ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ಪ್ರಕಟಣೆ – ೧೫೨
ವಿಚಾರ ಸಾಹಿತ್ಯಮಾಲೆ – ೬೫
ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾ ಭವನದ ಮೈಸೂರು ಕೇಂದ್ರದ
ಸಹಕಾರದೊಂದಿಗೆ

ಪ್ರಧಾನ ಸಂಪಾದಕರು

ಡಾ. ಪ್ರಧಾನ್ ಗುರುದತ್ತ

ಸಂಪಾದಕರು

ಡಾ. ಎ. ವಿ. ನರಸಿಂಹಮೂರ್ತಿ

ನೈಜ ಸುಖಕ್ಕೆ ಖಚಿತ ಪಥ

ಭವನದ ಗ್ರಂಥ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯ

ಮಾಲೆಯ
ಮೂಲ ಸಂಪಾದಕರು
ಆರ್. ಆರ್. ದಿವಾಕರ್
ಎಸ್. ರಾಮಕೃಷ್ಣನ್

ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕ ಮಂಡಳಿ
ಲೀಲಾವತಿ ಮುನ್ಷಿ – ಅಧ್ಯಕ್ಷೆ
ಕೆ. ಕೆ. ಬಿರ್ಲಾ – ಸದಸ್ಯರು
ಎಸ್. ಜಿ. ನೇವಾತಿಯ – ಸದಸ್ಯರು
ಜೆ. ಎಚ್. ದವೆ – ಸದಸ್ಯರು
ಎಸ್. ರಾಮಕೃಷ್ಣನ್ – ಸದಸ್ಯರು

ಕನ್ನಡ ಪ್ರಕಾಶನ ಕಾರ್ಯಕಾರಿ ಮಂಡಳಿ

ಎನ್. ರಾಮಾನುಜ – ಅಧ್ಯಕ್ಷರು
(ಅಧ್ಯಕ್ಷರು, ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾ ಭವನ, ಕರ್ನಾಟಕ)

ಎಚ್. ಎನ್. ಸುರೇಶ್
(ನಿರ್ದೇಶಕರು, ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾ ಭವನ, ಬೆಂಗಳೂರು)

ಡಾ. ಎ. ವಿ. ನರಸಿಂಹಮೂರ್ತಿ
(ಅಧ್ಯಕ್ಷರು, ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾ ಭವನ, ಮೈಸೂರು)

ನೈಜ ಸುಖಕ್ಕೆ ಖಚಿತ ಪಥ

ಆನೋ ಭದ್ರಾಃ ಕ್ರತವೋ ಯನ್ತು ವಿಶ್ವತಃ
(ಎಲ್ಲ ಸದ್ವಿಚಾರಗಳು ಎಲ್ಲೆಡೆಯಿಂದಲೂ ಬರಲಿ)
–ಋಗ್ವೇದ, I ೮೯–೧

ಮೂಲ
ವಿಜಯ್ ಎ. ಮಡಗಾವ್‌ಕರ್

ಅನುವಾದ
ಕೊ. ಸು. ನರಸಿಂಹಮೂರ್ತಿ

ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ, ಬೆಂಗಳೂರು
ಮತ್ತು
ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾ ಭವನ, ಮೈಸೂರು

Naija Sukhakke Khachita Patha: Kannada translation of *Sure Path to True Happiness* : **Vijay A. Madagavkar;** Kannada translation by **Ko. Su. Narasimha Murthy;** Editor-in-Chief: **Dr. Pradhan Gurudatta;** Editor of the series: **Dr. A. V. Narasimha Murthy;** Published under the joint auspices of **Kuvempu Bhasha Bharati Pradhikara,** Kalagrama, Jnana Bharathi, Behind Bangalore University Campus, Mallattahalli, Bangalore - 560 056, and **Bharatiya Vidya Bhavana,** Mysore; Published by **P. Narayana Swamy,** Registrar, Kuvempu Bhasha Bharathi Pradhikara; 2013; Pp. xxii + 20. Price : Rs. 10/-

© ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ
ಮತ್ತು
ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾ ಭವನ, ಮೈಸೂರು

ಮುದ್ರಣ : ೨೦೧೩
ಪುಟಗಳು : xxii + ೨೦
ಬೆಲೆ : ರೂ. ೧೦/–

ಪ್ರಕಾಶಕರು :
ಪಿ. ನಾರಾಯಣಸ್ವಾಮಿ
ರಿಜಿಸ್ಟ್ರಾರ್
ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ
ಕಲಾಗ್ರಾಮ, ಜ್ಞಾನಭಾರತಿ
ಬೆಂಗಳೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ ಆವರಣದ ಹಿಂಭಾಗ
ಮಲ್ಲತ್ತಹಳ್ಳಿ, ಬೆಂಗಳೂರು – ೫೬೦ ೦೫೬
ದೂ. : ೨೩೧೮೩೩೧೧, ೨೩೧೮೩೩೧೨

ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಚಿತ್ರ : **ಮಯೂರ ಪ್ರಿಂಟ್ ಆಡ್ಸ್**

ಮುದ್ರಕರು :
ಮೆ॥ ಮಯೂರ ಪ್ರಿಂಟ್ ಆಡ್ಸ್
ನಂ. ೬೯, ಸುಭೇದಾರ್ ಛತ್ರಂ ರೋಡ್
ಬೆಂಗಳೂರು – ೫೬೦೦೨೦ ದೂ : ೨೩೩೪೨೭೨೪

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

ಸಿದ್ದರಾಮಯ್ಯ
ಮುಖ್ಯ ಮಂತ್ರಿಗಳು

ವಿಧಾನಸೌಧ
ಬೆಂಗಳೂರು – ೫೬೦ ೦೦೧

ಮುನ್ನುಡಿ

ಆಧುನಿಕ ಕನ್ನಡ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಅತ್ಯುಚ್ಚ ಸಾಹಿತ್ಯಿಕ ಸಾಧನೆಯ ಪ್ರತೀಕವಾಗಿರುವ ಶ್ರೀ ಕುವೆಂಪು ಅವರ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿತವಾಗಿರುವ ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ ಸಾಹಿತ್ಯಿಕ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ, ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮತ್ತು ತಾಂತ್ರಿಕ ಮಹತ್ವದ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಹೊರತರುವ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಹೊಸ ವಿಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುತ್ತ ಮುನ್ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುದು ಸಂತೋಷದಾಯಕ ಸಂಗತಿಯಾಗಿದೆ.

ವಿವಿಧ ವಿದೇಶೀ ಮತ್ತು ಭಾರತೀಯ ಭಾಷೆ–ಸಾಹಿತ್ಯಗಳ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಕನ್ನಡದ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಇತರ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೊರತರುತ್ತಿರುವ ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ ರಾಷ್ಟ್ರಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪುರಸ್ಕೃತ ಲೇಖಕರ ಮತ್ತು ಕನ್ನಡದ ಇತರ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಲೇಖಕರ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಪ್ರಾತಿನಿಧಿಕ ರಚನೆಗಳ 'ಸಂಚಯ'ಗಳನ್ನು ಹೊರತರುತ್ತಿರುವುದು ಶ್ಲಾಘನೀಯವಾಗಿದೆ. ಈಗಾಗಲೇ ಕುವೆಂಪು, ಪುತಿನ ಮತ್ತು ಜಿ.ಎಸ್.ಶಿವರುದ್ರಪ್ಪ ಅವರ ಸಂಚಯಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿರುವ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ ಜ್ಞಾನಪೀಠ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಮತ್ತು ಸರಸ್ವತೀ ಸಮ್ಮಾನ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪುರಸ್ಕೃತರ ಸಂಚಯಗಳನ್ನೂ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಹೆಮ್ಮೆಯ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ. ಇವುಗಳ ಹಿಂದೀ ಮತ್ತು ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಆವೃತ್ತಿಗಳು ಪ್ರಕಟವಾದಾಗ ಕನ್ನಡದ ಹಿರಿಮೆ–ಗರಿಮೆಗಳು ಸಾರಸ್ವತ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ವೃದ್ಧಿಸಲಿವೆ. ಭಾರತೀಯ ಇತಿಹಾಸ, ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿ–ಸಾಹಿತ್ಯಗಳನ್ನು ಕುರಿತ ಮಹತ್ವದ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಹೊರತಂದಿರುವ ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾ ಭವನದ **'ಪುಸ್ತಕ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯ'** ಮಾಲೆಯ ೨೫ ಗ್ರಂಥಗಳು ಈಗಾಗಲೇ ಹೊರಬಂದಿದ್ದು, ಇನ್ನೂ ೨೫ ಗ್ರಂಥಗಳು ಅಚ್ಚಿನಲ್ಲಿರುವುದು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಉಲ್ಲೇಖನೀಯ. ಜ್ಞಾನ–ವಿಜ್ಞಾನ–ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೂ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿ ನಿಲ್ಲಬಲ್ಲಂತಹ ಮಹತ್ವದ ಮೌಲಿಕ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಾಧಿಕಾರ ಹೊರತರುತ್ತಿರುವುದು ಎಲ್ಲರ ಮೆಚ್ಚಿಕೆಗೆ ಪಾತ್ರವಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿಲ್ ಡ್ಯೂರಾಂಟ್ ಅವರ ವಿಶ್ವಕೋಶ ಸದೃಶವಾಗಿರುವ **'ನಾಗರಿಕತೆಯ ಇತಿಹಾಸ'**ದ ಸಂಪುಟಗಳು ಹಾಗೂ ಜೆ.ಡಿ.ಬರ್ನಾಲ್ ಅವರ **'ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲಿ ವಿಜ್ಞಾನ'** ಸಂಪುಟಗಳು ಇದೇ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಭಾರತೀಯ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತಿರುವುದು ಮತ್ತು ಆ ಹೆಮ್ಮೆ ಕನ್ನಡದ್ದಾಗಿರುವುದು ವಿಶೇಷತೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷತೆಯಾಗಿದೆ. **'ಭಾರತರತ್ನ ಡಾ.ಬಿ.ಆರ್.ಅಂಬೇಡ್ಕರ್'** ಅವರ ಅನುವಾದಿತ ಕೃತಿಗಳ ಪರಿಷ್ಕರಣ ಯೋಜನೆ, ಇನ್ನೂ ಅನುವಾದಿತವಾಗದಿರುವ ಅವರ ಇತರ ಸಂಪುಟಗಳ ಅನುವಾದದ ಪ್ರಕಟಣೆ,

'ಕನಕದಾಸರ ಕೃತಿ'ಗಳ ಅನುವಾದ ಯೋಜನೆ, ಮುಂತಾದವು ಪ್ರಾಧಿಕಾರದಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಮೈಲಿಗಲ್ಲನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲಿವೆ.

ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ಧ್ಯೇಯೋದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ, ನಾಡಿನ ಶ್ರೇಷ್ಠ ವಿದ್ವಾಂಸರು ಸಲಹೆ–ಸೂಚನೆ–ಸಹಕಾರಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತ, ಪ್ರಾಧಿಕಾರ ಬಹುಮುಖೀ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ನೆರವಾಗುತ್ತಿರುವುದೂ, ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ಆಶ್ರಯದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು, ತರಬೇತಿ ಶಿಬಿರಗಳನ್ನು, ವಿಚಾರ ಸಂಕಿರಣಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿರುವುದು, ಜೊತೆಗೆ ಇಂತಹ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಂದಾಗಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರವು 'ಸಂಶೋಧನ ಕೇಂದ್ರ' ಎಂದು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯಗಳ ಮಾನ್ಯತೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿರುವುದು – ಇವೆಲ್ಲವೂ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಹರ್ಷವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಿದೆ.

ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ಎಲ್ಲ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ ನಾಡಿನ ಜನತೆ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಲಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿ–ವಿಶ್ವಾಸಗಳಿಂದ ಸ್ವಾಗತಿಸಲಿ ಎಂದು ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಹಾರೈಸುತ್ತೇನೆ.

(ಸಿದ್ದರಾಮಯ್ಯ)

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

ಉಮಾಶ್ರೀ
ಮಹಿಳಾ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ,
ವಿಕಲಚೇತನರ, ಹಿರಿಯ ನಾಗರಿಕರ ಸಬಲೀಕರಣ
ಹಾಗೂ ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಸಚಿವರು

ವಿಧಾನಸೌಧ
ಬೆಂಗಳೂರು – ೫೬೦ ೦೦೧

ಸಂದೇಶ

ರಾಷ್ಟ್ರಕವಿ ಶ್ರೀ ಕುವೆಂಪು ಅವರ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ ಸ್ಥಾಪಿಸಿರುವ ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ ಇದು ವಿಜ್ಞಾನ – ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸಾಹಿತ್ಯ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ನೂರಾರು ಮಹತ್ವದ ಮೌಲಿಕ ಹಾಗೂ ಅನುವಾದಿತ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಹೊರತಂದಿರುವುದು ತುಂಬ ಶ್ಲಾಘನೀಯ ವಿಚಾರವಾಗಿದೆ. ಇದು ಈಗಾಗಲೇ ಹಲವು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಗಳ ಮಾನ್ಯತೆಯನ್ನುಗಳಿಸಿರುವುದು ಹಾಗೂ ಸಂಶೋಧನೆ ಕೇಂದ್ರವೆಂಬ ಹಿರಿಮೆಯೂ ಲಭಿಸಿರುವುದು ಗೌರವಾರ್ಹ ಸಂಗತಿಯಾಗಿದೆ. ಕನ್ನಡ ನೆಲ–ಜಲಗಳ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತವಾಗಿರುವ ಈ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ ಈಗಾಗಲೇ 'ಕಾವೇರಿ ನ್ಯಾಯಾಧಿಕರಣದ ತೀರ್ಪಿ'ನ ಕನ್ನಡ ಆವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಹೊರತಂದಿದ್ದು, ಈಗ 'ಕೃಷ್ಣಾ ನ್ಯಾಯಾಧಿಕರಣದ ತೀರ್ಪಿನ' ಕನ್ನಡ ಆವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಹೊರತರಲು ಮುಂದಾಗಿರುವುದು ಪ್ರಶಂಸನೀಯ ವಿಚಾರವಾಗಿದೆ. ಕನ್ನಡಿಗರಿಗೆ ಭಾರತೀಯ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಮಹತ್ವದ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿ ಕೊಡುವ ಕಾರ್ಯಗಳ ಜೊತೆಗೆ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪ್ರಶಸ್ತಿ–ಪುರಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಗಳಿಸಿರುವ ನಮ್ಮ ಲೇಖಕರ ಪ್ರಾತಿನಿಧಿಕ ಸಂಕಲನಗಳನ್ನು ಹೊರತಂದು, ಅವುಗಳನ್ನು ಬೇರೆ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸುತ್ತಿರುವುದು ತುಂಬ ಮಹತ್ವದ ಕಾರ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಈ ರೀತಿಯ ಉತ್ತಮ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಾಧಿಕಾರವು ಮುಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ, ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಂಸ್ಥೆಯಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲೆಂದು ಹಾರೈಸುತ್ತೇನೆ.

(ಉಮಾಶ್ರೀ)

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

ಬಸವರಾಜು, ಭಾ.ಆ.ಸೇ.
ಸರ್ಕಾರದ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳು
ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಹಾಗೂ ವಾರ್ತಾ ಇಲಾಖೆ

ವಿಧಾನಸೌಧ
ಬೆಂಗಳೂರು – ೫೬೦ ೦೦೧

ಹಾರೈಕೆ

ರಾಷ್ಟ್ರಕವಿ ಶ್ರೀ ಕುವೆಂಪು ಅವರ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿತವಾಗಿರುವ ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ, ಕುವೆಂಪು ಅವರ ಆಶಯದಂತೆ ಸಾಹಿತ್ಯ, ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನ–ವಿಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಿಗೆ ಮಹತ್ವದ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಬಲ್ಲಂಥ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಹೊರತರುತ್ತಿರುವುದು ತುಂಬ ಮಹತ್ವದ ಸಂಗತಿಯೇ ಆಗಿದೆ. ಇತರ ಯಾವ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲೂ ಇನ್ನೂ ಹೊರಬರದೇ ಇರುವ ವಿಲ್ ಡ್ಯೂರಾಂಟ್ ಅವರ ‘ನಾಗರಿಕತೆಯ ಕಥೆ’, ಜೆ.ಡಿ. ಬರ್ನಾಲ್ ಅವರ ‘ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲಿ ವಿಜ್ಞಾನ’ದಂಥ ಮಹತ್ವದ ಸಂಪುಟಗಳನ್ನೂ, ಜ್ಞಾನಪೀಠ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪುರಸ್ಕೃತರ ಮಹತ್ವದ ರಚನೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ಸಂಚಯಗಳನ್ನೂ ಹೊರತರುತ್ತಿರುವುದೂ, ನಾಡಿನ ಇತರ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಸಂಸ್ಥೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿಕೊಂಡು ಮಹತ್ವದ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಬೆಳಕಿಗೆ ತರುತ್ತಿರುವುದೂ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಕನ್ನಡ ಜನತೆಗೆ ಹೆಮ್ಮೆಯನ್ನು ತರುವಂಥ ಸಂಗತಿಗಳಾಗುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಂಬಿದ್ದೇವೆ.

ಇದುವರೆಗೆ ಪ್ರಕಟವಾಗಿರುವ ಡಾ. ಬಿ.ಆರ್. ಅಂಬೇಡ್ಕರ್ ಅವರ ಕೃತಿಗಳ ಆಂಶಿಕ ಪರಿಷ್ಕರಣ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಕೈಗೊಂಡು, ಅವುಗಳನ್ನು ಹೊಸ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹೊರತರುತ್ತಿರುವುದು ಹಾಗೂ ಇದುವರೆಗೆ ಪ್ರಕಟವಾಗದಿರುವ ಅಂಬೇಡ್ಕರ್ ಅವರ ಚಿಂತನೆಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಇತರ ಸಂಪುಟಗಳನ್ನು ಹೊರತರುವ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡಿರುವುದು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸ್ತುತ್ಯರ್ಹವಾದ ಕಾರ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರವೇ ತನ್ನನ್ನು ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆ, ಭಾರತೀಯ ಭಾಷೆಗಳ ಮತ್ತು ವಿದೇಶಿ ಭಾಷೆಗಳ ಅನುವಾದ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನೆಗೆ ಇಂಬುಕೊಡಲಿರುವ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು, ಸಂಶೋಧನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಲು ಮುಂದಾಗುತ್ತಿರುವುದು ಮತ್ತು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯಗಳ ಮಾನ್ಯತೆಯನ್ನು ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದು ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿಯೂ ನನಗೆ ವಿಶೇಷ ಸಂತೋಷವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತಿದೆ.

ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಸಾಹಿತ್ಯ–ಸಂಸ್ಕೃತಿ–ವಿಜ್ಞಾನ–ತಂತ್ರಜ್ಞಾನಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯೊಂದಿಗೆ ಆದರ್ಶ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ ಹೆಜ್ಜೆಹಾಕುತ್ತಾ ಮುನ್ನಡೆಯಲೆಂದೂ, ಹೊಸ–ಹೊಸ ವಿಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲೆಂದೂ ಹಾರೈಸುತ್ತೇನೆ.

16/12/11
(ಬಸವರಾಜು)

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

ಕೆ.ಆರ್. ರಾಮಕೃಷ್ಣ, ಭಾ.ಆ.ಸೇ.
ಆಯುಕ್ತರು
ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಇಲಾಖೆ

ಕನ್ನಡ ಭವನ, ಜೆ.ಸಿ. ರಸ್ತೆ
ಬೆಂಗಳೂರು – ೫೬೦ ೦೦೨

ಪ್ರಾಸ್ತಾವಿಕ ನುಡಿ

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ 2005ರಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ ಕರ್ನಾಟಕ ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿಯನ್ನು ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದಲ್ಲಿ ವಿಲೀನಗೊಳಿಸಿ, ಸಾಹಿತ್ಯಿಕ–ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಹೊಸ ಆಯಾಮಗಳನ್ನು ನೀಡಿದೆ. ಭಾರತೀಯ ಮತ್ತು ವಿದೇಶಿಯ ಭಾಷೆಗಳ ನಡುವಣ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಬರುವುದರ ಹಾಗೂ ಆ ಭಾಷೆಗಳ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ತರುವುದರ ಮೂಲಕ ಕನ್ನಡ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಸಂವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಕನ್ನಡ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಇತರ ಭಾಷೆಗಳಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುವುದು ಹಾಗೂ ಮಾನವಿಕ, ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮತ್ತು ತಾಂತ್ರಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡದ ಬಳಕೆಗೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ನೀಡುವಂಥ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಪ್ರಕಟಣೆಗಳನ್ನು ಹೊರತರುವುದು ಈ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ಮುಖ್ಯ ಧ್ಯೇಯೋದ್ದೇಶವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪೋಷಕವಾಗಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ, ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ವಿಚಾರಗೋಷ್ಠಿಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು, ಭಾಷಾಂತರದ ವಿವಿಧ ಮುಖಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ತರಬೇತಿಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು ಈ ಧ್ಯೇಯಗಳ ಅಂಗವೇ ಆಗಿದೆ. ಇಂತಹ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಯೋಜಿಸುತ್ತಿರುವ ಹಾಗೂ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಗಳ ಮಾನ್ಯತೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಈ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಿರುವ ವಿಚಾರ ನನಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿಯೂ ತುಂಬ ಸಂತೋಷವನ್ನುಂಟುಮಾಡಿದೆ.

ಈ ಕೆಲವೇ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಕರ್ನಾಟಕ ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ ಮತ್ತು ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ ಹೊರತಂದಿರುವ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು ತುಂಬ ಮಹತ್ವದವೇ ಆಗಿವೆ. ವಿಲ್ ಡ್ಯೂರಾಂಟ್ ಅವರ ‘ನಾಗರಿಕತೆಯ ಕಥೆ’, ಜೆ.ಡಿ.ಬರ್ನಾಲ್ ಅವರ ‘ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲಿ ವಿಜ್ಞಾನ’ ಸಂಪುಟಗಳು ಯಾವುದೇ ಭಾಷೆಗೆ ಗೌರವಪ್ರಾಯವಾದ ಕೃತಿಗಳೇ ಆಗುತ್ತವೆ. ಅಂಥ ಸಾಹಸವನ್ನು ಭಾರತೀಯಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಆಗುಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅಭಿನಂದನೀಯವಾದ ಕಾರ್ಯವಾಗಿದೆ. ಭಾರತರತ್ನ ಡಾ.ಬಿ.ಆರ್.ಅಂಬೇಡ್ಕರ್ ಅವರ ಅನುವಾದಿತ ಕೃತಿಗಳ ಪರಿಷ್ಕರಣ ಯೋಜನೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಇತರ ಸಂಪುಟಗಳ ಹೊಸ ಅನುವಾದದ ಪ್ರಕಟಣೆ ಯೋಜನೆ, ಕನಕದಾಸರ ಕೃತಿಗಳ ಅನುವಾದ ಯೋಜನೆ, ಪಂಡಿತ್ ದೀನ್ ದಯಾಳ್ ಉಪಾಧ್ಯಾಯ ಅವರ ಸಮಗ್ರ ಕೃತಿಗಳ ಕನ್ನಡದ ಅನುವಾದದ

ಯೋಜನೆ, ಕೃಷ್ಣಾ ಐತೀರ್ಜಿನ ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ ಯೋಜನೆ ಮುಂತಾದವು ಹೊಸ ವಿಕ್ರಮವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲಿವೆ.

ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರವು ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾಭವನದಂತಹ ಸಂಸ್ಥೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ಇತರ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಗಳೊಡನೆ ಜಂಟಿ ಪ್ರಕಟಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದು, ಇಂಥ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ನಾಡಿನ ಖ್ಯಾತ ವಿದ್ವಾಂಸರು ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದು ಕನ್ನಡಿಗರೆಲ್ಲ ಹೆಮ್ಮೆಪಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳೇ ಆಗಿವೆ ಎಂದು ನಂಬಿದ್ದೇನೆ. ಮುಂದೆಯೂ ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ ಇಂಥ ವಿಶಿಷ್ಟ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು, ಮಹತ್ವದ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳನ್ನು ಹೊರತರುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ನಡೆಸಿಕೊಂಡು ಬರಲಿ, ಕನ್ನಡ ನಾಡಿನ ಮೆಚ್ಚಿನ ಸಾಹಿತ್ಯಿಕ-ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸಂಸ್ಥೆಯಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲಿ ಎಂದು ಹಾರೈಸುತ್ತೇನೆ.

(ಕೆ. ಆರ್. ರಾಮಕೃಷ್ಣ)

ಪೀಠಿಕೆ

ಶ್ರೀ ಕುವೆಂಪು ಅವರು ಕನ್ನಡ ನಾಡಿನ ಹೆಮ್ಮೆಯ ರಾಷ್ಟ್ರಕವಿ. ಕನ್ನಡದ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವರಕವಿಗಳಾದ ಬೇಂದ್ರೆಯವರಿಂದಲೇ ಯುಗದ ಕವಿ, ಜಗದ ಕವಿ ಎಂದು ಕೀರ್ತಿತರಾಗಿದ್ದಂಥವರು. ಕನ್ನಡದ ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮತ್ತು ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸ್ತರಗಳಲ್ಲಿ ಎತ್ತಿ ಹಿಡಿದ ಮಹಾಚೇತನವೂ ಅವರಾಗಿದ್ದರು. ಸಾಹಿತ್ಯದ ಅನೇಕ ಪ್ರಕಾರಗಳಿಗೆ ಮಹತ್ವಪೂರ್ಣ ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿರುವ ಹಿರಿಮೆಯೂ ಅವರದಾಗಿದೆ. ಕೇಂದ್ರ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯಿಂದ ಹಿಡಿದು ಜ್ಞಾನಪೀಠ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯವರೆಗೆ ರಾಷ್ಟ್ರಮಟ್ಟದ ಬಹುತೇಕ ಗೌರವ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳೆಲ್ಲ ಅವರದಾಗಿವೆ. ರಾಷ್ಟ್ರಮಟ್ಟದ ಈ ಗೌರವ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳೆಲ್ಲ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಅವರನ್ನು ಅರಸಿಬಂದುವು. ದೇಶ-ವಿದೇಶಗಳ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯಗಳ ಹಾಗೂ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಸಾಹಿತ್ಯಿಕ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಗೌರವಾದರಗಳಿಗೂ ಅವರು ಪಾತ್ರರಾಗಿದ್ದರು.

ಶ್ರೀ ಕುವೆಂಪು ಅವರ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ-ಸಾಹಿತ್ಯಿಕ ಹಿರಿಮೆ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ, ಅವರ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ ಸಂಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯವೊಂದನ್ನೂ ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಶ್ರೀ ಕುವೆಂಪು ಅವರ ಮಹಾಕಾವ್ಯವಾದ 'ಶ್ರೀ ರಾಮಾಯಣ ದರ್ಶನಂ' ಸೇರಿದಂತೆ ಅವರ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಬಹ್ವಂಶ ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಂಥ ವಿದೇಶಿ ಭಾಷೆಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಹಿಂದಿಯಂಥ ಇತರ ಭಾರತೀಯ ಭಾಷೆಗಳಿಗೂ ಅನುವಾದಗೊಂಡಿದೆ ಎಂಬುದು ಗಮನಾರ್ಹವಾದ ಸಂಗತಿಯಾಗಿದೆ. ಶ್ರೀ ಕುವೆಂಪು ಅವರ ಈ ಹೈಮಾಚಲೋಪಮ ಸಾಧನೆಗೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹತ್ವದ ಸಾಹಿತ್ಯಿಕ-ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸಂಸ್ಥೆಯೊಂದನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಬೇಕೆಂಬುದು ಮತ್ತು ಅದು ಭಾರತೀಯ ಸಾಹಿತ್ಯಿಕ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಲೋಕದ ಹೆಮ್ಮೆಯ ಪ್ರತೀಕವಾದ ಸಂಸ್ಥೆಯಾಗಬೇಕೆಂಬುದು ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದ ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷೆಯ ಯೋಜನೆಯಾಗಿದೆ. ಈ ಯೋಜನೆಯ ಮೂಲ ರೂವಾರಿ ಪ್ರೊ. ದೇ. ಜವರೇಗೌಡ ಅವರು. 'ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ'ಯ ಅಂಗವಾಗಿ ಆರಂಭಿಸಲಾಗಿದ್ದ ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿಯನ್ನು ಈಗ ವಿಧ್ಯುಕ್ತವಾಗಿ 'ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ'ದಲ್ಲಿ ವಿಲೀನಗೊಳಿಸಲಾಗಿದ್ದು, ಅದರ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳೂ ಇನ್ನಷ್ಟು ವ್ಯಾಪ್ತಿ-ವೈವಿಧ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಮುಂದುವರಿಯಲಿವೆ. 'ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ' ಕುವೆಂಪು ಸಾಹಿತ್ಯದ ಪ್ರಚಾರ-ಪ್ರಸಾರಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರವೇ ಮೀಸಲಾದ ಸಂಸ್ಥೆಯಾಗಿರದೆ, ಕನ್ನಡ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಹಿರಿಮೆ-ಗರಿಮೆಗಳನ್ನು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ-ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮೆರೆಸುವ, ಭಾರತೀಯ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಸಾಹಿತ್ಯದ ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ಕೃತಿಗಳಿಂದ ಕನ್ನಡ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಸಮೃದ್ಧಗೊಳಿಸುವ ಮಹದಾಶಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ವಿಲ್ ಡ್ಯೂರಾಂಟ್ ಅವರ **'ನಾಗರಿಕತೆಯ ಕಥೆ'** ಹಾಗೂ ಜೆ.ಡಿ. ಬರ್ನಾಲ್ ಅವರ **'ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲಿ ವಿಜ್ಞಾನ'**ದಂಥ ಕೃತಿಗಳ ಕನ್ನಡ ಆವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಹೊರತರುತ್ತಿರುವುದಲ್ಲದೆ,

ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾಭವನ ಮತ್ತು ಕರ್ನಾಟಕ ಜಾನಪದ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದಂಥ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಮಹತ್ವದ ಕೃತಿಗಳ ಅನುವಾದದ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನೂ ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡಿದೆ. ಹೀಗೆ ಸಾಹಿತ್ಯಿಕ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮತ್ತು ತಾಂತ್ರಿಕ ಕಾರ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಅನುವಾದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿವಿಧ ಶಿಕ್ಷಣ ಕ್ರಮಗಳನ್ನೂ ಏರ್ಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅನುವಾದಿತ ಕೃತಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಅನುವಾದ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಮಹತ್ತರ ಸೇವೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಪುರಸ್ಕಾರ, ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳನ್ನು ನೀಡುವ ಕಾರ್ಯವನ್ನೂ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅನುವಾದ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಪೂರಕವಾಗುವಂಥ ವಿಚಾರ–ಸಂಕಿರಣಗಳನ್ನೂ, ಕಾರ್ಯಶಿಬಿರಗಳನ್ನೂ ನಡೆಸಿಕೊಂಡು ಬರಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ, ಪ್ರಾಧಿಕಾರಕ್ಕೆ ಹೊಸ ಹೊಸ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನೂ ವಹಿಸಿಕೊಡುತ್ತಿದೆ. ಡಾ. ಬಾಬಾ ಸಾಹೇಬ್ ಅಂಬೇಡ್ಕರ್ ಅವರ ಸಮಗ್ರ ಕೃತಿಗಳ ಅನುವಾದದ ಪರಿಷ್ಕರಣೆ (ಸಂಪುಟ ೧ ರಿಂದ ೧೪) ಮತ್ತು ಉಳಿದ ಕೃತಿಗಳ (ಸಂಪುಟ ೧೫ ರಿಂದ ೨೨) ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದದ ಪ್ರಕಟಣೆ, ಕನಕದಾಸರ ಕೃತಿಗಳ ಅನುವಾದ, ಕಾವೇರಿ ಮತ್ತು ಕೃಷ್ಣ ಜಲವಿವಾದದ ಐತೀರ್ಪುಗಳ ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ, ಜ್ಞಾನಪೀಠ ಮತ್ತು ಇತರ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪುರಸ್ಕೃತರ ಆಯ್ದ (ಸಂಚಯ) ಕೃತಿಗಳ ಪ್ರಕಟಣೆ ಮತ್ತು ಅನುವಾದ – ಇವುಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಹೆಸರಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾ ಭವನದ ಮೈಸೂರು ಕೇಂದ್ರ ಡಾ. ಎ. ವಿ. ನರಸಿಂಹ ಮೂರ್ತಿ ಅವರ ದಕ್ಷ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಮಹತ್ವದ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಕಾರ್ಯರೂಪಕ್ಕೆ ತರುವ ಮೂಲಕ ಕನ್ನಡ ನಾಡಿನ ವಿದ್ವತ್ ಸಮುದಾಯದ ಹಾಗೂ ಸಾಹಿತ್ಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಇತಿಹಾಸ ಪ್ರಿಯರ ಮೆಚ್ಚುಗೆಯನ್ನು ಸೂರೆಗೊಂಡಿದೆ. ಕನ್ನಡ ಸಾಹಿತ್ಯ ಲೋಕದ ಹಿರಿಯ ಚೇತನಗಳನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿಕೊಡುವ ಅದರ ಮಾಲಿಕೆ ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಭಾಷಾ ಸಂಸ್ಕೃತಿ–ಸಾಹಿತ್ಯಗಳ ಬಗೆಗಿನ ಅದರ ಬದ್ಧತೆಗೂ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿದೆ. 'ಭವನ್ಸ್ ಬುಕ್ ಯೂನಿವರ್ಸಿಟಿ' ಮಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಸಾಹಿತ್ಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಇತಿಹಾಸಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಆಸಕ್ತರಾಗಿರುವ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಬೋಧಪ್ರದವಾಗಿರುವಂಥ ಕಿರುಹೊತ್ತಿಗೆಗಳನ್ನು ಹೊರತರಲಾಗಿದೆ. ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ಕಿರಿದಾದರೂ ಮಹತ್ವದಲ್ಲಿ ಏನೂ ಕಡಿಮೆ ಇಲ್ಲದ ಈ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಕನ್ನಡದಲ್ಲೂ ಹೊರತರುವ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗುವುದು ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಕ್ಕೆ ಹೆಮ್ಮೆಯ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ. ಭಾಗೀದಾರಿಕೆಯ ಈ ಸಲಹೆಗೆ ವ್ಯಾವಹಾರಿಕವೂ, ಕಾರ್ಯಾತ್ಮಕವೂ ಆದ ರೂಪವನ್ನು ನೀಡುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಧಾನ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಿರುವ ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾ ಭವನದ ಮೈಸೂರು ಕೇಂದ್ರದ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿರುವ ಡಾ. ಎ. ವಿ. ನರಸಿಂಹಮೂರ್ತಿ ಅವರಿಗೂ, ಕನ್ನಡ ಪ್ರಕಾಶನದ ಕಾರ್ಯಕಾರಿ ಮಂಡಳಿಯ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿರುವ ಶ್ರೀ ಎನ್. ರಾಮಾನುಜ ಅವರಿಗೂ, ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾ ಭವನದ ಬೆಂಗಳೂರು ಶಾಖೆಯ ನಿರ್ದೇಶಕರಾಗಿರುವ ಶ್ರೀ ಎಚ್.ಎನ್. ಸುರೇಶ್ ಅವರಿಗೂ ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ಪರವಾಗಿ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಬಯಸುತ್ತದೆ.

ಈ ಮಾಲೆಯ ಮೊದಲ ೨೫ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಈ ವರ್ಷ ಇನ್ನೂ ೨೫ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಹೊರತರಲು

ಸಾಧ್ಯವಾಗಿರುವುದು ಪ್ರಾಧಿಕಾರಕ್ಕೆ ತುಂಬ ಸಂತೋಷವನ್ನು ತಂದಿದೆ. ಕನ್ನಡದ ಸಹೃದಯರಿಗೆ ಇವು ತುಂಬ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆಂದು ನಂಬಿದ್ದೇವೆ. ಅನುವಾದ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ನೆರವಾಗಿರುವ ನಾಡಿನ ಹಿರಿ–ಕಿರಿಯ ವಿದ್ವಾಂಸರಿಗೆ, ಸಂಪಾದಕರಾದ ಡಾ. ಎ. ವಿ. ನರಸಿಂಹಮೂರ್ತಿ ಅವರಿಗೆ, ಕರಡು ಪರಿಶೀಲನೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಕರಿಸಿರುವ ಮಿತ್ರರಿಗೆ ನಮ್ಮ ವಂದನೆಗಳು.

ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ಕೆಲಸ–ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರಕಟಣೆಯ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ತಮ್ಮನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರಾರ್ ಪಿ. ನಾರಾಯಣಸ್ವಾಮಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ವರ್ಗದವರಿಗೂ, ಸುಂದರವಾಗಿ ಮುದ್ರಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಹಕರಿಸಿರುವ ಮೆ॥ ಮಯೂರ ಪ್ರಿಂಟ್ ಆಡ್ಸ್‌ನ ಶ್ರೀ ಬಿ. ಎಲ್. ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಮತ್ತು ಅವರ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ವರ್ಗದವರಿಗೂ ನಮ್ಮ ವಂದನೆಗಳು.

ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ
ಬೆಂಗಳೂರು – ೫೬

ಪ್ರಧಾನ್ ಗುರುದತ್ತ
ಅಧ್ಯಕ್ಷ

ಅರಿಕೆ

ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾಭವನದ ಸ್ಥಾಪಕರಾದ ಕುಲಪತಿ ಡಾ. ಕೆ. ಎಂ. ಮುನ್ಷಿಯವರು ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಲ್ಲಿ ಭಾರತೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ವಿವಿಧ ಮುಖಗಳನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸುವ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಭವನ್ಸ್ ಬುಕ್ ಯೂನಿವರ್ಸಿಟಿ ಹಾಗೂ ಅದರಲ್ಲೇ ಸೇರಿಕೊಂಡಿರುವಂತೆ ಒಂದು ರೂಪಾಯಿ ಪುಸ್ತಕ ಮಾಲಿಕೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಇವು ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿ ಅನೇಕ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಲೇಖಕರ ಕೃತಿಗಳು ಈ ಮಾಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡಿವೆ. ಅನೇಕ ಈ ಪುಸ್ತಕಗಳು ನಾಲ್ಕಾರು ಮುದ್ರಣಗಳನ್ನು ಕಂಡಿವೆ.

ಇಂತಹ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲದುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದ ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾಭವನ, ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಈಗ (ದಿವಂಗತ) ಡಾ. ಮತ್ತೂರು ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿಗಳ ಪಾತ್ರ ಹಿರಿದಾದುದು; ಅವರು ಅನೇಕ ಸೂಚನೆ, ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಲೇಖಕರ ಚಿಂತನೆಗಳು ಕನ್ನಡ ಜನಗಳಿಗೆ ದೊರಕುವ ಹಾಗೂ ಭಾರತೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ವಿವಿಧ ಮುಖಗಳ ಪರಿಚಯ ಕರ್ನಾಟಕದ ಓದುಗರಿಗೆ ಆಗುವಂತೆಯೂ ಆಯಿತು. ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾಭವನದ ಮುಂಬಯಿ ಪ್ರಧಾನ ಕೇಂದ್ರದ ಎಕ್ಸಿಕ್ಯುಟಿವ್ ಸೆಕ್ರೆಟರಿ ಹಾಗೂ ಡೈರೆಕ್ಟರ್ ಜನರಲ್ ಆಗಿರುವ ಶ್ರೀ ಎಚ್. ಎನ್. ದಸ್ತೂರ್ ಅವರು ಈ ಯೋಜನೆಗೆ ಅನುಮತಿ ನೀಡಿ ಸಹಕರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು ಸಲ್ಲುತ್ತವೆ. ಬೆಂಗಳೂರು ಮತ್ತು ಮೈಸೂರಿನ ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾಭವನಗಳ ಎಲ್ಲ ಪದಾಧಿಕಾರಿಗಳೂ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಶ್ರೀ ಎಚ್.ಎನ್. ಸುರೇಶ್ ಅವರು ಈ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ವಹಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಕರ್ನಾಟಕದ ಖ್ಯಾತ ಲೇಖಕರು ಈ ಕನ್ನಡ ಕೈಂಕರ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ, ಭಾಷಾಂತರಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಖ್ಯಾತ ಕನ್ನಡ ವಿದ್ವಾಂಸರೂ, ಕುವೆಂಪು ಕನ್ನಡ ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ಅಧ್ಯಕ್ಷರೂ ಆಗಿರುವ ಡಾ. ಪ್ರಧಾನ್ ಗುರುದತ್ತ ಅವರು ಈ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಪ್ರಕಟಣೆಯ ಭಾರವನ್ನು ವಹಿಸಿಕೊಂಡು ನಮಗೆ ಕಳೆದ ವರ್ಷ ೨೫ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಹೊರತಂದಿದ್ದಲ್ಲದೆ, ಈ ವರ್ಷ ಇನ್ನೂ ೨೫ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಉಪಕರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇಷ್ಟು ಶೀಘ್ರದಲ್ಲಿ ಈ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಅವರ ಆಸಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಶೀಲತೆಯೇ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ. ಅವರಿಗೆ ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾಭವನದ ಪರವಾಗಿ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಇದು ವಿಜಯ್ ಎ. ಮಡಗಾವ್‌ಕರ್ ಅವರ *Sure Path to True Happiness* ಎಂಬ ಕೃತಿಯ ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ. ಇದನ್ನು 'ನೈಜ ಸುಖಕ್ಕೆ ಖಚಿತ ಪಥ' ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಕೊ. ಸು. ನರಸಿಂಹಮೂರ್ತಿ ಅವರು ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ಅನುವಾದಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. ಈ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಕನ್ನಡಿಗರು ಆದರದಿಂದ ಬರಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆಂದು ನಾವು ಆಶಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಎನ್. ರಾಮಾನುಜ	**ಎ. ವಿ. ನರಸಿಂಹಮೂರ್ತಿ**
ಅಧ್ಯಕ್ಷರು	ಅಧ್ಯಕ್ಷರು, ವಿದ್ಯಾಭವನ, ಮೈಸೂರು
ವಿದ್ಯಾಭವನ, ಕರ್ನಾಟಕ	ಪ್ರಧಾನ ಸಂಪಾದಕ

ಕುಲಪತಿಗಳ ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ

ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿರುವ ಭಾರತೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಅಧ್ಯಯನ ಸಂಸ್ಥೆ ಅಂದರೆ, ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾಭವನಕ್ಕೆ ಒಂದು ಬುಕ್ ಯೂನಿವರ್ಸಿಟಿಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇತ್ತು. ಇದು ಪ್ರಕಟಿಸಿರುವ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದರೆ, ಉನ್ನತ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಹೊಂದಿದಂತೆ ಆಗಬೇಕೆನ್ನುವುದೇ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶ. ಭಾರತೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಆಳವಾದ ಬೇರುಗಳನ್ನು ಜನಗಳಿಗೆ ತಿಳಿಸುವ ಉದ್ದೇಶವೇ ಇದರ ಮುಖ್ಯ ಗುರಿ. ಮೊದಲನೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಒಂದು ನೂರು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಂಡು ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ೫೦ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ತಕ್ಷಣವೇ ಪ್ರಕಟಿಸುವ ತೀರ್ಮಾನ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಯಿತು. ಪ್ರತಿ ಪುಸ್ತಕವೂ ೨೦೦ರಿಂದ ೨೫೦ ಪುಟಗಳಷ್ಟಿದ್ದು, ಇದರ ಬೆಲೆ ಎರಡು ರೂಪಾಯಿಗಳೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಯಿತು.

ಈ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಇಂಗ್ಲಿಷಿನಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಇತರ ಭಾರತೀಯ ಭಾಷೆಗಳಾದ ಹಿಂದಿ, ಬಂಗಾಳಿ, ಗುಜರಾತಿ, ಮರಾಠಿ, ತಮಿಳು, ತೆಲುಗು, ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಮಲಯಾಳಂಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಪ್ರಕಟಿಸುವುದೆಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸಲಾಯಿತು.

ಈ ರೀತಿಯ ೯೦೦ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಪ್ರಕಟನೆಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಧನ ಹಾಗೂ ಅಖಿಲ ಭಾರತ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ. ವಿದ್ಯಾಭವನವು ಇದನ್ನು ಸಫಲಗೊಳಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಶ್ರಮ ವಹಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಆಧುನಿಕ ಜ್ಞಾನದಡಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಇಂದಿನ ಅವಶ್ಯಕತೆಗನುಗುಣವಾಗಿ ಭಾರತೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯನ್ನು ಸಮಗ್ರವಾಗಿ ತಿಳಿಸುವುದೇ ಭಾರತೀಯ ವಿದ್ಯಾಭವನದ ಮೂಲ ಗುರಿ. ಇದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ನಿಜವಾದ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲ ರೂಪ ಹಾಗೂ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಗುರಿಯನ್ನು ಇನ್ನೂ ವಿಶದವಾಗಿ ತಿಳಿಸಲು ಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನಿಗೂ ತನ್ನ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಗುಣಗಳಿಗನುಗುಣವಾಗಿ ತನ್ನ ಘನತೆಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನಾವು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ; ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪ್ರಯತ್ನ ಹಾಗೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಮೌಲ್ಯದಡಿಯಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಸಾಧಿಸುವುದನ್ನು ನಾವು ಆಶಿಸುತ್ತೇವೆ; ಜೀವನ ಕಲೆಯನ್ನು ನಮ್ಮ ಪರಿಮಿತಿಯನ್ನು ದಾಟಿ ಸಾಧಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಮಾನವನು ದೈವದ ಸಾಧನವಾಗಿ, ಅವನನ್ನು ಎಲ್ಲರಲ್ಲಿಯೂ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಅವನಲ್ಲಿಯೂ ಕಾಣುವಂತೆ ಮಾಡುವುದೇ ನಮ್ಮ ಗುರಿ.

ಪ್ರಪಂಚ ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿದೆ. ಪುಸ್ತಕಗಳು ನಮಗೆ ಬೋಧಿಸುವಂತೆ, ಇನ್ನಾವುದೂ ನಮಗೆ ಸುಂದರ ಹಾಗೂ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಯ ಜೀವನವನ್ನು ತೋರಲಾರರು.

ಆದುದರಿಂದ, ಈ ಮಾಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ, ಪ್ರಾಚೀನ ಹಾಗೂ ಆಧುನಿಕ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವ ಕೃತಿಗಳನ್ನು, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ದೊರಕುವಂತೆ ಪ್ರಕಟಿಸಲು ಉದ್ದೇಶಿಸಲಾಗಿದೆ. ಪ್ರಪಂಚದ ಇತರ ಸಾಹಿತ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಗೌರವಿಸುವ ಮೌಲ್ಯಗಳ ಈ ಗುಣಗಳು ಕಂಡುಬಂದರೆ ಅವುಗಳನ್ನೂ ಇದರಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದು.

ಈ ರೀತಿಯ ಸಾಹಿತ್ಯ ವಾಹಿನಿಯು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಭಾಷೆಗಳ ಮೂಲಕ ಹರಿದು ಬಂದರೂ, ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಗುರಿ ಮತ್ತು ಆಕಾಂಕ್ಷೆ ಕಾಣಬರುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಇದು ಪೌರ್ವಾತ್ಯ ಅಥವಾ ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ಓದುಗರಿಗೆ ಭಾರತದ ಆಂತರ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿಯುವ ಹಾಗೂ ಪ್ರಪಂಚದ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸುವ ಸಾಧನವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಇದಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಬುಕ್ ಯೂನಿವರ್ಸಿಟಿಯ ಮೊದಲನೆಯ ಪುಸ್ತಕ, ಅತ್ಯಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠ ವಿದ್ವಾಂಸರಾದ ಶ್ರೀ ರಾಜಗೋಪಾಲಾಚಾರಿಯವರ 'ಮಹಾಭಾರತ' ಪ್ರಕಟವಾಗಿರುವುದು ನಮ್ಮ ಸುಯೋಗ; ಎರಡನೆಯ ಪುಸ್ತಕ ಇದರ ಒಂದು ಭಾಗವಾದ, ಖ್ಯಾತ ನ್ಯಾಯವಾದಿಗಳೂ ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರವಿದರೂ ಆದ ಎಚ್. ವಿ. ದವೆಯವರಿಂದ ರಚಿತವಾದ ಭಗವದ್ಗೀತೆ. ಇಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದ್ದು ಇನ್ನೆಲ್ಲಿಯೂ ಇರದು ಎಂದು ಮಹಾಭಾರತವನ್ನು ಕುರಿತು ಹೇಳಲಾಗಿತ್ತು. ಇಪ್ಪತ್ತೈದು ಶತಮಾನಗಳಾದ ನಂತರವೂ ನಾವು ಇದೇ ಮಾತನ್ನು ಪುನರುಚ್ಚರಿಸಬಹುದು. ಯಾರಿಗೆ ಮಹಾಭಾರತವು ಗೊತ್ತಿಲ್ಲವೋ, ಅವರಿಗೆ ಆತ್ಮದ ಆಳ ಮತ್ತು ಎತ್ತರ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ; ಅಂತಹವರು ಜೀವನದ ಕಷ್ಟ–ಸುಖಗಳಿಂದ ಹಾಗೂ ವೈಭವದಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ಮಹಾಭಾರತವು ಕೇವಲ ಒಂದು ಮಹಾಕಾವ್ಯವಲ್ಲ; ವೀರ ರಮಣಿಯರ ಹಾಗೂ ಪುರುಷರ, ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ದೈವಾಂಶ ಸಂಭೂತರಾದ ಕೆಲವರ ಮಹಾಗಾಥೆ, ಜೀವನದ ಗುರಿಯನ್ನು ತೋರಿಸುವ ಪೂರ್ಣ ಸಾಹಿತ್ಯವದು; ಸಾಮಾಜಿಕ ಹಾಗೂ ಮೌಲಿಕ ಸಂಬಂಧಗಳ ತಾತ್ವಿಕ ಚಿಂತನೆ; ಅದೊಂದು ಸರಿಸಾಟಿಯಿಲ್ಲದ ಮಾನವನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಕುರಿತಾದ ಚಿಂತನೆ; ಇವೆಲ್ಲವುಗಳಿಗಿಂತ ಮಿಗಿಲಾಗಿ ಅದರ ಮುಖ್ಯ ತಿರುಳು ಗೀತೆ. ಇದೊಂದು ಅತ್ಯಂತ ಉದಾತ್ತವಾದ ಪವಿತ್ರಗ್ರಂಥ: ಇದರ ಹನ್ನೊಂದನೆಯ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಅದ್ಭುತವಾಗಿ ಭವಿಷ್ಯದ ದರ್ಶನವೇ ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ವಿಶ್ವದ ಜನ ತಿಳಿಯಲು ಆರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಇಂತಹ ಉತ್ತಮ ಪುಸ್ತಕಗಳಿಂದ ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ನೆಲೆ ತಿಳಿಯಬರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಆಧುನಿಕ ಜೀವನದ ಸಂಘರ್ಷಗಳಿಗೆ ಒಂದು ದಿನ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಭವನದ ಈ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಸಫಲಗೊಳಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಹಸ್ತ ನೀಡಿರುವ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ನಾನು ಮನಸಾರೆ ವಂದಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಕೆ. ಎಂ. ಮುನ್ಷಿ

ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ

ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಇರುವ ಮಾನವೀಯ ಅಂತಃಕರಣ ಹೊಂದಿರುವ ಜನತೆಯ ಒಳಗಣ್ಣನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ಹಿಂದೆಂದೂ ಈಗಿನಂತೆ ಮಾನವರು ವಿಧೇಯತೆ, ಭರವಸೆ, ಧೈರ್ಯ ಮತ್ತು ಮನಶ್ಶಾಂತಿಯ ಕೊರತೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸಿರಲಾರರು. ಮಾನವೀಯತೆಯು ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದು, ದಿಗ್ಭ್ರಾಂತಿ ಹೊಂದಿದ್ದು, ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂಬುದು ತಿಳಿಯದೇ ಇದೆ. ಸುಖ–ಸಂತೋಷಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಯಾವ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಬೇಕು ಎಂಬುದು ತಿಳಿಯದವನಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಅದನ್ನು ಅವನು ಸಂಪತ್ತು ಸುಖಗಳಲ್ಲಿ ಪಡೆಯಲು ಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ; ಬಹಳ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದಲ್ಲೇ ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಶ್ವರವೆಂದೂ ಇದನ್ನು ಒಹರ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಹಣ ಕೊಟ್ಟು ಕೊಳ್ಳಬಹುದೆಂದೂ ಗೊತ್ತಾಗಿದೆ.

ಇದರಿಂದಾಗಿ ಅವನಿಗೆ ನಿಜವಾದ ಜ್ಞಾನೋದಯ ಉಂಟಾಗಿದೆ; ಅದೇನೆಂದರೆ ನಿಜವಾದ ಸಂತೋಷವು ಹೊರಗಡೆಯಿಲ್ಲ, ಆಂತರ್ಯದಲ್ಲೇ ಹುದುಗಿದೆ ಎಂಬುದು.

ಎಲ್ಲ ಸಂತೋಷಗಳಿಗೂ ಕಾರಣೀಭೂತರಾದ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಮತೋಲನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಲು ಅವಶ್ಯಕವಾದ ಆದರ್ಶ ಮತ್ತು ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯ ಓದುಗರ ಮುಂದೆ ಇಡುವುದೇ ಈ ಪುಸ್ತಕದ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶ. ಓದುಗನು ತನ್ನ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಈ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ, ನಡೆದರೆ ಇಲ್ಲಿಯೇ ಅವನು ಸ್ವರ್ಗವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು; ಇದು ತನಗೆ ಮಾತ್ರ ಅಲ್ಲ, ತನ್ನ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಜನಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಬಹುದು.

ಭಗವಂತನ ದಯೆಯಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಉಳಿದ ಆಯುಷ್ಯವನ್ನು ಸುಖ–ಸಂತೋಷದ ಸ್ವರ್ಗದಲ್ಲಿ ಕಳೆಯಲು ತೆರೆಯಬೇಕಾದ ಬಾಗಿಲಿನ ಕೀಲಿಕೈ ಈಗ ನಿಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿದೆ.

ವಿಜಯ್ ಆನಂದ ಮುಡಗಾಂವ್‌ಕರ್

Blank

ಪರಿವಿಡಿ

ಮುನ್ನುಡಿ	v
ಸಂದೇಶ	vii
ಹಾರೈಕೆ	viii
ಪ್ರಾಸ್ತಾವಿಕ ನುಡಿ	ix
ಪೀಠಿಕೆ	xi
ಅರಿಕೆ	xiv
ಕುಲಪತಿಗಳ ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ	xv
ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ	xvii
೧. ದೇವರು ಮತ್ತು ಆನಂದ	೫
೨. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಶರೀರದ ಅಗತ್ಯಗಳು	೮
೩. ನಡತೆ ಮತ್ತು ವರ್ತನೆ	೧೧
೪. ಸಂತೋಷಕ್ಕೆ ದಾರಿ	೧೪

Blank

ನೈಜ ಸುಖಕ್ಕೆ ಖಚಿತ ಪಥ

ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಾಲೆ

ಇಡೀ ಜೀವನ ನಾನೂ ದೈವ
ಕಣ್ಣುಮುಚ್ಚಾಲೆ ಆಡಿದೆವು.
ವ್ಯರ್ಥವಾಗಿ ಅವನಿಗಾಗಿ ಹುಡುಕಿದೆ
ಬಲಿಷ್ಠರಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಅಶಕ್ತರಲ್ಲಿ!
ನಗರದಲ್ಲಿ ಹುಡುಕಿದೆ
ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ತಡಕಾಡಿದೆ
ಕಾಲಹರಣ ಮಾಡದೆ
ಯಾವ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯೂ ಇಲ್ಲದೆ
ಅವನಿಗಾಗಿ ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದೆ
ಹಾಗೂ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆಲ್ಲ ಓಡಾಡಿದೆ
ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ಅವನನ್ನು ಹುಡುಕಿದೆ
ಮರುಭೂಮಿಯಲ್ಲೂ ಓಡಾಡಿದೆ
ಅವನಿಗಾಗಿ ಸಂತರನ್ನು ಕಂಡೆ
ಮೋಸಗಾರರಲ್ಲಿ ಹುಡುಕಿದೆ.
ಕರಪತ್ರಗಳನ್ನು ಅವನಿಗಾಗಿ ಗಮನಿಸಿದೆ
ಅವನಿಗಾಗಿ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಪರಾಮರ್ಶಿಸಿದೆ
ಅವನನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಹುಡುಕಿದೆ
ಅವನನ್ನು ಅಲ್ಲಿ ಹುಡುಕಿದೆ
ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಹುಡುಕಿದೆ ಅವನನ್ನು
ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ
ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಕನ್ನಡಿಯನ್ನು ನೋಡಿದೆ
ದುರುಗುಟ್ಟಿಕೊಂಡು ನೋಡುತ್ತಿರುವ ಅವನನ್ನು ಕಂಡೆ
ಜೀವನದ ನಿರಂತರ ಪಯಣದಲ್ಲಿ
ಹಗಲು ರಾತ್ರಿ ಕಾಣದೆಯೇ ಅವನು ನನ್ನ ಜೊತೆ ಇದ್ದನು.

ದೇವರು ಮತ್ತು ಧರ್ಮ

ಜೀವವಿಲ್ಲದ ಕಲ್ಲಿನಲ್ಲಿ ದೇವರಿಲ್ಲ
ಮೂಳೆ ಮಾಂಸದ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಅವನಿದ್ದಾನೆ
ನಿಷ್ಠೆಯೆಂಬ ಲಂಗರಿಗೆ ಅವನು ಬದ್ಧನಾಗಿದ್ದಾನೆ
ತ್ಯಾಗವೆಂಬ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಅವನು ಕಾಣಬರುತ್ತಾನೆ

ಪೂಜೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳು ಅವನಿಗೆ ಬೇಕಿಲ್ಲ
ನಿಮ್ಮ ತುಟಿಯ ಕನಿಕರದ ಮಾತಿನಲ್ಲಿರುವಾತ
ಒಳಿತೆಲ್ಲವೂ ದೇವನೇ
ಓ ದೇವಾ! ಓ ದೇವಾ! ಎನ್ನುವುದರಲ್ಲಿ ಅರ್ಥವಿಲ್ಲ

ಯಾವಾಗ ಯಾರು ಒಳಿತು ಮಾಡುವರೋ ಅದೇ ದೇವ
ಒಳಿತು ಮಾಡುವವನೇ ದೇವನಲ್ಲವೇ?
ದೇವ ಬೇಕಾದರೆ ದರ್ಪಣವ ನೋಡು
ಅಲ್ಲಿ ಅವ ಕಾಣದಿದ್ದರೆ ಎಲ್ಲೊ ಏನೋ ತಪ್ಪಾಗಿದೆ

ನಿನ್ನನ್ನು ದೇವರಿಂದ ದೂರವಿರಿಸುವುದೇ ತಪ್ಪು
ಓ ದೇವಾ, ಓ ದೇವಾ ಎನ್ನುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಅದು
ಮಾನವನೇ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ದೇವ
ಅವನೇನೇ ಆದರೂ ಅವನನ್ನೇ ದೇವರೆಂದು ತಿಳಿ

ಮಾನವ ಮಾನವನಿಗೆ ಮಾಡಿರುವ ಪರಿಯನು ನೋಡು
ಅವನಿಗೆ ಕೈಲಾದ ಸಹಾಯ ನೀ ಮಾಡು
ಕಷ್ಟದಲ್ಲಿರುವ ಸಹ ಮಾನವನಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡು
ಅದೇ ನಿಜವಾದ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಧರ್ಮ

ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಪೂಜೆ ಹಾಗೂ ಪವಿತ್ರ ಸ್ನಾನ
ಉದ್ದನೆಯ ಬೆಳೆದ ಕೂದಲು ತುಟಿಯ ಮೇಲೆ ಅವನ ನಾಮ
ಇವೆಲ್ಲವೂ ಧರ್ಮದ ನೆರಳೇ ಹೊರತು ನಿಜ ಧರ್ಮವಲ್ಲ
ಅಧಿಕಾರ ಮತ್ತು ಸ್ವಾರ್ಥತೆಯ ಬಿಡುವುದೇ ಧರ್ಮ

ರಾಮ ಮತ್ತು ಕೃಷ್ಣರು ನಿನಗೇನು ಮಾಡಬಲ್ಲರು
ನಿನಗೆ ನೀನೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡದಾದರೆ
ಅಧಿಕಾರ ಮತ್ತು ಸ್ವಾರ್ಥದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುವವನಿಗೆ
ರಾಮನಾಮವು ಅಸತ್ಯವೇ ಸರಿ

ದೈವ ಮತ್ತು ಅಸುರ ನಿನ್ನೊಳಗೇ ಇವೆ
ಯಾರನ್ನಾದರೂ ನೀನು ಆಮಂತ್ರಿಸಬಹುದು
ನೀನು ಏನು ಬೇಕಾದರೂ ಮಾಡಬಹುದು
ಸಲಹಬಹುದು ಇಲ್ಲ ವಧಿಸಬಹುದು

ಪವಿತ್ರ ಗಂಗೆಯು ಹರಿಯುವ ಸಂಕೇತ
ಸಂಕಷ್ಟದಲ್ಲಿರುವ ಕಣ್ಣೀರಿಗಿಂತ ಪವಿತ್ರವಾದದ್ದು ಇಲ್ಲ
ಅದನ್ನು ಒರೆಸುವುದೇ ನಿಜವಾದ ಧರ್ಮ
ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗಿರುವುದೇ ಮಾನವೀಯ ದೃಷ್ಟಿ

ಪವಿತ್ರ ಸ್ನಾನವು ನಿಮ್ಮ ಆತ್ಮವನ್ನು ಶುಚಿಗೊಳಿಸಲಾರದು
ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳು ನಿಮ್ಮ ಐಹಿಕವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲಾರವು
ಪೂಜೆಯು ನಿಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲಾರದು
ದಯೆಯೇ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸಾಂತ್ವನಗೊಳಿಸಬಲ್ಲದು

ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ವಿಕಾಸದ ದೀಪವನ್ನು ಬೆಳಗಿಸಿ
ಹಿಮ್ಮುಖ ಮತ್ತು ದುಷ್ಟತನವನ್ನು ಹೊಡೆದೋಡಿಸಿ
ಮಾನವೀಯತೆಯ ಹರಿಕಾರರಾಗಿರಿ
ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿಂದ ಕ್ರೌರ್ಯವನ್ನು ಹೊಡೆದೋಡಿಸಿ

ನನಗೆ ದೇವರೂ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ ಧರ್ಮವೂ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ
ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ಭ್ರಾತೃತ್ವವೇ ನನ್ನ ಶ್ರೇಷ್ಠ ದೃಷ್ಟಿ
ಜಾತಿ ಜನಾಂಗ ಮತಗಳು ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ನನಗೆ
ಜೋಲು ಮುಖದ ಗುಂಪಿಗೆ ಸೇರಿದವ ನಾನು

ನೋವೇ ನನ್ನ ದೇವರು! ನಿಷ್ಕಪಟವೇ ನನ್ನ ಆತ್ಮ!
ಅನುಕಂಪವೇ ನನ್ನ ಧರ್ಮ ಸೇವೆಯೇ ನನ್ನ ದೇವರು!

–ನನ್ನ ಭಾವ–ಮೈದುನ ಡಾ. ಡಿ.ವಿ. ನಾಡಕರ್ಣಿಯವರ ರಚನೆ

೧. ದೇವರು ಮತ್ತು ಆನಂದ

ಕಲ್ಪನೆಯಲ್ಲಿ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿರುವುದೆಂದರೆ ಸ್ವರ್ಗ. ಅಲ್ಲಿ ಸದಾ ಸಂತೋಷವು ದೊರಕುತ್ತದೆ; ಯಾವ ಕೊರತೆಯೂ ಇಲ್ಲ; ಯುದ್ಧಗಳಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಜಗಳಗಳಿಲ್ಲ, ವೈಷಮ್ಯವಿಲ್ಲ; ಅಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ಸುಖ–ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಸ್ವರ್ಗವನ್ನು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೇ ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಶಕ್ತಿ ಮಾನವನಿಗೆ ಇದೆ.

ಮಾನವನು ತನ್ನ ದೈನಂದಿನ ನಡವಳಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ವರ್ತನೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡು ತನ್ನ ಪೂರ್ಣ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಏರಬೇಕೆಂಬುದೇ ದೇವರ ಚಿಂತನೆ ಎಂದು ಎಲ್ಲ ಧರ್ಮಗಳೂ ಸಾರುತ್ತವೆ. ಮಾನವನು ತನ್ನ ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಮಾಣಕ್ಕೆ ಏರದೇ ಹೋದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಅವನೇ ಸಂಪೂರ್ಣ ಜವಾಬ್ದಾರ. ಮಾನವನು ಲೌಕಿಕ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ್ದರೂ, ಆಂತರಿಕವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ತುಂಬ ವಿಫಲನಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಈ ಲೌಕಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗಳೆಲ್ಲವುಗಳಿಗೂ ಪರಮಾತ್ಮನೇ ಕಾರಣನೆಂಬುದನ್ನು ಮರೆತು ಲೌಕಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಕುರುಡನಾಗಿದ್ದಾನೆ.

ಮನುಷ್ಯನು ತನ್ನಂತೆಯೇ ಇರಬೇಕೆಂದು ದೇವರು ಇಚ್ಛಿಸಿದನು. ಮನುಷ್ಯನು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮುಖ್ಯ ಕೆಲಸವೆಂದರೆ, ದೇವರು ತನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಇರುವನೆಂಬ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿ ಅವನ ದೇವಾಲಯವಾದ ಈ ಶರೀರವನ್ನು ಶುಚಿಯಾಗಿ ಹಾಗೂ ಶುದ್ಧವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಶುದ್ಧವಾದ ಮನಸ್ಸು ಶುಚಿಯಾದ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಇರಬಲ್ಲದು.

ಈ ಶರೀರವನ್ನು ಶುದ್ಧವಾಗಿ, ಶುಚಿಯಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದುದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಮುಖ್ಯ ಕರ್ತವ್ಯ. ಶರೀರವನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ, ಅಗತ್ಯವಾದುದು ಹಿತಮಿತವಾದ ಒಳ್ಳೆಯ ಆಹಾರ. ಮಹಾತ್ಮಾ ಗಾಂಧೀಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಉಪಯೋಗಿಸಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುವಂತೆ ದೇವರು ನಮಗೆ ಕೈಕಾಲುಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾನೆ. ಆದುದರಿಂದ ಶರೀರವನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ದುಡಿಮೆ ಅಥವಾ ವ್ಯಾಯಾಮ ಅತ್ಯಾವಶ್ಯಕ.

ಹೆಲನ್ ಕೆಲ್ಲರ್ ಹೇಳುವಂತೆ ಸಾಹಸವಿಲ್ಲದ ನಂಬಿಕೆ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯವಾಗಿದ್ದು, ನೋಡಲಾಗದ ಹಾಗೂ ಶೋಧಿಸಲಾಗದ ದೃಷ್ಟಿ ಇದ್ದಂತೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಥಾಮಸ್ ಆಳ್ವ ಎಡಿಸನ್ನನನ್ನು ಅವನ ಉಪಾಧ್ಯಾಯನು ಅವನ ಮನಸ್ಸು ಸೋಮಾರಿತನದಿಂದ ಕೂಡಿದೆ ಎಂದು ಮೂರು ತಿಂಗಳಲ್ಲೇ ಮನೆಗೆ ಕಳುಹಿಸಿದನಂತೆ. ಆದರೆ ಅವನಿಗೆ ತನ್ನಲ್ಲೇ ಇದ್ದ ದೇವರ ಬಗ್ಗೆಯ ಶ್ರದ್ಧೆ ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ, ವಿಶ್ವದಲ್ಲೇ ಅತ್ಯಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದವನಾಗಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧಿ ಪಡೆದನು.

ನಂಬಿಕೆ ಎಂಬುದು ತನ್ನನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ಶಕ್ತಿಗೆ ತೋರಿಸುವ ಕೃತಜ್ಞತೆ.

ಮನುಷ್ಯನ ಆಂತರ್ಯದಿಂದ ಬರತಕ್ಕಂತಹ ಶಕ್ತಿಗೆ ಯಾವ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾತಿಯೂ ಇಲ್ಲ! ಅದು ಬಡವರಿಗೂ ಹಾಗೂ ಶ್ರೀಮಂತರಿಗೂ ಸಮನಾಗಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಮಾನವನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಆಹಾರವನ್ನು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬೇಕು. ಮನುಷ್ಯನು ಬದುಕಿರುವುದಕ್ಕಾಗಿ ತಿನ್ನಬೇಕೇ ಹೊರತು ತಿನ್ನುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಬದುಕಬಾರದು ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆಯಬಾರದು. ರುಚಿಕರವಾದ ವ್ಯಂಜನಭರಿತ ಆಹಾರವು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಹಾನಿಕರವಾದುದರಿಂದ, ಉತ್ತಮ ಆಹಾರ ಹೊಂದಲು ಅರೆಬೆಂದ ತಾಜಾ ತರಕಾರಿ, ಹಣ್ಣುಗಳು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ಆಹಾರಕ್ಕೆ ನವೋಲ್ಲಾಸ, ಚೈತನ್ಯ ಹಾಗೂ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತುಂಬುವುದರಿಂದ, ಭೋಜನಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ 'ತಿನ್ನುವುದು ಬದುಕುವುದಕ್ಕಾಗಿ' ಎನ್ನುವ ಘೋಷಣೆಯನ್ನು ಬರೆಯಲೂ ಖಂಡಿತ ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮನುಷ್ಯನು ಆರೋಗ್ಯವಂತನಾಗಿರಬೇಕಾದರೆ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಆರರಿಂದ ಎಂಟು ಗಂಟೆಗಳವರೆಗಿನ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯು ಅಗತ್ಯವಿದ್ದು, ಜೀವಸತ್ವಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದ ಹಿತಮಿತವಾದ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯ ನಿದ್ರೆಯೂ ಬರುತ್ತದೆ. ಮಸಾಲೆಯುಕ್ತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದಾಗಿ ನಿದ್ರಾಹೀನತೆ ಉಂಟಾಗುವುದಲ್ಲದೆ ಕೆಟ್ಟ ಕನಸುಗಳೂ ಬೀಳಬಹುದು.

"ನನ್ನ ಕಷ್ಟದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಒಬ್ಬ ಪಾಲುದಾರ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡೆ. ನಾನು ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಅವನು ತೋರಿಸಿಕೊಟ್ಟ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದೆ ಅವನ ಹೆಸರೇ ದೇವರು."

–ಲಿಯೋ ಟಾಲ್‌ಸ್ಟಾಯ್

"ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನೂ ತನ್ನ ದೇಹ ಎಂಬ ದೇವಾಲಯವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತಾನೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಶಿಲ್ಪಿಗಳು ಮತ್ತು ವರ್ಣಚಿತ್ರಕಾರರು. ಅದರಲ್ಲಿರುವ ವಸ್ತುಗಳೇ ಮಾಂಸ, ರಕ್ತ ಮತ್ತು ಮೂಳೆಗಳು. ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಯಿಂದ ಮಾನವನು ಸುಸಂಸ್ಕೃತನಾಗುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಸಣ್ಣತನ ಹಾಗೂ ಇಂದ್ರಿಯ ಲೋಲುಪತೆಗಳಿಂದ ಅವನು ಅನಾಗರಿಕನಾಗುತ್ತಾನೆ."

–ಹೆನ್ರಿ ಡೇವಿಡ್ ಥೋರೊ

"ಮಾನವ ಜೀವನವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡಿಕೊಂಡವರ ದುರಂತ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ನಾನು ತಿಳಿದಿದ್ದೇನೆ. ನಮ್ಮ ಮನೆಯ ಕಿಟಕಿಯಾಚೆ ಕಾಣಬರುವ ಗುಲಾಬಿಯತ್ತ ಇಂದು ನೋಟ ಹರಿಸಿ ಸಂತೋಷ ಪಡುವ ಬದಲು, ಯಾವುದೋ ಕನಸಿನ ಲೋಕದ ಗುಲಾಬಿಯ ತೋಟದ ಕಡೆಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ."

"ನನ್ನ ವೈಕಲ್ಯದ ಮೂಲಕ ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಕಂಡುಕೊಂಡೆ ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಕಾರ್ಯ ಮತ್ತು ದೇವರನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡೆ"

–ಹೆಲನ್ ಕೆಲ್ಲರ್

"ಜೀವನ ಎಂಬುದು ಪ್ರತಿದಿನದ, ಪ್ರತಿಕ್ಷಣದ ಜೀವಕೋಶಗಳಲ್ಲಿ ಮಿಡಿಯುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ತಡವಾಗಿ ಅರಿಯುತ್ತಿದ್ದೇವೆ."

–ಸ್ಟೀಫನ್ ಲಿಕಾಕ್

* * * *

೨. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಶರೀರದ ಅಗತ್ಯಗಳು

(ಅ) ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಯಾಮ

ದಿನನಿತ್ಯ ನಾವು ಊಟವನ್ನು ಹೇಗೆ ತ್ಯಜಿಸುವುದಿಲ್ಲವೋ ಹಾಗೇ ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. 'ವ್ಯಾಯಾಮವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಊಟವಿಲ್ಲ' ಎಂಬ ತತ್ತ್ವ ನಮ್ಮದಾಗಬೇಕು. ಇದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಭೋಜನಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ದಪ್ಪ ಅಕ್ಷರಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆದು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು ವ್ಯಾಪಾರದ ಮೂಲಕ ಸರಿಯಾಗಿ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳದೇ ಹೋದರೆ ಅದು ರೋಗರುಜಿನಗಳ ಆಗರವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಇದು ನಿಮಗೆ ಜ್ಞಾಪಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು.

ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಉಪಯುಕ್ತ ವ್ಯಾಯಾಮವೆಂದರೆ, ಶರೀರವನ್ನು ಹಿಮ್ಮುಖವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಮುಮ್ಮುಖವಾಗಿ ಬಗ್ಗಿಸಿ ಮಾಡುವ ವ್ಯಾಯಾಮ. ಅದು ನಿಮ್ಮ ಸೊಂಟವನ್ನು ಸದೃಢಗೊಳಿಸುವುದಲ್ಲದೆ, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮಾಂಸಖಂಡಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಜಠರದಲ್ಲಿ ಪಚನಕ್ರಿಯೆ ಸರಿಯಾಗಿ ನಡೆದು, ಕರುಳು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿರುವುದಕ್ಕೆ ನೆರವಾಗುವುದರಿಂದ ಶೇಕಡ ತೊಂಬತ್ತರಷ್ಟು ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ದೂರವಾಗುತ್ತವೆ.

ಜಾಗಿಂಗ್ ಒಂದು ಉತ್ತಮ ವ್ಯಾಯಾಮವಾಗಿದ್ದು, ದೇಹವನ್ನು ಸುಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇಡಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಜಾಗಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದಾದರೂ ಮನೆಯ ಒಳಗೂ ಇದನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ನಾಲ್ಕಾರು ಹೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನಿರಿಸಿ ಉಸಿರೆಳೆದುಕೊಂಡು, ನಂತರ ಉಸಿರನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಇಡೀ ಪಾದದವರೆಗೆ ಹೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಸರಿಸಿ ಎದೆಯುಬ್ಬಿಸಿ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದು ಸರಿಯಾದ ಕ್ರಮ.

ಜಾಗಿಂಗ್ ಅಥವಾ ಇತರ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳನ್ನು ಬೆವರುವ ತನಕ ಮಾಡಬೇಕು. ನಂತರ ಮೈಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಕ್ಕಿಕೊಂಡು ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಬೇಕು.

ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ದೀರ್ಘವಾಗಿ ಉಸಿರಾಟ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಉಸಿರನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಉದರಕ್ಕೆ

ಸೇರಿಸಿ, ಸಾವಕಾಶವಾಗಿ ಉಸಿರು ಬಿಡುವುದನ್ನೇ 'ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ' ಎಂದು ಯೋಗಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ಮಾಡುವಂತೆ ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

(ಆ) ಆಹಾರ

ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದೆಂದರೆ ನಿಯತವಾಗಿ ನಿಯಂತ್ರಿತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯೆಂದೇ ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಹೊಟ್ಟೆ ಭಾರವಾಗುತ್ತದೆಯಲ್ಲದೆ, ಅನಾರೋಗ್ಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೂ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶವಿರುವ ಆಹಾರವನ್ನು ಕ್ಲುಪ್ತವಾಗಿ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಅದರಿಂದಾಗಿ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಹಿಂದಿನ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ತಿಳಿಸಿರುವಂತೆ 'ಬದುಕಲು ತಿನ್ನಬೇಕೇ' ಹೊರತು 'ತಿನ್ನಲು ಬದುಕಬಾರದು'. ಜಿಹ್ವಾಚಾಪಲ್ಯವು ಹೆಚ್ಚು ತಿನ್ನುವಂತೆ ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವುದಾದರೂ ಬಯಸಿದಾಗ ಹೆಚ್ಚು ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರ ಅಂದರೆ, ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ಹಸಿ ತರಕಾರಿಗಳು ಶರೀರದ ಸುತ್ತಳತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡು ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಪಡೆಯಲು ನೆರವಾಗುತ್ತವೆ. ಇತರ ಯಂತ್ರಗಳಂತೆ ವಾರಕ್ಕೊಮ್ಮೆಯಾದರೂ ನಮ್ಮ ಜಠರಕ್ಕೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ನೀಡುವ ಆವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ. ಅದಕ್ಕೆಂದೇ ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು ಪ್ರತಿ ಶನಿವಾರ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಹೀಗಾದರೂ ವಾರಕ್ಕೊಂದು ದಿನ ನಮ್ಮ ಜಠರಕ್ಕೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ದೊರೆಯುತ್ತಿತ್ತು ಮತ್ತು ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ನರತಂತುಗಳಿಗೆ ವಾರದಲ್ಲಿ ಒಂದು ದಿನ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಸಿಗುತ್ತಿತ್ತು.

(ಇ) ನಿದ್ರೆ

ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಲು ನಿದ್ರೆ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಒಬ್ಬ ಆರೋಗ್ಯವಂತನು ದಿನದಲ್ಲಿ ಆರರಿಂದ ಎಂಟು ಗಂಟೆಯ ಕಾಲ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಹೊಂದುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈ ರೀತಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುವುದು ಉತ್ತಮ ಪದ್ಧತಿ ಎನಿಸುತ್ತದೆ.

ಗಟ್ಟಿಯಾದ ಹಾಸಿಗೆಯನ್ನು ನಿದ್ರೆಗಾಗಿ ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಮೆತ್ತನೆಯ ಹಾಸಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಮಲಗುವುದನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು. ಕೈಕಾಲುಗಳನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಚಾಚಿ ನಿಮ್ಮ ಬೆನ್ನ ಮೇಲೆ ಮಲಗಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ಶಯನ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಗಾಳಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕು ಬೀಳುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅಡಿಯಿಂದ

ಮುಡಿಯವರೆಗೆ ಮೈ ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಮಲಗಬೇಡಿ. ಮುದುರಿಕೊಂಡು ಮಲಗುವುದು ಸರಿಯಾದ ಕ್ರಮವಲ್ಲ.

ಬೆಳಗಾಗಿ ನೀವೆದ್ದ ಕೂಡಲೇ ನಿಮ್ಮ ಉಪಯೋಗಕ್ಕಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಇಪ್ಪತ್ತನಾಲ್ಕು ಗಂಟೆಗಳ ಅದ್ಭುತ ಸಮಯ ನಿಮಗಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ.

–ಆಲ್ಬರ್ಟ್ ಬೆರ್ನೆಟ್

* * * *

೩. ನಡತೆ ಮತ್ತು ವರ್ತನೆ

ಮಾನವನ ಶಾರೀರಕ ಸುಸ್ಥಿತಿಯ ಮೇಲೆ ಮನಸ್ಸು ತನ್ನ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ತೋರಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಸಂತೋಷದ ವಾತಾವರಣವು ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ದ್ವೇಷ, ಕೋಪ, ಅಸೂಯೆ ಮುಂತಾದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಕಿತ್ತುಹಾಕಿ. ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು ಇಂತಹ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ, ಲೋಭ, ಮೋಹ, ಮದ, ಮಾತ್ಸರ್ಯಗಳೆಂಬ ಅರಿಷಡ್ವೈರಿಗಳೆಂದು ಗುರುತಿಸಿದ್ದರು. ಕಡಿಮೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇವುಗಳನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸುವುದು ಕಠಿಣವಾದರೂ, ಸತತ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಇವುಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು. ನಮಗೆ ಮಹಾತ್ಮಾ ಗಾಂಧಿಯವರ ಉದಾಹರಣೆಯೇ ಸಾಕು. ಸತತ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದಾಗಿ ಬ್ರಿಟಿಷರನ್ನು ಭಾರತದಿಂದ ಹೊಡೆದೋಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದದ್ದು ಗಾಂಧೀಜಿಯವರು ಬ್ರಿಟಿಷರೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿದ್ದ ಉತ್ತಮ ಬಾಂಧವ್ಯದಿಂದ. ಹೀಗಾಗಿ ಭಾರತವು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಪಡೆದಿದ್ದರೂ ಬ್ರಿಟಿಷರೊಂದಿಗಿನ ಬಾಂಧವ್ಯವು ಉತ್ತಮವಾಗಿಯೇ ಉಳಿದಿದೆ. ಮಹಾತ್ಮರು ಬೋಧಿಸಿದ್ದು ಇದನ್ನೇ. ಅಂದರೆ ಶತ್ರು ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತ, ಇಬ್ಬರನ್ನು ಒಂದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿಸುವುದು.

(ಅ) ಕ್ಷಮಿಸಿ ಮತ್ತು ಮರೆತು ಬಿಡಿ

ನೀವು ಕೋಪ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಸಫಲರಾದರೆ, ನೀವು ಕ್ಷಮಾಗುಣವನ್ನು ಸಹಜವಾಗಿ ಪಡೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೀರಿ ಎಂದೇ ಅರ್ಥ. ಇದು ನಿಮಗೆ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಮನಶ್ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತಂದುಕೊಡುತ್ತದೆ. ಹಳೆಯ ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಮಹತ್ವ ನೀಡದೆ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ದೂರವಿಡಿ.

ಆ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಕಿತ್ತುಹಾಕಿ. ನಿಮಗೆ ಇತರರು ನೀಡಿದ ತೊಂದರೆಗಳಿಗಾಗಿ ಅವರನ್ನು ದೂಷಿಸದೆ, ಆದ ತಪ್ಪಿಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವೇ ನಿಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ಧೋರಣೆಯಲ್ಲಿ ಉಂಟಾದ ಇಂತಹ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಹಾಗೂ ಅತ್ಯಮೂಲ್ಯ ಸುಧಾರಣೆಗಾಗಿ ನಿಮಗೇ ಅಚ್ಚರಿಯಾಗಬಹುದು! ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಾದ

ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಇತರರ ಸಂಬಂಧಗಳ ಮೇಲೂ ಉತ್ತಮ ಪರಿಣಾಮ ಉಂಟು ಮಾಡಬಹುದು.

(ಆ) ಅನುಕಂಪ

ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕರುಣೆಯಿರಲಿ. ನೀವು ಅನುಕಂಪದ ಸುಗಂಧವನ್ನು ಬೀರಿ. ನಿಮ್ಮ ಶಕ್ತಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ನೊಂದವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಹಸ್ತ ನೀಡಿ. ಕಷ್ಟದಲ್ಲಿರುವವರಿಗೆ ನೀವು ನುಡಿಯುವ ಸಾಂತ್ವನ ನುಡಿಗಳು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಅವರು ಆತ್ಮಗೌರವವನ್ನು ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇದರಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನೊಂದವರು ಬದುಕಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುವಂತೆ, ಅವರ ಕಾಲಿನ ಮೇಲೆ ಅವರು ನಿಲ್ಲುವಂತೆ ನೆರವಿನ ಹಸ್ತವನ್ನು ನೀಡಿರಿ. ನಿಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸೌಜನ್ಯ ಹಾಗೂ ಹಿರಿಯರಿಗೆ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯವರಿಗೆ ಗೌರವವಿರಲಿ. ಹೆಂಗಸರಿಗೆ ಸ್ಥಳ ನೀಡುವಂತಹ ಸಣ್ಣ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಇತರರು ಹುಬ್ಬೇರಿಸಲು ಕಾರಣವಾಗಬಹುದಾದರೂ, ನಿಮ್ಮ ಕಿರುನಗೆಯೇ ಅದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರವಾಗಿರಲಿ.

ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯವು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಡಗರದಿಂದ ತುಂಬಿರಲಿ.

(ಇ) ದುಶ್ಚಟಗಳು

ಬಹುಕಾಲದಿಂದ ಸಂಗ್ರಹವಾದ ಹವ್ಯಾಸಗಳೇ ಇವು. ಇತರರ ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿ ಇವುಗಳನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಮಾತ್ರ ಪಾಲಿಸುತ್ತೇನೆಂದು ಯಾರಾದರೂ ಹೇಳಬಹುದು. ಹಾಗೆಯೇ ಇದು ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಯಾರಿಗೂ ತೊಂದರೆಯಾಗದೇ ಇರಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗ ಇದು ಸರಿಯಲ್ಲವೆಂದೂ, ಬೇಡವೆಂದು ಹೇಳಿದರೂ, ಅದನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಿ ಎರಡನೆಯ ಸಲವೂ ಅದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತೀರಿ. ನಂತರ ಮೂರನೆಯ ಸಲ– ಹೀಗೆ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತ ವ್ಯಸನಗಳಿಗೆ ಬಲಿಯಾಗುತ್ತೀರಿ.

ದುರ್ಗುಣಗಳಿಗೆ ಬಲಿಯಾದವರಿಗೆ, ತಮಗೆ ಇದರಿಂದ ತೊಂದರೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಗೊತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೂ ಧೂಮಪಾನವಾಗಲೀ, ಮದ್ಯಪಾನವಾಗಲೀ, ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯಗಳ ವ್ಯಸನವಾಗಲೀ ತಮ್ಮ ದುಃಖವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆಯೆಂದು ಸಮರ್ಥಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಅವರು ತಮಗೆ ತಾವೇ ಮೋಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇವರು ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಪಲಾಯನ ಸೂತ್ರವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ತಮಾಷೆ ಎನಿಸುತ್ತದೆ.

ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧವಿರುವವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ದುಶ್ಚಟಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯಿದ್ದು ದುರ್ಗುಣಗಳನ್ನು ಹಂತಹಂತವಾಗಿ ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ

ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯೂ ಹೆಚ್ಚುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಮಹಾತ್ಮಾ ಗಾಂಧಿಯವರನ್ನು ಕಾಡಿದ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ನಿಲ್ಲಲು ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯೇ ಕಾರಣವಾಯಿತು. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ದುಶ್ಚಟಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾದವರು ಮುತ್ತಿದ್ದರೂ ಅವರಿಗಾಗುವ ಹಾನಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದ ಅವರು ಇಂದೋ ನಾಳೆಯೋ ದುಃಖಿತರಾಗುವುದು ಖಚಿತ. ಆದರೆ, ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ದೇವರಿರುವುದರಿಂದ ನಿಮಗೆ ಅಂತಹ ಅಪಾಯ ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮೊಡನಿರುವ ದೈವಾನುಗ್ರಹದಿಂದಾಗಿ ನೀವು ದುಶ್ಚಟಗಳನ್ನು ದೂರವಿಡುತ್ತೀರಿ.

> ಯಾರೊಂದಿಗೂ ದ್ವೇಷವಿಲ್ಲದವ, ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಉದಾರಪರನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ.
>
> **–ಅಬ್ರಹಾಂ ಲಿಂಕನ್**

> ತಪ್ಪೆಸಗುವುದು ಮಾನವ ಗುಣ, ಕ್ಷಮಿಸುವುದು ದೈವತ್ವ.
>
> **–ಅಲೆಗ್ಸಾಂಡರ್ ಪೋಪ್**

> ಒಬ್ಬನ ಮೇಲೆ ಯುದ್ಧ ಮಾಡಿ ಜಯಿಸುವವ ಬಲಾಢ್ಯ; ಆದರೆ ತನ್ನನ್ನೇ ತಾನು ಜಯಿಸುವವ ಎಲ್ಲರಿಗಿಂತ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ
>
> **–ಲಾವೋ ತ್ಸೆ**

> ನೀನು ಇತರರಿಂದ ಏನನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತೀಯೋ ನೀನು ಇತರರಲ್ಲಿ ಹಾಗೇ ವರ್ತಿಸು.
>
> **–ಬೈಬಲ್**

* * * *

೪. ಸಂತೋಷಕ್ಕೆ ದಾರಿ

ಎಲ್ಲ ಮಾನವ ಜೀವಿಗಳೂ– ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳೂ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಅರಸುತ್ತ ಇವೆ. ಯಾವುದೇ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಯಾರೇ ಮಾಡಿದರೂ, ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಅದು ಸಂತೋಷ ಪಡೆಯಲು ಮಾತ್ರ. ಅಂದರೆ ಸಂತೋಷವೇ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾದುದು.

ಹಾಗೆಂದರೆ ಸಂತೋಷವೆಂದರೇನು? ಸಂತೋಷ ಎಂಬ ಪದದ ನಿರೂಪಣೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹಣವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸುವುದೇ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಬಹಳಷ್ಟು ಮಂದಿ ಭಾವಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮತ್ತೆ ಕೆಲವರು ಹೆಸರು, ಖ್ಯಾತಿ ಮತ್ತು ಅಧಿಕಾರವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದೇ ಸಂತೋಷವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದಾರೆ.

ಆದರೆ ಇಂತಹ ಬಾಹ್ಯ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂಬುದನ್ನು ಅವರು ಮರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಅವರ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿ. ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸುವುದರಿಂದ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದೆಂದು ಭಾವಿಸುವ ಜನಗಳು ಅದೃಷ್ಟವನ್ನು ನಂಬಿ ಕ್ಷಣಿಕ ಖುಷಿ ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಮನೋಇಚ್ಛೆಗಳು ಪೂರೈಸಿದ ನಂತರವೂ ಅವರನ್ನು ಅತೃಪ್ತಿ ಕಾಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತೇನನ್ನೋ ಹುಡುಕತೊಡಗುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ಒಂದಾದನಂತರ ಮತ್ತೊಂದನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಅಲೆದಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಆದುದರಿಂದ ಸಂತೋಷವೆನ್ನುವುದು ಒಂದು ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿ. ಸಂತೃಪ್ತಿಯೇ ಸಂತೋಷವೆಂದು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬರಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಅರಿಯಲು ಮನಸ್ಸನ್ನು ತರಬೇತಿಗೊಳಿಸಬೇಕು.

(ಅ) ಧ್ಯಾನ

ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಮನಸ್ಸನ್ನು ತಯಾರು ಮಾಡಲು ಧ್ಯಾನವೊಂದೇ ಮಾರ್ಗ. ಶರೀರವನ್ನು ವಿಶ್ರಾಂತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಕುಳಿತು ದೇವರನ್ನು ನೆನೆಯುವುದೇ ಧ್ಯಾನ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ ದೇವರನ್ನು ನೆನೆಯುವುದರಿಂದ ದೈವ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಮುಂದೆ ಮಾನವ ಎಷ್ಟು ಅಲ್ಪ ಎಂದು

ತಿಳಿಯಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೂ ಇದರಿಂದ ತನ್ನ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪ್ರತಿಷ್ಠೆ, ಅದೃಷ್ಟ, ಸಂಪತ್ತಿನ ಬಗ್ಗೆ ಹಮ್ಮು, ಅಧಿಕಾರದ ಮದ, ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯ ಪ್ರಾಪ್ತಿ ಮುಂತಾದ ಒಣಪ್ರತಿಷ್ಠೆಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದಾಗ, ಇವೆಲ್ಲವೂ ನೀರಮೇಲಣಗುಳ್ಳೆಯಂತೆ ಕ್ಷಣಿಕವೆಂದು ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ.

ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಅತಿ ಶ್ರೇಷ್ಠನಾದ ಮಾನವನು ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾದ ಉತ್ತಮ ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು, ಮನಸ್ಸೆಂಬುದನ್ನು ದೇವರಿಂದ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿ ಪಡೆದಿರುತ್ತಾನೆ. ಬರಿಗಣ್ಣಿನಿಂದ ನೋಡಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾದ ದೇವರನ್ನು ಮಾನವನು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಪರಿಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಭಗವಂತನ ಅಮೂಲ್ಯ ಕೊಡುಗೆಯಾದ ಮನಸ್ಸು ಕೆಲವು ಸಾರಿ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಿಯೂ ಇರುತ್ತದೆ. ದೈವತ್ವದಷ್ಟು ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಮಾನವನ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಆವರಿಸುವ ಮನಸ್ಸು, ಅದೇ ಮಾನವನನ್ನು ಪಶುತ್ವಕ್ಕೆ ಇಳಿಸುವ ಕೆಲಸವನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಉತ್ತಮ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ನಿರ್ದೇಶಿಸಬಹುದು.

ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು ದೂರದೃಷ್ಟಿಯುಳ್ಳವರಾಗಿದ್ದು, ತಿಳಿವಳಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರು. ಒಳಿತು ಕೆಡಕುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಅರಿತವರಾಗಿದ್ದು, ಭಗವಂತನ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತ ಅವನ ಕೊಡುಗೆಗಳಿಗಾಗಿ, ಅವನಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತ ಧ್ಯಾನಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ನೀಡಿದರು.

ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಚಿಂತಿಸತೊಡಗಿ ನಿಮ್ಮ ವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ನಡವಳಿಕೆಗಳು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿರಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಆಚರಣೆಯ ಫಲವಾಗಿ ಹಸನ್ಮುಖರಾಗಿ ಇತರರಿಗೆ ಸಂತೋಷ ನೀಡುವ ಅಯಸ್ಕಾಂತವಾಗುವಿರಿ.

(ಆ) ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯ

ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಪ್ರಕಾರ ಮಾನವನ ಹುಟ್ಟು ಸಾವುಗಳು ಪೂರ್ವ ನಿರ್ಧಾರಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಮಾನವ ಶರೀರವು ಪೂರ್ವ ಜನ್ಮಾಂತರಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಿರುವ ಕರ್ಮಫಲ ಭೋಗಕ್ಕಾಗಿ ಎಂದು ಧರ್ಮಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಒಬ್ಬ ನೋವನ್ನು, ಕಷ್ಟವನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆಂದರೆ, ಅದು ಅವನ ಪೂರ್ವಜನ್ಮದ ಕರ್ಮವೆಂದೂ, ಅವನು ಸುಖ–ಸಂತೋಷಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದನೆಂದರೆ, ಅದು ಕೂಡ ಅವನ ಪೂರ್ವಜನ್ಮದ ಕರ್ಮವೆಂದೇ ತಿಳಿಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಪೂರ್ವಜನ್ಮದ ಕರ್ಮಕ್ಕೆ ಏನೂ ಮಾಡಲಾಗದು. ಅದಾಗಿ ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿಯಾದರೂ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ದಿನನಿತ್ಯ ಮಾಡಬೇಕು. ಮಾನವ ಸುಮ್ಮನೆ ಇರಲಾರ. ಚಡಪಡಿಸುವ ಅವನ ಮನಸ್ಸು

ಏನನ್ನಾದರೂ ಮಾಡಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರಬೇಕು ಎಂದು ಕೃಷ್ಣ ಪರಮಾತ್ಮನು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಅಪ್ಪಣೆ ಕೊಡಿಸಿದ್ದಾನೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಅಂತಸ್ತು ಏನಾದರೂ ಆಗಿರಲಿ ನಿಮಗೆ ನಿಗದಿತವಾಗಿರುವ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಮಟ್ಟಿಗೆ ದಕ್ಷತೆಯಿಂದ ಮಾಡಲೇಬೇಕು.

ಪಾಂಡಿಚೆರಿಯ ಆರೋವಿಲ್ಲೆ ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾವಂತರು ಮತ್ತು ಸಂತರು ಶೌಚಗೃಹ ಹಾಗೂ ಮೂತ್ರಾಲಯಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವಂತಹ ಕಾಯಕದಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಬಹುದು. ಅವರ ಕಾರ್ಯತತ್ಪರತೆ ಎಷ್ಟು ಬಲಿಷ್ಠವಾದುದೆಂದರೆ, ಬೇರೆ ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ಮೂತ್ರಾಲಯಗಳಿಗಿಂತ ಇಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಅವರು ಇತರ ಕಡೆ ಉನ್ನತ ಪದವಿಯನ್ನು ಅಲಂಕರಿಸುವಷ್ಟು ವಿದ್ಯಾವಂತರಾಗಿದ್ದರೂ, ಅವರು ಕಾಯಕದ ಬೆಲೆಯನ್ನರಿತಿದ್ದು, ಹಣ ಗಳಿಸುವುದರಿಂದ ಮಾತ್ರ ಸಂತೋಷ ಸಿಗಲಾರದೆಂದು ಅರಿತವರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೂ ತೃಪ್ತಿಯು ಹಣದಿಂದ ದೊರೆಯದೆಂದು ತಿಳಿದವರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಹೆಲನ್ ಕೆಲ್ಲರ್ ಅವರ ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ನೋಡಿದರೆ, ಆಕೆ ಎಲ್ಲ ಕಷ್ಟಕೋಟಲೆಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಇತರರ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಆಕೆ ಬಂದಾಗ ಅವರಿಗೆ ಸಂತಸ, ಉತ್ಸಾಹಗಳನ್ನು ಹಂಚುತ್ತಾಳೆ.

ನಮಗಿಂತ ದುರದೃಷ್ಟಶಾಲಿಗಳಾದ ಜನರಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ಭಗವಂತ ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಷ್ಟಕ್ಕೇ ನಾವು ತೃಪ್ತಿ ಮತ್ತು ಸಂತಸದಿಂದಿರಬೇಕು. ದೇವರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯಿರಿಸಿ, ನೀವು ಒಂದು ಗುರಿಯನ್ನಿರಿಸಿಕೊಂಡು ಮುಂದುವರಿಯಿರಿ. ನಿಮಗೆ ಅಸಾಧ್ಯವಾದುದು ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ. ನೀವು ತಲೆ ಎತ್ತಿ ಸುತ್ತಲ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನೊಮ್ಮೆ ನೋಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನೆಗಳಿಗೆ ಯಾವ ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳು ಬಂದರೂ ಅದನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ಇದು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ವಿನಯ ಮತ್ತು ನಮ್ರತೆಯನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಬೃಹತ್ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡದಲ್ಲಿ ನೀವು ಕೇವಲ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಕಣ ಮಾತ್ರ.

ಜೀವನವೆಂಬುದು ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳಿರುವ ಓಟದ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಇದ್ದಂತೆ. ಒಂದಾದ ಮೇಲೆ ಒಂದರಂತೆ ಅಡ್ಡಿ–ಆತಂಕಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿದಾಗಲೇ ನೀವು ವಿಜಯಿಗಳಾಗಿ ಮುಂದಿನ ಅಡ್ಡಿಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಶಕ್ತರಾಗುತ್ತೀರಿ. ನಮ್ಮ ನಮ್ರತೆ ಹಾಗೂ ದೇವರಲ್ಲಿರುವ ದೃಢವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ನಮಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿ ವಿಜಯಶಾಲಿಗಳಾಗಲು ಭರವಸೆಯನ್ನು ತುಂಬುತ್ತದೆ.

ಕಾಯಕದಿಂದಲೂ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ದುಡಿಮೆಯೇ ದೇವರೆನ್ನುವುದು ಸತ್ಯ! ದುಡಿಮೆಯಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಲು, ಕ್ರಿಯಾಶೀಲರಾಗಲು ಮನಸ್ಸಿನ ನಿಯಂತ್ರಣ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಸೋಮಾರಿಯೊಬ್ಬನ ಮನಸ್ಸು ಪಿಶಾಚಿಯ ಕಾರ್ಯಾಗಾರವಿದ್ದಂತೆ ಎನ್ನುವ ಮಾತೂ ಇದೆ. ಅಲ್ಲಿ–ಇಲ್ಲಿ ಅಲೆದಾಡುವ ಚಂಚಲ ಮನಸ್ಸನ್ನು ದುಡಿಮೆಯಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಳಿಸಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಆಳವಾಗಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ದುಡಿಮೆಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದಾಗ ಸಿಗುವ ಸಂತೃಪ್ತಿಯು ಅಳತೆಗೆ ಮೀರಿದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಯಾವ ಆರ್ಥಿಕ ಪ್ರತಿಫಲಕ್ಕೂ ಹೋಲಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಕಾಯಕವನ್ನು ಪೂಜೆ ಎನ್ನುವುದು. ಪೂಜೆಯಷ್ಟೇ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿದೆ.

(ಇ) ಪ್ರೀತಿ

ಈ ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿಯೊಂದೇ ಅತ್ಯಂತ ಬಲಶಾಲಿಯಾದುದು ಹಾಗೂ ಅದೊಂದೇ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಉಳಿಯುವಂತಹುದು. ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಪ್ರೀತಿಯು ಕೊಡುವ ಹಾಗೂ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರಿಬ್ಬರಿಗೂ ಅತ್ಯಾನಂದ ನೀಡಿ ಪ್ರೀತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

ಮರಿಗಳೊಂದಿಗಿನ ಬೆಕ್ಕನ್ನು ಗಮನಿಸಿರಿ. ಬೆಕ್ಕು ತನ್ನ ಮರಿಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿ, ಯಾವ ಪ್ರತಿಫಲಾಪೇಕ್ಷೆಯಿಲ್ಲದೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಲಾಲಿಸಿ ಪಾಲಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಮಾನವರು ಇಷ್ಟೊಂದು ನಿಸ್ವಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲ. ಅವರು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲೂ ಏನನ್ನಾದರೂ ಪ್ರತಿಫಲವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಇತರರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವುದರಿಂದ ಅವರನ್ನು ಸಂತೋಷಗೊಳಿಸುವುದಲ್ಲದೆ ಹೇಳಲಾರದಷ್ಟು ಸಂತೋಷವನ್ನು ನೀವೂ ಪಡೆಯುವಿರಿ. ಪರಸ್ಪರ ಹಂಚಿಕೊಂಡ ಪ್ರೀತಿಯೊಂದೇ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುವುದು.

ಅನೇಕ ವಿವಾಹಗಳು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ನಡೆಯುವುದಾದರೂ ಕೆಲವೇ ದಂಪತಿಗಳು ವಿವಾಹದ ನಂತರವೂ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನುಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಮರ್ಥರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ವಿವಾಹದ ನಂತರವೂ ಹೆಚ್ಚಬೇಕಾದ ಪ್ರೀತಿ ಬಹಳ ಸಲ ವಿರುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ದಂಪತಿಗಳ ಸ್ವಾರ್ಥವೇ ಮೂಲ ಕಾರಣ. ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರ ಸ್ವಾರ್ಥವೂ ಇರುವುದರಿಂದ, ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಹಗುರವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೇ ಜನಗಳು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವುಳ್ಳವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದಾದರೆ, ಇಂದ್ರಿಯ ನಿಗ್ರಹದಿಂದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಒಳ್ಳೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇತರರ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ

ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅವಕಾಶ ದೊರೆತಾಗ ತೋರ್ಪಡಿಸಬೇಕು. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಪತ್ನಿಯ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಬಂದರೆ, ಆಕೆಯನ್ನು ಟೀಕಿಸುವ ಬದಲು, ಆಕೆಯ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಗಳಿಗಾಗಿ ಅಭಿನಂದಿಸಿ ಮೆಚ್ಚಿಗೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು. ಆಗ ನೀವು ಬಯಸುವ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

(ಈ) ಚಿಂತೆ ಹಾಗೂ ಮೂಢನಂಬಿಕೆ

ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆದುಹೋದ ದುರದೃಷ್ಟಕರ ಘಟನೆಗಳಿಂದ ನೀವು ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಿಗೆ ಬಲಿಯಾಗುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ಅದರ ಬದಲು ನಡೆದ ಒಳ್ಳೆಯ ಘಟನೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಫಲತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತೀರಿ.

ಚಿಂತೆಯೇ ಅಸಂತೋಷದ ಮೂಲ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮುಂದಾಗ ಬಹುದಾದುದನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡು ಚಿಂತಿಸುತ್ತೀರಿ. ಆದರೆ ನೂರಕ್ಕೆ ತೊಂಬತ್ತೆಂಟರಷ್ಟು ಪ್ರಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ಅಸಂತೋಷಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದಾದ ಘಟನೆ ಘಟಿಸುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕೈಲಾದ ಮಟ್ಟಿಗೆ ದುಡಿದು ಮಿಕ್ಕಿದ್ದನ್ನು ದೇವರಿಗೆ ಬಿಡಿ. ದೇವರು ಹಗಲು ರಾತ್ರಿಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿರುವುದು ಅವುಗಳ ಮಹತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ. ಅಂತೆಯೇ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ವಿಪತ್ತುಗಳೂ ಸಹ ಉತ್ತಮ ಫಲಗಳಷ್ಟೇ ಮಹತ್ವ ಉಳ್ಳದ್ದೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಅರಿತಾಗಲೇ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನೇ ಆದರೂ ಅದು ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕೆ ಆಯಿತೆನ್ನುವುದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಅದೇ ಮೂಲಭೂತ ಸತ್ಯ. ದೇವರಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನಿರಿಸಿ ಏನೇ ಸವಾಲುಗಳು ಬಂದರೂ ಅದನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕು.

ಎವರೆಸ್ಟ್ ಶಿಖರವನ್ನೇರುವ ಪರ್ವತಾರೋಹಿಯನ್ನು ನೆನೆಯಿರಿ. ಆತ ಸಾವಿನಂತಹ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿ ತನ್ನ ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಲು ಇಂತಹ ಸಾಹಸಕ್ಕೆ ಕೈ ಹಾಕಿ ಸಫಲನೂ ಆಗುತ್ತಾನೆ. ಎಲ್ಲ ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿಯೂ ದೇವರನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿ ನೀವು ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿ, ಉಪಯುಕ್ತ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಿರಿ. ಆಗ ಮಾತ್ರ ನೀವೇ ಹಾಕಿಕೊಂಡ ಗುರಿಯನ್ನು ತಲುಪಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದೆಂದರೆ ಕೋಟ್ಯಧಿಪತಿ ಆಗುವುದು ಎಂಬ ಅರ್ಥವಲ್ಲ. ಎವರೆಸ್ಟ್ ಪರ್ವತವನ್ನೇರುವುದು ತೇನ್‌ಸಿಂಗನ ಗುರಿಯಾಗಿತ್ತು. ವಿಜ್ಞಾನಿಯು ಪ್ರಯೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಸಫಲನಾಗುವುದು ಅವನ ಗುರಿ. ಹಣಕ್ಕೆ ಆನಂತರದ ಸ್ಥಾನ. ಹಣವು ಸಫಲತೆಯನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸುತ್ತದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸುಖವಾಗಿ ಬಾಳಲು ಹಣದ ಅಗತ್ಯ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಾತ್ರ!

ದುರದೃಷ್ಟಕರ ಸಂಗತಿ ಎಂದರೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಜೀವನದ ಅಂತ್ಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಮನಗಾಣುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅಷ್ಟರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪುದಾರಿಯಿಂದ ಹಿಂದೆ ಸರಿಯುವುದಾಗಲೀ ಅಥವಾ ಕಳೆದುಹೋದ ಕಾಲವನ್ನು ಮರಳಿ ಪಡೆಯುವುದಾಗಲೀ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇಂದು ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮದು: ಇಂದನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಹಾಗೂ ನಾಳೆಯನ್ನು ದೇವರ ಇಚ್ಛೆಗೆ ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಿ. ಏಕೆಂದರೆ, ಯಾವುದು ನಿಮಗೆ ಉತ್ತಮವಾದದ್ದು ಎಂಬುದು ದೇವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ. ನಿನ್ನೆಯ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಉಳಿಸಿಕೊಂಡು ಮಿಕ್ಕಿದ್ದನ್ನು ಮರೆತುಬಿಡಿ; ಇಂದಿನ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಕೊಡಿ. ನಿನ್ನೆ–ನಾಳೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಚಿಂತಿಸಬೇಡಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುವುದು ನಿಮ್ಮ ಇಂದಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಾರದು. ಆದುದರಿಂದ ದೇವರನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಡನೆ ಇರಿಸಿಕೊಂಡು ಬದುಕಿನ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿ, ಯಾವಾಗಲೂ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿರಿ; ಭೂತ ಭವಿಷ್ಯಗಳಲ್ಲಲ್ಲ.

ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನೊಮ್ಮೆ ಅವಲೋಕಿಸಿ. ಸೂರ್ಯ, ಚಂದ್ರ, ನಕ್ಷತ್ರಗಳು, ಬೇಸಿಗೆ, ಚಳಿಗಾಲ, ವಸಂತಕಾಲಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೀರಿ. ಎಲ್ಲವೂ ಶಿಸ್ತಿನಿಂದ ಚಲಿಸುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಯಾವುದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ಯಾವೊಂದು ತಪ್ಪೂ ಸಂಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ಇಂತಹ ಶಿಸ್ತುಬದ್ಧವಾದ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿರುವುದರಿಂದ, ನೀವೂ ಸಹ ಶಿಸ್ತುಬದ್ಧವಾದ ಹಾಗೂ ಇತರರಿಗೆ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗುವ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುವುದು ನಿಮ್ಮ ಆದ್ಯ ಕರ್ತವ್ಯ. ನಿಮ್ಮ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವ ಜನರಿಗೆ ಸಂತೋಷವನ್ನು ನೀಡುವ ಹಾಗೆ ಮಾಡಿ, ಉತ್ಸಾಹವನ್ನು ತುಂಬಿರಿ, ನೀವೂ ಅದರಲ್ಲಿ ತೇಲುತ್ತಿರಿ.

ಸರಳ ಹಾಗೂ ಶಿಸ್ತುಬದ್ಧವಾದ ಸಂತಸದ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುವುದು ಉಚಿತವಲ್ಲವೇ? ಹಣ ಹಾಗೂ ಅಧಿಕಾರದ ಬೆನ್ನು ಹತ್ತಿ ಜನ ಏಕೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ? ಈ ಎಲ್ಲದರ ಅಂತಿಮ ಗುರಿ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಲ್ಲವೇ? ನಿಜವಾದ ಜೀವನವು ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಎಲ್ಲರ ಜೀವನವನ್ನು ಹಸನು ಮಾಡುವುದೇ ಆಗಿದೆ. ಸಂತೋಷವನ್ನು ಸಂಪತ್ತಿನಿಂದ ಅಳೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ದೇವರ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಗನುಗುಣವಾಗಿ ನಾವಾಗಿಯೇ ಅಂದುಕೊಂಡ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗಲೇ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಸ್ವರ್ಗವನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ನೀವು ಯಾವುದೇ ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೇರಿದವರಾಗಿದ್ದರೂ, ಯಾವುದೇ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದ್ದರೂ, ಇಂದಿನಿಂದಲೇ ನಿಮ್ಮೊಡನಿರುವ ದೈವಕೃಪೆಯಿಂದ ಪ್ರೀತಿಯ ಹೊಸ ಧರ್ಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಿರಿ. ನಂಬಿಕೆ ಹಾಗೂ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದಲ್ಲಿ ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ನಿಜವಾದ ಸ್ವರ್ಗದ ಉದ್ಯಾನವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗುವುದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ತನ್ನ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕಂಡವನೇ ಅತ್ಯಂತ ಸುಖಿ.

–ಗಯ

ಬಹುಮಂದಿ ಮನುಷ್ಯರು ಅವರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವಷ್ಟೇ ಸುಖವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

–ಅಬ್ರಹಾಂ ಲಿಂಕನ್

ಪ್ರಾಚೀನ ಹಾಗೂ ಅನುಭವದ ಸತ್ಯವೆಂದರೆ ಸಂತೋಷವು ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನ ಜೀವನಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತದೆ. ತೃಪ್ತಿಯು ನಮ್ಮಲ್ಲೇ ಇರದೇ ಹೋದರೆ, ಎಷ್ಟೇ ಸಂಪತ್ತು ಗಳಿಸಿದರೂ ಬಾಹ್ಯ ಸೌಕರ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದರೂ, ಅವು ನಮ್ಮನ್ನು ಸುಖಿಯಾಗಿ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಸರಳ ಹಾಗೂ ಒಳ್ಳೆಯತನದಿಂದ ಕೂಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅಂತರಂಗದಿಂದ ಸಂತಸ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತದೆ. ನೀತಿಶಾಸ್ತ್ರ, ತತ್ತ್ವಶಾಸ್ತ್ರಗಳ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳಿಲ್ಲದೆಯೇ ಒಳ್ಳೆಯತನವನ್ನು ಪಡೆಯಲಾರನು ಹಾಗೂ ಇಲ್ಲಿ ಹಣಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆ ಮಹತ್ವ. ಹಣದಿಂದ ಸಾಕಷ್ಟು ಹೊಟ್ಟನ್ನು ಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಆದರೆ ಕಾಳನ್ನಲ್ಲ. ಹಣದಿಂದ ಆಹಾರ ಸಿಕ್ಕಿದರೂ, ಹಸಿವು ಸಿಕ್ಕುವುದಿಲ್ಲ; ಔಷಧಿ ಸಿಕ್ಕಿದರೂ ಆರೋಗ್ಯ ಸಿಕ್ಕುವುದಿಲ್ಲ; ಜನಗಳ ಪರಿಚಯ ಆದರೂ ಸ್ನೇಹ ದುರ್ಲಭ; ಸಹಾಯಕರು ಸಿಕ್ಕಬಹುದು ಆದರೆ ನಂಬಿಕೆಯಲ್ಲ; ಸಂತೋಷ ಸಿಕ್ಕಬಹುದು ಆದರೆ ಶಾಂತಿ ದೊರಕುವುದಿಲ್ಲ.

–ಹೆನ್ರಿಕ್ ಇಬ್ಸೆನ್

ನಿಮ್ಮ ದುಡಿಮೆಯಿಂದ ಸಂತಸ ಹೊಂದಿರಿ; ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಿಜವಾದ ಸಂತೋಷವೇನೆಂಬುದನ್ನು ನಾನು ತಿಳಿಯಲಾರಿರಿ.

–ಥಾಮಸ್ ಕಾರ್ಲೈಲ್

* * * *