

ಸಾಧನೆಯ ಫಲಗಳು

ಮೂಲ ಹಿಂದೀ : ಸ್ವಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮೇಶಾನಂದ

ಅನುವಾದ : ಮಾತಾ ತ್ಯಾಗಮಯೀ

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಸಾಧಕನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಒಂದಿಲ್ಲೊಂದು ಬಾರಿ ಉದಿಸುವ ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯ ಮಾನದಂಡ ವೇನು? ಕೌಟುಂಬಿಕ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳು, ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ ಒಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಫಲ ಸಿಗುವಂತೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣಿಸುವ, ಜೀವನಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಯಾದ ಫಲವೇ ನಾದರೂ ಲಭಿಸುತ್ತದೇನು? ಇದ್ದರೆ ಅದು ಏನು? ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೆಲವರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಾದರೂ ಅಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಇದೆ.

ಈ ಪ್ರಶ್ನೆ ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯ. ಸಾಧಕನು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವ ಮೊದಲು ಗುರಿಯ ಕುರಿತು ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುವಂತೆ ಸಾಧನೆಯ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹಂತದಲ್ಲಿ ಲಭಿಸಬೇಕಾದ ಫಲ ಏನು? ಎಂಬುದನ್ನು ಆರಿಯುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯೂ ಇದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಚಾರಗಳಲ್ಲಿನ ಮನುಷ್ಯನ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಯಿಂದಾಗಿ ಈ ವಿಚಾರ ಇನ್ನೂ ಮಹತ್ವದ್ದಾಗಿದೆ. ಕೆಲವರು ಜ್ಯೋತಿರ್ದರ್ಶನ, ಅನಾಹತ ಧ್ವನಿಯ ಶ್ರವಣ, ಕುಂಡಲಿನಿ ಜಾಗೃತಿ, ಸಮಾಧಿ, ಭಾವ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯ ಲಕ್ಷಣಗಳೆಂದು ಬಗೆದಿದ್ದಾರೆ. ಕೆಲವರು ಸಿದ್ಧಿಗಳನ್ನು ಪವಾಡಗಳನ್ನು ಉನ್ನತಿಯ ಲಕ್ಷಣವೆಂದುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಭಜನೆಗಳನ್ನು ಆಲಿಸುತ್ತ ಪ್ರೇಮಾಶ್ರುಗಳನ್ನು ಸುರಿಸಿದರೆ ಜನ ಅದನ್ನು ಭಕ್ತಿ ಎಂದುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಹಲವಾರು ಬಾಹ್ಯ ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯ ಸಂಕೇತವೆಂದು ಬಗೆದಿದ್ದಾರೆ.

ಹಾಗಾದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯ ಮಾನದಂಡವೇನು? ಎಂದು ಯೋಚಿಸುವ ಮೊದಲು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಸಾಧನಾಪಥಗಳು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯ ಮಾನದಂಡಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಭಕ್ತಿಶಾಸ್ತ್ರಗಳು ಹೇಳಿದ ಸಾಧನೆಯ ಫಲಗಳಿಗೂ, ಯೋಗಶಾಸ್ತ್ರಗಳು ಸಾರಿ ಹೇಳುವ ಸಾಧನೆಯ ಫಲಗಳಿಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಎಲ್ಲ ಮಾರ್ಗಗಳು ಸಮಾನವಾಗಿ ಸಾರಿ ಹೇಳುವಂತಹ ಸಂದಿಗ್ಧತೆಯಿಲ್ಲದೆ ಸಾಧನಾ ಫಲಗಳನ್ನು ನೋಡೋಣ.

ಉನ್ನತ ಚಾರಿತ್ರ್ಯ

ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಪವಾಡಗಳಿಗಿಂತ ಚಾರಿತ್ರ್ಯದ ಪಾತ್ರ ಹಿರಿದು, ಎಂದು ಮೊದಲು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪವಾಡಗಳಿಗೂ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನಕ್ಕೂ ಏನೂ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ, ಎಂದು ಹೇಳಿದರೂ ತಪ್ಪಾಗಲಾರದು. ಸಾಧಕನು ಪವಾಡಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು. ಅವನು ಯಾವುದೇ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಸಿದ್ಧಿಗಳನ್ನು ಬಯಸಬಾರದು,

ಇನ್ನೊಬ್ಬರಲ್ಲಿ ಅವನ್ನು ಕಂಡು ಆಕರ್ಷಿತನಾಗಲೂಬಾರದು. ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟ ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞನ ಲಕ್ಷಣಗಳು, ಭಕ್ತನ ಹಾಗೂ ಗುಣಾತೀತನ ಲಕ್ಷಣಗಳು, ಸುಖ-ದುಃಖಾದಿ ದ್ವಂದ್ವಗಳಲ್ಲಿ ಸಮತ್ವ, ವಿಷಯಭೋಗಾಸಕ್ತಿರಾಹಿತ, ಸರ್ವಭೂತಹಿತಕಾಮನೆ, ಭಗವತ್ ಪರಾಯಣತೆ ಇವೇ ನಿಜವಾದ ಪ್ರಗತಿಯ ಚಿಹ್ನೆಗಳು. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಾಧಕ ಭಗವದ್ಗೀತೆ ಮುಂತಾದ ಶಾಸ್ತ್ರಗ್ರಂಥಗಳ ಈ ಆಧ್ಯಾಯಗಳನ್ನು ನಿತ್ಯವೂ ಅಧ್ಯಯನ, ಅನುಸಂಧಾನ ಗೈಯುತ್ತ ಆ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುನ್ನಡೆಯಲೆತ್ನಿಸಬೇಕು.

