

॥ ॐ श्री साईराम ॥

भगवान सत्यसाईबाबांच्या चरणकमलांना वंदन  
प्रश्नोत्तरांच्या सत्रामध्ये आपले स्वागत आहे.

प्रश्न क्रमांक ८९

हेवा आणि मत्सर याविषयी काय ?

उत्तर - सध्या आपल्याला समाजात काही दुष्ट प्रवृत्तींच्या भावना दिसून येतात, मुख्यतः हेवा आणि असूया या वृत्ती दिसून येतात. हे जास्त करून शिक्षित समाजात, तथाकथित सुधारलेल्या, सभ्य म्हणवल्या जाणाऱ्या समाजात हे दिसून येते. शहरी समाजात हेवा आणि मत्सराची वृत्ती अधिक असते. हे आपल्याला ग्रामीण भागात दिसून येत नाही. तसेच समाजातील खालच्या वर्गातही दिसून येत नाही. कसंही असलं तरी मला जाणवतं की हेवा आणि मत्सर या दोन गोष्टी अधिकतर शिक्षित आणि व्यावसायिक लोकांमध्ये जास्त आहेत. दुर्दैवाने ह्या दोन्ही गोष्टी आता आध्यात्मिक क्षेत्रातही शिरकाव करत आहेत. समाजातले लोक एकमेकांचा मत्सर करताना दिसतात. ते सभा, परिषदा आणि धार्मिक समारंभातही परस्परांचा हेवा करताना दिसतात. त्याचा अर्थ म्हणजे हेवा आणि मत्सर या प्रवृत्तींनी प्रत्येक क्षेत्राला स्पर्श केला आहे. तर त्यासाठी काय करायला पाहिजे ?

सर्वंकष परीक्षण केलं तर हेवा आणि मत्सर हे दुसरं कोणीतरी करत असतं. तुम्ही नाही. जर 'अ' माझा मत्सर करत असेल तर तो 'अ'चा प्रश्न आहे, जर 'ब' हा माझा हेवा करत असेल तर तो 'ब'चा प्रश्न आहे, माझा नाही. म्हणून आपण ह्या बाबतीत अत्यंत स्पष्ट असायला हवं की दुसऱ्या व्यक्तींचा हा स्वभाव आहे आणि तो माझा प्रश्न नाही. कारण ते तुमचा हेवा करतात, किंवा त्यांना तुमचा मत्सरही वाटत असेल हा त्यांचा प्रश्न आहे, तुमचा नाही. आपण त्याकडे तर्कशुद्ध दृष्टीने पाहिलं पाहिजे.

आणखी एक गोष्ट म्हणजे आपण त्यांच्याकडे लक्ष देऊ नये. ते माझ्याबद्दल काय विचार करतात? ते माझा हेवा किंवा मत्सर का करतात? ह्याचा विचार करणं हे माझं काम नाही. मी त्यांच्याकडे त्यांचं काय होत आहे याबद्दल जराही विचार का करावा? त्यापेक्षा मी अंतर्मुख होण्याचा प्रयत्न करू शकतो. अंतर्मुख म्हणजे मी माझा वेळ, प्रार्थना किंवा ध्यानधारणा ह्यामध्ये घालवू शकतो. हा माझा अंतर्मुख प्रवास असतो.

जेव्हा मी अशा अंतर्मुख प्रवासात असतो, त्यावेळी माझ्यावर, माझ्याविषयी वाटणाऱ्या हेव्याचा, मत्सराचा परिणाम होत नाही आणि जेव्हा आपण अंतर्मुख असतो, तेव्हा कुठलीही तक्रार नसेल, कारण त्यावेळी तुम्ही अगदी एकटे असता आणि सभोवती घडणाऱ्या कुठल्याही गोष्टींकडे तुमचं लक्ष नसतं.

