ಸಂತೋಷದ ಅನ್ವೇಷಣೆ

ಶಿಥಿಲ ನೆನಪು ಶಕ್ತಿ ಎಂದರೆ, ಮರೆಯುವ ಶಕ್ತಿ; ಅಂದರೆ, ಯಾವುದನ್ನು ಮರೆಯಬೇಕು? ಕೆಟ್ಟ ನೆನಪುಗಳು, ನೋವು ತರುವ ನೆನಪುಗಳು, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹಿಂಡುವ ನೆನಪುಗಳು– ಇವುಗಳನ್ನು ಮರೆಯುವುದು ಎಂದು ಅರ್ಥೈಸಬಹುದು.

■ ನಳಿನಿ ಶಿವರಾಮ್ ಶೆಟ್ಟಿ

ಸಿಗ್ಮಂಡ್ ಫ್ರಾಯ್ಡ್ ಎಂಬ ಹೆಸರಾಂತ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿ ಒಮ್ಮೆ ಹೇಳಿದ್ದ 'ಶಿಥಿಲ ನೆನಪು ಶಕ್ತಿಯೇ ಸಂತೋಷದ ಗುಟ್ಟು' ಎಂದು. ಇದರ ಮರ್ಮವೇನು? ಶಿಥಿಲ ನೆನಪು ಶಕ್ತಿ ಎಂದರೆ, ಮರೆಯುವ ಶಕ್ತಿ; ಅಂದರೆ, ಯಾವುದನ್ನು ಮರೆಯಬೇಕು? ಕೆಟ್ಟ ನೆನಪುಗಳು, ನೋವು ತರುವ ನೆನಪುಗಳು, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹಿಂಡುವ ನೆನಪುಗಳು– ಇವುಗಳನ್ನು ಮರೆಯುವುದು ಎಂದು ಅರ್ಥೈಸಬಹುದು. ಇದು ನಮ್ಮ ಮನಃಶಾಂತಿಗೋಸ್ಕರ ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಚಾರ. ನಮ್ಮನ್ನು ಹಿಂಸಿಸಿದ ಜನರನ್ನು ನಾವು ದ್ವೇಷಿಸುತ್ತಾ, ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಕೊರಗುತ್ತಾ ಸಾಗಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಸಂತೋಷ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ, ನಮ್ಮ ಸ್ವಾರ್ಥಕ್ಕೋಸ್ಕರವಾದರೂ ನಮ್ಮ ವೈರಿಗಳನ್ನು ಮರೆಯಲೇ ಬೇಕು. 'ಕ್ಷಮಿಸಬೇಕು' ಎಂದು ಸಾಧು ಸಂತರು ಹೇಳುವಂತೆ, ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವಾದರೂ ಮರೆಯಲಾದರೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು.

ಕ್ರೈಸ್ತ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಆಚರಣೆಯಿದೆ. ಭಕ್ತರು ದೇವರ ಬಳಿ ಕ್ಷಮೆ ಬೇಡಲು ಹೋಗುವಾಗ, ಪಾದ್ರಿ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ, 'ನಿಮ್ಮ ಜೀವಮಾನದಲ್ಲಿ ನೀವು ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಕ್ಷಮಿಸದೆ ಇರುವಿರಾ' ಎಂದು. ಯಾರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಕ್ಷಮಿಸದೇ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದೇ ಇದ್ದರೆ, ಅಂತಹವರಿಗೆ, ದೇವರಿಂದ ಅವರ ತಪ್ಪುಗಳಿಗೆ ಕ್ಷಮೆ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲವಂತೆ. ಇದೇ ತರಹದ ಉದಾಹರಣೆ ಹಿಂದೂ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಯಾವುದೂ ತಿಳಿದಿಲ್ಲವಾದರೂ, 'ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ದೇವರಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸುವ' ಭಕ್ತಿ ಸಂದೇಶ ಮಾತ್ರ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದಿದೆ. 'ಸರ್ವವೂ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಅರ್ಪಣ' ಎಂದುಕೊಂಡು ಪರರ ತಪ್ಪನ್ನೂ ಮರೆತುಬಿಟ್ಟರೆ, ಕ್ಷಮಿಸಿದಂತೆಯೇ ಸರಿ.

ಮನುಷ್ಯನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆಲ್ಲಾ ಅವನಿಗೆ ಜಗತ್ತಿನ ಸಮಸ್ತ ಪ್ರಾಣಿಯೂ ತನ್ನದೇ ಅಂಶವೆಂದು ಭಾಸವಾಗಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ, ಆತನಿಗೆ, ತನ್ನ ವಿರುದ್ಧ ಕಾರ್ಯವೆಸಗಿದ ಮಹಾ ಅಧಮ ಪಾಪಿಯನ್ನು ಕೂಡಾ ಕ್ಷಮಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವಾಗ 'ಎಲ್ಲರೂ ತನ್ನ ಮಕ್ಕಳು' ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಬರುತ್ತದೋ ಆಗ ಎಲ್ಲವೂ ನಿರಾಳ. ಮಕ್ಕಳು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದಾಗ ತಂದೆ ತಾಯಿ ಆ ತಪ್ಪಿಗೆ ಏನೋ ಒಂದು 'ಕಾರಣ' ಹುಡುಕುತ್ತಾರಲ್ಲಾ ಹಾಗೆ. ಹೀಗೆಯೇ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಕ್ಷಮೆ ಕೂಡಾ ಸಾಧ್ಯ.

ಇನ್ನು ದೇವರ ಬಳಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವಾಗ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರು, 'ದೇವರೇ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸು' ಎಂದು ಬೇಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಹಜ. ಆದರೆ, ಅದರ ಬದಲು, ನಾವು, 'ದೇವರೇ ನಾನು ತಪ್ಪನ್ನೇ ಮಾಡದಂತೆ ನಡೆಸಿಕೊಡು, ಅಂತಹ ಸದ್ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ದಯಪಾಲಿಸು' ಎಂದು ಜಪಿಸಿದರೆ, ಅದರ ಪರಿಣಾಮ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಆಗಿ, ನಾವು ಸದಾ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇರುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಮಾತು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಯಿಂದ ಯಾರನ್ನೂ ನೋಯಿಸದಂತೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ.

ಮನುಷ್ಯರನ್ನು 'ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿ ಉಳ್ಳವರು' ಮತ್ತು 'ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿ ಇಲ್ಲದವರು' ಎಂದು ಎರಡು ವರ್ಗಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು. ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿ ಇರುವವರು ಅಕಸ್ಮಾತ್ತಾಗಿ ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದರೂ, ಅದರಿಂದ ನೊಂದುಕೊಂಡು ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿ ಇಲ್ಲದವರು ಘೋರ ಅಪರಾಧವೆಸಗಿದರೂ ಅವರನ್ನು ಯಾವ ಪಾಪ ಪ್ರಜ್ಞೆಯೂ ಕಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಇಂತಹ ಮನುಷ್ಯ ದೇಹ ಧರಿಸಿದ ಕ್ರೂರಮೃಗಗಳಿರುವ ಈ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಸಜ್ಜನರು ಎಷ್ಟು ಜಾಗರೂಕರಾಗಿದ್ದರೂ ಸಾಲದು.

'ನಮ್ಮ ಗುಣ ನಡತೆಗಳೇ ನಮ್ಮ ವಿಧಿ' ಎಂದು ಥಾಮಸ್ ಹಾರ್ಡಿ ಎಂಬ ಆಂಗ್ಲ ಕಾದಂಬರಿಕಾರ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ಅವನ ಸಮಕಾಲೀನನಾದ ಸಿಗ್ಮಂಡ್ ಫ್ರಾಯ್ಡ್ ಕೂಡಾ ಇದೇ ಮಾತನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ಈ ಮಾತನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದರೆ, ಇದು ಎಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ಸತ್ಯ ಎಂದು ಮನವರಿಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಗುಣ ನಡತೆಗಳೇ ನಮ್ಮ ವಿಧಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತವೆಂದರೆ, 'ಒಳ್ಳೆಯವರಿಗೆಲ್ಲಾ ಒಳ್ಳೆಯ ವಿಧಿ' ಎಂಬ ಅರ್ಥ ಸರಿಯಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಕರುಣೆಯ ಸ್ವಭಾವದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬ ಕುರುಡನನ್ನು ರಸ್ತೆ ದಾಟಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ವೇಗದಿಂದ ಬಂದ ವಾಹನಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾದರೆ, ಅವನ ಒಳ್ಳೆಯ ತನವೇ ಅವನಿಗೆ ಮುಳುವಾಗಲಿಲ್ಲವೇ? ಆದುದರಿಂದ 'ಕ್ಯಾರೆಕ್ಟರ್' ಎಂಬ ಪದಕ್ಕೆ 'ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ' ಎಂಬ ಅರ್ಥವೂ ಸೇರಬೇಕು. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ನಿರ್ಧರಿಸಿಕೊಂಡು, ಅದರ ಗುರಿಯತ್ತ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವವರಿಗೆ, 'ಒಳ್ಳೆಯ ವಿಧಿ' ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಲಭ್ಯ.

ನಾವು, ದೇವರಲ್ಲಿ, 'ನನ್ನ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮನ್ನಿಸು' ಎನ್ನುವ ಬದಲು, 'ದೇವಾ ನನ್ನಿಂದ ಯಾವುದೇ ತಪ್ಪು ಆಗದಿರಲಿ; ಯಾರ ಮನಸ್ಸು ಕೂಡಾ ನೋಯದಿರಲಿ' ಎಂದೇ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸೋಣ. ಹೀಗೆ, ನಮಗೆ ನಾವೇ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವ ಈ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಿಂದ, ಮನಸ್ಸು ಶಾಂತವಾಗಿ 'ಸಂತೋಷ' ತನ್ನಿಂತಾನೇ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಇದೇ ಆನಂದ; ಪರಮಾನಂದ..!