

ಶ್ರೀರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳು

‘ದಿವ್ಯಮೌನ’ವನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಮಹಾಪುರುಷರೆಂದರೆ ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳು. ಭಕ್ತನೊಬ್ಬನು ಶ್ರೀರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳನ್ನು, “ನೀವು ದೀಕ್ಷೆ ಕೊಡುವಿರಾ?” ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದನು. ಅದಕ್ಕೆ ಭಗವಾನರು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: “ದೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ವಿಧಗಳಿವೆ: ಹಸ್ತದೀಕ್ಷೆ, ಸ್ಪರ್ಶದೀಕ್ಷೆ, ಚಕ್ಷುದೀಕ್ಷೆ, ಮನೋದೀಕ್ಷೆ ಮುಂತಾದುವು. ಆದರೆ ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ಅತ್ಯಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಹಾಗೂ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದುದು ‘ಮೌನದೀಕ್ಷೆ’ ಈ ಮೌನದೀಕ್ಷೆ ಅನೇಕರ ಜೀವನಗತಿಯನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸಿ ಸನ್ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಕರೆತರುವ ಶಕ್ತಿಯುಳ್ಳದ್ದಾಗಿದೆ.

“ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯ ಮೌನವು ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದುದು. ಅದು ಅನೇಕ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ತನ್ನೆಡೆಗೆ ಸೆಳೆಯುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕರುಣಿಸಬಲ್ಲ ಗುರುವು ಕೇವಲ ಮೌನದಿಂದ, ಶಿಷ್ಯನ ದೃಷ್ಟಿಗೆ ತನ್ನ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸುವುದರಿಂದಲೇ ಮಹದನುಗ್ರಹವನ್ನು ಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವುಳ್ಳವನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಈ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ದೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಭಗವಂತನಾದ ಶ್ರೀದಕ್ಷಿಣಾಮೂರ್ತಿಯು ತನ್ನ ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಕರುಣಿಸುತ್ತಿದ್ದನು.” ಹೀಗೆ ಶ್ರೀರಮಣಮಹರ್ಷಿಗಳು ಮೌನದ ಮಹಿಮೆಯನ್ನು ವರ್ಣಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಎಷ್ಟೋ ವರ್ಷಗಳು ನಡೆಸಿದ ಸಂಭಾಷಣೆಗಳ ಮೂಲಕವೂ ಅರಿಯದೇ ಹೋದ ಆತ್ಮವಿಚಾರವನ್ನು ಮೌನದಿಂದ ಕ್ಷಣಮಾತ್ರದಲ್ಲೇ ಅರಿಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಈ ಬಗೆಯ ಮನೋಭಾಷೆಯೇ ಅತ್ಯುನ್ನತಮಟ್ಟದ ಮತ್ತು ಅತ್ಯಂತ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಭಾಷೆ.

ಮೌನದ ಸಾಧನೆ

ಮೌನದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಬಗೆಗಳಿವೆ. ಯೋಗವಾಸಿಷ್ಠದಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ಬಗೆಯ ಮೌನದ ವಿವರಣೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

ವಾಚ್ಯೌನಂ ವಚಸಾಂರೋಧಃ ಬಲಾದಿಂದ್ರಿಯನಿಗ್ರಹಃ |
ಅಕ್ಷಮೌನಂ ಪರಿತ್ಯಾಗಃ ಚೇಷ್ಟಾನ್ಯಾಂ ಕಾಷ್ಠಸಂಜ್ಞತಮ್ ||

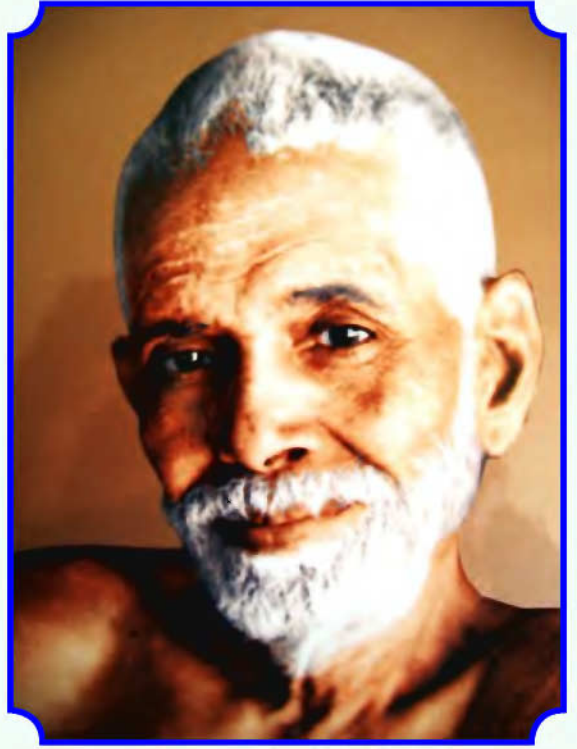
ಪ್ರಸ್ಫುರಚ್ಚಿತ್ತಕಲನಂ ಏತನ್ಮೌನತ್ರಯಂ ಸ್ಥಿತಂ |
ಏತೇಷಾಂ ಹರಮೌನಾನಾಂ ವಿಷಯಃ ಕಾಷ್ಠತಾಪಸಃ ||

ಅನೇಕ ಸಂವಿದ್ರೂಪಾತ್ಮಾ ಶಿವಮೇವೇವ ಮಾತರಂ |
ಇತ್ಯಾಸ್ಥಿತಮನಸ್ತಂ ಯತ್ಪ್ರಪುಪ್ತಂ ಮೌನಮುಚ್ಯತೇ ||

ಲಘುಯೋಗವಾಸಿಷ್ಠ (೬ : ೭,೮,೧೧)

೧) ವಾಚ್ಯೌನಂ - ಬಾಹ್ಯವಾಗಿ ಮಾತನಾಡದಿರುವುದು

೨) ಅಕ್ಷಮೌನಂ - ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳಾದ ಕಣ್ಣು, ಕಿವಿ, ಮೂಗು, ನಾಲಗೆ ಮತ್ತು ಚರ್ಮ ಇವುಗಳ ನಿಯಂತ್ರಣ ಹಾಗೂ ಪ್ರವೃತ್ತಿರಾಹಿತ



೩) ಕಾಷ್ಠಮೌನ - ಕರ್ಮೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಚಲನವಿಲ್ಲದೆ ಮರದ ದಿಂಡಿನಂತೆ ನಿಶ್ಚೇಷ್ಟಿತವಾಗಿ ಇರುವ ಶಾರೀರಿಕ ಸ್ಥಿತಿ.

೪) ಸುಷುಪ್ತ ಮೌನ - ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬಾಹ್ಯವೃತ್ತಿಗಳಿಲ್ಲದ ಸ್ಥಿತಿ.

ಕಡೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧನು ಗಾಢನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದಂತೆ ನಿಶ್ಚೇಷ್ಟಿತನಾಗಿ ಕಂಡುಬಂದರೂ ಆತ್ಮಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಜಾಗೃತನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಇದು ಆನಂದಮಯವಾದ ತುರಿಯಾವಸ್ಥೆ, ಬ್ರಾಹ್ಮೀಸ್ಥಿತಿ. ಶ್ರೀಸದಾಶಿವಬ್ರಹ್ಮೇಂದ್ರರು ಈ ಎಲ್ಲ ಹಂತಗಳನ್ನೂ ತಲುಪಿದ್ದರು.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮೌನ ಅತ್ಯಂತ ಸಹಾಯಕಾರಿ. ಮಾತನಾಡಬೇಕೆಂಬ ಇಚ್ಛೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಉದಯಿಸಿದಾಗ, ಮನಸ್ಸು ಇದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಘನವಾದ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದರೆ, ಮಾತು ತಾನೇ ತಾನಾಗಿ ಕಡಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಧಕನ ಮನಸ್ಸು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರವಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಮಾತು ಮರೆತುಹೋಗಿ ಮೌನ ಸ್ಥಿರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಮೌನವೆಂಬುದು ಮಾತು-ಮನಸ್ಸಿನ ಚಿಂತನೆಗಳನ್ನು ಮೀರಿದ ನೆಲೆ. ಬೇರೆ ಯಾವುದರ ಚಿಂತನೆಯೂ ಇಲ್ಲದೆ ಕೇವಲ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ತಲ್ಲೀನವಾಗಿದ್ದಾಗ ಅಣುಮಾತ್ರವೂ ‘ಅಹಂ’ ವೃತ್ತಿ ಏಳದಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ, ಇಂತಹ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಜ್ಞಾನಿಗಳು ‘ಮೌನ’ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಮೌನ ಕೇವಲ ನಾಲಗೆಯನ್ನು ಹಿಡಿತಗೊಳಿಸುವ ಸಾಧನವಾಗದೆ, ಅದು ಬುದ್ಧಿ ಮನಸ್ಸುಗಳನ್ನೂ ನಿಶ್ಚಿತ್ತಗೊಳಿಸುವಂತಾಗಬೇಕು. ಬುದ್ಧಿಯ ಚಟುವಟಿಕೆ ಮತ್ತು ಚಂಚಲತೆಗಳಿಗೆ ಕಡಿವಾಣ ಹಾಕುವವೇ ಮೌನದ ಉದ್ದೇಶ. ನಿರ್ಜನ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದರೆ ಮಾತ್ರವೇ ಇಂಥ ಮೌನ ಸಿದ್ಧಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಗತಕಾಲದ ಏಳುಬೀಳುಗಳನ್ನು ನೆನೆಯುತ್ತಾ ಕಳವಳಗೊಳ್ಳುವುದು ಮನಸ್ಸಿನ ಸಹಜ ಸ್ವಭಾವ. ಇಂತಹ ಗೊಂದಲದ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿರುವುದರ ಬದಲು, ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಜನಗಳ ಮಧ್ಯೆಯೇ ಇದ್ದು, ನಾಲಗೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ಅದೇ 'ಸಂಯಮ' ಎನಿಸುವುದು. ಬುದ್ಧಿ ಮನಸ್ಸುಗಳ ವ್ಯಾಪಾರವಿಲ್ಲದ ಶುದ್ಧಧ್ಯಾನದ ಸ್ಥಿತಿಯೇ ಮೌನ. ಇದು ಸಹಜವಾಗಿ ಆಗಬೇಕಾದುದು. ಇಂತಹ ಮೌನವು ಹೊರಗಿನ ವಾಗ್ವೈಖರಿ ಗಿಂತಲೂ ಪ್ರಬಲವಾದ ಶಕ್ತಿಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.

ಮೌನದ ಶಕ್ತಿ

ಮೌನಸಿದ್ಧಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಿರುವ ಮಹಾಗುರುವು ಮೌನವಾಗಿದ್ದರೂ, ಅಷ್ಟರಿಂದಲೇ ಸಾಧಕನಾದ ಶಿಷ್ಯನ ಮನಸ್ಸು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಭಾಷೆಯಾದ ಈ ಮೌನದ ಮೂಲಕವೇ ಶಿಷ್ಯನ ಸಂಶಯಗಳೆಲ್ಲಾ ನಿವಾರಣೆಯಾಗಿ ಅವನಿಗೆ ಶಾಂತಿ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಮೌನವೆಂಬ ಭಾಷೆ ಆತ್ಮಂತ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವುಳ್ಳದ್ದು. ಇದೊಂದು ನಿರರ್ಗಳ ಪ್ರವಾಹವಿದ್ದಂತೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಮಾತಿನ ಶಬ್ದಗಳು ಪ್ರತಿಬಂಧವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಮಹಾತ್ಮರ ಮೌನಸಂದೇಶವು ಹೃದಯದಿಂದ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ನೇರವಾಗಿ ತಲುಪುವ ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧನವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

“ನೇತಿ, ನೇತಿ” ಎನ್ನುತ್ತ ಸಾಗಿದಾಗ ಉಳಿಯುವುದು ಈ ‘ದಿವ್ಯಮೌನ’ವೇ. ಒಮ್ಮೆ ಸೀತಾದೇವಿಯನ್ನು, ಇತರ ಋಷಿವರೇಣ್ಯರೊಡನೆ ನಿಂತಿದ್ದ ಶ್ರೀರಾಮಚಂದ್ರನನ್ನು ನೋಡುವ ತವಕದಿಂದ ಋಷಿಪತ್ನಿಯರೆಲ್ಲರೂ, ಅಲ್ಲಿ ನಿಂತಿದ್ದ ಒಬ್ಬೊಬ್ಬ ತಾಪಸಿಯನ್ನೂ ತೋರಿಸುತ್ತಾ, “ಇವನೇ ನಿನ್ನ ಪತಿ ರಾಮನೇನು?” ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಾ ಹೋದರು. “ಇವನಲ್ಲ” ಎಂದು ಸೀತೆ ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತಾಳೆ. ಕಡೆಗೆ ಶ್ರೀರಾಮನನ್ನು ತೋರಿಸಿ, “ಇವನೇನು?” ಎಂದು ಕೇಳಿದಾಗ, ನಾಚಿದ ಸೀತೆ ದಿವ್ಯಮೌನವನ್ನು ಧರಿಸಿ, ತಲೆಬಾಗುತ್ತಾಳೆ.

ಶಾಸ್ತ್ರಗಳು ಸತ್ಯತತ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುವಾಗ, ‘ನೇತಿ, ನೇತಿ’ “ಇದಲ್ಲ, ಇದಲ್ಲ” ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತವೆ. **ಯತೋ ವಾಚೋ ನಿವರ್ತಂತೇ ಆಪಾಪ್ಯ ಮನಸಾ ಸಹ** - ಯಾವುದನ್ನು ತಲುಪಲು ಹೊರಟು, ಮಾತು ಕೂಡ ಮನಸ್ಸಿನ ಜೊತೆಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿಬರುತ್ತದೆಯೋ ಅದೇ ಬ್ರಹ್ಮ ಎಂದು ಉಪನಿಷತ್ತು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಇದರರ್ಥ ಮಾತು ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನಿಲುಕದ ಸ್ಥಿತಿಯೇ ಬ್ರಹ್ಮ. ಈ ಬಗೆಯ ದರ್ಶನವಾದಾಗ ಸಾಧಕನು ದಿವ್ಯಮೌನಿಯಾಗುತ್ತಾನೆ. ಈ ಮೌನವೆಂಬುದು ಪರಮತತ್ವದ ನೆಲೆ. ಮನಸ್ಸು ತನ್ನ ಮೂಲವಾದ ಆತ್ಮವಸ್ತುವಿನಲ್ಲಿ ಲಯವಾಗಿ,

ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ತನ್ನ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಾಗಿನ ಸ್ಥಿತಿಯೇ ಮೌನ.

ಮೌನಬೋಧೆ

ಶ್ರೀರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, “ಬೋಧೆಯು ವೇದಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ನಿಂತು ಜನರಿಗೆ ಕೂಗಿ ಹೇಳುವುದರಲ್ಲಿದೆಯೇ? ಬೋಧೆಯು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತಿಳಿಯಪಡಿಸುವ ಸರಳ ಮಾರ್ಗ. ಇದು ಮೌನವೊಂದರಿಂದಲೇ ಸಾಧ್ಯ. ಒಂದು ಗಂಟೆಯ ಕಾಲ ಪ್ರವಚನವನ್ನು ಕೇಳಿಯೂ, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಜೀವಮಾನವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂಥ ಯಾವ ವಿಧವಾದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನೂ ಹೊಂದದಿದ್ದರೆ ಅದರಿಂದಾದ ಪ್ರಯೋಜನವೇನು? ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಕೆಲವೇ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಜೀವನರೀತಿಯನ್ನು ತಿದ್ದಿಕೊಂಡು ಸನ್ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಯಾವುದು ಉತ್ತಮ - ಯಾವ ಪ್ರಯೋಜನವೂ ಇಲ್ಲದ ಕಂಠಶೋಷಣೆಯೋ ಅಥವಾ ಮೌನವಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಆತ್ಮಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊರಸೂಸುತ್ತ ಇರುವುದೋ?”

“ಒಂದು ತಂತಿಯಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುಚ್ಛಕ್ತಿಯು ಹರಿಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಅದರ ದಾರಿಗೆ ತಡೆಯೊಡ್ಡಿದಾಗ ಅದು ದೀಪವಾಗಿ ಉರಿಯುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಯಂತ್ರವಾಗಿ ತಿರುಗುತ್ತದೆ. ತಂತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಅದು ವಿದ್ಯುಚ್ಛಕ್ತಿಯಾಗಿಯೇ ಉಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಮೌನವೂ, ಪದ ಶಬ್ದಗಳಿಂದ ತಡೆಹಿಡಿಯಲ್ಪಡದ ಭಾಷೆಯ ಪ್ರವಾಹವೇ ಆಗಿದೆ.” - ಶ್ರೀರಮಣ ಮಹರ್ಷಿ

ಶ್ರೀರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಹೀಗೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: “ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯ ಮೌನವು ಆತ್ಮಂತ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದದ್ದು. ಅನೇಕ ಜನರನ್ನು ತನ್ನೆಡೆಗೆ ಸೆಳೆಯುವಂಥ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಭಾವದ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಅವನು, ಒಂದು ಗುಹೆಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು, ಸಂಪೂರ್ಣ ಮೌನವಹಿಸಿಯೇ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಕಳುಹಿಸುತ್ತಾನೆ.”

ಉಪಸಂಹಾರ

ಮೌನವ್ರತದಿಂದ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ಸಹಾಯವಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಸುಮ್ಮನೆ ಮಾತನಾಡದೆ ಕುಳಿತಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನಸ್ಸು ಹುಚ್ಚೆದ್ದು ಅಲೆಯುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದರಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವೇನು? ಅಣುಮಾತ್ರವೂ ‘ಅಹಂ’ ವೃತ್ತಿಯು ಏಳದಿರುವಂತೆ ಜಾಗೃತೆ ವಹಿಸಬೇಕು. ಬೇರೆ ಯಾವ ಸಂಗತಿಯೂ ಇಲ್ಲದೆ, ಕೇವಲ ಪರಮಾತ್ಮನ ಮೇಲೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಗಮನ ನೀಡಬೇಕು. ಇದೇ ಮೌನವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಜವಾದ ಮೌನ ಎಂದರೆ ಮನಸ್ಸಿನ ನಿಶ್ಚಲತೆ. ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೂ ಮಾತಿಗೆ ಎಳಸದ ಸ್ಥಿರವಾದ ಬುದ್ಧಿ ಮನಸ್ಸುಗಳಿಂದ ಮೌನವ್ರತವನ್ನು ಸಾಧಿಸಬೇಕು.

ಇಂತಹ ದಿವ್ಯವೂ ಭವ್ಯವೂ ಆದ “ಮೌನಸಂದೇಶ” ವನ್ನು ಮನಸಾರೆ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಶ್ರೀಗುರುವಿನ ಕೃಪೆಗೆ ಪಾತ್ರರಾಗೋಣ.

