

सदैव खुष कसे राहणार

हर्षित राहण्यासाठी नेहमी गुणांचे चिंतन -

जर आपल्याला सदैव हर्षित राहायचे असेल तर आपल्याला नेहमी दुसऱ्यांचे गुण बघितले पाहिजे, आणि दुसऱ्यांचे गुण बघण्यासोबतच स्वतःचे गुण सुध्दा बघितले पाहिजे. आपण स्वतःसाठी नेहमी श्रेष्ठ विचार घ्यायचा की, मी परमेश्वराची श्रेष्ठ रचना आहे. मला परमेश्वराने जन्म दिला आहे त्या देवत्व स्थितीचा अनुभव करण्यासाठी, मी ईश्वराची सर्वोत्तम रचना आहे, मी एक शुध्द आत्मा आहे. पवित्र आत्मा आहे, शांत स्वरूप आत्मा आहे. अशा प्रकारे आपण अन्य आत्म्यांच्या प्रति असेच चिंतन करायला पाहिजे की, त्याचे खरे स्वरूप शुध्द आणि पवित्र आहे. परंतु हया वर्तमान वेळेत अज्ञान असल्याकारणाने ते चुकीचा व्यवहार करत नाहीत. हा अज्ञानाचा व्यवहार जास्त काळ राहणार नाही, शेवटी एक दिवस खरे स्वरूप त्यांना नक्की कळेल. बस थोडा वेळ लागेल. त्यासाठी धीरज धरावा लागेल. जर एखादी व्यक्ती क्रोध करत असेल आणि आपण सुध्दा क्रोध करत असू तर ती व्यक्ति न कधी सुध्दरू शकेल न कधी समजू शकेल. अशा वेळेस आपण जर शांत राहिलो, तर ती व्यक्ति सुध्दा शांत होईल, तेव्हा जर आपण आपले बोलणे सांगितले तर त्याला ते समजेल, अश परिस्थित आपण आपल्या स्थितीपासून खाली येता कामा नये, आपण स्वतःला नेहमी आनंदी, हर्षित, झुंबायचं. इथे एक गोष्ट लक्षात येते. एकदा एक व्यक्ति महात्मा बुध्दाच्या समोर गेला, आणि त्यांना नको त्या शिव्या, उलट-सुलट बोलत होता, पण महात्मा अगदी शांत मुद्रेत बसले होते, एक तास भर व्यर्थ बोलल्यावर ती व्यक्ति शेवटी थकून शांत झाली, तेव्हा महात्मा बुध्दाने खूप प्रेमाने अगदी सरळ रितीने प्रश्न केला की जर एखादी व्यक्ति कोणाला वस्तु देत असेल आणि दुसरी व्यक्ति ती वस्तु स्विकार करत नसेल, तर ती वस्तु कोणाकडे राहिल ? शिव्या देणाऱ्या माणसाणे उत्तर दिले की हा कोणता प्रश्न आहे ? ज्याची देण्याची इच्छा आहे. त्या माणसाकडेच राहिल. तेव्हा महात्मा बुध्दांनी अगदी शांत स्वरात म्हटले की तुम्ही सुध्दा जे काही मला देत होते. त्यापैकी मी काहीच स्विकार केले नाही, तेव्हा त्या व्यक्तिला स्वतःची चूक कळली. आणि स्वतःच्या मुखतेचीही जाणीव झाली.

सहनशील व्यक्तीच हर्षित मुख राहु शकतो :- सदैव हर्षितमुख राहण्यासाठी सहनशील असणे जरूरीचे असते.

आपण सहनशील असू तर नक्कीच एक वेळ अशी येईल, जी समोरची व्यक्ति नक्कीच बदलेल, कधीच असा विचार करू नये की, आपण दुसऱ्यांला बदलू शकू, ती तर स्वतःहून बदलेल पण, आपण दुसऱ्यांना बदलण्यापेक्षा स्वतःला बदलले पाहिजे. आपले विचार बदलले पाहिजे, मनुष्य देहअहंकारात येऊन हाच विचार करतो की, मी बदला घेऊन, त्याला बदलेल, पण असा विचार करणे चुकीचे आहे, कारण जेथे नकारात्मक शक्ती काम करते, तेथे परिणाम सुध्दा नकारात्मकच होतात, पण याने समाजाला सुख मिळेल ? काय याने समाजाला शांती मिळेल ? जर समाजात सुखशांती पाहिजे असेल तर आधी सुख शांतीची अनुभूती स्वतः करायला पाहिजे. आपण त्यासाठी सहनशील बनावे लागेल. प्रत्येक परिस्थितीमध्ये पाहिजे, त्यासाठी सहनशील बनावे लागेल. प्रत्येक परिस्थितीमध्ये अलिप्त राहण्याची सवय लावावी लागेल. मान मिळो वा अपमान नेही परिस्थितीमध्ये समान राहावे लागेल, कोणी प्रशंसा करते असेल तर ती स्विकारू नये, कारण ज्याने आपल्याला या प्रशंसेच्या लायक बनवलंय तो त्या प्रशंसेचा अधिकारी आहे, वास्तविक प्रशंसेचा पात्र परमेश्वरच आहे, ती प्रशंसा परमेश्वराला अर्पित करावी. पण जर कोणी निंदा केली, तर ती आपण स्वीकारू नये, परंतु असा विचार करायचा की, याने माझी निंदा केली नाही तर त्याने स्वतःच मुख खराब केले, मला तर काहीच झाले नाही. माझी निंदा म्हणजे परमेश्वराची निंदा अहो. कारण मी परमेश्वराचा मुलगा आहे. जर कुणी एखाद्या मुलाचे गुण बघितले तर, महिमा केली तर त्यांना समावून घेतो, कारण त्याला माहित आहे की, माझ्या मुलाची निंदा म्हणजे माझीच निंदा, अशा प्रकारे जर कोणी माझी निंदा करतो म्हणजे ती परमेश्वराची निंदा आहे. असे करून पापात अजूनच भरच पडते, अशा आत्म्याच्या प्रति शुभ भावना, शुभ कामना झेवून त्याला िडि (पाणी) ज्ञानामृत देत राहिलो तर नक्कीच ती व्यक्ति बदलेल, अशा विचारांनी आपण कोणत्याही परिस्थितीमध्ये आनंदी व हसतमुख राहू शकू.

आजारपणात सुध्दा हर्षितमुख राहता येते :- बऱ्याच वेळा काही आजारपण आले तर बरेच लोक स्वतःच्या भाग्याला वा परमेश्वराला दोष देतात, हाय! माझे कर्म, हाय, हे काय झाले? हे परमेश्वरा तु काय केलेस माझ्यासोबत, पण तरीसुध्दा आपण आजारपणात हा विचार करावा की, रोग या शरीराला झाला आहे. मी तर एक आत्मा आहे, मी आत्मा तर शुध्द आहे, शक्तिशाली आहे, शांत आहे, ह्या संकल्पाद्वारे आपण स्वतःला शरीरापासून न्यारी एक शक्तिशाली आत्मा आहोत हा अनुभव करू, असा विचार केल्याने आपण नेहमी हर्षित राहू शकू.

मनात हा विचार करा की, ही शरीर तर परमेश्वराची (भेट) अमानत आहे, असा विचार जो करतो त्याचा शीरात मोह राहणार नाही. पण त्याला प्रेमाणे सांभाळाल. कोणाच्याही अमानतला प्रेमाने सांभाळले जाते. आपण परमेश्वराला हेच म्हणतो की, हे परमेश्वरा हे तन-मन-धन सगळं काही तुझे आहे. तुझे तुला अर्पण असो, परमेश्वरा जर काही परमेश्वराचीच अमानत आहे, तर मग दुख का व्हावं? जर एखादं ।ारीरिक आजार असला तरी सुध्दा ते एक कर्माचे हिसाब-किताब आहे. आणि एक ना एक दिवस तो हिसाब-किताबच चुत्कू होणारच आहे.

बहुतेक वेळा एखाद्या गीीर आजारपणात रोग्याला मृत्यूची भीती वाटते. वास्तविक बघता मृत्युची भीती हे तर आज्ञान आहे. मृत्यू हे तर अटळ सत्य आहे. ज्याला सहर्ष स्विकारले पाहिजे. कारण एक ना एक दिवस प्रत्येकाला मरायचंच आहे. कोणतीही व्यक्ति सदैव नेहमीसाङ्गी जीवंत राहू शकत नाही. एवढ्या सगळ्या व्यक्ति ह्या संसारात आल्या आणि गेल्या. सगळ्यांनाच एक दिवस जायचे आहे, तर मग मृत्युला सुध्दा आनंदाने स्विकारायला पाहिजे आणि सदैव हर्षित राहायला पाहिजे. दुखी माणसासोबत स्वतः दुखी व्हायचे नाही, तर आपल्या हर्षित चेहऱ्याद्वारे स्थिती द्वारे दुसऱ्यांना सुध्दा हर्षित बनवायचे, तेव्हाच आपण म्हणू शकू आपण खरी सेवा केली.

- ब्रह्माकुमारीज् वार्ता फिचर्स
www.bkvarta.com