

ಸ್ವಾಮಿ ಯತೀಶ್ವರಾನಂದಜೀಯವರ ಪತ್ರಗಳು

ಸ್ವಾಮಿ ಯತೀಶ್ವರಾನಂದಜೀಯವರು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಅನುಭಾವಿಗಳೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲ್ಪಟ್ಟವರು. ಅವರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅನೇಕ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಬರೆದಿರುವರು. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದುದು 'ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನ' (ಆಂಗ್ಲಮೂಲ : Meditation and Spiritual Life). ಅವರು ಸಾಧಕರಿಗೆ ಬರೆದ, ಕೆಲವು ಅಪ್ರಕಟಿತ ಪತ್ರಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.

೨೯.೯.೧೯೫೯

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಆಶ್ರಮ

ಬೆಂಗಳೂರು - ೧೯

ಫೆಬ್ರವರಿ ೧೧, ೧೯೫೯

ಪ್ರೀತಿಯ....

ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಶ್ರೀಗುರುಮಹಾರಾಜರ ಮತ್ತು ಶ್ರೀಮಾತೆಯ ಮಕ್ಕಳಂತೆ ಇರುವುದು ಸರಿಯೇ. ಆದರೆ ನಾವು ಇತರರೊಡನೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವಾಗ ಈ ರೀತಿಯ ಭಾವ ಸರಿಯಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಆ "ಮಗುವಿನ" ಭಾವ ಬೆಳೆದು, ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಕ್ಕೆ ಬಂದವರೆಲ್ಲ ರೊಡನೆಯೂ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಹಾಗೂ ಗಾಂಭೀರ್ಯ ದಿಂದ ವರ್ತಿಸಬೇಕು.

ಎಂದಾದರೂ ನಿನಗೆ ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಕುಂದುಕೊರತೆ ಕಂಡರೆ, ಕೂಡಲೇ ಅದನ್ನು ಶ್ರೀಗುರುಮಹಾರಾಜರ ಹಾಗೂ ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಸನ್ನಿಧಿಯಲ್ಲಿ ಅರಿಕೆ ಮಾಡಿ ನಿನ್ನನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಿ ಅವರ ಸೇವೆಗೆ ಯೋಗ್ಯನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡೆಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸು.

ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ನಿನ್ನವನಾದ
ಸ್ವಾಮಿ ಯತೀಶ್ವರಾನಂದ

✽

✽

✽

ಆಗಸ್ಟ್, ೧೯೬೦

ಪ್ರೀತಿಯ....

ನಿನ್ನ ಜಪ ಹಾಗೂ ಧ್ಯಾನಗಳನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ನಿಗದಿತ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಡುತ್ತಿರುವೆಯೆಂದು ಭಾವಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಅದರೊಡನೆ ನಿನ್ನ ಬಿಡುವಿನ ಕ್ಷಣಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಆ ದೇವರ ಚಿಂತನೆಯಿಂದ ತುಂಬು. ಇದನ್ನು ನೀನು ಮಂತ್ರಜಪ, ಸ್ತೋತ್ರಪಠನ ಅಥವಾ ಭಕ್ತಿಗೀತೆಗಳನ್ನು ಹಾಡುವುದು, ಯಾವುದು ರುಚಿಸುವುದೋ ಅದರಿಂದ ಮಾಡಬಹುದು.

ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ನಿನ್ನವನಾದ,
ಸ್ವಾಮಿ ಯತೀಶ್ವರಾನಂದ

✽

✽

✽

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಆಶ್ರಮ
ಬೆಂಗಳೂರು-೧೯
ಮೇ ೩, ೧೯೫೯

ಪ್ರೀತಿಯ.....

ನಿನಗೆ... ಕೊನೆಮೊದಲಿಲ್ಲದ ಉಪದೇಶಗಳು ದೊರೆತಿವೆ. ಈಗ ನಿನಗೆ ಬೇಕಿರುವುದು ಆಚರಣೆಯೇ ಹೊರತು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಉಪದೇಶಗಳಲ್ಲ.

