

ತಾನೇ ಉಚ್ಚರಿಸುತ್ತ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ? ಇದು ಸಮಯ ವ್ಯರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಂತೆ ಅಲ್ಲವೇ! ಇದರಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಹುರುಳಿದೆಯೇ? - ಈ ರೀತಿ ಯೋಚಿಸುವವರೇ ಜಾಸ್ತಿ.

ಜಪಸಾಧನೆ ಮಾಡುವ ಉದ್ದೇಶವೇನು? ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಂಸ್ಕಾರಗೊಳಿಸುವುದು, ಪರಿಷ್ಕರಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಪರಿಶುದ್ಧವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದು. ಭಗವಂತನ ವಾಸಸ್ಥಾನವಾಗಲು ಯೋಗ್ಯವಾಗುವಂತೆ ನಮ್ಮ ಚಿತ್ತವನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುವುದು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯೆಂದರೆ ಇದೇ. ಆದರೆ ಈಗ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಬಹಳ ಚಂಚಲವಾಗಿದೆ; ಯಾವತ್ತೂ ಹೊಸ ಹೊಸ ಆಕರ್ಷಕ ಸಂಗತಿಗಳಿಗಾಗಿ ಹಾತೊರೆಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಈಗಿನ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಮತ್ತು ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಇದು ಹಿಂದೆಂದಿಗಿಂತಲೂ ಸತ್ಯ. ಏಕೆಂದರೆ, ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ನಮಗೆ ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ತಾಂತ್ರಿಕತೆಯ ಮನರಂಜನೆಯನ್ನು ನೀಡಲು ತಯಾರಾಗಿ ನಿಂತಿದೆ. ನಾವು ಗೂಗಲ್ ಮೂಲಕ ಜಗತ್ತನ್ನೆಲ್ಲಾ ಜಾಲಾಡಬಹುದಾದರೆ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನಾದರೂ ಏಕೆ ತಾನೇ ಮಾಡಬೇಕು? ಟೈಟರ್ ಮತ್ತು ಫೇಸ್‌ಬುಕ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಸಾವಿರಾರು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದಾದರೆ, ಜಪವನ್ನಾದರೂ ಏಕೆ ಮಾಡಬೇಕು?

ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಗಂಭೀರರಾಗಿದ್ದರೆ ನಮ್ಮ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಅನ್ನು ಮೊದಲು ಆರಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವ ಹಳೆಯ ಜಪಮಣಿಯನ್ನು ಹುಡುಕಿ ತೆಗೆಯಬೇಕು. ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಹಿಂದೆ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿದ ಸ್ವಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದರ ನುಡಿಯನ್ನು ಜ್ಞಾಪಕದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅವರು ಏನನ್ನು ಹೇಳಿದರು? ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿಯೂ, ಏನೂ ಪ್ರಗತಿಯಾಗದಿದ್ದರೆ ಬಂದು ಕೆನ್ನೆಗೆ ಬಾರಿಸು ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದರಷ್ಟೇ. ಅವರ ಮಾತಿನ ಅರ್ಥ ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಕ್ಷುಲ್ಲಕ ಸಂಗತಿಗಳ ಸುತ್ತವೇ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹರಿಸುತ್ತಿರುವುದಲ್ಲ. ಅವರು ಹೇಳಿದ ಮಾತಿನ ಅಂತರಾರ್ಥವೆಂದರೆ, 'ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಅವಧಿಯ ನಿರಂತರ ಹಾಗೂ ತೀವ್ರಗತಿಯ ಪ್ರಯತ್ನ' ಎಂದು.

