

॥ श्रीमद्भगवद्गीता विवेचन सारांश ॥ वसुदेवसुतं देवं कंसचाणूरमर्दनम् । देवकीपरमानन्दं कृष्णं वन्दे जगद्गुरुम् ॥ श्रीमद्भगवद्गीता विवेचन सारांश ॥

अध्याय 5: कर्मसंन्यासयोग

1/2 (श्लोक 1-11), शनिवार, 25 नोव्हेंबर 2023

विवेचक: गीता विद्वषी सौ वंदना जी वर्णेकर

YouTube लिंक: https://youtu.be/pSDSCWlp5_A

कमळपत्रासम निर्लिप्त जो द्रष्टा । होतो भगवंताशी संलग्न तो तत्त्ववेत्ता ॥

दीपप्रज्वलन आणि गुरुवंदनेने सत्राची सुरुवात झाली.

गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुः गुरुर्देवो महेश्वरः ।

गुरुः साक्षात् परब्रह्म तस्मै श्री गुरवे नमः॥

कृष्णाय वासुदेवाय हरये परमात्मने ।

प्रणतः क्लेशनाशाय गोविंदाय नमो नमः ॥

नमामि सद्गुरुं शान्तं सच्चिदानंदं विग्रहम् ।

पूर्णब्रह्मपरानन्दमीशं आळन्दिवल्लभम् ॥

ॐ पार्थाय प्रतिबोधितां भगवता नारायणेन स्वयं

व्यासेन ग्रथितां पुराणमुनिना मध्ये महाभारतं ।

अद्वैतामृतवर्षिणीं भगवतीमष्टादशाध्यायिनीं

अम्ब त्वामनुसन्दधामि भगवद्गीते भवद्वेषिणीं ॥

नमोस्तुते व्यास विशाल बुद्धे फुल्लारविन्दायतपत्रनेत्र ।

येन त्वया भारत तैल पूर्णः प्रज्वालितो ज्ञानमय प्रदीपः ॥

भगवान वेदव्यास, देवी सरस्वती, ज्ञानेश्वर महाराज आणि सद्गुरु स्वामी गोविंद देव गिरि महाराज यांना वंदन करून विवेचनाचा प्रारंभ झाला.

प्रत्यक्ष रणांगणात हतबल अर्जुनाला प्रेरणा देण्यासाठी त्याचे सारथी बनलेल्या भगवान श्रीकृष्णांनी स्वतः भगवद्गीता हे गीत आपल्या श्रीमुखातून प्रवाहित केले. आपल्या सर्वांचे आयुष्यही संघर्षाने भरलेले आहे. त्यामुळे असे वाटू शकते की अर्जुन आणि भगवंत यांचे युद्धभूमीतील उदाहरण देऊन गीता शिकण्यापेक्षा आजच्या काळातील उदाहरण द्यावे. मात्र गीता या दोघांचा संवाद आहे. ते दोघे एकमेकांचे परमप्रिय मित्र आहेत. त्यासोबतच भगवंत अर्जुनाचे सारथी देखील आहेत. अर्जुनाचा विजयरथ ते कल्याणाच्या मार्गावर अग्रेसर करू पाहत आहेत. त्यामुळे गीता ही महाभारताच्या पार्श्वभूमीवर शिकावी. गीतेचा श्रोता आणि गीतेचे वक्ता असलेल्या नर आणि नारायण यांच्या आयुष्याच्या संदर्भात जाणून घ्यावी. कारण हे दोघेही गृहस्थाश्रमी आहेत. या अध्यायात संन्यासविषयक चर्चा चालू आहे. त्यामुळे गीता ही संन्यासमार्गाचा प्रचार करते असा गैरसमज होऊन आपल्या मुलांनी ती शिकू नये असे लोकांना वाटते. मात्र असे असते तर भगवतांनी अर्जुनाला संन्यास घेऊन हिमालयात जाण्याची परवानगी दिली असती आणि ज्ञानमार्ग अनुसरण्यास सांगितले असते. मात्र ते अर्जुनाला स्वतःच्या कर्तव्य मार्गावर दृढ राहण्यास सांगतात आणि

कर्माच्या माध्यमातून परमात्म्याशी एकरूप होण्याचा मार्ग अर्जुनाच्या माध्यमातून आपल्या सर्वांना शिकवतात. पाचवा अध्याय **कर्मसंन्यासयोग** यात भगवंत, जो बाह्य जगात आपले सर्व नित्य कर्म करतानाही परमात्म्यासोबत एकरूप आहे अशा योगीचे, अंतरंगदर्शन घडवतात. त्याचे अंतरंग विविध घटनांचे प्रभाव, प्रसंग, लोकांचे विकार यापासून मुक्त आणि निर्लिप्त आहे. ही सृष्टी विकारी आहे त्यामुळे यात विचरण करणारे मनुष्य **काम, क्रोध, लोभ, मद, मोह** आणि **मत्सर** या विकारांनी ग्रस्त आहेत. मात्र तो परमात्मा अविकारी आहे.

इति वदति तुलसीदास शंकर शेष मुनि मन रंजनम्।

मम हृदय कुंज निवास कुरु कामादी खल दल गंजनम्।। -संत तुलसीदास

श्रीरामांनी आपल्या हृदयात विराजमान व्हावे अशी विनंती तुलसीदास करतात. का? कारण परमात्मा अविकारी आहे आणि असे अविकारी परमात्मा हृदयात स्थित झाले तर सर्व विकार अंतरंगातून नाहीसे होतील. या सृष्टीच्या प्रभावामधून मुक्त होण्याचा असा मार्ग गीता दाखवते.

5.1

अर्जुन उवाच

सन्न्यासं(ङ) कर्मणां(ङ) कृष्ण, पुनर्योगं(ञ) च शंससि।

यच्छ्रेय एतयोरेकं(न्), तन्मे ब्रूहि सुनिश्चितम्॥5.1॥

अर्जुन म्हणाला - हे कृष्णा! तुम्ही कर्मे टाकण्याची आणि फिरून कर्मयोगाची प्रशंसा करता! तेव्हा या दोहोंपैकी माझ्यासाठी अगदी निश्चित कल्याणकारक जे एक साधन असेल, ते सांगा.

