

## अशी कशी मनं?

श्रीमद् नामचैतन्य भानुदास

दि. ०६-०१-२००९

दैनिक सकाळ, मुंबई यांच्या सौजन्याने

दृष्टी डोळ्यांना असली तरी नजर मात्र मनाला असते. प्रत्येक माणूस जगत असतो आपापल्या नजरेप्रमाणे. नजर तयार होते मनावरील संस्कारांमुळे. कासाब सारखा अतिरेकी करोडो रुपयांच्या मालमत्तेचा विध्वंस करून शेकडो निरपराध लोकांचा बळी घेण्यासाठी स्वतःच्या जिवावर उदार होऊन हातात ए.के.४७ घेतो. तर त्याला रोखण्यासाठी तुकाराम ऑबळे सारखा संरक्षक जवान त्याच्यावर झडप घालून त्याची ए.के.४७ घट्ट धरून ठेवतो. तीन गोळ्या आपल्या अंगावर झेलून शहीद होतो. पण अतिरेक्याला पकडून देतो. दोघेही जिवावर उदार झाले होते. दोघांचीही नजर पूर्णतः भिन्न होती. एक विध्वंसक तर दुसरा संरक्षक. दोघांच्या मनाच्या अवस्था जर इतक्या भिन्न असू शकतात, तर 'मन ही काय चीज आहे?' असा प्रश्न उपस्थित होणं स्वाभाविकच आहे. मिळणारं सुख आणि होणारं दुःख मनाला जाणवतं. येणारा तणाव आणि होणारा आनंद हेही मनच अनुभवतं. तरीही मन म्हणजे नेमकं काय? हा प्रश्न शिल्लक राहतोच. ज्यांनी मनाचा विचार केला, त्यांनी मनाच्या गुणधर्माचा विचार केला. कवयित्री बहिणाबाई चौधरी आपल्या 'मन' या काव्यात म्हणतात, "मन जह्यारी जह्यारी याचं न्यारं रे तंतर । अरे इच्चू साप बरा त्याले उतारे मंतर ।।" थोडक्यात काय? 'मन चिंती ते वैरी न चिंती'. मनाच्या चंचलतेबद्दल बहिणाबाई आणखी पुढे म्हणतात, "जमिनीवरचं पाखरू जसं क्षणार्धात आकाशात उडून जातं, किंवा आकाशातली वीज जशी क्षणार्धात जमिनीवर कोसळते, तसंच मन क्षणार्धात कुठूनही कुठेही भरकटत असतं." मनाच्या आकारमानाविषयी त्या सांगतात, "कधी मन हे खसखसीच्या दाण्याएवढं संकुचित होतं, तर कधी आभाळातही मावणार नाही एवढं विशाल होऊ शकतं." खरोखरच आपल्या जीवनातही कधी अतिशय संकुचित मनोवृत्तीची माणसं येतात, तर कधी अतिशय विशाल मनाची माणसंही आपल्याला भेटतात. मग अशा अतिचंचल मनाला आवर घालून मन एकाग्र कसं करायचं आणि तणवमुक्त होऊन मन समृद्ध कसं करायचं? हेच तर आपल्याला या सदरातून पाहायचं आहे.