ಅಂತರ್ಯಾನ

'At some moment, you must stop life and look into it' ಇದು ಹಾಸನ ರಾಜಾರಾವ್ ಅವರ The serpent and the rope ಎಂಬ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಕಾದಂಬರಿಯಲ್ಲಿ ಬರುವ ಒಂದು ಹಿತೋಕ್ತಿ. ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಕ್ಷಣ ಬದುಕಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಎಲ್ಲ ಬಾಹ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನೂ ಸ್ಥಗಿತಗೊಳಿಸಿ, ಬದುಕಿನೊಳಗೆ ಇಣುಕಬೇಕು– ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ರಾಜಾರಾಯರು. ಅಂತರ್ಮುಖಿಯಾಗಿ ಬದುಕಿನ ಸಮೀಕ್ಷೆ ನಡೆಸುವ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು 'ಅಂತರ್ಯಾನ' (Inner journey) ಎನ್ನಬಹುದು, ಇದೊಂದು ಆತ್ಮಾವಲೋಕನ ಕ್ರಿಯೆ; ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ಮೌಲ್ಯ ಮಾಪನಕ್ಕೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಕೆಲಸ, ಬಾಳ್ವೆಯ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ನಾವು ಬಹಳಷ್ಟು ಬಾರಿ ತಪ್ಪುದಾರಿ ತುಳಿದಿರುತ್ತೇವೆ; ಅಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ಕಲ್ಲು ಮುಳ್ಳುಗಳ ಮೇಲೆ ಕಾಲಿರಿಸಿ, ಘಾಸಿಗೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ; ಹಳ್ಳ ತಿಟ್ಟುಗಳನ್ನು ಇಳಿದು ಹತ್ತಿ ಆಯಾಸಗೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ; ಎಡವಿ ಮುಗ್ಗರಿಸಿ, ನೋವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿರುತ್ತೇವೆ, ಇಂಥ ಘಟನೆಗಳೆಲ್ಲವೂ ನಮ್ಮ ಸ್ಮೃತಿಕೋಶದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಅವುಗಳಿಂದ ಕಲಿಯಬಹುದಾದ ಪಾಠಗಳತ್ತ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಅಷ್ಟಾಗಿ ಗಮನ ಹರಿಸಿರುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ, ಆ ಕುರಿತು ಯೋಚಿಸುವ ಆಸಕ್ತಿಯಾಗಲೀ, ವ್ಯವಧಾನವಾಗಲೀ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಬದುಕಿನ ಧಾವಂತ ಕ್ಷಣಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಪಡೆದು, ನಾವು ನಡೆದು ಬಂದ ದಾರಿಯತ್ತ ಕಣ್ಣು ಹಾಯಿಸಿದಾಗ, ಅಲ್ಲಿನ ವಿಷಾದದ ಕ್ಷಣಗಳು ನೆನಪಾಗುತ್ತವೆ; ನಾವು ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪುಗಳು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾಗುತ್ತವೆ. ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಅಂಥವು ಮರುಕಳಿಸದ ಹಾಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ತಿದ್ದಿಕೊಂಡು ಭವಿಷ್ಯದ ಬದುಕನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದುದು ಪ್ರಜ್ಞಾವಂತಿಕೆಯ ಲಕ್ಷಣ. 'ನಡೆದು ಬಂದ ದಾರಿಯತ್ತ ತಿರುಗಿಸದಿರು ಕಣ್ಣ' ಎನ್ನುವ ಹಟ ಇಲ್ಲಿ ಸಲ್ಲದು. ಈ ಸಿಂಹಾವಲೋಕನ ಕ್ರಿಯೆ ಜೀವನದ ಹಂತ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರಬೇಕಾದುದು.

ಅಂತರ್ಯಾನದಿಂದಾಗಿ ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಅಡಗಿರುವ ಕಸ ಕಲ್ಮಷಗಳ ದರ್ಶನವೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಅರಿವಿಗೆ ಬಾರದಂತೆ, ಹಲವು ವಿಕಾರಗಳು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಸೇರಿಕೊಂಡಿರುತ್ತವೆ; ಅವಕಾಶ ಸಿಕ್ಕೊಡನೇ ಅವು ಥಟಕ್ಕನೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು, ನಮ್ಮನ್ನ ಪ್ರಭಾವಿಸುತ್ತವೆ. ಅಂಥ ವಿಕಾರಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು ಸ್ಥೂಲವಾಗಿ 'ಅರಿಷಡ್ವರ್ಗಗಳು' ಎಂದು ಹೆಸರಿಸಿದ್ದಾರೆ; ಅವುಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಸದಾ ಜಾಗ್ರತರಾಗಿರಬೇಕೆಂದು ಎಚ್ಚರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಂಥ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಒಂದು ಶ್ಲೋಕದ ಕನ್ನಡಾನುವಾದ ಹೀಗಿದೆ:

ಆರು ಜನ ಕಳ್ಳರಿದ್ದಾರೆ ಒಳಮನೆಯಲ್ಲಿ! ಎಲ್ಲರಿಗು ತಿಳಿದವರು, ಸೋಲರಿಯದವರು
ತಿಳಿವೆಂಬ ರತುನವನು ಕಳಲು ಕಾದಿದ್ದಾರೆ! ಎಚ್ಚರಿರು! ಎಚ್ಚರಿರು! ನಿದ್ರಿಸದಿರು!

ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ– ಇತ್ಯಾದಿ ವಿಕಾರಗಳನ್ನು ಕಳ್ಳರೆಂದು ಕರೆಯುವುದರ ಔಚಿತ್ಯವನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು, ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಗೊತ್ತಿರುವ ಈ ಕಳ್ಳರನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಗ್ರಹಿಸಲು ಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅವರು ನಮ್ಮ ಒಳಗೇ ಇದ್ದುಕೊಂಡು, ಯಾವುದೋ ಒಂದು ದುರ್ಬಲ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ನಾವು ಮೈಮರೆತಿರುವಾಗ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿನ ವಿವೇಕವನ್ನು ಅಪಹರಿಸಿ ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ನಿರಂತರ ಎಚ್ಚರ ವಿರುವುದರಿಂದ ಮಾತ್ರ ಈ ಅಪಾಯದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಒಳಗೆ ಬೆಳಗುವ ಬೆಳಕನ್ನು ಸದಾಕಾಲ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು; ದೀಪದ ಬತ್ತಿ ಕರಿಗಟ್ಟಿ ದೀಪ ಮಂಕಾಗದಂತೆ, ಎಣ್ಣೆ ತೀರಿ ನಂದಿ ಹೋಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರಬೇಕು. ವ್ರತ ನಿಷ್ಠೆಯಿಂದ ನಡೆಯಬೇಕಾದ ಕೆಲಸವಿದು, ಇದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬೇಕಾದರೆ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ನಾವು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ನಿಷ್ಪಕ್ಷಪಾತ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಇಣುಕಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು; ನಮ್ಮಲ್ಲಿನ ಸಾಕ್ಷೀ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಚುರುಕಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಪ್ರತಿ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವಾಗ, ಹಗಲಿನಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡಿದ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಗಳನ್ನೂ, ಆಡಿದ ಎಲ್ಲ ಮಾತುಗಳನ್ನೂ, ಯೋಚಿಸಿದ ಎಲ್ಲ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನೂ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ತಂದುಕೊಂಡು, ವಿಮರ್ಶೆಗೆ ಗುರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ತಿಳಿದವರು.

■ ವೈನತೇಯ

ಮಾತೇ ಮುತ್ತು

★ ಕೀರ್ತಿಯನ್ನು ಬಯಸುವವರು ಹಲವರು; ಪಡೆಯುವವರು ಕೆಲವರು. ನಿಜವಾದ ಕೀರ್ತಿಗೆ ಪ್ರಶಸ್ತಿ, ಫಲಕಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ; ಮನುಕುಲದ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಅದು ಶಾಶ್ವತಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ; ಹೃದಯವನ್ನು ತಬ್ಬಿರುತ್ತದೆ.

-ಹಾ.ಮಾ.ನಾಯಕ

★ ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನು ತಡೆಯಲಾರೆಯಾ? ಹಾಗಾದರೆ ನೀನು ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ನೋಡಲು ಇರಲಾರೆ.

-ಯಹೂದಿ ಗಾದೆ

★ ಅಂತಃಕರಣ, ಉದಾರತೆ ಇಲ್ಲದವನು ಜನಪರನಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

-ಅನುಭವಾಮೃತ

★ ನೀನು ಚಪ್ಪಲಿಗಳನ್ನು ಮೆಟ್ಟಿಕೊಂಡು ನಡೆದುಹೋಗುತ್ತಿ– ಚಪ್ಪಲಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತವೆ; ಅವೇ ನಿನ್ನನ್ನು ಹೊತ್ತುಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು.

-ಚೆನ್ನವೀರ ಕಣವಿ

★ ಜೀವನದ ದೊಡ್ಡ ಗುರಿ 'ಜ್ಞಾನ' ಅಲ್ಲ– ನಾವು ಮಾಡುವ 'ಕೆಲಸ.'

-ಥಾಮಸ್ ಹೆನ್ರಿ ಹಕ್ಸಲೀ

★ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸವೂ ಬೀಜ ಬಿತ್ತಿದಂತೆ. ಅದು ಬೆಳೆದು ಫಲ ಕೊಡುವುದಲ್ಲದೆ ಮತ್ತೆ ಬೀಜವನ್ನೊದಗಿಸುತ್ತದೆ.

-ಥಾಮಸ್ ಕಾರ್ಲೈಲ್

★ ಆರಂಭ ಮಾಡಿದವನು ಅರ್ಧ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದಂತೆಯೇ. ವಿವೇಕಿ ಆಗು; ಆರಂಭಿಸು.

-ಹೊರೇಸ್

★ ಕೆಲಸ ಇರುವವನನ್ನು ಒಂದು ಭೂತ ಕಾಡಿದರೆ, ಕೆಲಸ ಇಲ್ಲದವನನ್ನು ಸಾವಿರ ಭೂತ ಕಾಡುತ್ತವೆ.

-ಸ್ಪಾನಿಷ್ ಗಾದೆ

★ ಸ್ವಲ್ಪ ಕೆಲಸಾ ಮಾಡಾಕ ಕಲಿ. ಆ ಕೆಲಸದಾಗ ನಿನ್ನನ್ನೇ ಮರತಿ ಅಂದರ ಆ ಕೆಲಸವೇ ಪವಿತ್ರ ಆಗತದ. ಆ ಪವಿತ್ರ ಕೆಲಸವೇ ಪರಮಾತ್ಮನ ಪೂಜೆ.

-ಸಿದ್ದೇಶ್ವರ ಸ್ವಾಮಿಗಳು

★ ಉದ್ಯೋಗವೆಂದರೆ ಹೊಟ್ಟೆ ಹೊರೆದು ಕೊಳ್ಳಲು ಮಾಡುವ ಒಂದು ದುಡಿಮೆ ಮಾತ್ರ ವಲ್ಲ. ಅಂತರ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಡಗಿರುವ ಆನಂದದ ಬುಗ್ಗೆಯನ್ನು ಹೊರಗೆಳೆಯುವುದೇ ಕೆಲಸ.

-ಸ್ವಾಮಿ ಜಗದಾತ್ಮಾನಂದ

★ ನಮ್ಮ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಫಲ ಕೂಡಲೇ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾವೆಂದೂ ಆಶಿಸುವ ಹಾಗಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಗಳು ಪ್ರತಿಫಲ ಕೊಡದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅವಧಿ ನಿರ್ಣಯಿಸುವುದು ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿಲ್ಲ.

-ವೀಣೆ ದೊರೆಸ್ವಾಮಿ ಅಯ್ಯಂಗಾರ್

★ ಮಿತಿ ಮೀರಿದರೆ ಜನ ದಂಗೆ ಎದ್ದಾರು ಎಂಬ ಭಯ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಸರ್ವದಾ ಉಂಟು.

-ವಿ.ಸೀತಾರಾಮಯ್ಯ

★ ದುಡಿಯದೆ ಉಣ್ಣ ಬಾರದು, ಉಣ್ಣದೆ ಮಲಗಬಾರದು.

-ಗಾದೆ

★ ಕೋಪ ಬಂದಿದ್ದರೆ ಮಾತನಾಡುವ ಮೊದಲು ಹತ್ತು ಎಣಿಸಿ ಮಾತನಾಡು; ತುಂಬಾ ಕೋಪ ಬಂದಿದ್ದರೆ ನೂರು ಎಣಿಸಿ ಮಾತನಾಡು.

-ಥಾಮಸ್ ಜೆಫರ್‌ಸನ್

★ ಸ್ನೇಹಿತನ ಮೇಲೆ ಬಂದ ಕೋಪವನ್ನು ಅವನಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ; ಅದು ಹೋಯಿತು. ಶತ್ರುವಿನ ಬಗ್ಗೆ ಬಂದ ಕೋಪವನ್ನು ಅವನಿಗೆ ಹೇಳಲಿಲ್ಲ; ಅದು ಬೆಳೆಯಿತು.

-ವಿಲಿಯಂ ಬ್ಲೇಕ್