

सकारात्मक व नकारात्मक विचार

आपण विचारांना साधारण रूपात घ्यायला नाही पाहिजे. साधारणतः लोकांना असे वाटते की, दूसरे लोक त्यांच्या विचारांबद्दल जाणत नाहीत किंवा जाणू शकत नाहीत आणि केवळ तसा विचार केल्याने काही होत नाही. परंतु प्रत्येक विचार अवचेतन मनात एक लिंक बनवितो आणि पूर्ण व्यक्तित्वाचा एक अंश बनतो. व्यक्तित्व आमच्या अवचेतन मनात अंकित प्रभावांचा एकूण योग्य असण्या व्यरिक्त काहीच नाही.

एक शक्तीशाली विधायक मन कोणत्याही नकारात्मक विचारांची स्पंदने वा आत्म-इंद्रिय आक्रमणचे एका निश्चित प्रतिकारक आहे. त्यांच्या चाहूकडे एक शक्तीशाली आभा मंडल असते. ज्यास नकारात्मक विचारांचे स्पंदन भेदू शकत नाही. अशा व्यक्तिकडे निर्देशित विचार त्यास प्रभावित न करता वापस जातात. व्यक्तित्व आपली मानसिक शक्ती आणि विधायकतेचा विकास योग, एकाग्रता, मेडिटेशन आणि प्रत्येक दिवसाच्या कार्यात स्वतः ला विधायक बनून ठेवण्याचा सजगतेने अभ्यास केल्याने करू शकतो.

आमच्या चहूकडेचे वातावरण सर्व प्रकारच्या विचारांच्या स्पंदनांनी भरलेले असते. अतिन्द्रिय आकर्षणाच्या नियमानुसार जेव्हा आपण कोण्या वस्तूच्या संबंधात विचार करतो तेव्हा आपण त्या विचारांच्या वातावरणातून त्याच प्रकारचे विचार आकर्षित करतो. जर आपण त्याच्यांशी संबंधित बऱ्याच वाईट विचारांना बघून आश्चर्यचकित राहाल. अशाच प्रकारे आपण कोण्या चांगल्या वस्तूबद्दल विचार करीत आहात तर आपण आपल्या मनात अचानक त्याच प्रकारचे चांगले विचार आणि धारणांना प्रगट होतांना बघून आश्चर्याने भरून जाल. यावरून हे स्पष्ट होते की, एक वाईट विचार आपल्या स्थितीला आणखीनच खराब बनवू शकतो व एक चांगला विचार कशा प्रकारे आपल्या स्थितीला आणखी उंच उठवू शकतो. नकारात्मक विचार आपल्या मनाला अशांत, बेचैन, उद्धीग्न आणि अशुद्ध बनवितात तर श्रेष्ठ विचार त्यास शक्ती प्रदान करतात आणि शुद्ध बनवितात. म्हणून हा प्रश्न केवळ एका विचारासाठीचा नाही हे प्रत्येक विचार आपल्या मनाच्या स्वास्थ्यावर एक निश्चित प्रभाव टाकतो.

आपल्या शरीराच्या चाहूकडे जो अदृश्य प्रकाश किंवा तेज राहते त्यास आभा मंडल म्हणतात. याची गुणवत्ता आपल्या शारीरिक आणि मानसिक स्वास्थ्यावर अंवलबून असते. जर आपले मन सदा प्रसन्न आणि शांतीने पूर्ण असेल तर आपल्या आभा मंडळाची गुणवत्ता खूप चांगली असेल. या आभा मंडळाचा अथवा त्याच्या स्पंदनांचा खेळ आपल्यालाच लाभ होणार नाही तर आपल्या संपर्कात येणाऱ्या सर्व लोकांना होईल. अशा व्यक्तित्वाचा जवळ एक थकलेले, हारलेले आणि बेचैन मन त्याच प्रकारे

शांतीचा अनुभव करते जसे एक तहानलेला मनुष्य पाण्याजवळ पोहोचल्यावर करतो. या स्थळावर आभा मंडळाच्या स्पंदनांना आणि विचारांच्या स्पंदनांमधील अंतराला स्पष्ट रूपाने समजायला हवे.

एक व्यक्तित्व जर घृणा, द्वेष, क्रोध, आणि लोभासारख्या हानिकारक वा नकारात्मक विचारांनी भरलेले असेल तर त्याच्या जवळ राहणाऱ्या व्यक्तित्वांमध्ये सुद्धा तसेच विचार उत्पन्न होतात. याचप्रमाणे प्रसन्नतेने पूर्ण आणि श्रेष्ठ विचारांचे व्यक्तित्व पूर्ण प्रसन्नतेने आपल्या विचारांनी हास्य-खुशीने भरलेले बनवू शकतो. ज्यामुळे दुःखी व्यक्ति सुद्धा काही काळासाठी खुशीने भरलेल्या व्यक्तित्वात रुपांतरीत होतो. परंतु हे खरे आहे की, एक शक्तिशाली आणि श्रेष्ठ विचारांची मनुष्य नकारात्मक विचारांनी तेवढा प्रभावित होणार नाही, जेवढा की, कमजोर मनाचा व्यक्ती.

नकारात्मक विचार केवळ आपल्या मनात परेशानी तयार करीत नाहीत तर शरीरात उत्तेजना देणारी प्रक्रिया सुद्धा उत्पन्न करतात. ज्यामुळे अनुकंपी स्नायू प्रणालीच्या उत्तेजित घेण्याने शरीरात काही जैविक परिवर्तन होतात. जर कोणत्या व्यक्तित्वाच्या नकारात्मक विचार करण्याच्या सवयीमुळे ही क्रिया निरंतर होत असले, तर स्वंचलित स्नायू प्रणालीमुळे दोन भागात नेहमी राहणारे असंतुलन तयार होते. ज्यामुळे अनेक प्रकारचे मनोशरीरी रोग उत्पन्न होतात.

दुसरीकडे सकारात्मक विचार शरीरात विकास व शांतीची अवस्था आणतात व शरीरात आणखी संतुलन येते. सकारात्मक विचार आपल्या प्राणिक उर्जेत वृद्धी करतात आणि त्याच्या दिशेला उर्ध्वगामी करतात. ज्यामुळे ज्ञानाच्या उपलब्धतेत सहायता मिळेल. या उलट नकारात्मक विचार शरीराची प्राणशक्ती किंवा ऊर्जा घटवितात. आणि त्याच्या दिशेला अधोगामी करतात. ज्यामुळे मनुष्य परमात्म्यापासून दूर होतो किंवा होऊ लागतो. आणि त्याच्यात पशुसारखी प्रवृत्तीकडे आवड उत्पन्न होते. म्हणून विचारांमध्ये सुधारणा करणे आवश्यक आहे.

- ब्रह्माकुमारीज् वार्ता फिचर्स

www.bkvarta.com