ತಲ್ಲೀನತೆಯೆಂದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಏನನ್ನು ಮಾಡಬಯಸುತ್ತಾನೋ ಅದರಲ್ಲಿಯೇ ಮನಸ್ಸು ಐಕ್ಯವಾಗುವುದು! ಮತ್ತೊಂದರ ಕಡೆಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸದಂತೆ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗುವುದು! ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸವನ್ನು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ, ಇಷ್ಟಪಟ್ಟು, ಪ್ರೀತಿಸಿ ಮಾಡಿದಾಗ ಆ ಕೆಲಸ ಸುಂದರವಾಗುವುದು, ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಮುದನೀಡುವುದು, ಇತರರ ಮನಸೂರೆಗೊಳ್ಳುವುದು! ಕಾಟಾಚಾರಕ್ಕೆ, ಒತ್ತಾಯಕ್ಕೆ, ಅಧಿಕಾರದ ದರ್ಪಕ್ಕೆ ಹೆದರಿ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳು ಸುಂದರವಾಗವು, ಮಾಡಿದವರಿಗೂ ನೋಡುವವರಿಗೂ ಮೆಚ್ಚಿಗೆಯಾಗವು, ಯಾರಿಗೂ ತೃಪ್ತಿನೀಡವು. ಮಾಡಿದ್ದು ಸುಂದರವಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಗರಿಷ್ಟಮಟ್ಟದ ತಲ್ಲೀನತೆ ಅವಶ್ಯ!

ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಯಾವುವು ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದ, ಸುಂದರವಾದ ಕೆಲಸಗಳೋ ಅವು ತಲ್ಲೀನತೆಯ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆಯ ಫಲಗಳಾಗಿವೆ. ಅವು ಯೋಗದ ಸ್ಥಿತಿಯ ಸೃಷ್ಟಿಗಳು! ಎಲ್ಲರೂ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರತಿಫಲ ಆಪೇಕ್ಷಿಸಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಎಷ್ಟನ್ನು ಆಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೋ ಅಷ್ಟೇ ಸುಂದರವಾಗುವಂತೆ ಆ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವನು ಕೊಡುವುದು ಇಷ್ಟೇ ಅದಕ್ಕೆ ಅಷ್ಟೇ ಸುಂದರಗೊಳಿಸಿದರಾಯ್ತು! ಅವನು ತುಂಬಾ ಕೊಡುತ್ತಾನೆ ಬಹಳ ಸುಂದರಗೊಳಿಸೋಣ ಎಂದು ಕಾರ್ಯೋನ್ಮುಖರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಕಾರ್ಯಗಳು ಅಷ್ಟು ಸುಂದರ ಆಗವು! ಏಕೆಂದರೆ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡುವವನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅವನು ಕೊಟ್ಟಿರುವುದು, ಕೊಡುವುದು ಇಷ್ಟೆ ಅಷ್ಟೆ ಎಂಬ ಮುಂತಾದ ವಿಷಯಗಳು ಬಂದು ಏಕಾಗ್ರತೆಗೆ ಭಂಗ ತರುವುದರಿಂದ ಕೆಲಸಗಳು ಸುಂದರ ಆಗವು. ಫಲ ಆಪೇಕ್ಷಿಸದೆ ಇಷ್ಟಪಟ್ಟು ಪ್ರೀತಿಸಿ ಮಾಡಿದ ಕೆಲಸಗಳು ತುಂಬ ಸುಂದರವಾಗುತ್ತವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡುವಾಗ ಮನಸ್ಸು ಬೇರೆ ಯೋಚಿಸದೆ ಆ ಮೂರ್ತಿಯನ್ನು ಸುಂದರವಾಗಿ ಕಾಣುವಂತೆ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುವುದರಿಂದ ಆ ಮೂರ್ತಿ ಅಂದುಕೊಂಡದ್ದಕ್ಕಿಂತ ಸುಂದರವಾಗಿ ಮೂಡಿ ಬರುತ್ತದೆ! ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಷ್ಟು ಪ್ರತಿಫಲ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಕೋ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರತಿಫಲ ದೊರಕುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ! ಜತೆಗೆ ಬಹಳ ಕೀರ್ತಿ ನೆಮ್ಮದಿ ಲಭಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ!.

