ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಐದು ಉಪದೇಶಗಳು

ವೈಷ್ಣವಿ ಪಿ.

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ವಯೋಮಾನದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೂ ಸೂಕ್ತವಾದ ಉಪದೇಶಗಳನ್ನು ನಾವು ಕಾಣಬಹುದಾಗಿದೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಯುವಜನತೆಗೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ ಐದು ಉಪದೇಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಇಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಲೇಖಕಿ, ಮೈಸೂರು ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಆಶ್ರಮದ ಭಕ್ತರಾಗಿದ್ದು, ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಇಂಜಿನಿಯರ್ ಆಗಿದ್ದಾರೆ.

ಹಲವಾರು ಮಂದಿ ಸಾಧುಸಂತರು ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಉನ್ನತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿ, ಇತರರಿಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಉಪಯುಕ್ತವಾದ ಹಲವು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಉಪದೇಶಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಅದರೊಂದಿಗೆ ನಮಗೆ ವೇದ, ಉಪನಿಷತ್ ಮುಂತಾದ ಶಾಸ್ತ್ರಗ್ರಂಥಗಳೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತವೆ. ನಾವು ಸಂಸಾರ ಸಾಗರದಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಕೂಡ, ಒಂದು ಆದರ್ಶವನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಬಹುದು. ಸ್ವಯಂ ಭಗವಂತನೇ ಮಾನವನಾಗಿ ಅವತಾರವೆತ್ತಿ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾನವನಾಗಿ ಬದುಕಿ, ಇಡೀ ಮಾನವ ಜನಾಂಗಕ್ಕೆ ಬದುಕುವ ದಾರಿಯನ್ನು ತೋರಿಸಿ ಹೋಗಿದ್ದಾನೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಜನರು ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಗುರಿ ಏನು, ತಮ್ಮ ಉತ್ತಮ ಆದರ್ಶವೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆತಿದ್ದಾರೆ. ಜನರು ತಾವೂ ಶಾಸ್ತ್ರಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಓದುವುದಿಲ್ಲ, ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೇಳಿ ಕೊಡುವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಇದರಿಂದ ಜನರು ಹಲವಾರು ಬಗೆಯ ರಾಗ, ದ್ವೇಷ, ದುಃಖಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಎಷ್ಟೋ ಜನ ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ, ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸುವುದು, ದೊಡ್ಡ ಬಂಗಲೆಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಇವೇ ತಮ್ಮ ಗುರಿ ಎಂಬುದಾಗಿ. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ವೇದ, ಗೀತೆ ಮುಂತಾದುವನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡದೆ, ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅಂಕ ಗಳಿಸಬೇಕು ಎಂದಷ್ಟೇ ಕಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಲು ಹಗಲು ರಾತ್ರಿ ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ. ಕೊನೆಗೆ ಬಯಸಿದ್ದು ಸಿಗದೆ ಹೋದರೆ ಅವರು ದುಃಖಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ, ಹಲವು ಬಾರಿ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗೂ ಶರಣಾಗುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮ ಜನ್ಮದ ಉದ್ದೇಶವೇನು ಎಂಬುದನ್ನೇ ಅರಿಯದೆ ಅವರ ಜೀವನ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರಂತಹ ಮಹಾಪುರುಷರು ಜನ್ಮತಾಳಿ ಜನರ ನಡುವೆಯೇ ಬಾಳಿ ಬದುಕಿ, ಮಾನವ ಜೀವನದ ಉದ್ದೇಶ, ಗುರಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಹೊಂದುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಲೆಂದು ಅವರು ಸರಳ ಕಥೆಗಳ ಮೂಲಕ ಉಪದೇಶ ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

ನಾವು ಶ್ರದ್ಧೆ, ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಆ ಉಪದೇಶಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡು ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಭಗವಂತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗುವಂತಹ ಉಪದೇಶಗಳನ್ನು ನಾವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ, ಅವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಅಂತಹ ಐದು ಉಪದೇಶಗಳನ್ನು ಈಗ ನೋಡೋಣ.

