

ಶರಣಾಗತಿ:

ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲೇ ಮೋಕ್ಷ ಸಿದ್ಧಿಸಬೇಕಾದರೆ ನಮ್ಮ ಶಕ್ತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ವಿನಿಯೋಗಿಸಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಸರ್ವಸ್ವವನ್ನೂ ಆತನಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಬೇಕು. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಆತನಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಬೇಕು. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಶ್ರದ್ಧಾ ಭಕ್ತಿಗಳನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಹೊಂದಬೇಕು. ಇದರ ಅರ್ಥವೇನೆಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಭಕ್ತಿ ಶ್ರದ್ಧೆ ತುಂಬಿ ತುಳುಕಾಡುವ ಪಾತ್ರೆಯಂತಿರಬೇಕು. ಯಾರಿಗೆ ಇಷ್ಟೊಂದು ವಿಪುಲವಾದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಶ್ರದ್ಧೆ ಭಕ್ತಿಗಳಿವೆ? ಆದರೂ ನಿರಾಸೆಗೆ ಕಾರಣವಿಲ್ಲ. ನಿನ್ನ ಶಕ್ತಿ ಮೀರಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡು, ಆದರೆ ಈ ಒಂದು ದೃಢ ವಿಶ್ವಾಸವಿರಲಿ. ನೀನೆಷ್ಟೇ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟರೂ ಅದು ಅತ್ಯಲ್ಪ. ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಧೈಯವಾಗಿರುವಾಗ ಎಷ್ಟೇ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟರೂ ಸಾಲುವುದಿಲ್ಲ. ಕೊಟ್ಟುಕೊನೆಗೆ ನಾವು ಗುರಿಯನ್ನು ಅವನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಮಾತ್ರ ಸೇರಲು ಸಾಧ್ಯ. (ಪು. ೧೩)

ದೇವರ ಸ್ಮರಣೆ:

ದೇವರ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡು. ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಅವನನ್ನು ಮನನ ಮಾಡು. ಆತನು ನಿನ್ನವನೇ. ಅವನನ್ನು ನಿನ್ನ ಸ್ವಂತ ಆತ್ಮಕ್ಕಿಂತ ಇನ್ನೂ ಹತ್ತಿರವನು, ಪ್ರೀತಿ ಪಾತ್ರನೆಂದು ತಿಳಿ. ಯಾರು ನಿನ್ನ ಇಹ ಮತ್ತು ಪರ ಜೀವನದ ಆಧಾರಭೂತನಾಗಿ ಆಶ್ರಯದಾತನಾಗಿರುವನೋ ಆತನನ್ನು ತ್ರಿಕರಣ ಪೂರ್ವಕ ಪ್ರೀತಿಸು. (ಪು. ೧೪-೧೫)

ಜಪ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ:

ನೀನು ಜಪ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಮೀಸಲಾಗಿಡುವ ಕಾಲ ಎಷ್ಟೇ ಅಲ್ಪವಾಗಿರಲಿ ಕೇವಲ ಹತ್ತು ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷಗಳಾದರೂ

ಚಿಂತೆ ಇಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ಮಾಡು. ದೇವರೇ ನಿನ್ನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುವನು. ಅವನೇ ನಿನ್ನ ಅಂತರಂಗದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕ. ಅವನು ನಿನ್ನ ಹೃದಯವನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾನೆ. ಅವನಿಗೆ ನೀನು ಎಷ್ಟು ಹೊತ್ತು ಆತನನ್ನು ಕುರಿತು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೀಯೆ ಅಥವಾ ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ಜಪಮಾಡಿದೆ ಎಂಬುದು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ. ಅವನಿಗಾಗಿ ನೀನು ಎಷ್ಟು ಕಾತರನಾಗಿರುವೆ ಎಂಬುದು ಮಾತ್ರ ಮುಖ್ಯ. (ಪು. ೨-೩)

ಜಪ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ನಿನ್ನ ಇಷ್ಟದೇವತೆಯ ಆಕಾರದ ಮೇಲೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಜಪ ಅಷ್ಟು ಆನಂದದಾಯಕವಾಗಲಾರದು. ಧ್ಯಾನಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಇಷ್ಟದೇವತೆಯ ಸಂಪೂರ್ಣ ರೂಪ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೂ ಚಿಂತೆಯಿಲ್ಲ. ಆ ಆಕಾರದ ಯಾವಭಾಗ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದರೆ ಅದರಿಂದಲೇ ಪ್ರಾರಂಭಿಸು. ನಿನಗಿದು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೂ ಮರಳಿ ಮರಳಿ ಯತ್ನಿಸು. ನಿನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲವೆಂದು ಅದನ್ನು ಏಕೆ ಬಿಡಬೇಕು? ದೃಢ ಚಿತ್ತದಿಂದ ನೀನು ಅದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತಿರಬೇಕು. ಕೇವಲ ಇಚ್ಛಾಮಾತ್ರದಿಂದಲೇ ಅಷ್ಟೊಂದು ಸುಲಭವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಲಭಿಸುವುದೇ? ಧ್ಯಾನಿಸುವ ವಸ್ತುವಿನ ಮೇಲೆ ಅದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸತತವಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. (ಪು. ೪)

ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಒಂದು ಏಕಾಂತಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮಬ್ಬಾದ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಕತ್ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಮಾಡಿ. ಸಡಿಲವಾದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಧರಿಸಿ, ಬಾಯಿಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ. ಮೂಗಿನಿಂದ ಉಸಿರಾಡಿ. ಧ್ಯಾನದ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಮುಖರಾಗಲು ಯತ್ನಿಸಿ, ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು, ಮುಚ್ಚಿ ಹೃದಯದ ಕಮಲದಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರಮಾಡಿ, ನಿಮ್ಮ ಇಷ್ಟದೇವರು ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾಗಿ ಅಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವನೆಂದು ಭಾವಿಸಿ.



ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಜೀವನ : ಅದರ ಮೂರು ಮಜಲುಗಳು

ಮಾನವನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾರತವು ಮೂರು ಮಜಲುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತದೆ. ಮನುಷ್ಯನ ಧಾರ್ಮಿಕ ಆಕಾಂಕ್ಷೆ, ಪೂಜೆ, ಆರಾಧನೆಗಳ ಬಾಹ್ಯಕರ್ಮದಲ್ಲಿ ಅದು ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಇಂದ್ರಿಯಗೋಚರವಾದ ಮತ್ತು ಸ್ಥೂಲವಾದುದರಮೂಲಕವಾಗಿ ನಿತ್ಯವಾದುದನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಈ ಮಜಲಿನ ನೇಮನಿಷ್ಠೆಗಳು ಸಾಧಕನನ್ನು ಎರಡನೆಯ ಮಜಲಾದ ಅಂತರಂಗ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಬೇಕು. ಈ ಮಜಲಿನಲ್ಲಿ ಆತನು ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿಯೇ ನಿಕಟವಾಗಿ ಭಗವಂತನಿರುವನೆಂಬುದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಕಲಿತುತ್ತಾನೆ. ನಿಜವಾದ ಧರ್ಮ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವುದು ಈ ಮಜಲಿನಲ್ಲಿಯೇ. ಹೃದಯವು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಅಂತರಂಗದ ದೈವಶಕ್ತಿಯ ಆಕರ್ಷಣೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ; ಧ್ಯಾನ ಕಾರ್ಯವು ಆನಂದದಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಮಜಲಿನಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ತುಂಬಾ ಮುಂದುವರಿಸಿದಾಗ ಅದು ದೈವ ಕೃಪೆಯನ್ನು ಕೆಳಕ್ಕೆ ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾದಾಗ ಆತ್ಮವು ಮೂರನೆಯ ಮಜಲನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ಸಾಧಕನು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿರುವಾಗ ತನ್ನ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿಯೂ, ಕರ್ಮರಂಗದಲ್ಲಿರುವಾಗ ಬಹಿರಂಗದಲ್ಲಿಯೂ ಭಗವಂತನನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ಭಾರತವು ಇದನ್ನು ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಸಾಧನೆಯೆಲ್ಲದರ ಹೆಗ್ಗುರಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತದೆ.

-ಸ್ವಾಮಿ ರಂಗನಾಥಾನಂದ ('ಪರಿವರ್ತನಶೀಲ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಶಾಶ್ವತ ಮೌಲ್ಯಗಳು', ಭಾಗ ೧, ಪು. ೧೪೪)

ಸಾಧಕನ ಕೈದೀವಿಗೆ

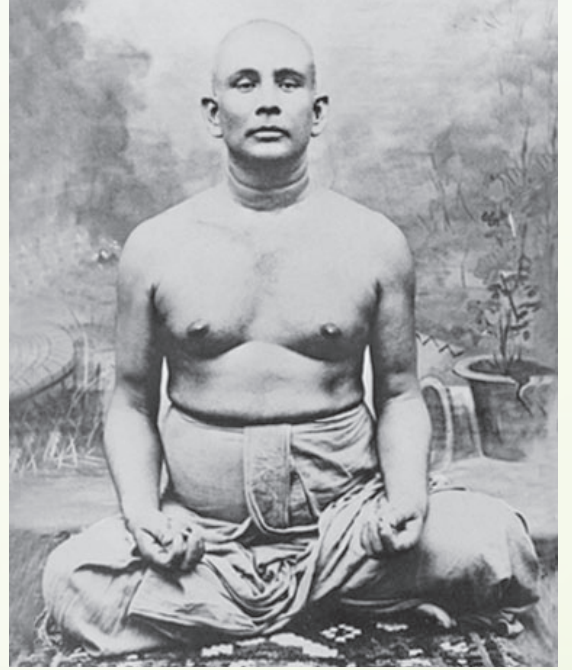
ಸ್ವಾಮಿ ರಘುವೀರಾನಂದ

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಪರಮಹಂಸರ ನೇರ ಶಿಷ್ಯರಲ್ಲಿ ವೇದಾಂತದ ಆದರ್ಶಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಅತ್ಯಂತ ಕಠಿಣ ತಪಸ್ಸು, ಶಾಸ್ತ್ರ ಅಧ್ಯಯನ, ಭಕ್ತಿ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಮೈಗೂಡಿಸಿಕೊಂಡು ಉನ್ನತ ಸಂತಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಿದ ಮಹಾತ್ಮರು ಸ್ವಾಮಿ ತುರಿಯಾನಂದರು. ಅವರ ಉಪದೇಶಗಳ ಸಂಕಲನವೇ 'ಸಾಧಕನ ಕೈದೀವಿಗೆ.' ಈ ಕೃತಿಯ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿರುವ ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಯವರು ಗುಜರಾತಿನ ರಾಜ್‌ಕೋಟ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಆಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧಕನಿಗೆ ತನ್ನ ಸಾಧನೆಯ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಬರುವ ತೊಡಕುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಮತ್ತು ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆಯಲು ಒಬ್ಬ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯ. ಈ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕನನ್ನು ಈಶ್ವರ, ಗುರು, ಆತ್ಮ ಮುಂತಾದ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಕತ್ತಲಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವವನಿಗೆ ಕೈದೀವಿಗೆಯು ಹೇಗೆ ಮುಂದೆ ಹೆಜ್ಜೆ ಇಡಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆಯೋ ಹಾಗೆಯೇ ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ಪಥದಲ್ಲಿ ಪಯಣಿಸುವ ಸಾಧಕನಿಗೆ ಧಾರ್ಮಿಕ ಗ್ರಂಥಗಳು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯಂತೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇಂತಹ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ 'ಸಾಧಕನ ಕೈದೀವಿಗೆ' ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದ ಬಾಗಿಲನ್ನು ತೆರೆದು ಹೃದಯಾಂತರಾಳದಲ್ಲಿ ಬೆಳಗುತ್ತಿರುವ ಜೋತಿಯನ್ನು ಕಾಣಲು, ಅನುಭವಿಸಲು, ಅದರಿಂದ ಹೊಮ್ಮುವ ಆನಂದವನ್ನು ಸವಿಯಲು ಸಹಕರಿಸುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಗ್ರಂಥ.

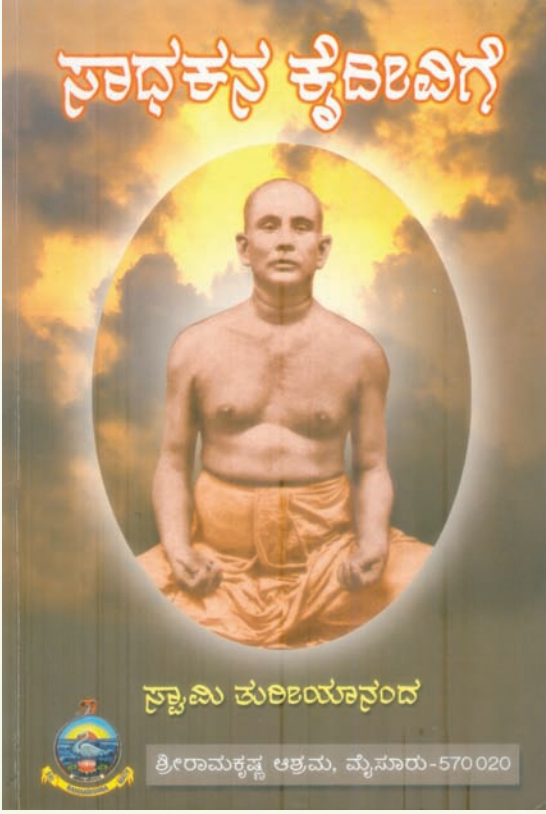
ಸ್ವಾಮಿ ತುರಿಯಾನಂದರು ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ನೇರ ಶಿಷ್ಯರುಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು. ಅವರು ಬಹಿರಂಗ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಯಾವ ಬಹಿರಾಡಂಬರವೂ ಇಲ್ಲದೇ ಶುದ್ಧ ಸತ್ಯಗುಣದ ಮೂಲಕ ಬ್ರಹ್ಮ ತೇಜಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ರಾರಾಜಿಸುತ್ತಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಅವರದು.

ಯಾರಿಗೆ ಭಗವಂತನನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂಬ ತೀವ್ರ ವ್ಯಾಕುಲತೆ ಇರುವುದೋ ಅಂತಹವರು ಮಾತ್ರ ಇವರ ಉಪದೇಶದ ಉಪಯೋಗವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದ ಸಾಧನಾ ಪಥದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಸಂಶಯ, ದೌರ್ಬಲ್ಯ, ಪ್ರಲೋಭನೆಗಳನ್ನು ದಾಟಿ ಮುಂದೆ ಸಾಗಲು ಸ್ವಾಮಿ ತುರಿಯಾನಂದಜಿಯವರಂತಹ ಒಬ್ಬ ಸಿದ್ಧ ಪುರುಷರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಸಿಕ್ಕರೆ ಒಬ್ಬ ಸಾಧಾರಣ ಮನುಷ್ಯನು ಕೂಡ ಆತ್ಮ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿದು ತನ್ನ ಗುರಿಯನ್ನು ತಲುಪಬಲ್ಲ. ಸ್ವಾಮಿ ತುರಿಯಾನಂದರು ಯಾವ ಪುಸ್ತಕವನ್ನೂ ಬರೆದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಭಕ್ತರು ಹಾಗೂ ಶಿಷ್ಯರು ಕೇಳಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಹೇಳಿದ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದ ನಿಕಟವರ್ತಿಗಳು ಅವುಗಳನ್ನು ಪುಸ್ತಕದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿದರು. 'ಸಾಧಕನ ಕೈದೀವಿಗೆ' ಗ್ರಂಥವು ಈ ಉತ್ತರಗಳ ಸಂಕಲನದ ಕನ್ನಡಾನುವಾದ. ಇಲ್ಲಿನಾವು ಸ್ವಾಮಿ ತುರಿಯಾನಂದರು ತಮ್ಮ ಶಿಷ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಹಾಗೂ ಭಕ್ತರೊಂದಿಗೆ ನಡೆಸಿದ ಸಂಭಾಷಣೆ



ಯನ್ನು ದಿನಾಂಕಗಳ ಸಮೇತ ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಇಂತಹ ಉಪದೇಶಗಳ ಕೆಲವು ಭಾಗಗಳನ್ನು ನೋಡೋಣ.

ಸ್ವಾಮಿ ತುರಿಯಾನಂದಜಿಯವರು, ಸಾಧಕನಾದವನು ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಶರಣಾಗತಿ ಹೊಂದುವಂತೆ ಹೆಚ್ಚು ಒತ್ತಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. "ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಿನ್ನನ್ನು ಭಗವಂತನಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿಕೋ" ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು. "ಅಹಂಕಾರವು ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ವಿನಾಶದತ್ತ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಕಾಮಕ್ರೋಧಾದಿ ವೈರಿಗಳ ಹೊಡೆತಕ್ಕೆ ಸಿಕ್ಕಿಸಿ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನೇ ನಾಶಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸರ್ವಶಕ್ತನಾದ ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಶರಣಾಗು. ಯಾವಾಗ ನಿನಗೆ 'ಕೇವಲ ಭಗವಂತನೇ ನನ್ನ ಸರ್ವಸ್ವ: ಐಶ್ವರ್ಯ, ಕೀರ್ತಿ, ಬಂಧುಗಳು ಇವೆಲ್ಲ ಯಾವ ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕೂ ಬಾರದವು' ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆ ಬರುವುದೋ ಆಗ ನೀನು ಸರಿಯಾದ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತಿರುವೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೋ" ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು. ಭಗವಂತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾಗಬೇಕಾದರೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕರ್ತೃತ್ವ ಬೋಧೆಯನ್ನು