ಪ್ರೀತಿಯ....

ನೀನು ಮೈಮನಗಳಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರುವೆ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿರುವೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ.

ನೀನು ನಿನ್ನಂತೇ ಇರಬೇಕೇ ವಿನಃ "X" ಅಥವಾ "Y" ನಂತೆ ಅಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡು ಹಾಗೂ ನೀನು ನಿನ್ನದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಒಂದು ಸಾಮರಸ್ಯವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ವನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕು. ದೈಹಿಕ, ಬೌದ್ಧಿಕ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಸಮನ್ವಯಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಒಂದು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಆದರ್ಶವನ್ನು ನಮ್ಮ ಮುಂದಿಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಆ ದಿವ್ಯತ್ರಯರು ಆ ದಿವ್ಯತ್ರಯರು. ಅದನ್ನೇ ಮನದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿ.

ಶ್ರೀಗುರುಮಹಾರಾಜರು ನಿನ್ನ ಪಥದಲ್ಲಿ ಸದಾ ಮಾರ್ಗ ದರ್ಶಕರಾಗಲಿ ಹಾಗೂ ಅವರ ಅನಂತ ಕೃಪೆಯು ದೊರೆಯಲಿ.

ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ನಿನ್ನವನಾದ,
ಸ್ವಾಮಿ ಯತೀಶ್ವರಾನಂದ

✽

✽

✽

ಶ್ರೀ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಆಶ್ರಮ
ಬೆಂಗಳೂರು - ೧೯
ಮಾರ್ಚ್ ೨೭, ೧೯೫೯

ಪ್ರೀತಿಯ.....

ನೀನು ದೀಕ್ಷೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪಡೆದ ಉಪದೇಶದ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಹಾಗೂ ನಂತರ ಸರಿಯಾದ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸು. ಸಂಖ್ಯೆಗಿಂತ ಗುಣದ ಕಡೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ನೀಡು. ನೀನು ಎರಡನ್ನೂ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಬಹುದು, ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆದರೆ ಎಂದಿಗೂ ಗುಣವು ನಷ್ಟವಾಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೋ.

ಬೆಳಗಿನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯು ಮುಗಿದ ನಂತರ, ನಿನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಬಹಳ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸು. ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಎಲ್ಲ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡು. ಆದರೆ ನಿನ್ನ ಬಿಡುವಿನ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಒಂದು ವಿಷಯದಿಂದ ಇನ್ನೊಂದ ರೆಡೆಗೆ ಅಲೆದಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ, ಭಗವಂತನ ನಾಮ

ಹಾಗೂ ಚಿಂತನೆಗಳಿಂದ ಅದನ್ನು ತುಂಬು. ಸದಾ ಆತನು ನಿನ್ನಲ್ಲೇ ನೆಲೆಸಿರುವೆಂದು ಹಾಗೂ ನೀನು ಆತನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವೆಯೆಂದು ಭಾವಿಸು. ನೀವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಇತರರನ್ನು ಅನುಕರಿಸದೆ ನಿಮ್ಮವೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆ ಸುಪ್ತ ದೈವತ್ವವನ್ನು ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸಬೇಕು. ನಿನ್ನಂತೆಯೇ ನೀನಿರಬೇಕು, "X" ಅಥವಾ "Y" ನಂತೆ ಅಲ್ಲ ಎಂದು ನಾನು ಹಿಂದೆ ಬರೆದುದರ ಅರ್ಥವಿದೇ. ಇದು ಕೇವಲ ನಿನಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುವುದು.

ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ನಿನ್ನವನಾದ,
ಸ್ವಾಮಿ ಯತೀಶ್ವರಾನಂದ

✱

✱

✱

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಆಶ್ರಮ
ಬೆಂಗಳೂರು
ಜೂನ್ ೧೩, ೧೯೫೮

ಪ್ರೀತಿಯ.....

ನಿನ್ನ ಹೃದಯದ ಅಂತರಾಳದಿಂದ ಶ್ರೀಗುರುಮಹಾರಾಜರು ಹಾಗೂ ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರನ್ನು ಅವರ ಸೇವೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಯೋಗ್ಯನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡೆಂದು ನಿರಂತರ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸು. ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಿಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ನಿನ್ನ ಆತ್ಮಸ್ವೈಯವು ಕುಗ್ಗಿದಂತೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಶ್ರೀಗುರುಮಹಾರಾಜರ ಹಾಗೂ ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಕೃಪೆಯ ಮೇಲೆ ಅಪಾರವಾದ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿರಲಿ. ಅವರ ಕೃಪೆಯಿಂದ ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ಕನಸಿನಲ್ಲೂ ಎಳೆಸದ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ಪ್ರಾರ್ಥನೆ, ಜಪ ಹಾಗೂ ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲಕ ಆ ದಿವ್ಯಸಂಪರ್ಕ ದೊಡನೆ ನಿನ್ನದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸು. ನೀನು ನಿನ್ನ ಶಕ್ತಿಮೀರಿ ಹೋರಾಡು, ನಂತರ ಉಳಿದುದನ್ನು ಆ ದಿವ್ಯಶಕ್ತಿಗೆ ಬಿಡು. ಸ್ವಪ್ರಯತ್ನವೇ ಕೃಪೆಯ ಚಿಹ್ನೆಯಾದುದರಿಂದ ಎಲ್ಲ ಶಕ್ತಿಯು ಒಂದೇ ಮೂಲದಿಂದ ಬರುವುದು.

ಶ್ರೀಗುರುಮಹಾರಾಜರು ಹಾಗೂ ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರು ಎಲ್ಲ ವಿಧದಲ್ಲೂ ನಿನ್ನ ಮೇಲೆ ಕೃಪೆ ಮಾಡಲಿ.

ಭಗವತಿಯಲ್ಲಿ ನಿನ್ನವನಾದ
ಸ್ವಾಮಿ ಯತೀಶ್ವರಾನಂದ

✱

✱

✱

ಬೆಂಗಳೂರು - ೧೯
ಅಕ್ಟೋಬರ್ ೨೯, ೧೯೬೦

ಪ್ರೀತಿಯ.....

ನಿನ್ನ ದಿನಾಂಕ ೧೨ರ ಪತ್ರ ತಲುಪಿತು. ನೀನು ಈಗ ಚೆನ್ನಾಗಿರುವೆಯೆಂದು ತಿಳಿದು ಸಂತೋಷವಾಯಿತು. ಮತ್ತೆ ಕಾಯಿಲೆ ಮರುಕಳಿಸದೆಂದು ನಂಬಿದ್ದೇನೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧಕನು ಹೃದಯಕೇಂದ್ರದಿಂದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಒಂದು ಕಟ್ಟಡದ ತುದಿಗೆ ನೀನು ಹೋಗಬೇಕಾದರೆ, ನೀನು ಮೇಲಿನಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವೆಯೇ ಕೆಳಗೆ ನಿಂದಲೋ?

ಶ್ರೀಗುರುಮಹಾರಾಜರ ಇಚ್ಛೆಯಿದ್ದು ನಾವು ಸಂಧಿಸಿದರೆ, ಆಗ ನಿನಗೆ ಹೇಗೆ ಮೊದಲಿನಿಂದಲೇ ಆರಂಭಿಸಬೇಕು, ಕೊನೆಯಿಂದಲ್ಲ, ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಸಿಕೊಡುತ್ತೇನೆ. ಈಗ ನಾನು ಕೆಲವು ಸಲಹೆಗಳನ್ನಷ್ಟೇ ನೀಡುತ್ತೇನೆ.

