|| श्रीमद्भगवद्गीता विवेचन सारांश ||वसुदेवसुतं देवं कंसचाणूरमर्दनम् |देवकीपरमानन्दं कृष्णं वन्दे जगद्गुरुम् |||| श्रीमद्भगवद्गीता विवेचन सारांश ||

अध्याय 5: कर्मसन्यासयोग

2/2 (श्लोक 11-29), शनिवार, 04 जानेवारी 2025

विवेचक: गीता विशारद श्री श्रीनिवास जी वर्णेकर

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

ब्रह्मनिर्वाण प्राप्तीचा कर्मसंन्यास मार्ग

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 सच्चिदानंद विग्रहम्।
पूर्णब्रह्मपरानन्दमीशं आळन्दिवल्लभम्॥
रत्नाकरा धौतपदां हिमालय किरीटिनीम्।
ब्रह्मराजर्षि रत्नाढ्यां वन्दे भारतमातरम्॥
ॐ पार्थाय प्रतिबोधितां भगवता नारायणेन स्वयं
व्यासेन ग्रथितां पुराणमुनिना मध्ये महाभारतम्।
अद्वैतामृतवर्षिणीं भगवतीमष्टादशाध्यायिनीं
अम्ब त्वामनुसन्दधामि भगवद्गीते भवद्वेषिणीम्॥
नमोस्तुते व्यास विशाल बुद्धे फुल्लारविन्दायतपत्रनेत्र।
येन त्वया भारत तैल पूर्णः प्रज्वालितो ज्ञानमय प्रदीपः॥

परमपूज्य स्वामीजी गोविंददेव गिरिजी महाराजांना वंदन करून आणि सर्व गीताप्रेमींना अभिवादन करून विवेचन सत्राला प्रारंभ झाला.

आपण कर्मसंन्यासयोग नामक पाचव्या अध्यायाची चर्चा करत आहोत. मागील सत्रात आपण पाहिले की प्रारंभीच अर्जुनाने भगवंतांना प्रश्न विचारला होता,

संन्यासं कर्मणां कृष्ण पुनर्योगं च शंससि ।
यच्छ्रेय एतयोरेकं तन्मे ब्रूहि सुनिश्चितम् ॥ ५-१ ॥

संन्यास आणि कर्मयोग या दोन्हींची प्रशंसा तुम्ही करता. यात माझ्यासाठी काय श्रेयस्कर आहे ते एक मला सांगा. अर्जुनाच्या मनात गोंधळ उडाला होता, संन्यास आणि कर्मयोग या दोन्ही मार्गामध्ये श्रेयस्कर काय? मात्र अर्जुनाने स्वतःचा फायदा कशाने

होईल, विजय कोणत्या मार्गाने मिळेल हे विचारले नाही तर श्रेयस्कर (कल्याणकारी) मार्ग विचारला हे लक्षात घेतले पाहिजे.

भगवंतांनी सांगितले,

संन्यासः कर्मयोगश्च निःश्रेयसकरावुभौ ।
तयोस्तु कर्मसंन्यासात्कर्मयोगो विशिष्यते ॥ ५-२ ॥

कर्मसंन्यास आणि कर्मयोग हे दोन्हीही परम कल्याण करणारेच आहेत. हे दोन्ही मार्ग निःश्रेयसाची प्राप्ती करून देतात. परंतु या दोहोतही संन्यासाहून कर्मयोग साधण्यास सोपा असल्याने श्रेष्ठ आहे. या दोन्ही मार्गांना वेगवेगळे समजणे योग्य नाही.

कर्मयोगाचा विस्तार आपण कर्मसंन्यासयोगात बघतो आहोत. कर्मसंन्यासासाठी संन्यास घेण्याची, भगवी वस्त्रे धारण करण्याची गरज नसते. गृहस्थाला कर्मांचा त्याग करून कर्मसंन्यास करता येतो. बाह्यात्कारी संन्यासी व कर्मयोगी हे वेगवेगळे वाटत असले तरी त्यांची अंतरंगाची अवस्था एकसारखीच असते. निरपेक्ष भावनेने कर्म करून ते कर्म व त्याचे फळ भगवंतांना अर्पण करणे, त्याच्या कर्तेपणाच्या भावनेचा त्याग करणे हा कर्मयोग संन्याशासाठीही आवश्यक असतो. कर्मयोगाचे आचरण केले नाही तर पदरी दुःख पडणारच.

पुढे भगवंतांनी योगीची दृष्टी कशी असते हे ही सांगितले,

नैव किञ्चित्करोमीति युक्तो मन्येत तत्त्ववित् ।
पश्यञ्शृण्वन्स्पृशञ्जिघ्रन्नश्नन्गच्छन्स्वपञ्श्वसन् ॥ ५-८ ॥
प्रलपन्विसृजन्गृह्णन्नुन्मिषन्निमिषन्नपि ।
इन्द्रियाणीन्द्रियार्थेषु वर्तन्त इति धारयन् ॥ ५-९ ॥
ब्रह्मण्याधाय कर्माणि सङ्गं त्यक्त्वा करोति यः ।
लिप्यते न स पापेन पद्मपत्रमिवाम्भसा ॥ ५-१० ॥

योगीने पहाताना, ऐकताना, स्पर्श करीत असताना, वास घेत असताना, भोजन करीत असताना, चालत असताना, झोपत असताना, श्वासोच्छ्वास करीत असताना, बोलत असताना, टाकीत असताना, घेत असताना, तसेच डोळ्यांनी उघडझाप करीत असतानाही सर्व इंद्रिये आपापल्या विषयांत वावरत आहेत, असे समजून निःसंशय असे मानावे की, मी काहीच करीत नाही. जो सर्व कर्मे परमात्म्याला अर्पण करून आणि आसक्ती सोडून कर्मे करतो, तो योगी पाण्यातील कमलपत्राप्रमाणे पापाने लिप्त होत नाही.

उत्तम प्रकारे कर्म करून जो ते परमात्म्याला अर्पण करतो तो कर्मबंधनातून मुक्त होतो असे भगवंतांनी पुढे सांगितले. कर्म अर्पण करणे किंवा मी केले या भावनेचा त्याग करणे असे करणाऱ्याला पाप लागत नाही. ती व्यक्ती पाप पुण्याच्या पलीकडे जाते. एखाद्या कर्माचे पुण्यफळ भोगण्यास देखील देह धारण करावा लागतो. ज्ञानेश्वर महाराज पुण्यात्मक पाप आणि पापात्मक पाप असा शब्दप्रयोग करतात. पुण्याचे फळ देखील चिकटते. कर्माचा त्याग करण्याने पाप-पुण्यदायी दोन्ही प्रकारच्या फळांच्या बंधनातून मुक्त होता येते.

5.11, 5.12, 5.13, 5.14

कायेन मनसा बुद्ध्या, केवलैरिन्द्रियैरपि।
योगिनः(ख्) कर्म कुर्वन्ति, सङ्गं(न्) त्यक्त्वात्मशुद्धये॥5.11॥
युक्तः(ख्) कर्मफलं(न्) त्यक्त्वा, शान्तिमाप्नोति नैष्ठिकीम्।
अयुक्तः(ख्) कामकारेण, फले सक्तो निबध्यते॥5.12॥
सर्वकर्माणि मनसा, सन्न्यस्यास्ते सुखं(म्) वशी।
नवद्वारे पुरे देही, नैव कुर्वन्न कारयन्॥5.13॥
न कर्तृत्वं(न्) न कर्माणि, लोकस्य सृजति प्रभुः।

न कर्मफलसंयोगं(म्), स्वभावस्तु प्रवर्तते॥5.14॥

कमयोगी ममत्वबुद्धी सोडून केवळ इन्द्रिये, मन, बुद्धि आणि शरीर यांच्याद्वारे आसक्ती सोडून अन्त:करणाच्या शुद्धीसाठी कर्म करतात.
कर्मयोगी कर्मांच्या फळांचा त्याग करुन भगवत्प्राप्तीरुप शांतीला प्राप्त होतो आणि कामना असलेला पुरुष कामनांच्या प्रेरणेमुळे फळांत आसक्त होऊन बद्ध होतो.
अन्तःकरण ज्याच्या ताब्यात आहे, असा सांख्ययोगाचे आचरण करणारा पुरुष कोणतेही कर्म करणारा किंवा करविणारा न होताच नऊ दरवाजांच्या शरीररुपी घरात सर्व कर्मांचा मनाने त्याग करुन आनंदाने सच्चिदानन्दघन परमात्म्याच्या स्वरुपात स्थित राहतो.
परमेश्वर मनुष्यांचे कर्तेपण, कर्मे किंवा कर्मफलांशी संयोग उत्पन्न करीत नाही; तर प्रकृतीच खेळ करीत असते.

(प्रभुः लोकस्य न कर्तृत्वम् न कर्माणि न कर्मफलसंयोगम् सृजति) परमेश्वर मनुष्यांचे कर्तृत्व, कर्मे वा कर्मफळाशी संयोग यापैकी काहीही निर्माण करत नसतो **(तु स्वभावः प्रवर्तते)** तर स्वभाव हे सर्व काही करत असतो.

जे कर्म केले त्याचे कर्तृत्व (एखादे कर्म मी केले हा भाव), ते कर्म आणि त्या कर्मफळाचा संयोग (फळ प्राप्त करून देणे) हे भगवंत करत नाहीत. भगवंतांवर नेहमी आरोप ठेवला जातो, की ते पक्षपात करतात. एखाद्याला घबाड मिळवून देतात आणि दुसऱ्यावर नाराज होऊन त्याला काहीच देत नाहीत. दुसरा आरोप असा असतो की, चांगले कर्म करणाऱ्याला बदल्यात कमी मिळते मात्र वाईट कर्म करणाऱ्याला भगवंत यश देतात.

भगवंत इथे स्पष्ट करतात की ते कोणालाही काहीही देत नाहीत. जे काही प्राप्त होते ते स्वकर्मानुसार मिळते. भगवंतांना कर्म अर्पण केले तरी यात त्यांचे काहीच नाही. हे स्पष्ट करण्यासाठी भगवंतांनी हे श्लोक सांगितले आहेत.

नैव किञ्चित्करोमीति

म्हणून लोक चुकीचा अर्थ काढू शकतात. मी काहीच करत नाही, जे करायचे ते भगवंत करतात असे म्हणून कोणी चुकीचे वर्तन करतील तर ते चालणार नाही. म्हणून भगवंत इथे स्पष्ट करतात, "तू जे कर्म केले त्याचे फळ तुलाच भोगावे लागेल. कर्तृत्व किंवा कर्म जरी मला अर्पण केले तरी ते मी घेत नाही, ते अनंतात विलीन होते".

ज्ञानेश्वर माऊली म्हणतात,

ऐसे कर्म जाऊदे शुन्यी । जैसी वह्निची ज्वाळा ॥

अग्नीची ज्वाळा जशी वर जाऊन आकाशात विलीन होते, तसे अर्पण केलेले कर्म त्या अनंतात विलीन होते. मग ते कर्म कोण करते तर प्रकृती (स्वभाव) करते. स्वभाव या शब्दाचा अर्थ त्याच्या संदर्भानुसार (Reference) घ्यायला हवा. स्वभाव या शब्दाचे खालीलप्रमाणे अर्थ आहेत-
स्वभाव – स्वतःची अवस्था किंवा स्थिती किंवा अस्तित्व
स्वभाव - स्वतःच्या आवडी, निवडी किंवा प्रेमळ, रागीट अशा विशिष्ट प्रवृत्ती
आणि
स्वभाव - स्वतःची प्रकृती, स्वतःचा प्राकृतिक भाव, सवय म्हणजेच इंग्लिश मध्ये HABIT. आता HABIT मधून H काढला तर राहतं A BIT, त्यातून A काढला तर BIT, त्यातून B काढला तरी IT रहातोच. जी जाता जात नाही ती सवय म्हणजेच माणसाचा बदलण्यास अवघड असलेला स्वभाव!

ही आपली प्रकृती कशी बनते? अनेक जन्मांपासून केलेल्या कर्मांचे संस्कार (Impressions) आपल्या अंतरंगावर पडतात. त्यामुळे आपल्याला काही सवयी जडतात. त्यानुसार आपला स्वभाव बनला असे आपण म्हणतो. हा स्वभाव आताच्या जन्मातील आणि पूर्वजन्मातील कर्मानुसार बनत जातो. त्यामुळे सर्व कार्य हे आपल्या या स्वभावानुसार, प्रकृतीनुसार होते.

तर मग यात भगवंतांची भूमिका (Role) काय आहे? तर परमात्मा चैतन्य आहे, आपल्यातील आत्मतत्त्व आहे. त्याच्या शक्तीमुळे सर्व कार्य घडतात आणि प्रकृती ते घडवून आणते.

डोळे बघतात पण त्यांना बघण्याची शक्ती परमात्म्यामुळे मिळते. कान ऐकतात मात्र चैतन्यतत्त्वाशिवाय त्यांना अर्थ नाही. जीवित देह आणि मृतदेह यात डोळे, नाक, कान इत्यादी सर्व इंद्रिये सारखीच असतात. मात्र मृतदेह ऐकू किंवा बघू शकत नाही कारण त्याचा चैतन्यतत्त्वाशी संपर्क तुटलेला असतो. शक्ती परमात्म्याची असते आणि स्वभाव व्यक्तीचा असतो.

वीज केंद्रावर वीज निर्मिती होते. ही निर्माण झालेली वीज म्हणजे अव्यक्त शक्ती (potential energy) असते. पुढे ती मनोरे, तारा यातून घराघरात पोहोचते आणि विद्‌युत उपकरणे चालवते. एकच वीज विविध उपकरणात जाऊन विभिन्न परिणाम घडवून आणते. बल्बमध्ये जाऊन प्रकाश, पंख्याला फिरवून वारा, फ्रीजमधून थंडावा आणि हिटरमधून उष्णता निर्माण करते. ही अव्यक्त शक्ती म्हणजेच परमात्मा आणि तारांमधून वाहणारा वीजेचा प्रवाह म्हणजे प्रकृती, म्हणजे शक्ती परमात्म्याची असते तर प्रकृती वीजेच्या प्रवाहाच्या स्वरूपात कार्य करत असते.

त्याचप्रमाणे आपले प्राकृतिक शरीर आहे, त्यात शक्ती परमात्म्याची आहे पण कार्य प्रकृती करत आहे. आपण जसे संस्कार ग्रहण करत आलो आहोत त्यानुसार त्या संस्कारांच्या जोरावर कार्य केले जाते. भगवंत काहीच करत नाहीत. प्रकृतीनुसार हे सर्व कार्य घडते.

दुसरे उदाहरण पाहू या. एका माणसाने त्याच्या दोन्ही मुलांना उपहार म्हणून एक एक हजार रुपये दिले होते. पहिल्या मुलाने त्याला दिलेल्या एक हजाराची पुस्तके आणली, थोडक्यात त्याने त्या एक हजार रुपयांचा ज्ञानार्जनासाठी उपयोग केला, तर दुसऱ्याने त्याला दिलेल्या एक हजार रुपयात सिनेमे पाहिले, थोडक्यात त्याने ते एक हजार रुपये करमणुकीसाठी वापरले. जरी एकाच माणसाची ती दोन मुले असली तरी मुलांच्या प्रकृतीनुसार त्यांची खर्च करण्याची प्रवृत्ती वेगवेगळी दिसून येते.

5.15

नादत्ते कस्यचित्पापं(न्), न चैव सुकृतं(म्) विभुः।
अज्ञानेनावृतं(ञ्) ज्ञानं(न्), तेन मुह्यन्ति जन्तवः॥5.15॥

सर्वव्यापी परमेश्वरही कोणाचेही पापकर्म किंवा पुण्यकर्म स्वतःकडे घेत नाही. परन्तु अज्ञानाने ज्ञान झाकलेले आहे. त्यामुळे सर्व अज्ञानी लोक मोहित होतात.

(विभुः न कस्यचित् पापम् च न सुकृतम् एव आदत्ते) सर्वव्यापी परमेश्वरसुद्धा कोणाचे पापकर्म व सत्कर्मही ग्रहण करत नाही परंतु **(अज्ञानेन ज्ञानम् आवृतम् तेन जन्तवः मुह्यन्ति)** अज्ञानाच्या द्वारे ज्ञान झाकले गेले आहे त्यामुळे सर्व अज्ञानी माणसे मोहित होतात.

आपल्याला असे वाटत असते की आपण आपली कर्मे आणि त्या कर्मांची फळे भगवंतांना

ब्रह्मण्याधाय कर्माणि॥

असे म्हणून अर्पण करतो, त्यामुळे भगवंत ती ग्रहण करतात. पण भगवंत कोणाचेही पाप, पुण्य स्वतःकडे घेत नाहीत. आपल्याला सुखदुःखे भगवंतांकडून मिळतात अशी आपली समजूत असते. जेंव्हा आयुष्यात दुःख येते तेंव्हा तर हे प्रकर्षाने वाटते. मलाच भगवंत दुःख देत आहेत अशी भावना होते. आपल्याला सर्वसामान्यपणे असे वाटते की एखादे सत्कर्म करून ते भगवंतांना अर्पण केले तर त्याचा प्रसाद म्हणून भगवंत खूप सुख देतील. सत्कर्मे भगवंतांना अर्पण केल्यावरही आपण मनात अपेक्षा बाळगतो. प्रत्यक्षात भगवंत कोणाचे काही घेत नाहीत आणि कोणाला काही देतही नाहीत. भगवंत आपल्याला काही देतात हे आपले अज्ञान आहे. ज्ञान झाकलेले असल्याने असे होते. ज्ञान हे परमात्म्याचेच स्वरूप आहे. ते आपल्या अंतरंगातच असते. त्यालाच आपण विवेक म्हणतो. विवेकावर अज्ञानाचे आवरण पडलेले असते. कंदिलाच्या काचेवर जेंव्हा काजळी धरते तेंव्हा आतील ज्योत ज्योतीचा प्रकाश स्पष्ट दिसत नाही व ज्योतीचा प्रकाश काहीही संपूर्णपणे स्पष्ट असे दाखवू शकत नाही. याच उदाहरणाप्रमाणे अज्ञानाच्या मेघांनी ज्ञान झाकले जाते. त्यामुळे आपण चुकीची समजून करून घेतो, मोहाने ग्रस्त होतो.

पण एकदा कर्म भगवंतांना अर्पण केले म्हणजे ते शून्यात, अनंतात विलीन झाले.

नैव किञ्चित्करोमीति॥

हे कर्म करणारा मी नाही, ही ज्ञानी लोकांची अनुभूती असते, म्हणून ते तत्त्वविद् म्हणवले जातात. त्या तत्त्वविद् अवस्थेपर्यंत पोचण्यासाठी ईश्वरार्पण बुद्धीने सत्कर्म करावे. परमात्मा म्हणजे ज्ञान तर आजही आपल्या आत आहे मात्र ते अज्ञानाच्या आवरणाने झाकले गेले आहे. त्यामुळे सर्व जीव मोहित असतात. त्यामुळे प्रत्येकजण हे कर्तेपण स्वतःकडे घेत असतो. पण भगवंतच जर हे कर्तेपण स्वतःकडे घेत नाहीत, तर मग आपण का घ्यावे? कर्म करावे आणि त्या कर्तेपणाच्या भावनेला देखील त्या कर्मासोबत अर्पण करावे. त्यापासून मुक्त व्हावे. त्यामुळे काजळी स्वछ केल्यावर जसा दिव्याचा प्रकाश दिसू लागतो तसे अज्ञानाचे आवरण दूर होऊन ज्ञानाचा प्रकाश पडतो. चित्ताच्या शुद्धीसाठी कर्म करावे -

चित्तस्य शुद्धये कर्म॥

असे केले तर काय होते?

5.16

ज्ञानेन तु तदज्ञानं(म्), येषां(न्) नाशितमात्मनः।
तेषामादित्यवज्ज्ञानं(म्), प्रकाशयति तत्परम्॥5.16॥

परन्तु ज्यांचे ते अज्ञान परमात्मज्ञानाने नाहीसे झाले आहे, त्यांचे ते ज्ञान सूर्याप्रमाणे त्या सच्चिदानन्दघन परमात्म्याला प्रकाशित करते.

(तु येषाम् तत् अज्ञानम् आत्मनः ज्ञानेन नाशितम्) परंतु ज्यांचे ते अज्ञान परमात्म्याच्या तत्त्वज्ञानाद्वारे नष्ट केले गेले आहे, **(तेषाम् ज्ञानम् आदित्यवत् तत्परम् प्रकाशयति)** त्यांचे ते ज्ञान सूर्याप्रमाणे त्या परमात्म्याला प्रकाशित करते.

ज्ञानाच्या प्रकाशाने अज्ञान दूर होते. तेराव्या अध्यायात भगवंतांनी सांगितले आहे,

अध्यात्मज्ञाननित्यत्वं तत्त्वज्ञानार्थदर्शनम्।
एतज्ज्ञानमिति प्रोक्तमज्ञानं यदतोन्यथा ॥१३.१२ ॥

येथे ज्ञान म्हणजे अध्यात्मज्ञान म्हणजे आपल्या मूळ स्वरूपाचे ज्ञान. या ज्ञानात नित्य स्थित रहावे आणि परमात्म्यालाच पहावे. याच्या विपरीत बाकी सर्व अज्ञान सांगितले आहे. अंधाऱ्या खोलीत दिवा लावला असता त्या खोलीच्या थोड्या भागातला अंधार दूर होण्याइतपत मर्यादीत उजेड मिळतो. पण रात्रीचा संपूर्ण अंधार दूर करण्यासाठी सूर्योदयच व्हावा लागतो. जेंव्हा सूर्योदय होतो तेंव्हा जगाचा अंधःकार नष्ट होतो. सूर्य स्वयंप्रकाशी आहे, त्याला अंधाराचे अस्तित्व माहित नसते. सूर्योदयाने जसा अंधःकार नष्ट होतो तसेच आत्मज्ञानाच्या प्रकाशाने अज्ञान समूळ नष्ट होते. ज्ञानाचा प्रकाश अंतरंगातील परमात्म्याचा अंश असलेल्या आत्म्याचा साक्षात्कार घडवतो. ज्याला संपूर्ण ज्ञान होते त्याच्यात अज्ञानाचा लवलेश उरत नाही.

5.17

तद्बुद्धयस्तदात्मान:(स्), तन्निष्ठास्तत्परायणाः।
गच्छन्त्यपुनरावृत्तिं(ञ्), ज्ञाननिर्धूतकल्मषाः॥5.17॥

ज्यांचे मन व बुद्धि तद्रूप झालेली आहे आणि सच्चिदानन्दघन परमात्म्यांतच ज्यांचे नित्य ऐक्य झाले आहे, असे ईश्वरपरायण पुरुष ज्ञानाने पापरहित होऊन परम गतीला प्राप्त होतात.

(तद्बुद्धयः तदात्मानः तन्निष्ठाः तत्परायणाः) त्या परमात्म्यामध्येच ज्यांची बुद्धी, मन तद्रूप होऊन सतत निष्ठेने वाहून घेतलेले लोक **(ज्ञाननिर्धूतकल्मषाः अपुनरावृत्तिम् गच्छन्ति)** ज्ञानाच्या द्वारे पापरहित होऊन या लोकांत परत न येण्याच्या परमगतीला जातात.

तत् म्हणजे तो परमात्मा, (सतराव्या अध्यायात ओम तत् सत् असा उल्लेख आला आहे), आत्मा याचे स्वतः, आत्मतत्त्व, परमतत्त्व, मन, इंद्रिय असे संदर्भानुसार अर्थ होतात. या श्लोकात आत्मा हा शब्द मन या अर्थाने घ्यायचा आहे. निष्ठा म्हणजे श्रद्धेची परिपक्व अवस्था असते. पुढील कथा ऐकून ही निष्ठा कशी असावी हे लक्षात येईल.

ऋषींनी आश्रमात नुकताच आलेल्या एका शिष्याला विचारले, "तू असा उदास का?"

त्याने उत्तर दिले, "गुरुजी, तुम्ही जे शिकवता ते मला खूप आवडत असलं तरी नंतर मला फारसं आठवत नाही. मला वाटते की मला हे आत्मसात करणे शक्य नाही. बाकीच्यांना ते समजत असल्यामुळे त्यांच्यात मी उपरा आहे असे मला वाटते."

गुरुजी म्हणाले, "ती कोळशाची टोपली आण."

शिष्य कोळशाची टोपली घेऊन आला. ती टोपली आतल्या बाजूला रोज कोळसे वाहून वाहून काळी पडली होती.

गुरुजी म्हणाले, "ती टोपली नदीच्या पाण्याने भरून माझ्याकडे घेऊन ये."

शिष्य टोपली नदीत बुडवून, तिच्यात पाणी भरून गुरुजींजवळ आला. पण तो परत पोचण्याआधीच टोपलीतून सर्व पाणी बाहेर पडले होते.

गुरुजी त्याला परत परत त्याला ती टोपली पाण्याने भरून आणायला सांगत राहिले. त्या शिष्यानेही पाच वेळा टोपली पाण्याने भरली आणि प्रत्येक वेळी तो कितीही वेगाने धावत आला तरी तो गुरुजींकडे पोहोचेपर्यंत टोपली दर वेळी रिकामी होती होती.

शेवटी तो म्हणाला, "गुरूजी, तुम्ही मला एक अशक्यप्राय काम करायला सांगितले आहे. या टोपलीत पाणी आणण्याचा प्रयत्न करणे व्यर्थ आहे."

ऋषींनी विचारले "तुला खरंच वाटते की या टोपलीत पाणी आणण्याचा प्रयत्न करणे व्यर्थ आहे? जरा त्या टोपलीच्या आत पहा बरं."

शिष्याने पाहिले तर त्याच्या लक्षात आले की ती टोपली आता वेगळी दिसत होती. ती स्वच्छ झाली होती. पाण्याने काळी धूळ धुऊन टाकली होती.

ऋषींनी स्पष्टीकरण दिले, "जेव्हा आपण अभ्यास करतो तेव्हा आपल्याला सर्वकाही एकदम आठवत नाही किंवा समजत नाही. पण संयमाने आणि आदराने नुसते ऐकूनही हळूहळू अंतःकरण बदलत जाऊन शुद्ध होत जाते. ईश्वराला मनापासून शोधलं, तर एक दिवस दिसेल की त्याने आपले पूर्णपणे परिवर्तन आणि शुद्धीकरण केले आहे."

ज्यांचे मन आणि बुद्धी त्या परमात्म्यासोबत एकरूप झाली आहे, ज्यांची त्या परमात्म्यामध्येच परिपक्व श्रद्धा असते, जे त्या परमात्म्यासाठी सदैव तत्पर असतात, ते ज्ञानामुळे पापमुक्त होऊन या लोकात फिरून न येण्याची परमगती प्राप्त करून घेतात. मोक्ष हा मृत्यूनंतर प्राप्त होत नसतो तर जीवित असतानाच जो मनुष्य या शरीरात राहून स्वतःला ओळखतो, त्या माणसासाठी पुनर्जन्म नसतो. एकदा असे ज्ञान प्राप्त झाले की त्या ज्ञानी व्यक्तीची दृष्टी कशी होते, त्याच्या ज्ञानचक्षूला काय दिसते हे भगवंत पुढे सांगतात.

5.18

विद्याविनयसम्पन्ने, ब्राह्मणे गवि हस्तिनि।
शुनि चैव श्वपाके च, पण्डिताः(स्) समदर्शिनः॥5.18॥

ते ज्ञानी पुरुष विद्या व विनय यांनी युक्त असलेला ब्राह्मण, गाय, हत्ती, कुत्रा आणि चांडाळ या सर्वांना समदृष्टीनेच पाहातात.

(विद्याविनयसम्पन्ने ब्राह्मणे च गवि हस्तिनि शुनि च श्वपाके) विद्या व विनय यांनी युक्त अशा ब्राह्मणामध्ये, तसेच गाईमध्ये, हत्तीच्यामध्ये, कुत्र्यामध्ये तसेच चांडाळातही **(पण्डिताः समदर्शिनः एव)** ज्ञानी लोक समभावाने बघणारे असतात.

येथे ब्राह्मण हा शब्द जातीच्या संदर्भात नसून जो माणूस परब्रह्म जाणण्यासाठी प्रयत्नशील असतो, त्याला ब्राह्मण म्हटले आहे. ज्याच्याजवळ ज्ञान आहे मात्र अहंकार नाही तर विनय आहे, त्याला ब्राह्मण म्हटले आहे.

ब्रह्मणि चरति इति ब्राह्मणः॥

पंडा म्हणजे बुद्धी. ज्याची बुद्धी शुद्ध असते त्याला पंडित म्हणतात.
असे पंडित विद्या व विनय यांनी युक्त असलेला ब्राह्मण, गाय, हत्ती, कुत्रा आणि चांडाळ या सर्वांना समदृष्टीनेच पहातात. ब्राह्मण, गाय, हत्ती, कुत्रा आणि चांडाळ या सर्वांच्या ठायी एकच चैतन्यतत्त्व वसते हे ते जाणतात. गीतेत समत्वाचे माहात्म्य आहे. योगाची व्याख्या

समत्वं योग उच्यते॥

अशी केली आहे. या श्लोकाच्या विवेचनात माऊली म्हणतात,

हा मशक हा गज । हा चांडाळ हा द्विज ।
इतरांचा माझा हा आत्मज । हा भेद कुठला ज्ञानात?॥
(मग हा मशकु हा गजु । कीं हा श्वपचु हा द्विजु ।
पैल इतरु हा आत्मजु । हें उरेल कें ? ॥)

- ज्ञानेश्वरी ५.९३

त्यांचे ठिकाणी हे चिलट, हा हत्ती, हा चांडाळ, हा ब्राह्मण, किंवा हा आपला मुलगा आणि हा परका, हा भेद कोठून उरणार?

पंडित **समदर्शिन्** (समान दृष्टीने बघणारे) असतात पण **समवर्तिन्** (समान व्यवहार करणारे) नसतात. ते सर्वांना समान दृष्टीने पहातात, पण सर्वांशी समान व्यवहार करतातच असे नाही.
त्यांना सर्वांबद्दल समान प्रेम असले तरी ते कुत्र्याला आपल्या बिछान्यात झोपवत नाहीत (कारण कुत्र्यासोबत झोपणे मानवी प्रकृतीला हानिकारक असते).

एका आईची दोन मुले आहेत. एक मुलगा धडधाकट, नियमित व्यायाम करणारा आहे तर दुसरा नेहमी आजारी असतो. आई नियमित व्यायाम करणाऱ्याला बदामाचे लाडू खायला घालत घालते. आजारी मुलाला मात्र ती वरणाचे पाणी, भाताची पेज देते. आईचे प्रेम हे समदृष्टीचे उत्तम उदाहरण आहे. इथे दोन्ही मुलांबद्दल तिला समान प्रेम वाटत असले तरी ती व्यवहार मात्र ज्याच्या त्याच्या प्रकृतीनुसार करते.

एकदा एकनाथ महाराज काशीहून गंगेची कावड घेऊन अभिषेक करण्यासाठी रामेश्वरला निघाले. रस्त्यात त्यांना तहानेने व्याकूळलेले एक गाढव दिसले. एकनाथ महाराजांनी त्या गाढवाला ते सर्व गंगाजल पाजले. लोक आश्चर्य व्यक्त करू लागले. त्यावर एकनाथ महाराज म्हणाले, “इथे गाढव नाही. मला तर रामेश्वराचे दर्शन त्याच्यात झाले.”

5.19

इहैव तैर्जितः(स्) सर्गो, येषां(म्) साम्ये स्थितं(म्) मनः।
निर्दोषं(म्) हि समं(म्) ब्रह्म, तस्माद् ब्रह्मणि ते स्थिताः॥5.19॥

ज्यांचे मन समभावात स्थिर झाले, त्यांनी या जन्मीच संपूर्ण संसार जिंकला. कारण सच्चिदानंदघन परमात्मा निर्दोष आणि सम आहे. म्हणून ते सच्चिदानन्दघन परमात्म्यातच स्थिर असतात.

(येषाम् मनः साम्ये स्थितम्) ज्यांचे मन समभावामध्ये स्थित आहे **(तैः इह एव सर्गः जितः)** त्यांच्याकडून या जीवनामध्येच संपूर्ण संसार जिंकला गेला आहे **(हि ब्रह्म निर्दोषम् समम् तस्मात् ते ब्रह्मणि स्थिताः)** कारण परमात्मा दोषरहित आणि समभाव राखणारा असल्यामुळे ते परमात्म्यातच स्थित रहातात.

ज्यांच्या मनात आणि बुद्धी समभाव आहे, ते या इहलोकात, या शरीरात राहूनच संसार जिंकतात. ते परमात्म्यामध्येच स्थित होतात, कारण ब्रह्म निर्दोष आहे, निष्पक्षपाती आहे.

ईश्वरस्तु पर्जन्यवत्॥

ईश्वर हा पावसाप्रमाणे आहे, तो समतल, डोंगराळ अशा सर्व तऱ्हेच्या भूप्रदेशांमध्ये समान पडतो. त्या ईश्वराच्या समदृष्टीसारखी ज्याची दृष्टी होते तो ज्ञानी परब्रह्म होतो. म्हणूनच म्हटले आहे ना,

गुरुः साक्षात्परब्रह्म॥

अशा ज्ञानीचा व्यवहार कसा असतो?

5.20

न प्रहृष्येत्प्रियं(म्) प्राप्य, नोद्विजेत्प्राप्य चाप्रियम्।
स्थिरबुद्धिरसम्मूढो, ब्रह्मविद् ब्रह्मणि स्थितः॥5.20॥

जो पुरुष प्रिय वस्तु मिळाली असता आनंदित होत नाही आणि अप्रिय वस्तू प्राप्त झाली असना उद्विग्न होत नाही, तो स्थिर बुद्धि असलेला संशयरहित ब्रह्मवेत्ता पुरुष सच्चिदानन्दघन परब्रह्म परमात्म्यात ऐक्यभावाने नित्य स्थित असतो.

जो **(प्रियम् प्राप्य न प्रहृष्येत् च अप्रियम् प्राप्य न उद्विजेत्)** प्रिय गोष्ट प्राप्त झाल्यावर आनंदित होत नाही तसेच अप्रिय गोष्ट प्राप्त झाल्यावर उद्विग्न होत नाही तो **(स्थिरबुद्धिः असम्मूढः ब्रह्मवित् ब्रह्मणि स्थितः)** स्थिरबुद्धी, संशयरहित, ब्रह्मवेत्ता, परब्रह्मामध्येच स्थित असतो.

दुसऱ्या अध्यायात अर्जुनाने भगवंतांना स्थितप्रज्ञाची लक्षणे विचारली होती. त्याने भगवंतांना विचारले होते

स्थितप्रज्ञस्य का भाषा समाधिस्थस्य केशव।
स्थितधीः किं प्रभाषेत किमासीत व्रजेत किम्॥२.५४॥

ज्याची बुद्धी स्थिर आहे त्याची लक्षणे कोणती, तो कसा बोलतो, कसा चालतो, कसा बसतो असे अर्जुनाने विचारले होते. या अध्यायात भगवंत त्यातील काही लक्षणे पुन्हा सांगत आहेत.

हृष् म्हणजे हर्षित होणे तर प्रहृष् म्हणजे प्रमाणाबाहेर अत्यंत हर्षित होणे, उन्मादित होणे, उत्तेजित होणे. याचेच रूपांतर पुढे MANIA (मॅनिया, हर्षवायु, हर्षोन्माद) या मनोविकृतीत होऊ शकते. प्रिय गोष्टीची प्राप्ती झाली, एखादी स्पर्धा जिंकली तर आपल्याला हर्ष होतो. काही जणांना प्रहर्ष होतो. आजूबाजूचे विसरून ते आनंदाने वेडेपिसे होतात. ज्ञानी मनुष्य असा आनंदाने वेडापिसा होत नाही. मनात आहे ते मिळाल्याचे त्यालाही तर सुख वाटतेच मात्र त्याची अभिव्यक्ती सौम्य असते.

उद्विज् म्हणजे जे हवे ते मिळाले नाही व जे नको ते वाट्याला आले तर अपेक्षाभंगामुळे मनात खेद, शोक, संताप, निराशा आदी नकारात्मक भावना उत्पन्न होतात. एका मर्यादेपर्यंत अपेक्षाभंग झाल्याबद्दल खेद वाटला असता आपण ते स्वाभाविक आहे हे समजू शकतो व शेवटी काळ हा सर्व दु:ख विसरायला मदत करत असल्याने काही काळ निराशा वाटली तरी पुढे नेहमीचे जीवन जगू लागतो. पण कधी कधी या भावनांचा अतिरेक व्हायला लागतो आणि हळूहळू या स्वाभाविक भावनांचे रूपांतर DEPRESSION (डिप्रेशन, औदासिन्य) या मनोविकृतीत होऊ शकते. ज्ञानी मनुष्याला जरी जे नकोसे वाटते तेच मिळाले तरी तो असा उद्विग्न होत नाही. कोणत्याही परिस्थितीत त्याच्या भावना नियंत्रित असतात, बुद्धी स्थिर रहाते. भगवंत म्हणतात अशी स्थिर बुद्धी असलेला ज्ञानी ब्रह्मवेत्ता होतो, तो परब्रह्मात स्थित असतो.

5.21

बाह्यस्पर्शेष्वसक्तात्मा, विन्दत्यात्मनि यत्सुखम्।
स ब्रह्मयोगयुक्तात्मा, सुखमक्षयमश्नुते॥5.21॥

ज्याच्या अन्तः करणाला बाहेरील विषयांची आसक्ती नसते, असा साधक आत्म्यात असलेल्या, ध्यानामुळे मिळणाऱ्या सात्विक आनंदाला प्राप्त होतो. त्यानंतर तो सच्चिदानन्दघन परब्रह्म परमात्म्याच्या ध्यानरूप योगात ऐक्यभावाने स्थिति असलेला पुरुष अक्षय आनन्दाचा अनुभव घेतो.

(बाह्यस्पर्शेषु असक्तात्मा आत्मनि यत् सुखम् विन्दति) बाह्य उपभोगांच्या विषयांमध्ये आसक्ती नसणारा साधक आत्म्यामध्ये

स्थित राहून जे ध्यानधारणेचे सात्त्विक सुख आहे ते प्राप्त करून घेतो. त्यानंतर **(सः ब्रह्मयोगयुक्तात्मा अक्षयम् सुखम् अश्नुते)** तो परब्रह्माच्या ध्यानामध्ये अभिन्न भावाने स्थित होऊन कधीही कमी न होणाऱ्या सुखाचा अनुभव घेतो.

आपल्याला स्पर्श म्हणजे त्वचेला होणारा स्पर्श हे माहिती असते, पण इथे बाह्यस्पर्श म्हणजे सर्व उपभोगाच्या बाह्य विषयांचा इंद्रियांशी होणारा संयोग असा अर्थ आहे. इंद्रियांचे विषय बाहेरून येतात. इंद्रियांशी जेंव्हा विषयांचा संयोग होतो तेंव्हा आपण ते विषय ग्रहण करतो. दृश्याचा नेत्रांशी होणारा स्पर्श, शब्दाचा कानांशी होणारा स्पर्श, गंधाचा नाकाशी होणारा स्पर्श हे सर्व बाह्यस्पर्श असतात. इंद्रियांना त्यांच्या विषयांशी होणाऱ्या संयोगातून माणसाला सुख किंवा दुःख प्राप्त होते आणि माणूस त्यातच अडकतो. उन्हाळ्याच्या दिवसात पंख्याचा वारा, कूलरचा थंडावा त्याला सुखावतो आणि भट्टीसमोर बसले तर त्याला उष्म्याचा असह्य त्रास होतो. ही सुखदुःखाची अनुभूती होणे चुकीचे नाही. मात्र मनाने सदैव त्याचेच चिंतन करणे हे चुकीचे आहे. आज एखादा पदार्थ बनणार आहे या विचारात मन रमून सतत त्याचेच चिंतन करण्याऐवजी अन्न हे पूर्णब्रह्म असे मानून समोर जे आले ते खाऊन, गोड मानून विषय बाजूला सारावा.

ज्ञानी मनुष्य हे बाह्य विषय ग्रहण करतच नाही असे नव्हे. कानाने श्रवण, नाकाने गंध ग्रहण, नेत्रांनी बघणे बंद होऊच शकत नाही. पण ज्ञानी या इंद्रियांशी होणारा संयोगांमध्ये अडकून रहात नाही, आसक्त होत नाही. सामान्य माणसाचे मन विषयांमध्ये अडकत असते पण ज्ञानी मनाने या कशातही अडकत नाही. तो अंतरंगातून परमात्म्याशी तादात्म्य ठेवून असल्याने निरंतर न घटणाऱ्या आंतरिक सुखाचीच अनुभूती घेत असतो. सुखांसाठी ज्ञानी व्यक्तीला बाह्यस्पर्शांवर अवलंबून राहावे लागत नाही. ज्ञानेश्वर माऊलींनी यासाठी अत्यंत सुंदर उपमा दिली आहे,

अमृताचा निर्झर । प्रसवते ज्याचे जठर ।
क्षुधा तृष्णेची पीडा । फार त्यास नाही ॥
(जैसा अमृताचा निर्झरु । प्रसवे जयाचा जठरु ।
तया क्षुधेतृषेचा अडदरु । कहींचि नाहीं ॥)

ज्ञानेश्वरी २.३३९

ज्याप्रमाणे पोटात अमृताचा झराच उत्पन्न होत असलेल्या माणसाला तहानभुकेची कधीच पीडा होत नसते, त्याचप्रमाणे ज्याला त्याच्या अंतरंगातून सुखाचीच अनुभूती होत असते, त्याला बाहेरील सुखांची आठवणदेखील होत नाही.

5.22

ये हि संस्पर्शजा भोगा, दुःखयोनय एव ते।
आद्यन्तवन्तः(ख्) कौन्तेय, न तेषु रमते बुधः॥5.22॥

जे हे इंद्रिय आणि विषय यांच्या संयोगाने उत्पन्न होणारे सर्व भोग आहेत, ते जरी विषयी पुरुषांना सुखरुप वाटत असले, तरी तेही दुःखालाच कारण होणारे आणि अनित्य आहेत. म्हणून हे अर्जुना! बुद्धिमान विवेकी पुरुष त्यांत रमत नाहीत.

(ये संस्पर्शजा भोगाः ते हि दुःखयोनयः एव) जे इंद्रिये व विषय यांच्या संयोगाने उत्पन्न होणारे भोग आहेत, ते सर्व (जरी सुखद वाटले तरी) निःसंदेहपणे फक्त दुःखांचे कारण आहेत आणि **(आद्यन्तवन्तः कौन्तेय बुधः तेषु न रमते)** प्रारंभ आणि शेवट असणारे म्हणजेच अनित्य आहेत, म्हणून हे कुंतीपुत्र (अर्जुना), बुद्धिमान विवेकी व्यक्ती त्यांच्या ठिकाणी रमत नाही.

इंद्रियांचा त्यांच्या बाह्य विषयांशी होणारा संयोग म्हणजे स्पर्श व संस्पर्श म्हणजे चांगल्या प्रकारे होणारा संयोग. बाह्य विषयांमधून मिळणारी ही सुखे क्षणभंगुर असतात कारण त्यांना प्रारंभ असतो आणि अंतही असतो, या कारणाने ही सुखे अखेरीस दुःखच देणारी असतात.

आवडती मिठाई खाताना सुख मिळते. ती संपली तर दुःख होते. तसेच ती अतिरेकी प्रमाणात खाल्ल्यास तीच सुखद मिठाई दुःखद बनते.

याखेरीज ही सुखे भोगण्याची क्षमता प्रत्येक वेळी तशीच टिकूनही रहात नाही. वयोमानानुसार दृष्टी अधू होऊ लागली की

आपल्याला आवडणारा दूरचित्रवाणीवरील कार्यक्रम बघता येत नाही. ज्या वस्तूचा संयोग होतो तिचा कधी ना कधी वियोगही होत असतोच. सुख सुरू होते आणि संपते. परत सुख समाप्त होण्याच्या भीतीनेही तर दुःख प्राप्त होतेच. भौतिक सुखे कधीच चिरंतन नसतात.

म्हणून ज्ञानी मनुष्य अशा विषयसुखात अडकत नाही, रममाण होत नाही. त्याला प्रारंभ आणि अंत नसलेले, न घटणारे सुख केवळ स्वतःच्या अंतरंगात डोकावून प्राप्त होते. त्यासाठी त्याला बाह्य विषयांवर निर्भर होण्याची गरज नसते. तो आत्मनिर्भर असतो. तो बाहेरील सुखात किंवा दुःखात रमत नाही.

अकबराने एकदा बिरबलाला विचारले, "असे एखादे वाक्य सांग जे सुख आणि दुःख दोन्हीसाठी लागू आहे." बिरबल म्हणाला, "ही वेळदेखील निघून जाईल."

हे वाक्य सुखाच्या आणि दुःखाच्या दोन्ही प्रसंगांना तंतोतंत लागू होते. कारण सुख आणि दुःख दोन्हींना प्रारंभ आणि अंत असतात, त्यामुळे सुख आणि दुःख ही दोन्ही क्षणिक असतात, दोन्ही संपुष्टात येतात. हे जाणणारा ज्ञानी त्यांच्यात रममाण होत नाही.

5.23

शक्नोतीहैव यः(स्) सोढुं(म्), प्राक्शरीरविमोक्षणात्।
कामक्रोधोद्भवं(म्) वेगं(म्), स युक्तः(स्) स सुखी नरः॥5.23॥

जो साधक या मनुष्यशरीरात शरीर पडण्याआधीच काम - क्रोधामुळे उत्पन्न होणारा आवेग सहन करण्यास समर्थ होतो, तोच योगी होय व तोच सुखी होय.

(यः इह शरीरविमोक्षणात् प्राक् एव कामक्रोधोद्भवम् वेगम् सोढुम् शक्नोति) जो या लोकात या शरीराचा नाश होण्यापूर्वीच, काम व क्रोध यांच्यापासून उत्पन्न होणारा वेग सहन करू शकतो, **(सः नरः युक्तः सः सुखी)** तोच माणूस योगी असतो आणि तोच सुखी असतो.

काम व क्रोध यांच्यापासून अतीव, प्रबळ असा वेग (भावनेची उत्कटता, strong passion) उत्पन्न होतो. असा कामनेचा वा क्रोधाचा प्रबळ वेग ओळखणे ओळखणे आणि त्यावर नियंत्रण मिळवणे यासाठी आत्मसंयमाची गरज असते. भगवंत हळूहळू पुढील अध्यायाची, आत्मसंयमयोगाची, प्रस्तावनाच इथे करत आहेत.

5.24

योऽन्तःसुखोऽन्तरारामः(स्), तथान्तर्ज्योतिरेव यः।
स योगी ब्रह्मनिर्वाणं(म्), ब्रह्मभूतोऽधिगच्छति॥5.24॥

जो पुरुष अन्तरात्म्यातच सुखी, आत्म्यातच रमणारा आणि आत्म्यातच ज्ञान मिळालेला असतो, तो सच्चिदानन्दघन परब्रह्म परमात्म्यासह ऐक्यभावाला प्राप्त झालेला सांख्ययोगी शान्त ब्रह्माला प्राप्त होतो.

(यः एव अन्तःसुखः अन्तरारामः) जो आत्म्यामध्येच सुखी आणि रममाण होणारा आहे, **(तथा यः अन्तर्ज्योतिः सः ब्रह्मभूतः योगी ब्रह्मनिर्वाणम् अधिगच्छति)** त्याचप्रमाणे आत्मा हीच ज्याची ज्ञानज्योती आहे, तो परब्रह्माशी एकरूप झालेला योगी शांत ब्रह्मामध्ये परिपूर्ण शांती प्राप्त करून घेतो.

येथे ज्ञानी व्यक्तीबद्दल तीन गोष्टी सांगितल्या आहेत. तो अंत:सुख (आत्म्यामध्येच सुखी), अंतरारामः (आत्म्यामध्येच रममाण होणारा) व अन्तर्ज्योती (आत्मा हीच ज्याची ज्ञानज्योती आहे) असा असतो. हा ज्ञानी अंतरंगातून प्राप्त झालेल्या ज्ञानातच रमतो व बाह्य विषयांकडे त्याचे मन आणि बुद्धी भटकत नाही. तो परब्रह्मासोबत एकरूप होऊन परम शांती प्राप्त करून घेतो. आपण

तीर्थयात्रा करतो, तीर्थयात्रा जरूर करावी. तीर्थयात्रा केल्याने पुण्य मिळते. पण अंतर्यात्रा ही सर्वात मोठी तीर्थयात्रा आहे. अंतर्यात्रा केल्याने शांती प्राप्त होते.

5.25

लभन्ते ब्रह्मनिर्वाणम्, ऋषयः क्षीणकल्मषाः।
छिन्नद्वैधा यतात्मानः(स्), सर्वभूतहिते रताः॥5.25॥

ज्यांचे सर्व पाप नष्ट झाले आहे, ज्यांचे सर्व संशय ज्ञानामुळे फिटले आहेत, जे प्राणिमात्राच्या कल्याणात तत्पर आहेत आणि ज्यांचे जिंकलेले मन निश्चलपणे परमात्म्यात स्थिर असते, ते ब्रह्मवेत्ते शान्त ब्रह्माला प्राप्त होतात.

(क्षीणकल्मषाः छिन्नद्वैधाः सर्वभूतहिते रताः) सर्व पापे नष्ट होऊन गेलेले, ज्ञानामुळे सर्व संशय नष्ट झालेले, सर्व सजीवांच्या हितामध्ये रत असणारे आणि **(यतात्मानः ऋषयः ब्रह्मनिर्वाणम् लभन्ते)** जिंकलेले मन निश्चलभावाने परमात्म्यात स्थित असलेले ब्रह्मवेत्ते ऋषी शांत ब्रह्मामध्ये परिपूर्ण शांती प्राप्त करून घेतात.

तीर्थयात्रेमुळे चित्ताची शुद्धी होते. चित्त शुद्ध झाले की अंतर्यात्रा करता येते. ज्यांचे पाप हळूहळू क्षीण होत नष्ट झाले आहे, ज्यांचे संशय नष्ट झालेले आहेत, ज्यांचे ताब्यात आणलेले चित्त केवळ एका परमात्म्यात निश्चल असते अशा ऋषींना अत्यंत शांती प्राप्त होते. पण म्हणून ते आपला वसा सोडत नाहीत.

आधी होता संतसंग । तुका झाला पांडूरंग ।
त्याचे भजन राहिना । मूळ स्वभाव जाईना ॥

तुकाराम महाराज प्रत्यक्ष पांडुरंग बनले तरी त्यांनी भजन सोडले नव्हते.

अनुशासनबद्ध जीवनासाठी चित्त ताब्यात असणे आवश्यक आहे. काही लोक कर्मकांडांची अवहेलना करतात. नियमांचे जंजाळ त्यांना मानवत नाही. पण हे नियम भगवंतांसाठी नाहीत तर आपल्यासाठी आहेत. हे सर्व नियम आपल्याला अनुशासन शिकवतात. या नियमांनी मनाला शिस्त लागते. कसेही वर्तन केले तर तो स्वैराचार होतो. जो अनुशासित जीवन जगतो, त्याच्या मन आणि इंद्रियांवर नियंत्रण येते. अनेक व्रत हे भगवंतासाठी नाही तर आपल्या उद्धारासाठी आहेत.

सर्व भूतमात्रांच्या कल्याणासाठी रत असणे हे तर जणू गीतेचे सार आहे. स्वतःसाठी काही मिळो अथवा न मिळो, इंद्रियांवर नियंत्रण असल्यामुळे स्वतःसाठी कशाचीच इच्छा नसलेला मनुष्य सदैव इतरांच्या कल्याणासाठी कार्यरत असतो.

5.26

कामक्रोधवियुक्तानां(म्), यतीनां(म्) यतचेतसाम्।
अभितो ब्रह्मनिर्वाणं(म्), वर्तते विदितात्मनाम्॥5.26॥

काम - क्रोध मावळलेले, मन जिंकलेले, परब्रह्म परमात्म्याचा साक्षात्कार करुन घेतलेले जे ज्ञानी पुरुष असतात, त्यांना सर्व बाजूंनी शांत परब्रह्म परमात्माच परिपूर्ण असतो.

(कामक्रोधवियुक्तानाम् यतचेतसाम् विदितात्मनाम् यतीनाम्) काम व क्रोध यांच्यापासून मुक्त झालेल्या, आपले चित्त वश केलेल्या, आत्मस्वरूपाचा साक्षात्कार झालेल्या यतींच्या **(अभितः ब्रह्मनिर्वाणम् वर्तते)** सर्व बाजूंनी परब्रह्मच विद्यमान असते.

हे योगाच्या समाधी अवस्थेचे वर्णन आहे. हे आत्मस्वरूपाचा साक्षात्कार झालेले यती समाधी अवस्थेत असतात. जो या अवस्थेपर्यंत पोचला तो काम आणि क्रोधापासून मुक्त झाला. त्याने आपल्या चित्तावर विजय प्राप्त केला. अंतरंगातील तत्त्व आणि सर्वत्रव्यापी तत्त्व एकच आहे तो हे जाणतो. तो मनुष्य केवळ ब्रह्मवेत्ता नाही, तर तोच परब्रह्म होतो. एकदा रामकृष्णांचा शिष्य त्यांना म्हणाला, "गुरूजी, तुम्ही ब्रह्मज्ञानी आहात." त्यावर ठाकूर म्हणाले, "अरे मी ब्रह्मज्ञानी नाही, मी ब्रह्मच आहे."

5.27

स्पर्शान्कृत्वा बहिर्बाह्यांश्, चक्षुश्चैवान्तरे भ्रुवोः।
प्राणापानौ समौ कृत्वा, नासाभ्यन्तरचारिणौ॥5.27॥

बाहेरच्या विषयभोगांचे चिन्तन न करता ते बाहेरच ठेवून, दृष्टी भुवयांच्या मध्यभागी स्थिर करुन तसेच नाकातून वाहणारे प्राण व अपान सम करुन,

(बाह्यान् स्पर्शान् बहिः एव कृत्वा च चक्षुः भ्रुवोः अन्तरे) बाह्य विषयभोगांना त्यांचे चिंतन न करता बाहेरच सोडून देऊन आणि दृष्टी दोन भुवयांच्या मध्ये स्थिर करून तसेच **(नासाभ्यन्तरचारिणौ प्राणापानौ समौ कृत्वा यतेन्द्रियमनोबुद्धिः)** नासिकेमध्ये संचार करणाऱ्या प्राण व अपान या वायूंना सम करून ज्याने इंद्रिये, मन आणि बुद्धी जिंकलेली आहेत असा **(यः मोक्षपरायणः मुनिः विगतेच्छाभयक्रोधः सः सदा मुक्तः एव)** जो मोक्षपरायण मुनी इच्छा, भय व क्रोध यांच्यापासून मुक्त झाला आहे, तो नेहमी मुक्तच असतो.

अशा व्यक्तीचे जीवन कसे असते हे भगवंत सांगतात. आत्मसंयमयोगात (सहावा अध्याय) मन, इंद्रिय, शरीरावर नियंत्रण कसे आणावे, ध्यान कसे करावे हे सविस्तर सांगितले आहे. अष्टांगयोगात आठ अंगे सांगितली आहेत - यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधी.

यापैकी पहिली चार अंगे बऱ्याच जणांना माहीत असतात. सत्तावीसाव्या श्लोकात चौथ्या प्राणायाम या अंगाचे वर्णन आले आहे. योगी भ्रूमध्यावर दृष्टी स्थिर करतात. प्राणायामाच्या अभ्यासाने नाकाद्वारे वाहणाऱ्या प्राण, अपान वायूंना ते एकसमान करून नियंत्रणात आणतात.

अठ्ठावीसाव्या श्लोकात प्रत्याहाराविषयी वर्णन आहे. प्रत्याहार म्हणजे प्रति आहार! स्पर्श म्हणजे इंद्रियांचा त्यांच्या विषयांशी होणारा संयोग. या विषयांशी संयोग झाला तरी त्यांना ग्रहण न करता बाहेरच ठेवावे. कोणी काही म्हटले तर आपण ते नेहमी लक्षात ठेवतो. कारण ते आपण ग्रहण करतो. योगी मात्र हे ग्रहण न करता, पुढील कर्तव्य करतो. असे ग्रहण न करता प्राणायामाचा अभ्यास करताना मन आणि बुद्धीवर विजय प्राप्त करणाऱ्या त्या मुनीच्या सर्व इच्छा परमात्म्यात विलीन झालेल्या असतात, त्याचे भय समाप्त झालेले असते. आपल्याला अनेक गोष्टींचे भय वाटते. भय तेव्हा समाप्त होते जेव्हा मी कोण आहे याचे आत्मज्ञान मिळते. असा मनुष्य भय आणि क्रोध यांच्यापासून मुक्त होतो. शरीराच्या बंधनात असलेला, इच्छेने लिप्त असलेला, भय आणि क्रोधाने युक्त असलेला मनुष्य कधीच मुक्त होऊ शकत नाही. जो परमात्म्याशी एकरूप झाला तो या सर्वांपासून मुक्त होतो. बाह्य विषय ज्ञानी पुरुषांच्या चित्तात प्रवेश करत नाहीत. जो इंद्रिये, मन आणि बुद्धीवर विजय प्राप्त करतो तो सदैव मुक्तच असतो.

5.28, 5.29

यतेन्द्रियमनोबुद्धिः(र्), मुनिर्मोक्षपरायणः।
विगतेच्छाभयक्रोधो, यः(स्) सदा मुक्त एव सः॥5.28॥
भोक्तारं(म्) यज्ञतपसां(म्), सर्वलोकमहेश्वरम्।
सुहृदं(म्) सर्वभूतानां(ञ्), ज्ञात्वा मां(म्) शान्तिमृच्छति॥5.29॥

ज्याने इंद्रिये, मन व बुद्धि जिंकली आहेत, असा मोक्षतत्पर मुनी इच्छा, भय आणि क्रोध यांनी रहित झाला की, तो सदोदित मुक्तच असतो.
माझा भक्त मला सर्व यज्ञ आणि तपांचा भोक्ता, सर्व लोकांच्या ईश्वरांचाही ईश्वर, प्राणिमात्रांचा सुहृद अर्थात स्वार्थरहित दयाळू आणि प्रेमी, असे तत्वतः समजून शांतीला प्राप्त होतो.

(यज्ञतपसाम् भोक्तारम् सर्वलोकमहेश्वरम्) सर्व यज्ञ आणि तप यांचा मी भोक्ता आहे. मी सर्वलोकमहेश्वर (सर्व लोकांतील ईश्वरांचासुद्धा ईश्वर). तसेच **(सर्वभूतानाम् सुहृदम् माम् ज्ञात्वा शान्तिम् ऋच्छति)** मी सर्व सजीवांचा स्वार्थरहित दयाळू व

हिताचा विचार करणारा आहे हे तत्त्वतः जाणून माझा भक्त परम शांती प्राप्त करून घेतो.

इथे प्रत्यक्ष परमात्मा श्रीकृष्णाच्या रूपात घनीभूत होऊन बोलत आहेत. महाभारतात श्रीकृष्णासाठी इतर पर्वांमध्ये केशव, कृष्ण, वासुदेव असे संबोधन योजले असले तरी भगवद्गीतेच्या अठरा अध्यायात वेदव्यास श्रीकृष्णांना भगवान असे संबोधतात. गीता भगवंतांनी श्रीकृष्णाच्या रूपात सांगितली आहे.

सर्व यज्ञ आणि तप यांचा भगवंत भोक्ता आहेत. ते सर्व लोकांतील ईश्वरांचासुद्धा ईश्वर, सर्व सजीवांचा सुहृद् आहेत. ते सर्व भूतमात्रांचे सुहृद् आहेत कारण ते सर्वांच्या कल्याणाची इच्छा करतात. मित्र आणि सुहृद् यांच्यात फरक आहे. मित्र व्यवहार पहातो. मित्राचाही व्यवहार स्वार्थमूलक असू शकतो. सुहृद् निःस्वार्थी असतो. आपला कसलाही स्वार्थ नसताना देखील तो दुसऱ्याच्या हिताचा विचार करत असतो. आपण ज्याला मित्र मानत असलो किंवा नसलो तरी जो आपल्या हिताचा विचार करतो अशा हितचिंतकाला सुहृद् म्हणतात. तो दुसऱ्याच्या सुखाने सुखी होतो आणि दुसऱ्याच्या दुःखाने दुःखी होतो. हे भगवंताचे स्वरूप जो ज्ञानी जाणतो त्या ज्ञानी मनुष्याला शांती प्राप्त होते.

यम, नियमांचा, प्राणायामाचा अभ्यास कसा करावा, आसन कसे असावे, योगसाधना कशी करावी हे सर्व पुढील अध्यायात भगवंत सांगणार आहेत. इथे कर्मसंन्यासाचा विषय पूर्ण झाला आहे. कर्मसंन्यास म्हणजे कर्माचा त्याग नव्हे तर ते कर्म अर्पण भावनेने करणे हे या अध्यायाचे सार आहे. आपले कर्तव्य करून ते भगवंतांना अर्पण केल्याने गीता आचरणात आणणे आपल्याला जमू लागेल.

भगवंतांनी दिलेले हे ज्ञान त्यांच्याच चरणी अर्पण करून अध्यायाचा समारोप करू या.

ॐ तत्सदिति श्रीमद्भगवद्गीतासूपनिषत्सु ब्रह्मविद्यायां योगशास्त्रे श्रीकृष्णार्जुनसंवादे कर्मसंन्यासयोगो नाम पंचमोऽध्यायः ॥ ५ ॥

ॐ हे परमसत्य आहे. याप्रमाणे श्रीमद्भगवद्गीतारूपी उपनिषद तथा ब्रह्मविद्या आणि योगशास्त्राविषयी श्रीकृष्ण आणि अर्जुन यांच्या संवादातील कर्मसंन्यासयोग नावाचा हा पाचवा अध्याय समाप्त झाला.

प्रश्नोत्तर सत्र

मनीष दादा

प्रश्न :- सच्चिदानंदाच्या प्राप्तीचे ध्येय गाठताना सर्वांना समान नजरेने पाहणे देखील आवश्यक आहे. मात्र इतरांना दुःख देण्यातच काही लोक सुख मानतात. अशा द्वेषभावना बाळगून जगणाऱ्या लोकांविषयी समदर्शीत्वाची भावना कशी आणता येईल?
उत्तर :- चांगला प्रश्न आहे आणि समदर्शी हा योग्य शब्दप्रयोग देखील तुम्ही केला आहे. भगवंत देखील हेच सांगतात की, सर्वांप्रती दर्शन सम असावे मात्र वर्तन नाही.

आजच्या काळात जसे समाजविघातक लोक आहेत तसेच दुष्ट आणि रावणासारखे राक्षस प्रभू श्रीरामांच्या काळातही होते. त्यांच्याबाबतीत श्रीरामांनी काय वर्तन केले हे आपण जाणतो. मात्र रावणाला समाप्त केल्यावर त्याच्याबद्दल कोणताच शत्रूभाव न ठेवता त्यांनी विभीषणाला रावणावर अंत्यसंस्कार करण्यास सांगितले. विभीषणाने नकार दिल्यावर रावण हा तुझा नाही, तर माझा भाऊ मानून अंत्यसंस्कार कर असे श्रीराम म्हणाले. हे त्यांचे उत्तर समदर्शीपणाचे समर्पक उदाहरण आहे. त्यामुळे शत्रू कितीही दुष्ट असला तर त्याच्या पक्षातील सैनिकाचे अंत्यसंस्कार मानाने करावे असे आपली संस्कृती मानते. कारण मृत्यूसोबत वैर समाप्त झाले असे मानले जाते. परमात्मा तर सर्वांमध्ये आहे त्यामुळे सर्वांची पूजा करावी. मात्र तोच परमात्मा दुष्ट देहात अडकला असेल तर आधी त्याला मुक्त करणे आवश्यक आहे.

सुमन ताई

प्रश्न : - आपण सर्वजण एकाच मातीचे घडे आहेत या अर्थाचा कबिराचा एक दोहा आहे. जर आपण सर्व त्या एकाच भगवंताचे अंश आहोत तर एकमेकांविषयी दुर्व्यवहार का केला जातो?
उत्तर :- याचे कारण आपले ज्ञान अज्ञानाच्या आवरणाखाली झाकले गेले आहे. त्यामुळे आपले परके असा भेद मनात निर्माण

होतो. हे माझे, हे परक्याचे ही भावना त्यागणे सोपे नाही. हा भेदभाव मनातून जाईल तेव्हा संत कबिरासारखी दृष्टी आपल्याला लाभेल. ही संतांची दृष्टी जागृत होण्यासाठी समत्त्व आणावे लागेल. त्यासाठी कर्मयोगाचा अभ्यास करावा. ज्यामुळे अंतरंग शुद्ध होऊन दृष्टी विकसित होईल. मात्र हे अचानक एक रात्रीत घडणार नाही. गीता शिका, शिकवा आणि आचरणात आणा या त्रिसूत्रीचे पालन केले तर हे शक्य आहे. हे शक्य नाही असा विचार केल्यास हे अवघड वाटेल. मात्र लहानसहान कार्यातून याची सुरुवात केल्यास सहज साध्य होईल. प्रत्येक कार्य त्या भगवंताने सोपवलेले दायित्व आहे असे मानून ते त्यालाच अर्पण करावे. असे केल्यावर प्राप्त होणारा आनंद हा त्या सच्चिदानंदाचाच अंश आहे हे जाणावे.

संगीता ताई
प्रश्न : - भगवद्गीतेला माता असे का म्हटले जाते?
उत्तर :- मुलांचे हित व्हावे म्हणून आई नेहमी झटत असते, त्याचप्रमाणे सदैव सर्वांचे कल्याण व्हावे यासाठी भगवद्गीता मार्ग दाखवते.
त्यामुळेच विनोबा भावे म्हणतात,

गीताई माऊली माझी । तिचा मी बाळ नेणता ।
पडता रडता घेई । उचलूनी कडेवरी ॥

भगवद्गीतेशी जसजसा सहवास वाढेल तिच्याप्रती अधिकाधिक प्रेम आणि मातृत्वभाव देखील जागृत होतो.

अनुराधा ताई
प्रश्न :- आत्मसन्मान (Self- respect) आणि अहंकार (Ego) यातील फरक कसा ओळखावा?
उत्तर :- आत्मसन्मान म्हणजे आधी स्वतःला जाणणे, मी कोण आहे हे ओळखून त्याचा सन्मान करणे, मान राखणे. मी म्हणजे शरीर नाही, तर ते आत्मरूप आहे हे एकदा मनुष्याने ओळखले तर बाह्य मानसन्मान, अपमान याने त्याला फरक पडत नाही.

खरा आत्मसन्मान स्वामी विवेकानंदांच्या आयुष्यातील एक प्रसंगाने अधोरेखित होतो.

स्वामीजी एकदा अमेरिकेला जाताना बोटीच्या डेकवर उभे होते. संन्यास वेशातील स्वामीजींना पाहून शेजारी उभे असलेले परदेशी युवक त्यांच्याबद्दल इंग्रजीत अपशब्द बोलू लागले. त्यांना वाटले, या फकिराला कोठे इंग्रजी समजणार आहे! स्वामीजींनी त्यांच्या बोलण्याकडे दुर्लक्ष केले. मात्र बोलता बोलता त्यातील एकाने जेव्हा भारतमातेबद्दल अपशब्द उच्चारले तेव्हा त्वरित त्याची कॉलर पकडून स्वामीजी म्हणाले, माझ्या देशाबद्दल एकही अपशब्द उच्चारलास तर उचलून समुद्रात फेकून देईन.

My Country first, My mission next, myself never!!
सर्वप्रथम माझा देश, त्यानंतर माझे ध्येय, "मी" कधीच नाही!!
माझ्या देशाचा सन्मान यातच माझा आत्मसन्मान आहे असे मानावे.

समारोपाची प्रार्थना आणि हनुमान चालीसा म्हणून सत्राची सांगता झाली.

॥ॐ 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 स्वरुपात 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!

Let's come together with the motto of Geeta Pariwar, and gift our Geeta Classes to all our Family, friends & acquaintances

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.

https://vivechan.learngeeta.com/

|| गीता शिका, शिकवा, जीवनात आणा ||

|| ॐ श्रीकृष्णार्पणमस्तु ||