'ಆತ್ಮ ನಾನು'

ಮಾತಾ ತ್ಯಾಗಮಯೀ

ವೇದಾಂತ ತತ್ತ್ವದ ಸಾರಭೂತ ಅಂಶವೇ ಜೀವಾತ್ಮ ಹಾಗೂ ಪರಮಾತ್ಮ ಇವೆರಡೂ ಒಂದೇ ಎಂಬುದು. ಇದನ್ನು ಕುರಿತು ಚಿಂತಿಸುವುದೇ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಮಟ್ಟದ ಸಾಧನೆ. ಈ ಚಿಂತನೆಯ ಧಾಟಿಯಲ್ಲೇ ಇಲ್ಲಿ ಬರೆದಿರುವ ಲೇಖಕಿ, ಚಳ್ಳಕೆರೆ ಶ್ರೀ ಶಾರದಾಶ್ರಮದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು. ಉತ್ತಮ ಬರಹಗಾರರೂ, ಅನುವಾದಕರೂ, ವಾಗ್ಮಿಯೂ ಆಗಿರುವ ಅವರು ಅನೇಕ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಇತಿಹಾಸದ ಆದಿಕಾಲದಿಂದಲೂ, ಎಲ್ಲ ಕಾಲದ ಎಲ್ಲ ಜನಾಂಗಗಳ, ಮಾನವನ ಗಮನವನ್ನು ಸೆಳೆದು, ಕುತೂಹಲವನ್ನು ಕೆರಳಿಸಿದ, ಅವನ ಬುದ್ಧಿಗೆ ಸವಾಲೊಡ್ಡಿದ, ಅವನ ಸಾಹಸ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ನೂರ್ಮಡಿಗೊಳಿಸಿದ, ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸಾವಿರ ಸಾವಿರ ರಹಸ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಪ್ರಮುಖವಾದ, ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಗಹನವಾದ ರಹಸ್ಯ, ''ಮಾನವನ ನಿಜ ಸ್ವರೂಪವೇನು?''

ನಮ್ಮ ಋಷಿಮುನಿಗಳ ಧೈರ್ಯ ಎಂತಹುದು? ಋಷಿ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಕಾಣಲಿಲ್ಲ ; ಈ ತೋರಿಕೆಯ ಜಗತ್ತನ್ನು ಬೇಧಿಸಿ, ನಿತ್ಯಸತ್ಯವನ್ನು, ಅವಿನಾಶಿ ಸತ್ಯವನ್ನು, ಸೂಕ್ಷ್ಮಾತಿಸೂಕ್ಷ್ಮ ಲೋಕವನ್ನು ಸಂಶೋಧನೆ ಮಾಡಿದನು. ಆ ಸಂಶೋಧನೆಗಳ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ಅದ್ಭುತವಾದವುಗಳು! ನಮ್ಮ ಋಷಿಗಳು — ದಿನಬೆಳಗಾದರೆ ಮಿಲಿಯ ಮಿಲಿಯ ಜನಗಳ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವ, ಕಿವಿಗೆ ಕೇಳಿಸುವ, ೨೪ ಗಂಟೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವ ಜಗತ್ತನ್ನು ಮಿಥ್ಯಾ, ಮಾಯೆ, ಕನಸು ಎಂದು ಕರೆದು ಮಿಲಿಯ ಮಿಲಿಯ ಜನರ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಅತೀತವಾಗಿರುವ, ಅದೃಷ್ಟವಾದ, ಅಗ್ರಾಹ್ಯ, ಅಗೋಚರವಾದ ಒಂದು ವಸ್ತುವನ್ನು ಸತ್ಯ, ಪರಮಸತ್ಯ, ಸತ್ಯಸ್ಯ ಸತ್ಯ, ಅದನ್ನು ಅರಿಯುವುದೇ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಪರಮಗುರಿ; **'ಸ ಆತ್ಮಾ, ಸ ವಿಜ್ಞೇಯಃ'** ಎಂದು ಹೇಳಬೇಕದರೆ ಅವರ ಧೈರ್ಯ ಎಂಥದ್ದು!

