

दादा भगवान कथित

# चिंता



ह्या जगात चिंता करणे हा मोठा मूर्खपणा आहे.

दादा भगवान कथित

# चिंता

मूळ गुजराती संकलन : डॉ. नीरूबहन अमीन

अनुवाद : महात्मागण

**प्रकाशक** : अजीत सी. पटेल  
दादा भगवान विज्ञान फाउंडेशन  
1, वरूण अपार्टमेंट, 37, श्रीमाळी सोसायटी,  
नवरंगपुरा पुलिस स्टेशनच्या समोर, नवरंगपुरा,  
अहमदाबाद - 380009, Gujarat, India.  
फोन : +91 79 3500 2100, +91 9328661166/77

**कॉपीराइट** : © Dada Bhagwan Foundation,  
5, Mamta Park Society, B/h. Navgujarat College, Usmanpura,  
Ahmedabad - 380014, Gujarat, India.  
**Email** : info@dadabhagwan.org  
**Tel** : +91 9328661166/77

**All Rights Reserved. No part of this publication may be shared, copied, translated or reproduced in any form (including electronic storage or audio recording) without written permission from the holder of the copyright. This publication is licensed for your personal use only.**

**प्रथम आवृत्ति** : 1000 प्रती फेब्रुवारी 2009  
**रीप्रिंट** : 15000 प्रती सप्टेंबर 2011 ते ऑगस्ट 2015  
**नवीन रीप्रिंट** : 5000 प्रती ऑक्टोबर 2023

**भाव मूल्य** : 'परम विनय' आणि  
'मी काहीच जाणत नाही', हा भाव!

**द्रव्य मूल्य** : 20 रुपये

**मुद्रक** : अंबा मल्टीप्रिंट  
एच.बी.कापडिया न्यू हाइस्कूलच्या समोर,  
छत्राल-प्रतापपुरा रोड, छत्राल,  
ता. कलोल, जि. गांधीनगर-382729, गुजरात  
फोन : +91 79 3500 2142

**ISBN/eISBN** : 978-81-89933-48-7

Printed in India

## त्रिमंत्र



नमो अरिहंताणं  
नमो सिद्धाणं  
नमो आर्यारियाणं  
नमो ऊरुशुभायाणं  
नमो लोए सव्वसाहूणं  
एसो पंच नमुक्कारो  
सव्व प्रावण्णासणो  
मंगलाणं च सख्खेसिं  
पटमं हवइ मंगलं ॥ १ ॥  
ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ २ ॥  
ॐ नमः शिवाय ॥ ३ ॥  
जय सच्चिदानंद



## दादा भगवान कोण ?

जून 1958 संध्याकाळची अंदाजे सहाची वेळ, सुरत स्टेशनवर अलोट गर्दी होती. रेल्वेच्या प्लेटफॉर्म नंबर तीनच्या बाकावर बसलेल्या श्री अंबालाल मूळजीभाई पटेल रूपी देहमंदिरात नैसर्गिक स्वरूपात कित्येक जन्मांपासून व्यक्त होण्यासाठी आतूर असलेले 'दादा भगवान' संपूर्णपणे प्रकट झाले आणि निसर्गाने सर्जन केले अध्यात्माचे अद्भुत आश्चर्य! एका तासात त्यांना विश्वदर्शन लाभले! मी कोण ? भगवंत कोण ? जग कोण चालवित आहे ? कर्म म्हणजे काय ? मुक्ती कशाला म्हणतात ? इत्यादी जगातील सर्व आध्यात्मिक प्रश्नांची रहस्ये संपूर्णपणे प्रकट झाली.

त्यांना प्राप्ती झाली तशी ते फक्त दोन तासात इतर मुमुक्षुनां सुद्धा आत्मज्ञानाची प्राप्ती करवित असत, त्यांच्या सिद्ध झालेल्या अद्भुत ज्ञान प्रयोगाद्वारे! त्याला अक्रम (क्रमविरहीत) मार्ग म्हटले जाते. क्रम म्हणजे पायरी पायरीने, क्रमाक्रमाने वर चढणे! अक्रम म्हणजे लिफ्ट मार्ग! शॉर्ट कट !

ते स्वतः प्रत्येकाला 'दादा भगवान कोण ?' याबद्दलची फोड करून देताना म्हणायचे की, "हे दिसतात ते 'दादा भगवान' नाहीत. हे तर 'ए.एम. पटेल' आहेत. आम्ही ज्ञानी पुरुष आहोत आणि आत प्रकट झाले ते दादा भगवान आहेत. दादा भगवान तर 'चौदालोकाचे' नाथ आहेत, ते तुमच्यात पण आहेत, सर्वांमध्ये आहेत! तुमच्यात अव्यक्त रूपात आहेत आणि 'येथे' माझ्या आत संपूर्णपणे व्यक्त झालेले आहेत! मी स्वतः भगवान नाही. माझ्या आत प्रकट झालेले 'दादा भगवान' यांना मी पण नमस्कार करतो."

## आत्मज्ञान प्राप्तीची प्रत्यक्ष लींक

परम पूज्य दादा भगवान (दादाश्री) यांना 1958 मध्ये आत्मज्ञान प्रकट झाले. त्यानंतर 1962 ते 1988 पर्यंत देश-विदेश परिभ्रमण करून मुमुक्षुंना सत्संग आणि आत्मज्ञानाची प्राप्ती करवित असत.

दादाश्रींनी आपल्या हयातीतच आत्मज्ञानी पूज्य डॉ. नीरूबहन अमीन (नीरूमा) यांना आत्मज्ञान प्राप्त करवून देण्याची ज्ञानसिद्धी प्रदान केली होती. दादाश्रींच्या देहविलयानंतर नीरूमा त्यांच्याप्रमाणेच मुमुक्षुंना सत्संग व आत्मज्ञान प्राप्ती निमित्त भावाने करवित असत.

आत्मज्ञानी पूज्य दीपकभाई देसाई यांना सुद्धा दादाश्रींनी सत्संग करण्याची सिद्धी प्रदान केली होती. वर्तमानात पूज्य नीरूमांच्या आशीर्वादाने पूज्य दीपकभाई देश-विदेशात निमित्तभावाने आत्मज्ञान प्राप्ती करवित आहेत.

या आत्मज्ञान प्राप्तीनंतर हजारो मुमुक्षु संसारात राहून, सर्व जबाबदाऱ्या सांभाळत असताना सुद्धा आतून मुक्त राहून आत्मरमणतेचा अनुभव घेत आहेत.

## निवेदन

ज्ञानी पुरुष संपूज्य दादा भगवान यांच्या श्रीमुखातून अध्यात्म आणि व्यवहारज्ञाना संबंधीत जी वाणी निघाली, तिला रेकॉर्ड करून संकलन व संपादन करून पुस्तकाच्या रूपाने प्रकाशित केले जात आहे. विभिन्न विषयांवर निघालेल्या सरस्वतीचे अद्भुत संकलन ह्या पुस्तकात झाले आहे, जे नवीन वाचकांसाठी वरदान रूप सिद्ध होईल.

प्रस्तुत अनुवादामध्ये विशेष लक्ष ठेवलेले आहे की प्रत्येक वाचकाला दादाश्रींची प्रत्यक्ष वाणीच ऐकली जात आहे असा अनुभव व्हावा. याच कारणाने कदाचित काही ठिकाणी अनुवादाची वाक्य रचना मराठी व्याकरणानुसार ऋटीपूर्ण जाणवेल, परंतु तिथे जर आशय समजून वाचण्यात आले तर अधिक लाभदायी होईल.

प्रस्तुत पुस्तकात काही ठिकाणी कंसात दर्शविलेले शब्द किंवा वाक्य दादाश्रींद्वारा बोलल्या गेलेल्या वाक्यांना अधिक स्पष्टतापूर्वक समजावण्यासाठी लिहिले गेले आहेत. तसेच काही ठिकाणी इंग्रजी शब्दांना मराठी अर्थाच्या रूपात ठेवले गेले आहेत. दादाश्रींच्या श्रीमुखातून निघालेले काही शब्द जसेच्या तसेच *इटालक्स* मध्ये ठेवलेले आहेत, कारण त्या शब्दांसाठी मराठी भाषेत असे शब्द नाहीत की जे त्याचा पूर्ण अर्थ देऊ शकतील. तरी पण त्या शब्दांचे समानार्थी शब्द कंसात लिहिले गेले आहेत.

ज्ञानींच्या वाणीला मराठी भाषेत यथार्थ रूपाने अनुवादित करण्याचा प्रयत्न केला आहे. परंतु दादाश्रींच्या आत्मज्ञानाचा आशय जसा आहे तसा तर आपल्याला गुजराती भाषेतच अवगत होईल. ज्यांना ज्ञानाचा गहन अर्थ समजून घ्यायचा असेल, ज्ञानाचे खरे मर्म समजायचे असेल त्यांनी ह्या हेतूने गुजराती भाषा शिकावी असा आमचा अनुरोध आहे. अनुवादासंबंधी उणीवांबद्दल आपले क्षमा प्रार्थी आहोत.



## दादा भगवान फाउन्डेशनची प्रकाशित मराठी पुस्तके

- |   |   |
|---|---|
| 1. भोगतो त्याची चूक                     | 19. दान                                 |
| 2. एडजस्ट एवरीव्हेर                     | 20. त्रिमंत्र                           |
| 3. जे घडले तोच न्याय                    | 21. वर्तमान तीर्थंकर श्री सीमंधर स्वामी |
| 4. संघर्ष टाळा                          | 22. चमत्कार                             |
| 5. मी कोण आहे ?                         | 23. सत्य-असत्याचे रहस्य                 |
| 6. क्रोध                                | 24. वाणी, व्यवहारात ( सं )              |
| 7. चिंता                                | 25. पैशांचा व्यवहार ( सं )              |
| 8. प्रतिक्रमण ( सं, ग्रंथ )             | 26. क्लेश रहित जीवन                     |
| 10. भावना सुधारे जन्मोजन्म              | 27. निजदोष दर्शनाने... निर्दोष !        |
| 11. कर्मांचे विज्ञान                    | 28. प्रेम                               |
| 12. पाप-पुण्य                           | 29. गुरू-शिष्य                          |
| 13. आई-वडील आणि मुलांचा व्यवहार ( सं )  | 30. अहिंसा                              |
| 14. पति-पत्नीचा दिव्य व्यवहार ( सं )    | 31. आप्तवाणी - 1 ते 5                   |
| 15. समजपूर्वक प्राप्त ब्रह्मचर्य ( सं ) | 36. आत्मसाक्षात्कार                     |
| 16. मानव धर्म                           | 37. जगत् कर्ता कोण ?                    |
| 17. मृत्युवेळी, आधी आणि नंतर            | 38. कर्मांचा सिद्धांत                   |
| 18. सेवा-परोपकार                        |   |

### हिन्दी

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 1. आत्मसाक्षात्कार                | 24. प्रेम                                   |
| 2. ज्ञानी पुरुष को पहचान          | 25. समझ से प्राप्त ब्रह्मचर्य ( सं, पू, उ ) |
| 3. सर्व दुःखों से मुक्ति          | 28. दान                                     |
| 4. कर्म का सिद्धांत               | 29. मानव धर्म                               |
| 5. आत्मबोध                        | 30. सेवा-परोपकार                            |
| 6. मैं कौन हूँ ?                  | 31. मृत्यु समय, पहले और पश्चात्             |
| 7. पाप-पुण्य                      | 32. निजदोष दर्शन से... निर्दोष              |
| 8. भुगते उसी को भूल               | 33. पति-पत्नी का दिव्य व्यवहार ( सं )       |
| 9. एडजस्ट एवरीव्हेयर              | 34. क्लेश रहित जीवन                         |
| 10. टकराव टालिए                   | 35. गुरू-शिष्य                              |
| 11. हुआ सो न्याय                  | 36. अहिंसा                                  |
| 12. चिंता                         | 37. सत्य-असत्य के रहस्य                     |
| 13. क्रोध                         | 38. वर्तमान तीर्थंकर श्री सीमंधर स्वामी     |
| 14. प्रतिक्रमण ( सं, ग्रं )       | 39. माता-पिता और बच्चों का व्यवहार ( सं )   |
| 16. दादा भगवान कौन ?              | 40. वाणी, व्यवहार में... ( सं )             |
| 17. पैसों का व्यवहार ( सं, ग्रं ) | 41. कर्म का विज्ञान                         |
| 19. अंतःकरण का स्वरूप             | 42. सहजता                                   |
| 20. जगत कर्ता कौन ?               | 43. आप्तवाणी - 1 से 9                       |
| 21. त्रिमंत्र                     | 52. आप्तवाणी - 13 ( पूर्वार्ध व उत्तरार्ध ) |
| 22. भावना से सुधरे जन्मोजन्म      | 54. आप्तवाणी - 14 ( भाग-1 से 3 )            |
| 23. चमत्कार                       | 57. ज्ञानी पुरुष ( भाग-1 )                  |

( सं - संक्षिप्त, ग्रं - ग्रंथ, पू - पूर्वार्ध, उ - उत्तरार्ध )

★ दादा भगवान फाउन्डेशनद्वारे गुजराती आणि इंग्रजी भाषेतसुद्धा बरीच पुस्तके प्रकाशित झाली आहेत. वेबसाइट [www.dadabhagwan.org](http://www.dadabhagwan.org) वरसुद्धा आपण ही सगळी पुस्तके प्राप्त करू शकता.

