

ಭಗವಂತನ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯ

ಮೂಲ ಹಿಂದೀ : ಸ್ವಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮೇಶಾನಂದ

ಅನುವಾದ : ಮಾತಾ ತ್ಯಾಗಮಯೀ

ಭಗವಂತನ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯ — ಎಂದರೆ ಭಗವಂತನ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು. ಶ್ರೀರಾಮ ಕೃಷ್ಣರು 'ಒಂದು ಕೈಯಿಂದ ಜಗತ್ತಿನ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ, ಇನ್ನೊಂದು ಕೈಯಿಂದ ಭಗವಂತನನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇದರ ಅರ್ಥ ಕೆಲಸ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಭಗವತ್ ಚಿಂತನೆ ನಡೆಯುತ್ತಿರಬೇಕು. ಕೆಲಸ ಮುಗಿದ ಮೇಲೆ ಪೂರ್ಣ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಭಗವಂತನನ್ನು ಹಿಡಿಯಬೇಕು.

ಎಲ್ಲ ಸಾಧಕರಿಗೂ ಉಪಯುಕ್ತವಾದ ಉಪದೇಶವಿದು. ಹೆಚ್ಚಿನವರಿಗೆ ಜಗತ್ತಿನ ಗಲಾಟೆಗಳಿಂದ ಬಿಡಿಸಿಕೊಂಡು ಏಕಾಗ್ರ ಚಿತ್ತದಿಂದ ಭಗವತ್‌ಚಿಂತನೆಯಲ್ಲಿ ತನ್ಮಯರಾಗುವುದು ಕಠಿಣ ಸಾಧ್ಯ. ಅವರಿಗೆ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಕರ್ತವ್ಯಗಳು, ಸಾಮಾಜಿಕ ಕರ್ತವ್ಯಗಳಿಂದಾಗಿ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸಮಯ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಎಲ್ಲ ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ಬಿಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರೂ ಎರಡೂ ಕೈಗಳಿಂದ ಭಗವಂತನನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಹೀಗಿರುವಾಗ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವಾಗ ಭಗವತ್ ಸ್ಮರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಲು ಕಲಿಯುವುದೇ ನಮಗಿರುವ ಉಪಾಯ. ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಫಲರಾಗಲು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಪೂಜೆ-ಭಜನೆ-ಜಪ-ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಿದರಾಗದು. ನಾವು ದಿನದ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವನ್ನು ಸಾಧನೆಯಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಮ್ಮ ವ್ಯವಹಾರ ಕರ್ಮಗಳು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಅಂತರವಿರಬಾರದು. ಇಡೀ ಜೀವನವನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರಣಗೊಳಿಸುವ ಹಲವು ಉಪಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಭಗವತ್ ಸ್ಮರಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದೂ ಒಂದು.

ಇದು ಸಾಧ್ಯವೇ? ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹೀಗೆ ಎರಡು ಕಡೆ ತೊಡಗಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೇನು? ಈ ರೀತಿ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಕೆಡುವುದಿಲ್ಲವೇ? ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರ ಪಡೆಯಲು ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಭಾವನೆಗಳು, ವಿಚಾರಗಳು, ಇಚ್ಛೆಗಳು, ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಒಂದಾದ ಮೇಲೊಂದು ಏಳುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳ ನಿರಂತರ ಪ್ರವಾಹವನ್ನೇ ಮನಸ್ಸು ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಒಂದು ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿ ಇನ್ನೊಂದರಂತಿರದು. ನಾವು ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳು ಬರುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಇತರ ವೃತ್ತಿಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಆಗ ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡು

ವಾಗಲೂ ಎಲ್ಲ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳು ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟವುಗಳಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಭಗವದಾಕಾರ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳ ಅಧಿಕೃತ ಹೊರತಾಗಿ ಇತರ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳೂ ಇರುತ್ತವೆ. ಯೋಗಿಯ ಸುಶಿಕ್ಷಿತ ಮನಸ್ಸು ಮಾತ್ರ ಕರ್ಮದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕರ್ಮಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತಹ ಚಿಂತನೆಯನ್ನಷ್ಟೇ, ಧ್ಯಾನಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಭಗವತ್ ಚಿಂತನೆಯನ್ನಷ್ಟೇ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಕೆಳಗಿನ ಉದಾಹರಣೆಯಿಂದ ತಿಳಿಯಬಹುದು:

೧. ಮನಸ್ಸಿನ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸ್ಥಿತಿ:

ಕ ಖ ಗ ಘ ಚ ಭ ಜ ಝ

೨. ಕರ್ಮನಿರತ ಸಾಮಾನ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನಸ್ಸು:

ಕ ಖ ಕ ಗ ಘ ಕ ಕ ಕ ಗ ಝ ಕ.....

೩. ಧ್ಯಾನನಿರತನಾದ ಸಾಮಾನ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನಸ್ಸು:

ಭ, ಕ, ಖ, ಭ, ಭ, ಭ, ಗ, ಖ, ಭ, ಘ.....

೪. ಕರ್ಮನಿರತ ಯೋಗಿಯ ಮನಸ್ಸು:

ಕ, ಕ ಕ ಕ ಕ ಕ

೫) ಧ್ಯಾನನಿರತ ಯೋಗಿಯ ಮನಸ್ಸು:

ಭ,ಭ,ಭ,ಭ,ಭ,ಭ.....

ಇಲ್ಲಿ ಕ ಎಂದರೆ ಕರ್ಮಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳು, ಭ ಎಂದರೆ ಭಗವದಾಕಾರವುಳ್ಳ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳು ಬರುತ್ತಿರುತ್ತವೆ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅರ್ಧ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಕರ್ಮವನ್ನು ಮಾಡಿರುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಯಾವತ್ತೂ ಪೂರ್ಣ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಿಲ್ಲ. ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾದುದು ಕರ್ಮ ನಿರತರಾದಾಗ ಅನ್ಯ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಭಗವತ್ ಚಿಂತನೆಯ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳನ್ನೇ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಆಗ ಮನಸ್ಸಿನ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳು—

ಕ ಭ ಕ ಕ ಕ ಭ ಭ ಕ ಭ ಕ ಭ

— ಹೀಗಿರುತ್ತವೆ. ಇದು ಅರ್ಧ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಕರ್ಮ, ಉಳಿದ ಅರ್ಧ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಭಗವತ್‌ಚಿಂತನೆ, ಕರ್ಮ ಮುಗಿದ ತರುವಾಯ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತಾಗ ಪೂರ್ಣ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಭಗವತ್‌ಚಿಂತನೆ.

ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮೂರು ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು. ಸ್ನಾನ, ಊಟ, ಆಡುಗೆ, ಅಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿ ಹೋಗಿ

ವಿವೇಕಪ್ರಭ

ಬರುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ ಶಾರೀರಿಕ ಕರ್ಮಗಳು. ಅವನ್ನು ನಾವು ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಆಗಿಲ್ಲ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಖಾಲಿ ಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲೆಂದರಲ್ಲಿ ಸ್ವಚ್ಛಂದವಾಗಿ ಸುತ್ತುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಓದುವುದು, ಬರೆಯುವುದು, ಮಾತುಕತೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ತಕ್ಕಮಟ್ಟಿಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನಿಗೂ ತನ್ನ ಉದ್ಯೋಗಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಂತೆ ಕೆಲವು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಮನಸ್ಸು ಆಗೊಮ್ಮೆ ಈಗೊಮ್ಮೆ ಅಲೆಯುವ ಸಂಭವವಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಮೇಲಿನ ಮೂರು ಬಗೆಯ ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲೂ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಯೋಚನೆಯ ಹೊರತಾಗಿ ಉಳಿದ ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತ, ಅಸಂಬಂಧ ಯೋಚನೆಗಳ ಜಾಗವನ್ನು ಭಗವತ್ ಚಿಂತನೆಯಿಂದ ತುಂಬಬೇಕು. ಶಾರೀರಿಕವಾದ ಹಾಗೂ ಯಾಂತ್ರಿಕವಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಪೂರ್ಣ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಭಗವಂತನನ್ನು ಕರೆಯಬೇಕು. ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಆರಂಭ ಮತ್ತು ಅಂತ್ಯದಲ್ಲಾದರೂ ಅವನ ಸ್ಮರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಹೀಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರತನಾದಾಗ ಭಗವತ್ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದನ್ನು 'ಭಗವಂತನ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು' ಎಂದು ಕರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಕಾರ್ಯಗಳ ನಡುವೆ ಭಗವತ್ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಹಲವು ಬಗೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು:

