ಝೆನ್‌ಗುರುವೊಬ್ಬ ಒಮ್ಮೆ ಹೀಗೆ ಉದ್ಗರಿಸಿದ:
ಈ ಶರೀರವೇ ಬೋಧಿವೃಕ್ಷ,
ಮನಸ್ಸು ಶುಭ್ರವಾದ ಕನ್ನಡಿ,
ಸದಾ ಅದನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು,
ದೂಳು ಕೂರದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಗುರು ಉದ್ಗರಿಸಿದ್ದು ಹೀಗೆ:
ದಿಟವಾಗಿಯೂ ಬೋಧಿ ಯಾವುದೇ ವೃಕ್ಷವಲ್ಲ,
ಕನ್ನಡಿಗೆ ಕೂಡ ಆಧಾರವಿಲ್ಲ.
ಬುದ್ಧತ್ವ ಸದಾ ನಿರ್ಮಲ ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛ:
ದೂಳಿಗೆ ಆಸ್ಪದವಾದರೂ ಎಲ್ಲಿ?

★ ★ ★

ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಎರಡು ರೀತಿಯ ಅತಿರೇಕಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ಇಡಿಯ ನಮ್ಮ ಶರೀರವೇ ತುಚ್ಛವಾದುದು; ಹೇಯವಾದುದು. ಶರೀರ ಎನ್ನುವುದು ಪಾಪ; ಅದೊಂದು ಬಂಧನ. ಆದುದರಿಂದ ದೇಹವನ್ನು ಖಂಡಿಸಬೇಕು; ದಂಡಿಸಬೇಕು. ಆಗಲೇ ನಮಗೆ ಮುಕ್ತಿ. ಇದು ಒಂದು ಅತಿರೇಕದ ತುದಿ.

ಶರೀರದ ಸುಖವೇ ದಿಟವಾದ ಜೀವನ. ನಮ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು ಸುಖವಾಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ಜೀವನಸಾರ್ಥಕತೆಯಿದೆ; ಅದೇ ಮುಕ್ತಿ. ಶರೀರದ ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಏನು ಮಾಡಿದರೂ ತಪ್ಪಲ್ಲ. ಇದು ಇನ್ನೊಂದು ಅತಿರೇಕದ ತುದಿ.

ಈ ಎರಡು ವಾದಗಳು ಇಂದು–ನಿನ್ನೆಯದಲ್ಲ; ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದಲೂ ಈ ರೀತಿಯ ಭಿನ್ನ ಧಾರೆಗಳ ಆಲೋಚನೆ ನಡೆಯುತ್ತಬಂದಿದೆ. ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳು ಕೂಡ ಇಂಥ ಇಬ್ಹೋಡುವಿನ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದೆ. 'ಸಿದ್ಧಾರ್ಥ' ಎಂಬ ರಾಜಕುಮಾರನು 'ಬುದ್ಧ' ಎಂಬ ಭಿಕ್ಷುವಾದದ್ದು ಕೂಡ ಈ ಎರಡು ಚಿಂತನೆಗಳ ನಡುವೆ ಸಾಗಿದ ಮಥನದಲ್ಲಿಯೇ ಹೌದು.

ಪ್ರಾಚೀನ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಚಾರ್ವಾಕರು ಎಂಬ ಚಿಂತಕರಿದ್ದರು. ಅವರನ್ನು ಲೋಕಾಯತರೂ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾತನಾಡಬಲ್ಲವರು; ಹಾಗೆಂದೇ ಅವರಿಗೆ 'ಚಾರ್ವಾಕರು' ಎಂಬ ಹೆಸರು. ಅವರಿಗೆ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವ ಲೋಕದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರ ಗಮನ; ಹಾಗೆಂದೇ ಅವರನ್ನು 'ಲೋಕಾಯತರು' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಿದ್ದರು. 'ಇರುವ ದೇಹ ಒಂದು ದಿನ ನಶಿಸಲೇ ಬೇಕು. ದೇಹವನ್ನು ಸುಟ್ಟ ಮೇಲೆ ಅದನ್ನು ಮರಳಿ ಪಡೆಯಲಾದೀತೆ? ಆದುದರಿಂದ, ಇರುವ ತನಕ ದೇಹವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ; ದೇಹಸುಖದ ಮೂಲಕ ಒದಗುವ ಸುಖವೇ ದಿಟವಾದ ಸುಖ. ಹೀಗಾಗಿ ಸಾಲವನ್ನು ಮಾಡಿಯಾದರೂ ತುಪ್ಪ ತಿನ್ನಿ.' ಇದು ಚಾರ್ವಾಕ ಸಿದ್ಧಾಂತದ ಸಾರ.

ಇದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಭಿನ್ನವಾದ ಹಲವು ದರ್ಶನಗಳು ಪ್ರಾಚೀನ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಆ ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ಇದ್ದವು. 'ದೇಹವೇ ನಾವಲ್ಲ; ದೇಹಕ್ಕಿಂತ ಭಿನ್ನವಾದ ಆತ್ಮ ಎಂಬ ವಸ್ತು ಇದೆ. ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿರುವ ಈ ಮೂಲಚೈತನ್ಯದ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದೇ ಜೀವನದ ಸಾರ್ಥಕತೆ; ಈ ಅನುಭವವೇ ಆನಂದ. ಈ ಶರೀರ ನಾನಲ್ಲ, ಅಂಗಗಳು ನಾನಲ್ಲ, ಬುದ್ಧಿ ನಾನಲ್ಲ; ಚೈತನ್ಯವೇ ನಾನು, ಅರಿವೇ ನಾನು, ಆತ್ಮವೇ ನಾನು.' ಇದು ಉಪನಿಷತ್ತಿನ