ಮನಸ್ಸಿನ ರಹಸ್ಯ

ಸ್ವಾಮಿ ನಿತ್ಯಸ್ಥಾನಂದ

ಮನಸ್ಸಿನಂತೆ ಮನುಷ್ಯ

ಈ ಜಗತ್ತೇ ರಹಸ್ಯಾತ್ಮಕವಾದುದು; ಇಲ್ಲಿರುವುದೆಲ್ಲವೂ ರಹಸ್ಯಾತ್ಮಕವಾದುದು. ಯಾವುದೂ ನಮ್ಮ ಅರಿವಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಲುಕುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತ ಹೋದಷ್ಟೂ ನಮ್ಮ ಅಜ್ಞಾನದ ಅರಿವು ಅಧಿಕವಾಗುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಅಜ್ಞಾನ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ವಿರೋಧಾಭಾಸವಾದರೂ ಸತ್ಯ. ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅರಿಯುವುದು ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಜ್ಞಾನವೆಂಬುದು ರಾಮಾಯಣದ ಮಾಯಾಜಿಂಕೆ ಇದ್ದಂತೆ. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಸಾಯಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಾವು ಜ್ಞಾನಾಜ್ಞಾನಗಳೆರಡನ್ನೂ ಮೀರಿ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. "ಎಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನವಿರುತ್ತದೆಯೋ ಅಲ್ಲಿ ಅಜ್ಞಾನವೂ ಇರುತ್ತದೆ" ಎಂಬ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮಾತನ್ನು ನಾವಿಲ್ಲಿ ಸ್ಮರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಾವು ಜ್ಞಾನದ ಮೂಲಕವೇ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಬೇಕು. ಜ್ಞಾನಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆ ಇರುವ ಅಜ್ಞಾನ ತಾಮಸಿಕ ಅಜ್ಞಾನ. ಬೆಳಕಿನ ಮಂದಸ್ಪಂದನದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಅಂಧಕಾರದಂತೆ. ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಅಜ್ಞಾನವು ಸಾತ್ವಿಕವಾದುದು– ತೀವ್ರ ಬೆಳಕಿನ ಸ್ಪಂದನದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಅಂಧಕಾರದಂತೆ. ಒಂದು ಬೆಳೆಯದ ಕಾಯಿ, ಇನ್ನೊಂದು ಮಾಗಿದ ಹಣ್ಣು.

ಯಾವುದನ್ನೂ ನಾವು ಸಂಪೂರ್ಣ ತಿಳಿಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಸತ್ಯವಾದರೂ ನಾವು ತಿಳಿಯುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವಂತಿಲ್ಲ. ತಿಳಿಯುವ ಪ್ರಯತ್ನವೇ ನಮಗೆ ತುಂಬ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ, ಇದರಿಂದ ನಾವು ಪಡೆಯುವ ಅಲ್ಪಸ್ವಲ್ಪ ಜ್ಞಾನವೂ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ. ಅಗ್ನಿ ಎಂದರೆ ಏನು ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ಆತ್ಯಂತಿಕವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗದೇ ಇದ್ದರೂ ಅಗ್ನಿಯು ಸುಡುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಅರಿವು ನಮಗೆ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಯಥಾರ್ಥವಾಗಿ ನಮಗೆ ಅರಿಯಲಾಗದೆ ಇದ್ದರೂ ಮಾನಸಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ಮತ್ತು ಸ್ಥಿತಿಗಳ ಅರಿವು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ಬೃಹದಾರಣ್ಯಕ ಉಪನಿಷತ್ತು ಹೇಳುತ್ತದೆ:

ಮನಸಾ ಪಶ್ಯತಿ, ಮನಸಾ ಶೃಣೋತಿ । ಕಾಮಃ ಸಂಕಲ್ಪೋ, ವಿಚಿಕಿತ್ಸಾ ಶ್ರದ್ಧಾ ಅಶ್ರದ್ಧಾ ಧೃತಿ ಅಧೃತಿ ಹ್ರೀಃ ಧೀಃ ಭೀಃ ಇತ್ಯೇತ್ಸರ್ವಂ ಮನ ಏವ ॥

"(ಮನುಷ್ಯ) ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ ನೋಡುತ್ತಾನೆ, ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ ಕೇಳುತ್ತಾನೆ. ಆಸೆ, ಸಂಕಲ್ಪ, ವಿಚಾರಮಾಡುವುದು, ಶ್ರದ್ಧೆ, ಅಶ್ರದ್ಧೆ, ದೃಢತೆ, ಅಸ್ಥಿರತೆ, ನಾಚಿಕೆ, ಭಯ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಮನಸ್ಸೇ" [1]

ಇವೆಲ್ಲವೂ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏಳುವ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಇವುಗಳೇ ಮನುಷ್ಯನ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವಂಥವು. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಎಲ್ಲ ಮಹಾಪುರುಷರ ಅಭಿಪ್ರಾಯವು 'ಮನಸ್ಸಿನಂತೆ ಮನುಷ್ಯ' ಎಂಬುದೇ ಆಗಿದೆ. ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: "ನಾವೇನಾಗಿರುವೆವೊ ಅದು ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳ ಪರಿಣಾಮ. ಆದ್ದರಿಂದ ಆಲೋಚನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿರಿ."[2] "ಮನಸ್ಸು ಚಿನ್ನದ ಗಣಿಯೂ ಹೌದು, ಕಸದ ಬುಟ್ಟಿಯೂ ಹೌದು" ಎಂಬ ಮಾತಿದೆ. "ಜಗತ್ತನ್ನು ನಡೆಸುವುದೇ ಮನಸ್ಸು, ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ ಜಗತ್ತು ಚಲಿಸುತ್ತಿದೆ. ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿರುವ ಒಳಿತು ಕೆಡುಕುಗಳೆಲ್ಲವೂ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಾಗಿಯೇ" ಎಂದು ಬುದ್ಧ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಯೋಗವಾಸಿಷ್ಠ ಹೇಳುತ್ತದೆ:

ಮನಸ್ಸರ್ವಮಿದಂ ರಾಮ ತಸ್ಮಿನ್ನಂತಃ ಚಿಕಿತ್ಸಿತೇ ।
ಚಿಕಿತ್ಸಿತೋಽಯಂ ಸಕಲಂ ಜಗಜ್ಜಾಲಮಿದಂ ಭವೇತ್ ॥

"ರಾಮ, ಇದೆಲ್ಲವೂ ಮನಸ್ಸೆ, ಅದನ್ನು ಆಂತರಿಕವಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸಿದರೆ ಹೊರಜಗತ್ತೆಲ್ಲವೂ ಸರಿಹೋಗುತ್ತದೆ." [3]

ಒಳಿತು ಕೆಡಕುಗಳೆಲ್ಲವೂ ಇರುವುದು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ, ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಥವಾ ವಸ್ತುಗಳು ಕೆಟ್ಟದ್ದೊ ಒಳ್ಳೆಯದೊ ಆಗುವುದು ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ. ಮನಸ್ಸೇ ವಸ್ತುವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ನಮಗೆ ಕಾಣುವುದೆಲ್ಲವೂ ಮಾನಸಿಕ ದೃಶ್ಯಗಳೇ ಎಂಬ ಸಿದ್ಧಾಂತವೂ ಇದೆ. ಮನಸ್ಸೇ ಎಲ್ಲಕ್ಕೂ ಮೂಲವಾದುದರಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅವಶ್ಯಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸೇ ನಮಗೆ ಸ್ವರ್ಗ ನರಕಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದು. ನಾವು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅರಸಬೇಕು. ಅದು ಅಲ್ಲಿ ದೊರೆಯದಿದ್ದರೆ ಹೊರಗೆ ಅದನ್ನು ಅರಸುವುದು ವ್ಯರ್ಥ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸ್ವಲ್ಪ ಪ್ರಯತ್ನಿಸೋಣ.

ಮನಸ್ಸು–ಮಿದುಳು

ಮನಸ್ಸಿಗೂ ಮಿದುಳಿಗೂ ಏನು ಸಂಬಂಧ? ಮಿದುಳಿಗಿಂತ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ಮನಸ್ಸೆಂಬುದಿದೆಯೇ ಅಥವಾ ಮಿದುಳಿನ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನೇ ಮನಸ್ಸೆಂದು ಕರೆಯುವುದೆ? ಅನೇಕ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮತ್ತು ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರ ಪ್ರಕಾರ ಮಿದುಳು ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು 'ಸ್ರವಿಸುತ್ತದೆ'(secretion). ಅಂದರೆ ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತವೆ ಎಂದಂತಾಯಿತು. ಪ್ರೀತಿ, ದ್ವೇಷ ಮುಂತಾದ ಭಾವಗಳನ್ನು, ಮಿದುಳಿನ ಕೆಲವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ಉಪಕರಣಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲಗೊಳಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ, ಕೆರಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ ಅಥವಾ ಬದಲಾಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ಮಿದುಳಿನ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಭಾಗವನ್ನು ಸಕ್ರಿಯ ಅಥವಾ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮನುಷ್ಯನ ನೈತಿಕ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇತ್ತೀಚಿಗಿನ ಜೀನ್ ಸಂಶೋಧನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಇದು ಇನ್ನೂ ದೃಢಪಟ್ಟಿದೆ. ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ TIME ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬಂದ ವರದಿ ಇಂತಿದೆ:

"ಮನುಷ್ಯನ ನೈತಿಕತೆಯನ್ನು ನಿರ್ದೇಶಿಸುವ ಒಂದು ಜಟಿಲವಾದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಸಂಶೋಧಕರು ಕಂಡುಹಿಡಿದಿದ್ದಾರೆ. ಮಿದುಳಿನ ಮುಂಭಾಗದ ಈ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ (Prefrontal Cortex) ಸಾಮಾಜಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು, ವೈಯಕ್ತಿಕ ನ್ಯಾಯ ನಿರ್ಣಯಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಯುಕ್ತಿಗಳು ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಅತ್ಯುನ್ನತವಾದ ನೈತಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುಣಗಳನ್ನೂ, ಮೊಳಕಾಲು ಸಂದಿಯಂತೆ, ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು ಎಂಬ ವಿಷಯ ಅನೇಕರಿಗೆ ಆಘಾತವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು."

ಈ ಪತ್ರಿಕೆಯ ಸಂಸ್ಥಾಪಕ ಸಂಪಾದಕರಾದ ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ಪ್ರಸ್ತುತ ಮೈಸೂರು ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಆಶ್ರಮದ ಅಧ್ಯಕ್ಷರು; ಗಂಭೀರ ಚಿಂತಕರು.

೧೯೯೦ ರಿಂದ ೨೦೦೦ ದವರೆಗಿನ ಅವಧಿಯನ್ನು ಮಿದುಳಿನ ದಶಕವೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಮಿದುಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಅಪೂರ್ವ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ನಡೆದವು. ಜೈವಿಕ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಎನಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಈ ಮಾನವ ಮಿದುಳು ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲೇ ಅತ್ಯಂತ ರಹಸ್ಯಾತ್ಮಕ ವಸ್ತು ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅದರ ಬಗೆಗಿನ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ಅದನ್ನು ಇನ್ನೂ ರಹಸ್ಯಾತ್ಮಕಗೊಳಿಸುತ್ತಿವೆ. ಅಮೆರಿಕದ ಫೆಡರಲ್ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್‌ಗಳೆಲ್ಲದರ ಒಟ್ಟು ಸ್ಮೃತಿಶಕ್ತಿ ೧,೦೦೦,೦೦೦ ಬಿಲಿಯನ್ ಮಾಹಿತಿ ಬೈಟ್‌ಗಳು. ಇವಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಒಂದು ಮಾನವ ಮಿದುಳಿನ ಶಕ್ತಿಯೇ ೧೦೦೦೦ ಬಿಲಿಯನ್ ಬೈಟ್‌ಗಳಂತೆ! ಫ್ರಾನ್ಸಿಸ್ ಕ್ರಿಕ್ ಎಂಬ ವಿಜ್ಞಾನಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: " 'ನೀವು', ನಿಮ್ಮ ಸುಖ ದುಃಖಗಳು, ನಿಮ್ಮ ನೆನಪುಗಳು, ನಿಮ್ಮ ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷೆಗಳು, ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿಪ್ರಜ್ಞೆ, ನಿಮ್ಮ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ– ಇವೆಲ್ಲವೂ ಅಸಂಖ್ಯ ನರಜೀವಕೋಶಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಣುಗಳ ವರ್ತನೆಗಳಲ್ಲದೆ ಮತ್ತೇನಲ್ಲ." ಆದರೂ ಇವುಗಳೆಲ್ಲದರ ಹಿಂದೆ ಇರುವ 'ನಾನು' ಎಂಬ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಇವುಗಳಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದುದು ಎಂಬುದು ಹಲವು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಅಭಿಪ್ರಾಯ.

"ಜಗತ್ತಿನ ಭೌತಿಕ ರಚನೆ, ಕಣಗಳ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಹರಹು, ದೇಶ–ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿನ ಕ್ಷೇತ್ರ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಗಳು – ಇವುಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಪ್ರಜ್ಞಾಸಹಾಯವಿಲ್ಲದೆಯೇ ತರ್ಕಬದ್ಧವಾಗಿ ವಿವರಿಸಬಹುದು. ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಇರುವಿಕೆ ನಮ್ಮ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಇವುಗಳನ್ನು ಮೀರಿದ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟಾಂಶ" ಎಂದು ಡೇವಿಡ್ ಚಾಲ್ಮರ್ಸ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರಜ್ಞಾಮೂಲ ವಸ್ತು ಯಾವುದು?

ಮಿದುಳು ಮತ್ತು ನರಮಂಡಲಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಇತ್ತೀಚಿಗಿನ ಸಂಶೋಧನೆಗಳ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ನ್ಯೂರೋಥಿಯಾಲಜಿ (Neuro-theology) ಎಂಬ ಹೊಸ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರವೇ ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಂದಿದೆ. ಮೇಲಿನ ಮಿದುಳಿನ ಹಿಂಭಾಗದ ಒಂದು ಪ್ರದೇಶವು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟುದೆಂದು Newsweek ಎಂಬ ಪತ್ರಿಕೆ ವರದಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ದೇವರಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ದಿವ್ಯಕೇಂದ್ರವೊಂದನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದಿರುವುದಾಗಿ ಕೆಲವು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಾದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳೆಂದರೆ ಕೇವಲ ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಾಗುವ ಕೆಲವು ಬದಲಾವಣೆಗಳೇ ಅಥವಾ ಅವುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಬೇರೊಂದು ಸತ್ಯವಿದೆಯೆ? ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಆಂಡ್ರಿವ್ ಬಿ. ನ್ಯೂಬರ್ಗ್ ಎನ್ನುವವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: "ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳಿಗೂ ನರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೂ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂಬಂಧವಿದೆ ಎಂದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಅಂತಹ ಅನುಭವಗಳು ನರಸಂಬಂಧೀಯ ಭ್ರಮೆಗಳೆಂದು ಹೇಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರೇರಣೆ ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳಿಗೆ ಮಿದುಳಿನ ಕ್ರಿಯೆಗಳೇ ಕಾರಣ ಎನ್ನುವುದು, ನಾವು ಸೇಬಿನ ಹಣ್ಣನ್ನು ತಿಂದಾಗ ಉಂಟಾಗುವ ಸುಖಾನುಭವಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ನರಕ್ರಿಯೆಗಳೇ ಸೇಬಿನ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಕೂಡ ಕಾರಣ ಎಂದಂತಾಗುತ್ತದೆ." ಆದ್ದರಿಂದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸತ್ಯಗಳ ಅನುಭವ ಕೆಲವು ನರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು, ಆದರೆ ಅವುಗಳೇ ಆ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಎನ್ನಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳನ್ನೂ ನರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ವಿವರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿರುವ ಯೂಜನ್ ಡಿ ಅಕ್ವಿಲಿ ಮತ್ತು ಆಂಡ್ರಿವ್ ಬಿ. ನ್ಯೂಬರ್ಗ್ ನರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮೀರಿದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸತ್ಯವೊಂದಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ: "ದೇಶಕಾಲಗಳನ್ನು ಮೀರಿದ, ವಿಷಯ–ವಿಷಯಿಗಳನ್ನು ಮೀರಿದ ಶುದ್ಧ ಚೈತನ್ಯವೊಂದಿದೆ ಎಂಬುದು ಸತ್ಯ. ಕೊನೆಯ ಪಕ್ಷ, ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಒಂದೇ ಒಂದು ಸತ್ಯದ ಮಾನದಂಡದ ಪ್ರಕಾರ ನಿರಪೇಕ್ಷ ಅಖಂಡ ವಸ್ತುವೊಂದೇ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಪ್ರಜ್ಞಾಮುಖಗಳಾಚೆಗಿನ ಪರಮ ಸತ್ಯವೆಂದು ಹೇಳಬಹುದು"[೬] ನರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ, ನರಕ್ರಿಯೆಗಳೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳಿಗೆ ಕಾರಣ ಎಂದು ನಿರ್ಣಯಿಸುವುದೂ ನರಕ್ರಿಯೆಗಳೇ. ಈ ರೀತಿ ನಿರ್ಣಯಿಸುವ ನರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣರಾರು ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಅದೂ ನರಕ್ರಿಯೆಯೇ. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಂಶವಾವುದೂ ಇಲ್ಲ ಎಂದರೆ, ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಮೂಲಕ 'ನಾನೇ ಇಲ್ಲ' ಎಂಬ ನಿರ್ಣಯಕ್ಕೆ ಬಂದಂತಾಗುತ್ತದೆ!

ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಮೀರದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಂಶ

ನರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದ ಬೇರೆಯಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸತ್ಯವೊಂದಿದೆ ಎಂಬುದು ಸತ್ಯಸ್ಯ ಸತ್ಯವಾದರೂ ಮನಸ್ಸೆಂಬುದು ನರಕ್ರಿಯೆ ಅಥವಾ ಮಿದುಳಿಗಿಂತ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದುದೇ ಎಂಬುದು ವಿಚಾರಾರ್ಹ. ಯೂಜನ್ ಡಿ ಅಕ್ವಿಲಿ ಮತ್ತು ಆಂಡ್ರಿವ್ ಬಿ. ನ್ಯೂಬರ್ಗ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: "ಮನಸ್ಸು ಎಂದರೆ ಏನು, ಮಿದುಳು ಎಂದರೆ ಏನು ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುವುದು ಕಷ್ಟಸಾಧ್ಯ. ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಮಿದುಳಿಗಿರುವ ಸಂಬಂಧವನ್ನೂ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ದುಸ್ಸಾಧ್ಯ. ಮಿದುಳಿನ ಕ್ರಿಯೆ ಎಲ್ಲಿ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ, ಮಾನಸಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ಎಲ್ಲಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗೆರೆ ಎಳೆದು ತೋರಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ...... ಇಲ್ಲಿ ಮಿದುಳು ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನ ಲಕ್ಷಣವನ್ನು ಹೀಗೆ ಹೇಳಬಹುದು: ಮಾನವನ ಆಲೋಚನೆ, ಅನುಭವ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಅಧಿಷ್ಠಾನವಾಗಿ ಕೆಲಸಮಾಡುವುದೇ ಮಿದುಳು. ಅಂದರೆ ನಾವು ಆಲೋಚಿಸುವುದಕ್ಕೆ, ಭಾವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಹೊರಗಿನಿಂದ ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಇರುವ ಭೌತಿಕ ಅಂಗವೇ ಮಿದುಳು, ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದು ಮನಸ್ಸು ಎಂದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಮಿದುಳಿನ ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಉತ್ಪನ್ನವೇ ಮನಸ್ಸು. ಆದರೆ ಈ ರೀತಿ ದ್ವೈತ ವಿವರಣೆಯನ್ನು ಮೀರಿಹೋಗುವುದು ಉತ್ತಮವೆಂದು ನಮಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಮಿದುಳು ಒಂದೇ ವಸ್ತುವನ್ನು ನೋಡುವ ಎರಡು ವಿಧಾನಗಳು ಎಂದು ನಾವು ನಂಬುತ್ತೇವೆ."[೭]

ಮಿದುಳಿನ ಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ ಎಂದರೆ ಸ್ಥೂಲವೇ ಮೂಲಭೂತವಾದುದು ಮತ್ತು ಸ್ಥೂಲದಿಂದ ಸೂಕ್ಷ್ಮವು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಅವಾಸ್ತವ ನಿರ್ಣಯಕ್ಕೆ ಬರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮಿದುಳು ಸ್ಥೂಲವಾದುದು, ಅದರ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಸ್ಥೂಲವಾದುವು. ಆದರೆ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವಂತೆ ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದವುಗಳು. ನಾವೇ ಇಚ್ಛಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಹೊಸ ಹೊಸ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಬಹುದು, ಹೊಸ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಕೆರಳಿಸಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ಮಿದುಳಿನ ನರಕಣಗಳಲ್ಲಿ ತೀವ್ರವಾದ ಚಟುವಟಿಕೆ ಕಂಡುಬರಬಹುದು. ಆದರೆ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಆ ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಸೃಷ್ಟಿ ಎಂದಾಗಲಿ, ಈ ಕ್ರಿಯೆಗಳೇ ಆಲೋಚನೆ ಎಂದಾಗಲಿ ಹೇಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳು ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ಭೌತಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅಂದಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಆ

ಕ್ರಿಯೆಗಳೇ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಅಥವಾ ಭಾವನೆಗಳು ಎನ್ನುವುದು ಸರಿಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾದುದು. ಈ ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾದ ಇಚ್ಛೆ ಎಂಬ ಮಾನಸಿಕ ಅಂಶವಾದರೂ ಮಿದುಳುಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿರಲೇ ಬೇಕು. ಅದೂ ಮಿದುಳಿನ ಒಂದು ಭಾಗದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದಾದರೆ ಆ ಇಚ್ಛೆಯನ್ನು ಕೆರಳಿಸುವ 'ನಾನು' ಎಂಬ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಅಂಶವೊಂದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ವಾಲ್ಟರ್ ಪೆನ್‌ಫೀಲ್ಡ್ ಎಂಬ ಖ್ಯಾತ ನರವಿಜ್ಞಾನಿ ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿರುವರು. ಅವರ The Mystery of the Mind ಎಂಬ ಗ್ರಂಥ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದುದು. ಅವರು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: "ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದಾಗ, ಅವನೊಡನೆ ಸಂವಾದ ಮಾಡಿದಾಗ, ಆ ರೋಗಿಯ ಒಳಗಡೆ ಒಂದು ಟೆಲಿಫೋನ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಇರುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಹಿಂದೆ ಟೆಲಿಫೋನ್ ನಿರ್ವಹಿಸುವವನೂ ಇರುವನು ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಪುರಾವೆಗಳು ದೊರಕಿದವು."[೬]

ಮಿದುಳಿನ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಅವೆರಡೂ ಪರಸ್ಪರ ಹೆಣೆದುಕೊಂಡಿವೆ ಎಂಬುದಂತೂ ಸ್ಪಷ್ಟ. ಆದರೆ ಮಿದುಳಿಗಿಂತ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ಮನಸ್ಸೆಂಬುದಿಲ್ಲ ಎಂದಾಗಲೀ ಮಿದುಳಿನ ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗಿಂದ ಮಾನಸಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆಯೆಂದಾಗಲೀ ಹೇಳುವುದು ಯುಕ್ತಿಯುಕ್ತವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮಿದುಳೇ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುವ ಆಲೋಚನೆಗಳೇ ಮಿದುಳಿನ ಸೃಷ್ಟಿಯಾದುದರಿಂದ ಇದೊಂದು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಿದ್ಧಾಂತವಾಗಲಾರದು. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ **ಮಿದುಳು ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸುವುದು ಅಸಾಧ್ಯ. ಇವೆರಡನ್ನೂ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ನೋಡುವ, ಇವೆರಡೂ ಒಂದೇ ಎಂದು ಹೇಳುವ ಅಥವಾ ಒಂದು ಮತ್ತೊಂದರ ಸೃಷ್ಟಿ ಎಂದು ಸಿದ್ಧಾಂತಿಸುವ ಇವೆರಡನ್ನೂ ಮೀರಿದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಂಶವೊಂದನ್ನು ನಾವು ಗುರುತಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.**

ಮನಸ್ಸೂ ಒಂದು ಸೂಕ್ಷ್ಮದ್ರವ್ಯ

ವೇದಾಂತದ ಪ್ರಕಾರ ಮನಸ್ಸೂ ಕೂಡ ಸೂಕ್ಷ್ಮದ್ರವ್ಯವೇ – ಅದೂ ಜಡ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಉತ್ಪನ್ನ. ಸಾಂಖ್ಯದ ಪ್ರಕಾರ ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಉಪಾದಾನ ಕಾರಣವಾದುದು **ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪ್ರಕೃತಿ** ಅಥವಾ **ಪ್ರಧಾನ**. ಅದರಿಂದ ಮಹತ್ ಎಂಬ ವಿಶ್ವೇಚ್ಛೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ, ಇದರಿಂದ ಅಹಂಕಾರವೂ ಮತ್ತು ಅಹಂಕಾರದ ಸತ್ವಾಂಶದಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಇಂದ್ರಿಯಗಳೂ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ – ಅನಂತರ ಇಂದ್ರಿಯ ವಿಷಯಗಳು. ಆದ್ದರಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಮಿದುಳುಗಳೆರಡೂ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು. ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ಚಿಂತಕರು ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಂಶವನ್ನು ಗುರುತಿಸದೆ ಇರುವುದರಿಂದ, ಮನಸ್ಸೂ ಮಿದುಳಿನ ಕ್ರಿಯೆ ಎಂಬ ಪ್ರತಿಪಾದನೆಯಿಂದ ಅವರ ಪಾಲಿಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಂಶವೇ ಇಲ್ಲದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ವೇದಾಂತಿಗಳಾದ ನಾವು ಈ ಸಿದ್ಧಾಂತದಿಂದ ವಿಚಲಿತರಾಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವು ಮನಸ್ಸನ್ನೂ ಮೀರುವಂತಹುದು. ಮನಸ್ಸಿನ ಚಿಂತನೆ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ರೂಪಗಳನ್ನು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ನಾವು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಅನುಭವಿಸುವ ವಿಷಯಿ ಯಾರು? ಆಲೋಚನೆ ಭಾವನೆಗಳೇ ಮಿದುಳಿನ ಸೃಷ್ಟಿ ಎಂದು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುವವನು ಯಾರು? ಯಾರಿಗೆ ಇವೆರಡೂ ವಿಷಯವಸ್ತುಗಳು? ಈ ಪ್ರತ್ಯೇಕ 'ನಾನು' ವನ್ನು ನಾವು ಗುರುತಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ವ್ಯಕ್ತಿಭಾವದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ, ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಏಕತೆಯನ್ನು ನೀಡುವ ಈ 'ನಾನು'ವಿಗಿಂತ ಬೇರೆಯಾದ ಮಾನಸಿಕವಾದ 'ನಾನು' ಗಳಿವೆ. ಶ್ರೀರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಅದನ್ನು ಕುರಿತು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: "ನೀನು ತಿರುವಣ್ಣಾಮಲೈನಲ್ಲಿ ಮಲಗಿ ನಿದ್ರಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಬೇರೊಂದು ಊರಿನಲ್ಲಿ ನೀನಿರುವುದಾಗಿ ಕನಸು ಕಾಣುತ್ತೀಯೆ. ಆ ದೃಶ್ಯ ಸತ್ಯವಾಗಿ ನಿನಗೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ನಿನ್ನ ದೇಹ ಇಲ್ಲಿಯೇ ಕೊಟಡಿಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಆ ಊರು ನಿನ್ನ ಕೊಟಡಿಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿತೆ? ಅಥವಾ ನೀನು ನಿನ್ನ ದೇಹವನ್ನು ಇಲ್ಲಿಯೇ ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಕಡೆ ಹೋಗಿದ್ದೆಯಾ? ಇವೆರಡೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀನು ಇಲ್ಲಿರುವುದು ಮತ್ತು ಬೇರೊಂದು ಊರನ್ನು ನೋಡಿರುವುದು ಎರಡೂ ಅಸತ್ಯ; ಅವು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸತ್ಯವಾಗಿ ತೋರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಕನಸಿನ 'ನಾನು' ಹೊರಟುಹೋಗುತ್ತದೆ. ಅನಂತರ ಇನ್ನೊಂದು 'ನಾನು' ಕನಸಿನ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಈ 'ನಾನು' ಕನಸಿನಲ್ಲಿರಲಿಲ್ಲ. ಎರಡು 'ನಾನು'ಗಳೂ ಅಸತ್ಯವೇ. ಇದಕ್ಕೆ ಅಧಿಷ್ಠಾನವಾದ ಮನಸ್ಸಿದೆ, ಅದು ಅನೇಕ ದೃಶ್ಯಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕುತ್ತ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಆಲೋಚನೆಯ ಜೊತೆಗೆ ಒಂದು 'ನಾನು' ಉದಯಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆ ಆಲೋಚನೆಯ ಕಣ್ಮರೆಯೊಂದಿಗೆ ಅದೂ ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಕ್ಷಣವೂ ಅನೇಕ 'ನಾನು'ಗಳು ಹುಟ್ಟಿ ಹುಟ್ಟಿ ಸಾಯುತ್ತವೆ. ನಿಜವಾದ ತೊಂದರೆ ಇರುವುದು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ. ಅದೇ ಕಳ್ಳ. ಅದನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿ, ಆಗ ನೀನು ಸುಖವಾಗಿರುತ್ತೀಯೆ"[೭]

ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಉದ್ಭವಿಸುವ 'ನಾನು' ಒಂದಾದರೆ ಮನಸ್ಸಿಗೇ ತಳಹದಿಯಾದ, ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಸಾಕ್ಷಿಯಾದ 'ನಾನು' ಒಂದಿದೆ. ಈ 'ನಾನು' ವನ್ನು ಪಡೆದಾಗ ಅದು 'ನಾನಾ' (ಅನೇಕ) ಆಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲ ವಸ್ತುಗಳನ್ನೂ ಬೆಳಗುತ್ತದೆ. ದೃಶ್ಯ ವಸ್ತುಗಳಾವುವೂ ಇಲ್ಲದಿರುವಾಗ ಆ ಬೆಳಕನ್ನು ಬೆಳಕೆಂದು ಗುರುತಿಸುವವರಾರು? ಈ 'ನಾನು' ಬೇರೆಲ್ಲ 'ನಾನು'ಗಳನ್ನು ಕೊಂದು ತಾನೇ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ – ಕೆಲವು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ತಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದವರನ್ನೆಲ್ಲ ಕೊಂದು ತಾವೂ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಅಥವಾ ಸ್ಫಟಿಕವು ನೀರನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಿ ತಾನೂ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕರಗಿಹೋಗುವಂತೆ.

ಇಷ್ಟಂತೂ ಹೇಳಬಹುದು: ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಮಿದುಳು ಒಂದೇ ಅಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸು ನರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಉತ್ಪನ್ನವೂ ಅಲ್ಲ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನ ಆಲೋಚನೆ ಹಾಗೂ ಭಾವನೆಗಳು ಅನೇಕ ನರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸು ಸೂಕ್ಷ್ಮದ್ರವ್ಯವೇ – ಮಿದುಳಿಗಿಂತಲೂ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದುದು. ತೀವ್ರ ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಮಿದುಳಿನ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು; ಆಲೋಚನೆಯ ದಿಕ್ಕನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು. ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಚಿಂತನೆಯ ಪ್ರಣಾಳಿಯನ್ನೇ ನಿರ್ಮಿಸಬಹುದು.

ಆಕರಗಳು:

೧. ಬೃಹದಾರಣ್ಯಕ ಉಪನಿಷತ್, ೧:೫:೩
೨. ಕೃತಿಶ್ರೇಣಿ, ೧:೨೬೨; ೩. The Vision and the way of Vasista, ಪು. ೧೦೪ ; ೪. The Mystical Mind, ಪು. ೨೦೧
೫. ಅದೇ, ಪು. ೨೧-೨೨; ೬. ಸ್ವಾಮಿ ರಂಗನಾಥಾನಂದರ "ಮಾನವ: ವ್ಯಕ್ತ ಮತ್ತು ಅವ್ಯಕ್ತ" ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಉದ್ಧೃತವಾದುದು.
೭. Talks With Ramana Maharshi, ಪು.೫೫