೧) ಯಾಂತ್ರಿಕ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಭಗವಂತ ನಮ್ಮ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲೇ ಇದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಬೇಕು. ಅವನು ನಮ್ಮ ಬಳಿಯೇ ಇದ್ದು ಸಂಪ್ರೀತನಾಗಿ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ನಾವು ಓಡಾಡುವಾಗ ಅವನೂ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಅಡ್ಡಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ರೈಲು-ಬಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಹೋಗುವಾಗ ಅವನೂ ನಮ್ಮೊಡನೆ ಕುಳಿತಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತ ನಡುವಡುವ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ ಮಾಡೋಣ. 'ಪ್ರಭು ನಾನು ನಿನ್ನವನು ನೀನು ನನ್ನವನು, ನೀನು ನನ್ನ ಸರ್ವಸ್ವ' ಇತ್ಯಾದಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಅಥವಾ ಮಾತು ಕತೆಯ ಮೂಲಕ ಭಗವತ್ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಇದು ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಸುಲಭ ಸಾಧನೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಪ್ರಿಯವಾದ ಇಷ್ಟರೂಪವನ್ನು ಭಾವಿಸುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಇದು ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಆನಂದದಾಯಕ ಸಾಧನೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ನಾವು ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕಲ್ಪನೆ ಪ್ರಬಲವಾದಷ್ಟು ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಸಫಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಒಂದು ಅಪಾಯದ ವಿರುದ್ಧ ಎಚ್ಚರವಾಗಿರಬೇಕು. ಭಾವಪ್ರಧಾನ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನೇ ದರ್ಶನವೆಂದು ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆ ತಾಳುವ ಸಂಭವವಿದೆ. ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ದರ್ಶನವೆಂದು ಭ್ರಮಿಸುವುದು ಒಂದು ಮನೋ

ರೋಗ. ಕಲ್ಪನೆ ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಮಾರ್ಗ ಎಂದು ನೆನಪಿ ನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

೨) ಕಲ್ಪನೆಯ ಅಪಾಯದಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಇಷ್ಟದೇವನ ಸ್ಥೂಲರೂಪವನ್ನು ಭಾವಿಸುವ ಬದಲು ಇಷ್ಟದ ಚೈತನ್ಯ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ನನ್ನ ಇಷ್ಟ ಆನಂದಮಯ ಸತ್ ವಸ್ತುವಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನನ್ನೊಡನೆ ಇದ್ದಾನೆ, ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಕೃಪಾ ವರ್ಷಣೆಗೈಯುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಬೇಕು.

೩) ಭಗವತ್ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸುವ ಮೂರ ನೆಯ ವಿಧಾನ — ಭಗವಂತನ ಸತ್ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತು ಮುತ್ತಲಿರುವ ಎಲ್ಲ ವಸ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ನೋಡುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವುದು.

ಅ) ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಮತ್ತು ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರ ಪ್ರಕಾರ ಇತರ ಜೀವಿಗಳಿಗಿಂತ ಮನುಷ್ಯನಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ ಅಧಿಕವಾಗಿ ಇದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸ್ತ್ರೀ-ಪುರುಷರು, ಆಚಾರ್ಯರು, ಧನಿಕ-ನಿರ್ಧನರು, ಪಾಪಿ-ಪುಣ್ಯಾತ್ಮರಲ್ಲಿ, ನಾವು ನೋಡುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನ ಒಂದೊಂದು ಕಿರಣವಿದೆ ಎಂದು ಬಗೆಯಬೇಕು. ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ದರಿದ್ರ, ನಾರಾಯಣ, ರೋಗಿ ನಾರಾಯಣ, ಪಾಪಿ ನಾರಾಯಣ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಮೊದಮೊದಲು ಸಾಧು ಸಂತರಲ್ಲಾದರೂ, ನಮ್ಮ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿರುವವರಲ್ಲಾದರೂ ಭಗವಂತನನ್ನು ನೋಡುವುದು ಬೇಡವೆ?

ಆ) ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹೇಳುವಂತೆ ಭಗವಂತ ವಿಭುರೂಪ ದಿಂದ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಇದ್ದಾನೆ. ಆದರೆ ಬಲ, ಬಣ್ಣ, ಬುದ್ಧಿ, ಸಾಮರ್ಥ್ಯ, ಮಹಿಮೆ ಗುಣ, ಶೀಲ ವಿಶೇಷವಾಗಿರುವೆಡೆ ಅವನ ಪ್ರಕಾಶ ಅಧಿಕವಾಗಿದೆ. ಗೀತೆಯ ೭ನೇ ಮತ್ತು ೧೦ನೇ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಇದನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಜಲದಲ್ಲಿನ ರಸ, ಶಶಿ-ಸೂರ್ಯರಲ್ಲಿನ ಪ್ರಭೆ, ಆಕಾಶದಲ್ಲಿನ ಶಬ್ದ, ನರರಲ್ಲಿರುವ ಪೌರುಷವು ಭಗವಂತ. ಬುದ್ಧಿವಂತರಲ್ಲಿರುವ ಬುದ್ಧಿ, ತೇಜಸ್ಸುಗಳಲ್ಲಿರುವ ತೇಜಸ್ಸು, ಬಲವಂತರಲ್ಲಿರುವ ಬಲ ನಾನು. ನಕ್ಷತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಚಂದ್ರ ನಾನು, ವೇದಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮವೇದ ನಾನು, ಇಂದ್ರಿಯಗಳಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ನಾನು, ಸಮುದ್ರ, ಗಂಗೆ, ಅಶ್ವತ್ಥ ವೃಕ್ಷ, ಮಕರ, ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ವಿದ್ಯೆ, ದೃತಿ, ಕ್ಷಮೆ ನಾನು. ಇವೆಲ್ಲ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿರುವ ವಸ್ತುಗಳು. ಅವನ್ನು ಕಂಡಾಗ ಭಗವಂತನನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಇ) ಭಗವಂತ ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿಯಾಗಿದ್ದಾನೆ, ಅವನು ಎಲ್ಲ ವಸ್ತುಗಳ ಒಳಹೊರಗೆ ಓತಪ್ರೋತನಾಗಿದ್ದಾನೆ. 'ಈಶಾವಾಸ್ಯ ಮಿದಂ ಸರ್ವಂ ಯತ್ಕಿಂಚ ಜಗತ್ಯಾಂ ಜಗತ್'. ಜಗತ್ತಿನ ಎಲ್ಲ ವಸ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಅವನ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯವಿದೆ, ಅದನ್ನು ಅರಿಯುವುದು ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಕಠಿಣ ಸಾಧನೆ.

೪) ಭಗವಂತನ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯವನ್ನು ಬಾಹ್ಯವಸ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣದೆ ತನ್ನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ನಡುವೆ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ ಹೃದಯದ ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಬೇಕು, ಅಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಪ್ರಿಯತಮನೊಡನೆ ಕಳೆಯಬೇಕು. ಜಗತ್ತಿನ ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ಗೌಜು-ಗದ್ದಲ ಗಲಾಟೆಗಳ ನಡುವೆ ಇದು ಆಗಾಗ ಕದ್ದುಮುಚ್ಚಿ ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಣಪ್ರಿಯನೊಂದಿಗೆ ಭೇಟಿಯಾಗುವ ಉಪಾಯ.

೫) ಭಗವಂತನ ಭಾವಚಿತ್ರ ಅಥವಾ ಅವನ ನಾಮದ ನೆರವಿನಿಂದ ಭಗವತ್ ಸಮಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಬಹುದು. ಭಕ್ತನಿಗೆ ಚಿತ್ರಪಟ ಅಥವಾ ಮೂರ್ತಿ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಸಮಾನ. ಅವನು ತನ್ನ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಅವನ ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಲಿ. ಅದರಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ದೃಢ ಶ್ರದ್ಧೆ ತಾಳಲಿ. ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳ ನಡುವೆ ಆ ಚಿತ್ರವನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿರಲಿ. ಇದೇ ರೀತಿ ನಾಮ-ನಾಮಿ ಅಭೇದ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ತಾಳಬೇಕು. ಕೆಲಸದ ನಡುವೆ ನಡುವೆ ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಸಮಯಾವಕಾಶವಾಗುತ್ತಲೇ ಭಜನೆಯ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಸಾಲು ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಶ್ಲೋಕ ವನ್ನು ಗುನುಗುನಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು. ಆಗ ಅವನ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯಸುಖ ವನ್ನು

ಕಾಣಬಹುದು.

ಚಿತ್ರ ಅಥವಾ ಭಗವನ್ನಾಮದ ನೆರವು ಪಡೆದೂ ನಾಮಜಪ ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಅವನ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯ ಲಭಿಸದಿರಬಹುದು. ಅಥವಾ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಅವನನ್ನು ಕಂಡೂ ಕಾಣದಂತೆ ಮನಸ್ಸು ಅಲೆಯುತ್ತಿರಬಹುದು. ಆದರೂ ಅವುಗಳಿಂದ ಒಂದು ಸತ್ಪರಿಣಾಮವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ದಿನಬೆಳಗಾದರೆ ಕಣ್ಣಿನಿಂದ ಎಷ್ಟೊಂದು ಒಳ್ಳೆಯ-ಕೆಟ್ಟ ದೃಶ್ಯಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಎಷ್ಟೊಂದು ಧ್ವನಿಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಹಾಗೂ ಅವನ ಭಾವಚಿತ್ರದರ್ಶನದಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಶುದ್ಧ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳಂತೂ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಯಾವಾಗಲೂ ಒಂದೇ ರೀತಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅದಕ್ಕೆ ರೂಪ ಚಿಂತನೆಯಲ್ಲಿ ಅನುರಕ್ತಿ ಉದಿಸಿದರೆ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಿರಾಕಾರದಲ್ಲಿ ರುಚಿ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಭಗವಂತನನ್ನು ಹೊರಗೆ ನೋಡಬಯಸಿದರೆ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಒಳಗೆ, ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಹೇಗೇ ಇರಲಿ, ನಾವು ಭಗವಂತನ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯವನ್ನು ಬಿಡದಿರಲೆಂದು ಈ ಮೇಲಿನ ಸಲಹೆಗಳು. ಸಾಧಕ ತನ್ನ ಅಭಿರುಚಿ, ಮನಸ್ಸಿನ ಮತ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಅಥವಾ ಹಲವು ಉಪಾಯಗಳನ್ನನು



ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಉಪದೇಶಗಳು

ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಎಲ್ಲ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನೂ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು, 'ನಾನು ಅಚ್ಚು ತಯಾರಿಸಿದ್ದೇನೆ; ನೀವೆಲ್ಲ ಎರಕ ಹಾಕಿ ಮೂರ್ತಿ ತಯಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ' ಅಂತ.

ಶಿಷ್ಯ : ಎರಕ ಹಾಕುವುದು ಅಂದರೇನು ?

ಭೂದೇವ: ಅಂದರೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರನ್ನು ನೆನೆಯುವುದು ಅಂತ.

ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಅವನಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ. 'ಎರಕ ಹಾಕುವುದು' ಅಂದರೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು, ಅವರನ್ನು ನೆನೆಯುವುದು ಎಂದರ್ಥ. ಅವರನ್ನು ನೆನೆದರೆ ಎಲ್ಲ ಭಾವಗಳೂ ಅಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತವೆ. ಅವರು ಏನೇನು ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದ್ದಾರೋ ಅವನ್ನು ಕುರಿತು ಚಿಂತಿಸಬೇಕು. ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು, 'ನನ್ನ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಎಂದೂ ಅನ್ನಕ್ಕೆ ತೊಂದರೆಯಾಗದು' ಅಂತ.

ಮಾಕು : ಸ್ವತಃ ತಾವೇ ಹೇಳಿದ್ದರೆ ?

ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಹೌದು, ತಮ್ಮ ಬಾಯಿಯಿಂದಲೇ ಆ ಮಾತನ್ನು ಆಡಿದ್ದರು. ಅವರ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡಿದರೆ ಯಾವ ದುಃಖವೂ

ಉಂಟಾಗದು. ಅವರ ಭಕ್ತರೆಲ್ಲರೂ ಚೆನ್ನಾಗಿರುವುದನ್ನು ನೀನು ನೋಡುತ್ತಿಲ್ಲವೇ? ಅವರ ಭಕ್ತರ ಹಾಗೆ ಆನಂದದಿಂದಿರುವುದನ್ನು ಬೇರೆಲ್ಲರೂ ನೋಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಕಾಶಿಯಲ್ಲಿ ಇಷ್ಟೊಂದು ಮಂದಿ ಸಾಧುಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೀಯಾ, ಆದರೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಭಕ್ತರಂತೆ ಯಾರು ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದಾರೆ ?

ಶಿಷ್ಯ: ಮಂತ್ರದೀಕ್ಷೆ ಪಡೆದುಕೊಂಡವರಿಗೆ ಏನು ಸಿಗುತ್ತದೆ? ಹೊರನೋಟದಿಂದ ನೋಡಿದಾಗ ಜನ ಹೇಗಿದ್ದರೋ ಹಾಗೇ ಇದ್ದಂತೆ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ.

ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಮಂತ್ರದ ಮೂಲಕ ಶಕ್ತಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಗುರು ವಿನ ಶಕ್ತಿ ಶಿಷ್ಯನಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ, ಶಿಷ್ಯನದು ಗುರುವಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಮಂತ್ರದೀಕ್ಷೆ ನೀಡಿದಾಗ ಶಿಷ್ಯನ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ದೇಹಕ್ಕೆ ಇಷ್ಟೊಂದು ವ್ಯಾಧಿಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಗುರುವಾಗುವುದು ತುಂಬ ಕಠಿಣವಾದ ಕಾರ್ಯ. ಶಿಷ್ಯನ ಪಾಪಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕಾಗುವುದು. ಶಿಷ್ಯ ಪಾಪ ಮಾಡಿದರೆ ಅದು ಗುರುವಿಗೂ ತಗಲುವುದು. ಒಳ್ಳೆಯ ಶಿಷ್ಯ ದೊರಕಿದರೆ ಗುರು ವಿಗೂ ಉಪಕಾರವಾಗುವುದು. ಕೆಲವರಿಗೆ ಬೇಗನೆ ಉನ್ನತಿಯಾಗುವುದು, ಇನ್ನು ಕೆಲವರಿಗೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಆಗುವುದು. ಅವರವರ ಸಂಸ್ಕಾರ ಹೇಗೋ ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಆಗುವುದು.

'ಶ್ರೀಶಾರದಾದೇವಿ ವಚನವೇದ' ದಿಂದ, ಪು.೨೩೬-೪೦