



ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಶಾರದಾಶ್ರಮ

ಪೊನ್ನಂಪೇಟೆ - 571216, ಕೊಡಗು ಜಿಲ್ಲೆ

Ph. 08274-249040,249555 e-mail srkseva@gmail.com

ಕೊಡಗಿನ ಪೊನ್ನಂಪೇಟೆಯಲ್ಲಿರುವ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ನೂತನ ಭವ್ಯ ವಿಶ್ವಭಾವೈಕ್ಯದೇವಾಲಯವು ಕಳೆದ ವರ್ಷ 27.10.2009ರ ಜಗದ್ಧಾತ್ರಿ ಪೂಜೆಯ ಶುಭದಿವಸದಂದು ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಮಠ ಮತ್ತು ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಮಿಷನ್ನಿನ ಸಂಘಾಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ಪರಮಪೂಜ್ಯ ಸ್ವಾಮಿ ಆತ್ಮಸ್ಥಾನಂದಜಿ ಮಹಾರಾಜ್ ಅವರ ಅಮೃತ ಹಸ್ತದಿಂದ ಉದ್ಘಾಟನೆಯಾಯಿತು. ಈ ಮಹತ್ತರ ಘಟನೆಯ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವನ್ನು ಈ ವರ್ಷದ ಜಗದ್ಧಾತ್ರಿ ಪೂಜಾದಿನವಾದ 15.11.2010ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಇದರ ಜೊತೆಗೆ, ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರ 150ನೇ ಜನ್ಮದಿನೋತ್ಸವದ (2013) ಅಂಗವಾಗಿ ಯುವಕರು ಹಾಗೂ ಶಿಕ್ಷಕರಿಗಾಗಿ **ವಿವೇಕಾನಂದ ಮೌಲ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ** (VVIP- Vivekananda Value Inculcation Programme) ಆರಂಭವನ್ನು ಕೊಡ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಉದ್ಘಾಟನಾ ರೂಪದಲ್ಲಿ ತಾ. 14.11.2010ರಂದು ಒಂದು ಯುವಸಮ್ಮೇಳನವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಈ ಎರಡೂ ದಿನಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಎಲ್ಲಾ ಭಕ್ತರು, ದೇವಾಲಯ ನಿರ್ಮಾಣ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ದೇಣಿಗೆ ನೀಡಿದ ಮಹನೀಯರು ಮತ್ತು ಸಹಕರಿಸಿದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಮುಕ್ತ ಅಹ್ವಾನವನ್ನು ಈ ಮೂಲಕ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಈ ಉತ್ಸವದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಭಗವತ್ಕೃಪೆಗೆ ಪಾತ್ರರಾಗಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ಇಂತಿ ಭಗವತ್ತೇವೆಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮವ,

ಸ್ವಾಮಿ ಜಗದಾತ್ಮಾನಂದ

ಅಧ್ಯಕ್ಷರು

ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆ

ನಮ್ಮ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಸೇವಾಶ್ರಮ[ಆಸ್ತತ್ಯ]ಯಲ್ಲಿ ನೂತನ ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಯೋಗ ವಿಭಾಗವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕೊಡಗಿನ ಸುಂದರ ಪ್ರಕೃತಿ ತಾಣ ಹಾಗೂ ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಸಾಧುಗಳ ಸಲಹೆ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ಅದಲ್ಲದೆ ಆಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಭವ್ಯದೇವಾಲಯವಿರುವ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಮಂದಿರವೂ ಇದೆ. ನುರಿತ ವೈದ್ಯರು, ಉತ್ತಮ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳು, ಸಾಮಾನ್ಯ ಹಾಸಿಗೆಗಳಿರುವ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಕಾಟೇಜ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯೂ ಇದೆ. ತಾವು ಈ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಲಾಭವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಆಹ್ವಾನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ವಿ.ಸೂ.: ಎರಡು ಉಚಿತ ಯೋಗ ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿ ಶಿಬಿರಗಳನ್ನು ತಾರೀಖು 30.10.2010ರಿಂದ 05.11.2010 ರವರೆಗೆ ಮತ್ತು ತಾರೀಖು 04.12.2010 ರಿಂದ 10.12.2010ರವರೆಗೆ ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ. ಕೆಲವೇ ಜನರಿಗೆ ಅವಕಾಶವಿರುವುದರಿಂದ ಆಸಕ್ತರು ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಡಾ. ಹಿತೇಶ್ - 9845395293 ಇವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ಇಂತಿ ಭಗವತ್ತೇವೆಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮವ,

