

७ : संवर-अनुप्रेक्षा

मानवाला सामाजिक किंवा व्यक्तिगत जीवनात अनेक कु-प्रवृत्तीशी सामना द्यावा लागतो. जीवन शांततामय, समृद्ध आणि संपन्न व्हावे यासाठी मानवांच्या संस्कृतींनी दीर्घ काळ लढा दिला आहे. या लढ्यातील मूलभूत प्रवृत्ती काय आहे हे आपण तपासले पाहिजे.

माणूस भीतीने, आशेने, स्नेहाने आणि लोभाने हिंसेला प्रवृत्त होतो. सापांची भीती म्हणून त्याचा नाश, शत्रू चाल करून आला तर राष्ट्ररक्षणासाठी हिंसा, उदरभरण करण्यासाठी माणूस हिंसा करीत असतो. यापैकी काहीवेळ हिंसा आवश्यक ठरते, परंतु हिंसा करतानाही विवेक जागृत असेल तर हिंसेची तीव्रता कमी होऊ शकते म त्यातूनही दयाभाव जागृत राहू शकतो. खोटे बोलणे किंवा असत्य व्यवहार, फसवाफसवी, ढोंग, यांचा आश्रय माणूस करतो, तोही वरील कारणामुळेच, चौर्य-मर्मामागील भीमिकाही हीन आणि विकृत सते. स्त्रियासंबंधीची हीन प्रवृत्ती ही देखील अज्ञानजन्य तर आहेच, पण त्यापेक्षा विकृत मनोवृत्तीचा तो प्रभाव आहे, असे मानसशास्त्रही सांगतात. तसेच मरिमित परिभागाची कल्पना ही विवेकाचा आधार घेऊन उभी राहिली तर दारिद्र्य आणी संपन्नता यातील तीव्र अंतर कमी होते. मार्क्सने अर्थव्यवस्थेचे वर्णन करून जी नवीन समाजरचना सुचविली ती का ? तर त्याला उत्पादक घटक हा स्वार्थी दिसला. जो उत्पादनाला शारीरिक व बौद्धिक मदत करतो तो दरिद्री राहतो आमि जे केवळ भांडवल गुंतवतात ते मात्र संपन्न होत जातात. विषमता ही सामाजिक हिसा आहे. ही विषमता दूर करायची तर ती अगोदर मनातून दूर करण्याचा प्रयत्न व्हायला हवा. पण ज्यावेळी समाजातील काही व्यक्ती हे ओळखत नाहीत तेव्हा त्रस्त माणूस हिंसेचा आश्रय घेतो. हिंसेचा आश्रय घेणारा हा दोषी तर खरात, पण त्याला हिंसेचा आश्रय घेण्यास भाग पाडणारा समाचही कमी दोषी नाही. म्हणून समाजाला अशा रीतीने विचार केला पाहिजे की सामान्य जानाला हिंसा, असत्य, चोरी, इ. गोष्टींचा आधार न घेता मानसिक व शारीरिक दृष्ट्या समतेने, सहकार्याने व प्रेमभावनेने जगता आले पाहिजे. दुसऱ्यांना दुःखात, हिंसाचरणात, विपत्तीत, असमानतेत, जीवन कंठावे लागणे किंवा त्यांना तसे राहण्यासाठी भाग पाडणे हेसमाजहित असूनच शकणार नाही. सर्व जींवांच्या ठिकाणी समानत्व पाहण्याचा आग्रह धरणारे आमचे प्राचीन ऋषी हे द्रष्टेच असले पाहिजेत. मानवी मूल्यांचा नीट अभ्यास केल्यास हिताहिताच्या अगर पापपुण्याच्या मूल्यांचा नीट अभ्यास केल्यास हिताहिताच्या अगर

पाप-पुण्याच्या चुकीच्या धारणा नष्ट होतील. ‘ ही सारी पृथ्वी सान्यांसाठी आहे. ’ हा विचार आता लोकांना पटू लागला आहे. अदिक पिकलेले धान्य एक देश दुसऱ्या देशाला देत आहे. अविकसित देशाकडे विकसित देश लक्ष देत आहेत. यात राजकारण असले तरी मानवतेचाही दृष्टिकोण आहे, हे नाकबूल करता येणार नाही.

