

स्वप्न आणि आत्मा

Email:apdhande17@gmail.com

(M):09822406967

# स्वप्न आणि आत्मा

Dr.A.P.Dhande  
P.I.C.T., Pune, India 411043  
Email:apdhande@pict.edu  
(M):09822406967

स्वप्न! झोपेत कुठल्याही प्राण्यासोबत सामान्यतः घडणाऱ्या गोष्टी. असे का होते ? हे आजतागयात विचारी मनुष्याला निट समजले नाही. या वर प्रचंड लेखन आज सर्वत्र उपलब्ध आहे. अनेक लेखकांचे अनेक मते आहेत परंतू निश्चित असे उत्तर अजून मिळालेले नाही.माणसाची नैसर्गिक प्रवृत्ती हि दोन प्रकारे सांगता येते.पहिली म्हणजे आतली(Introvert) आणि दुसरी बाहेरची(Extrovert).आतली म्हणजे जेव्हा मनुष्य मनातून अंतरंगात झाकण्याचा प्रयत्न करतो तेव्हा तो करीत असलेला विचार म्हणजे मनातला विचार. बाहेरची म्हणजे बाह्यजगात वावरतांना करीत असलेला विचार.मन आणि मेंदू यांची नेहमीचजागृतावस्थेत आत्म्यात(शरीरात) निर्णय घेण्याबद्दल चढाओढ (संघर्ष) सुरु असते. झोपेत असतांना दोघांनाही डावलून त्यांना विश्रांती देण्याकरिता आत्माच हे सर्व करीत असावा व त्याचे परिणाम निद्रित अवस्थेतील मेंदूवर सुप्तपणे होत असावे जे आपल्याला झोपेत जाणवत असावे.

मुळात आत्मा म्हणजे काय? आणि तो शरीरात कुठे असतो? या विषयी पहिले जाणून घेऊ या. कुठल्याही प्राण्याचे जिवंत असण्याचे लक्षण म्हणजे त्याच्या शरीरातील आत्मा अन्यथा नसल्यास तो मृत असतो. आत्म्याचा वास शरीरात नेमका कोठे असतो ? अनेक तर्कवितर्क या बाबत केलेले आहेत. काहींच्या मते तो हृदयात असतो,काहींच्या नुसार तो मस्तकात असतो तर काहींच्या मते तो संपूर्ण विश्वात आहे. माझ्या मते आत्मा हि एक जाणीव आहे जी मनुष्याच्या शरीरात प्रत्येक भागात आहे. जसे हातापायाला काही टोचले तर ताबडतोब जाणीव होते व तेथे क्षणात लक्ष जाते,याच गोष्टी दिसण्याला,गंधाला,ध्वनीला देखील लागू आहेत.याचाच अर्थ हि संवेदना शरीरातील प्रत्येक भाग व्यापून आहे. हे झाले या जाणिवेचे बाहेरील रूप जी जागतेपणी प्राण्याला बाहेरच्या गोष्टींबद्दल अनुभव देते. याच जाणिवेचे आतले रूप म्हणजे स्वप्न असावे कारण हे रूप अगदी गाढ झोपेतदेखील प्राण्यांना जिवंत ठेवते आणि जर हि जाणीव शरीरात नसली तर प्राणी मृत ठरतो.

थोडा मन आणि बुद्धीचा विचार केला तर प्राण्याच्या निर्णय घेण्याच्या बाबतील दोन प्रवाह निर्माण होतात.पहिला बुद्धीचा जो व्यावहारिक असतो तर दुसरा मनाचा जो काहीसा भावनिक असतो. नेमके याच प्रवाहाचे मिलन म्हणजे निर्णय हा होय. या दोघात नेहमी एकमेकांविरुद्ध संघर्ष सुरु असतो व यात जो ज्यास्त वरचढ ठरतो तसा प्राणी निर्णय घेतो.

पुष्कळदा असेही विचारण्यात येते कि मन आणि आत्मा हे एकच आहे का ?याचे उत्तर नाही हे आहे.कारण आत्मा हा निरंतर ऊर्जेचा स्तोत्र आहे व तो सतत शरीराला ऊर्जा देत राहतो. जेव्हा हि ऊर्जा

शरीरातून निघून जाते तेव्हा प्राणी मरतो.म्हणजेच प्राण्याचा देह केवळ सांगाडा आहे. त्यातील ऊर्जा गेली कि सारे संपते व केवळ सांगाडाच शिल्लक राहतो. ऊर्जेचे काम फक्त निसर्गातून संवेदना घेणे/देणे आहे.उदाहरणार्थ स्पर्श,बघणे,ऐकणे वगैरे.हि जाणीव तो मेंदूला करून देतो. मन मात्र झालेल्या जाणिवलेल्या मेंदू पासून निर्माण झालेल्या रसायनानुसार प्रतिसाद देते. जसा सुखद स्पर्शाचा आनंद ,हाताला चटका लागल्यास हात मागे घेणे,सुगंधाने उल्लसित होणे,दुर्गंधाला नाक बंद करणे वगैरे .

वर नमूद केल्या प्रमाणे आतील देह हा सतत मेंदूशी संवाद करित असतो आणि त्यानुसार मनाचे कार्य चालते. जसे समजा तुमच्या पायात काटा रुतला.याची सर्वप्रथम तुम्हाला जाणीव होईल व तुम्ही होणाऱ्या वेदनेकडे लक्ष द्याल. जर तो काटा असेल तर तो तुम्ही काढून टाकाल व तो पायात तुटला नाही हे समजल्यावर त्याकडे दुर्लक्ष कराल.काट्याऐवजी जर तो खिळा असेल तर तुम्ही ताबडतोब धनुर्वातेचे इंजेक्शन घ्याल. या संबंध प्रक्रियेत मनाचा सतत मेंदूशी संवाद सुरु असतो.

मन हे चंचल आहे तर ते का ? असा देखील प्रश्न उद्भवतो.कारण तेच मनाचा अविरत मेंदूशी संवाद सुरु असतो व तो केवळ शांत झोपेतच बंद होतो.आकृतीत दाखविल्याप्रमाणे मेंदू हा मुख्यतःतीन भाग आहेत. ते म्हणजे अग्रमस्तिष्क, मध्यमस्तिष्क व पश्चमस्तिष्क (फोरब्रेन, मिडब्रेन व हाइंड ब्रेन). मानवाच्या अग्रमस्तिष्काचे आकारमान इतर प्राण्यांच्या तुलनेने मोठे असते. अग्रमस्तिष्कामध्ये प्रमस्तिष्क (सेरेब्रम), चेतक (थॅलॅमस) आणि अधश्चेतक (हायपोथॅलॅमस) यांचा समावेश केला जातो. पश्चमस्तिष्कामध्ये अनुमस्तिष्क (सेरेबेलम) आणि मस्तिष्क स्तंभ (ब्रेन स्टेम) यांचा समावेश केला जातो. मस्तिष्क स्तंभ हा अनुमस्तिष्क सेतू (पोन्स) आणि मस्तिष्क पुच्छ (लंबमज्जा; मेडुला ऑब्लॉगेटा) यांनी बनलेला असतो. प्रमस्तिष्क, मस्तिष्क स्तंभ, अनुमस्तिष्क आणि मेरुरज्जू यांवर तीन मस्तिष्कावरणे असतात; सर्वात बाहेरील कठीण आवरण- दृढ आवरण किंवा दृढतानिका, मधले आवरण- जाल आवरण किंवा जालतानिका आणि सर्वात आतील व नाजूक आवरण- मृदु आवरण किंवा मृदुतानिका. जाल आवरण आणि मृदु आवरण यांच्या दरम्यान प्रमस्तिष्कमेरुद्रव (सेरेब्रोस्पायनल फ्लुइड) असतो. मेंदूच्या वेगवेगळ्या भागांच्या दरम्यान पोकळ्या म्हणजे मस्तिष्कनिलये असतात.मस्तिष्कनिलयांमध्ये प्रमस्तिष्कमेरुद्रव असतो.आकृतीत १अ मेंदूचे बाहेरील भाग व त्यांचे कार्य दाखविले आहे.



१अ



१ब



१क



शांत झोपेतच मनुष्याच्या भीती,राग,आश्चर्य,आनंद,दुःख या भावना उदयपीत होतात व मनुष्याच्या वृत्ती नुसार त्याचे प्रतिबिंब स्वप्नाच्या रूपात दिसते. भावना व्यक्त करण्याचे दोन प्रकार आहेत.एकतर बाहेरील जगात आणि दुसरे आतल्याआत मनात दडपुन ठेवणे.जेव्हा मनुष्य झोपेत असतो तेव्हा ह्या भावना उदयपीत होतात व त्याच प्रतिबिंबात मनुष्य प्रवेश (स्वप्नात) करतो. असेही होऊ शकते कि आनंद हि भावना पैसे दिसून किंवा इतर अनेक रूपात जी मनुष्याला आतून आनंदी करेल आकृती,भीती हि एखादा हिंस्त्र प्राणी आकृती,क दिसणे किंवा इतर अनेक दुःखद प्रसंग,आश्चर्य हि एखादी अनोळखी गोष्ट दिसून वगैरे.

यात एक प्रश्न पडतो कि मन आणि शरीर हे तर थकून झोपले असते तर स्वप्न पडतात कशी?सर्वांना माहिती आहे कि आत्मा कधीच थकत नाही,झोपत नाही किंवा कंटाळत नाही. हलका असल्यामुळे अशा वेळेस तो स्वतःचे शरीर सोडतो व बाह्य जगात प्रवेश करतो परंतु महत्वाचं म्हणजे त्याचे शरीरावर (मेंदु शी) नियंत्रण असते.माणुस एखादे वेळी अचानक दचकुन झोपेतुन जागा होतो त्यावेळेस बाहेरील आत्म्यास शरीरात येण्यास लागणार वेळ असतो कारण या वेळेस तो शरीरापासून दुर गेला असतो. काही वेळाने तो शरीरात परत येतो व मनुष्य सामान्य होतो. जर परत आला नाही तर मनुष्य मृत ठरतो. तर अश्या ह्या गोष्टीला विज्ञानात काही सिद्ध करता येत नाही तर केवळ अध्यात्मच ह्या गोष्टी सांगू शकते. आकृती क्र. २ मध्ये अध्यात्मीक शरीर दाखवले आहे.



आकृती क्र. २:अध्यात्मीक शरीर

अत्यंत कमी शब्दात स्वप्न आणि आत्मा यांचा समंध सांगितलं आहे. वाचकांना जर आवडले तर कळवा.

प्रा. डॉ. ए.पी. धांडे

P. I. C. T. पुणे

९८२२४०६९६७, ashwindhande@yahoo.com