

दादा भगवान कथित

# चिंता



ह्या जगात चिंता करणे हा मोठा मूर्खपणा आहे

दादा भगवान कथित

# चिंता

मुळ गुजराती संकलन : डॉ. नीरूबेन अमीन

अनुवाद : महात्मागण

**प्रकाशक :** श्री अजीत सी. पटेल

**महाविदेह फाउन्डेशन**

5, ममतापार्क सोसायटी, नवगुजरात कॉलेज के पीछे,  
उस्मानपुरा, अहमदाबाद - ३८० ०१४, गुजरात.

फोन - (०७९) २७५४०४०८

©

All Rights reserved - Dr. Niruben Amin  
Trimandir, Simandhar City,  
Ahmedabad-Kalol Highway, Post - Adalaj,  
Dist.-Gandhinagar-382421, Gujarat, India.

प्रथम आवृत्ति :	१०००	फरवरी २००९
द्वितीय आवृत्ति :	१०००	सितम्बर २०११
तृतीय आवृत्ति :	३०००	मार्च २०१२
चतुर्थ आवृत्ति :	३०००	अक्तुबर २०१३

**भाव मूल्य :** 'परम विनय' आणि

'मी काहीच जाणत नाही', हा भाव!

**द्रव्य मूल्य :** १० रुपये

**लेज़र कम्पोज :** दादा भगवान फाउन्डेशन, अहमदाबाद.

**मुद्रक :** महाविदेह फाउन्डेशन

पार्श्वनाथ चैम्बर्स, नये रिजर्व बँक के पास,  
इन्कमटैक्स, अहमदाबाद-३८० ०१४.

**फोन :** (०७९) २७५४२९६४,

त्रिमंत्र



नमो अरिहंताणं  
नमो सिद्धाणं  
नमो आयरियाणं  
नमो उवज्झायाणं  
नमो लोए सव्वसाहूणं  
एसो पंच नमुक्कारो,  
सव्व पावप्पणासणो  
मंगलाणं च सव्वेसिं,  
पढमं हवइ मंगलम् १  
ॐ नमो भगवते वासुदेवाय २  
ॐ नमः शिवाय ३  
जय सच्चिदानंद



## दादा भगवान फाउन्डेशनची प्रकाशित पुस्तके

### मराठी

- |                      |                           |
|----------------------|---------------------------|
| १. भोगतो त्याची चुक  | ६. क्रोध                  |
| २. एडजेस्ट एवरीव्हेर | ७. चिंता                  |
| ३. जे घडले तोच न्याय | ८. प्रतिक्रमण             |
| ४. संघर्ष टाळा       | ९. भावना सुधारे जन्मोजन्म |
| ५. मी कोण आहे?       |                           |

### हिन्दी

- |  |                                |
|--|--------------------------------|
| १. ज्ञानी पुरुष की पहचान               | २२. समझ से प्राप्त ब्रह्मचर्य  |
| २. सर्व दुःखों से मुक्ति               | २३. दान                        |
| ३. कर्म का सिद्धांत                    | २४. मानव धर्म                  |
| ४. आत्मबोध                             | २५. सेवा-परोपकार               |
| ५. मैं कौन हूँ?                        | २६. मृत्यु समय, पहले और पश्चात |
| ६. वर्तमान तीर्थंकर श्री सीमंधर स्वामी | २७. निजदोष दर्शन से... निर्दोष |
| ७. भुगते उसी की भूल                    | २८. पति-पत्नी का दिव्य व्यवहार |
| ८. एडजस्ट एवरीव्हेयर                   | २९. क्लेश रहित जीवन            |
| ९. टकराव टालिए                         | ३०. गुरु-शिष्य                 |
| १०. हुआ सो न्याय                       | ३१. अहिंसा                     |
| ११. चिंता                              | ३२. सत्य-असत्य के रहस्य        |
| १२. क्रोध                              | ३३. चमत्कार                    |
| १३. प्रतिक्रमण                         | ३४. पाप-पुण्य                  |
| १४. दादा भगवान कौन?                    | ३५. वाणी, व्यवहार में...       |
| १५. पैसों का व्यवहार                   | ३६. कर्म का विज्ञान            |
| १६. अंतःकरण का स्वरूप                  | ३७. आप्तवाणी - १               |
| १७. जगत कर्ता कौन?                     | ३८. आप्तवाणी - ३               |
| १८. त्रिमंत्र                          | ३९. आप्तवाणी - ४               |
| १९. भावना से सुधरे जन्मोजन्म           | ४०. आप्तवाणी - ५               |
| २०. प्रेम                              | ४१. आप्तवाणी - ६               |
| २१. माता-पिता और बच्चों का व्यवहार     | ४२. आप्तवाणी - ८               |

- ★ दादा भगवान फाउन्डेशन च्या द्वारे गुजराती आणि अंग्रेजी भाषे मध्ये सुद्धा बरीच पुस्तके प्रकाशित झाली आहे। वेबसाइट [www.dadabhagwan.org](http://www.dadabhagwan.org) वर सुद्धा आपण ही सगळी पुस्तके प्राप्त करू शकता।
- ★ प्रत्येक महिन्यात हिन्दी, गुजराती आणि अंग्रेजी भाषेत दादावाणी मेगेझीन प्रकाशित करीत आहे।

## दादा भगवान कोण?

जून १९५८ संध्याकाळची अंदाजे सहाची वेळ, सुरत स्टेशनावर अलोट गर्दी होती. प्लेटफार्म नंबर तीनच्या रेल्वेच्या बाकावर बसलेले श्री. अंबालाल मूळजीभाई पटेल रुपी देहमंदिरात नैसर्गिक स्वरूपात कित्येक जन्मापासून व्यक्त होण्यासाठी आतूर असलेले 'दादा भगवान' संपूर्णपणे प्रगट झाले आणि निसर्गाने सर्जन केले अध्यात्माचे अद्भूत आश्चर्य! एक तासात विश्वदर्शन लाभले! आपण कोण? भगवान कोण? जग कोण चालवत आहे? कर्म म्हणजे काय? मुक्ती कशाला म्हणतात? इत्यादी जगातील सर्व आध्यात्मिक प्रश्नांचे संपूर्ण निराकरण केले! आणि जगातील सर्व आध्यात्मिक प्रश्नांचा संपूर्ण उलगडा झाला. अशा प्रकारे निसर्गाने विश्वला प्रदान केले एक अद्वितीय, पूर्ण दर्शन आणि ह्याचे माध्यम बनले अंबालाल मूळजीभाई पटेल, जे होते गुजरातचे चरोतर जिल्ह्यातील भादरण गावचे पाटील, कंट्राक्टचा व्यवसाय करणारे आणि तरी ही पूर्ण वीतराग पुरुष.

त्यांना ज्ञान प्राप्ति झाली त्याच प्रमाणे ते फक्त दोन तासात इतर मुमुक्षुनां सुद्धा आत्मज्ञान प्राप्ति करून देत होते, त्यांच्या सिद्ध झालेल्या अद्भूत ज्ञान प्रयोग द्वारा. त्याला अक्रम (क्रमविरहीत) मार्ग म्हणतात. अक्रम म्हणजे क्रमाशिवायचा आणि क्रम म्हणजे पायरी पायरीने, क्रमाक्रमाने वर चढण्याचे ! अक्रम म्हणजे लिफ्ट मार्ग ! शॉर्ट कट !!

ते स्वतः प्रत्येकाला 'दादा भगवान कोण?' ह्याबदलची फोड करून सांगताना म्हणायचे कि, 'हे दिसतात ते 'दादा भगवान' नाहीत। हे तर ए.एम. पटेल आहे. आम्ही ज्ञानी पुरुष आहोत आणि आत प्रगट झाले आहेत ते दादा भगवान आहेत। ते चौदलोकचे नाथ आहेत, ते तुमच्यात पण आहेत, सर्वांमध्ये आहेत! तुमच्यात अव्यक्त रुपात बसलेले आहेत आणि 'इथे' संपूर्णपणे व्यक्त झालेले आहेत! मी स्वतः परमेश्वर नाही। माझ्या आत प्रगट झालेले 'दादा भगवान' त्यांना मी पण नमस्कार करतो.'

व्यापारात धर्म असावा परंतु धर्मात व्यापार नसावा. ह्या सिद्धांताने ते संपूर्ण जीवन जगले. त्यांनी जीवनात कधीही कोणाकडून ही पैसे घेतले नाहीत, उलट स्वतःचा व्यवसायातून झालेल्या फायद्यातून भक्तांना यात्रा करवीत असत.

## आत्मज्ञान प्राप्तिची प्रत्यक्ष लींक

मी तर, काही लोकांना माझ्या हातून सिद्धि प्राप्त करून देणार आहे. माझ्या नंतर कोणी तरी पाहिजे कि नाही! नंतर लोकांना मार्ग (दाखविणारा) हवा कि नाही?

- दादाश्री

परम पूज्य दादाश्रींना जे ज्ञान प्राप्त झाले, ते अद्भुत आत्मज्ञान, त्यांनी देश-विदेश परिभ्रमण करून, दुसऱ्या लोकांना सुद्धा दोन तासात प्राप्त करून दिले होते, त्याला ज्ञानविधि म्हणतात. दादाश्रींनी आपल्या जीवनकाळातच पूज्य डॉ. नीरूबहन अमीन (नीरूमा)ना आत्मज्ञान देण्याची ज्ञानसिद्धि प्रदान केली होती. दादाश्रींच्या देहविलय पश्चात् नीरूमा आता पर्यंत मुमुक्षुजनांना सत्संग आणि आत्मज्ञानाची प्राप्ति, निमित्तभावाने करत होत्या. त्याच बरोबर पूज्य दीपकभाईनां ही दादाश्रींनी सत्संग करण्याची सिद्धि प्रदान केली होती. पूज्य नीरूमांच्या उपस्थितीतच त्यांच्या आशीर्वादाने पूज्य दीपकभाई देश-विदेशात कितीतरी ठिकाणी जाऊन मुमुक्षुंना आत्मज्ञान प्राप्ति करून देत होते, जे पूज्य नीरूमांच्या देहविलय पश्चात् आज पण चालू आहे.

हे आत्मज्ञान प्राप्ति नंतर हजारो मुमुक्षु संसारात राहून, सर्व जबाबदाऱ्या सांभाळून सुद्धा मुक्त राहून आत्मरमणता चा अनुभव करत आहेत.

पुस्तकात लिहिलेली वाणी मोक्षार्थीला मार्ग दाखविण्याच्या हेतूने अत्यंत उपयोगी सिद्ध झाली आहे. परंतु मोक्ष प्राप्ति हेतू साठी आत्मज्ञान प्राप्त करणे जरूरी आहे. अक्रम मार्ग द्वारा आत्मज्ञानची प्राप्ति आज पण चालू आहे. त्यासाठी प्रत्यक्ष आत्मज्ञानीला भेटून आत्मज्ञानची प्राप्ति करेल तेव्हाच हे शक्य आहे. पेटलेला दिवाच दुसरा दिवा प्रज्वलित करू शकतो.

## निवेदन

आत्मज्ञानी श्री अंबालाल मुळजीभाई पटेल, ज्यांना सर्वजण 'दादा भगवान'च्या नावांनी ओळखतात. त्यांच्या श्रीमुखातून आत्मतत्त्व साठी जी वाणी निघाली, ती रेकोर्ड करून संकलन व संपादन करून ग्रंथाच्या रूपात प्रकाशित करण्यात आली आहे. ह्या पुस्तकात परम पूज्य दादा भगवानांच्या स्वमुखा ने निघालेल्या सरस्वतीचा मराठी अनुवाद केला आहे. सुज्ञ वाचकाने अध्ययन केल्या वर त्याला आत्मसाक्षात्कारची भूमिका निश्चित होते, असे कित्येकांचे अनुभव आहे.

ते 'दादा भगवान' तर त्यांच्या देहात असलेले परमात्माला म्हणत होते. शरीर हे परमात्मा होवू शकत नाही. कारण शरीर विनाशी आहे. परमात्मा तर अविनाशी आहे आणि जे प्रत्येक जीवमात्राच्या आत आहे.

प्रस्तुत अनुवाद मध्ये विशेष लक्ष ठेवलेले आहे कि प्रत्येक वाचकाला प्रत्यक्ष दादाजींची वाणीच, ऐकत आहोत असा अनुभव व्हावा.

ज्ञानींच्या वाणीला मराठी भाषेत यथार्थ रूपाने अनुवादित करायचा प्रयत्न केला आहे. परंतु दादाश्रींच्या आत्मज्ञानचा खरा उद्देश 'जसा आहे तसा' आपल्याला गुजराती भाषेत अवगत होणार. ज्याला ज्ञानाचा गहन अर्थ समजायचा असेल, ज्ञानाचा खरा मर्म जाणायचा असेल, त्यांनी ह्या हेतूने गुजराती भाषा शिकावी, असा आमचा अनुरोध आहे.

अनुवाद संबंधी चूकांसाठी आपली क्षमा प्रार्थितो.



## संपादकीय

चिंता कोणाला नाही होत? जे संसारापासून खऱ्या अर्थाने संपूर्णपणे विरक्त झाले असेल त्यांनाच चिंता होत नाही, बाकी सर्वांना होतेच. आता ही चिंता का होते? चिंतैचा परिणाम काय? आणि चिंतापासून मुक्त कसे होता येईल? त्याची यथार्थ समज परम पूज्य दादाश्रींनी दाखवली आहे ते येथे प्रकाशित करित आहोत.

चिंता म्हणजेच प्रकट अग्नी! निरंतर झाळतच राहते! रात्री झोपायलाही देत नाही. भुख-तहान हराम करते आणि अनेक रोगांना आमंत्रण देतो. इतकेच नाहीतर पुढला अवतार जनावर गतीचे बांधते. हा जन्म आणि पुढचा जन्म दोन्ही बिघडविते.

चिंता हे अहंकार आहे. कुठल्या आधाराने हे सर्व चालत आहे, ह्याचे विज्ञान नाही समजल्यामूळे स्वतः डोक्यावर घेऊन कर्ता होत असतो, आणि भोगत राहतो. भोगणे मात्र अहंकाराला असते. कर्ता-भोक्तापण अहंकारालाच आहे.

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

मोठ्या माणसांना मोठी चिंता, एयरकंडिशन मध्ये सुद्धा चिंताने धामधूम असतात! मजूरांना चिंता होत नाही, आरामाने शांत झोपतात आणि ह्या शेटजीना झोपेच्या गोळ्या खायला लागतात! ह्या जनावरांना कधी चिंता होते का? मुलगी दहा वर्षाची झाली तेव्हापासून तिच्या लग्नाची चिंता चालू! अरे तिच्यासाठी मुलगा जन्मला असेल कि जन्मायचा बाकी असेल?

चिंता करण्याकडे लक्ष्मी टिकत नाही. चिंतने अंतराय कर्म बांधले जातात.

चिंता कोणाला म्हणतात? विचार करण्याची हरकत नाही. पाणीत भोवर होते तशी विचारांची भोवर निर्माण झाली तर तेव्हा चिंता शुरु होते. दोरीत पीळ लागते तशी विचारांची पीळ लागली कि तिथे बंद करायचे.

खरोखर कर्ता कोण आहे ते नाही समजल्यामूळे चिंता होत असते कर्ता, सायन्टिफिक सरकमस्टेन्शियल एविडन्स आहे. जगात कोणी स्वतंत्र कर्ता नाहीच. निमित्त मात्र आहेत.

चिंता कायमची कधी जाते? कर्तापण सूटणार तेव्हा! कर्तापण सूटणार कधी? आत्मज्ञान प्राप्त करणार तेव्हा.

डॉ. नीरूबेन अमीन ह्यांचे जय सच्चिदानंद

# चिंता

## चिंता येते कुठुन?

**दादाश्री :** कधी चिंता केली आहे का?

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

**दादाश्री :** मनुष्याचा स्वभाव कसा आहे कि, स्वतःला कोणी थप्पड मारली, तर त्याला समोर थप्पड मारणार. पण जर कोणी समजदार असेल तर तो विचार करेल कि मला कायदा हातात नाही घेतला पाहिजे. काही लोकां कायदा हातात घेतात. याला गुन्हा म्हणतात. चिंता कशी करू शकतो मनुष्य? प्रत्येक भगवान असे सांगून गेले कि कोणीही चिंता करू नका. सगळी जिम्मेदारी आमच्या डोक्यावर ठेवा.

**प्रश्नकर्ता :** पण सांगणे आणि व्यवहारात आणणे, दोन्ही मध्ये बरेच अंतर आहे.

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

आता ही चिंता झाल्यावर काय उपाय करतात? चिंतेचे औषध नाही येत?

## जिथे चिंता, तिथे अनुभूति कुठून?

**प्रश्नकर्ता :** चिंतेपासून मुक्त होण्यासाठी भगवानकडे आशीर्वाद मागतो कि, यातून मी कधी सुटणार, म्हणून 'भगवान, भगवान' करतो, या माध्यमातून आपण पुढे जाऊ इच्छितो. तरी पण मला आपल्या आतला भगवानची अनुभूति नाही होत.

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

**प्रश्नकर्ता :** चिंता कशाप्रकारे मिटेल?

**दादाश्री :** इथे सत्संगात राहिल्याने. सत्संगात आलात कधी?

**प्रश्नकर्ता :** दुसऱ्या ठिकाणी सत्संगात जातो.

**दादाश्री :** सत्संगात जाण्याने जर चिंता बंद नाही होत, तर तो सत्संग सोडला पाहिजे? बाकी सत्संगात गेल्याने चिंता बंद झालीच पाहिजे.

**प्रश्नकर्ता :** तिथे बसतो, तितका वेळ शांति राहते.

**दादाश्री :** नाही, त्याला शांति नाही म्हणत. त्यात शांति नाही. अशी शांति तर गप्पा ऐकल्यावरही मिळेल. खरी शांति तर कायम राहिली पाहिजे, हललीच नाही पाहिजे. अर्थात् चिंता असेल त्या सत्संगात जायचेच कशाला? सत्संगवाल्यांना सांगा कि, 'साहेब, आम्हाला चिंता होते, म्हणून आम्ही आता इथे येणार नाही. किंवा आपण काही असे औषधोपचार करा कि, आम्हाला चिंता नाही होणार.'

**प्रश्नकर्ता :** ऑफिसला जा, घरी जा, तरी पण कुठे मन लागत नाही.

**दादाश्री :** ऑफिसला तर आपण नोकरीसाठी जातो, आणि पगार तर हवा ना? घर-गृहस्थी चालवायची आहे, म्हणजे घर नाही सोडायचे, नोकरी सुद्धा नाही सोडायची. पण केवळ जिथे चिंता नाही मिटत तो सत्संग

सोडला पाहिजे. नवीन दुसरा सत्संग शोधा, तिसऱ्या सत्संगात जा. सत्संग अनेक प्रकारचे असतात, पण सत्संगाने चिंता गेली पाहिजे. आपण दुसऱ्या कुठल्या सत्संगात नाही गेलात?

**प्रश्नकर्ता :** पण आम्हाला असे सांगितले गेले आहे कि भगवान आपल्या आत आहे. शांति आपल्याला आतच मिळेल, बाहेर भटकणे बंद करा.

**दादाश्री :** हां, बरोबर आहे.

**प्रश्नकर्ता :** पण आत जो भगवान बसला आहे, त्याचा जराही अनुभव नाही होत.

**दादाश्री :** चिंतेत अनुभव नाही होत. चिंता असल्यावर अनुभव आला असेल तो पण निघून जाईल. चिंता तर एक प्रकारचा अहंकार म्हटला जातो. भगवान सांगतात कि 'तू अहंकार करतोस, तर निघून जा माझ्याजवळून' ज्याला 'हे मी चालवतो' असा अहंकार आहे, तोच चिंता करतो ना. भगवानवर जराही विश्वास नाही, तोच चिंता करतो.

**प्रश्नकर्ता :** भगवानवर विश्वास तर आहे.

**दादाश्री :** विश्वास आहे तर असे करणार नाही. भगवानच्या भरोसावर सोडून, सुखाने झोपा. मग चिंता कोण करणार? म्हणून भगवान वर भरोसा करा. भगवान आपल्याला थोडेफार सांभाळत असलेच ना? आत जेवण टाकले, नंतर मग चिंता करता का? पाचक रस पडला कि नाही, पित्त पडले कि नाही, याचे रक्त बनणार कि नाही. याचा संडास होणार कि नाही, अशा सर्व चिंता करतात? अर्थात् हे आतलेच सर्व काही चालवायचे आहे बाहेर कुठे काही चालवायचे आहे, कि त्याची चिंता करत आहात? मग भगवानला वाईटच वाटणार ना. अहंकार केला तर चिंता होणार. चिंता करणाऱ्या मनुष्याला अहंकारी म्हणतात. एक सप्ताह भगवंतावर सोडून चिंता करणे बंद करा. मग इथे एखादे दिवशी भगवानचा साक्षात्कार करून देईल, तर नेहमीसाठी चिंता मिटून जाईल.

## चिंता म्हणजे प्रकट अग्नी

म्हणून हे सगळे समजायला हवे. असेच लावायचे औषध असेल ते पिऊन टाकले तर काय होणार? हे सगळे लावायचे औषध प्यायले आहेत. नाहीतर मनुष्याला चिंता झाली असती? हिंदुस्थानातील मनुष्याला चिंता होऊ शकेल का? आपल्याला चिंतेची हौस आहे?

