ಯೋಗ ವಿಯೋಗ

ಭಗವದ್ಗೀತೆ 'ಯೋಗಃ ಕರ್ಮಸು ಕೌಶಲಂ' ಎಂದು ಹೇಳಿದೆ. ಈ ಮಾತು ಬದುಕಿಗೆ ಯೋಗದ ಅನಿವಾರ್ಯತೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನಿಗೆ 'ಯೋಗೇಶ್ವರ' ಎನ್ನುವುದುಂಟು. ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಕರ್ಮಯೋಗ ಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ದಿಗ್ದರ್ಶಿಸಿದ್ದು ದಿಟ. ಆದರೆ, ಯೋಗದ ಎಳೆಎಳೆಗಳಿಗೂ ವಿಶೇಷವಾದ ಗಮನಕೊಟ್ಟು ಬದುಕಿನ ಶಿಸ್ತುಬದ್ಧ ಶಾಸನವಾಗಿಸಿದವರು ಬೇರೆಯವರೇ. ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಕರ್ಮಯೋಗಕ್ಕೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂಹಿತೆ ಉಂಟು. ಆದರೆ, ಪತಂಜಲಿಯ ಯೋಗವು ಸಾಮಾಜಿಕ ನಿರ್ಮಲೀಕರಣಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದು. ಆದರೆ, ದುರದೃಷ್ಟವಶಾತ್ ಪತಂಜಲಿಯು ಈಗ ಕಣ್ಮರೆಯಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಈಗ ಕೇವಲ ಮೂಳೆ ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಅವನ ಯೋಗ ನಿಂತಿದೆ. ಇಂದು ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮ ಸಾಧನೆ ಎಂಬ ರೂಢಿಯೇ ಪ್ರಬಲವಾಗಿದೆ. ಈಗ ಪದ್ಮಾಸನ ಹಾಕಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ವರೆಗೂ 'ಯೋಗ' ಗೊತ್ತು. ಆದರೆ, ಮನಸ್ಸಿನ ನಿಬಿಡ ಅರಣ್ಯದಲ್ಲಿ ಅದರ ಓಡಾಟ ಉಂಟೆಂಬುದನ್ನು ಮರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ, ಯೋಗದ ಬದುಕು ಈಗ ಹಲವು ವ್ಯಾಧಿಗಳಿಂದ ನರಳುತ್ತಿದೆ. ವೇಷ ಮಾತ್ರ ಉಳಿದುಕೊಂಡಿದೆ ಅಷ್ಟೆ. ಸತ್ವ ಕೈಬಿಟ್ಟಿರುವುದು ನಾವು ಯೋಗಕ್ಕೆ ಮಾಡಿದ ಅಪಚಾರವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಯೋಗದ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ 'ಸ್ಥಿರ ಸುಖಮಾಸನಂ'. ಇದು ಕುಳಿತು ಮಾಡುವ ಅಂಗನ್ಯಾಸವಲ್ಲ. ಯೋಗ ಬದುಕಬೇಕೆನ್ನುವವರಿಗೆ ಕ್ರಮಿಸುವ ದಾರಿಯನ್ನು ಇದು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಪತಂಜಲಿಗೆ ಯೋಗದ ಅಂತರಾರ್ಥದ ಸ್ಪಷ್ಟಕಲ್ಪನೆ ಇತ್ತು. ಆಸನ ಒಂದು ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ. ಅದು ಕಾರ್ಯವನ್ನೆ ಆರಂಭಿಸುವುದನ್ನು ಮರೆತು ತನ್ನನ್ನು ವಿಜೃಂಭಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಈಗ ನಾವು ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಪತಂಜಲಿಯು ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ನಿರೋಧಿಸಬೇಕೆನ್ನುತ್ತಾನೆ. ಅರ್ಜುನ ಒಂದೆಡೆ 'ಮನೋದುರ್ನಿಗ್ರಹಂ ಚಲಂ, ತಸ್ಯಾಹಂ ನಿಗ್ರಹಂ ಮನ್ಯೇ ವಾಯೋರಿವ ದುಷ್ಕರಂ' ಈ ಮನಸ್ಸು ಎಷ್ಟು ಮಾಡಿದರೂ ಹದ್ದುಬಸ್ತಿನಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಗಾಳಿಯೊಡನೆ ಗುದ್ದಾಟವಾಗಿದೆ. ಇದು ಎಂಥ ಮಾತು? ಮನೋನಿಗ್ರಹದ ಕತೆಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹಲವಿವೆ. ಯೋಗವು ವಿಯೋಗವಾಗುವ ಪ್ರಸಂಗ ಬೌದ್ಧಕಥಾನಕದಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಸಂತಪಾ ಎಂಬ ಬೌದ್ಧ ಭಿಕ್ಕು ಶ್ರಾವಸ್ತಿ ಸಮೀಪದ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿದ್ದ. ಅದು ಪುಟ್ಟ ಬೌದ್ಧವಿಹಾರದಲ್ಲಿದ್ದು ಅವನು ಬುದ್ಧನ ವಚನಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುತ್ತಿದ್ದ. ಅವನ ಗುರುಗಳು ಪರಮ ಧಾರ್ಮಿಕರು. ಅವರು ಹೇಳಿದಂತೆ ಸಂತಪಾ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದ. ಒಮ್ಮೆ ಶ್ರಾವಣದ ಮಳೆ ಮೂರುದಿನ ಸುರಿಯಿತು. ಎಲ್ಲರ ಮನೆಗಳ ಮಾಡಿನಿಂದ ನೀರು ಒಳಕ್ಕೆ ಬರತೊಡಗಿತು. ಒಳಗೆ ತೇಲುವಷ್ಟು ಮಳೆ. ಸಂತಪಾನ ಬೌದ್ಧವಿಹಾರ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿತ್ತು. ಅವನು ಒಂದಿಬ್ಬರು ಶಿಷ್ಯರೊಂದಿಗೆ ವಿಹಾರದಲ್ಲಿದ್ದ. ಮಧ್ಯರಾತ್ರಿಯ ಸಮಯ. ಹೊರಗೆ ಬಾಗಿಲು ತಟ್ಟುವ ಶಬ್ದವಾಯಿತು. ಅವನು ಮನಸ್ಸಿಲ್ಲದೆ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಬಾಗಿಲು ತೆಗೆದ. ಒಬ್ಬ ಹೆಣ್ಣುಮಗಳು ಗಡಗಡ ನಡುಗುತ್ತ ನಿಂತಿದ್ದಳು. ಆಕೆಯು 'ನಾನು ದೀನ ಅವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ. ನಿಮ್ಮ ಒಳಂಗಳದ ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿ ತುಸು ಜಾಗ ಕೊಡಿ. ವಿಶ್ರಮಿಸುತ್ತೇನೆ. ಮಳೆ ನಿಂತರೆ ರಾತ್ರಿಯೇ ಹೊರಟು ಹೋಗುತ್ತೇನೆ. ಬೆಳಗಿನವರೆಗೂ ನಿಲ್ಲುವುದಿಲ್ಲ' ಎಂದು ಗೋಗರೆದು ಕೇಳಿಕೊಂಡಳು. ಆ ಹೆಂಗಸಿನ ದೈನ್ಯದ ಮಾತಿಗೆ ಮರುಗಿದ. ಆದರೆ, ಬುದ್ಧನ ಉಪದೇಶದ ಮಾತು ನೆನಪಿಗೆ ಬಂತು. ಈ ದುಃಖಮಯ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವ ಆಸೆ ಏಕೆ? ಇದಲ್ಲದೆ, ತಥಾಗತ ಭಿಕ್ಷುಣಿಯರಿಗಾಗಿ ಬೇರೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿದ್ದಾನೆ. ವಿಹಾರದಲ್ಲಿ ಸಹಜೀವನಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲ. ಇದೆಲ್ಲ ತಿಳಿದ ಆ ಭಿಕ್ಕು 'ನಿರ್ವಾಣ ಎಲ್ಲ ದುಃಖಗಳಿಗೂ ದೊಡ್ಡ ಮದ್ದು. ನಾನು ಆಶ್ರಯ ಕೊಡಲಾರೆ' ಎಂದು ಹೇಳಿ ಬಾಗಿಲು ಹಾಕಿಕೊಂಡುಬಿಟ್ಟ. ಆ ಮಹಿಳೆ ಬೇರೆ ದಾರಿಗಾಣದೆ ಸ್ವಲ್ಪಹೊತ್ತು ಕಾದಳು. ಸಂತಪಾ ಧರ್ಮಭೀರುವಾಗಿಯೇ ಉಳಿದ.

