



# ಭಾನುವಾರ ಬಂದಾಗ..

ಬಂದಿತ್ತು ಮತ್ತೆ ಭಾನುವಾರ  
ಪುಟ್ಟನಿಗಾಯಿತು ಋಷಿ  
ಗಳೆಯರೊಂದಿಗೆ ಆಡುವೆನುತ  
ಕುಡಿದನು ಹಾಲು ಬಿಸಿ

ಬಾಲು ಬುಗರಿ ಆಟದಲಿ ತೇಲಿ  
ಮರೆತೆ ಬಿಟ್ಟ ಹಸಿವೆ  
ಅಮ್ಮನ ಒತ್ತಾಯಕ್ಕೆ ಪುಟ್ಟನು  
ಅನ್ನ ತಿಂದನು ತುಸುವೆ

ನೋಟ್‌ಬುಕ್ ಪುಸ್ತಕ ನೋಡದೇ  
ಹೊರಗೆಲ್ಲ ದಿನವಿಡೀ ಓಡಾಡಿದನು  
ಅಪ್ಪ ಅಮ್ಮರ ಗದರಿಕೆಗೆ ತಾನು  
ಮೆಲ್ಲನೆ ಮನೆಗೋಡಿ ಬಂದಿದ್ದನು

ಅಮ್ಮನು ಮಾಡಿದ ವಿಧ ವಿಧ ತಿಂಡಿ  
ತಿನ್ನುತ್ತ ಕುಣಿಯುತ್ತ ನಗೆಯಾಡಿದನು  
ಅಕ್ಕ ಹೋಂ ವರ್ಕ್ ಮಾಡು ಎನಲು  
ಕೋಪದಲ್ಲಿ ಸಿಡಿಮಿಡಿಯಾದನು

ರವಿಯು ಮುಳುಗಿ ರಾತ್ರಿಯಾಗಲು  
ಪುಟ್ಟನಿಗಾಯಿತು ಸುಸ್ತು  
ಶಾಲೆಯ ಹೋಂ ವರ್ಕ್ ಮಾಡಿ  
ನಿದ್ದೆ ಮಾಡಿದನು ಮಸ್ತು

■ ಎಂ.ಜಿ.ದೇಶಪಾಂಡೆ,  
ಬೀದರ್



# ಎಂದರೆ ಏನು?

ಒಂದು ಇಡೀ ದೋಸೆಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟರು. ತಾವೂ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಚೂರನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರು.

ಬಾಲಕನಿಗೆ 'ಮಗೂ, ಈಗ ನಾನು-ನೀನು ಒಂದು ಆಟವನ್ನಾಡೋಣ! ನಿನಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ದೋಸೆಯನ್ನು ನೀನು ತಿನ್ನುಬಹುದು. ಆದರೆ ನೀನು ನನ್ನ ಬಲಗೈಯಿನ ತೋರು ಬೆರಳನ್ನೇ ಗಮನಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು. ನಾನು ಅದನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತಿ 'ಹೂಂ' ಎನ್ನುವವರೆಗೂ ನೀನು ದೋಸೆಯನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತಾ ಹೋಗಬೇಕು. ನಾನು ಹೂಂ ಎಂದ ತಕ್ಷಣ ನೀನು ತಿನ್ನುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು. ಆಗ ನಿನ್ನ ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ದೋಸೆ ಚೂರು ಕೂಡಾ ಉಳಿದಿರಬಾರದು. ಮತ್ತು ನೀನು ದೋಸೆ ತಿನ್ನುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿರಬೇಕು. ನಿನಗಿದು ಅರ್ಥವಾಯಿತೇ? ಈಗ ಆಟ ಆಡೋಣವೇ?' ಎಂದು ಕೇಳಿದರು. ಬಾಲಕ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡ. ಏಕೆಂದರೆ ಆತನಿಗೂ ದೋಸೆ ಇಷ್ಟವಾದ ತಿಂಡಿಯಾಗಿತ್ತು. ಇಷ್ಟವಾದ ತಿಂಡಿಯನ್ನು ಆಡವಾಡುತ್ತ ತಿನ್ನುವುದು ಯಾರಿಗೆ ಹಿಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ?

