

ನ್ಯಾಂಸಿ ಫಾಲ್ಬರ್ (Nancy Folber) ಅವರು *The Invisible Heart* ಎಂಬ ತಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಕಥೆಯನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: ಒಮ್ಮೆ ದೇವರು ವಿವಿಧ ದೇಶದ ಜನರಿಗೆ ಒಂದು ಬೃಹತ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿದನು. ಈ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಗೆದ್ದವರಿಗೆ ಸಿಗುವ ವಿಶೇಷ ಬಹುಮಾನವೇನೆಂದರೆ 'ಆನೆ' (ಆರೋಗ್ಯ+ನೆಮ್ಮದಿ). (ಈಗಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಸ್ಪರ್ಧೆಯನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿದರೆ ಯಾರೂ ಭಾಗವಹಿಸಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಈಗ ಹಣವೇ ಮುಖ್ಯವಲ್ಲವೇ!) ಯಾವುದು ಆ ಸ್ಪರ್ಧೆ? ಅದೊಂದು ಓಟದ ಸ್ಪರ್ಧೆ. ದೇಶದ ಎಲ್ಲರೂ - ಸ್ತ್ರೀ, ಪುರುಷ, ಮಕ್ಕಳು, ವೃದ್ಧರು ಎಲ್ಲರೂ ಓಡಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಓಡಿ ಬೇಗ ಗುರಿಮುಟ್ಟುವ ದೇಶದವರಿಗೆ ಬಹುಮಾನರೂಪವಾಗಿ 'ಆನೆ'ಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುವುದು. ಒಂದು ದೇಶದವರೆಲ್ಲರೂ ಒಟ್ಟಿಗೆ ನಾಗಾಲೋಟದಲ್ಲಿ ಓಡತೊಡಗಿದರು. ವೃದ್ಧರು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳು ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿಯೇ ಕುಸಿದುಬಿದ್ದರು. ಯುವಕ ಯುವತಿಯರು ಓಡಿ ಓಡಿ ಸುಸ್ತಾಗಿ ಕುಸಿದು ಬಿದ್ದರು. ಅವರಾರಿಗೂ 'ಆನೆ' ಸಿಗಲಿಲ್ಲ.

ಎರಡನೆ ವರ್ಗದ ದೇಶದವರು ಒಂದು ಉಪಾಯ ಮಾಡಿದರು. ಪುರುಷರು ಮತ್ತು ಸ್ತ್ರೀಯರು ಸೇರಿ ಒಂದು ಒಪ್ಪಂದಕ್ಕೆ ಬಂದರು. ಪುರುಷರು ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಹೇಳಿದರು, "ನೀವು ಮಕ್ಕಳನ್ನು, ವೃದ್ಧರನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬನ್ನಿ. ನಾವು ಮುಂದೆ ಓಡುತ್ತೇವೆ." ಇದರಿಂದ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಅಸಮಾಧಾನ ಉಂಟಾಯಿತು. ಬಹುಮಾನ ಪುರುಷರಿಗೇ ದೊರೆಯುತ್ತದೆಯಲ್ಲ! ಹೊಗೆಯಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಅಸಮಾಧಾನ ಬೆಂಕಿಯಾಗಿ ಉರಿಯತೊಡಗಿತು, ವಾಗ್ವಿವಾದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಕೊನೆಗೆ ಯಾರಿಗೂ ಬಹುಮಾನ ಸಿಗಲಿಲ್ಲ - 'ಆನೆ' ದೊರೆಯಲಿಲ್ಲ.