भगवान् महावीरांनी हाच विचार विज्ञाननिष्ठेने आणि तर्कसंगतपणे मांडला. ते म्हणाले, ‘ असत् प्रवृत्तींचा उगम आत्माच होय. त्या आत्म्यातच जागृती आणली पाहिजे. आत्म्यातील मिथ्या कल्पनांचा-चुकीच्या धारणांचा नाश केला पाहिजे. त्यासाठीच त्यांनी संवर तत्त्वाचा उपदेश केला. आत्म्यामध्ये होणाऱ्या विकृतीला थांबवणे म्हणजे संवर. ज्यामुळे कर्मपरमाणुंना आत्म्याभोवती पाश आवळायला संधी मिळणार नाही तो संवर ! क्रोधादि विकारांना प्रयत्न व जाणीवपूर्वक आवर घालणे हे अवघड असले किंवा वाटले, तरी एकदा ते हिताचे आहे असे कळले की प्रयत्न चालू होतो. डॉक्टरांनी अमके खाऊ नका म्हटले तर आपण नाही का पथ्य पाळीत ? तसेच हे.

शरीराचे स्वास्थ टिकावे म्हणून आपण खूपच गोष्टी पाळतो. व्यायाम, आहारविहार, निद्रा यांना जपतो. तीच गोष्ट मनाची आहे. मनाचे आरोग्य ही गोष्ट अद्यापि आपण विचारात घेत नाही. मन खंबीर, निश्चयी, धैर्यवान् व बलवान् करावे लागते. त्यासाठी, विवेक हवा. ‘ मन एव मनुष्याणां कारणं बंधमोक्षयोः ’ असे म्हटले ते याचसाठी. इंद्रियांची प्रेरकशक्ति उघडपणे मन आहे. या मनाच्या व्यवहारांना जाणून ते हिंसेत, व्यभिचारात, असत्यात, परिग्रहात गुंतणार नाही यासाठी काही निश्चय-नियम केले पाहिजेत. जे निश्चय पार पाढण्यासाठी मन एकाग्र, संघटित व सुसंस्कारित हवे. मन हे अवखळ घोड्याप्रमाणे आहे. त्याचे नियंत्रण करणाराच आत्म्याचा विकास साधू शकतो. या विकासासाठी वेगवेगळे उपाय संतांनी सांगितले आहेत. इंद्रियांना मनाच्या ताब्यात देणे ही पहिलीपायरी. ज्यामुळे मनःशांतीचा भंग होईल, विकारांचे थेमान बेभानपणे चालू राहील ते सर्व टाळता आले पाहिजे. मनाला तसे शिक्षण दिले पाहिजे. फार हर्ष नाही, फार विषाद नाही. उपभाग घेतानाही हावरेपणा नको. उपभोगातही ‘ हा कर्तव्याचा यज्ञ आहे.’ असे विचार मनात बालघले पाहिजे. जीवनात अल्पतः विकारांना जरी स्थान असले तरी हे विकार आहेत व ते त्याज्य आहेत ही जाणही हवी. ज्ञानपूर्वक विकारांच्याकडे विकार म्हणून पाहता येणे फारच महत्त्वाचे आहे. प्रत्यक्ष मिरवणुकीत सामील न हाता ती पाहणे, त्रयस्थपणे पाहमे मजेचे असते. ही त्रयस्थाची

भूमिका जीवनात वेगळाच रस निर्माण करील. हा रस नेहमीपेक्षा नवीन असेल. थोडेसे चाकोरीबाहेर जाऊन या रसाचा स्वाद घेणे शिकता आले तर संवर तत्त्वाची ओळख पटेल. गीतमध्ये कर्मफलाची अपेक्षा करू नये असे सांगितले आहे. कर्म की फळ मिळणार ! क्रिया म्हटली की प्रतिक्रिया आलीच; तथापि कर्मफलकापासून दूर अर्थात् निरपेक्ष-अनासक्त-निर्लेप राहण्यातही एक दिव्यता आहे. यालाच मी ‘अस्वीकृती’ म्हणतो. कुणी आपणाला शिव्या दिल्या, आपण त्या न स्वीकारणे हीच अ-स्वीकृती. आपण जे जीवन जगतो ते स्वीकृतीचे आहे. जे आपले नाही, जे मिळणार नाही त्याही गोष्टी हव्यात. हा हव्यास ही स्वीकृतीच संसारातील विविधप्रकारचे दुःख निर्माण करते. म्हणून काहीच स्वीकारायचे नाही. उपभोग तर घ्यायचा, जीवन तर सुंदर रीतीने जगायचे.... पण न गुंगता. गुंतले की ‘स्व’ पणा निघून जातो. पापाची अस्वीकृती, तशीच पुण्याचीही अस्वीकृती !

पुण्यकर्म केले तरीही त्याची स्वीकृती नको ! का ? पुण्य ही देखील एक बेडीच ! म्हणून सर्व करूनही वेगळे, अलग, अस्वीकृत, अबद्ध ! मनाला गुंतवून ठेवू नका. ते नित्य मुक्त, स्वतंत्र आणि आनंदित राहायला हवे. मनाविरुद्ध गोष्टी, अनिष्ट प्राप्ती यांची गाठ पडली तरी त्यांपासून वेगळे का राहता येऊ नये ?

