

ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮನಸ್ಸು

ಮೂಲ ಹಿಂದೀ : ಸ್ವಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮೇಶಾನಂದ

ಅನುವಾದ : ಮಾತಾ ತ್ಯಾಗಮಯೀ



ವೈಶಾಖ ಪೂಣಿಮೆ — ಬುದ್ಧನ ಜನ್ಮದಿನ; ಅವನು ನಿರ್ವಾಣವನ್ನು ಪಡೆದ ದಿನವೂ ಅದೇ. ಅವನು ತನ್ನ ನಶ್ವರ ಜೀವನಲೀಲೆಯನ್ನು ಮುಕ್ತಾಯಗೊಳಿಸಿ ಪರಿನಿರ್ವಾಣಗೈದ ದಿನವೂ ಇದೇ. ಅವನ ಚಾರಿತ್ರ್ಯದ ಮಹಿಮೆಯು ೨೫೦೦ ವರ್ಷಗಳ ತರುವಾಯ ಇಂದಿಗೂ ಅಸಂಖ್ಯ ಜನವರ್ಗವನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತಿದೆ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಿದೆ. ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರಿಗೆ ಬುದ್ಧನಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಆದರಾನುರಾಗ. ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಹೇಳುವಂತೆ ಅವನ ಚಾರಿತ್ರ್ಯ ಅವನನ್ನು ವಿಶ್ವದ ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠ ಮಹಾಪುರುಷ ನನ್ನಾಗಿಸಿದೆ. ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಬುದ್ಧನನ್ನು ಕುರಿತು, ಬೌದ್ಧಧರ್ಮವನ್ನು ಕುರಿತು ಅನೇಕ ಭಾಷಣಗಳನ್ನು ಮಾಡಿರುವರು. ಬೌದ್ಧಧರ್ಮದ ಐತಿಹಾಸಿಕ ಮಹತ್ವ, ಅದರ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು, ಬುದ್ಧನ ಉದಾರ ಉಪದೇಶಗಳು - ಹೀಗೆ ಯಾವ ವಿಷಯವನ್ನು ಮಾತನಾಡುವಾಗಲೂ ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಅವನ ಅದ್ಭುತ ಚಾರಿತ್ರ್ಯವನ್ನು ಕೊಂಡಾಡಲು ಮರೆಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ.

ಸ್ವಾಮೀಜಿ 'ಜಗತ್ತಿಗೆ ಬುದ್ಧನ ಸಂದೇಶ' ಎಂಬ ಪ್ರವಚನದಲ್ಲಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. "ಅವನ ಅದ್ಭುತ ಮಿದುಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾವಿಸಿ ನೋಡಿರಿ. ಅಲ್ಲಿ ಭಾವಾವೇಶದ ಮಾತೇ ಇಲ್ಲ. ಆ ವಿಶಾಲ ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಿಗೆ ಸ್ಥಾನವೇ ಇರಲಿಲ್ಲ." ಇನ್ನೊಂದೆಡೆ ಬುದ್ಧನ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೊಂಡಾಡುತ್ತ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, "ಆ ಮನುಷ್ಯನ ಸಮಚಿತ್ತವನ್ನು ನೋಡಿ. ಯಾವ ದೇವರನ್ನೂ, ಯಾವ ದೇವದೂತನನ್ನೂ ಯಾವ ಭೂತಪಿಶಾಚಗಳನ್ನೂ ಅವನು ಒಪ್ಪಲಿಲ್ಲ. ಅವನ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮತ್ತು ಸಬಲ ಮಿದುಳಿನ ಒಂದೊಂದು ಜೀವಕೋಶವೂ ಜೀವನದ ಕೊನೆಯ ಗಳಿಗೆಯವರೆಗೂ ಚುರುಕಾಗಿದ್ದವು, ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿದ್ದವು. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಆ ಶಕ್ತಿಯ ಕಣಮಾತ್ರವಾದರೂ ಇದ್ದಿದ್ದರೆ! ಅವನು ಜಗತ್ತು ಕಂಡ ಅತ್ಯಂತ ಅರೋಗ್ಯಕರ ದಾರ್ಶನಿಕನಾಗಿದ್ದನು, ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠ ಗುರುವಾಗಿದ್ದನು."

ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ವಿಕೃತಿ: ಮನಸ್ಸಿನ ಚಲನವಲನಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಎಂಬ ಶಬ್ದವನ್ನು ಅದು ವಿಚಾರರಹಿತ, ಆರೋಗ್ಯಕರ, ಅಪಾಯಕಾರಿಯಲ್ಲದ ಗುಣಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ ಎಂಬ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಬುದ್ಧನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ವಿಚಾರ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಬುದ್ಧನ ಚಾರಿತ್ರ್ಯದ ಮಹಿಮೆಯನ್ನು ನಾವು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರಿಯಬೇಕಾದರೆ ವಿಕೃತಿ ಅಥವಾ ಮನೋವಿಕಾರ ಎಂದರೇನು, ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳೇನು ಮತ್ತು ಅದರ ಪ್ರಕಾರಗಳಾವುವು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅಸಂಖ್ಯ ವಿಚಾರಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು, ಸ್ಮೃತಿಗಳು, ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಸಂವೇದನೆಗಳು ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತವಾಗಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಬರುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ಈ ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತ ಪ್ರವಾಹವನ್ನು, ಅವಿರತ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ರೆಕಾರ್ಡ್ ಮಾಡಿ ಬಳಕೆ ಕೇಳಿಸಿಕೊಂಡರೆ ನಮಗೇ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ, ನಗು ಬರುತ್ತದೆ. ಸದ್ಯ, ಆ ಎಲ್ಲ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳು ಮಾತು ಮತ್ತು ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಬುದ್ಧಿ ತನ್ನ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಅವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತದೆ. ದೇಶ-ಕಾಲ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ರಾಶಿ ರಾಶಿ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳಿಂದ ಬುದ್ಧಿಯು ಕೆಲವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಆಯ್ದು, ಉಳಿದವನ್ನು ಉಪೇಕ್ಷಿಸಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯು ಆ ಆಯ್ದ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಸುಸಂಬದ್ಧಗೊಳಿಸಿ ಅವಕ್ಕೆ ತರ್ಕಸಮ್ಮತ ಚಿಂತನೆಯ ಆಕಾರವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕ ಏರುಪೇರುಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವು ಇಂದ್ರಿಯ, ದೇಹಗಳನ್ನು ದಾರಿತಪ್ಪಿಸಿ ಎಲ್ಲೆಂದರಲ್ಲಿ ಎಳೆದೊಯ್ಯುವುದಿಲ್ಲ.

ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯು ಅಷ್ಟು ಪ್ರಬಲವಾಗಿಲ್ಲ, ಅಷ್ಟು ವಿವೇಕ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದ ಸಂಪನ್ನವಾಗಿಲ್ಲ. ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಗಳು ನಮ್ಮ ಜಾಗೃತ ಮತ್ತು ಸುಪ್ತ ಮನಸ್ಸಿನ ಅಸಂಖ್ಯ ಆಶೆ-ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳು, ವಾಸನೆಗಳು ಮತ್ತು ಪೂರ್ವ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯು ಮನಸ್ಸು, ವಾಸನೆಗಳು ಆಶೆಗಳು, ವಿಚಾರಗಳು ಇವುಗಳ ನಡುವೆಯೇ ಒಂದು ಸಂತುಲನವನ್ನು ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳಲು ಹೆಣಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ತನ್ಮೂಲಕ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು, ಸಾಮಾಜಿಕ ವ್ಯವಹಾರಗಳು ಮತ್ತು ಜೀವನಯಾತನೆಯು ನಿರ್ವಿಘ್ನವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಈ ಸಂತುಲನವು ಕಡಡಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಮನೋವಿಕಾರಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಇನ್ನು ಕೆಲವರ ಬುದ್ಧಿ ಜನ್ಮದಿಂದಲೇ ವಿಕೃತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇನ್ನು ಹಲವರ ಬುದ್ಧಿ ಪೂರ್ಣ ಬೆಳೆವಣಿಗೆಯಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ ದುರ್ಬಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಸುಪ್ತ ವಾಸನೆಗಳಿಂದ ಪ್ರಚೋದಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ಅಸಹಾಯಕರಾಗಿ ಅಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿ ಅಲೆದಾಡುತ್ತ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಜೀವನದ ಏಳು-ಬೀಳುಗಳು ಮತ್ತು ಒತ್ತಡಗಳನ್ನು ಸಹಿಸಲಾರದೆ, ಮನಸ್ಸುಮತ್ತ

ವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಒಂದಿಲ್ಲೊಂದು ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಒಂದಿಲ್ಲೊಂದು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ದಿನಗಳು, ಕೆಲವು ವಾರಗಳು, ಕೆಲವು ತಿಂಗಳುಗಳು ಅಥವಾ ಕೆಲವರ್ಷಗಳು ಅಸ್ವಸ್ಥಚಿತ್ತಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇಂಥವರ ಸಂಖ್ಯೆ ವರ್ಷವರ್ಷವೂ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಲೇ ಇದೆ.

ಮನೋರೋಗಿಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಉಳಿದವರೆಲ್ಲರ ಮನಸ್ಸು ತನ್ನೆಲ್ಲ ಏಳುಬೀಳುಗಳ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅಂತಹ ಮನಸ್ಸು ಕೂಡ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮನಸ್ಸು ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆಂದರೆ ಸ್ವಸ್ಥ ಮನಸ್ಸು ಎನ್ನುವಂಥದ್ದು ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನೂ ಒಂದಿಲ್ಲೊಂದು ಮನೋವಿಕಾರಗಳಿಂದ ತೊಳಲುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ಈ ವಾಕ್ಯ ಅತಿಶಯೋಕ್ತಿಯೆನ್ನಿಸಿದರೂ ಅದರಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸತ್ಯವಿದೆ. ಇದನ್ನರಿಯಲು ಅರ್ಜುನನ ಮನಸ್ಸಿನ ಸರಿಯಾದ ದೃಷ್ಟಾಂತ. ಮಹಾಭಾರತದ ಈ ಮೂರು ಲೋಕಗಳ ಗಂಡು ಯುದ್ಧಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಯುದ್ಧ ಮಾಡಲು ಉತ್ಸಾಹಿಗಳಾದ ಸ್ವಜನರನ್ನು ನೋಡಿ ವಿಚಲಿತನಾದನು. ಅವನು ಬೆವರಿದನು. ಅವನ ಕೈಕಾಲು ನಡುಗಿತು, ಮುಖ ಒಣಗಿತು, ಗಾಂಡೀವವು ಕೈಯಿಂದ ಜಾರಿತು. ಅವನಂತಹ ನರಶ್ರೇಷ್ಠನಿಗೆ ಶೋಭಾಯ ಮಾನವಲ್ಲದ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಆಡಿದನು. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಜೀವನದಲ್ಲೂ ಈ ಬಗೆಯ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಬರುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಆಗ ನಾವು ಸಮತ್ವವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಮನೋವಿಕಾರಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಯಾರು ಎಂತಹ ವಿಷಮ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೂ, ಮೃತ್ಯುವಿನ ಗಳಿಗೆಯಲ್ಲೂ ತನ್ನ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಚಿಂತನೆಗಳನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳು ತಾನೆಯೋ ಅವನು ಮಾತ್ರ ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯಕರ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಹೇಳುವ ಪ್ರಕಾರ ಬುದ್ಧ ಇಂತಹ ಸ್ವಸ್ಥ ಮನಸ್ಸಿನ ಮಹಾಪುರುಷ.

ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮನಸ್ಸಿನ ಲಕ್ಷಣಗಳು: ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರ ಪ್ರಕಾರ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೊದಲ ಲಕ್ಷಣ ಭಾವಾವೇಶರಾಹಿತ. ಜೀವನದ ಕುರಿತಾದ ನಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಕ್ರಿಯೆ-ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಬಹುತೇಕವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನೇ ಆಧರಿಸಿವೆ. ನಾವು ಬುದ್ಧಿ ಅಥವಾ ವಿವೇಕ-ವಿಚಾರವನ್ನು ಅಷ್ಟೊಂದಾಗಿ ಬಳಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅರ್ಜುನನ ಭಾವಾವೇಶಪೂರ್ಣ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಕುರಿತಾಗಿ ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, “ಅರ್ಜುನನಿಗೆ ಕರ್ತವ್ಯ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳ ನಡುವೆ ದ್ವಂದ್ವ ಹುಟ್ಟಿತು. ನಾವು ಪ್ರಾಣಿಸ್ವಭಾವಕ್ಕೆ ಹತ್ತಿರರಾದಷ್ಟು ಭಾವನೆಗಳ ನರಕದಲ್ಲಿ ಒದ್ದಾಡುತ್ತೇವೆ. ಅದನ್ನು ನಾವು ಪ್ರೀತಿ ಎಂದು ಬೇರೆ ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ... ಇದು ಆತ್ಮವಂಚನೆ... ಪಶುಗಳ ಭಾವಾವೇಶ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ನೀಡಲಾರದು... ಈಗ ಅರ್ಜುನ ಭಾವನೆಗಳ ವಶದಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ. ಅವನು ತಾನು ಸದಾ ಇರುವಂತೆ ಸಂಯಮಿ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯನಿರತನಾಗಿಲ್ಲ.”

ಇದೇ ಬಗೆಯ ಒಂದು ಕಠಿಣ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧನ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಅರ್ಜುನನ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಿಂತ ಬಹಳ ಭಿನ್ನವಾಗಿತ್ತು. ಅವನು ಅರಂಭಿಸಿದ ನೂತನ ಧರ್ಮ ಆಂದೋಲನದ ಎರಡು ಪ್ರಧಾನ ಸ್ತಂಭಗಳಾದ ಇಬ್ಬರು ಪ್ರಮುಖ ಶಿಷ್ಯರು ಆಕಾಲ ಮೃತ್ಯುವಶರಾದರೂ ಅವನು ವಿಚಲಿತನಾಗಲೂ ಇಲ್ಲ, ಚಿಂತೆ-ವಿಲಾಪಗಳಿಗೆ ವಶನಾಗಲೂ ಇಲ್ಲ. ಆ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ಅವನು ಉಳಿದ ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಬದುಕಿನ ಕ್ಷಣಭಂಗುರ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಬೋಧಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಕೊಲೆಗಡುಕರಿಗೆ ಎದರುಬದುರಾದರೂ, ವಿದ್ವೇಷಿಗಳಿಂದ ಅಪಮಾನಿತನಾದರೂ ಶಾಂತವಾಗಿಯೇ ಇದ್ದನು.

ಇದರ ಅರ್ಥ ಬುದ್ಧನಲ್ಲಿ ಭಾವನೆಗಳಿರಲಿಲ್ಲವೆಂದಲ್ಲ. ನಾವು ಭಾವಾವೇಶ ಮತ್ತು ಹೃದಯವಂತಿಕೆಯ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಬುದ್ಧನಲ್ಲಿ ಅಪಾರ ಹೃದಯವಂತಿಕೆ ಇತ್ತು. ಅವನ ವಿಶಾಲ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ತ ಜೀವರಾಶಿಗಳ ಕಷ್ಟ-ದುಃಖ ವೇದನೆಗಳ ಕುರಿತಾಗಿ ಅಪಾರ ಸಹಾನುಭೂತಿಯಿದ್ದಿತು. ಅರ್ಜುನನಿಗೆ ಯುದ್ಧಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಉಂಟಾದ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಗೀತಾಕಾರರು 'ಕೃಪಯಾ' ಎಂದು ಕರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಬುದ್ಧನಲ್ಲಿರುವ ಭಾವನೆ ಪರಮ ಅನುಕಂಪೆ, ಕರುಣೆ ಅಥವಾ ಕೃಪಾ. ಈ ಇಬ್ಬರ ಭಾವನೆಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ. ಅರ್ಜುನನ ಕೃಪಯಾ-ದೋಷವಾಯಿತು. ಬುದ್ಧನ ಕೃಪೆ ಮಹಾ ಸದ್ಗುಣವಾಯಿತು. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಬಂಧುಬಾಂಧವರಲ್ಲಿನ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಮಾಯೆ ಎಂದಿರುವರು. ಎಲ್ಲಾ ಜೀವರಾಶಿಗಳ ಕುರಿತ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ದಯೆ ಎಂದಿರುವರು. ಮಾಯೆ ಬಂಧನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದರೆ, ದಯೆ ಮುಕ್ತಿಗೆ ಸೋಪಾನವಾಗುತ್ತದೆ. ಬುದ್ಧನ ಭಾವನೆ ದಯೆಗಿಂತ ಉಚ್ಚಕ್ಷೋಟಿಗೆ ಸೇರಿದುದು. ಅದು ಒರ್ವ ಮುಕ್ತಾತ್ಮನ ವಿಶಾಲ ಹೃದಯದಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿದ ಉತ್ಕಟ ಲೋಕಹಿತಾಕಾಂಕ್ಷೆ.

ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಅದರಲ್ಲೂ ಭಕ್ತಿಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಾವು ಒಂದು ಬಗೆಯ ಅಸಹಜ, ಅಹಿತಕರ ಭಾವಾವೇಶವನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಭಗವಂತನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವುದೇ ಭಕ್ತಿ. ಆದರೆ ಪೂರ್ಣ ಸಂಯಮ ಮತ್ತು ತ್ಯಾಗವಿಲ್ಲದೆ ಈ ಭಕ್ತಿಯು ಆಗ್ನದ ಭಾವಾವೇಶವಾಗಿ ತಿರುಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಅದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಶಾಶ್ವತ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ತರದ ಇಂತಹ ಭಾವಾವೇಶ, ಕಾಮಕ್ರೋಧಾದಿಗಳನ್ನು ಜಯಿಸಲು ಬೇಕಾದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡದ ಈ ಭಾವಾವೇಶದಿಂದ ಯಾವ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ಬುದ್ಧ ಇದನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬಲ್ಲವನಾಗಿದ್ದನು. ಅವನು ತನ್ನ ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಭಾವಾವೇಶವನ್ನು ಸಾಕಲು ಬಿಡಲಿಲ್ಲ.

ಒಮ್ಮೆ ಒಬ್ಬ ಶಿಷ್ಯ ಬುದ್ಧನನ್ನು ಅವನು ಭೂತ-ಭವಿಷ್ಯ ಮತ್ತು ವರ್ತಮಾನದ ಬುದ್ಧರಲ್ಲಿ ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠನೆಂದು ಹೊಗಳತೊಡಗಿದನು. ಬುದ್ಧ ಅವನಿಗೆ ವರ್ತಮಾನ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದ

ಬುದ್ಧರ ಪರಿಚಯವಿದೆಯೇನು ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದನು. ಅದು ತನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಶಿಷ್ಯ ಒಪ್ಪಬೇಕಾಯಿತು. ಬುದ್ಧ ಅವನ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಸತ್ಯಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದ ಪೊಳ್ಳು ಭಾವುಕತೆ ಮಾತ್ರ ಎಂದು ತಳ್ಳಿಹಾಕಿದನು. ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಶಿಷ್ಯ ಯಾವಾಗಲೂ ಬುದ್ಧನ ಮುಖವನ್ನೇ ದಿಟ್ಟಿಸಿ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದನು. ಬುದ್ಧ ಅವನನ್ನೂ ಗದರಿಸಿಕಳುಹಿಸಿದನು.

ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮನಸ್ಸಿನ ಎರಡನೆಯ ಲಕ್ಷಣ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತನಾಗಿರುವಿಕೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಗಿರುವ ಪಾಪಭೀತಿ, ಇಹಪರಗಳಲ್ಲಿನ ಭೋಗತ್ಯಾಜ್ಯ ಮತ್ತು ತನ್ನ ಅಂತಃಶಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಲ್ಲದಿರುವಿಕೆ - ಇವು ಅವನನ್ನು ದೇವದೇವಿಯರನ್ನು, ಭೂತಪ್ರೇತಗಳನ್ನು ನಂಬುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮನುಷ್ಯನ ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಮತ್ತು ಶ್ರದ್ಧೆಯ ಅಭಾವವೇ ಈ ಬಗೆಯ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣ. ಈ ಬಗೆಯ ಧಾರ್ಮಿಕ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳ ಹೊರತಾಗಿ ಆಧುನಿಕ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಯೂ ಇದೆ. ಬುದ್ಧಿವಂತರೆನ್ನಿಸಿಕೊಂಡವರು, ವೈಚಾರಿಕರು ಅದಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ದೇವದೇವಿಯರನ್ನು ನಂಬುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಒಂದು ಮಾತನ್ನು ಐನ್‌ಸ್ಟೀನ್, ಪ್ಲಾಶ್ಕರ್ ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಒಬ್ಬವಿಜ್ಞಾನಿಹೇಳಿದನೆಂದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಒಪ್ಪಿಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಮಾತಿನ ಸತ್ಯಾಸತ್ಯತೆಯನ್ನು ವಿವೇಕ, ವಿಚಾರದಿಂದ ಅರಿಯುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಬುದ್ಧ ಈ ಎರಡೂ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಿಗೆ ವಿರೋಧಿಯಾಗಿದ್ದನು. ಶಿಷ್ಯರು ತನ್ನ ಮಾತನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸದೆ, ವಿವೇಕವಿಚಾರವಿಲ್ಲದೆ ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದನ್ನು ಅವನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಅವತಾರಪುರುಷನೂ ಒಬ್ಬ ಕ್ರಾಂತಿಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಅವನು ತಾನು ಆಗಮಿಸಿದ ಯುಗಕ್ಕೆ ಉಪಯುಕ್ತವಲ್ಲದ ಹಳೆಯ ನಂಬಿಕೆ, ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳಿಗೆ ಕುಠಾರಾಘಾತ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಕಾಲ ಕಳೆದಂತೆ ಅವನೇ ಅಂತಹ ಇನ್ನು ಕೆಲವು ನಂಬಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳ ಕೇಂದ್ರಬಿಂದುವಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತಾನೆ. ಬುದ್ಧ ತನ್ನ ಶಿಷ್ಯರನ್ನು ಈ ಅಪಾಯದ ವಿರುದ್ಧ ಎಚ್ಚರಿಸಿದ್ದನು. ತನ್ನ ಮರಣಾನಂತರ ಶಿಷ್ಯರು ತನ್ನನ್ನು ಪೂಜಿಸುವಂತಾಗಲಿ ಎಂದು ಅವನು ಬಯಸಲಿಲ್ಲ. ಮೃತ್ಯುಶಯ್ಯೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಬುದ್ಧನು ಶೋಕಸಂತಪ್ತ ಆನಂದನಿಗೆ, "ನನಗಾಗಿ ದುಃಖಿಸಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಮುಕ್ತಿಗಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಿ. ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಬೇಕಾಗಿ. ನೀವು ಒಬ್ಬೊಬ್ಬರೂ ನನ್ನ ಹಾಗೆ ಆಗಬಲ್ಲಿರಿ. ಆಕಾಶದಂತಹ ಅನಂತ ಜ್ಞಾನದ ಹೆಸರು ಬುದ್ಧ. ಗೌತಮನು ಆ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿರುವನು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಸೇರಿಸಿದರೆ ನೀವೂ ಆ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ" ಎಂದು ಹೇಳಿದನು.

ಪ್ರಜ್ಞೆ ಅಥವಾ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ಬುದ್ಧಿಯು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೂರನೆಯ ಲಕ್ಷಣ. ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಬುದ್ಧನನ್ನು ಜಗತ್ತು ಕಂಡ ಅತ್ಯಂತ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಚಿಂತಕ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಭಾವಪ್ರಧಾನ ವ್ಯಕ್ತಿ ಭಾವಾವೇಶಕ್ಕೊಳಗಾಗುವ ಅಪಾಯವಿರುವಂತೆ, ವಿಚಾರಪ್ರಧಾನ ವ್ಯಕ್ತಿ ಸಮಚಿತ್ತದಿಂದ ವಿಚಲಿತನಾಗುವ, ಕೇವಲ ತರ್ಕವಿಚಾರ, ಶುಷ್ಕಪಾಂಡಿತ್ಯಕ್ಕೆ ಅಧೀನವಾಗುವ ಅಪಾಯವಿದೆ. ದಿನದಿನದ ಜೀವನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲಾರದ ಚಿಂತನೆ ಅಥವಾ ದರ್ಶನದಿಂದ ಉಪಯೋಗವಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧನ ಭಾವನೆ. ಅಂತಹ ಶಬ್ದಜಾಲ, ಆಡಂಬರದ ಮಾತುಗಳು ಚಿತ್ತಭ್ರಮೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವ ಮಹಾರಣ್ಯದ ಹಾಗೆ ಎಂದು ಶಂಕರಾಚಾರ್ಯರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಪ್ರಕಾರ ವಾಗ್ವೈಖರಿ, ಶಾಸ್ತ್ರ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ ಕೌಶಲ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಪಂಡಿತರನ್ನು ರಂಜಿಸುವ ಸಾಧನಗಳೇ ಹೊರತು ಮೋಕ್ಷಸಾಧನೆಗಳಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಬುದ್ಧ ಆತ್ಮ, ಪರ ಮಾತೃ, ದೇವರು ಇತ್ಯಾದಿ ವಿವಾದಾಸ್ಪದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರ ಹೇಳಲು ಹೋಗಲಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ ದುಃಖ, ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ಅದರ ನಿವಾರಣೆ ಇತ್ಯಾದಿ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಮಾತನಾಡಿದನು.

ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮನಸ್ಸಿನ ನಾಲ್ಕನೆಯ ಲಕ್ಷಣ ಪ್ರಬಲ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅದಮ್ಯ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ ಇರಬೇಕು. ಆದರೆ ಅದು ದಾರಿತಪ್ಪಿ ಯಾವುದೇ ಅತಿಗೆ ಹೋಗುವಂತಾಗಬಾರದು. ಕಠಿಣ ತಪಸ್ಸಿನಿಂದ ಬುದ್ಧನ ಶರೀರವು ಅಸ್ಥಿಪಂಜರವಾಯಿತು. ಆಗ ಅವನಿಗೆ ಅದು ಸರಿಯಲ್ಲ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಯಿತು. ಅವನು ಮಧ್ಯಮ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಪ್ರತಿಪಾದನೆ ಮಾಡಿದನು.

ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಲೋಕಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ ಬಳಸಬೇಕು. ಲೋಕಹಿತ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಹೆಸರು-ಕೀರ್ತಿ ಅಥವಾ ಸ್ವರ್ಗಸುಖಾದಿಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂಬ ಆಸೆ ಬರಬಹುದು. ಬುದ್ಧನ ಲೋಕಹಿತಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಯಾವ ಸ್ವಾರ್ಥ ಉದ್ದೇಶಗಳಿರಲಿಲ್ಲ. ನಿರಪರಾಧಿ ಪಶುಗಳ ಬಲಿಯನ್ನು ತಡೆಯಲು ಅವನು ತನ್ನ ಪ್ರಾಣವನ್ನೇ ಕೊಡಲು ಮುಂದೆ ಬಂದನು. ಅವನ ಮತ ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಒಳಿತನ್ನು ಮಾಡುವುದು. ಇಂತಹ ಇನ್ನೋರ್ವ ನಿಷ್ಕಾಮ ಕರ್ಮಯೋಗಿಯನ್ನು ಜಗತ್ತು ಹಿಂದೆಂದೂ ಕಂಡಿರಲಿಲ್ಲ.

ಬುದ್ಧನು ಓರ್ವ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ರಾಜಯೋಗಿಯಾಗಿದ್ದನು. ಅವನು ಯೋಗಾಸನದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಸ್ಥನಾಗಿರುವ ಅನೇಕ ಚಿತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಮೂರ್ತಿಗಳು ಇವೆ. ಧ್ಯಾನ-ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಸಾರುವ ಈ ಯೋಗಮಾರ್ಗವು ಅಪಾಯದೂರವಾದುದಲ್ಲ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನ ಯೋಗವನ್ನು ಆಸನ-ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಯೋಗವನ್ನು ದೀರ್ಘಾಯುವಾಗಲು ಮತ್ತು ರೋಗನಿವಾರಣೆಗಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಸಿದ್ಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಲವು ತಾಳಿ ಪಥಭ್ರಷ್ಟರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಪವಾಡಗಳಿಗೆ ಮಹತ್ವ ಕೊಡುವ, ಸಿದ್ಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತರಾದ ಭಿಕ್ಷುಗಳನ್ನು

ಬುದ್ಧ ಕಠಿಣವಾಗಿ ಖಂಡಿಸುತ್ತಿದ್ದನು. ಅವನ ಒಬ್ಬ ಶಿಷ್ಯ ಒಮ್ಮೆ ಒಂದು ಎತ್ತರದ ಕಂಬದ ಮೇಲಿದ್ದ ರತ್ನಸಂಪುಟವನ್ನು ಸಿದ್ಧಿಯಿಂದ ಕೆಳಕ್ಕೆ ಇಳಿಸಿದನು. ಬುದ್ಧ ಅವನನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗದರಿಸಿದನು. ಬುದ್ಧ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟರೂ ಸಹ ಮಾನವರ ದುಃಖಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸುವುದನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಲಿಲ್ಲ. ವಿಹಾರದಲ್ಲಿ ಸಹಭಿಕ್ಷುವೊಬ್ಬನು ಕಾಯಿಲೆ ಬಿದ್ದಿದ್ದರೆ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಅವನ ಸೇವೆ-ಶುಶ್ರೂಷೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಮೊದಲ ಕರ್ತವ್ಯವೆಂದು ಬಗೆದವನು ಬುದ್ಧ. ಅದಕ್ಕೆ ಬದಲು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲೇ ತೊಡಗಿದರೆ ಅದನ್ನು ಅಕ್ಷಮ್ಯ ಅಪರಾಧವೆಂದನು ಬುದ್ಧ.

ಉಪಸಂಹಾರ

ಬುದ್ಧನ ಮೆದುಳು ಅದ್ಭುತವಾದುದು. ಅದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ವಿಚಾರಗಳು, ಖಂಡತುಂಡಗಳು ಇರಲಿಲ್ಲ. ಅವನ ಸಮಚಿತ್ತತೆ ಅದ್ಭುತವಾದುದು. ಅವನು ಮೋಕ್ಷಸಾಧನೆಯ ವಿವಿಧ ಯೋಗ ಮಾರ್ಗಗಳ ಒಳಿತುಗಳನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿಕೊಂಡು ಅವುಗಳ ಲೋಪ ದೋಷಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿದ್ದನು. ಅವನು ಹೃದಯವಂತನಾಗಿದ್ದನು. ಆದರೆ ಅವನಲ್ಲಿ ಭಾವಾವೇಶವಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವನು ವಿಚಾರ ಶೀಲನಾಗಿದ್ದನು, ಆದರೆ ಪವಾಡಗಳಿಗೆ, ಸಿದ್ಧಿಗಳಿಗೆ ಮನಕೊಟ್ಟವನಲ್ಲ. ಅವನಲ್ಲಿ ಮೇಲ್ಮಟ್ಟದ ವ್ಯವಹಾರಪ್ರಜ್ಞೆಯಿತ್ತು. ಅವನು ಪೂರ್ಣನಿಸ್ವಾರ್ಥನಾಗಿ ಲೋಕಸಂಗ್ರಹಕ್ಕಾಗಿ ಅವಿಶ್ರಾಂತವಾಗಿ ಪರಿಶ್ರಮಿಸಿದನು.

ಆರೋಗ್ಯಕರನಾದ, ಪೂರ್ವಗ್ರಹಗಳಿಲ್ಲದ ಜ್ಞಾನಿ ಅಪರೂಪ. ನಿರ್ದೋಷಿಯಾದ ಯೋಗಿ ಅಪರೂಪ, ಭಾವಾವೇಶದ ವಿಚಾರವಿಲ್ಲದ ಭಕ್ತ ಸಿಗುವುದು ಅಪರೂಪ. ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಕರ್ಮ ಯೋಗಿಯಾಗುವುದು ಕಠಿಣವಿದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಈ ನಾಲ್ಕೂ ಯೋಗಗಳ ಸಮನ್ವಯವನ್ನು ಕಾಣುವುದು ಮತ್ತೂ ದುರ್ಲಭ. ಬುದ್ಧ ಇಂತಹ ಓರ್ವ ಅಪರೂಪದ ಮಹಾಪುರುಷ. ಅವನ ಬುದ್ಧಿ, ಹೃದಯ, ಕಾರ್ಯಕ್ರಮತೆಗಳು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವಿಕಸನ ಹೊಂದಿದ್ದವು ಮತ್ತು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಸಮನ್ವಯವಿದ್ದಿತು. ಆದ್ದರಿಂದ ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಅವನನ್ನು ಜಗತ್ತು ಕಂಡ ಮಹಾನುಭಾವ ಎಂದು ಕರೆದಿರುವರು. ❀

“ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಆಲೋಚನೆಗಳೂ ಬಂದು ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಎಂದು ಎಲ್ಲರೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಅಲ್ಲಿ ‘ಪ್ರವೇಶವಿಲ್ಲ’ ಎಂಬ ಸೂಚನೆಯನ್ನು ಏಕೆ ಹಾಕಬಾರದು? ಅಂಥ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮುತ್ತದಂತೆ ಏಕೆ ತಡೆಯಬಾರದು?

“ಮನಸ್ಸು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗದೆ ದೇವರ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ವಾಗದು. ಈ ಬಗ್ಗೆ ತುಂಬ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿರಬೇಕು. ಕೆಟ್ಟ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಬಂದಾಗಲೆಲ್ಲ ಅವು ದೇಹದ ರಕ್ತವನ್ನೆಲ್ಲ ಕಲುಷಿತಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ.”

— ಸ್ವಾಮಿ ವಿಜ್ಞಾನಾನಂದ