अक्षरायण



डॉ. सुहास पेठे

।। श्री ।।

अक्षरायण

(आनंदप्राप्तीसाठी 'अक्षर' चिंतनसूत्रं)

डॉ. सुहास पेठे
एम्.ए., पीएच्.डी. (तत्त्वज्ञान)

अक्षरायण

पुस्तकरूपाने प्रकाशित शेवटची आवृत्ती : एप्रिल, २०२०
डिजिटल आवृत्ती : डिसेंबर २०२१

© डॉ. सुहास पेठे , सातारा, महाराष्ट्र

डॉ. सुहास पेठे यांच्या अन्य साहित्यासाठी पहा :

वेबसाईट : www.pethekaka.com
युट्यूब चॅनेल : Shri Pethe Kaka
अँड्रॉईड ॲप : SadhanNandadeep (साधननंदादीप)

लौकिक 'अक्षरओळख' करून देऊन

घटवून घेणाऱ्या

माझ्या वडिलांसह सर्व प्रिय गुरुजनांना

आणि

हृदयस्थ 'अक्षर परमात्म्याची ओळख' करून देऊन

घटवून घेणाऱ्या

माझ्या असंख्य कृपाळू संतमंडळींना ___

सादर समर्पण...

अशाश्वत 'क्षरा'कडून, शाश्वत 'अक्षरा'कडं...!

सभोवतलाचं जग, त्यातल्या घटना, त्यातली माणसं, त्यावरच्या प्रतिक्रिया, त्यातून होणारी सुखदुःखं – हे जवळजवळ प्रत्येकाच्या वाट्याला रोज येत असतं. खरंतर ते अशाश्वतता न ओळखल्यामुळं येतं. पण, त्याची कल्पना नसल्यामुळं, बहुतांश लोक दुःख सोसतात तर, काही,'हे असंच चालायचं' असं म्हणून दिवस ढकलत राहतात. त्यातून पुढं जाणं चांगलं असलं तरी, पुन्हा जर उद्या–परवा–आयुष्यभर हे असंच चालणार असलं आणि त्यावर विधायक विचारांचा उपयोग असला तर, ते विचार वेळीच समजून घेणं, अमलात आणणं आणि आपल्या आयुष्याची वाटचाल सुखदुःखापलीकडं नेणं, आवश्यक नाही का ?

वास्तविक, सुखदुःखाच्या हेलकाव्याच्या प्रसंगांत शाश्वताची, अक्षराची खूण देणारी विचारांची वीज चमकून जात असल्याचा, अनेकांना अनुभव येत असेल. ते शाश्वत संदेश वेळीच टिपले, लक्षात ठेवले, त्यातून शिकलो तर, असे हेलकावे नक्की कमी बसतील. आयुष्य शाश्वत विचारांनी आनंदमय होईल.यावेळचा प्रयास फक्त पंचवीस ओळींत केला आहे. तो वाचन सोपं व्हावं, नित्य व्हावं आणि चिंतन जास्त व्हावं यासाठी ! साऱ्या आयुष्याचा विचार करायचा असल्यामुळं, विषयाचं बंधन न ठेवता थेट सत्य बाजू समोर ठेवल्या आहेत ! विवरणाला, उदाहरणांनाही अर्थातच, इच्छा असूनही बंधन पडलं आहे, हे कृपा करून समजून घ्यावं.

यातील काही भाग ऑडिओ स्वरूपात व सर्व भाग पुस्तक स्वरूपात आकाराला येण्यात मदत करणाऱ्या सर्वांचा मी मनःपूर्वक ऋणी आहे. ही ऐंशी विचारसूत्रांची सेवा वाचकांनी चरणी रूजू करून घ्यावी, ही नम्र विनंती!

– संतनगरी, सातारा – सुहास पेठे

अक्षरायण

■अनुक्रम■

१. अर्धंअधिक आयुष्य नुसतं घेत जाण्याचंच आहे ! –११

२. आचारांचा लाभ हवा असेल तर आपण लवचिक असावं. –१२

३. विकास हवा असेल तर विनाश स्वीकारावा. –१३

४. नित्योपासना ही अन्नपाण्याइतकीच दैनंदिन गरज समजावी. –१४

५. संवाद पुलासारखा आहे, तो गमावू नये. –१५

६. विकास सर्वांगीण व संतुलित असावा. –१६

७. आपण जगाला काय दिलं, ते पाहात असावं. –१७

८. जो त्यानं दिलेलं दान विसरला, त्यानं खरं दिलं ! –१८

९. अन्न ताजं खावं, 'आज'चं 'आज' जगावं ! –१९

१०. देवपूजा म्हणजे आदर्शांची रोजची भेट आणि स्मरण होय ! –२०

११. क्रिया आणि प्रतिक्रिया यांत थोडंतरी अंतर ठेवावं ! –२१

१२. कर्म कर्तव्य म्हणून करावं, सुखाच्या आशेनं करू नये! –२२

१३. मदत घ्यावी, पण आपल्याच पायांनी चालणं बरं ! –२३

१४. 'मी जगतो' तेच 'सर्व जग' नव्हे ! –२४

१५. दोन सोपे शब्द माणसाची प्रगती रोखू शकतात. –२५

१६. आपल्या नुसत्या पाहण्यावर, ऐकण्यावर मतं बनवू नयेत. –२६

१७. देवाच्या दर्शनाचा खरा लाभ 'आपल्याला' केव्हा होतो ? –२७

१८. आपण 'जगाच्या मागं' राहू नये, तसंच 'पळत्या जगाच्या' मागंही लागू नये ! –२८

१९. विस्मरणानं व्यवहार आणि परमार्थ दोन्हींतही नुकसान होतं ! –२९

२०. खऱ्या भक्ताचा एकाक्षरी निरंतर जप ! –३०

२१. एक नुकसानकारक मंत्र ! –३१

२२. वेळ नाही हे 'कारण' असू शकेल, पण 'सबब' नसावी ! –३२

२३. निष्पर्ण वृक्षाचंही ध्यान होऊ शकतं. –३३

२४. लौकिक शिक्षण लवकर संपवावं, जीवनग्रंथ शिकण्यासाठी ! –३४

२५. किती कमावलं याबरोबर काय गमावलं हेही पाहावं ! –३५

२६. एकान्ताचा सराव गरजेचा आहे ! –३६

२७. उपकार लक्षात राहिले तरी आपलं आयुष्य बदलेल ! –३७

२८. एकान्तानं समजशक्ती वाढते ! –३८

२९. मानसपूजा ही मानसिक पातळीवरची भावभेट आहे ! –३९

३०. परीक्षेचा पेपर टाकताना, त्याबरोबर निकालाची चिंताही टाकावी ! –४०

३१. फळे पिकू द्यावी, पिकवू नयेत ! –४१

३२. एकाच डोंगरावर जायला अनेक रस्ते असू शकतात ! –४२

३३. आजार आणि उपचार यांत शक्यतो अंतर असावं ! –४३

३४. मिळालेल्या गोष्टींमागच्या कष्टांची जाणीव ठेवावी ! –४४

३५. पारायणांचा साधन म्हणून विशिष्ट उपयोग नक्की आहे. –४५

३६. गेल्या वर्षात आपण आपल्या हातानं कायकाय लिहिलं ? –४६

३७. जग मिश्रणासह स्वीकारावं लागतं. –४७

३८. देव कुठं आणि किती दूर आहे ? –४८

३९. ध्येयं इतरांकडं बघून ठरवू नयेत. –४९

४०. आपलं नुकसान जगापेक्षा आपल्याकडूनच जास्त होतं. –५०

४१. कुठल्याही कामाचं आतून प्रेम असलं तर ते होतं ! –५१

४२. आपण तंत्रज्ञानाचे मालक आहोत, नोकर नाही ! –५२

४३. संबंध नसलेल्या विषयांत जाणारं लक्ष वाचवावं ! –५३

४४. आनंद देण्यातल्या आनंदासारखा, आनंद नाही ! –५४

४५. आपल्या प्रत्येक पुऱ्या होणाऱ्या इच्छेनं सावधता यावी ! –५५

४६. समर्थनानं दोष पक्के होतात ! –५६

४७. कामाची लाज, निंदेची भीती आणि अपेक्षांचा
शिरकाव झाला की सेवा अंतरते, निष्फळ होते ! –५७

४८. स्वतःला सुखदुःखाचा होण्यावर माणूस
चांगलावाईट ठरवू नये ! –५८

४९. दोष काढणं जेवढं सोपं, तितकंच
निर्दोष राहणं कठीण आहे. –५९

५०. काम करू शकला नाही तर, निदान
खंत तरी व्यक्त करावी ! –६०

५१. कामं वेळेवर करावीत पण, ती एकमेव गोष्ट नव्हे ! –६१

५२. जगाच्या चांगलेवाईटपणापेक्षा आपण
बरोबर असणं महत्त्वाचं ! –६२

५३. 'मला काय त्याचं' ही सुशिक्षितांची कृतघ्नता आहे. –६३

५४. ध्यानात काही करू नये, नाहीतर
आणखी एक प्रपंच होईल ! –६४

५५. आत्मचिंतन करणाऱ्याच्या तक्रारी कमी असतात. –६५

५६. सांगितलेल्या कामाचं काय झालं,
ते सांगायला विसरू नये. –६६

५७. उपकार विसरणाऱ्यांना देवद्वारी क्षमा होईल,
पण प्रवेश नाही ! –६७

५८. स्वामित्वाची लालसा मित्रत्वच काय,
दास्यत्वही गमावते! –६८

५९. तण वाढतं म्हणून पेरायचं थांबवू नये ! –६९

६०. मन प्रपंचाला कंटाळत नाही,
वाटलं तर आपणच थांबावं ! –७०

६१. सुखदुःख सांगायला वाचा नाही,
त्यांचा विचार करावा ! –७१

६२. वाईटाला सक्ती लागत नाही,
चांगलं सक्ती करून येत नाही ! –७२

६३. 'असले दिवस येतील असं वाटलं नव्हतं' ! –७३

६४. जग तुमचे उपकार नाही, उपयुक्तता ओळखतं ! –७४

६५. स्वतःच्या कर्तृत्वाच्या मर्यादा ओळखणारा जपून राहतो ! –७५

६६. पटलेलं करायला मन आड येतं, म्हणून प्रगती होत नाही ! –७६

६७. व्यावहारिक अनुकूलता देवाच्या प्राप्तीच्या आड येतात ! –७७

६८. आपण कुठं आणि कसे आहोत,
यांवर सगळं अवलंबून आहे ! –७८

६९. आपल्या चुकांएवढी दुसऱ्यांच्या चुकांना सवलत ठेवावी ! –७९

७०. उपकारांच्या परतफेडीत तारतम्य असावं ! –८०

७१. कृपेला पात्र होणं ही साधना आहे ! –८१

७२. सावधानता म्हणजे सुईच्या टोकावर
वाळूचा कण वाहून नेणं होय ! –८२

७३. मन स्वतःला आवडणाऱ्या गोष्टी करतं ! –८३

७४. प्रयोग आणि योग्य बदलानं प्रगती होते ! –८४

७५. प्रपंच म्हणजे जीवनावश्यक वस्तू , चवदार पदार्थ नव्हे ! –८५

७६. आधी समजून घ्या, मग वाटल्यास देव नाही म्हणा ! –८६

७७. जगात सोडवण्यासारखा खरा एकच प्रश्न –
आपल्या मनाचा ! –८७

७८. सुबत्तेनं आपली वृत्ती बिघडत नाही ना, हे पाहात असावं ! –८८

७९. अतिगतीनं, अधिक प्रगतीपेक्षा अधोगतीच जास्त घडते ! –८९

८०. मनानं शांत, अंतरावर किंवा उंच गेल्यावर
आयुष्य तपासता येतं ! –९०

*

(पुस्तकांची सूची कृपया शेवटी पाहावी.)

१. अर्धंअधिक आयुष्य नुसतं घेत जाण्याचंच आहे !

दहा वर्षांच्या मुलाला लागू आहे, तसं हे पन्नास वर्षांच्या व्यक्तीलाही लागू आहे. स्वावलंबी जरूर असावं. शक्यतो स्वतःच्या प्रयत्नांनी, कमीत कमी मदत घेत जगावं, हे चांगलंच आहे. अशी स्वाधीनता चांगलीच आहे. पण, मी कुणाकडून काही न घेता जगतो, हा अहंकार चांगला नाही, घातक आहे, दुःखदायक आहे. तशी भावना माणसाच्या या स्वावलंबन, स्वाधीनता - अशा चांगल्या गुणांचासुद्धा नाश करते. शिवाय तो अहंकारही मुळात खरा नाही.

जगानं दूध, पाणी दिलं, चार वस्त्रं शिवली, घराचा निवारा ठेवला म्हणून पुढची आयुष्याची वाटचाल झाली. ही वाटचाल 'घेण्यानं' सुरू होते, हे विसरून जातं. नुसतं जगायलासुद्धा हेच काय, याच्या बरोबर अनेक गोष्टी लागतात. प्रथम कुणी उचलून घेतलं तर दुसरीकडं जाता येतं. उठायला, चालायला दुसऱ्याच्या बोटांचा आधार घ्यावा लागतो. नवा कपडालत्ता, वस्तू, पाटी, पेन्सिल, पुस्तक - असं सारं घ्यावं लागतं. हेच काय, मायेची ऊब, चुकल्यावेळी आधार, कामांतली कौशल्य, संवादाला भाषेची मदत, शिक्षणाला मार्गदर्शन, व्यायामाचे धडे - सारं टप्प्याटप्प्यानं 'घेतच' जावं लागतं.

भले स्वदेशात घ्या, परदेशात घ्या, उच्च शिक्षणसुद्धा पुन्हा 'घ्यावंच' लागतं. अनेकांना तर, त्याला लागणारा पैसाही घरच्यांकडून असो, कुठल्या संस्थांकडून असो, 'घ्यावा' लागतो. यात आपण आपल्या गुणवत्तेवर, कर्तृत्वावर पुढं जात असल्याचं वाटत असलं तरी, 'घेण्याला पर्याय नाही', हे त्यापेक्षा अधिक खरं आहे ! नोकरीतला पैसा, काम, प्रपंचातली माणसं, बढती, बदली आणि शेवटी निवृत्तीही कुणीतरी द्यावी लागते, आपल्याला 'घ्यावी' लागते!

हे म्हणण्याचा हेतू आपण स्वार्थी, परावलंबी असतो, असं म्हणण्याचा नाही तर, अशा असंख्य घेण्यांवर आपण जगतो, याची जाणीव कायम राहावी, हा आहे. ती राहिली तर, आपण होऊन प्रतिक्षणी शक्य ते 'देण्याचा' विचार आणि तशा कृती घडतील, ज्याची गरज आहे आणि जे कर्तव्यही आहे ! मग आपल्या जीवनात अहंकारामुळं होणाऱ्या दुःखाला वावच नाही!

२. आचारांचा लाभ हवा असेल तर आपण लवचिक असावं.

सर्वसाधारण माणसं रूढीप्रिय असतात. जरूर त्या रूढी पाळाव्यात.पण रूढीप्रिय असण्याचं कारण नाही. रूढीवादी असण्याचं तर अजिबात कारण नाही. मुळात 'रूढी म्हणजे आचाराचा एक नमुना' असतो. त्या काळच्या विचारवंतांनी सामान्यांना जगायला सोपा पडावा, म्हणून तो दिलेला असतो. काळ पुढं जातो तसा तो नमुना काळानुसार बदलणं गरजेचं असतं. असं आपण अनेक क्षेत्रांत करीत असतो. त्यामुळं, काळ बदलला तरी, आपल्याला आचरण सोपं होतं व त्याचा लाभही होतो.

उदाहरणार्थ, शास्त्रज्ञ सखोल अभ्यास करतात आणि एखादा कार्यकारणभाव, संबंध, यंत्र शोधून काढतात. त्याला लागणारी बुद्धिमत्ता, अविश्रांत कष्ट, प्रयोगांत येणाऱ्या निराशेला तोंड देण्याचं धैर्य - अशा अनेक गोष्टी त्यांच्याकडं असतात. सामान्य माणसाला उपयोगी पडणारी वस्तू किंवा यंत्रं, हे शोधून काढण्याचं सामर्थ्य त्याच्यामध्ये नसलं तरी सामान्य माणूस ते थेट वापरू शकतो, त्याचा लाभ घेऊ शकतो. साध्या काड्यापेटीचं वैज्ञानिक ज्ञान आपल्याला नसलं तरीसुद्धा ती वापरता येते, व्यवहार सोपा होतो. तीच गोष्ट एखाद्या रेल्वेइंजिनची किंवा विमानाची असते. काळाची प्रगती झाली, अधिक सोयीच्या वस्तू उपलब्ध झाल्या म्हणजे, त्यांचे वापर होतात, ते आपल्याला 'सहज' वाटतात. त्यात जसं आपण लवचिक असतो, काळानुसार बदलतो, तशा पद्धतीची गरज रूढींच्या बाबतीत असते.

रूढीनं अनेक आचार येतात. त्यामागंही ते निर्माण करणारे विचारवंत, ऋषी असतात. त्यावेळचा काळ असतो. भौगोलिक परिस्थिती असते. यात्रा, देवदर्शनं, कुलाचार, गोंधळ, सणवार - यांतल्या अनेक गोष्टी अशा रूढीनं चालत येतात. एरवी सोयीपोटी काळानुसार सारं रास्तपणे बदलत जाणारा माणूस मात्र,यांतलं काही बदलायला सहसा तयार होत नाही. त्याला पटलं तरी! त्यात काळाप्रमाणं लवचिकता नसली की, ते अर्थहीन बनतं. काळ थांबवण्याचे प्रयत्न ठरतात. आचारांचे लाभ होऊ शकत नाहीत. न आचरण्याच्या भयापोटी केलेले ते केवळ उपचार ठरतात !

३. विकास हवा असेल तर विनाश स्वीकारावा.

आपल्याला विनाश आणि विकास हे वरवर विरोधी वाटतात. आपण जर विनाशच करीत असू तर विकास कसा होईल, असंही मनात येतं. पण या दोन्हीही गोष्टी नैसर्गिक आहेत, सहज आहेत आणि गरजेच्या आहेत. आपल्याच शरीरातल्या हजारो पेशींचा यथाकाल नाश होत असतो. नवीन पेशी त्याची जागा घेतात, म्हणून आपला विकास होतो. बहुतेक बाबतींत पेशींना ठराविक आयुष्य असतं. ते संपलं की त्यांचा विनाश होतो. माणसाचा विकास व्हायचा तर, आकारमान, शक्ती यानं लहान असलेल्या पेशी नष्ट होणंच आवश्यक असतं. त्या जागी येणाऱ्या पेशी, निदान शरीराच्या वाढीच्या काळात तरी अधिक सशक्त, अधिक मोठ्या, संख्येनंसुद्धा जास्त असणं गरजेचं असतं. त्यामुळं, आधीच्या नष्ट झाल्या की, मोठ्या पेशींचा विकास होऊ शकतो, तसाच तो शरीराचाही होऊ शकतो.

कोणतीही अधिक विकसित,नवीन गोष्ट यायची तर, जुनी अविकसित गोष्ट नष्ट व्हावी लागते. हा विनाश आणि विकास याचा प्रवास सातत्यानं सुरू राहिला नाही तर, भौतिक अर्थानं माणसाचा यथायोग्य, वयानुरूप विकास होणार नाही. उलट त्याच्यात कमतरता, व्यंग, उणिवा राहतील. पुढचं जीवनही दुःखमय होईल. इतकंच काय, साध्या शरीराच्या बाबतीत पाहावं. त्यातही विशिष्ट विकास झाल्यानंतर,पुढं पंचवीस-तीस वर्षं झालेला विकास, क्षमता टिकवून ठेवण्यासाठी पेशींचा नाश आणि जन्म,नखशिखान्त होत असतो. त्यामुळं निदान अशा ऐहिक बाबतींत तरी 'विनाश हा, विनाश नसून विकासाचा आरंभ' असतो ! त्यामुळं नवजीवनाचा आनंद टिकून राहतो.

तीच गोष्ट मतं, ग्रह, दृष्टिकोन, अनुभव, संबंध यांची आहे. आपल्याला समजुतीचा विकास, त्याचा आनंद आयुष्यभर हवा असेल तर, चुकीच्या ठरलेल्या मतांचा, ग्रहांचा, अनुभवांचा नाश म्हणजे ते टाकून देणं, आवश्यक आहे. ते स्वीकारावं. नव्या अनुभवानुसार ते बदलावं. तर आपल्या समजुतीचा विकास होतो, संबंधांतले ग्रह, आग्रह, अडथळे दूर होतात. अंतर्जीवनहीनदीसारखं प्रवाही,शुद्ध राहतं, विकसित राहतं, आनंदी राहतं !

४. नित्योपासना ही अन्नपाण्याइतकीच दैनंदिन गरज समजावी.

सामान्य माणसाला दैनंदिन गरजा वेगळ्या सांगाव्या लागत नाहीत. तहान लागली की पाणी, भूक लागली की अन्न - या गोष्टींच्या गरजा त्याला निसर्गक्रमानं कळतात. त्या तो पुऱ्याही करतो. ऊनपावसापासून रक्षणासाठी त्याच्या ऐपतीप्रमाणं चार खांबी खोपटं उभं करण्यापासून ते अलिशान बंगला बांधण्यापर्यंत तो काही ते करतोच. ते सारं करण्यासाठी मजुरी करण्यापासून उद्योगधंदे चालवण्यापर्यंत अपार कष्ट करून तो पैसा मिळवतोच.

प्रत्येकाला काही सारखीच शक्ती, बुद्धी, कुवत, अनुकूलता नसते. तरी तो या गोष्टी करतोच. जेवायला पुरेसा वेळ नसला तर माणूस डबा घेऊन जातो. पाणी प्यायला वेळ नसला तर पाण्याची बाटली घेऊन जातो. अशा माणसाला नित्योपासनेला वेळ मिळू नये, हे पटणं अवघड नाही का ? पण अनेकांना तसा वेळ मिळत नाही, हे खरं आहे.

त्याला कारण आहे. दिवसभरात काहीही खाल्लं नाही, पाणी प्यालं नाही, तर माणसाला चक्कर येते. त्यामुळं याची निकडकळते. मगवेळ काढून तो हे करतो. नित्योपासना एक दिवसच काय, अनेक दिवस केली नाही तरी, त्याला अशी लगेच कुठली नड, निकड पडत नाही. नित्योपासनेचं कार्य, तिची गरज यांची कल्पना नसल्यामुळंच हे घडतं. नित्योपासना न करण्याचे दुष्परिणाम दीर्घकालीन असतात. ते नुसतेच शारीरिक नसतात, तर ते पुन्हा निकृष्ट जन्म घ्यायला लावतात. जगण्यासाठी केलेल्या कर्मांतल्या दोषांचे लेप आयुष्यभर चित्तावर चढत असतात. भांडं रोजच्या रोज घासलं तर स्वच्छ राहतं, तसं नित्योपासनेनं रोजच्या रोज चित्ताचे हे लेप धुवून जाऊन ते स्वच्छ होतं. चित्त स्वस्थ आणि शांत राहिल्यामुळं प्रसंगांना तोंड देण्याचं धैर्य येतं, शांती राहते, देवाचं स्मरण टिकवता येतं. पुनर्जन्म टळतो, निदान उत्तम गती मिळते. याची कल्पना असेल तर, नित्योपासनेची गरज अन्नपाण्याइतकीच का आहे, हे कळेल आणि ती उपासना केलीही जाईल !

५. संवाद पुलासारखा आहे, तो गमावू नये.

माणसामाणसांत भेद असणार, अंतर असणार. तसंच ते त्यांच्या वयात, परिस्थितीत, राहण्याच्या ठिकाणात, गावात असंही अंतर असणार. पण जगताना कुणाला सर्वस्वी, कुणावर अवलंबून न राहता कुठं जगता येतं ? कुणा एकालाच दुसऱ्याची मदत लागते, असं नाही. जवळपास प्रत्येकालाच दुसऱ्या कुणा ना कुणाची मदत लागते. प्रत्येकजण माणूस म्हणून वेगवेगळा असला, कुवतीनं वेगळा असला, स्वभावानं वेगळा असला तरी, एकमेकांची मदत घ्यावी लागते. तशीच ती इतरांनाही द्यावी लागते. त्यामुळं, सर्वांचंच जीवन चालतं, सोपं होतं.

हे घडायचं असेल तर, सर्वांत महत्त्वाचा घटक म्हणजे एकमेकांतला संवाद. गरीब-श्रीमंत, लहान-मोठा, जातपात, अशिक्षित-सुशिक्षित, असे भेद असतातच. त्या भेदांना धरून विचार करायला लागलं की, मग या आवश्यक असलेल्या संवादाला आपण मुकतो. त्यानं प्रत्येकाचंच कुठं ना कुठं नुकसान होतं, अडतं. कामांना वेळ होतो, अनेक कामं होत नाहीत. लहान काय, मोठं काय, मानला तर तसा न मिटणारा भेद आहे. पण संवादाचं महत्त्व आपल्याला कळलेलंअसावं. मग हा भेद संवाद साधण्याचा आड येत नाही. आपण जाणीवपूर्वक तो आड येऊ देऊ नये. त्या अर्थानं श्रेष्ठकनिष्ठ काही नसतं. प्रत्येकाला महत्त्व असतं, स्थान असतं. कुणालाही कुणाची गरज लागते. संवाद राखण्यानं कामं तर सुकर होतातच, पण समजून घेण्याची वृत्तीही वाढते. समजुतीनं एरवीही समाधान लाभतं.

माणसामाणसांत तर असा संवाद असावाच. पण निसर्गातल्या इतर कुठल्या घटकांशीही तो असावा. पशुपक्षी, झाडं, पानं, फुलं, डोंगर, विहिरी, नद्या, ऊनपाऊस-सर्वांशी संवाद असावा. संवाद पुलासारखा आहे. कुठल्याही प्रकारच्या भेदांची अंतरं टाळून, कुठल्याही दोन गोष्टी जोडण्याचं, एकमेकांच्या गरजा पूर्ण करण्याचं, आनंद निर्माण करण्याचं सामर्थ्य त्याच्यात आहे !

६. विकास सर्वांगीण व संतुलित असावा.

जीवनाला विविध अंग आहेत. तसाच जीवनाचा विकास विविध अंगांनी व्हावा. विकास एकांगी असू नये. आपण पाहावं की, आपल्या आयुष्यात बुद्धीला स्थान आहे. भावनेलाही स्थान आहे. शास्त्रांना स्थान आहे, तसं कलांनाही स्थान आहे. वाणीला स्थान आहे, तसं मौनालाही स्थान आहे. अशी जीवनाची अनेक अंग आहेत. ती वेगवेगळी दिसली तरी परस्परांना पूरक आहेत. त्यामुळं, हे उघड आहे की, विकासातसुद्धा यांतल्या प्रत्येक बाजूचा विकास होण्याकडं लक्ष देणं गरजेचं आहे. सर्वांगीण विकास सुखदायक ठरतो. तर एकांगी विकास, विकास असूनही दुःखद ठरू शकतो.

उदाहरणार्थ, एखाद्यानं नुसताच बुद्धीच्या विकासावर भर दिला तर, ती कितीही तेज होईल, विकसित होईल. पण त्याच्या जीवनात भावनांचं, शरीरशक्तीचं, व्यायामाचं, कलांचं, निसर्गाचं - स्थान इतकं कमी होऊन जाईल की, त्याचं जीवन कोरडं होईल. इतकंच नव्हे तर, आपला विकास एकांगी झाला आहे, हे लक्षात नाही आलं तर, इतरांच्या भावनांची, त्यांच्या इतर विकासाची त्याला किंमत वाटणार नाही. त्यामुळं, असं दुःख स्वतःच्या वाट्याला तरी येईलच, पण ते संबंधातल्या इतर घटकांच्याही वाट्याला येईल. म्हणून, विकास जितका संतुलित राहील, तितकं समाधान जास्त राहील. ते स्वतःलाही राहील आणि इतरांनाही राहील ! समाजाच्या घटकांच्या विकासातसुद्धा असंच संतुलन राहील तर समाजस्वास्थ्य खचितच वाढेल !

निसर्ग जेव्हा विकास करतो, तेव्हा तो किती सहजतेनं संतुलन साधतो, ते अवश्य पाहावं. नाक, डोळे, कान, हात, पाय - हे लहानपणापासून विकसित होत जाताना, यांतला प्रत्येक घटक विकसित होतो. निसर्ग सामान्यतः या घटकांच्या विकासातलं संतुलन कधी दुर्लक्षित करीत नाही. म्हणून शरीराच्या गरजा, उपयुक्तता पूर्ण होतात. म्हणून,विकास सर्वांगीण असला कीमाणसाचा आनंद टिकून राहतो, वाढत राहतो !

७. आपण जगाला काय दिलं, ते पाहात असावं.

लहानपणी पराधीन म्हणून अनेक गोष्टी, मदती घ्यायची माणसाला सवय लागते. ते मूल मोठं झालं, स्वाधीन झालं, कमवतं झालं तरी, त्याला नकळत लागलेली घेण्याची सवय तशीच राहून जाते. लहानपणीसुद्धा असं जगाकडून सगळं घ्यावंच लागतं असं नाही. संस्कार असलेली किंवा स्वतःला जाणीव असलेली लहान मुलंही त्यांना जमतील त्या कष्टांच्या रूपानं, कलांच्या रूपानं इतरांना मदत करतात. त्यांना आनंद देतात, असं आपल्याला दिसेल. घरात असो किंवा बाहेर असो, ज्याला जगाला काही द्यायचं आहे, याचीजाणीवआहे,तेमूलसुद्धानक्कीकाहीदेऊ शकतं,देतंही !