★ प्रत्येक महिन्यात हिन्दी, गुजराती आणि इंग्रजी भाषेत दादावाणी मेगेझीन प्रकाशित होत आहे.

## संपादकीय

चिंता कोणाला होत नाही ? जे संसारापासून खऱ्या अर्थाने संपूर्णपणे विरक्त झाले असतील त्यांनाच चिंता होत नाही, बाकी सर्वांना होतेच. आता ही चिंता का होते ? चिंतेचा परिणाम काय ? आणि चिंतेपासून मुक्त कसे होता येईल ? याची यथार्थ समज व ते प्राप्त करण्याची किल्ली परम पूज्य दादाश्रींनी दर्शविली आहे ते येथे प्रकाशित करित आहोत.

चिंता म्हणजेच प्रकट अग्नी ! निरंतर जाळतच राहते ! रात्री झोपूही देत नाही. भूक-तहान हराम करते आणि अनेक रोगांना आमंत्रण देते. इतकेच नाही, तर पुढचा जन्म जनावर गतीचा बांधते ! हा जन्म आणि पुढचा जन्म दोन्हीही बिघडवते.

चिंता हा अहंकार आहे. कुठल्या आधारावर हे सर्व चालत आहे, याचे विज्ञान न समजल्यामुळे स्वतः आपल्या डोक्यावर घेऊन कर्ता बनतो, आणि भोगत राहतो. भोगावे मात्र अहंकाराला लागते. कर्ता-भोक्तापण अहंकारालाच आहे.

चिंता केल्याने कार्य बिघडते असा निसर्गाचा नियम आहे. चिंतामुक्त झाल्याने कार्य आपोआपच सुधारते.

मोठ्या माणसांना मोठी चिंता, एयरकंडिशनमध्ये सुद्धा चिंताने घामाघूम असतात ! मजूरांना चिंता होत नाही, अगदी निवांत झोपतात आणि ह्या शेटर्जींना झोपेच्या गोळ्या खायला लागतात ! ह्या जनावरांना कधी चिंता होते का ? मुलगी दहा वर्षाची झाली तेव्हापासून तिच्या लग्नाची चिंता चालू ! अरे, तिच्यासाठी मुलगा जन्मला असेल की जन्मायचा बाकी असेल ?

चिंता करणाऱ्यांकडे लक्ष्मी टिकत नाही. चिंतेने अंतराय कर्म बांधले जातात.

चिंता कशाला म्हणतात ? विचार करण्यास हरकत नाही. विचारांची

भोवर निर्माण झाल्यावर चिंता सुरू होते. विचारांचा पीळ बसू लागला की तिथे बंद करायचे.

खरोखर 'कर्ता कोण आहे' हे न समजल्यामुळे चिंता होत असते. कर्ता सायंटिफिक सरकमस्टेन्शियल एविडन्स आहे, जगात कोणी स्वतंत्र कर्ता नाहीच. निमित्त मात्र आहेत.

चिंता कायमची कधी जाईल? तर कर्तेपणा सुटेल तेव्हा! कर्तेपणा कधी सूटणार? आत्मज्ञान प्राप्त करणार तेव्हा.

- डॉ. नीरूबहन अमीन

## चिंता

### चिंता येते कुठून?

**दादाश्री** : कधी चिंता केली आहे का ?

**प्रश्नकर्ता** : चिंता तर मानव स्वभाव आहे, म्हणून एक किंवा दुसऱ्या स्वरूपात चिंता असतेच.

**दादाश्री** : मनुष्याचा स्वभाव कसा आहे की, स्वतःला कोणी थोबाडीत मारली, तर त्याला समोर थोबाडीत मारणार. परंतु जर कोणी समजदार असेल तर तो विचार करेल की मी कायदा हातात घेता कामा नये. पण काही लोक तर कायदा हातात घेतातच. चिंता करणे म्हणजेच कायदा हातात घेणे. कायदा हातात घेणे याला गुन्हा म्हणतात. मनुष्य चिंता कशी काय करू शकतो? प्रत्येक भगवंतांनी सांगितले आहे की कोणीही चिंता करू नका. सर्व जबाबदारी आमच्यावर ठेवा.

**प्रश्नकर्ता** : पण असे बोलणे आणि व्यवहारात आणणे, दोन्हीमध्ये बरेच अंतर आहे.

**दादाश्री** : नाही, मी व्यवहारात सोडायला सांगत नाही. हे तर मी विस्ताराने वर्णन करतो. अशी काही चिंता सुटत नाही, पण ही चिंता करायची नाही तरी देखील चिंता होतेच सगळ्यांना.

तर आता ही चिंता झाल्यावर तुम्ही काय उपाय करता? चिंतेवर औषध नाही का?

## जिथे चिंता, तिथे अनुभूति कशी होणार ?

**प्रश्नकर्ता :** चिंतेपासून मुक्त होण्यासाठी देवाकडे आशीर्वाद मागतो की, यातून मी कधी सुटणार, म्हणून 'देवा, देवा' करतो, या माध्यमातून आम्ही पुढे जाऊ इच्छितो. तरी पण अजून मला माझ्या आतील भगवंताची अनुभूति होत नाही.

**दादाश्री :** कशी होणार अनुभूति? चिंतेत अनुभूति होत नाही. चिंता आणि अनुभूति, दोन्ही एकत्र नसतात. चिंता बंद झाल्यावर अनुभूति होते.

**प्रश्नकर्ता :** चिंता कशाप्रकारे मिटेल ?

**दादाश्री :** इथे सत्संगात राहिल्याने. कधी सत्संगात आलेलात का ?

**प्रश्नकर्ता :** दुसऱ्या ठिकाणी सत्संगाला जातो.

**दादाश्री :** सत्संगाला जाऊनही जर चिंता बंद होत नसेल, तर तो सत्संग सोडला पाहिजे? सत्संगात गेल्याने तर चिंता बंद झालीच पाहिजे.

**प्रश्नकर्ता :** तिथे बसतो तेवढा वेळ शांती वाटते.

**दादाश्री :** नाही, तिला शांती म्हणता येणार नाही. त्यात शांती नसते. अशी शांती तर गप्पा ऐकल्यावरही मिळेल. खरी शांती तर कायम टिकून राहिली पाहिजे, ती हललीच नाही पाहिजे. अर्थात चिंता असेल त्या सत्संगात जायचेच कशाला? सत्संगवाल्यांना सांगा, 'साहेब, आम्हाला अजूनही चिंता होत आहे, म्हणून आम्ही आता इथे येणार नाही, किंवा मग आपण काही असे औषधोपचार करा की, आम्हाला चिंता होणार नाही.'

**प्रश्नकर्ता :** मी ऑफिसला गेलो, घरी आलो, तरी पण कुठेही मन लागत नाही.

**दादाश्री :** ऑफिसला तर आपण नोकरीसाठी जातो, आणि पगार तर हवा ना? घर-गृहस्थी चालवायची आहे, म्हणून घर सोडायचे नाही, नोकरीसुद्धा सोडायची नाही. पण जिथे चिंता मिटत नाही तो सत्संग मात्र सोडला पाहिजे. दुसरा नवीन सत्संग शोधा, तिसरा शोधा. सत्संग अनेक प्रकारचे असतात, परंतु सत्संगाने चिंता गेली पाहिजे. तुम्ही दुसऱ्या कुठल्याही सत्संगात गेला नाहीत का?

**प्रश्नकर्ता :** पण आम्हाला असे सांगितले जात आहे की परमेश्वर तुमच्या आतच आहे. तुम्हाला आतूनच शांती मिळेल, बाहेर भटकणे बंद करा.

**दादाश्री :** हो, बरोबर आहे.

**प्रश्नकर्ता :** पण आत जो परमेश्वर विराजमान आहे, त्याचा जरा सुद्धा अनुभव होत नाही.

**दादाश्री :** चिंतेत अनुभव होत नाही. चिंता असल्यावर अनुभव झाला असेल तर तो पण निघून जाईल. चिंता हा तर एक प्रकारचा अहंकार आहे. भगवंत सांगतात की 'तू अहंकार करतोस, तर माझ्यापासून दूर हो.' ज्याला 'हे मी चालवतो' असा अहंकार आहे, तोच चिंता करतो ना? ज्याला भगवंतावर अजिबात विश्वास नाही तोच चिंता करतो.

**प्रश्नकर्ता :** भगवंतावर तर विश्वास आहे.

**दादाश्री :** विश्वास असेल तर असे करणारच नाही. तो तर सर्व काही भगवंतावर सोडून पांगरून घेऊन निवांत झोपून जाईल. अशी चिंता करत कोण बसणार? म्हणूनच भगवंतावर विश्वास ठेवा. भगवंत तुमचे थोडेफार तरी सांभाळत असलेच की नाही? पोटात जेवण टाकल्यानंतर तुम्ही चिंता करता का? पाचक रस पडला की नाही, पित्त पडले की नाही, याचे रक्त बनणार की नाही. याची संडास होणार की नाही, अशी सर्व चिंता करता का? म्हणजे हे आतलेच खूप काही

चालवायचे आहे, बाहेर कुठे काही चालवायचे आहे की तुम्ही त्याची चिंता करता? मग परमेश्वराला वाईटच वाटणार ना. अहंकार केला की चिंता होणार. चिंता करणाऱ्या मनुष्याला अहंकारी म्हणतात. एक आठवडाभर सर्व काही भगवंतावर सोडून चिंता करणे बंद करा. मग इथे एखाद्या दिवशी तुम्हाला भगवंताचा साक्षात्कार घडवून देऊ, त्यानंतर नेहमीसाठी चिंता मिटेल.

### चिंता म्हणजेच प्रकट अग्नी

हे सर्व समजून घेतले पाहिजे. अंगावर लावायचे औषध जर पिऊन टाकले तर काय होईल? हे सर्व लावायचे औषध प्यायले आहेत. नाहीतर काय मनुष्याला चिंता झाली असती? हिंदुस्तानातील मनुष्याला चिंता होऊ शकते का? तुम्हाला चिंतेची हौस आहे?