ಯೋಗಮಾರ್ಗದ ಬಹಿರಂಗ ಸಾಧನೆಗಳ ಫಲ

‘ಪಾತಂಜಲ ಯೋಗಸೂತ್ರ’ಗಳ ಅಷ್ಟಾಂಗಯೋಗದ ಮೊದಲ ಐದು ಅಂಗಗಳನ್ನು ಬಹಿರಂಗ ಯೋಗ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಯಮ, ನಿಯಮ, ಆಸನ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ, ಪ್ರತ್ಯಾಹಾರ-ಇವು ಬಹಿರಂಗ ಸಾಧನೆಗಳು. ಇವುಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಸಿದ್ಧಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತರಾದಾಗ ಕೆಲವು ಫಲಗಳು ಲಭಿಸುತ್ತವೆ. ಒಬ್ಬ ಸಾಧಕ ಅಹಿಂಸೆಯಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದಾಗ, ಅವನ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳು ವೈರವನ್ನು ತೊರೆಯುತ್ತವೆ. ಸತ್ಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತನಾದ ಯೋಗಿಯ ಎಲ್ಲ ನುಡಿಗಳು ಸತ್ಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಅಸ್ತೇಯದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದಾಗ ಅವನಿಗೆ ಸರ್ವರತ್ನಗಳು ಲಭಿಸುತ್ತವೆ. ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತನಾದಾಗ ವೀರ್ಯ ಲಾಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಪರಿಗ್ರಹದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದಾಗ ಪೂರ್ವಜನ್ಯಗಳ ಸ್ಮೃತಿಲಾಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ವ್ಯಕ್ತಿ ನಿಯಮದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತನಾದಾಗ ಹಲವು ಶಕ್ತಿಗಳು ಲಭಿಸುತ್ತವೆ. ಶೌಚದಲ್ಲಿ ನೆಲೆನಿಂತಾಗ ತನ್ನ ಹಾಗೂ ಇತರರ ಶರೀರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವೈರಾಗ್ಯ ಸ್ಥಿರವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಂತರಿಕ ಶುಚಿತ್ವದಿಂದ ಸತ್ವಶುದ್ಧಿ, ಸಮನಸ್ಕತೆ, ಏಕಾಗ್ರತೆ, ಇಂದ್ರಿಯಜಯ, ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಸೂಕ್ಷ್ಮಮತಿ ಸಿದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ಸಂತೋಷದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತನಾದಾಗ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಸುಖ ಸಿಗುತ್ತದೆ.

**ಯಚ್ಚ ಕಾಮಸುಖಂ ಲೋಕೇ ಯಚ್ಚ ದಿವ್ಯಂ ಮಹತ್ಸುಖಮ್ |
ತೃಷ್ಣಾಕ್ಷಯ ಸುಖಸ್ಯೈತೇ ನಾರ್ಹತಃ ಪೋಡಶೀಂ ಕಲಾಮ್ ||**

ತಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತನಾದಾಗ ಕಾಯಸಿದ್ಧಿ (ಅಣಿಮಾದಿ ಸಿದ್ಧಿಗಳು) ಮತ್ತು ಇಂದ್ರಿಯಸಿದ್ಧಿ(ದೂರ ಶ್ರವಣ, ದೂರದರ್ಶನ ಶಕ್ತಿ) ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯದಿಂದ ದೇವತೆಗಳ, ಋಷಿಗಳ ಮತ್ತು ಸಿದ್ಧರ ದರ್ಶನಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಈಶ್ವರ ಪ್ರಣಿಧಾನದಿಂದ ಸಮಾಧಿಲಾಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಧಾರಣ, ಧ್ಯಾನ, ಸಮಾಧಿ ಫಲ

ಧಾರಣ, ಧ್ಯಾನ, ಸಮಾಧಿ ಇವು ಅಂತರಂಗ ಯೋಗಗಳು. ಈ ಮೂರನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಸಂಯಮ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ವಿಭಿನ್ನ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಏಕಾಗ್ರಗೊಳಿಸಿದಾಗ ವಿಭಿನ್ನ ಫಲ ಪ್ರಾಪ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಪಾತಂಜಲ ಯೋಗಸೂತ್ರದ 'ವಿಭೂತಿಪಾದ' ಎಂಬ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಆನೆಯ ಮೇಲೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಏಕಾಗ್ರಗೊಳಿಸಿದಾಗ ಆನೆಯ ಬಲ ಬರುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸೂರ್ಯನಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರಗೊಳಿಸಿದಾಗ ಹಸಿವು, ಬಾಯಾರಿಕೆಗಳು ಇಲ್ಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಪರಕಾಯಪ್ರವೇಶ, ದೂರದರ್ಶನ, ದೂರಶ್ರವಣ, ಅಣಿಮಾ, ಲಘಿಮಾ ಇನ್ನಿತರ ಸಿದ್ಧಿಗಳು ಲಭಿಸುತ್ತವೆ. ಇವು ಸಾಧನೆಯ ಅಂಗಗಳೇ ಆಗಿವೆ. ಸಾಧಕ ಇವುಗಳಿಗಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವು ಲಭಿಸಿದರೂ ಅವನು ಅವನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಮೇಲಾಗಿ ಸಾಧನೆಯ ವಿಭಿನ್ನ ಸ್ತರಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಧಕನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಹಲವು ಮಹತ್ವಪೂರ್ಣ ಪರಿವರ್ತನೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು 'ಯೋಗಸೂತ್ರ'ದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸಾಧನೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಅಧಿಕ ಮಹತ್ವಪೂರ್ಣವಾದ ಈ ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಭಗವಂತನ ಹೆಸರು ಓಂ. ಅವನ ಹೆಸರನ್ನು (ಓಂಕಾರವನ್ನು) ಜಪಿಸುತ್ತ, ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಈಶ್ವರ ಪ್ರಣಿಧಾನವನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದಾಗ ತನ್ನ ಅಂತರಾಳದ ಚೇತನದ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಅಂತರಾಯಗಳು ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ. 'ತತಃ ಪ್ರತ್ಯಕ್ ಚೇತನಾಧಿಗಮೋಽಪಿ ಅಂತರಾಯಾ ಅಭಾವಶ್ಚ।' (೧.೨೯) ಮೃತಿ, ಕಾರುಣ್ಯಾದಿ ಗುಣಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸುತ್ತ ಚಿತ್ತಪ್ರಸಾದ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. (೧.೩೩) ಮನಸ್ಸು ಸ್ಥೂಲ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪದಾರ್ಥಗಳಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರವಾಗುವ, ವತೀಕರಣ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಪಡೆದಾಗ (೧.೪೦), ಅಂತಹ ವತೀಕೃತ ಚಿತ್ತವು ಯಾವ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರವಾದರೂ ಅಲ್ಲಿ ತದಾಕಾರ ಸಮಾಪತ್ತಿ ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. (೧.೪೧) ಇಂತಹ ಏಕಾಗ್ರತೆ, ವತೀಕಾರದಲ್ಲಿರುವ ಚಿತ್ತದಲ್ಲಿ ಬೆಳಗುವ ಪ್ರಜ್ಞೆಯೇ ಋತಂಭರಾ ಪ್ರಜ್ಞೆ. (೧.೪೮) ವ್ಯಕ್ತಿ ಸಂಯಮದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತನಾದಾಗ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಬೆಳಕು ಹರಿಯುತ್ತದೆ. (೩.೫)

ತಾತ್ಪರ್ಯವೇನೆಂದರೆ ಸಾಧನೆಯ ಫಲವಾಗಿ (೧) ಪ್ರತ್ಯಕ್ ಚೇತನ ಅಧಿಗಮ. (೨) ಚಿತ್ತಪ್ರಸಾದ (೩) ಸಮಾಪತ್ತಿ (೪) ಪ್ರಜ್ಞಾ ಲೋಕ ಅನುಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಯೋಗಶಾಸ್ತ್ರದ ಪ್ರಕಾರ ಈ ಶಬ್ದಗಳಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಅರ್ಥಗಳಿವೆ. ಇವುಗಳ ಸರಿಯಾದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಅರಿತಾಗ ಸಾಧನೆಯ ಫಲವಾಗಿ ಲಭಿಸುವ ಕೆಲವು ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರಿವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಮನಗಾಣಬಹುದು.

(೧) ಪ್ರತ್ಯಕ್ ಚೇತನ ಅಧಿಗಮ : ಪ್ರತ್ಯಕ್ ಚೇತನ ಎಂದರೆ ಆತ್ಮ. ಆತ್ಮಾನುಭವವೇ ಪ್ರತ್ಯಕ್ ಚೇತನ ಅಧಿಗಮ. ಕೆಲವು

ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಕಾರರು ಈ ಶಬ್ದಕ್ಕೆ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅರ್ಥವನ್ನು ನೀಡುತ್ತ, ಚಿತ್ತದ ಅಂತರ್ಮುಖಿ ವೃತ್ತಿಯೇ ಪ್ರತ್ಯಕ್ ಚೇತನ ಎಂದಿರುವರು. ಇವೆರಡನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಅಂತರ್ಮುಖಿಯಾಗದೆ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಮನುಷ್ಯನ ಇಂದ್ರಿಯ ಮನಸ್ಸುಗಳು ಸ್ವಭಾವತಃ ಬಹಿರ್ಮುಖಿ. ಉಪನಿಷತ್ ವಾಣಿಯಂತೆ ಭಗವಂತ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು-ಮನಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಬಹಿರ್ಮುಖಿವಾಗಿಟ್ಟು ಅವನ್ನು ಕೊಲೆ ಮಾಡಿದ್ದಾನೆ. ಬಹಿರ್ಮುಖಿ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು, ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಅನುರಕ್ತವಾಗಿರುವ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಮೃತ್ಯುವಿಗೆ ಸಮ. ಅಂತರಾತ್ಮನ ದರ್ಶನವಾಗಲು ವ್ಯಕ್ತಿ 'ಆವೃತ್ತಚಕ್ಷು'ವಾಗಬೇಕು.