दुसऱ्या अध्यायाच्या अकराव्या श्लोकापासून भगवंत उपदेशास प्रारंभ करतात आणि त्या अविनाशी आत्मतत्त्वाकडे अर्जुनाचे लक्ष वेधतात. ते सांगतात की, "युद्धात जे तुझ्या हातून मारले जातील असे भय तुला वाटते ते केवळ देह नाहीत तर त्या प्रत्येकात एक अविनाशी आत्मतत्त्व आहे." ही सृष्टी जड आणि चैतन्य यांच्या संयोगातून बनली आहे.

जड / देह / स्थूल - ज्याची इंद्रियांद्वारे प्रचिती येते. जे डोळ्यांनी दिसते.

चैतन्य / देही / सूक्ष्म - ज्याची इंद्रियांद्वारे प्रचिती घेता येत नाही. असे आत्मतत्त्व जे डोळ्यांना दिसत नाही.

विवेचनाच्या प्रारंभीच्या प्रार्थनेत गीतेला अम्ब म्हणजे माता असे संबोधले आहे.

अद्वैतामृतवर्षिणीं भगवतीमष्टादशाध्यायिनीं

अम्ब त्वामनुसन्दधामि भगवद्गीते भवद्वेषिणीं ॥

आपली जन्मदात्री माता आपल्याला एक नाव देते. ज्या नावाने आपला देह ओळखला जातो. मात्र गीता ही माता आपल्याला आपल्या मूळ स्वरूपाची ओळख करून देते. ज्ञानाची महती सांगताना भगवंत म्हणतात,

न हि ज्ञानेन सदृशं पवित्रमिह विद्यते |४.३८|

आपल्या स्वरूपाच्या ज्ञानाइतके पवित्र या जगात दुसरे काहीच नाही. स्वतःच्या स्वरूपाची ओळख होऊन परमात्म्याशी एकरूप व्हावे यासाठीच मनुष्यजन्म प्राप्त झाला आहे. हेच आपल्यासाठी निःश्रेयस आहे. मात्र हे प्राप्त करण्यासाठी अभ्युदयाचा त्याग करणे गीतेला मान्य नाही.

अभ्युदय - भौतिक प्रगती

निःश्रेयस - आत्मशांती, कल्याण, आत्मिक प्रगती

यतो अभ्युदयः निःश्रेयस सिद्धिः सः धर्मः। ही धर्माची व्याख्या आहे.

भौतिक किंवा लौकिक प्रगती आवश्यकच आहे, मात्र केवळ त्यातच गुंतून जगू नये. त्यासोबतच आत्मकल्याणही प्राप्त करून घ्यावे. ही एका रथाची दोन चाके आहे.

ज्ञानाची महती ऐकून अर्जुनाला वाटले की युद्धासारखे घोर कर्म सोडून द्यावे आणि आत्मिक शांतीसाठी तपस्या करावी. मात्र ज्ञानाची महती सांगताना अचानक भगवंत कर्तव्यपूर्तीसाठी युद्धाला सामोरे जाण्यास सांगतात,

छित्तैव संशयं योगमातिष्ठोत्तिष्ठ भारत ॥ ४.४२॥

संन्यास - सम्यक् न्यासः - चांगल्या प्रकारे पारखून, काय त्यागावे - काय त्यागू नये याचा सारासार विचार करून त्यागणे म्हणजे संन्यास.

अर्जुन म्हणतो, "हे कृष्णा, कधी तुम्ही संन्यासाची प्रशंसा करता आणि कधी योग म्हणजे कर्मयोगाची प्रशंसा करता आणि मला

कर्तव्य पार पाडण्यासाठी युद्धास उभे राहण्यास सांगता. ज्यातून माझे कल्याण होईल, जे माझ्यासाठी श्रेयस्कर आहे ते मला निर्णायक रूपात सांगावे.”

श्रेय - कल्याणकारी

प्रेय - जे आपल्याला प्रिय असते

जे प्रिय असते ते सर्वच आपल्यासाठी श्रेयस्कर असेलच असे नाही. मिठाई कितीही आवडत असली तरी ती मधुमेही व्यक्तींसाठी श्रेयस्कर नसते. मात्र गीता असा मार्ग दाखवते ज्यामुळे जे आपल्यासाठी श्रेयस्कर आहे ते आपल्याला प्रिय देखील वाटू लागेल. अर्जुनाला वाटते भगवंत दोन्ही मार्गांची प्रशंसा करून त्याची समस्या सोडवत नसून वाढवत आहेत. काहीजण रजोगुणाच्या प्रभावामुळे क्रियाप्रधान असतात. अशांसाठी एका जागी बसून जपमाळ फिरवणे, ज्ञानाची आराधना करणे शक्य नसते. काही लोक विचारप्रधान असतात, त्यांना ज्ञानाची लालसा असते. अर्जुनाला वाटते की क्रिया करताना ज्ञान जागृत होऊ शकत नाही. क्रिया करताना ज्ञानापासून विभक्त व्हावे लागते. त्यामुळे ज्ञानप्राप्ती करायची असेल तर कर्मापासून संन्यास घ्यावा लागेल. त्यावर भगवंत सांगतात की, ज्ञान मिळवायचे असेल तर कर्माचा त्याग करण्याची आवश्यकता नाही तर त्या कर्माकडे बघण्याची केवळ दृष्टी बदलावी लागते. बहिरंगात नित्य कर्म करताना अंतरंगात परमात्म्याशी एकरूप होऊन ज्ञान प्राप्त करता येते हे ते शिकवतात.

5.2

श्रीभगवानुवाच

संन्यासः(ख) कर्मयोगश्च, निःश्रेयसकरावुभौ।

तयोस्तु कर्मसंन्यासात्, कर्मयोगो विशिष्यते ॥5.2 ॥

श्रीभगवान म्हणाले - कर्मसंन्यास आणि कर्मयोग हे दोन्हीही परम कल्याण करणारेच आहेत. परंतु त्या दोहोतही संन्यासाहून कर्मयोग साधण्यास सोपा असल्याने श्रेष्ठ आहे.

योग (युज धातू) - जोडणे

कर्मयोग - कर्मनि त्या परमात्म्याशी एकरूप होणे, जोडणे

ज्ञानयोग - ज्ञानाने परमात्म्याशी एकरूप होणे

राजयोग - अंतर्गत ध्यान, समाधीने त्या परमात्म्याशी एकरूप होणे

भक्तीयोग - त्या ईश्वरासाठी परमप्रेम निर्माण होणे आणि त्याद्वारे परमात्म्याशी एकरूप होणे

हे वेगवेगळे मार्ग दिसत असले तरी निःश्रेयसाची प्राप्ती (आत्मिक कल्याण) हेच एक गंतव्यस्थान आहे.

