



ಸತ್ ಚಿಂತನೆಗಳ ಮಹತ್ವ

ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿ ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ

ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿರುವ ಯುವಕ-ಯುವತಿಯರು ತಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಸುದೃಢವಾಗಿ ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯ ಇಂದು ಅತ್ಯಂತ ವಾಗಿದೆ. ಈ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಎಳೆಯರು ಹಾಗೂ ಪಾಲಕರು ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಬೆಳಕು ಚೆಲ್ಲುವ ಲೇಖಕರು ಪ್ರಸ್ತುತ ಮೈಸೂರು ರಾಮಕೃಷ್ಣ ವಿದ್ಯಾಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ತರಬೇತಿಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ನಿರತರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಜೀವನವನ್ನು ಸಾರ್ಥಕ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಗುರಿಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಅಲ್ಲಗಳೆಯಲಾಗದು. ಗುರಿಯ ಸ್ಪಷ್ಟ ಅರಿವು ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವೇ ನಾವು ನಮ್ಮ ಸಮಯವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ನಮಗೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಸ್ತುತ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಸರಿಯಾದ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮೌಂಟ್ ಎವರೆಸ್ಟ್ ಏರುವುದು ನಮ್ಮ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಮೌಂಟ್ ಎವರೆಸ್ಟ್ ಎಂಬ ಪರ್ವತವನ್ನು ಏರಬೇಕಾದರೆ ನಮಗೆ ಮೊದಲು ನಾವು ಈಗ ಎಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬ ಜ್ಞಾನ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಈಗ ಇರುವ ಜಾಗದಿಂದ ಮೌಂಟ್ ಎವರೆಸ್ಟ್ ಎಷ್ಟು ದೂರದಲ್ಲಿದೆ ಹಾಗೂ ನಾವು ಎಷ್ಟು ಎತ್ತರ ಏರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಮಾಹಿತಿ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮೌಂಟ್ ಎವರೆಸ್ಟ್‌ನಲ್ಲಿನ ಹವಾಮಾನ ವೈಪರೀತ್ಯಗಳೇನು, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರಬೇಕಾದ ದೈಹಿಕ-ಮಾನಸಿಕ ಬಲವೆಷ್ಟು ಎಂಬ ಅರಿವು ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಮಾತ್ರವೇ ನಾವು ಮೌಂಟ್ ಎವರೆಸ್ಟ್ ಏರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಂತೆಯೇ, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಬೇಕಾದರೆ ನಮಗೆ ನಮ್ಮ ಇತಿಮಿತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ, ಶಕ್ತಿ-ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ದೌರ್ಬಲ್ಯದ ಅರಿವು ಇದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರವೇ ನಾವದನ್ನು ಮೀರಿ ನಿಲ್ಲಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು.

ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಹಾಗೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಗಳ ವ್ಯತ್ಯಾಸ

ಇಲ್ಲಿಂದ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶವಿದೆ. ಬಹಳಷ್ಟು ಜನ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆ ಎಂದರೆ ನಮ್ಮ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳ ಕುರಿತಾಗಿ ಅಜ್ಞಾನ ದಲ್ಲಿರುವುದು ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಿಜವಾದ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆ ಎಂದರೆ: 'ನಮಗೆ ನಮ್ಮ ನ್ಯೂನತೆಗಳ ಅರಿವಿದೆ, ಆದರೆ ಸ್ವಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ, ಸತತ ಪರಿಶ್ರಮದಿಂದ ನಾವು ಈ ನ್ಯೂನತೆಗಳನ್ನು ಮೀರಬಲ್ಲೆವು ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆಯೂ ಇದೆ' — ಎಂಬ ಭಾವನೆ. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಯೆಂದರೆ ನಾವೆಷ್ಟೇ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದರೂ, ನ್ಯೂನತೆಗಳನ್ನು ಮೀರಲಾರವು ಎಂಬ ಭಾವನೆ.

ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆ ಎಂದರೆ ಹಗಲುಗನಸು ಕಾಣುತ್ತ ಇರುವುದಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ ನಮಗೆ ನಮ್ಮ ನಮ್ಮ ಶಕ್ತಿ-ನ್ಯೂನತೆಗಳ ಅರಿವಿರುವುದು. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ವೇದಿಕೆಯ ಮೇಲೇರಿ ಪುಂಖಾನು ಪುಂಖವಾಗಿ ಭಾಷಣ ಮಾಡಲು ಬರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ತಾನೊಬ್ಬ ಉತ್ತಮ ವಾಗ್ಮಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತ ಹಗಲುಗನಸು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದು ಮೂರ್ಖತನವಾಗುತ್ತದೆಯೇ ಹೊರತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಯಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ ಅದೇ ವ್ಯಕ್ತಿ 'ನಾನೆಷ್ಟೇ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದರೂ ಈ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಂದಿಗೂ ಭಾಷಣ ಮಾಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ' ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸಿದರೆ ಅದು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಇವೆಲ್ಲದರ ಹೊರತಾಗಿ 'ನನಗೀಗ ವೇದಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಹೋಗಿ ಮಾತನಾಡಲು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಸತತ ಪ್ರಯತ್ನ, ಪರಿಶ್ರಮ ಹಾಗೂ ಸೂಕ್ತ ತರಬೇತಿಯಿಂದ ನಾನು ಖಂಡಿತ

ಉತ್ತಮ ವಾಗ್ಮಿಯಾಗಬಲ್ಲೆ' ಎಂಬ ಶ್ರದ್ಧೆ ತಾಳಿದರೆ ಅದು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಗತಿಗೆ ಮಾರಕವಾದ ನ್ಯೂನತೆಗಳು

ಕೆಲವು ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಅಥವಾ ನ್ಯೂನತೆಗಳಿವೆ, ಅವು ಅತ್ಯಂತ ಮಾರಕ. ನನಗೆ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಸಾಧಿಸಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ, ದಿನಚರಿ ಪಾಲಿಸಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಇತ್ಯಾದಿ ನ್ಯೂನತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾನಿಲ್ಲಿ ಬರೆಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ ಕೆಲವು ನ್ಯೂನತೆಗಳು ಅದಷ್ಟು ಪ್ರಬಲವೆಂದರೆ, ನಾವು ಎಷ್ಟೇ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದರೂ ಈ ನ್ಯೂನತೆಗಳ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಂದಿಷ್ಟು ಉನ್ನತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಈ ಕುರಿತಾಗಿ ಒಂದು ಕಥೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: ಕೆಲವಾರು ವ್ಯಾಪಾರಸ್ಥರು ವ್ಯಾಪಾರಕ್ಕಾಗಿ ನದಿಯನ್ನು ದಾಟಿ ಪಕ್ಕದ ಹಳ್ಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ನದಿಯನ್ನು ದೋಣಿಯ ಮೂಲಕ ದಾಟಿದ ನಂತರ, ದೋಣಿಯನ್ನು ತಟದಲ್ಲಿ ಗೂಟಕ್ಕೆ ಕಟ್ಟುತ್ತಾರೆ. ತದನಂತರ ವ್ಯಾಪಾರ ಮಾಡಲು ತೆರಳುತ್ತಾರೆ. ದಿನವಿಡೀ ವ್ಯಾಪಾರ ಮಾಡಿ ಅಪಾರ ಲಾಭ ಗಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ಲಾಭ ದೊರೆತ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಮದ್ಯಪಾನದಿಂದ ಮತ್ತರಾಗಿ ಪುನಃ ತಮ್ಮ ಸ್ವಗ್ರಾಮಕ್ಕೆ ತೆರಳಲು ಆಣಿಯಾಗುತ್ತಾರೆ. ದೋಣಿಯ ಸಮೀಪಕ್ಕೆ ಬರುವ ಹೊತ್ತಿಗೆ ರಾತ್ರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪಾನಮತ್ತ ವ್ಯಾಪಾರಸ್ಥರು ದೋಣಿಯನ್ನು ಹತ್ತಿ ಹುಟ್ಟು ಹಾಕಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ರಾತ್ರಿಯಾಗಿ ಕತ್ತಲು ಆವರಿಸಿರುತ್ತದೆ. ವ್ಯಾಪಾರಸ್ಥರು ಮರುದಿನ ತಮ್ಮ ಸ್ವಗ್ರಾಮ ತಲುಪುವ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಿಂದ ಹಾಗೂ ಲಾಭ ದೊರೆತ ಸಂತಸದಿಂದ ಬಹಳಷ್ಟು ರಭಸದಿಂದ ಹುಟ್ಟು ಹಾಕತೊಡಗುತ್ತಾರೆ. ಮಾರನೆಯ ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಸೂರ್ಯೋದಯವಾಗುತ್ತದೆ; ಕತ್ತಲು ಕಳೆದು ಬೆಳಕು ಬರಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ವ್ಯಾಪಾರಸ್ಥರು ಮದ್ಯದ ಅಮಲಿನಿಂದ ಸಹಜ ಅವಸ್ಥೆಗೆ ಮರಳಿ ಕಣ್ಣಿಗಲಿಸಿ ನೋಡುತ್ತಾರೆ: ತಾವು ಯಾವ ಸ್ಥಳದಿಂದ ದೋಣಿ ಏರಿದ್ದರೋ, ದೋಣಿ ಅಲ್ಲೇ ಇದೆ. ಒಂದಿನಿತೂ ಮುಂದೆ ಸಾಗಿಲ್ಲ. ಕಾರಣವೇನು? ತಾವೇನೋ ರಭಸದಿಂದ ಹುಟ್ಟು ಹಾಕಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ದೋಣಿಯನ್ನು ತಟಕ್ಕೆ ಕಟ್ಟಿದ ಗೂಟದಿಂದ ಬಿಡಿಸಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ದೋಣಿ ಒಂದಿನಿತೂ ಮುಂದೆ ಸಾಗಲಿಲ್ಲ.

ಇದೇ ರೀತಿ ನಾವು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೇ ಪ್ರಯತ್ನಪಟ್ಟರೂ ಕೆಲವು ನ್ಯೂನತೆಗಳಿಂದ ಬಿಡಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ನಾವೇನೂ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ನ್ಯೂನತೆಗಳು ಅಥವಾ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳು ನಾವು ಮಾಡಿದ ಪ್ರಯತ್ನವೆಲ್ಲ ವಿಫಲವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ತೂತುಗಳಿರುವ ಒಂದು ಮಡಕೆಯಲ್ಲಿ ನಾವೆಷ್ಟೇ ನೀರು ಸುರಿದರೂ ಅದು ಶೇಖರಣೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ತೂತುಗಳ ಮೂಲಕ ಹೊರಕ್ಕೆ ಹರಿದುಬಿಡುತ್ತದೆ.

ನ್ಯೂನತೆಗಳೇ ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿನ ಛಿದ್ರಗಳು. ಈ ನ್ಯೂನತೆಗಳನ್ನೇ ನಾವು ದುರಭ್ಯಾಸಗಳೆನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಅದು ಕುಡಿತವಾಗ

ಬಹುದು, ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯ ಸೇವನೆಯಾಗಬಹುದು, ಧೂಮಪಾನವಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಬೇರೆ ಯಾವುದಾದರೂ ದುಶ್ಚಟವಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಒಂದೊಂದು ದುರಭ್ಯಾಸದ ಸಂಕೋಲೆಯಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಪಡೆಯಬೇಕಾದರೂ ಹಲವಾರು ವರ್ಷಗಳ ಪರಿಶ್ರಮವೇ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ದುರಭ್ಯಾಸ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾಶಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದ ಸಂಗತಿ. ಆದರೆ ಎಷ್ಟೋ ದುರಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ನಾವು ಬಿಡಬೇಕೆಂದಿದ್ದರೂ ಬಿಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ನಾವು ಯಾವ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನೀಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿಯದು ಅತ್ಯಂತ ಆವಶ್ಯಕ.

ದುರಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಅರಿಯುವ ಬಗೆ

ಯಾವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಸದಭ್ಯಾಸವೆನ್ನುವುದು ಹಾಗೂ ಯಾವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ದುರಭ್ಯಾಸವೆನ್ನುವುದು ಎಂಬುದೇ ಮೊದಲ ಪ್ರಶ್ನೆ. ನಾಸ್ತಿಕರು ಎನ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮನೋಭಾವದವರು ಕೇಳುವ ಪ್ರಶ್ನೆಯಿದು. ನನಗೆ ದೇವರಲ್ಲಿ ಗುರುಗಳಲ್ಲಿ, ಸಂಪ್ರದಾಯದಲ್ಲಿ, ಶಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯಿಲ್ಲ. ಶಾಸ್ತ್ರಗಳು ಹೇಳುತ್ತವೆ, 'ಕುಡಿತ ಕೆಟ್ಟದು' ಎಂಬಿತ್ಯಾದಿಯಾಗಿ. ನಾನೇಕೆ ಅವುಗಳ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳಬೇಕು? ಉತ್ತರವಿಷ್ಟೇ. ನಾವು ಶಾಸ್ತ್ರದ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳಿ ಯಾವುದು ದುರಭ್ಯಾಸ, ಯಾವುದು ಸದಭ್ಯಾಸವೆಂದು ಅರಿಯುವ ಆವಶ್ಯಕತೆಯಿಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ, ಯಾವ ಕೆಲಸ ನಮ್ಮನ್ನು ದುರ್ಬಲರನ್ನಾಗಿಸುತ್ತವೆಯೋ ಅದನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿದರೆ ಸಾಕು. ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, "ಯಾವುದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ದೈಹಿಕವಾಗಿ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ, ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆಯೋ ಅದನ್ನು ವಿಷದಂತೆ ಪರಿತ್ಯಜಿಸಿ. ಅದರಲ್ಲಿ ಸತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲಿ ಸತ್ಯವಿದೆಯೋ ಅಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿಯಿದೆ" ಎಂದು.

ಆದ್ದರಿಂದ ಯಾವ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ದೈಹಿಕವಾಗಿ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ, ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತವೆಯೋ, ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ದಾಸರನ್ನಾಗಿಸುತ್ತವೆಯೋ ಅವುಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸೋಣ. ಅವು ದುರಭ್ಯಾಸಗಳು. ಯಾವ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ದೈಹಿಕವಾಗಿ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ, ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿಯನ್ನಾಗಿಸುತ್ತವೆಯೋ ಅವನ್ನು ಪಾಲಿಸೋಣ. ಅವು ಸದಭ್ಯಾಸಗಳು.

ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ನಿರ್ಮಾಣಗೊಳ್ಳುವ ಬಗೆ

ಯಾವುದನ್ನು ನಾವು ಸತತವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆಯೋ ಅದು ಅಭ್ಯಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಭ್ಯಾಸ ರೂಪುಗೊಂಡಾಗ ನಮ್ಮ ಮೆದುಳು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅರಿಯಲು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಒಂದು ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಮಾಡಿದರು.

ಒಂದು ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಇಲಿಗೆ ಆಹಾರವನ್ನು ಇಡಲಾಯಿತು. ಇಲಿಗೆ ಮೊದಲು ಆ ಜಾಗದ ಅರಿವು ಇರಲಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅದು ಬಹಳಷ್ಟು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿ, ಎಲ್ಲ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿಯೂ ಹುಡುಕಾಡಿತು. ತದನಂತರ ಇಲಿಗೆ ಆಹಾರವಿರುವ ಸ್ಥಾನ ತಿಳಿಯಿತು. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆಂದರೆ ಇಲಿಯ ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಚಟುವಟಿಕೆ ನಡೆಯುತ್ತಿತ್ತು.

ಕೆಲವು ದಿನಗಳು ಇದೇ ರೀತಿ ಮಾಡಿದ ತರುವಾಯ ಇಲಿಯು ಸಹಜವಾಗಿ ಆಹಾರವಿದ್ದ ಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ತೆರಳುತ್ತಿತ್ತು. ಆಗ ಅದರ ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಚಟುವಟಿಕೆ ಇರಲಿಲ್ಲ.

ಇದರ ಅರ್ಥವೇನೆಂದರೆ, ಅಭ್ಯಾಸ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುವ ಮುನ್ನ ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಚಟುವಟಿಕೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಆಲೋಚನೆ, ಚಿಂತನೆಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಅಭ್ಯಾಸ ಉಂಟಾದ ನಂತರ ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಚಟುವಟಿಕೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ನಮಗರಿವಿಲ್ಲದೆಯೇ ಕ್ರಿಯೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಯಾವಾಗ ನಾವು ಮೊಟ್ಟಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಹಾರ್ಮೋನಿಯಂನಲ್ಲಿ ಹಾಡನ್ನು ನುಡಿಸುತ್ತೇವೆಯೋ, ಆಗ ನಮ್ಮ ಮೆದುಳು ಬಹಳಷ್ಟು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದೇ ಹಾಡನ್ನು ಬಹಳಷ್ಟು ಬಾರಿ ನುಡಿಸಿದ ನಂತರ ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಯೋಚನೆಯಿಲ್ಲದೆ, ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ನಾವು ಹಾರ್ಮೋನಿಯಂ ನುಡಿಸಬಲ್ಲೆವು.