ಮೂರನೆಯ ವರ್ಗದ ದೇಶದವರು ಒಂದು ನೂತನ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಹಾಕಿದರು - ಎಲ್ಲರೂ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತ ಪರಸ್ಪರ ಸಹಕರಿಸುತ್ತಾ ಮುಂದುವರಿಯುವುದು, ನಿಧಾನವಾಗಿ ಗುರಿ ಮುಟ್ಟಿದರೂ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ. ಈ ಯೋಜನೆ ಸಾರ್ಥಕವಾಯಿತು. ಈ ಜನರಿಗೆ ದೊಡ್ಡ 'ಆನೆ' ಬಹುಮಾನವಾಗಿ ದೊರಕಿತು. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಅವರು ಮುಂದುವರಿಯುವಾಗಲೂ ಪರಸ್ಪರ ಪ್ರೀತಿ, ಸಹಕಾರದಿಂದಾಗಿ ನೆಮ್ಮದಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರು.

ಈ ಜೀವನವೆಂಬ ಓಟದ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಗೆಲುವು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ, ಸಾಧ್ಯವೂ ಅಲ್ಲ. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಗೆಲುವು, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನಲಿವು - ಇದು ಕುಟುಂಬವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಆಧಾರತ್ವವಾಗಬೇಕು. ಒಂದು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ದುಃಖ ಪಡುತ್ತಿದ್ದು, ಒಬ್ಬನು ಮಾತ್ರ ಸುಖದಿಂದಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ತೀವ್ರ ದುಃಖದ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲೂ ಸುಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವಷ್ಟು ಅನಾಗರಿಕ, ಅಮಾನವೀಯ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿ ನಾವಿರಬಾರದು. ಉಪವಾಸದಿಂದ ನರಳುವವರ ಮುಂದೆ ಮೃಷ್ಟಾನ್ನವನ್ನು ಸವಿಯುವಷ್ಟು ಹೃದಯಹೀನರಾಗಿ ಇರಬಾರದು. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಸುಖವಾಗಿರಬೇಕೆಂದು ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಆಶಿಸಬೇಕು. ಎಲ್ಲರ ಹಿತಕ್ಕಾಗಿ ನಿರಂತರ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು. ಹೃದಯಹೀನತೆಯೇ ಭಗ್ನಹೃದಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವೆಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಮರೆಯಬಾರದು.

ಆದರ್ಶ ಕುಟುಂಬದ ಮೇಲ್ವ್ಯಾಪಣೆಯೇ 'ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮನೋಭಾವ.' ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಸುಖಸೌಲಭ್ಯಗಳು, ಹಣ ಅಧಿಕಾರ ಸ್ಥಾನಮಾನಾದಿಗಳು ಎಲ್ಲವೂ ಅಲ್ಪ ಮತ್ತು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ. ಇವುಗಳ ಕಡೆಗೆ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಸದಾ ಪ್ರವೃತ್ತವಾಗಿದ್ದರೆ ನಾವು ಜಡರಾಗುತ್ತೇವೆ, ಮಾನವೀಯತೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಇವುಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಮೀರಿದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮ ವಸ್ತುವೊಂದಿದೆ. ಅದೇ ಶಾಶ್ವತವಾದುದು. ಅದು ನಮ್ಮ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಜಾಗೃತವಾದರೆ ಬಾಹ್ಯ ಸುಖಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಅಷ್ಟಾಗಿ ಆಕರ್ಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮನೋಭಾವದಿಂದಲೇ ಮಾನವೀಯತೆಯು ವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ, ಎಲ್ಲ ಉನ್ನತ ಮೌಲ್ಯಗಳೂ ನಮ್ಮದಾಗುತ್ತವೆ. ಆಗ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ವಾತಾವರಣ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜಾಗೃತಿಯಾಗಲು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಕಲಿತು ಧ್ಯಾನ, ಜಪ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ, ಭಜನೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ T.V. (Television) ಕೇಂದ್ರಿತ ಜೀವನ G.V. (God Vision) ಕೇಂದ್ರಿತವಾಗಬೇಕು. ಆಗ ಎಲ್ಲ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದ 'ಜೀವಿ' ಸುವಂತಾಗುತ್ತದೆ.

ಅತ್ಯಂತ ಮಾರ್ಮಿಕವಾದ ಒಂದು ಘಟನೆ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ *The Vedanta Kesari* ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಿತ್ತು (ಜುಲೈ, ೨೦೧೦): ಒಂದು ದಿನ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲೆಯ ಅಧ್ಯಾಪಕಿಯೊಬ್ಬಳು 'ದೇವರು ತಮಗೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತೀರಿ' ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಮೇಲೆ ಸಣ್ಣ ಪ್ರಬಂಧವನ್ನು ಬರೆಯಬೇಕೆಂದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಹೇಳಿದಳು.

ಅಂದು ಸಂಜೆಯ ವೇಳೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಆ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಬಂಧಗಳನ್ನೂ ಆಕೆ ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತಿದ್ದಳು. ಒಂದು ಪ್ರಬಂಧ ಅವಳ ಹೃದಯವನ್ನು ಕಲಕುವಂತಿತ್ತು. ಆಗತಾನೆ ಮನೆಗೆ ಬಂದ ಆಕೆಯ ಪತಿ “ಏನಾಯಿತು?” ಎಂದು ವಿಚಾರಿಸಿದನು. “ಇದನ್ನು ಓದಿ. ನನ್ನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೊಬ್ಬನು ಬರೆದ ಪ್ರಬಂಧವಿದು” ಎಂದು ತನ್ನ ಕೈಲಿದ್ದ ಕಾಗದವನ್ನು ಆತನಿಗೆ ಕೊಟ್ಟಳು. ಪತಿಯು ಆ ಪ್ರಬಂಧವನ್ನು ಓದಿದನು. ಅದರ ಹೆಸರು ‘ನಾನು ಟಿ.ವಿ.ಯಂತೆ ಬಾಳಬೇಕು.’

ಅದರಲ್ಲಿ ಆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ಹೀಗೆ ಬರೆದಿದ್ದನು: “ಹೇ ಭಗವಂತ, ಈ ರಾತ್ರಿ ನಾನು ವಿಶೇಷವೊಂದನ್ನು ಬೇಡುತ್ತೇನೆ - ನನ್ನನ್ನು ಟೆಲಿವಿಜನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸು, ಅದರ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ನಾನು ಆಕ್ರಮಿಸಬೇಕು. ನನ್ನ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಟಿ.ವಿ.ಯಂತೆ ಬಾಳಬೇಕು. ನನ್ನದೇ ವಿಶೇಷ ಸ್ಥಳವಿರಬೇಕು. ಮನೆಯವರೆಲ್ಲ ನನ್ನ ಸುತ್ತ ಸೇರಬೇಕು. ನಾನು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಎಲ್ಲರೂ ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಕೇಳಬೇಕು. ನಾನು ಎಲ್ಲರ ಗಮನದ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿರಬೇಕು. ನಾನು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಬಾಯಿಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಕೇಳಬೇಕು. ಟಿ.ವಿ. ಕೆಲಸ ಮಾಡದೆ ಇರುವಾಗ ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೋ ಹಾಗೆಯೇ ಎಲ್ಲರೂ ನನ್ನನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ತಂದೆ ಕೆಲಸದಿಂದ ದಣಿದು ಮನೆಗೆ ಬಂದಾಗಲೂ ಅವನ ಸಂಗ ನನಗಿರಬೇಕು. ತಾಯಿ ದುಃಖ ಕಳವಳದಲ್ಲಿದ್ದಾಗಲೂ, ನನ್ನನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸುವ ಬದಲು, ನನ್ನನ್ನು ಬಯಸಬೇಕು. ನನ್ನ ಸಹೋದರರು ನನ್ನೊಡನೆ ಇರಲು ತಮ್ಮತಮ್ಮಲ್ಲಿ ಜಗಳವಾಡಬೇಕು. ಕುಟುಂಬ ದವರೆಲ್ಲರೂ ಆಗಾಗ ನನ್ನೊಡನೆರಲು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಬದಿಗೊತ್ತಬೇಕು. ಕೊನೆಯದಾಗಿ ನಾನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸುಖವನ್ನೂ, ಮನರಂಜನೆಯನ್ನೂ ನೀಡುವಂತಾಗಲಿ. ಪ್ರಭು, ನಾನು ನಿನ್ನಿಂದ ಹೆಚ್ಚೇನೂ ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ, ನಾನು ಟಿ.ವಿ.ಯಂತೆ ಬಾಳಬೇಕು, ಅಷ್ಟೇ.”

ಪ್ರಬಂಧವನ್ನು ಓದಿ ಮುಗಿಸಿದಮೇಲೆ ಪತಿಯು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಹೇಳಿದನು: “ಪಾಪ, ಮಗು. ಎಂಥ ಕ್ಷೂರ ತಂದೆತಾಯಿಗಳು!” ಅಧ್ಯಾಪಕಿಯು ಕಣ್ಣೀರಿಡುತ್ತ ಪತಿಯ ಕಡೆ ತಿರುಗಿನೋಡಿ ಹೇಳಿದಳು: “ಆ ಪ್ರಬಂಧವನ್ನು ಬರೆದವನು ನಮ್ಮ ಮಗ.”

“ಜನಪ್ರಿಯ ನಟನಾಗಲಿ ಇನ್ನಾರಾದರೂ ಖ್ಯಾತ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಲಿ ತೀರಿಕೊಂಡಾಗ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ಕಣ್ಣೀರು ಸುರಿಸುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮ ಹತ್ತಿರದ ಸಂಬಂಧಿಕರು ತೀರಿಕೊಂಡಾಗಲೂ ಇಷ್ಟೊಂದು ದುಃಖಕ್ಕೊಳಗಾಗದ ಜನರು ಯಾರೋ ಪ್ರಮುಖ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ತೀರಿಕೊಂಡಾಗ ಈ ರೀತಿ ಕಷ್ಟವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೇನು?” ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ ಮೈಕೇಲ್ ಲೆಮೊನಿಕ್ (Time ಪತ್ರಿಕೆ). “ಇಂದಿನ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ತಾಂತ್ರಿಕತೆಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಹಾಗೂ ವಾಣಿಜ್ಯ ಮನೋಭಾವದ ಪ್ರಭಾವದಿಂದಾಗಿ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಸಂಬಂಧ ಸಡಿಲವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಕುಟುಂಬಗಳು ಒಡೆದುಹೋಗುತ್ತಿವೆ, ಪರಸ್ಪರ ಪ್ರೀತಿಬಾಂಧವ್ಯ ನಶಿಸಿಹೋಗುತ್ತಿದೆ. ತಮ್ಮ ಹತ್ತಿರದವರ ಸಂಬಂಧ ಇಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದ ಜನರು ಯಾವುದೋ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಡನೆ ತಮ್ಮನ್ನು ಸಂಬಂಧಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ” ಎಂದು ಲೆಮೊನಿಕ್ ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಡುತ್ತಾರೆ.

ಕಲೆತು ಬಾಳುವುದು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಕ್ಕೆ, ಮಾನಸಿಕ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಅತ್ಯವಶ್ಯಕ. ಅಮೆರಿಕದ ಡ್ಯೂಕ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಸಂಶೋಧಕರ ವರದಿಯ ಪ್ರಕಾರ, ಸಾಪ್ತಾಹಿಕ ಧಾರ್ಮಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ವೃದ್ಧರು ಹೆಚ್ಚುಕಾಲ ಬದುಕುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಅವರಿಗೆ ಸಿಕ್ಕುವ ಸಾಮಾಜಿಕ ಬೆಂಬಲ. ವಿಶಾಲ ಸಮಾಜದೊಡನೆ ತಮ್ಮನ್ನು ಒಂದಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಅವರು ಮಾನಸಿಕ ಕುಸಿತದಿಂದ ಪಾರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿಯೂ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಪೂಜೆ, ಹೋಮ, ಧಾರ್ಮಿಕ ಉತ್ಸವಗಳು, ದೇವಾಲಯಗಳು ಮುಂತಾದ ಸಾಮಾಹಿಕ ಧಾರ್ಮಿಕತೆಯು ಹೆಚ್ಚು ಜನಪ್ರಿಯವಾಗುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ, ನಶಿಸಿಹೋಗುತ್ತಿರುವ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳೇ ಕಾರಣವಿರಬಹುದು (ಇದರ ದುರುಪಯೋಗವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಅನೇಕ ಧಾರ್ಮಿಕ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಹಣ ಮಾಡುತ್ತಿವೆ). ತಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಗದ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಸಾಮಾಹಿಕ ಧಾರ್ಮಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಪಡೆಯಲು ಜನರು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಇದು ಕೌಟುಂಬಿಕ ಮೌಲ್ಯದ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ತುಂಬಲಾರದು. ದುರಂತದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕುಟುಂಬವೊಂದೇ ನಿಜವಾದ ಆಶ್ರಯ. ಆಗ ಯಾವ ಖ್ಯಾತ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಲಿ, ಸಾಮಾಹಿಕ ಧರ್ಮವಾಗಲಿ ನಮಗೆ ಸಮಾಧಾನವನ್ನು ನೀಡಲು ಬರುವುದಿಲ್ಲ.



ಕುಟುಂಬದ ಭದ್ರತೆಗೆ ಜೀವವಿಮೆಗಿಂತ ಈಗ ಅತ್ಯಂತ ಅಗತ್ಯವಾಗಿರುವುದು ಸದೃಢ, ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತಳಪಾಯ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತಾಯಿ, ತಂದೆ, ಅಜ್ಜ, ಅಜ್ಜಿಯರಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೊಬ್ಬರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ, ಶಿಸ್ತಿನಿಂದ ತಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಇದರ ಪ್ರಭಾವವು ಇಂದಲ್ಲ ನಾಳೆ ಕುಟುಂಬದ ಇತರರ ಮೇಲೆಯೂ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ವಿಚಾರವಂತನಾದ ಮನುಷ್ಯನು ನಾನಾ ರೀತಿಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಜೀವನದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹೆಜ್ಜೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಎದುರಿಸಲೇಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಗತಿಯೇ ಚಂಚಲವಾದದ್ದು. ಸೆಲ್‌ಫೋನ್, ಕಂಪ್ಯೂಟರ್, ಟಿ.ವಿ. ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದ ಈ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಚಂಡಗತಿಯಲ್ಲಿ ಹೊರಗೇ ಧಾವಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಅಂತರ್ಮುಖ, ಶಾಂತ ಹಾಗೂ ವಿಚಾರಶೀಲ ಮನಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಮನುಷ್ಯನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಉನ್ನತ ಆದರ್ಶವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಸರ್ವದಾ ಜಾಗೃತರಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಮನಸ್ಸು ಸುಲಭವಾಗಿ ದಿಕ್ಕುತಪ್ಪಿ, ಅಧೋಗತಿಗಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಭಗವದ್ಗೀತೆಯು ಈ ಜೀವನಾದರ್ಶವನ್ನೇ ಸುಲಲಿತವಾದ ಶ್ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮೆದುರು ಇಡುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಎರಡು ಆಯ್ಕೆಗಳಿವೆ. ಮೊದಲನೆಯದು - ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆದರ್ಶವನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಸುಖದುಃಖಗಳಲ್ಲಿ ಸಮಾನವಾಗಿರುವ ಸುನಿಯಂತ್ರಿತ ಜೀವನ. ಎರಡನೆಯದು - ನಮ್ಮತನವನ್ನು ಮರೆತು, ಸುಖದುಃಖಗಳ ಕ್ಷಣಿಕ ಪ್ರವಾಹದಲ್ಲಿ ತೇಲಿಹೋಗಿ ಜೀವನವನ್ನು ಹೇಗೋ ಮುಗಿಸಿಬಿಡುವುದು. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಭಗವಂತನು ನಮಗೇ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ - **ಉದ್ಧರೇದಾತ್ಮನಾತ್ಮಾನಂ ನಾತ್ಮಾನಮವಸಾದಯೇತ್...** (ಗೀತೆ, ೬:೨೫). ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಈ ಪ್ರಚಂಡ ಶಕ್ತಿಯಿದೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ಸಹಾಯದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಉದ್ಧಾರಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತದೆ ಗೀತೆ. ಬಹುಜನರ ಜೀವನಯಾತ್ರೆ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆಂದರೆ ತಮಗೆ ಒಂದು ಮನಸ್ಸಿದೆ, ಅದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಇಡುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬ ಅರಿವೂ ಅವರಿಗೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಗೀತೆಯ ಮೊದಲ ಅಧ್ಯಾಯವೇ 'ವಿಷಾದಯೋಗ'ವಾಗಿ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಾನಾರೀತಿಯ ದ್ವಂದ್ವ ವಿಷಾದಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿಹೋಗಿರುವ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಹೇಗೆ ತನ್ನ ವಿಚಾರಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ಶಿಕ್ಷಣ

ಭಗವದ್ಗೀತೆ ಅನುಷ್ಠಾನ ಪ್ರಧಾನ ಗ್ರಂಥ. ಅದು ಬೋಧಿಸುವ ಜೀವನವಿಧಾನವನ್ನು ಆಚರಣೆಗೆ ತಂದಾಗ, ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಒಂದು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ-ನಿಮ್ಮದಿಗಳು ನೆಲೆಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಈ ವಿಚಾರವನ್ನು ಗೀತಾಶ್ಲೋಕಗಳ ಉದಾಹರಣೆಗಳಿಂದ ವಿವರಿಸಿರುವ ಮಾತಾಚಾರ್ಯರು ಶ್ರೀಶಾರದಾಮಠದ ಸಂನ್ಯಾಸಿನಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಸದ್ಯ ದಕ್ಷಿಣೇಶ್ವರದಲ್ಲಿರುವ ಶಾರದಾಮಠದ ಮುಖ್ಯ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಸೇವೆಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಇಲ್ಲಿಂದ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೊದಲನೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿ ನಿಷೇಧಾತ್ಮಕ(Negative) ಭಾವವನ್ನು ಅಳಿಸಿಹಾಕಿ, ಇತ್ಯಾತ್ಮಕವಾಗಿ (Positive) ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಅವು ಮಾಡಬೇಕು. ಅರ್ಜುನನ ಮನಸ್ಸಿನ ದೀನ, ಹೀನ ಅವಸ್ಥೆಯೇ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಯೋಗೋಪದೇಶಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಯಿತು. ಇಲ್ಲಿ ಯೋಗವೆಂದರೆ ಬಹಿರ್ಮುಖವಾದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅಂತರ್ಮುಖವಾಗಿ, ಭಗವಂತನು ಮಾಡುವುದು. “ನನಗೆ ಬೇಕಾದುದು ಸಿಗುತ್ತಿಲ್ಲ, ನನ್ನಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ” ಎಂಬ ಈ ಬಗೆಯ ಅತ್ಯಪ್ಪಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನಸ್ಸಿನೊಳಗೂ ಕೊರೆಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆ ಇದ್ದರೆ ಎಂಥ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬಂದರೂ ವ್ಯಕ್ತಿ ಉತ್ಸಾಹವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. “ನಕ್ಕು ನಲಿದು ಭಗವಂತನನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ” ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು. ಜೀವನದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬಲವನ್ನೂ, ಪ್ರೌಢತೆಯನ್ನೂ ತರುತ್ತವೆ. ನಾವು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆದರ್ಶದತ್ತ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತಿರುಗಿಸಲು ಅವು ಸಹಾಯಕವೂ ಆಗುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ‘ವಿಷಾದ’ ವನ್ನೇ ಇಲ್ಲಿ ಯೋಗವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ವಿಷಾದದ ಮೂಲವಿರುವುದು ಅರ್ಜುನನ ‘ನಾನು, ನನ್ನವರು’ ಎಂಬ ಆಸಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ. ದುಃಖ, ಮೋಹಗಳಿಂದ ಕೊರಗುತ್ತಿರುವ ಅರ್ಜುನನಿಗೆ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು, “ಹೃದಯದೊರ್ಬಲ್ಯವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಏಳು” ಎನ್ನುತ್ತಾನೆ. ಉತ್ತಿಷ್ಠ - ಏಳು, ಜಾಗೃತನಾಗು ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಇಲ್ಲಿ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬಳಸಿದ್ದಾನೆ. ಮನುಷ್ಯನಲ್ಲಿ “ನಾನು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಬದುಕಬೇಕು - ಈ ದೊರ್ಬಲ್ಯಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತನಾಗಬೇಕು” ಎಂಬ ಜಾಗೃತ ಭಾವನೆ ಒಳಗಿನಿಂದಲೇ ಬರಬೇಕು.

ಜೀವನ ಕ್ಷಣಿಕ, ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಇಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಚಿರಸತ್ಯ. ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರಿತೂ ಅರಿಯದಂತೆ ಇರುತ್ತದೆ ಮನುಷ್ಯನ ಮನಸ್ಸು. ನಮಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡ ದೊರ್ಬಲ್ಯಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಲು ಜೀವನದ ಕ್ಷಣಿಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರ ಹಾಗೂ ಈ ಅನಿಶ್ಚಿತತೆಯ ಹಿಂದಿರುವ ನಿಶ್ಚಿತ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಶರಣಾಗುವ ಪ್ರಯತ್ನದ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಗೀತೆ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಉಪದೇಶಿಸುತ್ತದೆ. **ಅವ್ಯಕ್ತೋಯಮ್ ಅಚಿಂತ್ಯೋಽಯಮ್ ಅವಿಕಾರ್ಯೋಽಯಮ್ ಉಚ್ಯತೇ | ತಸ್ಮಾದೇವಂ ವಿದಿತ್ವೈನಂ ನಾನುಶೋಚಿತುಮರ್ಹಸಿ ||** (ಗೀತೆ, ೨:೨೫) - “ಈ ಆತ್ಮನು ಅವ್ಯಕ್ತನು, ಅಚಿಂತ್ಯನು, ವಿಕಾರರಹಿತನು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವನನ್ನು ಹಾಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ನೀನು ಶೋಕಿಸಬಾರದು.” ಹೀಗೆ ಆತ್ಮನ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಚಿಂತಿಸಿ ದುಃಖಮೋಹಗಳಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಹಾಗೆಯೇ **ಚಾತಸ್ಯ ಹಿ ಧುವೋ ಮೃತ್ಯುರ್ಧ್ರವಂ ಜನ್ಮ ಮೃತಸ್ಯ ಚ | ತಸ್ಮಾದಪರಿಹಾರ್ಯೇಣಾರ್ಥೇ ನ ತ್ವಂ ಶೋಚಿತುಮರ್ಹಸಿ ||** (ಗೀತೆ, ೨:೨೭) - ಹುಟ್ಟಿದವನಿಗೆ ಮರಣ ಹೇಗೆ ನಿಶ್ಚಯವೋ ಮರಣಹೊಂದಿದವನಿಗೆ ಜನ್ಮವೂ ಹಾಗೆಯೇ ನಿಶ್ಚಿತ. ಪರಿಹರಿಸಲಾಗದ ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನೀನು ಶೋಕಿಸಬಾರದು. ಯಾರಲ್ಲಿ ಈ ವಿಚಾರ ಜಾಗೃತವಾಗಿರುತ್ತದೆಯೋ ಅಂಥವರು ಜೀವನದ ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಹೊಡೆತಗಳನ್ನೂ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಎದುರಿಸಿ ನಿಲ್ಲಬಲ್ಲರು. ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಜನ ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನೂ ಸಹಿಸಲಾರರು. ಆದರೆ ನಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗಲಿ ಬಿಡಲಿ, ಈ ಪರಿವರ್ತನೆಗಳು ನಡೆದೇ ತೀರುತ್ತವೆ. ಗೀತೆಯ ಶ್ಲೋಕಗಳು ಈ ವಾಸ್ತವ ಸತ್ಯವನ್ನು ನಮ್ಮೆದುರಿಗೆ ಇಟ್ಟು, ಕುಟುಂಬ ಜೀವನವನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. “ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿಯೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಸಾಧ್ಯ. ಆದರೆ ಈ ಜೀವನ ಅನಿಶ್ಚಿತ, ಎರಡು ದಿನದ್ದು ಎನ್ನುವುದರ ಅರಿವು ಇರಬೇಕು” ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು.

ಸಹನೆ, ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತೊಂದು ದೊಡ್ಡ ಗುಣ. ಶ್ರೀಮಾತೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು, “ಯಾರು ಸಹಿಸಬಲ್ಲರೋ ಅವರು ಮಾತ್ರ ಜೀವನವನ್ನು ಧೈರ್ಯವಾಗಿ ಎದುರಿಸಬಲ್ಲರು.” ಸುಖದುಃಖಗಳ ಧ್ವಂದ್ವಗಳಲ್ಲಿ ಜರ್ಜರಿತ ನಾದ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಗೀತೆ ಸಮಾಧಾನವನ್ನು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ : **ಮಾತ್ರಾಸ್ವರ್ಶಾಸ್ತು ಕೌಂತೇಯ ತೀತೋಷ್ಣಸುಖದುಃಖದಾಃ | ಆಗಮಾಪಾಯಿನೋಽನಿತ್ಯಾಸ್ತಾಂಸ್ತಿಕಿಕ್ವಸ್ವ ಭಾರತ** (ಗೀತೆ, ೨:೧೪) - “ಸುಖದುಃಖಗಳೆಲ್ಲಾ ನಿನ್ನ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಬರುತ್ತವೆ. ಇವೆಲ್ಲಾ ಬಂದಂತೆ ಹೊರಟೂ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾಗಿ ನೀನು ಅವುಗಳನ್ನು ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಕಲಿ.” ಸಹನೆ ದುರ್ಬಲತೆಯ ಲಕ್ಷಣವಲ್ಲ. ಅದು ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಕ್ತಿಯ ಪ್ರಕಟಣೆಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಷ್ಟ, ದುಃಖಗಳು ಎದುರಾದಾಗ ಗೀತೆಯ ಈ ಶ್ಲೋಕವನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಸಾಕು, ಮನಸ್ಸು ಎಷ್ಟೋ ಹಗುರವಾಗುತ್ತದೆ.

“ಅನೇಕ ಪಾಪದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ” ಎಂಬ ಕೀಳು ಭಾವನೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡವರಿಗೂ ಗೀತೆ ಹುರಿದುಂಬಿ ಸುತ್ತಾ ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ: **ನ ಹಿ ಕಲ್ಯಾಣಕೃತ್ ಕಷ್ಟಿದ್ವರ್ಗತೀತ ತಾತ ಗಚ್ಛತಿ** (ಗೀತೆ, ೬:೪೦) - ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದವನು ಎಂದೆಂದಿಗೂ ದುರ್ಗತಿಯನ್ನು ಹೊಂದುವುದಿಲ್ಲ. ಮನುಷ್ಯ ಒಳ್ಳೆಯ ದಾರಿ ಹಿಡಿಯಲು ಯತ್ನಿಸುವಾಗ ಬಹು ಬಾರಿ ಕೆಳಕ್ಕೆ ಬೀಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಅವನ ಒಳ್ಳೆಯ ಕರ್ಮಗಳು ಎಂದೂ ನಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.