**प्रश्नकर्ता :** नाही, शांती हवी आहे.

**दादाश्री :** चिंतेला तर अग्नी म्हटले आहे. असे होईल नी तसे होईल! कधीकाळी संस्कारी मनुष्य होण्याचे सद्भाग्य प्राप्त होत असते आणि तेव्हा जर चिंतेत राहिलात, तर मनुष्यपण सुद्धा निघून जाईल. ही तर किती मोठी जोखीम आहे? तुम्हाला शांती हवी असेल तर मी तुमची चिंता नेहमीसाठी बंद करीन.

चिंता बंद झाली की तेव्हापासूनच वीतराग भगवंतांचा मोक्षमार्ग म्हटला जातो. वीतराग भगवंतांचे जेव्हा दर्शन घेता, तेव्हापासूनच चिंता बंद झाली पाहिजे. पण नीट दर्शनही घेता येत नाही. ते तर ज्ञानी पुरुष शिकवतात की असे दर्शन करा, तेव्हा काम होते. या चिंतेत तर आग पेटत राहते. रताळे पाहिले आहेत का? रताळे धगधगत्या निखाऱ्यात भाजल्याप्रमाणे स्थिती होते.

### ज्ञानींच्या कृपेने चिंता मुक्ती

**प्रश्नकर्ता :** तर चिंतामुक्त होण्यासाठी काय केले पाहिजे?

**दादाश्री** : तुमच्याप्रमाणेच हे भाऊ सुद्धा बऱ्याच ठिकाणी गेले, पण काहीही फायदा झाला नाही. तेव्हा त्यांनी काय केले ते त्यांना विचारा. आता त्यांना एक तरी चिंता आहे? आता कोणी शिव्या दिल्या तर त्यांना अशांती होणार का? त्यांना विचारा.

**प्रश्नकर्ता** : पण चिंता बंद करण्यासाठी मी काय करावे?

**दादाश्री** : त्यासाठी तर ज्ञानी पुरुषांपाशी जाऊन त्यांची कृपा प्राप्त करावी, मग चिंता बंद होईल, आणि संसार चालत राहील.

### चिंता जाईल तेव्हापासून समाधी

चिंता झाली नाही तर खरोखर गुंता सुटला. चिंता नाही, वरिझ नाहीत आणि उपाधीमध्ये समाधी राहिली तर समजा खरेच गुंता सुटला.

**प्रश्नकर्ता** : अशी समाधी आणायची म्हटली तरी येत नाही.

**दादाश्री** : ती अशी आणून येत नाही. जेव्हा ज्ञानी पुरुष गुंता सोडवून देतील, सगळे शुद्ध करून देतील, त्यानंतर निरंतर समाधी राहते.

चिंता नसलेले जीवन असेल, तर ते चांगलेच म्हटले जाईल ना?

**प्रश्नकर्ता** : ते तर चांगलेच म्हणायचे ना!

**दादाश्री** : आम्ही चिंतारहित जीवन बनवून देऊ, मग तुम्हाला चिंता होणार नाही. या काळातील हे एक मोठे आश्चर्यच आहे. या काळात असे होत नाही, पण पाहा, असे झाले आहे ना!

### स्वतः परमात्मा, मग चिंता का?

हे फक्त समजून घ्यायचे आहे. तुम्ही पण परमात्मा आहात, भगवंतच आहात. मग कशासाठी वरिझ (चिंता) करायची? चिंता का करता? एक क्षणभरही चिंता करण्यासारखे हे जग नाही. चिंतेमुळे ती सेफ साईड राहू शकत नाही, कारण जी सेफ साईड नेचरल होती, त्यात

तुम्ही गुंतागुंत निर्माण केली. मग आता चिंता का करता ? गुंता झाल्यावर त्याचा सामना करा आणि गुंता सोडवा.

**प्रश्नकर्ता :** जर आपण प्रतिकूलतेचा सामना केला, त्याचा विरोध केला, प्रतिकार केला, तर त्याने अहंकार वाढेल ?

**दादाश्री :** चिंता करण्यापेक्षा सामना करणे चांगले. चिंतेच्या अहंकारापेक्षा प्रतिकाराचा अहंकार छोटा आहे. भगवंतांनी सांगितले आहे की, 'अशा परिस्थितीचा सामना करा, उपाय करा, पण चिंता करू नका.'

### चिंता करणाऱ्याला दोन शिक्षा

भगवंत म्हणतात की चिंता करणाऱ्याला दोन शिक्षा आहेत आणि चिंता न करणाऱ्याला एकच शिक्षा आहे. अठरा वर्षांचा एकुलता एक मुलगा मृत्यू पावला, त्याच्यामागे जितकी चिंता करता, जितके दुःखी होता, डोके फोडता, असे सर्व जे करतात, त्यांना दोन शिक्षा आहेत. आणि असे काही केले नाही तर एकच शिक्षा आहे. मुलगा मृत्यू पावला इतकीच शिक्षा आहे आणि डोके फोडून घेतले ही विशेष शिक्षा आहे. आम्ही ह्या दोन शिक्षेत कधीच पडत नाही. म्हणूनच आम्ही या लोकांना सांगितले की पाच हजाराचा खिसा कापला तेव्हा ते 'व्यवस्थित' (अर्थात सायंटिफिक सरकारमस्टेन्शियल एविडन्स. म्हणजेच वैज्ञानिक संयोगिक पुरावे एकत्र होऊन आलेला परिणाम) आहे असे म्हणून पुढे चालावे आणि आरामात घरी जावे.

ही एक शिक्षा तो तर तुमचा स्वतःचा हिशोबच आहे, म्हणून घाबरण्याचे काही कारण नाही. म्हणूनच मी 'व्यवस्थित' म्हटले आहे, एक्झॅक्ट 'व्यवस्थित' आहे. म्हणून जे घडले आहे त्याला तर 'घडले तेच खरे' असे म्हणा.

### ज्याची चिंता ते कार्य बिघडते

निसर्ग काय सांगतो की जर कार्य होत नसेल तर प्रयत्न करा,

जबरदस्त प्रयत्न करा, पण चिंता मात्र करू नका. कारण चिंता केल्याने त्या कार्याला धक्का लागेल, आणि चिंता करणारा स्वतःच लगाम स्वतःच्या हातात घेतो. 'जणू मीच चालवतो. लगाम आपल्या हातात घेतल्यामुळे त्याचा गुन्हा लागू होतो.

परसत्ता वापरल्याने चिंता होते. विदेशातील कमाई विदेशातच राहिल. हे मोटर बंगले, कारखाने, बायको, मुले सर्व काही इथेच सोडून जावे लागेल. त्या शेवटच्या स्टेशनवर तर कोणाच्या बापाचेही चालणार नाही. फक्त पुण्य आणि पाप सोबत घेऊन जायला देतील. दुसऱ्या साध्या भाषेत सांगायचे तर, इथे जे जे गुन्हे केलेत त्याची कलमे सोबत येतील. त्या गुन्हांची कमाई इथेच राहिल आणि मग खटला चालेल. तेव्हा कलमांनुसार नवीन शरीर प्राप्त करून, नव्याने कमाई करून कर्ज फेडावे लागेल! म्हणून वेड्या, आधीच सरळ होऊन जा ना! स्वदेशात (आत्म्यात) तर खूपच सुख आहे, पण स्वदेश पाहिलाच नाही ना!

### वसुली आठवते तेव्हा...

रात्री सगळे म्हणतात, 'अकरा वाजले, आता झोपा तुम्ही.' थंडीचे दिवस आहेत आणि तुम्ही मच्छरदानीत घुसलात. घरातील सगळे जण झोपले. मच्छरदानीत घुसल्यावर तुम्हाला आठवले की एका माणसाचे तीन हजाराचे बिल बाकी आहे आणि मुद्दत संपली आहे. आज जर सही करवून घेतली असती तर मुद्दत मिळाली असती, पण आज सही घेतली नाही म्हणून रात्रभर चिंता होत राहते. तर काय रात्री सह्या होतील? नाही ना? मग निवांत झोपलात तर त्यात काय बिघडणार आहे?

### चिंतेचे मूळ कारण?

जीव जळत राहतो, असा चिंतेचा काय फायदा? ती शरीराचे नुकसान करते, जी वस्तू येणार होती त्यात विघ्न घालते. चिंतेनेच असे संयोग निर्माण होतात. तेव्हा असे काही सारासारचे, विचार केले पाहिजेत,

पण चिंता कशासाठी? याला इगोइझम (अहंकार) म्हटले आहे. असा इगोइझम असता कामा नये. 'मी काहीतरी (विशेष) आहे आणि मीच चालवतो', म्हणून त्याला चिंता वाटत राहते आणि 'मी असणार तरच या केसचा निकाल लागेल.' यानेच चिंता होत राहते. म्हणून इगोइझमचे ऑपरेशन करून टाकावे आणि त्यानंतर जे सारासार विचार राहतील त्याला हरकत नाही. ते आत रक्त जाळत नाहीत. चिंता तर रक्त जाळते, मन जाळते. चिंता होत असेल तेव्हा जर मुलगा काही सांगायला आला, तर त्यालाही खडसावतात, म्हणजे सर्वप्रकारे नुकसान होते. हा अहंकार असा आहे की पैसे असतील किंवा नसतील परंतु जर कोणी म्हटले की ह्या चंदुभाईने (वाचकांनी येथे आपले नाव समजावे) माझे सर्व काही बिघडवले, तेव्हा अपार चिंता आणि उपाधी होते. आणि जग तर आपण बिघडविले नसेल तरीही म्हणणारच ना!

### चिंतेचे परिणाम काय?

या संसारात बाय प्रॉडक्टचा अहंकार असतोच आणि तो सहज अहंकार आहे, त्याने संसार सहज चालेल असे आहे. पण इथे तर अहंकाराचा कारखानाच उभा केला आणि अहंकाराचा विस्तार केला. इतका विस्तार केला की त्यामुळे अपार चिंता उत्पन्न झाली. अहंकाराचाच विस्तार करत राहिले. सहज अहंकाराने, नॉर्मल अहंकाराने संसार चालू शकतो. पण तिथे अहंकाराचा विस्तार करून मग काका या वयात सांगतात, 'मला चिंता वाटते.' तर त्या चिंतेचा परिणाम काय? पुढे जनावराची गती मिळेल. म्हणून सावध व्हा, आता तरी सावध होण्यासारखे आहे. मनुष्यात आहात तोपर्यंत सावध व्हा, अन्यथा चिंता असेल तर मात्र जनावरगतीचे फळ मिळेल.

### भक्त तर भगवंतावरही रागावतो

भगवंताच्या खरा भक्ताला जर चिंता असेल तर तो भगवंतावरही

रागावतो. 'हे भगवंता! तू मनाई करतोस तरी पण मला चिंता का होते?' जो भगवंतावर रागावत नाही, तो खरा भक्त नाही. जर एखादी उपाधी आली, तर तुमच्या आत परमेश्वर बसला आहे, त्याला तंबी देऊन रागवा - धमकवा. भगवंतावरही रागावतो, त्यालाच खरे प्रेम म्हटले आहे. आज तर भगवंताचा खरा भक्त मिळणे देखिल कठीण आहे. सगळे जण आपापल्या स्वार्थातच असतात.

श्रीकृष्ण भगवंत म्हणतात,

'जीव तू शीदने शोचना करे, कृष्णने करवुं होय ते करे.'

(हे जीवा, तू कशाला काळजी करतोस, कृष्णाला जे करायचे असेल ते करू दे.)

तेव्हा हे लोक काय म्हणतात? श्रीकृष्णाने जरी सांगितले तरी पण हा संसार चिंता केल्याशिवाय कसा चालणार? या लोकांनी तर चिंतेचे कारखाने काढले आहेत! तो मालही विकला जात नाही. कसा विकला जाणार? ज्याला विकायला जाईल त्याचाही तसा कारखाना असतोच ना! या जगात एक तरी मनुष्य असा शोधून आणा की, ज्याला चिंता होत नसेल.

