छंद

छंद म्हटले की आपल्याकडे साधी सोपी व्याख्या जणू बनवली, 'फावल्या वेळात मन रमवण्याचे साधन.'

अगदी पालक मुलांना शैक्षणिक सुट्ट्यांमध्ये त्यांना व्यस्त ठेवण्यासाठी काही तरी classes लावून देतात, जसे चित्रकलेचा क्लास, तबल्याच्या क्लास, गायनाचा क्लास, नृत्याचा क्लास इ. हे सगळे करताना मुलांची आवड निवड ह्याचा खचितच विचार केला जातो. फक्त कोणी तरी सुचवले किंवा कोणाच्या तरी ओळखीने अथवा कोणाची तरी सोबत आहे म्हणून. अन्यथा मुलांची आवड, नैसर्गिक जडणघडण अथवा त्यांचा कल याचा खचितच विचार केला जातो. काही वेळा तर जाहिरातीच्या भुलभुलैयला गळी पडून आपल्या पाल्यांना त्या क्लासला पाठवण्याचा अट्टाहास असतो.

मग काय मुलं आपले सुट्टीतला विरंगुळा म्हणून त्या क्लासकडे पाहतात आणि सुट्टी संपली की पुन्हा आपल्या अभ्यासाकडे. फारच थोडे पाल्य ह्या नवीन कौशल्याला seriously घेतात.

'छंद' - खरी त्याची सोपी व्याख्या म्हणजे, जी कृती तुम्हाला आनंद देते, तो तुमचा छंद असू शकतो. रोजच्या धकाधकीच्या जीवनातून आणि व्यस्त वेळापत्रकातून काहीसा सुखावह बदल जाणवू देणारी एक क्रिया अथवा नियमितपणे करण्याची गोष्ट आहे. कामाच्या व्यापातून थकलेल्या शरीराला आणि मनाला तजेला देण्याचे एक उत्तम साधन होय. छंद हे मनाला आणि शरीराला उभारीच देत नाही तर तुम्हाला नवी उभारी देतात.

छंद अशी गोष्ट आहे जी तुम्हाला एक वेगळी ओळख करून देतात.

छंद जोपासणे म्हणजे एक खर्चिक बाब आहे अशी साधारणतः भावना असते किंवा छंद हे बालवयात अथवा तरुणपणात शोभतात अशी खोटी कल्पना असते. छंद हे सहजपणे आणि विनाखर्चिक जोपासले जाऊ शकतात.

छंद काहीही असू शकतात, कुणाला चित्रकलेचा छंद, तर कुणाला गाण्याचा छंद. कुणी हस्तलेखनाचा छंद जोपासतं तर कोणी बागकामात छान वेळ व्यतीत करतं. काहींना स्वाक्षरी गोळा करण्याचा छंद तर काहींना गिर्यारोहणाचा छंद. कुणाला खेळाचा छंद, तर कुणाला वाचनाचा छंद.

छंद माणसाला आनंदच देत नाही तर मनाला ताजेतवाने बनवतात. छंद जोपासत नेला की त्यात अधिकाधिक प्राविण्य मिळवता येते. त्या प्राविण्यातून तुमची स्वतःची ओळख तयार होते. त्या छंदातूनच तुमच्यातील सुप्त गुणांची तुम्हालाच जणू ओळख होते.

छंद जोपासत असताना तुमच्यातील hidden talent काही वेळा कुणीतरी ओळखते आणि त्यातून तुमची नवीन ओळख समाजापुढे येते.

जॉनी लिव्हर एक प्रसिद्ध standup comedian हा लोकल मध्ये वस्तू विकायचा, एके काळी धारावी सारख्या दाट लोकवस्तीत राहत असताना त्यांना नकला करायचा छंद होता त्यातूनच त्यांना स्वतःची ओळख पटली आणि सिनेसृष्टीला एक हास्य अभिनेता मिळाला.

प्रशांत दामले BEST मध्ये स्टेनो म्हणून कार्यरत होते मात्र नोकरी करताना त्यांना नाटकाचे वेड स्वस्थ बसू देईना आणि त्या अभिनयाच्या छंदातून एक सुप्रसिद्ध आणि यशस्वी अभिनेता उदयास आला.

छंद हा तुमच्या routine life मधून थोडा विरंगुळा मिळावा म्हणून जणू स्वानंद देणारी क्रिया असू शकते, पण त्या गोष्टींमध्ये एकदा आवड निर्माण झाली आणि योग्य मार्गदर्शन मिळाले की त्या छंदाचे रूपांतर कलेत होते. ती कला जोपासत असताना त्यात अधिकाधिक रममाण होताना त्यात प्राविण्य प्राप्त होते. तद्नंतर त्यासाठी एक passion तयार होते आणि त्या passion मधून एक सहजता अथवा flow प्राप्त होतो.

कपिल देव प्रसिद्ध क्रिकेटपटू, भारताचा एक सर्वोकृष्ट अष्टपैलू आणि यशस्वी कर्णधार. निवृत्तीनंतर बऱ्याच वर्षांनी गोल्फ ह्या खेळाचा छंद जोपासला. मात्र त्यांनी फक्त हा छंद जोपासला नाही तर एक उत्तम गोल्फपटू म्हणून नाव कमावले. सुनील गावस्कर भारताचा सर्वोत्तम सलामीवीर पण नंतर क्रिकेट समालोचनाकडे छंद म्हणून आकृष्ट झाले पण तो छंद न राहता त्याचे career बनले. आज भारतातील अग्रगण्य क्रिकेट समालोचनांपैकी एक सुनील गावस्कर आहेत.

नीला सत्यनारायण, ज्या उच्चपदस्थ प्रशासकीय अधिकारी होत्या, राज्य निवडणूक आयोगाच्या प्रथम महिला आयुक्त. भारतीय प्रशासकीय सेवेतील अनेक पदे त्यांनी भूषवली मात्र फावल्या वेळात त्यांनी मन रिझवण्यासाठी लेखनाचा छंद जोपासला होता आणि तो छंद फक्त जोपासला नाही तर त्यात प्राविण्य प्राप्त केले त्यामुळेच निवृत्तीनंतर त्यांची एक प्रसिद्ध लेखिका म्हणून ओळख होती. त्यांची अनेक पुस्तके प्रकाशित झाली आहेत.

छंद जोपासताना स्वतःची नैसर्गिक गुणवत्ता शोधणे महत्वाचे. तुमचा नैसर्गिक कल, ओढा त्या गोष्टीकडे असेल तर ती कला अथवा कौशल्य सहजपणे प्राप्त करता येते. त्या छंदात वेळ घालवताना एक सहज आनंद प्राप्त होत असतो. छंद तुम्हाला त्या क्रियेत फक्त आनंदच देत नाही तर एक समाधान प्राप्त करून देते. छंद हे मनाला उभारी देतात, मनातील नैराश्य दूर करतात. आयुष्याच्या कठीण कालावधीत तुमच्या मनाला उभारी देतात. तुमची एक वेगळी ओळख निर्माण करतात. छंद तुम्हाला creative बनवतात. तुमच्या आयुष्याच्या कठीण कालावधीत तुमच्यासाठी द्रव्यार्जनाचे साधनही बनतात.

असे म्हणतात,
'Find three hobbies you love:
One to make money,
One to keep you in shape,
and one to be creative.'

छंद जोपासत असताना त्याची तुम्हाला आवड हवी मगच तुम्ही त्यासाठी वेळ देऊ शकाल.
'असेल आवड तर मिळेल सवड'

आनंद, समाधान आणि अर्थकारण ह्याच्याही पलीकडे छंद जोपासण्याचे अनेक फायदे आहेत.

१. छंद तुम्हाला एक natural break मिळवून देते.
एखाद्याला पर्यटनाचा छंद असतो त्यामुळे ती व्यक्ती व्यस्त वेळपत्रकातून पर्यटनासाठी वेळ काढते.

२. छंद आयुष्याला एक नवी दिशा मिळवून देतो.

३. छंद एक सकारात्मक हवाहवासा ताण निर्माण करतो ज्याला eustress म्हणतात. तुमच्यातील creativity किंवा प्रतिभा बाहेर येण्यासाठी Eustress खूप महत्वाचा. ही हवीहवीशी बेचैनी तुमच्यातील कलाकाराला स्वस्थ बसू देत नाही त्यामुळेच काहीवेळा एका उत्तम कालाकृतीमधून ती व्यक्त होते.

४. छंद नवनवीन आव्हाने उभी करतात आणि त्या आवडीमुळे ती आव्हाने हवीहवीशी वाटतात.

५. छंद तुमचा जनसंपर्क वाढवतात कारण समान आवडीची माणसं एकमेकांकडे सहज आकृष्ट होतात आणि त्यांचा उत्तम समूह बनतो. त्यातूनच एक अभिरुचीपूर्ण समाजाची निर्मिती होते.

६. छंद वर्तमानात जगायला शिकवतात. वर्तमानात जगल्याने भूतकाळातील चुका आणि भविष्याची चिंता ह्यापासून सहज दूर राहण्यास मदत होते. मन चिंतामुक्त, भयमुक्त होते.

७. छंद अशी गोष्ट आहे ती नैसर्गिक आवड असल्याने तुमचे मन सहज रमते. त्या कृतीत माणूस इतका रममाण होतो की काळाचे भानही राहत नाही. छंद जणू एक मेडिटेशन आहे. ज्यामुळे मन आनंदी राहते, मानसिक समाधान प्राप्त होते. चिंता, नैराश्य, राग, द्वेष इ. नकारात्मक भावनांपासून दूर राहण्यास मदत होते परिणामी स्वस्थ आरोग्य प्राप्त होते.

When passion meets work, work becomes hobby.

छंद तुम्हाला वैयक्तिक आनंदच देत नाहीत तर तुमच्या कामाचे समाधान देतात. मग तुम्ही करत असलेले काम हे ओझं न वाटता, एक हवाहवासा विरंगुळा वाटतो.
छंद तुम्हाला मानसिकदृष्ट्या सक्षम, परिपूर्ण बनवतात. तुमच्या मनाचे संवर्धन करतात. आयुष्याला उभारी देतात तसेच आयुष्यावर प्रेम करायला शिकवतात.

छंदाबद्दल पु ल देशपांडे लिहितात,
"आयुष्यात मला भावलेलं एक गुज सांगतो. उपजीविकेसाठी आवश्यक असणाऱ्या विषयाचं शिक्षण जरूर घ्या. पोटापाण्याचा उद्योग जिद्दीने करा पण एवढ्यावरच थांबू नका. साहित्य, चित्र, संगीत, नाट्य, शिल्प, खेळ ह्यांतील एकातरी कलेशी मैत्री करा. पोटापाण्याचा उद्योग तुम्हाला जगवील पण कलेशी जमलेली मैत्री तुम्ही का जगायचं हे सांगून जाईल."

माणसाला बुद्धी, चातुर्य ह्यासोबत देवाने कलेचा आनंद घेण्याचे वरदान दिले आहे म्हणून माणूस इतर जनावरांपेक्षा वेगळा आहे.
कलेची जोपासना आणि कलेचा आनंद घेता आलाच पाहिजे त्यासाठीच माणसाच्या आयुष्यात छंदाचे अनन्यसाधारण महत्व आहे,
म्हणून तर म्हणतात,
' कलेविना माणूस हा जणू पशुच.'

सरतेशेवटी आवड आणि छंद ह्यात थोडा फरक असू शकतो. माणूस आवड आपल्या फावल्या वेळात

जोपासतो पण छंद जोपासण्यात एक सातत्य असते, एक passion, ओढ असते. ही passion तुम्हाला मग स्वस्थ बसू देत नाही, त्या छंदाला जास्तीत जास्त वेळ दिला जातो, जणू छंदावाचून अनामिक बेचैनी जाणवते.

'हा छंद जीवाला करी वेडेपिसे'

आणि ह्याच बेचैनीतून सातत्य आणि कौशल्य प्राप्त होते. त्यातूनच उत्कृष्ट कलानिर्मिती होते. ह्याच भावनेतून प्रत्येकाने आपल्या आवडीचे रूपांतर छंदात करायला शिकले पाहिजे.

- मनोज कुरुंभटी