ಆ ಮಹಿಳೆ ಹೊರಗೆ ಬಂದಳು. ವಿಹಾರದ ಮುಂದೆ ಇದ್ದ ಹತ್ತಾರು ಮರಗಳು ಮಳೆಯಲ್ಲಿ ನೆನೆಯುತ್ತ ಪಟಪಟನೆ ನೀರನ್ನು ಸುರಿಸುತ್ತಿದ್ದವು. ಮಿಂಚು ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಮರಗಳು ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಎಲೆಗಳ ನಡುವೆ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು ಬೇಡಿದವರಿಗೆ ನೀಡುವ ಸೋದರಿಯಂತೆ ಮಹಿಳೆಗೆ ಕಂಡವು. ಈ ಮಳೆ, ಈ ದುಃಖ ತನಗೊಬ್ಬಳಿಗೆ ಇಲ್ಲ. ಇದು ದುಃಖವೇ ಏಕೆ ಆಗಬೇಕು? ಸುಖ ಅಲ್ಲವೇಕೆ? ಇಷ್ಟು ಮರಗಳು ವಿಹಾರದ ಮುಂದಿವೆ. ಅವು ಭಿಕ್ಕುವಿನ ಆಶ್ರಯವನ್ನು ಬೇಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ನಾನೇಕೆ ದುರ್ಬಲಳಾಗಬೇಕು? ಒಂದುಕ್ಷಣ ಮರದಡಿ ನಿಲ್ಲಬೇಕೆನಿಸಿತು. ಆದರೆ, ಅವಳು ಮುಂದೆ ನಡೆದಳು. ಕೆಲವೇ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಮಳೆ ನಿಂತಿತು. ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ಚುಕ್ಕೆಗಳು ಮೂಡಿದವು. ಅವಳು ದಾರಿ ಇಲ್ಲದ ಕಾಡನ್ನು ತುಳಿಯುತ್ತ ನಡೆದಳು. ಮೈಮೇಲಿನ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಒಣಗಿದವು. ಕೂದಲಿನಿಂದ ನೀರು ಇಳಿದು ಹೋಗಿತ್ತು. ಮೂಡಲಲ್ಲಿ ಕೆಂಪು ಮೂಡಿತು. ಮುಂದೆ ಮರದ ಸಂದಿಯಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಜಲರಾಶಿಯನ್ನು ಕಂಡಳು. ಅದೇ ತಾನೇ ಸೂರ್ಯ ಮೂಡುತ್ತಿದ್ದ. ಕಮಲಗಳು ಅರಳುತ್ತಿದ್ದವು. ಗಾಳಿಯು ಹೂವಿನ ಪರಿಮಳವನ್ನು ಹರಡುತ್ತಿತ್ತು. ಅವಳು ಸೋಪಾನದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತಳು. ಸೂರ್ಯ ತಾಯಿಯ ಹೊಟ್ಟೆಯಿಂದ ಹೊರಬಂದ. ಇವಳಿಗೆ ಅಮಿತವಾದ ಆನಂದವಾಯಿತು. ಅವಳು ಈ ಹಿಂದೆ ಎಷ್ಟೋ ಸೂರ್ಯೋದಯ ಕಂಡಿದ್ದಳು. ಆದರೆ, ಬಂಧುವಿನ ಸ್ಪರ್ಶ ಇವಳಿಗೆ ಆಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವಳು ತನ್ನ ಮೈಯನ್ನು ಸೂರ್ಯನಿಗೆ ಒಪ್ಪಿಸಿ ಅದೆಷ್ಟೋ ಹೊತ್ತು ಹಿಗ್ಗಿನಲ್ಲಿದ್ದಳು. ಅವಳಿಗೆ ರಾತ್ರಿಯ ನೆನಪಾಯಿತು. ಅವಳಿಗೆ ಬೌದ್ಧವಿಹಾರಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಕೆನಿಸಿತು. ರಾತ್ರಿ ಬಂದ ದಿಕ್ಕನ್ನು ಹಿಡಿದು ಹೊರಟಳು. ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಹೊತ್ತಿಗೆ ವಿಹಾರವನ್ನು ಸೇರಿದಳು. ಮಹಾಭಿಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಕಾಣಬೇಕೆಂದಳು. ಅವಳು ಬಾಗಿಲ ಹೊರಗೆ ಕುಳಿತಳು. ಮಹಾಭಿಕ್ಕು ಬಂದರು. ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ನೋಡಿ ಮುಖ ಕಿವುಚಿಕೊಂಡರು. ಆಗ ಮಹಿಳೆ 'ನಾನೀಗ ಆಶ್ರಯ ಕೇಳಲು ಬಂದಿಲ್ಲ. ತಮಗೆ ಅಭಿನಂದನೆ ಹೇಳಲು ಬಂದಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ನಿನ್ನೆ ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಆಶ್ರಯ ಕೇಳಿದೆ. ದೇವರ ಕಾರುಣ್ಯ ದೊಡ್ಡದು. ಸಾಸಿವೆಯ ಹಿಗ್ಗಿಗಾಗಿ ನಾವು ಕುದಿಯುತ್ತೇವೆ. ಬೆಟ್ಟದಷ್ಟು ಆನಂದವನ್ನು ನಮ್ಮೆದುರೇ ಭಗವಂತ ಇರಿಸಿದ್ದಾನೆ. ಸಂತಪಾಗೆ ಅವಳು ಏನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾಳೆಂಬುದು ತಿಳಿಯದಾಯಿತು. ಆಗ ಅವಳು ನಿನ್ನೆ ನೀವು ಆಶ್ರಯ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದರೆ ಸ್ವರ್ಗೀಯ ಆನಂದದಿಂದ ನಾನು ವಂಚಿತಳಾಗುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಿಮ್ಮ ವಿಹಾರದ ಎದುರೇ ಆನಂದದ ಸಾಗರವಿದೆ. ಭಗವಂತನಾದ ಗೌತಮ ಅದನ್ನು ನೀಡಿದ್ದರೆ ಅದರ ದಂಡೆಯಲ್ಲಿರಲು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ. ನಿಮಗೆ ಶತಾಧಿಕ ನಮಸ್ಕಾರ. ತಥಾಗತನಿಗೆ ವಂದನೆಗಳು.'

