ರೇಮಂಡ್ ಎಫ್.ಸಿ. ಮಸ್ಕರೇನ್ಹಸ್ ಅವರ ಸಾಹಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ಧಾರ್ಮಿಕ ಚಿಂತನೆ: ಮೌನ

ಪ್ರೇಮಲತಾ* & **ರಾಜಶೇಖರ ಜಮದಂಡಿ****

DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.23096840

ABSTRACT

ರೇಮಂಡ್ ಎಫ್.ಸಿ. ಮಸ್ಕರೇನ್ಹಸ್ ಅವರ ಧಾರ್ಮಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚಿಂತನೆಗಳಲ್ಲಿ 'ಮೌನ'ಕ್ಕಿರುವ ವಿಶಿಷ್ಟ ಸ್ಥಾನ ಹಾಗೂ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ತಾತ್ವಿಕವಾಗಿ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮೌನವೆಂದರೆ ಕೇವಲ ಶಬ್ದದ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲ; ಅದು ಮನಸ್ಸಿನ ಚಂಚಲತೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿ, ದೇವರ ಸನ್ನಿಧಿಯನ್ನು ಆಲಿಸುವ ಹಾಗೂ ಆತ್ಮಾವಲೋಕನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಆಂತರಿಕ ಶಿಸ್ತಾಗಿದೆ. ಬೈಬಲ್‌ನ ಮರಿಯ ಮಗ್ದಲೆಯ ಆದರ್ಶವನ್ನು ಮುಂದಿಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಮೌನವನ್ನು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆಲಿಸುವಿಕೆಯಾಗಿ ನಿರೂಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ವಿನಯ, ವಿಧೇಯತೆ, ತಾಳ್ಮೆ, ಪಾವಿತ್ರ್ಯ ಮತ್ತು ವಿವೇಕದ ಮೌನ ಎಂಬ ಐದು ಪ್ರಮುಖ ಮಜಲುಗಳನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸುತ್ತಾ, ಇವು ಮಾನವನ ಆಂತರಿಕ ಶುದ್ಧೀಕರಣ, ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಮತೋಲನ ಮತ್ತು ನೈತಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಹೇಗೆ ಪೂರಕವಾಗಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅಂತಿಮವಾಗಿ, ಮೌನವು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯತೆಯಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ ಸಮಯೋಚಿತ ಮಾತು ಮತ್ತು ಅಂತರಂಗದ ಶಾಂತಿಯ ನಡುವಿನ ವಿವೇಕಪೂರ್ಣ ಸಮನ್ವಯ ಎಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ಕಟ್ಟಿಕೊಡಲಾಗಿದೆ.

KEYWORDS: ಧಾರ್ಮಿಕ ಚಿಂತನೆ, ಮೌನ, ಆತ್ಮಪರಿಶೀಲನೆ, ಮರಿಯ ಮಗ್ದಲೆ, ಆಂತರಿಕ ಶಿಸ್ತು.

* **ಪ್ರೇಮಲತಾ,** ಸಂಶೋಧನಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಸಮಾಜ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಮಾನವಿಕ ವಿಭಾಗ, ಶ್ರೀನಿವಾಸ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ, ಪಾಂಡೇಶ್ವರ, ಮಂಗಳೂರು.

** **ಡಾ. ರಾಜಶೇಖರ ಜಮದಂಡಿ,** ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನಾ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರು, ಶ್ರೀನಿವಾಸ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ, ಪಾಂಡೇಶ್ವರ, ಮಂಗಳೂರು.

ಪೀಠಿಕೆ:

