



ಕಾರ್ಯಕುಶಲತೆ

ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ, ತಾತ್ವಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಿಂದ ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಜೀವನದ ದೈನಂದಿನ ವ್ಯವಹಾರಗಳಲ್ಲಿ, ಹತ್ತಾರು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ, ಕಾರ್ಯಸಾಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ, ಭಗವಂತನ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಒಳ್ಳೆಯ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಿ ಮುಗಿಸಿದಾಗ, 'ಎಲ್ಲ ಅವನಿಚ್ಛೆ' ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ, ಕೆಲಸ ಕೈಗೂಡದೆ ಹೋದಾಗ, 'ಯಾಕೋ ಭಗವಂತ ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಲಿಲ್ಲ' ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಇಷ್ಟಿದ್ದರೂ, ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲೇ ಕರ್ಮಯೋಗದಂತಹ ಅದ್ಭುತ ತತ್ವ, ಸಿದ್ಧಾಂತ ರೂಪುಗೊಂಡಿತು; ಲೌಕಿಕ-ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಎರಡರ ಉನ್ನತಿಯ ಮಾರ್ಗವಿದು ಎಂದು ಪರಿಗಣಿತವಾಯಿತು. 'ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಭಗವಂತನೇ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ', 'ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಏನೂ ಇಲ್ಲ', 'ಎಲ್ಲ ಭಾರವನ್ನೂ ಅವನಿಗೆ ಬಿಡ' ಎಂಬ ಶರಣಾಗತಿಯ ಮಾರ್ಗದೊಂದಿಗೆ, 'ಎಲ್ಲವೂ ನಿಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿದೆ', 'ನೀನು ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಿದರೆ ಏನನ್ನಾದರೂ ಮಾಡಬಲ್ಲೆ', 'ಸರಿಯಾದ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ಕರ್ಮ ಮಾಡಿದರೆ ಮುಕ್ತನಾಗುವೆ' - ಎಂಬ ಪುರುಷ ಪ್ರಯತ್ನದ ಮಾರ್ಗವನ್ನೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿಯೇ ಬೋಧಿಸಿದ್ದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ವಾಸ್ತವ ಸತ್ಯ ಏನಾಗಿದೆ? ಯಾವ ಕಛೇರಿಗೆ ಹೋದರೂ, ಯಾವ ಉದ್ಯಮಯನ್ನೇ ಗಮನಿಸಿದರೂ, ಒಬ್ಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕೆಲಸಗಾರನನ್ನು ಕಂಡರೂ-ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯ ಕುಶಲತೆಯ ಅಭಾವ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಹುಟ್ಟಿದಂದಿನಿಂದ ಇದನ್ನೇ ಕಂಡು ಬೆಳೆದಿರುವವರಿಗೆ, 'ಇದು ಇರುವುದೇ ಹೀಗೆ, ಕೆಲಸಗಳು ನಡೆಯುವುದೇ ಹೀಗೆ' ಅನ್ನಿಸಬಹುದು. ಬೇರೆ ದೇಶಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ಬಂದವರಿಗೆ ಇಲ್ಲಿನ ಕೊರತೆ ಎದ್ದು ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಇದೇ ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿ ಬೆಳೆದ ಮಂದಿ, ಪರದೇಶಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ, ಉದ್ಯೋಗ ಎಲ್ಲ ಗಳಿಸಿ, ಅಲ್ಲೇ ನೆಲೆನಿಂತ ಬಳಿಕ, 'ಇಂಡಿಯಾದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿ ನೋಡಿದರೂ ಕೊಳಕು, ಉದಾಸೀನತೆ, ಬಡತನ ಬಿಟ್ಟರೆ ಬೇರೇನೂ ಇಲ್ಲ' ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ನೋಡಿಲ್ಲ! 'ಅಲ್ಲಿನವರಾಗಿ ಬದಲಾದ ಬಳಿಕ ಅವರ ಮನಸ್ಥಿತಿ ಬದಲಾಯಿತು, ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಅಭಿಮಾನ, ಪ್ರೀತಿ ಇಲ್ಲವಲ್ಲ' ಎಂದು ನಾವು ಗೋಗರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮನ ಮಾಡಿರುವ ನೈಜ ವಾಸ್ತವತೆ ನಮ್ಮ ಅರಿವಿಗೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.

ಐತಿಹಾಸಿಕವಾಗಿ, ನಮ್ಮ ಜನರ ಮನಸ್ಥಿತಿ ಈ ರೀತಿ ಬದಲಾಗಲು ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳಿವೆ. ಪರಕೀಯರ ಆಳ್ವಿಕೆ, ದಬ್ಬಾಳಿಕೆ, ಪರಕೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿ-ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಗಳ ಪ್ರಭಾವ, ನಮ್ಮದೆಲ್ಲವೂ ಶೂನ್ಯ ಎಂಬ ಕೀಳರಿಮೆ - ಇವೆಲ್ಲ ನಮ್ಮ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ, ನಮ್ಮ ಅಂತಃಸತ್ತ್ವಗಳನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸಿವೆ. ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತಾತ್ವಿಕ ಆದರ್ಶಗಳು ಕಾರ್ಯರಂಗಕ್ಕಿಳಿಯದೆ ಕೇವಲ ಪೂಜಾಗೃಹ-ದೇವಾಲಯಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಸೀಮಿತವಾದುದು ಇನ್ನೊಂದು ದುರಂತ. ಇಂಥ

ಜಡ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಭಾರತೀಯರು ಹೊರಬರಬೇಕೆಂದು ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯಪೂರ್ವದಲ್ಲೇ ಕರೆಕೊಟ್ಟರು. ಆದರೆ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ದೊರಕಿ ಇಷ್ಟು ವರ್ಷಗಳಾದರೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಕುಶಲತೆ ಯಾವ ರೀತಿ ಸುಧಾರಿಸಿದೆ? ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಬದಲಾವಣೆ ಉಂಟಾಗಿದೆ? ಪ್ರಪಂಚಮೆಂಬ ವೇದಿಕೆಯಲ್ಲಿ 'ಭಾರತೀಯ'ನಿಗೆ ಯಾವ ಸ್ಥಾನಮಾನವಿದೆ? - ಇದಕ್ಕೆ ದೊರಕುವ ಉತ್ತರ ಚಿಂತಾಜನಕವಾಗಿದೆ. ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ, ಒಳಜಗಳ, ಜಾತೀಯತೆ, ಅಸ್ಥಿರತೆ - ಮುಂತಾದ ಹೊಸ ಗೊಂದಲಗಳೇ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿವೆ. ಇವುಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ನಿವಾರಿಸಬಲ್ಲ ಸಮರ್ಥ ಪ್ರೇರಕ ಭಾವನೆಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿಲ್ಲವೆ? ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯರಿಂದ ಬಳುವಳಿ ಪಡೆಯಬೇಕೆ? ಹಿಂದೊಮ್ಮೆ ಜಗತ್ತಿನ 'ಸೂಪರ್ ಪವರ್' ಆಗಿದ್ದ ಭಾರತದ ಪ್ರಾಚೀನ ಪ್ರೇರಕ ಶಕ್ತಿ ಯಾವುದು? - ಇಲ್ಲಿನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ. ಇದರ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಿಂದ ನಾವು ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯಕುಶಲತೆಯನ್ನು ಮರಳಿ ಪಡೆಯಬಹುದು, ಉಳಿದೆಲ್ಲ ವಿಧಾನಗಳಿಗಿಂತ ಮುಂದುವರಿಯಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನೇ ನೋಡೋಣ.

ಗೊಂದಲದ ಮನಃಸ್ಥಿತಿ

ಪ್ರಾಚೀನ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನ ರಚನೆ, ಅದರ ವಿವಿಧ ಭಾವಗಳು, ಅದರ ಸರಿಯಾದ ಬಳಕೆ - ಇದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಇವನ್ನೆಲ್ಲ ನಾವು ಕಾಣುವುದು ಶಾಸ್ತ್ರಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ರಾಮಾಯಣ-ಮಹಾಭಾರತಗಳಂತಹ ಇತಿಹಾಸ ಕಾವ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟೆ. ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಲ್ಲೂ ತಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಅರಿವಿತ್ತೇ ಎಂದು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಇಂದು ಯಾವುದೇ ಕುರುಹುಗಳು ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲ. ಪ್ರಾಚೀನ ಸಾಹಿತ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವಂತೆ ನಮ್ಮಲ್ಲೂ ಕಾರ್ಯಕುಶಲರು, ಅದ್ಭುತ ಕಾರ್ಯದಕ್ಷರು ಇದ್ದರು. ಆದರೆ ಪರಕೀಯ ಆಕ್ರಮಣಗಳಿಂದ ತತ್ತರಿಸಿದ ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಜನತೆ, ಇಲ್ಲಿನ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಹಾಗೂ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ಜೀವಿಸುವ ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡರು. ಇದರ ಪರಿಣಾಮವೇ ಗೊಂದಲ, ಸಂಕುಚಿತ ಭಾವಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಮನೋಭಾವ. ಸರಿಯಾದ ಶಿಕ್ಷಣ, ತರಬೇತಿಗಳಿಲ್ಲದೆ ಯಾವ ಮಹತ್ಕಾರ್ಯವೂ ನೆರವೇರದು. ದೇಶದ ಅಶಾಂತಿ, ಅರಾಜಕತೆಗಳ ಪರಿಣಾಮ ಜನಜೀವನದ ಮೇಲೂ ಆಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಚೀನ ಸಂಸ್ಕೃತಿ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ, ಜೀವನ ಸಮೃದ್ಧಿಗಳ ಮುಂದುವರಿಕೆ ಅಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಪರಂಪರಾಗತ ವಿದ್ಯೆ, ಕರ್ಮಕುಶಲತೆ, ಹೊಸ ವಿಚಾರಗಳ ಅನ್ವೇಷಣೆ, ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಗಳ ಪ್ರಕಾಶ ಯಾವುದೋ ಕಾಲಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಕುಂಠಿತವಾಯಿತು. ಇದರ ಪರಿಣಾಮವೇ ಭಾರತದ ದಾಸ್ಯ, ಹಿಂದುಳಿದ ದಕ್ಷತೆ, ಸರಿಯಾದ ಆದರ್ಶ-ಗುರಿಗಳಿಲ್ಲದ ಜನಜೀವನ. ಇಂಥ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಕರ್ಮಕುಶಲತೆ,

ಬೌದ್ಧಿಕ-ಮಾನಸಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ನಡೆಯದೆ ಹೋಯಿತು. ಬ್ರಿಟಿಷರ ಆಡಳಿತ, ಸ್ವಾಧೀನತೆಗಳಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಸರಕುಗಳಾಗಿ ಭಾರತೀಯ ಜನತೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಲಾಯಿತು.

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ವಭಾವವಾಗಿ ನೋಡುವಾಗ, ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಹಲವು ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಏರುಪೇರುಗಳಿಂದ ಕೂಡಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಗಮನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಶಾಂತ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಗೊಂದಲದ, ಇನ್ನು ಕೆಲವು ಬಾರಿ ಚದುರಿದ ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತೇವೆ. ಆನಂದ, ದುಃಖ, ಗಲಿಬಿಲಿ, ಜಡತೆ ಇಂಥ ಭಾವಗಳು ಮರಳಿ ಮರಳಿ ಬರುತ್ತವೆ; ಅವುಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯೂ ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳ ಪರಿಣಾಮ ನಮ್ಮ ಕೆಲಸದ ಮೇಲೂ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರೊಂದಿಗೆ ಇತರರ ಜೊತೆಗೆ ಇರುವ ಸಂಬಂಧಗಳು, ಘರ್ಷಣೆ-ಜಗಳ-ಪ್ರೀತಿ ಮುಂತಾದುವು ಕೂಡ ನಮ್ಮ ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸುವುದರಿಂದ, ಕೆಲಸದ ಮೇಲೆ ಎಲ್ಲವೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವ ಸಂಭವವಿದೆ.

ಚಾಂಚಲ್ಯವೇ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಭಾವ. ಹೀಗಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಮನಸ್ಸು ಒಂದೇ ರೀತಿ ಇರುವುದು ಅಸಾಧ್ಯ. ಆದ್ದರಿಂದ ಕೆಲಸದ ವೇಳೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಒಂದು ಬಗೆಯ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ತಂದುಕೊಂಡು, ನಮ್ಮ ನಮ್ಮ ಭಾವಗಳು, ಏರುಪೇರುಗಳು ಕೆಲಸದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರದಂತೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಗತ್ಯ. ಮಾನಸಿಕ ಕ್ಲೇಶ, ವ್ಯಥೆ, ದುಗುಡ ಮುಂತಾದವು ತೀವ್ರವಾದಷ್ಟೂ ಈ ಬಗೆಯ ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಡಿಮೆ; ಆದ್ದರಿಂದ ಎಷ್ಟೇ ಅಭ್ಯಾಸ, ತರಬೇತಿ ಪಡೆದಿದ್ದರೂ, ಎಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಏಕರೂಪತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು ಅಸಾಧ್ಯ - ಈ ಮಿತಿಯನ್ನು ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕು.

ಆದರೆ, ನಾವು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶವೆಂದರೆ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಸಹಜ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಂದಿರಬೇಕಾದ ಕುಶಲತೆಯೊಂದಿದೆ; ಅದನ್ನು ಗಳಿಸುವುದು ಅಗತ್ಯವೆಂಬುದು. ಜನ್ಮತಃ ಇದನ್ನು ಯಾರೂ ಗಳಿಸಿರುವುದಿಲ್ಲ; ಸರಿಯಾದ ತರಬೇತಿಯಿಂದ ಹಾಗೂ ಪ್ರಯತ್ನ-ಅಭ್ಯಾಸಗಳಿಂದ ಇದನ್ನು ಗಳಿಸಬೇಕು. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ತಾನೊಬ್ಬ ನುರಿತ ಕೆಲಸಗಾರ ನಾಗಬೇಕು ಎಂಬ ಇಚ್ಛೆಯೇ ಇಲ್ಲದೆ, 'ಏನೋ ಒಂದು ಮಾಡಿದ ರಾಯಿತು' ಎಂಬ ಮನೋಭಾವವಿದ್ದರೆ, ಹೇಗೆ ಮುಂದುವರಿಯಲು ಸಾಧ್ಯ? 'ಮನಸ್ಸೊಂದಿದ್ದರೆ ಎಲ್ಲವೂ ಸಾಧ್ಯ' ಎಂಬ ಮಾನಿನತೆ, ಮೊದಲು ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಬೇಕು; ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ ಮೂಡಬೇಕು. ಆಗ ಉತ್ತಮ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಬಗೆ ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಕಲಿಯತೊಡಗುತ್ತೇವೆ. ಇದರೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮದೇ ಆದ ಸೃಜನ ಶೀಲತೆ, ಹೊಸ ಅನ್ವೇಷಣೆ, ಕಲಾತ್ಮಕತೆಗಳು ಕೂಡ ನೆರವಾಗುತ್ತವೆ.

ಶಾಂತ ಮನಸ್ಸು

ಗೊಂದಲದಿಂದ ಕೂಡಿದ, ಚೆದುರಿಹೋದ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಸ್ಥಿತಿಯೇ ಶಾಂತ ಮನಸ್ಸು. ಇದು ಒಂದು ಬಗೆಯ ಸಮತೋಲನ. ಏರುಪೇರುಗಳಿಲ್ಲದೆ, ಸುಖ-ದುಃಖ, ನೋವು-ನಲಿವು, ಕ್ರೋಧ-ಪ್ರೀತಿ ಮುಂತಾದ ದ್ವಂದ್ವಗಳಿಲ್ಲದೆ ಒಂದು ಅವಸ್ಥೆ ಅದು. ಅದನ್ನು ನಾವು ಯಾವುದೋ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಂದುವ

ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಸ್ಥಿತಿಯೇ ಇದು. ಇದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಹಜವೇ-ಅಸಹಜವೇ? ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರ: ಮೇಲ್ನೋಟಕ್ಕೆ ಅಸಹಜ. ಕಾರಣ-ಯಾವಾಗಲೂ ಒಂದಲ್ಲ ಒಂದು ಭಾವಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಒಳಗಾಗಿರುತ್ತದೆ; ಹಾಗಿರುವಾಗ ನಾವು ಶಾಂತ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದುವುದು ಅತ್ಯಲ್ಪ ಸಮಯವಲ್ಲವೇ? ಅದನ್ನು ನಾವು ಸಹಜವೆಂದು ಹೇಳುವುದು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ?

ಇನ್ನೊಂದು ರೀತಿಯಿಂದ ನೋಡುವಾಗ, ಭಾವಾತಿರೇಕ-ದ್ವಂದ್ವಗಳಿಂದ ಕೂಡಿರುವ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ಥಿತಿಯೇ ಅಸಹಜ, ಹಾಗೂ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ; ಈಗ ಇದ್ದ ಕೋಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತಿನ ನಂತರ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿದ್ದ ಜಡತ್ವ ಅರ್ಧಗಂಟಿಯ ನಂತರ ಹೊರಟು ಹೋಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಸಹಜವೆನ್ನಬೇಕೆ? ಈ ರೀತಿಯ ಭಾವಗಳಿಂದ ಹೊರಬಂದಾಗಲೇ ನಾವು ನಾವಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ಏರುಪೇರುಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ, ಬಹುಪಾಲು ಸಮಯವೆಲ್ಲ ನಾವು ಶಾಂತ ರಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಶಾಂತ ಮನಸ್ಸು ಎನ್ನುವುದೇ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ನೈಜ ಸ್ಥಿತಿ.

ಈ ಎರಡೂ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ನಿಜವೆಂದೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡರೂ, ಶಾಂತ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಮಾತ್ರವೇ ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸಲಾಗುವುದು ಎಂಬುದು ಸತ್ಯ. ಭಾವಾತಿರೇಕಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಮನಸ್ಸು ಸರಿಯಾಗಿ ಚಿಂತಿಸುವುದೇ ಕಷ್ಟ - ಹಾಗಿರುವಾಗ ಕೆಲಸವೂ ಅದೇ ರೀತಿ ತೊಂದರೆಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶಾಂತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದು ಹೇಗೆ? ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ಹೊರಬರುವುದು ಸಾಧ್ಯವೇ?

ಮನಸ್ಸಿನ ತರಬೇತಿ

ಅನೇಕ ವೇಳೆ ನಮ್ಮ ಭಾವಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಎಷ್ಟೊಂದು ಆವರಿಸಿ ಬಿಟ್ಟಿರುತ್ತವೆ ಎಂದರೆ, ನಾವು ಕೋಪಕ್ಕೊಳಗಾಗಿದ್ದೇವೆ, ಆಸೆಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಸೆಳೆಯುತ್ತವೆ, ಕೆಲಸದ ಮೇಲೆ ಮನಸ್ಸು ಹೋಗುತ್ತಿಲ್ಲ - ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ನಮ್ಮ ಅರಿವಿಗೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಅವುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಕಾರ್ಯಕುಶಲತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ನಾವು ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ: ನಮ್ಮನ್ನು ಆವರಿಸಿರುವ ಭಾವವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು.

ಎರಡನೇ ಹೆಜ್ಜೆ: ಅಂಥ ಭಾವಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಕೋಪ. ಕೋಪ ನೆತ್ತಿಗೆರಿದಾಗ ನಾವು ಯಾವುದನ್ನೂ ಲೆಕ್ಕಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಎದುರು ಬಂದದ್ದೆಲ್ಲ ಧ್ವಂಸವಾಗಲಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಸೌಭಾಗ್ಯ: ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಯಾವ ಭಾವನೆಯೇ ಬರಲಿ, ಅದು ಎಷ್ಟೇ ನಮ್ಮನ್ನು ಆವರಿಸಲಿ - ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಎಚ್ಚರ ಸದಾ ಜಾಗೃತವಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಒಳಧ್ವನಿ. ಆದರೆ ದುರಂತವಿದು - ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಒಳಧ್ವನಿಯನ್ನು ಅನೇಕ ಸಲ ನಾವು ಕೇಳುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಕೋಪ ಬಂದಾಗ ಮನಸ್ಸು ಹೇಳುತ್ತದೆ: 'ನೋಡು, ಕೋಪ ಬರುತ್ತಿದೆ, ನೀನು ಏನೋ ಮಾಡಲು ಹೊರಟಿದ್ದೀಯೆ' ಆಗ ಜೋರಾಗಿ ನಾವು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ - 'ಹೌದು, ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

ಮಾಡಿಯೇ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಇಷ್ಟು ಕೋಪ ಉಕ್ಕಿ ಬಂದಾಗ ಸುಮ್ಮನೆ ಕೈಕಟ್ಟಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕೇನು?’ ಇಲ್ಲ, ದುಡುಕಬಾರದು. ನಮ್ಮ ಒಳಮನಸ್ಸಿಗೆ ಕಿವಿಗೊಡಬೇಕು. ತುಸು ಹೊತ್ತು ಸುಮ್ಮನಿರಬೇಕು. ಕೋಪ ಇಳಿದುಹೋಗಲಿ. ಮನಸ್ಸು ತಿಳಿಯಾಗಲಿ. ಆಗ ಮಾತ್ರವೇ ಒಳಿತು-ಕೆಡುಕು ಯಾವುದು ಎಂದು ನಮಗರ್ಥವಾಗುವುದು.

ಇದೊಂದು ಉತ್ತಮ ಅಭ್ಯಾಸ. ಯಾವುದೇ ಭಾವಗಳಾಗಲೀ, ಹೆಚ್ಚು ಹೊತ್ತು ಇರುವುದಿಲ್ಲ; ಆದ್ದರಿಂದ ಅದು ತಿಳಿಯಾಗಲು ಸಮಯ ಕೊಡಬೇಕು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಎರಡು ನಿಮಿಷ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷ, ಇನ್ನು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ. ಭಾವನೆಗಳ ತೀವ್ರತೆ ಎಷ್ಟು ಎಂಬುದನ್ನು ಅದು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯ ವಿಚಾರ - ಒಂದು ಸಲ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಭಾವನೆಗೆ ಒಳಗಾಗಿದೆ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾದರೆ ಸಾಕು, ಅದರ ಪ್ರಭಾವ ಆ ಕ್ಷಣದಿಂದಲೇ ಕುಗ್ಗಿ ಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ಷಣದಲ್ಲೂ ಆಂತರಿಕ ಅರಿವು ಎಚ್ಚರವಾಗಿರುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

ಈ ರೀತಿ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನಾವೇ ತರಬೇತಿ ಕೊಡುತ್ತ ನಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳ ಕುಶಲತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದನ್ನೆಲ್ಲ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲೇ ಕಲಿಯಬೇಕು ಎನ್ನುವವರಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಕಲಿಕೆಗೆ ಯಾವುದೇ ವಯೋಮಾನದ ಮಿತಿಯಿಲ್ಲ; ಹದಿಹರೆಯದ ಯುವಕರಷ್ಟೇ ಸಲೀಸಾಗಿ ಎಂಬತ್ತರ ಮುದುಕರೂ ಕಲಿಯಬಹುದು. ಕಲಿಯುವ ಮನಸ್ಸಿತ್ತಿಯಿರಬೇಕು, ಅಷ್ಟೇ. ಅದೇ ರೀತಿ ಹೆತ್ತವರು, ಗುರುಹಿರಿಯರು ಅಥವಾ ಅಧ್ಯಾಪಕರು ಈ ರೀತಿ ತರಬೇತಿ ಕೊಟ್ಟರೆ ಮಾತ್ರ ಇದನ್ನೆಲ್ಲ ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದು ಕೆಲವರ ಭಾವನೆ. ಇದೂ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಜವಲ್ಲ. ಗುರುಹಿರಿಯರಿಂದ, ಅಧ್ಯಾಪಕರಿಂದ ನಾವು ಸಾಕಷ್ಟನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ, ನಿಜ. ಆದರೆ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಕಲಿಯುವವರು ನಾವೇ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ನಾವೇ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಾಧ್ಯ; ಪ್ರಯತ್ನಪಟ್ಟರೆ ಇದೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ವಿಧಾನ ಕೂಡ ಆಗಿದೆ.

ಆಸಕ್ತಿ-ಅನಾಸಕ್ತಿ

ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಉಪದೇಶವೇ ಕರ್ಮಯೋಗ ಅಥವಾ ‘ಅನಾಸಕ್ತಿಯೋಗ’. ಕೆಲಸ ಮಾಡು, ಆದರೆ ಅದರ ಫಲದ ಮೇಲೆ ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿರಬೇಡ ಎಂಬುದೇ ಈ ಬೋಧನೆಯ ಸಾರ. ಇಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿ ಮೂಡುವ ಸಂದೇಹವಿದು - ಆಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಕೆಲಸ ವನ್ನಾದರೂ ಏಕೆ ಮಾಡಬೇಕು? ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಗಳ ಹಿಂದೆಯೂ ಒಂದಲ್ಲ ಒಂದು ಪ್ರೇರಣೆ ಇದ್ದೇ ತೀರಬೇಕು. ಆ ಪ್ರೇರಣೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಬಗೆಯ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಹೀಗಲ್ಲದೆ ಬೇರೆ ರೀತಿ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ‘ಅನಾಸಕ್ತಿ’ ಎಂದರೇನು? ಅದು ಕಾಟಾಚಾರದ ಕೆಲಸವಾಗದೆ? ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರ ಗೀತೆಯಲ್ಲೇ ಇದೆ: ‘ಯೋಗಸ್ಥಃ ಕುರು ಕರ್ಮಾಣಿ ಸಂಗಂ ತ್ಯಕ್ತ್ವಾ ಧನಂಜಯ! ಸಿದ್ಧಸಿದ್ಧ್ಯೋಃ ಸಮೋ ಭೂತ್ವಾ ಸಮತ್ವಂ ಯೋಗ ಉಚ್ಯತೇ ||’ (ಗೀತೆ, ೨-೪೮) “ಎಲೈ ಅರ್ಜುನ, ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಸಿದ್ಧ-ಅಸಿದ್ಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಮಭಾವ

ವನ್ನು ಹೊಂದಿ, ಯೋಗದಲ್ಲಿರುತ್ತಾ ಕರ್ಮವನ್ನು ಆಚರಿಸು. ಸಮತ್ವವೇ ಯೋಗವೆನಿಸುವುದು.”

ಕರ್ಮ ಮಾಡದಿರುವುದು ಯೋಗವಲ್ಲ. ನಿಜವಾಗಿ ಯಾರಿಗೂ ಕರ್ಮ ಮಾಡದೆ ಇರಲು ಒಂದು ಕ್ಷಣವೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆಸೆ, ಆಸಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಪ್ರೇರಿತನಾಗಿ ಕರ್ಮಮಾಡುವವನನ್ನು ಕರ್ಮವು ಬಂಧಿಸುವುದು. ಕರ್ಮ, ಅದರ ಫಲ, ಫಲದಿಂದ ಸುಖ-ದುಃಖವೇ ಮುಂತಾದ, ಸೋಲು-ಗೆಲುವೇ ಮುಂತಾದ ಅನುಭವ, ಅಂತಹ ಅನುಭವದಿಂದ ಮತ್ತೆ ಕರ್ಮಕ್ಕೆ ತುಡಿತ - ಹೀಗೆ ಕರ್ಮಗಳ ಕೊನೆ ಯಿಲ್ಲದೆ ಚಕ್ರವೇ ಜೀವನ. ನಿರಂತರ ಸುಖದುಃಖಾದಿ ಅನುಭವಗಳಲ್ಲಿ ಸುತ್ತುತ್ತ ಮನುಷ್ಯನು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹೊಂದುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಈ ಕರ್ಮದ ಚಕ್ರದಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಒಂದೇ ದಾರಿ, ಆಸೆಯಿಲ್ಲದೆ ಕರ್ಮವನ್ನು ಮಾಡುವುದು. ಇದೇ ಸಮತ್ವ, ಇದೇ ಯೋಗ. ಇದರಿಂದ ಮಾತ್ರ ಮುಕ್ತಿ, ಶಾಂತಿ. ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಬೋಧನೆಯ ಸಾರವಿದು.

ಕರ್ಮಫಲದಲ್ಲಿ ಆಸೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಕರ್ಮ ಮಾಡುತ್ತ ಹೋಗುವುದು, ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಬಂಧಿಸಿರುವ ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುವುದು. ಈ ತತ್ತ್ವವನ್ನೇ ಅವಲಂಬಿಸಿ ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ‘ಕರ್ಮಯೋಗ’ ವನ್ನು ‘ಸೇವಾಯೋಗ’ ವಾಗಿ ವಿಸ್ತರಿಸಿದರು. ಕರ್ಮ ಮಾಡು, ಇತರರಿಗಾಗಿ ಮಾಡು. ಇದರಿಂದ ನೀನು ಕರ್ಮವನ್ನು ನಿಸ್ವಾರ್ಥಭಾವದಿಂದ ಮಾಡಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ, ಮಾನವನಲ್ಲಿರುವ ಭಗವಂತನ ಪೂಜೆಯನ್ನೇ ಮಾಡಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಕರ್ಮವೆಂಬುದು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದುವುದು. ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ಇಂದು ದೇಶದಾದ್ಯಂತ ಸೇವೆಯ ಆದರ್ಶ ಹೇಗೆ ಹಲವಾರು ಸಂಘ-ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಹಾಗೂ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮೂಲಕ ಕಾರ್ಯವೆಸಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು.

ನಮ್ಮ ಕೆಲಸ ಎಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ನಿಸ್ವಾರ್ಥಭಾವದಿಂದ ಕೂಡಿರುವುದೋ, ಅಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ಅದು ಶುದ್ಧವೂ, ಸಮತೋಲನದಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದೂ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಗುಣಗಳಿಂದ ಕಾರ್ಯ ಅದು ಎಷ್ಟೇ ಸಣ್ಣದಾಗಿರಲಿ, ದೊಡ್ಡದಾಗಿರಲಿ, ಅತ್ಯಂತ ಕೌಶಲ್ಯದಿಂದಲೂ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯಿಂದಲೂ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಬಗೆಯ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆಯ ಕಾರ್ಯಕುಶಲತೆಯನ್ನು ಎಳೆಯ ಮಕ್ಕಳ ಹಂತದಿಂದ ಹಿಡಿದು ವಯೋವೃದ್ಧರ ಹಂತದವರೆಗೂ ಸೂಕ್ತ ತರಬೇತಿಯೊಂದಿಗೆ ಕಲಿಸಿಕೊಡುವುದು ನಮಗಿಂದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬೇಕು. ಆಗ ನಾವು ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಕಾರ್ಯಕುಶಲತೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬಹುದು.



ಮಾರ್ಚ್ ತಿಂಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು

೧	ಶನಿವಾರ	ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಪರಮಹಂಸ ಜಯಂತಿ
೧೦	ಸೋಮವಾರ	ಏಕಾದಶಿ
೧೮	ಮಂಗಳವಾರ	ಶ್ರೀ ಚೈತನ್ಯ ಜಯಂತಿ ಸ್ವಾಮಿ ಯೋಗಾನಂದ ಜಯಂತಿ
೨೫	ಮಂಗಳವಾರ	ಏಕಾದಶಿ