ಬಿಡಬೇಕು. ಭಗವಂತನನ್ನು ಅಂತರ್ಯಾಮಿ, ಸರ್ವಜ್ಞ, ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಶರಣಾಗಲು ನಮಗೆ ಭಯ. ಕೇವಲ ಕಪಟ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಆತನನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಅವನೇನು ಮಗುವಿನ ಕೈಯಲ್ಲಿನ ಮಿಠಾಯಿಯಲ್ಲ ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು, 'ಅದ್ವೈತ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದ ಮೇಲೆ ನಿನ್ನಿಚ್ಛೆ ಬಂದಂತೆ ಮಾಡು' ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು.

“ನಿಜವಾದ ಭಕ್ತನು ಹೇ ಭಗವಂತ ಸರ್ವಸ್ವವೂ ನೀನೇ ಎನ್ನುತ್ತಾನೆ. ಎಲ್ಲವೂ ನಿನ್ನದೇ ಎನ್ನುತ್ತಾನೆ. ಇದು ಅದ್ವೈತವಲ್ಲದೆ ಇನ್ನೇನು? ಆದರೆ ಭಕ್ತನು ನಾನು ಭಗವಂತನಿಂದ ಬೇರೆ, ನಾನು ಸ್ವತಂತ್ರನು ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದರೆ ಅದು ತುಂಬಾ ಹಾನಿಕರ. ಎಲ್ಲವೂ ಭಗವಂತನ ಇಚ್ಛೆಯಂತೆ ನಡೆಯುವುದು ಎಂದು ನಾವು ಸದಾ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಅಹಂಕಾರದಿಂದ ಪಾರಾಗಿ ಎಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ನಾವು, 'ಭಗವಂತನೇ ಕರ್ತ, ನಾವಲ್ಲ' ಎಂದು ಅರಿಯುತ್ತೇವೆಯೋ ಅಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ನಮ್ಮ ಹೃದಯ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿ ತುಳುಕಾಡುವುದು. ಭಗವಂತನ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗಲು ನಾವು ಒಂದು ಹೆಜ್ಜೆಯನ್ನಿಟ್ಟರೆ ಆತ ನಮ್ಮೆಡೆಗೆ ಹತ್ತು ಹೆಜ್ಜೆಯನ್ನು ಇಡುವನು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಪ್ರಯತ್ನ ಪಡಲೇಬೇಕು. ಸೋಮಾರಿ ತನದಿಂದ ಏನೂ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ, ಅದೊಂದು ಮಾನಸಿಕ ಜಾಡ್ಯ. ಮೊಸರಿನಿಂದ ಬೆಣ್ಣೆ ತೆಗೆದು ನಿಮ್ಮ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ಇಡಬೇಕು ಎಂದು ಬಯಸುವಿರೇನು? ಯಾರು

ನಿನಗಾಗಿ ಅದನ್ನು ಮಾಡಲಾರರು. ನಿನಗೆ ಹಸಿವಾಗಿದ್ದರೆ ನೀನು ಉಂಡರೆ ಮಾತ್ರ ನಿನ್ನ ಹಸಿವು ಇಂಗುವುದು. ಹಾಗೆ ನೀನೇ ಶ್ರಮಪಡಬೇಕು. ಕಷ್ಟಪಡಬೇಕು. ನೀನು ಆತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಪಡೆಯಬಲ್ಲೆ. ಭಗವಂತನಿಗಾಗಿ ಅಳು. ಅವನಿಗಾಗಿ ತಹತಹಿಸು. ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಿನ್ನ ಅಂತರಂಗದ ವೇದನೆಯನ್ನು ನಿವೇದಿಸು. ಭಗವಂತ ನಿನ್ನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಕೇಳಿಯೇ ಕೇಳು ತ್ತಾನೆ.”

ಸ್ವಾಮಿ ತುರಿಯಾನಂದರು ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ತಮ್ಮ ಮಾತನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: “ನಿಜವಾದ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾತೃ, ಧ್ಯಾನ, ಧ್ಯೇಯ ಇವು ಮೂರೂ ಒಂದಾಗಿ ಅಭಿನ್ನತೆಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ಎಂಬ ಭಾವ ಯಾವಾಗ ಭಗವದ್ಭಾವದಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗುವುದೋ ಆಗ ನಿಜವಾದ ಧ್ಯಾನ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಬಹುದು. ಜ್ಞಾನಿಗಳು ಶಿರದಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ ಸಹಸ್ರಾರ ಪದ್ಧದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಿಸುವರು. ಭಕ್ತರು ಹೃದಯಕಮಲದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಿಸುವರು. ಆದರೆ ಯಾರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲಕ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆಯೋ ಅವರಿಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸ್ಥಾನ ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಿರಾಯಾಸವಾಗಿ ಅವರ ಮನಸ್ಸು ಅಖಂಡ ಪರಬ್ರಹ್ಮನಲ್ಲಿ ಲೀನವಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾರಿಗೆ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೋ ಅವರು ಜಪದ ಮೂಲಕವೂ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಯಾವ ಪ್ರಯತ್ನವೂ ಇಲ್ಲದೆ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಒಂದು ಭಾಗವು ಯಾವಾಗ ಸದಾ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಮಂತ್ರ ಪುರಶ್ಚರಣೆ ಮಾಡುವುದೋ ಆಗ ಜಪಸಿದ್ಧಿಗೆ ನಾವು ಬಹಳ ಹತ್ತಿರವಾಗುತ್ತೇವೆ.”

ಒಬ್ಬ ಶಿಷ್ಯನು ಕೇಳುತ್ತಾನೆ, “ಭಗವಂತನ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗುವ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆದಿದ್ದೇವೆಯೋ ಇಲ್ಲವೋ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಗುವುದು ಹೇಗೆ?” ಅದಕ್ಕೆ ತುರಿಯಾನಂದರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, “ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ, ಲೋಭ ಮುಂತಾದವುಗಳು ಕುಂದುವವು. ಅವನಲ್ಲಿ ವಿಷಯಾಸಕ್ತಿ, ಅಹಂಕಾರ, ಮಮಕಾರಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ” ಎಂದು. “ಒಬ್ಬನು ದಿನವೆಲ್ಲಾ ಹೊಲಕ್ಕೆ ನೀರು ಹಾಯಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಹೊಲದಲ್ಲಿ ರಂಧ್ರಗಳಿದ್ದರೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ನೀರು ಸೋರಿಹೋಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ನಾಮ ಜಪ, ಪುರಶ್ಚರಣೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ವಿಷಯಾಸಕ್ತಿ, ಮೋಹ ಮುಂತಾದ ಮಾನಸಿಕ ದೋಷಗಳಿದ್ದರೆ ಅವನ ಸಾಧನೆ ಫಲಕಾರಿಯಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಕೇವಲ ಕಾಟಾಚಾರಕ್ಕೆ ನೀನು ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವಂತೆ ತೋರಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಏನೂ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ; ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯ ಹೆಂಡದ ಅಂಗಡಿಯ ಹತ್ತಿರ ವಾಸವಾಗಿದ್ದ. ಬೇಡವಾದ ಮಡಕೆಗಳನ್ನು ಆ ಹೆಂಡದ ಅಂಗಡಿಯವನು ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಬಿಸಾಡುತ್ತಿದ್ದ. ಈ ಮನುಷ್ಯನು ದಿನಾಲು ಹೋಗಿ ಆ ಮಡಕೆಗಳನ್ನು ಒಂದು ಕೋಲಿನಿಂದ ಒಡೆಯುತ್ತಿದ್ದ. ಬೆವರು ಸುರಿಸುತ್ತ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ; ಇನ್ನು ನನ್ನಿಂದ ಈ ಕೆಲಸ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ; ಹೀಗೆ ಪುನಃ ಪುನಃ ಅವನು ಯಾವ

ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕೂ ಬಾರದ ಆ ಮಡಕೆ ಒಡೆಯುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ. ಇಂತಹ ಶ್ರಮದಿಂದ ಯಾವ ಪ್ರಯೋಜನವೂ ಇಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆಯಬೇಕೆಂಬ ಸಾಧಕನು ಪರನಿಂದೆಯನ್ನು ವರ್ಜಿಸಬೇಕು.”

