

ಸಾಧನೆಯ ಅಂತರಾಯಗಳು

ಭಾಗ ೩

ಮೂಲ ಹಿಂದೀ : ಸ್ವಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮೇಶಾನಂದ

ಅನುವಾದ : ಮಾತಾ ತ್ಯಾಗಮಯೀ

ವಾಸನಾತ್ರಯ

ಮಾನವ ಮನಸ್ಸಿನ ಅಸಂಖ್ಯ ವಾಸನೆಗಳು ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿ ನಾಶವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವಾದ ಮೇಲೂ ವಾಸನೆಗಳು ಏಳುತ್ತಿರುತ್ತವೆ ಎಂದು ಶಂಕಾರಾಚಾರ್ಯರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ವಾಸನಾಕ್ಷಯವು ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಪ್ರಧಾನ ಗುರಿಯಾಗಿರುವಂತೆ, ವಾಸನೆಗಳೆಂಬ ಅಂತರಾಯಗಳನ್ನು ಜಯಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದು ಸಾಧನಾಮಾರ್ಗದ ಒಂದು ಅಧ್ಯಾಯವೂ ಹೌದು. ಶಂಕರರು ಮೂರು ವಾಸನೆಗಳನ್ನು ಸಾಧಕನ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿನ ಪ್ರಧಾನ ಅಡ್ಡಿಗಳೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವು ಲೋಕವಾಸನೆ, ಶಾಸ್ತ್ರವಾಸನೆ, ದೇಹವಾಸನೆ:

ಲೋಕವಾಸನಯಾ ಜಂತೋಃ ಶಾಸ್ತ್ರವಾಸನಯಾಪಿ ಚ |

ದೇಹವಾಸನಯಾ ಜ್ಞಾನಂ ಯಥಾವನ್ನೈವ ಜಾಯತೇ ||

(ವಿವೇಕಚೂಡಾಮಣಿ, ೩೦೩)

೧) ಲೋಕವಾಸನೆ

ಜನ ತನ್ನನ್ನು ಸನ್ಮಾನಿಸಬೇಕು, ಜನ ಹೊಗಳಬೇಕು ಎಂಬ ಪ್ರಬಲವಾದ ಆಸೆಯೇ ಲೋಕವಾಸನೆ. ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿ ಜನ ತನ್ನನ್ನು ನಿಂದಿಸಿದ ಹಾಗೆ, ಮತ್ತು ಹೊಗಳುತ್ತಿರುವಂತೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ನೋಡುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಇದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ ಮಾತು ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸಿದಾಗ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಇದುವರೆಗೆ ಒಂದೇ ಒಂದು ಬಾರಿ ನಿಂದೆಗೊಳಗಾಗದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯೇ ಇಲ್ಲ. ಮರ್ಯಾದಾ ಪುರುಷೋತ್ತಮ ಶ್ರೀರಾಮನ ಪತ್ನಿಯಾದ ಪರಮಪವಿತ್ರಸ್ವರೂಪಿನಿಯಾದ ತಾಯಿ ಸೀತೆಯೂ ಅಂತಹ ಕಠೋರವಾದ ನಿಂದೆಯನ್ನು ಕೇಳಬೇಕಾಯಿತು. ನಿಂದಾಸ್ತುತಿಗಳು ಸಾಮಾಜಿಕ ಪದ್ಧತಿಗಳು, ಆಚಾರ ವಿಚಾರಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆಯೂ ಬರುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ದಕ್ಷಿಣಭಾರತದ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರು ಉತ್ತರ ಭಾರತದ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರನ್ನು, ಸೋದರ ಮಾವನ ಮಗಳನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗುವವರೆಂದು ಟೀಕಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕ್ರೈಸ್ತರು ಹಿಂದೂಗಳನ್ನು ಮೂರ್ತಿಪೂಜಕರೆಂದು ಖಂಡಿಸಿದರೆ, ಹಿಂದೂಗಳು ಕ್ರೈಸ್ತರನ್ನು ಮ್ಲೇಚ್ಛರೆಂದು ನಿಂದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಕುಲಗೋತ್ರ, ಬಂಧುವರ್ಗ, ಇಷ್ಟದೇವತೆ, ರೀತಿರಿವಾಜುಗಳನ್ನು ಪ್ರಶಂಸಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಕುಲಗೋತ್ರ, ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ನಿಂದಿಸುವುದನ್ನು ವಿದ್ವಾಂಸನಿಂದ ಹಿಡಿದು ಹಳ್ಳಿಯ

ಗಮಾರನವರೆಗೆ ಎಲ್ಲರೂ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ: ಆದ್ದರಿಂದ ಪಂಡಿತರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ:

ಶುಚಿಃ ಪಿತಾಚೋ ವಿಚಲೋ ವಿಚಕ್ಷಣಃ

ಕ್ಷಮೋಽಪ್ಯಶಕ್ತೋ ಬಲವಾಂಶ್ಚ ದುಷ್ಠಃ |

ನಿಶ್ಚಿತಚೋರಃ ಸುಭಗೋಽಪಿ ಕಾಮೀ

ಕೋ ಲೋಕಮಾರಾಧಯಿತುಂ ಸಮರ್ಥಃ ||

ಎಂದರೆ, ಜನ ಶುಚಿವಂತನನ್ನು ಮಡಿವಂತನೆಂದೂ, ವಿದ್ವಾಂಸನನ್ನು ಗರ್ವಿಷ್ಯನೆಂದೂ, ಕ್ಷಮಾಶೀಲನನ್ನು ಕೈಲಾಗದವನೆಂದೂ, ಬಲಿಷ್ಠನನ್ನು ದುಷ್ಠನೆಂದೂ, ನಿಶ್ಚಿತನನ್ನು ಕಳ್ಳನೆಂದೂ, ಸುಂದರನನ್ನು ಕಾಮಿಯೆಂದೂ ನಿಂದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಸಂತೋಷಪಡಿಸಲು ಯಾರಿಗೆ ತಾನೆ ಸಾಧ್ಯ ?

ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಯಾರಾದರೂ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಸಂತುಷ್ಟಪಡಿಸಬಲ್ಲ ನಾದರೆ, ಅವನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೋ ದೊಡ್ಡ ದೋಷವಿದೆಯೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ತನ್ನ ಆದರ್ಶಗಳು ಮತ್ತು ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳಿಗೆ ತಿಲಾಂಜಲಿಯನ್ನೀಯದೆ ಯಾರೂ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಸಂತೋಷವಾಗಿಸಲಾಗದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಯೋಗಿಯು, ಭಕ್ತನು, 'ತುಲ್ಯನಿಂದಾಸ್ತುತಿ', 'ತುಲ್ಯೋ ಮಾನಾಪಮಾನಯೋಃ' ಆಗಿರುತ್ತಾನೆ.

ಸಾಧಕನ ಮನಸ್ಸು ಮಾನಾಪಮಾನಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಬೆಳೆಯದವರೆಗೆ ಅವನಿಗೆ ಸ್ತುತಿ, ಸನ್ಮಾನ ಪ್ರಶಂಸೆಗಳು ಹಾನಿಕಾರಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಗೆ ಬಾಧಕವಾಗುತ್ತವೆ. ಹಾಗೂ ನಿಂದೆ ಅಪಮಾನಗಳು ಸಾಧನೆಗೆ ಸಹಾಯಕರ ಎಂಬುದನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಸಾಂದರ್ಭಿಕವಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಹೊಗಳಿಕೆ, ಮಾನ, ಸನ್ಮಾನಗಳು ಆಸಕ್ತಿಗೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ಪುರುಷಾರ್ಥಕ್ಕೆ ವಿರೋಧಿಗಳಾದ್ದರಿಂದ ಮರಣಕ್ಕೆ ಸಮ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಹೀಗೆ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ:

ಅಸಮ್ಮಾನಾತ್ ತಪೋವೃದ್ಧಿಃ ಸಮ್ಮಾನಾತ್ ತಪಕ್ಷಯಃ |

ಅರ್ಚಿತಃ ಪೂಜಿತೋ ವಿಪ್ರೋ ದುಗ್ಧಾ ಗೌರಿವ ಸೀದತಿ ||

(ಪದ್ಮಪುರಾಣ, ಸೃಷ್ಟಿಖಂಡ, ೧೯. ೩೪೦)

'ಅಸಮ್ಮಾನಿತನಾಗುವುದರಿಂದ ತಪಸ್ಸಿನ ಫಲ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸನ್ಮಾನದಿಂದ ತಪಶ್ಚಕ್ತಿ ಕ್ಷಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಲು ಕರೆದ ಮೇಲೆ ಹಸು ಕ್ಷೀಣವಾಗುವಂತೆ ಸನ್ಮಾನ ಮತ್ತು ಗೌರವದಿಂದ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನು ತಪೋಕ್ಷೀಣನಾಗುತ್ತಾನೆ.'

ಆದ್ದರಿಂದ ಸಾಧಕನು ಜನರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯಬಾರದು, ಅವರಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು ಹೀಗೆ ಜನ ತನ್ನನ್ನು ನಿಂದಿಸುವಂತೆ ಅವನು ವರ್ತಿಸಬೇಕು. ಹಾಗೆಂದು ಅವನ ವರ್ತನೆ ಧರ್ಮ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿರದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕೆಲವು ಸಾಧಕರು ತಮ್ಮ ಕುಟೀರದ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಕಸ ಹರಡಿರುತ್ತಾರೆ ಅಥವಾ ಜನ ತಮ್ಮಿಂದ ದೂರವೇ ಇರುವಂತಾಗಲು ಆಕರ್ಷಕವಲ್ಲದ ವಿಚಿತ್ರ ವೇಷಭೂಷಣಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

೨. ಶಾಸ್ತ್ರವಾಸನೆ

ಸರ್ವವಾಸನಾತ್ಮ್ಯಗಸೂಚಕವಾದ ಸಂನ್ಯಾಸ ವ್ರತವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ ಮೇಲೂ ಅನೇಕರಿಗೆ ಶಾಸ್ತ್ರಾಧ್ಯಯನದ ಪ್ರಬಲ ವಾಸನೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಉನ್ನತ ಮನೋಭೂಮಿಕೆಯಲ್ಲಿರಲು ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ ಬೇಕು. ಹಾಗೆಂದು ಗುರಿಯನ್ನು ಮರೆತು ಶಾಸ್ತ್ರಾಧ್ಯಯನವನ್ನೇ ಗೀಳಾಗಿ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರೆ ಅದೇ ಒಂದು ಬಂಧನ ವಾಗುತ್ತದೆ. ಶಾಸ್ತ್ರಕಾರರು ಶಾಸ್ತ್ರವಾಸನೆಯನ್ನು ಮೂರು ಭಾಗ ಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

1) ಪಾಠವ್ಯಸನ: ಪಾಠವ್ಯಸನ ಎಂದರೆ ಬಹಳ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವ ಆಸೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ-ಆಧ್ಯಾತ್ಮದಲ್ಲೂ ಅಸಂಖ್ಯ ಗ್ರಂಥಗಳಿವೆ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಎಷ್ಟು ಓದಿದರೂ ತೃಪ್ತಿಯಿಲ್ಲ. ಕೆಲವರು ತಾವು ವೇದಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಓದುತ್ತೇವೆ ಎಂದರೂ ವೇದಗಳು ಅಸಂಖ್ಯ ಇವೆ. ವೇದಗಳ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಗಳು, ಉಪ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಗಳು, ಭಾಷ್ಯಗಳು ಅನೇಕ ಇವೆ. ಅವನ್ನೆಲ್ಲ ಓದುವುದು ಅಸಾಧ್ಯವಾದ್ದರಿಂದ ಈ ವಾಸನೆಯು ಮಲಿನವಾದುದು, ಅದು ಸಾಧನಾಪಥಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮವಿದ್ಯೆಯು ಅಂತರ್ಮುಖನಾಗದೆ ಮತ್ತು ಗುರುಕೃಪೆಯಿಲ್ಲದೆ ಲಭಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಸದಾ ನೆನಪಿಡಬೇಕು. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ತನ್ನನ್ನು ಕೊಲ್ಲಲು ಒಂದು ಸೂಜಿ ಸಾಕು, ಆದರೆ ಇನ್ನೊಬ್ಬರನ್ನು ಕೊಲ್ಲಲು ಕತ್ತಿ, ಖಡ್ಗಗಳೆಲ್ಲ ಬೇಕಾಗುತ್ತವೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಎಂದರೆ ತನ್ನ ಮುಕ್ತಿಗಾಗಿ ಒಂದು ಚಿಂತನೆ ಸಾಕು. ಒಂದು ಮೌಲ್ಯ ಸಾಕು. ಆದರೆ ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡಬೇಕಾದರೆ, ವಾದವಿವಾದದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಬ್ಬರನ್ನು ಸೋಲಿಸಬೇಕಾದರೆ ಬಹಳ ಶಾಸ್ತ್ರಾಧ್ಯಯನ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಾಧಕನು ತನ್ನ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದೆರಡು ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಪಾಠವ್ಯಸನ ದಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು.