ಆತ ಮಹರ್ಷಿಗಳ ಬಲಗೈಯಿನ ತೋರು ಬೆರಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ನೋಡುತ್ತ, ದೋಸೆಯನ್ನು ತಿನ್ನತೊಡಗಿದ. ಮೊದ ಮೊದಲು ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಚೂರುಗಳನ್ನು ತಿನ್ನತೊಡಗಿದ. ಅವನ ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ದೋಸೆ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ಮುಗಿಯಿತು. ಆದರೆ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ತೋರು ಬೆರಳನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತಿಲ್ಲ, ಹೂಂ ಎನ್ನಲಿಲ್ಲ. ಆಗ ಆತ ದೋಸೆಯ ಸಣ್ಣ ಚೂರುಗಳನ್ನು ತಿನ್ನ ತೊಡಗಿದ. ಆತನ ಗಮನವೆಲ್ಲ ಮಹರ್ಷಿಯ ಬೆರಳಿನ ಮೇಲೆಯೇ ಇತ್ತು. ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ತೋರು ಬೆರಳನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತಿ ಹೂಂ ಎಂದರು. ಆಗ ಬಾಲಕ ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಉಳಿದಿದ್ದ ಸಣ್ಣದೊಂದು ಚೂರನ್ನು ಗಬಕ್ಕನೆ ಬಾಯಿಗೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ನುಂಗಿಬಿಟ್ಟ. ತಿನ್ನುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿಬಿಟ್ಟ. ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ನಗುತ್ತಾ ನಾನು ಆಟವನ್ನು ನೀವು ಹೇಳಿದ ಹಾಗೆಯೇ ಆಡಿದೆ ಎಂದು ಕಿರುಚಿದ.

ಆಗ ಮಹರ್ಷಿಗಳು 'ಈಗ ನೀನು ನಿನಗೇ ಅರಿವಿಲ್ಲದಂತೆ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಿ ಮುಗಿಸಿದೆ! ನೀನು, ನಿನಗೆ ಇಷ್ಟವಾದ ದೋಸೆಯನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ನಿನ್ನ ಗಮನವೆಲ್ಲ ನನ್ನ ಬೆರಳಿನ ಮೇಲೆಯೇ ಇತ್ತು. ಹಾಗೆಯೇ ನಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನೆಲ್ಲ ದೇವರ ಮೇಲಿರಿಸುವುದು, ಆದರೆ ನಮ್ಮ ದೈವದಿಂದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಹೋಗುವುದು! ಧ್ಯಾನ ಅಂದರೆ ಇಷ್ಟೇ! ಎಂದಾಗ ಬಾಲಕನ ಮುಖ ಅರಳಿತ್ತು. ಏಕೆಂದರೆ ಧ್ಯಾನ ಅಂದರೆ ಏನನ್ನೆನ್ನುವುದನ್ನು ಆಟವಾಡಿಸುತ್ತ ತೋರಿಸಿದ್ದರು.

■ ವಿ. ಹೇಮಂತಕುಮಾರ, ಬೆಂಗಳೂರು



ಒಮ್ಮೆ ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳ ಬಳಿ ಏಳೆಂಟು ವರ್ಷದ ಬಾಲಕನೊಬ್ಬ ಬಂದ. 'ಮಹರ್ಷಿಗಳೇ, ಧ್ಯಾನ ಎಂದರೆ ಏನು? ನಾನು ನನ್ನ ತಾಯ್ತಂದೆಯವರನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗಲೆಲ್ಲ 'ಅವರು ನೀನಿನ್ನೂ ಸಣ್ಣವನು. ನೀನು ಬೆಳೆದು ದೊಡ್ಡವನಾದ ಮೇಲೆ ನಿನಗೆ ಅದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ' ಎಂದು ನನ್ನನ್ನು ಸುಮ್ಮನಾಗಿಸುತ್ತಾರೆ' ಎಂದ ಕೇಳಿದ. ಮಹರ್ಷಿಗಳು ನಮನಕ್ಕೆ 'ಒಳ್ಳೆಯದು! ನೀನು ನನ್ನ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಸುಮ್ಮನೆ ಕುಳಿತುಕೋ. ನಾನು ನಿನಗೆ ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸಿ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ' ಎಂದರು. ಬಾಲಕ ಬಂದು ಮಹರ್ಷಿಯ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಕುಳಿತ. ಕೊಂಚ ಹೊತ್ತಿನ ನಂತರ ಯಾರೋ ಒಬ್ಬರು ಮಹರ್ಷಿಗಳಿಗೆ ಒಂದು ತಟ್ಟೆಯ ತುಂಬ ದೋಸೆಗಳನ್ನು ತಂದು ಸಮರ್ಪಿಸಿದರು. ತಮಗೆ ಯಾರಾದರೂ ಏನಾದರೂ ಸಮರ್ಪಿಸಿದರೆ, ಅದನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹಂಚಿ ತಿನ್ನುವುದು ಅವರ ಅಭ್ಯಾಸ. ಅಂದು ಕೂಡ ಅವರು ದೋಸೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹಂಚಿದರು. ಬಾಲಕನಿಗೂ