बांधकामावर कष्ट करणारे मजूर किंवा स्त्रिया आपण पाहिल्या असतील. त्यांची लहान मुलं तिथंच विटाच्या ढिगाऱ्याजवळ खेळत असतात. पण त्यांतलं एखादं मूलजमेल तशी एकेक वीटउचलून आईचे कष्ट कमी करतं. ते तसंच खेळतही राहिलं असतं. लहान म्हणून कुणी काही म्हटलंही नसतं. पण त्याच्या ठिकाणची ही जाणीव त्याला एक काम शिकवते. त्याचबरोबर त्याहीपेक्षा त्यानं समजून केलेल्या या कष्टांनी आईला त्यानं दिलेला आनंद, विटेच्या मापानंसुद्धा मोजता येणार नाही ! अशीच मुलं पुढं जगाला काही देऊन जातील. त्यासाठी इतरांच्या अपार कष्टांचं मोल कळावं लागतं, आपल्या आयुष्यात त्यांनी आणलेल्या सुखाच्या किंमतीची जाण असावी लागते. ती टिकवावी लागते. ती असणारेच जगासाठी वेगवेगळ्या क्षेत्रांत राबून जगाला अनेक अमूल्य देणग्या देऊन जाणारे महापुरुष ठरतात !

जगजन्म देतं, सांभाळतं, ज्ञान, शास्त्र, कला, अर्थार्जनाची साधनं, स्थान, मान - असंख्य गोष्टी देत असतं. ते घेतात सगळेच. पण आनंददायक गोष्टी जगाला देऊन जाणारे विरळाच ! ते खरे जगतात ! तसं तर ते देणं आपल्यापरीनं कुणालाही शक्य आहे. त्यासाठी हवी आहे ती, जगाच्या उपकारांची जाणीव आणि कृतीनं परतफेड करण्याची तळमळ!

८. जो त्यानं दिलेलं दान विसरला, त्यानं खरं दिलं !

दान हे एक कर्तव्य आहे. त्याचबरोबर ती एक सात्त्विक प्रवृत्तीही आहे. जगात समतोल राखण्याचा गुण ईश्वरी आहे. दान हा या ईश्वरी गुणाचा एक आविष्कारच आहे. एखाद्याला परिस्थितीमुळं, कष्टांना येणाऱ्या अनपेक्षित यशामुळं, त्याच्या गरजांपेक्षा पैसा जास्त आला, तर तो त्याचं नुकसान करू शकतो. तो संचय करील. उधळमाधळ करील. त्याला अहंकार होईल. त्याला उपकारकर्त्यांची जाणीव राहणार नाही. अशा अनेक अनिष्ट गोष्टी टाळायच्या असल्या तर, जरूर ते वापरून उरलेलं गरजूंना, सत्कार्याला देणं हा खरोखरच एक सात्त्विक उपाय आहे. आपल्याकडं गाडीपासून विमानापर्यंत कुठलीही वाहनं असूद्यात, शेवटी चालायला पाय जमिनीवरच असावे लागतात. 'पैशाचं सुख तो जरुरीपुरता असण्यातच आहे !'

निसर्गाच्या रूपानं परमेश्वर हे सारं करून दाखवतोच आहे. पाणी उतारावरून येवो किंवा आकाशातून येवो, खड्डा भरला की, ते पुढच्या खड्ड्याकडं धावत सुटतं. खड्डा खोल करीत अधिक पाणी रिचवीत नाही. साधा तांब्या भरला की, आपला आकार वाढवीत नाही, पाणी वाहू देतो. पोट भरलं की, पुढचं अन्न ते घेत नाही, देतं. पण पैशाचं असं निसर्गक्रमानं सहसा होत नाही. म्हणून, 'दान ही पैशाचे दुर्गुण ओळखण्यातली सावधानता आहे.'

त्यातही विशेषतः अजून एक अवगुण पैशाला अर्थात त्याच्या दानाला चिकटलेला आहे. तो म्हणजे, दान दिल्याची आठवण आणि कुठल्या ना कुठल्या रूपात त्याच्या परतफेडीची अपेक्षा. दान दिल्याचं कर्तव्य आणि त्याचा आनंद घालवण्याचं सामर्थ्य या अपेक्षेत आहे. कुणाला त्या दानाबद्दल मान हवा वाटेल, जाणीव हवी वाटेल, आयकरात सूट हवी वाटेल किंवा आणखी काही. दान घेणाऱ्यानं काय करावं, हा त्याचा प्रश्न आहे. आपलं दान निरपेक्ष असेल, तर ते नकळत विसरलं जाईल. तेव्हा तो आनंददायी ईश्वरी गुण ठरेल !

९. अन्न ताजं खावं, 'आज'चं'आज' जगावं!

आपल्याला कल्पना आहे की, ताजं अन्न जेवणं आरोग्यकारक असतं. साध्या आणि ताज्या अन्नानं कुणाला अपाय झाल्याचं आपण सहसा पाहिलं नसेल. अन्न वाया घालवू नये, हे खरंच आहे. एखाद्यावेळेस अचानक अन्नाचा अंदाज चुकून, कमीजास्ती येणंजाणं होऊन अन्न उरतं, ते वाया दवडू नये, त्याचा विनियोग करावा. हे योग्यच आहे. पण या वेळा अपवादभूत असतात. रोजचं रोज ताजं शिजवावं, प्रमाणात खावं.

हे जसं आरोग्य टिकवतं, तसा रोज उगवणारा सूर्य जगण्याची ताजी संधी घेऊन येत असतो. ती आपल्याला अपेक्षित गोष्टी घेऊन येईल, कदाचित अनपेक्षितही. पण, जो देव आपल्याला आजची जगण्याची संधी देतो, त्यानं दिलेल्या संधींचं चीज करणं, हे आपल्याच हातात असतं. ते करावंही. हे खरं म्हटलं तर वेगळं सांगायची जरूर असू नये. एकवेळ, आजच्या ताज्या अन्नाची काही तरतूद, नियोजन 'आपण' करीत असतो. त्यात कदाचित चुकभूल होऊही शकते. पण आज मिळणाऱ्या संधींचं किंवा सुखदुःखांचं, कामांचं नियोजन 'परमेश्वर' करीत असतो ! ते अचूक असतं !

तरीही हे सांगावं लागतं याचं कारण, मन आजच्या मिळालेल्या संधींबद्दल जागरूक नसतं, त्यांचा उपयोग करून घेण्याकडं एकाग्र नसतं. आजचा दिवस उजाडला तरी, ते अजून कालच्या, परवाच्या किंवा त्याहीपूर्वीच्या भूतकाळात जगत असतं. त्या अर्थानं ते 'शिळ्या अन्नाचं गिऱ्हाईक आहे.' भूतकाळातल्या घटना, त्यावेळी वागलेल्या माणसांबद्दलचे ग्रह, आपली जुनाट मतं - असल्या गोष्टी मध्ये आणण्याची त्याला आवड असते. त्यामुळं, अनेक चांगल्या बदलांना, विधायक गोष्टींना, संधींना सामोरं जाऊन आजच्या दिवसाचं, ईश्वराला अपेक्षित कल्याण ते साधू शकत नाही !

म्हणून, सावध राहून आरोग्यदायी ताजं अन्न खावं, तसं परमेश्वरानं 'आज' दिलेल्या संधींचं चीज करून, आपलं आपणच कल्याण साधावं !

१०. देवपूजा म्हणजे आदर्शांची रोजची भेट आणि स्मरण होय!

देवपूजा हा खरंतर समजून करण्याचा विषय आहे. कारण, त्याचा खरा लाभ हा तिचं मर्म समजण्यात आहे. देवपूजेचा हेतू, परिणाम यांच्याविषयी फारसा विचार न करता, ती करण्याकडं कल झाला. तो गेल्या शंभरेक वर्षांत तसाच राहिला. मग ते एक कर्म होऊन बसलं. 'आग्रही माणसांकडून त्याचं कर्मकांड झालं'. तर 'तथाकथित सुशिक्षितांकडून त्याची उपेक्षा झाली !'

आपल्या आयुष्यात त्या त्या क्षेत्राप्रमाणं त्याचे काही आदर्श असतात. ते हिमालयासारखे उत्तुंग असतात. त्यांच्याकडं बघून त्या क्षेत्रात प्रगती करू इच्छिणाऱ्यांची वाटचाल सुरू असते. ते क्षेत्र विद्येचं, नोकरीचं, उद्योगाचं,समाजसेवेचं, राजकारणाचं, खेळाचं असो किंवा कुठल्या कलांचं असो ! त्या त्या क्षेत्रांत जे उच्चस्थानी पोचू शकले, त्यांची बालपणापासूनची परिस्थिती, त्यांनी घेतलेलं मार्गदर्शन, केलेले सराव, निराशेच्या क्षणावर केलेली मात, उमेदीनं, उत्साहानं त्या क्षेत्रांत गाठलेलं सर्वोच्च स्थान - या साऱ्यांचा पट समोर ठेवला जातो. त्यानुसार आपली रोजची प्रगती, त्या क्षेत्रांतली माणसं करतात. हे तर लौकिक व्यवहारात घडताना आपण पाहातो.

माणसाचं जीवन सर्व बाजूंनी, विशेषतः अंतरंगानं आदर्श होणं, इतरांना हजारोवर्ष प्रेरक होणं - ही देवाची मूळ कल्पना ! व्यवहारातले आदर्श त्या त्या क्षेत्रापुरते असतात. त्यांनी मिळणारा आनंद मर्यादित असतो. देवाच्या बाबतीत सर्व आदर्श एकवटलेले असतात.ते प्रत्यक्षात आल्यानं होणारा आनंदही शाश्वत असतो. वास्तविक, इतके एकवटलेले आदर्श निराकार, निर्गुण असणं स्वाभाविक आहे. पण कुठल्या ना कुठल्या स्वरूपात त्याचं सगुण प्रतीक समोर आलं, म्हणजे त्या आदर्शांचं स्मरण, आत्मपरीक्षण, वर्तनातला बदलसाध्य होतो.त्यामुळं, आपल्याला आणि इतरांना समाधान लाभतं ! अशी देवपूजा 'समजून' आणि 'रोज' केली तर, व्यक्तीलाही गरजेची आणि कुठल्या समाजालाही !

११. क्रिया आणि प्रतिक्रिया यांत थोडंतरी अंतर ठेवावं !

माणसाचा स्वभाव आहे की, कुठलीही क्रिया झाली की त्यावर त्याची लगेच प्रतिक्रिया होते. कुठल्याही व्यवस्थेत एखादा बदल कुणी सुचवला की, साधारणतः असं कसं बदलता येईल, आत्ता काय गरज आहे, हा बदल करून काय साध्य होणार, असे अनेक विचार येतात. तशा प्रतिक्रियाही दिल्या जातात. विषय कौटुंबिक असतील तर, चारपाच माणसांच्या अशाच वेगवेगळ्या प्रतिक्रिया होतात. सामुदायिक गोष्ट असेल तर अशा प्रतिक्रिया मोठ्या प्रमाणावर होतात. त्या प्रतिक्रिया नुसत्या मनात येऊन जाणं, हे एकवेळ स्वाभाविक आहे, फार त्रासाचं नाही. पण तशी सवय फार कमी लोकांना असते. त्यामुळं, अशा प्रतिक्रिया जशा येतील तशा लगेच बोलून, देऊन टाकल्या जातात. त्या अर्थातच, व्यक्तींच्या स्वभावानुसार, वेगवेगळ्या प्रकारच्या असतात. त्यामुळं, एखाद्या साध्याशा निर्णयावरही खूप चर्चा आणि गोंधळ होतो. काहींना ते स्वाभाविक वाटतं तर काहींना त्यात मौज वाटते.

तीच गोष्ट एखादी घटना घडली की होताना दिसेल. काही चांगली बातमी आली तरी भराभर प्रतिक्रिया येतात. काही वाईट बातमी आली तरीही भराभर प्रतिक्रिया येतात. यात अनेकदा मुळात जे घडलं ते नक्की काय घडलं, इथंपासून ते चांगलं किंवा वाईट ठरवण्यापर्यंत माहिती घेण्यासाठी, साधकबाधक विचार करण्यासाठी वेळ देण्याची गरज असते. कुठल्याही क्रियेचं सगळं स्वरूप तत्काळ कळत नाही. ते समजून घेतल्यानंतर आपल्या प्रतिक्रिया अधिक रास्त होतात, अनेकदा बदलतातही. जमिनीवर आपटलेला चेंडू जितक्या वेगानं उसळी घेतो, तितक्या वेगानं कुठल्याही क्रियांवर प्रतिक्रिया देणारी माणसं आपण पाहिली असतील. अनेकदा, घटना पूर्ण घडण्यापूर्वी किंवा सांगणाऱ्याचं सांगणं पूर्ण होण्यापूर्वीच प्रतिक्रिया सुरू होतात. हे स्वभावाचा अधीरपणा आणि अपरिपक्वता दाखवतात. त्यामुळं नुकसान होतं. म्हणून प्रतिक्रिया देण्यापूर्वी वेळ, विचार यांसाठी विधायक अंतर ठेवावं !

१२. कर्म कर्तव्य म्हणून करावं, सुखाच्या आशेनं करू नये!

कर्मं केल्याशिवाय दिवस जात नाही. आज काहीच केलं नाही असं मनुष्य म्हणतोही, पण त्याचा अर्थ त्यानं 'विशेष काही' केलं नाही, असा असतो. साधं जगण्यासाठीसुद्धा काही ना काही कर्म करावंच लागतं. एखादा आळशी माणूस असला तर आपण त्याला तो 'बसून खातो' असं म्हणतो. तरीसुद्धा, दिवसभर बसून राहणं हेही कर्मच आहे आणि ते आदर्श नसलं तरी तेही सोपं नाही. एकूण काय, कर्माला पर्याय नाही.

कर्मं सुरू होतात, ती मुळात सुखाच्या हेतूनं. ते बरोबर वाटलं तरी, कर्मं मुळात कर्तव्यांच्या हेतूनं सुरू झाली तर, हिताची ठरतात. कारण अशा 'कर्मांना ठरवलेल्या हेतूचं फळ येवो किंवा न येवो, खरा आनंद शुद्ध हेतू आणि कर्तव्य करण्यात असतो' ! हे लक्षात आलं नाही तर,मनुष्य सुखाच्या आशेनं कर्म करतो, कर्तव्यासाठी करीत नाही. मग शेवटी खूप कर्मं करूनसुद्धा सुख साध्य झालं नाही तर, दुःख पदरात पडतं. आनंद जातो.

कर्माचा हेतू ठरला की, तो मूळ हेतू साध्य कसा होईल, याच्यासाठी हालचाली होतात. हे वरवर पाहाता बरोबरही वाटतं. पण हेतू पूर्ण करण्यासाठी कर्मं करायची की साध्य साधण्यासाठी कर्मं करायची ! यात असं म्हणायचं आहे की, मुळात हेतू शुद्ध, चांगला असतो. किंबहुना तो तसा गरजेप्रमाणं आदर्श ठेवता येतो. तो तसा ठेवून त्याला धरून केलेली कर्मं, भले तो हेतू साध्य होवो किंवा न होवो, करता येतात. त्यालाच कर्तव्य म्हणतात. पण यात जर 'साध्य' महत्त्वाचं ठरलं तर, ते पूर्ण होण्यासाठी मग कर्मांची, त्यांच्या शुद्धतेची तडजोड सुरू होते. कारण काहीही करून सुखाची प्राप्ती हे साध्य महत्त्वाचं ठरतं ! कर्माचा हेतू सुखाचा असला तरी, शेवटी ते सुखाचं होईल की दुःखाचं होईल, हे सांगता येत नाही !

हेतू कर्तव्याचा असला म्हणजे तडजोडींची गरज नसते आणि सुखदुःख, काहीही निर्माण झालं तरी, कर्तव्याचा आनंद अबाधित राहतो!

१३. मदत घ्यावी, पण आपल्याच पायांनी चालणं बरं !

लहानपणी मदत घेतल्याशिवाय चालायला शिकता येत नाही, हे खरं. मनुष्य ती घेतोही. पण, 'स्वतःच्याच पायांनी चालणं बरं' हे ऐकल्यावर प्रथम आपण स्वतःच्याच पायांनी चालतो, दुसऱ्याच्या नाही, अशी प्रतिक्रिया येण्याची शक्यता आहे. म्हणून हे सुरुवातीलाच स्पष्ट असावं की, 'चालणं' हे भावार्थानं घ्यायचं आहे. चालण्याची पहिली क्रियासुद्धा त्या अर्थानं पराधीन असतानाची आहे. त्यासाठी मदत घ्यावी लागते. त्यावेळंच वय लक्षात घेता, आपल्याला मदत घ्यावी लागते, हे स्वाभाविक आहे.

गरजेची मदत अशी अनेक बाबतीत त्या त्या वेळी घ्यावी लागते, हेही खरं आहे. पण, आपण सावध नसू तर, अशी मदत घेण्याची सवय नकळत लागून जाते. तशी ती किती ठिकाणी लागेल हे सांगता येत नाही. चालायला शिकताना वयामुळं त्या बाबतीत ती घ्यावी लागेल. पण ती घेतल्यानंतर आणि आपल्याला चालायला येऊ लागल्यानंतर, आपण पुढं बोट धरून चालतो का, याचा विचार करावा. मदतीची गरज संपल्यानंतर ती सहजपणे सुटून जाते. हे लक्षात घेतलं तर, पुढं अशा अनेक मदती आपण घेत असतो, पण त्यांची त्यांची गरजही संपत असते. तरच व्यक्तिमत्त्व खऱ्या अर्थानं स्वावलंबी आणि विकसित होईल.

सावध झालं तर लक्षात येईल की, आपण निर्णय घेण्यासाठी मदत घेतो. विचार करायला मदत घेतो, मत बनवताना मदत घेतो, एखाद्याविषयीचा ग्रहसुद्धा कुणाच्यातरी मदतीनं निर्माण होतो. एखाद्याला नाव ठेवलं जातं, कुणावर आरोप केला जातो - अशा गोष्टी या 'मदतीच्या नकळत सवयीमुळं' घडत असतात ! याबद्दल सावध असलेले लोक खूप कमी. यात ज्यांच्या मदतीनंच नकळत आपण मतं बनवली, त्यांच्या म्हणण्यात तथ्य असेल किंवा नसेल, पण आपल्याला चालता येत असताना आपण दुसऱ्याच्या पायांनी चालतो, ते असं, हे लक्षात घ्यावं ! ते टाळावं, स्वावलंबी व्हावं, हे गरजेचं नाही का ?

१४. 'मी जगतो' तेच 'सर्व जग' नव्हे!

आपण जिथं, जशा पद्धतीनं जगतो, तसंच जग जगतं आहे, अशी आपली एक समजूत होऊन जाते.रोजच्या जगण्याच्या अनुभवामुळं ती पक्कीही होत जाते. तिच्यावर विचार करण्याची गरजही अनेकांना वाटत नाही. पण असं करण्यामुळं,आपण स्वतःला कितीही बरोबर समजलो, विशाल समजलो तरी ते खरं असत नाही. जे खरं नाही, ते अपूर्ण असतं आणि त्यामुळं ते कधी ना कधी दुःख देतंच. म्हणून यावर विचार करण्याची गरज आहे.

एखादा माणूस ज्या वातावरणात वाढतो त्यानुसार त्याची जीवनपद्धत ठरते. असं तर प्रत्येकाचं आपापल्या ठिकाणी होणारच. पण अशा आपल्या परिस्थितीमुळं जे जग बनतं, ते 'आपलं जग' असतं, 'सर्व जग' नसतं ! पण आपल्या जगात जगण्याच्या सवयीमुळं सगळं जग तसंच आहे, अशी समजूत होत जाते. त्यामुळं आपण संकुचित बनतो. काही कारणांनी, विशेषतः आजच्या गतिमान जीवनामुळं, प्रगत माध्यमांमुळं, इतर जगाशी संबंध आला की मात्र, धक्का बसतो, अस्वस्थता येते, जुळवून घेणं अवघड जातं. आपण राहतो तो साधा भूप्रदेश घ्या. तो जर निसर्गानं बहरलेला असेल, अनुकूल असेल तर, नकळत जग तसंच असतं, अशी समजूत होते. मग पाण्याचं दुर्भिक्ष असलेलं, बारमाही उन्हाळा असलेलं वाळवंटातलं जीवन नुसतं समजून घेणंसुद्धा अवघड जातं. तिथं जगायची वेळ आली तर ते असह्य होतं, दुःख देतं. तेच आपल्या वातावरणातल्या माणसांचं, इतर जीवनाचं. समृद्धी, शांती अशा तऱ्हेच्या प्रदेशात आपण जगत आलोतर, देशाच्या सीमांजवळच्या असुरक्षित, सदैव भय, अत्याचारांना अकारण तोंड द्यावं लागणाऱ्या जीवनाची कल्पना येत नाही. प्रत्यक्ष जगायची वेळ आली तर तशा जीवनापासून पळून जाण्याचा आपण प्रयत्न करतो. अनेक प्रकारच्या तक्रारींनी आपलं जीवन व्यापून जातं.

म्हणून 'इतर जगा'ची कल्पना असावी. कुठल्याही प्रकारचं जीवन वाट्याला आलं तरी, समजून घेता येतं, तक्रार राहत नाही !

१५. दोन सोपे शब्द माणसाची प्रगती रोखू शकतात.

आपला व्यवहार भाषेत चालतो. जे सांगायचं ते सरळ असेल तर, सहसा माणसाला बोलताना विचार करावा लागत नाही. काही शब्द उच्चारायला कठीण असतात. पण त्यांचा वापरही क्वचितच होतो. मात्र, काही शब्द सोपे असूनही उच्चारायला कठीण पडतात. यावर सहसा विचार होत नाही पण, तो आपण करून पाहावा.

अशा शब्दांपैकी दोन शब्द म्हणजे 'माझं चुकलं'! वरवर पाहाता यांत कुठलं जोडाक्षर नाही, ते शब्द अवघड नाहीत. उच्चारायला त्रासाचे नाहीत. तरीही ते उच्चारणं गरजेचं असूनही अनेकदा ते उच्चारायला कठीण जातात. हे गृहीत आहे की, वागताना माणसाचं काहीतरी बरोबर-चूक होणार. ज्यावेळी चूक होईल त्यावेळी त्याचा कुणाला तरी त्रास होणार, कुणाचं तरी नुकसान होणार. ते आपल्या लक्षात येणार नाही, असंही शक्य आहे. पण, कुणी ते लक्षात आणून दिल्यावर मात्र, 'माझं चुकलं' असं म्हणणं गरजेचं आहे. पण ते टाळलं जातं. या अर्थानं ते शब्द उच्चारायला 'कठीण' आहेत!

असं का व्हावं ? आपल्या लक्षात येईल की, चुकलेलं खरं असलं तरी, अनेकांच्या अहंकाराला त्यामुळं धक्का लागतो. म्हणून ते मान्य करवत नाही. मान्य करण्याऐवजी चूक नाकारणं, सबबी सांगणं, समर्थन करणं - असंच घडताना दिसेल. क्षणभर विचार करावा की, आपण तसं म्हटलं तर त्यामुळं कुणाला झालेला त्रास, कुणाचं झालेलं नुकसान भरून येईल का ? तर,तसं होईलच असं नाही. फक्त हे ऐकल्यावर त्याला झालेल्या नुकसानीचं किंवा त्रासाचं महत्त्व त्याला वाटणार नाही. उलट, प्रामाणिकपणे ते म्हटल्यामुळं आपल्याबद्दल त्याच्या ठिकाणी सद्भावनाच राहील ! असं न म्हणण्यानं आपण आपल्याच प्रगतीच्या आड येत असतो. चुका सुधारण्याची संधी घालवतो, ज्यानं आज आणि उद्याही नुकसान होत असतं.

म्हणून 'हे दोन सोपे शब्द' मनापासून उच्चारावे, नुकसान टाळावं !

१६. आपल्या नुसत्या पाहण्यावर, ऐकण्यावर मतं बनवू नयेत.

माणसांच्या मदतीनं आपला व्यवहार चालतो, संवाद होतो, देवाणघेवाण होते. एकमेकांना मदत होते. अर्थातच, त्यामुळं चांगली-वाईट मतं, ग्रह, समजही होतात.ते आपण इतरांनाही सांगत असतो. त्यातून समजगैरसमज, आग्रह, विसंवाद होतात. टोकाची भांडणं होतात. संबंध तुटतात. चांगल्या संबंधांनी, संवादांनी, मदतींनी आपलं आयुष्य सोपं होत असतं. त्याचबरोबर अशा विसंवादांनी, गैरसमजांनी तेच आयुष्य दुःखदही होत असतं.समज काय, गैरसमज काय, वस्तुतः 'आपलेच' होत असतात. अनेकदा काही वेगळी वस्तुस्थिती, माहिती समोर येऊन विसंवाद दूर होतात, गैरसमज नाहीसे होतात. हा आपल्याजवळचा आणि आपल्याला सुखदुःख देणारा विषय असूनही, यावर फारसा विचार होत नाही. अनेकदा असं होतंच, असं गृहीत धरलं जातं. पण मुळात, समजगैरसमज मनात कसे आकाराला येतात, याचा फारसा कुणी विचार करीत नाही.

विचार केला तर, लक्षात येईल की अशा गोष्टी अनेकदा कुणाकडून काही ऐकल्यावर आणि आपल्या कानांवर पडलेल्या माहितीवर ठरवल्या जातात. त्यात पुन्हा आपले पूर्वग्रह मिसळले जातात. वस्तुस्थितीची शहानिशा कुणी फारसं करीत नाही. म्हणण्याचा, बोलण्याचा भावार्थ लक्षात घेतला जात नाही. घटनांची, बोलण्याची कारणं समजून घेतली जात नाहीत. मूळच्या शब्दात सांगणाऱ्यानं स्वतःचं काय मिसळलं ते पाहिलं जात नाही. आपलं पाहाणं भ्रामक असू शकतं, हे लक्षात घेतलं जात नाही. अशा अनेक गोष्टींकडं लक्ष न दिलं गेल्यामुळं आपल्या सामान्यच काय, मोठमोठ्या देशाच्या पातळीवरही अनेक गोंधळ उडत असतात, असं आपल्याला दिसेल.

म्हणून जरी ऐकलं, जरी पाहिलं, जरी वाचलं तरी, वस्तुस्थितीची खात्री केल्याशिवाय मतं, समज बनवू नयेत. ही काळजी घेतली तर निदान आपण तरी अशा त्रासांपासून वाचू शकू !

१७. देवाच्या दर्शनाचा खरा लाभ 'आपल्याला' केव्हा होतो ?

बरेचजण देवाला जातात. पण आपण नक्की कशासाठी जातो आणि कशासाठी जावं, याविषयी कुणी फारसा विचार करीत नाही. काहीजण विशिष्ट वार म्हणून जातात, तिथी म्हणून जातात, काही संस्कार म्हणून,काही पुण्यकर्म म्हणून जातात. काही घरातलं इतर कुणी जात नाही, निदान कुणीतरी गेलं पाहिजे म्हणून जातात. इथंपासून ते आपल्या जाण्यायेण्याच्या रस्त्यावर आहे म्हणून जाणारे भेटतील. त्यामुळं अर्थातच उशीर झाला, वेगळ्या रस्त्यानं जावं लागलं तर ते जातही नाहीत. मंडईत रोज जावंच लागतं, देऊळ त्याच्या शेजारीच आहे, त्यामुळं जाताजाता होतं, म्हणूनही काही जातात. काहींची मित्रमंडळी, ग्रुप भेटण्याची ती जागा असते म्हणून ते जातात. काही इतके दिवस आपण जात आलो आहोत ते जाणं थांबवलं तर काही विपरीत होणार नाही ना, त्यापेक्षा जात राहिलेलं बरं, म्हणून जात राहतात. सध्याच्या देवदर्शनांची अवस्था ही बरीचशी अशी झाली आहे.

यांतल्या कुठल्या कारणासाठी खरंतर देवाला जाण्याचं तसं कारण नाही. देवळातल्या प्रसन्न, पवित्र वातावरणानं आणि देवाची प्रेमळ भेट होते म्हणून जाण्यानं दर्शनाला जाण्याचा लाभ आहे. तहान लागलेल्याला पाण्याची ओढ असावी, त्यासाठी त्यानं पाणपोईवर जावं, आपल्या प्रेमातल्या माणसाची आठवण आली म्हणून त्याच्याकडं भेटायला जावं, निसर्गाची आठवण आणि ओढ वाटली म्हणून शांत नदीकाठी जावं, तशा ओढीनं देवाच्या दर्शनाला जाणाऱ्याला खरं देवदर्शन घडतं ! त्यासाठी भक्ताचं आणि देवाचं, भेटीच्या ओढीचं खरं नातं असावं. मग असं दर्शन भक्ताचं चित्त पालटतं, प्रसन्न करतं.

अशा देव आणि भक्ताच्या खऱ्या नात्याला देणंघेणं नसतं. कुणाच्या दर्शनामुळं कुणाला आनंद झाला, हे सांगणं कठीण असतं !देवदर्शन हे भक्तानं देवाचं घेतलेलं दर्शन असलं तरी, खऱ्या देवदर्शनात देवही भक्ताचं दर्शन घेत असतो ! हा 'आपल्याला' होणारा खरा दर्शनाचा लाभ !

१८. आपण 'जगाच्या मागं' राहू नये, तसंच 'पळत्या जगाच्या' मागंही लागू नये !

आपण जगतो म्हणजे आपली माणसं, घरदार, परिस्थिती यांत जगतो. हवा, वारा, पाणी, आकाश अशा साऱ्यांतही आपण जगतो. या अर्थानं आपण आपल्यावेळच्या जगात जगतो. आपलं वय दरवर्षी वाढत जातं. त्याला काळाची एक गती असते. एक दिवस मागं पडला की, आपण एक दिवसानं मोठं होतो. ते निसर्गक्रमाप्रमाणं घडतं.म्हणून त्यात आनंद असतो.

निसर्गाच्या क्रमामध्येएकताल, एक गती असते. ती सामान्यतः विशिष्ट असते. निसर्गक्रमानं वाढण्याला समान गती असते,हे अनेक वर्षं जगलंतरी अनेकांच्या लक्षात येत नाही. आपण एका लयीत निसर्गाबरोबर पुढं जात आलो आहोत, हे लक्षात येत नाही. रेल्वेत बसलेला प्रवासी, रेल्वे ज्या गतीनं जाते त्या गतीनंच सहजपणे पुढं जातो.'नैसर्गिक गती ही आपली खरी सहज अवस्थाआहे'. त्यामुळं ती आनंददायक असते. रेल्वेत एकदा बसल्यावर रेल्वेची जी नियत, नैसर्गिक गती असते त्याप्रमाणं, प्रवासी जात राहतात. त्यामुळं रेल्वेचा वेग, थांबे, यंत्रणा, व्यवस्था हे सहजतेनं घडत राहतं. आपला मुक्कामही गाठता येतो. तसं जगाच्या रेल्वेत बसल्यावर आहे. जगाच्या, निसर्गाच्या नैसर्गिक गतीप्रमाणं जात असावं. मागं राहू नये. म्हणजे गोष्टी सहजपणे घडत राहतात. सोयीच्या होतात.

असं जगाच्या बरोबर राहाण्यानं सहजता टिकते. पण त्याला दुसरी बाजूही आहे. जगही अनेकदा वेगानं धावत सुटतं. तेअनैसर्गिक असल्यामुळं दुःखाचं ठरतं. त्यात अति वेगानं उत्पादनं, प्रवास, श्रीमंती - असल्या अनेक कल्पना असतात.आपण अशा 'पळत्या जगाच्या' मागं लागलो, तर ते मात्र निसर्गाच्या क्रमानं नसल्यामुळं दुःख वाट्याला येतं!

म्हणून 'जगाच्या मागं'ही राहू नये, तसंच 'पळत्या जगाच्या पाठी'ही लागू नये !

१९. विस्मरणानं व्यवहार आणि परमार्थ दोन्हींतही नुकसान होतं !

स्मरण ही माणसाला मिळालेली एक अमोल देणगी आहे. तिचं महत्त्व आपल्या लक्षात असावं. साधारणतः सर्वांना ती सारखीच असते. पण ती ताजी ठेवण्याची इच्छा आणि त्यासाठी काही प्रयत्नही लागतात. ते करावेत. पण आपलं त्याकडं दुर्लक्ष झालं तर, ती शक्ती कमी होते. मग विस्मरणाचा प्रांत सुरू होतो.

व्यवहारातली आपली आवश्यक कामं विसरतात. ती कामं अटळ असतील तर, त्या विस्मरणानं होणारं नुकसानही अटळ असतं. ज्या वस्तू घेण्यासाठी आपण वेळ, वाहन, शक्ती खर्च करून गेलेले असतो, त्यावेळी घ्यायच्या वस्तू स्मरणात राहिल्या नाहीत तर, घरी आल्यावर पुन्हा एकदा त्याच कामासाठी हाच सगळा वेळ, शक्ती खर्च करावी लागते. नुकसान होतं. साध्या एखाद्या पदार्थाची कृती शिकलो तर, त्या पदार्थाचा आनंद मिळतो. पण हेच शिकलेलं विसरलं की पुन्हा एकतर तो पदार्थ करता येत नाही किंवा तो नीट होत नाही. पर्यायानं दुःख होतं. हेच अनेक तांत्रिक माहिती, कौशल्यं यांच्या विस्मरणानं घडतं. त्रास होतो. नुकसान होतं.

विस्मरणानं नुसतं असं व्यवहारात अनेक बाबतींत नुकसान होतं, असं नाही. तेच नुकसान परमार्थातही होतं. परमार्थ हा विलक्षण मोलाचा असल्यामुळं होणारं नुकसानही दूरगामी, मोठं असतं. तिथं विस्मरण झालं तर माणूस गुरू विसरतो, दिलेलं नाम विसरतो, दिलेले शब्द विसरतो. नुकसान अटळ आणि मोठं असतं. अनेकदा, कुणाची दीक्षा, उपदेश, उपकार, अनुग्रह, कृपेचे असंख्य प्रसंग - अशा अनेक गोष्टींच्या विस्मरणानं माणसाचं होणारं नुकसान कायमचं आणि भरून न निघणारं असतं !

म्हणून स्मरण सदैव ताजं ठेवावं आणि व्यवहार व परमार्थातलं आपलं नुकसान टाळावं, हे बरं !

२०. खऱ्या भक्ताचा एकाक्षरी निरंतर जप !

भक्तीमध्ये नाम हे सर्व संतसत्पुरुषांनी श्रेष्ठ मानलेलं साधन आहे. तशी नामंही असंख्य आहेत. काहींच्या उपास्य दैवतांप्रमाणं त्या त्या दैवतांची नामं प्रसिद्ध आहेत. काही पंथांमध्ये काही विशिष्ट नामं प्रचलित आहेत. काही ठिकाणी संतसत्पुरुषांनी दिलेली किंवा कुणी सिद्ध केलेली नामंही आहेत. सर्वसाधारणपणे, या नामांचा माळेवर, वेळेवर अशा पद्धतीनं जप केला जातो. त्याची त्या त्या पंथाप्रमाणं पद्धत, अपेक्षा वेगवेगळी असते.

नामानं रोजच्या प्रापंचिक व्यवहारांमध्ये, कामांमध्ये, कटकटींमध्ये थोडी शांतता मिळावी, मनाला सात्त्विक विश्रांती मिळावी - असे उद्देश असतात. पण यात एक महत्त्वाची उणीव राहून जाते, हेही लक्षात घ्यावं. एकदा ठरलेला जप केल्यानंतर दिवसभराच्या इतर व्यवहारांशी त्याचा संबंध अनेकदा उरत नाही. त्यामुळं, इकडं प्रपंचाच्या कटकटी, त्रास, मनाची ठेवण - सारं तसंच राहतं.जप म्हणजे दिवसातलं एक काम होऊन बसतं. ते करणाऱ्यांना एक काम आपण नियमानं केल्याची थोडी भ्रामक भावनाही राहते.

वास्तविक, नाम घेणारा'मी' आणि 'माझं जीवन' तसंच राहिलं तर नामाचा उद्देश साध्य होत नाही. नामाचं, गुरूंचं नुसतं स्मरण हा उद्देश नसून नामाचा परिणाम होऊन, गुरूंना अपेक्षित असलेलं जीवन जगता येणं - हा आहे. त्यासाठी त्यांनी सांगितलेलं, जगलेलं जीवन जगायचं असेल तर, 'मी'चं स्मरण जाऊन 'त्यांचं' अर्थात 'तू'चं स्मरण रुजणं आवश्यक असतं. त्यासाठी 'तू', 'तुझी इच्छा', 'तुझी आज्ञा' - हा जप खरे साधक करीत असतात. त्यामुळं त्यांचं जीवन बदलतं.

म्हणून नाम घेत असावं. त्या निमित्तानं गुरूंचं, भगवंताचं स्मरण होत असावं. त्याचा उपयोग होतोच. पण, खरा उद्देश साध्य व्हायला आपल्याला सोप्यात सोपा एकाक्षरी जप 'तू' हा होय !

म्हणून खऱ्या भक्तांचा एकाक्षरी निरंतर जप 'तू' हा असतो!

२१. एक नुकसानकारक मंत्र !

विधायक मंत्रांच्या चिंतनानं -मननानं प्रतिक्रिया विधायकपणे बदलून व्यक्तीचं आयुष्य पालटतं. वृत्ती पालटतात आणि आनंद प्राप्त होतो. पण याचबरोबर एखादी नकारात्मक गोष्ट किंवा वरवर योग्य वाटणारी पण परिणामी घातक असलेली गोष्ट, अशी मंत्रासारखी उच्चारली गेली, चिंतनमनन झालं तर तीही अशाच पद्धतीनं चित्तात जाते. तिच्यामुळं अर्थातच, विधायक गोष्टी न घडता आपलं नुकसान होतं. मंत्र तारतात, हे खरं. पण असे विघातक मंत्र नुकसान करतात, हेही खरं.

अशा नुकसानकारक मंत्रांतला एक मंत्र म्हणजे, 'उद्या!' ही प्रतिक्रिया, हा मंत्र अनेकजण अनेक बाबतींत उच्चारतात. अनेक गोष्टी पटतात, करायच्या ठरतात, फक्त या मंत्राचं चिंतन झालेलं असतं, त्याचे परिणाम लक्षात आलेले नसतात, त्यामुळं त्या करणं 'उद्यावर' ढकललं जातं. अभ्यास उद्या, वाचन उद्या, काम उद्या, व्यायाम उद्या - असं करीत चाललेला हा मंत्र पारायण उद्या, दर्शन उद्या, दान उद्या, जप उद्या, चांगलं वागणं उद्या - असा आपल्याला सोयीस्करपणे बरा वाटणारा कार्यक्रम ठरवतो आणि तो 'उद्या' सहसा उजाडत नाही. नुकसान होतं !

यात याचा एका वाक्यातच उल्लेख केलेला बरा की, काही गोष्टी अपवादभूत असतात. त्या आज करणं शक्य नसतं. तेवढ्याच फक्त उद्या किंवा त्यानंतर कधीही योग्य वेळी कराव्या लागतात. पण त्यांचाही निर्धार मात्र 'उद्या' नसून 'आजच' करायचा असतो !त्या अर्थानं 'आज' हा तारक आणि विधायक मंत्र आहे तर 'उद्या' हा फक्त विघातक मंत्र ठरतो !

उद्या नको एवढ्यासाठी की, उद्या बुद्धी फिरू शकते, संभ्रम, विकल्प येऊ शकतो. कदाचित आपणही उद्या नसू शकतो. मग ते चांगलं काम उद्या तर नाही, कधीच होत नाही !त्यामुळं निर्धारानं 'उद्या' या मंत्राचा जप टाळावा आणि अर्थात आपलं नुकसानही !

२२. वेळ नाही हे 'कारण' असू शकेल, पण 'सबब' नसावी !

कुणाला काही काम सांगितलं असलं तर त्यांच्याकडून 'मला वेळ नाही, नाहीतर केलं असतं', अशी उत्तरं जातायेता दिलेली आपण ऐकली असतील. ज्याला काम सांगितलं ती व्यक्ती खरोखरच त्यानं आधी घेतलेल्या किंवा हातात असलेल्या कामांत व्यग्र असू शकेल. आपण काम सांगतो त्यावेळेला, अर्थातच त्याला ते करणं शक्य नसेल. अशावेळी 'वेळ नाही' हे अर्थातच कारण आहे, ते खरं आहे. तसं असू शकतं. पण ती सबब नाही !

आपल्या करायच्या ठरवलेल्या कामांबद्दलही आपल्या मनाकडूनही असंच उत्तर आपल्याला मिळू शकतं. आपल्यालाही आधीची इतर कामं असली तर, आपलंच नवीन काम पणआपण ते लगेच करू शकत नाही. अशावेळीसुद्धा 'वेळ नाही' असं स्वतःलाच म्हणणं रास्त असतं. कारण, परिस्थिती खरीच तशी असते. या बाबतीतही वेळ नाही, ही सबब नसते.

मात्र, याहीपेक्षा वेगळे प्रसंग असतात. अनेकांच्या ते अनुभवाला आलेले असतील. कुणी काम सांगितलं तर त्यालाही ते वेळ नाही, हे उत्तर देतात. हेच आपणही दुसऱ्याला उत्तर दिल्याचं आठवत असेल. प्रत्यक्षात मात्र आपल्याला वेळ असतो. फक्त त्या कामाचं महत्त्व वाटत नसतं. मनातून ते काम करायचं नसतं. काहीवेळा ते पटत नसतं. काहीवेळा त्या व्यक्तीचं आणि आपलं पटत नसतं. अशा प्रसंगी जेव्हा कुणी किंवा आपणही दुसऱ्याला 'वेळ नाही' असं सांगतो, ते 'कारण' नसतं, ती 'सबब' असते !

सबब अशासाठी म्हणायचं की, ती पळवाट असते, असत्य असते. खरं सांगण्यानं येणारा वाईटपणा नको असतो. अशी सबब आपण समजूनही सांगतो आणि अनेकदा नकळतही सांगतो. तसं करू नये. त्यानं मनाला पळवाटा शोधायची आणि त्यांचं समर्थन करायची सवय लागते. ती शेवटी आपल्यालाच घातक ठरते ! म्हणून 'वेळ नाही' हे कारण असू शकतं, पण ती सबब होत नाही ना, याची काळजी घेतलेली बरी !

२३. निष्पर्ण वृक्षाचंही ध्यान होऊ शकतं.

मन एकाग्र व्हायला, ध्यान करायला अनेकांना काही बाहेरची वस्तू असणं, आलंबन असणंआवश्यक वाटतं. एखादी मूर्ती, फोटो, ओंकार, निसर्गदृश्य - अशा गोष्टी ध्यानासाठी घेतल्या जातात. पण त्यातसुद्धा एकाग्रता न येता, एकतर त्यांतल्या बाह्यांगात गुंतून जायला होतं, नाहीतर वस्तू समोर असते आणि आपण मात्र आपल्या मनातल्या चिंता, विचारचक्रं, योजना असल्या कुठल्यातरी गोष्टीत गुंतून गेलेले असतो. मग अर्थातच ध्यानानं, ज्याचं ध्यान करायचं त्याचीही नीट ओळख होत नाही आणि त्या निमित्तानं व्हायला हवी ती स्वतःचीही ओळख होत नाही, शांती येत नाही !

अशावेळी ध्यानासाठी एखादा वृक्षसुद्धा उत्तम उपयोगी पडू शकतो. पण अनेकांना त्यातही, आपल्या प्रापंचिक ठेवणीमुळं, चांगला फळाफुलांनी डवरलेला वृक्ष लागेल, असं वाटतं !तसं प्रत्यक्षात घडणं अवघड आहे. हे लक्षात घ्यावं की, त्याची मनाला वाटणारी गरज ही प्रापंचिक आहे. मुळात, वृक्ष कसाही असला तरी तो ध्यानाला उपयोगीच आहे. म्हणून, निष्पर्ण वृक्षाचंही ध्यान होऊ शकतं, जसं डवरलेल्या वृक्षाचं !

ध्यानात डोळे उघडे ठेवून मनानं त्याच्याशी तादात्म्य होणं, हे गरजेचं असतं. आपण नियमित ध्यान करीत असू तर, तोच वृक्ष पानाफुलांनी बहरलेलाही आपण पाहिला असेल.त्यावेळी 'आपल्याला' बरं वाटतं. पण जेव्हा पानगळ होते, वृक्षावर एकही पान शिल्लक राहत नाही. एकेकाळी मोजता येणार नाहीत इतकी पानं आणिआता मोजता येणार नाहीत एवढ्या वठलेल्या काड्या! 'आपल्याला' खंत वाटते. पण ध्यानात हेच शिकायचं असतं की, वृक्षाला आधीच्या आणि आत्ताच्या स्थितीत फरक वाटत नाही. तो जशाच्या तसा आतल्या चेतनेवर ऊनपाऊस झेलीत शांत, तटस्थ असतो!

त्याच्याशी तादात्म्य झालं की, आपलं मनही सुखदुःखापलीकडं जातं. तटस्थ होतं. म्हणून निष्पर्ण वृक्षही आपल्याला ध्यानानं मिळणारी शांती देऊ शकतो !

२४. लौकिक शिक्षण लवकर संपवावं, जीवनग्रंथ शिकण्यासाठी !

आपल्याकडं लौकिक शिक्षणावर मोठा भर दिला गेलेला आहे. तो दीडदोनशे वर्षांच्या शिक्षणपद्धतीचा परिणाम आहे. पुस्तकी शिक्षणाची माणसाला गरज आहे, हे खरं. कारण, ज्या ज्या विषयांचा जेवढा अभ्यास पूर्वीच्या मंडळींनी कष्ट घेऊन केलेला आहे, पुस्तकाच्या रूपानं तो साठवून ठेवला आहे, त्याला महत्त्व असतंच. ज्या गोष्टी त्यात लिहिलेल्या आहेत, त्या शिकण्यासाठी आपल्याला परत कष्ट घ्यावे लागू नयेत, यासाठी अशी पुस्तकं, प्रयोग, अनुभव यांचं शाळा, महाविद्यालय अशा ठिकाणी लौकिक शिक्षण घेणं गरजेचं आहे.

प्रश्न आहे तो, त्यात आपण आयुष्यातली महत्त्वाची किती वर्षं घालवणारहा ! आज तरी किमान वीसपंचवीस वर्षं या लौकिक शिक्षणात जातात. हा काळ माणसाच्या खऱ्या गरजा आणि असलेलं आयुष्य याचा विचार करता, वाजवी नाही. असं म्हणण्याला अनेक कारणं आहेत. पुस्तकातले अनुभव, ज्ञान हे खरं असलं तरी, जीवनग्रंथ, आयुष्य व्यापक, अतर्क्य आहे. विशिष्ट पुस्तकं वाचून हे ज्ञान होत नाही. बाहेरचं जग विशाल, गुंतागुंतीचं, सतत बदलतं आहे. त्यासाठी लागणारी कौशल्यंशिकायला जास्त वेळ लागतो. वाहन चालवायचं प्रशिक्षण क्लासरूममध्ये झालं तरी, खरं शिक्षण वाहन चालवताना घडत असतं आणि तेच खरं महत्त्वाचं असतं. तिथं पदवीपेक्षा अनुभव मोठा ठरतो! पदार्थाची कृती कळली, तरी प्रत्यक्षात तो करताना येणारा अनुभव, पदार्थ 'खरा' शिकवतो! शिवाय शिक्षणात एखादा विषय अभ्यासला जातो. आयुष्य तर असंख्य विषयांनी भरलेलं आहे.

लौकिक शिक्षणाला वेळ द्यावा पण, व्यापक आणि गरजेचं असलेलं 'जीवन शिकायला'जास्त वेळ द्यावा. तो मिळावा म्हणून, लौकिक शिक्षण जितकं लवकर संपवता येईल तितकं बरं !

२५. किती कमावलं याबरोबर काय गमावलं हेही पाहावं!

पूर्वायुष्यात माणसानं शिक्षण कमवणं, शरीर कमवणं हे अपेक्षित असतं. त्याबद्दल दुमत नाही. पुढं नोकरी, व्यापार करून पैसा कमावणं हेही गरजेचं आहे. त्यावर त्याचं कुटुंब, जीवन चालणार असतं. कालांतरानं, समाजाच्या उपकाराची जाणीव ठेवून, त्यासाठी आपापल्या कुवतीप्रमाणं, आवडीप्रमाणं सामाजिक कामं करणं, वेळी त्यासाठी लौकिक पदं, सत्ता मिळवणं अशा गोष्टीही तशा स्वाभाविक आहेत.

हे सारं करताना काही गमवावं लागतं हे उघड आहे. उदाहरणार्थ, शिक्षणासाठी वेळ, पैसा. व्यायामासाठी वेळ, पैसा, शरीरकष्ट !नोकरीत, व्यवसायात असंच वेळ, कष्ट ! त्या निमित्तानं शरीरशक्ती गमवावी लागते, हेही उघड आहे. लोकसंग्रहात वेळ, पदरमोड, वाचेची शक्ती, पैसा - अशा गोष्टी गमवाव्या लागतात. असं हे अनेक बाबतींत कमवताना गमवावं लागतं. हा व्यवहार आहे. त्यात काळजी घेण्याची गोष्ट मात्र जरूर आहे.

शिक्षणासाठी, व्यायामासाठी जे गमावलं ते गरजेचं असलं तरी त्या बरोबर अनेकांना संगतीविषयी सावध नसल्यामुळं, वाईट संगतीही लागतात. मग, शिक्षण, व्यायाम कमावताना इतर गोष्टींबरोबर विधायक विचार, चांगल्या सवयी अशा गोष्टी गमवायला सुरुवात होते. मग शिक्षण आणि आरोग्य कमवताना काय गमावलं हे पाहण्याचा प्रश्न सुरू होतो. तो वेळीच लक्षात आला नाही, तर कमावण्याचं गणित नफ्यात न राहता तोट्यात जाऊ लागतं. अनेकदा भरपूर पैसा कमावला जातो पण, विश्रांती, स्वास्थ्य, आरोग्य गमावलं जातं. त्यानं पुढं अनेक व्याधी मागं लागतात. त्यात वेळी, कमावलेला पैसा जाऊन हा व्यवहार तोट्यात जातो. सत्ता कमावली जाते, पण त्याबरोबर माणुसकी गमावते, नम्रता गमावते, जोडलेली माणसं गमावतात !

म्हणून कमवावं तर लागेल, पण त्याचबरोबर काय आणि किती गमवावं लागतं आहे आणि ते रास्त आहे का,हा विचार सुरू असावा !

२६. एकान्ताचा सराव गरजेचा आहे !

मनुष्य एकटा येतो, एकटा जातो. पण जगतो तो मात्र अनेक माणसांच्यात.जन्मतःच वाट्याला आलेले आईवडील, नातेवाईक, शेजारीपाजारी अशा अनेक माणसांबरोबर मित्रमंडळी, सहकारी, ग्राहक अशा त्यानं जोडलेल्या अनेक माणसांच्यात त्याचं सारं आयुष्य जातं. आयुष्यभराचे व्यवहारही अशा माणसांच्या सहवासातच घडतात. माणसांची किती सवय होऊन जाते, ते लक्षातही येत नाही.

जीवन जगायचं तर हे सगळं असं राहणारच. फक्त यात एका गोष्टीकडं दुर्लक्ष होतं, ते म्हणजे 'आपण स्वतः' आणि 'आपलं आत्मस्वरूप' ! या साऱ्या माणसांच्या, सहवासाच्या, व्यवहारांच्या नादात या मूलभूत गोष्टीची जाणीवही होत नाही. हे सारे माणसांचे सहवास, व्यवहार घडताना त्यांच्या गरजेचं हळूहळू सवयीत रूपांतर होतं. मगते सारे व्यवहार आणि ती माणसंहेच आपलं सर्व जीवन आहे, अशी मनाची नकळत समजूत होऊन जाते. ती समजूत इतकी पक्की असते की, सुरुवातीला म्हटल्याप्रमाणं, आपण मुळात आणि शेवटी, या साऱ्यांबरोबरच पण स्वतंत्र आणि एकटे आहोत, हे विसरून जायला होतं.अर्थात असं कुणी म्हटलं तरी क्षणभर उगीचच दचकायलाही होतं.

हाही अनुभव पाहावा की, ही सारी माणसं आपल्याबरोबर असतातच.तथापि, ती चोवीस तास तशीच असत नाहीत, हेही सत्य आहे. मानअपमान, अप्रतिष्ठा, आजार, गरीबी येणं, परावलंबन, इतरांचे स्वार्थ - अशा अनेक प्रसंगांत माणसं दुरावतात. मग आपण मुळात खरे एकटे आहोत याची जाणीव होते. तिनं येणारं एकाकीपण दुःखाचं व्हायला नको असेल तर, पहिल्यापासून रोज काही काळ एकान्तात राहण्याचा सराव करावा. एकान्तात आपण एकाकी नसतो तर आपल्यातला जो एक भगवंत, जाणीव, तिच्या प्रेरक, शाश्वतसोबतीत आपला काळ आनंदानं जाऊ शकतो, हे कळतं. मग दिवस कसेही येवोत, आपण एकान्तातही शांत, आनंदी राहू शकतो !

२७. उपकार लक्षात राहिले तरी आपलंआयुष्य बदलेल!

माणसाच्या आयुष्यात दुःख आहे. त्याची कारणं निसर्गात, हवामानात असतील, पण त्यापेक्षा जास्तप्रमाणात ती माणसांच्या एकमेकांशी वागण्यात आहेत. आपण स्वतः जसं असतो, वागतो, त्यामुळं निर्माण होणारी दुःखं, स्वतःला आणि इतरांनाही जास्त आहेत, असं आढळेल.

त्याचं सर्वसाधारण कारण मनुष्य बेसावध होत जातो. बेफिकिरी, बेपर्वाई, अभिमान, इतरांच्याविषयी तुच्छता - असल्या असंख्य गोष्टी नकळत स्वभावात शिरतात. त्यापोटी माणसाचं जे वागणं होतं, ते इतरांनाच नव्हे तर जगातही दुःख आणतं. कारण असं होतं त्यावेळी, इतरांबरोबरचा संवाद, त्यांची मतं विचारात घेणं, स्वतःच्या निर्णयाला मुरड घालणं, इतरांची कदर करणं, मदत करणं - अशा एकमेकांना सुखाच्या ठरणाऱ्या गोष्टींना मनुष्य अंतरतो. मग एकमेकांतला संवादही संपतो आणि सहवासातला आनंदही ! हे मुद्दाम होतं, असं नाही, ते काहीवेळा नकळतही होत जातं. शिक्षण, सत्ता, पैसा, प्रतिष्ठा - अशा कशाहीमुळं असल्या गोष्टी माणसाच्या ठिकाणी नकळत शिरतात. म्हणून, वागणं विघातक बनतं. त्यानं दुःख निर्माण होतं. म्हणून त्या दुःखाचा आणि उपायाचा विचार करणं आवश्यक आहे.

त्याला अनेक उपाय असतील. पण ज्याला हे कळलं असेल आणि प्रामाणिकपणे दूर करायचं असेल, त्याच्यासाठी एक सोपा उपाय आहे. तो म्हणजे, लहानपणापासून आपल्यावर झालेल्या अगणित उपकारांचं स्मरण करणं! ते उपकार तसे त्या त्या वेळेला झाले नसते, तर आज ज्या स्थितीत आपण आहोत, ती उत्तम स्थिती कधीच आली नसती, हे लक्षात येतं. आपल्या कर्तृत्वाचा वाटा त्यात जरूर आहे, पण त्यापेक्षा या उपकारांचं प्रमाण फार मोठं आहे, हे कळतं. मग नम्रता, इतरांविषयी आदरभाव, कृतज्ञता वाढते. स्वाभाविकपणे, आपलं जीवन बदलतं, आनंददायी होतं, स्वतःला आणि इतरांनाही !

२८. एकान्तानं समजशक्ती वाढते !

आपण घरात कुणी नातेवाईक, कधी मित्रमंडळी काही कारणांनी एकत्र येतो. त्यावेळी गप्पाटप्पा होतात. अनेकदा नकळत आवाज वाढतात. हसणं, खिदळणं वाढतं. ते निर्भेळ असतं, तोपर्यंत गरजेचंही असतं आणि आनंदाचंही असतं. पण तशाही क्षणी शेजारच्या खोलीत कुणी तहान लागली किंवा काही बोचलं, टोचलं, अचानक काही व्हायला लागलं - म्हणून हाक मारली तर, आपल्या या गोंगाटात ती ऐकू येत नाही. अर्थातच, आवश्यक ती मदत त्या क्षणी त्या दुःखी असलेल्या माणसाला मिळू शकत नाही. कदाचित आजाराचं, दुष्परिणामाचं नुकसान वाढतं. असंच चांगल्या गोष्टींतही घडत असतं. अत्यंत चांगला लागलेला सूर, वादन, एखादी अविस्मरणीय तान - अशा गोष्टी शेजारच्या खोलीत घडल्या तरी त्याही गोष्टी या गोंगाटात ऐकू येत नाहीत. त्यामुळं, आनंदाच्या काही दुर्मिळ क्षणांना आपण मुकतो. कायमचेच !

आपल्याला मिळणारा 'निर्भेळ आनंद' जरूर असावा. पण त्यात इतरांच्या दुःखाच्या हाका आणि असे दुर्मिळ आनंद गमावणं उचित नाही. कारण अशा वेळा आपल्यावरही कधी ना कधी येत असतात. आता असं का व्हावं, ते शोधावं. आपण गप्पांत, खळखळाटात असताना, आत एक शांत मन असण्याची गरज असते. एकान्तात राहण्याचा अभ्यास केल्यानं असा मनाचा शांत कोपरा गवसतो. तो टिकवता येतो. एकान्ताचा अभ्यास जितका खोल जाईल, तितका हा अंतर्मनातला शांत कोपरा स्थिर होतो.मग वरवर जगतानासुद्धा तो असे सुखदुःखाचे, गरजेचे क्षण टिपू शकतो. त्याला आवश्यक असणारी कृतीही करू शकतो. एरवीच्या व्यवहारानं, आपण आनंदात राहायचा प्रयत्न करतो. ते वरवरचं असतं. पण, या एकान्ताच्या अभ्यासानं इतरत्र उमटणाऱ्या हाका, दाद देण्याची संधी यांची समज येते.म्हणून एकान्ताचा, समजशक्ती वाढण्यासाठीही अभ्यास असावा !

२९. मानसपूजा ही मानसिक पातळीवरची 'भावभेट' आहे !

आपापल्या आराध्य दैवताची, देव, देवी, गुरू, ग्रंथ यांचं दर्शन, पूजा करायला, भेट घ्यायला भक्त त्या त्या गावी जातात. पण नित्य पूजेचं भाग्य हे फार थोड्यांच्या वाट्याला येतं. कारण, नुसतं त्या गावी असून चालत नाही, तिथली गर्दी, आपली कामं - अशा अनेक कारणांमुळंसुद्धा ते रोज शक्य होत नाही. परगावी असू तर अर्थातच, ते शक्य नसतं.

याला उत्तम पर्याय मानसपूजेचा ! ती आपल्या जागी बसून, आपल्या सवडीप्रमाणं कधीही करता येण्यासारखी असल्यामुळं, भक्तांची ती एक मोठीच सोय आहे. मात्र, या प्रत्यक्ष आणि मानसपूजेमध्ये असलेला फरक आणि मिळणारे लाभ यांवर विचार केलेला असला तर अधिक लाभ होऊ शकतात. प्रत्यक्ष भेट, तिथली गर्दी, बोलण्यातल्या अडचणी, मनोगताचं विस्मरण, इतर व्यवधानं, आजूबाजूचे गोंगाट - अशा अनेक कारणांमुळं कधी प्रत्यक्ष गेलं तरी खरा लाभ फार थोड्यांना होतो. ते भाग्यवान आहेत, यात शंकाच नाही.

पण, मानसपूजेचे लाभ अनेक बाबतींत अधिक, सर्वांना मुक्त आणि सुलभ आहेत. फक्त यांत अनेकांची कल्पना, पूजेचे उपचार मनासमोर मूर्ती, व्यक्ती आणून करणं एवढीच आहे. सारं मनानंच करायचं असल्यामुळं आपापल्या कल्पनेप्रमाणं हे उपचार वाढत जाऊन, त्यापेक्षा प्रत्यक्ष पूजा बरी, म्हणायची वेळ येते. मूळ लाभ अंतरतो, ते वेगळंच !

खरंतर, मानसपूजा ही मानसिक पातळीवरची आपली आणि आराध्य दैवताची भावभेट आहे ! तिला मनःपूर्वक दर्शन, एखादं फूल पुरतं. उरलेला सारा मनाच्या पातळीवरच्या संवाद आहे. त्यात सुखदुःख, आनंद, प्रार्थना - अशा अनेक गोष्टी करता येतात. त्याचा परिणाम नक्की होतो. हे लक्षात घेऊन, मानसपूजेतल्या मानसिक पातळीवरच्या, भावभेटीचा खरा आनंद अवश्य घ्यावा!

३०. परीक्षेचा पेपर टाकताना,त्याबरोबर निकालाची चिंताही टाकावी!

वास्तविक, यात फार सांगण्यासारखं काही आहे, असं कुणाला वाटणार नाही. पण, ते न जमल्यामुळं अनेक घरी होणारे तणाव, त्रास हे तितकेच खरे असल्यामुळं त्यावर सांगणं आवश्यक आहे. त्यात पुन्हा चिंता ही मनाच्या पातळीवरची असल्यामुळं, पुस्तकं उचलून कपाटात ठेवावी आणि त्याकडं लक्षही जाऊ नये, तसं तिच्या बाबतीत करता येत नाही. मनुष्य सहसा हतबल झाला किंवा असलेल्या चिंतेपेक्षा मोठी चिंता उद्‌भवली तरच, माणूस आहे ती चिंता सोडतो असं आढळेल. हे आयुष्यात इतर अनेक बाबतींतही असतं, त्यांच्या चिंता लागतात, हे कृपया लक्षात घ्यावं.

वस्तुस्थिती अगदी सरळ आणि समजण्यासारखी आहे. इथं परीक्षेचा निकाल उत्तम असावा, एवढी एकच अपेक्षा या सगळ्या चिंतेमागं आहे. हेही सरळ आहे की, त्यासाठी पेपरातलं लेखन त्या पातळीवरचं असायला लागतं. त्यासाठी तेवढा अभ्यास आणि परीक्षातंत्राचा सराव अत्यावश्यक आहे. त्यासाठी मनाला बजावण्याची गरज आहे की, या गोष्टी पेपर टाकण्यापूर्वी करायच्या आहेत. एकदा जे लिहिलं गेलं, त्यात त्यानंतर अभ्यास, सराव अशा गोष्टी करण्यानं लिहिलेला पेपर बदलत नाही. त्याचं होणारं मूल्यांकनही बदलत नाही, ते उत्तम असो, अतिउत्तम असो किंवा कमी!

हे पालकांनाच काय विद्यार्थ्यांनाही माहीत असतं की, या दोन गोष्टींबरोबर मार्गदर्शन, वाचन अशा अनेक पूरक गोष्टी या, वर्षाच्या सुरुवातीपासून करायच्या असतात. त्या जर केलेल्या असतील तर, काळजी करण्यासारखं काही असत नाही. समजा, ते केलं गेलं नसेल तर, नंतर काळजी करून काही उपयोगही असत नाही !म्हणून ते टाळलं तर, मनःशक्ती, तणाव, चर्चा, त्रास वाचतीलच. पण, तो वेळ एखाद्या चांगल्या कामाला उपयोगी पडेल! म्हणून एकदा पेपर टाकल्यावर त्याची चिंताही टाकून द्यावी !वाचणारी मनःशक्ती एखाद्या चांगल्या कामाला द्यावी !

३१. फळे पिकू द्यावी, पिकवू नयेत!

आपण सर्व निसर्गाचा एक भाग आहोत. निसर्गाला स्वतःचा एक क्रम आहे, गती आहे, रचना आहे, विकास आहे. त्याचे सारेच घटक त्याप्रमाणं तो नेत असतो. याचा अर्थ सर्वांची गती, रचना, विकास - सारखा असतो असं नसून, त्या त्या घटकाप्रमाणं तो वेगळा असतो, पण निश्चित असतो. नैसर्गिक असल्यानं, तो त्या घटकाला सहज, सुंदर, परिपूर्णता देणारा असतो. म्हणून, एका दिवसाचं आयुष्य असलेली फुलं आहेत, शंभर वर्षांचं आयुष्य असलेले वृक्ष आहेत. काही तासांचं आयुष्य असलेले कीटक आहेत, वीसपंचवीस वर्षांचं आयुष्य असलेले पशुपक्षी आहेत. वरवर भिन्नता दिसली तरी, त्यांची वाढ आणि पूर्णता ही, त्या त्या घटकाप्रमाणं नियोजित आणि आनंददायक असते.

माणूस त्यापासून वेगळा नाही. कर्मफळामुळं होणारे अपवाद वगळता, माणसाचा सारा विकासही निसर्ग आपल्या स्वाभाविक क्रमानं घडवतो. तो आनंददायी असतो. तीच गोष्ट माणसाच्या मानसिक, बौद्धिक क्षमतांची असते. त्यांची प्रगतीही निसर्गाच्या क्रमानं होते, तेव्हा ती सहज असते, आनंदाची असते. पण माणसाला निसर्गाच्या बाबतीत अधिक लवकर उत्पादन, अधिक जास्त उत्पादन, अर्थात अधिक जास्त पैसा, तोही लवकर हवा असतो. त्यासाठी वेगवेगळी तंत्रज्ञानं वापरून,फळं, फुलं, भाज्या लवकर आणि जास्त हाताशी यावेत असं वाटतं. ही निसर्गावरची एक प्रकारची सक्ती आहे, त्याच्या क्रमात बिघाडही आहे. मग ते घडतं. पण, फळांचं आयुष्य कमी होतं, दर्जा कमी होतो, त्यात दोष लवकर उत्पन्न होतात.

हीच गोष्टमाणसं स्वतःच्या, जास्त करून मुलांच्या बाबतीत करायला जातात. कला, कौशल्य, क्रीडा, शिक्षण असं सारं त्यांना लवकरात लवकर यावं, त्यांनी नाव, प्रसिद्धी कमवावी असं वाटून होणारे प्रयत्न, अखेर फळाफुलांसारखे दुःखद ठरतात ! हे लक्षात घेऊन निसर्गाच्या क्रमानं फळं पिकू द्यावी, पिकवू नयेत, हे बरं !

३२. एकाच डोंगरावर जायला अनेक रस्ते असू शकतात !

डोंगरावर फिरायला जातात. काही डोंगरावरच्या देवाला जातात. काही डोंगरांना विशिष्ट वाटा बांधलेल्या असल्या तरी, अशा डोंगरांना इतर पायवाटाही असतात. इतर सर्वसाधारण डोंगरांना वेगवेगळ्या दिशांकडून आणि डोंगराच्या बाजूला पसरलेल्या वेगवेगळ्या गावांतून येणाऱ्या अनेक वाटा असतात. जो जिथं राहतो तिथून त्याला जी सोयीची वाट असते, त्या वाटेनं तो डोंगरावर येतो. दर्शन असेल तर दर्शन होतं, फिरणं असेल तर फिरणं होतं. आपापला अनुभव वेगळा असला तरी, कुणी कुठल्या वाटेचा आग्रह धरीत नाही. तीच चांगली, तीच बरोबर असं म्हणत नाही.

साध्या कळणाऱ्या भाषेत, देव असाच डोंगरावर असतो. अर्थातच, इथं देव म्हणजे, माणसाला सद्‌गुणाचा,समजूतदारपणाचा, एकमेकांच्या विकासाला साहाय्यकारी होण्याचा मार्ग, दिव् म्हणजे प्रकाशित करणारा देव होय ! तो माणसांनी जीवन आनंदानं कसं जगावं, याचे मार्ग आणि प्रेरणा देतो. त्यांतल्या कुठल्याही मार्गानं निष्ठेनं चालून, माणूस स्वतः आनंदानं प्रकाशित होतो, इतरांनाही सुखाचा प्रकाश देतो ! जसं डोंगराच्या वेगवेगळ्या दिशांना वेगवेगळी गावं वसलेली असतात, तशा माणसांच्या मनाच्या ठेवणीही वेगवेगळ्या प्रकारच्या, वेगवेगळ्या कुवतीच्या असतात. स्वतःच्या गावातून जाणारा मार्ग मनुष्य सहजपणे निवडतो. तो त्याला जायला सोपा पडतो, लवकर नेतो. तसंच माणसाच्या मनाच्या ठेवणींचं असतं. त्याच्या ठेवणीला सोपा पडणारा, लवकर नेणारा मार्ग त्यानं निवडावा, हे स्वाभाविक आहे.

डोंगरावरचं तेच स्थान साध्य करायला असलेल्या अनेक मार्गांप्रमाणं, देवत्वाकडं नेणारे अनेक मार्गं, पंथ, धर्म असतात, हे लक्षात ठेवावं. मग त्यांचा दुराग्रह ठेवण्याचंकारण उरत नाही. तो ठेवला नाही तर, पंथद्वेष, आग्रह, मार्ग लादणं, कटुता, संघर्ष टळतील! मात्र त्यासाठी डोंगरावर जायला अनेक मार्ग असू शकतात,हे लक्षात ठेवावं लागेल!

३३. आजार आणि उपचार यांत शक्यतो अंतर असावं !

पूर्वी हे वेगळं सांगण्याची गरज नव्हती. त्यावेळी आजार हा प्रथम सोसण्याचा, समजून घेण्याचा विषय असे. हे खरं की, एक म्हणजे, प्रकृती, हवामान यांची साधारण अनुकूलता. त्यात आजारांचं प्रमाण, प्रकारही कमी.प्रतिकारशक्ती चांगली. शिवाय, आजीबाईचा बटवा होता. वैद्यसुद्धा एखाददुसरे होते. आता या प्रत्येक बाबतीत वातावरण किती बदललं आहे, याची आपल्याला कल्पना आहे. प्रतिकारशक्ती कमी, अनेक प्रकारची प्रदूषणं, वैद्य, डॉक्टर, औषधं जवळ आणि मुबलक. तसंच सहनशक्ती कमी.

असं असलं तरीही आजार आणि उपचार यांमध्ये काही बाबतीत तरी का होईना, काही अंतर ठेवण्याची गरज आहे. कारण, निसर्गात त्याच्या पद्धतीनं आजार बरा करण्याची शक्ती आहे. तिला वेळही दिला जात नाही. उलट या साऱ्या उपलब्धतांमुळं, बरं नाहीसं झालं की औषधं, डॉक्टर, हॉस्पिटल, ॲडमिट, तपासण्या - अशी एक मानसिकता झाली आहे. माणसाचं साधं पोट बिघडलं तर, औषधाची गरज असतेच, असं नाही. खाण्यात काय आलं ते तपासून, त्यानुसार एक दिवस पेजपाणी, लंघन एवढ्यानंसुद्धा ते बरं होऊ शकतं. सर्दीखोकल्यालासुद्धा थोडाकाळ दिला तर, ते आपल्या शरीरातल्या प्रतिकारशक्तीनं आणि घरच्या औषधांनी बरं होत असतं. पण बरं नाही म्हटलं की, दुसऱ्याक्षणी औषध घेतलं का, असं विचारलं जातं आणि ते या बदललेल्या मानसिकतेमुळं बरोबर वाटतं. किमान अशा साध्या आजारात आणि उपचारांत तरी अंतर ठेवावं. निदान औषधांचा मारा करू नये, हे आता अनेकांना कळतं आहे. लगेच आणि सतत औषधं घेतल्यानं होणारे दुष्परिणाम,मोठ्या आजारांना आमंत्रण देतात, हेही समोर आहे !

म्हणून, शक्य असेल तिथं तरी,बरं करायला निसर्गाला थोडा वेळ द्यावा. सहनशक्ती दाखवावी आणि अशा विधायक अंतराला वाव द्यावा !

३४. मिळालेल्या गोष्टींमागच्या कष्टांची जाणीव ठेवावी !

घरातल्या अगदी साध्या गोष्टीपासून आयुष्यात मिळणाऱ्या फार मोठ्या गोष्टींपर्यंत करायचा हा विचार आहे. मिळणाऱ्या गोष्टींमागच्या कष्टांची जाणीव हळूहळू कमी होत असलेली आपल्याला दिसेल.या जाणिवेचा अभाव, ही माणुसकीतली एक कमतरताच आहे. तिच्यामुळं परस्परांच्या संबंधांत बेफिकिरी, बेपर्वाई अशा अनेक गोष्टी शिरतात. मग इतरांच्या कष्टांची, सुखदुःखांची जाणीव आपोआपच कमी होत जाते. जे इतरांनाच नव्हे, आपल्यालाही कधी ना कधी दुःखदायक ठरणारंच असतं. हे नव्या पिढीतच आलं आहे असं नसून, जुन्या पिढीतही अनेक व्यक्तींच्या ठिकाणी या जाणिवेचा अभाव होता, असं आढळेल.

माणूस नोकरीला जाण्याच्या तयारीत असतो. कुणाची दुकान उघडायची वेळ झालेली असते. त्यावेळी त्याला गरजेचा असलेला चहाचा कप समोर ठेवला जातो. चहा प्याल्यावर कप तिथंच ठेवून, आपल्याच नादात माणूस निघून जातो. त्याच्यासमोर तयार होऊन आलेल्या चहाच्या कपाच्या कष्टांची जाणीव, यांतल्या किती जणांना असेल ? ही बाब छोटी वाटते. पण कधी स्वतःला कट्ट्याशी उभं राहून, हा कप भरून टेबलावर ठेवायची वेळ आली की, यात किती वेळ जातो, व्यवधानं असतात, कप धुवून परत जागेवर ठेवीपर्यंत कायकाय करावं लागतं, याची कल्पना येते. तीही असा प्रसंग कधीतरी आल्यावर ! मग रोज हे दहावेळा करणाऱ्याच्या कष्टांची जाणीव माणसाला न ठेवून चालेल का? जाणीव न ठेवण्यानं आपल्या कर्तव्यात त्रुटी येते. ती सवय लागली की, मग जेवणखाण, वेळप्रसंग, कार्यप्रस्थ, अपघात - अशा असंख्य प्रसंगी मिळणाऱ्या मदतींची जाणीवचहोत नाही. पुढं या कृतघ्नतेचं अपार दुःख सोसावं लागतं. ते टाळायचं असेल तर, मिळालेल्या गोष्टींमागच्या कष्टांची जाणीव ठेवावी, त्यासाठी योग्य कृती करावी!

३५. पारायणांचा साधन म्हणून विशिष्ट उपयोग नक्की आहे.

अनेकांची देवावर श्रद्धा असते. श्रद्धा म्हणजे साध्या भाषेत, शुद्ध झालेलं निरपेक्ष प्रेम. ज्याच्यावर प्रेम असतं, त्याच्याबद्दल व्यवहारातसुद्धा माणसाला काहीतरी करावंसं वाटतं. तसं अशा श्रद्धेच्या भक्तांना आपण देवासाठी काहीतरी करावं, असं वाटतं. दर्शन, पूजा, नमन हे असे सारे सेवेचे प्रकारच आहेत. देवाच्या, सत्पुरुषांच्या चरित्रांचं, लीलांचं, उपदेशाचं पारायण करणं ही त्यांतलीच एक सेवा आहे. अधिकारी सत्पुरुषही ते करायला सांगतात.

अनेकजण आपापल्या परीनं ती करीत असले तरी, काहींना 'तिचा कितपत उपयोग आहे' अशी शंका असते. हे नुसतं सारखं वाचून काय होणार, एकदा ते कळल्यावर परत परत वाचण्याचा काय उपयोग आहे, त्यातही अनेक प्रसंग, कथा या त्यात्या काळात बरोबर असतील पण, आजच्या वाचणाऱ्यांना त्या पटत नाहीत. अनेक ग्रंथांत काही गूढ तर काही अतिरंजित गोष्टी असतात. काही जुन्या ग्रंथांतली भाषा कळत नाही, त्यामुळं जे वाचतो त्याचाही अर्थ कळत नाही. सारांशानं, अशा शंकांमुळं माणसं पारायणाच्या उपयोगाविषयी साशंक असतात. अर्थात, त्यांच्याकडून त्यामुळं पारायण घडतही नाही.

यासाठी, पुढील गोष्टींचा विचार करावा. आपल्या श्रद्धेच्या-प्रेमाच्या माणसाची एखादी गोष्ट माहीत असली तरी,ती पुन्हा वाचतो, सांगतो. त्यानं आनंद वाढतो. औषधात काय घातलं आहे, ते माहीत नसूनही अधिकारी माणसानं सांगितलं म्हणून आपण ते घेतो, बरे होतो. उपदेशाचे काही ग्रंथ हे एका पारायणात कळण्यासारखे नसतात. पारायणं होत जातील तसा त्यांचा अर्थ कळतो, आपल्याला लागू असलेल्या गोष्टी कळून,त्यांच्या आचरणानं मनुष्य बदलतो. कर्मांना परिणाम असतात, तसेचते सात्त्विक असलेल्या पारायणाला असणारच. हे लक्षात घेऊन, साधकाची अवस्था आणि मनाची ठेवण यांवर साधनं अवलंबून असतात. म्हणून पारायणाची गोडी वाटत असेल तर, निःशंकपणे पारायणाचं साधन आणि उपदेशाचं आचरण करीत असावं!

३६. गेल्यावर्षात आपण आपल्या हातानं कायकाय लिहिलं ?

प्रथमच हे स्पष्ट करू की, नित्यक्रमानं लिखित जप करणारे, ग्रंथ उतरवून काढणारे, दैनंदिनी - हिशेब लिहिणारे असे काही सन्मान्य अपवाद आजही आहेत. ते सोडून इतरांच्या बाबतीत आपण हा विचार करीत आहोत.

हा विचार करायची वेळ आलेली आहे. ती तेवढीच गंभीर आहे, हेही लक्षात येईल. प्राण्यांपासून माणसाला प्रगत दर्जा देणाऱ्या निसर्गानं, त्यासाठी अनेक देणग्या दिलेल्या आहेत. मेंदूसारखीविलक्षण यंत्रणा, पाठीचा उभा कणा, चार पायांऐवजी दोन पायांवर चालायची विद्या, त्यामुळं मोकळे झालेले दोन हात ! प्राण्यांची पाच बोटं एकाच दिशेनं राहतात. त्यांतली चार तशीच ठेवून कुठल्याही दिशेनं फिरू शकणारा, त्यामुळं असंख्य कामं करू शकणारा अंगठा, ही या असंख्य देणग्यांतली एक विलक्षण देणगी आहे !

हाच अंगठा वापरात आणून माणसानं लेखनाची विद्या संपादन केली. त्यामुळं मौखिक ज्ञानाच्या परंपरेला निश्चित स्वरूपाच्या लेखनाची जोड मिळाली. शिकणं, शिकवणं सोपं झालं. दोरा गुंडाळण्यापासून, दोरीची गाठ मारण्यापर्यंत असंख्य गोष्टी या अंगठ्यानं शक्य केल्या. त्याच अंगठ्यामुळं लिहिलेल्या मजकुराची खात्री पटवणारी सही शक्य झाली. अंगठा करायची आणि बांधायची गरज उरली नाही.ग्रंथ, निरोप, चित्रं, लेख, पत्रं असं असंख्य लेखन,या अंगठ्यानं आज हजारो वर्षं सुरू आहे. मनोगतापासून कायदेकानूंपर्यंत सारं या अंगठ्याच्या लेखनामुळंच शक्य झालं, टिकून राहिलं.

वैज्ञानिक प्रगतीचे लाभ कितीही असोत, तिनं अंगठ्याच्या सहाय्यानं होणारं हे लेखन मात्र कधीच हिरावून नेलं. आज कुणाच्या हातचं मनोगतच काय, पत्र, चिठ्ठीसुद्धा मिळत नाही. लेखन, हस्ताक्षर या मनाच्या आरशाला कधीच तडे गेले. असा वापरात नसलेला अंगठा आणि बोटं गमावण्यापूर्वी अंतर्मुख होऊन, आपण आपल्याला शक्य त्या लेखनाकडं पुन्हा वळू का ?

३७. जग मिश्रणासह स्वीकारावं लागतं !

आपण जगात वावरतो. त्याला सामान्यतः पर्याय नाही. जगात येणं आपल्या हातात नव्हतं, तसंच जाणंही आपल्या हातात नाही. मग मध्यंतरात उरतं ते आपलं जगत असलेलं आयुष्य!जसे आईवडील, नातेवाईकजन्मापूर्वीचेच असतात. तशा इतर कितीतरी गोष्टी जन्मापूर्वीच्याच असतात. हे लक्षात आल्यावर आपल्यामध्ये हवेनकोपणाही सुरू होतो. या जगातल्या अशा मनुष्यमात्रापासून इतर अनेक गोष्टी हव्याशा किंवा नकोशा वाटू लागतात. तशी मनाची धडपडही सुरू होते. कळून असो, नकळून असो,हा संघर्ष तसा रोजचा आणि आयुष्यभर चालणारा आहे. त्यामुळं होणारी सुखदुःखही अशीच आयुष्यभर चालू असतात.अनेकदा ती असह्यही असतात.

शांतपणे विचार केला तर, एक तथ्य लक्षात येऊ शकतं. जे माणूस, जी वस्तू, जे वातावरण आपण हवं म्हणतो, त्याच वातावरणात जे माणूस, जी वस्तू, जे वातावरण आपण नको म्हणतो, ते नांदत असतं. यातलं हवं असलेलं आणि नको असलेलं असं कुठलं जग वेगळं काढता येत नाही. मिळत नाही. मग जगाची घटना लक्षात येईल की, जग हे या दोन्हींचं बनलेलं आहे. त्याअर्थानं ते मिश्रण आहे.शंभर नंबरी सोनं आदर्श असतं. पण उपयोगाचा विचार करता, ते निकामी असतं. कसल्यातरी अलंकारात त्याचं रूपांतर केल्याशिवाय ते दागिना म्हणून उपयोगाला येत नाही. त्यात हीण मिसळल्याशिवाय अलंकार होत नाही आणि त्याचा उपयोगही. सोन्याला एकवेळ आपण नको म्हणू शकतो पण, असल्या मिश्रणाच्या जगाला,आपल्याला नको म्हणता येत नाही. ते आहे तसं स्वीकारावं लागतं.

म्हणून माणसांत काय, वस्तूंत काय, स्वीकारली की सुखाबरोबर दुःख स्वीकारावं लागतं. हव्याबरोबर नको असलेलं स्वीकारावं लागतं. हे कळलं तर, सुखदुःख कमी होत नाही, पण जगणं सुसह्य होऊ शकतं !

३८. देव कुठं आणि किती दूर आहे ?

हा प्रश्न ऐकताना अगदी सोपा वाटतो. एखाद्याला तुम्ही कुठं राहता, असं सहजपणे आपण विचारतो. तो त्याचा पत्ता, जवळची खूण सांगतो. आपल्या ती लक्षात येते आणि विषय संपतो. शक्य असेल तेव्हा आपण त्याप्रमाणं तिथं जातोही. तितकं सहज याचं उत्तर देता येईल, असं प्रश्न ऐकल्यावर वाटतं. वास्तवात, त्याचं उत्तरही खरंतर इतकंच सोपं आहे. पण, विचारल्यावर ते चटकन देता येत नाही, हे लक्षात येईल.

हाच प्रश्न अमक्या देवाचं देऊळ कुठं आहे आणि ते किती दूर आहे, असं विचारलं तर, निदान जाऊन आलेला किंवा माहीत असलेला मनुष्य याचं उत्तर देऊ शकेल. पण प्रश्न देवळाबद्दलचा नसून देवाबद्दलचा आहे. त्याचं उत्तर सहज सोपं असलं तरी, देवच मुळात कल्पना आणि तर्काच्या पलीकडं असल्यामुळं, कुठलंही उत्तर दिलं तरी, ते उत्तर म्हणून बरोबर आहे, असं मान्य करावं लागतं आणि त्याचबरोबर बुद्धीमुळं ते उत्तर नवीन प्रश्न निर्माण करतं. उदाहरणार्थ, हवा कुठं आहे ? याचं उत्तर ती इथंच आहे. हे सोपं आहे, समजतं. पण मग ती एक मैलावर आहे का ? त्याचंही उत्तर हो, असंच आहे. आता बुद्धीत गोंधळ उत्पन्न होतो की, ती इथं आहे की तिथं आहे ? दोन्ही उत्तरं खरी आहेत, पण ती आपल्या बुद्धीला गोंधळात टाकतात. त्याहीपुढं गेलं तर, पृथ्वीच्या दुसऱ्या टोकाला हवा आहे का, तर त्याचं उत्तरही हो, असंच द्यावं लागतं. तसंच ते आकाशाचंही आहे. मग लक्षात येईल की, देव ही तर हवा, आकाश या साऱ्यांच्या पलीकडची वस्तू आहे. तो सर्वत्र आहे. तो कुठं आहे आणि किती दूर आहे, असले साध्या मानवी बुद्धीचे प्रश्न तिथं लागूच होत नाहीत ! मानवी बुद्धीनं आपण कुठं, किती दूर याची कुठलीही उत्तरं दिली तरी ती खरी नाहीत, खोटी नाहीत, फोल आहेत.

म्हणून याचं खरं उत्तर लक्षात ठेवावं की, तो इथंच आहे आणि दूर कधीच नाही ! प्रश्न मला ते समजण्याचा आणि मी ते अनुभवण्याचा आहे !

३९. ध्येयं इतरांकडं बघून ठरवू नयेत.

प्रत्येक माणसाच्या आयुष्याला ध्येय असावं. यात दुमत होण्याचं कारण नाही. ध्येयामुळं मार्ग ठरतो. विचारांना, कल्पनांना, कृतींना दिशा लागते. लौकिकात कुठली परीक्षा पास होणं असो, कुठली नोकरी असो, व्यवसाय असो, त्याबद्दल विचार करून आपल्याला नक्की कुठल्या बाजूला जायचं आहे आणि त्यांतलं कोणतं ध्येय गाठायचं आहे, हे जितकं लवकर ठरवता येईल, तितकं ते लवकरही गाठता येतं. पुढं त्या त्या क्षेत्रांत कार्य करण्याचा काळही त्याप्रमाणात जास्त मिळतो. अलौकिक क्षेत्रांतही दैवत, गुरू, पंथ, नाम, सेवा, दर्शनं, पारायणं - अशा अनेक गोष्टींचीसुद्धा ध्येयं लवकर आणि निश्चित ठरलेली असावीत. अशी ध्येयं ठरल्यामुळं लौकिक समृद्धी, स्वावलंबन, कर्तव्यं अशा गोष्टींबरोबरच आत्मिक उन्नती, शांती आणि समाधान अशा पारलौकिक गोष्टीही साध्य होतात.

हे खरं आहे. फक्त मनुष्य अनुकरणप्रिय आहे. तो मुद्दाम अनुकरण करतो, असं नाही. पण त्याच्याकडूनही ते स्वाभाविकपणे होतं आणि बरंचसं जग तसंच करतं. त्यामुळंही अशी ध्येयं ठरवताना, तो इतरांनी ठरवलेली ध्येयं बघून आपली ध्येयं ठरवतो. असं करण्यात अनेकदा नुकसान होतं, अनेकांचे प्रयत्न, शक्ती, वेळ वाया जातात. कारण ती ध्येयं इतरांकडं बघून ठरवलेली असतात. ध्येय कुठलं ठरवावं यात एकदा जर मार्ग चुकला तर, अकारण अपयश, नैराश्य हेही अनेकांना सोसावं लागतं.

कारण, ध्येयं साध्य होतात ती, त्यासाठीचे प्रयत्न, दिशा अशा गोष्टी बरोबर असल्यानं !त्यासाठी तसा कल, कुवत, अनुकूलता लागतात. त्या जशा असतील तसं ध्येय निवडावं लागतं. नुसतं, इतर त्या मार्गानं गेले म्हणून जाऊन चालत नाही. यासाठी ध्येयांचे प्रकार समजून घ्यायला 'इतरांकडं बघावं' पण, ध्येय ठरवताना मात्र ते 'स्वतःकडं बघून' ठरवावं!

४०. आपलं नुकसान जगापेक्षा आपल्याकडूनच जास्त होतं.

आपण जगात जगतो आहोत. अनेक टप्प्यांवर अनेक प्रकारचे व्यवहार करतो आहोत. व्यवहार म्हणजे जगाशी संबंध येणार. एखादा व्यवहार चुकणार, बरोबर येणार. कुठं नुकसान होणार, कुठं फायदा होणार. हे सर्वांच्या बाबतीत सर्वत्र होत असतं. फक्त जर नुकसान झालं तर, सामान्य माणसाला बहुधा ते जगामुळं अर्थात इतरांमुळं झालं, असं वाटतं. आपल्या स्वतःमुळं नुकसान झालं असं वाटत नाही आणि सांगितलं तर, सहसा पटतही नाही. त्याला जग कारणीभूत आहे, असं वाटतं. मग जगाला दोष देणं, नावं ठेवणं, विघातक चर्चा करणं - अशा अनेक मार्गांनी पुढं त्याचे पडसाद उमटत राहतात. त्यातून अर्थातच चांगलं काही निष्पन्न होत नाही. म्हणून याचा विचार करण्याची गरज आहे.

वस्तुस्थिती काय आहे ? माझ्या कुवतीच्या बाहेरच्या व्यवहारांत मी स्वतःच पडतो. नुकसान होतं. स्वतःच्या विषयी अवाजवी कल्पना बाळगतो. त्याला जगाच्या दृष्टीनं महत्त्व नसतं. मग ते प्रतिसाद देत नाही. आपल्याला नैराश्य येतं. आपण अनेक गोष्टी करतो. त्याची जगाला गरज नसते. मग जग दुर्लक्ष करतं. त्या अमलात आणत नाही. आपल्याला जगाचा राग येतो. जगाला गरज नसलेल्या, अव्यवहार्य असलेल्या गोष्टी जग कशा स्वीकारील? असे विचारसुद्धा मनात येत नाहीत. उलट, मी एवढं करूनही जगाला त्याची किंमत नाही, म्हणून आपण जगाला दोष देतो.

खरं पाहता, अशा गोष्टी करताना आपलं आयुष्य, वेळ, शक्ती, पैसा - असं कितीतरी नुकसान होत असतं. जर, आधी म्हटली तशी वस्तुस्थिती लक्षात घेतली तर, आपण हे सारं नुकसान वाचवू शकतो. आपल्या आटोक्यातल्या, गरजेच्या कितीतरी गोष्टी करण्यात आपलं नुकसान टळतं, फायदा होतो. ते केल्यावर लक्षात येतं की, जगापेक्षा आपणच आपलं नुकसान अधिक करीत असतो, ते टाळावं हे चांगलं नाही का ?

४१. कुठल्याही कामाचं आतून प्रेम असलं तर ते होतं !

माणसं तर कामं अखंड करीत असतात. ती घरातली असोत, समाजातली असोत, प्रकल्प असोत किंवा देवाधर्माची असोत. अशी कामं असंख्य चाललेली दिसली तरी त्यांतली फार थोडी तडीला जातात, आनंदाची ठरतात, उपयोगाची ठरतात. उलट अनेक कामं आपल्याला अर्धवट सोडलेली, रखडलेली, थांबलेली, दुर्लक्षित झालेली अशी दिसतील. यांत बराच काळ पैसा, शक्ती, नियोजन अशा अनेक गोष्टी खर्ची पडलेल्या असतात. त्या अशा वाया जातात, निरुपयोगी ठरतात. म्हणून त्यांची कारणं शोधण्याची गरज आहे. शिवाय, हे कुठल्याही क्षेत्रांत घडत असल्यामुळं ही गरज, जास्तच आहे.

असं का व्हावं, याचा विचार केला तर, आपल्याला अनेक कारणं आढळतील. कुणीतरी योजना मांडतं. म्हणून ती सुरू होतात. घरात कुणाचातरी हट्ट असतो, म्हणूनही अशी कामं हातात घेतली जातात. कुठल्या सामाजिक कामांत कुठल्यातरी गटाचा आग्रह असतो, मग वाईटपणा नको म्हणून माणसं सहभागी होतात. सरकारी कामं वरच्या पातळीवर विचार करून ठरवलेली असतात. पण प्रत्यक्षात, ती आदेश म्हणून राबवण्यासाठी पोचवली जातात. मग खालच्या पातळीवर सक्तीची होतात. स्वाभाविकपणे,अशा साऱ्या कामांत, त्या कामांचं आतून प्रेम लागत नाही. म्हणून, ती अशा अर्धवट अवस्थेत बंद पडतात. अनेक गोष्टी वाया जातात.

यांतली काही कामं चुकीची असतील, अनावश्यक असतील, अकारण लादली जात असतील, तर ती करूच नयेत. हाच नुकसान टाळण्याचा मार्ग आहे. पण अनेकदा, अनेक कामं चांगली असतात. पण त्यांचं चांगुलपण किंवा त्यापासून सर्वांना होणारे लाभ, भविष्यातल्या सोयी या सर्वांच्या लक्षात आणून देणं गरजेचं असतं. ते जर आत्मीयतेनं असं पोचवलं जाईल तर, त्या त्या कामांचं सर्वांना आतून प्रेम लागेल. तेवढं करावं. म्हणजे, ती तडीलाही जातील आणि त्यांचा सर्वांना लाभही होईल !

४२. आपण तंत्रज्ञानाचे मालक आहोत, नोकर नाही!

पूर्वी आपण मित्रांकडं, नातेवाईकांकडं गेलो तर,कॉटवर किंवा खुर्चीवर बसलेला माणूस, पुढं येऊन आनंदानं आपलं स्वागत करीत होता. प्रवासाची, चहापाण्याची चौकशी करीत होता. मधल्या काळात, आपण कधी गेलो तर, चालू असलेला टीव्ही पटकन बंद करून मनुष्य बोलायला, स्वागत करायला पुढं येत होता. त्यानंतर एकमेकांची विचारपूस, गप्पा, थट्टाविनोद, कधी एखाद्या विषयावर विचारविनिमय, कधी काही निर्णय-अशा गोष्टींत एकमेक सहभागी होत होते. क्वचित लँडलाईनची रिंग वाजली तर,फोन घेऊन घरातलं कुणीतरी,घरी पाहुणे आलेत, नंतर फोन करतो, असं सांगून फोन ठेवून टाकत होते.

आज तंत्रज्ञान पुढं गेलं. प्रगती अवश्य व्हावी. घरातल्या जवळजवळ प्रत्येक माणसाच्या हातात आता मोबाइल आहे. पूर्वी दिवसभरात दोनचार तास चालू असणारे काळेपांढरे टीव्ही आता केवढ्यातरी आकारात, रंगीत, झगमग करीत भिंतीवर अखंड चालू असतात. आपण कुणाकडं गेलो आणि त्यांना महत्त्वाची सिरिअल चालू असेल तर, टीव्ही बंद होत नाही. आपण आत्ता आलो नसतो तर बरं झालं असतं, हे दर्शवणाऱ्या आठ्या कपाळावर पडतात. वेळ घेऊन गेलो असलो तरी, येणारा काय आणि ज्याच्या घरी गेलो तो काय, आलटून पालटून पाचपाच मिनिटांत रिंग वाजत राहतात आणि माणसं बोलताबोलता विषय तसाच टाकून, फोनवर बोलत निघून जातात. सभा, प्रवचन, कीर्तन, निरूपण अशा ठिकाणी आपण स्वतःहोऊन ऐकायला गेलेले असलो तरी, वेगवेगळ्या कोपऱ्यांतून रिंग वाजतात. अनेकांना त्रास होतो.

तंत्रज्ञान आपण शोधून काढलं. त्याचे आपण मालक आहोत, तंत्रज्ञानानं, नोकरानं मालकाचं काम सोपं करावं. पण त्याला कामाला लावू नये,एवढं तरी भान राखण्याची आता गरज निर्माण झाली आहे. नाहीतर एक दिवशी नोकराचा 'पूर्ण मालक' झाल्याशिवाय राहणार नाही !

४३. संबंध नसलेल्या विषयांत जाणारं लक्ष वाचवावं!

माणसाच्या ज्या शक्ती आहेत, त्यांत मेंदूच्या आणि मनाच्या शक्ती या अत्यंत मोलाच्या आहेत. कुठलाही विषय समजून घेतल्याशिवाय माणसाला व्यवहार करता येत नाही. शिक्षणापासून मोठमोठ्या पातळीवरच्या योजना कार्यान्वित करताना, त्याच्याशी संबंधित सर्व विषय समजून घ्यावा लागतो. समजून घ्यायला जशी विकसित बुद्धी लागते, तशीच मनाची एकाग्रताही लागते. ती नसली तर सोपं कामही, अवघड होऊन बसतं.

अशा शक्ती आपल्याकडं त्याअर्थानं अमर्याद नाहीत. जेवढ्या दिलेल्या आहेत तेवढ्या जपून व अधिक क्षमतेनं वापरणं एवढं आपण करू शकतो. साधा दुकानातला हिशेब करायलासुद्धा गणिती बुद्धी एकाग्र व्हावी लागते. नाहीतर लाखाचे बारा हजार होतात. नुसता विषय समजून घेणंच नव्हे तर, त्यात सखोल जाणं, आधीच्या ज्ञानात भर घालणं, काळानुसार अधिक प्रगत होणं - हे सारं या बुद्धीच्या आणि मनाच्या शक्तींवर अवलंबून आहे. अनेक क्षेत्रांत अशा शक्ती वापरू शकणारे लोक हे दैवी अपवादच समजायचे. पण, सामान्य माणसाला मात्र, आपली कामं यशस्वी करायला या शक्ती जितक्या मोजून मापून वापरता येतील, साठवता येतील, तितक्या त्या त्याच्या कामाला उपयोगी पडतात. ते काम यशस्वी होतं.

यात यशस्वी व्हायचं असेल तर, येणारा एक मोठा अडथळा दूर करण्याचा उपयोग होतो. तो म्हणजे, ज्या विषयाशी आपला संबंध नाही, त्या विषयात जाणारी विचारशक्ती, स्मरणशक्ती, वाचाशक्ती, भावशक्ती - अशा मेंदू, मनाच्या शक्ती वाचवणं. जग एवढं मोठं आहे, प्रश्न इतके अगणित आहेत की, त्यांचा विचार करीत बसलो तर,आपलं काम तर राहीलच, पण आयुष्यही संपून जाईल. म्हणून घरात, नात्यात,समाजात - कुठंही आपला संबंध नसेल तर, त्या विषयांत जाणारं लक्ष वाचवावं. तेच लक्ष आपल्याशी थेट संबंध असलेल्या विषयांना द्यावं. यशस्वी व्हावं !

४४. आनंद देण्यातल्या आनंदासारखा, आनंद नाही !

आनंद घेण्यासाठीच व्यवहार करायची आपल्याला सवय लागली आहे. मनुष्य आनंद मिळावा म्हणून पदार्थ करील, ते बाहेर खाऊन आनंद मिळत असेल तर त्यासाठी चार ठिकाणी हिंडेल, वस्त्रांसाठी बाजारपेठा पालथ्या घालील. वस्तूंसाठी दुकानंच्या दुकानं हिंडेल. इतकंच काय, त्यासाठी परगावी जायलासुद्धा तो कमी करणार नाही. कसंही करून तो पदार्थ, वस्त्रं, वस्तू मिळवून त्याचा आनंद तो घेतल्याशिवाय राहणार नाही.

असं नेहमी घडतं. पण असं आनंद घेणं आयुष्यभर न संपणारं आहे. शिवाय, आनंद घेण्याला आनंद देण्याची दुसरी केवढीतरी विशाल बाजू आहेआणि ती अधिक सत्य आहे. असा आनंद अधिक टिकणारा आहे. याची ओळख थोड्यांनाच असते. हे नेहमीच्या व्यवहारात येत नसल्यामुळं, थोडं समजून घेतलं तरच पटेल. अनेकदा, असंही वाटेल की, आम्ही आनंद तो काय देणार आणि दिलाच, देत सुटलो तर आमची अवस्था काय होईल ?

यात आनंद देण्याची कल्पना नीट समजून घेण्याची गरज आहे. शिक्षक विद्यार्थ्याला मनापासून शिकवण्यात आनंद देत असतात. त्यावेळी विद्यार्थी त्यांना कोणता आनंद देऊ शकणार, असं वाटतं. पण, त्यांनी सांगितलेल्या गोष्टी तळमळीनं आणि त्यांना अपेक्षित असेल त्याहीपेक्षा जास्त अभ्यास करून तो जो आनंद देतो, त्याला शिक्षकांच्या दृष्टीनं तुलना नाही ! गुरूंना खरे आनंद देणारे शिष्य याच प्रकारातले ! अनेक व्यवहारात दहा रुपयाला अकरा रुपयाची आणि चोख वस्तू देणारा दुकानदार नुसता ग्राहकाला आनंदच देतो, असं नाही. पण एक आठवणीत राहील अशी आनंदाची भेट देतो. जीव ओतून काढलेलं चित्र, जाणकाराला देतानाचा आनंद चित्राच्या किमतीपेक्षा दोघांनाही कितीतरी आनंद देऊन जातो ! 'देण्या'तला आनंद कळला की, 'घेण्या'तला आनंद नगण्य होऊन जातो ! देण्यातल्या आनंदाचे प्रतिध्वनी घेण्यातल्या ध्वनिपेक्षा कितीतरी मोठे असतात !

४५. आपल्या प्रत्येक पुऱ्या होणाऱ्या इच्छेनं सावधता यावी !

सहसा, आपल्या इच्छा पुऱ्या होणं आणि सावधानता येणं, यांचा काही संबंध असेल, असं प्रथमदर्शनी वाटणारही नाही. पण, आयुष्यभरातल्या अनेक दुःखांतल्या एका दुःखाचं मूळ त्याच्यात आहे, एवढं लक्षात घ्यावं.

आपल्याला तहानभुकेपासून सामाजिक प्रतिष्ठेपर्यंत अनेक प्रकारच्या इच्छा असतात. त्या स्वाभाविक समजल्या जातात. भूक लागल्यावर अन्न, तहान लागल्यावर पाणी मिळण्यानंइच्छा पूर्ण होतात. इथंपर्यंत व्यवहार हा नैसर्गिक पातळीवर चाललेला असतो. पण तो मानसिक पातळीवर कधी जातो, हे सामान्यतः लक्षातही येत नाही. अन्नाच्या इच्छेला अन्न हे उत्तर असतं. पण, ती इच्छा जेव्हा मनाच्या ताब्यात जाते, तेव्हा मला भुकेला भाकरी का आणि दुसऱ्याला पुरणपोळी का, असं त्याचं नकळत रूपांतर होतं. मी हापश्यावर पाणी प्यावं आणि दुसऱ्या कुणी बेल वाजवल्यावर वेटरनं त्याच्यासमोर पाण्याचा ग्लास आणून ठेवावा, हे असंच एक रूपांतर. यात सामाजिक भेदांचा प्रश्न नाही, कुठल्याही पातळीवर पुऱ्या झालेल्या इच्छेतून पुढची इच्छा - हा कार्यक्रम आयुष्यभर चालूच असतो. समजा, उद्या मलाही असंच वेटरनं पाणी आणून दिलं, तर माझ्या इच्छा थांबतील का, की जवळचा माणूस माझ्यापेक्षा अधिक आलिशान गाडीतून निघून गेला, इकडं लक्ष जाईल ? पुन्हा निर्माण होणारी आलिशान गाडीची नवी इच्छा मला पळवत ठेवणार का, हा प्रश्न आहे!

मुळात, इच्छांचं खरं स्वरूप समजून घ्यावं. त्या त्या माणसाच्या परिस्थितीनुसार असलेल्या गरजांतून त्याच्या इच्छा उत्पन्न होतात. त्या पुऱ्या झाल्या की, खरं म्हणजे थांबता येतं. पुऱ्या होत नाहीत, तोपर्यंत धडपड जरूर करावी. पण, पुरी झालेली इच्छासुद्धा थांबू देत नसेल तर, आपलं आयुष्य पळण्यात आणि असमाधानात जातं. म्हणून,प्रत्येक पुऱ्या झालेल्या इच्छेबरोबर सावध व्हावं, योग्य तिथं थांबावं, हा समाधानाचा मार्ग आहे !

४६. समर्थनानं दोष पक्के होतात !

जगात इतकी माणसं आहेत. आपल्यासह आपण विचार करावा की, त्यांत निर्दोष माणसं किती आहेत. आपलं प्रामाणिक उत्तर येईल की, तसा प्रत्येकात सारखाच नसला तरी, वेगवेगळा दोष आहे किंबहुना अनेक दोष आहेत. ते कामांतले असतील, ज्ञानातले असतील, बोलण्यातले असतील, संबंधांतले असतील - कितीतरी प्रकारचे दोष आपल्याला माणसांच्यात आढळतील. आपल्यात पाहिलं तर आपल्यातही आढळतील.

दोषांमुळं त्यात्या बाबतींतल्या कामांत त्रुटी राहतात,ती चुकतात, पुन्हा करावी लागतात. नुकसानं होतात. कुणाला त्यातून तोटेही होतात. तसं पाहिलं तर, पूर्ण व्यक्तिगत काम असं फारच कमी असतं. जगण्यासाठी करावी लागणारी कामं, ही कुणाच्या ना कुणाच्या संबंधात असतात. त्यामुळं या दोषांमुळं होणारं नुकसान एकमेकांना सोसावं लागतं. आपण आपल्या दोषांच्या बाबतीतला विचार करू.

उशीर झाला तर ट्रॅफिक जॅम होतं, काम पेंडिंग राहिलं तर एकट्यालाच खूप काम दिलं होतं, पदार्थ बिघडला तर वस्तू चांगली नव्हती किंवा तो करीत असताना कुणीतरी हाक मारली, बेरीज चुकली तर मशिनवर अंक घेताना चुकला - अशी अनेक समर्थनं आपण ऐकली असतील. ती साध्या पातळीपासून जागतिक पातळीपर्यंत सर्वत्र दिली जात असतात. ती तात्पुरती मान्य केली गेली तरी, त्यांतल्या अनेक बाबतींत त्या चुका,दोष असतात.ते सुधारण्याची गरज असते. आपण लवकर निघालो नाही, कामाचा उरक केला नाही, वस्तू नीट बघून घेतली नाही, आकडा मारताना आपलं लक्ष नव्हतं - अशा खऱ्या चुका असतात.

अशी समर्थनं करीत गेलं तर, ती सवय लागते.दोष सुधारत नाहीत. परिणामी कधीतरी आपलंच मोठं नुकसान होतं ! ते टाळायला समर्थन टाळावं, दोष सुधारावेत,हे उत्तम नाही का?

४७. कामाची लाज, निंदेची भीती आणि अपेक्षांचा शिरकाव झाला की सेवा अंतरते, निष्फळ होते!

सेवा हे आपल्याकडं मोठं साधन म्हणून सांगितलेलं आहे. नुसत्या सेवेनं उद्धरून गेलेलेही लोक आहेत. तशी सेवा करणं इतकं सोपं नाही. व्यवहारातसुद्धा सेवा करताना अहंकार आड येतो तर,सत्पुरुषांची, परमेश्वराची सेवा आपल्याला मिळेल, आपण ती सहज करू शकू आणि सेवेमुळं आपला उद्धार होऊन जाईल - असं घडणं किती कठीण आहे, हे समजून घ्यावं.

घरात पूजेची सेवा करावी वाटते. देवळात सेवा करावी वाटते. इच्छा चांगली असली तरी सेवेसाठी प्रथम, देवघरातला, देवळातला केर काढायचा असला तर, मन एक पाऊल मागं येतं. घरात ते काम सर्व तयारीनिशी दुसऱ्यांनी करून ठेवावं, असं वाटतं. घरात केर काढायची वाटणारी लाज, देवळात मोठ्या प्रमाणावर आड येते. आपल्यासारखा माणूस केरसुणी घेऊन देऊळ झाडतो आहे, हे कुणी पाहिलं तर त्याला काय वाटेल, असं वाटून हे देऊळ झाडायचं काम दुसरं कुणीतरी करेपर्यंत मनुष्य तिकडं जात नाही. त्यातही ते काम मठातल्या टॉयलेटच्या स्वच्छतेचं असलं तर ते पाहणारे, इथं आणि बाहेर आपली काय निंदा करतील, असं वाटतं. वास्तविक या सेवा, पूजा, अभिषेकापेक्षा अधिक गरजेच्या आहेत. ज्यासाठी सेवा करायची तो अहंकारही त्यामुळं अधिक नष्ट होतो. हे लक्षात न आल्यामुळं त्या सेवा टाळल्या जाऊन, मनुष्य अहंकार नाहीसा करणाऱ्या सेवांना अंतरतो. तसंच सेवेनंतर अपेक्षा बाळगल्या तर, अपेक्षा पूर्ण होत नाहीत, सेवांचा खरा उपयोगही जातो आणि त्या पुन्हा वाट्याला येतही नाहीत !

या साऱ्यांचं मूळ अहंकारात आहे. तो नकळत सेवेसारखं सोपं साधन अवघडच नव्हे, अशक्य करतो ! म्हणून खरी सेवा आणि तिचा लाभ व्हायचा असेल तर, निदान या तीन गोष्टींपासून अलिप्त असावं !

४८. स्वतःला सुखदुःखाचा होण्यावर माणूस चांगलावाईट ठरवू नये !

जगताना आपले इतरांशी संबंध येतात. आपली प्रगती करताना सुरुवातीला इतरांचं सहाय्य घेऊन शिक्षणापासून नोकरीव्यवसायातले बारकावे, कामं आपल्याला करावी लागतात. पुढंपुढं आपली कौटुंबिक, व्यावसायिक कामं दुसऱ्यांना सांगावी लागतात, सोपवावी लागतात.

अशा प्रत्येक व्यवहाराबरोबर आपल्याला लोकांचा अनुभव येतो. काही कामं त्यांच्याकडून सुरळीत पार पडतात, काही त्यांच्याकडून घडत नाहीत. अनेकांशी होणाऱ्या या व्यवहारात आपला लौकिकदृष्ट्या नफातोटाही होत असतो. काहींनी सांगितलेल्या युक्त्या, सुचवलेले मार्ग, केलेली मदत यांमुळं आपल्या प्रपंचातल्या गोष्टी तसंच व्यावहारिक कामं, नोकरीतल्या जबाबदाऱ्या यशस्वी होतात. त्याचबरोबर काही माणसांचा उलटही अनुभव येतो. त्यांनी सांगितल्याप्रमाणं केल्यामुळं आपण व्यवहारात फसतो. तोटा होतो. काहींच्या सांगण्याप्रमाणं वागल्यामुळं संबंध बिघडतात, तुटतात. अशा वेळी आपल्याला फायदेशीर ठरलेली, सुखाची झालेली माणसं चांगली आणि अर्थातच, दुःखाची, त्रासाची ठरलेली माणसं वाईट - असं सहजपणे वाटतं. वेळी तसं इतरांना सांगितलंही जातं.

खरंतर, आपल्याला सुखाची झाली म्हणून ती माणसं चांगली किंवा दुःखाची झाली म्हणून ती माणसं वाईट, असं ठरवणं त्या माणसांवर अन्याय करणारं, चुकीचं असतं.शिवाय ते आपला स्वार्थ साधण्यावर असल्यामुळं अर्थातच चांगलं नाही.अशी माणसं मुळात वेगळीही असतील. आपल्याशी वाईट वागण्याला आपलं चुकीचं वागणंही कारणीभूत असेल. त्यांच्या वागण्याची खरी कारणं कळायला थोड्या सबुरीचीही गरज असेल. म्हणून, निदान अन्यायाचा दोष आपल्याला लागू नये म्हणून तरी,आपल्याला सुखदुःखाचं होण्यावर दुसरं माणूस चांगलावाईट ठरवू नये, सबुरी ठेवावी !

४९. दोष काढणं जेवढं सोपं, तितकंच निर्दोष राहणं कठीण आहे.

नुकतंच लिहायला शिकलेलं मूल एखादा नवीन शिकलेला शब्द पाटीवर लिहून आपल्याला दाखवतं. तेव्हा सहज प्रतिक्रिया पाहावी की, आपल्याला प्रथम काय वाटतं ? त्याला शब्द लिहायला आल्याचा आनंद प्रथम होतो की, लिहिलेल्या शब्दात राहिलेला काना, मात्रा, चुकलेलं अंतर, रेघांत झालेला कमीजास्तपणा -हे पटकन लक्षात येतं ? एखाद्याचा कौतुकाचा स्वभाव असेल किंवा ही गोष्ट त्याला खूप काळ अपेक्षित असेल आणि ती घडली असेल तर, होणारी कौतुकाची प्रतिक्रिया अपवाद म्हणून आपण सोडून देऊ. पण सर्वसाधारण अधिकाधिक व्यक्तींच्या प्रतिक्रिया सारख्याच असतात. त्या म्हणजे, त्यांना शब्द पाहिल्याचा आनंद होण्याआधी ते वाकडंतिकडं अक्षर आणि त्यातल्या चुका या आधी जाणवतात.

यात त्यांची चूक नाही पण, मनाचा स्वभाव काय असतो याकडं लक्ष जावं. खरंतर, त्या वयाला शब्द पहिल्यांदा लिहिता आला तर त्याचा आनंद मुलाला तर असणारच, पण आपल्यालाही तो आधी व्हावा, असं नाही का ! हे म्हणणं पटेलही. पण प्रत्यक्षात मात्र आनंदाच्या आधी सहजपणे दोष दिसेल. आपण थोडे शांत, समजूतदार असू तर कदाचित आपण बोलणार नाही. मुलाचं कौतुकही करू. पण मनाला दोष आधी दिसण्याचा स्वभाव बदलत नाही. यामागं आणखीही एक कारण आहे की, जो समोर येतो त्याच्या पातळीवर जायला मन सहसा तयार नसतं. ते स्वतः जिथं उभं आहे तिथून ते त्याच्याकडं पाहातं. या बाबतीत आपल्याला लेखन सोपंच वाटत असल्यामुळं, त्या शब्दाचं कौतुक वाटत नाही. हा नकळत शिरलेला अहंकारच आहे !

यासाठी प्रयोग म्हणून आपण हातात पाटीपेन्सिल घेऊन,शेजारी तोच शब्द लिहून पाहावा. तोहीसहसा निर्दोष नसतो. कारण इतकं प्रमाणबद्ध आणि आदर्श आपणही सहसा लिहू शकत नाही. हे लक्षात ठेवून दोष काढण्याबद्दल आणि नकळत शिरणाऱ्या अहंकाराबद्दल सावध असावं !

५०. काम करू शकला नाही तर, निदान खंत तरी व्यक्त करावी !

आपण दुसऱ्यांना कामं सांगतो. तशीच अनेक प्रसंगी दुसरेही आपल्याला कामं सांगत असतात. एखाद्यानं सांगितलेल्या कामाचं त्याला अर्थातच महत्त्व असतं, ते वेळेवर होण्याला महत्त्व असतं. त्याला ते शक्य नसतं. आपल्याला शक्य आहे म्हणून ते सांगितलेलं असतं. आपले संबंध पाहाता, ते काम करणं आपलं कर्तव्यही असतं.

पण याला दुसरी बाजूही आहे. आपल्याकडून ते काम त्या दिवशी होत नाही. कारणं अनेक असू शकतात. कधी वेळ उरत नाही,कधी ते विसरतं, दुसरी कामं आपल्याला लागतात, कधी त्या कामाचं ऑफिस बंद असतं, मनुष्य भेटत नाही. परिणामी, त्या दिवशी ते काम शक्य होत नाही, हे खरं.

अडचण पुढं आहे. हे जे काही झालं असेल, ते, हे काम सांगणाऱ्या व्यक्तीला सांगायचं राहून जातं. त्यामुळं, त्याला काही त्रास होतो, तो वाट पाहात असतो, त्याची त्यावर अवलंबून असलेली कामं खोळंबतात, असं होऊ शकतं. यात तर आपण काही बदल करू शकत नाही. पण, एक महत्त्वाची गोष्ट आहे की जी आपण करू शकतो आणि सहसा ती करायची राहते. ती म्हणजे, हे काम ज्या कारणांमुळं होऊ शकलं नाही, ती सांगून त्याबद्दल मनापासून खंत व्यक्त करणं ! व्यवहारात अनेकांना खंत व्यक्त करण्याचं महत्त्व वाटत नाही. त्यांच्याद्दष्टीनं आपली इच्छा होती, अडचणी खऱ्या होत्या मग आता यात सांगण्यासारखं काय आहे, असं त्यांना वाटतं. वास्तविक, संबंध म्हणून तेच नेमकं सांगण्यासारखं असतं. कारण त्यामुळं, तुमची तळमळ कळते, संबंध जपला जातो, ते काम न झाल्याचा त्रासही मनुष्य आनंदानं सहन करू शकतो. होणाऱ्या नुकसानाचंही त्याला,आपल्या या प्रामाणिकपणे सांगण्यापुढं महत्त्व वाटत नाही. काम न होताही, मनुष्य तर तुटत नाहीच पण तो अधिक जोडला जातो, हे लक्षात घेऊन, खंत व्यक्त करण्याचं काम मनापासून करावं !

५१. कामं वेळेवर करावीत पण, ती एकमेव गोष्ट नव्हे !

अनेकांचा कामं वेळेवर करण्यावर कटाक्ष असतो. सकाळी उठणं, आवरणं, कुणाचे पूजापाठ, नित्यकर्मं, नाश्त्याच्या वेळा, जेवणाच्या वेळा, चहापाणी - इथंपासून झोपेच्या वेळेपर्यंत असंख्य कामं ठरलेल्या वेळी ते करतात. कुठं नोकरीला असतील तर तिथंही वेळेवर पोचणं, वेळेवर निघणं अशाही गोष्टी घड्याळाच्या काट्याप्रमाणं झाल्या पाहिजेत, यांवर त्याचा कटाक्ष असतो. वक्तशीरपणा हा चांगला मानलेला गुण आहे, यात दुमत नाही. पण, तो अनेक गुणांतला एक सद्‌गुण मानला जातो, हेही विसरू नये.

वेळेवर करण्याबरोबरच, कामांचा दर्जा हाही ऑफिसमध्ये तितकाच महत्त्वाचा गुण असतो. वेळेवर केलं आणि चुकीचं केलं तर नुसत्या वेळेवर करण्याला काय अर्थ असतो ? वेळेवर स्वयंपाक केला पण, त्यात तिखटमीठ कमीजास्त असलं तर चालतं का? वेळेवर स्वयंपाक व्हावा हे जितकं बरोबर, तितकंच त्यातलं तिखटमीठ, चव याही गोष्टी बरोबर असणं आवश्यक असतं. वेळेवर परीक्षा हॉलवर हजर असलं म्हणून अभ्यास कमी असला, केला नसला, नीट लिहिता आलं नाही तर, त्या वेळेवर हॉलवर येण्याला परीक्षेत किती गुण असतात ? ठरलेल्या वेळी रोज न चुकता देवांची पूजा केली, याला मोल आहे. पण, ती नुसती क्रिया असेल आणि त्यात देवाविषयी भाव किंवा देवाचं साधं स्मरणही नसलं तर, त्या वेळेवर केलेल्या पूजेला कर्मकांडाचं स्वरूप येईल. वेगळ्या राहणाऱ्या गरजू आईवडिलांना,दर एक तारखेलावेळेवर पैसे आणून दिले तर, काम होतं. पण, त्याचबरोबर किंवा त्यापेक्षाही त्यांच्या सुखदुःखांविषयी विचारपूस केली तर, त्याचं मोल 'त्या वेळेवरच्या पैसे देण्यापेक्षा' मोठं असतं ना !

म्हणून, कामं वेळेवर करणं ही सात्त्विक कवायत होऊ नये. कारण, त्याचबरोबर असेइतर अनेक सद्‌गुण जपण्याची गरज आहे, तेही जपावेत !

५२. जगाच्या चांगलेवाईटपणापेक्षा आपण सद्‌गुणी असणं महत्त्वाचं !

आपण जगात राहतो. जगातल्या अनेक लोकांशी आपला अनेक प्रकारे संबंध येतो. वेगवेगळे व्यवहार होत असतात. ते घडताना स्वाभाविकपणे त्या व्यवहारांकडं जसं जगाचं लक्ष असतं, तसं आपल्याकडंही असतं. जग त्यावरून आपल्याला चांगलंवाईट ठरवतं, म्हणतंही. सर्वसाधारण शिकवण अशी असते की, जगाकडून चांगुलपण घ्यावं. जगानं वाईट म्हणेल असं वागू नये. ते लोकव्यवहाराचं एक सामान्य तत्त्व म्हणून बरोबर आहे. फक्त त्यावर अधिक विचार करून ठेवलेला असावा.

त्यासाठी आपण जगाचा अनुभव बारकाईनं पाहावा. जगाच्या चांगुलपणाच्या, वाईटपणाच्या कल्पना या कायम नसतात, स्थिर नसतात. राज्यकर्ते, चालीरीती, समाज, रूढी, क्रांतीसारख्या घटना,जगातल्या विचारांचे प्रभाव - यांनुसार जगाच्या या कल्पना बदलत जात असतात. त्या कल्पनांना धरून जग आपल्याला चांगलंवाईट ठरवत असतं, हे लक्षात घ्यावं. शंभर वर्षांपूर्वी ज्या वस्त्रांवरून माणसांना वाईट ठरवलं गेलं, तेच पन्नास वर्षांनी चांगलं ठरलं. आणखी पंचवीस वर्ष गेल्यावर तेच वाईट ठरलं. पुढं काय होणार, हे उघड आहे. ही साध्या वस्त्रांची गोष्ट. मग भाषेचं, रीतींचं, वागण्याच्या पद्धतींचं, वेगवेगळ्या प्रकारच्या संबंधांचं गणित काळाबरोबर किती बदलत जाईल, याचा अनुभव पाहावा. त्याच्यानुसार आपल्याला चांगलंवाईट ठरवलं जाईल, हे लक्षात घ्यावं.

म्हणून,आपण करतो आहोत, ते स्वधर्म म्हणून बरोबर आहे ना,हे पाहावं. संत,सत्पुरुष यांनी आचरलेल्याआज्ञापालन,करुणा,दया, क्षमा, शांती, भक्ती-अशा सद्‌गुणांना धरून आपण वागतो आहोत ना, हे पाहावं! ते शाश्वत असतं,बरोबर असतं !जगाचं म्हणणं बदलतं असतं, म्हणून त्याला फार महत्त्व न देता, आपण बरोबर आहोत ना,हे पाहात असावं!

५३. 'मला काय त्याचं' ही सुशिक्षितांची कृतघ्नता आहे.

मनुष्य संवेदनशील आहे. संवेदनशील असणं म्हणजे इतरांची सुखदुःखं आपल्याला जाणवणं. विशेषतः दुःख. कारण, इतरांच्या दुःखात एक हाक असते. कुणाची मूक, कुणाची हळू, कुणाची मोठ्यानं. ती ऐकू न येणं आणि त्याबद्दल 'मला काय त्याचं' असं वाटणं, म्हणजे कळत असून, त्याअर्थानं सुशिक्षित असून, इतरांच्या दुःखाकडं पाठ फिरवणं आहे. वास्तविक, पूर्वी आणि पुढंही आपली दुःख इतरांनी ऐकलेली असतात, ऐकणार असतात. त्याबद्दल कृतीही करणार असतात. असं असताना आपण त्यांच्यावेळेला पाठ फिरवणं म्हणजे, कृतघ्नताच नाही का? तहान ही हाक आहे, ती माणसाची असेल किंवा प्राण्याची. खरी संवेदनशीलता असेल तर ती हाक नुसती ऐकू येण्यात नसून, त्यासाठी आवश्यक कृती करण्यात आहे. कुवतीनुसार केलेली कृती खरी संवेदनशीलता व्यक्त करते. ती माणुसकी आहे.

माणसाला साधारणपणे जाणीव असते ती, जास्तीत जास्त स्वतःच्या दुःखांची. ही दुःख दूर करणं गरजेचं आहे, स्वतः करावीत, याबद्दल शंका नाही. पण खरी संवेदनशीलता ही इतरांची दुःख दूर करण्यात आहे. प्राण्यांपेक्षा माणूस वेगळा आहे, तो तिथंच. त्याचं आणखी वेगळेपण यात आहे की, स्वतःची दुःख जाणवूनही, ती बाजूला ठेवून तो इतरांची दुःख दूर करतो. मग असं नेहमी होताना का आढळत नाही?

यंत्रयुगानं इतर माणसांची, प्राणीवर्गाचीही गरज कमी होत गेली, तशी त्यांची दुःख जाणणं, दूर करणं यांची गरजही कमी होत गेली. तसंच स्वतःपुरतं पाहणं हा स्वार्थ, दुर्गुण उरला नाही, व्यावहारिक शहाणपण ठरलं ! पण हे असंच राहिलं तर, आपल्या दुःखालाही वाटेकरी उरणार नाही. म्हणून,वेळीच आपण खऱ्या अर्थानं संवेदनशील व्हावं, सुशिक्षित व्हावं, कृतज्ञ असावं. मग 'मला काय त्याचं' असं कुणाला कधी वाटणार नाही आणि यातच सर्वांचं कल्याण आहे !

५४. ध्यानात काही करू नये, नाहीतर आणखी एक प्रपंच होईल !

ध्यान हे साधन म्हणून पुरातन आहे. त्यात अनेकांचे अनुभव, कल्पना, विचार, अनेक समज, अपसमज, मतं, आग्रह आहेत. अष्टांगयोगातलंध्यान ही एक आठ पायऱ्यांच्या शिस्तबद्ध योगमार्गातली सातवी पायरीही आहे. अनेक पंथांत ध्यानाचे वेगवेगळे प्रकार आणि उपदेश आहेत. त्या सर्वांबद्दल आदर राखून, इथं थोडा विचार करू.

जगात आल्यापासून माणसाच्या मागं प्रपंच लागलेला आहे. तो म्हणजे काय आहे, हे सांगण्यापेक्षा त्यात काय नाही, असं विचारण्यासारखी परिस्थिती आहे. प्रपंच एवढा प्रबळ आहे की, तो अध्यात्म, परमार्थ यांनासुद्धा आपल्यात ओढू शकतो. या साऱ्या प्रपंचाचा 'हाथ कछु नही आयौ' हा अनुभवसिद्ध शेवट आहे. या साऱ्या प्रपंचानं माणसाचं अंतःकरण भरून जातं, भाराक्रांत होतं. म्हणून प्रपंच ओझ्याचा होतो. आता साध्या भाषेत ध्यान म्हणजे,अगणित वस्तूंनी भरलेलं घर, भगवंताला, निर्गुणाला वावरायला मोकळं करून देण्यासारखं आहे!

पण ध्यानाच्या काही कल्पनांत डोळे मिटून कुठलं स्थान, मूर्ती, देवता, चित्र, पूजा, वस्तू- असं आणण्याचे मानसिक प्रयत्न केले जातात. मन प्रापंचिक असल्यामुळं ते त्याला सुचेल तशी आणखी भर घालतं. स्वाभाविकपणे, मनात एक मोठा मानसिक प्रपंच होऊन बसतो. मग मनाचं घर मोकळं होण्याऐवजी आणखीनच भरून जातं. विचार, चिंता, कल्पना वाढतात, भार होतो. अर्थात ध्यानाचा, हलकं होण्याचा मूळ हेतू साधत नाही !

म्हणून, ध्यान करताना शांत बसावं.जमलं तर,संघर्ष न करता,मन तटस्थपणे रिकामं होऊ द्यावं. निदान, त्यात आणखी काही भरू तरी नये. तर ध्यानानं चित्त हलकं होईल.मग भगवंताला, शांतीला, आनंदालाआपल्या मनात वावरायला आणखी मोकळेपणा मिळून ध्यानाचा हेतू साध्य होईल !

५५. आत्मचिंतन करणाऱ्याच्या तक्रारी कमी असतात.

कशाबद्दल तक्रार नसलेला माणूस मिळणं अवघड आहे.मनुष्य म्हटल्यावर त्याची तक्रार असणारच अशीही अनेकांची समजूत असते. एरवी तक्रारीवर विचार केला नसता, पण तक्रार माणसाला अस्वस्थ ठेवते. तशी तर दिवसातून कशा ना कशाबद्दल माणसाच्या मनात तक्रार उद्‌भवत राहतेच, त्रासही होतो. म्हणून, या तक्रारीबद्दल विचार करावा. तोही पुन्हा अशासाठी की, तक्रार नसलेली माणसंही आढळतात आणि ती शांत जीवन जगतात.

सांगितलेल्या वेळेला कुणी काम केलं नाही, वेळेला मदतीला आलं नाही, शब्द पाळला नाही, मनाविरुद्ध वागलं,कुणाकडून त्रास झाला, कुणाकडून नुकसान झालं - अशा अनेक कारणांनी माणसाच्या मनात तक्रारी सतत उद्‌भवत असतात.फक्त त्याचा त्रास करून घेताना, त्याची दुसरी बाजू लक्षात घेतली गेलेली नसते. त्यासाठीच थोडं आत्मपरीक्षण, आत्मचिंतन लागतं.

ज्या ज्या गोष्टींबद्दल आपण आत्ता तक्रार करतो, त्याच गोष्टी आपल्याकडूनही झालेल्या असतात. त्यावेळी मात्र त्यांनी आपली बाजू, आपल्या अडचणी समजून घेऊन, तक्रार करू नये असं आपल्याला वाटतं. ते जर रास्त आहे तर, मग त्यांच्या बाबतीतसुद्धा, त्यांच्या अडचणी आपण समजून घेऊन तक्रार न करणं, हे तितकंच रास्त आणि न्याय्य आहे. असा विचार करायला लागल्यावर आपल्याला अनेक घटना आठवतील की, आपणही दिलेला शब्द पाळू शकलो नसू, वेळेवर जाऊ शकलो नसू - तरीसुद्धा त्या त्या बाबतीत मात्र त्यांनी तक्रार करू नये, असं आपल्याला तेव्हा वाटतं. तसंच आपल्याला, त्यांच्या बाबतीत करणं, अर्थात त्यांच्याबद्दल तक्रार न करणं आवश्यक आहे, हे पटेल.

हे एकदा लक्षात यायला लागलंकी, आपल्या बऱ्याच तक्रारी कमी होतात आणि अर्थातच शांती टिकते!

५६. सांगितलेल्या कामाचं काय झालं,ते सांगायला विसरू नये.

आपल्याला व्यवहार आहे. अनेक कामं आहेत. प्रत्येकाला दुसऱ्याशी काम पडतं. एकमेकांना ते करायला सांगावं लागतं. अशा गरजा सर्वसाधारण सर्वांनाच असतात. त्यामुळं, एकमेक परस्परांची अशी कामं करीत असतात. याचा आपल्याला अनुभव आहे.

यात एखादं काम आपण दुसऱ्याला सांगितलेलं असो किंवा त्यांनी आपल्याला सांगितलेलं असो, ते काम लगेच होतं असं नाही. काही कामं ही अनेक दिवस चालणारी असतात, टप्प्याटप्प्यानं होत असतात. काम कुणीही, कुणालाही सांगो, प्रत्येकाला आपापल्या कामाची निकड असते. त्या त्या कामावर प्रत्येकाची पुढची कामंही अवलंबून असतात. अशावेळी ती कामं दुसऱ्याकडून पुरी होऊन आली किंवा आपल्याकडून पुरी होऊन त्यांना दिली गेली की, नेहमीचे दोघांचेही व्यवहार सुरळीत सुरू राहतात.

हा सर्वसाधारण व्यवहार झाला. पण अनेकदा, दुसऱ्याला सांगितलेलं काम, आधी म्हटलं तसं काही कारणांनी होत नाही, राहतं. त्यामुळं अर्थातच आपल्या पुढल्या कामांचा खोळंबा होतो, त्रास होतो. त्या गोष्टी त्या त्या कामांचं महत्त्व न कळल्यामुळं घडतील किंवा सकारण घडतील, पण ते काम झालेलं नाही, हे जर आपल्याला कळलं नाही तर, आपल्या कामाचा नुसताच घोटाळा होत नाही, तर त्या माणसाबद्दल गैरसमज होतो. त्या माणसाचा राग येतो. हेही लक्षात घ्यावं की, आपल्याला दिलेलं काम झालं नाही आणि त्याची कल्पना आपण दिली नसली, तरी त्या माणसाचंसुद्धा असंच होत असतं.

सरळपणे विचार केला तर, यात होणारं नुकसान, गैरसमज, राग, त्याचा संबंधांवर परिणाम - अशा गोष्टी तरी टाळता येण्यासारख्या आहेत. फक्त त्यासाठी, त्या त्या कामाचं आपल्याला महत्त्व आहे, आपण प्रयत्न केलेले आहेत, पण ते काम झालेलं नाही, एवढं जरी एकमेकांना सांगितलं, तरी हे संभाव्य दुष्परिणाम नक्की थांबवता येतील, संबंध चांगले राहतील !

५७. उपकार विसरणाऱ्यांना देवद्वारी क्षमा होईल, पण प्रवेश नाही !

सर्व बाजूंनी विचार करावा. माणूस जगतो तो उपकारांवर. यामध्ये काहींना आपलं काहीच कर्तृत्व नाही का, असं वाटण्याची शक्यता आहे. पण, अशा व्यक्तींनी विचार केला तरीसुद्धा त्यांना आपण उपकारांवर जगतो, हे मान्य करावं लागेल. त्यांच्या कर्तृत्वानं ते कदाचित इतरांवर उपकार करतील. पण स्वतःचं जगणं, असणं हे उपकारांवरच चालतं, हे खरं.

मुळात माणसाचं जन्मापासून मृत्यूपर्यंतचं जीवन चालतं तेच या शरीराच्या सहाय्यानं. शरीर जगायला स्वतंत्र नाही. अगदी मूलभूत म्हटलं तरी श्वास चालतो म्हणून ते चालतं.हवेवर श्वास चालतो. हे अनेकदा आयुष्यभर लक्षातही येत नाही. पण, क्वचित पाण्यात बुडालं किंवा श्वास काही कारणानं कोंडला गेला, थांबला की आपण जगतो ते या हवेतून मिळणाऱ्या श्वासावर, हे वेगळं सांगावं लागत नाही. जीवन नुसतं या हवेवरच चालतं असं नाही, तर ते अन्नपाण्याशिवायसुद्धा चालत नाही. तसा तर, जगण्याला शरीरातल्या असंख्य यंत्रणांशिवाय पर्याय नाही, बाहेर रोज उगवणाऱ्या सूर्याशिवाय पर्याय नाही. या साऱ्यांचे उपकार असल्याशिवाय, जगणं कसं शक्य होईल ?जगात येतानाही उपकार आहेत आणि जगातून जातानाहीउपकार आहेत !

प्रश्न हा आहे की, याची जाणीव ठेवून जगणारे लोक किती आहेत ? जगणं जर अशा तऱ्हेनं अनेक प्रकारच्या उपकारांवर अथपासून इतिपर्यंत चालतं तर, त्याची परतफेडसुद्धा जिवात जीव असेपर्यंत चालणं, हे संयुक्तिक आहे, न्याय्य आहे. आपापल्या पातळीवर ती परतफेड कोण, कशी करील, यात फरक असेल. पण, तिला पर्याय नाही, हे खरं. त्यातही परतफेड शक्य नसली तर, किमान उपकारांची सदैव जाणीव, एवढं तरी कुणाचंही कर्तव्य आहे, हे निखालस सत्य आहे !

देव दयाळू आहे म्हणून एकवेळ, उपकार विसरणाऱ्यांना क्षमा होईल, पण देवाच्या आनंदाच्या राज्यात प्रवेश मिळणार नाही !

५८. स्वामित्वाची लालसा मित्रत्वच काय, दास्यत्वही गमावते !

आपण संबंधांत जगतो. हे संबंध अनेक प्रकारचे असतात. नातेवाईकांतले,मित्रमंडळींतले, सामाजिक स्वरूपाचे, व्यावहारिक कामकाजाच्या स्वरूपाचे - असे अनेक. संबंधांत स्वाभाविकपणे गरजांनुसारदेवघेव येते. कधी कुणी देणारा, कधी घेणारा. प्रसंगांच्या प्रमाणात ही देण्याची, घेण्याची बाजूही बदलत असते. आज प्रसंगाला देणारा, उद्या परिस्थिती पालटून किंवा इतर संबंधांत घेणाराही होतो. त्या अर्थानं विचार केला तर, त्या संबंधांमध्ये तशी साधारण एकच पातळी असते. ज्या ठिकाणी मोठालहान, मालकनोकर असे स्वामिसेवकासारखे संबंध समाजात येतात, तेव्हा ते खरे तसेच राहायला हवेत. पण, मन तसे संबंध एवढे शुद्ध, सरळ राहू देत नाही.मन माणसाला नुसता नोकर, नुसता मालक न ठेवता, अहंकाराचं एक स्वरूप असलेलंस्वामित्वत्यात आणतं. मग कामाच्या बाबतीत तसा विचार करता, मालक, मालक असला तरी, नोकर कामात वाकबगार असेल, कदाचित माहितीतही तो मालकाच्या पुढं असेल, तर आपण मालकापेक्षा श्रेष्ठ आहोत, असं स्वामित्व नोकरात शिरतं.

मग हे स्वामित्व - कामाची अडवणूक करणं, दबाव आणणं, कधी पैशाचे व्यवहार परस्पर करणं - असं विघटन सुरू करतं. स्वामित्वाची ओढ ही एक प्रकारची प्राणिज प्रेरणा आहे ! त्यामुळं माणूस काय, वस्तू काय, जागा काय, घरदार काय, कशावरही आपलं स्वामित्व असावं, असं प्रत्येकाला वाटतं. त्यामुळं अर्थातच संघर्ष उत्पन्न होतात. हा विषय जेव्हा परमार्थाच्या पातळीवर पोचतो, तेव्हा अनन्यशरण असलेला भक्तसुद्धा देवाचं दास्यत्व करताकरता, त्याच्यावर स्वामित्व गाजवायला निघतो. हे सारंचस्वामित्व सहज, संयुक्तिक नसल्यामुळं टिकत नाही. नोकराची नोकरी, भक्ताचं दास्यत्व असं सारं जातं. स्वामित्वाची फोल कल्पना हाती उरते. म्हणून, अहंकाराचं स्वरूप असलेल्या अशा स्वामित्वापासून सावध असलेलं बरं !

५९. तण वाढतं म्हणून पेरायचं थांबवू नये !

शेतात पेरण्या झाल्या की, धान्य उगवायला लागतं. ते वाढत जातं तसं त्याच्यामध्ये न पेरलेलं तण, गवत, कुठल्यातरी वनस्पती - अशाही गोष्टी हळूहळू मध्ये वाढलेल्या दिसतात. त्यानं अर्थातच, मूळ पिकांच्या वाढीवर परिणाम होतो. त्यांचं अन्नपाणी असं तण खात असतं. ते काढून,मूळ पिकांच्या वाढीला अडचण येऊ नयेयाची काळजी घेतात.काहीवेळेला इतर गोष्टींचं प्रमाण खूप असतं. ते सारं काढून टाकण्यासाठी पैसा, मनुष्यबळ, वेळ अशा गोष्टी नसतात.त्याचा परिणाम होऊन पीक कमी येतं.त्यामुळं, निराशा येऊन पेरायलाच नको, अशा विचाराला यायला होतं.

हे पिकापुरतं नाही. शाळेत प्रामाणिकपणे शिकवायची इच्छा असून, इतर अशैक्षणिक कामं अध्यापनापेक्षा वाढतात, शिकवण्यातलं समाधान मिळत नाही, मुलांची प्रगती होत नाही. अनेक संस्थांची मूळ कामं करताना इच्छा असूनही, ती मागं पडून इतर हेवेदावे, रुसवेफुगवे अशांवर खूप शक्ती जाते. चांगलं देवाचं काम करायला जावं तरी देवापेक्षा देवस्थान, मानकरी, कायदेकानूंच्या अडचणी - असल्या गोष्टी वाढतात. देवबाजूला राहतो. असं अनेक क्षेत्रांत घडतं. इतर गोष्टी वाढू नयेत म्हणून, प्रयत्न करूनही ते टळत नाही. खरं काम करू इच्छिणाऱ्यालाशेतकऱ्यासारखी निराशा येते !

ही सारी त्या त्या क्षेत्रांतली तणं -'नको असलेल्या गोष्टी'च आहेत!त्यानं खरं काम करण्याची इच्छा असलेल्या व्यक्तींना निराशा येणं स्वाभाविक असलं तरी, मूळ पीक घेणं हे गरजेचं आहे आणि ती मनुष्यमात्राचीच नाही तर देवाचीही सेवा आहे ! ती होईल तरच माणूस जगेल. त्यासाठी आणि आपलं कर्तव्य म्हणूनही, असं तण वाढलं तरी,पेरणी सोडू नये, कुठलंही मूळ चांगलं काम सोडू नये, त्यानं समाजाचं कल्याण होतं ! अशा कामाची किंमत समाज करो किंवा न करो, देवाच्या दारी त्याची किंमत नक्की असते !

६०. मन प्रपंचाला कंटाळत नाही, वाटलं तर आपणच थांबावं !

मुळात प्रपंच हा न थांबणाराच प्रवास आहे. दिवस उजाडणं, मावळणं, रात्र होणं, पुन्हा दिवस उजाडणं, पुन्हा मावळणं - हे निसर्गात सुरू असलेलं आपण पाहातो. आपली इच्छा असो, नसो, आपण दिवसभरात काही करो, न करो, ते निसर्गचक्र काही थांबत नाही. न आटणारी विहीर असावी, तिला रहाट बसवलेला असावा, त्या रहाटाला कधी वीज न जाणारी मोटार बसवलेली असावी, त्यामुळं तो रहाट चालून सतत पाणी ओतलं जात असावं, तसा प्रपंचाचा कारभार चालू असतो. मन अशी न थकणारी मोटार आहे !

आपल्याला वाटतं की, हे काम झालं की आता संपलं, इतर काही करायचं नाही. प्रत्यक्षात असं आयुष्यभर 'कितीही वेळा वाटलं' तरी, मनाला तसं वाटत नाही. उजाडलं की प्रपंच चालू होतो. संध्याकाळ झाली की, वाटतं की हा आता थांबला. पण, मनाच्या गरजा आणि हौस थांबत नाही. त्यासाठी ते शरीराला राबायला लावील, दुसरी शिफ्ट करायला लावील, आणखी पैसा मिळवायला लावील. पुन्हा उजाडलं की, तो पैसा खर्च करण्यासाठी गरजा तरी वाढवील नाहीतर चैन तरी करील. पुन्हा पैसा कमी पडतो म्हणून किंवा नवीन काही तरी करायचं सुचतं म्हणून, हे कष्टांचं, मनोरंजनाचं प्रपंचाचं काम न थांबता सुरूच राहील. केवळ शरीरधर्म आहेत, निसर्गक्रमानं झोप लागतेच म्हणून तेवढा काळ प्रपंच थांबवावा लागतो.शक्य असतं तर, मनानं झोपेतसुद्धा प्रपंच केला असता. नाहीतरी ते स्वप्नात प्रपंच करतंच !

हे सारं असायला हरकत नाही. पण मोजलेलं आयुष्य संपतं. सार्थकाच्या गोष्टी करायच्या राहून जातात ! शेवटी रिकाम्या हाती जावं लागतं. हे ज्यांच्या लक्षात येतं, त्यांना एकच मार्ग आहे, प्रपंचात कुठं,कधी, किती थांबायचं आणि सार्थक करणाऱ्या गोष्टींसाठी वेळ द्यायचाहे त्यांनीच ठरवावं ! तरच मनुष्यजन्माचं सार्थक करता येईल !

६१. सुखदुःख सांगायला वाचा नाही, त्यांचा विचार करावा !

प्रत्येकाला जगताना सुखदुःखं होतच असतात. ती गरीबांनाच होतात असं नाही, श्रीमंतांनाही होत असतात. त्यात लहानथोर नाही, सुशिक्षित अशिक्षित नाही, स्त्रीपुरुष नाही. सुखाची कारणं वेगळी असतील, दुःखाची कारणं वेगळी असतील. वाट्याला येणाऱ्या सुखदुःखांचं प्रमाण कमीजास्त असेल. पण, सुखदुःखांचे अनुभव मात्र प्रत्येकाला आहेत. सुखदुःखांपलीकडं गेलेले अपवाद सोडले तर, हा सुखदुःखाचा अनुभव प्रत्येकाला आयुष्यभर हरघडी येत असतो.

एक मनुष्यस्वभाव आहे की, त्याला सुख होवो वा दुःख, ते मनाशी नुसतं ठेवता येत नाही. ते कुणाला तरी सांगावंसं वाटतं. अनेकदा, सुखाची गोष्ट सांगितल्यानं आनंद वाढतो. दुःखसांगितल्यानंतर ते कमी होत नसलं तरी हलकं होतं. आपल्याला असं वाटतं की, सुखाबद्दल माणसाला त्रास नसतो. पण, तेही तितकं खरं नाही. कारण, सुखाचं प्रमाण कमी आणि ते टिकत नाही. शिवाय अनेकदा पुढं दुःख वाढून ठेवलेलं असतं. दुःखात तर त्रास असतोच, त्याचं प्रमाणही जास्त असतं.काही दुःख तात्पुरती तर, अनेक दुःख कायमची असतात. अशा वेळी ती एकमेकांना सांगून, त्याबद्दल होणाऱ्या संवादानं त्यांची तीव्रता कमी होते. तरीही सुखदुःखं माणसांचा आयुष्यभर पाठलाग करीत असल्यामुळं, त्यांच्यापासून होणारा त्रास हीसुद्धा प्रत्येकाच्या मागं असलेली एक कायमची डोकेदुखी आहे.

ती तशी चुकणारी नाही. पण या क्षणी क्षणभर विचार करावा की, ही सुखदुःखं सांगण्यानं कमी व्हायला आपल्याजवळ 'वाचा आहे'! त्यामुळं मार्ग आहेत. ज्यांना ही वाचेची देणगी नाही, त्यांना त्याची तीव्रता किती असेल ! हतबलता किती असेल? त्यांच्यासाठीआपण काय करू शकू, याचा विचार सुरू झाला तर, त्यांनाही काही मार्ग मिळेल आणि आपल्या सुखदुःखांनाही एवढं महत्त्व उरणार नाही !

६२. वाईटाला सक्ती लागत नाही, चांगलं सक्ती करून येत नाही !

जगात चांगलंवाईट आहे. निदान स्वतःच्या किंवा आपल्या समाजाच्या बाबतीत तरी कुणाला मुद्दाम वाईटनको असतं. अर्थात चांगलं हवं असतं. त्यात चांगल्यावाईटाच्या कल्पना वेगवेगळ्या असल्या तरी, साधारणतः जीवन सुखाचं झालं म्हणजे चांगलं झालं, असं वाटतं.

उलट, कष्ट जास्त पैसा कमी, मानमान्यता नाही, शब्दाला किंमत नाही, संबंधांत अस्वास्थ्य आहे, चांगलं खायलाप्यायला मिळत नाही, बाहेर असुरक्षितता आहे, आजार आहेत, दंगेधोपे आहेत, सुखसोयी नाहीत - असं जीवन म्हणजे आपलं वाईट झालं, होतं आहे, असं सामान्य माणसाला वाटतं. हे वरवर पाहाता बरोबर आहे.

पण त्यांतल्या स्वतःच्या सुखाचं होण्याच्या, दुःखाचं टळण्याच्या कल्पना - या स्वार्थाला धरून आहेत, हे लक्षात घ्यावं. प्रत्येकालाच स्वार्थ असेल तर, अर्थातच कुणालाच सुखाचं होणार नाही, हे उघड आहे. त्यामुळं, खरं सुख, खरं चांगलं हे निःस्वार्थात आहे. वाईट होतं ते स्वार्थ जपल्यानं, चांगलं होतं ते निःस्वार्थी राहण्यानं, त्यागानं ! एखादी गोष्ट मिळण्यानं, न मिळण्यानं, समाधान बिघडलं नाही, त्याचं खरं चांगलं झालं, असं आहे. हे विचारानं कळतं. ते कळणारे लोक खरं शांत, समाधानी जगतात. पण, निःस्वार्थीपण काय, त्याग काय, अंतरंगाच्या गोष्टी आहेत. त्यामुळं, तिथंच अडचण असते. स्वार्थ सहज जपला जातो. त्यानं वाईट होतं, दुःख येतं. पण, तो सोडण्याची सक्ती करता येत नाही. त्यागानं सुख होतं, चांगलं होतं, पण त्यागाचीही सक्ती करता येत नाही. त्यामुळं, हा पेच होतो !

त्याला मार्ग आहेत. हे सारं अंतरंगातलं असल्यामुळं, बाहेर त्याचा प्रत्यक्ष अनुभव येत असल्यामुळं, त्याचं 'आकलन आणि समजूत' हे त्याचे मार्ग आहेत. ते मार्ग चालेल तो शांत, समाधानी राहील !

६३. 'असले दिवस येतील असं वाटलं नव्हतं' !

हे एक सार्वत्रिक वाक्य आहे. प्रत्येक मागची पिढी पुढच्या पिढीत जगताना हे उद्‌गार काढताना दिसेल. त्यांचं म्हणणं चूक असतं असं नाही. कारण त्यांचा अनेक बाबतींत पूर्वीचा प्रत्यक्ष अनुभव असतो.आजच्या पिढीत जगतानाही जो अनुभव येतो, तोही खरा असतो. पण तो वेगळा असतो. त्यांना तो पटत नाही. अस्वस्थता येते. मग, 'असले दिवस येतील असं वाटलं नव्हतं', अशा प्रतिक्रिया आपल्याला ऐकायला मिळतात !

पूर्वी कुटुंबव्यवस्था होत्या. त्यात तीनचार पिढ्या एकत्र. घरातलं सर्व काम एकमेकांच्या सहकार्यानं. त्यातल्या ज्येष्ठ माणसांना आदर. ते निर्णय घेतात. पुढच्या पिढीला तो पटत नसला तरी, मोठ्यांचा मान राखून त्याची सर्वजण अंमलबजावणी करतात. सकाळी लवकर उठण्यापासून रात्री वेळेत झोपेपर्यंत, सर्व कार्यक्रमांना शिस्त असते. ती सर्व पाळतात. त्याची सवय होते, उपयोग वाटतो. घरात एकमेकांना एकमेक समजून मदत करतात.तशीच मदत शेजारीपाजारी, नातेवाईक अशांनाही करण्याचा प्रघात असतो. स्थावर, पैसा, मतं - यांत भेद असले तरी त्यांना फार महत्त्व नसतं, त्यांचा कधी आग्रह धरला जात नाही. सर्वांसाठी ती पटकन बाजूला ठेवली जातात.

पुढच्या पिढीत यांतलं काही आढळत नाही. मोठ्यांचा आदर नाही, कोण कुणाला निर्णयाला विचारीत नाही, आलागेलेला कळत नाही, घरचं माणूस घरात आहे की नाही हे माहीतही असत नाही, आपला आपला पैसा, गुंतवणुकी, मतं - विरोध पत्करूनही राबवली जातात. मग मागच्या पिढीला अस्वस्थता येते. त्यांच्या प्रतिक्रियांमुळं पुढच्या पिढीलाही !

याचं खरं उत्तर त्या त्या पिढीतल्या जीवनपद्धतींत फरक असतो, यात आहे.चांगल्या गोष्टी जपल्या जाव्यात हे खरं असलं तरी, पुढं येणारं समजून घेऊन सामोरं जाणं, हाच मध्यम मार्ग असतो. तो चालला तरअस्वस्थता टळतात, जुन्या पिढीच्या आणि नव्या पिढीच्याही !

६४. जग तुमचे उपकार नाही, उपयुक्तता ओळखतं !

हे एक कटु पण सार्वत्रिक सत्य आहे. जगाचे व्यवहार एकमेकांच्या संबंधांच्या सहाय्यानं चालतात. जगात अनेक व्यवहार, कामं असतात.अर्थातच ती कामं, अगणित लोक एकमेकांना मदत करून यशस्वी करतात. यात सर्वांना आनंद असायला हवा.

पण हा व्यवहार वाटतो इतका सोपा, सरळ, आनंददायी ठरत नाही. त्यामुळं अनेक वर्षं या जगात जगूनही, फार कमी माणसं आनंदात असू शकतात किंवा आनंदात जाऊ शकतात. समजा, एखाद्या शिक्षकाकडं ज्ञान आहे, शिकवण्याची कला आहे. विद्यार्थी अज्ञानी आहे, त्याला ज्ञानाची गरज आहे. ते मिळालं तर त्याचं जीवन उभं राहणार आहे. ती गरज ते शिक्षक यथाशक्ती पुरीही करतात. समजा, विद्यार्थ्याला हे जरूरी ज्ञान मिळालं तरी, त्याचा त्या शिक्षकाशी असलेला संबंध खरंतर टिकायला हवा. शिकण्यासाठी नसेल पण, शिकवलेल्यासाठी !

पण,शिक्षण संपलं की शिक्षक विसरला जातो. आता विद्यार्थ्यानं ओळख दिली नाही तरी शिक्षकाला काही म्हणता येत नाही. आपली 'उपयुक्तता' संपली हे सत्य कटु असलं तरी, जगाचा व्यवहार म्हणून स्वीकारावं लागतं. असं अनेक संबंधांत घडतं. नडीला घर, गरजेला पैसा, आजाराला औषध, भुकेला अन्न, हाकेला मदत देणारा - असे अनेक प्रसंग येतात,ती ती कामं झाली की जातात. पण दुर्दैवानं केलेलं काम आणि ते करणारा माणूस सारंच विसरलं जातं. यानं अर्थातच, आज एकाला दुःख होत असेल, उद्या दुसऱ्याला ते होणारच असतं. कारण, जग 'उपयुक्तता' ओळखतं. ती नसली तर आपल्याला बाजूला करतं. उपकार विसरून जातं !

सर्वांचं जीवन सुखाचं व्हायचं तर ही जगरहाटी बदलेल तर बरं! पण, ती बदलली नाही, तर काम करून निरपेक्ष राहणं आणि आपण मात्र मदतीची कृतज्ञ जाणीव ठेवणं, हाच व्यक्तीला शांत, सुखी ठेवणारा मार्ग ठरतो !

६५. स्वतःच्या कर्तृत्वाच्या मर्यादा ओळखणारा जपून राहतो !

जग कर्ममय आहे. वैयक्तिक,कौटुंबिक, सामाजिक जीवन चालण्यासाठी कर्मांची सगळीकडं गरज आहे. जगात गरजेपासून चैनीपर्यंत असलेल्या साऱ्या गोष्टी, कर्मांमुळंच साध्य झाल्या आहेत. पण त्यात थोडा विचार करायची गरज आहे.

कर्मं गरजेची असोत, हौसेची असोत, त्यांतून काहीही निर्माण झालं तरी, कुठली कर्मं कधी निर्दोष असत नाहीत. काढलेलं चित्र, गायलेलं गाणं, बांधलेलं घर, उभी केलेली संस्था - ही कर्मं निर्दोष वाटली तरी त्यात काही ना काही त्रुटी, उणीव, दोष राहून जातात. काही लगेच लक्षात येतात, काही नंतर. करणाऱ्याचा हेतू ते निर्दोष करावं हा असला आणि समजा तो साध्य झाला तरी, पुढं त्यातून 'मला निर्दोष कर्म करता येतं', असा सूक्ष्म अहंकार, आपली सावली नकळत पडावी तसा निर्माण होतो. कर्मांत तर दोष राहून जातातच. पण त्यातल्या त्यात कमी दोष असलेलं कर्म जरी घडलं तरी, हा दोष टळत नाही. तो सावलीसारखा म्हटला तरी, तसा तेवढा निरुपद्रवी नाही. त्या दोषानं डोकं वर काढलं तर केलेल्या कर्माच्या उपयोगावर आणि इतरांना होणाऱ्या आनंदावर पाणी फिरवण्याचं विघातक सामर्थ्य त्यात आहे.

खरंतर हा दोष निर्माण होऊ नये. कारण, कुशल कामगार मिळाले, बांधकामसाहित्य वेळेला मिळालं, विजेनं साथ दिली, निसर्गाचा कुठला प्रलय झाला नाही, कुणाकडं दुर्दैवी घटना घडली नाही - अशा अनेक मदती होतात, त्यामुळं घर चांगलं होतं. त्यात अहंकार बाळगण्यासारखं काही नाही.

म्हणून, असा अहंकाराचा दोष टाळायचा असला तर, त्यातल्या आपल्या कर्तृत्वाच्या मर्यादांची आणि इतर मदतींची जाणीव ठेवावी. ती असणाराअहंकाराच्या बाबतीत सावध, जपून राहतो!तसं राहिलं तर कर्म चांगलं होतंच,पण विघातक अहंकार टळतो!

६६. पटलेलं करायला मन आड येतं, म्हणून प्रगती होत नाही !

मनुष्य अनेक गोष्टी करतो. त्या तो का करतो, याचा विचार त्यानं केला असेलच असं नाही. पण तो करण्याची गरज आहे. मुळात तो करतो त्यांतल्या काही गोष्टी संस्कारांमुळं करतो, कुणाच्या सांगण्यावरून करतो, आज्ञा म्हणून करतो, नियम म्हणून करतो, त्याला करायच्या आहेत म्हणून करतो. असे अनेक प्रकार आपल्याला सापडतील.

माणसाच्या हिताचं व्हायचं असेल तर, त्याला मग कोणत्या गोष्टी कराव्या याची निवड करणं आवश्यक आहे. त्यानं शक्यतो योग्य गोष्टी कराव्यात हा त्याचा सारांश आहे. या गोष्टी ठरवण्याचं साधन म्हणजे त्याची बुद्धी. फक्त योग्य गोष्टी निवडण्यासाठी ही बुद्धी परिपक्व लागते, शुद्ध लागते. तिला पटलं की त्या गोष्टी करीत जावं, त्यानं त्याचं कल्याण होतं.

वर म्हटल्या तशा इतर गोष्टींनी ते होईलच असं नाही. कारण त्यात संस्कारांतली, कुणाच्या सांगण्यातली, नियमांतली चूक, त्रुटी या गोष्टी असू शकतात. त्या असल्या तर अर्थातच तसं वागण्यामुळं नुकसान होऊ शकतं. पण मुळातच बुद्धी परिपक्व असेल तर, हे नुकसान टाळता येतं. परिपक्व असण्यात आपल्याला सारासार, हितअहित हे कळण्याची जी जास्तीत जास्त मर्यादा असते, तिथपर्यंत बुद्धीचा विकास झालेला असतो. त्याचबरोबर जे मानवी बुद्धीला कळण्याची शक्यता नाही, ते गुरूंना-देवाला शरण जाऊन कळू शकतं, हाही परिपक्वतेचा उरलेला भाग आहे. अशा पूर्ण परिपक्व बुद्धीनं गोष्टी पटतात, त्या कराव्यात. त्यानं आपली खरी प्रगती होते, कल्याण होतं!

हे खरं असलं तरी, मनाच्या ओढी, आसक्ती, सवयी, इच्छा - यांना ते पटलं नाही तर, शुद्ध बुद्धीला पटलेल्या गोष्टीही अमलात येत नाहीत. अनेक सद्गुण, त्यामुळं भलं होणार असूनही, मन आड येतं म्हणून अमलात येत नाहीत. हे लक्षात घेऊन,पटलेल्या, रास्त असलेल्या गोष्टी करण्यात मन आड येत नाही ना, याची खात्री करावी आणि आपली प्रगती साधावी !

६७. व्यावहारिक अनुकूलता देवाच्या प्राप्तीच्या आड येतात !

मनुष्याला साधारणपणे अनुकूलता असल्या तर, आपली कामं करता येतात असा अनुभव आहे. त्यामध्ये माणसं, पैसा, नातेवाईक - अशा अनेक गोष्टी अनुकूल असल्यामुळं आपली कामं होतात, असा माणसाचा अनुभव आहे. तो तसा खराही आहे. यांतल्या अनुकूलता नसतील तर, त्याला साधं घर, झोपडी बांधणंही कठीण आहे, अन्नपाणी मिळणंही कठीण आहे, हे खरं.

जरी हे खरं असलं तरी, त्यामुळं निर्माण होणाऱ्या मनाच्या समजुतीबद्दल सावध राहण्याची गरज तितकीच आहे. सामान्य मनुष्य हा विचार फारसा करीत नाही की, अशा कुठल्या व्यावहारिक गोष्टी होणं आणि मनाला शांतता, समाधान असणं - या दोन गोष्टींमध्ये फार मोठा फरक आहे. यातलं शांती, समाधान म्हणजेच आपल्या कुणाच्याही अनुभवाला येणारा देव आहे ! तो वेगळा सगुण, निर्गुण माना किंवा न माना. मनाला - चित्ताला असलेली शांती आणि समाधान, हा देव मात्र जगातल्या कुठल्याही माणसाला अनुभवता येण्यासारखा देव आहे. तो शाश्वत आहे !

सावध राहण्याची गोष्ट ही की, इतर गोष्टी मिळवणं आणि हे समाधान मिळवणं, यांत फरक तर आहेच. पण त्याला लागणाऱ्या गोष्टीही वेगळ्या आहेत.लौकिक गोष्टी अनुकूलतांनी मिळवता येतात तर, शांती, समाधान ही अनेकदा लौकिक गोष्टींतल्या प्रतिकूलतांनीच जास्त मिळतात. किंबहुना,या गोष्टी वेगळ्या आहेत, शाश्वत आहेत, खऱ्या मिळवण्यासारख्या आहेत - याची जाणीवसुद्धा लौकिक गोष्टींतल्या प्रतिकूलतांमुळं होते. अनुकूलतांमुळं लौकिक गोष्ट मिळते, पण सुखाबरोबर दुःख देते. प्रतिकूलतेमुळं जागृत होऊन मिळवलेली शांती मात्र, शाश्वत टिकते !

व्यावहारिक अनुकूलतेत शांती मिळवता येत नाही, असं नाही. पण सावध असावं लागतं ! प्रतिकूलतेत सावधता आपोआप येते, एवढाच फरक!

६८. आपण कुठं आणि कसे आहोत, यांवर सगळं अवलंबून आहे !

माणसाचे कितीतरी प्रकारचे व्यवहार चालतात. ते अनेक पातळ्यांवरही चालतात. त्यात त्याला अनेक अडीअडचणी असतात. त्यांची उत्तरं त्याला विचारून घ्यावी लागतात. ही उत्तरं सांगणारे अगदी खरी उत्तरं देत असले तरी,त्याला त्यात विरोधाभास वाटतो. अनेकदा त्यांच्या उत्तरांविषयी शंका येते. त्यांच्या हेतूविषयी शंका येते. कदाचित गैरसमजही होतो.

समजा दोघांना एकच आजार झालेला आहे. म्हणून वैद्यांकडं गेलो. परत आल्यावर शेजारी असल्यामुळं, दिलेल्या औषधांची चर्चा झाली. ती वेगवेगळी दिसली तर, दोघांनाही शंका येते की, आपल्याला आजार एकच झाला असताना,वेगवेगळ्या गोळ्या का दिल्या असतील. वास्तविक हा विचार वैद्यांनी, डॉक्टरांनी करायचा असतो, केलेला असतो. आजार सारखे वाटले तरी, प्रत्येकाची प्रकृती व तिला मानवणारी औषधं वेगळी असल्यामुळं,वेगवेगळी औषधं ते देतात.आपली प्रकृती मुळात कशी आहे, यावर ते अवलंबून असतं, हे लक्षात घेतलं तर अशा शंका, विकल्प येणार नाहीत.

एखाद्यानं घरीयेण्याचं आमंत्रण दिलं. घराची खूण सांगताना, एकाला पूर्वेकडून येणाऱ्या रस्त्यानं या, तर दुसऱ्याला पश्चिमेकडून येणाऱ्या रस्त्यानं या, असं सांगितलं.त्यात विरोधाभास वाटला, दिशाभूल होते आहे असं वाटलं तरी, तसं नसतं. आपापली घरं कुठं आहेत, त्यावर त्या दिशा सांगणं अवलंबून असतं, हे लक्षात घ्यावं. त्यानं सांगितलेल्या दिशेनं गेलं तर, त्याच्या घरी बरोबर पोचतो. दुसऱ्याला सांगितलेल्या दिशेनं गेलो तर, उलट लांब जातो.

परमार्थात जेव्हा गुरू एकाला एक आणि दुसऱ्याला दुसरं साधन सांगतात, तेव्हा आपण कुठं आणि कसे आहोत, यांवर ते अवलंबून असतं. त्याप्रमाणं विकल्प न बाळगता साधन केलं तर, व्यवहारात जसं यशस्वी होता येतं तसंच, परमार्थातही आपलं ध्येय यशस्वीपणे गाठलं जातं !

६९. आपल्या चुकांएवढी दुसऱ्यांच्या चुकांना सवलत ठेवावी !

माणसांचे अनेक प्रकार आहेत. त्यांच्या कुवतीचेही अनेक प्रकार आहेत. काहींना काही गोष्टी चांगल्या जमतात तर, काहींना इतर काही गोष्टी चांगल्या जमतात. ज्या चांगल्या जमतात, त्या ती ती माणसं बरोबर करतातच. इतरही माणसं त्यांना जमणाऱ्या गोष्टी बरोबर करीत असतातच. घरात काय, बाहेर जगात काय, तशी सर्वच प्रकारच्या कामांची गरज असते. त्या त्या गोष्टी चांगल्या करू शकणाऱ्यांचीही तितकीच गरज असते.

सरळ विचार केला आणि सरळ मनानं पाहिलं तर, हे सारे व्यवहार सुरळीतपणे होऊन पार पडायला हवे आणि सर्वांचीच कामं व्हायला हवी, सर्वांना आनंद असायला हवा. पण असं सहसा आढळत नाही. कारण, काहींना ज्या गोष्टी चांगल्या जमतात, त्या सोडून इतर गोष्टी करायला गेल्यावर त्यांच्या चुका होतात. ज्या इतरांना त्या गोष्टी चांगल्या जमतात, ते या चुका काढतात, दोष दाखवतात. त्यानं या गोष्टी न जमलेल्या माणसांना दुःख होतं. त्याचा परिणाम एकमेकांच्या संबंधावर होतो.

खरंतर हीच गोष्ट जी दुसरी माणसं चुका काढतात, त्यांनासुद्धा लागू आहे. त्यांना ज्या गोष्टी जमत नाहीत त्या करायला गेलं तर त्यांच्याही अशाच चुका होत असतात. जर त्या गोष्टी चांगल्या करणाऱ्या लोकांना ही समज नसेल तर, तेही अशाच चुका काढून दोष देतात. पुन्हा असाच परस्पर संबंधांवर विपरीत परिणाम होतो. एकूण वातावरण त्यामुळं गढूळ होतं.

वस्तुनिष्ठपणे पाहिलं तर, जगातली अशी सगळीच कामं सगळ्यांना चांगल्या पद्धतीनं येणं अवघड आहे. त्यामुळं प्रत्येकाचं काही काम बरोबर होईल तर, काही काम करायला गेलं तर चुकेल. मग दोषारोप करण्यात काही तथ्य नाही, हे लक्षात घ्यावं. ज्याला जे चांगलं येतं, ते करून आपल्याप्रमाणंच इतरांचं इतर बाबतीत चुकू शकतं, एवढं लक्षात ठेवलं तर,सर्व कामंही होतील आणि आनंदानं एकत्र राहताही येईल, सर्वांनाच !

७०. उपकारांच्या परतफेडीत तारतम्य असावं!

मनुष्य अनेक उपकारांवर जगतो. त्याच्या आयुष्यातलं यशापयश हेही अनेक उपकारांवर ठरतं. तसे जन्मापासून मरेपर्यंत त्याच्यावर होत असलेले उपकार मोजणं कठीण, इतके अगणित असतात. उपकारांची जाणीव ठेवणं आणि त्यांची शक्य तशी परतफेड करणं, हा गरजेचा सद्‌गुण आहे. आपल्या उमेदीच्या वयात आपल्याला शिक्षणाला, व्यवसायाला मदत करणाऱ्या व्यक्तीला तिच्या गरजेच्या वेळी ते उपकार लक्षात ठेवून, आवश्यक ती मदत करणं, हे रास्त आहे.

लहानपणापासून अशा अनेक मदती, अनेकांच्याकडून होत असतात. त्यांची शक्यतो त्या त्या वेळी परतफेड करीत जावं हे चांगलं. पण निदान जेव्हा त्यांना गरज असेल आणि आपल्याला शक्य असेल, तेव्हा ती करणं हेही चांगलंच. पण यात एक तारतम्य आहे. सर्व उपकार, हे उपकार म्हणून लक्षात ठेवण्यासारखेच असले तरी, त्यांच्या प्रकारात, प्रमाणात फरक असतो, हेही लक्षात घ्यावं लागतं.

गरजेला पेनपेन्सिल दिली, एखाद्यानं जगण्याची विद्या दिली, एखाद्यानं आयुष्यभर साथ दिली, एखाद्यानं आपला उद्धार केला - अशा असंख्य मदती हे उपकारच असले तरी, त्यांचे प्रकार आणि प्रमाण यांत फरक आहेत. त्याप्रमाणं त्यांच्या परतफेडीतही ते तारतम्य लागतं.विशेषतः भावनाप्रधान व्यक्ती छोट्याशा उपकारांची उजळणी आणि अवाजवी परतफेड आयुष्यभर करीत असतात. आपण केलेलं पुरेसं असतं. ती व्यक्ती ते विसरूनही गेलेली असते. त्यामुळं त्यात औचित्य नसतं.

असं म्हणण्याचं कारण,औचित्य न ओळखल्यामुळं,आयुष्याला वळण देणाऱ्या फार मोठ्या उपकारांची खरी परतफेड करायला,त्यामुळं वेळ आणि अनुकूलता राहत नाही. म्हणून उपकारांच्या परतफेडीत तारतम्य असलं तर, आपल्याकडून सर्वच उपकारांची यथायोग्य परतफेड होईल !

७१. कृपेला पात्र होणं ही साधना आहे !

साधना म्हणजे,या अशाश्वत जगामध्ये सर्वांत दुर्मिळ आणि कशावरही अवलंबून नसलेली, कधीही न बिघडणारी मनाची शांती किंवा समाधान मिळवणं ! अर्थातच, शांततेला पूरक असलेली कर्मं करणं आणि त्याचबरोबर अशांती निर्माण करणारी कर्मं टाळणं, या दोनही बाजू सांभाळून जीवन जगणं, म्हणजे आपली साधना होय ! कुणाला काही लौकिक गोष्ट हवी असली, ते त्याचं साध्य असलं तर, त्यासाठी लागणारी कर्मं करणं, हे त्या साध्याचं साधन असतं.पण, ते इथं अभिप्रेत नाही. कारण, कुठलीही लौकिक गोष्ट मिळाली तरी ती अशाश्वतच असते.

शांततेला पूरक कर्मं करताना किंवा अशांती निर्माण करणारी कर्मं दूर करताना, सर्वांत जास्त आड येत असेल तर, माणसाचे पूर्वग्रह, कल्पना, कर्तृत्व, यश, समजुती आणि सारांशानं त्याचं मन ! मनाला अशांतीची, अस्वस्थतेची आवड असते, त्यामुळं शांती देणारी कर्मं ते करू देत नाही. उलट, अशांती उत्पन्न करणारी कर्मं करायला ते उत्सुक असतं. रागानं, संचयानं, लोभानं, अहंकारानं- अशांती येते हे माहीत असलं तरी, मन त्या गोष्टी सोडायला तयार होत नाही. ते तयार व्हावं म्हणून मानवी प्रयत्न - साधना लागते.तिला एक मानवी मर्यादा येते. गाभाऱ्यात प्रवेश करायला छोट्या दगडी चौकटीत मान वाकवावी लागते, तसं इथं समाधानाच्या गाभाऱ्यात प्रवेश करायला, मन - अहंकार सोडावाच लागतो ! तिथं मात्र, वर म्हटली तशी कितीही कर्मं केली तरी, कृपेची मदत लागते !

कृपा सर्वांवर सारखीच असली तरी, तिचा लाभ व्हायला, तिची गरज कळणं, ती व्हावी म्हणून मनापासून तळमळ असणं, प्रार्थना करणं, शरण जाणं, प्रत्येक प्रसंगात अहंकार सोडीत राहणं - अशा गोष्टींनी आपण कृपेला पात्र होतो. कृपेनं समाधान साध्य होतं ! म्हणून, कृपेला पात्र होण्याचे हे सारे प्रयत्न, ही आपली खरी साधना होय !

७२. सावधानता म्हणजे सुईच्या टोकावर वाळूचा कण वाहून नेणं होय !

आपलं कामाचं क्षेत्रं कुठलंही असो. गाडी चालवा, शेतात काम करा, एखाद्या मशिनवर काम करा, बांधकाम करा, आकाशात विमान चालवा, कुणाशी काही संवाद साधा, भाषण करा, भजन करा, चित्र काढा, स्वयंपाकातला पदार्थ करा, साध्या वाटणाऱ्या चार ओळी लिहा. ही कामं खूप वेगवेगळ्या प्रकारची वाटतात. तशी ती आहेतही. प्रत्येक कामाला लागणारं कौशल्य वेगळं आहे. वेळ वेगळा आहे, कामांची प्रत वेगळी आहे. फक्त या सर्व कामांत एक गोष्ट समानपणे लागते, ती म्हणजे सावधानता !

आकाशात विमान चालवताना हवाईचालकाला अत्यंत सावध राहावं लागेल, हे आपल्याला समजू शकतं. पण साधं बोलताना एवढं सावध कशासाठी राहावं लागेल, हे समजणं अवघड जातं. पण बारकाईनं पाहावं, आपल्याला जे म्हणायचं असतं, तेच ऐकणाऱ्याला कळेल असा शब्द वापरला गेला नाही, तर अर्थाचा अनर्थ होतो. तिथं नुसतीच शब्दसंपत्ती उपयोगी पडत नाही. असलेल्या शब्दांतलासुद्धा अचूक शब्दच वापरावा लागतो. तो यावा तर लागतोच, पण तोंडून शब्द बाहेर पडण्यापूर्वी जे लागतं त्याला सावधानता म्हणायचं ! आपण पाहिलं असेल की, अनेकदा मला असं म्हणायचं नव्हतं, माझ्या विधानाचा चुकीचा अर्थ लावला गेला - असल्या अनेक दुरुस्त्या घरापासून देशाच्या पातळीवरसुद्धा कराव्या लागत असलेल्या दिसतात. कारण, प्रसंगी जाते ती सावधानता !

तीच गोष्ट चार ओळींचा निरोप किंवा फलक, पत्र लिहिताना असते. आपल्याला वाटला म्हणून शब्द वापरून चालत नाही. ते वाचणारा त्याचा अर्थ काय घेईल, याचा विचार करूनच तो लिहावा लागतो, कधी दुरुस्त करावा लागतो. अपेक्षित व्यवहार व्हायचा, आपल्याला हव्या असलेल्या गोष्टी साध्य व्हायच्या, यशस्वी व्हायचं तर, प्रतिक्षणी सावधानता लागते !

अशी सावधानता अशक्य नाही, पण अवघड आहे ! म्हणून, ती सुईच्या टोकावर वाळूचा कण,जमिनीवर न पडता वाहून नेण्यासारखी आहे !

७३. मन स्वतःला आवडणाऱ्या गोष्टी करतं!

आपण बुद्धीनं विचार करतो, निर्णय घेतो. त्यानुसार कर्मं करतो. बुद्धी शुद्ध, सारासार जाणणारी असली तर कर्मं बरोबर होतात. तेही समजा एखाद्याला साधलं तरी, प्रत्यक्षात त्याला तसं वागता येतंच असं नाही. कारण, नुसत्या बुद्धीच्या प्रेरणेवर सहसा कामं होत नाहीत. त्यांना मनाच्या शक्तीची साथ मिळण्याची गरज लागते.

लवकर उठावं, फिरायला जावं, व्यायाम करावा, आहार आदर्श ठेवावा, शरीरकष्ट करावेत - अशा गोष्टी शुद्ध बुद्धीला पटतात. पटलेल्या गोष्टी घडत असत्या तर, माणसं निरोगी, सुखी राहिली असती. पण, प्रत्यक्षात उठण्यासाठी लावलेला गजर बंद करून अंथरुणावर लोळत राहायला लावतं ते मन. त्याची साथ असल्याशिवाय बुद्धीनं ठरवलेली कृती बरोबर असली तरी, ती प्रत्यक्षात अमलात येत नाही.

कारण मनाला सामान्यपणे अशा चांगल्या, आदर्श गोष्टी आवडत नाहीत. त्याला झोप, आळस, दिरंगाई, समर्थनं, विघटनं - असल्या अनेक गोष्टी अधिक आवडतात. शुद्ध बुद्धी चांगल्याला चांगलं म्हणेल. पण, मन त्यातल्या उणिवा, त्रुटी शोधील. त्यावर बोट ठेवील. चांगल्याला सहजपणे चांगलं म्हणणार नाही. त्यातून कुठलाच दोष काढता आला नाही तर, त्यांचा योग चांगला, काहीवेळा असं चांगलं होतंसुद्धा - अशी वळणं घेतमग चांगलं म्हणेल. वर पुन्हा, आम्हाला तरी त्यात काय कळतं आहे, त्यामुळं ते चांगलं वाटलं असेल, अशी मखलाशी करायलाही कमी करीत नाही. कुणाची असूया बाळगणं, दोष काढणं, नावं ठेवणं, तुझंमाझं करणं, आपले स्वार्थ साधणं - असल्या गोष्टी मनाला आवडतात. म्हणून आपण पाहा की, एखाद्याबद्दल मनापासून चांगलं बोलायला किती माणसं, किती वेळा एकत्र येतातआणि दुसऱ्यांचे दोष काढायला किती माणसं, किती वेळा एकत्र येतात !

मन शुद्ध असेल तर गोष्ट वेगळी. पण, एरवी मनाला आवडणाऱ्या गोष्टी करू न देण्यात आपलं हित आहे !

७४. प्रयोग आणि योग्य बदलानं प्रगती होते !

आपण सगळेच जगतो. तसं माणूस म्हणून सगळ्यांच्या जगण्याचे आधार शरीर, खाणंपिणं, नातेवाईक, समाज, कुठलीतरी शासन यंत्रणा - असे सारखेच असतात. त्याचा सामान्य अर्थ असा की, मग सर्वांची प्रगती विशिष्टदिशेनं, गतीनं सारखी व्हायला हवी. पण असं म्हणणंसुद्धा धाडसाचं किंवा चुकीचं वाटेल अशी परिस्थिती बाहेर दिसते. काही लोक नियोजनबद्ध पद्धतीनं त्यांच्या ध्येयापर्यंत पोचताना दिसतात. काही ठरवतात एक, होतं वेगळंच काही. अनेकजण दिशाहीनपणे दिवस येईल तसा घालवतात. त्यामुळं, विशिष्ट बंदरावर विशिष्ट वेळी यशस्वीपणे पोचणाऱ्या बोटी दिसाव्यात आणि अनेक बोटी-जहाजं, नावा वाऱ्यावर पाण्यात कुठंही जवळ, दूर कशाही तरंगत असाव्यात - तशी अखेरीस अनेकांच्या जीवनाची अवस्था दिसते !

यात एवढा जमीनअस्मानाचा फरक आहे की, एकाच ठिकाणी साधारण एकाच परिस्थितीत सुरू झालेली आयुष्यं, पुढं तीसचाळीस वर्षांनी, तुलनाही करता येणार नाही, एवढ्या वेगवेगळ्या स्थितीत आढळतात. क्षेत्रं वेगवेगळी असोत, यशापयश कमीजास्त असो - एवढे मोठे फरक का दिसतात, यावर विचार करून ठेवावा. काही गोष्टी आपल्या हातात नाहीत, त्या आपण सोडूया.

तरीही, एक मोठा फरक लक्षात येईल की, विशिष्ट ठिकाणी जाणारे आपल्या आयुष्याविषयी सावध असतात. कोणत्या गोष्टी केल्यानं आणि कोणत्या गोष्टी टाळल्यानं - आपण ध्येयाच्या दिशेनं पुढं जात राहू, याचा ते सतत विचार करत असतात. करणं असो किंवा टाळणं असो, दोन्ही बाबतीत ते नेहमी प्रयोगशील असतात. मार्ग कळला तरी तो अमलात आणून त्याचा ते प्रयोग करतात.गरजेनुसार सातत्य ठेवणं, बदल करणं, दुसऱ्या मार्गाचा प्रयोग करणं-या बाबतीत ते आग्रह, हट्ट, निंदा, स्तुती यांकडं बघत नाहीत.

मनमोकळेपणानं प्रयोग आणि बदल करण्यात त्यांच्या प्रगतीचं रहस्य आहे, हे लक्षात घ्यावं !

७५. प्रपंच म्हणजे जीवनावश्यक वस्तू , चवदार पदार्थ नव्हे !

आपल्याच उन्नतीसाठी लक्षात घ्यायच्या गोष्टींपैकी ही एक आहे ! अनेकदा, ती दुर्लक्षित होत असते. ती गोष्ट म्हणजे प्रपंच अपरिहार्य आहे, पण मनुष्य केवळ तेवढंच करण्यासाठी जन्माला आलेला नाही. प्रपंचापलीकडं जी 'निरुपाधिक समाधान नावाची विलक्षण गोष्ट' आहे, ती शोधण्याचं प्रपंच हे साधन आहे !ते लक्षात आलं तर, गरजेपुरता प्रपंच करून, मनुष्यजन्माचं चीज करणारी खरी वस्तू मनुष्य शोधील, त्याला वेळ देईल, ती त्याला साध्यही होईल. ते कळलं नाही तर, तो प्रपंचच सर्वस्व समजेल आणि एखाद्या चवदार वस्तूसारखा तो आयुष्यभर चघळत राहील. यात 'मनुष्यजन्माचं' केवढं नुकसान होत असेल,याची कल्पना केलेली बरी !

शरीर तंदुरुस्त राहावं म्हणून व्यायामाची गरज असते. ते जीवनावश्यक असलं तरी, कुणी दिवसभर व्यायाम करीत नाही. विशिष्टव्यायाम झाला कीतो दिवसभराच्या इतर कामांना लागतो. त्यावेळी त्याला नकळत हे भान असतं की, शरीर तंदुरुस्त ठेवण्यापुरतंच ते आवश्यक आहे!

खरंतर हेच जेवणखाण, उद्योगधंदा, पैसा मिळवणं, करमणूक करणं, अशा इतर बाबतीतही आहे. जगायला त्यांची गरज आहे, पण ते तेवढ्यापुरतं करण्याचीच गरज आहे. हे लक्षात न आलं तर, मनुष्याला ते करायला दिवस पुरत नाही, आयुष्य त्यातच जातं. पंधरावीस मिनिटांत मनुष्य जेवण उरकतो आणि उद्योगधंद्याला जातो. अन्न आवश्यक असलं तरी, ते कामासाठी लागणारी ताकद टिकवण्यासाठी आहे. हे कळून जसं त्याप्रमाणं मनुष्य पुढच्या कामाला जायला हवा, तसाच तो सारा प्रपंचही असाच पुरा करीत, त्याच्या पलीकडं जायला हवा.

नाहीतर, आयुष्य हा चवदार पदार्थ ठरतो, जीवनावश्यक वस्तू उरत नाही ! अर्थातच, जगून 'जे खरं साधायचं'त्याला वेळ राहत नाही, ते लक्षात येत नाही आणि साधताही येत नाही !

७६. आधी समजून घ्या, मग वाटल्यास देव नाही म्हणा !

माणूस आता जास्तीत जास्त तर्कनिष्ठ बनत चालला आहे, सुशिक्षित आहे, विज्ञानवादी आहे, चांगल्या अर्थानं तो प्रयोग करणाराही आहे. प्रयोगानं एखादी गोष्ट सिद्ध झाली किंवा आधीच सिद्ध झालेली असली तर, ती समजून घेऊन तो मान्यही करतो. हे सारं चांगलं आहे. हेच त्यानं देवाबद्दल करावं !

हे करताना त्यानं त्याची बुद्धी, तिचा विकास, अनुभव, आधी सिद्ध झालेल्या गोष्टी - हे सारं गृहीत धरलेलं असतं. मुळात सर्वांचीच बुद्धीची क्षमता सारखी नाही. समजून घेण्यासाठी लागणारी साधनं, अनुभवी व्यक्ती सर्वांना सारख्याच लाभतील असं नाही. सर्वच गोष्टींचा आपल्याला स्वतःला अनुभव येऊ शकत नाही. साऱ्याच गोष्टी दृश्य - म्हणजे डोळ्यांना दिसणाऱ्या असत नाहीत. अशा अनेक गोष्टींवर त्यानं सहसा विचार केलेला नसतो. तरीही तो त्या मान्य करतो. अनेक आकाशगंगा सोडा, पण आपली स्वतःची आकाशगंगा त्यानं पाहिलेली नसली तरी, ती कुणीतरी पाहिलेली आहे, त्याच्या डोळ्याला पाण्यातले जंतू दिसत नसले तरी ते लाखोंच्या संख्येत असतात, त्याला जगवणारा प्राणवायू दिसत नसला तरी, तो सदैव असतो - अशा अनेक गोष्टी तो मान्य करतो !

अशीच तारतम्यबुद्धी त्यानं 'देवाबद्दल' बाळगावी. प्रत्येकावर उपकार करणारी, त्याला क्षमा करणारी, त्याच्याबद्दल अनुकंपा बाळगणारी असंख्य माणसं भेटतात. यातल्या कुठल्याच गोष्टी त्याला दृश्य म्हणून दिसत नाहीत. उपकार, क्षमा, अनुकंपा, शांती, माणुसकी - अशा न दिसणाऱ्या पण उपयोगी पडणाऱ्या, अनुभवाला येणाऱ्या गुणांसारखं देवाचं स्वरूप आहे ! तो दगडात, देवळात, आकाशात आहे, हे मानण्याची आवश्यकता नाही. पण या सर्व न दिसणाऱ्या पण, अनुभवाला येणाऱ्या, गुणांचा तो समुच्चय आहे. हे नीट समजून घ्यावं आणि मग वाटल्यास देव नाही म्हणावं !

७७. जगात सोडवण्यासारखा खरा एकच प्रश्न - आपल्या मनाचा !

साधारणतः प्रत्येकाला प्रश्न आहेत. ते वेगवेगळ्या स्वरूपाचे असतील. प्रत्येकाला काही वैयक्तिक प्रश्न असतील, काहींना जगाचे प्रश्न असतील. ज्याला त्याला आपापले प्रश्न महत्त्वाचे वाटतात. ते अटळही वाटतात. प्रश्नांनी अस्वास्थ्य येतं आणि ते सुटण्यानं जातं - अशी अनेकांची धारणा असते. त्यानुसार ती माणसं प्रयत्न करीत असतात. ज्यांना कुठलाच प्रश्न नाही अशी माणसं विरळा - ती एकतर मुक्त किंवा अनेकदा विचारच न करणारी !

वैयक्तिक बाबतीत आरोग्याचा प्रश्न, शिक्षणाचा प्रश्न, करियरचा प्रश्न, नोकरीचा प्रश्न, पैशाचा प्रश्न, पतीपत्नींचे प्रश्न, नातेवाईकांचे प्रश्न - असे अनेक प्रश्न पडलेले असतात. त्या प्रश्नाचं उत्तर मिळालं की आता अस्वस्थता जाणार आणि स्वास्थ्य येणार, अशी समजूत असते. तो प्रश्न सुटला की ती समजूतच होती, हे लक्षात येतं. बेरोजगाराला रोजगार मिळाला की प्रश्न सुटल्यासारखा वाटतो, पण तिथल्या कटकटी आणि अनिश्चिततेचे प्रश्न उभे राहतात. स्वतःची जागा नाही म्हणून तो प्रश्न सोडवण्यासाठी प्लॉट घेतला की, त्याच्या सुरक्षिततेसाठी कुंपणाचा प्रश्न उभा राहतो. अविवाहिताला पत्नी मिळाली की तिची जबाबदारी, मत, मन सांभाळणं, असे अनेक प्रश्न रोज उभे राहतात...!

तेच सामाजिक प्रश्नांबद्दल असतं. रहदारीचे नियम करून प्रश्न सोडवला की, नियम मोडणाऱ्यांवर कारवाईचे प्रश्न उभे राहतात. पहिल्या धर्मानं झालेले प्रश्न सोडवायला अधिक निर्दोष धर्मनिर्माण केला की,अशा वेगवेगळ्या धर्मांचे संघर्ष आणि नव्या धर्मातले दोष हे प्रश्न उभे राहतात. साधी देणगी द्यावी तर दुरुपयोगाचा प्रश्न उभा राहतो...!

प्रश्नांची उत्तरं नवीन प्रश्न निर्माण करणारी ठरतात. कारण, मन सरळ, शुद्ध नाही ! आपल्यापुरतं ते सरळ, शुद्ध कसं होईल हे पाहणं, हा खरा उपाय आहे ! आपल्या मनाचा प्रश्न सुटला की,जगातल्या प्रश्नांचा प्रवास सुरू राहिला तरी,आपल्याला शांती राहते, स्वास्थ्य राहतं!

७८. सुबत्तेनं आपली वृत्ती बिघडत नाही ना, हे पाहात असावं !

विपन्नावस्था, गरीबी, टंचाई, चणचण, प्रतिकूलता - अशा गोष्टी कुणाला सहसा आवडत नाहीत. प्रगती व्हावी, शिक्षण मिळावं, चांगली नोकरी मिळावी, पैसा मिळावा, गाडीवाहनं घ्यावी, व्यापारउदीम उत्तम चालावा - अशा सामान्यपणे कुणाच्याही अपेक्षा असतात. एक प्रगती म्हणून त्या रास्त आहेत. त्यासाठी लागणारी धडपड, कष्ट हे त्याच्यात्याच्या कुवतीनुसार तो करतोही. त्याला मिळणाऱ्या संधी जर त्यानं वेळोवेळी घेतल्या, अचूक प्रयत्न केले, तर त्याला यशही येतं.

असं घडत चाललं की घरदार, पैसा, आरोग्य, सामाजिक प्रतिष्ठा, शब्दाला मान - अशा अनेक प्रकारानं त्याच्या जीवनात समृद्धी येते. पैशासाठी, माणसांसाठी, वस्तूंसाठी कुठली गोष्ट नडत नाही. अशा अर्थानं जीवनात समृद्धी यावी, सुबत्ता यावी, अनुकूलता यावी - हे सारं चांगलं आहे. ते तसंच टिकून राहावं, वाढतं राहावं, हेही चांगलं आहे.

याचवेळी नेमकं सावध राहण्याची गरज असते. वास्तविक सगळ्या बाजूंनी सुबत्ता असताना, सावध राहण्याची गरज कुणाला वाटणार नाही, कदाचित पटणारही नाही. पण ती गरज नेमकी इथंच असते. ज्यावेळी जवळ काही नसतं, त्यावेळी माणसांची गरज वाटते, कुणी केलेले उपकार लक्षात राहतात, पैसा नसतो त्यावेळेला मिळणारा प्रत्येक रुपया महत्त्वाचा वाटतो, खर्च करताना जपून खर्च करावा, असं वाटतं. एखाद्याकडून आपलं काम झालं नाही, तरी त्याचा फारसा राग येत नाही,अपमान वाटत नाही.

पण असं आढळेल की, सुबत्तेनं अशा विधायक वृत्ती नकळत जातात. अनावश्यक खर्च, चैन, मानअपमान - अशा अनेक विघातक वृत्ती कधी वाढतात, ते कळतही नाही. त्यानं आपलं नुकसान होतं, संबंधांचं, समाजाचंही. म्हणून, सुबत्ता येताना वृत्ती बिघडत नाहीत ना, याबद्दल सावध असावं !

७९. अतिगतीनं, अधिक प्रगतीपेक्षा अधोगतीच जास्त घडते !

ज्यांना खूप आणि लवकर प्रगती व्हावी असं वाटत असतं, ते आपली कामांची गती वाढवतात. खूप कामं करतात. आपली वाहनं अधिक वेगानं चालवतील, दोन्ही हातांनी मोबाईल चालवतील, एकाच वेळी अनेक जणांशी फोनवर बोलतील, एका दिवसात खूप कामं बसवायचा प्रयत्न करतील. असे लोक अधिकारी असतील तर, हाताखालच्या लोकांकडूनही ते पिळवणूक केल्यासारखं काम करून घेतील. मालक असतील तर, नोकरांकडूनही असंच वेगानं, जास्त प्रमाणात, अधिक वेळ काम करण्याच्या अपेक्षा बाळगतील.

याला पहिल्या टप्प्यात यश आल्यासारखं वाटेल. जसं, जास्त पीक यावं म्हणून रसायनं वापरल्यानं पहिला काही काळ अमाप पिकं आली. तशी खूप प्रगती होत असल्याचं दिसेल. पण हे सारं निसर्गाच्या विरुद्ध आहे. त्यामुळं त्याचे दुष्परिणाम हे थोडे सावकाश दिसतील, पण विघातक असतील. खूप काम केल्यानं, उत्पादन केल्यानं पैसा भरपूर मिळेल, रसायनानं पिकं वाढावी तसा. पण नंतरमातीचीपीक देण्याची नैसर्गिक गती बिघडवल्यामुळं,ती जमीन आता नेहमीपेक्षाही कमी पीक देऊ लागते,नापीकही होते. तसंच पिळवणूक करणारं काम केल्यामुळं, कामगार सोडून जाताना दिसतील. टिकून राहिलेच तर त्यांचं आरोग्य, कार्यक्षमता कमी होत चाललेली दिसेल.

योग्य वेगानं जाणारी गाडी थोडी सावकाश गेल्यासारखी वाटली तरी सुरक्षितपणे जाईल, ठरल्या वेळी ठरल्या ठिकाणी पोचावी तसं नेहमीच्या गतीचं असतं. उलट अतिगतीनं अनेकदा शेवटी त्याचवेळी पोचायला होतं तर, अनेकवेळा अशा अतिगतीनं जाणाऱ्या वाहनांचेच जास्त अपघात होतात. तसं, जास्त गती ही पैसा देईल पण, अत्यंत मोलाची माणसं गमावील आणि त्याहीपेक्षा मोलाचं आरोग्य गमावील. अकाली, असाध्य, दुर्दैवी आजार निर्माण करील. म्हणून, अतिगतीनं अधोगती होण्यापेक्षा,मध्यम गतीनं निश्चित प्रगती साधावी, हे उत्तम !

८०. मनानं शांत, अंतरावर किंवा उंच गेल्यावर आयुष्य तपासता येतं!

ज्यांनाआपलं जीवन समृद्ध असावं पण त्यापेक्षाही शांत, समाधानी असावं, असं वाटतं, त्यांच्यासाठी हा नम्र, अनुभवी लेखनप्रपंच आहे. असं म्हणण्याचं कारण, काहींना आपलं आरोग्य, संबंध, शांती - असं काहीही गेलं तरी चालेल, पण समृद्धी हवी असते. त्यांना अर्थातच अशा शांत, समाधानी जीवनाचं महत्त्व आणि त्यासाठी करायचे प्रयत्न यांचं मोल वाटणार नाही. पण, ज्यांना शांती, समाधानाचं महत्त्व आहे, त्यांना मात्र याचं मोल जरूर कळेल. स्वास्थ्य, शांती, समाधान देण्यासाठी समोर विचारार्थ ठेवलेल्या या गोष्टींवर त्यांनी जरूर विचार करावा. पटल्यास अमलात आणाव्यात.

असं म्हणण्याचं कारण असं की, माणसांची संख्या, संबंधांचे प्रकार, व्यवसायउद्योगांचे प्रकार, कामांचे प्रकार, व्यवहारातल्या गुंतागुंती - अशा अनेक गोष्टींत माणसांचं आयुष्य गुरफटून गेलं आहे. शिवाय, आजच्या जीवनाला खूप गती आहे. कामाच्या तासांना मर्यादा नाही. ताणतणाव वाढलेले आहेत. शक्ती-प्रतिकारशक्ती कमी होत चाललेली आहे. अन्नपाणी निकृष्ट आहे. आपण नक्की कोणता मार्ग चालतो आहोत आणि कुठं पोचणार आहोत, याचा विचार करायलाही वेळ नाही. अनेक गोष्टी जग करतं म्हणून ते करीत आहेत. काही गोष्टी लादल्या गेल्या आहेत. करीत असलेल्या गोष्टी बरोबरचूक ठरवण्याएवढे संस्कार आणि शुद्धविवेकबुद्धीही अनेकांजवळ नाही.अशा स्थितीत दुःख आणि अस्वास्थ्य वाट्याला आलं तर त्यात नवल नाही !

त्यासाठीच हा लेखनप्रपंच.आपली परिस्थिती कोणतीही असो, रोजच्या आयुष्यापासून काही मिनिटं का होईना,अंतरावर जाण्याचा सरावअसावा. थोडं शांत बसण्याचा दिनक्रम असावा आणि काही उदात्त जीवनं-चरित्रं वाचनात, विचारात ठेवण्याचाही सराव असावा. त्यातून सध्याच्या आयुष्यात होत असलेल्या चुकांचं आणि त्यावरच्या उपायांचं ज्ञान उदयाला येईल ! ते अमलात आणल्यानंच आयुष्य समाधानी, शांत होईल !

डॉ. सुहास पेठे यांच्या दर्जेदार व संग्राह्य साहित्याची सूची

(आता डिजिटल स्वरूपात)

१. **ज्ञानेश्वरी : अध्याय नववा : समओवी** : श्री ज्ञानेश्वरी नवव्या अध्यायाची आजच्या सोप्या मराठीतील समओवी

२. **हरिपाठपराग :** श्री ज्ञानेश्वरांच्या हरिपाठातील काही जीवनसूत्रांचे सुबोध विवरण

३. **दर्शन :** आजच्या काळाचे अंतर्मुख करणारे दर्शन घडवणाऱ्या नव्या बोधकथा

४. **कर्तव्याची सश्रद्ध पाऊलवाट :** कर्तव्य निश्चितीसाठी सविस्तर मार्गदर्शन, शंकासमाधानासह

५. **साधनपदावली :** येथे अभ्यास,भजन व चिंतनासाठी घेतली जाणारी निवडक साधनपदे

६. **जपसंकल्प : स्वरूप व पद्धती :** जपाच्या संकल्पांसंबंधी प्रश्नोत्तररूपाने सुबोध, उपयुक्त माहिती

७. **अभंगसाधना :** श्री गोंदवलेकर महाराज यांच्या अभंगांचे साधनदृष्ट्या विवेचन

८. **जाग :** आनंदमय जीवनासाठी सोपी विचारसूत्रे

९. **जीवनजिज्ञासा** : जे. कृष्णमूर्तींच्या विचारांचा सुबोध परिचय

१०. **विचारविश्वाची ओळख :** आपल्या विचारांच्या विश्वाची सर्वांना उपयोगी ओळख

११. **चैतन्यचिंतन :** श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज यांच्या काही बोधवचनांचे सुगम विवरण

१२. **किमया** : प्रकाशमय जीवनासाठी सोपी विचारसूत्रे

१३. **प्रसादकण** : श्री तुकोबांचे नित्योपयोगी चोवीस अभंग व त्यांचे निरूपण

अक्षरायण

१४. **ठेवा** : उपनिषदांतल्या जीवनदृष्टीचे सुबोध व आगळे विवेचन

१५. **संतबोध : भाग १ :** विविध संतांच्या बोधवचनांची निरूपणे

१६. **संतबोध : भाग २** : विविध संतांच्या बोधवचनांची निरूपणे

१७. **संतबोध : भाग ३** : विविध संतांच्या बोधवचनांची निरूपणे

१८. **वृत्त्यंतरप्रकाश** : खऱ्या परमार्थाचा श्रीगणेशा करण्यासाठी मोलाची मदत

१९. **नाम** : नामाच्या जिज्ञासूंसाठी सोपी प्रातिनिधिक प्रश्नोत्तरे

२०. **श्री विष्णुसहस्रनाम : एक जीवनशैली** : सहस्रनामांतील निवडक नामांतून उलगडणारी जीवनशैली

२१. **चिंतनक्षण : भाग १ ते १२ (एकत्रित आवृत्ती) :** चिंतनास उपयुक्त अशी एकूण ३६६ बोधवचने

२२. **उपासनेची नोंदवही :** विविध व्यक्तिगत उपासना संकल्पांची पॉकेट साईज नोंदवही

२३. **उत्तरायण - भाग १ :** जिज्ञासू साधकांच्या विविध प्रश्नांना डॉ.पेठे यांनी दिलेली उत्तरे

२४. **शोध :** जिज्ञासू साधकांसाठी जे. कृष्णमूर्तींच्या काही विचारांचा सोपा अभ्यास

२५. **दिशा :** वास्तवावर विचार करण्याच्या काही उपयुक्त कथारूप दिशा

२६. **उत्तरायण - भाग २ :** जिज्ञासू साधकांच्या विविध प्रश्नांना डॉ.पेठे यांनी दिलेली उत्तरे

२७. **मुलांच्या गोष्टी पण सर्वांच्यासाठी :** मुलांसाठी उद्‌बोधक व रंजक गोष्टी - मोठ्यांनाही उपयोगी पडतील अशा

२८. **बासरी :** जीवनसंगीत सुरेल करण्यासाठी काही कथामय बोध

२९. **उपासना :** खऱ्या उपासनेची गरज, स्वरूप, शंका यांचा सोपा उलगडा

३०. **श्री ज्ञानेश्वरी : अध्याय बारावा : समओवी :** श्री ज्ञानेश्वरी बाराव्या अध्यायाची आजच्या सोप्या मराठीतील समओवी

अक्षरायण

३१. **कृपापदावली भाग : १ :** भजन, चिंतन, मनन यांसाठी निवडक अभंग, पदे, नव्या आरत्या, नव्या नमनमाला, नवे नित्यपाठ, श्लोक, प्रार्थना इत्यादी

३२. **कृपापदावली भाग : २ :** भजन, चिंतन, मनन यांसाठी निवडक अभंग, पदे, नव्या आरत्या, नव्या नमनमाला, नवे नित्यपाठ, श्लोक, प्रार्थना इत्यादी

३३. **साधनपदावली भाग १ :** भजन, चिंतन, मनन यांसाठी संतांचे निवडक अभंग, पदे भूमिकेसह

३४. **सारविस्तार भाग : १ :** चिंतनक्षण वचन क्र. एक ते आठ वरील ९ निरूपणे

३५. **साधनप्रेरणा :** नित्योपासनेसाठी संतछायेतील संतप्रतिमा व नमनमाला यांचे डेस्कटॉप कॅलेंडररूपाने दर्शन, गुरुपदपप्रतीक व आरत्यांसह

३६. **मेरी यात्रा (हिंदी) :** हिंदी कविताओं में निबद्ध साधन-यात्रा

३७. **बोधपाठ :** आधुनिक नित्यपाठ, २७ अभंग, विवरण, विश्वात्मकाच्या आरतीसह

३८. **एकाध्यायी विचारगीता : (विवरणासह) :** आदर्श मानवी जीवनासाठी आचरणीय विचारांचे मोजके सार

३९. **सृष्टिसंदेश : (विवरणासह) :** जीवनाला विधायक दिशा देणारे २७ अभंग सृष्टीच्या आरतीसह

४०. **गुरुतत्त्वतरंगिणी :** गुरुतत्त्वाच्या कार्याचे तीन अध्यायांत सुबोध श्लोकबद्ध विवरण

४१. **श्री ज्ञानेश्वरी : अध्याय नववा : समओवी पारायणप्रत**

४२. **नाम (इंग्रजी आवृत्ती) : The Simplest Path For Spiritual Liberation**

४३ ते ५४. **चिंतनक्षण : भाग १ ते १२ (स्वतंत्र छोटी पुस्तके) :** डॉ. पेठे यांची चिंतनास उपयुक्त अशी बोधवचने

५५. **शिदोरी :** व्यक्तिगत, सामाजिक व पारमार्थिक हितासाठी विचारमंथन

५६. **विचारविसावा :** विसावा देणारी विचारांची विद्या

अक्षरायण

५७. सारविस्तार भाग २ : चिंतनक्षण वचन क्र. नऊ ते तेरा वरील ७ निरूपणे

५८. महाराजांची शाळा : श्री गोंदवलेकर महाराज यांच्या कल्याणकारी उपदेशाचं लहान थोर सर्वांना उपयोगी ठरू शकणारं सोपं विवरण

५९. साधनपदावली भाग २ : भजन, चिंतन, मनन यांसाठी संतांचे निवडक अभंग, पदे भूमिकांसह

६०. आरतीपुष्पमाला : डॉ. सुहास पेठे रचित विविध नवीन आरत्या

६१. विनवणीची वाणी : चौदा आर्त अभंग प्रास्ताविक व निवेदनांसह

६२. श्रद्धेची पहाट : खऱ्या सुखाचा वास्तवाधार कथारूप बोध..

६३. उपासनामाला : येथे केल्या जाणाऱ्या विविध उपासना

६४. पावनपथ : श्री कृष्णदास महाराजांचा जीवन पावन करणारा उपदेशमार्ग

६५. अनुभवपुष्पे - भाग १ : चिंतनासाठी काही अनुभव-वचने

६६. कृतज्ञतामार्ग : कृतज्ञता या गरजेच्या गुणाचं सार्वत्रिक महत्त्व, जन्मभर व मृत्यूनंतर आचरणासाठी कालोचित, सोप्या, सार्वत्रिक कृती, सर्वांना स्वतंत्रपणे सहभागी होता येण्यासारखे मराठी मंत्र

६७. ज्ञानेश्वरीच्या प्रकाशात : आजच्या जीवनासाठी ज्ञानेश्वरीची सोपी ओळख

६८. श्री ज्ञानेश्वरी अध्याय नववा : समओवी : (मोठ्या आकारातील विशेष आवृत्ती)

श्री ज्ञानेश्वरी नवव्या अध्यायाची आजच्या सोप्या मराठीतील समओवी

६९. संतबोध : भाग ४ : विविध संतांच्या बोधवचनांची निरूपणे

७०. श्री रमणमहर्षीकृत उपदेशसार : मूळ श्लोक मराठी समश्लोकीसह

७१. उत्तरायण -भाग ३ : जिज्ञासू साधकांच्या विविध प्रश्नांना डॉ.पेठे यांनी दिलेली उत्तरे

७२. अनुभवपुष्पे - भाग २ : चिंतनासाठी काही अनुभव-वचने

७३. श्रद्धा : श्रद्धा या विषयावरची सोपी प्रातिनिधिक प्रश्नोत्तरे

७४. अनुभवपुष्पे - भाग ३ : चिंतनासाठी काही अनुभव-वचने

७५. अर्घ्य : ज्यांचे उपकार फिटत नाहीत, त्यांच्यासाठी समजून केलेल्या प्रातिनिधिक कृती, काही कथांच्या रूपानं

७६. जीवनचिंतन : दैनंदिन आयुष्यातल्या छोट्या गोष्टींतला मोठा बोध

७७. स्वास्थ्यसंवाद : मनःस्वास्थ्यासाठी सर्वांना उपयुक्त, सोपा सुसंवाद

७८. वचनांजली भाग १ : श्री पेठेकाकांच्या प्रवचने, निरूपणे व साहित्यातील निवडक संपादित वचने

७९. अक्षरायण : आनंदप्राप्तीसाठी 'अक्षर' चिंतनसूत्रं

८०. वचनांजली भाग २ : श्री पेठेकाकांच्या प्रवचने, निरूपणे व साहित्यातील निवडक संपादित वचने

८१. भावगीता : श्रीमद्भगवद्गीतेचा मराठी समश्लोकी भावानुवाद

***

अक्षरायण

रोजच्या सुखदुःखाच्या हेलकाव्याच्या प्रसंगांत शाश्वताची, अक्षराची खूण देणारी विचारांची वीज चमकून जात असल्याचा, अनेकांना अनुभव येत असेल. ते शाश्वत संदेश वेळीच टिपले, लक्षात ठेवले, त्यातून शिकलो तर, असे हेलकावे नक्की कमी बसतील. आयुष्य शाश्वत विचारांनी आनंदमय होईल. यावेळचा प्रयास फक्त पंचवीस ओळींत केला आहे. तो वाचन सोपं व्हावं, नित्य व्हावं आणि चिंतन जास्त व्हावं यासाठी ! साऱ्या आयुष्याचा विचार करायचा असल्यामुळं, विषयाचं बंधन न ठेवता थेट सत्य बाजू समोर ठेवल्या आहेत ! वियरणाला, उवाहरणांनाही अर्थातच, इच्छा असूनही बंधन पडलं आहे, हे कृपा करून समजून घ्यावं.