



ಸಹನೆಯೆಂಬ ವಜ್ರಕವಚ

ಮನುಷ್ಯ ಜೀವಿಗಳಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿನಿಂದಲೇ ಬರುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಸಹನೆಯು ಒಂದು ಎನ್ನಬಹುದು. ಎಳೆಯ ಮಗು ಕೂಡಾ ತನಗೆ ಬೇಕೆನ್ನಿಸಿದುದು ದೊರೆಯದಿದ್ದಾಗ, ಇಲ್ಲವೇ ತನಗಿಷ್ಟವಿಲ್ಲದುದನ್ನು ಮಾಡಲು ಇತರರಿಂದ ಒತ್ತಾಯ ಬಂದಾಗ, ತನ್ನದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅಸಹನೆ ತೋರಿಸಿ ಪ್ರತಿಭಟಿಸುತ್ತದೆ. ವಯಸ್ಕರ ಅಸಹನೆ ಸಂದರ್ಭ, ಸನ್ನಿವೇಶಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಗೋಣಗಾಟ, ರೇಗಾಟ- ಇತ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೊರ ದಾರಿಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಗೋಣಗಾಟ, ರೇಗಾಟಗಳಿಂದ ನಾವು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಎಲ್ಲ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗದು. ಎಷ್ಟೋಬಾರಿ ನಮ್ಮ ಅಸಹನೆಯ ವರ್ತನೆಯಿಂದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಇನ್ನಷ್ಟು ಹದಗೆಡುವುದೂ ಉಂಟು. ನಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ನಾವೇ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಒಳಗುದಿ ಬಹಿರಂಗವಾಗಿ ಆಸ್ಥೋಟಿಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಅಸಹನೆಯ ಪ್ರಭಾವ ಸುತ್ತಲೂ ಹರಡಿ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕಗೊಳ್ಳುವಂತಾಗುತ್ತದೆ; ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕವಾಗುವಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಅಸಹನೆಯೆಂಬ ಕಾಹಿಲೆಗೆ ಪರಿಹಾರವೆಂದರೆ ಅದು ಉಲ್ಲಂಘನೆಗಳೆಲ್ಲದಂತೆ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡುವುದು. ನಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗದ ಸಂಗತಿಗಳು ಎದುರಾದಾಗ, ಅವುಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಸಿಡಿಯುವ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಕೃತಿಯನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಂಡು ವಿವೇಚನೆಗೆ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುವುದು ಅಸಹನೆಯ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾದ ದಾರಿ. ಮೌನ, ಧ್ಯಾನ ಮುಂತಾದುವುಗಳಿಂದ ಮಾನಸಿಕ ಶಮನ ಸಾಧ್ಯವೆನ್ನುತ್ತಾರೆ ತಿಳಿದವರು, ಹೀಗೆ- ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಹಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಅಥವಾ ಸಹನೆಯನ್ನು ನಾವೇ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸಹನೆ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಜನ್ಮಜಾತವಾಗಿ ಬರುವ ಗುಣವಲ್ಲ; ಶ್ರಮ ಹಾಗೂ ಶ್ರದ್ಧೆಗಳಿಂದ ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಗುಣ, ಸಹನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವೇದಾಂತದ ಪರಿಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 'ತಿತಿಕ್ವಾ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಕಷ್ಟ, ಕಿರುಕುಳ, ದುಃಖ, ಚಿಂತೆಗಳನ್ನು ಸಹಿಸುವ ಮನೋಧರ್ಮವೇ 'ತಿತಿಕ್ವಾ.'

ಸಹನಂ ಸರ್ವದುಃಖಾನಾಂ ಅಪ್ರತೀಕಾರ ಪೂರ್ವಕಂ
ಚಿಂತಾ ವಿಲಾಪರಹಿತಂ ಸಾ ತಿತಿಕ್ವಾ ನಿಗದ್ಯತೇ||
-ಇದು 'ತಿತಿಕ್ವಾ'ದ ವಿವರಣೆ.
ಸಹನೆಯ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಕುರಿತು ಬುದ್ಧನಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕಥೆಯೊಂದಿದೆ.
ಬುದ್ಧ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಆತನ ವಿರೋಧಿಯೊಬ್ಬ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದು ಅವನನ್ನು

ವಾಚಾಕಮಗೋಚರವಾಗಿ ನಿಂದಿಸಿದ. ಬುದ್ಧ ಶಾಂತವಾಗಿ ಕುಳಿತು ಅವನ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಆಲಿಸಿದ. ಅವನ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಬದಲಾವಣೆ ಕಾಣಿಸಲಿಲ್ಲ. ನಿಂದಿಸುತ್ತಿದ್ದವನಿಗೆ ಇದನ್ನು ಕಂಡು ಅಚ್ಚರಿ. 'ನಾನು ಇಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಬೈದರೂ ನೀನು ಒಂದು ಮಾತಾಡಲಿಲ್ಲ; ಅಸಮಾಧಾನವನ್ನೂ ತೋರಿಸಲಿಲ್ಲ! ಏನಿದರ ಅರ್ಥ?' ಎಂದು ಆತ ಕೇಳಿದಾಗ, ಬುದ್ಧ 'ಒಬ್ಬಾತ ನಿನಗಿಷ್ಟವಿಲ್ಲದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನಿನಗೆ ತಂದುಕೊಡುತ್ತಾನೆಂದುಕೋ. ನೀನು ಅವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸದಿದ್ದರೆ, ಆತ ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ?' ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದ. 'ಮತ್ತೇನು ಮಾಡಿಯಾನು? ತಾನು ತಂದುದನ್ನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತಾನೆ' ಎಂಬುದು ಉತ್ತರ. 'ನಾನು ಮಾಡಿದುದೂ ಅದನ್ನೇ. ನಿನ್ನ ಮಾತುಗಳನ್ನು ನಾನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲಿಲ್ಲ. ಅವನ್ನ ನೀನೇ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಪಡೆಯಬೇಕು' ಎಂದ ಬುದ್ಧ. ಬುದ್ಧನ ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಬುದ್ಧನ ಶಿಷ್ಯನಾದ.

ಇದು ಸಹನೆಯ ಸಂರಕ್ಷಕಗುಣ. ಸಹನೆಯೆಂಬುದು ವಿಘಟನೆಯತ್ತ ಮುಖ ಮಾಡದೇ ಸಂಘಟನೆಯತ್ತ ಮುಖ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿ ಜೀವನ ಹಾಗೂ ಸಮುದಾಯ ಜೀವನ ಎರಡರ ಸಂಭವ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಸಹನೆ ಹುಟ್ಟುಹಾಕುವ ಕಹಿಯನ್ನು ಸಹನೆ ತೊಡೆದು ಹಾಕುತ್ತದೆ. ವೈಯಕ್ತಿಕ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಅನುಭವಿಸುವ ಕಷ್ಟ ಕಾರ್ಪಣ್ಯಗಳೂ, ರೋಗ ರುಜಿನಗಳೂ ಸಹನಾ ಗುಣದಿಂದಾಗಿ ಸಹ್ಯವೆನ್ನಿಸುತ್ತವೆ. ಸಾಮಾಜಿಕ ವಲಯದಲ್ಲೂ ಹೀಗೆಯೇ. ನಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗದ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿರಬಹುದು; ಕಾರ್ಯ ವೈಖರಿಗಳಿರಬಹುದು- ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸಹನೆಯಿಂದ ಕಂಡಾಗ ಘರ್ಷಣೆ ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ. ವ್ಯತಿರಿಕ್ತ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುವ ಮಾರ್ಗ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಸಹನೆಯ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲೇ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಡಿ.ವಿ.ಜಿ.ಯವರು- 'ಸಹನೆ ವಜ್ರದ ಕವಚ' ಎಂದಿರುವುದು.

ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ಹೇಳಿದರೂ ಸಹನೆಯೆಂದರೆ ಅನ್ಯಾಯವನ್ನು ಸುಮ್ಮನೆ ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಗುಣವೆಂದು ಭಾವಿಸಬಾರದು. ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದು ಹೇಡಿಯ ಲಕ್ಷಣ. ಅನ್ಯಾಯವನ್ನು ಶಾಂತವಾಗಿ, ನಿರುದ್ವೇಗದಿಂದ ಎದುರಿಸಿ ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದೂ ಸಹನೆಯ ಅಸ್ತ್ರದಿಂದಲೇ. ಗಾಂಧೀಜೀ ತಮ್ಮ 'ಸತ್ಯಾಗ್ರಹ' ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯಲ್ಲಿ ಈ ತತ್ತ್ವವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದುದರಿಂದಲೇ ತಮ್ಮ ಗುರಿಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು.

■ ವೈನತೇಯ

<p>★ ಮತ್ತೊಬ್ಬನ ಕೆಲಸವನ್ನು ಕೆಡಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ ನೀಚನಿಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆಯೇ ವಿನಹ ಅದನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದಕ್ಕಲ್ಲ. ಗಾಳಿಗೆ ಮರವನ್ನುಳಿಸಲು ಶಕ್ತಿಯಿದೆ; ಆದರೆ ಎತ್ತಿ ನಿಲ್ಲಿಸುವುದಕ್ಕಲ್ಲ. -ಪಂಚತಂತ್ರ</p>	<h3>ಮಾತೇ ಮುತ್ತು</h3>	<p>★ ಆಸೆ ಎಂಬುದು ಅರಸಂಗಲ್ಲದೇ ಶಿವಭಕ್ತರಿಗುಂಟೆ ಅಯ್ಯಾ! -ಆಯ್ದಕ್ಕಿ ಲಕ್ಕಮ್ಮ</p>
<p>★ ಸತ್ತುರುಷರ ಸಹವಾಸವು ಬುದ್ಧಿಯ ಜಡತ್ವವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಸತ್ಯವನ್ನು ಚಿಮ್ಮುಕಿಸುತ್ತದೆ. ಗೌರವವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಪಾಪವನ್ನು ದೂರ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪ್ರಸನ್ನಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. -ನೀತಿ ಶತಕ</p>	<p>★ ದೀನರ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ದಯೆಯಿಲ್ಲದೇ ಯಾರ ಮನಸ್ಸು ಕಠೋರವಾಗಿರುತ್ತದೆಯೋ, ಅವನಿಂದ ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಭಾರವಾಗಿದೆ; ಮರಗಳಿಂದಲ್ಲ, ಬೆಟ್ಟಗಳಿಂದಲ್ಲ. ಸಮುದ್ರಗಳಿಂದಲೂ ಅಲ್ಲ. -ಆಶ್ಚರ್ಯ ಚೂಡಾಮಣಿ</p>	<p>★ ನನಗೆ ಹಣದ ಮೇಲೆ ವ್ಯಾಮೋಹ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ ಹಣದಾಸೆಗಿಂತ ಕೀರ್ತಿಯ ಆಸೆ ಹೆಚ್ಚು ಕೆಟ್ಟದ್ದು. ಕೀರ್ತಿಕಾರಕ ಗ್ರಹಕ್ಕಾಗಲೀ, ಕೀರ್ತಿನಾಶಕ ಗ್ರಹಕ್ಕಾಗಲೀ- ನಾನು ದೀಪ ಹಚ್ಚುವುದಿಲ್ಲ. -ಎಸ್.ಎಲ್.ಭೈರಪ್ಪ</p>
<p>★ ತಕ್ಷಕನಿಗೆ ವಿಷವು ಹಲ್ಲಿನಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ನೋಣಕ್ಕೆ ತಲೆಯಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಚೀಳಿಗೆ ಬಾಲದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ, ದುಷ್ಟನ ಸರ್ವಾಂಗಗಳಲ್ಲಿಯೂ ವಿಷವಿರುತ್ತದೆ. -ಸಮಯೋಚಿತ ಪದ್ಯಮಾಲಿಕ</p>	<p>★ ಸಹಜಕ್ಕೆ ಬೇಕಿಲ್ಲ ಹುಸಿಧ್ಯಾನ. -ದ.ರಾ.ಬೇಂದ್ರೆ</p>	<p>★ ಜೀವವನ್ನು ಕೊಟ್ಟ ದೇವರೇ, 'ಕೃತಜ್ಞತೆ'ಯನ್ನು ಕೊಡು. -ಶೇಕ್ಸ್‌ಪಿಯರ್</p>
<p>★ ಉದಾತ್ತವಾದ ಗುಣಗಳಿಂದ ಉತ್ತಮರಾದವರನ್ನು ಕಾಣುವುದು ಸುಲಭ. ಒಳ್ಳೆಯ ಸತ್ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವವರೂ ಈ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಗುಣಗಳನ್ನು, ಸತ್ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಅರಿತು ಅಭಿನಂದಿಸುವವರು, ಕೃತಜ್ಞತೆ ತೋರುವವರು ವಿರಳ. -ಸ್ವಪ್ನ ವಾಸವದತ್ತ</p>	<p>★ ಮನುಷ್ಯರು ಸಾಯುತ್ತಾರೆ, ಅದೇ ರೀತಿ ವಿಚಾರಗಳು ಕೂಡ. ಒಂದು ವಿಚಾರ ಅಥವಾ ಭಾವನೆ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೇ ಬೇರು ಬಿಡುವುದೆಂದು ಭಾವಿಸುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಗಿಡಕ್ಕೆ ನೀರೆರೆಯಬೇಕಾದಂತೆ ವಿಚಾರಕ್ಕೂ ಪ್ರಚಾರದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ. ಇಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ ಎರಡೂ ಬಾಡಿ ಸತ್ತು ಹೋಗುತ್ತವೆ. -ಬಿ.ಆರ್.ಅಂಬೇಡ್ಕರ್</p>	<p>★ ಅನೇಕರ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಎಂದರೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಬೇಕು ಎಂಬ ಆಸೆಯೇ! -ಆಸ್ಕರ್ ವೈಲ್ಡ್</p>
	<p>★ ಸಜ್ಜನರ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಹುಲ್ಲು, ನೆಲ, ನೀರು, ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾತು- ಇವು ನಾಲ್ಕೂ ಎಂದೂ ತಪ್ಪುವುದಿಲ್ಲ. -ಮಹಾಭಾರತ</p>	<p>★ ಎಷ್ಟು ಅಲ್ಪವೇ ಬರಲಿ, ಅದಕ್ಕೆ ಕೃತಜ್ಞನಾಗಿರು; ಆಗ ಹೆಚ್ಚಿನದನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಅರ್ಹತೆ ಬರುತ್ತದೆ. -ಥಾಮಸ್ ಕೆಂಪಿಸ್</p> <p>★ ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನು ಉಪೇಕ್ಷಿಸುವುದೆಂದರೆ ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಿದಂತೆಯೇ. -ಮೆಕ್ಸಿಕನ್ ಗಾಡೆ</p>