೧. ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ತಿಳಿ

ಒಂದು ಹೆಣ್ಣು ಹುಲಿ ಕುರಿಮಂದೆಯ ಮೇಲೆ ಬಿತ್ತು. ಅದು ತನ್ನ ಬೇಟೆಯ ಮೇಲೆ ಹಾರಿದಾಗ ಮರಿ ಹಾಕಿ ಸತ್ತುಹೋಯಿತು. ಬಳಿಕ ಆ ಮರಿಯು ಆಡುಗಳ ನಡುವೆ ಬೆಳೆಯತೊಡಗಿತು. ಆಡಿನ ಮರಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಹುಲಿಮರಿಯೂ ಹುಲ್ಲನ್ನು ಮೇಯುತ್ತಿತ್ತು. ಅವು 'ಬ್ಯಾ, ಬ್ಯಾ' ಎಂದು ಅರಚುತ್ತಿದ್ದವು, ಹುಲಿಮರಿಯೂ ಹಾಗೆಯೇ 'ಬ್ಯಾ, ಬ್ಯಾ' ಎನ್ನುತಿತ್ತು. ಒಂದು ದಿನ ಅದೇ ಮಂದೆಯ ಮೇಲೆ ಇನ್ನೊಂದು ಹುಲಿ ಆಕ್ರಮಿಸಿತು. ಆ ಮಂದೆಯೊಡನೆ ಹುಲ್ಲು ತಿನ್ನುವ ಹುಲಿ ಇರುವುದನ್ನು ಕಂಡು ಆ ಹುಲಿಗೆ ಬಹಳ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. ಅದು ಓಡಿ ಒಂದು ಆ ಹುಲ್ಲು ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದ ಹುಲಿಯನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡಿತು. ನೀರಿನ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ಎಳೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ, 'ಅಲ್ಲಿ ನೋಡು, ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನಿನ್ನ ಮುಖ ನೋಡು. ಅದು ನನ್ನದರ ಹಾಗೆಯೇ ಇದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮಾಂಸದ ತುಂಡು ಇದೆ. ತಿನ್ನು ಇದನ್ನು.' ಹೀಗೆಂದು ಹೇಳಿ ಬಲಾತ್ಕರಿಸಿ ಅದರ ಗಂಟಲೊಳಕ್ಕೆ ಆ ಮಾಂಸದ ತುಂಡನ್ನು

ಹಾಕಿತು. ಅದು ಏನು ಮಾಡಿದರೂ ತಿನ್ನದೆ 'ಬ್ಯಾ,ಬ್ಯಾ' ಅಂತ ಕಿರುಚುತ್ತಲೇ ಇತ್ತು. ಕ್ರಮೇಣ ಅದಕ್ಕೆ ರಕ್ತದ ರುಚಿ ಸಿಕ್ಕು ಮಾಂಸ ವನ್ನು ತಿನ್ನಲಾರಂಭಿಸಿತು. ಆಗ ಕಾಡಿನ ಹುಲಿ ಹೇಳಿತು, 'ನೋಡಿದೆಯಾ, ಈಗ ನನಗೂ ನಿನಗೂ ಯಾವ ಭೇದವೂ ಇಲ್ಲ. ಈಗ ನೀನು ಹುಲಿಯಂತೆ ಗರ್ಜಿಸು ನೋಡೋಣ' ಎಂದಿತು. ಆಗ ಈ ಹುಲಿ ಭೀಕರವಾದ ಗರ್ಜನೆ ಮಾಡಿತು.

