

नको खेद करू!

मानवी शक्ती, बुद्धी आणि व्यक्तित्वाला मर्यादा असतात. सध्याच्या आत्मकेंद्रित स्पर्धेच्या युगामध्ये त्या समजून घेता न आल्याने किंवा त्यांचे योग्य व्यवस्थापन करता न आल्याने मनुष्य मानसिक दौर्बल्याने ग्रसला गेला आहे. आयुष्याची कसरत करताना अनेक आघाड्यांवर उदभवणाऱ्या अडथळांमुळे व अपयशामुळे अधिकाधिक जणांना वैफल्य, नैराश्य येताना दिसत आहे, तर काही जण आत्महत्येसारख्या विनाशकारी आणि अविवेकी कृतीलासुद्धा बळी पडताना दिसत आहेत. अमेरिकेसारख्या आर्थिकदृष्ट्या समृद्ध देशातही ८० ते ८५ टक्के जनतेला नैराश्यामुळे आयुष्यात कधी ना कधी तरी मनोवैज्ञानिकांचे सहाय्य घ्यावे लागते ही सत्य परिस्थिती आहे. अजून तरी हिंदुस्थानात हे प्रमाण त्यामानाने कमी आहे त्याला कारण म्हणजे हिंदुस्थानींचा प्राचीन आध्यात्मिक वारसा. अध्यात्म ही वस्तुतः एक मनोवैज्ञानिक कार्यशाळा असते आणि सगळे सत्पुरुष हे त्या कार्यशाळेतले मनोवैज्ञानिकच असतात. आध्यात्मिक प्रगतीआड येणारे काम, क्रोध, मोह, मद, मत्सर आणि दंभ हे षड्विकार ही खरे तर मनाची आजारपणेच आहेत, याचे नेमके ज्ञान सत्पुरुषांना असते. आध्यात्मिक विचारांच्या श्रवणाने मनुष्याचे मन वैदिक संसाराशी संलग्न होऊ लागले की, आत्मकेंद्रीतपणाच्या कुंपणापलीकडे जाऊन त्याच्या आचारविचारांची कक्षा रुंदावते. याकरिताच नामस्मरण, ध्यान, मंत्र-स्तोत्रादी पठण, यज्ञ, सेवा यांसारखी सत्कर्म करण्याची सवय मनाला आणि देहाला लावण्याचा उपदेश संत-सत्पुरुषांनी सातत्याने केलेला आढळतो. नामात आपलं चित्त अडकवलं किंवा समाजाच्या सेवेमध्ये मोकळा वेळ घालवला तर स्वतःच्या शुद्ध स्वार्थाचे विचार करायला वेळ राहत नाही व मानसिकताही राहत नाही; पर्यायाने मनोरुग्णत्वाचा, मानसिक दौर्बल्याचा प्रश्नच येत नाही. जेव्हा, 'मला हे मिळालं नाही, ते मिळालं नाही, हा माझ्याशी असा वागतो, हा मला वाईट म्हणतो; अमका माझा तिरस्कार करतो, तमके मला कमी किंमत देतात,' वगैरे आत्मकेंद्रित विचार करायला भरपूर वेळ मिळतो, तेव्हाच भविष्यकालीन नैराश्याची शक्यता वाढलेली असते, कारण मुळात अपेक्षांचं ओझं व्हायला लागलेलं असतं.

