

# ब्रह्मचर्य जीवनाची अनिवार्यता



—पं. श्रीराम शर्मा आचार्य





COLLECTION OF VARIOUS  
-> HINDUISM SCRIPTURES  
-> HINDU COMICS  
-> AYURVEDA  
-> MAGZINES

FIND ALL AT [HTTPS://DSC.GG/DHARMA](https://dsc.gg/dharma)

Made with



By

Avinash/Shashi

!creator of  
hinduism  
server!



COLLECTION OF VARIOUS  
-> HINDUISM SCRIPTURES  
-> HINDU COMICS  
-> AYURVEDA  
-> MAGZINES

FIND ALL AT [HTTPS://DSC.GG/DHARMA](https://dsc.gg/dharma)

Made with



By

Avinash/Shashi

!creator of  
hinduism  
server!



KAPWING

# ब्रह्मचर्य जीवनाची अनिवार्यता

जगातील प्रत्येक व्यक्ती आरोग्य व दीर्घ जीवनाची इच्छा करते. कोणाजवळ कितीही सांसारिक वैभव व सुख-संपत्ती असो, परंतु जर तो सुदृढ नसेल तर त्यासाठी त्या सर्व साधन-सामुग्री व्यर्थ आहेत. आम्ही आपल्याच युगातील रॉकफेलर सारख्या व्यक्तीला जाणतो, जी जगातील सर्वात धनाढ्य व्यक्ती असून सुद्धा अस्वस्थतेमुळे दोन पोळ्या सुद्धा खाऊ शकत नव्हती. एक विद्वान म्हणतात - “पैसा ही जगातील सर्वात मोठी वस्तू नाही, आरोग्याचे महत्त्व त्यापेक्षा किती तरी जास्त आहे.”

आरोग्यशास्त्राच्या आचार्यांनी आरोग्यासाठी चार मुख्य गोष्टी सांगितल्या आहेत - आहार, श्रम, आराम व संयम. आहाराद्वारे मनुष्याच्या शरीराची नियमित वाढ व पोषण होते म्हणून ते उपयुक्त असणे ही सर्वप्रथम गोष्ट आहे. दुसरे स्थान श्रमाचे आहे, त्याशिवाय ना आपणाला आहार प्राप्त होतो आणि ना खाल्ल्यानंतर शरीरात पचनाची क्रिया होते. आराम करणे सुद्धा आरोग्य रक्षणाचे आवश्यक अंग आहे. त्याद्वारे शक्तीचा संग्रह केल्याशिवाय कोणीही सतत श्रम करण्यास समर्थ होऊ शकत नाही. चौथी गोष्ट संयम आहे. हा दुसऱ्या प्राण्यांमध्ये तर प्राकृतिकपणे आढळते. परंतु आपल्या बुद्धिद्वारे प्रकृतीवर विजय मिळविण्याचा अभिमान करणाऱ्या मनुष्यासाठी-संयमाच्या उपदेशाची नितांत आवश्यकता पडते.

संयमाची आवश्यकता तशी आहार, श्रम व आराम या सर्व विषयांमध्ये आहे. कारण की यांचा अनियमितपणे वापर करण्याचा परिणाम नेहमी दुःखदायकच होतो. परंतु इथे संयमाचा अर्थ विशेष रूपाने केला आहे. भोगांची सीमा व मर्यादांचे पालन करणे हा आहे. सांसारिक भोगांमध्ये एक अशी मोहक व आकर्षक शक्ती आहे की ती सतत मनुष्याला स्वतःकडे ओढत असते आणि जितके जास्त त



भोग भोगले जातात तेवढी मनुष्याची प्रवृत्ती त्यांच्याकडे जास्त आकर्षित होत जाते.

अशाप्रकारे भोगाच्या अतिरेकाने मनुष्याच्या शारीरिक, मानसिक व आत्मिक - तिन्ही प्रकारच्या शक्तींचा नाश होतो. कारण की भोगांमुळे शरीराचे सार तत्त्व असलेल्या वीर्याचा अपव्यय होतो. याचा परिणाम संपूर्ण शरीरावर पडतो. परिणामी आंतरिक व बाह्य अशा सर्व अंगाची शक्ती कमी होते. ही वेगळी गोष्ट आहे की वाढत्या वयात अर्थात् तरुणपणात शारीरिक तत्त्वांची वाढ होत असल्या कारणे कोणाला हे जाणवत नसेल किंवा मदांध होऊन आपल्या हट्टामुळे काही लोक सत्य गोष्टीला सुद्धा मानत नसतील. परंतु यात काहीच शंका नाही की वीर्याचा योग्य वेळेच्या आधी दुरुपयोग होणे किंवा गृहस्थजीवनात सुद्धा अधिक वीर्यनाश होणे हे त्याच्या शरीर पतनाचे कारण बनते.

आज शिक्षित व अशिक्षित दोन्ही प्रकारच्या लोकांचे विचार या संबंधात विरुद्धच दिसून येतात. अशिक्षित व अल्प बुद्धी असणाऱ्या लोकांची तर गोष्टच सोडा, कारण ते विवेकशक्तीने हीन असतात आणि जशा रेषा आधी ओढल्या गेल्या आहेत त्यावरच चालू शकण्यायोग्य शक्ती व योग्यता त्यांच्यात असते. परंतु आजकालच्या शिक्षित व्यक्ती सुद्धा नवीन ज्ञानप्रकाशाच्या चकाकीने आकर्षित होऊन आपल्या प्राचीन आदर्शांपासून दूर जात आहेत आणि पाश्चात्य देशांच्या वरवरच्या आकर्षणावर मोहित होऊन संयम व चारित्र्यशुद्धीच्या महत्त्वाला विसरत आहेत. ते आता असे म्हणू लागले आहेत की ब्रह्मचर्याचे शिक्षण व आदर्शाच्या गोष्टी ह्या फक्त ऐकण्यासांगण्यासाठीच आहेत. व्यवहारात अशा ब्रह्मचर्याचे पालन कठीणच नाही तर अशक्य सुद्धा आहे. खाणे, पिणे, झोपणे व मल-मूत्राच्या त्यागाप्रमाणेच संभोगवृत्ती सुद्धा स्वाभाविक आहे. यावर कोणत्याही प्रकारचे अंकुश किंवा बंधन

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता / २ ●

लावणे व्यर्थ आहे.

## इंद्रिय संयमाचे महात्म्य

जे नवयुवक विदेशी कामशास्त्राची पुस्तके वाचून किंवा अनुभवहीन लोकांचे तर्क ऐकून ब्रह्मचर्याला निरर्थक म्हणू लागतात त्यांनी चहुकडे दृष्टी टाकून आपल्या मित्रांची अवस्था बघावी. त्यापैकी हजारो व्यक्ती भर तारुण्यातच शक्तिहीन होऊन “शक्ती प्राप्त करण्याचे औषध किंवा टॉनिक” शोधू लागतात. हजारो तरुण रोगांचे शिकार होऊन दुर्बल शरीर व निस्तेज चेहरा घेऊन फिरत असतात आणि हजारो असे सुद्धा आहेत जे यौन व गर्मीसारख्या भयंकर आजारांचे शिकार बनून आपले जीवन नष्ट करून टाकतात. हे शक्य आहे की इंग्लंड, फ्रांस व जर्मनी सारख्या देशातील लोकांवर थंड वातावरणामुळे व मांस-मदिरसारख्या उत्तेजक आहाराच्या अतिरेकामुळे अति संभोगाच्या दुष्परिणामांचा इतक्या लवकर विपरित परिणाम होत नसेल. परंतु भारतासारख्या गरम वातावरणातील व शाकाहारी देशातील निवासी जर त्यांची नक्कल करतील तर त्यांना आपल्या चुकीचे फळ लगेच भोगावे लागेल.

भारताच्या प्राचीन विद्वानांनी या तथ्याची त्याच काळात योग्य प्रकारे दखल घेतली आणि यामुळेच मुलांसाठी लहानवयापासूनच एखाद्या सद्गुरूजवळ राहून युवावस्थेपर्यंत ब्रह्मचर्य पालनाची प्रथा सुरू केली. त्याच युगामध्ये वेदांनी स्पष्टपणे सांगितले -

**ब्रह्मचर्येण तपसा देवा मृत्युमुपाघ्नत ।**

ब्रह्मचर्याच्या प्रतापाने मनुष्य आरोग्य व शक्तीच प्राप्त करीत नाही तर तो मृत्यूला सुद्धा जिंकू शकतो. याचा अर्थ असा नव्हे की तो कधी मरणारच नाही, तर तो अकाल मृत्यूला दूर करून दीर्घ जीवन प्राप्त करू शकतो. शक्ती, साहस व शौर्याचे असे उदाहरण प्रस्तुत करू शकतो की, ज्याला बघून हे जग चकित होईल. हनुमान, लक्ष्मण,

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता / ३ ●

भीष्म, शंकराचार्य, समर्थ रामदास स्वामी इत्यादी महापुरुष याची उदाहरणे आहेत. आम्ही सुद्धा जर शास्त्रीय विधानाप्रमाणे आचरण ठेवीत खऱ्या अर्थाने ब्रह्मचर्याचे पालन केले तर आजपेक्षा फार जास्त महत्त्वाच्या कामांचे संपादन व संचालन करून दाखवू शकतो.

आजच्या काळात सुद्धा ब्रह्मचर्याच्या महत्तेची काही उदाहरणे मिळतात. या युगातील सर्वश्रेष्ठ मनुष्य मानले गेलेले आणि 'महापुरुषा'च्या पदवीचे खरे अधिकारी असणाऱ्या महात्मा गांधींनी पत्नीसोबत असतांना सुद्धा ३७ वर्षांच्या वयामध्ये पूर्ण ब्रह्मचर्याचे व्रत ग्रहण केले होते आणि ४० वर्षांपेक्षा जास्त काळापर्यंत त्याचे दृढतेने पालन केले. या ब्रह्मचर्यापासून प्राप्त शक्तीचाच प्रताप होता म्हणून ते संपूर्ण जगात शक्तिशाली व सर्वसाधन संपन्न समजल्या जाणाऱ्या इंग्रजांच्या साम्राज्याचा सामना करून भारताला स्वतंत्र करू शकले. या ब्रह्मचर्य व्रताला त्यांनी कशा प्रकारे ग्रहण केले व प्रयत्नपूर्वक कसे निभविले या संबंधात ते स्वतः लिहितात. "पुष्कळ चर्चा व दृढ विचार केल्यानंतर १९०६ (३७ वर्षांचे वय) मध्ये मी ब्रह्मचर्य व्रत धारण केले. व्रत घेतांना मला फार कठिण वाटले. मी विकारांना कसा दाबू शकेल? पत्नी सोबत राहून विकारांपासून अलिप्त राहणे सुद्धा अजबच वाटायचे. तरी सुद्धा मी बघत होतो की, हे माझे स्पष्ट कर्तव्य आहे. माझी नियत एकदम साफ होती. हा विचार केला की परमेश्वर शक्ती देईल, मदत करेल. मी या व्रतामध्ये उडी घेतली. आता वीस वर्षांनंतर त्या व्रताचे स्मरण करताना मला सानंद आश्चर्य होते. संयमित राहण्याचा मनोभाव तर सन १९०१ पासूनच प्रबळ होता आणि त्याचे पालन सुद्धा करीत होतो, परंतु जी स्वतंत्रता व आनंद मला आज मिळत आहे, तसा आधी कधी तो आनंद मला मिळाल्याचे आठवत नाही. ब्रह्मचर्याचे सोळा आणे पालन करण्याचा अर्थ आहे - ब्रह्मदर्शन. हे ज्ञान मला शास्त्रांद्वारे प्राप्त झाले नव्हते. हा अर्थ मला हळू-हळू अनुभव सिद्ध

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता / ४ ●

होत गेला. यासाठी मन, वचन, काया या सर्व इंद्रियांचा संयम ठेवणे अनिवार्य आहे. या ब्रह्मचर्यामध्ये त्यागाची फार आवश्यकता आहे. प्रयत्नशील ब्रह्मचारी नित्य-नियमित आपल्या त्रुटींचा शोध घेईल तर आपल्या हृदयाच्या काना-कोपऱ्यात लपलेल्या विकारांना ओळखू शकेल आणि त्यांना बाहेर काढण्याचा प्रयत्न करेल.”

## हिंदू धर्माचा अनुपम ठेवा

संत विनोबांचे जीवन सुद्धा या दृष्टीने आदर्श आहे. ते लहानपणापासून बाल ब्रह्मचारी राहिलेले आणि नेहमी पूर्ण संयमित जीवन जगून आपली शक्ती देश व लोकसेवेमध्ये लावीत राहिले. याच महाव्रताचा प्रभाव आहे कि ते सत्तर वर्षांच्या वयामध्ये (जेव्हा आमचे अधिकांश देशवासी एक तर मरतात किंवा निष्क्रिय होऊन बसतात) त्यांनी हजारो मैलांची पदयात्रा केली आणि ‘भूदान’ यज्ञासारख्या अद्वितीय आंदोलनाला यशस्वी करून दाखविले. ब्रह्मचर्याचे महत्त्व सांगताना ते म्हणतात -

“हिंदू धर्माने विशिष्ट आचाराकरिता एक असा शब्द बनविला आहे जो दुसऱ्या कोणत्याही धर्मात दिसून येत नाही. तो आहे - ‘ब्रह्मचर्य.’ ब्रह्मचर्याश्रमाची व्यवस्था हिंदू धर्माचे वैशिष्ट्य आहे. इंग्रजीमध्ये ब्रह्मचर्यासाठी कोणताच शब्द नाही. त्या भाषेत शब्द नाही याचा हा अर्थ नाही की त्या लोकांमध्ये कुणी संयमी झालाच नाही. येशू ख्रिस्त हे स्वतः ब्रह्मचारी होते. इतर देशात सुद्धा चांगले-चांगले लोक संयमी जीवन जगतात. परंतु ब्रह्मचर्य आश्रमाची ती कल्पना त्या लोकांमध्ये नाही जी हिंदू धर्मातच पहायला मिळते. ब्रह्मचर्याश्रमाचा अर्थ हा आहे की मनुष्य जीवनाला सुरूवातीपासूनच चांगले खत पाणी मिळावे. ज्याप्रमाणे झाडाला, जेव्हा ते छोटेसे असते तेव्हा, खताची जास्त आवश्यकता भासते. मोठे झाल्यावर खत दिल्याने जितके फायदे होतात त्यापेक्षा जास्त लाभ लहान झाडाला खत दिल्याने होतो. हीच गोष्ट

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता / ५ ●



मनुष्य जीवनाची आहे. हे खत शेवटपर्यंत मिळत राहिले तर चांगलेच आहे. परंतु जर सतत मिळाले नाही तर कमीत कमी बालपणात तरी फारच आवश्यक आहे. जसे, आम्ही मुलांना दूध देतो, त्यांना शेवटपर्यंत दूध मिळाले तर उत्तमच आहे. परंतु जर मिळाले नाही तर कमीत कमी लहानपणी तरी मिळायला हवे. शरीराप्रमाणे आत्मा व बुद्धीला सुद्धा जीवनाच्या सुरुवातीला चांगले पोषण मिळायला हवे. म्हणून ब्रह्मचर्य आश्रमाची योजना बनविली गेली आहे.

‘विषय-वासना ठेवू नका’ - हे ब्रह्मचर्याचे ‘निगेटिव’ किंवा अभावात्मक रूप झाले. सर्व इंद्रियांची शक्ती, आत्म्याच्या सेवेमध्ये खर्च करा. हे त्याचे पॉजिटिव आणि भावनात्मक रूप आहे - ब्रह्म अर्थात काही बृहद् कल्पना. जर मला असे वाटते की या छोट्याशा शरीराद्वारे जगाची सेवा करावी, त्याच्याच कामात आपल्या सर्व शक्तींना खर्च करावे, तर ही एक विशाल कल्पना झाली. विशाल कल्पना ठेवून ब्रह्मचर्याचे पालन शक्य होते. मी अध्ययनाकरिता ब्रह्मचर्य ठेवले. त्यानंतर देशाची सेवा करित राहिलो. तिथे सुद्धा इंद्रिय संयमाची आवश्यकता होती. लहानपणी इंद्रियनिग्रहाचा अभ्यास झालेला असल्यामुळे तो नंतर कठिण वाटला नाही. मी असे म्हणत नाही की ब्रह्मचर्य फार सहज गोष्ट आहे. हो, विशाल कल्पना मनात ठेवाल तर ते सहज होऊन जाईल. मोठा आदर्श समोर ठेवणे व त्याकरिता संयमी जीवनाचे आचरण करणे याला मी ब्रह्मचर्य म्हणतो.”

## ब्रह्मचर्याचा विश्वव्यापक महिमा

सृष्टी नियमाला स्थिर ठेवण्यासाठी आमच्या पूर्वजांनी गृहस्थ आश्रम व वैवाहिक जीवनाची आवश्यकता सुद्धा स्वीकार केली आहे. परंतु त्यात सुद्धा संयमाचे पालन अनिवार्य सांगितले आहे. धर्म-कर्तव्याच्या रूपाने मुलांना जन्म देणे वेगळी गोष्ट आहे आणि कामुकतेच्या फेऱ्यात पडून अंधाधुंदपणे वीर्यनाश करणे पूर्णपणे वेगळी गोष्ट आहे.

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता / ६ ●

अशा प्रकारच्या आचरणाला जगातील सर्व विद्वान व विचारकांनी गैर व मनुष्य जीवनाला नष्ट-भ्रष्ट करणारे मानले आहे.

हिंदू धर्माचा आद्यग्रंथ वेद भगवंताचे म्हणणे आहे - “वीर्याचे रक्षण केल्याने अकाल मृत्यू होत नाही. ज्या व्यक्ती मनुष्य शरीरामध्ये अमूल्य अशा वीर्याचा संचय करतात. त्या दीर्घजीवी होतात.”

आयुर्वेदाची आदी ग्रंथ ‘चरक संहिता’ मध्ये ब्रह्मचर्याला सांसारिक सुखाचे साधनच नाही तर मोक्षदाता सुद्धा सांगितले आहे.

सतामुपासनं सम्यगसतां परिवर्जनम् ।

ब्रह्मचर्योपवासश्च नियमाश्च पृथग्विधाः ॥

- दू. भा. १४३

“सज्जनांची सेवा, दुर्जनांचा त्याग, ब्रह्मचर्य, उपवास, धर्मशास्त्रातील नियमांचे ज्ञान व अभ्यास हा आत्मकल्याणाचा मार्ग आहे.

अडीच हजार वर्षांपूर्वी भगवान बुद्धाने घोषित केले; - “भोग आणि रोग परस्पर मित्र आहेत आणि ब्रह्मचर्य आरोग्याचे मूळ आहे.” श्री गुरू गोविंदसिंहांनी म्हटले आहे - “इंद्रिय संयम करा. ब्रह्मचर्याचे पालन करा. यामुळे तुम्ही बलवान व वीर्यवान बनाल.”

आयुर्वेदाचे आचार्य वाग्भट्टचे म्हणणे आहे - “जगात जितके सुख आहे ते आयुष्याच्या अधीन आहे आणि आयुष्य हे ब्रह्मचर्याच्या अधीन आहे.”

‘हठयोग प्रदीपिका’ मध्ये लिहिले आहे - “मनुष्य जोपर्यंत उध्वीरता (ब्रह्मचारी) राहतो तो पर्यंत त्याला अकाल-मृत्यूचे भय नसते.”

‘छांदोग्योपनिषद्’ मध्ये लिहिले आहे - “एका बाजूला चारही वेदांचा उपदेश आणि दुसरीकडे ब्रह्मचर्य, जर दोघांनाही तराजूच्या पारड्यात ठेवल्या गेले तर ब्रह्मचर्याचे पारडे वेदांच्या उपदेशाच्या पारड्याबरोबर राहते.”

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता/७ ●

‘योगतत्त्वोपनिषद’ मध्ये म्हटले आहे - “जोपर्यंत वीर्य स्थिर राहते तोपर्यंत मनुष्याला मृत्यूची सुद्धा भीती राहत नाही.”

भीष्म पितामहांचे कथन आहे - “तिन्ही लोकांच्या साम्राज्याचा त्याग करणे, स्वर्गाचा अधिकार सोडणे यापेक्षा एखादी उत्तम वस्तू असेल तर तिला सुद्धा सोडून द्यावे. परंतु ब्रह्मचर्याचा भंग करू नये.”

भगवान धन्वंतरीने उपदेश दिला होता - “ज्याला शांती, क्रांती, स्मृती, ज्ञान, आरोग्य व श्रेष्ठ संतती हवी असेल त्याने जगातील सर्वोत्तम धर्म ब्रह्मचर्याचे पालन करायला हवे.”

अशा प्रकारे वेदांपासून ते मध्यकाळातील सर्व धर्म-ग्रंथांनी ब्रह्मचर्यापासून मिळणाऱ्या अपार फायद्याचे आणि त्याला नष्ट केल्याने होणाऱ्या दुष्परिणामांचे स्पष्टपणे वर्णन केले आहे आणि लोकांना उपदेश दिला आहे की जर त्यांना आपल्या लौकिक व पारलौकिक जीवनाला सार्थक बनवायचे असेल तर त्यांनी ब्रह्मचर्याचे अवश्य पालन करावे. आयुर्वेदशास्त्राच्या महान आचार्यांनी सुद्धा सर्व श्रेणीच्या मनुष्यांना इशारा दिला आहे की जर त्यांना आपली मनःस्थिती व आरोग्य स्थिर ठेवून सुखी जीवन जगण्याची इच्छा असेल तर त्यांनी प्रयत्नपूर्वक वीर्याचे रक्षण करावे. सर्व शास्त्रांचे साररूप असलेल्या ‘भगवद्गीता’ ग्रंथामध्ये तर अनुचित विषय वासनेला नाशाचे मूळ कारण सांगितले आहे. दुसऱ्या अध्यायात भगवान श्रीकृष्ण म्हणतात -

ध्यायतो विषयान्पुंसः संगस्तेषूपजायते ।

संगात्संजायते कामः कामात् क्रोधोऽभिजायते ॥

क्रोधाद् भवति सम्मोहः सम्मोहात्स्मृतिविभ्रमः ।

स्मृति-भ्रंशाद् बुद्धिनाशो बुद्धिनाशात्प्रणश्यति ॥

“जो मनुष्य मनाने विषयाचे चिंतन करीत राहतो, त्याची त्यात आसक्ती निर्माण होते. आसक्तीमुळे त्या विषयाच्या पूर्ततेची कामना होऊ लागते आणि त्या कामनेमध्ये विघ्न आल्याने क्रोध

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता / ८ ●

उत्पन्न होतो, क्रोधांमुळे मूढ भाव उत्पन्न होतो. मूढतेमुळे स्मरणशक्ती भ्रमित होते. यामुळे बुद्धी अर्थात ज्ञानशक्तीचा नाश होतो आणि बुद्धीनाश झाल्याने ती व्यक्तीच नष्ट होऊन जाते.”

पाचव्या अध्यायात या गोष्टीला आणखी जास्त स्पष्ट करीत म्हटले आहे.

ये हि संस्पर्शजा भोगा दुःखयोनय एव ते ।

आद्यन्तवन्तः कौन्तेय न तेषु रमते बुधः ॥

“हे जे इंद्रिय व विषयाच्या संयोगाने उत्पन्न होणारे सर्व भोग आहेत, ते जरी विषयी पुरुषांना सुखरूप प्रतीत होत असतील तरी सुद्धा वास्तविकपणे ते दुःखाचेच कारण आहेत आणि नाशिवंतही आहेत. म्हणून बुद्धिमान व्यक्ती त्यात आकर्षित व लिप्त होत नाही.”

पुढे चालून गीताकाराने ब्रह्मचर्याला फार मोठे व्रत व तप सांगितले आहे.

देवद्विजगुरुप्राज्ञपूजनं शौचमार्जवम् ।

ब्रह्मचर्यमहिंसा च शारीरं तप उच्यते ॥

-१७-१४

“देवता, द्विज, गुरू, ज्ञानी पुरुषांचा सत्कार पावित्र्य, सरळपणा, ब्रह्मचर्य व अहिंसा यांना शारीरिक तप म्हटले जाते.”

आमच्या धर्मशास्त्रांमध्ये शरीरास भगवंताचे मंदिर मानले गेले आहे. तेव्हा त्यास पवित्र व शुद्ध ठेवणे आमचे परम कर्तव्य आहे. याचे मुख्य साधन ब्रह्मचर्याचे पालन हेच आहे.

## आधुनिक विद्वानांद्वारे समर्थन

ब्रह्मचर्याचे रक्षण आणि विकासाचा नियम हा इतका शाश्वत आहे की प्राचीनच नव्हे तर अर्वाचीन विद्वानांनी सुद्धा त्याचे पूर्णतः समर्थन केले आहे आणि त्याच्या फायद्यांना सांगून त्याचे व्यवस्थितपणे पालन करण्यावर जोर दिला आहे. आत्मलीन स्वामी रामतीर्थांचा उपदेश

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता/९ ●

या संबंधात फार प्रभावशाली आहे-

“ज्याप्रमाणे दिव्याचे तेल वातीद्वारे वर चढून प्रकाशाच्या रूपात परिवर्तित होते, तसेच ब्रह्मचारीच्या आतील वीर्य सुषुम्ना नाडी द्वारे प्राण बनून वर चढत ज्ञान ज्योतिमध्ये परिणत होते.” जगाच्या विचारांना बदलविणारे समर्थ विद्वान हर्बर्ट स्पेंसर व स्वीडनबर्ग हे अखंड ब्रह्मचारी होते. जगातील सर्वात मोठे तत्त्वज्ञानी ‘कॉट’ सुद्धा ब्रह्मचर्याच्या प्रतापाने दीर्घायुषी झाले होते.

महायोगी अरविंद घोष यांनी म्हटले आहे - “रेतस् (वीर्य) चे जे तत्त्व रति करण्यात उपयोगात येते ते जितेन्द्रिय झाल्याने प्राण, मन व शरीराच्या शक्तींना पोषण देणाऱ्या एका महत्त्वाच्या दुसऱ्या तत्त्वामध्ये बदलते. अशा प्रकारे रेतस् चे ओजस् मध्ये रूपांतर झाल्याने त्याला ऊर्ध्वगती लाभते. हे आर्यांचे सर्वोच्च आदर्श आहे.”

सुप्रसिद्ध भारतीय तत्त्वज्ञ साधू टी. एल. वासवानी लिहितात, - “ब्रह्मचर्याचा मार्ग स्वर्गाचा मार्ग आहे. स्वर्गाचे राज्य ब्रह्मचाऱ्यांकरिता आहे. त्याच्या दरवाजावर प्रदीप्त अक्षरात लिहिले आहे “जो शक्तिहीन असेल त्याने आत येऊ नये.”

स्वामी विद्यानंदांचे कथन आहे - “ब्रह्मचर्याने परोपकाराची वृत्ती जागृत होते आणि परोपकाराच्या वृत्तीशिवाय कुणालाही मोक्ष मिळणे शक्य नाही.”

स्वामी शिवानंद म्हणतात - ‘जर आपण ब्रह्मचर्याचे पालन कराल तर आपल्या मध्ये अतुल बळ येईल.”

• श्री किशोरीलाल मशरूवालांनी लिहिले आहे - “ब्रह्मचर्याचा अर्थ आहे - ईश्वराच्या मार्गावर चर्या - (चालणे) सर्व शक्तींचा ईश्वरीय मार्गामध्ये उपयोग करणेच ब्रह्मचर्य आहे.”

स्वामी अभयानंदांनी म्हटले होते - “जर आपल्याला ब्रह्मचर्यरूपी शक्ती मिळाली तर अशी कोणतीही वस्तू नाही जी की

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता/१० ●

आपल्या हातात येऊ शकणार नाही.”

प्रो. कृष्णरावांनी म्हटले आहे - “अचिन्त्य व अद्भुत पराक्रम करण्यासाठी सर्व अनुपम अशा मानसिक व शारीरिक शक्ती, प्रशंसनीय सद्गुण आणि दिर्घायुष्य फक्त ब्रह्मचर्याच्या प्रतापानेच प्राप्त होऊ शकतात.”

विनोबा भावे यांनी लिहिले आहे, ‘जरी विदेशात ब्रह्मचर्याला धार्मिक रूप दिले गेले नाही तरी सुद्धा तिथे संयमी जीवन व्यतीत करणाऱ्यांचा पूर्णपणे अभाव नाही. तेथील विद्वानांनी सुद्धा शारीरिक दृष्टीने ब्रह्मचर्याच्या महत्त्वाचा स्वीकार केला आहे आणि त्याची फार प्रशंसा केली आहे. प्रसिद्ध जीवशास्त्रज्ञ डॉ. क्राडन एम. डी. यांनी लिहिले आहे - ‘ब्रह्मचारी व्यक्तीला हे माहित नसते कि रोगग्रस्त दिवस कसा असतो. तिची पाचन शक्ती नेहमी चांगली राहते. तिला वार्धक्यामध्ये सुद्धा बालपणासारखाच आनंद मिळतो.’

डॉ. लेटशन एम. डी. यांनी म्हटले आहे - “प्रजेचे उत्पादन करणाऱ्या तत्त्वामध्ये (वीर्य) जीवनीशक्तीचा आश्चर्यकारक समूह असतो. त्याचे रक्षण करीत राहिल्याने शरीर दुबळे होत नाही. जेव्हा या तथ्यांचे शरीरामध्ये शोषण होते तेव्हा त्याच्या जीवन शक्तीमध्ये वाढ होऊन आरोग्य उन्नत होते. डोळे तेजस्वी होतात. शरीरावर नेहमी तारुण्य दिसते.”

अमेरिकेचे प्रसिद्ध निसर्ग चिकित्सक डॉ. बेनीडिक्ट लुस्टा यांचे म्हणणे आहे - “जितक्या प्रमाणात जो मनुष्य ब्रह्मचर्याचे विशेष रूपाने रक्षण करतो तितक्याच प्रमाणात तो मनुष्य विशेष महत्त्वाचे कार्य करू शकतो.”

प्रो. रौवसन म्हणतात - “ब्रह्मचारीची बुद्धी कुशाग्र व विशाल असते, त्याची वाणी मोहक असते. त्याची स्मरण शक्ती तीव्र असते. त्याचा स्वभाव आनंदी व उत्साही असतो.

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता/११ ●



डॉ. गोल एम. डी. चैतन्य आहे - 'ब्रह्मचर्यानि आध्यात्मिक शक्ती मिळते. शरीरात वीर्याच्युत्सृजने आणि ते व्याप्त झाल्याने दैवी शक्तीत अद्भुत वाढ होते.'

## ब्रह्मचर्याविषयी भ्रामक समजुती व त्याची उपेक्षा

महापुरुष व विद्वानांच्या वरील उद्गारांना वाचून स्वाभाविकपणे ही भावना उत्पन्न होते की जेव्हा ब्रह्मचर्याची महिमा इतकी आहे तेव्हा आजकालची माणसे त्याविषयी इतकी उपेक्षेची भावना का ठेवतात? युवकांची तर गोष्टच सोडा, आजकाल १०-१२ वर्षांच्या मुलांमध्ये दूषित भावना दिसून येतात. ते घाणेरड्या-अश्लील गोष्टी सर्वासमोर करतात आणि त्यापैकी कितीतरी मुले अप्रत्यक्षपणे असे अश्लील चाळे सुद्धा करतात. परंतु त्यांचे आई-वडिल व समाजातील मान्यवर वा कोणी सुद्धा या समस्येवर विचार करीत नाहीत. त्या मुलांना अशा अश्लील घाणेरड्या सवयीपासून वाचवून सत्चारित्र्याचे शिक्षण देणे आपले कर्तव्य समजत नाहीत. अधिकांश आई-वडील तर आपल्या मुलांना निर्दोष व फार भोळे समजून या गोष्टींवर विश्वासच ठेवीत नाहीत. आज ना उद्या अशा प्रकारच्या वाईट सवयींची आपली मुले शिकार बनतील म्हणून ते त्यांना या संबंधात काही सांगणे किंवा वाईट चारित्र्याच्या हानीपासून त्यांना सावध करणे अनावश्यक समजतात.

पुष्कळसे पालक असा सुद्धा विचार करतात की मुलांसोबत या विषयावर चर्चा करणे योग्य नाही कारण की असे केल्याने ते वेळेच्या आधीच ह्या गोष्टी जाणतील आणि मग कुतुहल म्हणून लपून-छपून तसे आचरण करू लागतील. याचा परिणाम हा होतो की पालक तर संकोचाने किंवा बेपर्वाईने या गोष्टीला टाळत असतात आणि मुले आपल्या एखाद्या नीच स्वभावाच्या मित्रांपासून किंवा नोकरांपासून अशा प्रकारची वीर्यहानी करणारे शिक्षण प्राप्त करून घेतात आणि शारीरिक पतनाच्या मार्गावर चालू लागतात. म्हणून आपण या भ्रमाचा

पूर्णपणे त्याग करायला हवा की एखादी दुसरी व्यक्ती, शिक्षक, गुरू किंवा उपदेशक येऊन आपल्या मुलाला या विषयी योग्य मार्गदर्शन देईल आणि तो या हानिकारक दुष्कर्मापासून सुरक्षित राहील.

प्राचीन काळात याच दृष्टीने अधिकांश मुले थोडी समजदार होताच मानसिक शिक्षणासाठी एखाद्या कुशल व्यक्तीकडे पाठविली जात असत. ते त्यांना सामान्य लिहिण्यावाचण्याच्या शिक्षणासोबतच चारित्र्यासंबंधी शिक्षण सुद्धा देत असत आणि या गोष्टीकडे नेहमी लक्ष देत असत कि मुलांनी वीर्य रक्षणाच्या नियमांचे पालन करीत सदाचाराच्या मार्गावर चालावे. त्यांचा शारीरिक व मानसिक विकास योग्य प्रकारे व्हावा आणि ते भावी जीवनात सुखी व यशस्वी व्हावेत. ही पद्धत जोपर्यंत वरील रूपाने प्रचलित राहिली तोपर्यंत भारतीय स्त्री-पुरुष ज्ञान, चारित्र्य, बुद्धी, पराक्रम, समृद्धी या सर्व क्षेत्रात पुढे राहिलेत. योग्य वेळेपर्यंत ब्रह्मचर्य व्रताचे पालन करण्याच्या प्रतापाने त्यांच्या शरीरात व मनात असा सुदृढपणा व शक्ती संचित होते की ते आपल्या व्यक्तिगत, सामाजिक व नागरिक कर्तव्याचे पालन प्रशंसनीयपणे करू शकत होते आणि देश व राष्ट्राच्या सन्मानाला उंचावण्यात सहायक होत असत.

### वर्तमान शिक्षण संस्थांची दुर्दशा

आजकाल मुलांच्या शिक्षणासाठी ज्या विदेशी पद्धतीच्या शिक्षण संस्थांचा विकास झालेला आहे, त्यांची दशा या बाबतीत एकदम प्रतिकूल आहे. स्थापनेच्या सुरुवातीला जरी यापासून काही उपकार झाले असतील आणि देशाला उंच ठेवणाऱ्या थोड्या-फार व्यक्ती तेथून शिक्षण घेऊन निघाल्या असतील. परंतु आज तर त्यांची अवस्था पूर्णपणे शोचनीय दिसून येते. आज जरी त्यांची संख्या फार वाढलेली आहे आणि त्यात विद्यार्थ्यांची गर्दी सुद्धा फार जास्त दिसून येत आहे, तरी सुद्धा त्यांची उत्कृष्टता दिवसेंदिवस कमीच होत आहे.

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता/१३ ●

आता या शाळा व महाविद्यालये मुलांचे चारित्र्य निर्माण करण्याऐवजी चरित्रहीनतेचाच आधार बनत आहेत. मुलांमधील उद्धटपणा, शिक्षकांविषयी त्याचा असन्मानजनक व्यवहार, अभ्यासापेक्षा फॅशन व इतर आवडीनिवडी मध्ये असलेली प्रवृत्ती इत्यादी दोष तर प्रत्यक्ष दिसून येत आहेत, वीर्य रक्षणाची सुद्धा त्यात मोठी दुर्दशा होत आहे. तेथील वातावरण इतके दूषित झालेले आहे की जी साधी सरळ व नम्र स्वभावाची मुले तिथे जातात, ती सुद्धा इतर मुलांच्या संगतीमध्ये पडून त्यांची उदाहरणे बघून थोड्याच दिवसात तशीच बनून जातात. जी थोडीफार मुले घरच्या परिस्थितीमुळे किंवा स्वाभाविकपणे सदाचारी राहू इच्छितात त्यांना मोठ्या वयाची दुष्ट मुले फार त्रास देतात व त्रस्त करतात. ती पूर्णपणे नाही तरी काही प्रमाणात तरी चरित्रहीन होतातच.

या शिक्षण संस्थांमधील शिक्षक सुद्धा आता फार खालच्या स्तराचे होत आहेत. शिक्षणाच्या विकासाच्या नावाने आज ज्या नवीन शाळा वाढत आहेत, त्यामुळे बहुतेक अर्धवट ज्ञान असणाऱ्या युवकांनाच शिक्षक म्हणून नियुक्त केले जात आहे. ते स्वतः सुद्धा दोन-चार वर्षांआधी याच शिक्षण संस्थेचे विद्यार्थी होते आणि त्यांच्यात ते सर्व दुर्गुण किंवा त्रुटी असतातच, ज्या विषयींची तक्रार या शाळांमधून केली जाते. काही मोजकी प्रसिद्ध व जुनी विश्वविद्यालये व कॉलेजांना सोडले तर आज सामान्य शाळेचे शिक्षक स्वतःच चारित्र्य, नीतिमत्ता व चांगुलपणा या सारख्या गुणांपासून फार दूर आहेत. त्यांना कधी या गुणांचे शिक्षण प्राप्त करण्याची किंवा अभ्यास करण्याची संधीच मिळाली नाही. त्यामुळे ते यांचे महत्त्व व शिक्षणाच्या प्रक्रियेला समजू तरी कसे शकतील? म्हणूनच ते मुलांच्या चारित्र्याकडे व सद्गुणांकडे लक्ष देऊ शकत नाहीत आणि तितकी योग्यता ही राखत नाहीत. अनेक शिक्षक तर स्वतः चरित्रहीनतेचे दोषी आढळले आहेत आणि त्यांच्या सान्निध्याने मुले बिघडण्याच्या तक्रारीच ऐकायला येत असतात.

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता / १४ ●

ही दशा वास्तविकपणे फार भीतिदायक आहे. जेव्हा रक्षकच भक्षक बनेल तेव्हा सुधारणा व उन्नतीची आशाच कशी केली जाऊ शकते? आई-वडील स्वतः तर बहुधा या विषयापासून अनभिज्ञ असतातच आणि त्यांना आपल्या जीवननिर्वाहासंबंधीच्या कामांपासून फुरसत सुद्धा नसते. त्यामुळे ते स्वतः व्यवस्थितपणे त्यांची देखरेख करून त्यांना सन्मार्गावर चालविण्याची व्यवस्था करू शकत नाहीत. अधिकांश घरामध्ये मुलांचे जे चुकीच्या पद्धतीने लाड केले जातात त्यामुळे ते स्वतः मुलांवर योग्य देखरेख ठेवण्यास समर्थ नसतात. त्यांना नाईलाजाने आपल्या मुलांना याच शाळेच्या भरवशावर सोडावे लागते.

### घरातील असंतोषजनक व्यवस्था

अशा परिस्थितीमध्ये मुलांना ब्रह्मचर्याचे शिक्षण मिळण्याची आणि किशोर अवस्थेमध्ये प्रयत्नपूर्वक वीर्याचे रक्षण करण्याची शक्यताच कुठे असते? घरचे वातावरण सुद्धा याच्या एकदम विरुद्ध असते. अधिकांश आई-वडील किंवा दुसरे वयस्क लोक लहान मुलांना या विषयी अज्ञानी समजून त्यांच्या संमोर किंवा ते जवळ असतांना वैवाहिक जीवनाविषयक चर्चा किंवा व्यवहार करीत असतात. गरीब लोकांची घरे सुद्धा इतकी लहान असतात की तिथे मुलांसाठी वेगळ्या खोलीची व्यवस्था नसते. एक-दोन छोट्या छोट्या खोल्यांतच सर्वांना राहावे लागते व त्यातच जीवनाची सर्व कामे करावी लागतात.

अशा अवस्थेत मुलांचा निरोगी मानसिक विकास होणे अशक्यच होते. एकीकडे पालकपण संकोच किंवा क्षमतेच्या अभावी त्यांना सत्चारित्र्य व ब्रह्मचर्याचे शिक्षण देऊ शकत नाहीत आणि दुसरीकडे त्यांना फार लहान वयापासून काम-विकारविषयक गोष्टी ऐकण्याची व बघण्याची संधी मिळत राहते. यामुळे ह्यांना चार-पाच वर्षांच्या लहान वयापासूनच स्त्री-पुरुषांच्या गुप्तांगाविषयी माहिती मिळत जाते आणि ते याची चर्चा सुद्धा करू लागतात. बघण्यात तर .....

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता/१५ ●

असे येते की घरातील मोठी माणसे लहान मुलांच्या तोंडून अश्लील शब्दांना ऐकून हसत राहतात आणि कित्येक तर त्यांची छेडछाड करून आपले मनोरंजन सुद्धा करतात. जेव्हा पुढे याचा परिणाम वाईट निघतो आणि मुलगा वाईट मार्गाने जाऊ लागतो तेव्हा त्यांना आपल्या चुकीचा पश्चात्ताप होतो.

घरातील राहणीमान, आहार-विहार व व्यसनांची सवय या गोष्टी सुद्धा अशा असतात की ज्यामध्ये राहून ब्रह्मचर्याची कल्पना धूसर होऊन जाते. भारतीय आई-वडिलांमध्ये कदाचित एक-दोन टक्के असे असतील जे मुलांच्या आहार-विहाराकडे विशेष लक्ष देत असतील. बहुधा सगळीकडे जसे मसालेदार, तिखट, उत्तेजक, कठीण, अनैसर्गिक भोजन स्वतः करतात तसेच मुलांना सुद्धा दिले जाते. इतकेच काय घरातील वातावरणामुळे फार लहान अवस्थेतच बीडी, सिगरेट, भांग, दारू सारख्या हानिकारक पदार्थांचा वापर सुद्धा मुले शिकून जातात. जेव्हा घरातील सर्व लोक यांचा वापर करतात. तेव्हा मुलांवर नियंत्रण ठेवणे कठिण होते. आजकाल सहा-सात वर्षांची मुले सुद्धा बीडी सिगरेट पितांना पाहायला मिळतात. हा त्यांच्या घरातील दूषित वातावरणाचाच परिणाम असतो. इतकेच काय ज्या घरात किंवा जातिमध्ये हुक्का, भांग, दारू इत्यादींचा मुक्तपणे संचार असतो त्या घरातील मोठ्या व्यक्तीच आपल्या मुलांना सुरुवातीपासूनच थोडे थोडे देऊन यांची सवय लावतात. परिणामी मोठे झाल्यावर ते पूर्णपणे व्यसनाधीन होऊन जातात.

हे सर्व उत्तेजक व नशेचे पदार्थ ब्रह्मचर्य किंवा वीर्य रक्षण विरोधी आहेत. मोठ्या वयात सुद्धा यामुळे काम-विकार उत्पन्न होतात आणि वीर्य दूषित होते. लहानपणी नशेचा प्रयोग केल्याने तर मुळावरच कठोर आघात होतो आणि अशी मुले दहा-पंधरा वर्षांच्या वयातच कोणत्या ना कोणत्या प्रकारे वीर्यपात करू लागतात. ज्या तत्वाला

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता/१६ ●

शरीराचा राजा म्हटले जाते आणि बळ, ओज, तेज, हिंमत, उत्साह इत्यादी सर्व ज्यामुळे स्थिर राहतात, त्याला नष्ट करून ही मूले भविष्यात सुख-शांती व यश कसे प्राप्त करू शकतील? अशी मूले मोठी होऊन निश्चितच दुराचारी, दुर्गुणी, लंपट बनून आपले जीवन नष्ट करतात आणि ज्या समाजात राहतात, त्याला सुद्धा निरनिराळ्या कुकर्माद्वारे पतित करतात.

## सिनेमाची सर्वनाशक हवा

ब्रह्मचर्य नाशाच्या दृष्टीने आज जी सर्वात मोठा राक्षस उत्पन्न झाला आहे, तो म्हणजे चित्रपट. जरी याचा प्रसार होऊन तीस-पस्तीस वर्षांपेक्षा जास्त काळ झालेला नाही, तरी पण या दरम्यान सिनेमा आमच्या जीवनात पूर्णपणे समाविष्ट झाला आहे. जीवनाच्या ज्या क्षेत्रात बघावे तिथे त्याचा वाईट प्रभाव दिसून येतो. युवकांच्या चारित्र्य व आरोग्याला तर हे सिनेमे फार वाईट प्रकारे बिघडवित आहेत. मनोरंजनाच्या नावाखाली स्त्रियांना अर्धनग्न प्रदर्शित करून, अश्लील गाणे व नाच दाखवून विद्यार्थी व तरुण-तरुणींमध्ये ज्या वासनेला व कुप्रवृत्तीला उत्तेजित केले जाते त्यामुळे त्यांचे नैतिक अधःपतन होत आहे. त्यामुळे त्यांच्यात विषय-भोगाची इच्छा जागृत होते आणि त्याच्या पूर्ततेसाठी ते त्याच अनुचित उपायांचे अवलंबन करू लागतात, ज्यांचे शिक्षण सिनेमाघरांमध्ये त्यांना मिळते.

आज तर परिस्थिती इतकी बिघडली आहे की सामान्य घरातील तीन-चार वर्षांची मुलं आपल्या तोतऱ्या भाषेत सिनेमाचे 'संगम होगा की नहीं' सारख्या प्रसिद्ध घाणेरड्या गाण्यांना म्हणताना दिसून येतात आणि आई-वडील सुद्धा आपल्या मुलांची 'प्रतिभा' बघून फार प्रसन्न होतात. शाळेतील कविता-पाठ करीत नाही परंतु त्याऐवजी आठ-दहा वर्षांची मुलं मोठ्या लयीने 'मेरा मेहबूब आया है' सारख्या निकृष्ट दर्जाच्या गीतांना ऐकवतात आणि आम्ही 'शिक्षक महोदय' सुद्धा ते .....

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता/१७ ●



सर्व ऐकून खुष होत राहतो. या दुरावस्थेचा प्रभाव ब्रह्मचर्याकरिता कसा घातक ठरतो या संबंधात एका विद्वानाचे हे म्हणणे आहे -

‘सर्वात मोठे विष तर सिनेमाघरामध्ये पेरले जाते. हे मनोरंजन नव्हे तर चारित्र्याचे पतन आणि ब्रह्मचर्याच्या नाशाचे सताड उघडे असे दार आहे. होस्टेलमध्ये सिनेमाच्या अनैतिक दृश्यांचा फार व्यापक व घातक प्रभाव पडतो. तरुण-तरुणींचे मन चंचल झाल्याने वीर्य आपल्या स्थानापासून विचलित होते. आजकालच्या नवयुवकांपैकी ८० टक्के वीर्य-विकाराने ग्रसलेले आहेत. त्याचे एक मोठे कारण सिनेमा सुद्धा आहे.’”

## अश्लील साहित्य, चित्र इत्यादी

आमच्या चारित्रिक पतनाच्या कारणांमध्ये अश्लील साहित्याचा सुद्धा हातभार आहे. या युगात ‘साहित्य’ सुद्धा पैसे कमावण्याचे साधन मानल्या गेले आहे आणि हीन प्रवृत्तीचे अनेक लेखक त्यांच्या कर्तव्याला पूर्णपणे विसरले आहेत. आज लेखकाचा एक असा वर्ग उत्पन्न झाला आहे, जो यौन उच्छृंखलता व कामुकतेच्या गोष्टीचे यथातथ्य वर्णन करण्यातच आपली विशेषता समजतो.

काही काळाआधी अशा अश्लील कादंबऱ्या व कहाण्यांच्या मासिकांचा पूरच आला होता आणि हे घाणेरडे लेखक एक-दुसऱ्यापेक्षा पुढे जाऊन आपले प्रभाव दाखवू लागले होते. त्याच प्रवाहात एका कहाणी मासिकाच्या प्रथम अंकामध्ये हे शब्द वाचण्यात आले होते की, “आपल्याला श्रृंगार, प्रेम, कामोपभोगाच्या गोष्टी वाचण्याची इच्छा असेल तर आम्ही ते सुद्धा आपल्याला योग्य मूल्यात देऊ.” असे लेखक स्वतः वेश्यागमनासारख्या दुराचारामध्ये गुंग असत आणि त्याच अनुभवांना लेखणीद्वारे प्रकट करून युवक-युवतींना कुमार्गावर चालविण्याचे कार्य करीत असत. तसेही अशा प्रकारचे साहित्य पूर्णतः सारहीन असायचे म्हणून काही काळ ओलांडल्यानंतर त्याचा प्रभाव

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता/१८ ●

बराच काही नष्ट झाला. तरीसुद्धा बाजारात अशा साहित्याची कमी नाही, कारण हीन श्रेणीचे व बाजारू वाचक मनोरंजनाकरिता त्यालाच पसंत करतात.

अशा प्रकारच्या पुस्तकांचा व मासिकांचा प्रभाव किशोर वयाची मुले आणि युवकांसाठी फार घातक असतो. असे वर्णन बहुतेक कामोद्दीपक असते आणि त्यामुळे संभोगाची इच्छा उत्पन्न होते. अश्लील साहित्य नक्कीच वाचकांच्या मनात घाणेरडे विचार उत्पन्न करते आणि ते विभिन्न मार्गाने वीर्यनाशामध्ये प्रवृत्त होतात. जर त्यांना आपल्या विचारांना व्यावहारिक रूपामध्ये बदलविण्याची संधी मिळत नसली तरी ते मानसिक दुराचारामध्ये प्रवृत्त होतातच आणि परिणामी स्वप्नदोष सारख्या वीर्यासंबंधी असलेल्या अनेक आजारांनी ते पछाडले जातात.

अश्लील चित्रांचे प्रस्थ सुद्धा आजकाल फार वाढत आहे. मोठमोठ्या शहरात तर पुस्तक विक्रेते रस्त्यावरच नग्न चित्रांची पुस्तके विकायला बसतात. किती तरी शहरांमध्ये चांगले व प्रामाणिक समजले जाणारे प्रकाशक सुद्धा अशा घाणेरड्या चित्रांची पुस्तके गुप्तपणे छापताना व विकताना पकडले गेले आहेत. बरेचसे युवक ज्यांनी आधीपासूनच वीर्यनाश करून स्वतःला दुर्बल व रोगट बनवून टाकले आहे आणि वीर्य क्षय झाल्याने आपल्या वैवाहिक संबंधामध्ये सुद्धा असमर्थ ठरले आहेत, अशा व्यक्ती कामोपभोगाच्या चित्रांपासून उत्तेजना प्राप्त करण्याची इच्छा ठेवतात. या विषयी काही सांगता येत नाही की ते अशा योजनेत कुठपर्यंत यशस्वी होतात. परंतु या भ्रमामुळे अशा घाणेरड्या चित्रांची पुस्तके बरीच विकली जातात. हेच कारण आहे की अनेकदा धरपकड करून व दंड देऊन सुद्धा असे साहित्य बंद होत नाही आणि त्यामुळे अनेक अनुभवहीन लोकांचे जीवन दूषित होत राहते.

या दृष्टीने सिनेमांची मासिके व पोस्टर्स मधील अनेक चित्रेसुद्धा

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता / ११ ●

घातक असतात. हे अर्थपिशाच्च 'निर्मते' नीती-अनीतीचा विचार न करता फक्त या प्रयत्नात असतात की लोक जास्तीत जास्त त्यांच्या सिनेमाकडे आकर्षित व्हावेत आणि त्यांना भरपूर कमाई करण्याची संधी मिळावी, परंतु यामुळे जनतेच्या चारित्र्याचे किती नुकसान होते आणि समाजामध्ये दोष दुर्गुण किती वाढतात, याची काळजी ते कधीच करीत नाहीत.

## ब्रह्मचर्याचे रक्षण कसे करावे ?

ब्रह्मचर्याची भावना कमी होत जाण्याची आणि वीर्य-नाशाची प्रवृत्ती वाढण्याची अनेक कारणे आहेत. परंतु सर्वात मोठे कारण समाजाची परिस्थितीच आहे. मनुष्य कितीही उच्छृंखल किंवा सदाचारहीन असो, त्याला समाजाचे भान ठेवावेच लागते. जर समाज यौन सदाचाराला महत्त्व देणारा असेल आणि चारित्र्यहीनतेला तिरस्काराच्या दृष्टीने बघत असेल, तर फार कमी व्यक्ती वाईट मार्गावर जाण्याची हिंमत करतील. त्या अवस्थेमध्ये सदाचारापासून विन्मुख झालेली व्यक्ती सामाजिक अपमान व बहिष्काराच्या भीतीने, राजीखुशीने नाही तर लाचारीने अनैतिक कार्याकडे एकाएकी पाऊल टाकणार नाही. जर जनतेचा सदाचारी वर्ग प्रभावशील असेल तर व्यभिचारास इच्छुक व्यक्ती सुद्धा त्या मार्गावर जाण्यापासून थांबतील. जर एखाद्या विवेकहीन व्यक्तीने तसे कर्म केलेच तर त्याला त्याच प्रकारे घृणित व नीच समजले जाईल, ज्या दृष्टीने आम्ही वेश्येला बघतो. या तथ्याचे विवेचन करतांना एका विचारवंताने लिहिले आहे -

‘ही बाब लक्षात घेण्यायोग्य आहे की समाजातील गृहस्थ जीवन जेवढे पवित्र राहील तेवढीच त्या समाजात ब्रह्मचारी लोकांची संख्या जास्त मिळेल. ज्या देशामध्ये बहुसंख्यांक लोकांचे गृहस्थ जीवन अपवित्र असेल तिथे फार शुद्ध ब्रह्मचारी कधीच मिळणार नाहीत.’

महात्मा गांधींनी चार मुले झाल्यानंतर ब्रह्मचर्याचे व्रत धारण

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता / २० ●

केले होते आणि त्याला स्वानुभव व अभ्यासाच्या बळावर या परिपूर्ण स्थितिमध्ये पोहोचविले होते की त्यांचे जीवन करोडो लोकांकरिता आदर्श बनून गेले. त्यांनी आपले 'ब्रह्मचर्याचे अनुभव' विस्तारपूर्वक लिहिले आहेत आणि ते उपाय सुद्धा सांगितले आहे की ज्यांचे पालन केल्याने या कठिण कार्यात ते यशस्वी झालेत, खाली त्यांच्या लेखाचेच काही अंश दिले आहेत.

## ब्रह्मचर्य आणि स्वादेन्द्रिय

ब्रह्मचर्याचे पालन करण्यासाठी स्वादेन्द्रियाला ताब्यात ठेवायला हवे. मी हा स्वतः अनुभव घेतला आहे की जर स्वादाला जिंकले तर मग ब्रह्मचर्य सोपे जाते. या कारणामुळे माझे भोजनाचे प्रयोग फक्त अन्नाहाराच्या दृष्टीनेच राहिले नाहीत तर ब्रह्मचर्याच्या दृष्टीने होऊ लागले होते. माझा अनुभव हा आहे की भोजन कमी, साधे, मिरची-मसाला रहित असायला हवे. ब्रह्मचान्याचे सर्वोत्तम भोजन तर झाडावरील पिकलेली फळे आहेत. फलाहाराच्या दिवसात माझ्यासाठी ब्रह्मचर्य सहज होते, परंतु जेव्हा मी दुग्धाहार घेऊ लागलो तेव्हा ते कष्टसाध्य झाले. परंतु दुधासारखे, शरीराच्या नस-नाड्या मजबूत बनविणारे व तितक्याच सहजतेने पचणारे खाद्य दुसरे नाही. म्हणून मी कोणालाच त्याचा त्याग करण्यास सांगू शकत नाही."

## ब्रह्मचर्य व उपवास

"इंद्रिये इतकी बलवान आहेत की, जेव्हा चारही बाजूने, वरून-खालून दशदिशांनी जेव्हा त्यांना घेरले जाते तेव्हाच ती ताब्यात राहतात. सर्व लोकांना हे माहित आहे की आहाराशिवाय इंद्रिये आपली कामे करू शकत नाहीत म्हणून इंद्रिय दमन करण्यासाठी स्वेच्छेने केलेल्या उपवासांची ब्रह्मचर्य पालनामध्ये फार मदत मिळते. कित्येक माणसे उपवास करून सुद्धा यशस्वी होत नाहीत याचे कारण हे आहे की ते उपवासानेच सर्व कामे पूर्ण होण्याची आशा करतात. ते बाह्य रूपाने .....

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता/२१ ●

उपवास करतात परंतु मनामध्ये छपन्न भोगांचे ध्यान करीत असतात. उपवासाने खरा लाभ तेव्हाच होतो जेव्हा मन सुद्धा देह-दमन करण्यासाठी साथ देते.

## ब्रह्मचर्य व मनोविकार

ब्रह्मचर्याचे पालन करणारे बहुतेक यामुळे अयशस्वी होतात, कारण की ते आहार-विहार व अवलोकन इत्यादीमध्ये अब्रह्मचाऱ्या सारखा व्यवहार करतात. संयमी व स्वच्छंद, भोगी व त्यागी जीवनात फरक अवश्य असावा. साम्य तर फक्त वरवरच दिसते. फरक हा स्पष्टपणे दिसायला हवा. डोळ्याने काम तर दोन्ही प्रकारच्या व्यक्ती घेतात. परंतु ब्रह्मचारी देवदर्शन करतो तर भोगी हा नाटक-सिनेमा मध्ये लीन राहतो. कानांचा उपयोग दोन्ही करतात परंतु एक ईश्वर-भजन ऐकतो तर दुसरा विलासमय गीतांना ऐकण्यात आनंद मानतो. भोजन दोघेही करतात. परंतु एक शरीररूपी तीर्थक्षेत्राच्या फक्त रक्षणासाठी पोटात अन्न टाकतो आणि दुसरा स्वादासाठी या शरीरात अनेक पदार्थांना भरून त्याला दुर्गंधित बनवितो.”

ब्रह्मचर्य पालन करण्यासाठी मन, वचन, कर्मानि सर्व इंद्रियांच्या संयमासाठी आधी सांगितलेल्या त्यागाची आवश्यकता आहे. जोपर्यंत आपल्या विचारांवर आपला इतका ताबा होत नाही की आपल्या इच्छेशिवाय एक सुद्धा विचार येणार नाही तोपर्यंत पूर्ण ब्रह्मचर्य पालनाची आशा करूच नये. जेवढे काही संसारी विचार आहेत ते सर्व एक प्रकारचे विकार आहेत. त्यांना वश करण्याचा अर्थ आहे - मनाला वश करणे आणि मनाला वश करणे वाऱ्याला वश करण्यापेक्षा कठीण आहे. जरी यात अनेक मोठमोठ्या अडचणी असल्या तरी हे असाध्य मात्र नाही. ब्रह्मचर्य तर परम अर्थ आहे आणि परम अर्थासाठी परम-पुरुषार्थाची आवश्यकता भासत असेल तर यात काय आश्चर्य?

## ईश्वरपरायणता व आस्तिक भाव

शेवटी सर्वात मोठा उपाय आहे - ईश्वरपरायणता आणि ईश्वराच्या कृपेवर अटळ विश्वास ठेवणे. जर आम्ही मनापासून ईश्वराचे चिंतन केले, वाणीने त्याची चर्चा केली, शारीरिक कर्मांमध्ये सुद्धा ईश्वर सेवेचा भाव ठेवला, तर ब्रह्मचर्य पालन फार सोपे होऊन जाईल. त्या स्थितीमध्ये कामविकाराचा विचार करण्याची आणि त्याची चर्चा करण्याची संधीच मिळणार नाही. महात्मा गांधी सुद्धा शेवटी याच निष्कर्षावर पोहोचले होते. त्यांनी लिहिले आहे, “जेव्हा मी आफ्रिकेवरून परत पुन्हा भारतात आलो तेव्हा मी बघितले की ब्रह्मचर्य केवळ प्रयत्न साध्य नाही. आतापर्यंत मी म्हणायचा की फलाहाराने ब्रह्मचर्याचे पूर्णपणे पालन होईल, तोपर्यंत मी वस्तुतः एक प्रकारच्या विदेशी भाव प्रवाहात होतो. भारतात येऊन मला अनुभव आला की खऱ्या आत्मार्थी ब्रह्मचाऱ्याचे अंतिम साधन तर रामनाम व रामकृपाच आहे.

## भोजन शुद्ध व सात्त्विक असणे

शरीराची घडण व विकासाचा मुख्य आधार आमचा आहार असतो. शरीरच नव्हे तर मनावर सुद्धा याचा फार प्रभाव पडतो. अशुद्ध व अनीतीद्वारे तयार केलेला आहार घेऊन एखादी व्यक्ती संयमी राहू शकणे शक्य नाही. जे लोक जास्त मसालेदार, खमंग व जड भोजन करतात, ते बहुधा बद्धकोष्ठतेचे शिकार होतात. त्यामुळे संडास करायला जास्त जोर लावावा लागतो. सतत असे करीत राहिल्याने याचा कुप्रभाव जननेंद्रिय व वीर्यवाहिनी नसांवर सुद्धा पडतो आणि लघवीसोबत वीर्य सुद्धा निघायला सुरूवात होते. अशा प्रकारे वीर्यनाश होणे आरोग्यासाठी निश्चितच हानिकारक असते.

नशेपासून अलिप्त-रहावे. सर्व प्रकारचे नशेचे पदार्थ सुद्धा वीर्य रक्षणाचे महान शत्रू आहेत. दारू, ताडी, अफू, भांग इत्यादी मादक पदार्थ मनुष्याच्या मनाला उत्तेजित करतात आणि त्याला

● ब्रह्मचर्य - जीवनाची अनिवार्यता/२३ ●





COLLECTION OF VARIOUS  
-> HINDUISM SCRIPTURES  
-> HINDU COMICS  
-> AYURVEDA  
-> MAGZINES

FIND ALL AT [HTTPS://DSC.GG/DHARMA](https://dsc.gg/dharma)

Made with



By

Avinash/Shashi

!creator of  
hinduism  
server!



COLLECTION OF VARIOUS  
-> HINDUISM SCRIPTURES  
-> HINDU COMICS  
-> AYURVEDA  
-> MAGZINES

FIND ALL AT [HTTPS://DSC.GG/DHARMA](https://dsc.gg/dharma)

Made with



By

Avinash/Shashi

!creator of  
hinduism  
server!



KAPWING

दुराचाराकडे प्रेरित करतात. सर्वात वाईट व सामान्य समजले जाणारे धूम्रपान सुद्धा वीर्याला इतके पातळ व कमजोर करते की काही वर्षांपर्यंत त्याचे व्यसन राहिल्यास संयम व वीर्य रक्षणाचा उद्देश असफल होऊन जातो. तंबाखूमध्ये एक प्रकारचे घातक विष 'निकोटिन' असते, ते शुद्ध अवस्थेत जर एखाद्या नवीन व्यक्तीला दिले तर ती त्याच वेळी मरू शकते. जरी हळू-हळू याची सवय लावली तरी त्याचा वाईट प्रभाव लगेच लक्षात येत नाही. परंतु ते आरोग्याला सतत नुकसान पोहोचवित असते आणि एक दिवस ते मनुष्याला कमजोर व निस्तेजच करीत नाही तर वेगवेगळ्या प्रकारचे भयंकर आजार जसे कैंसर इत्यादी उत्पन्न करून त्याची जीवनलीला वेळेच्या आधीच समाप्त करून टाकते.

आळस, प्रमाद, श्रृंगारप्रियता, कृत्रिम जीवन, दुराचारी लोकांची संगत आणि त्यांच्या कामुकता व वासनापूर्ण गोष्टींमध्ये रस घेणे, अनियमित दिनचर्या इत्यादी अनेक गोष्टी सुद्धा वीर्य-रक्षणाच्या दृष्टीने हानीकारक आहेत. यामुळे मनुष्याच्या मनाला वाईट मार्गावर जाण्याची संधी मिळते आणि तो क्रमशः दूषित जीवनाला स्वीकारीत जातो. प्राचीन धर्म-शास्त्रकारांनी आश्रमासाठी असे कठिण नियम बनविले होते. त्यांनी स्त्रियांच्या संपर्कातून तर वाचावेच, त्याशिवाय कोणत्याही स्त्रीविषयी दूषित विचार सुद्धा मनात आणू नयेत. यात शंकाच नाही की ज्या व्यक्तीला निरोगी, सदाचारी, पवित्र व सुखी जीवन व्यतीत करून या मनुष्य जन्माला सार्थक करावयाचे असेल त्याने आपला आचार-विचार शुद्ध व सात्विक ठेवायला हवा. अनुचित रीतीने वीर्यनाशासारखे प्रसंग सुद्धा कधीच येऊ देणार नाहीत, अशाच व्यक्ती आपला व आपल्या देशाचा व समाजाचा उत्कर्ष करू शकतात आणि एखाद्या महान लक्ष्याला पूर्ण करून लोक व परलोकामध्ये सद्गतीचे अधिकारी बनू शकतात.

\*\*\*

मुद्रक : श्री वेदमाता गायत्री ट्रस्ट, शांतिकुंज-हरिद्वार (उत्तराखंड) २४९४११