

ಸಾಂಖ್ಯ ಮನಃಶಾಸ್ತ್ರ

ಇನ್ನು ಸ್ವಾಮೀಜಿ, ಸಾಂಖ್ಯಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ಮನಸ್ಸಿನ ಗ್ರಹಣಕ್ರಿಯೆಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಹೀಗಿದೆ: ಹೊರಗಿನ ವಸ್ತುಗಳ ಅನುಭವದಿಂದ ಉಂಟಾದ ಸಂವೇದನೆಯನ್ನು, ಆಯಾ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಮಿದುಳಿನ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಒಯ್ಯುತ್ತವೆ. ಆ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಆ ಸಂವೇದನೆಯನ್ನು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಒಯ್ಯುತ್ತವೆ. ಮನಸ್ಸು ಅದನ್ನು ಬುದ್ಧಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡುಹೋಗುತ್ತದೆ. ಬುದ್ಧಿಯ ಮೂಲಕ ಚೈತನ್ಯಸ್ವರೂಪನಾದ ಆತ್ಮನು ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆಗ ಮಾತ್ರ ನಮಗೆ ಆ ವಸ್ತುಗಳ ಜ್ಞಾನ ಉಂಟಾಗುವುದು. ಇಲ್ಲಿ ಪುರುಷ ಅಥವಾ ಆತ್ಮವೊಂದೇ ಚೈತನ್ಯವುಳ್ಳದ್ದು. ಮಿಕ್ಕಲ್ಲವೂ ಜಡವಾದುವು. ಆತ್ಮನ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸೆಂಬುದು ಒಂದು ಸಾಧನ. ಅದರಿಂದ ಅವನು ಬಾಹ್ಯ ವಸ್ತುವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಮನಸ್ಸಿಗೆ ತನ್ನ ಅಂತರಂಗವನ್ನು ತಾನೇ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅದ್ಭುತ ಶಕ್ತಿ ಇದೆ. ಆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದೇ ಯೋಗಿಯು ಆಶಿಸುತ್ತಾನೆ. ಮನಸ್ಸು ನೂರಾರು ರೀತಿಯ ಅವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆ ಎಲ್ಲ ವಿಧದ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಬಲ್ಲ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಗ್ರಹಣಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂಬುದೇ ಯೋಗಿಯ ಉದ್ದೇಶ.

ಮೊದಲ ಹಂತಗಳು

ರಾಜಯೋಗದಲ್ಲಿ ಎಂಟು ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳಿವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳೆಂದರೆ, **ಯಮ** ಮತ್ತು **ನಿಯಮ**. ಅವು ನೈತಿಕ ಸಾಧನಗಳು. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಪಳಗದೆ, ಯೋಗವು ಎಂದಿಗೂ ಫಲಕಾರಿಯಾಗದು. ಅಹಿಂಸೆ, ಸತ್ಯ, ಅಸ್ತೇಯ (ಕದಿಯದಿರುವಿಕೆ), ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯ ಮತ್ತು ಅಪರಿಗ್ರಹ (ಸಂಗ್ರಹ ಮಾಡದಿರುವುದು) - ಇವುಗಳನ್ನು 'ಯಮ' ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಶುಚಿ, ತೃಪ್ತಿ, ತಪಸ್ಸು, ಅಧ್ಯಯನ ಮತ್ತು ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಶರಣಾಗುವುದು - ಇವುಗಳನ್ನು 'ನಿಯಮ' ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಅನಂತರದ ಮೆಟ್ಟಿಲು, 'ಆಸನ'. ಶಾರೀರಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಮಾಡಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುವಂತಹ ಶಾರೀರಿಕ ಭಂಗಿಯನ್ನು ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಇದೇ 'ಆಸನ'ದ ಉದ್ದೇಶ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಹಠಯೋಗದಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಯೋಗಾಸನಗಳನ್ನು ಉಪದೇಶಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಪ್ರಾಣ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ

ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವೆಂದರೆ ಕೇವಲ ಉಸಿರಿನ ನಿಗ್ರಹವಲ್ಲ. ಅದು ಒಂದು ಸಾಧನ ಅಷ್ಟೇ. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವೆಂದರೆ, ಪ್ರಾಣದ ನಿಗ್ರಹ. ಪ್ರಾಣವೆಂದರೆ ಏನು? ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರ ಪ್ರಕಾರ, ಪ್ರಾಣವು ವಿಶ್ವಸೃಷ್ಟಿಯ ಹಿಂದಿರುವ ಅನಂತಶಕ್ತಿ. ನಾವು 'ಶಕ್ತಿ' ಅಥವಾ 'ಬಲ' ಎಂದು ಕರೆಯುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಈ ಪ್ರಾಣದಿಂದಲೇ ಜನಿಸುವುದು. ಆಲೋಚನೆಯ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಹಿಡಿದು, ಕೆಳಗಿರುವ ಸ್ಥೂಲವಾದ ಜಡಶಕ್ತಿಯವರೆಗೆ ಇರುವ ಎಲ್ಲ ಶಕ್ತಿರೂಪಗಳೂ ಪ್ರಾಣದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗಳೇ ಎಂದು ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕಕ್ಷೇತ್ರದ ವಿಧವಿಧವಾದ ಎಲ್ಲಾ ಶಕ್ತಿಗಳ ಮೂಲರೂಪಕ್ಕೆ 'ಪ್ರಾಣ' ಎಂದು ಹೆಸರು.

ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ಪ್ರಾಣದ ರೂಪ ಯಾವುದೆಂದರೆ, 'ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳ ಚಲನೆ'. ಪ್ರಾಣವೇ ಈ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳನ್ನು ಚಲಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವೆಂದರೆ, ಉಸಿರಾಡುವುದು ಎಂದರ್ಥವಲ್ಲ, ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳನ್ನು ಚಲಿಸುವ ಮಾಂಸಖಂಡಗಳನ್ನು ಸ್ವಾಧೀನಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: "ನರಗಳ ಮೂಲಕ ಮಾಂಸಖಂಡಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ, ಅಲ್ಲಿಂದ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ, ಅದನ್ನು ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಚಲಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಆ ಶಕ್ತಿಯೇ ಪ್ರಾಣ. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದ ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ನಾವು ಇದನ್ನು ಸ್ವಾಧೀನಕ್ಕೆ ತರಬೇಕಾಗಿದೆ" (ಕೃತಿಶ್ರೇಣಿ, ೨: ೩೩೮).

ಮನಸ್ಸು
ಏಕಾಗ್ರವಾಗಿ
ನಮ್ಮ ಮೇಲೆಯೇ
ಯಾವಾಗ
ಅದು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿತ
ವಾಗುವುದೋ,
ಆಗ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವುದೆಲ್ಲ
ಅದಕ್ಕೆ ಸೇವಕರಾಗುವುವು,
ಯಜಮಾನರಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
ಹಿಂದೂ ಏಕಾಗ್ರ ಮನಸ್ಸನ್ನು
ಅಂತರ್ಮುಖಗೊಳಿಸಿದ.
ನಮಗೆ ಅಗೋಚರವಾದ
ಆತ್ಮಪ್ರಪಂಚದ ಕಡೆ
ತಿರುಗಿಸಿದ. ಇದರಿಂದ
ಯೋಗಶಾಸ್ತ್ರ ಬೆಳೆಯಿತು.

- ಸ್ವಾಮಿ
ವಿವೇಕಾನಂದ

ಹೀಗೆ ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಪ್ರಾಣ ಸ್ವಾಧೀನಕ್ಕೆ ಬಂದ ಮೇಲೆ ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲ ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಪ್ರಾಣವೂ ಸ್ವಾಧೀನಕ್ಕೆ ಬರುವುದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿಯೇ ಜಗತ್ತಿನ ಎಲ್ಲ ವಸ್ತುಗಳ, ಜೀವಿಗಳ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಂದಿನ ಹಂತ. ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರ ಪ್ರಕಾರ, ಪರಿಪೂರ್ಣ ಯೋಗಿಯಾದವನು, ಈ ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಕ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತನ್ನ ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿಯೇ ಅಂಥ ಯೋಗಿಗಳು ಬೇರೆಯವರ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲೂ, ಅದರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಲೂ ಶಕ್ತರಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರತ್ಯಾಹಾರ-ಧಾರಣ-ಧ್ಯಾನ-ಸಮಾಧಿ

ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದ ಮೂಲಕ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ, ಮನಸ್ಸು ಆಯಾ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೇಲೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂಥ ವ್ಯಕ್ತಿಯ 'ಭಾವನೆ' ಮತ್ತು 'ಇಚ್ಛೆ' ಎರಡೂ ಅವನ ವಶದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆ. "ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನೀವೇ ಉಪಯೋಗಿಸಿ ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸುಗಳನ್ನು ನೀವೇ ಸ್ವಾಧೀನಕ್ಕೆ ತಂದುಕೊಳ್ಳಿ" ಎಂದು ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಕರೆಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಅದರ ವಿಧಾನಗಳೇ **ಪ್ರತ್ಯಾಹಾರ** ಮತ್ತು **ಧಾರಣ**. ಪ್ರತ್ಯಾಹಾರವೆಂದರೆ, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಏಕಾಗ್ರಗೊಳಿಸಿ, ಹೊರಕ್ಕೆ ಹರಿಯುವ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತಡೆಯುವುದು. ಧಾರಣವೆಂದರೆ, ಶರೀರದ ಬೇರೆ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು, ಕೆಲವು ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವೇ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವುದು. ಪ್ರತ್ಯಾಹಾರ ಮತ್ತು ಧಾರಣಗಳ ಅಭ್ಯಾಸದ ಮೂಲಕ, ಯಾವುದೇ ಆಂತರಿಕ ಅಥವಾ ಬಾಹ್ಯ ವಸ್ತುವಿನ ಮೇಲೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಬರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಮನಸ್ಸಿಗೆ 'ಆ ವಸ್ತುವಿನೆಡೆಗೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಹರಿಯುವ ಒಂದು ಶಕ್ತಿ' ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನೇ **ಧ್ಯಾನ** ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಈ ಏಕಾಗ್ರಸ್ಥಿತಿಯು ಇನ್ನೂ ಗಾಢವಾದರೆ, ಬಾಹ್ಯ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಗ್ರಹಣವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತ್ಯಜಿಸುವಷ್ಟು ತೀವ್ರವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಧ್ಯೇಯವಸ್ತುವಿನ ಪರಿಭಾವನೆಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ತಲ್ಲೀನವಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ **ಸಮಾಧಿ** ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಧ್ಯಾನದ ಅವಶ್ಯಕತೆ

ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರ ಪ್ರಕಾರ ಈ ಧ್ಯಾನಸ್ಥಿತಿಯೇ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪಡೆಯಬಹುದಾದ ಪರಮಾವಸ್ಥೆ. ಈ ಧ್ಯಾನಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ, ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿದ್ದುಕೊಂಡು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ನಮಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದು ಮಾತ್ರವೇ ನಿಜವಾದ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಮತ್ತು ಸುಖವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇಂಥ ಧ್ಯಾನಸ್ಥಿತಿಗೆ ಏರಿದ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಜಗತ್ತು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸುಂದರವಾಗಿ ಕಾಣುವುದು.

ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ ಸಿದ್ಧತೆಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೆ ಮನಸ್ಸು ದೃಢವಾಗಿ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಒಳಪಡುತ್ತದೆ. ಅನಂತರ ಅದನ್ನು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಬೇಕು. ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸದ ಮೂಲಕ ಮನಸ್ಸಿನ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿರೋಧಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಬರುತ್ತದೆ. ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: "(ಅಂಥ ಯೋಗಿಯು) ಆತ್ಮ ಪೂರ್ಣ ಸ್ವಯಂಪ್ರಕಾಶವಾಗಿ ಬೆಳಗುವುದು. ಜ್ಞಾನಮಯವೂ, ಅಮೃತಮಯವೂ, ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿಯೂ ಆದ ಸ್ವಭಾವದ ಅರಿವಾಗುವುದು."

ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸದ ಮಹತ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಹೀಗೆ ಬೆಳಕು ಚೆಲ್ಲುತ್ತಾರೆ: "ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಧ್ಯಾನವೇ ಅತ್ಯಂತ ಅವಶ್ಯವಾಗಿ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ. ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದೇ ಈ ಧ್ಯಾನ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಮೀಪವಾದುದೇ ಈ ಧ್ಯಾನ. ಧ್ಯಾನಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ಮನಸ್ಸು ಮಾತ್ರವೇ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಕುರಿತು ಚಿಂತಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆತ್ಮ ತನ್ನನ್ನು ತಾನೇ ಕುರಿತು ಚಿಂತಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗ ಎಲ್ಲ ಬಾಹ್ಯ ಉಪಾಧಿಗಳಿಂದಲೂ ಪಾರಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮನ ಅತಿ ಪವಿತ್ರವಾದ ಅಮೃತಸ್ವರೂಪವೇ ಇದು."

ಹೀಗೆ ಸ್ವಾಮೀಜಿ ತಮ್ಮ 'ರಾಜಯೋಗ'ದ ಬೋಧನೆಯ ಮೂಲಕ, ಧರ್ಮದ ನೈಜ ಅನುಷ್ಠಾನಮಾರ್ಗವನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಆ ಮೂಲಕ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನಲ್ಲಿಯೂ ಅಡಗಿರುವ ದಿವ್ಯತೆಯನ್ನು ಸಾಕಾರಗೊಳಿಸುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಉಪದೇಶಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಜ್ಞಾನಯೋಗದ ತತ್ತ್ವವಿಚಾರ

ಜ್ಞಾನಯೋಗವೆಂದರೇನು?

ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲಿ ವಿಚಾರಶಕ್ತಿ ತನ್ನ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದು. ಮೊದಲು ಅವನು ತನ್ನಿಂದ ಹೊರಗೆ ಇರುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಯತ್ನಿಸುವನು. ಈ ಪ್ರಪಂಚ ಹೇಗೆ ಆಗಿದೆ, ಇದರ ಹಿಂದೆ ಯಾವ ಯಾವ ನಿಯಮಗಳಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿಯುತ್ತಾ ಹೋಗುವನು. ಈ ಅನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಗೊತ್ತಿರುವ ಜ್ಞಾನವೆಲ್ಲ ಇರುವುದು. ಕೀಟವೊಂದು ನೆಲವನ್ನು ಕೊರೆಯುತ್ತ ಹೋಗುವುದು. ಅದು ಕೊರೆದುಕೊಂಡು ಮುಂದೆ ಮುಂದೆ ಹೋದಂತೆಲ್ಲ ಹಿಂದೆ ಹಿಂದೆ ಕೊರೆದ ನುಣ್ಣಿನೆಯ ಮಣ್ಣನ್ನು ತಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದು. ನಾವು ಯಾವುದನ್ನು ಜ್ಞಾನವೆನ್ನುವೆವೋ, ಇದೆಲ್ಲ ಆ ಬುದ್ಧಿ ಎಂಬ ಕೀಟ ಹೊರಗೆ ಎಸೆದ ನುಣ್ಣಿನೆಯ ಮಣ್ಣು. ಇದರಿಂದ ಹೊರಗಿರುವ ಪ್ರಪಂಚವೇನು ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುವುದು.

ಆದರೆ ಈ ಕೆಲಸ ಯಾವುದು, ಇದರ ಸ್ವಭಾವವೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ, ನಮ್ಮ ಆತ್ಮವನ್ನೇ ವಿವೇಚನೆ ಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಯಾವಾಗ ನಮ್ಮ ನೈಜ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಅರಿಯುತ್ತೇವೆಯೋ, ಆಗಲೇ ಈ ಜಗದ ರಹಸ್ಯವೆಲ್ಲವೂ ಗೊತ್ತಾಗುವುದು. ಜಗದ ರಹಸ್ಯಕ್ಕೆ ಕೀಲಿಕೈ ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲೇ ಇದೆ. 'ಜ್ಞಾನಯೋಗ' ಎಂದರೆ ಈ ಆತ್ಮವಿವೇಚನೆಯ ಹಾದಿಯೇ ಆಗಿದೆ.

ಮಾಯೆ ಎಂದರೇನು?

ವೇದಾಂತ ಸಿದ್ಧಾಂತದ ಪ್ರಕಾರ ಇರುವುದು ಒಂದೇ. ಅದೇ ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿರುವಾಗ ಹಲವದರಂತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಯಾವಾಗ ಒಬ್ಬನು ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಪಾರಾಗುವನೋ ಆಗ ಅವನು ಒಂದನ್ನೇ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ಅವನಿಗೆ, ತನ್ನ ಒಳಗೆ ಮತ್ತು ಹೊರಗೆಲ್ಲ



ವಿವೇಕಾನಂದರ ಜ್ಞಾನಯೋಗ ಪ್ರವಚನಗಳು ಅನುಪಮವಾದುವು. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಬ್ರಹ್ಮ, ಈಶ್ವರ, ಮಾಯೆ, ಆತ್ಮ- ಈ ಕ್ಲಿಷ್ಟ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಅವರು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಆಧುನಿಕ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ; ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ನಿಲುವುಗಳ ಮೇಲೆ ವೈಚಾರಿಕ ಬೆಳಕನ್ನು ಚೆಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ. ಇದನ್ನು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಸರಳ ಹಾಗೂ ವಿಶಿಷ್ಟ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿರುವ ಸ್ವಾಮಿ ಸೋಮನಾಥಾನಂದಜಿ ಅವರು ಬಹಳ ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಮೈಸೂರಿನ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಆಶ್ರಮದ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿದ್ದರು. ಇವರು ರಾಮಕೃಷ್ಣ ವಿವೇಕಾನಂದ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ವಿಪುಲವಾಗಿ ಬರೆದು ಪರಿಚಯಿಸಿದ ಮಹನೀಯರು.

ಅಖಂಡ ಬ್ರಹ್ಮವೊಂದೇ ಸತ್ಯವಾಗಿ ತೋರುವುದು. ಈ ಒಂದು ಹಲವದರಂತೆ ಕಾಣುವುದಕ್ಕೆ ಹಲವು ವಿವರಣೆಗಳನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಅಜಾತವಾದಿಗಳು, "ಅದು ಹಲವು ಆಗೇ ಇಲ್ಲ" ಎನ್ನುವರು; "ಆಗಿದೆ ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಆಯಿತು ಎಂದು ಕೇಳುವುದೇ ಹಾಸ್ಯಾಸ್ಪದ" ಎನ್ನುವರು. ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ನಿಲುವು ಸ್ವಲ್ಪ ಬೇರೆಯದು. ಅದು ಶಂಕರಾಚಾರ್ಯರ ನಿಲುವನ್ನೇ ಅನುಸರಿಸುವುದು. ಆತ್ಮಂತಿಕವಾಗಿ ನೋಡಿದರೆ ಒಂದು ಹಲವು ಆಗಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಸಾಪೇಕ್ಷವಾಗಿ ನೋಡಿದರೆ ಹಾಗೆ ಆದಂತೆ

ತೋರುತ್ತದೆ.

‘ಆದಂತೆ ತೋರುತ್ತಿದೆ’ ಎಂಬುದಕ್ಕೂ, ‘ಆಗಿದೆ’ ಎಂಬ ನಿಲುವಿಗೂ ದೊಡ್ಡ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ. ಆದಂತೆ ತೋರುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು. ಅಖಂಡ ಬ್ರಹ್ಮ ಯಾವಾಗ ದೇಶಕಾಲನಿಮಿತ್ತಗಳ ತೆರೆಯ ಮೂಲಕ ತೋರಿಬರುವುದೋ, ಆಗ ಅದು **ಜೀವ, ಜಗತ್ತು, ಈಶ್ವರ** ಎಂದು ಮೂರಾಗಿ ಕವಲೊಡೆಯುವುದು. ಇದು ಒಂದು ತ್ರಿಕೋನದ ಗಾಜು ಇದ್ದ ಹಾಗೆ. ಒಂದು ಬಿಳಿ ಬೆಳಕು ಯಾವಾಗ ತ್ರಿಕೋನದ ಗಾಜಿನ ಮೂಲಕ ಬರುವುದೋ, ಆಗ ಅದು ಏಳು ಬಣ್ಣಗಳಂತೆ ಕವಲೊಡೆಯುವುದು. ಈಗ ಒಂದಾಗಿ ಕಾಣುವ ಬಿಳಿಯ ಬಣ್ಣ ಸತ್ಯವೋ, ಹಲವು ಬಣ್ಣಗಳಿರುವುದು ಸತ್ಯವೋ, ಒಂದೇ ಸತ್ಯ ಹೇಗೆ ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿ ಹಲವಾಗಿ ಇರುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯ - ಎಂಬುದನ್ನು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಊಹಿಸಲಾರದು. ಆದರೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಯುಕ್ತಿಗೆ ನಿಲುಕದುದೂ ಸತ್ಯವಾಗಿ ತೋರುವುದು. ಯಾವುದನ್ನು ‘ಮಾಯೆ’ ಎನ್ನುತ್ತಾರೋ, ಅದನ್ನೇ ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ‘ದೇಶ-ಕಾಲ-ನಿಮಿತ್ತ’ ಎಂದು ಹೇಳುವರು. ಯಾವಾಗ ಪರಬ್ರಹ್ಮನನ್ನು ದೇಶ ಕಾಲ ನಿಮಿತ್ತಗಳ ಮೂಲಕ ನೋಡುವೆವೋ, ಆಗ ಅವನು ಪರಮೇಶ್ವರನಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ಪರಮೇಶ್ವರ ಎಂಬುದು ತ್ರಿಕೋನದ ಒಂದು ಮೂಲೆಯಂತೆ. ಯಾವಾಗ ಒಂದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವೆವೋ ಆಗ ಉಳಿದ ಎರಡು ಭಾಗಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕು. ಪರಮೇಶ್ವರನಿಗೆ ಆಳುವುದಕ್ಕೆ ಜೀವಿಗಳಿರಬೇಕು, ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ಇರುವುದಕ್ಕೆ ಜಗತ್ತು ಇರಬೇಕು, ಇವು ಮೂರೂ ಈಗ, ಎಂದರೆ ಮಾಯೆಯ ಒಳಗೆ ಇರುವಾಗ, ಸತ್ಯದಂತೆ ಕಾಣುತ್ತವೆ.

ಮಾಯೆ ಹೇಗೆ ಬಂತು, ಏತಕ್ಕೆ ಇದೆ ಎಂದು ನಾವು ಎಷ್ಟು ತಲೆ ಚೆಚ್ಚಿಕೊಂಡರೂ, ಮಾಯೆಯ ಒಳಗೆ ಇರುವವರೆಗೆ ಅದನ್ನು ವಿವರಿಸಲಾರೆವು. ಇದು ಅನಾದಿ. ಅಂತೂ ಅದು ಈಗ ಇರುವಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿದೆ. ನಾವು ಯಾವಾಗ ಮಾಯೆಯನ್ನು ದಾಟುವೆವೋ, ಆಗ ಆ ಪ್ರಶ್ನೆಯೇ ಉಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಹೇಗಿದೆ ಎಂದರೆ, ಒಂದು ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ನಾವು ಇರುವೆವು. ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾವುದೋ ಪಿಶಾಚಿ ಪೀಡಿಸುತ್ತಿದೆ. ಇದು ನನ್ನನ್ನೇಕೆ ಪೀಡಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಹಾಗೆಯೇ ಕನಸು ಜಾರುವುದು. ಅದರೊಡನೆ ಆ ಪ್ರಶ್ನೆಯೂ ಮಾಯವಾಗುವುದು. ನಾನು ನೋಡುವ ಜಗತ್ತಿನ ಒಂದು ವಿವರಣೆ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ. ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ನಾನು ನಿಜ, ನಾನು ನೋಡುತ್ತಿರುವ ಜಗತ್ತು ನಿಜ. ಅದು ನನ್ನಿಂದ ಹೊರಗೆ ಇದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಆದರೆ ಕನಸು ಹೋದರೆ ನಾನೊಬ್ಬನೆ ನಿಜ. ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ನಾನು ಏನೇನು ನೋಡಿ

ದನೋ ಅದೆಲ್ಲ ನನ್ನ ತಯಾರಿಕೆ. ಅಲ್ಲಿ ನೋಡುವ ಕಲ್ಪ, ಮನುಷ್ಯ, ಮೃಗ ಎಲ್ಲದರ ಹಿಂದೆಯೂ ನನ್ನ ಚೈತನ್ಯವೇ ಇದೆ. ಇದು ಎದ್ದ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರ ಗೊತ್ತಾಗುವುದು.

ಮಾಯೆಯ ಪರಿಣಾಮ

ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರ ಜ್ಞಾನಯೋಗದ ನಿಲುವು ಇದು. ಈಗ ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಹೊರಗೆ ಇರುವ ಜಗತ್ತು ನಿಜವಾಗಿರುವಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿದೆ. ಆದರೆ ಇದು ಎಂದೆಂದಿಗೂ ನಿಜವಲ್ಲ. ನಾವು ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಮಾಯೆಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತೇವೆಯೋ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನಾವು ನೋಡುವ ಜಗತ್ತು ಸತ್ಯ. ಈ ಜಗತ್ತನ್ನೇ ಒಂದು ವಿಶ್ವಚೈತನ್ಯ ಆಳುತ್ತಿದೆ. ಅದು ಎಲ್ಲದರಲ್ಲಿಯೂ ಹಾಸುಹೊಕ್ಕಾಗಿದೆ. ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಬೇರೆ ಅಲ್ಲ, ವಿಶ್ವಚೈತನ್ಯ ಬೇರೆ ಅಲ್ಲ. ಪರಬ್ರಹ್ಮ ನನ್ನೇ ನಾವು ಯಾವಾಗ ಸಾಪೇಕ್ಷ ಪ್ರಪಂಚದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೋಡುತ್ತೇವೆಯೋ, ಅವನು ಪರಮೇಶ್ವರನಾಗಿ ಕಾಣುವನು. ಎರಡಲ್ಲ ಇರುವುದು, ಒಂದೇ ಒಂದು ಅನಂತಸಾಗರ. ಇದೇ ಅಖಂಡ ಬ್ರಹ್ಮ ಮತ್ತೊಂದು ಇದರಿಂದ ಮೇಲೆದ್ದು ಬಂದು, ತೇಲುತ್ತಿರುವ ದೊಡ್ಡ ಹಿಮಪರ್ವತ. ಒಂದ ರಿಂದಲೇ ಮತ್ತೊಂದು ಆಗಿರುವುದು. ಹಿಮಪರ್ವತ ಕೂಡ ಸೂರ್ಯಕಾಂತಿ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದರೆ ಕರಗಿ ಹೋಗುವುದು.

ಮಾಯೆಯಲ್ಲಿ ಎಂದರೆ, ದೇಶ ಕಾಲ ನಿಮಿತ್ತದ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಇರುವಾಗ ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ವಿಕಾಸ ವನ್ನು ಒಪ್ಪುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಈ ವಿಕಾಸ ಜೀವಿಯಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತಿರುವ ವಿಕಾಸವಲ್ಲ. ಜೀವಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಉಪಾಧಿಯಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತಿರುವ ವಿಕಾಸ.

ನಾವು ಸಣ್ಣ ಒಂದು ರಂಧ್ರದ ಮೂಲಕ ನೋಡುತ್ತಿರುವೆವು. ಆಗ ಒಂದು ದೃಶ್ಯ ನಮಗೆ ಅಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಾಣುವುದು. ಯಾವಾಗ ರಂಧ್ರ ದೊಡ್ಡದಾಗುತ್ತ ಬರುವುದೋ, ಆಗ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ವಿವರಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿ, ಇಂದ್ರಿಯ, ಅಹಂಕಾರಾದಿಗಳೆಲ್ಲ ಮಧ್ಯ ವರ್ತಿ. ಆತ್ಮನಿಗೆ ವಿಕಾಸವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಉಪಾಧಿಗಳು ವಿಕಾಸವಾಗುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರೂ ಪರಬ್ರಹ್ಮನೇ ಇರುವನು. ಈಗ ಅವನನ್ನು ಉಪಾಧಿಗಳು ಕಾಣದಂತೆ ಮಾಡಿವೆ. ಯಾವಾಗ ಉಪಾಧಿಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುತ್ತೇವೆಯೋ ಆಗ ನಮ್ಮ ಸಹಜ ಸ್ವಭಾವ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುವುದು.

ಜ್ಞಾನವು ಸಗುಣ ದೇವರನ್ನು ಧ್ವಂಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನನ್ನು ಮತ್ತೂ ಭದ್ರವಾದ ಸಿಂಹಾಸನದ ಮೇಲೆ ಕುಳ್ಳಿರಿಸುವುದು. ನಾವು ಯಾರನ್ನು ಸಗುಣಬ್ರಹ್ಮ ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದೆವೋ ಅವನೇ ದೇಶ ಕಾಲ ನಿಮಿತ್ತದ ಕನ್ನಡಿ ಮೂಲಕ ಕಂಡ ನಿರ್ಗುಣಬ್ರಹ್ಮ ಎನ್ನುವುದು.