भगवंत सांगतात, “हे एकाच गंतव्य ठिकाणी पोहचण्याचे वेगवेगळे मार्ग आहेत. **संन्यास** (कर्म त्यागणे) आणि **कर्मयोग** (कर्मनि परमात्म्याशी एकरूप होणे) हे दोन्ही निश्चितपूर्वक कल्याणकारी मार्ग आहेत.”

अर्जुन आपल्या सर्वांचा प्रतिनिधी आहे. त्याच्याप्रमाणे ज्ञान आराधना करून भगवंताशी एकरूप व्हावे असे इच्छिणारे लोक गीतेचे सिद्धान्त अर्जुनाच्या भूमिकेतून प्राप्त शकतात. अर्जुन गृहस्थाश्रमी आहे. त्यामुळे कर्माचा त्याग करण्यापेक्षा कर्मयोग त्याच्यासाठी श्रेष्ठ आहे.

अहो अर्जुनाचिये पांती। जे परिसणया योग्य होती।

तिहीं कृपा करून संतीं। अवधान द्यावे ॥ - संत ज्ञानेश्वर (ज्ञानेश्वरी)

अहो युद्धाच्या कोलाहलात अर्जुन आपल्या गुरूचा उपदेश ऐकत आहे. गुरूचा उपदेश जीवनात आणू पाहणारे, अर्जुनाच्या पंक्तीला बसण्याची योग्यता असलेले आणि त्या पंक्तीत बसून हे गीता आख्यान ऐकण्याची योग्यता असलेले असे हे संत श्रोते समोर बसले आहेत त्यांनी कृपा करून लक्ष द्यावे.

चित्तस्य शुद्धये कर्मः - चित्ताच्या शुद्धीसाठी कर्म करावे. साधनेची क्षमता नसली आणि खूप वेळ एका ठिकाणी बसून ज्ञानाची आराधना केली तर मन इकडे तिकडे धावू लागते. खूप वेळ विवेचन ऐकण्यास बसले तर आतला रजोगुण कर्म करण्यास उद्युक्त करतो आणि ज्ञानाची आराधना करण्यात मन रमत नाही. भगवंत सांगतात कर्मयोग आणि कर्मसंन्यास दोन्ही निःश्रेयस प्राप्तीचे मार्ग आहेत. मात्र दोन्हींमध्ये कर्मयोग विशेष आहे. कर्म केवळ बहिरंगातून त्यागता येईल मात्र मनातून कर्माचा कोणता ना कोणता विचार चालूच राहिल. त्यापेक्षा शरीराला कर्मात गुंतवावे आणि मनाला परमात्म्यात लावावे. दुःखापासून मुक्त होण्यासाठी नैमित्तिक कर्म करता करता आतून ज्ञानप्राप्ती होऊन भगवत्प्राप्ती होऊ शकते.

तरी बाह्य आणि अंतरा । आपुलिया सर्व व्यापारा ।

मज व्यापकातें वीरा । विषयो करीं ॥ १८.१३५३ ॥ संत ज्ञानेश्वर (ज्ञानेश्वरी)

[अर्जुना, तू आपल्या सर्व बाहेरून (कर्मेन्द्रिये, ज्ञानेन्द्रिये यांच्याकडून) आणि आतून (मन, बुद्धी आदिकांकडून) होणाऱ्या कर्मांना, मी जो व्यापक त्या मला विषय कर].

जे काही करत आहोत ते त्या भगवंतासाठी करत आहोत हा भाव ठेवावा. हाच कर्मयोग आहे. यासाठी अंतरंगाची निःसंगता आवश्यक आहे.

आपला किंवा परका, सर्वांसाठी कर्तव्य कर्मरत राहून परमात्म्याशी एकरूप होत सृष्टीच्या यज्ञात संमिलित होऊन त्यात आपल्या कर्माची आहुती घावी.

5.3

ज्ञेयः(स) स नित्यसन्न्यासी, यो न द्वेष्टि न काङ्क्षति ।
निर्द्वन्द्वो हि महाबाहो, सुखं(म्) बन्धात्प्रमुच्यते ॥5.3 ॥

हे अर्जुना! जो पुरुष कोणाचा द्वेष करित नाही आणि कशाची अपेक्षा करित नाही, तो कर्मयोगी नेहमीच संन्यासी समजावा. कारण राग - द्वेष इत्यादी द्वंद्वानी रहित असलेला पुरुष सुखाने संसारबन्धनातून मुक्त होतो.

वेदव्यासांनी अर्जुनासाठी अनेक विशेषणांचा प्रयोग केला आहे - **कौंतेय**, **धनंजय** आणि या श्लोकात **महाबाहो** (अत्यंत पराक्रमी). गुरू (mentor) आपल्या शिष्याला कशा प्रकारे प्रेरणा देतो हे गीतेतून शिकता येते. भगवंत म्हणतात, "हे महाबाहो, जो मनुष्य कोणाचाही द्वेष किंवा मत्सर करत नाही, ज्याला कोणतीच आकांक्षा नाही, तो नित्य संन्यासी आहे".

मत्सर - इतरांची स्वतःपेक्षा प्रगती होऊ नये असे वाटणे व इतरांचा उत्कर्ष खटकणे ही भावना म्हणजे मत्सर. यामुळे द्वेष निर्माण होतो.

अनित्य संन्यास- एखाद्या गोष्टीचा तात्पुरता त्याग करून त्या पुन्हा ग्रहण केल्या तर तो अनित्य संन्यास असतो. मात्र नित्य संन्यासी मनुष्याचे बाह्य व्यवहार सुरू असले तरी अंतरंग त्या कर्माच्या कर्तृत्व किंवा भोक्तृत्वापासून मुक्त असते.

कर्तृत्व - मी एखादे कर्म केले ही कर्तेपणाची भावना.

भोक्तृत्व - केलेल्या कर्माचे फळ मिळावे ही इच्छा म्हणजे भोक्तृत्व.

