

# ನಾಯಮಾತ್ಮಾ ಬಲಹೀನೇನ ಲಭ್ಯಃ

ಮೂಲ ಹಿಂದೀ : ಸ್ವಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮೇಶಾನಂದ

ಆನುವಾದ : ಮಾತಾ ತ್ಯಾಗಮಯೀ

ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಅಮೆರಿಕ ಹಾಗೂ ಯೂರೋಪಿನಲ್ಲಿ ಜಯಭೇರಿಯನ್ನು ಬಾರಿಸಿ, ಭಾರತಕ್ಕೆ ಮರಳಿದಾಗ ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಆದ್ವಾರಿಯ ಸ್ವಾಗತ ದೊರೆಯಿತು. ಅವರ ತೇಜಸ್ವಿ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಮತ್ತು ಭಾರತದ ಪುನರುದ್ಧಾರಕ ಸಂದೇಶಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತರಾದ ಕೆಲವು ಯುವಕರು ಸ್ವಾಮೀಜಿಯರ ಬಳಿ ಸಾರಿದರು. ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದಲ್ಲೂ ಕೆಲವು ಯುವಕರು ಅವರ ಬಳಿ ಬಂದರು. ಅವರು ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ಸಾರಿದ ಆದರ್ಶಗಳಿಗಾಗಿ ತಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಯಸಿದರು. ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಅವರನ್ನು ಮೇಲಿನಿಂದ ಕೆಳಗಿನವರೆಗೆ ನೋಡಿದರು.

ಆ ಯುವಕರು ಬಲಹೀನ, ತೇಜೋಹೀನ, ದುರ್ಬಲ ರೋಗಿಗಳಂತಿದ್ದರು. ಅವರು ತಾವು ಸಾರಿದ ಆದರ್ಶಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಬಲ್ಲ ಸಮರ್ಥರೇನು? ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಅವರಿಗೆ, “ನಿಮಗೆ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಕೊಲೆ ಮಾಡುವ ಧೈರ್ಯ ಇದೆಯೇನು? ನೀವು ಕಳುಹಿಸುವುದನ್ನು ಮಾಡಬಲ್ಲರೇನು?” ಎಂದು ಕೇಳಿದರು. ಆ ಯುವಕರು ಹೆದರಿಬಿಟ್ಟರು. ಅವರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಮೆಲ್ಲನೆ ಉಸುರಿದ, “ನಾವು ಭಗವಂತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಪಡೆಯಬೇಕು. ನಾವು ಜೀವ-ಶಿವಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು”. ಆಗ ಸ್ವಾಮೀಜಿ, “ನನಗೂ ಅದೇ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಯಾರು ದರೋಡೆ ಮಾಡಲು ಸಿದ್ಧರಿದ್ದೀರಿ? ಭಗವಂತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವು ಕಳುಹಿಸಿದ ಅಥವಾ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವುದಕ್ಕಿಂತ ಸುಲಭವೆಂದು ಕೊಂಡಿರೇನು? ನಿಮ್ಮ ದುರ್ಬಲ ಶರೀರಗಳು, ತೇಜೋಹೀನ ಮುಖಗಳು, ದುರ್ಬಲ ಬಾಹುಗಳನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಏನೂ ಶಕ್ತಿಯಿಲ್ಲ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ತಮೋಗುಣದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ್ದೀರಿ. ಭಗವತ್ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಪ್ರಚಂಡ ಧೈರ್ಯ, ಶಕ್ತಿ ಉತ್ಸಾಹಬೇಕು. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅದಾವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮ ಶರೀರಗಳನ್ನು ಬಲಿಷ್ಠಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ಬಳಿಕ ನೀವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ” ಎಂದು ಗುಡುಗಿದರು.

ನಾಯಮಾತ್ಮಾ ಬಲಹೀನೇನ ಲಭ್ಯಃ — ಆತ್ಮಲಾಭ ಬಲಹೀನನಿಗೆ ಅಲ್ಲ. ಉಪನಿಷತ್ತಿನ ಈ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದ ಮಂತ್ರವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿಯ ಆಗತ್ಯವನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಗೀತೆಯ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲೂ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಅರ್ಜುನನಿಗೆ ದೌರ್ಬಲ್ಯವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವಂತೆ ಕರೆಕೊಡುತ್ತಾನೆ:

ಕೈಬ್ಯಂ ಮಾ ಸ್ಯ ಗಮಃ ಪಾರ್ಥ ನೈತತ್ಯಯು ಪಪದ್ಯತೇ |  
ಕ್ಷುದ್ರಂ ಹೃದಯದೌರ್ಬಲ್ಯಂ ತ್ಯಕ್ತೌ ತ್ವಿಷ್ಠ ಪರಂತಪ ||

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಶಕ್ತಿಗೆ ನೀಡಿದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಇನ್ನಾವ ಸಂತಮಹಾತ್ಮರೂ ನೀಡಿಲ್ಲ. ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನಗೈದ ವಾಚಕರು ಇದನ್ನು ಬಲ್ಲರು. ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಮೊಳಗುತ್ತಾರೆ:

“ಶಕ್ತಿಯೇ ಜೀವನ. ದುರ್ಬಲತೆಯೇ ಮರಣ. ಶಕ್ತಿಯೇ ಜೀವನ, ಚಿರಜೀವನದ ಒಳಗುಟ್ಟು. ದುರ್ಬಲತೆಯು ನಿರಂತರ ಭಾರ.”

“ದುರ್ಬಲತೆಯೇ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಏಕಮಾತ್ರ ಕಾರಣ. ಒಬ್ಬ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ, ಕಳುಹಿಸಿದ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ, ಕೊಲೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ, ಅಪರಾಧವೆಸಗುತ್ತಾನೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೇನು? ಅದಕ್ಕೆ ಅವನ ದುರ್ಬಲತೆಯೇ ಕಾರಣ”

“ಎದ್ದು ನಿಲ್ಲಿ, ಧೀರರಾಗಿ, ಶಕ್ತಿಶಾಲಿಗಳಾಗಿರಿ. ಎಲ್ಲ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಹೆಗಲ ಮೇಲೆ ಎತ್ತಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದ ನಿರ್ಮಾಪಕರು ನೀವೇ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿರಿ.”

“ಇಂದು ನಮ್ಮ ದೇಶಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಕಬ್ಬಿಣದ ಮಾಂಸ ಖಂಡಗಳು, ಉಕ್ಕಿನ ನರಮಂಡಲಗಳು, ವಿದ್ಯುಚ್ಛಕ್ತಿಯಂತಹ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ.”

“ಭಯವೇ ಪಾಪ ಮತ್ತು ಪತನಕ್ಕೆ ಏಕಮಾತ್ರ ಕಾರಣ. ಭಯದಿಂದಲೇ ದುಃಖ ಮತ್ತು ಕಷ್ಟ. ಭಯದಿಂದಲೇ ಮೃತ್ಯು. ಭಯದಿಂದಲೇ ಎಲ್ಲ ಕೆಡಕುಗಳು ಹುಟ್ಟುತ್ತವೆ. ಭಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೇನು?... ತನ್ನ ಸ್ವರೂಪದ ಅಜ್ಞಾನ.”

“ಎಲ್ಲಾ ಶಕ್ತಿಯೂ ನಿನೊಳಗೆ ಅಡಗಿದೆ. ಎಲೈ ಮಹಾತ್ಮನೆ, ಸರ್ವಶಕ್ತವಾದ ನಿನ್ನ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಎಚ್ಚರಗೊಳಿಸಿಕೋ. ಆಗ ಇಡೀ ವಿಶ್ವವೇ ನಿನ್ನಡಿಗರಗುವುದು.”

## ಶರೀರದ ಶಕ್ತಿ

ಧ್ಯಾನ, ಜಪ, ಭಗವತ್ ಚಿಂತನೆಗಳಿಗೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಯಷ್ಟು ಶರೀರಶಕ್ತಿಯು ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದೆನ್ನಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಹಾಗಲ್ಲ. ಶರೀರ ಪೈಲ್ಟಾನನಂತೆ ಬಲಿಷ್ಠವಾಗಿರಬೇಕಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಸಾಧನೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಶರೀರ ಇರಲೇಬೇಕು. ದೇಹ ದುರ್ಬಲವಾಗಿದ್ದು, ದಿನದಿನದ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳಿಂದಲೇ ದಣಿವಾಗುವಂತಿದ್ದರೆ, ಒಂದು ಆಸನದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಬೆನ್ನು, ಕತ್ತು, ಕಾಲುಗಳು ನೋಯುವುದಾದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿ ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಸಾಧನೆಯ ಶ್ರಮವನ್ನು ಹೇಗೆ ತಾನೆ ಸಹಿಸಬಲ್ಲನು?

ನಿಯಮಿತವಾದ ಯೋಗಾಸನ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಯಾಮದಿಂದ ಪಳಗಿದ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಆಹಾರ ಮತ್ತು ವಿಶ್ರಾಂತಿಯ ಅಗತ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಮಗೆ ನಾವು ದಿನವೂ ಸೇವಿಸುವಂತಹ ಆಹಾರ ಸಿಗದಿದ್ದರೂ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಪರಿಶ್ರಮ ಪಡಬೇಕಾದರೂ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಊಟ ಅಗದಿದ್ದರೂ — ಇಂತಹ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ಅವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಭಗವಂತನ ಚಿಂತನೆಯಿಂದ ವಿಮುಖನಾಗದಿರುವ ಶಕ್ತಿ ಇರಬೇಕು. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಶರೀರ ಸಾಧಕನ ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ತಿ. ಶಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲೂ ಸಾಧನೆಗೆ ಬೇಕಾದ ಮೊದಲ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಶರೀರ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. “ಶರೀರಮಾದ್ಯಂ ಖಲು ಧರ್ಮ ಸಾಧನಂ” - ಪಳಗಿದ ಕುದುರೆಯನ್ನು ಸವಾರಿ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸುಖ ದೊರೆಯುವಂತೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಶರೀರ ಯಂತ್ರದೊಡನೆ ಸಾಧನಾಪಥದಲ್ಲಿ ಮುನ್ನಡೆಯಲು ಸುಖಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಾಧಕ ತನ್ನ ಶರೀರವನ್ನು ಸದಾ ಆರೋಗ್ಯದಿಂದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.ನಿಯಮಿತ ವ್ಯಾಯಾಮ, ಯೋಗಾಸನಗಳಿಂದ ಶರೀರವು ಆರೋಗ್ಯಶಾಲಿ ಮತ್ತು ಉತ್ಸಾಹಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

### ಯುಕ್ತಾಹಾರ

ಆಹಾರದ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ ಸಾಧಕನು ಎಚ್ಚರವಾಗಿರಬೇಕು. ಅವರು ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯಿಂದ ಅತಿಯನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು. ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಸೂಚನೆ ಸಿಗುತ್ತದೆ:

ನಾತ್ಯಶ್ವತ್ಸು ಯೋಗೋಽಸಿ ನ ಚೈಕಾಂತಮನಶ್ಚತಃ |  
 ನ ಚಾತಿಷ್ಠಪ್ತೀಲಸ್ಯ ಚಾಗ್ರತೋ ನೈವ ಚಾರ್ಜುನಃ ||  
 ಯುಕ್ತಾಹಾರವಿಹಾರಸ್ಯ ಯುಕ್ತಚೇಷ್ಟಸ್ಯ ಕರ್ಮಸು |  
 ಯುಕ್ತಸ್ವಪ್ನಾವಬೋಧಸ್ಯ ಯೋಗೋ ಭವತಿ ದುಃಖಹಾ ||

(೬-೧೬,೧೭.)

ಸಾಧಕ ಎಂದೂ ಹೊಟ್ಟೆ ಬಿರಿಯುವಂತೆ ಊಟ ಮಾಡಬಾರದು. ಒಂದು ವೇಳೆ ಹಗಲಿನಲ್ಲಿ ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬ ತಿಂದರೂ ರಾತ್ರಿ ಮಾತ್ರ ಅಲ್ಪಾಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಅನೇಕ ಸಾಧಕರು ದಿನಕ್ಕೆ ಒಂದೇ ಬಾರಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುತ್ತಾರೆ. ರಾತ್ರಿಯ ಊಟವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತ ಕೊನೆಗೆ ಬಿಟ್ಟು ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಮೊದಮೊದಲು ಅವರಿಗೆ ದೌರ್ಬಲ್ಯವೆನಿಸಿದರೂ ಬಳಿಕ ಶರೀರವು ಅದಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅಧಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಶರೀರ ಬಲಿಷ್ಠವಾಗುತ್ತದೆ, ಆರೋಗ್ಯಶಾಲಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ತಪ್ಪುಕಲ್ಪನೆ. ಇದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾದುದೇ ಸರಿಯಾದುದು. ಅಧಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ರೋಗಗಳ ಬರುತ್ತವೆ, ಅಲ್ಪಾಹಾರದಿಂದಲ್ಲ. ಅವರವರ ಆರೋಗ್ಯ ಪ್ರಕೃತಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ವ್ಯಕ್ತಿವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆಹಾರ ಪ್ರಮಾಣ ಭಿನ್ನಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಸಾಧಕ ತನ್ನ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ತಾನೇ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಆಹಾರದ ಪ್ರಮಾಣದ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಅದರ ಪ್ರಕಾರವೂ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಜೀರ್ಣವಾಗಲು ಕಠಿಣವಾದ, ತಮೋಗುಣವೃದ್ಧಿಕಾರಿಯಾದ ಆಹಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳ

ಬಾರದು. ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಸಾತ್ವಿಕ, ರಾಜಸಿಕ ಮತ್ತು ತಾಮಸಿಕ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಸಾಧಕನು ಸಾತ್ವಿಕ ಆಹಾರವನ್ನೇ ಸೇವಿಸಬೇಕು.

ಬಲಿಷ್ಠ ನರವ್ಯೂಹ, ಬಲಿಷ್ಠ ಮೂಳೆಗಳು ಮತ್ತು ಬಲಿಷ್ಠ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳಲ್ಲದೆ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ — ಎಂದು ಯೋಗಿಗಳು ಬಗೆದಿರುವರು. ಬಲಿಷ್ಠ ಶರೀರದಿಂದ ಯೋಗದ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟಲುಗಳನ್ನೇರಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂಥ ಬಲಿಷ್ಠ ಶರೀರವು ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ಜನ್ಮದಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ, ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಆಹಾರ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯದಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯದಿಂದ ಮನಶ್ಚಕ್ತಿ ಸಂಚಯವಾಗುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಮೂಳೆಗಳಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಬಲ ಬರುತ್ತದೆ. ಅದು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಅಗತ್ಯವಾದುದು. ಮೆದುಳನ್ನು ಬಲಿಷ್ಠಗೊಳಿಸಲು, ಅದನ್ನು ಶಾಂತವಾಗಿರಿಸಲು ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯ ಅವಶ್ಯಕ. ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯಬಲವಿಲ್ಲದ ಮೆದುಳಿಗೆ ದೀರ್ಘಕಾಲ ಧ್ಯಾನಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಶರೀರ ಬಲ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಗಮನ ಕೊಡಬೇಕಾದಂತೆ, ಅದರ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಕೊಡುವಂತೆ ಆಗಬಾರದು ಎಂಬುದನ್ನೂ ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಶರೀರದ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸುವುದೇ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಶರೀರದ ಕಡೆ ಮನಸ್ಸು ಕೊಡದಿರುವುದೇ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಶರೀರದ ಒಂದು ಪ್ರಧಾನ ಲಕ್ಷಣ. ದೇಹಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಬಿಡುವುದು ಸಾಧನೆಯ ಉದ್ದೇಶ. ಇದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ದೇಹಾತ್ಮಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಬಾರದು. ಶರೀರದ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನೇ ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ಮಾಡುವುದು, ಯಾವಾಗಲೂ ಅದನ್ನೇ ಯೋಚಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಒಂದು ಬಗೆಯ ಮನೋರೋಗ. ಆದ್ದರಿಂದ ಶಂಕರಾಚಾರ್ಯರು ಶರೀರಪೋಷಕರನ್ನು ನಿಂದಿಸುತ್ತ, “ಶರೀರಪೋಷಣೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಬಯಸುವವನು ಮೊಸಳೆಯನ್ನು ಮರದ ದಿಮ್ಮಿಯೆಂದು ಬಗೆದು ಅದರ ನೆರವಿನಿಂದ ನದಿಯನ್ನು ದಾಟಲು ಬಯಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ” ಎಂದಿರುವರು. ಎಲ್ಲ ಸಂತಮಹಾತ್ಮರು ತಮ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಿದ್ದಾರೆ ಹೊರತು ಅದನ್ನು ಪೋಷಣೆ ಮಾಡಿಲ್ಲ.

### ಮನಶ್ಚಕ್ತಿ

ಸಂತ-ಮಹಾತ್ಮರು ಶರೀರಶಕ್ತಿಗಿಂತ ಅಧಿಕವಾಗಿ ಮನಶ್ಚಕ್ತಿ, ದೃಢನಿರ್ಧಾರ, ಧೈರ್ಯ ಮತ್ತು ಪರಮ ಸಹನೆಯಿಂದ ಶರೀರದ ಕಷ್ಟದುಃಖಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಬೆಳೆಯುವಂತೆ ತಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತರಬೇತುಗೊಳಿಸಿದರು. ಒಬ್ಬ ಜೈನ ಸಂತ ತನ್ನ ೧೫೫ ಹರೆಯದಲ್ಲಿ ಸುಖ-ಸಮೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಗೃಹವನ್ನು ತ್ಯಾಗಮಾಡಿ ಸಂನ್ಯಾಸ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಬಂದನು. ಅವನಿಗೆ ಕಷ್ಟಗಳು ಗೊತ್ತೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಮೊದಲ ದಿನ ಅವನು ಹಗಲ ಮೇಲೆ ಬಟ್ಟೆಯ ಗಂಟು ಮತ್ತು ಪುಸ್ತಕಗಳ ಗಂಟನ್ನು ಎತ್ತಿಕೊಂಡು ೨-೪ ಮೈಲಿ

ನಡೆದಾಗ ಅವನ ಭುಜಗಳು ನೊಂದವು, ಕಾಲುಗಳಲ್ಲಿ ಬಾವು ಬಂದಿತು. ಬೇರೆ ಸಂನ್ಯಾಸಿಗಳು ಅವನ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಒತ್ತಿದರು. ಅವನು ನಿರಾಶನಾಗಲಿಲ್ಲ, ದೃಢಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ಎಲ್ಲ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನೂ ಎದುರಿಸಿ, ಮುಂದೆ ಸಂಘದ ಆಚಾರ್ಯನಾದನು.

### ಪ್ರಬಲ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ

ಸಾಧಕನ ನಿಜವಾದ ಭಕ್ತಿ ಪ್ರಬಲ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ. ಅದರ ಸಹಾಯ ದಿಂದ ಅವನು ಎಂತಹ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನಾದರೂ ದಾಟಿ ಬಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪಥವನ್ನು ಕತ್ತಿಯಲಗಿನ ದಾರಿ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಅದು ಬಹಳ ಕಠಿಣ ವಾದುದು. ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಇದೆ. ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿ ಯಾಗಲು ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ ಬೇಕು. ಅದೇ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಅವನು ಗುರಿಯನ್ನು ತಲಪುತ್ತಾನೆ. ತಪ, ವ್ರತ, ನಿಯಮ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಂದ ಇಚ್ಛಾ ಶಕ್ತಿ ಬಲಿಷ್ಠವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅಹಿಂಸೆ, ಸತ್ಯ ಮುಂತಾದವನ್ನು ಪಾಲಿಸಲಾಗದಿದ್ದರೂ, ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿ ನಿರೋಧವು ಬರದಿದ್ದರೂ ನಿರಾಶ ರಾಗದ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರಬೇಕು. ಸ್ವಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದರು, “ಹೊಸದಾಗಿ ಹುಟ್ಟಿದ ಕರು ಎದ್ದು ನಿಲ್ಲಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಬಿದ್ದರೂ ಪ್ರಯತ್ನ ವನ್ನು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ಕೊನೆಗೂ ನಿಲ್ಲಲು, ಓಡಲು ಕಲಿಯುತ್ತದೆ” ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ಪುಟ್ಟ ಇರುವೆ ಎಂತಹ ಕಠಿಣ ರಸ್ತೆಯಿಂದ ಭಾರದ ಆಹಾರವನ್ನು ಎತ್ತಿಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತದೆ! ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಸೋತರೂ ಅದು ತನ್ನ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಬಿಡದು. ಅದು ಕೊನೆಗೂ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿಯೇ ಸಿದ್ಧ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕೊನೆಮೊದ ಲಿಲ್ಲದ ಅಡಿಆತಂಕಗಳೊಂದಿಗೆ ಗುದ್ದಾಡುವುದರಿಂದ ಸಾಧಕನ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ ಬಲಿಷ್ಠವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಧಕ ಪೈಲವಾನನನ್ನು ಬಲಾಢ್ಯ ನಾಗಿಸಲೆಂದೇ ಭಗವಂತ ಈ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಒಡ್ಡಿರುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದ ರಿಂದ ಸಾಧಕನು ಅವುಗಳಿಗೆ ಹೆದರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನ್ನು ಹೃತ್ಪೂ ರ್ವಕ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಕೆಲವು ಸಂತರು ಮನಸ್ಸು ಸತತ ಹೋರಾಟ ಶೀಲವಾಗಿರಲೆಂದು ಬೇಕೆಂದೇ ಕಷ್ಟದ ದಾರಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡು ತ್ತಾರೆ. ತನ್ಮೂಲಕ ಅವರು ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

### ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ

ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಮನೋಬಲಕ್ಕೆ ಸೇರಿದುದು. ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸಕ್ಕೆ ಸರ್ವೋಚ್ಚ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. “ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯದ ನಿರ್ಮಾಪಕರು ನಾವೇ. ಎಲ್ಲ ಶಕ್ತಿಯು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಅಡಗಿದೆ. ನಾವು ಖಂಡಿತ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಬಲ್ಲೆವು.” ಈ ಬಗೆಯ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಲ್ಲದೆ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲಾಗದು. ಮೊದ ಲನೆಯದಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತನ್ನೊಳಗಿನ ಅನಂತ ಶಕ್ತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಶ್ರದ್ಧೆ ಇರಬೇಕು. ಎರಡನೆಯದಾಗಿ ತನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿಯನ್ನು ದೃಢವಾಗಿ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು, “ಒಂದು ಆದರ್ಶವನ್ನು ನಿಮ್ಮದನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಉಸಿರಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.” ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಕೆಲವರು ದೇಶಭಕ್ತಿಯ, ಕೆಲವರು ಸೇವೆಯ, ಕೆಲವರು ಸತ್ಯ- ಅಹಿಂಸೆಯ ಆದರ್ಶವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಒಂದು ಆದರ್ಶವನ್ನು ಕೊನೆಯವರೆಗೆ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆಧುನಿಕ ಯುಗದ ಬೆಡಗಿನ ವಿಚಾರಗಳ ನೂರಾರು ಆದರ್ಶಗಳು, ನಮ್ಮ ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಸುತ್ತುತ್ತಿರಬಹುದು. ಹೀಗಿರುವಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿ ಆದರ್ಶ ವನ್ನು, ಗುರಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರುತ್ತದೆ. ಜೀವನದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ನಡುವೆ ಹೆಣಗುತ್ತ, ಸಾಧನೆಯ ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡುತ್ತ, ಬಾಹ್ಯ ಜಗತ್ತಿನ ಪರಸ್ಪರ ವಿರುದ್ಧ ವಿಚಾರಧಾರೆಗಳ ನಡುವೆ ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ದೃಢ ವಾಗಿ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಒಂದು ಗುರಿಯನ್ನು, ಒಂದು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ದೃಢವಾಗಿ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮನಶ್ಚಕ್ತಿಯ ಪ್ರತೀಕ. ಎಷ್ಟೋ ಸಾಧಕರು ಸಾಧನೆಯನ್ನೇನೋ ಬಹಳ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಕೆಲ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅವರ ಉತ್ಸಾಹವೆಲ್ಲ ತಣ್ಣಗಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ತಾವೇ ಹುಟ್ಟಿಸಿದ ಸಮಸ್ಯೆ ಗಳ ಗೊಂದಲದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದು ಸೋಲೊಪ್ಪಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದ ರಿಂದ ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಧೈರ್ಯ ಮತ್ತು ಸತತ ಪ್ರಯತ್ನಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಒತ್ತು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ.

### ನಿರ್ಭಯತೆ

ನಿರ್ಭಯತೆ ಮನಶ್ಚಕ್ತಿಯ ಸ್ಪಷ್ಟದ್ಯೋತಕ. ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರ ಪ್ರಕಾರ ಭಯವೇ ಪಾಪ ಮತ್ತು ಪತನಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ತನ್ನ ಸ್ವರೂಪ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದಿರುವುದೇ ಭಯಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ. ಉಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ “ದ್ವಿತೀಯಾದ್ವೈ ಭಯಂ ಭವತಿ” ಎಂದರೆ ‘ನಾನು-ನೀನು ಎಂಬ ದ್ವೈತಬೋಧೆಯಿರುವಲ್ಲಿ ಭಯವಿದೆ. ಅದ್ವೈತದಲ್ಲಿ ಭಯ ವಿಲ್ಲ’ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಜನಕನಿಗೆ ಯಾಜ್ಞವಲ್ಕ್ಯರು, “ಅಭಯಂ ವೈ ಜನಕ ಪ್ರಾಪ್ನೋತಿ” - “ನೀನು ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಅಭಯವನ್ನು ಪಡೆದಿರುವೆ” ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಉಪನಿಷತ್ತು ಗಳ ಪ್ರಧಾನ ಕರೆ ಅಭೀಃ - ನಿರ್ಭಯತೆ. ಪರಿಪೂರ್ಣ ನಿರ್ಭ ಯತೆ ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನದಿಂದ ಲಭಿಸುವುದು. ನಾವು ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾ ತ್ಕಾರದ ಭಗವತ್ಪ್ರಾಪ್ತಿಯ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆದಷ್ಟು ಅಧಿಕಾಧಿಕ ನಿರ್ಭಯತೆಯು ನಮ್ಮದಾಗುತ್ತದೆ.

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು, “ಲಜ್ಜೆ, ಭಯ ಮತ್ತು ಮಾನ ಇರುವಲ್ಲಿ ಭಗವಂತ ಸಿಗನು” ಎಂದಿರುವರು. ಭಯ ಹಲವು ಬಗೆಯ ದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಸಾಧನಾಮಾರ್ಗದ ಅಡೆತಡೆಗಳ ಭಯ, ಗುರಿ ಯನ್ನು ಸೇರಲಾಗದಿದ್ದರೆ ಎಂಬ ಭಯ ಕೆಲವರಿಗೆ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯಲು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ಭವಿಷ್ಯದ ಅನಿಶ್ಚಿತತೆ ಕೆಲವ ರಿಗೆ ಭಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರಿಗೆ ನಾನು ಸಾಧನೆ ಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದರೆ ಜನ ಏನೆನ್ನುತ್ತಾರೆ, ಅವರು ನನಗೆ ಅಪಹಾಸ್ಯ ಮಾಡಿದರೆ ಎಂಬ ಭಯ. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು “ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಚಪ್ಪಾಳೆ ತಟ್ಟುತ್ತ ಭಗವನ್ನಾಮ ಸಂಕೀರ್ತನೆಯನ್ನು ಮಾಡ ಬೇಕು” ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತ “ಇಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹರಿನಾಮ ಸ್ಮರಣೆ



ಮಾಡುತ್ತ ನರ್ತಿಸುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಜನ ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಮಾತನಾಡಲಿ, ನೀವು ಮಾತ್ರ ಲಜ್ಜೆ ಮತ್ತು ಭಯವನ್ನು ತೊರೆದು ಭಗವದ್ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡಬೇಕು” ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಗುರಿ ಅಥವಾ ದಾರಿಯ ಕುರಿತು ಸರಿಯಾದ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಾಗಲೂ ಭಯ ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಭಯ ಕಲ್ಪಿತವಾದದ್ದು. ಧೀರ, ನಿರ್ಭೀತ ಸಾಧಕನನ್ನು ನೋಡಿಯೇ ಎಷ್ಟೋ ತೊಂದರೆಗಳು, ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಪಲಾಯನಗೈಯುತ್ತವೆ, ಮತ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಅವನಿಗೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತವೆ.

ಭಯಕ್ಕೆ ಇನ್ನೊಂದು ಕಾರಣ ದೇಹಾತ್ಮಬುದ್ಧಿ. ನಾನು ದೇಹ ಎಂಬ ಜ್ಞಾನ ಇರುವವರೆಗೆ ರೋಗ, ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಮತ್ತು ಮೃತ್ಯು ಭಯವಿರುತ್ತದೆ. ಮೃತ್ಯು ಭಯವಿರುವವರೆಗೂ ದೇಹಾತ್ಮ ಬುದ್ಧಿಯಿದೆಯೆಂದೇ ಅರ್ಥ. ಮೃತ್ಯುಭಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಅಜ್ಞಾನ. ನಮಗೆ ಮೃತ್ಯುವಿನ ಅನುಭವ ಇಲ್ಲ. ಮೃತ್ಯುಭಯದಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಒಮ್ಮೆ ಮರಣವನ್ನು ಅನುಭವದ ಪರಿಧಿಯೊಳಗೆ ತಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಹೇಗೆ? ವಿವೇಕ-ವಿಚಾರದಿಂದ ಅಥವಾ ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಸಾವನ್ನು ಕಂಡು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಭೋಗಾಭಿಲಾಷೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಶಾರೀರಿಕ-ಮಾನಸಿಕ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಸಹಿಸುವ ತಕ್ಕಮಟ್ಟಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿದ್ದರೂ ಭಯ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅರ್ಥಹೀನ, ಕಲ್ಪಿತ ಭಯಗಳನ್ನು ವಿವೇಕ ವಿಚಾರದಿಂದ ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಬೇಕು.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನ ಪರ್ವತಾರೋಹಣದ ಹಾಗೆ, ಸಮುದ್ರ ದೊಳಗೆ ಮುಳುಗು ಹಾಕಿದ ಹಾಗೆ. ಇಲ್ಲಿ ಭಯಕ್ಕೆ ಯಾವ ಸ್ಥಾನವೂ ಸಲ್ಲದು. ಇದರ ಅರ್ಥ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಬಲಿಷ್ಠರೆಂದು, ಸಮರ್ಥರೆಂದು ಬಗೆದು ನಮ್ಮ ಇತಿಮಿತಿಯನ್ನು ಮೀರಿದ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಕೈ ಹಾಕಬೇಕೆಂದಲ್ಲ. ಆದರೆ ಸೋಲು, ಪತನ, ವಿಘ್ನಗಳಿಗೆ ಹೆದರುವವನೇ ಹೆಚ್ಚು ಬಾಳುವುದು. ಅಂತೆಯೇ ಆತಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ತಾಳುವವನೂ, ಆತಿ ಭಂಡತನ ಮಾಡುವವನೂ ಬೀಳದೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ತನ್ನ ಶಕ್ತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನರಿತುಕೊಂಡು, ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ, ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ನಾವು ಇರಬೇಕಾದದ್ದು ಧೈರ್ಯ ಮತ್ತು ನಿರ್ಭಯತೆಯಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು.

**ಸಹನೆ ಮತ್ತು ಅಹಿಂಸೆ**

ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರ ಪ್ರಕಾರ ಸಹನೆ ಮತ್ತು ಅಹಿಂಸೆ ಶಕ್ತಿಯ ಪ್ರತೀಕ. ತನಗೆ ತೊಂದರೆ-ದುಃಖ ಕೊಟ್ಟವನಿಗೆ ಪ್ರತೀಕಾರ ಗೈಯಲು ಶಕ್ತಿ ಬೇಕು, ಆದರೆ ಅವನನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಲು ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಕ್ತಿ ಬೇಕು. ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ಎತ್ತಿನ ಕೋಡಿನ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಸೊಳ್ಳೆ ಕುಳಿತಿತ್ತು. ಸೊಳ್ಳೆ ತನ್ನಿಂದ ಎತ್ತಿಗೆ ಭಾರವಾಯಿತಲ್ಲ ಎಂದು ಕ್ಷಮೆ ಕೇಳಿತು. ಎತ್ತು, “ತಮ್ಮ ನೀನಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ನಿನ್ನ ಕುಟುಂಬದ ಎಲ್ಲ ಸದಸ್ಯರೂ ಬಂದು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಎಷ್ಟು ಹೊತ್ತು ಕುಳಿತುಕೊಂಡರೂ ಅದರಿಂದ ನನಗೇನು ತೊಂದರೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ” ಎಂದಿತು. ಬಲಿಷ್ಠನು ಜಗತ್ತಿನ ಸಣ್ಣ ದೊಡ್ಡ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು, ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸುಖ-ದುಃಖವಿಲ್ಲದೆ ಸಹಿಸುತ್ತಾನೆ. ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ನಮಗೆ

ಕಷ್ಟ ದುಃಖ ಕೊಟ್ಟಾಗ ಅವರಿಗೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ತೊಂದರೆ ಕೊಡುವುದು ಶಕ್ತಿಯ ಪ್ರತೀಕವಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ ಅದು ಅಲ್ಪಬುದ್ಧಿಯ ಸಂಕೇತ. ಯುದ್ಧದಲ್ಲಿ ಶತ್ರುಗಳನ್ನು ಸದೆ ಬಡಿಯುವುದು, ಸೇಡು ತೀರಿಸುವುದು ವ್ಯವಹಾರ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿಯ ಪ್ರತೀಕ ಇರಬಹುದು. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿಯೊಂದು ಇದೆ. ಪ್ರತೀಕಾರ ಗೈಯುವ ಶಕ್ತಿಯಿದ್ದೂ ಮ್ಯಾನವದನವಿಲ್ಲದೆ ಅದನ್ನು ಸಹಿಸುವುದು ನಿಜವಾದ ಶಕ್ತಿ. ಆದರೆ ದೌರ್ಬಲ್ಯವನ್ನು, ಅಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ನಾವು ಸಹನೆ ಎಂದು ತಪ್ಪಾಗಿ ತಿಳಿಯಬಾರದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಆ ಯುವಕರಿಗೆ “ದರೋಡೆ ಮಾಡಬಲ್ಲರಾ, ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಬಲ್ಲರಾ?” ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದರು. ಅದರರ್ಥ ದರೋಡೆ, ಸುಳ್ಳು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಅಲ್ಲ.

ಶಕ್ತಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಪುರಾಣಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಬ್ರಹ್ಮ ವಿಷ್ಣು, ಮಹೇಶ್ವರರು ಸೃಷ್ಟಿ, ಸ್ಥಿತಿ, ಲಯದ ದೇವತೆಗಳು. ಇವು ಕ್ರಮವಾಗಿ ರಾಜಸ, ಸಾತ್ವಿಕ ಮತ್ತು ತಾಮಸ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತವೆ. ಒಂದು ವಸ್ತುವಿನ ಸೃಷ್ಟಿ ಮತ್ತು ನಾಶದಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿ ಎದ್ದು ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಅದರ ಪಾಲನೆ, ಸಂರಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿ ಅಷ್ಟಾಗಿ ಎದ್ದು ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದು ಸಾತ್ವಿಕ ಶಕ್ತಿ, ಅದಕ್ಕೆ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಮಗು ತಾಯಿಯನ್ನು ತುಳಿಯುತ್ತದೆ. ಆಳುತ್ತದೆ, ಚೀರಾಡುತ್ತದೆ, ಬೈಯುತ್ತದೆ. ಅವಳ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಕೊಳೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅವಳು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಅವನ್ನೆಲ್ಲ ಸಹಿಸಿ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಮಗುವನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸದೆ, ಅದರ ಲಾಲನೆ-ಪಾಲನೆ ಮಾಡುತ್ತಾಳೆ. ಸಹಿಷ್ಣು ವ್ಯಕ್ತಿ ಹೀಗಿರುತ್ತಾನೆ.

ಹಾಗೆಂದು ಅಹಿಂಸೆಯ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಹಿಂಸೆ, ಅನ್ಯಾಯಗಳನ್ನು ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಅರ್ಥವಲ್ಲ. ಅವನಲ್ಲಿ ಎಂತಹ ಶಕ್ತಿ ಇರುತ್ತದೆಂದರೆ ಜನ ಅವನ ಸುದ್ದಿಗೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನಿಗೆ ಹಿಂಸೆ, ಅನ್ಯಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನ ದೃಢತೆ, ನೈತಿಕ ಬಲ ಜನರಿಗೆ ಗೊತ್ತೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಜಗತ್ತು ಬಹಳ ಕೆಟ್ಟದು. ನಾವು ದುರ್ಬಲರಾಗಿದ್ದರೆ, ಜಗತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿ ತಿನ್ನುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾರೂ ದುರುಪಯೋಗ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆ ಹಾಗೆ ನಾವು ಬಲಿಷ್ಠರಾಗಿರಬೇಕು. ಆತ್ಮಗೌರವ ಮತ್ತು ಮನೋದಾರ್ಢ್ಯದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

**ಉಪಸಂಹಾರ**

ಕಬ್ಬಿಣದ ಸರಪಳಿಯ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಅದರ ಅತಿ ದುರ್ಬಲ ಕೊಂಡಿಯಿಂದ ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಲಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ಕೊಂಡಿಗಳೂ ಬಲಿಷ್ಠವಾಗಿದ್ದೂ, ಒಂದೆರಡು ಮಾತ್ರ ದುರ್ಬಲವಾಗಿದ್ದರೆ, ಸರಪಳಿ ದುರ್ಬಲವೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಂತೆಯೇ ಸಾಧಕನಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಸಣ್ಣ ದುರ್ಬಲತೆಯಿದ್ದರೂ ಅದು ಅಪಾಯಕರವೇ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸ್ವಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ, ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಆತ್ಮವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯಿಂದ ಕ್ರಮೇಣ ತನ್ನ ದೌರ್ಬಲ್ಯವನ್ನು ದೂರಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

