

ಆತ್ಮಭಾವದ ಪ್ರಕಾಶ

ಗುರುಗಳು ಪ್ರವಚನ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಶಿಷ್ಯಂದಿರಲ್ಲ ಒಂದೇ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಅವರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಮಾತಿನ ಮಧ್ಯೆ ಗುರುಗಳು ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದರು:

“ನೋಡಿ, ವೇದಾಂತ ಹೇಳುವುದೇನು? ಜೀವಾತ್ಮ ಹಾಗೂ ಪರಮಾತ್ಮ ಬೇರೆಯಲ್ಲ; ಒಂದೇ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಜೀವಾತ್ಮರು. ಪರಮಾತ್ಮನ ನಿಜವಾದ ಸ್ವರೂಪವೆಂದರೆ — ಸಚ್ಚಿದಾನಂದ. ಅಂದರೆ, ಅನಂತ ಅಸ್ತಿತ್ವ, ಅದೇ ‘ಸತ್’, ಅನಂತ ಜ್ಞಾನ, ಅದೇ ‘ಚಿತ್’ ಹಾಗೂ ಅನಂತ ಆನಂದ. ಅನಂತವಾದುದು ಎರಡು ಲ್ಲದ್ದು, ಅಂದರೆ ತನ್ನನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೇನೂ ಅಲ್ಲದ್ದು; ಅದು ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಅಲ್ಲ, ವಸ್ತುವೂ ಅಲ್ಲ. ಅದೊಂದು ಸತ್ಯ, ಅದೊಂದು ಸ್ಥಿತಿ, ಒಂದು ಅವಸ್ಥೆ. ಅದನ್ನು ‘ಹೀಗೆ’ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗದು. ನಿರ್ಗುಣ, ನಿರಾಕಾರ, ನಿರುಪಾಧಿಕ ಸತ್ಯವಾದ ಆತ್ಮನೇ ‘ಪರಮಾತ್ಮ’ನೆನಿಸುವುದು. ಅದೇ ಪರಮಾತ್ಮನು ಅನಾತ್ಮ ವಸ್ತುಗಳಾದ ದೇಹ-ಮನಸ್ಸು-ಬುದ್ಧಿ-ಇಂದ್ರಿಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಂಡು, ತನ್ನ ನೈಜ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಮರೆತು, ‘ತಾನು ಇಂಥ ವನು’, ‘ತಾನು ಅಂಥವನು’ ‘ಉದ್ದವನು, ‘ದಪ್ಪನೆಯವನು’, ‘ಬುದ್ಧಿವಂತ’, ‘ಹೆಡ್ಡ’, ‘ಕಿವುಡ’ ‘ಮೂಗ’ ಎಂದೆಲ್ಲ ಭಾವಿಸು ತ್ತೇವೆ. ಇಂತಹ ಮಿತಿಗಳಿಗೆ ಒಳಪಡಿಸುವ ಅಂಶಗಳೇ ಉಪಾಧಿ ಗಳು. ಇದರಿಂದಲೇ ಅನಂತ ಪರಮಾತ್ಮನು ಮಿತಿಗೆ ಒಳಪಟ್ಟು, ಅಂದರೆ ‘ಉಪಾಧಿ’ಗಳಿಂದ ಬಾಧಿತನಾಗಿ ‘ಜೀವಾತ್ಮ’ನೆನಿಸು ವನು. ಆದರೆ ಉಪಾಧಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡರೆ ಇದೇ ಜೀವಾ ತ್ಮನು ಪರಮಾತ್ಮನಾಗುವನು; ತನ್ನ ನೈಜ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಕಂಡು ಕೊಳ್ಳುವನು. ಈ ಅರಿವು ತನ್ನ ಅನುಭವವಾದಾಗ — ಅದೇ ಮುಕ್ತಿ-ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ.”

