ಝೆನ್ ಅನುಭಾವ - ೧

❑ ಜಿ.ಎಸ್. ಜಯದೇವ

ಬೌದ್ಧಧರ್ಮದ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನಮಾರ್ಗ ಜೆನ್ ಕುರಿತ ಈ ಅಪೂರ್ವ ಲೇಖನವನ್ನು ವಿವೇಕಪ್ರಭಕ್ಕಾಗಿ ನೀಡಿರುವ ಶ್ರೀ ಜಿ.ಎಸ್. ಜಯದೇವ ಅವರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಆಸಕ್ತಿಯುಳ್ಳವರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಚಾಮರಾಜನಗರದಲ್ಲಿನ ದೀನಬಂಧು ಎಂಬ ಮಕ್ಕಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸಂಸ್ಥೆಯ ನಿರ್ವಾಹಕರೂ ಶಕ್ತಿಧಾಮ ಎಂಬ ಮಹಿಳೆಯರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳೂ ಆಗಿರುವ ಇವರು ಅನೇಕ ಸಮಾಜಸೇವಾ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಧರ್ಮದ ಮೂಲ ಅನುಭವ

ಪ್ರಪಂಚದ ಯಾವುದೇ ಧರ್ಮವೂ ಒಂದು ಆಳವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಬೆಳಕಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಈ ಅನುಭವ ಪಡೆದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಅನುಭಾವಿ ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ದುಃಖವನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತಾನೆ. ಈ ದುಃಖ ದುಮ್ಮಾನಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಜೀವನ-ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡು ಬಾಳುತ್ತಾ ದುಃಖಾತೀತನಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ತನ್ನ ಜೀವನ ಸಂದೇಶವಾಗಿ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ನೀಡುತ್ತಾನೆ. ನಿನ್ನ ಮೂಲಸ್ವರೂಪವೇ ಆನಂದ, ನಿನಗೆ ಆನಂದದಿಂದಿರಲು ಸಾಧ್ಯ, ನಿನ್ನ ನಿರಾನಂದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಕ್ಷಣವೂ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳೇ ಕಾರಣ, ಆದ್ದರಿಂದ ಬದಲಾಗುವ ಈ ಪರಿಕರಗಳ ನಡುವೆ ಬದಲಾಗದವನು ನೀನು, ದುಃಖದ ನಡುವೆ ಆನಂದದ ಆಸರೆ ನೀನು, ಅಶಾಂತಿಯ ಕಡಲಲ್ಲಿ ಪರಮಶಾಂತಿಯ ನಾವೆಯಾಗಿ ಸಾಗುವವನು ನೀನು—ಹೀಗೆ ತನ್ನ ಜೀವನದ ಉದಾಹರಣೆಯಿಂದ ಈ ಅದ್ಭುತ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಸಾರುತ್ತಾನೆ. ನಾವು ಈ ಆದರ್ಶಗಳಿಗೆ ಎಷ್ಟು ಹತ್ತಿರವಾಗಿ ಬಾಳುತ್ತೇವೆಯೋ ಅಷ್ಟಷ್ಟು ಶಾಂತಿ ಆನಂದಗಳು ನಮ್ಮದಾಗುತ್ತವೆ.

ಹೀಗೆ ಆಳವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವವೆ ಧರ್ಮದ ತಾಯಿ. ಆದರೆ ಈ ಅನುಭವದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಮಾಡಿದ ಬೋಧನೆಗಳು ಕ್ರಮೇಣ ಬುದ್ಧಿಯ ಕಸರತ್ತಿಗೆ ಒಳಪಟ್ಟು ಗೋದಲಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತವೆ. ಶಾಸ್ತ್ರೀಕರಣದಿಂದ ಹುಟ್ಟುವ ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳ, ನೀತಿ-ನಿಯಮಾವಳಿಗಳ ಹಾವಳಿ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತ ಕಂದಾಚಾರ ಪದ್ಧತಿಗಳು ಮೂಲಧರ್ಮವನ್ನು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುತ್ತವೆ. ಆದರೂ ಈ ಜಾಗತಿಕ ಧರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟುವ ಪುರೋಹಿತಶಾಹಿ ದಬ್ಬಾಳಿಕೆಯನ್ನು, ವಿಕೃತಗೊಂಡ ಮೂಲಧರ್ಮದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನವನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸುವ ಬಂಡಾಯ ಧರ್ಮೀಯರ ಗುಂಪೊಂದು ಹುಟ್ಟುವುದನ್ನು ನಾವು ಚರಿತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ ಕಾಣಬಹುದು. ಹನ್ನೆರಡನೇ ಶತಮಾನದ ಶಿವಶರಣರು ವೈದಿಕ ಧರ್ಮದ ಸಂಕುಚಿತ ಧೋರಣೆಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಬಂಡೆದ್ದರು. ಸೂಫಿಗಳು ವಿನಮ್ರರಾಗಿಯೇ ವಿಶಾಲ ಮನೋಭಾವನೆಯನ್ನು ಮೆರೆಯುವರು. ಕ್ರಿಸ್ತಧರ್ಮೀಯರಲ್ಲೂ ಈ ಬಗೆಯ ವಿಶಾಲ ಮನೋಭಾವನೆ ಒಂದು ಪಂಥವಾಗಿ ಬೆಳೆಯದಿದ್ದರೂ ವ್ಯಕ್ತಿಗತವಾಗಿ ಇರುವುದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಬೌದ್ಧಧರ್ಮವು ಬುದ್ಧನ ನಂತರ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಶ್ರೇಣೀಕೃತ ಪುರೋಹಿತಶಾಹಿ ಹಿಡಿತಕ್ಕೆ ಸಿಕ್ಕಿಕೊಂಡಿತು. ತನ್ನ ಮೂಲ ಅನುಭವದ ಆಧಾರಸ್ತಂಭ ವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಕಂದಾಚಾರಗಳ ಜಾಡು ಹಿಡಿಯತೊಡಗಿತು. ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬಂಡೆದ್ದ ಬೌದ್ಧ ಅನುಯಾಯಿಗಳೆ 'ಝೆನ್ ಬೌದ್ಧರು ". ಇವರು ಮಾತಿಗಿಂತ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಮಹತ್ವ ನೀಡಿದರು. ಉಪದೇಶಕ್ಕಿಂತ ಕೃತಿಯನ್ನು ಗೌರವಿಸಿದರು. ಅರ್ಥವಿಲ್ಲದ ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿದರು. ಇವರ ಬಂಡಾಯ, ವಾಚ್ಯವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಬಂಡಾಯವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಅದೊಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಗೌರವಯುತ ನಿರಾಕರಣೆಯಾಗಿತ್ತು. ಅನುಭವವೇದ್ಯ ಸತ್ಯಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿದ್ದ ತೋರಿಕೆಯ ಬಣ್ಣಗಳನ್ನು ತೊಳೆದು ಹಾಕಿದರು. ಅನವಶ್ಯಕ ರೆಕ್ಕೆ ಪುಕ್ಕಗಳನ್ನು ತರಿದುಹಾಕಿ, ಸತ್ಯ ದರ್ಶನವನ್ನಷ್ಟೆ ಗುರಿಯಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಸತ್ಯಕ್ಕೆ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಅತಿ ಹತ್ತಿರದ ಕಾಲುದಾರಿಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡರು.

ಐತಿಹಾಸಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆ

ಬೌದ್ಧಧರ್ಮವು ಕ್ರಿ.ಪೂ. ಎರಡನೇ ಶತಮಾನದ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಚೀನಾ ದೇಶವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿತ್ತು. ನಂತರ ಅದು ಜಪಾನ್ ಅನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ್ದು ಕ್ರಿ.ಶ. ೬ನೇ ಶತಮಾನದಲ್ಲಿ. ಕ್ರಿ.ಶ. ೪೦೧ರಲ್ಲಿ ಭಾರತದಿಂದ ಕುಮಾರಜೀವ ಎಂಬ ಭಿಕ್ಕು ಮಹಾಯಾನ ಬೌದ್ಧಧರ್ಮವನ್ನು ಚೀನಾಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ದ ಎಂಬ ಪ್ರತೀತಿ ಇದೆ. ಕ್ರಿ.ಶ. ೫೨೦ರಲ್ಲಿ ಬೋಧಿಧರ್ಮ ಎಂಬ ಭಾರತದ ಬೌದ್ಧಸಂನ್ಯಾಸಿ ದಕ್ಷಿಣ ಚೀನಾಕ್ಕೆ ಹಡಗಿನ ಮುಖಾಂತರ ಬಂದು ಸೇರಿದ. ಇವನ ಬೋಧನೆಗಳು ಹಿಂದೆ ಜನರಿಗೆ ತಿಳಿದಿದ್ದ ಬೋಧನೆಗಳಿಗಿಂತ ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿತ್ತು. ಸಾಧನೆಗೆ ಮಹತ್ವ ನೀಡಿದ ಇವನು ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡದ ಯಾವುದೇ ಪಾಂಡಿತ್ಯವನ್ನೂ ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳನ್ನೂ ಪುರಸ್ಕರಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಇವನೇ ಝೆನ್ ಧರ್ಮದ ಪ್ರವರ್ತಕ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಸಂಸ್ಕೃತದ 'ಧ್ಯಾನ' ಪಾಲಿಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 'ಝಾನ' ಆಗಿ ಚೀನಾದ 'ಚಾನ' ಆಯಿತು. ಚೀನಾದ ಚಾನ ಅಥವಾ ಚಾನ್ ಜಪಾನಿನಲ್ಲಿ 'ಝೆನ್' ಎಂದು ರೂಪಾಂತರ ಪಡೆಯಿತು. ಅಂದಿನ ಕಾಲದ 'ಕ್ವಾನ್ರ' ಎಂಬ ವಿಶಿಷ್ಟಶೈಲಿಯ ಚೀನೀ ಬರವಣಿಗೆಗಳಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಝೆನ್ ಸಂನ್ಯಾಸಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ. 'ಕ್ವಾನ್ರ' ಎಂಬುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನಜೀವನವನ್ನು ಚಿತ್ರಿಸುವ ಒಂದು ವಿಶೇಷ ಶೈಲಿಯ ಬರಹ. ಬಹುಶಃ ಇದು ನಮ್ಮ ಜಾನಪದವನ್ನು ಹೋಲ

ಬಹುದು. ಝೆನ್ ಸಂನ್ಯಾಸಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಈ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಬರೆದ 'ದೀಪದಾಖಲೆಗಳು' ಅಥವಾ 'ಸಂವಾದ ದಾಖಲೆಗಳು' ಎಂಬ ಬರಹಗಳಲ್ಲಿ ವಿಪುಲವಾದ ವಿವರಗಳು ದೊರೆಯುತ್ತವೆ. ಹತ್ತನೇ ಶತಮಾನದ ವೇಳೆಗೆ ಈ ಝೆನ್ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಯಿತು. ಇಂದಿಗೂ ಸಹ ಜಪಾನ್, ಚೀನಾ, ಕೊರಿಯಾ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಬಗೆಯ ಸಾಹಿತ್ಯ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತಿರುವುದು ಝೆನ್ ದಿನನಿತ್ಯದ ಬದುಕಿಗೆ ಹತ್ತಿರವಾಗೇ ಉಳಿದಿರುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳ ಪರ್ಯಂತ ಬೆಳೆದು ಬಂದಿರುವ ಝೆನ್ ಪ್ರಪಂಚದ ಅತ್ಯಂತ ಹಳೆಯ ನಾಗರಿಕತೆಗಳ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳನ್ನು ತನ್ನಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಗತ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತ ಬೆಳೆದಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅದು ತನ್ನ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಬಲ್ಲ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಈ ಎಲ್ಲ ನಾಗರಿಕತೆಗಳಿಂದ ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಶ್ರೀಮಂತವಾಗಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಝೆನ್‌ನಲ್ಲಿ ಈ ನಾಗರಿಕತೆಗಳಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದ ಮೂಲಧರ್ಮಗಳ ಸಮಾನಾಂತರ ಅಂಶಗಳು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಮನುಷ್ಯನ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವರೂಪ ಒಂದೇ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅದರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಪರಿಹಾರ ಮಾರ್ಗವೂ ಒಂದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಝೆನ್ ಬೋಧನೆಗಳಿಗೂ ಭಕ್ತಿಸೂತ್ರಗಳ, ಶರಣರ ವಚನಗಳ ಮಾತುಗಳಿಗೂ ಅನಿವಾರ್ಯವಾದ ಸಾಮ್ಯತೆಯನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಅಲ್ಲದೆ ಸತ್ಯದರ್ಶನವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಗುರಿಯಾಗಿ ಉಳ್ಳ ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳಿಗೂ ಝೆನ್ ಬೋಧನೆಗಳಿಗೂ ಅತಿ ಹತ್ತಿರದ ಸಾಮ್ಯತೆಯನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ಮನಸ್ಸೇ ಪ್ರಧಾನ

ಝೆನ್‌ನ ಕೇಂದ್ರಬಿಂದು ದೇವರಲ್ಲ. ಅದು ಸಾಧಕನ ಮನಸ್ಸು. ಮನೋನಿಗ್ರಹದಿಂದ ಯಾವುದೇ ವಸ್ತುಲಾಭದ ಉದ್ದೇಶ ಝೆನ್‌ಗೆ ಇಲ್ಲ. ಝೆನ್ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಕೆಲವರು ಹೊರ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಅದ್ಭುತವಾದುದನ್ನು ಸಾಧಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಸಾಧಿಸದಿರಬಹುದು. ಇದಕ್ಕೂ ಝೆನ್‌ಗೂ ಯಾವ ಸಂಬಂಧವೂ ಇಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನೂ ತನ್ನ ಕರ್ಮಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಹೊಣೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ತನ್ನ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ತಾನೇ ಸಾಧಿಸಬೇಕು. ಕರ್ಮದಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವಾಗ ಅದರ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಅದರ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆ ಹೊರಬೇಕಾದವನು ಮನುಷ್ಯ, ದೇವರಲ್ಲ.

ಝೆನ್‌ನಲ್ಲಿ ಪಾಪ–ಪುಣ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕೆದಕಿ ಕೆದಕಿ ವಿಚಾರ ಮಾಡುವ ಪರಿಪಾಠ ಇಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ ಯಾರಾದರೂ ತಾನು ಪಾಪಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದರೆ ಆ ಕಲ್ಪನೆಯಿಂದ ಬಿಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ಅತ್ಯಂತ ನಿಕಟಮಾರ್ಗವನ್ನು ಗುರು ಶಿಷ್ಯನಿಗೆ ತೋರುತ್ತಾನೆ. ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೆರೆದಿಡುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಕಾಮಕಾಂಚನದ ನಿಗ್ರಹವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಒತ್ತಿಹೇಳುವ ಪದ್ಧತಿಯೂ ಝೆನ್‌ನಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ. ಹಾಗೆಂದಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಈ ನಿಗ್ರಹವನ್ನು ಝೆನ್ ಅನವಶ್ಯಕ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದಲ್ಲ. ನಿಗ್ರಹದ ವಿಷಯವನ್ನು ಹೇಳುವುದರಿಂದ ಯಾವ ಪ್ರಲೋಭನೆಯನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಬೇಕೊ ಅದು ಸಾಧಕ ಬಳಸುವ ಪರಿಶ್ರಮವನ್ನೇ ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಗಟ್ಟಿಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹೋಗಬಹುದು. ಮನಸ್ಸಿನ ಮೂಲಪ್ರವೃತ್ತಿ ಪ್ರಬಲವಾಗಿ ಕಾಮ-ಕಾಂಚನದ ಕಡೆ ಎಳೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ ಅದರ ನಿಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಪ್ರಯೋಗಿಸುವ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಶ್ರಮ ಸುಪ್ತಮನಸ್ಸಿನ ಪಿತೂರಿಯಿಂದ ಯಾವುದನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಬೇಕೋ ಅದನ್ನೇ ಮತ್ತಷ್ಟು ಕೆದಕಿ, ನೋಡಿದಂತೆ. ಆದರೆ ಝೆನ್ ಕಾಮಕಾಂಚನದ ಮೂಲಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಅರಿಯುವುದರ ಮುಖಾಂತರ ಬಿಡುಗಡೆ ಪಡೆಯುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ.

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರೂ ಇದನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಹುಲಿಚರ್ಮ ಧರಿಸಿ ಹೆದರಿಸುತ್ತಿರುವ ಹರಿ ಎಂಬ ಹುಡುಗನಿಗೆ "ನೀನು ಹರಿ" ಎಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು ಎಂದು ಹೇಳಿಬಿಡಿ. ಕೂಡಲೆ ಆ ಹುಡುಗ ಅಲ್ಲಿಂದ ಹೊರಟುಹೋಗುತ್ತಾನೆ, ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಹೆದರಿಸಲು. ಹೀಗೆ ಬೆಳಕು ಬಿದ್ದಾಗ ತಾನಾಗಿ ಕತ್ತಲೆ ಹೋಗುವಂತೆ ಆಂತರ್ಯದಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನೋದಯವಾದಾಗ ಪ್ರಲೋಭನೆಗಳ ಕತ್ತಲೆ ತಾನಾಗಿಯೇ ಕಾಲ್ಕೀಳುತ್ತದೆ. ಅಜ್ಞಾನ ಅಥವಾ ಕತ್ತಲೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಅಸ್ತಿತ್ವ ಇಲ್ಲವೆ ಇಲ್ಲ. ಅದು ಕೇವಲ ಬೆಳಕಿನ ಅಭಾವವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಮೊದಲೇ ಇಲ್ಲದ ವಸ್ತುವಿನ ಬಗ್ಗೆ ಎಷ್ಟು ವಿಚಾರ ಮಾಡಿದರೇನು? ಇಲ್ಲದ ವಸ್ತುವನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ಬಗೆ ಹೇಗೆ? ಬದಲಾಗಿ ಪಡೆಯಬೇಕಾದ್ದನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು. ಇದು ಝೆನ್ ಧೋರಣೆ.

ಝೆನ್ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು

ಝೆನ್ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಜಾಝೆನ್ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಜಾಝೆನ್ ಎಂಬುದು ಕೇವಲ ಧ್ಯಾನವಲ್ಲ ಎಂಬುದಾಗಿ ಝೆನ್ ಗುರುಗಳ ಅಭಿಪ್ರಾಯ. ಸಾಧಕ ಮೊದಲ ಹಂತದಿಂದ ಹಿಡಿದು ಕೊನೆಯ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದವರೆಗೆ ಮಾಡುವ ಎಲ್ಲ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಜಾಝೆನ್ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಜಾಝೆನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮನೋನಿಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಅನೇಕ ತಾಂತ್ರಿಕ ನಿರ್ದೇಶನಗಳಿವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಣೆ ಇದೆ. ಆದರೆ ಒಂದು ವ್ಯತ್ಯಾಸ. ಇಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಹಾಗೆ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡರೂ ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚುವುದಿಲ್ಲ. ಒಂದು ಗೋಡೆಯ ಎದುರು ಕುಳಿತು, ತೆರೆದ ಕಣ್ಣುಳ್ಳವರಾಗಿ ತಮ್ಮ ಉಚ್ಛ್ವಾಸ-ನಿಃಶ್ವಾಸಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತ, ಎಣಿಸುತ್ತ, ಚದುರಿದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಏಕಾಗ್ರಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವಾಗ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬರುವ ವಿಧವಿಧವಾದ ಆಲೋಚನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಇರಬೇಕೇ ಹೊರತು ಅದರಲ್ಲಿ ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನು ಹತ್ತಿಕ್ಕುವ ಅಥವಾ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಇರಬಾರದು. ಎಂದರೆ ಅವ್ಯಾಹತವಾಗಿ ಮೂಡುವ ಮನಸ್ಸಿನ ಮಿಡಿತಗಳಿಗೆ ಸಾಕ್ಷೀಭೂತವಾಗಿರಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಜಾಝೆನ್ ಕೂಡ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನೀಡುವ ಮಾರ್ಗ

ದರ್ಶನದಂತೆಯೇ ಇದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ ಜಾಜ಼ೆನ್‌ನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳುವ ಅವಧಿ. ಸಮಯ ಹಾಗೂ ಮುಗಿದ ನಂತರ ಏಳುವ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ತಾಂತ್ರಿಕ ನಿರ್ದೇಶನಗಳಿವೆ. ನಾವು ಜಾಜ಼ೆನ್ ಮಾಡುವ ಕೋಣೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿರಬೇಕು. ಅಲ್ಲಿ ಹೂವು, ಊದಿನ ಕಡ್ಡಿ ಮುಂತಾದುವು ಇರಬೇಕು ಎಂದು ಸೂಚಿಸ ಲಾಗಿ ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಜಾಜ಼ೆನ್‌ಗೂ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೂ ಮೂಲಭೂತವಾದ ಯಾವುದೇ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿಲ್ಲ. ಜಾಜ಼ೆನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆದಾಡುವ ಧ್ಯಾನ ವನ್ನೂ ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ 'ಕಿನ್ ಹಿನ್' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಮಾಕಿಯೋ

ಮಾಕಿಯೋ ಎಂದರೆ ಭ್ರಾಂತಿ. ತಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆದಂತೆ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಅನೇಕ ಚಿತ್ರ ವಿಚಿತ್ರವಾದ ದರ್ಶನಗಳಾಗಬಹುದು. ಹೊರಗೆ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿಲ್ಲದ ಶಬ್ದಗಳು ಕೇಳಬಹುದು. ಅಥವಾ ಸುವಾಸನೆಯುಕ್ತ ಪರಿಮಳಗಳ ಅನುಭವ ಆಗಬಹುದು. ಕೆಲವೊಂದು ರಾಕ್ಷಸರೂಪಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು ಸಾಧಕನನ್ನು ಹೆದರಿಸಬಹುದು. ಅಥವಾ ಬುದ್ಧನ ಶಾಂತ ಮೂರ್ತಿಯ ದರ್ಶನವಾಗಬಹುದು. ಈ ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಅನು ಭವಗಳನ್ನು ಜ಼ೆನ್ ಗುರುಗಳು ಭ್ರಾಂತಿ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಅನೇಕ ಬಗೆಯ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಶಕ್ತಿಗಳು ಲಭಿಸ ಬಹುದು. ಮುಂದಾಗುವ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಮೊದಲೇ ತಿಳಿಯುವ ಶಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಕೇವಲ ಮನೋಬಲದಿಂದ ವಸ್ತುಗಳು ಚಲಿಸು ವಂತೆ ಮಾಡುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಆದರೆ ಜ಼ೆನ್ ಗುರುಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಇವೆಲ್ಲ ಸತ್ಯದರ್ಶನದ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಏಳುವ ತೊಡಕುಗಳು. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಜವಾದ ಸಾಧಕ ಇಂತಹ ಸಿದ್ಧಿಗಳಿಗೆ ಗಮನವೀಯದೆ ಸತ್ಯದ ಕಡೆಗೆ ಸ್ವಸ್ವರೂಪದೆಡೆಗೆ ಮುಂದುವರಿ ಯುತ್ತಾನೆ. ಸಾಧಾರಣ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಅನೇಕ ಭ್ರಾಂತಿ ಗಳು ಕಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ಭ್ರಾಂತಿಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಯಾವ ಪುರುಷಾರ್ಥ? ಆದ್ದರಿಂದ ಜ಼ೆನ್ ಇಂತಹ ಸಿದ್ಧಿಗಳನ್ನು ವೈಭವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಬುದ್ಧನೇ ಇಂತಹ ಐವತ್ತು ಬಗೆಯ ಮಾಕಿಯೋಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತನ್ನ ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಕೊಟ್ಟಿ ದ್ದಾನೆ. ಸಿದ್ಧಿಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿದ ತನ್ನ ಶಿಷ್ಯನೊಬ್ಬನನ್ನು ಛೇಡಿಸಿ ಬುದ್ಧಿ ಹೇಳಿದ ಒಂದು ಕಥೆ ಇದೆ. ಹೀಗೆ ಜ಼ೆನ್ ಯಾವುದೇ ಬಗೆಯ ಅತಿ ಮಾನುಷ ಶಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಬೆಲೆಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಶ್ರೀರಾಮ ಕೃಷ್ಣರೂ ಸಹ ಸಿದ್ಧಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಅವು ಗಳನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ನಿಕೃಷ್ಟದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ಅಷ್ಟ ಸಿದ್ಧಿ ಗಳಲ್ಲಿ ನಿನಗೆ ಒಂದು ಲಭಿಸಿದರೂ ನೀನು ಮುಂದುವರಿಯ ಲಾರೆ—ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಜ಼ೆನ್ ಸತ್ಯವನ್ನು ಮುಖಾಮುಖಿಯಾಗಿ ನೇರದಾರಿಯಿಂದ ಪಡೆಯುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೋರುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಾಧಕನ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಆಯಾಮಗಳನ್ನು, ಅಭಿರುಚಿಗಳನ್ನು ಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ತೋರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಸಾಧಕನ ವಿವಿಧ ಭಾವಗಳಿಗನುಸಾರವಾಗಿ ವಿವಿಧ ಭಾವಗಳನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿ ಗುರಿಮುಟ್ಟುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ತೋರಿಸಿಕೊಟ್ಟರು. ಜ಼ೆನ್‌ಮಾರ್ಗ ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನಮಾರ್ಗದಂತೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಶುಷ್ಕವಾಗಿ ಕಾಣ ಬಹುದು. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಇಂತಹ ಶುಷ್ಕಜ್ಞಾನವನ್ನು ಓಲಗ ಊದುವಾಗ ಬಳಸುವ ಏಕಸ್ವರದ ಶ್ರುತಿಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಅಥವಾ ಸಡ್ಡೆಗೆ ಹೋಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, "ನಾನು ಏಕೆ ಒಂದೇ ಸ್ವರ ಊದುವವನಾಗಲಿ? ನನ್ನ ವಾದ್ಯದಲ್ಲಿ ಏಳು ರಂಧ್ರಗಳಿವೆ. ಅವುಗಳಿಂದ ಬಗೆಬಗೆಯ ರಾಗರಾಗಿಣಿಯನ್ನು ಹೊರಡಿಸುತ್ತೇನೆ."

ಕೋಅನ್‌ಗಳು

ಜ಼ೆನ್‌ಗುರುಗಳು ತಮ್ಮ ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಕೋಅನ್ ಎಂಬ ಒಗಟಿ ನಂತಹ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಚಿಂತನೆಗೆ ಆಹಾರವಾಗಿ ನೀಡಬಹುದು. ಅಥವಾ ಶಿಷ್ಯನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ವಿಲಕ್ಷಣ ಉತ್ತರ ನೀಡಬಹುದು. ಕೋಅನ್‌ಗಳು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಪ್ರಶ್ನೆ-ಉತ್ತರ ಎರಡೂ ಕೂಡಿ ಆಗಿರಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಶಿಷ್ಯ ಕೇಳುತ್ತಾನೆ: "ಬುದ್ಧಧರ್ಮ ಎಂದರೆ ಏನು?" ಗುರು ಉತ್ತರಿಸು ತ್ತಾನೆ: "ಹೊರಗೆ ಸಿಪ್ರಸ್ ಮರ ನಿಂತಿದೆ." ಕೋಅನ್‌ಗಳ ಉದ್ದೇಶ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ತಾರ್ಕಿಕ ಚಿಂತನೆ ಅಲ್ಲ. ಅದು ತಾರ್ಕಿಕ ಚಿಂತನೆಯ ಪರಿಮಿತಿಯನ್ನು ಸಾಧಕನಾದವನು ದಾಟಿ ಅನುಭಾವದ ಆಯಾಮಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದು. ಸಾಧಾರಣ ಸಂವಾದ ಗಳು ಈಗಾಗಲೇ ಅನುಭವದ ತೆಕ್ಕೆಗೆ ಸಿಕ್ಕಿರುವ ವಿಷಯಗಳ ಪುನರಾವಲೋಕನವಾಗುತ್ತವೆ. ಇವು ತರ್ಕಬದ್ಧವಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಅಪರಿಚಿತ ಕತ್ತಲಿನಿಂದ ಪರಿಚಿತ ಕತ್ತಲೆಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತವೆ. ತಾರ್ಕಿಕ ಉತ್ತರಗಳಿಂದ ಸಮಾಧಾನ ಪಡೆಯುವವರು ಈಶಾವಾಸ್ಯ ದಲ್ಲಿ ಹೇಳುವಂತೆ ಕತ್ತಲಿನಿಂದ ಕತ್ತಲೆಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಕೋಅನ್‌ಗಳನ್ನು ಗುರು ಕೊಟ್ಟಾಗ ಶಿಷ್ಯನಿಗೆ ತಾರ್ಕಿಕವಾಗಿ ಚಿಂತಿಸು ಎಂದು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ಕೋಅನ್‌ನಲ್ಲಿ ಅಡಗಿರುವ ವಿಷಯದ ಚಿಂತನೆಗಿಂತ ಚಿಂತಿಸುವ ಮನಸ್ಸಿನ ಚಲನೆಯನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶ. ಹಾಗಾಗಿ ಮನಸ್ಸು ಚಿಂತಿಸುತ್ತಾ ಕ್ರಮೇಣ ಚಿಂತನೆಗಳು ವಿರಳವಾಗುತ್ತಾ ಕೊನೆಗೆ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಮೀರಿದ ಪ್ರಜ್ಞಾಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಬಹುದು. ಈ ಸ್ಥಿತಿ ಶಿವಶರಣರ ಬಯಲು ಅಥವಾ ಶೂನ್ಯವನ್ನು ಹೋಲುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಕೋಅನ್ ಗಳು ಪರಿಚಿತ ಆಯಾಮದಿಂದ ಹೊಸ ಆಯಾಮಕ್ಕೆ ಜಿಗಿಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು. ಅಲ್ಲಮನ ಬೆಡಗಿನ ವಚನಗಳ ತುಂಬಾ ನಾವು ಇಂತಹ ಕೋಅನ್ ಮಾದರಿಯ ಒಗಟಿನಂತಹ ಮಾತುಗಳು ಇರುವುದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಪವಿತ್ರ-ಅಪವಿತ್ರ ಜ್ಞಾನ-ಅಜ್ಞಾನ, ಶುಚಿ-ಅಶುಚಿ ಅಥವಾ ಪಾಪ-ಪುಣ್ಯ ಮುಂತಾದ ವಿರುದ್ಧಗಳಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಬಲವಾಗಿ ನೆಲೆಸಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಪವಿತ್ರದ ಹಿಂದೆ ಅಪವಿತ್ರದ ಭಯ, ಜ್ಞಾನದ ಹಿಂದೆ ಅಜ್ಞಾನದ ಭಯ, ಪುಣ್ಯದ ಹಿಂದೆ ಪಾಪದ ಭಯ, ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು: "ನೀನು ಜ್ಞಾನ-ಅಜ್ಞಾನಗಳನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗು. ಪಾಪ-ಪುಣ್ಯಗಳನ್ನು ದಾಟಿಹೋಗು, ಇದಕ್ಕೆಲ್ಲಾ ಅತೀತನಾಗು." ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಈ ಮಾತನ್ನು ಒಂದು ಕೋಅನ್ ಆಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಬಹುದು. ಈ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕುರಿತು

ಚಿಂತಿಸಿದಷ್ಟೂ ಮನಸ್ಸು ಸ್ತಬ್ಧವಾಗಿ ಹೊಸ ಆಯಾಮಕ್ಕೆ ಏರುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಜ್ಞಾನಮಾರ್ಗಪ್ರಧಾನವಾದ ಅಲ್ಲಮನ ವಚನಗಳಲ್ಲಿ, ಉಪನಿಷತ್ತಿನ ಅನೇಕ ಹೇಳಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ, ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಜ್ಞಾನೀಭಾವವನ್ನು ಆರೋಪಿಸಿಕೊಂಡು ಹೇಳುವ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ವಿಚಾರಕ್ಕೆ ಅತೀತವಾಗಿ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುವ ಕೋಆನ್‌ಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಹುದು.

ಜಾಝೆನ್ ಅಥವಾ ಝೆನ್ ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ವಿಚಿತ್ರವಾದ ಪದ್ಧತಿ ಇದೆ. ಏನೆಂದರೆ ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವವರನ್ನು ಏಕಾಏಕಿ ಥಟ್ಟನೆ ಹೊಡೆಯುವುದು. ಝೆನ್ ಆಶ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಾಸಕ್ತನನ್ನು ಆಗಾಗ ಹೊಡೆಯಲೆಂದೇ ಕೆಲವರು ಇರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಏಟುಗಳಿಂದ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾದ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ಸಾಧಕನಾದವನು ತನ್ನ ವಿಚಾರಾತೀತವಾದ ಪ್ರಜ್ಞಾಸ್ತರಕ್ಕೆ ತಳಕು ಹಾಕಿಕೊಂಡರೆ ಅವನ ಮನಸ್ಸು ಏಕಾಏಕಿ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಏರಬಹುದೆಂಬುದು ಈ ಅಭ್ಯಾಸದ ಹಿಂದೆ ಅಡಗಿರುವ ತಾತ್ವಿಕ ಚಿಂತನೆ. ಕೆಲವು ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ಝೆನ್‌ಸಾಧಕರು ಝೆನ್‌ಗುರುಗಳ ಕೈಕೆಳಗೆ ಶಿಷ್ಯರಾದಾಗ ಈ ಬಗೆಯ ಏಟುಗಳನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುವುದುಂಟು. ಅಂತಹ ಸಾಧಕರ ಮುಂದೆ ಅವರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ "ಹೊಡೆಯಬಾರದು" ಎಂಬ ಫಲಕವನ್ನು ಇಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸತೋರಿ ಅಥವಾ ಝೆನ್ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ

ಝೆನ್ ಮೂರು ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ ಏಕಾಗ್ರತೆ, ಎರಡನೆಯದು ಹೊಸ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ತರಕ್ಕೆ ಎಚ್ಚರಗೊಳ್ಳುವುದು, ಮೂರನೆಯದು ಸ್ವಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಳ್ಳುವುದು. ಝೆನ್ ಗುರುಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ ಸಾಧಕ ಜಿತೇಂದ್ರಿಯನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಪರಿಸರದ ಪ್ರಭಾವ ಅವನ ಮೇಲೆ ಅಷ್ಟಾಗಿ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನೂ ಮೀರಿದ ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಸಾಧಿಸಿರುತ್ತಾನೆ. ಕೆಲವು ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಶಕ್ತಿಗಳು ಅವನಿಗೆ ದೊರೆಯಬಹುದು.

ಎರಡನೆಯದು ಸತ್ಯದರ್ಶನ ಅಥವಾ ಸ್ವಸ್ವರೂಪ ದರ್ಶನ. ಸ್ವಸ್ವರೂಪ ದರ್ಶನವನ್ನು ಪಡೆದರೂ ಇದರ ಆಳ ವಿವಿಧ ಸಾಧಕರಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಮಟ್ಟದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ತಾನು ಪಡೆದ ಸತ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಾಧಕ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ನೆಲೆಗೊಂಡಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮೂರನೆಯದು, ಸಾಧಕ ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಂಡು ಇಡೀ ವಿಶ್ವವನ್ನು ಒಂದು ಎಂದು ಕಾಣುವ ವಿಶ್ವಾತ್ಮಭಾವವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು. ಸಾರ-ಅಸಾರ ಎಂದು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸುವ ಮನಸ್ಸು ಎರಡನ್ನೂ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಪೂರ್ಣದರ್ಶನವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವ ಹೊಸ ವಿಸ್ತಾರವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಝೆನ್‌ನ ಉದ್ದೇಶ ಸತೋರಿ ಅಥವಾ ವಿಶ್ವಾತ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಯ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ. ಝೆನ್‌ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಗುರುವಿನಿಂದ ಪಡೆಯುವ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಮಹತ್ವವಿದೆ. ಝೆನ್ ಸಾಧಕರು 'ಅಹಂಭಾವ'ವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು. ಅನೇಕ ಸಾಧಕರು ತಮ್ಮ ಅಹಂ ತಮ್ಮ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಅಡ್ಡಿ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಅರಿತು ತಮ್ಮ ಗುರು ಅಥವಾ 'ರೋಷಿ'ಗೆ ಅರಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಗುರು ಶಿಷ್ಯನಿಗೆ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವಂತೆ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಒತ್ತಿ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ—"ಈಗ ನೀನು ಸಡಿಲಬಿಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ. ನಿನ್ನೆಲ್ಲ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನೂ ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸು" ಎನ್ನುತ್ತಾನೆ. ಅಹಂಕಾರ ತ್ಯಾಗ, ಗುರುವಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆ, ಗುರುವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಶ್ರದ್ಧೆ ಮುಂತಾದ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಝೆನ್ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಹತ್ವ ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಗಮನಾರ್ಹ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ನಿನಗೆ ದೊರೆತಿರುವ ಉತ್ತಮ ಶರೀರದಿಂದ ಝೆನ್ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದರಿಂದ ಈ ದೇಹದ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಇರಲಿ ಎನ್ನುತ್ತಾನೆ ಝೆನ್‌ಗುರು.

ಸ್ವರೂಪತಃ ಎಲ್ಲರೂ ಒಂದೇ

ಬುದ್ಧ ಪಡೆದಂತಹ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಝೆನ್‌ನ ಕೊನೆಯ ಉದ್ದೇಶ. ಬುದ್ಧ ತಾನು ಪಡೆದ ಅನುಭವದ ನಂತರ ಉದ್ಗರಿಸಿದ: "ಇದು ಎಂತಹ ಪರಮಾಶ್ಚರ್ಯ, ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಜೀವಿಗಳೆಲ್ಲಾ ಬೋಧಿಸ್ವರೂಪವೇ ಆಗಿದ್ದಾರಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅಜ್ಞಾನ ಅದನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡಿದೆ, ಅಷ್ಟೇ." ಹೀಗೆ ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳ ಆಂತರಿಕ ಸತ್ವ ಬೋಧಿಸ್ವರೂಪವೇ ಆಗಿದೆ ಎಂಬುದು ಝೆನ್ ಅನುಭಾವ. ಜೀವಿ ಬುದ್ಧನೇ ಆಗಿರಲಿ, ಬದ್ಧನೇ ಆಗಿರಲಿ, ಅವನ ಮನಸ್ಸು ಮಾತ್ರ ನೀರಿನಂತೆ. ಈ ಮನಸ್ಸು ಎಂಬ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹೊಯ್ದಾಟಗಳಿದ್ದರೆ ಸತ್ಯ ಎಂಬ ಚಂದ್ರನ ಪ್ರತಿಫಲನ ಅಸಾಧ್ಯ. ಅದೇ ಮನಸ್ಸು ಸ್ತಬ್ಧವಾಗಿದ್ದರೆ ಚಂದ್ರನ ಪ್ರತಿಫಲನ ಸ್ಪಷ್ಟ. ಹೀಗೆ ಬುದ್ಧನ ಮನಸ್ಸಿಗೂ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನಸ್ಸಿಗೂ ಇರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಅವುಗಳ ಸ್ಥಿತಿಯೇ ಹೊರತು ಮೂಲದ್ರವ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟುದಲ್ಲ.

ಮನಸ್ಸಿನ ಮೂಲಸ್ವರೂಪದ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲ ಅನುಭಾವಿಗಳು ಒಂದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಈ ಸಾಮ್ಯತೆ ಕೇವಲ ಸಮಕಾಲೀನ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ಅದು ಮೂರು ಸಾವಿರ ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನ ಭೌಗೋಳಿಕ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ, ಜನಾಂಗಗಳಿಗೆ ಸೇರಿದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಹೋಲಿಸಿದಾಗ ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿ ಕಾಣುವ ಸಾಮ್ಯತೆ. ಈ ಮೂಲಭೂತ ಅನುಭಾವದ ಪರಿಣಾಮ, ಇಡೀ ಮಾನವಕೋಟಿ ಬಯಸುವ ಔದಾರ್ಯ, ಪ್ರೀತಿ, ಕರುಣೆ, ಅಹಿಂಸೆ ಇವೇ ಮುಂತಾದವು. ಹೀಗೆ ಅನುಭಾವ ಆಧಾರಿತ ಧರ್ಮಕ್ಕೂ ಮಾನವ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕೂ ಅನ್ಯೋನ್ಯ ಸಂಬಂಧವಿದೆ. ಝೆನ್ ಅನುಭಾವಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡಿ, ಅದರ ಸಾಮಾಜಿಕ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದು ಬಗೆಯ ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆಯನ್ನು ತೋರುತ್ತದಾದರೂ, ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿ ಸತ್ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಸಮಾಜದ ಮೇಲೆ ಬೀರುತ್ತಲೇ ಇದೆ. ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳ ಮೂಲಸ್ವರೂಪ ಬೋಧಿಸ್ವರೂಪವೇ ಎಂದು ಘೋಷಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ, ಜಾತಿ, ದೇಶ ಜನಾಂಗಗಳ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಮೀರಿದ ಸಮಾನತೆಯ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಜಗತ್ತಿಗೆ ಸಾರಿದೆ.

(ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ.)