ಸ್ವಾಮಿ ಜಗದಾತ್ಮಾನಂದ

ಅಧ್ಯಕ್ಷರು

ಸಂಬಂಧಗಳ ಸಮಸ್ಯೆ

ಜೋನ್ ಜಾನ್ಸ್ ಲೂಯಿಸ್ ಎಂಬ ಒಬ್ಬ ಬರಹಗಾರರು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: “ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧವಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು. ಇದೇ ಮಾನವ ಜನಾಂಗದ ನೈಜ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ. ನಮ್ಮ ಬಿಡಿ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಗಳ ನಡುವೆ ಘರ್ಷಣೆಗಳು ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಮಾನವೀಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎಂಬುದು ಬೇರೊಬ್ಬರ ಮೇಲೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅವಲಂಬಿಸುವುದಲ್ಲ ಅಥವಾ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಇರುವುದೂ ಅಲ್ಲ. ಅದು ಮೂಲಭೂತವಾಗಿ ಪರಸ್ಪರ ಅವಲಂಬನೆಯೇ ಆಗಿದೆ.” ಹೀಗಾಗಿ ಮಾನವರಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರ ಅವಲಂಬನೆ ಅವಶ್ಯವಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಅನಿವಾರ್ಯ ಕೂಡ. ಈ ಅವಲಂಬನೆಯೇ ಎಲ್ಲ ಮಾನವೀಯ ಸಂಬಂಧಗಳ ತಿರುಳು.

ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೇಲೆಯೇ ನಮ್ಮ ಮನಶ್ಶಾಂತಿ ಬಹುತೇಕ ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ ಎನ್ನಬಹುದು. ಸಂಬಂಧಗಳು ಹದಗೆಡಲು ಕಾರಣವೇನು? ಒಂದು ಮನೆಯು ಭದ್ರವಾದ ತಳಪಾಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಅದು ಕ್ರಮೇಣ ಕುಸಿದು ಬೀಳುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಸಂಬಂಧಗಳು ಕೂಡ. ಅವು ನಶ್ವರವಾದ ಹಣ, ಅಧಿಕಾರ, ಆಸೆ, ಆಮಿಷ ಮುಂತಾದ ಭೌತಿಕ ಸಂಗತಿಗಳ ಮೇಲೆ ಕಟ್ಟಿದವುಗಳಾಗಿದ್ದರೆ, ಬೇಗ ಹದಗೆಡುತ್ತವೆ. ಪ್ರೀತಿ, ವಿಶ್ವಾಸ, ಪರಸ್ಪರ ನಂಬಿಕೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ - ಇವುಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದ್ದರೆ ದೀರ್ಘಕಾಲ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜೀವನಪರ್ಯಂತ ಸದೃಢವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಕೇವಲ ಭೌತಿಕ ಸಂಬಂಧದ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ನಮ್ಮ ಬಂಧುಬಾಂಧವರು ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರು ನಮ್ಮ ಹಿತೈಷಿಗಳಾಗಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನಾವು ಎಣಿಸುವುದು ತಪ್ಪು. ಅಂಥ ಸಂಬಂಧ ಮಾನವೀಯ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆಯಾಮಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಾಗ ಮಾತ್ರ ಅದಕ್ಕೆ ಸ್ಥಿರತೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ನಾವು ಚಿರಂತನ ಮೌಲ್ಯಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.



ನಾವು ನಮ್ಮ ಸಂಬಂಧಗಳ ಮೇಲೆ ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಅವಲಂಬಿತರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಆ ಭಾವುಕತೆ ಅಥವಾ ಪ್ರೀತಿಯು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವಾರ್ಥಪೂರಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ; ಪ್ರತಿಫಲಾಪೇಕ್ಷೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ನಮ್ಮ ಸಂಬಂಧಗಳಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರು ಆಗುವುದು ಸಹಜ. ಆಂತೋನಿ ಜೆ. ಡಿ'ಆಂಜೆಲೋ ಎಂಬ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಬರಹಗಾರರು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: “Treasure your relationships, not your possessions” (“ನಿಮ್ಮ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ನೀವು ಕಾಪಾಡಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕೇ ಹೊರತು, ನಿಮ್ಮ ಸಂಪತ್ತನ್ನಲ್ಲ”).

ಹೀಗಾಗಿ ಯಾವುದೇ ಸಂಬಂಧವು ಪರಸ್ಪರ ತ್ಯಾಗಭಾವನೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನಿಂತಿರಬೇಕು; ಶಾಶ್ವತ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕ ತತ್ವವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಿರಬೇಕು; ಮೂಲ ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ನಿಃಸ್ವಾರ್ಥವಾಗಿದ್ದು, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಹಿತಾಸಕ್ತಿಗಳಿಗಿಂತ ಸಮಷ್ಟಿಹಿತವನ್ನೇ ಗುರಿಯನ್ನಾಗಿ ಇರಿಸಿಕೊಂಡಿರಬೇಕು. ಎಲ್ಲ ಮಾನವರೂ ಪರಸ್ಪರ ಅವಲಂಬಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮಾನವೀಯ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಭದ್ರಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ನಮ್ಮ ಪರಮಧ್ಯೇಯ ವಾಗಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮ ಬಾಂಧವರು ಮತ್ತು ಮಿತ್ರರು ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಹಿತೈಷಿಗಳಾಗಲು ಸಾಧ್ಯ. ಅಂತಹ ಸಂಬಂಧ ಮಾತ್ರವೇ ಬಾಳನ್ನು ಸಂಪದ್ಭರಿತವನ್ನಾಗಿಸುತ್ತದೆ, ಪರಿಪೂರ್ಣವನ್ನಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಕಾರಣ ಭಯ

ಅಭದ್ರತೆಯ ಭಾವನೆಯೇ ಕಾರಣರಹಿತ ಭಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ಈ ಭಯಕ್ಕೆ ಹಲವು ರೂಪಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಭವಿಷ್ಯದ ಭಯ, ವಿಫಲತೆಯ ಭಯ, ಸಾಯುವ ಭಯ, ಗೌರವಹಾನಿಯ ಭಯ, ಸಂಪತ್ತು ಉದ್ಯೋಗಗಳ ನಷ್ಟದ ಭಯ,

ವಂಚನೆಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ಭಯ, ಅನಾರೋಗ್ಯದ ಭಯ ಇತ್ಯಾದಿ. ಇತರರೊಡನೆ ತುಲನೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ನಮ್ಮ ಗೌರವವು ಹಾನಿಯಾಗುವುದೆಂಬ ಭಯವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ದೊಡ್ಡದನ್ನಾಗಿ ಚಿಂತಿಸಿಕೊಂಡು, ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಭಯಪಡುತ್ತೇವೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸೋಲುಗಲವುಗಳು, ಏರುಪೇರುಗಳು ಅನಿವಾರ್ಯವೆನ್ನುವುದನ್ನು ಮರೆತು, ಅಲ್ಪಸ್ವಲ್ಪ ಹಿಂಜರಿಕೆಗೂ ಭಯಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಭೌತಿಕ ಸಂಪತ್ತು ಮತ್ತು ಉದ್ಯೋಗಗಳೇ ನಮ್ಮ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಕೇಂದ್ರಬಿಂದುಗಳೆಂದು ತಪ್ಪಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು, ಅವು ಎಲ್ಲಿ ಹೋಗಿಬಿಡುತ್ತವೆಯೋ ಎಂದು ಭಯಪಡುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ನೈಜ ಸತ್ವದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾರೂ ವಂಚಿಸಲಾರರು. ಇದನ್ನು ಮರೆತು ವಂಚನೆಗೆ ಹೆದರುತ್ತೇವೆ. ದೇಹವೆಂದ ಮೇಲೆ ರೋಗ ಅನಿವಾರ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದೆ ರೋಗಕ್ಕೆ ಅಂಜುತ್ತೇವೆ.

ಕಡೆಯದಾಗಿ, ಈ ದೇಹದ ಸ್ವಭಾವವೇ ಸತ್ತುಹೋಗುವುದು ಎಂದು ಮನಗಾಣದೆ, ಸಾವಿಗೆ ಅಂಜುತ್ತೇವೆ.

ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ವಿಫಲತೆಗಳೂ

ಎರಡು ಬಗೆಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ

ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತವೆ: 'ಪಲಾಯನ'

ಅಥವಾ 'ಹೋರಾಟ'.

ಇವೆರಡೂ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಮ್ಮ

ಅಸ್ಥಿರತೆಯ ದ್ಯೋತಕವೇ ಆಗಿವೆ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಕಾಡುವ

ಎಲ್ಲದರಿಂದಲೂ ನಾವು ಪಲಾಯನ

ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಾವೇ ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಂಡ

ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಮತ್ತು ಕುಡಿತ ಇದರ

ಉದಾಹರಣೆಗಳು. ಅವುಗಳಿಗೆ

ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡದಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ

ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವೇ ಕಳೆಗುಂದುವುದು. ಇನ್ನು

'ಹೋರಾಟ'ದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ

ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾದ

ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೋರಿಸಿದರೆ, ಅದು

ಹೆಚ್ಚುಕಡಿಮೆ ಶಾಂತಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿ

ಪರಿಣಮಿಸಬಹುದು. ಸರಿಯಾದ

ಹೋರಾಟ ಮನೋಭಾವವನ್ನು

ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು, ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದ

ಶತ್ರುಗಳೊಡನೆ ಸೇರಿಸಾಡುವುದನ್ನು

ಕಲಿತುಕೊಂಡಾಗ ಮಾತ್ರ ನಾವು

ಅಷ್ಟಿಷ್ಟಾದರೂ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು

ಸ್ಥಿರತೆಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

-ಮೆನಿಂಗರ್ (You and

Psychiatry)

ಆಕಸ್ಮಿಕ ಸಂಗತಿಗಳು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅನಿವಾರ್ಯ. ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಬಹುತೇಕ ಘಟನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಯೋಜನೆಯಂತೆ ನಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನ್ನು ಧೈರ್ಯ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ಎದುರಿಸುವಂತೆ ನಮ್ಮ ಬಾಳನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಂಕಟದ ಸಂಗತಿಯೂ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ, ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು ಅರಿವು ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಬುದ್ಧತೆಯಿಂದ. ನೈತಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಮಾತ್ರ ಅಂಥ ಮನಃಪಕ್ವತೆಯನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸಬಲ್ಲವು; ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಭದ್ರತೆಯನ್ನು ನೀಡಬಲ್ಲವು.

ಅನಾರೋಗ್ಯ

ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಒದಗಬಹುದಾದ ಕಷ್ಟಕಾರ್ಪಣ್ಯಗಳನ್ನು ನೆನೆದು ಭಯಪಡುತ್ತೇವೆ. ಅವು ನಿಜವಾಗಲೂ ಎದುರಾದಾಗ ಹೌಹಾರುತ್ತೇವೆ. ಅನಾರೋಗ್ಯ ಅಂಥ ಅನಿವಾರ್ಯ ಸಂಗತಿ. ಈ ದೇಹ ಒಂದು ಮನೆಯಿದ್ದಂತೆ. ಅದರ ಮೂಲಕ ಎಷ್ಟೊಂದು ಸುಖ ಪಡುತ್ತೇವೆ! ಅದಕ್ಕೆ ಬಾಡಿಗೆ ತೆರಬೇಡವೇ? ಕಾಯಿಲೆ, ವ್ಯಾಧಿಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ನಾವು ನೀಡಲೇಬೇಕು. ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಿಧ: ಶಾರೀರಿಕ, ಮಾನಸಿಕ. ನಾವು ಮೊದಲನೆಯದಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ ಮಹತ್ವ ನೀಡುತ್ತೇವೆ. ಎರಡನೆಯದನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸುತ್ತೇವೆ. ಮಾನಸಿಕ ನಿಯಂತ್ರಣ, ನಿಯಮಿತ ವ್ಯಾಯಾಮ, ಶಿಸ್ತುಬದ್ಧ ದಿನಚರಿಗಳಿಂದ ದೈಹಿಕ ತೊಂದರೆಗಳ ತೀವ್ರತೆಯನ್ನು ಕಡೆಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಜ್ಞರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಂತಹ ಭಯಾನಕ ರೋಗಗಳು ಬರುವುದು ತೀರಾ ಆಕಸ್ಮಿಕ. ಹೀಗಾಗಿ ಅಂಥ ರೋಗಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು, ಉತ್ತಮ ಮಟ್ಟದ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೊಂದಿಗೆ, ದೃಢ ಮನಸ್ಸು ಕೂಡ ಅವಶ್ಯಕ. ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ವೈದ್ಯರು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದಂತೂ ನಮ್ಮ ಕೆಲಸ. ಅದಕ್ಕೆ 'ಸಾವಿನ ಅನಿವಾರ್ಯತೆಯ ಅರಿವು' ನಮಗೆ ಇರಬೇಕು. ಅದು ನಮಗೆ ಎಂಥ ಘೋರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನೂ ಎದುರಿಸುವ ಧೈರ್ಯವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಶರಣಾಗುವುದರ ಮೂಲಕ, ನಮ್ಮ ದೇಹದ ನಶ್ವರತೆಯನ್ನು

ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಪರಿಭಾವಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೂಲಕ ನಾವು ಅಂತಹ ಮನಃಪಕ್ವತೆಯನ್ನು ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ನೈತಿಕ ಜೀವನ ನಡೆಸುವುದು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯ.

ವಿಫಲತೆ

ಆಧುನಿಕ ಮಾನವನು ಭೌತಿಕ ಯಶಸ್ಸೇ ಜೀವನದ ಸಾರಸರ್ವಸ್ವವೆಂದು ಬಗೆದಿದ್ದಾನೆ. ಆ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಎದುರಾಗುವ ಎಡರುತೊಡರುಗಳು ಅವನನ್ನು ನಿರಾಶೆಯ ಕೊಪಕ್ಕೆ ತಳ್ಳುತ್ತವೆ, ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ತರುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಸೋಲು-ಗಲವುಗಳ