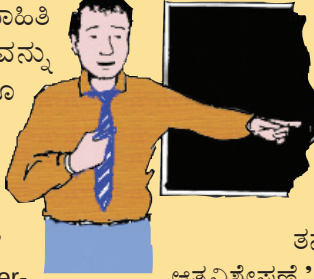


ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರದ ವಿಧಾನಗಳು : ಆತ್ಮವಿಶ್ಲೇಷಣೆ

ಪ್ರೊ. ಎಸ್. ದಂಡಪಾಣಿ

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜ್ಞಾನಶಾಖೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಒಂದು ವಿಧಾನವನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನಶಾಖೆಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುವ ಅತ್ಯಂತ ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಧಾನ ಯಾವುದಾದರೂ ಇದೆಯೇ? ಇದೇನೂ ಕಷ್ಟವಲ್ಲ. ಅಂತಹ ವಿಧಾನವನ್ನು ನಾವು ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯೂ ಪ್ರಯೋಗಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತೇವೆ. ಅದಂದರೆ 'ಅವಲೋಕನ'(observation). ಅವಲೋಕನವೇ ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನ ಶಾಖೆಗಳ ಆಧಾರ. ಅವಲೋಕನವೆಂದರೆ ಸುಮ್ಮನೆ ನೋಡುತ್ತಿರುವುದಲ್ಲ. ಅದು ಬರಿ ನೋಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದು. ಅವಲೋಕನವು ವಿಶ್ಲೇಷಣಾತ್ಮಕವಾದುದು. ನಾವು ಉದಾಹರಣೆಗಾಗಿ ಅವಲೋಕಿಸಬಾರದು. ಜಾಗೃತ ರಾಗಿ, ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ನಮ್ಮ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನೂ ಗಮನಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನ್ಯೂಟನ್‌ಗಿಂತ ಮುಂಚೆ ಎಲ್ಲ ಸೇಬು ಹಣ್ಣುಗಳೂ ಕೂಡ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬೀಳುತ್ತಿದ್ದವು. ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಜನರು ಬರೀ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರು, ಅಷ್ಟೇ. ಅದನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಣಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಅವಲೋಕಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ನ್ಯೂಟನ್ ಅದನ್ನು ಅವಲೋಕಿಸಿದನು. ಆ ಮೂಲಕ ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದನು. ಇದು ಅವಲೋಕನಕ್ಕೂ ಬರಿಯ ನೋಡುವುದಕ್ಕೂ ಇರುವ ಮೂಲಭೂತ ವ್ಯತ್ಯಾಸ.



ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬನು ಇನ್ನೊಬ್ಬನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇರುವುದನ್ನು ಅವಲೋಕಿಸಲು ಆಗದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಬೇರೆಯೇ ವಿಧಾನವಿದೆ. ಅದೇ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ (INTROSPECTION). 'ತನ್ನ ಅಂತರಂಗವನ್ನು ಒಳಹೊಕ್ಕಿ ನೋಡಿ,

ತನ್ನ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವುದೇ ಆತ್ಮವಿಶ್ಲೇಷಣೆ.' ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಈ ಬಗೆಯ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯೊಂದೇ ಮಾನವಜೀವಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಏಕಮೇವ ವಿಧಾನವಾಗಿತ್ತು. ಟೆಟ್‌ಚೆನರ್ ಎಂಬ ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞನು ಈ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿದನು.

ಈ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಇರುವ ತೊಂದರೆಗಳಾದರೂ ಏನು? ಈ ವಿಧಾನ ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠವಾದುದು, ವಸ್ತುನಿಷ್ಠವಲ್ಲ. ಒಬ್ಬನಿಗೆ ಕೋಪ ಬಂತು ಎಂದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳೋಣ. "ನಿನ್ನ ಕೋಪದ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ ವಿವರಿಸು" ಎಂದು ನಾವು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ವಿಪರ್ಯಾಸವೆಂದರೆ, ಕೋಪವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಹೊರಟ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು, ಆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಕೋಪವನ್ನೇ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ, ಪ್ರಶಾಂತನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಇನ್ನೊಂದು ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ನೀಡುವುದಾದರೆ, "ಈ ಪಾಠ ಆಸಕ್ತಿಕರವಾಗಿದೆಯೇ?" ಎಂದು ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯನ್ನು ನೀವು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದರೆ ಎಂದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳೋಣ. "ಹೌದು, ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕವಾಗಿದೆ" ಎಂದು ಅವನೇನೋ ಉತ್ತರಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಅವನಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಪಾಠ 'ಬೇಜಾರು' ಎನ್ನಿಸಿರಬಹುದು. ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸಂತೋಷಪಡಿಸಲಿಕ್ಕೆ ಅವನು 'ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕವಾಗಿದೆ' ಎಂದು ಹೇಳಿರಬಹುದು. ಮೇಲಿನ ಎರಡೂ ನಿದರ್ಶನಗಳಲ್ಲಿ ಸತ್ಯವನ್ನು ಯಥಾವತ್ತಾಗಿ ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ.

ಇದಲ್ಲದೆ, ಪ್ರಾಣಿಗಳಲ್ಲಿ, ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಮಾಂದ್ಯರಲ್ಲಿ ಈ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ನ್ಯೂನತೆಗಳಿದ್ದರೂ, ಬಾಹ್ಯ ಅವಲೋಕನಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೂ, ಕಾಲಕಳೆದಂತೆ ಅದರ ಬಳಕೆ ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರಲ್ಲಿ ಕಡಮೆಯಾಗುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತಿದೆ. ಅದರ ಬದಲು ಅವರು ನಡವಳಿಕೆ-ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು (Behaviour Study) ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಪ್ರಾಣಿಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರ ಮತ್ತು ಶಿಶು ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಅವಲೋಕನದ ಬಗ್ಗೆ ಆಲ್ಬರ್ಟ್ ಐನ್‌ಸ್ಟೈನ್ ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. "ಅವಲೋಕನವೆಂದರೆ, ಎಲ್ಲರೂ ನೋಡುವುದನ್ನೇ ನೋಡುವುದು, ಆದರೆ ಬೇರೆ ಯಾರೂ ಯೋಚಿಸಿದ ರೀತಿ ಯೋಚಿಸುವುದು" ಎಂದು. ಈ ಬಗೆಯ ಅವಲೋಕನವು ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನಶಾಖೆಗಳಿಗೂ ಸಮಾನವಾದ ಅಂಶವಾಗಿದೆ. ಅವಲೋಕನವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಾಹ್ಯದೃಷ್ಟಿಯದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ. "ನಾನು ಒಬ್ಬ ಹುಡುಗ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಗಲಾಟೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಅವಲೋಕಿಸಿದೆ" - ಈ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವುದು ಬಾಲಕನ ಬಾಹ್ಯ ನಡವಳಿಕೆಯ ಅವಲೋಕನ ಮಾತ್ರ.

ಅವನು ಗಲಾಟೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಏನು? ಅದರ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರೇರಣೆ ಯಾವುದು? ಅದು ಅವನ ಅಭ್ಯಾಸಬಲವೋ ಅಥವಾ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳ ಪರಿಣಾಮವೋ? ಅವನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತದೆ? - ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾವು ಬಾಹ್ಯ ಅವಲೋಕನದಿಂದ



ಜಪದ ಮಹಿಮೆ

ವಿಲಿಯಮ್ ಪೇಜ್

ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಆಂದೋಲನಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಭಕ್ತರು ಕೈಗೊಳ್ಳುವ ಮುಖ್ಯವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು 'ಜಪ'. ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಗಳೊಡನೆ ಕೂಡಿಕೊಂಡು ಇದು ಒಂದು ತ್ರಿಕೋಣವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ; ಭಗವಂತನನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸುವ, ಆತನನ್ನು ಅಂತರಂಗಕ್ಕೆ ಆಹ್ವಾನಿಸುವ, ಅಲ್ಲಿ ಸುಸ್ಥಾಪನೆಗೊಳಿಸುವ ಮೂರು ಆಯಾಮಗಳ ವಿಧಾನವಾಗಿ ಇದು ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಎನ್ನುವುದು ಭಗವಂತನ ಜೊತೆಗೆ ನಾವು ಸಂಭಾಷಿಸುವ ಸರಳ ವಿಧಾನ. ಈ ಮಾತುಕತೆಯಲ್ಲಿ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ನಾವು ಜೋರಾಗಿ ಆಡಬಹುದು, ಪಿಸುಗುಟ್ಟಬಹುದು ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿಯೇ ಉಚ್ಚರಿಸಬಹುದು. ಯಾವ ವಿಧಾನವಾದರೂ ಸರಿಯೇ, ಆ ಶಬ್ದಗಳು ಭಗವಂತನನ್ನು ತಲುಪುತ್ತವೆ, ಅವನನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಬರುವಂತೆ ಆಹ್ವಾನಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಆತನು ನಮ್ಮ ಹೃದಯಕಮಲದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಒಮ್ಮೆ ಭಗವಂತ ಅಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರನಾದನೆಂದುಕೊಳ್ಳಿ, ಮುಂದಿನ ಹಂತವಾಗಿ ನಾವು ಜಪ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಜಪವೆಂದರೆ ಏನು? 'ಮಂತ್ರ' ಎಂಬ ಅತಿ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾದ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಅಥವಾ ಆವಾಹನೆಯ ಸೂತ್ರದ ನಿರಂತರವಾದ, ಮೌನವಾದ ಪುನರಾವರ್ತಿತ. ಇದನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು ಅಥವಾ ಧ್ಯಾನದೊಂದಿಗೆ ಮಿಲಿತಗೊಂಡು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಹಾಗಾದರೆ, ಧ್ಯಾನವೆಂದರೆ ಏನು? ನಮ್ಮಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನನ್ನು ಚಿತ್ರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಧಾನವೇ ಧ್ಯಾನ. ಇವೆರಡೂ - ಜಪ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ - ಕೂಡಿಕೊಂಡು, ಭಗವಂತನನ್ನು ನಮ್ಮ ಹೃದಯಕಮಲದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಆತನ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯವನ್ನು ಅಲ್ಲಿ ಭಾವಿಸಲು ನಮಗೆ ನೆರವು ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸದ ಸಮಯದ ಅವಧಿಗಳ ನಡುವಿನ ಕಾಲವನ್ನು ನಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಕಳೆಯುತ್ತೇವೆ. ಆಗ ಭಗವಂತನನ್ನು ನಾವು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಿದ ಹಾಗಾಯಿತು, ಅಲ್ಲವೇ. ಆಗ ಅವನು, ನಾವು ಅವನಿಗೆ ನಮ್ಮ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಹೋಗಲು ಸಿದ್ಧನಾಗಿಬಿಡಬಹುದು! ಅವನನ್ನು ಮತ್ತೆ ತನ್ನ ಆ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಅಲಂಕರಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ? ಜಪಸಾಧನೆಯಿಂದ.

ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳಬಹುದು: ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯು ಭಗವಂತನನ್ನು ಆತನ ಪರಮ ಧಾಮದಿಂದ ನಮ್ಮ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಕರೆತರುವ ವಿಧಾನ. ಜಪ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಗಳು ಅವನನ್ನು ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದ ಸಿಂಹಾಸನದಲ್ಲಿ ಕುಳ್ಳಿರುವ ವಿಧಾನಗಳು. ಹಾಗೂ ಜಪವು ಅವನನ್ನು ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಆ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಸುಸ್ಥಾಪಿಸುವ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ವಿಧಾನ. ಜಪಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಇದಾವುದೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಈಗಲೇ ಮಾಡಿ: ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ - ಇವುಗಳಿಗೆ ನಾವು ಪೂರ್ಣ ಗಮನ ನೀಡಬೇಕೆಂಬುದೇನೋ ನಿಜವೇ. ಆದರೆ ಜಪದ ಹೆಗ್ಗಳಿಕೆ ಏನು ಗೊತ್ತೇ? ಜಪ ಮಾಡುತ್ತಲೇ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಗಳನ್ನೂ ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿಯೇ ಮಾಡಬಹುದು. ಶ್ರೀಮಾತೆ ಶಾರದಾದೇವಿಯವರು ಸಾವಿರಾರು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಮಂತ್ರಜಪ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧರಾಗಿದ್ದರೆಂಬುದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತೇ ಇದೆ.

'ಜಪಾತ್ ಸಿದ್ಧಿಃ' -

'ಜಪದಿಂದಲೇ ಸಿದ್ಧಿ' ಎಂಬ ಮಾತಿದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಜಪಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯಿದೆ. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಮತ್ತು ಶ್ರೀಮಾತೆ ಶಾರದಾದೇವಿಯವರು ತಮ್ಮ ಉಪದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಜಪಸಾಧನೆಗೆ ಒತ್ತುಕೊಟ್ಟಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಜಪವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ಅನೇಕ ತೊಡಕುಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸರಳ ಉಪಾಯಗಳನ್ನು ಚೇತೋಹಾರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟಿರುವ ಮಾನ್ಯ ಲೇಖಕರು, ಥಾಯ್‌ಲ್ಯಾಂಡ್ ದೇಶದ ಬ್ಯಾಂಕಾಕ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದಲ್ಲಿ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರಾಗಿ ನಿವೃತ್ತಿ ಹೊಂದಿದವರು. ಅಮೆರಿಕದ ಮೆಸಾಚುಸೆಟ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ವೇದಾಂತ ಸೊಸೈಟಿಯ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ೧೯೬೦ರಿಂದಲೂ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ, ಥಾಯ್‌ಲ್ಯಾಂಡಿನ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ವೇದಾಂತ ಸೊಸೈಟಿಯ ಸದಸ್ಯರು ಕೂಡ. 'American Vedantist' ಎಂಬ ಪತ್ರಿಕೆಯ ೨೦೦೯, ಚಳಿಗಾಲದ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಮೂಲ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಲೇಖನ ಪ್ರಕಟವಾಗಿದೆ.

ಅನುವಾದ : ಸಂ.

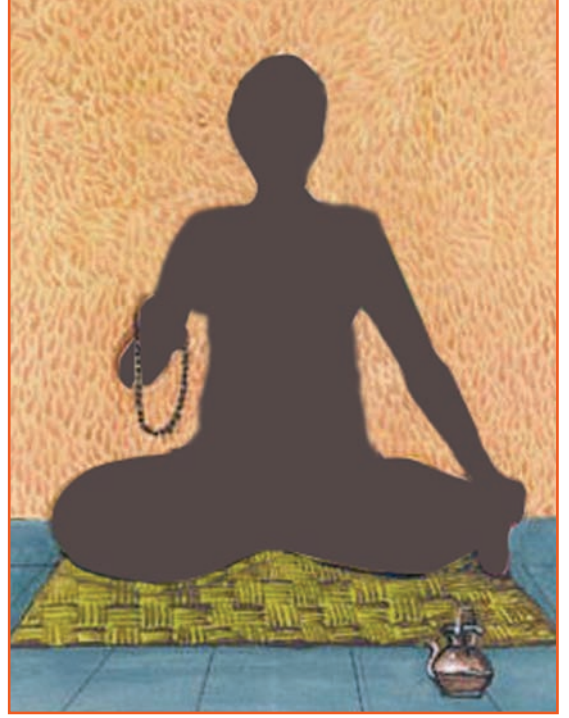
ಅದನ್ನು ಅವರು ಹೇಗೆ ಮಾಡಿದರು? ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿ ತಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳ ನಡುವೆಯೇ ಜಪವನ್ನು ಕೂಡ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಬತ್ತ ಕುಟ್ಟುವಾಗ, ಮನೆಯನ್ನು ಕಸಬರಿಕೆಯಿಂದ ಸ್ವಚ್ಛ ಮಾಡುವಾಗ, ಪಾತ್ರೆಪಡೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ತೊಳೆಯುವಾಗ, ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚುವಾಗ - ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗಲೆಲ್ಲ ಅವರ ಜಪಸಾಧನೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಲೇ ಇತ್ತು.

ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಯಾವಾಗಲೂ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಅನವಶ್ಯಕ ಸಲ್ಲಾಪದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ತಡೆಹಿಡಿಯಲು ಜಪಸಾಧನೆ ಅತ್ಯಂತ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಸುಮ್ಮನೆ ಸುತ್ತುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಗಮನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಜಪಸಾಧನೆಯು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅವುಗಳಿಂದ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಎಳೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೊಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ದಿಕ್ಕನ್ನು ನೀಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಬೋಧಿಸಿದರು. ಆದರೆ ಶ್ರೀಮಾತೆ ಶಾರದಾದೇವಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದಜಿ ಅವರು ಜಪಸಾಧನೆಗೆ ವಿಶೇಷ ಮಹತ್ವವನ್ನು ನೀಡಿದರು. ಇವರಿಬ್ಬರ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದರೆ, ಅವರಿಬ್ಬರೂ ಜಪ ಮಾಡುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯನ್ನು ಒತ್ತಿಹೇಳಿದ್ದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ; ಹಾಗೆಯೇ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅದನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಾಯಂಕಾಲ ನಿಗದಿತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಮಹತ್ವ ನೀಡಿದ್ದು ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ.

ಜಪಸಾಧನೆಗಾಗಿ ನಾವು ನಿಗದಿತ ಅವಧಿಗಳನ್ನು ಗೊತ್ತು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಅವಶ್ಯ. ಏಕೆಂದರೆ ಇದರಿಂದ ಅದು ನಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಒಮ್ಮೆ ನೀವು ಜಪವನ್ನು ನಿಗದಿತ ಅವಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ಆ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಜಪಮಾಡಲು ನೀವು ಕಾತರರಾಗುತ್ತೀರಿ. ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ತಪ್ಪುಮಾಡಿದನೆಂಬ ಭಾವನೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಯಾವಾಗಲಾದರೊಮ್ಮೆ ಜಪ ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿದಾಗ, ಇಂತಹ ತಪ್ಪಿತಸ್ಥ ಭಾವನೆ ಭಕ್ತರಲ್ಲಿ ಮೂಡುವುದು ಸಹಜವಾದದ್ದೇ. ಅಂಥ ತಪ್ಪಿತಸ್ಥ ಭಾವನೆ ಮೂಡದಿರುವುದಕ್ಕೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು? ಯಾವತ್ತೂ ತಪ್ಪದೆ ಜಪ ಮಾಡಬೇಕು, ಅಷ್ಟೇ.

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಹಂತದಲ್ಲಿರುವ ಬಹುತೇಕ ಜನರ ದೂರು ಒಂದಿದೆ. ಅದೇನೆಂದರೆ, ತಾವು ಜಪದಿಂದ ಯಾವ ಫಲವನ್ನೂ ಪಡೆಯುತ್ತಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು. ಈಗ ಫಲ ಕಂಡುಬರದಿದ್ದರೇನಂತೆ, ಮುಂದೆ ಖಂಡಿತ ಕಂಡುಬರುವುದು ಎಂದು ಸ್ವಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದಜಿ ಅವರು ತಮ್ಮ ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಆಶ್ವಾಸನೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಇಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗುವುದು ತಾಳ್ಮೆ. ಸ್ವಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದಜಿ ಈ ವಿಷಯವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಒಬ್ಬ ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: “ಕನಿಷ್ಠ ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಯಾವುದಾದರೊಂದು



ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ತಪ್ಪದೆ ಮಾಡು. ಅನಂತರ, ನಿನಗೆ ಗುರುತರವಾದ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಗತಿ ಕಾಣಬರದಿದ್ದರೆ, ನನ್ನ ಬಳಿ ಹಿಂದಿರುಗಿ, ಕೆನ್ನೆಗೆ ಒಂದು ಬಾರಿಸು.”

ಪರೋಕ್ಷ ಜಪಸಾಧನೆ - ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಕೊಡುಗೆ:

ತಮ್ಮ ಕೆಲವು ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಜಪ ಮಾಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ, ಅದಕ್ಕಂದೇ ಅವರ ಸಲುವಾಗಿ ತಾವು ಜಪ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದಾಗಿ ಒಮ್ಮೆ ಶ್ರೀಮಾತೆ ಶಾರದಾದೇವಿಯವರು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮ ಇಳಿವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕೂಡ, ಹಾಸಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಮಲಗಿ ಕೊಂಡೇ ಅವರು ಜಪ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದನ್ನು ಅವರ ಸಹಾಯಕರೊಬ್ಬರು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಶ್ರೀಮಾತೆ ಅವರಿಗೆ ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: “ಏನು ಮಾಡುವುದು, ಮಗು. ಹುಡುಗರು ಬಂದು ನನ್ನನ್ನು ತುಂಬ ಒತ್ತಾಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರೆಲ್ಲ ಮಂತ್ರ ದೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡು, ಮನೆಗೆ ಹಿಂತಿರುಗುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಯಾರೂ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಜಪ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವರು ಒಮ್ಮೆಯೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ! ಆದರೆ ಅವರೆಲ್ಲರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ನಾನು ಹೊತ್ತಿದ್ದೇನಲ್ಲವೇ? ಅವರ ಯೋಗ ಕ್ಷೇಮವನ್ನು ನಾನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಲ್ಲ! ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ನಾನು ಜಪಮಾಡುತ್ತ ಇರುತ್ತೇನೆ. ಇದಲ್ಲದೆ, ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರಿಗೆ ಹೀಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ: ‘ಪ್ರಭೂ, ಅವರಿಗೆ ಅರಿವನ್ನು ನೀಡು. ಅವರಿಗೆಲ್ಲ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡು. ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಪರಲೋಕದಲ್ಲಿ ಕೂಡ, ಎಲ್ಲ ವಿಧದಿಂದಲೂ ಅವರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ನಿನ್ನ ಮೇಲೆ ಹೊತ್ತುಕೋ.’ ”

ಆದರೆ ಜನರು ಗೋಣಗಬಹುದು, “ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರು ತಮ್ಮ ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ತುಂಬ ಸುಲಭ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಅವರನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡಿಬಿಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರೇ ಎಲ್ಲ ವನ್ನೂ ಮಾಡಿದರೆ, ಶಿಷ್ಯರು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಚಾರಿತ್ರ್ಯವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಾದರೂ ಹೇಗೆ?”

ಆದರೆ ನನ್ನಂಥ ಸೋಮಾರಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಶಿಷ್ಯರ ಬಗ್ಗೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅಸೂಯೆಪಡುತ್ತಾನೆ. ಎಂಥ ಆತ್ಮೀಯ ಬಾಂಧವ್ಯವಿದು! ನಮಗಾಗಿ ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರು ನಿರಂತರ ಜಪವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುವ ಸೌಭಾಗ್ಯ ನಮಗೆ ಇಲ್ಲವಲ್ಲ! ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವುದೇ ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಮೂರು ಬಾರಿಯಾದರೂ ಜಪಮಾಲೆ ಎಣಿಸಬೇಕು. ಅದಾದನಂತರವೇ “ನಿಜವಾದ ಆರಂಭ” ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಚಿಂತನೆಗಳಿಂದ ಹಿಂತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ಸುಸ್ಥಿತಿಗೆ ತರುವುದಕ್ಕೇ ಬಹಳ ಹೊತ್ತು ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳಗ್ಗೆಗಿಂತಲೂ ಸಾಯಂಕಾಲ ಇದು ಹೆಚ್ಚು ಸತ್ಯ. ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರಪಂಚದಿಂದ ಇಡೀ ದಿನ ನಾವು ಸಾಕಷ್ಟು ಹೊಡೆತ ತಿಂದಿರುತ್ತೇವೆ, ಅಲ್ಲವೇ?

ಕಾಫಿ, ಟೀ, ಜಪ: ಮುಂಜಾವಿನ ಜಪ ಉತ್ತಮ. ಏಕೆಂದರೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸುವುದು ಬಹಳ ಸುಲಭ. ಕಾರಣ, ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಫುಲ್ಲಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಚಿಂತನೆಗಳು ಅದನ್ನು ಇನ್ನೂ ಮುತ್ತಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಈ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನೀವು ಪೂರ್ತಿ ಎಚ್ಚರವಾಗಿರಬೇಕು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಜಪ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ನಿದ್ರಾವಶರಾಗುವ ಸಂಭವ ಇರುತ್ತದೆ.

ನನಗೋ, ಮೂರು ಕಷ್ಟಗಳಷ್ಟು ಕಾಫಿ ಕುಡಿಯದೆಯೇ, ಬೆಳಗ್ಗೆ ಏಳುವುದಕ್ಕೇ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಒಬ್ಬ ಶಿಷ್ಯ ಅವರಿಗೆ, “ಬೆಳಗಿನ ಚಹಾ ಕುಡಿಯದಿದ್ದರೆ, ಜಪ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಆಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ” ಎಂದು ತಮ್ಮ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ತೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರು ಅವರಿಗೆ ಚಹಾ ಕುಡಿದೇ ಜಪ ಮಾಡಲು ಅನುಮತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ಘಟನೆಯನ್ನು ಸ್ವಾಮಿ ಗಂಭೀರಾನಂದಜಿ ಅವರು ಬರೆದಿರುವ ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಜೀವನಚರಿತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಓದಿದ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಎಷ್ಟೋ ನಿರಾಳವಾಯಿತು. ಬೇರೆ ಯಾವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆ ನಾನು ಕುಡಿಯುವ ಮೂರು ಕಷ್ಟಗಳಷ್ಟು ಕಾಫಿ ಸೇವನೆಗೆ ಇದರಿಂದ ಅನುಮತಿ ದೊರೆಯಿತು ಎಂದು ನಾನು ಒಡನೆ ಭಾವಿಸಿಕೊಂಡೆ. ಇದಲ್ಲದೆ ಇನ್ನೊಂದು ನಿದರ್ಶನದಿಂದಲೂ, ನನ್ನ ಈ ದೌರ್ಬಲ್ಯದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ನಾನೇ ಸಮಾಧಾನ ಹೇಳಿಕೊಂಡೆ. ಟಿಬೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಖ್ಯಾತರಾದ ಒಬ್ಬ ಲಾಮಾ ಇದ್ದರು. ಅವರ ಹೆಸರು ಕಾಲು ರಿಂಪೋಚಿ ಎಂದು. ಅವರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಟಿಬೆಟ್‌ನ ಚಹಾ ಕುಡಿಯುತ್ತಿದ್ದರಂತೆ.

ಮಂತ್ರದ ಜೊತೆಗೆ ಆಟ ಬೇಡ: ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯರಿಗೆ ಜಪ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಬಹಳ ಕಷ್ಟದ ಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಮಂತ್ರವು ಸಂಸ್ಕೃತ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಆ ಭಾಷೆಯ

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಪರಿಚಯವೂ ಅವರಿಗೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ಒಬ್ಬ ಅಮೆರಿಕನ್ ಭಕ್ತರ ಪರಿಚಯವಿದೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಮಂತ್ರದ ವಿರುದ್ಧವೇ ಬಂಡಾಯವೆದ್ದರು! “ಅರ್ಥವಿಲ್ಲದ ಈ ಸಂಸ್ಕೃತದ ಶಬ್ದಗಳು ನನ್ನನ್ನು ಸುಸ್ತಾಗಿ ಮಾಡಿಬಿಟ್ಟಿವೆ” ಎಂದು ಅವರು ದೂರಿದರು. “ನನಗೆ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಮಂತ್ರ ಬೇಕು” ಎಂದು ನಿಶ್ಚಯಿಸಿದರು. ಅವರಿಗೆ, ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರ್ಹತೆ ಹೊಂದಿದ್ದ ಗುರುಗಳೊಬ್ಬರು ಮಂತ್ರದೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದರು. ಆದರೂ ಈ ಭಕ್ತರು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಮಂತ್ರವನ್ನು ತಯಾರು ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಅದರಿಂದ ಜಪ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು.

ಮೊದಮೊದಲು ಎಲ್ಲವೂ ಹೊಸತಾಗಿತ್ತು, ಶುಭವಾಗಿತ್ತು. ತಮಗೆ ಲಭಿಸಿದ ಒಳ್ಳೆ ಫಲಗಳಿಂದ ಅವರ ಹೃದಯ ಆನಂದದಲ್ಲಿ ತೇಲಾಡಿತು. ಇಷ್ಟದೇವತೆಯ ಮೂರ್ತಿ ಅವರ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಬೆಳಗತೊಡಗಿತು; ಅದು ಅವರನ್ನು ಉಲ್ಲಾಸಭಾವದಲ್ಲಿ ಇರಿಸುವಂತೆ ತೋರಿತು. ಯಾವದೇ ನೂತನ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಾಗ, ಅದು ಉತ್ಸಾಹವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ತೀವ್ರಗತಿಯ ಪ್ರಗತಿಯಾಗುವುದು ಎಂದು ಆ ಭಕ್ತರು ಎಣಿಸಿದರು.

ಆದರೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವೋ ಆಶ್ಚರ್ಯ. ನಿಧಾನವಾಗಿ ವಿನೂತನತೆ (novelty) ಬಹಳ ಬೇಗನೆ ಕಳೆದುಹೋಯಿತು. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಸ್ಪಷ್ಟ. ಅವರ ಹೊಸಮಂತ್ರದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವ ಶಕ್ತಿಯೂ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಬಹಳ ಬೇಗನೆ, ಅರ್ಥ ಜಪಮಾಲೆ ಎಣಿಸುವುದರೊಳಗಾಗಿ, ಅವರಿಗೆ ಜೊಂಪು ಬರಲಾರಂಭಿಸಿತು. ಇದಲ್ಲದೆ ಅವರ ಮನಸ್ಸಿನ ನಿಗೂಢ ಗರ್ಭದಿಂದ ಹಳೆಯ ಮಂತ್ರ ಹೊರಹೊಮ್ಮಲಾರಂಭಿಸಿತು. ಅವರು ಅದನ್ನು ಸ್ವಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ನಿಲ್ಲಿಸಿ, ಅದರ ಮೇಲೆ ತಮ್ಮ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇರಿದರು. ಇದರಲ್ಲಿ ಕೆಲಕಾಲ ಯಶಸ್ವಿಯೂ ಆದರು. ಆದರೆ ಆ ಹಳೆಯ ಸಂಸ್ಕೃತ ಮಂತ್ರವಿದೆಯಲ್ಲಾ, ಅದು ಬಹಳ ಹಠಮಾರಿಯಾಗಿಬಿಟ್ಟಿತ್ತು! ಅವರು ಸ್ವಲ್ಪವೂ ನೆನೆಸದೆಯೂ, ಅದು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಅವರ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲ್ದರದ ಮೇಲೆ ಬಂದು ಕೂರುತ್ತಿತ್ತು. ಆ ಭಕ್ತರು ಅದನ್ನು ತಡೆಯಲು ಎಷ್ಟೇ ಪ್ರಯತ್ನಪಟ್ಟರೂ ಅದು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಹಿಂತಿರುಗುತ್ತಲೇ ಇತ್ತು. ಹಾಗೆಯೇ, ಇಷ್ಟದೇವತೆಯ ದಿವ್ಯಮೂರ್ತಿಯು ಅವರತ್ತ ನೋಡಿ, ಹಾಸ್ಯಮಾಡಿ ಕಿಸಿಕಿಸಿ ನಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು. ಇದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಒಂದು ಸಂದೇಶ ಸಿಕ್ಕಿತ್ತು.

ಕಡೆಗೆ ಅವರು ತಮ್ಮ ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಕೈಬಿಟ್ಟು, ಹಳೆಯ ಮಂತ್ರಕ್ಕೇ ಶರಣಾದರು. “ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೆ ಗ್ರಾಹ್ಯವಾಗುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದೇನೋ ಈ ಮಂತ್ರ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಇದೆ” ಎಂದು ಅವರು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡರು. ಹಾಗೆಯೇ, “ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಸುಮ್ಮನುಮನೆ ನಿರಾಕರಿಸಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ” ಎಂದೂ ಅರಿತುಕೊಂಡರು.

ಆದರೆ ಇದು ಬಹಳ ಬೇಜಾರು! : ಬಹಳಷ್ಟು ಜನ ದೂರು ವುದೇನೆಂದರೆ, ಜಪ ಮಾಡುವುದು ಬಹಳ ಬೇಜಾರಿನ ಕೆಲಸ ಎಂದು. ಅದೇ ಹಳೆಯ ಸಾಲನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಯಾರು