माणूस जगतो मनाने

श्रीमद् नामचैतन्य भानुदास
दि. १८–०८–२००९
दैनिक सकाळ, मुंबई यांच्या सौजन्याने

जागतिकीकरणामुळे आणि कॉम्प्युटर, मोबाईल सारख्या उपकरणांमुळे जग अतिशय जवळ आलं आहे. देहापेक्षा मनाने जास्त गुरफटलं आहे. त्यामुळे चुरस आणि ऐहिक भ्रामक सुखाची तुलना प्रचंड प्रमाणात वाढली आहे. परिणामी, समस्त मानवजात आज कोणत्या ना कोणत्या मानसिक तणावाखाली, दडपणाखाली जगते आहे. मनं बाह्य जगताशी आणि बाह्य परिस्थितीशी एवढी निगडित झाली आहेत, की मनाला स्वत:विषयी विचार करायला क्षणाचीही उसंत नाही. आध्यात्मिक दृष्ट्या 'मी (आत्मा) कोण आहे?' हे समजावून घेण्यापेक्षा आज ज्याला 'मी'ची जाणीव आहे ते मन ही काय चीज आहे हे समजणं नितांत गरजेचं झालं आहे. चिंता, तणाव, द्वेष–लोभादी रिपू यामुळे मनाचं खच्चीकरण होतं, मन:शक्तीचा ऱ्हास होतो आणि त्याचा परिणाम देहावर होतो. ही मानसिकता ब्याण्णव टक्के शारीरिक रोगांना कारणीभूत ठरते, हे आता सिद्ध झालं आहे. 'मन' या शक्तीच्या शोधासाठी वैद्यकीय मनोवैज्ञानिक आणि आध्यात्मिक मानस शास्त्रज्ञ यांनी आपापला हेका सोडून एकत्र येणं नितांत गरजेचं आहे. मी केलेली अठरा वर्षांची साधना, नंतर तेरा वर्षं केलेलं मनासंबंधी संशोधन आणि त्यानंतर पाच वर्षं केलेलं मृत्यूनंतरच्या जीवनावरील संशोधन, याचाच परिपाक म्हणजे 'अध्यात्म–विज्ञान' होय. या सर्वातून 'मन ही एक विलक्षण शक्ती असल्याचं माझ्या लक्षात आलं.' याच काळात माझ्या सुप्रसिद्ध सायकिॲट्रिस्ट, न्यूरोसर्जन, ॲस्ट्रॉनॉमिस्ट, न्यूक्लिअर सायंटिस्ट इत्यादींशी गाठीभेटी झाल्या, चर्चा झाल्या. संपूर्ण शरीर हाडामासाचं बनलं आहे. मज्जातंतू संपूर्ण शरीरभर पसरले आहेत. रक्तामार्फत ऑक्सिजन आणि ग्लुकोज हे इंधन संपूर्ण शरीराला पुरवलं जातं. या साऱ्या घन, द्रव, वायू, अग्नी आणि आकाश अशा पंचमहाभूतात्मक गोष्टी आहेत. याचाच अर्थ देह हा पंचमहाभूतात्मक असून पंचमहाभूतांवरच चालतो. 'मन' ही संवेदनशील, संस्कारक्षम आणि स्फुरणशील सूक्ष्म शक्ती आहे. ती एकाच ठिकाणी केंद्रित नसून संपूर्ण शरीर व्यापून आहे. हीच शक्ती दैहिक चलनवलनाला कारणीभूत असते. या शक्तीच्या संवेदनशीलतेमुळे ती आकलन करते, संस्कारक्षमतेमुळे आकलन झालेल्या ज्ञानाचे बरे वाईट संस्कार तिच्यावर होतात. तर स्फुरणशीलतेमुळे विचार आणि शारीरिक कृती घडतात. याचाच अर्थ 'माणूस जिवंत असतो शरीराने पण जगतो मात्र मनाने.' याच सदरात आपण मनाच्या कार्याविषयी समजावून घेणार आहोत.