कर्तृत्व आणि भोक्तृत्व यामुळे कर्माचे बंधन निर्माण होते. मात्र ज्याचे अंतरंग यापासून मुक्त आहे तो नित्य संन्यासी आहे. अनुकूलता- प्रतिकूलता, सुख-दुःख, मान-अपमान, यश-अपयश ही आपल्या आयुष्यातील द्वंद्व आहेत. यातील एकाची आपण कामना करतो, दुसरे नकोसे वाटते. यश हवे, अपयश नको. सुख हवे, दुःख नको. सन्मान हवा हवासा वाटतो, अपमान कधीच येऊ नये असे वाटते. मात्र आयुष्यात विविध प्रसंगात या दोन्हींचा सामना कधी ना कधी करावाच लागतो. जो या द्वंद्वापासून मुक्त होतो (**निर्द्वन्द्व**) तो या कर्माच्या बंधनातून मुक्त होतो.

हा संन्यास केवळ वस्त्रांतरापुरता सीमित नाही. केवळ भगवे वस्त्र, गळ्यात रुद्राक्ष माळ धारण करून, कपाळावर टिळा लावून कोणी संन्यासी बनत नाही. यासाठी अंतरंग विशुद्ध होणे आवश्यक आहे. केवळ बाह्यवेष धारण एखादा मनुष्य साधनेसाठी बसला आणि त्याच्या मनात इतर संन्याशांबद्दल ईर्ष्या निर्माण झाली किंवा स्वतःकडील वस्तूंबाबत आसक्ती निर्माण झाली तर तो नित्य संन्यासी म्हणवला जाणार नाही.

निर्द्वन्द्व - द्वंद्वरहित अंतरंग.

न द्वेष्टि न काङ्क्षति - द्वेष किंवा आकांक्षा न ठेवणे ही अंतरंग स्थिती आहे

आणि मी माझे ऐसी आठवण । विसरलें जयाचें अंतःकरण ।

पार्था तो संन्यासी जाण । निरंतर ॥ ५.२० ॥ - संत ज्ञानेश्वर (ज्ञानेश्वरी)

ज्याच्या अंतःकरणात मी व माझे यांचे स्मरण राहिलेले नाही. अर्जुना तो सदोदित संन्यासीच आहे हे जाणावे. **I-ness (मी)** आणि **my-ness (माझे)** याची विस्मृती त्याला होते. मात्र केवळ बाह्य जगात वरवर दाखवण्यापुरते हे घर माझे नाही - त्या भगवंताचे आहे, ही संपत्ती माझी नाही - त्या भगवंताची आहे असे म्हणणे आवश्यक नाही. तर मनातून त्या गोष्टींशी **detach - विलग** होऊन हे मानावे की हा त्या परमात्म्याचा संसार आहे. मी त्याच्यासाठी या सृष्टीत आलो आहे. ही भावना ज्याच्या मनात दृढ झाली, तो खरा नित्य संन्यासी आहे. त्यामुळे द्वंद्वापासून वर उठत मन विशुद्ध करावे.

5.4

साङ्ख्ययोगौ पृथग्बालाः(फ), प्रवदन्ति न पण्डिताः। एकमप्यास्थितः(स) सम्यग्, उभयोर्विन्दते फलम्॥5.4॥

वर सांगितलेले संन्यास आणि कर्मयोग वेगवेगळी फळे देणारे आहेत, असे मूर्ख लोक म्हणतात; पण्डित नव्हेत . कारण दोहोंपैकी एकाचे ठिकाणी सुद्धा प्रकारे स्थित असलेला पुरुष दोहोंचे फलस्वरूप असलेल्या परमात्म्याला प्राप्त होतो.

एका ठिकाणी पोचण्याचे हे दोन मार्ग आहेत. कर्मसंन्यास घेतलेला ज्या ठिकाणी पोचतो, त्याच ठिकाणी नित्य कर्म करताना त्यापासून आपले अंतरंग मुक्त, निर्लिप्त ठेवणाराही पोचतो.

मार्ग तर अनेक आहेत. मार्गाची निवड स्वतःच्या क्षमतेनुसार करावी. एखाद्याची क्षमता नसेल तर ज्ञानमार्गावर वाटचाल अवघड होईल आणि तो सूक्ष्मतेने शास्त्र जाणू शकणार नाही. मात्र प्रत्येक क्षणी ईश्वराचे अनुसंधान केले तर कर्मयोगाद्वारे गंतव्य नक्की गाठता येईल.

सांख्ययोग – भारतीय दर्शन तत्त्वज्ञानाची एक शाखा आहे, ज्याचे प्रणेता कपिल महामुनी आहेत. यात प्रकृती- पुरुष, जड - चैतन्य यांच्या संयोगातून सृष्टीचे कार्य चालते असे सांगितले आहे.

जे बालबुद्धीचे आहेत ते असे मानतात की हा सांख्ययोग (ज्ञानमार्ग) आणि योग (कर्मयोग) हे पूर्णतः वेगवेगळे (पृथक) आहेत. जे पंडित आहेत ते जाणतात की, दोन्हीपैकी एका मार्गात चांगल्या प्रकारे स्थित होऊन दोघांचेही फळ प्राप्त होते. कर्माला कर्मयोगात परिणीत करून ज्ञान जागृत होते. दोन हजाराची नोट आणि त्याच आकाराचा कागद यात नोटेचे मूल्य अधिक असते. कारण नोटेवर गव्हर्नरची मोहर असते. कागदाला नोटेत आणि कर्माला कर्मयोगात परिणीत केल्यावर ते मूल्यवान बनते. कोणतेही कर्म असो- साफसफाई, विज्ञान, वैद्यकशास्त्र, अभियांत्रिकी- जेव्हा त्याच्यावर परमात्म्याची मोहर लागते ते कर्म कर्मयोगात परिणीत होते.

5.5

यत्साङ्ख्यैः(फ) प्राप्यते स्थानं(न), तद्योगैरपि गम्यते। एकं(म) साङ्ख्यं(ज) च योगं(ज) च, यः(फ) पश्यति स पश्यति॥5.5॥

ज्ञानयोग्यांना जे परम धाम प्राप्त होते; तेच कर्मयोग्यांनाही प्राप्त होते. म्हणून जो मनुष्य ज्ञानयोग आणि कर्मयोग हे फळाच्या दृष्टीने एकच आहेत, असे पाहतो, तोच खऱ्या अर्थाने पाहतो.

विचारप्रधान ज्ञानयोगी (ज्ञानाचे अधिकारी) जे स्थान प्राप्त करतात, तेच स्थान कर्मयोगी देखील प्राप्त करतात. हे दोन्हीही एकाच गंतव्यापर्यंत पोचण्याचे दोन मार्ग आहेत. हे जो जाणतो तोच यथार्थतेने सर्व जाणतो. आपल्या क्षमतेनुसार प्रत्येकाने मार्ग निवडून भगवंतापर्यंत पोहोचण्याचे आहे. जसे की, दिल्लीला जायचे असेल तर कार, बस, ट्रेन, विमान अशा अनेक मार्गांनी जाता येईल पण गंतव्य एकच आहे.

5.6

सन्न्यासस्तु महाबाहो, दुःखमाप्तुमयोगतः। योगयुक्तो मुनिर्ब्रह्म, नचिरेणाधिगच्छति॥5.6॥

परन्तु हे अर्जुना! कर्मयोगाशिवाय मन, इंद्रिये व शरीर यांच्याकडून होणाऱ्या सर्व कर्मांच्या बाबतीत कर्तेपणाचा त्याग होणे कठीण आहे. आणि भगवत्स्वरूपाचे चिंतन करणारा कर्मयोगी परब्रह्म परमात्म्याला फार लवकर प्राप्त होतो.

श्वासोच्छ्वास, उठणे, बसणे हेही कर्म आहे. तिसऱ्या अध्यायात भगवंतांनी सांगितले आहे, "अर्जुना तू आपल्या नियत कर्माचा त्याग करू शकत नाहीस." कर्मयोगाच्या पायऱ्यांशिवाय संन्यास घेणे म्हणजे दुःखप्राप्ती करणे आहे. कर्म त्यागले तर त्याचे फळ प्राप्त होणार नाही आणि संन्यासाची अंतिम अवस्था देखील मिळणार नाही. त्यामुळे दुःख प्राप्त होईल. म्हणून मुनी (भगवंताचे चिंतन करणारी मननशील व्यक्ती) केवळ यंत्रवत साधना करत नाही. मनात भाव उदित झाला आहे, असे अंतरंगातून मुनी आणि

बहिरंगातून कर्मयोगी यांना ब्रह्मयोगाची त्वरित प्राप्ती होते.

ब्रह्म- या सृष्टीचे संचालन करणारी शक्ती.

पृथ्वी (धरा) गुरुत्वाकर्षणामार्फत आपल्याला **धारण** करते. म्हणून आपण कार्य करू शकतो. पृथ्वी सूर्याची परिक्रमा करते. सूर्य हा पृथ्वी आणि सूर्यमालेला धारण करून एका केंद्राची परिक्रमा करतो. ही सर्व सृष्टी नियामकतेने चालते. या नियमांना चालवणाऱ्या शक्तीला ब्रह्म म्हणतात.

आपण ब्रह्मविद्या शिकत आहोत. **ब्रह्मांडी ते पिंडी**. आपले पिंड त्या ब्रह्मांडाचा एक घटक आहे. **ब्रह्मविद्या** ही **Theory** आणि **योगशास्त्र** हे **Practical** आहे. योगशास्त्र म्हणजे त्या भगवंतासोबत एकरूप होणे. जे बहिरंगात कर्मशील आणि अंतरंगात निःसंग झाले ते त्वरित ब्रह्मयोगाची प्राप्ती करतात. कर्म त्यागले तर निःश्रेयस मिळेल की नाही हे सांगता येणार नाही मात्र अभ्युदयही हाती लागणार नाही हे निश्चित.

जे त्यागले ते आता माझे नाही ही भावना ज्याच्या मनात जागृत झाली आहे तो नित्य संन्यासी असतो. एखादी छोटी गोष्ट भेट म्हणून इतरांना दिली तरी आपले मन त्याच्या बंधनात अडकते. जसे की एखादी साडी भेट दिली तर ती वापरली जातेय की नाही याचा आपण विचार करत राहतो. म्हणजे आपण अंतरंगातून त्याचा त्याग केला नाही. अंतरंगातून मुक्त होणे कठीण गोष्ट आहे.

हा संसार **मी आणि माझे** यापासून बनलेला नाही, तर (हे भगवंता) **तू आणि तुझे** यापासून बनलेला आहे. हा संसार परमात्म्याचा आहे. केवळ मोठमोठी पुस्तके वाचून ज्ञान मिळते असे नाही. सामान्य पुस्तक विक्रेताही कर्मयोगाच्या माध्यमातून हे जाणून त्या अवस्थेपर्यंत पोहचू शकतो. मात्र जोपर्यंत काही प्राप्त केले नाही तोपर्यंत त्याग कशाचा करणार? जे आपल्या जवळ आहे केवळ त्याचाच त्याग, संन्यास करता येतो. दुसऱ्याची वस्तू त्यागून ती तिसऱ्याला देऊ शकत नाही. मी ताजमहाल कुणाला दान करू शकत नाही कारण तो माझा नाही.

स्वामी विवेकानंदांना एकदा एक भिकारी म्हणाला, "तुम्ही जसे भगवे वस्त्र धारण केले आहे तसेच मलाही धारण करून संन्यास घ्यायचा आहे." स्वामीजी म्हणाले, "तुझ्याजवळ एक कवडीही नाही. ना तू ज्ञानार्जन केले आहे, ना विद्यार्जन ना धनार्जन. तू आयुष्यात काय मिळवले आहेस ज्याचा तू त्याग करणार आहेस?"

5.7

योगयुक्तो विशुद्धात्मा, विजितात्मा जितेन्द्रियः।

सर्वभूतात्मभूतात्मा, कुर्वन्नपि न लिप्यते ॥5.7 ॥

ज्याचे मन स्वतःच्या ताब्यात आहे, जो इन्द्रियनिग्रही आणि शुद्ध अन्तः करणाचा आहे, तसेच सर्व प्राण्यांचा आत्मरूप परमात्माच ज्याचा आत्मा आहे असा कर्मयोगी कर्म करूनही अलिप्त राहातो.

भगवंत तीन अटी सांगतात.