ಹಾಗಾದರೆ 'ನಾನು' ಯಾರು? ಋಷಿ ಆಲೋಚನೆ ಮಾಡಿದನು, ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವ ಜನ್ಮ ಮರಣದಿಂದ ಕೂಡಿದ, ಬದಲಾಗುವ ದೇಹವೇ ನಾನೇನು? ಕ್ಷುದ್-ಪಿಪಾಸೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಪ್ರಾಣವೇ ನಾನೇನು? ಶೋಕ-ಮೋಹಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಮನಸ್ಸೇ ನಾನೇನು? ನಾನು ಬಂಧ-ಮೋಕ್ಷಕ್ಕೆ ವಸ್ತುವಾದ ಅಹಂಕಾರವೇ ನಾನೇನು? ನನ್ನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ದೇಹ-ಪ್ರಾಣ-ಮನ-ಬುದ್ಧಿ-ಅಹಂಕಾರ — ಈ ಐದು ಸ್ತರಗಳಲ್ಲಿನಾನು ಯಾರು? What is my centre of gravity? ನನ್ನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಕೇಂದ್ರ ಯಾವುದು? ಋಷಿಯ ಪರಮಪವಿತ್ರ ತಪೋದೃಷ್ಟಿಗೆ ಗೋಚರವಾದ ಸತ್ಯವೇನೆಂದರೆ ನಾನು ದೇಹವೂ ಅಲ್ಲ, ಪ್ರಾಣವೂ ಅಲ್ಲ, ಮನಸ್ಸೂ ಅಲ್ಲ, ಬುದ್ಧಿ ಅಹಂಕಾರವೂ ಅಲ್ಲ. ನಾನು ಈ ಐದಕ್ಕೂ ಆಧಾರವಾಗಿರುವ, ಐದಕ್ಕೂ ಸಾಕ್ಷಿ ಆಗಿರುವ ಆತ್ಮ. ನಮ್ಮ ಮನೆಯ ಛಾವಣಿ, ಗೋಡೆ, ಕಿಟಕಿ, ನೆಲ, ಕಾಣಿಸುವಂತೆ, ಮನೆಯ ಬುನಾದಿ ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆ ಬುನಾದಿಯೇ ಇಡೀ ಮನೆಗೆ ಆಧಾರ. ಹಾಗೆಯೇ ನಮ್ಮ ದೇಹಮನ ಬುದ್ಧಿ ಅಹಂಕಾರಗಳಿಗೆ ಕಾಣದ ಆತ್ಮನೇ ಆಧಾರ. ನಾವು ಮಾತನಾಡುವಾಗ, 'ಯಾಕೋ ನನ್ನ ದೇಹಾರೋಗ್ಯ ಸರಿಯಿಲ್ಲ'' ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗಾದರೆ ನಾನು ಬೇರೆ, ನನ್ನ ದೇಹ ಬೇರೆ ಎಂದು ಸೂಚಿಸಿದಂತಾಯಿತಲ್ಲವೆ? ನಾವು ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ''ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಚೆನ್ನಾಗಿಲ್ಲ'' ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗಾದರೆ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸೇ ಬೇರೆ, ನಾನು ಬೇರೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದಂತಾಯಿತು.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸ್ಥೂಲದಿಂದ ಸೂಕ್ಷ್ಮಕ್ಕೆ ಹೋದಷ್ಟೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಕ್ತಿ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಆನಂದ. ಆದ್ದರಿಂದ ದೇಹಕ್ಕಿಂತ ಪ್ರಾಣದಲ್ಲಿ ಅಧಿಕ ಶಕ್ತಿ, ಪ್ರಾಣಕ್ಕಿಂತ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ , ಮನಸ್ಸಿಗಿಂತ ಬುದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ , ಬುದ್ಧಿಗಿಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮಾತಿಸೂಕ್ಷ್ಮ ಆತ್ಮನಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಧಿಕ ಶಕ್ತಿ, ಅತ್ಯಧಿಕ ಆನಂದ ಅಡಗಿದೆ. ಉಪನಿಷತ್ತು, **'ಆತ್ಮನಾ ವಿಂದತೇ ವೀರ್ಯಂ'** — ಆತ್ಮನಿಂದ ವೀರ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ ಎಂದಿತು. ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಸುಪ್ತ ಆತ್ಮನನ್ನು ಎಚ್ಚರಗೊಳಿಸಿರಿ. ಆತ್ಮ ಎಚ್ಚರಗೊಂಡಾಗ ಬಲ ನಮ್ಮದಾಗುತ್ತದೆ. ಮಹಿಮೆ ನಮ್ಮದಾಗುತ್ತದೆ, ಒಳ್ಳಿತು ನಮ್ಮದು, ಮಲಗಿ ನಿದ್ರಿಸುವ ಚೈತನ್ಯದಗ್ನಿ ಎಚ್ಚೆತ್ತಾಗ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದೆಲ್ಲವೂ ನಮ್ಮದಾಗುತ್ತದೆ, ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಶ್ರೀಮಾತೆ ಶಾರದಾದೇವಿಯವರಿಗೆ ಆತ್ಮಾನುಭವ ಆಗಿತ್ತು. ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: ''ನಾನು ಬಹುದೂರದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹೋಗಿದ್ದೆ... ನಾನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಆನಂದವನ್ನು ವರ್ಣಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲಿಂದ ಕೆಳಗಿಳಿದು ಬರುವಾಗ ಈ ಶರೀರವು ಇಲ್ಲಿ ಬಿದ್ದಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ಈ ಕೊಳಕು ಶರೀರದೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ನನಗೆ ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಇಷ್ಟವಿರಲಿಲ್ಲ. ಕೊನೆಗೆ ಬಹಳ ಹೊತ್ತಿನ ನಂತರ ಹೇಗೋ ಮಾಡಿ ಇದರೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶ ಮಾಡಿದೆ. ಆಗ ಈ ದೇಹಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಣ ಬಂತು.'' ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರಿಗೆ ತಾವು ಬೇರೆ, ತಮ್ಮ ಶರೀರ ಬೇರೆ ಎಂಬ ಅನುಭವ ಸುಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿತ್ತು. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು, ಆತ್ಮವಸ್ತುವೊಂದೇ ಎಲ್ಲರ ಅಂತರ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಸತ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನು ತಮ್ಮ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ, ''ಎಲ್ಲ ದಿಂಬಿನ ಚೀಲ(ದೇಹ)ದೊಳಗೆ ಅವನೇ ಇದ್ದುಕೊಂಡು ಕೈಕಾಲು ಆಡಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ,'' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಶ್ರೀ ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳು, ತಾವು ಬೇರೆ, ದೇಹ ಬೇರೆ ಎಂಬ ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ನೆಲೆ ನಿಂತಿದ್ದರು. ಎಲ್ಲ ಸಂತಮಹಾತ್ಮರು ಈ ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ಉಸಿರಾಡಿದವರು. ಈ ಅನುಭವವನ್ನೇ ಉಸುರಿದವರು.

ಆದ್ದರಿಂದ ''ಆತ್ಮ ನಾನು.'' ಆತ್ಮನ ಲಕ್ಷಣಗಳೇನು?

* ಆತ್ಮನು ಷಡ್‌ವಿಕಾರರಹಿತನು. ದೇಹಕ್ಕೆ ಬಾಲ್ಯ, ಕೌಮಾರ್ಯ, ಯೌವನ, ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆ, ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಮತ್ತು ಸಾವು ಎಂಬೀ ಆರು ವಿಕಾರಗಳು ಅಥವಾ ಬದಲಾವಣೆಗಳು. ಆದರೆ ಆತ್ಮನಿಗೆ ಯಾವತ್ತೂ ಯಾವ ಬದಲಾವಣೆಗಳೂ ಇಲ್ಲ.

* ದೇಹಕ್ಕೆ ಒಂದು ಹೆಸರು ಇದೆ, ಒಂದು ರೂಪ ಇದೆ. ಆತ್ಮನಿಗೆ ನಾಮ ಇಲ್ಲ , ರೂಪ ಇಲ್ಲ. ಯಾವುದು ನಾಮರೂಪ ರಹಿತವೋ ಅದಕ್ಕೆ ದೇಶದ ಕಾಲದ ಬಂಧನವೂ ಇಲ್ಲ. ದೇಶ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಅತೀತವಾದ ವಸ್ತುವು ಅನಂತವಾದುದು ಎಂದೇ ಅರ್ಥ. ಈಗ ಬಹಳ ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರವಾದ ಚಿಂತನೆ ಎಂದರೆ, ಯಾವುದು ಅನಂತವಾದುದೋ ಅದು ಎರಡು ಆಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ. ಒಂದು ವಸ್ತು ಎರಡು ಇದೆ ಎಂದರೆ ಅದನ್ನು ನಾವು ಸಾಂತಗೊಳಿಸಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಆತ್ಮನು ಅದ್ವೈತನು.

