ಚಿತ್ರ: ಶ್ರೀಕಾಂತ ಆಚಾರ್ಯ

ಇದನ್ನೆಲ್ಲಾ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದ ಯುವಕನಿಗೆ ಮುಜುಗರವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ತಾನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ಸುಳ್ಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಡುವುದು ಅಸಹನೀಯವಾಗಿ ಕಾಣತೊಡಗಿತು. ನಿಜ ಹೇಳಬೇಕೆಂದು ಎಷ್ಟೋ ವೇಳೆ ಧೈರ್ಯಮಾಡಿದ. ಆದರೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಕೊನೆಗೆ ಒಂದು ದಿನ ತಡೆಯಲಾರದೆ, "ಅಯ್ಯೋ, ಇದು ಬುದ್ಧನ ಹಲ್ಲಲ್ಲ. ಇದು ನಾಯಿಯ ಹಲ್ಲು. ನಾನು ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ" ಎಂದು ಜೋರಾಗಿ ಕೂಗಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಓಡಿಬಂದ. ಆಗ ಅವನೆದುರಿಗೆ ಒಬ್ಬ ಮಂದಸ್ಮಿತ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಿಂತಿದ್ದ. ಆತ ಹೇಳಿದ, "ಮಗು, ನಾನೇ ಬುದ್ಧ. ನೀನು ತಂದಿರುವುದು ನನ್ನದೇ ಹಲ್ಲು, ಸಂಶಯ ಬೇಡ. ಸಮಾಧಾನ ತಂದುಕೋ." ಮಗ ಹೀಗೆ ಕೂಗಿ ಹೇಳಿದ್ದು ಅಜ್ಜಿಗೆ ಕೇಳಿಸಲೇ ಇಲ್ಲ. ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪದಿಂದ ನೊಂದ ಯುವಕ ಈಗ ಬದಲಾಗಿದ್ದ. ಯಾರಿಗೂ ಹೇಳದೆ ಬೋಧಿವೃಕ್ಷವನ್ನು ನೋಡಲು ಹೊರಟೇಬಿಟ್ಟ.

•

ಸ್ನೇಹಪ್ರಭ

ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅನವಶ್ಯಕ ಚಿಂತನೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿಸುವುದು ಹೇಗೆ? ಯಾವಾಗಲೂ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಚಿಂತೆ, ಭಯ, ಕಾತರ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೇ?

ಚಿಂತಿಸುವುದೇ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಭಾವ. ಅವಶ್ಯಕ ಮತ್ತು ಅನವಶ್ಯಕ ಚಿಂತನೆಗಳೆಲ್ಲವೂ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏಳುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಚಿಂತನೆಗಳಿಗೆ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವವರು ಯಾರು? ಇಂದ್ರಿಯಗಳು. ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೂಲಕ ನಾವು ಯಾವ ರೀತಿಯ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತೇವೆಯೋ, ಅವುಗಳನ್ನೇ ಮನಸ್ಸು ಮೆಲಕುಹಾಕುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಒದಗಿಸುವ ಆಹಾರ ಸಾಮಾನ್ಯದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ. – ಅಕ್ಕಿ, ಬೇಳೆ, ತರಕಾರಿ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿದ್ದಂತೆ. ಇವುಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಸೇರಿಸಿ ತನ್ನೊಳಗಿರುವ ಮಸಾಲೆಯನ್ನು ಬೆರಸಿ, ಮನಸ್ಸು ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುತ್ತದೆ. ಒಳಗಿನ ಮಸಾಲೆ ಯಾವುದೆಂದರೆ ವಿವಿಧ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು, ವಸ್ತುಗಳು ಮತ್ತು ಘಟನೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿಧೇಯಾತ್ಮಕವೂ, ನಿಷೇಧಾತ್ಮಕವೂ ಆದ ಸ್ಮೃತಿಗಳು. ಚಿಂತೆ, ಭಯ, ಕಾತರ ಮುಂತಾದವುಗಳೇ ಮನಸ್ಸು ತಯಾರಿಸುವ ಪದಾರ್ಥಗಳು. ಇವು ನಿಷೇಧಾತ್ಮಕ ಸ್ಮೃತಿಗಳ ಫಲ. ವಿಧೇಯಾತ್ಮಕ ಸ್ಮೃತಿಗಳು ಶ್ರೇಷ್ಠವೂ ಉದಾತ್ತವೂ ಆದ ಚಿಂತನೆ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳೆಂಬ ಸ್ವಾದ್ಯ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ವಿಧೇಯಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ನಿಷೇಧಾತ್ಮಕ ಸ್ಮೃತಿಗಳು ತಮಗನುಗುಣವಾದ ವಿಷಯಗಳನ್ನೇ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೂಲಕ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತವೆ. ವಿಧೇಯಾತ್ಮಕ ಸ್ಮೃತಿಗಳು ಸದ್ವಿಷಯಗಳನ್ನೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತವೆ. ಕೆಟ್ಟ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಂಡರೂ ಕೇಳಿದರೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಸದ್ವಿಷಯಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತವೆ.

ನಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಒಂದು ಉದಾತ್ತ ಆದರ್ಶವಿರಬೇಕು. ಆ ಆದರ್ಶಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮಾತು, ಕೃತಿ, ಆಲೋಚನೆಗಳು ಸ್ಪಂದಿಸಬೇಕು. ಆಗ ನಮ್ಮ ಸ್ಮೃತಿ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಸ್ಮೃತಿಯೊಂದಿಗೆ (ಮಸಾಲೆ) ತಯಾರಿಸಿದ ಆಹಾರವೂ ಶುದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಶುದ್ಧ ಆಹಾರದಿಂದ ಮನಸ್ಸೂ ಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಚಿಂತೆ, ಭಯ ಕಾತರತೆಗಳು ಮನಸ್ಸನ್ನು ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತರಂಗವು ಆದರ್ಶದಿಂದ ತುಂಬಿರುವಾಗ ಇಂತಹ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಅವಕಾಶವೆಲ್ಲಿ? ಆದರ್ಶವು ನಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟತೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ ದಾರಿಯೇ ತಿಳಿಯದಿದ್ದರೆ, ತಿಳಿದಿದ್ದರೂ ಅದರ ಸ್ವರೂಪದ ಬಗ್ಗೆ ಅನಿಶ್ಚಿತತೆಯಿದ್ದರೆ ಆಗ ಭಯ, ಚಿಂತೆ, ಕಾತರತೆಗಳು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ. ಹಾಗೆಯೇ ಈ ಜೀವನವೆಂಬ ಪಯಣದಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಆದರ್ಶ, ಆ ಆದರ್ಶವನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಮಾರ್ಗ ಇವುಗಳಿದ್ದರೆ ಭಯಾದಿಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ಅನಿವಾರ್ಯವಾದ ಮತ್ತು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾದ ಕೆಲವು ತೊಂದರೆ ತಾಪತ್ರಯಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಇದು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ. ಇವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಯ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಗೆ ನಾವು ಸಿದ್ಧರಾಗಿರಬೇಕು. ಇವುಗಳಾವುವೂ ಇರಬಾರದು ಎನ್ನುವುದಾದರೆ ನಾವು ಪ್ರಯಾಣವನ್ನೇ ಮಾಡದೆ, ಅಂದರೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನೂ ಸಾಧಿಸದೆ ಸುಮ್ಮನೆ ಜಡಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

(ಬರಹ : ಸ್ವಾಮಿ ನಿತ್ಯಸ್ಥಾನಂದ)