

ಪಂಚಕೋಶ ವಿಚಾರ

ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ

ನಾವು ಯಾವುದೇ ವಸ್ತುವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುತ್ತಾ ಹೋದರೆ ಆ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಸ್ಥೂಲದಿಂದ ಸೂಕ್ಷ್ಮದ ಕಡೆಗೆ, ಸೂಕ್ಷ್ಮದಿಂದ ಸೂಕ್ಷ್ಮತಿಸೂಕ್ಷ್ಮದ ಕಡೆಗೆ ಒಯ್ಯುವುದು. ಈಗ ಈ ಟೀಬಲ್ಲನ್ನೇ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಇದು ಮರದಿಂದ ಆಗಿದೆ. ಮರ ವಿವಿಧ ಅಣುಗಳಿಂದ ಆಗಿದೆ. ಅಣುಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದಾಗ ಅವಕ್ಕಿಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಪರಮಾಣು ಸಿಗುವುದು. ಇದನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದಾಗ ಇನ್ನೂ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನ್, ಪ್ರೋಟಾನ್ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಸಿಗುವವು. ಹೀಗೆ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಬಾಹ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮತಿಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುತ್ತಿರುವಂತೆ ಹಿಂದಿನ ನಮ್ಮ ಋಷಿಗಳು ಮನುಷ್ಯನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದರು. ಮನುಷ್ಯನ ನಿಜವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಯಾವುದು? ಅವನ ನಿಜವಾದ ಸ್ವರೂಪ ಏನು? ದೇಹ-ಇಂದ್ರಿಯಗಳಷ್ಟೇ ಅವನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವೇ? ಅಥವಾ ಈ ಸ್ಥೂಲ ಪದರದ ಹಿಂದೆ ಇನ್ನೇನಾದರೂ ಇದೆಯೆ? ಹೀಗೆ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗಿ ಸ್ಥೂಲದಿಂದ ಸೂಕ್ಷ್ಮದಡೆಗೆ, ಸೂಕ್ಷ್ಮದಿಂದ ಸೂಕ್ಷ್ಮತಿಸೂಕ್ಷ್ಮದಡೆಗೆ ಅವರು ಹೋದರು.

ಮನುಷ್ಯನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಅನೇಕ ಪದರಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಋಷಿಗಳು ಅನೇಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮನುಷ್ಯನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದರು. ಜಾಗ್ರತ್, ಸ್ವಪ್ನ ಮತ್ತು ಸುಷುಪ್ತಿ ಎಂಬ ಮೂರು ಅವಸ್ಥೆಗಳ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯಿಂದ ಅವನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಸ್ಥೂಲ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮತ್ತು ಕಾರಣ ಎಂಬ ಮೂರು ಶರೀರಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ ಎಂದು ಕಂಡುಹಿಡಿದರು. ಈ ಮೂರಕ್ಕೂ ಮೀರಿದ ತುರಿಯಾವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅವನು ಮುಟ್ಟಬಹುದು ಎಂದೂ ಕಂಡು ಕೊಂಡರು.

ಇನ್ನೊಂದು ರೀತಿಯ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಪಂಚಕೋಶ ವಿಚಾರ. ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವ ಈ ಸ್ಥೂಲದೇಹ ಅನ್ನಮಯ ಕೋಶ. ಈ ದೇಹ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಶಕ್ತಿ ಬೇಕು. ಆ ಶಕ್ತಿಯ ಪ್ರಾಣಮಯ ಕೋಶ. ಇಷ್ಟೇ ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವಲ್ಲ. ನಾವು ವಿಚಾರ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ, ಆಲೋಚನೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಮನೋಮಯ ಕೋಶ. ಇದಕ್ಕೂ ಹಿಂದೆ ಇರುವುದು ಬುದ್ಧಿ ಅಥವಾ ಧೀ. ಇದೇ ವಿಜ್ಞಾನ ಮಯ ಕೋಶ. ಇದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದದ್ದು ಆನಂದಮಯ ಕೋಶ. ಈ ಕೋಶವೇ ಅವಿದ್ಯೆಯ ಆವರಣ. ಮೊದಲು ಈ ಅವಿದ್ಯೆಯ ಆವರಣದಿಂದ ಜೀವಾತ್ಮ ಪರಮಾತ್ಮನಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಲ್ಪಡುವುದು. ಅನಂತರ ಬೇರೆ ಆವರಣಗಳೆಲ್ಲ ಸೇರಿಕೊಂಡು ಈ ಮನುಷ್ಯರೂಪ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಪಂಚಕೋಶ ವಿವರಣೆ

ಈಗ ತೈತ್ತಿರೀಯ ಉಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಬರುವ ಪಂಚಕೋಶ ವಿವರಣೆಯನ್ನು ನೋಡೋಣ. ಅಲ್ಲಿ ಇವನ್ನು ಕೋಶ ಎಂದು ಕರೆದಿಲ್ಲ, ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ಆತ್ಮ ಎಂದೇ ಕರೆದಿದೆ—ಅನ್ನಮಯ ಆತ್ಮ, ಪ್ರಾಣಮಯ ಆತ್ಮ ಇತ್ಯಾದಿ. ಈ ರೀತಿ ಕರೆದಿರುವುದರಲ್ಲಿ ಒಂದು ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವಿದೆ. ಕೋಶ ಎಂದು ಹೇಳಿದಾಗ ನಮಗನಿಸುವ ದೇನೆಂದರೆ—ಒಂದು ವಸ್ತುವಿದೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಹಲವಾರು ಆವರಣಗಳಿವೆ, ಮತ್ತು ಆ ವಸ್ತುವಿಗೂ, ಆವರಣಕ್ಕೂ ಯಾವ ಸಂಬಂಧವೂ ಇಲ್ಲ—ಎಂದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಂದು ಬೆಲೆಬಾಳುವ ವಸ್ತುವನ್ನು ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟು, ಆ ಚಿಕ್ಕ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯನ್ನು ಅದಕ್ಕಿಂತ ಸ್ವಲ್ಪ ದೊಡ್ಡ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿಟ್ಟು ಅದನ್ನು ಮತ್ತೊಂದು ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿಟ್ಟು, ಬೀಗ ಹಾಕುತ್ತೇವೆ. ಇಲ್ಲಿ ಒಳಗಿರುವ ಬೆಲೆಬಾಳುವ ವಸ್ತುವಿಗೂ ಅದನ್ನು ಆವರಿಸಿರುವ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಗಳಿಗೂ ಯಾವ ಸಂಪರ್ಕವೂ ಇಲ್ಲ, ಅದು ತನ್ನ ಆವರಣಗಳಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಉಳಿಯುವುದು. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಪಂಚಕೋಶದಲ್ಲಿ ಹಾಗಲ್ಲ. ಒಳಗಿನ ಆತ್ಮ ಚೈತನ್ಯ ಎಲ್ಲ ಕೋಶಗಳೊಡನೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ, ಎಲ್ಲದರೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದೆ. ಅದು ಎಲ್ಲ ಕೋಶಗಳನ್ನೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಎಲ್ಲ ಕೋಶಗಳನ್ನೂ ಆತ್ಮ ಎಂದು ಕರೆದಿರುವುದು. ಸೂಕ್ಷ್ಮದಿಂದ ಸ್ಥೂಲದಡೆಗೆ ಬಂದಾಗ ಆತ್ಮದ ಬೆಳಕು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತ ಬರುವುದು ಅಷ್ಟೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಂದು ದೀಪವಿದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಗಾಜಿನ ಆವರಣ ಹಾಕಿದಾಗ ದೀಪದ ಬೆಳಕು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಾತ್ರ ತಡೆಯಲ್ಪಡುವುದು. ನಂತರ ಗಾಜಿನ ಸುತ್ತ ಮತ್ತೊಂದು ಅಲ್ಪ ಪಾರದರ್ಶಕವಾದ ಗಾಜನ್ನು ಹಾಕಿದಾಗ ಇನ್ನೂ ಬೆಳಕು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು. ನಂತರ ಅದರ ಸುತ್ತ ಒಂದು ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಸುತ್ತಿದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಾತ್ರ ಬೆಳಕು ಹೊರಗೆ ಬರುವುದು.

ಸ್ಥೂಲದಿಂದ ಸೂಕ್ಷ್ಮಕ್ಕೆ

ನಾನಾಭಿದ್ರವ್ಯಘೋರದಸ್ಥಿತ
ಮಹಾದೀಪಪ್ರಭಾಭಾಸ್ವರಮ್ |
ಜ್ಞಾನಂ ಯಸ್ಯ ತು ಚಕ್ಷುರಾದಿಕರಣ—
ದ್ವಾರಾ ಬಹಿಃ ಸ್ಪಂದತೇ ||
ಅನೇಕ ಕಂಡಿಗಳೆಲ್ಲ ಪಾತ್ರೆಯ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿಟ್ಟಿರುವ
ದೀಪದ ಪ್ರಭೆಯು ಹೊರಸೂಸಿ ಪ್ರಕಾಶಿಸುವಂತೆ
ಆತ್ಮನ ಜ್ಞಾನವು ಕಣ್ಣು ಮೊದಲಾದ ಕರಣಗಳ
ಮೂಲಕ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತದೆ.
— ದಕ್ಷಿಣಾಮೂರ್ತಿಸ್ತೋತ್ರ

ಭೃಗು ತನ್ನ ತಂದೆಯಾದ ವರುಣನನ್ನು ಸಮೀಪಿಸಿ ನನಗೆ ಬ್ರಹ್ಮವನ್ನು ಉಪದೇಶಿಸು ಎಂದು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ತಂದೆ ಅವನಿಗೆ ಉಪದೇಶಿಸುತ್ತಾನೆ: “ಯಾವುದರಿಂದ ಈ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಹುಟ್ಟುವವೋ, ಹಾಗೆ ಹುಟ್ಟಿರುವವು ಯಾವುದರಿಂದ ಜೀವಿಸುವವೋ, ಮತ್ತು ಯಾವುದನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವವೋ ಅದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊ, ಅದೇ ಬ್ರಹ್ಮ.” (ಯತೋ ವಾ ಇಮಾನಿ ಭೂತಾನಿ ಜಾಯಂತೇ| ಯೇನ ಜಾತಾನಿ ಜೀವಂತಿ | ಯತ್ ಪ್ರಯಂತ್ಯ ಭಸಂವಿಶಂತಿ | ತದ್ವಿಜಿಜ್ಞಾಸಸ್ವ| ತದ್ಬ್ರಹ್ಮೇತಿ) ಆಗ ಭೃಗು ಆ ಬ್ರಹ್ಮವನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ತಪಸ್ಸು

ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಆಗ ಅನ್ನವೇ ಬ್ರಹ್ಮ, ಅನ್ನದಿಂದಲೇ ಎಲ್ಲ ಹುಟ್ಟಿ, ಅನ್ನವನ್ನೇ ಎಲ್ಲ ಸೇರುವುವು ಎಂಬ ಜ್ಞಾನವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಅನ್ನವೆಂದರೆ ಭೌತಿಕ ವಸ್ತು (matter) ಅಥವಾ ಪ್ರಕೃತಿ. ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಾಗಿ ಇದು ಸ್ಥೂಲ ದೇಹಕ್ಕೆ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಈ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಅವನಿಗೆ ತೃಪ್ತಿಯಾಗಲಿಲ್ಲ. ಅವನು ಮತ್ತೆ ತಂದೆಯ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗಿ ಬ್ರಹ್ಮವನ್ನು ಉಪದೇಶಿಸು ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಾನೆ. ತಂದೆ ಅವನಿಗೆ ಮತ್ತೂ ತಪಸ್ಸು ಮಾಡಲು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ತಪಸ್ಸು ಮಾಡಿ ಪ್ರಾಣವು ಬ್ರಹ್ಮ ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಾನೆ. ಅದೂ ತೃಪ್ತಿಯಾಗದೆ ಮತ್ತೆ ತಂದೆಯನ್ನು ಕೇಳಲು ಅವನು ಮತ್ತೂ ತಪಸ್ಸು ಮಾಡಲು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಹೀಗೆ ಅವನು ಮುಂದುವರಿದು ಅನಂದದವರೆಗೆ ಬರುತ್ತಾನೆ. ಅನಂದವೇ ಬ್ರಹ್ಮ ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಾನೆ. ಹೀಗೆ ಅವನು ಸ್ಥೂಲದಿಂದ ಸೂಕ್ಷ್ಮ, ಸೂಕ್ಷ್ಮದಿಂದ ಸೂಕ್ಷ್ಮಾತಿಸೂಕ್ಷ್ಮದ ಕಡೆ ಹೋಗುತ್ತಾನೆ.

ಈ ಕೋಶಗಳ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯ

ಒಂದು ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವೇನೆಂದರೆ ತೈತ್ತಿರೀಯ ಉಪನಿಷತ್ತು ಈ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕೋಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವಾಗ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ಒಂದು ಪಕ್ಷಿಯಂತೆ ಚಿತ್ರಿಸಿರುವುದು. ಪ್ರತಿಯೊಂದಕ್ಕೂ ತಲೆ (ಶಿರ), ದೇಹ (ಆತ್ಮ), ರೆಕ್ಕೆ (ಪಕ್ಷ) ಮತ್ತು ಬಾಲ (ಪುಚ್ಚ) ಇವೆ. ಪಕ್ಷಿ ಹಾರುವಾಗ ತನ್ನ ಸಮತೋಲವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದಕ್ಕೆ ಅದರ ದೇಹ ಭಾಗಗಳೆಲ್ಲ ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಒಂದು ರೆಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅದು ಹಾರಲಾರದು. ಹೀಗೆಯೇ ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕೋಶವೂ ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಕೋಶದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾಗವೂ ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ದರೆ ಆ ಕೋಶ ತನ್ನ ಸಮತೋಲವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿ ಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲದು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾಗದ ಪೂರ್ಣ ಸಹಕಾರ ಅಗತ್ಯ. ಆಗ ನಾವು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಸಾರ್ಥಕವಾಗಿ ಜೀವನ ನಡೆಸಬಹುದು.

ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಈ ಎಲ್ಲ ಕೋಶಗಳೂ ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಈ ಎಲ್ಲ ಕೋಶಗಳೂ ನಮ್ಮ ಸಮಗ್ರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ವಿವಿಧ ಅಂಗಗಳು. ನಾವು ಯಾವುದನ್ನೂ ಕಡೆಗಣಿಸುವಂತಿಲ್ಲ, ತುಚ್ಛವಾಗಿ ಕಾಣಬೇಕಿಲ್ಲ. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಬೇಲದ ಹಣ್ಣಿನ ಉದಾಹರಣೆ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಬೇಲದ ಹಣ್ಣಿನ ತೂಕ ನೋಡಬೇಕಾದರೆ ನಾವು ಇಡೀ ಹಣ್ಣನ್ನು ತೂಕ ಮಾಡಬೇಕು. ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನೂ ಬೀಜವನ್ನೂ ತೆಗೆದುಹಾಕಿದರೆ ಆಗದು. ನಮಗೆ ಸಿಪ್ಪೆ ಮುಖ್ಯವಲ್ಲದೆ ಇರಬಹುದು, ಆದರೆ ಹಣ್ಣಿನ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಎಲ್ಲವೂ ಮುಖ್ಯ. ಆ ಹಣ್ಣು ಆ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬಂದಿರುವುದು, ಅಷ್ಟೊಂದು ರುಚಿಕರವಾಗಿರುವುದು ಮತ್ತು ಅದು ತನ್ನ ಸಫಲತೆಯನ್ನು ಪಡೆದದ್ದು ಅವೆಲ್ಲದರ ಸಹಾಯದಿಂದ. ಹಾಗೆಯೇ ನಮ್ಮ ಜೀವನವೂ ವಿಕಾಸಗೊಂಡು ಮಧುರವೂ ಸಫಲವೂ ಆದ ಬಾಳು ನಮ್ಮ ದಾಗಬೇಕಾದರೆ ನಾವು ಎಲ್ಲ ಕೋಶಗಳನ್ನೂ ಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಯಾವುದನ್ನೂ ಕಡೆಗಣಿಸುವಂತಿಲ್ಲ.