उदाहरण म्हणून घ्या, जेव्हा स्वामी तुम्हाला मुलाखतीसाठी बोलावतात, तेव्हा तुम्ही सहजपणे उडी मारून मुलाखतीच्या खोलीत जाण्याचा प्रयत्न करता. तेव्हा जर मी तुम्हाला विचारलं, "पहिल्या रांगेत बसलेले लोक कोण आहेत? व्हरांड्यात बसलेले कोण आहेत?" तुम्ही म्हणाल, "मला माहीत नाही! कारण स्वामींनी मला मुलाखतीसाठी बोलावलं तेव्हा माझं लक्ष तिकडेच होतं. मी मुलाखतीच्या खोलीत कधी जाईन, मी त्यांच्याशी कधी बोलेन? यावरच माझं लक्ष केंद्रित झालं होतं. इतकंच. मी वाटेतल्या कुणाचाही विचार केला नसता, मग तो व्हरांडा असो किंवा हॉल असो." "हाच तो अंतर्मुख प्रवास असतो! आपलं कुणाकडेही लक्ष नसतं. जेव्हा तुमचं दुसऱ्या कुठेही लक्ष नसतं, तेव्हा तुम्ही विचलित होऊ शकत नाही, तुम्ही गोंधळून जाऊ शकत नाही. सरतेशेवटी असं की, आपलं मनच आपले त्रास किंवा गुंतागुंत निर्माण करत असतं.

आता नुसतं हेवा आणि असूया याचं परीक्षण करा. ते समान अर्थाचेच वाटतील, पण ते तसे नाहीत. असूया, मत्सर हे हेव्यापेक्षा जास्त धोकादायक आहेत. हेवा हळूहळू असूयेमध्ये संक्रमित होतो आणि असूया, मत्सर ही सर्वात धोकादायक गोष्ट आहे आणि हेव्याची सुरुवात होऊन कुठल्याही क्षणी ती असूया बनू शकते. दुसऱ्या शब्दात सांगायाचं तर, हेवा म्हणून सुरुवात होते आणि हळूहळू असूयेच्या रूपात मोठी होते.

म्हणून हेवा हा एक प्रकारचा मार्गस्थ झालेली असूयाच असते. पण आपण, सर्व आध्यात्मिक वृत्तींच्या लोकांनी हेवा आणि असूया, मत्सर सोडून दिली पाहिजे. पुष्कळ वेळा स्वामी जेव्हा एखाद्यासाठी अंगठी साक्षात करतात, तेव्हा तो शेजारच्या माणसाकडे नजर टाकेल आणि म्हणेल, "काय? मत्सर का? तुम्हाला त्याच्याबद्दल असूया वाटते का? तुम्ही त्याचा हेवा करता का? स्वामी म्हणतात हेच ते! कारण तो माणूस मनातून हेवा आणि मत्सराच्या ताब्यात जातो. म्हणून जर तुम्हाला खरोखरीच धार्मिक व्हायचे असेल तर तुम्हाला हेवा आणि मत्सर सोडला पाहिजे.

परमेश्वराच्या साक्षीने, विशेषतः भगवानांच्या साक्षीने हेवा आणि मत्सर हे अवगुण हळूहळू निष्प्रभ होतात. जर तुमच्यामध्ये हेवा, असूया हे अवगुण असतील तर ते अवगुण तुम्हाला जास्तच मत्सरी बनवतील; जोपर्यंत तुम्ही हेवा, मत्सर हे अवगुण

पूर्णपणे टाकून देत नाही, तोपर्यंत परमेश्वर तुम्हाला त्यात जास्तीत जास्त अडकण्याचा प्रयत्न करतो, शेवटी तुमच्या लक्षात येईल की या अवगुणांचा काही फायदा होत नाही, त्यामुळे तुम्हाला काहीच मिळत नाही. जोपर्यंत तुम्ही मत्सर सोडत नाही तोपर्यंत तो तुम्हाला जास्तीत जास्त अडकवण्याचा प्रयत्न करतो. शेवटी तुम्ही पूर्णपणे हे अवगुण सोडून देता. हे सगळं भगवानांच्या समोर, त्याच्या इच्छेनेच होत असते. जोपर्यंत भगवानांच्या सहवासात असता, तोपर्यंत हेवा, असूया हे अवगुण स्पर्श करू शकत नाहीत. आपण जसेजसे भगवानांच्या जवळजवळ जात असतो तेव्हा ते जास्त कठोर, कठीण होत जातात. ते तुमच्यामधील हेवा, मत्सर हे चालू देणार नाहीत, त्यांना ते सहन होणार नाही. म्हणून ते तुमची खूपच कठीण, अवघड परीक्षा घेतील की ज्यामुळे तुम्ही ह्या दोन अवगुणांपासून मुक्त व्हाल. त्याच अर्थ असा की दैवी गुरूंच्या सहवासात राहण्याचा हा फायदा आहे. तुम्हाला हेवा आणि असूया यापासून मुक्त करण्याची ते स्वतः जबाबदारी घेतात.

अजूनही काही माणसं या दोन अवगुणांमध्ये अडकलेले असतील, तर ते त्यांचं नशीब! ते त्यांच्या पूर्वजन्मीच्या पापांची पुंजी आहे. ते सोडून देणं हे त्यांच्यासाठी फार कठीण आहे. पण भगवानांचा किंचितही स्पर्श होणं म्हणजे मोठा विजेचा धक्काच असतो की ज्यामुळे तुम्ही हेवा आणि असूया या दुष्ट प्रवृत्तींपासून आपोआपच दूर होता.

आणि आपण जसजसे स्वामींच्या परमात्म्याच्या जवळ जवळ येतो, तेव्हा तुमच्या लक्षात येतं की आपण किती यःकश्चित, क्षुद्र आहोत. जेव्हा तुम्हाला आपण कोणीतरी 'मोठे' आहोत असं वाटतं तेव्हा हेवा आणि मत्सर यांचा प्रश्न निर्माण होतो. तुम्ही एखाद्याबद्दल विचार करू लागता आणि असंही वाटायला लागतं की तो आपल्यापेक्षा जास्त महत्त्वाचा आहे, त्यावेळेस, त्या क्षणी, स्वाभाविकपणेच तुमच्या मनात या दोन - हेवा आणि मत्सर - गोष्टींना जागा मिळते. हीच सर्वांत दुर्दैवाची गोष्ट आहे.

स्वामींच्या निकट येण्यासाठी आपण स्वतःच अस्तित्व नाहीसं करायला पाहिजे. कारण या दोन वृत्तींतून मुक्त झालेला माणूस स्वामींच्या अगदी जवळ जातो. तो त्याचा एक पुनर्जन्मच असतो. तो या दोन्ही अवगुणांपासून मुक्त झालेला असतो.

पण काही लोक असे असतात की या देवस्वरूपाकडे त्यांच्या वैयक्तिक कारणासाठी येतात. ते सर्व भौतिक गोष्टींच्या मागे असतात. उदा. प्रतिष्ठा, श्रेष्ठपद, मालमत्ता, नाव आणि प्रसिद्धी. ह्या सर्व भौतिक गोष्टी आहेत. आणि या कारणांकरता, चुकीच्या कारणासाठी ते या दैवीस्वरूपाकडे येतात.

काही जण राजकारणाच्या निमित्तानेदेखील त्यांच्याकडे येतात. या प्रांतातल्या लोकांमध्ये हेवा आणि मत्सराशिवाय दुसरे काही दिसणार नाही. कारण ते क्षेत्रच तसं आहे. जो माणूस दर्जा, पद, सत्ता मिळवण्याच्या मागे धावत असतो, त्याला स्वाभाविकच वरच्या दर्जाच्या माणसाबद्दल हेवा वाटतो. तसंच नाव आणि प्रसिद्धी, मालमत्ता, याबद्दल आहे. दुसऱ्या शब्दात सांगायचे तर भौतिक गोष्टींच्या मागे धावणं म्हणजे या दोन अवगुणांची वाढ करायला मदत करणं.

पण आध्यात्मिकतेतचं तसं नसतं. तुम्हाला तुमचं अस्तित्व नाहीसं करावं लागतं. तुम्ही ते अवगुण जितक्या लवकर सोडाल, तितकं ते चांगलं आहे. ज्यांना हे दोन दोष घालवता येत नाहीत, ते हेच दाखवून देतात की ते स्वामींकडे काही चुकीच्या, गैर कारणासाठी आलेले असतात. राजकीय तर नाहीच. अशा माणसांनी राजकीय हेतूसाठी स्वामींकडे येवू नये. ते आध्यात्मिक प्रगती किंवा उन्नती करून घेण्यासाठी स्वामींकडे आलेले नसतात. दैवी शक्तीपुढे तुम्ही खोटे नाटक करू शकणार नाही. तुम्ही नम्र दिसण्याचा प्रयत्न कराल, पण त्या नम्रपणात कृत्रिमता असेल, खोटेपणा असेल. जोपर्यंत तुम्ही अहंकार सोडणार नाही, जगाच्या दृष्टीने खरे नम्र होऊ शकणार नाही.

सर्वांत महत्त्वाचं म्हणजे, आपल्याला आपल्या स्वतःच्या बाबतीत खूप ठाम, खंबीर राहिलं पाहिजे. आपल्यातील प्रत्येकाने. दुसरी कोणी व्यक्ती तुमच्यावर लक्ष ठेवणार नाही किंवा तपासणी करणार नाही. माझं मलाच परीक्षण करू द्या. माझ्या ठिकाणी हेव्याची भावना आहे का? मी कुणाचा मत्सर करतो का? स्वतःला तपासा, स्वतःचे मूल्यमापन करा! आपणच स्वतःची चिकित्सा करा. या मार्गक्रमणाला ते खूप सहाय्यभूत ठरेल. परमार्थनिष्ठा अधिकाधिक वाढवण्याचा तोच मार्ग आहे आणि परमेश्वराच्या जवळ जाण्याचा फक्त तो एकच मार्ग आहे. तुम्ही माझ्यासमोर मांडलेल्या हेवा आणि मत्सर याबद्दलच्या प्रश्नांचं हेच उत्तम मी देऊ शकतो.

आता दुसऱ्या प्रश्नाकडे वळू.

\*\*\*

## प्रश्न क्रमांक १०

आपल्याला असे काही लोक भेटतात की जे नेहमी गंभीर असतात, चिंताक्रांत दिसतात आणि सतत दुसऱ्यावर चिडलेले असतात. राग हाच त्यांचा मूळ स्वभाव आहे असं वाटतं. ते फक्त दुसऱ्यावर ओरडतात एवढंच. आपल्याला असे बरेच लोक

दिसतात. आणखी काही लोक काही कारण नसताना दुसऱ्याचा हेवा करू लागतात. काही कारण नसताना! पण अशीही काही माणसं असतात की जे तुमच्यावर खूप प्रेम करतात आणि काही लोक तुमचा कायम मत्सर करतात. समाजामध्ये असे निरनिराळ्या गुण-अवगुणांचे लोक भेटतात. म्हणून जे लोक माझ्यावर चिडतात, किंवा माझा हेवा करतात, माघा मत्सर करतात, त्यांना मी कशा तऱ्हेने वागवू शकेन?

उत्तर - त्याचं उत्तर फारच सोपं आहे. तो माणूस तुमच्यावर चिडत असेल, तुमच्यावर प्रेम करत असेल, तुमचा द्वेष करत असेल किंवा असं काहीही असेल, तर त्यामुळे तुमच्यामध्ये काहीही फरक पडणार नाही. तुम्ही आहात तसेच राहाल. आपल्याला आपल्या दैवी स्वरूपाकडून हेच शिकायचे आहे. काही लोक तुमची स्तुती करतील, तर काही लोक तुम्हाला खड्ड्यात ढकलण्याचा प्रयत्न करतील. पण जर तुम्ही रागाच्या आहारी गेला नाहीत, किंवा त्याविषयी उगीच चिंता केली नाहीत तर काय होईल?

भगवानांना एक उदाहरण दिलं, “काही लोक माझ्यावर टीका करणारे आहेत, ते एखाद्या पर्वताच्या आकाराचे आहेत. असेही काही लोक आहेत जे माझी स्तुती करतात, जे मला पूज्य मानतात, तेदेखील पर्वताच्या आकाराचे आहेत. मी दोघांनाही आशीर्वाद देतो, कारण त्यांना त्यापासून आनंद होता. एक जण माझ्यावर टीका केल्याने आनंदी होतो तर दुसऱ्या माझी स्तुती केल्याने. पण मी दोघांनाही आशीर्वाद देतो कारण तुमचा आनंद तोच माझा आनंद असतो.” असं भगवान म्हणाले.

म्हणून स्तुती करणं किंवा दोष देणं याचा आपल्यावर कोणत्याही प्रसंगी काडीमात्र परिणाम व्हायला नको. त्यामुळे आपल्यात कसलाही बदल व्हायला नको. आपण त्याच समतोल वृत्तीनं राहिलं पाहिजे. मन स्थिर राहिलं पाहिजे, शांत आणि स्थिर राहिलं पाहिजे. ही गोष्ट फार महत्त्वाची आहे. आणि या गुणधर्मांचे विप्लेषण केलं पाहिजे. एखादी व्यक्ती माझा मत्सर करते कारण त्याला हे समजतं की माझ्यामध्ये हा गुणधर्म कमी आहे किंवा त्याचा अभाव आहे. त्याच्यातील हा कमीपणा त्याला माझ्याबद्दल असूया वाटण्यास कारणीभूत होतो. तो प्रश्न त्याचा आहे. तो माझा मत्सर करतो, हेवा करतो कारण त्याच्यामध्ये तो कमीपणा आहे. कुठल्याही परिस्थितीत मी माझ्या मनाची स्थिती...

ठीक आहे. आपण त्याकडे या एका दृष्टिकोनातून पाहू. तुम्हाला असं वाटतं की कुणी एक तुमचा द्वेष करत आहे. बरोबर ना? तुम्ही असं म्हणण्यासाठी तुमची स्वतःची काही कारणं आहेत. तुम्ही त्या व्यक्तीचं जवळून निरीक्षण करा. आज तो तुमचा द्वेष करत आहे, उद्या तो दुसऱ्या कोणाचा द्वेष करेल. तीन दिवसांनंतर तो आणखी कोणाचा तरी द्वेष करित असेल. कारण द्वेष करणं ही त्याची अंतःप्रवृत्ती आहे. तो कोणा ना कोणाचा तरी द्वेषच करत असतो. सरतेशेवटी तो स्वतःचाच द्वेष करू लागतो. हेच ते; ज्याला ‘स्वतःला निरुपयोगी ठरवणं’ असं म्हटलं जातं. हे मुळीच चांगलं नाही.

आणि आपण आता प्रेमाविषयी विचार करू. अमुक एक जण माझ्यावर प्रेम करतो. किती चांगलं! माझ्यावर प्रेम करायला त्याच्याकडे स्वतःची काही कारणं असतील. स्वामी म्हणतात, “सर्वांवर प्रेम करा, सर्वांची सेवा करा.” म्हणजे प्रेम हा तुमचा गुणविशेष असायला हवा. द्वेष आणि राग हे मात्र नक्कीच नाहीत. एखादा माणूस तुमच्यावर ओरडेल कारण तो रागावलेला असतो, तो तसाच दुसऱ्या कोणावरही रागावेल, नंतर आणखी कोणावर रागावेल, कारण ‘राग’ त्याच्यात भरलेला आहे. कारण राग हा त्याचा स्वभावविषय झालेला आहे. ही गोष्ट कुठल्याही प्रकारे आध्यात्मिक नाही. बंधुभाव, प्रेमभावना, करुणा हे खरोखर आध्यात्मिक, पवित्र गुणधर्म आहेत. हेवा, मत्सर, राग हे नक्कीच नाहीत. देवस्वरूप परमात्म्याच्या सहवासात असताना आपण या गुणांबद्दल जागरूक असलं पाहिजे. ते कुठल्याही क्षणी उभारून येतील.

आता मी काही इतर मुद्दे तुमच्या लक्षात आणून देतो. अमका-तमका माझ्यावर इतका का चिडला? हे आपण समजून घेतलं पाहिजे. तुम्ही तुमच्या कुटुंबाकडे पाहा. वडील हे कुटुंबप्रमुख असतात. ते कचेरीतून घरी परत येतात आणि तुमच्या आईवर ओरडायला लागतात, तुमच्यावरही ओरडतात. खरं म्हणजे या वेळेस तुमच्या आईची किंवा तुमची काहीही चूक नसते, नसतेच! पण ते तुमच्यावर ओरडतात. का? कारण ते कचेरीतच फार त्रासलेले असतात. कदाचित त्यांच्या विरोधकांनी त्यांना त्रास दिला असेल, किंवा त्यांच्या कारकुनाने किंवा आणखी कुणी त्यांना कचेरीत त्रास दिला असेल, म्हणून ते त्रासलेले होते. ते त्यांच्यावर ओरडतात, आणि तो राग पुढे घरी आणला जातो. ही पार्श्वभूमीदेखील महत्त्वाची आहे. आम्ही त्याच्या ह्या बाह्य वागणुकीवरून आपलं मत बनवू नये. हा राग दुसऱ्यावर काढला जातो. ही व्यक्त करण्याची भावना, पद्धत असते.

आणि तुमच्या हेही लक्षात आलं पाहिजे की हा रागावरील राग आहे. एवढंच! तुम्हाला असं वाटू नये की ते माझ्यावरच रागावले आहेत. नाही. तुम्ही रागावलेले असता, म्हणून तुमच्यासमोर जो कोणी असेल त्याला या रागाचे परिणाम भोगावे लागतात. मी असा विचार का करावा की ते फक्त माझ्यावरच रागावले आहेत? नाही. समजा, तुम्ही माझा द्वेष करता असं मला वाटतं, तर मग त्याचं पृथःकरण करायला हवं. मला समजेल की हा राग फक्त माझ्यापुरताच मर्यादित नाही, पण दुसऱ्याचा द्वेष

करण्याची ही सुरुवात होते.

म्हणून हा फरक आहे. आपल्याबरोबर कोणते मूलभूत गुण-दोष वाढत आहेत? राग, द्वेष, गर्व की हेवा? आपल्यामध्ये वाढणारे हे गुणदोष कोणते आहेत? दुसऱ्या बाजूला, माझ्या ठिकाणी कोणते चांगले गुण सापडतील? जसे प्रेम, अनुकंपा, शांती, सत्य, त्याग इ.

म्हणजेच एका अर्थाने हा प्रश्न पूर्वीच्याच प्रश्नाशी जोडलेला आहे. शेवटी सर्वांत सोपे उत्तरसुद्धा तेच आहे. तुम्ही जगात राहा पण जगाचे होऊन जाऊ नका. हे काहीसं पाण्यातल्या कमळासारखं आहे. कमळ हे चिखल आणि पाण्यात वाढते पण ह्या दोन्ही गोष्टींचा कमळाच्या फुलाला मुळीच स्पर्श होत नाही.

आता एका बोटीचं उदाहरण घ्या. ती बोट तरंगत पाण्यावर असते, पण पाणी बोटीत शिरू शकत नाही. याप्रमाणेच आपल्याला आपल्या भोवती वाईट प्रवृत्ती दिसतात, पण आपल्या जीवनरूपी बोटीत त्यांना येऊ देऊ नये. यालाच आपण 'जागृती' असे म्हणतो. यालाच आपण 'सावधानता' असेही म्हणतो. आपल्याला कायम सावध असले पाहिजे. कायम सतर्क असले पाहिजे आणि आपण जेव्हा अशा तऱ्हेने सावध राहिलो, राक्षसी गुणांना, वृत्तींना जराही शिरण्याचा वाव न देता, तुम्ही तुमची शांतता ढळू न देता, तुम्ही विचलीत होणार नाही.

दुसरीकडे तुमच्यातील अनुकंपेचा ओघ वाहू लागेल, ओसंडून वाहू लागेल! जशी देवस्वरूप भगवानांची दयाभावना, अनुकंपा ओसंडून जाऊ लागते, तेव्हा श्रीसत्य साईबाबांची अनुकंपा वाहतच राहते. स्वामींचा प्रेमाचा पूर वाहतच असतो. पण जर मी स्वतःला बंद करून ठेवले, तर त्यांच्या अनुकंपेचा ओघ अनुभवता येणार नाही; त्यांच्या प्रेमाचे, दयेचे कारंजे उडत असताना अनुभवता येणार नाही. मी बंदिस्त राहू नये. मी बंद कसा आणि का राहीन? जेव्हा राग, मत्सर, हेवा असे अवगुण माझ्यात असतील, तेव्हा मी बंदिस्त राहीन. ते मला अलिप्त राहायला भाग पाडतील आणि त्यामुळे मला अनुकंपेचा, दयेच्या कारंजाचा अनुभव घेता येणार नाही. आनंद लुटता येणार नाही. आणि जर मी बंदिस्त नसेन, मी मुक्त नसेन, तर मी माझ्या अत्यंत प्रिय भगवानांच्या कृपा, दयेचा अनुभव घेऊ शकेन.

मी स्वतःला मुक्त कसा करेन? प्रेमभावना. प्रेम हा एकच मार्ग परमेश्वरापुढे मोकळं होण्याचा आहे. परमेश्वराजवळ उघडं, मोकळं होण्यासाठी, स्वामींची अनुकंपा, दया मिळवण्यासाठी प्रेम हाच एक मार्ग आहे. दुसऱ्या बाजूला जर तुम्ही द्वेष कराल, तर तुम्ही आक्रसून जाल, तुम्हाला वीट येईल, पण जेव्हा तुम्ही प्रेम कराल, तेव्हा तुमची वाढ होईल, तुम्ही आमंत्रण घाल, आणि तुम्हाला प्रचंड प्रमाणात अनुकंपा, दया मिळेल. हे रहस्य आपल्याला कळलं पाहिजे. प्रेम ही एक सुरुवात आहे. ती स्वागतही करते, ती परतही देते. हे एक प्रकारचं निमंत्रणच आहे. 'हे परमेश्वरा, मी तयार आहे, कृपा करून ये, कृपा करून ये!' तुम्ही परमेश्वराला विनवत असता, बोलावत असता.

अशा प्रकारे द्वेष आणि राग करणाऱ्या ह्या लोकांमुळे मी अस्वस्थ होतो. असं का होतं? कारण हा त्यांचा दोष नसतो. जी व्यक्ती माझा मत्सर करते, ती त्याला जबाबदार नसते. जी व्यक्ती माझ्यावर रागावते, ती काही झालं तरी त्याला जबाबदार नसते हं! कारण मी माझ्या देहाची ओळख जपत असेन, तर माझ्यावरही परिणाम होईल. जर मी माझ्या देहाचीच ओळख ठेवली, तर मी कोणाकडूनही दुखावला जाईन. जेव्हा शरीराला दुःख होतं, तेव्हा मी दुखावला जातो, कारण मला वाटत असतं की हे शरीर म्हणजेच मी, माझ्या शरीरामुळे ओळखला जातो आणि मग तो त्रास असतो. दुसऱ्या बाजूने, तुम्हाला शरीरामुळे ओळखलं जाण्याचं कारण नाही कारण हे शरीर वरचेवर बदलत असतं. अर्थात हा बदल सावकाश होत असतो. तो होण्यासाठी खूप वेळ लागतो. पण तो बदल नक्कीच होत असतो. जीवन हे प्रवाही असतं आणि त्यामुळे शारीरिक ओळख ही दुखावलं जाण्याचे एक कारण असतं.

दुसरं म्हणजे, मनामुळे व्यक्तिमत्त्वाची ओळख लक्षात येते. होय, कुणी माझा अपमान केला तर मला फार राग येतो. माझं मन, आणि मनाची ओळख हे माझ्या मनातील क्षोभ किंवा अस्वस्थतेला कारणीभूत असतात. मनामुळे व्यक्तिमत्त्वाची झालेली ओळख ही जास्त त्रासदायक असते. ती क्षोभ निर्माण करते, कारण काही काळानंतर शरीरात बदल होत असतात तर मनातील बदल मात्र क्षणोक्षणी होत असतात. प्रत्येक क्षणाला मनात बदल होत असतात म्हणून आपण फार काळजी घेतली पाहिजे.

आपली ओळख शरीरावरून करू नये कारण शरीर म्हणजे पाण्याच थेंब असतो! आपली ओळख मनाबरोबरही करू नये कारण मन हे उनाड माकडासारखं आहे. पण आपली ओळख आपल्या स्वतःबरोबर, आपल्या आत्म्याबरोबर किंवा जाणिवेबरोबर करावी. जेव्हा मी माझी ओळख जाणवांबरोबर किंवा आत्म्याबरोबर करतो, तेव्हा मला कोणी दुखवू शकत नाही. मला कुणीही दुखवू शकत नाही कारण जाणीव किंवा आत्मा हा पूर्णपणे रिकामा असतो, त्याला आकार नसतो, नाव नसतं. म्हणजे तो कशानेही दुखावला जात नाही. अशक्यच! त्याला कोणी स्पर्श करू शकत नाही, मारू शकत नाही, कारण तो अमर आहे,

शाश्वत आहे.

म्हणून आपण आपल्याला शरीर किंवा मनाबरोबर ओळखू नये. दुसरीकडे, आपण आपल्या 'स्वतः'बरोबर ओळखले जावे. मग तुम्हाला पूर्ण आनंद मिळू शकेल. पूर्ण आनंद मिळेल! ती जागा साक्षीदाराची आहे. शरीर आणि मनाबरोबर केलेल्या ओळखी या पूर्णपणे खोट्या ओळखी आहेत आणि खोट्या ओळखी सोडून द्याव्यात. खोटी ओळख सोडलीत की तुम्ही उच्च पातळीवर पोहोचाल, तुमची उन्नती होईल आणि जीवनात तुम्हाला आनंद मिळेल.

आभारी आहे.

\*\*\*