* ಆತ್ಮನನ್ನು ನಾವು ಯಾವುದೇ definition-ಪರಿಭಾಷೆಯಿಂದ ಪರಿಮಿತಗೊಳಿಸಲಾಗದು. We limit a thing by defining it — ಒಂದು ವಸ್ತುವಿಗೆ ನಾವು ಪರಿಭಾಷೆಯನ್ನು ಹೇಳುವುದೆಂದರೆ ನಾವು ಆ ವಸ್ತುವನ್ನು ಇಂತಿಷ್ಟೇ ಎಂದು ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ, ಅದನ್ನು ನಾವು ಉಳಿದೆಲ್ಲ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ. ಆತ್ಮನನ್ನು ಹಾಗೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ''ಆತ್ಮವೆಲ್ಲಿಯೂ ಇರುವುದು ಮೇಣ್ ಆತ್ಮವೊಂದಾಗಿರುವುದು.''

* ಆತ್ಮನಲ್ಲಿ ನಾವು ಎರಡು ವಿರುದ್ಧ ಗುಣಗಳನ್ನು ಏಕ ಕಾಲಕ್ಕೆ ನೋಡುತ್ತೇವೆ. **ತದೇಜತಿ** – ಅದು ಚಲಿಸುತ್ತದೆ, **ತನ್ನೇಜತಿ** – ಚಲಿಸುವುದಿಲ್ಲ, **ತದ್ದೂರೇ**–ಅದು ಬಹಳ ದೂರದಲ್ಲಿದೆ, **ತದ್ವಂತಿಕೇ**–ಬಹಳ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿದೆ, **ತದಂತರಸ್ಯ**–ಅದು ಒಳಗೆ ಇದೆ, **ತದು ಸರ್ವಸ್ಯ ಬಾಹ್ಯತಃ**–ಅದು ಹೊರಗೆ ಇದೆ, ಅದು **ಅಣೋರಣೀಯಾನ್**–ಅಣುವಿಗಿಂತ ಅತಿಯಾಗಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದುದು, **ಮಹತೋ ಮಹೀಯಾನ್**–ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ವಸ್ತುವಿಗಿಂತ ದೊಡ್ಡದು. ಎರಡು ವಿರುದ್ಧ ಗುಣಗಳು ಏಕಕಾಲಕ್ಕೆ ದಿಟವಾಗಿರಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? ಹೌದು, ಒಂದು ವಸ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದಷ್ಟು , ಸೂಕ್ಷ್ಮಾತಿಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದಷ್ಟು ಅಲ್ಲಿ ಬಾಹ್ಯಜಗತ್ತಿನ ನಿಯಮಗಳು, ಅನ್ವಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಆತ್ಮನಲ್ಲಿ ಎರಡೂ ವಿರುದ್ಧ ಗುಣಗಳು ಏಕಕಾಲಕ್ಕೆ ಇರಬಲ್ಲವು.

* ಆತ್ಮ ಇಂದ್ರಿಯಗ್ರಾಹ್ಯ ಅಲ್ಲ, ಆತ್ಮನಿಗೆ ಉದ್ದ ಇಲ್ಲ , ಅಗಲ ಇಲ್ಲ , ಎತ್ತರ ಇಲ್ಲ , ಬಣ್ಣ ಇಲ್ಲ , ತೂಕ ಇಲ್ಲ , ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಉದ್ದ, ಅಗಲ, ಎತ್ತರ, ಬಣ್ಣ, ತೂಕ ಇಲ್ಲವೋ ಅದು ಇಂದ್ರಿಯಗ್ರಾಹ್ಯವಾಗಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? ಅದ್ದರಿಂದ ಆತ್ಮನನ್ನು, ''**ಯತೋ ವಾಚೋ ನಿವರ್ತಂತೆ ಅಪ್ರಾಪ್ಯ ಮನಸಾ ಸಹ**'' — ಮಾತು ಮನಸ್ಸಿನ ಸಹಿತವಾಗಿ ಹಿಂದಿರುಗಿತು, ''**ವಾಕ್ಯಮನಾತೀತ**'' ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ.

* ಆತ್ಮವು, ''**ಯೇನ ಸರ್ವಮಿದಂ ತತಮ್**'' ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿ, ಅಣು, ರೇಣು, ತೃಣ, ಕಾಷ್ಠಗಳ ಒಳ-ಹೊರಗುಗಳನ್ನು ತುಂಬಿಕೊಂಡಿರುವಂಥದ್ದು.

* ಆತ್ಮ ಸ್ವಯಂಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದುದು. ''**ಜ್ಯೋತಿಷಾಮಪಿ ತಜ್ಜ್ಯೋತಿಃ ತಮಸಃ ಪರಮುಚ್ಯತೇ**'' ಜ್ಯೋತಿಗಳಿಗೂ ಜ್ಯೋತಿಸ್ವರೂಪವಾದುದು, ಎಲ್ಲ ತಮಸ್ಸಿನ ಆಚೆ ಇರುವಂಥದ್ದು. ಆತ್ಮವು ಕೋಟಿಸೂರ್ಯಸಮವಾಗಿ, ಅಧಿಕ ತೇಜಸ್ವಿಯಾದ ಪ್ರಕಾಶ. ಆತ್ಮವು ಶುದ್ಧ ಚೈತನ್ಯ. ಪರಿಪೂರ್ಣವಾದ ಜ್ಞಾನದ ಬೆಳಕು, ಪಾವಿತ್ರ್ಯದ ಬೆಳಕು ಅದು.

ಆದ್ದರಿಂದ ಸ್ವಾಮಿ ರಂಗನಾಥಾನಂದಜಿಯವರು ಹೇಳುವಂತೆ, 'Behind this man-the known, there is the man-the unknown.' — ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವ ದೇಹದ ಹಿಂದೆ, ಕಾಣದ ಆತ್ಮನಿದ್ದಾನೆ.

ನಾನು ಆತ್ಮ ಎನ್ನುವುದಾದರೆ ನನ್ನ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬೊಬ್ಬರೂ ಆತ್ಮವಲ್ಲದೆ ಬೇರೆ ಏನೂ ಆಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಎಂದರೆ ಅನೇಕ ಆತ್ಮಗಳಿದ್ದಾರೇನು? ಇಲ್ಲ, ಒಬ್ಬನೇ ಆತ್ಮ ಅನೇಕವಾಗಿ ತೋರುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ನಾನು ಆತ್ಮ, ನಾನೇ ಎಲ್ಲವೂ ಆಗಿದ್ದೇನೆ. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಉದಾಹರಣೆ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ದೀಪದ ಕುಡಿಯನ್ನು ದಿಟ್ಟಿಸಿ ನೋಡಿ, ಬಳಿಕ ಸುತ್ತ ನೋಡಿದರೆ ಎಲ್ಲ ಕಡೆ ದೀಪವೇ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಒಬ್ಬನೇ ಆತ್ಮ ಸರ್ವತ್ರ ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿಯಾಗಿದ್ದಾನೆ. ನಾನೇ ಎಲ್ಲವೂ ಆಗಿರುವಾಗ,

ಯಸ್ತು ಸರ್ವಾಣಿ ಭೂತಾನಿ ಆತ್ಮನ್ಯೇವಾನುಪಶ್ಯತಿ ।
ಸರ್ವಭೂತೇಷು ಚಾತ್ಮಾನಂ ನ ತತೋ ವಿಜುಗುಪ್ಸತೇ ॥

ಸರ್ವಭೂತಗಳಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಆತ್ಮವನ್ನೇ ಕಾಣುವವನು ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಜುಗುಪ್ಸೆ ತಾಳುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನೇ ಎಲ್ಲವೂ ಆಗಿರುವಾಗ, ನಾನು ಯಾರನ್ನು ಕಂಡು ದ್ವೇಷಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ? ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ದ್ವೇಷಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೆ? ಎಲ್ಲ ನಾನೇ ಆಗಿರುವಾಗ ನಾನು ಯಾಮೇಲೆ ಕೋಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯ? ನಾನು ಯಾರೊಂದಿಗೆ ಸ್ಪರ್ಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ, ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಇಲ್ಲದಿರುವಾಗ? ಎಲ್ಲವೂ ನಾನೇ ಆಗಿರುವಾಗ ಯಾರ ಕುರಿತು ಜುಗುಪ್ಸೆ , ಯಾರೊಂದಿಗೆ ಭೇದಭಾವ- ಸಂಕುಚಿತತೆ? ಆಗ ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ''ಯಾರೂ ಪರಕೀಯರಲ್ಲ.'' ನಾನೇ ಎಲ್ಲವೂ ಆಗಿರುವಾಗ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಒಳಗಿರುವ ನನ್ನ ಸೇವೆಯನ್ನು ನಾನು ಮಾಡುವ ವಿಧಾನವೇ ''**ತ್ಯಾಗ ಮತ್ತು ಸೇವೆ.**'' ಈ ಅರಿವಿನ ನೆಲೆಯಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿದ್ದು ತ್ಯಾಗ-ಸೇವೆಯ ಆದರ್ಶ.

ಮುಂದಿನ ಪ್ರಶ್ನೆ, ನಾನು ಆತ್ಮ ಎಂದು ಅರಿತಾಗ ನನಗೆ ಏನು ಸಿಗುತ್ತದೆ? ಋಷಿ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ, ಮಹತ್ತರವಾದುದೇ ನನಗೆ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ಆತ್ಮ ಎಂದು ಅರಿತಾಗ,

* ''**ತೇ ಸರ್ವಗಂ ಸರ್ವತಃ ಪ್ರಾಪ್ಯ ಧೀರಾಃ**'' — ಸರ್ವ ವ್ಯಾಪಿಯಾದ ಬ್ರಹ್ಮವನ್ನು ಅವರು ಸರ್ವತ್ರ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳು ತ್ತಾರೆ. ಅವನು ಸಂಕಲ್ಪಿಸಿದುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ, ಅವನು ಬಯಸಿದ್ದೆಲ್ಲವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹಿರಿದಾಗಿ ಅವನಿಗೆ ಏನೂ ಬೇಕಿಲ್ಲ , ಅವನಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಂಕಲ್ಪಗಳಿಲ್ಲ. ಅವನು ಪೂರ್ಣಕಾಮನಾಗುತ್ತಾನೆ, ಆತ್ಮಕಾಮನಾಗುತ್ತಾನೆ, ಅಕಾಮನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹಿರಿದಾದ ಲಾಭ ಇನ್ನೊಂದಿಲ್ಲ.

* ಇಂದು ನಾವು ನಮ್ಮ ವಾಸನೆಗಳ ವಶದಲ್ಲಿರುವ ವಾಕ್ಕಿಗೆ, ಚಕ್ಷುವಿಗೆ, ಶ್ರೋತ್ರವಿಗೆ (ಎಂದರೆ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೆ) ದಾಸರಾಗಿ ದ್ದೇವೆ, ಅವುಗಳಿಗೆ ಅಧೀನರಾಗಿ ಅವು ಹೇಳಿದಂತೆ ಕುಣಿಯು ತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ದಾಸ್ಯವೆಲ್ಲ ದುಃಖಕರ. ಆತ್ಮವನ್ನರಿತಾಗ, **ಆಪ್ನೋತಿ ಸ್ವಾರಾಜ್ಯಂ। ಆಪ್ನೋತಿ ಮನಸಸ್ಪತಿಮ್। ವಾಕ್ಪತಿಶ್ಚಕ್ಷುಷ್ಪತಿಃ। ಶ್ರೋತ್ರಪತಿರ್ವಿಜ್ಞಾನಪತಿಃ । ಏತತ್ತತೋ ಭವತಿ ।** *(ತೈತ್ತಿರೀಯ ಉಪನಿಷತ್ತು, ಮೊದಲನೇ ವಲ್ಲಿ, ಆರನೆಯ ಅನುವಾಕ)* ಅವನು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಒಡೆಯನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಕಣ್ಣು, ಕಿವಿ, ವಾಕ್ಕಿಗೆ ಒಡೆಯ ನಾಗುತ್ತಾರೆ, ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದು ಆಗುತ್ತಾನೆ.

* ಆತ್ಮವನ್ನರಿತಾಗ, ''**ಭಿದ್ಯತೇ ಹೃದಯಗ್ರಂಥಿಃ, ಛಿದ್ಯಂತೇ ಸರ್ವಸಂಶಯಾಃ। ಕ್ಷೀಯಂತೇ ಚಾಸ್ಯ ಕರ್ಮಾಣಿ**'' *(ಮುಂಡಕ)* —ಹೃದಯಗ್ರಂಥಿಗಳು ಬೇಧಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ, ಎಲ್ಲ ಸಂಶಯಗಳು ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ, ಕರ್ಮಪಾಶವು ಕತ್ತರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

* ಆತ್ಮ ನಾನು ಎಂದರಿತಾಗ ರೋಮ ರೋಮಗಳಲ್ಲಿ ಪರಮಾನಂದದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. **ಸುಖೇನ ಬ್ರಹ್ಮಸಂಸ್ಪರ್ಶಂ ಅತ್ಯಂತಂ ಸುಖಮಶ್ನುತೇ** — ಬ್ರಹ್ಮಸಂಸ್ಪರ್ಶ ಸುಖ ಎಂಬ ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠ ಸುಖಾನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಕ್ರಿಸ್ತ ಹೇಳುವಂತೆ, ''peace that passeth all understanding'' — '**ಬುದ್ಧಿಗ್ರಾಹ್ಯಮತೀಂದ್ರಿಯಂ**' ಆದ ಆತ್ಯಂತಿಕ ಸುಖವದು.

* ಆತ್ಮ ನಾನು ಎಂದರಿತಾಗ, '**ತೇಷಾಂ ಆದಿತ್ಯವತ್ ಜ್ಞಾನಂ ಪ್ರಕಾಶಯತಿ**' ಅವನ ಜ್ಞಾನವು ಸೂರ್ಯನಂತೆ ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು, ಚೇತನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

* ಈಗ ನಿಜವಾದ ಸಮಸ್ಯೆ ಏನೆಂದರೆ ನಾನು ಆತ್ಮ ಎಂದು ಎಷ್ಟೇ ಕೇಳಿದರೂ, ಎಷ್ಟೇ ಆಲೋಚನೆಗೈದರೂ ನಮಗೆ ನಾನು ಆತ್ಮ ಎಂದು ಏಕೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ? ನಾವು ದೇಹವಾಗಿಯೇ ಇದ್ದೇವೆ. ದೇಹಾತ್ಮಬುದ್ಧಿಯಿಂದಲೇ ಒದ್ದಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೇನು? ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ —

೧. ನಾವು 'ನಾನು ದೇಹ', 'ನಾನು ದೇಹ' ಎಂದು ಜನ್ಮಜನ್ಮಾಂತರಗಳಿಂದ ಕೋಟಿ ಕೋಟಿ ಸಲ ಜಪ ಮಾಡಿದ್ದೇವೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ, ನಾವು ''ನಾನು ಆತ್ಮ'' ಎಂದು ವಿವೇಕ-ವಿಚಾರಗೈದದ್ದು, ಮನನಗೈದದ್ದು ಬಹಳ ಅಲ್ಪ. ನಾನು ದೇಹ ಎಂದು ದೃಢಬುದ್ಧಿ ತಾಳಿದಷ್ಟು ನಾನು ಆತ್ಮ ಎಂದು ದೃಢಬುದ್ಧಿ ತಾಳುವಂತಾಗಬೇಕು. ಅದು ಅಸಾಧ್ಯವೇನಲ್ಲ. ಆದರೆ ಬಹಳ ಪರಿಶ್ರಮಪಡಬೇಕು.

೨. ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ, '**ನಾಹಂ ಪ್ರಕಾಶಃ ಸರ್ವಸ್ಯ ಯೋಗಮಾಯಾ ಸಮಾವೃತಃ**' — ಅವನು ಯೋಗ ಮಾಯೆಯ ಮುಸುಕನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡಿರುವುದರಿಂದ ಗೋಚ ರಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಮಾಯೆ ಬಹಳ ಬಲಿಷ್ಠವಾದುದು. ''ಬ್ರಹ್ಮ ವಿಷ್ಣು ಗಳೆಲ್ಲ ಮೂರ್ಖರಾಗಿ ಸಂದರು ಮಾಯೆಗೆ. ಇನ್ನು ಮನುಜನ ಪಾಡು ಏನಿದೆ?'' ಎನ್ನುತ್ತದೆ ಒಂದು ಭಜನೆ. ಭಗವಂತ ಪತ್ನಿ ಯಲ್ಲಿ , ಪುತ್ರನಲ್ಲಿ , ಆಹಾರದಲ್ಲಿ , ವಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ , ಭೋಗದಲ್ಲಿ ಮಾಯೆಯನ್ನು ತುಂಬಿದ್ದಾನೆ. ಮಾಯೆ ದೈಹಿಕ ಸ್ತರದಲ್ಲಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ , ಮಾನಸಿಕ, ಬೌದ್ಧಿಕ, ಭಾವನೆಗಳ, ಅಹಂಕಾರದ ಸ್ತರದ ವರೆಗೆ ಹೋಗಿದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ, ''ಮುಕ್ತಿರ್ನೋ ಶತಕೋಟಿ ಜನ್ಮ ಸುಕೃತೈಃ ಪುಣ್ಯೈರ್ವಿನಾ ಲಭ್ಯತೇ'' — ಶತಕೋಟಿ ಜನ್ಮಗಳ ಪುಣ್ಯಬಲವಿಲ್ಲದೆ ಮುಕ್ತಿ ಲಭಿಸದು. ಮಾಯೆಯಿಂದ ಪಾರಾ ಗಲು ಅವನ ಕೃಪೆಯೇ ಬೇಕು.

೩. ಆತ್ಮನನ್ನು ಅರಿಯಲು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ, ಏಕಾಗ್ರವಾದ, ಪರಿಶುದ್ಧ, ವಿಷಯವಾಸನೆಗಳಿಂದ ಮಲಿನವಾಗದ ಬುದ್ಧಿ ಬೇಕು, ''**ದೃಶ್ಯತೇ ತು ಅಗ್ರ್ಯಯಾ ಬುದ್ಧ್ಯಾ ಸೂಕ್ಷ್ಮಯಾ ಸೂಕ್ಷ್ಮದರ್ಶಿಭಿಃ**'' — ಸೂಕ್ಷ್ಮದರ್ಶಿಯ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಬುದ್ಧಿಗೆ ಆತ್ಮ ಗೋಚರಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಇವತ್ತು ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿಲ್ಲ, ವಿಷಯವಾಸನೆ ಯಿಂದ ಪಾರಾಗಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಆತ್ಮ ಎಂದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ.

ಸಮಸ್ಯೆ ಗಂಭೀರವಾದುದೇ ಆದರೆ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಪಾರಾ ಗಲು ಅತ್ಯಂತ ಸುಲಭವಾದ ಪರಿಹಾರೋಪಾಯವನ್ನು ಆಚಾ ರ್ಯರು ಸೂಚಿಸಿದ್ದಾರೆ, ಎಂದರೆ ನಾವು ಬೆರಗಾಗದಿರಲಾರೆವು. ಯಾವ ಉಪಾಯವದು? **ಶ್ರವಣ, ಮನನ, ನಿದಿಧ್ಯಾಸನ**- ಅಷ್ಟೇ ಸಾಕಂತೆ. ಆದರೆ ಅಷ್ಟೇ ಏನು? ಯಾವ ರೀತಿ ಶ್ರವಣ ಗೈಯಬೇಕೆಂದರೆ ಮೈಯೆಲ್ಲ ಕಿವಿಯಾಗಿ, Ph.D ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಯಂತೆ, ರಾಜ ಪರೀಕ್ಷಿತನಂತೆ ಶ್ರವಣಗೈಯಬೇಕು. **ಸತ್ಸಂಗತ್ವೇ ನಿಸ್ಸಂಗತ್ವಂ। ನಿಸ್ಸಂಗತ್ವೇ ನಿರ್ಮೋಹತ್ವಂ। ನಿರ್ಮೋಹತ್ವೇ ನಿಶ್ಚಲತತ್ತ್ವಂ, ನಿಶ್ಚಲತತ್ತ್ವೇ ಜೀವನ್ಮುಕ್ತಿಃ ॥** — ಸತ್ಸಂಗ ಶ್ರವಣವು ನಮ್ಮನ್ನು ಜೀವನ್ಮುಕ್ತಿಯವರೆಗೂ ಕರೆದೊಯ್ಯುವ ಅದ್ಭುತ ವಿದು. ನಾವು ಶ್ರವಣ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಅದು ಜೀರ್ಣವಾಗುವ ವರೆಗೂ-ತತ್ತ್ವ ರಕ್ತಗತವಾಗುವರೆಗೂ ಮನನ ಮಾಡಬೇಕು. ಮನನವಾಗಿದ್ದುದು ನಿದಿಧ್ಯಾಸನವಾಗಬೇಕು. ಆಗ ನಾವು ''**ಆತ್ಮ ನಾನು**'' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ.

ಸ್ವಾಮಿ ರಂಗನಾಥಾನಂದಜೀ ಮಹಾರಾಜ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ''ಜಗತ್ತಿನ ೧/೧೦೦೦ ಭಾಗ ಜನರಾದರೂ, ದಿನವೂ ೧/೨ ಗಂಟೆಯಾದರೂ '**ನಾನು ಆತ್ಮ**' ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸುವುದಾದರೆ ಜಗತ್ತು ಬಹಳ ಉದ್ಧಾರವಾಗುತ್ತದೆ, ಉತ್ತಮವಾಗುತ್ತದೆ.''

''**ನಾನು ಆತ್ಮ.**''