ಇದು ಯೋಗದ ದೃಷ್ಟಿ. ಯೋಗವೆನಿಸಿದ್ದರಲ್ಲಿ ಅಡಗಿ ಕುಳಿತಿರುವ 'ವಿಯೋಗ'ದ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ನಾವು ತಿಳಿಯಬೇಕಾಗಿದೆ. ಸತ್ಯದ ಎದುರು ಸೌಂದರ್ಯದ ಸಮಕ್ಷಮ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ತೆರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದು ಕೃಷ್ಣಪತಂಜಲಿಗಳಿಂದ ಹಾದು ಬುದ್ಧನ ವರೆಗೂ ಹರಡಿರುವ ಯೋಗವಿಯೋಗದ ಸಂಬಂಧ.

■ **ಪುರಂಜೀವಿ**

ಮಾತೇ ಮುತ್ತು

- ಧನ ಕನಕಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಅದನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೊಡುವ ಜ್ಞಾನವೇ ನಿಜವಾದ ಸಂಪತ್ತು.

  —ತರಾಸು

- ಎಲ್ಲ ಹವ್ಯಾಸಗಳಿಗಿಂತ ವ್ಯಾಸಂಗದ ಹವ್ಯಾಸ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದು.

  —ಎಡಿಸನ್

- ಅಹಂಕಾರಿಗೆ ಜ್ಞಾನ ದೀಪದ ಬೆಳಕು ಕಾಣಿಸುವುದೇ ಇಲ್ಲ.

  —ಮಹಾತ್ಮ ಗಾಂಧಿ

- ಹಿಂದೆ ಮಾಡದೇ ಇರುವುದೇ ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ಧರ್ಮ.

  —ಮಹಾಭಾರತ

- ತುಕ್ಕು ಹಿಡಿದು ಹಾಳಾಗುವ ಕಬ್ಬಿಣದಂತೆ ಮನುಷ್ಯರು ಅಸೂಯೆಯಿಂದ ಹಾಳಾಗುವರು.

  —ಲಾಯರ್ ಪಿಯಸ್

- ಪಿತೃಗಳ ಕೀರ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳಗಿಸುವ ಚಿರಂಜೀವಿ ಮಕ್ಕಳಂತೆ, ಗ್ರಂಥಕರ್ತರ ಕೀರ್ತಿಯನ್ನು ಅವರ ಗ್ರಂಥಗಳು ಬೆಳಗಿಸುತ್ತವೆ.

  —ಪ್ಲೇಟೋ