

## ಶ್ರಾವಣ ದರ್ಶನ : 4ನೇ ದಿನದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಚಿತ್ರದುರ್ಗ ಜು. 24 : ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ದುಷ್ಟ ಆಲೋಚನೆ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಶರಣರ ಚಿಂತನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಉತ್ತಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸಬೇಕು. ಸ್ವಾರ್ಥಆಲೋಚನೆ ಇರಬಾರದು ಎಂದು ಡಾ. ಶಿವಮೂರ್ತಿ ಮುರುಘಾ ಶರಣರು ಹೇಳಿದರು.

ಮುರುಘಾಮಠದಿಂದ ಶುಕ್ರವಾರ ನಡೆದ ಶ್ರಾವಣ ದರ್ಶನ ನಾಲ್ಕನೇ ದಿನದ ಫೇಸ್‌ಬುಕ್ ಮತ್ತು ಯುಟ್ಯೂಬ್ ಲೈವ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಬದುಕು ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣ ವಿಷಯ ಕುರಿತು ಮಾತನಾಡಿದ ಅವರು, ಧಾರ್ಮಿಕ ಕೇಂದ್ರಗಳಿಗೆ ಭಕ್ತಾದಿಗಳು ಬರುವ ಸಂದರ್ಭ ಕಡಿಮೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಾವೇ ನಿಮ್ಮ ಬಳಿಗೆ ಅಂತರ್ಜಾಲದ ಮೂಲಕ ಬರುತ್ತಿರೋಣವೆ. ಶ್ರಾವಣಮಾಸ ಒಂದು ನೆಪವಾದರೆ ಅದರ ಮೂಲಕ ಒಂದು ಜಪ. ಜಪ ಎಂದರೆ ಮಂತ್ರೋಪಚಾರ ಅಲ್ಲ, ಇದೊಂದು ಬೌದ್ಧಿಕವಾದ ಯಾನ. ಸಮಕಾಲೀನ ಸಂದರ್ಭದ ಯಾನ ಇದು. ಇದು ನಮ್ಮ ಬೌದ್ಧಿಕ ಮಟ್ಟ ಎತ್ತರಿಸುತ್ತದೆ. ಬದುಕು ಭಾವನೆಗಳ ಸಂಗಮ. ಭಾವನೆಗಳ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಜೀವನ ಸಾಗಬೇಕು. ಆ ಸಂಗಮವೇ ಜಂಗಮ. ಭಾವನೆಗಳ ಸಂಗಮ ಅವನೇ ನಿಜವಾದ ಜಂಗಮ. ಜಂಗಮ ಎಂದರೆ ಚಲನಶೀಲತೆ. ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಗಬೇಕು. ಮಹತ್ತರವಾದ ಬದುಕು ಅನ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ದಿಶೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಗಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಬದುಕನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ ನಾವುಗಳು ಅಂದು ಮುಗ್ಧರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಮುಗ್ಧ ಮಾನವನನ್ನು ಪ್ರಬುದ್ಧ ಮಾನವನನ್ನಾಗಿ ರೂಪಿಸಿಕೊಂಡವರು ಯಾರು. ಕೇವಲ ಸರಕಾಗಿರುವ, ಶಿಲೆಯಾಗಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸುಂದರವಾದ, ಹಾರ್ದಿಕವಾದ ಬದುಕನ್ನು ಶಿಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಅವರವರ ಮಾಡಬೇಕು. ಮಾನವನ ಬದುಕು ಶಿಲೆಯಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಶಿಲ್ಪಿ ನಾವೆ. ಸಮಾಜ ಮುಕ್ತವಾಗಿರುವ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯ. ಎಂತವರನ್ನೂ ಅದು ಪಳಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಬೌದ್ಧಿಕಯಾನ ಪ್ರಬುದ್ಧವಾದ ಆಟ. ಶಬ್ದಗಳ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಅನುಭಾವದ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಆಟ. ಬದುಕಿಗೆ ಬೇಕು ಒಂದಿಷ್ಟು ನಿಯಂತ್ರಣ. ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಳೆದುಕೊಂಡರೆ ಅಪಘಾತವಾಗುತ್ತದೆ. ಶರೀರ ಎನ್ನುವದನ್ನು ಶರಣರು ಬಂಡಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದ್ದಾರೆ. ತುಂಬಿದ ಬಂಡಿಯನ್ನು ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ನಡೆಸಬೇಕು. ಬಂಡಿಯರೊಡವರು ಐವರು ಮಾನಸರು, ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಸಮನಿಲ್ಲವಯ್ಯ- ಅಂದರೆ, ವಿಭಿನ್ನವಾದ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು. ಅದರಿಚ್ಛೆಯನರಿತು ನಡೆಯದಿದ್ದರೆ ಅದರ ಅಚ್ಚು ಮುರಿದಿತ್ತು ಕಾಣಾ ಗುಹೇಶ್ವರ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ ಅಲ್ಲಮಪ್ರಭುದೇವರು.

ಬದುಕಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಮೂರು ನಿಯಂತ್ರಣಗಳು.

1. ಆಹಾರದ ನಿಯಂತ್ರಣ: ಆಹಾರದ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಸಾಧಿಸಿದರೆ ಅಂದುಕೊಂಡದ್ದನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆಹಾರದ ಹುಡುಕಾಟಕ್ಕಿಂತ ಜ್ಞಾನದ ಹುಡುಕಾಟ ನಡೆಯಬೇಕು. ಬೌದ್ಧಿಕ ಹಸಿವು ಆಗಬೇಕು. ಮೋಳಿಗೆ ಮಾರಯ್ಯನದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಇತಿಹಾಸ. ಆತ ಒಂದುಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮಹದೇವ ಭೂಪಾಲ ಅನಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದವನು. ಆಡಂಬರದ ಬದುಕು ಆತನದಾಗಿತ್ತು. ಆಡಂಬರದ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಆದರ್ಶ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಐಶ್ವರ್ಯ ತ್ಯಾಗಮಾಡಿ ಕಲ್ಯಾಣದ ಕಡೆಗೆ ಬಂದನು. ಶರಣರು ಆಡಂಬರದ ಬದುಕಿನಿಂದ ನಿರಾಡಂಬರದ ಬದುಕಿನ ಕಡೆ ಬಂದರು.

ಸರಳತೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮವಾದ ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಸಿವೆ ನೀನು ನಿಲ್ಲ ನಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅಕ್ಕಮಹದೇವಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರದ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಬದುಕಲು ಪ್ರಸಾದ ಆಸ್ವಾದಿಸಬೇಕು. ಊಟ ಮಾಡಲಿಕ್ಕಾಗಿ ಬದುಕಬಾರದು. ಸರ್ವಜ್ಞ ಕವಿ ಸಾವಿರಾರು ತ್ರಿಪದಿ ರಚಿಸಿದ ಕವಿ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮದ ಮೂಲಕ ಉನ್ನತಿಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡವನು. ಕುಂಬಾರ ಜಾತಿಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಆದರ್ಶ ಪುರುಷರು ಇದ್ದಾರೆ. ಅವರೆಲ್ಲ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದವರು. ಹಸಿಯದಲೆ ಉಣಬೇಡ, ಹಸಿದು ಮತ್ತಿರಬೇಡ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ ಸರ್ವಜ್ಞ. ಬೆವರಿನ ಮೂಲಕ ಈ ದೇಹಕ್ಕೆ ದಣಿವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾಯಕದ ಮೂಲಕ ದಣಿವಾಗಬೇಕು. ದಣಿದು ಪ್ರಸಾದ ಮಾಡಿದಾಗ ರುಚಿಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಂಬಲಿಯು ಅಮೃತವಾಗುತ್ತದೆ. ಜ್ಞಾನದ ಹಸಿವಿನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾಗಬೇಕು. ಕಾಯಕದ ಚಮತ್ಕಾರದ ಜೊತೆ ಸಾಗಬೇಕು. ಆಹಾರ ಔಷಧಿಯಾಗಬೇಕು. ಔಷಧಿಯೇ ಆಹಾರವಾಗಬಾರದು.

2. ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಸಂಸ್ಕರಣ : ಸಾಧನೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧನಗಳು ಬೇಕು. ಜಿಜ್ಞಾಸೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಇಂದ್ರಿಯಗಳಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿಯ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾಗಬೇಕು. ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಸಂಸ್ಕರಿಸಬೇಕು. ಶರಣರು ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸಲಿಲ್ಲ. ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಗೆ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಶರೀರದ ಎಲ್ಲ ಭಾಗದಲ್ಲಿಯೂ ಶಕ್ತಿ ಸಂಚಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ಶರೀರ ಶಕ್ತಿಯ ಕೇಂದ್ರ. ಉಸಿರಾಟದ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಸಾಧಿಸಬೇಕು. ನಿಧಾನಗತಿಯ ಉಸಿರಾಟ ಇರಬೇಕು. ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ದರ್ಶನ, ಕಿವಿಗಳಿಗೆ ಗಾಯನ, ನಾಲಿಗೆಗೆ ಸತ್ಯವಚನ ಬೇಕು. ಕರಗಳಿಗೆ ಸತ್ಪಾತ್ರದಾನವಾಗಬೇಕು. ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಉದಾತ್ತೀಕರಿಸಬೇಕು.

3. ಆಲೋಚನೆಗಳ ಪರಿಷ್ಕರಣ : ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ದುಷ್ಟ ಆಲೋಚನೆ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಶರಣರ ಚಿಂತನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಉತ್ತಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸಬೇಕು. ಸ್ವಾರ್ಥಆಲೋಚನೆ ಇರಬಾರದು. ದುರಾಲೋಚನೆ, ಸ್ವಾರ್ಥಆಲೋಚನೆ ಬೇಡ. ಆದರೆ ಆದರ್ಶವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಬೇಕು. ಜೀವಿಸು; ಜೀವಿಸಲು ಬಿಡು ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಶಿರಸಿ ರುದ್ರದೇವರ ಮಠದ ಶ್ರೀ ಮಲ್ಲಿಕಾರ್ಜುನ ಸ್ವಾಮಿಗಳು ಇಂದಿನ ಚಿಂತನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನೀಡಿದರು.