ಮೌನವು ಮಾನವನ ಅಂತರಂಗವನ್ನು ಅರಿಯಲು, ಆತ್ಮಪರಿಶೀಲನೆ ನಡೆಸಲು ಹಾಗೂ ಜೀವನದ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸಲು ನೆರವಾಗುವ ಮಹತ್ವದ ಮೌಲ್ಯವಾಗಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮೌನವನ್ನು ಮಾತಿನ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿ ಎಂದು ಅರ್ಥೈಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮತ್ತು ತಾತ್ವಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಲ್ಲಿ ಮೌನವು ಅದಕ್ಕಿಂತ ವಿಶಾಲವಾದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಮೌನವೆಂದರೆ ಬಾಹ್ಯ ಶಬ್ದವನ್ನು ಮಾತ್ರ ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದಲ್ಲ; ಮನಸ್ಸಿನ ಅಶಾಂತಿ, ಅನಗತ್ಯ ಚಿಂತನೆ ಮತ್ತು ಅತಿಯಾದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ. ಕ್ರೈಸ್ತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಮೌನವು ದೇವರ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಮನೋಭಾವ, ವಿನಯ, ವಿಧೇಯತೆ, ತಾಳ್ಮೆ ಮತ್ತು ಆತ್ಮ ಸಮರ್ಪಣೆಯೊಂದಿಗೆ ನಿಕಟವಾಗಿ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ.

ರೇಮಂಡರ ಚಿಂತನೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಮೌನವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ನೈತಿಕ ಹಾಗೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿಯೂ ಮಹತ್ವದ್ದಾಗಿದೆ. ಮಾತನಾಡುವ ಮೊದಲು ಯೋಚಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸವು ವಿವೇಕವನ್ನು ಬೆಳೆಸುತ್ತದೆ. ಅನಗತ್ಯ ಮಾತು, ಅಪವಾದ, ಟೀಕೆ ಮತ್ತು ತ್ವರಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಲು ಮೌನ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಅದು ತಾಳ್ಮೆ, ಆತ್ಮನಿಗ್ರಹ, ವಿನಯ ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನು ಆಲಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮೌನವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆಂತರಿಕ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಬಾಹ್ಯ ಸಂಬಂಧಗಳ ಸೌಹಾರ್ದ ಎರಡಕ್ಕೂ ಪೂರಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮೌನದ ಮಹತ್ವ:

ಸಂತ ಯಾಕೋಬರು ಹೇಳುವಂತೆ: “ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ತಪ್ಪು ಮಾಡದವನು ಪರಿಪೂರ್ಣನು; ಅವನು ತನ್ನ ಇಡೀ ದೇಹವನ್ನೂ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲನು” (ಯಾಕೋಬ 3:2) ಈ ವಾಕ್ಯವು ಮಾನವನ ಮಾತು ಮತ್ತು ಆತ್ಮ ನಿಯಂತ್ರಣದ ನಡುವಿನ ಆಳವಾದ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಯೇಸುಕ್ರಿಸ್ತರು ಹೇಳುವಂತೆ “ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ತುಂಬಿರುವುದನ್ನೇ ಬಾಯಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತದೆ.” (ಲೂಕ 6:45b). ಒಳಿತಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಹೃದಯದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ನಾಲಿಗೆಯಿಂದ ಸುಗಂಧದಂತಹ ಮಾತುಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಕಹಿ ಅಥವಾ ಈರ್ಷೆ ತುಂಬಿದರೆ, ಮಾತುಗಳೂ ದುರ್ವಾಸನೆಯಂತೆ ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಕಿರಿಕಿರಿ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಮೌನವು ಬರಿ ಶಬ್ದದ ಅಭಾವವಲ್ಲ; ಅದು ಆಂತರಿಕ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂಯಮದ ಸಂಕೇತ. ಮೌನವು ಅಹಂಕಾರ ಮತ್ತು ತಕ್ಷಣದ ಕೋಪವನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಮೌನವು ಮಾನವನ ಅಂತರಂಗವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು, ಆತ್ಮಪರಿಶೀಲನೆ

ನಡೆಸಲು ಮತ್ತು ಸತ್ಯವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುವ ಮಹತ್ವದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಹಾಗೂ ನೈತಿಕ ಸಾಧನೆಯಾಗಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮೌನವೆಂದರೆ ಮಾತನಾಡದೇ ಇರುವ ಸ್ಥಿತಿ ಎಂದು ಅರ್ಥೈಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಲ್ಲಿ ಮೌನವು ಕೇವಲ ಮಾತಿನ ಅಭಾವವಲ್ಲ; ಅದು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಏಕಾಗ್ರಗೊಳಿಸಿ, ಆತ್ಮವನ್ನು ದೇವರ ಸನ್ನಿಧಿಯಲ್ಲಿ ತೆರೆದಿಡುವ ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿದೆ.

