



**What matters most is  
how you see yourself**

**व्यक्तीमत्व विकास आणि यशस्वी करीयर**



माझ्या लाडक्या हुशार पोरांनो !

या पत्रातून आपण स्वतःचीच नव्याने ओळख करून घेणार आहोत ! आहे कि नाही गंमत ! व्यक्तीमत्व म्हणजेच 'पर्सनॅलिटी' व व्यक्तिमत्व विकास म्हणजे 'पर्सनॅलिटी डेव्हलपमेंट' हे दोन शब्द तुमच्याही कानावर येत असतील हो कि नाही ? तर व्यक्तिमत्व म्हणजे विशिष्ट गुण विशेषांचा समुच्चय. यापैकी शारीरिक गुण विशेष हे अनुवंशिक व आई-वडिलांकडून त्यांच्या मुलांमध्ये आलेले असतात तर काही गुणविशेष हे परिस्थितीनुरूप किंवा त्या व्यक्तीने जाणिवपूर्वक अर्जित केलेले असतात. व्यक्तिमत्व घडण्याची प्रक्रिया ही सतत चालू असते आणि म्हणूनच व्यक्तिमत्व विकास ही सतत चालू असणारी प्रक्रिया आहे. या व्यक्तिमत्वाचे दोन भाग आपण करू शकतो. एक म्हणजे बाहेरून दिसणारं शारीरिक गुण-उंची, रंग, रूप यांनी बनलेल व्यक्तीमत्व व दुसरं म्हणजे मानसिक गुणांमुळे उदाहरणार्थ आत्मविश्वास, सकारात्मक दृष्टिकोन, संवाद कौशल्य अशा अनेक गुणांचं आपल्या वागण्या-बोलण्यातून व काम करण्याच्या, निर्णय घेण्याच्या पद्धतीतून दृष्टिस पडणारं व्यक्तिमत्व.

आपल्या शरीराची ठेवण हि बहुतेक करून आई-वडिलांकडून आलेली असते किंवा मग काही शारीरिक गुण तर त्यांच्या आई-वडिलांकडूनही आपल्यात आलेले असतात. तर कधी कधी व्यायाम वगैरे करून त्यात आपण भर घालतो. पण खरं सांगू ? तुम्ही उंच असा, बुटके असा, गोरे असा, काळे असा, राजबिडे सुंदर असा किंवा सर्वसाधारण असा त्याने फारसा फरक पडत नाही. फरक कशाने पडतो माहिती का ? तर तुमच्या डोक्यात काय आहे याने खरा फरक पडतो. तुमची मानसिक ठेवण कशी आहे, यानेच तुमची पर्सनॅलिटी बनते. आपल्या पहिल्या पत्रात मी निक वॉयचिकचा उल्लेख केला होता, त्याला हात पण नाहीत आणि पाय पण नाहीत मग कल्पना करा त्याची काय पर्सनॅलिटी असेल ? पण तो काय भन्नाट बोलतो आणि तुमच्या आमच्या सारख्यांना अक्षरशः हलवून सोडतो. म्हणजेच शारीरिक दृष्टिने जरी त्याची 'पर्सनॅलिटी' कमकुवत असली तरी त्याच्या 'पर्सनॅलिटी' मधला मानसिक पार्ट जो आहे तो खूपच स्ट्रॉंग आहे ! आपणही आपल्या 'पर्सनॅलिटी' मधला मानसिक पार्ट स्ट्रॉंग बनवू शकतो ! तुम्ही म्हणाल कसं ? सांगतो ! सांगतो ! तेही सांगतो, पण या सर्व बाबींकडे तुम्ही ना खूप सिरिअसली बघायला पाहिजे.

सर्वात आधी जर काय आपल्याकडे असायला पाहिजे तर तो आत्मविश्वास ! कोणतंही काम करताना, ध्येय साध्य करताना ते आपण करू शकतो हा विश्वास जर का आपल्याकडे असेल तर आपण अर्धी लढाई जिंकलीच म्हणून समजा ! बऱ्याचदा आपल्या आजुबाजूचे लोकच आपल्याला नाऊमेद करीत असतात. आपण काय करू शकतो यापेक्षा आपण काय करू शकत नाही यावरच त्यांचा भर असतो. मुळात त्यांचा स्वतःवरच विश्वास नसतो आणि म्हणूनच ते आपल्यालाही नकारात्मकच गोष्टी सांगतात. अशा लोकांकडे दुर्लक्ष करून आपण आपली वाट चालावी हेच उत्तम ! खरं म्हणजे आपल्या विचारांमध्ये प्रचंड ताकद असते. आपण जर विचार केला कि हे मी करू शकतो तर खरोखर आपण ते काम करू शकतो. पण आपण जर विचारच असा केला कि हे मी नाही करू शकणार तर नाहीच करू शकणार ते काम आपण. त्यामुळे कोणतंही

काम करताना होकारार्थक सुरुवात करावी. निसर्गाने प्रत्येकालाच काही ना काही खास गुण दिलेले असतात आणि आपला त्या गुणांवर विश्वास असायलाच हवा. आपण छोटी छोटी ध्येये ठरवून ती यशस्वीपणे पार पाडली तर साहजिकच आपला आत्मविश्वास वाढतो आणि समजा त्यातली काही साध्य नाहीच झाली तरी नाराज व्हायचं काही कारण नाही, पुन्हा पुन्हा प्रयत्न करा तुम्ही नक्कीच यशस्वी व्हाल. यातूनच तुमचा आत्मविश्वास वाढत जाईल.

व्यक्तीमत्वातला दुसरा महत्वाचा गुण म्हणजे परिस्थितीकडे बघण्याचा सकारात्मक दृष्टिकोन ! पाण्याने अर्ध्या भरलेल्या ग्लासाकडे सकारात्मक दृष्टिने बघितले तर तेवढ्या पाण्याने आपली थोडी का होईना तहान भागवता येईल व नंतर अजून पाण्याची तजविज करता येईल. पण तेच जर नकारात्मक दृष्टिने बघितलं तर अर्ध्या ग्लास पाण्याचाही आनंद घेता येणार नाही, मग नंतरची तर गोष्टच नाही. सकारात्मक दृष्टिकोन ठेवला तर बरेच फायदे होतात. एक म्हणजे आहे तेवढ्या साधनांचा आपण वापर करू शकतो व दुसरं म्हणजे त्याने आपली मनाची शांती टिकून रहाते, अडचणींच्या वेळीही त्यातून मार्ग काढायची प्रेरणा मिळते. म्हणूनच सकारात्मक दृष्टिकोन असणान्यांना प्रत्येक गोष्टीत संधीच दिसते. प्रत्येक घटनेत, गोष्टीत चांगलीच बाजू बघण्याची सवय लावली तर आपल्यात आपोआपच सकारात्मक दृष्टिकोन येतो. जगात अथक परीश्रमांना दुसरा पर्याय नाही. आजपर्यंत कोणालाही कष्टाविना फळ मिळालेलं नाही. ध्येयाप्रति पोहोचण्यासाठीची परीश्रम घेण्याची वृत्ती आपण बाळगायला हवी. छोट्या छोट्या गोष्टीही सतत करत राहिल्याने कष्टाची सवय लागते. मग मोठ मोठी ध्येये साध्य करताना लागणारे परीश्रम आपण सहज घेऊ शकतो. २०११ च्या १०वीची परीक्षा देणाऱ्या पुण्याच्या पुजा गायकवाडच्या वडिलांचं निधन झालेलं, आई धुणी-भांडी करून कसं बसं घर चालवते. अशा परिस्थितीत पुजाला घरची सर्व कामे करीत कोणतीही शिकवणी किंवा क्लेश न लावता अभ्यास करताना किती कष्ट पडले असतील, नाही का ? पण शेवटी तिच्या कष्टांचं चिज झालं आणि ती ९०.५५ टक्के गुणांनी उत्तीर्ण झाली. अत्यंत खडतर परिस्थितीतही परीश्रम करणं चालूच ठेवलं तर शेवटी यश मिळतंच !

ठाण्याच्या भाग्यश्री गांधीची गोष्ट तर अजूनच प्रेरणा देणारी आहे. भाग्यश्री जन्मापासूनच अंध आहे. पण त्याचा तिने कधी बाऊ केला नाही, उलट जिद्दीने तिने नॉर्मल शाळेत प्रवेश घेतला व तोडीस तोड देऊन ती पास होत गेली. नववी पासून मात्र तिने ब्रेल लिपीतून शिक्षण घेण्यास सुरुवात केली. दहावीला तिने ब्रेल लिपीतून व कॅसेट ऐकून अशा वेगवेगळ्या पद्धतीने अभ्यास केला व ८५.३८ टक्के गुणांनी ती पास झाली. पुढे तिने फिजिओथेरेपी या अभ्यासक्रमात प्रवेश घेतला. अशाच प्रकारे कितीतरी विद्यार्थी दरवर्षी १०वी-१२वीच्या परीक्षांत आपल्या मेहनतीने भरपूर मार्क मिळवून पुढील शिक्षणाची सुरुवात करतात. घरची हलाखीची परिस्थिती मुळे त्यांच्या पुढे भविष्याचं प्रश्नचिन्ह जरूर असतं. पण तोही प्रश्न मार्गी लागतो. गेली काही वर्षे 'महाराष्ट्र टाईम्स' तर्फे अशा गरजू मुलांना मदत करण्याचं आवाहन केलं जातं. अनेक संवेदनशील लोक चांगला प्रतिसाद देतात आणि बघता बघता मोठा निधी जमा होतो. या वर्षी तर मुंबई, पुणे आणि नाशिक या तिन शहरातील एकुण सोळा गुणवंत विद्यार्थ्यांसाठी 'महाराष्ट्र टाईम्स' तर्फे मदत करण्याचं आवाहन केलं होतं, त्याला असंख्य दानशूर व सामाजिक जाणिवेचं भान असणान्या मान्यवरांकडून प्रचंड प्रतिसाद मिळाला व एक मोठा निधी जमा

झाला. त्या गुणवंतांनी कठिण परिस्थितीत केलेल्या अथक परीश्रमांचं चिज झालं, नाही का? पोरांनो! जिद्द आणि चिकाटी हे दोन गुणही असेच आपल्याला यशाच्या जवळ घेऊन जातात. यासाठी तुम्हाला बदलापूरच्या सोनाली कांबळेची गोष्ट सांगतो. ती नववीत असताना एका अपघातात शाळेची बस तिच्या अंगावरून गेली, त्याने तिचा पाठीचा कणाच मोडला. मोठ्या महत्प्रयासाने तिच्यावर शस्त्रक्रिया झाली पण तिला सहा महिने संपूर्ण विश्रांती घ्यावी लागली. त्याच्यात तीचं वर्ष वाया गेलं. पण ती खचली नाही, तीने पुन्हा नववीचा अभ्यास सुरू केला. नववीचे सर्व पेपर तीने झोपूनच लिहिले आणि दहावी चांगल्या मार्कांनी पास व्हावं अशा निघाराने तीने अभ्यास केला व मुंबई विभागातून तीने दुसरा क्रमांक पटकावला. आहे कि नाही जिद्द ! कित्येक विद्यार्थ्यांवर १०वी-१२वीत असताना व परीक्षा चालू असताना अत्यंत दुदैवी प्रसंगांना सामोरे जायची वेळ येते पण अशा वेळी जिद्द, चिकाटी कामात येते, त्याचे नंतर खूप चांगले परिणाम बघायला मिळतात. प्रत्येक क्षेत्रातील यश तुम्हाला चिकटावं असं जर का वाटत असेल तर, जिद्द आणि चिकाटीला तुम्ही चिकटा, बाकीचं आपोआप होईल. म्हणजे काय तर दैनंदिन अभ्यासात आवश्यक त्या बाबी किंवा इतरही कामं अनेक अडचणी आल्या तरी अळम टळम न करता कोणत्याही परिस्थितीत ठरलेल्या वेळी करायची सवय लावली तर त्यानेच अंगी जिद्द, चिकाटी बाणवते.

कोणतंही काम करत असताना ते होण्यासाठी आपल्या प्रयत्नां बरोबर इतरही काही घटक कारणीभूत ठरतात. कधी या घटकांमुळे तर कधी आपल्याच चुकांमुळे अपयश येतं. पण त्याचं दुःख करत बसण्यापेक्षा नविन जोमाने, नव्या दमाने व आत्मपरीक्षण करून प्रयत्न केले तर पुढच्या वेळी आपण यशस्वी होऊ शकतो. हिंदीतली ती प्रसिद्ध कविता तुम्हाला माहित असेलच! 'कोशीश करनेवालों की हार नहीं होती।' आणि अपयश म्हणजे काय असतं तर ते अल्प यशच असतं नाही का? महान शास्त्रज्ञ थॉमस एडिसन यांना त्यांच्या प्रयोगांमध्ये अक्षरशः शेकडो वेळा अपयश आलं. परंतु त्याकडे त्यांनी त्या दृष्टीने न बघता त्यातून ते शिकत गेले आणि नव नविन शोध लावत गेले. त्यामुळे अपयशावर मात करण्याची वृत्तीच तुम्हाला अपयशातून बाहेर काढते. वाट्टेल ती परिस्थिती येवो पण धीर मात्र सोडायचा नाही हिच प्रेरणा आपल्याला 'ध्येयशिखर' या शब्द रचनेतून मिळते. त्यातूनच अपयशाकडे सकारात्मक वृत्तीने बघायची सवय लागते.

आनंदी माणूस कोणाला आवडत नाही? कितीही ताणतणाव असले तरी आपण आनंदी वृत्ती कायम ठेवली तर इतर मार्ग सुचतात. पण नुसतंच टेंशन येऊन काहीच साध्य होत नाही. खास करून १०वी-१२वीचा अभ्यास करताना प्रयत्न भरपूर करा पण टेंशन घेऊ नका. स्वतःला आनंदी ठेवण्याचे मार्ग शोधून काढा. सकाळी उठल्यापासून तर रात्री झोपेपर्यंत सतत स्वतःला आनंदी ठेवण्याचा प्रयत्न करून बघा, एकदा सवय झाली कि ती तुमची नेहमीचीच वृत्ती बनेल. मग ताणतणावाची स्थिती उद्भवली तरी टेंशन न घेता तुम्ही त्यातून मार्ग काढाल. यासाठी नेहमी सकारात्मक विचार करा व सकारात्मकच बोला, कारण आपण वर पाहिलं आपल्या विचारांचं सामर्थ्य जबरदस्त असतं. निसर्गाचं एक तत्व आहे, जो विचार तुम्ही कराल तो तसेच विचार तुमच्याकडे आकर्षित करेल. म्हणजे तुम्ही टेंशन घेतलं अजून जास्त तापदायक गोष्टी घडत जातील. कधी कधी आपण म्हणतो आजचा दिवस काय चांगला नाही. असं बोलून आपण अडचणींना अजून आमंत्रित करतो. त्यापेक्षा एखादी नकोशी घटना घडली तरी यानंतर

चांगल्याच घटना घडतील असा विचार केला तर खरोखर चांगल्याच घटना घडतील. पाहिजे तर प्रयोग करून बघा. यालाच 'लॉ ऑफ अट्रॅक्शन' असे म्हणतात. मध्यंतरी एक 'सिक्रेट' नावाचा सिनेमा आला होता. तुम्हाला शक्य झालं तर नक्की बघा, नेटवर पण मिळू शकेल.

पोरांनो! हे जे काही छुपे गुण आपल्या व्यक्तिमत्वात असतात ना त्यांचा आपल्या यशापशात खूप मोठा वाटा असतो. किंबहुना या गुणांची जोपासना केली तरच आपण सर्वार्थाने सुखी होऊ, अन्यथा नुसतंच अभ्यास एके अभ्यास करून काहीच फायदा नाही. कळत न कळतपणे आपण या गुणांची जोपासना करतच असतो पण यापुढे जाणिवपूर्वक त्यांच्याकडे लक्ष द्या व नसलेले गुण आत्मसात करण्याचा प्रयत्न करा. त्यासाठी प्रेरणादायी चांगली चांगली पुस्तकं वाचा, कार्यक्रम बघा, अशा कार्यक्रमांना हजेरी लावा. या सर्वांतूनच आपला आत्मविश्वास दुणावतो. आपण जिथे जाऊ तिथे आपला प्रभाव पडतो. लोकं मदत करायला पुढे येतात आणि म्हणतात वा ! काय 'पर्सनॅलिटी' आहे ! मग काय करणार ना यावर पण वर्क आऊट ? नक्की करा आणि बघा फरक! त्यासाठी खूप खूप शुभेच्छा !!! पुन्हा भेटूच.

जयहिंद ! जय महाराष्ट्र !!

तुमचा लाडका

भारु काका

## पत्राचे सार व कृती

### पत्र क्र. ३

- \* आपल्या कार्यशैलीत आपल्या व्यक्तिमत्त्वाचं प्रतिबिंब पडतं. आपण जे काही करतो ते आपल्या व्यक्तिमत्त्वातील गुणांनुसारच करतो.
- \* स्वतःचे गुण-दोष माहित झाले तर आपण त्यात योग्य ती सुधारणा घडवू शकतो.
- \* जिवनात व करीयर मध्ये यशस्वी होण्यासाठी मार्कांचीच फक्त गरज नसते तर त्या सोबत व्यक्तिमत्त्व गुणांचीही गरज असते व त्यावर आपल्या व्यक्तिमत्त्वाचा प्रभाव पडतोच.
- \* जिवनात सर्वार्थाने यश मिळवायचं असेल तर व्यक्तिमत्त्व विकासावर भर देणं अति आवश्यक आहे. मार्कांमुळे मर्यादित यश मिळेल. पण सुदृढ-कणखर व्यक्तिमत्त्व असेल तर अमर्याद यश प्राप्ती होते.
- \* जिद्द, चिकाटी, अथक परीश्रम, चांगल्या सवयी, दूरदृष्टि, संवाद कौशल्य, संय-भावना, अपयशावर मात करून प्रयत्नांची पराकाष्ठा करण्याची वृत्ती, जिवणाकडे व परिस्थितीकडे सकारात्मक दृष्टीकोन, आत्मविश्वास, आनंदी वृत्ती, आपल्या कृतींची संपूर्ण जबाबदारी स्वतः घेण्याची प्रवृत्ती हे असे काही व्यक्तिमत्त्व गुण आहेत कि त्यामुळे कोणतीही व्यक्ति आपापल्या कार्यात यशस्वी होऊ शकते.

### कृती

- \* स्वतःच्या व्यक्तिमत्त्वाचं निरीक्षण करा.
- \* स्वतःच्या व्यक्तिमत्वामध्ये कोणकोणते गुण आहेत यावर विचार करा, पाहिजे तर दुसऱ्यांची मदत घ्या.
- \* प्रेरणादायी पुस्तकांचं वाचन करा.
- \* प्रेरणादायी कॅसेट किंवा सी.डी.ज. ऐका, बघा.
- \* प्रेरणादायी कार्यक्रमांना हजेरी लावा.

