

ಇಳಿ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆನಂದವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಹೇಗೆ

ಭಾಗ ೨

ಸ್ವಾಮಿ ರಂಗನಾಥಾನಂದ



ಈಶೋಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸಂಭಾವಿತ ಮನಸ್ಸಿನ, ತನ್ನ ಜೀವನ ದುದ್ದಕ್ಕೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಹೋರಾಡುವ ಭಕ್ತನೊಬ್ಬನನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಈಗ ಅವನ ಜೀವನ ಅಂತ್ಯ ಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ, ಅವನು ಮೃತ್ಯುವನ್ನು ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸಬೇಕು? ಮೃತ್ಯುವನ್ನು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಎದುರಿಸಬೇಕು - ಇದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಸಂಗತಿ. ಹಾಸಿಗೆ ಹಿಡಿದಿರುವ ಅವನು ಹೀಗೆ ಚಿಂತಿಸುತ್ತಾನೆ; “ಹೌದು, ಈ ದೇಹ ಶಿಥಿಲವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದು ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ನಾನು ಹೊತ್ತು ತಂದ ರಸಾಯನಶಾಸ್ತ್ರದ ಪ್ರಯೋಗ ಶಾಲೆ. ಈಗ ಇದನ್ನು ಮೂಲೆಗೆಸೆಯುವ ಕಾಲ ಬಂದಿದೆ. ಇದೇ ದೇಹದ ಸ್ವಭಾವ.” ಮುಂದೆ ಅವನು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ, “ಮನಸ್ಸೇ! ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದನ್ನು ಚಿಂತಿಸು. ಈ ದೇಹ ಇನ್ನೇನು ಬಿದ್ದು ಹೋಗಲಿದೆ. ಇದನ್ನು ಅಗ್ನಿ ಸುಟ್ಟು ಬೂದಿ ಮಾಡುವುದು. ಇದರ ಕೆಲಸ ಮುಗಿಯಿತು. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸೇ - ನೀನು ಮಾಡಿದ ಉತ್ತಮ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ನೆನೆ. ನೀನು ಬಾಳಿದ ಒಳ್ಳೆಯ ಬದುಕನ್ನು, ಉನ್ನತವಾದ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ನೆನೆಪಿಸಿಕೋ.” ಅತ್ಯುತ್ತಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಯುವ ಬಗೆಯನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ವರ್ಣಿಸಿರುವುದು ಹೀಗೆ. ಸಾಯುವ ಗಳಿಗೆಯಲ್ಲೂ ಧನಾತ್ಮಕವಾದ ಚಿಂತನೆ. ಮಾನವ ಜೀವನದ ಪರೀಕ್ಷೆ ಇದು; ಅವನು ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ನೆಲೆಸಿದ್ದ ಎಂಬುದು. ಸಾವಿನ ಗಳಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಅಸಾಧಾರಣ ಧೈರ್ಯವನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿದ ಹಲವು ಮಂದಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ನಾನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಅವರಿಗೆಲ್ಲ ಶಾಂತಿ, ಸ್ಥೈರ್ಯ ಲಭಿಸಿವೆ.

