

ಮನ - ಮಾನ

ಪ್ರೊ. ಎಂ.ಆರ್. ನಾಗರಾಜು

“ಮ” (ನಾನು) ಎಂಬುದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮನೆಮಾಡಿಕೊಂಡು ನಮ್ಮನ್ನು ಮನಬಂದಂತೆ ಸುತ್ತಿಸುತ್ತಿದೆ. ಈ “ಮ” ನಮಗೆ “ಮಾ”(ಬೇಡ)ವಾದಾಗ ಮುಕ್ತಿಮಾರ್ಗ ತೆರೆಯುತ್ತದೆ, ಮನ ಮಾನವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಶಬ್ದ ಚಮತ್ಕಾರದ ಮೂಲಕ ವಿವರಿಸಿರುವ ಶ್ರೀ ನಾಗರಾಜು ಅವರು “ಬಾಲವಿಜ್ಞಾನ”ದ ಪ್ರಧಾನ ಸಂಪಾದಕರಾಗಿರುವರು.

ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ “ನಾನು” ಎಂದು ಸೂಚಿಸಲು “ಮ” ಎನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮಯಾ, ಮಮ... ಇತ್ಯಾದಿ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ. “ನಾನು” ಅರ್ಥಾತ್ “ಮ” ಮೇಲೆ ನನಗೆ ವಿಶೇಷ ಮಮತೆ. ಹೀಗಿದ್ದ ಮೇಲೆ ಆ “ನಾನು” ಎಂದರೇನೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆಯೇ? ಆ ಮಮತೆ ಜ್ಞಾನದ ಕಣ್ಣಿಂದ “ನಾನು”ವಿನ ಬಗೆಗೆ ತಿಳಿದು ಉಂಟಾದ ಮಮತೆಯೇ? ಅಥವಾ “ನಾನು” ಎಂದರೇನೂ ತಿಳಿಯದ ಪ್ರೀತಿಯೇ?

“ಮ”(ನಾನು) ಎಂಬುದೊಂದು ಮುಸುಕು. ಜಗತ್ತಿನ ಭಾಗವಾದ ನನಗೆ ಈ ಮುಸುಕಿನಿಂದಾಗಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದವನೆಂಬ ಭ್ರಮೆ. ಗುಡಾರ ಹಾಕಿ ನನ್ನದೇ ಗಾಳಿಯ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಮನೆಯನ್ನು ರಚಿಸಿಕೊಂಡೆ. ಅದು ವಾಯುಮಂಡಲದಿಂದ ದೂರವಾಗಿ, ನನ್ನದೇ ವಾಯುಮಂಡಲ ರಚಿಸಿಕೊಡೆನೆಂಬ ಭ್ರಮೆ ಉಂಟುಮಾಡುವ ಗುಡಾರ — ಅರ್ಥಾತ್ “ಮನ”. ಮನೆಯೊಳಗಿರುವುದೂ ಹೊರಗಿನ ಗಾಳಿಯೇ ಎಂಬುದೂ ನನಗೆ ತಿಳಿಯದು. ಹೊರಗಿನ ಬಿರುಗಾಳಿಗೆ ಉರುಳಿಬೀಳುವ ಗುಡಾರ ಮತ್ತೆ ಹೊರಗಿನೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಅನಿವಾರ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನೂ ಮರೆಸುವ ಮುಸುಕು—“ಮ”(ನಾನು).

“ಮ”ಕ್ಕೆ ದೀರ್ಘ ನೀಡಿದರೆ “ಮಾ” ಆಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಂದರೆ ತಾಯಿ ಎಂದರ್ಥ. ನನ್ನ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಬೇರುಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಿದರೆ, ಗುಡಾರದ ಸಾಮಗ್ರಿ ಎಲ್ಲಿಂದ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ನೋಡಿದರೆ, ಎಲ್ಲವೂ ಹೊರಜಗತ್ತಿನದೇ! ಮುಸುಕು ತೆರೆದ ಕ್ರಿಯೆ ಅದು. ಅದಕ್ಕೇ “ಮ”(ನಾನು) ನನ್ನನ್ನು ಕುರಿತು ದೀರ್ಘವಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸಿ “ಮಾ” ಆಗಲು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಆದರೂ ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ “ಮಾ” ಆಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಆಗ ಅದಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ಮಾಡಿ “ಯೆ” ಸೇರಿಸಿಬಿಡುವೆ. ಆಗ “ಮಾಯೆ”ಯ ಮುಸುಕು ನನ್ನ ಜಾಗೃತಿಗೆ ಕವಿದುಬಿಡುತ್ತದೆ. ಗುಡಾರವಿಲ್ಲದೆ ಬಯಲಾಗಿ ಬಿಡುವ ನಾಚಿಕೆ ನನಗೆ. ಸಂತರಾದರೋ “ಬತ್ತಲಾಗದೆ ಬಯಲು ಸಿಗದು” ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನನಗೋ “ನನ್ನನ್ನು” (ಮುಸುಕನ್ನು) ಬಿಚ್ಚಿರಲಾರದ ಸಿಗ್ಗು.

“ಮ” ಬಲಭಾಗಕ್ಕೆ “ನ” ಸೇರಿಸುತ್ತೇನೆ. “ಮನ” ಆಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಇದೂ ನನ್ನದೇ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಮುಸುಕು

ನಾಚೆಯ ಹೊರಜಗದಿಂದ ಮೂಡುವ ಬೇಕುಬೇಡಗಳ ಗುಡಾಣವೇ ಈ “ಮನ”. ಒಳಗೆಲ್ಲ ಕತ್ತಲೆ. ಹೊರಜಗದಿಂದ ಪ್ರಚೋದಿತ; ಹೊರಜಗತ್ತನ್ನು ಕುರಿತ ಒಳಜಗತ್ತು ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆತು ಈ ಜಗತ್ತು ನನ್ನದು, ನನ್ನಷ್ಟೇ ಸತ್ಯ—ಕತ್ತಲಾದರೂ ಸರಿ ಉಸಿರುಕಟ್ಟಿದರೂ ಸರಿ—ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

ನಾನು “ಮ”ದ ಬಲಭಾಗಕ್ಕೆ “ನ” ಸೇರಿಸಿದ್ದರಿಂದಲೋ ಏನೋ “ಮ” ಎಡಭಾಗಕ್ಕೆ “ತ” ಸೇರಿ ಹೋಗಿ “ತಮ”(ಕತ್ತಲು) ನನ್ನ ಗುಡಾರವನ್ನು ಆವರಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗ ಗುಡಾರದ ಒಳಗಿನದೂ ಅಸ್ಪಷ್ಟ, ಹೊರಗಿನದೂ ಅಸ್ಪಷ್ಟ. ನನ್ನ ಹೊರಜಗತ್ತೆಂದು ಭಾವಿಸಿರುವೆ ಬೇರೆ ಗುಡಾರಗಳಿರುವುದೂ ಮರೆತುಹೋಗುತ್ತದೆ ನನಗೆ. ಗುಡಾರಗಳಿದ್ದರೂ ಅವು ಬೇರೆಯಲ್ಲ, ನನ್ನದರ ಹಾಗೆಯೇ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ ಅಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಮೂಗು ತೂರಿಸಿ ಹೋಗುತ್ತೇನೆ. ಮಂದಚೇತನ ಕಂಡದ್ದು, ಗುಡಾರದೊಳಗೆ ಇರಬಹುದು ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸಿದ್ದು ಎಲ್ಲವೂ ಸೇರಿಕೊಂಡು “ತಮ” ದ “ತ”ವನ್ನು ಬಲಕ್ಕೆ ವರ್ಗಾಯಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅದು “ಮತ”ವಾಗುತ್ತದೆ. “ತಮ”ದಲ್ಲಿ ರೂಪಿಸಿಕೊಂಡ “ಮತ”ವನ್ನೇ “ಮತದಾನ” ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಆಗ ನೋಡಿದರೆ ಎಲ್ಲರೂ ಮತದಾನಿಗಳೇ! ಸ್ವೀಕರಿಸುವವರೇ ಇಲ್ಲ. ಮತವೂ “ಮ” ಎಂಬ ಭ್ರಮೆ ನನಗಿರುವ ಹಾಗೆಯೇ ಎಲ್ಲ ಗುಡಾರಗಳವರಿಗೂ! ಮತಗಳ ದಾನ “ಕದನ” (friction)ವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ಹೌಹಾರುತ್ತೇನೆ. ಮತಗಳು ಒಮ್ಮತವಾಗುವುದು ಹಾಗಿರಲಿ, ಸಮ್ಮತವಾದರೆ ಸಾಕು. ಅದೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.

“ಮನ”ಕ್ಕೆ ಸಮ್ಮತವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಅದರ ಎಡಭಾಗಕ್ಕೆ “ನ” ಸೇರಿಸಿ ರಾಜಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ, “ನಮನ”ದ ಮೂಲಕ. ಆದರೂ ಕಸಿವಿಸಿ ತಪ್ಪಿದ್ದಲ್ಲ. ಕಾರಣ ತಿಳಿದಿದೆ. “ಮ”ಗಳು ನನ್ನ ಬಳಿಯೂ ಇತರರ ಬಳಿಯೂ ಬಿಗಿಯಾಗಿರುವಾಗ “ನಮನ” ಮಾಡಿದರೂ “ಮನ”ವು ನಕಾರವಾಗುವ ಚಿಂತೆ ಬಾಧಿಸುತ್ತದೆ!

ದಿನದ ವಹಿವಾಟೆಲ್ಲ ಮುಗಿದು ಆಯಾಸಗೊಂಡು ನಿದ್ರಿಸಿದರೂ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲೂ “ಮ”ದ ಮೈಮರೆಸುವ “ಮಾಯೆ”ಯ ನರ್ತನವೇ. ಎಲ್ಲೋ ಗಾಢ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಬಿಡುಗಡೆ—ಅದೂ ಕೋಲ್ಮಿಂಚಿನಷ್ಟು ಕ್ಷಣಿಕ.

ನನ್ನ ಆಯಾಸಕ್ಕೇನು ಕಾರಣ? "ಮ"ಕ್ಕೆ "ನ" ಸೇರಿಸಿದ "ಮನ"ದೊಂದಿಗೆ ಮಾತುಕತೆ. "ಮನ"ವಿರುವವರೆಗೂ, ಮನವೇ ನಾನೆನ್ನುವ ಭಾವನೆ ಇರುವವರೆಗೂ ಸದಾ ಮಾನ, ಅವಮಾನಗಳ ಬಾಧೆ; ಸುಮ್ಮಾನವೇ ಇಲ್ಲ. ಬೇಕುಬೇಡಗಳ ಕಾಟ—ಇದ್ದದ್ದು ಇರಲಿ ಎಂಬ ನಿರಾಳವಿಲ್ಲ—ಇಷ್ಟಾನಿಷ್ಟಗಳ ತಾಕಲಾಟ—ಚಡ ಪಡಿಕೆಯ ಪೀಕಲಾಟ.

ಆದರೆ ಗುಡಾರದ ಒಳಗೆ (ನನ್ನೊಳಗೆ) ಹಾಗೂ ಗುಡಾರದ ಹೊರಗೆ ಗಮನಿಸಿದರೆ ಅನೇಕ ಕಾರ್ಯಗಳು ನಿರಾಯಾಸವಾಗಿ, ಸಹಜವಾಗಿ, ನಿರಾಳವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಮೌನವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತವೆ.

ಇಳಿಯಿಂದ ಮೊಳಕೆಯೊಗೆವಂದು ತಮಟೆಗಳಿಲ್ಲ
ಫಲ ಮಾಗವಂದು ತುತ್ತೂರಿ ದನಿಯಿಲ್ಲ |
ಬೆಳಕಿವ ಸೂರ್ಯಚಂದ್ರರದೊಂದು ಸದ್ದಿಲ್ಲ
ಹೊಲಿ ನಿನ್ನ ತುಟಗಳನು —ಮಂಕುತಿಮ್ಮ ||

ಈ ಸತ್ಯದ ಅರಿವಾಗಿ ಮನದೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ ಆಯಾಸಗೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ, ಈ ಮೌನ ಕಾರ್ಯವನ್ನೇ ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾ ಇರಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಆಗ ಕಾರ್ಯದ ಮೊದಲು ಕೊನೆಗಳಿಲ್ಲ, ಬೇಕುಬೇಡಗಳಿಲ್ಲ. ಇರುವುದು ಕಾರ್ಯಮಾತ್ರ. ಗುಡಾರದ ಒಳಗಿನಲ್ಲಿ, ಹೊರಗಿನಲ್ಲಿ ಅಂತರವಿಲ್ಲ. "ಮ" (ನಾನು)ಮಡಿದು ಗುಡಾರ (ಜ್ಞಾತೃ), ಜಗತ್ತು (ಜ್ಞೇಯ) ಎಲ್ಲವೂ ಒಂದೇ ಆಗಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಲೀನವಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ದೇಹಮನಗಳ ಬಾಹ್ಯಲೋಕದ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳನ್ನು ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ವೀಕ್ಷಿಸುವ ನಿರಾಳ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ನಿರ್ವಿಕಲ್ಪ ಸಮಾಧಿ. ಅಂತರಂಗ ಬಹಿರಂಗದ ನಿರಂತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಂತೆಯೇ ನಿರ್ಮಮಕಾರವಾಗಿ ನಿರ್ವಿಕಾರದ ದುಡಿಮೆಯೇ ಸವಿಕಲ್ಪ ಸಮಾಧಿ.

ನಿಸರ್ಗ ನೀಡಿದ ಒಡಲೂ, ಒಡಲೊಳಗಿನ ಮನಸ್ಸೂ, ಒಡಲುಗಳಿಸಿದ ಒಡವೆಯೂ ಎಲ್ಲಿಂದಲೋ ಬಂದು ಎಲ್ಲಿಗೋ ಹೋಗುವಂತಹದೇ ವಿನಾ ನನ್ನದಲ್ಲ. ನನ್ನ ಪಾಲಿಗೆ ಒಡಲು, ಮನ, ಒಡವೆಗಳು ನೀಡುವ ಗಡಿಬಿಡಿ ಚಡಪಡಿಕೆಗಳ ಆಯಾಸ ತಾನೆ ಯಾಕೆ ಬೇಕು?

ಈ ಎಚ್ಚರವಾದಾಗ "ಮ" ಎಡಭಾಗಕ್ಕೆ "ನ" ಸರಿಸುತ್ತೇನೆ ಆಗ "ನ" "ಮ"ವಾಗಿ ನಾನಿಲ್ಲವಾಗಿ ಹೊರಜಗತ್ತು, ಒಳಜಗತ್ತು, ಗುಡಾರಗಳೆಲ್ಲವೂ ಮಾತು, ಮನ, ಮಾನ ಎಲ್ಲವೂ "ಮೌನ"ದಲ್ಲಿ ಲೀನವಾಗುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು "ಮ"ದ ಎಡಭಾಗದಲ್ಲಿ "ಶ" ಸೇರಿಸಿದ "ಶಮ" ಮತ್ತು "ದ" ಸೇರಿಸಿದ "ದಮ" ಅಗತ್ಯ. (ಇದು ಕೃಚಿತ್ತಾಗಿ ಸಾಧನೆ ಆಗುವುದಾದರೂ, ನಿರಂತರವಾಗಿ ಉಳಿಯದು. ಏನೇ ಆಗಲಿ ಉಳಿಸಿಕೊಂಡ ಕಾಲ ಕೃನುಗುಣವಾಗಿ ಸಮಾಧಾನ ತಂದುಕೊಡಬಲ್ಲದು.) ಈ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಹಗುರವಾದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದೇ ಧ್ಯಾನವೆಂದು ನನ್ನ ಭಾವನೆ.

ಗುಡಾರವೂ ಹೊರಜಗತ್ತೇ. ಆದರೆ ಮುಸುಕು ನೀಡುವ ಪ್ರತ್ಯೇಕತಾ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಹೋದಮೇಲೆ ಉಳಿಯುವುದು ಆನು ನೀನುಗಳಿಲ್ಲದ ವಿಶ್ವ. ಆದರೆ "ಮ" ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಸಂಕಟಕ್ಕೇಂದೇ ತೋರುತ್ತದೆ "ವಿಶ್ವ"ನಾಥನನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಆತನಿಗೂ ಕಣ್ಣು, ಕಿವಿ, ಮೂಗು, ಕೈಕಾಲು ನೀಡಿ ದೊಡ್ಡ ಗುಡಾರವಾಗಿಸುತ್ತೇನೆ. ಮಹಾ "ಮ"ದಲ್ಲಿ ಕಿರು "ಮ"ವನ್ನು ಮುಳುಗಿಸುತ್ತೇನೆ. "ಮ"ದಿಂದಲೇ "ಮತ್ತು" ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಕಾರ್ಯ ಮತ್ತೂ ಮತ್ತೂ ಸಾಗಿದೆ.

"ನಾನು'ಹೋದರೆ ಹೋದೇನು", "ಆನು ನೀನೆಂಬುದು ತಾನಿಲ್ಲ; ಆನರಿತ ಬಳಿಕ ಮತ್ತೇನೂ ಇಲ್ಲ" ಎಂಬ ಅನುಭಾವದ ಮಾತುಗಳು ನೆನಪಾಗುತ್ತದೆ. ತತ್ ತ್ವಂ ಆಸಿ, ಜೀವೋ ಬ್ರಹ್ಮೈವ ನಾಪರಃ (ನೀನು ಅದೇ ಆಗಿರುವೆ, ಜೀವವು ಬ್ರಹ್ಮವಲ್ಲದೆ ಬೇರೆಯಲ್ಲ.)

"ಮ" ದ ಮುಂದೆ ಎರಡು "ನ" ಸೇರಿಸಿದರೆ "ಮನನ"ವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೇಲಿನ ವಿಷಯವನ್ನು ಮನನ ಮಾಡುತ್ತ ನಾವೆಲ್ಲರೂ "ಸುಮನ"ರಾಗೋಣ ಮತ್ತು ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ "ಸುಮ್ಮನಾ"ಗೋಣ.

ಇದೆಲ್ಲ ನನ್ನ ಗುಡಾರದೊಳಗಿನ ಮಾತು. "ಮ"ದ ಬಲಕ್ಕೆ "ನ"ಸೇರಿದಾಗಲೇ ರೂಪಗೊಂಡಿರುವ ಮಾತು. ಅನಿಸಿದ್ದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ವ"ಮನ"ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ.



ಮೌನವ್ಯಾಖ್ಯಾ

ಬಾದ್ವ ಎಂಬ ಹೆಸರಿನ ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನಿ ಇದ್ದನು. ಬಾಷ್ಕಲಿ ಎಂಬ ರಾಜನು ಅವನನ್ನು ಸಂಧಿಸಿ ಆತ್ಮದ ವಿಷಯವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಡಬೇಕೆಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದನು. ಬಾದ್ವನು ಸುಮ್ಮನೆ ಕುಳಿತಿದ್ದನು. ರಾಜನು ಎರಡನೆಯ ಬಾರಿ ಅದೇ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳಿದನು. ಆಗಲೂ ಮೌನ. ಮೂರನೆಯ ಬಾರಿ ಕೇಳಿದಾಗ ಬಾದ್ವನು ಹೇಳಿದನು "ಎಲೈ ರಾಜನೆ, ನಾನು ನಿನ್ನ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರ ನೀಡಿದ್ದೇನೆ. ನಿನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಮೌನವೇ ಆತ್ಮ (ಉಪಶಾಂತತೋಯಮಾತ್ಮಾ)".