

‘ಏಕಾಕೀ ಯತಚಿತ್ತಾತ್ಮಾ..’

ಯೋಗೀ ಯುಂಜೇತ ಸತತಮಾತ್ಮಾನಂ ರಹಸಿ ಸ್ಥಿತಃ |
ಏಕಾಕೀ ಯತಚಿತ್ತಾತ್ಮಾ ನಿರಾಶೀರಪರಿಗ್ರಹಃ ||

‘ನಿರ್ಜನ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿದ್ದುಕೊಂಡು, ಏಕಾಕಿಯೂ, ಯತ ಚಿತ್ತಾತ್ಮನೂ ನಿರಾಶಿಯೂ, ಅಪರಿಗ್ರಹನೂ ಆಗಿ, ಯೋಗಿಯು ಯಾವಾಗಲೂ ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಯೋಗದಲ್ಲಿಡಬೇಕು.’

— ಗೀತೆ, ೬.೧೦

“ಆಗಾಗ ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಮಟ್ಟಿಗೆ ನಿರ್ಜನಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗ ಭಕ್ತಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ, ಜ್ಞಾನ ದೊರೆ ಯುತ್ತದೆ.. ನಿರ್ಜನ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವಾಗ ಸಂಸಾರ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತ್ಯಜಿಸಿಬಿಡಬೇಕು. ಹೆಂಡತಿ, ಮಗ, ಮಗಳು, ತಾಯಿ, ತಂದೆ, ಸೋದರ, ಸೋದರಿ, ಗೆಳೆಯರು, ಸ್ವಭಾಂಧವರು ಯಾರೂ ಹತ್ತಿರ ಸುಳಿಯದ ಹಾಗೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವಾಗ ಭಾವಿಸ ಬೇಕು: ‘ನನಗೆ ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಯಾರಿಂದರೆ ಯಾರೂ ಇಲ್ಲ. ಭಗವಂತನೇ ನನ್ನ ಸರ್ವಸ್ವ.’ ಅಳುತ್ತ ಅಳುತ್ತ ಜ್ಞಾನಭಕ್ತಿಗಳಿಗಾಗಿ ಭಗವಂತನನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು.”

— ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು

ಮಾನವನು ಒಬ್ಬಂಟಿಯಾಗಿ ಬದುಕಲಾರ; ಆದೇ ರೀತಿ ಅವನು ಏಕಾಂತತೆಯಿಲ್ಲದೆಯೂ ಇರಲಾರ. ಇದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅನುಭವವೇದ್ಯವಾದ ಸಂಗತಿ. ಆದರೂ ಕೆಲವೊಂದು ಸಂದರ್ಭ ಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಏಕಾಂತವಾಗಿ ಬದುಕಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳುತ್ತೇವೆ; ಅಂತೆಯೇ ಸದಾ ಜನರ ನಡುವೆಯೇ ಇರಬೇಕಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಏಕಾಂತವೆಂಬುದು ಕನಸಿನ ಮಾತು ಎಂಬ ಮಾತನ್ನೂ ಕೇಳುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲರೂ ಈ ಎರಡನ್ನೂ ಬಯಸುತ್ತಾರೆ: ಏಕಾಂತತೆ, ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲರ ನಡುವೆ ಬೆರೆಯು ವುದು. ಬೇಕಿರಲಿ, ಬೇಡದಿರಲಿ- ಮಾನವನು ಇವೆರಡನ್ನೂ ತನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹೇಗೋ ಆಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕು. ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಇವೆರಡರಲ್ಲಿ ಒಲವು, ಆಸಕ್ತಿ, ಅರಿವು ಹೆಚ್ಚುಕಡಿಮೆ ಯಾಗಬಹುದು. ಒಬ್ಬೊಬ್ಬರ ಅಗತ್ಯ ಒಂದೊಂದು ಇರ ಬಹುದು. ಆದರೂ ಇವು ಒಬ್ಬೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸ್ವಭಾವಕ್ಕೆ ಅನು ಗುಣವಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಎರಡು ದಡಗಳು