१. **विशुद्धात्मा** - ज्याचे अंतःकरण शुद्ध झाले आहे असा.
२. **विजितात्मा** - ज्याचे मन स्वाधीन आहे, मनावर ज्याचे नियंत्रण आहे
३. **जितेन्द्रिय** - ज्याने इंद्रियांवर नियंत्रण मिळवले आहे असा

असा शुद्ध अंतःकरणी, ज्याच्या मनात संकल्प नाहीत, तरंग नाहीत, कोणत्याच वृत्ती नाहीत, ज्याचे मन शांत आहे, ज्याच्या इंद्रियांद्वारे कर्म होत आहे पण मन, इंद्रिय, शरीर यावर ज्याने विजय प्राप्त केला आहे अशा तिन्ही अटी पूर्ण करणारा स्वतः मधील चैतन्याची अनुभूती घेतो.

Internally we all are one! - सर्वांच्या आत एकाच चैतन्याचा प्रवाह वाहत असतो.

हे फक्त म्हणणे आणि प्रत्यक्ष अनुभवणे यात अंतर असते. योगयुक्त (भगवंताशी एकरूप आहे असा) विशुद्धात्मा, विजितात्मा, जितेन्द्रिय कर्मरत राहूनही त्याच्या बंधनांमध्ये लिप्त होत नाही, मुक्त असतो. कर्म केल्यावर त्याच्या अनुकूल किंवा प्रतिकूल फळाचा वेगवेगळा परिणाम आपल्या अंतरंगावर होतो. त्याचप्रमाणे कर्तृत्वाच्या अहंकाराचा परिणाम होऊन व्यक्तिमत्त्व प्रभावित होते. मात्र योगयुक्त मनुष्य यापासून प्रभावित होत नाही. प्रवर्तनामुळे (induction effect) उच्च दाबाकडून कमी दाबाकडे वीज प्रवाहीत होते. त्याप्रमाणे आपल्या सहवासात असणाऱ्या लोकांचे सद्गुण, दुर्गुण, विकार यांचा परिणाम आपल्यावर होतो. मात्र योगयुक्त मनुष्य अविकारी परमात्म्यासोबत एकाकार असतो. त्यामुळे विकारी सृष्टीचा परिणाम त्याच्यावर होत नाही. त्याच्या अंतरंगाचे सुंदर दर्शन पुढील दोन श्लोकांतून भगवंत करतात. हे दोन श्लोक आत्मज्ञानाची झेप आहेत असे गुरुदेव सांगतात.

नैव किञ्चित्करोमीति, युक्तो मन्येत तत्त्ववित् ।
 पश्यञ्शृण्वन्स्पृशञ्छिघ्नन्, नश्रन्नाच्छन्स्वपञ्श्वसन् ॥5.8 ॥
 प्रलपन्विसृजन्गृह्णन्, नुन्मिषन्निमिषन्नपि ।
 इन्द्रियाणीन्द्रियार्थेषु, वर्तन्त इति धारयन् ॥5.9 ॥

सांख्ययोगी तत्त्ववेत्त्याने पाहात असता, ऐकत असता, वास घेत असता, भोजन करीत असता, चालत असता, झोपत असता, श्वासोच्छ्वास करीत असता, बोलत असता, टाकीत असता, घेत असता तसेच डोळ्यांनी उघडझाप करीत असताही सर्व इंद्रिये आपापल्या विषयात वावरत आहेत, असे समजून निःसंशय असे मानावे की, मी काहीच करत नाही.

द्रष्टा (onlooker) बनण्याची कला म्हणजे मी कर्ता नाही, भोक्ता नाही तर केवळ साक्षी भावनेने आपल्या कर्माकडे बघत त्यांच्या परिणामांपासून अंतरंग मुक्त करणे. बघणे, ऐकणे, स्पर्श करणे, वास घेणे, भोजन करणे, गमन करणे, झोपणे, श्वासोच्छ्वास, बोलणे, त्याग करणे, ग्रहण करणे, पापण्या मिटणे आणि उघडणे या सर्व क्रिया करतानाही तो योगी विचार करतो की इंद्रिये आपल्या विषयांमध्ये आपला व्यवहार करत आहेत. असे समजून मी चैतन्य आहे अशी अनुभूती ज्याला झाली असा **तत्त्ववेत्ता** (तत्त्व जाणणारा), जो परमात्म्यासोबत युक्त आहे तो हे मानतो की हे सर्व मी करत नाही. डोळे बघतात, चष्मा बघत नाही. चष्मा डोळ्यांसाठी एक उपकरण, एक साधन आहे. त्याचप्रमाणे डोळे हे मनाचे उपकरण आहे. डोळे एखादे दृश्य बघतात. नंतर ते डोळ्यांसमोरून निघून गेले तरी मनावर अंकित होऊन वारंवार त्याची आठवण येते. Psychologically (मानसिकरीत्या) त्याच्यासोबत entangle होतो (गुंततो). तो तत्त्ववेत्ता मनोवैज्ञानिक प्रभावापासून आपल्या अंतरंगाला मुक्त करतो आणि जाणतो की हे इंद्रिये, मन म्हणजे मी नाही. ही detach – विलग होण्याची कला भगवंत शिकवतात. Short circuit झाले तर आग रोखण्यासाठी बटणे असतात. त्याप्रमाणे भावनांचे आवेग रोखण्यासाठी भगवंत आपल्याला विविध मार्गरूपी बटणे देतात.

ठाकुर रामकृष्ण परमहंसांच्या जीवनातील एक प्रसंग आहे. त्यांना घशाचा कर्करोग झाला होता. त्यामुळे मिठाई खाण्यास मनाई होती. स्वामी विवेकानंदांना हे बघून वार्डट वाटे. तेव्हा ठाकुर म्हणाले, “अरे, तुम्हा सर्वांच्या मुखातून कोण मिठाई खात आहे. तुम्ही सर्व माझीच रूपे आहात.” अशा प्रकारे ते सर्वांशी एकाकार होते. स्वामीजी त्यांना म्हणाले, “ठाकुर, तुम्ही इतकी साधना केली आहे, आई जगदंबेची कृपा आहे. तुम्ही त्या साधनेची शक्ती घशावर एकाग्र करून रोग दूर करू शकता.” ठाकुर म्हणाले, “मी देह आहे या भावनेपासून मुक्त होण्यासाठी माझे मन जगदंबेमध्ये एकरूप केले आहे. आणि तू म्हणतोस की त्या जगदंबेमध्ये एकरूप झालेले मन काढून पुन्हा या देहात आणू.”

मनोबुद्ध्यहंकार चित्तानि नाहं न च श्रोत्रजिह्वे न च घ्राणनेत्रे ।

न च व्योम भूमिर्न तेजो न वायुः चिदानन्दरूपः शिवोऽहम् शिवोऽहम् ॥ १ ॥

- रचना आदि शंकराचार्य (निर्वाण षटकम्)

मी चिदानंद रूप शिव आहे. मी मन, बुद्धी, अहंकार आणि चित्त नाही. मी ते अविनाशी आत्मतत्त्व आहे.

5.10

**ब्रह्मण्याधाय कर्माणि, सङ्गं(न) त्यक्त्वा करोति यः।
 लिप्यते न स पापेन, पद्मपत्रमिवाम्भसा ॥5.10॥**

जो पुरुष सर्व कर्मे परमात्म्याला अर्पण करून आणि आसक्ती सोडून कर्म करतो, तो पुरुष पाण्यातील कमल पत्राप्रमाणे पापाने लिप्त होत नाही.

ज्याने आपले सर्व कर्म त्या **ब्रह्मशक्ती**मध्ये (सृष्टी चालवणाऱ्या नियामक शक्तीमध्ये) अर्पण केले, म्हणजे हे सर्व कर्म मी त्या शक्तीसाठी करत आहे ही भावना ठेवली, तर कर्म आणि कर्मफळांची **आसक्ती** – **Attachment** तो **त्यागतो** - **detach** होतो. त्याचे अंतरंग पाण्यात राहूनही न भिजणाऱ्या कमळाच्या पानाप्रमाणे असते. सर्वसामान्य मनुष्याचे अंतरंग स्पंजप्रमाणे असते. घडलेल्या, वाचलेल्या, बघितलेल्या सुखद, दुःखद घटना त्याला प्रभावित करतात. त्यामुळे चित्त बोजड बनते.

तो कर्मे करी सकळें । परी कर्मबंधा नाकळें ।

जैसें न सिंघे जळीं जळें । पद्मपत्र ॥५.५० ॥ - संत ज्ञानेश्वर (ज्ञानेश्वरी)

कर्म त्यागून त्यापासून मुक्त होता येत नाही. तर कर्म करून त्याचे परिणाम कृष्णार्पण करून त्यापासून मुक्त होता येते. द्रष्टा बनून जीवनाकडे बघण्याची, साक्षी बनण्याची कला भगवंत शिकवत आहेत.

स्वामी विवेकानंद अमेरिकेत त्यांच्या शिष्यांना याच विषयावर शिकवत होते. परंतु शिष्यांना समजण्यास अवघड जात होते त्यामुळे स्वामीजी त्यांना समुद्रकिनारी घेऊन गेले. तिथे पाण्यावर एक जहाज होते. स्वामीजी म्हणाले, "समजा, या जहाजाच्या तळाशी छिद्र पडले तर काय होईल?" शिष्य म्हणाले, "त्यात पाणी शिरेल आणि पाणी वाढल्यामुळे जहाज पाण्यात बुडेल." स्वामीजी म्हणाले, "त्याचप्रमाणे या संसारातील घटना, प्रसंग आपल्या आत प्रवेश करतात आणि आपल्याला संसार सागरात बुडवतात. जर यावर तरंगायचे असेल तर त्यापासून स्वतःला मुक्त ठेवावे लागेल."

5.11

कायेन मनसा बुद्ध्या, केवलैरिन्द्रियैरपि। योगिनः(ख) कर्म कुर्वन्ति, सङ्गं(न) त्यक्त्वात्मशुद्धये॥5.11॥

कमयोगी ममत्वबुद्धी सोडून केवळ इन्द्रिये, मन, बुद्धि आणि शरीर यांच्याद्वारा आसक्ती सोडून अन्तःकरणाच्या शुद्धीसाठी कर्म करतात.

आत्मशुद्धीसाठी योगी परमात्म्याशी एकरूप होऊनही चार स्तरांवर निरंतर कर्म करतात - **इन्द्रिय** (ज्ञानेन्द्रिय, कर्मेन्द्रिय), **मन**, **बुद्धी** आणि **शरीर**. मात्र त्याबाबतीत आसक्ती त्यागतात. त्यांच्या चित्तावर कर्माचा काहीच परिणाम होत नाही. भिंतीवर टोकदार वस्तूने काही लिहिले तर ते कायम राहिल मात्र पाण्यावर काही लिहिले तर ते प्रवाहासोबत वाहून जाईल. योगींचे अंतरंग कायम प्रवाहीत असते त्यामुळे ते कर्म आणि त्यांच्या परिणामामुळे बोजड होत नाही.

जे. कृष्णमूर्ती म्हणतात, **Unscarred mind - मनावर कशाचेच ओरखडे नसणे**. योगी वास्तविकता जाणतात मात्र Psychological entanglement पासून मुक्त आहेत. मनोवैज्ञानिकरित्या ते गुंतत नाहीत. यश मिळाले तरी सामान्य मनुष्याचे चित्त बोजड, अहंकारी होते. असाच परिणाम परत कसा मिळेल यातच मन रमते. त्यामुळे एक अहंगंड निर्माण होऊ शकतो आणि अपयश आले तर न्युनगंड येतो. द्रष्टा बनून कसे जगावे ज्यामुळे कर्म आणि त्याच्या परिणामांपासून मुक्त होता येईल हे या अध्यायात गीता आपल्याला शिकवते. गुरूच्या आशीर्वादाने तिथपर्यंत पोचता येते. त्वरित तर हे शक्य नाही. गीतेच्या अध्ययनामुळे क्रोध, मत्सर आदि विकार हळूहळू शांत झाले असे अभिप्राय लोक देतात. विषण्ण जीवाला प्रसन्न करणाऱ्या या गीतेची धून सदैव आपल्या मनात रुंजी घालत राहो आणि आपले जीवन एक आनंदयात्रा बनो.

ज्ञानेश्वर महाराज आणि सद्गुरु स्वामी गोविंददेव गिरि जी महाराज यांना वंदन करून विवेचनाचा समारोप झाला.

प्रश्न उत्तरे

अनीता ताई:

प्रश्न - गीता शिकायला सुरुवात केल्यापासून मन शांत राहू लागले आहे. मात्र असे वाटते की आपल्या प्रिय जनांनी निंदा केली तरी त्यापासून दुर्लक्ष करून आपले कर्तव्य पार पाडावे आणि मन विचलित होऊ नये. हे कसे करता येईल?

विवेचक- हे प्रत्यक्ष जीवनात आणण्यासाठी सरावाची गरज आहे. इतरांनी कसे वागावे हे आपल्या हातात नाही. नेहमी आपली प्रशंसाच होईल ही अपेक्षा योग्य नाही. कधी प्रशंसा होईल कधी निंदा. मत्सरामुळेही लोक निंदा करतात. लोकांच्या प्रभावापासून **detach -विलग** होऊन परमात्म्याशी **Attach- संलग्न** होण्याचा सराव करावा. जसजसे आपण इतरांच्या प्रभावापासून मुक्त होऊ, लोक टोमणे मारणे बंद करू लागतात. निंदा मिळो अथवा स्तुती, त्या भगवंताला अर्पण करा. असे केले तर चित्त हळूहळू शुद्ध होऊ लागते. भगवंत म्हणतात, **ममैवांशो जीवलोके (१५.७)**। तू माझा अंश आहेस, अविकारी आहेस. मात्र या प्रकृतीशी एकाकार होऊन तू या प्रकृतीचे विकार ग्रहण करत आहेस.

भक्ती कशासाठी करावी हे जाणून घ्यावे. सातव्या अध्यायात चार प्रकारचे भक्त सांगितले आहेत - **आर्त, अर्थार्थी, जिज्ञासू, ज्ञानी**. बदल्यात काही मिळावे म्हणून केली जाणारी भक्ती चुकीची म्हणता येणार नाही. मात्र वास्तविक भक्ती म्हणजे ते परमप्रेम आहे, ज्यात भक्त भगवंताशी निरंतर एकरूप असतो. आपल्या संत महात्म्यांनी देखील लोकांची निंदा-नालस्ती, उपेक्षा सहन करून त्यांना क्षमा केली. कारण त्यांचे चित्त भगवंताशी एकरूप होते. त्यांच्या जगण्यातून हे शिकता येते. सरावाने हे जमले की सृष्टी देखील आपला प्रभाव टाकणे बंद करते.

कृष्णा ताई :

प्रश्न - मन चंचल आहे. जे बघितले ते हवे असे त्याला वाटते. त्याला नियंत्रणात कसे आणावे?

विवेचक - अर्जुन म्हणतो, मन अतिशय चंचल आहे. **चञ्चलं हि मनः कृष्ण प्रमाथि बलवद्दृढम् |६.३४|** आणि ते भगवतांनीच बनवले आहे. डोळ्यांनी काहीतरी बघितले, कानांनी काही ऐकले तर मन त्यात उपस्थित असते आणि त्या गोष्टी प्राप्त करण्यासाठी धावण्यास मन भाग पाडते. म्हणजे मन कुठे आहे? तर देहासोबतच आहे. त्यामुळे अधून मधून त्याला या बाह्य प्रलोभनांपासून विलग करून सृष्टीकर्त्यामध्ये लावावे, अंतरंगात स्थित करावे. देहाचे आयुर्मान सीमित आहे. इतरांकडील जे जे चांगले आहे, ते सर्व आपण प्राप्त करू शकत नाही. त्यामागे धावत राहिलो, तर जीवन समाप्त होईल, त्याचा आनंद नष्ट होईल. जे आपल्याकडे आहे त्यासाठी भगवंताचे आभार मानायला शिकावे. भले भौतिक संपदा कमी जास्त असतील, पण शारीरिक क्षमता तर त्याने दिलीच आहे. डोळे बघू शकतात, कान ऐकू शकतात - यासाठी आभार भावना ठेवली तर हळू हळू मन तृप्त होते. योग, प्राणायाम आदि क्रियांमार्फत बाह्य विषयात धावणाऱ्या मनाला देह भावनेतून आत्म भावनेत लावावे.

अरुंधती ताई:

प्रश्न - विश्वास आणि भक्ती यात फरक आहे का?

विवेचक - विश्वास (Belief) म्हणजे श्रद्धा. विश्वासांमुळे जे प्रेम जागृत होते ती म्हणजे भक्ती. विश्वास ही पहिली पायरी आहे. त्यानंतर भक्ती जागृत होते आणि त्यातून ज्ञान प्रस्फुटीत होते. मातापिता आणि गुरू यांच्यावर आपली श्रद्धा का असते? कारण त्यांच्यावर आपला विश्वास असतो.

समारोपाची प्रार्थना आणि हनुमान चालीसेने सत्राची सांगता झाली.

॥श्रीकृष्णार्पणमस्तु ॥



आम्हाला विश्वास आहेकी आपणास विवेचनाची रचना वाचायला आवडली असेल. कृपया खालील दिलेल्या लिंकचा उपयोग करून आम्हाला आपली प्रतिक्रिया कळवा.

<https://vivechan.learngeeta.com/feedback/>

विवेचन सार आपण वाचलात, धन्यवाद!

आम्ही सर्व गीता सेवी, अनन्य भावाने प्रयास करत आहोत कि विवेचनाचा मजकूर आपणास शुद्ध स्वरूपात प्राप्त होईल. तरीही जर मजकूर आणि भाषा संबंधित काही चुका असल्यास आम्ही क्षमा प्रार्थतो.

जय श्रीकृष्ण!

संकलन: गीता परिवार - रचनात्मक लेखन विभाग

प्रत्येक घरी गीता, प्रत्येक हाती गीता!

या आपण सर्व गीता परिवाराच्या ह्या ध्येया साठी एकत्र होऊया, आणि आपले इष्ट-मित्र -स्नेहीजनांना गीता वर्गाचा उपहार देऊया.

<https://gift.learngeeta.com/>

गीता परिवाराने एक नवीन सुरुवात केली आहे. आता आपण पूर्वी संयोजित झालेल्या सर्व विवेचनांचे यूट्यूब व्हीडियो आणि पीडीएफ बघू शकता आणि वाचू शकता. कृपया खाली दिलेल्या लिंकचा उपयोग करा.

॥ गीता शिका, शिकवा, जीवनात आणा ॥
॥ ॐ श्रीकृष्णार्पणमस्तु ॥