ಒಮ್ಮೆ ಸ್ವಾಮಿ ತುರಿಯಾನಂದಜಿಯವರು ಪುರಿಯಲ್ಲಾದ ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ಅನುಭವವನ್ನು ವರ್ಣಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಮಾತಿ ನಲ್ಲಿಯೇ ಕೇಳೋಣ: “ಆಗ ನನ್ನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಮೂಳೆಚಕ್ಕಳ ಬಿಟ್ಟರೆ ಮತ್ತೇನೂ ಇರಲಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ತಿರುಗಲಿಕ್ಕಾಗಲಿ, ಕೈಕಾಲುಗಳನ್ನು ಅಲ್ಲಾಡಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಲಿ ತ್ರಾಣವಿರಲಿಲ್ಲ. ಕೇವಲ ವಾಕ್‌ಶಕ್ತಿ ಮಾತ್ರ ಉಳಿದುಕೊಂಡಿತ್ತು. ಒಂದು ದಿನ ನನ್ನ ದೇಹದಲ್ಲಿದ್ದ ಜೀವ ಹೊರಗಡೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಇನ್ನೊಂದು ಜೀವದೊಡನೆ ಭಯಂಕರ ಕಾದಾಟದಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ಕದನ ಉಗ್ರವಾಗಿತ್ತು. ಅವರು ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಪಟ್ಟುಹಿಡಿದು ಯುದ್ಧ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಈಗ ಒಂದು, ಮುಂದಿನ ಘಳಿಗೆ ಇನ್ನೊಂದು ಜಯಿಸುವಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಬಾಹ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಜೀವ ನನ್ನ ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ಜೀವವನ್ನು ಕಸಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಹೋರಾಡುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ ಈ ಜೀವ ಹೋಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಕಟ್ಟಕಡೆಗೆ ಬಾಹ್ಯಜೀವ ಸೋತು ಹೊರಟು ಹೋಯಿತು. ನಾನು ದೂರದಿಂದ ಈ ಯುದ್ಧವನ್ನು ಆಶ್ಚರ್ಯದಿಂದ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆಂದು ಭಾಸವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ನಾನು ನನ್ನ ಹತ್ತಿರವಿದ್ದವರಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ ಈ ಬಾರಿ ನಾನು ಉಳಿದೆ. ಸಾಯುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು. ನಂತರ ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ನನಗೆ ಗೋಚರಿಸಿ, ‘ಇದೇನು, ಮೇಲಕ್ಕೆ ಎದ್ದೇಳು’ ಎಂದರು.”

ಒಬ್ಬ ಶಿಷ್ಯನು ಕಾಮದ ವಿಷಯವಾಗಿ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದನು. ಅದಕ್ಕೆ ಸ್ವಾಮಿ ತುರಿಯಾನಂದಜಿಯವರು ಉತ್ತರಿಸುತ್ತ, “ಆದರೆ ಹಿಂದೆ ಏನೋ ಮನಃಶಾಸ್ತ್ರವಿದೆ. ಅದಾವುದು? ಅದೇ ಏಕತ್ವವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂಬಾಸೆ. ಅಂತಹ ಪ್ರೇಮದ ಒಂದು ಸ್ವರೂಪವೇ ಕಾಮ. ಆದರೆ ಜನ ಅದನ್ನು ತಪ್ಪಾಗಿ ತಿಳಿಯುವರು. ಅವರು ಸ್ಥೂಲದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವರು. ಅದಕ್ಕೇ ಪವಿತ್ರ ವಸ್ತುವಾದ ಭಗವಂತನ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗಲು ಅಸಮರ್ಥರಾಗುವರು. ಹಾಗೂ ಕೆಲವರು ಇದರ ಮೂಲಕವೂ ಭಗವತ್ಪ್ರಾಪ್ತಾರ ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಚಂಡೀದಾಸ, ಬಿಲ್ವಮಂಗಲ, ತುಳಸೀದಾಸ ಇತ್ಯಾದಿ. ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ, ಅಂಜಕೆ, ವ್ಯಾಮೋಹ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೊಂದರಿಂದ ಬೇಕಾದರೂ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಗೋಪಿಯರು, ಕಂಸ, ಶಿಶುಪಾಲ ಹಾಗೂ ಯಶೋದೆಯಲ್ಲಿದ್ದಂತೆ.”

**ಕಾಮಃ ಕ್ರೋಧಂ ಭಯಂಸ್ನೇಹಮೈಕ್ಯಂ ಸೌಹೃದಮೇವ ಚ |
ನಿತ್ಯಂ ಹರ್ತೃ ವಿದಧತೋ ಯಾಂತಿ ತನ್ಮಯತಾಂ ಹಿ ತೇ ||**

‘ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ, ಭಯ, ವ್ಯಾಮೋಹ ಸ್ನೇಹ ಮತ್ತು ಸಖ್ಯ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಭಾವನೆಯನ್ನು ಭಗವಂತ

ನಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸಿದರೂ ಅವರು ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿ ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವರು.’ ಆದರೆ ಮನಸ್ಸು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿರಬೇಕು. ಯಾರು ನಾಲಗೆಯ ರುಚಿ ಮತ್ತು ಕಾಮಪ್ರವೃತ್ತಿ ಇವುಗಳನ್ನು ಅಂಕೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಸಮರ್ಥನೋ ಅವನು ಎಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದರೂ ಸುಖವಾಗಿರಬಹುದು.

**ಪೃಥಿವ್ಯಾಂ ಯಾನಿ ಭೂತಾನಿ ಜಿಹ್ವೋಪಸ್ಥನಿಮಿತ್ತಕಮ್ |
ಜಿಹ್ವೋಪಸ್ಥ ಪರಿತ್ಯಾಗೇ ಪೃಥಿವ್ಯಾಂ ಕಿಂ ಪ್ರಯೋಜನಮ್ ||**

‘ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಿಯೂ ನಾಲಿಗೆ ಮತ್ತು ಕಾಮತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ಹುಡುಕುತ್ತಿದೆ. ಯಾರು ಇವುಗಳ ಹಂಬಲವನ್ನು ಬಿಡುವರೋ ಅವರಿಗೆ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಯಾವುದರಿಂದ ತಾನೆ ಏನು ಪ್ರಯೋಜನ?’

**ತಾವಜ್ಜಿತೇಂದ್ರಿಯೋ ನಸ್ಯಾದ್ಜಿಜಿತಾನ್ಯೇಂದ್ರಿಯಃ ಪುಮಾನ್ ||
ನ ಜಯೇದ್ರಸನಂ ಯಾವಜ್ಜಿತಂ ಸರ್ವಂ ಜಿತೇ ರಸೇ ||**

‘ಯಾರು ನಾಲಿಗೆಯ ವಿನಹ ಇತರ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸುವರೋ ಅವನನ್ನು ಜಿತೇಂದ್ರಿಯನೆನ್ನಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ರುಚಿಯನ್ನು ಗೆದ್ದರೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಗೆದ್ದಂತೆ.’

**ಇಂದ್ರಿಯಾಣಾಂ ಹಿ ಸರ್ವೇಷಾಂ ಯದ್ಯೇಕಂ ಕ್ಷರತೀಂದ್ರಿಯಂ |
ತದಸ್ಯ ಕ್ಷರತಿ ಪ್ರಜ್ಞಾಂ ಧೃತೇಃ ಪಾತ್ರಾದಿವೋದಕಂ ||**

‘ಕೇವಲ ಒಂದು ಇಂದ್ರಿಯವನ್ನು ಅಂಕೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲಾರದೇ ಹೋದರೂ ಬಿರುಕು ಬಿಟ್ಟ ಮಣ್ಣಿನ ಹೂಜಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ನೀರು ಸೋರಿ ಹೋಗುವಂತೆ ಸಾಧಕನ ಜ್ಞಾನಾರ್ಜನೆಯೆಲ್ಲ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುವುದು.’

ಅನುಕೂಲ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಾಗಿ ಕಾಯುವುದು ಒಂದು ಭ್ರಾಂತಿ. ವ್ಯರ್ಥ. ಈಗ ಇಲ್ಲವೋ ಎಂದಿಗೂ ಇಲ್ಲ. ಸಂಪೂರ್ಣ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಒಂದು ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿದರೆ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳೂ ಅನುಕೂಲವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳುವವು.

**ಯ ಇಚ್ಛತಿ ಹರಿಂ ಸ್ವರ್ತುಂ ವ್ಯಾಪಾರಸ್ತಗತ್ಯೇರಪಿ |
ಸಮುದ್ರೇ ಶಾಂತಕಲ್ಲೋಲೇ ಸ್ನಾತುಮಿಚ್ಛತಿ ದುರ್ಮತಿಃ ||**

‘ಯಾರು ತನ್ನ ಕೆಲಸವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಪೂರೈಸಿದ ಮೇಲೆ ಭಗವಂತನನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸುವನೋ ಅವನು ಸಮುದ್ರದ ಅಲೆಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ನಿಂತ ಮೇಲೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಯೋಚಿಸುವ ಮೂಢನಂತೆ.’

ಅಭ್ಯಾಸ ಬಲದಿಂದ ಸದಾ ಭಗವಂತನ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಬೇಕು. ಮೌನ, ನಿರಂತರ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಅಂತರಂಗ ಪ್ರವಾಹ ಉದ್ಭವಿಸಿ ಎಲ್ಲಾ ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿಯೂ, ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡ ಹರಿಯುತ್ತಿರುವುದು. ಈ ರೀತಿ ಉದ್ಭವಿಸಿದ ಝರಿ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾ ಬಹಳ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುವುದು.