

ಮಣಿಕರ್ಣಿಕಾ ಘಾಟಿನ ಶೃಶಾನದಲ್ಲಿ ಜಪಮಾಡಿದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದೆಂದು ಸ್ವಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದೆ ದಿನವೂ ಸಂಜೆ ನಾಲ್ಕು ಗಂಟೆಗೆ ಮಣಿಕರ್ಣಿಕಾ ಘಾಟಿಗೆ ಹೋಗಿ ಜಪ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಜಪ ಧ್ಯಾನ ಪೂಜೆಗಳಲ್ಲೇ ಇಡೀ ದಿನ ಕಳೆದುಹೋಗುತ್ತಿತ್ತು. ಇನ್ನೆಲ್ಲೂ ಹೋಗಲು ಇಚ್ಛೆಯಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ೧೯೩೪ ರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮದೇ ಆದ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಮನೆ ಕಟ್ಟಿ ಕೊಂಡೆವು. ಪ್ರಥುಲ್ಲಾ ಕುಮಿಲ್ಲಾದಿಂದ ಬಂದವರು, “ನಾನೂ ಕಾಶಿಯಲ್ಲೇ ಇದ್ದುಬಿಡುತ್ತೇನೆ. ನಮ್ಮಿಬ್ಬರ ಬಳಿ ಇರುವ ಹಣ ದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಮನೆ ಮಾಡೋಣ. ಇನ್ನೆಷ್ಟು ದಿನ ಬಾಡಿಗೆಯ ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವುದು” ಎಂದರು. ನಾನು ಅವರಿವರ ಮನೆ ಗಳಿಗೆ ರೋಗಿಗಳ ಸೇವೆಗೆಂದು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಆ ಮನೆಯವರು ಕೊಟ್ಟ ಹಣವನ್ನು, ಶರತ್ ಮಹಾರಾಜ್ ನನ್ನ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ತೆಗೆದಿಟ್ಟರು.

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಶತಮಾನೋತ್ಸವಕ್ಕೆಂದು ಕೊಲ್ಕತಾಗೆ ಬಂದಿದ್ದೆ. ಸ್ಕೂಲಿನಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿದ್ದವು. ೧೯೪೯ ರಲ್ಲಿ ಆಧುನಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಪಡೆದ ಕೆಲವು ಯುವತಿಯರು ಸ್ಕೂಲಿಗೆ ಬಂದಿರುವುದಾಗಿ ಕೇಳಿತಿಳಿದೆ. ೧೯೫೪ ರ ಏಪ್ರಿಲ್ ನಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮಾತೆಯ ಶತಮಾನೋತ್ಸವ ಜಯಂತಿಗೆಂದು ಜಯರಾಂಬಾಟಿಗೆ ಹೋದೆ. ‘ಶ್ರೀಶಾರದಾಮಠ’ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾಗಲಿದೆ ಎಂಬ ಸುದ್ದಿ ಅವರಿವರಿಂದ ಕಿವಿಗೆ ಬೀಳುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ ನಾನೇ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆಂಬ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಸುಳಿವೂ ನನಗೆ ಸಿಕ್ಕಿರಲಿಲ್ಲ. ಆಗಿನ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಮಠದ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ಸ್ವಾಮಿ ಶಂಕರಾನಂದಜಿ ಅವರು ಜಯರಾಂಬಾಟಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದರು. ನಾವೆಲ್ಲ ತರಕಾರಿ ಹಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಅವರ ಸೇವಕ ಅಮಲ್ ಬಂದು, “ಮಹಾರಾಜ್ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕರೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ” ಎಂದು ನನ್ನನ್ನು ಕರೆದ. ನಾನು ಹೋದಾಗ, ಶಂಕರಾನಂದಜಿ ಕೋಣೆಯ ಒಳಗೆ ಬರುವಂತೆ ಕರೆದು ಹೇಳಿದರು, “ಶಾರದಾ ಮಠ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾದರೆ ನೀನು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಿ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.” ನಾನು ತಟ್ಟನೆ ಉತ್ತರವಿತ್ತೆ, “ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ!” ಶಂಕರಾನಂದರೆಂದರು, “ನನ್ನಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದ್ದರೆ ನಿನ್ನಿಂದಲೂ ಈ ಕೆಲಸ ನಡೆಯಲೇಬೇಕು. ಶ್ರೀಮಾತೆಯ ಮೇಲೆ ನಿರ್ಭರಳಾಗಿ ಇದ್ದರೆ ಸಾಕು, ಎಲ್ಲಾ ಆಗಿಹೋಗುತ್ತದೆ. ನೀನು ಶ್ರೀಮಾತೆಯ ಜೊತೆ ಹೇಗಿದ್ದೆಯೋ ಅದೇ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಅಲ್ಲಿ ಬರುವವರಿಗೂ ಕೊಡು. ಸಮಯ ಬಂದಾಗ ನಾನು ನಿನಗೆ ಬರೆಯುತ್ತೇನೆ. ಆಗ ಹೊರಟು ಬಾ.” ಇನ್ನು ಮುಂದಿನ ಘಟನೆಗಳು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದೇ ಇವೆ. *



ಪರಮಪೂಜ್ಯ ಭಾರತೀಪ್ರಾಣಾ ಮಾತಾಜಿ

೧೯೫೧ರಲ್ಲಿ ಗಂಗೆಯ ಪೂರ್ವದಡದಲ್ಲಿರುವ ದಕ್ಷಿಣೇಶ್ವರದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಜಮೀನನ್ನು ಬೇಲೂರು ಮಠದ ವತಿಯಿಂದ ಕೊಳ್ಳಲಾಯಿತು. ಸ್ವಾಮಿ ಶಂಕರಾ ನಂದರ ಪತ್ರ ಸಿಕ್ಕೊಡನೇ, ೧೯೫೪ರ ಜುಲೈ ೭ ರಂದು, ತಮ್ಮ ೨೭ ವರ್ಷಗಳ ಕಾಶಿಯ ಜೀವನವನ್ನು ಕೊನೆ ಗೊಳಿಸಿ, ಸರಳಾದೇವಿ ಕಾಶಿಯಿಂದ ನಿವೇದಿತಾ ಸ್ಕೂಲಿಗೆ ಬಂದರು. ಮರುದಿನವೇ ಬೇಲೂರುಮಠಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಸ್ವಾಮಿ ಶಂಕರಾನಂದರು ಹಾಗೂ ಮತ್ತಿತರ ಹಿರಿಯ ಸಂನ್ಯಾಸಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಶಾರದಾಮಠದ ಸ್ಥಾಪನೆ ವಿಚಾರವಾಗಿ ಮಾತುಕತೆಗಳನ್ನಾಡಿದರು. ೧೯೫೪ರ ಡಿಸೆಂಬರ್ ೨೧ರಂದು ದಕ್ಷಿಣೇಶ್ವರದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಶಾರದಾ ಮಠದ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪನೆಯಾಯಿತು. ಸಿಸ್ಟರ್ ನಿವೇದಿತಾ ಗರ್ಲ್ಸ್ ರ ಮಾರ್ಚ್ ೧೨ರಂದು ಮಿಸ್ ಮ್ಯಾಕ್ ಲೌಡ್‌ಗೆ ಬರೆದ ಪತ್ರದ ಒಂದು ಭಾಗವನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕು: “Then Swami ... pointed up the river in the direction of Dakshineswar and said he had begun to take steps towards a permanent home for the Mother. . .” (“ಅನಂತರ ಸ್ವಾಮಿ ನಿವೇಕಾನಂದರು ದಕ್ಷಿಣೇಶ್ವರದ ದಿಕ್ಕಿನೆಡೆಗೆ ಕೈದೋರುತ್ತ, ‘ನಾನು ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರಿ ಗಾಗಿ ಶಾಶ್ವತ ಗೃಹವೊಂದನ್ನು ನಿರ್ಮಾಣ ಮಾಡಲು ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ’ ಎಂದರು.”)

ಪೂಜ್ಯ ಭಾರತೀಪ್ರಾಣಾ ಮಾತಾಜಿ ಈ ಮಠದ ಪ್ರಥಮ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿ ನಿಯುಕ್ತರಾದರು. *

ಗುರುವಿನೊಡನೆ ದೇವರಡಿಗೆ

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಭಾಷಣೆ

ಸ್ವಾಮಿ ಭೂತೇಶಾನಂದ



ಪ್ರಶ್ನೆ: ಸ್ವಾಮೀಜಿ, ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು, “ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ನಾರದೀಯ ಭಕ್ತಿ” - ಅಂದರೆ ಭಗವನ್ನಾಮ ಸಂಕೀರ್ತನೆ, ಪೂಜೆ ಮುಂತಾದುವುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಪ್ರೇಮ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ” ಎಂದು. ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, “ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಧರಣಿ ಇಳಿದು ಬಂದಾಗಿನಿಂದ ಸತ್ಯಯುಗದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಾಣತೊಡಗಿವೆ” ಎಂದು. ಹಾಗಾದರೆ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಯುಗವು ಸತ್ಯ ಯುಗವೋ ಅಥವಾ ಕಲಿಯುಗವೋ - ಈ ಗೊಂದಲವನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಸ್ವಲ್ಪ ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳಿ.

ಸ್ವಾಮೀಜಿ: ನೋಡು, “ಯಾವ ಯುಗ?” ಎನ್ನುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರ ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನ ಅವಸ್ಥೆಯ ಮೇಲೆ ನಿಂತಿದೆ. ಸಮಯ, ಕಾಲ ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ; ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನ ಅವಸ್ಥೆಯೇ ಮುಖ್ಯ. ಸತ್ಯಯುಗದಲ್ಲೂ ಅಸತ್ಯವಿತ್ತು; ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲೂ ಇದೆ. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, “ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ನಾರದೀಯ ಭಕ್ತಿ” ಎಂದು. ನಾರದೀಯ ಭಕ್ತಿ ಎಂದರೆ ನಿರಂತರವಾದ ಕಾಮನಾರಹಿತ ಭಕ್ತಿ ಎಂದರ್ಥ. ಈ ಭಕ್ತಿಯು, ಭಗವಂತನ ಮೇಲಿನ ತನ್ನ ಪ್ರೀತಿಗೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಏನನ್ನೂ ಬೇಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಭಕ್ತ ತನ್ನದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿರುತ್ತಾನೆ. ಹೀಗೆ ಉಂಟಾದ ಭಗವಂತನ ಬಗೆಗಿನ ಪ್ರೀತಿ ಮಾತ್ರ ಅವನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಭಾಗವತದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದೆ, ಕೃತಾದಿಷು ಪ್ರಜಾ ರಾಜನ್ ಕಲಾವಿಚ್ಯಂತಿ ಸಂಭವಮ್ | ಕಲೌ ಖಿಲು ಭವಿಷ್ಯಂತಿ ನಾರಾಯಣ-ಪರಾಯಣಾಃ || (೧೧-೫-೩೮) - “ಸತ್ಯಯುಗದಲ್ಲಿ ಜನ್ಮವೆತ್ತಿದ ಬಹುತೇಕ ಜನರು ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲೂ ಜನ್ಮವೆತ್ತಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ, ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಅವರು ಸುಲಭವಾಗಿ ಭಗವಂತನ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.” ಅಂತಹ ಭಕ್ತಿಯ ಸಹಾಯದಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾವು ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಭಾವವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದಾದರೆ, ಆಗ ಕಲಿಯುಗ ಮತ್ತು ಸತ್ಯಯುಗ - ಈ ಎರಡರ ಮಧ್ಯೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಾರದು. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ವಿವಿಧ ಭಕ್ತಿಗೆ ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಬಗೆಯ ಉಪದೇಶ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಸತ್ಯಯುಗದಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನಯೋಗ, ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿಯೋಗ ಅಥವಾ ತ್ರೇತಾಯುಗದಲ್ಲಿ ಕರ್ಮಯೋಗ ಎಂಬ ಯಾವುದೇ ನಿಯಮ ನಿಬಂಧನೆಗಳಿಲ್ಲ. ಯುಗದ ವಿಷಯ ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರಧಾನವಲ್ಲ; ಮನೋಭಾವದ ವಿಷಯವೇ ಮುಖ್ಯ. ಹಾಗಾಗಿ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಂದೇ ತರದ ನಿಯಮವನ್ನು ಬೋಧಿಸಿಲ್ಲ; ಅವರವರ ಯೋಗ್ಯತೆಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಉಪದೇಶ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು.

ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರು ಕೂಡ ಅಧಿಕಾರಭೇದವನ್ನರಿತು, ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಉಪದೇಶಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಒಬ್ಬನಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು, “ಮಗೂ, ಮದುವೆ ಆಗಬೇಡ” ಎಂದು. ಇನ್ನೊಬ್ಬನಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು, “ಹೌದು ಮಗೂ, ಮದುವೆ ಮಾಡಿಕೊ, ನಿಸರ್ಗದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ಚೋಡಿಚೋಡಿಯಾಗಿಯೇ ಇದೆಯಲ್ಲವೇ?” ಎಂದು. ಇಲ್ಲಿ ಕಾಣುವುದು ‘ಯುಗಭೇದ’ವಲ್ಲ, ‘ಅಧಿಕಾರಭೇದ’. ಒಂದೇ ಯುಗದಲ್ಲಿ ತ್ರೇತಾಯುಗದ ಜನರೂ ಇರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಕಲಿಯುಗದ ಜನರೂ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಭಾಗವತದಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿಯ ಮಹಾತ್ಮೆಯೂ ಇದೆ; ಪುನಃ ಅದರಲ್ಲೇ ಅಧಿಕಾರಭೇದದ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಹೇಳಿದೆ. ಒಬ್ಬರ ಗುರಿ ‘ಜ್ಞಾನಯೋಗ’ವಾದರೆ, ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಗುರಿ ‘ಕರ್ಮಯೋಗ’, ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ಗುರಿ ‘ಭಕ್ತಿಯೋಗ’. ಆದುದರಿಂದ, ನಾವು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಯುಗಕ್ಕಾಗಿ ಜನ್ಮವೆತ್ತಿ ಬಂದಿಲ್ಲ.

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹುಟ್ಟಿದ ಮೇಲೆ ಸತ್ಯಯುಗ ಆರಂಭವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಹೇಳುವ ಅರ್ಥವೇ ಬೇರೆ. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ತಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಈ ಲೋಕದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದ ಹಾದಿಯನ್ನು ಸುಗಮ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟು ಹೋಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಹಾಕಿಕೊಟ್ಟ ದಾರಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ; ಅಂತಹವರ ಬೌದ್ಧಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಅವಸ್ಥೆಯೂ ಉಚ್ಚ ನೆಲೆಗೆ ಸಾಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಅದೇನೇ ಇರಲಿ, ಪುರಾಣಕಾಲದ ಯುಗವಿಭಾಗ ಈಗ ನಡೆಯದು. ಹೀಗಾಗಿ ಜನರ ಮಾನಸಿಕ ಅವಸ್ಥೆಯನ್ನು ನೋಡಿಯೇ ಯುಗವಿಭಾಗವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಸತ್ಯಯುಗದಲ್ಲಿಯೂ ಅನೇಕ ಜನರ ಮಾನಸಿಕಸ್ಥಿತಿ ನೀಚಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇತ್ತು ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಉದಾಹರಣೆಗಳಿವೆ. ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಸತ್ಯಯುಗ ಆರಂಭವಾಗಿದೆ ಎಂದು. ಸತ್ಯಯುಗವು ಜ್ಞಾನಪ್ರಧಾನವಾದದ್ದು. ಹಾಗಾದರೆ ಅವರು ಕರ್ಮ ಮಾಡಲು ಏಕೆ ಉಪದೇಶಿಸುತ್ತಾರೆ? ಇದು ವಿರೋಧಾಭಾಸ ತಾನೆ? ಆದರೆ ಇದರಲ್ಲಿ ಯಾವ ವೈರುಧ್ಯವೂ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಒಬ್ಬನ ಮಾನಸಿಕ ಭಾವ ಯಾವ ತೆರನಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಯಾರು ತಾನೇ ಹೇಳಬಲ್ಲರು ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಇಲ್ಲಿ ಮೂಡಬಹುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರ, ನಿರಪೇಕ್ಷಭಾವದಿಂದ ನೀನು ವಿಚಾರ ಮಾಡಿದರೆ ಅದನ್ನು

ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸೇ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ಪಕ್ಷಪಾತವಿಲ್ಲದೆ ವಿಚಾರಮಾಡಿದರೆ, ನೀನು ಯಾವ ಯುಗದಲ್ಲಿದ್ದೀಯೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸೇ ನಿನಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಇಂಥ ಮಾನಸಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಮೇಲೆಯೇ ಮನುಷ್ಯನ ಯೋಗ್ಯತೆ ನಿರ್ಧಾರಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಕರ್ಮದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೀಣರಾದವರು 'ಕರ್ಮಯೋಗ' ದ ಮೂಲಕ, ಬುದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರವೀಣರಾದವರು 'ಜ್ಞಾನಯೋಗ'ದ ಮೂಲಕ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಈ ಯೋಗಗಳ ಮೂಲಕವೇ ಹಾದುಹೋಗಬೇಕು. ಇದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ತೆರನಾದ ರೀತಿನಿಯಮಗಳಾಗಲಿ, ನಿರ್ಬಂಧವಾಗಲಿ ಇಲ್ಲ.

ಪ್ರಶ್ನೆ : ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತಾಗ ತೂಕಡಿಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಲ್ಲಿಸಬಹುದು, ಸ್ವಾಮೀಜಿ?

ಸ್ವಾಮೀಜಿ : ಹೌದು, ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿದ್ರೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದೊಂದು ಪರಮಶತ್ರು. ನಿದ್ರೆ ಬಂದರೆ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೊಳೆದು ಮತ್ತೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಹಾಯ ದೊರಕೇತು. ನಿದ್ರೆ ಬರಲು ಕಾರಣ ಇದು: ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮನಸ್ಸು ಲಂಗುಲಾಗಮಿಲ್ಲದೆ ಸುತ್ತುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತಾಗ ಸುತ್ತಾಡುವ ಈ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಒಂದು ಹಿಡಿತಕ್ಕೆ ತರುತ್ತೀರಿ. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸು ಧೈಯವಸ್ತುವಿನ ಮೇಲೆ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮಾಡದೆ ಹೋದರೆ, ಆಸರೆ ತಪ್ಪಿ ನಿದ್ರೆಗೆ ಜಾರುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರವಿಷ್ಟು. ಯಾವತ್ತೂ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಜಾಗೃದವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದು. ಇದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಏನನ್ನೂ ಮಾಡಲಾಗದು.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತಾಗ ನಿದ್ರೆ ಬರುವುದು ತಮೋಗುಣದ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ. ಎರಡು ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಈ ರೀತಿ ಆಗುತ್ತದೆ. ಮೊದಲನೆಯದು ಶರೀರ ಅತಿ ಆಯಾಸಗೊಂಡಿರುವುದು. ಎರಡನೆಯದು ಜಪಧ್ಯಾನಗಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು. ಮೊದಲನೆಯದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುವುದು. ದೇಹಕ್ಕೆ ಅವಶ್ಯವಿದ್ದಷ್ಟು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಕೊಡಲೇಬೇಕು. ನಿದ್ರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡಿ, ಎದ್ದ ಮೇಲೆ ಧ್ಯಾನ ಸುಗಮವಾಗುವುದಾದರೆ, ಹಾಗೂ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಇವೆಲ್ಲ ಒಬ್ಬನ ಮಾನಸಿಕ, ಶಾರೀರಿಕ ಶಕ್ತಿಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ. ಯಾರಿಗೆ ಯಾವುದು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೋ ಹಾಗೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಇನ್ನು ಎರಡನೆಯ ಕಾರಣ. ವ್ಯಾಕುಲತೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಮನಸ್ಸು ತನಗೆ ತಾನೇ ತೂಕಡಿಸುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನ ಜಪಗಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯಿಲ್ಲ ದಿರಲು ಕಾರಣ, ನಾವು ನಮ್ಮ ಗುರಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ವಿಚಾರ ಮಾಡದೆ ಇರುವುದು. ಇದರಿಂದಲೂ ನಮ್ಮ ಆಸಕ್ತಿ ಕುಂದಿ, ಮನಸ್ಸು ನಿದ್ರೆಗೆ ಜಾರುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಧ್ಯಾನಿಸುವ ವಸ್ತುವಿನ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ತೀವ್ರವಾದ ಆಕರ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಅದು ಸಿಗಲೇಬೇಕೆಂಬ ದೃಢ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳಿದ್ದರೆ ಅದರಿಂದ ನಾವು ವಿಮುಖರಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವೆ? ಇದಕ್ಕೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಒಂದು ದೃಷ್ಟಾಂತ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ, ನೋಡಿ: ತನ್ನ ಪಕ್ಕದ ಕೊಠಡಿಯು ವಜ್ರವೈಡೂರಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದರೆ, ತಾನಿರುವ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಕಳ್ಳನು ಮಲಗುತ್ತಾನೆಯೇ? ಅವುಗಳನ್ನು ಹೇಗಾದರೂ ಮಾಡಿ ಅಪಹರಿಸುವ ತನಕ ಆತ ನಿಶ್ಚಿಂತೆಯಿಂದ ಇರುತ್ತಾನೆಯೇ? ಹಾಗೆಯೇ ನಮ್ಮ ಹೃತ್ತತ್ವದೊಳಗೆ ಭಗವಂತ ನಿದ್ರಾನೆಂದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಾದರೆ ಆತನ ದರ್ಶನವನ್ನು ಹೇಗಾದರೂ ಮಾಡಿ ಪಡೆಯಲೇಬೇಕು ಎಂಬ ಮನಸ್ಸು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗಿದ್ದಾಗ, ನಾವು ಸೋಮಾರಿಯಾಗಿ ಮಲಗಲು ಸಾಧ್ಯವೆ? ಆಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದೇ ಆಲಸ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ಅದುದರಿಂದ ಹಗಲೂ ಇರುಳೂ ಸದಾ ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಜಾಗೃತಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಡಲು ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಅಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋದ ಹಾಗೆ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳೂ ಹೊರಟುಹೋಗುತ್ತವೆ. ನಮಗೆ ನಿದ್ರೆ ಬಂದಾಗ ನಾವು ಎದ್ದು ನಾಲ್ಕು ಮಾರು ನಡೆದಾಡಿಕೊಂಡು ಪುನಃ ಬಂದು ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಕೆಲವರು ಕೇಳುವುದುಂಟು, ತೂಕಡಿಕೆ ಬಂದಾಗ ನಡೆದಾಡುತ್ತ ಜಪಮಾಡಬಹುದೆ ಎಂದು. ಅದೂ ಆಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ನಿದ್ರೆಯನ್ನೂ ಓಡಿಸಿದಂತಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಧ್ಯಾನ ವನ್ನೂ ಮಾಡಿದಂತೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನವೆಂದರೆ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನೆಲ್ಲ, ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳಿಂದ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಎಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಆಗ ಮನಸ್ಸು ಧೈಯವಸ್ತುವಿನೊಡನೆ ತಲ್ಲೀನವಾಗುತ್ತದೆ. ನಡೆದು ಅಡ್ಡಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಅದು ಧ್ಯಾನ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರಶ್ನೆ : ಹಾಗಾದರೆ ಏನು ಮಾಡಬಹುದು, ಸ್ವಾಮೀಜಿ?

ಸ್ವಾಮೀಜಿ : ಒಂದು ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೂ, ಅಷ್ಟು ಸಮಯವನ್ನಾದರೂ ಕೂಡ ಸರಿಯಾದ ಭಾವದಲ್ಲಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಇಲ್ಲಿ ಭಾವವೇ ಮುಖ್ಯ. ಭಾವ ಸರಿಯಾಗಿದ್ದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಮಾಡಿದರೂ ಅದರಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನ ವಾಗುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಅಶಾಂತವಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ನಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಹಾಗೆ ಬಗ್ಗಿಸಲು ಆಗದು; ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮಾಡಲು ಆಗದು. ಕಠೋಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದೆ: **ಅಂಗುಷ್ಠಮಾತ್ರಃ ಪುರುಷೋಽಂತರಾತ್ಮಾ ಸದಾ ಜನನಾಂ ಹೃದಯೇ ಸಂನಿವಿಷ್ಟಃ | ತಂ ಸ್ವಾಚ್ಛರೀತಾತ್ ಪ್ರವೃಹೇನ್ಮುಂಜಾದಿವೇಷಿಕಾಂ ಧೈರ್ಯೇಣ | ತಂ ವಿದ್ಯಾಚ್ಛಕ್ರಮಮೃತಂ ತಂ ವಿದ್ಯಾಚ್ಛಕ್ರಮಮೃತಮಿತಿ (೨-೬-೧೭)** ಮುಂಜವೆಂಬ ಹುಲ್ಲಿನೊಳಗಿರುವ ಎಳೆದಂಟನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಬೇಕಾದರೆ, ಅದನ್ನು ಸುಮ್ಮನೆ ಎಳೆದರೆ ಮುರಿದೇ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಅತಿ ಮುತುವರ್ಜಿಯಿಂದ, ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ, ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬಿಡಿಸಬೇಕು. ಹಾಗೆಯೇ ಬಹುದೈರ್ಯ ತಳೆದು ದೇಹಾದಿಭಾವನೆಯಿಂದ ಆತ್ಮವಸ್ತುವನ್ನು ಬೇರೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಈ ಮಂತ್ರವು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಇದೇ ರೀತಿ ಧ್ಯಾನದ