

मनतरंग - १

शरीर दमतं, पण मन....., ते अथकपणे चालत रहातं आणि चालवत रहातं, आपल्याला - स्वतःसोबत!

मनाची भाषा, मनाची अवस्था, मनाची व्यथा, मनातील गुंता, मनाचा आनंद, मनाची इच्छा, मनाची आशा, मनातील विचार, मनाची उदासी, मनाची स्वप्नं आणि अगदी आपल्या परमपूज्य रामदास स्वामींचे मनाचे श्लोक सुद्धा !! आपलं सगळं विश्वच जणु या “मना”भोवती फिरत असतं. या मनाचा महिमा स्वामींना कळाला म्हणून “मनाचे श्लोक” जन्माला आले आणि सर्वसामान्य जनांना, तुमच्या-माझ्या सारख्यांना सोप्या शब्दांत त्यांनी मनाच्या व्यवहारची जाणीव करून दिली. मनाच्या जागी त्यांनी “हृदयाचे श्लोक” वा “मेंदूचे श्लोक” असे म्हंटलेले नाही, म्हणजेच “मन” ही एक पूर्णपणे स्वतंत्र यंत्रणा आहे, असे आपले माझे ‘मन’ मानते !!

“मन” असतं कुठे, किंवा शरीरातील कुठला भाग या नावाने ओळखला जातो हे माहित नसताना सुद्धा त्याच्या कलाने आपल्या भाव-भावनांचे हिंदोळे झुलत असतात. कधी कोणावर मन बसतं, तर कधी कोणी मनातून उतरतं. कधी कोणी मनाला लागेलसं बोलतं तर कधी कोणी मनाला इंद्रधनुचे रंग देतं.....

कवी लोकांचा तर “मन” अतीशय लाडका विषय आहे. “मन तळ्यात-मळ्यात, जाईच्या कळ्यांत”, “मन मनास उमगत नाही, आधार कसा शोधावा?”, “मनाच्या धुंदीत लहरीत ये ना”, “माझिया मना जरा थांब ना”, “मन उधाण वाऱ्याचे-गूज पावसाचे”....., ही व अशी अनेक गाणी मनाच्या तालावर डोलत असतात.

मनातील विचारांची लय तर आपल्याबरोबर सतत पिंगा घालत असते. कामावर असा, घरी असा, प्रवासात असा, एकटे असा किंवा अगदी मित्रमंडळींबरोबर असा...एका बाजुने बॅग्राउंड म्युझिक प्रमाणे हे विचार मनःपटलावर जा-ये करत असतात. कधी आपल्यासोबत स्वप्न-नगरीला घेवून जातात, तर कधी खाडकन व्यवहारी जगात आणून सोडतात. एखाद्या ध्येयपूर्तीसाठी कधी पेटुन उठतात, तर कधी शांत-संयमी-चिंतनशील बनवतात. हसवतात, रडवतात....आणि वेळी घाबरवतात सुद्धा !

माझ्याही मनात आता नकळत हे मनाविषयीचे केवढे विचार दाटुन आलेत. ते म्हणतंय....

“मन गगनीचा पतंग, मन पवनी तरल तरंग,

मन इंद्रधनुचे रंग, मन तूच तू - मन तूच तू !

मन झऱ्याचे झरझरणे, मन वाऱ्याचे भिरभिरणे,
मन धारांचे रिमझिमणे, मन तूच तू - मन तूच तू !

मन पुनव चांदणे, मन नित नव गाणे,
मन तुलाच गुणगुणणे, मन तूच तू - मन तूच तू !

मन दाही दिशा, मन वेडा-पिसा,
मन एक नशा, मन तूच तू - मन तूच तू !

मन नाती, मन प्रीती.....
मन सांगाती, मन तूच तू - मन तूच तू !”

खरंच, आपला खरा सांगाती-सोबती हा आपले मनच असते. दुःखात हेच आपल्याला धीर देते व सुखात अतीव समाधान सुद्धा. योग्य-अयोग्य, खरे-खोटे याची ग्वाही देणारेही मनच.... म्हणतात ना, पूर्ण जगाला फसवता येते, पण आपल्याच मनाला नाही फसवता येत. कारण आपलं मन हे आपलंच प्रतिबिंब असतं किंवा आपणच आपल्या मनाचा आरसा असतो. म्हणुनच एक नितळ-निरोगी मन आपल्या सगळ्यांच्याच मालकीचे असावे ही “त्या” निर्मात्याच्या चरणी प्रार्थना आणि तुमच्या-माझ्यासाठी सदिच्छा !!!!

- प्रीती देशपांडे

www.meetipreeti.com