ಜುಲೈ 2018

ದೆಹಲಿಯಲ್ಲಿ ಗೃಹಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳಾಗಿದ್ದ ಶ್ರೀ ಬೇಹ್ಲೆ ಪಿ. ಎಸ್. ಅವರು ನಮ್ಮ ಭಕ್ತರಾಗಿದ್ದರು. ಅವರ ಪತ್ನಿ ಶ್ರೀಮತಿ ಉಷಾ ಬೇಹ್ಲೆ ಅವರು ಒಳ್ಳೆಯ ಭಕ್ತೆ. ಅಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಉಷಾ ಅವರನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರ ಅಜ್ಜ ಪಂಜಾಬಿನ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ನಾಯಕರಾಗಿದ್ದ ಮಹಾತ್ಮಾ ಹಂಸರಾಜ್. ಒಂದು ದಿನ ಉಷಾ ಅವರ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿದಾಗ ಅವರಿಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇದ್ದುದಾಗಿ ತಿಳಿದುಬಂತು. ಆಕೆ ನಮ್ಮ ಸಂಘಕೋಸ್ಕರ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಸ್ವಿಟ್ಜರ್‌ಲೆಂಡ್ ಹಾಗೂ ಮುಂಬೈಯಲ್ಲಿ ಅವರ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಆದರೆ ಅದು ಗುಣವಾಗುವುದು ಕಷ್ಟವೆನಿಸಿತು; ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇನ್ನಷ್ಟು ವ್ಯಾಪಿಸುತ್ತಿತ್ತು, ಅಷ್ಟೆ. ಒಂದು ದಿನ ಆಕೆಯ ಪತಿ ಹಾಗೂ ಉಳಿದ ಬಂಧು ಬಾಂಧವರೆಲ್ಲ ಮುಂಬೈಯಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ಕಾಣಲು ಹೋದರು. ಅವರ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತಿನ ನಂತರ ಆಕೆ, “ಅಲ್ಲಿ ಗೋಡೆಯಲ್ಲಿರುವ ಶ್ರೀರಾಮ ಕೃಷ್ಣ ಭಾವಚಿತ್ರವನ್ನು ಇಲ್ಲಿಗೆ ತನ್ನಿ. ಅದನ್ನು ನಾನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು” ಎಂದರು. ಅವರು ಅದನ್ನು ಆಕೆಗೆ ತಂದು ಕೊಟ್ಟರು. ಆಗ ಶ್ರೀಮತಿ ಉಷಾ, “ನೀವೆಲ್ಲ ದಯವಿಟ್ಟು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಪಕ್ಕದ ಕೋಣೆಗೆ ಹೋಗುವಿರಾ? ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ನಾನು ಒಬ್ಬಂಟಿಯಾಗಿ ಇರಬಯಸುತ್ತೇನೆ” ಎಂದು ವಿನಂತಿಸಿಕೊಂಡರು. ಅವರೆಲ್ಲ ಆ ಭಾವಚಿತ್ರವನ್ನು ಆಕೆಯ ಬಳಿ ಬಿಟ್ಟು ಪಕ್ಕದ ಕೋಣೆಗೆ ಹೋದರು. ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳ ನಂತರ ಅವರು ಆಕೆಯ ಕೋಣೆಯ ಬಾಗಿಲನ್ನು ತೆರೆದಾಗ ಆಕೆ ಹೊರಟು ಹೋಗಿದ್ದರು - ಅವರ ಪ್ರಾಣ ಹೊರಟುಹೋಗಿತ್ತು. ಆ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದೆಂದರೆ ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ಇರುವಂತೆ ಅವರ ಪತಿಗೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಎಂಥ ಅದ್ಭುತವಾದ ಮರಣ! ಇಂಥ ಅನುಭವಗಳು ಇನ್ನೂ ಹಲವರಿಗಾಗಿದೆ.

ಜಲಂಧರ್‌ನಲ್ಲಿ ನಾನು ಅತಿಥಿಯಾಗಿದ್ದುದು ಶ್ರೀ ಜಗನ್ನಾಥ ಟಂಡನ್ ಅವರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ; ಅವರ ಪತ್ನಿ ಶ್ರೀಮತಿ ಮಾಯಾ ದೇವಿ. ಅವರ ತಮ್ಮ ಶ್ರೀ ಬಿ.ಆರ್. ಟಂಡನ್, ಐ.ಸಿ.ಎಸ್ ಅವರೂ ಅಲ್ಲಿದ್ದರು. ಅವರ ಮಗ ಸುಭಾಷ್ ಟಂಡನ್ ಅವರು ದೆಹಲಿ ಪೊಲೀಸ್ ಕಮಿಷನರ್ ಆಗಿದ್ದರು. ಈ ಕುಟುಂಬ ಕರಾಚಿಯಿಂದ ಬಂದಿತ್ತು. ಮಾಯಾದೇವಿ ತುಂಬಾ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿದವರು; ನಾನು ಜಲಂಧರ್‌ನಲ್ಲಿ ಅವರ ಮನೆಯಲ್ಲಿದ್ದೆ. ಮೂರು ವರ್ಷಗಳಿಗೆ ಮುನ್ನ ಮುಂಬೈಯಲ್ಲಿ ಏನಾಯಿತು ಗೊತ್ತೇ? ಒಂದು ದಿನ ಗಂಡಹೆಂಡರಿಬ್ಬರೂ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ೪ ಗಂಟೆಗೇ ಎದ್ದು ಕುಳಿತು ಭಜನೆ ಹಾಡತೊಡಗಿದರು. ಅನಂತರ ಆಕೆ ತನ್ನ ಪತಿಗೆ, “ಕೋಣೆಗೆ

ಹೋಗಿ ಒಂದಿಷ್ಟು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯಿರಿ. ನೀವು ತುಂಬ ಆಯಾಸ ಗೊಂಡಿದ್ದೀರಿ, ಹೋಗಿ” ಎಂದಳು. ಆಕೆ ಅಲ್ಲೇ ನಿದ್ರಿಸಿದಳು. ಪತಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯ ಬಳಿಕ ಎದ್ದು ಬಂದು ನೋಡಿದಾಗ ಮಾಯಾದೇವಿ ಅಸುನೀಗಿದ್ದಳು. ಅದೆಷ್ಟು ಧೈರ್ಯದಿಂದ ದೇಹತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿ ದ್ದಳು! ಆಕೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಉಲ್ಲಾಸದಿಂದಿದ್ದ ಮಹಿಳೆ. ಜಲಂ ಧರಾಣ ಕನ್ಯಾ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯದ ಹಳೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿ. ಕರಾಚಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಆಕೆ ಆ ಕಾಲೇಜನ್ನು ಕುರಿತು ನನಗೆ ಹೇಳು ತ್ತಿದ್ದಳು. ಅಲ್ಲಿ ನಾನು ೨-೩ ಬಾರಿ ಭಾಷಣ ಮಾಡಿದ್ದೆ.

ನಾವು ಹೇಗೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಈ ಉದಾಹರಣೆಗಳ ಮೂಲಕ ತಿಳಿಯಬಹುದು. ಬಾಹ್ಯಶಕ್ತಿಗಳ ಸೆಳೆತಕ್ಕೆ ನಾವು ಬಲಿಯಾಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳ ಬೇಕು. ಇಡೀ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಮೇಲೆ ಹೇಗೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಹೊಂದಿರ ಬೇಕು ಹಾಗೂ ಹೇಗೆ ಅದನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ತಿಳಿದಿದ್ದೇವೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಪ್ರಸ್ತುತವಾಗುವುದು ಇಲ್ಲಿಯೇ. ನಾವು ಗ್ರಹಿಸಬಹುದಾದ ಅನುಭವವದು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿರು ವುದೇ ಧರ್ಮದ ಗುರಿ. ಕೇವಲ ಧಾರ್ಮಿಕ ವಾಗಿರುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ. ಧಾರ್ಮಿಕವಾಗಿರುವುದು ತುಂಬ ಸುಲಭ. ಕಿವಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದೆರಡು ತುಳಸಿ ಎಲೆ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಹಣೆಯಲ್ಲಿ ವಿಭೂತಿ ಅಥವಾ ನಾಮ ಧರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಇದರಿಂದ ನೀವು ಧಾರ್ಮಿಕರಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯೆಂದರೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನದು.

ಇದನ್ನು ಯುವ ಜನಾಂಗ ಇಂದಿನವರೆಗೂ ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಿದೆ. ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಅವರು ಹೀಗೆ ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಬಾರದು. ಈ ಮೂಲಕ ಒಬ್ಬನು ಇನ್ನೂ ಚಿಕ್ಕವನಿರುವಾಗಲೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕನಾಗಿರಬಹುದು; ಅವನು ವೃದ್ಧನಾದಾಗ ಅವನಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು. ಏಕೆಂದರೆ ಆಗ ಅವನಿಗೆ ಅಲ್ಲಿ ತಡೆಯಾಗುವ ಅಂಶಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ಜೀವನ ಅನಂದಕರವಾಗುವುದು. ದೇಹ ಕ್ರಮೇಣ ದುರ್ಬಲ ವಾಗುವುದು. ದೇಹಕ್ಕೆ ಮುಪ್ಪು ಬರುವುದು ಅದರ ಸ್ವಭಾವವೇ ಆಗಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಂತ ಅದ್ಭುತವಾದ ಬೌದ್ಧಿಕ ಸೂತ್ರ ನಮ್ಮಲ್ಲಿದೆ. ಯಾವುದೇ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಒಂದುಗೂಡಿಸಿ ಮಾಡಿದ ಸಂಯೋಜನೆ ಎಂದಿಗೂ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿರಲಾರದು. ಅವುಗಳು ಬೇರ್ಪಡಲೇಬೇಕು; ದೂರವಾಗಬೇಕು. ಇದು ಇಲ್ಲಿನ ಭಾವ. ಈ ದೇಹ ವಿವಿಧ ಅಂಗಗಳ, ಭಾಗಗಳ ಸಂಯೋಗವಲ್ಲದೆ ಇನ್ನೇನು? ಇದರಲ್ಲಿ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಕ್ಷೀಣಿಸುವಿಕೆ, ಕೊನೆಗೆ ನಾಶ — ಇವೆಲ್ಲವೂ ಇವೆ. ಒಂದು ದಿನ ಸೂರ್ಯನೂ ಮಾಯವಾಗಲೇಬೇಕು. ಸೂರ್ಯ ನಿಗೆ ಶಾಶ್ವತ ಜೀವನವೇನೂ ಇಲ್ಲ; ಆದೂ ಹಲವಾರು ಮೂಲ ವಸ್ತುಗಳ ಸಂಯೋಗ. ಈ ವಿವಿಧ ಮೂಲವಸ್ತುಗಳು ಬೇರ್ಪಡು ವವು ಹಾಗೂ ಇಲ್ಲದಾಗುವವು. ‘ವಿವೇಕ ಚೂಡಾಮಣಿ’ಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ಆರು ಬಗೆಯ ಬದಲಾವಣೆ ಎಂದರೆ ಇದೇ. ಬದ ಲಾವಣೆಯೆಂಬ ಈ ಆರು ಬಗೆಯ ಅಲೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿರು ವುದೇ ಆತ್ಮ ಎಂದು ಇಲ್ಲಿ ಶಂಕರಾಚಾರ್ಯರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

‘ಷಡ್ವಿರೂರ್ಮಿಭಃ’ - ಈ ಆರು ಬಗೆಯ ಬದಲಾವಣೆಯೆಂಬ ಅಲೆಗಳಿಂದ ಸ್ವರ್ಗ ಹೊಂದದಿರುವುದೇ ಆತ್ಮ. ಅವು ಯಾವುವು? ಜಾಯತೇ - ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ; ಬಳಿಕ ಅಸ್ತಿ - ಅದಕ್ಕೆ ಅಸ್ತಿತ್ವವಿರುವುದು; ವರ್ಧತೇ - ಅದು ಬೆಳೆಯುವುದು; ವಿಪರೀಣಮತೇ - ಅದು ಬದಲಾಗುವುದು; ಆಪಕ್ಷೇಯತೇ - ಕ್ಷಯಿಸುವುದು; ವಿನಶ್ಯತೇ - ನಶಿಸುವುದು. ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಈ ಆರು ಬಗೆಯ ಬದಲಾವಣೆಯೆಂಬ ಅಲೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವುದು. ಆತ್ಮ ವೊಂದೇ ಇದರಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿರುವುದು. ‘ಅದು ನಾನೇ’ ಎಂಬ ಅರಿವನ್ನು ವೇದಾಂತ ನಮಗೆ ಕಲಿಸುತ್ತದೆ. ಭಗವಂತನ ಮಗು ವಾಗಿ, ಆತ್ಮನಾಗಿ ನಾವು ಅದೇ ಆಗಿದ್ದೇವೆ; ನಾವು ಈ ಕ್ಷುದ್ರ ದೇಹ ವಲ್ಲ. ಅದು ನನ್ನ ಸೇವಕ, ಅದು ನನ್ನ ಒಂದು ಉಪಕರಣ; ನಾನು ವಾಸ ಮಾಡುವ ಮನೆ ಅದು. ದೇಹಕ್ಕೆ ನಾವು ನೀಡಬೇಕಾದ ಸ್ಥಾನವಿದು. ಈ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಾವು ಬಲಪಡಿಸಿದ್ದೇ ಆದರೆ, ನಾವು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆದರೂ ಕೂಡ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಯುವಕರಾಗಿರು ವೆವು. ಇದು ಖಂಡಿತ ಸಾಧ್ಯ. ದೈಹಿಕವಾಗಿ ನಾನು ಪ್ರೌಢನಾಗಿರ ಬಹುದು; ಆದರೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ನಾನು ಇನ್ನೂ ಎಳೆಯವ ನಾಗಿರಬಹುದು. ಹಲವರು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಪ್ರೌಢರು: ಮಾನಸಿಕ ವಾಗಿ ಬಾಲಕರು. ಬದಲಾಗಿ, ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ದೇಹ ದುರ್ಬಲ ವಾಗಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಮನಸ್ಸು ಶಕ್ತಿಪೂರ್ಣವಾಗಿರಬಹುದು, ಬಲಶಾಲಿಯಾಗಿರಬಹುದು. ಹೇಗೆ? ಇಂಥ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ವರ್ಗ ದಿಂದ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮಾನವನ ಹಿಂದೆ ದೇವರಿದ್ದಾನೆ, ಆತ್ಮನಿ ದ್ದಾನೆ. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಇದು ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅತೀತ ವಾದುದನ್ನು(ಆಚಿನದನ್ನು) ಕಾಣಲು ಕಲಿಯಬೇಕು. ಇದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದ ಸ್ವಭಾವ.

ಏಕಾಂತವಾಗಿದ್ದಾಗ ಮಕ್ಕಳು ಹೆದರುತ್ತಾರೆ, ಅಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ತಾಯಿಯನ್ನು ಕಂಡ ಕೂಡಲೇ ಅವರ ಅಳು ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಇದೇ ರೀತಿ, ಮಗುವಿನ ಹಿಂದೆ ತಾಯಿ ಇರುವಂತೆ ಮಾನವನಲ್ಲಿ ದೇವರ ಅಸ್ತಿತ್ವ ಕೂಡ. ತಾಯಿ ತನ್ನ ಹಿಂದೆ ಇದ್ದಾಳೆಂಬುದನ್ನು ಅರಿತ ಕೂಡಲೇ ಮಗುವಿಗಿನ್ನು ಭಯವಿರದು. ಮಗು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿ ಹೇಳುತ್ತದೆ, “ಹೌದು, ತಾಯಿ ನನ್ನ ಹಿಂದಿದ್ದಾಳೆ” ಅಂತ. ಹಾಗಿಲ್ಲದೆ ಹೋದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಭಾರೀ ಭಯ. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಒಂದು ಬಂಗಾಳಿ ಹಾಡಿನಲ್ಲಿ ಈ ರೀತಿ ಹೇಳಿದೆ: ‘ಮಾ ಅಭೇನ್ ಆರ್ ಅಮಿ ಆಭಿ; ಭಾವ್ ಕಿ ಆಭೇ ಅಮಾರ್’ - ಇದರ ಅರ್ಥ ಹೀಗೆ: ‘ಜಗನ್ಮಾತೆ ನನ್ನೊಂದಿಗಿರುವಳು. ನಾನೇಕೆ ಚಿಂತಿಸಲಿ? ಅವಳು ಯಾವಾಗಲೂ ನನ್ನೊಂದಿಗೇ ಇರುವಳು. ಅವಳು ನನಗೆ ಉಣಿಸುವಳು, ನನ್ನನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವಳು. ನನಗಾವ ಚಿಂತೆಯೂ ಇಲ್ಲ, ಭಯವೂ ಇಲ್ಲ. ಕತ್ತಲು ಕವಿದಾಗ ನನಗೆ ಭಯವಾಗುವುದು — ‘ಏನಾಯಿತು? ಇನ್ನು ಏನಾಗು ವುದು?’ ಎಂದು. ಆಗ ಅವಳ ಮೃದುಹಸ್ತ ಬಳಿಗೆ ಬರುವುದು; ಆಕೆ ನನ್ನ ಕೈ ಹಿಡಿದಿರುವಳೆಂಬ ಸಾಂತನವನ್ನು ಅವಳು ನೀಡುವಳು. ನನಗೇನೂ ಭಯವಿಲ್ಲ.’

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಭಜನೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಈ ಭಾವವನ್ನು ಹೊಮ್ಮಿಸುತ್ತಿದ್ದುದು ಹೀಗೆ.

ಈ ದೇಹದ ಹಿಂದೆ ಇನ್ನೇನೋ ಇದೆ - ಅದು ಶಾಶ್ವತವೂ ಅನಂತವೂ ಆಗಿದೆ. ಅವನು ಭಗವಂತನೇ ಆಗಿದ್ದಾನೆ. ಸಾಮಾನ್ಯ ವಾಗಿ ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಕುರಿತು ಹೀಗೆ ಭಾವಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನು ದೂರ ಆಕಾಶದಲ್ಲೋ, ದೇವಾಲಯದಲ್ಲೋ, ಮೂರ್ತಿಯಲ್ಲೋ ಇದ್ದಾನೆಂದೇ ಭಾವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅವನು ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿರುವ ಆತ್ಮನೇ ಆಗಿದ್ದಾನೆ; ಒಂದು ಮಾಲೆಯನ್ನು ಪೋಣಿಸುವ ದಾರದಂತೆ ನಮ್ಮ ಅಂತರ್ಯಾಮಿಯಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಮರೆಯು ತ್ತೇವೆ. ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ದೇವರನ್ನು ಹೀಗೆ ವರ್ಣಿಸಲಾಗಿದೆ: 'ಸೂತ್ರೇ ಮಣಿಗಣಾ ಇವ' - 'ದಾರದಲ್ಲಿ ಮಣಿಗಳು ಪೋಣಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಹಾಗೆ ಇದೆಲ್ಲವೂ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಪೋಣಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ.' ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲಕ ನಾವು 'ಈ ದಾರವು ಶುದ್ಧ ಚೈತನ್ಯವಾಗಿದೆ, ಏಕಮೇವಾದ್ವಿತೀಯವಾಗಿದೆ, ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲ ವಸ್ತುಗಳಲ್ಲೂ ಹರಿದಾಡುತ್ತದೆ' ಎಂದು ಅದರ ಸ್ವಭಾವವನ್ನರಿಯಲು ಯತ್ನಿಸು ತ್ತೇವೆ. ಅದು ದಿವ್ಯವಾದುದು. ಇಂತಹ ಅಂತರ್ಮುಖಿಯಾದ ಸಾಧನೆಗಳಿಂದ ಆ ಭಗವಂತನನ್ನು ನಾವು ಸಮೀಪಿಸಬಹುದು. ಅದು ನಮ್ಮ ಸಹಜವಾದ ದೈನಂದಿನ ಬದುಕಿನಲ್ಲೂ ದಿವ್ಯತೆಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನೀಡುವುದು. ಕೆಲಸಗಳ ನಡುವೆ ನಾವು ದೇವರ ಹೆಸರನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದು ನಮಗೆ ಹೊಸ ಶಕ್ತಿ ನೀಡು ವುದು. ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೆಲ ಗುಡಿಸುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ, ನಡುನಡುವೆ 'ಶಿವ, ಶಿವ' ಎಂದು ಉಚ್ಚರಿಸಬೇಕೆಂದು ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಶಿವನ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ನೆನಪಿಗೆ ತಂದು ಕೊಳ್ಳಿ. 'ಶಿವ, ಶಿವ' ಎಂದು ಉಚ್ಚರಿಸುವುದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧ ನೆಯೇ ಆಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಿಮಗೆ ಕೋಪ ಬಂದಾಗ ಸುಮ್ಮನೆ 'ಶಿವ, ಶಿವ' ಎಂದು ಉಚ್ಚರಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಕೋಪಮಾಯವಾಗುವುದು. ಕಠಿಣ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ತಂದುಕೊಳ್ಳುವ 'ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕಷಾಯ' ಎಂದೇ ಇದಕ್ಕೆ ಹೆಸರು. ಇದೆಲ್ಲವೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯೆಂದರೆ ನಾವೆಲ್ಲ ಋಷೀಕೇಶಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಕೆಂದು ಅರ್ಥವಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ, ನಿಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದ ನಡುವೆಯೇ ನೀವು ಸಾಕಷ್ಟು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಇಂತಹ ಅಂತರ್ಮುಖಿಯಾದ ಸಾಧನೆ ಆಗತ್ಯ. ಬಸ್ಸಾಗಿ ನಾನು ಹತ್ತು ನಿಮಿಷ ಕಾಯುತ್ತ ನಿಲ್ಲಬೇಕಾಗು ತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದ ನನಗೆ ಉದ್ವೇಗವೇಕೆ ಉಂಟಾಗಬೇಕು? ನಾನು ಉದ್ವೇಗಕ್ಕೊಳಗಾಗುವುದರಿಂದ ಬಸ್ಸು ಬೇಗ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಶಾಂತನಾಗಿರುತ್ತೇನೆ, ಅಷ್ಟು ಸಮಯದೊಳಗಾಗಿ ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು ಅಂತರ್ಮುಖಿತ ನನ್ನೊಳಗೆ ಬಂದುಬಿಡುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ದಿನವೆಲ್ಲವೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪವೇ ಅಂತರ್ಮುಖಿಯಾಗಿರುವುದ ರಿಂದ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಾಗುವುದು. ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ನಾವು ಹೀಗೆ ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಒಂದು ಸಲ ನಾನು ಅಮೆರಿಕದ ಕ್ಲೀವ್‌ಲ್ಯಾಂಡನ ಒಂದು ವೃದ್ಧಾಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಷಣ ಮಾಡಿದ್ದೆ. ಅದನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದ ಇಬ್ಬರು ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳು ನನ್ನ ಬಳಿಗೆ ಓಡುತ್ತ ಬಂದು, "ಸ್ವಾಮೀಜಿ, ದಯವಿಟ್ಟು ನಮ್ಮ ವೃದ್ಧಾಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಭೇಟಿಕೊಡಿ" ಎಂದರು. ಅಂತೆಯೇ ನಾನು ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣದಿಂದ ನೇರ ವೃದ್ಧಾಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಹೋದೆ. ಅದು ನನ್ನ ಮೊದಲ ಅನುಭವ. ಅಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಅದು ತೀರ ಜಡವಾದ ಬದುಕು, ಅಲ್ಲೇನೂ ಆನಂದ ಕಂಡುಬರಲಿಲ್ಲ. ಸಭಾಭವನದಲ್ಲಿ ೮೦ ಕುರ್ಚಿಗಳು ಹಾಗೂ ೧೮ ಗಾಲಿಕುರ್ಚಿಗಳಿದ್ದವು. ಎಷ್ಟು ಜನ ಸಭಿಕರು ಬರಬಹುದೆಂದು ಆ ಸಭೆಯನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿದವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಏನೋ ಅದೃಷ್ಟ ಬಹುತೇಕ ಎಲ್ಲರೂ ಅಂದು ಬಂದುಬಿಟ್ಟಿದ್ದರು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅವರು ತಮ್ಮ ಕೋಣೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಹೊರಬರುವಂತೆ ಮಾಡುವುದೇ ಅತ್ಯಂತ ಕಷ್ಟದಾಯಕ ಕೆಲಸವಾಗಿತ್ತು. ಆದರೂ ಅಂದೇಕೋ ಎಲ್ಲರೂ ಬಂದರು. ಅಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿದ್ದ ನನ್ನನ್ನು ಅವರು ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟರು. ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ದಲ್ಲಿ ಜೀವನವನ್ನು ಆನಂದವಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಸುಮಾರು ನಲವತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಮಾತನಾಡಿದೆ. ಅವರಿಗೆ ಇದೊಂದು ದೊಡ್ಡ ಸವಾಲಾಗಿತ್ತು. ಆ ಇಬ್ಬರು ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳು (ಅವರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬಾಕೆ ಬಿಳಿಯರ ಹೆಂಗಸು, ಇನ್ನೊಬ್ಬಳು ಕಪ್ಪು ವರ್ಣದವಳು) ಅನಂತರ ಏನು ಹೇಳಿದರು ಗೊತ್ತೆ? "ಸ್ವಾಮೀಜಿ, ನಮ್ಮ ಈ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಬಹುಪಾಲು ಜನರು ಹೀಗೆ ೪೦ ನಿಮಿಷ ಒಂದೆಡೆ ಕುಳಿತು ಭಾಷಣ ಕೇಳಿದ್ದನ್ನು ನಾವು ಹಿಂದೆಂದೂ ನೋಡಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲಿರಬೇಕೆಂದು ಯಾವತ್ತೂ ಅನ್ನಿಸುವ ದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಈಗ ಅವರಿಗೆ ಹೊಸತೇನೋ ಸಿಕ್ಕಿದೆ; ಹೊಸತೇ ನನ್ನೋ ಅವರು ಅರಿತುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ." ಆಗ ನಾನೆಂದೆ, "ನೀವು ಆನಂದದಿಂದ ಇರಲು ಏನನ್ನು ಬೇಕಾದರೂ ಸರ್ಕಾರ ಮಾಡ ಬಲ್ಲದು. ಆದರೆ ಆನಂದವಾಗಿರಬೇಕೆಂದು ಇಚ್ಛೆ ನಿಮಗೇ ಇಲ್ಲ ದಿದ್ದರೆ, ನೀವೆಂದೂ ಆನಂದವಾಗಿರಲಾರಿರಿ. ಇಲ್ಲೇ ವೇದಾಂತ ಬಂದುಬಿಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಲ್ಲೂ ದಿವ್ಯತೆಯು ಕಿಡಿಯಿದೆ. ನೀವು ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆಗ ಈ ಜೀವನವೆಲ್ಲವೂ ಆನಂದಮಯವಾಗುವುದು." ಅವರ ಬಳಿ ಎಲ್ಲ ಸೌಕರ್ಯ, ಸವ ಲತ್ತುಗಳೂ ಇವೆ; ಆದರೆ ಆನಂದದಿಂದಿರಬೇಕೆಂಬ, ಅದನ್ನು ಹೊಂದಿ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಬೇಕೆಂಬ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯಿಲ್ಲ ಅಷ್ಟೆ. ಆದ ಕಾರಣವೇ ಅವರು ಮಾನವ ಜೀವನದ ನೀರಸವಾದ, ಜಡವಾದ ಅವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ನನಗೆ ಈ ಅನುಭವ ಹಲವು ಸಂಗತಿ ಗಳನ್ನು ಕಲಿಸಿತು. ನಮ್ಮ ಕೆಲವು ವೇದಾಂತ ಭಕ್ತರು ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್ ಬಳಿ ಒಂದು ವೃದ್ಧಾಶ್ರಮವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಬೇಕೆಂದಿದ್ದಾರೆ. ಆ ಭಕ್ತ ರಿಗೆ ನಾನು ಹೇಳಿದೆ, "ಇದನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದೇ ಆದರೆ, ನೀವು ಅಮೆರಿಕಾಗೆ ಅದ್ಭುತವಾದ ಒಂದು ಕೊಡುಗೆಯನ್ನೇ ಕೊಡುತ್ತೀರಿ. ಆನಂದದ ಭಾವ ಅದಾಗಿರುತ್ತದೆ." ನಿಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ನನ್ನ ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಶುಭಾಶಯಗಳು. ನಮಸ್ಕಾರ.

(ಸಮಾಪ್ತಿ)