ಹುಲುಮಾನವರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಾದರೂ ಹೇಗೆ? ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿದ್ದುಕೊಂಡೇ ವೈರಾಗ್ಯದ ಬದುಕು ಸಾಧಿಸಬೇಕಾದರೆ ಮೋಹ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಮೋಹದಲ್ಲಿ ಬಂಧನವಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಂಧನಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಅದು ಷರತ್ತುರಹಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀನು ನಮ್ಮ ಜಾತಿಯ ನಾನು ಒಪ್ಪುವ ಹುಡುಗಿಯನ್ನು ಮದುವೆಯಾದರೆ ಮಾತ್ರ ನೀನು ನನ್ನ ಮಗನ ಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಅರ್ಹ, ನನ್ನ ಆಸ್ತಿಗೆ ಹಕ್ಕುದಾರ ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ಮೋಹದ ಬಂಧನದಿಂದ. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ನೀನು ನಮ್ಮ ಜಾತಿಯ ನಾನು ಒಪ್ಪುವ ಹುಡುಗಿಯನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗಬೇಕೆಂಬುದು ನನ್ನ ಇಚ್ಛೆ. ಆದರೆ ಯಾರನ್ನೇ ಮದುವೆಯಾದರೂ ನಿನ್ನ ಮೇಲಿನ ನನ್ನ ಪ್ರೀತಿಗೆ ಕುಂದು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ನೀನು ಒಪ್ಪುವ ಹುಡುಗಿಯನ್ನು ನಾನು ತುಂಬು ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಸೊಸೆಯಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತೇನೆ, ಎಂದು ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು ನಿರ್ಮಲ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ. ಇದರಲ್ಲಿ ವೈರಾಗ್ಯದ ಸೊಗಡಿರುತ್ತದೆ.

ಮೋಹ ಮತ್ತು ಬಂಧನಗಳು ಇತರರನ್ನು ನಮ್ಮ ಆಸಕ್ತಿ ಇಚ್ಛೆ ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ತಿರುಚಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತವೆ. ಇದು ಬೇಸರ, ಅತೃಪ್ತಿ, ದುಃಖ, ಕೋಪ, ಹತಾಶೆ, ಆತಂಕಗಳಿಗೆ ಮೂಲವಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗಾಗಿ ಇತರರನ್ನು ನಮ್ಮ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ತಿರುಚಲು ನಾವು ಸಾಮ, ದಾನ, ಭೇದ, ದಂಡಗಳನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಿಸಲು ಸಿದ್ಧರಿರುತ್ತೇವೆ. ಇದನ್ನೂ ಕೂಡ ಪ್ರೀತಿ, ಧರ್ಮ, ಸಂಪ್ರದಾಯ ಮನೆತನದ ಗೌರವಗಳ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇದಾವುದೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಹರಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಇದನ್ನು ವೈರಾಗ್ಯ ಎಂದು ತಪ್ಪು ತಿಳಿಯಬಾರದು. ಕಹಿ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಬಿಡುವುದು ವೈರಾಗ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಹೇಳೋದು ಕೇಳಲ್ಲ ಎಂದ ಮೇಲೆ ಏನಾದರೂ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಹಾಳಾಗು, ನಾನು ಮನೆ ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗುತ್ತೇನೆ ಎನ್ನುವುದು ಮೋಹವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗದ ಹತಾಶೆ ಮಾತ್ರ. ಇಂತಹ ಕಟು ಮಾತುಗಳನ್ನಾಡದೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಕೊರಗುವುದು ಕೂಡ ಮೋಹವೇ.

ಅಂದರೆ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಅವರು ಇರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಪ್ರೀತಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಗೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಏನನ್ನೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸದೆ ಇರುವುದು ವೈರಾಗ್ಯದ ಮೊದಲ ಮೆಟ್ಟಿಲು. ಜೀವನದ ಅನುಭವ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಈ ಹಂತಕ್ಕೆ ಮಾಗಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ನಿರಾತಂಕವಾಗಿ ಸಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಸಾರದ ಬಂಧನಗಳನ್ನು ಕಳಚಿಕೊಳ್ಳಿ ಎಂದು ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಹೇಳುತ್ತದೆಯೇ ಹೊರತು ಸಂಸಾರವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗಿ ವೈರಾಗ್ಯವನ್ನು ಸಾಧಿಸಿ ಎಂದು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ಬಂಧನಗಳಿರುವುದು ಮನಸ್ಸಿನಾಳದಲ್ಲಿ. ವೈರಾಗ್ಯ ನಿರ್ಮಲ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊರತಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಇದೊಂದು ನಿರಂತರ ಸಾಧನೆ.

ಹಣ, ಪದವಿ, ಬಿರುದಾಂಕಿತಗಳು, ಭವ್ಯವಾದ ಮಠ– ದೇವಸ್ಥಾನಗಳು, ಸಭಾಂಗಣಗಳು, ಕಾರುಗಳು, ವಿಮಾನಯಾನ, ಸ್ಟಾರ್ ಹೋಟೆಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿನ ವಾಸ್ತವ್ಯ, ವ್ಯಾಪಾರ– ವ್ಯವಹಾರ ಮುಂತಾದವುಗಳ ಮೋಹದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಇವತ್ತಿನ ಸಾಕಷ್ಟು ಕಾವಿಧಾರಿಗಳು ವಿರಾಗಿಗಳಾಗುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ನೋಡಿದರೆ ನಮ್ಮ ನಿಮ್ಮ ನಡುವೆ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಸಂಸಾರವನ್ನು ನಡೆಸಿಕೊಂಡು ಮೋಹದ ಹಂಗನ್ನು ತೊರೆದು ತೃಪ್ತಿ ಸಮಾಧಾನಗಳಿಂದ ಬದುಕುವವರು ಸಾಕಷ್ಟು ಜನ ಸಿಗುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಂದ ನಾವೆಲ್ಲಾ ಉತ್ತಮ ಜೀವನ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಬಹುದು.

ರಂಗಕರ್ಮಿ ಮತ್ತು ಚಿಂತಕ ಕೆ ವಿ ಸುಬ್ಬಣ್ಣ ತಮಾಷೆಯಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ಹೇಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ಅದರ ಅನುಭವವೇ ಇಲ್ಲದ ಸನ್ಯಾಸಿಗಳಿಂದ ಕಲಿಯುವುದು ಏನಿರುತ್ತದೆ?

ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವಾಗ ಅಲ್ಲ! ಹಾಗಾಗಿ ಟೀವಿ ಒಂದು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯ ಮಾಧ್ಯಮ. ಇದನ್ನು ಕೇವಲ ಮನೋರಂಜನೆಯ ಸಾಧನವನ್ನಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಬಳಸಬೇಕು. ಬದಲಾಗಿ ಅದನ್ನು ಸಮಯ ಕೊಲ್ಲುವ ಸಾಧನವಾಗಿ ದಿನವಿಡೀ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬೇಗ ಮುಪ್ಪಡರುತ್ತದೆ.

- ★ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳ ಸಮರಸದ ಪಾಕವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಮುಂದಿನ ತಲೆಮಾರುಗಳಿಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸುವ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಕೇವಲ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ, ಪದವಿಗಳು, ದೊಡ್ಡ ಹುದ್ದೆಗಳು, ಪ್ರಪಂಚ ಪರ್ಯಟನೆ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಂದ ಮಾತ್ರ ಜ್ಞಾನ ಅನುಭವಗಳ ಸಂಗ್ರಹವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲರ ಬದುಕು ಅನುಭವಗಳ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಉಗ್ರಾಣ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ತವಾದ್ದನ್ನು ಹೆಕ್ಕಿ ಮಥಿಸಿ ಹದವಾದ ಬೆಣ್ಣೆಯನ್ನು ತೆಗೆಯುವ ಕಲೆಯನ್ನು ನಾವೆಲ್ಲಾ ರೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇವತ್ತಿನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಇದ್ಯಾವುದೂ ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದು ಸಾಕಷ್ಟು ಜನ ದೂಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮದೇ ವಸ್ತು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹೊಸ ತಲೆಮಾರಿಗೆ ತಲುಪುವಂತೆ ಹೇಳುವ ಕಲೆಯನ್ನು ನಾವು ಕಲಿತಾಗ ನಮಗೆ ಶ್ರೋತೃಗಳ ಕೊರತೆ ಎನ್ನಿಸುವುದಿಲ್ಲ.
- ★ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ದಿನಚರಿ ಮತ್ತು ಕೆಲವು ನಿಶ್ಚಿತ ಗುರಿ ಹೊಂದಿರುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿದ್ದರೆ ಸಮಯ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಳೆಯುತ್ತದೆ. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಂಜೆಗೆ, ನಿನ್ನೆಗೆ ಅಥವಾ ನಾಳೆಗೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಮನಸ್ಸಿನ ತುಂಬಾ ನಿರಾಸಕ್ತಿ ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ದೇಹದ ಸವಕಳಿಯಾಗುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯ. ಆದರೆ ಬುದ್ಧಿ ಮನಸ್ಸುಗಳನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಉಳಿದೆಲ್ಲಾ ತೊಂದರೆಗಳೂ ಸಹನೀಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಬದುಕಿನ ಜೊತೆ ಹುಟ್ಟಿದಂದಿನಿಂದಲೇ ಸಂಗಾತಿಯಾಗಿರುವ ಸಾವು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಡಲು ತೊಡಗಿದರೆ ಅಂತಹವರು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಕುಸಿಯತೊಡಗುತ್ತಾರೆ. ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಬೌದ್ಧಿಕ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆ ಮಾತ್ರ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯವನ್ನು ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕವಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಇದೇ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಯೌವನವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಗುಟ್ಟು!

■