ಮುಂದೆ ಈ ಪಂಚಕೋಶ ವಿಭಾಗವನ್ನೂ ಹಿಂದೆ ಹೇಳಿದ ಅವಸ್ಥಾತ್ರಯ ವಿಭಾಗವನ್ನೂ ಒಂದುಗೂಡಿಸಿದರು. ಅನ್ನಮಯ ಕೋಶವನ್ನು ಸ್ಥೂಲದೇಹ ಅಥವಾ ಶರೀರ ಎಂದು ಕರೆದರು. ಇದರೊಡನೆ ಸೇರಿದ ಆತ್ಮಚೈತನ್ಯವನ್ನು ವಿಶ್ವ ಎಂದು ಕರೆದರು. ಪ್ರಾಣಮಯ, ಮನೋಮಯ, ಮತ್ತು ವಿಜ್ಞಾನಮಯ ಕೋಶಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮಶರೀರ ಅಥವಾ ಲಿಂಗಶರೀರ ಎಂದು ಕರೆದರು. ಇದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಆತ್ಮಚೈತನ್ಯವನ್ನು ತೈಜಸ ಎಂದು ಕರೆದರು. ಅನಂದಮಯ ಕೋಶವನ್ನು ಕಾರಣಶರೀರವೆಂದು ಕರೆದರು ಮತ್ತು ಇದರೊಂದಿಗೆ ಕೂಡಿದ ಆತ್ಮಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಾಜ್ಞ ಎಂದು ಕರೆದರು. ಸ್ಥೂಲ ಶರೀರ ಜಾಗೃದವಸ್ಥೆಗೂ, ಸೂಕ್ಷ್ಮಶರೀರ ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಗೂ, ಕಾರಣ ಶರೀರ ಸುಷುಪ್ತಿ ಅವಸ್ಥೆಗೂ ಸಂಬಂಧಿಸಿವೆ. ಈ ವಿಭಾಗ ವ್ಯಷ್ಟಿ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ. ಸಮಷ್ಟಿ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಸ್ಥೂಲ ಶರೀರಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ವಿರಾಟ್ ಇದೆ, ಸೂಕ್ಷ್ಮದ ಸಮಷ್ಟಿರೂಪ ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭ ಮತ್ತು ಕಾರಣದ ಸಮಷ್ಟಿರೂಪ ಈಶ್ವರ.

ಅನ್ನಮಯ ಕೋಶ

ಈಗ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕೋಶಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ವಿಚಾರಿಸೋಣ. ಮೊದಲು ಅನ್ನಮಯ ಕೋಶ. ಇದೇ ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಗೋಚರವಾಗುತ್ತಿರುವ ಸ್ಥೂಲ ಶರೀರ. ಇದು ಆಹಾರದಿಂದ ಬೆಳೆಯುವುದರಿಂದ ಅನ್ನಮಯಕೋಶ ಎಂದು ಕರೆದಿದೆ. ಈ ದೇಹದ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ವಿರುದ್ಧವಾದ ಎರಡು ಭಾವನೆಗಳಿವೆ. ಒಂದು ಶರೀರಂವ್ಯಾಧಿ ಮಂದಿರಂ ಎಂಬ ಭಾವನೆ. ಅಂದರೆ ಈ ಶರೀರ ರೋಗಯುಕ್ತವಾದದ್ದು. ಇದು ತಿರಸ್ಕಾರ ಭಾವನೆ. ಈ ದೇಹವೇ ಒಂದು ಬಂಧನ, ಇದಕ್ಕೆ ಆರೈಕೆ ಮಾಡುವುದು, ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸುವುದು ಎಲ್ಲ ತಪ್ಪು ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಇದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅನೇಕ ಸಾಧಕರು ದೇಹವನ್ನು ದಂಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನೊಂದು ಭಾವನೆ ದೇಹೋ ದೇವಾಲಯಃ ಪ್ರೋಕ್ತಃ

ಜೀವೋ ಹಂಃ ಸದಾಶಿವಃ | ಎಂಬುದು. ಈ ದೇಹ ಭಗವಂತನು ವಾಸಿಸುವ ದೇವಾಲಯ. ಇದು ಉತ್ತಮ ಭಾವನೆ. ಇದು ದೇವರ ದೇಗುಲವಾದರೆ ಇದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ನಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯ. ಇದಕ್ಕೆ ರೋಗ-ರುಜಿನ ಬರದಂತೆ ಶುದ್ಧವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ದೇವರು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಅದರೊಳಗೆ ವಾಸಿಸುವನು. ಸಾಧನೆಯ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಅನವಶ್ಯಕವಾಗಿ ದೇಹವನ್ನು ದಂಡಿಸುವುದು ಯುಕ್ತವಲ್ಲ. ಆ ರೀತಿ ದೇಹವನ್ನು ದಂಡಿಸುವವರು ಆಸುರೀ ಸಂಪತ್ತಿನವರು ಎಂದು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವನು. ನಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ನಾವು ದ್ವೇಷಿಸಬಾರದು, ಅದನ್ನು ಅಸಹ್ಯವಾಗಿ ಕಾಣಬಾರದು. ಇದು ದೇವರಿತ್ತ ಸಾಧನವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು. ದೇಹವೂ ದಿವ್ಯವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು. ಶರೀರಮಾದ್ಯಂ ಖಲು ಧರ್ಮಸಾಧನಮ್ ಎಂದು ಕಾಳಿದಾಸ

ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಶರೀರ ಜೀವಾತ್ಮನ ಅರಮನೆ, ರೋಗಯುಕ್ತ ಶರೀರ ಅವನ ಸೆರೆಮನೆ.

— ಬೇಕನ್ (Bacon)

ಹೇಳಿರುವನು. ಅಂದರೆ ಧರ್ಮಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಶರೀರವೆ ಮೊದಲನೆಯದು, ಅದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಇರಿಸುವುದು ಆದ್ಯ ಕರ್ತವ್ಯ.

ನಾವು ದೇಹವನ್ನು ಎರಡು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಡಿಸುತ್ತೇವೆ—ಒಂದು ಅತಿಯಾದ ಭೋಗದಿಂದ, ಮತ್ತೊಂದು ಅತಿಯಾದ ದಂಡನೆಯಿಂದ. ಈ ಎರಡು ಅತಿರೇಕಗಳೂ ತಪ್ಪು. ನಾವು ದೇಹವನ್ನು ತೀರ ಅಲಕ್ಷಿಸಲೂ ಬಾರದು, ಮತ್ತು ದೇಹದ ಮೇಲೆ ವ್ಯಾಮೋಹವೂ ಇರಬಾರದು. ಹೀಗೆ ಮಧ್ಯಪಂಥವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು.

ನಾವು ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರ ಶುದ್ಧವಾಗಿರಬೇಕು. ಅಂದರೆ ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಒಗ್ಗುವಂತಹ ಪೌಷ್ಟಿಕವಾದ ಆಹಾರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಆಹಾರದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಇದನ್ನೇ ತಿನ್ನಬೇಕು ಇದನ್ನು ತಿನ್ನಬಾರದು ಎಂಬ ಕಟ್ಟು ನಿಟ್ಟಾದ ನಿಯಮವೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಇದು ಅವರವರ ದೇಹದ ರಚನೆಯನ್ನೂ ಮತ್ತು ಜನಾಂಗದ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನೂ ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ಆಹಾರ ಶುದ್ಧಿಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ವಿಷಯವನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಒಳ್ಳೆಯ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ, ಉತ್ತಮ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದರೆ ಅದು ಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಶಾಂತವಾದ ವಾತಾವರಣವಿರಬೇಕು, ಮನೆಯವರೆಲ್ಲ ಪರಸ್ಪರ ಪ್ರೀತಿ-ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯಿಂದ ಬಾಳಬೇಕು. ಸಂತೋಷದಿಂದ ಎಲ್ಲರೂ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕುಳಿತು ಊಟ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗ ಆಹಾರ ಹೆಚ್ಚು ಶುದ್ಧವಾಗುವುದು. ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಕೂತವನ ಮೇಲೆ ದ್ವೇಷ-ಅಸೂಯೆಗಳಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಅಸಹ್ಯವಾದ ಭಾವನೆಯಿದ್ದರೆ ತಿಂದ ಆಹಾರ ಸರಿಯಾಗಿ ಜೀರ್ಣವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಬೇರೆಯವರ ತಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ಗಮನ, ಎಷ್ಟೊಂದು ತಿನ್ನುತ್ತಾನೆ, ಹೊಟ್ಟೆಬಾಕ ಎಂದು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬಯ್ಯುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಕಲುಷಿತ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ತಿಂದ ಅನ್ನ ವಿಷಪೂರಿತವಾಗುವುದು, ಅದು ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಜೀರ್ಣವಾಗದೆ ಆರೋಗ್ಯ ಕೆಡುವುದು.

ಪ್ರಾಣಮಯ ಕೋಶ

ಯಾವುದೇ ಯಂತ್ರ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಶಕ್ತಿ ಬೇಕು. ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಕಾರ್ಯ ನಡೆಯುವುದು ಈ ಪ್ರಾಣದ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ. ಈ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿ ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ—ಪ್ರಾಣ, ಅಪಾನ, ವ್ಯಾನ, ಉದಾನ ಮತ್ತು ಸಮಾನ—ಎಂಬ ಐದು ರೂಪದಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನೆರವೇರಿಸುವುದು. ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಎಳೆವುದಕ್ಕೂ ಈ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿಯೇ ಕಾರಣ. ಈ ಪ್ರಾಣಮಯಕೋಶ ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸುಗಳ ನಡುವೆ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ಪ್ರಮುಖವಾದುದೆಂಬುದನ್ನು ಚಿತ್ರಿಸುವ ಒಂದು ಕತೆ ಛಾಂದೋಗ್ಯೋಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಬರುವುದು. ಇಂದ್ರಿಯ ಮನಸ್ಸುಗಳೆಲ್ಲ ಪ್ರಜಾಪತಿಯ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಯಾರು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತವೆ. ಯಾರು ಈ ದೇಹವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಹೋದರೆ ಇದು ಅಪ್ರಯೋಜಕವಾಗಿ ಬಿದ್ದುಬಿಡುವುದೋ ಅವರು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಎಂದು ಪ್ರಜಾಪತಿ ಹೇಳಿದ. ಆಗ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಇಂದ್ರಿಯವೂ ಚಿಂತಿಸಿತು, ತಾನೇ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಎಂದು. ಇದನ್ನು ಪ್ರಮೋದಕರಿಸಲು

ಮೊದಲು ವಾಕ್ಯ ದೇಹವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಹೋಯಿತು. ಒಂದು ಸಂವತ್ಸರದ ನಂತರ ಒಂದು ನೋಡಿದಾಗ ದೇಹ ಯಥಾಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೇ ಇತ್ತು. ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದವು, ಮಾತು ಮಾತ್ರ ಬರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ ಅಷ್ಟೆ. ಆಗ ವಾಕ್ಯಿಗೆ ತಿಳಿಯಿತು, ತಾನು ಎಲ್ಲರಿಗಿಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠನಲ್ಲ ಎಂದು. ಹೀಗೆ ಒಂದಾದ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಹೋಗಿ ಒಂದು ಸಂವತ್ಸರದ ನಂತರ ಒಂದು ನೋಡಿದಾಗ ದೇಹ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡವು. ಯಾವ ಇಂದ್ರಿಯ ಹೊರಟು ಹೋಗಿತ್ತೋ ಆ ಇಂದ್ರಿಯಕ್ಕಿಂತ ಮಾತ್ರ ನಿಂತುಹೋಗಿತ್ತೇ ಹೊರತು ಉಳಿದ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಗಳೂ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದವು. ಕೊನೆಗೆ ಪ್ರಾಣ ದೇಹದಿಂದ ಹೊರಟುಹೋಗಲು ಅನುವಾಯಿತು. ಆಗ ಎಲ್ಲ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ನೆಲೆಯೇ ತಪ್ಪಿದಂತಾಯಿತಂತೆ. ಒಂದು ಅತ್ಯಂತ ಬಲಶಾಲಿಯಾದ ಕುದುರೆ ತನ್ನನ್ನು ಕಟ್ಟಿಹಾಕಿದ ಗೂಟವನ್ನೇ ಕಿತ್ತುಕೊಂಡು ಹೋಗುವಂತೆ ಪ್ರಾಣ ಹೊರಟುಹೋಗುವಾಗ ಇಂದ್ರಿಯ-ಮನಸ್ಸುಗಳೆಲ್ಲ ಕಿತ್ತುಕೊಂಡು ಹೋಯಿತಂತೆ. ಆಗ ಅವೆಲ್ಲ ಪ್ರಾಣವನ್ನು ಸ್ತುತಿಸಿದವು, ನೀನೇ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಎಂದು. ಅಂದರೆ ದೇಹ, ಇಂದ್ರಿಯ, ಮನಸ್ಸು ಇವುಗಳೆಲ್ಲದರ ಕಾರ್ಯವೂ ಪ್ರಾಣ ಶಕ್ತಿಯ ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರಾಣವನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸುವುದರಿಂದ ದೇಹೇಂದ್ರಿಯ ಮನಸ್ಸುಗಳನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಬಹುದು. ಈ ಪ್ರಾಣ ನಿಗ್ರಹವನ್ನೇ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಎಂದು ಕರೆಯುವುದು.

**ಮನಸ್ಸು ಚಿನ್ನದ ಗಣಿಯೂ ಹೌದು,
ಕಸದ ತೊಟ್ಟಿಯೂ ಹೌದು.**

ಮನೋಮಯಕೋಶ

ನಾವು ಅಂತಃಕರಣ ಎಂಬ ಶಬ್ದವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತೇವೆ. ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಬಾಹ್ಯಕರಣ—ಅಂದರೆ ಬಾಹ್ಯ ವಿಷಯವನ್ನು ತಿಳಿಯುವ ಸಾಧನ. ಮನೋ, ಬುದ್ಧಿ, ಅಹಂಕಾರ—ಇವು ಅಂತಃಕರಣ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಅಹಂಕಾರ ವಿಜ್ಞಾನಮಯಕೋಶಕ್ಕೆ ಸೇರಿವೆ. ಮನಸ್ಸು ಸಂಕಲ್ಪ-ವಿಕಲ್ಪಾತ್ಮಕವಾದದ್ದು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಸಂಕಲ್ಪವೆಂದರೆ ಯೋಚನೆ, ಭಾವನೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು, ವಿಕಲ್ಪವೆಂದರೆ ಸಂಶಯ. ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಲ್ಲಿ *thinking* (ಆಲೋಚನೆ), *willing* (ಇಚ್ಛೆ) ಮತ್ತು *feeling* (ಭಾವನೆ) ಎಂಬ ಮೂರು ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಇವು ಮೂರೂ ಮನೋಮಯಕೋಶಕ್ಕೆ ಸೇರಿರುವವು. ನಾವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಯಾವುದನ್ನು *intellect* ಅಥವಾ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೋ ಅದೂ ಮನೋಮಯಕೋಶಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ್ದು.

ಆಲೋಚನೆಯೆಂದರೆ ವಸ್ತು, ವ್ಯಕ್ತಿ, ಘಟನೆ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಚಿಂತನಾತರಂಗಗಳು. ವಿವಿಧ ಕಲ್ಪನೆಗಳೂ ಬೌದ್ಧಿಕ ವಿಚಾರಗಳೂ ಇದೇ ಗುಂಪಿಗೆ ಸೇರುತ್ತವೆ. ಇಚ್ಛೆ ಎಂದರೆ ಆಸೆಗಳ ಅನುಮೋದನೆ ಅಥವಾ ನಿರೋಧ. ನಾವು ಕೆಲವು ಆಸೆಗಳನ್ನು ಪೂರ್ತಿಗೊಳಿಸುವ ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ, ಮತ್ತು

ವಿಜ್ಞಾನಸಾರಧಿಯನ್ನು ಮನಃಪ್ರಗ್ರಹವಾನ್ ನರಃ |

ಸೋಽದ್ವನಃ ಪಾರಮಾರ್ಪೋತಿ ತದ್ವಿಷ್ಣೋಃ ಪರಮಂ ಪದಮ್ ||

ಯಾರು ದೇಹವೆಂಬ ರಥಕ್ಕೆ ವಿಜ್ಞಾನವನ್ನೇ ಸಾರಧಿಯಾಗಿಯೂ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನೇ ಕಡಿವಾಣವಾಗಿಯೂ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೋ ಅವನು ಸಂಸಾರಗತಿಯ ಕೊನೆಯನ್ನು ತಲುಪುತ್ತಾನೆ — ಅದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಮಪದ.

(ಕಠೋಪನಿಷತ್ತು ೧,೩. ೯)

ಕೆಲವು ಆಸೆಗಳನ್ನು ಸನ್ನಿವೇಶಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ನಿರೋಧಿಸುತ್ತೇವೆ ಅಥವಾ ಮಾರ್ಪಡಿಸುತ್ತೇವೆ, ಅಥವಾ ಅವನ್ನು ಮುಂದೂಡುತ್ತೇವೆ. ಈ ಮಾನಸಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗೆ ಇಚ್ಛೆ ಎಂದು ಹೆಸರು. ನಮ್ಮಲ್ಲೇಳುವ ರಾಗ, ದ್ವೇಷ, ಭಯ, ಅನುಕಂಪ ಮುಂತಾದ ಭಾವತರಂಗಗಳಿಗೆ ಭಾವನೆ (feeling) ಎಂದು ಹೆಸರು. ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಗೊಳಿಸಿದರೆ ನಮ್ಮ ಬೌದ್ಧಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಲಿಯಬೇಕು. ಆಗ ಹೊಸ ಹೊಸ ವಿಚಾರಗಳು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬರುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ನಮ್ಮ ಆಸೆಗಳನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಬಹುದು. ಆಗ ಉನ್ನತ ಆದರ್ಶವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ಇಚ್ಛೆ ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ. ಮತ್ತೆ ನಮ್ಮ ಕೋಪ, ಭಯ, ಅಸೂಯೆ ಮುಂತಾದ ನಿಷೇಧಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿ, ಅನುಕಂಪ, ಸಹಾನುಭೂತಿ ಮುಂತಾದ ಅನ್ವಯಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಬೇಕು. ಹೀಗೆ ನಮ್ಮ ಮನೋಮಯ ಕೋಶವನ್ನು ಯುಕ್ತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ವಿಜ್ಞಾನಮಯ ಕೋಶ

ಇದು ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು. ಇದನ್ನೇ ಬುದ್ಧಿ, ಧೀ, ಮೇಧಾ, ಹೃದಯ ಎಂದೆಲ್ಲ ಕರೆಯುವುದು. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಬುದ್ಧಿಯಲ್ಲ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಂತರ್ಧೃಷ್ಟಿ (higher intuitive faculty). ಈ ವಿಜ್ಞಾನಮಯಕೋಶದಲ್ಲಿ ನಾವು ಎರಡು ಅಂಶಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು—ಆತ್ಮ-ಪ್ರಜ್ಞೆ (self-awareness) ಮತ್ತು ಇಚ್ಛೆ. ಆತ್ಮ-ಪ್ರಜ್ಞೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು. ನಮ್ಮ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕ್ರಿಯೆಗಳು, ಆಲೋಚನೆಗಳು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಯಾಂತ್ರಿಕ ವಾಗಿರುತ್ತವೆ, “ನಾನು” ಇದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವೆನೆಂಬ ಪ್ರಜ್ಞೆ ನಮಗಿರುವುದಿಲ್ಲ—ಯಂತ್ರದಂತೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಾನೊಂದು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ನನ್ನ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಎಲ್ಲೋ ಇರುತ್ತದೆ, ನನ್ನ ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಆ ಕೆಲಸದ ಮೇಲಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಯಾಂತ್ರಿಕತೆಯಿಂದಲೇ, ನಮ್ಮ ಮೇಲಿನ ಪ್ರಜ್ಞೆ ನಮಗಿಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದಲೇ ನಮಗೆ ನಾವೇ

ಅಪರಿಚಿತರಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿದೂ ನಮ್ಮ ವಿಷಯವನ್ನು ನಾವೇ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ.

ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ನಾನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ನಾನು ಯೋಚನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ನಾನು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂಬ ಆತ್ಮ-ಪ್ರಜ್ಞೆಯೊಡನೆ ಮಾಡುವುದು ಒಳಿತು. ವಿಜ್ಞಾನಮಯಕೋಶ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ತೆರೆದಂತೆ ಈ ಆತ್ಮ-ಪ್ರಜ್ಞೆ ಜಾಗೃತವಾಗುವುದು. ಇದೇ ನಿಜವಾದ ಅಹಂಪ್ರತ್ಯಯ. ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಒಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಭಾವವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಇದು “ನಾನು” “ನನ್ನದು” ಎಂಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ಅಹಂಕಾರದಿಂದ ಬೇರೆಯಾದುದು.

ಇನ್ನೊಂದು ಮುಖ್ಯ ಅಂಶ ಇಚ್ಛೆ. ಹಿಂದೆ ಮನೋಮಯ ಕೋಶದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ ಇಚ್ಛೆ ನಿಜವಾದ ಇಚ್ಛೆಯಲ್ಲ, ಅದು ಆಸೆಯ ಒಂದು ರೂಪವಷ್ಟೆ. ಎರಡು ಆಸೆಗಳಿರುವಾಗ ಒಂದನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ನಿರ್ಣಯಿಸಿದಾಗ ಅದನ್ನು ಇಚ್ಛೆ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಇಲ್ಲಿ ಇಚ್ಛೆ ಆಸೆಯ ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿದೆ. ಆದರೆ ನಿಜವಾದ ಇಚ್ಛೆ ಈ ವಿಜ್ಞಾನಮಯ ಕೋಶಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ್ದು. ವಿಜ್ಞಾನಮಯಕೋಶ ತೆರೆದರೆ ಇಚ್ಛೆ ಆಸೆಗಳ ಹಿಡಿತದಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗುವುದು. ಅದನ್ನು ಸ್ವತಂತ್ರ ಇಚ್ಛೆ ಎಂದು ಕರೆಯಬಹುದು.

ಆನಂದಮಯಕೋಶ

ಇದು ಅವಿದ್ಯೆಯ ತೆಳ್ಳನೆಯ ಆವರಣ, ಈ ಆವರಣವೇ ಜೀವ-ಪರಮಾತ್ಮರನ್ನು ವಿಂಗಡಿಸುವುದು. ಇಲ್ಲಿ ಪರಮಾತ್ಮ ಅತ್ಯಂತ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿರುತ್ತಾನೆ. ಇನ್ನೇನು ಮುಟ್ಟಬಹುದು ಎನ್ನುವಂತಿರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಮುಟ್ಟಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಗಾಜಿನ ಬುರುಡೆಯಿರುವ ದೀಪದ ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ದೀಪ ಉರಿಯುತ್ತಿರುವುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಗಾಜಿನ ಆವರಣವಿರುವುದರಿಂದ ಅದನ್ನು ಮುಟ್ಟಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಆವರಣವನ್ನೂ ಮೀರಿಹೋದಾಗ ಪರಮಾತ್ಮ ನೊಡನೆ ಐಕ್ಯವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ✚

ವಿಶ್ವವಿಕಾಸ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಪಂಚಕೋಶ ವಿಭಾಗ

ವಿಶ್ವವಿಕಾಸದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದಲೂ ಈ ಕೋಶಗಳ ವಿಭಾಗವನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ದ್ರವ್ಯವಸ್ತು ಅನ್ನಮಯಕೋಶ. ವಿಕಾಸದ ಮುಂದಿನ ಹಂತವಾದ ಜೀವಶಕ್ತಿ (Life-force)ಯು ಪ್ರಾಣಮಯ ಕೋಶ. ಇದರ ಮುಂದಿನ ಹಂತ ಮನಸ್ಸು ಅಥವಾ ಮನೋಮಯಕೋಶ. ಮಾನವನ ಹಂತದಲ್ಲಿ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಬರುವ ಆತ್ಮ-ಪ್ರಜ್ಞೆಯೇ ವಿಜ್ಞಾನಮನಯಕೋಶ. ಇನ್ನೂ ಮುಂದೆ ಹೋಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆನಂದಾನುಭವವೇ ಆನಂದಮಯಕೋಶ.