ಧಾರ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮೌನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ಸ್ಥಾನವಿದೆ. ನಿರಂತರವಾದ ಮಾತುಕತೆ, ಅನಗತ್ಯ ಚರ್ಚೆ ಮತ್ತು ಬಾಹ್ಯ ಚಂಚಲತೆಗಳಿಂದ ದೂರವಿದ್ದು, ಮನಸ್ಸನ್ನು ದೇವರ ಕಡೆಗೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ಮೌನ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಮೌನದ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು, ಉದ್ದೇಶಗಳು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವಕಾಶ ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಆತ್ಮ ಪರಿಶೀಲನೆಯು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ, ತನ್ನ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರೇರಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಮರಿಯ ಮಗ್ದಲೆ – ಮೌನದ ಮಾದರಿ:

ರೇಮಂಡ್ ಅವರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚಿಂತನೆಯ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಬೈಬಲಿನಲ್ಲಿ ಬರುವ ಮರಿಯ ಮಗ್ದಲೆ ಮೌನದ ಆದರ್ಶ ಮಾದರಿಯಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ. ಬೆಥನಿ ಮನೆಯ ಘಟನೆಯಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಥಳು ಅನೇಕ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿದ್ದಾಗ, ಮರಿಯಳು ಯೇಸುವಿನ ಪಾದದ ಬಳಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಆತನ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಮೌನದಿಂದ ಆಲಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅವಳು ಒಂದೇ ಒಂದು ಮಾತನ್ನೂ ಆಡದೆ, ತನ್ನ ಸಂಪೂರ್ಣ ಗಮನವನ್ನು ಯೇಸುವಿನ ಕಡೆಗೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತಾಳೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ, ಮೌನವೆಂದರೆ ಕೇವಲ ಮಾತುಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವುದಲ್ಲ; ದೇವರ ಸನ್ನಿಧಿಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಿ, ಆತನ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ಆಲಿಸುವ ಆಂತರಿಕ ಸಿದ್ಧತೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮರಿಯಳ ನಡೆ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮವು ದೇವರ ಸನ್ನಿಧಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಆಳವಾಗಿ ನೆಲೆಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಬಾಹ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆ ಮತ್ತು ಮಾತುಗಳಿಗಿಂತ ಒಳಗಿನ ಆಲಿಸುವಿಕೆ ಮಹತ್ವ ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ಈ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಮರಿಯ ಮಗ್ದಲೆ ಯೇಸುವಿನ ಪಾದದ ಬಳಿ ಕುಳಿತು ಆಲಿಸುವುದು, ದೇವರ ಸನ್ನಿಧಿಯಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವು ತನ್ನನ್ನು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮೌನದ ಮಾದರಿಯಾಗಿದೆ.

ಸಂಶೋಧನಾ ನಿರೂಪಣೆ:

ಮರಿಯಳ ಮೌನವು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯತೆಯ ಸಂಕೇತವಲ್ಲ. ಅದು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆಲಿಸುವಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ಮಾರ್ಥಳು ಹೊರಗಿನ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಮರಿಯಳು ಯೇಸುವಿನ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಮೂಲಕ ತನ್ನ ಆಂತರಿಕ ಲೋಕವನ್ನು ದೇವರ ಕಡೆಗೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮೌನವು ದೇವರ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ಆಲಿಸುವ ಆತ್ಮದ ಸಿದ್ಧತೆಯಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಬಹುದು. ಈ ಮೌನದ

ಗುಣವು ಫರಿಸಾಯನ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಘಟನೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಗೋಚರಿಸುತ್ತದೆ. ಮರಿಯಳನ್ನು ನಗರದಲ್ಲಿ ಪಾಪಿ ಎಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದವರು ಅವಳನ್ನು ಟೀಕಿಸಿದರೂ, ಅವಳು ತನ್ನನ್ನು ಸಮರ್ಥಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಯಾವುದೇ ಮಾತನ್ನು ಆಡಲಿಲ್ಲ. ಆರೋಪ, ಅವಮಾನ, ಮತ್ತು ತಿರಸ್ಕಾರದ ನಡುವೆಯೂ ಅವಳು ಮೌನದಿಂದ ಯೇಸುವಿನ ಸನ್ನಿಧಿಯಲ್ಲಿ ಉಳಿದುಕೊಂಡಳು. ಇದರಿಂದ ತನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಬರುವ ಅಪವಾದಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ದೇವರ ಸನ್ನಿಧಿಯಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಹೃದಯವನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸುವುದು ನಿಜವಾದ ಮೌನದ ಲಕ್ಷಣ ಎಂಬ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸತ್ಯವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಬಹುದು.

ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಸಿಮೋನ್ ಕುಷ್ಠರೋಗಿಯ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮರಿಯಳು ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಸುಗಂಧದ್ರವ್ಯವನ್ನು ಯೇಸುವಿನ ಮೇಲೆ ಸುರಿಸಿದಾಗ ಜೂದಾಸನು, “ಈ ವ್ಯರ್ಥ ಖರ್ಚೇಕೆ”? ಎಂದು ಆಕ್ಷೇಪಿಸಿದನು (ಮತ್ತಾಯ 26:8–9). ಈ ಟೀಕೆಗೆ ಮರಿಯಳು ಯಾವುದೇ ವಾದವನ್ನು ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ತನ್ನ ಕಾರ್ಯದ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸದೆ, ಮೌನದಿಂದಲೇ ತನ್ನ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದಳು. ಅವಳ ಮೌನವು ದುರ್ಬಲತೆಯ ಸಂಕೇತವಲ್ಲ; ಅದು ನಂಬಿಕೆ, ಪ್ರೀತಿ, ಆತ್ಮಸಮರ್ಪಣೆ ಮತ್ತು ದೇವರ ಮೇಲಿನ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಿಶ್ವಾಸದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದೆ.

ಹೀಗಾಗಿ, ರೇಮಂಡರ ಚಿಂತನೆಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಲ್ಲಿ ಮರಿಯ ಮಗ್ದಲೆ ಮೌನದ ಜೀವಂತ ಮಾದರಿಯಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಬಹುದು. ಅವಳ ಮೌನದಲ್ಲಿ ಆಲಿಸುವ ಮನಸ್ಸು, ಅವಮಾನವನ್ನು ಸಹಿಸುವ ತಾಳ್ಮೆ, ಆತ್ಮಸಮರ್ಪಣೆಯ ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ದೇವರ ಮೇಲಿನ ಅಚಲವಾದ ಪ್ರೀತಿ ಒಂದಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಜೀವನದಲ್ಲಿಯೂ ಇಂತಹ ಮೌನವು ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ್ದಾಗಿದೆ. ಅದು ಮಾತಿನ ನಿಯಂತ್ರಣದಿಂದ ಆರಂಭವಾಗಿ, ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಮನಸ್ಸು, ಭಾವನೆ, ಆಸೆ ಮತ್ತು ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ದೇವರ ಚಿತ್ತಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಆಂತರಿಕ ಶಿಸ್ತಾಗಿ ಪರಿಪಕ್ವಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮರಿಯ ಮಗ್ದಲೆ, ಮೌನದ ಮೂಲಕ ದೇವರನ್ನು ಆಲಿಸಿ, ಪ್ರೀತಿಯ ಮೂಲಕ ಆತನಿಗೆ ತನ್ನನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸಿದ ಆದರ್ಶ ಶಿಷ್ಯೆಯಾಗಿ ರೇಮಂಡರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚಿಂತನೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶಿಷ್ಟ ಸ್ಥಾನ ಪಡೆಯುತ್ತಾಳೆ.

ಸಂಶೋಧನಾ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದಲೂ ಮೌನವು ಗಮನಾರ್ಹವಾದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯಾಗಿದೆ. ಸಂಶೋಧಕನಿಗೆ ವಿಷಯದ ಆಳವಾದ ಅಧ್ಯಯನ, ಅವಲೋಕನ, ಚಿಂತನೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಗೆ ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಬಾಹ್ಯ ಅಡಚಣೆಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವ ಮೌನದ ವಾತಾವರಣವು ವಿಷಯವನ್ನು ಸಮಗ್ರವಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಧಾರ್ಮಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಮೌನವು ಪಠ್ಯದ ಅಂತರಾರ್ಥ, ಮೌಲ್ಯ ಮತ್ತು ಸಂದೇಶವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವಲ್ಲಿ ಮಹತ್ವದ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ.

1. ವಿನಯದ ಮೌನ:

ವಿನಯವು ಮೌನದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಭೆ–ಸಮಾರಂಭಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಇತರರ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಬಗ್ಗೆ–ಒಳ್ಳೆಯದಾಗಲಿ ಕೆಟ್ಟದಾಗಲಿ–ಮಾತನಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬೇಕು. ತನ್ನ ಗುಣಗಳು, ಸಾಧನೆಗಳು, ಅನುಭವಗಳು ಅಥವಾ ದೋಷಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಸ್ವಪ್ರಶಂಸೆ ಅಥವಾ ಆತ್ಮನಿಂದನೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಬಾರದು. ತನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗಲಿ, ಕೆಟ್ಟದಾಗಲಿ ಏನನ್ನಾದರೂ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ತನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರು ಅಥವಾ ಆತ್ಮೀಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರೊಂದಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ರೇಮಂಡರ ಚಿಂತನೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಮೌನವು ವಿನಯದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಆಗಿದೆ. ತನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನೇ ಎಲ್ಲಾ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಮುಂದಿರಿಸದೆ, ಇತರರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಆಲಿಸುವ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದು ವಿನಯಪೂರ್ಣ ಮೌನದ ಲಕ್ಷಣವಾಗಿದೆ. ಇತರರನ್ನು ಆಲಿಸುವ ಮೂಲಕ ಅವರ ಅನುಭವ, ನೋವು, ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮೌನವು ಪರಸ್ಪರ ಗೌರವ ಮತ್ತು ಸಹಾನುಭೂತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸುವ ಸಾಧನವಾಗಿದೆ.

2. ವಿಧೇಯತೆಯ ಮೌನ:

ವಿಧೇಯತೆಯ ಮೌನವೆಂದರೆ, ಸ್ಥಳೀಯ ಮೇಲಾಧಿಕಾರಿಯ ಬಗ್ಗೆಯಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಉನ್ನತಾಧಿಕಾರಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಆಗಲಿ, ಅನಾವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಮಾತನಾಡದಿರುವುದು. ಅವರ ಕುರಿತು ಒಳ್ಳೆಯದಾಗಲಿ ಕೆಟ್ಟದಾಗಲಿ ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸುವುದನ್ನು ಅಥವಾ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬೇಕು. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅವರ ನಿರ್ಧಾರಗಳು, ನಡೆನುಡಿಗಳು ಮತ್ತು ಆಡಳಿತ ಕ್ರಮಗಳ ಕುರಿತು ಟೀಕೆ, ದೂರು ಅಥವಾ ಅನಗತ್ಯ ಚರ್ಚೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು.

3. ತಾಳ್ಮೆಯ ಮೌನ:

ತಾಳ್ಮೆಯ ಮೌನವೆಂದರೆ, ತನ್ನ ವೈಯಕ್ತಿಕ ತೊಂದರೆಗಳು, ಕಷ್ಟಗಳು, ನೋವುಗಳು ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳದೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಸಹಿಸಿಕೊಂಡು ಸಾಗುವುದು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕಷ್ಟವನ್ನೂ ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸುವುದು ಅಥವಾ ತನ್ನ ದುಃಖಗಳನ್ನು ಪದೇಪದೇ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಬುದ್ಧರಾಗಿರುವ ಹಾಗೂ ವಿವೇಕಯುತ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಮಾತ್ರ ತನ್ನ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮತ್ತು ಸಲಹೆ ಆತ್ಮೀಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ. ರೇಮಂಡರ ಚಿಂತನೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಮೌನವು ತಾಳ್ಮೆಯೊಂದಿಗೆ ನಿಕಟ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಕೋಪ, ನೋವು ಅಥವಾ ಅಸಮಾಧಾನದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ತಕ್ಷಣ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಮೌನವಾಗಿರುವುದು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಅನೇಕ ತಪ್ಪು ಮಾತುಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಹೊರಬರುವ

ಮಾತುಗಳು ಸಂಬಂಧಗಳಿಗೆ ಹಾನಿ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ವಿವೇಕಪೂರ್ಣ ಮೌನವು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಶಾಂತವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಸೂಕ್ತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನೀಡಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ.

