

## संतापाचा ताप

श्रीमद् नामचैतन्य भानुदास

दि. २२-१२-२००९

दैनिक सकाळ, मुंबई यांच्या सौजन्याने

एकदा माझ्याकडे एक गृहस्थ आले. घाऊक बाजारात त्यांचं दुकान होतं. आजूबाजूचं वातावरण आणि सतत मजुरांशी संपर्क यामुळे त्यांची भाषा अतिशय शिवराळ झाली होती. एखादी शिवी घातल्याशिवाय वाक्य पूर्ण झाल्याचं समाधान त्यांना होत नसे. त्यांचा बांधा बळकट आणि स्वभाव अतिशय तापट होता. रस्त्यात जर चुकून कोणाचा धक्का लागला तर ते आधी कानाखाली वाजवायचे, शिवी हासडायचे आणि तावातावाने भांडायचे. अशा स्वभावामुळे क्वचित प्रसंगी एखाद्या समूहाकडून मार खाण्याचा प्रसंगही त्यांच्यावर आला होता. चहात साखर कमी किंवा जास्त झाली, दूध जास्त पडलं, तर ते संतापाने टेबलावरून कपबशी खाली ढकलून घ्यायचे. आत्तापर्यंत अनेक कपबशा त्यांनी फोडल्या असाव्यात. ताटात नावडता पदार्थ चुकून जरी वाढला गेला, तरी भरलं ताट फेकायला त्यांनी कमी केलं नव्हतं. ही सारी कल्पना त्यांच्या सौ.नी मला आधीच दिली होती. त्यांना घेऊन त्यांच्या सौ. माझ्याकडे आल्या. अतिशय घाबरत त्या गृहस्थांचा स्वभाव संतापी असल्याचं सौ.नी त्यांच्यासमोर सांगितलं. “मनाविरुद्ध कुणी वागलं किंवा काही घडलं की राग येणारच. मलाही कधीतरी राग येतोच की.” मी असं म्हटल्यावर त्या गृहस्थांना बरं वाटलं. क्रोधात, ‘राग’ हा व्यवहार्य भाग असला तरी ‘संताप’ हा त्याज्य आहे. संतापात दुसऱ्याचं, स्वतःचं किंवा दोघांचंही नुकसान आपण करतो. समजा, संतापात एखादी वस्तू आपण फोडली, तोडली तर ते न भरून येणारं नुकसानच म्हणावं लागेल. कारण त्या बदल्यात आपण तशी दुसरी वस्तू आणूही पण मूळ वस्तू तर गेलीच ना? “तुमचं वय किती?” असा प्रश्न अचानक मी त्या गृहस्थांना विचारला. “बावन्न वर्ष” गृहस्थांनी सांगितलं. निसर्ग आपलं काम करणारच. कितीही बलाढ्य व्यायामपटू असो, त्याला शक्तिहीन वार्धक्य येणारच. “स्वभाव बदलला नाही तर साठीनंतर मारच खायचा का?” मी त्यांना विचारलं. ‘स्वभावाला औषध नसतं’ या म्हणीत अर्धसत्य आहे. दुसऱ्याच्या स्वभावाला आपल्याकडे औषध नसतं, पण आपला स्वभाव आपण ठरवून बदलू शकतो. दर रविवारी माझ्याकडे यायला त्यांनी सुरुवात केली. स्वतःकडे, संसाराकडे, व्यवसायाकडे आणि जगाकडे बघण्याची नजर मी त्यांना देत असे. वर्षभरात त्यांच्या स्वभावात आमूलाग्र बदल झाला. ते इतरांना सांगू लागले, “राग येणं स्वाभाविक आहे पण संतापू नका.” एकदा दोघांच्या मारामारीत मार खाणाऱ्याला त्यांनी बाजूला नेलं. मारणारा मूर्ख आहे, असं सांगून पाठवून दिलं आणि आरडाओरडा करीत असलेल्याला “तो गेला आता तू का त्रास करून घेतोस?” म्हणून शांत केलं. आज ते गृहस्थ संततुल्य अशा आनंदी मनाच्या अवस्थेत जीवन जगत आहेत. या सदरात पुढे आपण ‘काम’ या रिपुविषयी विचार करू.