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

**दादाश्री** : चिंता तर अग्नी म्हटले जाते. असे होईल आणि तसे होईल. एखाद्या काळात जर कधी संस्कारी मनुष्य होण्याचे सद्भाग्य प्राप्त झाले आणि चिंतेत राहिलात, तर मनुष्यपण निघून जाईल, किती भारी जोखीम म्हणावी लागेल? जर तुम्हाला शांति हवी तर मी आपली चिंता नेहमीसाठी बंद करतो.

चिंता बंद झाली, तेव्हापासून वीतराग भगवानांचा मोक्ष म्हटला जातो. वीतराग भगवानचे जेव्हा दर्शन घेतात, तेव्हापासून चिंता बंद झाली पाहिजे. पण दर्शन ही करता नाही येत. दर्शन करायला ज्ञानी पुरुष शिकवतात कि असे दर्शन करा, तेव्हा काम होते. या चिंतेत तर आग पेटत राहते. रताळे पाहिलेत? रताळे धगधगत्या निखाऱ्यात भाजल्या सारखी स्थिती होते.

## ज्ञानीच्या कृपेने चिंता मुक्ति

**प्रश्नकर्ता** : तर चिंता मुक्त होण्यासाठी काय केले पाहिजे?

**दादाश्री** : आपल्याप्रमाणेच हे भाऊ पण बऱ्याच ठिकाणी गेले, पण फायदा नाही झाला. तेव्हा त्यांनी काय केले, ते त्यांना विचारा. त्यांना एकतरी चिंता आहे? आता शिव्या दिल्या तर अशांति होणार काय, त्यांना विचारा.

**प्रश्नकर्ता** : पण चिंता बंद करण्यासाठी मला काय केले पाहिजे?

**दादाश्री** : ते तर ज्ञानी पुरुषकडे या. कृपा घेऊन जा. मग चिंता बंद होऊन जाईल, आणि संसार चालत राहिल.

## चिंता जाई तेव्हा पासून समाधी

चिंता नाहीतर खरोखर गुंता सुटला. चिंता नाही, वरिझ नाहीत आणि उपाधी मध्ये समाधी राहिली तर समजा खरेच गुंता सुटला.

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

**दादाश्री** : ती तर अशी आणून नाही येत. ज्ञानी पुरुष गुंता सोडून देईल, सगळे शुद्ध करून देईल, तेव्हा निरंतर समाधी राहते. जर चिंता नाही असे जीवन असेल, तर चांगले म्हटले जाईल ना?

**प्रश्नकर्ता** : ते तर चांगलेच म्हटले जाईल ना.

**दादाश्री** : आम्ही चिंता रहित लाइफ बनवून देऊ. मग आपल्याला चिंता नाही राहणार. या काळातील हे एक आश्चर्य आहे. या काळात असे नाही होत, पण पाहा हे झाला आहे ना!

## स्वतः परमात्मा, मग चिंता का?

फक्त गोष्ट समजायची आहे. आपणही परमात्मा आहात, भगवानच आहात. मग कशासाठी वरिझ (चिंता) करायची? चिंता का करता? एक क्षणभर ही चिंता करण्यासारखा हा संसार नाही. चिंतेने तो आता सेफ साईड नाही राहू शकत, कारण जी सेफ साईड नेचरल होती, त्यात तुम्ही गुंतागुंती निर्माण केली. मग आता चिंता का करता? गुंता झाल्यावर त्याचा सामना करा आणि 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. भगवानने सांगितले आहे कि, 'अशा परिस्थितीत सामना करा, उपाय करा, पण चिंता करू नका.'

## चिंता करणाऱ्याला दोन दंड

भगवान म्हणतात कि चिंता करणाऱ्याला दोन दंड आहेत आणि चिंता नाही करणाऱ्याला एकच दंड आहे. अठरा वर्षांचा एकुलता एक मुलगा मेला, त्याच्या मागे जितकी चिंता करता, जितके दुःखी होता, डोकं फोडता, आणि जे काही करता, त्यांना दोन दंड आहेत. आणि हे सगळे नाही केले तर एकच दंड आहे. मुलगा मेला इतकाच दंड आहे आणि डोके फोडले हा विशेष दंड आहे. आम्ही ह्या दुप्पट दंडात कधी नाही येत. म्हणून आम्ही या लोकांना सांगितले आहे कि पांच हजाराचा खिसा कापला तेव्हा 'व्यवस्थित शक्ति' (अर्थात् रिझल्ट ऑफ सायन्टिफिक सरकारमस्टेन्शियल एविडन्स. म्हणजे च वैज्ञानिक संयोगिक पुरावे एकत्र होऊन आलेला परिणाम) आहे, म्हणून पुढे चला आणि आरामात घरी जा.

हा एक दंड आमचा स्वतःचा हिशोब आहे, म्हणून घाबरण्याचे काही कारण नाही. म्हणून झाले, त्याला तर 'झाले ते खरं' असे म्हणा.

## ज्याची चिंता ते कार्य बिघडते

निसर्ग काय सांगते कि कार्य नाही होत तर प्रयत्न करा पण चिंता करू नका. कारण चिंता केल्याने त्या कार्याला धक्का पोहोचतो आणि चिंता करणारा स्वतः लगाम आपल्या हातात घेतो. 'जणू काही मीच चालवतो. असा लगाम आपल्या हातात घेतो. त्याचा गुन्हा लागू होतो.

परसत्ता वापरल्याने चिंता होते. विदेशातील कमाई विदेशातच राहते. हे मोटर बंगले, कारखाने, बायको, मुले सगळे इथेच सोडून जावे लागेल. त्या शेवटच्या स्टेशनवर तर कोणाच्या बापाचे चालणार नाही. फक्त पुण्य आणि पाप बरोबर नेऊ देतील. दुसऱ्या साध्या भाषेत सांगायचे तर, इथे जे गुन्हे केलेत त्याची कलमे बरोबर येईल. गुन्ह्याची कमाई इथेच राहिल आणि मग खटला चालेल. तेव्हा धाराच्या अनुसार नवीन शरीर प्राप्त करून, नवीन कमाई करून कर्ज फेडावे लागेल. म्हणून वेड्या, पहिलापासूनच

सरळ होना. स्वदेशात (आत्मात) तर खूप सुख आहे, पण स्वदेश पाहिलाच नाही ना!

### वसुली आठवते तेव्हा...

रात्री सगळे म्हणतात कि 'अकरा वाजले, आता तुम्ही झोपा !' थंडीचे दिवस आहेत आणि आपण मच्छरदानीत घुसलात. घरातील सगळी लोकं झोपली. मच्छरदानीत घुसल्यावर आपल्याला आठवले कि एका माणसाचे तीन हजाराचे बिल बाकी आहे आणि मुद्दत होऊन गेली आहे. आज सही केली असती तर मुद्दत मिळाली असती. तर काय रात्री कधी सह्या होतात? नाही होत ना? तर मग सुखाने झोपलात तर त्यात आपले काय बिघडणार?

### चिंतेचे मूळ कारण?

जीव जळत राहतो, अशी चिंता कामाची नाही. जी शरीरला नुकसान करते आणि जी वस्तु येणार होती त्यात विघ्न पाडते. चिंतेनेच असा संयोग निर्माण होतो. असा सारासार, असे विचार केले पाहिजेत, पण चिंता कशासाठी? याला इगोइझम (अहंकार) म्हटले आहे. तो इगोइझम नाही झाला पाहिजे. 'मी काहीतरी आहे आणि मीच चालवतो', याने त्याला चिंता होते आणि 'मी असणार तरच या केस चे निकाल होईल.' यानेच चिंता होत राहते. म्हणून इगोइझमवाल्या भागाचे ऑपरेशन करा. मग जे सारासार विचार राहतिल त्याची हरकत नाही. ते मग आत रक्त नाही जाळत. नाहीतर चिंता रक्त जाळते, मन जाळते. चिंता असेल त्याच वेळेला मुलगा काही सांगायला आला, तर त्याच्यावरही रागवता, अर्थात् सर्वप्रकारे नुकसान करता. हा अहंकार असा आहे कि पैसे असू देत या नसू देत, पण कोणी म्हणेल कि या चन्दुभाई (वाचकांनी येथे आपले नांव समजायचे)ने माझे सगळे बिघडवले, तेव्हा अपार चिंता आणि उपाधी होऊन जाते! आणि जग तर आम्ही नाही बिघडवला असेल तरी म्हणणार ना!



## चिंतेचे परिणाम काय?

या संसारात बाय प्रॉडक्टचा अहंकार असतोच आणि तो सहज अहंकार आहे. ज्याने संसार सहज चालेल असे आहे. तिथे अहंकाराचा कारखाना ऊभा केला आणि अहंकाराचा विस्तार केला आणि इतका विस्तार केला कि ज्याने खूपच चिंता झाली. अहंकाराचाच विस्तार केला. सहज अहंकाराने, नॉर्मल अहंकाराने संसार चालतो असे आहे. पण तिथे अहंकाराचा विस्तार करून परत काका या वयात सांगतात कि, 'मला चिंता वाटते.' त्या चिंतेचा परिणाम काय? पुढे जनावराची गती होईल. म्हणून सावधान व्हा. आता सावधान होण्यासारखे आहे. मनुष्यात आहात तोपर्यंत सावधान व्हा, नाहीतर चिंता असेल तिथे तर जनावरगती चे फळ येईल.

## भक्त तर भगवंताला ही धमकावतो

भगवंताच्या खरा भक्ताला जर चिंता असेल तर तो भगवंताला ही धमकावतो. 'हे भगवान! आपण मना करता आहात, तरी पण मला चिंता का होते?' जो भगवंता बरोबर लढत नाही, तो खरा भक्त नाही. जर एखादी उपाधी आली, तर आपल्या आत भगवान बसला आहे, त्याला तंबी देवून धमकवा. भगवंतालाही धमकावतो, तेच खरे प्रेम म्हटले आहे. आज तर भगवंताचा खरा भक्त मिळणे देखिल मुश्किल आहे. सगळे जण आपापल्या स्वार्थात राहतात.

श्री कृष्ण भगवान म्हणतात,

'जीव तू काहे सोच करे, कृष्ण को करना हो सो करे'

तेव्हा ही लोकं काय म्हणतात? कृष्ण भगवान तर सांगतात, पण हा संसार चिंता केल्याशिवाय थोडाच चालणार? म्हणून लोकांनी चिंतेचे कारखाने खोलले आहेत. तो माल ही विकला नाही जात. कसा विकला जाणार? जिथे विकायला जाणार, तिथे पण तसा कारखाना तर असणारच, या संसारात एकतरी मनुष्य असा शोधून आणा कि, ज्याला चिंता नाही होत.

एका बाजूला म्हणतात कि, 'श्री कृष्ण शरणं मम' आणि जर श्री कृष्णाला शरण गेलात, तर मग चिंता कशाला? महावीर भगवंतानेही चिंता करण्यास मना केले आहे. त्यांनी तर एक चिंतेते फळ तिर्यच (जनावर) गती म्हटले आहे. चिंता तर सगळ्यात मोठा अहंकार आहे. 'मीच हे सगळे चालवतो' असे जबरदस्त राहते ना, त्याचे फळस्वरूप चिंता निर्माण होते.

### मिळाला एकच ताळमेळ सगळीकडून

चिंता तर आर्तध्यान आहे, हे शरीर जितके शाता-अशाताचा उदय घेऊन आले आहे, तेवढे भोगल्यावरच सुटका आहे. म्हणून कोणाचा दोष बघु नका, कोणाच्या प्रति दोषित दृष्टि करु नका आणि स्वतःच्या दोषांनेच बंधन आहे असे समजा. तुझ्याकडून काहीही बदल होणारा नाही.

यावर श्रीकृष्ण भगवंताने सांगितले आहे कि, 'जीव तू काहे सोच करे, कृष्ण को करना हो सो करे'. त्यावर जैन काय सांगतात कि, 'हे तर श्री कृष्ण भगवंताने सांगितले, महावीर भगवंताने असे नाही सांगितले' महावीर भगवंताने यावर काय सांगितले कि 'राईमात्र वधघट नहीं, देख्या केवळज्ञान' ये निश्चय कर जाणिए, त्यजिए आर्तध्यान'. चिंता व आर्तध्यान सोडा. पण भगवंताचे म्हणणे मानले तर ना? नाही मानायचे असेल, त्याला आम्ही काय म्हणणार? मला असे सांगितले होते, तेव्हा मी तर मानले होते. मी सांगितले, हां भाऊ, पण ही एकच अशी गोष्ट आहे, म्हणून दुसऱ्या ठिकाणी शोध केला. जे महावीर भगवानने सांगितले, तेच कृष्ण भगवानने सांगितले, तेव्हा मी सांगितले, इथे ताळमेळ मिळतो, तरीपण जर काही चुक होत असेल, तर पुढे शोध करा.

तेव्हा सहजानंद स्वामी म्हणतात, 'माझ्या मर्जी शिवाय, कोणी पान तोडू शकत नाही'. ओहो, आपण तर जबर आहात! कि आपल्या शिवाय एक पान ही नाही तूटत? तेव्हा सांगितले, 'चला तीन ताळे मिळाले.' तेव्हा मी सांगितले, आणि ताळे मिळवा.

आता कबीर साहेब काय म्हणतात, 'प्रारब्ध पहिले बना, पीछे बना शरीर, कबीर आचंबा ये है, मन नहीं बांधे धीर' ! मनाला धीर नाही हेच मोठे आश्चर्य आहे. ही सगळी ताळमेळ मिळव मिळव करीत, सगळ्यांना विचारत राहिलो. आपला ताळ काय? बोला, सांगा.

हा, एका व्यक्तीची चुक होऊ शकते, पण वीतराग भगवानांची चुक नाही म्हणू शकत. लिहिणाऱ्याची चुक झाली तर असे होऊ शकते. वीतरागांची चुक तर मी कधी माननारच नाही. मला कसेही फिरवून फिरवून समजावले पण मी वीतराग भगवानांची चुक मानलीच नाही. लहानपणापासून, जन्मापासून, वैष्णव असूनही मी त्यांची चुक मानली नाही, कारण इतके शहाणे पुरूष. ज्याचे नांव स्तवन केल्याने कल्याण होते. आणि आपली दशा तर बघा! एका राई (मोहरी) एवढे कमी-जास्त होणार नाही. बघितला आहे आपण राईचा दाणा? तेव्हा म्हणतात, घ्या, नाही बघितला राईचा दाणा? एका राईचा दाणा इतकं फरक होणार नाही आणि बघा, लोकं कंबर कसून, जेवढे जागू शकतात तेवढे जागत राहतात. शरीराला खेचून खेचून जागतात आणि मग तर हार्ट फेल ची तयारी करतात.

### यांना किंमत कोणाचीं?

एक वृद्ध काका आले आणि माझ्या पायावर पडून खूप रडले. मी विचारले काय दुःख आहे आपल्याला? तेव्हा म्हणाले, माझे दागिने चोरीला गेलेत. मिळतच नाहीत. आता परत कधी मिळतील? तेव्हा मी त्यांना म्हणालो ते दागिने काय बरोबर घेऊन जाणार होते? तेव्हा म्हणतात नाही, बरोबर नाही घेउन जाऊ शकत. पण माझे दागिने जे चोरी झालेत, ते परत केव्हा मिळतील? मी म्हटले, 'आपण गेल्यानंतर येणार.' दागिने गेले त्यासाठी इतकी हाय हाय, अरे जे गेले त्यांची चिंता केलीच नाही पाहिजे. कदाचित पुढची चिंता, भविष्याची चिंता कराल, तर ते आम्ही समजतो कि, बुद्धिमान मनुष्याला चिंता तर असतेच, पण गेले त्यांची पण चिंता? आमच्या देशात अशी चिंता असते. क्षणभर पहिले होऊन गेले त्याची चिंता का?

ज्यावर उपाय नाही त्याची चिंता का? कोणीही बुद्धिमान समजेल कि, आता काही उपाय नाही राहिला, म्हणून त्याची चिंता सोडून दिली पाहिजे.

ते काका रडत होते, पण मी त्यांना दोन मिनिटात त्यांचे समाधान केले. मग तर 'दादा भगवानांचा असीम जयजयकार हो' बोलायला लागले. तर आज सकाळी पण तिथे रणछोडजीच्या मंदिरात भेटले, तेव्हा बोलले, 'दादा भगवान !' मी म्हटले, हो, तेच. मग म्हणतात, 'संपूर्ण रात्र मी तर आपलेच नांव घेत राहिलो' त्यांना जर असे फिरवले तर असे फिरतात. असे आहे.

**प्रश्नकर्ता** : आपण त्यांना काय सांगितले?

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

**प्रश्नकर्ता** : आपण मिळालात, अर्थात् मोठा दागिनाच मिळाला ना.

**दादाश्री** : हो, हे तर आश्चर्य आहे. पण आता हे त्याला कशाप्रकारे समजणार? त्याला तर त्या दागिन्यांच्या समोर याची किंमतच असणार नाही ना ! अरे त्याला चहा प्यायची आहे आणि आम्ही म्हटले कि, 'मी आहे ना मग तुला चहाचे काय काम आहे?' तेव्हा तो म्हणेल, मला चहा शिवाय चैन नाही पडत, आपण आहात किंवा नाही ! त्यांना किंमत कसली? ज्याची इच्छा आहे त्याची.

### निसर्गाच्या पाहुण्याची साहेबी तर बघा

दुनियेत कुठलीही गोष्ट जी सर्वात किंमती असते, ती फ्री ऑफ कॉस्ट (फुकट) च असते. त्याच्या वर सरकारी कर काही ही नाही ठेवू शकत. कुठली गोष्ट किंमती आहे?

**प्रश्नकर्ता** : हवा, पाणी.

**दादाश्री** : हवा च, पाणी नाही. हवेवर सरकारी कर बिलकुल नाही

आहे. काही नाही. जिथे बघा तिथे, आपण जिथे जाता, एनी व्हेर, एनी प्लेस, (कुठेही, कुठल्याही जागी) तिथे आपल्याला ती प्राप्त होईल. निसर्गाने आपले किती रक्षण केले आहे. आपण निसर्गाचे गेस्ट (पाहुणे) आहात आणि पाहुणे असून आपण आरडाओरड करता, चिंता करता! म्हणून निसर्गाच्या मनात असे येते कि अरे, माझे पाहुणे झाले, पण ह्या माणसाला पाहुणे होणे नाही जमत. तेव्हा मग स्वयंपाक घरात जाऊन म्हणतात, 'कढी त मीठ जरा जास्त घाला.' अरे, वेडा, पाहुणा असून स्वयंपाक घरात घुसतो. ते जसे वाढतील तसे खा. पाहुणे असून स्वयंपाक घरात कसा जाऊ शकतो? अर्थात् हे सर्वात किंमती हवा फ्री ऑफ कॉस्ट ! त्याने दुसऱ्या नंबरवर काय येते? पाणी येते. पाणी थोड्या अधिक पैसांनी मिळते. आणि मग तिसरे आले धान्य, ते थोड्या अधिक पैसाने.

**प्रश्नकर्ता :** प्रकाश.

**दादाश्री :** लाईट तर असणारच. लाईट तर, सूर्यनारायण जसे कि आपल्या सेवेसाठीच बसले आहे. असे साडे सहा वाजता येऊन ऊभे राहतात.

### कोठे ही भरोसाच नाही

इथे आपल्या हिन्दुस्थानात लोकं इतकी चिंता करणारे आहेत कि, हे सूर्यनारायणांनी जर एक च दिवस सुटी घेतली आणि म्हणेल कि आता परत कधी ही सुटी वर नाही जाणार, तरी ह्या लोकांना दुसऱ्या दिवशी शंका होईल कि उद्या सूर्यनारायण येणार कि नाही? सकाळ होणार कि नाही? अर्थात् नेचर (निसर्ग)चा भरोसा नाही. स्वतःवर ही भरोसा नाही. भगवंतचा ही भरोसा नाही. कुठल्या ही गोष्टीचा भरोसा नाही. स्वतःच्या पत्नीवर ही भरोसा नाही.

### स्वतःच निमंत्रित केली चिंता

चिंता करतो ती पण शेजाऱ्याचे बघून, शेजाऱ्याकडे गाडी आहे आणि आपल्याकडे नाही. अरे, जगण्यासाठी किती पाहिजे? तू एकदा ठरव कि

इतक्या माझ्या गरजा आहेत, जसे घरात खाणे-पीणे पुरे से पाहिजे, रहायला घर पाहिजे, घर चालविण्या इतकी पर्याप्त लक्ष्मी पाहिजे. तर इतके तुला अवश्य प्राप्त होईलच. पण जर शेजाऱ्याचे पन्नास हजार बँकेत पडले आहेत, तर तुझ्या मनात खटकत राहिल. अशी दुःख निर्माण होतात. दुःखाला स्वतःच निमंत्रण देत आहे.

### जगण्याचा आधार, अहंकार

जर पैसे खूप यायला लागले ना, तर च व्याकुळ होणार, चिंतित होईल. हा अहमदाबादच्या मिलवाले शेठांचा तपशील सांगितला तर आपल्याला वाटेल कि हे भगवान, ही दशा एक दिवसासाठी सुद्धा नको देवु. सारा दिवस रताळे भट्टीत ठेवले असेल, अशाप्रकारे भाजत राहतात. कशाच्या आधारे जगतात? मी एका शेठजीना विचारले, 'कशाच्या आधारे जगता?' तेव्हा म्हणाले, 'हे तर मी सुद्धा जाणत नाही.' तेव्हा मी सांगितले, 'सांगू? सगळ्यात मोठा तर मीच आहे ना! बस, या आधारावर जगता.' बाकी काही सुख नाही मिळत.

### नका करू अप्राप्तची चिंता

अहमदाबादचे काही शेठ भेटले होते. माझ्याबरोबर भोजन घेण्यासाठी बसले होते. तेव्हा शेठाणी समोर येऊन बसली. मी विचारले 'शेठाणीजी, आपण का समोर येऊन बसलात?' तर बोलली, एक दिवसही शेठजी ठीक भोजन नाही करत. तेव्हा मी समजून गेलो, आणि जेव्हा मी शेठजीना विचारले, तेव्हा बोलले, माझे सारे चित्त तिथे (मिल)मध्ये जाते. मी सांगितले, असे नका करू. वर्तमानात थाळी आली तिला प्रथम, अर्थात् प्राप्त भोगा, अप्राप्तची चिंता नका करू. जे प्राप्त वर्तमान आहे तो भोगा.

चिंता होते तर मग, जेवण घेण्यास स्वयंपाक घरात जायला लागेल? मग बेडरूम मध्ये झोपायला जायला लागेल? आणि ऑफिसमध्ये कामावर?..

**प्रश्नकर्ता :** ते पण जातो.

**दादाश्री :** ते सारे डिपार्टमेन्ट आहेत, तर या एक ही डिपार्टमेन्टची उपाधी आहे, तिला दुसऱ्या डिपार्टमेन्ट मध्ये नको घेऊन जाऊ. एका डिविझन मध्ये गेलात तर तिथे जे होईल ते सगळे काम पूर्णपणे करा. पण दुसऱ्या डिविझन मध्ये भोजन करायला गेलात, तर पहिल्या डिविझनची उपाधी तिथेच सोडून, इथे भोजन घ्यायला बसलात तर स्वादाने भोजन करा. बेडरूम मध्ये जाते वेळी सुद्धा पहिली उपाधी तिथल्या तिथे ठेवा. असे आयोजन नाही होणार, तो मनुष्य मारला जाईल. खायला बसले तेव्हा चिंता करता कि जर ऑफिसमध्ये साहेब ओरडले तर काय करायचे? अरे, ओरडतील तेव्हा बघू, आता सुखाने भोजन घे ना!

भगवंतानी काय सांगितले होते कि, प्राप्त भोगा, अप्राप्त ची चिंता नका करू. अर्थात् काय कि, जे प्राप्त आहे त्याला भोगा.

### एयरकन्डिशन मध्ये पण चिंता

**प्रश्नकर्ता :** आणखीन सुद्धा चिंता असतील ना डोक्यात?

**दादाश्री :** जेवण जेवता तेव्हा ही, डोक्यावर चिंता असते. अर्थात् ती घंटा डोक्यावर लटकतच असते तेव्हा, आता पडली कि, आता पडली, असे होत असते ! अशा भयाच्या संग्रहस्थानात राहून हे सगळे भोगायचे आहे. अर्थात् हे सगळे कुठपर्यंत भोगायचे? तरी पण लोकं निर्लज्ज होऊन भोगतातही. जे व्हायचे ते होईल, पण भोगतात ! या संसारात भोगण्या योग्य काही आहे का?

विदेशात असे तसे नाही होत. कुठल्या ही देशात असे नाही होत. हे सगळे इथेच आहे. बुद्धिचे भंडार, भरपूर बुद्धि, चिंता पण भरपूर, कारखाने निघालेत सगळे. हे मोठे मोठे कारखाने, जबरदस्त पंखे फिरतात वरून, सगळे फिरते. चिंता पण करतात आणि उपाय पण करतात. मग ते थंड करतात, काय म्हणतात त्याला?

**प्रश्नकर्ता** : एयरकन्डिशन.

**दादाश्री** : हा, एयरकन्डिशन. हिन्दुस्थानात आश्चर्य आहे ना.

**प्रश्नकर्ता** : सद्या सगळ्या चिंता एयरकन्डिशन मध्येच होतात.

**दादाश्री** : हा, अर्थात् ते सोबती च असतात. चिंता सोबत एयरकन्डिशन. आपल्याला एयरकन्डिशनची जरूरत नाही पडत.

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

### आयुष्याचे एक्सटेन्शन मिळाले?

आपण या दुनियेत अजून दोनशे वर्षे तर राहाल ना? एक्सटेन्शन (वाढवून) नाही घेतले का?

**प्रश्नकर्ता** : एक्सटेन्शन कशाप्रकारे मिळनार? आपल्या हातात तर काही नाही, मला तर नाही वाटत.

**दादाश्री** : काय बोलता? जर जगणे हातात असेल तर मरणार नाही. जर आयुष्याचे एक्सटेन्शन नाही मिळत तर का चिंता करता? जे मिळाले आहे, ते आरामात भोगा ना!

### चिंता ओढून घेणे, मनुष्य स्वभाव

चिंतेने काम बिगडते. या चिंतेने काम शत प्रतिशतच्या एवजी सत्तर प्रतिशत होते. चिंता कामात ऑब्स्ट्रक्ट (अडथळा) करते. जर चिंता नसेल तर खूप सुंदर परिणाम येईल.

जसे आपण मरणार आहोत असे सगळ्यांना ठाऊक आहे. परंतु मृत्युची आठवण आल्यावर लोकं काय करतात? त्या आठवणला धक्का देतात. आपल्याला काही झाले तर, असे आठवल्यावर धक्का देतात. अशाच प्रकारे चिंता होते, तेव्हा धक्का द्या कि इथे नको भाऊ.



नेहमी चिंतेने सगळे बिघडते. चिंतेने मोटार चालवली तर टक्कर होईल. चिंतेने व्यापार केलात, तर तिथे कार्य विपरीत होईल. चिंतेने संसारात हे सगळे बिघडले आहे.

चिंता करण्यासारखे संसार नाहीच. या संसारात चिंता करणे ही बेस्ट फूलिशनेस (सर्वोत्तम मूर्खता) आहे. संसार चिंता करण्यासाठी नाहीच. हे इटसेल्फ क्रिएशन (स्वयं निर्मित) आहे. भगवंताने हे क्रिएशन (निर्माण) नाही केले. म्हणून चिंता करण्यासाठी हे क्रिएशन नाही. ही माणसे एकटेच चिंता करतात, अन्य कोणी जीव चिंता नाही करत. अन्य चौर्यांशी लाख योनि आहेत. पण कोणी चिंता नाही करत. हे मनुष्य नामक जीव जो दिढ शहाणे आहेत, ते सारा दिवस चिंतेत जळत राहतात.

चिंता तर प्यॉर इगोइझम (केवल अहंकार) आहे. ही जनावरे कोणी चिंता नाही करत आणि या मनुष्याला चिंता? ओहोहो, अनंत जनावरे आहेत, कोणाला चिंता नाही आणि मनुष्य एकटाच मूर्खासारखा सारा दिवस चिंतेत जळत राहतो.

**प्रश्नकर्ता :** जनावरापेक्षाही खाली उतरले?

**दादाश्री :** जनावरे तर कितीतरी पटीने चांगली आहेत. जनावरांना भगवंताने आश्रित म्हटले आहे. या संसारात जर कोणी निराश्रित आहे, तर तो एकटा मनुष्यच आहे आणि त्यातही हिंदुस्थानातील मनुष्य शत प्रतिशत निराश्रित आहे, मग त्यांना दुःखच होणार ना ! कि ज्यांना कुठल्याही प्रकारचा आसरा च नाही.

मजदूर चिंता नाही करत आणि शेट लोक चिंता करतात. एकही मजूर चिंता नाही करत, कारण मजूर उच्च गतीला जाणार आहे आणि शेट लोकं खालच्या गतीला जाणार आहेत. चिंतेने खालची गती येते, म्हणून चिंता नाही झाली पाहिजे.

फक्त वरिझ, वरिझ, वरिझ. रताळे भट्टीत भाजतात तसा संसार भाजत

आहे. मासे तेलात तळतात असा तडफडाट तडफडाट होत आहे!!! याला जीवन कसे म्हणणार?

### ‘मी करतो’ म्हणून चिंता

**प्रश्नकर्ता** : चिंता नाही झाली पाहिजे त्याचे भान होणे, हे चिंतेचे दुसरे रूप नाही?

**दादाश्री** : नाही. चिंता तर इगोइझम आहे, केवळ इगोइझम. आपल्या स्वरूपापासून वेगळे होऊन ते इगोइझम करतात कि मीच चालवणारा आहे. संडासला जायला शक्ति नाही आणि ‘मी चालवतो’ असे म्हणतात.

चिंता तोच अहंकार. या छोट्या मुलाला चिंता का नाही होत? कारण तो जाणतो कि मी नाही चालवत. कोण चालवतो, त्याची त्याला पडलीच नाही.

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

### चिंता सगळ्यात मोठा अहंकार

**प्रश्नकर्ता** : चिंता अहंकाराची निशाणी आहे, याला जरा समजवा.

**दादाश्री** : चिंता अहंकाराची निशाणी का म्हणतात? कारण त्याच्या मनात असे येते कि मीच याला चालवतो आहे म्हणून त्याला चिंता होते. याला चालवणारा मीच आहे म्हणून मग तो या मुलींचे काय होईल? या मुलांचे काय होईल? हे काम पूर्ण नाही झाले तर काय होईल? या चिंता आपल्या डोक्यावर घेतो. स्वतः स्वतःला कर्ता समजतो कि, मीच मालक आहे आणि मीच करतो. पण तो स्वतः कर्ता नाही आणि व्यर्थ चिंता ओढून घेतो.

संसारत आहात आणि चिंतेत आहात, आणि चिंता नाही मिटली तर मग त्याला कितीतरी अवतार करावे लागतात. कारण चिंतेनेच अवतार बांधतात.

थोडक्यात एक गोष्ट आपल्याला सांगतो. एक सूक्ष्म गोष्ट आपल्याला

सांगतो, कि या संसारात कोणी मनुष्य असा जन्माला नाही आला कि ज्याला संडासला जाण्यासाठी स्वतंत्र शक्ति आहे. तर मग या लोकांना इगोइझम करण्यात काय अर्थ आहे? ही दुसरी शक्ति काम करत आहे. आता ती शक्ति आपली नाही. ती परशक्ति आहे, आणि स्वशक्तिला जाणत नाही. म्हणून स्वतःही परशक्तिच्या आधीन आहे; आणि फक्त आधीन नाही पराधीन आहे. सारा अवतारच पराधीन आहे.

### मुलीच्या लग्नाची चिंता

असे आहे ना कि आमच्या इथे मुलगी तीन वर्षाची होते तेव्हापासून विचार करू लागतात कि ही मोठी झाली, ही मोठी झाली. लग्न तर वीसाव्या वर्षी होते पण लहान असते तेव्हापासून चिंता करायला सुरुवात करतात. मुलीच्या लग्नाची चिंता केव्हा सुरू करायची, असे कुठल्या शास्त्रात लिहिलेले आहे? आणि वीसाव्या वर्षी लग्न आहे, तर आपल्याला चिंता केव्हा सुरू केली पाहिजे? दोन-तीन वर्षाची असेल तेव्हापासून?

**प्रश्नकर्ता :** मुलगी चौदा-पंधरा वर्षाची होते, तेव्हा तर आई-वडील विचार करतात ना?

**दादाश्री :** नाही. तरी पण पाच वर्ष राहिली ना !! त्यां पाच वर्षात चिंता करणारा मरुन गेला किंवा जीची चिंता करतो, ती मरुन गेली, याचा काय भरोसा? पाच वर्ष बाकी राहिलीत, त्याच्या आधी चिंता कशी करू शकता?

तरी पण दूसऱ्यांचे बघता बघता फलाना भाऊ बघा मुलीच्या लग्नाची किती चिंता करतो, आणि मला तर चिंताच नाही ! मग चिंतेच्या चिंतेत टरबूजा सारखा होऊन जातो. आणि मुलीच्या लग्नाची वेळ येते तेव्हा हातात चार आणे पण नसतात. चिंता करणारा कुटुन पैसा आणणार?

आपल्याला चिंता कधी केली पाहिजे कि, जेव्हा आजूबाजूचे लोक म्हणतील कि, 'मुलीचे काही केले?' तेव्हा आपण समजावे कि आता विचार

करण्याची वेळ आली आहे, आणि तेव्हापासून तिच्यासाठी प्रयत्न करत रहा. हे तर आजूबाजूचे काही म्हणत नाहीत आणि त्या आधीच, पंधरा वर्ष पहिलेच चिंता करू लागतात. परत आपल्या पत्नीला ही सांगतो कि, तुझ्या लक्षात राहिल कि आपली मुलगी मोठी होत आहे आणि लग्नाची आहे? आता बायकोला का चिंता करायला लावता?

### अ-वेळेची चिंता

सतरा वर्ष आधी मुलीच्या लग्नाची चिंता करतो, तर मरण्याची चिंता का नाही करत? तेव्हा म्हणाले कि, 'नाही मरण्याची आठवण नकोच करू' तेव्हा मी विचारले कि, मरण्याची आठवण करण्यात काय हरकत आहे? आपण नाही मरणार का? तेव्हा म्हणतात कि, 'जर मरणाची आठवण केली तर, आजचे सुख निघून जाते आणि आजचा आपला स्वाद बिघडून जातो.' तेव्हा मुलीच्या लग्नाची का आठवण करतो? तेव्हा पण तुझा स्वाद निघून जाईल ना? आणि मुलगी आपले लग्नाचे सगळे घेऊन आली आहे. आई-वडील तर त्यात निमित्त आहेत. मुलगी आपल्या लग्नाची सगळी साधनं घेऊन आलेली असते. बँक बॅलेन्स, पैसे सगळे घेऊन आलेली आहे. कमी किंवा अधिक जितका खर्च असेल ती एक्झेक्टली (निश्चतरूपाने) सगळे घेऊन आलेली असते.

मुलीची चिंता आपण नाही केली पाहिजे. आपण मुलीचे पालक आहात. मुलगी स्वतःसाठी मुलगा पण घेऊन आलेली असते. आपल्याला कोणाला सांगायला जायची गरज नाही कि, मुलगा जन्माला घाला. आमची मुलगी आहे. तिच्यासाठी मुलगा जन्माला घाला, असे सांगायला जावे लागते? अर्थात् सारे सामान तयार घेऊन आलेली असते. तेव्हा वडील म्हणतील, 'ही पंचविशीची झाली, आतापर्यंत तिचा ठिकाणा नाही लागत. असे आहे, तसे आहे.' तो संपूर्ण दिवस गात राहतो. अरे, तिथे मुलगा सत्तावीसचा झालाय, पण तुला नाही मिळाला, तर आरडाओरड का करतो? झोप ना चुपचाप ! मुलगी आपला टाईमिंग वगैरे चा प्रबंध करून आली आहे.

सत्तेत नाहीत, त्याचे चित्रण नका करू. मागील अवतारात दोन-तीन मुली होत्या, मुलगे होते. त्या सगळ्यांना इतके छोटे छोटे सोडून आलात, तेव्हा त्या सगळ्याची चिंता करता? आणि असे मरतेवेळी खूप चिंता होते ना, कि छोट्या मुलीचे काय होईल? पण इथे पुन्हा जन्म घेता तर मागच्या जन्माची काही चिंताच नाही ना. पत्र-बित्र काहीच नाही. अर्थात् ही सारी परसत्ता आहे, त्यात हातच नका टाकु. म्हणून जे होईल ते, व्यवस्थित मध्ये असेल तर असू दे, नसेल तर नसू दे.

### चिंता करण्यापेक्षा धर्माकडे वळा

**प्रश्नकर्ता :** घरात जी प्रमुख व्यक्ति असते त्यांना जी चिंता असते, ती कशी दूर करावी?

**दादाश्री :** कृष्ण भगवानने काय सांगितले आहे कि, 'जीव तू काहे सोच करे कृष्णको करना हो सो करे'. असे वाचनात आले आहे? तर मग चिंता करायची काय जरूरत आहे?

म्हणून मुलांना घेऊन क्लेश काय करता? धर्माच्या मार्गावर वळवा त्यांना, सुधरतील ते.

काही तर, व्यवसायाला घेऊन चिंता करतच असतात, ते का चिंता करतात? मनात असे येते कि, 'मी चालवतो.' म्हणून चिंता होते. 'तो चालवणारा कोण आहे' ह्याचे जरा सुद्धा, कुठल्याही प्रकारी अवलंबन घेत नाही. भले ही तू ज्ञानाने नाही जाणत, पण दुसऱ्या कुठल्याप्रकारे अवलंबन घे! कारण तू नाही चालवत आहे असे, थोडेफार तुझ्या अनुभवात तर येते ना. चिंता तर सगळ्यात मोठा इगोइझम आहे.

### अधिक चिंतावाले कोण?

**प्रश्नकर्ता :** रोजची दोन वेळची रोट्टी मिळत नाही, त्याला तर रोजची चिंता राहणारच ना कि, उद्या काय करायचे? उद्या काय खायचे?

**दादाश्री :** नाही, ते असे आहे ना, सरप्लस (जरूरीपेक्षा जास्त) ची चिंता होते. खाण्याची चिंता कोणालाही नाही होत. सरप्लसचीच चिंता होते. हा निसर्ग असा व्यवस्थित आहे कि सरप्लसचीच चिंता. बाकी, छोट्यात छोटे झाड जरी कुठेही उगवलेले असेल, तेथे पाणी शिडकवून येतो. इतकी सारी व्यवस्था आहे. हे रेग्युलेटर ऑफ ध वल्ड आहे, तो वल्डला रेग्युलेशनमध्ये ठेवतो.

**प्रश्नकर्ता :** आपल्याला सगळे असे सरप्लसवालेच मिळाले वाटते कि, ज्या लोकांना चिंता असते, डेफिशिटवाला (जरूरतीपेक्षा कमी) कोणी भेटला नाही वाटते!

**दादाश्री :** नाही, असे नाही. डेफिशिटवाले सुद्धा खूप भेटलेत, पण त्यांना चिंता नाही होत. त्यांना मनात जरा असे वाटते कि आज इतके आणायचे आहे, ते घेऊन येतात. अर्थात् चिंता-बिंता करणारे दुसरे असतील, हे तर भगवंतावर सोडून देतात. 'त्याला चांगले वाटेल ते खरे' असे सांगून चालत राहतात. आणि तर हे भगवान नाही, पण हे मीच कर्ता आहेत ना ! कर्माचा कर्ता मी आणि भोक्ता पण मी, म्हणून मग चिंता डोक्यावर घेतात.

### चिंता तिथे लक्ष्मी टिकेल ?

**प्रश्नकर्ता :** जर असे आहे, तर मग लोकं कमवायला जाणार नाही आणि चिंता ही नाही करणार.

**दादाश्री :** नाही, कमवायला जातात, ते पण त्यांच्या हातात नाही ना. ते भवरे आहेत ते सर्व निसर्गाने फिरवल्या प्रमाणे फिरत आहे आणि वरून अहंकार करतात कि मी कमवायला गेलो होतो. आणि विना कारण चिंता करतात. चिंता करणारा रूपये आणणार कुठुन? लक्ष्मीचा स्वभाव कसा आहे? लक्ष्मी चिंता करणाऱ्याकडे मुक्काम नाही करत. जो आनंदी आहे, जो भगवंताला आठवण करतो, त्याच्याकडे लक्ष्मी जाईल.

## चिंतेने धंद्याचे मरण

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

**दादाश्री :** चिंता व्हायला लागली तर समजा कि कार्य अधिक बिघडणार. चिंता नाही होत तर समजा कि कार्य नाही बिघडणार. चिंता कार्याची अवरोधक आहे. चिंतेने तर धंद्याचे मरण येते. जो चढतो-ऊतरतो त्याचेच नांव धंदा. पूरण-गलन आहे. पूरण झाले त्याचे गलन झाल्या शिवाय राहणार नाही. या पूरण-गलनात आपली काही मिळकत नाही. आणि जी आपली मिळकत आहे, त्यात काही पूरण-गलन होत नाही ! असा शुद्ध व्यवहार आहे ! इथे आपल्या घरात आपली बायको मुलं सगळे पार्टनर्स आहे ना?

**प्रश्नकर्ता :** सुख-दुःख वाटण्यावर आहे.

**दादाश्री :** आपण आपल्या बायको मुलांचे पालक म्हणवता. एकट्या पालकालाच चिंता का केली पाहिजे? आणि घरवाले तर उलटे सांगतात कि, आपण आमची चिंता नका करू. चिंतेने काही वाढणार आहे का?

**प्रश्नकर्ता :** नाही वाढत.

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

## त्या समजुतीने चिंता गेली...

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

एक वेळा आमच्या कंपनीला घाटा झाला. आम्हाला ज्ञान होण्याआधी, तेव्हा आम्हाला सारी रात्र झोप नाही आली, चिंता वाटत होती. तेव्हा आतून उत्तर मिळाले कि, या घाट्याची चिंता आता कोण कोण करत असेल? मला वाटले कि, माझे हिस्सेदार तर कदाचित करत ही नसतील. मी एकटाच

चिंता करतो. आणि बायको मुलं सगळे भागीदार आहेत, ते तर काही जाणतच नाहीत. आता ते काही जाणत नाहीत, तरी त्यांचे चालते. तर मी एकटाच कमी अक्कलेचा आहे का, जो ह्या साऱ्या चिंता घेऊन बसलो आहे ! मग मला अक्कल आली. कारण ते सगळे भागीदार असून ही चिंता नाही करत, तर मग काय मी एकटाच चिंता करत राहू?

### विचार करा, पण चिंता नका करू

चिंता म्हणजे काय? हे समजून घेतले पाहिजे कि मनात असे विचार येतात. आपल्याला कुठल्याही बाबतीत, धंद्या संबंधी किंवा इतर बाबतीत, किंवा काही आजार असेल आणि मनात विचार आले, काही हद्दीपर्यंत, येतात. नंतर ते विचार आपल्याला भोवऱ्यात टाकतात आणि चक्कर चालु झाले तर समजा कि, हा उलटा रस्ता चढला आहे, म्हणून बिघडले. तिथून मग परत चिंता सुरू होते.

विचार करायला हरकत नाही, पण विचार म्हणजे काय? एकदा विचार चालु झाले आणि ते अमुक हद्दीवर पहोंचले त्याला चिंता म्हणतात. हद्दीत राहून विचार करायचे. विचाराची नॉर्मालिटी काय? आत पीळ लागत नाही तिथपर्यंत. पीळ लागली कि बंद करून टाकायचे. पीळ लागली कि चिंता सुरू होते. ही आमची शोध आहे.

चिंता करायचा अधिकार नाही विचार करायचा अधिकार आहे, कि भाऊ, इथपर्यंत विचार करा. आणि विचार जेव्हा चिंतेत परिवर्तित होतात तर बंद केले पाहिजेत. हे एबाव नॉर्मल विचार त्याला चिंता म्हणतात. म्हणून आम्ही पण विचार करतो पण एबाव नॉर्मल झाले आणि ढवळायला लागले पोटात, तेव्हा बंद करतो.

**प्रश्नकर्ता :** सहज आत बघतो तो पर्यंत विचार म्हणतात, आणि आत चिंता वाटली तर लपेटले गेले म्हणतात.

**दादाश्री :** चिंता झाली म्हणजे लपेटलेच ना. चिंता होते म्हणजे तो



समजतो कि, माझ्यामुळे चालते. असे समजून बसतो. म्हणून ह्या भानगडीत पडण्यासारखे नाही आणि आहे पण असेच. हा तर सगळ्या माणसांना रोग लागला आहे. आता ह्यातून लवकर कसे निघणार? लवकर निघतायेत नाही ना. सवय होऊन गेली आहे, ती जाणार नाही ना. हेबिच्युएटेड (सवयीने मजबूर).

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

**दादाश्री :** हा, निघतात पण हळू हळू निघतात, पटकन नाही निघत ना.

**परसत्ता हातात घेतली, तिथे चिंता होणार**

आपले कसे आहे? कधी उपाधी होते? कधी चिंता होते?

**प्रश्नकर्ता :** माझ्या मोठ्या मुलीचे लग्न ठरत नाही, म्हणून उपाधी होते.

**दादाश्री :** आपल्या हातात असेल तर उपाधी करा ना, पण ही गोष्ट आपल्या हातात आहे? नाही. तर मग उपाधी का करता? तेव्हा काही ह्या सेठजीच्या हातात आहे? ह्या बहिणीच्या हातात आहे?

**प्रश्नकर्ता :** नाही.

**दादाश्री :** मग कोणाच्या हातात आहे? हे जाणल्या शिवाय आम्ही उपाधी करतो, हे कशा समान आहे कि टांगा (घोडागाडी) चालतो आहे, त्यावर आम्ही दहा लोकं बसलो आहोत, आता त्याला चालवणारा चालवत आहे आणि आत आम्ही आरडाओरड करतो कि, 'ए असे चालव, ए असे चालव' तर काय होईल? जो चालवतो त्याला बघा ना ! 'कोण चालवणारा आहे' हे जाणले तर आपल्याला चिंता नाही होणार. आपण रात्र-दिवस चिंता करता? कुठपर्यंत करणार? त्यांचा अंत कधी येणार? हे मला सांगा.

ही बहिण तर आपले(नशीब) घेऊन आली आहे, काय आपण आपले नाही घेऊन आलेलात? हे सेठजी आपल्याला मिळाले कि नाही

मिळाले? जर सेठजी आपल्याला मिळाले, तर ह्या बहिणीला का नाही मिळणार? आपण जरा धीर धरा. वीतराग भगवानांच्या मार्गात आहात आणि असा धीर नाही धरलात तर त्याने आर्तध्यान होईल, रौद्रध्यान होईल.

**प्रश्नकर्ता :** असे नाही पण स्वाभाविक काळजी लागणार ना?

**दादाश्री :** नाही स्वाभाविक काळजी, ह्यालाच आर्तध्यान आणि रौद्रध्यान म्हणतात. आत आत्म्याला पीडा (दुःख) पोहोचवले आपण. अन्य कोणाला दुःख नाही पोहोचवत ते ठीक, पण ही तर आत्म्याला दुःख पोहोचवले.

### चिंतेने बांधतात, अंतराय कर्म

चिंता केल्याने तर अंतराय कर्म होते आणि कार्याला विलंब होतो. आपल्याला कोणी सांगितले कि अमुक जाग्यावर मुलगा आहे, तर आपण प्रयत्न करावा. चिंता करण्यास भगवंताने मना केले आहे. चिंता केल्याने तर अधिक अंतराय होतो. आणि वीतराग भगवंताने काय सांगितले आहे कि, 'भाऊ जर आपण चिंता करता तर मालक आपणच आहात का? आपणच दुनिया चालवता?' असे पाहिले तर कळेल कि स्वतःला संडासला जाण्याची सुद्धा स्वतंत्र शक्ति नाही. ते जेव्हा बंद झाले तेव्हा डॉक्टर बोलवावा लागतो. तोपर्यंत ती शक्ति आमची आहे, असे आपल्याला वाटते. पण ती शक्ति आपली नाही आहे. ती शक्ति कोणाच्या आधीन आहे, ही सगळी जाणकारी नको का ठेवायला?

ह्याचा चालवणारा कोण असेल? बहिण, आपण तर जाणत असाल? हे सेठजी जाणत असतील? कोण असेल चालवणारा, कि आपण चालवणारे आहात?

### चालवणारे संयोग

कर्ता कोण आहे? हे संयोग कर्ता आहे. हे सारे संयोग, सायन्टिफिक

सरकमस्टेन्शियल एविडन्स एकत्र होतात, तेव्हा कार्य होत असते. (म्हणजेच व्यवस्थित शक्ति) आमच्या हातात सत्ता नाही. आपल्याला संयोग बघायला पाहिजे कि संयोग कसा आहे. संयोग एकत्र होतात, तेव्हा कार्य होऊन जातेच. कोणी मनुष्य मार्च महिन्यात पावसाची आशा करेल तर ते चुक म्हणावे लागेल. आणि जूनची पंधरा तारीख आली, संयोग एकत्र झाले, काळाचा संयोग तर गोळा झाला, पण ढगांचा संयोग नाही मिळाला, तर बिना ढगांचा पाउस कसा होणार? पण ढग जमले, काळ येऊन मिळाला, मग विजा कडकडल्या, सर्व एविडन्स गोळा झाले, कि मग पाउस पडणारच. अर्थात् संयोग मिळाले पाहिजेत. मनुष्य संयोगाधीन आहे, पण तो असे मानतो कि, मी काहीतरी करतो पण तो कर्ता आहे, हे पण संयोगाधीन आहे. एक संयोग विखुरला, तर त्याने ते कार्य नाही होऊ शकत.

### ‘मी कोण आहे’ हे जाणण्याने कायमचा उपाय

वास्तवात तर ‘मी कोण आहे’ हे जाणले पाहिजे ना, स्वतःवर बिजनेस करणार तर मृत्यु नंतर बरोबर येईल. नांवावर बिजनेस केला तर आपल्या हातात काही नाही राहणार. थोडे फार समजायला हवे कि नको? ‘मी कोण आहे’ हे जाणावे लागेल ना.

इथे आपल्याला उपाय काढून दिला, मग चिंता-वरिझ काहीच होणार नाही कधी. चिंता होते, हे चांगले वाटते का? का नाही वाटत?

अनंत काळापासून भटकत राहतात हे जीव, अनंत काळापासून! तेव्हा कधीतरी एखाद्या वेळेस असे प्रकाशस्वरूप ज्ञानी पुरुष मिळतात, तेव्हा सुटकारा मिळवून देतात.

### टेन्शन वेगळे, चिंता वेगळी

**प्रश्नकर्ता :** तर त्या चिंते बरोबर अहंकार कशाप्रकारे?

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

करतो. मी नाही केले तर नाही होणार. आता हे कसे होईल? सकाळी काय होईल? असे म्हणत चिंता करत राहतो.

**प्रश्नकर्ता** : चिंता कशाला म्हणतात?

**दादाश्री** : कुठल्याही वस्तुला सर्वस्व मानून त्याचे चिंतन करणे, त्याला चिंता म्हणतात. बायको आजारी असेल, आता पैसांपेक्षा ही बायको सर्वस्व वाटत असेल तर तिथूनच त्याला चिंता वाटायला लागेल. तिला सर्वात जास्त महत्व दिले म्हणून चिंता घुसेल पण ज्यांच्यासाठी सर्वस्व आत्मा आहे, त्याला मग चिंता कशाची असेल?

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

**दादाश्री** : टेन्शनही त्याचाच अंश आहे. पण त्यात सर्वस्व नाही होत, सगळ्या प्रकारचे तणाव असतील. नोकरीचा ठिकाणा नाही लागत, काय होणार? एका बाजूला बायको आजारी आहे, तिचे काय होईल? मुलगा शाळेत नाही जात, त्याचे काय? ह्या सगळ्या तणावानां टेन्शन म्हणतात. आम्ही तर सत्तावीस वर्षात टेन्शन पाहिलेच नाही ना !

आता सावधानी आणि चिंतामध्ये खूप फरक. सावधानी ही जागृति आहे आणि चिंता म्हणजे जळत राहणे.

### नॉर्मलिटीने आहे मुक्ति

**प्रश्नकर्ता** : परवशता आणि चिंता दोन्ही एकत्र नाही जात?

**दादाश्री** : चिंता तर एबाव नॉर्मल इगोइझम आहे आणि परवशता इगोइझम नाही. परवशता तर लाचारी आहे आणि चिंता तर एबाव नॉर्मल इगोइझम आहे. एबाव नॉर्मल इगोइझम असेल तर चिंता होईल, नाहीतर नाही होणार. हे रात्री घरी झोप कोणाला नाही येत? तेव्हा म्हणतात, ज्याला इगोइझम जास्त आहे त्याला.

इगोइझमचा वापर करायला सांगितला आहे, एबाव नॉर्मल इगोइझमचा वापर करायला नाही सांगितले. अर्थात् चिंता करणे गुन्हा आहे आणि त्याचा परिणाम जनावरगती होते.

**प्रश्नकर्ता :** चिंता नाही होणार, त्यासाठी उपाय काय?

**दादाश्री :** मागे वळायला हवे. परतायला हवे किंवा इगोइझम बिलकुल संपवायला पाहिजे. ज्ञानी पुरुष असेल तर ज्ञानी पुरुष 'ज्ञान' देईल तर सगळे होऊन जाते.

### चिंता कशाप्रकारे जाईल

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

**दादाश्री :** चिंता बंद झाली असेल, असा मनुष्यच नाही मिळणार. कृष्ण भगवानांच्या भक्तालाही चिंता बंद नाही होत ना. आणि चिंतेने सारे ज्ञान अंध होऊन जाते, फ्रेक्चर होते.

संसारात एक मनुष्य असा नाही होणार कि ज्याला चिंता नाही होत. साधु-साध्वी सगळ्यांना कधी ना कधी तर चिंता होतच असते. साधुला इन्कमटैक्स नाही होत, सेल्सटैक्स नाही होत, ना भाडे असते, तरी पण कधी ना कधी चिंता असतेत. शिष्या बरोबर झंझट झाली तरी चिंता होते. आत्मज्ञाना शिवाय चिंता जात नाही.

एका तासात तर तुझ्या साऱ्या चिंता मी घेतो आणि गॅरंटी देतो कि, जर एकही चिंता असेल तर वकील करून कोर्टात माझ्यावर केस कर. असे आम्ही हजारो लोकांना चिंता रहित केले आहे. अरे माग, मागेल ते द्यायला तयार आहे मी ! पण जरा असे माग कि जे तुझ्याकडून कधी जाणार नाही. अर्थात् या नाशवंत गोष्टी नका मागू. कायमचे सुख मागून घ्या.

आमच्या आज्ञेत रहा आणि एक चिंता असेल तर दावा दाखल करायची सूट दिलेली आहे. आमच्या आज्ञेत रहा. इथे सगळं मिळेल असे आहे. ह्या सगळ्यांना शर्त काय ठेवली आहे माहित आहे तुम्हाला? एक चिंता असेल तर माझ्यावर दोन लाखाचा दावा दाखल करा.

**प्रश्नकर्ता :** आपल्याकडून ज्ञान मिळाले, मन-वचन-काया आपल्याला अर्पण केली, मग चिंताच नाही राहत.

**दादाश्री :** राहणारच नाही.

चिंता गेली, त्याचे नांव समाधि. त्याने मग पहिल्यापेक्षा जास्त काम होईल. कारण गुंतागुंती नाही ना राहणार मग, हा ऑफिसला जाऊन बसला कि काम होते. घरातील विचार नाही येत. बाहेरील विचार नाही येत. कुठल्याही प्रकारचे विचार नाही येत आणि संपूर्ण एकाग्रता राहते.

### वर्तमानात राहतो ते च खरं

लोकांना तीन वर्षांची एक मुलगी असेल तर मनात असे येते कि ही मोठी झाली कि तिचे लग्न केले पाहिजे. त्याला खर्च होणार. असी चिंता करायला नाही सांगितले. कारण जेव्हा तिचा टाईम येणार, तेव्हा सारे एविडन्स (संयोग) एकत्र होणार. म्हणून टाईम येईपर्यंत आपण त्यात हात घालू नका. आपण आपल्या परीने मुलीला खायला-प्यायला द्या, शिकवा, पण पुढची सारी चिंता नका करू, वर्तमानवर नजर ठेवून, आजच्या दिवसापूरता व्यवहार करा. भूतकाळ पाठी गेला. जो आपला भूतकाळ आहे त्याला का उखडता? नाही उखडत ना. भूतकाळ मागे गेला. त्याला कोणी मूर्ख मनुष्य सुद्धा नाही उखडत. भविष्य व्यवस्थितच्या हातात आहे. तर मग वर्तमानातच रहा. आता चहा पीता तर आरामात चहा प्या. कारण भविष्य 'व्यवस्थित शक्तिच्या' हातात आहे. आपल्याला काय झंझट? म्हणून वर्तमानातच रहा, जेवण जेवते वेळी जेवणात पूर्ण चित्त ठेवून खा. पकौडे कशाचे बनवले आहेत, हे सगळे आरामात जाणून घ्या. वर्तमानात

रहायचे म्हणजे काय हिशोब लिहिता तेव्हा बिलकुल एक्जुरेट त्याच्यातच चित्त ठेवले पाहिजे. कारण चित्त भविष्यकाळात पळते तर त्याने आजचे हिशोब बिघडतात. भविष्याच्या विचाराने होणाऱ्या किचकिची मूळे, आजची हिशोब वही बिघडते. चुक-भूल होते, पण जो वर्तमानात राहतो त्याची एकही चुक नाही होत, त्याला चिंता नाही होत.

### चिंता, नाही डिस्चार्ज

**प्रश्नकर्ता :** काय चिंता डिस्चार्ज आहे?

**दादाश्री :** चिंता डिस्चार्ज मध्ये नाही येत, कारण त्यात करणारा असतो.

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

आता जी घुसमट होते ती पूर्वी चार्ज केलेली चिंता आहे ती डिस्चार्ज होते वेळी घुसमट होणार. जसे आत्मा वेगळा झाल्यामूळे चार्ज झालेला क्रोध होता तो डिस्चार्ज होते वेळी राग(गुस्सा) झाला. त्याच प्रकारे आत्मा वेगळा झाल्यामूळे (आत्मज्ञान प्राप्ति नंतर) जे काही होते ते वेगळेच राहते.

अर्थात् हे ज्ञान प्राप्त केल्या नंतर चिंता होणारच नाही, ते घुसमट आहे फक्त. चिंतावाले तर तोंडावरुनच कळतात. हे जे होते, ते सफोकेशन, घुसमट होते.

आपल्याला रस्ता चित्रित करून दिलेला आहे. आणि तो समजण्यात आपली चुक झाली तर आपला गोंधळ होईल, त्याला चिंता नाही म्हणत, त्याला घुसमट म्हणतात. अर्थात् चिंता नाही होणार. चिंतेत तड तड करून रक्त जळते.

## ‘व्यवस्थित शक्ति’चे ज्ञान तिथे चिंता गायब

**प्रश्नकर्ता :** ‘व्यवस्थित शक्ति’चे ज्ञान जर अगदी बरोबर समजले, तर चिंता किंवा टेन्शन काहीच राहणार नाही?

**दादाश्री :** जराही नाही रहात. ‘व्यवस्थित’ म्हणजे सायन्टिफिक सरकमस्टेन्शियल एविडन्स. ‘व्यवस्थित’ तोपर्यंत समजून घ्या कि शेवटचे ‘व्यवस्थित’चे ज्ञान, ‘केवळज्ञान’ उत्पन्न करेल. आणि ‘व्यवस्थित’ समजले तर केवळज्ञान समजून जाल. हा ‘व्यवस्थित’चा शोध आपला किती सुंदर आहे ! हा गजबचा शोध आहे !

अनंत अवतारांपासून संसार कोण ऊभा करत होता ! कर्ता बनून राहिलात त्याची चिंता !

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

**दादाश्री :** आपण तर ‘हे व्यवस्थित आहे’ असे सांगाल ना. ‘व्यवस्थित’ आपल्याला समजले ना ! काही परिवर्तन होणार नाही. सारी रात्र जागून, दोन वर्षांनंतर चे विचार कराल न, तर ते यूजलेस (व्यर्थ) विचार आहेत, वेस्ट ऑफ टाईम एन्ड एनर्जी (वेळ आणि शक्तिचा दुरुपयोग) आहे.

**प्रश्नकर्ता :** आपण जे ‘रियल’ आणि ‘रिलेटिव’ समजावले त्या नंतर चिंता नाही राहिली.

**दादाश्री :** नंतर चिंताच नाही रहात ना ! या ज्ञानानंतर चिंता राहिल असे होणारच नाही. हा मार्ग संपूर्ण वीतराग मार्ग आहे. संपूर्ण वीतराग मार्ग म्हणजे काय, कि चिंता नाही होत. हा तमाम आत्मज्ञानीयांचा, चोवीस तीर्थकरांचा मार्ग आहे. हा दुसरा कोणाचा मार्ग नाही.

- जय सच्चिदानंद



## प्राप्तिस्थान

### दादा भगवान परिवार

- अडालज :** त्रिमंदिर संकुल, सीमंधर सिटी, अहमदाबाद- कलोल हाईवे,  
पोस्ट : अडालज, जि.-गांधीनगर, गुजरात - 382421.  
फोन : (079) 39830100, E-mail : info@dadabhagwan.org
- अहमदाबाद :** दादा दर्शन, ५, ममतापार्क सोसाइटी, नवगुजरात कॉलेज के पीछे  
उस्मानपुरा, अहमदाबाद-380014. फोन : (079) 27540408
- राजकोट :** त्रिमंदिर, अहमदाबाद-राजकोट हाईवे, तरघड़िया चोकड़ी (सर्कल),  
पोस्ट : मालियासण, जि.-राजकोट. फोन : 9274111393
- भुज :** त्रिमंदिर, हिल गार्डन के पीछे, एयरपोर्ट रोड. फोन : (02832) 290123
- गोधरा :** त्रिमंदिर, भामैया गाँव, एफसीआई गोडाउन के सामने, गोधरा  
(जि.-पंचमहाल). फोन : (02672) 262300
- वडोदरा :** दादा मंदिर, १७, मामा की पोल-मुहल्ला, रावपुरा पुलिस स्टेशन के  
सामने, सलाटवाड़ा, वडोदरा. फोन : 9924343335

मुंबई	: 9323528901	दिल्ली	: 9810098564
कोलकता	: 033-32933885	चेन्नई	: 9380159957
जयपुर	: 9351408285	भोपाल	: 9425024405
इन्दौर	: 9893545351	जबलपुर	: 9425160428
रायपुर	: 9329523737	भिलाई	: 9827481336
पटना	: 9431015601	अमरावती	: 9422915064
बेंगलूर	: 9590979099	हैदराबाद	: 9989877786
पूना	: 9422660497	जलंधर	: 9814063043

**U.S.A. : Dada Bhagwan Vignan Institute :**

100, SW Redbud Lane, Topeka, Kansas 66606

Tel. : +1 877-505-DADA (3232) ,

Email : info@us.dadabhagwan.org

**U.K. :** +44 330 111 DADA (3232) **UAE** : +971 557316937

**Kenya :** +254 722 722 063 **Singapore :** +65 81129229

**Australia :** +61 421127947 **New Zealand:** +64 21 0376434

**Website : www.dadabhagwan.org**



## नका करू चिंता पण करा प्रयत्न !

चिंता करू नका पण प्रयत्न करा. निसर्ग काय सांगतो कि, कार्य होत नसेल तर प्रयत्न करा, जबरदस्त प्रयत्न करा, पण चिंता करू नका. कारण कि चिंता केल्याने त्या कार्यास धक्का पोहोचेल आणि चिंता करणारा स्वतःच लगाम स्वतःच्या हातात घेतो आणि मानतो, जणू काही 'मीच चालवतो आहे.' त्याचा गुन्हा लागू होतो. 'हे विश्व कोण चालवत आहे', हे जर कळले तर आम्हाला चिंता होणार नाही.

— दादाश्री



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

ISBN 978-81-89933-48-7



9 788189 933487

Printed in India

Price ₹ 10