ಹೇಗೆ ಹುಲ್ಲು ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದ ಹುಲಿಗೆ ಕಾಡಿನ ಹುಲಿಯು ಬಂದು ಅದರ ನಿಜತ್ವವನ್ನು ತೋರಿಸಿಕೊಟ್ಟಿತೋ ಹಾಗೆಯೇ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಅರಿಯಲು ಹಲವು ಬಗೆಗಳು ಇವೆ. ಸಾಕಷ್ಟು ಸಾಧು, ಸಂತರು ಉಪದೇಶಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಕೇವಲ ಅದನ್ನು ಓದಿ, ಕೇಳಿ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಿಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯ ವಾಗದು. ಅದನ್ನು ತಿಳಿದು ಕಾರ್ಯಗತಗೊಳಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಹಾಗೆಯೇ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಗುರುವಿನ ಆವಶ್ಯ ಕತೆ ಇದೆ. ಗುರು ನೀಡುವ ಉಪದೇಶಗಳನ್ನು ಕೇಳಿ, ನಿರಂತರ ಶ್ರದ್ಧೆ ಯಿಂದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರವೇ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ತಿಳಿಯಬಹುದು. ನಮ್ಮನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಭಗವಂತನ ದರ್ಶನವೂ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ.

೨. ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವೇ ಮಾನವ ಜನ್ಮ ಗುರಿ

ಮಾಯೆಗೆ ಒಳಗಾಗಿ ಮಾನವರು ತಾವು ಯಾರು? ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಉದ್ದೇಶವೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆತಿದ್ದಾರೆ. ಭಗ ವಂತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವೇ ಮಾನವ ಜನ್ಮದ ಗುರಿ. ಮಾನವ ಜನ್ಮ ದಿಂದ ಮಾತ್ರವೇ ಭಗವಂತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಸಾಧ್ಯ. ಮಾನವ ಜನ್ಮ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಜನ್ಮ. ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇತರ ಜೀವಿಗಳಲ್ಲಿ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಇರುವಂತೆ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಇಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ. ಮಾನ ವನು ತನ್ನ ಬುದ್ಧಿ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಯಾವುದು ಸರಿ, ಯಾವುದು ತಪ್ಪು ಎಂದು ವಿಮರ್ಶಿಸಿ, ತನಗೆ ಸರಿ ಹೊಂದುವ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಸಾಧನೆ ಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ತ್ಯಜಿಸಿ ಹೋಗಬಲ್ಲವರು ಸಂನ್ಯಾಸಿಗಳಾಗಿ ನಿರ್ಜನ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುತ್ತ ತಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಭಗವಂತನಿಗಾಗಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲರೂ ಸಂಸಾರವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿಯೇ ಭಗವಂತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಪಡೆಯ ಬೇಕು ಎಂದೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಸಂಸಾರದಲ್ಲೇ ಇದ್ದುಕೊಂಡು, ಎಲ್ಲಾ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಭಗವಂತನ ಕೆಲಸವೆಂದು ತಿಳಿದು, ಮನೆ ಯಲ್ಲೇ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಭಗವಂತನ ಚಿಂತನೆ, ನಾಮಜಪಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಭಗವಂತನ ದರ್ಶನಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸ ಬೇಕು. ಆಗಾಗ ನಿರ್ಜನ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ಧ್ಯಾನ, ಜಪ, ಹಾಗೆಯೇ ಸಾಧು-ಸಂತರ ಸಹವಾಸದಿಂದ ನಾವು ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮುನ್ನಡೆಯಬಹುದು. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು; ಶ್ರೀಮಂತರ ಮನೆಯ ದಾಸಿ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಾಳೆ. ಆದರೆ ಆಕೆಯ ಮನಸ್ಸು ಮಾತ್ರ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿರುವ ತನ್ನ ಮನೆಯ ಕಡೆಗೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಯಜಮಾನನ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ತನ್ನ ಮಕ್ಕಳಂತೆಯೇ ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಆದರೆ ಅವಳು ಅರಿತಿರುತ್ತಾಳೆ, ತನ್ನ ನಿಜವಾದ ಮಗು ಮನೆಯಲ್ಲಿದೆ ಎಂದು. ಹಾಗೆಯೇ ನಾವು ನಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯ ವನ್ನು ನಿಷ್ಠೆಯಿಂದ ಮಾಡುತ್ತ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಭಗವಂತನ ಪಾದ ಪದ್ಮದಲ್ಲಿ ಇಡಬೇಕು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಮಿಥ್ಯೆ, ಭಗವಂತನೊಬ್ಬ ಮಾತ್ರ ಸತ್ಯವೆಂದು ತಿಳಿದು ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಭಗವಂತನ ಪಾದಪದ್ಮದಲ್ಲಿ ಅರ್ಪಿಸಬೇಕು.

೩. ನಿನಗೆ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣು

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: ''ನಿನಗೆ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣು. ತೋಟದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ನೂರು ಮರಗಳಿವೆ, ಎಷ್ಟು ಸಾವಿರ ಕೊಂಬೆಗಳಿವೆ, ಎಷ್ಟು ಲಕ್ಷ-ಎಷ್ಟು ಕೋಟಿ ಎಲೆಗಳಿವೆ! ಇವೇ ಮೊದಲಾದವುಗಳ ವೃತ್ತಾಂತ ನಿನಗೇಕೆ? ನೀನು ಬಂದಿರು ವುದು ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣು ತಿನ್ನುವುದಕ್ಕೆ.''

ಇಲ್ಲಿ ಹಣ್ಣು ಎಂದರೆ ಭಗವಂತ. ಮರ, ಕೊಂಬೆ, ಎಲೆ ಇವುಗಳೆಲ್ಲ ವಿಷಯಾಸಕ್ತಿಗಳು. ಈ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಮನುಷ್ಯ ಬಂದಿರು ವುದು ಭಗವಂತನನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ. ಅದನ್ನು ಮರೆತು ಉಳಿದ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಮನಸ್ಸು ಹಚ್ಚುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಗುರಿ ಭಗವಂತನನ್ನು ಕಾಣುವುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಧ್ಯಾನ, ಜಪದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತೊಡಗಿಸಬೇಕು. ಕೇವಲ ಪುಸ್ತಕ ವನ್ನು ಓದುವುದರಿಂದ ಅಥವಾ ಕೇವಲ ಭಗವಂತನ ದರ್ಶನ ಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುವುದರಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಅದರೆ ಭಗವಂತನನ್ನು ಪಡೆದ ಮೇಲೆ, ಇಚ್ಛೆ ಬಂದರೆ ಉಳಿದುದನ್ನೆಲ್ಲಾ ಭಗವಂತನೇ ತಿಳಿಸಿ ಕೊಡುತ್ತಾನೆ.

೪. ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಎಲ್ಲವೂ ಸಾಧ್ಯ

ನಾವು ಏನೇ ಕಾರ್ಯಮಾಡಿದರೂ ಅದರಲ್ಲಿ ನಿಪುಣತೆ ಯನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕಾದರೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಅಭ್ಯಾಸವಿರ

ಬೇಕು. ನಾವು ಏನನ್ನಾದರೂ ಸಾಧಿಸಬೇಕಾದರೆ ಅಭ್ಯಾಸಬಲದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ. ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿದ್ದು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸದಾ ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟು ಇತರ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ಆದರೆ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಇದು ಸಾಧ್ಯ. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ: ''ಕಾಮಾರಪುಕುರದಲ್ಲಿ ಬಡಗಿ ಹೆಂಗಸರು ಏತದಲ್ಲಿ ಅವಲಕ್ಕಿ ಕುಟ್ಟುತ್ತಾರೆ. ಒಬ್ಬಳು ಏತವನ್ನು ತುಳಿಯುತ್ತಾಳೆ. ಇನ್ನೊಬ್ಬಳು ಒರಳಿನ ಹತ್ತಿರ ಕುಳಿತು ಒಂದು ಕೈಯಿಂದ ತಳ್ಳಿಕೊಡುವುದು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾಳೆ. ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಗುವಿಗೆ ಹಾಲು ಕುಡಿಸುತ್ತಾ, ಇನ್ನೊಂದು ಕೈಯಿಂದ ಬೇಯಿಸಿದ ಬತ್ತವನ್ನು ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಹುರಿಯುತ್ತ, ಗಿರಾಕಿಗಳೊಡನೆ ಮಾತುಕತೆಯಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾಳೆ. ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇಷ್ಟು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ಆಕೆಯ ಎಚ್ಚರವೆಲ್ಲವೂ ತನ್ನ ಕೈ ಏತದಿಂದ ಜಜ್ಜದ ಹಾಗೆ ಇರುತ್ತದೆ.''