ನೀನು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತಾಗ ನಿನ್ನ ಹೃದಯ ಭಾಗವನ್ನು ಹಸ್ತದಿಂದ ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿ ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಭಾವಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸು. ಈ ಸಾಂತ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಅನಂತ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಒಂದು ಅಂಶ.

ಅದನ್ನು ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ : ನಿನ್ನ ದೇಹ ಮನಸ್ಸುಗಳ ಒಳಹೊರಗೆಲ್ಲ ವ್ಯಾಪಿಸಿರುವ ನಿನ್ನ ಜೀವಾತ್ಮನ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ನಿನ್ನ ಹೃದಯವು ತುಂಬಿರುವುದೆಂದು ಭಾವಿಸು. ನಿನ್ನ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಇಡೀ ಜಗತ್ತು ಆ ಅನಂತ ಚೈತನ್ಯದಲ್ಲಿ ಲಯವಾಗಿರುವುದೆಂದು ಭಾವಿಸಿ, ನೀನು ಅನಂತ ಚೈತನ್ಯದ ಒಂದು ಭಾಗವಾದ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಪ್ರಭಾಗೋಳವೆಂದು ಭಾವಿಸು.

ಈ ನಿರಾಕಾರ ಧ್ಯಾನ ನಿನಗೆ ಅಷ್ಟು ಹಿಡಿಸದೆ ಇರಬಹುದು. ಒಂದು ವೇಳೆ ಹಿಡಿಸಿದರೂ ಅದನ್ನು ಬಹಳ ಹೊತ್ತು ಮಾಡುವುದು ಕಷ್ಟ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿನ್ನಾತ್ಮವು ಶುದ್ಧ ಮಾನಸಿಕ ಶರೀರದಿಂದಲೂ ಶುದ್ಧ ಭೌತಿಕ ಶರೀರದಿಂದಲೂ ಕೂಡಿರುವುದಾಗಿ ಭಾವಿಸಿ ಪರಮಾತ್ಮನು ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವುದಾಗಿ ಭಾವಿಸು. ಅವರ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸುತ್ತ ಅವರ ಜ್ಯೋತಿರ್ಮಯ ರೂಪವನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸು. ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿಯಾದ ಅನಂತ ಚೈತನ್ಯವೇ ಆ ದಿವ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತವಾಗಿರುವುದೆಂದು ಭಾವಿಸು.

ಜಪ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ನಂತರ ನಿನ್ನ ದೈನಂದಿನ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗು. ಆದರೆ ಅನಂತ ಚೈತನ್ಯವು ನಿನ್ನ ಆತ್ಮದ ಆತ್ಮವಾಗಿ ನಿನ್ನೊಳಗಿರುವುದೆಂಬ ಭಾವವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸು. ನೀನು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರೂ ಅವನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವುದಾಗಿ ಭಾವಿಸು.

ಹೀಗೆಯೇ ಮುಂದುವರಿದರೆ ಹೃದಯಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಭಾವಿಸಲು ನಿನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಜೀವಾತ್ಮ ಮತ್ತು ಪರಮಾತ್ಮರ ಸಂಬಂಧವೂ ನಿನಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಮುಂದೆ ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ನಿನಗೆ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಮತ್ತು ಶ್ರೀಮಾತೆ ಶಾರದಾದೇವಿ ಯವರು ನಿನ್ನನ್ನೂ ನಿನ್ನ ತಂದೆ ತಾಯಿಯರನ್ನೂ ಆಶೀರ್ವದಿಸಿ ಲೆಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ನಿನ್ನವನಾದ
ಸ್ವಾಮಿ ಯತೀಶ್ವರಾನಂದ

(ಕೊನೆಯ ಪತ್ರ The Divine Light ಗ್ರಂಥದಿಂದ ತೆಗೆದು ಕೊಂಡು.)

✱

✱

✱