परिचय

मार्क ॲलन

तुम्ही जे काही करू शकता,

किंवा तुम्ही करू शकता असे स्वप्न पाहता,

ते करायला लागा –

धीटपणातच सगळी अलौकिक बुद्धिमत्ता,

सामर्थ्य आणि जादू सामावलेली असते.

– गटे

या पुस्तकात अलौकीक बुद्धिमत्ता, सामर्थ्य आणि जादू आहे. ॲज यु थिंक हे 'स्व-मदत' 'Self-help' ही संकल्पना अक्षरश: खरी करणाऱ्या जगातील काही अजरामर पुस्तकांपैकी एक पुस्तक आहे हे सिद्ध झाले आहे. खरे तर 'स्व-मदतीपेक्षा 'स्व-सबलीकरण' किंवा 'आत्म-वास्तविकीकरण' ही संकल्पना, हा शब्द अधिक सार्थ ठरवतो. हे पुस्तक आपल्याला दाखवून देते की आपल्यात महान बनण्याची कुवत आहे आणि ती महानता साध्य करण्याची साधने ते आपल्या हाती देते.

सत्य नेहमीच साध्यारीतीने सांगितले जावे. आणि जेव्हा ते अशारीतीने सांगितले जाते तेव्हा त्याचा अत्यंत शक्तिशाली प्रभाव पडू शकतो. वास्तवात ते आपले आयुष्य बदलून टाकू शकते. सत्य आपल्याला अक्षरश: मुक्त करीत असते – आपणच आपल्यावर लादलेल्या मर्यादापासून. जेम्स ॲलन आपल्याला स्पष्टपणे दाखवून देतात की आपल्या वैयक्तिक सामर्थ्याची किल्ली आपल्या मनात असते. ते आपल्याला हे देखील दाखवून देतात की ही किल्ली वापरून आपल्या कल्पनेतील महानतम यश आणि सिद्धी कशा प्राप्त करता येतात.

मला 'ॲज यु थिंक' सुमारे वीस वर्षांपूर्वी सापडले आणि तेव्हापासून ते अखंडपणे माझ्या सोबतीला आहे. मी वाचलेले ते एकमेव असे अत्यंत शक्तिशाली पुस्तक आहे आणि त्याने माझे अवघे आयुष्य बदलून टाकले. मी ते असंख्यवेळा वाचले आहे. मला जेव्हा जेव्हा प्रेरणेची गरज भासते, तेव्हा तेव्हा मी हेच पुस्तक उचलतो आणि हातात येईल ते पान वाचायला लागतो. या पुस्तकाची अशी अनेकदा पारायणे केल्याने जेम्स ॲलन यांचे साधे आणि तरीही मनाला भिडणारे तेजस्वी, तळपते शब्द हळूहळू खोलवर झिरपत जाऊन माझ्या अचेतन मनात स्थिरावले आणि माझ्या आयुष्यात स्थिरपणे शुभ परिवर्तन घडून येऊ लागले. जीवनात ज्या गोष्टी करायला नको अशा गोष्टी करायचे मी सोडून दिले. मला जे करणे प्रिय आहे त्याच गोष्टी करण्यात मी माझा वेळ घालवतो. मला माझ्या जीवनात योग्य पेशा, जीवितकार्य आणि हेतूचा शोध लागला आहे. मी माझ्या यशाची आणि परिपूर्तीची स्वप्ने पाहिली आणि माझी स्वप्ने साकार केली.

आमच्या नावात साम्य असले तरी जेम्स ॲलन यांच्याशी माझे कोणतेही नाते नाही आणि तरीही त्यांचे शब्द माझ्या जीवनात माझ्यासाठी बलशाली मार्गदर्शक बळ बनुन राहिले आहेत. त्यांचे हे शब्द मी तुम्हाला सांगू शकतो त्याबद्दल मी स्वत:ला त्यांचा ऋणी समजतो.

मी या पुस्तकाचे किंचित संपादन केले आहे, जे शब्द आता प्रचलित नाहीत किंवा ज्यांचा अर्थ काहीसा वेगळा होऊ शकतो असे काही शब्द बदलले आहेत मुळ पुस्तकाचे नाव आहे 'As a Man Thinketh' 'माणूस जसा विचार करतो'.

अर्थातच लेखक माणूस या संज्ञेत स्त्री तसेच पुरुष दोघांनाही गृहीत धरतात. कारण ते ज्या तत्त्वांकडे, सिद्धांतांकडे निःसंदिग्धपणे निर्देश करतात ती तत्त्वे, ते सिद्धांत सार्वत्रिक, वैश्विक आहेत. वय, लिंग, वंश, समजुती, धर्म, सामाजिक दर्जा किंवा शिक्षण अशा कोणत्याही मर्यादेत न राहता प्रत्येकाला ती सारखीच लागू पडतात.

जेम्स ॲलन यांना बौद्ध परंपरांची, धर्माची माहिती होती की नाही हे मला माहीत नाही तरीही त्यांच्या विचारांच्या आशयावरून त्यांनी पौर्वात्य तसेच पाश्चिमात्य सुज्ञपणाचा सखोल अभ्यास केला असावा अशी शक्यता दिसून येते. बुद्धाने २५०० वर्षांपूर्वी जगाला शिकवले आहे की मुक्ती आणि प्रसन्नतेकडे नेणारे आठ राजमार्ग आहेत. त्यालाच जेम्स ॲलन उद्देशून "निष्कलंक सौंदर्य आणि परिपूर्ण शांतीचे आध्यात्मिक विश्व" म्हणतात. हे आठ मार्ग असे आहेत – योग्य समज किंवा आकलन, योग्य विचारसरणी, योग्य वाचा, योग्य कृती, योग्यरीतीने उदरनिर्वाह, योग्य महत्त्वाकांक्षा, योग्य सतर्कता आणि योग्य ध्यान-धारणा, चिंतन. योग्य विचारसरणीच्या मार्गाचा अत्यंत सुंदर सारांश म्हणजे हे पुस्तक होय. शिवाय त्यात इतरही अनेक मार्गांचा परामर्शही घेतला गेला आहे.

अर्थातच हे निश्चित शक्य आहे की जेम्स ॲलन यांना पाश्चात्य परंपरा आणि त्यांच्या स्वतःच्या चिंतनातून, ध्यान-धारणेतून आकलनाची ही महान पातळी प्राप्त झाली असावी. त्यांच्याबद्दल फारच थोडी माहिती उपलब्ध आहे. माझ्या माहितीनुसार त्यांची प्रचंड गहन अंर्तदृष्टी, मर्मज्ञान आणि मार्गदर्शन याच्या स्त्रोतांविषयी कोणालाही काहीच सांगता येणार नाही.

पुस्तकाचा आरंभ एका छोट्या कवितेने होतो – *मन आहे परमशक्ति जी घडवते आणि बनवते...* तिबेटीयन बौद्ध प्रथेनुसार पुस्तकाचा आरंभ नेहमीच एका छोट्या कवितेने होतो. असे गृहीत धरले जाते की जर तुम्हाला ती कविता समजली तर तुम्हाला पुस्तक वाचायची गरजच नाही, कारण पुस्तकातील सगळा सुज्ञपणा, सगळे शहाणपण त्या लहानश्या कवितेत सामावलेले असते. या पुस्तकाच्या बाबतीतही तेच तथ्य लागू पडते. प्रारंभीची कविता समजून घेतली म्हणजे संपूर्ण पुस्तकाचे सार तुम्हाला गवसले असे समजा. परिपूर्तीची किल्ली तुम्हाला सापडली आहे, ही किल्ली तीव्र बुद्धिमत्ता, सामर्थ्य आणि जादूची बंद द्वारे उघडून टाकते.

जेम्स ॲलन यांनी आपल्याला दिलेल्या या भेटीचा, देणगीचा आनंद उपभोगा. एका छोट्या गाठोड्यात त्यांनी चिरंतन आणि अपरिमित, अफाट खजिना गुंडाळला आहे.

– मार्क ॲलन
नोव्हॅटो, कॅलिफोर्निया