जेव्हा अपेक्षाभंग होतो तेव्हा मनाच्या स्वाभाविक प्रसन्नतेची जागा खेद घेतो. हा खेदसुद्धा आपण अनेक प्रकारे निर्माण करीत असतो. भूतकाळातली स्मृती हा पहिल्या प्रकारचा खेद असतो. आजपर्यंत आपल्याला अपयश आलं, मग आताही अपयशच येईल ही खेदाची भावना निर्माण होते. कारण भूतकाळाच्या स्मृतीचं परिवर्तन अपयशाच्या भीतीमध्ये झालेलं असतं. 'जिथे हात घालीन तिथे अपयशच येत' अशा भावनेवर उत्तम उपाय म्हणजे आपल्याकडे प्रचलित असलेली दुसरी एक म्हण अंगिकारावी, 'लाथ मारीन तिकडे पाणी काढीन' आणि कामाला लागवं. यालाच अपयशाला सामोरं जाणं म्हणतात. अध्यात्मातही, 'मला काही ज्ञान नाही, श्रवण नाही, मग मला कसला मोक्ष मिळतोय? मला कसली भक्ती प्राप्त होतेय? असं म्हणून आधीच निरुत्साही होणारे साधक असतात. अशांनी वाल्या कोळ्याचे उदाहरण स्मरणात ठेवावे. वाल्या कोळ्यासारख्या अनेक खून केलेल्या मनोनिग्रहामुळे जे एका जन्मात जमू शकले ते तेवढा निग्रह ठेवला तर आपल्यालाही का जमू नये? भूतकाळातली स्मृती ही अनुभवातून शिकण्यापुरती जरूर ठेवावी, परंतु त्याची भीती किंवा धसका घेऊ नये, अन्यथा भविष्यकाळाचीसुद्धा चिंता निर्माण होते. अनेक प्रसारमाध्यमांतून मिळणाऱ्या बातम्या या सगळ्या भूतकाळात घडून गेलेल्या घटना असतात. सतत भविष्याच्या पडद्याआड पाहण्याचा प्रयत्न करण्याची खोड असलेले व सदैव सुखांचीच अपेक्षा ठेवणारे मन, 'आपल्याबाबतीत पण असंच होणार नाही ना?' ही भविष्याची चिंता निर्माण करते. या सर्वांमुळे निर्माण होणारी तिसरी भावना म्हणजे वर्तमानकाळातली खळबळ! भूतकाळातील स्मृतींना धरून आणि भविष्याच्या चिंतेकडे पाहून मनात सतत चारुणाऱ्या विचारांच्या लाटांमुळे मन क्षुब्ध होतं. त्या क्षुब्धतेमुळे जर जीवनातील कर्तव्य-कर्मात न्यूनत्व आलं, तर भविष्यात पुन्हा त्याचे परिवर्तन खेदपूर्ण वैफल्यामध्ये होत असतं. तंतोतंत भविष्य सांगणारा ज्योतिषी अस्तित्वात नाही, अगदी ईश्वरही तंतोतंत भविष्य सांगू शकत नाही. याचे कारण म्हणजे भविष्यातील ती वेळ येईपर्यंत मधल्या काळात आपल्या हातून जे चांगलं, वाईट कर्म घडलेलं असतं त्याचा परिणाम भविष्यावर झालेला असतो. भविष्यकाळ जर एवढा अचूक सांगता आला असता तर, 'सत्कर्म करा' असं सांगायचं काही कारणसुद्धा राहिलं नसतं. वर्तमानकाळातल्या सत्कर्मचा परिणाम भविष्यकाळावर घडवून मगच वर्तमान क्षण हा भूतकाळात जमा होत असतो.

म्हणूनच प्रत्येक क्षण चांगल्या प्रकारे कसा जगत येईल व त्यातून चांगल्यात चांगलं भविष्य कसं निर्माण करता येईल याचा विचार प्रत्येकाने करणं आवश्यक आहे. एकदा हा विचार मनात पक्का झाला, की आपोआप मनुष्य परार्थद्वारे, सत्कर्मद्वारे स्वकल्याण साधून देणाऱ्या अतिशय उत्तम कार्यात स्वतःला गुंतवून टाकतो. मग मनोवैज्ञानिकच काय परंतु इतर कोणत्याही आधाराची त्याला गरज भासत नाही. स्वार्थी द्वैत भावनेतून उत्पन्न होणाऱ्या वैफल्यग्रस्त विचारांना वावच राहत नाही आणि चांगल्यात चांगलं कर्म घडल्यामुळे भविष्यकाळातील त्याच्या प्रतिक्रियासुद्धा चांगल्याच होतात. आपले भविष्य सुधारून देण्यासाठी सत्कर्म जितके आवश्यक आहे तितकाच ईश्वरीतत्त्वावरील पूर्ण विश्वास आवश्यक आहे. मग कोणी त्या ईश्वरीतत्त्वाला निसर्गतत्त्व म्हणो, वैदिक शक्ती म्हणो, देव म्हणो किंवा आणखी कोणतेही संबोधन देवो. त्या मूळ तत्त्वाला कोणतेही नाव दिले, तरी एकदा का त्यावर विश्वास ठेवला की मग खेदविरहित व आत्मकेंद्रित अपेक्षेविरहित भावनेने केलेल्या प्रत्येक सत्कर्मामुळे भविष्यकाळातील आपले कल्याण त्या तत्त्वाकडून आपोआप साधले जाईल याची खात्री बाळगावी.

आवडीने भावे हरिनाम घेसी!

तुझी चिंता त्यासी सर्व आहे!!

नको खेद करू कोणत्या गोष्टीचा!

पती तो लक्ष्मीचा जाणतसे!!

(एकनाथी हरिपाठ, २३/१-२)

- बापट गुरुजी



शोध

आपली प्रतिक्रिया कळवा



Ads by Guruji

Idea

Click here
to grow
a
virtual
tree

and win
a
BlackBerry®
smartphone
everyday!

Ads by Guruji

Click here to grow a virtual tree

and win a BlackBerry® smartphone everyday!

आपला जीवन साथी आपण आपल्या
समाज मधून च शोधून काढा
Exclusive Matrimony Portal for Maharashtrians

 **marathi™
matrimony.com**
A part of BharatMatrimony.com

  

Register FREE

Brahmin Maratha Kunbi