ಅಂತೆಯೇ, ಅಭ್ಯಾಸ ನಿರ್ಮಾಣಗೊಂಡ ನಂತರ ನಮಗರಿವಿಲ್ಲದೆಯೇ ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ನಾವು ಅದನ್ನು ಪಾಲಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆ ಅಭ್ಯಾಸ ಒಳ್ಳೆಯದು ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಇರಬಹುದು. ಆದರೆ, ನಾವು ಅದನ್ನು ಸಹಜವಾಗಿ ಮಾಡತೊಡಗುತ್ತೇವೆ.

ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಪ್ರಚೋದಿತಗೊಳ್ಳುವ ವಿಧಾನ

ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ಅರಿತಾಗ ಮಾತ್ರವೇ ನಾವದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ವಿಧಾನ ತಿಳಿಯಬಹುದು. ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ಅರಿಯಲು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಒಂದು ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಮಾಡಿದರು.

ಒಂದು ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಕೋತಿಯನ್ನು ಕುಳಿರಿಸಲಾಯಿತು. ಒಂದು ಬೀಪ್ ಶಬ್ದದ ನಂತರ ಕೊಳವೆಯ ಮೂಲಕ ಅದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಸಿಹಿಯಾದ ದ್ರವವನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಆ ದ್ರವವನ್ನು ಕೋತಿ ಆನಂದಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಕೆಲವಾರು ದಿನಗಳು ಇದೇ ರೀತಿ ಮುಂದುವರೆಯಿತು. ತರುವಾಯ ಒಂದು ದಿನ, ಬೀಪ್ ಶಬ್ದ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಆದರೆ ಕೊಳವೆಯ ಮೂಲಕ ದ್ರವ ನೀಡಲಿಲ್ಲ. ಆಗ ಕೋತಿಯು ಬಹಳಷ್ಟು ಉದ್ವಿಗ್ನಗೊಂಡು ಚಡಪಡಿಸಲಾರಂಭಿಸಿತು.

ಬೀಪ್ ಶಬ್ದವು ಕೋತಿಗೆ ದ್ರವ ಕುಡಿಯುವ ಅಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಪ್ರಚೋದನೆ ನೀಡುತ್ತಿತ್ತು. ಆ ದ್ರವವನ್ನು ಕುಡಿಯುವ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಅದಕ್ಕೆ ಆನಂದ ದೊರೆಯುತ್ತಿತ್ತು. ಆ ದ್ರವವನ್ನು ನೀಡದಿದ್ದಾಗ ಅಭ್ಯಾಸದ ಪ್ರಚೋದನೆಗೆ ಒಳಗಾದ ಕೋತಿ ಚಡಪಡಿಸಲಾರಂಭಿಸಿತು. ಬೀಪ್ ಶಬ್ದವನ್ನು ಸಂಕೇತ ಎಂದು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಕರೆದರು. ಆ ಸಂಕೇತ ದೊರೆತಾಗ ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅಭ್ಯಾಸ ಪ್ರಚೋದಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದ ಆನಂದ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.

ಆ ಸಂಕೇತ ಸಮಯವಾಗಬಹುದು, ಸ್ಥಳವಾಗಬಹುದು, ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಬಹುದು. ಕೆಲವರಿಗೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ೬ ಘಂಟೆಗೆ ಚಹಾ ಸೇವಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸವಿರುತ್ತದೆ. ೬ ಘಂಟೆಗೆ ಚಹಾ ದೊರೆಯದಿದ್ದರೆ ಅವರು ಚಡಪಡಿಸಲಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. '೬ ಘಂಟೆ' ಎಂಬ ಸಮಯ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಂಕೇತವಾಗಿದೆ. ಆ ಸಂಕೇತದಿಂದ 'ಚಹಾ ಸೇವಿಸುವ' ಅಭ್ಯಾಸ ಪ್ರಚೋದಿತವಾಗುತ್ತದೆ, ಆ ಅಭ್ಯಾಸ ಪೂರ್ಣಗೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅಸಂತೋಷ, ಅಸಮಾಧಾನ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದೇ ರೀತಿ ಇದು ಕೆಲವು ವ್ಯಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಸ್ಥಳಕ್ಕೂ ಅನ್ವಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ದುರಭ್ಯಾಸಗಳಿಂದ ಪಾರಾಗುವ ಬಗೆ

ಕೆಲವು ಸಂಕೇತಗಳಿಂದ (ಅದು ಸಮಯವಾಗಿರಬಹುದು, ಸ್ಥಳವಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿರಬಹುದು) ಕೆಲವೊಂದು ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಪ್ರಚೋದಿತವಾಗುತ್ತವೆ. ಆ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ನಮ್ಮ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕೆಲವರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಕೈಬೆರಳಿನ ಉಗುರುಗಳನ್ನು ಹಲ್ಲಿನಿಂದ ಕಡಿಯುವ ಚಟವಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ಅವರ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಯೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಇಂತಹ ದುರಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಪಾರಾಗುವುದು ಹೇಗೆ?

ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, 'ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ ಒಂದು ಅಭ್ಯಾಸದ ಹೊರತಾಗಿ ಇನ್ನೊಂದು ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮೈಗೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.' ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶ. ಯಾವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ೬ ಘಂಟೆಗೆ ಚಹಾ ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸವಿರುತ್ತದೆಯೋ, ಆ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದರ ಬದಲಾಗಿ, ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಮುದ ಕೊಡುವ ಇತರ ಯಾವುದಾದರೂ ಅಭ್ಯಾಸ (ಸ್ನೇಹಿತರೊಡನೆ ಮಾತನಾಡುವುದು, ವಾಯು ವಿಹಾರ ಮಾಡುವುದು) ಮೈಗೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಇದಕ್ಕೆ ಹಲವಾರು ನಿದರ್ಶನ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ಭಕ್ತನಿದ್ದ. ಆತನಿಗೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮೇಲೆ ಅಪಾರ ಭಕ್ತಿ - ಶ್ರದ್ಧೆ. ಆದರೆ ಆತ ಕುಡಿತದ ವ್ಯಸನಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗಿದ್ದ. ಎಷ್ಟೇ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಿದರೂ, ಕುಡಿತದಿಂದ ಪಾರುಗಾಣಲಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಒಮ್ಮೆ ಆತ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಬಳಿ ತನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ತೋಡಿಕೊಂಡ. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ನೀಡಿದ

ಪರಿಹಾರ ಅದ್ಭುತವಾದದ್ದು. ಅವರು ಹೇಳಿದರು, “ನೋಡು, ಪ್ರತಿಬಾರಿ ನೀನು ಮದ್ಯವನ್ನು ಕುಡಿಯುವಾಗಲೂ ಅದನ್ನು ತಾಯಿ ಜಗನ್ನಾತೆಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿ, ಆಕೆಯ ಪ್ರಸಾದವೆಂಬ ಭಾವನೆ ಯಿಂದ ಸೇವಿಸು” ಎಂದು. ಆ ಭಕ್ತ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಸೂಚನೆ ಯನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದ. ಕ್ರಮೇಣ ಮದ್ಯದ ಅಮಲಿಗಿಂತ ಜಗ ನ್ನಾತೆಯ ಭಾವವೇ ಅವನನ್ನು ಆವರಿಸಲಾರಂಭಿಸಿತು. ಕ್ರಮೇಣ ಆತ ಕುಡಿತದಿಂದ ಪಾರಾದ.

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಆತನಿಗೆ ಕುಡಿತ ಕೆಟ್ಟದ್ದು, ಅದನ್ನು ಬಿಡು ಎನ್ನಬಹುದಾಗಿತ್ತು. ಆ ಭಕ್ತ ಅವರ ಮಾತನ್ನು ಪಾಲಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದ. ಆದರೆ ಗುರುವಿನ ಆಜ್ಞೆಯನ್ನು ಪಾಲಿಸಲಾಗದೆ ಖಿನ್ನನಾಗುತ್ತಿದ್ದ. ಅದೂ ಅಲ್ಲದೆ ಆತನಿಗೆ ಕುಡಿತ ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಎಂದು ಗೊತ್ತಿರಲಿಲ್ಲವೆ? ಗೊತ್ತಿತ್ತು. ತಾನೆಷ್ಟೇ ಪ್ರಯತ್ನಪಟ್ಟರೂ ಅದ ರಿಂದ ಹೊರಬರಲಾಗದೆ ಒಡ್ಡಾಡುತ್ತಿದ್ದ. ಆದರಿಂದ ಶ್ರೀರಾಮ ಕೃಷ್ಣರು ಆತನಿಗೆ ಮದ್ಯವನ್ನು ಜಗನ್ನಾತೆಗೆ ಅರ್ಪಿಸುವ ಹೊಸ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಸೂಚಿಸಿದರು. ಕ್ರಮೇಣ ಹಳೆಯ ದುರಭ್ಯಾಸ ಹೊರಟುಹೋಯಿತು.

ಒಬ್ಬ ಏಸುವಿನ ಭಕ್ತನಿದ್ದ. ಆತ ಕುಡಿತದ ಆಮಿಷದಿಂದ ಪಾರಾದ ಘಟನೆಯನ್ನು ತನ್ನ ಜೀವನಚರಿತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿ ದ್ದಾನೆ. ಮದ್ಯವನ್ನು ಕುಡಿಯಬೇಕು ಎಂದ ಅನಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ಆತ ಬೈಬಲ್ ಓದುತ್ತಿದ್ದ. ಕ್ರಮೇಣ ಏಸುವಿನ ಮಾತಿನ ಸತ್ವಭಾವ ಕುಡಿತದ ದುಷ್ಟಭಾವದಿಂದ ಅವನನ್ನು ಪಾರುಮಾಡಿತು.

ಆದ್ದರಿಂದ ದುರಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಪಾರಾಗಬೇಕಾದರೆ ಸದಭ್ಯಾಸ ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸತ್ ಚಿಂತನೆ ಹಾಗೂ ಸತ್ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತೊಡಗಿಸಬೇಕು.

ನ್ಯೂನತೆಯ ಅರಿವಿರಬೇಕು, ಆದರೆ ನ್ಯೂನತೆ ಕುರಿತಾಗಿ ಧ್ಯಾನಿಸಬಾರದು

ಇದೊಂದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶ. ನಮಗೆ ನಮ್ಮ ನ್ಯೂನತೆಗಳ ಅರಿವಿರಬೇಕು, ಆದರೆ ಅವುಗಳ ಕುರಿತಾಗಿ ನಾವು ಧ್ಯಾನಿಸಬಾರದು. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಯಾವುದನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸು ತ್ತದೆಯೋ ಅದರ ಆಕಾರ ತಾಳುತ್ತದೆ. ದುಷ್ಟ ಚಿಂತನೆಗಳ, ದುರ ಭ್ಯಾಸಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸಿ, ‘ಅಯ್ಯೋ, ನಾನು ಕೆಟ್ಟವನು. ನಾನೊಬ್ಬ ದುಷ್ಟ’ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ನಾವು ದುಷ್ಟರೇ ಆಗು ತೇವೆ. ಬದಲಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕು.

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, “ಪಶ್ಚಿಮ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ನಿಂತು ‘ಎಲೈ ಪಶ್ಚಿಮವೇ, ನೀನು ದೂರ ಹೋಗು’ ಎಂದರೆ ನಾವು ಪಶ್ಚಿಮದಿಂದ ದೂರ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ ನಾವು ಪೂರ್ವದ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕು” ಎಂದು.

ಅದರಂತೆಯೇ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಲ್ಲಿಯೂ ಅನೇಕ ಕೆಟ್ಟ ಸಂಸ್ಕಾರ ಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಕುರಿತಾಗಿ ಯೋಚಿಸದೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಆಲೋಚನೆ ಮಾಡುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಬೆಳೆಸಬೇಕು.

ಸ್ವಾಮಿ ಯತೀಶ್ವರಾನಂದರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, “ಒಂದು ಇಂಕಿನ ಬಾಟಲಿಯನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಬೇಕಾದರೆ ನಾವು ಶುದ್ಧ ಜಲವನ್ನು ಆ ಬಾಟಲಿಗೆ ಹಾಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಕ್ರಮೇಣ ಇಂಕಿನ ಬಾಟಲಿ ಶುದ್ಧ ನೀರಿನ ಬಾಟಲಿಯಾಗುತ್ತದೆ” ಎಂದು.

ಶ್ರೀರಾಮಾನುಜಾಚಾರ್ಯರಿಗೆ ಓರ್ವ ಶಿಷ್ಯನಿದ್ದ. ಆತನಿಗೆ ತನ್ನ ಗುರುಗಳಾದ ಶ್ರೀರಾಮಾನುಜಾಚಾರ್ಯರ ಮೇಲೆ ವಿಶೇಷ ಭಕ್ತಿ. ಪ್ರತಿದಿನ ಗುರುಗಳ ದರ್ಶನಕ್ಕೊಂದು ಬರುತ್ತಿದ್ದ. ಆದರೆ ತನ್ನ ಕೆಲವು ಕುಸಂಸ್ಕಾರಗಳಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಆತನಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿರ ಲಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನರಿತ ಶ್ರೀರಾಮಾನುಜಾಚಾರ್ಯರು ಆತನಿಗೆ ಹೇಳಿ ದರು, “ಪ್ರತಿದಿನ ನನ್ನನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಲು ಬರುವಾಗ ವಿಷ್ಣು ಸಹಸ್ರನಾಮದ ಒಂದು ಶ್ಲೋಕವನ್ನು ಕಂಠಪಾಠ ಮಾಡು” ಎಂದು. ಕ್ರಮೇಣ ಆ ಶಿಷ್ಯನ ಜೀವನ ಆಮೂಲಾಗ್ರವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಂಡಿತು.

ಇದರಂತೆಯೇ ನಾವೂ ಕೂಡ ಸತ್ ಚಿಂತನೆಗಳನ್ನು ಹಗಲಿರುಳೂ ನಮ್ಮ ಮೆದುಳಿಗೆ ತುಂಬೋಣ. ಕ್ರಮೇಣ ನಮ್ಮ ಜೀವನವೇ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು “ನೀವೆಲ್ಲ ಅಮೃತಪುತ್ರರು. ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಪಾಪಿ ಎನ್ನುವುದೇ ಒಂದು ಮಹಾಪಾಪ” ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆ ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಜೀವನವನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯ ಕಡೆಗೆ, ಸಾರ್ಥಕತೆಯ ಕಡೆಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯೋಣ.

“ತ್ಯಾಗವಿಲ್ಲದೆ, ವಿಷಯಸುಖಗಳಲ್ಲಿ ಜುಗುಪ್ಸೆ ಯಿಲ್ಲದೆ, ಕಾಮ-ಕಾಂಚನಗಳು ಹೇಸಿಗೆಗೆ ಸಮಾನ ವೆಂದು ಭಾವಿಸದೆ ಇದ್ದರೆ ‘ನ ಸಿದ್ಧ್ಯತಿ ಬ್ರಹ್ಮತಾಂತರೇಪಿ’ — ನೂರಾರು ಕಲ್ಪಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯಲಾರರು. ಭಗವನ್ನಾಮಸ್ಮರಣೆ, ಧ್ಯಾನ, ಪೂಜೆ, ಹೋಮಾಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ತರ್ಪಣ ಕೊಡುವುದು ಇವೆಲ್ಲ ತ್ಯಾಗಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಹೊಂದುವುದಕ್ಕೆ. ಯಾರಿಗೆ ಈ ತ್ಯಾಗ ಭಾವನೆಯಿಲ್ಲವೋ ಅವರ ಸ್ಥಿತಿಯು ಲಂಗರು ಹಾಕಿರುವ ದೋಣಿಯನ್ನು ಹುಟ್ಟು ಹಾಕಲೆತ್ತಿಸುತ್ತಿರುವ ಮನುಷ್ಯನಂತಾಗುತ್ತದೆ. ‘ನ ಪ್ರಜಯಾ ಧನೇನ ತ್ಯಾಗೇನೈಕೇ ಅಮೃತತ್ವಮಾನತುಃ’ — ಸಂತತಿಯಿಂದಲ್ಲ, ಐಶ್ವರ್ಯದಿಂದಲ್ಲ, ಕೇವಲ ತ್ಯಾಗ ದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಕೆಲವರು ಅಮರತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದಿದರು.”

— ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದ

(ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರ ಕೃತಿಶ್ರೇಣಿ, ಸಂ.೮, ಪು. ೧೬೦)