ಒಬ್ಬ ಶಿಷ್ಯ ಅತ್ಯಂತ ಕುತೂಹಲಿ. ಅವನ ಮುಖ ನೋಡಿದ ಕೂಡಲೇ ಗುರುಗಳಿಗೆ ಅನ್ನಿಸಿತು, ಅವನಲ್ಲೇನೋ ಪ್ರಶ್ನೆಯಿದ್ದಿರ ಬೇಕು ಎಂದು. “ಅದೇನು ಪ್ರಶ್ನೆ? ಕೇಳು” ಎಂದರು. ಶಿಷ್ಯ ಎದ್ದು ನಿಂತುಕೊಂಡ. “ಗುರುಗಳೇ, ನೀವು ಹೇಳಿದಿರಿ, ಅರಿವು ಅನುಭವವಾಗಬೇಕು ಎಂದು. ಅದು ಹೇಗೆ?”

“ಒಳ್ಳೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆ. ಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ಓದಿ, ಅಥವಾ ತಿಳಿದವರಿಂದ ಪಾಠ ಹೇಳಿಸಿಕೊಂಡು, ಅಥವಾ ಚಿಂತನ-ಮಂಥನಗಳಿಂದ ಒಬ್ಬ ನಿಗೆ ವೇದಾಂತದ ವಿಚಾರ ಅರ್ಥವಾಗಬಹುದು. ಅದು ಬೌದ್ಧಿಕ

ಅರಿವು. ಅಥವಾ ತಾರ್ಕಿಕ ಜ್ಞಾನ. ಆದರೆ ಆ ಜ್ಞಾನ ಎಷ್ಟೇ ಆದರೂ ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿಯ ಹಂತದಲ್ಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದು ಅನುಭವವಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಸಾಧನೆ ಬೇಕು. ಪ್ರತಿದಿನದ, ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣದ ಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಬರಬೇಕು. ಆಗ ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೇಹ-ಮನಸ್ಸು-ಪ್ರಾಣಗಳು ಅಂತಹ ಅರಿವಿನಿಂದ, ಅನುಭವದಿಂದ ಪಕ್ವವಾಗುತ್ತವೆ. ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಅವು ಗಳಿಂದ ಕಳಚಿಕೊಂಡು ಆತ್ಮಭಾವದಿಂದ ಸಂಪನ್ನನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅವನಿಗೆ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾಗುತ್ತದೆ.”

ಶಿಷ್ಯ : “ಸಕಾಲ ಎಂದರೆ ಎಷ್ಟು ಕಾಲ?”

ಗುರು: “ಅದನ್ನು ಹೇಳಲಾಗದು. ಒಬ್ಬನಿಗೆ ಒಂದು ವರ್ಷ, ಇನ್ನೊಬ್ಬನಿಗೆ ಎರಡು ವರ್ಷ, ಮತ್ತೊಬ್ಬನಿಗೆ ಹತ್ತು ವರ್ಷ, ಬೇರೊಬ್ಬನಿಗೆ ನಾಲ್ಕೈದು ಜನ್ಮಗಳು... ಅದು ಅವನವನ ಆಧ್ಯಾ ತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ.”

ಶಿಷ್ಯನಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಗೊಂದಲವಾಯಿತೆನ್ನಿಸಿ ಮತ್ತೆ ಕೇಳಿದ: “ಕ್ಷಮಿಸಿ, ಗುರುಗಳೇ ನನಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿಯಲಿಲ್ಲ. ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತೀರಿ. ಆದರೆ ಎಷ್ಟುಕಾಲ ಎಂದು ಖಚಿತವಾಗಿ ನೀವು ಹೇಳಲಿಲ್ಲ. ನಾಲ್ಕು ದಿನ ಕೆಲಸಮಾಡು, ಹತ್ತು ದಿನ ಇದನ್ನು ಮಾಡು ಎಂದರೆ, ಯಾವುದಾದರೂ ಕೆಲಸ ವನ್ನು ಮಾಡಿ ಮುಗಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಅನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾಲ — ಅದೂ, ಹಲವಾರು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ, ಅಷ್ಟೇಕೆ, ಅನೇಕ ಜನ್ಮಗಳ ಕಾಲ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದರೆ ಹೇಗೆ? ಈ ರೀತಿ ಮಾಡಲು ಯಾರಿಗಾದರೂ ಮನಸ್ಸು ಬಂದೀತೆ?”

ಗುರುಗಳು ನಗುತ್ತ ಹೇಳಿದರು: “ಇದು ವಿಚಿತ್ರವಾದರೂ ಸತ್ಯವಾದ ಸಂಗತಿ. ಮಾನವನ ಸ್ಥಿತಿ ಎಂತಹದು ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡು. ನಾನು-ನೀನು ಎಂಬ ಈ ವಲಯವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು, ಅದರಾಚೆಗೆ ನಿಂತು ‘ಇಡೀ ಮಾನವಕುಲ’ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯಲ್ಲಿ ನೋಡು. ಅವನಿಗೊಂದು ಅತೀತ ಸತ್ಯದ ಅರಿವಾಗಿದೆ. ಅದರತ್ತ ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಆದರೆ ನೋಡು, ಅವನ ಪ್ರಯಾಣ ದೈಹಿಕ ವಲ್ಲ, ಮಾನಸಿಕ. ನಿಜವಾಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅರಿವು ಮೂಡುವುದು ಅವನ ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿಗಳಲ್ಲಿ. ಹಾಗಾಗಿ ಅಲ್ಲಿಂದಲೇ ಅವನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಗುರಿಯೇನೋ ‘ಸಾಕ್ಷಾ ತ್ಕಾರ’, ‘ಮುಕ್ತಿ’ ಅಥವಾ ‘ಆತ್ಮದರ್ಶನ’ ಎಂದು ಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು

ಓದಿಯೋ, ಇತರರಿಂದ ಕೇಳಿಯೋ ಅವನು ಅರಿತಿದ್ದಾನೆ. ಆದರೆ ಅದೆಷ್ಟು ದೂರ, ಅದನ್ನು ತಲುಪಲು ಎಷ್ಟುಕಾಲ ಬೇಕು — ಇದು ಅವನಿಗೆ ಹೇಗೆ ಗೊತ್ತು? ನೀನು ಮೈಸೂರಿನಿಂದ ಬೆಂಗಳೂರಿಗೆ ಬಂದು ತಲುಪಲು ನೂರ ನಲುವತ್ತು ಕಿಲೋ ಮೀಟರ್ ಬೇಕು, ಮೂರು ಗಂಟೆ ಅವಧಿ ಬೇಕು; ಅದು ನಿನಗೆ ಗೊತ್ತು. ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣ ಹೀಗಲ್ಲ. ಒಬ್ಬೊಬ್ಬನ ದಾರಿಯೂ ಬೇರೆ ಬೇರೆ; ದೂರ ಹಾಗೂ ಕಾಲಾವಧಿ ಬೇರೆ. ಕಾರಣ, ಅವರವರ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳು, ಅವರವರ ಅಜ್ಞಾನ ಅಥವಾ 'ಉಪಾಧಿ' ಎಷ್ಟೆಂಬುದು ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಅವೆಲ್ಲ ಕರಗಿ, ಜ್ಞಾನವು ಪ್ರಕಾಶಿಸಲು ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಬೇಕು ಎಂಬುದು ಯಾರಿಗೂ ತಿಳಿಯದು. ಕೇವಲ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಪಡೆದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮಾತ್ರ ಅದನ್ನು ಕಾಣಬಲ್ಲ. ಕಾರಣ, ಅವನಿಗೆ ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನವೂ ಇರುತ್ತದೆ.”

ಶಿಷ್ಯನಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿರಬೇಕು. ಅವನು ಮೌನ ತಾಳಿದ. ಆದರೆ ಅವನ ಮನಸ್ಸು ಗಂಭೀರವಾದ ಚಿಂತನೆಯಲ್ಲಿ ಮಗ್ನ ವಾಗಿದ್ದುದನ್ನು ಗುರು ಗಮನಿಸಿದ.

* * *

ಬಿಡುವಿನ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಗುರುಗಳ ಬಳಿಗೆ ಬಂದ ಅದೇ ಶಿಷ್ಯ ಅವರಿಗೆ ನಮಸ್ಕರಿಸಿ, ಅವರ ಬಳಿಗೆ ಬಂದು, ನೆಲದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತ. “ಗುರುಗಳೇ ನನಗೊಂದು ಸಂದೇಹವಿದೆ.” “ಇರಲೇಬೇಕು. ಒಳ್ಳೆಯದೆ — ಅದರಿಂದ ನಿನಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿಯುವ ಆಸಕ್ತಿ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಏನದು ಸಂದೇಹ?”

ಶಿಷ್ಯ: “ನೀವು ಹೇಳಿದಿರಿ, ಸಾಧನೆ ಮಾಡುತ್ತ ಅವನ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು, ಪ್ರಾಣ ಇವುಗಳೆಲ್ಲ ಅದೇ ಆತ್ಮಭಾವದಿಂದ ಬೆಳಗುವುದು ಎಂಬುದಾಗಿ. ಅದು ಹೇಗೆ ಎಂದು ದಯವಿಟ್ಟು ವಿವರಿಸಿ.”

ಗುರು: “ನೋಡಪ್ಪಾ, ಆತ್ಮವಿಚಾರವನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದೀಯಾ, ಅಥವಾ ಓದಿದ್ದೀಯಾ. ಅಲ್ಲಿಗೆ ನಿನಗೆ ತತ್ತ್ವ ಅರ್ಥವಾಯಿತು. ಅಂದರೆ, ನೀನು ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸು-ಬುದ್ಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಅರಿತಿದ್ದೀಯೆ. ಆದರೆ ಅದು ನಿನ್ನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ ಅನುಭವವಾಗದೆ, ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ತಿಳಿದಂತಾಗಲಿಲ್ಲ. ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳು ‘ಅರಿಯುವುದು,’ ‘ಅರಿತವನು’ ಎಂದೆಲ್ಲ ಹೇಳುವುದು ಈ ಎರಡನೇ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ. ಅಂದರೆ, ಅನುಭವ. ಹೀಗಾಗುವುದು ಯಾವಾಗ? ಇಲ್ಲೇ ಸಾಧನೆ ಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ವೇದಾಂತ, ಯೋಗ, ಶಾಸ್ತ್ರ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಂಪರೆ ಎಲ್ಲವೂ ಸಾಧನೆಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಒಂದು ಸತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿದರೆ ಸಾಲದು, ಅದು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ದೃಢವಾಗಿ ಬೇರೂರಬೇಕು. ಅದು ನಮ್ಮ ಆಳಕ್ಕಿಳಿದು, ನಮ್ಮ ದೇಹ, ಮನ ಪ್ರಾಣಗಳನ್ನು ತುಂಬಬೇಕು. ಆಗ ನಮ್ಮ ಕ್ರಿಯೆಗಳೆಲ್ಲವೂ ಅದೇ ಭಾವದಿಂದ ಅನುರಣಿಸುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಅರಿವು, ನಮ್ಮ ಕ್ರಿಯೆ, ನಮ್ಮ ಅಸ್ತಿತ್ವ — ಎಲ್ಲವೂ ಅದೇ ಆತ್ಮಭಾವದ ಪ್ರಕಟಣೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಹೀಗಾಗಲು ಸಾಧನೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯ.”

ಶಿಷ್ಯ: “ಅಂತಹ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡುವುದು — ತಿಳಿಸಿ, ಗುರುಗಳೇ.”

ಗುರು: “ಎಲ್ಲ ಪರಂಪರೆಗಳಲ್ಲೂ ಒಂದೊಂದು ಬಗೆಯ ಸಾಧನೆಗಳಿವೆ. ಆದರೆ ಎಲ್ಲ ಕಡೆ ಹಲವು ಸಮಾನ ಸಂಗತಿಗಳಿವೆ. ಜ್ಞಾನಮಾರ್ಗ, ಭಕ್ತಿಮಾರ್ಗ, ಯೋಗಮಾರ್ಗ ಇತ್ಯಾದಿ ಯೋಗಗಳೆಲ್ಲ ಇವೆ. ಅವುಗಳೆಲ್ಲ ಹಂತಹಂತವಾಗಿ ಸಾಧಕನನ್ನು ಗುರಿಯತ್ತ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತವೆ. ಇಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುವ ಗುರು ಬಹಳ ಮಹತ್ವದ ಪ್ರಾತ್ಯ ವಹಿಸುತ್ತಾನೆ. ಗುರು ಶಿಷ್ಯನ ಕೈ ಹಿಡಿದು ಮುನ್ನಡೆಸುತ್ತಾನೆ. ಶಿಷ್ಯನು ಗುರುವಿನ ಮಾತನ್ನು ಶ್ರದ್ಧಾಭಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಗುರುವಿನ ಕೃಪೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.”

ಶಿಷ್ಯ: “ಅರ್ಥವಾಯಿತು, ಗುರುಗಳೇ. ಅಜ್ಞಾನದ ಕತ್ತಲೆ ಕವಿದಿರುವಾಗ ಬೆಳಕು ನೀಡುವ ಗುರುವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧಕನಿಗೆ ಬೇರೆ ಹಾದಿಯೇ ಇಲ್ಲವೆಂದು ನೀವು ಹಿಂದೊಮ್ಮೆ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದೀರಿ. ಆದರೂ, ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಆತ್ಮಭಾವದ ಪ್ರಕಾಶವು ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನಲ್ಲಿ ಹೇಗಾಗುವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಸಿಕೊಡಿ.”

ಶಿಷ್ಯನ ಕುತೂಹಲ, ಆಸಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಕಂಡು ಗುರುಗಳಿಗೆ ಸಂತಸವುಂಟಾಯಿತು. ಅವನ ಹೃದಯವು ನಿಧಾನವಾಗಿ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆಯೆಂದು ಅವರಿಗೆ ಅನಿಸತೊಡಗಿತು. ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಅವರು ಹೇಳತೊಡಗಿದರು:

ಗುರು: “ಅದೊಂದು ಅಚ್ಚರಿಯ ವಿಷಯ. ಮನಸ್ಸು ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ ಅದು ಅರ್ಥವಾಗುವುದು. ಮೊದಲಿಗೆ, ಮನಸ್ಸು ಎಂದರೆ ಏನು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಒಂದಾದ ಮೇಲೆ ಇನ್ನೊಂದು ಏಕುವ ಅಲೋಚನೆಗಳ ಸರಣಿಯನ್ನೇ ‘ಮನಸ್ಸು’ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಈ ಅಲೋಚನೆಗಳಲ್ಲದೆ, ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬೇರೆ ಅಸ್ತಿತ್ವವಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಅಂತರ್ಯಮದ ಬೇಕು-ಬೇಡಗಳಿಗೆ, ಹಲವು ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ನಮ್ಮ ಅಲೋಚನೆಗಳು ಗಾಢವೋ, ಸೂಕ್ಷ್ಮವೋ, ನಿರಾಸಕ್ತವೋ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಯೋಗಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಇದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ತುಂಬ ಆಳವಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ಅಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಅವರು ‘ವೃತ್ತಿ’ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇಂಥ ‘ಚಿತ್ತ-ವೃತ್ತಿ’ಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿ, ಒಂದೆಡೆ ಹರಿಯಬಿಡುವುದು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಬೇಕು. ಇದೇ ಮನಸ್ಸಿನ ಏಕಾಗ್ರತೆ. ಇದನ್ನು ಸತತವೂ, ನಿರಂತರವೂ ದೀರ್ಘಕಾಲವೂ ಮಾಡಬೇಕು; ಶ್ರದ್ಧೆ-ಭಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಮಾಡಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನ ಕ್ಲೇಶಗಳು, ಮಾಲಿನ್ಯ ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳು ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದಿ, ಭಗವಂತನಿಗೆ (ಅಥವಾ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ) ಹತ್ತಿರವಾದ ಗುಣಗಳು ನಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವವಾಗುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಫಲವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳು ಪರಿಶುದ್ಧಗೊಂಡು, ಮನಸ್ಸು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಏಕಾಗ್ರಗೊಂಡು, ಧ್ಯಾನ

ಸಾಧನೆ ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರಗೊಂಡ ಮನಸ್ಸು ಕ್ರಮೇಣ ಭಗವಂತನ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗುವುದು. ಹೀಗೆ ಮನಸ್ಸು ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತ ಹೋಗುವುದೇ ಒಂದು ಅಚ್ಚರಿ. ತತ್ತ್ವದ ಅರಿವು ನಮ್ಮ ಅನುಭವವಾಗಿ ಬದಲಾಗುವ ರೀತಿ ಎಂದರೆ ಇದೇ.”

ಶಿಷ್ಯ ತಲೆಯಲ್ಲಾಡಿಸಿದ. ಗುರುಗಳ ಬಳಿ ಇನ್ನಷ್ಟು ಕೇಳುವುದಿತ್ತು. ಆದರೆ ಅವನು ಗುರುಗಳ ಮಾತಿನಲ್ಲೇ ತಲ್ಲೀನನಾಗಿದ್ದ. ಆದ್ದರಿಂದ ಏನನ್ನೂ ಕೇಳಲು ಮನಸ್ಸಾಗಲಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ಗುರುಗಳೇ ಅವನನ್ನು ಕೇಳಿದರು: “ನೀನು ಈ ರೀತಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬಲ್ಲೆಯಾ?”

ಶಿಷ್ಯ: “ತಮ್ಮ ಕೃಪೆಯಿಂದ ನಾನೂ ಮಾಡಬಲ್ಲೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ.”

ಗುರು: “ಶ್ರದ್ಧೆ, ಛಲ ಮತ್ತು ವೈರಾಗ್ಯ ಇವು ಇದ್ದರೆ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬಹುದು. ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ಈ ಗುಣಗಳಿವೆ.”

ಶಿಷ್ಯ: “ಮನಸ್ಸು ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗುವ ಬಗೆ ನಮ್ಮ ಅರಿವಿಗೆ ಬರುವುದೇ?”

ಗುರು: “ಖಂಡಿತ ಬರುವುದು. ಆದರೆ ಸಾಧಕನು ಅದನ್ನು ಗಮನಿಸಬಾರದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅವನ ಗಮನವೆಲ್ಲ ಗುರಿಯತ್ತ, ಗುರುಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವತ್ತ ಇರಬೇಕು. ತನ್ನ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ನೋಡುತ್ತ ಹೋದರೆ ಅವನಿಗೆ ಅಹಂಕಾರ ಬರುವುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.”

ಶಿಷ್ಯ: “ಅಂದರೆ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಾವೇ ಅವಲೋಕಿಸುವುದು ತಪ್ಪೇ?”

ಗುರು: “ನಾನೆಲ್ಲಿ ಹಾಗೆಂದೆ? ನಮಗೆ ಬೇಕಿರಲಿ, ಬೇಡದಿರಲಿ - ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಾವು ಗಮನಿಸಿ ನೋಡಿಯೇ ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಆತ್ಮಾವಲೋಕನ ಎಂಬುದು ಆಗಾಗ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ತಿದ್ದಿಕ್ಕೊಂಡು ಮುನ್ನಡೆಯಲು ಸಹಕಾರಿಯಲ್ಲವೇ? ದೀರ್ಘಕಾಲ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವಾಗ ನಡುನಡುವೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಉಂಟಾಗುವುದು ನಮ್ಮ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಂದೇ ಬರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಅಹಂಕಾರ, ಅಭಿಮಾನಗಳು ವೃದ್ಧಿಯಾಗಿ, ‘ನಾನೊಬ್ಬ ಸಾಧಕ’, ‘ನಾನು ಏನೋ ಸಾಧಿಸಿ ಬಿಟ್ಟೆ’ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಬಂದರೆ, ಅದರಿಂದ ಸಾಧನೆಗೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗಬಹುದು. ಹಾಗಾಗಿ ಸಾಧಕನ ಗಮನವೆಲ್ಲ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲೇ ಇರಬೇಕು.”

ಶಿಷ್ಯ: “ಗುರುಗಳೇ, ಕೊನೆಗೊಂಡು ಪ್ರಶ್ನೆ. ಜೀವನದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ರಿಯೆಯೂ ಆತ್ಮಭಾವದಿಂದ ತುಂಬುವುದು ಎಂದಿರಿ. ಇದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಸಾಧ್ಯವೇ?”

ಗುರುಗಳು ಮಂದಹಾಸ ಬೀರಿದರು. ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತ, “ಹಾಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದೆ ಇದ್ದರೆ ಹಿಂದಿನ ಋಷಿಮುನಿಗಳು, ನಂತರದ ಸಾಧು-ಸಂತರು, ಯೋಗಿಗಳು ಹೇಗೆ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದರು? ಆತ್ಮವಿಚಾರವನ್ನು ಕೇಳುವುದು ಅಥವಾ

ಓದುವುದು ಶ್ರವಣ. ಅದನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಚಿಂತಿಸಿ, ತರ್ಕಿಸಿ ಸ್ಥಿರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮನನ. ಅದೇ ಸತ್ಯವನ್ನು ಕುರಿತು ನಿರಂತರ ಧ್ಯಾನಿಸುವುದೇ ನಿರ್ದಿಧ್ಯಾಸನ. ಕೊನೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿ ನಾವು ಚಿಂತಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ತರ್ಕಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಸ್ತುವಾದ ಆತ್ಮವೇ ನಾವಾಗುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಅನುಭವ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಕ್ಷಣಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲೂ ಆತ್ಮಭಾವ ವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳುವುದು.”

ಶಿಷ್ಯನಿಗೆ ಸಮಾಧಾನವಾದಂತೆ ಕಂಡಿತು. ಅವನು ಗುರುಗಳಿಗೆ ನಮಸ್ಕರಿಸಿ ಬೀಳ್ಕೊಂಡ. ಗುರುಗಳು ಮಂದಹಾಸ ಬೀರಿ ಆಶೀರ್ವದಿಸಿದರು.

* * *

ಸಾಧಕನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏಳುವ ಸಂದೇಹಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಅವುಗಳಿಗೆ ನಮ್ಮ ಪರಂಪರೆ ನೀಡುವ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಮೇಲಿನ ಗುರು-ಶಿಷ್ಯರ ಸಂಭಾಷಣೆಯ ಮೂಲಕ ವಿವರಿಸಲು ಇಲ್ಲಿ ಯತ್ನಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದು ಯಾವುದೋ ಒಬ್ಬ ಗುರುವಿನ ಅಥವಾ ಯಾರೋ ಒಬ್ಬ ಶಿಷ್ಯನ ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳಲ್ಲ; ನಮ್ಮ ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರ, ಯಾವುದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧಕನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿ ಮುಳುಗಬಹುದಾದ ಪ್ರಶ್ನೆ-ಉತ್ತರಗಳು. ಭಾರತೀಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಂಪರೆಯ ಸುದೀರ್ಘ ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಮಂದಿ ಸಾಧಕರು ಆಗಿಹೋಗಿದ್ದಾರೆ; ಹಲವರು ಗುರಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ ಮಹಾತ್ಮರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಒಬ್ಬೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕೂಡ ತನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಯಾನದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ, ಗೊಂದಲಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುವುದು. ಹಲವು ಬಾರಿ ಗುರುಗಳಿಂದ, ಶಾಸ್ತ್ರಗ್ರಂಥಗಳಿಂದ, ಇತರ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ, ಅಥವಾ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ತನ್ನ ಅಂತರಂಗದ ಧ್ವನಿಯಿಂದ ಇದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರ ದೊರಕುವುದು. ಸಾಧಕನು ಮುನ್ನಡೆದು ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ಗುರಿ ಸೇರುವನು. ಈ ಬಗೆಯ ಸಾಧಕರ ಪರಂಪರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿ-ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಅಂತರಂಗದ ಪ್ರಯಾಣ, ಗುರು-ಶಿಷ್ಯರ ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು ನಿರಂತರ ನಡೆಯುತ್ತಲೇ ಇವೆ. ಈಗಲೂ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ನಿಂತಿಲ್ಲ. ಜೀವಾತ್ಮ ತನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವ ಈ ಅಚ್ಚರಿಯ ಕ್ರಿಯೆ ನಿತ್ಯ ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಲೇ ಇದೆ. ☀

ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು

೨	ಗುರುವಾರ	ಏಕಾದಶಿ
೬	ಸೋಮವಾರ	ಸ್ವಾಮಿ ಅದ್ವೈತಾನಂದ ಜಯಂತಿ
೧೦	ಶುಕ್ರವಾರ	ಶ್ರೀಗಣೇಶ ಚತುರ್ಥಿ
೧೭	ಶುಕ್ರವಾರ	ಏಕಾದಶಿ
೨೦	ಗುರುವಾರ	ಸ್ವಾಮಿ ಅಭೇದಾನಂದ ಜಯಂತಿ