2) ಬಹುಶಾಸ್ತ್ರವ್ಯಸನ: ಇದು ಪಾಠವ್ಯಸನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧ ಪಟ್ಟಿದೆ. ಇದು ನಾನಾ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳನ್ನು ಓದುವ ಆಸೆ. ತನ್ನ ಧರ್ಮ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡ ಮೇಲೂ ಕ್ರೈಸ್ತ, ಜೈನ, ಬೌದ್ಧ ಧರ್ಮಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ವಾಸನೆ ಹುಟ್ಟಿ ಬಹುದು. ಅದರಿಂದ ಪರಮ ಪುರುಷಾರ್ಥವಾದ ಮೋಕ್ಷಪ್ರಾಪ್ತಿ ಯಾಗದು. ನಾಲ್ಕು ವೇದಗಳನ್ನು ತಿಳಿದೂ, ಅನೇಕ ಧರ್ಮಗ್ರಂಥ

ಗಳನ್ನು ಓದಿಯೂ ನಾವು ಬ್ರಹ್ಮವಸ್ತುವನ್ನು ಅರಿಯದಿದ್ದರೆ, ಪಾಯಸದ ಪಾತ್ರೆಯೊಳಗೇ ಸದಾ ಇದ್ದು ಅದರ ರುಚಿಯನ್ನೇ ಅರಿಯದ ಚಮಚದ ಹಾಗೆ ಆಗುತ್ತೇವೆ. ಶುಷ್ಕ ಪಂಡಿತರನ್ನು ಗಂಧದ ಭಾರ ಹೊತ್ತ ಕತ್ತಿಗೆ ಹೋಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಗಂಧದ ಹೊರೆ ಮಾತ್ರ ಗೊತ್ತು. ಅದಕ್ಕೆ ಸುವಾಸನೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಭಾಂದೋಗ್ಯ ಉಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ ನಾರದ-ಸನತ್ಕುಮಾರರ ಉಪಾಖ್ಯಾನ ಬರುತ್ತದೆ. ದೇವರ್ಷಿ ನಾರದರು ೬೪ ವಿದ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಅನೇಕ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿಯೂ ಅವರಿಗೆ ಶಾಂತಿ ಲಭಿಸಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಸನತ್ಕುಮಾರರಲ್ಲಿ ಶರಣಾದರು.

3) ಅನುಷ್ಠಾನ ವ್ಯಸನ: ಶಾಸ್ತ್ರವಾಸನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಇನ್ನೊಂದು ವಾಸನೆ ಅನುಷ್ಠಾನ ವ್ಯಸನ. ಕೆಲವರು ಒಂದಾದ ಮೇಲೊಂದರಂತೆ ಪೂಜೆಗಳನ್ನು, ವ್ರತಗಳನ್ನು, ಯಜ್ಞಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅಥವಾ ಯಾವಾಗಲೂ ತೀರ್ಥ ಯಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ತೀರ್ಥಗಳಲ್ಲಿ ಪೂಜೆ, ಅಭಿಷೇಕ, ಅರ್ಚನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಯಜ್ಞ, ಬಾಹ್ಯಪೂಜೆ ಮತ್ತು ತೀರ್ಥಾಟನೆಗಳಿಗೆ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಒಂದು ಸ್ಥಾನ ಇದೆ. ಮಹತ್ವ ಇದೆ. ಆದರೆ ಅವಕ್ಕೆ ಕೆಲವು ಇತಿಮಿತಿಗಳಿವೆ, ಲೋಪದೋಷಗಳಿವೆ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅಂತರ್ಮುಖ ವಾಗಿಸುವವರೆಗೆ ಮಾತ್ರ ಅವುಗಳ ಮಹತ್ವ ಅನಂತರವಲ್ಲ.

ಈ ಮೂರೂ ಶಾಸ್ತ್ರವಾಸನೆಗಳ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ದೋಷ ವೆಂದರೆ ಅವು ಅಹಂಕಾರಕ್ಕೆ, ದರ್ಪಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಧಕ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ವಿದ್ವಾಂಸನೆಂದು, ಮಹಾತ್ಮನೆಂದು ಬಗೆಯುತ್ತಾನೆ. ತತ್ಪಲವಾಗಿ ಅವನು ಗುರುಹಿರಿಯರನ್ನು ಉಪೇಕ್ಷಿಸಬಹುದು, ಅಥವಾ ಇಂತಹ ಯಾವುದೇ ಅನರ್ಥಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಅವುಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಎಚ್ಚರವಾಗಿರಬೇಕು.

ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಂಗೀತವಾಸನೆಯನ್ನೂ ಹೇಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಭಜನೆಗಳು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸಿ ಭಗವದಭಿಮುಖ ಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಅದೇ ವ್ಯಸನವಾಗಿ ತಿರುಗಿದರೆ ಸಾಧನೆಗೆ ಅಂತರಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೊಸ ಹೊಸ ರಾಗಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುವುದು, ಒಂದೇ ಭಜನೆಯನ್ನು ವಿವಿಧ ರಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಡುತ್ತ ರಸಾಸ್ವಾದನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಸಾಧಕನ ಗುರಿಯಲ್ಲ. ಇದೆಲ್ಲದರ ತಾತ್ಪರ್ಯವೇನೆಂದರೆ ಸಾಧಕ ಎಚ್ಚರಗೇಡಿಯಾದರೆ, ಯಾವ ಸಾಧನಾಮಾರ್ಗದಲ್ಲಾದರೂ ಅಪಾಯವಿದ್ದೇ ಇದೆ. ಅಪಾಯದ ಭಯದಿಂದ ಆ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಬಿಡಲಾಗದು, ಅಪಾಯಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಎಚ್ಚರವಾಗಿರಬೇಕು. ಅಗತ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಅಧಿಕವಾಗಿ ಅವಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳಲಾರಕೂಡದು.

೩. ದೇಹವಾಸನೆ

ದೇಹವಾಸನೆ ಮೂರು ಬಗೆಯದು. ಆತ್ಮಪ್ರಭೆ - ಎಂದರೆ ದೇಹವನ್ನೇ ಆತ್ಮವೆಂದು ಬಗೆಯುವುದು; ಗುಣಾಧಾನಭ್ರಮೆ-

ಜನಮಾನ್ಯವಾದ ಗುಣಗಳನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ರಮಿಸುವುದು ಮತ್ತು ದೋಷಾಪನಯನ ಭ್ರಮೆ- ದೇಹವನ್ನು ರೋಗ ಮತ್ತು ಅಶುದ್ಧಿಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿಡುವ ಪ್ರಯತ್ನ.

ದೇಹಾತ್ಮಬುದ್ಧಿಯು — ತನ್ನನ್ನು ದೇಹವೆಂದು ಬಗೆಯುವಿಕೆಯು ಬೇಗ ಹೊರಟುಹೋಗದು. ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನ ತಾವು ದೇಹಕ್ಕಿಂತ ಬೇರೆಯಾಗಿರುವ ಆತ್ಮ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಲೂ ಆರರು. ಈ ದೋಷದಿಂದ, ಈ ತಪ್ಪುಗ್ರಹಿಕೆಯಿಂದ ದೇಹವನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿಡುವ, ಸುಂದರವಾಗಿಡುವ ಮತ್ತು ಬಲಿಷ್ಠವಾಗಿಡುವ ಆಸೆ ಬರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಅದರಿಂದ ಸಮಯವ್ಯರ್ಥವಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಮನಸ್ಸು ಕೆಳಮುಖವಾಗುತ್ತದೆ. ಶರೀರ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಔಷಧ ದ್ರವ್ಯಾದಿಗಳಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು, ಚರ್ಮವನ್ನು ಸುಂದರವಾಗಿಡುವುದು - ಇವೆಲ್ಲ ಲೌಕಿಕ ಗುಣಾಧಾನಗಳು, ರೋಗಗಳನ್ನು ದೂರ ಮಾಡಲು ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಂತೆ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದು ದೋಷಾಪನಯನ. ಎಲ್ಲ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳು ದೇಹವನ್ನು ಅನಾತ್ಮವೆಂದು, ದೋಷ ಸಮೂಹವೆಂದೂ ಸಾರಿ ಸಾರಿ ಹೇಳಿವೆ. ಇಂತಹ ನಿಂದನೀಯ ಶರೀರವನ್ನು ಸುಂದರಗೊಳಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ವ್ಯರ್ಥವಾದುದು. ಅವನು ಆ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ಸಫಲನಾಗುತ್ತಾನೆಂದೂ ಇಲ್ಲ. ರೋಗಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಗುತ್ತದೆಂದೂ ಹೇಳಲಾಗದು. ದೇಹ ಧರ್ಮಸಾಧನೆಗಾಗಿ ಇರುವ ಯಂತ್ರ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಎಷ್ಟು ಬೇಕೋ ಅದನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಅಧಿಕವಾಗಿ ಅಲ್ಲ. ಉನ್ನತ ಮನೋಭೂಮಿಕೆಯ ಸಂತಮಹಾತ್ಮರೆಲ್ಲರೂ ದೇಹವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಡೆಗಣಿಸಿದ್ದನ್ನು ನಾವು ಸಂತರ ಜೀವನ ಸಾಹಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ನಿಜವಾದ ಸಾಧಕನು ದೇಹಕ್ಕೆ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಉಪಸಂಹಾರ

ವಾಸನೆಗಳು ಅಸಂಖ್ಯ ಇವೆ. ಅವುಗಳ ಬೇರು ಅಹಂಕಾರವೇ ಆಗಿದೆ. ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ನಾಶಮಾಡದೆ ಅವು ನಾಶವಾಗುವು. ಆದರೆ ಈ ವಾಸನೆಗಳಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾದವುಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಿ ಅವನ್ನು ದೂರಮಾಡಲೆತ್ತಿಸಿದರೂ ಅಹಂಕಾರನಾಶಕ್ಕೆ ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೊಂದನ್ನೇ ಸದೆಬಡಿಯುತ್ತ ಮುಂದೆ ಹೋಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಎಲ್ಲ ವಾಸನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಒಮ್ಮೆಗೇ ದಾಳಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಈ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆಯಷ್ಟೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ತನ್ನ ಸಾಧಾರಣನೀತಿಯನ್ನು ತಾನೇ ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ವಿತರ್ಕ ಬಾಧೆಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಪಕ್ಷ ಭಾವನೆಗಳು

ನಮಗೆ ನಾವೇ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ದೊಡ್ಡ ಶತ್ರುಗಳು. ಭಗವದ್ಗೀತೆ ಹೇಳುವಂತೆ, 'ಆತ್ಮೈವ ಹ್ಯಾತ್ಮನೋ ಬಂಧುರಾತ್ಮೈವ ರಿಪು

ರಾತ್ಮನಃ' ನಮಗೆ ನಾವೇ ಮಿತ್ರರು, ನಮಗೆ ನಾವೇ ಶತ್ರುಗಳು. ತಪ್ಪು ಗ್ರಹಿಕೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಅಸಂಯಮಿ ಮನಸ್ಸೇ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ದೊಡ್ಡ ಅಂತರಾಯ. ನಾವು ಯಮನಿಯಮಾದಿಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸತೊಡಗಿದಾಗ ಈ ತಪ್ಪುಗ್ರಹಿಕೆಗಳೆಂಬ ಅಡೆತಡೆಗಳು ಸಾಧಾನಾಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ವಿಘ್ನವನ್ನು ಒಡ್ಡುತ್ತವೆ. ಅವು ನಮಗೆ ಏಕಾಗ್ರಚಿತ್ತದಿಂದ ಯಮನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಲು ಬಿಡುವು ದಿಲ್ಲ. ಪತಂಜಲಿ ಇವನ್ನು ವಿತರ್ಕ ಬಾಧೆಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ವಿತರ್ಕ ಎಂದರೆ ವಿಪರೀತ ವಿಚಾರ. ಎಂದರೆ ಯಮನಿಯಮಾದಿಗಳಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಮೌಲ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ, ಉಪಾದೇಯ ಬುದ್ಧಿ ಎಂದರ್ಥ, ಇವನ್ನು ಹೊಡೆದೋಡಿಸಲು ಪ್ರತಿಪಕ್ಷ ಭಾವನೆಯೇ ಉಪಾಯ ಎಂದಿರುವರು.

ವಿತರ್ಕಬಾಧನೇ ಪ್ರತಿಪಕ್ಷಭಾವನಮ್ | (೨.೩೩)

ವಿತರ್ಕಾ ಹಿಂಸಾದಾಯಃ ಕೃತಕಾರಿತಾನುಮೋದಿತಾ ಲೋಭಕ್ರೋಧಮೋಹಪೂರ್ವಕಾ |

ಮೃದುಮಧ್ಯಾದಿಮಾತ್ರಾ ದುಃಖಾಜ್ಞಾನಾನಂತ ಫಲಾ ಇತಿ ಪ್ರತಿಪಕ್ಷ ಭಾವನಮ್ | (೨.೩೪)

ಅಹಿಂಸಾ, ಸತ್ಯ, ಅಸ್ತೇಯ, ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯ, ಅಪರಿಗ್ರಹ ಎಂಬ ೫ ಯಮಗಳು, ಶೌಚ, ಸಂತೋಷ, ತಪ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಈಶ್ವರಪ್ರಣಿಧಾನ ಎಂಬ ೫ ನಿಯಮಗಳು. ಇವಕ್ಕೆ ವಿಪರೀತವಾಗಿ ಹಿಂಸೆ, ಅಸತ್ಯ, ಕಳ್ಳತನ, ಕಾಮಾಭಿಲಾಷೆ, ಪರಿಗ್ರಹ, ಅಶೌಚ, ಅಸಂತೋಷ, ಅಸಹನೆ, ನಾಸ್ತಿಕ ಭಾವನೆಗಳು, ಹೀನ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪಠಣ - ಇವು ೧೦ ವಿತರ್ಕ ಬಾಧೆಗಳು. ಇವನ್ನು ತಾನೇ ಮಾಡುವುದು, ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಂದ ಮಾಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಮಾಡುವುದನ್ನು ಅನುಮೋದಿಸುವುದು — ಎಂದು ಮೂರು ವಿಧವಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇವನ್ನು ಲೋಭ, ಮೋಹ ಮತ್ತು ಕ್ರೋಧದಿಂದ ಪ್ರೇರಿತರಾಗಿ ಮಾಡಲಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇವನ್ನು ಮೃದು, ಮಧ್ಯಮ ಅಥವಾ ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಹೀಗೆ ಇವು ೩ x ೩ x ೩ = ೨೭ ಬಗೆಯ ವೀಕ್ಷಣೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಇವನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಮಾಡಬಹುದು, ಮಾತಿನಿಂದ ಮಾಡಬಹುದು ಅಥವಾ ಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಮಾಡಬಹುದು. ಹೀಗೆ ೨೭ x ೩ = ೮೧ ಪ್ರಕಾರದ್ದಾಯಿತು.

ಹಿಂದಿನ ಅನೇಕ ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿನ ಹಿಂಸೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳಿಂದ ವಿತರ್ಕಗಳು ಆತ್ಮನ ಧರ್ಮವಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಅವು ಆತ್ಮನ ಧರ್ಮಗಳೇ ಎಂಬಂತಾಗಿದೆ. ಅವನ್ನು ನಾವು ಸ್ವಾರ್ಥಸಾಧನೆಗೆ ಉಪಾಯವೆಂದು ಬಗೆದಿದ್ದೇವೆ. ಕೆಲವು ಬಗೆಯ ಹಿಂಸೆಗಳನ್ನು ಸಮಾಜವು ಒಪ್ಪಿದೆ. ಶತ್ರುವಧೆ, ರಾಜಹಿಂಸ್ರಕ ಪಶುಗಳನ್ನು ವಧಿಸುವುದು, ಆತತಾಯಿಗಳನ್ನು ವಧಿಸುವುದು, ರೋಗ ಹರಡುವ ಕೀಟಾಣುಗಳ ವಧೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಮಾನವ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿದೆ. ಇವನ್ನು ಧರ್ಮವೆಂದೇ ಬಗೆಯಲಾಗಿದೆ.

ಕೆಲವರು ಇವನ್ನು ತಾವು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಇತರರಿಂದ ಮಾಡಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಮಾಡುವುದನ್ನು ಅನುಮೋದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಲೋಭದಿಂದ ಮಾಂಸಕ್ಕಾಗಿ, ಚರ್ಮಕ್ಕಾಗಿ ಹಿಂಸೆ ಮಾಡುವುದು, ಕ್ರೋಧದಿಂದ “ಅವನು ನನಗೆ ತೊಂದರೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಅವನಿಗೆ ತಕ್ಕ ಪಾಠ ಕಲಿಸುತ್ತೇನೆ” ಎಂದು ಹಿಂಸಿಸುವುದು, ಮೋಹದಿಂದ “ಪಶುವಧೆ ಶಾಸ್ತ್ರಸಮ್ಮತವಾದುದು” ಎಂದು ಹೀಗೆ ಮೂರು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹಿಂಸೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಇದೇ ರೀತಿ ಅಸತ್ಯ, ಕಳ್ಳತನ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಷಯದಲ್ಲೂ ಮನುಷ್ಯ ೮೧ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಪ್ಪೆಸಗಬಹುದು. ಹೀಗೆ ಅಸಂಖ್ಯ ಅಸಂಖ್ಯ ವಿತರ್ಕ ವಿಚಾರಗಳು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏಳುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ.

ದೇಶ, ಕಾಲ, ಪಾತ್ರ ವೇಷಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಕೆಲವು ವಿಪರೀತ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಧರ್ಮವೆಂದು ಅನುಮೋದಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಯಮ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪಾಲಿಸಬೇಕೆಂದಿರುವ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಸಾಧಕನು ಅವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತ್ಯಜಿಸುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯ. ವಿತರ್ಕ ಬಾಧೆಗಳು ಸಾಧಕನಿಗೆ ತೊಂದರೆ ಕೊಟ್ಟಾಗ ಅವನ್ನು ಪ್ರತಿಪಕ್ಷ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ಗೆಲ್ಲಬೇಕು.

ಹಿಂಸೆ, ಕಳ್ಳತನ ಮುಂತಾದವುಗಳ ದುಷ್ಟರಿಣಾಮವನ್ನು ಆಲೋಚಿಸುವುದನ್ನು ಪ್ರತಿಪಕ್ಷ ಭಾವನೆ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಹಿಂಸೆ ಅಪಾರ ದುಃಖ ಮತ್ತು ಅಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಹಿಂಸೆ ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮೊದಲು ವಧಿಸಲಿರುವ ಪ್ರಾಣಿಯನ್ನು ಕಟ್ಟಿಹಾಕುತ್ತಾನೆ, ಬಳಿಕ ಅಸ್ತ್ರದಿಂದ ಚುಚ್ಚಿ ಅದಕ್ಕೆ ಹಿಂಸೆ ಕೊಡುತ್ತಾನೆ. ಕೊನೆಗೆ ಅದರ ಪ್ರಾಣ ತೆಗೆಯುತ್ತಾನೆ. ತನ್ನ ಈ ಕರ್ಮದ ಫಲವನ್ನು ಅವನು ಅನುಭವಿಸಲೇಬೇಕು. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಅವನ ದೇಹ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಶಕ್ತಿಹೀನ ಮತ್ತು ತೇಜೋಹೀನವಾಗುತ್ತವೆ. ಜೀವಿಯೊಂದಕ್ಕೆ ದುಃಖ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದರಿಂದ ಅವನಿಗೆ ನರಕವಾಸ, ತೀರ್ಥ ಪ್ರೇತಾದಿ ಯೋನಿಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಜನಿಸಿ ದುಃಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅವನು ಅವುಗಳ ಪ್ರಾಣಹರಣ ಮಾಡಿದ್ದರಿಂದ ತನ್ನ ಮರಣ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸಾಯಬೇಕೆಂದಿದ್ದರೂ ಸಾಯಲಾಗದೆ ದುಃಖ ಪೂರ್ಣವಾದ ರೋಗದಿಂದ, ಅಸಹಾಯಕತೆಯಿಂದ ನರಳುವಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಅವನ ಪಾಪಕರ್ಮದ ಫಲವು ಪುಣ್ಯಬಲದಿಂದ ನಶಿಸಿ ಹೋದರೂ ಅವನ ಪುಣ್ಯಜನಿತ ಸುಖವು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಇರಲಾರದು. ಈ ಬಗೆಯ ಚಿಂತನೆಯನ್ನೇ ಪ್ರತಿಪಕ್ಷ ಭಾವನೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಇದೇ ರೀತಿ ಕಳ್ಳತನ ಮುಂತಾದ ದುಷ್ಕರ್ಮಗಳ ದುಷ್ಟರಿಣಾಮದ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅವುಗಳ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಹೋಗುವುದರಿಂದ ಹಿಂತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮತ್ತು ಯಮನಿಯಮಗಳನ್ನು ದೃಢಬುದ್ಧಿಯಿಂದ ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಬರುವ ನರಕಾದಿಗಳ ವರ್ಣನೆಯೂ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಪಕ್ಷ ಭಾವನೆಯೇ ಆಗಿದೆ.

ತ್ಯಾಗಿ ಸಾಧಕನು ಅಥವಾ ಸಂನ್ಯಾಸಿ ಸಾಧಕನು, “ಘೋರ ಸಂಸಾರ ಬಂಧನದಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ನಾನು ಸರ್ವಭೂತಗಳಿಗೆ ಅಭಯದಾನದ ವ್ರತತೊಟ್ಟು ಯೋಗಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಮೊರೆಹೊಕ್ಕಿದ್ದೇನೆ. ವಿತರ್ಕ ಸಮೂಹಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾದ ನಾನು ಈಗ ಅವನ್ನೇ ಅಂಗೀಕರಿಸುವಂತಿದೆ. ಇದು ನಾಯಿ ಉಗುಳಿದ ಆಹಾರವನ್ನು ತಾನೆ ಮತ್ತೆ ನುಂಗಿದ ಹಾಗೆ. ಇದು ನನಗೆ ತಕ್ಕದಲ್ಲ. ನನಗೆ ದಿಕ್ಕಾರ” ಎಂದು ಪ್ರತಿಪಕ್ಷ ಭಾವನೆಯನ್ನು ತಾಳಬೇಕು.

ಮೈತ್ರಾದಿ ಭಾವನಾ ಚತುಷ್ಟಯ:

ಬಾಹ್ಯ ಜಗತ್ತಿನ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯಕರವಲ್ಲದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಹುಟ್ಟಿದರೆ ಅವು ಎಂದಿದ್ದರೂ ನಮ್ಮ ಸಾಧನಾ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ಇವನ್ನು ದೂರಮಾಡಿ ಒಂದು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಸಾಧನಾಭಿಮುಖ ಮನಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮಹರ್ಷಿ ಪತಂಜಲಿಗಳು ಒಂದು ಸಾರ್ವಭೌಮ ನಿಯಮವನ್ನು ನೀಡಿರುವರು. ಬೌದ್ಧರು ಅದನ್ನು ‘ಬ್ರಹ್ಮವಿಹಾರ’ ಎಂದು ಕರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಪತಂಜಲಿ ಅದನ್ನು -

ಮೈತ್ರಿಕರುಣಾಮುದಿತೋಪೇಕ್ಷಾಣಂ ಸುಖದುಃಖಪುಣ್ಯ ಪುಣ್ಯವಿಷಯಾಣಾಂ ಭಾವನಾತಃ ಚಿತ್ತಪ್ರಸಾದನಮ್ | (೧.೩೩)

— ಎಂದಿರುವರು. ಎಂದರೆ ಸುಖಗಳಲ್ಲಿ ಮೈತ್ರಿ, ದುಃಖಗಳಲ್ಲಿ ಕರುಣೆ, ಪುಣ್ಯವಂತರಲ್ಲಿ ಮುದ ಮತ್ತು ಪಾಪಿಗಳಲ್ಲಿ ಔದಾಸೀನ್ಯ ಭಾವನೆಯನ್ನು ತಾಳುವುದರಿಂದ ಚಿತ್ತಪ್ರಸನ್ನತೆ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ನಮ್ಮ ಸ್ವಾರ್ಥಕ್ಕೆ ಘಾಸಿಯಾಗಲಿ, ಬಿಡಲಿ, ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಸುಖವನ್ನು ಕಂಡು ನಮಗೆ ಮತ್ತರವಾಗುತ್ತದೆ. ಶತ್ರುಗಳು ದುಃಖದಿಂದಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಿ ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಸ್ಪರ್ಧಿಗಳಾದ, ಪ್ರತಿದ್ವಂದ್ವಿಗಳಾದ ಪುಣ್ಯಾತ್ಮರ ಸತ್ಕರ್ಮ ನಿರತತೆಯನ್ನು, ಹೆಸರು-ಕೀರ್ತಿಯನ್ನು ಕಂಡು ನಮಗೆ ಅಸಹನೆಯಾಗಬಹುದು, ಅಥವಾ ಅಸೂಯೆ ಯಾಗಬಹುದು. ಪಾಪಿಗಳು ಮತ್ತು ದುರಾಚಾರಿಗಳನ್ನು ಕಂಡು ಕ್ರೋಧಗಳು ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಅಲ್ಲಾಡಿಸಿ ಹಾಕುತ್ತವೆ. ಅವು ಮನಸ್ಸನ್ನು ವಿಕೃಷ್ಟಗೊಳಿಸಿ ಸಮಾಹಿತಚಿತ್ತನಾಗಿರಲು ಬಿಡುವು ದಿಲ್ಲ. ಮೈತ್ರಿ ಮುಂತಾದ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ಚಿತ್ತಪ್ರಸನ್ನತೆಯನ್ನು ಪಡೆದಾಗ, ತನ್ಮೂಲಕ ಮನಸ್ಸು ಮಲಹೀನವಾದಾಗ ಅದು ಏಕಾಗ್ರವಾಗುತ್ತದೆ, ಸ್ಥಿರವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತನ ಸುಖದಲ್ಲಿ ನಮಗೂ ಸುಖವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಭಾವನೆಯನ್ನು ನಾವು ಎಲ್ಲರ ಕಡೆಗೆ ಪಸರಿಸಬೇಕು. ಇತರರ ಸುಖವನ್ನು ನೋಡಿ ನಮಗೆ ಈರ್ಷ್ಯೆಯಾದರೆ “ಇವನೂ ನನ್ನ ಮಿತ್ರ, ಇವನ ಸಂತೋಷದಲ್ಲಿ ನಾನೂ ಸಂತೋಷಪಡಬೇಕು” ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅವರು ದುಃಖಿತ

ರಾದಾಗ ನಮ್ಮ ಮಿತ್ರರು, ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರು ದುಃಖಿತರಾದಾಗ ಕರುಣೆ ತಾಳುವಂತೆ ಅವರ ಕುರಿತೂ ಕರುಣೆ ತಾಳಬೇಕು.

ದುಷ್ಟರು ಮತ್ತು ಪಾಪಾತ್ಮರ ಕುರಿತು ಉದಾಸೀನರಾಗಿರುವುದೇ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಅವರನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುವುದಾಗಲಿ, ಅವರನ್ನು ಸನ್ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ತರುವುದಾಗಲಿ, ರಾಜ್ಯ ಸರಕಾರ ಅಥವಾ ಸಮಾಜ ಸುಧಾರಕರ ಕಾರ್ಯವೆಂದರಿತು ತಟಸ್ಥಬುದ್ಧಿ ತಾಳುವುದು ಒಳಿತಾದುದು. ಉದಾಸೀನತೆ ಒಂದು ಭಾವನೆ ಅಲ್ಲ, ಭಾವನೆಯ ಅಭಾವ. ಆದರೂ ಇಲ್ಲಿ ಅನುಕೂಲಕ್ಕಾಗಿ ಉಳಿದ ಮೂರು ಭಾವನೆಗಳ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಅದನ್ನೂ ಭಾವನೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ.

ಜೈನ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿನ ೧೨ ಭಾವನೆಗಳು

ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ವೈರಾಗ್ಯ ಉದ್ದೀಪಕವಾದ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಜೈನ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಪ್ರಚಲಿತವಿರುವ ೧೨ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದು ಅನುಚಿತವಾಗದು.

೧. ಅನಿತ್ಯಭಾವನೆ: ಶರೀರ, ಧನ, ವೈಭವ, ಕುಟುಂಬ, ಬಂಧುಬಳಗ ಎಲ್ಲ ವಿನಾಶಶೀಲವಾದುದು, ನಶ್ವರವಾದುದು, ಅನಿತ್ಯವಾದುದು. ಆತ್ಮವೊಂದೇ ನಿತ್ಯ ಮತ್ತು ಅವಿನಾಶಿ ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು.

೨. ಅಶರಣ ಭಾವನೆ: ಮೃತ್ಯುವಿನ ಗಳಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲಾರರು, ಯಾರೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಾರರು. ರೋಗ ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕ ವೇದನೆಗಳ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ತಾನೇ ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲರೂ ನಮ್ಮವರೇ. ಆದರೆ ಕೊನೆಯ ಗಳಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಇಲ್ಲ. ಧರ್ಮವೊಂದೇ ನಮಗೆ ಏಕ ಮಾತ್ರ ಆಶ್ರಯ.

೩. ಸಂಸಾರ ಭಾವನೆ: ಸಂಸಾರವು ಒಂದು ಕಾರಾಗೃಹದಂತೆ, ಬೇಡಿಗಳಂತೆ. ಅದು ಹೊತ್ತಿ ಉರಿಯುವ ಅಗ್ನಿಕುಂಡದ ಹಾಗೆ. ಸಂಸಾರದ ದುಃಖಮಯ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡು, ಅದನ್ನು ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುತ್ತ ಸಂಸಾರಚಕ್ರದಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಲೂ ವ್ಯಾಕುಲರಾಗಬೇಕು.

೪. ಏಕತ್ವ ಭಾವನೆ: ಮನುಷ್ಯ ಒಬ್ಬನೇ ಹೋಗುತ್ತಾನೆ. ತನ್ನ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ತಾನೇ ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕುಟುಂಬ-ಬಂಧುವರ್ಗವೆಲ್ಲ ಎರಡು ದಿನಗಳದ್ದು. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಕೊನೆಗೂ ಒಬ್ಬನೇ-ಎಂದು ಯಾವಾಗಲೂ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಬೇಕು.

೫. ಅನ್ಯತ್ವಭಾವನೆ: ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಯಾರಿಗೂ ಸೇರಿ ದವರಲ್ಲ; ಶರೀರ ನನ್ನದಲ್ಲ, ರೂಪ, ಪತ್ನಿ-ಪುತ್ರರು, ಸೋದರರು, ಸೇವಕ-ಮಿತ್ರರು, ಸಂಬಂಧಿಕರು, ಕುಲ-ಗೋತ್ರ-ಧನ-ಸಂಪತ್ತು ಯಾವುದೂ ನನ್ನದಲ್ಲ ಎಂದು ವಿಚಾರ ಮಾಡುತ್ತಿರಬೇಕು.

೬. ಅಶುಚಿಭಾವನೆ: ಶರೀರ ಅಪವಿತ್ರವಾದದ್ದು. ಮಲ-ಮೂತ್ರಗಳ ಚೀಲ, ರೋಗ, ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಬೀಡು ಮತ್ತು ಈ ಅಶುದ್ಧ ಶರೀರದಲ್ಲಿರುವ ಆತ್ಮನು ನಿತ್ಯಶುದ್ಧನು, ಎಂಬುದನ್ನು ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಬೇಕು.

೭. ಆಶ್ರವ ಭಾವನೆ: ಜೀವಿಯಲ್ಲಿರುವ ಬಂಧನಕಾರಿಯಾದ ಅಶುಭ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಆಶ್ರವ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ರಾಗ, ದ್ವೇಷ, ಅಜ್ಞಾನ, ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ, ಲೋಭ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಆಶ್ರವಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ಇದರಿಂದ ಮನುಷ್ಯ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಜನ್ಮ ಮರಣ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಸುತ್ತುಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

೮. ಸಂವರ ಭಾವನೆ: ಕೆಲಸ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಬಂಧನ ವಾಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಸಂವರ. ಧ್ಯಾನ, ಸದಾಚಾರ ಗಳಿಂದ ಜೀವಿ ಹೊಸ ಕರ್ಮಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಜೀವಿ ಸಂವರದ ಉಪಾಯಗಳನ್ನು ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಬೇಕು.

೯. ನಿರ್ಜರ ಭಾವನೆ: ಕರ್ಮರಾಶಿಯು ನಿಧಾನವಾಗಿ ನಾಶವಾಗುವುದನ್ನೇ ನಿರ್ಜರ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ತಪಸ್ಸಿನಿಂದ ನಿರ್ಜರ ಆಗುತ್ತದೆ. ನಿರ್ಜರದ ಉಪಾಯಗಳನ್ನು ಚಿಂತಿಸುವುದು ನಿರ್ಜರ ಭಾವನೆ.

೧೦. ಲೋಕ ಸ್ವರೂಪ ಭಾವನೆ: ಸ್ವರ್ಗ-ನರಕಾದಿ ಚತುರ್ದಶ ಭುವನಗಳ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಚಿಂತಿಸುವುದು, ಜೀವ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಲು ಕಾರಣಗಳೇನು, ಅಲ್ಲಿರುವ ಭೋಗಗಳಾವುವು ಎಂಬ ಚಿಂತನೆ.

೧೧. ಬೋಧಿ ದುರ್ಲಭ ಭಾವನೆ: ಸಮ್ಯಕ್ ಜ್ಞಾನವು, ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವು ಅತಿ ದುರ್ಲಭ. ಬೋಧಿಯ ಸರ್ವೋಚ್ಚ ಮತ್ತು ದುರ್ಲಭತೆಯನ್ನು ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಬೇಕು.

೧೨. ಧರ್ಮ ದುರ್ಲಭ ಭಾವನೆ: ಮನುಷ್ಯ ಜನ್ಮ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನಿಯಾದ ಗುರು ಸಿಗುವುದು ಮತ್ತು ಅವನ ಶ್ರೀಮುಖದಿಂದ ಧರ್ಮೋಪದೇಶವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಅತ್ಯಂತ ದುರ್ಲಭವಾದ ಅವಕಾಶ ಎಂದು ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಬೇಕು.

ಜೈನಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಈ ಒಂದೊಂದು ಭಾವನೆಯನ್ನು ತಿಳಿಯ ಪಡಿಸಲು ಒಂದೊಂದು ಸುಂದರವಾದ ಕಥೆಗಳನ್ನು ವರ್ಣಿಸಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಬಹುದು. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೊಂದು ಭಾವನೆಯನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿ ಒಬ್ಬೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಹೇಗೆ ವೈರಾಗ್ಯ ತಾಳಿ, ಸಂಸಾರತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿ ಮೋಕ್ಷದ ಅಧಿಕಾರಿಯಾದನು ಅಥವಾ ಸಂಸಾರದ ಸ್ವರೂಪವನ್ನರಿಯದೆ ಕಷ್ಟ ಅನುಭವಿಸುವಂತಾಯಿತು ಎಂಬ ವರ್ಣನೆಯನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ.

