

बहिर्मन/अंतर्मन

श्रीमद् नामचैतन्य भानुदास

दि. १०-०३-२००९

दैनिक सकाळ, मुंबई यांच्या सौजन्याने

शास्त्रात मन, बुद्धी, चित्त, अहंकार आणि प्राण असे पंचप्राण मानले आहेत. या पाचही गोष्टी सूक्ष्म असून मनाशीच निगडित आहेत. या ठिकाणी 'मन' म्हणजे ज्याच्या अस्तित्वाची जाणीव मानवाला सतत असते ते बहिर्मन(कॉन्शस माईड)होय. हे मन अतिशय चंचल असतं. बाह्य परिस्थिती, व्यक्ती, घटना, त्या सर्वांकडे बघण्याची भिन्नभिन्न नजर आणि त्यावर चालणारे उलट सुलट विचार यामुळे बहिर्मनाला चंचलता येते. बहिर्मनात विविध भावनांच्या लीला सतत चालू असतात. किंबहुना बहिर्मनच भावनात्मक विचारांच्या लीला करत असतं म्हणा ना! समजा, एखाद्या विद्यार्थ्याला शिक्षकांनी मनापासून एखादा विषय समजावून सांगितला. त्यावर त्यांनी प्रश्न विचारला आणि जर तो विद्यार्थी दचकला, त्यानी चुकीचं उत्तर दिलं तर शांतपणे विषय समजावून देणारे शिक्षक क्षणार्धात संतापतील. याचाच अर्थ, क्षणार्धात भावना बदलणं हा बहिर्मनाचा गुणधर्मच आहे. जर शिक्षकांनी विचारलं की, "मी एवढं जीव तोडून शिकवतोय, कुठे भरकटतय तुझं मन?" तर, भरकटणं हा ही बहिर्मनाचा एक गुणधर्मच आहे. समजा, तुम्ही घरातून निघून तासाभरानी मित्राकडे पोचलात. त्या कालखंडाचा विचार केलात तर तुमच्या असं लक्षात येईल की तुम्ही त्या काळात ना घरचा विचार केलात ना मित्राचा. मन इतरत्रच अनेक ठिकाणी भरकटत गेलं होतं. 'चंचलता' हा बहिर्मनाचा मूलभूत गुणधर्म आहे. अंतर्मनात मात्र स्थिर भाव असतो. या ठिकाणी 'चित्त' आणि 'चित्त' यातला फरक समजावून घेणं उचित ठरेल. चित्त म्हणजे चैतन्य. 'सत् चित् आनंद' म्हणजे चैतन्याचा सत् (खरा) आनंद. पंचप्राणातील चित्त म्हणजे अंतर्मन(सबकॉन्शस माईड)होय. "चित्त ठिकाणावर आहे का?" किंवा "जरा चित्त स्थिर ठेव." असं म्हणताना अंतर्मनाचा स्थिर भाव गृहीत धरला जातो. बहिर्मनाचा सतत मेंदूशी संपर्क असल्यामुळे ते सातत्याने विचारमग्न असतं. अंतर्मनाचा मात्र भाव व्यक्त करण्यापुरताच मेंदूशी संपर्क येतो. बहिर्मन चंचल असून अंतर्मन स्थिर असतं, हे तूर्तास लक्षात ठेवून पुढच्या भागात आपण बुद्धी आणि अहंकारावर ओझरती नजर टाकू.