एकीकडे म्हणतात, 'श्री कृष्ण शरणं मम' आणि जर श्रीकृष्णाला शरण गेला आहात तर मग चिंता कशाला? महावीर भगवंतानेही चिंता करण्यास मनाई केली आहे. त्यांनी तर एका चिंतेचे फळ तिर्यच (जनावर) गती म्हटले आहे. चिंता तर सर्वात मोठा अहंकार आहे. 'मीच हे सर्व काही चालवतो' असे जबरदस्त वाटत राहते, त्याच्या फळस्वरूप चिंता निर्माण होते.

**मिळाला एकच ताळमेळ सगळीकडून**

चिंता तर आर्तध्यान आहे, हे शरीर जितका शाता-अशाताचा उदय

घेऊन आले आहे, तेवढे भोगल्याशिवाय सुटकाच नाही. म्हणून कोणाचा दोष बघू नकोस, कोणाच्या दोषांप्रती दृष्टी करू नकोस. स्वतःच्या दोषांमुळेच बंधन आहे, हे तू समजून घे. आणि तू काहीही फेरबदल करू शकणार नाही.

श्रीकृष्ण भगवंताने सांगितले की, 'जीव तू शीदने शोचना करे, कृष्णने करवुं होय ते करे'. त्यावर जैन काय सांगतात 'हे तर श्रीकृष्ण भगवंताने सांगितले आहे, महावीर भगवंताने असे सांगितलेले नाही.' महावीर भगवंताने असे काय सांगितले? तर 'राईमात्र वधघट नहीं, देख्या केवळज्ञान' ये निश्चय कर जाणिए, त्यजिए आर्तध्यान. 'चिंता व आर्तध्यान सोडा, असे सांगितले. पण भगवंतांनी सांगितलेले ऐकतील तर ना? ज याला एकायचेच नसेल त्याच्यावर आपण रागावू तर नाही शकत ना?

मला जेव्हा असे सांगितले होते, तेव्हा मी तर ते मान्य केले होते. मी सांगितले, हो भाऊ, पण अशी ही एक गोष्ट आहे, म्हणून मग मी दुसऱ्या ठिकाणी तपास केला. तर जे महावीर भगवंतांनी सांगितले, तेच कृष्ण भगवंताने सांगितले, तेव्हा मी म्हणालो, इथे ताळमेळ बसतो, तरी पण कदाचित काही चूक होत असेल, तर पुढे तपास करा.

तेव्हा सहजानंद स्वामी म्हणतात, 'माझ्या मर्जी शिवाय, कोणी एक पानही तोडू शकत नाही'. अरेच्चा, तुम्हीही पक्केच आहात! तुमच्याशिवाय एक पानही तुटणार नाही? तेव्हा मी म्हणालो, 'चला तीन ताळे मिळाले.' मग मी म्हणालो, अजून ताळे मिळवा.

मग आता कबीर साहेब काय म्हणतात, 'प्रारब्ध तो पहेले बना, पीछे बना शरीर, कबीर अचंबा ये है, मन नहीं बांधे धीर'! मन धीर धरत नाही हेच मोठे आश्चर्य आहे. मी हा सगळा ताळमेळ बसवत बसवत सगळ्यांना सतत विचारत राहिलो. तुमचा ताळमेळ काय आहे? ते सांगा बरे.

हो, एका व्यक्तीची चूक होऊ शकते, पण वीतराग भगवंतांनी सांगितलेले चुकीचे आहे असे तर सांगूच शकत नाही, पण कदाचित लिहिणाऱ्याची चूक झाली असेल तर! वीतरागांची चूक तर मी कधीच मानणार नाही. मला कसेही फिरवून फिरवून समजावले तरी पण वीतराग भगवंतांची चूक मी कधीच मानली नाही. लहानपणापासूनच, जन्मतः वैष्णव असून देखील मी त्यांची चूक मानली नाही. कारण इतके शहाणे समंजस पुरुष! ज्यांचे नामस्मरण केल्यानेच कल्याण होते! आणि आपली दशा तर बघा! एका राई (मोहरी) एवढे कमी-जास्त होणार नाही. अरे, राईचा दाणा पाहिला आहे का तुम्ही? तेव्हा म्हणतात, घ्या, नाही कसा पाहिला राईचा दाणा? एका राईच्या दाण्याएवढाही फरक होणार नाही आणि बघा, लोक कंबर कसून, जोपर्यंत जागे राहता येईल तोपर्यंत जागे राहतात. शरीराला ओढून-ताणून जागे राहतात आणि मग हार्ट फेलची तयारी करतात.

### यांना किंमत कशाची?

एक वृद्ध काका आले आणि माझ्या पायावर पडून खूप रडले. मी विचारले काय दुःख आहे तुम्हाला? तेव्हा ते म्हणाले, माझे दागिने चोरीला गेलेत, सापडतच नाहीत. आता परत कधी मिळतील? तेव्हा मी त्यांना म्हणालो ते दागिने काय तुम्ही सोबत घेऊन जाणार होते? तर म्हणतात नाही, सोबत तर नेता येत नाही पण माझे दागिने जे चोरीला गेलेत ते परत केव्हा मिळतील? मी म्हणालो, 'तुम्ही गेल्यानंतर मिळतील!' दागिने गेले त्यासाठी इतकी हाय, हाय! अरे, जे गेले त्याची चिंता करायचीच नसते. कदाचित कोणी पुढची चिंता, भविष्याची चिंता करत असेल तर आम्ही समजू शकतो की बुद्धिवंत मनुष्याला चिंता तर होणारच; पण गेले त्याची पण चिंता? आपल्या देशात अशी चिंता असते. क्षणापूर्वी जे घडले त्याची चिंता कशासाठी? ज्यावर उपाय नाही त्याची चिंता कशासाठी? कुठल्याही बुद्धिवंताला समजते की आता यावर काही उपाय नाही, आणि म्हणूनच त्याची चिंता करायची नसते.

ते काका रडत होते, पण मी दोन मिनिटात त्यांचे समाधान केले. मग तर 'दादा भगवानांचा असीम जयजयकार हो' बोलू लागले. आज सकाळी पण ते मला रणछोडर्जींच्या मंदिरात भेटले, तेव्हा लगेच म्हणाले, 'दादा भगवान!' मी म्हटले, 'हो, तेच.' मग म्हणाले 'संपूर्ण रात्र मी तर आपलेच नाव घेत होतो!' म्हणजे त्यांना असे वळवले की ते वळतात.

**प्रश्नकर्ता :** आपण त्यांना काय सांगितले ?

**दादाश्री :** मी सांगितले, 'ते दागिने परत येतील असे नाही. हो, पण दुसऱ्या मार्गाने दागिने येतील.'

**प्रश्नकर्ता :** दादा, आपण भेटलात म्हणजे मोठा दागिनाच मिळाला ना.

**दादाश्री :** हो, हे तर आश्चर्य आहे. पण त्यांना हे कसे समजेल ? त्यांना तर त्या दागिन्यांच्या समोर याची काही किंमतच नाही ना! अहो, त्याला जर चहा प्यायचा असेल आणि आम्ही म्हटले की, 'मी आहे ना, मग तुला चहाचे काय काम आहे?' तर ते म्हणतील आपण असो वा नसो पण मला चहाशिवाय चैनच पडत नाही! यांना किंमत कसली ? तर ज्याची इच्छा आहे त्याची!

### निसर्गाच्या पाहुण्याचा थाटमाट तर बघा!

या जगात कोणतीही गोष्ट जी सर्वात किंमती असेल, ती फ्री ऑफ कॉस्ट (फुकट)च असते. त्याच्यावर सरकारी कर वगैरे लावू शकत नाही. अशी कोणती गोष्ट किंमती आहे ?

**प्रश्नकर्ता :** हवा, पाणी.

**दादाश्री :** फक्त हवाच, पाणी नाही. हवेवर अजिबात सरकारी कर नाही, काहीच नाही. जिथे बघाल तिथे, तुम्ही जिथे जाल तिथे, एनी व्हेर, एनी प्लेस, (कुठेही, कुठल्याही जागी) तिथे तुम्हाला ती

प्राप्त होते. निसर्गाने तुमचे केवढे रक्षण केले आहे! तुम्ही निसर्गाचे पाहुणे आहात आणि पाहुणे असूनही तुम्ही आरडाओरडा करता, चिंता करता! म्हणून निसर्गाच्या मनात असे येते की अरे, हे माझे पाहुणे आहेत, तरी पण यांना पाहुणे होणे जमत नाही! मग ते स्वयंपाक घरात जाऊन म्हणतात, 'कढीत मीठ जरा जास्त घाला.' अरे मूर्खा, तू पाहुणा असूनही स्वयंपाकघरात घुसतो! ते जसे वाढतील तसे खावे. आपण पाहुणे असून स्वयंपाक घरात कसे जाऊ शकतो? ही सर्वात किंमती हवा, ती फ्री ऑफ कॉस्ट! त्यानंतर दुसऱ्या नंबरवार काय येते? पाणी येते. पाणी थोड्याफार पैशांनी मिळते, आणि मग तिसरे म्हणजे धान्य, तेही थोड्याफार पैशांनी मिळते.

**प्रश्नकर्ता :** प्रकाश.

**दादाश्री :** प्रकाश तर असतोच ना! सूर्यनारायण जणू आपल्या सेवेसाठीच बसले आहेत, अगदी साडे सहा वाजता येऊन ऊभे राहतात.

### कशावरही विश्वास नाही

आपल्या हिन्दुस्तानातील लोक तर इतकी चिंता करणारे आहेत की, या सूर्यनारायणांनी जर एकच दिवस सुटी घेतली आणि म्हणाले की परत कधीही सुटीवर जाणार नाही, तरी ह्या लोकांना दुसऱ्या दिवशी शंका वाटू लागेल की उद्या सूर्यनारायण येतील की नाही? सकाळ होणार की नाही? अर्थात निसर्गावर सुद्धा विश्वास नाही. स्वतःवरही विश्वास नाही. भगवंतावरही विश्वास नाही. कोणत्याही गोष्टीवर विश्वास नाही. स्वतःच्या पत्नीवर देखील विश्वास नाही.

### स्वतःच निमंत्रित केलेली चिंता

चिंता करतो ती पण शेजाऱ्यांचे बघून, शेजाऱ्यांकडे गाडी आहे आणि आपल्याकडे नाही. अरे, जगण्यासाठी किती पाहिजे? तू एकदा ठरव ना की माझ्या एवढ्या गरजा आहेत. उदाहरणार्थ घरात खाणे-पीणे

पुरेसे पाहिजे, राहायला घर पाहिजे, घर चालविण्यासाठी पर्याप्त लक्ष्मी पाहिजे. तर तेवढे तुला अवश्य प्राप्त होईल. परंतु जर शेजाऱ्याचे पन्नास हजार बँकेत जमा असतील तर ते तुझ्या मनात खटकत राहते. त्यामुळेच तर दुःखे निर्माण होतात. दुःखाला स्वतःच निमंत्रण देत असतात.

### जगण्याचा आधार, अहंकार

पैसे खूप यायला लागले की मग व्याकूळ होतो. चिंतित होतो. ह्या अहमदाबादच्या मिलवाल्या शेठांचा तपशील सांगितला तर तुम्हाला असे वाटेल की हे भगवंता! अशी अवस्था एका दिवसासाठी सुद्धा देऊ नकोस. दिवसभर रताळे भट्टीत ठेवले असेल त्याप्रमाणे भाजत राहतात. कशाच्या आधारावर जगतात? मी एका शेठजींना विचारले, 'तुम्ही कशाच्या आधारावर जगता?' तेव्हा म्हणाले, 'ते तर मलाही माहीत नाही.' तेव्हा मी सांगितले, 'मी सांगू का? सगळ्यात मोठा तर मीच आहे ना! बस, या आधारावरच तुम्ही जगत आहात.' बाकी कसलेही सुख नाही.