4. ಪಾವಿತ್ರ್ಯದ ಮೌನ:

ಪಾವಿತ್ರ್ಯದ ಮೌನವೆಂದರೆ, ಲೋಕದ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅನಾವಶ್ಯಕ ಮಾತುಕತೆಗಳಿಂದ ದೂರವಿದ್ದು, ತನ್ನ ಪಾವಿತ್ರ್ಯದ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸದಿರುವುದು. ತನ್ನ ಪಾವಿತ್ರ್ಯದ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಕುಂದು ತರುವ ಯಾವುದೇ ವಿಷಯದ ಕುರಿತು ಅತಿಯಾದ ಕುತೂಹಲ ಅಥವಾ ಚಿಂತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳದೇ ಇರುವುದು. ಇತರರ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸದಿರುವುದು ಮತ್ತು ಅಶೋಭನೀಯ ಸಂಭಾಷಣೆಯಿಂದ ದೂರವಿರುವುದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ನೈತಿಕ ಶುದ್ಧತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆ.

5. ವಿವೇಕದ ಮೌನ:

ವಿವೇಕದ ಮೌನವೆಂದರೆ, ತನ್ನ ಮನೆ ಅಥವಾ ಧಾರ್ಮಿಕ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸುದ್ದಿಗಳು, ವಿಚಾರಗಳು, ಆಂತರಿಕ ವಿಷಯಗಳು ಹಾಗೂ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಹೊರಗಿನವರೊಂದಿಗೆ ಅನಾವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳದಿರುವುದು. ಸಮುದಾಯದ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದ ಏಕತೆ, ಪರಸ್ಪರ ವಿಶ್ವಾಸ ಮತ್ತು ಗೌರವಕ್ಕೆ ದಕ್ಕೆ ತರದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಮೌನವು ಆತ್ಮನಿಗ್ರಹದ ತರಬೇತಿಯೂ ಹೌದು. ಮಾತನಾಡುವ ಆಸೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳ ಮೇಲೆಯೂ ನಿಯಂತ್ರಣ ಸಾಧಿಸಲು ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ. ಈ ಆತ್ಮನಿಗ್ರಹವು ಕ್ರಮೇಣ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಜೀವನ ಮತ್ತು ಕರ್ತವ್ಯ ನಿಷ್ಠೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.

ಆದರೆ ಮೌನವನ್ನು ತಪ್ಪಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಬಾರದು. ಅನ್ಯಾಯ, ಹಿಂಸೆ, ಶೋಷಣೆ ಅಥವಾ ತಪ್ಪು ನಡೆಯನ್ನು ಕಂಡಾಗ ಯಾವುದೇ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನೀಡದೆ ಇರುವುದನ್ನು ಸದ್ಗುಣಮಯ ಮೌನವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸತ್ಯ ಮತ್ತು ನ್ಯಾಯದ ಪರವಾಗಿ ಸೂಕ್ತ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಮಾತನಾಡುವುದೂ ನೈತಿಕ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಜವಾದ ಮೌನವು ಮಾತಿನ ಅಭಾವವಲ್ಲ; ಅದು ಸತ್ಯ, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ವಿವೇಕದಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಿತವಾದ ಮಾತು ಮತ್ತು ಮೌನದ ಸಮತೋಲನವಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮೌನವು ಮಾತಿನ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲ; ಅದು ಆಂತರಿಕ ಜಾಗೃತಿ, ಆತ್ಮಪರಿಶೀಲನೆ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಆಳವಾದ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಬೆಳೆಸುವ ಜೀವನಮೌಲ್ಯವಾಗಿದೆ. ಧಾರ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮೌನವು ಆತ್ಮಶುದ್ಧಿಗೆ, ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಆಳವಾದ ಚಿಂತನೆಗೆ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಂಯಮ ಹಾಗೂ ಪರಸ್ಪರ ಗೌರವಕ್ಕೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿವೆ.

ಉಪಸಂಹಾರ:

ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ, ರೇಮಂಡರ ಚಿಂತನೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಮೌನವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಾಹ್ಯ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಸಾಧನವಲ್ಲ; ಅದು ಆಂತರಿಕ ಪರಿವರ್ತನೆಗೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುವ ಮಹತ್ವದ ಜೀವನ ಮೌಲ್ಯವಾಗಿದೆ. ಮೌನದ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಇತರರನ್ನು ಆಲಿಸಲು ಮತ್ತು ದೇವರ ಸಾನಿಧ್ಯವನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ವಿನಯ, ತಾಳ್ಮೆ, ಶುದ್ಧತೆ ವಿವೇಕ, ಆತ್ಮನಿಗ್ರಹ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯಂತಹ ಗುಣಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಮೌನವು ಭದ್ರವಾದ ನೆಲೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮೌನವು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಗಾಢಗೊಳಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ತನ್ನ ಅಂತರಂಗವನ್ನು ಅರಿಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸಮುದಾಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅದು ಪರಸ್ಪರ ಗೌರವ ಮತ್ತು ಸೌಹಾರ್ದತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾಜಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಮಾತು ಮತ್ತು ಮೌನದ ನಡುವಿನ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮೌನವು ಮಾತಿನ ನಿರಾಕರಣೆಯಲ್ಲ; ಬದಲಾಗಿ ಸಮಯೋಚಿತ ಮಾತು, ವಿವೇಕಪೂರ್ಣ ಮೌನ ಮತ್ತು ಅಂತರಂಗದ ಶಾಂತಿಯ ಸಮನ್ವಯವಾಗಿದೆ.

ಪರಾಮರ್ಶನ ಗ್ರಂಥಗಳು:

1. ಭಗಿನಿ ಬರ್ತಾ, (1943–1949), ಸಂಸ್ಥಾಪಕರ ವಚನಗಳು, ಮಂಗಳೂರು: ಬೆಥನಿ ಪ್ರಕಾಶನ.
2. ಬೈಬಲ್ ಸೊಸೈಟಿ ಆಫ್ ಇಂಡಿಯಾ, (1993), ಪವಿತ್ರ ಬೈಬಲ್ ಹಳೆಯ ಮತ್ತು ಹೊಸ ಒಡಂಬಡಿಕೆಗಳು ಮತ್ತಿತರ ಅನುಗ್ರಂಥಗಳು, ಬೆಂಗಳೂರು: ಬೈಬಲ್ ಸೊಸೈಟಿ ಆಫ್ ಇಂಡಿಯಾ.
3. ಥಾಮಸ್ ಮೆರ್ಟನ್, (1971), ಧ್ಯಾನ, ಮೌನ ಮತ್ತು ಸಕ್ರಿಯ ಧಾರ್ಮಿಕ ಜೀವನದ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧ, ಅಂತರ್ಜಾಲ: ವಿಕಿಪೀಡಿಯಾ.
4. ಅವಿಲಾದ ಸಂತ ತೆರೆಸಾ, (1979), ಆಂತರಿಕ ಕೋಟೆ (The Interior Castle), ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್: ಪಾಲಿಸ್ಟ್ ಪ್ರೆಸ್.
5. ಥಾಮಸ್ ಮೆರ್ಟನ್, (1958), ಏಕಾಂತ, ಅಂತರಂಗದ ಚಿಂತನೆ ಮತ್ತು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ, ಅಂತರ್ಜಾಲ: ವಿಕಿಪೀಡಿಯಾ.
6. ಕಥೋಲಿಕ ಚರ್ಚ್, (1994), ಕಥೋಲಿಕ ಚರ್ಚಿನ ಧರ್ಮಶಿಕ್ಷಣ (Catechism of the Catholic Church), ಬೆಂಗಳೂರು: ಥಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್ ಪಬ್ಲಿಕೇಶನ್ ಇನ್ ಇಂಡಿಯಾ.