



ನಡೆದಷ್ಟೂ ಅರಿವು

ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಸಾಧಕರಲ್ಲಿ ಎರಡು ಬಗೆ. ಕೆಲವರು ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧಿಗಾಗಿ ಹಂಬಲಿಸುತ್ತಾರೆ; ಮೈಮನಗಳನ್ನು ದಂಡಿಸಿ, ತಪದ ಮೂಲಕ ಆತ್ಮ ಅಥವಾ ದೈವ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಹಂಬಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಬಹು ಸಂಖ್ಯಾತರದು ಲೋಕಾಂತದ ಹಾದಿ. ನಡೆಯುತ್ತ ನಡೆಯುತ್ತಾ ಒಳಗನ್ನೂ ಹೊರಗನ್ನೂ ತಿಳಿಯಬಯಸುವ ಪಥಿಕರಿವರು. ಎರಡರಲ್ಲಿ ಯಾವುದು ಉತ್ತಮ? ತಂದೆತಾಯಿಗೆ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣೆ ಹಾಕಿ ಮೂಲೋಪವನ್ನು ಸುತ್ತಿದ 'ಗಣೇಶದರ್ಶನ' ನಮಗೆ ಗೊತ್ತು. ಊರಿನಿಂದ ಅಂತರ ಕಾಯ್ದುಕೊಂಡು ಕಾಡಿನೊಳಗೆ, ಪರ್ವತಗಳ ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಹಟಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದ ಮಹನೀಯರನ್ನೂ ಬಲ್ಲೆವು. ಆದರೆ, ಲೋಕಕಲ್ಯಾಣದ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಅನುದಿನ ನೆನಪಾಗುವ ಚೇತನಗಳೆಲ್ಲ ಜನರ ನಡುವೆಯೇ ಇದ್ದವರು; ಸಾಮಾನ್ಯರಂತೆ ಬದುಕಿ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದವರು. ದುಃಖಕ್ಕೆ ಉತ್ತರ ಹುಡುಕುತ್ತಾ ಹೊರಟವನಿಗೆ ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿ ಸತ್ಯದ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಹೆಣ್ಣುಮಗಳೊಬ್ಬಳು ನೀಡಿದ ಆಹಾರ ಉಸಿರು ಉಳಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಅವನನ್ನೂ ಕರುಣಿಸಿತ್ತು. ತದನಂತರ ಆತನೆಂದೂ ಏಕಾಂತಕ್ಕೆ ಹಂಬಲಿಸಲಿಲ್ಲ. ದೀನದಲಿತರನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಂಡು ಊರುಕೆರೆಗಳನ್ನು ಸುತ್ತಿದ. ನಡೆದಷ್ಟೂ ಬುದ್ಧನಾಗುತ್ತಾ ಹೋದ. ಗಾಂಧಿ ಮಹಾತ್ಯನೂ ಕಾಲನ್ನು ನೆಚ್ಚಿದವರೇ. ಅವರು ನಡೆದಲ್ಲೆಲ್ಲ ಮಾನವೀಯತೆಯ ಹೂಬಳ್ಳಿಗಳು ಚಿಗುರಿದವು. ದಂಡಿಯಾತ್ರೆಯ ಮೂಲಕ ನಡಿಗೆಗೆ ನೈತಿಕತೆ ತಂದುಕೊಟ್ಟರು. ಕಾಲನ್ನು ನೆಚ್ಚಿದವರಲ್ಲ ಕಾಲವನ್ನು ಗೆದ್ದು ಸಮಾಜದ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಜಲದಂತಿದ್ದಾರೆ. ನದಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸಿ. ನದಿ ಹರಿದಲ್ಲೆಲ್ಲ ಹಸಿರು, ಅಂತರ್ಜಲ. ಮಹಾತ್ಮರದೂ 'ನದಿ ನಡಿಗೆ'ಯೇ.

ಬದುಕು ಜಂಗಮವಾಗಬೇಕು, ಸ್ವಾವರ ಆಗಬಾರದು ಎನ್ನುವುದು ಹಿರಿಯರಿಂದ ನಮಗೆ ಬಂದಿರುವ ಅರಿವು. ಚಲನಶೀಲವಾಗಿರುವುದು ಆರೋಗ್ಯದ ಸಂಕೇತ. ಕುಳಿತಲ್ಲೇ ಇರುವುದು ಕೊಳೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಪೂರಕ.

'ನಡೆದಷ್ಟೂ ನಾಡು' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ರಹಮತ್ ತರೀಕೆರೆ. ಆ ಮಾತನ್ನು 'ನಡೆದಷ್ಟೂ ಅರಿವು' ಎಂದು ವಿಸ್ತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಡೆಯುವುದು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಹಕಾರಿ ಎನ್ನುವುದು ವೈದ್ಯಕೀಯ

ಕ್ಷೇತ್ರ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ತಿಳಿವಳಿಕೆ. ಆರೋಗ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ರುಚಿಮೊಗ್ಗಗಳ ಮಿಡಿತಕ್ಕೂ ನಡಿಗೆ ಸಹಕಾರಿ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಅನೇಕ ಮಹನೀಯರ ಬದುಕುಗಳೇ ನಿದರ್ಶನದಂತಿವೆ.

ಮೈಯಲ್ಲ ಕಣ್ಣಾಗಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಮಾತಿದೆ. ಅರಿವು ಮತ್ತು ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕಾಗಿ ಮೈಯಲ್ಲ ಕಾಲಾಗುವುದು ಅಗತ್ಯ. ನಡೆಯುವುದು ಕಾಲುಗಳಾದರೂ ಇಂದ್ರಿಯಗಳೆಲ್ಲ ಕಾಲಿನಂತೆ ಚಲನಶೀಲವಾಗಬೇಕು. ನಾವೆಲ್ಲ ನಿತ್ಯ ನಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ, ಬಹುತೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ನಡಿಗೆ ಜಡವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಕಾಲು ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನ ನಡುವಿನ ಸಂಯೋಗವೇ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂಥ ನಡಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹಾದಿಬದಿಯ ಹಸುರು, ಹಸುರುಭತ್ತಿಯಲಿ ನಗುವ ಹೂ, ಹಸುರು ಕರುಣಿಸುವ ಉಸಿರು, ಹಸುರ ಮರೆಯ ಹಕ್ಕಿಹಾಡು - ಇದಾವುದೂ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ತಾಕುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾರದೋ ನಗು, ಯಾರದೋ ಬಿಕ್ಕು ಸೋತಿಯೂ ಎದೆಗಿಳಿಯದೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಬದುಕಿನ ಅಗಣಿತ ಬಿಂಬಗಳನ್ನು ಕಾಣಿಸದೆ, ಅನುಭವವಾಗಿಸದೆ ಹೋಗುವ ನಡಿಗೆಯಿಂದ ದೇಹ ದಣಿಯುತ್ತದಷ್ಟೇ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಉಪಯೋಗವೇನೂ ಇಲ್ಲ.

ನಡೆ ಹಾಗೂ ನುಡಿ ಒಂದರೊಳಗೊಂದು ಹಾಸುಹೊಕ್ಕು. ನಡಿಗೆ ತ್ರಿಯೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದು, 'ನಡೆ' ಗುಣವಾಚಕ. ಎರಡೂ ಮಿಳಿತವಾದಾಗ ಬದುಕು ಹಸನು. ನಡೆಯಿಲ್ಲದ ನಡಿಗೆಯಿಂದ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಹಿತವಿಲ್ಲ. ಚಲನಶೀಲವಲ್ಲದ ನಡೆ ಜಡತೆಗೆ ಸಮೀಪ.

'ನಡೆವರೆಡಹದೆ ಕುಳಿತರೆಡಹುವರೆ' ಎನ್ನುವುದು ರಾಘವಾಂಕನ ಮಾತು. ಎಡವಲೆಕ್ಕಾದರೂ ನಡೆಯಬೇಕು. ಎಡವಿದಾಗ ನೋವಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಅರಿವಿನ ನಿಧಿಯೂ ಎಡತಾಕಬಹುದು. ಎಡಹುವ ತ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಅರಿವಿನ ಬೀಜವಿದೆ. ಸಹೃದಯರು ಎಡವಿದಷ್ಟೂ ಅರಿವಿಗರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವರು ಎಡಹುವುದಕ್ಕೆ ಅಳುಕುತ್ತಾರೆ. ಅಂಥ ಅಳುಕು ಅರಿವಿಗೆ ಎರವಾಗುತ್ತದೆ. ನಡಿಗೆ ಮಾಗಿದಷ್ಟೂ ನೋಟ ಆರ್ಧ್ರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ, ಎಡಹುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳೂ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ.

ಕೆಲವರ ನಡಿಗೆಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಉದ್ದೇಶಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಸಾಮಾಜಿಕ, ಧಾರ್ಮಿಕ, ರಾಜಕೀಯ ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷೆಯ ನಡಿಗೆಗಳನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಅಂಥ ನಡಿಗೆಗಳು ಸಮಾಜದ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದಂತೆ ಬಿರುಕಿಗೂ ಕಾರಣವಾಗಿವೆ. ಸಮೂಹದ ನಡಿಗೆ ಸನ್ನಿವೇಶದಂತೆ, ಪ್ರದರ್ಶನವಾಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ನಾಯಕನ ಯಶಸ್ಸಿದೆ. ಅಂಥ ನಾಯಕರು ಎಲ್ಲ ಕಾಲದಲ್ಲೂ ದುರ್ಲಭ. ಬಹುತೇಕ ಸಾಮೂಹಿಕ ನಡಿಗೆಗಳಲ್ಲಿ ಅರಿವಿನ ಉದ್ದೇಶ ಕ್ಷೀಣವಾಗಿದ್ದು, ಯಾವುದೋ ಕಾರ್ಯಸಾಧನೆಯೇ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಬೇಕಾದುದು ವೈಯಕ್ತಿಕ ನಡಿಗೆ. ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ವಿಮುಖವಾಗಿ ಒಂಟಿಯಾಗಿ ಬದುಕುವುದರಲ್ಲಿ ಸೊಗಸೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಸಾರ್ಥಕತೆ ಇರುವುದು ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿ ಅಲೆಯುವುದರಲ್ಲಿ. ಅಂಥ ಅಲೆದಾಟ, ಮನಸ್ಸಿನ ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ತೆರೆಯುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಮೈಮನಗಳ ಅನಗತ್ಯ ತೂಕಗಳನ್ನು ಕಳೆಯುತ್ತಾ ಗಾಳಿ ಬೆಳಕಿಗೆ ಮುಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಕೃತಿಗೆ ಸಮೀಪವಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ದಾರಿ ಸವೆದಷ್ಟೂ ಬದುಕಿನ ಕುರಿತ ಸ್ವಿಡ್ ಚೌಕಟ್ಟುಗಳು ಸವೆಯುತ್ತಾ ಗ್ರಹಿಕೆಗಳು ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತವೆ. ನಾವು ನಡೆದಂತೆ ಜಗತ್ತೂ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಚಲನಶೀಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ದಾರಿಯ ಕೊನೆಗೆ ನಾವು ಏನನ್ನು ಗಳಿಸಿದವು ಎನ್ನುವ ಪ್ರಶ್ನೆ ನಮಗೆ ಎದುರಾಗಬಹುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಎರಡು ಬಗೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಬಹುದು. ಒಂದು, ದಾರಿ ಎನ್ನುವುದು ಮುಗಿಯುವಂತಹದ್ದಲ್ಲ, ಅದು ನಡೆದಷ್ಟೂ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುವಂತಹದ್ದು. ಹಾಗಾಗಿ, ನಡಿಗೆಗೆ ಕೊನೆ ಎನ್ನುವುದಿಲ್ಲ. ಎರಡನೆಯ ಉತ್ತರ, ಗಳಿಕೆಯ ಕುರಿತ ನಮ್ಮ ಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನು ಬದಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಒತ್ತಾಯಿಸುವಂತಹದ್ದು. ನಡಿಗೆಯ ಅನುಭವವನ್ನು ಮೌಲ್ಯದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅಳಿಯುವುದು ಹೇಗೆ? ಅನುಭವ ಅನುಭಾವವಾದಾಗ ಮೌಲ್ಯದ ಪ್ರಶ್ನೆಯಾದರೂ ಎಲ್ಲಿ? ದಾರಿ ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ, ದಾರಿಯ ಅನುಭವ ಮುಖ್ಯ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದರೆ, ಗಳಿಕೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆ ಅಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ನಾವೆಷ್ಟು ನಡೆದಿದ್ದೇವೆ ಎನ್ನುವುದು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಸಾರ್ಥಕತೆಯ ಅಳತೆಗೋಲೂ ಆಗಬಲ್ಲದು.

■ ಚಂಪಕಮಾಲಾ

ಮಾತೇ ಮತ್ತು

● ಮನುಷ್ಯನ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಸಾತ್ವಿಕತೆಯ ಜ್ಯೋತಿಯನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುವುದೇ ಕರುಣೆ.

—ಕುವೆಂಪು

● ಉನ್ನತ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಉಳ್ಳವರು ಸತ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬೇಕೇ ಹೊರತು ಜನರು ಏನು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಅಲ್ಲ.

—ಅರಿಸ್ಟಾಟಲ್

● ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದರೆ ಖಂಡಿತ ಬೆಳಗು ಆಗಿಯೇ ಆಗುತ್ತದೆ.

—ಖಲೀಲ್ ಗಿಬ್ರಾನ್

● ಅರ್ಧದಷ್ಟು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣ ಕೆಟ್ಟದಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸುವ ಮನಸ್ಸು.

—ರವೀಂದ್ರನಾಥ ಟ್ಯಾಗೋರ್

● ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯದ ಕರೆ ಹಾಗೂ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವ ಧೈರ್ಯ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

—ಸ್ಪೀವ್ ಜಾಬ್ಸ್

● ವಿವಾಹವಾಗಲು ಆರ್ಥಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹಾಗೂ ಸ್ವಾತಂತ್ರ ಇರಬೇಕು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಮದುವೆ ಯಾಗಬಾರದು.

—ಬಿ.ಆರ್. ಅಂಬೇಡ್ಕರ್