



ಸಮ್ಮ ಸುವರ್ಣ ಆಶಯ

2550 ನೇ ಪವಿತ್ರ ಒದ್ದೆಯು ಈ ಸಂಧರ್ಭಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಪುಟ್ಟ ಅಶಾಯರ್ ಒದ್ದೆ ರಕ್ಷಣೆ ಅದರಿಂದ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಗಾಂಧೀನಗರದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾದ ಮಹಾ ಬೋಧಿ ಸೊನ್ನೆಟಿಗೆ 50 ವರ್ಷ ತುಂಬಿದೆ. ಇದೆ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಕರ್ನಾಟಕ ಸುವರ್ಣ ವರ್ಷ ಆಚರಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಮತ್ತಷ್ಟು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಿದೆ.

ಮಹಾ ಬೋಧಿ ಸೊನ್ನೆಟಿಯು 1956 ರಿಂದ ಪುಟ್ಟ ಅಶಾಯರ್ ಒದ್ದೆರಕ್ಷಣೆ ಅದರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಭಗವಾನ್ ಒದ್ದೆರು ಬೋಡಿಸಿದ ನಾಲ್ಕು ಪದರು ಪವಿತ್ರ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು, ಪಂಚೀಲಗಳನ್ನು, ಮಧ್ಯಮ ಮಾರ್ಗವನ್ನು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಬೋಧಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಧಾರ್ಮಿಕ, ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಹಾಗೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸೇವಾ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನೆರವೇರಿಸುತ್ತ ಬಂದಿದೆ.

2550 ನೇ ಪವಿತ್ರ ಒದ್ದೆಯು ಹಾಗೂ ಮಹಾಬೋಧಿ ಸೊನ್ನೆಟಿಯ ಸುವರ್ಣಬಯವಿ ಮತ್ತು ಸುವರ್ಣ ಕರ್ನಾಟಕ ಬಯವಿಗಳ ನೆರವಿಗಾಗಿ ಮಹಾಬೋಧಿ ಸುವರ್ಣ ಪುಸ್ತಕ ಮೂಲಕವೂ 50 ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ ಆಶಯವುಳ್ಳದ್ದಾಗಿದೆ.

ಮನುಕುಲದ ಒಲವಿಗಾಗಿ ಭಗವಾನ್ ಒದ್ದೆರು ಉಪದೇಶಿಸಿದ ಚಿಂತನೆಗಳನ್ನು ಈ ಕೆಲವು ಕ್ಷುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ಸರ್ವ ಅನುಭಾವಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿ ಎಲ್ಲ ವಯೋಮಾನದವರಿಗೂ ತಲುಪಲೆಂದು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ.

ಇಂದಿನ ಕಲುಷಿತ ಬದುಕಿನಿಂದ ದೆಮ್ಮದಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಮನುಕುಲಗಳಿಗೆ ಸು ತಪ್ಪು ಗಳ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಿ ಸುಖ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನದ ದಾರಿದೀಶವಾಗಿ ಈ ಮೂಲಕ ಜನರ ಮನದಲ್ಲಿ ಸುವರ್ಣ ಬೆಳಕು ಚೆಲ್ಲದಿ ಎನ್ನುವುದೇ ನಮ್ಮ ಆಶಯ.



ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಹೊಣೆ ಯಾರು?



ಪೂಜ್ಯ ದಾ|| ಕೆ. ಶ್ರೀ ಧರ್ಮಾನಂದ

ಮಹಾಬೋಧಿ ಸುವರ್ಣ ಪುಸ್ತಕ ಮಾಲಿಕೆ-11

ಮೊದಲ ಕನ್ನಡ ಆವೃತ್ತಿ - ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2007 (6000 ಪ್ರತಿಗಳು)
ಉಚಿತ ಹಂಚಿಕೆ - ಧಮ್ಮದಾನಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತ್ರ

ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಹೊಣೆ ಯಾರು?

ಪ್ರಕಾಶನ :

ಬುದ್ಧ ವಚನ ಟ್ರಸ್ಟ್

14, ಕಾಳಿದಾಸ ಮಾರ್ಗ

ಗಾಂಧಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-560 009

ದೂರವಾಣಿ : 080-22250684

ಫ್ಯಾಕ್ಸ್ : 080-22264438

E-mail : books@mahabodhi.info

“Who is responsible for our Problems”

by Most **Ven. Dr. K. Sri Dhammananda**

Translated into Kannada by **Mr. Anish Bodh**

ಪೂಜ್ಯ ಡಾ|| ಕೆ. ಶ್ರೀ ಧಮ್ಮಾನಂದ ಮಹಾನಾಯಕ ಫೇರ

ಅನುವಾದ : ಶ್ರೀ ಅನೀಶ ಬೋಧ್

Donated for free distribution by

Sasana Abhiwurdhi Wardhana Society

Buddhist Maha Vihara

123, Jalan Berhala

Brick Fields 50470, Kuala Lumpur

Malaysia

ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ : ಶ್ರೀ ಸಿ. ಚಂದ್ರಶೇಖರ

ಬುದ್ಧ ವಚನ ಟ್ರಸ್ಟ್
ಮಹಾ ಬೋಧೀ ಸೊಸೈಟಿ
ಗಾಂಧಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-560 009

ಮುದ್ರಕರು :

ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದ್ ಪ್ರಿಂಟರ್ಸ್

ಸರಸ್ವತಿಪುರಂ, ಬೆಂಗಳೂರು-560 096

ದೂ : 080-23498198, ಮೊ : 9916461691

ಮೊದಲ ಮಾತು

ಸಬ್ಬದಾನಂ ಧಮ್ಮ ದಾನಂ ಜಿನಾತಿ |

ಸಬ್ಬರಸಂ ಧಮ್ಮ ರಸಂ ಜಿನಾತಿ

ಭಗವಾನ್ ಬುದ್ಧರು ಉಪದೇಶಿಸಿದ ಧಮ್ಮಪದದ ಮಾತು ಇದು. ಎಲ್ಲಾ ದಾನಕ್ಕಿಂತ ಧಮ್ಮ ದಾನವು ಶ್ರೇಷ್ಠ. ಎಲ್ಲಾ ರಸಸ್ವಾದಕ್ಕಿಂತ ಧಮ್ಮ ರಸಸ್ವಾದ ಪರಮಾನಂದದಾಯಕವಾದದ್ದು.

ಹೌದು, ಸತ್ಯವಾಕ್ಯ ಇದು. ನಮ್ಮ ಇಡೀ ಬದುಕನ್ನು, ನಾವು ಜೀವಿಸುವುದು ಆನಂದದಿಂದ ಬಾಳುವುದಕ್ಕೆ ಅದಕ್ಕೆ ಮೂಲ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಶೀಲ-ಸನ್ನಡತೆ, ಸದಾಚಾರ. ಶೀಲವಿದ್ದರೆ, ಸಮಾಧಾನ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷ ತಾನಾಗಿಯೇ ಒದಗಿ ಬರುತ್ತವೆ.



ಪೂಜ್ಯ ಆಚಾರ್ಯ
ಬುದ್ಧರಕ್ಖಿತ ಭಂತೇಜಿ

ಕ್ರಿಸ್ತಪೂರ್ವ 3ನೇ ಶತಮಾನದಲ್ಲಿ ಬೌದ್ಧ ಮಹಾಸಾಮ್ರಾಟ ಅಶೋಕ, ನೆಮ್ಮದಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದು, ಆನಂದವನ್ನು ಹಂಚಿದ್ದು ಈ ಬೌದ್ಧಸರಣಿಗಳನ್ನು ಶೀಲಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದ ಮೇಲೆಯೇ. ಆತನಂತಹ ಮಹಾದಾನಿ ಬೇರೆ ಯಾರೂ ಇಲ್ಲ. ಬುದ್ಧ ಧಮ್ಮದ ದೀಪವನ್ನು ಬಹುಜನ ಸುಖಾಯ, ಬಹುಜನ ಹಿತಾಯ, ವಿಶ್ವದ ಎಲ್ಲೆಡೆಯೂ ಹಚ್ಚಲಿಕ್ಕಾಗಿ ಆತ ತನ್ನ ಮಕ್ಕಳಾದ ಮಹಿಂದ ಮತ್ತು ಸಂಘಮಿತ್ರರನ್ನು ಸಂಘಕ್ಕೆ ದಾನ ಮಾಡಿದ. ಹಾಗೆಯೇ ಭಾರತದ ಉದ್ದಗಲಕ್ಕೂ 84,000 ಸ್ತೂಪಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟಿಸಿದ. ಮಹಿಷ ಮಂಡಲ - ಈ ನಮ್ಮ ಕರ್ನಾಟಕಕ್ಕೂ ಪೂಜ್ಯ ಯೋನ ರಕ್ಖಿತ

ಎನ್ನುವ ಭಿಕ್ಷುವನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದ್ದರು. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಬೆಳಗಿದ ಈ ಬುದ್ಧ ಬೆಳಕು, ಇಡೀ ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಬೆಳಕಾಗಿ ವಿಶ್ವಜ್ಯೋತಿಯಾಯಿತು. ಶಾಂತಿಯ ತಂಪನ್ನರೆಯಿತು.

ಅದೇ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿ 1956ರಲ್ಲಿ ಪೂಜ್ಯ ಆಚಾರ್ಯ ಬುದ್ಧರಕ್ಖಿತ ಭಂತೇಜಿಯವರು ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಮಹಾಬೋಧಿ ಸಂಸ್ಥೆ ಕಟ್ಟಿದರು. ಬುದ್ಧಜ್ಞಾನ ದೀಪವನ್ನು ಹಿಡಿದು-ಐವತ್ತು ವರ್ಷ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಅಡ್ಡಾಡಿದರು. ಈಗ ಈ ಸಂಸ್ಥೆಗೆ - ಆ ಬಹುಜನ ಸೇವೆಗೆ - ಸುವರ್ಣ ಜಯಂತಿ ಉತ್ಸವ. ಇಂತಹ ಚಿನ್ನದ ಹಬ್ಬದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕರ್ನಾಟಕದ ಮನೆಮನೆಗೆ, ಕನ್ನಡದ ಮನಕ್ಕೆ ಒಂದೊಂದು ಬುದ್ಧ ವಚನದ ಸಂದೇಶದ ಹಣತೆಗಳನ್ನು, ಕೈಪಿಡಿಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕೆಂದು ನಮ್ಮ ಭಂತೇಜಿಯವರ ಅಪೇಕ್ಷೆ. ಈ 50ರ ಹಬ್ಬದಲ್ಲಿ ಸುವರ್ಣ ಜಯಂತಿ ನೆನಪಿಗಾಗಿ - 50 ಕನ್ನಡ ಕೈಪಿಡಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿ, ಬುದ್ಧ ನೀಡಿದ ಉಪದೇಶವಾಣಿಯನ್ನು ಮನೆಗೆ - ಮನಕ್ಕೆ ಮುಟ್ಟಿಸುವ ಕಾರ್ಯದ ಕೃತಿ ಇದು.

ದಯಮಾಡಿ, ಸ್ವೀಕರಿಸಿ, ಭಗವಾನ್ ಬುದ್ಧರ ಮಹಾಕರುಣೆಯು, ನಿಮಗೆ ಸುಖ-ಶಾಂತಿ ಸಮೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಹರಸಲಿ ಎಂದು ಹಾರೈಸುತ್ತೇವೆ.

ಶುಭಾಶಯಗಳೊಡನೆ

ಪೂಜ್ಯ ಭಂತೇಜಿಗಳು, ಉಪಾಸಕ/ಉಪಾಸಕಿಯರು
ಮಹಾಬೋಧಿ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು

ಪರಮಪೂಜ್ಯ ಡಾ|| ಕೆ. ಶ್ರೀ ಧರ್ಮಾನಂದ ನಾಯಕ ಮಹಾಥೇರ

“ಯಾರ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳು, ಸದಾ ಉದಾತ್ತ ವಾಗಿರುತ್ತದೋ, ಯಾರು ಪರರ ಜೀವನ ಗಳನ್ನು ಸಾರಯುತವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿರು ವರೋ, ಯಾರು ಪರರ ಜೀವನಗಳಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುವವರಾಗಿದ್ದಾರೋ, ಯಾರು ಈ ಜಗವನ್ನು ಜೀವಿಸಲು ಉತ್ತಮವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿರುವರೋ ಯಾರ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಗಳು ಸದಾ ಮೈತ್ರಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರುವುದೋ ಮತ್ತು ಯಾರು ಸದಾ ಮುದಿತಾದಲ್ಲಿ ಆನಂದಿಸು ವರೋ ಅಂತಹವರು ಸದಾ ಆನಂದವಾಗಿ ಸುಖವಾಗಿ ಇರುತ್ತಾರೆ”.



ಇದಕ್ಕೆ ಉದಾಹರಣೆ ಎನಿಸಿದಂತಹ ಈ ಮಹಾ ಪುರುಷರೇ ಡಾ|| ಕೆ. ಶ್ರೀ ಧರ್ಮಾನಂದರವರು. ಶ್ರೀಯುತರು 18ನೇ ಮಾರ್ಚಿ 1919ರಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಲಂಕದ ಕಿರಿದೆ ಎಂಬ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದರು. ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೇ ಬೌದ್ಧಾಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿದ್ದು 12ನೇ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಪೂಜ್ಯ ಕೆ. ಧರ್ಮರತನ ಮಹಾಥೇರ ಅವರಿಂದ ಸಾಮಣೀರ ದೀಕ್ಷೆ ಪಡೆದರು. 22ನೇ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಉಪಸಂಪದ ಪಡೆದರು. ಇವರು ಶ್ರೀಲಂಕದ ಹಿರಿಯ ಅನೇಕ ನಾಯಕ ಥೇರರಿಂದ ಶಿಕ್ಷಣ ಪಡೆದು, 26ನೇ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಪಾಲ ತಿಪಿಟಕದಲ್ಲ ಡಿಪ್ಲೊಮಾ ಪಡೆದರು. 1945ರಲ್ಲಿ ಬನಾರಸ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲ ಪದವಿ ಪಡೆದರು. 1949ರಲ್ಲಿ ಎಂ.ಎ. ಪಡೆದರು. ಭಾರತದ ರಾಷ್ಟ್ರಪತಿ ಯಾಗಿದ್ದ ರಾಧಾಕೃಷ್ಣನ್‌ರವರ ಆಶ್ರಯದಲ್ಲ ಸಂಸ್ಕೃತ, ಹಿಂದಿ ಮತ್ತು ಭಾರತದ ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದರು. ‘ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ’ ಪದವಿ ಪಡೆದರು.

ನಂತರ ಬೌದ್ಧ ಧರ್ಮದ ಉನ್ನತಿಗೆ ನಿರಂತರ ಶ್ರಮಿಸಿದರು. ಹಲವಾರು ಸಂಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟಿದರು. ಹಲವಾರು ಬೌದ್ಧ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಗೆ

ಪ್ರಧಾನ ಸಲಹಾಕಾರರು ಆದರು. ಬಹಳಷ್ಟು ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಬರೆದರು. ಬೌದ್ಧ ಜಗತ್ತಿಗೆ ನಾಯಕರಂತೆ ಬೆಳಗಿದರು. ಅವರು ಅನೇಕ ಪದವಿ ಪಾರಿತೋಷಕಗಳನ್ನು ಪಡೆದರು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ, ಧರ್ಮಕೀರ್ತಿ, ಶ್ರೀ ಸದ್ಗಮ್ಯ ವಿಶಾರದ, ಪರಿಯತ್ತಿ ವಿಶಾರದ, ತಿಪಿಟಕಾ, ವಗಿಸ್ವರಚಾರ್ಯ ಮಹೋಪಾಧ್ಯಾಯ, ಬುದ್ಧಶಾಸನ ವಿಭೂಷಣ, ದರ್ಶನ ವಿಶಾರದ, ಸಾಹಿತ್ಯ ಚಕ್ರವರ್ತಿ, ಸದ್ಗಮ್ಯ ಪ್ರವೃತ್ತಿಕಾ ಚಕ್ರವರ್ತಿ, ಪಿ.ಹೆಚ್.ಡಿ.ಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ ಪದವಿಗಳನ್ನು ಜರುಮಗಳನ್ನು ದೇಶ ವಿದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಪಡೆದರು.

ಶ್ರೀಯುತ ಧರ್ಮಾನಂದರವರು ಆಧುನಿಕ ಬೌದ್ಧ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ನಾಯಕರಂತೆ ವಿಜೃಂಭಿಸಿದರು. ಅವರು ಶಾಸನ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ವರ್ಧನಾ ಸೊಸೈಟಿ, ಮಲೇಶಿಯಾದ ಯುವ ಬೌದ್ಧ ಮಂಡಲ, ಮಾನವತಾ ತತ್ವ ಸ್ನೇಹ ಗುಂಪಿಗೆ, ವಿದ್ಯಾವರ್ಧನಾ ಪಿರಿವೇಣ ಶ್ರೀಲಂಕೆಗೆ ಆಶ್ರಯದಾತ ರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಮಲೇಶಿಯಾದ ಬುದ್ಧಿಷ್ಟ್ ಮಿಷನರಿ ಸೊಸೈಟಿಯ ಧಾರ್ಮಿಕ ನಿರ್ದೇಶಕರು, ಸ್ಥಾಪಕರು ಮತ್ತು ಪ್ರಧಾನ ಸಲಹಾಕಾರರು ಆಗಿದ್ದರು. ಅವರು 50ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಬೌದ್ಧ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರಧಾನ ಸಲಹಾಕಾರ ಆಗಿದ್ದರು. ಮಲೇಶಿಯಾ, ಸಿಂಗಪೂರ, ಶ್ರೀಲಂಕದ ಸಂಘ ಕೌನ್ಸಿಲ್‌ಗೆ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿದ್ದರು. ಹಾಗೂ ಹಲವಾರು ದೇಶ ವಿದೇಶ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಗೆ ನಿರ್ದೇಶಕರು, ಛೇರ್‌ಮನ್, ಸಲಹಾಕಾರರು ಆಗಿದ್ದರು.

ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅವರು ಅಧ್ವಿತೀಯ ಲೇಖಕರಾಗಿದ್ದರು. ಸ್ವತಂತ್ರ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಬೌದ್ಧ ದರ್ಶನಗಳನ್ನು ಬರೆದರು. ದೇಶ ವಿದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಧರ್ಮವನ್ನು ಹರಡಿದರು. ಬೌದ್ಧ ಧರ್ಮಕ್ಕಿರುವ ಮಿಥ್ಯಾ ಅಪವಾದಗಳನ್ನು ದೂರೀಕರಿಸಿದರು. ಅಲ್ಪ ಕಾಲದಲ್ಲೇ ಅವರು ಶ್ರೀಲಂಕ, ಬರ್ಮ, ಸಿಂಗಪೂರ, ಮಲೇಶಿಯಾ, ಥೈಲ್ಯಾಂಡ್, ಥೈವಾನ್, ಜಪಾನ್, ನ್ಯೂಜಿಲ್ಯಾಂಡ್, ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್, ಅಮೆರಿಕಾದಲ್ಲೂ ಅವರು ಜನಪ್ರಿಯತೆ ಪಡೆದರು.

ಪೂಜ್ಯ ಶ್ರೀ ಧರ್ಮಾನಂದ ಥೇರರು 31ನೇ ಆಗಸ್ಟ್ 2006ರಂದು ಇಹಲೋಕ ತ್ಯಜಿಸಿದರು.

ಪೀಠಿಕೆ

ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಹೊಣೆ ಯಾರು?

ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಪವಾಡವೆಂದರೆ ಮಾವನರೆಲ್ಲಾ ಒಂದೇರೀತಿ ಇರುವರು. ಸುಮಾರು 6 ಬಿಲಿಯನ್‌ನಷ್ಟು ಮಾನವರು ಪೃಥ್ವಿಯಲ್ಲಿರುವರು, ಅದರಲ್ಲಿ ವಿವಿಧರೀತಿಯ ಆಕಾರಗಳು, ಬಣ್ಣಗಳು, ಗಾತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ವಿಭಿನ್ನ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದವರು ಹಾಗೂ ಅಭಿರುಚಿಯುಳ್ಳವರು ಇರುವರು. ಆದರೆ... ಅವರ ವರ್ತನೆಗಳೆಲ್ಲಾ ಒಂದೇರೀತಿ ಇದೆ. ನಾವು ಕಲೆಯ ಉಳಿವಿಗೆ ನಾಯಕರಾಗಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಪ್ರಿಯವಾದವುಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಮತ್ತು ಅಪ್ರಿಯವಾದವುಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲು ಅತ್ಯಂತ ವಿವೇಕಯುತವಾಗಿ ಕಲಿತಿರುವೆವು. ಹೀಗೆಯೆ ಇದ್ದು ನಾವು ಜೀವನವನ್ನು ಸುಖಕರ ಹಾಗೂ ಅಂಟಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಅರ್ಹ ಎಂದು ನಂಬಿದ್ದೇವೆ. ಮೂರ್ಖ ಮಾನವನೊಬ್ಬನು ಜೀನಿನ ಆಸೆಗಾಗಿ ಗೂಡಿಗೆ ಕೈಹಾಕಿ ಅಪಾರ ಅಪಾಯ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿರುವವನ ಹಾಗೆ ನಾವು ಇದ್ದೇವೆ. ಮಾನವರಲ್ಲಿನ ಬಹಳಷ್ಟು ಮಂದಿ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಸುಖಗಳಿಗೆ ಅಂಟಕೊಂಡು, ಇಡೀ ಅಸ್ತಿತ್ವವೇ ಸುಖಕರ (ಆನಂದ ಸ್ವರೂಪ) ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ ವ್ಯರ್ಥ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದಾರೆ.

ನಾವು ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಜೀವನದಿಂದ ಹಾಗೂ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ದೂರವಿದ್ದು ಜೀವನದಿಂದ ತಿರುಗಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮ ವಂಶಜರು ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಅಗೋಚರ ಆತ್ಮಗಳೇ (ದೇವತೆ ಭೂತ ಪಿಶಾಚಿಗಳೇ) ಕಾರಣವೆಂದು ಭಾವಿಸಿದರು, ಹಾಗೂ ಆರೋಪಿಸಿದರು. ಇದರಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಅವರು ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಪೂಜಾವಿಧಿಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದರು. ಆ ಆತ್ಮಗಳಿಗೆ ದಕ್ಷಿಣೆ (ಲಂಚೆ) ನೀಡಲು ಹೊರಟರು. ತಮಗೆ

ಅನುಕೂಲವಾಗುವಂತೆ ಮತ್ತು ಶತ್ರುಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಯಾಗುವಂತೆ ಪೂಜೆಗಳನ್ನು ಮಾಡತೊಡಗಿದರು. ಈ ಮೃಗೀಯ ವಿಧಿಗಳಿಂದ ಸಾರ್ವಭೌಮ ದೇವರ ಕಲ್ಪನೆಯು ಸೃಷ್ಟಿಯಾಯಿತು. ತಮ್ಮೆಲ್ಲಾ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಆ ದೇವರ ಕಾರಣವೆಂದು ದೂಷಿಸಿದರು. ಕೆಲವರು ತಮಗಾದ ತೊಂದರೆಗಳು ದೇವರ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳೆಂದು ಭಾವಿಸಿದರು. ಆತ ತಮ್ಮ ನಿಷ್ಠೆ ಪರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದರು. ತಮ್ಮ ದುರ್ವರ್ತನೆಗಳಿಗೆ ಶಿಕ್ಷೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುವರು, ಇದರ ವಿರುದ್ಧ ಪ್ರಶ್ನಿಸುವುದು ಸಹಾ ಪಾಪ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದರು. ಇವುಗಳು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿದ್ದರೂ, ಅವೆಲ್ಲಾ ಕೇವಲ ಬಾಹ್ಯಶಕ್ತಿ ಒಂದಕ್ಕೆ ತಮ್ಮೆಲ್ಲಾ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿದರು.

ವರ್ತಮಾನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ, ಇಂದು ನಾವು ಸಹ ತಮಗೆ ಹಿತವಾದ ಕವಚ ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಂಡು, ಪರರೇ ನಮ್ಮ ದೌರ್ಭಾಗ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ವಿಷಯಗಳ ಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಅದು ಹೇಗಿದೆಯೋ ಹಾಗೆಯೇ ನೋಡಲು ನಿರಾಕರಿಸುವೆವು ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ಸದಾ ಮುಗ್ಧ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ನೋಡುವೆವು. ಈ ಪರರೇ ಕಾರಣ ಎಂಬ ಧೋರಣೆ ವಿಶ್ವ ರಾಜಕೀಯಮಟ್ಟದವರೆಗೂ ಹೋಗಿದೆ. ಇಂದು ಜಗತ್ತಿನ ಬಲಿಷ್ಠ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳ ನಾಯಕರು ಸಹಾ ಪರರನ್ನು ಪಾಪಗಳ ರೇಖೆ ಎಂದು ಆರೋಪಿಸಿ ತಮ್ಮನ್ನು ಮುಗ್ಧ ಬಲಿಪಶು ಎಂದು ತೋರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಅಥವಾ ತಾವೇ ಈ ಜಗತ್ತಿನ ರಕ್ಷಕರಾದ ಪರಮನಾಯಕರು ಎಂದು ಕರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ ಯಾರದೋ ಹೇಳಿಕೆಯಂತೆ “ನೀವು ಕೆಲವು ಕಾಲ ಎಲ್ಲರನ್ನು ಮೂರ್ಖರಾಗಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಕೆಲವರನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮೂರ್ಖರನ್ನಾಗಿಸಬಹುದು, ಆದರೆ ಸರ್ವಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸರ್ವರನ್ನೂ ನೀವು ಮೂರ್ಖರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಾರಿರಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಕಾಲವು ಬರುವುದು ಆಗ ಸತ್ಯ ಹೊರಬರುವುದು. ಆಗ ದೋಷಿಸಿದವರೇ ದೋಷಿಗಳು ಎಂದು ಅರಿವಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ.

ನಾವು ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ವೀಕ್ಷಿಸಿದರೆ ನಾವು ಸಹಾ ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ದುಃಖಗಳಿಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರರೇ ಕಾರಣ ಎಂದು ನಂಬಿರುವುದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಬುದ್ಧ ಭಗವಾನರು ಬೋಧಿಸಿರುವುದು ಏನೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಬೀಳುವ ಎಲ್ಲಾ ಸಂಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ನಾವೇ ಕಾರಣರಾಗಿರುವೆವು. ಇದಕ್ಕೆ ಪರರನ್ನು ತೆಗಳ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಇದು ಎಲ್ಲಿಯೂ ತಲುಪಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಹೇಳುವರು,

“ಮನಸ್ಸೇ ಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆಲ್ಲಾ ಮುಂದಾಳು ಒಬ್ಬರು ಪ್ರದುಷ್ಟವಾದ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಯೋಚಿಸಿದರೆ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಿದರೆ ಎತ್ತಿನ ಕಾಲುಗಳಿಗೆ ಬಂಡಿಯ ಚಕ್ರವು ಹಿಂಬಾಲಿಸುವಂತೆ ಆತನಿಗೆ ದುಃಖ ಹಿಂಬಾಲಿಸುವುದು.

ಒಬ್ಬನು ನಿತ್ಯವಾದ ಸುಖವನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದರೆ ಆತನು ಸ್ವಾಮಿಶಯವನ್ನು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಇದು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ನಿರಾಶವಾದದ ವ್ಯಾಯಾಮವಲ್ಲ. ನಾವು ನಮ್ಮನ್ನು ಪಕ್ಷಪಾತರಹಿತವಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿದಾಗ ಅಲ್ಲಿ ಏನೇನು ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅರಿವು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವುದು ನಮ್ಮನ್ನು ಸುಖಯುತವಾಗಿ ಅಥವಾ ಕೋಪಯುತವಾಗಿ ಅಥವಾ ದುಃಖಯುತವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೋ ಅರಿವಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಅದು ನಾವೇ (ಅಂತಿಮ ನಾವೇ) ಅದನ್ನೆಲ್ಲಾ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಅರಿವಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಯಾರು ಸಹಾ ನಮಗೆ ಸುಖಿಯನ್ನಾಗಿ ಅಥವಾ ದುಃಖಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಕೇವಲ ನಾವೇ ನಮಗೆ ಆ ರೀತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಇದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಅದ್ಭುತವಾದ ಸಾಧನಾತ್ಮಕ ಬೋಧನೆಯಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಸಿದ್ಧಿಸಿದರೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ಸಮಯವನ್ನಷ್ಟೆ ಲಾಭಯುತವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಜೊತೆಗೆ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಸರ್ವರಿಂದಲೂ ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇವೆ. ಪರರನ್ನು ನಿಂದಿಸಿ ಏನನ್ನೂ ಪಡೆಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಏನಾದರೂ ಪಡೆಯಬಹುದಾಗಿದ್ದರೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಲೋಭರಹಿತ (ಯೋಚನಾರಹಿತ) ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಹಿಂಬಾಲಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಕಾರಣವನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕುವುದು ಇದೇ ಸುಖದ ರಹಸ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥವಾದ “ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಹೊಣೆ ಯಾರು ? ಎಂಬ ಈ ಕೃತಿ ಬರೆದ ಗ್ರಂಥಕರ್ತರಿಗೆ ಸುಖದ ರಹಸ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ 50 ವರ್ಷಗಳ ಅನುಭವವಿದೆ. ಇಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಅವರು ಕಂಡಿರುವುದು ಏನೆಂದರೆ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಜನರನ್ನು ನೋಡಿದ್ದಾರೆ, ಅವರೆಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಹೊರಗಡೆ ಪರಿಹಾರ ಮತ್ತು ಕಾರಣವನ್ನು ಹುಡುಕಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞಾಶೀಲತೆ ಮತ್ತು ಹಾಸ್ಯಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದ ಸಾವಿರಾರು ಜಗತ್ತನ್ನು ನೋಡಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಲ್ಲಿಗೆ ಬರುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಅವರು ಸುಖದ ಅನುಭವದ ಬೋಧನೆಯನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಇರುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪೂರೈಕೆಯಾಗುವಂತೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ವಿಜಯ ಸಮರ ವಿಕ್ರಮ

25-7-2004

ನಮ್ಮ ನಮಸ್ಕೇಗಳಿಗೆ ಹೊಣೆ ಯಾರು?

ನಾವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ನಾವು ನಮ್ಮ ದೌರ್ಭಾಗ್ಯಕ್ಕೆ ಪರರೇ ಕಾರಣ ಎಂದು ಸದಾ ನಿಂದಿಸಲು ಸಿದ್ಧರಿರುವೆವು. ಇದು ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಅಹಂಭಾವಕ್ಕೆ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತರಾಗಿ, ನಮ್ಮ ಕಡೆ ಕನ್ನಡಿ ತಿರುಗಿಸಲು ಇಚ್ಛೆಯಿಲ್ಲದೆ ಮಾಡುವೆವು. ಆದರೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸಿದಾಗ ಇವೆಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ನಾವೇ ಕಾರಣ ಎಂದು ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವೇನಾದರೂ ಪ್ರಮಾಣಿಕತೆಯಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿದರೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ ಮಾನಸಿಕ ಸುಸಂಸ್ಕೃತತೆಯಿಂದ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ತೆರೆದರೆ ಹಾಗು ಯಥಾ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿರುವಂತೆಯೆ. ಹಾಗೆಯೇ ವೀಕ್ಷಿಸಿದರೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ನಾವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬೇರಿನ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗುವೆವು ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಮತ್ತು ಪರರ ಮಹಾ ಮಂಗಳಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಭಯ ಮತ್ತು ಚಿಂತೆ

ಭಯ ಮತ್ತು ಚಿಂತೆಗಳು ಮನಸ್ಸಿನ ಕಲ್ಪನೆಯಿಂದಾಗಿರುವುದಾಗಿದೆ. ಇದು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗಳ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿದೆ. ಇವು ತೃಷ್ಣೆ ಮತ್ತು ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬೇರುರಿದೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಜೀವನವು ಚಲನಚಿತ್ರದಂತೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ನಿರಂತರ ಚಲಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ನಿತ್ಯವೆನ್ನುವುದು ಇಲ್ಲ. ಯುವಕರು ಮತ್ತು ಬಲಿಷ್ಠರು ಯುವ ಮರಣಕ್ಕೆ ಹೆದರುತ್ತಾರೆ. ವೃದ್ಧರಾಗಿರುವವರು ದೀರ್ಘಕಾಲ ಬದುಕಲು ಚಿಂತೆಗೀಡಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇವುಗಳ ನಡುವೆ ಸಿಲುಕಿ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕತೆ ಆನಂದಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಆನಂದಕರ ಘಟನೆಗಳು ಪ್ರಿಯವಾದ್ದರಿಂದ ಬೇಗನೆ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುವವು. ಭಯಾನಕ ದುರ್ಘಟನೆಗಳು ಅಪ್ರಿಯವಾದ್ದರಿಂದ ಖಿನ್ನತೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ ಹೋಗಲೊಲ್ಲದು. ಅಂತಹ ವೇದನೆಗಳು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ, ಅಂತಹ ಜೀವನದ ಏರಿಳಿತಗಳು, ಭ್ರಮಾತ್ಮಕ ಅಹಂಬಾವದೊಡನೆ ಆಟವಾಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸು ತನ್ನಲ್ಲಿ ಅತಿ ಉತ್ಕೃಷ್ಟವಾಗಿದೆ.

ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪಳಗಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಇನ್ನೊಂದು ಹೆಸರು ಮಾನಸಿಕ ಸುಸಂಸ್ಕೃತತೆ, ಇದರ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆಯೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಅವಿಶ್ರಾಂತತೆಯನ್ನು ಪಳಗಿಸುವುದು. ಬುದ್ಧ ಭಗವಾನರು ಹೀಗೆ ನುಡಿದಿದ್ದಾರೆ :

“ತೀವ್ರ ಬಯಕೆಯಿಂದ ದುಃಖ ಉದಯಿಸುವುದು
ತೀವ್ರ ಬಯಕೆಯಿಂದ ಭಯವು ಉದಯಿಸುವುದು
ಯಾರು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೀವ್ರ ಬಯಕೆಯಿಂದ ಮುಕ್ತರೋ
ಅವರಿಗೆ ಶೋಕವಿಲ್ಲ, ಭಯವೂ ಇಲ್ಲ”.

ಎಲ್ಲಾ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯು ದುಃಖದಲ್ಲಿ ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಯಾರೊಬ್ಬರೂ ಪಾರಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಬಹಳಷ್ಟು ಯುವಕರಿಗೆ ನೋವುಗಳಿರುತ್ತದೆ. ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಿಲ್ಲದ ಕಾರಣ ಅವರು ಅನನುಭವಿಗಳಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಸ್ಥಿರ ಬಾಂಧವ್ಯ ರೂಪಿಸಲು ಅಸಮರ್ಥರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮ ವಿರುದ್ಧ ಲಿಂಗಕ್ಕೆ ಆಕರ್ಷಿಸಲು ಅವರು ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ವಿಕಸಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ, ಪರಸ್ಪರ ಆನಂದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈರ್ವರೂ ಸಹಜವಾಗಿ ವರ್ತಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ತಮಗೆ ತಾವು ದೊಡ್ಡವರೆಂದೇ ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ವಿಯೋಗ ಭಯ ಸದಾ ಕಾಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ತಿರಸ್ಕಾರದ ಭಯ ಕಾಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಭಗ್ನ ಪ್ರೇಮಿಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಚಿಂತಿತರಾಗಿ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಘಟನೆಗಳು ಜೀವನವನ್ನು ಇರುವ ಹಾಗೆ ವೀಕ್ಷಿಸಿದರೆ ಅವೆಲ್ಲವೂ ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ. ಯುವಕರಿಗೆ ಬೌದ್ಧ ಜೀವನಶೀಲ ಕಲಿಸಿದರೆ ಅವರು ತಮ್ಮ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರೌಢರಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರಿಯರ ವಿಯೋಗ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಾಗಬಹುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜೀವನದ ಮಧ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಆಗಬಹುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜೀವನದ ಅಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ಆಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಪ್ರಿಯರ ವಿಯೋಗ ನಿಶ್ಚಿತ - ಅದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಅಸಾಧ್ಯ. ಅಂತಹ ಘಟನೆಗಳು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ಒಬ್ಬನು ಈ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಎಂದಿದೆ ಎಂದು ಹುಡುಕಬೇಕು. ಹೇಗೆ ಇರಲಿ, ಬೇರ್ಪಡುವಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು, ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ನಮ್ಮಿಂದ ಆಗದು. ಗೊತ್ತಾದಾಗ ಒಬ್ಬನು ದೈರ್ಯದಿಂದ ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಜೀವನವೇ ಅನಿತ್ಯ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಹೊಸ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಹುಡುಕುವುದು ಅಂತಹ ಕಷ್ಟಕರ ವಿಷಯವೇನಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬನಿಗೆ ಇಷ್ಟವಿದ್ದರೆ ಹೊಸ ಸ್ನೇಹದಿಂದ ಖಾಲಿಯಾಗಿರುವ ಕೊರತೆಯನ್ನು ನೀಗಿಸಬೇಕಷ್ಟೆ.

“ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಭಯವು ಉದಯಿಸಲಿ ಅದು ಮೂರ್ಖನಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಉದಯಿಸುತ್ತದೆ, ಜ್ಞಾನಿಯಲ್ಲ” ಎಂದು ಬುದ್ಧ ಭಗವಾನರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಭಯವು ಕೇವಲ ಒಂದು ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಷ್ಟೇ. ಒಬ್ಬನು ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಯೋಗ್ಯಕಡೆ ತಿರುಗಿಸಿ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಯೋಚನೆಗಳು ಭಯವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಯೋಚನೆಗಳ ಭರವಸೆ ಮತ್ತು ಆದರ್ಶವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ಆಯ್ಕೆ ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮದಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮಾನವನಿಗೂ ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿಯೇ ಮಾನವನಿಗೆ ಯೋಚನೆಗಳ ಮೇಲೆ (ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ) ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪ್ರಭುತ್ವ ಅಥವಾ ನಿಯಂತ್ರಣ ಸಾಧ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಮಾನವನ ಪ್ರತಿ ಕ್ರಿಯೆಗೂ ಮೂಲ ಆತನ ಯೋಚನೆ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಆ ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿದರೆ ಭಯವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿದಂತೆಯೇ ಮತ್ತು ಗೆದ್ದಂತೆಯೇ ಸರಿ.

ಒಮ್ಮೆ ಖ್ಯಾತ ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಶರೀರ ರಚನಾ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞನಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ಬಂದು ಭಯವನ್ನು ಹೇಗೆ ಗೆಲ್ಲಲಿ ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದಾಗ ಆತನು ಈ ರೀತಿ ಉತ್ತರಿಸಿದನು “ಯಾರಿಗಾದರೂ ಏನಾದರೂ ಮಾಡುತ್ತಿರು”.
 ಆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಈ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. ಆತನು ತೃಪ್ತನಾಗದೆ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಪೀಡಿಸಿದಾಗ ಆ ಗುರುವು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ “ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಎರಡು (ವಿಭಿನ್ನ) ಯೋಚನೆಗಳು ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ”. ಈ ಮಾತು ಎಷ್ಟು ಸತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಒಂದು ಗುಂಪಿನ ಯೋಚನೆಗಳು, ಇನ್ನೊಂದು ಗುಂಪಿಗೆ ಹೊರತಕ್ಕಂತಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಿಸುವುದಾದರೆ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಸೇವೆಯಿಂದ ಅವ್ಯತವಾದಾಗ ನೀವು ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಭಯದಂತಹ ಯಾವುದೇ ಇನ್ನಿತರ ಯೋಚನೆ ಹೊಂದಲು ಅಸಾಧ್ಯ.

“ಚಿಂತೆಗಳು ಅಯಸ್ಸಿಗಿಂತ ಮುಂಚೆಯೇ ರಕ್ತವನ್ನು ಒಣಗಿಸುತ್ತದೆ”. ಭಯ, ಚಿಂತೆ ಮತ್ತು ಒತ್ತಡಗಳು ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿಯೇ ಬಂದಿವೆ. ಆದರೆ ನಿರಂತರ ಭಯ ಮತ್ತು ಆಳವಾದ ಚಿಂತೆಗಳು ಮಾನವ ಜನಾಂಗಕ್ಕೆ ಶತ್ರುವಾಗಿದೆ. ಇವು ದೇಹದ ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೆ ಪರರನ್ನು ಸಂತೋಷಿಸಲು ಬರುವುದಾದರೆ ನೀವು ನಿಜಕ್ಕೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಮನಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತೀರಿ. ಏಕೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಚಿಂತೆಯನ್ನು ವಾಸಿಸಲು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರಕೃತಿಯ ಕೂಗು

ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಲಾಭ ಪ್ರಾಪ್ತಿಗಾಗಿ ಮಾನವ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಕೂಗನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ಆತನು ತನ್ನ ಭವಿಷ್ಯದ ಕ್ಷಣಿಕ ಸುಖಕ್ಕಾಗಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ಅಂಟಿದ್ದಾನೆ ಎಂದರೆ ಆತನ ಮನಸ್ಸೆಲ್ಲವೂ ಆ ಯೋಚನೆಗಳಿಂದ ಅವ್ಯತವಾಗಿ ಆತ ತನ್ನ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದು ಮೌಲ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನೇ ಮರೆತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಅಸ್ವಭಾವಿಕ ವರ್ತನೆಯಿಂದಾಗಿ ಜಗತ್ತಿನ ನಿಯಮಗಳನ್ನು

ಮಾನವ ಜೀವನವನ್ನು ಮತ್ತು ಅಂತಿಮ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಆತನು ಮಿಥ್ಯ ಗ್ರಹಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಅರಿಯುತ್ತಾನೆ. ಇದೇ ಸರ್ವ ಅಸಮತೋಲನ, ಭಯ, ಒತ್ತಡ, ಚಿಂತೆಗಳಿಗೆ, ಅರಕ್ಷಣೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಯಾರು ನಿಜಕ್ಕೂ ತನ್ನ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಾನೋ ಆತನು ಪರರ ಸ್ವತಂತ್ರಕ್ಕೆ ಧಕ್ಕೆ ತರಲಾರ, ಅವರಿಗೆ ಯಾರ ತೊಂದರೆಯು ನೀಡಲಾರ. ತನ್ನ ಸುಖಕ್ಕಾಗಿ ಪರರನ್ನು ಮೋಸಗೊಳಿಸುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಕೆಟ್ಟ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ.

“ನೀವು ಎಲ್ಲಾ ಕಾಲದಲ್ಲೂ ಹಲವು ಜನರನ್ನು ಮೋಸಗೊಳಿಸ ಬಹುದು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಜನರನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪಕಾಲ ಮೋಸಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ನೀವು ಎಲ್ಲಾ ಕಾಲದಲ್ಲೂ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಮೋಸಗೊಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ” (ಅಬ್ರಾಹಂ ಲಿಂಕನ್)

ಮಾನವ ಕ್ರೂರಿಯು ಮತ್ತು ಪಾಪಿಯು ಆದರೆ ಆತನು ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮಗಳಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಆತನು ತನ್ನ ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದ, ಮಾತಿನಿಂದ ಮತ್ತು ಯೋಚನೆಗಳಿಂದ ಪರಿಸರವನ್ನು ಮಲಿನಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಇದರ ಫಲವಾಗಿ ಪ್ರಕೃತಿಯು ಮಾನವನಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಫಲಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ, ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಮಾನವ ಅನೇಕ ವಿಧವಾದ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳು ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ವಿಕೋಪಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ.

ಒಂದುವೇಳೆ ಮಾನವ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ನಿಯಮಾವಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ ಜೀವನ ನಡೆಸಿದರೆ, ಆತನು ತನ್ನ ಶೀಲ ಮತ್ತು ಮೈತ್ರಿಯಿಂದ ಪ್ರತಿ ಜೀವಿಗಳ ಮೇಲೆ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಪ್ರೀತಿ ಪ್ರಸರಿಸಿ ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ಉಂಟುಮಾಡಿ, ಸುಖಿ ವಾತಾವರಣ ಉಂಟು ಮಾಡಿದುದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಮಾನವ ಸುಖಿಯಾಗಿರುತ್ತಾನೆ.

ನೀವು ಅಧುನಿಕ ಕಾಲದ ನಿರಂತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿ (Busy) ಆಗಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ದಿನದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಮೌಲ್ಯಯುತ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು

ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳಷ್ಟಾದರೂ ಓದಲು ಮರೆಯದಿರಿ. ಈ ಹವ್ಯಾಸದಿಂದ ನಿಮಗೆ ಅಪಾರ ಸಮಾಧಾನವಾಗಿ, ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಚಿಂತೆಗಳನ್ನು ಮರೆತು, ನಿಮ್ಮ ಚಿತ್ತವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದೇ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನೀವು ನೆನಪಿಡಿ, ನಿಮಗೊಂದು ಧರ್ಮವು ಇದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಧರ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಕೆಲವೊಂದು ನಿಮಿಷ ಚಿಂತಿಸುವುದು ನಿಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ. ಧರ್ಮವು ನಿಮ್ಮ ಒಳಿತಿಗಾಗಿಯೇ ಇದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳಾದರೂ ನೀವು ಧರ್ಮೋಚಿತ ಕಾರ್ಯಗಳಾದ ದಾನ, ಮೈತ್ರಿ ಇತ್ಯಾದಿ ಪಾಲಿಸಿ.

ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಅಪರಾಧಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳು

ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ನಮ್ಮ ಕಾಲವನ್ನು ಭಾಧಿಸಿರುತ್ತಿರುವ ರೋಗ T.B.ಯಲ್ಲ, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸಹಾ ಅಲ್ಲ, T.B.ಯಂತು ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಬಂದಿದೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸಹಾ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲದಲ್ಲೇ ಪೂರ್ಣ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಬರುವುದು. ಆದರೆ ನಿಜಕ್ಕೂ ನಮ್ಮೆಲ್ಲಾ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣ ಮಾನಸಿಕ ಅಶಾಂತಿಯಾಗಿದೆ. ನಾವು ಬಲವಂತವಾಗಿ ಇನ್ನಷ್ಟು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು, ಸಂಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಮಾನಸಿಕ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ನೀಡಬೇಕಾಗಿದೆ. ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಯಾವುದೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತೀರ ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಯಾರಾದರೂ ಪ್ರಶ್ನಿಸಬಹುದು, ಏಕೆ ನಮ್ಮ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಅಪರಾಧದ ಧಾತುಗಳಿವೆ? ಎಲ್ಲರೂ ಸಮ ಗಾಳಿ ಸೇವಿಸುತ್ತೇವೆ, ಆದರೂ ಏಕೆ? Freud ನ ಪ್ರಕಾರ ಅಪರಾಧಿಗಳಿಗೆ ಶಿಕ್ಷೆಗಿಂತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಇದು ಸಮಸ್ಯೆಯ ಸ್ವತಂತ್ರ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಾಗಿದೆ. ಇದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು ಹಂತಹಂತದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸುಧಾರಣೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ಸೇಡಿನ ಬದಲು ಸಮಾಜ ಸುಧಾರಣೆಗೆ ಹಾದಿ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಾಗ ಸರಿಹೋಗುತ್ತದೆ.

ನಿಮ್ಮ ನೆರೆಹೋರೆಯವರನ್ನು ಅರಿಯಿರಿ

ನಾವು ಎಂದಿಗೂ ಪರರು ಹೇಗೆ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದೇ ನೋಡಿಲ್ಲ. ನಾವು ನಮಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಟ್ಟ ಅಥವಾ ಮೇಲ್ಮಟ್ಟದ ಜನರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿದ್ದಾಗ ರೋಗ ಎಂಬುದು ಏನು ಎಂದೇ ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಾವು ಅಸಮರ್ಥರಾದಾಗ ಬಲಿಷ್ಠತೆಯ ಶಕ್ತಿ ಏನು ಎಂಬುದೇ ಅರಿಯಲು ಆಗದು.

ಅಂತಹ ಅನನುಭವ ನಮಗೆ ಅಸಹನೆ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಸಹನೆ ಲಭಿಸುವುದು ಕೇವಲ ಅರಿವಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ. ಮತ್ತು ಅನುಭವ ಇಲ್ಲದೇ ನಾವು ಅರಿಯಲಾರೆವು. ಆದ್ದರಿಂದ ಜೀವನದ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಗಗಳಲ್ಲಿ ವಿಸ್ತಾರ ಅನುಭವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸಾರಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹೋಗುವಾಗ ನಾವು ಸುಸಜ್ಜಿತ, ಸೌಕರ್ಯವುಳ್ಳ ವಾಹನದಲ್ಲಿ ಹೋಗದಿದ್ದರೆ ಮೇಲು !

ಮಾನವನ ಅಸುಖ

ಬುದ್ಧರು ಹೇಳುವುದು ಏನೆಂದರೆ ಮಾನವನ ಸುಖರಹಿತತೆಗೆ ಕಾರಣ ಏನೆಂದರೆ ಕೆಟ್ಟ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಬಯಸುವುದು. ಹಣದಿಂದ ಗಳಿಸುವಂತಹ ಸುಖಗಳು, ಪರರ ಮೇಲೆ ಅಧಿಕಾರ, ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೃತ್ಯುವಿನ ನಂತರ ಸದಾ ಜೀವಿಸುವುದು. ಇಂತಹ ಬಯಕೆಗಳಿಂದ ಮಾನವ ಸ್ವಾರ್ಥಿಯಾಗುತ್ತಾನೆ, ಅವರು ಕೇವಲ ತಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಯೋಚಿಸುವರು, ಸುಖ ಭೋಗ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕೇವಲ ತಮಗಾಗಿ ಬಯಸುವರು, ಪರರ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಅವರ ಯಾವುದೇ ಬಯಕೆಗಳು ಪೂರ್ಣವಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಹೀಗಾಗಿ ಅವರು ಅವಿಶ್ರಾಂತರಾಗಿ, ಅಸಂತೃಪ್ತರಾಗುವರು. ಅವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಏಕೈಕ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ, ಅವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ತರುವ ಬಯಕೆಯನ್ನು ದೂರೀಕರಿಸುವುದು. ಇದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಕಷ್ಟಕರ, ಆದರೆ ಮಾನವ ಇದನ್ನು ಸಿದ್ಧಿಸಿದಾಗ ಆತನು ಶಾಂತತೆ ಮತ್ತು ಪೂರ್ಣತೆಯ ಸ್ಥಿತಿ ತಲುಪುವನು.

ಭೋಗಗಳನ್ನು ನಾವು ಹುಡುಕುವಾಗ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿ ಅಶಾಂತರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಅದನ್ನು ತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿದಾಗ ಶಾಂತರಾಗಿ ಸುಖಿಯಾಗಿರುವೆವು. ಆದ್ದರಿಂದಾಗಿ ಭೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಸುಖವಿಲ್ಲ, ಅವುಗಳನ್ನು ಗೆಲ್ಲುವುದರಲ್ಲಿ ಸುಖವಿದೆ.

ಕಾಲವು ನಮ್ಮ ಗಾಯಗಳನ್ನು ವಾಸಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ

ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಕಷ್ಟಗಳು ಸಾಗುತ್ತಿರುತ್ತವೆ, ಯಾವ ಕಾರಣದಿಂದ ಆಶ್ರು ಸುರಿಯಿತೋ ಅವೆಲ್ಲಾ ಮರೆತುಹೋಗುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೆ ನಿಮ್ಮ ದುಃಖ ನೆನಪಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಯಾವ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ದುಃಖಪಟ್ಟಿರಿ ನೆನಪಿದೆಯೆ? ನಾವು ದೊಡ್ಡವರಾದಂತೆಯೇ ಜೀವನದಲ್ಲೂ ಸಾಗುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಆದ ಘಟನೆಯಿಂದಾಗಿ ರಾತ್ರಿ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲೂ ಎಚ್ಚರವಾಗುವುದನ್ನು ಕಂಡು ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡುತ್ತೇವೆ. ನಮಗೆ ಹಾನಿ ಮಾಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ನಿರಂತರ ದ್ವೇಷ ಪೋಷಣೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಅದೇ ಯೋಚನೆಯಲ್ಲಿರುತ್ತೇವೆ. ನಂತರ ನಾವು ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡುವೆವು, ಓಹ್ ಎಷ್ಟೊಂದು ಕಾಲ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿ ವ್ಯರ್ಥವಾಯಿತು. ಆಗ ನಾವು ಎಷ್ಟು ಅಸುಖಿಗಳಾಗಿದ್ದೆವು. ಆಗ ನಾವು ಆ ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಬೇರೆ ಯೋಚಿಸುವೆವು.

ಎಂತಹುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಲಿ, ಅದು ಎಷ್ಟೇ ದುಃಖಭರಿತವಾಗಿ ಕಂಡುಬರಲಿ, ಅವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಕಾಲ ಮರೆಸುತ್ತದೆ. ಆ ಗಾಯಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ವಾಸಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಮೂಲ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ತಡೆಗಟ್ಟಬೇಕು. ಏತಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಜನರನ್ನು ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಏಕೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ಶಕ್ತಿ ವ್ಯರ್ಥಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಹಾಗೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಅಸುಖಿಯಾಗಿಸಬೇಕು? ಅದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರ ಅವರಲ್ಲ, ನಾವೇ ನಮಗೆ ಅಸುಖಿಯನ್ನಾಗಿಸಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವೆವು.

ನಿಮ್ಮ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ತೊಂದರೆಯಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ನೀವು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಕಡೆ ತೊಂದರೆಯಾಗಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ನೀವು ಅದನ್ನೆಲ್ಲಾ ಮನೆಗೆ ತಂದು ಅಲ್ಲಿನ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ನರಕವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡದಿರಿ.

ಒಂದು ಮಾತು ನೆನಪಿಡಿ, ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಪ್ರತಿ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರವಿದೆ, ಕೊನೆಯಿದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಕೊನೆಗೆ ದೂರವಾಗುವುದು ಹೇಗೆಂದರೆ ಸ್ವಾರ್ಥಮಯ ಎಲ್ಲಾ ಬಯಕೆಗಳನ್ನು ದೂರೀಕರಿಸುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಬಗೆಯ ಸಂಶಯ ಮತ್ತು ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕುವುದರಿಂದ ಪಾರಾಗಬಹುದು. ಯಾವಾಗಲೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಬರಲಿ, ನಾವು ಪರಿಹಾರ ಹುಡುಕುವ ಬದಲು ಬೇರೆ ಒಬ್ಬನನ್ನು ಬಲಿಪಶು ಮಾಡಲು ಹೊರಡುತ್ತೇವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಆತನೇ ಎಂದು ಆರೋಪ ಹೊರಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವೇ ಪ್ರಧಾನ ಕಾರಣರು ಎಂದು ನಾವು ಒಪ್ಪಲು ಸಿದ್ಧರಿಲ್ಲ. ಪರರ ಮೇಲೆ ಆರೋಪ ಮಾಡಲು ನಾವು ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಿದ್ಧರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಪರರಲ್ಲಿ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಎನ್ನುವುದರಲ್ಲಿ ನಾವು ಸುಖ ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಮಿಥ್ಯಗ್ರಹಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ನಾವು ಪರರಲ್ಲಿ ದ್ವೇಷ ಅಥವಾ ಕೋಪ ತೋರಿಸಬಾರದು. ನಾವು ನಮ್ಮ ತೊಂದರೆಗಳ ನಿವಾರಣೆಗೆ ನಮ್ಮ ಪೂರ್ಣ ಶ್ರಮ, ಸಹನೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತತೆ ಬಳಸಬೇಕು. ನಮ್ಮ ತೊಂದರೆಗಳು ಎಂತಹುದೇ ಆಗಿರಲಿ, ಅದನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಸಿದ್ಧರಾಗಿ, ನಿರ್ಧಾರಿತರಾಗಿ ಶ್ರಮಿಸಬೇಕು.

ಸುಖ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ವಾದ

ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ನಂಬುವುದೇನೆಂದರೆ ಅವರ ಬಳಿ ಹಣವಿದ್ದರೆ ಅವರು ತಮ್ಮೆಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವರು ಎಂದು. ಆದರೆ ಅವರು ಹಣವೇ ಬಹಳಷ್ಟು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಸಹಕಾರಿ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸೋತಿದ್ದಾರೆ. ಹಣವೊಂದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೆಲ್ಲವನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲಾರದು.

ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ತಮ್ಮ ಇಡೀ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲೇ ಜೀವನ ವ್ಯಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಬಳಿ ಇವು ಇದ್ದಾಗ ಅವು ಇವರಿಗೆ ಸಂತೃಪ್ತಿ ನೀಡಲಾರವು. ಆದರೂ ಇವರು ಇದರಿಂದ ಪಾಠವೇ ಕಲಿತಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅವರಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ವಿಷಯಗಳು ಮತ್ತು ಬಹಳಷ್ಟು ಉಪಕರಣಗಳಿವೆ, ಆದರೆ ಅವರು ಅವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಹೊಂದಿದಷ್ಟು ಅವರು ಸಂತೃಪ್ತಿ ಆಗಲಿ ಅಥವಾ ಸುಖವಾಗಲಿ ಹೊಂದುವುದಿಲ್ಲ.

ಮುಂದಿನ ಗಾಢೆಯು ನಾವು ಎನ್ನನ್ನಾದರೂ ಕಳೆದುಕೊಂಡಾಗ ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕವಾಗಿ ಸಮಾಧಾನ ನೀಡುತ್ತದೆ. “ಇದು ನಿನ್ನದು ಮತ್ತು ಅದು ನನ್ನದು ಎಂದೆನ್ನಬೇಡ, ಬದಲು ಹೀಗೆನ್ನು, ‘ಇದು ನಿನಗೆ ಬಂದಿದೆ ಮತ್ತು ಅದು ನನಗೆ’ ಹೀಗಾಗಿ ಪ್ರಭೆಯು ಮುಸುಕಾಗುವಾಗ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಎಲ್ಲಾ ಹೊಳೆಯುವ ವಸ್ತುಗಳು ಆರಿಹೋಗುವವು” ಐಶ್ವರ್ಯವೆನ್ನುವುದು ಒಂದುಕಡೆ ಎಸೆದು ತೀವ್ರ ಬಯಕೆ ಪಡುವುದಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ ಅದನ್ನು ಪರಹಿತ, ಪರಸುಖ ಬಳಸುವಂತಹುದು. ಒಂದುವೇಳೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯ ಆಸ್ತಿಗಾಗಿಯೇ ಅಂಟಿಕೊಂಡು ನಿನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯಗಳೆಲ್ಲಾ ಮರೆತರೆ, ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ, ಜನರಿಗಾಗಿ, ಧರ್ಮಕ್ಕಾಗಿ ಏನನ್ನೂ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ಒಂದುಕಾಲ ಬರುವುದು, ಆಗ ನೀವು ಜಗತ್ತನ್ನು ಬಿಡಬೇಕಾಗುವುದು, ಆಗಲೂ ಜಗತ್ತು ದುಃಖ, ರೋಗಗಳಿಂದ ಪೀಡಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅಷ್ಟು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಐಶ್ವರ್ಯ ಗಳಿಸಿದ ನೀವು ನಿಜಕ್ಕೂ ಅದರಿಂದ ಲಾಭ ಪಡೆಯಲಿಲ್ಲ (ಏಕೆಂದರೆ ಮುಂದಿನ ಭವಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಪುಣ್ಯ, ಮನೋವಿಕಾಸ, ಜ್ಞಾನ ಪಡೆಯಲಿಲ್ಲ)

ಜೂಜಿನಿಂದ ಐಶ್ವರ್ಯ ಗಳಿಕೆ ಸಂಪಾದನೆ ನಂಬುವುದು ಹೇಗಿದೆ ಎಂದರೆ ಸೂರ್ಯನಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಮೋಡಗಳಿಂದ ಆಶ್ರಯ ಪಡೆದಂತೆ. ಆದರೆ ಉನ್ನತಿ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ, ಪ್ರಯತ್ನ ಶೀಲತೆಗೆ ಅವಲಂಬಿಸಿದರೆ

ಸೂರ್ಯ ಮತ್ತು ಮಳೆಗಳಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಬಲಿಷ್ಠವಾದ ಮನೆಯನ್ನು ಕಟ್ಟಿದಂತೆ ಸಾರ್ಥಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ನೀವು ಸತ್ತಾಗಲೂ ನಿಮ್ಮ ಐಶ್ವರ್ಯ ಇಲ್ಲೇ ಇರುತ್ತದೆ, ನಿಮ್ಮ ಬಂಧು ಮಿತ್ರರು ಕೇವಲ ಸಮಾಧಿಯವರೆಗೆ ಬರುವರು, ಆದರೆ ಕೇವಲ ಒಳಿತು ಕೆಡಕಿನ ಫಲಗಳು ಸಮಾಧಿ ಆಚೆಗೆ ಹಿಂಬಾಲಿಸುತ್ತದೆ.

ಬಹಳಷ್ಟು ವಿಷಯಗಳು ನಮಗೆ ಸುಖ ನೀಡುವುದೆಂದು ನಾವು ನಂಬಿರುತ್ತೇವೆ, ಆದರೆ ಅವನ್ನು ಪಡೆದಾಗ ನಿರಾಶರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಹೇಗೆಂದರೆ 3 ವರಗಳ ಕಿನ್ನರ ಕಥೆಯಂತಿದೆ. ಬಹಳಷ್ಟು ಐಶ್ವರ್ಯ ಪಡೆಯುವುದು ಕೇಳಲು ಇಂಪಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಪಡೆದಾಗ ನಾವು ಚಿಂತಿತರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಹೇಗೆ ಬಳಸುವುದು ? ಹೇಗೆ ಕಾಪಾಡುವುದು ? ಅಥವಾ ನಾವು ಮೂರ್ಖರಂತೆ ವರ್ತಿಸಿ ನಷ್ಟಗೊಳಿಸುವೆವು. ಶ್ರೀಮಂತನಿಗೆ ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಸದಾ ಆಶ್ಚರ್ಯಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಅದೆಂದರೆ ಜನರು ಗೌರವ ನೀಡುವುದು ಆತನಿಗೋ (ಶ್ರೀಮಂತ) ಅಥವಾ ಸಿರಿಗೋ ? ಇದು ಸಹಾ ಮತ್ತೊಂದು ಬಗೆಯ ಮಾನಸಿಕ ದುಃಖವಾಗಿದೆ. ಇದಕ್ಕಿಂತ ದೊಡ್ಡ ದುಃಖವೇನೆಂದರೆ ನಾವು ಹೊಂದಿರುವುದೆಲ್ಲಾ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬ ಭಯ ಸದಾ ಶ್ರೀಮಂತರಿಗೆ ಕಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ಐಶ್ವರ್ಯವಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿಯೇ ಆಗಬಹುದು. ನಾವು ಪ್ರಮಾಣಿಕ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮಾಡುವವರು ಆಗಿದ್ದರೆ ನಾವು 'ಸುಖ' ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಹತ್ತಿರವಾಗಿ ನೋಡಿದಾಗ ನಮಗೆ ಅರಿವಾಗುವುದು ಏನೆಂದರೆ ಇದೊಂದು ಮನಸ್ಸಿನ ಮರಿಚಿಕೆ. ಎಂದಿಗೂ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹಿಡಿಯಲಾಗದು, ಎಂದಿಗೂ ಪೂರ್ಣ ಆಗದು. ಸದಾ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಭಯ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ.

“ನಿಮ್ಮ ಐಶ್ವರ್ಯ ಕೇವಲ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ಶೃಂಗಾರಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ನಿಮ್ಮನಲ್ಲ. ಕೇವಲ ನಿಮ್ಮ ಶೀಲ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅಲಂಕೃತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ, ವಸ್ತ್ರ ದೇಹಕ್ಕೆ ಚೆಲುವು ನೀಡುತ್ತದೆ ನಿಮ್ಮನಲ್ಲ. ಕೇವಲ ಸುಚಾರಿತ್ರ್ಯ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸೌಂದರ್ಯಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ”.

ಜನರು ತಮ್ಮ ಸುಖವನ್ನು ಗಳಿಸಲು ಅಹಿಂಸೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಪರರಿಗೆ ದುಃಖ ನೀಡಿ ನೀವು ಅನುಭವಿಸುವ ಸುಖಕ್ಕೆ ಆಗ ಅರ್ಥವೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಬುದ್ಧರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, “ಪರರಿಗೆ ಹಿಂಸೆ ನೀಡದೆ ಯಾರು ಜೀವನೋಪಾಯ ಮಾಡುವರೋ ಅವರು ಧನ್ಯರೇ ಸರಿ !”

“ಸುಖವು ಎಂತಹ ಪರಿಮಳಯುತವಾದ ಸುಗಂಧದ್ರವ್ಯ ಎಂದರೆ, ಪರರಿಗೆ ಸಿಂಪಡಿಸುವಾಗ ಕೆಲವು ಹನಿಗಳು ನಮ್ಮ ಮೇಲು ಬೀಳುತ್ತದೆ.”

“ನೀವು ಜಗತ್ತನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಬಯಕೆಗಳಂತೆ ಪರಿವರ್ತನೆ ಮಾಡಲಾರಿರಿ, ಆದರೆ ಸುಖ ಪ್ರಾಪ್ತಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ನಿಮ್ಮ ಚಿತ್ತವನ್ನು ಪರಿವರ್ತನೆ ಮಾಡಬಲ್ಲಿರಿ”.

ಎಂದೂ ನೀವು ಒಳ್ಳೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ನೋವು ಅನುಭವಿಸುವಿರೋ, ಆಗ ಮಾತ್ರ ನೀವು ಪರರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾದ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸುಖ ಪಡೆಯುವಿರಿ. ನೀವು ಸುಖವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಹೊರಟಿರುವಿರಾ? ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಅಥವಾ ಕೃತಘ್ನತೆ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ನಿಲ್ಲಿಸಿರಿ. ಮತ್ತು ದಾನದ ಅಂತರಿಕ ಸುಖವನ್ನು ನೀಡಿ. ಕೃತಘ್ನತೆಯು ಕಲೆಗಳಂತೆ, ಆದರೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಯು ರೋಜ ಹೂವಿನಂತೆ, ಅದನ್ನೇ ನಾವು ಪೋಷಿಸೋಣ, ನೀರೆರೆಯೋಣ ಮತ್ತು ವೃದ್ಧಗೊಳಿಸೋಣ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಸಿ ಕಾಪಾಡೋಣ (ಡಿ. ಕಾರ್ನೆಗಿ)

ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿ

ಮಾನವನ ಮನಸ್ಸು ಆತನ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಅಗಾಧವಾಗಿ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಒಂದುವೇಳೆ ಆತನು ಕೆಟ್ಟದ್ದಕ್ಕೆ ಆಹ್ವಾನ ನೀಡಿ, ಪಾಪಯುತ ಯೋಚನೆಯಲ್ಲಿ ಆನಂದಿತನಾದರೆ, ಮನಸ್ಸು ಭೀಕರ ದುರ್ಘಟನೆಗೆ ಕಾರಣ ಆಗುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ದೇಹದ ಮೂಲಕ ಕೊಲ್ಲಿಸಲುಬಹುದು, ಹಾಗು ರೋಗಿಯನ್ನು ಗುಣಮುಖನನ್ನಾಗಿಯು ಮಾಡಬಲ್ಲದು. ಯಾವಾಗ ಮನಸ್ಸು ಯೋಗ್ಯ ಯೋಚನೆಗಳಿಂದ, ಯೋಗ್ಯ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ಮತ್ತು ಯೋಗ್ಯ ಪರಿಶ್ರಮದಿಂದ ಕೂಡುವುದೋ ಆಗ ಅದರ ಪರಿಣಾಮ

ಅಪರಿಮಿತವಾದುದು. ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ಮತ್ತು ಕುಶಲ ಯೋಚನೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿರುವ ಮನಸ್ಸು ನಿಜಕ್ಕೂ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆರಾಮಯುತ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ.

ಬುದ್ಧರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, “ಒಬ್ಬನ ತೀವ್ರ ಬಯಕೆಯ, ದ್ವೇಷದ, ಈರ್ಷೆಯ ಯೋಚನೆಗಳು... ಯಾವುದೇ ಶತ್ರು ಮಾಡುವ ಹಾನಿಗಿಂತ ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತದೆ”.

“ಯಾವ ಮನುಷ್ಯನು ಸುತ್ತಲಿನ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲಾರನೋ ಆತನು ಶವಪೆಟ್ಟಿಗೆಯ ಹೆಣದಂತೆಯೇ ಸರಿ”.

ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿಯೇ ಸುಖವನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಯತ್ನಿಸಿ, ಆಗ ನೀವು ಅನಂತ ಅಪಾರ ಸುಖದ ಸಂಪನ್ನರಾಗುವಿರಿ.

ಯಾವಾಗ ಮನಸ್ಸು ನಿಯಂತ್ರಿತವಾಗಿದೆಯೋ ಮತ್ತು ಸದಾ ಸಮ್ಯಕ್ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಕ್ರಮವಾಗಿ ಉನ್ನತಿಗೇರುತ್ತಿದೆಯೋ ಆಗ ಮಾತ್ರ ಅದು ವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಹಿತಸುಖವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಅವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಮನಸ್ಸು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಹಾಗೂ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಹಾನಿವುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಜಗತ್ತಿನ ಎಲ್ಲಾ ವಿದ್ವಾಂಸ ಕೃತ್ಯಗಳು ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣವಿಲ್ಲದ, ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಸಮತೋಲನವಿಲ್ಲದ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನಕರುಣಾ ಇಲ್ಲದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಆಯಿತು.

ಶಾಂತತೆಯು ಬಲಹೀನತೆಯಲ್ಲ, ಶಾಂತವಾದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವು ಸರ್ವಕಾಲದಲ್ಲೂ ಮಾನವನ ಸುಸಂಸ್ಕೃತತೆ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ, ಎಂದೂ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಹಿತವಾಗಿವೆಯೋ ಆಗ ಶಾಂತವಾಗಿರುವುದು ಕಷ್ಟವೇನಲ್ಲ. ಆದರೆ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ವಿಕೋಪವಾಗಿರುವಾಗ ಸಮಚಿತ್ತತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಕಠಿಣಕರವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಅದು ಅರ್ಹ ಸಿದ್ಧಿಯಾಗಿದೆ. ಅಂತಹ ಶಾಂತ ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಿತ ಚಿತ್ತದಿಂದ ಆತನು

ಚಾರಿತ್ರ್ಯದ ಬಲಿಷ್ಠತೆ ಕಟ್ಟುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಯಾರು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಬಲಿಷ್ಠರೋ, ಅಧಿಕಾರವುಳ್ಳ ಶಬ್ದವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವವರೋ, ವಾಚಾಳಿಗಳೋ ಗದ್ದಲ ಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಸದಾ ಮಗ್ನರೋ ಅಂತಹವರನ್ನು ಬಲಿಷ್ಠರು ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿವಂತರೆಂದು ಭಾವಿಸುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಮಿಥ್ಯಾದೃಷ್ಟಿಕೋನವಾಗಿದೆ.

ಜ್ಞಾನೋಚಿತವಾಗಿ ಪ್ರವರ್ತಿಸಿ

ಮಾನವನು ತನ್ನ ಯೌವನ, ಐಶ್ವರ್ಯ, ಶಕ್ತಿ, ಅಧಿಕಾರ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಹಿತಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ಪರರ ಹಿತಕ್ಕಾಗಿ ಹೇಗೆ ಬಳಸಬೇಕೆಂದು ಅರಿತಿರಬೇಕು. ಆತನು ಅದರಂತೆ ನಡೆಯದೆ ದುರ್ಬಳಕೆ ಮಾಡಿದರೆ ಆತನ ಅವನತಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

“ಮಾನವರು ಬಲಹೀನನಾಗಿರುವಾಗ ತಾನು ಸಾಕಷ್ಟು ಬಲಿಷ್ಠನಾಗಬೇಕೆಂದು ಅರಿಯಬೇಕು, ಹಾಗೂ ಬಲಿಷ್ಠನಾಗಬೇಕು, ಭಯ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಧೈರ್ಯಶಾಲಿಯಾಗಬೇಕು, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಸೋಲಿನಲ್ಲಿ ಹೆಮ್ಮೆ ಮತ್ತು ದೃಢತೆಯಿಂದಿರಬೇಕು, ಜಯದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಮತ್ತು ಭವ್ಯವಾಗಿರಬೇಕು”.

ಕೆಲವು ಜನರು ಕರ್ಮಫಲದ ಪರಿಣಾಮದಿಂದಾಗಿ, ತಕ್ಷಣ ಶ್ರೀಮಂತರಾಗುವರು ಅಥವಾ ತಂದೆ-ತಾಯಿಯರಿಂದ ಅಪಾರ ಐಶ್ವರ್ಯ ಪಡೆಯುವರು. ಅಂತಹವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವೇ ಮಂದಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಐಶ್ವರ್ಯವನ್ನು ಹೇಗೆ ಕಾಪಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದು ಗೊತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇಂತಹ ಐಶ್ವರ್ಯ ಪರಿಶ್ರಮವಿಲ್ಲದೆ ಬಂದಿರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಯಾವ ಮೌಲ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರು ಅನಗತ್ಯ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಖರ್ಚು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಕೆಲಕಾಲದಲ್ಲೆ ಅವರ ಸರ್ವ ಐಶ್ವರ್ಯವು ಕ್ಷಯಿಸಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಬುದ್ಧಿಶಾಲಿಗಳು ತಮ್ಮ ಐಶ್ವರ್ಯವನ್ನು ವ್ಯರ್ಥಮಾಡದೆ ಹೇಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕೆಂದು ಅರಿತಿರಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅವರು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನ ಬಳಸಿದರೂ ಸಾಕು.

ನಾವೇ ಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು

ನಾವು ಜೀವಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಸದಾ ಪರಿವರ್ತನಾಶೀಲ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಆಗಿದೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವರು ಮಾತ್ರ ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರಿತಿದ್ದಾರೆ. ಒಬ್ಬನು ಪುರಾತನ ಜನರು ಮತ್ತು ಹಿರಿಯ ತಲೆಮಾರಿನವರು (ಪೂರ್ವಿಕರು) ಅನುಸರಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದಂತಹ ಸಂಪ್ರದಾಯ, ವಿಧಿ, ರೀತಿ, ಹವ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಇದು ಪೂರ್ವಿಕರ ಆಚರಣೆ, ಇದನ್ನು ಸದಾ ನಿರಂತರ ಅನುಸರಿಸಬೇಕೆಂದು ಭಾವಿಸಿದರೆ ಆತನು ಸಂಕುಚಿತ ಮನಸ್ಸಿನವನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅಂತಹವರಿಂದ ಸಮಾಜ ಉನ್ನತಿ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಂದು ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳು ಚೆನ್ನಾಗಿಯು ಇರಬಹುದು, ಆದರೂ ಅವು ನವೀನ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಹಿತವಾಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ವಿಮರ್ಶಿಸಬೇಕು. ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ ಹಿರಿಯರು ಮತ್ತು ಯುವಪೀಳಿಗೆ ತಿಕ್ಕಾಟ ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಹಿರಿಯರ ಉದ್ದೇಶ ಈ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳು ಮುಂದೆ ಸಾಗಲಿ ಎನ್ನುವರು. ಹಾಗಿರುವಾಗಲೂ ಇದು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ಅತಿ ಉತ್ತಮ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವು ಆಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳು ಹಾನಿರಹಿತ ಆಗಿದ್ದರೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶ ನೀಡಿ, ಹಾಗೆಯೇ ತಾವು ಕಿರಿಯರಾಗಿದ್ದಾಗ ತಮ್ಮ ತಾಯ್ತಂದೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳಿಗೆ ಹೇಗೆ ವರ್ತಿಸಿದ್ದೆವು ಎಂದು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ರೀತಿಯ ಹಿರಿಯ-ಕಿರಿಯರ ತಿಕ್ಕಾಟವು ಸಾಮಾಜಿಕ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ. ಆದರೆ ಮಕ್ಕಳು ಆಧುನಿಕ ಜಗತ್ತಿನ ತೋರಿಕೆಗೆ ಮಾರುಹೋಗಿ ತಪ್ಪು ಹಾದಿ ತುಳಿಯುತ್ತಿದ್ದರೆ ಆಗ ತಾಯ್ತಂದೆಯರು ಅವರಿಗೆ ಯೋಗ್ಯ ಉಪದೇಶ ನೀಡಿ ಸರಿಪಡಿಸಬೇಕು.

ಒಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಿ ಅದೇನೆಂದರೆ ಪರರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳನ್ನು ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ನೀವು ಅವನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡದಿದ್ದರೂ ಸಹಾ ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇಲ್ಲಿ ಸಹನೆ

ಅರ್ಥ ನೀವು ಆತನ ಸಿದ್ಧಾಂತ (ದೃಷ್ಟಿಕೋನ) ಮತ್ತು ಸಂಪ್ರದಾಯವನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸುತ್ತೀರಿ ಎಂದಲ್ಲ.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮಾನವನು ಮಾನವ ಜಗತ್ತಿನ ಅಂಶವಾಗಿದ್ದಾನೆ ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿನ ಆಗುಹೋಗುಗಳಿಗೆ ಹೊಣೆಯಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಆತನು ಸಮಾಜದ ಬಗ್ಗೆ ಕಳಕಳಿಯುಳ್ಳವನಾಗಬೇಕು. ಸಮಾಜದ ಹಿತವೇ ತನ್ನ ಹಿತ ಎನ್ನುವ ಭಾವದಲ್ಲಿರಬೇಕು. ಆತನು ತನ್ನಲ್ಲೇ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ತಾನು ಇನ್ನೂ ಹೇಗೆ ಉತ್ತಮ ಸುವ್ಯವಸ್ಥಿತ ನಿರ್ಮಾಣ ಮಾಡಬಲ್ಲೆ ಎಂದು ಚಿಂತಿಸಬೇಕು ಅಂತಹ ಶೀಲಯುತ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ ಜೀವನ ನಿಜಕ್ಕೂ ಸುಖಯುತ ಜೀವನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಶ್ಲಾಘನೀಯರಾಗಿ, ಈಗಿನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅತ್ಯಪ್ಪಿ ತಾಳಿ, ಸುಖಕರವಾಗಿ ಸುಧಾರಣೆ ಮಾಡಬಲ್ಲೆವು.

ಆರೋಗ್ಯಕರ ವಾತಾವರಣ

ಪರರು ಅದೇಷ್ಟೇ ಕಹಿಯಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ವ್ಯಂಗ್ಯವಾದ ಹಾಸ್ಯ ಮಾಡಲಿ ಚಿಂತೆಯಿಲ್ಲ, ನೀವು ಜ್ಞಾನಿಯ ರೀತಿ ಅವರಿಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಹಾಸ್ಯದಿಂದ ಉತ್ತರಿಸಿ. ಆದರೆ ಆನಾರೋಗ್ಯ ವಾತಾವರಣ ಇಲ್ಲದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನೆನಪಿರಲಿ.

ನೀವು ಆಟದಲ್ಲಿ ತಲ್ಲೀನರಾಗಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಸೋಲುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಕೋಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿರಿ, ಹಾಗೇನಾದರೂ ನೀವು ವರ್ತಿಸಿದಲ್ಲಿ ನೀವು ಪರರ ಸುಖವನ್ನು ನಾಶಗೊಳಿಸುವಿರಿ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ನಿಮ್ಮ ಆಟದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಸೋಲುವಿರಿ.

ನೀವು ಜಗತ್ತಿನ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಜನರಿಗೂ ತಿದ್ದಲಾರಿರಿ. ಹಾಗೆಯೇ ನೀವು ಜಗತ್ತಿನ ಹಾದಿ ಸುಗಮವಾಗಲು ಎಲ್ಲಾ ಬಂಡೆಗಳನ್ನು, ಮುಳ್ಳುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಲಾರಿರಿ. ಒಬ್ಬ ಮೃದುವಾದ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯಬೇಕಾದರೆ ಆತನು ಒಂದು ಜೊತೆ ಶೂಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಹಾಗೆಯೇ ಯಾರು ತಾನೇ ಶಾಂತ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಇಚ್ಛಿಸುವನೋ ಆತನು ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಬೇಕು.

ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ಹಲವಾರು ವಿಧಾನಗಳಿವೆ. ಟೀಕೆ ಮಾಡುವುದು, ನಿಂದಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಜನರ ಮುಂದೆ ಹೀಯಾಳಿಸುವುದು. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದರೆ ನೀವು ಆತನನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲಾರಿರಿ. ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೆನಪಿಡಿ, ನೀವು ಆತನನ್ನು ತಿದ್ದಬೇಕಾದರೆ ಆತನಿಗೆ ಅಪಮಾನ ಮಾಡದೆ ತಿದ್ದಬೇಕು. ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಪರರನ್ನು ಟೀಕಿಸುತ್ತಾ ಹಲವಾರು ಶತ್ರುಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ನೀವು ಆತನಿಗೆ ದಯೆಯಿಂದ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಇಚ್ಛೆ ನಿಜಕ್ಕೂ ಶುದ್ಧವಾಗಿದ್ದರೆ, ಆತನು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಕೇಳುವನು ಮತ್ತು ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ನಿಮ್ಮ ಕರುಣೆ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿವಾದಕ್ಕೆ ಆತ ಕೃತಜ್ಞತೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತಾನೆ.

ನೀವು ಯಾವಾಗಲಾದರೂ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಹೇಳುವಾಗ ಪರರಿಗೆ ನೋವಾಗದಂತೆ ಪದಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಭವ್ಯವಾಗಿ ಅಥವಾ ನಯವಾಗಿ ಅಥವಾ ರಾಯಬಾರಿಯಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಬಹುದು.

ನಿಮ್ಮ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಪರರು ಎತ್ತಿತೋರಿಸುವಾಗ ಕೋಪಗೊಳ್ಳದಿರಿ. ನೀವು ಯೋಚಿಸಬಹುದು, ನೀವು ಕೋಪಗೊಂಡರೆ ಮತ್ತು ಪರರಲ್ಲಿ ಕಿರುಚಾಡಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ಕೊರತೆಗಳಿಂದ ಪಾರಾಗಬಹುದು ಎಂದು, ಆದರೆ ಇದು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಮಿಥ್ಯಾದೃಷ್ಟಿಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಮಿಥ್ಯಾ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ.

ನಿಮ್ಮ ಹಿಂದೆ ಮಿತ್ರನ ರಹಸ್ಯಗಳನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಬಹಿರಂಗ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಈಗ ಆತನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು. ಆದರೂ ನೀವು ಈ ರೀತಿ ಹೇಳತೊಡಗಿದರೆ ಪರರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರಮಾಣಿಕ ಎಂದು ಎಂದಿಗೂ ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೀಳಾಗಿ ಕಾಣುವರು.

ನಿಸ್ವಕ್ಷಾಪಾತಿಯಾಗಿರಿ

ನೀವು ಯಾವುದೇ ವಿಷಯದಲ್ಲಾಗಲಿ, ಆತುರದ ನಿರ್ಧಾರಕ್ಕೆ ಬರಬೇಡಿ, ಅದರಲ್ಲೂ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿತಿ ಕೆಟ್ಟಿರುವಾಗ ಅಥವಾ ಪರರಿಂದ ಉದ್ದೇಶಗೊಂಡಿರುವಾಗ ಆಗಲಿ, ಅಥವಾ ಭಾವೋದ್ರೇಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿರುವ ಒಳ್ಳೆಯ ಮನಸ್ಸಿತ್ತಿಯಲ್ಲಾಗಲಿ ತೀರ್ಮಾನಕ್ಕೆ ಬರಬೇಡಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಅಂತಹ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಭಾವಾವೇಶಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ನಿರ್ಧಾರ ಅಥವಾ ತೀರ್ಪು ಹೋಗುವುದು ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮೊದಲು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ನಂತರ ಚಿಂತಿಸಿ ಅನಂತರ ನಿಸ್ವಕ್ಷಾಪಾತ ನಿರ್ಣಯ ನಿಮ್ಮದಾಗುವುದು.

ಸಹನೆಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಏಕೆಂದರೆ ತಾಳ್ಮೆಯು ಆತುರದ ನಿರ್ಣಯಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಪರರ ಕಷ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾನುಭೂತಿಯಿಂದಿರಿ. ಪರರ ತಪ್ಪು, ಟೀಕೆಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು, ಶ್ರೇಷ್ಠ ಪುರುಷರು ಸಹಾ ಅನಿಶ್ಚಿತತೆಯಲ್ಲಿದ್ದರು ಎಂದು ಅರಿತು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದಿರಿ. ನೀವು ಪರರಲ್ಲಿ ಹುಡುಕುವ ತಪ್ಪುಗಳು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿಯೂ ಸಹಾ ಇರುತ್ತದೆ.

ನಮ್ರತೆ :

ನಮ್ರತೆಯು ಪ್ರಜ್ಞಾಶಾಲಿಯ ಕಲಿಯುವಿಕೆಯ ಅಳತೆಗೋಲಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಏನಾಗಿರುವವನು ಮತ್ತು ಏನಾಗಲಿದ್ದಾನೆ ಎಂಬ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಅರಿಯಬಹುದು. ಸ್ವಯಂ ಬುದ್ಧ ಭಗವಾನರು ಸಹಾ ತಮ್ಮೆಲ್ಲಾ ರಾಜಕುಮಾರತ್ವದ ಅಹಂಭಾವವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ ತಮ್ಮ ಧರ್ಮ ಆಡಳಿತವನ್ನು ನಡೆಸಿದ್ದರು. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ವಿನಮ್ರ ಭಾವದ ಸ್ವಾಭಾವಿಕತೆಯನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ಎಂದಿಗೂ ತಾನು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಎಂಬ ಭಾವ ಪ್ರಕಟಿಸಲಿಲ್ಲ. ಅವರ ಸಂಭಾಷಣೆಯಲ್ಲಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಉಪಮೆಗಳಲ್ಲಾಗಲಿ ಸ್ವಪ್ರಶಂಸೆಯಿರಲಿಲ್ಲ, ಅವರು ಎಂದಿಗೂ ತಮ್ಮ ಮಿತಹಾಸ್ಯ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರಲಿಲ್ಲ.

ನಿಮ್ಮ ಸಮಯ ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡಬೇಡಿ

ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ಭೂತಕಾಲದ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪದಲ್ಲೇ ಅಥವಾ ಕೊರಗಿನಲ್ಲೇ ಸಮಯ ಕಳೆಯುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸೋಮಾರಿತನದಿಂದ ಮತ್ತು ಅಲಕ್ಷತನದಿಂದ ತಾವು ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಗೆ ಅನರ್ಹರು ಎಂದು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ತಮ್ಮ ಪಾಪ ಕರ್ಮವನ್ನು ಫಲ ನೀಡಲು ಆಹ್ವಾನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೂ ಕಡಿಮೆದರ್ಜೆಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನು ಬಲವಾಗಿ ಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಜೀವನ ಇರುವವರೆಗೂ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನೇ ಮಾಡಿ, ಸಮಯ ವ್ಯರ್ಥ ಗೊಳಿಸುತ್ತಾ ನೀವು ನೀವು ನಿಮ್ಮನ್ನೇ ಹಾನಿಗೊಳಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ, ಜೊತೆಗೆ ಪರರನ್ನು ಹಾನಿಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಸಮಯವು ನಿಮ್ಮಷ್ಟೆ ಪರರಿಗೂ ಸಹಾ ಅಮೂಲ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಸಹನೆ ಮತ್ತು ಕ್ಷಮೆ

ಸರ್ವರೊಂದಿಗೆ ಸಹನೆಯಿಂದ ಇರಿ, ಕೋಪವು ಒಬ್ಬನನ್ನು ಮಾರ್ಗರಹಿತ ಅರಣ್ಯಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಕೊಪವು ಕೆರಳಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪರರಿಗೆ ಪೀಡಿಸುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ತನಗೆ ಹಾನಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಶರೀರವನ್ನು ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸಿ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕ್ಷೋಭೆ ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕಟುನುಡಿ, ಬಿಟ್ಟ ಬಾಣ, ಹಿಂದಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಂತರ ನೀವು ಸಾವಿರ ಕ್ಷಮೆ ಯಾಚಿಸಿದರೂ ವ್ಯರ್ಥವೇ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವು ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ಹಗಲಿನಲ್ಲಿ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ, ಹಾಗೆಯೇ ಕೆಲವು ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ರಾತ್ರಿ ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ದ್ವೇಷದಿಂದ ಅವ್ಯತವಾದ ಮಾನವನಿಗೆ ಏನನ್ನು ಕಾಣಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಅರಿಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಅದು ಹಗಲೇ ಆಗಲಿ ಅಥವಾ ರಾತ್ರಿಯೇ ಆಗಲಿ.

ಯಾರೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದರೊಂದಿಗೆ ನೀವು ಕೋಪ ಬಂದಾಗ ಹೋರಾಡುವಿರಿ ? ನೀವು ಜ್ಞಾನಿಗಳೇ ಆಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹೋರಾಡಿ, ಏಕೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಬಲ ಶತ್ರು ನೀವೇ ಆಗಿದ್ದೀರಿ. ಮನಸ್ಸು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಮಿತ್ರ

ಮತ್ತು ನೀಚ ಶತ್ರು ಆಗಿದೆ. ನೀವು ಶೀಲ ಸಮಾಧಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞಾದೊಂದಿಗೆ ಸುಪ್ತವಾಗಿರುವ ಭಾವೋದ್ರೇಕಗಳಾದ ಲೋಭ, ದ್ವೇಷ, ಮತ್ತು ಮೋಹವನ್ನು ಕೊಲ್ಲಿ.

ಕೆಲವು ವಿಧವಾದ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ವಾತ ವಿಕಾರಗಳು ಮತ್ತು ಚರ್ಮ ರೋಗಗಳು ಹಾಗೂ ಗಮನಾರ್ಹ ದೀರ್ಘಕಾಲದ ರೋಗಗಳು ಎಲ್ಲವೂ ದ್ವೇಷ, ಅಸೂಯೆ ಮುಂತಾದ ನಾಶಕಾರಿ ಭಾವಾವೇಶಗಳಿಂದ ಹೃದಯವನ್ನು ಉಬ್ಬಿಸುತ್ತದೆ, ಹೀಗಾಗಿ ಈ ವಿಷಕಾರಿ ಭಾವಾವೇಶಗಳನ್ನು ಪೋಷಿಸುವುದರಿಂದಾಗಿ ಸುಪ್ತವಾಗಿರುವ ರೋಗಗಳನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ರೋಗಕಾರಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ.

ಕಡಕಿನ ಬದಲು ಒಳಿತು ಹಿಂತಿರುಗಿಸುವಿಕೆ

ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಶತ್ರುಗಳಿಂದ ಪಾರಾಗಬೇಕೆಂದು ಬಯಸಿದರೆ ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮ ಕೋಪವನ್ನು ಕೊಲ್ಲಿ, ಏಕೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಅತ್ಯಂತ ನೀಚವಾದ ಶತ್ರುವು ಇದೇ ಆಗಿದೆ.

ಹಾಗಿಲ್ಲದೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಶತ್ರುಗಳಿಂದ ಕೇಳಿ ಉದ್ವೇಗಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದರೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಶತ್ರು ಬಯಸಿದಂತೆ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಅವರ ವಶದಲ್ಲಿರುತ್ತೀರಿ.

ನೀವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹೊಗಳುವವರು ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ಹತ್ತಿರದಿಂದ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವವರು ಮತ್ತು ಮಿತ್ರರಿಂದ ನೀವು ಬಹಳಷ್ಟು ಕಲಿಯಬಹುದು ಎಂದು ಯೋಚಿಸಬೇಡಿ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಶತ್ರುಗಳಿಂದ ಸಹಾ ಕಲಿಯಬಹುದು. ನೀವು ಶತ್ರುಗಳೆಂದು ಭಾವಿಸುವವರು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಪಾಪಿಗಳು ಮತ್ತು ತಪ್ಪು ಎಂದು ಯೋಚಿಸಬೇಡಿ. ಅವರು ನಿಮ್ಮ ಶತ್ರುಗಳಾದರೂ ಅವರಲ್ಲೂ ಕೆಲವು ಉತ್ತಮ ಗುಣಗಳಿವೆ, ಕುಶಲವನ್ನು ಅವರು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ.

ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಶತ್ರುಗಳಿಗೆ ಕೆಡಕಿಗೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಕೆಡಕು ನೀಡುವುದರಿಂದ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಶತ್ರುಗಳಿಂದ ಪಾರಾಗಲಾರಿರಿ. ನೀವು ಹಾಗೇನಾದರೂ ಮಾಡಿದರೆ ನೀವು ಇನ್ನಷ್ಟು ಶತ್ರುಗಳನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಿದಂತೆ ಆಗುತ್ತದೆ, ನಿಮ್ಮ ಶತ್ರುವನ್ನು ಗೆಲ್ಲುವ ಪ್ರಧಾನವಾದ, ನಿಜವಾದ ಮತ್ತು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ವಿಧಾನವೆಂದರೆ ಆತನ ಮೇಲೆ ನಿಮ್ಮ ದಯೆಯನ್ನು ಪ್ರಸರಿಸುವುದು ಆಗಿದೆ. ನೀವು ಯೋಚಿಸಬಹುದು, ಇದು ಅಸಾಧ್ಯ ಮತ್ತು ಅಜ್ಞಾನಕರ ಎಂದು, ಆದರೆ ಈ ವಿಧಾನವು ಪ್ರತಿ ಸುಸಂಸ್ಕೃತ ಮಾನವರಿಂದ ಪ್ರಶಂಸೆಗೆ ಒಳಪಟ್ಟಿದೆ. ಒಮ್ಮೆ ಯಾರಾದರೂ ಕೋಪ ಮಾಡುವರೆಂದು ಗೊತ್ತಾದಾಗ ಅವರ ದ್ವೇಷದ ಕಾರಣ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಿರಿ. ಅದಕ್ಕೆ ನೀವೇ ಕಾರಣಕರ್ತರಾದರೆ ನೀವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಕ್ಷಮೆ ಯಾಚಿಸಲು ಹಿಂದು ಮುಂದು ನೋಡಬೇಡಿ. ಅಥವಾ ಇದು ಪರಸ್ಪರರಲ್ಲಿನ ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆ (ಅಪಾರ್ಥಕ್ಕೊಳಗಾಗುವಿಕೆ) ಆದರೆ ನೀವು ಪರಸ್ಪರ ಮುಕ್ತವಾದ ಹೃದಯಭರಿತ ಮಾತನಾಡಿ ಆತನಿಗೆ ಜ್ಞಾನೋದಯ ನೀಡಿ ಅಥವಾ ಒಂದುವೇಳೆ ಆತನು ಅಸೂಯೆ ಅಥವಾ ಸ್ವಾರ್ಥದಿಂದ ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದ್ದಾನೆ ಎಂದರೆ ನೀವು ಮೃತ್ತಿಯನ್ನು ಆತನ ಮೇಲೆ ಪ್ರಸರಿಸಿರಿ. ಮಾನಸಿಕ ಅಲೆಗಳ ಮೂಲಕ ಆತನ ಮೇಲೆ ನೀವು ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವಿರಿ. ನಿಮಗೆ ಇದು ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡುವುದು ಎಂಬುದು ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಇದು ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ, ಪ್ರಜ್ಞಾಯುತ ಮತ್ತು ಸರಳವಾದ ವಿಧಾನವಾಗಿದ್ದು ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂದಿದ್ದು ಬೌದ್ಧ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಶ್ಲಾಘನೀಯ ಮತ್ತು ಒತ್ತಿ ಸಲಹೆ ನೀಡಿರುವುದಂತಹದ್ದಾಗಿದೆ. ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನೀವು ಈ ರೀತಿ ಮಾಡಿರುವುದೇ ಆದರೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮಲ್ಲೇ ಅಪಾರ ಶ್ರದ್ಧೆಯುಳ್ಳವರಾಗಿರುವಿರಿ ಮತ್ತು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದಿರುವಿರಿ. ಈ ರೀತಿ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಶತ್ರುವಿಗೆ ಆತನು ತಪ್ಪು ಎಂದು ತೋರಿಸಬಲ್ಲೀರಿ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯಲ್ಲೂ ಶತ್ರುತ್ವ ನಾಶವಾಗಿ ಹಲವಾರು ರೀತಿ ಲಾಭ ಗಳಿಸುವಿರಿ.

ಪರಿಶುದ್ಧ ದಯಾ ಪ್ರೀತಿ (ಮೃತ್ತಿ)

ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಒಂದೇ ಜೀವಿಗೆ ಆಗಲಿ ನೀವು ಅನುಕಂಪದ ಪದಗಳಿಂದ ಸಮಾಧಾನಪಡಿಸುವಿರೋ, ಯಾರಿಗೆ ನೀವು ಚೈತನ್ಯ ನೀಡುವಿರೋ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಇರುವಿಕೆಯಿಂದ ಉಲ್ಲಾಸಗೊಳಿಸುವಿರೋ ಯಾರಿಗೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಐಶ್ವರ್ಯದಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸುವಿರೋ, ಎಷ್ಟೇ ಕಡಿಮೆಯಿರಲಿ ನೀವು ದಾನ ಮಾಡುವಿರೋ, ಆಗ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನೀವು ಮಾನವ ಜನಾಂಗಕ್ಕೆ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಐಶ್ವರ್ಯವಾಗಿರುವಿರಿ ಮತ್ತು ನೀವು ಎಂದಿಗೂ ನಿರಾಶರಾಗದಿರಿ ಅಥವಾ ಕುಗ್ಗದಿರಿ.

ಕೆಲವೊಂದು ಕಾಲ ಬರುತ್ತದೆ ಆಗ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿ ಪಾತ್ರರಾದವರು ನಿಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯ ಭಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನೀವು ಕುಗ್ಗಿ ಹೋಗಲು ಇದು ಸರಿಯಾದ ಕಾರಣವಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಏನಾಯಿತು ಈಗ, ಪರರು ಕೃತಜ್ಞರೇನೋ ಆಗಲಿ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಲಕ್ಷ್ಯಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದಿರಲಿ, ಚಿಂತೆಯಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮನದಲ್ಲಿ ಪರರ ಬಗ್ಗೆ ಕೋಮಲವಾದ ಹೃದಯವಿದೆಯೋ, ಅಪಾರ ಅನುಕಂಪ ಪರಿಗಾಗಿ ಇದೆಯೋ, ಅದೇ ಉತ್ತಮ. **ಒಬ್ಬನು ತನ್ನ ಸುಖಕ್ಕಾಗಿ ಎಂದಿಗೂ ಪರರನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಬಾರದು.** ಯಾರು ಜೀವನದ ಕ್ಷೇಮಯುತ ಸಂತೃಪ್ತಿಯನ್ನು (ಪ್ರೀತಿ) ಪರಿಂದ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೋ ಆತನು ಭಿಕ್ಷುಕರಿಂದಲೂ ನಿಷ್ಪೃಷ್ಟನಾಗಿರುವನು. (ಭಿಕ್ಷುಕರಾದರು ಕೇವಲ ನಿತ್ಯದ ರೊಟ್ಟಿ ಅಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಇವರು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನದನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ)

ಕುಡುಕತನ

ಕುಡಿತ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯನ್ನು ದೂರಿಕರಿಸುತ್ತದೆ

ನೆನಪನ್ನು ಅಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಮನಸ್ಸನ್ನು ವಿರೂಪಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ

ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕ್ಷೀಣಿಸುತ್ತದೆ
 ರಕ್ತಕ್ಕೆ ಬೆಂಕಿಯಿಡುತ್ತದೆ
 ಅಂತರಿಕ ಮತ್ತು ಬಹಿರಂಗ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಇದು ಶರೀರಕ್ಕೆ ಮಾಟಗಾತಿಯಾಗಿದೆ.
 ಇದು ಮನಕ್ಕೆ ಪಿಶಾಚಿಯಾಗಿದೆ.
 ಇದು ಹಣಚೀಲಕ್ಕೆ ಡಕಾಯಿತವಾಗಿದೆ.
 ಇದು ಭಿಕ್ಷುಕನ ಶಾಪವಾಗಿದೆ.
 ಮಕ್ಕಳ ರೋಧನೆಯಾಗಿದೆ.
 ಪ್ರಾಣಿಯ ಅವತಾರವಾಗಿದೆ.
 ಮತ್ತು ಸ್ವ-ಕೊಲೆಗಾರನಾಗಿದೆ.

ಕುಡುಕರು ಮದ್ಯವನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಜೊತೆಗೆ ಪರರ
 ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕುಡಿಯುವರು ಮತ್ತು ತನಗೆ ತಾನೇ ಸುಲಿಗೆ
 ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಶೀಲದ ಕ್ಷಯದ (ನಾಶದ) ಹೊರತು ಬೇರಾವ
 ಅಂತಿಮ ಪರಿಣಾಮವಿಲ್ಲ.

ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳ ವಿಷತ್ತು

ಮದ್ಯಪಾನವೇ ಮಾನವನ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ನೈತಿಕ ಕ್ಷಯಕ್ಕೆ (ನಾಶಕ್ಕೆ)
 ಪ್ರಧಾನ ಕಾರಣವೆಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಆದರೆ ಈಗೀಗ ಅನೇಕ
 ಪ್ರಕಾರದ ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳು ಬಂದಿವೆ. ಅವು ಅತ್ಯಂತ ಹಾನಿಕಾರವು
 ಆಗಿವೆ. ಕೆಲವೊಂದು ಮಾದಕ ಔಷಧಿಗಳು ಅವು ಹೆರಾಯಿನ್, ಹಶೀಶ್
 ಮತ್ತು ಇತರ ರೂಪಗಳಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಇವು ಮಾನವನಿಗೆ ಗಂಭೀರ
 ಹಾಗೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ತರುತ್ತಿದ್ದು ಈಗಂತು ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿಯಾಗ
 ತೊಡಗಿದೆ. ಇವುಗಳ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳು ಮದ್ಯಪಾನಕ್ಕಿಂತ ಅಪಾಯಕಾರಿ
 ಯಾಗಿದೆ. ಇದರ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ಕಳ್ಳತನ, ಡಕಾಯಿತಿ, ಲೈಂಗಿಕ

ಅಪರಾಧಗಳು ಮತ್ತು ಇನ್ನಿತರ ಪಾಪಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದಾರೆ. ಹತ್ಯೆಗಳು
 ಸಹಾ ಸಂಭವಿಸಿದ್ದು, ಕುಟುಂಬಗಳು ಇದರಿಂದಾಗಿ ಛಿದ್ರ ಛಿದ್ರವಾಗಿವೆ.

ಸರಕಾರವು ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಮಿಲಿಯನ್ ಡಾಲರ್‌ಗಳನ್ನು ಈ
 ದುಷ್ಟಗಳಿಂದ ಪಾರುಮಾಡಿ ಅವರನ್ನು ಸುಸಂಸ್ಕೃತರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲು
 ಯತ್ನಿಸಿದೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ನಿಷ್ಠೆಯುತ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ. ಏನೆಂದರೆ
 ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ನಾಗರಿಕರಾಗಿದ್ದು ನಾವು ಧಾರ್ಮಿಕವಾಗಿ,
 ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಈ ಭಯಾನಕ
 ಚಟವನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಬೇಕಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಅವರ ಹತ್ತಿರ
 ಹೋಗದಂತೆ ತಡೆಯಬೇಕಾಗಿದೆ. ಮಾದಕ ವ್ಯಸನಿಯ ಜೀವನವು
 ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ನರಕದಂತಿದ್ದು ಬೇಗನೆ ರುದ್ರಭೂಮಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯ
 ವಂತಹದಾಗಿದೆ.

ಮಾನವರಾದ ಮೇಲೆ ನಾವು ಸ್ವ-ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಸಾಧನೆ
 ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಕುಶಲ ಮತ್ತು ಪಾಪದ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಅರಿಯಬೇಕಾಗಿದೆ.
 ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ದೂರವಿದ್ದು ಪರರನ್ನು ಹಾಗೆ ದೂರವಿರುವಂತೆ
 ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಬೇಕು. ಇದು ಸಹಾ ಮಾನವತೆಗೆ ದೊಡ್ಡ ಸೇವೆ ಇದ್ದಂತೆ.

ಸೌಹಾರ್ದ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯದಿಂದ ಬಾಳಿ

ಇಂದಿನ ಜಗತ್ತಿನ ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲಿ ನಾವು ಕೇಳಿರುವುದಾದರೂ ಏನು?
 ಜನಾಂಗೀಯ ಪಕ್ಷಪಾತ. ವರ್ಣಭೇದನೀತಿ ಮತಾಂಧತೆ, ರಾಜಕೀಯ
 ಅಧಿಕಾರ, ಲೋಭ ಮತ್ತು ಐಶ್ವರ್ಯಾಭಿಲಾಶೆ ಇವೆಲ್ಲಾ ಬಹಳಷ್ಟು
 ದೌರ್ಭಾಗ್ಯವನ್ನು ದುಃಖವನ್ನು ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಜಗತ್ತಿಗೆ ನೀಡಿದ್ದು,
 ಜನರು ಅತ್ಯಂತ ಕ್ರೂರವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇವೆಲ್ಲಾ ಎಂದಿಗೂ
 ಜಗತ್ತಿನ ಸುಖ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯದು. ಜನರು ಐಶ್ವರ್ಯ ಮತ್ತು
 ಅಧಿಕಾರದ ದಾಹಿಗಳಾಗಿ ಪರಸ್ಪರ ಈರ್ಷೆಯುತರಾಗಿ ಪರರ ಮೇಲೆ
 ಬರ್ಬರ ಕ್ರೂರ ಕೃತ್ಯಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುವ

ಜಗತ್ತು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಐಕ್ಯವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಹೋಳು ಹೋಳಾಗಿದೆ.

ನೀವು ಸ್ವರ್ಗ ಮತ್ತು ನರಕಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲೇ ಸೃಷ್ಟಿಸಬಹುದು

“ನೀವು ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸುಖಿಯಾಗಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತವಾಗಿ ಜೀವಿಸಲು ಇಚ್ಛುಕರಾಗಿದ್ದು, ಪರರಿಗೂ ಸುಖವಾಗಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತವಾಗಿ ಜೀವಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟರೆ ನೀವು ಅರ್ಹವಾದ ಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದೇ ಅರ್ಥ”.

ನೀವು ಉದಾತ್ತವಾದ ತತ್ವಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಜೀವಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಹೊರತು ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸುಖ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ಕೇವಲ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಿಂದಲೇ ಸುಖ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾರಿರಿ. ನೀವು ನೈತಿಕ ತತ್ವಗಳಂತೆ ಜೀವಿಸಿದರೆ ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲೇ ನೀವು ಸ್ವರ್ಗ ಮತ್ತು ನಿರ್ಮಿಸಬಹುದು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಇಲ್ಲೇ ನೀವು ನರಕಾಗ್ನಿಯನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಜಗತ್ತಿನ ಈ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅರಿಯದೆ ನಾವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬಂದಾಗ ಗೋಣಗುಟ್ಟುವೆವು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಇಲ್ಲಿ ಗೋಣಗುಟ್ಟದೆ ಹಾಗು ಪರರಿಗೆ ಟೀಕೆ ಮಾಡದೆ ತನ್ನನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಜೀವಿಸಿದರೆ ನಾವು ಭೂಮಿಯಲ್ಲೇ ಸ್ವರ್ಗಿಯ ಸುಖ ಕಾಣಬಲ್ಲೆವು. ಅದನ್ನು ಕೆಲವು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಹೊರಗಿನ ಲೋಕದಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಇದೆ ಎಂದು ಕನಸು ಕಾಣುವರು. ಶೀಲವಂತಿಕೆಯ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸ್ವರ್ಗ ಮತ್ತು ಪಾಪಯುತವಾದ ಜೀವನಕ್ಕೆ ನರಕ ಎಂದು ಸೃಷ್ಟಿಸಬೇಕಿಲ್ಲ. ಶೀಲ ಮತ್ತು ಪಾಪ ಇವೆರಡು ಜಗತ್ತಿನ ತಡೆಯಲಾಗದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಾಗಿವೆ. ನಿಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆ ಈ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಅಭೌತಿಕವಾಗಿದೆ. ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ಜಗತ್ತಿನ ಕಲ್ಯಾಣವನ್ನು ಈ ರೀತಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಇಂದು ಮಾನವ ಸಮಾಜ ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದು ನಿಂತಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಸೌಹಾರ್ದತೆಯುಳ್ಳ

ಜನರು ಸಹಾನುಭೂತಿ ಮತ್ತು ತಾಳ್ಮೆಯನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುತ್ತಾ ಪರರ ಸುಖ ಮತ್ತು ಏಳಿಗೆಗೆ ಕಾರಣಕರ್ತರು ಆಗಿದ್ದಾರೆ. ಈಗ ನಿಮಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ, ಏತಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಶೀಲದ ಆಚರಣೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು. ಇನ್ನೊಂದು ರೀತಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ನೈತಿಕವಾಗಿ ನೀವು ಪರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರೆ ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಂಡಂತೆ ಹಾಗೆಯೇ ನಿಮಗೆ ನೀವು ನೈತಿಕವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಪರರಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದಂತೆ ಆಗುತ್ತದೆ.

“ನಾವು ಜೀವಿಸುವೆವು ಹಾಗು ಕಾರ್ಯ ಮಾಡುವೆವು, ಕನಸು ಕಾಣುವೆವು, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರದು ಪುಟ್ಟ ನಕಾಶೆಯಿದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಗುವೆವು, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಳುವೆವು ಮತ್ತು ಈ ರೀತಿ ದಿನಗಳು ಸಾಗುತ್ತಿವೆ”.

ಸುಖಯುತವಾಗಿ ವಿವಾಹ ಜೀವನ

ನಿಜವಾದ ವಿವಾಹದಲ್ಲಿ ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಸ್ತ್ರೀಯರು ತಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಯೋಚಿಸುವರು. ಆದರೆ ತಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಅಲ್ಪವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುವರು. ಇದೊಂದು ಆಸಕ್ತಿಗಳ ಅಂತರ ನೇಯ್ಗೆಯಾಗಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗಾಗಿ ಪರಸ್ಪರ ತ್ಯಾಗವೇ ಇರುತ್ತದೆ.

ಪರಸ್ಪರ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಒಂದು ಬಗೆಯ ಕ್ಷೇಮ ಮತ್ತು ಸಂತೃಪ್ತಿ ಸಿಗುವುದು.

ಸಂಬಂಧಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಚಿಂತೆಗಳು ಬರುವುದು ಅಪರ್ಥಕ್ಕೆ ಈಡಾಗುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ಅಸಹನೆಯಿಂದ ಆಗುತ್ತದೆ. ಪತಿಯು ಪತ್ನಿಗೆ ಸೇವಕಿಯಂತೆ ಕಾಣಬಾರದು. ಆತನು ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಯಜಮಾನನೇ ಆದರೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕಾದಾಗ ತನ್ನ ಪತ್ನಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಸಿದ್ಧನಾಗಿರಬೇಕು. ಹಾಗೆಯೇ ಪತ್ನಿಯು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಏನೇ ಕೊರತೆಯುಂಟಾದಾಗ ಪತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಗೋಣಗಾಡ ಬಾರದು. ತನ್ನ ಪತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಆಸೆ ಸಂಶಯ ತಾಳಬಾರದು. ಒಂದುವೇಳೆ ಆತನಲ್ಲಿ

ದೋಷವಿರುವುದು ಸತ್ಯವೇ ಆಗಿದ್ದರೆ ಆತನಲ್ಲಿ ಕರುಣೆಯಿಂದ ಮಾತನಾಡಿ ಆತನನ್ನು ತಿದ್ದಬೇಕು. ಆಕೆ ತನ್ನ ಗಂಡನನ್ನು ತೊಂದರೆ ನೀಡದೆ ಬಹಳಷ್ಟು ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಗಂಡನು ಸಹಾ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯಿಂದ ವರ್ತಿಸಬೇಕು.

ಮದುವೆಗಳು ಅತ್ಯಂತ ವರದಾಯಕ. ಆದರೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ತಮ್ಮ ವಿವಾಹಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ಶಾಪವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಪರಸ್ಪರ ಅರಿವು ಇಲ್ಲದೆ (ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆ) ಸಹನೆಯಿಲ್ಲದೆ ಮತ್ತು ಕ್ಷಮೆಯಿಲ್ಲದೆ ಹೀಗಾಗಿದೆ. ಬಡತನವು ವಿವಾಹದ ದುಃಖ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಪ್ರಧಾನ ಕಾರಣವಲ್ಲ. ಸ್ತ್ರೀ ಮತ್ತು ಪುರುಷರು ತಮ್ಮ ನಿತ್ಯಜೀವನದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸುಖ ಮತ್ತು ದುಃಖವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪರಸ್ಪರ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯೇ ಸುಖ ಸಂಸಾರದ ರಹಸ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಟೀಕೆಯನ್ನು ಧೈರ್ಯವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ

ಸಿಹಿಯು ರೋಗಕಾರಕ, ಕಹಿಯು ಔಷಧಿ. ಪ್ರಶಂಸೆಯು ಸಿಹಿಯಂತೆ ಅತಿಯಾದರೆ ರೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಟೀಕೆಯು ಕಹಿ ಗುಳಿಗೆಯಂತೆ ಅಥವಾ ನೋವು ನೀಡುವ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದಿನಂತೆ ರೋಗವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಟೀಕೆಗಳಿಗೆ ಸ್ವಾಗತಿಸಲು ಧೈರ್ಯ ತಾಳಬೇಕೆ ಹೊರತು ಭಯಪಡಬಾರದು.

“ಪರರಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ಕುರೂಪವು ತನ್ನ ಸ್ವಯಂ ಪ್ರತಿಬಿಂಬವಾಗಿದೆ”.

ಮಾನವನ ವ್ಯಕ್ತಿಗತ ಜೀವನವು, ಪರಿಸರ ಮತ್ತು ಜಗತ್ತು ಇವೆಲ್ಲವೂ ಆತನ ಯೋಚನೆ ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಗಳ ಪ್ರತಿಬಿಂಬವಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ತಮ್ಮ ಮೇಲ್ಮೈಯನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವ ದರ್ಪಣಗಳಾಗಿದ್ದಾರೆ. ದರ್ಪಣಗಳಲ್ಲಿ ಏನೋ ಕಾಣಲು ಹೋಗಿ ಕೇವಲ ತಮ್ಮನ್ನೇ ಕಾಣುವರು.

ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಗಮನ ಕೊಡಿ

ಇದೆಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ, ನೀವು ಕೇವಲ ನಿಮ್ಮ ವ್ಯವಹಾರಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಗಮನ ನೀಡಿ, ಪರರಲ್ಲಿ ನುಸುಳದಿದ್ದರೆ ನಿಜಕ್ಕೂ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಂತೆ ಬುದ್ಧ ಭಗವಾನರು ಹೀಗೆ ನುಡಿಯುತ್ತಾರೆ.

“ಒಬ್ಬನು ಪರರ ತಪ್ಪುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ನೀಡದಿರಲಿ, ಅವು ಮಾಡಿದೆಯೋ ಅಥವಾ ಹಾಗೆ ಬಿಟ್ಟಿರುವುದೋ, ಕೇವಲ ನಿಮ್ಮ ಪಾಲನೆ ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸಿ.

ಹಾಗೆಯೇ ಇನ್ನೊಂದೆಡೆ ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ “ಯಾರು ಪರರ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾ ಸದಾ ಇರುವನೋ, ಆತನು ಕೆರಳುತ್ತಾ ತನ್ನ ಕಲ್ಮಶಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತಾನೆ. ಆತನು ತನ್ನ ಕಲ್ಮಶ ನಾಶದಲ್ಲಿ ದೂರವೇ ಉಳಿಯುತ್ತಾನೆ”.

“ಪರರ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಕಾಣುವುದು ಸುಲಭ, ಆದರೆ ತನ್ನ ತಪ್ಪು ಕಾಣುವುದು ಕಷ್ಟಕರ. ಪರರ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಹೊಟ್ಟಿನಂತೆ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ತೂರುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ತನ್ನ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಕಪಟಿ ಬೇಟೆಗಾರನಂತೆ ಅಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ”.

“ಸಜ್ಜನರು ಧರ್ಮ ಮಾರ್ಗದಿಂದ ಸರಿಯುವುದಿಲ್ಲ, ಏನೇ ಆಗಲಿ, ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಸುಖಗಳಿಗೆ ಹಾತೊರೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಪಂಡಿತರು ಸುಖ-ದುಃಖಗಳಲ್ಲಿ ಸದಾ ಶಾಂತರಾಗಿ ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞರು ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ”.

ಯಾರೇ ಆಗಲಿ ನಿಂದೆಗೆ ಒಳಗಾಗದೆ ಅಥವಾ ಟೀಕೆಗೆ ಸಿಲುಕದೆ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ, ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಂತೆ ಬುದ್ಧರು ಈ ರೀತಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

“ನಿಂದಿಸುವರು ನಿಶಬ್ದಿಯನ್ನು, ನಿಂದಿಸುವರು ವಾಚಾಳಿಯನ್ನು ಸಹಾ. ಹಾಗೆಯೇ ಮಿತ್ರಭಾಷಿಯನ್ನು ನಂದಿಸುವರು, ಜಗದಲ್ಲಿ ಅನಿಂದಿತರು ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ”.

“ಈ ಹಿಂದೆಯಾಗಲಿ, ಮುಂದಾಗಲಿ, ಈಗಾಗಲಿ, ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಂದಿತರು ಅಥವಾ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪ್ರಶಂತಿತರು ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ”. ನಿಂದಿಸುವರೆಲ್ಲಾ ನಮ್ಮ ಶತ್ರುಗಳಲ್ಲ, ಅಂತಹ ಅವಕಾಶವನ್ನು ನೀವು ಬಳಸಿಕೊಂಡರೆ, ನೀವು ಕಾಣದ ನಿಮ್ಮ ದೌರ್ಬಲ್ಯ ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳಲು ಸುವರ್ಣಾವಕಾಶವಾಗಿದೆ.

“ಟೀಕೆಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಸುಕಾರ್ಯ ಬಿಡಬೇಡಿ, ಟೀಕೆಯ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ನಿಮ್ಮ ಸುಕಾರ್ಯವನ್ನು ಜಾರಿಗೆ ತರಲು ನಿಮಗೆ ಧೈರ್ಯವಿದ್ದರೆ, ನೀವು ನಿಜಕ್ಕೂ ಮಹಾಪುರುಷರೇ ಆಗಿದ್ದೀರಿ, ಹಾಗೂ ಸರ್ವತಾ ವಿಜಯಶಾಲಿಗಳಾಗುವಿರಿ”.

ಚಿಂತೆ ಮಾಡಬೇಡಿ

ಸುಖ ಮತ್ತು ಸಂವೃದ್ಧಿಯುತ ಯಶಸ್ಸಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಡಗಿರುವುದು ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವುದನ್ನು ತಕ್ಷಣ ಮಾಡುವುದು, ಹಾಗೂ ಭೂತಕಾಲ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತೆ ಮಾಡದೆ ಇರುವುದು. ನಾವು ಅತೀತ ಹೋಗಿ ಮತ್ತೇ ಆ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಪುನಃ ರಚನೆ ಮಾಡಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನು ನಾವು ಬಯಸಿದಂತೆ ನಿರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ನಮಗೆ ಇಚ್ಛಿತ ನಿಯಂತ್ರಣವಿದೆ.

ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅವರೇನಾದರೂ ತಮ್ಮ ನಿತ್ಯ ಜೀವನದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಹೋಗಿದ್ದರೆ, ಅವರು ಚಿಂತೆ ಪಡಬೇಕಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಯಾವುದೇ ಕೋಟಿಗಳನ್ನು ಅವರು ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಲಿ, ಯಾವುದೇ ಕನಸುಗಳು ಅವರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇರಲಿ, ಒಂದು ವಿಷಯ ಅವರು ಸದಾ ನೆನಪಿಡಬೇಕು. ಅದೆಂದರೆ ಈ ಜಗತ್ತು ಸದಾ ಪರಿವರ್ತನೆ ಆಗುತ್ತಿದೆ.

ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿರಿ

“ಯಾವ ನಕ್ಷತ್ರಗಳನ್ನು ನಾವು ನಂಬಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಯಾವ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕ ಬೆಳಕು ಇಲ್ಲ. ಹಾಗೂ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಷ್ಟೆ, ಒಳ್ಳೆಯವನಾಗಿರು, ನ್ಯಾಯಪರನಾಗಿರು, ನೇರವಾದ ಸತ್ಯಸಂಧನಾಗಿರು”.

ಯಶಸ್ಸಿನ ಸ್ತಂಭಗಳು

“ಸೋಲುಗಳೇ ವಿಜಯದ ಸ್ತಂಭಗಳಾಗಿವೆ. ಪರಾಜಯಗಳಿಂದ ಪಾಠ ಕಲಿತ ಪೂರ್ಣ ಸಿದ್ಧಿ ಪ್ರಾಪ್ತಿ. ಸೋಲದೆ ಎಂದಿಗೂ ಗೆಲುವು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಸೋಲನ್ನು ಅನುಭವಿಸದೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಸಹಾಯಕ ಬಲಗಳನ್ನು ಅರಿಯದೆ ನಾವೆಂದಿಗೂ ಪೂರ್ಣ ಯಶಸ್ಸನ್ನು ಪ್ರಶಂಸಿಸುವುದಿಲ್ಲ.”

“ಅದು ಕೇವಲ ಅಲ್ಪವಾಗಿ ಅಥವಾ ಅನಾಸಕ್ತವಾಗಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಆದರೆ ಅದೇ ಘಟನೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸೋಲುಗಳು ನಮಗೆ ಕೇವಲ ಜಯಶಾಲಿಗಳಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಜೊತೆಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಅನುಭವಶಾಲಿ, ಕರುಣಾಳು ಮತ್ತು ಸಹಾನುಭೂತಿಯಾಗಿ ಮತ್ತು ಅಪಾರ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ”.

ನಿಜವಾದ ಸೌಂದರ್ಯ

ಒಬ್ಬರು ಕುರೂಪವಾಗಿ ಜನ್ಮಿಸಿರಬಹುದು, ಆತನ ಮುಖವು ಎಷ್ಟೇ ಕುರೂಪದ್ದಾಗಿದ್ದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಆತನೇನಾದರೂ ನಿಷ್ಕಲ್ಮಶ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಿದ ಅ ಪ್ರೀತಿಯೇ ಆತನಿಗೆ ಅಂತರಿಕ, ಅನಂತ ಆಕರ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಅದು ಹೊರಹೊಮ್ಮಿ ಆತನ ಇಡೀ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವೇ ಅಪೂರ್ಣವಾದ ಅಲೌಕಿಕ ಆಕರ್ಷಣೆಯಿಂದ ತನ್ನ ನಿಜ ಸೌಂದರ್ಯ ಪ್ರಕಾಶವುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆ ಆಕರ್ಷಣೆ ಯಾವುದೇ ಮುಖವರ್ಣ ಅಥವಾ ಆಕಾರದಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ನೀವೆ ಹೇಳಿ, ಒಬ್ಬ ಸುಂದರ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಹಂಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದರೆ, ಕೋಪಿಷ್ಟ ನಾಗಿದ್ದರೆ ಸೌಂದರ್ಯದ ಕಡೆ ನಾವು ಲವಲೇಶವು ಆಕರ್ಷಿತರಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ ಅಸಹ್ಯಪಡುವೆವು. ಅದರ ಬದಲು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಆತನು ಕುರೂಪವಾಗಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಆತನಿಂದ ಅಪಾರವಾದ ನಿಷ್ಕಲ್ಮಶ ಗಾಢವಾದ ಅಪಾರ ಪ್ರೀತಿಯು ಹರಿಯುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮೃದುವಾಗಿ, ನಮ್ರವಾಗಿ, ಭವ್ಯವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಕರುಣೆಯಿಂದ ವರ್ತಿಸಿದರೆ ನೀವೇ ನೋಡುವಿರಿ, ಆತನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುವನು.

ಈ ಜಗತ್ತಿನಿಂದ ವಿದಾಯ ಹೇಳಲು ಕಷ್ಟವೇಕೆ ?

ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ಮರಣವು ಅಸ್ವಾಗತನಿಯ ಘಟನೆ. ಬಹಳಷ್ಟು ಬಯಕೆಗಳು ತೃಪ್ತಿಯಾಗುವುದಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಅಪಾರ ದುಃಖಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಜೀವನದ ವ್ಯವಹಾರ ಶಾಂತವಾಗಿ ಮುಗಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಜನರು ಸುಖದ ಮರಿಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಹಿತವನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಸಾವಿನ ವಾಸ್ತವಿಕತೆಗಿಂತ ಅದೇ ಇಷ್ಟ. ಅವರು ಸಾವಿನ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಿದ್ದೆ ಆದರೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಪ್ರಯೋಜನವಾದೀತು.

ಜೀವನದ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯು ಮರಣದ ಭಯದ ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸತ್ಯವೇನೆಂದರೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ದುಃಖದ ಹೊರತು ಬೇರೆ ಏನೂ ಇಲ್ಲ. ನಾವು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಮತ್ತು ನಿಶ್ಚಿತ ತಡೆಯಲಾರದಂತಹುದು. ಸಾವಿಗಿಂತ ಸಾವಿನ ಭೀತಿಯೇ ಭಯಾನಕವಾಗಿದೆ. ಮನಸ್ಸು ಸಾವಿನ ಬಗ್ಗೆ ಆ ರೀತಿಯ ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಏನೆಂದರೆ ಜೀವನದ ಅಂತ್ಯ ಮತ್ತು ಅತ್ಯಪ್ಪಿಕರವನ್ನು ಅರಿಯದೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪಳಗಿಸದೆ ಇರುವುದಾಗಿದೆ. ಜೀವನದ ಸುಖಗಳಿಗೆ ಮಾನವ ಹೇಗೆ ಅಂಟಿದ್ದಾನೆ ಎಂದರೆ ಮುಳುಗುತ್ತಿರುವ ಮಾನವ ಹುಲ್ಲನ್ನು ಹಿಡಿದು ಮುಳುಗಿದಂತೆ, ಯಾರು ಕಾಲ್ಪನಿಕಾ ದೇವರನ್ನು ನಂಬಿರುವರೋ, ಆತನಲ್ಲಿ ಕ್ಷಮಾಭಿಕ್ಷೆ ಬೇಡುತ್ತಿರುವರೋ, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಭರವಸೆ ಹೋಗಿ ಸ್ವರ್ಗವನ್ನು

ನಂಬಿದ್ದಾರೋ ಅವರಲ್ಲೂ ಸಹ ಇದು ಅವಿಶ್ರಾಂತತೆ ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾನವನಲ್ಲಿ ಸ್ವರಕ್ಷಣಾ ಭಾವವೇ ಮರಣ ಭಯವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದೆ. ಆದರೆ ಭಯದಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ದಾರಿ ಇದ್ದೇ ಇದೆ. ನೀವು ಪರರ ಕ್ಷೇಮ ಮತ್ತು ಸುಖಕ್ಕೆ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಸೇವೆ ಮಾಡಿರಿ. ಆಗ ನಿಮಗೆ ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ಭರವಸೆ ಉತ್ತಮ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಪರೋಪಕಾರ ಭಾವನೆ ಸ್ವಾರ್ಥವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಕಿತ್ತುಹಾಕುತ್ತದೆ.

ಜಗತ್ತಿನ ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳದೆ ಪರಿಶುದ್ಧ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಜಗತ್ತಿನಿಂದ ವಿದಾಯ ಹೇಳಲು ಸುಖ ಅನುಭೂತಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ನಿರಂತರ ಮರಣಾನುಸ್ಥಿತಿ (ಸಾವಿನ ಚಿಂತನೆ)ಯಿಂದ ಜೀವನವನ್ನು ಇಷ್ಟು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞಾಶ್ಶೀಲತೆಯಿಂದ ತಪ್ಪು ಹಾದಿಯನ್ನು ಸಮ್ಯಕ್ ಮಾರ್ಗವಾಗಿ ಬದಲಾಯಿಸಿ, ಮರಣದಿಂದ ಭಯವನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಬಹುದು.

ಜೀವನದ ಕಹಿ ಕಠೋರ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದರಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಬಲಿಷ್ಠವಾಗುತ್ತದೆ. ಅನೈಜ ಮತ್ತು ಅಸಾಧನಿಯ ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷೆಯನ್ನು ತಡೆಯಿರಿ. ಸ್ವಶ್ರದ್ಧೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿರಿ. ಆಗ ನೀವು ಜೀವನದ ಸಂಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ದಾಟುವುದರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯ ಅನುಭೂತಿ ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆಗಳು

ನಾವು ಸದಾ ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ದುರ್ಘಟನೆಗಳಿಗೆ ಪರರನ್ನು ನಿಂದಿಸುವೆವು. ಅವರನ್ನು ಹೊಣೆಗಾರರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವೆವು. ಆದರೆ ನೀವು ಎಂದಾದರೂ ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ನೀವೇ ಹೊಣೆಗಾರರು ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿರುವಿರಾ ? ನಿಮ್ಮ ದುಃಖಕ್ಕೂ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಮೇಲಿನ ಶಾಪಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧವೇ ಇಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೂ ಯಾವುದೇ ದೇವರು ಅಥವಾ ದೇವ್ವಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧವೇ ಇಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲಾ ದುಃಖಗಳು ನಿಮ್ಮಿಂದ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗಿದೆ. ನೀವೇ ನಿಮ್ಮ ಸ್ವತಂತ್ರ ಹೋರಾಟಗಾರರು

ಹಾಗೂ ನೀವೆ ನಿಮ್ಮ ಬಂಧಿಯಾಗಿರುವಿರಿ. ನಿಮ್ಮ ಸ್ವರ್ಗ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ನರಕ ನೀವೇ ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ್ದೀರಿ. ನೀವು ಪಾಪಿಗಳಾಗಲು ಅಥವಾ ಸಂತರಾಗಲು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳಿವೆ, ಯಾರೊಬ್ಬರೂ ನಿಮಗೆ ಸಂತರನ್ನಾಗಿ ಅಥವಾ ಪಾಪಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲು ಅಸಾಧ್ಯ.

ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆಗಳಿಗೆ ನೀವು ಹೆಗಲು ಕೊಡಲು ಕಲಿಯಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಪರರನ್ನು ನಿಂದಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತೊಂದರೆ ಕೊಡುವುದು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು. ಹಳೆಯ ಉಕ್ತಿ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

‘ಅಸಂಸ್ಕೃತ ಮನುಷ್ಯ ಪರರಿಗೆ ದೋಷಣೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಅರ್ಥ ಸಂಸ್ಕೃತ ಮನುಷ್ಯ ತನ್ನನ್ನು ದೋಷಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಪೂರ್ಣ ಸುಸಂಸ್ಕೃತ ಮಾನವ ತನ್ನನಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಪರರನ್ನಾಗಲಿ ದೋಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ’.

ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಉದಯಿಸಲಿ. ಆಗ ನಾವು ತಪ್ಪು ಎಲ್ಲಿ ಅಡಗಿದೆ, ಕಾರಣವೇನು ಎಂದು ಶೋಧಿಸಬೇಕೆ ಹೊರತು ಪರರನ್ನು ನಿಂದಿಸಬಾರದು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನು ತನ್ನನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲ. ಆಗ ಜಗತ್ತನ್ನು ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಾಗಲಿ, ಘರ್ಷಣೆಗಳಾಗಲಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಜನರು ಉನ್ನತಿಗೇರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ನಿಷ್ಪಕ್ಷಪಾತಿಯಾಗುವ ಬದಲು ಪರರನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಕಾರಣವನ್ನು ಸದಾ ಹೊರಗೆ ಹುಡುಕುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮ ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಒಪ್ಪಲು ಅನಿಚ್ಛೆಯುಳ್ಳವರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಮಾನವ ಎಷ್ಟೊಂದು ಸ್ವ-ವಂಚನೆಗೆ ಬಂದಿದ್ದಾನೆ ಎಂದರೆ ತನ್ನ ಯಾವುದೇ ಕ್ರಿಯೆಗೆ ಮಿಥ್ಯಾ ಸಮರ್ಥನೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ತನ್ನನ್ನು ನಿರ್ದೋಷಿಯನ್ನಾಗಿ ಕಾಣುವಂತೆ ಭ್ರಮೆ ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತಾನೆ. ಬುದ್ಧರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ:

“ಪರರ ತಪ್ಪುಗಳು ಸುಲಭವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತವೆ. ತನ್ನ ತಪ್ಪುಗಳು ಕಾಣುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಕಷ್ಟಕರ”.

ತಮ್ಮ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅಡಗಿಸುತ್ತಾ ತಮ್ಮನ್ನು ತಪ್ಪೇ ಮಾಡಿಲ್ಲವೆಂದು ತೋರಿಸುತ್ತಾ ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಮೇಲಿನ ಆರೋಪಕ್ಕಾಗಿ ನಾಚಬೇಕೆ ಹೊರತು ಕುಪಿತರಾಗುವುದಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅಂತಹ ಹೀನ ಸನ್ನಿವೇಶ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಉಂಟಾಗದಂತೆ ತಡೆಯಬೇಕು. ಆದರೆ ಅಂತಹವರಿಗೆ ಇದು ಅರ್ಥವಾಗದೆ ಅವರು ಮತ್ತಷ್ಟು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ರೀತಿ ಅವರು ಅನಾರೋಗ್ಯದ ವಾತಾವರಣ ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ನೀವು ತಪ್ಪಾಗಿದ್ದರೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಿ, ಪರರನ್ನು ದೋಷಿ ಮಾಡುವ ಅನಾಗರಿಕ ರೀತಿಗಳನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸದಿರಿ. ಬುದ್ಧರು ಹೇಳುವರು:

“ಮೂರ್ಖನು ತಾನು ಮೂರ್ಖನೆಂದು ಒಪ್ಪಲಾರನು. ಆತನು ನಿಜಕ್ಕೂ ಮೂರ್ಖನೇ ಸರಿ. ಮತ್ತು ಯಾವ ಮೂರ್ಖನು ತನ್ನ ಮೂರ್ಖತನ ಒಪ್ಪಿದ್ದಾನೋ ಆತನು ಅಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ಜ್ಞಾನಿಯೇ ಸರಿ”

—ಧಮ್ಮಪದ

ನಿಮ್ಮಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ದುಃಖಗಳಿಗೆ ನೀವೇ ಕಾರಣಕರ್ತರು ಎಂದು ನೀವು ಸಣ್ಣ ಘಟನೆಗಳಿಂದ ಬೇಸರ ತಾಳಿದರೆ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕ್ಷೋಭೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸಿದರೆ ಆಗ ನೀವೇ ದುಃಖ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಒಂದು ಮಾತು ಸದಾ ನೆನಪಿಡಿ, ‘ಜಗತ್ತಿಗೆ ಏನೂ ತೊಂದರೆಯಾಗಿಲ್ಲ, ತಪ್ಪಾಗಿಲ್ಲ, ಬದಲಿಗೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲೇನೂ ಲೋಪವಿದೆ’.

ಪರಸ್ಪರ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆ

ನೆನಪಿಡಿ, ಏನೇ ಆಗಲಿ, ಸಂಭವಿಸಲಿ, ನೀವು ಸಮಚಿತ್ತತೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ್ದೆ ಆದರೆ ನೀವು ನೋವು ಪಡಲಾರಿರಿ. ನೀವು ನೋವು ಪಡುವುದು ಯಾವಾಗ ಎಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ಪರರ ಮೇಲೆ ತಪ್ಪು ಮನೋಭಾವ ಹೊಂದಿರುವಾಗ ಮಾತ್ರ ನೀವು ಪರರ ಮೇಲೆ ಪ್ರೀತಿಯ ಮನೋಭಾವ ತೋರಿಸದಿದ್ದೆ ಆದರೆ ಅವರು ಸಹಾ ಹಾಗೆಯೇ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡುವರು. ಆದರೆ ನೀವೇನಾದರೂ ದ್ವೇಷ ತೋರಿಸಿದ್ದೆ ಆದರೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನೀವು ದ್ವೇಷವನ್ನು ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಪಡೆಯುವಿರಿ. ಕೋಪಿಷ್ಟ ಮನುಷ್ಯ ವಿಷವನ್ನೇ ಉಸಿರಾಡುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಪರರನ್ನು ನೋಯಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತನ್ನೆಲ್ಲಾ ನೋವುಪಡುತ್ತಾನೆ.

ಯಾವರೀತಿ ಹೊಗೆ ಇದ್ದಾಗ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕಾಣಲಾರನೋ ಅದೇರೀತಿ ಕೋಪಿಷ್ಟ ಮನುಷ್ಯ ಪರರಿಗೆ ನಿಂದನೆ ಮಾಡುವಾಗ ವಸ್ತುಸ್ಥಿತಿ ಅರಿಯುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗು ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಲೆಕ್ಕಾಚಾರ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಜ್ಞಾನಿಯು ಕೋಪಗೊಳ್ಳದೆ ನೋವುಪಡಲಾರ. ಸದಾ ನೆನಪಿಡಿ 'ನೀವು ಹಾದಿಯನ್ನು ಬಿಡದೆ ಪರರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹಾನಿ ಮಾಡಲಾರರು' ನೀವು ಧಮ್ಮವನ್ನು (ಶ್ರೇಷ್ಠಜೀವನ) ಹಿಂಬಾಲಿಸಿದ್ದೆ ಆದರೆ ಧಮ್ಮವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕಾಪಾಡುವುದು. ಬುದ್ಧರು ಹೇಳುವರು :

“ಯಾರು ಮುಗ್ಧರಿಗೆ ಹಾನಿವುಂಟು ಮಾಡುತ್ತಾನೋ, ಪರಿಶುದ್ಧರಿಗೆ, ಪಾಪರಹಿತರಿಗೆ ಹಾನಿವುಂಟು ಮಾಡುತ್ತಾನೋ ಅಂತಹ ಮೂರ್ಖನು ಎದುರು ಬೀಸುವ ಗಾಳಿಗೆ ಧೂಳು ಎರಚುವ ರೀತಿ ತಾನೇ ಹಾನಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾನೆ”.

“ನೀವು ಪರರಲ್ಲಿ ಕೋಪವನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮೂಡಿಸಿದರೆ ಅದರ ಪರಿಣಾಮಕ್ಕೆ ನೀವೇ ಹೊಣೆಗಾರರು. ನಿಮ್ಮ ಆಕ್ರಮಣ ಮನೋಭಾವ ತೋರಿಸಿ ನೀವು ಶತ್ರುಗಳ ಮನೋಕಾಮನೆ ಪೂರ್ತಿ ಮಾಡಿದಿರಿ”.

ಪರರಿಗೆ ದೋಷಾರೋಪಣೆ (ನಿಂದನೆ) ಮಾಡದಿರಿ

ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಯೋಗ್ಯವಾಗಿ ರಕ್ಷಣೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಕಲಿತಿದ್ದೆ ಆದರೆ ಬಾಹ್ಯ ಘಟನೆಗಳು ನಿಮ್ಮಲೆನೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಲಾರವು ಎಂದು ವಸ್ತುಸ್ಥಿತಿಗಳು ತಪ್ಪಾಗಿ ಹೋಗುವಾಗ ನೀವು ಸನ್ನವೇಶಗಳನ್ನು ದೋಷಿಸಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ದುರಾದೃಷ್ಟಶಾಲಿ ಎಂದು ಯೋಚಿಸಬೇಡಿ. ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ವಿಧಿಗೆ ಬಲಿಪಶು ಎಂದು ಯೋಚಿಸಬೇಡಿ, ಅಥವಾ ನೀವು ಶಾಪಗ್ರಸ್ತರು ಎಂದು ಯೋಚಿಸಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಯಾರೋ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ವಾವಾಚಾರ ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಯೋಚಿಸಬೇಡಿ. ಇವೆಲ್ಲಾ ಮಿಥ್ಯಾದೃಷ್ಟಿಗಳಾಗಿವೆ. ಯಾವುದೇ ಸಮರ್ಥನೆ ನೀವು ಮಾಡುವುದು ಆದರೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆಯಿಂದ ಪಾರಾಗಲಾರಿರಿ. ಉದ್ವಿಷ್ಟರಾಗದೆ ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿರಿ. ಎಂತಹ ವಿಷಮ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯೂ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಕಾರ್ಯಮಾಡಿರಿ.

ಒಮ್ಮೆ ಅವಿವಾಹಿತ ಹುಡುಗಿಯೊಬ್ಬಳು ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದಳು, ಆಕೆಯ ಕುಟುಂಬದವರು ಕಾರಣರಾರು ಎಂದು ಗದರಿಸಿದಾಗ ಭಯಭೀತಳಾದ ಆಕೆ ಸತ್ಯ ಹೇಳಲಾರದೆ ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ನೆನಪಾದ ಮುಖ್ಯ ಭಿಕ್ಷುವಿನ ಹೆಸರನ್ನು ಹೇಳಿದಳು. ಇದಾದ ಕೆಲಕಾಲದ ನಂತರ ಆ ಪೋಷಕರು ಆ ಮಗುವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಆ ಭಿಕ್ಷುವಿನ ಕೈಗೆ ಶಿಶುವನ್ನು ನೀಡಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದರು “ನಮ್ಮ ಮಗಳು ಈ ಶಿಶುವಿನ ತಂದೆ ನೀನೇ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಳೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೋಡಿಕೋ” ಎಂದು ಹೇಳಿದಾಗ ಆ ಭಿಕ್ಷುವು “ಹಾಗೇನು?” ಎಂದು ಉತ್ತರಿಸಿ, ಆ ಮಗುವನ್ನು ತನ್ನ ವಶಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡನು. ನಂತರ ಆ ಯುವತಿಯು ತನ್ನ ತಪ್ಪಿಗೆ ನೊಂದು ಪೋಷಕರಲ್ಲಿ ಸತ್ಯ ವಿವರಿಸಿ ಆ ಭಿಕ್ಷುವು ಪರಿಶುದ್ಧ ನಿಂದಾತೀತ ಎಂದು ಅರಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಳು.

ಇದರಿಂದ ವಿಚಲಿತರಾದ ಆ ಪೋಷಕರು ಭಿಕ್ಷುವಿನ ಬಳಿ ಬಂದು “ನೀವು ಈ ಶಿಶುವಿನ ತಂದೆಯಲ್ಲ, ಕ್ಷಮಿಸಿ ಹಾಗು ಮಗುವನ್ನು ಹಿಂದಿರುಗಿಸಿ” ಎಂದರು. ಆಗ ಆ ಭಿಕ್ಷುವು “ಹಾಗೇನು?” ಎಂದು ಉತ್ತರಿಸಿ ಆ ಮಗುವನ್ನು ಹಿಂತಿರುಗಿಸಿದರು.

ಯಾವುದೇ ಆರೋಪದ ಘಟನೆಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮಾರ್ಗಗಳಿರುತ್ತದೆ. ಕೋಪದ ನಿರಾಕರಣೆಗೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿ ದೋಷಾರೋಪಣೆ ಅಥವಾ ಸರಳವಾಗಿ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಅನುವಾಗುವಂತೆ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಈ ಘಟನೆಯಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರು ಮತ್ತು ಭಿಕ್ಷು ಈವರೆಗೆ ಸುಸಂಸ್ಕೃತವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಅನಾಹುತ ತಪ್ಪಿತು. ನಾವೇನಾದರೂ ಸಹನೆ ಮತ್ತು ಸಮಚಿತ್ತತೆಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಿದರೆ ನಾವು ನಿಜವಾದ ಸಮರ್ಥನೆ ಮಾಡಬಹುದು.

ಯಾವುದೇ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುವಾಗ ಧೈರ್ಯವಂತನಾಗಲಿ, ಬದಲಾವಣೆಯು ಅಷ್ಟು ಅವಶ್ಯಕವಾದರೆ ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ, ಸ್ವೀಕರಿಸುವಷ್ಟು ಧೈರ್ಯಶಾಲಿಯಾಗಲಿ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತಿರುವ ವಿಶ್ವದ ಅನಿಶ್ಚಿತ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಜ್ಞಾಶೀಲನಾಗಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಆಶಾಭಂಗದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಧೈರ್ಯಶಾಲಿಗಳಾಗೋಣ.

ಕಷ್ಟಗಳು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹೇರಳವಾಗಿವೆ. ನಾವು ಅವನ್ನು ಧೈರ್ಯವಾಗಿ ಎದುರಿಸೋಣ. ನೀವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು, ಇನ್ನಷ್ಟು ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಉಂಟಾಗದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ದಾಟಿದಲ್ಲಿ ನೀವು ನಿಜಕ್ಕೂ ಬುದ್ಧಿವಂತರೇ ಸರಿ.

ಯಾರು ಪರರಿಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಹೊರಟಿರುವಿರೋ ಅವರು ಸಹಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಅವರು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾನವರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ದೋಷ ಆರೋಪಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ನೀವು ನಿರಾಶರಾಗಬೇಡಿ, ಬದಲು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಸೇವೆಯು ತನ್ನದೆ ಆದ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದೆ. ಪರರಿಗೆ ಸೇವೆಯನ್ನು ನೀಡುವಾಗ

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇರದೇಬೇಕು. ಬ್ರಿಟನ್‌ನ ತತ್ವಜ್ಞಾನಿ ಬರ್ಟಂಡ್ ರಸೆಲ್ ಹೇಳುವುದು ಏನೆಂದರೆ :

“ಜ್ಞಾನರಹಿತ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿರಹಿತ ಜ್ಞಾನ ಒಳ್ಳೆಯ ಜೀವನ ನೀಡಲಾರರು”.

ನಿಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಶಾಂತಿಗೆ ನೀವೆ ಕಾರಣಕರ್ತರು

ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆಂತರಿಕ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಕಾಡುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ಕಲಿಯಲೇಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ನಮ್ಮ ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಯ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಯಾವಾಗ ರೂಪಾಂತರ ಮಾಡುವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು ಹಾಗು ಯಾವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಅಹಂಭಾವವನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸಬೇಕು ಎಂದೂ ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ಯಾವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಮಿಥ್ಯಾ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಅಡಗಿಸಬೇಕು, ಹಾಗು ಹಠಮಾರಿತನ ತೊರೆಯಬೇಕು ಮತ್ತು ಯಾವಾಗ ತಾಳ್ಮೆ ಸಾಧಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿತಿರಬೇಕು. ಪರರು ನಿಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡಲು ಬಿಡಬಾರದು. ನೀವು ಪ್ರಜ್ಞೋಚಿತವಾಗಿ ಹೇಗಿರಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲಿರಿ.

ಅಂತರದೃಷ್ಟಿ (ಜ್ಞಾನ)ಯ ಅರಿವಿನಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. “ಮಾನವ ಬೀಳಲಿಡುವ ದೇವತೆಯಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ ಏಳುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಾಣಿಯಾಗಿದ್ದಾನೆ” ನಿಮ್ಮ ತತ್ವಗಳು ದೃಢವಾಗಿ ಮತ್ತು ಭವ್ಯವಾಗಿ ನಿಲ್ಲಬೇಕೆಂದಿದ್ದರೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಶ್ರದ್ಧಾ ಮತ್ತು ವೀರ್ಯವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಅದೇ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಹಿಂಸೆ ಮತ್ತು ಜಗಳಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲು, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಹನೆಗೋಸ್ಕರವಾಗಿ ವಿನಮ್ರರಾಗಿರಿ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ ನೀವು ಎಂದಿಗೂ ಏನನ್ನೂ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲಾರಿರಿ. ಬದಲು ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಸಾಧಿಸುವಿರಿ (ಪಡೆಯುವಿರಿ).

ಟೀಕೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ನೀವು ಮಿಥ್ಯಾ ಆರೋಪಗಳಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕಾಪಾಡುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಕಲಿತಿರಲೇಬೇಕು ಮತ್ತು ರಚನಾತ್ಮಕ ಟೀಕೆಯ ಸುಬಳಕೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಕಲಿತಿರಬೇಕು. ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ಟೀಕೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ನಿಷ್ಠೆವಾಗಿ ನೋಡುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಒಂದುವೇಳೆ ನಿಮಗೆ ನೀಡುವ ಟೀಕೆಯು ನ್ಯಾಯಪರವಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಸುಳ್ಳಾಗಿದ್ದರೆ, ದುಷ್ಟ ಇಚ್ಛೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದರೆ ನೀವು ಹೇಡಿಯಾಗಿ ಶರಣಾಗತರಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಘನತೆಯನ್ನು ನಾಶಮಾಡಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಸ್ವ-ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ಅಪರಾಧ ಭಾವನೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಮನೋಭಾವ ಸರಿಯಿದ್ದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಅದನ್ನು ಜ್ಞಾನಿಗಳು ಸಹಾ ಸಮರ್ಥಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ನಂಬಿಕೆಯಿದ್ದಲ್ಲಿ ನೀವು ಚಿಂತಿತರಾಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿಗೆ ಬರುವ ಟೀಕೆಯು ರಚನಾತ್ಮಕವೋ ಅಥವಾ ದ್ವಂದ್ವಾತ್ಮಕವೋ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದು ಕಲಿತು ನೀವು ಯಾವುದೇ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಬಹುದು. ಬುದ್ಧ ಹೇಳುವರು,

“ಜಗದಲ್ಲಿ ಅನಿಂದಿತರು ಯಾರು ಇಲ್ಲ”. -ಧಮ್ಮಪದ

ಏನನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸದಿರಿ ಆಗ ನೀವು ನಿರಾಶೆ (ಆಶಾಭಂಗ) ಹೊಂದಲಾರಿರಿ.

ನಿಮ್ಮ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ನಿರೀಕ್ಷೆ ಇಡದಿದ್ದರೆ ನೀವು ಆಶಾಭಂಗಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು. ನೀವು ಏನನ್ನೂ ಬಯಸದೆ ಹೋದರೆ ಯಾವುದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಿರಾಶೆ ಮಾಡಲಾರದು. ಪರರು ದುಃಖದಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಪರರ ಹಿತಕ್ಕಾಗಿ ಏನನ್ನಾದರೂ ಮಾಡಿ ಆಗ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ನೀವು ಏನನ್ನೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬಾರದು, ಹಾಗಾದರೆ ಮಾತ್ರ ಆಶಾಭಂಗ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಕಾರಣವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ಮಾತ್ರ ಸಂತೃಪ್ತಿ ಮಾನವರಾಗಿರುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ಮಾಡಿರುವ ಒಳಿತಿನಿಂದಾದ ಆನಂದವೇ ನಿಮಗೆ ಪರಮ ಉಡುಗೊರೆ

ಯಾಗಿದೆ. ಅದೇ ನಿಮಗೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಪಾರ ಸಂತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನೀವು ಬೇರೆ ಲೌಕಿಕ ಲಾಭವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿದರೆ ನೀವು ಸುಖವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಜೊತೆಗೆ ಕಹಿಯಾದ ನಿರಾಸೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀರಿ.

ಬಹುಶಃ ನೀವು ಸುಮಾನವರಾಗಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ನೀವು ಪರರಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಹಾನಿ ಮಾಡದೆ ಇರಬಹುದು. ಆಗ ನೀವು ಅತಿಕಡಿಮೆ ನಿಂದನೆಗೆ ಒಳಪಡುತ್ತೀರಿ. ಆಗ ಯಾರಾದರೂ ನಿಮಗೆ ಕೇಳಬಹುದು “ಒಳಿತಿನಿಂದ ಒಳ್ಳೆಯದೇ ಆಗುವ ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಕೆಡಕಿನಿಂದ ಕೆಟ್ಟದ್ದೇ ಆಗುವ ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿರಪರಾಧಿ ಮುಗ್ಧನಾಗಿರುವ ನಾನು ದುಃಖಪಡುವುದು ಏಕೆ ? ನನಗೇಕೆ ಈ ತೊಂದರೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಕಷ್ಟಗಳು? ನನ್ನ ಒಳ್ಳೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೂ ಪರರಿಂದ ನಿಂದನೆ ಏಕೆ ?

ಇದಕ್ಕಿರುವ ಸರಳ ಉತ್ತರ ಏನೆಂದರೆ ನೀವು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಒಳಿತು ಮಾಡುವ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಹೋಗುವಾಗ ಕೆಲವು ದುಷ್ಟಬಲಗಳು ತಮ್ಮ ಸ್ವಾರ್ಥತೆಯಿಂದ ನಿಮಗೆ ಅಡ್ಡಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮದ ಕರ್ಮಫಲವು ಈಗ ಫಲ ಕೊಡಲು ಸಿದ್ಧವಾಗಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ನಿಮ್ಮ ಅರಿವು ಮತ್ತು ನಿರಂತರ ಕುಶಲ ಒಳ್ಳೆಯ ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದ ನೀವು ಅಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಪಾರಾಗಬಲ್ಲೀರಿ. ನೀವು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ನಿರಾಶರಾಗಿ ನಂತರ ಅದನ್ನು ದಾಟಿರುವಿರಿ ಹೀಗಾಗಿ ನೀವು ಜಗದ ವಾಸ್ತವಿಕತೆ ಕಂಡು ನೀವು ದಾಟಿರುವಿರಿ.

“ಪರರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾ ನಿಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವಿರಿ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾ ಪರರನ್ನು ಕಾಪಾಡಬಲ್ಲೀರಿ”.

ಬಹಳಷ್ಟು ವಿಶ್ವದ ಸ್ಥಿತಿಗಳು ನಮ್ಮ ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿಲ್ಲ, ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಬದಲಾವಣೆ ಆಗುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಅನಿಶ್ಚಿತತೆಯ ಪ್ರಭಾವಗಳು ನಿರಾಸೆಯುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದಲೇ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು

ಮಾಡಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಜನರು ಬುದ್ಧರ ಬುದ್ಧಿವಾದಕ್ಕೆ ಮನಕೊಟ್ಟರೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯು ಪರಸ್ಪರ ರಕ್ಷಣೆ ಸಿಗುತ್ತದೆ.

ಕೃತಜ್ಞತೆಯ ಅಪರೂಪದ ಸದ್ಗುಣವಾಗಿದೆ

ಬುದ್ಧರು ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು 'ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸದ್ಗುಣ' ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಹೌದು ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಅತಿ ವಿರಳವಾಗಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ನೀವು ಮಾಡಿರುವ ಒಳಿತಿಗಾಗಿ ಪರರನ್ನು ಸದಾ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ನೀವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾರಿರಿ.

ಜನರು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಹಿಂದಿನ ಸಹಾಯವನ್ನು ಮರೆಯುವರು ಆಗ ಜನರು ನಿಮಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆ ತೋರಿಸದಿರಬಹುದು. ಇಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶ ನೀವು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಆಗ ನೀವು ನಿರಾಶರಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ಜನರಿಗೋಸ್ಕರ ಮಾಡಿರುವ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ದಯೆಗೆ ನೀವು ಆನಂದಪಡಬೇಕು, ಜಗಕ್ಕೆ ನೀವು ಕೇವಲ ನಿಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯವಷ್ಟೇ ಮಾಡಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಸಂತೃಪ್ತಿ ತಾಳಬೇಕು.

ಪರರೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ

ಪರರೊಂದಿಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹೋಲಿಸುತ್ತಾ ನೀವು ಅನಗತ್ಯ ಚಿಂತೆ ಮತ್ತು ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿ ಮಾಡುವಿರಿ, ಹಾಗೇ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮನ್ನು 'ಸಮಾನ', 'ಶ್ರೇಷ್ಠ' ಅಥವಾ ನೀಚ ಎಂದು ಭಾವಿಸುವಿರೋ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನೀವು ಅಸಹನೆ ಮತ್ತು ಅವಿಶ್ರಾಂತ ಮನಸ್ಸುಳ್ಳವರಾಗುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ಅಂತಹ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಒಟ್ಟಾರೆ ನಿಮಗೆ ಯಾವುದು ಚಿಂತೆಯುಂಟು ಮಾಡಲಾರದು.

ನೀವು ಅಹಂಕಾರಿಯಾಗುವಿರಿ. ನೀವು ಸಮಾನ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದಾಗ ಪರರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೆಳಗೆ ತರಬಲ್ಲರು ಮತ್ತು ನೀವು ನೀಚರೆಂದು ಭಾವಿಸಿದರೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಶ್ರದ್ಧೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವಿರಿ.

ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಗೆಲ್ಲುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ತಮ್ಮ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಹೇಗೆ ಕ್ಷೀಣಿಸಬೇಕು, ಗೆಲ್ಲಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಕಲಿತಿರಬೇಕು. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿದಾಗಲೇ ನೀವು ಚಿತ್ತಶಾಂತಿ ಪಡೆಯಬಲ್ಲೀರಿ. ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ ನಿಮಗೆ ಯಾವುದು ಬೇಕು ಅಹಂಭಾವವೇ ಅಥವಾ ಅಂತರಿಕ ಶಾಂತಿಯೇ.

ಸದಾ ಇದನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಶ್ರೇಷ್ಠತ್ವ ಸಮಾನಭಾವ ಮತ್ತು ಕೀಳರಿಮೆ ಇವೆಲ್ಲ ಸಾಪೇಕ್ಷ ಸ್ಥಿತಿಗಳಾಗಿವೆ. ನೀವು ಬಡವರಾಗಿದ್ದಿರಬಹುದು ಆದರೆ ಬೇರೊಂದು ಕಾಲಕ್ಕೆ ನೀವು ಶ್ರೀಮಂತರು. ಇಂದು ನೀವು ಬದ್ಧರಾಗಿರಬಹುದು ನಂತರ ನೀವು ಹೇಗಿದ್ದರೂ ಜ್ಞಾನಿಗಳಾಗುತ್ತೀರಿ. ಇಂದು ನೀವು ರೋಗಿ ಮತ್ತು ಅಸುಖಿಯಾಗಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಮುಂದೆ ನೀವು ಆರೋಗ್ಯ ಪಡೆಯುವಿರಿ. ಹಾಗಿರುವಾಗಲೂ ಬಹಳಷ್ಟು ಮಾನವತಾ ಸದ್ಗುಣಗಳಿವೆ. ಮಾನವತಾ ಹಕ್ಕುಗಳು, ಮಾನವ ಘನತೆ, ಮಾನವ ಗಾಂಭಿರ್ಯ, ಇತ್ಯಾದಿ. ಪರರು ಇದನ್ನು ನಿಮ್ಮಿಂದ ಕದಿಯಲು ಅವರಿಗೆ ಹಕ್ಕಿಲ್ಲ.

“ನೀವು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿದ್ದರೆ ಪರಹಿತ ಮಾಡಬಹುದು. ನೀವು ಪರಹಿತ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ನಿಮಗೂ ನೀವು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೀರಿ”.

ತೊಂದರೆ ಮಾಡುವವರನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ನೀವು ಇಚ್ಛಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿಯೋ ಅಥವಾ ಇಚ್ಛೆಯಿಲ್ಲದೆಯೋ ನೀವು ಮಾಡಿರಬಹುದು, ಅದರಿಂದಾಗಿ ನಿಮಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮೇಲೆ ಬೀಳುತ್ತಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ನಾನಾ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳಿಂದ ನೀವು ಇವನ್ನು ದಾಟಬಹುದು. ನಿವು ಆಳವಾದ ಅರಿವಿನಿಂದ ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವನ್ನು ಅರಿತರೆ ನೀವು ಇದರಿಂದ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಪಾರಾಗಬಹುದು.

ಆಗ ನೀವು ಪರಪೀಡಿಕರನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ತಿಳಿಯುವಿರಿ. ಅವರಿಗೂ ಹೃದಯವಿದೆ, ಅದರಿಂದ ಇದು ಅಷ್ಟೊಂದು ಕಷ್ಟವಾಗಲಾರದು, ಅವರನ್ನು ದ್ವೇಷಿಸುವ ಬದಲು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹಮಾಡಿ. ನೀವು ಅವರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ನಿರೋಧಿಸುವಷ್ಟು ಬಲಿಷ್ಠರಾದರೆ ಅವರನ್ನು ತೊರೆಯುವ ಆಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ನೀವು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯುವುದರಿಂದಾಗಿ ಅವರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಿ ಅವರಿಗೂ ಒಳಿತು ಮಾಡಬಹುದು. ನೆನಪಿಡಿ, ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಯಂ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಮಾತ್ರ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಶತ್ರುಗಳಿಂದ ಕಾಪಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಅವರನ್ನು ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಲು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯಾಗುವುದು.

ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯ ತನ್ನ ಆಹ್ವಾನದಿಂದ ಅಥವಾ ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆಯಿಂದ ನಿಮಗೆ ಹಾನಿ ಮಾಡಲು ಬಂದರೆ ಅದು ಅತ್ಯಂತ ಸುವರ್ಣಾ ಅವಕಾಶವಾಗಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಆಗ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞಾಶೀಲತೆ, ನಿಮ್ಮ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಧರ್ಮಜ್ಞಾನದ ಅನುಭವ ಬಳಸಲು ಸಕಾಲವಾಗಿದೆ. ನೀವು ನಿಜವಾದ ಸಭ್ಯ ಮಾನವರೆಂದು ತೋರಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಸಿಕ್ಕಿದಾಗ ನೀವು ಅದನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಬಳಸದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಧರ್ಮದ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವಿಕೆಯಿಂದ ಏನು ಪ್ರಯೋಜನವಾಯಿತು. ಪರರು ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದಾಗ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸಹನೆ ಮತ್ತು ಸಹಾನುಭೂತಿ ಅಭ್ಯಸಿಸಬೇಕು.

ಸಹನೆಯು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಧಾನವಾದ ಸದ್ಗುಣ ಅದನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ನೀವು ಸಹನೆಯನ್ನು ಪಾಲಿಸದಷ್ಟು ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಭವ್ಯ ಗಾಂಭಿರ್ಯವನ್ನು ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಿರಿ. ನೀವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ದ್ವೇಷಿಸುವವರೊಡನೆ ಹೇಗೆ ನಿಮ್ಮ ತತ್ವ ಹಾಗೂ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೇಗೆ ಸದುಪಯೋಗ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಶೀಘ್ರವೋ ಅಥವಾ ನಿಧಾನವಾಗಿಯೋ ಅವರು ತಮ್ಮ ದಡ್ಡತನ ಅರಿತುಕೊಂಡು ತಮ್ಮ ದ್ವೇಷ ಮನೋಭಾವ ಬದಲಾಯಿಸುವರು. ಕೆಲವು

ವೇಳೆ ಜನರು ನಿಮ್ಮ ಸಹನೆ ಮತ್ತು ಕ್ಷಮೆಯ ಸದ್ಗುಣವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ ಅದರಿಂದ ತಮ್ಮ ಸ್ವಾರ್ಥವನ್ನು ಫಲಿತ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹವರೊಡನೆ ನೀವು ವಂದನೆಯ ಬಲಿ ಆಗದೆ ಪ್ರಜ್ಞೋತಿಕವಾಗಿ ವರ್ತಿಸಬೇಕು, ಸದ್ಗುಣಗಳನ್ನು ಸದಾ ಜ್ಞಾನಯುತವಾಗಿ ಬಳಸಬೇಕು.

ಸುಗುಣಶೀಲರು ಕರುಣೆ, ಪ್ರಮಾಣಿಕತೆ ಮತ್ತು ಸಹನೆ ಪಾಲಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ವಂಚಕರು ಆದರೆ ಲಾಭ ಪಡೆಯಲು ಸದಾ ಹೊಂಚು ಹಾಕುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರಿಗೆ ಫಲವತ್ತಾದ ಭೂಮಿಯೆಂದರೆ ಶೀಲವಂತರು.

ಕ್ಷಮಿಸಿ ಮತ್ತು ಮರೆತುಬಿಡಿ

ಪರಪೀಡನೆ ಮಾಡುವವರ ಮೇಲೆ ಸೇಡು ತೀರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ, ಮತ್ತಷ್ಟು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಉಪದ್ರವಗಳು ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ನಕರಾತ್ಮಕ ವೇದನೆಗಳು ಮತ್ತು ಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ಕಾರ್ಯಗಳು ಕೇವಲ ನಿಮಗೆ ಮತ್ತು ಪರಪೀಡಿತರಿಗೆ ಹಾನಿ ಮತ್ತು ದುಃಖ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಸೇಡಿನ ಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ (ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ) ಆಳವಾದ ದ್ವೇಷವನ್ನು ಹೊತ್ತಿಸುವಿರಿ. ಈ ದ್ವೇಷವು ವಿಷದಂತೆ ಈ ವಿಷ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದು ಪರರಿಗೆ ಹಾನಿ ಮಾಡುವ ಮುನ್ನ ನಿಮಗೆ ಹಾನಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಉರಿಯುತ್ತಿರುವ ಕಬ್ಬಿಣದ ಉಂಡೆ ಪರರತ್ತ ಎಸೆಯುವ ಮುನ್ನ ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನೇ ಮೊದಲು ಸುಡುವುದು. ನಿಮ್ಮ ಸೇಡಿನ ಕ್ರಿಯೆ ಸೂಚಿಸುವುದು ಏನೆಂದರೆ ನಿಮಗೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಶತ್ರುವಿಗೂ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಇಬ್ಬರೂ ಪರಸ್ಪರ ಪರಪೀಡನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಿರಿ.

ನೀವು ಪರರನ್ನು ದ್ವೇಷಿಸುತ್ತಾ ಕೇವಲ ಅಧಿಕಾರವನ್ನು ಅವರಿಗೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲಾರಿರಿ. ನೀವು

ಕೋಪಗೊಂಡಾಗ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮುಗುಳ್ಳಕ್ಕರೆ ನೀವು ಸೋತಂತೆ ಅವಮಾನ ಪಡುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ದುಃಖಿತರಾಗುವಿರಿ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಿಮಗೆ ಸಹಕಾರ ನೀಡದಿದ್ದರಿಂದಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಬಯಕೆ ಅಪೂರ್ಣವಾಯಿತು. ಬುದ್ಧರು ಹೇಳುವರು,

“ಬನ್ನಿ ಸುಖ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಾವು ಜೀವಿಸೋಣ. ದ್ವೇಷಗಳ ನಡುವೆ ದ್ವೇಷರಹಿತರಾಗೋಣ, ಸೇಡಿನ ಜನರ ನಡುವೆ ನಾವು ಸೇಡುರಹಿತರಾಗಿ ಜೀವಿಸೋಣ” – ಧಮ್ಮಪದ

ನಾವು ದ್ವೇಷದ ಬೆಂಕಿಗೆ ಗಾಳಿ ಆಡಿಸದೆ ಸುಖಿಯಾಗಿ ಜೀವಿಸಬಲ್ಲೆವು. ಬಹುಶಃ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಶತ್ರುಗಳಿಗೆ ಮೈತ್ರಿ ಹರಡುವಷ್ಟು ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ ಇಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಸುಖಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕೆ ನೀವು ಕ್ಷಮಿಸುವುದನ್ನು ಮತ್ತು ಮರೆಯುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಲೇಬೇಕು.

ನಿಮ್ಮ ಶತ್ರುವನ್ನು ನೀವು ದ್ವೇಷಿಸದೆ ಅಥವಾ ಹಿಂಸಿಸದೆ ನೀವು ಸಭ್ಯ ಮಾನವರಂತೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತೀರಿ. ಈ ರೀತಿ ವರ್ತಿಸಲು ನೀವು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ, ಕೋಪದಿಂದ, ಅಸೂಯೆಯಿಂದ ದಾರಿ ತಪ್ಪಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ನೀವು ಅರಿತಿರಲೇಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ಆತನು ಸಹಾ ಪರಮಾನವರಂತೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗಳಿಂದ ದಾರಿತಪ್ಪಿ ಒಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಪರರಿಂದ ದಾರಿತಪ್ಪಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ. ಬುದ್ಧರು ಹೇಳುವರು:

“ಪಾಪಿಗಳು ಸ್ವಭಾವತಃ ಕೆಟ್ಟವರಲ್ಲ, ಅವರು ಅಜ್ಞಾನದಿಂದಾಗಿ ಪಾಪ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದ ಅತ್ಯವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ.

ನಾವು ಅವರಿಗೆ ಶಪಿಸಬಾರದು. ಅವರು ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಹಳ ಕಾಲ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಅವರನ್ನು ನಿಂದಿಸಿ ನಿರಂತರ ನರಕದ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಹೋಗಲಿ ಎಂದು ಹೇಳಬಾರದು. ನಾವು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಅವರಿಗೆ

ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳಲೇಬೇಕು. ಅವರು ತಪ್ಪಿನಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬ ವಾಸ್ತವವನ್ನು ಅರಿವಾಗುವಂತೆ ತಿಳಿಸಬೇಕು. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಶತ್ರುವಿನೊಂದಿಗೆ ನೀವು ವರ್ತಿಸಿದ್ದೆ ಆದರೆ ನೀವು ಒಬ್ಬ ವೈದ್ಯನಂತೆ ರೋಗಿಗೆ ಸಲಹುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ನೀವು ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿನ ರೋಗವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತೀರೋ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಸುಖಕ್ಷೇಮವಾಗಿರುವರೋ ಆಗ ಅಜ್ಞಾನಿಯ ಜ್ಞಾನಿಯಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವಾಗುತ್ತಾನೆ.

“ಉತ್ತಮವಾದ ಜೀವನವು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಸ್ಫೂರ್ತಿಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿತವಾಗುತ್ತದೆ”.

ಒಬ್ಬ ತನ್ನ ಅಜ್ಞಾನದಿಂದಲೂ ಅಥವಾ ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆಯಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ತಪ್ಪು ಮಾಡಲು ಹೊರಡಿದ್ದಾನೋ ಆಗ ನಿಮ್ಮ ದಯಾ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಪ್ರಸರಿಸಲು ಇದು ಸಕಾಲವಾಗಿದೆ. ಒಂದುದಿನ ಆತನು ತನ್ನ ಮುಖಿತನದ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರಿತು, ಪಾಪಗಳನ್ನು ತಡೆದು ಉತ್ತಮನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದಾಗಿ ನಾವು ಆತನಿಗೆ ಉತ್ತಮನಾಗಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡೋಣ. ತನ್ನ ಭೂತಕಾದಲ ಕೃತ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಆತ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪಪಟ್ಟರೆ ಆತನು ಉತ್ತಮನಾಗಲು ಅನುಕೂಲವಾಗಿ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಆತನು ನಿಮ್ಮ ದಯಾ ಯೋಚನೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರಶಂಸೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಮಹಾ ಕರುಣಾಳು ಬುದ್ಧ ಭಗವಾನರ ವಚನ ಹೀಗಿದೆ :

“ದ್ವೇಷದಿಂದ ದ್ವೇಷವು ಎಂದಿಗೂ ನಾಶವಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಕೇವಲ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಮಾತ್ರ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದೇ ಸನಾತನ ಧರ್ಮವಾಗಿದೆ”.

ನೀವು ನಿಜಕ್ಕೂ ದಯಾಭರಿತ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾಗಿ ಹರಡಿದರೆ ಯಾರೂ ಸಹಾ ನಿಮಗೆ ಹಾನಿ ಉಂಟುಮಾಡಲಾರರು. ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಪ್ರಾಪ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಜೀವನಕ್ಕೆ ತನ್ನದೇ ಆದ ಒಂದು ತಾಳವಿದೆ, ನೀವು ಜೋಲಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಿದ್ದರೆ ನೀವು ನೇರವಲ್ಲದ ಡೋಲಾಯಮಾನ ಸ್ಥಿತಿ ಪಡೆಯುವಿರಿ. ಯಾರು

ಈ ತತ್ವವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲವೋ ಅವರು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಬ್ಬ ಮಾನವ ಪದೇ ಪದೇ ತಪ್ಪು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ನೀವು ಸಹ ಪದೇ ಪದೇ ಆತನಿಗೆ ಜ್ಞಾನೋಚಿತವಾಗಿ ಬದಲಾಗುವಂತೆ ಬೋಧಿಸಬೇಕು. ಇದು ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಹಾಗಿರುವಾಗಲೂ ನೀವು ಭಗವಾನರ ಬೋಧನೆಯಂತೆ ನಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಆಗ ನಿಮಗೆ ಇದು ಅಸಾಧ್ಯವೆಂದು ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧರ ಮನೋಭಾವ ಹೀಗಿದೆ.

“ನನ್ನ ಬಳಿ ಪಾಪಗಳು ಬಂದಷ್ಟು ನನ್ನಿಂದ ಒಳ್ಳೆಯದು ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾಗಿ ಹೊರಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ”.

ಕೆಲವರು ಇದು ಸಾಧನೀಯವಲ್ಲ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ನೀವೇ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ನಿಮಗೆ ಕೆಡಕಿನ ಬದಲು ಒಳಿತು ಹಿಂತಿರುಗಿಸಲು ಕಷ್ಟವಾಗಿದೆಯೆ, ಆಗ ನೀವು ಇದರ ಬದಲು ಕೆಡಕಿನ ಬದಲು ಕೆಡಕನ್ನು ಹಿಂತಿರುಗಿಸದೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಮಹಾಸೇವೆ ಮಾಡಿದ್ದೀರಿ.

“ತಪ್ಪು ಮಾಡುವ ಅಲ್ಪ ತಿಳುವಳಿಕೆಯವರಿಗೆ ಸಹಾನುಭೂತಿಯುಳ್ಳವರು ಬೇಕಾಗಿದ್ದಾರೆ”.

ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಮಾನವರೇ

ಎಲ್ಲಾ ಮಾನವರು ದೌರ್ಬಲ್ಯವುಳ್ಳವರು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರೂ ತಪ್ಪು ಮಾಡುವವರೇ ಆಗಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರತಿ ಮಾನವರು ಲೋಭ, ದ್ವೇಷ ಮತ್ತು ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ತುಂಬಿರುವವರೇ ಆಗಿದ್ದಾರೆ. ಈ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಲ್ಲಿಯೂ ವಿವಿಧ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇವೆ. ನೀವು ಪರಿಪೂರ್ಣ ಪರಿಶುದ್ಧ ಅರಹಂತರಾದರೆ ಮಾತ್ರ ನಿಮಗೆ ಇದು ಅನ್ವಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಮಾನವ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಭಾವವು ಹೀಗಿದೆ.

“ಮಾನವನಿಗೆ ಇಡೀ ವಿಶ್ವವು ದೊರೆತರೂ ಸಹಾ ಜೀವನದಿಂದ ತೃಪ್ತನಾಗಲಾರ ಮತ್ತು ಎಂದಿಗೂ ಜೀವನದ ಉದ್ದೇಶ ಅರಿಯಲಾರ”.

ಮಾನವನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅತಿ ಹತ್ತಿರದಿಂದ ನಾವು ನೋಡಿದರೆ ಅಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸದ ಆವರಣ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಆತನ ಮನಸ್ಸು ಕ್ಷೋಭೆಯಿಂದ, ಗೊಂದಲದಿಂದ ಮತ್ತು ಕತ್ತಲೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ. ಅಜ್ಞಾನದಿಂದಾಗಿ ಆತನು ದೌರ್ಭಾಗ್ಯಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮತ್ತು ಅದನ್ನೇ ಆತನು ಪರರಿಗೂ ಹಂಚುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಬಹಳಷ್ಟು ಚಿಂತೆ ಮತ್ತು ದುಃಖಗಳು ಮಾನವನಿಗೆ ಜಗತ್ತಿನ ಸ್ಥಿತಿಗಳು ಬದಲಾವಣೆ ಹೊಂದಿದ್ದರಿಂದಾಗಿ ಆಗಿದೆ. ಮಾನವನ ಸ್ವಾರ್ಥಮಯ ಲೋಭದ ಸ್ಥಿತಿಗಳು ನಿರಂತರ ಸಿಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ.

ನಿರಾಶೆಗಳು ಮತ್ತು ಅಪೂರ್ಣಗೊಂಡ ಬಯಕೆಗಳು ಉಂಟಾಗಿ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಬದಲಾವಣೆ ಸೃಷ್ಟಿಸಿ ಚಿಂತೆಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಚಿಂತೆಗೆ ನೀವೆ ಜವಾಬ್ದಾರರು.

ಯಾರೊಬ್ಬರು ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಪರಿಪೂರ್ಣರಲ್ಲ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಕೆಲಕಾಲ ಪಾಪವನ್ನಾಗಲಿ ಅಥವಾ ತಪ್ಪಾಗಲಿ ಮಾಡೇ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗಾಗಿ ನೀವೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ನೀವು ಪಾಪಗಳಿಂದ ಅಥವಾ ತಪ್ಪುಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಿರುವಿರಾ? ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಪೋಷಿತವಾಗಿ ಬಯಕೆಯ ಚಿಂತೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ.

“ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಅಜ್ಞಾನವು ದೂರವಾದಾಗ ಚಿಂತೆ ಮತ್ತು ಭಯಗಳು ಮಾಯವಾಗುವವು”

ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ನೀವು ಮಾನವನ ಮನಸ್ಸಿನ ದೌರ್ಬಲ್ಯವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಆಗ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಗೊಣಗಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಧೈರ್ಯ ತಾಳುವಿರಿ. ಮಾನವನ ಮನಸ್ಸೇ ಆತನ ಸುಖಕ್ಕೂ ಮತ್ತು ಅಸುಖಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ.

“ಮಾನವನ ಪರಿಧಿಯಲ್ಲಿ ಒಳಪಡದ ಮಾನವನಿಗೆ ಏನೋ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ” - (ಜಂಗ್, ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಮನಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ)

ಪೋಷಕರ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆ

ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಸುಖ ಮತ್ತು ಉನ್ನತಿಗೆ ನೀವೇ ಕಾರಣರು. ಒಂದುವೇಳೆ ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿ, ಬಲಿಷ್ಠರಾಗಿ ಮತ್ತು ಉಪಯುಕ್ತ ನಾಗರಿಕರಾದರೆ ಅದು ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನದ ಫಲದಿಂದಾಗಿದೆ. ಒಂದುವೇಳೆ ನಿಮ್ಮ ಮಗುವು ಅಪರಾಧಿಯಾದರೆ ಅದಕ್ಕೂ ನೀವು ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಾಗುವಿರಿ. ಪರರನ್ನು ದೋಷಿಸಬೇಡಿ, ಪೋಷಕರಾಗಿ ಇದು ನಿಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ. ಏನೆಂದರೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಯೋಗ್ಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಬೇಕು. ಆದರೂ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ದೋಷಕ್ಕೆ ನೀವು ಕಾರಣರಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಗುವು ತನ್ನ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಸಂವೇದಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ಪ್ರಭಾವಶೀಲತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ ನಾವು ರೂಪಿಸಿದಂತೆ ಅದಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿ, ಸಲಹೆವಿಕೆ, ವಾತ್ಸಲ್ಯ ಮತ್ತು ಪೋಷಕರ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವಿಲ್ಲದೆ ಮಗುವು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಕುಂಠಿತವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆಗ ಅದಕ್ಕೆ ಜಗುವು ವಾಸಿಸಲು ಕ್ರೂರವಾಗಿ (ಅಸಹನೀಯ) ಕಾಣುತ್ತದೆ.

ವಾತ್ಸಲ್ಯದ ಹೊಳೆ ಹರಿಸುವುದೆಂದರೆ ಮಗುವಿನ ಪ್ರತಿ ಬೇಡಿಕೆಯನ್ನು ಪೂರೈಸುವುದಲ್ಲ, ಅತಿಯಾದ ಪ್ರೀತಿಯೇ ಮಗುವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ತಾಯಿಯ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಆರೈಕೆ ಶಿಸ್ತಿನಿಂದ ಕೂಡಿರಬೇಕು. ಆದರೆ ಒರಟಾಗಿರಬಾರದು. ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಿಸ್ತು ಜೊತೆ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಗಲಿ. ಅದೆಲ್ಲಾ ಮಗುವಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವಂತೆ ಇರಲಿ.

ದುರಾದೃಷ್ಟಕರ ಸಂಗತಿ ಏನೆಂದರೆ ಇಂದು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ವಾತ್ಸಲ್ಯದ ಕೊರತೆಯಿದೆ. ಭೌತಿಕವಾದದ ಶೀಘ್ರ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಿಂದಾಗಿ ಮತ್ತು ಸ್ತ್ರೀ-ಪುರುಷರ ಸಮಾನತಾ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಯು ಪ್ರಬಲವಾಗಿ ಬಹಳಷ್ಟು ತಾಯಂದಿರು ತಮ್ಮ ಪುರುಷರ ಜೊತೆ ಸ್ಪರ್ಧೆಗೆ ಇಳಿದಿದ್ದಾರೆ. ತಾಯಿಯು

ಇಂದು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಆರೈಕೆಯ ಬದಲು ತನ್ನ ಘನತೆ ಕಾಪಾಡಲು ವೃತ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಇಳಿದಿದ್ದಾರೆ.

ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಮಗುವು ಆರೈಕೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಕರಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ದಾದಿಯರಲ್ಲಿ ಬಿಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಹೀಗೆ ಬಂಧಿಯಾದ ಮಗುವಿಗೆ ತಾಯಿಯ ವಾತ್ಸಲ್ಯ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವಿಲ್ಲದೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಅಪರಾಧಿ ಮನೋಭಾವ ತಾಳುವ ತಾಯಿಯು ಮಗುವಿನ ಪ್ರತಿ ಬೇಡಿಕೆ ಪೂರೈಸಲು ಮುಂದಾಗುತ್ತಿದ್ದಿರಿ. ಆದರೆ ಅಂತಹ ಕ್ರಿಯೆಯು ಮಗುವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಇಂದು ಮಗುವಿಗೆ ಅತ್ಯಾಧುನಿಕ ಗೊಂಬೆಗಳು, ಆಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಟ್ಯಾಂಕ್‌ಗಳು, ಮೆಷಿನ್‌ಗಳು, ಪಿಸ್ತೂಲ್‌ಗಳು, ಕತ್ತಿಗಳು ಮುಂತಾದವು ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಧ್ವಂಸಕಾರಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮಗುವಿಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದೆಯೇ ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅದರ ಮಗುವು ದಯೆ, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸಹಾಯ ಮುಂತಾದವು ಕಲಿಯಬೇಕಿತ್ತು. ಇಂತಹ ಆಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದು ತಾಯಿಯ ವಾತ್ಸಲ್ಯ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಪೋಷಕರು ಇಂದು ಧ್ವಂಸಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಅವಿಶ್ರಾಂತಿ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಕಠಿಣ ಶ್ರಮ ಮುಗಿಸಿ ಮನೆಗೆ ಬಂದು ಟಿ.ವಿ. ಮುಂದೆ ಕುಳಿತು ಜಗತ್ತೇ ಮರೆತು ಹಾಗು ತಮ್ಮ ವಾತ್ಸಲ್ಯಯುತ ಕರ್ತವ್ಯ ಮರೆತಿದ್ದಾರೆ.

ಮಹಿಳಾ ವಿಮೋಚನಾದ ಕರೆಗೆ ಓಗೊಟ್ಟು ಸ್ತ್ರೀಯು ಪುರುಷನೊಡನೆ ಮನೆಯ ಹೊರಗೆ ಸ್ಪರ್ಧೆಗೆ ಇಳಿಯುವುದೇ ಎಲ್ಲಕ್ಕೂ ಪರಿಹಾರ ಮಾರ್ಗ ಎಂದು ಸ್ತ್ರೀಯರು ಭಾವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅಂತಹ ತಾಯಂದಿರು ಮಕ್ಕಳ ಲಾಲನಪಾಲನೆ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮಾಡಲಾರಳು. ಈ ರೀತಿಯ ಬೇಜವ್ವಾರಿ ತನದಿಂದ ತಾಯಿಯು ಈ ಜಗಕ್ಕೆ ತಂದು ಜೀವ ಕೊಟ್ಟು ನಂತರ ಅದನ್ನು ತೊರೆಯುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದಕ್ಕಿಲ್ಲ ನೀವೇ ಕಾರಣಕರ್ತರು.

ಮಗುವಿಗೆ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಸವಲತ್ತುಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಆದರೆ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ, ನೈತಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಧಾರ್ಮಿಕವಾಗಿ ಪೋಷಣೆ ನೀಡಬೇಕಾಗಿದೆ. ಭೌತಿಕ ಸವಲತ್ತಿಗಿಂತ ವಾತ್ಸಲ್ಯಧಾರೆಂದು ಮಗುವಿಗೆ ಬೇಕಾಗಿದೆ. ಕೆಲವು ಶ್ರೀಮಂತ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಎಲ್ಲಾರೀತಿಯ ಭೌತಿಕ ಸವಲತ್ತು ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಮಾತೃವಾತ್ಸಲ್ಯ ಮತ್ತು ಪಿತೃವಾತ್ಸಲ್ಯದಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಅವರು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ನೈತಿಕವಾಗಿ ಅಂಗವಿಕಲರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಕೆಲವು ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ವಂಶವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೇರುವರು ಅವಮಾನಕರ ಸಂಗತಿ ಮತ್ತು ಹಳೆಯ ಪದ್ಧತಿ ಅಥವಾ ಸಂಪ್ರದಾಯ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಹಿಂದೆ ಸ್ತ್ರೀಯರನ್ನು ಅತಿ ಕೆಟ್ಟದಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಂಡಿರುವುದು ಸತ್ಯವೇ. ಆದರೆ ಇದು ಪುರುಷನ ಅಜ್ಞಾನಕ್ಕಿಂತ ಸ್ತ್ರೀಯ ದೌರ್ಬಲ್ಯವೇ ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿತ್ತು. ಸಂಸ್ಕೃತಪದ ಗೃಹಿಣಿಯ ಅರ್ಥ ಗೃಹದ (ಮನೆಯ) ಯಜಮಾನಿ ಎಂದು. ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಇಂದು ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಕೆಳಮಟ್ಟದವರು ಎಂದು ಸೂಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ ಸ್ತ್ರೀ ಮತ್ತು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವು ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಪತಿಯರು ತಮ್ಮ ಸತಿಯರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಸಂಬಳವನ್ನು ಗೃಹ ವ್ಯವಹಾರಗಳಿಗೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತು ತಾವು ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರತೆ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗಾಗಿ ತಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯ ಏನು ಎಂಬುದು ಇಬ್ಬರಿಗೂ ಅರಿವಾಗಿ ಅವರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಘರ್ಷಣೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಆ ಮನೆಯ ವಾತಾವರಣವು ಸುಖವಾಗಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತವಾಗಿದ್ದು ಮಕ್ಕಳು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹೊಂದುತ್ತದೆ.

ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಪತಿಯು ತನ್ನ ಸಂಗಾತಿಯು ಎಲ್ಲವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸುವಳೇ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಬೇಕು. ಇಬ್ಬರು ಪರಸ್ಪರ ಸಲಹೆ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈವರಿಗೂ ತಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ

ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಸಮಯವೂ ಇದರಿಂದ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಕುಟುಂಬದ ಕ್ಷೇಮಾಭಿವೃದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಈವರ್ಷರ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆಯಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪರಸ್ಪರ ಇಬ್ಬರಲ್ಲಿಯೂ ಯಾವುದೇ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ತಾಯಿಯು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ತನ್ನ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಲೋಪವಾಗದಂತೆ ಕ್ರಿಯಾಬದ್ಧರಾಗಿ ತನ್ನ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಗಮನ ನೀಡಬೇಕು ಆಶ್ಚರ್ಯಯುತವಾಗಿ ಕೆಲವೊಂದು ತಾಯಂದಿರು ಕೆಲವೊಂದು ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮಿಲಿಟರಿಯಲ್ಲಿ ಪುರುಷ ಬಲವು ಕೊರತೆಯಾಗಿ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೂ ಆಧುನಿಕ ಶಸ್ತ್ರಾಸ್ತ್ರ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಕಲಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಮೊದಲು ಸ್ತ್ರೀಯರು ಮಕ್ಕಳ ಲಾಲನೆ ಪಾಲನೆಯಲ್ಲಿದ್ದು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಯೋಗ್ಯ ನಾಗರಿಕರನ್ನಾಗಿಸಲು ತೊಡಗುತ್ತಿದ್ದರು.

ಆಧುನಿಕ ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ಮಾತೆಯರಲ್ಲಿ ವಾತ್ಸಲ್ಯ ಕ್ಷೀಣಿಸುತ್ತಿದೆ. ಅದು ಎತ್ತಿಹಿಡಿಯಬೇಕಾಗಿದೆ. ಈಗೀಗ ತಾಯಿ ಹಾಲು ಬದಲು ಬಾಟಲಿ ಹಾಲು ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದು ಸಹಾ ವಾತ್ಸಲ್ಯಕ್ಷಯಕ್ಕೆ ಒಂದು ಕಾರಣವಾಗಿದೆ.

ಮಗುವನ್ನು ತನ್ನ ಮಡಿಲಲ್ಲಿಟ್ಟು ತನ್ನ ಹಾಲು ಉಣಿಸುವುದರಿಂದ ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಗುವಿನ ನಡುವಿನ ಪ್ರೀತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹೆಣ್ಣಿಗೆ ತಾಯನ, ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೃಪ್ತಿ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಬೇರೆ ಯಾರು ನೀಡಲಾರರು. ಪ್ರಭಾವ ಇಂದು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಸ್ತುತ, ಹಾಗೆನಿಸುವುದರಿಂದಲೇ ವಾತ್ಸಲ್ಯ, ಬಾಂಧವ್ಯ ಮತ್ತು ವಿಧೇಯತೆ ಸ್ಥಾಪಿತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಂಪ್ರದಾಯದ ಈ ಪದ್ಧತಿ ಕೆಟ್ಟದೇನಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರ ಪರಿಣಾಮ ಹಿತಕರವಾಗಿದೆ. ಮಗುವು ಯೋಗ್ಯ ಹಾದಿ ಬರಲು ತಾಯಿಯೇ ಪ್ರಧಾನ ಕಾರಣಕರ್ತವಾಗಿರುತ್ತಾಳೆ. ತಾಯಿಯು ಹೆಚ್ಚು ವಾತ್ಸಲ್ಯಧಾರೆ ಹರಿಸಲು ಶಕ್ಯ ಅರ್ಹಳು ಆಗಿರುತ್ತಾಳೆ. ಹೀಗಾದರೆ ತಾರುಣ್ಯ ಕ್ಷಯವಾಗುವುದೇ! ಅದು ಮಿಥ್ಯಾದೃಷ್ಟಿಯಾಗಿದೆ. ಉತ್ತರದ ಚಿಂತನೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಕಾಣುವ

ವಸ್ತುಗಳು ನೀವಲ್ಲ, ಆಗ ನೀವು ಪ್ರತಿಯೊಂದಕ್ಕೂ ನೀವೇ ಕಾರಣಕರ್ತರು ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತೀರಿ.

“ಯಾರು ಪ್ರಕೃತಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವರೋ ಅವರು ಅದರ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಶಾರೀರಿಕವಾಗಿ ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ”.

ನಿಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕ ವ್ಯಥೆ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ ?

ಯಾವಾಗಲಾದರೂ ಆಗಲಿ, ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಕಷ್ಟಗಳು ಉದಯಿಸಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕ ವ್ಯಥೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ದೃಢವಾಗಿ ನಿರ್ಧರಿಸಿ. ಮೊದಲು ನೀವು ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುವ ಜಗತ್ತನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ಎಲ್ಲಿ ನೀವು ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ? ನೀವು ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪೂರ್ಣವಾಗಿರಬೇಕೆಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾರಿರಿ ಹಾಗೂ ನೀವೇಣಿಸಿದಂತೆ ಮೃದುವಾಗಿ ಸಾಗಲಾರದು. ಜಗತ್ತಿನ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಿಯಾಪೇಕ್ಷೆಯಂತೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಸಾಗಲಾರದು. ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಲ್ಲದೆ ಜೀವನವಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಜಗತ್ತಾಗಲಿ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ. ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಶಕ್ತಿಗಳಾದ ಸೌರಶಕ್ತಿ, ಮಳೆ, ಗಾಳಿ, ಚಂದಿರನ ಪ್ರಭೆ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಹಲವರಿಗೆ ಅನುಕೂಲವಾಗಿದ್ದರೆ, ಕೆಲವರಿಗೆ ಅನಾನುಕೂಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯದು ಅಥವಾ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕೆಟ್ಟದು ಯಾವುದು ಇಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಒಂದು ಗುಂಪಿನವರು ಆ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರೆ ಮತ್ತೊಂದು ಗುಂಪಿನವರು ಆದಾಗ್ಯೂ ದ್ವೇಷಿಸುವರು. ಆದ್ದರಿಂದ ಒಳಿತು ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟದು ಎಂಬುದು ನಮ್ಮ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ನಾವು ನಿರೂಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ವಸ್ತುಗಳು ಸ್ವಭಾವದಿಂದ ಒಳ್ಳೆಯದು ಅಲ್ಲ, ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಅಲ್ಲ. ಬೌದ್ಧಧರ್ಮದ ಪ್ರಕಾರ ಈ ಜಗತ್ತು ಸಹಾ ಸಂಘರ್ಷಗಳಿಂದ ಇರುತ್ತೇವೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ನಾವು ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದ್ದೇವೆ ಅಷ್ಟೆ.

ನೀವು ಇರುವಿಕೆಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗಾಗಿ ಪ್ರಬಲವಾದ ತೀವ್ರ ಬಯಕೆ ಇಟ್ಟರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಬೆಲೆ ತೆರಲೇಬೇಕು. ಆ ಬೆಲೆಯ ಮಾನಸಿಕ ವ್ಯಥೆ, ಜಗತ್ತಿನ ಬಗ್ಗೆ, ಹಾರೈಕೆಯಾಗಲಿ, ನಿರಂತರ ಜೀವಿಸುವಿಕೆ, ನಾನು ಮತ್ತು ನನ್ನದು ಎಂಬ ಅಹಂಭಾವಕ್ಕೆ ಅಂಟಿರುವುದು, ಪೂರೈಕೆಯಾಗದ ಬಯಕೆಗಳು ಇವುಗಳೆಲ್ಲದರಿಂದ ನೀವು ಸಂಘರ್ಷ ಮಾಡುವಿರಿ. ಜಗಳ, ಹೋರಾಟ ಮಾಡುವಿರಿ, ಸಂಪರ್ಕದ ಸೋಲು, ಭಯ, ಚಿಂತೆ, ಏಕಾಂತನ ಚಿಂತೆ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಉದಯಿಸುತ್ತದೆ.

ನೀವು ಮಾನಸಿಕ ವ್ಯಥೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಇಚ್ಛಿಸುವಿರಾ, ಹಾಗಾದರೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಾರ್ಥ ಬಯಕೆಗಳನ್ನು ತೊರೆಯಿರಿ. ಜೀವನದ ಪ್ರಯಾಣವು ಟಿ. ಜಿ. ರಿಗ್‌ನ ತರಹವಿದೆ. ನೀವು ಬಲ ನೇರಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಹೋಗಿ ನೀವು ಧಾರ್ಮಿಕ ವೃದ್ಧಿ ಮಾಡಬಹುದು ಅಥವಾ ಇಂದ್ರಿಯ ಸುಖದಿಂದ ನೀವು ಜೀವಿಸಬಹುದು.

ಒಂದು ದಾರಿ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕ ವ್ಯಥೆಯಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಇದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕಷ್ಟ ಹಾಗೂ ದುಃಖದ ಪರಿಮಾಣವನ್ನು ಪರರಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿ ಲೆಕ್ಕ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ನೀವು ದುಃಖದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ನಿಮಗೆ ಜಗತ್ತೆ ಶತ್ರುವಿನ ತರಹ ಕಾಣುವುದು. ಆಗ ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಎಲ್ಲವೂ ಕುಸಿದಂತೆ ಭಾಸವಾಗುವುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಿಮಗೆ ದಾರಿಯು ಅಂತ್ಯಕ್ಕೆ ಸಮೀಪ ಎಂದು ಭಾಸವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಹಾಗಿರುವಾಗಲೂ ನೀವು ಸುತ್ತಲು ವೀಕ್ಷಿಸಿದಾಗ ನೀವೇ ಧನ್ಯರು ಎಂದು ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಪರರು ಇದಕ್ಕಿಂತ ದುಃಖದಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾರೆ.

ನೀವು ಈ ನುಡಿಗಟ್ಟನ್ನು ಕೇಳಿರಬಹುದು “ನಾನು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಕ್ಷಣಗಳೇ ಇಲ್ಲ, ಸದಾ ದೂರು ನೀಡುತ್ತಿದೆ, ಎಂದೂ ನಾನು ಪಾದಗಳೇ ಇಲ್ಲದ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಕಂಡೆನೋ ಆಗ ದೂರುಗಳನ್ನು ನುಡಿಯುವುದೇ ನಿಲ್ಲಿಸಿದೆ”.

ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಆದರೆ ನಿಮಗಿಂತ ನಿಷ್ಕಷ್ಟರು ಸಹಾ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾರೆ, ಆದರೂ ಅವರು ಚಿಂತಿತರಾಗಿಲ್ಲ. ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಎಲ್ಲಾಕಡೆ ಇದ್ದೇ ಇದೆ. ನೀವು ಖಿನ್ನರಾಗುವ ಬದಲು ಪರಿಹರಿಸುವತ್ತ ಗಮನ ನೀಡಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಚೀನಿ ಗಾದೆ ಹೀಗಿದೆ :

“ನಿಮಗೆ ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆಯಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ಚಿಕ್ಕ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಿ. ನಿಮಗೆ ಚಿಕ್ಕ ಸಮಸ್ಯೆಯಿದ್ದರೆ ಸಮಸ್ಯೆರಹಿತರಾಗಿ”.

ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಕ್ಷೀಣತೆ ಬಗ್ಗೆ ಇನ್ನೊಂದು ವಿಧಾನವಿದೆ. ನೀವು ಹೋಗಿದ್ದಂತಹವುಗಳನ್ನು ಸಂಕ್ಷೇಪಿಸಿ ಅಂದರೆ ಇದೇ ತರಹದ ಅಥವಾ ಇದಕ್ಕಿಂತ ಕೆಟ್ಟದಾದ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ನೀವು ಹೇಗೆ ಸಹನೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಆ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ದಾಟಿದೀರಿ. ಹೀಗೆ ಚಿಂತಿಸುವಾಗ ಈಗಿನ ಸಮಸ್ಯೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮುಳುಗಿಸದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಜೀವನವನ್ನು ಹೊಸ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಿ, ಆಗ ನೀವು ಸಂಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ದಾಟುವಿರಿ.

ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಧೈರ್ಯ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಇದಕ್ಕಿಂತ ಭೀಕರ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಹಾದು ಹೋಗಿರುವಿರಿ. ಅಥವಾ ಮುಂದೆ ಇದಕ್ಕಿಂತ ಭೀಕರ ಸನ್ನಿವೇಶ ನಿಮಗೆ ಸಿಗಬಹುದು. ಏನೇ ಬರಲಿ ಧೈರ್ಯದಿಂದ, ಶಾಂತತೆಯಿಂದ, ಪ್ರಬಲ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಎದುರಿಸಿ ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ.

ನೀವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವಾಗ ಈ ಮಾತು ನೆನಪಿಡಿ. ಪ್ರತಿ ಸಮಸ್ಯೆಗೂ ಹಲವಾರು ಪರಿಹಾರವಿರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಚಿಂತೆಯೇಕೆ? ಒಂದುವೇಳೆ ಪರಿಹಾರವಿಲ್ಲದ ಸಮಸ್ಯೆಯೇ ಇರಲಿ, ಅದಕ್ಕೂ ಚಿಂತೆ ಏಕೆ? ನೀವು ಚಿಂತೆ ಪಡುವುದರಿಂದಾಗಿ, ಅಳುವುದರಿಂದಾಗಿ ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯಂತು ಪರಿಹಾರವಾಗಲಾರದು.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಮಾನವಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರಿಂದ ಈ ಬಗೆಯ ದೂರುಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ. ಅವರು ಯಾವ ತಪ್ಪು ಮಾಡಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ಏತಕ್ಕಾಗಿ ಅವರು ಪರರಿಂದ ತೊಂದರೆಗೆ, ಕಷ್ಟಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಅವರು ತಾವು ಜೀವಿಸಿದ್ದ ಒಳ್ಳೆಯ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಬೇಸರತಾಳುವಂತಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಮುಗ್ಧ ಶೋಷಣೆಕಾರರು ತಿಳಿಯುವುದು ಏನೆಂದರೆ ಜಗತ್ತು ನಾನಾ ವಿಧವಾದ ಜನರಿಂದ ಕೂಡಿದೆ, ಒಳ್ಳೆಯವರು, ಅಷ್ಟೂ ಒಳ್ಳೆಯವರಲ್ಲ, ಕೆಟ್ಟವರು, ಅಷ್ಟು ಕೆಟ್ಟವರಲ್ಲ ಇತ್ಯಾದಿ. ಇಂತಹವರೆಲ್ಲಾ ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹಾದು ಹೋಗಿದ್ದಾರೆ. ಮುಗ್ಧರು ಹೀಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ “ನಾನು ಒಳ್ಳೆಯವನು, ನನಗೆ ಪೀಡನೆ ಮಾಡಿದವರು ಕೆಟ್ಟವರು” ಹಾಗೂ ಅವರು ಹೀಗೆ ಪರಪೀಡಿತರ ದುಷ್ಟತೆ ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಇದಕ್ಕೆ ನಾವು ಡ್ರೈವರ್‌ಗಳ ಉದಾಹರಣೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಒಬ್ಬ ಉತ್ತಮ ಮತ್ತು ಜಾಗರೂಕತೆಯು ಡ್ರೈವರ್ ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಕೆಟ್ಟ ಮತ್ತು ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯಚಾಲಕ. ಒಬ್ಬ ಉತ್ತಮ ಮತ್ತು ಜಾಗರೂಕ ಚಾಲಕನೂ ಸಹ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಪಘಾತಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಬಹುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಕೆಟ್ಟ ಮತ್ತು ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯವುಳ್ಳ ಚಾಲಕ. ಇದರಿಂದ ನಾವು ಅರಿಯುವುದು ಏನೆಂದರೆ ನಾನಿರುವ ಜಗತ್ತು ಕೆಟ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದಲೂ ಕೂಡಿದೆ. ಆದಕಾರಣ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ತೊಂದರೆಗೆ ಸಿಲುಕಬೇಕಾಗಿದೆ. ಜಗತ್ತು ಒಳ್ಳೆಯದು ಅಲ್ಲ, ಹಾಗೆಯೇ ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಅಲ್ಲ. ಅದರಲ್ಲಿ ಪಾಪಿಗಳು, ಸಂತರು, ಮೂರ್ಖರು ಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಎಲ್ಲರೂ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಒಂದೇ ಜೇಡಿ ಮಣ್ಣಿನಿಂದ ಸುಂದರವಾದ, ಕುರೂಪವಾದ ಉಪಯುಕ್ತ ಮತ್ತು ಅನುಪಯುಕ್ತ ವಸ್ತುಗಳೆಲ್ಲಾ ತಯಾರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದರ ಗುಣಮಟ್ಟ ಕುಂಬಾರ ತಿಳಿಯುತ್ತಾನೆ ಹೊರತು ಮಣ್ಣಲ್ಲ. ಆ ಕುಂಬಾರರು ನೀವೇ. ನಿಮ್ಮ ಜೀವನ ಸುಖ ಅಥವಾ ದುಃಖ ನೀವೇ ರಚಿಸಬಲ್ಲಿರಿ.

ನೀವು ಹುಡುಕುವುದನ್ನು ನೀವು ಪಡೆಯಬಲ್ಲರಿ

ಈ ಕಿರುಹೊತ್ತಿಗೆಯಲ್ಲಿರುವ ಬೋಧನೆಯಂತೆ ನೀವು ಆಚರಿಸುವುದಾದರೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನೀವು ಅರಸುತ್ತಿರುವ ಸಂಕಷ್ಟಗಳ ವಿಜಯ ನಿಮ್ಮದಾಗುವುದು. ನೀವು ಶಾಂತಿ, ಸುಖ, ಸೌಹಾರ್ದತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಲ್ಲರಿ. ಈ ತತ್ವಗಳು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲ್ಪಟ್ಟರೆ ಮತ್ತು ದೃಢೀಕೃತವಾಗಿದೆ. ಇವನ್ನು ಪಾಲಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೆಲ್ಲದರಿಂದ ಪಾರಾಗಿ.

ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಪರಿಶುದ್ಧ ಗೊಳಿಸಬಲ್ಲರಿ

“ತನ್ನಿಂದಲೇ ಪಾಪವಾಯಿತು
ತನ್ನಿಂದಲೇ ಕಲುಶಿತನಾಗುತ್ತಾನೆ
ತನ್ನಿಂದಲೇ ಪಾಪ ತಡೆಯಾಯಿತು
ತನ್ನಿಂದಲೇ ಪರಿಶುದ್ಧಿಯೂ ಆಯಿತು
ಪರಿಶುದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಕಲ್ಮಶತೆ ತನ್ನನ್ನೇ ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ
ಯಾರು ಪರರನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಲಾರರು” (ಧಮ್ಮಪದ 165)

ಎಂದು ನಿಮ್ಮ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಯಿತೋ

ನೀವು ಜಗತ್ತನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸಬಲ್ಲರಿ

ನಾನು ಯುವಕರನಾಗಿದ್ದಾಗ ಜಗತ್ತನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಹೊರಟೆ,
ನನಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ವಯಸ್ಸಾದಂತೆ
ಇದು ತೀರಿ ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷೆ ಎನಿಸಿ
ನನ್ನ ರಾಜ್ಯ ಬದಲಾಯಿಸಲು ಹೊರಟೆ

ನನಗೆ ಮಧ್ಯ ವಯಸ್ಸು ಸಮೀಪಿಸಿದಂತೆ
ಇದು ಸಹಾ ತೀರ ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷೆ ಎನಿಸಿ
ನನ್ನ ಊರನ್ನು ಬದಲಿಸಲು ಹೊರಟೆ
ಇದು ಸಹಾ ನನ್ನಿಂದ ಅಸಾಧ್ಯ ಎನಿಸಿದಾಗ
ನನ್ನ ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಬದಲಿಸಲು ಯತ್ನಿಸಿದೆ

ಈಗ ವೃದ್ಧನಾದ ನಾನು ಅವನ್ನು ಪಡೆದೆ
ಏನೆಂದರೆ ನನ್ನನ್ನು ಮೊದಲು ಬದಲಿಸಬೇಕು.

ನನ್ನನ್ನು ಬದಲಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಮೇಲೆ
ನನಗೆ ಇಂತಹ ಶಕ್ತಿ ಸಂಚಾರವಾಯಿತು
ಎಂದರೆ ನಾನು ನನ್ನ ಕುಟುಂಬ, ಊರು,
ನಗರ, ಅಥವಾ ರಾಜ್ಯ ಅಷ್ಟೇ ಏಕೆ
ಇಡೀ ಜಗತ್ತನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸಬಲ್ಲೆ
ಇಡೀ ಜಗತ್ತನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸಬಲ್ಲೆ.

- 0 - 0 - 0 -

**‘ಸಬ್ಬ ದಾನಂ ಧಮ್ಮ ದಾನಂ ಜಿನಾತಿ’
ಎಲ್ಲ ದಾನಗಳಲ್ಲಿ ಧಮ್ಮ ದಾನವು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದು**

– ಧಮ್ಮಪದ

ಈ ಪುಸ್ತಕ ಮತ್ತು ಇಂಥ ಅನೇಕ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಸಾವಿರಾರು ಜನರಿಗೆ ಧಮ್ಮದಾನವಾಗಿ ಕೈ ಸೇರಿವೆ. ಇದು ಧಮ್ಮ ದಾನ ಮಾಡಬೇಕೆಂಬ ಕುಶಲ ಚಿತ್ತದಿಂದ ಯೋಚಿಸಿದವರ ಕೊಡುಗೆ.

ನೀವು ಸಹ ನಿಮ್ಮ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದವರ ಯಾವುದೇ ವಿಶೇಷ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಅಂದರೆ ಹುಟ್ಟು ಹಬ್ಬ, ಮದುವೆ, ನಾಮಕರಣ, ಪುಣ್ಯ ತಿಥಿ, ಗೃಹಪ್ರವೇಶ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಯಶಸ್ಸು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುವಾಗ ಅದರ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಇಂಥ ಚಿಕ್ಕ ದೊಡ್ಡ ಧಮ್ಮದ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿ ದಾನ ಮಾಡಬಹುದು. ಮಿತ್ರರೊಂದಿಗೆ ಸಂಯುಕ್ತವಾಗಿಯೂ ದಾನ ಮಾಡಬಹುದು.

ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ

ಮಹಾ ಬೋಧಿ ಸೊಸೈಟಿ

14, ಕಾಳಿದಾಸ ಮಾರ್ಗ, ಗಾಂಧಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-560 009

ದೂರವಾಣಿ : 080-22250684 ಫ್ಯಾಕ್ಸ್ : 080-22264438

E-mail : books@mahabodhi.info

**ಮಹಾ ಬೋಧಿ ಸೊಸೈಟಿಗೆ
ನೀವು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು ?**

ಮಹಾ ಬೋಧಿ ಸೊಸೈಟಿಯು ಅನೇಕ ಧಮ್ಮ ಸೇವಾ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದೆ. ತಾವು ಮಹಾಬೋಧಿಯಲ್ಲಿನ ಬಿಕ್ಷು ತರಬೇತಿ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ, ಶಾಲೆ, ಹಾಸ್ಟೆಲುಗಳಿಗೆ ಪುಸ್ತಕ ಪ್ರಕಟಣೆಗೆ, ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಬುದ್ಧ ಪೂಜೆಗಾಗಿ ಅಥವಾ ವಿಶೇಷ ಸೌಕರ್ಯಗಳಿಗಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು. ಮಹಾಬೋಧಿ ಸೊಸೈಟಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಮಹಾಬೋಧಿ ಬೌದ್ಧ ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರ

ಈ ಕೇಂದ್ರವು 2 ವರ್ಷದ ಡಿಪ್ಲೋಮಾ ಕೋರ್ಸುಗಳನ್ನು ಬೌದ್ಧ ಧರ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ನಡೆಸುತ್ತಿದೆ. ಇದು ಅಂಚೆ ಮೂಲಕವಿದ್ದು ನೀವು ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಓದಬಹುದಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿ ಉಪಾಸಕ-ಉಪಾಸಕಿಯರಿಗೆ ಧರ್ಮದ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವುದೇ ಇದರ ಉದ್ದೇಶ.

ಒಂದು ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 500/- ಎಲ್ಲ ಸೇರಿ.

ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ : ಮಹಾಬೋಧಿ ಸೊಸೈಟಿ, ಬೆಂಗಳೂರು