ಇವೆಲ್ಲವೂ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಮಾತ್ರವೇ ಆಕೆಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದ್ದು. ಹಾಗೆಯೇ ನಾವು ಕೂಡ ಸಂಸಾರದಲ್ಲೇ ಇದ್ದರೂ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯವನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಾ ಸದಾ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಇಡಬಹುದು. ಮೊದಲು ಕಷ್ಟವಾಗಬಹುದು, ಆದರೆ ಕ್ರಮೇಣ ಅದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತ ಬಂದರೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ನಾವು ಇತರ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಇಡಬಹುದು. ಬರಿ ಒಂದು-ಎರಡು ಸಾರಿ ಮಾಡಿ ಬಿಡಬಾರದು. ನಿರಂತರವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತ ಇರಬೇಕು. ಅಭ್ಯಾಸವಾಯಿತು ಎಂದರೆ ಎಲ್ಲವೂ ಲೀಲಾಜಾಲವಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಇಟ್ಟು ಅನ್ಯ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವುದಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಶ್ರಮಪಡಬೇಕಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಭ್ಯಾಸದ ಜೊತೆ ಎಚ್ಚರ ಕೂಡ ಮುಖ್ಯ. ಎಚ್ಚರ ತಪ್ಪಿದರೆ ಆ ಹೆಂಗಸಿನ ಕೈ ಜಜ್ಜಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ನಾವು ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಸಾಧನೆಯ ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಎಚ್ಚರ ತಪ್ಪಿದರೆ, ಪತನ ಹೊಂದುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇವೆ.

೫. ಸತ್ಯನಿಷ್ಠೆಯೇ ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ತಪಸ್ಸು

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ: ''ಸತ್ಯವಚನವೇ ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ತಪಸ್ಸು'' ಎಂದು. ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಎಲ್ಲ ತಪಸ್ಸಿಗಿಂತಲೂ ಸತ್ಯವಚನ ಅಂದರೆ ಸದಾ ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳುವುದು ಮುಖ್ಯವೆಂದು ಅವರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಡುತ್ತಾರೆ. ಭಗವಂತನಿಗೆ ಸತ್ಯ ಹೇಳುವವರನ್ನು ಕಂಡರೆ ಪ್ರೀತಿ. ಆದರೆ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಸತ್ಯ ಪರಿಪಾಲನೆ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತೇವೆ. ಸುಲಭವಾಗಿ ನಾವು ಅಸತ್ಯವನ್ನು ನುಡಿದುಬಿಡುತ್ತೇವೆ. ಯಾಕೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಸ್ವಾರ್ಥಕ್ಕಾಗಿ. ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳಿದರೆ ನಮಗೆ ಏನು ಬೇಕೋ ಅದು ದೊರೆಯುವುದಿಲ್ಲವೆಂದೋ, ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಒಂದು ಕಾರ್ಯದಿಂದ ಅಥವಾ ಯಾವುದಾದರೂ ಸನ್ನಿವೇಶದಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೆಂದೋ ಅಸತ್ಯವನ್ನು ನುಡಿದುಬಿಡುತ್ತೇವೆ. ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೂ ನಾವು ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಸುಳ್ಳನ್ನು ನುಡಿಯುವುದು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿರುವುದರಿಂದ ಈಗ ಸತ್ಯ ಪರಿಪಾಲನೆ ಮಾಡುವುದು ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಎಲ್ಲವೂ ಸಾಧ್ಯ. ಹಾಗಾಗಿ ನಾವು ಸತ್ಯವನ್ನು ನುಡಿಯುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಂದಿಗೂ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲವೆಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಅವರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನೋಡಬಹುದು. ಒಂದು ದಿನ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಶಂಭುಮಲ್ಲಿಕನ ಮನೆಗೆ ಔಷಧಿಗಾಗಿ ಹೋಗಿದ್ದರು. ಆಗ ಶಂಭುಮಲ್ಲಿಕನು ಅಲ್ಲಿ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಆಗ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಅಲ್ಲಿ ಟೇಬಲ್ ಮೇಲೆ ಇದ್ದ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ತಾವೇ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೊರಟರು. ಗೇಟ್‌ನ ಬಳಿ ಬಂದ ಕೂಡಲೇ ಅವರಿಗೆ ದಾರಿ ಕಾಣಲಿಲ್ಲ, ಕಣ್ಣೆಲ್ಲ ಮಂಜಾಯಿತು. ಆಗ ಅವರಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಯಿತು, ಶಂಭುಮಲ್ಲಿಕನಿಗೆ ಹೇಳದೆ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡುಬಂದ ಕಾರಣದಿಂದ ತಮಗೆ ದಾರಿ ಕಾಣಲಿಲ್ಲ ಎಂದು. ಆಗ ಅವರು ಹಿಂದಿರುಗಿ ಹೋಗಿ, ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ಶಂಭುಮಲ್ಲಿಕನಿಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿಸಿ ಮತ್ತೆ ಮನೆಯತ್ತ ಹೊರಟರು.

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ತಮ್ಮ ಶಿಷ್ಯಂದಿರಿಗೂ ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳಲು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಒಂದು ಸಲ ರಾಖಾಲ್ (ಸ್ವಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದರು) ತಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ತಮಾಷೆಗೆ ಒಂದು ಸುಳ್ಳನ್ನು ಹೇಳಿಬಿಟ್ಟಿದ್ದರು. ಅದೇ ದಿನ ರಾಖಾಲ್ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರನ್ನು ನೋಡಲು ಹೋದಾಗ ಅವರು ಹೇಳಿದರು, ''ನೀನು ಇಂದು ಏನೋ ತಪ್ಪುಮಾಡಿದ್ದೀಯೆ. ಅದಕ್ಕೇ ನಿನ್ನ ಮುಖವನ್ನು ನೋಡಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ'' ಎಂದು. ತುಂಬ ಹೊತ್ತು ಆಲೋಚಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಅಂದು ತಮಾಷೆಗೆ ಒಂದು ಸುಳ್ಳನ್ನು ಹೇಳಿರುವ ಬಗ್ಗೆ ರಾಖಾಲ್ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರಿಗೆ ಹೇಳಿದನು. ಆಗ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು, ''ತಮಾಷೆಗೂ ಕೂಡ ನಾವು ಸುಳ್ಳನ್ನು ಹೇಳಬಾರದು'' ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಸತ್ಯಪರಿಪಾಲನೆಗೆ ಎಷ್ಟು ಮಹತ್ವವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು ಎಂದು ಇದರಿಂದ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಸತ್ಯಪರಿಪಾಲನೆಯಿಂದಲೂ ನಾವು ಭಗವಂತನನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಎಂತಹ ಕಠಿಣ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಸತ್ಯಪರಿಪಾಲನೆಯನ್ನು ಬಿಡಬಾರದು. ನಮಗೆ ಬೇಕಾಗಿದ್ದು ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲವೆಂದೋ, ಸತ್ಯ ಹೇಳುವುದರಿಂದ ತೊಂದರೆಗೆ ಸಿಲುಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಎಂದೋ, ಅಥವಾ ಸತ್ಯ ಹೇಳಿದರೆ ಬೈಯುತ್ತಾರೆ ಎಂದೋ ಸುಳ್ಳನ್ನು ಹೇಳದೆ, ಸತ್ಯವನ್ನು ಪರಿಪಾಲನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರವೇ ಭಗವಂತನ ಕೃಪೆ, ದರ್ಶನ ಸಿಗುವುದು.

ಹೀಗೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹಲವಾರು ಉಪದೇಶಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಅಭಿರುಚಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡು, ಅದನ್ನೇ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕು; ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಬೇಕು.