ಸ್ವಾಮಿ ವಿಜ್ಞಾನಾನಂದರ ಉಪದೇಶಗಳು

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಪರಮಹಂಸರ ಅಂತರಂಗ ಶಿಷ್ಯರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಾದ ಸ್ವಾಮಿ ವಿಜ್ಞಾನಾನಂದರ (೧೮೬೮–೧೯೩೮) ಜಯಂತಿಯನ್ನು ನವೆಂಬರ್ ೫ ರಂದು ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಮಿಷನ್ನಿನ ಶಾಖಾಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲೆಲ್ಲ ಅವರ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅವರ ಉಪದೇಶಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

P ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೇ ನೀನು ಒಳಿತನ್ನು ಬಯಸಬೇಕು. ಎಲ್ಲರ ಒಳಿತಿಗಾಗಿ ಇರುವ ಸ್ತೋತ್ರಗಳು ನಿನ್ನ ದೈನಂದಿನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಲ್ಲಿರಲಿ. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಭಗವತ್ಕೃಪೆ ಲಭಿಸಲಿ. ಇಡೀ ವಿಶ್ವ ಒಳಿತಿನಿಂದ ತುಂಬಿಹೋಗಲಿ. ಈ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಭಾವನೆ ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಜೀವಂತವಾಗಿರಲಿ.

P ನೀನು ಏನನ್ನು ಆಲೋಚಿಸುತ್ತೀಯೋ, ಅದನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತೀಯೆ. ಪ್ರೀತಿಯ ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಿನ್ನ ಆತ್ಮವನ್ನು ವಿಶಾಲಗೊಳಿಸುವುದು. ಅದೇ ರೀತಿ ಕೋಪ, ಅಸೂಯೆಗಳು ನಿನ್ನ ಆತ್ಮವನ್ನು ಸಂಕುಚಿತಗೊಳಿಸುವುದು.

P ಮನಸ್ಸು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗದೆ ನೀನು ಭಗವಂತನನ್ನು ಅರಿಯಲಾರೆ, ಅವನನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರೆ. ನೀನು ಜಾಗರೂಕನಾಗಿರಬೇಕು. ದುಷ್ಟ ಭಾವನೆಗಳು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಾಗಲೆಲ್ಲ ಅವು ದೇಹದ ರಕ್ತವನ್ನೆಲ್ಲ ಕಲುಷಿತಗೊಳಿಸುವವು.

P ಕೆಟ್ಟ ಭಾವನೆಗಳು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏಳಲು ಅವಕಾಶ ಕೊಡಬೇಡ. ಅವುಗಳು ಬಂದಾಗ ಠಾಕೂರರ (ಭಗವಂತನ) ನಾಮವನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ವ್ಯಾಕುಲತೆಯಿಂದ ಉಚ್ಚರಿಸುತ್ತ ಹೋಗು. ಆಗ ಆ ಭಾವನೆಗಳು ದೂರವಾಗುವವು.

P ಮನಸ್ಸನ್ನು ದೇವರಲ್ಲಿ ಇಡುವುದೇ ಮಾನವನು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಆದ್ಯಕರ್ತವ್ಯ. ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಉಸಿರಿನೊಂದಿಗೆ ಅವನ ಚಿಂತನೆ ಹರಿಯಬೇಕು.

P ಮನಸ್ಸು ಬಹಳ ಬೇಗ ಮರುಳಾಗುವುದು, ಮೋಹದಿಂದ ಬಂಧಿತವಾಗುವುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಬಹಳ ದೊಡ್ಡ ಆಘಾತ ಉಂಟಾಗದೆ ಅದು ನಿಜವಾಗಿ ಭಗವಂತನ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗದು. ಭಾರೀ ಪೆಟ್ಟು ಬಿದ್ದಾಗ ಅದು ಭಗವಂತನತ್ತ ತಾನಾಗಿ ತಿರುಗುವುದು.

P ಮನಸ್ಸು ಉನ್ನತವಾದ ನಿಯಮಗಳಿಗೆ ಅನುಗಣವಾಗಿ ಕಂಪಿಸತೊಡಗಿದಾಗ ನಿನ್ನ ಇಷ್ಟದೇವತೆಯ, ಇತರ ದೇವದೇವತೆಗಳ ದರ್ಶನ ಸಕಲ ವೈಭವಗಳಿಂದ ಕೂಡಿ ನಿನ್ನ ಭ್ರೂಮಧ್ಯೆ ನಿನಗಾಗುವುದು.

P ದೇವರು ಒಳಗೂ ಇದ್ದಾನೆ, ಹೊರಗೂ ಇದ್ದಾನೆ. ಅವನು ನಿನ್ನ ಒಳಗೂ ಇದ್ದಾನೆಂದು ತಿಳಿದಾಗ ನಿನ್ನ ಕಾಮನೆಗಳು ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಬರುವವು. ದೇವರ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾದಾಗ ನಮ್ಮ ಕಾಮನೆಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಡುವವು. ಯಾವಾಗಲೂ ಭಗವಂತನ ನಾಮವನ್ನು ಜಪಿಸು. ಸಹೋದರ, ನಿನಗೆ ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು ಬಾರಿ ಜಪಿಸು. ನಿನಗೆ ಯಾವ ಭಯವೂ ಬೇಕಿಲ್ಲ.

P ನಿನಗೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ದೃಢವಾದ ವಿಶ್ವಾಸ, ಭರವಸೆ ಮತ್ತು ಸಹನೆ. ಇವುಗಳ ಆಧಾರದಿಂದ ನೀನು ಕ್ರಮೇಣ ಗುರಿ ತಲುಪುವೆ. ಶ್ರದ್ಧೆಯನ್ನು ಬಲವಾಗಿ ಆಧರಿಸಿ ಹಿಡಿದುಕೋ; ಅದನ್ನೆಂದಿಗೂ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಡ. ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಬಗೆಯ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸದ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನೂ ನೀನು ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಕಾಣಲಾರೆ. ನಂಬಿಕೆಯಿಲ್ಲದೆ ಒಂದು ಬಾರಿ ಉಸಿರನ್ನೂ ನೀನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾರೆ.

P ಪಾವಿತ್ರ್ಯ, ಸತ್ಯಸಂಧತೆ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಇವು ನಿನ್ನ ಜೀವನದ ಅಡಿಪಾಯವಾಗಿರಲಿ. ಅದರೊಂದಿಗೆ ಶ್ರದ್ಧೆ ಇರಬೇಕು. ಇವುಗಳಿದ್ದರೆ ಯಾವ ಸನ್ನಿವೇಶವೇ ಬಂದೊದಗಲಿ, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಂದು ನೆಮ್ಮದಿಯಿರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲೂ ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದ ಇರುವುದು ಧಾರ್ಮಿಕ ಜೀವನದ ಒಂದು ಲಕ್ಷಣ.

P ಆಸೆಯೇ ಎಲ್ಲ ಕೆಡುಕಿನ ಮೂಲ. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಆಸೆಗಳಿರುವವರೆಗೂ ನಿನಗೆ ನೆಮ್ಮದಿ ಉಂಟಾಗದು. ಆಸೆಗಳು ಇಲ್ಲವಾದಾಗಲೇ ನೀನು ಮುಕ್ತ.

P ತ್ಯಾಗವಿಲ್ಲದೆ ಧಾರ್ಮಿಕ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಏನನ್ನೂ ಗಳಿಸಲಾರೆ. ನೀನು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ತ್ಯಜಿಸಲು ಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

P ಪವಿತ್ರಾತ್ಮರಿಗೆ ಭಗವಂತ ತಾನಾಗಿಯೇ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವನು.

P ನಿನ್ನ ಒಳಗೇ ಗುರು ನೆಲೆಸಿದ್ದಾನೆ. ಅವನನ್ನು ಬೇರೆಲ್ಲೂ ಹುಡುಕಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

(ಸಂಗ್ರಹ – 'Swami Vijnanananda : His Life and Sayings' ಗ್ರಂಥದಿಂದ)

*