### अप्राप्तची चिंता करू नका

अहमदाबादचे काही शेठ मला भेटले होते. जेवताना ते मिलमध्ये गेलेले असतात. माझ्याबरोबर जेवायला बसले होते. तेव्हा शेठाणी समोर येऊन बसल्या. मी विचारले 'शेठाणी, तुम्ही का समोर येऊन बसलात?' तर त्या म्हणाल्या, शेठजी कधीच नीट जेवत नाहीत. तेव्हा मी समजून गेलो. आणि जेव्हा मी शेठजींना विचारले, तेव्हा ते म्हणाले माझे सारे चित्त तिथे (मिलमध्ये) जाते. मी सांगितले, असे करू नका. वर्तमानात जे ताट समोर आहे, प्रथम ते, म्हणजेच प्राप्तला भोगा, अप्राप्तची चिंता करू नका. जो प्राप्त वर्तमान आहे, तो उपभोगा.

चिंता होत असेल तर मग जेवायला स्वयंपाक घरात जावे लागते? मग बेडरूममध्ये झोपायला जावे लागते? आणि ऑफिसमध्ये कामावर?

**प्रश्नकर्ता :** तिथे पण जातो.

**दादाश्री :** ते सारे डिपार्टमेंटस् आहेत, तेव्हा या डिपार्टमेंटची उपाधीला, दुसऱ्या डिपार्टमेंटमध्ये घेऊन जाऊ नका. एका डिविझनमध्ये गेलात तर तिथले सगळे काम पूर्णपणे करा. नंतर दुसऱ्या डिविझनमध्ये जेवायला गेलात, तर पहिल्या डिविझनची उपाधी तिथेच सोडून, इथे चवीने जेवायचे. बेडरूममध्ये गेलात तरी अगोदरची उपाधी तिथल्या तिथेच ठेवायची. असे आयोजन नसेल तर, तो मनुष्य मारला जाईल. जेवायला बसल्यावर चिंता करतो की ऑफिसमध्ये साहेब ओरडले तर मी काय करणार? अरे, ओरडतील तेव्हा बघून घेऊ, आता निवांतपणे जेव ना!

भगवंतांनी काय सांगितले, 'प्राप्त भोगा, अप्राप्तची चिंता करू नका.' म्हणजेच जे प्राप्त आहे त्याला भोगा ना!

## एयरकन्डिशनमध्ये पण चिंता

**प्रश्नकर्ता :** इतर चिंतासुद्धा असतातच ना डोक्यात?

**दादाश्री :** जेवतानाही चिंता असते. ती घंटा तेव्हा डोक्यावर लटकतच असते, आता पडेल की आता पडेल, असेच वाटत राहते! सांगा आता, अशा भीतीच्या संग्रहस्थानात राहून हे सर्व उपभोगायचे आहे. मग हे सर्व कसे परवडेल? तरी पण लोक निर्लज्ज होऊन उपभोग घेतातही. जे व्हायचे ते होईल, पण उपभोगा! या संसारात उपभोगण्यायोग्य काही आहे का?

विदेशात असे नसते. कुठल्याही देशात असे नसते. हे सर्व इथेच आहे. बुद्धीचे भांडार, खूपच बुद्धी, चिंता पण खूपच, सर्वांनी कारखाने उघडलेत. मोठमोठे कारखाने, जबरदस्त पंगे फिरतात, सर्वच फिरते. चिंता पण करतात आणि सोबत उपाय पण करतात. मग तो जो थंडावा निर्माण करतो, काय म्हणतात त्याला?

**प्रश्नकर्ता :** एयरकन्डिशन.

**दादाश्री :** हो, एयरकन्डिशन! हिन्दुस्तानात आश्चर्यच आहे ना!

**प्रश्नकर्ता :** सद्या तर सगळ्या चिंता एयरकन्डिशनमध्येच होतात.

**दादाश्री :** हो, म्हणजे त्या सोबतच असतात. चिंतेसोबत एयरकन्डिशन! आपल्याला एयरकन्डिशनची गरज पडत नाही.

या अमेरिकनांच्या मुली निघून जातात. त्याची त्यांना चिंता होत नाही, आणि आपल्या लोकांना? कारण प्रत्येकाची मान्यता वेगळी असते.

### आयुष्याचे एक्सटेन्शन मिळाले ?

तुम्ही या दुनियेत अजून दोनशे वर्षे तर राहालच ना? एक्सटेन्शन (आयुष्य वाढवून) घेतले नाही का?

**प्रश्नकर्ता :** एक्सटेन्शन कशे मिळणार? आपल्या हातात तर काहीच नाही, मला तरी असे वाटत नाही.

**दादाश्री :** काय बोलता? जगणे स्वतःच्या हातात असेल तर तो मरणारच नाही. जर आयुष्याचे एक्सटेन्शन मिळत नसेल तर चिंता कशाला करता? जे मिळाले आहे तेच आरामात उपभोगा ना!

### चिंता ओढवून घेणे हा मनुष्य स्वभाव

चिंतेने तर काम बिगडते. या चिंतेने काम शंभर टक्क्यांऐवजी सत्तर टक्केच होते. चिंता कामात ऑब्स्ट्रक्ट (अडथळा) निर्माण करते. चिंता नसेल तर खूप सुंदर परिणाम येईल.

‘आपण मरणार आहोत’ हे तर सगळ्यांनाच माहीत आहे. परंतु मृत्यूची आठवण झाल्यावर लोक काय करतात? आठवल्यावर काय करतात? त्या आठवणींना ढकलून देतात. ‘आपल्याला काही झाले तर?’

असे आठवल्याबरोबर त्याला ढकलून देतात. त्याच प्रमाणे चिंता झाल्यावर तिला ढकलून द्या की, नाही, इथे येऊ नकोस.

नेहमीच चिंतेने सर्व काही बिघडते. चिंतेत गाडी चालवली तर टक्कर होईल. चिंतेने व्यापार केलात तर तिथे काम उलटे होईल. चिंतेनेच हे सर्व बिघडले आहे जगात.

चिंता करण्यासारखे हे जग नाहीच. या संसारात चिंता करणे ही बेस्ट फूलिशनेस (सर्वोत्तम मूर्खता) आहे. जग चिंता करण्यासाठी नाहीच. हे इटसेल्फ क्रिएशन (स्वयं निर्मित) आहे. भगवंतांनी हे क्रिएशन (निर्माण) केलेले नाही. म्हणूनच चिंता करण्यासाठी हे क्रिएशन नाही. फक्त ही माणसेच चिंता करतात, अन्य कोणताही जीव चिंता करत नाही. अन्य चौर्यांशी लाख योनी आहेत, पण कोणीही चिंता-वरिझ करत नाही. हे मनुष्य नामक जीव जे अती शहाणे आहेत, ते संपूर्ण दिवस चिंतेत जळत राहतात.

चिंता, हा तर प्युअर इगोइझम (केवळ अहंकार) आहे. कुठलाही जनावर चिंता करत नाही, आणि या मनुष्यांना मात्र चिंता? ओहोहो, अनंत जनावरे आहेत, कोणालाही चिंता नाही आणि मनुष्य एकटाच मूर्खासारखा संपूर्ण दिवस चिंतेत जळत राहतो.

**प्रश्नकर्ता :** जनावरापेक्षाही खाली उतरले ?

**दादाश्री :** जनावरे तर खूप चांगली आहेत. जनावरांना भगवंतांनी आश्रित म्हटले आहे. या जगात जर कोणी निराश्रित असेल तर फक्त ही मनुष्येच आहेत, आणि त्यातही हिंदुस्तानातील मनुष्ये शंभर टक्के निराश्रित आहेत, मग त्यांना दुःखच असणार ना! कारण त्यांना कुठल्याही प्रकारचा आसरा नाही.

मजूर चिंता करत नाहीत आणि शेठ लोक चिंता करतात. मजूर एकही चिंता करत नाहीत, कारण मजूर उच्च गतीत जाणार आहेत,

आणि शेट लोक खालच्या गतीत जाणार आहेत. चिंतेने खालची गती मिळते, म्हणूनच चिंता असता कामा नये.

केवळ वरिझ, वरिझ, वरिझ. रताळे भट्टीत भाजतात तसे हे जग भाजत आहे. मासे तेलात तळताना होते तशी तडफड तडफड होत आहे!!! याला जीवन कसे म्हणायचे ?

### ‘मी करतो’ म्हणून चिंता

**प्रश्नकर्ता :** चिंता होऊ द्यायची नाही, याकडे लक्ष असणे हे चिंतेचे दुसरे स्वरूप नाही ?

**दादाश्री :** नाही. चिंता तर इगोइझम आहे, केवळ इगोइझम. आपल्या स्वरूपापासून वेगळे होऊन तो इगोइझम करतो की, ‘मीच चालवणारा आहे.’ शौचाला जाण्याची शक्ती नाही आणि ‘मी चालवतो’ असे म्हणतो.

चिंता हाच अहंकार. ह्या बाळाला चिंता का होत नाही ? कारण तो जाणतो की मी चालवत नाही. आणि कोण चालवतो, त्याची त्याला पर्वाच नाही.

‘मी करतो, मी करतो’ असे करत राहतात, म्हणून चिंता होते.

### चिंता, हाच सर्वांत मोठा अहंकार

**प्रश्नकर्ता :** चिंता ही अहंकाराची निशाणी आहे, हे जरा सविस्तर समजवा.

**दादाश्री :** चिंता अहंकाराची निशाणी आहे असे का म्हणतात ? कारण त्याला असेच वाटत असते की ‘मीच हे चालवत आहे.’ त्यामुळे त्याला चिंता होते. ‘याला चालवणारा मीच आहे’ म्हणून तर तो या मुलींचे काय होईल ? या मुलांचे काय होईल ? हे काम पूर्ण झाले नाही

तर काय होईल? स्वतः स्वतःला कर्ता मानतो की 'मीच मालक आहे, आणि मीच करत आहे.' पण तो स्वतः कर्ता नाहीच आणि उगाचच चिंता ओढवून घेतो.

संसारात राहून चिंतेतच राहिला आणि ती चिंता मिटली नाही तर मग त्याला कितीतरी जन्म घ्यावे लागतील! कारण चिंतेनेच जन्म घ्यावे लागतात.

थोडक्यात एक छोटी गोष्ट आपल्याला सांगतो. ही सूक्ष्म गोष्ट आपल्याला सांगतो, की या संसारात कोणीही मनुष्य असा जन्माला आला नाही की ज्याला शौचाला जाण्याची स्वतंत्र शक्ती असेल! तर मग हे लोक इगोइझम करतात, याला काय अर्थ आहे? ही तर दुसरी शक्ती काम करत आहे. ती शक्ती आपली नाही. ती परशक्ती आहे, आणि स्वशक्तीला तर जाणत नाही. अर्थात स्वतःही परशक्तीच्या आधीन आहे; आणि फक्त आधीनच नाही तर पराधीनही आहे. पूर्ण जन्मच पराधीन आहे.

## मुलीच्या लग्नाची चिंता

असे आहे की, आपल्या इथे मुलगी तीन वर्षांची असेल तेव्हापासूनच विचार करू लागतात की 'ही मोठी झाली, ही मोठी झाली.' लग्न तर वीसाव्या वर्षी होते पण आत्तापासूनच चिंता करायला सुरूवात करतात. मुलीच्या लग्नाची चिंता केव्हापासून सुरू करायची, हे कुठल्या शास्त्रात लिहिलेले आहे का? वीसाव्या वर्षी लग्न करायचे असेल तर आपल्याला चिंता केव्हापासून सुरू केली पाहिजे? दोन-तीन वर्षांची असेल तेव्हापासून?

**प्रश्नकर्ता :** मुलगी चौदा-पंधरा वर्षांची झाली की मग आई-वडील विचार करतातच ना?

**दादाश्री :** नाही, तरी पण पाच वर्षे उरली ना! त्या पाच वर्षात

चिंता करणाऱ्याचा मृत्यू होईल किंवा जीची चिंता करतो, तिचा मृत्यू होईल हे काही सांगता येत नाही! अजून पाच वर्षे बाकी आहेत, त्या आधीच चिंता कशी करू शकतो?

तरी पण इतरांचे बघून बघून की, या भाऊंना बघा, यांना मुलीच्या लग्नाची किती चिंता आहे, आणि मला तर चिंताच होत नाही. आणि मग चिंता करून करून टरबूजासारखा होऊन जातो. आणि जेव्हा मुलीच्या लग्नाची वेळ येते तेव्हा हातात चार आणे पण नसतात. चिंता करणारा पैसा आणणार तरी कुठून?

आपण चिंता केव्हा केली पाहिजे, तर जेव्हा आजूबाजूचे लोक विचारतील, 'मुलीचे लग्न जमवले का?' तेव्हा आपण समजावे की आता विचार करण्याची वेळ आली आहे, आणि तेव्हापासून तिच्यासाठी प्रयत्न सुरू करावे. इथे तर आजूबाजूचे कोणी काही बोलत नाहीत आणि त्याआधीच, पंधरा वर्षाआधीच चिंता करू लागतात. शिवाय स्वतःच्या बायकोलाही सांगतो की, 'आपली मुलगी मोठी होत आहे आणि लग्नाची आहे, हे तुझ्या लक्षात आहे ना?' अरे, पण तू बायकोला का चिंता करायला लावतोस?

## अवेळीची चिंता

सतरा वर्षाआधीच मुलीच्या लग्नाची चिंता करतोस, तर मग मरण्याची चिंता का करत नाहीस? तर म्हणेल 'नाही, मरण्याची आठवण तर करूच नका.' तेव्हा मी विचारले, मरण्याची आठवण करण्यात काय हरकत आहे? तुम्ही मरणार नाहीत का? तेव्हा म्हणतो, 'जर मरणाची आठवण केली तर आजचे सुख नाहीसे होईल, आजचा आमचा सारा स्वादच बिघडून जाईल.' मग मुलीच्या लग्नाची आठवण आज का करतोस? त्याने पण तुझा स्वाद संपून जाईल ना? आणि मुलगी आपले लग्नाचे सर्व काही घेऊनच आली आहे. आई-वडील तर त्यात निमित्त

आहेत. मुलगी आपल्या लग्नाची सगळी साधने घेऊनच आलेली असते. बँक बॅलेन्स, पैसे सगळे काही घेऊनच आलेली आहे. कमी किंवा अधिक, जितका खर्च असेल ते सर्व एक्झॅक्टली (निश्चतरूपाने) घेऊनच आलेली असते.

मुलीची चिंता तुम्ही करायची नाही. तुम्ही मुलीचे पालक आहात. मुलगी स्वतःसाठी मुलगा पण घेऊनच आलेली आहे. आपण कोणाला सांगायला जायची गरज नाही की, मुलगा जन्माला घाला. आमची मुलगी आहे, तिच्यासाठी मुलगा जन्माला घाला, असे सांगायला जावे लागते का? अर्थात, सारे सामान तयार घेऊन आलेली असते. तेव्हा वडील म्हणतील, 'ही पंचविशीची झाली, अजून तिचे लग्न जुळत नाही. असे आहे, तसे आहे.' तो संपूर्ण दिवस गात राहतो. अरे, तिथे मुलगा सत्तावीसचा झालाय, पण त्याच्याशी तुझी भेट झाली नाही, मग उगाच का बॉबलतोस? झोप ना चुपचाप! मुलगी स्वतःचे टाईमिंग वगैरे सारे प्रबंध करून आली आहे.

जे तुमच्या सत्तेत नाही, त्याचे चित्रण करू नका. मागील जन्मात दोन-तीन छोट्या मुली होत्या, मुलगे होते. त्या सगळ्यांना इतके छोटे छोटे असताना सोडून आलात, तर त्या सर्वांची चिंता करता का तुम्ही? का? आणि असे मरतेवेळी तर खूप चिंता होते ना, की ह्या छोट्या मुलीचे काय होईल? आणि मग इथे परत नवीन जन्म घेतो, तेव्हा मागच्या जन्माची काही चिंताच होत नाही ना! पत्र-बित्र काहीच नाही! अर्थात ही सर्व परसत्ता आहे, त्यात हात घालूच नका. जे काही घडत आहे ते 'व्यवस्थितमध्ये' असेल तर असू दे, नसेल तर नसू दे.

### चिंता करण्यापेक्षा धर्माकडे वळवा

**प्रश्नकर्ता :** घरात जी प्रमुख व्यक्ती असते त्याला जी चिंता असते, ती कशी दूर करावी?

**दादाश्री** : कृष्ण भगवंतांनी काय सांगितले आहे, 'जीव तू शीदने शोचना करे, कृष्णने करवुं होय ते करे.' असे वाचनात आले आहे का? तर मग चिंता करायची काय गरज आहे?

मुलांच्या बाबतीत क्लेश कशाला करता? त्यांना धर्माच्या मार्गावर वळवा, सुधारतील ते.

काही लोक तर धंद्याची चिंता करतच राहतात. ते का चिंता करतात? त्यांना वाटते की, 'मीच चालवतो.' म्हणून चिंता होते. 'चालवणारा कोण आहे' ह्याचे जरासुद्धा, कुठल्याही प्रकारे अवलंबन घेत नाहीत. जरी तू ज्ञानाने जाणत नसशील पण दुसऱ्या कुठल्याप्रकारचे अवलंबन तरी घे! कारण तू नाही चालवत असे थोडेफार तरी तुझ्या अनुभवात आले आहे ना. चिंता तर सर्वात मोठा इगोइझम (अहंकार) आहे.

## अधिक चिंतावाले कोण?

**प्रश्नकर्ता** : ज्याला रोजची दोन वेळची भाकर मिळत नाही त्याला तर रोजची चिंता राहणारच ना की, उद्या मी काय करणार? मी काय खाणार?

**दादाश्री** : नाही, नाही, त्याचे असे आहे की, सरप्लस (जरूरीपेक्षा जास्त)ची चिंता असते. खाण्याची चिंता कोणालाही होत नाही. सरप्लसचीच चिंता होते. हा निसर्ग असा व्यवस्थित आहे की अगदी छोट्यात छोटे रोपटे जरी कुठेही उगवलेले असेल, तरी तेथे जाऊन पाणी शिंपडून येतो. इतकी सारी व्यवस्था आहे. हे रेग्युलेटर ऑफ द वर्ल्ड आहे, तो वर्ल्डला रेग्युलेशनमध्येच ठेवतो. ही काय थापेबाजी नाही. तात्पर्य हेच की सरप्लसचीच चिंता आहे. त्याला खाण्याची चिंता नाही.

**प्रश्नकर्ता** : असे वाटते की आपल्याला सगळे असे सरप्लसवालेच

भेटलेत की ज्यांना चिंता असते, डेफिशिटवाला (जरूरीपेक्षा कमी असलेले) कोणी भेटलेच नाहीत, असे वाटते!

**दादाश्री :** नाही, असे नाही. डेफिशिटवाले सुद्धा खूप भेटलेत, पण त्यांना चिंता होत नाही. त्यांना मनात जरा असे वाटते की आज इतके आणायचे आहे, आणि ते घेऊन येतात. चिंता-बिंता करत नाहीत. सर्व काही भगवंतावर सोडून देतात की 'त्याला योग्य वाटेल ते खरे' असे समजून चालत राहतात. आणि यांच्या बाबतीत तर भगवंत नाही, स्वतःच कर्ता आहेत ना! कर्माचा कर्ता पण मी आणि भोक्ता पण मीच, म्हणून मग चिंता डोक्यावर घेतात.

### जिथे चिंता तिथे लक्ष्मी टिकेल ?

**प्रश्नकर्ता :** जर असे असेल तर मग लोक कमावायला जाणारच नाही आणि चिंताही करणार नाही.

**दादाश्री :** नाही, कमावायला जाणे हे सुद्धा त्यांच्या हातात नाही ना! ते भोवरे आहेत. ते सर्व निसर्गाने फिरवल्याप्रमाणे फिरत आहेत आणि अहंकार करतात 'मी कमावायला गेलो होतो.' म्हणजे विनाकारण चिंता करतात. चिंता करणारा रुपये कुटून आणणार ? लक्ष्मीचा स्वभाव कसा आहे ? लक्ष्मी चिंता करणाऱ्यांकडे मुक्काम करत नाही. जे आनंदी आहेत, ज्यांना भगवंताची आठवण येते, त्यांच्याकडे लक्ष्मी जाते.

### चिंतेने धंद्याचे मरण

**प्रश्नकर्ता :** धंद्याची चिंता होते. खूप अडचणी येतात.

**दादाश्री :** चिंता वाटू लागली तर समजा कार्य अधिक बिघडणार आहे. चिंता होत नसेल तर समजा कार्य बिघडणार नाही. चिंता कार्यासाठी अवरोधक आहे. चिंतेने तर धंद्याला मरण येते. जो चढतो-ऊतरतो त्याचेच नाव धंदा. पूरण-गलन आहे. पूरण झाले त्याचे गलन झाल्याशिवाय

राहणारच नाही. या पूरण-गलनात आपली काही मिळकत नाही. आणि जी आपली मिळकत आहे, त्यात काही पूरण-गलन होत नाही ! असा चोख व्यवहार आहे ! इथे आपल्या घरात आपली बायको-मुले सगळेच भागीदार आहेत ना ?

**प्रश्नकर्ता :** सुख-दुःख भोगण्यात तर आहेत.

**दादाश्री :** तुम्ही आपल्या बायको-मुलांचे पालक म्हटले जाता. मग फक्त पालकानेच चिंता का करावी ? आणि घरवाले तर उलट सांगतात की, तुम्ही आमची चिंता करू नका. चिंतेने काही वाढणार आहे का ?

**प्रश्नकर्ता :** वाढत तर नाही.

**दादाश्री :** वाढत नाही ? तर मग असा चुकीचा व्यापार कोण करणार ? चिंतेने जर वाढत असेल तर करा.

### त्या समजुतीने चिंता गेली...

धंदा करायला तर खूप मोठे काळीज हवे. काळीज तुटले तर धंदा ठप्प होऊन जाईल.

ज्ञान होण्यापूर्वी, एकदा आमच्या कंपनीला तोटा झालेला. तेव्हा आम्हाला रात्रभर झोप लागत नसे, सतत चिंता वाटत असे तेव्हा आतून उत्तर मिळाले की, या तोट्याची चिंता आता कोण कोण करत असेल ? मला वाटले माझे भागीदार तर कदाचित करतही नसतील. फक्त मीच चिंता करत आहे. आणि बायको-मुले हे सर्वही भागीदार आहेत, पण त्यांना तर काही माहितच नाही. त्यांना काही माहित नाही तरी पण त्यांचे सर्व नीट चालत आहे, मग काय मीच बेअक्कल आहे की या साऱ्या चिंता डोक्यावर घेऊन बसलो आहे ! तेव्हा मग मला अक्कल आली. कारण ते सगळे भागीदार असूनही चिंता करत नाहीत, मग काय मी एकटाच चिंता करत राहू ?

## विचार करा, पण चिंता करू नका

चिंता म्हणजे काय? हे समजून घेतले पाहिजे की मनात असे विचार येत आहेत. आपल्याला कुठल्याही बाबतीत, धंद्यासंबंधी किंवा इतर कुठल्या बाबतीत, किंवा काही आजार असेल त्याचे विचार मनात आले, तर काही हद्दीपर्यंत पोहोचल्यावर ते विचार आपल्याला भोवऱ्यात टाकतात. आणि भोवऱ्यात अडकलो तर समजावे की हा चुकीचा रस्ता आहे, म्हणूनच काम बिघडले. तिथून मग चिंता सुरू होते.

विचार करायला हरकत नाही, पण विचार म्हणजे काय? एकदा विचार चालू झाले आणि ते अमुक हद्दीवर पोहोचले तर त्याला चिंता म्हणतात. हद्दीत राहून विचार करावे. विचाराची नॉर्मलिटी काय? आत विचारांचा पीळ लागणार नाही तिथपर्यंत. पीळ लागला की बंद करून टाकावे. पीळ लागला की मग चिंता सुरू होते. हा आमचा शोध आहे.

चिंता करायचा अधिकार नाही. विचार करायचा अधिकार आहे की 'भाऊ, इथपर्यंत विचार करा.' आणि विचार जेव्हा चिंतेत परिवर्तित होतात तेव्हा बंद केले पाहिजेत. अबॉव्ह नॉर्मल विचार म्हणजे चिंता. म्हणून आम्ही विचार तर करतो पण अबॉव्ह नॉर्मल झाले, आणि पोटात ढवळायला लागले की मग बंद करतो.

**प्रश्नकर्ता :** सहज आत बघत राहिलो तोपर्यंत त्याला विचार म्हणतात, आणि जर आत चिंता वाटली तर त्यात गुरफटलो असे म्हणायचे का?

**दादाश्री :** चिंता वाटू लागली म्हणजे तो गुरफटलाच ना. चिंता होते म्हणजे त्याला वाटते माझ्यामुळेच चालते. असेच तो मानतो. चिंता करणे अर्थात हे सर्व माझ्यामुळेच चालत आहे, असे मानणे. म्हणून त्या भानगडीत तर पडूच नये. आणि खरोखर तसेच आहे. ह्या सगळ्यांना तर हा रोगच लागू पडला आहे. आता ह्यातून लवकर बाहेर कसे

निघणार? लवकर निघता येत नाही ना! सवय लागली आहे, ती काही निघत नाही ना! हेबिच्युएटेड.

**प्रश्नकर्ता :** आपल्याजवळ आले तर निघून जाईल ना?

**दादाश्री :** हो, निघून जाईल. पण हळूहळू निघेल, पटकन निघणार नाही.

### परसत्ता हातात घेतली की चिंता होते

ताई आपले कसे चालले आहे? कधी उपाधी वाटते का? चिंता वाटते?

**प्रश्नकर्ता :** आमच्या मोठ्या मुलीचे लग्न ठरत नाही, म्हणून त्रास होतो.

**दादाश्री :** आपल्या हातात असेल तर त्रास करून घ्या ना, पण ही गोष्ट आपल्या हातात आहे का? नाही? तर मग त्रास का करून घेता? मग काय हे शेटर्जींच्या हातात आहे? मुलीच्या हातात आहे?

**प्रश्नकर्ता :** नाही.

**दादाश्री :** मग कोणाच्या हातात आहे? हे जाणल्याशिवायच दुःखी होत राहणे हे कशासारखे आहे, एक मोठी, दोन घोड्याची घोडागाडी चालत आहे, त्यावर आपण दहा जण बसलो आहोत, त्याला चालवणारा चालवत आहे आणि आपण आत बसून आरडाओरडा केला की, 'ए असे चालव, ए तसे चालव' तर काय होईल? जो चालवतो त्याला पाहत राहा ना! 'चालवणारा कोण आहे' हे जर जाणून घेतले तर आपल्याला चिंता होणार नाही. तुम्ही रात्रंदिवस चिंता करत आहात? कधीपर्यंत करणार? त्याचा अंत कधी येणार? हे मला सांगा.

ही मुलगी तर आपले सर्व घेऊनच आली आहे, तुम्हीही तुमचे

सर्व घेरूनच आले होते ना? तुम्हाला हे शेटजी भेटलेच ना? जर तुम्हाला हे शेटजी भेटलेत, तर ह्या मुलीला का नाही भेटणार? तुम्ही जरा धीर धरा ना. वीतराग भगवंतांच्या मार्गात आहात आणि धीर धरला नाही तर आर्तध्यान होईल, रौद्रध्यान होईल.

**प्रश्नकर्ता :** असे नाही, पण स्वाभाविक काळजी तर वाटणारच ना?

**दादाश्री :** स्वाभाविक काळजी म्हणजेच आर्तध्यान आणि रौद्रध्यान, तुम्ही आत आत्म्याला दुःख पोहोचवले. इतर कोणाला दुःख देत नाही ते ठीक आहे, पण हे तर आत्म्याला दुःख दिले.

### चिंतेने बांधले जाते अंतराय कर्म

चिंता केल्याने तर अंतराय कर्म बांधले जाते आणि कार्याला विलंब होतो. आपल्याला कोणी सांगितले की अमुक ठिकाणी मुलगा आहे, तर आपण प्रयत्न करावा. परंतु चिंता करण्यास भगवंताने मनाई केली आहे. चिंता केल्याने तर अधिक अंतराय येतात. आणि वीतराग भगवंतांनी काय सांगितले आहे की, 'भाऊ तुम्ही चिंता करता तर काय तुम्ही मालक आहात का? तुम्हीच दुनिया चालवता?' खरे पाहिले तर कळेल की स्वतःला तर शौचाला जाण्याचीही स्वतंत्र शक्ती नाही, ते जेव्हा बंद होते तेव्हा डॉक्टर बोलवावा लागतो. मात्र तोपर्यंत ती शक्ती स्वतःची आहे, असेच आपल्याला वाटत असते. पण ती शक्ती आपली नाही. ती शक्ती कोणाच्या आधीन आहे, हे सर्व जाणून घ्यायला नको का?

ह्याचा चालवणारा कोण असेल? ताई, तुम्ही तर जाणत असाल ना? हे शेटजी जाणत असतील? दुसरा कोणी चालवणारा असेल की मग तुम्हीच चालवणारे आहात?

### चालवणारे संयोग...

कर्ता कोण आहे? हे संयोग कर्ता आहे. हे सर्व संयोग, सायंटिफिक

सरकमस्टेन्शियल एविडन्स एकत्र आल्यावर कार्य होत असते. म्हणजेच आपल्या हातात सत्ता नाही. आपण संयोगांना पाहत राहायचे की संयोग कसे आहेत. संयोग एकत्र झाले की कार्य होऊनच जाते. जर कोणी मार्च महिन्यात पावसाची अपेक्षा करेल तर ती चूक म्हणावी लागेल. आणि जूनची पंधरा तारीख आली की संयोग एकत्र होतील. काळाचा संयोग तर जुळला पण ढगांचा संयोग जुळला नाही तर ढगांशिवाय पाऊस कसा पडणार? पण ढग जमले, काळ येऊन मिळाला, मग विजा कडकडल्या, अन्य एविडन्स गोळा झाले की मग पाऊस पडणारच. अर्थात संयोग जुळले पाहिजेत. मनुष्य संयोगाधीन आहे, पण तो असे मानतो की 'मी काहीतरी करतो', पण तो कर्ता आहे हे पण संयोगाधीन आहे. एक संयोग जरी विखुरला, तरी ते कार्य त्याच्याकडून होऊ शकणार नाही.

### 'मी कोण आहे' हे जाणल्याने कायमी समाधान

वास्तवात तर 'मी कोण आहे' हे जाणले पाहिजे ना? स्वतः स्वतःवर बिझनेस केला तर (मृत्यूनंतर) सोबत येईल. आणि जर नावावर बिझनेस केला तर आपल्या हातात काहीच राहणार नाही. थोडे फार तरी समजायला हवेच ना? 'मी कोण आहे' हे जाणावे लागेल ना.

इथे तुम्हाला उत्तर मिळवून देतो, त्यानंतर कधीच चिंता-काळजी वगैरे होणार नाहीत. चिंता होते, हे चांगले वाटते का? का चांगले वाटत नाही?

अनंत काळापासून हे जीव सतत भटकतच आहेत! क्वचितच कधी असे प्रकाशस्वरूप ज्ञानी पुरुष भेटतात, तेव्हा ते आपली सुटका करून देतात.

### टेन्शन वेगळे, चिंता वेगळी

**प्रश्नकर्ता :** तर त्या चिंतेसोबत अहंकार कशाप्रकारे केला जातो.

**दादाश्री :** मी नसेल तर चालणार नाही, असे त्याला वाटते. 'हे

मीच करतो, मी केले नाही तर होणार नाही. हे काम होईल का? सकाळी काय होईल?’ असे म्हणत चिंता करत राहतो.

**प्रश्नकर्ता :** चिंता कशाला म्हणतात ?

**दादाश्री :** कुठल्याही वस्तूला सर्वस्व मानून त्याचे चिंतन करणे, त्याला चिंता म्हणतात. बायको आजारी असेल, आणि जर त्याला पैशांपेक्षा बायकोच सर्वस्व वाटत असेल तर तिथूनच त्याला चिंता सुरू होईल. कारण तिला सर्वात जास्त महत्त्व दिले आहे म्हणून चिंता घुसेल. आणि ज्यांच्यासाठी आत्माच सर्वस्व आहे, त्याला मग चिंता कशी असेल ?

**प्रश्नकर्ता :** टेन्शन म्हणजे काय? चिंता तर समजली, आता टेन्शनची व्याख्या सांगा की टेन्शन कशाला म्हणतात ?

**दादाश्री :** टेन्शन त्याच्यासारखाच एक भाग आहे. पण त्यात सर्वस्व नसते. सगळ्या प्रकारचे तणाव असतात. नोकरी लागली तर कसे होईल? एकीकडे बायको आजारी आहे, तिचे काय होईल? मुलगा नीट शाळेत जात नाही, त्याचे काय करावे? ह्या सगळ्या तणावांना टेन्शन म्हणतात. आम्ही तर सत्तावीस वर्षात कधी टेन्शन पाहिलेच नाही!

काळजी आणि चिंता, यात खूप फरक आहे. काळजी ही जागृती आहे, आणि चिंता म्हणजे जीव जळत राहणे.

## नॉर्मालिटीने मुक्ती

**प्रश्नकर्ता :** परवशता आणि चिंता हे दोन्ही एकच नाही का ?

**दादाश्री :** चिंता हा तर अबॉव्ह नॉर्मल इगोइझम आहे आणि परवशता इगोइझम नाही. परवशता म्हणजे लाचारी, आणि चिंता म्हणजे तर अबॉव्ह नॉर्मल इगोइझम. अबॉव्ह नॉर्मल इगोइझम असेल तरच चिंता होईल, अन्यथा नाही. रात्री घरी झोप कोणाला येत नाही? ज्याचा इगोइझम जास्त आहे त्याला.

इगोइझमचा वापर करायला सांगितले आहे, मात्र अबॉव्ह नॉर्मल इगोइझमचा वापर करायला सांगितलेले नाही. अर्थात, चिंता करणे हा गुन्हा आहे आणि त्याचे फळ जनावरगती आहे.

**प्रश्नकर्ता :** चिंता होणार नाही यासाठी उपाय काय ?

**दादाश्री :** मागे वळायला हवे. इगोइझम पूर्णपणे संपवून टाकावा किंवा त्याला कमी करावा. जर ज्ञानी पुरुष असतील आणि ज्ञानी पुरुषांनी 'ज्ञान' दिले तर सर्वकाही होऊन जाईल.

### चिंता कशी सुटेल ?

**प्रश्नकर्ता :** चिंता का सुटत नाही ? चिंतेतून मुक्त होण्यासाठी काय केले पाहिजे ?

**दादाश्री :** चिंता बंद झाली असेल, असा कोणी नसतोच. कृष्ण भगवंताच्या भक्तालाही चिंता बंद होत नाही ना ! चिंतेने सारे ज्ञान अंध होऊन जाते, फ्रॅक्चर होऊन जाते.

संसारत एकही मनुष्य असा नाही की ज्याला चिंता होत नाही. साधु-साध्वी सर्वांनाच कधी ना कधी तरी चिंता होतच असते. साधुला इन्कमटॅक्स नाही, सेल्सटॅक्स नाही, भाडे नाही, नाडा नाही, तरी पण कधी ना कधी तरी चिंता होतच असते. शिष्याबरोबर वाद झाला तरी चिंता होते. आत्मज्ञानाशिवाय चिंता जात नाही.

एका तासातच तुझ्या सान्या चिंता मी घेतो आणि गॅरंटी देतो की आता जर एकही चिंता झाली तर वकील करून कोर्टात माझ्यावर केस दाखल कर. आम्ही असे हजारो लोकांना चिंतारहित केले आहे. अरे माग, मागशील ते द्यायला मी तयार आहे ! पण जरा नीट माग. असे काही माग की जे तुझ्याकडून कधी जाणार नाही. ह्या नाशवंत गोष्टी मागू नकोस. कायमचे सुख मागून घे.

आमच्या आज्ञेत राहिला आणि मग एक जरी चिंता झाली तर दावा दाखल करायची सूट दिली आहे. आमच्या आज्ञेत राहायचे. इथे सर्व काही मिळेल असे आहे. ह्या सगळ्यांपुढे काय पैज लावली आहे हे माहीत आहे का तुम्हाला? एक जरी चिंता झाली तर माझ्यावर दोन लाखाचा दावा दाखल करा.

**प्रश्नकर्ता :** आपल्याकडून ज्ञान मिळाले, मन-वचन-काया आपल्याला अर्पण केले, त्यानंतर आम्हाला चिंता होतच नाही.

**दादाश्री :** होणारच नाही.

चिंता संपली, त्याचे नाव समाधी. त्याने मग पूर्वीपेक्षाही जास्त काम होईल. कारण मग गुंतागुंत होतच नाही ना! ऑफिसला जाऊन बसलात की काम होत राहते. घरातील विचार येत नाहीत. बाहेरील विचार येत नाहीत. कुठल्याही प्रकारचे विचार येत नाहीत आणि संपूर्ण एकाग्रता राहते.

### वर्तमानात राहतो तेच खरे

ज्याची तीन वर्षांची एकुलती एक मुलगी असेल त्याला मनात वाटत राहते ही मोठी झाली की तिचे लग्न करावे लागणार, त्यात खर्च होणार. अशी चिंता करण्यास मनाई केली आहे. कारण जेव्हा ती वेळ येईल तेव्हा सारे एविडन्स (संयोग) एकत्र येतील. म्हणून वेळ येईपर्यंत तुम्ही त्यात हात घालू नका. तुम्ही तुमच्या मुलीला खारू-पीरू घाला, शिकवा, सर्व काही करा, पण पुढची सारी चिंता करू नका, आज पूरती, म्हणजे वर्तमान काळापूरतीच काळजी घ्या. भूतकाळ पाठी राहिला. तुम्ही तुमचा भूतकाळ का उकरता? नाही ना उकरत. भूतकाळ मागे राहिला. त्याला तर कोणीही मूर्खही उकरत नाही. भविष्य 'व्यवस्थित शक्ती'च्या हातात आहे. म्हणून आपण वर्तमानातच राहायचे. आता चहा पीत असाल तर आरामात चहा प्यावा.

कारण भविष्य 'व्यवस्थित शक्तीच्या' हातात आहे. मग कसली अडचण? म्हणूनच वर्तमानात राहायचे. जेवण जेवताना पूर्ण चित्त हजर ठेवून जेवावे. भजी कशाची बनवली आहे हे सर्व चांगल्याप्रकारे जाणावे. वर्तमानात राहणे म्हणजे काय, तर जेव्हा वहीखाते लिहिता तेव्हा बिलकुल एक्युरेट (पूर्णपणे) त्यातच चित्त ठेवले पाहिजे. कारण चित्त भविष्यकाळात गेले तर आजचे वहीखाते बिघडेल. भविष्याच्या विचारांमुळे होणाऱ्या किचकिचीमुळे, आजचे वहीखाते बिघडते, त्यात चूकभूल होते. परंतु जो वर्तमानात राहतो त्याची एकही चूक होत नाही, त्याला चिंता होत नाही.

## चिंता, डिस्चार्ज नाही

**प्रश्नकर्ता :** चिंता डिस्चार्ज आहे का ?

**दादाश्री :** चिंता डिस्चार्ज नाही. कारण त्यात करणारा असतो.

जी चिंता चार्जरूपात होती, ती आता डिस्चार्जरूपाने होत आहे, त्याला आपण सफोकेशन (घुसमट) म्हणतो. कारण आत स्पर्श होऊ देत नाही ना. आत्मा अहंकारापासून वेगळा झाला ना! एकाकार होत होता, तेव्हा चिंता होत होती.

आता हे जे सफोकेशन आहे ती (पूर्वी) चार्ज केलेली चिंता आहे, ती जेव्हा डिस्चार्ज होते तेव्हा घुसमट होते. जसे क्रोध चार्ज झालेला पण आत्मा वेगळा झाल्यामुळे डिस्चार्ज होतेवेळी तो राग (गुस्सा) झाला. त्याचप्रकारे (आत्मज्ञान प्राप्तीनंतर) आत्मा वेगळा झाल्यामुळे जे काही होते ते वेगळेच राहते.

हे ज्ञान प्राप्त केल्यानंतर चिंता होतच नाही, हे तर फक्त सफोकेशनच आहे! चिंतावाले तर तोंडा वरूनच कळतात. हे जे होत आहे ते सफोकेशन आहे, घुसमट आहे.

तुम्हाला रस्ता रेखाटून दिला असेल. आणि तो समजण्यात जर तुमची चूक झाली तर तुम्ही गोंधळाल, पण त्याला चिंता म्हणत नाही, त्याला घुसमट म्हणतात. अर्थात चिंता होणार नाही. चिंतेत तर तड-तड करून रक्त जळत राहते.

### ‘व्यवस्थित शक्ती’चे ज्ञान तिथे चिंता गायब

**प्रश्नकर्ता :** ‘व्यवस्थित शक्ती’चे ज्ञान जर अगदी बरोबर समजले, तर चिंता किंवा टेन्शन असे काहीच राहत नाही का?

**दादाश्री :** अजिबात राहत नाही. ‘व्यवस्थित शक्ती’ म्हणजे सायंटिफिक सरकमस्टेन्शियल एविडन्स. ‘व्यवस्थित’चे ज्ञान तोपर्यंत समजून घ्यायचे की अंतिम ‘व्यवस्थित’चे ज्ञान, ‘केवळज्ञान’ उत्पन्न करील. आणि ‘व्यवस्थित’ समजले तर ‘केवळज्ञान’ समजून जाल. हा माझा ‘व्यवस्थित शक्ती’चा शोध इतका सुंदर आहे! हा अद्भुत शोध आहे!

अनंत अवतारांपासून संसार कोण उभा करत होता! कर्ता होऊन बसले होते, त्याचीच ही चिंता!

**प्रश्नकर्ता :** या ‘ज्ञाना’मुळे आता मला भविष्याची चिंता होत नाही.

**दादाश्री :** तुम्ही तर आता ‘हे व्यवस्थित आहे’ असेच म्हणाल ना! ‘व्यवस्थित’ तुम्हाला समजले आहे ना! काहीही फेरफार होणार नाही. सारी रात्र जागून, दोन वर्षानंतरचे विचार कराल, तरी पण ते सर्व यूजलेस (व्यर्थ) विचार आहेत, वेस्ट ऑफ टाईम एन्ड एनर्जी (वेळ आणि शक्तीचा व्यय)आहे.

**प्रश्नकर्ता :** आपण जेव्हा ‘रियल’ आणि ‘रिलेटिव्ह’ याबद्दल समजावले त्यानंतर चिंता गेली.

**दादाश्री** : नंतर चिंता होतच नाही ना! या ज्ञानानंतर चिंता राहिल, असे शक्यच नाही. हा मार्ग संपूर्ण वीतराग मार्ग आहे. संपूर्ण वीतराग मार्ग म्हणजे काय, तर चिंता होतच नाही. हा सर्व आत्मज्ञानींचा, चोवीस तीर्थकरांचा मार्ग आहे, हा इतर कोणाचा मार्ग नाही.

- जय सच्चिदानंद

## प्रतिक्रमण विधी

प्रत्यक्ष 'दादा भगवानांच्या' साक्षीने देहधारी..... ( ज्याच्या प्रती दोष झाला असेल त्या व्यक्तीचे नाव ) च्या मन-वचन-कायेचे योग, भावकर्म, द्रव्यकर्म, नोकर्माहून भिन्न असे हे शुद्धात्मा भगवान! आपल्या साक्षीने, आजच्या दिवसापर्यंत माझ्याकडून जे जे ★★ दोष झाले आहेत, त्यांची क्षमा मागत आहे, हृदयपूर्वक खूप पश्चात्ताप करीत आहे. मला क्षमा करा, क्षमा करा, क्षमा करा. आणि पुन्हा असे दोष कधीही करणार नाही, असा दृढ निश्चय करीत आहे, त्यासाठी मला परम शक्ती द्या.

★★( आयुष्यभरात क्रोध-मान-माया-लोभ, विषय-विकार, कषाय इत्यादीपासून त्या व्यक्तीला जे जे दुःख दिले गेले असेल, त्या सर्व दोषांना मनात आठवावे. )

## संपर्क सूत्र

### दादा भगवान परिवार

अडालज : त्रिमंदिर, सीमंधर सिटी, अहमदाबाद-कलोल हाईवे,  
पोस्ट : अडालज, जि.-गांधीनगर, गुजरात - 382421  
फोन : +91 79 3500 2100, +91 9328661166/77  
E-mail : info@dadabhagwan.org  
मुंबई : त्रिमंदिर, ऋषिवन, काजुपाडा, बोरिवली (E)  
फोन : 9323528901

---

---

दिल्ली	: 9810098564	बेंगलूर	: 9590979099
कोलकता	: 9830093230	हैदराबाद	: 9885058771
चेन्नई	: 7200740000	पूणे	: 7218473468
जयपुर	: 8890357990	जलंधर	: 9814063043
भोपाल	: 6354602399	चंडीगढ	: 9780732237
इन्दौर	: 6354602400	कानपुर	: 9452525981
रायपुर	: 9329644433	सांगली	: 9423870798
पटना	: 7352723132	भुवनेश्वर	: 8763073111
अमरावती	: 9422915064	वाराणसी	: 9795228541

---

---

**U.S.A.** : **DBVI Tel.** : +1 877-505-DADA (3232),  
**Email** : info@us.dadabhagwan.org

**U.K.** : +44 330-111-DADA (3232)

**Kenya** : +254 759-92-DADA (3232)

**UAE** : +971 557316937

**Dubai** : +971 501364530

**Australia** : +61 402179706

**New Zealand** : +64 21 0376434

**Singapore** : +65 91457800

---

---

**www.dadabhagwan.org**

---

---



## चिंता कार्यासाठी अवरोधक

प्रयत्न करा पण चिंता करू नका. निसर्ग काय सांगतो की कार्य होत नसेल तर प्रयत्न करा, जबरदस्त प्रयत्न करा, परंतु चिंता करू नका. कारण चिंता केल्याने त्या कार्याला धक्का लागेल. चिंता करणारा लगाम स्वतःच्या हातात घेतो आणि मानतो जणू 'मीच चालवत आहे.' याचा गुन्हा लागू होतो.

'हे जग कोण चालवत आहे' हे जर जाणून घेतले तर आपल्याला चिंता होणार नाही.

- दादाश्री



मूल दीपक से प्रकटे दीपमाला

[dadabagwan.org](http://dadabagwan.org)

ISBN 978-81-89933-48-7



9 788189 933487

Printed in India

Price ₹ 20