ಆನಂದದ ಹುಡುಕಾಟ

ಮೂಲ ಹಿಂದೀ : **ಸ್ವಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮೇಶಾನಂದ** ಅನುವಾದ : **ಮಾತಾ ತ್ಯಾಗಮಯೀ**

ಭಗವಂತನ ಮೂಲ ಸ್ವರೂಪವೇ ಆಗಿರುವ ಆನಂದದ ಸುತ್ತ ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳ, ಜಗತ್ತಿನ ಜೀವನ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಿಯೂ ಆನಂದವನ್ನು ಅರಸುತ್ತ ಮುಂದಕ್ಕೆ ಸಾಗುತ್ತವೆ; ಜೀವನದ ಏರುಪೇರುಗಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮತಮ್ಮ ಜೀವಿತಲಕ್ಷ್ಯವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಆನಂದದ ವಿವಿಧ ನೆಲೆಗಳೇನು, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳ ಪರಿಣಾಮವೇನು, ನಿಜವಾದ ಆನಂದವೆಂದರೆ ಯಾವುದು ಮೊದಲಾದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಜೀವನದ ಆಳವಾದ, ಮೂಲಭೂತವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಹಂತಕ್ಕೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಒಯ್ಯಬಲ್ಲವು. ಮೂಲ ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ ರಚಿತವಾದ 'ಆನಂದ್ ಕೀ ಖೋಜ್' ಎಂಬ ಗ್ರಂಥದ ಅದೇ ಹೆಸರಿನ ಮೊದಲ ಲೇಖನವಿದು. ಈ ಗ್ರಂಥದ ಲೇಖನಗಳ ಅನುವಾದವನ್ನು ಈ ಸಂಚಿಕೆಯಿಂದ ಪ್ರಕಟಿಸುತ್ತೇವೆ. ಲೇಖಕರು 'ವೇದಾಂತ ಕೇಸರಿ'ಯ ಸಂಪಾದಕರಾಗಿಯೂ ಮುಂದೆ ಕಾನ್ಪುರ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಮಠದ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿಯೂ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಿ, ಪ್ರಸ್ತುತ ವಾರಣಾಸಿ ಅದ್ವೈತ ಆಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ರಾಂತ ಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅನುವಾದಕರು ಚಳ್ಳಕೆರೆ ಶ್ರೀಶಾರದಾಶ್ರಮದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಅನೇಕ ಲೇಖನಗಳು ಈಗಾಗಲೇ ಈ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಿದೆ.

ಜೀವನದ ಗುರಿ: ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ತಮ್ಮ 'ಕರ್ಮಯೋಗ'ದ ಪ್ರಥಮ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಮಾನವ ಜೀವನದ ಗುರಿ ಜ್ಞಾನ, ಸುಖವಲ್ಲ ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಸುಖ ಅಥವಾ ಆನಂದ ಅನಿತ್ಯ, ಅಶಾಶ್ವತ. ಸುಖವನ್ನು ಜೀವನದ ಗುರಿಯೆಂದು ಬಗೆಯುವುದು ತಪ್ಪು. ಭಾರತೀಯ ದರ್ಶನಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಜ್ಞಾನ, ಮೋಕ್ಷ, ಕೈವಲ್ಯವನ್ನೇ ಜೀವನದ ಗುರಿಯೆಂದು ಸಾರಿದ್ದಾರೆ. ಪತಂಜಲಿಯ ಯೋಗಸೂತ್ರದ ಪ್ರಕಾರ ಕೈವಲ್ಯ ಅಥವಾ ಸ್ವರೂಪ ಅವಸ್ಥಿತಿಯು ಯೋಗದ ಗುರಿ. ಅದರಿಂದ ಕ್ಲೇಶನಿವೃತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಮೋಕ್ಷದ ಅರ್ಥವೂ ಅಜ್ಞಾನ ಅಥವಾ ಅಜ್ಞಾನ ಜನಿತ ಸಂಸಾರಬಂಧನದಿಂದ ಪಾರಾಗುವುದು. ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಇತರೆಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಮರತ್ವವನ್ನು ಜೀವನದ ಗುರಿ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಭಾರತೀಯ ದರ್ಶನಗಳು ಆತ್ಯಂತಿಕ ದುಃಖನಿವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಜೀವನದ ಗುರಿ ಎಂದು ಸಾರಿವೆ. ಹಾಗಾದರೆ ಆ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಸುಖ ಅಥವಾ ಆನಂದ ಎಂಬುದು ಇಲ್ಲದಿರಬಹುದು ಎಂದು ನಮಗನ್ನಿಸಬಹುದು.

ಇದಕ್ಕೆ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತವಾಗಿ ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ದರ್ಶನಗಳು ಸುಖವನ್ನು ಜೀವನದ ಗುರಿ ಎಂದು ಹೇಳಿವೆ. ಹಿಡೋನಿಸಂ ಎಂಬ ಒಂದು ಚಾರ್ವಾಕ ದರ್ಶನ ಇದೆ. ಅದು ಸುಖವನ್ನು ಜೀವನದ ಆದರ್ಶ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಅದು ಯಾವ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಕ್ರಿಯೆಯು ಸುಖವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆಯೋ ಅದನ್ನು ಶುಭವೆಂದು ಬಗೆಯುತ್ತದೆ. ಆ ಸುಖವನ್ನು ಆಯಾ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಅಳೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ದಾರ್ಶನಿಕ ಇಪಿಕ್ಯೂರಸ್ ಹೇಳುವಂತೆ ಅಂತಿಮ ಪರಿಣಾಮದಲ್ಲಿ ದುಃಖದಾಯಕವಲ್ಲದೆ ಸುಖ ಮಾತ್ರ ಸ್ವೀಕಾರಾರ್ಹವಾದುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಸುಖ ಲಾಭಕ್ಕಾಗಿ ದೂರದರ್ಶಿತ್ವ, ಮೈತ್ರಿ, ಧೈರ್ಯ ಇತ್ಯಾದಿ ಗುಣಗಳ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಮಹಾನ್ ದಾರ್ಶನಿಕ ಅರಿಸ್ಟಾಟಲ್ ಪ್ರಕಾರ ವ್ಯಕ್ತಿಗತ ಅನುಭವವಷ್ಟೇ ಸುಖ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಧುಮೇಹದ

ರೋಗಿಗೆ ಮಿಠಾಯಿ ತಿನ್ನುವುದು ಸುಖ ನೀಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಅದರಿಂದ ಅವನಿಗೆ ತೊಂದರೆಯೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಂಯಮ, ಸದಾಚಾರ, ಸಚ್ಚಾರಿತ್ರ್ಯದಿಂದ ಲಭಿಸುವ ಸುಖ ಮಾತ್ರ ಜೀವನದ ಗುರಿಯಾಗಲು ಸಾಧ್ಯ.

ಭಾರತೀಯ ದರ್ಶನಗಳಲ್ಲೂ ಸುಖ ಅಥವಾ ಆನಂದವನ್ನು ಕುರಿತು ವಿಶದವಾಗಿ ವಿವೇಚನೆ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಸ್ವಲ್ಪ ಆಳವಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದಾಗ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರೇಯಸ್ಸು ಮತ್ತು ಶ್ರೇಯಸ್ಸನ್ನು ಭಿನ್ನವೆಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ನಮಗೆ ಸುಖವನ್ನು ಯಾವುದು ನೀಡುತ್ತದೆಯೋ ಅದು ಪ್ರೇಯಸ್ಸು; ನಮಗೆ ಒಳಿತನ್ನು ಮಾಡುವಂಥದ್ದು ಶ್ರೇಯಸ್ಸು. ಗೀತೆಯ ೧೮ನೆಯ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಮೂರು ಬಗೆಯ ಸುಖಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತ ಈ ಮಾತನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ:

ಯತ್ತದಗ್ರೇ ವಿಷಮಿವ ಪರಿಣಾಮೇಽಮೃತೋಪಮಮ್ ।
ತತ್ಸುಖಂ ಸಾತ್ತ್ವಿಕಂ ಪ್ರೋಕ್ತಮಾತ್ಮಬುದ್ಧಿಪ್ರಸಾದಜಮ್ ॥೩೭।
ವಿಷಯೇಂದ್ರಿಯಸಂಯೋಗಾದ್ಯತ್ತದಗ್ರೇಽಮೃತೋಪಮಮ್ ।
ಪರಿಣಾಮೇ ವಿಷಮಿವ ತತ್ಸುಖಂ ರಾಜಸಂ ಸ್ಮೃತಮ್ ॥೩೮॥

ಯದಗ್ರೇ ಚಾನುಬಂಧೇ ಚ ಸುಖಂ ಮೋಹನಮಾತ್ಮನಃ ।
ನಿದ್ರಾಲಸ್ಯ ಪ್ರಮೋದೋತ್ಥಂ ತತ್ತಾಮಸಮುದಾಹೃತಮ್ ॥೩೯॥

ಮೂರು ಬಗೆಯ ಸುಖಗಳಿವೆ. ಸಾತ್ತ್ವಿಕ ಸುಖವು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ವಿಷದಂತೆ ಅಪ್ರಿಯವಾಗಿದ್ದರೂ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಅಮೃತ ಸಮಾನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ರಾಜಸಿಕ ಸುಖವು ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಸುಖಪ್ರದ. ಆದರೆ ಪರಿಣಾಮದಲ್ಲಿ ದುಃಖದಾಯಕ. ವಿಷಯೇಂದ್ರಿಯ ಸಂಯೋಗದಿಂದ ಜನಿಸಿದ ಎಲ್ಲ ಸುಖಗಳೂ ಈ ಗುಂಪಿಗೆ ಬರುತ್ತವೆ. ನಿದ್ರೆ ಮತ್ತು ಆಲಸ್ಯದಿಂದ ಲಭಿಸುವ ಸುಖದಿಂದ ಅಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಮೋಹಬಂಧನವೇ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

ಗೀತೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿನಿರೋಧದಿಂದ ಲಭಿಸಿದ ಆತ್ಯಂತಿಕ ಸುಖವೇ ಸರ್ವೋತ್ಕೃಷ್ಟವಾದುದು ಮತ್ತು ಅದೇ ಜೀವನದ ಗುರಿಯೂ ಆಗಿದೆ.

ಸುಖಮಾತ್ಯಂತಿಕಂ ಯತ್ತದ್‌ಬುದ್ಧಿಗ್ರಾಹ್ಯಮತೀಂದ್ರಿಯಮ್ ।
ವೇತ್ತಿ ಯತ್ರ ನ ಚೈವಾಯಂ ಸ್ಥಿತಶ್ಚಲತಿ ತತ್ತ್ವತಃ ॥
ಯಂ ಲಬ್ಧ್ವಾ ಚಾಪರಂ ಲಾಭಂ ಮನ್ಯತೇ ನಾಧಿಕಂ ತತಃ ।
ಯಸ್ಮಿನ್ ಸ್ಥಿತೋ ನ ದುಃಖೇನ ಗುರುಣಾಽಪಿ ವಿಚಾಲ್ಯತೇ ॥

ಆತ್ಮದರ್ಶನದಿಂದ ಲಭಿಸಿದ ಆತ್ಯಂತಿಕ ಸುಖವು ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೆ ಅತೀತವಾದುದು. ಅದು ಬುದ್ಧಿಗ್ರಾಹ್ಯವಾದುದು. ಆ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನೆಲಸಿದಾಗ ಯೋಗಿಯು ಎಂತಹ ದುಃಖದಿಂದಲೂ ವಿಚಲಿತನಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಲಾಭದ ತೃಷೆಯೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಹೀಗೆ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಅಮರತ್ವದ ಜೊತೆಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಭಾರತೀಯ ದರ್ಶನವು ಆನಂದ ಅಥವಾ ಆತ್ಯಂತಿಕ ಸುಖವನ್ನು ಜೀವನದ ಗುರಿಯೆಂದು ಒಪ್ಪಿದೆ ಎಂಬುದು ಗೀತೆಯ ಮತ್ತು ಉಪನಿಷತ್ತಿನ ಉಪದೇಶಗಳಿಂದ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ **ಸತ್, ಚಿತ್, ಆನಂದ; ಅಸ್ತಿ ಭಾತಿ ಪ್ರಿಯ; ಸತ್ಯಂ ಶಿವಂ ಸುಂದರಂ** ಇವು ಒಂದೇ ಪರಮಸತ್ಯದ ಮೂರು ಮುಖಗಳು. ಯಾವುದು ಜ್ಞಾನವೋ ಅದು ಆನಂದವೂ ಹೌದು. ಯಾವುದು ನಿತ್ಯವೋ ಅದು ಆನಂದವೂ ಹೌದು. ಇವು ಮೂರೂ ಆತ್ಮನ ಸ್ವರೂಪವೇ ಆಗಿವೆ. ಇವು ಮೂರೂ ಭಿನ್ನವಲ್ಲ, ಒಂದೇ. ಶಬ್ದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಅಷ್ಟೇ. ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವೇ ಎಂದರೆ ತನ್ನ ಆನಂದ ಸ್ವರೂಪದ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವೇ ಜೀವನದ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ. ಅದರ ಹೊರತು ಶಾಂತಿ ಆಥವಾ ಶಾಶ್ವತ ಸುಖ ಲಭಿಸದು.

ಏಕೋ ವಶೀ ಸರ್ವಭೂತಾಂತರಾತ್ಮಾ
ಏಕಂ ರೂಪಂ ಬಹುಧಾ ಯಃ ಕರೋತಿ ।
ತಮಾತ್ಮಸ್ಥಂ ಯೇಽನುಪಶ್ಯಂತಿ ಧೀರಾ-
ಸ್ತೇಷಾಂ ಸುಖಂ ಶಾಶ್ವತಂ ನೇತರೇಷಾಂ ॥

ನಿತ್ಯೋಽನಿತ್ಯಾನಾಂ ಚೇತನಶ್ಚೇತನಾ-
ಮೇಕೋ ಬಹೂನಾಂ ಯೋ ವಿದಧಾತಿ ಕಾಮಾನ್ ।
ತಮಾತ್ಮಸ್ಥಂ ಯೇಽನುಪಶ್ಯಂತಿ ಧೀರಾ-
ಸ್ತೇಷಾಂ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಶ್ವತೀ ನೇತರೇಷಾಮ್ ॥

ಸಂತಮಹಾತ್ಮರು, ಅವತಾರ ಪುರುಷರೆಲ್ಲ ಈ ಶಾಶ್ವತ ಸುಖವನ್ನು, ಆತ್ಯಂತಿಕ ಸುಖವನ್ನು ಪಡೆದಿರುವರು. ಬುದ್ಧನ ದರ್ಶನವು ದುಃಖ ಮತ್ತು ಅದರ ನಿವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ನಿರ್ವಾಣವು ದುಃಖನಿವೃತ್ತಿಯೆಂಬ ಅಭಾವದ ಸ್ಥಿತಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ಅವನ ನಿರ್ವಾಣಾನುಭವದ ಘಟನೆಯಲ್ಲಿ ವೇದ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಬೋಧಿಜ್ಞಾನ ಲಭಿಸಿದಾಗ ಬುದ್ಧ ಏಳುದಿನ, ಏಳು ರಾತ್ರಿ ಅದೇ ಆನಂದದಲ್ಲಿ ಮತ್ತನಾಗಿದ್ದನು. ಅಸ್ಸಿಸಿಯ ಸಂತ ಫ್ರಾನ್ಸಿಸ್ ಕ್ರಿಸ್ತನನ್ನು ಶಿಲುಬೆಗೇರಿಸಿದ ವೇದನೆಯ ಘಟನೆಯನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸಿದನು. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಅವನ ಹಸ್ತ ಮತ್ತು ಪಾದಗಳಲ್ಲಿ ಮೊಳೆಯ ಗಾಯಗಳಾದವು. ಸಂತ ಫ್ರಾನ್ಸಿಸ್‌ನಿಗೆ ಒಂದು ಭಾರೀ ದೈವೀ ವಾದ್ಯಧ್ವನಿ ಕೇಳಿಸಿತು. ಅದು ಎಷ್ಟು ಮಧುರ, ಘನತರವಾಗಿತ್ತೆಂದರೆ, ಅದನ್ನು ಆಲಿಸುತ್ತಲೇ ಅವನು ಆನಂದದಲ್ಲಿ ಉನ್ಮತ್ತನಾದನು. ಇನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಅವನು ಅದನ್ನು ಆಲಿಸಿದ್ದರೆ ಅವನ ಪ್ರಾಣವೇ ಹೊರಟುಹೋಗುತ್ತಿತ್ತು ಎಂದು ಅವನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದನು. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಸದಾ ಆನಂದ ಮೂರ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರು. ಒಬ್ಬ ಭಕ್ತನು ಅವರೆದುರು, 'ಈ ಸಂಸಾರ ಮಾಯೆಯ ಮನೆ' ಎಂದು ಹಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅವರು ಅದನ್ನು ತಡೆದು, 'ಇಲ್ಲ, ಇದು ಆನಂದದ ಮನೆ' ಎಂದು ಹಾಡಿದರು.

ಸುಖದ ಪ್ರಕಾರಗಳು: ಜಡವಾದಿಗಳಾಗಲಿ, ಚಾರ್ವಾಕರಾಗಲಿ, ಧಾರ್ಮಿಕರಾಗಲಿ, ಆಸ್ತಿಕರಾಗಲಿ, ವೇದಾಂತಿಗಳಾಗಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಸುಖ, ಆನಂದ ಅಥವಾ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ,

ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಜೀವರಾಶಿಗಳಿಗೂ ಒಂದಲ್ಲೊಂದು ಬಗೆಯ ಸುಖ, ಒಂದಲ್ಲೊಂದು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತಲೇ ಇದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ದುಃಖವೇ ಇದ್ದುದಾದರೆ ಜೀವನವೇ ಸಾಧ್ಯವಿರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾದರೆ ಸುಖದ ಸ್ವರೂಪವೇನು, ಸುಖಪ್ರಾಪ್ತಿಯ ಉಪಾಯವೇನು ಎಂದು ತಿಳಿಯಲೆತ್ನಿಸೋಣ. ಸುಖ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಶಾಸ್ತ್ರಕಾರರು ೧. ಮಗುವಿನ ಸುಖ ೨. ಮಹಾರಾಜನ ಸುಖ ಮತ್ತು ೩. ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನಿಯ ಸುಖ ಎಂದು ಮೂರು ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ವಿಭಜಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಮೂರು ಸುಖಗಳು ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದವುಗಳೇ. ಈ ಮೂವರಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದಾಗ ಇತರರ ಸುಖ ನಗಣ್ಯವಾದುದು ಎಂದರ್ಥ.

ಮಕ್ಕಳ ಸುಖ: ಮಕ್ಕಳು ಸದಾ ಆನಂದವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಮಗು ತಾಯಿಯ ಹಾಲು ಕುಡಿಯುತ್ತದೆ, ಸದಾ ನಗುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಜೀವನದ ದುಃಖಗಳ ಪರಿಚಯವಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಭವಿಷ್ಯದ ಚಿಂತೆಯಿಲ್ಲ. ಭೂತಕಾಲದ ವ್ಯಥೆಯಿಲ್ಲ. ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಧಿ-ನಿಷೇಧಗಳ ಪರಿವೆಯೂ ಅದಕ್ಕಿಲ್ಲ. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಮಕ್ಕಳು ಮೂರು ಗುಣಗಳಿಗೆ ಅತೀತರು. ಅವು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕಟ್ಟಿಹಾಕಲಾರವು. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ರಾಗದ್ವೇಷಗಳೂ ಇಲ್ಲ. ಪರಮಹಂಸರು ಬಾಲಕರಂತೆ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ರಾಗ-ದ್ವೇಷ, ವಿಧಿ-ನಿಷೇಧಗಳು ಮತ್ತು ಮೂರು ಗುಣಗಳಿಗೆ ಅತೀತರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವನ ಸುಖ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕರ ಸುಖಕ್ಕಿಂತ ದೊಡ್ಡ ಸುಖಪ್ರಾಪ್ತಿಗೆ ಬಾಧಕಗಳಾಗವು ಎಂಬ ಸೂಚನೆಯೂ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಜ್ಞಾನಿ ಮತ್ತು ಬಾಲಕನ ಸುಖ ಒಂದೇ ಬಗೆಯದು. ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ಸುಖ ಶಾಶ್ವತವಾಗಲಾರದು. ಅವರು ದೊಡ್ಡವರಾದಂತೆ ಆ ಸುಖ ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿಷಯಸುಖಗಳು: ಪಶುಪಕ್ಷಿಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ಮನುಷ್ಯ ಗಂಧರ್ವರವರೆಗೆ ಇಂದ್ರಿಯ-ವಿಷಯ ಭೋಗಗಳು ಸಮಾನ. ಅದರಲ್ಲೂ ಯೌವನದಲ್ಲಿ ಇಂದ್ರಿಯಪಟುತ್ವವು ಅಧಿಕವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಭೋಗಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೂ ಅಧಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ವಿಷಯ ಸುಖಭೋಗಕ್ಕೆ ಯೌವನವೇ ಸರಿಯಾದ ಸಮಯ. ವಿಷಯಸುಖಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಮಸುಖ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದು ಎಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ವಿವೇಕಿಯಾದವನು ಎಲ್ಲ ಅನರ್ಥಗಳ ಮೂಲವಾದ ವಿಷಯಸುಖಗಳನ್ನು ದುಃಖ ಎಂದೇ ಬಗೆಯುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರಿಯತಮನು ಪ್ರಿಯೆಯ ಆಲಿಂಗನದಲ್ಲಿರುವಾಗ ಅವನಿಗೆ ಇಡೀ ಜಗತ್ತು ಮರೆತುಹೋಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಉಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಕಾಮಸುಖವನ್ನು ವರ್ಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಗಾಢ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಗೆ ಏನೂ ಗೊತ್ತಿರುವುದಿಲ್ಲ – ಎಂದರೆ ಪೂರ್ಣ ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿರುವಲ್ಲಿ ಸುಖ ಅಧಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಸುಖ ಮತ್ತು ಚಿತ್ತ ಏಕಾಗ್ರತೆಗೆ ನೇರವಾದ ಸಂಬಂಧವಿದೆ. ಪ್ರಾಣಿ-ಪಕ್ಷಿಗಳ ಜೀವನವು ಇಂದ್ರಿಯಗಳಲ್ಲೇ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವಕ್ಕೆ ವಿಷಯಭೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಮನುಷ್ಯನಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸುಖ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಹಂದಿ ಅಥವಾ ನಾಯಿಗೆ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಆನಂದ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಮನುಷ್ಯನ ಏಕಾಗ್ರತೆಯು ಅಧಿಕವಾದಷ್ಟೂ ಅವನ ಸುಖಾನುಭವ ಅಧಿಕವಾಗುತ್ತದೆ. ತತ್ತ್ವವಿಚಾರ ಮತ್ತು ಭಗವತ್ ಚಿಂತನೆಯಿಂದ ಚಿತ್ತ ಶುದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಅವನ ಏಕಾಗ್ರತೆಯೂ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಶುದ್ಧ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿದರೆ ಅದು ಆಯಾ ವಿಷಯವನ್ನು ದೃಢವಾಗಿ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದು ಆಸಕ್ತಿಯೆಂಬಂತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಭಗವತ್ ಚಿಂತನೆಯಿಂದ ಸಶಕ್ತವಾದ ಚಿತ್ತಕ್ಕೆ ಆ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಹೊರಬರಲಿಕ್ಕೂ ಶಕ್ತಿಯಿರುತ್ತದೆ, ಎಂದರೆ ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಅನಾಸಕ್ತಿ ಎರಡೂ ಇರುತ್ತವೆ. ಆಸಕ್ತಿ ಸುಖ ಕೊಡುತ್ತದೆ, ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದಲೇ ದುಃಖ ಬರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸಾತ್ವಿಕ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಅನಾಸಕ್ತನಾಗುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿರುವುದರಿಂದ ಅದು ದುಃಖವಶವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಶಿವನ ಮನಸ್ಸು ಅಂತಹುದು. ಅವನಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಜೊತೆ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಅನಾಸಕ್ತಿ ಮತ್ತು ವೈರಾಗ್ಯವೂ ಇದೆ. ಶಿವನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯನ ಮನಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸುತ್ತ ಭರ್ತೃಹರಿ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ:

**ಏಕೋ ರಾಗಿಷು ರಾಜತೇ ಪ್ರಿಯತಮೋ ದೇಹಾರ್ಧಹಾರೀ ಹರೋ
ನೀರಾಗೇಷು ಜನೋ ವಿಮುಕ್ತಲಲನಾಸಂಗೋ ನ ಯಸ್ಮಾತ್ ಪರಃ ।
ದುರ್ವಾರಸ್ಮರಬಾಣಪನ್ನಗವಿಷವ್ಯಾವಿದ್ಧಮುಗ್ಧೋ ಜನಃ
ಶೇಷಃ ಕಾಮವಿಡಂಬಿತಾನ್ನ ವಿಷಯಾನ್ ಭೋಕ್ತುಂ ನ ಮೋಕ್ತುಂ ಕ್ಷಮಃ ॥**

(ವೈರಾಗ್ಯಶತಕಮ್, ೧೭.)

(‘ಪತ್ನಿಯನ್ನು ತನ್ನ ದೇಹದ ಅರ್ಧಭಾಗದಲ್ಲಿ ಧರಿಸಿರುವ ಶಿವನು, ಅನುರಾಗ ಹೊಂದಿರುವ ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲಿ ಅತಿ ಅನುರಾಗಿ ಎಂದು ಪ್ರಸಿದ್ಧನಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಅಂತೆಯೇ, ಸ್ತ್ರೀಸಂಗವೇ ಇಲ್ಲದ ವಿರಾಗಿ ಜನರಿಗೆ ಅವನು ‘ಪರಾತ್ ಪರ’ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮೀರಿದ ಯೋಗಿಶ್ರೇಷ್ಠ. ಮನ್ಮಥನ ಬಾಣಗಳು ಸರ್ಪದ ವಿಷದ ಲೇಪವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ತಡೆಯಲಾಗದ ಆ ಬಾಣದ ಕೈವಶರಾಗಿ ಮುಗ್ಧ ಜನರು ಸುಖಭೋಗಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲೂ ಆರರು, ಬಿಡಲೂ ಆರರು.’)

ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ, ಜಗತ್ತಿನ ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳು ಪರಮಾತ್ಮ ಸುಖದ ಒಂದು ಅಂಶಮಾತ್ರದಿಂದ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ವಿಷಯಗಳಿಂದ ದೊರೆಯುವ ಸುಖವು ಆತ್ಮಸುಖವೇ ಆಗಿದೆ. ಆ ಸುಖ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ. ವಿಷಯಪ್ರಾಪ್ತಿಯ ಆಸೆಯಿಂದ, ಅವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಚಂಚಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ವಿಷಯಗಳು ದೊರತಾಗ ಆ ಗಳಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಶಾಂತವಾಗುತ್ತದೆ. ಶಾಂತ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆತ್ಮನ ಆನಂದ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ವಿಷಯಸುಖ ಎಂದು ತಪ್ಪಾಗಿ ತಿಳಿಯುತ್ತಾನೆ

ಮನುಷ್ಯ. ನಿಜವಾದ ಸುಖ ಇರುವುದು ಆತ್ಮನಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ. ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಸುಖ ಇದೆ ಎಂದು ಭಾಸವಾಗುತ್ತದಷ್ಟೆ.

ಮಹಾರಾಜನ ಸುಖ : ತೈತ್ತರೀಯ ಉಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದ ಅಥವಾ ಆತ್ಮಾನಂದವನ್ನು ವರ್ಣಿಸಲು ಮನುಷ್ಯನ ಸುಖದಿಂದ ಹಿಡಿದು ಬ್ರಹ್ಮನ ಸುಖದವರೆಗೆ ಪ್ರತಿ ಜೀವಿಯ ಸುಖವನ್ನು ವರ್ಣಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮನುಷ್ಯ ಆನಂದವನ್ನು ವರ್ಣಿಸುತ್ತ ಋಷಿ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ:

ಯುವಾ ಸ್ಯಾತ್ ಸಾಧು ಯುವಾಽಧ್ಯಾಯಕಃ ।
ಆಶಿಷ್ಠೋ ದ್ರಢಿಷ್ಠೋ ಬಲಿಷ್ಠಃ ।
ತಸ್ಯೇಯಂ ಪೃಥಿವೀ ಸರ್ವಾ ವಿತ್ತಸ್ಯ ಪೂರ್ಣಾ ಸ್ಯಾತ್ ।
ಸ ಏಕೋ ಮಾನುಷ ಆನಂದಃ ॥ *(ತೈತ್ತಿರಿಯೋಪನಿಷತ್ತು)*

ಎಂದರೆ ಸಾತ್ತ್ವಿಕನಾದ, ಬುದ್ಧಿವಂತನಾದ, ಆಶಿಷ್ಠ-ದ್ರಢಿಷ್ಠ-ಬಲಿಷ್ಠನಾದ, ಧನಸಂಪನ್ನನಾದ ಇಡೀ ಪೃಥ್ವಿಗೆ ಒಡೆಯನಾದ ಒಬ್ಬ ಯುವಕ - ಅವನ ಆನಂದವು ಒಂದು ಮಾನುಷ ಆನಂದ. ಮನುಷ್ಯ ಗಂಧರ್ವರ ಆನಂದವು ಅದಕ್ಕಿಂತ ನೂರು ಪಾಲು ಹಿರಿದು, ದೇವ ಗಂಧರ್ವರ ಆನಂದವು ಅದಕ್ಕಿಂತ ನೂರು ಪಾಲು ದೊಡ್ಡದು. ಅದೇ ರೀತಿ ಪಿತೃಗಣಗಳು, ದೇವತೆಗಳು, ಇಂದ್ರ, ಬೃಹಸ್ಪತಿ, ಪ್ರಜಾಪತಿ, ಮತ್ತು ಬ್ರಹ್ಮರ ಆನಂದವು ತಮ್ಮ ಹಿಂದಿನವರಿಗಿಂತ ನೂರು ಪಾಲು ಅಧಿಕ. ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಲೌಕಿಕ, ಪಾರ್ಥಿವ ಕಾಮನೆಗಳನ್ನು ಈಡೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವುಳ್ಳ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಒಬ್ಬ ರಾಜನ ಸುಖವನ್ನು ಸರ್ವಾಧಿಕವೆಂದು ಬಗೆಯಲಾಗಿದೆ. ಅದನ್ನು ಪಡೆಯಲಿಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಪಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ಕಳೆದುಹೋದರೆ ಎಂಬ ಭಯ ಸದಾ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮಹಾರಾಜನಿಗೂ ಗಂಧರ್ವರ ಸುಖ, ಇಂದ್ರಾದಿಗಳ ಸುಖದ ಅಪೇಕ್ಷೆಯಿರುತ್ತದೆ. ತುಲಸೀದಾಸರು ದಿಟವಾಗಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ:

ಧನಿಕನೇ ಸುಖಿ ಎನ್ನುವನು ಧನಹೀನ
ರಾಜನ ಸುಖ ಹಿರಿದೆನ್ನುವನು ಧನವಂತ
ರಾಜ ಹೇಳುವನು ಮಹಾರಾಜ ಸುಖಿಯೆಂದು
ಮಹಾರಾಜ ಹೇಳುವನು ಇಂದ್ರನ ಸುಖ ದೊಡ್ಡದು
ಚತುರಾನನನು ಸುಖಿ ಎಂದು ಪೇಳ್ವನು ಇಂದ್ರ
ಬ್ರಹ್ಮ ನುಡಿವನು ವಿಷ್ಣುವಿನದೆ ಸುಖ ದೊಡ್ಡದೆಂದು
ತುಲಸಿ ಪೇಳ್ವನು ವಿಚಾರಗೈಯಿರಿ
ಹರಿನಾಮವಿಲ್ಲದೆ ಲೋಕವೆಲ್ಲವೂ ದುಃಖಿ

ವಿದ್ವಾಂಸನ ಸುಖ : ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲರೂ ವಿಷಯ ಸುಖಗಳನ್ನೇ ಬಯಸುತ್ತಾರೆಂದಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸು ಬೆಳೆದಂತೆ, ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಉದಿಸಿದಂತೆ ಸುಖದ ವಸ್ತುಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ವ್ಯಕ್ತಿ ಸುಸಂಸ್ಕೃತನಾದಷ್ಟೂ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಅವನ ತೃಷೆ, ಸುಖಾಭಿಲಾಷೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಶಾಸ್ತ್ರಾಧ್ಯಯನ, ಗಂಭೀರ ಚಿಂತನೆ, ಸಾಹಸಪೂರ್ಣ ಸಂಶೋಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಅವನಿಗೆ ಅಧಿಕ ಸುಖ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಅವನಿಗೆ ಕಲೆ, ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ರುಚಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಈ ಆನಂದಗಳು ಅವನಿಗೆ ಲಭಿಸಲು ಕಾರಣ ಏಕಾಗ್ರತೆ. ಆದರೆ ಶಿಕ್ಷಣ, ವಿಜ್ಞಾನ, ಕಲೆ, ವಿದ್ವತ್ತಿನಿಂದ ದೊರೆಯುವ ಆನಂದವು ದೋಷದೂರವಲ್ಲ. ಉಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ ನಾರದ ಮತ್ತು ಸನತ್ಕುಮಾರರ ಸಂಭಾಷಣೆಯು ಬರುತ್ತದೆ. ನಾರದರು ಚತುರ್ವೇದಗಳು, ವೇದಾಂಗಗಳು ಮತ್ತು ಇನ್ನು ಹತ್ತು ಹಲವು ವಿದ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಪಾರಂಗತರಾಗಿದ್ದರೂ ಅವರಿಗೆ ಸುಖ ಸಿಕ್ಕಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಶೋಕನಿವೃತ್ತಿಗಾಗಿ ಸನತ್ಕುಮಾರರ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಶಾಸ್ತ್ರಾಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ, ಆಧಿದೈವಿಕ ಮತ್ತು ಆಧಿಭೌತಿಕ ತಾಪಗಳು ಇದ್ದೇ ಇದ್ದವು. ಈಗ ಇನ್ನು ಹೊಸ ತಾಪಗಳು ಸೇರಿಕೊಂಡವು. ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞಾನಲಾಭಕ್ಕಾಗಿ ಸತತ ಅಭ್ಯಾಸ, ಅಧ್ಯಯನಶೀಲತೆ, ಶಾಸ್ತ್ರವಿಸ್ಮರಣೆಯ ಭಯ ಮತ್ತು ನಾನು ವಿದ್ವಾಂಸ ಎಂಬ ಗರ್ವ, ತನಗಿಂತ ದೊಡ್ಡ ವಿದ್ವಾಂಸರ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಸೋತರೆ ಎಂಬ ಭಯ — ಇತ್ಯಾದಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಸೇರ್ಪಡೆಯಾದವು ಎಂದರೆ ವಿದ್ವಾಂಸನಿಗೂ ನಿರತಿಶಯ ಸುಖ ಲಭಿಸಿಲ್ಲ.

ನಿದ್ರೆ ಹಾಗೂ ತೂಷ್ಣಿಯ ಸುಖ : ಜಗತ್ತಿನ ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ, ಪಶುಪಕ್ಷಿಗಳಿಗೆ, ಧನಿಕರಿಗೆ, ನಿರ್ಧನರಿಗೆ, ಮೂರ್ಖರಿಗೆ, ಬುದ್ಧಿವಂತರಿಗೆ, ಪಾಪಿಗಳಿಗೆ-ಪುಣ್ಯಾತ್ಮರಿಗೆ-ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನಿದ್ರಾಸುಖ ಸಮಾನವಾದದ್ದು. ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಕುರುಡ ಕುರುಡನಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ, ನಿರ್ಧನನು ನಿರ್ಧನನಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅತ್ಯಂತ ಶೋಕಾಕುಲನೂ, ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತುಕೊಂಡು, ಹೊದ್ದುಕೊಂಡವನು ನಿಶ್ಚಿಂತನೂ, ಪರಮಸುಖಿಯೂ ಆಗಿ ನಿದ್ರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಿಗೆ ನಿದ್ರೆ ಬೇಕೆನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಅತ್ಯಂತ ಧನಿಕನೂ ನಿದ್ರೆಯ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ನುಂಗಿ ನಿದ್ರಿಸಬಯಸುತ್ತಾನೆ. ತನ್ನ ಧನಕ್ಕಿಂತ ಅವನಿಗೆ ನಿದ್ರೆಯ ಅಗತ್ಯ ಹೆಚ್ಚು ಇದೆ. ವಿಷಯಭೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದವನೂ ನಿದ್ರೆಯನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ.

ನಿದ್ರೆಯು ಜಾಗ್ರತ್ ಅಥವಾ ಸ್ವಪ್ನಕ್ಕಿಂತ ಬಹಳ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದುದು. ನಿದ್ರೆಗೆ ಸುಖ ನೀಡುವ ಶಕ್ತಿಯಿದೆ. ದ್ವಂದ್ವಾತ್ಮಕ ಜಗತ್ತನ್ನು ಅದು ಪೂರ್ತಿ ಮರೆಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಭಾರತೀಯ ಋಷಿಗಳು ನಿದ್ರೆಯನ್ನು ಕುರಿತು ಬಹಳ ಆಳವಾಗಿ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಮಲಗಿ ಎದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿ, **'ನಾಹಂ ಕಿಂಚಿದವೇದಿಷಮ್ ಸುಖಮಸ್ವಾಪ್ಸಮ್'** — 'ನಾನು ಸುಖವಾಗಿ ಮಲಗಿದ್ದೆ; ನನಗೆ ಏನೂ ಗೊತ್ತಾಗಲಿಲ್ಲ.' ಎಂದರೆ ನಿದ್ರಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಆನಂದವನ್ನು ಭೋಗಿಸುವವನು ಇರುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಎದ್ದ ಮೇಲೆ, 'ನಾನು ಸುಖವಾಗಿ ಮಲಗಿದ್ದೆ' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಅಲ್ಲಿ ಅಜ್ಞಾನವೂ ಇದೆ, ಆನಂದದ ಅನುಭವವೂ ಇದೆ. ಆದರೆ ಜ್ಞಾತಾ, ಜ್ಞೇಯ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನ ಎಂಬ ತ್ರಿಪುಟಿ ಅಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ. ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಭೋಕ್ತಾ, ಭೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಭೋಗ ಎಂಬ ದ್ವೈತಾತ್ಮಕ ತ್ರಿಪುಟಿ ಇದೆ. ಆದರೆ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ದ್ವೈತ ಇಲ್ಲ. ಈ ತ್ರಿಪುಟಿ ಜೀವಿಗೆ ಕ್ಲೇಶ ಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚು ವಿಷಯಸುಖಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರೆ, ಅವನಿಗೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಬೇಕೆನ್ನಿಸುತ್ತದೆ, ಹಾಸಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಒರಗಿದರೆ ಅವನಿಗೆ ಭೋಗಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸುಖ ಸಿಕ್ಕಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಅವನು ಗಾಢ ನಿದ್ರೆಯನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ. ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಅವನು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮರೆತು ಸುಖಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಅದ್ವೈತ. ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ, '**ಯೋ ವೈ ಭೂಮಾ ತತ್ ಸುಖಂ, ನಾಲ್ಪೇ ಸುಖಮಸ್ತಿ**' – ಎರಡು ಇರುವಲ್ಲಿ ಭಯವಿದೆ. ಶಾಸ್ತ್ರಕಾರರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದವನ್ನೇ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವುದು, ಆದರೆ ಆ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಅಜ್ಞಾನವಿದೆ. ಅಜ್ಞಾನವೆಂಬ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿ ಆನಂದಾಭಿಮುಖವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದರ ಮೇಲೆ ಆತ್ಮಾನಂದದ ಬೆಳಕು ಬೀಳುತ್ತದೆ.

ನಿದ್ರೆಯಿಂದ ಎಚ್ಚೆತ್ತರೂ ನಾವು ಏಳಲು ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅದೇ ಶಾಂತಭಾವದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ತೂಷ್ಣೀ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯಬಯಸುತ್ತೇವೆ. ನಿದ್ದೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ನಿದ್ರೆಯಿಂದ ಎದ್ದೇಳುತ್ತಲೇ ಮನಸ್ಸು ಎಲ್ಲ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳಿಂದ ಪಾರಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಅಜ್ಞಾನದ ಆವರಣವು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ಅದು ಆತ್ಮಾನಂದದ ಸಹಜಾವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಈ ತೂಷ್ಣೀ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು, ಎಂದು ವೇದಾಂತಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನಿದ್ರೆಗಿಂತ ಮೊದಲು ಅಥವಾ ಎಚ್ಚೆತ್ತ ಕೂಡಲೇ, ಸುಂದರ ಪ್ರಕೃತಿ ದೃಶ್ಯವನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ, ಉತ್ತಮ ಸಂಗೀತವನ್ನು ಆಲಿಸಿದಾಗ ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಗಳಿಗೆಗಳಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿ ಶೂನ್ಯವಾಗಿ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಶಾಂತವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಆ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಆ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಲಭಿಸುವ ಆನಂದವು ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದವೇ ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಅದಕ್ಕೆ ಅದು ಬಹಳ ಹತ್ತಿರವಾದುದು.

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಮೂರು ಬಗೆಯ ಆನಂದಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸುತ್ತಾರೆ: ವಿಷಯಾನಂದ, ಭಜನಾನಂದ, ಮತ್ತು ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದ. ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದದ ನೆರಳೇ ವಿಷಯಾನಂದ. ವಿಷಯಾನಂದ ಬಂಧನಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ಭಗವಂತನ ನಾಮಗುಣಕೀರ್ತನೆ, ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಲಭಿಸುವ ಭಜನಾನಂದದಲ್ಲಿ ದ್ವೈತ ಇದೆ, ಆದರೆ ಅದು ಬಂಧನವೆಸಗದು. ಅದು ಕ್ರಮೇಣ ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ದು ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಅನುಗ್ರಹಿಸುತ್ತದೆ. ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನ ಅಪರೋಕ್ಷಾನುಭೂತಿಯಾದಾಗ, ಆ ಆನಂದವನ್ನು ಶಬ್ದಗಳಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಲಾಗದು. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹೇಳುವಂತೆ ಆಗ ರೋಮರೋಮಗಳಲ್ಲಿ ಮಹಾಭೋಗದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನಿಯ ಸುಖ : ಅಪರೋಕ್ಷಾನುಭವದಿಂದ ಲಭಿಸುವ ಸುಖವು ಎಲ್ಲ ಸುಖಗಳಿಗಿಂತ ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದು. ಈ ನಿರತಿಶಯ ಆನಂದವು ಎಲ್ಲ ಸಾಧನೆಗಳ ಗುರಿ. ತೈತ್ತಿರೀಯ ಉಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಮನುಷ್ಯ ಆನಂದದಿಂದ ಹಿಡಿದು ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದದವರೆಗೆ ಯಾವ ಯಾವ ಸುಖಗಳನ್ನು ವರ್ಣಿಸಲಾಗಿದೆಯೋ ಅವೆಲ್ಲವೂ ಅಕಾಮಹತನಾದ ಶ್ರೋತ್ರಿಯನಿಗೂ ಲಭಿಸುತ್ತವೆ.

('ಶ್ರೋತ್ರಿಯಸ್ಯ ಚಾಕಾಮಹತಸ್ಯ', *ತೈತ್ತಿರೀಯೋಪನಿಷತ್ತು*)

ದುಃಖನಿವೃತ್ತಿ, ಸರ್ವಕಾಮಾಪ್ತಿ, ಕೃತಕೃತ್ಯತೆ, ಮತ್ತು ಪ್ರಾಪ್ಯಪ್ರಾಪ್ಯತೆಯಿಂದ ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನಿಯು ನಿರತಿಶಯ ಸುಖವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಸ್ಥೂಲ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ, ಕಾರಣ – ಈ ಮೂರೂ ಶರೀರವನ್ನು ಮಿಥ್ಯೆ ಎಂದರಿತು ಅವುಗಳೊಂದಿಗಿನ ತಾದಾತ್ಮ್ಯ ಅಧ್ಯಾಸದಿಂದ ನಿವೃತ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ದೇಹದ ವ್ಯಾಧಿ ಮತ್ತಿತರ ದುಃಖಗಳನ್ನು ತನ್ನದು ಎಂದು ಭಾವಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಎದ್ದೇಳುವ ಕಾಮ-ಕ್ರೋಧಾದಿ ವೃತ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ 'ತಾನು' ಎಂಬ ಭಾವ ತಾಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನಿಗೆ ಪಾಪ-ಪುಣ್ಯದ ಚಿಂತೆ ಇಲ್ಲ, ಅವನು ಹಳೆಯ ದುಃಖಗಳಿಂದ ಬಾಧೆ ಪಡುವುದೂ ಇಲ್ಲ, ಅವನು ತಾನು (ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಅಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಅತೀತನಾದ) ಅಜ, ಅಮರ, ನಿತ್ಯ, ಆನಂದ ಆತ್ಮ ಎಂದು ಬಲ್ಲನು. ಅವನ ಕರ್ಮಗಳು ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿಯಿಂದ ದಗ್ಧವಾಗಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವನ ಲೌಕಿಕ ಮತ್ತು ಪಾರಲೌಕಿಕ ದುಃಖಗಳು ನಿವೃತ್ತಿಯಾಗಿವೆ.

ಅತೃಪ್ತ ಕಾಮನೆಗಳೇ ನಮ್ಮ ಕಷ್ಟಸಂಕಟಗಳಿಗೆ ಕಾರಣ. ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಕಾಮನೆಗಳೂ ಪೂರ್ಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಓರ್ವ ಚಕ್ರವರ್ತಿಗೆ ಓರ್ವ ಧನಿಕನ ಅಥವಾ ಮಂತ್ರಿಯ ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪಡೆಯುವ ಸುಖದ ಬಯಕೆ ಇರದು. ಏಕೆಂದರೆ ಅವನ ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠ ಸುಖದಲ್ಲಿ ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಸುಖಗಳು ಸೇರಿಕೊಂಡಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ರಾಜನು ಆ ನಿಮ್ನ ಸುಖಗಳನ್ನು ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ. ವಿವೇಕಿಯು, ಜ್ಞಾನಿಯು, ವಿವೇಕದಿಂದ ಎಲ್ಲ ಕಾಮನೆಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುತ್ತಾನೆ. ತಾನೇ ಎಲ್ಲ ದೇಹಗಳಲ್ಲಿರುವ ಅಂತರ್ಯಾಮಿ ಸಾಕ್ಷಿ ಆತ್ಮ, ತಾನೇ ಎಲ್ಲರ ಮೂಲಕ ಸುಖವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿರುವವನು ಎಂದು ಮನಗಾಣುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವನು ತನಗಾಗಿ ಭೋಗಗಳನ್ನು ಬಯಸನು. ಅವನಿಗೆ ತಾನೇ ಅನ್ನವಾಗಿದ್ದೇನೆ, ತಾನೇ ಅನ್ನಾದ ಎಂಬ ಅರಿವಿರುತ್ತದೆ. ತಾನೇ ಎಲ್ಲವೂ ಆಗಿರುವಾಗ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ಭೋಗ ಎಲ್ಲಿರಲು ಸಾಧ್ಯ? ಅವನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಷ್ಕಾಮನಾಗುತ್ತಾನೆ. ನಿಷ್ಕಾಮ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೇ ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠ ಸುಖವಿದೆ.

ಜ್ಞಾನಿಗೆ ತಾನು ಮಾಡಬೇಕಾದದ್ದು (ಕೃತಕೃತ್ಯತೆ) ಏನೂ ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಗೊತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಅವನಿಗೆ ಪಾಪ ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಇಲ್ಲ. ಸ್ವರ್ಗಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಅವನಿಗೆ ಆಶೆ ಇಲ್ಲದ್ದರಿಂದ ಪುಣ್ಯ ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲೂ ಅವನಿಗೆ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಇಲ್ಲ. ಅವನಿಗೆ ಚಿತ್ತಶುದ್ಧಿಗಾಗಿ ನಿಷ್ಕಾಮ ಕರ್ಮದ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅವನು ಸಮಾಧಿಗಾಗಿ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿ ನಿರೋಧವನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವನು ನಿತ್ಯವೂ ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿತನಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಇನ್ನು ತನಗಿಂತ ಬೇರೆ ವಸ್ತು ಇದ್ದರಲ್ಲವೇ ಅಪ್ರಾಪ್ಯ ವಸ್ತುವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಚಿಂತೆ?

ಆನಂದಪ್ರಾಪ್ತಿಯ ಉಪಾಯ : ಆನಂದದ ಸ್ವರೂಪವನ್ನರಿತ ಮೇಲೆ ಆನಂದಪ್ರಾಪ್ತಿಯ ಉಪಾಯಗಳನ್ನರಿಯುವುದು ಸುಲಭ. ಮನುಷ್ಯ ನಿರತಿಶಯ, ನಿತ್ಯ ನಿರಂತರ ಸುಖವನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ. ಅಂತಹ ಆನಂದಪ್ರಾಪ್ತಿಗಾಗಿ ಕ್ಷಣಿಕ ಸುಖದಾಯಕವಾದ ಎಲ್ಲ ವಿಚಾರಗಳು, ಹವ್ಯಾಸಗಳು, ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಬೇಕು. ಜಗತ್ತಿನ ಅನಿತ್ಯ ವಿಷಯಗಳು ಶಾಶ್ವತ ಸುಖವನ್ನು ನೀಡಲಾರವು ಎಂದರಿತು ಅವುಗಳಲ್ಲಿನ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು, ತೃಷೆಯನ್ನು ತೊರೆಯಬೇಕು. **ಆಶಾ ಹಿ ಪರಮಂ ದುಃಖಂ, ನಿರಾಶಾ ಹಿ ಪರಮಂ ಸುಖಂ** ಎಂಬುದು ಶಾಶ್ವತ ಸತ್ಯ. ವಿವೇಕ ವಿಚಾರದಿಂದ ಜಗತ್ತಿನ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ದುಃಖವನ್ನು ಮತ್ತು ದೋಷವನ್ನು ಕಂಡು ಅವುಗಳ ಬಯಕೆಯನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮಾಡುತ್ತ ಮಾಡುತ್ತ ಚಿತ್ತ ಚಂಚಲತೆಯು ತಾನೇ ತಾನಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚು ಸ್ಥಿರವಾಗುತ್ತದೆ, ಶಾಂತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಶಾಂತ-ಸತ್ವಗುಣಿ ಚಿತ್ತದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮನ ಆನಂದವು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಯೋಗಸಾಧನೆಯಿಂದ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿ ನಿರೋಧವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲೆತ್ನಿಸಬೇಕು. ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಭಗವಂತ ಆ ನಿರತಿಶಯ ಸುಖವನ್ನು ಪಡೆಯುವಂತೆ ಆದೇಶಿಸುತ್ತಾನೆ :

ತಂ ವಿದ್ಯಾದ್ದುಃಖಸಂಯೋಗವಿಯೋಗಂ ಯೋಗಸಂಜ್ಞಿತಂ ।
ಸ ನಿಶ್ಚಯೇನ ಯೋಕ್ತವ್ಯೋ ಯೋಗೋಽನಿರ್ವಿಣ್ಣಚೇತಸಾ ॥

ಈ ಯೋಗವೂ ದೀರ್ಘಕಾಲ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಮಾಡಲ್ಪಡುವ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಸಿದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ಯೋಗಸಾಧನೆಯಿಂದ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಅಧಿಕವಾದಷ್ಟೂ ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸುಖ ವರ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ತೂಷ್ಣೀ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಎಂದರೆ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿರಹಿತ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಹಾಗೆಂದು ಶಾಂತಸ್ಥಿತಿಯ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಆಲಸ್ಯ ಅಥವಾ ನಿದ್ರೆಗೆ ಜಾರಿಬಿಡಬಾರದು. ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನ ನಿದ್ರೆಯ ನಿರಾಳ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಜಾಗ್ರತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಪಡೆಯುವುದು. ತೂಷ್ಣೀ ಸ್ಥಿತಿ ನಮಗೆ ಕಷ್ಟವೆನ್ನಿಸಿದರೆ ಸಗುಣ ಸಾಕಾರ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತ ಹೋಗಬೇಕು. ಆಗ ಕ್ರಮೇಣ ನಿರ್ಗುಣ ನಿರಾಕಾರ ಧ್ಯಾನಸ್ಥಿತಿಗೇರಿ ತೂಷ್ಣೀ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲಪುತ್ತೇವೆ.

ಆನಂದಪ್ರಾಪ್ತಿಗೆ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಉಪಾಯ ಭಕ್ತಿ. ನಮ್ಮ ಸ್ಥೂಲ ಮನಸ್ಸು ರೂಪ-ರಸಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತವಾಗಿರುವವರೆಗೆ ಅದಕ್ಕೆ ನಾವು ಭಗವಂತನ ಪ್ರಿಯ ರೂಪವನ್ನು ಮತ್ತು ನಾಮ ರಸವನ್ನು ಪಾನಮಾಡಿಸಬೇಕು. ಭಗವಂತ ನಮಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಿಯ ಎಂದು ಅವನನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸುವುದರಿಂದ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಆನಂದ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಚಿತ್ತಶುದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಚಿತ್ತ ಶುದ್ಧಿಯಾದಷ್ಟು ಅಧಿಕಾಧಿಕ ಆನಂದ.

ಜ್ಞಾನಮಾರ್ಗ ಅಥವಾ ವಿಚಾರಮಾರ್ಗದಿಂದಲೂ ಆನಂದ ಪ್ರಾಪ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. 'ನಾನು ಆನಂದ ಪರಿಪೂರ್ಣನಾದ ಆತ್ಮ' ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತ ಹೋಗಬೇಕು. ಮನುಷ್ಯನು ಧನ, ಸಂಪತ್ತು, ಪತ್ನಿ, ಪುತ್ರ, ದೇಹ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರೇಮ ಅವನಿಗೆ ಆತ್ಮನಲ್ಲಿ. ಅತ್ಯಧಿಕ ಸುಖವನ್ನು ನೀಡುವ ವಸ್ತುವಿನಲ್ಲೇ ನಮಗೆ ಅತ್ಯಧಿಕ ಪ್ರೇಮ, ಆದ್ದರಿಂದ ಆತ್ಮನಲ್ಲಿಯೇ ನಮಗೆ ಅತ್ಯಧಿಕ ಪ್ರೇಮ. ಆತ್ಮವೊಂದೇ ಪರಮ ಸುಖ ಸ್ವರೂಪನು.

ಮಗನ ಪ್ರಾಣವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಮನುಷ್ಯ ಎಷ್ಟು ಬೇಕಿದ್ದರೂ ಹಣ ಖರ್ಚು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಮಗ ತನ್ನನ್ನು ಕೊಲ್ಲಲು ಬಂದರೆ ಇವನು ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಮೊದಲು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನೋಡುತ್ತಾನೆ. ಎಂದರೆ ಮಗನಿಗಿಂತ ತನ್ನ ದೇಹ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಿಯವಾದಂತಾಯಿತು. ಸ್ಥೂಲ ದೇಹಕ್ಕಿಂತ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಿಯ. ಏಕೆಂದರೆ ಯಾರಾದರೂ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಗುರಿಯಿಟ್ಟರೆ ನಾವು ಅದನ್ನು ಕೈಯಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗಿಂತ ಪ್ರಾಣವು ಪ್ರಿಯ. ಏಕೆಂದರೆ ಯಾವುದೇ ಇಂದ್ರಿಯಕ್ಕೆ ತಗುಲಿದ ರೋಗದಿಂದ ಪ್ರಾಣಕ್ಕೆ ಅಪಾಯ ಎದುರಾದಾಗ ಪ್ರಾಣರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಆ ಅಂಗವನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ಹಾಕಲು ನಾವು ಹಿಂದೆ ಮುಂದೆ ನೋಡುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರಾಣಕ್ಕಿಂತ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಿಯ. ಮನುಷ್ಯ ತನ್ನ ವಿಚಾರಗಳಿಗಾಗಿ, ಆದರ್ಶಗಳಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾಣವನ್ನೇ ಕೊಡುವುದನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಹೀಗೆ ಅಂತರತಮವಾದ, ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಹತ್ತಿರ ಹತ್ತಿರವಾದ ಅಂಗಗಳು ನಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಿಯ. ಆತ್ಮ ಅಂತರತಮ. ಆದ್ದರಿಂದ ಆತ್ಮ ನಮಗೆ ಅತ್ಯಧಿಕ ಪ್ರಿಯನು. ಮತ್ತು ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದಲ್ಲಿ ಪರಮಾನಂದಪ್ರಾಪ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಉಪಸಂಹಾರ: ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಶಾಶ್ವತ ಸುಖವಿಲ್ಲ, ಸುಖವಿರುವುದು ಕೇವಲ ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ, ಭೂಮದಲ್ಲಿ, ಅದ್ವೈತದಲ್ಲಿ ಎಂಬುದು ಶಾಸ್ತ್ರಗಳ ವಾಣಿ, ವಿದ್ವಾಂಸರ ವಾಣಿ. ನಮ್ಮ ಆತ್ಮ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಸತ್ ವಸ್ತುವನ್ನು ಜ್ಞಾನ, ಭಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಯೋಗ ಮಾರ್ಗದಿಂದ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಂಡು ಪರಮಾನಂದದಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಗಳಾಗಬೇಕು. ಇದು ಮಾನವ ಜೀವನದ ಗುರಿ. ಅದರಲ್ಲೇ ಮಾನವ ಜೀವನದ ಸಾರ್ಥಕ್ಯವಿದೆ.

ಮುಖಪುಟದ ಹಿನ್ನೆಲೆ

ದ್ವಾ ಸುಪರ್ಣಾ ಸಯುಜಾ ಸಖಾಯಾ
ಸಮಾನಂ ವೃಕ್ಷಂ ಪರಿಷಸ್ವಜಾತೇ ।
ತಯೋರನ್ಯಃ ಪಿಪ್ಪಲಂ ಸ್ವಾದ್ವತ್ತ್ಯ-
ನಶ್ನನ್ನನ್ಯೋ ಅಭಿಚಾಕಶೀತಿ ॥

ಯಾವಾಗಲೂ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿರುವ ಸಖರಾದ ಎರಡು ಪಕ್ಷಿಗಳು ಒಂದೇ ವೃಕ್ಷವನ್ನು ಆಲಿಂಗಿಸಿಕೊಂಡಿವೆ. ಅವು ಎರಡರಲ್ಲಿ ಒಂದು (ಜೀವಾತ್ಮ) ಸವಿಯಾದ ಹಣ್ಣನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೊಂದು (ಈಶ್ವರ) ತಿನ್ನದೆ ನೋಡುತ್ತಿದೆ.

(ಮುಂಡಕೋಪನಿಷತ್ತು, ೩.೧.೧)