ನಾವು ಜಪವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತ ಹೋದಂತೆ, ಅದು ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಸೂರೆಗೊಳ್ಳುವುದೆಂದು ಅನುಭವವು ತೋರಿಸಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಆಗ ಜಪಸಾಧನೆಯು ಬೇಚಾರೆನಿಸುವುದಿಲ್ಲ; ಕಾಲಕ್ರಮೇಣ ಅದು ಸುಮಧುರ ಅನುಭವವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ. ಮಂತ್ರವು ನಮ್ಮ ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಗೆಳೆಯನಂತಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಆಧಾರಶಿಲೆಯಾಗಿ ನೆಲೆನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಅತ್ತಿತ್ತ ಚಲಿಸುತ್ತಿರುವ ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಏಕತ್ರ ಹರಿಸುವ ಹಡಗಿನ ಹಾಯಿಪಟದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಸಂಕಟದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅದು ಗುಣಪಡಿಸುವ ದಿವ್ಯಾಷ್ಠಿಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಲೂಬಹುದು; ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಆಶ್ರಯಸ್ಥಾನವಾಗಿಯೂ ಪರಿಣಮಿಸಬಹುದು. ಜಪವು ಆಗ ತಾನೇತಾನಾಗಿ ಜೀವಂತ ಸಂಗತಿಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅದರ ಕಡೆ ತಿರುಗಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ನಮ್ಮ ಅಜ್ಞಾತ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದ ಮೇಲೆದ್ದು, ನಮ್ಮನ್ನು ಅಭಿನಂದಿಸಲು ಅದು ಸಿದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಕ್ರಮೇಣ ಜಪವೆನ್ನುವುದು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯೇ ಆಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಅತ್ತಿತ್ತ ಅಲೆದಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ಮಂತ್ರವು ತಾನೇತಾನಾಗಿ ಅಂತರಾಳದಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಯಾವ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಪ್ರಯತ್ನವಿಲ್ಲದೇ ಅದು ನಮ್ಮೊಳಗೇ ಪ್ರತಿಧ್ವನಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಭಾವಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವುದೇನೆಂದರೆ, ಆ ಪುಣ್ಯಧ್ವನಿಯನ್ನು ಕೇಳುತ್ತ ಇರುವುದು, ಅಷ್ಟೇ.

ಹಾಗೆ ನೋಡಿದರೆ, ಜೆನ್ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಲಾಗುವ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಕೊಯಾನ್ ಅಥವಾ ಧಾರ್ಮಿಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಜಪವು ಸಮಂಜಸ ಉತ್ತರವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ. ಆ ಪ್ರಶ್ನೆ ಹೀಗಿದೆ: "ಬುದ್ಧನ ಹೆಸರನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸುವವನು ಯಾರು?" ನಾವು ಜಪ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ನಿಷ್ಣಾತರಾದಾಗ, ಬುದ್ಧನ ಅಥವಾ ಭಗವಂತನ ಹೆಸರು ತನಗೆ ತಾನೇ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸದಾಕಾಲವೂ ಪ್ರತಿಧ್ವನಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಯಾರೂ ಭಗವಂತನ ಹೆಸರನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ, ಆ ಉಚ್ಚಾರ ತನಗೆ ತಾನೇ ಆಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. *

ಜಪಸಾಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಶ್ರೀಮಾತೆ ಶಾರದಾದೇವಿಯವರು

ಭಗವಂತನ ನಾಮಸ್ಮರಣೆಯಿಂದ ನಿನ್ನ ಶರೀರ-ಮನಸ್ಸುಗಳು ಶುದ್ಧವಾಗಲಿ!

ಮಂತ್ರದಿಂದ ಶರೀರ ಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ. ಭಗವಂತನ ನಾಮಜಪದಿಂದ ಮನುಷ್ಯ ಪವಿತ್ರನಾಗುತ್ತಾನೆ, ಪುನೀತನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಈ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಇನ್ನೇನಾಗದೇ ಹೋದರೂ ಶರೀರವಂತೂ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗೇ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಗಾಳಿ ಮೋಡವನ್ನು ಸರಿಸುವಂತೆ, ಭಗವಂತನ ನಾಮವು ಅಜ್ಞಾನದ ಮೋಡವನ್ನು ದೂರಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಈ ಜಪವೇ ಮೊದಲಾದ ಸಾಧನೆಗಳ ಮಹತ್ವ ನಿನಗೆ ಗೊತ್ತೇ? ಇವುಗಳಿಂದ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಡಬಹುದು.

ಜಪವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೆ ಮಲಿನತೆ ಖಂಡಿತ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಜಪ ಮಾಡದೆ ಇದ್ದರೆ ಹೇಗಾದೀತು?

ಜಪತಪಗಳಿಂದ ಕರ್ಮಪಾಶ ಕತ್ತರಿಸಿಹೋಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಭಕ್ತಿ-ಪ್ರೇಮಗಳಿಲ್ಲದೆ ಭಗವಂತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾಗಲಾರದು. ಜಪತಪಗಳು ಏಕೆ ಗೊತ್ತೇ? ಅವುಗಳಿಂದ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಕಾಟವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಅಭ್ಯಾಸದ ಶಕ್ತಿ ಎಷ್ಟೆಂಬುದನ್ನು ನೋಡು! ಒಂದೇ ಸಮನೆ ಜಪ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಮನುಷ್ಯ ಭಗವಂತನನ್ನೇ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಗಡಿಯಾರ 'ಟಿಕ್, ಟಿಕ್' ಶಬ್ದ ಮಾಡುವಂತೆ, ಭಗವಂತನ ನಾಮವನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತಲೇ ಹೋಗಬೇಕು. ಅದು ನಿನಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೇನನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಯೇ ಇಲ್ಲ.

