दशलक्षणपर्व – चिंतन १

डॉ. नलिनी जोशी

जैन परंपरेनं नित्यचिंतनासाठी एकूण १२ मुद्दे दिलेले आहेत. त्यांचा आपण दहा लघु–निवेदनात विचार करणार आहोत. कुन्दकुन्द आणि सोमदेव या प्रख्यात विचारवंतांनी प्राकृत आणि संस्कृतात प्रस्तुत केलेलं चिंतन सोप्या मराठीत मांडण्याचा हा अल्पसा प्रयास !

पहिल्या अनुप्रेक्षेचं अर्थात् भावनेचं नाव आहे 'अनित्यता', 'अध्रुवता' अर्थात् 'क्षणभंगुरता'.

संपूर्ण इंद्रियांनी युक्त असं शरीर, आरोग्य, तारुण्य, शारीरिक सामर्थ्य, शरीराची टवटवी, कांती, सौंदर्य हे जरी प्राप्त झालं तरी चिरकाल टिकून रहात नाही. पावसाळ्यात आकाशात काळ्याभोर मेघांची दाटी होते. मावळतीच्या सूर्याची किरणं त्यांना भेदून जातात. सप्तरंगी इंद्रधनुष्य प्रकट होतं. मन आनंदानं विभोर होतं. पण ते डोळ्यात साठवेपर्यंत किंवा कॅमेऱ्यात टिपेपर्यंत नाहीसं झालेलं, विखुरलेलं असतं. पाण्यावरचे बुडबुडे, दवबिंदु, वीज, मेघ हे सुंदर दिसतात खरे पण काही क्षणांपुरतेच.

प्रत्येक प्राण्याचे श्वासोच्छ्वास रहाटगाडग्याच्या माळेप्रमाणं आहेत. रहाटगाडग्याची माळ जशी विहिरीतले पाणी बाहेर सोडून देते त्याप्रमाणे हे उच्छ्वास आपल्यामधे असलेलं आयुष्यरूपी पाणी बाहेर काढून टाकतात. रहाटगाडग्याची माळ पाणी सोडल्यावर रिकामी होऊन पुन्हा विहिरीमध्ये प्रवेश करते. त्याप्रमाणे ही श्वास घेण्याची क्रिया असते. बाहेर टाकणं आणि आत शिरणं हे काम अखंड चालू असतं. आपलं आयुष्यजल संपेपर्यंत हे श्वासोच्छ्वासाचं रहाटगाडगं चालू रहातं.

यम अथवा मृत्यू हा जंगलात पेटलेल्या प्रचंड वणव्यासारखा आहे. तो कधीही हे बघत नाही की मी तुच्छ गवत जाळत आहे की गगनचुंबी वृक्ष कवेत घेत आहे. तो सर्वांनाच जाळून भस्मसात् करतो. मृत्यूच्या लेखी सर्व जीव समानच आहेत. त्याला उच्च–नीच, गरीब–श्रीमंत, तरुण–वृद्ध यातले कुठलेच भेद माहीत नाहीत.

वाऱ्याची चक्राकार वावटळ धुळीच्या समूहाला पहिल्या क्षणी फार उंच नेते. परंतु लागलीच दुसऱ्या क्षणी त्यास खाली टाकून देते. सत्ता आणि संपत्तीची चक्रीवादळेही मनुष्याला क्षणात उच्च पदावर पोहोचवतात तर कालांतराने जमीनदोस्त करतात.

लक्ष्मीचा तोरा काही औरच ! नम्र, शूर, परोपकारी, कुलीन आणि धार्मिक माणसं हिच्या फार काळ पसंतीस रहात नाहीत. बहुधा ही दुर्जनांची मैत्रीण असते. हिच्या संगतीनं सर्वांच्याच मनात लोभ बळावतो. लोभ हा सर्व पापांचा बापच असतो.

दूध आणि पाणी यांचा जसा दृढ संबंध असतो तसाच देह आणि आत्मा यांचा असतो. हा नश्वर देह आत्म्याशी संबंध तोडून टाकतो आणि विनाश पावतो. आत्म्याशी एकरूप असलेला देहदेखील नाशवंत आहे तर मग भोग–उपभोग यांना कारण असलेले पदार्थ नित्य कसे बरे असू शकतील ?

वाचकहो, अनित्यता, ध्रुवता नसणं, अस्थिरता, क्षणभंगुरता – अशा विविध नावांनी ओळखला जाणारा हा चिंतनाचा पहिला मुद्दा नैराश्याकडे नेण्यासाठी सांगितलेला नाही. लाभलेला प्रत्येक क्षण सार्थकी लावण्याची प्रेरणा त्यात दडली आहे.

****

दशलक्षणपर्व – चिंतन २

डॉ. नलिनी जोशी

अनुप्रेक्षा अर्थात् चिंतनातला दुसरा मुद्दा आहे ‘सर्व प्राणीमात्रांची अशरणता अर्थात् असहायता’. आपण जन्मतो तेव्हाच आपल्या पूर्वकर्मांनुसार आपलं आयुष्यही बरोबर घेऊन आलेलं असतो. साधारणपणे आयुष्यकाल ठरलेला असला तरी अनेक बाह्य कारणांनी अकालमृत्यूही ओढवू शकतो. देहाला सोडून जाण्याची वेळ आली की त्यावेळी कोणीसुद्धा ती लांबवू शकत नाही. त्यावेळी प्रत्येक जीव अशरणतेचा अर्थात् असहायतेचा, विवशतेचा अनुभव घेतो.

मणि, मंत्र, औषध, भस्म, विविध प्रकारची वाहनं, घेतलेलं ज्ञान, वेगवेगळ्या विद्या – यापैकी कोणीसुद्धा त्या मोक्याच्या वेळी कामास येत नाही.

केवळ मनुष्ययोनीची नव्हे तर स्वर्गातल्या देवांची अवस्थादेखील यापेक्षा वेगळी नाही. स्वर्ग हा इंद्राचा किल्ला आहे. बलशाली देव त्याचे नोकर आहेत. पर्वतांचा चुराडा करू शकणारे ‘वज्र’ हे त्याचं भयंकर शस्त्र आहे. ऐरावतासारखा बलशाली गजेंद्र त्याच्या दिमतीला आहे. तरीही त्याची स्थानभ्रष्ट होण्याची वेळ आली की तो असहाय होतो.

आपल्याच कर्मांच्या उदयाने उत्पन्न झालेल्या जन्म, म्हातारपण, मृत्यू, रोग, शोक यांचा त्रैलोक्यावर कायम हल्ला झालेला आहे, होत नाही. या हल्ल्यापासून बचाव करू शकणारा आहे तो आपला आत्मा. क्रमाक्रमानं आपण अशुभांचा त्याग केला, शुभ कर्मांचा अंगीकार केला आणि तेथेच न थांबता संपूर्ण शुद्धतेचा ध्यास धरला, तर या असहायतेवर आपण मात करू शकतो.

हे माझ्या जीवा, जेव्हा तुझ्याजवळ पुष्कळ धन-संपत्ती असते तेव्हा आजुबाजूचे सर्वजण नोकराप्रमाणे सावधान-चित्त होऊन तुझ्या आज्ञेची वाट पहातात. त्यांना जरूर असली की तुझी हांजी-हांजी करतात. तू मृत्युशय्येवर पडलास की ज्यांचा पुढे फायदा होणार असेल तेच तुझ्या मृत्यूची वाट बघत तेथे घुटमळत रहातात. पण त्यापैकी कोणीच तुला मृत्युमुखातून सोडवू शकत नाहीत.

तू हे लक्षात ठेव की जर एखादा पक्षी नावेच्या आधाराने समुद्रात गेला आणि तेथे त्याने नावेचा आधार सोडून दिला, तर दिशाज्ञानाच्या अभावी त्याचा समुद्रात पडून नाश हा ठरलेला आहे. तुझी स्थितीही या भवसागरात काही वेगळी नाही.

या अशरण भावनेच्या चिंतनाने कोणता फायदा होतो ? या प्रश्नाचं उत्तर हेच की या संसारात माझा कोणीच खरा संरक्षक नाही याची जाणीव होते. सांसारिक सुख-दुःखे, क्लेश-आनंद यांच्याकडे पहाण्याची तटस्थ वृत्ती येते. त्यांच्याविषयीची आसक्ती सुटते. वीतरागी भगवंतांचा उपदेशच मला तारक आहे याची खात्री होते. आपणच आपले उद्धारक आहोत अशी स्वावलंबनाची भावना बळावू लागते. आपल्या आत्म्यातच स्व-उद्धाराचे विलक्षण सामर्थ्य आहे अशी जाणीव जागृत होते.

सारांश काय तर अशरणतेच्या भावनेचे भावन सतत केले तर स्वावलंबनाचा रस्ता स्पष्ट दिसू लागतो. दुसऱ्या कोणाची शरणागती पत्करून त्याच्यावर विसंबून राहण्याची वृत्ती हळुहळू नाहीशी होते. स्वतःच्या आत्म्याचेच साक्षीभावाने दर्शन घडू लागते.

****

दशलक्षणपर्व – चिंतन ३

डॉ. नलिनी जोशी

बारा भावना अथवा चिंतनातला तिसरा मुद्दा आहे 'एकत्व' अर्थात् 'एकटेपणा'. यात असं अपेक्षित आहे की 'एकला चलो रे' हा विचार मनात सतत बिंबवावा. आपला आत्मा कर्म करताना एकटाच असतो. एकटाच दीर्घ संसारात फिरतो. एकटाच उत्पन्न होतो. एकटाच मरतो. जे काही चांगले किंवा वाईट कर्म केलेले असेल त्याचे फळही एकटाच भोगतो.

मनुष्याच्या पाच इंद्रियांना सुखावणारे पाच विषय आजुबाजूला पसरलेले असतात. शब्द-स्पर्श-रूप-रस-गंध यांच्याकडे आकृष्ट होऊन आपल्याला ती ती वैषयिक सुखे काही प्रमाणात प्राप्तही होतात. पण त्यांनी तृप्तीची भावना येत नाही. ती आणखी-आणखी हवी वाटू लागतात. चांगल्या मार्गानं मिळत नसतील तर कुठल्याही मार्गानं मिळवण्याचा मोह मनात घर करतो. परिणामी बिनदिक्कतपणे पापही करू लागतो. ह्या पापाचे दु:खरूप परिणाम तो कधी या जन्मी भोगतो तर कधी मृत्यूनंतर त्याची पापकर्मे पुढील जन्मीही भोगावी लागतात. हा सर्व भोग त्याला एकट्यालाच घ्यायचा आहे, सामुदायिकपणे नाही.

चांगल्या मार्गाने मिळविलेल्या संपत्तीचे सत्पात्री दान केले तर तो पुण्य अर्जित करतो. दान देताना त्यावरील आसक्तीला तिलांजली द्यावी लागते. दानाच्या बदल्यात नाव-कीर्ती यांची जरासुद्धा अपेक्षा जो करीत नाही तो पुण्यसंचय करतो. हे पुण्यही त्याचे एकट्याचेच असते. त्यामुळे लाभणारे सुखही अर्थात् त्याचे एकट्याचेच असते.

एकत्व भावनेचे चिंतन करताना स्वत:च्या मनाला बजावावे की सर्व बाह्य परिग्रह आणि परिवार तुझ्यापासून वेगळा आहे. त्यांची गोष्ट तर दूरच, पण तुझ्या बरोबर उत्पन्न झालेला, तुझ्याहून वेगळा न दिसणारा हा देह देखील तुझ्याबरोबर येत नाही. तुझेच आप्तेष्ट त्या देहाला लवकरात लवकर स्मशानाग्नी देण्याच्या तजविजीला लागतात. मग अशा पदार्थांच्या मोहपाशांनी बांधून तू स्वत:ला का कष्टी करून घेत आहेस ?

कोळी नावाचा कीटक स्वत:च्या तोंडात उत्पन्न झालेल्या लाळेपासून तंतू बनवितो. त्या तंतूंचे स्वत:भोवती जाळे विणतो. इतर क्षुद्र कीटकांना अडकवता अडकवता स्वत:च त्यात अडकतो. अगदी गुरफटून जातो. त्याच प्रमाणे प्रत्येक प्राणिमात्र स्वत:च्याच कर्मबंधाच्या जाळ्यात अडकतो. व्रत, पूजा, दान, सद्गुणांची, सच्चारित्राची जोपासना इ. उपायांनी हे जाळे शिथिल करता येते. परंतु यातील महत्त्वाचा भाग असा की हे उपाय स्वत:, एकट्यानेच करावे लागतात.

स्वत: एकट्याने प्रयत्न करताना पहिली अट अशी की स्वत:च्या आत्म्याच्या सामर्थ्यावर पूर्ण श्रद्धा, विश्वास हवा. माझ्या आत्म्याचा स्वभाव ममत्वरहित, शुद्ध आहे. पूर्ण ज्ञानमय आणि चैतन्यमय असा तो आहे. आत्म्याशी जे कर्मांचे, विकारांचे मिश्रण झालेले आहे, तो त्याचा वास्तव स्वभाव नव्हे. एकत्वाचे सतत चिंतन केले की पुत्र, मित्र, घर-परिवार यांची आसक्ती हळुहळू कमी होते. शिवाय शत्रूविषयीचा द्वेषही कमी होतो.

****

दशलक्षणपर्व – चिंतन ४

डॉ. नलिनी जोशी

अनुप्रेक्षा अर्थात् चिंतनाचा चौथा मुद्दा आहे ‘अन्यत्व !’ ‘एकत्व’ ही जर नाण्याची एक बाजू असेल तर दुसरी बाजू आहे ‘अन्यत्व’. रक्ताच्या आणि मैत्रीच्या नात्यांनी आपण अष्टौप्रहर वेढलेले असतो. आपण सर्वांनाच प्रेमाने ‘हे माझे आहेत’, ‘हेही माझेच आहेत’, असे म्हणत रहातो. वस्तुत: हे सर्व आपापल्या कार्यसिद्धीसाठी, सोयीसाठी एकत्र आलेले असतात. कर्मांची गती गहन असते. अगदी आपल्या निकटचे–जवळचे देखील मला सुख–दु:खांचे साक्षात्कार घडविण्यासाठीच एकत्र आलेले असतात.

परस्परांचा स्वार्थ सिद्ध होण्याची चिह्ने दिसेनाशी झाली की येतं वितुष्ट ! मग आपलेपणा संपतो, परकेपणा सुरू होतो. म्हणून अनुकूल–प्रतिकूल – सर्वांना समानतेने आपल्या आत्म्यापासून ‘अन्य’, ‘भिन्न’ मानणं इष्ट ठरतं

ज्याच्यावर आपली प्रीती असते, भक्ती असते त्याचा मृत्यू, त्याचं काही वाईट होणे – या गोष्टींनी आपण हळहळत रहातो. शोक करतो. परंतु खरी गोष्ट अशी की आपण संसारसागरात स्वत:च बुडत आहोत याचं भानच आपल्याला रहात नाही. तेव्हा अन्यत्वभावनेने असा विचार करावा की मला तरून जाण्यासाठी मीच हातपाय हलवले पाहिजेत. शोचनीय स्थिती तर माझी स्वत:ची आहे. मी जर माझ्या शरीरापासून भिन्न आहे तर पुत्र–मित्र इत्यादी सगळे नक्कीच अन्य आहेत. घटकेघटकेला जर मी संयोग–वियोगाने आनंदी आणि दु:खी होऊ लागेन तर आत्मकल्याणाचा मार्ग मला कधीच दिसणार नाही.

अन्यत्वाचा विचार जसजसा दृढ होईल तसं स्पष्ट जाणवू लागेल की शरीर आणि आत्मा पूर्ण भिन्न आहेत. शरीराला इंद्रिये आहेत. आत्मा इंद्रियरहित आहे. शरीर अज्ञ आहे, आत्मा ज्ञानवान् आहे. शरीर अनित्य तर आत्मा नित्य आहे. शरीराला आदि–अंत आहे. आत्म्याला नाही. संसारात भ्रमण करताना आत्म्याला कोट्यवधी शरीरे प्राप्त झाली होती आणि नंतरही होणार आहेत.

इतकी तुलना स्वत:हून केली की आत्म्याचे अन्यत्व आपल्या मनावर चांगले ठसते. लोकव्यवहार, जगरहाटी चालू राहण्यासाठी आपण अनेक मानीव संबंधांना, शरीराला अगदी आपले म्हणतो. परंतु आध्यात्मिक पातळीवर पोहोचले की डोळ्यात भरते ते पृथक्त्व, अन्यत्व, वेगळेपणा !

अन्यत्वाच्या चिंतनाने ही जाणीव होते की सांसारिक सुखांच्या लक्षावधी पटींनी अधिक असा अत्युच्च आनंदाचा, प्रसन्नतेचा साठा माझ्या आत्म्यात आहे. किंबहुना सत्–चित्–आनंदमय हेच त्याचे स्वरूप आहे. क्षणिक सुख–दु:खे क्रमाक्रमाने येतील आणि जातील. त्यांच्यात किती वाहून जाणार ? आपल्या मूळ आनंदी स्वभावात रममाण रहाणेच इष्ट आहे.

सारांश काय, अन्यत्वाचं चिंतन जणू काही माणसाला सदैव प्रसन्नतेचं वरदानच देऊन जातं !

****

दशलक्षणपर्व – चिंतन ५

डॉ. नलिनी जोशी

आपण जो घरसंसार करत असतो तेवढाच संसार आपल्याला माहीत असतो. पण कुन्दकुन्द नावाचे आचार्य, पाच प्रकारच्या संसारांचा असा काही भव्य पट उलगडून दाखवतात की जणू ‘गूगल’वर जाऊन समग्र विश्वस्वरूपाचं दर्शन करून आल्यासारखं भासतं.

बारा अनुप्रेक्षा अर्थात् चिंतनातील पाचवा मुद्दा आहे ‘संसार’. हा संसार दाट व अफाट जंगलासारखा आहे. सर्व संसारी जीव चकवा लागल्यासारखे वाट हरवून या जंगलात फिरत आहेत. भांबावून गेले आहेत. साक्षात्कारी पुरुषांकडून मार्गदर्शन, ज्ञान घेतले नाही तर असेच फिरत राहू.

संसार पाच प्रकारचा आहे. पहिला आहे द्रव्यसंसार. या विश्वात अनंतानंत असे पुद्‌गल–परमाणू व त्यांचे लहान–मोठे स्कंध आहेत. जन्म–मरण–संसरणाच्या या प्रचंड प्रवासात हे अस्तित्वात असलेले परमाणू आणि स्कंध मी क्रमाक्रमाने अनेकदा ग्रहण केले आहेत, भोगले आहेत, त्यागले आहेत. प्रत्येक परमाणूवर अलग–अलग वर्ण, रूप, रस, गंध, स्पर्श आहेत. त्यांचा कितीही भोग घेतला तरी पुरेसे वाटत नाही. भोगातून कर्मबंध आणि कर्मबंधातून भोग – असं हे दुष्टचक्र म्हणजेच द्रव्यसंसार.

आता क्षेत्रसंसाराचा पसारा पाहू या. या त्रैलोक्यात एकही क्षेत्र मी असे सोडलेलं नाही की जिथं मी जन्ममरण केलेले नाही. माझा आत्मा अगर जीव, लहान–मोठी शरीरे धारण करून सर्व क्षेत्रांना स्पर्श करीत संसरण करत ओह हाच क्षेत्रसंसार !

कालसंसार आणखीच विलक्षण आहे. कालचक्र अखंड वर्तुळाकार आहे. सोयीसाठी ‘युगे’ वगैरे त्याचे भेद केले तरी अपकर्षकाल–उत्कर्षकाल असे त्याचे ‘रोलर–कोस्टर’ अखंड चालू आहे. कालाचा सर्वात सूक्ष्म अंश म्हणजे ‘समय’. तो एका सेकंदापेक्षाही कितीतरी सूक्ष्म आहे. समयांच्या पंक्तींमध्ये हा माझा जीव क्रमाने असंख्य वेळा जन्मला आहे, मरणही पावला आहे.

चौथा संसार आहे ‘भवसंसार’. भव म्हणजे गती. गती चार आहेत. देव, मनुष्य, नरक आणि तिर्यंच. या चारही गतीत कर्मानुसार गमन करून क्रमाक्रमाने फिरत रहाणे हाच भवसंसार.

पाचवा संसार हा ‘भावसंसार’ आहे. भावसंसार म्हणजे कर्मसिद्धांताला अनुसरून केलेलं परिभ्रमण आहे. शरीराच्या संपर्कात आलेला आत्मा अनेक कषाय, विकार, भावभावनांनी युक्त होत असतो. त्यांची तीव्रता–मंदता कमीजास्त असते. त्यानुसार आपण काया–वाचा–मनाने शुभ–अशुभ कर्मे करीत राहतो. त्याचे फळ म्हणून वारंवार जन्म घेत रहातो. हे चक्र अखंड फिरतच रहाते. ते भेदण्याचा प्रयत्न करणारे अगदी विरळाच असतात.

हे पाच प्रकारचे संसार सुटे–सुटे नाहीत. एकमेकात अडकवलेल्या कड्यांप्रमाणे एकमेकांच्या आधारानं फिरणारे आहेत. ज्यांनी मोक्षप्राप्ती करून घेतली त्यांनी त्या पाचही चक्रातून अचूक लक्ष्यवेध करून ध्येय गाठले. पाचही संसारांचे स्वरूप जाणून घेणं आवश्यक आहे कारण त्याशिवाय आपण काय टाळायचं आहे ते आपल्याला समजणार नाही.

****

दशलक्षणपर्व – चिंतन ६

डॉ. नलिनी जोशी

नित्य चिंतनाचा सहावा मुद्दा आहे 'लोक-अनुप्रेक्षा'. जीव म्हणजे चेतनतत्त्व. पुद्‌गल म्हणजे अचेतन जड पदार्थ. या दोघांच्या गती आणि स्थितीला सहायक ठरणारे पदार्थ म्हणजे धर्म आणि अधर्म. पाचवा पदार्थ आहे काल अर्थात् समय. हे पाच पदार्थ आकाशाच्या जेवढ्या भागात रहातात त्याला 'लोक' असं म्हणतात. या लोकाचे तीन भेद आहेत. अधोलोक, मध्यलोक आणि उर्ध्वलोक.

आकाशाचे दोन भाग आहेत. लोकाकाश आणि अलोकाकाश. लोकाकाश मधोमध आहे. लोकाचा आकार ज्याने आपले दोन हात कमरेवर ठेवले आहेत आणि पाय दूर पसरून ठेवले आहेत अशा पुरुषाच्या आकाराप्रमाणे आहे.

या संपूर्ण लोकाला तीन वातवलयांचे वेष्टन आहे. घनवात, घनोदधिवात आणि तनुवात अशी त्यांची नावे आहेत. पुरुषाकार लोक हा विश्वातला सर्वात मोठा स्कंध आहे. या लोकात मध्यभाग त्रसजीवांनी भरलेला आहे.

जैन परंपरेने त्रैलोक्यास अनादि-अनन्त मानले आहे. त्रैलोक्य हे कोणीही निर्माण केलेले नाही. ते वर वर्णन केलेल्या सहा पदार्थांच्या अर्थात् द्रव्यांच्या समवायाने बनले आहे.

सोमदेव नावाच्या आचार्यांनी जगत्कर्तृत्वाचे खंडन अतिशय प्रभावीपणे संस्कृत श्लोकात केले आहे.

ब्रह्मा-विष्णू-महेश हे फक्त आपल्या बुद्धीने अथवा इच्छेने जग निर्माण करू शकतात का ? बुद्धीने म्हणाल तर, जगात गवत पुष्कळ ठिकाणी आहे. मग त्यापासून चटई आपोआप बनायला हवी. पण तसे तर दिसत नाही. इच्छेने म्हणाल तर केवळ इच्छा आहे म्हणून चटई बनताना दिसत नाही. इच्छा आणि बुद्धी दोन्हींनी म्हणाल तर इच्छा-बुद्धी असलेला स्वस्थ बसला तर चटई कशी बनेल ? ब्रह्मा इ. जगाचे कर्ते आहेत. तर घरं, पूल इत्यादी बांधायला सुतार, गवंडी कशाला हवेत ? कारण जे एवढे मोठे जग निर्माण करतात ते घरं इत्यादी का निर्माणकरणार नाहीत ?

शिवाय मुख्य मुद्दा हा की जगत्कर्ता मानला की त्याला कोणी बनवले हा प्रश्न उरतोच. तो काही केल्या सुटत नाही. म्हणून जग आहे तसे कर्त्याशिवायच स्वीकारले पाहिजे.

त्रैलोक्याच्या चिंतनानंतर स्वत:ला असे समजावून सांगावे की, 'हे जीवा, पापपुंजांनी तू वेढला गेलास की नरकात जन्मतोस. कधी-कधी पशु-पक्षी बनतोस. पुण्यप्रकर्षाने स्वर्गात जातोस. पाप-पुण्य उभय संयोगाने मनुष्य-गतीत येतोस. हे त्रैलोक्य आजवर तुला लाभलेले अतिविशाल असे घर आहे. या घरात तू अनंत जन्म रममाण झाला आहेस. परंतु त्रैलोक्याच्या अग्रभागी मोक्षस्थानही आहे. तुला त्याची जाणीव आहे. प्रयत्नपूर्वक तू तेथे पोहोचू शकतोस. प्रयत्न करून पहा.'

लोकानुप्रेक्षेच्या या भव्य चिंतनातून विचारशील माणसाने कर्मबंधनातून कायमची मुक्तता करून घ्यावी अशी जैन परंपरेची धारणा आहे.

****

दशलक्षणपर्व – चिंतन ७

डॉ. नलिनी जोशी

चिंतनाच्या सातव्या टप्प्यावर मानवी शरीराच्या आत डोकावून पाहिले आहे. आपण जाणीवपूर्वक शरीराची निगा नीट ठेवतो म्हणून ठीक आहे, नाहीतर त्याचं स्वरूप किती 'अशुचि' अर्थात् 'घृणास्पद' आहे – याचा विचार अशुचि–अनुप्रेक्षेत केला आहे.

अत्यंत प्रभावीपणे शरीराच्या वस्तुस्थितीचं वर्णन केलेलं दिसतं. हा देह आतून हाडांनी रचलेला आहे. त्यावर मांसाचा लेप लावलेला आहे. त्यावर त्वचेचं वेष्टन चढवलेलं आहे. रस, रक्त, मांस, मेद, हाडं आणि मज्जा हे त्याचे घटक आहेत. त्यात नऊ छिद्रे आहेत. त्यातून सतत अपवित्र स्राव झरत असतात.

जर दैवयोगाने शरीराचा अंतर्भाग बाहेर आला तर अशा शरीराचा अनुभव घेणे तर दूरच, पण त्याकडं पहाणंही शक्य नाही. हे शरीर सुगंधित व्हावे म्हणून कापूर, कस्तूरी, चंदनाची उटी लावली तरी हे पुन्हा पुन्हा अपवित्र होते. उटी सुद्धा याच्या संपर्काने अपवित्र बनते. केवळ बाह्य मोहक सौंदर्यावर भाळू नकोस. आत डोकावलेस तर तुझी आसक्ती क्षणात सरून जाईल.

तुझी बुद्धी ताळ्यावर आहे ना ? मरणकाल दूर आहे ना ? मग वेळीच सावध हो. तुझं काम खूपच कठीण आहे. कारण स्वभावत: अपवित्र असणाऱ्या शरीराला चुचकारून तुला त्याच्याकडून आत्म्याच्या कल्याणाचं काम करून घ्यायचं आहे !

चिंतनाच्या आठव्या मुद्याचं नाव आहे 'आस्रव अनुप्रेक्षा'. 'आस्रव' म्हणजे आत स्रवणे, प्रवेश करणे. हा आस्रव कशाचा ? कर्मांच्या प्रवाहांचा. ही कर्मं आत्म्यात कशी प्रविष्ट होतात ? आस्रवांच्या द्वारांनी. ही द्वारं कोणती ? पहिलं म्हणजे आत्म्याच्या अनंत सामर्थ्यावर श्रद्धा नसणं. दुसरं द्वार आहे संयमाचा अभाव. तिसरं द्वार आहे – क्रोध, मान, माया, लोभ, मोह इत्यादींचा आपल्यावर असलेला पगडा. चौथं द्वार आहे – काया–वाचा–मनाने केलेल्या सर्व प्रवृत्ती.

या आस्रवद्वारांच्या मार्फत शुभ–अशुभ कर्मं आत्म्यात प्रवेश करतात. आपल्या कृष्ण–नील–कापोत अथवा पीत–पद्म–शुभ्र वर्णांनी आपल्या मनोवृत्ती रंगवून टाकतात. प्रथम अशुभ कर्मांचा त्याग करून शुभ आस्रवांचा आधार घ्यावा. अंतिमत: शुभाचाही त्याग करून शुद्धतेकडे वाटचाल करावी.

ह्या आस्रवांचं वर्णन अशासाठी करावं लागतं की त्यायोगे कोणत्या गोष्टी टाळल्या पाहिजेत याची आपल्याला जाणीव होते. पक्षपात न करणं, स्वार्थ मनात धरून काम न करणं, इष्ट वस्तूत अतिशय आसक्ती आणि अनिष्ट वस्तूचा पराकोटीचा द्वेष – दोन्ही हेतुपूर्वक कमी करणं – हे सर्व या चिंतनाचं फलित आहे.

सोमदेव आचार्य अगदी साधा व्यावहारिक सल्लाही देतात की वाईट विचार मनात आणल्यानं फायदा तर होत नाहीच मात्र आपला जीव पाप मात्र पदरात बांधून घेतो.

****

दशलक्षणपर्व – चिंतन ८

डॉ. नलिनी जोशी

आजच्या अनुप्रेक्षात्मक चिंतनाचा पहिला विषय आहे – 'संवर'. संवर म्हणजे रोखणे, अडविणे, बांध घालणे.

रूपकात्मक पद्धतीनं सांगितलं आहे की आत्म्यासह असलेलं शरीर ही भवसागरात लोटलेली नौका आहे. त्या नौकेला बेसावधपणा, दुर्लक्ष, आळस, मोह, अशुभ विचार, पापकर्म – अशी अनेक छिद्रं आहेत. त्या छिद्रातून कर्मप्रवाह सतत नौकेत स्रवत आहेत. आपण त्यांच्याकडं दुर्लक्ष केलं की नौकेत इतकं पाणी भरेल की ती गटांगळ्या खाऊ लागेल. फारच पाणी साचलं तर बुडूनही जाईल. त्या छिद्रांना बांध घालणं, अडवणं, पाणी आत येऊ न देणं म्हणजे संवर होय.

सामान्य माणसांसाठी पूजार्ह व्यक्तींची पूजा, दान, परोपकार ही संवराची साधनं सांगितली आहेत. त्याहून जे अधिक विरक्त, त्यागी आहेत त्यांना अहिंसा–सत्य–अस्तेय–अपरिग्रह–ब्रह्मचर्य या पाच महाव्रतांचं पूर्णांशानं पालन करायला सांगितलं आहे.

संवराच्या या चिंतनानंतर साहजिकच हा प्रश्न उद्‌भवतो की नव्यानं आत येणाऱ्या कर्मांना जरी रोक लावला तरी नौकेत आधीच साचलेल्या पाण्याचं काय करायचं ? याच्या चिंतनाच्या मुद्याचं नाव आहे – 'निर्जरा'. कर्मसिद्धांताचा असा नियम आहे की ज्या कर्माची जेवढी कालमर्यादा बांधली आहे तेवढ्या कालमर्यादेमध्ये ते आपणास स्वभावानुसार फळ देते. फळ दिले की ते कर्म आत्म्याबरोबर रहात नाही. ते तेथून आपला संबंध काढून घेते.

जसा आंबा झाडावर पिकून तयार झाला की देठ सैल होते. आंब्याचा आणि झाडाचा संबंध संपतो. तसेच स्वरूप कर्मांच्या निर्जरेचे आहे.

निर्जरा म्हणजे झडून जाणे. संबंध संपुष्टात येणे. ही निर्जरा दोन प्रकारची आहे. एक आहे आपोआप होणारी व दुसरी आहे विविध उपायांनी विचारपूर्वक घडवून आणलेली.

केलेलं प्रत्येक कर्म विशिष्ट काळापर्यंत आत्म्याबरोबर रहातं. त्याचा उदयकाळ येतो. त्याचं सुख–दु:खात्मक फळ मिळतं. नंतर ते कर्म आत्म्यापासून झडून जातं.

हे तर निसर्गनियमानुसार घडतं. मग मानवी इच्छाशक्तीला इथं वाव आहे का ? नक्कीच आहे. मानव हा विचारी, विवेकी, संयमी बनू शकतो. या सर्वांसाठी दृढ निर्धार लागतो. तपस्या करावी लागते. या तपस्येचं सामर्थ्य असं काही विलक्षण आहे की त्यायोगे उदयकाळापूर्वीच कर्म फळतं आणि निर्जरा होते. याला आंब्याचा दृष्टांत देतात. आंबा जसा झाडावर पिकतो, तसा आधीच तोडून, अढी लावून वेगानं आणि वेळेआधीही पिकवता येतो. यालाच 'निर्जरा' म्हणतात.

मानवी जन्म अत्यंत दुर्लभ मानला आहे कारण इतर कोणत्याही योनीत तपस्येनं कर्मनिर्जरा करण्याचं सामर्थ्य नाही.

****

दशलक्षणपर्व – चिंतन ९

डॉ. नलिनी जोशी

बारा अनुप्रेक्षांमधे सतत चिंतनासाठी दिलेला अकरावा विषय आहे 'दशविध धर्म'. नाव जरी 'धर्म' असलं तरी वस्तुत: ती आहे सद्गुणांची जोपासना. सर्वसामान्य माणूस जमेल तशी सद्गुणांची जोपासना करीत असतो. पंसु सर्व सद्गुण जिथं सातत्यानं आणि उत्कृष्टपणं जोपासले जातात तिथं ते जणू मूर्तिमंत प्रकट होतात. अशांनाच'साधू' म्हटलं झालं. यासाठी उत्तम गुणांची व्याख्या दिली जाते.

क्रोधाची बाह्य कारणं साक्षात् उत्पन्न झाली तरी जो मनातही क्रोधभाव येऊ देत नाही, त्या साधूच्या ठिकाणी क्षमाधर्म प्रकट होतो.

जी व्यक्ती आपले कुल, सौंदर्य, जाति, विद्वत्ता, ऐश्वर्य, शील – यांच्याविषयी बिलकुल गर्व ठेवीत नाही अशा व्यक्तीत मार्दवधर्म प्रकट होतो.

कपट, कुटिलता, माया, ढोंग इत्यादींना जो बिलकुल थारा देत नाही ; 'ऋजु' म्हणजे सरळ, रोखठोक वागते त्याच्या ठिकाणी आर्जवधर्म प्रकट होतो. अर्थात् त्याचा रोखठोकपणा दुसऱ्यांना मुळीसुद्धा बोचरा नसतो.

सत्यधर्मी माणूस खरे असेल ते बोलतो पण याची खबरदारी घेतो की ते दुसऱ्याला दु:खी, कष्टी, द्वेषी, मत्सरी करणार नाही. तेच सत्य की जे आपले व दुसऱ्याचंही भले करते.

शौचधर्म म्हणजे स्नानसंध्येनं येणारी शुद्धी नव्हे. शुचिता, पवित्रता ज्यामुळं प्राप्त होते तो शौचधर्म. सर्व प्रकारच्या परिग्रहांची लालसा कमी होऊन ज्याला निरिच्छता येते, ज्याचा लोभ दूर होतो त्याच्या अंगी शौचधर्म प्रकट होतो.

संयमधर्म हा तर साधुत्वाचा परमोत्कर्ष असतो. संयमानं व्रतपालनात शुद्धपणा उत्पन्न होतो. इतर प्राण्यांना पीडा न देणे हा प्राणिसंयम असतो. पाच इंद्रियांच्या पाच विषयांमध्ये प्रीतिभाव, आसक्ती न ठेवणं हा इंद्रियसंयम होय.

तपोधर्माचं एक वेगळंच स्वरूप इथं चिंतनासाठी दिलं आहे. केवळ मोठमोठी अनशनं म्हणजे तप नव्हे. ते तर निव्वळ बाह्यतप आहे. ध्यान आणि स्वाध्याय यांच्याद्वारे जो आत्मचिंतन करतो त्याच्यामध्ये तपोधर्म प्रकट होतो.

मनानं, वचनानं आणि कायेनं ज्याला वैराग्य प्राप्त झालं आहे, त्याचा सर्व पदार्थांवरचा मोह आपोआप, साहजिकपणं दूर झाला आहे, त्याच्यामध्ये त्यागधर्म प्रकट होतो.

'माझं' असं या जगतात काहीच नाही, 'मी' देखील या जगात कोणाचा नाही ही भावना चित्तात खोलवर रुजली की त्यास आकिंचन्यधर्म म्हणावं.

स्त्रियांच्या संपर्कात असला तरी जो तिळमात्रही विचलित होत नाही त्याचा ब्रह्मचर्यधर्म आदर्श मानावा.

मोक्षप्राप्तीसाठी संन्यासमार्ग आवश्यक मानला असला तरी सामान्य उपासकाने सद्गुणांची यथाशक्ती आराधना कशी करावी याचं मार्गदर्शन या अनुप्रेक्षेतून मिळतं.

****

दशलक्षणपर्व – चिंतन १०

डॉ. नलिनी जोशी

चिंतनासाठी दिलेल्या बाराव्या म्हणजे अखेरच्या मुद्याचं नाव 'बोधिदुर्लभ' असं आहे. बोध, बोधि, बुद्ध – हे शब्द खास करून श्रमण परंपरेचे बोधक आहेत.

बोधीचं वर्णन एका शब्दात, वाक्यात करणं कठीण आहे. आत्मसामर्थ्याचं भान म्हणजे बोधी. अनित्यता, नश्वरता, अशरणता यांची आतून उमललेली जाणीव म्हणजे बोधी. त्रैलोक्याचं स्वरूप प्रत्येक जीवानं केलेली जन्म–मरण–संसरणे या सर्वांचं चिंतन करीत असता सद्‌गुणांची केलेली नैष्ठिक जोपासना म्हणजे बोधी.

यावरून स्पष्टच आहे की अशी बोधी प्राप्त होणं अतिशय दुर्लभ आहे. चार गतींमध्ये भ्रमण करताना आधी मनुष्यगती लाभणे कठीण; त्यातही धर्मश्रवणाची इच्छा होणे कठीण ; खऱ्या त्यागी मुनींचा सहवास त्याहून दुर्लभ आणि स्वत: त्या मार्गावर अग्रेसर होणं तर त्याहूनही दुर्लभ आहे.

एखादा आंधळा माणूस सहज टाळ्या वाजवीत असताना, त्याच्या दोन हातांमधे अचानक बदक सापडणं जितकं अशक्य तितकीच बोधीची प्राप्ती दुर्लभ आहे.

सोमदेवसूरि असा विचार नोंदवतात की अतिशय कष्टानं प्राप्त झालेला मनुष्यजन्म जे रोग, शोक, भीती, भोग आणि परिवाराची आसक्ती – यांच्यायोगे व्यर्थ घालवतात ते जणू राख मिळवण्यासाठी मौल्यवान् चंदनाची लाकडं जाळून टाकतात. दोरा मिळविण्यासाठी हारातले मोती काढून फेकून देतात.

असा बोधिप्राप्त मनुष्य लोभ, मोहावर काबू मिळवतो. सहजपणे, लीलया प्राणिमात्रांवर दया करतो. योग्य संधी मिळताच त्याच्या तोंडून मधुर आणि हितकर वाणी प्रकट होते. त्याला सद्‌गुणी होण्यासाठी आटापिटा करावा लागत नाही. सद्‌गुणच त्याच्याकडे निवासासाठी येतात.

अनुप्रेक्षा अर्थात् चिंतनासाठी दिलेले बारा मुद्दे जैन परंपरेनं अधोरेखित केलेले असले तरी ते काही जैनांसाठी राखीव नाहीत. परमार्थाचं थोडंही भान असलेली व्यक्ती या मुद्यांकडे सहजच आकृष्ट होते. खरोखरच या बारा भावना नित्य पठण–चिंतनाला अतिशय सुयोग्य आहेत.

क्षणभंगुरता, असहायता, एकटेपणा, वेगळेपणा, संसाराचं आणि त्रैलोक्याचं स्वरूप, मानवी शरीराचं अंतर्दर्शन, अशुभ कर्मांना रोक लावणं, ध्यान–स्वाध्यायानं पूर्वकर्मांवर मात करणं, दहा प्रकारचे सद्‌गुण अंगी बाळगणं आणि हे करताना दुर्लभ मनुष्यजन्माची सतत जाणीव ठेऊन क्षणभराचीही हेळसांड न करणं – असे या बारा भावनांचे एकंदरीत स्वरूप आहे.

दिगंबर जैन संप्रदायात दशलक्षणपर्वाचं फार महत्त्व आहे. त्या निमित्तानं दशविध सद्‌गुणांचं चिंतन तर आपण केलंच, त्याशिवाय बाराही अनुप्रेक्षा समजावून घेण्याचा प्रयत्न केला.

जय जिनेन्द्र ! आणि मिच्छामि दुक्कडं !

****