

ದೇಹವೇ ದೇವಾಲಯ

ಎಂ.ಟಿ. ವಿಶ್ವನಾಥಯ್ಯ

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲೂ ದಿವ್ಯಜ್ಯೋತಿ ಬೆಳಗುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಭಗವದ್‌ಪಾಸನೆಗೆ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ದೇಗುಲ ಈ ಮಾನವ ದೇಹ ಎಂಬುದನ್ನು ಧಾರ್ಮಿಕ ಸಾಹಿತ್ಯದಿಂದ ಉದಾಹರಿಸಿರುವ ಶ್ರೀಯುತ ವಿಶ್ವನಾಥಯ್ಯನವರು ನಿವೃತ್ತ ಇಂಜಿನೀಯರ್ ಹಾಗೂ ವಿಶ್ವಹಿಂದೂ ಪರಿಷತ್ತಿನ ಮೈಸೂರು ಶಾಖೆಯ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿರುವರು.

The body is the temple of living God (ಈ ದೇಹವೇ ಜೀವಂತ ದೇವರ ವಾಸಸ್ಥಾನ) —Bible

ಈ ಶರೀರವೇ ಹರ ಮಂದಿರ —ಗುರು ನಾನಕರು

ದೇಹೋ ದೇವಾಲಯಃ ಪ್ರೋಕ್ಷೋ— ಈ ದೇಹವೇ ಭಗವಂತನ ಆಲಯ —ಮೈತ್ರೇಯ ಉಪನಿಷತ್

ಕಠೋಪನಿಷತ್ತು “ಆತ್ಮನನ್ನು ರಥಿಯೆಂದೂ ದೇಹವನ್ನು ರಥವೆಂದೂ ತಿಳಿ” ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ. “ದೇವರನ್ನು ಅಗ್ನಿ, ನೀರು, ಗಿಡ, ಪ್ರಾಣಿ, ಪ್ರತಿಮೆ ಮುಂತಾದುವುಗಳಲ್ಲಿ ಪೂಜಿಸುವುದರ ಬದಲು, ದೇವರನ್ನು ಮನುಷ್ಯದೇಹದ ಪ್ರತಿಮೆಯಲ್ಲಿ ಪೂಜಿಸಬಹುದು. ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿಯಾದ ಭಗವಂತನನ್ನು ಪಿಂಡಾಂಡದಲ್ಲಿ ಪೂಜಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡದಲ್ಲಿಯೂ ದೇವರನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಪಿಂಡಾಂಡವು ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡದ ಪಡಿಯಚ್ಚಿದ್ಧಂತೆ” ಎಂದು ಸ್ವಾಮಿ ಯತೀಶ್ವರಾನಂದರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

“ಈ ಶರೀರವೇ ಪರಮಾತ್ಮನ ವಾಸಸ್ಥಾನ”ವೆಂದು ಆಚಾರ್ಯ ಶಂಕರರು ನುಡಿದರೆ ಬಸವಣ್ಣನವರು “ದೇಹವೇ ದೇಗುಲ” ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಹದುಳ ಭಾವ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ದೇವನು ಆ ದೇಹದಲ್ಲಿ ನೆಲಸಿರುತ್ತಾನೆ. ಕಸ ವಿರುವ ಹೊಲದಲ್ಲಿ ಬಿತ್ತಿದ ಬೆಳೆ ನಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಬಸವಣ್ಣನವರು ಮುಂದಿನ ವಚನದಲ್ಲಿ ನಿರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ:

**ಮನೆಯೊಳಗೆ ಮನೆಯೊಡೆಯನಿದ್ದಾನೋ ಇಲ್ಲವೋ?
ಹೊಸಲಲ್ಲಿ ಹುಲ್ಲು ಹುಟ್ಟಿ, ಮನೆಯೊಳಗೆ ರಜತುಂಬಿ,
ಮನೆಯೊಡೆಯನಿದ್ದಾನೋ ಇಲ್ಲವೋ?
ತನುವಿನಲಿ ಹುಸಿ ತುಂಬಿ, ಮನದೊಳಗೆ ವಿಷಯ ತುಂಬಿ,
ಮನೆಯೊಳಗೆ ಮನೆಯೊಡೆಯನಿಲ್ಲ....**

ದೇಹವು ದೇಗುಲವಾಗಲು ಅರ್ಥಾತ್ ದೇಹಿಯು ದೈವ ಗುಣಗಳನ್ನು ಮೈಗೂಡಿಸಿಕೊಂಡು ದೈವತ್ವವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಅಂದರೆ ಮಾನವನು ಮಹದೇವನಾಗಲು, ಭಕ್ತ ಭಗವಂತ

ನಾಗಲು, ನರನು ಹರನಾಗಲು ಹಲವಾರು ಯೋಗಗಳು ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಸುಲಭ ಸುಂದರ ಸಮನ್ವಯ ಯೋಗ ಶಿವಯೋಗ. ಬಸವಣ್ಣನವರ ಪ್ರಕಾರ ಸತ್ತ್ವಿಯೆಯಿಂದ ದೇಹ ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಬೇಕು, ಸುಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮನಶ್ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಬೇಕು, ಸದ್ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಭಾವನೆ ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಸತ್ತ್ವಿಯೆ, ಸುಜ್ಞಾನ, ಸದ್ಭಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಕಾರ್ಮಿಕ ಮಲ, ಮಾಯಾಮಲ, ಆಣವ ಮಲಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಬೇಕು. ಹೀಗೆ ತನುತ್ರಯಗಳಲ್ಲಿರುವ ಮಲತ್ರಯಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿ, ಲಿಂಗಾಂಗ ಸಾಮರಸ್ಯದತ್ತ ನಡೆವುದೇ(ಜೀವ-ಶಿವೈಕ್ಯ) ಶಿವಯೋಗ. ಶಿವಯೋಗ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮೂರು ಹಂತಗಳಿವೆ: ತ್ಯಾಗಾಂಗ, ಭೋಗಾಂಗ, ಯೋಗಾಂಗ.

ಮೊದಲ ಹಂತದಲ್ಲಿ ವಿಷಯ ಸುಖಗಳ ತ್ಯಾಗ. ದುರ್ಗುಣ, ದುಶ್ಚಟ, ದುರಾಚಾರಗಳಿಂದ ದೂರವಾಗಿರುವುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಬಸವಣ್ಣನವರ ವಚನ:

**ಆತ್ಮಲಿತ್ತ ಹೋಗದಂತೆ ಹೆಳವನ ಮಾಡಯ್ಯ ತಂದೆ
ಸುತ್ತಿ ಸುಳಿದು ನೋಡದಂತೆ ಅಂಧಕನ ಮಾಡಯ್ಯ ತಂದೆ
ಮತ್ತೊಂದ ಕೇಳದಂತೆ ಕಿವುಡನ ಮಾಡಯ್ಯ ತಂದೆ
ನಿಮ್ಮ ಶರಣರ ಪಾದವಲ್ಲದೆ ಅನ್ಯ ವಿಷಯಕ್ಕೆಳಸದಂತೆ
ಇರಿಸು ಕೂಡಲ ಸಂಗಮದೇವ.**

ಕಾಲು ಸನ್ನಡೆಗೆ, ಕಣ್ಣು ಸಮ್ಯಗ್ದರ್ಶನಕ್ಕೆ, ಕಿವಿ ಭಗವಂತನ ನಾಮ ಕೇಳಲು ಸಾಧಕವಾಗಬೇಕು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅವು ಇಂಗಿ ಮುಚ್ಚಿಹೋಗುವುದೇ ಲೇಸು. ಈ ಜೀವ ಏನನ್ನೋ ಆಲಿಸಿ, ಎಂಥದ್ದನ್ನೋ ನೋಡಿ, ಎಲ್ಲೋ ಹಾಳಾಗುವುದು ಬಸವಣ್ಣನವರಿಗೆ ತೀರ ಜುಗುಪ್ಸೆಕಾರಿ. ಇಂದ್ರಿಯಗಳೆಲ್ಲಾ ಅದರ್ಶಕ್ಕೆ ಅಭಿಮುಖವಾಗಿರಬೇಕೆಂಬುದೇ ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ. ಹೀಗೆ ಮೊದಲ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಅಹಿತವಾದದ್ದನ್ನು ದೂರ ಮಾಡಬೇಕು. ಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ನೋಡುವ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕು. ಮುಂದಿನ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಸದ್ಗುಣ ಸದಾಚಾರಗಳಿಂದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಲು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಬಸವಣ್ಣನವರು—

**ವಚನದಲ್ಲಿ ನಾಮಾಮೃತ ತುಂಬಿ,
ನಯನದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮೂರುತಿ ತುಂಬಿ
ಮನದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ನೆನಪು ತುಂಬಿ,
ಕಿವಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಕೀರುತಿ ತುಂಬಿ
ಕೂಡಲ ಸಂಗಮದೇವ,
ನಿಮ್ಮ ಚರಣಕಮಲದೊಳಗನು ತುಂಬಿ**

ಆಡುವ ಮಾತೆಲ್ಲಾ ಶಿವ ನಾಮ ಸಂಕೀರ್ತನೆ, ನೋಡುವ ನೋಟವೆಲ್ಲಾ ಶಿವದರ್ಶನ, ಮಾಡುವ ಚಿಂತೆಗಳೆಲ್ಲಾ ಶಿವಧ್ಯಾನ, ಕೇಳುವ ಶಬ್ದಗಳೆಲ್ಲಾ ಶಿವನ ಮಹಿಮೆ—ಇನ್ನು ನಾನು ಶಿವನ ಚರಣ ಕಮಲದಲ್ಲಿ ಜೇನುಂಬ ದುಂಬಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ತಮ್ಮ ಶಿವತನ್ಮಯಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕುರಿತು ಭಾವಪರವಶರಾಗಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾರೆ ಬಸವಣ್ಣನವರು.

ಮುಂದೆ ದೇಹದ ಎಲ್ಲ ಅಂಗಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಭಗವಂತನ ಗುಣಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಾಗ ದೇಹವೇ ದೇವಾಲಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಭಕ್ತ-ಭಗವಂತನ ಸಮರಸ ಅಥವಾ ಜೀವ ಶಿವರ ಐಕ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದೇ ಯೋಗಾಂಗ. ಈ ಸಮಾಧಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಬಸವಣ್ಣನವರು ಹೀಗೆ ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ:

ಕಂಗಳು ತುಂಬಿದ ಬಳಿಕ ನೋಡಲಿಲ್ಲ
ಕಿವಿಗಳು ತುಂಬಿದ ಬಳಿಕ ಕೇಳಲಿಲ್ಲ
ಕೈಗಳು ತುಂಬಿದ ಬಳಿಕ ಪೂಜಿಸಲಿಲ್ಲ
ಮನ ತುಂಬಿದ ಬಳಿಕ ನೆನೆಯಲಿಲ್ಲ
ಮುಖಾಂತ ಕೂಡಲ ಸಂಗಮದೇವನ.

ಆ ಸಮಾಧಿ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣು ಪಾಪೆಗಳಲ್ಲಿ ಲಿಂಗ(ದೇವರ) ಬಿಂಬ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ, ಮಾಡಿದ ಮಾನಸ ಜಪದಿಂದಾಗಿ ಕಿವಿಗಳಲ್ಲಿ ಅನಾಹತನಾದ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ; ಕೈಕೊಂಡ ಪೂಜೆಯಿಂದಾಗಿ ಕೈತುಂಬಿರುತ್ತದೆ, ಸಾಧಿಸಿದ ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದಾಗಿ ಮನ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ; ಈ ಅತೀಂದ್ರಿಯಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನೋಡುವುದೆಂಬ, ಕೇಳುವುದೆಂಬ ಪೂಜಿಸುವುದೆಂಬ, ಧ್ಯಾನಿಸುವುದೆಂಬ ಯಾವ ಉಪಾಧಿಯೂ ಇಲ್ಲದೆ ಭಕ್ತನು ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಲೀನನಾಗುತ್ತಾನೆ. ವೀರಶೈವ ಪಾರಿಭಾಷಿಕ ನುಡಿಯಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಲಿಂಗಾಂಗ ಸಾಮರಸ್ಯ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಸರ್ವಾಂಗ ಲಿಂಗ ಮಯವಾದಾಗ ಶರಣನು ತಾನೇ ಶಿವನಾಗುತ್ತಾನೆ. ದೇಹವೇ ದೇವಾಲಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಶರಣನು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳೆಲ್ಲಾ ಶಿವನ ಆರಾಧನೆಯೇ ಆಗುತ್ತವೆ.

ಆಚಾರ್ಯ ಶಂಕರರು ರಚಿಸಿದ ಶಿವಮಾನಸಪೂಜಾಸ್ತೋತ್ರವಿದು:

ಆತ್ಮಾ ತ್ವಂ ಗಿರಿಜಾ ಮತಿಃ ಸಹಚರಾಃ
ಪ್ರಾಣಾಶ್ಚರೀರಂ ಗೃಹಂ
ಪೂಜಾ ತೇ ವಿಷಯೋಪಭೋಗರಚನಾ
ನಿದ್ರಾ ಸಮಾಧಿಸ್ಥಿತಿಃ |
ಸಂಚಾರಃ ಪದಯೋಃ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣವಿಧಿಃ
ಸ್ತೋತ್ರಾಣಿ ಸರ್ವಾಗಿರೋ
ಯದ್ಯತ್ಕರ್ಮ ಕರೋಮಿ ತತ್ತದಖಿಲಂ
ಶಂಭೋ ತವಾರಾಧನಮ್ ||

“ಭಗವಂತನೇ, ಆತ್ಮವೇ ನೀನಾಗಿದ್ದೀಯೆ, ಬುದ್ಧಿಯೇ ಪಾರ್ವತಿ, ಶರೀರದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರಾಣವಾಯುಗಳೇ ಸ್ನೇಹಿತರು,

ಈ ಶರೀರವೇ ನಿನ್ನ ವಾಸಸ್ಥಾನ (ಮನೆ), ಸಂಚಾರ ಮಾಡುವುದೇ ನಿನಗೆ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣ ನಮಸ್ಕಾರ, ನಿದ್ರೆಯೇ ಸಮಾಧಿ ಸ್ಥಿತಿ, ನಾನು ಮಾಡುವ ಸಕಲ ಕರ್ಮಗಳೂ ನಿನ್ನ ಆರಾಧನೆ (ನಿನ್ನ ಪೂಜೆ)ಯಾಗಲಿ.”

ದೇಹವೊಂದು ದೇವಾಲಯ, ಈ ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ಭಕ್ತನೂ ಇದ್ದಾನೆ, ದೇವರೂ ಇದ್ದಾನೆ. ಇವರಿರ್ವರ ಐಕ್ಯ ಸಾಧಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಈ ದೇವಾಲಯವೊಂದು ವಿಶಿಷ್ಟವಾದುದು. ಈ ಭೌತಿಕ ದೇಹವನ್ನು ವ್ಯಾಪಿಸಿಕೊಂಡು ಮನೋದೇಹ ಅಥವಾ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರವಿದೆ. ಈ ಸೂಕ್ಷ್ಮದೇಹವನ್ನೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿಕೊಂಡು ಜೀವಾತ್ಮನಿರುವನು. ಈ ಜೀವಾತ್ಮ ಪರಮಾತ್ಮನ ಒಂದು ಅಂಶ. ಇವರಿರ್ವರ ಸಂಬಂಧ—ಬಿಂದು ಮತ್ತು ಸಿಂಧು (ನೀರಿನ ಕಣ ಮತ್ತು ಸಮುದ್ರ) ಇದ್ದಂತೆ. ನಾವು ಈ ದೇಹ, ಸೂಕ್ಷ್ಮದೇಹ, ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು ಇವುಗಳನ್ನು ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸುವಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾದಂತೆಲ್ಲ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಬೆಳಗುವ ದಿವ್ಯಜ್ಯೋತಿ ಹೆಚ್ಚುವುದು. ನಾವು ಹೃದಯ ಮಂದಿರವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಅದು ಆತ್ಮಜ್ಯೋತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿರುವುದನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಅದು ಪರಮಾತ್ಮನ ಒಂದು ಅಂಶ.

ಒಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಯಾವಾಗಲೂ ದೇಹಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಆತ್ಮಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ದೇವರಿಗೆ ಒತ್ತು ನೀಡಬೇಕು. ದೇಹವನ್ನು ಕೇವಲ ಆತ್ಮನು ನೆಲೆಸುವ ಮನೆಯೆಂದೂ ಮತ್ತು ಆತ್ಮನನ್ನು ದೇವರ ವಾಸಸ್ಥಾನವೆಂದೂ ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು. ನಮ್ಮನ್ನು ಆತ್ಮವೆಂದು ಭಾವಿಸಿ ಆತ್ಮದ ಆತ್ಮನಾದ ಭಗವಂತನ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಈ ಅಂಶಕ್ಕೆ ಒತ್ತು ನೀಡದಿದ್ದರೆ ನಮ್ಮ ಇಡೀ ಜೀವನವೇ ಒಂದು ದೇಹಪೂಜೆಯಾಗುವುದು. ದಿವ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಪೂಜೆಯನ್ನು ನಿಕ್ಕಷ್ಟ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಕಂಡು, ಅದೊಂದು ಮೂರ್ತಿಪೂಜೆಯೆಂದು ಹಿಂಯ್ಯಾಳಿಸುವವರು ತಮ್ಮ ದೇಹಪೂಜೆಗಿಂತ ಇದು ಎಷ್ಟೋ ಉತ್ತಮವೆಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ನಿಜವಾದ ಭಕ್ತರು ತಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಇತರರಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಇಡೀ ಜೀವನವೇ ಭಗವದುಪಾಸನೆ. ಅವರು ಪರಮ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಾರ್ಥಕತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ.

—ಸ್ವಾಮಿ ಯತೀಶ್ವರಾನಂದ