‘ಅವನು ಯಾರೊಂದಿಗೂ ಬೆರೆಯುತ್ತಿಲ್ಲ’, ‘ಇವನು ಏಕಾಂತ ಪ್ರಿಯ’ ಎಂದಾಗಲೀ, ‘ಈತನಿಗೆ ಒಬ್ಬನೇ ಇರಲಾಗದು’, ‘ಯಾವಾಗಲೂ ಅವನ ಸುತ್ತ ಜನರಿರಬೇಕು’ ಎಂದಾಗಲೀ ಕೆಲವು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುವುದನ್ನು ಕೇಳುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲಿ ಇದೊಂದು ವಿಶೇಷ ರೀತಿಯ ಗುಣ - ಪ್ರತಿ ಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಇರುವವರ ಸಂಗ ಬೇಕೆನಿಸುತ್ತದೆ; ಅದೇ ರೀತಿ ತನ್ನ ಪಾಡಿಗೆ ತಾನೇ ಆಲೋಚನೆಯಲ್ಲಿ ಮಗ್ನನಾಗಿ ಕಾಲ ಕಳೆಯುವುದೂ ಅಗತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅನೇಕರು ಇವೆರಡೂ ನಡವಳಿಕೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಗಮನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತೆಯೇ ಇವೆ ರಡೂ ಹೇಗೆ ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಪೂರಕ; ಒಂದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಇನ್ನೊಂದು ಇರಲಾಗದು — ಈ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಮಂದಿ ಚಿಂತಿ ಸುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಕುರಿತು ಹೆಚ್ಚು ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯ ವಾದರೂ ಏಕೆ - ಎಲ್ಲರೂ ಅವರವರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮುಳು ಗಿಯೇ ಇದ್ದಾರಲ್ಲ ಎಂದು ಕೇಳಬಹುದು. ಆದರೆ, ಮಾನವನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ತನ್ನೊಳಗೆಯೇ ತಾನು ಮುಳುಗುವ, ಏಕಾಂತ ದಲ್ಲಿ ಹತ್ತಾರು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವ, ಆತ್ಮಾವ ಲೋಕನದಿಂದ ಅನೇಕ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏಕಾಂತವಾಸ, ಆತ್ಮಾವಲೋಕ, ಆಳವಾದ ಚಿಂತನ-ಮಂಥನ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ ವಾಗುತ್ತವೆ. ಅಂತರ್ಮುಖಿತೆ ಹಾಗೂ ಬಹಿರ್ಮುಖಿತೆ ಅತಿ ಯಾದರೆ ಅನೇಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದೇನೋ; ಆದರೆ ಯಾವುದೇ ಅತಿಯಾದ ಪ್ರಯತ್ನಕ್ಕೆ ಕೈಹಾಕದೆ, ನಮ್ಮ ನಮ್ಮ ಅಗತ್ಯಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಏಕಾಂತತೆಯನ್ನು ಕುರಿತು ಅರಿತುಕೊಂಡು, ಅದನ್ನು ಬದುಕಿನ ಒಂದು ಅಂಗವನ್ನಾಗಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಸಾರ್ಥಕ್ಯವಿದೆ. ಈ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಏಕಾಂತ ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲರೊಡನೆ ಬೆರೆಯುವುದು - ಈ ಎರಡು ಸಂಗತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಚಿಂತಿಸುವುದು ಅಗತ್ಯ.

ಜೀವನವೆಂಬ ನದಿ ನಿರಂತರ ಹರಿಯುತ್ತಿದೆ; ಅದರಲ್ಲಿ ನಾವು-ನೀವುಗಳೆಲ್ಲ ಭಾಗಿಗಳು. ಎರಡೂ ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ ದಡ ಗಳಿವೆ - ಒಂದು ಏಕಾಂತ, ಇನ್ನೊಂದು-ಸಮಾಜ. ನಾವು