



0
KB/s

4G



8:19 PM

आत्म-सामर्थ्य देणारी सर्वाधिक लोकप्रिय अभिजात कृती

तुम्ही जसा विचार करता



जेम्स अ‍ॅलन



तुम्ही जसा विचार करता

जेम्स ॲलन

प्रस्तावना आणि संपादन
मार्क ॲलन

मराठी अनुवाद
प्रा. पुष्पा ठक्कर

अनुक्रमणिका

- ◆ परिचय
- ◆ प्रस्तावना
- ◆ एक : विचार आणि चारित्र्य
- ◆ दोन : परिस्थितींवर विचारांचा प्रभाव
- ◆ तीन : विचारांचा प्रभाव आरोग्य आणि शरीरावर
- ◆ चार : विचार आणि हेतू
- ◆ पाच : विचार — उद्दिष्टप्राप्ति यशातील एक घटक
- ◆ सहा : स्वप्न आणि आदर्श
- ◆ सात : प्रसन्नता
- ◆ लेखकासंबंधी

परिचय

मार्क ऑलन

तुम्ही जे काही करु शकता,
किंवा तुम्ही करु शकता असे स्वप्न
पाहता,
ते करायला लागा —
धीटपणातच सगळी अलौकिक बुद्धिमत्ता,
सामर्थ्य आणि जादू सामावलेली असते.

— गटे



या पुस्तकात अलौकीक बुद्धिमत्ता, सामर्थ्य आणि जादू आहे. अँज यु थिंक हे 'स्व-मदत' 'Self-help' ही संकल्पना अक्षरशः खरी करणाऱ्या जगातील काही अजरामर पुस्तकांपैकी एक पुस्तक आहे हे सिद्ध झाले आहे. खरे तर 'स्व-मदतीपेक्षा 'स्व-सबलीकरण' किंवा 'आत्म-वास्तविकीकरण' ही संकल्पना, हा शब्द अधिक सार्थ ठरवतो. हे पुस्तक आपल्याला दाखवून देते की आपल्यात महान बनण्याची कुवत आहे आणि ती महानता साध्य करण्याची साधने ते आपल्या हाती देते.

सत्य नेहमीच साध्यारीतीने सांगितले जावे. आणि जेव्हा ते अशारीतीने सांगितले जाते तेव्हा त्याचा अत्यंत शक्तिशाली प्रभाव पडू शकतो. वास्तवात ते आपले आयुष्य बदलून टाकू शकते. सत्य आपल्याला अक्षरशः मुक्त करीत असते — आपणच आपल्यावर लादलेल्या मर्यादापासून. जेम्स अँलन आपल्याला स्पष्टपणे दाखवून देतात की आपल्या वैयक्तिक सामर्थ्याची किल्ली आपल्या मनात असते. ते आपल्याला हे देखील दाखवून देतात की ही किल्ली वापरून आपल्या कल्पनेतील महानतम यश आणि सिद्धी कशा प्राप्त करता येतात.

मला 'अँज यु थिंक' सुमारे वीस वर्षांपूर्वी सापडले आणि तेव्हापासून ते अखंडपणे माझ्या सोबतीला आहे. मी वाचलेले ते एकमेव असे अत्यंत शक्तिशाली पुस्तक आहे आणि त्याने माझे अवघे आयुष्य बदलून टाकले. मी ते असंख्यवेळा वाचले आहे. मला जेव्हा जेव्हा प्रेरणेची गरज भासते, तेव्हा तेव्हा मी हेच पुस्तक उचलतो आणि हातात येईल ते पान वाचायला लागतो. या पुस्तकाची अशी अनेकदा पारायणे केल्याने जेम्स अँलन यांचे साधे आणि तरीही मनाला भिडणारे तेजस्वी, तळपते शब्द हळूहळू खोलवर झिरपत जाऊन माझ्या अचेतन मनात स्थिरावले आणि माझ्या आयुष्यात स्थिरपणे शुभ परिवर्तन घडून येऊ लागले. जीवनात ज्या गोष्टी करायला नको अशा गोष्टी करायचे मी सोडून दिले. मला जे करणे प्रिय आहे त्याच गोष्टी करण्यात मी माझा वेळ घालवतो. मला माझ्या जीवनात योग्य पेशा, जीवितकार्य आणि हेतूचा शोध लागला आहे. मी माझ्या यशाची आणि परिपूर्तीची स्वप्ने पाहिली आणि माझी स्वप्ने साकार केली.

आमच्या नावात साम्य असले तरी जेम्स अँलन यांच्याशी माझे कोणतेही नाते नाही आणि तरीही त्यांचे शब्द माझ्या जीवनात माझ्यासाठी बलशाली मार्गदर्शक बळ बनून राहिले आहेत. त्यांचे हे शब्द मी तुम्हाला सांगू शकतो त्याबद्दल मी स्वतःला त्यांचा ऋणी समजतो.

मी या पुस्तकाचे किंचित संपादन केले आहे, जे शब्द आता प्रचलित नाहीत किंवा ज्यांचा अर्थ काहीसा वेगळा होऊ शकतो असे काही शब्द बदलले आहेत मुळ पुस्तकाचे नाव आहे 'As a Man Thinketh' 'माणूस जसा विचार करतो'. अर्थातच लेखक माणूस या संज्ञेत स्त्री तसेच पुरुष दोघांनाही गृहीत धरतात. कारण ते ज्या तत्वांकडे, सिद्धांतांकडे निःसंदिग्धपणे निर्देश करतात ती तत्त्वे, ते सिद्धांत सार्वत्रिक, वैश्विक आहेत. वय, लिंग, वंश, समजुती, धर्म, सामाजिक दर्जा किंवा शिक्षण अशा कोणत्याही मर्यादेत न राहता प्रत्येकाला ती सारखीच लागू

पडतात.

जेम्स ॲलन यांना बौद्ध परंपरांची, धर्माची माहिती होती की नाही हे मला माहित नाही तरीही त्यांच्या विचारांच्या आशयावरून त्यांनी पौर्वात्य तसेच पाश्चिमात्य सुज्ञपणाचा सखोल अभ्यास केला असावा अशी शक्यता दिसून येते. बुद्धाने २५०० वर्षांपूर्वी जगाला शिकवले आहे की मुक्ती आणि प्रसन्नतेकडे नेणारे आठ राजमार्ग आहेत. त्यालाच जेम्स ॲलन उद्देशून “निष्कलंक सौंदर्य आणि परिपूर्ण शांतीचे आध्यात्मिक विश्व” म्हणतात. हे आठ मार्ग असे आहेत — योग्य समज किंवा आकलन, योग्य विचारसरणी, योग्य वाचा, योग्य कृती, योग्यरीतीने उदरनिर्वाह, योग्य महत्वाकांक्षा, योग्य सतर्कता आणि योग्य ध्यान-धारणा, चिंतन. योग्य विचारसरणीच्या मार्गाचा अत्यंत सुंदर सारांश म्हणजे हे पुस्तक होय. शिवाय त्यात इतरही अनेक मार्गांचा परामर्शही घेतला गेला आहे.

अर्थातच हे निश्चित शक्य आहे की जेम्स ॲलन यांना पाश्चात्य परंपरा आणि त्यांच्या स्वतःच्या चिंतनातून, ध्यान-धारणेतून आकलनाची ही महान पातळी प्राप्त झाली असावी. त्यांच्याबद्दल फारच थोडी माहिती उपलब्ध आहे. माझ्या माहितीनुसार त्यांची प्रचंड गहन अंतर्दृष्टी, मर्मज्ञान आणि मार्गदर्शन याच्या स्रोतांविषयी कोणालाही काहीच सांगता येणार नाही.

पुस्तकाचा आरंभ एका छोट्या कवितेने होतो — *मन आहे परमशक्ति जी घडवते आणि बनवते...* तिबेटीयन बौद्ध प्रथेनुसार पुस्तकाचा आरंभ नेहमीच एका छोट्या कवितेने होतो. असे गृहीत धरले जाते की जर तुम्हाला ती कविता समजली तर तुम्हाला पुस्तक वाचायची गरजच नाही, कारण पुस्तकातील सगळा सुज्ञपणा, सगळे शहाणपण त्या लहानश्या कवितेत सामावलेले असते. या पुस्तकाच्या बाबतीतही तेच तथ्य लागू पडते. प्रारंभीची कविता समजून घेतली म्हणजे संपूर्ण पुस्तकाचे सार

तुम्हाला गवसले असे समजा. परिपूर्तीची किल्ली तुम्हाला सापडली आहे, ही किल्ली तीव्र बुद्धिमत्ता, सामर्थ्य आणि जादूची बंद द्वारे उघडून टाकते.

जेम्स ॲलन यांनी आपल्याला दिलेल्या या भेटीचा, देणगीचा आनंद उपभोगा. एका छोट्या गाठोड्यात त्यांनी चिरंतन आणि अपरिमित, अफाट खजिना गुंडाळला आहे.

— मार्क ॲलन

नोव्हेंटो, कॅलिफोर्निया

तुम्ही जसा
विचार करता

मन आहे परमशक्ति, जी घडवते आणि बनवते
आणि आपणच हे मन आहोत आणि
आपण
सदैव विचारांचे साधन हाती घेऊन आपण
काय बनू याला आकार देत असतो,
हजारो आनंदाचे क्षण आणि हजारो अनिष्टांना
आमंत्रण देत असतो.
आपण गुप्तपणे विचार करतो आणि ते
प्रत्यक्षात साकार होतात
आपले विश्व म्हणजे दुसरे काही नसून
आपण जगाकडे ज्यातून पहात असतो
ते आमचे काचेचे भिंग असते.

— जेम्स अँलन



अनुभव आणि चिंतनाचा परीणाम असलेले हे छोटे पुस्तक लिहिण्यामागचा हेतू, आतापर्यंत भरपूर लिखाण झालेल्या ‘विचारांचे सामर्थ्य’ या विषयावर सविस्तर, सघन लिखाण करण्याचा नाही. ते वर्णनात्मक नाही तर ते केवळ सुचनात्मक आहे. त्याचा मुख्य उद्देश हा आहे की समस्त स्त्री-पुरुषांना या सत्याचा शोध घेण्यासाठी आणि त्याचे आकलन करून घेण्यासाठी प्रेरीत करणे की त्यांनी ज्या प्रकारच्या विचारांची निवड केली आहे आणि ज्या विचारांना ते प्रोत्साहन देतात त्या विचारांच्या परिणामी “ते स्वतःच स्वतःचे शिल्पकार, निर्माते असतात.” आपले मन एक कुशल विणकर असते आणि तेच आपल्या चारित्र्यरूपी अंतर्वस्त्रांची आणि आपल्या परिस्थितीरूपी बाह्य वस्त्रांची वीण घालत असते आणि जरी त्यांनी, त्यांच्या मनाने आतापर्यंत अजाणता, अज्ञानाने त्यांच्या जीवनात वेदनांचे धागे, दुःख विणले असले तरी आता ते त्यांच्या जीवनरूपी वस्त्रात ज्ञानाच्या प्रकाशाची, प्रबुद्धतेची आणि आनंदाची वीण घालू शकतील.

— जेम्स ॲलन

इल्फ्राकोम्बे, इंग्लंड

एक



विचार

आणि

चारित्र्य



तुम्ही एक शक्तिशाली, बुद्धिमान आणि
प्रेममय अस्तित्व असल्यामुळे...
तुमच्याजवळ प्रत्येक परिस्थितीची किल्ली,
उकल असते,
आणि प्रत्यक्ष तुमच्यातच
ते नवचैतन्य देणारे आणि
आमुलाग्र बदल घडवून आणणारे सामर्थ्य
असते
ज्याच्या द्वारे तुम्ही स्वतःला ते बनवू
शकता
जे तुम्ही बनता.



“आ

पण आपल्या मनात जसा विचार करतो तसेच आपण असतो”, हे सुभाषित केवळ आपल्या समग्र अस्तित्वालाच लागू पडते असे नव्हे तर ते इतके सर्वसमावेशक आहे की ते आपल्या जीवनातील प्रत्येक परिस्थितीला आणि घटनेला लागू पडते. आपण अक्षरशः तेच असतो जसा आपण विचार करीत असतो. कारण आपले चारित्र्य हे आपल्या सगळ्या विचारांची गोळा बेरीज असते.

ज्याप्रमाणे बीजातून रोपटे उगवते आणि बीजाशिवाय ते अस्तित्वात येऊच शकत नाही, त्याचप्रमाणे आपल्यापैकी प्रत्येकाचे प्रत्यक्षातिल वागणे, कृती ही आपल्या मनात दडलेल्या आपल्या विचाररूपी बीजातून आकार घेत असते, विचारांशिवाय कृती घडूच शकत नाही. ज्या वागण्याला “उत्स्फूर्त” आणि “पूर्वविचार न करता” केलेले वागणे म्हणतात त्या वागण्यालादेखिल हे तत्त्व तितकेच लागू पडते, जितके ते विचारपूर्वक केलेल्या कृतीला लागू पडते.

विचाररूपी बीजाला आलेला बहर म्हणजे कृती, आणि आनंद तसेच यातना ही त्याची फळे आहेत. अशाप्रकारे आपणच पेरलेल्या बीयांपासून आपल्याला कडू-गोड फळे वेचावी लागतात.

आपण काय आहोत याचा आराखडा आपल्या मनातील विचारच बनवत असतात आणि त्या आराखड्यानुसार प्रत्यक्षात रचनाही केली जाते. जर आपण अज्ञानी किंवा वाईट विचारांची जोपासना आपल्या मनात केली तर त्यांच्या मागोमाग आपल्या जीवनात लवकरच दुःख येईल. जर आपले विचार निरोगी आणि हितकारी असतील तर ज्याप्रमाणे सुर्यप्रकाशात आपली सावली प्रामाणिकपणे आपल्या मागोमाग येत असते त्याचप्रमाणे या चांगल्या विचारांच्या पावलांवर पावले ठेवीत आपल्या जीवनात सुख अवतरते.

मानवी-स्त्री-पुरुष — हा कौशल्यनिर्मित, कृत्रिमरीत्या निर्माण झालेली वस्तू नसून, त्याचा विकास काही नियमांनुसार होत असतो. त्यामुळे या जगात दिसून येणाऱ्या सगळ्या भौतिक गोष्टींमागे जसा कार्यकारण भाव दिसतो म्हणजे कारण आणि त्याच्या परीणामांची शृंखला दिसून येते, त्याचप्रमाणे विचारांच्या अदृश्य प्रांतात हाच कार्यकारण भाव मानवाच्या जीवनात निखालसपणे आणि अविचलपणे कार्य करीत असतो. एखाद्याला लाभलेले उदात्त आणि इश्वरीय चारित्र्य हे काही देवाचा कृपाप्रसाद नसतो किंवा ते योगायोगाने मिळत नसते. तर सतत योग्य विचार करण्याचा तो परिणाम असतो. दीर्घकाळ इश्वरीय विचारांशी संबंध जुळवून ठेवण्याच्या परीणामी असे चारित्र्य लाभते.

तसेच अधम आणि पाशवी चारित्र्यदेखील याच पद्धतीने निर्माण होत असते. सतत नीच विचारात रमल्याचा तो परीणाम असतो.

आपण स्वतःच घडवत किंवा बिघडवत असतो. आपणच आपल्या विचारांच्या भट्टीत आपलाच सर्वनाश घडवून आणणाऱ्या शस्त्रांना आकार देत असतो आणि आपणच आपल्यासाठी आनंद, ताकद आणि शांतीचा महाल उभारण्यासाठी आपल्या विचारांनाच साधन बनवत असतो. योग्य विचारांची निवड करून आणि त्यांची योग्यप्रकारे

अंमलबजावणी करून आपण दैवी परीपूर्णतेच्या सोपानावर वर चढत जातो आणि अनिष्ट विचार करून आणि त्यांच्यानुसार वागून आपण पशूच्याही खालच्या पातळीवर जाऊन आपली अधोगती करीत असतो. या दोन टोकांच्या दरम्यान चारीत्र्याच्या सगळ्या चांगल्या वाईट छटा सामावलेल्या असतात आणि आपणच त्यांचे निर्माते असतो, रचनाकार असतो, नियंत्रक मालक असतो.

तुम्हीच तुमच्या विचारांचे धनी असता, तुमच्या चारीत्र्याला वळण लावणारे असता आणि तुमची परिस्थिती, परीवेश आणि नशीब या सगळ्यांचे निर्माते आणि त्यांना आकार देणारे असता. आत्म्याशी निगडीत हे अत्यंत सुंदर सत्य आहे जे या युगात पुन्हा प्रस्थापित करायला हवे, त्यावर प्रकाश पाडायला हवा. हे सत्य म्हणजेच अत्यंत आनंददायक आणि फलदायी दैवी वचन आणि आत्मविश्वास आहे.

तुमचे सगळे अस्तित्व हे सामर्थ्य, बुद्धिमत्ता आणि प्रेमाने भरलेले आहे आणि तुम्हीच तुमच्या विचारांचे धनी आहात त्यामुळे प्रत्येक परिस्थितीची किल्ली तुमच्याच हातात असते. तुमच्यात ते रुपांतरणात्मक आणि नव्याने चालना देणारे बळ सामावलेले असते ज्याच्यामुळे तुम्ही जे बनणार आहात ते स्वतःला बनवू शकता.

तुम्ही नेहमीच तुमचे मालक असता, अगदी तुम्ही तुमच्या सगळ्यात दुर्बल आणि अत्यंत लाचार स्थितीत असला तरीही. परंतू तुमच्या दुर्बलतेच्या आणि अधोगतीच्यावेळी तुम्ही असे मुख्य गृहप्रमुख असता जो त्याच्या घराचा कारभार चूकीच्या पद्धतीने चालवत असतो. परंतू जेव्हा तुम्ही तुमच्या परिस्थितीवर विचार करू लागता आणि तुमच्या अस्तित्वाचा पाया कोणत्या नियमावर आधारीत आहे याचा परीश्रमपूर्वक शोध घेऊ लागता तेव्हा तुम्ही असे शहाणे मालक बनता, जो त्याच्या उर्जेला आणि बुद्धिमत्तेला योग्य दिशा देत असतो आणि विचारांना फलदायी बनवत असतो. हा असतो सजग, सचेत मालक

आणि जेव्हा तुम्हाला तुमच्यातील विचारांच्या नियमांचा शोध लागतो, तेव्हाच तुम्ही असा सचेत, सजग मालक बनू शकता. या शोधाला प्रत्यक्ष व्यवहारात आणायला हवे. प्रत्यक्ष अमलबजावणी, आत्म-विश्लेषण आणि अनुभवातूनच या नियमांचा शोध लावता येतो.

केवळ खोलवर खनिकर्म करून शोध घेतल्यानेच पृथ्वीच्या पोटातील सोने आणि हिरे सापडतात. तसेच तुम्ही तुमच्या आत्म्यात खोलवर शिरलात तरच तुम्हाला तुमच्या अस्तित्वाशी निगडीत प्रत्येक सत्याचा शोध लागेल. तुम्हीच तुमच्या चारीत्र्याचे निर्माता असता, तुमच्या जीवनाला वळण लावणारे असता आणि तुम्हीच तुमच्या नियतीचे शिल्पकार असता हे असेच तथ्य आहे. जर तुम्ही तुमच्या विचारांवर लक्ष ठेवले, त्यांना नियंत्रणात ठेवले आणि तुमच्या विचारांचा तुमच्यावर, इतरांवर, तुमच्या जीवनावर, तुमच्या परिस्थितीवर होणाऱ्या परीणामाचा मागोवा घेत, त्यांच्यात आवश्यक ते बदल केले, धीर धरून, चिकाटीने कारण आणि परीणामांची सांगड घालत त्यांचा शोध घेतला — त्यासाठी अगदी दैनंदिन जीवनातील अत्यंत किरकोळ अनुभवांचा आधार घेत या विश्लेषण प्रक्रियेला स्वतःविषयी ज्ञान मिळवून समजदारी, शहाणपण आणि शक्तीकडे नेण्याचे एक साधन म्हणून वापरले तर हे तथ्य अचूकपणे सिद्ध होईल.

“जो शोध घेतो त्याला सापडते, जो दार ठोठावतो, त्याच्यासाठी दार उघडले जाते”, ही उक्ती, हा नियम या बाबतीत अविचलपणे कार्य करतो. कारण केवळ चिकाटी बाळगल्याने, सराव केल्याने आणि अथक प्रयत्न केल्यानेच ज्ञान-मंदीराची द्वारे ओलांडून ज्ञानाच्या प्रांतात प्रवेश करता येतो.

दोन

—◆—
परिस्थितींवर
विचारांचा प्रभाव
—◆—

मानवी इच्छा, हे अदृश्य बळ,
अमर आत्म्याचे बालक असते जे
वाटेतील पाषाणी अडथळ्यांच्या भिंती भेदून
त्याच्या ध्येयापर्यंत जाण्याचा मार्ग शोधू
शकते.

मानवी इच्छा, हे अदृश्य बळ,
अमर आत्म्याचे बालक असते जे
वाटेतील पाषाणी अडथळ्यांच्या भिंती भेदून
त्याच्या ध्येयापर्यंत जाण्याचा मार्ग शोधू
शकते.

Screenshot Captured



तु मचे मन एखाद्या उद्यानासारखे असते ज्याची काळजीपूर्वक, योग्य देखभाल केली तर ते बहुरु शकते किंवा त्याकडे दुर्लक्ष केले तर त्यात अवाजवी तणही माजू शकते. परंतु एक गोष्ट निश्चित की या उद्यानाकडे दुर्लक्ष करा वा त्याची काळजी घ्या, त्यात काहीतरी उगवेलच. जर त्यात उपयुक्त बीजे पेरली गेली नाहीत तर त्यात बेसुमार गवताची बीजे पसरतील आणि तसेच निरुपयोगी आणि निरर्थक तण सगळीकडे पसरेल.

ज्याप्रमाणे माळी त्याच्या बागेची योग्य काळजी घेतो, निरर्थक गवत-तण उपटून काढतो आणि त्याला हवी ती फळा-फुलांची रोपटी लावतो, त्यांची नीगा ठेवतो, त्याचप्रमाणे आपणही आपल्या मनाची मशागत करायला हवी. सगळ्या चुकीच्या, निरर्थक आणि अशुद्ध विचारांचे तण काढून टाकीत त्याची योग्य देखभाल करायला हवी. योग्य आणि उपयुक्त विचारांची, शुद्ध विचारांची जोपासना करायला हवी. सतत ही प्रक्रिया करीत राहिले म्हणजे आज ना उद्या तुम्हाला आढळून येईल की तुम्ही तुमच्या आत्मरूपी बागेचे मालक आणि माळी आहात, तुमच्या आयुष्याला तुम्हीच दिशा देत आहात. तुमच्या अंतरंगात विचारांचा नियम कार्य करीत असल्याचे तुम्ही पाहू शकाल आणि

तुम्हाला अचूकपणे कळेल की तुमचे चारीत्र्य, परिस्थिती आणि नशीब यांना आकार देण्यासाठी तुमचे विचार आणि मन कसे एकत्रितपणे कार्य करतात.

विचार आणि चारीत्र्य एकच असतात. आणि चारीत्र्य हे केवळ बाह्य परिवेश आणि घटनांमधून व्यक्त होत असते त्यामुळे तुमच्या जीवनातील बाह्यस्थिती ही नेहमीच तुमच्या आंतरिक स्थितीशी सुसंवाद साधणारी मिळती-जुळती असते. याचा अर्थ असा होत नाही की एखाद्या विशिष्टवेळी तुमची परिस्थिती, घटना, तुमचे चारीत्र्य कसे आहे हे सुचवतात. परंतु त्याचा अर्थ असा होतो की ही परिस्थिती किंवा घटना तुमच्या विचारांच्या एखाद्या महत्त्वपूर्ण घटकाशी इतक्या जवळून जोडल्या गेल्या आहेत की त्या वेळेपुरत्या त्या घटना तुमच्या विकासासाठी अनिवार्य ठरतात.

तुमच्या अस्तित्वाच्या नियमानुसार तुम्ही आज जिथे असायला हवे तिथेच तुम्ही असता. तुमच्या चारीत्र्यात तुम्ही गुंफलेल्या विचारांनी तुम्हाला तिथे आणून पोहचवले आहे. तुमच्या जीवन-व्यवस्थेत काहीही योगायोगाने घडत नसते. जे घडत असते ते सगळे त्या नियमाच्या परीणामी घडत असते जो कधीच चुक करीत नाही. जे आपल्या परिस्थितीबाबत समाधानी आहेत त्यांच्या बाबतीत हे तत्त्व जितके लागू पडते तितकेच त्या अशांच्याही बाबतीत लागू पडते ज्यांना वाटत असते की आपली परिस्थिती आपल्याशी सुसंगत नाही. आपल्याशी ताळ-मेळ बसवत नाही.

एक प्रगतिशील आणि उन्नत जीव म्हणून तुम्ही आज नेमके तिथेच आहात, जिथे तुम्हाला काही शिकायचे आहे, विकसित व्हायचे आहे आणि तुमची परिस्थिती तुम्हाला शिकवू इच्छित असलेला आध्यात्मिक धडा तुम्ही आत्मसात केला, शिकून घेतला म्हणजे ती परिस्थिती निघून जाते आणि तीची जागा नविन परिस्थिती घेते.

जोपर्यंत तुम्ही असे समजता की तुम्ही बाह्य परिस्थितीच्या प्रभावाला बळी पडणारे प्राणी आहात तोपर्यंत तुम्हाला परिस्थितीचे तडाखे सहन करावे लागणार. परंतु जेव्हा तुम्हाला या गोष्टीची जाणीव होते की तुम्ही एक असहाय प्राणी नसुन तुम्ही एक सर्जनशील शक्ती आहात आणि तुमच्या मनोभूमीत लपलेल्या त्या मातीला आणि बीजांना तुम्ही तुमच्या इच्छेनुसार आदेश देऊ शकता, ज्यांच्यातून परिस्थितीचा उगम होत असतो, तेव्हा तुम्ही स्वतःवर स्वतःचा हक्क सांगणारे स्वतःचे मालक बनता.

ज्या ज्या लोकांनी आत्म-परीक्षण केले आहे आणि आत्म-नियमनाचा अवलंब केला आहे, त्या सगळ्या लोकांना माहित असते की परिस्थिती विचारांतून जन्म घेत असते. कारण त्यांनी या तथ्याची नोंद केलेली असते की त्यांनी ज्या प्रमाणात त्यांच्या मानसिक स्थितीत बदल घडवून आणले त्याच प्रमाणात त्यांच्या बाह्य परिस्थितीत बदल होत गेले. त्यामुळे हे सत्य आहे की तुम्ही तुमच्या चारीत्र्यातील उणीवांवर, दोषांवर उपाययोजना केली की तुम्ही चपळाईने उल्लेखनिय प्रगती साधू शकता आणि अत्यंत वेगाने बदलांच्या एका शृंखलेतून पार पडता.

आत्म्याने गुप्तपणे त्याच्यात ज्याची जोपासना केली आहे ते ते त्याच्याकडे आकर्षित होते, ओढले जाते. त्याचे ज्या ज्या बाबींवर प्रेम आहे त्या जशा त्याच्याकडे ओढल्या जातात त्याचप्रमाणे त्याने ज्या ज्या बाबींची भीती बाळगली आहे त्याही त्याच्याकडे आकृष्ट होतात. माणसाने त्याच्या मनात जपलेल्या महत्वाकांक्षांची उन्नत शिखरेही तो प्राप्त करू शकतो आणि तो वारंवार त्या भीतीच्या खोल गर्तेत कोसळतो ज्या भीती खऱ्या आहेत की खोट्या हे त्याने पडताळूनच पाहिलेले नसते. त्याच्या परिस्थितीच्या माध्यमातून तो तेच प्राप्त करीत असतो जे त्याने मनात खोलवर जपले आहे.

आपल्या मनोभूमीत आपण जे विचार-बीज पेरले किंवा मनोभूमीवर पडू देऊन ते तिथे रुजू दिले तर ते बीज जसे असेल तशी फळे त्याला लागतील. आज ना उद्या ते कृतीच्या रुपात बहराला येईल आणि त्या विचाराच्या मुळ गुणधर्मानुसार त्याला तशाच संधी आणि परिस्थितीची फळे लागतील. चांगल्या विचारांना चांगली फळे लागतील तर कुविचारांना, वाईट विचारांना वाईट फळे लागतील.

विचारांच्या आंतरिक विश्वाला अनुसरूनच बाह्य परिस्थितीचे विश्व आकार धारण करीत असते आणि चांगल्या, सुखद आणि दुःखद, वाईट बाह्य स्थिती म्हणजे असे घटक असतात जे शेवटी व्यक्तीचे भलेच करतात. तुम्हीच पेरलेल्या बीयांचे पीक कापतांना तुम्ही यातना आणि आशिर्वाद, सुख आणि दुःख या दोन्हीतून काहीतरी शिकत असता.

ज्या आंतरीक इच्छा, महत्वाकांक्षा आणि विचारांना तुम्ही स्वतःवर प्रभाव गाजवू देता त्या शक्तीशाली विचारांना अनुसरत तुम्ही शेवटी त्यांच्या परिपूर्तीपर्यंत, फलनिष्पत्तीपर्यंत पोहचता आणि ही फळे तुम्हाला मिळतात तुमच्या जीवनातील बाह्य परिस्थितीच्या रुपात. वाढीचा, विकासाचा आणि अनुकूलतेचा नियम सगळीकडे लागू पडतो.

कोणतीही व्यक्ती नियतीच्या किंवा परिस्थितीच्या जुलुमामुळे तुरुंगात जात नाही किंवा गटारीत लोळत नाही. त्याला कारणीभूत असतो त्याने निवडलेले हलके विचार आणि नीच इच्छांचा मार्ग. एखादा पवित्र मनाचा माणूस तणावाखाली येऊन किंवा फक्त काही बाह्य परिस्थितीच्या दबावाखाली येऊन गुन्हा करीत नाही. गुन्हेगारीचे विचार दीर्घकाळापासून गुप्तपणे त्याच्या हृदयाने जतन करून ठेवलेले असतात आणि संधी येताच ते विचार शक्तीशाली बनून व्यक्त होतात, माणूस गुन्हा करतो. परिस्थिती माणसाला घडवत नसते तर ती त्या माणसाला दाखवून देत असते की तो कसा आहे.

आपल्या स्वतःच्या दुष्ट हेतूशिवाय इतर अशा कोणत्याच परिस्थिती अस्तित्वात असत नाहीत ज्या आपल्याला दुर्गुणांच्या दलदलीत ओढून नेतील आणि आपल्याला यातना भोगाव्या लागतील. अगदी तसेच मनात सदैव सद्गुणी आणि यशस्वी महत्वाकांक्षेची जोपासना केल्याशिवाय अशी कोणतीही परिस्थिती अस्तित्वात येऊ शकत नाही जी आपल्याला सद्गुण आणि यशाच्या शिखरावर नेईल आणि सुखाचा आस्वाद करवून देईल. म्हणून आपणच आपल्या विचारांचे धनी बनून स्वतःला घडवत असतो. आपणच आपल्या परिस्थितीला आकार देत असतो. आपणच तीचे लिखाण करीत असतो.

जन्म घेतांना आत्मा एकटाच या जगात येतो आणि या पृथ्वीवरील त्याच्या यात्रेच्या प्रत्येक पावलासोबत तो अशा परिस्थितींच्या मिश्रणाला स्वतःकडे आकर्षित करतो ज्यातून तो कसा आहे हे त्याचे त्याला कळत असते. या परिस्थिती म्हणजे त्याच्याच शुद्धतेचे आणि अशुद्धतेचे प्रतिबिंब असतात, त्यांच्यातून त्याच्या दुर्बलता आणि बलस्थाने व्यक्त होत असतात.

आपल्याला जे हवे आहे, त्याला आपण आपल्याकडे आकृष्ट करीत नसतो तर आपण जे आहोत त्यालाच आपल्याकडे बोलवत असतो. आपल्या लहरी, मनोराज्ये आणि महत्वाकांक्षांच्या मार्गात प्रत्येक पावलाला अडथळे येऊ शकतात, परंतू आपल्या मनात खोलवर घर करून राहणारे आपले विचार आणि इच्छा यांना त्यांच्याकडूनच चांगले वाईट काय ते पोषण, खत-पाणी मिळत असते. “आपल्याला पूर्णाकार देणारे दैवत्व आपल्या अंतरंगातच असते,” तो दैवी अंश आपण स्वतःच असतो. म्हणून आपण आपल्याच कैदेत बंदीवान बनलेले असतो. आमचे विचार आणि कृती अधम आणि नीच असतील तर त्या आपल्यासाठी कारागृह बनून जातात. परंतु हेच विचार मुक्तीचे, स्वातंत्र्याचे देवदूतही असतात. जर ते उदात्त, शुभ असतील तर ते आपल्याला मुक्त करतात.

आपल्या स्वतःच्या दुष्ट हेतूंशिवाय इतर अशा कोणत्याच परिस्थिती अस्तित्वात असत नाहीत ज्या आपल्याला दुर्गुणांच्या दलदलीत ओढून नेतील आणि आपल्याला यातना भोगाव्या लागतील. अगदी तसेच मनात सदैव सद्गुणी आणि यशस्वी महत्वाकांक्षेची जोपासना केल्याशिवाय अशी कोणतीही परिस्थिती अस्तित्वात येऊ शकत नाही जी आपल्याला सद्गुण आणि यशाच्या शिखरावर नेईल आणि सुखाचा आस्वाद करवून देईल. म्हणून आपणच आपल्या विचारांचे धनी बनून स्वतःला घडवत असतो. आपणच आपल्या परिस्थितीला आकार देत असतो. आपणच तीचे लिखाण करीत असतो.

जन्म घेतांना आत्मा एकटाच या जगात येतो आणि या पृथ्वीवरील त्याच्या यात्रेच्या प्रत्येक पावलासोबत तो अशा परिस्थितींच्या मिश्रणाला स्वतःकडे आकर्षित करतो ज्यातून तो कसा आहे हे त्याचे त्याला कळत असते. या परिस्थिती म्हणजे त्याच्याच शुद्धतेचे आणि अशुद्धतेचे प्रतिबिंब असतात, त्यांच्यातून त्याच्या दुर्बलता आणि बलस्थाने व्यक्त होत असतात.

आपल्याला जे हवे आहे, त्याला आपण आपल्याकडे आकृष्ट करीत नसतो तर आपण जे आहोत त्यालाच आपल्याकडे बोलवत असतो. आपल्या लहरी, मनोराज्ये आणि महत्वाकांक्षांच्या मार्गात प्रत्येक पावलाला अडथळे येऊ शकतात, परंतू आपल्या मनात खोलवर घर करून राहणारे आपले विचार आणि इच्छा यांना त्यांच्याकडूनच चांगले वाईट काय ते पोषण, खत-पाणी मिळत असते. “आपल्याला पूर्णाकार देणारे दैवत्व आपल्या अंतर्भावातच असते, तो दैवी अंश आपण स्वतःच असतो. म्हणून आपण आपल्याच कैदेत बंदीवान बनलेले असतो. आमचे विचार आणि कृती अधम आणि नीच असतील तर त्या आपल्यासाठी कारागृह बनून जातात. परंतु हेच विचार मुक्तीचे, स्वातंत्र्याचे देवदूतही असतात. जर ते उदात्त, शुभ असतील तर ते आपल्याला मुक्त करतात.

आपण जे इच्छित असतो, जे प्रार्थनेद्वारे मागत असतो ते आपल्याला मिळत नसते. आपल्याला तेच मिळत असते जे आपण न्यायाने कमावले आहे. जे मिळण्यास आपण पात्र आहोत. जेव्हा आपल्या इच्छा आणि प्रार्थना या आपल्या विचारांशी सुसंगत असतील तेव्हाच त्या इच्छा पूर्ण होतात आणि प्रार्थना फळांला येतात.

जर हेच सत्य असेल तर आपल्या जीवनात 'परिस्थितीशी झगडण्यात' अर्थच काय? असा प्रश्न मनात येऊ शकतो. याचा अर्थ असा होतो की आपण केवळ बाह्य परिणामांशी सतत लढत असतो आणि इकडे आपण सदोदित त्या परीणामांचे, परिस्थितींचे कारण आपल्या मनात जपत असतो, त्याला आपल्या मनात घट्ट धरून ठेवत असतो. मनातील या कारणाने जाणीवपूर्वक केलेल्या व्यसनाचे रूप धारण केलेले असु शकेल किंवा ते आपल्या अचेतन मनातील एखादी दुर्बलता बनून गेले असेल ते काहीही असले तरी ते त्या माणसाच्या त्याच्यातून सुटण्याच्या सगळ्या प्रयत्नांना हट्टाने व्यर्थ ठरवत असते आणि त्या कारणात सुधारणा घडवून आणण्याची उपाययोजना करण्याच्या आवश्यकतेची जोरदार घोषणा करीत असते.

आपल्यापैकी बहुतेकजण आपल्या परिस्थितीत सुधारणा करण्यास उत्सुक असतो परंतु स्वतःत सुधारणा घडवून आणण्यास तयार नसतो. जर आपण प्रामाणिकपणे, कठोरपणे आत्म-परीक्षण केले तर आपले मन ज्या उद्देशप्राप्तीसाठी तळमळत आहे ते मिळवण्यात आपल्याला कधीच अपयश येत नाही. हे जितके ऐहिक गोष्टींबाबत खरे आहे, तितकेच ते पारलौकीक गोष्टींबाबतही खरे आहे. जरी आपले एकमेव उद्दिष्ट व्यक्तिगत संपत्ति जमवण्याचे असले तरी ती मिळवण्यासाठी आपल्याला अनेक स्वार्थत्याग करावे लागतात, बलीदान द्यावे लागतात आणि त्यासाठी आपली तयारी असावी लागते. ऐहिक बाबतीत असे करावे लागत असेल तर एक संतुलित आणि कणखर जीवन जगण्याचे

अंतिम लक्ष्य साध्य करायचे असेल तर त्या माणसाला किती त्याग करावा लागत असेल याचा विचार करा.

आपण पुढील काही उदाहरणे पाहूया :

या जगात काही लोक अत्यंत दारीद्र्यात खितपत पडलेले आहेत. त्यांच्या भोवतालचा परिसर आणि घरातील सुखसुविधा यांच्यात सुधारणा व्हावी म्हणून ते कमालीचे आतूर, चिंतातून आहेत. तरीही ते सदैव कामचुकारपणा करतात, काम करायचे टाळतात. ते असे करीत असूनही स्वतःच्या मनाची अशी समजूत करून घेतात की त्यांचा मालक त्यांना अपुरे वेतन देत असल्यामुळे त्यांनी असा कामचुकारपणा करण्यात काहीच गैर नाही. या लोकांना खऱ्या समृद्धीप्राप्तीच्या मुळाशी असलेले मुलभूत सिद्धांत कळत नसतात. त्यांच्या हे लक्षात येत नाही की असे दुर्बल, आळशी आणि फसव्या विचारांच्या दलदलीत रुतून आणि तसेच वागून ते त्यांच्या हलाखीच्या परिस्थितीतून बाहेर पडण्यास पात्र ठरत नाहीत, उलट अशा विचारांमुळे ते याहीपेक्षा वाईट परिस्थितीला स्वतःच आमंत्रित करीत आहेत.

तर दुसरीकडे काही श्रीमंत लोक आहेत जे त्यांच्या अति खादाडपणामुळे अत्यंत दुःखदायक आणि कायमस्वरूपी आजारांना बळी पडले आहेत. या आजारातून बरे होण्यासाठी ते वाटेल तेवढा पैसा खर्च करायला तयार आहेत परंतु ते त्यांचा अति खादाडपणाची सवय सोडून द्यायला तयार नाहीत. त्यांना भरपूर प्रमाणात चांगले-चुंगले खाऊन आपल्या जिभेचे चोचलेही पुरवायचे आहेत आणि त्याचवेळी स्वास्थ्यही टिकवायचे आहे. असे लोक चांगले आरोग्य टिकवून ठेवण्यास अपात्र असतात कारण त्यांनी निरोगी जीवनाचा पहिला सिद्धांतच अजून शिकून घेतलेला नसतो.

काही मालक असेही आहेत जे त्यांच्या कर्मचाऱ्यांना चांगले वेतन

देण्याचे टाळण्यासाठी गैरनीतिच्या मार्गांचा अवलंब करतात. आपला नफा वाढवण्याच्या आशेने त्यांच्या नोकरांचे पगार कमी करतात. अशा लोकांची भरभराट तर अजिबात होऊच शकत नाही उलट जेव्हा त्यांचे आर्थिक नुकसान होऊन दिवाळे निघते आणि त्यांच्या किर्तीलाही कलंक लागतो, तेव्हा त्यांच्या या स्थितीला केवळ ते स्वतःच जबाबदार आहेत हे न कळून ते परिस्थितीला दोष देत राहतात.

लोक कसे कळत-नकळत, अजाणता त्यांच्या परिस्थितीला स्वतःच कारणीभूत ठरतात हे स्पष्ट करण्यासाठी वरील तीन उदाहरणे उद्धृत केली आहेत. तसे पाहिले तर त्यांचा हेतू चांगला असतो परंतु या हेतूशी न जुळणारे विचार करून आणि इच्छा बाळगून ते सतत या चांगल्या हेतूच्या प्राप्तीचे मार्ग बंद करीत आहेत. असे असंख्य आणि अक्षरशः विविध प्रकारचे किस्से बघायला मिळतील, परंतु ते महत्वाचे नाही. कारण आपण ठाम निर्धार केला तर आपल्या मनात आणि जीवनात विचारांचे नियम कसे कार्य करीत आहेत याचा मागोवा घेऊ शकतो आणि जोपर्यंत हे होत नाही तोपर्यंत केवळ बाह्य तथ्यांच्याआधारे तर्कनिष्ठ विचार करता येणार नाही.

परिस्थिती किंवा घटना या इतक्या गुंतागुंतीच्या असतात, विचार इतके खोलवर रुजलेले असतात आणि प्रत्येक व्यक्तीची सुखाची, आनंदाची व्याख्या व कल्पना इतक्या वेगवेगळ्या असतात की आपली संपूर्ण आत्मिकस्थिती जरी आपल्याला माहीत असली तरी आपल्या आयुष्यातील केवळ बाह्य घटकांवरून त्यांचे योग्य मुल्यांकन इतर कोणालाही करता येत नाही. एखादी व्यक्ती काही विशिष्ट बाबतीत प्रामाणिक असूनही तीला हालअपेष्टा सहन कराव्या लागतात तर दुसरी व्यक्ती काही बाबतीत अप्रामाणिक असूनही भरपूर संपत्ती मिळवते. हे पाहून सहसा असा निष्कर्ष निघतो की पहिल्या व्यक्तीला तीच्या विशिष्ट प्रामाणिकपणामुळे अपयश आले आणि दुसऱ्या व्यक्तीच्या विशिष्ट

अप्रामाणिकपणामुळे तीची भरभराट झाली. असे निष्कर्ष वरवरच्या निरीक्षणाच्या परीणामी निघतात ज्यामागे असे गृहीत धरले जाते की अप्रामाणिक व्यक्ती ही जवळपास संपूर्णतः भ्रष्ट असते आणि प्रामाणिक व्यक्ती साधारणतः पूर्णतः सद्गुणी असते.

गहन ज्ञान आणि विस्तृत अनुभवाच्या प्रकाशात पडताळून पाहिले तर असे निष्कर्ष चुकीचे ठरतात. बारकाईने पाहिल्यास असे दिसून येईल की त्या अप्रामाणिक माणसातही काही वाखाणण्यायोग्य सद्गुण आहेत, जे त्या प्रामाणिक माणसात नाहीत आणि प्रामाणिक व्यक्तीतही काही दुर्गुण, अगदी सुक्ष्म का असेनात पण आहेत जे त्या अप्रामाणिक माणसात नाहीत. प्रामाणिक माणूस त्याच्या प्रामाणिक विचारांची आणि कृतींची चांगली फळे चाखत आहे आणि तरीही तीच्या दुर्गुणामुळे उत्पन्न झालेल्या यातनांचाही तीला अनुभव घ्यावा लागत आहे. त्याचप्रमाणे अप्रामाणिक माणूसही त्याच्या वाटेच्या सुख-दुःखांचा अनुभव घेत आहे.

एखाद्याच्या सद्गुणांमुळे, भलेपणामुळे त्याला दुःख भोगावे लागत आहे हा विचार मानवाच्या दांभिकतेला पोषण देणारा असतो. परंतू जोपर्यंत आपण आपल्या मनातील प्रत्येक वाईट, कडवट आणि अशुद्ध, अपवित्र विचार मुळासकट उपटून टाकत नाही आणि आपल्या कलंकित झालेल्या आत्म्यावरचा एक न् एक डाग धुवून काढत नाही, तोपर्यंत आपण असे म्हणू की आपल्या यातना, आपले दुःख आपल्या वाईट गुणांचा नव्हे तर चांगल्या गुणांचा परीणाम आहे, त्या सर्वोच्च परिपूर्णतेच्या मार्गावर वाटचाल करीत असतांना ती साध्य करायच्या कितीतरी आधी आपल्याला आढळून येईल की आपल्या मनात आणि जीवनात कार्यरत असलेला तो महान नियम संपूर्णतः न्यायपूर्ण आहे आणि त्यामुळे तो वाईटाच्या मोबदल्यात चांगले आणि चांगल्याच्या मोबदल्यात वाईट परिणाम देऊच शकत नाही. जेव्हा आपल्याला हे ज्ञान

प्राप्त होईल आणि जेव्हा आपण आपल्या पूर्वयुष्यातील अज्ञानाकडे आणि या नियमांबद्दल बाळगलेल्या आंधळेपणाकडे वळून पाहू तेव्हा आपल्याला कळेल की आपल्या आयुष्यात नेहमीच न्यायपूर्ण व्यवस्था असते आणि भूतकाळातील आपले सगळे चांगले-वाईट अनुभव हे आपल्या उन्नतीत सारखेच कार्य करीत होते अर्थात हा आपला स्व अद्याप उन्नत झालेला नसल्यामुळे आपल्या हातून वाईटही कृती घडत असते.

चांगले विचार आणि कृती यांचे परीणाम कधीच वाईट येऊ शकत नाहीत तर वाईट विचार आणि कृती कधीच चांगले परीणाम आणू शकत नाहीत. याचाच अर्थ असा की जे पेराल तेच उगवेल. आंबा पेरला तर मधूर आंबाच उगवेल आणि कारल्याचे बी पेरले तर कडू कारलीच उगवतील. हा नियम आपण निसर्गाच्या बाबतीत समजून घेतो आणि त्यानुसार वागतही असतो. परंतू फार थोड्यांना कळते की मानसिक आणि नैतिक विश्वातही हाच नियम कार्य करीत असतो — अर्थात तिथे त्याचे कार्य अगदी साध्या आणि अढळरीतीने चाललेले असते आणि म्हणून ते या नियमाचे पालन करीत नाहीत.

यातना, दुःख हे नेहमीच एखाद्या बाबतीत केलेल्या चुकीच्या विचारांचा परीणाम असतो. हा परीणाम सुचवत असतो की आपण आपल्या स्वतःशी, आपल्या अस्तित्वाच्या नियमांशी जुळेल असे सुसंगत वागलो नाहीत. सगळ्या यातनांचा सर्वोच्च आणि एकमेव हेतू असतो मानवाच्या आत्म्याला शुद्ध करणे, त्याच्यातील सगळे निरर्थक, सगळी अशुद्धी आणि अपवित्रता जाळून टाकणे. जे पवित्र असतात त्यांच्या यातना, त्यांची दुःखे संपतात. अग्नि तपावून शुद्ध केलेल्या सोन्यातील सगळी अशुद्धी आगीत नष्ट होते आणि एक परिपूर्ण शुद्ध आणि पवित्र, प्रबुद्ध आत्मा त्यानंतर कधीच दुःख भोगत नाही.

ज्या परिस्थिती वा घटनांना आपण दुःखाने तोंड देत असतो

त्या आपल्या आंतरिक विसंवादाचा परिणाम असतात. तर ज्या परिस्थितींना आपण आनंदाने आणि संतोषपूर्वक सामोरे जात असतो त्या आपल्या मानसिक संतुलनाच्या परिणामी निर्माण झालेल्या असतात. भौतिक वस्तु, संपत्ती नव्हे तर अनुग्रह आणि आनंद, समाधान अगदी परमसुखाच्या अनुभवावरून योग्य विचारांचे मोजमाप केले जाऊ शकते. व्यक्तीजवळील भौतिक साधन संपत्तीच्या अभावावरून नव्हे तर त्याच्या दुःख आणि यातनांवरून त्याच्या वाईट विचारांचा, चुकीच्या विचारांचा अंदाज लावता येतो. काही लोक श्रीमंत असूनही दुःखी असतात तर काही दारीद्र्यात राहूनही परमसुखाचा अनुभव घेत असतात. परमसुखाला संपत्तीची जोड तेव्हाच लाभते जेव्हा संपत्तीचा वापर योग्यरीतीने आणि शहाणपणाने केला जातो आणि दारीद्र्य तेव्हाच दुःखमय बनते जेव्हा ती व्यक्ती असे समजते की तीच्यावर हे दारीद्र्याचे ओझे अन्यायाने लादले गेले आहे.

दारीद्र्य आणि अति-उपभोग ही दुःखाचीच दोन टोके आहेत. ही दोन्हीही तितकीच अनैसर्गिक आहेत आणि दोन्हीही मानसिक असंतुलनाचाच परीणाम आहेत. जोपर्यंत आपण सुखी-समाधानी, निरोगी आणि समृद्ध असतो तोपर्यंतच आपण योग्य मानसिक स्थितीत असतो आणि आनंद, सुख, समाधान, आरोग्य आणि भरभराट, समृद्धी हा परीणाम असतो आपल्या आंतरिक स्थितीने बाह्य स्थितीशी केलेल्या योग्य संतुलन साधण्याचा, स्वतःला आपल्या बाह्य परिस्थितीशी योग्यरीतीने जुळवून घेण्याचा.

केवळ जेव्हा आपण शिव्या-शाप देणे, तक्रार करीत शोक करण्याचे थांबवतो तेव्हाच आपण सुखी, निरोगी आणि समृद्ध बनू शकतो. आपल्या जीवनाचे नियमन करणाऱ्या सुप्त न्यायाचा शोध घेऊ लागतो, तेव्हाच हे शक्य होते. आपल्या आयुष्याचे नियंत्रण करणाऱ्या त्या घटकाशी जुळवून घ्यायला आपण शिकून घेतले म्हणजे आपण

आपल्या स्थितीबद्दल इतर कोणाला तरी बोल लावायचे, दोषी ठरवायचे थांबवतो. आपल्या मनात मजबुत आणि निरोगी विचारांना जतन करू लागतो. परिस्थितीशी झगडण्याचे बंद करतो व उलट त्यांना आपल्या अधिक वेगवान प्रगतिला मदत करणारे साधन समजून त्यांचा वापर करू लागतो, स्वतःच्या अंतरंगात सुप्तावस्थेत दडलेल्या सामर्थ्याचा आणि शक्यतांचा शोध घेण्याचे साधन म्हणून त्यांच्याकडे पाहू लागतो.

या ब्रम्हांडात अव्यवस्था आणि गोंधळाचे नव्हे तर कायदा किंवा नियमाचे वर्चस्व असते, अन्यायाचे नव्हे तर न्यायाचे राज्य चालते, न्यायच आयुष्याचा गाभा, आत्मा असतो. या विश्वाच्या आध्यात्मिक शासनाला आकार देणारे चालक बळ म्हणजे भ्रष्टाचार नव्हे तर, सद्गुण, सदाचार. म्हणून ब्रम्हांडात जे चालले आहे ते योग्यच आहे अशी स्वतःची रास्त समजूत करून घ्यायला हवी. स्वतःला योग्य मार्गावर आणण्याच्या प्रक्रियेत आपल्याला दिसून येते की आपण गोष्टी आणि इतर व्यक्तीबद्दलचे आपले विचार बदलले म्हणजे त्यांचे आपल्याबद्दल असलेल्या विचारातही बदल, परिवर्तन घडून येते.

या सत्याचा पुरावा प्रत्येक व्यक्तीत आढळत असतो. या सत्यामुळे आपल्याला पद्धतशीरपणे अंतर्मुख होऊन आत्म-विश्लेषण करणे सोपे जाते. आपण आपल्या विचारात आमुलाग्र परिवर्तन घडवून आणले तर त्याच्या परीणामी आपल्या जीवनातील भौतिक परिस्थितींमध्ये किती झपाट्याने रूपांतरण घडून येते हे पाहून आपण आश्चर्याने थक्क होऊन जाऊ. आपण असे समजतो की आपले विचार आपल्या मनात गुप्त राहू शकतात पण ते तसे गोपनीय राहू शकत नाहीत. आपले विचार लवकरच सवयीचे रूप धारण करतात आणि सवयींना ठोस आकार मिळतो परिस्थितीच्या, घटनांच्या रूपात.

अधम आणि नीच विचार लवकरच मद्यपानाच्या आणि रागाच्या, कडवटपणाच्या सवयीत रूपांतरीत होतात आणि या सवयी दुःखाच्या

आणि विनाशाच्या परिस्थितीचे रूप धारण करतात. विनाशक आणि विधातक विचार मग तो कोणत्याही स्वरूपाचा असो, गोंधळात टाकणाऱ्या, थकवून टाकणाऱ्या सवयी लावतो आणि या सवयी आपले लक्ष विचलीत करणाऱ्या बनतात आणि त्या विपरीत परिस्थिती निर्माण करतात. भय, शंका आणि अनिश्चिततेचे विचार दुबळ्या आणि चंचल सवयी लावतात आणि या सवयी अपयश, दारीद्र्य आणि पराधीनता निर्माण करतात. आळशीपणाचे विचार अस्वच्छतेच्या आणि अप्रामाणिकपणाच्या सवयी लावतात, ज्यांच्यातून निर्माण होणारी अनारोग्यप्रद परिस्थिती गरीबीकडे नेते. तिरस्काराचे आणि धिक्काराचे विचार इतरांवर दोषारोपण करण्याच्या आणि हिंसेच्या सवयी लावतात ज्यांच्यातून इजा होण्याची आणि छळ होण्याची परिस्थिती आकाराला येते. कोणत्याही प्रकारच्या स्वार्थी विचारांमुळे स्वार्थी आणि आपमतलबी सवयी लागून त्यातून क्लेषकारक विपत्ती ओढवतात.

तर दुसरीकडे कोणत्याही प्रकारच्या सुंदर विचारातून दयाळूपणाच्या, सुहृदयतेच्या सवयी लागतात ज्या मनमिळावू, आनंदी आणि सौख्यपूर्ण परिस्थितीत परावर्तित होतात. सृजनशील आणि रचनात्मक विचार नेमस्तपणाच्या, संयमाच्या आत्म-संयमाच्या सवयी लावतात आणि त्यातून विश्वास आणि शांततामय परिस्थिती निर्माण होतात. धाडसाचे, आत्मनिर्भरतेचे निर्णायकतेचे विचार शक्तीशाली आणि उत्पादक सवयी लावतात आणि त्यातून यश, मुबलकता आणि स्वातंत्र्याची परिस्थिती निर्माण होते. उत्साही विचार स्वच्छतेच्या आणि उद्यम करण्याच्या, परीश्रम करण्याच्या सवयी लागतात आणि या सवयीतून सुखद आणि आनंददायी परिस्थिती निर्माण होतात. मृदू आणि क्षमाशिल विचारातून सौम्यतेच्या, मृदूतेच्या सवयी लागतात ज्यांच्यातून सुरक्षित आणि निरामय, आरोग्यप्रद परिस्थिती निर्माण होतात. प्रेममय आणि निस्वार्थी विचारांतून इतरांसाठी स्वतःचा विचार न करण्याच्या, निःस्वार्थी सवयी लागतात ज्या सवयीतून निश्चित खात्रिशीर आणि चिरकाल टिकणारी

समृद्धी आणि खरी धन-संपत्ती प्राप्त होते.

विशिष्ट विचारसरणी सातत्यपूर्ण असली, ती टिकून रहात असेल, तर मग ती चांगली असो वा वाईट, त्याचा प्रभाव आपल्या चारीत्र्यावर आणि परिस्थितीवर पडल्याशिवाय रहात नाही. आपण आपल्या परिस्थितींना प्रत्यक्ष निवडू शकत नाही हे खरे, परंतू आपण आपल्या विचारांची तर निवड करूच शकतो आणि त्याद्वारे अप्रत्यक्षपणे तरीही खात्रीशीरपणे आपण आपल्या परिस्थितीला आकार देत असतो.

निसर्ग आपल्याद्वारे आणि आपल्यासोबत कार्य करीत असतो आणि ज्या विचारांत आपण जास्त रममाण होत असतो त्यांना निसर्ग वास्तवात साकार करीत असतो. अशा संधी तो आपल्याला उपलब्ध करून देत असतो की ज्यांच्यामुळे चांगले आणि विघातक दोन्ही विचार आपल्या मनाच्या पृष्ठभागावर, सपाटीवर यायला मदत होत असते.

आपण जसे नकारात्मक आणि विघातक, विनाशक विचार करायचे थांबवतो तसे हे संपूर्ण विश्व आपल्या प्रति मृदुत्व धारण करते आणि ते आपणास मदत करायला सज्ज होते. आपण आपल्या दुर्बल आणि रोगीष्ट विचारांचा त्याग करताक्षणी सगळीकडून अशा संधी आपल्या मदतीला धावून येतात की ज्या आपल्या ठाम, दृढ निर्धाराला बळकटी देतात. आपण चांगल्या विचारांचे संवर्धन करायला लागताच कोणतेही दुर्दैव, कठोर नियती आपल्याला दुःख आणि लज्जास्पद स्थितीत बांधून ठेवू शकत नाही. हे विश्व हे जणू आपल्या हातातील कॅलीडोस्कोप असते. ते प्रत्येक क्षणाला आपल्यासमोर विविध रंगांच्या मिश्रणाच्या आकृती उभ्या करीत असते ज्या आपल्या सतत बदलत्या विचारांशी जुळणाऱ्या असतात.

तुम्ही तेच बनाल जे तुम्हाला बनावचे आहे.
अपयशाला त्याचे खोटे समाधान त्या गरीब
बिच्चाऱ्या 'बाह्य परिस्थिती' नामक शब्दात
शोधू द्या, परंतू आत्मा त्याचा निषेध करतो.
आत्मा मुक्त असतो.

तो वेळेला मुठीत धरतो, तो स्थळावर
विजय मिळवतो, तो संधी किंवा योगायोग
म्हणवणाऱ्या फसव्या बढाईखोरांवर दहशत
बसवतो,
आणि जुलमी परिस्थितीला तीच्या सिंहासना
वरून पदच्युत करून आपला दास बनवतो.

मानवी इच्छा, ते अदृश्य बळ
अमर आत्म्याचे बालक असते जे
वाटेतील पाषाणी अडथळ्यांच्या भिंती भेदून
त्याच्या ध्येयापर्यंत जाण्याचा मार्ग शोधू शकते.

उशीर लागल्यास अधीर बनू नका
तर त्या समजदार माणसाप्रमाणे वाट पहा
की ज्याला हे कळत असते की
जेव्हा आत्मा उन्नत होऊन आदेश देतो,
तेव्हा अगदी देवही त्याचे पालन करायला सज्ज
असतात.

तीन

—◆—
विचारांचा प्रभाव
आरोग्य आणि शरीरावर
—◆—

मानवी शरीर हे एक नाजूक आणि
लवचिक उपकरण असते.
त्याच्यावर ज्या विचारांचा प्रभाव पडतो त्याला
ते तत्परतेने
प्रतिसाद देत असते.



आ पला देह, हे शरीर आपल्या मनाचा दास असते. ते मनातील विचारांची अंमलबजावणी करीत असते, मग हे विचार काळजीपूर्वक, हेतूपूर्वक निवडलेले असोत वा आपोआप, स्वयंस्फूर्तपणे व्यक्त झालेले असोत. हे विचार आरोग्यदायी नसले, वाईट असले तर त्यांची आज्ञा पाळून हे शरीर वेगाने रोगाच्या दिशेने वाटचाल करून नाश पावते तर आनंदी आणि सुंदर विचारांनी आदेश दिला म्हणजे शरीरही सौंदर्याने आणि तारुण्याने नटते.

परिस्थितीप्रमाणेच रोग असोत, व्याधी असोत वा आरोग्य, दोन्हीचे मुळ विचारातच खोलवर रुजलेले असते. रोगीष्ट विचार रोगीष्ट, आजारी शरीरातून व्यक्त होत असतात. हे माहितच आहे की भीतीचे विचार व्यक्तीला बंदूकीच्या गोळीच्या वेगाने ठार करतात आणि ते आजही हजारो लोकांना ठार करीत आहेत, कमी वेगाने का होईना परंतू हमखासपणे. जे लोक रोगाच्या भीतीने पछाडलेले असतात त्यांना तो रोग हमखास होतोच. चिंता, काळजी एका झटक्यात सगळ्या शरीरातील चैतन्य हिरावून घेते आणि त्यामुळे शरीर कोणत्याही रोगाला सहज बळी पडू शकते. अशुद्ध विचारांचा परीणाम शरीरावर दिसून आला नाही तर त्यांच्यामुळे लवकरच आपली चेतासंस्था प्रभावीत होते.

बलशाली, शुद्ध आणि आनंदी विचार शरीरात नविन चैतन्य आणि उत्साहाची लाट आणतात. हे शरीर एक अत्यंत नाजूक आणि लवचिक उपकरण असते आणि ते ज्या विचारांनी प्रभावित होते त्याला त्वरेने प्रतिसाद देते. आपल्या विचारसरणीच्या सवयी, ठराविक विचार करण्याची पद्धत शरीरावर स्वतःची चांगली-वाईट छाप सोडत असते.

लोक जोपर्यंत अशुद्ध, मलीन विचार मनात जोपासत राहतात तोपर्यंत त्यांचे रक्त अशुद्ध आणि दुषित, विषारी बनून राहते. स्वच्छ, निर्मळ हृदयामुळे, मनात चांगल्या विचारांनी रुंजी घातल्यामुळे जीवन आणि शरीर स्वच्छ राहते. तर अशुद्ध बिघडलेले विचार शरीराला आणि आयुष्यालाही मलीन करून टाकतात. विचार म्हणजे कृती, जीवन आणि अभिव्यक्तीचे उगम स्रोत. या स्रोतांचे पावित्र्य, शुद्धता कायम ठेवा म्हणजे सगळे काही मंगलमय होऊन जाईल.

जे लोक आपल्या विचारात परिवर्तन घडवून आणत नाहीत त्यांच्यासाठी केवळ आहारात बदल करून काहीच साध्य होणार नाही. कारण मुळात जेव्हा आपले विचार पवित्र आणि शुद्ध असतात तेव्हा आपल्याला अशुद्ध अन्न खाण्याची इच्छाच होत नाही. विचार शुद्ध, स्वच्छ असले तर आपोआपच शुद्ध सवयी लागतात. ज्यांनी आपले विचार बलशाली आणि शुद्ध केले आहेत ते इतरांचे वाईट चिंतूच शकत नाहीत.

तुम्हाला जर तुमचे शरीर परिपूर्ण, व्यवस्थित ठेवायचे असेल तर तुमच्या मनावर लक्ष ठेवा. जर तुम्हाला तुमच्या शरीराला नवपल्लवित करायचे असेल तर तुमच्या मनाला सुंदर बनवा. द्वेष, इर्ष्या, नैराश्य, उद्वेग, मत्सर हे सगळे विकार शरीराचे आरोग्य हिरावून घेऊन त्याला बेडौल बनवतात. चेहऱ्यावर उद्वेगाचे भाव आपोआप येत नसतात, वाईट विचार चेहऱ्याला दुर्मुखलेला बनवतात. मनातील दुःख, अभिमान

आणि मुख्यपणाचे विचार चेहऱ्यावर सुरकुत्या आणतात.

मी एका अशा स्त्रीला ओळखतो जिचा चेहरा वयाच्या १६व्या वर्षीही एखाद्या निष्पाप बालीकेसारखा आहे. दुसरा एक माणूस माझ्या ओळखीचा आहे जो अजून मध्यम वयाचा असूनही त्याचा चेहरा सुरकुत्यांनी भरून गेला आहे. त्या स्त्रिचा निरागस चेहरा आशादायी आणि प्रसन्न विचारांचा परीणाम आहे तर दुसऱ्याच्या चेहऱ्यातून त्याचे आत्मिक दुःख आणि असमाधान व्यक्त होते.

तुम्ही जोपर्यंत तुमच्या खोलीची दारे-खिडक्या उघडून वाऱ्याला आणि सुर्यप्रकाशाला तिथे मुक्त प्रवेश देत नाही तोपर्यंत तुम्हाला ते स्थळ प्रसन्न वाटणार नाही. त्याचप्रमाणे जेव्हा मनात आनंद, शुभेच्छा आणि प्रसन्नतेच्या विचारांचा मुक्त वावर असतो तेव्हाच शरीर बळकट बनते आणि चेहरा तेजस्वी, आनंदी आणि टवटवीत बनतो.

वृद्ध व्यक्तींच्या चेहऱ्यावर सुरकुत्या असतात, परंतु काहींच्या चेहऱ्यावर त्या सहानुभूतीतून आलेल्या असतात तर काहींच्या कणखर आणि शुद्ध विचारांमुळे तर इतरांच्या चेहऱ्यावर नकारात्मक भावना सुरकुत्या कोरत असतात. हा भेद कोणालाही स्पष्टपणे ओळखता येतो.

ज्यांनी सदाचाराने आपले जीवन व्यतीत केलेले असते त्यांच्यासाठी त्यांचे वृद्धत्व म्हणजे हळूवारपणे, शांतपणे आणि मृदुलतेने आलेली परीपक्वता, जणू मावळत्या सुर्याची आभा.

नुकतेच मी एका तत्त्वचिंतकाला तो त्याच्या मृत्युशय्येवर असतांना भेटलो. त्याचे वय फक्त वर्षांनी वाढले होते एवढेच. ऐरव्ही तो जितक्या मधूरतेने आणि शांतपणे जगला तितक्याच माधुर्याने आणि शांतपणे तो मरण पावला.

देहाच्या आजाराला पळवून लावणारा प्रसन्न आणि आनंदी विचारासारखा दुसरा वैद्य कोणताच नसतो. दुःख आणि नैराश्येच्या

काळ्या छाया सद्भावनेच्या आश्वासक विचारांनी दूर होतात. सतत वाईट इच्छा बाळगणे, संशय आणि इर्षायुक्त उपहासवृत्तीने जगणे म्हणजे स्वतःच बनवलेल्या तुरुंगात स्वतःला कोंडून घेणे होय, परंतू नेहमी इतरांचे भले चिंतणे, सगळ्यांशी प्रसन्नतेने वागणे, धीर धरून इतरांमधील चांगले गुण हेरणे अशा निःस्वार्थ विचारांमुळे स्वर्गाची दारे उघडली जातात. जो माणूस दिन प्रतिदिन प्रत्येक जीवाबद्दल शांतीचे विचार करतो त्याला अमाप शांती लाभते.

चार



विचार

आणि

हेतू





जो

पर्यंत एखादा हेतू विचारांशी जोडला जात नाही, तोपर्यंत कोणतेही बुद्धीपूर्ण यश, सिद्धी प्राप्त होत नाही. बहूतेकांच्या बाबतीत असे घडते की ते त्यांच्या विचारांच्या लाटेला जीवनरूपी सागरात वाहून जाऊ देतात. हेतुशून्यता, आयुष्यात कोणतेही लक्ष्य नसणे हा दुर्गुण आहे. ज्यांना आयुष्यात विनाशापासून आणि संकटांपासून दूर रहायचे असेल त्याने स्वतःच्या विचारांना असे वाहून, भरकटून जाऊ देऊ नये.

ज्यांनी आपल्या आयुष्यात एक ध्येय निश्चित केलेले नाही ते सहजपणे किरकोळ चिंता-काळज्या, भीती, त्रास आणि आत्मदयेला बळी पडतात. या सगळ्या भावना दुर्बलता सुचवतात. ही दुर्बलता हेतूपूर्वक केलेल्या गुन्ह्याप्रमाणे परंतू वेगळ्या मार्गाने माणसाला अपयश, असमाधन आणि नुकसानीकडे नेते. कारण सामर्थ्यशाली उन्नत ब्रम्हांडात अशा कमकुवतपणाला अजिबात स्थान नसते.

आपण आपल्या उराशी एका योग्य उद्दिष्टाची जोपासना करायला हवी आणि त्यानंतर त्याच्या प्राप्तीसाठी सज्ज व्हायला हवे. ही बाब आपल्या विचारांच्या केंद्रस्थानी असायला हवी. हे उद्दिष्ट आपल्या

त्या त्या वेळच्या स्थितीनुसार एखादी आध्यात्मिक कल्पना असू शकते किंवा एखादी भौतिक वस्तू असू शकते. उद्दिष्ट्य कोणतेही असो आपण आपल्या विचारांचे बळ एकवटून ते आपण आपल्या नजरेसमोर ठेवलेल्या बाबींवर एकाग्र करायला हवे. या उद्दिष्ट्याला आपण आपल्या जीवनाचे परमोच्च कर्तव्य समजायला हवे आणि स्वतःला त्याच्या प्राप्तीसाठी वाहून घ्यायला हवे. तात्पुरत्या लहरी, इच्छा-कामना आणि कल्पनांमध्ये स्वतःला भरकटू देऊ नये.

हा स्व-नियंत्रणाचा आणि विचारांवर लक्ष एकाग्र करण्याचा राजमार्ग असतो. या राजमार्गावरून वाटचाल करीत असतांना आपल्यातील दुर्बलतांवर आपण जोपर्यंत मात करीत नाही, तोपर्यंत अनेकदा आपल्याला हेतू साध्य करण्यात अपयशही येऊ शकते, तरीही या सगळ्या प्रयत्नात आपल्या चारीत्र्याचे वाढलेले बळ हेच आपल्या खऱ्या यशाचे निदर्शक असते आणि हे बळच आपल्या भावी शक्तीचा आणि यशाचा आरंभबिंदू ठरतो.

ज्यांना आपल्या आयुष्यात मोठे उद्दिष्ट्य बाळगण्याची भीती वाटते त्यांनी आपले विचार, आपले कर्तव्य अचूकपणे पार पाडण्यावर केंद्रित करावेत, मग त्यांचे कार्य कितीही कमी महत्वाचे वाटत असले तरी हरकत नाही. केवळ असे करूनच आपल्या विचारांना एकत्रित करून त्यावर मनाला एकाग्र करता येते. असे केल्याने तो दृढ निर्धार आणि ती उर्जा प्राप्त होते की ज्याच्या बळावर कोणतेही उद्दिष्ट प्राप्त करणे सहज शक्य होते.

स्वतःच्या दुर्बलतांची जाणीव असलेला परंतू ज्याचा या सत्यावर विश्वास आहे की धीर धरून आणि सतत सराव केल्याने बलसंचय करता येतो, असा आत्मा स्वतःच प्रयत्न करू लागतो आणि एका प्रयत्नाला दुसऱ्या प्रयत्नाची जोड देत, धीर वाढवत, चिकाटी वाढवत, बळाला बळ जोडत सतत प्रगति करीत राहतो आणि शेवटी स्वतःत दैवी सामर्थ्य

विकसित करतो.

ज्याप्रमाणे शारीरिकदृष्ट्या कमकुवत असलेली व्यक्ती काळजीपूर्वक आणि चिकाटीने योग्य प्रशिक्षण, व्यायाम घेत आपली देहयष्टी बलशाली बनवू शकते, त्याचप्रमाणे कमकुवत विचार करणारी व्यक्ती सतत योग्य विचारसरणीचा सराव करीत स्वतःला बलवान बनवू शकते.

जीवनातून हेतूशून्यतेला हद्दपार करणे आणि एखादे उद्दिष्ट निश्चित करण्याचा विचार करू लागणे म्हणजे त्या बलशाली लोकांच्या श्रेणीत प्रवेश करणे, ज्यांना हे समजत असते की अपयशदेखील यशाकडे नेणारी पायवाट आहे, जे सगळ्या परिस्थितींना आपला दास बनवतात आणि जे कणखरपणे विचार करतात, निर्भयतेने प्रयत्न करतात आणि कुशलतेने यश साध्य करतात.

एकदा जीवनातील आपले लक्ष्य निश्चित केले म्हणजे आपण डावी-उजवीकडे न पाहता त्याच्या प्राप्तीविषयीच्या शंका आणि भीतीला परीश्रमपूर्वक मनातून घालवून द्यायला हवे. कारण हे दोन विघटनात्मक घटक असून ते आपल्या प्रयत्नांची पातळी खालावतात. मग आपले प्रयत्न भरकटतात, ते अप्रभावी आणि निरर्थक ठरतात.

शंका आणि भीतीच्या विचारांनी ना कधी काही साध्य झाले आहे, ना काही साध्य होऊ शकते. ते नेहमीच आपल्याला अपयशाकडे नेतात. जेव्हा मनात शंका आणि भीतीचे विचार डोके वर काढू लागतात तेव्हा हेतू, उर्जा, कृती करण्याचे सामर्थ्य आणि सगळे बलशाली विचार काढता पाय घेतात.

आपण हे करू शकतो या जाणीवेतून इच्छाशक्ती उदयाला येत असते. शंका आणि भीती, या जाणीवेचे, या ज्ञानाचे शत्रु आहेत आणि जे लोक त्यांचे समुळ उच्चाटन करण्याऐवजी त्या विचारात मग्न होतात ते पदोपदी आपल्या मार्गात अडथळे उभे करीत असतात.

ज्यांनी शंका आणि भयभीतपणावर विजय मिळवला आहे त्यांनीच अपयशावर विजय मिळवला आहे असे समजावे. त्यांच्या प्रत्येक विचाराला शक्तीचे पाठबळ लाभलेले असते, सगळ्या अडचणी आणि अडथळ्यांना शूरपणे तोंड दिले जाते आणि त्यांना मार्गातून दूर सारले जाते. असे लोक योग्य वेळ पाहून आपल्या उद्दीष्टांचे बीज पेरतात आणि यथावकाश हे बीज भरभरून बहराला येते आणि त्याला अशी फळे लागतात जी वेळेच्याआधीच, अपरिपक्व असतांनाच गळून पडत नाहीत.

हेतूला निर्भयतेने विचारांची जोड लाभते तेव्हा ते विचार सृजनशील बळ बनतात. ज्यांना हे कळत असते असे लोक, फक्त भरकटणारे विचार आणि क्षणिक भावना, संवेदना यांचे गाठोडे बनून रहात नाहीत. ते यापेक्षा काहीतरी उच्च आणि बलशाली बनण्यास सज्ज असतात. जे हे करतात, म्हणजे जे त्यांच्या हेतूला निर्भयतेने विचारांची जोड देतात ते सज्ज, सतर्क बनतात आणि त्यांच्या बुद्धीमत्तेला त्यांची मानसिक ताकद बनवतात.

पाच

—◆—
विचार – उद्दिष्टप्राप्ति
यशातील एक घटक
—◆—

सगळे यश, सगळ्या उद्दीष्टांची प्राप्ती,
मग ती उद्दिष्टे व्यावसायीक असोत,
बौद्धिक असोत
वा आध्यात्मिक जगताशी निगडीत असोत,
ती सगळी,
निश्चित दिशा दिलेल्या विचारांचे परीणाम
असतात...



तुम्ही जे यश मिळवले आहे आणि जे मिळवण्यात तुम्हाला अपयश आले आहे तो सगळा तुमच्याच विचारांचा थेट परिणाम असतो. या न्यायपूर्ण ब्रम्हांडाच्या व्यवस्थेनुसार समतोल ढासळणे म्हणजे संपूर्ण विनाश ओढवणे असा होतो. अशा ठिकाणी व्यक्तिगत जबाबदारी अमर्याद असते. तुमची दुर्बलता आणि शक्ति, तुमची शुद्धता आणि मलीनता ही सर्वस्वी तुमची असते, ती इतर कोणाचीच नसते. त्यांना तुम्हीच आमंत्रित केलेले असते, इतर कोणी नव्हे. त्यामुळे साहजिकच त्यात तुम्हीच बदल घडवून आणू शकता, इतर कोणालाही ते जमणार नाही. तुमची स्थिती ही इतर कोणाची नसून सर्वस्वी तुमचीच असते. तुमचे दुःख, यातना तसेच आनंद आणि सुख तुमच्या अंतरंगातून उपजत असते. तुम्ही जसा विचार करता तसेच तुम्ही असता. तुम्ही जो विचार सतत कराल तसेच तुम्ही कायम टिकून राहाल.

जोपर्यंत दुर्बल मदत घेण्यास इच्छुक असत नाहीत, तोपर्यंत शक्तीशाली लोकही त्यांची मदत करू शकत नाहीत आणि तसे झाले तरी दुर्बलाने स्व-प्रयत्नाने बलवान व्हायला हवे. इतरांमध्ये असलेल्या ज्या ताकदीचे त्यांना कौतुक वाटते ती ताकद त्यांनी स्वतःच प्रयत्न करून प्राप्त करून घ्यायला हवी. केवळ आपणच आपल्या परिस्थितीत बदल

घडवून आणू शकतो.

दमन करणारा आणि त्याच्या दमनाखाली दबलेले, हे दोघेही अजाणता, नकळत या प्रक्रियेत एकमेकांना सहकार्य करीत असतात. ते एकमेकांना पीडा देत आहेत, क्लेश पाहेचवत आहेत असे दिसत असले तरी प्रत्यक्षात ते स्वतःलाच पीडा देत असतात. एका परीपूर्ण ज्ञान्यालाच हे समजते की दमनाला बळी पडलेल्याच्या दुर्बलतेत आणि बळाचा चुकीचा वापर करणाऱ्या दमनकर्त्याच्या ताकदीत एकच कायदा (नियम) कार्य करीत आहे. परीपूर्ण प्रेमाला दिसून येते की या स्थितीतील दोघेही परस्परांवर यातना लादत आहेत, त्यामुळे त्यापैकी कोणीही धिक्कारास पात्र नाही. परीपूर्ण करुणा या दमनकर्त्याला तसेच त्याच्या दमनाला बळी पडलेल्या दोघांनाही आपल्या बाहूपाशात घेते.

ज्याने आपल्या दुर्बलतेवर विजय मिळवला आहे आणि आपले सगळे स्वार्थी विचार दूर सारले आहेत असा माणूस या दोघांपैकी एकाच्याही बाजूने नसतो. म्हणजे तो ना शोषणकर्ता असतो ना शोषित. असा माणूस मुक्त असतो.

आपण केवळ आपल्या विचारांना उन्नत करूनच स्वतः उन्नती करू शकतो, विजयी होऊ शकतो आणि यश, सिद्धी प्राप्त करू शकतो. आपण आपल्या विचारांना उन्नत करण्याचे नाकारले तर आपण आपले चैतन्य हरवून एक दुर्बल, कंगाल आणि दुःखी व्यक्ती बनून जाऊ.

आपण काहीही, अगदी ऐहिक गोष्टी सुध्दा, मिळवण्यापूर्वी आपल्या विचारांना अत्यंत स्वार्थीपणाच्या आणि अतीव भोगासक्तीच्या दरीतून वर नेत त्यांना उन्नत करायला हवे. यशस्वी होण्यासाठी आपल्याला आपल्या संपूर्ण स्वार्थीपणाचा त्याग करायला हवा असे नाही. परंतू त्याचा आंशिक त्याग करायला हवा, काही प्रमाणात तो सोडायला हवा. जर आपल्यावर सतत उपभोगाच्या विचारांचा प्रभाव पडलेला असेल तर

आपण ना स्पष्टपणे विचार करू शकू ना पद्धतशीरपणे योजना आखू शकू. आपण आपल्या सुप्त क्षमतांचा, स्रोतांचा शोध घेऊन त्यांना विकसित करू शकणार नाही, परीणाम असा येईल की आपण हाती घेतलेल्या प्रत्येक उपक्रमात, कार्यात अपयशी ठरू. आपल्या विचारांवर परिणामकारकपणे, नियंत्रण ठेवण्याचा प्रारंभ न केल्यामुळे आपण आपली कामे चोखपणे हाताळून आपल्या जबाबदाऱ्या गंभीरपणे पार पाडण्याच्या स्थितीत असणार नाही. आपण स्वतंत्रपणे कृती करण्यास किंवा एकट्याने उभे राहण्यास पात्र ठरणार नाही. परंतू आपणच निवडलेल्या विचारांच्या मर्यादित आपण अडकून पडू.

काही प्रमाणात त्याग केल्याशिवाय कोणतीही प्रगति होऊ शकत नाही, कोणतेही यश मिळू शकत नाही. आपण जितक्या प्रमाणात आपल्या स्वार्थी आणि उपभोगाच्या विचारांवर मात करू आणि आपले मन आपल्या विकासाच्या योजनांवर एकाग्र करू आणि आपला दृढ निर्धार आणि स्वावलंबन बळकट करू तितक्याच प्रमाणात आपल्याला आपले ऐहिक यश मिळत असते. आपण आपल्या विचारांना जितके उन्नत करू, जितके वरच्या दिशेने जाऊ, सदाचारी आणि आदर्शवादी बनू, तितके महान यश आपल्याला साध्य करता येते आणि तितक्याच प्रमाणात आपली सिद्धी चिरंतन आणि कल्याणकारी बनून राहते.

वरवर पाहता जरी कधी कधी असे दिसत असले तरी हे ब्रम्हांड कधीच हावरटपणाला, अप्रामाणिकपणाला आणि दुष्टतेला झुकते माप देत नाही. ते सदैव प्रामाणिक, उदात्त आणि सद्गुणी लोकांची मदत करते. प्रत्येक युगातील समष्ट्या महान विभूतींनी हीच गोष्ट वेगवेगळ्यारीतीने आपल्याला सांगितली आहे आणि हे समजून घेऊन त्याची पडताळणी करून घेण्यासाठी आपल्याला सातत्याने स्वतःला सद्गुणी बनवावे लागेल आणि त्यासाठी आपल्या विचारांना उंच पातळीवर न्यावे लागेल.

ज्ञानाचा शोध घेण्यावर किंवा जीवनातील आणि निसर्गातील सत्यम,

शिवम समजून घेण्यावर जेव्हा आपले विचार केंद्रित केले जातात तेव्हा बौद्धिक यश, सिद्धी प्राप्त होते. काही वेळा असे यश गर्वाशी किंवा महत्वाकांक्षेशी जोडले जाते परंतु असे यश या गुणधर्मांमुळे प्राप्त होत नसते तर तो आपल्या दिर्घ आणि कष्टाने केलेल्या प्रयत्नांचा नैसर्गिक परीणाम असतो. आपल्या शुद्ध आणि निःस्वार्थी विचारांची ती फलश्रुती असते.

पवित्र महत्वाकांक्षांच्या पूर्ततेच्या, सांगतेच्या रूपात आध्यात्मिक सिद्धी प्राप्त होत असतात. जे सतत मनाशी उदात्त आणि पवित्र विचारांची जोपासना करतात, जे सगळ्या पवित्र, निर्मल आणि निस्वार्थतेचे चिंतन करतात त्यांचे चरित्र तितक्याच निःशंकपणे सुज्ञ आणि उदात्त बनते जितक्या निश्चितपणे सुर्य मध्यान्ही पराकाष्ठेची उंची गाठतो आणि चंद्रमा सोळा कलांनी विकसित होतो. असे लोक परमसुखाच्या आणि प्रभावाच्या स्थितीला प्राप्त करतात.

यश किंवा सिद्धी कोणत्याही प्रकारच्या असल्या तरी असे यश म्हणजे प्रयत्नांच्या शिरावर ठेवलेला मुकुट असतो, विचारांच्या गळ्यात घातलेली विजयमाला असते. योग्यदिशेने केलेले विचार, निर्धार, आत्म-नियंत्रण आणि सदाचारीपणा यांची मदत घेऊन आपण उत्तरोत्तर उन्नती करीत असतो तर आळशीपणा, स्वतःवर ताबा न ठेवणे आणि वैचारीक गोंधळ यांच्यामुळे आपली अवनती, अधोगती होत असते.

आपण या जगात यशाच्या सर्वोच्च शिखरावर जाऊन पोहचू शकतो आणि आध्यात्मिक प्रांतातील अगदी उदात्त उंची सर करू शकतो आणि त्यानंतरही जर आपण उर्मट, स्वार्थी आणि भ्रष्ट विचारांच्या अधीन झालो तर एवढ्या उंचीवरून देखील दुर्बलतेच्या आणि दुःखाच्या खोल गर्तेत घसरून पडू शकतो.

केवळ सावध, दक्ष राहूनच योग्य विचारांद्वारे यश मिळवता येते.

अनेकजण यश मिळण्याची शाश्वती वाटू लागत असतांनाच माघार घेतात आणि वेगाने अपयशाकडे जातात.

सगळ्या प्रकारचे यश, सिद्धी मग ते व्यावसायीक असो वा बौद्धिक असो किंवा आध्यत्मिक विश्वातील असो ते निश्चितच सुनियोजित विचारांच्या परीणामी प्राप्त होत असते आणि त्या सगळ्यांच्या मागे तोच नियम आणि तीच पद्धत कारणीभूत असते. फरक पडतो तो केवळ ध्येयसिद्धीच्या उद्दीष्टाचा, बाबीचा.

ज्यांना थोडेफार यश हवे असेल त्यांना थोडापार त्याग करावा लागतो, ज्यांना जास्त यश हवे असेल त्यांना अधिक त्याग करावा लागतो. ज्यांना पराकाष्ठेचे यश मिळवायचे असेल त्यांना तेवढ्याच मोठ्या प्रमाणात त्याग करावा लागतो.

Screenshot Captured

सहा



स्वप्न

आणि

आदर्श



जे आपल्या हृदयात एका सुंदर स्वप्नाची,
एका उदात्त आदर्शाची जोपासना करतात
ते एक दिवस
त्याला वास्तवात साकार करतात.



या विश्वाला स्वप्न पाहणाऱ्यांनी वाचवले आहे. ज्याप्रमाणे या दृश्य जगताला अदृश्य शक्तीने टिकवून ठेवले आहे, त्याचप्रमाणे मानवजात चुकांमधून शिकत असतांना, सत्वपरीक्षेतून पार पडत असतांना आणि वेदना भोगत असतांना तिच्या एकाकी स्वप्नदृष्ट्यांनी पाहिलेल्या सुंदर स्वप्नांनी तिचे पोषण केले आहे.

मानवजात तिच्या या स्वप्नदृष्ट्यांना विसरू शकत नाही, त्यांच्या आदर्शांना ती पूसले जाऊ देत नाही वा त्यांना नष्ट होऊ देत नाही. कारण या आदर्शांतच मानवजात जीवंत असते. तिला माहित आहे की ही स्वप्ने, हे आदर्श, एके दिवशी वास्तवात साकार झालेली दिसतील.

संगीतकार, शिल्पकार, चित्रकार, कवी, प्रेषित, साधु-संत हे सगळे उद्याच्या विश्वाचे निर्माते आहेत, स्वर्गाचे वास्तुशास्त्रज्ञ आहेत. ते या जगात होते म्हणून ते सुंदर आहे, ते नसते तर ही कष्ट करणारी मानवजात नाश पावेल.

जे आपल्या हृदयात एका सुंदर स्वप्नाला, एका उदात्त आदर्शाला जपतात ते एकेदिवशी त्याला खरे करतात. कोलंबसने एका दुसऱ्या विश्वाचे स्वप्न पाहिले आणि त्याने त्या विश्वाला शोधून काढले.

कोपर्निकसने बहूविध विश्वाची आणि एका विस्तृत ब्रम्हांडाची कल्पना मांडली आणि त्याने ती उघडकीला आणली. बुद्धाने निर्मळ सौंदर्य आणि परिपूर्ण शांतीच्या आध्यात्मिक जगताचे स्वप्न पाहिले आणि त्यात प्रवेश केला.

तुमच्या स्वप्नांचे संवर्धन करा. तुमच्या आदर्शांना जोपासा. तुमच्या हृदयाला झंकृत करणाऱ्या संगीताची आराधना करा. तुमच्या मनात आकार धारण करणाऱ्या सुंदरतेला, तुमच्या उत्तमोत्तम विचारांना सजवणाऱ्या प्रेममयतेला जपा. कारण त्यांच्यातूनच सगळ्या आनंददायक परिस्थिती उगम पावणार आहेत. स्वर्गिय वातावरण अवतरणार आहे. जर तुम्ही त्यांच्याशी प्रामाणिक राहिलात तर शेवटी एकदाचे तुमचे विश्व आकाराला येईल.

इच्छा करणे म्हणजेच मिळवणे. साध्य करण्याची महत्वाकांक्षा बाळगणे, प्रेरित होणे. आपल्या पशूतुल्य, अधम इच्छाच पूर्णाहूतीपर्यंत पोहचतील आणि आपल्या शुद्धतम आकांक्षा तडफडून जीव देतील का? हा ब्रम्हांडाचा नियम नाही. अशी स्थिती कधीच असू शकत नाही. “मागा म्हणजे तुम्हाला मिळेल” हाच ब्रम्हांडाचा नियम आहे.

उदात्त स्वप्न पहा आणि तुम्ही जशी स्वप्ने पहाल तसेच तुम्ही बनाल. तुम्ही एके दिवशी काय बनणार आहात याचे वचन, ग्वाही तुमची स्वप्ने देत असतात. शेवटी तुम्ही कोणता आकार धारण करून या जगासमोर येणार आहात याची भविष्यवाणी करतात ते तुम्ही तुमच्या उराशी जपलेले आदर्श.

जगातील कोणतीही महान सिद्धी ही सुरुवातीला आणि काही काळापुरती एक स्वप्नच होती. विशाल ओक वृक्ष त्याच्या इवल्या बीज निद्रावस्थेत असतो. अंड्यात पक्षी आकार धारण करण्याच्या प्रतिक्रेत असतो आणि एका आत्म्याच्या सर्वोच्च स्वप्नात एक देवदुत जागा होत

असतो. स्वप्न म्हणजे वास्तविकतेची बीजे.

आज तुमची परिस्थिती अनुकूल नसेलही, परंतु जर तुम्ही एखादा आदर्श निवडून त्याच्या प्राप्तीसाठी धडपड करू लागलात म्हणजे ती तशीच राहणार नाही. तुम्ही आंतरिक पातळीवर प्रवास सुरू केला म्हणजे बाह्य पातळीवर आहात तिथेच स्थिर राहू शकत नाही.

एक तरुणी आणि एक तरुण आहेत, हे दोघेही गरीबी आणि कष्टाने गांजले गेले आहेत. त्यांना त्यांच्या कामाच्या कोंदट ठिकाणी स्वतःला दिर्घकाळ कोंडून घ्यावे लागत आहे. ती अशिक्षित आहेत आणि कोणत्याही सुसंस्कृत कलांपासून वंचित आहेत. परंतु ती दोघेही सदैव चांगल्या गोष्टींची स्वप्ने पाहतात, ते सौंदर्याचा, बुद्धिमत्तेचा, भव्यतेचा विचार करीत असतात. आपले आदर्श आयुष्य कसे असावे याचे स्वप्न मनात रचतात, मानसिक पातळीवर ते स्वप्न जगतात. ती विशाल स्वातंत्र्याच्या आणि विस्तृत संधीच्या स्वप्नाने झपाटली गेली आहेत. हे स्वप्न त्यांना अस्वस्थ करून टाकते, त्यांना स्वस्थ बसू देत नाही. ती दोघेजण त्यांच्या हाताशी असलेला सगळा मोकळा वेळ आणि साधन-जरी ती फारच तटपुंजी होती तरीही ती वापरून आपल्यातील सुप्त शक्तीस्थलांना आणि स्रोतांना जागे करण्याच्या कामाला लागतात.

फार लवकरच त्यांच्या मनात असे बदल घडून येतात की आता ते काम करीत असलेली रोगट जागा त्यांना अडवायला समर्थ नव्हती. ती त्यांच्या या बदललेल्या मानसिकतेशी इतकी विसंगत होती की जणू अंगावरचे एखादे वस्त्र काढून ठेवावे इतक्या सहजतेने ती त्यांच्या आयुष्यातून बाद झाली. विस्तार पावणाऱ्या त्यांच्या आंतरशक्तीशी जुळणाऱ्या संधी विकसित होत गेल्या आणि त्यांनी त्यांचे पूर्वीचे कष्टप्रद काम कायमचे सोडून दिले.

काही वर्षांनंतर हे दोघेजण आता पूर्णतः परिपक्व झालेले प्रौढ

बनले आहेत. त्या दोघांनीही आपापल्या अद्वितीय मार्गाने मनाच्या विशिष्ट परीबळांवर सत्ता मिळवली आहे. आता त्यांचा प्रभाव जगभर पसरला आहे. त्यांच्या तोडीचे सामर्थ्य या जगात सापडणार नाही. त्यांनी आता आपल्या हातात विराट जबाबदाऱ्यांची सुत्रे सांभाळली आहेत. ते बोलतात आणि लोकांचे जीवन बदलून जाते. जगातील स्त्री-पुरुष त्यांच्या शब्दाला प्रमाण मानतात आणि आपल्या चारीऱ्याला एक नवा आकार प्रदान करतात. ज्याप्रमाणे प्रकाशमान सुर्याभोवती असंख्य तारका आणि ग्रहगोल फिरत राहतात, त्याचप्रमाणे आता ते असे स्थिर आणि तेजस्वी केंद्रबिंदू बनले आहेत ज्याच्या अवतीभवती असंख्य जणांच्या नियती फिरत आहेत. त्यांनी तरुणपणी पाहिलेले स्वप्न खरे केले. ते त्यांच्या आदर्शांशी एकरूप झाले.

आणि हे तरुण वाचका, तूदेखील तुझी केवळ एक आदर्श इच्छा नव्हे तर उराशी जपलेले स्वप्न खरे करशील, मग ते सुंदर असो वा नसो किंवा या दोन्ही गुणांचे त्यात मिश्रण झालेले असो. कारण तू तुझ्या मनात ज्यावर गुपचूपपणे अत्यंत प्रेम केले आहे त्या बाबीकडे तू नेहमीच ओढला जाशील. तुझ्या हातात तुझ्याच विचारांचे नेमके फळ असेल. तू जे कमावले आहेस ते आणि तितकेच तुला मिळेल. त्यापेक्षा थोडेही जास्त नाही आणि थोडेही कमी नाही.

तुमची आजची परिस्थिती कशीही असो, तुम्ही आज कोणत्याही परिवेशात, वातावरणात जगत असलात तरी तुम्ही तुमच्या विचारांच्या मदतीने तिथेच राहाल, तिथून अवनत व्हाल किंवा उन्नती कराल. तुमचे स्वप्न, तुमचे आदर्श तुम्हाला तिथे नेतील. तुमच्यावर राज्य करणारी तुमच्या मनातील इच्छा अगदी क्षीण असली तर तुम्ही तिच्याइतकेच मामुली बनाल आणि तुमची महत्वाकांक्षा जितकी महान असेल तितकेच महान तुम्ही बनाल.

स्टॅटन किर्खाम डेव्हीसच्या सुंदर शब्दात सांगायचे तर —

“तुम्ही आज कारकुनी करीत असाल आणि सध्या हातात असलेल्या पेनच्या शाईने तुमची बोट बरबटलेली असतील, तरीही तुम्ही तुमच्या आदर्शांच्या वाटेत उभे आहे असे वाटणाऱ्या एका बंद दाराबाहेर पडाल आणि तुम्ही अचानक एका मोठ्या श्रोतृवृंदासमोर उभे असाल. अजूनही तुमच्या हातात पेन असेल, तुमची बोट अजूनही शाईने माखली गेली असतील आणि नंतर, तिथे तुम्हाला तुमच्या प्रेरणेचा फेसाळता प्रपात उफाळून आल्याचे दिसून येईल.

“तुम्ही अजूनही शेळ्या-मेंढ्या हाकत असाल आणि गावभर तोंड उघडे टाकून फिरणारे तुमचे बावळट ध्यान तुमच्या गांवढळ पणाची ग्वाही देत असेल, तरीही तुम्ही भटकत भटकत एका आश्रमात जाऊन पोहचाल आणि काही काळानंतर ते गुरु तुम्हाला म्हणतील, ‘वत्सा! मला माहित होते ते सगळे ज्ञान मी तुला शिकवले आहे, आता तुला देण्यासारखे माझ्याजवळ काहीच नाही.’ आणि आता तुम्ही स्वतः तो गुरु बनून जाल जे बनण्याचे स्वप्न तुम्ही शेळ्या-मेंढ्या चारत असतांना पाहिले असेल. आता तुमच्या हातात असलेली करवत आणि रंधा तुम्ही बाजूला ठेवाल आणि विश्वाच्या पुर्ननिर्मीतीच्या कामाला लागाल.”

विचारशून्य, अज्ञानी आणि आळशी माणसालाच केवळ गोष्टींचे उघडपणे दिसणारे परीणामच दिसत असतात, प्रत्यक्ष त्या गोष्टी दिसत नसतात. असेच लोक नशिब, सुदैव आणि योगायोगाच्या गप्पा मारतात. एखादा श्रीमंत होत गेला म्हणजे ते म्हणतात, “किती नशीबवान आहे पहा!” एखादा माणूस नावाजलेला विद्वान झालेला पाहून ते म्हणतात, “त्यांना दैवाने कशी साथ दिली बघा!” एखाद्या संतामधील गुणधर्म आणि त्याचा इतरांवर पडणारा प्रभाव पाहून ते शेरा मारतात, “प्रत्येक ठिकाणी नशीब त्यांच्या मदतीला धावून येते!”

या सगळ्या लोकांनी या स्थानापर्यंत पोहचण्यासाठी किती प्रयत्न

केलेत, किती अपयशांचा सामना केला आणि स्वेच्छेने कसा संघर्ष केला हे त्यांना दिसत नाही. त्यांना कराव्या लागणाऱ्या त्यागाचा या लोकांना थांगपत्ताही नसतो. त्यांनी न थकता किती परीश्रम केलेत हे त्यांना कळत नसते. ज्यांना ओलांडणे अशक्य आहे असे वाटणाऱ्या अडथळ्यांना आपण दूर करूच आणि आपल्या हृदयातील स्वप्न साकार करूच या त्यांच्या दुर्दम्य आत्मविश्वासाचे, श्रद्धेचे त्यांना भानच नसते.

त्यांना अपयशांचा काळोख, कष्टांनी दुखावणारे हृदय त्यांना कळत नसते. त्यांना दिसतो तो फक्त प्रकाश आणि आनंद. आणि यालाच ते “नशीब” असे नाव देतात. हे उद्दिष्ट साध्य करण्यासाठी या लोकांना करावा लागणारा कठोर परीश्रमांचा दिर्घ प्रवास त्यांना दिसत नाही. दिसते ते फक्त त्यांच्या हातातील यशाचे रसाळ फळ ज्याला ते “सुदैवा”चे नाव देतात. ही दिर्घ प्रक्रिया त्यांना कळत नसते त्यांना फक्त फळ समजते आणि ज्याला ते “योगायोग” म्हणतात.

प्रत्येक मानवी क्षेत्रात प्रयत्न असतात आणि त्यांचे परिणाम असतात. तुमचे प्रयत्न किती बलशाली होते यावरून तुमच्या हातात परीणामाचे माप पडते. “देणगी” म्हणवले जाणारे सामर्थ्य, भौतिक, बौद्धिक आणि आध्यात्मिक उपलब्धी, यश हे सगळे प्रयत्नांचे परीणाम असतात. पूर्णत्वाला पोहचलेले विचार असतात. मिळवण्यात झालेल्या वस्तु असतात, साकार झालेली स्वप्ने असतात.

तुम्ही तुमच्या मनात जे स्वप्न जपले आहे, तुमच्या हृदयाच्या सिंहासनावर ज्या आदर्शांना विराजमान केले आहे ते तुमचे जीवन घडवील आणि ते तुम्ही बनवत.

सात



प्रसन्नता



आपण जितके जास्त स्थिरचित्त बनू
तितकेच महान यश आपले असेल.
आपला चांगला प्रभाव आणि
सत्ता वाढीस लागेल.



सुज्ञपणाच्या मुल्यवान दागीन्यांपैकी एक सुंदर आभुषण म्हणजे मनाची शांती. चिकाटीपूर्वक आणि दीर्घकाळ केलेल्या आत्मसंयमनाच्या प्रयत्नांच्या फलस्वरूप ती प्राप्त होत असते. तीचे अस्थित्व सुचवते की या माणसाचे अनुभव परिपक्व झालेले आहेत आणि विचारांच्या कार्यपद्धती संबंधी नियमांचे त्याला विशेष ज्ञान आहे. आपण-विचारमंथनातून उन्नत झालेलो आहोत हे तथ्य आपण जितक्या प्रमाणात समजून घेतले असेल तितक्या प्रमाणात आपल्याला मनःशांती प्राप्त होत असते. कारण असे ज्ञान प्राप्त होण्यासाठी हे गरजेचे आहे की इतर लोकही त्यांच्या विचारांचे परिणाम आहेत ही बाब आपण समजून घ्यायला हवी. आपण हे तथ्य चांगल्याप्रकारे समजून घेतले आणि सगळ्या गोष्टींमागे कार्यकारण भावाचा, कारण आणि परीणामाच्या नियमाचा आंतरिक संबंध आपल्याला स्पष्टपणे दिसून आला म्हणजे आपली धुसफुस, चिडचिड, चिंता आणि काळजी करायचे थांबते आणि आपण शांत, प्रसन्न आणि स्थिरचित्त राहू लागतो.

जे लोक स्वतःवर नियंत्रण ठेवायला शिकले आहेत आणि त्यामुळे जे शांती अनुभवत आहेत त्यांना इतरांशी कसे जुळवून घ्यावे हे चांगलेच

कळत असते. आणि त्याच्याबदल्यात हे लोकही अशा शांत लोकांच्या आध्यात्मिक शक्तीसमोर नतमस्तक होतात. त्यांना वाटते की या शांत लोकांपासून आपल्याला काही शिकता येईल आणि त्यांच्यावर विसंबून राहता येईल.

आपण जितके जास्त स्थिरचित्त बनू तितकेच महान यश आपले असेल, आपला चांगला प्रभाव आणि सत्ता वाढीला लागेल. उदाहरणच द्यायचे तर अगदी एखादा साधारण विक्रेतादेखील चांगली विक्री करू शकतो आणि त्याची समृद्धी वाढवू शकतो, अर्थात त्यासाठी त्याने मोठे आत्म-नियंत्रण ठेवायला हवे आणि मनाची शांत आणि समतोल वृत्ती विकसित करायला हवी. कारण लोकांना नेहमीच असा माणूस आवडतो ज्याचे वागणे सुखद आणि स्थिर असते.

शक्तिशाली आणि शांत लोकांना नेहमीच इतरांचे प्रेम आणि आदर लाभते. असे लोक वाळवंटातील शितल छाया देणाऱ्या वृक्षासारखे किंवा वादळात हाती लागलेल्या, आसरा देणाऱ्या अविचल खडकासारखे असतात.

एक स्थिरचित्त हृदय, मृदू-मधूर स्वभाव आणि संतुलित जीवन कोणाला हवेसे वाटणार नाही? ज्यांना ही देणगी लाभलेली असते त्यांच्यासाठी या गोष्टीने काहीच फरक पडत नाही की बाहेर पाऊस कोसळत आहे की स्वच्छ सुर्यप्रकाश पसरला आहे. कोणत्याही बदलांनी ते अस्वस्थ होत नाहीत कारण ते नेहमीच शांत, स्थिरचित्त, प्रसन्न असतात. ही मनःशांती जिला आपण प्रसन्नता म्हणू, ती बहुमुल्य चारीत्र्याचे संतुलित रूप असते. तो जीवनाला आलेला बहर असतो, आत्म्याला लागलेले मधूर फळ असते. ती शहाणपणा, सुज्ञपणा ह्या सारखीच मुल्यवान असते. जिची सोन्यापेक्षा अधिक कामना करायला हवी, होय, अगदी शंभर नंबरी सोन्यापेक्षाही. एका शांत, प्रसन्न जीवनाच्या तुलनेत पैशांच्यामागे धावणारी व्यक्ती किती तुच्छ वाटते.

सत्याच्या महासागरात पडलेले, लाटांच्या खळखळाटाखाली शांतचित्त असलेले, मोहाच्या फसव्या आकर्षणापासून दूर असलेले, चिरंतन शांतीत निवास करणारे, जीवन दिव्य असते.

आपण अशा कितीतरी लोकांना ओळखत असू ज्यांनी आपले जीवन कडवट करून टाकले आहे, त्यांच्या विस्फोटक, रागीट स्वभावामुळे जे जे सुंदर आणि मधूर आहे त्या सगळ्यांचा विध्वंस करून टाकला आहे, शांती गमावून बदनाम झाले आहेत! बहुसंख्य लोक समजूतदारपणा आणि आत्म-नियंत्रणाच्या अभावी त्यांचे जीवन उध्वस्त करीत असतात आणि त्यांच्या सुखाला ग्रहण लावत असतात. ही खरोखरच विचार करण्यासारखी बाब आहे. आपल्याला आयुष्यात अगदी बोटार मोजण्याइतके, अल्प संख्येने असे लोक भेटतात ज्यांच्या सुंदर चारीत्र्याचे लक्षण असलेली बहुमुल्य शांती त्यांच्या मनात भरून राहिलेली असते.

होय, मानवजात बेलगाम रागाने उसळून उठत आहे. अनिवार्य दुःखाने अतिक्षुब्ध बनली आहे, शंका आणि चिंता तीच्या चिंधड्या उडवत आहे. ज्यांचा आपल्या विचारांवर ताबा आहे आणि ज्यांचे विचार शुद्ध आहेत अशा खऱ्या सुज्ञ लोकातच इतके सामर्थ्य असते की ते वाऱ्यावादळाला त्यांच्या आज्ञा मान्य करायला लावतात.

प्रचंड वादळात हेलकावे खाणाऱ्या आत्म्यांनो, तुम्ही जिथे आणि ज्या स्थितीत जगत असाल तिथेच तुम्ही हे समजून घ्यावे की,

जीवनरूपी महासागरात स्मितहास्य रूपी परमसुखाची बेटेही असतात आणि तुमच्या आदर्शांचे प्रकाशमान तट तुम्ही तिथे येण्याची प्रतीक्षा करीत आहेत. तुमच्या विचारांच्या नौकेच्या सुकाणूवर तुमची घट्ट पकड असू द्या.

तुमच्या आत्म्याचे जहाज त्याच्या चालकावर विसंबून आहे — तो निद्रावस्थेत आहे, त्याला जागे करा.

आत्म-नियंत्रणातच खरी ताकद असते, योग्य विचार करण्यात कुशलता असते आणि शांतीत सामर्थ्य असते.

तुमच्या हृदयाला म्हणा, “शांती, स्थिर रहा!”

—◆—
शांत आणि
स्थिर रहा!
—◆—

लेखकासंबंधी

जेम्स ॲलन यांचा जन्म १८६४ मध्ये इंग्लंडमधील लाईचेस्टर येथे झाला. त्यांच्या वडिलांच्या मृत्युनंतर आलेल्या कौटुंबिक अडचणींमुळे त्यांना वयाच्या पंधराव्या वर्षी शाळा सोडावी लागली. त्यांनी १९०२ पर्यंत अनेक ब्रिटीश उत्पादकांसाठी काम केले आणि शेवटी ठरवले की आता पूर्णवेळ लिखाण कार्य हाती घ्यावे. त्यांचे पहिले पुस्तक '*From Poverty to Power*' पूर्ण केल्यानंतर ते इलफ्राकोम्बे येथे राहू लागले आणि त्यांच्या मृत्युपर्यंत (१९१२) तिथेच रहात होते.

त्यांनी एकंदरीत एकोणीस पुस्तके लिहिली आहेत. '*As You Think*' ही त्यांची सर्वात जास्त अभिजात कृती समजली जाते.

For further details, contact:

Yogi Impressions Books Pvt. Ltd.

1711, Centre 1, World Trade Centre,
Cuffe Parade, Mumbai 400 005,
India.

Fill in the Mailing List form on
our website and receive, via email,
information on books, authors,
events and more.

Visit: www.yogiimpressions.com

Telephone: (022) 61541500, 61541541

E-mail:

yogi@yogiimpressions.com



Join us on Facebook:

www.facebook.com/

‘अँज यु थिंक’ हे मी वाचलेल्या पुस्तकांपैकी एकमेव शक्तिशाली पुस्तक आहे. त्याने वीस वर्षे माझी सोबत केली आहे आणि त्याने माझे अवघे आयुष्यच बदलून टाकले आहे.’

व्हीजनरी बीझनेस या पुस्तकाचे लेखक
मार्क ऑलन यांच्या प्रस्तावनेतून

जेम्स ऑलन नावाच्या काहीशा अपरिचित इंग्रज माणसाने १९४० मध्ये ‘अँज अ मॅन थिंकथ’ नावाचे छोटे पुस्तक लिहिले. हे पुस्तक जगभरातील सगळ्या ‘स्वयं-सहायक’ पुस्तकांपैकी एक महान पुस्तक ठरले. खरेतर स्वः-मदत या शब्दाऐवजी ‘आत्म-सबलीकरण’ संज्ञा वापरणे जास्त उचित होईल. कारण ते आपल्याला फक्त इतकेच दाखवून देत नाही की यशाची गुरुकिल्ली आपल्याच मनात दडलेली असते तर ते आपल्याला हे देखील दाखवून देते की आपण ज्याची कल्पना करू शकू अशा महानतम सिद्धीचा खजिना या गुरुकिल्लीद्वारे कसा उघडता येईल.

या संपादित आवृत्तीत लेखक मार्क ऑलन हे या अभिजात कृतीतील भाषेत थोडा बदल करून तीला अद्ययावत रूप देत आहेत. मुळ पुस्तकातील, प्रचलनात नसलेले शब्द, भाषा बदलून त्यातील संदेशांना अधिक स्पष्टतेची धार चढवली आहे. त्यांनी या पुस्तकाद्वारे दाखवून दिले आहे की ही तत्त्वे, हे सिद्धांत खरोखरच कशी सार्वत्रिक आहेत आणि ती प्रत्येकाला सारखीच लागू पडतात मग त्या व्यक्तीचे लींग, वय, वंश, धर्म, सामाजिक दर्जा किंवा शिक्षण काहीही असो.

हे पुस्तक अत्यंत साधे असूनही या गोष्टीची आठवण करून देते की “आपण जे काही मिळवले आहे आणि जे काही मिळवण्यास अपयशी ठरलो आहोत तो सगळा थेट आपल्याच विचारांचा परीणाम असतो.”

आपणच आपल्या नियतिचे धनी, आपले भाग्यविधाता असतो.