ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ವೇದಾಂತಬೋಧಕ ಹಾಸ್ಯ

ಡಾ. ಸಿ.ಪಿ. ಕೃಷ್ಣಕುಮಾರ್

(ಮಾರ್ಚ್ ತಿಂಗಳ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಮಾನ್ಯ ಲೇಖಕರು ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಹಾಸ್ಯಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ನಿರೂಪಿಸಿದ್ದರು. ಲೇಖನದ ಈ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಬೋಧನೆಗಳಲ್ಲಿನ ಹಾಸ್ಯವನ್ನು ಎತ್ತಿತೋರಿಸಿದ್ದಾರೆ.)

ಜ್ಞಾನಕರ್ಮಗಳಿಗಿಂತ, ನಾರದೀಯ ಭಕ್ತಿ ಈ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಉಪಯುಕ್ತ ಎನ್ನುವಲ್ಲಿ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು fever mixture ನ ಉದಾಹರಣೆ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. "ಈಗಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ, ದಶಮೂಲಾರಿಷ್ಟ (ಆಯುರ್ವೇದ ಔಷಧಿ) ಸರಿಹೋಗದು. ಆ ಕಷಾಯದಿಂದ ರೋಗ ಗುಣವಾಗುವುದರೊಳಗೆ, ಅವನು ಪರಲೋಕಯಾತ್ರಿಯಾಗಿ ಬಿಡಬಹುದು! ಅದಕ್ಕೆ fever mixture ಕೊಡಬೇಕು."

ಪಂಡಿತರನ್ನೂ, ಪಾಂಡಿತ್ಯವನ್ನೂ ಪರಮಹಂಸರು ಎಷ್ಟೋ ಕಡೆ ಗೇಲಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. "ಪಂಡಿತರು ಹದ್ದುಗಳಂತೆ, ಆಗಸದಲ್ಲಿ ಹಾರಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ಅವುಗಳ ಕಣ್ಣು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದಿರುವ ಹೆಣಗಳ ಮೇಲೆ" ಎಂಬುದೊಂದು ಅವರ ಉಕ್ತಿ. "ತಾತ್ತ್ವಿಕ ವಿಷಯಗಳ ತಿಳಿವಳಿಕೆ, ಪಂಚಾಂಗದಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ದಿನ ಇಷ್ಟು ಮಳೆ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದಂತೆ. ಪಂಚಾಂಗವನ್ನು ಹಿಂಡಿದರೆ, ಒಂದು ತೊಟ್ಟೂ ನೀರು ಬರುವುದಿಲ್ಲ! ಅಂತೆಯೇ ಪಾಂಡಿತ್ಯವೂ ಕೂಡ!" ಎಂಬುದು ಮತ್ತೊಂದು ಉಕ್ತಿ. ಈ ದಿಶೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಕತೆಯನ್ನು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: ಒಬ್ಬ ಪಂಡಿತ ದೋಣಿಯಲ್ಲಿ ನದಿಯನ್ನು ದಾಟುತ್ತಿದ್ದ. ತನಗೆ ವೇದಾಂತ, ಷಡ್‌ದರ್ಶನಗಳೆಲ್ಲ ಗೊತ್ತು ಎಂದು ಸಹಪ್ರಯಾಣಿಕರೊಡನೆ ಜಂಬ ಕೊಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ. ಆಗ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ, ಬಿರುಗಾಳಿ ಎದ್ದು ದೋಣಿ ಮುಗುಚಿಕೊಳ್ಳುವಂತಾಯಿತು. ಆಗ ಪಂಡಿತನನ್ನು ಪ್ರಯಾಣಿಕನೊಬ್ಬ ಕೇಳಿದ: "ನಿಮಗೆ ಈಜು ಬರುತ್ತದೆಯೇ?" ಪಂಡಿತ ಇಲ್ಲವೆಂದ. ಪ್ರಯಾಣಿಕ ಹೇಳಿದ: "ನನಗೆ ವೇದಾಂತ, ಷಡ್‌ದರ್ಶನಗಳೇನೂ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ; ಆದರೆ ಈಜು ಬರುತ್ತದೆ."

ಕೆಲವರಿಗೆ ವೈರಾಗ್ಯ ಥಟ್ಟನೆ ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ, ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು. ಒಮ್ಮೆ ಒಬ್ಬಳು ತನ್ನ ಗಂಡನನ್ನು ಹಂಗಿಸಿದಳಂತೆ, "ನೋಡಿ, ಪಕ್ಕದ ಮನೆಯವನಿಗೆ ವೈರಾಗ್ಯ ಬಂದಿದೆ. ಹದಿನಾರು ಮಂದಿ ಪತ್ನಿಯರನ್ನು ಒಬ್ಬೊಬ್ಬರನ್ನಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ನಿಮಗಾದರೋ ಸಂಸಾರದ ಮೇಲೆ ಅಪಾರ ಮೋಹ." ಅವನು ಹೇಳಿದ: "ಹುಚ್ಚಿ, ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ತ್ಯಾಗಮಾಡುವುದು ಎಂದರೆ ಏನು? ತ್ಯಾಗ ಎಂದರೆ ಹೀಗೆ....!" ಅವನು ಹೆಗಲ ಮೇಲೆ ಟವಲು ಹಾಕಿಕೊಂಡಿದ್ದವನು, ಹಾಗೆಯೇ ಮನೆ ಬಿಟ್ಟು ಹೊರಟೇಹೋದ!

ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ವಿಚಾರಗಳಿಗೆ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಪ್ರಮಾಣವಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಕುರಿತು ಪರಮಹಂಸರು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: "ಜನರ ಒಂದು ಸ್ವಭಾವ ಅಚ್ಚಿನಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಮಾತ್ರ ನಂಬುವುದು. ಅದು ನಿಜವಾಗಿ ನಡೆದಿದ್ದರೂ ಪೇಪರಿನಲ್ಲಿ ಇರುವ ತನಕ ನಾವು ನಂಬುವುದಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬ ತನ್ನ ಮಿತ್ರನಿಗೆ ಹೇಳಿದ: "ನೋಡಿ, ನಾನು ನೆನ್ನೆ ಆ ಬೀದಿಯಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಆ ಮನೆ ಚಟಚಟ ಎಂದು ಮುರಿದು ಬಿತ್ತು!" ಆ ಸ್ನೇಹಿತ ಹೇಳಿದ: "ಬಹುಶಃ ಅದು ನಿಜವಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ, ಆ ಸುದ್ದಿ ಪೇಪರಿನಲ್ಲಿ ಬಂದಿರಲಿಲ್ಲ; ಬರುವ ತನಕ ನಾನು ನಂಬುವುದಿಲ್ಲ!"

ಕೆಲವರ ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆ ಎಂತಹುದೆಂಬುದನ್ನು ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಸ್ವಾರಸ್ಯವಾಗಿ ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಒಬ್ಬ ಗೃಹಸ್ಥ ಮನೆಯ ಹಣಕಾಸಿನ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನೆಲ್ಲ ಹೆಂಡತಿಗೆ ವಹಿಸಿ, ತಾನು ನಿರ್ಲಿಪ್ತನೆಂದು ಹೆಮ್ಮೆಪಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ. ಒಮ್ಮೆ ಒಬ್ಬ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಭಿಕ್ಷೆಗಾಗಿ ಆತನ ಬಳಿಗೆ ಬಂದ. ಗೃಹಸ್ಥ, "ನಾನು ದುಡ್ಡು ಕಾಸು ಮುಟ್ಟುವವನಲ್ಲ. ನನ್ನನ್ನು ಪೀಡಿಸಬೇಡ!" ಎಂದ. ಆದರೆ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಪಟ್ಟು ಬಿಡಲಿಲ್ಲ. ಆಗ ಯಜಮಾನ ಮನೆಯೊಳಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ, ಯಜಮಾನಿಗೆ ದೈನ್ಯದಿಂದ ಹೇಳಿದ: "ಆ ದರಿದ್ರ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಿಗೆ ಒಂದು ರೂಪಾಯಿ ಕೊಟ್ಟು ಕಳುಹಿಸಿಬಿಡೋಣ." ಆದರೆ, ಅವಳು, "ಒಂದು ರೂಪಾಯಿ ಎಂದರೆ ಕಲ್ಲಿನ ಚೂರಲ್ಲ. ಎರಡಾಣೆ ಕೊಟ್ಟರೆ ಸಾಕು" ಎಂದು ಅಷ್ಟನ್ನೇ ಕೊಟ್ಟಳು. ಪರಮಹಂಸರ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನವಿದು: "ತಾನು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಸಂಪಾದನೆ ಮಾಡಿ, ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಹೆಂಡತಿಗೆ ಕೊಟ್ಟುಬಿಟ್ಟು, ತನಗೆ ಏನಾದರೂ ಬೇಕಾದರೆ ಅವಳನ್ನು ಅಂಗಲಾಚಿ ಬೇಡುತ್ತಾನೆ, ಪಾಪ. ಆ ಯಜಮಾನ ತಾನೆಂಥ ದುಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದೇನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಯೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಗುಲಾಮಗಿರಿಯನ್ನೇ ಅನಾಸಕ್ತಿ ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಾನೆ!"

ಅಭಾವವೈರಾಗ್ಯಕ್ಕೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಒಬ್ಬಾತನ ನಿದರ್ಶನ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಒಬ್ಬ ಕಾಳಿಪೂಜೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ, ನೂರಾರು ಆಡುಗಳನ್ನು ಬಲಿಕೊಡುತ್ತಿದ್ದ. ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳ ಬಳಿಕ, ಅವನ ಪೂಜೆ ಸಾತ್ವಿಕವಾಯಿತು; ಪ್ರಾಣಿಬಲಿ ನಿಂತುಹೋಯಿತು. ಯಾರೋ ಕೇಳಿದರು: "ಹಿಂದಿನ ಪೂಜಾವೈಭವ ಈಗ ಉಳಿದಿಲ್ಲವಲ್ಲ! ಏನು ಕಾರಣ?" ಅವನು ಉತ್ತರಿಸಿದ: " ನೋಡಿ, ಈಗ ಮುದುಕನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಹಲ್ಲೆಲ್ಲ ಬಿದ್ದುಹೋಗಿದೆ. ಮಾಂಸ ಅಗಿಯಲಾರೆ."

ಬ್ರಹ್ಮಸ್ವರೂಪ ಅನಿರ್ವಚನೀಯ ಎಂಬುದನ್ನು ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹೀಗೆ ವರ್ಣಿಸುತ್ತಾರೆ: "ಉಪ್ಪಿನ ಗೊಂಬೆಯೊಂದು ಸಮುದ್ರದ ಆಳ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಹೋಗಿ, ಇಳಿದು ಸ್ವಲ್ಪ ದೂರ ಹೋಗುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಕರಗಿಹೋಯಿತು."

ಒಮ್ಮೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಕಪಟಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದರು: "ಕೇಶವನ ಬ್ರಹ್ಮಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಹೋಗಿದ್ದೆ. ಅವರ ಉಪಾಸನೆಯನ್ನು ಕಂಡೆ. ಬಹಳ ಹೊತ್ತು ಈಶ್ವರನ ವಿಭೂತಿಗಳ ವಿಷಯವಾಗಿ ಹೇಳಿದ ಮೇಲೆ, ಪುರೋಹಿತರು, "ಇದೀಗ ಈಶ್ವರನ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡೋಣ" ಎಂದರು. ಬಹಳ ಹೊತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವರೆಂದು ಭಾವಿಸಿದೆ. ಆಶ್ಚರ್ಯದ ವಿಷಯ! ಎರಡು ನಿಮಿಷ ಕಣ್ಣುಮುಚ್ಚುವುದರಲ್ಲಿಯೆ ಧ್ಯಾನ ಮುಗಿದುಹೋಯಿತು! ಈ ರೀತಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಈಶ್ವರನನ್ನು ಪಡೆಯುವುದುಂಟೆ! ಅಂತಹ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಅವರೆಲ್ಲರ ಮುಖಗಳನ್ನು ನೋಡಿದೆ. ಅನಂತರ, **ಕೇಶವನಿಗೆ** ಈ ರೀತಿ ಹೇಳಿದೆ: "ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕರ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಂಡೆ. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಏನು ತೋಚಿತೆಂದು ಗೊತ್ತೆ? ದಕ್ಷಿಣೇಶ್ವರದಲ್ಲಿ ಝೂವುಕ ಮರದ ಬುಡದಲ್ಲಿ

ಆಗಾಗ ಕಪಿಗಳು ಸುಮ್ಮನೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಆಗ ಅವು ಶಾಂತ ಸಂಪನ್ನರಾಗಿ, ಏನೊಂದೂ ಚಿಂತಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಾವು ಭಾವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಹಾಗಲ್ಲ. ಆಗ ಅವು ಅಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು, ಯಾವ ಗೃಹಸ್ಥರ ಚಪ್ಪರದಲ್ಲಿ ಸೋರೆಕಾಯಿ, ಕುಂಬಳಕಾಯಿ ಇವೆ. ಯಾರ ತೋಟದಲ್ಲಿ ಬಾಳೆಹಣ್ಣು ಅಥವಾ ಬದನೆಕಾಯಿಗಳು ಇವೆ? ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತಿನ ಮೇಲೆಯೇ ಲಾಗ ಹಾಕುತ್ತ, ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ಕಿತ್ತು ತಿಂದು, ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕರ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ನಾನು ಕಂಡಾಗ, ಅದೂ ಹಾಗೆಯೇ ಇತ್ತು!" ಇದನ್ನು ಕೇಳಿ ಎಲ್ಲರೂ ನಕ್ಕರು.

ಗಹನವಾದ ಸಾಂಖ್ಯದರ್ಶನದ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ತಿಳಿಸಿದ್ದು ಹೀಗೆ: "ಪುರುಷನು ಕರ್ತನಲ್ಲ. ಅವನು ಏನೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರಕೃತಿಯೇ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಾಳೆ; ಪುರುಷನು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನೂ ಸಾಕ್ಷಿರೂಪವಾಗಿ ನೋಡುತ್ತಾನೆ; ಪ್ರಕೃತಿಗೂ ಪುರುಷನನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಕೆಲಸವನ್ನು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೇ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ... ನೀವು ಮದುವೆಯ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನೋಡಿಲ್ಲವೇ? ಯಜಮಾನನು ಹುಕುಂ ಮಾಡುತ್ತ, ಹುಕ್ಕ ಸೇದುತ್ತ ಒಂದು ಕಡೆ ಕುಳಿತಿರುತ್ತಾನೆ. ಯಜಮಾನಿತಿಯಾದರೋ ಅರಿಸಿನ ಬಣ್ಣದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಉಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಒಂದು ಸಲ ಇತ್ತ, ಒಂದು ಸಲ ಅತ್ತ – ಮನೆಯಲ್ಲೆಲ್ಲ ಓಡಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾಳೆ. ಆ ಕೆಲಸವಾಯಿತೇ, ಈ ಕೆಲಸ ಮುಗಿಯಿತೇ ಎಂದು ಇವೆಲ್ಲವುಗಳ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ಮದುವೆಗೆ ಬಂದ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಪ್ರೀತಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಸ್ವಾಗತ ಬಯಸುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ನಡುನಡುವೆ ಯಜಮಾನನ ಹತ್ತಿರ ಬಂದು ಕೈ ಮುಖಗಳನ್ನು ಅಲ್ಲಾಡಿಸಿ, "ಇದನ್ನು ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ. ಅದು ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ, ಇದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು; ಅದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾಳೆ. ಯಜಮಾನನು ತಂಬಾಕು ಸೇದುತ್ತ ಸೇದುತ್ತ, ಅವಳು ಹೇಳುವುದನ್ನೆಲ್ಲ ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ; ಹ್ಞೂಂ ಹ್ಞೂಂ, ಎನ್ನುತ್ತ ಮೈಯನ್ನು ಅಲ್ಲಾಡಿಸಿ, ಎಲ್ಲ ವಿಷಯಗಳಿಗೂ ಸಮ್ಮತಿ ಕೊಡುತ್ತಾನೆ– "ಹಾಗೆಯೇ, ಮತ್ತೇನು?"

ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ, ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಹಾಸ್ಯ ವೈವಿಧ್ಯಪೂರ್ಣವೂ ಸಂಕೀರ್ಣವೂ ಪೂರ್ಣದೃಷ್ಟಿ ಸಮನ್ವಿತವೂ ಆದುದು. ಅದು ಹರ್ಷದಾಯಕ; ಅಂತೆಯೇ ಬೋಧಪ್ರದವೂ ಕೂಡ.

▪

ಭಗವಂತನನ್ನು ಅರಸುತ್ತ

ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು

ಸ್ವಾಮಿ ಯತೀಶ್ವರಾನಂದ

ಧ್ಯಾನಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕ್ಷುಬ್ಧಗೊಳಿಸುವ ಚಿಂತನೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ನಮಗೆ ನಿದ್ರೆ ಬಂದುಬಿಡುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರವೆಂದರೆ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಅರ್ಧ ಬಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಮಂತ್ರಾರ್ಥದ ಪರಿಜ್ಞಾನದೊಂದಿಗೆ, ಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸುವುದು. ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕಾಗಿ ಕುಳಿತಿರುವಾಗ, ಹಲವು ಕ್ಷುಲ್ಲಕ ಚಿಂತನೆಗಳು ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರಗಳು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏಳಬಹುದು. ಆದರೆ, ಅವೆಲ್ಲ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬಹುಕಾಲ ಇದ್ದವುಗಳೇ ಆಗಿವೆ. ಅವುಗಳು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಏನನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದರೆ, ಭಗವಂತನಿಗಿಂತಲೂ ನಮ್ಮ ಆಸಕ್ತಿ ಅಧಿಕವಾಗಿರುವುದು ಅವುಗಳ ಮೇಲೆಯೇ ಎಂದು. ಈ ಬಗೆಯ ಅನಪೇಕ್ಷಿತ ಚಿಂತನೆಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಹೊರದೂಡುವ ವಿಧಾನವೊಂದಿದೆ. ಅದೇನೆಂದರೆ, ನಿರ್ದಾಕ್ಷಿಣ್ಯವಾಗಿ ದೈವೀ ಚಿತ್ರಣಗಳಿಗೆ ಹೊರತಾದ ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಮಾನಸಿಕ ಚಿತ್ರಣಗಳನ್ನೂ, ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುತ್ತಿರುವ ದೈವೀ ಜ್ಯೋತಿಯ ಜ್ವಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಎಸೆದುಬಿಡುವ ಹಾಗೆ ಭಾವಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲ ದೈವೀ ಚಿತ್ರಣಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಇಷ್ಟದೇವತೆಯಲ್ಲಿ ಸಮ್ಮಿಲನಗೊಳಿಸಿಬಿಡಿ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ. ಕೇವಲ ಇಷ್ಟದೇವತೆಯ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಏಕಾಗ್ರಗೊಳಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ದೇವರಲ್ಲಿ ನಿಮಗಿರುವ ಭಕ್ತಿಯು ಇದಕ್ಕೆ ತುಂಬ ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕನಸುಗಳು ಉಂಟಾಗುವುದು ಅಪ್ರಾಜ್ಞ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೂಲಕ. ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾದ ಘಟನೆಗಳೂ ಕೂಡ ಕನಸುಗಳಲ್ಲಿ ತೋರಿಬರಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ, ನಾವು ಭ್ರಮೆಗಳ ಹಿಂದೆ ಓಡಬಾರದು. ಯಾವಾಗಲೂ ಸತ್ಯವಾದ ಸಂಗತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು.

ನಿಮ್ಮ ಮುಂದಿರುವ ವಿಗ್ರಹ ಅಥವಾ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ, ಅದು ಬರಿ ನಿರ್ಜೀವ ವಸ್ತು ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸದೆ, ಭಗವಂತನ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯವನ್ನು ಭಾವಿಸುವುದಾದರೆ ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆದರೆ, ಈ ಭಾವನೆ ಮೂಡುವುದು ಸಾಧನೆಯ ನಂತರದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಧ್ಯಾನವೆಂದರೆ, ಒಂದು ತರಹದ ತೀವ್ರರೂಪದ ಹೋರಾಟ. ಆದರೆ, ಮುಂದುವರೆದಂತೆಲ್ಲ, ನಂತರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ, ಈ ಬಗೆಯ ಹೋರಾಟದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಆನಂದವನ್ನು ನಾವು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ನಾವು ಸೂರ್ಯನನ್ನು ನೋಡದೆ ಇರುವುದು ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಮೋಡ ಬಂದಿರುವುದರಿಂದ. ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಮೋಡವು ಸೂರ್ಯನನ್ನು ಎಂದೂ ಕವಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದೇ ಇದೆ. ಹಾಗೆಯೇ, ಆತ್ಮನೂ ಎಂದಿಗೂ ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಅಜ್ಞಾನದ ದೆಸೆಯಿಂದ, ಅದರ ಅರಿವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ.

ನಿತ್ಯ ಯಾವುದು, ಅನಿತ್ಯ ಯಾವುದು ಎಂಬ ವಿವೇಕವಿರಲಿ. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ಯೋಚಿಸುತ್ತ ಸಮಯವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬೇಡ. ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಎಲ್ಲ ಆಯಾಮಗಳನ್ನೂ 'ಭಗವಂತ' ನೆಂಬ ಒಂದೇ ಧ್ಯೇಯದೆಡೆಗೆ ಹರಿಸಬೇಕು. ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸ ಇರಲಿ. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸಂಶಯಗಳು ಬರದಿರಲಿ. ಸಂಶಯಗಳು ಉಂಟಾದರೆ, ಭಗವಂತನನ್ನು ಹೀಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ: "ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಕೊಳಕು ಭಾವನೆಗಳೇ ನನ್ನನ್ನು ನಿನ್ನಿಂದ ದೂರ ಇಟ್ಟಿರುವವು. ಹೇ ಪ್ರಭು, ದಯವಿಟ್ಟು ಅವುಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸು."

(ಮುಂದಿನ ಕಂತಿನಲ್ಲಿ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದ ನಾಲ್ಕು ಹಂತಗಳು)