ಇರುಳು ಕತ್ತಲೆಯ ಗವಿಯಾಗಬೇಕೆ ?

ಶಶಿಕಲಾ ಶ್ರೀಧರ್

ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿ ಹಾದುಹೋಗಬೇಕಾಗಿರುವ ಒಂದು ಅವಸ್ಥೆಯೇ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ . ಈ ಕುರಿತು ಭಯ, ವಿಸ್ಮಯ, ಚಿಂತೆ, ಗೊಣಗಾಟ, ಆತಂಕಗಳನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತ ಜೀವನವನ್ನು ದಾರುಣವಾಗಿಸುವ ಮಂದಿ ಅನೇಕ. ಆದರೆ ಅದು ಹಾಗೇಕೆ? ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಬಂದೇ ಬರುವ ಈ ಅವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ಎದುರಿಸುವುದೇ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಉತ್ತಮವಾದ ಮಾರ್ಗ. ಈ ಕುರಿತು ವಿವರಿಸಿರುವ ಲೇಖಕಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಮಠದ ಭಕ್ತರು. ಅವರು ಸಂಸ್ಕೃತ, ಸಂಗೀತ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಣತರು.

ಈ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿ ಬಂದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮಾನವ ಜೀವಿಯೂ, ಪ್ರಾಣಿಯೂ, ಪಕ್ಷಿಯೂ ಬಾಲ್ಯ, ಶೈಶವ, ತಾರುಣ್ಯ, ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಎಂಬ ನಾಲ್ಕು ಘಟ್ಟಗಳನ್ನು ದಾಟಿ ಮರಣ ಹೊಂದುವುದು. ಇದು ಕಠೋರ ಸತ್ಯ !

ದೇಹದಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿ ಇರುವವರೆಗೂ ನಮ್ಮ ಸಮಾನರಿಲ್ಲ. ಶಕ್ತಿ ಯುಡುಗಿ ವೃದ್ಧರಾದಾಗ ನಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳುವವರಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮಿಂದ ಯಾರಿಗೂ ಉಪಯೋಗವೂ ಇಲ್ಲ. ಇದೂ ಕಠೋರ ಸತ್ಯ !

ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳ ಮುಂದೆಯೇ ನಮಗಿಂತ ಹಿರಿಯರ ಬಾಳಿನ ಈ ನಾಲ್ಕೂ ಅವಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಅವರುಗಳು ಪಡುವ ಬಾಧೆ ಗಳನ್ನು ನಾವು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದರೂ, ನಾಳೆ ನಮ್ಮ ಸ್ಥಿತಿಯೂ ಹೀಗೆಯೇ ಆಗುವುದೆಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ನಾವೇಕೆ ಅರಿಯುವುದಿಲ್ಲ? ಇದು ಒಂದು ದುರಂತ !

Zhou Daxin ಎಂಬ ಉತ್ತಮ ಬರಹಗಾರರೊಬ್ಬರು The Sky gets dark, slowly ಎಂಬ ತಮ್ಮ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಕೃತಿ ಯೊಂದರಲ್ಲಿ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವಿಚಾರಗಳನ್ನೂ, ವೃದ್ಧರ ಭಾವನೆಗಳ ಜಂಝಾಟವನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ವೇಗವಾಗಿ ಸಾಗಿ ಬರುವ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಸಿದ್ಧತೆ ಇಲ್ಲದಿರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ವಿಚಾರಧಾರೆಗಳು ಹೀಗಿವೆ :

'ಅನೇಕ ಹಿರಿಯರು ತಾವು ಸರ್ವಜ್ಞರೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅವರ ಅತಿ ಸಮೀಪದಲ್ಲೇ ಇರುವ ವೃದ್ಧಾವಸ್ಥೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರ ಮಕ್ಕಳಿಗಿರುವ ಅರಿವಿನಷ್ಟೇ ಅಜ್ಞರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಬರಲಿರುವ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯವನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಯಾವ ಸಿದ್ಧತೆಯೂ ಅವರಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ.'

ಮುಂಬರುವ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಏನೇನನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗ ಬಹುದು ಎಂಬ ಮುಂದಾಲೋಚನೆ ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಸಿದ್ಧತೆ ಇವುಗಳಿದ್ದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಗಾಬರಿಗೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ೬೦ ನೇ ವರ್ಷವನ್ನು ದಾಟುತ್ತಲೇ ಬಾಳನ್ನು ಪೂರ್ಣ ಕತ್ತಲೆ ಆವರಿಸುವವರೆಗೂ ಅನೇಕ ಸಂದಿಗ್ಧಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುವುದು.

ದಿನಗಳು ಕಳೆದಂತೆ ನಮ್ಮ ಸಂಬಂಧಗಳು, ಸಂಪರ್ಕಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ತಂದೆ ತಾತಂದಿರು ಹಾಗೂ ಅವರ ವಯಸ್ಸಿನವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇನ್ನು ಸಮವಯಸ್ಕರಾದ ಬಂಧುಗಳು ಹಾಗೂ ಸ್ನೇಹಿತರು ಅವರವರ ಅನಾರೋಗ್ಯವೇ ಮೊದಲಾದ ಸಮಸ್ಯೆ

ಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಸಂಧಿಸಲೂ ಅಸಮರ್ಥರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನು ಬಾಳಸಂಗಾತಿ ನಮಗಿಂತ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಮರಣ ಹೊಂದಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಇನ್ನು ಮಕ್ಕಳಾದರೊ ಅವರವರ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ, ಉದ್ಯೋಗ, ಏಳ್ಗೆ ಇವುಗಳಿಗಾಗಿ ಹೋರಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ನಮ್ಮನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ಅವರಿಗೆ ಸಮಯವೆಲ್ಲಿ? ಇಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಒಂಟಿತನ ಬಾಧಿಸುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಸಹಜ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧರಾಗಿದ್ದು, ಏಕಾಂತವಾಸವನ್ನೇ ಅಪ್ಪಿಕೊಂಡು ದಿನಗಳನ್ನು ಸಂತಸದಿಂದ ಸವೆಸಲು ಕಲಿಯಬೇಕಾಗುವುದು.

ಸ್ವಗೃಹದಲ್ಲಾದರೆ ಇವಿಷ್ಟು. ಇನ್ನು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಲಕ್ಷ್ಯ ಮಾಡುವವರು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಹಿಂದೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಹುದ್ದೆಯಲ್ಲಿದ್ದು, ಮಾಡಿದ ಉತ್ತಮ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಶ್ಲಾಘನೆ ಪಡೆದು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ಅತ್ಯಂತ ಖ್ಯಾತಿ ಗಳಿಸಿದ್ದರೂ, ಮುದಿತನದಿಂದಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಾಧಾರಣ ಪುರುಷ ಅಥವಾ ಸ್ತ್ರೀಯನ್ನಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಿ ಕಡೆಗಣಿಸಲ್ಪಡುವೆವು. ಇದು ಎಲ್ಲರ ಜೀವನದಲ್ಲೂ ಸಹಜವಾಗಿದ್ದರೂ ನಮ್ಮ ಸರದಿ ಬಂದಾಗ ನುಂಗಲಾರದ ತುತ್ತಾಗುವುದು! ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ನಮ್ಮಿಂದ ಯಾವ ಲಾಭವೂ ಉಪಯೋಗವೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಮೌನವಾಗಿ ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಎಳೆಯರ ಸಂತಸವನ್ನು ಕಂಡು ಕರುಬದೆ ನಾವೂ ಸಂತೋಷ ಪಡೆಯುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಈಗ ನಮಗೆ ವರ್ಷ ಎಪ್ಪತ್ತಾಯಿತು. ಇನ್ನು ಮುಂದಿನ ದಾರಿ ಅತ್ಯಂತ ದುರ್ಗಮ. ಎಲ್ಲವೂ ಅನಿಶ್ಚಿತ! ಮೂಳೆಗಳ ಮುರಿತ, ನರಗಳ ದುರ್ಬಲತೆ, ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧ ಪಟ್ಟ ಕಾಯಿಲೆಗಳು, ಶ್ವಾಸಕೋಶ, ಮೂತ್ರಕೋಶ, ಗರ್ಭಕೋಶ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಇಂತಹ ಇನ್ನೂ ಹತ್ತು ಹಲವಾರು ಅನಾರೋಗ್ಯಗಳು ಕಾಡುವುದರ ಪ್ರಾರಂಭೋತ್ಸವ! ಇದಲ್ಲದೆ ಜೀವವನ್ನೇ ನಡುಗಿಸುವ ಟಿ.ಬಿ., ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮುಂತಾದ ಬೇಡವಾದ ಅತಿಥಿಗಳು ಹೇಳದೆ ಕೇಳದೆ, ಕಾಲ ಅಕಾಲ ನೋಡದೆ ಆಗಮಿಸಿ ಮನದಲ್ಲೂ ಮನೆಯಲ್ಲೂ ಅಶಾಂತಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುವರು. ಅವರು ಕೆಲದಿನ ಇದ್ದು ಹಿಂದಿರುಗಿ ಹೋಗುವ ಆಸಾಮಿಗಳೂ ಅಲ್ಲ. ಅವರೊಡನೆಯೇ ಬಾಳುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕಾಗುವುದು.

ಆದ್ದರಿಂದ ಹಿಂದಿನ ಉತ್ತಮ ದಿನಗಳು ಮತ್ತೆ ಬರುವುದೆಂಬ ಭ್ರಮೆಯಿಂದ ದೂರವಾಗಬೇಕು. ಸರಳ ಆಹಾರ, ವಿಹಾರ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳೊಡನೆ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಗಳೊಡನೆ ಬಾಳನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ವಯೋಸಹಜ, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಆಗುವಂತಹುದೇ ಎಂಬ ಅರಿವಿನೊಂದಿಗೆ ನಿಶ್ಚಿಂತರಾಗಿರುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಬೇಕು.

ಈ ಬಾಳಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಮುಂದೆ ಸಾಗಿದಾಗ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪರಾವಲಂಬಿಯಾಗುವ ಸ್ಥಿತಿ ಬರಬಹುದು ಅಥವಾ ಹಾಸಿಗೆ ಹಿಡಿಯುವ ಗತಿಯೂ ಅಸಂಭವವೇನಲ್ಲ. ನಾವು ಜನ್ಮ ತಳೆದಾಗ ತಾಯಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಹಾಸಿಗೆಯಮೇಲೆ ಮಲಗಿಸಿದ್ದಳು. ಅನಂತರದ ದಿನಗಳ Twists and turns ಭರಿತ ಬಾಳ ಹೋರಾಟದ ಸುದೀರ್ಘ ಪಯಣದ ನಂತರ ಮತ್ತೊಂದು ರೀತಿಯ ಶಯನಾವಸ್ಥೆ ಈ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಪುನರಾವರ್ತನೆ ಹೊಂದಿತೆಂದು ಭಾವಿಸಬೇಕು. Old age is second childhood ಅಲ್ಲವೆ? ಜೀವನದ ವೃದ್ಧಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲೂ ಆ ಬಾಲ್ಯಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲೂ ಇರುವ ಏಕೈಕ ಅಂತರವೆಂದರೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಹೊತ್ತು, ಹೆತ್ತು, ಸಲಹಿದ ತಾಯಿಯ ಮಮತೆ ಈಗ ಇಲ್ಲ. ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಕ್ಕಳಿದ್ದರೂ ಅದು ತಾಯಿಯ ನಿಃಸ್ವಾರ್ಥ ಮಮತೆಗೆ ಸರಿಯಾಗಲಾರದು. ಇನ್ನು ನಮ್ಮನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನೇಮಿಸಲ್ಪಡುವ ನರ್ಸಿಂಗ್ ಸ್ಟಾಫ್‌ನಿಂದ ನಾವು ಬೇರೇನನ್ನು ತಾನೇ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ! ಯಾವ ರಕ್ತ ಸಂಬಂಧವೂ ಇಲ್ಲದ ಅವರು ಕೃತಕ ನಗೆಯನ್ನು ಬೀರುತ್ತಾ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಬಳಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಬೇಸರವನ್ನು ತುಂಬಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೂ ಅವರು ನಮ್ಮನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ನಾವು ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿರಲೇಬೇಕು.

ಬಾಳು ಮುಂದೆ ಸಾಗುವಾಗ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಹಣದ ಹಗರಣ, ವಂಚನೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುವುದು.

ಇನ್ನು ವೃದ್ಧರ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಆಸ್ತಿ, ಠೇವಣಿ ಇದ್ದರಂತೂ ಅವರ ಮನೆ ಮಕ್ಕಳೇ ಅವರನ್ನು ವಂಚಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಾನಾ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ವೃದ್ಧರು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿರಬೇಕು. ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಸೇರಿಸಿಟ್ಟ ಹಣವನ್ನು ಬಹು ಜಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಬಳಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇಳಿವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಆಹಾರ, ಕ್ರಮವಾದ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ ಮತ್ತು ಔಷಧಿಗಳಿಗೆ ಹಣದ ಆವಶ್ಯಕತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಣಕ್ಕಾಗಿ ಇತರರಿಗೆ ಕೈಚಾಚುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಎಂದಿಗೂ ಬಾರದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮ.

ನೋಡನೋಡುತ್ತಿರುವಂತೆಯೇ ಸೂರ್ಯೋದಯವಾಗಿ ಕೆಲವೇ ಘಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯಾಸ್ತಮವಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಸೋಮವಾರ ಬರುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಶನಿವಾರ ಬಂದುಬಿಡುತ್ತದೆ. ಸಂವತ್ಸರಗಳು ಸರಸರನೆ ಉರುಳಿ ನಮ್ಮ ವಯಸ್ಸು ಅರವತ್ತು ದಾಟಿಯೇ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಹಿಂದಿರುಗಿ ಹೋಗಲಾಗದ ಪಯಣ !

ಆದ್ದರಿಂದ ಉಳಿದಿರುವ ಸಮಯವನ್ನು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಳೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ಕೈಲಾಗದ ವಿಚಾರಗಳಿಗೆ ಕೈಹಾಕದೆ, ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲೇ ಸಂತೋಷ

ವನ್ನು ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ನಗುನಗುತ್ತಾ ದಿನಗಳನ್ನು ಕಳೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಮುಂದೆ ನೋಡೋಣ ಎಂದು ಉಳಿದಿರುವ ಕಾಲವನ್ನು ಮುಂದೂಡದೆ ನೆಮ್ಮದಿಯ ಜೀವನ ನಡೆಸಿ ಮನೆಮಂದಿಗೂ ನೆಮ್ಮದಿ ನೀಡೋಣ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಅರಿತವರು.

ಇವಿಷ್ಟೂ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯವನ್ನು ಎದುರಿಸುವಾಗ ಇರಬೇಕಾದ ಆತ್ಮ ಸ್ಥೈರ್ಯ ಹಾಗೂ ಸ್ವಾವಲಂಬನೆಯ ವಿಚಾರವಾಯಿತು.

ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಭಾರತದೇಶಕ್ಕಿಂತಲೂ ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು. ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಮಠದ ಹಿರಿಯ ಸಂನ್ಯಾಸಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಾದ ಸ್ವಾಮಿ ರಂಗನಾಥಾನಂದಜಿ ಯವರು ವಿದೇಶಗಳಲ್ಲಿನ ವೃದ್ಧಾಶ್ರಮಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ಇತ್ತು ಬಂದಮೇಲೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ತಮ್ಮ ಅನಿಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾ, ಅಲ್ಲಿನ ವೃದ್ಧರು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಯಾವುದರಲ್ಲೂ ಆಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲದೆ ಬಹಳ ಮಂಕಾಗಿ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಉತ್ಸಾಹ ಆಸಕ್ತಿ ಗಳನ್ನು ತಂದುಕೊಳ್ಳಲು ಅಲ್ಕೋಹಾಲ್, ಡ್ರಗ್ಸ್, ಧೂಮಪಾನ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಗೆ ಶರಣಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಅವಸ್ಥೆ ಅದ್ಭುತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಂಪರೆಯುಳ್ಳ ಭಾರತ ದೇಶದ ವಯೋವೃದ್ಧ ಜನಾಂಗಕ್ಕೆ ಆಗಬಾರದು ಎಂದು ತಮ್ಮ ಕಳಕಳಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಭಾರತದ ಸಮಾಜ ಪದ್ಧತಿ ಅದ್ಭುತವಾದುದು. ನೀತಿ ಧರ್ಮದಿಂದಲೂ, ರೀತಿಯಿಂದಲೂ ಬೆಳೆದುಬಂದ ಗೃಹಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಅವಕಾಶವೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೆತ್ತು, ಹೊತ್ತು, ಬೆಳೆಸಿ, ಸೂಕ್ತ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ನೀಡಿ, ಅವರನ್ನು ಒಬ್ಬ ಜವಾಬ್ದಾರೀ ಯುವಕರನ್ನಾಗಿಸಿ, ತಮ್ಮ ಕಾಲ ಮೇಲೆ ತಾವು ನಿಲ್ಲುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು ಹೆತ್ತವರ ಕರ್ತವ್ಯ. ಹೆತ್ತವರು ವೃದ್ಧರಾದಾಗ ಅವರ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಅರಿತು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಅವು ಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುವುದು ಮಕ್ಕಳ ಕರ್ತವ್ಯ. ಅದೊಂದು ಹೊರೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳದೆ ಪ್ರೀತಿಭರಿತ ಕರ್ತವ್ಯ ಎಂದು ಮಕ್ಕಳು ಭಾವಿಸ ಬೇಕು. ಕಾರಣ ಮುಂದೆ ಅವರಿಗೆ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಉಂಟಾದಾಗ ಅವರ ಮಕ್ಕಳು ಅವರನ್ನು ಅಷ್ಟೇ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳ ಬೇಕಲ್ಲವೆ? ನಮ್ಮ ಭಾರತೀಯ ಪರಂಪರೆಯಲ್ಲಿ ಕುಟುಂಬದ ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಸುವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಶತಮಾನಗಳಿಂದ ನಡೆದು ಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಿದೆ.

ಜೀವನವಿಡೀ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚಿಂತನೆಗಳನ್ನು ಒಗ್ಗೂಡಿಸಿಕೊಂಡ ವರಿಗೆ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯವನ್ನು ಸವೆಸಲು ಸುಲಭಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು. ಭಗ ವಂತನ ಸ್ಮರಣೆ, ಪೂಜೆ, ಭಜನೆಗಳು, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ, ಜಪ, ಧ್ಯಾನಾದಿಗಳು, ಭಾರತೀಯ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಬಹಳ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ. ಜೀವನವಿಡೀ ನಶ್ವರವಾದುದನ್ನೇ ನೋಡು ತ್ತಿದ್ದ ಜೀವ ಶಾಶ್ವತವಸ್ತುವಿಗಾಗಿ ತವಕಪಡುತ್ತದೆ. ಐಹಿಕ ಬಂಧನ ಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಬಿಡಿಸಿಕೊಂಡು ಪಾರಮಾರ್ಥಿಕ ಸತ್ಯದೆಡೆಗೆ ಸಾಗಲು ಹಂಬಲಿಸುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿಯ ಜೀವನ ಇಷ್ಟೇ ಎಂಬ ಅರಿವಾಗು ತ್ತದೆ. ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ, ನೆಮ್ಮದಿಗಾಗಿ, ಶಾಂತಿಗಾಗಿ ಪರಿತಪಿಸುತ್ತದೆ.

ಮುಂದೆ ಬಾಳಿನ ಕಡೆಯ ಘಟ್ಟ ! ಅದೇ ಮರಣ !

ದಿನಗಳು ಕಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಜೀವನ ಜ್ಯೋತಿ ನಂದುವ ಸಮಯ ಸಮೀಪಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಕಣ್ಣು ಮಂಜಾಗುವುದು, ಕಿವಿ ಮಂದವಾಗುವುದು, ಮಾತು ತೊದಲಾಗಿ ನೆನಪು ಮರೆಯಾಗ ತೊಡಗುವುದು. ದೇಹದ ಒಳ ಹೊರ ಅಂಗಾಂಗಗಳು ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡುಬಿಡುವುವು.

ಏಕೆಂದರೆ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯವೆಂಬುದು ಅವಿತುಕೊಂಡು ಹೊಂಚು ಹಾಕುವ ಹೆಣ್ಣುಹುಲಿಯಂತೆ. ರೋಗರುಜಿನಗಳೆಂಬ ಶತ್ರುಗಳು ನಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ದಂಡೆತ್ತಿ ಬರುತ್ತವೆ; ಜೀವನವೆಂಬುದು ತೂತುಬಿದ್ದ ಮಡಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ನೀರಿನಂತೆ ಸೋರಿಹೋಗುತ್ತದೆ; ಇಷ್ಟಾಗಿಯೂ ತಮ್ಮ ಆತ್ಮೋದ್ಧಾರಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಕಂಡು ಕೊಳ್ಳುವ ಬಗ್ಗೆ ಜನರಿಗೆ ಗಮನವೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದಾಗಿ ಶೌನಕ ನೀತಿಸಾರವೊಂದು ಸಾರುತ್ತಿದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಈಗ ನಮ್ಮ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬರುವುದು ಕೇವಲ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ. ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ಪರಿಹಾರ ನಮ್ಮ ಸನಾತನ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿದೆ, ಸನಾತನ ಆರ್ಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಮಾನವ ಜನಾಂಗದ ಏಳ್ಗೆ ಹಾಗೂ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗೆ ಉತ್ತರ ನೀಡುವ ವೇದಾಂತದ ಪರಮ ತತ್ತ್ವಗಳೇ ಚರಮ ಸತ್ಯ ಎಂಬುದರ ಅರಿವಾಗಬೇಕು. ಇಂತಹ ಉನ್ನತ ವಿಚಾರಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ಬಾಳಿಗೂ ಒಂದು ಅರ್ಥ ದೊರೆತು ಆನಂದದ ಅನುಭವವಾಗುವುದೆಂಬುದು ಅನುಭವಿ ಸಿದ ಮಹಾತ್ಮರ ಮಾತು!

ಇಂತಹ ನಿತ್ಯ ಸತ್ಯದ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾದುದೇನು? ಒಂದು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನನ್ನು ಗಟ್ಟಿ ಯಾಗಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಮತ್ತೊಂದು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕರ್ಮ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋಗಬೇಕು. ಕೆಲಸಗಳೆಲ್ಲವೂ ಮುಗಿಯುತ್ತಲೇ ಎರಡೂ ಕೈಗಳಿಂದ ಭಗವಂತನನ್ನು ಮತ್ತೂ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅವನ ಸ್ಮರಣ ಮನನ ಧ್ಯಾನ ಭಜನಗಳಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಇದರಿಂದ ದೇಹಕ್ಕೆ ವಯ ಸ್ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದರೂ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಫುಲ್ಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹತಾಶರಾಗದೆ ಯಾವುದೋ ಕಾಣದ ಕೈಯೊಂದು ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದೆ ಎಂಬ ಭರವಸೆಯೊಂದಿಗೆ ಬಾಳು ಸಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾರಿಂ ದಲೂ ಏನೊಂದನ್ನೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸದೆ ನಮ್ಮ ಪಾಲಿನ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ಚ್ಯುತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಆ ಅಚ್ಯುತನಿಗೆ ಒಪ್ಪಿ ಸುತ್ತಾ ಹೋಗಬೇಕು. ಎಲ್ಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೂ ಎಲ್ಲ ನೋವು ಗಳಿಗೂ ಸಮಾಧಾನ ಅವನ ಸ್ಮರಣೆಯಲ್ಲಿದೆ. ಎಲ್ಲವೂ ಅವನ ಇಚ್ಛೆಯಂತೆಯೇ ನಡೆಯುವುದು, ನಾವು ವಿನಾ ಕಾರಣ ವಿಹ್ವಲ ರಾಗುತ್ತೇವೆ.

ನಾನು ಎಂಬುದು ಕೇವಲ ಈ ಶರೀರವಲ್ಲ. ಅದು ಶರೀರದಿಂದ ಬೇರೆಯೇ ಆದ ಆತ್ಮ. ಈ ಆತ್ಮನಿಗೆ ಮರಣವಿಲ್ಲ. ಸಾವು ಎಂಬುದು ಹಳೆಯವಸ್ತ್ರವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ ಹೊಸ ವಸ್ತ್ರವನ್ನು ಧರಿಸಿದಂತೆ, ಸೋತು ನಿಷ್ಪ್ರಯೋಜಕವಾದ ಶರೀರವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ ಹೊಸ ಶರೀರವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ ಎನ್ನುತ್ತದೆ ಶ್ರೀಮದ್ಭಗವದ್ಗೀತೆ. ಈ ಉನ್ನತ ವಿಚಾರಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಓದಿದಾಗ ಅವು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಮುದ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಯೌವನದಲ್ಲಿ ಅಪಕ್ವವೂ ಚಂಚಲವೂ ಆದ ಮನಸ್ಸು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಪಕ್ವವೂ ಪರಿಶುದ್ಧವೂ ಆಗುತ್ತದೆ. ಜೀವನದ ನಶ್ವರತೆಯನ್ನು ಅನುಭವದಿಂದ ತಿಳಿದಿರುತ್ತೇವೆ. ಈ ರೀತಿ ಹೃದಯ ತುಂಬಿ ಬಂದಾಗ, ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಸನ್ನವಾದಾಗ ಮನೆ ಮಂದಿಯನ್ನೂ ಇತರರನ್ನೂ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ಹರಸುವ ಉನ್ನತ ಮನೋಭಾವ ಉಂಟಾಗುವುದು. ಇದೇ ನಿಜವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಅಂತಃಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನಾವು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಬಾಹ್ಯವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಸೆಳೆದು ಅದನ್ನು ಅಂತರ್ಮುಖವನ್ನಾಗಿಸಿ, ಆಳವಾಗಿ ಮುಳುಗಿದಾಗ ಅಲ್ಲಿ ಅಡಗಿರುವ ಭಗವಂತ ಗೋಚರಿಸುತ್ತಾನೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಂಡ ಭಾರತದ ಯೋಗಿಗಳು. ಇಂತಹ ಪರಮೋನ್ನತ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಪಕ್ವತೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಜೀವನದ ವಿರಾಮ ದಿನಗಳು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತವೆ.

ಇದರ ಮುಂದಿನ ಘಟ್ಟವೇ ಈ ಘಟದ ತ್ಯಾಗ !! ಸಾವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಅಂತಿಮ ವೇಳೆ ! ಇಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬರುವುದು 'ಹಿರಣ್ಮಯೇನ ಪಾತ್ರೇಣ' ಎಂಬ ಈಶಾವಾಸ್ಯೋಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಬರುವ ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ:

ಹಿರಣ್ಮಯೇನ ಪಾತ್ರೇಣ
ಸತ್ಯಸ್ಯಾಪಿಹಿತಂ ಮುಖಮ್ ।
ತತ್ತ್ವಂ ಪೂಷನ್ನಪಾವೃಣು
ಸತ್ಯಧರ್ಮಾಯ ದೃಷ್ಟಯೇ ॥

'ಹೇ ಪೋಷಕನಾದ ಸೂರ್ಯನೇ, ಜ್ಯೋತಿರ್ಮಯವಾದ ಆದಿತ್ಯಮಂಡಲವೆಂಬ ಮುಚ್ಚಳದಿಂದ ಸತ್ಯದ ದ್ವಾರವು ಮುಚ್ಚಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಸತ್ಯಧರ್ಮನಾದ ನನಗೆ ಸತ್ಯವು ಕಾಣುವಂತೆ ಅದನ್ನು ನೀನು ತೆಗೆದುಹಾಕು' – ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ.

ಈ ಶರೀರದ ಅಂತ್ಯವು ಸಮೀಪಿಸಿದೆ. ಕರ್ತವ್ಯಗಳೆಲ್ಲವೂ ಮುಗಿದಿದೆ. ಧರ್ಮಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ತನ್ನ ಉತ್ತಮ ಜೀವನವನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತಾ ಜೀವನು ತೃಪ್ತನಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಸಾವನ್ನು ಧೈರ್ಯವಾಗಿ ಎದುರಿಸಲು ಸಿದ್ಧನಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಉತ್ತಮೋತ್ತಮವಾದುದನ್ನು ಸ್ಮರಿಸು ಎಂದು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಆಹಾ! ಮರಣ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಅದ್ಭುತವಾದ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಚಿಂತನೆಗಳು !

ನಮ್ಮ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಜನನ. ಅನಂತರ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಬದಲಾವಣೆ, ಮುಪ್ಪು ಕೊನೆಗೆ ಮರಣ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಶರೀರಕ್ಕೇ ಹೊರತು ಅದರೊಳಗಿರುವ ಚೈತನ್ಯ ಸ್ವರೂಪ ಆತ್ಮಕ್ಕಲ್ಲ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ನಮ್ಮ ಸನಾತನ ಆರ್ಯಮಹರ್ಷಿಗಳು. ಪರಮಾತ್ಮನ ಅಂಶರೂಪವಾದ ಜೀವಾತ್ಮನಿಗೆ ಈ ಯಾವ ವಿಕಾರವೂ ತಟ್ಟುವುದಿಲ್ಲವಂತೆ. ಈ ಶರೀರವು ಆತ್ಮನು ನೆಲೆಸಲು ಕೇವಲ ಒಂದು ಗೃಹವಂತೆ ! ಇದನ್ನು ನಾವು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಎಂಬುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಯಿತು.

ಅಸತ್ಯದಿಂದ ಸತ್ಯದೆಡೆಗೆ
ಕತ್ತಲೆಯಿಂದ ಬೆಳಕಿನೆಡೆಗೆ
ಮೃತ್ಯುವಿನಿಂದ ಅಮೃತತ್ವದೆಡೆಗೆ

ನಮ್ಮ ಪಯಣ ಸಾಗಬೇಕು, ನೆಮ್ಮದಿಯ ನೆಲೆ ಸೇರಬೇಕು.

ಕೃಷ್ಣ-ಪ್ರಿಯಾಂಗಿನೀ ದೇವಿ

ಕೃಷ್ಣ-ಪ್ರಿಯಾಂಗಿನೀ ದೇವಿಯು ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಭಕ್ತನಾದ ಕಾಳೀಪದ ಘೋಷ್‌ನ ಪತ್ನಿ. ಕಾಳೀಪದ ಗಿರೀಶನಂತೆ ಕುಡುಕ; ಸುಖಲೋಲುಪ. ಮನೆಗೆ ಖರ್ಚಿಗೆ ಏನೂ ಹಣ ಕೊಡದೆ, ಸಂಪಾದಿಸಿದ್ದನ್ನೆಲ್ಲ ಕುಡಿತಕ್ಕೇ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದ. ಆದರೆ ಅವನ ಪತ್ನಿ ಪರಿಶುದ್ಧ ಹೃದಯದವಳು. ಬೇಸತ್ತ ಆಕೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಬಳಿಗೆ ಬಂದು, ತನ್ನ ಪತಿಯ ವ್ಯಸನವನ್ನು ವಾಸಿ ಮಾಡುವಂತೆ ಏನಾದರೂ ಔಷಧಿ ನೀಡಲು ಕೇಳಿದಳು. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಅವಳನ್ನು ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಬಳಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿದರು. ಶ್ರೀಮಾತೆ ಅವಳನ್ನು ಮರಳಿ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಬಳಿಗೇ ಕಳುಹಿಸಿದರು. ಮತ್ತೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಅವಳನ್ನು ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಬಳಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿದರು. ಹೀಗೆ ಮೂರು ಸಲ ನಡೆಯಿತು. ಕೊನೆಗೆ ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರು ಒಂದು ಬಿಲ್ವ ಪತ್ರೆಯ ಮೇಲೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ನಾಮವನ್ನು ಬರೆದು, ದೇವರಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿ, ಬಳಿಕ ಕಾಳೀಪದನ ಪತ್ನಿಗೆ ನೀಡಿ, ಭಗವಂತನ ನಾಮವನ್ನು ಜಪಿಸಲು ಹೇಳಿದರು.

ಕಾಳೀಪದನ ಪತ್ನಿ ಹನ್ನೆರಡು ವರ್ಷ ನಾಮಜಪ ಮಾಡಿದಳು. ಕಾಳೀಪದನು ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರನ್ನು ಮೊತ್ತಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಭೇಟಿಯಾದಾಗ ಅವರೆಂದರು: ''ಹನ್ನೆರಡು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಇವನು ತನ್ನ ಪತ್ನಿಗೆ ಕಾಟ ಕೊಟ್ಟು, ಅನಂತರ ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದ!''

('Sri Ramakrishna - A Divine Life in Pictures' ಗ್ರಂಥದಿಂದ)