. सवयीनं आवडही लागली आहे आणि त्यामुळं माझी ते सोडण्याची तयारी नाही. मी उपासने-विषयी ऐकलं आहे, माझा त्याला विरोध नाही. काही उपयोगही मला ठाऊक आहेत. परंतु ती करायला लागल्या--मुळं माझ्या खाण्यापिण्यावर बंधनं पडतील, असं मला वाटतं. अशांनी ती करणं बरोबर नाही, असंही मला वाटतं. हे सारं कितपत बरोबर आहे ? .. ५६

प्र.७. माझे वडील उपासना करीत असत. पण त्यांच्या म्हातारपणी व्याधींनी त्यांचे खूप हाल होऊन त्यांचा मृत्यू झाला. अशाच उपासना करणाऱ्या दुसऱ्या एकांचा मृत्यूही अपघातात झाला. याउलट कुठलीही उपासना न करणारे अनेक लोक म्हातारपणी आनंदात होते आणि कुठलीही व्याधी न होतागेले. अशा वेळी या दृष्टीनं उपासनेचा उपयोग किंवा गरज वाटत नाही, हे कितपत बरोबर आहे ? ..६३

प्र.८. अनेक घरांतून कुलधर्म, कुलाचार, वार्षिक यात्रा, वेगवेगळ्या देवतांचे उत्सव - या गोष्टींचं खूप प्रस्थ असतं. त्यांतले अनेक लोक त्या त्या गोष्टी न झाल्यास घातलेल्या

भीतीमुळं ते करताना दिसतात. तर काही घरांत, काही मंडळी पहाटेची वेळच उपासनेला आवश्यक असते, शिवाय ती उपासना रोज व मोठ्यानं करावी लागते, असे आग्रह धरून इतर झोपलेल्या मंडळींची पर्वा न करता लाईट लावून, आंघोळीबिंघोळी करून मोठमोठ्यानं मंत्र, स्तोत्रं म्हणत उपासना करतात. त्यावरून घरात अनेकदा मतभेद, भांडणंही होतात. हे सारं उपासनेत अभिप्रेत आहे काय ? .. ६८

प्र.९. उपासनेत अनेक पंथ, भेद दिसतात.ती करणाऱ्यांच्यातही अनेकदा मतभेद दिसतात. त्यात साधारणतः जो तो आपलीच उपासना श्रेष्ठ समजतो. त्यातही उपासना करणाऱ्यांच्या स्वभावातही चांगले बदल दिसत नाहीत. अशा वेळी उपासनेची गरज कुठं आहे ? ..७५

प्र.१०. घरच्या उपासनेचा भाग म्हणून घरातल्या थोरामोठ्यांच्या सांगण्याप्रमाणं आम्हाला कुलाचारांसाठी वेगवेगळ्या क्षेत्रांना जाऊन, तिथं काही विधी करावे लागतात. काही वेळा या गोष्टी वार्षिक असतात.काही वेळा काही विशिष्ट प्रसंगी असतात. एका श्रद्धेनं आम्ही अशा ठिकाणी काही काळ गेलोही आहोत. पण तिथलं वातावरण,अस्वच्छता, प्रचंड गर्दी, विविध प्रकारच्या सेवाधारी वर्गाची वागणूक, अनेक वेळेला विधींची उरकाउरक, पैशाच्या बाबतीतला उघडउघड लोभ, त्यावरून तिथल्याच लोकांची चालणारी शब्दाशब्दी, काही वेळा काही निरर्थक वाटणारे विधी - अशा अनेक गोष्टींनी श्रद्धा उडते. पुन्हा जाऊ नये, असं वाटतं. असं म्हणावं तर,घरच्यांचा विरोधही होतो. त्यांना ते पटतही नाही आणि त्यांना त्यामुळं काही विपरित घडण्याची भीतीही वाटते. या साऱ्याचा उपासनेशी नेमका संबंध काय आहे ?आणि वस्तुस्थिती काय आहे ? ..८०

प्र.११. माणसं साधारणतः विशिष्ट धर्मात जन्माला येतात. घरात चालत आलेले उपासनेचे वेगवेगळे पंथही असतात. त्यात विशेषतः आपल्याकडं जातीनुसार अनेक कुलाचार, उपासनाही असतात. अशा वेळी खऱ्या उपासनेचा आणि या साऱ्यांचा संबंध कोणता ? ..८९

विभाग : दुसरा

प्र.१. उपासना म्हणजे काय ? ..९२

प्र.२. उपासना करण्याची गरज कोणती ? ..९२

प्र.३. उपासना करण्याची गरज प्रत्येकालाच आहे, का काहींना आहे ? ..९२

प्र.४. उपासनेसाठी काय काय लागतं ? ..९३

प्र.५. कृतज्ञतेची जाणीव बाळगणं, ही जर खरी उपासना असेल तर, तेवढी जाणीव बाळगली तर पुरेल का ? ..९४

प्र.६. उपासना करायला लागल्यामुळं थोडी विरक्ती येऊन प्रपंचाची हेळसांड होते. आवड कमी होते. माणसाची कर्तव्यकर्मं राहतात, असं बरेच लोक म्हणतात आणि त्यामुळं शक्यतो तरुणपणी असल्या गोष्टी करू नयेत, असं ऐकायला मिळतं, यात कितपत तथ्य आहे ? ..९५

प्र.७. मी निवृत्त व्यक्ती आहे. सत्तरीच्या घरात आहे. आजवर नोकरी उद्योगामुळं, बदल्या, कामांच्या जबाबदाऱ्या, प्रापंचिक गोष्टी यांमुळं आणि लहानपणापासून तसं कधी वातावरणही नसल्यामुळं मला उपासनेची कल्पना आली नाही, जाणीवही झाली नाही आणि मी कधी केलीही नाही. आता वेळ असल्यामुळं तो चांगल्या तऱ्हेनं कसा घालवावा, याचे फारसे मार्ग नसल्यामुळं मी साधारणतः एकाकीच असतो. माझ्याबरोबरचे काही लोक क्लब,पत्ते रमी, सिनेमा, ज्येष्ठ नागरिकांच्या वेगवेगळ्या संघटना, त्यांच्या सहली, उपक्रम - यांत असलेली मी पाहातो. पण मला अशा गोष्टींची पहिल्यापासूनच कधी आवडनाही. अशा थोड्याशा पोकळीच्या काळात काही वेळा नैराश्यही येतं. मला अशा वयात उपासनेची सुरूवात करणं शक्य आहे का ? ते कितपत उपयोगी पडेल ? त्यासाठी काय करता येईल ? ..९९

प्र.८. आम्ही आय्.टी. मध्ये काम करतो. आम्हाला रोज एकदा सकाळी ८ वाजता बाहेर पडावं लागतं, ते घरी यायला अनेकदा रात्री ९ किंवा १० सुद्धा वाजतात. आमच्या बरोबरच्या अनेकांचीही हीच अवस्था आहे. आम्हाला अनेकदा नियमांत असूनही आठवड्यांच्या दोन दिवसां--पैकी एखादा दिवसच सुट्टी मिळते. साधारण १२ तास प्रवास व काम केल्यानंतर घरी पोचल्यावर एक तासभर जेवणखाण किंवा घरातल्या व्यक्तींना वेळ देणं - एवढं झाल्यावर आम्हाला उपासनेला आवश्यक वेळ आणि शक्तीही राहात नाही. अशा वेळी आम्ही कोणत्या प्रकारे उपासना करावी ? ..१०३

प्र.९. मी एक करियर करणारा विद्यार्थी आहे. उपासनेची गरज मला पटते. पण माझ्या निवडलेल्या साईडमुळं कॉलेज, क्लास, अभ्यास, सबमिशन्स - अशात माझा जवळपास सगळा वेळ जातो. या दिनक्रमात उपासनेचं प्रमाण किती असावं व कोणत्या प्रकारचं असावं ? ..१०६

प्र.१०. सर्वसामान्य गृहिणीचा बराचसा वेळ घरातली लहान-मोठी माणसं,मुलं-यांच्या जेवणाखाण्याच्या वेळा सांभाळणं,मुलांचे अभ्यास घेणं, मंडई, बाजार करणं, पाहुण्यांची ये-जा सांभाळणं-यांत जातो.अनेकदा या कामांत घरातल्या इतर कुणाची मदतही मिळत नाही.गृहिणी मिळवती नसेल तेव्हा तर या सर्व जबाबदाऱ्या तिच्याच धरल्या जातात. अशा वेळी उपासनेसाठी वेळ कधी काढावा, असा प्रश्न येतो.या बाबतीत काय करावं ? ..१०८

प्र.११. काही माणसं आजारी असतात, परस्वाधीन असतात. काही तर दुर्धर असाध्य रोगानं आजारी असतात. अनेकांच्या आयुष्याचा काळसुद्धा मोजलेला असतो. अशा माणसांना अपराधीपणा वाटतो. कधी त्यांची चिडचिड होते. कधी त्यांचं करणाऱ्यांवरही ते चिडचिड करतात.असाध्य आजार असलेल्यांना एक प्रकारचं भयही वाटतं. अशा व्यक्तींना अनेकदा असह्य वेदनाही असतात. या परिस्थितीतल्या

माणसांना उपासना करणं शक्य आहे काय?आणि कोणती? ..११०

प्र.१२. पैसा, माणसं, शरीरप्रकृती, कौटुंबिक ठेवण - हे अनुकूल असल्यास उपासना जास्त होईल का ? ती जास्त कशी करता येईल ? की या अनुकूलतेमुळं उपासना कमी होईल? ती कमी होत असल्यास काय करावं ? ..११६

प्र.१३. उपासनेमध्ये सगुण आणि निर्गुण उपासना यांचं स्थान किती व कसं आहे ? ..११९

प्र.१४. सकाम उपासना कनिष्ठ आहे. ती करू नये, असं म्हणतात. शक्यतो उपासना निष्काम असावी, असं सांगितलं जातं, ते पटतं पण अनेकदा अंमलात आणणं कठीण जातं. अशा वेळी काय भूमिका ठेवावी ? ..१२२

प्र.१५. अनेक प्रकारच्या उपासना दिसतात. उपासनांचे अनेक पंथही दिसतात. अनेक व्यक्ती वर्षानुवर्षं उपासना केंद्रात नियमानं जाताना दिसतात. त्या अर्थानं त्यांच्यात फार विधायक फरकही दिसत नाहीत. उपासना करायची इच्छा असली तरी, आदर्श उपासना कोणती आणि तिच्याकडं कसं जाता येईल ? ..१२५

प्र.१६. उपासनेचे अनेक प्रकार आढळतात. आदर्श उपासनेचे काही. निकष सांगता येतील का ? ..१३०

१६.१ थोडी, रोज व योग्य प्रमाणात घडणं ..१३०
१६.२. प्रपंचाच्या ठेवणीनुसार असणं ..१३०
१६.३. अतिरेक किंवा टोकं टाळणं ..१३१
१६.४. उपासनेला सत्संगाची जोड असणं ..१३३
१६.५. नैमित्तिक उपासनेची जोड देणं ..१३३
१६.६. उपासना वृत्तिप्रधान असणं ..१३४
१६.७. उपासना झीज-झळप्रधान असणं ..१३४
१६.८. उपासना कौशल्यपूर्ण असणं ..१३५
१६.९. उपासनेचा आढावा घेत असणं ..१३६

प्र.१७. उपासना हे अखेर एक कर्म आहे. कर्मं ही स्वभावतःच सदोष असतात, असं म्हणतात आणि ते अनुभवायलाही येतं. उपासनेच्या बाबतीत अशा काही त्रुटी, उणिवा, दोष - निर्माण होतात का ? ते कोणते ? ..१३७

१७.१. अश्रद्धा ..१३७
१७.२. खंड ..१३८
१७.३. प्रमाणाचं अपुरेपण ..१३८
१७.४. संदेह ..१३९
१७.५. तुलना ..१३९
१७.६. अधीरता ..१४०
१७.७. सांगितलेलं साधन न करणं किंवा न सांगितलेलं साधन करणं ..१४०
१७.८. सबबी ..१४१
१७.९. अनैसर्गिकता ..१४१
१७.१०. मिश्रण ..१४२
१७.११. उपासना दोष स्वतःला लागू नाहीत असं वाटणं ..१४३
१७.१२. साधनाची प्रौढी, अहंकार, दंभ ..१४३
१७.१३. उपासनेत प्रगती न झाल्याची खंत नसणं ..१४४
१७.१४. यांत्रिकता ..१४४
१७.१५. ध्येयहीनता ..१४५
१७.१६. उपासनेचा नेहमीच्या जीवनाशी संबंध नसणं ..१४६
१७.१७. स्वबळाचा आधार वाटणं ..१४६
१७.१८. अनिश्चितता ..१४७
१७.१९. उपास्यापेक्षा उपाधींची आवड जास्त असणं ..१४८
१७.२०. फळाची अपेक्षा ..१४८
१७.२१. उपासनेची जबाबदारी गुरू घेतील, असं वाटणं ..१४९

विभाग : तिसरा

जिज्ञासूंसाठी काही तात्त्विक भूमिका व उलगडा

पूर्वार्ध : खऱ्या परमार्थाचं मूळ स्वरूप, त्याची गरज,त्याची रूपरेषा यांची थोडक्यात तात्त्विक भूमिका ..१५२

उत्तरार्ध : खऱ्या उपासनेचं आकलन, गरज, तिचं आचरण यांची थोडक्यात तात्त्विक भूमिका ..१७३

विभाग : पहिला

(या विभागात उपासना या विषयाशी अपरिचित असलेल्या, काही कारणांनी ती न केलेल्या, तिच्या उपयुक्ततेविषयी शंका असलेल्या, उपासनेची गरज न वाटणाऱ्या - अशा व्यक्तींच्या प्रातिनिधिक प्रश्नांच्या उत्तरांचा समावेश केला आहे.)

प्र.१. मी कुठली उपासना करीत नाही.माझ्या नोकरीव्यतिरिक्त इतर वेळेत मी मला आवड असलेल्या क्रिकेटच्या मॅच व सिनेमा पाहतो. मी उपासक नाही. मी इतर वाचन वगैरे काही करीत नाही.तर मग मी ही प्रश्नोत्तरं कशासाठी वाचावी ?

→ आपण प्रामाणिकपणे आपली जीवनपद्धत सांगितली व शंकाही स्पष्टपणे दिली, ही गोष्ट आनंदाची आहे. आपण पुढील प्रश्नोत्तरं नाही वाचली तरी चालेल व त्यात आनंदच आहे. फक्त मी एवढंच म्हणेन की, निदान 'या' प्रश्नाचं उत्तर तरी आपण वाचावं. त्यानंतर त्यावर विचार करून आपण पुढलं वाचायचं की, वाचायचं नाही, हे ठरवलं तरी अवश्य चालेल.

१.१. आपण उपासक नाही, या मुद्याचा प्रथम विचार करू. आपल्याला आदर्श वाटणाऱ्या गोष्टीच्या सहवासात राहण्याचा स्वेच्छेनं केलेला प्रयत्न म्हणजेच साध्या भाषेत उपासना. आपण क्रिकेट पाहता, त्याची आपल्याला आवड आहे, त्यातले काही नामांकित संघ, उत्तम खेळाडू, त्यांचं खेळातलं कौशल्य - यांची आपल्याला नक्कीच आवड असली पाहिजे. त्याशिवाय काही आपण त्याला आपला उरलेला वेळ असा देणार नाही.

आपण दिवस-दिवस किंवा मिळेल तेवढा वेळ या मॅच व त्यांतल्या खेळाचं, खेळाडूंचं दर्शन व्हावं म्हणून देता. भले, ते टी.व्ही.च्या माध्यमातून असेल. आपण तो खेळ पाहताना, त्याचा आनंदही घ्यायचा प्रयत्न करीत असतो. म्हणजे विचार केला तर, आपल्या लक्षात येईल की, आपण त्या खेळाचे किंवा आपल्या आवडत्या खेळाडूंचे एका अर्थानं उपासकच आहोत. भले, आपण राम, कृष्ण, पैगंबर, ख्रिस्त - अशा कुणाचे उपासक नसू. पण ते जसे त्यांच्यासाठी वेळ देतात, त्यांच्यासंबंधी वाचतात, त्यांच्या मंदिर, मूर्ती, दर्शनाची इच्छा बाळगतात, या साऱ्यानं त्यांना आनंद

मिळतो. तेच आपण आपल्या पातळीवर खेळाडूंच्या बाबतीत करतो आहोत ना ?

मग आपल्या लक्षात येईल की, एवढ्या पानभर वाचनानं आपल्या ज्ञानात एवढी तरी भर पडली असेल की, आपण उपासक नाही, उपासना करीत नाही, हे आपलं म्हणणं काही तेवढं खरं नाही. त्यामुळं आता आपल्याला पुढलं वाचायला काही हरकत नसावी.

१.२. आता हे स्पष्ट होईल की, माणूस जन्मतःच उपासनेची म्हणजे कशाच्या ना कशाच्या तरी आवडीची, त्यासाठी काही करण्याची आणि त्यातून आनंद मिळवण्याची प्रवृत्ती घेऊनच जन्माला आलेला आहे ! फक्त बदलेल काय, तर ज्याची आवड आहे, ते. त्याच्याविषयीच्या कृती आणि त्यापासून मिळणाऱ्या आनंदाचं प्रमाण आणि प्रत.आपण थोडा उदाहरणानं विचार करू की, अत्यंत प्रतिकूल असलेल्या खेळाच्या परिस्थितीत, मैदानावर नुसत्या येण्यानं चैतन्य निर्माण करणारा आणि पुढं शैलीदार फटक्यांची आतशबाजी करणारा खेळाडू नुसता पाहिला तरी, आपलं देहभान हरपतं. आपल्याला असं वाटतं की, आपणही असंच असावं. त्या जागी हुकमी वेळेला जावं, अशी फटकेबाजी करून अशक्य वाटणारे विक्रम करावेत, आपल्या संघाला पराभवाच्या खाईतून विजयाच्या शिखराकडं खेचून न्यावं! आता आपल्याला हे माहीत असतं की, आपापलं वय आणि कुवत पाहता, इतकं काही आपल्याला जमणार नाही. पण काही निमित्तानं असा खेळाडू जवळपासच्या, दोनचार तासांवरच्या, शहरात येणार असला तर, निदान त्याला प्रत्यक्ष बघावं. हस्तांदोलन करायची संधी आली तर, कितीही गर्दीतून ते करावं. नाहीच जमलं तर, लांबून नुसता हात करता आला तर, तो करावा. गर्दीत तेही जमलं नाही तर, त्यानं आपल्याकडं नुसतं हसून बघावं आणि तेही जमलं नाही तर, आपण तरी त्याच्याकडं नुसत हसून बघावं. एवढं तरी वाटतंच ना?

ही त्याच्या म्हणजे आदर्शाच्या दर्शनाची, त्यामुळं मिळालेल्या आनंदाची, कृतज्ञतेची पोचपावतीच असते ना ?

थोडा आणखी विचार करू. जर हा खेळ पाहणारी मुलं असतील तर, त्यांच्या खोलीत ती त्याचे फोटो लावतील. त्याचं चित्र असलेलं चॉकलेट खरेदी करतील. जाता-येता अशी मुलं आपल्या आदर्श खेळाडूसारखे बॅटिंग-बोलिंगचे हात करीत असतील. त्या खेळातल्या विविध रोमहर्षक क्षणांविषयीच्या, दिवसांविषयीच्या गप्पा - हा तर सर्व लहान-मोठ्यांचा असंख्य वेळा चालणारा कायमचाच उद्योग असतो, हे आपण जाणत असाल. अनुभवलंही असेल.

१.३. वर आपण थोडंसं पाहिलं, त्याचा विचार केला तर, उपासना म्हणजे असंच आपल्या आदर्शांविषयी आवडअसणं, प्रेम बाळगणं, त्याविषयी वाचणं, ते ज्या स्वरूपात कुणात प्रत्यक्ष अनुभवायला येईल, तिथं जाण्याची धडपड करणं, वर केला तसाच, शक्यतो भेटीचा, चरणस्पर्शाचा, निदान नमस्काराचा - असे सहवासाचे प्रयत्न करणं. मग त्यातल्या आवडीच्या माणसांशी त्याविषयी बोलत राहणं, गप्पा मारणं आणि खऱ्या अर्थानं उपासना म्हणजे मुलं जसे हात फिरवून ते बॅटिंगचं किंवा बोलिंगचं कौशल्य मिळविण्याचा नकळत अभ्यासच करीत असतात, तसं म्हणजे खऱ्या अर्थानं आपला आदर्श आपण प्रत्यक्ष जगावा, ते व्हावं - अशा इच्छा बाळगणंच होय, हे आपल्या लक्षात येईल.

आपण सिनेमा पाहतो. त्यावेळीही त्याची आवड, त्यातल्या नटांच्या भूमिका, त्यांचा अभिनय, त्यांची आवड, त्यांच्या भेटीसाठी उडणारी झुंबड, ज्यांना शक्य आहे त्यांनी त्यांच्या पावलांवर पाऊल टाकून, त्या क्षेत्रात अभिनेते होण्यासाठी केलेली वाटचाल - म्हणजे अखेर ते होणं. हे सारं त्या नटांची - नटींची एक प्रकारची उपासनाच आहे.

आता प्रश्न असा उपस्थित होईल की, या सर्वच जर उपासना असतील तर, त्या सारख्याच आहेत का ? त्यांचे परिणाम सारखेच आहेत का ? याची उत्तरं शोधण्यासाठी आता आपल्याला थोडा अधिक विचार करायला हरकत नाही आणि निदान यापुढचं तरी वाचायला हरकत नाही.

१.४. आपण पाहिलं तसं, या साऱ्या उपासनांमध्ये साधर्म्य असलं तरी,परिणामांत ते नाही. माणसाच्या आयुष्याच्या सार्थकाच्या दृष्टीनंही ते नाही - कसं, ते आता थोडं पाहू.

आहे त्याच उदाहरणानं पाहिलं तर, आपल्यासमोर कुणी एक क्रिकेटवीर आहे. उपासकासमोर कुणी एक राम किंवा बुद्ध आहे. उपासनेच्या टप्प्यांचं स्वरूप वर पाहिलं तसं साधारणतः सारखंच आहे. अर्थात ती ती गोष्ट आदर्श असणं, त्यामुळं तिची आत्यंतिक आवड असणं, तिच्या दर्शन-सहवास इत्यादींसाठी प्रयत्न करणं आणि शेवटी तो तो आदर्श होण्यासाठी - म्हणजे परिवर्तनासाठी धडपड करणं. आता आपण याच उदाहरणानं पुढं पाहू की, मुळात क्रिकेटवीर किंवा राम किंवा बुद्ध यांची आदर्श म्हणून केवळ समजून घेण्यासाठी तुलना केली तर,त्यांतली तफावत विलक्षण आहे, हे आपल्या लगेच लक्षात येईल.

जीवनाचा एक छोटासा आणि तोही फक्त काहींपुरता मर्यादित असलेला एक खेळ, त्यांत हजारो खेळाडू. त्यांतही शे-पन्नास आदर्श खेळाडू, त्यांत खऱ्या कौशल्यानं विक्रम करणारे, इतर खेळाडूंच्या चुकांमुळं विक्रम साधलेले, अनेक झेल सुटून शतकं केलेले आणि आता तर पैशासाठी विक्रम करणारे किंवा न करणारे - खेळणारे. एवढ्या सगळ्यांना आपल्या साऱ्या मनुष्यविश्वात किंवा आपल्या निदान शे-शंभर वर्षांच्या आयुष्यात, या आदर्शांचं स्थान हुडकलं तरी, मिळणं कठीण आहे. भले, त्यांच्या मॅच बघण्यात

आपले काही दिवस गेले असतील. ते सगळे मिळून एकत्र केले तरी,आयुष्यातले काही महिनेसुद्धा भरणार नाहीत. तर मग आपल्या सबंध जीवनावर, त्यातल्या खऱ्या सुख-दुःखांवर, त्यातल्या समस्यांवर, त्यांवर काढायच्या मार्गांवर, त्या त्या प्रसंगी निर्णय घेण्याच्या आदर्श पद्धतींवर - या आपल्या मूळ आवडीचा परिणाम किती नगण्य असेल, हे आपण सहज सांगू शकू.

ही झाली आपली बाजू. ज्याला आपण आदर्श समजतो, तो खेळाडू अखेर एक माणूसच आहे. त्याच्या जगण्याची दुसरी बाजूही आपल्या या आदर्शाच्या चर्चेत विचारात घ्यायची आहे. आपण तो फक्त मैदानावर खेळताना पाहिला आहे. भले तो पूर्णवेळ खेळाडू असेल, कदाचित तो अर्धवेळही असेल. त्याचं मैदानावरचं आठ तासांचं जीवन फक्त आपण पाहिलं आहे. तेसुद्धा वर्षातले पाच-पंचवीस दिवस. तेही तो फॉर्ममध्ये असतानाचंच. त्याचं आयुष्य असंच शे-शंभर वर्षांचं गृहीत धरलं तर, त्याच्या फॉर्ममध्ये असतानाच्या दहा-पंधरा वर्षांच्या काळातले सगळे मिळून आपण पाहिलेले दिवस, दोन-अडीचशेसुद्धा भरणार नाहीत. म्हणजे सबंध आयुष्याच्या मानानं आपण पाहिलेलं आणि त्यामुळं आदर्श ठरवलेलं त्याचं जीवन, एक शतांश किंवा एक पन्नासांशसुद्धा उरत नाही. म्हणजे त्याच्या आयुष्याच्या बाजूनं विचार करतासुद्धा, त्याची ही नगण्यता आपल्या लक्षात येईल.

अर्थात, याचा अर्थ असा नाही की, तो खेळाडू एरवी आदर्श नसतो. तो आदर्श असू शकेलही. पण त्याचा अनुभव आणि माहिती आपल्याजवळ क्वचितच असते. एवढं लक्षात घेतलं तरी खूप झालं. कारण सर्वांत महत्त्वाचं हे की, खेळाडू म्हणून आदर्श मानण्याच्या नादात, आपण त्याला नकळत माणूस म्हणून आदर्श मानायला लागतो, हे लक्षातच येत नाही. तो आठ तास खेळाडू असतो. त्यातही त्याचे राग, द्वेष, मत्सर -मैदानावरही पाहायला मिळतात.

त्यासाठी त्यात त्यांना त्यांना झालेल्या शिक्षा आपल्याला माहीत असतात. तर, ते आठ तास वगळता, उरलेले सोळा तास तो माणूस म्हणून किती आदर्श असेल, त्याची निदान कल्पना तरी आपल्या डोळ्यांसमोर येणं, हे खेळाडूचा उपासक म्हणून आपल्याला आवश्यक आहे ना ? सर्व काळ, सर्व दिवस आदर्श राहणारे खेळाडू असतीलही. पण जेवढं आपल्याला निदान माहीत होतं, तेवढ्यावर पाहिलं तरी, आयकरांच्या प्रचंड थकबाक्या, मैदानाबाहेरचे खेळ, विदारक वैयक्तिक जीवनं, अलोट संपत्ती, साध्या अंगावरच्या टी-शर्टच्या बाही, पाठ,पोट, कॉलर, लोगो - अशा असंख्य गोष्टींतून - मूळ खेळण्यासाठी घेतलेलं मानधन सोडून, अधिकाधिक पैसा गोळा करण्याचा लोभ, व्यसनं, त्याच्या भरात केलेली उद्दाम वर्तनं, त्यांच्या गाड्यांखाली गेलेले निष्पाप जीव - अशी खेळाडूंच्या जीवनांतली अनेक वर्तनं आपल्याला कळत असतात. अशा माणूस म्हणून त्यांच्या वर्तनातले किती लोक आदर्श म्हणून जगायला आपल्याला उपयोगी पडतील, प्रेरणा देतील, याचा विचार आपणच केलेला बरा !याचा अर्थ, कुणा खेळाडूंच्या जीवनावर, जीवनपद्धतींवर आपण बोलत नसून, टीका करीत नसून ज्या उदाहरणाचा आपण उपासनेच्या संदर्भात विचार करतो आहोत, तो विचार बरोबर करायला शिकत आहोत, हे लक्षात ठेवू.

१.५. हे जर असं असेल तर, खेळाडू काय, नट काय - आपले आवडीचे विषय असतील. पण 'उपासनेचे विषय' व्हायला आपल्याला खूप विचार करावा लागेल. त्याग, संयम, निर्वासनता, औदार्य, अपार ज्ञान, आत्यंतिक नम्रता, करुणा, विलक्षण सेवा, निरपेक्ष वृत्ती, सर्वांच्या खऱ्या कल्याणाची तळमळ - हे आणि अशांसारखे अनेक गुण चोवीस तास जगणारे, हे व्यक्तीलाच नव्हे तर समाजालासुद्धा आदर्श आणि उपासनेचे विषय का ठरतात आणि

ठरावेत, हे आता आपणच सांगू शकाल. केवळ कळण्यासाठी आणि आपलं 'उपासना' या विषयाचं आकलन वाढविण्यासाठी अशा तुलना, आपापल्या आवडींच्या बाबतींत केल्या आहेत. त्या ज्याला त्याला, ज्याच्या त्याच्या आवडीच्या विषयांच्या, व्यक्तींच्या बाबतीत करता येतील. त्याचा उद्देश अर्थातच कुणाच्या उणिवा किंवा दोष पाहणं हा नसून, आपलं आकलन वाढणं आणि आपण ज्याला आदर्श समजतो आणि जे खरं आदर्श आहे, त्यांतली प्रचंड तफावत लक्षात येणं, त्यानुसार आपले पूर्वग्रह दूर होणं, उपासनेविषयीच्या कल्पना स्पष्ट व शुद्ध होणं हा आहे, हे वेगळं सांगायला नकोच.

१.६. आता, आपल्याला निदान या प्रश्नाचं आणि जरुरीप्रमाणं पुढल्या प्रश्नांची उत्तरंही, कशासाठी वाचावीत, हे खचितच समोर येईल. याचा प्रत्यक्ष आपल्या आयुष्याशी संबंध पाहू. आपण वर म्हटल्याप्रमाणं, एका मर्यादित अर्थानं माणसाला आदर्श असावेत. कारण, त्यानुसार तो त्याचं जीवन घडवीत असतो. त्याला स्वतःला विवेकानं, व्यापक दृष्टी आणि योग्य कृती यांची क्षमता आली असेल तर, अर्थातच त्याला अशा आदर्शांची फारशी जरूर भासणार नाही. तो स्वयंप्रकाशी राहील. इतरांना प्रकाशित करील. पण हे अपवाद वगळता, सर्वसामान्य माणसांना आदर्शांची एक मर्यादित आवश्यकता जरूरच आहे.

त्या अर्थानं पाहिलं तर, भगवान बुद्ध किंवा कुणी राम जेव्हा सामान्य माणसाच्या डोळ्यांसमोर असाच खेळाडूसारखाच आवडीचा विषय म्हणून येतो, तेव्हा आधी पाहिलेल्या खेळाडूच्या आणि या आवडीच्या पार्श्वभूमीवर त्या त्या व्यक्तीच्या आयुष्यावर होणाऱ्या परिणामांतही किती मोठी तफावत असते, हे लक्षात येईल. पहिलं जीवन तर आपण वर पाहिलंच आहे. त्यात दोन गोष्टी आहेत. एक तर तो आदर्श ठेवला तर लाखातल्या एका माणसाला फारतर ते

जमेल. तेही फक्त आयुष्यातल्या दहा-वीस वर्षांसाठी - उरलेले तास आणि पन्नास-साठ वर्षांचं आयुष्य त्याला सामान्यांसारखंच काढावं लागेल. ही भाग्यवान व्यक्ती सोडता, इतरांना तर फक्त काही काळासाठी घालवलेला करमणुकीचा वेळ, एवढंच मूल्य या खेळ पाहण्याला उरेल.

हाच विचार क्षणभर ज्यांची खऱ्या अर्थानं उपासना होते, अशा वर म्हटल्या तशा, भगवान बुद्ध, राम किंवा अशा कोणत्याही व्यक्तींच्या जीवनांच्या आदर्शांच्या बाबतीत आपण पाहिलं तर, ते त्यांच्या व्यक्तिगत जीवनात कोणी राजा म्हणून, कोणी भिक्षू म्हणून, कोणत्याही प्रकारे जगले असतील तरी, आपण त्यांचा आदर्श घेतो तो - ते रोज आयुष्यभर कोणत्या पद्धतीनं, कोणती मूल्यं जगले - याचा.

म्हणजे असं की, उपासनेत आदर्शांचं अनुकरण करून प्रत्येक व्यक्तीच्या जीवनात परिवर्तन होण्याची जी पद्धत व टप्पा आहे, त्याचा विचार केला तर, रामांनी किंवा बुद्धांनी राज्यांचा त्याग केला असेल. आपल्या वाट्याला कदाचित संस्थेतल्या एखाद्या पदाचा, एखाद्या घराचा, नोकरी-उद्योगातल्या एखाद्या पदाचा, अगदी सामान्य माणसाला त्याच्या कुटुंबातल्या स्थानाचा - त्याग करावा लागेल, आणि राज्यांच्या त्यागानं मिळणाऱ्या आनंद आणि शांती एवढाच आनंद आणि शांती कुटुंबातल्या किंवा संस्थेतल्या मानाच्या त्यागानं मिळू शकेल.

कारण, खऱ्या उपासनेत प्रश्न - मूल्य किंवा गुण - हे आदर्श असण्याचा असतो. ती ती व्यक्ती, राम, बुद्ध हे फक्त त्याचं प्रात्यक्षिक जीवन असतं. उपासनेनं मी शिकतो तो त्याग. त्यासाठी मला, कुणा राजा दशरथाचा मुलगा व्हावा लागत नाही की, कुठलं राज्य लढून मिळवावंलागत नाही. तत्त्वासाठी त्याग, क्षमा, आज्ञापालन - असे अनेक उपास्यगुण असतात. उपासनेत ते शिकता येतात. त्याचा माझ्या जीवनात मला माझं जीवन आदर्श घडवून, त्या

मार्गानं, खरा आनंद मिळवायला, मला व्यक्तिशः उपयोग होतो. आपण पाहिलं तसं, खेळाडूंचा किंवा नटांचा आदर्श घेऊन लाखातल्या कदाचित एकाला, तेही काही काळ, कदाचित जगता येऊ शकत असेल. पण इथं मात्र मला, मलाच काय लहानापासून थोरांपर्यंत, गरिबांपासून श्रीमंतांपर्यंत - कुणालाही कुठंही - अशा उपासनेचं, बदलांचं आणि त्यामुळं मिळणाऱ्या खऱ्या आनंदाचं जीवन कायमचं अंमलात आणता येऊ शकतं, जगता येतं. ते जीवन कुणा बुद्धाला, रामाला मिळते, तेवढीच शांती आणि आनंद मला माझ्या ठिकाणी देऊ शकतं. इतरांनाही तेवढंच देऊ शकतं.

१.७. म्हणून खरी उपासना म्हणजे काय, तिनं मिळणारे फायदे कोणते,ते फायदे जर माझ्या जीवनामध्ये एवढी शांती आणू शकत असतील,त्यामुळं पर्यायानं माझ्या सहवासातल्या, कुटुंबातल्या, समाजातल्या लोकांच्या जीवनातही तशी शांती आणू शकत असतील तर, ती खरी उपासना कोणती, ते समजून घेणं आणि मग त्यासाठी हेच पुस्तक काय, ते समजून देऊ शकणारं इतर कोणतंही पुस्तक वाचणं, हे स्वतःच्या शांत, आनंदी व प्रगत जीवनासाठी आवश्यक आहे, हे आपल्यालाच काय कुणालाही पटू शकेल, असं मला वाटतं. ते आता वेगळं सांगण्याची जरुरीही नाही. हे पटल्यास आपण पुढची प्रश्नोत्तरं जरूर वाचावीत.

*****

प्र.२. आम्ही अनेकदा समाजात बघतो की,वेगवेगळ्या क्षेत्रांतली प्रतिष्ठित माणसं आपापल्या व्यवसायांच्या ठिकाणी किंवा घरात हॉलमध्ये एखाद्या सद्गुरूंचे भले मोठे फोटो

लावतात. आपण त्यांचे उपासक आहोत, असं सांगतात. त्यांच्या जयंत्या, पुण्यतिथ्या मोठ्या प्रमाणावर साजऱ्या करतात. पैशाचं व अन्नाचं दानही करतात. पण त्यांच्या व्यवसायामध्ये,नोकरीमध्ये वा परस्परव्यवहारात ती माणसं कितीतरी वेळा अप्रामाणिक असतात, गैरव्यवहार करतात. या अनुभवामुळं आमचा त्यांच्यावरचा व त्यांच्या सद्गुरूंवरचाही विश्वास उडतो. त्याहीपेक्षा या साऱ्याला उपासना करणं, असं ते म्हणतात. त्यामुळं उपासनेवरही विश्वास रहात नाही. मग काही वेळा,आम्ही, काही फोटो वगैरे न लावणारे, त्या अर्थानं उपासना न करणारे, एरवी जास्तीत जास्त प्रामाणिक व त्यांच्यापेक्षा चांगलं वागतो, असं वाटतं. यांत कोणतं व कितपत बरोबर आहे ?

→ २.१. पहिलं असं की,समाजप्रतिष्ठित कोणाला म्हणतो.

आपण प्रश्नात जसं म्हटलं आहे, तसं प्रतिष्ठित असणं व प्रतिष्ठित समजलं जाणं, यांतही दोन प्रकार असतात. मुळात ज्ञान, अनुभव, वय, संपन्नता, लौकिक अधिकारपदं, शरीरसंपदा, सामाजिक सेवा, कार्यं, साधुत्व-या गोष्टींनी मनुष्य सामान्य माणसांपासून वेगळा ठरतो व त्याला जे वेगळेपण मिळतं व मानलं जातं, ते वेगळं स्थान म्हणजे 'प्रतिष्ठा'. आपण आत्ताच म्हटलं तसं, कष्टानं, सरळ मार्गानं अशा तऱ्हेची प्रतिष्ठा मिळावी, असं वाटणं, हे मनुष्यस्वभावाला धरून असतं. कारण त्या प्रतिष्ठेपोटी इतरांपेक्षा वेगळेपणा, त्यामुळं अहंकार सुखावणं, शब्दाला किंमत येऊन त्याचे अनेक व्यावहारिक उपयोग करता येणं - अशा अनेक कारणांनी या प्रतिष्ठेचं आकर्षण असतं. अर्थात खऱ्या कुवतीनं व प्रयत्नानं ते स्थान निर्माण होणं वेगळं व ते मिळवण्यासाठी काही ढोंगी किंवा पोकळ कृती करणं वेगळं. ते करण्याइतपत, आपण चाणाक्ष असलो तर, ते आपल्या

लक्षात येतं. नसल्यास मूळ प्रतिष्ठा आणि प्रतिष्ठेचा देखावा यांच्यातल्या फरक लक्षात न येऊन,आपली फसवणूक होणार, हे उघड आहे.

२.२. दुसरा मुद्दा, ही प्रतिष्ठा कोणत्या मार्गानं मिळवावी हा आहे.सरळपणे विचार करता, निरपेक्षपणे केलेल्या कुठल्याही वरील प्रकारच्या कार्यानं ही प्रतिष्ठा आपोआप मिळत असते. औपचारिकदृष्ट्या एखादी मान्यता,पदवी, सत्कार - यांनी ती न मिळाली तरी, त्यामुळंही अशा खऱ्या प्रतिष्ठायोग्य व्यक्तींना काही फरक पडत नाही. असे खरे प्रतिष्ठित होणं किंवा ओळखणं, हे सरळ व योग्य आहे, हे आपण प्रथम लक्षात घेऊ.

आता दुसऱ्या प्रकारचे लोक. प्रतिष्ठेचं आकर्षण तर सर्वांनाच असतं. त्यांतल्या काहींच्या ठिकाणी थोडी क्षमताही जास्त असते. पण खरी प्रतिष्ठा येण्यासाठी लागणारी क्षमता त्यांच्याकडं नसते आणि ती येण्यासाठी थांबण्याएवढा धीरही त्यांना नसतो. अशावेळी कुठल्या ना कुठल्या मार्गानं ती प्रतिष्ठा मिळविण्याच्या क्लृप्त्या व उद्योग सुरू होतात. खरा प्रतिष्ठेचा मार्ग हा,वर म्हटला तसा, सरळ, कष्टाचा आणि निरपेक्ष असतो. पण असा प्रतिष्ठा मिळविण्याचा शॉर्टकट मात्र आडवळणाचा, चतुराईनं फसवण्याचा, पटकन पोचण्याचा असतो. त्यात खऱ्या प्रतिष्ठितपणाची लक्षणं अंगी असण्यापेक्षा, लोक आपल्याला प्रतिष्ठित मानतात की नाही, जास्तीत जास्त लोक कसे मानतील ? ते लवकरात लवकर मानतील का ? त्याची प्रसिद्धी होईल का ? - या आणि अशा गोष्टींची घाई माणसाला झालेली असते. काहींची घाई उघड चालू असते, काहींची लक्षात न येईल, अशा मार्गानं, शांतपणानं, छुपेपणे चालू असते. त्यात मग मेळावे घेणं, एखाद्या सामाजिक प्रश्नावर त्यातल्या कोणा आधीच प्रतिष्ठित असलेल्या माणसाला बोलावून, त्याचा सत्कार करून, त्या निमित्तानं

आपण त्या कार्याशी निगडित आहोत, आपल्यालाही त्या कामाचा कळवळा आहे किंवा जणू काही आपणही स्वतःला त्या कामात झोकून घेतलं आहे, असं दाखवणं. महिला-बालकल्याण, आदिवासी, परित्यक्ता, कुपोषणं, धरणग्रस्त, सामाजिकदृष्ट्या उपेक्षित वर्ग, दुष्काळ, पूर, अवर्षणं - अशा अनेक तात्कालिक प्रश्नांशी निगडित लोक - या आणि अशा असंख्य व्यक्तींचा आणिप्रसंगांचा जास्तीत जास्त वापर करून आपली प्रतिष्ठा त्यामुळं कशी वाढेल, अशाकडं या लोकांचा कल असतो. एकदा प्रतिष्ठित समजलं गेलं की, त्यामुळं मिळणारे इतर फायदे - सत्कार, ॲवार्डस्, परदेशप्रवास - अशा अनेक प्रतिष्ठेच्या गोष्टी आपल्याकडं चालून येतील. त्या निमित्तानं आपापले उद्योग, नोकरी, व्यवसाय, अधिक तेजीत चालतील, लोक आकर्षित होतील - यांसाठी चाललेली, ही तशी पाहता केविलवाणी धडपड असते. हे आपण शांतपणे या साऱ्याकडं पाहिलं की, लक्षात येतं.

बरं, जगाचा - म्हणजे आपणही बहुतांश त्यात आलो - स्वभाव असा आहे की, शांतपणे झुळझुळ वाहणारा झरा, मुलांचा दंगा आणि बँड, ढोल, ताशे बडवीत चाललेली मिरवणूक - यांमध्ये स्वाभाविकपणे आपलं मिरवणुकीकडंच जास्त लक्ष जातं. ती पाहायलाच गर्दी होते आणि तिचाच प्रभाव जास्त टिकतो. खरं पहाता, ती मिरवणूक-अशा खोट्या, दांभिक, प्रतिष्ठित आणि त्यामुळं खऱ्या व टिकणाऱ्या नसलेल्या लोकांची असते. तिच्यामुळं स्वाभाविकपणेच आपल्याला कुठला तात्कालिक व टिकाऊ फायदाही होणार नसतो. दुसऱ्या बाजूला मात्र शांतपणे, अत्यंत हळू आवाजात वाहणाऱ्या झऱ्याकडं आपलं लक्ष जात नाही. पण तिथंही खरं पहाता, मिळणाऱ्या शुद्ध पाण्यानं आपली तहानभूक खरी भागणार असते, हे आपल्या लक्षात येत नाही. बडेजावातला व खऱ्या शांत कार्यातला हा फरक असतो.

आपलं लक्ष अधिक कोण वेधून घेतं व खरा उपयोग कशाचा होतो, हे आता आपलं आपणच ठरवावं.

२.३. हे जे चटकन प्रभाव टाकून, वर म्हटले तसे, आपले स्वभाव ओळखून, वेगवेगळ्या गोष्टींचे वापर करण्याचे आणि अशी खोटी प्रतिष्ठा मिळविण्याचे मार्ग आहेत, त्यांतलाच एक मार्ग म्हणजे, ज्यांना सर्वसामान्य माणूस भक्तिभावानं मानतो आणि त्यामुळं त्यांना मानणारा माणूसच त्याला आपल्या जवळचा वाटतो, त्याची खात्री वाटते - त्याचा वापर करणं म्हणजे, अशा प्रसिद्ध सत्पुरुषांचे फोटो आपापल्या उद्योगाच्या, ऑफिसच्या दर्शनी, हॉलच्या ठिकाणी, लावणं होय. त्या सत्पुरुषांचं मोठेपण व खरी प्रतिष्ठा, त्यांना असलेल्या मान्यतेचा व लोकप्रियतेचा इतक्या चटकन वापर करण्याचा दुसरा मार्ग (?) नसेल. कारण फोटोचा प्रभाव पाहताक्षणी पडतो आणि परिणाम म्हणून त्या लावणाऱ्यावरचा विश्वास वाढतो.त्याची प्रतिष्ठा वाढते, त्याच्याशी व्यवहार बिनधास्तपणानं, नकळत होतो ! खोट्या प्रतिष्ठेत माणसाचं काम होऊन जातं. हे आपण खरं तर सहज ओळखलं पाहिजे.

तसं पाहिलं तर, असा वापर एखाद्या सत्पुरुषांचा, सद्गुरूंचा, त्यांच्या फोटोंचाच होतो, असं नाही. मुळात इतरांच्या मोठेपणाचा फायदा घेऊन, त्यावर जाताजाता आपला व्यवसाय, धंदा, उद्योग, गिऱ्हाईक वाढवण्याची, फायदा उठवण्याची जी प्रवृत्ती आहे, ती प्रवृत्ती अशा तऱ्हेनं इतर मार्गानं अनेक वेळा व्यक्त होताना आपल्याला आढळेल. असा फायदा उठवणाऱ्या व्यक्ती इतर प्रतिष्ठित व्यक्तींच्या वाढदिवशी त्यांच्या फोटोंबरोबर आपले फोटो टाकून, त्याचे कट्आऊट्स करतील, मोठमोठ्या नेत्यांचे, पक्षाध्यक्षांचे, राष्ट्रपुरुषांचे फोटो लावून, त्याबरोबर त्या निमित्तानं आपली प्रसिद्धी

साधतील, आपले व्यवसाय-गिऱ्हाईकं वाढवतील. प्रवृत्ती तीच असेल, त्यामुळं आपल्यालाच सावधपणे हे ओळखावं लागेल.

२.४. यातून हेही लक्षात ठेवलं पाहिजे की,अशा तऱ्हेचे शतकानुशतकं,समाजामध्ये आदराचं स्थान असलेले त्यागी महापुरुष - सद्‌गुरू असतात. त्यांच्याबद्दल भक्ती-श्रद्धा- प्रेम-बाळगून, त्यांनी घालून दिलेल्या, त्यागाच्या, सेवेच्या, निरपेक्षतेच्या मार्गानं जाऊन, स्वतःचं आणि जगाचं हित, आपल्या आपल्या प्रमाणावर करणारे लोक प्रत्येक काळात जरूर असतात. ते श्रद्धावान लोकही एक कृतज्ञतेची कृती म्हणून, स्वतःला स्मरण देण्यासाठी, वृत्तीला वळण देण्यासाठी - अशा सद्‌गुरूंचे फोटो लावतात. पण ते शक्यतो प्रथमतः त्यांच्या उपासनेच्या खासगी जागेत असतात. त्याहीपेक्षा लहान प्रमाणात, स्मरण टिकावं म्हणून घराच्या हॉलमध्ये असतात आणि तेच स्मरण टिकावं आणि व्यवहार सद्‌गुरूंना अपेक्षित असा व्हावा म्हणून, त्याहीपेक्षा लहान प्रमाणात असे फोटो त्यांच्या ऑफिस, कार्यालय, उद्योग - अशा ठिकाणीही असतात.

हे नीट लक्षात घ्यायला हवं की, या प्रत्येक फोटोचा आकार, तो लावण्याचा उद्देश, त्याची उपयुक्तता, ही व्यक्तीला स्वतःला विधायकपणे बदलण्यात अत्यंत मोलाची ठरते. मात्र त्या त्या सद्‌गुरूंचा वापर करून, प्रतिष्ठा आणि धंदा मिळवणं - आणि त्यांचे खरे भक्त असणं - यांतला फरक आपण ओळखण्याची गरज आहे. खरी श्रद्धा कुठं आहे आणि दर्शनी जागी मोठे फोटो किंवा अन्नदानासारखे कार्यक्रम व त्यांचा बडेजाव कुठं मांडला जातो आहे, आणि या मार्गांनी त्या सद्‌गुरूंचा वापर कुठं केला जातो आहे - यांतला फरक ओळखण्याची खरी गरज आहे.

२.५. जर हे व्यवस्थित समजून घेतलं असेल, ओळखलं असेल,

पारखलं असेल तर, असे वापर वेळीच लक्षात येऊन, त्या त्या मूळ त्यागी, असंग्रही, सेवाव्रती, महान सत्पुरुषांवरचा आपला विश्वास न उडता, असा वापर करणाऱ्यांवरचा आपला विश्वास उडेल. निदान आपण त्यांचे अंतःस्थ हेतू ओळखून राहू आणि त्याप्रमाणंच तेवढाच व्यवहार त्यांच्याशी करू.खरं तर,उपासना मुळातच अंतरंगाशी व त्यातल्या विधायक परिवर्तनाशी निगडित असल्यामुळं, तिला फोटो, लॉकेट, माळा, उत्सवी कार्यक्रम - यांतलं काही स्वरूप नाही.

बाह्यांगानं काही स्वरूप जर आलंच तर, ते अगदी केवळ व्यवहार म्हणून, अपरिहार्य म्हणून, निर्हेतुकपणे, एका चांगल्या अर्थानं केवळ नाइलाज म्हणून आलेलं एवढंच असतं. नदीवर पहाटेपासून रात्रीपर्यंत अखंडपणे असंख्य लोक पाणी पिऊन जातात. घागरीनं घेऊन जातात. हे जलदानाचं काम. पण किती लोक पाणी पिऊन गेले याची कल्पनाही येत नाही, इतक्या सहजपणे आणि बिनबोभाटपणे, कुठलाही बोर्ड न लावता, ते चालू असतं. सद्‌गुरूंची खरी उपासना करणं, अशा पद्धतीनं चालू असतं, असावं. कारण ती सहज आणि अंतरंगाची आहे.

आता नदीची कुठलीही इच्छा नसताना, तिच्याकडं अविरतपणे लोक येऊन एवढं जीवनदायी शुद्ध पाणी घेऊन जात असताना, ती मनापासून वर्षानुवर्षं ते करत असताना, ते साधारणपणे कोणाला कळतही नाही, लक्षातही येत नाही. मात्र नदीजवळून जाणाऱ्याला, पाणी भरणारे लोक आणि ते लोक भरून नेत असलेल्या घागरी दिसू शकतात. उपासनेचं बाह्यांग फारतर एवढंच दिसणं स्वाभाविक आहे.बाकीचं दिसत असेल तर, तो देखावा असेल, मुद्दाम केलेला बडेजाव असेल.

२.६. सत्पुरुष काम करतात किंवा त्यांचे खरे श्रद्धावान भक्त काम करतात, ते असं नदीसारखं चोवीस तास. पण कधीतरी

कुणाच्यातरी दृष्टीस पडणारं. बाकीचे असतात ते त्यांच्या नावानं मांडलेले बाजार ! काही लोक नदीवरून फुकट पाणी नेऊन ते घरोघरी व बाजारात विकत नाहीत काय? अशावेळी फुकट आणलेलं पाणी विकणाऱ्याला दोष द्यावा की, नाही, याबद्दल मतभेद असू शकतील. पण नदीला आणि पाण्याला आपण दोष देणार नाही, हे निःसंशय. तसाच सद्गुरूंना, त्यांच्या खऱ्या श्रद्धावान उपासकांना आपण दोष देणार नाही, हे निःसंशय आणि आपला त्यांच्यावरचा विश्वास उडणार नाही, हेही खचितच. त्याचबरोबर बाजार करणाऱ्यांची पारख, त्यांची मजबुरी, यांबद्दल आपण ओळखून राहू. सावध राहू. फार झालं, तर सहानुभूती बाळगू.

२.७. असे मोठे फोटो न लावणाऱ्यांपेक्षा आपण काही न करणारे चांगले वागतो, असं आपल्याला वाटतं - याचा शेवटी विचार करू. आपण खोट्या प्रतिष्ठेला बळी पडलो नाही, उगाच सत्पुरुषांच्या नावाचे व्यापार करून त्यावर मानमान्यता, धंदा, प्रतिष्ठा मिळवीत नाही. जे करतो ते काम आपल्या कर्तृत्वावर व प्रामाणिकपणे करतो आहोत, हे सर्व चांगलं आहे. ते सर्व वरील बाजारापेक्षा नक्की चांगलं आहे. उदाहरण चालवायचं झालं तर, आपण कुठून पाणी फुकट आणून, बोर्ड लावून, ते न विकता, आपल्या स्वतःच्या शेतात कष्टानं विहीर खणून किंवा आपल्या जागेत बोअर घेऊन, स्वकष्टानं पाणी काढून, त्याच्या रास्त किमतीला ते आपण लोकांना देतो आहोत, असं आपल्या बाबतीत, या उदाहरणापुरतं, म्हणता येईल.

हे सर्व चांगलं आहे, रास्त आहे. त्यात वापर नाही, कुणाच्या विश्वासाचा गैरफायदा घेणं नाही. अशा अनेक अर्थांनी हे चांगलं आहे. पण पुरेसं नाही ! उपासनेचा संबंध किंवा मूळ परमार्थाचा संबंध आहे, तो नेमका इथंच आहे आणि तो आपलं चांगुलपणाचंच

आकलन - पण ते अधिक वाढवतो, अधिक व्यापक करतो. आपल्या या चांगुलपणाचं कारण कुणाचा गैरफायदा न घेणं आणि स्वकष्टाचं प्रामाणिक मूल्य घेणं, यांत आहे. पण त्यातली उणीव किंवा त्रुटी अशी आहे की, हा चांगुलपणा अंमलात यायला एवढ्या दोनच गोष्टी पुरेशा होत नाहीत, हे समजून घेतलेलं बरं. माझ्या विहिरीला किंवा बोअरला जे पाणी लागलं, ते 'स्वकष्टार्जित' असलं तरी 'स्वनिर्मित' नव्हे !

पाण्यापर्यंत पोचण्याचे कष्ट आणि त्याचं मूल्य हा विषय रास्त असला तरी, आपण मुळात जे वाटतो आणि त्या साऱ्या प्रक्रियेवर स्वतःला अधिक चांगले मानतो आहोत, ते 'पाणी'च मुळात आपण निर्माण केलेलं नाही, हे लक्षात येईल. ते पाणी ही निसर्गाची किंवा त्याच्या निर्मात्याची अपूर्व व असीम कृपा आहे. आपल्या साऱ्या चांगुलपणाचा डोलारा ज्यावर उभा आहे, ते मूळ पाणी या आपल्या चांगुलपणाच्या प्रक्रियेतून वजा केलं तर मग काय उरेल ? त्या साऱ्या आपल्या जीवनभरच्या व्यवहाराला एखाद्या व्यर्थ खटाटोपाचं स्वरूप नाही का येणार ? हे लक्षात आलं तर, त्याला डोलारा का म्हटलं, ते कळू शकेल.

म्हणून ज्या कोणा शक्तीनं, हे देण्यासारखं, शुद्ध पाणी त्या जागी ठेवलं, इतकंच नव्हे, तर त्यापर्यंत पोचण्यासाठी लागणारी बुद्धी, कष्ट करण्याची शक्ती, त्याला यश, पाण्याच्या उपलब्धतेतलं आणि ते देण्याच्या आपल्या शक्तीतलं आपलं सातत्य - अशा असंख्य गोष्टी आपल्याला दान दिल्या, त्यांचं मूल्य आणि मोठेपणा आपल्याला कळण्याची किती मोठी गरज आहे.

ती इतकी मोठी आहे की, ते न कळलं तर, पाणीच काय, वर म्हटलं तसं, बुद्धी, शक्ती, यश, पाण्याची सततची उपलब्धता, आपण दिलेलं पाणी स्वीकारणारे लोक - हे सारं आपलंच कर्तृत्व

वाटून त्याचा अहंकारसुद्धा आपल्याला होऊ शकतो. मग अशाबेसावध अहंकारामुळं आपण केलेलं खरं चांगलं कार्य, कृतींची खरी शुद्धता, आपली निर्भेळ, आनंदरूप मुक्ती - यांच्यावरसुद्धा पाणी फिरू शकतं.

यासाठी चांगल्या कार्याबरोबरच ही जाणीव देणारी उपासना ही किती आणि का गरजेची आहे, हे आपल्या लक्षात येईल. मग त्यासाठी कृतज्ञतेपासून सुरुवात करून, त्याला सुसंगत अशी कोणतीही कृती कर्तव्य म्हणून, कोणताही गाजावाजा न करता, अत्यंत श्रद्धेनं व प्रेमानं करणं - म्हणजे उपासना आहे - याची आपल्याला जाणीव होईल.

म्हणजे जगात आपण चांगलं असण्याची गरज तर आहेच. त्या अर्थानं अशा बाजारू माणसांपेक्षा आपण नक्की चांगले आहोत. पण आपण असे खरे उपासक असण्याची निकड त्याहीपेक्षा अत्यंत मोठी आहे आणि तीच आपल्या जीवनाचं सार्थक घडवणार आहे !

*****

प्र.३. मी विद्यार्थी आहे. विद्यार्थी म्हणून उत्तम मार्क मिळवणं, त्यासाठी मार्गदर्शन घेणं, अभ्यास करणं-एवढंच माझं कर्तव्य आहे, असं मला वाटतं. हे करीत असताना, उपासनेची कोणती गरज मला वाटत नाही व शिवाय ती माझ्या पालकांनाही वाटत नाही. हे बरोबर आहे का? नसल्यास कसं?

→ आपण असं गृहीत धरू की, आपण विद्यार्थी आहात आणि विद्यार्थी म्हणून आपल्या कर्तव्यांची आपल्याला कल्पना असेल. यावर आपण थोडा जास्त विचार करावा व आपल्या

पालकांनीही तो करावा, असं म्हणावंसं वाटतं. असं मला का वाटतं, ते आपण पाहू.

३.१. विद्यार्थी म्हणून असलेल्या कर्तव्यांत आपण जास्तीत जास्त गुण परीक्षेत मिळवण्याचा उल्लेख केला आहे. त्याला अनुकूल असलेल्या मार्गदर्शन, कष्ट इत्यादी पूरक गोष्टींचाही आपण उल्लेख केला आहे. एक क्षणभर आपण विचार करावा की, विद्यार्थी म्हणून विद्याभ्यास व त्यातले कष्ट - हे आपलं मुख्य कर्तव्य असलं तरी, इतर अनेक कर्तव्यं पार पाडल्याशिवाय आपण परिपूर्ण विद्यार्थी होत नाही. किंबहुना जे आत्ताचं मुख्य कर्तव्य आहे, तेही नीटपणे पार पाडणं शक्य नाही.

आपण उदाहरणानं पाहू. आपल्या ठरलेल्या अभ्यासाला आपल्याला विशिष्ट वेळ बसायचं आहे. परंतु मांडी घालून तासन्‌तास बसवत नाही. थोडं वाचलं की, डोळे दुखतात. थोडा वेळ लिहिलं की, हात भरून येतात. टेबलखुर्चीवर बसलं तरी पाठ भरून येते. वाचलं, लिहिलं की, मान दुखू लागते. असा आपला अनुभव असेल किंवा तो इतरांना येत असल्याचं, आपल्याला माहीत असेल. अशा वेळी विद्यार्थी असतानासुद्धा नुसता अभ्यास करणं, हे कर्तव्य पुरेसं ठरत नाही तर, अभ्यास करण्यासाठी लागणारी उत्तम शारीरिक क्षमता मिळवणं - त्यासाठी आवश्यक तो व्यायामकरणं, हेही आपलं विद्यार्थी म्हणूनसुद्धा कर्तव्य ठरतं.

आता विद्यार्थी म्हणून केवळ गुण मिळवणं, हे कर्तव्य न ठरता, उत्तम शारीरिक प्रकृती - भले, ती हे कर्तव्य पार पाडण्यासाठीसुद्धा आवश्यक ठरेल - मिळवणं, हेसुद्धा दुसरं कर्तव्य ठरतं. म्हणजे विद्यार्थ्याचा फक्त अभ्यासाशी संबंध आहे, इतर कशाशी नाही, हे म्हणणं अपुरं ठरतं, हे आपल्याला व आपल्या पालकांनाही पटू शकेल. आता त्यासाठी वेळ देणं, मार्गदर्शन घेणं,

कष्ट करणं, हाही आपल्या रोजच्या कामाचा एक भाग बनवणं आवश्यक ठरतं.

३.२. आता आणखी थोडा विचार करू. आपण विद्यार्थी म्हणून आपलं काम करीत आहात. त्यावेळी आपण आपल्या घरी राहता किंवा आपल्या अभ्यासक्रमाप्रमाणं गरजेनुसार वसतिगृहातही राहता. घरी आपल्याला आपले आईवडील, कुणी आजी-आजोबा, काका-काकू, भावंडं असतील तर, त्यांच्याशी आपला वेगवेगळ्या कारणानं संबंध येत असतो. समजा, घरात कोणाला बरं नसलं, काही कार्यक्रम असला किंवा काही जरुरीचं घरकाम असलं तर, आपण विद्यार्थी असलात तरी, वेळ काढून त्या कामांसाठी तो देणं आणि वेळेला ती ती मदत करणं, हे योग्यही आहे व आवश्यकही आहे. कारण आपापली कामं बाजूला ठेवून, आपण स्वतः तान्हे असल्यापासून या सर्वांनीही वेळी रजा, आजारपणं, खर्च सोसून आपली काळजी घेतली आहे, याची जाणीव ठेवणं आणि गरजेला त्याची परतफेड करीत राहाणं, हेही आपलं आणखी एक कर्तव्यच आहे. ते कर्तव्य आपल्या स्वतःच्या स्वभावाला कृतज्ञतेचं व कर्तव्याचं आवश्यक ते चांगलं वळण तर देईलच, पण आपल्या या कृतीमुळं तेच वळण आपल्या धाकट्या भावंडांना, कुणा शेजारच्या लहान मुलांना, इतकंच नव्हे तर, पुढं आपल्या मुलाबाळांनाही ते लागेल. व्यायामासाठी वेळ काढताना, अभ्यासाचा वेळ थोडा कमी झाला. पण त्यामुळं अभ्यासाचं कर्तव्य पार पाडायला मदतच झाली. तीच परिस्थिती असा वेळ आपल्या संबंधातल्या माणसांसाठी, त्या त्या वेळी गरजेनुसार वेळ देण्यात आहे. आता इथं जी कृतज्ञता व तिच्यासंबंधी विचार आणि कृती आल्या त्या उपासनेचंच एक अंग आहेत, हे लक्षात ठेवावं. अशा तऱ्हेनं आपला उपासनेशी संबंध सुरू होतो.

या ठिकाणी काही पालकांचं असं मत आपण ऐकलं असेल की, मुलांनी फक्त जास्तीत जास्त मार्क मिळवावेत. त्यावेळी त्यांनी घरातल्या कुठल्या कामांकडं लक्ष देऊ नये, इतरांनी तशी अपेक्षा करू नये. इतकंच नव्हे तर, विद्यार्थ्यांच्या महत्त्वाच्या मानल्या जाणाऱ्या वर्षांत, घरात त्यांचं लक्ष जाईल असे, कोणते कार्यक्रमसुद्धा ठेवू नयेत, असं म्हणणं अपरिपक्वपणाचं आणि विद्यार्थी ही एक परिपूर्ण व्यक्तीनसून मार्क मिळवण्याची मशीन वाटत असल्याचं दाखवणं आहे.अभ्यास करत असताना,आपण विद्यार्थी म्हणून घडत असलेल्या व्यक्तिमत्त्वाच्या केवळ एका थोड्याशा भागाचा विकास करत असतो. तो करताना त्याच्याशी संबंधित इतर भागांकडं लक्ष गेलं नाही तर,आपण एकांगी विकास झालेली एक अपरिपक्व व्यक्ती घडवण्याचा धोका पत्करीत आहोत, हे लक्षात येणं आवश्यक आहे.

जीवन अनेकांगी आहे. त्यात बुद्धीच्या विकासाबरोबर जसं शरीरप्रकृतीला स्थान आहे, तसंच वर पाहिलं तसं कृतज्ञतेला स्थान आहे. तीही आपली कर्तव्यंच आहेत. शिवाय परस्परसंबंधाच्या जपणुकीला,निसर्गातून शिकण्याला,अभिजात साहित्य, कला, संस्कृती - यांचा परिचय करून घेऊन त्या आत्मसात करण्याला कर्तव्य म्हणून स्थान आहे.

अशा अनेक गोष्टींबरोबरच आयुष्यात सर्वांच्या वाट्याला येणाऱ्या सुखदुःख, यश-अपयश, निराशा, उद्विग्नता, लोकसंग्रह, एकाकीपण - अशा अनेक भावनांच्या अनुभवांनाही कसं सामोरं जावं, याची प्राथमिक तयारीही या विद्यार्थी-जीवनात घडवायची असते, याची आपल्याला जाणीव असणं गरजेचं आहे.

नाहीतर, आज जर आपण फक्त स्वतःच्या मार्कांपुरतं पाहणारे विद्यार्थी घडलो किंवा पालकांनी घडण्यावर कटाक्ष ठेवला तर, उद्याच्या आयुष्यात आता मार्कांऐवजी स्वतःची करियर, स्वतःचा पैसा, स्वतःचं सुख, स्वतःची प्रगती - असं सारं स्वतःपुरतं पाहणारा

एक स्वार्थाचा पुतळा आपल्याकडून घडणार आहे, याची जाणीव ठेवलेली बरी. असा स्वार्थाचा पुतळा घडला तर, मग त्याला कुणी खरे मित्र नाहीत, तो घरात कुणाला वेळ देत नाही, आम्हा वृद्धांना तो पाहात नाही, तो तुसडा, एकलकोंडा आहे, त्याच्या सुखाचं झालं की, तो स्वतःच्या जवळच्या माणसांनासुद्धा काडीची किंमत देत नाही, विसरून जातो. असले 'अब पछताये क्या होत है जब, चिडिया चुग गयी खेत' अशासारखे पश्चात्तापाचे दुःखद प्रसंग उद्‌भवतील. जे आज आपण अती आत्मकेंद्रित झालेल्या समाजात रोज पाहतो आहोत.

३.३. या दुःखद परिस्थितीचं मूळ, मी विद्यार्थी आहे आणि माझा फक्तमार्कांपुरता संबंध आहे - अशी संकुचित विचारसरणी ठेवणाऱ्या आणि ती बरोबर आहे, असं वाटणाऱ्या विद्यार्थ्यांत आहे आणि पालकांतही आहे, असं लक्षात येईल.याची सत्यता व्यवहारात तर आपल्याला आढळेलच, पण आदर्श विकास हा नेहमी असा एकांगी नसून समग्र असतो, हे समाधानाचं शाश्वत सूत्र आहे. त्याचा अनुभव आपल्याला निसर्गात तर येईलच, पण त्याच निसर्गाचा एक छोटा भाग असलेल्या आपल्या स्वतःच्या शरीरात पण येईल. साध्या उदाहरणानं पाहा. नुकत्याच जन्मलेल्या दुपट्यावरच्या बाळाचं जिवंत राहणं, हे प्रथम कर्तव्य आहे. त्यासाठी त्याला श्वासोच्छ्‌वास करणाऱ्या नाकाची गरज आहे. असा विद्यार्थ्यासारखा त्यानं तात्पुरता व एकांगी विचार केला तर, त्याचं फक्त एवढंसं असलेलं नाकच वाढत जाण्याचा धोका आहे. कारण श्वासोच्छ्‌वासच त्याचं वर म्हटल्याप्रमाणं कर्तव्य आहे. पण निसर्ग असला अपरिपक्वपणा, एकांगीपणा कधी करीत नाही, हे आपल्या लक्षात येईल.

विद्यार्थी असताना, फक्त मार्क मिळवणं, हे माझं ध्येय आहे. माझा इतर कशाशी-उपासनेशी संबंध नाही, हे म्हणणं म्हणजे, ज्यांनी मला जग दिसतं, पुढं व्यवहार करता येतात, ज्या तोंडानं मी दूध व

अन्न घेणार व ज्यावर माझं पोषण होणार, ज्या कानांनी मला ऐकू येणार, भाषा शिकता येणार, माझी बौद्धिक, भावनिक वाढ होणार, ज्या हातांनी मला असंख्य कामं करता येणार, ज्या पायांच्या आधारांनी मी उभा राहणार, व्यवहार करणार, जग पाहणार - त्या साऱ्यांशी, त्यांच्या प्रगतीला वेळ देण्याशी, त्यांच्या बाबतीत माझं कुठलं कर्तव्य असण्याशी, माझा काहीच संबंध नाही - असं म्हणण्याइतकं हास्यास्पद आहे. आपण आपल्या जीवनात फक्त विद्यार्थी आणि मार्क असा अपरिपक्वपणा करू, पण निसर्ग कधी असा अपरिपक्वपणा करू तर देत नाहीच, पण तो त्यात आपल्याला वाढीतलं, प्रमाण आणि तोलही शिकवतो. नव्हे तर, आपल्याकडून करूनसुद्धा घेतो.

म्हणजे असं की, नाकानं श्वास घ्यायला, नाक आणि हवा, हे जितकं देतो, तितकंच सारे अवयव वाढावेत म्हणून, पोटात अन्न जायला तोंड, जीभही देतो. पोटात अन्न गेलं म्हणून केवळ मुलाचं पोट कधी नुसतं वाढत जात नाही तर, हातपाय, इतर अवयव, डोकं, मेंदू - अशा साऱ्यांचीसुद्धा त्याचवेळी वाढ झाली पाहिजे, म्हणून पोटाच्या वाढीला लागणाऱ्या दिलेल्या अन्नातला, इतर अवयवांच्या वाढीला लागणारा भाग काढून घेऊन रक्त आणि इतर वर्धक घटकांच्या मार्गानं, पायांपासून डोक्यापर्यंत सर्व अवयवांना पुरवतो. अन्न मी खाल्लं म्हणून ते माझं आहे व ते माझ्याकडंचठेवीन, असा अपरिपक्व आप्पलपोटेपणा निसर्ग करीत नाही, करू देत नाही.

उलट अधिक पाहायचं झालं तर, हे लक्षात येईल की, श्वासामुळं शरीर जगतं म्हणून नाक जपणं, हृदय जपणं कदाचित प्रधान कार्य असेल, पण म्हणून त्या नुसत्या नाकाच्याच वाढीला निसर्गात स्थान नाही. तसं असतं तर, एखाद्याचं नुसतं नाकच वाढलेलं आपल्याला आढळलं असतं. असं होत नाही, उलट लहान बाळाच्या नाक, डोळे, कान, तोंड, हातपाय, पोट - अशा समग्र अवयवांचं जे

एकमेकांशी प्रमाण असतं, त्याच प्रमाणात ते सर्व अवयव तो मोठा होत जाईल तसे, वाढवले जातात. ते या श्वास आणि अन्नाच्या बळावरच वाढतात, हे खरं असलं तरी, वयाच्या दहाव्या वर्षी किंवा पंचविसाव्या वर्षी हे सर्व अवयव सारखेच वाढलेले असतात आणि त्यांचं लहानपणी एकमेकांशी असलेलं प्रमाण, स्वाभाविकपणे ते अवयव वाढले तरीसुद्धा, तेवढंच रहातं. म्हणून तर मनुष्य शरीरदृष्ट्या वर्धमान, समतोल आणि समग्र जीवन जगू शकतो. एखाद्या अवयवाची वाढ खुंटणं, अपुरी होणं - हा निसर्गातला अपवाद असतो, पण त्यातून समतोल, समग्र वाढीची दिशा आणि त्या साऱ्यानं मिळणारा आनंद माणसानं शिकून व समजून घ्यावा, हे अशा तथाकथित पालक व विद्यार्थ्यांनी समजून घेतलेलं बरं. असा समतोल, समग्रता आणि त्यातून मिळणारा आनंद घेण्याच्या विद्येलाच उपासना म्हणतात. मग तिची गरज विद्यार्थ्यालाच नव्हे तर, पालकांनाही किती असेल, याची कल्पना केलेली बरी.

३.४. आता आपल्याला हे स्पष्ट झालं असेल की, मी जरी विद्यार्थी असेन तरी, माझा संबंध शरीराला जगवणाऱ्या श्वास किंवा अन्नासारखा प्राथमिकदृष्ट्या उत्तम गुणांशी, विद्यार्थी-जीवनाशी असेल तरीही, मी विद्यार्थी म्हणूनही वर म्हटलं तसा समग्र विकसित व्हायला हवा, हे निर्विवाद सत्य आहे. त्यात जसं शारीरिक तंदुरुस्तीसाठी व्यायामाला स्थान आहे, तसं कर्तव्य म्हणून घरातल्या कामांनाही स्थान आहे.कर्तव्य म्हणून आई-वडील,आजी-आजोबा- यांच्याबद्दल आवश्यक त्या कृती करण्यालाही स्थान आहे. मी ज्या शाळेत जातो, ज्या शिक्षकांकडून शिकतो, ज्या मित्रांच्यात वावरतो, त्यांच्यासाठी कृतज्ञतेनं, श्रम, आदर्श कृती, मदत, सद्भावनेचं वातावरण टिकवण्यासाठी शुद्ध वर्तन - अशा कर्तव्यांनाही स्थान आहे.

ज्या निसर्गातल्या हवा-पाण्यावर मी जगतो,ज्या सूर्यप्रकाशात

माझं पोषण होतं, ज्या रात्रीनं मला विश्रांती मिळते, ज्या चांदण्यानं मला उल्हसित केलं जातं, त्या सर्वांची जाणीव ठेवणं आणि वेळोवेळी त्यासाठी मला वेळ मिळेल त्यानुसार, किंबहुना त्यासाठी मुद्दाम वेळ काढूनसुद्धा, कृती करणं - हे माझं मी विद्यार्थी असलो तरी, कर्तव्यच आहे. मग ते आपल्या आईवडिलांबरोबर वा मित्रांबरोबर निसर्गाचं निरीक्षण व आनंद घेण्यासाठी वेळ देणं असो, कुठं पडलेला पालापाचोळा स्वतः कष्ट करून काढणं असो, मोबाईलसारख्या- या विद्यार्थिजीवनात अनावश्यक असलेल्या गोष्टींचा वापर टाळून, माझ्यापुरतं तेवढं प्रदूषण दूर करणं असो, एखादं झाड लावणं असो किंवा कुणी लावलेल्या झाडांना कृतज्ञतेनं पाणी घालणं असो, फटाके-प्लॅस्टिक-इलेक्ट्रॉनिक वस्तूंचा कचरा करणं किंवा अयोग्य ठिकाणी फेकणं टाळणं असो, स्वतः पुढं होऊन तुंबलेल्या गटारांतल्या वस्तू बाजूला करून परिसराच्या आरोग्याचं रक्षण करणं असो - अशा असंख्य कृती विद्यार्थी असतानाही आपली कर्तव्यंच असतात.

उलटअशा कृतींमुळंच विद्यार्थी असतानाही, खऱ्या अर्थानं वर म्हटली तशी उपासना करून, आपलं आयुष्य समग्र आणि आनंदी बनवता येतं. तशा आयुष्याचा पाया घातला जातो. तसंच विद्यार्थी म्हणून उपासनेचा दृष्टिकोन, अर्थ आणि कृती यांचा आपला संबंध नाही, फक्त जास्तीत जास्त मार्कांचा संबंध आहे, असं म्हटल्यानं आणि वागल्यानं आपलंच आयुष्य आधी म्हटलं तसं, स्वार्थी, एककल्ली आणि अखेर दुःखी व निराश बनेल. ते आपल्याला टाळता येईल. मग मोठ्यांनी आणि पालकांनी हे शिकलं तर, काय बहार येईल,याची कल्पनाच करावी.

३.५. आता मुद्दाम अशा प्रश्नकर्त्या विद्यार्थ्यांसाठी व तशी मानसिकता बाळगणाऱ्या त्यांच्या पालकांसाठी, आवर्जून

स्पष्ट व्हावं म्हणून सांगतो की,अशी सर्वांगीण, समतोल व आनंदी करणारी, सर्वांना सुखी करणारी दृष्टी यावी, म्हणून करायच्या कृती म्हणजे उपासना होय. अशा उपासनांत समग्र विचार येतो, ध्येयाचं भान असतं, त्यात्या वेळची प्राथमिक ध्येयं पुरी केली जातात. जीवनातल्या स्वतःविषयीच्या व इतरांविषयीच्या इतर निकडीच्या कर्तव्यांची जाणीव असते. मग अशी उपासना करण्याचे मार्ग किंवा त्यासाठी द्यायचा वेळ - हा वेगवेगळा असू शकेल.

पण हे नक्की लक्षात येईल की, अशा तऱ्हेच्या उपासनेची गरज ही विद्यार्थिजीवनात तर जरुरीची आहेच पण पुढंही निरंतर राहणारी आहे !

३.६. विद्यार्थ्यांचाच विषय चालला आहे म्हणून आणखी एक - दोन गोष्टींचा विचार करू. अगदी साधी पहिली गोष्ट विद्यार्थ्यांनी विचारात घ्यावी की, भरपूर अभ्यास करून पेपरला जातानासुद्धा आपण देवाला, आई-वडिलांना, सरांना - नमस्कार करून, आशीर्वाद घेऊन जातो. वास्तविक, आपले मार्क आपल्या अभ्यासावर ठरतात. तरीसुद्धा हे जे आपण सर्वसाधारणपणे करतो, त्यातले आशीर्वाद घेणं म्हणजे उपासनाच आहे. उपासनेमध्ये अभ्यास, कष्ट- अशा स्थूल जगाबरोबर आशीर्वादानं मिळणाऱ्या सद्भावनांच्या मदतीचाही विचार येतो, जो आपल्यालाच उपयुक्त असतो. मानसिक पातळीवर एक प्रकारचा आत्मविश्वास देतो, बळ देतो. विद्यार्थ्यांच्या जीवनात कधीकधी येणारे प्रश्न म्हणजे, अचानक अपघात-आजारपणं-अनपेक्षित प्रश्न-अडचणी- इतकंच काय, आजच्या विचित्र काळात दुसऱ्यांनी केलेल्या कॉपीसारख्या प्रकारांत अकारण अडकणं- असे अडथळे येणं. या अडथळ्यांनी उत्तम अभ्यास करूनसुद्धा मुलांना अपयश येतं, नैराश्य येतं. असे अडथळे येऊ नयेत म्हणून किंवा दुर्दैवानं आल्यास त्यांना शांतपणे तोंड देणं, निराशा येऊ न देणं -

अशा कामीसुद्धा उपासनेत जी श्रद्धा निर्माण होते, तिचं बळ उपयोगी पडतं. याही दृष्टीनं विद्यार्थ्यांचा उपासनेशी संबंध येतो.

अलीकडच्या स्पर्धेच्या युगामध्ये आपण कितीही कष्ट केले असले तरी, आपल्याला अपेक्षित असलेल्या क्षेत्रात आपल्याला प्रवेश मिळेलच, असं सांगणं कठीण आहे. अशा वेळी अनेकांना आणि त्यांच्या पालकांनाही विलक्षण अपसेट् व्हायला होतं. अनेक चांगले पर्याय हाताशी असूनही, त्यांचा विचार करण्याएवढीही चित्तवृत्ती शांत रहात नाही. अशा पर्यायांना जावं लागलं तर, त्यात आनंदी राहता येत नाही. अशा प्रसंगीसुद्धा योग्य निर्णय देणारी शांत चित्तवृत्ती आणि जे क्षेत्र वाट्याला येईल, त्यात आनंदानं अभ्यास व पुढं करियर करू शकण्याची वृत्ती व निर्धार उपासनेत आपल्या असलेल्या श्रद्धेमुळं सहज शक्य होतो. याही अर्थानं, विद्यार्थ्यांचा आणि त्यांच्या रूपानं आपली कर्तव्यं पुरी करणाऱ्या पालकांचा उपासनेशी संबंध येतो.

*****

प्र.४. मी यशस्वी उद्योजक आहे. दीर्घोद्योग, हुशारी, चिकाटी, चातुर्य, लोक सांभाळण्याची कला - यांवर मी आजवर भरपूर पैसा व यश मिळवलं आहे.मला उद्योगापुढं सहसा मोकळा वेळही मिळत नाही. त्यातूनही सुट्टीच्या दिवशी आउटिंगला-पिकनिकच्या ठिकाणी कुटुंबियांसह मी दिवस घालवतो.खातो-पितो,मौज करतो.माझे कुटुंबीयही त्यामुळं आनंदात असतात. मी उपासनेबद्दल कधी कधी ऐकतो. त्याबद्दल मी कधी फारसा विचार केला नाही.ती गोष्ट चांगली असेलही.पण मग मला उपासनेची गरज का वाटत नाही ? असल्यास ती कोणती ?

→ खऱ्या उपासनेची आपल्याला कल्पना नसते. वास्तविक खऱ्या उपासनेची गरज नाही,असा जीव निदान मनुष्यप्राण्यांत तरी नाही. परंतु आता म्हटलं तसं, खऱ्या उपासनेची कल्पनानसल्यामुळं, आपल्याला तिची गरज वाटत नाही, हे स्वाभाविक आहे. अगदी साध्या उदाहरणानं पाहायचं तर, एखादा फार उत्तम पदार्थ असला आणि आपण त्याचं नावही ऐकलं नसलं, त्याच्या चवीची कुठली कल्पनाही नसली, तर तो खाण्याची गरज आपल्याला वाटत नाही. एखादं अविस्मरणीय, रम्य ठिकाण असलं तरी, त्याच्याविषयी आपल्याला कल्पना नसली तर, इतर माहितीच्या असंख्य गोष्टी, ठिकाणं पाहण्याची गरज आपल्याला वाटत असूनही, आपल्याला ते अविस्मरणीय ठिकाण पाहण्याची गरज वाटत नाही, आणि ते स्वाभाविकच आहे. तसं आपलं थोडं उपासनेबद्दल झालं आहे. त्यासाठी उपासनेची थोडी कल्पना घ्यावी. खरी उपासना, तिचं स्थान, गरज - थोडं समजून घ्यावं. एवढं जर आपण थोडं वेळात वेळ काढून केलं तर, उपासनेची गरज कोणती व ती तुम्हाला आहे की नाही, हे तुम्हीच ठरवू शकाल.

४.१. पहिलं असं की, आपण उद्योजक म्हणून यशस्वी आहात. त्याची आपण वर दिलेली कारणंही खरी आहेत. कुठल्याही यशस्वी उद्योगाला-यशस्वी होण्याला ती लागू पडतील.पण आपल्याला अपयशाचा अनुभव न आल्यामुळं किंवा इतर उद्योजकांचे अनुभव लक्षात घेण्याची वेळ न आल्यामुळं म्हणा, याची आपल्याला जाणीव नसते की, यशस्वी व्हायला वर दिले त्यापेक्षा अनेक घटक आपलं लक्ष नसतानाही, आपल्याला मदत करीत असतात, यशाला कारणीभूत ठरत असतात.

आपण एक साधं उदाहरण घेऊया. आपल्याला उन्हाळ्यामुळं उकडत असेल तर, आपण चटकन फॅनचं बटण दाबतो. आवश्यक तो

वारा मिळाल्यामुळं, आपल्या हातात असलेलं काम यशस्वीपणे पुढं सुरू राहातं. त्यामुळं आपल्या दृष्टीनं आपलं काम यशस्वीपणे सुरू राहायला, आपली कामातली चिकाटी, बुद्धी, टेबल-खुर्ची, साधन-सामग्री, प्रकाशाची व्यवस्था, त्याचबरोबर उन्हाळा आल्यास उकाड्यानं हैराण होऊन, आपलं किंवा आपल्या कुणाचं काम बंद पडू नये, यासाठी दूरदृष्टीनं केलेली फॅनची व्यवस्था, इतर चातुर्य - एवढ्या गोष्टी काम यशस्वी व्हायला पुरेशा आहेत, असा आपला समज झाला तर, त्यात नवल नाही. कारण त्या साऱ्यामुळं आलेलं कामातलं यश, हाही अनुभवच आहे. जोपर्यंत असा अनुभव येत असतो, तोपर्यंत हे सर्व बरोबर आहे आणि इतर विचार करण्याची गरज नाही, असं सामान्य माणसाला वाटतं.

पण काही वेळा असा अनुभव येतो की, उन्हाळ्यामुळं उकडू लागल्यावर आपण ठेवलेल्या व्यवस्थेप्रमाणं आपण फॅनचं बटण लावतो. पण तो सुरूही होत नाही - वारंही मिळत नाही - वेळी थोडा त्रागा होतो. त्याचा कामावर परिणाम होतो. तेव्हा चौकशी केल्यावर कळतं की, लाईट गेलेले आहेत-कधी येतील ते सांगता येत नाही. त्यावेळी प्रथम आपल्याला फॅनच्या व्यवस्थेतल्या त्रुटींचा आणि पर्यायी व्यवस्थेचा विचार करण्याची वेळ येते. मग अधिक चतुर व समर्थ मनुष्य लाईट नसतानाही फॅन चालू शकेल, अशा जनरेटर, इन्व्हर्टर-सारख्या उपकरणांची व्यवस्था करील. आता ती व्यवस्था केल्यानंतर, त्याला त्यावर विचार करण्याची गरज वाटणार नाही. पण ते करूनही, वेळेला लाईट गेलेले असताना फॅनचं बटण सुरू करून फॅन लागला नाही तर, पुन्हा विचार करण्याची गरज भासते. तेव्हा असं आढळतं की, जनरेटरमधलं डिझेल संपलं आहे आणि सध्या टंचाईमुळं ते मिळू शकत नाही. कधी असं कळतं की, दिवसभर लाईट नसल्यामुळं, इन्व्हर्टरही काम देऊ शकत नाही.

आता यावेळी आपण एरवी कामात कितीही चातुर्य -

व्यवस्था यांची काळजी घेत असलो तरी, असे अनेक घटक असतात की, जे आपल्या नियंत्रणात नसतात. अर्थात, ते समोर न आल्यामुळं आपल्याला यश अबाधितपणे मिळत राहतं आणि आपण त्याला आवश्यक असलेले दीर्घोद्योग-चिकाटी-हुशारी इत्यादी घटकच पुरेसे आहेत, असं समजून चालतो, ते अशा प्रकारचे विचार करायला लावणारे अनुभव नसल्यामुळं.हे त्याच्या त्याच्यापुरतं खरंही असतं.पण असे अनुभव आल्यावर मात्र, आपल्याला, आपण जे प्रथम म्हटलं त्यावर विचार करण्याची व एरवी आपल्या नकळत, आपल्याला मदत करणाऱ्या घटकांची गरज लक्षात येते.

४.२. हे अर्थातच इतक्या साध्या-साध्या उदाहरणांपुरतं मर्यादित नसून,आपण उद्योजक असताना एकाच वेळेला शरीर-प्रकृती,प्रामाणिक गिऱ्हाईकं, व्यवसायाशी निगडित असलेले कामगार, त्यांचं शरीरस्वास्थ्य, आपले व्यावसायिक अंदाज, त्यांना भविष्यात मिळणारं विविध घटकांतून सहकार्य, ते अंदाज खरे ठरणं-फायद्याचे ठरणं, मालाची मागणी-तंत्रज्ञान यांतले होणारे बदल आपल्याला अनुकूल असणं, आपल्या व्यवसायाचे पूरक उद्योग-त्यांची त्यांची परिस्थिती चांगली टिकून असणं, आपल्याकामगारांत सुसंवाद असणं, यंत्रांनी वेळेला अपेक्षित काम देणं - हे असंख्य घटक होकारात्मक स्वरूपाचे असतात आणि ते अनुकूलपणे चालतात, तोपर्यंत आपल्याला विचार करण्याची गरज वाटत नाही. ते घटक माझ्या कर्तृत्वामुळं चाललेले असून, माझ्या नियंत्रणात आहेत, अशी आपली समजूत होते.

आपण विचार करावा की, या होकारात्मक घटकांबरोबर असंख्य नकारात्मक घटकही न घडून, आपल्याला यश मिळायला कारणीभूत होत असतात. कामगारांचं एकमेकांत भांडण-राग-मारामारी न होणं - त्याचा उत्पादनावर विपरित परिणाम न होणं -

कुणी संधिसाधू,राजकारणी-यांनी कुठल्या यशाचा मत्सर वाटून कधी संघटना, कधी समस्या, कधी खोटे प्रश्न - संघर्ष यांचं निमित्त करून, युनियनच्या मार्गानं उद्योगाच्या क्षेत्रात प्रवेश करून, तिथं अशांती निर्माण न करणं - कुठल्याही कारणावरून संप-कामबंदी - अशा आंदोलनाच्या ठिणग्या न टाकणं, आपल्याशी संबंधित क्षेत्रांत कुठं अनपेक्षित कारणानं मंदीच्या लाटा येऊन त्याचा आपल्या उद्योगाच्या सुरळीतपणावर परिणाम न होणं - अशा अनेक नकारात्मक घटना घडत नसतात. तोपर्यंत त्यांच्यावर विचार करण्याची कुणा यशस्वी उद्योजकाला गरज वाटत नाही. खरंतर हे सारे सकारात्मक किंवा नकारात्मक घटक आपल्या नियंत्रणात नसतात. फक्त ते अनुभवाला येत नाहीत, म्हणून यशाला आपलं कर्तृत्व समजणं, ही वैचारिक चूक व बेसावधपणा आहे.

४.३. जे सबंध उद्योगाच्या बाबतीत आहे, तसंच थोडंसं आपल्या कौटुंबिक व व्यक्तिगत बाबतीतही आहे. कुटुंबाच्या किंवा त्यातल्या घटकांच्या मनाप्रमाणं आपण त्यांच्या मौजमजेची व्यवस्था करतो आहोत, तोपर्यंत ते अनुकूल असतातच. इतकंच नव्हे तर, त्यांच्या मनाचा, कल्पनांचा, मतांचा विचार करण्याची वेळ येत नाही आणि गरजही वाटत नाही. पण हा सारा सुखाचा मामला असतो. एक- दोन वेळा आपण वेळ देऊ शकला नाही, त्यांच्या मौजमजेची व्यवस्था करू शकला नाही तोपर्यंत चालून जातं. पण आपल्या व्यग्रतेमुळं किंवा काही प्रतिकूलतेमुळं आपण हे करू शकला नाही तर,आपल्याला वाटणाऱ्या - खरं तर भासणाऱ्या सर्वांच्या सुसंवादाची - चांगुलपणाची खरी कल्पना आपल्याला येईल आणि त्यावर विचार करण्याची वेळही येईल आणि गरजही भासेल.

हीच गोष्ट आपल्याला साथ देणाऱ्या शरीराची आहे. आपल्या यशस्वी उद्योजकपणाचं खरं मूळ आणि आधार असणारं शरीर नुसतं

बाह्यांगानं नव्हे तर, अंतरंगानंही आपल्याला आजवर पदोपदी साथ देत आलं आहे. म्हणून त्याच्यावर विचार करण्याची वेळ आणि गरज आपल्याला वाटली नाही, हे बरोबर आहे. परंतु अतिश्रमानं म्हणा, वयानं म्हणा, अनपेक्षित घटनांनी म्हणा, अपघातानं म्हणा - ज्या वेळेला आपल्याला अडचण निर्माण होते, त्या वेळी उद्योग तर सोडाच पण आपले साधे घरचे व्यक्तिगत व्यवहार करणंही किती कठीण होऊन बसतं - याची कल्पनाच केलेली बरी.

४.४. या पार्श्वभूमीवर उपासनेचा आता संबंध कुठं येतो, ते पाहू.

आजव्यवस्थित असलेल्या आणि कार्यक्षम असलेल्या शरीराचा कुठलाही विचार करण्याची गरज नसतानासुद्धा मनुष्य भविष्यातलं कमी होणारं उत्पन्न, होऊ शकणारे अपघात, संभाव्य गरजा, अडचणी - यांचा विचार करतो. कुणी विमे उतरवतो, कुणी गुंतवणुकी करतो -त्या कशासाठी, याचा आपण विचार करावा. तसं करताना आजच्याच वेळेतला वेळ, आजच्याच उत्पन्नातला पैसा - तो बाजूला काढतो ना ? तीच गोष्ट कुटुंबाच्या बाबतीत, आपल्या व्यवसायाच्या बाबतीत आपण आजच्या परिस्थितीतच करतो. अशावेळी सगळं यशस्वीपणे आणि चांगलं चाललेलं असताना, आपल्याला या तरतुदींची गरज का वाटते ? याचा विचार करावा.

उपासना म्हणजे आपलं स्वतःचं शरीरच नव्हे तर, आपलं मन,बाह्य जग - सारं यशस्वी आणि व्यवस्थित असतानासुद्धा, ते एकच काय सर्वच प्रतिकूल झालं तरीही, आनंदानं आणि स्वास्थ्यात कसं राहावं, हे शिकण्याची केलेली तरतूद होय ! सरळच आहे की, प्रकृती चांगली असताना व साथ देत असतानाच तिचा विमा उतरवतात. त्याची गरज असते. गाडी नवी असतानाच, उत्तम चालत असतानाच, तिचा, तिच्यात प्रवास करणाऱ्यांचा अपघाताचा विमा उतरवतात, मशिनरी उत्तम चालत असतानाच तिची तेलपाण्याची

काळजी घेतात. इतकंच नव्हे तर, तिच्या देखभालीसाठी व्यवस्था करतात. तेच सारं आज सगळं यशस्वी व व्यवस्थित असतानाच मनाच्या भविष्यातल्या स्वास्थ्याबद्दल करणं, म्हणजे उपासना होय !याचा अर्थ असाही झाला की, गाडीची चारही चाकं व्यवस्थित चालत असतानाच पाचव्या जादा चाकाची - ते बसवण्यासाठी लागणाऱ्या सर्व वस्तूंची नुसती व्यवस्थाच करणं नव्हे तर, त्या चारातलं एखादं नादुरुस्त होऊन बदलायची वेळ आली तर, त्यासाठी लागणारं कौशल्यही मिळवण्याची गरज आज काही न झालेलं असताना आहे आणि त्यात एक प्राथमिक शहाणपण व दूरदृष्टीही आहे, हे आता स्पष्ट झालं असेलच.

४.५. उपासना ही जशी वर म्हटलं तशी, एक प्रकारची भविष्यातल्यास्वास्थ्याची तरतूद आहे, तशी ती आजच्या स्वास्थ्याच्या ज्ञात-अज्ञात घटकांबद्दलच्या कृतज्ञतेची जाणीव आहे. त्या घटकांबद्दल आणि ते अनुकूल ठेवण्याबद्दलची ती श्रद्धाही आहे. ती जाणीव ठेवण्याचे किंवा व्यक्त करण्याचे म्हणजे उपासनेचे मार्ग मात्र पुढं म्हटल्याप्रमाणं विविध प्रकारचे असू शकतील. त्यात आपल्याला स्वातंत्र्यही आहे. पण आपण सावध झालो तर, भले यशस्वी उद्योजक असू किंवा आणि कुणी असू, आपल्याला त्याची गरज आहे, हे मात्र नक्की !

*****

प्र.५. माझं सध्याचं रूटीन खूप गडबडीचं व जवळजवळ १२-१४ तासांचं आहे.मला मोकळा वेळ असा मिळत नाही.आत्ता तरुण वयात माझ्यावर जबाबदाऱ्याही खूप आहेत. अशा वेळी उपासना, उपासनेविषयी वाचणं व ती करणं,हे मला

योग्य व शक्य वाटत नाही. हे बरोबर आहे ना ?

→ एखादं काम आपण स्वीकारलं तर, ते आपण प्रामाणिकपणे पूर्ण करावं, अन्यथा ते घेऊ नये, हा आपला म्हणण्यामागचा भाव असेल तर, तो रास्त आहे. मात्र उपासनेला तो कितपत लागू आहे, त्यावर विचार करण्यापुरता थोडासा वेळ आपण द्यावा, असं मला वाटतं.

५.१. तरुणपणी कौटुंबिक जबाबदाऱ्या जास्त असतात, हे स्वाभाविक आहे. हे आपलं म्हणणं बरोबर आहे. फक्त अनुभव असा आहे की, आपण मोठे होत जाऊ, तशा त्या जबाबदाऱ्या कमी होत जातील आणि आपल्याला मिळणारा मोकळा वेळ वाढत जाईल, हे म्हणणं मात्र तितकंसं खरं नाही.

लहान मूल दुपट्यावर पडून असतं, सर्वस्वी पराधीन असतं, त्यावेळी त्याच्याकडं चोवीस तास लक्ष द्यावं लागतं. त्याचं सगळं करण्यापासून,ते त्याच्यावर सतत लक्ष ठेवण्यापर्यंत,काम करावं लागतं. त्यात सगळे अडकलेले राहातात. त्या वेळेला त्याच्या तरुण आई-वडिलांना असं वाटतं की, हे जरा रांगायला लागलं की, आपण जरा मोकळे होऊ. ते रांगायला लागल्यावर, लक्ष ठेवण्याचा वेळ कमी होण्याऐवजी वाढतो. कारण ते केरसुणीपासून पाण्याच्या भांड्यापर्यंत कुठंही कधीही नकळत पोचतं. तेव्हा वाटतं की, हे आपल्या पायांवर उभं राहिलं की, बरं होईल.

ते चालायला लागलं की, लक्ष ठेवण्यातला वेळच नव्हे तर धोक्याची शक्यता निर्माण व्हायला लागते. कारण गॅससारख्या वस्तूंपासून, औषधाच्या बाटल्यांपर्यंत कोणत्याही गोष्टी त्याच्या हाताला येतात व कळत नसल्यामुळं त्या हाताळणं, ओढणं, कधी त्या फुटणं, भाजणं - असे असंख्य प्रसंग आवरताना आईवडिलांना

वेळ तर पुरत नाहीच, पण नुकसान, धोका - या नवीनच गोष्टी उत्पन्न व्हायला लागतात.

आपण जर आजूबाजूचे असे प्रपंच पाहिले तर, त्यातून याच गतीनं पुढं पुढं प्रपंचातून मोकळे होण्यापेक्षा नातवंडं, पंतवंडं झाली तरी, त्यांच्याकडून होऊ शकणाऱ्या उपद्व्यापातून, धोक्यातून, नुकसानीतून मोकळं व्हायला होत नाही. उलट विचार करण्यासारखं हे आहे की, तरुणपणी लहान मुलांचे व्याप वेळी एखादा फटका देऊन आवरता येतात, पण मोठ्या होत जाणाऱ्या मुलांचे व्याप, तोंड दाबून बुक्क्यांचा मार व्हावा, तसे आवरताही येत नाहीत, सांगताही येत नाहीत, सोसताही येत नाहीत आणि त्यांतून बाजूलाही होता येत नाही, असे असतात. त्यातही आपण कृपया लक्षात घ्यावं की, या आपल्याला गुंतवून ठेवणाऱ्या व्यापात हळूहळू मुलं आता शाळेत-समाजात जातात. तशी व्यापांची व्याप्ती वाढते. इतकंच नव्हे तर, दुसरं म्हणजे, आधी नुसत्याच शारीरिक असलेल्या व्यापात आता मानसिक तणावांचीही भर पडत जाते आणि या व्यापांतून मोकळं होणं, ही नुसतीच कल्पना ठरते. याला काही सन्मान्य अपवाद असू शकतील, हे गृहीत धरलं तरी, आपण तरुणपण मागं पडल्यावर व्यापातून मोकळं होऊन काही करण्याची कल्पना भ्रामक आहे, हे कृपया लक्षात घ्यावं.

५.२. या पार्श्वभूमीवर आता थोडा उपासनेचा व त्यासाठी लागणाऱ्यावेळेचा विचार करू. आपलंच नव्हे तर, आपणा सर्वांचंच रूटीन असंच खूप गडबडीचं आहे आणि एका अर्थानं ते जवळजवळ असंच ३०-४० वर्षं राहणार आहे, याची जाणीव आणि त्या साऱ्याकडं बघण्याची एक सावधानता व तटस्थता जो दृष्टिकोन देतो - त्याला उपासना म्हणतात !

आता मला आपण क्षणभर सांगा की, समजा, आपण

मांडीवर मूल झोपवत आहोत, एखादा कप विसळत आहोत, ट्रेनमधून ऑफिसला चाललेलो आहोत, किंवा कंपनीच्या पिक्अप् व्हॅनची स्टॉपवर वाट पहात आहोत. यावेळी आपल्याकडं, आपलं नक्की काय चाललं आहे, ते कसं चाललं आहे, ते असं चालणं कितपत आवश्यक आहे, याक्षणी ते आपल्याला करण्याची शक्ती कोण देतो आहे - हे सारं, मी या गोष्टी करताना, नुसतं पाहायचं ठरवलं तरी, माझ्या आत्ता आहे त्या कामातसुद्धा काही अडथळा न येता, मला ते करता येईल की नाही ?

उलट त्यातून हेच करताना एक सावधानता - साक्षीभाव येईल. त्यामुळं मी, जे,जितकं करतो आहे, ते, तितकं करण्याची गरज आहे की नाही,याची जाणीव होऊन, जे ते योग्य तेवढंच केलं जाईल. त्याचवेळी आपण असं पाहण्याचा दृष्टिकोन ठेवला तर, ही सगळी गडबडीची कामं करीत असतानासुद्धा आपलं मन किती दिशाहीनपणे भरकटत असतं व विचार करीत असतं, त्याची जाणीव होईल.

उलट ही जाणीव झाली तर, ही सारी गडबडीची कामं करीत असतानासुद्धा, मनाला जर दुसऱ्या पातळीवर इतकं निरर्थक भरकटता येत असेल तर, तेच मन समजा माझ्या ताब्यात आलं तर, भरकटण्याऐवजी एखाद्या विधायक वचनाचं चिंतन करू शकेल. निदान या साऱ्यांकडं पाहू शकणारी आपण कुणीतरी तटस्थ शक्ती आहोत, याचं भान येईल. ज्यामुळं, जसा आस स्थिर राहावा आणि चक्र मात्र अत्यंत वेगानं फिरावं, तसा आपल्यातला साक्षीभाव असा सारखा स्थिर राहील आणि शरीर चक्रासारखं कितीही गडबडीची कामं व कितीही तास करू शकेल. यालाच साध्या भाषेत उपासना म्हणतात!

५.३. यावरून आपल्या लक्षात येईल की, माझ्या सध्याच्या गडबडीच्या कामातलाकुठलाही वेळ न देता करण्यासारख्या

अनेक उपासना आहेत. शिवाय आपण या कामांतून मोकळीक मिळाल्यावर काही करू म्हणण्यातही फारसा अर्थ नाही. उलट या गडबडीच्या वेळेला कुठल्या ना कुठल्या प्रकारची उपासना करण्याचीच आपल्याला गरज आहे. आपल्या आपल्या कामांच्या स्वरूपाप्रमाणं त्या त्या उपासनेचं स्वरूप बदलेल, हे खरं. पण ती करता येत नाही, असं मात्र नसतं !

उलट अशा गडबडीच्या वेळेला, ही सारी कामं हाताळताना मनावर येणारे ताण, शारीरिक थकवा, अस्वस्थता, घरच्या वा नोकरीतल्या जबाबदाऱ्यांची वाटणारी काळजी - अशा अनेक नकारात्मक गोष्टींना या गडबडीच्या, तरुणपणाच्या काळातच सामोरं जावं लागण्याची शक्यता जास्त असते. आपण अनेकजण ते अनुभवतही असतो.

म्हणून उन्हाळ्याच्या आधी, पावसाळ्याच्या आधी, तीव्र थंडीच्या आधी त्या त्या हवामानातून स्वाभाविकपणे उद्‌भवणाऱ्या आजारपणांचा मुकाबला करण्याची, किंबहुना ते टाळण्याची यंत्रणा आपण ते सीझन सुरू होताच किंवा सुरू असतानाच करीत असतो. तसं आयुष्यातल्या ऐन तणावाच्या या काळात उद्‌भवणाऱ्या धावपळ,काळजी,अस्वस्थता- अशा आजारांवर त्याच सीझनमध्ये - तरुणपणी - हे आजार नियंत्रणात ठेवणारी उपासना करण्याची गरज आहे. किंबहुना आपली श्रद्धेची वृत्ती उत्तम असल्यास, असे आजार उद्‌भवूच न देणाऱ्या आणि त्यामुळं उलट आपली कार्यक्षमता व स्वास्थ्य वाढवण्यासाठी करायच्या निश्चित स्वरूपाच्या कृती म्हणजे उपासना होय !

५.४. आता उलट आपल्या असं लक्षात येईल की, या कृती म्हणजे उपासना त्या त्या वेळी न करणं, म्हणजे उलट त्रास आणि रक्तदाब, मधुमेह इत्यादी मनोकायिक आजारांना अकाली आमंत्रण

देणंच होईल. उपासनेचं वैशिष्ट्य हे की, आजार टाळण्यात तर ती मदत करेलच, पण दुर्दैवानं असे आजार झाल्यास किंवा होऊ घातल्यास निदान त्याची कुठली मानसिक काळजी, भीती - आपल्यात उद्‌भवू न देता, आपल्याला वस्तुस्थितींना शांतपणे सामोरं जायचं मानसिक धैर्य देईल. ज्यानं या जरुरीच्या काळात आणि पुढंही आपली आवश्यक ती कार्यक्षमता टिकून राहील. त्यामुळं आपली आत्ताचीच नव्हे तर, पुढच्या काळात असलेली कर्तव्यंही आपल्याला निभावता येतील.

५.५. या संदर्भात असा विचार करू की, आधीच असलेल्या गडबडीमुळंतसंच व्यापांमुळं आपल्याला असं वाटतं आहे की, त्यात आणखी एक उपासनेचं ओझं कुठं घेऊ ?

या बाबतीत मी हे मुद्दाम स्पष्ट करू इच्छितो की, उपासना हे एक नवं बंधन किंवा जादा ओझं नसून, असलेली ओझी हलकी करण्याचं शास्त्र, साधन आणि जरूर असलेली मदत आहे!मग या गडबडीच्या काळातच उपासना करायला हवी की नको, आणि ती कधी, कशी व किती करावी, हे आपणच विचार करून ठरवावं, नाही का ?

*****

प्र.६. मला लहानपणापासून मांसाहाराची आणि पुढं बाहेरच्या संगतीप्रमाणं अपेयपानाची सवय आहे. मला सध्याच्या परिस्थितीत तरी याची सवयही आहे, व्यवहारानं थोडी गरजही पडते. सवयीनं आवडही लागली आहे आणि त्यामुळं माझी ते सोडण्याची तयारी नाही. मी उपासने-विषयी ऐकलं आहे, माझा त्याला विरोध नाही. काही

उपयोगही मला ठाऊक आहेत.परंतु ती करायला लागल्या-
-मुळं माझ्या खाण्यापिण्यावर बंधनं पडतील, असं मला
वाटतं. अशांनी ती करणं बरोबर नाही,असंही मला वाटतं.
हे सारं कितपत बरोबर आहे ?

→ आपण प्रथम लक्षात घेऊ की, माणूस लहानपणापासून तसा खूप परतंत्र असतो. काही विशिष्ट वयापर्यंत तर, त्याची वाढ ही घरी असलेल्या वातावरणावर होत असते. खाण्यापिण्याचे संस्कार हेही अनेकदा घरातल्या वातावरणाप्रमाणं त्याच्यावर नकळत होत असतात. पुढं संगतीतही त्याला थोडंफार स्वातंत्र्य असलं तरी, स्वतःला सारासार विवेक कळू लागेपर्यंत आणि तो कळला तरी अंमलात आणण्याचं धाडस होईपर्यंत किंवा दुसऱ्या सात्त्विक संगतीत तो येईपर्यंत - तो बराचसा परतंत्रच असतो. त्यामुळं 'असेल शाळा ती लागेल बाळा' या न्यायानं या गोष्टी घडत जातात. त्यामुळं या खाण्यापिण्यात जसं खंत करण्यासारखं काही नाही, तसंच मिरवण्यासारखंही काही नाही. आहे ते फक्त विचार करण्यासारखं आहे आणि एवढंच करण्याचा आपण प्रयत्न करू.

६.१. नकळत झालेले किंवा संगतीनं पक्के झालेले खाण्यापिण्याचे संस्कार हे जरी आपल्याला बंधनकारक वाटत असले तरी, कुठलीही गोष्ट एकदा चुकीची किंवा बरोबर वाटली तर, तिच्या बाजूनं किंवा विरोधात उभं राहण्याची शक्ती किंवा स्वातंत्र्य माणसाला दिलेलं आहे - हे आपण लक्षात ठेवू.

आता प्रश्न असा आहे की, उपासनेचा या विषयाशी संबंध आहे की, नाही. याचा विचार करण्यापूर्वी, मला, मी करतो ते बरोबर आहे की नाही,याबद्दल कायवाटतं, ते ठरवण्याची गरज आधी आहे. आपण सर्व प्राणिसृष्टी आणि त्यातला सर्वश्रेष्ठ माणूस पाहिला तर,

आपल्या घरातले संस्कार किंवा वातावरणाचे संस्कार - हा फार क्षुल्लक आणि नगण्य वाटेल, असा मुद्दा आहे. कारण लाखो वर्षांच्या प्राणिसृष्टीच्या विकासात, मनुष्यवर्ग जन्माला आला, तोच मुळातएकमेकांच्या मांसावर जगणाऱ्या प्राण्यांच्या संगतीत. त्यावेळच्या लाखो प्राण्यांचा त्यावेळच्या हजारो माणसांवर कोणता संस्कार असेल?आता उदाहरणादाखल इतिहासाच्या इतर भागांचा विचार करू. इतर सक्षम प्राण्यांपेक्षा माणूस मेंदूनं अत्यंत प्रगत असूनही जाणिवेचा विकास न झाल्यानं, त्या साऱ्या प्राणिवर्गापुढं, निसर्गापुढं एखाद्या माशापेक्षाही दुबळा होता. जे सशक्त प्राणी झाडांवर काय, पाण्यात काय, झाडाखाली काय, निश्चिंतपणे रात्रीची झोप घेत, त्यावेळी या खऱ्या प्रगत पण दुबळ्या माणसाला ऊन-वाऱ्यापासून, इतर प्राण्यांपासून जीव वाचवण्यासाठी गुहेचा आश्रय घ्यावा लागत होता. नव्हे,तिच्या तोंडाशी शिळा ठेवून कशीबशी झोप घ्यावी लागत होती.

साध्या माकडांच्या पंजांचाच नव्हे तर, चपळ उंदरांच्या चाव्यांचासुद्धा प्रतिकार करायला हातात अणकुचीदार दगड घेऊन माणसाला फिरावं लागत असे. अशाच काळी, इतर प्राणी त्यांच्या नैसर्गिक स्वभावाप्रमाणं आणि तेवढे सक्षम असल्यामुळं दुसऱ्या दुर्बळ प्राण्यांच्या मांसावर उदरनिर्वाह करीत होते. त्यावेळचं माणसांचं मांसाहारी जीवन हे क्षम्य होतं. गरजेचं होतं.

६.२. पण एकदा प्रगत मेंदूची जाणीव झाल्यावर, गुहा सोडून माणसानं बांबू-काठ्यांनी,दगड-मातींनी घरं बांधली. दगडाची, पुढं लोखंडाची हत्यारं तो बनवत गेला. तसंच त्याला जशी या प्रगत मेंदूची जाणीव झाली, स्वतःच्या शरीररचनेची जाणीव झाली, तसा तो फळांवर, कंदमुळांवरही जगू लागला. शेतीचा शोध हा माणसाच्या विकासातला आणि त्याला प्राणिवर्गापासून अत्यंत

वेगळं आणि उच्च स्थान देणारा शोध होय. तो लागल्यावर माणूस सहजपणे प्राणिवर्गाच्या असलेल्या त्या मांसाहारापासून मुक्त झाला. उलट त्याच्या खाण्याच्या आणि पचन आणि पोषण यंत्रणेला अत्यंत पूरक आणि पोषक असा,हा अन्नधान्याचा, शेतीचा, फळफळावळांचा क्रांतिकारक टप्पा त्यानं गाठला. वन्य जीवनातल्या आदिम काळात जो मांसाहार प्राणिवर्गाच्या संस्कारानं सहज होता, त्याचा अप्रगतपणा लक्षात येऊन, त्यानं तो सोडला. त्या अर्थानं त्याच्या मेंदूच्या ईश्वरी प्रवासाला आणि सूक्ष्मतेच्या प्रगतीला अधिक उपयुक्त अशा शाकाहाराकडं तो कधीच पोचला, हे आपण लक्षात घेतलं पाहिजे. हीच गोष्ट त्याच्या पेयपानाचीही आहे.

६.३. या साऱ्या पार्श्वभूमीवर, आपल्याला आता मांसाहाराची गरज आहे की, नाही, हे स्पष्टपणे ठरवता येईल. इतर सर्व ऐतिहासिक प्रगतीचं उदाहरण घेऊन हाच मुद्दा पाहायचा ठरवला तर, आपल्या लक्षात येईल की, अधिक शुद्ध, प्रगतीला अधिक उपयुक्त आणि विकसित झालेल्या शेतीवरच्या आधारित आहाराच्या आजच्या युगात, मांसाहार करणं म्हणजे, अण्वस्त्रांच्या युगात संरक्षणासाठी किंवा प्रतिकारासाठी हातांत अणकुचीदार दगड घेऊन फिरल्यासारखं आहे आणि सिमेंट-काँक्रीटच्या विकसित बांधकामतंत्राच्या काळात, गुहेला दगड लावून, रात्र काढतो म्हणण्यासारखं आहे. जे करणं म्हणजे आजच्या शुद्ध, विकसित, सूक्ष्म माणसाला आणि त्याच्या मेंदूला पुन्हा प्राणियुगात व प्राणिज प्रेरणांत फेकण्याइतकं अनावश्यक आहे. आपण हा विचार जाता जाता करावा की, एखादी टाचणी टोचली तर, आपल्याला होणाऱ्या वेदना किंवा त्याला कारणीभूत झालेल्या व्यक्तीबद्दल आपल्या मनात किती राग येतो, प्रतिकाराची भावना येते. तर, आपल्याला अन्नधान्याच्या उपलब्धतेमुळं गरज उरलेली नसताना, एखाद्या प्राण्याला जीवे मारून, बनवलेल्या

आहारात आपण त्या प्राण्यांत त्यावेळच्या वेदनांनी कोणत्या प्रतिक्रिया उमटत असतील?त्यामुळं त्या अर्थानंसुद्धा हे खाणंपिणं माणुसकीचं, भूतदयेचं निदर्शक नाही, प्रगतीच्याही विरोधात आहे, निसर्गातला उलटा प्रवासही आहे आणि गरजेचं तर नाहीच नाही.

याच वेळी या दोन मुद्यांचा उलगडा करून पुढं जाणं आवश्यक वाटतं. एक म्हणजे आपण आपल्या इंद्रियांचे खरे वापर विसरलो आहोत. म्हणजे असं की, इथं खाण्याचा संबंध आहे, त्यासाठी मुख्य साधन चव ओळखणारी जीभ आहे. तिचं खरं कार्य हे - माणसाच्या शरीराला इजा करू शकणारा अतिउष्ण, अतिथंड, विषारी - अशा स्वरूपाचा पदार्थ ओळखून तो आत न जाऊ देण्याची जाणीव देणं, हा आहे. या मूळ कार्यासाठी आणि माणसाकडून वेळेला रोगावर उपाय म्हणून, उदाहरणार्थ, कडू असलं तरी औषध म्हणून ते कळण्यासाठी या सर्व चवी ओळखण्याची क्षमताही या जिभेत ठेवली आहे. तिचा उपयोग विसरून ती जर चवींचे चोचले करू लागली तर, मग माणसाच्या प्रगतीचा, शेतीचा, मेंदू अधिक प्रगत होण्याचा, हे सगळे खरे गरजेचे पण चवीच्या आकर्षणापुढं न जाणवणारे किंवा जाणवले तरी, दुर्लक्षित करावे वाटणारे मुद्दे गुंडाळून खुंटीवर ठेवावे लागतात. मग एखाद्या वाघानं रक्त प्यालं काय, कुत्र्यानं हाड चघळलं काय आणि माणसानं चवीनं चिकन, काळीज खाल्लं काय ?जिभेला शरण गेलं तर, माणसाला मांसाहार क्षम्य वाटेल, गरजेचाही वाटेल. पण ही शटल सर्व्हिसची गाडी आता, त्याला पाण्यातल्या माशाकडं नेऊन सोडेल आणि पुन्हा एकदा मासा, कासव - असा प्रवास करीत आजच्याइतकं प्रगत जीवन यायला किती लाख वर्षं लागतील कोणास ठाऊक? त्यामुळं अशा 'चवनिष्ठ' लोकांचा विचार करावा की, नाही, हे आपल्यावरच सोडतो.

दुसरा मुद्दा हा की, सर्वसामान्य माणसं ही सुसंस्कृत, प्रगत, माणुसकीचं जीवन जगतात. पण अविकसित मनामुळं आणि अर्थातच

त्यानं जन्माला घातलेल्या अविकसित समाजरचनांमुळं देश, धर्म - असे अनेक भेद अस्तित्वात येतात. त्यावेळी आपोआपच श्रेष्ठ-कनिष्ठता, असुरक्षितता, आक्रमकता - अशा जवळपास प्राणिज म्हणता येतील, अशा गोष्टींतून युद्धखोरी जन्माला येते. प्रगत, सुसंस्कृत माणसाचा मेंदू शांतिप्रिय असतो. शस्त्रास्त्रं वापरणं, दुसऱ्याला जिवानिशी ठार मारणं-हे कठीण जातं. अशा बाबतीत त्याला मांसाहार घालून, माणुसकी विसरायला लावून, दुसऱ्याचे जीव घेण्यासाठी उद्युक्त करावं लागतं. अन्यथा त्याच्यातली माणुसकी त्याच्यासारख्याच दुसऱ्या माणसाला त्याला ठार करू देत नाही. हे आहार अपवाद समजावेत.

६.४. आता यावर आपल्याला लाखो वर्षांतल्या निसर्गातील प्रगतीचा आविष्कार असलेला मनुष्यवर्गाचा एक प्रतिनिधी म्हणून जो मांसाहार, जे अपेयपान आपण संस्कारानं करतो म्हणता, ते योग्य आणि गरजेचं आहे की, नाही, हे स्वतः विचार करून ठरवता येईल. वरच्या चर्चेतले युद्धाचे दुर्दैवी प्रकार वगळता, अन्य कुठल्याही सामान्य माणसाला एक मनुष्य म्हणून या गोष्टींची गरज उरत नाही.सुरुवातीला म्हटल्याप्रमाणं ज्या गोष्टींची गरज नाही, त्यावर विचार करण्याचं व त्याविरुद्ध उभं राहण्याचं सामर्थ्य माणसाला दिलेलं आहे. त्याचा आपण वापर केला तर, केवळ चांगलं आहे व पटलं म्हणूनसुद्धा आपण या दोन्ही गोष्टी टाळू शकू.

६.५. तसा उपासनेचा आणि या गोष्टींचा प्राथमिक आणि थेट संबंध नाही.उपासना म्हणजे मनुष्यत्वाच्या विकासाच्या आणि व्यापकतेच्या एकएक पायऱ्या चढून दैवी आनंदाकडं प्रवास करणं होय! रोगी मनुष्य हा रोगी असला तरी, अपराधी नसतो. त्यानं निरोगी होण्याची आकांक्षा न बाळगणं, हा अपराध असू शकतो.

तसा मी मनुष्यत्वाच्या खालच्या पायरीवर आहे, हा अपराध नसून, मी तिथंच राहीन, किंवा दोन पायऱ्या खालीच उतरीन किंवा वरची पायरी चढणार नाही, असं म्हणणं हा या अर्थानं कदाचित अपराध असेल. कोणताही प्रगती करू इच्छिणारा मनुष्य, जसं निरोगी होण्याची इच्छा स्वाभाविकपणे करतो, तसाच कोणताही प्रामाणिक मनुष्य मी मनुष्यत्वाची अधिक वरची पायरी चढेन, असं नैसर्गिकपणे म्हणतो. त्यासाठी कृती करतो, त्या त्या कृती म्हणजे, उपासना होय ! आता दुसरी पायरी चढलेल्या माणसाची पहिली पायरी आपोआप सुटते. तिसरी पायरी चढणाऱ्याच्या पहिल्या, दुसऱ्या पायऱ्या आपोआप आणि नकळत सुटतात. तसं या मांसाहाराचं व अपेयाचं होतं. प्रगत होत जाणाऱ्या मनाला शुद्धतेची व सावधतेची जी ओढ लागत जाते, त्यापोटी त्याच्या दूषित, अशुद्ध व बेसावध करणाऱ्या गोष्टी आपोआपच गळून पडतात.

म्हणून असं म्हणता येईल की, आपल्याला उपासनेनं कुठलं बंधन पडण्यापेक्षा, आपल्या मनाचं शुद्धीकरण असं पायरीपायरीनं करून, देवत्वाकडं नेऊन, मुक्ततेचा आनंद देणारी उपासनाच आपल्याला करायची आहे की नाही, याचा विचार आणि निर्णय करण्याची गरज जास्त आहे. चालून, प्रवास करून पुढच्या गावाला जाण्याची, निर्णय घेण्याची गरज आहे. तो घेऊन चालू लागलेल्या माणसाकडून सहजपणे कृती होतात, त्यासाठी प्रयत्नही करावे लागत नाहीत.

त्यामुळं आपण प्रगतीचा,मनुष्यत्वातल्या देवत्वाचा, पुढच्या प्रवासाचा, वरच्या वरच्या पायऱ्या चढून जाण्याचा, उच्चतर आनंदाचा अनुभव घेण्याचा - निर्णय करू. त्यासाठीच्या कृती करू. आपल्या आत्ताच्या जीवनातल्या कोणत्या गोष्टी राहतील, ठेवाव्या लागतील, सोडाव्या लागतील, बंधनं पडतील - यांचे विचार गौण आहेत. आपलं गाव सोडून पुढच्या प्रगतीच्या गावाला जाताना, आपल्या

आधीच्या गावातला पालापाचोळा, दगड-माती, पाणी, हवा, वाहता वारा,सूर्यप्रकाश- यांतलं पुढच्या गावाला आपल्याबरोबर किती आणि काय न्यावं लागेल, हे आपल्या उपासनेच्या प्रवासालाच ठरवू द्यात !

*****

प्र.७. माझे वडील उपासना करीत असत.पण त्यांच्या म्हातारपणी व्याधींनी त्यांचे खूप हाल होऊन त्यांचा मृत्यू झाला. अशाच उपासना करणाऱ्या दुसऱ्या एकांचा मृत्यूही अपघातात झाला. याउलट कुठलीही उपासना न करणारे अनेक लोक म्हातारपणी आनंदात होते आणि कुठलीही व्याधी न होता गेले. अशा वेळी या दृष्टीनं उपासनेचा उपयोग किंवा गरज वाटत नाही, हे कितपत बरोबर आहे ?

→ ७.१. प्रथम हे लक्षात घेऊ की, आपले प्रश्न हे स्वतः उपासनाकरणाऱ्या व्यक्तीचे प्रश्न नसून, ती पाहणाऱ्या व्यक्तीचे प्रश्न आहेत. वडील उपासना करीत होते, म्हणजे नक्की काय करीत होते, त्यांना आलेल्या व्याधींबद्दल त्यांचं स्वतःचं मत-प्रतिक्रिया काय होत्या, तसंच जी उपासना करणारी व्यक्ती अपघातात मृत्यू पावली, त्या अपघाताची कारणं - त्यावेळची परिस्थिती नेमकी काय होती, याविषयी माहिती आपल्याला नसल्यामुळं, खरंतर काही निष्कर्ष काढणं किंवा काही मत व्यक्त करणं, हे अयोग्य ठरेल, हे आपण लक्षात घेतलेलं बरं. म्हणून उपलब्ध माहितीच्या आणि त्याही दुसऱ्या व्यक्तीच्या पाहण्यातून किंवा प्रतिक्रियांतून मिळालेल्या माहितीच्या आधारानं मूळ उपासनेविषयी किंवा तिच्या परिणामांविषयी ठरवणं सदोष आहे, हे मी स्पष्ट करू इच्छितो. तरीही, उपासनेबद्दल

एक सर्वसाधारण प्रतिक्रिया म्हणून, काही गोष्टींचा उल्लेख उत्तराच्या रूपानं खाली करतो.

७.२. पहिल्यांदा मृत्यूबद्दल विचार करू. मुळात व्यक्ती उपासक असो किंवा नसो, मृत्यू ही एक सर्वांना सामोरं जावं लागणारी नैसर्गिक घटना आहे, हे शाश्वत सत्य आपण कृपा करून लक्षात घ्यावं. उपासनेचे जे हेतू आहेत, त्यांत मी उपासना करतो म्हणून - मला तो मृत्यू लवकर यावा, उशीरा यावा, येऊ नये - असा कुठलाही हेतू नसतो. तीच गोष्ट तो मृत्यूसहजपणे, व्याधीनं, रेंगाळत, पटकन वगैरे येण्याबद्दलच्या आपल्या ज्या अपेक्षा असतात, त्या खऱ्या उपासनेच्या मृत्यूविषयक भूमिकेशी निगडित नाहीत. आपल्याला त्रास न होता किंवा आपल्याकडून कोणाला त्रास न होता, पटकन मृत्यू यावा किंवा तो अकाली, अपघाती वगैरे येऊ नये- या कल्पना भ्रामक असून त्या आपलं देहावरचं प्रेम दाखवतात. देहावरची आसक्ती दाखवतात. त्याचबरोबर मृत्यूच्या संदर्भात कुणाला काही त्रास होऊ नये, अशा स्वरूपाचं म्हणणं वरवर पहाता समंजस वाटलं तरी, त्याच्यामागं थोडा स्वाभिमान आणि सात्त्विक अहंकारही दडलेला असतो, हे विचार करणाऱ्याच्याच लक्षात येईल.

७.३. मुळात उपासना ही, मृत्यू सुखकारक किंवा स्वतःला व कोणाला सोयीचाव्हावा, याच्याशी निगडित नसून मृत्यूबद्दल कोणतीही भीती नसण्याशी निगडित आहे. त्यात जो देह जातो, त्या देहाची जी सूक्ष्म आसक्ती माणसाला असते, ती जिवंतपणी नाहीशी करण्याशी उपासना निगडित आहे. उपासक शरीराची काळजी घेतो, रोग झाल्यास औषध घेतो, शरीराची हेळसांड करीत नाही, त्याच्यापासून इतरांना त्रास होऊ नये, असं त्यालाही वाटतं. फक्त तशी सूक्ष्म अहंकारदर्शक भावना त्याच्याजवळ असत नाही - याचं

कारण तो देहाला साध्य नसून साधन समजतो. देहाला साधन म्हणून नीट ठेवणं व त्याचा जास्तीत जास्त उत्तम वापर स्वतःसाठी व जगासाठी करण्याची बैठक मनाला देणं, ही खरी उपासना होय!

त्यामुळंच त्याच्या राहण्याशी किंवा जाण्याशी किंवा कुठल्या व्याधींशी किंवा निरोगी राहण्याशी त्याचा संबंध नसतो असं नसून, एखादा उत्तम योद्धा त्याची तलवार वेळेला नीट उपयोगाला यावी म्हणून तिची साफसूफ करण्यापासून ती धारदार ठेवण्यापर्यंत जेवढी आणि जितकी काळजी घेईल किंवा साधी गृहिणी ज्या साधनांच्या साहाय्यानं उत्तम पदार्थ बनवायचा, त्यासाठी लागणाऱ्या तवा, पातेली, चमचा, डाव, झारा, शेगडी - असल्या साधनांच्या स्वच्छतेची, उपलब्धतेची जितकी व जेवढी काळजी घेईल, तेवढीच काळजी उपासक आपल्या स्वतःच्या आणि बरोबर नंतर जगाच्या उद्धारासाठीही साधन म्हणून लागणाऱ्या शरीराची घेईल.

७.४. आता जाता जाता विचार मृत्यूला होणाऱ्या कारणांचा. मृत्यू मुळात अटळ आणि गरजेचा असल्यामुळं, तो घडणं आवश्यक असतं. त्यासाठी काही ना काही कारण किंवा कारणं त्याआधी घडणंही आवश्यक असतं. रोग, अपघात, नैसर्गिक आपत्ती - असे कारणांचे कुठलेतरी प्रकार मृत्यूची घटना घडायला कारणीभूत ठरतातच. मृत्यूमध्ये मूळ कार्य हृदय, मेंदू किंवा त्या अर्थानं शरीरयंत्रणा निकालीपणे बंद पाडणं हे असतं आणि ते कुणाचंही घडतंच. ते अमुक पद्धतीनं व्हावं किंवा अमुकपद्धतीनं होऊ नये, या आपल्या कल्पना असतात. त्याला वर सांगितली तशी सूक्ष्म अहंकारापासून ते आपण खऱ्या उपासनेत नसण्यापर्यंत, कोणतीही कारणं असू शकतात. आता एखादी गोष्ट अखेर टाकायचीच आहे, असं म्हटल्यानंतर किंवा पाण्यात सोडायची आहे म्हटल्यावर ती वरून फेकली, अलगद सोडली, स्वतः पाण्यात जाऊन विसर्जित केली, हे

भेद वरवर दिसले, त्यात फरक वाटला तरी, घटना तीच असते. थोडाफार फरक असतो, तो, ती घटना घडण्यातल्या पद्धतीतला.

आपण विचार केला तर,लक्षात येईल. आपल्या याविषयीच्या दुःख, भीती टळणं, स्वागत करणं - या साऱ्या प्रतिक्रियांच्या मागं वरवर पाहता यापेक्षा ते बरं, योग्य-अयोग्य असे प्रकार वाटले तरी, त्या साऱ्यांच्या मुळाशी ते आपल्या हातात नाही, ही हतबलपणाची भावना असते. त्या हतबलपणानं निर्माण होणारी असुरक्षितता आणि भीती जावी म्हणून उपासनेनं का होईना,हा मृत्यू आपल्याला पाहिजे तसा घडवणं, आपल्या हातात येईल का, असा सूक्ष्म विचार दडलेला असतो. वास्तविक खऱ्या उपासकाला जीवन जसं सहज, तसाच मृत्यूही सहज वाटतो. त्याच्यावर कुठली नियंत्रणं मिळवण्यापेक्षा जीवनाला जितक्या तटस्थतेनं आणि आनंदानं सामोरं जायला त्याला उपासना शिकवते, तितक्याच तटस्थतेनं आणि आनंदानं मृत्यूला. उपासनेच्या दृष्टीनं जीव म्हणून प्रगत होत असताना, जीवन-मृत्यू-जीवन-मृत्यू अशी एक साखळी निरंतर सुरू आहे. ती जग या दृष्टीनं अखंड आहे तर, जीव या दृष्टीनं त्याच्या मुक्ततेनं खंडित होणारी आहे. याचं भान जी देते, ती खरी उपासना.

७.५. त्यामुळं मी व्याधीनं गेलो काय, निरोगीपणे गेलो काय आणि अपघातात गेलो काय आणि त्याबद्दल जगाची मतं चांगली किंवा वाईट कशीही असली काय,खऱ्या उपासकाचं लक्ष,मी जन्माला आलो त्यापेक्षा मरताना थोडातरी वरच्या अवस्थेत जाऊन मरतो की नाही, किंवा साधलंच तर मुक्त होऊन मृत्यू पावतो की, नाही - याकडं असतं. त्याच्या दृष्टीनं, मूळ प्रवासात जशी गाड्या बदलण्याची जंक्शन लागतात, तिथंपर्यंत प्रवास करून येऊन आपण आपल्या गंतव्य स्थानाच्या दिशेनं जाणाऱ्या पुढल्या गाडीत बसतो की नाही, किंवा वर म्हटलं तसं, दिलेला देह म्हणजे उपलब्ध करून दिलेला

काळ, संपण्यापूर्वीच आपण गंतव्यस्थानीच पोचतो का नाही, याकडं त्याचं लक्ष असतं. हे साधणं म्हणजे मृत्यूपूर्वीचा देहमनाचा मृत्यू असतो, म्हणजे मुक्ती असते.अशी मुक्ती याच जन्मात, मृत्यूच्या आधीच साधण्यासाठी खरा उपासक प्रयत्नशील असतो. हे म्हणजे सोप्या भाषेत सांगायचं तर, शेवटची घंटा होण्यापूर्वी १०० पैकी १०० गुणांचा पेपर अचूक सोडवून,पेपर टाकून निवांत बसण्यासारखं असतं.मग घंटा कधीही होवो. खऱ्या उपासनेची मृत्यूकडं पाहण्याची दृष्टी अशी आहे.

७.६. खऱ्या उपासनेची आणि तिची मृत्यूकडं बघण्याची दृष्टी, त्यात साधायच्या खऱ्या गोष्टी,यांची व्याप्ती आणि थोरवी आपल्या लक्षात आली असेल तर, आता आपण पाहिलेले वडील काय किंवा ओळखीचे गृहस्थ काय,किंवा अशा तऱ्हेनं आपल्यासमोर असंख्यपणे घडणारे इतर मृत्यू काय, त्यांची कारणं, आपण त्याबद्दल आपण करीत असलेले विचार - हे आता नगण्य वाटतील. त्यावर फारसा विचार करण्यासारखे उरणार नाहीत. त्याचा परिणाम म्हणून अशा कुठल्याही कारणानं येणाऱ्या काली, अकाली मृत्यूमुळं आपला उपासनेवरचा विश्वास उडण्याचं काहीच कारण नाही, हेही लक्षात येतं.

या ज्या कोणी आदरणीय व्यक्ती विविध कारणांनी मृत्यू पावल्या, त्यांना उपासनेतलं मृत्यूचं मर्म माहीत होतं की, नाही, ते त्याकडं कसं पाहत होते- यासंबंधी कल्पना सुरुवातीला म्हटल्याप्रमाणं आपल्याला नाही. ते हयात नसल्यानं ती प्रत्यक्ष येणंही कठीण आहे. अशा वेळी मी आपल्याला नम्रपणे एवढंच सुचवेन की, खरी उपासना मृत्यूचा कोणता विचार करते, ते आपण समजून घेतलं तर, आपण खरी उपासना जगायला लागू. त्याचा परिणाम म्हणून खऱ्या आनंदानं जगायला लागू. तितक्याच मोकळेपणानं - निरोगी मनानं मृत्यूचा विचार करू शकू. त्यासाठी खऱ्या तळमळीनं प्रयत्न करू. देहमनाचा

उपासनेतला खरा मृत्यू आपल्याला आनंदानं, लवकरात लवकर कसा साधता येईल, याच्या प्रयत्नाला लागू. खरा मृत्यू साधल्यामुळं त्या अर्थानं जगाला ज्या मृत्युघंटेची भीती आणि काळजी वाटते, तिचा पुसटसाही विचार आपल्याला करावा लागणार नाही. मग आपण शरीराच्या मृत्युघंटेची निवांतपणे वाट पाहू शकू आणि ती होताच आनंदानं या जगाच्या परीक्षा हॉलमधून शांतपणे बाहेर पडू. कारण पूर्ण सोडवलेला पेपर आपण आधीच टाकलेला असेल!

*****

प्र.८. अनेक घरांतून कुलधर्म, कुलाचार, वार्षिक यात्रा, वेगवेगळ्या देवतांचे उत्सव - या गोष्टींचं खूप प्रस्थ असतं. त्यांतले अनेक लोक त्या त्या गोष्टी न झाल्यास, घातलेल्या भीतीमुळं ते करताना दिसतात. तर काही घरांत, काही मंडळी पहाटेची वेळच उपासनेला आवश्यक असते, शिवाय ती उपासना रोज व मोठ्यानं करावी लागते, असे आग्रह धरून इतर झोपलेल्या मंडळींची पर्वा न करता लाईट लावून, आंघोळीबिंघोळी करून मोठमोठ्यानं मंत्र, स्तोत्रं म्हणत उपासना करतात. त्यावरून घरात अनेकदा मतभेद, भांडणंही होतात. हे सारं उपासनेत अभिप्रेत आहे काय ?

→ ८.१. कुलधर्म किंवा कुलाचार हे का उद्‌भवले आणि ते कशा पद्धतीनं करावेत, याविषयी काही नियम का घातले गेले, हे आपण प्रथम थोडं समजून घेऊ.

माणसाचं जीवन हे असंख्य कर्मांनी घडत असतं. त्यामुळं कर्मं किंवा आचार यांशिवाय मनुष्य जगू शकत नाही. श्वासापासून

कुलाचारापर्यंत सर्व गोष्टी अखेर कर्मच आहेत, हे आपल्या लक्षात येईल. अशा असंख्य कर्मांचा परिणाम म्हणून माणसाचं जीवन, आवडी-निवडी, आचार-दुराचार - यांची वळणं मन घेत असतं. हे संस्कार कळत आणि नकळतही होत असतात.

सकाळी कामावर गेलेला घरातला माणूस, शाळा-कॉलेजला गेलेली मुलं, नोकरी, उपक्रम - या निमित्तानं बाहेर असलेल्या गृहिणी, संध्याकाळी घरी परततात. त्यावेळी दिवसभराचे प्रवास, रहदारीची धूळ, वाटेत किंवा त्या त्या ठिकाणी घडलेले असंख्य प्रसंग, मनाप्रमाणं-मनाविरुद्ध झालेल्या, जमलेल्या-न जमलेल्या- अशा असंख्य कामांवरच्या भल्याबुऱ्या प्रतिक्रिया, लहानांपासून थोरांपर्यंत सर्वजण येताना बरोबर घेऊन येत असतात.

बाहेरून येताना अपरिहार्यपणे बाहेर वापरायच्या पोशाखावर जशी धूळ, प्रदूषण, चिखल - अशा काही गोष्टी मनुष्य घेऊन येतो, त्याच्यापेक्षा कितीतरी पट गोष्टी तो मनात गोळा करून आलेला असतो. याला लहानथोर अपवाद नाही. घरातून बाहेर पडण्यालाही पर्याय नाही. या साऱ्या बाहेरच्या आणि आतल्या धूळ, प्रदूषण, प्रतिक्रिया यांनाही पर्याय नाही, हे आपल्याला पटू शकेल.

८.२. आता हे सगळं टळत नाही आणि जीवनासाठी आणि प्रगतीसाठी गरजेचंहीआहे. म्हणून काढलेला मध्यममार्ग म्हणजे आल्यावर धुळीचे हातपाय धुणं, माखलेले चपला-बूट बाहेर ठेवणं, घरातल्या चांगल्या-त्यातल्या त्यात शुद्ध संस्कारांचे, चांगले कपडे परिधान करणं, हे आपण करतो. त्यानं बाह्यशुद्धी होते. तशीच मनाची शुद्धी साधण्यासाठी जसे हातपाय धुतले, जसं लोकव्यवहारासाठी बाहेर घालावे लागणारे पोशाख बदलले, व्यवहाराची आणि सुरक्षिततेसाठी घातलेली पादत्राणं बाहेर ठेवली आणि त्या सगळ्या कृतींनी आपल्या घरातल्या मूळ शुद्ध आणि

चांगल्या वातावरणात आपण आलो. त्यासाठी अशा काही कृती केल्या तसं, त्याहीपेक्षा जास्त सूक्ष्म वासना, द्वेष, मत्सर, त्रागा, तणाव - अशी प्रदूषणं घेऊन घरी आलेलं मन, धुऊन शुद्ध आणि स्वच्छ करण्यासाठी, घरी आल्यावर करायच्या काही कृती म्हणजे उपासना होय!त्यांची गरज आता वेगळी काय सांगायची !

हे जाणीवपूर्वक न केलं तर, बाहेरचेच धुळीनं माखलेले बूट घेऊन घरात फिरणं, तेच मळलेले कपडे घेऊन घरात वावरणं, त्याच घामेजल्या शरीरानं घरात येऊन जेवणं-खाणं - असं केल्यासारखं होईल. आता हातपाय धुणं, बूट काढून ठेवणं - असल्या कृती या ढोबळ आणि सोप्या असतात, पण बाह्यांगाच्या असतात. त्या एवढ्यासाठीच करायच्या की, त्यामुळंआपल्या गढूळ किंवा प्रदूषित होऊ शकणाऱ्या मनाचं भान आपल्याला यावं.

मन सूक्ष्म असल्यामुळं त्याच्या बाबतीतल्या कृती या इतक्या ढोबळ, बाह्यांगाच्या आणि सोप्या नसतात. घरात आल्यावर हे शुद्धीकरणाचं कर्म राहिलं तर, नियमानं स्वच्छ न केलेल्या एखाद्या भांड्यावरचे डाग पक्के व्हावेत तशी, मनानं बाहेर जाऊन घेतलेली चुकीची वळणं आणि संस्कार पक्के होतील, हे लक्षात येऊन, काही आचार घालून देण्याची गरज निर्माण झाली.

८.३. आता सामान्य माणसाचा विचार केला तर, हातपाय धुऊन ते स्वच्छ करणं एकवेळ सोपं, पण आता मी दिवसभरातले मनावरचे चुकीचे संस्कार किंवाधूळ घालवून टाकतो, असं म्हणणं किंवा करणं हे अत्यंत अवघड आहे, हे उघड आहे. मन काही एखादी दृश्य वस्तू नव्हे की, जी नळाखाली धरून स्वच्छ करून घ्यावी. म्हणून मग मनापर्यंत पोचू शकणारे काही शब्द सद्भावनेनं, निर्धारानं, श्रद्धेनं उच्चारणं, हा एक पर्याय झाला. ज्यानं काही स्तोत्रं, प्रार्थना, मंत्र - यांचा आचारधर्म अस्तित्वात आला. काही वेळा

घरातल्या देवघर किंवा इतर कुठल्याही शांत, पवित्र ठिकाणी आसन घालून बसून, शांतपणे, ज्यांना शक्य आहे त्यांना, विवेकाची-विचाराची केरसुणी हातात घेऊन दिवसभराचा मनातला कचरा काढून टाकणं, हाही एक आचाराचा प्रकार झाला.

आपण विचार केला तर, लक्षात येईल की, मूळ प्रश्न, आपण आचार म्हणून कोणत्या कृती करतो, त्या किती नियमानं करतो, किती मोठ्यानं-हळू करतो, कुठं बसून करतो, किती वाजता करतो, कोणते शब्द उच्चारतो, ते कुठल्या पंथाचे, धर्माचे, भाषेतले आहेत - असल्या असंख्य गोष्टींपेक्षा, त्या सगळ्यांनी माझ्या मनाचं शुद्धीकरण किती होतं, प्रदूषण किती नाहीसं होतं, उत्तम संस्कार किती बळकट होतात, मी स्वतःच्या उद्धाराच्या किती जवळ जातो, इतरांची अंतःकरणं म्हणजे दुसऱ्यांतला भगवंत किती जपू शकतो, हे खरं महत्त्वाचं आहे!

८.४. उपासनेतला खरा घोटाळा आहे तो इथंच आहे की, स्वतःच्या मनावर होणारे शुद्धीकरणाचे परिणाम बाजूलाच राहतात. त्याकडं कुणाचं फारसं लक्षही नसतं. दुसऱ्यांतल्या भगवंताची जाणीव ठेवण्याचं लक्षात नसतं आणि इकडं मात्र मूळ चांगल्यासाठी आणि शुद्धीकरणासाठी नेमलेलं सगळं मोठमोठ्यानं, खड्या आवाजात, इतरांच्या सोयी-गैरसोयी यांचा विचार न करता, आपल्याला योग्य वाटेल त्यावेळी, तेवढं म्हणणं - एवढा आचार उरतो. ती उपासना ठरत नाही. दिवसभरात कामाची काडी न उचलता, पूर्ण दिवसाचा पगार मात्र घेऊन, नुसतं मस्टरवर सही करण्याला किती अर्थ असतो आणि किती उपयोग असतो ?

८.५. आता थोडा कुलधर्म, कुलाचारांचा विचार करू. आपल्या लक्षात येईल की, धर्म मुळात कुठलाही असला तरी, तो

आचारांशीच निगडित असतो. त्यामुळं हा विचार आचारांपुरता केला तरी चालेल. आचारांमध्ये जसा ते करणारा माणूस आहे, तसा तो ज्या परिस्थितीत आचारकर्म करतो ती परिस्थितीही त्याआचारांचा अविभाज्य भाग आहे. परिस्थिती ही सातत्यानं बदलणारी वस्तू आहे. साधी शंभर वर्षांपूर्वीची राहणी, वस्त्र, भाषा, विचारसरणी, घरंदारं, रस्ते, वाहनं - अशा असंख्य गोष्टींनी बनलेली परिस्थिती एवढ्याशा काळात इतकी बदलली आहे तर, शतकानुशतकं चालत आलेले आचारांचे तपशील काळाप्रमाणं बदलण्याची गरज निर्माण झाल्याशिवाय कशी राहील ? इथंही मुळात ते सारं कशासाठी आहे आणि त्याच्यामागचा भाव व परिणाम कोणते आहेत, हे आचारांचं खरं हृदय आहे. त्याचा विचार न करता, नुसत्या परंपरेनं सांगितल्या म्हणून, गोष्टी केल्या तर मग त्याला कर्मकांडांचं, त्रासत्राग्याचं, भीतीचं आणि कालबाह्य गोष्टींचं स्वरूप येतं.

८.६. आता काय बदलतं आणि काय बदलत नाही आणि ते का, यांचा थोडा विचार करण्याची गरज आहे. उदाहरणार्थ, कुल ही कल्पना घ्या. कारण तिला धरून कुलधर्म, कुलाचार - हे शब्दही आपण वापरतो आणि कृतीही करतो. मी आज एकविसाव्या शतकात एखाद्या कुटुंबात जन्माला आलेलो आहे. माझे आई-वडील, आजी-आजोबा, पणजी-पणजोबा हे कुणी विसाव्या, कुणी एकोणिसाव्या, कुणी अठराव्या शतकात जन्माला आलेले असतील. त्या त्या पूर्वजांबद्दल आपल्याला असलेली कृतज्ञता जपणं, म्हणजे खरी उपासना होय! आता तिचा आचार पाहू. आता मध्ये समजा हा चारशे वर्षांचा काळ गेला. त्या काळामध्ये किंवा काळामुळं माझे आजोबा, पणजोबा बदलले नाहीत, बदलतही नाहीत. पण त्यांच्याविषयी करायच्या कृतज्ञतेच्या कृती, त्यासाठी लागणारं साहित्य, साधन-सामग्री, करायच्या कृती - या गोष्टींत बदल, म्हणजे

आचारात, कितीतरी फरक पडलेला असू शकतो.म्हणजे कुल बदललं नाही पण कुलाचार परिस्थितीनुसार बदलला आणि बदलणार.

चारशे किंवा पाचशे वर्षांपूर्वी माझी कृतज्ञतेची कृती करायला मी करीत असलेल्या पदार्थात, मी बसत असलेल्या आसनात, मी त्यावेळी वापरत असलेल्या वस्त्रात आणि आज हीच कृती करताना त्या साऱ्यांत किती फरक पडलेला असेल ? म्हणून कुल आणि त्याबद्दल कृतज्ञता असणं, या गोष्टी आदराच्या आणि न बदलणाऱ्या असल्या तरी, आचारांचे तपशील मात्र, बदलत्या परिस्थितीमुळं अपरिहार्यपणे बदलतात. अशा वेळी खरी उपासना कृतज्ञता जपण्यात असते. कर्मकांड मात्र त्या आणि तशाच आचारांचा आग्रह धरण्यात असतं. यातलं गरजेचं काय आहे, ते उघड आहे.

असा विचार करीत क्षणभर मागं गेलं तर, असंख्य कुलदेवता किंवा दैवतं सापडतील. तसंच त्याच्याही मागं गेलं तर, मानववंशात अत्यंत आदिम असलेलं स्त्री आणि पुरुष हे मूळ द्वैत सापडेल. तसं ज्ञात असलेल्या विश्वात, शिव आणि शक्ती हे कुलदैवत आणि कुलदेवता हे आद्य म्हणून सापडतील. त्यांचे वेगवेगळे आविष्कार, त्यात गावांचे, स्थानांचे पुराण-कल्पना-दंतकथा-अतिरंजित वर्णनं - यांचे असंख्य तपशील आणि भेद आढळतील. त्याच्यावर खल करणं किंवा एक हौस-जिज्ञासा म्हणून शोध घेणं, हे एका मर्यादेत ठीक असलं तरी, साररूपानं उरणारं सत्य हे - शिव आणि शक्तीचंच - राहतं. ते बदलत नाही. त्याबद्दलचा कृतज्ञता भावही बदलायचं कारण नाही. त्याचे प्रचलित आविष्कार परिस्थितीचे भाग असून, ते धूसरही असतात आणि तो बदलतही असतात.

८.७. परिस्थितीनुसार असणाऱ्या या कुलांच्या माहितीत आणि आचारातहोत जाणाऱ्या बदलांना सामोरं जाऊन आपले आई-वडील आणि तसंच त्या अर्थानं, सर्व मनुष्यकुळाचे आई-वडील

म्हणून, शिव आणि शक्ती यांच्याविषयी कृतज्ञतेची काही कृती करणं - एवढं उपासनेत अभिप्रेत आहे. बाकीचे तपशील, त्यांचे आग्रह, त्यात यात्रा, विशिष्ट विधी इत्यादी गोष्टी - या मूळ उपासनेला पूरक आहेत, पण उपासकाच्या दृष्टीनं प्रधान नाहीत. कुळधर्म, कुळाचार, यात्रा, उत्सव, कुणी, कुठं, कितीवेळा जावं - जाऊ नये, एकत्रित जावं, विशिष्ट वेळी जावं - जाऊ नये, वेगवेगळ्या पदार्थांपासून-पशुबळीपर्यंत असलेल्या नैवेद्यकल्पना, कुठं मातीच्या-कुठं धातूच्या-कुठं पदार्थांच्या, कुठं लाकडांच्या मूर्ती-आकृती बनवणं, बसवणं, उठवणं - हे सारे मानवी कल्पनेचे आविष्कार असून, त्यात मूळ उपासनेपेक्षा रूढींना व त्यांच्या धाकांना जास्त प्राबल्य आहे. त्यात वेगवेगळ्या प्रकारे स्थान मिळवू पाहणारी, देवभक्तांतली मध्यस्थ संस्कृतीही आहे. अशा अनेक कालजन्य, परिवर्तनीय कितीदातरी अनावश्यक ठरणाऱ्या, मूळ उद्दिष्टांपासून दूर नेणाऱ्या गोष्टी शिरल्या आहेत - शिरत राहतील. हे खऱ्या उपासकानं लक्षात ठेवलेलं बरं! म्हणूनच त्यांचे आग्रह, कर्मकांडं, सक्ती - हे विरोधाचे, भांडणांचे व त्रासाचे विषय होऊन, मूळ उपासनेबद्दलच विश्वास उडण्याची शक्यता निर्माण होते, जो खरा धोका आहे.

८.८. या साऱ्या विषयांमागची ही पार्श्वभूमी लक्षात आली असेल तर, शरीरशुद्ध करणाऱ्या कृती जशा नित्यनेमानं कराव्या लागतात, तशाच मन शुद्ध आणि पवित्र करणाऱ्या खऱ्या कृती आचारांच्या रूपानं कराव्या लागतात. त्यात प्रत्येकाच्या मनाच्या, परिस्थितीच्या, गरजेच्या-प्रमाणं निवडीचं स्वातंत्र्य आहे.मूळ उद्दिष्टाची -शुद्धीचा आणि कृतज्ञतेचा गाभा - या आचारांच्या निमित्तानं म्हणजे उपासनेच्या निमित्तानं जपण्याची नेमकी गरज आपल्यासमोर येईल.त्या आणि तेवढ्या कृती करण्याची प्रेरणा मिळेल. अपेक्षित भाव आणि परिणामही साधू शकेल.

हे सारं करताना, शेकडो वर्षं एखाद्या चांगल्या, सुंदर, आदर्श, प्रसन्न मूर्तीवर कर्मकांडं, रूढी, भीती, आग्रह, अज्ञान, बाह्योपचार-अशांची पुटं चढून मूळ शिवशक्तीची आदिमूर्ती दिसेनाशी झालेली असते, हे आपल्या लक्षात येईल. आपल्या विवेक-विचार, परिस्थितीला अनुकूल कृती, शुद्ध भावाची जपणूक - अशा कृतींनी ती मूळ आदिमूर्ती दिसू लागेल, अवडंबरं टळतील, दोषास्पद कृतीही टळतील, दोषारोपही टळतील आणि कुळाचारांच्या संदर्भात कालानुसार योग्य अशी, गरजेची उपासनाही घडू लागेल !

*****

प्र.९. उपासनेत अनेक पंथ, भेद दिसतात.ती करणाऱ्यांच्यातही अनेकदा मतभेद दिसतात. त्यात साधारणतः जो तो आपलीच उपासना श्रेष्ठ समजतो. त्यातही उपासना करणाऱ्यांच्या स्वभावातही चांगले बदल दिसत नाहीत. अशावेळी उपासनेची गरज कुठं आहे ?

→ ९.१. आपण म्हणता तसे अनेक पंथ, त्यांतले भेदही दिसतात, हे खरं आहे. त्याचं कारण असं की, उपासना ही मुळात माणसाच्या बहिरंगाशी निगडित नसून अंतरंगाशी निगडित आहे. माणसांची,माणूस म्हणून काही वैशिष्ट्यं सोडली तर,असलेल्या बाह्यांगातसुद्धा साम्य नसतं, हे आपल्याला लक्षात घ्यावं लागेल. काळा-गोरा, उंच-ठेंगू, सशक्त-अशक्त - असे अनेक प्रकारचे भेद साध्या बाह्यांगात दिसतात. तर त्यांच्या अंतरंगात किती भेद असतील, याची कल्पनाच केलेली बरी.

बाह्यांगाचे भेद निदान निसर्गाच्या वैशिष्ट्यामुळं घडतात. पण

अंतरंगातले भेद घडायला वातावरण, संस्कार, प्रत्येकाची आंतरिक क्षमता, त्याला होणारी ध्येयांची ओळख, त्याची निर्णयक्षमता, त्याची निर्धारशक्ती, त्याच्यावर असलेल्या - मत्सर, असूया, लोभ, तुलना, अहंकार - अशा असंख्य नकारात्मक घटकांचे प्रभाव - यांमुळं अशा अंतरंगामध्ये किती भेद निर्माण होत असतील, याची कल्पना केलेली बरी. त्यात या साऱ्या गोष्टींचं जे मिश्रण होत असतं, त्यामुळं वाढणारे भेद लक्षात घेतले तर, माणसांच्यात असलेल्या असंख्य भेदांची कल्पना आपल्याला थोडी-फार येऊ शकेल.

९.२. आता हे उघड आहे की, जसे भेद माणसांच्या बाह्यांगात आणि अंतरंगात आढळतात, तसे ते त्यामुळं त्यांच्या उपासनांच्यात-ध्येयांच्यातही पडतात. उपासनांबद्दलच्याच माणसाच्या कल्पना इतक्या विविध आहेत की, ज्याला त्याला जे साध्य करायचं आहे - ते एखाद्या प्रापंचिक गोष्टींपासून स्वतःला बदलण्यापर्यंत काहीही असू शकेल - त्यासाठी वापरायचा किंवा चालायचा मार्ग म्हणून माणसं उपासनेकडं पाहतात. माणसांच्या या विषयीच्या कुवतीनुसार, उपासना म्हणजे काय, हे नीट समजून घेण्याऐवजी, आपण जे करतो, त्याला उपासना म्हणण्यापर्यंत सर्व प्रकारचे लोक आपल्याला अन्यत्र आढळतात. तसे याही क्षेत्रात आढळतील.

पंथ म्हणजे मार्ग. जे साध्य करायचं आहे, त्या दिशेनं चालण्याच्या कृती, म्हणजे हे पंथ होत. आता ज्या गावी जायचं आहे, म्हणजे जे साध्य करायचं आहे, ते जर बदललं तर तिकडं जाण्याचा मार्ग - पंथ बदलेल, हे उघड आहे. जितकी साध्यं तितके पंथ निर्माण होतील, हेही ओघानं आलं. म्हणून आपल्याला उपासनेत अनेक पंथ दिसतात.

९.३. साधनं बदलणार,करण्याची कुवत बदलणार, ती करणाऱ्याचं आकलन बदलणार, तशा त्याच्या उपासनेच्या कल्पना

बदलणार आणि चालायचे मार्गही बदलत जाणार. एक मनुष्यस्वभाव म्हणून, हे आपल्याला समजू शकेल की, जो जो, ज्या त्या वेळी, जे जे करतो, ते ते, त्याला बरोबरच वाटत असतं. आता हे काही लोक स्वतःच्या मनाशी ठेवतील, काही इतरांना सांगतील. जितकी नम्रता जास्त तितका आपल्या पंथाचा आग्रह, ठामपणा कमी. जितका अहंकार जास्त, जितकी चांगल्या अर्थानं बदलण्याची क्षमता कमी, तितका आपल्या मार्गाचा अहंकार आणि ठामपणा जास्त. म्हणून अनेकांना आपलीच उपासना श्रेष्ठ वाटते. पण आपल्या हे लक्षात येईल की, कुठली उपासना श्रेष्ठ आणि कुठली कनिष्ठ - यांतला आग्रहाचा मुद्दा केवळ उपासनेपुरता मर्यादित आहे, असं कुठं आहे ? अनेकांना आपलं गाव श्रेष्ठ वाटतं.कुणालाआपल्या जेवणाखाण्याच्या पद्धती श्रेष्ठ वाटतात, कुणाला आपला धर्म श्रेष्ठ वाटतो, जातिप्रधान व्यवस्थेत कुणाला आपली जात श्रेष्ठ वाटते, वंशप्रधान व्यवस्थेमध्ये कुणाला आपले वंश श्रेष्ठ वाटतात, उद्योग-नोकरी-व्यवसाय - यांतही ज्याला त्याला आपला उद्योग इतरांपेक्षा श्रेष्ठ, समाजाच्या उपयोगी वाटतो. एकूण काय, मनुष्य एकदा स्वभावाला बांधील झाला की, त्याला आपलं ते सारं श्रेष्ठ वाटतं.

तेच माणसांचं उपासनेबद्दल होतं. ते का, हे आपल्याला स्पष्ट होईल. इथं हे लक्षात घेतलं पाहिजे की, हे मनुष्यस्वभावाप्रमाणं घडतं आहे, हे कळलं म्हणणं म्हणजे, ते बरोबर आहे, असं मात्र अभिप्रेत नाही. माणसाला काही आजार झाला. तो का झाला, याची कारणं शोधली. तो काही चुकीच्या आहारामुळं झाला, असं कळलं. यावरून कोणत्या आहारामुळं कोणता आजार झाला हे फक्त आज कळतं. मात्र आजार होत असेल तर, तो आहार 'चुकीचा' होता, हे कळतं. हे कळण्यामुळं आहार 'बरोबर' ठरत नाही. सारांशानं, उपासनेत इतके पंथांचे भेद का, हे या चर्चेमुळं कळलं. ते भेद आवश्यक किंवा बरोबर आहेत, असं मात्र नाही. तसंच प्रत्येकाला ते

श्रेष्ठ का वाटतात, हेही कळतं. पण त्याचा अर्थ ते पंथ श्रेष्ठ असतीलच, असं नाही.

९.४. यात माणसाच्या आकलनाचा - विकासाचा जो उल्लेख केलाआहे, त्याचाही थोडा आपण विचार करावा. आपल्या हे लक्षात येईल की, माणसावर जेवढे संस्कार,त्याला जेवढी माहिती, तितपत त्याच्या कल्पना असतात. त्याच्या कल्पनांच्या कक्षेएवढी उंच त्याची ध्येयं असतात. समजा भूक लागली, तहान लागली, ती कशानं भागेल याविषयी संस्कार-वातावरण यांमुळं कल्पना मनात आहेत. म्हणजे उदाहरणार्थ, विशिष्ट अन्न, जवळच्या तळ्यात मिळणारं पाणी - तर एवढ्या गरजा, माहिती, कल्पना - यांच्या आधारावर त्या माणसाचं ध्येय, ते अन्न जिथं मिळेल ती जागा, ते तळं जिथं असेल ते ठिकाण - एवढ्यापुरतीच त्याच्या ध्येयाची उंची राहील. आता तिथंपर्यंतच जाण्याचा मार्ग, ते साध्य करण्याचे प्रयत्न - यांचे प्रकार आणि लांबीही ठरली. समजा, ती वाट दाखवणारा कुणी वाटाड्या असेल, म्हणजे गुरूही असेल तर, तोही ठरला. भूक भागवणारी फळं, तहान भागणारं पाणी देणारं तळं, ही एक किलोमीटरवर असतील तर, त्याच्या ध्येयाची उंची एक किलोमीटर ठरते. आता हा एक किलोमीटरपर्यंतचा मार्ग ठरला. त्या मार्गावरून नेऊ शकणारा, मार्ग दाखवणारा वाटाड्या - गुरूही ठरला.

आता हे सारं कल्पना - त्याची उंची - त्याचा मार्ग - त्याचा वाटाड्या - एवढ्यापुरतं ठीकच आहे. त्याची झेप लक्षात घेता, आता हे बरोबर आहे, असं म्हणणंही भाग आहे. असाच थोडा विचार अजून करून पाहिला तर, तो मनुष्य ज्या जागी आहे, त्याच्या जवळपास असलेल्या काही झाडांचा पाला किंवा छोटी-मोठी फळंही खाऊन हा दिवस सहज जाऊ शकतो. इतकंच नव्हे तर, काही पाल्यांच्या वा फळांच्या अंगी तहानभूक लागू न देण्याचासुद्धा गुण

असतो, हे जर त्या माणसाला माहीत असेल तर, स्वाभाविकपणे या कल्पनांवर - माहितीवर आधारलेला त्याचा मार्ग नक्की बदलेल. त्याही पुढं जाऊन विचार केला आणि कळलं की, त्या माणसाला अशीही माहिती आहे की, हा पाला-फळं खाणं हे शरीराच्या धारणेसाठी गरजेचं असलं तरी, ते झाल्यावर आता आज एकादशी असल्यामुळं आता आपला आजचा वेळ आपलं चित्त शांत करून नामानं, ध्यानानं, ईशशोधन किंवा आत्मशोधन करण्यात घालवणं, हे गरजेचं आहे. तर अशी झाडं तिथंच असतील तर, त्याच्या बाह्य ध्येयाची - प्रवासाची लांबी ह्या माहिती-कल्पनांमुळं आता फारतर दोनचार मीटर ठरेल. पण आता त्याच्या ध्येयाला असलेल्या खोलीची लांबी मात्र आता किती मीटर ठरेल?स्वतःच्या चित्ताच्या-अंतरंगाच्या खोलीएवढी ! आता या माणसाच्या दृष्टीनं, त्याच्या ध्येयाच्या, प्रवासाच्या, त्या पंथाच्या लांबीमध्ये भेद तर आहेच, पण त्याची कारणं त्याच्या या -माहिती, कल्पना- यांमध्ये आहेत आणि त्यांचा विचार करता ते बरोबर आहे. आता यात श्रेष्ठ-कनिष्ठ, भेद-मतभेद, पंथांची अनेकता कशी आणि का वाढत जात असते, हे आता लक्षात येईल. तिचा विचार स्वतःच्या वाटचालीसाठी कसा करावा, ते ठरवायचं स्वातंत्र्य आपल्याला आहे.

९.५. आता राहिला प्रश्न उपासना करणाऱ्यांच्या स्वभावातही चांगले बदल दिसत नाहीत, या मुद्याचा. त्यात दोन भाग आहेत. पहिला म्हणजे, वर म्हटल्याप्रमाणं उपासना करणाऱ्यांचा उद्देश हा, पोट भरावं, तहान भागावी, मान मिळावा, बदल व्हावा - अशा स्वरूपाचा वरवरचा असेल आणि त्याचा उद्देश हा स्वभावाशी कुठं निगडितच नसेल तर, त्याच्याकडूनही तसे बदल होणार नाहीत आणि ती अपेक्षा करण्यातही अर्थ नाही. कारण त्याच्या ध्येयाची लांबी मुळात जेवणाखाण्यापुरती आहे.

याला दुसरी बाजू आहे, तीही विचारात घेऊ. स्वभावातले चांगले बदल म्हणून शाश्वत गोष्टींचा विचार केला तर, मनुष्य स्वभावानं सौम्य होणं, समजूतदार होणं, क्षमाशील होणं, निःस्वार्थी, प्रेमळ, कृतज्ञ - अशा गुणांचा बदल दिसण्याची अपेक्षा केली तर, ते एका मर्यादेत बरोबर होईल. कारण खऱ्या उपासनेची ती ध्येयंच आहेत. पण मनुष्याचा मूलभूत स्वार्थ विचार घेतला तर, एखादा उपासक आपल्या मनाविरुद्ध वागत होता, तो मनाप्रमाणं वागायला लागला, आपल्याबरोबर जेवायला-खायला, सहलीला येत नव्हता, तो यायला लागला - हेही बदलच आहेत. ते असंख्य प्रकारचे आहेत. पण ते सगळे स्वार्थाशी निगडित आहेत. असले बदल घडण्याची अपेक्षा ठेवणं म्हणजे, खरे उपासनेतले बदल नसून, आपल्या सोयीचं घडण्याची अपेक्षा ठेवणं आहे. त्याला अर्थातच बदल या अर्थानं फारसा अर्थ नाही. वर म्हटले ते खऱ्या उपासनेतले बदल, घडण्याचे तर आहेत आणि त्यासाठी खरी उपासना, तिची नीट कल्पना व आचार यांची गरज तर आहेच. ते आपण समजू शकूच !

*****

प्र.१०. घरच्या उपासनेचा भाग म्हणून घरातल्या थोरामोठ्यांच्या सांगण्याप्रमाणं आम्हाला कुलाचारांसाठी वेगवेगळ्या क्षेत्रांना जाऊन, तिथं काही विधी करावे लागतात. काही वेळा या गोष्टी वार्षिक असतात.काही वेळा काही विशिष्ट प्रसंगी असतात. एका श्रद्धेनं आम्ही अशा ठिकाणी काही काळ गेलोही आहोत. पण तिथलं वातावरण,अस्वच्छता, प्रचंड गर्दी, विविध प्रकारच्या सेवाधारी वर्गाची वागणूक, अनेक वेळेला विधींची उरकाउरक, पैशाच्या बाबतीतला उघडउघड लोभ, त्यावरून तिथल्याच लोकांची चालणारी

शब्दाशब्दी, काही वेळा काही निरर्थक वाटणारे विधी - अशा अनेक गोष्टींनी श्रद्धा उडते. पुन्हा जाऊ नये, असं वाटतं. असं म्हणावं तर,घरच्यांचा विरोधही होतो. त्यांना ते पटतही नाही आणि त्यांना त्यामुळं काही विपरीत घडण्याची भीतीही वाटते. या साऱ्याचा उपासनेशी नेमका संबंध काय आहे ?आणि वस्तुस्थिती काय आहे ?

→ या प्रश्नात कुलाचार, कुलधर्म,उपासना,तीर्थक्षेत्रं,यात्रा, विधी, परिस्थितीतला आणि मनोवृत्तीतला पडत चाललेला फरक - असे अनेक उपप्रश्न एकत्र आले आहेत. त्यांपैकी कुलाचार,कुलधर्म यांची चर्चा पूर्वी होऊन गेली आहे. ती कृपया पहावी. आता काही महत्त्वाच्या मुद्यांचा पुढं विचार करूया.

१०.१. एक मुद्दा स्थानमाहात्म्याचा आहे. भौगोलिकदृष्ट्या एखादं स्थान जसं महत्त्वाचं असतं, तसं एखाद्या ठिकाणी घडलेल्या पवित्र घटनांनी किंवा तीव्र स्वरूपाच्या उपासनेमुळं त्या त्या स्थानाला महत्त्व येतं, हे स्वाभाविक आहे.

स्थानमाहात्म्य याचा अगदी पारंपरिक किंवा जुनाट विषय म्हणूनविचार करण्याचं किंवा त्यामुळं तो नगण्य समजण्याचं कारण नाही. आजही स्वच्छ समुद्रकिनाऱ्यावर सूर्यास्ताच्या वेळेला अथांग पसरलेल्या पाण्याकडं आणि त्यावर पडलेल्या किरणांकडं आपण पाहिलं तर, कुठलीही कृती आपल्याकडून न होतासुद्धा, त्या ठिकाणी मनात भव्यतेचे, पावित्र्याचे आणि विशालतेचे भाव आपोआप उमटतात, हे खरं आहे ना ? तसं असेल तर, त्या क्षणी त्या वातावरणाबद्दल आपण कृतज्ञता, आदर बाळगला आणि त्याला अनुरूप असा पवित्र किंवा उच्च जीवन जगण्याचा संकल्प केला तर, त्याला अधिक यश येईल, यात शंका नाही. यात असा संकल्प करायला आपल्याला आपल्या घरात कुणी अडवलं असतं असं नाही.

पण घरातल्या बंदिस्त चौकटीत, प्रपंचाच्या आखलेल्या मर्यादित वर्तुळात, आपल्या मनात सहजतेनं असं काही येत नाही, त्याला वातावरणाची अनुकूलताही असत नाही आणि त्यामुळं अशा गोष्टींचा आपलंच जीवन अधिक चांगलं करण्यासाठी होणारा लाभही घडत नाही. पण हीच गोष्ट त्या ठिकाणी गेल्यावर - समुद्रकिनारी - किती सहजतेनं घडली,हे ज्याला कळतं त्यांच्या दृष्टीनं त्या समुद्रकिनाऱ्याला जे महत्त्व प्राप्त होतं, तेच माहात्म्य होय. म्हणून स्थानमाहात्म्य हे मुळात अशा भौगोलिक कारणांनीसुद्धा अस्तित्वात येतं.

दुसरा विचार हाही करू की, जसं हे स्थूल पातळीवर घडतं, तसं सूक्ष्म पातळीवर घडणंही नैसर्गिक आहे. कारण माणसाच्या जीवनात दोन्हीही अंगं आहेत. आत्ताच्या उदाहरणातसुद्धा तो समुद्रकिनाऱ्यावर आहे, तो शरीरानं म्हणजे बाह्यांगानं. विशाल, प्रसन्न, पवित्र असं जे वातावरण आहे, तेही समुद्र, सूर्य, पाणी यांचं. म्हणजेच दृश्याचं - बाह्यांगाचं. पण त्या साऱ्या बाह्यांगाचा परिणाम म्हणून त्यांच्या मनात एखाद्या विशालतेचा, पवित्रतेचा संकल्प आला, समजा त्याच्या मनात एखादी वस्तू दान करावी असं आलं, कुणाची सेवा करावी असं आलं, तर ते संकल्प मात्र अंतरंगातले आहेत. आता हे संकल्प तो ज्यावेळी अंमलात आणेल त्यावेळी ते पुन्हा बाह्यांगाचे आविष्कार ठरतील - दृश्य ठरतील. म्हणजे उदाहरणार्थ दान म्हणून दिलेला पैसा, वस्तू या दिसतील, सेवा केलेली प्रत्यक्ष दिसेल...इत्यादी...

मनुष्याला दोन्ही अंगं आहेत, ती अशी. त्यामुळंच या स्थानांना बाह्यांगानं महत्त्व येणार, ते वर पाहिलं तसं. पण अंतरंगानं महत्त्व येणार, ते तिथं आलेल्या व्यक्तींनी जपलेल्या विशाल, पवित्र, उच्चतर गुणांनी आणि त्यांच्या आंतरिक विकासांनी-तपश्चर्यांनी. बाह्यांगाचे परिणाम त्या स्थानावर तसेच टिकून राहतात. कारण ते दृश्य असतात. पण आंतरिक परिणामही टिकून राहतात, ते त्या त्या

ठिकाणी आलेल्या आणि तिथं राहून निष्ठेनं आणि निःस्वार्थीपणे केलेल्या तपाचरणामुळं. एखाद्या ठिकाणी अशी तपश्चर्या कुणा थोर पुरुषानं केली असेल तर,तिची स्पंदनं आणि परिणाम हेही वातावरणात सूक्ष्म रूपानं टिकून राहतात. जशी शुद्धी, पवित्रता, शुभेच्छा, सत्यसंकल्प, ईश्वराबद्दलची तळमळ, कल्याणाच्या इच्छा, निर्मत्सरता - अशा असंख्य गोष्टी अंतरंगाच्या, त्यामुळं सूक्ष्म रूपात, जर कुणा थोर पुरुषानं एखाद्या स्थानी तीव्र अंतःकरणानं जपल्या असतील तर, त्याचे प्रतिसाद अवशेष, त्या त्या स्थानावर राहणं, हेही स्वाभाविक आहे, भले, ते सूक्ष्म असल्यामुळं न दिसले तरी.

याचा अनुभव जसा वर दृश्य स्वरूपात समुद्रकिनाऱ्यावर घ्यावा म्हटलं तर, आजही येतो, तसा अशा स्वरूपाचा अनुभव तपस्वी, शुद्ध आचरणाच्या माणसाच्या ठिकाणी, तो राहतो त्या ठिकाणी किंवा पूर्वी राहात असेल, त्या ठिकाणी आजही येतो. त्या त्या स्थानी गेल्यावर आपलं अशांत मन शांत होणं, प्रयत्न न करता प्रसन्नता येणं, अकारण आनंद होणं, चित्तात पवित्र विचार येणं, मनात शुभसंकल्प येणं, असं आज आपण अनुभवू शकतो की नाही ? तसं ते त्या त्या स्थानी कुणी एखादी व्यक्ती किंवा काही व्यक्तींचा समूह किंवा अशा काही दैवी गुणसंपन्न व्यक्तींचे आविष्कार, वास्तव्य - अशा कारणांनी त्या त्या स्थानी निर्माण झालेलं असतं. म्हणून भौगोलिक स्थितींमुळं पावित्र्य यावं, तसं अशा स्थानांना, अशा मानसिक पावित्र्याच्या संस्कारांनीसुद्धा माहात्म्य आलेलं असतं. ते त्या त्या जागी घडतं. इतरत्र नसतं म्हणून त्या त्या स्थानांना माहात्म्य येतं.

१०.२. आता याचाच अर्थ असा झाला की, त्या स्थानाला असलेलं भौगोलिक वैशिष्ट्य - मग ते असं विशाल सागर, सूर्य, मोकळी हवा, रम्य घनदाट झाडी, नदीचं वाहतं- विशाल- शुद्ध पाणी, टेकड्यांवरच्या उंच जागा, शांत एकांतातल्या गुहा, घळी,

अशा स्वरूपाचं असेल आणि जर ते तसं टिकून राहिलं तर, त्याचे विधायक परिणामही टिकतील, माहात्म्यही टिकेल. उदाहरणार्थ - ज्या स्वच्छ विस्तीर्ण किनाऱ्यावर एकांतामध्ये आपल्या मनात पावित्र्याचे, सत्संकल्पांचे आविष्कार उमटले, आयुष्याला चांगल्या दिशा मिळाल्या, तशा कृती पुढं घरी गेल्यावर घडल्या त्याचा एक सात्त्विक स्वाभाविक परिणाम म्हणून ते संस्कार कालांतरानं प्रपंचाच्या गजबजाटामुळं अस्पष्ट होत जातात, पुन्हा गिरवण्याची, स्पष्ट करण्याची, गरज मनाला निर्माण होते. ती पुरी करण्यासाठी मनुष्य पुन्हा त्या स्थळी कालांतरानं येऊ लागला. पुन्हा संस्कारांची उजळणी करून परत जाऊ लागला. या जाण्या-येण्यानं त्यांच्यावर एक संस्कार घडला आणि वार्षिक आचार व विशिष्ट ठिकाणी जाण्याचा कुलाचार सुरू झाला.

आता तो त्या ठिकाणी गेल्यावर काही काळ थांबणं, विसावणं, तो तो संस्कार ग्रहण करण्यासाठी तिथं विशिष्ट दिवशी जाणं, विशिष्ट वेळी बसणं, काही संकल्प मनानं ठरवणं, ते उच्चारणं - या क्रियांसाठी एका व्यवस्थेची गरज निर्माण झाली. ते स्थान किती जवळ, दूर, अडचणींचं, सोयीचं, दुर्गम-सुगम आहे, त्याप्रमाणं या व्यवस्थांचं प्रमाणही कमी-जास्त होणं ओघानं आलं. त्यात तास-दोन तासांच्या सोयींपासून एका दिवसात प्रवास उरकून परतणं अशक्य असल्यास, निवासाच्या व्यवस्थेपर्यंत कितीतरी प्रकार त्या त्या स्थानांपर्यंत निर्माण झाले. शिवाय व्यक्तींच्या गरजांनुसार साध्या गुळाचा खडा-पाणी इथंपासून ते पुरणपोळीच्या-गोडधोडाच्या पंचपक्वान्नाच्या ताटापर्यंत अनेक प्रकार निर्माण झाले. खरा विशालतेचा देव पाण्यावर अथांगपणे पसरलेला, साक्षीला असंख्य किरणांसह सूर्य उपस्थित असलेला, तो पुरेसा किंवा स्वीकारायला अवघड वाटल्यामुळं, त्या पाण्यात त्याच पाण्याची अर्घ्यं देण्यापासून दिवे सोडणं, कुठं फुलं वाहणं असा उपाधींचा सोपा प्रवास सुरू

करीत साध्या वाळूचे आकार, प्रतिमा, मूर्ती, देवळं, दीपमाळा, पणत्या, लामणदिवे, नित्यपूजा, अभिषेक, संततधारा - असा किचकट प्रवास करीत-करीत निसर्गाशी थेट संबंधित असलेला माणूस आता पावित्र्याकडून, पावित्र्याच्या सोप्या निरुपाधिकतेकडून सोवळी-ओवळी, कर्मकांडं, दक्षिणा, पूजा, पुजारी, दर्शनाच्या मूर्ती, अभिषेकाच्या मूर्ती, असंख्य उपचार - यांच्या प्रापंचिक उपाधी आणि निबिड जंगलात कधी जाऊन पोचला, ते त्यालाही कळलं नाही.

त्यात माणसाला मुळात नकळत दोन मोठ्या आवडी आणि एक मोठा धोका. एक आवड अनुकरणाची, दुसरी आवड उपाधींची आणि मोठा धोका बेसावधतेचा. यात झालं काय, डोळे भरून एकट्यानं अथांग समुद्र पहावा आणि विशालतेचा संस्कार घ्यावा, तो पुन्हा टिकवण्यासाठी वर्षातून एकदा जाऊन यावं. एवढं साधं-सोपं आणि शुद्ध स्वरूप कुलाचारांचं होतं. ते उपयोगी आणि गरजेचंही होतं. पण समुद्राचं दर्शन घेताना पहिल्यानं सहजपणे कृतज्ञता वाटून हात जोडले. दुसऱ्याला यांतलं काही लक्षात न येता, काही न मिळताही, पहिल्याकडं पाहून त्यानं हात जोडले. ते दोघं हात जोडताना पाहून तिसऱ्या-चौथ्याचा या मूळ विषयाकडं काही संबंध नसताना अनुकरण म्हणून त्यांनी हात जोडले. पाचव्याची परिस्थिती चांगली होती. त्यानं अनुकरणाला आपण काही केल्याशिवाय कसं चालेल, म्हणून खिशातली पैसा-सुपारी समुद्राच्या किनाऱ्यावर ठेवली. हे सारं पाहणाऱ्यानं ती पैसा-सुपारी उचलून ठेवली आणि दुसऱ्या दिवशी आलेल्या आठव्याला सांगितलं, इथं काय करायचं असतं, ते मी तुम्हाला सांगतो. त्यानं त्याला हात जोडायला सांगितले. पैसा-सुपारी ठेवायला लावली. जवळची फुलं देऊन ती पाण्याला वाहायला लावली. जाताजाता फुलांचे पैसे घेतले. आठव्यानं गावी गेल्यावर नवव्या-दहाव्याला पाठवलं आणि तुम्ही काही काळजीच करू नका, किनाऱ्यावरच्या माणसाला भेटा. तो

सांगेल त्याप्रमाणं करा, त्याला पैसे द्या, असं सांगितलं. आता दरवर्षी हजारो लोकांनी हेच करायला सुरुवात केली. ते करण्यात ज्यालात्याला धन्य वाटायला लागलं.

असं लाखो लोकांचं, हजारो ठिकाणी, शेकडो वर्षं चाललं असेल, तर त्यात मनुष्यस्वभावाच्या गुण-दोषांमुळं मूळ उपासनेची गरजेची वस्तू केवढी असेल, तिचा परिणाम कुठं हरवला असेल, याची आपण अधिक विचार करून, कल्पना करू शकाल ना ? त्यात वर सांगितलेल्या भौगोलिक माहात्म्याचं या भाऊगर्दीत काय झालं असेल, याची कल्पनाच केलेली बरी. त्यात पुन्हा ते निःस्वार्थी, तपश्चर्या करणारे पावित्र्याचे संस्कार वातावरणात उत्पन्न करून, आपल्यामागं ठेवून, त्या स्थानाला माहात्म्य देणारे महापुरुष कुठं असतील ? आणि इथं तर किनाऱ्यावर काय करायचं ते ठामपणे सांगणारे, पैसा-सुपारी, वस्तू गोळा करणारे किती जमले असतील आणि मग स्थानांच्या सूक्ष्म माहात्म्याचं काय झालं असेल, याचीही आपण कल्पना केलेली बरी.

१०.३. आता आपल्या अनेक प्रश्नांची उत्तरं आपली आपल्यालाच मिळतील. कारण मूळ काय होतं ? ते केवढं होतं ? त्याची गरज कोणती होती ? ते किती निरुपाधिक होतं ? त्याचा परिणाम किती चांगला होता ? - याची कल्पना आता आपल्याला आलेली आहे. त्याचबरोबर वर सांगितलं तसं घडत गेल्यानंतर स्थानं राहतील, पण माहात्म्य राहणार नाही, हे किती उघड आहे, ते लक्षात येईल. त्यामुळं अशा ठिकाणी निसर्गात सहजपणे राहणारा कधीकधी आविष्कृतही होणारा देवसुद्धा 'मी आता क्षेत्रांतल्या मोठ्या प्रदूषित प्रपंचाऐवजी तुमच्या छोट्या पणभावभक्तीच्या आणि शुद्ध प्रपंचात - घरात येऊन राहातो', म्हणतो ते का, आणि कसं खरं आहे, ते लक्षात येईल.स्थानांच्या, तिथं घडलेल्या लोकोत्तर थोर सत्पुरुषांच्या

उपासनेच्या निमित्तानं, आपली परमात्म्याशी प्रेरक आणि गरजेची, अत्यंत सहज व निरुपाधिक सांगड घालून देणं - हा या साऱ्या विषयाचा उपासनेशी असलेला नेमका मूळ संबंध. आजही अपवाद म्हणून तो कुठं जुळत असेल, अनुभवायला येत असेल तर, त्यापुरता कुलाचार आणि क्षेत्रांचा उपयोग आहे, अन्यथा, आपल्या जागी या सर्व ईश्वरी गुणांची उपासना करणं, आपल्या घरातल्या व्यवहारात ते गुण प्रत्यक्ष अंमलात आणणं, आपले प्रपंच अधिकाधिक निःस्वार्थी, शुद्ध, सश्रद्ध ठेवण्याचा प्रयत्न करणं - यासारखा आजच्या युगाला अनुकूल कुलाचार दुसरा नाही. त्यासारखी उपासना नाही. अर्थात त्यातून मिळणारा लाभही अधिक आहे.

१०.४. या विषयाच्या मुळाशी आजच्या विचार करणाऱ्या, तर्कशुद्ध पिढीनं अवश्य जाऊन आता अशा ईश्वरी प्रेरणा, शुभसंकल्प, पावित्र्य देऊ शकणारी नवी एकांताची तीर्थस्थानं पुन्हा शोधणं आणि आपल्या सर्वांच्यातल्याच कुणा त्यागी, निःस्वार्थी व्यक्तींनी तिथं निस्सीम उपासना करून, तिथं जाणाऱ्याला विशालतेचे, निरपेक्ष ईश्वरीप्रेमाचे, संस्कार मिळतील एवढं माहात्म्य अशा नव्या स्थानांना प्राप्त करून देणं, हे पुढच्या काळातलं एक सात्त्विक कर्तव्य ठरेल.

यातला राहता राहिला प्रश्न पूर्वीच्या पिढ्यांचा, त्यांच्या आग्रहाचा आणि भीतीचा. मूळ स्थानमाहात्म्य किंवा क्षेत्रमाहात्म्य यांचा उगम पाहिला तर, त्या ठिकाणी जाण्यात उत्स्फूर्तता, उत्सुकता, सात्त्विक लाभ - अशा गोष्टींचा आढळ आपल्याला खचितच होईल. त्यातल्या कुठल्या स्थानांनी - ना भौगोलिक कारणानं न येणाऱ्यांना कुठली भीती दाखवली होती, ना कुठल्या थोर पुरुषांच्या तपश्चर्येनं आलेल्या सूक्ष्म माहात्म्यानं न येणाऱ्यांना कुठली भीती दाखवली होती. बसल्याजागी ईश्वराशी जोडलेले राहाल तर, त्या इतकं उत्तम काही नाही. ते करायला शक्ती कमी पडत असेल तर या, आणि

क्षेत्रातून ती घेऊन जा आणि ईश्वराशी स्वतःला जोडून घ्या. एवढंच या स्थानांचं खरं म्हणणं आहे. या म्हणण्यात ना धाकाला वाव ना भीतीला वाव. मुळातच उपासनेचा संबंध कृतज्ञता, प्रेम - या मार्गानं जीवाला उन्नत करण्याचा आहे. त्याला एक पूरक साधन-स्थान किंवा क्षेत्र. त्यामुळं तिथंही ना धाकाला वाव ना भीतीला. जे प्रेम भगवंत घरी द्यायला तयार आहे, ते तुम्हाला घरी घेता येत नसलं तर, क्षेत्रात जाऊन घ्या, शिका. भीती उत्पन्न केली ती प्राण्यांनी, माणसांनी. आपण सहज पहा की, मुळात जो मनुष्य प्रेमापोटी न जाता भीतीपोटी गेला आहे, असा जाऊन आलेला माणूस न जाऊन आलेल्या माणसाला भीती दाखवतो. तो स्वतःच गेला नसला तर, तो यातलं बोलतच नाही. जो जाऊन आला आहे, तो प्रेमाऐवजी जर भीतीच घेऊन आला आहे किंवा भीतीवरचा उपाय घेऊन आला आहे तर, तो भीती आणि भीतीवरचा उपाय या भाषेतच स्थानाबद्दल, क्षेत्राबद्दल बोलेल. हे एकदा लक्षात आल्यावर त्याला किती आणि केवढं महत्त्व द्यावं, ते ठरवायला आपण मोकळे आहोत. प्रेम असेल तर, एकाच काय अशा अनेक खऱ्या स्थानांनाही जाऊन यावं. कारण तुमच्याकडं आधीच देवाबद्दल, देवत्वाबद्दल प्रेम आहे, ते जाण्यानं वाढेल पण न जाण्यानं कमी होणार नाही. भीती तर जाण्यातही नाही आणि न जाण्यातही नाही.

या साऱ्या पार्श्वभूमीवर विचार करून, आपण कालोचित कृती आणि उपासना कराव्यात, ठरवाव्यात. ईश्वराचा आणि आपला संबंध श्वासाइतकाच तेव्हाही अतूट होता आणि आजही अतूट आहे !

*****

प्र.११. माणसं साधारणतः विशिष्ट धर्मात जन्माला येतात. घरात चालत आलेले उपासनेचे वेगवेगळे पंथही असतात. त्यात

विशेषतः आपल्याकडं जातीनुसार अनेक कुलाचार, उपासनाही असतात. अशा वेळी खऱ्या उपासनेचा आणि या साऱ्यांचा संबंध कोणता ?

→ आपल्याकडं धर्म हा व्यक्तीला जन्मानुसार येतो, असं मानलं जातं. पंथ, जातींचीही अवस्था फारशी वेगळी नाही. जगभर अनेक धर्म आहेत. त्यांचे त्यांचे स्वतःचे आचार आहेत, उपासना आहेत. प्रत्येक धर्मामध्ये मुळात अनेक तत्त्वं, मूल्यं-ही आदर्श आहेत. पण कुठलीही गोष्ट संघटित व्हायला लागली की, तिच्यात बांधिलकी, भेद, सुरक्षिततेचे प्रयत्न, स्वतःबद्दलचा श्रेष्ठतेचा भाव, इतर संघटितांबद्दल तुच्छता, द्वेषभाव - अशा शेवटी विघटन करणाऱ्या अनेक गोष्टी आपोआप शिरतात. मग हळूहळू व्यक्तीचं स्वातंत्र्य, विकास, उन्नयन, मुक्ती-या गोष्टी गौण ठरतात. व्यक्तीपुढं समूह बलवान ठरून, हळूहळू व्यक्तीला मुक्त करण्यासाठी, विकसित करण्यासाठी आकाराला आलेल्या या संघटना पदं, प्रतिष्ठा, संबंध, पैसा, सत्ता-अशा अनेक साधनांच्या जोरावर आचार ठरवतात, जे सक्तीचे होतात. मूळ उद्दिष्टाचा विसर पडत जातो. आवश्यक असलेली लवचीकता नाहीशीहोते. पंथ, पंथातीत होण्यासाठी, तर धर्म धर्मातीत होण्यासाठी आचरायचा असतो, हे विसरलं तर, फक्त आपापल्या संरक्षणाची चिंता लागते. म्हणून धर्म-पंथ-जातींचा विचार करण्यापेक्षा, माणसाला शुद्ध आणि पवित्र करणाऱ्या आचारांची निवड आपण उपासनेसाठी करावी,हे उचित होईल.ते आचार कुठल्या धर्मपंथात असतील तर, तेवढाच त्यांचा त्यांच्याशी संबंध आहे.

खरं तर, व्यक्तीचं मानसिक शुद्धीकरण होणं, त्यामुळं समूह विधायकपणे प्रगत होणं, त्यापोटी सर्वांना स्वास्थ्य असणं - ही उपासनेची खरी ध्येयं गाठायला उपयुक्त असणारे आचार, हे खरे धर्मातीत, पंथातीत आणि जातींपलीकडचे असतात.

आपण विचार करून सांगावं की, शरीराच्या पातळीवर माणसाला लागणाऱ्या तहानेला, भुकेला जात-पंथ-धर्म नसतो, तसाच ती भागवणाऱ्या निसर्गदत्त, पाण्यालाही जात-पंथ-धर्म नसतो. मग या गोष्टी जन्मानं ठरणं कितपत बरोबर आहे, याचाही विचार करावा. मानसिक पातळीवरही असाच निःस्वार्थालाही जात-धर्म-पंथ नसतो. ती समजूत शिकवणाऱ्या उपासनेला-आचारालाही तो नसतो. म्हणून खऱ्या उपासनेचा या लौकिक गोष्टींशी, त्यांतल्या भेदांशी, त्यांतल्या चढाओढींशी, एकमेकांच्या द्वेष, वैराशी कुठला संबंध नसतो. म्हणूनच खऱ्या उपासनेत फक्त प्रेम,करुणा, त्याग, संयम, मौन,कृतज्ञता,शांती-अशा माणसात देवत्वाचा आविष्कार घडवणाऱ्या मूल्यांचा अभ्यास आणि आचरण यांचा समावेश होतो. त्यांनी व्यक्तीचंच नव्हे तर,साऱ्या समाजाचं जीवन शांत,समृद्ध,निर्वैर होतं. हे आता सर्वांना नक्की कळून आलं आहे. म्हणून खरी उपासना माणसामाणसांत भेद करणाऱ्या अशा साऱ्या गोष्टींच्या पलीकडं आहे. तिच्या आचारानं खरी शुद्ध माणुसकी जोपासली जाईल, विश्वमानव घडतील,ज्यांची यापुढच्या शतकांना गरजही आहे आणि ती पुढच्या शतकांना शोभेशी माणसाची प्रगतीही आहे.

*****

विभाग : दुसरा

(या विभागात उपासनेविषयी माहिती असणाऱ्या, ती आपापल्या पद्धतीनं करणाऱ्या पण तिच्याविषयी काही शंका असणाऱ्या, उपासनेच्या खऱ्या स्वरूपाची जिज्ञासा असणाऱ्या - अशा व्यक्तींच्या प्रातिनिधिक प्रश्नांचा विचार केला आहे.)

प्र.१. उपासना म्हणजे काय ?

→ आपल्याला जगण्याची अमूल्य व सुंदर संधी देणाऱ्या यंत्रणेची, देवाची जाणीव सतत जागी ठेवणं आणि त्या जाणिवेच्या प्रकाशात आपलं जीवन घडवणं म्हणजे उपासना होय.

प्र.२. उपासना करण्याची गरज कोणती ?

→ आपण आयुष्यात इतक्या माणसांसाठी इतक्या गोष्टी करीत असतो. आपण जरी त्या निरपेक्षपणे करणं आदर्श असलं आणि त्यासाठी त्यांनी अमुक एक करावं अशी आपली अपेक्षा नसली तरीसुद्धा, आपण केलेल्याची त्यांनी निदान जाणीव ठेवावी, असं आपल्याला वाटतं ना ? मग ज्यानं कुणी आपल्याला या शरीरापासून या अथांग आकाशापर्यंत अक्षरशः असंख्य गोष्टी दिल्या, त्याची जाणीव बाळगणं अगदी स्वाभाविक नाही का ? या कृतज्ञतेच्या जाणिवेचा जी विकास करते, ती उपासना. मग ती करणं आपल्याला गरजेचंच आहे.

प्र.३. उपासना करण्याची गरज प्रत्येकालाच आहे, का काहींना आहे ?

→ काही लोक आम्हाला गरज नाही, असं म्हणतही असतील. पण विचार करा की, जे वर म्हटल्याप्रमाणं मिळालं आहे, ते सर्वांनाच मिळालं आहे ना ? हे जरूर असेल की, मिळालेल्या गोष्टींच्या प्रमाणात फरक असेल. पण ज्याला काहीच मिळालं नाही, असं तर कुणीच नाही.कारण जो कुणी मला काहीच मिळालं नाही, असं म्हणतो, ते म्हणणारा ते म्हणू शकतो, त्याला ते कळतं, त्याला

ते कुणाला तरी म्हणता येतं, ते कळायला म्हणायला जे लागतं, ते तरी त्याला मिळालेलंच आहे ना ! समजा,एखादा म्हणाला, मला देवाकडून काहीच मिळालं नाही. तर हे जाणवणारी आणि हे म्हणू शकणारी वाचा त्याला कुणी दिली? आता ज्यांना काहीच कळत नाही आणि वाचा नसल्यामुळं तो सांगू शकत नाही, अशांच्याकडं पाहिलं तर,कदाचित त्याला अजून किती गोष्टी मिळाल्या आहेत, तेही कळेल. मग त्यानंसुद्धा जे मिळालं त्याबद्दल जाणीव बाळगणं, हे गरजेचं आहे.ज्यांना बरंच काही मिळालं आहे, त्यांची तरी उपासनेची गरज अधिकच मोठी असली पाहिजे, हे आपल्या सहज लक्षात येईल.सारांश,उपासनेची गरज एक कृतज्ञतेची जाणीव म्हणून सर्वांनाच आहे.

आता एखादा त्याच्यावर केलेल्या उपकारांची जाणीव बाळगत नाही. त्या उपकारांची साधी आठवणही ठेवीत नाही. असे लोक आपल्याला आढळतात ना ? कामापुरते घरी खेपा घालणारे, आपलं काम असलं की, दहा वेळा फोन करणारे आणि ते झाल्यावर साधा आभाराचा फोन तर सोडाच पण आपण मदत केल्याचं विसरूनही जाणारे लोक भेटतातच. पण त्यांना आपण आदर्श समजतो का ? मग अशा कृतघ्न, उपकारांची जाणीव न ठेवणाऱ्या माणसांना देवाची आठवण आणि गरज कुठली वाटणार ? असेच लोक उपासनेची गरज नाही, असं म्हणू शकतील.

प्र.४. उपासनेसाठी काय काय लागतं ?

→ आपण जे आज जगतो आहोत,त्यासाठी आपल्या जन्मदात्या आईवडिलांपासून असंख्य घटकांनी, इतकंच नव्हे तर, आपल्यालामाहीत नसलेल्या सुद्धा असंख्य घटकांनी आणि त्याचबरोबर हे सारं विश्व ज्याच्या सत्तेनं चालतं, त्या ईश्वरानं आपण

फेडू शकणार नाही, इतके उपकार करून ठेवले आहेत, याची जाणीव लागते. उपासनेसाठी लागते ती फक्त ही जाणीव. ती व्यक्त करण्यासाठी काय लागेल, ते त्या जाणिवेपुढं गौण राहील. त्यामुळं खरी उपासना या जाणिवेमुळं घडेल. ती व्यक्त करण्याच्या कुठल्या साधनामुळंच घडेल किंवा साधन नसल्यामुळं अडेल, असं नाही. एवढं लक्षात घेतलं तरी, पुरे.

प्र.५. कृतज्ञतेची जाणीव बाळगणं, ही जर खरी उपासना असेल तर, तेवढी जाणीव बाळगली तर पुरेल का ?

→ आपणच क्षणभर विचार करावा की, आपला कुणी धनाढ्य नातेवाईक आहे. त्याचं आपल्यावर मुलासारखं प्रेम आहे. तो भेटला की, प्रत्येक वेळेला माझं सगळं मी तुला देणार आहे, असं म्हणतो. प्रत्यक्षात त्याच्या घरी गेलं तर, भांडंभर पाणीही आपल्याला मिळत नाही. तर त्याच्या त्या सर्व आपल्याला देण्याच्या भावनेनं आपली साधी तहान तरी भागते का ? बाकी समाधान वगैरे दूरच.

म्हणजे जाणीव श्रेष्ठ असली तरी, सामान्य माणसाला तरी, ती कृतीत येण्यानं खरी ठरते. पोचते. आता भगवंत हा काही सामान्य माणसासारखा नाही, हे खरं. त्यानंच आपल्याला जाणिवेची शक्ती दिली, त्या जाणिवेतली आपली कृतज्ञता त्याला कळल्याशिवाय राहील का? ती त्याला कळेलच. पण मला जर पाणी प्यायल्यावरच तहान भागते, जेवल्यावर पोट भरतं, दिल्यावर पैसे मिळतात, डोळे उघडल्यावर दिसतं. पायानं चालल्यावर ठरलेल्या ठिकाणी पोचता येतं. दोन शब्द बोलल्यावरच आपलं मनोगत कळतं, दुसऱ्यानं दोन शब्द बोलल्यावरच त्याचं मनोगत कळतं. अंगात वस्त्र घातल्यावरच थंडीवाऱ्यापासून रक्षण होतं, कानांवर चार शब्द पडले की, ज्ञान होतं, ऐकल्यावरच समाधान मिळतं आणि हे सारं मी चोवीस तास, बारा

महिने, आयुष्यभर करतो तर, मग देवालाच नुसत्या जाणिवेवर मी का ठेवावं?

त्यालाही नैवेद्य दाखवावा, त्यालाही पाणी द्यावं, त्याच्या क्षेत्रीही पायानं जाऊन यावं, त्यालाही कृतज्ञतेची प्रार्थना म्हणावी. त्याचंही गुणगान वाचेनं करावं, कानांनी ऐकावं, हे आपण करतो त्या व्यवहाराला तरी धरून होईल ना ?

आता हे जरूर लक्षात ठेवावं की, या साऱ्या कृती म्हणजे मूळ कृतज्ञतेची जाणीव व्यक्त करण्याचे मार्ग आहेत. ते करण्यात जर आपला ते करण्याचा भाव नसला, मूळ जाणीव नसली, ते यांत्रिकतेनं केलं गेलं, ते कुणी चांगलं म्हणावं म्हणून केलं, ते केल्याचा बडेजाव केला तर, ते पोकळ राहील. आत तहान भागवू शकणारं पाणी नसलेल्या, घागरीसारखं !म्हणून जाणिवेचा गाभा त्यात नसला, पाणी त्यात नसलं तर, पोकळ घागर केवढीही मोठी असली तर, ती जशी तहान भागवत नाही, तशी खरी उपासना घडत नाही. अशा पोकळ कृतींच्या घागरी मिरवता येतील, फिरवता येतील. त्यानं जगही भुलेल. पण तहान भागणार नाही. खरी उपासना होणार नाही. म्हणून जाणिवेची आणि कृतींची जी अतूट सांगड उपासनेत असते, ती आपण खरी समजून घ्यावी, हे खऱ्या उपासनेत अभिप्रेत आहे.

प्र.६. उपासना करायला लागल्यामुळं थोडी विरक्ती येऊन प्रपंचाची हेळसांड होते.आवड कमी होते. माणसाची कर्तव्यकर्मं राहतात,असं बरेच लोक म्हणतात आणि त्यामुळं शक्यतो तरुणपणी असल्या गोष्टी करू नयेत, असं ऐकायला मिळतं, यात कितपततथ्य आहे ?

→ ज्यांना खरी उपासना म्हणजे काय, हे माहीत आहे किंवा जी

त्यांनी करून पाहिली आहे, त्यांच्याकडून सहसा आपल्याला असल्या गोष्टी ऐकायला मिळणार नाहीत. ज्यांनी उपासना केली नाही, ज्यांना तिची खरी उपयुक्तता माहिती नाही, काही वेळा ज्यांना स्वतःला ती करायची नसते - अशा स्वरूपाच्या लोकांकडून मात्र आपण म्हणता तशी, मतं ऐकायला मिळतात, हे खरं आहे.

आपण खरी वस्तुस्थिती काय आहे, ते पाहू. उपासनेला दोन अंगं असतात. एक भावाचं, एक कृतीचं. आपल्याला माणूस म्हणून शरीरापासून वातावरणापर्यंत असंख्य गोष्टी मिळणं, ही आपल्यावरची अवर्णनीय कृपा आहे. त्या कृपेची जाणीव बाळगणं आणि ती निरंतर टिकवण्याचा प्रयत्न करणं, ही एक उपासना झाली तर, अशा कृपेची होता होई तो, परतफेड करणं, ही दुसरी उपासना झाली. पहिल्यात भाव आहे तर, दुसऱ्यात कृती आहेत.

आता हा भाव किंवा कृपेची जाणीव एखाद्या प्रसंगात किंवा स्वतः विचार करताना होते. पण पुढं दिवसभर आणि तसं पाहिलं तर, उमेदीचं आयुष्यभर इतकी कर्मं आपण करीत असतो की, ती करताना ह्या कृपेची जाणीव कधी विसरते, हे कळतही नाही. म्हणून हा भाव टिकवायलासुद्धा आपल्याला कुठल्या ना कुठल्या प्रकारच्या कृतींची म्हणजे उपासनेची गरज आहे. त्यात पुन्हा हे लक्षात घ्यावं की, ही कृपेची जाणीव म्हणजे काही अशी तहान-भुकेसारखी देहाची गरज नव्हे की, जी पुरी करण्यासाठी मनुष्य नकळत आणि रोज न चुकता प्रयत्न करील. म्हणून तो भाव टिकवण्यासाठी करायच्या कृती म्हणजे उपासना, ही त्याला ठरवून मुद्दाम होऊन, आठवणीनं करावी लागेल, अशी गोष्ट आहे. दुसरी बाजू कृतींची. समजा, मनुष्य देवाचं नाव घेईल किंवा देवदर्शनाला जाईल किंवा ज्ञानेश्वरीला जाईल. तिचं पारायण करील. ही झाली उपासनेच्या कितीतरी कृतींपैकी काही अंगं. आता ह्या भावानं व कृतीनं माणसाचा एक सात्त्विक भाव कायम राहून, त्याच्याकडून आईवडिलांशी बरोबर वागण्यापासून साऱ्या

वातावरणाचे उपकार फेडण्यापर्यंत असंख्य विधायक कृती घडतील. मग तो शक्यतो कुणाला दुखवणार नाही, प्रसंगात मदत करील. आईवडिलांची रवानगी वृद्धाश्रमात करणार नाही. शक्य असेल तर, चार तुळशीची रोपं लावील. झाडं लावील. पाणी घालेल. आपल्या घरच्यांच्या, सहकाऱ्यांच्याबद्दलची कृतज्ञता म्हणून त्यांच्याशी सुसंवाद ठेवण्याचा प्रयत्न करील. देवदत्त बुद्धीचा चांगला वापर म्हणून व्यवहार जास्तीत जास्त प्रामाणिकपणे करील. आपल्याकडून कोणावर अन्याय होऊ नये यासाठी धडपडेल. सार्वजनिक हिताची कामं करील. उपासनेचे परिणाम म्हणून अशा असंख्य गोष्टी तो कृपेच्या परतफेडीच्या जाणीवेमुळं करील.

आता आपणच क्षणभर विचार करून सांगावं की, त्याला हे सगळं तरुणपणी करणं अधिक शक्य आहे की, गलितगात्र झाल्यावर वृद्धपणी? उलट यातल्या उपासनेचे परिणाम म्हणून केल्या जाणाऱ्या असंख्य कृती त्याला वय होत जाईल तशा करणं इच्छा असली तरी, अवघड होत जाईल. त्याला स्वतःलाच शरीर थकल्यानं हिंडता-फिरता येत नसेल तर, तो कुणाच्या मदतीला धावून जाईल ? त्याला स्वतःला आंघोळीचा तांब्या उचलत नसेल तर, तो बादल्या घेऊन कुठल्या झाडाला पाणी घालेल ? आणि सर्वांत महत्त्वाचं म्हणजे त्याला जर त्याच्यावरच्या कृपेची आणि त्याच्या परतफेडीची निकड वाटत नसेल तर, या गोष्टी तो करील का ? ती जाणीव आणि कृतींची शक्ती नसेल तर, कुटुंबालाच काय, पण साऱ्या वातावरणाला भारभूत ठरणारा, त्या साऱ्याचा फक्त स्वतःसाठी वापर करणारा, तो स्वार्थाचा पुतळा ठरणार नाही काय ? आणि अशा स्वार्थाच्या पुतळ्यांनीच जगाची सुखशांती घालवून टाकली नाही का ?

मग आता विचार करून सांगावं की, कृपेची जाणीव देणारा भाव, त्याला अनुरूप कृती, त्यांमुळं बनणारं व्यक्तिगत, कौटुंबिक आणि सामाजिक सुंदर जीवन - हे घडवून आणणारी उपासना

तरुणपणीच करण्याची जास्तीत जास्त गरज आणि शक्यताही आहे. वृद्धपणी उलट हे सगळंच कठीण बनेल आणि आधीपासून जाणीवनसल्यानं, एकतर मनुष्य स्वार्थाच्या जगात अधिक बुडालेला असेल आणि सावध झाला तरी, प्रत्यक्ष काही करणं किंवा हा भाव टिकवणंसुद्धा त्याच्या हाती उरलं नसेल.

आता शेवटचा मुद्दा पाहू की, हे जे उपासनेविषयीचे प्रश्न निर्माण होतात, ते खऱ्या उपासनेची नीट कल्पना नसल्यामुळं. उपासना म्हणजे आपले उद्योगधंदे सोडून तासन्तास एकांतात ध्यान लावून बसणं, एकाकी राहणं, कुठं जंगलात जाणं, कुठं आपली कर्तव्यं टाळणं - सारांशानं एकूणच निष्क्रिय आणि हळूहळू परावलंबी जीवन जगणं - असल्या भ्रामक कल्पना उपासनेबद्दल बाळगल्यामुळं मग ते तरुणपणी करणं नको, असं वाटणं स्वाभाविक आहे.

पण खरं सांगायचं तर, एखादं उत्तम, सुपीक शेत सुदैवानं हाती पडावं, खणण्याची, पेरण्याची, साधनसामग्रीची अनुकूलता असावी, त्यातल्या जाणत्याकडून उत्तम पीक काढण्याच्या युक्ती शिकून घेण्याची वृत्ती व नम्रता असावी. अशा कामांत एकमेकांना सहकार्य करण्याची वृत्ती असावी. औताला वेळी बैल न मिळाले तर खांद्यावर औत घेऊन नांगरटीची रग असावी आणि एवढं करणाऱ्याला नेहमीच अनुकूल राहणारा परमेश्वर ऊनपावसाच्या रूपानं शेतावर बरसावा. मग स्वतःला आणि इतरांना भुकेला पुरून उरेल, असं उत्तम पीक यावं. तो काळ जसा शेतकऱ्याचा खरा उत्तम काळ, तसा कृपेचा, परतफेडीचं उत्तम पीक देणारा माणसाचा उपासनेचा उत्तम काळ म्हणजे, त्याचं तरुणपण होय. पण त्यासाठी उपासनेबद्दलचे भ्रम दूर व्हायला हवेत. खरी उपासना ही, विधायक, कृतीशील असते. त्यासाठी अशा उलट तरुणपणी अनुकूल असलेल्या अनेक शक्तींची जोड लागते - या गोष्टींची नीट कल्पना येण्याची गरज आहे, मग असा प्रश्न होणारही नाही आणि उपासनेसाठी

म्हातारपणाच्या काळाची वाट पाहण्याचे दुर्बळ आणि आत्मघातकी विचारही येणार नाहीत.

प्र.७. मी निवृत्त व्यक्ती आहे. सत्तरीच्या घरात आहे. आजवर नोकरी उद्योगामुळं, बदल्या, कामांच्या जबाबदाऱ्या, प्रापंचिक गोष्टी यांमुळं आणि लहानपणापासून तसं कधी वातावरणही नसल्यामुळं मला उपासनेची कल्पना आली नाही, जाणीवही झाली नाही आणि मी कधी केलीही नाही. आता वेळ असल्यामुळं तो चांगल्या तऱ्हेनं कसा घालवावा, याचे फारसे मार्ग नसल्यामुळं मी साधारणतः एकाकीच असतो. माझ्याबरोबरचे काही लोक क्लब, पत्ते रमी, सिनेमा, ज्येष्ठ नागरिकांच्या वेगवेगळ्या संघटना, त्यांच्या सहली, उपक्रम- यांत असलेली मी पाहातो. पण मला अशा गोष्टींची पहिल्यापासून कधी आवडनाही. अशा थोड्याशा पोकळीच्या काळात काही वेळा नैराश्यही येतं. मला अशावयात उपासनेची सुरूवात करणं शक्य आहे का ? ते कितपत उपयोगी पडेल ? त्यासाठी काय करता येईल ?

→ प्रथम समजून घेऊ की, उपासना करायला तसा कुठलाच काळ प्रतिकूल नाही. ती कधीही, कुणालाही समजून घेऊन करणं शक्य आहे. उपासनेच्या ज्या कृती असतात, त्या करायला किंवा त्या कशा कराव्या ते समजून घ्यायला एक शिकण्याची, नम्रतेची जी ठेवण लागते त्यादृष्टीनं लहानपणीचा काळ किंवा

तरुणपणीचा काळ हा अधिक अनुकूल असतो, हे स्वाभाविक आहे. पण तो निघून गेला तरी, उपासना करण्याची इच्छा असलेल्याला उपासना करण्याची वेळ निघून गेली आहे, असं कधीच होत नाही. आपण आपल्यापुरतं लक्षात ठेवावं की, कळून घ्यायला आकलनाची शक्ती लागते, कृतींना शरीराची शक्ती लागते. पण उपासना करायला फक्त ती मनापासून करण्याची इच्छा लागते. बाकीच्या गोष्टी नसतील तर, एखादी गोष्ट कळेल, न कळेल. एखादा ग्रंथ समजेल, न समजेल. एखादी कृती करता येईल, न येईल. पण उपासना मात्र इच्छा असेल तर, होईलच होईल.

आपण विशेषतः हे लक्षात घ्यावं की, आयुष्याच्या साठी-सत्तरीपर्यंतचा आपला काळ, आपण घेतलेलं शिक्षण, केलेली नोकरी, त्यात निभावलेली असंख्य कामं - जबाबदाऱ्या, आपल्या प्रपंचाला सुरुवात झाल्यापासून आजपर्यंतच्या मुलं-बाळं, घरदार, शिक्षण, नातू, नातवंडं- अशा अनेक प्रसंगांत आपल्याला काहीकेवळ आपलं कर्तृत्व उपयोगी पडलेलं नाही. घरातल्यांची, सहकाऱ्यांची, मित्रांची, संस्थांची अगदी वेळेचीसुद्धा त्या त्या प्रसंगी साथ मिळाली, म्हणून हे सगळं पार पडलं ना ? हे सारे घटक त्या त्या वेळी अनेकदा अनपेक्षितपणेसुद्धा मदतीला आले म्हणून आपल्या हातून एवढा प्रपंच झाला. इतकंच काय, आपल्या शरीरानंसुद्धा साध्या हातापायापासून बुद्धी, युक्तीपर्यंत कितीतरी मार्गांनी आपल्याला साथ दिली. म्हणूनच आपण इथवर आलो ना? या सगळ्यांच्या उपकारांचा आढावा घेतला तर,आपल्या लक्षात येईल की, झालेल्या गोष्टींत आपल्या कर्तृत्वापेक्षा या अगणित घटकांचं स्थान आणि सहकार्य हे कितीतरी पट मोठं आहे. आपल्या कल्पनेच्याही पलीकडं आहे. इतकंच नव्हे तर, त्या त्या वेळी अगदी महत्त्वाचे, जिवावरचे, कसोटीचे वाटणारे प्रसंग आता आपण विसरूनसुद्धा गेलो आहोत.

या साऱ्याची यथार्थ कल्पना आली तर, त्यातून एक गोष्ट

सारांशानं आपल्या लक्षात येईल की, त्या त्या वेळी घरातल्या जवळच्या माणसापासून ओळख देणंही शक्य नसलेल्या अपरिचित माणसापर्यंत असंख्य लोकांनी जी साथ दिली, ती केवळ त्यांना त्यावेळी तशी साथ देण्याची बुद्धी झाली म्हणून. आता तिचा विचार केला तर, त्यांनाच काय, लहानपणापासून आजच्या सत्तरीच्या वयापर्यंत इतक्या लोकांना असंख्य प्रसंगात आपल्याला साथ देण्याची बुद्धी देऊन आपला सांभाळ आजवर कुणी केला, हे आता निदान मोकळा वेळ मिळाल्यावर आपण शोधायला हवं ना ? कारण असं की, बुद्धी ही अशी चीज आहे की, ती बदलणं, देणं-घेणं, फिरणं आपल्याच काय त्या व्यक्तीच्यासुद्धा हातात नसतं. म्हणजे त्यांना हे सहकार्य करण्याची बुद्धी देणारी जी कोणी शक्ती होती आणि जी आजही आहे, तिचं एवढ्या आयुष्यातल्या प्रसंगांतलं मिळून किती देणं लागत असू.

एखाद्याचे खूप उपकार आयुष्यभर झाले तर, 'माझ्या कातड्याचे जोडे केले तरी, ते फिटणार नाहीत', असं आपण म्हणतो. मग आता एवढे उपकार करणाऱ्या शक्तीसाठी आपण आता उरलेलं आयुष्य दिलं तरी, ते कमीच पडेल आणि त्या शक्तीच्या ऋणात राहूनच एके दिवशी हा देह सोडावा लागेल, हे आपल्या सहज लक्षात येईल.

जाताजाता एक विचार करावा की, आपण सत्तर वर्षं जगलो, पण आता या क्षणापर्यंत मला जाणीवही नाही की, माझा श्वास मला किती नकळत जिवंत ठेवतो आहे आणि मी खरंतर त्याच्यावर जगतो आहे. इतकी वर्षं जगलो त्या श्वासाला लागणारा वायू या वातावरणात मला आजवर न दिसता अखंड वावरतो आहे. म्हणून हा श्वास चालला. की ज्यामुळं मी जगलो. आपण पुढं विचार केला तर, लक्षात येईल की, या श्वासाला वायू उपलब्ध करून देणारा कुणीतरी असेलच. ज्याच्यामुळं श्वास चालला आणि मी जगलो. तोच माझा

ईश्वर - वायू तर मी जन्मायच्या पूर्वी होता, माझ्याबरोबर आजवर आहे आणि मी गेलो तरी, कोट्यवधी जीवांना जगवीत तो तसाच राहील. मग त्याचा नियंता हा कधीपासून आहे, आत्ता कोणत्या स्वरूपात आहे आणि तो कुठंपर्यंत आणि कसा राहील, हे सारं कल्पनातीत आहे. आज मी विचार करायला लागलो, म्हणून हे माझ्या लक्षात आलं.

घरात एखादी वस्तू असली, ती आपल्याच घरात वर्षानुवर्षं असली आणि आपलं तिच्याकडं लक्ष नसलं तर, ती आपल्या दृष्टीनं नसल्यासारखी होते. पण नसते असं नाही. फक्त आपलं लक्ष नसल्यामुळं तिला आपल्या दृष्टीनं जिवंतपण नसतं. तसं आपलं देवाचं झालं आहे.

आता आपल्या लक्षात आलं ना की, आपलं सारं जीवन चालवणारा हा देव जन्मापासून आजपर्यंत आपला सांभाळ करतो आहे, पुढंही करणार, खरे अंतिम उपकार त्याचे आहेत. ही जाणीव भले मला गेली साठ-सत्तर वर्षं नसेल, पण ही वस्तुस्थिती आहे. आता माझ्या लक्षात आल्यानं, मी सावध झाल्यानं, जिवंत झालेला हा देव, निरंतर जिवंत ठेवणं म्हणजे उपासना ! माझ्या दृष्टीनं तो आयुष्यभर जिवंत नव्हता. माझं त्याच्याकडं लक्ष नव्हतं. मला त्याची जाणीव नव्हती. तरी माझं एवढं आयुष्य यशस्वीपणे घालवायला, मला त्याचा आनंद घ्यायला त्यानं मला एवढी मदत केली तर, आज मी उपासनेच्या मार्गानं - निमित्तानं सतत त्याच्याकडं लक्ष देईन, त्याची जाणीव ठेवीन. त्याला जिवंत ठेवण्यासाठी धडपडेन. तर तो माझ्या या उरलेल्या आयुष्यात आनंदाची किती बहार आणेल ?

आजवर त्याच्या-माझ्यात आड येणाऱ्या अनेक गोष्टी होत्या, माणसं होती, उद्योग होते, कर्तव्यं होती, मुलंबाळं होती, माझ्या असंख्य योजना, कल्पना होत्या. पण आता मात्र त्याच्यात आणि माझ्यात आड येणारं काहीच उरलं नाही आणि मी ठरवलं तर, मी

सदैव त्याच्या सान्निध्यात राहू शकतो. त्याच्या परमानंदाच्या ताटात नित्यनिरंतर जेवू शकतो. आता तर 'विठो तुझे माझे राज्य। आणिकांचे नाही काज।'असे आपले आनंदाचे दिवस आहेत. आता ही जाणीव देणाऱ्या उपासनेच्या कृती आपण शक्तीनुसार करू. नाम घेऊ, दर्शन घेऊ, ज्ञानेश्वरी वाचू, गाथा वाचू, कीर्तन ऐकू, भजन ऐकू, काही नसेल तर, त्याची आठवण करीत राहू. देवमय बनलेल्या संतांची चरित्रं वाचू, त्यांतले प्रसंग आठवू, गुणगान करीत राहू, सारी साठसत्तर वर्षं, त्यांतल्या घटना, कर्तृत्व, यश-अपयश, समज-गैरसमज, गोळा केलेलं ज्ञान, मतं, अनुभव - सगळं त्याच्या पायी अर्पण करून, हलके होऊ. हा आयुष्यात उरलेला काळ असा खऱ्या उपासनेच्या आनंदात घालवू.

प्र.८. आम्ही आय्.टी. मध्ये काम करतो. आम्हाला रोज एकदा सकाळी ८ वाजता बाहेर पडावं लागतं ते घरी यायला अनेकदा रात्री ९ किंवा १० सुद्धा वाजतात. आमच्या बरोबरच्या अनेकांचीही हीच अवस्था आहे.आम्हाला अनेकदा नियमांत असूनही आठवड्यांच्या दोन दिवसांपैकी एखादा दिवसच सुट्टी मिळते. साधारण १२ तास प्रवास व काम केल्यानंतर घरी पोचल्यावर एक तासभर जेवणखाण किंवा घरातल्या व्यक्तींना वेळ देणं - एवढं झाल्यावर आम्हाला उपासनेला आवश्यक वेळ आणि शक्तीही राहात नाही. अशा वेळी आम्ही कोणत्या प्रकारे उपासना करावी ?

→ ८.१. आजच्या बदलत्या नोकरीच्या वातावरणात सध्यातरी हे शेड्यूल अपरिहार्य झालं आहे. थोड्याफार फरकानं अनेक क्षेत्रांत अशी वस्तुस्थिती आहे. त्यामुळं त्याही क्षेत्रांना हे उत्तर लागू आहे.

८.२. सर्वांत प्रथम हे लक्षात घेऊ की, उपासना करणं म्हणजे विशिष्ट वेळ घरात किंवा बाहेर देवासाठी देणं - अशी जी कल्पना आहे, तीच मुळात बरोबर नाही. उपासनेसाठी वेळ देणं, हे पूरक असलं तरी, अपरिहार्य नाही. कारण उपासना हे काम नसून ही वृत्ती आहे. वृत्ती टिकवायला वेगळा वेळ द्यावा लागत नाही.

समजा, माझ्या अंगी लोभ आहे तर, वृत्ती टिकवायला मी वेगळा वेळ देत नाही आणि समजा, मी निर्लोभी आहे तर, त्यासाठीही वेगळा वेळ द्यावा लागत नाही. वृत्ती आपल्याबरोबरच राहतात आणि त्यांचा परिणाम आपल्या कामांवर दिसतो. लोभाची वृत्ती असेल तर, त्याच कामाचं बिल वाढवून घ्यावंसं वाटेल. निर्लोभी असेल तर, झालेलं बिल देईन आणि मोकळा होईन. समजा ऑफिसच्या कामासाठी आपण कुठं दौऱ्यावर आहोत आणि ऑफिसच्या खर्चानं लॉजवर राहात आहोत तर, आपण आल्यावर किती बिल देणार आहोत, याच्यावर आपण उपासक आहोत का नाही, हे ठरेल. म्हणजे उपासना वृत्तीवर जो परिणाम करते व करायला हवा, तो महत्त्वाचा असून मी रोज किती तास उपासनेसाठी देतो किंवा किती वेळा देवाला जातो, हे आता गौण ठरलं.

८.३. आता खरी उपासना म्हणजे काय, हे आत्ता वर बोललो तसं समजून घ्यायला कदाचित काही ऐकावं लागेल, वाचावं लागेल, हे खरं. पण त्यासाठी अनेकदा ऑफिसच्या पिक्अप् व्हॅन्स, कार यांतून जाता-येतासुद्धा ते करणं शक्य आहे. त्यातून आपल्या हे लक्षात येईल की, खरंतर उपासना म्हणजे परमेश्वराचे गुण अंगी आणण्याचा अभ्यास ! याचा विचार केला तर आपल्या लक्षात येईल

की, उदाहरणार्थ, त्याग, शांती, निरपेक्ष प्रेम - असा आपल्याला कुठला गुण अंगी आणायचा आहे, ते ठरवावं. समजा, त्याग अंगी आणायचा आहे तर, प्रत्यक्ष त्याग करावा लागेल. तो जमला तर, परमेश्वराच्या कृपेनं जमला, हे लक्षात ठेवावं लागेल आणि ती खरी उपासना घडेल. मग त्यासाठी आपल्याला वेगळा वेळ कुठं द्यावा लागला. ही उपासना तर आपल्याला कुटुंबात वागताना, नोकरी करताना, सहकाऱ्यांशी संबंध ठेवताना - कुठंही जपता येईल. या अर्थानं उपासना वेगळा वेळ न देता कुठंही घडू शकेल ना ? त्यामुळं आपलं शेड्यूल कितीही बिझी असो, आपण कितीही थकलेले असा, खरी उपासना करता येत नाही, अशी परिस्थिती मिळणंच किती अवघड आहे, हे आपल्या लक्षात येईल.

८.४. मी आपल्यासारख्या लोकांना खरी विनंती अशी करेन की, समजा परिस्थितीमुळं आपल्याला १२-१२ तास काम करावं लागतं, हे खरं आहे. पण घरी आल्यानंतर आपण आपल्या मुलांबरोबर, एकमेकांबरोबर, घरातल्या इतर माणसांबरोबर भले १५ मिनिटं-अर्धा तास असेल, कदाचित तो जेवणाच्या टेबलवर असेल, देतोच ना ? मग ज्याची उपासना आपण करता, तो विठोबा, राम, कृष्ण, दत्त किंवा आपले कुणी गुरू हे आपल्या घरचे कुणी नव्हेत का? पतिपत्नीला, मुलांना ते नाराज होतील म्हणून का होईना, आपण पंधरा-वीस मिनिटं देताच आणि देव मात्र मुकाट्यानं राहातो, नाराज होत नाही, म्हणून त्याला वेळ नाही म्हणणं, टाटा करणं आपल्याला मनाला पटतं का ? आपल्याकडं पंधरा मिनिटं नसतील, कदाचित २-३ मिनिटं असतील, पण देवासमोर उभं रहायला व नमस्कार करायला त्याहीपेक्षा कमी वेळ लागतो आणि तेवढंही देवाला पुरतं. आपण ते अशा परिस्थितीतही करू शकू.

त्याचबरोबर हाही विचार करावा की, ज्यानं आपल्याला रोज चोवीस तासांचं जीवन दिलं, वर्षानुवर्षं दिलं. त्यातूनच आपण

पोटासाठी, घरच्यांसाठी, झोपेसाठी, आवरण्यासाठी काय ते तास, मिनिटं दिली ना ? आणि ते चोवीस तास देणाऱ्याला मात्र तुलाच द्यायला माझ्याकडं एक मिनिटभरही नाही, असं आपण म्हणतो आहोत. हे निदान आपल्या मनाच्या दरबारात तरी न्याय्य वाटतं का?

आपण विचार कराल तर, एखादी प्रार्थनाच काय, एखादं स्तोत्र म्हणायला, दहा मिनिटं देवाच्या चिंतनाला द्यायला वेळ आपल्याला नक्की मिळायला लागेल. प्रश्न फक्त आपण या दिशेनं वर म्हटलं तसा, विचार करण्याची गरज आहे.

खरंतर देव मुळातच इतका संतुष्ट आहे की, मला तुला द्यायला आज दिवसभरात वेळ नाही, असं सांगून बाहेर पडलात काय किंवा झोपी जाताना सांगितलं काय तरी, तुम्ही ठेवलेल्या एवढ्या आठवणीनंही तो तुमच्यावर संतुष्टच राहील व तीही एक उपासनाच ठरेल.

८.५. आता काहीच जमत नसेल तर,निदान विकएन्डच्या रविवारी तरी, देवाला सांगा की, आठवड्याभरात काही तुझी आठवण करायला वेळ मिळाला नाही. निदान पुढल्या आठवड्यात तरी दे. असं म्हटलंत तर, ती साप्ताहिक उपासना होईल आणि ती खरी मनापासून केली असलीत तर, पुढल्या आठवड्यात देवच त्याच्या स्मरणाचा अलार्म आपल्याला रोज देत जाईल. आपण त्याची आठवण कराल, त्याचं स्मरण होईल. ते दैनंदिन असेल, त्याला वेळही लागणार नाही आणिआणि स्मरणासारखी तर उत्तम उपासना नाही !

प्र.९. मी एक करियर करणारा विद्यार्थी आहे. उपासनेची गरज मला पटते. पण माझ्या निवडलेल्या साईडमुळं

कॉलेज, क्लास, अभ्यास, सबमिशन्स - अशात माझा जवळपास सगळा वेळ जातो. या दिनक्रमात उपासनेचं प्रमाण किती असावं व कोणत्या प्रकारचं असावं ?

→ ९.१. आपण सगळेच जण रोज नाश्ता करतो, जेवण करतो. त्याच्या साहाय्यानं आपण दिवसभर फिरतो.कष्टाची, श्रमाची, बौद्धिक कामं करतो. त्यावेळी आपण जेवायला वेळ किती देतो व जेवणाचं प्रमाण किती असतं, हे आपण प्रत्येकाच्या प्रकृतीच्या ठेवणीनुसार व गरजेनुसार काढलेलं असतं. त्यातसुद्धा कुणी दोन वेळा भात खाईल, कुणी तीन पोळ्या खाईल. कुणी चार पोळ्या खाईल. त्याचाही प्रकार आणि प्रमाण आपण दुसऱ्याकडं बघून ठरवत नाही. स्वतःच्या प्रकृतीच्या गरजा, कार्यक्षमता टिकणं, पचनाची शक्ती यांवर आपण ठरवतो ना ?

९.२. याच पद्धतीनं आपण असा विचार करावा. मन, मेंदू, बुद्धी, शरीराचा थकवा भरून निघून अभ्यासासाठी आपल्याला रोज लागणारा उत्साह निर्माण होऊ शकेल, एवढं मानसिक आणि आत्मिक बळ मिळवणं म्हणजे उपासना !आता तिचं प्रमाण आपल्यासारख्या अभ्यास करणाऱ्या व्यक्तींवर, अभ्यास करण्यासाठी लागणाऱ्या कुवतीवर, शक्तीवर अवलंबून राहील.एखाद्याच्या बौद्धिक क्षमतेनुसार जसा एखादा विषय समजून घ्यायला त्याला कमी वेळ पुरतो, एखाद्याला जास्त लागतो. शक्तीही त्या प्रमाणात कमीजास्त खर्च होते. तसं हे प्रमाण त्यामुळं व्यक्तीवर अवलंबून राहातं.

उपासनेमुळं ईश्वराच्या स्मरणानं कृतज्ञतेची जाणीव होणं, मन शांत होणं, चित्त एकाग्र होणं, अभ्यास, परीक्षा, निकाल यांचे तणाव न येणं, स्वतःच्या कुवतीबद्दलच्या व भविष्याबद्दलच्या कल्पना

वस्तुनिष्ठ होणं, असे अनेक परिणाम उपासनेनं साधतात. हे अशासाठी सांगितलं की, ते साधतील तेवढ्या प्रमाणात आणि तेवढ्या दर्जानं कितीवेळ उपासना करावी लागेल, हे आपल्याला काढता यावं.

९.३. सर्वसाधारणपणे मी असं सुचवेन की, विद्यार्थ्याला सकाळी किमान प्रार्थना,पंधरा मिनिटं ते अर्धातास आणि संध्याकाळच्या सत्रात किमान पंधरा मिनिटं ते अर्धा तास एवढी उपासनेची प्राथमिक गरज आहे, जी त्याला वरचे लाभ मिळवून देऊ शकेल.

प्र.१०. सर्वसामान्य गृहिणीचा बराचसा वेळ घरातली लहान-मोठी माणसं, मुलं-यांच्या जेवणाखाण्याच्या वेळा सांभाळणं, मुलांचे अभ्यास घेणं,मंडई, बाजार करणं, पाहुण्यांची ये-जा सांभाळणं-यांत जातो.अनेकदा या कामांत घरातल्या इतर कुणाची मदतही मिळत नाही. गृहिणी मिळवती नसेल तेव्हा तर या सर्व जबाबदाऱ्या तिच्याच धरल्या जातात. अशा वेळी उपासनेसाठीवेळ कधी काढावा, असा प्रश्न येतो.या बाबतीत काय करावं ?

→ १०.१. आपण म्हणता ती वस्तुस्थिती खरी आहे. पण खरी उपासना कशात आहे, हे समजून घेतलं तर, यातून नक्की मार्ग निघू शकेल. त्यासाठी मी आपल्याला खालील गोष्टी सुचवतो.

१. आपल्यासकट आपला सारा प्रपंच हा आपला नसून तो भगवंताचा आहे, असं मानणं म्हणजे उपासनाच आहे. या भावनेनं हाच प्रपंच केला तर, त्यात वावरणाऱ्या लहानांपासून थोरांपर्यंत प्रत्येकाचं कर्तव्य पुरं करणं, ही भगवंतानं दिलेली एक

सेवाच आहे. या भावनेनं आपण हीच कामं करीत राहिलो, तीही शक्य तितक्या निरपेक्षपणानं आणि प्रेमानं करीत राहिलो तर, ही सारी सेवा आता प्रपंच न राहता उपासनाच बनते.

२. आपण जरा बारकाईनं पाहिलं तर, प्रतिस्पर्धी संघानं कितीही उत्तम फिल्डिंग लावली असेल आणि वरवर पाहता फलंदाजाला कुठंही जागा सोडलीनसेल, तरी कुशल आणि अनुभवी फलंदाज त्यात सुटलेली गॅप अचूक हेरतो आणि नुसत्याच धावा घेतो नव्हे तर, चौकार ठोकूनही मोकळा होतो. तशी प्रपंचातल्या लहानथोर माणसांची, कामांची, पाहुण्यांची व्यूहरचना कितीही बंदिस्त असली तरी, उपासनेचं कौशल्य जर आपल्या अंगी असेल तर, कुठल्या ना कुठल्या प्रकारची उपासना करायला आपल्याला त्यातल्या अशा गॅप नक्की हुडकता येतील. जागा सापडतील. आपण उपासना करू शकाल. मी उदाहरणादाखल सुचवतो की, घरातली माणसं उठून त्यांची कामं सुरू होण्यापूर्वीची दहा मिनिटं, स्वयंपाक सुरू केल्यानंतरचा एक तासभर, बाजाराला जाताना-येतानाची वेळ, समजा, लहान मुलांना शाळेत पोचवायला जावं लागत असेल तर, त्यांना पोचवून परत येताना कुठल्या मैत्रिणीबरोबर गप्पा न मारता एकटं परत येण्यातला वेळ, साऱ्यांची निजानीज झाल्यावर एक पाच-दहा मिनिटांचा वेळ - अशा अनेक जागा आपल्याला याच प्रपंचात दिसायला लागतील. फक्त त्या त्या वेळी, त्या त्या वेळेला अनुकूल असा कधी नुसता देवाला नमस्कार, कधी हळू वैखरी जप, कधी मौनजप, कधी आवर्तनं, लक्षपूर्वक म्हटलेलं एखादं स्तोत्र, कधी प्रार्थना - अशी कोणती ना कोणती उपासना, आपल्याला याच प्रपंचात नक्की करता येऊ शकेल, असं वाटतं.

३. एक थोडा साधा, प्रथम कठीण वाटणारा, पण उपासनेला पूरक पण पुढं फलदायी ठरणारा प्रयोग आहे. घरात सासू-सासरे असतील, कुणी आत्या, काका असतील. एरवी त्यांच्या वेळा

तंत्र सांभाळताना आपल्याला तसा थोडा त्रासच होतो. पण सकाळी उठल्यावर त्यांना पहिला चहा किंवा औषधपाणी देण्यापूर्वी, दुपारचं, रात्रीचं जेवण औषधपाणी देण्यापूर्वी त्यांना नमस्कार करून ते द्यायला सुरुवात करावी. यात कृत्रिमपणा येऊ देऊ नये. अनेकदा असा अनुभव येईल की, ते आपण होऊन कारण विचारतील. तर मनापासून सांगावं की,मला या व्यापातून बाहेर कुठं देवाला जायला होत नाही. अशा वेळी काय करावं, असं विचारलं असता मला कळलं की, आपल्या घरातली मोठी माणसं देव मानून त्यांनाच नमस्कार करीत जावं. ते केल्यानं मला आता आनंद होतो व उपासना होत नाही, याची खंतही कमी झाली. आपण हे जर खरंच मनापासून करत असाल तर, उपासनेचं पुण्य आपल्याला खरंच घरबसल्या मिळेल आणि कदाचित असंही होईल की, त्यांतल्या कुणाला घरातल्याएखाद्या छोट्याशा कामात मदत करता येणं शक्य असेल आणि पूर्वी ती अनवधानानं करीत नसतील तर, त्या नमस्कारानं त्यांच्यातला जागा झालेला देव म्हणेल, हे एक १०-१५ मिनिटांचं काम करणं, मला शक्य आहे. मी ते करतो, तेवढ्यात तुझी इच्छा असेल तर, तू देवाला जाऊन ये. तर आपण जाऊन यावं, मात्र त्यांना नमस्कार करणं सोडू नये. यानं नुसती आपलीच उपासना होणार नाही तर, आपल्या घरादारात उपासनेचा सुगंध दरवळेल!

प्र.११. काही माणसं आजारी असतात, परस्वाधीन असतात. काही तर दुर्धर असाध्य रोगानं आजारी असतात.अनेकांच्या आयुष्याचा काळसुद्धा मोजलेला असतो. अशा माणसांना अपराधीपणा वाटतो. कधी त्यांची चिडचिड होते. कधी त्यांचं करणाऱ्यांवरही ते

चिडचिड करतात.असाध्य आजार असलेल्यांना एक प्रकारचं भयही वाटतं. अशा व्यक्तींना अनेकदा असह्य वेदनाही असतात. या परिस्थितीतल्या माणसांना उपासना करणं शक्य आहे काय ? आणि कोणती?

→ ११.१. वरवर पाहता आजारपण हा आपल्याकडून कळत नकळत मोडल्या गेलेल्या आरोग्याच्या नियमांचा परिणाम असतो, ही वस्तुस्थिती प्रथम लक्षात घेऊन मान्य करावी. माणसाची सध्याची एकूण जीवनशैली पाहाता आजारपणं - कुठल्या ना कुठल्या स्वरूपात वाढतच आहेत. पूर्वीही ती नव्हती, असं नाही. आता निरामय जीवन ही तर दुर्मीळ गोष्ट बनली आहे.आता तर त्यात वर न दिसणाऱ्या पण आत असलेल्या अशा मधुमेहासारख्या आणि अनेक मानसिक आजारांचीही भर पडली आहे. काहींची आजारपणं बाहेर दिसतात, काही दिसत नाहीत. त्यामुळं आपण स्वतःला त्या बाबतीत फार वेगळं मानू नये. त्यामुळं अपराधीपणाची भावना कमी होईल.

घरातली किंवा मदत करणारी इतर माणसं जे काही आपल्यासाठी करतात त्यात दोघांच्याही प्रारब्धाचा भाग आहे. पण त्याचबरोबर आपलं हे आजचं कर्तव्य आणि एक प्रकारची उपासना आहे की, आपलं करणाऱ्यांच्या विषयी आपण अपराधीपणापेक्षा कृतज्ञतेची आणि आभाराची भावना ठेवावी. या दोन्ही भावना मनापासून बाळगणं, ही एक मौन उपासनाच आहे. त्याला कधी ना कधी प्रसंगोपात ती भावना शब्दांत व्यक्त करण्याची जोड द्यावी, त्यांच्याबद्दल काही करणं शक्य असेल तर, ते करावं. अनेकदा आपला अनुभव, आपले संबंध, ओळखी, काही वेळा साधनसंपत्ती, घरदार - यांचा आपलं करणाऱ्या अशा व्यक्तींसाठी गरजेला उपयोग करून देणं, हे आजारी माणूससुद्धा बसल्या जागी करू शकतो.

आपल्या अनेकदा हे लक्षात येत नाही, म्हणून आपल्याकडून ते होत नाही. तेव्हा अशा त्यांच्या गरजेच्या प्रसंगी आपल्याकडून त्यांच्यासाठी करता येण्यासारख्या गोष्टी करणं, म्हणजे त्यांच्या रूपानं आपल्याला मदत करणाऱ्या परमेश्वराच्या कृपेची थोडी तरी परतफेड आहे, जी आपल्याला आजारपणातसुद्धा करता येण्यासारखी उपासना आहे. आपण आजारी असलो म्हणजे असमर्थ असतो, असं अजिबात समजू नये. अशा प्रकारची मदतच काय पण सोपे मौनजप, आजच्या आधुनिक साधनांनी सोपं झालेलं कीर्तन, निरूपणाचं श्रवण - अशा अनेक उपासना आपल्याला करता येतात व त्या आपल्याला प्रसन्न राखतात.

११.२. याच आजारातून शिकण्यासारखी आणि करण्यासारखी वृत्तीला एक चांगलं वळण देणारी उपासना म्हणजे आजाराबद्दल स्वतःवर आणि कोणावरही चिडचिड न करणं ! आपल्याला वाटतं, पण ही एक तपश्चर्या आहे, साधना आहे. त्यानं आपल्याला आणि आपलं करणाऱ्यांना आणि इतरांनाही शांतता आणि समाधान देण्याचं या साधनेचं रोकडं फळ आहे.

११.३. याच काळात करता येण्यासारखी एक उपासना म्हणजे विशेषतः आजारपणात आपलं करावं लागणाऱ्या व्यक्तींविषयी आणि आपल्याशी संबंधित असलेल्या सर्वांविषयी त्यांचं त्यांचं कल्याण व्हावं, वेळ पडली तरी आपलं उर्वरित आयुष्य, शक्ती त्यांना मिळाव्यात - अशा मनःपूर्वक शुभेच्छा नित्यनेमानं करीत राहणं - मनापासून नित्यनेमानं व्यक्त केलेल्या शुभेच्छांचा ध्वनी सदैव मधुर असतो, हे जरुर लक्षात ठेवावं. कदाचित आपला आजार असाध्य आणि प्रदीर्घ असेल तर, साहजिकच आपलं करणाऱ्याचा पेशन्ससुद्धा काही वेळा संपू शकतो - ढासळू शकतो.

त्याच्याकडून एखादा वावगा शब्द जाऊ शकतो. असं असलं तरी, पुन्हा त्याच्या कल्याणाचीच प्रार्थना, शुभेच्छा मनोमन ईश्वराकडं मागणं, यात मनाचं तप आहे. तो बाह्यांगी दुर्बल आणि अगतिक वाटणाऱ्यानं सबल सामर्थ्यवान माणसावर केलेला परोपकार आहे, कारण तो करणारा मनानं क्षमाशील आहे आणि हृदयानं उदार म्हणजे या अर्थानं सामर्थ्यवानच असतो. असं साधनेनं सामर्थ्यशील आपण कोणत्याही आजारात बनू शकतो,राहू शकतो, याची खात्री बाळगावी.

११.४. आपण सुरुवातीला म्हटल्याप्रमाणं आपल्याला ते कळो, न कळो आपण सोसतो ती परिस्थिती - सुसह्य, असह्य, दुर्धर आजार हे अखेर आपल्याच चुकीच्या कर्मांचेच परिणाम असतात. आता ते सोसून आनंदानं संपवायचे असले, त्यावेळच्या चुका दुरुस्त करणं शक्य नसलं तरी, अशाही अवस्थेत, आपल्याला करता येण्यासारखं शेवटचं उत्तम साधन म्हणजे क्षमायाचना-पश्चात्ताप. यासारखं मन पवित्र करणारं तीर्थ नाही. ते म्हणजे अंथरुणावरून एक पाऊलही न टाकू शकणाऱ्याला किंवा कुशीवरही वळू न शकणाऱ्याला गंगास्नान केल्याचं पुण्य देणारं तीर्थ आहे. ते साधन पहिल्या चुकीच्या कृती तर धुऊन टाकेलच. आज मन शांत आणि पवित्र ठेवील आणि पुन्हा कृतींची, जन्माची संधी आलीच तर योग्य आणि शुद्ध कामांची बुद्धीही देईल !

११.५. काही आजारांचं स्वरूप हे अत्यंत वेदनामय असतं. त्यावेळी वेदनांनी अस्वस्थता येणं, कण्हणं याच्यापुढं आपल्याला इच्छा असली तरी, उपासना करता येणार नाही, असं वाटतं. आधी काही उपासना केली असेल तर, आजारानं वैफल्य येऊन तिच्यावरचा विश्वासही उडण्याची शक्यता असते. अशा वेळी लक्षात ठेवावं की, कोणत्याही प्रामाणिक आणि स्वाभिमानी माणसाला एखाद्या प्रसंगात

कुणाची मदत घ्यावी लागली, कुठली वस्तू घ्यावी लागली तर, ती परत करण्याची, त्यातही लवकरात लवकर परत करण्याची संधी मिळावी, करताना ती केल्याचा आनंद मिळावा, असं वाटत असतं. हे सात्त्विकतेचं आणि शुद्धतेचं लक्षणच आहे. पण तशी मदत देण्यासारखी वेळ आलीच नाही किंवा त्यावेळी आपण हजर असलो नाही किंवा ती करण्याची शक्ती आपल्याकडं असली नाही तर, सात्त्विक इच्छा असूनही ती पुरी होईलच आणि त्या ऋणांतून आपल्याला मुक्त होता येईलच, असं सांगता येत नाही.

आता आपण लक्षात घेऊ की, आजारपण कुठल्याही प्रकारचं असो, ती अशा अनेक प्रकारच्या परतफेडींची संधी असते. ती संधी एकाच वेळेला फीच्या रूपानं डॉक्टरांचं देणं फेडायची संधी देते, औषधांच्या रूपानं दुकानदारांचं देणं फिटतं. सेवा करणाऱ्यांना त्याचं मूल्य देऊन त्यांच्या ऋणांतून मुक्त होता येतं. आरोग्याचे नियम तोडल्याची आता दंडासह नुकसानभरपाई करण्याची आता संधी येते. या संधींचाच एक भाग म्हणजे आजवर आयुष्यभर अनेक प्रकारे शरीराला मिळालेल्या सुखाच्या संवेदनांची दुःखाच्या वेदनांनी परतफेड करण्याची संधी दिलेली असते. वेदनांनी दुःख होतं, हे खरं. ते तर तसं कुणाला चुकलेलंच नाही. पण ते दुःख भोगून आपल्याला मिळालेल्या सुखाच्या ऋणांतून आपण मुक्त होत असतो, हे न विसरता अशा दृष्टीनं वेदनांकडं पाहावं, म्हणजे त्यांची तीव्रता कमी होते आणि प्रत्येक वेदना सहन करताना सुखाचं सारं पूर्वीचं कर्ज फेडण्याची संधी देणाऱ्या परमेश्वराच्या देवळातली घंटा वाजते आहे, हे लक्षात आलं तर, देवळातल्या घंटेनं देव जागा व्हावा, त्यापेक्षा वेदनेच्या घंटेनं आपण अधिक जागे होऊन प्रत्येक घंटेबरोबर देवाचंच स्मरण करू. एक नक्की की, वेदनेपेक्षा आपण मोठे आहोत. आपण ठरवलं तर, जितकी वेदना तितकं तळमळीचं नाम, हे खऱ्या साधकाला शक्य आहे आणि करावं असंही आहे. कर्जबाजारी होऊन

अप्रतिष्ठेचं देहातलं जीवन जगण्यापेक्षा वेदना भोगून कर्जमुक्त होऊ. आत्म्याच्या आकाशात विहार करणं, कुणाला आवडणार नाही ? मग खरी उपासना यापेक्षा दुसरी काय ?

११.६. राहता राहिला प्रश्न भयाचा. एक प्रेरणा म्हणून माणसाच्या मनात भय केव्हाही वास करीत असतं. पण निर्भय होण्याची विलक्षण शक्तीही माणसाच्या ठिकाणी वास करीत असते आणि ती अधिक सामर्थ्यवान असते, हे संतांनी जगून, सिद्ध करून दाखवलं नाही काय? आजारच काय,आयुष्यात घडणाऱ्या कुठल्याही प्रसंगात माणसासमोर भय भुतासारखं उभं राहू शकतं आणि त्यानं प्रत्येक घटनेनं सर्वसत्ताधीश, भयनाशन अशा ईश्वराचं स्मरण ठेवलं तर, आजारपण काय, कुठल्या घटना काय, मृत्यूच्या दारातसुद्धा माणूस निर्भय राहू शकतो. भविष्यकाळ, कल्पना, काळज्या, स्वतःचे स्वार्थी बेत, अज्ञान आणि अज्ञात यानं हा भयाचा बागुलबुवा उभा राहातो. पण प्रत्येक घटनेत असलेला ईश्वराचा कल्याणकारी हात दिसण्याइतपत स्मरणाचा सूर्यप्रकाश पडलेला असेल तर, कल्पनाच काय, काळही आपल्याला भय दाखवू शकत नाही, हे खरं आकलन करून न घेणं आणि ईश्वराचं विस्मरण होणं, म्हणजे आपलेच डोळे आपण मिटण्यासारखं आहे. ते मिटले तर, हा भयाचा अंधार माणसासमोर केव्हाही पसरतो आणि उघडले तर कुठल्याही परिस्थितीत निर्भय राहता येतं.

आकलन म्हणजे ज्ञान आहे. ज्याच्या प्रकाशात आजारपणांच्या, वेदनांच्या मृत्यूच्या दारातही निर्भयतेचा लख्ख प्रकाश पडलेला असतो. म्हणून ईश्वराच्या ज्ञानाची कास धरावी, ती उपासनाच आहे. निर्भय करणारी !

ईश्वराचं स्मरण हा तर अखंड दीप आहे. ज्याच्या प्रकाशात भयाचा अंधार यायला घाबरतो. म्हणून श्रद्धेनं, चिकाटीनं, नामाच्या

साहाय्यानं- कसंही करून स्मरण टिकवावं- तीही उपासनाच आहे - निर्भयता टिकवणारी !

प्र.१२. पैसा, माणसं, शरीरप्रकृती, कौटुंबिक ठेवण - हे अनुकूल असल्यास उपासना जास्त होईल का ? ती जास्त कशी करता येईल ? की या अनुकूलतेमुळं उपासना कमी होईल? ती कमी होत असल्यास काय करावं ?

→ उपासना म्हणजे मुळात स्वतःमधला देव जिवंत ठेवणं आणि तो जिवंत असल्यासारखा व्यवहार करणं. यातला देव जिवंत ठेवायला श्रवण, पठण, पारायण, गुणगान, संकीर्तन, यात्रा, दान आणि सर्वांत महत्त्वाचं म्हणजे स्मरण अशी उपासनेची अनेक साधनं उपयोगी पडतात.

आता यांतली पहिली साधनं पाहिली तर, त्या प्रत्येक साधनाला काही ना काही व्यावहारिक बाजू आहे. ज्यांना शरीरप्रकृती, कुटुंबातल्या इतर माणसांना उपासनेची आवड असणं, पैशाची अनुकूलता असल्यामुळं दिवसरात्र राबायला न लागणं - अशा तऱ्हेच्या व्यावहारिक अनुकूलतेमुळं आधी म्हटली तशी उपासनेची अनेक साधनं करणं शक्य होतं - सोपं होतं. उदाहरणार्थ, दान, देणगी, यात्रा, देवदर्शन, सद्ग्रंथ खरेदी, त्यांचं दान, शरीराच्या अनुकूलतेमुळं जास्तीत जास्त वाचनं, पारायणं, त्यासाठी द्यावा लागणारा वेळ, त्यामुळं सतत राहणारं अनुसंधान, अशा अनेक गोष्टी त्यांना शक्य आहेत आणि त्यांनी त्या आवर्जून कराव्यात आणि आपल्या प्रारब्धाचा, अनुकूल परिस्थितीचा उपासनेसाठी अक्षरशः रोज आणि भरपूर उपयोग करून घ्यावा. त्यानं त्यांचा उद्धार तर साधतोच पण ज्यांना अशी अनुकूलता नाही, अशा आजूबाजूच्या अनेक

प्रतिकूल परिस्थितीतल्या माणसांना यांच्या या उपासनेच्या उपक्रमांमुळं साधनं घडतात.त्यांचा पारमार्थिक लाभ होतो, प्रगती होते आणि तीही पुण्याई अशा प्रारब्धी, अनुकूलता असलेल्या माणसांना जोडता येते.

१२.२. याच ठिकाणी याची आठवण ठेवणं आवश्यक असतं की, व्यावहारिक अनुकूलतांमध्ये तीन धोके दडलेले असतात. त्यापासूनही अशा माणसांना सावध राहावं लागतं. पहिला म्हणजे अनुकूलतेमुळं चैन, चंगळ, रुबाब, अनावश्यक भपकेबाज जीवन - यांना आमंत्रण मिळून, देवाचं विस्मरण होण्याचा, मोठा धोका असतो. त्यात वैभवही जातं आणि वैभवाचा उपयोग करून उपासना वाढवण्याची, वर म्हटली तशी, संधीही जाते.

दुसरा धोका असा की, अनुकूलता माणसाला बेसावध करते, तशी ती अनुकूलतांचा अहंकारही निर्माण करते. हे सर्व वैभव - अनुकूलता आपल्या कर्तृत्वामुळं मिळाल्या आहेत, असं वाटायला लागलं की, अहंकार उत्पन्न होऊन भगवंताचं विस्मरण होतं. त्यातसुद्धा थोडं उपासनेचं वळण असेल तर, दानधर्म घडतो. पण त्याचाही अहंकार होतो आणि अनुकूलतांमुळं येणाऱ्या अहंकारांना भगवंताचं विस्मरण वाढवून अखेर उपासनेला आपण अंतरतो.

तिसरा धोका असा, अनुकूलतांमुळं माणसांची एक जीवनशैली तयार होते. ती साधारणतः श्रीमंती वळणाची असते. तिच्यामुळं हे वैभव असंच टिकावं नव्हे, वाढावं असा लोभ आणि त्या लोभापोटी काळजी निर्माण होते. पैसा असून त्याची काळजी जशी श्रीमंताला जास्त वाटते आणि त्यालाच पैशाचा जसा जास्त लोभ वाटतो, त्यासाठी भलेबुरे मार्ग अवलंबावे वाटतात, त्यापोटी कदाचित वैभव वाढेल, पण अस्वास्थ्य आणि काळजी घरी वस्तीला येतात. त्या माणसाचं स्वास्थ्य घालवतात आणि माणसाला उपासनेपासून दूर नेतात.

१२.३. म्हणून अशा धोक्यांपासून सावध राहून जो या अनुकूलतांचा वापर मोठ्या शिताफीनं स्वतःचीच नव्हे तर इतरांची उपासना वाढावी, आपली पैसापाण्याची समृद्धी गरजूंना देऊन त्यामुळं त्यांचं जीवनमान सुधारून त्यांनाही उपासनेची, साधनांची जो गोडी लावील, त्यानं अनुकूलतेचा खरा वापर केला, असं होईल !

१२.४. खऱ्या उपासनेच्या दृष्टीनं पाहिलं तर, देवत्वाला अनुकूलतांची तशी गरजही नाही आणि अडथळाही नाही. कारण देव जसा श्रीमंतांचा आहे, तसा त्याहूनही अधिक तो गरिबांचाही आहे. अनुकूलतांमुळं उपासनेची चार साधनं करता येतील, कदाचित ती मोठ्या प्रमाणावर करता येतील. पण गरिबीनं देवत्व जोपासणंही नडत नाही आणि देव मिळवणंही नडत नाही. वंदनभक्तीला ना पैसा लागत, ना शरीरप्रकृती. नमस्कार तर मनानंही करता येतो आणि मनोमन केलेलाच खरा उपयोगी पडतो. म्हणून गरिबीतही उपासना करता येत नाही, असं नाही आणि तसं म्हणूही नये. हात नाहीत म्हणून जिथं मनातला नमस्कार अडत नाही, पाय नाहीत म्हणूनजिथं मनानं देवळात जाणं नडत नाही, तिथं श्रीमंती गरिबीचा उपासनेत काय पाड!

त्या अर्थानं, एका भाकरीतली तीन चतकोर देणारा गरीब आणि लाखातल्या पंचवीस हजारांचं दान करणारा श्रीमंत - यांच्या उपासना कमी नसल्या तरी, देवत्व कुणाला अधिक साधलं ते आपणसुद्धा जाणू शकतो तर, देव ओळखणार नाही का ?म्हणून उपासनेत श्रीमंतीची मिजास नाही आणि गरिबीचा त्रास नाही. असेलच तर देवाची कुणाला किती आस आहे, त्यासाठी झळ सोसायची कुणाची किती तयारी आहे, याचा विचार मात्र खास आहे.

प्र.१३. उपासनेमध्ये सगुण आणि निर्गुण उपासना यांचं स्थान किती व कसं आहे ?

→ १३.१. सर्वांत प्रथम हे लक्षात घेऊ की, सगुण आणि निर्गुण हे शब्द अर्थानं विरोधी वाटले किंवा काही वेळा सगुणोपासना आणि निर्गुणोपासना या वेगवेगळ्या वाटल्या, त्या करणारे विरोधी वाटले तरी, ते शब्द काय, उपासना काय, उपासक काय, जे करीत असतात ते असं विरोधी, वेगवेगळं किंवा त्यामुळं लहानमोठं - असं काही नाही. एकाच कामाचे दोन विभाग किंवा टप्पे असावेत, तसं त्यांचं स्वरूप आहे. समजा, लहान मूल गणित शिकतं आहे तर, सुरुवातीला त्याच्यासमोर दोन वस्तू - काही ठोकळे, चेंडू आपण ठेवतो, मग त्याला तीन-चार हे अंक समजतात. मग पुढच्या टप्प्यात प्रथम ठेवलेल्या दोन वस्तूंसमोर अजून दोन वस्तू ठेवल्यावर त्याला एकूण अजून किती वस्तू झाल्या, हे विचारून २ + २ = ४ झाल्या ही बेरीज शिकवतो. पुढं त्यातलीच एक वस्तू उचलून चारातून एक गेल्यावर तीन राहतात अशी वजाबाकीही शिकवतो. त्यावेळी सारा व्यवहार समोर अशा वस्तू मांडून दिसत असणारा, कुणालाही कळेल असा असतो.

पुढच्या टप्प्यात आपण एखाद्या सातवीतल्या मुलाला साताचा वर्ग किंवा घनही विचारतो. अशा वेळी तो तेवढ्या कोणत्याही वस्तू न घेता, एकदम उत्तरं सांगतो. आता समोर दिसणारा कोणता व्यवहार राहिला नाही, पण शिकत असलेलं गणित मात्र कायम आहे. दिसणारं ठोकळ्यांचं, वस्तूंचं गणित वेगळं आणि एकदम मेंदूच्या पातळीवर काढलेली किचकट घनमुळं काय, लॉगॅरिदम्स् काय, वेगवेगळे वाटले तरी, एकच गणित समजून घेण्याचे ते टप्पे असतात. ते दिसताना दिसले, वाटले तरी, पूरक असतात, विरोधी नसतात.

सगुण-निर्गुणाचं थोडं असं आहे. एकच ईश्वर समजून घेण्याचे ते पूरक टप्पे आहेत. सगुणातला विठ्ठल, राम, कृष्ण किंवा संतरूपानं आविष्कार झालेले श्री माउली, श्री स्वामी, श्री गुरुदेव, श्री प्रभू, श्री येशू, श्री बुद्ध, श्री महाराज - असे समोर आकृतीच्या रूपानं दिसतात, बोलतात, पाहता येतात, त्यांच्यामुळं देवाची कल्पना कळून घेता येते, समजता येते. ते शिकता आलं तर, मग त्यांच्यातलं देवत्व, दैवी गुण हे हळूहळू घनमूळ, वर्गमूळांसारखे मेंदूच्या पातळीवर समजायला लागतात. प्रेम, करुणा, त्याग, संयम, शांती - अशा अनंत गोष्टींनी नटलेलं निर्गुण देवत्व समजायला लागतं. आता तसं ते समोरच्या एखाद्या देवळातल्या मूर्तीपेक्षा वेगळं न दिसणारं वाटलं तरी, तो देवत्वाचाच न दिसणारा मेंदू आणि त्याच्याही पलीकडच्या पातळीवरचा टप्पा असतो. गणितशास्त्र एकच असतं. तसं हे सगुणनिर्गुणाचं भक्तिशास्त्रही एकच असतं.

हे समजून घेण्यासाठी गणिताच्या उदाहरणानं पाहिलं तरी, सगुणनिर्गुण हे इतकंही दूरचं किंवा टप्प्याटप्प्याचं असत नाही.ते बहिरंग, अंतरंगासारखं - दृश्यआणि त्याला लागून असलेल्या अंतरंगासारखं - खूप जवळचंही असतं. देवासमोर नमस्काराला वाकलेला भक्त जितका सगुण आणि दिसणारा असतो तितकाच त्या नमस्कारामागचा त्याचा आदर, नम्रता, प्रेम, भक्तिभाव, निर्गुण व जवळचा असतो.

१३.२. उपासनेमध्ये सगुण असंच कळायला, दिसायला सोपं म्हणून लागतं. पण ते त्यांचं बोट धरून निर्गुणाच्या, न दिसणाऱ्या पण ध्येयरूप प्रांतात जाण्यासाठी सामान्य माणसाला तरी, सगुणाच्या आधाराशिवाय हे निर्गुण कळतही नाही आणि गाठताही येत नाही. सगुणात भक्ताच्या हृदयाला हात घालण्याचं, त्याला सद्भावांच्या,

शुद्धतेच्या उंचीवर पटकन घेऊन जाण्याचं जे सामर्थ्य आहे, त्यात सगुणाचं मर्म दडलेलं आहे.

तीच गोष्ट सगुण सत्पुरुषांची आहे. त्यांच्या नजरेत असलेल्या निरपेक्ष प्रेमानं त्यांच्याकडं येणाऱ्या माणसाच्या हृदयातला स्नेहभाव जागा करण्याचं, त्याच्या मनाची मलिनता दूर करण्याचं, जे सामर्थ्य आहे, त्यामुळंच शिष्यांच्या, भक्तांच्या हृदयांची परिवर्तनं होतात. अंतःकरणं शुद्ध होतात. ते निर्गुणाच्या जवळ पोचतात. करुणा, शांती ही मूल्यं माहीत असली तरी, समोरची बुद्धमूर्ती पाहिल्यावर ते भाव जागे होतात. टिकतात. म्हणून सगुण हा निर्गुणाचा रस्ताही आहे आणि वाटाड्याही. आपण सारी सगुणात वावरणारी माणसं. त्यात गुण, दुर्गुणांची, त्रिगुणांची मिश्रण असलेली, देहाच्या, इंद्रियांच्या मर्यादेत वावरणारी, त्यांची ओढ असलेली - अशांना हा सत्त्वगुणांचा आणि त्याही पलीकडचा गुणातीत - निर्गुणाचा गाव गाठायला सगुणाचाच मार्ग - सगुणोपासनाच उपयोगी पडते.

१३.३. इथं हे लक्षात ठेवणं जरूर आहे की, मूर्ती काय, संतसत्पुरुष काय, समाधी काय, पादुका काय - सारं सगुणच आहे. उपासनेच्या निमित्तानं स्वतःवरचं प्रेम कमी होऊन असं आदर्शांचं प्रेम लागावं म्हणून सगुणाची वेगवेगळ्या उपचारांनी, साधनांनी उपासना करावी लागते. मग ती त्याची पूजा-अर्चा असो, दर्शन असो, वंदन असो - सावधगिरी आहे ती इथं. ती सगुणाच्या उपचारांत मनुष्य अडकला आणि ज्यासाठी ते करायचं त्या निर्गुणाचं भान विसरला की मग तो एक प्रपंचच होतो. अनेक गोष्टी वेळ झाली म्हणून जशा ठरवून दिल्या आहेत तशा, ज्या शब्दांत करायच्या आहेत, त्या चालीत करणं - यालाच तो उपासना समजू लागण्याचा धोका असतो. आपल्या मनाचं उन्मन, शुद्धीकरण, निर्मन करून ते परमेश्वराशी, निर्गुणाशी, तादात्म्य होणं आणि तशा कृती घडून, असे

चालते बोलते देव निर्माण होण्याऐवजी प्रपंचाप्रमाणं माणसं, मूर्ती, पंथ - यांना कवटाळून बसलेले पण मनानं आहे तसेच प्रापंचिक असलेले लोक निर्माण होतात. त्यागी, संयमी, करुणामय, सर्वांभूती समभाव असलेले असे माणसांचे चालतेबोलते देव घडवण्याचं, जे उपासनेचं खरं उद्दिष्ट आहे, हे हरवण्याचा मोठाच धोका उभा राहातो. तो टाळायचा असेल तर, अवघड निर्गुण गाठण्यासाठी सोप्या सगुणाची सतत उपासना - हे सूत्र समोर ठेवून जो उपासना करील त्याची उपासना ही खरी उपासना होईल!

प्र.१४. सकाम उपासना कनिष्ठ आहे. ती करू नये असं म्हणतात. शक्यतो उपासना निष्काम असावी, असं सांगितलं जातं, ते पटतं पण अनेकदा अंमलात आणणं कठीण जातं. अशा वेळी काय भूमिका ठेवावी ?

→ १४.१. सकाम उपासना म्हणजे कामना, म्हणजे विशिष्ट इच्छा, पूर्ण व्हावी म्हणून केलेले उपासनेचे प्रयत्न होत. तसा मनुष्य लौकिकदृष्ट्या आपापल्या विषयांतल्या अनेक गोष्टी पूर्ण व्हाव्या म्हणून त्याला आवश्यक ते प्रयत्न करीत असतो. तसं करणं आणि त्याचं जे फळ येईल किंवा जसं जेवढं येईल कदाचित काही येणारही नाही - ते स्वीकारणं, हे खरंतर रास्त आणि बरोबर आहे. तो प्रयत्नवादाचा राजमार्ग आहे. पण काही वेळा त्याच्या प्रयत्नांना अपेक्षित यश मिळत नाही. त्याला अजून लौकिक प्रयत्नांपेक्षा अशा दैवी प्रयत्नांची, उपासनेची जोड द्यावी, असं वाटतं. तेव्हा होणारी उपासना, ही तशा लौकिक कामांसाठी केलेला प्रयत्नच असतो. पण तो सकाम असल्यामुळं ती उपासना सकाम ठरते. आपल्याकडं पूर्वापार चालत आलेली स्तोत्रं, मंत्र, व्रतवैकल्य - अशा गोष्टींतही फलश्रुती दिलेली असते. त्यात लौकिकातल्या अनेक गोष्टी त्या त्या

व्रतं, स्तोत्रं यांच्या उपासनेमुळं साध्य होतील, असं लिहिलेलं असतं. म्हणून ते मार्गही अशा सकाम उपासनेसाठी वापरले जातात.

१४.२. सकाम उपासना ही थोडी सदोष अशासाठी आहे की,

१. त्या त्या लौकिक गोष्टींसाठी करायचे योग्य प्रयत्न दुर्लक्षित होऊन, आवश्यक असा प्रयत्नवाद लटका पडून, मनुष्य दैववादाकडं झुकतो.

२. ज्या इच्छा या निमित्तानं पुऱ्या करायच्या, त्या लौकिक, ऐहिक असल्यामुळं एकतर त्या योग्य असतीलच असं सांगता येत नाही. त्या स्वार्थी असतात एवढं तरी नक्की. त्यामुळं त्या पुऱ्या होऊन इच्छेच्या यंत्रणेप्रमाणं पुन्हा नवीन इच्छा, त्यासाठी पुन्हा उपासना - अशा चुकीच्या चक्रात मनुष्य पुन्हा अडकण्याची शक्यता असते, ज्यातून मनुष्य कधीच सुटत नाही.

३. उपासनेचं मूळ उद्दिष्ट हे माणसाला उपास्यदेवतासारखं निष्काम, निरिच्छ करण्याचं असल्यामुळं, सकाम उपासना करणं मूळ उद्दिष्टाला धरूननसतं, म्हणून ते उचित आणि आदर्श मानलं जात नाही. कनिष्ठ समजलंजातं.

१४.३. मग सकाम उपासना थेट निषिद्ध आहे, असं का म्हणता येत नाही किंवा करूच नये असं का सांगता येत नाही. त्याला दोन कारणं आहेत.

१. एक माणूस म्हणून, प्रत्येक मनुष्य आणि त्याचे प्रयत्न अपुरे असणार, हे उघड आहे. कार्य कोणतंही असो, या अपूर्णतेमुळं प्रयत्न करतानाही त्याला जी यशाबद्दलची साशंकता मनामध्ये राहाते, ती घालवण्यासाठी त्याला निश्चिंतता देईल असं मनोबल लागतं. जसं उत्तम अभ्यास केलेला विद्यार्थीसुद्धा अव्वल यशाबद्दल थोडा साशंक राहातो आणि जाताना घरातल्या मोठ्यांना,

देवांना नमस्कार व प्रार्थना करून निघतो. त्यावेळी त्याचं मनोधैर्य वाढतं. थोरामोठ्यांनी दिलेल्या आशीर्वादांमुळंसुद्धा असं धैर्य वाढवून, त्याचेच प्रयत्न अधिक उत्तम दर्जाचे होतात. यात एक पूरक प्रयत्न म्हणून नमस्कार,प्रार्थना,आशीर्वादासाठी विनंती- अशा येणाऱ्या कृती या प्रयत्नांना पूरक असून त्या सकाम असल्या तरी, क्षम्यच आहेत. उलट यशातला इतरांचा-देवाचा वाटा लक्षात येऊन अहंकार निर्माण न होण्यासाठी एवढी सकाम उपासनाही पूरक आणि उचित आहे.

२. अनेक परिस्थिती अशा येतात की, माणूस एकटा असो आणि असाध्यआजार, वेदना, अपघात - यांसारखा प्रसंग असो किंवा माणसांचा प्रचंड समुदाय असो आणि अतिवृष्टी, सुनामी यांसारखे प्रलयकारी प्रसंग असोत - त्यांच्यापुढं कोणतेही मानवी प्रयत्न करूनही तो हतबल ठरतो. हतबल किंवा अगतिक माणसानं मदतीसाठी अशा प्रसंगी आपल्यासारख्याच दुसऱ्या दुबळ्या माणसाला हाक मारण्यापेक्षा कुठल्या समर्थ, अज्ञात पण त्याची श्रद्धा असलेल्या ईश्वराला हाक मारणं, स्वाभाविक असतं. अधिक तर्कशुद्ध असतं. त्यावेळी ती हाक म्हणजे सकाम उपासनाच असते. पण ती अपरिहार्य आणि क्षम्यही असते.

१४.४. लहानपणापासून वृद्धपणापर्यंत कदाचित मानवी अपूर्णपणामुळं असेल, कदाचित प्रवृत्ती म्हणून असेल, दूधपाण्यासारख्या साध्या गरजांसाठी आईजवळ मागण्यापासून आत्मकल्याण लक्षात येऊन, 'हेचि दान देगा देवा।' असं देवाजवळ मागण्यापर्यंत माणसांच्या सकामतेची एक आर्त परंपरा आहे. तिच्यात फार दोष नाही. फक्त सकामतेची सवय लागून मनुष्य मोठा होत जाईल तसा स्वावलंबी आणि समर्थ व्हावा, हा जो निसर्गक्रम आहे, तो सांभाळीत गेलं तर, मग हळूहळू सकाम उपासनासुद्धा प्रमाणानं कमी

होत जाऊन, हळूहळू निष्काम बनेल आणि तिला तुझा विसर न व्हावा, असं मागण्याएवढी निष्कामतेची उंची येईल. ती येते आहे ना, हे पाहात राहणं, यात खरं उपासनेच्या प्रगतीचं मर्म आहे !

प्र.१५. अनेक प्रकारच्या उपासना दिसतात. उपासनांचे अनेक पंथही दिसतात. अनेक व्यक्ती वर्षानुवर्षं उपासनाकेंद्रात नियमानं जाताना दिसतात. त्या अर्थानं त्यांच्यात फार विधायक फरकही दिसत नाहीत. उपासना करायची इच्छा असली तरी, आदर्श उपासना कोणती आणि तिच्याकडं कसं जाता येईल ?

→ १५.१ उपासनेचे तीन प्रमुख टप्पे आहेत. आपली उपासनेची कदाचित पूर्वीची काही बैठकही असू शकते. तसंच यांतला कोणताही टप्पा असला तरी,यासाठी लागणारी अनुकूलताही प्रत्येकाला सारखी असेल, असं नाही. पण आदर्श उपासनेकडं जाण्याची एक दिशाआणि कल्पना जर स्पष्ट असेल तर, व्यक्ती आपापल्या परिस्थितीप्रमाणंत्यातला मार्ग काढीत शेवटी 'याचि देही' देवस्वरूप होण्याचं किंवा आपल्या खऱ्या स्वरूपाशी तादात्म्य होऊन व्यवहारात राहण्याचं आपलं ध्येय खचितच गाठू शकेल.

१५.२.

सामुदायिक उपासना : प्रार्थना, ध्यान, नाम, वाचन, श्रवण, भजन, यात्रा, वारी, अन्नदान कुठल्याही उपासनेसाठी, ती करण्यात सहमत असलेल्या व्यक्तींची एकत्र येऊन विशिष्ट वेळी व वारी ती करणं, ही एक प्राथमिक स्वरूपाची सामुदायिक उपासना होय. तिचे फायदे असे की, समूहामुळं उपासनेला एक प्रकारचं बळ मिळतं, जोर येतो,

नियमितता येते. साधं नामाला बसलं तरी, एकटा, कदाचित कंटाळून तासात उठेल, पण आजूबाजूचे चार कट्टर साधक उठले नाहीत, म्हणून त्याच्याकडूनही दोन-तीन तास बसणं होईल. श्रवणानं काही शंकांचं निरसन होणं, खुलासा होऊन आपला मार्ग स्पष्ट होणं, इतर साधकांनी केलेल्या साधनेचा परिणाम म्हणून अशा सामुदायिक ठिकाणी निर्माण झालेल्या वातावरणाचा चांगला परिणाम आपल्यावरही होऊन आपल्या मनाची एकाग्रता,श्रद्धा,प्रयत्नांची कुवत - यांत वाढ होणं, काही उपासना प्रकारांना व्यक्तींची, साहित्याची इत्यादी मदत लागते. ती सामुदायिक उपासनेमुळं होणं. असे अनेक फायदे सामुदायिक उपासनेमुळं होतात.

या उपासनेतले काही दोष किंवा त्रुटी अशा की, व्यक्ती सामुदायिक उपासनेसाठी एकत्र आल्या तर त्या व्यक्तींचे अनुभव, आग्रह, मतं, उपासनेची तयारी ही सारखीच असेल, असं नसल्यामुळं कोणती उपासना किती वेळ, का करावी - याबद्दल भेद-मतभेद होणं, गट पडणं, त्या ठिकाणीही विशिष्ट उपासनेचे आग्रह धरणं, व्यवस्थापन किंवा पैसा, जागा, पदं-अशांमुळं त्याचं आकर्षण वाटून त्यांच्यात नकळत स्पर्धा, हेवेदावे, चढाओढ सुरू होऊन त्या समुदायाला, सामुदायिक उपासनेला, रुसव्याफुगव्यांच्या, दांभिकतेच्या बडेजावाच्या एखाद्या कार्याचं - लग्नसमारंभाचं स्वरूप येणं, मतभेद आटोक्यात ठेवू न शकणाऱ्या, ते नाहीसे करू न शकणाऱ्या व्यक्तींनी एकमेकांना टाळणं, त्यात कटू चर्चा, प्रसंग घडणं. त्याच्यावर बाहेर भेटल्यावर अकारण चर्चा करणं, अपेक्षित लोक आले नाहीत म्हणून कोरमअभावी सभा तहकूब व्हावी तशी उपासना रद्द करणं, जमलेल्यांनी प्रापंचिक गप्पा मारून घरीपरतणं - अशा प्रकारच्या उपासनेला नियमितता यावी म्हणून, नेमून दिलेली उपासना यांत्रिकपणे म्हणून मोकळं होणं. चित्तावर त्याचा कुठला ठसा न उमटणं - असे उपासनेच्या मूळ उद्दिष्टापासून दूर जाणारे अनेक दोष सामुदायिक

उपासनेत शिरतात. मनुष्याच्या मनाची मूळ ठेवण प्रपंचाची असल्यामुळं, सामुदायिक उपासनेच्या नावानं - भले ती कोणत्या केंद्रात चालो, देवळात चालो, मठात चालो, संस्थानात चालो, तो एक सामुदायिक उपासना नावाचा प्रपंचच बनतो. एकत्र आल्यावर दोष काहींच्या लक्षात आले तरी, साऱ्या समूहाला त्यातून आवरणं कठीण जातं. म्हणून अनेक वर्षं सामुदायिक उपासनेला जाऊनसुद्धा व्यक्तींच्या ठिकाणी खरं आदर्श, विधायक परिवर्तन दिसायला हवं, ते दिसत नाही. त्यात पुन्हा पंथ, उपासना, प्रकार, पद्धती, गुरू, दैवतं - अशांचे दुराग्रह धरणाऱ्या व्यक्तींची भर पडली, तर मग मूळ उपासनेपासून किती दूर जायला होतं, याची कल्पना केलेली बरी.

एकट्याला उपासनेचं महत्त्व लक्षात येत नाही, बळ कमी पडतं, नियमितता टिकवणं अवघड जातं, खऱ्या उपासनेचं स्वरूप लक्षात येत नाही - अशा काही कारणांसाठीच केवळ सामुदायिक उपासनेचा आधार घ्यावा लागतो. तेवढा घ्यावा आणि लवकरात लवकर पुढच्या टप्प्याकडं जावं, हा मध्यम मार्ग आहे.

१५.३. कौटुंबिक उपासना : सामुदायिक उपासनेतले दोष टाळण्याचा एक प्रयत्न म्हणून कौटुंबिक उपासना, हा एक मधला आदर्श टप्पा आहे. त्याचे फायदे मुळातच कुटुंबातल्या व्यक्ती रोज एकत्र असल्यामुळं उपासनेची वेळ ठरवणं, त्यावेळी एकत्र येण्यासाठी, प्रवास, तयारी, जागा - अशा मदतींची गरज न लागणं. साधारणतः कुटुंबावर एकाच प्रकारच्या उपासनेचे संस्कार स्वाभाविकपणे होत असल्यामुळं, उपास्याबद्दल, करायच्या उपासनेबद्दल मतभेद कमी असणं, त्या निमित्तानं सर्व एका पातळीवर येऊन कौटुंबिक विसंवाद कमी व्हायला मदत होणं, त्याला विराम मिळणं, जाण्यायेण्याच्या वेळा, कामं यांसाठी करावे लागणारे बदल किंवा उपासनेत नावीन्य टिकवण्यासाठी करावे लागणारे बदल - यांसारख्या बाबतीत चटकन

निर्णय घेता येणं, घरात उपासनेमुळं निर्माण होणारी शांतता, सुसंवाद, स्पंदनं - यांचा सर्वांनाच आपापल्या इतर कामांतही लाभ मिळणं - असे फायदे या कौटुंबिक उपासनेत होतात. तरीही कुटुंबातले सर्व सदस्य यात नसले किंवा त्यांच्यात मतभेद असले, सर्वांना सारखा मान देण्याची प्रवृत्ती नसली, वेगवेगळे पंथ एकाच घरात शिरले असले तर, हाही एक छोटा समुदायच असल्यामुळं त्या साऱ्यांचेपडसाद या कौटुंबिक उपासनेतही उमटतात. वेळा, प्रकार, पद्धती यांत मतभेद होऊन या उपासनेतही विघटन होऊ शकतं.

१५.४. वैयक्तिक उपासना : ज्यांच्या घरी कौटुंबिक उपासना ऐक्य भावानं, श्रद्धेनं, प्रेमानं घडते ते भाग्यवानच होय. पण ती घडली किंवा वरच्यासारखे दोष उद्‌भवून न घडली तरी निसर्गक्रमाप्रमाणंच वैयक्तिक उपासनेकडं जाणं, हा सर्वांत आदर्श, टिकाऊ आणि सर्वश्रेष्ठ प्रकार होय. घरात कितीही माणसं असली तरी, मनुष्य जसा मनानं एकटा असतो आणि त्यातून येणाऱ्या सुखदुःखाचा, नैराश्याचा तो एकटाच धनी असतो. त्यावर मार्ग काढणारा तो एकटाच असतो आणि असा एकट्यानं काढलेला मार्गचत्याला आजन्म टिकवता येतो. त्यामुळं ही वैयक्तिक उपासनाच आदर्श, श्रेष्ठ ठरते.

तसा जीव म्हणूनही व्यक्ती एकटी असते.निसर्गरचनेनुसारसुद्धा एकटीच असते. ती मुक्त होते, तीही एकटीच होते. त्यामुळं तिची उपासना अखेर एकट्याची असणं, व्यक्तिगत असणं, हे अत्यंत स्वाभाविक आहे.

थोडा सामुदायिक किंवा कौटुंबिक उपासनेचा आधार घेऊन, सत्संगानं खरा उपासनेचा उलगडा करून घेऊन, जर मनुष्य व्यक्तिगत उपासनेकडं वळला तर, त्यासारखं चांगलं काही नाही. व्यक्तिगत उपासनेमध्ये धोके किंवा तोटे नाहीत, असं नाही - कुठलं बंधन नसल्यामुळं अनियमितता येणं, एखादा प्रकार आवडला म्हणून

एककल्लीपणे तोच करीत राहाणं, इतर कुणाचा संपर्क नसल्यामुळं स्वतःचे दोष लक्षात न येणं - असे काही दोष यांत असतातही. पण सावधानतेनं, सद्गुरूंच्या मदतीनं, श्रेष्ठ साधनी व्यक्तींना अधूनमधून भेटत राहून, सद्ग्रंथांच्या मननानं ते टाळता येणं, शक्य असतं.

उलट व्यक्तिगत उपासनेत होणारे फायदेच जास्त असतात. एकट्यानं साधना करण्यात कस लागला तरी, मिळणारं फळही कसदार असतं. स्थळ, काळ, वेळ, उपासनाप्रकार, साधनं, मतभेद, तुलना, संघर्ष, स्पर्धा- अशा असंख्य उपाधींपासून व्यक्तिगत उपासना मुक्त असते. यात्रा केली, वारी केली, केंद्रात गेलो,संस्थानात गेलो, मठात गेलो, गुरुस्थानी गेलो तरी, एक ठरावीक मुदत संपली की, पुन्हा आपल्याला आपल्या घरी यावं लागतंच ना ? नित्याचे व्यवहार करावेच लागतात ना? कौटुंबिक अडीअडचणी, नोकरीउद्योग- यांत वावरावं लागतंच ना?मग हे सारं जर माझं नित्याचं जीवन आहे तर, त्यात मला सदैव खऱ्या उपासनेच्या वृत्ती टिकवणारी,व्यक्तिगत उपासना हीच खरी टिकाऊ आणि सर्वश्रेष्ठ नव्हे काय?

विश्वात भरून उरलेल्या ईश्वराशी तादात्म्य व्हायचं असो, किंवा स्वतःत खोल उतरून, आत्मस्वरूपाशी, स्वस्वरूपाशी तादात्म्य व्हायचं असो, शेवटी सागरात मिसळून विश्वात्मक होतो, तो आपल्या व्यक्तित्वाचा स्वतंत्र वाटणारा थेंबच. तो विरघळून टाकायला, पाण्यात विरघळायला, जसं पाण्याचे सारे गुणधर्म थेंबात आणावे लागतात, म्हणजे उदाहरणार्थ तो थेंब तेलाचा किंवा थेंबाएवढ्या आकाराचा दगड चालत नाही. तसं व्यक्तीतले, आदर्श ईश्वरस्वरूपाशी न जुळणारे, सारे दोष काढून, त्याला पाण्याच्या थेंबाइतकं स्वरूप देणं, हे उपासनेचं कार्य असतं. ते व्यक्तीला, व्यक्तीच्याच पातळीवर करावं लागतं. तेव्हाच एक अत्यंत आदर्श उपासना घडते, म्हणून ती व्यक्तिगत असते आणि सर्वश्रेष्ठही असते. ती आपल्याला कळावी आणि साधावी, हीच ईश्वरचरणी प्रार्थना !

प्र.१६. उपासनेचे अनेक प्रकार आढळतात. आदर्श उपासनेचे काही निकष सांगता येतील का ?

→ याबद्दल काही सामान्य निकष पुढीलप्रमाणं सांगता येतील :

१६.१ थोडी, रोज व योग्य प्रमाणात घडणं :

उपासनेचा प्रकार कुठलाही असला तरी, एखाद्या उदाहरणानं हे स्पष्ट करता येईल. जिथं नामस्मरणाची उपासना सांगितली जाते तिथं निदान रोज एक माळ करा, असं सुचवलं जातं किंवा माळेवर जप नसेल तर, रोज अर्धा तास तरी नामाला-नेमाला बसत जा, असं सुचवलं जातं. अनेक जण ते ऐकतात, वर्षानुवर्षं करतातही आणि अजिबात न करण्यापेक्षा हे चांगलं असलं तरी, आदर्श उपासनेत 'एक माळ' याचा अर्थ 'एकच माळ' असा सोयीनं घेऊ नये. मूल वाढत जातं. दोन घास खातं, ते हळूहळू वयाप्रमाणंवीस-पंचवीस घास खातं. आपले इतर व्याप वयाबरोबर, कुटुंब, नोकरी-उद्योगाबरोबर वाढत जातात. तर मग आपलं नाम एका माळेचं दहा माळा, वीस माळा असं होणं योग्य नाही का ? जसं थोडं व्हावं हे बरोबर आहे. रोज व्हावं हे बरोबर आहे, तसं ते प्रमाणानं योग्य व्हावं, पुरेसं व्हावं, हेही आवश्यक आहे. तर ते आपल्या प्रपंचालाही उपयोगी पडेल आणि उपासनेतल्या प्रगतीलाही.

१६.२. प्रपंचाच्या ठेवणीनुसार असणं :

सर्वांची वयं सारखी नाहीत, व्यवसाय-उद्योग सारखे नाहीत, शारीरिक कुवती सारख्या नाहीत - हे लक्षात घेतलं तर, उपासनासुद्धा प्रपंचाच्या, व्यक्तीच्या ठेवणीनुसार असणं आदर्श राहील, हा विचार अर्थात ज्यानंत्यानं करावा. उदाहरणार्थ, विद्यार्थ्याला मुख्य विद्याभ्यास आहे. पण तो अधिक चांगला साधावा, एकाग्रता लाभावी, भरकटू

नये, करमणुकी-चैन-पैसा-कुसंगती यांपासून दूर राहावं, अपयशातही शांतता टिकवून पुन्हा प्रयत्नाला लागण्याची उमेद राहावी, प्रयत्नांना योग्य दिशा असावी - अशी कामं उपासना साधून देत असते. त्यामुळं निदान अर्धा तास उपासना करणं, हे प्रमाण त्यांच्या वर्गाला योग्य होईल. तीच परिस्थिती नोकरदाराला, उद्योजकाला, त्याच्या कामात येणाऱ्या ताण-तणाव, निर्णयक्षमता, संतुलन, व्यावसायिक अनिश्चितता, स्पर्धा - अशांना तोंड देताना होणाऱ्या उपासनेच्या उपयोगाची आहे. सर्वसाधारण या वर्गातल्या मंडळींना सकाळ-संध्याकाळ अर्धा-अर्धा तास उपासनेची किमान गरज आहे. गृहिणी, निवृत्त माणसं - अशांसारख्या व्यक्ती आपली अत्यावश्यक कर्तव्य उरकली की, उलट अनेक मार्गांनी उपासना करू शकतात. त्याचं प्रमाण त्यांना उपलब्ध होणाऱ्या वेळेवर त्यांनी ठरवावं.

१६.३. अतिरेक किंवा टोकं टाळणं :

अनेक वेळा उपासनेची आवड वाटते. करण्यानं उत्साह निर्माण होतो. काही वेळा सत्संगात तात्पुरती उत्तम उपासनाही होते. पण यामुळं आपल्या वैयक्तिक उपासनेतही एकदम वाढ करावी, ती तासन्‌तास करावी, असं वाटू लागतं. अतिउत्साहात केलेली अशी उपासना फार काळ टिकत नाही. मग उगाचच निराशा येते. ती टाळण्यासाठी आपण करतो ती उपासना रोज टिकवता येण्याइतपत असणं आणि ती ठरवताना, अतिरेक टाळणं, हेही गरजेचं आहे. काही वेळा उपासनेचा संबंधशरीर प्रकृतीशीही असतो. उपासनेनं येणारी शांतता उपयुक्त असली तरी, मेंदूला ती झेपण्याची सवय व्हावी लागते.मग असे अतिरेक त्रासदायक ठरतात,ते कृपया टाळावेत.

याचं दुसरं टोक अतिकमी उपासना असणं हेही आहे. बाळाचं झबलं जसं कॉलेजयुवकाला पुरत नाही, तशी कुठंतरी दोन-

पाच मिनिटांची उपासना आपल्या मोठेपणीच्या व्यवहाराला अपुरी ठरते. अशा वेळी ती नसल्यासारखी होऊन आपण मात्र उगाचच रोज उपासना केल्याच्या भ्रमात राहातो, तिच्या परिणामांची अपेक्षा करतो. ते दिसत नाहीत म्हणून उपासनेला किंवा गुरूंना दोष देतो. म्हणून हेही टोक टाळणं आवश्यक आहे.

काही वेळा उपासना अतिकोरडी असते. एखादं काम उरकावं, तसं स्वरूप अशा उपासनेला असतं. वेळ झाली म्हणून एखादं स्तोत्र म्हणणं, नाम घेणं, दर्शन घेणं - यांत ते केल्यासारखं दिसत असलं तरी त्यात भाव, कृतज्ञता, करण्यामागचं प्रेम - या गोष्टींचा अभाव असल्यामुळं या कोरड्या उपासनेनं उपासकांत फरक पडत नाही. त्याला खऱ्या अर्थानं उपासनेचा लाभ होत नाही.

आणखी एक टाळण्यासारखं टोक म्हणजे उपासनेत अतिभावनिकता असणं.अनेक जणांना आपल्या गुरूंचं, उपास्यदैवतांचे आपल्यावरचे उपकार आठवतात, त्यांनी वाचवल्याचे प्रसंग आठवतात, त्यांनी केलेला सांभाळआठवतो - हे सारं उपासनेला प्रेरणा म्हणून आणि त्यात भाव येण्यासाठी पूरक नक्कीच असतं. पण त्यामुळं ते अतिभावनिक होतात आणि डोळ्यांना पाणी येत राहातं. भावनेचा उपयोग असला तरी, शेवटी गुरूंना काय, उपास्य दैवताला काय आपल्याकडून उपासना घडण्यात अधिक आनंद असतो. महाराजांनी मला मुलासारखं - मुलीसारखं जपलं - हे वाटणं चांगलं असलं तरी, त्यांनी हे लक्षात घेण्याची गरज जास्त आहे की, असं म्हणून डोळ्यांत पाणी आणून ते सर्वांना सांगण्यापेक्षा त्यांना जे आवडतं ते नाम अधिक मनापासून, कसून घेऊन आपण त्यांना आपले वडील असल्यासारखा आनंद देण्याची गरज जास्त आहे ना ? म्हणून अतिभावनिकतेचं टोकही टाळावं.

१६.४. उपासनेला सत्संगाची जोड असणं :

उपासना अखेर एकट्याचा विषय असला तरी, शक्यतेनुसार त्याला निदान अधूनमधून सत्संगाची जोड दिली तर, त्याचा आपल्याला उपासनेत पुढं जायला फायदा होतो. ते करताना, मोठी संख्या, हजारोंची गर्दी, खाणीपिणी, प्रसाद,पदार्थ, मोठमोठे फोटो, पुतळे, आरास - असल्या गोष्टींवर सत्संगाची परीक्षा करू नये. त्या ठिकाणी सत्प्रवृत्तीच्या निःस्वार्थी व्यक्ती किती आहेत, आपल्याला तिथं गेल्यामुळं चित्ताला शांतता, उपासनेची, नामाची बुद्धी सहजपणे किती होते, वाढते - या खऱ्या सत्संगाच्या काही खुणा आहेत. भले तिथं चार माणसं कमी असली तरी, चालतील. पण अशा सत्प्रवृत्त उपासनी माणसांच्या संगतीनं आपली नकळत प्रगती होत असते. म्हणून ही सत्संगाची जोड देण्याची गरज आहे. सत्संग ही जणू भगवंताच्या कृपेचा सुगंध दरवळत ठेवणारी दुसऱ्या कुणीतरी लावलेली उदबत्ती असते. आपली वृत्ती शुद्ध आणि प्रसन्न करण्याचं काम तिथं नुसत्या जाण्यानंसुद्धा होतं.

१६.५. नैमित्तिक उपासनेची जोड देणं :

खरं तर उपासना ही नित्याची आणि वैयक्तिक आहे. पण तिचा जोर वाढण्यासाठी अनेकदा तिला काही निमित्तानं घडणाऱ्या - नैमित्तिक - उपासनेची जोड दिली तर, त्याचा उपयोग होतो. ही निमित्तं म्हणजे जयंती असेल, पुण्यतिथी असेल, एकादशी असेल, एखादी मासिक, वार्षिक यात्रा असेल, सत्पुरुषांचं दर्शन असेल, पुण्यक्षेत्री जाणं असेल - त्या त्या वेळी मिळणाऱ्या सात्त्विक बळानं आपली उपासना अधिक वाढते.

१६.६. उपासना वृत्तिप्रधान असणं :

सर्वसाधारणपणे उपासना म्हणजे काही कृती असतात. त्या कृतींना खरंतर आपली वृत्ती भगवंताशी जोडावी, आपली वृत्ती शुद्ध करावी - असे मूळ हेतू असतात. पण कर्मं करता करता उपासना

हळूहळू एवढी कृतिप्रधान, कर्मप्रधान बनत जाते की, या हेतूंचं विस्मरण कधी होतं, हे सांगता येत नाही. त्यात पुन्हा कर्मांत आपल्याला मूळ हेतूपासून बाजूला घेऊन जाण्याची शक्ती असते. मग दानाचं कर्म घडतं, ती मूळ उपासना असते. पण फोटो काढून, पाटी लावून तेच कर्म आपल्याला मूळ हेतूपासून दूर नेतं. दानाचा मूळ हेतू माझा लोभ कमी व्हावा, हे बाजूला राहून उलट प्रसिद्धीचं लोढणं उगीच गळ्यात पडतं आणि दूर जायला होतं. म्हणून आपल्या उपासनेच्या कुठल्याही कृतींनी आपल्या वृत्तीवर होणारा परिणाम जर तपासत राहिलो तर, ती उपासना वृत्तिप्रधान ठेवणं टिकवता येतं आणि त्यानं खरा लाभ होतो.

१६.७. उपासना झीज-झळप्रधान असणं :

उपासनेत काही कृती तर येतातच. त्यासाठी माणसं राबतात. शरीरानं झिजतात, पैसा खर्च करतात, सेवा करतात पण हे क्वचित पाहातात की, याची मला वैयक्तिक झळ किती लागली ? उदाहरणार्थ, आपण अनेकदा असं वाक्य ऐकलं असेल की, आम्ही अमुक एक उत्सव केला आणि शेवटी विशेष म्हणजे उत्सवाला जेवढा खर्च आला तेवढेच पैसे पेटीत जमले होते. अनेकजण हा गुरुकृपेचा अनुभवही समजतात. पण विचार करून पहावं की, आपण उत्सवात राबलो हे खरं, पण उत्सवाचा खर्च किंवा तोशीस आपल्याला पडू न देणं, ही गुरूंची कृपा नसून, आपल्या बेसावधतेची परीक्षा आहे. आपण ज्याला सेवा समजलो त्याचं आपण काही घेतलं नाही, हे खरं असलं तरी, असं आपल्यासाठी गुरूही कितीतरी राबतात आणि काही घेत नाहीत. मग आपली सेवा म्हणजे राबणूक झाली, ती तर आपण आपल्या घरच्या लग्नाकार्यांतसुद्धा करतो. तिला तर काही आपण उपासना समजत नाही. म्हणजे आपल्याकडून आपल्याला वाटत असली तरी, धड सेवाही नाही आणि आर्थिक

झळ न पडल्यानं झीजही नाही. म्हणून उपासनेच्या उपक्रमांत वैयक्तिकरित्या मला स्वतःला किती झळ पडली, तो उपासनेचा निकष आहे. तो ज्या प्रमाणात पाळीन, त्या प्रमाणात माझी उपासना होईल. कार्यक्रम केवढाही मोठा दिसत असला तरी, ती असंख्य लोकांनी काढलेली रांगोळी आहे, म्हणून मोठी दिसते आहे. त्यावर जाण्यात अर्थ नाही. मला निदान एखाद्या रेघेची किंवा ठिपक्याची तरी झळ लागली का, ते पाहावं. तेवढीच उपासना माझ्या खाती जमा होणार.

१६.८. उपासना कौशल्यपूर्ण असणं :

उपासनेतलं कौशल्य हा उपासनेचा प्राणभूत निकष आहे. प्रपंचाचे इतके प्रकार असताना, त्यात अनेक अडीअडचणी असताना, उपासनेत आवश्यक गुप्तता टिकवताना, आपल्या कुवती कमीजास्त असताना, अनेकांच्या उपासनेबद्दल प्रतिक्रिया वेगवेगळ्या असताना, काही साधनं चांगली पण कठीण असताना, आपल्याला प्रपंचाची, समाजाची इतकी कर्तव्यं असताना - उपासना करणं, टिकवणं म्हणजे खरोखर एक विलक्षण कौशल्य आहे. त्याचा विचार करावा तेवढा थोडा आहे. त्यासाठी अनेक मार्ग अवलंबता येतील. प्रपंचात इतर लोक प्रतिकूल असतील तर, विषय न होऊ देता, त्यांची कामं त्यांच्या अपेक्षेप्रमाणं उरकून उपासना करणं, प्रपंचातल्या अडीअडचणींच्या वेळेला उपासनेच्या वेळा, संघर्ष न होऊ देता सांभाळणं, इतरांचा विरोध असेल तर, मौन- मौनजप-मानसपूजा - असे मार्ग अवलंबणं, आपल्याला सत्संगासाठी - उपासनेसाठी पारायण, संख्यात्मक जप करण्यासाठी नेहमी गर्दी असणाऱ्या पण महत्त्वाच्या असलेल्या अशा एखाद्या समाधिस्थानी-क्षेत्राच्या स्थानी जाणं आवश्यक वाटत असेल तर, लौकिकातल्या अशुभाच्या कल्पनेमुळं सहसा कुणी फिरकत नसल्यानं तिथं गर्दी नसलेला

पक्षपंधरवड्यासारखा काळ निवडणं, वेळी थोड्या काळासाठी जपाच्या वेळी फोन, बेल बंद ठेवणं, आपलं साधन एकट्याला स्वावलंबीपणे करता येईल- उदा. पेटी-तबल्याविना भजन किंवा नाम - असं साधन निवडणं - असे असंख्य कौशल्यपूर्ण मार्ग हा निकष पूर्ण करण्यासाठी अवलंबण्यासारखे आहेत.

१६.९. उपासनेचा आढावा घेत असणं :

घरात काय, व्यवसायात काय, नोकरीत काय आपण वेगवेगळ्या कारणांसाठी ठरवलेल्या उद्देशांचा, त्याप्रमाणं केलेल्या कामांचा, राहिलेल्या गोष्टींचा काही ठरावीक काळानं आढावा घेत असतो. चांगल्या आणि यशस्वी व्यवस्थापनाचं ते एक लक्षणही आहे. तसंच उपासनेच्या बाबतीत आपण जे विविध उपक्रम, संकल्प करतो, त्यांचा साप्ताहिक, मासिक, सहामाही, वार्षिक - असा कुठल्या ना कुठल्या प्रसंगी आढावा घेण्यानं आपल्याच उपासनेतल्या स्थितीची आपल्याला नीट कल्पना येते. राहिलेल्या गोष्टींची जाणीव होते, प्रगतीची कल्पना येते, गरज असल्यास त्यानुसार पुढची कृती ठरवता येते - या साऱ्यासाठी आदर्श उपासनेमध्ये उपासनेचा नित्यनेमानं आढावा घेण्याची व्यवस्था असणं आणि ती पाळणं, हा एक अत्यंत उपयुक्त निकष आहे. याचा इथं उल्लेख करायला हरकत नाही की, ज्यांना या विषयी अधिक उत्सुकता आहे, त्यांनी उपासनांचे किती प्रकार सर्वसाधारण उपासकाला करता येतात आणि त्यांचे आढावेही कशाप्रकारे घेता येतात, त्याच्या नोंदी कशा ठेवता येतात - यांसाठी इथं प्रसिद्ध करण्यात आलेली 'उपासनेची नोंदवही' कृपया जरूर पहावी.

एवढं खरं की, उपासना आदर्श होण्यासाठी ती अशा विविध निकषांवर आपणच तपासून पहावी.

प्र.१७. उपासना हे अखेर एक कर्म आहे. कर्मं ही स्वभावतःच सदोष असतात, असं म्हणतात आणि ते अनुभवायलाही येतं. उपासनेच्या बाबतीत अशा काही त्रुटी, उणिवा, दोष -निर्माण होतात का ? ते कोणते ?

→ उपासनेत काही दोष नकळत निर्माण होतात, ते खालीलप्रमाणं :

१७.१ अश्रद्धा :

अनेकजण उपासना करतात, पण उपास्याबद्दल त्यांच्या मनामध्ये खरी श्रद्धा नसते. उपास्य देवाबद्दल आदर नसतो. गुरूंबद्दल श्रद्धा नसते. फक्त सांगितलं जातं म्हणून ते काही कृती करतात. अश्रद्धा हे एक प्रकारचं आंधळेपण असतं. ज्यानं स्थूल दिसू शकतं पण सूक्ष्म दिसत नाही. उपासना तर सूक्ष्माशी निगडित आहे. श्रद्धा म्हणजे सूक्ष्म पहायचे डोळे. ते नसले तर, हा दोष उपासनेत येतो. म्हणजे असं की, श्रद्धा असो नसो, मूर्ती पहायला अश्रद्धासुद्धा पुरते आणि दगडी आकृती दिसते. पण श्रद्धेचे डोळे असले म्हणजे तुकोबांसारखं विटेवरची काळी मूर्ती ही मन उन्मन करणारं 'सुंदर ते ध्यान' दिसतं, श्री दासगणू महाराजांसारखा तो 'उभा कैवल्याचा गाभा दिसतो'!प्रेरणा देतो, उपासना घडवतो.

१७.२. खंड :

उपासनेत सातत्य नसणं, खंड पडणं - हा एक दोष आहे. नियमानं दर्शनाला, सत्संगाला जाण्यात काही कारणानं एखाद्या वेळी खंड पडतो आणि त्या दोषाची जाणीव नसली तर, हे खंड वारंवार पडतात. कधी त्याचे प्रदीर्घ कालखंडही होतात आणि माणसं

उपासनेतून दूर जातात. मुलाचं-मुलीचं लग्न ठरतं, कामं पडतात, वाढतात, जपात खंड पडतो - हे खरं तर स्वाभाविक आहे. समजण्यासारखं आहे. पण लग्न झाल्यावरही पुन्हा मूळ उपासनेवर यायला होत नाही, हा दोष आहे आणि खरं सांगायचं तर, खंड पडल्याबद्दल खंत वाटत असणं, त्याबद्दल प्रायश्चित्त घ्यावं, असं वाटत असणं, उपासना भरून काढण्याचे प्रयत्न करीत असणं, हे त्यावरचे सात्त्विक उपाय आहेत. ते करावेसे न वाटणं, त्याची जाणीव नसताना खंड पडत राहाणं - हा खरा दोष, अपराध आहे.

१७.३. प्रमाणाचं अपुरेपण :

मनुष्य वेगवेगळ्या बाजूंनी अपूर्ण आहे, सदोष आहे. त्याला पूर्णत्व गाठायचं आहे म्हणून तर, उपासना करायची आहे. आपल्यातलं अपुरेपण कदाचित वृत्तीचं असेल, कदाचित विकारांचं असेल, ते किती आहे, त्याची कल्पना आपल्याला आपल्या व्यवहारावरून येऊ शकेल. गुरू किंवा कुणी जवळची माणसंही ते आपल्याला सांगू शकतील. हा एक प्रकारचा भवरोगच आहे. इतर रोगांत जसं रोगाच्या प्रमाणात औषध घेतात,तसं आपल्या आजाराच्या प्रमाणात आपलं उपासनेचं औषध नको का ? पण आपण पाचशे एम्.जी.चं काम पाच एम्.जी.वर भागवायला गेलो तर,ते अपुरंठरतं आणि आजारात फरकही पडत नाही. मग त्याचा दोष औषध देणाऱ्या डॉक्टरना नसून आपण कमी प्रमाणात घेतो, याला आहे. तसंच एखादं साधनसुद्धा नीट पूर्ण न करणं आणि त्या अर्थानं ते अपुरं असणं, हासुद्धा असाच दोष आहे. जसं एखादं पारायण हातात घेतलं किंवा विशिष्ट पारायणांची संख्या ठरवली आणि ते साधन मध्येच सोडून दिलं तरीही या अपुरेपणाचा दोष येतो.

१७.४. संदेह :

माणसाच्या ज्ञानाला, कर्माला जी एक मूलभूत अपूर्णता आहे, तिच्यापोटी त्याच्या मनात सतत संदेह असतो. अमुक एक गोष्ट केल्यानं अमुक एक होईल, याची निःसंशय खात्री त्याला कधी वाटत नाही. मग एखाद्या डॉक्टरांनी जसं आपण हे देऊन पाहू, ते देऊन पाहू, बरं होईल अशी आशा आहे, न झाल्यास आपण बदलू, असं म्हणावं, तसं काहीसं माणसाचं आयुष्यभर सुरू असतं. त्या अर्थानं संदेह हा अश्रद्धेचा एक साथीदार आहे. त्यामुळं तो अश्रद्ध माणसाची साथ आयुष्यभर करतो. याला एकच अपवाद आहे, तो म्हणजे अज्ञानी माणूस. त्याला कशाचीही खात्री वाटते, शंका येत नाही. पण तो अपवाद समजावा. उपासनेत संदेह हा - संशयात्मा विनश्यति - तसा नाश करणारा आहे. नाम घेतो पण त्यानं आपलं काम होईल की, नाही, अशी शंका, संशय मनामध्ये राहिला तर, तो दोष नामाला लागतो, साधनाला लागतो. त्यामुळं होणारं काम हा दोष विनाकारण अडवतो, बिघडवतो. म्हणून जे साधन आपण ठरवलं आहे त्याच्या बाबतीत निःसंदेह राहून ते करावं आणि हा दोष टाळावा.

१७.५. तुलना :

माणसाच्या स्वभावात जे अनेक दोष आहेत,त्यांतला तुलनेचा दोष हा एक प्रधान दोष आहे. चांगलं-वाईट कळण्याइतपत तुलनेचा एक व्यावहारिक उपयोग सोडला तर, बाकीच्या तुलना माणसाचा प्रपंचातही घात करतात आणि परमार्थातही. साधनेमध्ये दुसऱ्याचा जप, त्याची प्रगती, त्याच्यावर असलेली गुरूंची कृपा, त्याची चाललेली साधनं, त्याला असलेल्या अनुकूलता - अशा असंख्य गोष्टींची तुलना मन सवयीनं अकारण करीत रहातं आणि ही तुलनेची

वाळवी आपलं साधन केव्हा खाऊन जाते, ते कळतही नाही. म्हणून या दोषाबद्दल सावध राहावं.

१७.६. अधीरता :

अनेकांचा अधीरतेचा एक स्वभाव असतो. प्रपंचातल्या व्यावहारिक कामांतसुद्धा एका विशिष्ट धीराची, थांबण्याची एक गरज असते तर, साधनेनं स्वतःत बदल घडवून आणण्यासाठी धीर धरण्याची किती गरज असेल, पण अनेकांच्या हे लक्षात येत नाही आणि साधनेनं आपल्यात लगेच बदल व्हावेत, आपल्याला साधनेचे अनुभव यायला लागावेत-असल्या अनेक कल्पना या अधीरतेच्या दोषामुळं उद्‌भवतात. म्हणून श्री साईबाबा जी सबुरी सांगत, ती रोज डोळ्यांसमोर ठेवावी.

१७.७.सांगितलेलं साधन न करणं किंवा न सांगितलेलं साधन करणंः

विशेषतः सत्पुरुष जेव्हा काही साधन सांगतात, तेव्हा त्यांनी आपल्या कुवतीचा, गरजांचा विचार केलेला असतो. म्हणून त्यांनी सांगितलेलं साधन अवघड वाटलं तरी, ते करावं. कारण कदाचित ते आपल्या शक्तीबाहेरचं वाटलं तरी, ते करण्याची सुप्त कुवत आपल्यामध्ये असते, ज्याची कल्पना त्यांना असते आणि दुसरं म्हणजे ते करताना शक्ती कमी पडली तर, ती शक्ती ते देत असतात. शिवाय त्यांनी दिलेलं साधन करताना मनानं जादाही काही करू नये. आपल्याला शंका असेल तर, खुलासा करून घ्यावा. पण मनानं, कुठंतरी काही वाचलं आहे म्हणून अशा साधनांत, न सांगितलेलं काही करायला जाऊ नये. उदा. फक्त नाम घ्यायला गुरूंनी सांगितलं तर, खुलासा करून घ्यावा. पण मनानं उगाच पद्‌मासन घालणं, नासाग्र दृष्टी ठेवणं - असल्या गोष्टी करायला गेलं तर, नामाचा आनंद मिळण्याऐवजी हा दोष लागून, उलट डोकेदुखी पदरात पडते.

१७.८. सबबी :

अनेकांना सबबी सांगण्याची एक खोड लागलेली असते. साधना ही तशी मनाविरुद्ध, कष्टाची, टाळावीशी वाटणारी असल्यामुळं, त्या बाबतीतही ही सबबी सांगण्याची सवय आड येते. साधनेला सबब सांगणं हा दोष आहे. आजारपण, घरी पाहुणे येणं, अचानक काही कार्यक्रम ठरणं - अशा अनेक गोष्टींना प्रपंचात सामोरं जावं लागतं. त्याचं निमित्त करून आपल्याकडून साधन टाळलं जाण्याची शक्यता असते. या प्रत्येक वेळीच साधन अशक्य झालेलं असतं, असं नाही. उदाहरणार्थ, मनुष्य तापानं आजारी असेल तर, एकवेळ ऑफीसला जाणं शक्य नसेल. पण तापात जेव्हा तो झोपेत नसतो, तेव्हा तो मनानं नाम घेऊ शकतो. अशा दृष्टीनं पाहिलं तर, अशा कारणं वाटणाऱ्या अनेक प्रसंगांतसुद्धा कुठल्या ना कुठल्या प्रकारे साधन करता येणं शक्य असतं. उपासनेची वेळ बदलेल, प्रकार बदलेल, ठिकाण बदलेल पण अनेकदा ती अशा प्रसंगीही होऊ शकते. फक्त करण्याची तळमळ लागते आणि हा सबबीचा दोष या मार्गानं टाळता येतो.

१७.९. अनैसर्गिकता :

अनैसर्गिकता म्हणजे नैसर्गिक नसणं, सहज नसणं. प्रत्येकाची जशी शरीरप्रकृती आहे, तशी मनाचीही प्रकृती आहे. इतर प्रपंचाच्या ठेवणी आहेत. त्यात अनेक प्रकारच्या सवयींची भर पडलेली असते. आपली साधना ठरवताना, तिची वेळ ठरवताना, तिचं प्रमाण ठरवताना आपल्या या प्रकृतीप्रमाणं जे सोपं, सहज असेल, ते सांभाळणं, त्याची पुन्हा व्यवहार, प्रकृती यांच्याशी सांगड घालणं - हे करून हा अनैसर्गिकतेचा दोष टाळता येतो. उदाहरणार्थ, आपल्याला पहाटे उठण्याची सवय असेल तर, पहाटे साधना करून त्या वेळेचा अवश्य लाभ घ्यावा. पण पहाटे उठण्याची सवय नसेल

तर, ब्राह्ममुहूर्ताचे उपासनेचे संकल्प करणं, म्हणजे अनैसर्गिकतेचा दोष ओढवून घेण्यासारखं आहे. त्यात साधना तर होत नाहीच, पण अकारणच शरीरप्रकृती बिघडून आजारपणं मागं लागतात. तसंच आपली प्रकृती ही प्रापंचिक असेल तर, सरळ वैवाहिक जीवन जगून त्यात आपल्याला साधता येईल त्या प्रकारचं नाम, देवदर्शन - अशी साधनं निवडून, प्रपंच करून, परमार्थ साधावा आणि संन्यास, वैराग्य - अशी अनैसर्गिक जीवनं किंवा ध्येयं ठेवू नयेत आणि हा दोष टाळावा.

१७.१०.मिश्रण :

उपासना खरी व्हायची असेल तर, तिच्यात मिश्रणाचा दोष टाळणं गरजेचं आहे. मिश्रण हा प्रपंचाचा स्वभाव आहे. आपल्या साध्या स्वयंपाकातसुद्धा किती मिश्रणं कराल तेवढा तो चांगला समजला जातो. याच स्वभावामुळं देवाला जाताजातासुद्धा एक-दोन लोकांना भेटून येणं, मंडई करून येणं, इतर दोन-चार कामं करून येणं - असं मिश्रण माणसाला करावंसं वाटतं. क्वचित हे वेळेअभावी अपरिहार्यही असेल. पण मुळात देवाच्या दर्शनानं मनाला जी सात्त्विकता मिळालेली असते, जे साधन घडलेलं असतं, त्याचा परिणाम तर सोडाच पण इतक्या कामांचं त्यात मिश्रण केल्यावर त्या देवदर्शनाची आठवणसुद्धा घरी आल्यावर राहात नाही. अनेकदा घरी जप ठेवला असला किंवा आरती ठेवली असली तर त्यातच लग्नकार्यापासूनची निमंत्रणं देणं, निरोप सांगणं, त्यातच हळदीकुंकू उरकून घेणं, त्या जपाला येणाऱ्या कुणाकडं काम असतं ते उरकून घेण्यासाठी जपाला येणं - अशा गोष्टींनी जपाच्या मूळ साधनाचं मिश्रण घडून दोषही लागतो आणि साधनाचा फायदाही होत नाही. या गोष्टी कराव्यात पण त्या स्वतंत्र ठेवाव्यात.

१७.११. उपासना दोष स्वतःला लागू नाहीत असं वाटणं :

अनेकदा निरूपण, प्रवचनांतून किंवा चांगल्या ग्रंथांतून साधनांतल्या त्रुटी, दोष यांचा उल्लेख होतो. अशावेळी अनेकांना जणू काही हा सारा उपदेश इतरांसाठी आहे, असं वाटतं. काहींना आपल्या साधनात तर दोष नाहीच, पण मला साधनाचीसुद्धा गरज नाही, असं वाटतं. याला काय करावं ?वास्तविक प्रवचनात उल्लेखलेले दोष किंवा त्रुटी या प्रथम स्वतःला लागू होतात की नाही, हे पाहाणं गरजेचं असतं. इतकंच नाही तर, श्री अंबुराव महाराज म्हणत त्याप्रमाणं, पोथी स्वतःवर घ्यावी. अकारण दोष ओढवून निराश होण्याची गरज नसली तरी, दोषांच्या बाबतीत सावधान राहण्याची गरज मात्र नेहमीच असते. ती लक्षात घेऊन हा दोष टाळावा.

१७.१२.साधनाची प्रौढी, अहंकार, दंभ :

आपल्याकडून उपासना घडली की, काही काळानं त्यात एक सीनिऑरिटी निर्माण झाल्यासारखी वाटते. जसं प्रौढ माणसं वयाच्या आधारानं कर्तृत्वाविषयी प्रौढी मिरवतात, तशी ती साधनेत मिरवावी, असं नकळत वाटतं. अनुग्रहाला किंवा साधनाकरायला लागल्याला किती वर्षं झाली, ते अनेक जण कौतुकानं सांगतात, त्यावरून या दोषाची कल्पना येते. साधनेतली प्रगती अशा अनुग्रहाच्या किंवा साधनेच्या वयावर ठरत नाही, स्वतःत बदल किती झाला, भगवंत किती जवळ आला याच्यावर ठरते, सध्याच्या साधनेच्या तीव्रतेवर आणि मनाच्या शुद्धतेवर ठरते. त्यात पुन्हा या साऱ्याला मोठं कारण देवाची किंवा गुरूंची कृपा हेही असतं. याचा विसर पडला तर, हा प्रौढीचा, अहंभावाचा, वेळी न केलेलं साधनसुद्धा कौतुकानं सांगण्याच्या दंभाचा दोष उद्‌भवतो. नम्रता, सावधानता, कृपेची

जाणीव, आपलं साधन नगण्य वाटणं, थोर सत्पुरुषांच्या सान्निध्यात राहाणं - अशा अनेक मार्गांनीहा दोष टाळता येईल.

१७.१३.उपासनेत प्रगती न झाल्याची खंत नसणं :

आपण एकदा उपासनेला सुरुवात केल्यावर प्रगतीविषयी नित्यसावधान असणं, ती न झाल्यास तिच्याबद्दल जाणीव असणं याची खरी गरज आहे. इकडं प्रपंचात आपण शरीरानं वाढतो, घरंदारं, गाड्या अशा मार्गानं प्रगत होतो, पण उपासनेत मात्र होतो तसेच राहतो, असं नसावं. इतर प्रगतीसारखी तरी, निदान उपासनेतल्या प्रगतीविषयी काळजी असावी. आपण क्षणभर विचार करावा की, दरवर्षी आपण गुरुपौर्णिमेला, पुण्यतिथीला, उत्सवाला येतो त्यावेळी गुरूंना आपल्या प्रापंचिक प्रगती दिसतात, आपण त्या दाखवतोही. पण उपासना, वृत्ती, साधनं - या बाबतीत मात्र गेल्या वर्षीसारखेच दिसतो. अनेकदा तसेच राहिलो याची निदान खंत तरी दिसावी, खंत वाटल्यास कृतीचे प्रयत्न दिसावेत, एवढी तरी त्यांची अपेक्षा असेलच ना ? ती पुरी करू शकलो नाही तर, हा उपासना दोष लागतो. सावधानतेनं प्रयत्न करून आपण तो दूर करू शकतो.

१७.१४.यांत्रिकता :

अनेकांच्या उपासनेत नियमिततेच्या निमित्तानं यांत्रिकतेचा दोष कधी शिरतो, याचा पत्ताही लागत नाही. होतं काय की, आपण यंत्रयुगात राहातो, यंत्रवत नोकरी करतो, सरकारी कामासारख्या पाट्या टाकतो, वेळ झाली म्हणून जेवतो, झोपतो तसंच सवयीनं आपण वेळ झाली म्हणून उपासना करून आपण मोकळे होतो. याचा अर्थ वेळेवर उपासना करू नये, असा नाही. पण त्याचा हेतू लक्षात नसेल, उपासनेत भाव नसेल, भजन-पूजनात प्रेम नसेल तर, उपासना म्हणून तिचा वृत्तीला उपयोग कसा होईल ?टोल पडला, भोंगा झाला

म्हणून एकवेळ फॅक्टरी भरेल - सुटेल पण उपासना म्हणजे काही असं यांत्रिक काम नाही. इतर कर्तव्यं करताना, पाच मिनिटं उशीर झाला तरी चालेल पण भजनात प्रेम आलं तर, ती उपासना होईल आणि मग हा यांत्रिकतेचा दोष लागणार नाही.

१७.१५.ध्येयहीनता :

अनेकांची उपासना म्हणजे कुठल्या गावी न जाणारा रस्ता चालण्यासारखी असते. त्यांना कुठं जायचं हे त्यांचं त्यांचंच ठरलेलं नसतं. अनेकदा ते ठरवावं लागतं, याची कल्पनाही नसते. एकवेळ ठरलेलं चूक-बरोबर असू शकेल. ते त्यापेक्षा अधिक चांगलं काही असू शकेल, पण जाण्याचं गाव तरी नक्की हवं. तसं उपासनेला ध्येय असावं. ध्येयहीनता हा दोष आहे,तो त्यामुळं. आपण उदाहरणादाखल पाहू की, आपण नाम घेतो, ते का घेतो ?असं विचारलं आणि जर उत्तर नसेल तर, त्या नामाला मुळातच ध्येयाची काही दिशा नाही, असा अर्थ होतो. समजा एखादा म्हणाला, मला गुरूंनी सांगितलं म्हणून मी ते घेतो तरी, गुरूंची आज्ञा पाळणं हे त्याचं ध्येय आहे, एवढं तरी कळतं आणि ते नक्कीच उच्च ध्येय आहे. एखादा म्हणेल, गुरूंना ते अत्यंत आवडतं म्हणून मी ते घेतो, मला त्यापासून निरपेक्ष आनंद मिळतो, म्हणून मी ते घेतो, तर ही काही ध्येयं आहेत आणि त्यामुळं ती गाठण्याची शक्यताही आहे, नव्हे मनापासून केलं तर गाठण्याची खात्री आहे. तसं दुःखमुक्त होणं, शुद्ध ज्ञान होणं, पुनर्जन्म टळणं - अशी कुठलीही ध्येय मनुष्य उपासनेत बाळगू शकेल तर, हा ध्येयहीनतेचा दिशाहीन प्रवास होणार नाही आणि दोष टळेल.

१७.१६.उपासनेचा नेहमीच्या जीवनाशी संबंध नसणं :

उपासनेच्या दोषांतला हा एक महादोष आहे. कारण असं की, एकदा ठरलेली उपासना झाली की, माझ्या एरवीच्या जीवनाशी

त्याचा काही संबंध नाही, अशी अनेकांची भावना असते. त्यामुळं उपासनेचा परिणाम अशा लोकांच्या जीवनावर कुठं दिसत नाही. तशी टीकाही अनेक लोक करतात, त्यात तथ्यही असतं. उलट उपासना करून, तिचा जीवनाशी एरवी संबंध असावा लागतो, याची जाणीव नसली तर, एरवीचं जीवन उपासना न करणाऱ्यांपेक्षासुद्धा निकृष्ट राहातं. शिवाय उपासनाम्हणून आपण जे करतो, तेच उलट जास्त मिरवलं जातं, उपासना न करणाऱ्या इतरांना नावं ठेवली जातात - यानं हा दोष वाढतो. हीच अवस्था वेगवेगळी व्रतवैकल्यं करणाऱ्या, दानधर्म करणाऱ्या, अन्नदानं करणाऱ्या आणि एरवीच्या जीवनात मात्र कसंही वागणाऱ्या, लोकांना व्यवहारात लुबाडणाऱ्या, लोभी असणाऱ्या, व्यसनी असणाऱ्या लोकांच्या बाबतीतही होते. या दोषाकडं दुर्लक्ष झाल्यामुळं असल्या जेवणावळींमुळं, दानानं उपासनेचं जे रुपयाभर पुण्य मिळवायचं, ते या साऱ्या चुकीच्या व्यवहारानं शेकडो रुपयांनी घालवल्यासारखं होतं. जी वाणी पवित्र नामाला ते दहा-पंधरा मिनिटं वापरतात, तीच वाणी निंदा, बेजबाबदार गप्पा, गिऱ्हाइकांची फसवणूक, असत्यभाषण, अपशब्द, गॉसिपिंग, लाचखोरी, अभद्र बेत, व्यसनांच्या गप्पा - असल्या उपासनाविरुद्ध गोष्टींसाठी वापरली आणि त्याची जाणीवही नसली तर, ती उपासना म्हणजे फक्त दंभ होतो. ती मिरवता येते पण तिचा उपयोगही होत नाही, भगवंतही जवळ येत नाही आणि दोष मात्र लागतो.

१७.१७.स्वबळाचा आधार वाटणं :

उपासना करणाराच उपासनेचा निर्धार करतो, त्याच्या कृती करतो, हे खरं असलं आणि त्याची गरजही असली तरी, उपासनेचे टप्पे जर यशस्वीपणे गाठता आले तर, हळूहळू स्वबळावर आपण उपासना करू शकू, यशस्वीपणे करू शकू, इतकंच नव्हे तर, उपासनेनं भगवंतसुद्धा गाठू - असा भ्रम निर्माण होतो. त्यातल्या

भगवंताच्या कृपेची गरज हळूहळू विसरायला होते आणि हा स्वबळाच्या आधारावर उपासना पुरी करण्याची खात्री वाटण्याचा दोष निर्माण होतो. साधनेला आत्मविश्वास लागतो, ही गोष्ट खरी असली तरी, अशा तऱ्हेच्या स्वबळाच्या आधाराच्या निमित्तानं शिरणारा अहंकार आणि आत्मविश्वास यांत फरक असतो. आत्मविश्वास पुढं जाण्याचं बळ जरूर देतो पण अहंकार प्रगतीबद्दल बेसावध करून साधनेला सुरुंग लावतो. म्हणून हा दोष टाळण्याची गरज आहे.

१७.१८.अनिश्चितता :

अनेकांची उपासनेच्याबद्दलची कल्पना नेहमी बदलत असते, अनिश्चित असते. त्यांना एकदा उपासनेचा हा प्रकार बरा वाटतो तर कधी तो. कधी हा पंथ बरा वाटतो कधी तो. कधी या गुरूंवर विश्वास वाटतो, कधी त्या. त्यामुळं असे उपासक कुठल्या उपासनाप्रकारांत, कुठल्या पंथात आणि कधी भेटतील याचा काही नेम नसतो.

हे म्हणजे वेगवेगळ्या दिशांना दोन-दोन, पाच-पाच किलोमीटर चालण्यासारखं असतं. त्यामुळं वृत्तीचा बदल होत नाही.ते पुन्हा त्याच गावी राहतात. दुसरी अनिश्चितता असते ती, अनियमिततेच्या स्वरूपाची असते. ते करायला लागले म्हणजे एकदम शंभर माळा करतात, कधी पंचवीस, कधी तेरा, कधी पाच, कधी खाडा. असल्या अनियमिततेच्या दोषानं निश्चित स्वरूपाची प्रगती होत नाही. एक वेळ कमी करावं, पण ते निश्चित असावं आणि त्यातली वाढही प्रमाणात व निश्चित असावी. निसर्ग नाही का, मनुष्याची वाढ रोज दिवसादिवसानं, वर्षावर्षानं आणि निश्चितपणे करतो. पण अशा साधकांची अवस्था या दोषामुळं काही लहान बाळांच्या झोपण्याउठण्याच्या वेळा जशा रोज बदलतात, कधी पाच तास झोपतात, कधी आठ तास, कधी तासात उठतात, कधी रात्र

जागवतात तशी लहान मुलांसारखी असते. निसर्गानं ही लहान बाळं निदान मोठी होऊन हे दोष दूर होतात. त्यांच्यात निश्चितता येते पण साधनेतल्या या दोषामुळं साधनेतली ही लहान बाळं वर्षानुवर्षंसुद्धा अशीच राहू शकतात. म्हणून या दोषाबद्दल सावध असावं.

१७.१९.उपास्यापेक्षा उपाधींची आवड जास्त असणं :

हा दोषसुद्धा प्रापंचिक ठेवणीमुळं निर्माण होणारा दोष आहे. देव हे देवळातलं उपास्य आहे. खरंतर देवाला गेलेला मनुष्य जास्तीत जास्त काळ देवासमोर किंवा सोयीनुसार गाभाऱ्यात देवासमोरच्या मंडपात दर्शनाला, जपाला, ध्यानाला बसलेला असायला हवा.

पण आपला अनुभव काय सांगतो. मनुष्य देवदर्शन दोन मिनिटांत उरकतो आणि प्रदक्षिणा घालील, येणाऱ्या लोकांच्या भेटीगाठी घेईल, देवळाजवळ काही प्रेक्षणीय स्थळं असतील तर तिकडं जाऊन येईल, कुठं खोली-हॉल असेल तर तिथं विश्रांती घेईल, जेवणाची चांगल्यात चांगली सोय कुठं आहे ते पाहील, तिथं तास-दोन तास रमेल, प्रसाद असेल तर, प्रसादाच्या लाइनीत दोन तास थांबेल. त्यात देवळातसुद्धा फ्लोअरिंग, टाईल्स, रंगकाम, आरास, लाइटिंग, खिडक्यांची - खांबांची नवीन डिझाइन या गोष्टींत तासन्‌तास रमेल.आता कल्पना करा, तो ज्यासाठी आला, त्या उपास्यासमोर तो पाच-दहा मिनिटं असतो,आणि बाकीच्या या सगळ्या उपाधींत तो किती तास असतो?त्यामुळं उपासनेचं फळमिळत नाही. म्हणून हा दोष टाळण्याचा प्रयत्न करावा.

१७.२०.फळाची अपेक्षा :

खरी उपासना ही अत्यंत निरपेक्ष असते. आपण निरपेक्ष व्हावं, निःस्वार्थी व्हावं म्हणून करायची असते. पण उपासना करणारा नकळत कोर्टाचे निकाल आपल्या बाजूनं लागणं, आजार बरे होणं,

मुलांना प्रवेश मिळणं - अशा असंख्य फळांच्या अपेक्षा बाळगून हा दोष ओढवून घेतो. ते त्याला कळतही नाही. एखादी उपासनाच सकाम केली असेल तर, तो विषय तेवढ्यापुरताच असतो. पण सर्वसाधारण उपासनेत मला उपासनेचं प्रेम द्या, अधिक उपासना करून घ्या, या पलीकडं काही फळ न मागणं या मार्गानं हा फळाच्या अपेक्षेचा दोष टाळता येतो.

तो तरी दोष अशासाठी आहे की, फळाची अपेक्षा बाळगणं किंवा ते स्वीकारणं म्हणजे महाराज म्हणत तसं, नोकरी करून पगार घेतल्यासारखं होतं. व्यवहारात दहा रुपये देऊन दहा रुपयांची वस्तू घेतल्यासारखं होतं. ती उपासना राहात नाही. तो व्यवहार होतो. म्हणून हा दोष घडतो आणि तो टाळण्याची गरज निर्माण होते.

१७.२१.उपासनेची जबाबदारी गुरू घेतील, असं वाटणं :

उपासनेत गुरूंचा आधार असतो, मार्गदर्शन असतं, ते ती करवून घेतात, हे खरं. पण उपासना करण्याची जबाबदारी किंवा प्रत्यक्ष कृती मात्र ज्याची त्यालाच करावी लागते.

गुरू भेटतील, निदान करतील, उपचार सांगतील, औषध देतील, पण शेवटी बरं व्हायला औषध तरी आपल्यालाच घ्यावं लागतं ना ? ते घेणं जसं व्यवहारात योग्य आहे, तसंच उपासना प्रत्यक्ष करण्याची जबाबदारी आपण घेणं योग्य आहे. ती जबाबदारी त्यांच्यावर ढकलणं, हा दोष आहे, कारण त्यात आपलं कर्तव्य झटकणं आहे, त्यांच्यावर अकारण भार घालणं आहे, जे अनुचित आहे.

आपल्या कर्मांचे परिणाम जसे कार्यकारणभावाप्रमाणं आपण सोसायचे असतात तशी उपासनासुद्धा मूलतः आपण करायची असते, मदत, मार्गदर्शन तर गुरू करतातच, हा दोष टाळायचा असेल तर, कृष्णमूर्तींचं एक म्हणणं लक्षात ठेवावं की, 'गुरू म्हणजे तुमच्या

जबाबदारीच्या जड पिशव्या अडकवायची खुंटी नव्हे' त्या पिशव्या कशा उचलायच्या,हलक्या करायच्या,त्याची विद्या देणारे,ते मार्गदर्शक आहेत, हे लक्षात ठेवलं तर आपण आपल्या साधनेची जबाबदारी घेऊन हा दोष टाळू शकू.

*****

विभाग : तिसरा

- **पूर्वार्ध :** खऱ्या परमार्थाचं मूळ स्वरूप,
  त्याची गरज, त्याची रूपरेषा
  यांची थोडक्यात
  तात्त्विक
  भूमिका

- **उत्तरार्ध :** खऱ्या उपासनेचं आकलन,
  गरज, तिचं आचरण
  यांची थोडक्यात
  तात्त्विक
  भूमिका

तिसरा भाग : पूर्वार्ध

खऱ्या परमार्थाचं मूळ स्वरूप, त्याची गरज, त्याची रूपरेषा यांची थोडक्यात तात्त्विक भूमिका

● जीवन जगण्याचे विविध प्रकार :

जगण्याचे खूप प्रकार आहेत. त्यात व्यक्तींना स्वातंत्र्यही आहे. अत्यंत सदाचरणी माणसापासून, अत्यंत पशुवत गुन्हेगारी वर्तनापर्यंत -अनेक प्रकार त्यामुळंच दिसतात. समाजजीवनाबद्दलही अशीच परिस्थिती आहे. कुठल्या प्रगत संस्कृतीचा कुठलाही वारा न लागलेले, अत्यंत निबिड अरण्यात वन्य जीवन आदिमानवासारखं जगतात. अत्यंत सुसंस्कृत-विवेकशील जीवन जगणारेही असतात. शिक्षण, सुविधा, साधनं - यांची चंगळ होऊन, अत्यंत असंस्कृत आणि त्या अर्थानं वन्य जीवनाला लाजवीलसं जीवन जगणारे समाज आजही पहायला मिळतील.

● श्रद्धा, अश्रद्धा आणि उच्चतर जीवन :

अशा जीवनाची मुळं नुसती वातावरण, शिक्षण, माहिती, तंत्रज्ञान एवढ्यात नाहीत. ती अप्रगत-उन्नत, अश्रद्ध-सश्रद्ध अंतरंगात आहेत. मन तर प्रत्येकालाच आहे. त्याची जाणीव, त्याच्या अशुद्धी-शुद्धीची जाणीव, प्रगत मनाच्या कल्पना आणि मनोलय-मनोनाश यांच्या कल्पना आणि फक्त आत्मस्थित राहून जगणं - यांच्या विषयीची माहिती मात्र प्रत्येकाला असेलच, असं नाही. ती जेवढी येईल आणि त्याहीपेक्षा त्याचा जेवढा अनुभव येईल, तेवढं उच्चतर आणि त्या अर्थानं मुक्त जीवन मनुष्य जगू शकेल. अशा उच्चतर जीवनाची समजूत मला येईल आणि मी ते प्रयत्नपूर्वक जगू शकेन, याची खात्री म्हणजे श्रद्धा. त्या अर्थानं माणसं अश्रद्ध-सश्रद्ध

किंवा तटस्थ असू शकतात. अलीकडं रूढ असलेल्या अंधश्रद्धा यांचा या अर्थानं श्रद्धेशी काही संबंध नसून त्या फक्त व्यक्तीच्या स्वार्थांची पूर्ती करण्याची, अर्थातच फसवी, क्वचित तात्कालिक स्वरूपाची, हमी देणाऱ्या मार्गांवरचे अंधविश्वास असतात. माणसाला सुरक्षितता, संपत्ती,सुखसोयी, मानमान्यता, विविध प्रकारच्या अगदी वंशवृद्धीपर्यंत प्राणिज वासना, अद्‌भुत किंवा चमत्कार स्वरूपाच्या गोष्टींचं असलेलं आकर्षण, वेळी अघोरी मार्गानं का होईना, आपापली ध्येयं साध्य करण्याच्या प्रवृत्ती - अशांची जी गरज भासते त्यांची पूर्तता करण्याचे मार्ग व ते देणाऱ्या व्यक्ती यांच्यावरचा हा विश्वास असतो. तो कधी खरा ठरतो, कधी खोटा. अर्थातच या साऱ्याचा ती व्यक्ती खऱ्या अर्थानं प्रगत, निर्मन, मुक्त, आनंदी होण्याशी संबंध कमी आहे.

● आकलनाचा विकास व खरी परिपक्वता :

इथंच माणसाच्या आणि जगाच्या समग्र आकलनाचा प्रश्न उद्‌भवतो. आकलन वाढतं, त्यानं माणूस खरा परिपक्व होत जातो. भुकेल्याला अन्न मिळाल्यानं पोट भरतं आणि एक प्रकारचा आनंद होतो, हे तर आपल्याला कळतंच. पण दुसऱ्यालाही तशीच भूक लागते आणि त्यालाही अन्न मिळालं तर, असाच आनंद होतो, इतकंच नव्हे तर, त्याला ते काही कारणानं मिळत नसेल आणि माझी ते देण्याची कुवत असेल, मी ते दिलं तर, त्या अन्न देण्यानंही मला आनंद होत असतो आणि स्वतःची भूक भागल्यावर मिळणाऱ्या आनंदाइतकाच नाही तर, त्या आनंदापेक्षाही हा आनंद अधिक श्रेष्ठ असतो, हे कळलं म्हणजे आकलनाची आणखी श्रेष्ठ वाढ होय. त्यातही माझ्या भुकेचा घास त्याला देऊन, मी भुकेला असतानाही, त्याचं पोट भरण्यानं मिळणारा आनंद अधिक श्रेष्ठ असतो, हे कळणं हा, त्याहीपेक्षा वरच्या दर्जाचा आनंद असतो. हा आकलनाचा आणखी श्रेष्ठ विकास आहे.

पण माणूस एवढ्यानं परिपक्व होत नाही. हे म्हणजे, फळ कसं, किती दिवसांनी पिकतं याची माहिती पुस्तकात वाचून कळण्यासारखं आहे. भुकेच्या पोटी दुसऱ्यांना जेऊ घालण्याचा असा आनंद प्रत्यक्ष अनुभवायला येईल, तेव्हा परिपक्वतेची खरी वाटचाल होते, ओळख पटते. इथं माणसाच्या आयुष्याचे व्यर्थ, स्वार्थ, परार्थ आणि परमार्थ - असे जे विकासाचे, मनानं उन्नत होत जाणारे टप्पे आहेत - त्यांची कल्पना येते. ते घडले तर खरा विकसित माणूस, परिपक्व-देवमाणूस घडू शकतो - आणि ते घडलेलेही आहेतच.

● जीवनाचे विविध प्रकार :

१) व्यर्थ जीवन व त्याचे परिणाम :

आकलनाचा हा विकास वर म्हटलं तसा, प्रत्यक्ष अनुभवानं परिपक्व होतजाण्यावर अवलंबून आहे, हे पुन्हा एकदा अधोरेखित करूया. हा आकलन विकास कळतो तेव्हा आपल्या आयुष्यातल्या व्यर्थ कृती कोणत्या-किती, स्वार्थी कृती कोणत्या-किती, त्यांचं स्थान काय - याची कल्पना यायला लागते. अनावश्यक मनोरंजनं, हिंडणं, चकाट्या, चौकशा, निंदा, अकारण कल्पना, विचार, वस्तूंचे संग्रह, अनुत्पादक कामं, अनावश्यक विषयांची माहिती-शंका - अशा अनेक कृती व्यर्थ तर दिसतीलच पण आपलं मोलाचं आयुष्य दवडायला लावणाऱ्या, अनेकदा आपल्या मोलाच्या अनेक शक्ती-श्रम- वाया घालवणाऱ्या ठरतात. तर त्यातून अनेकदा नकारात्मक उद्योग-संघर्ष नि व्याप मागं लागतात - असं या व्यर्थ जीवनाच्या टप्प्यात का होतं, हे लक्षात येईल.

● जीवनाचे विविध प्रकार :

२) स्वार्थी जीवन, त्याची व्याप्ती व दुष्परिणाम :

दुसऱ्या टप्प्यावरचं आकलन आणि जीवन स्वार्थाचं आहे.

जगातल्या हवापाण्यापासून माणसांपर्यंत प्रत्येक गोष्ट स्वतःच्या सुखासाठी, इंद्रियांचे, मनाचे लाड पुरवण्यासाठी कशी वापरली, यानं भरलेलं असं हे जीवन असतं. त्या जीवनात आपण वाचतो आहोत-करतो आहोत, तसा परार्थ किंवा परमार्थ असले विचारही स्वाभाविकपणे दिसत नाहीत. चुकून कानावर पडले तर, आपल्या स्वार्थाला धक्का लागेल म्हणून ते चटकन कानामागं टाकले जातात. या जीवनात परार्थ किंवा परमार्थ हा भोंगळपणा, वेडेपणा म्हणून त्यांची संभावना केली जाते. मस्त खावं-प्यावं-मौज-मजा-करमणूक करावी. त्यासाठी लाटता येईल तेवढं जगाकडूनच नव्हे तर आपल्या जवळच्यांकडून अगदी पती-पत्नीकडूनसुद्धा मिळवावं. दुसऱ्या प्रत्येक माणसानं माझ्या सुखासाठी राहावं - जगावं, इतका कोतेपणा या जीवनात आपल्याला आढळतो.

हे व्यर्थ जगणारे नि स्वार्थ जपणारे यांनी जगात कितीतरी दुःख, खरे प्रश्न निर्माण होतात. कारण स्वतःच्या सुखासाठी जग वेठीला धरण्यातला हा प्रकार असतो. तो फार काळ चालत नाही. त्यातल्या त्यात शरीरबळ आणि सत्ता-संपत्ती अशांच्या बळावर ही लूटालूट चालते. त्यांनीच जगात आर्थिक-सामाजिक असे असंख्य असमतोल निर्माण होतात. वखवख, दुःख, अभाव, निर्दयता, गुन्हेगारी, शोषण -असं दुसरं पर्यायी जग याचा परिणाम म्हणून आकार घेतं आणि त्या दोन्ही जगांत सतत संघर्ष होत राहतात.

अशा जगात मुळातच प्रेरणा स्वार्थाच्या असल्यामुळं आजचा शोषणकर्ता सुख ताब्यात आणतो पण, शोषित संघटित होऊन त्याला पराभूत करतो आणि शांती निर्माण होत नाही तर, जो कालचा शोषित तो आजचा शोषणकर्ता होतो तर, कालचा शोषणकर्ता आजचा शोषित होतो. दोन पक्षांत सत्तेसाठी सतत साठमारी सुरू राहावी आणि त्यातलं कुणी न कुणी सत्तेवर, कुणी न कुणी सदैव सत्तेबाहेर असावं - तसं हे असतं. परार्थ किंवा दुसऱ्याच्या हिताची

फिकीर कुणालाच नसल्यानं, अशा जीवनात कधीच शांती नि समाधान आढळत नाही.

यातला देहाच्या नि बाह्य स्वार्थानं हाच पाया जोवर कायम असतो तोपर्यंत या जगात निःस्वार्थाच्या नावानं कितीही व्याख्यानं झाली, संघटना झाल्या, निवडणुका झाल्या, सत्तांतरं झाली, पक्ष निघाले, विलीन झाले, नेते आले-गेले, राजे जाऊन लोकप्रतिनिधी आले किंवा प्रतिनिधी जाऊन पुन्हा राजे आले, सामाजिक कार्यांच्या योजना राबल्या - अशा असंख्य गोष्टी घडल्या तरी कधीही स्वास्थ्य नांदत नाही. निवडणुका होऊन सरकारं बदलली तरी, गरिबाला पाण्यासाठी कालचीच वणवण आज करावी लागावी, चूल पेटण्याची कालचीच चिंता आजही असावी, तशी ही अवस्था असते. अशा स्वार्थाच्या जीवनात लोकांना राजे बनवण्याचे प्रयोग, सामाजिक समता नि समरसता, घोषणा, संघटना म्हणजे एक मोठी धूळफेक ठरते. त्याचं मोठं कारण असं की, मुळात स्वार्थ व्यक्तिगत असतो. तो फक्त आता अनेकांच्या निंदा आणि संघटित स्वार्थ बनतो, जो अर्थातच दुसऱ्यांच्या स्वार्थाच्या विरोधात असतो. त्यामुळं दुःख, निराशा, अस्वास्थ्य - मागील पानांवरून पुढं ओढली जातात.

● जीवनाचे विविध प्रकार :

३) परार्थी जीवन, जाणीव, परिणाम, फसगती, आक्षेप व उत्तरं :

आज आपण जे जगतो, ते बहुतांश जीवन या व्यर्थ स्वार्थाच्या पातळीवरचं असतं-असं आढळेल. मग ते राज्य - देश - कुठलाही असो. या पलीकडं जाऊन काही माणसं परार्थाचा विचार करतात. अर्थातच इथंच खऱ्या मानवी जीवनाचा विचार सुरू होतो. देवजीवनाची ती पहाट असते. मनुष्याला त्याच्या गरजा, अडचणी यांच्याबरोबरच इतरांच्या गरजा आणि अडचणी यांचीही जाणीव होऊ लागते. त्यानंतरसुद्धा उपदेशाचा, एक स्वार्थाचा प्रांत,

मध्ये येऊन जातो. परार्थाची जाणीव होणं, दुसऱ्यांसाठी काही करण्याची गरज आहे लक्षात येणं वेगळं आणि ते करणं वेगळं.

म्हणून जे थोडे या टप्प्यात येतात त्यांच्या आकलनाचा अधिक विकास झालेला असतो, हे उघड आहे. पण त्यातले काही 'उपदेशा'त फसतात. वर म्हटलं तसं, आकलनाचा विकास म्हणजे परिवर्तनाचा पाया आहे,परिवर्तन नव्हे.पण याकडं दुर्लक्ष झाल्यामुळं, काही वेळा याची जाणीव नसल्यानं, असे आकलन वाढलेले लोक 'उपदेशा'च्या जाळ्यात फसतात. फसतात अशासाठी म्हणायचं की, लोकांना ते या व्यापक जीवनाबद्दल जागरूक करीत असल्याचं कार्य दिसून येतं. अनेक लोक त्यातून इतरांसाठी - परार्थाचं - जीवन जगायलाही लागतात. त्यात त्यांचा नि समाजाचा फायदा सुरू होतो. पण फसगत अशी होते की, स्वतःचं परिवर्तन राहिलं तर उपदेशामुळं आलेला मोठेपणा, मानमान्यता - हा स्वार्थाचाच छुपा आविष्कार असतो, हे लक्षात येत नाही. शिवाय दुसऱ्यांसाठी जगण्यापेक्षा, त्यागापेक्षा - त्यागाला, अशा परार्थाला लोकांना प्रवृत्त करण्यातच, 'मी'ला नकळत सुखावणारा, आनंद मिळत असतो. त्यामुळं त्यागापेक्षा त्यागांवरचीच चर्चासत्रं, मुलाखती आणि व्याख्यानं ही अधिक सोपी पडतात. हा आकलन वाढलेल्यांच्या फसगतीचा - दलदलीचा प्रांत असतो. त्याचा उपयोग एवढाच की, काही लोक ज्यांचं आकलन अशा उपदेशाच्या श्रवणामुळं वाढतं, ते परार्थाच्या प्रवासाला निघतात, त्यांचं प्रत्यक्ष परिवर्तन सुरू होतं. त्याचा समाजातल्या दुःखाच्या आगीवर फुंकर घालण्यात खचित उपयोग होतो. त्या त्या श्रवण केलेल्या व्यक्तींची जीवनं, अर्थातच देवत्वाची वाटचाल करू लागतात. पण लांबलांबच्या ठिकाणी जाणाऱ्या गाड्यांना दिशा, सुविधा, सिग्नल देणारा सिग्नलमन मात्र, त्याच्याच स्टेशनवर राहावा, तशी या उपदेशकांची या फसलेल्या प्रांतात अवस्था होते. ते तिथंच रहातात. म्हणून पथ्यच पाळायचं असलं तर,

परार्थ किंवा त्याचं प्रतीक म्हणून उदाहरणार्थ त्याग, अंमलात आणल्याशिवाय म्हणजे स्वतः प्रत्यक्ष परिवर्तन केल्याशिवाय त्याबद्दल उपदेश करणं टाळावं, हे उत्तम.

विशेषतः लोकशाहीच्या प्रांतात जागृतीचं काम करणाऱ्या, समाजहिताचे उपक्रम राबविणाऱ्या, अनेक प्रकारची सामाजिक दुःखं दूर करण्यासाठी निर्माण झालेल्या अनेक संस्था असतात. खरं तर आदर्श दृष्टीनं पाहिलं तर, अशा असंख्य संस्था - ज्यात स्वतः लोकशाही ही यंत्रणाही येते - त्या साऱ्या संस्था आणि त्यांचे कार्यकर्ते हे लोकशाहीचे घटकच नव्हे तर आधारस्तंभही असतात. परार्थाच्या - मानवी आकलन व विकास या बाबतीतल्या या तिसऱ्या टप्प्यातल्या प्रदेशात, या संस्थांची व कार्यकर्त्यांची भूमिका मोठी मोलाची असते. अर्थात वर सांगितलेली फसगत टळली असेल तर.

उरलेली जी माणसं या परार्थाच्या प्रांतात काम करतात, त्यांच्या वैयक्तिक स्वार्थाला मुरड पडते, जीवनात दुसऱ्यांचा, त्यांच्या सुखाचा आणि त्यासाठी यांनी शक्य त्या त्या प्रकारे केलेल्या त्यागाचा उदय होतो. स्वार्थी जीवन जगणाऱ्यांच्यापेक्षा अशा व्यक्तींची जीवनं ही उच्चतर असतात आणि ती सामाजिक दुःख कमी करून स्वास्थ्य आणायला मोठी मदत करीत असतात. फक्त या ठिकाणी या टप्प्यातली अधिक वरच्या पातळीवरची फसगत सुरू होते. या फसगतीचा पहिला भाग असा की, सामाजिक दुःख ही असंख्य प्रकारची असतात. प्रश्न सोडविण्याच्या गरजा-प्राथमिकता - याही अनेक प्रकारच्या असतात. शेवटी संस्था झाल्या तरी त्या व्यक्तींच्याच बनलेल्या असतात. त्यामुळं मतं-मतभेद यांचं स्वातंत्र्य गृहीत धरलं तरी, यांतली कुठली कामं आधी करावीत किंवा कुणी कुठली कामं करावीत, यांविषयी अशा त्याग करणाऱ्या व्यक्तींचं व संस्थांचंही एकमत होणं कठीण जातं. प्रश्नांना असणारं तात्कालिक महत्त्व एवढा त्यांतल्यात्यात एकमताचा मुद्दा सोडला तर, त्याग करणाऱ्या

माणसांच्यातसुद्धा आणि पर्यायानं सदस्यांच्यातसुद्धा स्वाभाविकपणे मतभेद असतात.

इथंपर्यंत फार फसगत नसते. पण व्यक्ती ही माणूस म्हणून तिच्या मर्यादा ओलांडू शकली नाही किंवा अधिक विकासाचा पुढचा टप्पा - परमार्थ - गाठू शकली नाही तर, इतर कार्यांना कमी लेखणं, नावं ठेवणं, त्यापेक्षा आपलं कार्य, आपल्या संस्था अधिक मोठं आणि सामाजिक उपयुक्ततेचं काम करत आहेत, असा भ्रम होणं अटळ ठरतं. ही एक फसगत आहे.

फसगतीचा दुसरा भाग असा की, आपल्या चाललेल्या त्यागामुळं किंवा त्या त्या क्षेत्रातल्या कार्यामुळं, जगाचे दुःखाचे प्रश्न संपणार याची खात्री त्या त्या व्यक्तींना वाटू लागणं. मग त्या अर्थानं, इतर सर्व कार्यं नगण्य वाटणं ओघानंच आलं. ही फसगत हा अविकसित मनाचा एक आविष्कार आहे. कारण मला जगाच्या प्रश्नांचं आकलन झालं आहे, सोडवण्याचा मार्ग सापडला आहे, तेवढ्यानं ते सुटणार आहेत - असं वाटणं म्हणजे माझ्या डोळ्यांना दिसतं तेवढंच जग आहे, तेवढेच जगाचे प्रश्न आहेत आणि मला कळतं तेवढेच ते सोडविण्याचे उपाय आहेत, असं मानण्याचा हा भ्रम आहे. कारण कोणाच्याही दृष्टीत मावू शकेल एवढं लहान, जगही नाही, जगाचे प्रश्नही नाहीत आणि ते सोडवण्याचे मार्गही नाहीत. हे न कळल्यामुळं आकलन आणि परिवर्तन याबाबतीत स्वार्थाचा टप्पा ओलांडून व्यक्तिगत किंवा संस्थात्मक पातळीवर त्याग केलेली अनेक माणसंसुद्धा या फसगतीत सापडलेली आढळतील.

परार्थाच्या टप्प्यातला तिसरा, महत्त्वाचा आणि सूक्ष्म टप्पा असा की, जगात प्रश्न, दुःख, समस्या आहेत याची जाणीव असली तरी, त्यांचं खरं मूळ कशात आहे ते लक्षात न घेणं, लक्षात घ्यायचं टाळणं आणि एवढ्यापुरत्याच आकलनावर ठाम असणं. त्याचाच दुसरा भाग हा की, कितीही समस्यांच्या किंवा प्रश्नांच्या मुळाशी गेलं

तरी, त्याचं मिळणारं उत्तर हे स्थूल पातळीवरचं असतं आणि त्यामुळं ते नेहमी अपुरं असतं. धरणामुळं ओलिताखाली येणारी जमीन, वाढणारं अन्न-धान्य, त्यामुळं होणारा लाभ लक्षात घ्यायचा की, पाण्यामुळं बुडालेली गावं,अगणित जमिनी,दुर्मीळ वनस्पती, वनौषधी, वन्य जीवन, उध्वस्त होणारे माणसांचे आणि मुक्या पशुपक्ष्यांचेही संसार-यांच्या हानीचा विचार करायचा ? हे प्रश्न आणि त्यांचं निकाली उत्तर कधी न गवसणारं असतं. हे सूक्ष्म विचार केला तर, लक्षात येईल. कारण जो पर्याय साधारणतः लोकशाहीच्या पातळीवर अवलंबला जातो आणि न्यायाचा समजला जातो त्या पर्यायांना मिळणारी उत्तरं ही तर्कशुद्ध वाटली तरी, बहुमती असतात. पूर्ण जीवनवादी असतीलच, असं नाही. हजार एकर लागवड करण्यासाठी शंभर एकर जमीन पाण्याखाली घालवणं किंवा अशाच हजार माणसांच्या अन्नपाण्यासाठी, शंभर माणसांना विस्थापित करणं किंवा वेळी नष्ट होऊ देणं यांतला न्याय - तर्क नि गणितानं - बरोबर वाटला तरी तो अंतिमतः बरोबरच असेल याची खरं तर खात्री नाही, हे विचार केल्यावर लक्षात येईल. कारण नष्ट होणाऱ्यांचं मूल्य आणि भविष्यात याचा फायदा -गैरफायदा घेणाऱ्यांचं मूल्य नुसत्या शंभर - हजार या भाषेत कसं करणार ? हा प्रश्न उरतोच.

जे इथं, तेच आपापल्या कार्याच्या बाबतीत असतं. धरण व्हावंच म्हणून आंदोलन करणारे आणि पुनर्वसनाचे प्रश्न लावून धरणारे - दोन्हीही परार्थासाठीच व त्या प्रांतातच काम करतात. पण प्रत्येकाच्या कार्याचं मूल्य अलग. पण त्यांतलं लहानमोठं ठरवणं अवघड - अनेकदा अशक्य. कारण परार्थातली ती मर्यादा आहे. फसगत आहे. ती अशासाठी की, आपल्याला विशिष्ट मक्तेदारी, त्यावरचे विशिष्ट मार्ग - या गोष्टी समोर दिसतात, वाटतात, तेवढ्या त्या कायमच्या - निकाली नसतात. असंख्य क्षेत्रांत नि चळवळींत हा अनुभव शतकानुशतकं आलेला आहे.

राजेशाहीनं, घराणेशाहीनं दोष निर्माण झाले. म्हणून आंदोलनं करून सर्वांना समान लेखणारी आशादायी लोकशाही प्रस्थापित केली. पण तिनं पुन्हा नव्या घराणेशाही, सरंजामदार, सम्राट निर्माण केले. त्यांचे दोष पुन्हा वेगळ्या मार्गांनी समोर आणले. हेच धर्मांच्या पातळीवरही झालं, होईल. पण सूक्ष्म ऐतिहासिक, विशाल अशा दृष्टीनं पाहिलं तरच, ही उत्तरं लक्षात येतील, भावतील, पटतील. कारण खऱ्या समस्या, प्रश्न, त्यांची आधी पाहिली ती सुधारणांची उत्तरं अपुरी ठरतात. कारण त्यांच्या साऱ्यांच्या बुडाशी माणूस आणि त्याचं सदोष मनच आहे. त्यामुळं, परार्थाचा हा टप्पा ओलांडण्याचा प्रश्न येतो.ती क्षमतासुद्धा माणसाकडं आहे. हे लक्षात आलं नाही किंवा त्यासाठी परमार्थाची कास धरली नाही तर, मनुष्य परार्थाच्या-त्यागाच्या तशा उच्च टप्प्यात येऊन थांबतो. या अर्थानं त्याची वाटचाल खुंटते. या टप्प्यातली फसगत ही की, ती खुंटली आहे, हे अनेकदा लक्षात येत नाही.

त्यामुळं असं त्यागाचं, चांगलं सामाजिक कार्य करणारे, साहित्य-कलासेवक-समाजसुधारकसुद्धा असं म्हणताना आढळतील की, एक तर अशा कार्यानं जगासाठी राबणं हाच शेवट आहे, असू शकतो. त्या पलीकडं काही नाही. याचं कारण अर्थातच मला तरी तसं काही पुढं दिसत नाही किंवा परमार्थ ज्या मन-मनोशोध-मनोनाश-आत्मदर्शन वगैरे गोष्टींबद्दल बोलतो, त्यांची मला गरज कुठं दिसत नाही. सामाजिकदृष्ट्या काही उपयोग, गरज वाटत नाही - अशा स्वरूपाचं त्यांचं म्हणणं असतं.

काही लोक थोडे आक्रमक, आग्रही असतात. ते म्हणतात की, हे परमार्थवाले देव देव करतात, देवाचं नाव घेतात, माळा ओढतात, ध्यान वगैरे लावतात. हे ते सगळं स्वतःच्या मनाला शांती मिळवण्यासाठी करतात, असं म्हणतात. ती मिळते की, नाही हे आम्हाला माहीत नाही. उलट यांतले अनेक लोक ढोंगीच असतात

आणि समजा जरी यांनी शांती मिळवली तरी, त्याचा समाजाला काय उपयोग आहे ? समजा, हे शांती मिळवतात हे खरं आहे, हे क्षणभर गृहीत धरलं तर, त्याचा वरवर फायदा एवढाच की, त्यांनी काही वाईट करण्यापेक्षा, ते शांत राहतात हे बरं आहे ! अन्यथा, आम्ही जसे इतरांसाठी राबतो, त्याग करतो, समाजाच्या उपयोगाची अनेक कामं करतो - त्यांच्या तुलनेनं, अशा शांत बसण्याला अगदी नगण्य किंमत आहे. समाजाला तर असल्या निष्क्रिय लोकांचा काहीच उपयोग नाही !

यांतल्या पहिल्या लोकांचं म्हणणं थोडं सौम्यही आहे आणि थोड्या प्रामाणात बरोबरही आहे. पण आधी केलेली चर्चा लक्षात घेतली की, हे स्पष्ट होईल की, त्यात जगासाठी राबणं, म्हणजे आपल्या दृष्टीनं परार्थासाठी जगणं, त्यातला त्याग - या गोष्टी नक्की चांगल्या असल्या तरी, त्यातली 'त्यापलीकडं काही नाही' ही समजूत अपुऱ्या आकलनाची निदर्शक आहे. कारण वर म्हटल्याप्रमाणं, अशा कुठल्याही प्रश्नांची मुळं ही प्रामुख्यानं व्यक्तीच्या मनात आहेत. त्या मनाची रचना सदोष आहे, तोपर्यंत अर्थातच हे प्रश्न सुटू शकणार नाहीत, हे लक्षात येण्यासाठीच हा परार्थाचा टप्पा ओलांडून परम, म्हणजे त्याहीपेक्षा श्रेष्ठ, अशा जीवनाच्या अर्थाच्या म्हणजे 'परमार्थाच्या' प्रांतात शिरण्याची व अभ्यास करण्याची गरज आहे. त्यातून प्रश्न सुटण्याच्या शक्यतेबद्दल आपलं आकलन व दिशा यांचा विकास कसा होतो व आपल्याला त्याचा काय उपयोग आहे, त्याची चर्चा पुढं केली आहेच.

याच पहिल्या प्रतिक्रियेतली दुसरी त्रुटी अशी की, मला दिसत नाही म्हणून ती गोष्ट नाही, हे म्हणणं वरवर पहाता प्रामाणिक व बरोबर वाटत असलं तरी, ते व्यावहारिकदृष्ट्याही सदोष आहे, वैज्ञानिकदृष्ट्याही आणि पारमार्थिकदृष्ट्याही. व्यावहारिकदृष्ट्या तर, मला साधं समोरच्या भिंतीपलीकडचंही दिसत नाही. म्हणून मी, ते

नाही, म्हणत नाही, म्हणू नये. उलट पलीकडं जाऊन पाहायचा प्रयत्न करावा. हे आपण करतोच. ते जसं बरोबर आहे, तसंच पुढं जाऊन, वैज्ञानिकदृष्ट्या साध्या पाण्याच्या भांड्यातले जंतू मला दिसत नाहीत, म्हणून ते त्यात नाहीत, या म्हणण्यासारखं हे आहे. ते दिसत नाहीत म्हणून नाहीत, हे विधान वरवर पाहता असंच बरोबर आणि प्रामाणिक असलं तरी, ते आकलनाची अपूर्णता दाखवतं, हे आपण जाणतो. त्यासाठी अधिक कष्ट व ज्ञान घेऊन, मार्गदर्शन घेऊन, आवश्यक ती साधनं मिळवून पाहिल्यावर त्यात असलेले अगणित जंतू आपल्यालाही दिसू लागतात.

परमार्थ हा परम म्हणजे अधिक पुढचा विचार असल्यामुळं तो जसं विज्ञान, व्यवहाराच्या थोडं पुढं जा, साधनं मिळवा म्हणजे सत्य कळेल, असं म्हणतो, तसंच परमार्थ थोडं विज्ञानाच्या - इंद्रियानुभवांच्या कक्षेच्या शेवटी असलेल्या मनापर्यंत आणि त्याच्या थोडं पुढं जा, ज्ञान मिळवा, म्हणजे सत्य कळेल असं म्हणतो ! अर्थात त्यासाठी आपला अनुभव, पूर्वग्रह बाजूला ठेवून पुढं जाण्याची, त्यासाठी आवश्यक ती साधनं स्वतः करण्याची तयारी लागेल, ती होईपर्यंत ज्यांनी ती केली, त्यांच्या अनुभवावर विश्वास ठेवावा लागेल, हे उघड आहे. आता हे करण्याची गरज एखाद्याला वाटेल, न वाटेल. पण परमार्थाची शास्त्रीयता किंवा तर्कशुद्धता किंबहुना तर्कातीत होण्याची क्षमता - यांचा या चर्चेतून निदान उलगडा होईल, गरज पटेल, एवढं खरं.

आता जे थोडी आग्रही भूमिका घेतात, त्यांचा विचार करू. त्यांच्या दृष्टीनं परमार्थ करणारा एक तर स्वतःसाठी शांती मिळवतो. हा एक प्रकारचा स्वार्थ आहे, असा त्यांचा आक्षेप आहे. हेही वरवर पाहाता, स्वार्थाचं वाटलं तरी, साऱ्या समाजाचे अशांतिकारक प्रश्न कुठल्या आंदोलन, सामाजिक कार्य या मार्गांनी मिटवण्याचा आजवरचा हजारो वर्षांचा इतिहास पाहिला तर, त्याच्या मुळाशी,

माणसाचं सदोष मनच आहे.ते तसंच असल्यामुळं हे प्रश्न कधी कुठल्याकाळी सामाजिकदृष्ट्याही सुटू शकले नाहीत,राजकीयदृष्ट्याही सुटू शकले नाहीत, धार्मिकदृष्ट्याही सुटू शकले नाहीत.त्यामुळं जिथं प्रश्न आहे तिथं जाऊन सोडवण्याचा प्रयत्न करणाऱ्याला, स्वार्थी ठरवणं, हे आपलं आकलन व विकास अपुरा असल्याचं दर्शवतं, हे लक्षात घ्यावं. साधा दंगा करणारा वर्ग शांत व्हायचा झाला तर, त्यातली मुलंच शांत व्हावी लागतात आणि ते साधत नाही तोपर्यंत, त्यांतली काही मुलं जरी शांत बसली तरी, वर्गातल्या दंग्याचा आवाज व त्रास त्या प्रमाणात कमी होतो आणि त्यालाही आपण खचितच महत्त्व देतो. तितकं तरी परमार्थाच्या म्हणण्यात सत्य आहे आणि व्यक्तींच्या शांत होण्यात आणि त्यांची त्यांची संख्या वाढण्यात तथ्य आहे, हे उघड आहे. बाकीचे कुठं शांत आहेत, मग मी का शांत बसावं? असं म्हणणं हे वर्गात स्वतःला शांती नको असल्याचं लक्षण आहे ! तर उलट मी स्वतः शांत बसतो त्या प्रमाणात तरी वर्ग शांत होईल, असं म्हणणं, हे अधिक सरळ, प्रामाणिक आणि गरजेचं आहे, हे लक्षात येईल. त्याचबरोबर हेही कळेल की, यात स्वार्थ नसून मूळ प्रश्नाची विकसित जाण आहे आणि ते सोडवण्याची स्वतःची तयारी आहे. त्यासाठी स्वतःपासून सुरुवात करण्याचा प्रामाणिकपणा आहे. त्यामुळं हा स्वार्थ नाही, हे उघड आहे !

या दुसऱ्या आक्षेपातल्या, जगाचे प्रश्न सुटायला मदत होण्याच्या मुद्याचा विचार, वर येऊन गेलाच आहे. तरीही जाताजाता हे स्पष्ट करणं उचित होईल की, काही लोक स्वतः अवाढव्य संपत्ती मिळवून, त्या मानानं समाज श्रीमंत होईल, अशासारखे दिशाभूल करणारे स्वार्थी युक्तिवाद करतात. तसा हा युक्तिवाद नसून, स्वतः शांतीचा अभ्यास, समजुतीचा अभ्यास, समग्र आकलनाचा अभ्यास - अशा तऱ्हेनं समग्र समजूत, आकलन, शांती यांच्या व्यक्तिगत अभ्यासानं, सामाजिक अशांतीचे प्रश्न सोडविण्याचे प्रामाणिक प्रयत्न

आहेत. जे व्यक्तिगत त्याग आणि त्यासाठी लागणारी साधनं केल्याशिवाय घडत नाहीत.

आजवर श्री ज्ञानेश्वर माउली असोत, श्री तुकोबाराय असोत, श्री नाथ महाराज असोत, श्री गौतमबुद्ध असोत, श्री रमण असोत किंवा श्री कृष्णमूर्ती असोत किंवा असे कोणीही आत्मज्ञानी महात्मे असोत-त्यांनी केलेले प्रयत्न हे व्यक्तिगत परमार्थाचेच होते. अशांना स्वार्थी कसं म्हणता येईल? उलट त्यांच्या निःस्वार्थी प्रयत्नानं त्यांच्या काळातच नव्हे तर, आजही अनेकांना शांतीची प्रेरणा मिळते आहे. जी चिरस्थायी आहे. यापेक्षा परमार्थाच्या अभ्यासाचा सामाजिकदृष्ट्या उपयोग आणखी सांगण्याचं कारण आहे, असं वाटत नाही.

त्यामुळं अशा आक्षेपकांना नम्रपणे एवढं सुचवता येईल की, हे कळायलासुद्धा परार्थाचा टप्पा, त्यातल्या फसगती, त्या टप्प्याच्या मर्यादा- यांचं आकलन व्हावं लागतं. पुढं जाऊन अधिक समग्र आकलन आणि विकास करू शकणाऱ्या परमार्थाचं ज्ञान आणि साधन स्वतः करावं लागतं. तर याच्या सत्यतेचा अनुभव जरूर येऊ शकेल. कारण व्यवहार, विज्ञान जेवढं रोकडं आहे, तितकाच किंबहुना त्यापेक्षाही खरा परमार्थ अधिक सत्य अनुभवाचा आणि रोकडा आहे.

● जीवनाचे विविध प्रकार :

४.१.) पारमार्थिक जीवन : आकलन व विकास

इथं परमार्थाविषयी, विशेषतः खऱ्या परमार्थाविषयी, सांगण्याची गरज निर्माण होते. आपण पाहिलं तसं, परार्थाच्या टप्प्यातला माणूस निःस्वार्थी होतो.आकलन, समजूत, परिवर्तन यांची सुरुवात होते. अधिक पुढं जाणारा त्यागी होतो. व्यावहारिकदृष्ट्या प्रामाणिकपणानं जगून, उरलेला सारा वेळ, धन, श्रम, बुद्धी, इतर क्षमता इतरांसाठी देतो. संघटनात्मक पातळीवर देईल तर, कार्य

व्यापक होईल, प्रसिद्धीला येईल. व्यक्तिगत पातळीवर करील तर, कार्य मर्यादित होईल. कदाचित अज्ञात राहील. मग परार्थापेक्षा अधिक श्रेष्ठ अर्थ कुठला नि त्याची गरज काय ?

तर परार्थाच्या टप्प्यापर्यंत दृष्टी अजूनही जगाकडंच आहे. समस्यांकडं आहे. त्या या प्रयत्नांनी सुटतील याकडं आहे, प्रयत्नांवर भिस्त आहे. पण हे सगळं करून जग महाभारतापासून तसंच आहे. महाभारताचा, पंधराव्या शतकातला किंवा एकविसाव्या शतकातला कुठलाही एक क्रॉससेक्शन -एक छेद- घेऊन त्याची परीक्षा केली तर, सज्जनता-दुर्जनता, विधायक-विघातक, श्रेष्ठ-कनिष्ठ, सक्षम-अक्षम, शोषक-शोषित, न्याय-अन्याय, सत्कृत्य-दुष्कृत्य - अशांचा या साऱ्या क्रॉससेक्शन्समध्ये तितकाच आढळ होतो. इतकी शतकं मध्ये गेली तरीसुद्धा. प्रमाण किंवा बाह्यांग, नावं, शतकं - वेगळी. काही तपशीलांचे फरक. पण मूळ मिश्रण तसंच. कधी पूर्ण चांगलं नाही, कधी पूर्ण वाईट म्हणता येत नाही.

परम अर्थ - बाह्य जगाचा जगापलीकडं, काळापलीकडं जाऊन - अर्थ लागतो, तो असा. त्यात वाईट, त्रुटी, उणिवा, दुःख, समस्या - यांचं आकलन तर असतंच, पण त्याचबरोबर काळाच्या हजारो वर्षांपलीकडं पसरलेल्या टप्प्याचा व त्याच्या अर्थाचा, रचनेचा, बाह्यांगाचा - उलगडा करण्याचं सामर्थ्य असतं. हा तर झाला परमार्थातला फक्त बाह्यांगाचा विचार.

परमार्थ या समस्यांच्या पुन्हा मुळाशी जातो. तो त्याची जबाबदारी कुठल्या समूहावर, कुठल्या समाजरचनेवर, शाहीवर, विचारप्रणालींवर नाही - हे जाणवून देतो. स्वतःच स्वतःला शोध घ्यायला लावतो. त्यातून गवसतं की, हा परिणाम काय किंवा या समस्या काय- त्या माणसाच्या सर्व कृतींच्या मुळाशी असलेल्या मनाच्या प्रदूषणाचा, रचनेचा, किंबहुना त्याच्या अस्तित्वाचा परिणाम आहे. ते मन बाह्यतः उद्योगी असेल, पण आतून लोभी, संचयी

असेल. मग अशावेळी त्याच्यामुळं जगात एक प्रचंड उद्योग उभा राहील. कामगारांना काम मिळेल. त्याच्या स्वतःकडं संपत्तीचा ढीग जमा होईल. आता तो स्वार्थाच्या टप्प्यात असेल तर, तो ह्या उद्योगाला दुसरा,दुसऱ्याला तिसरा किंवा आहे त्याच उद्योगाचा अधिक विस्तार - असे प्रयत्न करीत तर राहीलच. पण मिळवलेल्या संपत्तीचा फक्त स्वतःच्या देहसुखाच्या किंवा कुटुंबाच्या सुखांच्या गोष्टींसाठी, चैनींसाठी जास्तीत जास्त उपयोग कसा करता येईल, ते पाहील. वेळी दारुकामासारखी पैशाची उधळपट्टी करेल.

त्यातसुद्धा तो कदाचित संयमी नसेल तर, व्यसनांसारख्या गोष्टींपायी अफाट खर्चही करू शकेल. कधी कंगाल होऊन, कधी मागं प्रचंड संपत्ती ठेवून, तो अस्तंगत होईल. हा माणूस परार्थाच्या टप्प्यात असेल तर, आपल्या संपत्तीचा काही भाग समाजाचं ऋण फेडण्यासाठी बाजूला काढील. त्यातून कुठली गरीब माणसं जगतील, कुठं दवाखाने निघतील, कुठल्या सामाजिक कार्याला उपयोग होईल. तो जितक्या प्रमाणात परार्थाचा विचार करणारा असेल, तितक्या प्रमाणात ही कार्यं जास्त मोठी घडतील. तितका त्याचा डंका वाजेल. राष्ट्रीय, आंतरराष्ट्रीय असे असंख्य पुरस्कारही त्याला मिळतील. ज्यांना लाभ झाला किंवा ज्यांना भविष्यात त्याच्याकडून लाभ होईल असं वाटतं, अशा लोकसंघटना त्याचे सत्कारसमारंभ करतील. त्याची दृष्टी स्वार्थापलीकडं गेलेली असल्यामुळं - परार्थाची असल्यानं - तो माणूस श्रेष्ठ आहे, हे नक्कीच. त्याच्यामुळं जगातल्या दुःखावर थोडी फुंकर नक्की घातली जाईल. पण आपल्याला असं आढळेल की, वर म्हटलं त्याप्रमाणं जगाच्या विशाल पटलावर हे कार्य एक बिंदुवत असेल.

त्याचबरोबर त्याहीपेक्षा विचार करण्यासारखी गोष्ट ही की, तो वैयक्तिक पातळीवर कसा असेल, कुठं असेल आणि कुठं जाऊ शकतो. आपल्याला हे ठाऊक असेल की, अशा दानधर्मानं गाजणारा

परार्थी मनुष्य व्यसनी असेल, वैयक्तिक जीवनात याच दानावरून त्याचे नातेवाईकांशीच काय, पण भागीदार, मुलं, पत्नी - अशा अत्यंत जवळच्यांचे मतभेद असतील. बाहेर तो सत्कार स्वीकारून येईल, खूप काही केल्याच्या आनंदात असल्यासारखं दाखवेल. पण त्याच्या घरी त्याला संघर्षांना अटळपणे सामोरं जावं लागेल. दुःख, वाद, निराशा, मुलामुलींची लग्न होणं-न होणं, ती अयशस्वी होणं, घटस्फोट, आजार, इस्टेटीवरचे वाद, कोर्टकचेऱ्या, अपघात, मतभेद - अशा असंख्य दुःखांनी तो ग्रासलेला असेल. अनेक अर्थानं तो एकाकी असतो, दुःखी असतो. बाहेरच्या लोकसंग्रहाचा, उदोउदोचा आणि या निराशाजनक अपरिहार्य एकाकीपणाचा मेळ जमला नाही तर, मोठमोठी माणसं हतबल होतात.व्यसनापासून आत्महत्येपर्यंत किंवा स्वतःला विसरण्याच्या कुठल्यातरी फसव्या मार्गापर्यंत जातात.

४.२.) परमार्थ : स्वतःचा व सत्याचा शोध

परमार्थ सत्याची गाठ घालून देतो, ती नेमकी इथंच. मूलतः जगात कितीही व्याप असला, तो स्वार्थ-परार्थ कशाचाही असला तरी, तत्त्वतः माणूस एकटा असतो. परमार्थ याचा त्याला शोध घ्यायला लावतो, आकलन करून देतो. इतकंच नव्हे, हे एकटेपण म्हणजे वर अनुभवानं, नाइलाजानं आलेलं निराशाजनक एकाकीपण नसून, आत्मशोध घडायला सुरुवात करणारं, व्यक्तीला स्वतःची खरी ओळख, मर्यादा, वेळी एकांताची विलक्षण झेप - यांचं आकलन आणि विकास घडवून देणारं असतं. स्वतःचा आनंददायी सहवास घडवणारं, आशाजनक व समृद्ध पारमार्थिक जीवन असतं. ते जितकं मुरेल, तितका तितका मनुष्य परार्थाचा अधिकच विचार करतो. परार्थी माणसापेक्षा कितीतरी पट सर्वांगीण त्याग व कार्य करतो. कसल्याही सत्कार, दाद, मोबदला - असल्या गोष्टींविषयी निरपेक्ष तर असतोच, पण त्याला त्या बालिशपणाच्या वाटत असल्यामुळं, त्या स्वीकारायची वेळ आली तरी, त्याच्या

परमार्थानं त्याला दिलेल्या समृद्ध एकटेपणाच्या भूमिकेवरून खाली न उतरता, तो ते स्वीकारून, बाजूला ठेवू शकतो. त्याच्या दृष्टीनं अपेक्षा आणि मिळणं जितकं बालिशपणाचं असतं, तितकंच सुखावणं आणि नाकारणं.

४.३.) परमार्थ : कर्तव्यांचं स्थान व मर्यादा

परमार्थ व्यक्तीचा जो विकास घडवून आणतो, त्याचा महत्त्वाचा पुढचा टप्पा असा की, कितीही मोठी परार्थाची कामं करतानाही, त्या कामांच्या उपयुक्ततेनं तो कधी भारून किंवा भुलून गेलेला नसतो. जगातल्या चांगल्या-वाईटाच्या मिश्रणांचं त्याचं भान कधी सुटत नाही. तो त्याचं सात्त्विक काम कर्तव्य म्हणून करतो. पण त्यामुळं जगात कुठली क्रांती होण्याची, जग सुधारण्याची, जगाला दिशा दिल्याची, आता जग त्यामुळं सुधारण्याची - कुठलीही भ्रामक कल्पना त्याला ग्रासत नाही. जगाच्या खाऱ्या-गोड्या पाण्याच्या, महासागराच्या मिश्रणात यानं काही क्रांतिकारक फरक पडणार आहे, असा त्याला भ्रम नसतो. फक्त समुद्रात मिठाच्या पाण्याऐवजी आपल्या आयुष्यात आपण एक गोड्या पाण्याची घागर ओतली ना, एवढंच तो बारकाईनं पहातो. आणि पुन्हा त्याच्या अविचल एकाकी भूमिकेवर आनंदानं बसतो.

म्हणूनच परमार्थाची ओळख पटलेल्यांना म्हातारपण नसतं. म्हातारपणाची किंवा मृत्यूची भीती नसते. त्यांना दुःखांना, निराशांना - धूम्रपान, अपेयपान किंवा चैनी-यांसारख्या पळवाटाही शोधाव्या लागत नाहीत. उलट, ते अत्यंत तृप्तीनं त्यांचं कार्य संपताच वयाच्या विसाव्या वर्षापासून शंभराव्या वर्षापर्यंत कधीही मृत्यूचं मित्रभावानं स्वागतच करतात. इतकंच नव्हे, अत्यंत तृप्त मनानं संजीवन समाधीही घेतात.

४.४.) परमार्थ : दुःखाच्या मुळाचा वेध

परमार्थाच्या या सूक्ष्म प्रवासात सापडणारं आणि उपयोगी

पडणारं आणखी एक तथ्य असं की, जगाच्या साऱ्या समस्या आणि दुःखाच्या मुळाशी असलेलं सदोष मन व्यक्तीपुरतंच निर्दोष करता येऊ शकतं किंवा विवेक वा साधनेनं ते नष्टसुद्धा करता येऊ शकतं. हे कार्य करताना झालेल्या समग्रतेच्या आकलनामुळं, जगातल्या सुखदुःखाच्या सापेक्षतेची कल्पना येते. जगाचा आकारच मूलतः भेद आणि मिश्रण यांच्यावर उभा असल्यामुळं, जग आहे तोवर सुख आणि दुःखही शाश्वत आहे, याचं आकलन होतं. जगातली कोट्यवधी मनं जगाच्या या सुखदुःखाला कारणीभूत असल्यामुळं आणि त्यांचं सार्वत्रिक उन्मन, शुद्धीकरण, नाश हे तत्त्वतः शक्य नसल्यामुळं - कारण तसं करणं म्हणजे जग नाहीसं करणं होय - ही सदोष आणि वेगवेगळ्या पातळीवरची मनं, जगात सुखदुःखाची निर्मिती अविरतपणे करीत राहणार, याचं परमार्थ अखंडपणे आकलन करून देतो.

त्यामुळं, त्या अर्थानं, जगातल्या दुःखाचं दुःख उरत नाही आणि विचार केला तर नक्की पटेल की, हा असंवेदनशीलपणा नव्हे, बेफिकिरी नव्हे, सहानुभूतीचा अभाव नव्हे, परार्थाविषयी उदासीनता नव्हे, दुःख दूर करण्याचे प्रयत्न टाळणं किंवा थांबवणं नव्हे तर, दुःखाच्या खऱ्या स्वरूपाचं सत्य जाणणं आहे ! म्हणून उपाय व्यक्तीपासून सुरू होतात. व्यक्ती दुःखमुक्त किंवा त्याच्यापुरती समस्यामुक्त होऊ शकते. तो मार्ग चालून, अशा कितीही व्यक्ती अशाच तऱ्हेनं मुक्त होऊ शकतात. पण याची व्याप्ती अशा काहीच व्यक्तींपुरती मर्यादित राहू शकते. ही परमार्थाचीमर्यादा नसून, जगाच्या रचनेचा परिणाम आहे ! त्यामुळं अशा कुठल्याही अर्थानं खऱ्या परमार्थावर 'स्वतःपुरतं पाहण्याचा' किंवा 'स्वार्थाचा' आक्षेप घेणं म्हणजे जगाच्या मूळ रचनेचं आकलन आपल्याला नसल्याचं, दर्शवणं आहे.

४.५.) परमार्थ : सर्वोच्च मूल्यांचा शोध, आचार व परिवर्तन

खऱ्या परमार्थाच्या अभ्यासाचा परिणाम परार्थाच्याही पुढचा असल्यामुळं तिथं खरा, निरपेक्ष आत्यंतिक त्याग, असीम करुणा आणि जगाच्या हितार्थ अखंड कार्यशीलता - या जन्मतात व आयुष्यभर वावरतात. त्याग आत्यंतिक असतो म्हणजे असं की, 'स्व' आणि 'पर' या भेदाचाही त्याग होतो. त्यामुळं त्या अर्थानं 'दुसऱ्यासाठी काही करणं' ही भाषा, हा भाव आणि त्याचे परार्थात होतात तसे परिणाम आणि दुष्परिणामही संभवत नाहीत. 'मी' आणि 'दुसरा' हेच नसल्यामुळं, जगाला हा दुसऱ्यासाठी काही करतो, असं वाटत असलं तरी, पारमार्थिकाची तशी धारणा नसून, तो ते स्वतःसाठीच करीत असतो. परिणामांचा प्रश्नच नसल्यामुळं इथं आनंदाच्या बिघाडाचाही प्रश्न येत नाही. असा शाश्वत व आधीच्या कुठल्याही टप्प्यात न गवसणारा निरुपाधिक आनंद, हे परमार्थातलं सर्वोच्च मूल्य आहे. हे परमार्थाच्या टप्प्यात आकलनाचा विकास, प्रत्यक्ष परिवर्तन आणि कृपा - यांमुळं घडतं. याचा रोकडा अनुभव देऊ शकणाऱ्या परमार्थालाच 'खरा परमार्थ' म्हणावं !

४.६.) परमार्थ : फसगती व सावधता

यात अर्थात हे लक्षात घेणं आवश्यक आहे की, हा परमार्थ आहे म्हणून तिथं आधीच्या टप्प्यात उल्लेख केल्या तशा काही फसगती नसतात, असं मुळीच नाही. उलटवरची श्रेणी मिळवायला किंवा श्रेष्ठ वस्तू मिळवायला जास्त कष्ट पडावेत, अडचणी जास्त असाव्यात, तशा यात फसगती जास्त असणं स्वाभाविक आहे. त्यात काही बाह्यांगाच्या तर, खरा परमार्थ अंतरंगाचा असल्यामुळं बऱ्याच अंतरंगाच्या - मनाच्या फसगती असतात.

मुळातच परमार्थ स्वाभाविकतः सदोष असलेलं मन, निर्दोष किंवा नष्ट करू पाहातो. त्यामुळं त्याला खरा विरोध घरातूनच

असतो. ते मन अत्यंत वायुरूप, चपळ, न दिसणारं, कोणतंही रूप धारण करू शकणारं - असं असल्यामुळं हा विरोध व ही फसगत ही असंख्य मार्गांनी होऊ शकते. ज्यात खरी प्रगती म्हणजे काय, हे स्वतःला कळू न देण्यापासून, आपली सर्व प्रगती झाली आहे,असा भ्रम निर्माण करण्यापर्यंत - हे मन आत व बाहेर काहीही करू शकतं. बाहेर ते वेष पालटील, पारमार्थिक असल्याचं भासवेल, टिळे, माळा, मुंडण,बाह्यसंन्यास, उपास, फळफळावळ, चांदी-सोन्याच्या भांड्यातून दूध, दंड, कमंडलू, शिष्यपरिवार, मठ, गादीची स्थापना, प्रचार, मंदिरस्थापना, उपदेश, यात्रा, पालख्या, दिंड्या, अबदागिऱ्या, उत्सव, मंत्र-तंत्र-अशा काय काय फसगती करील, हे सांगणंही कठीण आहे.

आत तर काय करील, याची कल्पना, परीक्षा होईल तेव्हाच कळेल. जो परमार्थ ऐकला तो जणू आपल्याला आलाच, अंगी मुरलाच - अशी भ्रामक खात्री त्याला मन वाटायला लावील आणि त्याला इतरांना उपदेश, मार्गदर्शन कधी करायला लावील, हे त्याला कळणारही नाही. असा भ्रम उत्पन्न करण्यापासून मनात खरं काय आहे किंवा येईल याचा पत्तासुद्धा स्वतःला व इतरांना न लागू देण्यापर्यंत - मन काहीही कारभार करू शकेल व फसवू शकेल. या परमार्थातल्या ठळक फसगती.

४.७.) परमार्थ : फसगती व उपाय

त्यासाठीच नियमित, तटस्थ, एकांतवास, कठोर आत्मपरीक्षण, जवळच्यांकडून किंवा खऱ्या अधिकारी गुरूंकडून परीक्षा, शास्त्रांच्या कसोटीवर सतत वर्तनपरीक्षा आणि परमेश्वराजवळ नित्य क्षमायाचना-असे काही ठळक मार्गही या परमार्थाच्या टप्प्यांतल्या फसगतींवर उपाय म्हणून उल्लेखलेले बरे ! हे एवढ्यासाठीच इथं स्पष्ट करायचं की, वरील फसगतींपासून आधीच सावधान राहाता यावं. परमार्थाच्या नावाखाली भरकटू नये. परमार्थाच्या नावाखाली फसगतीनं काही केलं जाऊ नये.

४.८.) परमार्थ : आचरण्यासाठी उपाय : खरी उपासना

कारण खऱ्या परमार्थाचं आकलन व्हायला, ते टिकायला आणि हा निरुपाधिक आनंदाचा अनुभव यायला - पूर्वग्रह टाकण्यापासून सुरुवात करून, 'मी'च्या स्वतंत्र अस्तित्वाचा त्याग करण्यापर्यंत - जे जे काही करावं आणि न करावं लागतं, त्या साऱ्याला खरी उपासना म्हणतात.

तिसरा भाग : उत्तरार्ध

खऱ्या उपासनेचं आकलन, गरज, तिचं आचरण यांची थोडक्यात तात्त्विक भूमिका

●मनुष्यजीवनाची दोन विलक्षण अंगं :

निसर्गानं निर्माण केलेल्या जीवसृष्टीमध्ये माणूस हाच एक असा प्राणिवर्गातला आविष्कार आहे की, जो दोन प्रकारचं जीवन एका वेळी समृद्धपणे जगतो. इतर प्राण्यांसारखं बाह्य शरीर आणि विलक्षण समृद्ध असं अंतरंग ही ती दोन अंगं होत. त्यांतल्या बाह्य शरीराची वाढ निसर्ग इतर प्राण्यांप्रमाणंच स्वतःच्या पद्धतीनं स्वतः करीत जातो आणि त्या शरीराच्या अंगांची पूर्णता त्याला गाठून देतो. ही पूर्णता गाठतानासुद्धा सरपटणाऱ्या एखाद्या प्राण्यापेक्षा मनुष्याची बाह्य शरीरयंत्रणा किती उच्च दर्जाची असते, याची कल्पना आता शरीरशास्त्राच्या अभ्यासानं आपल्याला येते आहेच.

आता राहिलं अंतरंग. इतर प्राण्यांना असलेल्या शरीर गरजांसारख्या प्राथमिक गोष्टी पुरवणं, एवढ्यापुरत्या प्रेरणा देणं, त्याच्यापुढचं अंतरंगानं पूर्ण होण्याचं केवढं तरी प्रचंड विकासाचं काम मात्र निसर्गानं माणसाकडं जबाबदारीनं, विश्वासानं आणि आशेनं

सोपवलं आहे. या साऱ्याची जाणीव बाळगून, त्यासाठी योग्य ते प्रयत्न करून, हा आंतरिक विकास पूर्णत्वाला नेण्यासाठी, करण्याचे विविध प्रयत्न, म्हणजे उपासना होय.

आता विचार करू की, शरीर तर निसर्गच विकसित करतो आहे. त्यातल्या अत्यंत अविकसित शरीरापासून आपल्या अत्यंत सूक्ष्म आणि विकसित झालेल्या शरीरापर्यंत निसर्गानं इतके गुंतागुंतीचे आणि अक्षरशः अनाकलनीय आणि यशस्वी प्रयोग केलेले आहेत की, त्याची नुसती जाणीव जरी झाली तरी, आपल्याला थक्क व्हायला होतं.

● मनुष्यजन्माचा विचार आणि वापर :

काही माणसं हा विचार करून, हे शरीराचं प्रगत यंत्र वापरण्यात गढून जातात. त्याचा फक्त फायदा घेतात. पण काही माणसं हा विचार करतातकी, एवढं प्रगत बाह्यांग दिलं आणि अंतरंगात मात्र प्राथमिक प्रेरणा प्राण्यासारख्या दिल्या, त्या पुऱ्या करण्यासाठी जर मी हे यंत्र वापरीत राहिलो तर, कोणकोणत्या गोष्टी घडतील ?

एक - मी फक्त उत्तम प्रगत शरीर असलेला पण कृतीनं प्राण्यांसारखा वागणारा म्हणजे त्या अर्थानं एक वेगळा पशू राहीन.

दोन - अंतरंगात असलेल्या विलक्षण क्षमतांचा विचार केला तर, सावधानतेपासून सर्व जगच नव्हे तर, त्याच्या कर्त्यापर्यंत पोचण्याची एवढी सुप्त क्षमता आपल्याकडं असेल तर, आणि आपण ते काम करीत नसू तर, आपण विकासाच्या बाबतीत असंतुलित आहोत, आणि या क्षमता देणाऱ्या निसर्गाला न्याय देत नाही.

तीन - जर या आतल्या क्षमतांचा कुणीच विचार केला नसता तर, सारीच माणसं पशूंचे कळप असावेत आणि ते इतस्ततः दिशाहीनपणे जगून मरून जावेत, तसं मनुष्यवर्गाच्या बाबतीत

आढळलं असतं, पण तसं होत नाही. अनेक सत्पुरुष, संतमहात्मेच नव्हे तर, असंख्य सामान्य माणसंही अशी दिशाहीनपणे जगत नाहीत. नुसती मरून जात नाहीत तर, याच अंतरंगाचा आणि ते देण्यामागच्या हेतूचा मनापासून शोध घेऊन - उपासना करून - मग पशूंसारखं तर नाहीच, पण माणसांच्याही जीवनाला ओलांडून जाईल, इतकं उच्च दैवी जीवन आपल्यासमोर गेली हजारो वर्षं जगताना आपण पहातो. इतकंच नव्हे तर, त्यांच्या दीपस्तंभासारख्या आयुष्यांच्या प्रकाशात त्यांच्या काळातलीच नव्हे तर, आजचीही शेकडो माणसं असं उच्चतर जीवन जगतात. म्हणजेच मी ते केलं नसलं - म्हणजे उपासना केली नसलीतरी, इतर हजारो माणसं ती आपापल्या परीनं करतात आणि त्या अर्थानं उद्धरून जातात आणि हे अर्थातच कुणालाही शक्य आहे.

चार - जर मी या साऱ्या क्षमता, कृती, विलक्षण विकास, हे सारं करणार नसेन, म्हणजे मला दिलेल्या अलौकिक आंतरिक क्षमतांचा वापर करणार नसेन तर, ती देणगी तर वाया जाईलच, पण हे मनुष्याचं आयुष्यही वाया जाईल आणि कदाचित निसर्गाची कार्याची पद्धत पाहाता अशा क्षमतांचा वापर न करणाऱ्याला तो त्या क्षमता पुन्हा देणार नाही. म्हणजेच मला मागितला तरीही पुन्हा मनुष्याचा जन्ममिळणार नाही, याची जाणीव झाली नाही तर, ती या मनुष्यजन्माची मोठी शोकांतिका ठरेल.

● निसर्गानं टाकलेली आगळी जबाबदारी :

यात हे लक्षात घेणं आवश्यक आहे की, शरीराची पूर्णता, वाढ या अर्थानं, आपल्या नकळत निसर्ग करतो आहे, ही यंत्रणा वेगळी आणि आजतरी सर्वोत्तम आहे. आपल्या ठिकाणी प्राण्यांच्यासारख्या किमान जगण्याला लागणाऱ्या प्रेरणा ठेवल्या आणि त्याबरोबर ज्या उरलेल्या वर म्हटल्या तशा सूक्ष्म क्षमता, प्रेरणा ठेवल्या त्या का ? याचा विचार करण्याची गरज आहे. शरीराची वाढ पूर्ण करण्याची जबाबदारी निसर्ग सहसा न चुकता पुरी करतो. मग या

आंतरिक विकासाची जबाबदारीसुद्धा त्यानं घेऊन ती पूर्ण का करू नये, अशी शंका एखाद्याला येण्याची शक्यता आहे. पण अशी शंका घेणं म्हणजे कसं आहे, ते उदाहरणानंच चटकन स्पष्ट होईल. एखाद्या मुलाला उत्तम बुद्धिमत्ता, उत्तम शाळा, उत्तम पुस्तकं, अभ्याससाहित्य, उत्तम शिक्षक, इतर उत्तम वातावरण व सुविधा, वेळ, शरीरप्रकृती इतकं सगळं दिल्यानंतर त्या मुलानं जर असं म्हटलं की, तुम्ही आता मला एवढं सगळं दिलंच आहे तर, आता मला तुम्हीच शंभरपैकी शंभर गुणही द्या आणि त्यासाठी लागणारा अभ्यासही तुम्हीच करा. तर त्या मुलाची संभावना आपण कशी करू ? आपण तर ते देणार नाहीच, किंबहुना देऊही शकणार नाही. उलट त्याला म्हणू की, इतकं सगळं दिल्यावर आता हे काम तरी, तुझं तू कर. तेवढी तरी जबाबदारी तू घे.

तेच निसर्ग माणसाच्या बाबतीत म्हणतो आणि तेवढी उपासना करून उद्धरून जाण्याची जबाबदारी तरी तू घे, असं आपल्याला म्हणतो, हे बरोबर आणि समजण्यासारखं आहे ना ? हीच निसर्गानं इतर प्राणिवर्गापेक्षा आपल्यावर टाकलेली आगळी जबाबदारी होय. मग ते आपण करावं, हे योग्यच नव्हे तर, गरजेचंही आहे, हे काय वेगळं सांगायला हवं का ?

● देवत्व गाठण्याचा उपासनेचा एक सर्वांना उपलब्ध असलेला उपयोगी मार्ग :

अंतरंगाच्या विकासानं देवत्व गाठण्याची, त्यासाठी उपासनेचा मार्ग अवलंबण्याची क्षमता माणसाला निसर्गानं जन्मतः दिलेली आहे. पण हे लक्षात ठेवलं पाहिजे की, माणसाचा विकास निसर्गक्रमानुसार पशूकडून माणसाकडं, असा झालेला आहे. त्यामुळं पशूंच्या ठायी असलेल्या, तहान-भूक, वंशसातत्याची प्रेरणा, मृत्यूचं भय, झोप, इच्छा, लोभ, आक्रमकता-पलायन-संरक्षण - यांच्या प्रेरणा, पशुपक्षी यांच्या इंद्रियरचनेप्रमाणं, दुसऱ्या जीवावर, अन्नावर,

फळांवर म्हणजे शाकाहार - मांसाहारावर जगण्याची प्रवृत्ती - अशा असंख्य गोष्टीही त्याला आधीच्या अविकसित पशुयोनींमधून मिळालेल्या आहेत. पण त्याचबरोबर त्याला देवत्व प्राप्त करून देऊ शकणाऱ्या माणुसकी, सहानुभूती, करुणा, प्रेम, क्षमा, शांती, प्रामाणिकता, ज्ञान, सूक्ष्माचं आकलन व तादात्म्य - अशा अनेक क्षमताही निसर्गानं त्याला बहाल केल्या आहेत. त्यांतलं वैशिष्ट्य हे की, तो या पशुप्रेरणांप्रमाणंही अप्रगत वागून तसं जीवन जगू शकतो आणि देवत्व प्राप्त करून देऊ शकणाऱ्या अनेक क्षमतांचा विकास करून, निसर्गानं दिलेल्या संधीचं चीज करून, देवजीवनही जगू शकतो. हे स्वातंत्र्य त्याला आहे.

आता याची जाणीव असणं आणि आपलं ते ध्येय गाठण्यासाठी प्रयत्नशील असणं, ही गोष्ट मात्र दुर्लभ आहे. ती साधण्याचा मार्ग म्हणजे उपासना होय. उपासनेच्या निमित्तानं प्रसिद्ध असलेले विविध पारंपरिक आचार, कृती - या क्षणभर बाजूला ठेवल्या आणि विचार केला तर, आपल्या लक्षात येईल की, तात्त्विकदृष्ट्या माणसाला धर्म, पंथ - यांचे कोणते रूढ मार्ग न चालता, त्यांच्यातल्या धोक्यांना, नकारात्मकतेला बळी न पडता, हेच देवत्व गाठायचा म्हणजे उपासनेचा एक वैश्विक मार्ग सर्वांना उपलब्ध आहे. त्याचा थोडक्यात विचार करू.

मनुष्य जन्माला आला की, त्याला पाच गोष्टी आपोआप प्राप्त होतात, याची कल्पना आणि त्यांचा वापर करून, साधण्यासारखी उपासना ही एक निरुपाधिक, सर्वांना लागू असलेली, धर्मपंथातीत - अशी एक उपासना आहे. या पाच गोष्टी प्रत्येकाला लाभलेल्या असून आपल्या जगण्यात जर आपण सावधपणे त्यांचं शुद्धीकरण साधू शकलो तर, आपल्याकडून सहजपणे उपासना घडते. ती चोवीस तासांची असते आणि माणसाला थेट देवत्वाकडं घेऊन जाते. त्यासाठी या पाच गोष्टींचं आकलन, त्यांच्यात वर म्हटलं तसं,

निसर्गक्रमानं आणि बेसावधतेनं, वातावरणानं येणारी अशुद्धी समजून घेणं आणि त्या पाच गोष्टींचं शुद्धीकरण साधणं - असा हा उपासनेचा एक तात्त्विक पण समजून घेतला तर सर्वांना उपयोगी पडणारा आचरण्यासारखा मार्ग आहे.

● आगळी जबाबदारी पार पाडण्यासाठी लाभलेल्या पाच गोष्टी :

एक - जिवंतपण- चैतन्य.

दोन - जन्माबरोबर येणारे अनेक संबंध. मग ते आईवडील- नातेवाईक- मातृभाषा-जगण्याची पद्धत म्हणजे संस्कृती, घर, वातावरण, काळ इत्यादी.

तीन - याच्या ठिकाणी सहज निर्माण होणारे या साऱ्या संबंधांबद्दलच वेगवेगळे भाव. म्हणजे आईबद्दल प्रेम, इतरांबद्दलची ओढ, आपुलकी, सहानुभूती, करुणा, माणुसकी, प्रेम, क्षमा, शांती, प्रामाणिकता, ज्ञान, सूक्ष्माचं आकलन व तादात्म्य इत्यादी. जे भाव त्याला पशुत्वाकडून मनुष्यत्वाकडं आणि पुढं देवत्वाकडं नेतात.

चार - त्याला कळत-नकळत होत जाणारं ज्ञान. म्हणजे उदाहरणार्थ तहान-भुकेपासून आईवडील, घरदार, झाडंपेडं, आजूबाजूची मांजर, कुत्रं, गाय-गुरं, इतर माणसं, वस्तू - यांच्याबद्दलची माहिती. दिसणाऱ्या स्थूल जगाविषयी, तसंच न दिसणाऱ्या पण असणाऱ्या सूक्ष्म जगाविषयी आणि सूक्ष्मापलीकडच्याही ईश्वराविषयी जाणण्याची क्षमता - ज्ञान.

पाच - जन्मतः सुरू होणारं कर्म - ते श्वास घेणं, रडणं इथंपासून ते जगाच्या उलाढाली करण्यापर्यंत काहीही असू शकेल.

आता या साऱ्या पाचही गोष्टी प्रत्येकाला लाभलेल्या असल्या तरी, त्यांची जाणीव आणि त्या देण्यामागचा हेतू आणि त्याला अनुरूप कृती यांची जाणीव सर्वांना असतेच, असं नाही. माणसाच्या या वेगळ्या क्षमतांचा वापर, त्याला या सगळ्यांची जाणीव कितपत आहे यांवर ठरते. म्हणूनच माणसांच्यात पशूपेक्षाही क्रूर, निर्बुद्ध

वागणारी माणसं भेटतात. तशीच जिवाला जीव देणारी, करुणा, दया, प्रेम, त्याग किंवा शांती यांची परमावधी गाठलेली देवासारखी माणसंही भेटतात.

ती तशी तशी का घडली, का वागली - याचा विचार केला तर, आपल्या लक्षात येईल की, या मिळालेल्या पाच गोष्टींबद्दलच्या जाणिवेत आणि त्यामुळं अर्थात, कृतींत फरक पडला आहे. त्यात पुन्हा ती जाणीव झाली तरी, पशूंसारखं किंवा देवासारखं वागण्याचं माणसाला स्वतंत्रपण आहे. पण हे स्वातंत्र्य नसून निसर्गानं घेतलेली आपली परीक्षा आहे,याची तीव्र जाणीव देते ती उपासना. पुढं त्यापोटी त्याला अनुसरून योग्य कृती घडतील, स्वातंत्र्याचा रास्त उपयोग करून, उपासना करणाऱ्यांकडून अशा कृती घडतील, हे ओघानंच आलं.

● या आगळ्या पाच गोष्टींचा उत्तम वापर :

या अर्थानं उपासनेचा विचार केला तर, मला मिळालेल्या जिवंतपण-संबंध-भाव-ज्ञान-कर्म या साऱ्या शक्तींचा उत्तम वापर होणं किंवा निदान बेसावध किंवा नकारात्मक वापर न होणं, एवढी तरी गरज प्रत्येकाला आहे. या बाबतीत दुमत होण्याचं कारणच नाही. आपल्या आयुष्याविषयी एवढी सावधानता येणं म्हणजे किमान उपासना आहे. या अर्थानं त्याची गरज काहींना नसून सर्वांनाच आहे. तितपत सावधानता येण्यासाठी लागणारी उपासना हे प्रत्येक माणसाचं त्याला त्याला मिळालेल्या गोष्टींचं चीज करणारं किमान ध्येय आहे.

ते ध्येय गाठण्यासाठी ते आपल्या मनात असावं लागतं. ते सतत जागं राहावं लागतं. ते प्राप्त होण्यासाठी त्याला अनुकूल अशी कर्मं मला करावी लागतात. म्हणजे मला त्या ध्येयाच्या सान्निध्यात-जवळ म्हणजे उप-सतत मनानं आणि पुढं कृतीनं राहावं लागतं. म्हणजे वस - राहाणे, ते करणं, म्हणजे उपासना.

आता दोन गोष्टी समोर येतील की, समजा, एखादं गाव आहे. त्या गावी आपल्याला पोचायचं आहे. आपण एखाद्या गावी आहोत. तर प्रत्येक जण ज्या ज्या गावी असेल, त्या त्या गावापासून ध्येय असलेल्या - पोचायच्या गावापर्यंतचं अंतर आणि त्यामुळं करावी लागणारी वाटचाल ही वेगळी असू शकेल, मग त्यानुसार त्याला लागणाऱ्या उपासनेची गरज वेगळी वेगळी असू शकेल. दुसऱ्या बाजूनं विचार केला तर, एका गावाहून ध्येयाच्या दुसऱ्यागावाला जाणं, हे फक्त आपल्याला व्यवहाराच्या भाषेत कळण्यासाठी सांगणं झालं. पण आपली थोडी अधिक समजून घ्यायची तयारी असेल तर आपल्या लक्षात येईल की, आधी म्हटल्या तशा जन्मतः मिळणाऱ्या पाचही लाभांमध्ये प्रत्येक बाबतीत जी एक स्वाभाविक अशुद्धी आहे ती आपल्या कृती आणि वृत्ती यांनी शुद्ध करीत जाणं. म्हणजे उपासना होय. त्यासाठी कुठून कुठल्या गावाला जायची गरज नाही, तर आपण जे जीवन रोज जगतो आहोत, तेच शुद्धीकरणाचा हेतू ठेवून त्यानुसार जगणं,याची खरी गरज आहे.

या पाच गोष्टींचं आकलन, अशुद्धी आणि शुद्धीकरण - अशा स्वरूपाची ही आगळी उपासना आता आपण थोडक्यात पाहू.

● १. जिवंतपण - चैतन्य :

उदाहरणार्थ, अगदी पहिलं जिवंतपण घेऊ. त्याच्याबद्दल जाणीव नसणं ही एक अशुद्धी आणि जणू काही मी स्वतःच्या प्रयत्नानंच जिवंत आहे, असं मानणं हीसुद्धा एक अशुद्धीच. ज्यांना आपण जिवंत आहोत याची जाणीवच नाही आणि कशामुळं आहोत याचीही जाणीव नाही, ती करून घेण्याची गरजही वाटत नाही, असे हजारो लोक आपल्याला दिसतील. तर आपण आहोत ते आपल्या आहार-विहार, खाणं-पिणं, जीवनपद्धती, सावधगिरी, पथ्यपाणी अशामुळं जिवंत आहोत, असा मीपणा बाळगणारेही हजारो भेटतील.

पण आपण खरा विचार केला तर आपल्या लक्षात येईल की,

जाणीव नसणं ही कृतघ्नपणाची अशुद्धी आहे, दोष आहे. त्यामुळं तिथं ती जाणीव बाळगून - शुद्धीकरण करून - म्हणजे उपासना करून, कृतज्ञ होऊन राहाणं, हे कर्तव्य झालं. त्यानं शुद्धी होईल. पण जिथं आत्ता म्हटल्या तशा कारणांमुळं स्वतः जिवंत असल्याचा मीपणा- अहंकार आहे. तो मिठाच्या खड्यासारखा आहे. वास्तविक, त्यांनी जे खाणंपिणं, जीवनपद्धती सांभाळली. ती दुधासारखी शुद्ध आणि चांगली असली तरी ते 'मी' केल्यामुळं जिवंत आहे, असं मानणं म्हणजे, त्या दुधात पडलेला मिठाचा खडा आहे की, जो ते दूध नासवतो, अशुद्ध करतो. तो पडू न देणं, हेही शुद्धीकरण म्हणजे - उपासनाच आहे. कारण आपल्याला माहिती असतं की, हे सारं वरचं सांभाळलं तरी, निसर्गाची-देवाची इच्छा झाली तर कुठलंही कारण नसताना साधी ठेच लागणं, हृदयविकाराचा झटका येणं, अपघात होणं यांपासून, कुठल्याही कारणानं या जिवंतपणाची क्षणात समाप्ती होते. मग तो जो - मी - सांभाळतो म्हणतो, तो कुठं गेला - म्हणजे ती अशुद्धीच झाली.

याचा अर्थ हे सांभाळू नये, असा नाही. पण मी ते सांभाळल्यामुळं, मी जिवंत आहे, असल्या भ्रामक कल्पनांत जगू नये. आता या भ्रमातून बाहेर काढणारी आणि आपण खरे कुणाच्या इच्छेवर जिवंत आहोत, झालो याची जाणीव देणारी - म्हणजे शुद्धता देणारी वृत्ती, विचार, कृती म्हणजे उपासना होय. तिची प्रत्येकाला गरज आहे.

आपल्याला मिळालेल्या या जिवंतपणाच्या अत्यंत मोलाच्या देणगीची जाणीव वाढवील अशा कृती आता शुद्धीकरणासाठी कराव्या लागतील. त्या कृती म्हणजे साध्या भाषेत आपली उपासना ठरेल. अगदी साध्या व्यवहारानं पाहिलं तर, मनुष्य कसाही, केवढाही असला तरी, रोज सकाळी त्याला जेव्हा जाग येते, तेव्हा त्याला आपण जिवंत आहोत याचं भान येतं. खरं पाहिलं तर, जे काही ८-

१० तास तो झोपलेला असेल, ते ८-१० तास तो सलगपणे जिवंत होता याचाच तो पुरावा नव्हे काय ? पण याची जाणीव उठल्या उठल्या किती लोकांना असते ? आपण मधल्या काळात जिवंत होतो आणि आता जागे झालो, शिवाय आपल्याला नव्या दिवसाची जगण्याची संधी मिळाली, याची अत्यंत मनापासून जाणीव असणं, इतकंच नव्हे तर, त्याबद्दल सावध व कृतज्ञ असणं, हे त्याचं दिवसातलं पहिलं कर्तव्य नव्हे काय ?

ही सावधानता उठल्याबरोबर अशी सहजासहजी येत नाही, आली तर, ती व्यक्त करता येत नाही. व्यक्त केली तर, ती टिकवता येत नाही आणि टिकवली तर, त्यानुसार जगता येत नाही. हे आपल्या बहुसंख्य माणसांचं प्राथमिक दुर्दैव आहे. म्हणून त्यासाठी अशी आपल्याला झोपेत सांभाळणारी, वेळेत जागं करून आपल्याला आपल्या कालपर्यंतच्या सर्व शक्ती-बुद्धी परत देणारी, त्यांच्या वापराची नीट जाणीव राहावी आणि स्वतःचं आणि इतरांचं कल्याण करणाऱ्या कृती आपल्या हातून व्हाव्यात यासाठी दिवसभर आपल्या ठिकाणी या चैतन्याचा, त्याच्या सावधानतेचा वास राहावा आणि त्याला योग्य अशा कृती करण्याची शक्ती मिळावी, तसंच त्या कृतींमागचा खरा कर्ता असलेली जी यंत्रणा - ईश्वर त्याची जाणीव देणारी एखादी अत्यंत निरुपाधिक प्रार्थना म्हणणं, ही शुद्धीकरण आणि सावधता साधणारी अगदी पहिली उपासना होय.

आता अशी जाणीव आणि सावधानता जर आपल्याला आपण उठतो त्या क्षणी, उजाडताना कृतींना सुरूवात करताना मिळाली तर, तिचा परिणाम आपल्या दिवसभरातल्या कृतींवर किती विधायक घडेल, हे वेगळं सांगायला नकोच ! मग हे व्यक्त करायला एखाद्याला या साऱ्याची साधी आठवण पुरेल. एखाद्याला उठल्या उठल्या हात-पाय-तोंड धुऊन बसल्याजागी शांतपणे याचं स्मरण करणं पुरेसं ठरेल. एखाद्याला असंच उठल्या उठल्या हात-पाय-तोंड

धुऊन घरातल्या त्याच्या प्रेमाच्या, आदराच्या देवाला, मोठ्या माणसांना एखाद्या प्रेरक फोटोला नमस्कार करणं आवश्यक वाटेल, तर एखाद्याला पुढं नमुन्यादाखल दिलेल्या चार ओळींत, शब्दांतून या भावनेचं स्मरण आणि प्रार्थना करणं उचित वाटेल.

ज्यांनी सकाळ घडता मज जागवीले ।
शक्तीस्मृती सकळ ते परतोनि दिधले ।।
त्या ईश्वरा स्मरुनिया कृती होउ देत ।
ही भावना दिनभरी जगु दे मनात ।।

आपण भक्तिशास्त्र म्हणून विचार करा, मानसशास्त्र म्हणून विचार करा, व्यवहारशास्त्र म्हणून विचार करा, कुटुंबसंस्था म्हणून विचार करा, समाजशास्त्र म्हणून विचार करा - कसाही विचार केला तरी, वर म्हटल्या तशा सर्व भावांना आणि कृतज्ञतेला जागं करणाऱ्या कोणत्याही कृती करून आपल्या नव्या दिवसाला आरंभ करणारा माणूस आणि या कशाचीही जाणीव नसलेला आणि नुसता तोंड धुऊन, चहा-कॉफीपासून स्वतःच्या पोटापाण्याच्या - स्वार्थाच्या - पैसापाण्याच्या उद्योगाला लागलेला माणूस, यांच्या कृतींत, त्या मागच्या वृत्तींत साहजिकच तफावत पडते. उपासनेनं मनाचं जे शुद्धीकरण होतं, कृती करण्यामागं जी सावधानता निर्माण होते, तिच्यासाठी अशा अगदी साध्या उपासनेनंतर केवढा तरी विधायक परिणाम व वृत्ती तयार होते. उपासनेची गरज आणि कार्य सुरू होतं, ते इथंच.

● २. परस्परसंबंध :

मनुष्य जन्माला येतो तो दोन मोठे संबंध घेऊन येतो, किंबहुना कुठल्याही माणसाचं आयुष्य म्हणजे या संबंधांचाच प्रवास असतो. तेच संबंध त्याचं जीवन सुखी-दुःखी, समाधानी, ईश्वरी करतात. पहिले संबंध हे, जन्मतः आलेले, आईवडील, नातेवाईक, वातावरण इ. दुसरे संबंध हे त्यानं निवडलेले म्हणजे, मित्र, पती-

पत्नी,शिकलेल्या भाषा, शिक्षण, स्वीकारलेल्या विचारप्रणाली, अगदी देशसुद्धा.

प्रारब्धाचा विषय इथं क्षणभर बाजूला ठेवला तरी, आकलनाचा भाग हा की, आपल्या संबंधात असे दोन प्रकार असतात. त्यात काही अशुद्धी येते आणि प्रयत्नानं तिचं शुद्धीकरण म्हणजे त्या बाबतीतली उपासना करता येते, याची अनेकांना कल्पना नसते. एखादी गोष्ट जन्मतः आली किंवा येते, हे आकलन म्हणजे जणू पेपरमधले प्रश्न होत. एकदा प्रश्नपत्रिका स्वीकारली की, नाराज, नाउमेद न होता, ती जास्तीत जास्त आणि सर्व शक्तीनिशी जितकी उत्तम सोडवता येईल, तितकी सोडवण्याचा प्रयत्न करणं, हे या आकलनामुळं शक्य होतं.

हे आकलन नसलं तर, संबंध जन्मतः आलेले असोत किंवा निवडलेले असोत, अमक्यांसारखं वातावरण मिळालं असतं, असे आईवडील असते, अशीअशी बुद्धिमत्ता, अनुकूलता, नातेवाईक असते तर मी वेगळं आणि चांगलं जगून दाखवलं असतं. अशा नकारात्मक आणि तक्रारीच्या भावना आपले संबंध अशुद्ध करतात. त्यातून अनेकदा आपल्याकडून चिडचिड, चुकीच्या कृती, राग, मत्सर - अशा विघातक भावनांना आणि कृतींना प्रोत्साहन मिळतं. ज्यामुळं आपलं आणि इतरांचं जीवन दुःखी होतं.

आता याची कल्पना येऊन, आपण आपल्या संबंधांचं शुद्धीकरण करणं म्हणजे, आपला प्रत्येक संबंध हा सकारण आहे. त्यात माझ्या कृतींचाही वाटा आहे, आणि कसाही असला तरी, माझं जीवन उत्तम घडवायला तो कुठल्या ना कुठल्या प्रकारे उपयोगी आहे, हे लक्षात घेऊन तो उपयोगी करून कसा घ्यावा, याचं सतत भान ठेवणं आणि कृती करणं,म्हणजे या बाबतीतलं शुद्धीकरण-उपासना होय.

● ३. भावांचं सामर्थ्य :

मनुष्याला मिळालेली उपासनेच्या दृष्टीनं सर्वांत मोठी देणगी म्हणजे भाव होत. देहसुखाची ओढ, क्रौर्य, लोभ, आपुलकी, सहानुभूती, प्रेम, करुणा, तादात्म्य - अशा अनेक प्रकारे माणसाला भावांची देणगी मिळालेली असते. नकारात्मक आणि निकृष्ट भाव हे त्याला पशुत्वाकडं घेऊन जातात. तर त्याचंच उदात्तीकरण करून, तो देवत्वाकडं जाऊ शकतो. सावध राहिलं तर, याचं आकलन होऊ शकतं. वर म्हटल्याप्रमाणं, इतरांबद्दल असूया, तुच्छता, क्रौर्य, राग, द्वेष - अशा भावनांनी या बाबतीत मनुष्य अशुद्ध होतो तर, याचं नीट आकलन होऊन अभ्यास, संयम आणि कृपा - अशा अनेक मार्गांनी उपासना करून, मनुष्य या भावांचं शुद्धीकरण साधू शकतो आणि शेवटी परिणामतः ईश्वराशी तादात्म्य पावू शकतो. याची सुरुवात आपल्या घरातल्या जवळच्या माणसाच्या संबंधापासून अज्ञात परमेश्वराशी असलेल्या संबंधातल्या कृतज्ञतेच्या अभ्यासापर्यंत सर्व उपासना करणं, शक्य असतं.

● ४. ज्ञान :

वयाबरोबर कळत नकळत होत जाणारं, तहानभुकेपासून घरदार, झाडंपेडं, पशुपक्षी - यांपासून, ते ईश्वराचं स्वरूप इथंपर्यंत अनेक गोष्टींची त्याला होणारी साधी माहिती पुढं त्याचं लौकिक व अलौकिक ज्ञान इतकंच नव्हे तर, जगाच्या अज्ञात अशा सूक्ष्म, खऱ्या कर्त्यापर्यंत ज्ञान करून घेण्याची क्षमता, ही माणसाला मिळालेली एक विलक्षण देणगी आहे. या देणगीच्या बाबतीत जर त्याला योग्य आकलन नसेल तर, तो जरुरीपुरती, व्यवहारापुरती, स्वार्थापुरती माहिती मिळवण्यापुरताच या क्षमतेचा वापर करतो आणि एका मोठ्या संधीला मुकतो. म्हणून आपल्या मानवी ज्ञानाच्या क्षमतेचं उत्तम आकलन असणं, नसल्यास करून घेणं, ही या बाबतीतल्या उपासनेची सुरुवात आहे.

हे ज्ञान अनेक वेळा अनुभव, पूर्वग्रह, चुकीच्या कल्पना, संस्कार, संकुचितपणा, अभ्यासाचा अभाव - अशा अनेक कारणांनी दूषित होतं, अशुद्ध होतं. या ज्ञानाच्या दूषित होण्याला खरोखर काही मर्यादा नाहीत. अपुऱ्या ज्ञानावर जगणं, व्यवहार करणं, समज - गैरसमज करणं, दुराग्रह बाळगणं, आपल्या चुकीच्या मतांवर ठाम असणं, ज्ञानाचं स्वामित्व बाळगून त्याचा गैरफायदा घेणं, त्यावरून इतरांना तुच्छ लेखणं - अशा अनेक अशुद्धींनी माणसाची देवत्वाची वाटचाल खुंटते. म्हणून याबद्दल सावध राहून, या आणि अशा अनेक अशुद्धी टाळण्याचा जाणीवपूर्वक प्रयत्न करणं, अधिकारी व्यक्तींचं-गुरूंचं-ग्रंथांचं मार्गदर्शन घेणं, येणाऱ्या ज्ञानाबरोबर सतत नम्रता वाढत राहाणं, आत्मज्ञानाची कास धरणं - अशा अनेक मार्गांनी या अशुद्धीवर मात करता येते आणि शुद्धीकरण करून, ज्ञानाच्या आगळ्या देणगीच्या बाबतीतली उपासना साधता येते.'ज्ञानात् मुक्तिः' - म्हणतात तसं खरोखरच ज्ञानाच्या उपासनेनं मुक्त होता येतं.

● ५. कर्म :

जन्मतः सुरू होणाऱ्या श्वासासारखी लाभलेली गोष्ट म्हणजे कर्म होय. अगदी श्वास घेणं, रडणं इथंपासून ते जगाच्या उलाढाली करण्यापर्यंत कर्मांची केवढी तरी अवाढव्य व्याप्ती आहे. ती अखंड आहे. आयुष्यभर आहे. अटळही आहे. याची कल्पना माणसाला क्वचितच असते. कर्मांबद्दल एक स्वार्थबुद्धी सोडली तर, तोकर्मांबद्दल क्वचितच सावध असलेला दिसतो. त्याच्यासमोर जी येत जातील, विशेषतः शारीरिक, कौटुंबिक-व्यावसायिक गरजांमुळं, आवडीनुसार जी कर्मं येतील, ती तो करीत जातो. यात काही वेळा धार्मिक कर्मं असतात, उपासनेची कर्मं असतात, तीसुद्धा तितक्याच बेसावधपणे केलेली असतात. याचं आकलन होणं म्हणजे आपल्याला दिलेल्या या कर्मांची आपल्यावर सक्ती नसून, ती भगवंताच्या प्राप्तीच्या बाबतीत उपासनेच्या मार्गानं वापरण्याची एक संधी आहे,

याची जाणीव होणं. काही कर्मं अपरिहार्य असली तरी, काही कर्मांमध्ये आपल्याला निवडीचं स्वातंत्र्यही असतं.

कर्मांमधले जे एक-दोन दोष असतात, त्यांचंही अनेकांना आकलन नसतं. ते आपण करून घेऊ शकतो. एक म्हणजे, कर्मांमुळं निर्माण होणाऱ्या फळांत आपण बेसावध राहिल्यास अडकून जातो आणि कर्मं, फळं परत नवीन कर्म अशी एक साखळी जन्मभर सुरूच राहाते. जी पुन्हा नवीन जन्माला कारण होते. दुसरं म्हणजे, अत्यंत धार्मिक किंवा उपासनेच्या मानल्या गेलेल्या कर्मापासून अत्यंत साध्यासुध्या कर्मापर्यंत प्रत्येक कर्माला एक अपूर्णता आणि दोष असतो. जसं पाय टाकताना, नकळत मुंगीसारख्या सूक्ष्म जिवांची हत्या व्हावी, यज्ञ करताना त्यात मंत्रोच्चार, लहान-थोर जीव - यांच्याबद्दल दोषाचार व्हावेत किंवा मोठ्यांना उपासना करताना, त्यात नसलेल्या इतरांची शांतता भंग पावावी. हे आकलन जर आपल्याला झालं असेल आणि त्यांतल्या दोषांमुळं होणाऱ्या अशुद्धींची आपल्याला कल्पना आली असेल तर, कर्मांसारखी मिळालेली मोठी संधी आणि प्रशस्त वाट आपल्याला ईश्वराकडं का घेऊन जात नाही, याची आपल्याला कल्पना येईल.

हे सर्व लक्षात आलं तर, कर्मांची जाणीवपूर्वक निवड करणं, त्यांतले दोष किंवा सर्वांत मोठं म्हणजे कर्मांचे अहंकार आणि कर्मांची अविरत चालणारी साखळी निर्माण होऊ नये म्हणून, निरासक्त राहून फक्त कर्तव्यकर्म करण्याचं कौशल्य बाळगणं, कर्मं सतत ईश्वराला अर्पण करणं, त्यांची शुद्धी राहावी आणि ती ईश्वरप्राप्तीला, त्याच्याकडच्या वाटचालीला सदैव अनुकूल व्हावी म्हणून मनःपूर्वक प्रार्थना करणं - अशा अनेक उपासना करून आपण याच कर्मांचं शुद्धीकरण करून, या कर्मांना उपासनेचा दर्जा आणि ईश्वरप्राप्तीचं साधन बनवू शकू !

*****

डॉ. सुहास पेठे यांच्या दर्जेदार व संग्राह्य साहित्याची सूची

(आता डिजिटल स्वरूपात)

१. **ज्ञानेश्वरी : अध्याय नववा : समओवी** : श्री ज्ञानेश्वरी नवव्या अध्यायाची आजच्या सोप्या मराठीतील समओवी

२. **हरिपाठपराग :** श्री ज्ञानेश्वरांच्या हरिपाठातील काही जीवनसूत्रांचे सुबोध विवरण

३. **दर्शन :** आजच्या काळाचे अंतर्मुख करणारे दर्शन घडवणाऱ्या नव्या बोधकथा

४. **कर्तव्याची सश्रद्ध पाऊलवाट :** कर्तव्य निश्चितीसाठी सविस्तर मार्गदर्शन, शंकासमाधानासह

५. **साधनपदावली :** येथे अभ्यास,भजन व चिंतनासाठी घेतली जाणारी निवडक साधनपदे

६. **जपसंकल्प : स्वरूप व पद्धती :** जपाच्या संकल्पांसंबंधी प्रश्नोत्तररूपाने सुबोध, उपयुक्त माहिती

७. **अभंगसाधना :** श्री गोंदवलेकर महाराज यांच्या अभंगांचे साधनदृष्ट्या विवेचन

८. **जाग :** आनंदमय जीवनासाठी सोपी विचारसूत्रे

९. **जीवनजिज्ञासा** : जे. कृष्णमूर्तींच्या विचारांचा सुबोध परिचय

१०. **विचारविश्वाची ओळख :** आपल्या विचारांच्या विश्वाची सर्वांना उपयोगी ओळख

११. **चैतन्यचिंतन :** श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज यांच्या काही बोधवचनांचे सुगम विवरण

१२. **किमया** : प्रकाशमय जीवनासाठी सोपी विचारसूत्रे

१३. **प्रसादकण** : श्री तुकोबांचे नित्योपयोगी चोवीस अभंग व त्यांचे निरूपण

१४. **ठेवा** : उपनिषदांतल्या जीवनदृष्टीचे सुबोध व आगळे विवेचन

१५. **संतबोध : भाग १ :** विविध संतांच्या बोधवचनांची निरूपणे

१६. **संतबोध : भाग २** : विविध संतांच्या बोधवचनांची निरूपणे

१७. **संतबोध : भाग ३** : विविध संतांच्या बोधवचनांची निरूपणे

१८. **वृत्त्यंतरप्रकाश** : खऱ्या परमार्थाचा श्रीगणेशा करण्यासाठी मोलाची मदत

१९. **नाम** : नामाच्या जिज्ञासूंसाठी सोपी प्रातिनिधिक प्रश्नोत्तरे

२०. **श्री विष्णुसहस्रनाम : एक जीवनशैली** : सहस्रनामांतील निवडक नामांतून उलगडणारी जीवनशैली

२१. **चिंतनक्षण : भाग १ ते १२ (एकत्रित आवृत्ती)** : चिंतनास उपयुक्त अशी एकूण ३६६ बोधवचने

२२. **उपासनेची नोंदवही :** विविध व्यक्तिगत उपासना संकल्पांची पॉकेट साईज नोंदवही

२३. **उत्तरायण - भाग १ :** जिज्ञासू साधकांच्या विविध प्रश्नांना डॉ.पेठे यांनी दिलेली उत्तरे

२४. **शोध :** जिज्ञासू साधकांसाठी जे. कृष्णमूर्तींच्या काही विचारांचा सोपा अभ्यास

२५. **दिशा :** वास्तवावर विचार करण्याच्या काही उपयुक्त कथारूप दिशा

२६. **उत्तरायण - भाग २ :** जिज्ञासू साधकांच्या विविध प्रश्नांना डॉ.पेठे यांनी दिलेली उत्तरे

२७. **मुलांच्या गोष्टी पण सर्वांच्यासाठी :** मुलांसाठी उद्‌बोधक व रंजक गोष्टी - मोठ्यांनाही उपयोगी पडतील अशा

२८. **बासरी :** जीवनसंगीत सुरेल करण्यासाठी काही कथामय बोध

२९. **उपासना :** खऱ्या उपासनेची गरज, स्वरूप, शंका यांचा सोपा उलगडा

३०. **श्री ज्ञानेश्वरी : अध्याय बारावा : समओवी :** श्री ज्ञानेश्वरी बाराव्या अध्यायाची आजच्या सोप्या मराठीतील समओवी

३१. कृपापदावली भाग : १ : भजन, चिंतन, मनन यांसाठी निवडक अभंग, पदे, नव्या आरत्या, नव्या नमनमाला, नवे नित्यपाठ, श्लोक, प्रार्थना इत्यादी

३२. कृपापदावली भाग : २ : भजन, चिंतन, मनन यांसाठी निवडक अभंग, पदे, नव्या आरत्या, नव्या नमनमाला, नवे नित्यपाठ, श्लोक, प्रार्थना इत्यादी

३३. साधनपदावली भाग १ : भजन, चिंतन, मनन यांसाठी संतांचे निवडक अभंग, पदे भूमिकांसह

३४. सारविस्तार भाग : १ : चिंतनक्षण वचन क्र. एक ते आठ वरील ९ निरूपणे

३५. साधनप्रेरणा : नित्योपासनेसाठी संतछायेतील संतप्रतिमा व नमनमाला यांचे डेस्कटॉप कॅलेंडररूपाने दर्शन, गुरुपदपप्रतीक व आरत्यांसह

३६. मेरी यात्रा (हिंदी) : हिंदी कविताओं में निबद्ध साधन-यात्रा

३७. बोधपाठ : आधुनिक नित्यपाठ, २७ अभंग, विवरण, विश्वात्मकाच्या आरतीसह

३८. एकाध्यायी विचारगीता : (विवरणासह) : आदर्श मानवी जीवनासाठी आचरणीय विचारांचे मोजके सार

३९. सृष्टिसंदेश : (विवरणासह) : जीवनाला विधायक दिशा देणारे २७ अभंग सृष्टीच्या आरतीसह

४०. गुरुतत्त्वतरंगिणी : गुरुतत्त्वाच्या कार्याचे तीन अध्यायांत सुबोध श्लोकबद्ध विवरण

४१. श्री ज्ञानेश्वरी : अध्याय नववा : समओवी पारायणप्रत

४२. नाम (इंग्रजी आवृत्ती) : The Simplest Path For Spiritual Liberation

४३ ते ५४. चिंतनक्षण : भाग १ ते १२ (स्वतंत्र छोटी पुस्तके) : डॉ. पेठे यांची चिंतनास उपयुक्त अशी बोधवचने

५५. शिदोरी : व्यक्तिगत, सामाजिक व पारमार्थिक हितासाठी विचारमंथन

५६. विचारविसावा : विसावा देणारी विचारांची विद्या

५७. सारविस्तार भाग २ : चिंतनक्षण वचन क्र. नऊ ते तेरा वरील ७ निरूपणे

५८. महाराजांची शाळा : श्री गोंदवलेकर महाराज यांच्या कल्याणकारी उपदेशाचं लहान थोर सर्वांना उपयोगी ठरू शकणारं सोपं विवरण

५९. साधनपदावली भाग २ : भजन, चिंतन, मनन यांसाठी संतांचे निवडक अभंग, पदे भूमिकांसह

६०. आरतीपुष्पमाला : डॉ. सुहास पेठे रचित विविध नवीन आरत्या

६१. विनवणीची वाणी : चौदा आर्त अभंग प्रास्ताविक व निवेदनांसह

६२. श्रद्धेची पहाट : खऱ्या सुखाचा वास्तवाधार कथारूप बोध..

६३. उपासनामाला : येथे केल्या जाणाऱ्या विविध उपासना

६४. पावनपथ : श्री कृष्णदास महाराजांचा जीवन पावन करणारा उपदेशमार्ग

६५. अनुभवपुष्पे - भाग १ : चिंतनासाठी काही अनुभव-वचने

६६. कृतज्ञतामार्ग : कृतज्ञता या गरजेच्या गुणाचं सार्वत्रिक महत्त्व, जन्मभर व मृत्यूनंतर आचरणासाठी कालोचित, सोप्या, सार्वत्रिक कृती, सर्वांना स्वतंत्रपणे सहभागी होता येण्यासारखे मराठी मंत्र

६७. ज्ञानेश्वरीच्या प्रकाशात : आजच्या जीवनासाठी ज्ञानेश्वरीची सोपी ओळख

६८. श्री ज्ञानेश्वरी अध्याय नववा : समओवी : (मोठ्या आकारातील विशेष आवृत्ती)

श्री ज्ञानेश्वरी नवव्या अध्यायाची आजच्या सोप्या मराठीतील समओवी

६९. संतबोध : भाग ४ : विविध संतांच्या बोधवचनांची निरूपणे

७०. श्री रमणमहर्षीकृत उपदेशसार : मूळ श्लोक मराठी समश्लोकीसह

७१. उत्तरायण -भाग ३ : जिज्ञासू साधकांच्या विविध प्रश्नांना डॉ.पेठे यांनी दिलेली उत्तरे

७२. अनुभवपुष्पे - भाग २ : चिंतनासाठी काही अनुभव-वचने

७३. श्रद्धा : श्रद्धा या विषयावरची सोपी प्रातिनिधिक प्रश्नोत्तरे

७४. अनुभवपुष्पे - भाग ३ : चिंतनासाठी काही अनुभव-वचने

७५. अर्घ्य : ज्यांचे उपकार फिटत नाहीत, त्यांच्यासाठी समजून केलेल्या प्रातिनिधिक कृती, काही कथांच्या रूपानं

७६. जीवनचिंतन : दैनंदिन आयुष्यातल्या छोट्या गोष्टींतला मोठा बोध

७७. स्वास्थ्यसंवाद : मनःस्वास्थ्यासाठी सर्वांना उपयुक्त, सोपा सुसंवाद

७८. वचनांजली भाग १ : श्री पेठेकाकांच्या प्रवचने, निरूपणे व साहित्यातील निवडक संपादित वचने

७९. अक्षरायण : आनंदप्राप्तीसाठी 'अक्षर' चिंतनसूत्रं

८०. वचनांजली भाग २ : श्री पेठेकाकांच्या प्रवचने, निरूपणे व साहित्यातील निवडक संपादित वचने

८१. भावगीता : श्रीमद्भगवद्गीतेचा मराठी समश्लोकी भावानुवाद

***

...उपासनेतला खरा घोटाळा आहे तो इथंच आहे की, स्वतःच्या मनावर होणारे शुद्धीकरणाचे परिणाम बाजूलाच राहतात. इकडं मात्र मूळ चांगल्यासाठी आणि शुद्धीकरणासाठी नेमलेलं सगळं मोठमोठ्यानं, खड्या आवाजात, इतरांच्या सोयी-गैरसोयी यांचा विचार न करता, आपल्याला योग्य वाटेल त्यावेळी, तेवढं म्हणणं - एवढा आचार उरतो. ती उपासना ठरत नाही...

...उपासना म्हणजे आपल्या स्वतःच्या शरीरासकटच नव्हे तर, आपलं मन- बाह्य जग - सारं यशस्वी आणि व्यवस्थित असतानासुद्धा ते एकच काय सर्वच प्रतिकूल झालं तरीही, आनंदानं आणि स्वास्थ्यात कसं राहावं, हे शिकण्याची केलेली तरतूद होय !

...दिवसभरात कामाची काडी न उचलता, पूर्ण दिवसाचा पगार मात्र घेऊन, नुसतं मस्टरवर सही करण्याला किती अर्थ असतो आणि किती उपयोग असतो ?

... ते न कळलं तर, पाणीच काय वर म्हटलं तसं, बुद्धी, शक्ती, यश, पाण्याची सततची उपलब्धता, आपण दिलेलं पाणी स्वीकारणारे लोक - हे सारं आपलंच कर्तृत्व वाटून त्याचा अहंकारसुद्धा आपल्याला होऊ शकतो. मग अशा बेसावध अहंकारामुळं आपण केलेल्या खऱ्या चांगल्या कार्यावरसुद्धा कृतींची खरी शुद्धता आणि आपली निर्भेळ, आनंदरूप मुक्ती - यांच्यावर पाणी फिरू शकतं. यासाठी चांगल्या कार्याबरोबरच ही जाणीव देणारी उपासना ही किती आणि का गरजेची आहे, हे आपल्या लक्षात येईल...

संतछाया