

मनःशांतीचं मूळ

श्रीमद् नामचैतन्य भानुदास

दि. २५-११-२००८

दैनिक सकाळ, मुंबई यांच्या सौजन्याने

आज सारं जग मनःशांतीच्या शोधात आहे. मनःशांतीसाठी अनेक शिबिरं भरत आहेत. मनःशांतीचे अनेक मार्ग सांगितले, दाखवले जात आहेत. सद्य परिस्थितीत मनःशांती मिळणं किंवा शांत मनाने जगणं दुरापास्त झालं आहे. भौतिक विज्ञानाच्या प्रगतीला विलक्षण गती आली आहे. त्याचा मानवोपयोगी वस्तू बनविण्यासाठी आणि मानवीय सुखासाठी जास्तीतजास्त उपयोग केला जात आहे. प्रलोभनं, आकर्षणं आणि आवश्यकतेच्या मागे धावता धावता मानवी जीवनालाही अतीव गती आली आहे. दिवसाचं काम तासांमध्ये आणि तासाचं काम मिनिटांमध्ये कसं होईल या, आणि अशा मानसिक दडपणांखाली माणूस जगतो आहे. शरीराबरोबरच मनालाही मिनिटाची उसंत नाही. मग असं हे शिणलेलं, थकलेलं मन विसाव्याच्या, मनःशांतीच्या शोधात निघतं. मनःशांती विकत मिळत नाही, उधार मिळत नाही आणि उसनीही कुणी देत नाही. 'जशी मागणी तसा पुरवठा' या न्यायाने 'मनःशांती दाते' आणि त्यांचे मनःशांती प्राप्तीचे अनेक मार्ग समाजात उपलब्ध झाले आहेत. मनःशांती इच्छुक व्यक्ती त्या मार्गाचा अवलंबही करते. मनःशांती मिळतेही पण ती क्षणिक ठरते. गतिशील जीवनचक्रात पुन्हा येताक्षणी मनःशांती कधी हरपली हे माणसाला कळतच नाही. खरं तर मनःशांतीच्या मागे लागणं किंवा केवळ मनःशांतीची अपेक्षा करणं हेच चुकीचं ठरतं. मनःशांतीचा वेध घेत असताना माझ्या असं लक्षात आलं, की प्रत्येकाला मनःशांती हवी आहे. समाधान आणि मनःशांती या मानसिक गोष्टी आहेत. पण मानवाला मात्र ऐहिक आणि शारीरिक सुखही हवं असतं. हवं, हवंहवं, हाव आणि हव्यास या क्रमाने मानसिकता बदलत गेली, की मनःशांती तर दूरच पण साध्या समाधानालाही माणूस मुक्तो. कायमस्वरूपी मनःशांती हवी असेल, तर मानवाने कायम समाधानी राहायला हवं. कारण असमाधानी माणसाला मनःशांती मिळणं कालत्रयी शक्य नाही. कायमस्वरूपी समाधान किंवा समाधानी अवस्था प्राप्त झाली की मनःशांती आपोआपच मिळणार आणि मनःशांती हवी असेल तर समाधानी होणं अत्यावश्यक आहे. म्हणूनच समाधानी कसं व्हायचं यासाठीची गुरूकिल्ली तुम्हाला या सदरातून मिळणार आहे.