याला निग्रहाची जरूरी आहे. आपण सारे ‘ग्रह’ पाहून सुख-दुःखाची वाट पाहण्यात गुंतलो आहोत. त्याने मन आशानिराशेच्या झोपाळ्यात हेलकावे खाते, श्रमते, दमून जाते. मनोनिग्रह कठीण तर खराच पण ती विकासाची सुरुवात आहे. आनंदी रहायचे, मन निरोगी ठेवायचे, भोवतालचे वातावरण प्रसन्न ठेवायचे तर निग्रह हवाच. मनाला जशी संवय आपण लावावी तशी लागते. निग्रहाची संवय मनाला खंबीर केल्याशिवाय राहत नाही. सामाजिक रचनेत व्यक्ती तितक्या प्रवृत्ती ! काही प्रवृत्ती दुष्ट, खास्ट आणि भांडखोर असतात. त्यावेळी तो हत्ती लक्षात असू द्या, जो बाजारात जाताना कुत्री ज्याच्यावर खूप भुक्तात. हत्ती कधीही न पहाणाऱ्याना हत्ती हा विविध विचित्र वाटणार ! कुत्र्याना भूंकु द्या, पण म्हणून चावू द्या असा अर्थ नाही. संयम म्हणजे भीरुता नव्हे. प्रत्याघाताच्या वेळी संयम राखून, विवेकाने तो केलाच पाहिजे. प्रत्याघाताचे सामर्थ्यही मनातून उत्पन्न होते. म्हणून मन बलशाली बनवले पाहिजे. आत्म्याचे बळ अनंत आहे. पण ते जाणून घेतले पाहिजे.

इंद्रिये मनाच्या स्वाधीन असतात. मन जितके निग्रही त्याच मानाने इंद्रियांवर विजय मिळविता येतो. शरिराला जसा व्यायाम, हालचाल हवी असते त्याप्रमाणे मनाला निग्रह हवा

असतो. जी काही थोर मंडळी आपण पाहतो ती निग्रहाने थोर झाली, उपभोगाने नव्हे. उपभोगांच्या निग्रहाने उपभागोतील गोडी वेगळी अनुभवता येते. ज्ञानपूर्वक, जाणतेपणाने केलेल्या गोष्टींतील मजा काही और असते. आमच्या जीवनात आनंद निर्माण होत नाही याचे कारणच निग्रहाची संवय नाही. प्रवाहपतिताला पोहण्याचा खरा आनंद कोटून मिळणार ?

तसे पाहिले तर आपल्या इंद्रियांची शक्ती मर्यादित आणि मनाची शक्ती खूप. भोगांचा उपभोग घेण्यात समरसता असत नाही. हव्यासाने, लालसेने, समरसतेतील रस आटून जातो. मन अतृप्त राहते. जे मिळाले ते नको, जे नाही ते हवे, अशी रचना अज्ञानीव संयमहीन मनाची असते. या उलट ज्ञानियाचे मन हे उपभोगात ज्ञानपूर्वक रस घेते. दुधाच्या एका घोटातूनही तृप्तीचा आनंद मिळतो. उपभागातून तृप्तीची पावती मिळत नसेल तर तो उपभोग न पचलेल्या अन्नाप्रमाणे शरिरात, मनात विष निर्माण करतो. म्हणून संवरतत्व हे जीवनविकासी, जीवनस्पर्शी व जीवनरतीचे तत्त्व आहे. याच तत्त्वातून अ-बध्द जीवनाचा मंगल प्रत्यय येतो. ‘माझे कांहीच नाही’ ‘मी सान्यांचा आहे.’ ‘मीच जीवन आहे.’ ही वाक्ये सदैव मनात घोळवत राहिले पाहिजे.

गीता वाचताना मला एक नवीन अर्थ लक्षात आला. वाटले, गीता जैन ऋषींनीच लिहली असली पाहिजे. कारण त्यातील सर्व विचार जैन तत्त्वज्ञानाशी समरस झालेले आहेत. अर्जुन संभ्रमित होता. संभ्रमित, संशयित मनाने केलेली क्रिया ही नेहमीच हानिकारक. निर्णय ज्ञानी मनाने घेतला पाहिजे. युध्दाला नकार किंवा होकार दिला तरी त्यात विभ्रम नको. युध्द अटल असले तर त्याचाही स्वीकार करणे हा धर्म आहे. धर्मात हिंसा-अहिंसा ही ज्ञानपूर्वकच स्वीकारावी लागते. भ्याडांची अहिंसा ही अहिंसा नव्हेच. संयमाने अलिप्त भावनेने, ज्ञानपूर्वक स्वाकारलेली हिंसा ही हिंसा नसते. हिंसा म्हणून कर्तव्यत्युती स्वीकारणे हा धर्म नाही. म्हणूनच संवर-तत्त्व ही मुक्तीची बैठक आहे मुक्ती हा जसा विचार आहे, तशी ती आत्म्याची श्रेष्ठ अवस्थाही आहे, अ-स्वीकृती म्हणजे संवर. कशात म्हणून गुंतायचे नाही. माणूस अगोदर विचाराने गुंततो आणि मग आचाराने. आपणाला संसारी म्हणून अनेक कार्ये पार पाडावी लागतात. समाजाचे पोषणही करायचे, राज्ययंत्रही चालवायचे, परराष्ट्रांशी संबंधही ठेवायचे, पाश्यात्यांचे विचारही समजून घ्यायचे, इ. अनेक कामे आपणाला करावी लागतात. ती केलीही पाहजेत. पण हे सारे करताना निर्लेप होऊन करता आले पाहिजे. फळाची अपेक्षा नसली की मन गुंतून रहात नाही. मन स्वच्छ व निरोगी राहण्याकडे नेहमी प्रवृत्ती पाहिजे. विकार उत्कट

असले तरी ते विकारच होत. म्हणून भावनान आवर घालता आला पाहिजे. तो आवर घालायचा म्हणजेच संवर.

दुसऱ्या महायुध्दात इंग्लंडचे साम्राज्य हळूहळू विलीन होत होते. वरुन नित्य अग्नीगोलकांचा वर्षाव होत होता. घरे कोसळत होती. पराभव स्वीकारण्याची मानसिक तयारीही इंग्रज जनता करीत होती ; पण उमेद-धैर्य, तसूभर कमी नव्हते. सारे कसे धैर्याने तोंड देत होते. याचे कारण इंग्रज लोकाना बाळकडूच तसे असते. ‘ विपत्काळी धैर्य आणि सौजन्य ’ यांचे शिक्षण तिथे मिळालेले असते. नेमकी हीच गोष्ट आमचेकडे कमी आहे. त्यामुळे आम्ही शूर असलो तरी आम्ही हरत होतो. संवर हेच सांगतो की जे स्वप्नातही कल्पिले नाही ते कदातिच आपल्या नशिबी येणार आहे. म्हणून धैर्याने, विवेकाने, ज्ञानशक्तीने ते सहन करा. उतावील भावनावादी बनून येणाऱ्या संकटाला भिऊन दूर पळू नका.

हा एक योग-मार्गच होय. संवर ही शारीरिक, मानसिक आणि आध्यात्मिक योगप्रक्रिया आहे. शरीर हे शरीर-विरोधी तत्त्वाला जवळ करीत नाही. विरोधी तत्त्व आत गेले की त्याच्या विनाशासाठी प्राणपणाने लढते ; मानसिक प्रक्रियेतूनही मनाविरुद्ध होणाऱ्या घडणाऱ्या गोष्टीविरुद्ध झगडा असतो ; पण या झगड्याच योगसाधना नसल्याने मन पराभूत होते. मनावर भीतीची फार मोठी सावली पडलेली असते. त्यामुळे मनाची शक्ती खचून जाते. मन भीतीतून मुक्त करायचे म्हणडे ज्ञानशक्तीने भातीची जागा निर्भयतेला प्रदान केली पाहिजे. मरणातून अमरत्व पाहण्याचे सत्य त्यासाठी उमगले पाहिजे. भीती दूर झाल्याशिवाय मन खंबीर होत नाही. भीती, लोभ व अज्ञान या मनाला दुर्बल करीत असतात, त्यातून प्रथम सुटले पाहिजे. ही योगप्रक्रिया अवघड आहे असे वाटते. कारण मन दुर्बल आहे ; परंतु मन थोडे खंबीर झाले की हे जमू लागते. त्यासाठी क्षुब्ध व्हायचे नाहगी, राग येऊ द्यायचा नाही, असा विचार सतत घोळवला पाहिजे.

ही संवर-प्रक्रिया साध्य करायचा आणखी एक मार्ग आहे. तो म्हणजे भक्तीचा. सारे प्रभुचरणी अर्पण करा. स्वतःचे काहीच म्हणू नका. परमात्मस्वरूप चित्तशक्तीलाच सारभूत समजा.

भक्तीसाठी देखील मनाला अगोदरच वळण द्यायला हवे. शिक्षणाने, अध्ययनाने, मनन-चिंतनाने हेच साधायचे आहे. सुप्रसिद्ध अमेरिकन शिक्षण शास्त्रज्ञ जॉन डयूइ म्हणतो की जीवनाला सुसंस्कारित करायचे म्हणजे पशुप्रवृत्तीला उच्चतर अशा प्रवृत्तीकडे वळवायचे, स्वार्थाला विशाल स्वार्थाचे रूप द्यायचे, संग्रहप्रवृत्तीला ज्ञानसंग्रहाकडे वळवायचे. मानसिक

प्रवृत्तीला वळण देण्याचे कार्य कठीण असले तरी मानवाला संस्कृतीच्या संवर्धनासाठी ते करायलाच हवे. मनाच्या खोल, अंधारमय भागात लपलेल्या कुवासना, हिंसाप्रवृत्ती, व्देष, यांना चेतनाजागृतीने निष्प्रभ करायचे. गुप्त असलेल्या या कुप्रवृत्तींना हळूहळू कमजोर करण्याची प्रक्रिया म्हणजेच संवर-प्रवृत्ती होय. ही प्रक्रिया जोणतेपणाने केली नाही तर मानवाला पुनः अंधारयुगाकडे वाटचाल करावी लागेल.

जैन तत्त्वज्ञानात यालाच भाव-संवर असे म्हडले आहे. आत्मोन्नतीस बाधक ठरतीय अशा शारीरिक, मानसिक, वाचिक प्रवृत्तींना आवरणे-प्रबळ होऊ न देणे म्हणजे संवर. योगशास्त्रात या प्रक्रियेला फारच महत्त्व आहे. श्वसनक्रियेला विशिष्ट वळण लावून संपूर्ण शरीरावर हळूहळू ताबा मिळविता येणे शक्य आहे, हे कळाल्याबरोबर मानवाने श्वासोच्छ्वासाची प्रक्रिया जाणून घेतली. त्यावर ऐच्छिक नियंत्रण घालून शरीराबरोबरच मनाचे चांचल्य घालविणे. मनाची चंचलता ही अनैसर्गिक गोष्ट आहे. त्या चंचलतेने आत्मिक व मानसिक शक्तीचा खूपच अपव्यय होतो. योग-प्रक्रियेने शरीर व मन जर नियंत्रण केले गेले तर फार मोठे सामर्थ्य अंतरंगात आहे याचा प्रत्यय येतो. जणु प्रचंड जलाशयाला बांध घालून त्यातून निर्मिलेले वीज-केन्द्रच. अंधाराचा विनाश करायला तेच एक साधन आहे. शरीर व मन यांच्या मधील यामर्थ्यही प्रत्ययास यायला त्यांचेवर नियंत्रण घालणे आवश्यक आहे. हा अध्यात्मातील ‘ निरोधविकासवाद ’ होय.

या सामान्य योगप्रक्रियेला फार मोठी आटापीटा नाही, खर्च नाही. श्वासोच्छ्वासाला नियंत्रित करण्यासारखी आरोग्यप्रद गोष्ट नाही. काही शारीरिक विकार तर केवळ मनाच्या अस्थिरतेने भीतीने, आसंकेने, व्देषाने, असूयेने, अतृप्तीनेच निर्माण झालेले असतात. त्यावर औषध म्हणजे चित्तचांचल्याचे रूपांतर चित्त एकाग्रतेत करणे हे आहे. सफल जीवनाचे रहस्यही चित्ताची एकाग्रता हेच होय. बारीक टोक नसलेली सुई शिवण्यास अपात्र ठरते, का? तर तिची एकाग्रता भग्न झालेली आहे. तसेच मनाची एकाग्रता हा भावसंवरतत्त्वातील फार मोठा व महत्त्वाचा भाग आहे.

या एकाग्रतेने मन अप्रमादी बनते. आपल्या जीवनात काही चुका आपण करून मग पश्यात्ताप करीत बसतो. असे का ? तर आम्ही जे निर्णय घेतो त्यावेळी मनस्वस्थ, शांत, शिथर नसते. म्हणून निर्णय चुकीचे ठरतात, आराखडे फोल ठरतात. कसल्याही विपतकाली शांतपणे निर्णय घेण्यात नेपोलियन अद्वितीय होता. त्यामुळे नेपोलियनच्या जीवनाकडे पाहताना केवळ ‘ युध्दखोर ’ अशी भूमिका कुणाही चरित्रकाराने घेतली नाही.

जे थोर थोर साधुसंत भारतीय वातावरणात जन्मले, वाठले त्यांनी हाच निष्कर्ष काढला आहे. मानवी जीवन उन्नत झले म्हणजे तरी काय ? त्या उन्नत अवस्थेलाही कारण म्हणजे संवर-भावना होय. संवर भावनेने मानवसमाज सुसंकृत होतो. कारण आपले आचार-विचार यांचे प्रकटन करताना त्यात संयम असतो. शब्दांचा वापर करतानाही त्यात संयम असतो. येशूला सुळावर तो तरी हेच म्हणाला ना-की ‘ त्यांना कळत नाही ते काय करीत आहेत. त्यांना क्षम कर ! ’

संवर भावनेचा आणखी एका वेगळ्या फैलूने विचार करता येईल. आस्त्रवाने कर्माचे एक वलय आत्म्याकडे धावत येते. आत्म्याच्या ठायी त्या वलयांना स्वीकारण्याची शक्ती असल्याने त्या कर्माचा बंधही होतो. बंध होतो याच अर्थच परस्पर क्रियाप्रतिक्रियांची सुदीर्घ साखळी निर्माम होते. एखाद्याची निर्दृण हत्या करताना चित्तप्रवृत्तीतील आंदोलनाची आत्म्यावर प्रतिक्रिया होते. त्या प्रतिक्रियेचे माणूस त्यापासून परावृत होण्याचा प्रयत्न करील. ही स्पष्ट दिशा भगवंताच्या तत्वज्ञानात विस्ताराने आली आहे. आत्मप्रवृत्तीत होणारी सूक्ष्मात सूक्ष्म आंदोलने आणि त्यांचा कर्म-परमाणू जगतावर होणारा परिणाम हा जाणून घेऊनच ‘ आस्त्रव ’ तत्त्वाचे प्रतिपादन झाले. कर्मपरमाणूंचा आत्म्याशी येणारा नित्य संबंध व त्यातून उद्भवलेले जन्म-तरा-मृत्यु-दुःख-दैन्य इ. गोष्टींचे स्पष्ट विवेचन म्हणजेच भगवंताचे प्ररूपण-वैशिष्ट्य होय.

या वैशिष्ट्यामुळेच जीव आणि कर्म परमाणू व त्यांचा संयोग व वियोग का व कसा होतो हे दर्शविले आहे. म्हणूनच त्यांचे निरूपण हे वस्तुनिष्ठ आणि सत्यान्वेषी ठरले आहे. सुख-दुःख, वदेना, लोभ-राग हा विचार कर्मसापेक्ष आहे. चेतनाशक्तीतील अनंतत्वाला, अमर्याद आनंद-सौख्याला जी बंधने पडली ती कशीपडली ? त्याचे उत्तर म्हणजे ज्या कर्मरचनेने आत्मा बध्द आहे ती कर्मरचना किंवा परंपरा ‘ संवर ’ तत्त्वाने खंडित करायची.

तो विचार आचारात आणायला दोन गोष्टी स्पष्टतः स्वीकाराव्या लागल्या. पहिली गोष्ट, आत्मतत्त्व गे कसे आहे ते जाणून घेणे. आत्म्याचे चिरअविनाशी, आनंदधन आणि इ आनप्रज्वलित स्वरूप जाणून घेतले की एक तळेची आत्मनिष्ठ-आत्मजागृत दृष्टी तयार होते. सतत चिंतनाने, ध्यायाने, मननाने जी दृष्टी तयार होईल ती नंतर हळुहळु दृढ होईल. एकदा आत्म्यावरील श्रध्दा दृढ झाली की ऐतिकतेतूनही परमार्थ-तत्त्वाचे मंदिर-कलश दृष्टिपथात येईल. ही श्रध्दाच कर्म-निरोधाचा आधार होय. तिथे विकल्प असणार नाही. रत्नपारखी

ज्याप्रमाणे काचेला रत्न म्हणणार नाही, त्याप्रमाणे आत्मनिष्ठा असारतेला सारभूत म्हणून स्वीकारणार नाही.

कबीराने अशा मार्गाला सुपाचे रूपक दिले आहे. तो म्हणतो सूप हे सार-असार जाणण्याचे साधन आहे. सुपात टाकलेली वस्तू ते दोन विभागात टाकते.

भारतीय परंपरेती साधुसंतांनी आपल्या साध्या सोष्या भाषेतून सार-भूत अशा आत्मत्वाचेच मोठे सुंदर वर्णन केले आहे. उपमाही सुरेख देऊन आत्म्याच्या मूळ स्वभावाचे वर्णन समर्पकपणे केले आहे. अशा आत्मतत्त्वाचे स्पष्ट ज्ञान व त्यावर अनन्य श्रधा हा पहिला भाग.

दुसरा भाग आत्मनिष्ठा झाल्याने आत्मशक्ती वाढली, नवीन जोम-उत्साहही वाढला ; पण त्या नंतरची गोष्ट म्हणजे तदनुरूप आचार-विचार. हा भाग कठीण आहे का ? तर श्रधा जरी पक्की झालेली दिसली तरी तदनुरूप आचार करावयास लागणारी दृढ, खंबीर मानसिक बैठक तयार झालेली नसते. यासाठी हळुहळु काही नियम स्वीकारून त्याचे पालन उत्कटपणे होते की नाही याचा सराव करावा लागतो. त्याला ‘ व्रत ’ अशी संज्ञा आहे. व्रत म्हणजे तरी काय ? जे अश्रद्धेय आहे श्रद्धेच्या विरुद्ध आहे त्याचा त्याग, व जे आत्मपोषक, गुमवर्धक, संयमप्रेरक आहे त्याचा स्वीकार. व्रतांच्या पालनाने क्रियाकांड संभवले तर व्रतांचा हेतू चुकला, व्रतांना विशिष्ट हेतू आहे. मनाचे चांचल्य घालविणे, मनाला आत्मनिर्णयानुकूल वागावयास भाग पाडणे. सुखात व दुःखात मन भ्रमिष्ट किंवा चंचल होणार नाही हे काम व्रताचे. तारेवर चालण्याचे जे शक्य आहे ते करते. तीच गोष्ट व्रतपालन करणाऱ्यांची. क्षमा अंगी बाणली की नाही ? क्रोधरूपी कर्पाचा फणा आणि विष निकामी झाले की नाही ? अहंकारातील हवा निघून गेली की नाही ? सर्व मानवजातीवर निरतिशय प्रेम करायला शिकलो कीनाही ? हे अंतर्मुख होऊन पाहिले पाहिजे. ‘ सर्वाभूमी समानत्व ’ हा तर उच्च संस्कृतीचा निकष ! सुसंस्कृतपणा तरी दुसरा काय ? घड्रिपूंचे योग्य रीतीने दमन. त्यासाठी स्वभावाने मृदु तितकी पाकसिध्दी चांगली. या मृदुपणात लाचारी, दुर्बलता, भीरुता नसते, मृदुत्व ही पार मोठी आंतरिक शक्ती आहे. वायुरूप अग्नीत का कमी सामर्थ्य असते ? मृदुता ही देखील अग्नीप्रमाणे दाहक असते. याचा प्रत्यय आत्मनिष्ठांना अवश्य होतो. या दाहकतेमुळेच अहकारांचे विष नष्ट होते, क्रोधसर्पाचे फुत्कार निर्विष होतात. मृदुत्वाने शक्तीचा न्हास होत नाही. क्रोधी माणूस लवकर थकून जातो. फार काळ क्रोधकरमे त्याला अशक्य असते. मृदुत्वाचे तसे नाही. मृदुत्वात पराभव नाही. ही क्षमा, मृदुता, ऋजुता (सरलता) म्हणजेच

अहिंसेचे खरे रूप आहे. अहिंसेला हिंसेशी कर्तव्य नाही. तिचे सामर्थ्य आहे क्षमेत, मुदृत्वात, सरळपणात आणि निर्लोभतेत. भगवंतांच्या कथनातूनही क्षमेचे अमृतच वर्षत होते. त्यांनी हिंसेला प्रेमाने जिंकले, आपल्या मृदुत्वाने ल ऋजुतेने शत्रूंनाही जिंकले, वाचाळतेला मौनाने जिंकले. भगवंताकडे अनेक तत्त्वज्ञ वादासाठी येते ; पण प्रभूकडे वाद नक्हता, सुसंवाद होता, प्रेम होते. आईचे निःशब्द आणि जाणही निःशब्द. हृदयाचे बोल हृदय जाणून घेई. हीच अहिंसा. ती हिंसेला मूकतेने जिंकते. हिंसा कितीही खलखलणारी असली तरी तिचे सामर्थ्य बेताचेच, मर्यादित. अहिंसेचे तसे नाही. ती मूक असूनही तिचे सामर्थ्य अगाध, अमर्याद.

म्हणूनच संवर तत्त्व हे अनंत पाकळ्या असलेले सुंदर कमळ आहे. त्या कमळावर मानवतेची सुंदर मूर्ती उभी आहे. तीच खरी संस्कृती आहे, तोच खरा उर्ध्वगामी जीवनमार्ग होय.

१ : अनित्यानुप्रेक्षा

प्राप्त फळाचा मी स्वामी, चिरकाल न ते टिकते,
ना हितकर ते, त्यागावे झणि हेच उचित दिसते.

जन्मा यावे, पुष्ट बनावे, नष्ट पुन्हा व्हावे,
प्राण्यांची परिपाटी भवि ही का न कुणा ठावे ?

कोणतीहि वस्तु न टिकते स्थिर नश्वर संसारी,
अक्षय मोक्षपदाचे आत्मन् ! ध्यान सदैव धरी !

जीवन चंचल नष्ट कधी होते न कुणा कळते,
कोटि कोटिनी गुणता आशा व्दिगुणित की होते !

नश्वर नरतनुपासून शाश्वत सौख्य मिळू शकते, व्यर्थ न आत्मन् ! क्षण दवडी तू सफल करी त्याते.

२ : संसारानुप्रेक्षा

संसाराचे नाटक मोठे, नट त्यातिल बनसी,
कर्मपरवशे वेष विविध आत्मन् ! धारण करिसी.

लोहासम देहाचा पञ्जर, त्यातच बध्द पुरा,
होउन बससी स्वातंत्र्याचे सुख मिळते न जरा.

मुक्ति न मिळते जोवर विधिचे बंधन ना तुटते,
दुःख सदा देते रे जीवा ! कैसे सोसवते ?
सिंधुजलाचे बिंदु पिण्या अगणित आतुर होई,
तृष्णा त्याची का शमते थेंबे एका कधिही ?
कार्य नि कारणरूप अशी ही संसृतिपरिपाटी,
आदि न अंत जिला तुज देते नियमित दुःख किती !
ना होसी जागा जीवा ! नच चीड तुला येते,
हो सत्वर अविकारी, बंधन कर्माचे तुटते !

३ : धर्मानुप्रेक्षा

देव बने, श्वा पांये बनतो श्वा धर्मे देव,
यास्तव जीवा ! धर्मावर दृढ ठेव सदा भाव !
पूर्ण मनोरथ होती सारे धर्ममहात्म्याने,
धारी दुर्लभ धर्म, तया पडते काही न उणे.
ठेविति जन विश्वात तयावर ते धार्मिक असती,
निश्चित मिळते इहपरलोकी त्यांना सुखशांती.
यासाठी आत्मन् ! जोवर ना तुज मिळते मुक्ती, निर्मल अतिशय जिनधर्मी दृढ ठेव सदा भक्ती.
आत्मोन्नतिसाधक, हितकर ती दोष न लव शिवती,
भक्ति हीच भव तरण्या देइल अतुल तुला शक्ती.

४ : एकत्वानुप्रेक्षा

तूच खरा कर्माचा कर्ता अन् अससी भोक्ता,
तूच शुभाशुभ अनुभविसी फल, नान्य कुणी हर्ता.
तूच एकला जन्मा येसी, अन् आत्मन् ! मरसी,
ते माझे म्हणसी न तुझे ते वनवासी बनसी.
स्मशानभूपर्यंत बंधुजन तुज संगे येती,
राही धन सदनात कुणी नच परजन्मी साथी.
ज्या देहासह जन्म तुझा या संसारी होई,

शीर्ण तोचहोता विलया जाई न सवे येई !
आप्तमित्र अन् मातृपितृ तव जन्माचे दाते,
कालमुखी तू पडता नवल न, तनाते तुटते !

५ : अशरणानुप्रेक्षा

नौका फुटते अब्धिजली मग नष्ट पुरी होते,
मृत्यु उपस्थित होता आश्रय न मिळे पक्ष्याते.
जाता शरण अशा विपदी कुणि रक्षक ना दिसती,
अभ्युदयी आत्मन् ! तव रक्षक सहस्रधा बनती.
काल अचानक येई, घालुन झडप तुला नेई,
प्राणरहित होतोस कसा कळते न कुणा काही.
पुण्योदय तव जोवरि आत्मन् ! बलशाली सती,
मंत्रतंत्रयंत्रादिक सारे तव रक्षण करिती.
ना तारक, ना शरण कुणी तव पुण्याई सरता
धर्मच एक असे संसारी सत्य तुझा त्राता.

६ : आश्रवानुप्रेक्षा

रे आत्मन् ! कर्माचे पुद्गल प्रतिसमयी येती,
भार तयांचा दूर कराया कष्ट महा पडती.
छिद्रान्वित नौकेंत दसे जल येते, ती भरते,
अवितळी बुडते. त्यापरि तुज नीच गती मिळते.
आस्त्रव होई कारण मिळती योग-कषायांचे,
जे संबद्ध तुझ्याशी आत्मन् ! अनादिकालाचे.
चंचलता तव ठायी येते जाणी योग तया,
भाव शुभाशुभ होती येती कषाय जव उदया.

७ : संवरानुप्रेक्षा

संरक्षण कर गुप्तिसमितिचे रे आत्मन् ! चिंती,
नित्य अनुप्रेक्षा अन् सावध राही निज चित्ती.

पाळी संयम, तप धर्माशी तू समरस होई,
पूर्ण परीषह सहन करी धर धीर निहो वियजी.
बाह्य पदार्थाविषयी आत्मन् ! ना आसाक्ति धरी,
अन् प्रमाद-विकथादिक सोडी आत्मविकास करी !
कोण तुझा धनि ? तूच तुझ्या स्वाधीन सदा राही,
मुक्तिपथी लय लाव, परासक्तीत न सुख लवही.
व्यर्थ पराचा मोह भयंकर दुःख मना देई,
ते नराकाच्या दुःखासम, का अनुभव तुज नाही ?