

ಭಯ : ವರವೋ, ಶಾಪವೋ?

ಕೆ.ಎಸ್. ಚಂದ್ರಾ

ಭಯದ ಎರಡು ರೂಪಗಳನ್ನು ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರೀಯವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿರುವ ಕುಮಾರಿ ಕೆ.ಎಸ್.ಚಂದ್ರಾ ಅವರು ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರದ ಉಪನ್ಯಾಸಕರೂ ಬೆಂಗಳೂರು ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಮಠದ ಭಕ್ತರೂ ಆಗಿರುವರು.

ಭಯ ಒಂದು ಅತ್ಯಂತ ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಸಂವೇಗ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಭಯವನ್ನು ಹೀಗೆ ನಿರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ: “ಯಾವುದೇ ಹಾನಿಕಾರಕ ಅಥವಾ ಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ಪ್ರಚೋದನೆಗೆ ಪ್ರಾಣಿ ಅಥವಾ ಮಾನವ ತೋರುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯೇ ಭಯ.” ಹಾಗಾದರೆ ಭಯ ಹುಟ್ಟಿನಿಂದಲೇ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆಯೇ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಎಳುತ್ತದೆ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಭಯವನ್ನು Basic emotion ಎಂದರೆ ಮೂಲಭೂತ ಸಂವೇಗವೆಂದು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಸುಮಾರು ಎಂಟು ವಿವಿಧ ಮೂಲಭೂತ ಸಂವೇಗಗಳಲ್ಲಿ ಭಯವೂ ಒಂದು ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅಂದಮೇಲೆ ನಾವು ಭಯವನ್ನು ಏಕೆ ದೂರೀಕರಿಸಬೇಕು? ಅಥವಾ ಅದನ್ನು ಒಂದು ಶಾಪವೆಂಬಂತೆ ಏಕೆ ಕಾಣಬೇಕು?

ಮನೋವಿಶ್ಲೇಷಣಾ ಸಿದ್ಧಾಂತದ ಮೂಲಪುರುಷ ಸಿಗ್ಮಂಡ್ ಫ್ರಾಯ್ಡ್ “ನಮ್ಮ ಧರ್ಮ, ನೈತಿಕತೆ, ನಿಯಮಿತ ಬದುಕು—ಇವೆಲ್ಲವೂ ಭಯ ಎಂಬ ಮೂಲಭೂತ ಸಂವೇಗದಿಂದಲೇ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿವೆ” ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಮಾನವನಿಗೆ ತಾನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ತಪ್ಪಿನ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಅದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಪರಿಣಾಮದ ಬಗ್ಗೆ ಭಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ನೈತಿಕ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಬೆಳೆಯುವುದಾದರೂ ಹೇಗೆ? ನಮಗಿಂತ ಹಿರಿಯ ಶಕ್ತಿಯೊಂದಿದೆ, ಅದರ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ನಾವು ಒಳಗಾಗಿರುವೆವು ಎಂಬ ಅರಿವು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಭಯ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಮಾನವನ ಆಸೆಗೆ ತಡೆಯುಂಟೇ? ಅಂದರೆ ಭಯವೆಂಬುದು ನೈತಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಬೇಕಾದ ಅತ್ಯಾವಶ್ಯಕ ಸಂವೇಗ. ಇದು ನಿಷೇಧಾತ್ಮಕವಾದ ಸಂವೇಗವಲ್ಲ.

ಭೀಷಾಸ್ಮಾದ್ವಾತಃ ಪವತೇ, ಭೀಷಾ ಉದೇತಿ ಸೂರ್ಯಃ ವ್ಯುತ್ಕೃಧಾವತಿ ಪಂಚಮ ಇತಿ (ತೈತ್ತಿರೀಯ ಉಪನಿಷತ್ ೨.೮) “ಅವನ ಭಯದಿಂದ ವಾಯುವು ಚಲಿಸುತ್ತದೆ, ಅವನ ಭಯದಿಂದ ಸೂರ್ಯನು ಉದಯಿಸುವನು, ಅವನ ಭಯದಿಂದ ಅಗ್ನಿ, ಇಂದ್ರಾದಿಗಳು ತಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಪಂಚಮನಾದ ಯಮನೂ ಸಹ ಭಯದಿಂದ ಓಡುತ್ತಾನೆ.”

ತೈತ್ತಿರೀಯ ಉಪನಿಷತ್ತಿನ ಈ ಮಂತ್ರವು Cosmic fear ಎಂದರೆ ಅಗೋಚರವಾದ ಮಹಾನ್ ಶಕ್ತಿಯ ಭಯದಿಂದ ಹೇಗೆ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಗಳು ನಡೆಯುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಬಹಳ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದೆ. ಯಾವ ಕೆಲಸವೇ ಅಗಲಿ, ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅಗಬೇಕಾದರೆ ಭಯದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ.

ನೈತಿಕ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುವವರು ಭಯವೆಂಬ ಚೌಕಟ್ಟಿಗೆ ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಒಳಪಡಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಭಯವೆಂದರೆ ಪುಕ್ಕಲು ತನ ಎಂದರ್ಥವಲ್ಲ. ನಿಯಮಬದ್ಧವಾದ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿ, ತನ್ನ ಈ ಜೀವನಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಎದುರಾಗುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ, ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಗೆ ಭಯಪಡಬೇಕು. ಅಂದಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಅತಿಯಾದ ಭೀತಿಯನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು ಎಂದರ್ಥವಲ್ಲ. ನೈತಿಕ ಭಯವಿದ್ದರೆ, ಜೀವನವು ನಿಯಮಬದ್ಧವಾಗಲು ಸಾಧ್ಯ.

ಭಯವನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿರುವುದು ಕೆಟ್ಟದ್ದರಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ. ಆದರೆ ಅದು ಬೇರೆ ಸಂವೇಗಗಳಂತೆ ವಿಚಾರವನ್ನು ಮೊಟಕುಗೊಳಿಸದೆ ಅದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿರಬೇಕು.

—ಸ್ಯಾಮ್ಯುಯಲ್ ಜಾನ್ಸನ್ (Samuel Jonson)

“Fear is the key”—ಎನ್ನುವ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ. ಭಯವೆಂಬ ಕೀಲಿಕೈಯಿಂದ ಅನೇಕ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಕೆಳಗಿನವರಿಂದ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದು ಅರ್ಥ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಮೇಲಿನ ಅಧಿಕಾರಿಗಳ ಭಯಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿ ಕೆಳಗಿನ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು, ಕೆಲಸಗಾರರು ತಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸುವರು. ಗುರುಹಿರಿಯರ ಭಯದಿಂದ ಕಿರಿಯರು ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವರು— ಇವೇ ಮೊದಲಾದುವು ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಣೆಗಿಂತ ಭಯದಿಂದಲೇ ನಡೆಯುವವು.

ಮೇಲಿನ ಉದಾಹರಣೆಗಳಿಂದ ಭಯವು ನಿಷೇಧಾತ್ಮಕವಾದ ಸಂವೇಗವಲ್ಲ, ಅದು ಮಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ಎಂಬುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಭಯದ ಒಂದು ಮುಖ.

ಭಯದ ಮತ್ತೊಂದು ಮುಖವನ್ನು ನೋಡೋಣ. “ದಯೆಯೇ ಧರ್ಮದ ಮೂಲ” ಎನ್ನುವುದು ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದ

ಮಾತು. “ಭಯವೇ ರೋಗದ ಮೂಲ” ಎಂದು ನಾವು ಮಾನವನ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕುರಿತು ನುಡಿಯಬಹುದು. ಭಯದ negative aspect ಅಥವಾ ನಿಷೇಧಾತ್ಮಕವಾದ ಮುಖವನ್ನು ಅರಿಯೋಣ. ಭಯವು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಬಹಳ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು Fear has survival value ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ಭಯಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲ. ವ್ಯಕ್ತಿ ಯಾವ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಸನ್ನಿವೇಶದಿಂದ ಭಯಪಡುವನೋ ಅದರಿಂದ ದೂರಹೋಗಿ, ಪಲಾಯನ ಮಾಡಿ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲ, ಅಥವಾ ಆ ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಬಲವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡು ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲ ಎಂದು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಪ್ರಕೃತಿದತ್ತವಾದ ಗುಣ. ಆದರೆ ಯಾವಾಗ ಭಯವು ಮಿತಿ ಮೀರುತ್ತದೋ, ಅಂದರೆ ಅದರ ಕಾರಣ ಅಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಾಡುತ್ತದೋ, ಆಗ ಅದು ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯ ಭಯವು ಆತಂಕವಾಗಿ ಮಾರ್ಪಾಡು ಹೊಂದಬಹುದು, ಮಾನಸಿಕ ದುರ್ಬಲತೆಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಬಹುದು. ಭಯದ ಈ ರೂಪ ಹಾನಿಕಾರಕ. ಅದನ್ನು ನಾವು ಶಾಪವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಬಹುದು.

ಅನೇಕ ವೇಳೆ ನಮ್ಮ ಭಯವು ಆಧಾರರಹಿತವಾಗಿ ಕಾಲ್ಪನಿಕವಾಗಿರಬಹುದು. ಉದಾ: ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತಪ್ಪುಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದು ಎಂಬ ಸಂಶಯ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಮೊದಲೇ ಉಂಟಾಗಿ ಒಬ್ಬನನ್ನು ಭಯಪೀಡಿತನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ಪರೀಕ್ಷೆ ಬರೆಯುವ ಮೊದಲೇ ತಾನು ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಬರೆಯಲಾರನೆಂಬ ಭಯದಿಂದ ಕಂಗಾಲಾಗಬಹುದು. ಗೃಹಿಣಿ ತನ್ನ ಗೃಹಕೃತ್ಯಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಮಾಡಲಾರೆ ಎಂಬ ಭೀತಿಯಿಂದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಮಾಡದಿರಬಹುದು. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಈ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಭಯವು ಕಾತರವಾಗಿ, ಅನಂತರ ಆತಂಕವಾಗಿ, ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಒಂದು ಅಂಗವಾಗಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ನಾವು ಯಾವ ಕೆಲಸವೇ ಆಗಲಿ ಚಿಕ್ಕದಿರಲಿ, ದೊಡ್ಡದಿರಲಿ, ಅದನ್ನು ಮಾಡುವ ಮೊದಲೇ ತುಮುಲಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತೇವೆ, ದೈಹಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇವು ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ತೊಂದರೆಗಳಾಗಿರಬಹುದು. ಉದಾ: ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವರು. ಕೆಲವರು ತಾವು ಕೈಗೊಂಡ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲೇ ತಲೆನೋವು, ಮೈಕ್ಕೆ ನೋವು ಅಥವಾ ತೀವ್ರ ಎದೆ ಬಡಿತ, ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ, ಸುಸ್ತು—ಇವೇ ಮುಂತಾದ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಭಯವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ,

ಅದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು ಹಾಗೂ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ನಿಯಂತ್ರಿಸದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅದು ಅತಿರೇಕವಾಗಿ ಬೇರೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಎಡೆ ಮಾಡಿಕೊಡಬಹುದು. ಭಯದಿಂದ ಆಗುವ ಅನಾಹುತಗಳನ್ನು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ತರಗಳಲ್ಲೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸ್ತರದಲ್ಲೂ ಕಾಣಬಹುದು. ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಮನುಷ್ಯ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು, ಸಂಶಯಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ ಕಳಚಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಸಾಮಾಜಿಕ ಸ್ತರದಲ್ಲಿ ಕೆಲಹಗಳು, ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯಗಳು, ಗಲಭೆಗಳು ಮೈದೋರಬಹುದು.

ನಾವು ಭಯಪಡಬೇಕಾದ ಒಂದೇ ಒಂದು

ವಸ್ತುವೆಂದರೆ ಭಯ.

—ಫ್ರಾಂಕ್ಲಿನ್ ರೂಸ್‌ವೆಲ್ಟ್

ಉಪನಿಷತ್, ಭಗವದ್ಗೀತೆ ಮುಂತಾದ ಮಹಾಗ್ರಂಥಗಳು ಭಯವನ್ನು ಜಯಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತವೆ. ಭಯವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತ್ಯಜಿಸುವುದು ಎಂದರೇನು? ಇಲ್ಲಿ ‘ಭಯ’ ಎಂಬುದನ್ನು ದೈಹಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಕಾಡುವ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಬಲಹೀನತೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಏಕೆಂದರೆ ಇಂತಹ ಭಯದಿಂದ ಮಾನವನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಕುಂಠಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಅವನು ದುರ್ಬಲಮತಿಯಾಗುತ್ತಾನೆ, ನಿಷ್ಪ್ರಯೋಜಕನಾಗುತ್ತಾನೆ, ತನ್ನ ನಿಜಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಮರೆತು ಯಾವುದೋ ಕಲ್ಪಿತ ರೂಪದೊಂದಿಗೆ ತಾದಾತ್ಮ್ಯ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ತನಗೆ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಬರಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

“ದ್ವೈತದಲ್ಲಿ ಭಯವಿದೆ”—ನಮಗಿಂತ ಬೇರೆಯಾದ ವಸ್ತು ಒಂದಿದೆ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಬಂದಾಗ ನಮಗೆ ಭಯ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಸಾರುತ್ತದೆ ಬೃಹದಾರಣ್ಯಕ ಉಪನಿಷತ್. ಇದು ಸಾಧಾರಣವಾದ ಭಾವನೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಅನುಭವಿಸುವ ಒಂದು ಸಂವೇಗ. ಬೇರೆಯ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಮಗಿಂತ ವಿಭಿನ್ನ ಅಥವಾ ಪರಕೀಯ ಎಂದು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಸಹಜವಾದ ಭಾವನೆಯಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಅಂಶ ಒಂದಿದೆ. ಅದೇ ‘ಆತ್ಮತತ್ತ್ವ’. ನಮ್ಮ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಭೇದವಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಯಾವಾಗ ಜಾಗೃತವಾಗುವುದೋ ಆಗ ಮಾತ್ರ ಮನುಷ್ಯ ನಿರ್ಭೀತನಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಇದು ಬಹುಶಃ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಉತ್ತಂಗ ಶಿಖರ. ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದ, ಶ್ರೀ ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳಂತಹ ಮಹಾಪುರುಷರಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಒಂದು ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಾವು ನೋಡಬಹುದು.

ಭಯವು ತುಂಬ ಕೆಳಮಟ್ಟದ ದೈಹಿಕ ಸ್ತರದಲ್ಲಿ ದೈನ್ಯತೆಯ ಭಾವದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಇಂತಹ ಭಾವನೆಯಿಂದ ಪುನುಷ್ಕ ಮುಕ್ತನಾಗಬೇಕಾದರೆ, ಅವನು ದೈಹಿಕವಾಗಿ

ಶಕ್ತಿಯುತನಾಗಬೇಕು. ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ದೃಢಬುದ್ಧಿಯವನಾಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿಯೂ ಸ್ವಾವಲಂಬಿಯಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಅನೇಕ ಕಡೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಬಲಂ ಉಪಾಸ್ಯ (ಭಂದೋಗ್ಯ ಉಪನಿಷತ್ ೭.೮.೧) "ಬಲವನ್ನು ಕುರಿತು ಉಪಾಸನೆ ಮಾಡು" ಎನ್ನುತ್ತದೆ ಉಪನಿಷತ್. ಅಂದರೆ ಭಯವೆಂಬ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಯನ್ನು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ದೂಡಬೇಕಾದರೆ, ಬಲವೆಂಬ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಅಂಶವನ್ನು ನಾವು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಭಾವ ಏನೆಂದರೆ ಅದು ಏನಾದರೂ ಒಂದನ್ನು ಬಲವಾಗಿ ಹಿಡಿದು ಕೊಳ್ಳುವುದು. ಇಂತಹ ಉಪಕರಣಕ್ಕೆ ನಾವು ಪ್ರತಿಕ್ಷಣವೂ ಶಕ್ತಿಯ, ಬಲದ ಕುರಿತಾದ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನೇ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುವ ಹಾಗೆ ತರಬೇತಿ ಕೊಟ್ಟಲ್ಲಿ, ಅದು ಕ್ರಮೇಣ ನಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಾವು ಭಯದಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಬಹುದು.

"ನೀವು ಐಶ್ವರ್ಯವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಾಗ ಕಳೆದುಕೊಂಡದ್ದು ಬಹಳ ಸ್ವಲ್ಪ. ನೀವು ಮಿತ್ರರೊಬ್ಬರನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಾಗ ಹೆಚ್ಚು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಆದರೆ ನೀವು ಧೈರ್ಯವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಾಗ ಸರ್ವಸ್ವವನ್ನೂ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ." —ಲೋಕೋಕ್ತೆ

ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರ ಜೀವನದಿಂದ ಒಂದು ಘಟನೆಯನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿ ಈ ಲೇಖನವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಒಮ್ಮೆ ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ಪರಿವ್ರಾಜಕರಾಗಿ ಭಾರತವನ್ನು ಸಂಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಕಾಶಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಘಟನೆಯೊಂದು ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರವಾಗಿದೆ. ಕಾಶಿಯಲ್ಲಿ ದುರ್ಗಾದೇವಿ ಮಂದಿರದ ಬಳಿ ಬರುತ್ತಿದ್ದ ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರನ್ನು ಮೂರು-ನಾಲ್ಕು ಕೋತಿಗಳು ಅಡ್ಡಹಾಕಿದವು. ವಾರಾಣಸಿಯ ಕೋತಿಗಳು ದೊಡ್ಡದಾಗಿ, ಭಯಂಕರವಾಗಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಅವು ಹಾಗೆ ಅವರನ್ನು ಅಡ್ಡಹಾಕಲಾಗಿ, ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರಿಗೆ ಏನು ಮಾಡಲೂ ತೋಚದೆ, ಅವರು ಓಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. ಸ್ವಾಮೀಜಿ ವೇಗವಾಗಿ ಓಡಲಾರಂಭಿಸಿದರು. ಇದನ್ನು ನೋಡಿ ಕೋತಿಗಳು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ವೇಗವಾಗಿ ಅವರನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸಿದವು. ಹೀಗೆ ಅವರು ಓಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಒಂದೆಡೆ, ಓರ್ವ ವೃದ್ಧ ಸಂನ್ಯಾಸಿ ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರನ್ನು ಕುರಿತು, "ಓಡಬೇಡ. ಧೈರ್ಯವಾಗಿ ನಿಂತು ಎದುರಿಸು" ಎಂದು ಕೂಗಿ ಹೇಳಿದರು. ಅಂತೆಯೇ ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಓಟ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಒಂದು ಕ್ಷಣ ತಮ್ಮನ್ನು ಅಟ್ಟಿಸಿಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಿದ್ದ ಕೋತಿಗಳನ್ನು ದಿಟ್ಟಿಸಿ ನೋಡಲು, ಅವು ಅಲ್ಲಿಂದ ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟಿ ಓಡಿದವು. ಈ ಘಟನೆಯನ್ನು ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ಅಮೆರಿಕ ದೇಶದಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಉಪನ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಉದಾಹರಿಸುತ್ತಾ,

ಹೇಳುತ್ತಾರೆ—"ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಎದುರಾದರೆ ಭಯದಿಂದ ಪಲಾಯನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಏನೂ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಎದುರಿಸಿದಾಗ ನಮ್ಮ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುವುದು." *

"ಅಭಯೇ ಭಯದರ್ಶಿನಃ"

ಭಕ್ತನೊಬ್ಬನು ಪ್ರತಿದಿನ ಒಂದು ದೇವಾಲಯಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದನು. ಎಷ್ಟು ಹೊತ್ತಾದರೂ ಅವನು ಮೇಲೇಳುತ್ತಲೇ ಇರಲಿಲ್ಲ—ಕಣ್ಣುಮುಚ್ಚಿ ನಿಶ್ಚಲನಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡಿರುತ್ತಿದ್ದ. ಅರ್ಚಕನು ಪೂಜೆ ಮುಗಿಸಿ, ದೇವಾಲಯಕ್ಕೆ ಬೀಗಹಾಕಿ ಮನೆಗೆ ಹೋಗಬೇಕು. ಆದರೆ ಈ ಭಕ್ತ ಸಮಯಪ್ರಜ್ಞೆಯೇ ಇಲ್ಲದೆ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿಯೇ ಕುಳಿತಿರುತ್ತಿದ್ದ. ಅರ್ಚಕನು ಅವನ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಭಂಗವುಂಟಾಗಬಾರದೆಂದು ಅವನು ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಎಳುವುದನ್ನೇ ಕಾಯುತ್ತ ನಿಂತಿರುತ್ತಿದ್ದ. ಇನ್ನೊಬ್ಬರನ್ನು ಆ ರೀತಿ ಕಾಯಿಸಬಾರದೆಂಬ ಕಳಕಳಿಯೂ ಆ ಭಕ್ತನಿಗಿರಲಿಲ್ಲ. ತಾನು ದೊಡ್ಡ ಭಕ್ತನೆಂದು ತೋರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಹಂಬಲವು ಅವನಲ್ಲಿದ್ದಿರಬಹುದು, ಅಥವಾ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅವನು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಮೈಮರೆತಿದ್ದರೂ ಇರಬಹುದು.

ಪ್ರತಿನಿತ್ಯವೂ ಹೀಗೆಯೇ ಆಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅರ್ಚಕನು ಎಷ್ಟುಕಾಲ ಸಹಿಸಿಯಾನು? ಈ ಭಕ್ತನ ಕಾಟದಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವನು ಒಂದು ಉಪಾಯ ಮಾಡಿದ.

ಒಂದು ದಿನ ಹೀಗೆ ಆ ಭಕ್ತಾಗ್ರಗಣ್ಯನು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತಿದ್ದಾನೆ. ಅರ್ಚಕನು ದೇವರ ವಿಗ್ರಹದ ಹಿಂದೆ ಅವಿತುಕೊಂಡು ದೇವರೇ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುವಂತೆ ಭಕ್ತನನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿಸಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದನು: "ಎಲೈ ನನ್ನ ಪ್ರೀತಿಯ ಭಕ್ತನೆ, ನಿನ್ನ ಭಕ್ತಿಗೆ ಮೆಚ್ಚಿದ್ದೇನೆ. ಬಾಕಂದ. ನಿನ್ನನ್ನು ನಾನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ್ದೇನೆ. ನೀನು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಐಕ್ಯವಾಗಿಬಿಡು."

ಈ ಅಶರೀರವಾಣಿಯನ್ನು ಕೇಳಿದಾಕ್ಷಣ ಭಕ್ತನ ಮೈ ಬೆವರಿತು, ಹೃದಯ ಕಂಪಿಸಿತು, ಮೈನಿಮಿರದ್ದಿತು ಮತ್ತು ದೇಹವದುರಿತು. ಅವನು ಚಂಗನೆ ಮೇಲೆದ್ದು ಕಾಲಿಗೆ ಬುದ್ಧಿ ಹೇಳಿದ. ವಾಯುವೇಗದಲ್ಲಿ ಓಡಿದ. ಆ ಭಕ್ತ ಮತ್ತೆಂದೂ ಆ ದೇವಾಲಯದ ಹತ್ತಿರ ಸುಳಿಯಲಿಲ್ಲ.

ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಭಯವೇ ನಮ್ಮನ್ನು "ಅಭಯೇ ಭಯದರ್ಶಿ"ಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದೆ. *