ಪರಾಂಚಿ ಖಾನಿ ವ್ಯತ್ಯಣತ್ ಸ್ವಯಂಭೂಃ

ತಸ್ಮಾತ್ ಪರಾಂಚಿ ಪಶ್ಯತಿ ನಾಂತರಾತ್ಮಾನ್ |

ಕಚ್ಚಿದ್ಧೀರಃ ಪ್ರತ್ಯಗಾತ್ಮಾನಮೈಕ್ಷತ್

ಆವೃತ್ತಚಕ್ಷುರಮೃತತ್ವಮಿಚ್ಛನ್ || (ಕಠ, ೨.೧.೧)

ಈ ಆವೃತ್ತಚಕ್ಷುವಾಗುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯೇ ಪ್ರತ್ಯಕ್ ಚೇತನ ಅಧಿಗಮ. ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ತಿಳಿಯಪಡಿಸಲು ಆಮೆಯ ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ:

ಯದಾ ಸಂಹರತೇ ಚಾಯಂ ಕೂರ್ಮೋಽಂಗಾನಿವ ಸರ್ವಶಃ |

ಇಂದ್ರಿಯಾಣೇಂದ್ರಿಯಾರ್ಥೈಃ ಪ್ರಜ್ಞಾ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತಾ || (೨.೫೯)

ಇದು ಕೇವಲ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೆ ಎಳೆದುಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಒಳಗೆ ತಿರುಗಿಸುವುದು. ತನ್ನ ಮೊಟ್ಟೆಗಳಿಗೆ ಕಾವು ಕೊಡಲು ಕುಳಿತ ಹಕ್ಕಿಯ ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯದು. ಅದರ ನೇತ್ರಗಳು ಅರೆತೆರೆದಿರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ದೃಷ್ಟಿ ಹೊರಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನು ಹೊರಗೆ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ಹೊರಗೆ ನೋಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅವನ ದೃಷ್ಟಿಗೆ ವಿಷಯಗಳು ಗೋಚರಿಸಿದರೂ ಅವನ ಗಮನ ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ.

ಅಂತರ್ಮುಖಿಯಾದ ಪ್ರತ್ಯಕ್ ಚೇತನಾಭಿಮುಖಿಯಾದ ಮನಸ್ಸು ಏಕಾಗ್ರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕಿನ ಕಿರಣಗಳು ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಅಭಿಮುಖವಾದಾಗ ಏಕಾಗ್ರವಾಗುತ್ತವೆ. ಅವು ಕೇಂದ್ರದಿಂದ ದೂರವಾದಷ್ಟು ಹರಡಿ ಹಂಚಿ ಹೋಗಿರುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ಅವಸ್ಥೆಯೂ ಹೀಗೇ. ಬಹಿರ್ಮುಖಿ ಮನಸ್ಸು ಚೆಲ್ಲಾಪಿಲ್ಲಿಯಾಗಿ ಹರಡಿ ಹೋಗಿರುತ್ತದೆ. ಬಹುಶಾಖಾ, ಅವ್ಯವಸಾಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಂತರ್ಮುಖಿ ಚೇತನವು ಆತ್ಮನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದ್ದರಿಂದ, ಮನ ಬುದ್ಧಿ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ತನಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ಕಾಣಬಲ್ಲದು, ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂತಹ ಸಾಕ್ಷಿ ಮನಸ್ಸು ದುಷ್ಟ ಚಿತ್ತ ವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಹಿಡಿದುಹಾಕಬಲ್ಲದು.

ಅಂತರ್ಮುಖಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಒಲವು ತನ್ನ ಸ್ವರೂಪದ ಅನುಸಂಧಾನದ ಕಡೆಗೆ, ಬಹಿರ್ಮುಖಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಕೆಲಸ ವ್ಯವಹಾರ ಜಗತ್ತನ್ನು ವಿಸ್ತಾರಗೊಳಿಸುವುದು. ಧಾರ್ಮಿಕ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ

ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಮುಖ ಮತ್ತು ಬಹಿರ್ಮುಖ ಎರಡೂ ಸ್ವಭಾವ ದವರರುತ್ತಾರೆ. ಬಹಿರ್ಮುಖ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಯಿಂದ ಮನುಷ್ಯ ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆ, ಶಾಸ್ತ್ರಗ್ರಂಥಾಧ್ಯಯನ, ಭಗವಂತನ ಲೀಲಾಚಿಂತನೆ ಯಲ್ಲಿ ಆನಂದವನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ಅಂತರ್ಮುಖ ವೃತ್ತಿಯಿಂದ ಒಂದೆಡೆ ಕುಳಿತು, ಒಂದು ಗ್ರಂಥದ ಒಂದು ಅಧ್ಯಾಯ, ಒಂದು ಶ್ಲೋಕ, ಒಂದು ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಏಕಾಗ್ರಗೊಳಿಸುತ್ತಾನೆ. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು, “ವೇದ ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರದಲ್ಲಿ, ಗಾಯತ್ರಿ ಓಂಕಾರದಲ್ಲಿ ಲಯವಾಗುತ್ತದೆ” ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನು ಇನ್ನೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ವೇದಗಳು ಓಂಕಾರದ ವಿಸ್ತಾರವೇ ಆಗಿದೆ. ಅಂತರ್ಮುಖ ಮನಸ್ಸು ವೇದಗಳಿಂದ ಓಂಕಾರದ ಕಡೆಗೆ ಚಲಿಸಿದರೆ, ಬಹಿರ್ಮುಖ ಮನಸ್ಸು ಓಂಕಾರ ದಿಂದ ವೇದಗಳ ಕಡೆಗೆ ಚಲಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂತರ್ಮುಖ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಭುಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಲೀನವಾಗಬಯಸುತ್ತದೆ. ಬಹಿರ್ಮುಖ ಮನಸ್ಸು ಭಗವತ್ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಬಯಸುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಸಮಾಜದಿಂದ ದೂರ ತಮ್ಮ ಲೋಕದಲ್ಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆಂದು ಅವರನ್ನು ಅಂತರ್ಮುಖಿಗಳೆಂದು ತಿಳಿಯುವಂ ತಿಲ್ಲ. ಅದೂ ಮನಸ್ಸಿನ ಒಂದು ಬಗೆಯ ವಿಕಾರ. ಆಗ ಅವನ ಮನಸ್ಸು ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಏಕಾಗ್ರವಾಗಿರುವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಆತ್ಮಚಿಂತನಶೀಲವಾಗಿರುವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಇತರ ಸಾಮಾನ್ಯರಂತೆ ಅವನ ಮನಸ್ಸು ವಿಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಬಹಿರ್ಮುಖವಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಅಂತರ್ಮುಖಿತೆ ಎನ್ನಲಾಗದು.

೨) ಚಿತ್ತಪ್ರಸಾದ : ಚಿತ್ತವು ಸದಾ ಪ್ರಸನ್ನವಾಗಿರುವಿಕೆಯೇ ಚಿತ್ತಪ್ರಸಾದ. ಮೈತ್ರಿ, ಕರುಣಾ, ಮುದಿತ, ಉಪೇಕ್ಷಾ ಈ ಗುಣ ಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸುವುದರಿಂದ ಸತ್ವಗುಣವೃದ್ಧಿಯಾಗಿ, ಮನಸ್ಸು ನಿರ್ಮಲ, ಪಾವನವಾಗಿ ಸಾಧಕನು ಸದಾ ಪ್ರಸನ್ನನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ‘ವಿವೇಕ ಚೂಡಾಮಣಿ’ಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಶಾಂತಿ, ತೃಪ್ತಿ, ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ಆನಂದವನ್ನು ಸತ್ವಗುಣದ ಲಕ್ಷಣವೆಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ (೧೭೭). ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಕೃಷ್ಣನು ರಾಗದ್ವೇಷರಹಿತ ಸಂಯಮಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅಂತಃಕರಣಶುದ್ಧಿಯನ್ನು ತತ್ಪಲವಾದ ಚಿತ್ತಪ್ರಸನ್ನತೆ ಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ (೨-೬೪) ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ಭಗವ ದ್ಗೀತೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಚಿತ್ತಪ್ರಸನ್ನತೆಯು ಮಾನಸಿಕ ತಪಸ್ಸೂ ಹೌದು. ಭಕ್ತಿಶಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಅನವಸಾದ ಎಂದು ಕರೆಯ ಲಾಗಿದೆ. ವಾಸನೆಗಳು ಕ್ಷೀಣವಾಗುತ್ತ ಮನಸ್ಸು ಸಹಜವಾಗಿ ಶಾಂತವಾಗುತ್ತದೆ, ಪ್ರಸನ್ನವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಬಗೆಯ ಚಿತ್ತಪ್ರಸನ್ನತೆ ಯೆದುರು ವಿಷಯಭೋಗಗಳು ಅತಿ ತುಚ್ಛವೆನಿಸುತ್ತವೆ. ಕೃಷ್ಣ ಇದನ್ನು ಸಾತ್ವಿಕ ಸುಖವೆಂದಿದ್ದಾನೆ. ಈ ಸುಖವು ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಇಂದ್ರಿಯ ಮನಗಳನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಲು ನಡೆಸುವ ಹೋರಾಟ ದಿಂದ ವಿಷದಂತೆ ಅನ್ನಿಸಿದರೂ ತದನಂತರ ಆತ್ಮಬುದ್ಧಿಪ್ರಸಾದ ದಿಂದ ಲಭಿಸಿದ ಅಮೃತಸುಖವಿದು. ವಿಷಯೇಂದ್ರಿಯ ಸಂಯೋಗ

ದಲ್ಲೂ ಸುಖವಿದೆ. ಆದರದು ದುಃಖದಲ್ಲಿ ಪರ್ಯವಸಾನವಾಗು ತ್ತದೆ, ಅನರ್ಥಕಾರಿಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ. ನಿದ್ರೆ ಆಲಸ್ಯಗಳೂ ಸುಖ ಕೊಡುತ್ತವೆ. ಅವು ಪ್ರಮಾದದ ಗುಂಪಿಗೆ ಸೇರಿದವುಗಳು, ಚಿತ್ತಪ್ರಸಾದದ ಗುಂಪಿಗಲ್ಲ. ಚಿತ್ತಪ್ರಸಾದವು ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದ ವಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಅದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಬೇಕು. ಆದರೆ ಸಾಧಕ ಅದಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುವಂತಿಲ್ಲ.

ಕೈಸ್ತ ಸಂತಳಾದ ಅವಿಲಾದ ತೆರೆಸಾ ಏಳು ಬಗೆಯ ಚಿತ್ತ ಪ್ರಸನ್ನತೆಯನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾಳೆ. ಚಿತ್ತಪ್ರಸನ್ನತೆ ಪರಮ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಕ್ಕಿಂತ ಬೇರೆಯಾದುದು, ಆದರೆ ಅಪರಿಪಕ್ವ ಸಾಧಕ ಅದನ್ನೇ ಪರಮಗುರಿಯೆಂದು ತಪ್ಪಾಗಿ ತಿಳಿಯುವ ಸಂಭವವಿದೆ.

ಈ ಬಗೆಯ ಮನಶ್ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅತ್ಯಲ್ಪಕಾಲ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ವಾಗಿ ಲೌಕಿಕ ಕಾರಣಗಳಿಂದಲೂ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಪ್ರಶಾಂತ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಿದ ಆರೋಗ್ಯಶಾಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿ ಶಾಂತಿಯಿಂದಿರುತ್ತಾನೆ. ಹಣ ಸಂಪತ್ತು ಸಮೃದ್ಧವಾಗಿರುವಾಗ ಕುಟುಂಬದವರೆಲ್ಲ ಕ್ಷೇಮವಾಗಿರುವಾಗ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಚಿತ್ತ ಪ್ರಸನ್ನತೆ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಹಣವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಹೆಸರು ಕೀರ್ತಿಗಳು ಬರುತ್ತಲೇ ಇದ್ದರೆ ಅವನಿಗೆ ಸುಖ ಸಂತೋಷ ತೃಪ್ತಿಯೆನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಈ ಎಲ್ಲ ಶಾಂತಿಗಳು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚಿತ್ತ ಪ್ರಸನ್ನತೆಗೆ ಸರಿಸಮಾನವಾಗಲಾರವು. ಈ ವಿಷಯವಾಗಿ ನಾವು ಎಚ್ಚರವಿರಬೇಕು.

ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಸುಖ ಸಂಪತ್ತು ಸ್ವಜನರನ್ನು ತೃಪ್ತಿಸಿ ಪರಿಶುದ್ಧ ಜೀವನ ನಡೆಸುವವರಿಗೂ ಚಿತ್ತಪ್ರಸಾದದ ಭ್ರಮೆಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ. ಸಾಧಕ ತನ್ನ ಲೋಪದೋಷಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರ ವಾಗಿರಬೇಕು. ಒಂದು ವೇಳೆ ಯಾವುದೇ ತಪ್ಪು ಘಟಿಸಿದರೂ ಅವನು ಬಹಳ ಪರಿತಪಿಸುತ್ತಾನೆ. ಈ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಅದರಿಂದ ಅವನ ಶಾಂತಿ ಹೊರಟುಹೋಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಂದು ಅವನು ತನ್ನ ದುಷ್ಟರ್ಮ ಮತ್ತು ದುರ್ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಅವಜ್ಞೆ ಮಾಡಿದರೆ ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ಅವನಿಗೆ ಅವು ತಪ್ಪು ಎಂದೂ ಎನ್ನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿ ಅವನನ್ನು ಚುಚ್ಚುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಬಗೆಯ ಶಾಂತಿ ಸರಿಯಲ್ಲ, ಅದು ಅಪಾಯದ ಸ್ಥಿತಿ. ಇದು ಚಿತ್ತಪ್ರಸಾದವಲ್ಲ, ಅಧಃಪತನ. ನಿಜವಾದ ಚಿತ್ತಪ್ರಸಾದವು ತೀವ್ರ ವಾದ ವ್ಯಾಕುಲತೆ ಮತ್ತು ತನ್ನ ವರ್ತಮಾನದ ಸ್ಥಿತಿಗಿತಿಯನ್ನು ಕುರಿತು ತೀವ್ರ ಅಸಂತೋಷದಿಂದ ಬರುವಂಥದ್ದು.

ಎಲ್ಲ ಸಾಧಕರು ಚಿತ್ತಪ್ರಸಾದದ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಿರುವು ದಿಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ಅಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೆಸರು ಕೀರ್ತಿ, ಹೊಗಳಿಕೆಯ ಬಯಕೆ, ಜನ ಅವರನ್ನು ಸಂತ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ, ಅದೇ ಅವರಿಗೆ ಸಂತೋಷದ ವಿಚಾರ. ಇನ್ನೊಂದು ಬಗೆಯ ಸಾಧಕ ನಿಂದೆ- ಸ್ತುತಿಗಳನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಅವನು ತನ್ನ ವಿಚಾರ, ಸಿದ್ಧಾಂತ, ಕಾರ್ಯಪ್ರಣಾಳಿಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾನೆ. ತನ್ನ ವಿಚಾರ

ಗಳಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾದುದನ್ನು ಅವನು ಸಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನ ಆನಂದವು ಅಹಂಕಾರದ ಪೋಷಣೆಯಲ್ಲಿದೆ, ಕುಟುಂಬ ಜೀವನದಲ್ಲಿ, ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಗಳಿಸಿದ ಯಶಸ್ಸಿನ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಾಗಿ ಕಾರಣ. ಈ ಬಗೆಯ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಚಿತ್ತಪ್ರಸಾದ ಎನ್ನುವಾಗದು.

೩) ಸಮಾಪತ್ತಿ : ಇದು ಯೋಗಶಾಸ್ತ್ರದ ಒಂದು ಪಾರಿಭಾಷಿಕ ಶಬ್ದ. ಯೋಗಿಯು ಶುದ್ಧಶತ್ವಗುಣಿ; ಏಕಾಗ್ರ ಚಿತ್ತವು ಯಾವ ವಿಷಯವನ್ನು ಚಿಂತಿಸುವುದೋ ಅದರಲ್ಲಿ ತಾದಾತ್ಮ್ಯ ಹೊಂದುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಸಲು ಪತಂಜಲಿ ಮಹರ್ಷಿ ಸ್ಪಷ್ಟಕದ ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾನೆ. ಸ್ಪಟಿಕವನ್ನು ಕೆಂಪು ಹೂವಿನ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟಾಗ ಕೆಂಪಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಹಳದಿ ಹೂವಿನ ಮೇಲಿಟ್ಟಾಗ ಹಳದಿಯಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ, ಏಕಾಗ್ರ ಮನಸ್ಸು ಧ್ಯಾನಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನವಸ್ತುವಿನಲ್ಲಿ ತಾದಾತ್ಮ್ಯ ಹೊಂದುತ್ತದೆ. ವಾಸನೆಗಳಿಂದ ಚಂಚಲವಾದ ರಾಗದ್ವೇಷ, ಆಸಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಪೂರ್ವಾಗ್ರಹಗಳಿಂದ ತಾಡಿತವಾದ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಈ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ರಾಗದ್ವೇಷಗಳ ಪ್ರಬಲ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಪವಿತ್ರವಸ್ತುವಿನಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರವಾಗಲಾರದು. ಸಾಮಾನ್ಯರ ಮನಸ್ಸು ತನಗೆ ಬೇಕಾದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಭಗವತ್ ವಿಷಯದಲ್ಲಲ್ಲ. ಭಗವತ್ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವ ಯೋಗಿಯ ಪರಿಶುದ್ಧ ಮನಸ್ಸು ಯಾವ ವಿಷಯದ ಮೇಲಾದರೂ ಏಕಾಗ್ರವಾಗಬಲ್ಲದು.

ಸ್ಪಟಿಕದ ಉದಾಹರಣೆಯಿಂದ ಇನ್ನೊಂದು ಮಾತನ್ನು ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸ್ಪಟಿಕಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ಚಿಕ್ಕ ಕಸ, ಧೂಳು, ಅಂಟಿಕೊಂಡಿದ್ದರೂ ಅದು ಕೂಡಲೇ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಕಪ್ಪು ಕಲ್ಲಿನಲ್ಲಿ, ಅಪಾರದರ್ಶಕ ವಸ್ತುವಿನಲ್ಲಿ ಹಾಗಲ್ಲ. ಯೋಗಿಯ ಮನಸ್ಸು ಸ್ಪಟಿಕದಂತೆ ಪಾರದರ್ಶಕವಾದ್ದರಿಂದ ಅವನ ವಸ್ತುವಿನಲ್ಲಿರುವ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ವಿಕಾರ ಅಥವಾ ವಾಸನೆ ಅಥವಾ ಆಸೆಯ ಅಸ್ಪಷ್ಟ ಛಾಯೆಯೂ ಅವನಿಗೆ ದೃಗ್ಗೋಚರವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಯೋಗಿ ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವಾಸನೆಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಬಲ್ಲನು. ಆಗ ಅವನ್ನು ಹೊಡೆದೋಡಿಸುವುದೂ ಸುಲಭ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಕಾಮಕ್ರೋಧಾದಿಗಳನ್ನು ಅವು ವ್ಯಕ್ತವಾದ ಮೇಲೆ ಗುರುತಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆಗ ನಾವು ಅವುಗಳ ವಶದಲ್ಲಿರುವುದರಿಂದ ಅವನ್ನು ಗೆಲ್ಲಲಾಗದು. ಅವು ದಾಳಿ ಮಾಡಿ ದಾಂಧಲೆ ಎಬ್ಬಿಸಿ ಹೊರಟು ಹೋದ ಮೇಲೆ ನಮಗೆ ಅವುಗಳಿಂದಾದ ಉಪಟಲೆ ಅರಿವಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪಡುತ್ತೇವೆ. ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಅವು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ರೂಪದಲ್ಲಿರುವಾಗಲೇ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಿ ಸದೆಬಡಿಯಬಹುದು.

೪) ಋತಂಭದ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಅಥವಾ ಪ್ರಜ್ಞಾ ಆಲೋಕ : ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಮಹತ್ ಫಲ ಪ್ರಜ್ಞೆ. ನಾವು ಇಂದ್ರಿಯ ಜನ್ಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಆಧರಿಸಿದ ಅನುಮಾನದ ನೆಲೆಯಿಂದ ಜ್ಞಾನ

ಜನೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಮಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದ ವಿಷಯಗಳ ಪರೋಕ್ಷ ಜ್ಞಾನವು ಶಾಸ್ತ್ರಗಳಿಂದ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪೂರ್ಣಜ್ಞಾನವೆಂದು ಹೇಳಲಾಗದು. ಶಾಸ್ತ್ರಪ್ರವಣ ಜ್ಞಾನವು ಆತ್ಮಬುದ್ಧಿಗಿಂತ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದುದು. ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದಿಂದ ದುಃಖ ನಿವೃತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅರಿತ ಮೇಲೂ ನಮ್ಮ ದುಃಖ ನಾಶವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಶರೀರವಲ್ಲ, ಬಾಹ್ಯ ವಿಷಯಗಳು ದುಃಖಕರವಾದ್ದರಿಂದ ತ್ಯಜಿಸಲು ಅರ್ಹ, ಎಂಬಿತ್ಯಾದಿ ವಾಣಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಮನನ ಮಾಡಿ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರ ಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ದುಃಖ-ಕಷ್ಟಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ವಿಚಲಿತಗೊಳಿಸಲಾರವು. ಅವನ ಜ್ಞಾನ ಸತ್ಯಜ್ಞಾನ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹೇಳಿ ದಂತೆ, ಹಾಲಿನ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳುವುದೇ ಬೇರೆ. ಹಾಲನ್ನು ನೋಡುವುದೇ ಬೇರೆ, ಹಾಲನ್ನು ಸೇವಿಸಿ ದಷ್ಟಪುಷ್ಟರಾಗುವುದೇ ಬೇರೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಅರಿವಿನಿಂದ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯೇ ಪ್ರಜ್ಞೆ.

ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು intuition ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅದನ್ನು Sixth Sense ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ನಾಯಿ, ಬೆಕ್ಕ ಮುಂತಾದ ಕೆಲವು ಪ್ರಾಣಿ-ಪಕ್ಷಿಗಳಲ್ಲಿ ಮುಂದೆ ಘಟಿಸುವ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಮೊದಲೇ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವ, ತನ್ಮೂಲಕ ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಬಿರುಗಾಳಿ ಬೀಸುವ ೭-೮ ದಿನ ಮೊದಲು ಕೆಲವೇ ಪ್ರಾಣಿ ಪಕ್ಷಿಗಳಿಗೆ ಗೊತ್ತಾಗಿ ಅವು ವಲಸೆ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಇದು ಪ್ರಜ್ಞೆ. ಪ್ರಾಣಿಪಕ್ಷಿಗಳ intuition ಅವುಗಳ ಅಸ್ತಿತ್ವ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಣೆಗೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಸುಪ್ತ ಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಬ್ಬ ವೈದ್ಯ ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಅಭ್ಯಾಸದ ಫಲವಾಗಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ದೂರದಿಂದ ನೋಡಿ, ತನ್ನ ಮಾತುಗಳಿಂದ ಅವನ ರೋಗವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಬಲ್ಲನು. ಇದನ್ನು ಯೋಗ ಅಥವಾ ಅಧ್ಯಾತ್ಮದಲ್ಲಿ ಅನ್ವಯಿಸಿದಾಗ ಅದು ಋತಂಭದ ಪ್ರಜ್ಞೆ. ಯೋಗಸಾಧನೆಯ ಫಲವಾಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತತ್ತ್ವಗಳನ್ನು ಅನಾಯಾಸವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ

ಈ ಸಂಚಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ 'ಆನಂದದ ಹುಡುಕಾಟ' ಎಂಬ (ಮೂಲ ಹಿಂದಿ - 'ಆನಂದ್ ಕೀ ಖೋಜ್') ಗ್ರಂಥದ ಅಧ್ಯಾಯಗಳು ಸಮಾಪ್ತವಾಗುತ್ತಿವೆ. ಇದರ ಅನುವಾದವನ್ನು ಈ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಲು ಅನುಮತಿ ನೀಡಿದ ಲೇಖಕರಿಗೂ, ಸುಂದರವಾಗಿ ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ಅನುವಾದ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟ ಅನುವಾದಕರಿಗೂ ನಮ್ಮ ವಿಶೇಷ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

— ಸಂಪಾದಕ