ರವಿವರ್ಮನ ಮನಸೆಳೆಯುವ ಕಲಾಕೃತಿಗಳು, ಇಂದಿಗೂ ಕುತೂಹಲ ಉಳಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಲಿಯಾನಾರ್ಡೊ ಡಾವಿಂಚಿಯ ‘ ಮೋನಾಲೀಸಾ ‘ ಳ ನಸು ನಗು ಸೂಸುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಪಂಚ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಕಲಾಕೃತಿ, ಶ್ರವಣ ಬೆಳಗೊಳದ ‘ಗೊಮ್ಮಟೇಶ್ವರ ‘ ಮೂರ್ತಿ, ಜೀವಂತವೆನಿಸುವ ಬೇಲೂರು ಶಿಲಾ ಬಾಲೆಯರು, ಪ್ಯಾರಿಸ್ ನಗರದಲ್ಲಿನ ಅನೇಕ ಕಲಾಕೃತಿಗಳು, ಮೈಕೆಲೆಂಜೆಲೊನ ‘ ಮೋಸೆಸ್ ಪ್ರತಿಮೆ, ಡೊನಾಟೆಲ್ಲೋನ ‘ ಡೇವಿಡ್ ‘ ಪ್ರತಿಮೆ ಮುಂತಾದವು ಮನಸ್ಸು ದೇಹ ಏಕಾಗ್ರಗೊಂಡು ತನ್ಮಯನಾಗಿ ಸೃಜಿಸಿದ ಕಲೆಗಳಾಗಿವೆ. ತಲ್ಲೀನತೆಯೇ ಅಷ್ಟು ಸುಂದರವಾಗಿ ಮೂಡಲು ಕಾರಣ. ತನ್ಮಯನಾಗಿ ಹಾಡಿದಾಗ ಪರವಶ ಆಗುವಂತೆ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವ ಹಾಡುಗಳು ತಲ್ಲೀನತೆಯ ಪ್ರತಿಫಲಗಳೇ ಆಗಿವೆ. ಪ್ರತಿಫಲ ಅಪೇಕ್ಷಿಸದೆ ಸೇವೆಯೇ ದೇವರ ಪೂಜೆಗೂ ಮಿಗಿಲೆಂದು ಭಾವಿಸಿ ಹಗಲಿರುಳು ಅನಾಥ, ದೀನ, ದಲಿತರ, ನೊಂದವರ ಸೇವೆ ಮಾಡಿದ್ದರಿಂದ ಮದರ್ ತೆರೆಸ, ಗಾಯಾಳುಗಳ ಸೇವೆ, ದುಃಖದಲ್ಲಿರುವವರ, ನೋವಿನಲ್ಲಿರುವವರ ಸೇವೆ ಮಾಡಿ ನರ್ಸಿಂಗ್ ಕಾಲೇಜು ತೆರೆದ ಪ್ಲಾರೆನ್ಸ್ ನೈಟಿಂಗೇಲ್ ಪ್ರಸಿದ್ದರಾಗಿದ್ದು. ಅದರಲ್ಲಿ ಪರಮಾನಂದ ಕಂಡುಕೊಂಡು ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆದದ್ದು, ಸಾಗರ ಸಂಗಮ, ಶಂಕರಾಭರಣ ಚಲನಚಿತ್ರದಂಥಾ ಮಧುರ ಹಾಡುಗಳು, ಕಾಳಿದಾಸನ ಮೇಘದೂತ, ಕುಮಾರವ್ಯಾಸನ ಕರ್ನಾಟ ಭಾರತ ಕಥಾಮಂಜರಿ, ಅಯ್ಯರ್ ರವರ ರೂಪದರ್ಶಿಯಂಥ ಕಾದಂಬರಿ ಮುಂತಾದ ಕೃತಿಗಳು ಸಹ.

ಆಗಮಿಸಿದ ಅತಿಥಿಗಳು ನಿಮ್ಮ ಮನೆ ಎಷ್ಟು ನೀಟಾಗಿ ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟಾಗಿದೆ. ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಎಷ್ಟು ಸುಂದರವಾಗಿ ಜೋಡಿಸಿದ್ದೀರ ಎಂದರೆ ನಿಮಗೆ ಎಲ್ಲಿಲ್ಲದ ಸಂತೋಷವಾಗುವುದು. ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ನೀಟಾಗಿಸುವಲ್ಲಿ, ಸುಂದರಗೊಳಿಸುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತಲ್ಲೀನಗೊಳಿಸುದುದೇ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಲ್ಲವೇ ? ಅಡುಗೆ ತುಂಬ ರುಚಿಯಾಗಲೂ ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವವರು ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ತಮ್ಮನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿರುವಿಕೆಯೇ ಕಾರಣವಲ್ಲವೆ, ನಿಮ್ಮ ಬರವಣಿಗೆ, ನೀವು ಸುಂದರವಾಗಲು ಅದರಲ್ಲಿ ನೀವು ತಲ್ಲೀನರಾಗಿರುವುದೇ ಕಾರಣವಾಗಿದೆಯಲ್ಲವೆ ?

ಕಿ ಪೂ 287 – 212 ರ ಮಧ್ಯೆ ಗ್ರೀಕ್ ದೇಶದ ಸಿರಾಕ್ಯೂಸ್ ನಗರದಲ್ಲಿ ವಿಜ್ಞಾನಿಯೊಬ್ಬ ವಾಸವಾಗಿದ್ದ. ಈತ ಗಣಿತಜ್ಞ, ಭೌತ ವಿಜ್ಞಾನಿ, ಎಂಜಿನಿಯರ್, ಖಗೋಳ ವಿಜ್ಞಾನಿ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧಕರಾಗಿ ಪ್ರಸಿದ್ದರಾಗಿದ್ದರು. ಭೂಮಿಯ ಹೊರಗೆ ನನಗೆ ನಿಲ್ಲಲು ಜಾಗ ಕೊಡಿ ಈ ಭೂಮಿಯನ್ನೇ ಎತ್ತಬಲ್ಲೆ ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದ ಇವರು ಸದಾ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ನೀರು ತಂಬಿರುವ ಆಕರಕ್ಕೆ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ವಸ್ತುವನ್ನು ಮುಳುಗಿಸಿದಾಗ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹೊರ ಚೆಲ್ಲುತ್ತದೆ ಏಕೆ ? ಏಕೆ ಚಲ್ಲಬೇಕು? ಏಕೆ ಅಷ್ಟೇ ಚಲ್ಲಬೇಕು? ….. ಎಂದು ಉಣುವಾಗ, ಉಡುವಾಗ, ನಡೆಯುವಾಗ, ನುಡಿಯುವಾಗ, ಮಲಗುವಾಗ, ಏಳುವಾಗ ಅದನ್ನೇ ತಪಸ್ಸಿಗೆ ಕುಳಿತವರಂತೆ ಧೇನಿಸುತ್ತಿದ್ದ. ಒಂದು ದಿನ ಅದೇ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾ ಸ್ನಾನಕ್ಕಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಬಿಚ್ಚಿ ತುಂಬಿದ ತೊಟ್ಟಿಗೆ ಇಳಿದ. ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹೊರ ಚೆಲ್ಲಿತು. ತಕ್ಷಣ ತೊಟ್ಟಿಯಿಂದ ಹೊರ ನೆಗೆದು ನಗರದ ಬೀದಿಯಲ್ಲಿ ಯುರೇಕಾsss … ಯುರೇಕಾssss … ಯುರೇಕಾsss …………. ( ಯುರೇಕ ಎಂದರೆ ಕಂಡುಹಿಡಿದೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ ) ಎಂದು ಕೂಗುತ್ತಾ ತಾನು ಇರುವ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಮರೆತು ಬೀದಿಯಲ್ಲಿ ಓಡಿದ. ಹೀಗೆ ಇರುವ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನೇ ಮರೆಯುವಂತೆ ಮಾಡಿ ಬೀದಿ ಬೀದಿಗಳಲಿ ಓಡಿಸಿದುದಾದರೂ ಯಾವುದು? ಅದೇ ತನ್ಮಯತೆ! ತಲ್ಲೀನತೆ! ಇಂತಹ ವಿಜ್ಞಾನದ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ತಲ್ಲೀನತೆಯ ಫಲಗಳು!

ತೊಟ್ಟಿಗೆ ಇಳಿದಾಗ ಅವನು ಸದಾ ಧೇನಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರ ದೊರೆತಿತ್ತು. ಒಂದು ಘನ ವಸ್ತುವು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದರೆ ಅದು ಅದರ ಘನ ಅಳತೆಗೆ ಸಮನಾದ ನೀರನ್ನು ಹೊರ ಹಾಕುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಅವನಿಗೆ ತಿಳಿಯಿತು. ಇದೇ ಮುಂದೆ ಅರ್ಕಿಮೀಡೀಸನ ತತ್ವ ಎಂದೇ ಪ್ರಸಿದ್ದವಾಯಿತು! ಇದರಿಂದ ಚಿನ್ನದ ಕಿರೀಟದಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಲೋಹ ಬೆರೆತಿದೆ ಎಂಬ ವಿಷಯವನ್ನು ಸಿರಾಕ್ಯೂಸ್ ದೊರೆ ಹಿರಾನ್ ಗೆ ತಿಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು! ಎಷ್ಟೋ ದಿನಗಳಿಂದ ಧ್ಯಾನಿಸುತ್ತಿದುದ್ದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರ ಸಿಕ್ಕ ಪರಮಾನಂದ ಜಗತ್ತನ್ನೇ ಮರೆಯಿಸಿತ್ತು. ಋಷಿ ಮುನಿಗಳು ಭಗವಂತನನ್ನು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಧ್ಯಾನಿಸುವುದಕ್ಕೂ ಇದಕ್ಕೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿಲ್ಲ. ತಪಸ್ಸಿನ ಪ್ರತಿಫಲವಾದ ಮುಕ್ತಿಯೂ ತಲ್ಲೀನತೆಯ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆಯೇ ಆಗಿದೆ.

ಸರ್ ಐ ಸ್ಯಾಕ್ ನ್ಯೂಟನ್ ಸೂರ್ಯನ ಸುತ್ತ ಗ್ರಹಗಳು ತಮ್ಮ ಪಥದಲ್ಲೇ ಏಕೆ ಸುತ್ತುತ್ತಿವೆ ? ಬೇರೆ ಕಡೆಗೆ ಏಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿಲ್ಲ.? ಎಂದು ಸೇಬಿನ ಮರದ ಕೆಳಗೆ ಕುಳಿತು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದ . ಆಕಾಶದಲ್ಲಿನ ಚಂದ್ರ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದ. ಚಂದ್ರನೇಕೆ ತನ್ನ ಪಥದಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ ? ಪಥವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆಕಡೆಗೆ ಏಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿಲ್ಲ ? ಎಂದು ಯೋಚಿಸತೊಡಗಿದ! ಆಗ ಒಂದು ಸೇಬು ಮರದಿಂದ ಕೆಳಗೆ ಬಿತ್ತು. ಆ ಸೇಬನ್ನು ಎತ್ತಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ! ಇದರ ಬಣ್ಣ ಎಷ್ಟು ಆಕರ್ಷಕ ! ಈ ಹಣ್ಣು ನನಗಾಗಿ ಬಿದ್ದಿತೇನೋ? ತಾನಾಗೆ ಬಿದ್ದ ಹಣ್ಣು ತುಂಬ ರುಚಿಯಿರುತ್ತದೆ …. ಎಂದು ಮುಂತಾಗಿ ಬಗೆದು ಅದನ್ನು ಸುತ್ತ ತಿರುವಿ ತಿರುವಿ ನೋಡಿ ತಿನ್ನುತ್ತಾ ಹಾ! ಎಷ್ಟು ರುಚಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಂದು ಮುಗಿಸಿದ್ದರೆ , ಭೂಮಿಗೆ ಇರುವ ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣ ಬಲ ನಮಗೆ ತಿಳಿಯಲು ಎಷ್ಟು ಕಾಲ ಬೇಕಾಗುತಿತ್ತೋ? ಅದನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ರೂಪಿಸಿದ ವಿಜ್ಞಾನ ಎಷ್ಟು ತಡ ಆಗುತ್ತಿತ್ತೋ ? ಈ ಸೇಬು ಇದುವರೆಗೂ ಅಲ್ಲೇ ಇತ್ತು. ಈಗ ಏಕೆ ಕೆಳಕ್ಕೆ ಬಿತ್ತು? ಮೇಲಕ್ಕೆ ಏಕೆ ಹೋಗಲಿಲ್ಲ ? ಅಲ್ಲೇ ಇರಲು ಏಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ ? ಕೆಳಕ್ಕೆ ನೇರವಾಗಿ ಬೀಳುವ ಬದಲು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಏಕೆ ಬೀಳಲಿಲ್ಲ? ಸೇಬು ಬಿದ್ದಂತೆ ಆಕಾಶದಲ್ಲಿರುವ ಚಂದ್ರ ಏಕೆ ಕೆಳಗೆ ಬೀಳಲಿಲ್ಲ? ಎಂದು ಮುಂತಾಗಿ ಅದರಲ್ಲಿ ತಲ್ಲೀನನಾಗಿ ಯೋಚಿಸದಿದ್ದರೆ ಆಗ ಭೂಮಿಗಿರುವ ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣ ಬಲ ಅವನು ತಿಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. , ಗ್ರಹಗಳು, ಚಂದ್ರ ತನ್ನ ಪಥದಲ್ಲೇ ಸೂರ್ಯನನ್ನು ಸತ್ತಲು ಕಾರಣವೇನೆಂದು ಲೋಕಕೆ ತಿಳಿಸಲು ಆಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ! ಭೂಮಿಗಿರುವ ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣ ಬಲ ಕಂಡುಕೊಂಡದ್ದು ಈ ತಲ್ಲೀನತೆಯಿಂದಲೇ.

ಶಿಕ್ಷಕರ ಪಾಠಗಳು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗುವುದು, ಶಿಕ್ಷಕರು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಾಗುವುದು ಶಿಕ್ಷಕರು ಬೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ತಲ್ಲೀನರಾದಗ ಮಾತ್ರ ! ಆ ಕೃತಿಗೆ ಕತೃ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪಠ್ಯದಲ್ಲಿ ಐಕ್ಯರಾದಾಗ, ಆಲಿಸುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಲೀನರಾದಾಗ ಪಠ್ಯ ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ, ಕಲಿಕೆ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸವನ್ನು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಮಾಡದೆ ಇಷ್ಟಪಟ್ಟು ಅದರಲ್ಲೇ ಐಕ್ಯರಾಗಿ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಆ ಕೆಲಸವನ್ನು ಸುಂದರ ಮಾಡಬಹುದು, ಜನಾಕರ್ಷಣೆಯಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಅದರಿಂದ ಅಪರಿಮಿತ ಆನಂದ, ನೆಮ್ಮದಿ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಇತರರಿಗೂ ಆನಂದ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು.