ಡಾ.ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪಿತಾಮಹ ಸುಭಾಷ್ ಪತ್ರೀಜಿ ಆಶೀರ್ವಾದಗಳೊಂದಿಗೆ

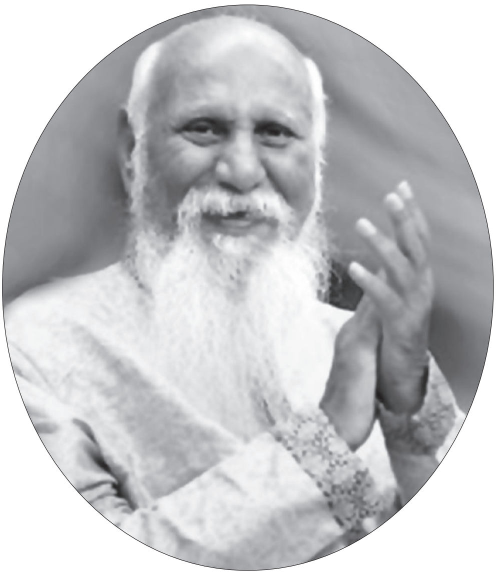
ದುಃಖ ನಿವಾರಣೆಯ ಮಾರ್ಗ

ತಟವರ್ತಿ ವೀರರಾಘವರಾವು

ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ :
ನಾಗಜ್ಯೋತಿ

ದುಃಖ ನಿವಾರಣೆಯ ಮಾರ್ಗ

ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ : ನಾಗಜ್ಯೋತಿ



ಶ್ರೀರಾಮ ಪಬ್ಲಿಕೇಶನ್ಸ್
ಶ್ರೀ ರಾಮಧಾಮ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರ,
ನಾರಾಯಣಪ್ಪಗಾರ್ಡನ್, ವೈಟ್‌ಫೀಲ್ಡ್, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 066

ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿ ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಷನಲ್
ಕೆಬ್ಬೆದೊಡ್ಡಿ ಗ್ರಾಮ, ಹಾರೋಹಳ್ಳಿ ಹೋಬಳಿ, ಕನಕಪುರ ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

Dhukka Nivaraneya Marga :
Edited & Published by **Srirama Publications,**
Sri Ramadhama Pyaramid Dyanakendra, Narayanappa Garden, Whitefiled, Bangalore - 560 066.
M.: 9449695503, 8050082689, 9886532204

ಮೊದಲನೇ ಮುದ್ರಣ	:	2023
ಹಕ್ಕುಗಳು	:	ಪ್ರಕಾಶಕರು
ಪ್ರಕಾಶಕರು	:	**ಶ್ರೀರಾಮ ಪಬ್ಲಿಕೇಶನ್ಸ್** ಶ್ರೀ ರಾಮಧಾಮ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರ, ನಾರಾಯಣಪ್ಪಗಾರ್ಡನ್, ವೈಟ್‌ಫೀಲ್ಡ್, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 066 ಮೊ.: 9449695503, 9886532204
ಬಳಸಿದ ಕಾಗದ	:	70 ಜಿ.ಎಸ್.ಎಂ. ಮ್ಯಾಪಾಲಿಥೊ ಡೆಮಿ 1/8
ಪ್ರತಿಗಳು	:	1000
ಬೆಲೆ	:	70/– ರೂ
ಪುಟಗಳು	:	vi+74=80
ಮುಖಚಿತ್ರ	:	ಚಂದ್ರಕಾಂತ ಪಟ್ಟಣ
ಅಕ್ಷರ ಜೋಡಣೆ	:	**ನಿರಂತರ ಸಾಯಿ ಕಮ್ಯೂನಿಕೇಷನ್ ಪ್ರೈ .ಲಿ** ಮೊ: 96328 12541

ಮುದ್ರಣ :

ಪೂರ್ಣಾ ಗ್ರಾಫಿಕ್ಸ್,

ಬೆಂಗಳೂರು 9844167475

ಸ್ವ-ಪರಿಚಯ

ನನ್ನ ಹೆಸರು ಎಚ್.ಎನ್.ಶ್ರೀನಿವಾಸ. ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಸಿವಿಲ್ ಇಂಜಿನಿಯರ್. ಪದವಿ ಪಡೆದ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ, ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಸರ್ಕಾರಿ ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ಆ ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿ ನಿರಾಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿದ ನಾನು, 1990ರಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ನನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣವು 1999ರಲ್ಲಿ ಎಸ್.ಎಸ್.ವೈ. ಅಂದರೆ, ಸಿದ್ಧಸಮಾಧಿ ಯೋಗ ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. 2004ರಲ್ಲಿ ವೀರಾಂಜನೇಯ ದೇವಾಲಯವನ್ನು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ವೈಟ್‌ಫೀಲ್ಡ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿರ್ಮಿಸಲಾಯಿತು. ಎಲ್ಲಾ ಆಚರಣೆಗಳು ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದವು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಒಲವು ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ನಾನು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಪತ್ನಿ ಎಸ್.ಎನ್.ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ ಸೇರಿ 2008ರಲ್ಲಿ ನಾವು ದೇವಾಲಯದ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ 'ಶ್ರೀ ರಾಮಧಾಮ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರ' ಎಂಬ ಹೆಸರಿನ ಒಂದು ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿದೆವು. ಇದನ್ನು ಸಿದ್ಧಸಮಾಧಿ ಯೋಗ ಸಂಸ್ಥಾಪಕರಾದ ಡಾ.ಋಷಿ ಪ್ರಭಾಕರ್ ಗುರೂಜಿಯವರು ಉದ್ಘಾಟಿಸಿದರು. ಅಲ್ಲಿ ಎಸ್.ಎಸ್.ವೈ. ಶಿಕ್ಷಕರಿಂದ ಸಾಮೂಹಿಕ ಧ್ಯಾನ ತರಬೇತಿಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುತ್ತಿದ್ದೆವು. 2009ರಲ್ಲಿ ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪಿತಾಮಹ ಡಾ.ಸುಭಾಷ್ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಧ್ಯಾನ ಅಧಿವೇಶನಕ್ಕಾಗಿ ಶ್ರೀರಾಮಧಾಮ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದಾಗ 'ಆನಾಪಾನಸತಿ ಧ್ಯಾನ ವಿಧಾನ'ವನ್ನು ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಸಿದರು. ಪತ್ರೀಜಿಯವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದ ನಂತರ, ದಿನನಿತ್ಯದ ನನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭ್ಯಾಸದ ಕಾಲಾವಧಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ. ಪಿ.ಎಸ್.ಎಸ್.ಎಂ.ನ ತತ್ವಸಿದ್ಧಾಂತದಲ್ಲಿ ಗುರು–ಶಿಷ್ಯರ ಕುರಿತಾದ ಒಂದು ಪ್ರಮುಖವಾದ ಅಂಶವು ನನ್ನ ಗಮನ ಸೆಳೆಯಿತು. 'ಯಾರೂ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಗುರುಗಳಲ್ಲ, ಯಾರೂ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಶಿಷ್ಯರೂ ಅಲ್ಲ, ಅವರಿಗೆ ಅವರೇ ಗುರುಗಳು. ಮಾಸ್ಟರ್ ಆಗಿ ಬದುಕಲು ಕಲಿಯಿರಿ,

ಎಂದಿಗೂ ಶಿಷ್ಯರಾಗಿಯೇ ಇರಬೇಡಿ' ಎಂಬ ಪತ್ರೀಜಿಯವರ ಮಾತುಗಳು ಆಧ್ಯಾತ್ಮದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿತು. 2013ರಲ್ಲಿ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ನನಗೆ ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿ ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಷನಲ್ ಟ್ರಸ್ಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಟ್ರಸ್ಟಿಯಾಗಿ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಸದವಕಾಶವನ್ನು ಒದಗಿಸಿದರು.

ಇದರಲ್ಲಿ ನನಗೆ 'ನಿತ್ಯಅನ್ನದಾನ ಸೇವೆ'ಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ವಹಿಸಲಾಯಿತು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮಾನವನು ಮಾಧವನಾಗಬೇಕಾದರೆ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯವೂ ಶ್ರದ್ಧೆ, ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಅದರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ 'ಸಸ್ಯಾಹಾರ', 'ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ', 'ಸಜ್ಜನ-ಸಾಂಗತ್ಯ, ಅಂದರೆ, ಸತ್ಸಂಗ' ಹಾಗೂ 'ಪಿರಮಿಡ್ ಶಕ್ತಿ ಬಳಕೆ' ಅವಶ್ಯಕ ಎಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಶಾಸ್ತ್ರ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ನಿರಂತರ, ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಶಾರೀರಿಕ ಆರೋಗ್ಯ, ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಶಾಂತತೆ, ಬುದ್ಧಿ-ವಿಕಾಸ, ಆನಂದದ ಜೀವನ, ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಮುಂತಾದವುಗಳು ಲಭಿಸುವುದು. ಹೊಸ ಯುಗದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಕಟಿಸುವ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ 'ಶ್ರೀರಾಮ ಪಬ್ಲಿಕೇಶನ್ಸ್' ಹೆಸರಿನ ಪುಟ್ಟ ಪ್ರಕಾಶನ ಸಂಸ್ಥೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಲಾಯಿತು. ಪತ್ರೀಜಿಯವರ ಮತ್ತು ತಟವರ್ತಿ ವೀರರಾಘವರಾವ್ ರವರ ಆದೇಶದ ಮೇರೆಗೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಾಶನದ ವತಿಯಿಂದ ಕೆಲವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದೆವು. ಕೆಲವು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ಅನುವಾದಿಸಿ ಮುದ್ರಿಸಲಾಯಿತು. ಕೆಲವು ತೆಲುಗು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಮರುಮುದ್ರಣ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ತೆಲುಗಿನ ಉತ್ತಮ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಕನ್ನಡದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮ ಸಾಧಕರಿಗೂ ದೊರಕಲೆಂದು ನಾವು ಇಂತಹ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದ್ದೇವೆ.

ತಮ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸಿಗಳು,

ಎಚ್.ಎನ್.ಶ್ರೀನಿವಾಸ
ಮತ್ತು
ಎಸ್.ಎನ್.ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ
ಸಂಸ್ಥಾಪಕರು,
ಶ್ರೀರಾಮಧಾಮ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರ

ಪರಿವಿಡಿ

1.	ದುಃಖ ನಿವಾರಣೆಯ ಮಾರ್ಗ	1
2.	ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣ	2
3.	ಅಜ್ಞಾನ ಎಂದರೇನು?	4
4.	ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿರುವವರ ವರ್ತನೆ	5
5.	ಭಗವದ್ಗೀತೆ	6
6.	ವಶಿಷ್ಠ ಬೋಧೆ	10
9.	ಕರ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತ	17
10.	ಆತ್ಮದ ಹಿರಿಮೆ	19
11.	ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದರೆ?	21
12.	ಧ್ಯಾನದ ಹಿರಿಮೆ	23
13.	ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಪದ್ಧತಿ ಉಸಿರಾಟದ ಮೇಲೆ ಗಮನ	25
14.	ಸಾಧನೆ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಸಾಂಗತ್ಯಗಳ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ	26
15.	ಶ್ರೀ ಆದಿ ಶಂಕರಾಚಾರ್ಯರು	27
16.	ಬ್ರಹ್ಮಶ್ರೀ ಪತ್ರೀಜಿಯವರ ವಿವರಣೆ:	28
16.	ಬುದ್ಧ ಭಗವಾನರು	30

18.	ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದವರ ಸ್ಥಿತಿ ವಶಿಷ್ಠ ಮಹರ್ಷಿ	37
19.	ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಪರಮಾತ್ಮ	41
20.	ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರೀಜಿ	44
21.	ಮೇಡಮ್ ಬ್ಲವಟ್ ಸ್ಕೀ	50
23.	ತ್ರಿ ರತ್ನಗಳು	53
24.	ಅನುಬಂಧ ಪತ್ರೀಜಿ ಸಂದೇಶಗಳು	54
25.	ಆಹಾರ ಆರೋಗ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರ	57
26.	ಯೋಗಿಭವ	58
28	ಸಪ್ತ ಜ್ಞಾನ ಪಾತ್ರಗಳು	60
27.	ಸತ್ಯವು ಸದಾ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ	63
28.	ಶ್ರೀ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿ ಬ್ರಹ್ಮಶ್ರೀ ಪತ್ರೀಜಿ	64

ದುಃಖ ನಿವಾರಣೆಯ ಮಾರ್ಗ

ದುಃಖವು ಸಹಿಸಲಾಗದಷ್ಟು ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ದುಃಖದಲ್ಲಿ ಇರುವವರು ಅದರಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಧನವಂತರಾಗಿರಲಿ, ವಿದ್ಯಾವಂತರಾಗಿರಲಿ,ಒಳ್ಳೆಯ ಪದವಿಗಳಲ್ಲಿರಲಿ, ಯಾವುದೇ ರಂಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧರಾಗಿರಲಿ ದುಃಖ ಉಂಟಾದಾಗ, ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ತಾಳಲಾರದಷ್ಟು ದುಃಖವು ಉಂಟಾದಾಗ ಬಹಳ ವೇದನೆಗೆ ಒಳಪಟ್ಟು ಜೋರಾಗಿ ಬಿಕ್ಕಿ ಬಿಕ್ಕಿ ಅಳುತ್ತಾರೆ.

ಅವರಿಗೆ ಕಷ್ಟ ಬಂದರೂ, ನಷ್ಟವಾದರು, ಹತ್ತಿರದವರು ದೂರವಾದರೂ, ಅಧಿಕಾರ ಪದವಿಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡರು, ತೀವ್ರವಾದ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಏನು ಮಾಡಲಾರದೆ ದೇವರನ್ನು ಗುರುಗಳನ್ನು ಬೇಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಾರೆ. ರಕ್ಷಿಸಿರೆಂದು ಕಾಪಾಡಿರೆಂದು ನಾನಾ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವರು ತಮ್ಮ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸಹ ಮರೆತು ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ದುಃಖವನ್ನು ಸಹಿಸಲು ಅವರಿಂದ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಆದ್ದರಿಂದ, ಯಾರೇ ಆಗಲಿ ದುಃಖವು ಉಂಟಾದಾಗ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಮಾರ್ಗವು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಾಗಲಿ ಆರಾಧನೆಯಾಗಲಿ ಅಲ್ಲ. ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಬೇಕೆಂದರೆ ಮೊದಲು ದುಃಖದ ಕಾರಣವನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಾನವರು ಎಷ್ಟೇ ಸಮಯ ಕಳೆದರೂ ಸರಿ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಹೊರಬಂದಂತೆ ಅನಿಸಿದರೆ ಪುನಃ ಮತ್ತೊಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕುತ್ತಾರೆ, ದುಃಖಕ್ಕೆ ಒಳಪಡುತ್ತಾರೆ. ಯಾವಾಗಲೂ ದುಃಖದಲ್ಲಿಯೇ ಇರುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ ಯಾವಾಗ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣವನ್ನು ತಿಳಿಯುತ್ತಾರೋ ಅದನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಪುನಃ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಒಳಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣವನ್ನು ತಿಳಿಯದೆ ಪರಿಷ್ಕಾರವು ಲಭಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದದರಿಂದ ಮೊದಲು ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣವನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣ

ಮಾನವನ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣ 'ಅಜ್ಞಾನ', ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳು, ಕರ್ಮಗಳು ಮಾನವನಿಗೆ ದುಃಖವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಮಾನವನು ತಾನು ಮಾಡಿರುವ ಕರ್ಮಫಲಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ಅನುಭವಿಸಲೇಬೇಕು.

ಮಾನವನು ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಏನನ್ನು ಬೇಡಬೇಕು, ಏನನ್ನು ಬೇಡಬಾರದು ಎಂಬುದನ್ನು ಸಹ ತಿಳಿಯದೆ ತನ್ನ ಕೋರಿಕೆಗಳಿಗೆ ದಾಸನಾಗಿ ಕೋರಿಕೆಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದೆ ಅದನ್ನು ಈಡೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬ ತಾಪತ್ರಯದಿಂದ ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಸಾಲ ಮಾಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಸಹ ಮಾಡುತ್ತಾ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಅದರ ಫಲಿತವನ್ನೇ ದುಃಖದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಕೋರಿಕೆಗಳು ಈಡೇರದೆ ಹೋದರು ಸಹ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ಮಾನವನ ಕೋರಿಕೆಗಳಿಗೆ ಅಂತ್ಯವೆಂಬುದೇ ಇಲ್ಲ. ಒಂದು ಕೋರಿಕೆ ಈಡೇರಿದರೆ ಕೂಡಲೇ ಮತ್ತೊಂದು ಕೋರಿಕೆಗೆ ರೆಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ.

ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸಿದರೆ ಕೋರಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೋರುವುದು ಮನಸ್ಸು. ಕೋರಿಕೆಗಳನ್ನು ಈಡೇರಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುವ ಸಲುವಾಗಿ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು ಸಹ ಮನಸ್ಸೇ. ಅಂತಹ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಜಯಿಸಲಾಗದೆ ಇರುವುದು ಸಹ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಮತ್ತೊಂದು ಕಾರಣ.

ಮಾನವನು ಅಜ್ಞಾನದ ಕಾರಣದಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಅಂದರೆ ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರಕ್ಕೆ ಮುಂದಾಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ಸ್ವಾರ್ಥದಿಂದ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ಅಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ಅನ್ಯಾಯದಿಂದ, ಅಧರ್ಮದಿಂದ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ಅಸತ್ಯದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ತಿಳಿದರೂ ಸಹ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು, ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ಈ ರೀತಿ ಮಾನವನು ಹಿಂಸಾತ್ಮಕವಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ.. ಹಿಂಸೆಗೆ ಕಾರಣವಾದ ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ಭುಜಿಸುವುದರಿಂದ ರೋಗಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ಆಪತ್ತುಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ಅಕಾಲ ಮರಣಕ್ಕೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಇದರಿಂದ ಅಂಗಾಂಗಗಳನ್ನು, ಆಪ್ತರನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ತದ್ವಾರ ಕೊನೆಯಿಲ್ಲದ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ದುಷ್ಟರ ಸಾಂಗತ್ಯದಿಂದ ಕೆಟ್ಟ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು, ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗಿ ಕೊನೆಯಿಲ್ಲದ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ಅಕ್ರಮದಿಂದ, ಅನ್ಯಾಯದಿಂದ ಸಂಪಾದಿಸುವುದರಿಂದ, ಸಂಪಾದಿಸಿರುವುದನ್ನು ಕೂಡಿಡುವುದರಿಂದ ಅದನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾನಾ ರೀತಿಯಾಗಿ ಕಷ್ಟ ಪಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಪ್ರಕೃತಿ ವೈಪರೀತ್ಯಗಳಿಗೆ , ಸರ್ಕಾರದಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗೆ , ಎಲ್ಲೇ ರೈಡಿಂಗ್ , ದರೋಡೆಗಳು ಆದರೂ ತಾನು ಕೂಡಿಟ್ಟಿರುವುದು ಕಳೆದುಹೋಗುವುದೇ ನೋ ಎಂದು ಭಯಪಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಇನ್ನು ಹಲವಾರು ರೀತಿಯ ಭಯಗಳಿಗೆ ದುಃಖ ಪಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ಅಧರ್ಮದಿಂದ ಕೂಡಿರುವ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟಗಳು, ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಎದುರಾಗಿ ದುಃಖ ಪಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ಅಸತ್ಯದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುವುದರಿಂದ, ಅಸತ್ಯವನ್ನು ಆಚರಿಸುವುದರಿಂದ ದೂರವಾಗುತ್ತದೆಂದು ಭಾವಿಸಿದ್ದ ಕಷ್ಟಗಳು ದೂರವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ, ಅಂದುಕೊಂಡಿರುವುದು ನಡೆಯುತ್ತಿಲ್ಲ, ನೆನೆದಂತೆ ಜೀವನವೂ ಇಲ್ಲ... ಇವೆಲ್ಲವುದರಿಂದ ನಿರಾಶೆಗೆ ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಒಳಗಾಗಿ ದುಃಖ ಪಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ಇವೆಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಕಾರಣ ಅಜ್ಞಾನ. ಮಾನವನು ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮಾಡುವ ತಪ್ಪುಗಳಿಂದ, ಪಾಪಗಳಿಂದ ಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ವೇದನೆಗೆ ಒಳಪಟ್ಟು ದುಃಖ ಪಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಹಾಗಾದರೆ ಈ ಅಜ್ಞಾನ ಎಂದರೇನು? ಮಾನವರು ಈ ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಹೊರಬರಬೇಕೆಂದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಅಜ್ಞಾನ ಎಂದರೇನು?

ತಿಳಿದು ಕೂಡ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಅದನ್ನು ಅಜ್ಞಾನ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಬಾರದೇ ಇರುವುದನ್ನು ತಿಳಿದು ಸಹ ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರುವುದು. ಆ ರೀತಿ ವರ್ತಿಸಬಾರದು ಎಂದು ತಿಳಿದು ಸಹ ಅದೇ ರೀತಿ ವರ್ತಿಸುವುದನ್ನು ಅಜ್ಞಾನ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಆ ರೀತಿ ಮಾತನಾಡಬಾರದು ಎಂದು ತಿಳಿದು ಸಹ ಮಾತನಾಡುವುದನ್ನು ಅಂದರೆ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಬಾರದು ಎಂದು ತಿಳಿದು ಸಹ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವುದನ್ನು, ವಿಮರ್ಶಿಸಬಾರದು ಎಂದು ತಿಳಿದು ಸಹ ವಿಮರ್ಶಿಸುವುದನ್ನು ಅಜ್ಞಾನದ ಕೆಲಸಗಳು ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ.

ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ತಮ್ಮದಲ್ಲದ್ದನ್ನು ತಮ್ಮದು ಎಂದು ಭಾವಿಸುವುದು, ಅಶಾಶ್ವತವಾದುದನ್ನು ಶಾಶ್ವತ ಎಂದು ಭಾವಿಸುವುದು, ಅವುಗಳ ಮೇಲೆ ಮಮಕಾರವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಸಹ ಅಜ್ಞಾನ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕತ್ತಲೆಯೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಜ್ಞಾನ ಎಂದರೆ ಕತ್ತಲೆ ಎಲ್ಲವೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಇಲ್ಲವೆಂಬಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲದೆ ಇದ್ದರೂ ಇದೆ ಎಂಬಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿರುವವರ ವರ್ತನೆ

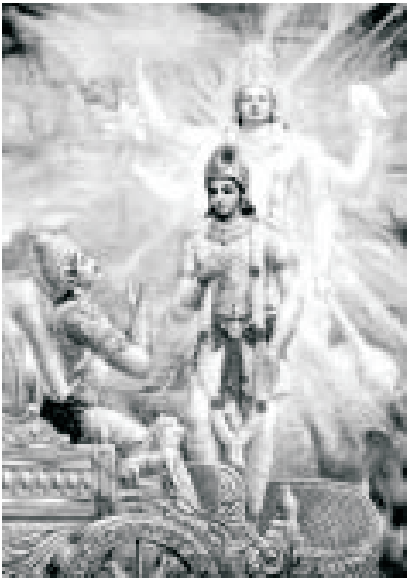
ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಇರುವವರು ತಾವು ಆತ್ಮ ಎಂದು ಅರಿಯದೆ ದೇಹವೆಂಬ ಭಾವನೆಯಿಂದ ಇದ್ದು, ದೇಹದ ಮೂಲಕ ಲಭಿಸುವುದೆಲ್ಲವೂ ತಮ್ಮದೇ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ.

ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣಿಸುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಹ ಶಾಶ್ವತವೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾ... ಅದಕ್ಕೋಸ್ಕರ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು, ನಶ್ವರವಾದುದನ್ನು ಪಡೆಯಲೆಂದು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು, ಪಾಪಗಳನ್ನು ಸಹ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮಾನವನು ವಿವೇಕವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಅಂದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು ಕೆಟ್ಟದು, ನ್ಯಾಯ ಅನ್ಯಾಯ, ಧರ್ಮ ಅಧರ್ಮ, ಸತ್ಯ ಅಸತ್ಯ ಎಂಬ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ತಿಳಿಯದೆ ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಇರುವವರ ವರ್ತನೆ ಯಾವ ರೀತಿ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ

ಭಗವದ್ಗೀತೆ



◆ ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಇರುವವರು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಆಸೆಗಳಲ್ಲಿ, ಕೋರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ, ಬಂಧನಗಳಲ್ಲಿ ಬಂಧಿಸಲ್ಪಟ್ಟು..ಕಾಮ ಕ್ರೋಧದಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತಾರೆ. ಕೋರಿಕೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲೆಂದು ಅಕ್ರಮ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಧನವನ್ನು ಆಶಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಭಗವದ್ಗೀತೆ (16.12)

◆ ನಾನು ಉತ್ತಮ ವಂಶದಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿರುವವನು, ನನಗೆ ಸರಿ ಸಮಾನರಾದವರು ಬೇರೊಬ್ಬರಿಲ್ಲ. ನಾನು ಯಜ್ಞ ಯಾಗಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ, ದಾನ ಧರ್ಮಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತೇನೆ, ಆನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಗರ್ವದಿಂದ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಭಗವದ್ಗೀತೆ (16. 15)

◆ ಇವರು ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವೇ ದೊಡ್ಡವರು ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮಾನ ಮರ್ಯಾದೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಹಣವಿದೆ ಎಂಬ ಮದದಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅಹಂಕಾರ, ಗರ್ವ, ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ ಹೆಚ್ಚು ಇರುತ್ತದೆ. ಇವರು ತಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಹಾಗು ಇತರರ ಶರೀರದಲ್ಲಿಯೂ ಇರುವ ನನ್ನನ್ನು (ಆತ್ಮವನ್ನು) ಅರಿಯದೆ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ದ್ವೇಷಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಅಸೂಯೆ ಯಿಂದ ಇರುತ್ತಾ ತಮ್ಮ ಹಿರಿಮೆಗೋಸ್ಕರ ಶಾಸ್ತ್ರ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಯಜ್ಞಯಾಗಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಭಗವದ್ಗೀತಾ (16. 17)

◆ ಹೀಗೆ ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮೋಹಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿ, ಹೆಂಡತಿ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಮೋಹದಿಂದ ಇದ್ದು, ಕೋರಿಕೆಗಳನ್ನು ಈಡೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ತೋರುತ್ತಾ ನರಕದಲ್ಲಿ ಬೀಳುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ದುಃಖವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ. ಭಗವದ್ಗೀತೆ 16.16

◆ ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಇರುವವರ ವರ್ತನೆ ಸೃಷ್ಟಿಯ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಇರುವುದರಿಂದ ಅವರು ಮಾಡಿರುವ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಫಲಿತವೇ ಅವರಿಗೆ ದುಃಖವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾವು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಿಂದ ತಿಳಿಯಬಹುದು.

ಆದ್ದರಿಂದ ದುಃಖ ಇರಬಾರದೆಂದು ಭಾವಿಸುವವರು, ದುಃಖವನ್ನು ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಕೊಳ್ಳುವವರು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ತೊಲಗಿಸುವ ಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಅಂದರೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವರ್ತನೆಯು ಅವಗಿರುವ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಇರುವವರು ತಿಳಿದು ಸಹ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಾರದೆಂದು ತಿಳಿದು ಸಹ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಜ್ಞಾನಿಯಾದವರು ತಪ್ಪು ಮಾಡು ಎಂದರು ಸಹ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದರೆ ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಎದುರಾಗುವ ದುಃಖದ ಬಗೆಗಿನ ಅರಿವಿದೆ.

ಚಿಕ್ಕ ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ನೋಡೋಣ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರನ್ನು ಕೇಳಿ.. ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಬಹುದಾ? ಎಂದು ಅವರು ಕೂಡಲೇ ಹೇಳಬಾರದು ಎಂಬ ಉತ್ತರವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ಅವರಿಗೂ ಸಹ ತಿಳಿದಿದೆ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಬಾರದು ಎಂದು. ಆದರೆ ಅವರು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯವು ಹಲವಾರು ಸುಳ್ಳುಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಾಲದು ಎಂಬಂತೆ ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಗತ್ಯಂತರವಿಲ್ಲದೆ ಆ ರೀತಿ ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬೇರೆ ದಾರಿ ಕಾಣದೆ ಹೇಳಲೇ ಬೇಕಾಗಿ ಬಂತು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಯಾವಾಗಲೂ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ, ಅಗತ್ಯವೆನಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಸುಳ್ಳು ಹೇಳದೆ ಇದ್ದರೆ ಹೇಗೆ? ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇರುವುದು ಇದ್ದಂತೆ ಹೇಳಿದರೆ ಜಗಳ ಆಗುತ್ತದೆ ಅಲ್ಲವೇ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನು

ಕೆಲವರು ನಿಜ ಹೇಳಿದರೆ ಏನಾದರೂ ಗಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದೇ? ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ತಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾವೇ ನಾನಾ ರೀತಿಯ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾ ತಮ್ಮನ್ನು ಸಮರ್ಥಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ ಎಷ್ಟೇ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದರು, ಎಷ್ಟೇ ಸಮರ್ಥಿಸಿಕೊಂಡರು ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವುದು ಎಂಬುದು ಸೃಷ್ಟಿಯ ಗಣನೆಯಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಾಗುತ್ತದೆ, ಪಾಪದ ಲೆಕ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ಶಿಕ್ಷೆ ವಿಧಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಶಿಕ್ಷೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವಾಗ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಸಹ ದುಃಖ ಉಂಟಾಗುವುದು ಖಚಿತ. ಇದೊಂದು ಪುಟ್ಟ ಉದಾಹರಣೆ ಮಾತ್ರ. ಈ ರೀತಿ ನಾವು ಮಾಡುವ ಹಲವಾರು ತಪ್ಪುಗಳೆ ನಮ್ಮ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯವೂ ನಾವು ಎಷ್ಟು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಆಲೋಚಿಸಿ... ಅಷ್ಟು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷೆಗಳು ಜಾರಿಯಾಗುವುದು ಖಂಡಿತ. ಅಂದರೆ ಕಷ್ಟಗಳು ಬರುವುದು, ದುಃಖ ಮೂಡುವುದು ಖಚಿತ.

ಆದುದರಿಂದ ನಾವು ಮಾಡಿರುವ ತಪ್ಪುಗಳು ಮತ್ತು ಪಾಪಗಳೇ ನಮ್ಮ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಆ ರೀತಿ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು, ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಕಾರಣ ಅಜ್ಞಾನ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿಯಬೇಕು.

ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯಾದ ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುತ್ತಾರಾ? ಅವರು ಸಾವಿಗಾದರು ಮುಂದಾಗುತ್ತಾರೆ ಹೊರತು ಸುಳ್ಳು ಮಾತ್ರ ಯಾವುದೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಅವರು ಜ್ಞಾನಿ. ಹೀಗಿರುವಾಗ ಅವರಿಗೆ ದುಃಖ ಹೇಗೆ ಬರುತ್ತದೆ? ದುಃಖ ಮೂಡು ಎಂದರು ಮೂಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಅವರಿಗೆ ಏನೂ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಸಹ.. ಅಂದರೆ ಆಸ್ತಿಪಾಸ್ತಿಗಳು ಇಲ್ಲದೆ ಇದ್ದರೂ ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಆನಂದದಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ಇದ್ದರೂ ಇರಬೇಕಾಗಿರುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಆಸ್ತಿಪಾಸ್ತಿಗಳಿದ್ದರೂ ಸಹ ಯಾವಾಗಲೂ ದುಃಖ ಪಡುತ್ತಾ, ಅಶಾಂತಿಯಿಂದ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಅಜ್ಞಾನ.

ದುಃಖವೆಂಬುದು ಇಲ್ಲದೆ ಆನಂದದಿಂದ ಜೀವಿಸಬೇಕೆಂದರೆ... ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಯಂತೆ ವಿವೇಕಾನಂದನಂತೆ ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ತೊಲಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಜ್ಞಾನವು ಹೇಗೆ ತೊಲಗುತ್ತದೆ? ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿದರೆ ಅಜ್ಞಾನವು ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು ಅದನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಅನ್ಯ ಮಾರ್ಗವಿಲ್ಲ.

ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೇಗೆ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ? ಏನು ಮಾಡಿದರೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಬಲ್ಲೆವು? ಎಂಬುದನ್ನು ಉತ್ತಮ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ, ಮಹಾತ್ಮರಿಂದ ಜ್ಞಾನ ಪಡೆದಂತಹ ಯೋಗಿಗಳಿಂದ ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಅಂತವರಲ್ಲಿ ಶ್ರೇಷ್ಠರು, ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನಿ, ಯೋಗೀಶ್ವರರು ಆದ ಶ್ರೀ ವಸಿಷ್ಠ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ತಮ್ಮ ಯೋಗವಾಶಿಷ್ಠದಲ್ಲಿ ದುಃಖ ನಿವಾರಣೆಯ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಬೋಧಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಶ್ರೀ ವಸಿಷ್ಠ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ತಮ್ಮ ಯೋಗವಾಶಿಷ್ಠದ ಮೂಲಕ ಬೋಧಿಸಿರುವ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು, ಆತ್ಮ ತತ್ವದಲ್ಲಿನ ಮುಖ್ಯವಾದ ಸಾರಾಂಶವನ್ನು ನಮಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದ ಮೂಲಕ ನಮಗೆ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಆ ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತದಲ್ಲಿನ ಸಾರಾಂಶವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಸೂಕ್ಷ್ಮಗೊಳಿಸಿ ಈ ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಅದನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ, ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿಟ್ಟು, ಜ್ಞಾನವಂತರಾಗಿ ದುಃಖವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿ ಕೊಳ್ಳೋಣ, ಆನಂದದಿಂದ ಜೀವಿಸೋಣ, ಶಾಶ್ವತವಾದ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಪಡೆಯೋಣ.

ವಶಿಷ್ಠ ಬೋಧೆ

ಶ್ರೀ ವಸಿಷ್ಠ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಮಾನವರ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಕರ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತದ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಆತ್ಮದ ಮಹತ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಿಸುತ್ತಾ... ಮಾನವರು ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಅಂದರೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಬಹಳಷ್ಟು ದುಃಖಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆದುದರಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾ... ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ತೊಲಗಿಸಿಕೊಂಡು ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೇಗೆ ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಸಹ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಅದಕ್ಕಾಗಿ 1. ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ 2.ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ 3.ಜ್ಞಾನಿಗಳ ಸಾಂಗತ್ಯ ಅತ್ಯಗತ್ಯ ಎಂದು ವಿವರಿಸುತ್ತಾ... ಈ ಮೂರನ್ನು ಆಚರಿಸಿರುವವರು ಪಡೆದಿರುವ ಆತ್ಮನುಭೂತಿಯು ವರ್ಣನಾತೀತ ಎಂದು ತಿಳಿಸುತ್ತಾ, 'ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ' ಪಡೆದವರ ವರ್ತನೆ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಯಾರು ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ವಸಿಷ್ಠರು ಬೋಧಿಸಿರುವ ದುಃಖವೆಂಬ ವ್ಯಾಧಿಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಬಲ್ಲ ಔಷಧಿಗಳಾದ 1.ಸಾಧನೆ (ಧ್ಯಾನ), 2. ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ (ಜ್ಞಾನಯುತವಾದ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಅಧ್ಯಯನ),

3. ಸಾಂಗತ್ಯ (ಜ್ಞಾನಿಗಳೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಣೆ, ಜ್ಞಾನಿಗಳ ಬೋಧನೆಯನ್ನು ಆಲಿಸುವುದು) ಮಾಡಿದಾಗ ಅವರಲ್ಲಿ ಬರುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಅವರ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಬರುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಸಹ ವಸಿಷ್ಠರು ಬೋಧಿಸಿರುವ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸೋಣ. ಅಂದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತ್ರಿರತ್ನಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸೋಣ. ಹೀಗೆ ತೀವ್ರ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದಾಗ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ಮೂಲಕ ನಾವು ಯಾವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ ? ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆ ಹೇಗೆ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ? ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಪುರೋಗತಿ ಇದೆಯೇ? ಇಲ್ಲವೇ? ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಪುರೋಗಮಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆಯೇ ? ಇಲ್ಲವೆ? ಅಷ್ಟಕ್ಕೂ ನಮ್ಮ ಆಚರಣೆ ಎಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ಇದೆ ?ಎಂಬ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ವಸಿಷ್ಠರು ಬೋಧಿಸಿರುವುದರ ಮೂಲಕ ನಾವು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಮಾನವರು ಆಲೋಚಿಸ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು?

◆ **ಮಾನವರ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣ:**

1. ಅಜ್ಞಾನ
2. ಹಲವಾರು ಕೋರಿಕೆಗಳು
3. ಚಿತ್ತವನ್ನು (ಮನಸ್ಸನ್ನು) ಜಯಿಸಲಾಗದೆ ಇರುವುದು
4. ಕೆಟ್ಟ ಆಹಾರವನ್ನು ಅಂದರೆ ಮೃತ ಆಹಾರವನ್ನು (ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು) ಭುಜಿಸುವುದು.
5. ಕೆಟ್ಟ ಕ್ರಿಯೆಗಳು (ಪಾಪಕರ್ಮಗಳು)
6. ದುರ್ಜನರ ಸಾಂಗತ್ಯ

7. ಭಯ

8. ಅನಾರೋಗ್ಯ

9. ಆಪತ್ತು

10. ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

(ವಸಿಷ್ಠಾಮೃತ 113)

◆ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ "ದುಃಖ ಬೆಟ್ಟದಷ್ಟಾದರೆ, ಸುಖ ಹುಲ್ಲು ಕಡ್ಡಿಯಷ್ಟು". ಆದುದರಿಂದ, ದುಃಖಗಳಿಂದ ಕೂಡಿರುವ ಈ ಸಾಂಸಾರಿಕ ಸುಖಗಳಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಬಾರದು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ 23)

◆ ನರಕ (ಕಷ್ಟ, ಸಮಸ್ಯೆ, ನೋವು, ರೋಗ) ಎಂಬ ವ್ಯಾಧಿಗೆ ಈ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಯಾರು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲವೋ... ಅಂತಹ ರೋಗಿ ಔಷಧಿಗಳು (ಸಾಧನೆ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯ) ಇಲ್ಲದ ಇತರ ಲೋಕಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ತಾನೆ ಏನು ಮಾಡಬಲ್ಲನು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ 201)

◆ ತತ್ವಜ್ಞಾನ (ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ) ಇಂದ್ರಿಯ ನಿಗ್ರಹವಿಲ್ಲದ ಕಾರಣ ಚಿತ್ತದಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು, ನಿರಂತರವು ರಾಗ ದ್ವೇಷಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದರಿಂದ, "ಇದು ಲಭಿಸಿತು, ಅದು ಲಭಿಸಿಲಿಲ್ಲ" ಎಂಬ ಮಾನಸಿಕ ವ್ಯಾಧಿಗಳು ಮಳೆಗಾಲದಲ್ಲಿನ ತುಂತುರ ಹನಿಗಳಂತೆ ಆವಿರ್ಭವಿಸುತ್ತಿವೆ, (ವಸಿಷ್ಠಾಮೃತ 112)

◆ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವ್ಯವಹಾರಗಳಲ್ಲಿಯೇ ನಿಮ್ಮ ದಿನಗಳು ಉರುಳುತ್ತಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮರಣವನ್ನು ನೆನಪಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಕಾಲವನ್ನು ಸದ್ವಿನಿಯೋಗ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ– 195)

◆ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯವೂ ಈ ಶರೀರ ನಶ್ವರ ಎಂಬ ವಿಷಯವನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮೃಗಗಳಂತೆ ವಿಷಯ ಭೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಇರಬಾರದು. ಸತ್ಪುರುಷರು ತಿಳಿಸಿರುವಂತಹ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಬೇಕು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 10)

◆ ನಾನು ಮರಣಿಸುತ್ತೇನೆ, ಮರಣಿಸುತ್ತೇನೆ, ಮರಣಿಸುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಏಕೆ ಪದೇ ಪದೇ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೀಯಾ? ಮರಣದ ನಂತರವೂ ನಾನು ಇರುತ್ತೇನೆ, ಇರುತ್ತೇನೆ, ಇರುತ್ತೇನೆ ಎಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ಯಾಕೆ ಇನ್ನೂ ತಿಳಿಯದೆ ಇದ್ದೀಯ? (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ–183)

◆ ಹಳೆಯ ದೇಹವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ, ಹೊಸ ದೇಹವನ್ನು ಧರಿಸುವುದು ಒಂದು ಹೊಸ ಉತ್ಸವದಂತೆ. ಅಂತಹ ನೂತನ ದೇಹವನ್ನು ಲಭಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಮರಣವು ಸಂಭವಿಸಿದರೆ ಸಂತೋಷಿಸುವುದರ ಬದಲು ಏಕೆ ದುಃಖಿಸುತ್ತಿದ್ದೀಯ? (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 182)

◆ ದೇಹ ಹುಟ್ಟುವುದರಿಂದ ನೀನು ಹುಟ್ಟುತ್ತಿಲ್ಲ, ದೇಹ ನಶಿಸುವುದರಿಂದ ನೀನು ನಶಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ದೇಹಕ್ಕೂ ನಿನಗೂ ಯಾವ ಸಂಬಂಧವೂ ಇಲ್ಲ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –77)

◆ ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ಯಾವ ಶರೀರದಿಂದ ಸಂಚರಿಸುತ್ತಿರೋ ಆ ಶರೀರ ಈಗ ಎಲ್ಲಿದೆ? ಅಂತಹುದೇ ಈ ಶರೀರವು ಸಹ (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –99)

◆ ಆದ್ದರಿಂದ ಅಜ್ಞಾನ, ನಿದ್ರೆಯಿಂದ ಎಚ್ಚೆತ್ತು ಈ ದೇಹ ನಾನಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –100)

◆ ಈ ದೇಹಾದಿಗಳು ನಾನು ಎಂಬ ಭಾವನೆಯು ವಿನಾಶಕರವಾದ ಬಂಧನವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ದೇಹಾಧಿಗಳು ನಾನಲ್ಲ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯು ನಿರ್ಮಲವಾದ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –116)

◆ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಕೋರುವವರು ಆತ್ಮದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಆತ್ಮ ದರ್ಶನದಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ತ ಪಾಪಗಳು ದುಃಖಗಳು ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –79)

◆ ಮುದಿತನ, ಶೋಕ, ಭಯಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುವ ಈ ಆತ್ಮವನ್ನು ದರ್ಶಿಸಿದರೆ, ಆತ್ಮಾನುಭವವನ್ನು ಪಡೆದರೆ, ಉರಿದ ಬೀಜಗಳಂತೆ ಆಗುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಜೀವಿಯು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಎಂದಿಗೂ ಈ ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ಜನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 103)

◆ ಯಾವುದರ ಮೂಲಕ ಜೀವಿಯು ಮತ್ತೆ ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ಜನಿಸುವುದಿಲ್ಲವೋ, ಮರಣಿಸುವುದಿಲ್ಲವೋ, ಅದೇ ನಿರ್ವಾಣ. ಅದೇ ಪರಮ ಸುಖ. ಅದು ಕೇವಲ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನದಿಂದಲೇ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –20)

◆ ದಾಟಲು ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿರುವಂತಹ ಈ ಸಂಸಾರವೆಂಬ ಸಮುದ್ರವನ್ನು ಬುದ್ದಿವಂತರಾದ ಜನರು ಕೇವಲ ಜ್ಞಾನಯುಕ್ತಿ ಎಂಬ ನೌಕೆಯ ಮೂಲಕ ಒಂದು ನಿಮಿಷದಲ್ಲಿಯೇ ದಾಟುತ್ತಾರೆ.(ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –21)

◆ ವಿವೇಕವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಮನುಷ್ಯನು ಪುರುಷಾರ್ಥ ಸಿದ್ಧಿಗಾಗಿ ಅನಂತವಾದ ದುಃಖರಹಿತವಾದ ಆತ್ಮಪದವನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಸಾಧಿಸುತ್ತಾನೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –24)

◆ ಹುಟ್ಟಿದ ಪ್ರತಿ ಮಾನವನು ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೇ ಆತ್ಮ ವಿದ್ಯೆಗಾಗಿ ಆತ್ಮ ತತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿದಿರುವ ಗುರುಗಳನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಬೇಕು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 44)

◆ ಬಾಲ್ಯ, ಮುಪ್ಪು ಜ್ಞಾನಾರ್ಜನೆಗೆ ಉಪಯೋಗವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಅದು ಮರಣದೊಂದಿಗೆ ಸಮಾನವೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಒಂದು ಯೌವ್ವನ, ಅದು ವಿವೇಕದಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಜೀವನ ಆಗುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –211)

◆ ಹುಟ್ಟಿರುವವರು ಬಾಲ್ಯಾವಸ್ಥೆಯಿಂದಲೇ ಜಗತ್ತಿನ ಯಥಾರ್ಥ ಸ್ಥಿತಿ ಎಂದರೆ ಇಲ್ಲದೇ ಇರುವುದು ಇರುವಂತೆ ಗೋಚರಿಸುವ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು (ನಿತ್ಯಾ... ಅನಿತ್ಯದ ವಿವೇಕವನ್ನು) ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ದುಃಖ ರಹಿತರಾಗಿ ಇರಬೇಕು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –226)

◆ ಆತ್ಮದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿರುವ ಮನಸ್ಸು ಹೊಂದಿರುವವರನ್ನು, ಮಹಾತ್ಮರಾದ ಸಾಧು ಜನರನ್ನು ದರಿದ್ರನು ಮಣಿಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಿದಂತೆ ಹುಡುಕಿ ಕಂಡು ಹಿಡಿಯಬೇಕು. (ವಶಿಷ್ಟಾಮೃತ 28)

◆ ಸುಗುಣಗಳೆಲ್ಲವೂ ಒಬ್ಬ ಪುರುಷನಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದೆ ಇರುವಾಗ ಯಾವ ಪುರುಷನು ಯಾವ ಗುಣಗಳಲ್ಲಿ ನಿಪುಣನಾಗಿದ್ದಾನೋ ಆಯಾ ಪುರುಷನಿಂದ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುವವನು ತನ್ನ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಚುರುಕಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲನು. (ವಸಿಷ್ಠಾಮೃತ 30)

◆ ಸಂಸಾರವನ್ನು ದಾಟಲೆಂದು ವನವಾಸ.. (ಸನ್ಯಾಸ) ಎಂದರೆ ಎಲ್ಲೋ ಹೊರಟು ಹೋಗುವುದು ಅಲ್ಲ. ಸ್ವದೇಶ ನಿವಾಸ ಎಂದರೆ ಇರುವ ಕಡೆ ಇರುವುದು ಅಲ್ಲ. ಕಷ್ಟಕರವಾದ ತಪಶ್ಚರ್ಯಾದಿಗಳು ಎಂದರೆ ಶರೀರವನ್ನು ಕಷ್ಟಪಡಿಸುವುದು ಅಲ್ಲ,

ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವುದು ಅಲ್ಲ, ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಅಲ್ಲ, ಪುಣ್ಯಕರ್ಮಗಳಿಂದ ಬರುವ ಖ್ಯಾತಿಯೂ ಅಲ್ಲ. ಲಾಭ, ಐಶ್ವರ್ಯ, ವರ, ಶಾಪ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳ ವಿಚಿತ್ರ ಫಲ ಸಮೂಹವು ಅಲ್ಲ. ಆತ್ಮ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದೇ ಸಂಸಾರದಿಂದ ಹೊರಬರುವ ಮಾರ್ಗ. ಅಂತಹ ಆತ್ಮ ಸ್ಥಿತಿಯು.. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿಸದೆ ಇರುವಾಗ ಮಾತ್ರ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ... ಅಂದರೆ ಅದು ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ 228)

◆ ತನಗೆ ತಾನೇ ನೆಂಟನು, ತನ್ನನ್ನು ತಾನೇ ಉದ್ಧಾರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ದೇಹಾಭಿಮಾನದಿಂದ ಆತ್ಮವನ್ನು ಜನ್ಮಗಳೆಂಬ ಕೆಸರಿನ ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ ತಳ್ಳಬಾರದು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 74)

◆ ಅಭ್ಯಾಸ, ವೈರಾಗ್ಯ ಎಂಬ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ, ಸ್ವವಿಚಾರಣೆಯಿಂದ ಮೂಡುವ ತತ್ವ ಜ್ಞಾನವೆಂಬ ಉನ್ನತವಾದ ಹಡಗಿನಿಂದ ಸಂಸಾರ ಸಾಗರವನ್ನು ದಾಟಬೇಕು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ– 75)

◆ ಬ್ರಹ್ಮನ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುವುದು, ಅದನ್ನು ಇತರರಿಗೆ ಹೇಳುವುದು, ಪರಸ್ಪರ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುವುದು, ಅದರಲ್ಲಿಯೇ ನಿಷ್ಠೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು. ಇದನ್ನೇ ಜ್ಞಾನಿಗಳು ಅಭ್ಯಾಸವೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –35)

◆ ವಿವೇಕವು ಇಲ್ಲದೇ ಇರುವುದರಿಂದ ಕೋಟ್ಯಾಂತರ ಜನರು ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲಾರದೆ ಸಂಸಾರದ ಭ್ರಮೆಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ್ದಾರೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 78)

◆ ಕನಸನ್ನು ಹೋಲಿರುವ ಈ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರವು, ಮುಕ್ತಿಯು ಲಭಿಸುವವರೆಗೂ ಸ್ಥಾವರ ಜಂಗಮಾದಿ ಯೋನಿಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಭ್ರಮಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ–109)

◆ ಸಂತುಷ್ಟವೇ ಪರಮ ಲಾಭ – ವಿಚಾರಣೆಯೇ ಪರಮ ಜ್ಞಾನ

◆ ಸತ್ಸಾಂಗತ್ಯವೇ ಪರಮಾಗತಿ – ಶಾಂತಿಯೇ ಪರಮ ಸುಖ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ–29)

ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಮಾನವರು ಬಹುತೇಕ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಆಲೋಚಿಸಬೇಕು. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿನ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಸಿದ್ದಾಂತವಾದ ಕರ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ವಸಿಷ್ಠರು ಕರ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತದ ಬಗ್ಗೆ ಏನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡೋಣ.

**"ಧ್ಯಾನಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಸಮಾಧಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಅಥವಾ
ಶೂನ್ಯಸ್ಥಿತಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದರೆ
ಸಾಧನೆಯಿಂದಲೇ ಸಾಧ್ಯ. ಒಂದೊಂದು ಸಾರಿ
ಕಠಿಣ ಸಾಧನೆ ಕೂಡಾ ಅಗತ್ಯ.
ಎಷ್ಟು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಗಳಿದ್ದರೂ
ಸರಿಯಾದ ಸಾಧನೆಯೆಂದರೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ
"ಶ್ವಾಸವನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದೇ".**

- ಭಗವಾನ್ ಬುದ್ಧ

ಕರ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತ

◆ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿನ ಸಮಸ್ತ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಉತ್ತಮ ಪುರುಷ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –1)

◆ ಯಾರು ಹೇಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೋ ಅದನ್ನೇ ಅವರು ಫಲಿತದಂತೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದುದರಿಂದ ಮಾಡಿರುವ ಕರ್ಮಕ್ಕಿಂತ ಅನ್ಯವಾಗಿ ದೇವರಾಗಲಿ, ಪ್ರಾರಬ್ಧವಾಗಲಿ ಏನೂ ಕಾರಣವಿರುವುದಿಲ್ಲ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –3)

◆ ಮಾಡುವ ಕರ್ಮಗಳು ಶಾಸ್ತ್ರ ವಿರುದ್ಧ, ಶಾಸ್ತ್ರಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲಕರವಾದದ್ದು ಎಂದು ಎರಡು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಶಾಸ್ತ್ರ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಕರ್ಮಗಳು ಅನರ್ಥದಾಯಕವಾಗಿ ಎಂದರೆ ದುಃಖವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವಂತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಶಾಸ್ತ್ರ ಅನುಕೂಲಕರವಾದ ಕರ್ಮಗಳು ಪರಮಾರ್ಥದಾಯಕವಾಗಿ ಅಂದರೆ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವಂತೆ ಇರುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –4)

◆ ಪೂರ್ವ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವುದು, ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಂಬ ಎರಡು ರೀತಿಯ ಪುರುಷ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಇರುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಪೂರ್ವ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ... ಹಾಗೂ ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಪುರುಷ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –2)

◆ ಪೂರ್ವ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿನ ಪುರುಷ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು (ಪಾಪಗಳು) ಮತ್ತು ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಪುರುಷ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು (ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ)... ಎರಡು ಟಗರುಗಳಂತೆ ಪರಸ್ಪರ ಯುದ್ಧ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಬಲಹೀನವಾದುದು ಸೋತು ಹೋಗುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –5)

◆ ಆದುದರಿಂದ ಮಾನವರು ಶಾಸ್ತ್ರಾನು ಗುಣವಾದ ಕರ್ಮಗಳ ಮೂಲಕ (ಸಾಧನೆ, ಸಾಧ್ಯಾಯ, ಸಾಂಗತ್ಯ) ಪೂರ್ವ ಜನ್ಮದ ಪುರುಷ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು (ಪಾಪಗಳು) ಜಯಿಸುವಂತೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.(ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –6)

◆ ಪೂರ್ವಜನ್ಮದ ಅಶುಭಕರ್ಮಗಳು (ಪಾಪಗಳು) ಕ್ಷಯವಾಗುವವರೆಗೂ ಉತ್ತಮ ಪುರುಷ ಪ್ರಯತ್ನದ (ಧ್ಯಾನ) ಮೂಲಕ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಲೇ ಇರಬೇಕು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –7)

◆ ಹಿಂದಿನ ದಿನದ ಅಜೀರ್ಣಾದಿ ರೋಗಗಳು ಈ ದಿನದ ಔಷಧಿಯಿಂದ ಗುಣವಾದಂತೆ, ಗತ ಜನ್ಮದ ಪುರುಷ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಾದ (ಪಾಪಕರ್ಮಗಳು) ಈ ಜನ್ಮದ ಪುರುಷ ಪ್ರಯತ್ನವಾದ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –8)

◆ ಕತ್ತೆ ಸಮಾನರಂತೆ, ಪ್ರಯತ್ನ ರಾಹಿತ್ಯರಂತೆ ಎಂದಿಗೂ ಇರಬಾರದು. ಇಹಲೋಕ ಸಿದ್ದಿ ಪರಲೋಕ ಸಿದ್ದಿಗಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರಬೇಕು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –9)

◆ ಪುರುಷ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದಲೇ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ ಮಹಾಪುರುಷರ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಅವರ ಔನತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳದವನು, ದೈವವು ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದ, ಮೂರ್ಖತ್ವದಲ್ಲಿ ಇರುವವನ ಮುಖವನ್ನು ನೋಡಿಯೇ ಲಕ್ಷ್ಮಿ (ಭೋಗ) ಓಡಿಹೋಗುತ್ತಾಳೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –11)

◆ ಕರ್ಮಗಳು, ಕರ್ಮ ರಾಹಿತ್ಯಗಳೇ ಬಂದಮೋಕ್ಷಗಳಿಗೆ ಕಾರಣಗಳಾಗಿವೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 204)

◆ ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಕರ್ಮಗಳೆಂದು, ಆ ಕರ್ಮಗಳು ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಕರ್ಮ ರಹಿತ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕರ್ಮರಾಹಿತ್ಯವೇ ದುಃಖಗಳಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಮಾರ್ಗ, ಅಂದರೆ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಮಾರ್ಗವೆಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಕರ್ಮರಾಹಿತ್ಯಕ್ಕೆ ಅಂದರೆ ಕರ್ಮಗಳು ದಗ್ಧವಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದೇ ಏಕೈಕ ಮಾರ್ಗ. ಆದುದರಿಂದ ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ವಶಿಷ್ಠರು ಆತ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ಆತ್ಮದ ಹಿರಿಮೆಯ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆತ್ಮದ ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು ತಿಳಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂಬ ಆಕಾಂಕ್ಷೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಅವರು ಆತ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ಏನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆಂದರೆ!

ಆತ್ಮದ ಹಿರಿಮೆ

◆ ಈ 'ಆತ್ಮವು' ದೂರವೂ, ಹತ್ತಿರವೂ ಇಲ್ಲ. ಅದು ಅಲಭ್ಯವಂತೂ ಅಲ್ಲ, ದೊರಕದೆ ಇರುವ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿಯೂ ಇಲ್ಲ. ಈ ಪ್ರಕಾಶಯುತವಾದ 'ಆತ್ಮ' ಮಾನವನಿಗೆ ತನ್ನ ಶರೀರದಲ್ಲಿಯೇ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಆತ್ಮ ತಪಸ್ಸು, ಸ್ನಾನ ಮುಂತಾದ ಕರ್ಮಗಳ ಮೂಲಕ ಲಭಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಕೇವಲ ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 31)

◆ ಲಕ್ಷಾಂತರ ದೇಹಗಳು ಮರಣಿಸುತ್ತಲೇ ಇದೆ. ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಚೈತನ್ಯ (ಆತ್ಮ) ಅಕ್ಷಯವಾಗಿ ನಾಶವಾಗದೆ, ಯಾವಾಗಲೂ ಹಾಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 37)

◆ ದೇಹವು ನಶಿಸಿದರು, ಗಾಯಗೊಂಡರು, ಕ್ಷೀಣಿಸಿದರು ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಹಾನಿಯೂ ಇಲ್ಲ. ಚರ್ಮವು ಸುಟ್ಟು ಹೋದರು ಅದರಲ್ಲಿನ ಗಾಳಿ ನಾಶವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಅಲ್ಲವೇ ?(ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 39)

◆ ಈ 'ಆತ್ಮ'ವನ್ನು ದರ್ಶಿಸಿದರೆ ಸಮಸ್ತ ಜಗತ್ತನ್ನೆಲ್ಲ ದರ್ಶಿಸಿದಂತೆ. ಈ 'ಆತ್ಮದ' ಬಗ್ಗೆ ಆಲಿಸಿದರೆ ಸಮಸ್ತವನ್ನು ಆಲಿಸಿದಂತೆ. ಈ 'ಆತ್ಮ'ವನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿದರೆ ಸಮಸ್ತ ಜಗತ್ತನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿದಂತೆ. ಈ 'ಆತ್ಮ' ಇದ್ದರೆ ಸಮಸ್ತ ಜಗತ್ತು ಇದ್ದಂತೆಯೇ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –66)

◆ ಆಹಾ, ಏನು ಈ ವಿಚಿತ್ರ, ಮಾನವರು ಸತ್ಯವಾದ ಆತ್ಮವನ್ನು ಅಂದರೆ ಬ್ರಹ್ಮನನ್ನು ಮರೆತು ಹೋಗಿದ್ದಾರೆ. ಅಸತ್ಯವಾದ ದೇಹವನ್ನು, ವಿಗ್ರಹವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 43)

◆ 'ಆತ್ಮ ತತ್ವದ' ಬಗ್ಗೆ ಎಷ್ಟು ವಿವರವಾಗಿ ಹೇಳಿದರು, ಓದಿದರು ಏನು ಉಪಯೋಗ. ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ಹೇಳಿದರು ಕೇಳಿದರು 'ಅಜ್ಞಾನ ಬುದ್ದಿ' ಇರುವವನು ಆತ್ಮತತ್ವದ ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಲಾರನು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 217)

◆ ಆತ್ಮವು ಯಾರಿಗೂ ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ.ಚಿತ್ತ ನಶಿಸಿದವರಿಗೆ (ಮನಸ್ಸು ಶೂನ್ಯವಾದವರಿಗೆ) ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಚಿತ್ತ (ಮನಸ್ಸು) ಧ್ಯಾನದಿಂದ ನಶಿಸುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 65)

◆ ಸುಖ, ದುಃಖ, ಜನನ ಮರಣಾದಿ ಭ್ರಮೆಗಳನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡುವುದು ಕೇವಲ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಮಾತ್ರ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 52)

◆ ಯಾರ ಅಂತರಂಗವು ಆತ್ಮದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ಷಣವೂ ಒಂದಾಗಿರುತ್ತದೆಯೋ, ಅವರು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರು ಸುಖ ದುಃಖಗಳಿಗೆ ವಶವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ– 70)

◆ ಎಲ್ಲಾ ದಿಕ್ಕುಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಜನಸಾಗರವಿದೆ. ಆದರೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಹೊಂದಿರುವವರು ಮಾತ್ರ ಬಹಳ ವಿರಳ. ಸಾಮಾನ್ಯ ವೃಕ್ಷಗಳು ಸರ್ವತ್ರ ತುಂಬಿವೆ. ಆದರೆ ಕಲ್ಪವೃಕ್ಷ ಮಾತ್ರ ಬಹಳ ವಿರಳ ಅಲ್ಲವೇ? (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 176)

◆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವೆಂಬ ಪಾಂಡಿತ್ಯದ (ಯಾವುದರ ಮೂಲಕವಾದರೆ ಮನುಷ್ಯನು ಸಂಸಾರ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಬೀಳುವುದಿಲ್ಲವೋ ಅದೇ ಪಾಂಡಿತ್ಯ) ಫಲವೇನಂದರೆ ಆನಂದ. ಅದನ್ನು ಮೀರಿದ ಸುಖ, ಐಶ್ವರ್ಯ, ಭೂಲೋಕದಲ್ಲಾಗಲಿ, ಸ್ವರ್ಗ ಲೋಕದಲ್ಲಾಗಲಿ ಎಲ್ಲಿಯೂ ಇಲ್ಲ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 206)

ಹೀಗೆ ವಶಿಷ್ಠರು ಆತ್ಮದ ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಅಂತಹ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅನುಭವ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂಬುದನ್ನು ಸಹ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದರೆ?

◆ ಆತ್ಮ ತತ್ವ ವಿಚಾರಣೆಯನ್ನು ಒಂದು ಕ್ಷಣವೂ ಬಿಡಬಾರದು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 25)

◆ ಸೂರ್ಯನು ಪ್ರಕಾಶಿಸುವ ಕಾರ್ಯದಿಂದ ಹೇಗೆ ವಿರಾಮವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲವೋ, ಹಾಗೆಯೇ ಜ್ಞಾನಿ ಆತ್ಮ ವಿಚಾರಣೆಯಿಂದ ವಿರಾಮವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ.(ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ–73)

◆ ನಾನು ಯಾರು? ಈ ಜಗತ್ತು ಏನು? ಇದು ಹೇಗೆ ಬಂತು? ಈ ಜನನ ಮರಣಗಳು ಹೇಗೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತಿವೆ? ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಆತ್ಮ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಪಡೆಯಬಲ್ಲಿರಿ.(ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ–71)

◆ ನಾನು ಇವರಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟವನು, ಇವನು ನಮ್ಮವನು. ಈ ಶರೀರವೇ ನಾನು. ಇಂತಹ ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ಯಾರು ಜ್ಞಾನದಿಂದ ತ್ಯಜಿಸುತ್ತಾರೋ, ಅವರು ಇನ್ನೂ ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪುತ್ತಾರೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ–125)

◆ ನಾನು ಆತ್ಮ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ನಿರಂತರವೂ ಇದ್ದಾಗ... ನೀನು ಆತ್ಮವೇ ಆಗುತ್ತೀಯ.(ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ–102)

◆ ಗುಣವಂತರನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದೇ ಮರಣ, ಅವರನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುವುದೇ ಜೀವನ. ಅವರ ಸಾಂಗತ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸ್ಮೃತಿ ಮೋಕ್ಷ ಫಲಗಳು ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –38)

◆ ಅವಿದ್ಯೆಯ (ಅಜ್ಞಾನ) ಅರ್ಧ ಭಾಗವನ್ನು ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರೊಂದಿಗೆ, ಮಹನೀಯರೊಂದಿಗೆ ಮಾಡುವ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಭಾಷಣೆಗಳ ಮೂಲಕ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾಲು ಭಾಗ ಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಚಾರಣೆಯಿಂದ (ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯದಿಂದ) ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ಉಳಿದ ಕಾಲು ಭಾಗ ಸಾಧನೆಯ ಮೂಲಕ ಆತ್ಮಾನುಭವದಿಂದ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –141)

◆ ಎಷ್ಟು ಶಕ್ತಿವಂತರಾದರು ಕದಲದೆ ಒಂದೇ ಕಡೆ ಇದ್ದರೆ ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ತಲುಪಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದೇ ರೀತಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸದೆ ಹೋದರೆ ವಿಷಯವಿರಕ್ತಿಯನ್ನು ಯಾರು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ– 64)

◆ ಉತ್ತಮವಾದ ಪುರುಷ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿ, ಪರಮಾತ್ಮನಾಗುವ ಗುರಿಯನ್ನಿಟ್ಟು, ಶಾಸ್ತ್ರಾನುಸಾರವಾಗಿ, ನಿರ್ಭಯರಾಗಿ, ನಿಶ್ಚಿಂತೆಯಿಂದ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಯಾರು ತಾನೆ ಮೋಕ್ಷಸಿದ್ಧಿಯನ್ನು ಪಡೆಯದೆ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ–49)

◆ ಉತ್ತಮ ಸಾಧನೆಗಳು, ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಉತ್ತಮ ಫಲಗಳನ್ನೇ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಆದುದರಿಂದ ಶುಭ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಬಿಡಬಾರದು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ– 50)

◆ ಗುರುಬೋಧೆಯು ಕೇವಲ ಶಾಸ್ತ್ರ ಮರ್ಯಾದೆಗಾಗಿ ಮಾತ್ರ, ಜ್ಞಾನ ಪ್ರಾಪ್ತಿಗೆ ಕಾರಣ ಕೇವಲ ಶಿಷ್ಯನ ಶುದ್ಧ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಮಾತ್ರ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ– 114)

◆ ಸಮಸ್ತ ಭೂಲೋಕದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಆತ್ಮವನ್ನು, ತನ್ನ ಆತ್ಮದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ತ ಭೂಲೋಕವನ್ನು ಅಬೇಧದಂತೆ (ಒಂದರಂತೆ) ಯಾವಾಗ ನೋಡುತ್ತಾನೋ ಆಗ ಶಿಷ್ಯನು ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 136)

ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾ ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ವಸಿಷ್ಠರು... ಅಂತಹ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಬಹಳ ಸುಲಭವಾಗಿ ಪಡೆಯುವ ಮಾರ್ಗ ಧ್ಯಾನ ಎಂದು ಹೇಳುವುದರ ಜೊತೆಗೆ... ಧ್ಯಾನವು ಬಹಳ ಮಹೋನ್ನತವಾದದ್ದು, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವವರು ಬಹಳ ಉತ್ತಮವಾದ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆದುದರಿಂದ ಅವರು ಎಷ್ಟು ದೊಡ್ಡ ಫಲವನ್ನು ಪಡೆಯಬಲ್ಲರು ಎಂಬುದನ್ನು ಸಹ ಬಹಳ ವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ

ಧ್ಯಾನದ ಹಿರಿಮೆ

◆ 'ಧ್ಯಾನವೇ' 'ಆತ್ಮ'ದೇವರಿಗೆ ಕಾಣಿಕೆ. ಧ್ಯಾನವೇ.. ದೇವರಿಗೆ ಇಷ್ಟ. ಧ್ಯಾನವೇ ಆತನಿಗೆ ಅರ್ಘ್ಯ ಪಾದ್ಯಗಳು, ಧ್ಯಾನಾಭಿವ್ಯಕ್ತವಾಗುವ ಚೈತನ್ಯವೇ ಪುಷ್ಪ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಧ್ಯಾನವೆಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ 105)

◆ ಆತ್ಮವನ್ನು ಪೂಜಿಸಿದರೆ ಅಂದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ 'ಸ್ವಾತ್ಮಾ' ಎಂಬುದು ತಕ್ಷಣವೇ ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದ ಎಂಬ ದೊಡ್ಡ ವರವನ್ನು ಪ್ರಸಾಧಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಆತ್ಮ ಪೂಜೆಯೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ರುದ್ರ ಶಿವ ಇಂದ್ರ ಮುಂತಾದವರ ಪೂಜೆ ತೃಣದಂತೆ, ವ್ಯರ್ಥವೆಂಬಂತೆ ಗೋಚರಿಸುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ 145)

◆ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿನ ಆತ್ಮ ದೇವರನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸುವುದೇ ಪೂಜೆ, ಇದನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಅನ್ಯ ಪೂಜೆ ಎಂಬುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ, ಮೂರು ಲೋಕಗಳಿಗೂ ಆಧಾರವಾಗಿರುವ ಆ ಪರಮ ಆತ್ಮವನ್ನು ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲಕ ನಿತ್ಯವೂ ಪೂಜಿಸಬೇಕು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 104)

◆ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸುವವರು ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಯಕ್ಷರನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸುವವರು ಯಕ್ಷರನ್ನೇ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಬ್ರಹ್ಮನನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸುವವರು ಬ್ರಹ್ಮನನ್ನೇ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಆದುದರಿಂದ ಯಾವುದು ಮಹತ್ತರವಾದದ್ದೋ ಅದನ್ನು ಹೊಂದುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –46)

◆ ಚಿತ್ತನಾಶಕ್ಕೆ 'ಯೋಗ' ಮತ್ತು 'ಜ್ಞಾನ' ಎಂಬ ಎರಡು ಮಾರ್ಗಗಳು ಇದೆ. ಯೋಗ: ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ನಿರೋಧಿಸುವುದು, ಜ್ಞಾನ: ಯಥಾರ್ಥ ದರ್ಶನ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 81)

◆ ರೋಗಿಗೆ ಯಾವ ಔಷಧಿಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆಯೋ, ಅದನ್ನೇ ಹೇಗೆ ನೀಡುತ್ತೇವೋ. ಅದೇ ರೀತಿ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಜಯಿಸಲು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಅನ್ಯಮಾರ್ಗವಿಲ್ಲ.

◆ ಬಹಿರ್ಮುಖ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಮಾನವನು ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಜಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅಂತರ್ಮುಖ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಮಾನವನು ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಜಯಿಸಬಲ್ಲನು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ –212)

◆ ಧೈರ್ಯವಂತರು ಮಾತ್ರ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಜಯಿಸಿ ಮಾನವರೆಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಉಳಿದವರೆಲ್ಲರೂ ಮಾಂಸದಿಂದ ನಿರ್ಮಿತವಾಗಿರುವ ಚಂಚಲ ಯಂತ್ರಗಳು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 140)

◆ ಅಭ್ಯಾಸದ ಮೂಲಕ ಅಂದರೆ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯ ಮೂಲಕ ಅಜ್ಞಾನಿಯೂ ಸಹ ಕ್ರಮೇಣ ಜ್ಞಾನಿಯಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಾನೆ. ಪರ್ವತವೂ ಸಹ ಪುಡಿ ಆಗುತ್ತದೆ, ಬಾಣವೂ ಕೂಡ ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಗುರಿಯನ್ನು ತಲುಪುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 165)

ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ವಶಿಷ್ಠ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯ ಮೂಲಕ ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ತೊಲಗಿಸಿಕೊಂಡು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಸಾಧನೆ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಸಾಂಗತ್ಯಗಳೇ ಜ್ಞಾನ ಸಮುಪಾರ್ಜನೆಗೆ ಹಾಗು ಮೋಕ್ಷ ಪ್ರಾಪ್ತಿಗೆ ಅಂದರೆ ದುಃಖ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಮಾರ್ಗಗಳೆಂದು ಸಹ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಪದ್ಧತಿ ಉಸಿರಾಟದ ಮೇಲೆ ಗಮನ

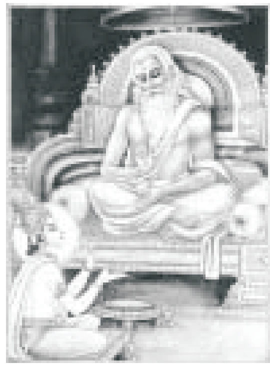
ಹಾಯಾಗಿ ಸುಖಾಸನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು, ಕೈಗಳೆರಡನ್ನು ಜೋಡಿಸಿ, ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು, ಪ್ರಕೃತಿ ಸಹಜವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಉಚ್ಛ್ವಾಸ ನಿಶ್ವಾಸಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ಇರಬೇಕು.

ಹಲವಾರು ಆಲೋಚನೆಗಳು ಬರುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ಆಗಿಂದಾಗಲೇ ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತಾ... ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಉಸಿರಿನ ಮೇಲೆ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತಾ ಇದ್ದರೆ, ಕ್ರಮೇಣ ಆಲೋಚನಾ ರಹಿತ ಸ್ಥಿತಿ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳು ನಿರೋಧಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಮನಸ್ಸು ನಿರ್ವಿಷಯವಾಗಿ, ಶೂನ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಶಾಂತಿಸುತ್ತದೆ, ಇದೇ ಧ್ಯಾನ ಸ್ಥಿತಿ.

ಈ ಆಲೋಚನಾ ರಹಿತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಅನೇಕಾನೇಕ ಶಾರೀರಿಕ, ನಾಡಿಮಂಡಲ, ಆತ್ಮಾನುಭವಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ಇರಬೇಕು. ಆ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಮಯ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿ ಅಪಾರವಾಗಿ ಶರೀರದೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ನಾಡಿಮಂಡಲವನ್ನು ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ರೋಗಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ನಾಡಿಮಂಡಲ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಕರ್ಮಗಳು ತೊಲಗುತ್ತವೆ.

ಪ್ರತಿನಿತ್ಯವೂ ಅವರ ವಯಸ್ಸು ಎಷ್ಟಿರುತ್ತದೆಯೋ ಕನಿಷ್ಠ ಅಷ್ಟು ನಿಮಿಷಗಳು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ದಿನಕ್ಕೆ ಎರಡು ಬಾರಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಸಾಧನೆ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಸಾಂಗತ್ಯಗಳ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ



ವಸಿಷ್ಠ ಮಹರ್ಷಿ

ಶ್ಲೋಕ: ಉಪಾಯ ಏಕಃ ಶಾಸ್ತ್ರಾರ್ಥೋ

ದ್ವಿತೀಯೊಸಮಾಗಮಃ

ಧ್ಯಾನಂ ತೃತೀಯಂ

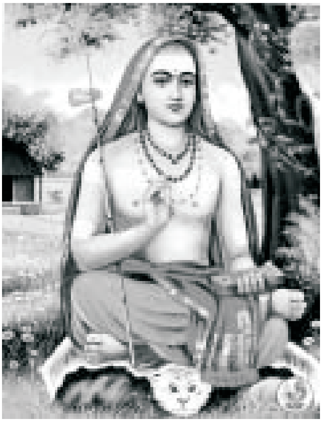
ನಿರ್ವಾಣೇಶ್ರೇಷ್ಠ ಸ್ತತ್ರೋತ್ತರೋತ್ತರಃ

(ಯೋಗವಾಶಿಷ್ಠ)

ತಾ:– ಮೋಕ್ಷ ಪ್ರಾಪ್ತಿಗೆ ಅಂದರೆ ದುಃಖ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಮೂರು ಉಪಾಯಗಳು ಇವೆ. ಅವು 1. ಶಾಸ್ತ್ರಾರ್ಥ ಗ್ರಹಣ (ಸಾಧ್ಯಾಯ) 2. ಜ್ಞಾನಿಗಳೊಡನೆ ಸಾಂಗತ್ಯ, 3. ಧ್ಯಾನ. ಇವು ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಒಂದು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಉಪಾಯಗಳು.

ದುಃಖ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಮೂರೇ ಮೂರು. ಅವು ಸಾಧನೆ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಸಾಂಗತ್ಯ. ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತ್ರಿರತ್ನಗಳೇ ಮಾನವನನ್ನು ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರ ತರುವ ಉನ್ನತವಾದ ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳೆಂದು ವಶಿಷ್ಠ ಮಹರ್ಷಿಗಳು, ಇತರ ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈಗ ಇದರ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಶ್ರೀ ಆದಿಶಂಕರಚಾರ್ಯರು ಭಜಗೋವಿಂದಂನಲ್ಲಿ ಏನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಶ್ರೀ ಆದಿ ಶಂಕರಾಚಾರ್ಯರು



ಶ್ಲೋಕ: ಭಗವದ್ಗೀತಾ ಕಿಂಚಿ ದಧಿತಾ

ಗಂಗಾಜಲ ಲವ ಕಣಿಕಾ ಪೀತಾ।

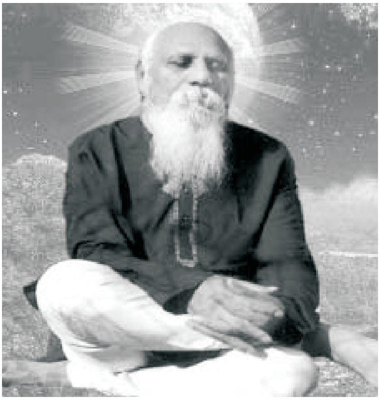
ಸಕೃದಪಿ ಯೇನ ಮುರಾರಿ ಸಮರ್ಚಾ

ಕ್ರಿಯತಾ ತಸ್ಯ ಯಮೇನ ನ ಚರ್ಚಾ॥

ತಾತ್ಪರ್ಯ: ಯಾರಾದರೆ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಾರೊ, ಯಾರಾದರೆ ಗಂಗಾಜಲವನ್ನು ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ಹನಿ ಆದರೂ ಪಾನ ಮಾಡುತ್ತಾರೋ, ಯಾರಾದರೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ಗಳಿಗೆಯಾದರೂ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಾರೋ... ಅಂಥವರನ್ನು ಯಮ ಧರ್ಮರಾಜನು ಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ.

ಶ್ರೀ ಆದಿಶಂಕರಚಾರ್ಯರು ಬೋಧಿಸಿರುವ ಸಂದೇಶಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯ ವಿವರಣೆಯನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ.

ಬ್ರಹ್ಮಶ್ರೀ ಪತ್ರೀಜಿಯವರ ವಿವರಣೆ:



ಆತ್ಮಜ್ಞಾನದಿಂದ ಕೂಡಿರುವ, ಆತ್ಮಾನುಭವದಿಂದ ಬರೆಯಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ ಓದಬೇಕು.

"ಧ್ಯಾನಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ, ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿರುವಾಗ ಖೇಚರಿ ಮುದ್ರೆಯ ಮೂಲಕ ಲಾಲಾಜಲವು ವಿಶ್ವ ಶಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗಿ ಅಮೃತಬಿಂದುಗಳಂತೆ ಬದಲಾದಾಗ ಆ ಗಂಗಾಜಲವನ್ನು ಒಂದು ಹನಿ ಆದರೂ ಕುಡಿಯಬೇಕು." ಅಂದರೆ ಅನು ನಿತ್ಯ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯವಾದರೂ ಮಾಡಬೇಕು.

"ಹಾಗೆ ಯಾರಾದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೋ! ಅಂತವರು ಮರಣಿಸಿದ ನಂತರ ಈ ಭೂಮಂಡಲದಿಂದ ನಿಷ್ಕ್ರಮಿಸಿ ಊರ್ಧ್ವ ಲೋಕಕ್ಕೆ ಪಯಣಿಸಿದಾಗ, ಅಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ತಡೆಯುವವರು ಯಾರು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂದರೆ ಚರ್ಚೆ ಮಾಡುವವರು ಯಾರು ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಾಸ್ತ್ರ ತ್ರಿರತ್ನಗಳಾದ ಧ್ಯಾನ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯಗಳೆಂಬ ಮೂರನ್ನು ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯ ಪದಗಳಿಂದ ಅತ್ಯದ್ಭುತವಾಗಿ ಶ್ರೀ ಶಂಕರಾಚಾರ್ಯರು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಹೀಗೆ ಮಹಾತ್ಮರು, ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನಿಗಳು ಏನೇ ಹೇಳಲಿ.. ಅವೆಲ್ಲವೂ ಒಂದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ದುಃಖ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದರೆ 1) ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, 2) ಸಾಂಗತ್ಯ, 3) ಸಾಧನೆ ಈ ಮೂರು ಕಡ್ಡಾಯ ಎಂದು ತಿಳಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಕಾರಣ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಕೂಡಿರುವ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ ಜ್ಞಾನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಗಳೊಂದಿಗಿನ ಸಾಂಗತ್ಯದಿಂದ ತಿಳಿದಿರುವುದನ್ನು ಇನ್ನೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರುವುದನ್ನು ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ತರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅನುಭವಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪಡೆದು ದುಃಖದಿಂದ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಹೊರಬಂದು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಆನಂದವನ್ನು ಪಡೆಯಬಲ್ಲೆವು.

ಆದುದರಿಂದಲೇ ಶ್ರೀ ವಶಿಷ್ಠ ಮಹರ್ಷಿಯವರು ಈ ರೀತಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ

ಶ್ಲೋಕ: ಯಥಾ ಮಯೊಪದಿಷ್ಟೋಽಸಿ ಯಥಾ ಪಶ್ಯಸಿ ಶಾಸ್ತ್ರತಃ

ಯಥಾನುಭವಸಿ ಶ್ರೇಷ್ಠಮೇಕವಾಕ್ಯಂತಥಾ ಕುರು.

ತಾತ್ಪರ್ಯ: ಓ ರಾಮಚಂದ್ರ! ನಾನು ನಿನಗೆ ಏನನ್ನಾದರೆ ಉಪದೇಶಿಸಿದ್ದೇನೋ, ಶಾಸ್ತ್ರಗಳ ಮೂಲಕ ನೀನು ಏನನ್ನಾದರೆ ತಿಳಿದಿದ್ದೀಯೊ, ಸ್ವಾನುಭವದಿಂದ ನೀನು ಏನನ್ನಾದರೂ ನೋಡಿದ್ದೀಯೊ... ಈ ಮೂರನ್ನು ಒಂದೇ ವಾಕ್ಯದಂತೆ ಮಾಡಬೇಕು. (ಗುರು ವಾಕ್ಯ, ಶಾಸ್ತ್ರ ಬೋಧೆ, ಸ್ವಾನುಭವ ಎಂಬ ಈ ಮೂರು ಏಕಾರ್ಥವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದೇ ಯಥಾರ್ಥ ತತ್ವಾನುಭವದ ಸಂಕೇತ).

ಅಂದರೆ ಜ್ಞಾನಿಗಳ ಸಾಂಗತ್ಯದಿಂದ ಏನನ್ನಾದರೆ ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದೇವೊ, ಜ್ಞಾನದ ಪುಸ್ತಕಗಳಿಂದ ಏನನ್ನಾದರೆ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ್ದೆವೊ, ಅದನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯ ಮೂಲಕ ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ಪಡೆಯುವುದೇ ಆತ್ಮಾನಭವವನ್ನು ಹೊಂದುವುದು ಎಂದರೆ.

ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಸ್ವಾದ್ಯಾಯ ಸಾಂಗತ್ಯವನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಯಾರಾದರೂ ಸರಿ ಎಂಥವರಾದರು ಸರಿ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದೆಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ.

ಬುದ್ಧ ಭಗವಾನರು

ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿರುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದು ಕೊಂಡಿರುವವರ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಬುದ್ಧ ಭಗವಾನರು ಬ್ರಹ್ಮ ವಿಹಾರಗಳ ಮೂಲಕ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವು ನಾಲ್ಕು: 1) ಮೈತ್ರಿ, 2) ಕರುಣೆ, 3) ಮುದಿತ, 4) ಉಪೇಕ್ಷ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಎರಡು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುವ ಜನರು ಇದ್ದಾರೆ. 1.ಪ್ರಾಪಂಚಿಕವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವವರು ಅಂದರೆ... ದೇಹವೇ ನಾನು ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾ ಜೀವಿಸುವವರು. 2.ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವವರು ಅಂದರೆ ನಾನು ಆತ್ಮ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯಿಂದ ಜೀವಿಸುವವರು.

ಆದುದರಿಂದ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದುಕೊಳ್ಳುವವರು

1) ಮೈತ್ರಿ: ಅಂದರೆ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕವಾಗಿ ಅಂದರೆ ಹಣದ ವಿಷಯದಲ್ಲಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಬೇರೆ ಇತರ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಾಗಲಿ ತಮಗಿಂತ ಉನ್ನತವಾಗಿ ಇರುವವರನ್ನು ನೋಡಿ ಅಸೂಯೆ ಪಡಬಾರದು. ಅವರೊಂದಿಗೆ ಮೈತ್ರಿ ಭಾವನೆಯಿಂದ ವ್ಯವಹರಿಸಬೇಕು.

2) ಕರುಣೆ: ಅಂದರೆ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕವಾಗಿ ತಮಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವವರನ್ನು ಹಗುರವಾಗಿ ಕಾಣಬಾರದು, ಅವಮಾನಿಸಬಾರದು. ಅವರ ಮೇಲೆ ಕರುಣೆಯನ್ನು, ದಯೆಯನ್ನು ತೋರಬೇಕು.

3) ಮುದಿತ: ಹಾಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ತಮಗಿಂತ ಉನ್ನತವಾಗಿ ಇರುವವರನ್ನು ನೋಡಿ ಸಂತೋಷಿಸಬೇಕೇ ಹೊರತು ದ್ವೇಷಿಸಬಾರದು.

4) ಉಪೇಕ್ಷ: ಹಾಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ತಮಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಇರುವವರನ್ನು ಸಾಕ್ಷಿಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ವ್ಯವಹರಿಸಬೇಕು. ಅವರಷ್ಟಕ್ಕೆ ಅವರನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಬೇಕೇ ಹೊರತು ಅವರನ್ನು ವಿಮರ್ಶಿಸಬಾರದು, ಅವರ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಬೆರಳೆತ್ತಿ ತೋರಿಸಬಾರದು.

ಹೀಗೆ ಯಾರಾದರೆ ಬುದ್ಧ ಭಗವಾನರು ಬೋಧಿಸಿರುವ ಬ್ರಹ್ಮ ವಿಹಾರಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಾ... ತ್ರಿಕರಣ ಶುದ್ಧಿಯಿಂದ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಜ್ಞಾನಯುತವಾದ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತಾ ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿರುವ ಸಂದೇಶಗಳು ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಅತಿ ಕಡಿಮೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಪುರೋಗಮಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ಅವರಲ್ಲಿ ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಹೀಗೆ ಜ್ಞಾನವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಅನುಭವಗಳು, ಶಕ್ತಿಗಳು, ಸಿದ್ದಿಗಳು ಸಹ ಬರಬಹುದು. ಕೆಲವರಿಗೆ ಬರೆದೆಯೂ ಇರಬಹುದು.

ಅನುಭವಗಳು: ಮೂರನೇ ಕಣ್ಣು ಉತ್ತೇಜನಗೊಳ್ಳುವುದು, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರ ಯಾನ ಮಾಡುವುದು, ಮಾಸ್ಟರ್ಗಳ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಆಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು, ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ದಿವ್ಯ ಶ್ರವಣ ಮುಂತಾದವು...

ಶಕ್ತಿಗಳು: ಹಿಪ್ನಟಿಸಂ, ಮೆಸ್ಮರಿಸಂ, ವಾಂಟರಿಸಂ, ಮೆಟಲ್ಲೋಥೆರಪಿ, ಬ್ಲಾಕ್ ಮ್ಯಾಜಿಕ್, ಅನಿಮಲ್ ಮ್ಯಾಜಿಕ್, ಮ್ಯಾಗ್ನೆಟಿಸಂನಂತಹುದು.

ಸಿದ್ಧಿಗಳು: ಅಣಿಮ, ಮಹಿಮಾ, ಲಘಿಮ, ಗರಿಮ, ಪ್ರಾಪ್ತಿ, ಪ್ರಾಕಾಮ್ಯ, ಈಶತ್ವ, ವಶತ್ವ

ಹೀಗೆ ಅವರ ಸಾಧನೆಯ ತೀವ್ರತೆಗೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಅವರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಅಂದರೆ ಜ್ಞಾನ ಸಮುಪಾರ್ಜನೆಗೆ ಬೇಕಾಗಿರುವ ಕೆಲವು ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು, ಸಿದ್ದಿಗಳನ್ನು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಶಕ್ತಿಗಳೆಲ್ಲವೂ ಜ್ಞಾನ ವಿಸ್ತರಣೆಗಾಗಿಯೇ ಹೊರತು ಸ್ವಾರ್ಥ ಉಪಯೋಗಗಳಿಗೆ ಅಲ್ಲ. ಅಂದರೆ ಅವು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿ, ಹೇಳಿಕೊಂಡು, ತಾನು ಉತ್ತಮ ಎಂದು ನಿರೂಪಿಸಲು ಅಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಆದರೆ ಯಾರಾದರೆ ಅಂತಹ ಅನುಭವಗಳನ್ನು, ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಅಲ್ಲದೆ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಲಾಭಗಳಿಗಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೋ, ತಮ್ಮ ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲು ಬಳಸುತ್ತಾರೋ, ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಹೊಗಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಆ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಆಪತ್ತು ಸಹ ಇದೆ.

ಆದರೆ ಪಡೆದಿರುವ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಯಾರಾದರೆ ಜ್ಞಾನ ವೃದ್ಧಿಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಅಂದರೆ ಆತ್ಮಪರವಾಗಿ ಇನ್ನು ಪುರೋಗಮಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಹೀಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಪುರೋಗಮಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅವರಿಗೆ ಶಕ್ತಿಯು ಸಹ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ... ಅವರ ಶರೀರದಲ್ಲಿನ ಚಕ್ರಗಳು ಒಂದೊಂದು ಸಹ ಉತ್ತೇಜನವಾಗುತ್ತದೆ ಅಂದರೆ ಅವರು ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಅವರ ಶಕ್ತಿಗಳು ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಅವರು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಅವರ ವರ್ತನೆಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯು ಬರುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಅವರ ಪರಿವರ್ತನೆ ಬದಲಾಗುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಅವರು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಅವರು ಈ ನಿರ್ದಿಷ್ಠ ಚಕ್ರ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾರೆ, ಅವರಲ್ಲಿ ಈ ಚಕ್ರ ಚೈತನ್ಯದಿಂದ ಇದೆ ಎಂದು ದೊಡ್ಡವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಹೀಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಪುರೋಗಮಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಅಂದರೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವಾಗ ಒಂದು ವೇಳೆ ಅವರು ಭೌತಿಕ ಶರೀರವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕಾಗಿ ಬಂದರೆ ಅವರು ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳನ್ನು ಸೇರುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ಅವರ ಜ್ಞಾನ ಪರಿಧಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿರುವ ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳನ್ನು ಸೇರುತ್ತಾರೆ. ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಅವರ ಸಾಧನೆಗೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಅವರ ಪುರೋಗಮನಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ, ಅವರ ಜ್ಞಾನ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಅವರ ಮನೋಮಯಕೋಶ, ಕಾರಣಮಯಕೋಶ, ಮಹಾಕಾರಣಮಯಕೋಶ, ನಿರ್ವಾಣಮಯ ಕೋಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿ ಇರುವ ಎರಡು ಎಳೆಗಳ ಡಿಎನ್ಎ ಯಿಂದ 12 ಎಳೆಗಳ ಡಿಎನ್ಎ ವರೆಗೂ ಉನ್ನತೀಕರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಅನಂತರ ಅವರು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಭೌತಿಕ ಶರೀರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದಾಗ ಅವರ ಭೌತಿಕ ಶರೀರದಲ್ಲಿನ ಕಣಜಾಲದಲ್ಲಿಯು (ಡಿಎನ್ಎ ಎಂದರೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿ, ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿರುವ ಕಣಗಳಲ್ಲಿನ ಕ್ರೋಮೋಸೋಮ್ ಗಳ ಮೇಲೆ ಇರುವ ಎಳೆಗಳು) ಸಹ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಉನ್ನತೀಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ ಹಂತಕ್ಕೆ... ಅಂದರೆ ಅಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಎಳೆಗಳ ಹಂತಕ್ಕೆ ಉನ್ನತೀಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆಯೋ ಅದೇ ಹಂತಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲಿಯೂ ಅಂದರೆ ಭೂಲೋಕದಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಉನ್ನತೀಕರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಅಂದರೆ ಭೂಲೋಕದಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡವರಿಗೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನದ ಮೂಲಕ ಶರೀರವನ್ನು ಶಕ್ತಿಯುತವಾಗಿಸಿ

ಕೊಂಡವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿನ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರಗಳಲ್ಲಿನ ಡಿಎನ್‌ಎಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಬಂದು ತದನುಸಾರವಾಗಿ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಭೌತಿಕ ಶರೀರದಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಡಿಎನ್‌ಎಯಲ್ಲಿಯು ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಅಂದರೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಮಾಂಸಮಯ ಶರೀರವು ಮಂತ್ರಮಯ ಶರೀರವಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಮಾನವರಲ್ಲಿನ ಚಕ್ರಗಳು, ಡಿಎನ್‌ಎ ಅಲ್ಲದೆ ಇನ್ನು ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಾ ಇರುತ್ತವೆ. ಗುಣವು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ, ಶಕ್ತಿಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತವೆ.. ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತಹ ಕೆಲಸಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿ ಪತ್ರೀಜಿಯವರನ್ನು ಮಾಂಸ ಪಿಂಡವನ್ನು ಮಂತ್ರ ಪಿಂಡವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದರು..

ಅಂದರೆ ಜ್ಞಾನವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಅವರು ಸ್ವಾರ್ಥವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ ನಿಸ್ವಾರ್ಥವಾಗಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರಲ್ಲಿನ ಲೋಭ ಗುಣವೂ ಹೋಗಿ ದಾನಗುಣವು ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಅವರಲ್ಲಿನ ಅಸೂಯೆ ದ್ವೇಷವು ತೊಲಗಿ ಪ್ರೀತಿಯು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ ಅವರಲ್ಲಿನ ಕಠಿಣತೆಯು ದೂರವಾಗಿ ಕರುಣೆಯು ಚಿಗುರೊಡೆಯುತ್ತದೆ. ಹಿಂಸಾ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ನಶಿಸಿ ದಯೆಯು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಅವರಲ್ಲಿನ ಅಧರ್ಮವು ದೂರವಾಗಿ ಧರ್ಮ ನೆಲೆಸಿ, ಅನ್ಯಾಯವು ತೊಲಗಿ ನ್ಯಾಯಪರತೆ , ಅಸತ್ಯದಿಂದ ಸತ್ಯದ ಸಹಚರ್ಯೆ ಹೀಗೆ ಅವರ ಪ್ರವರ್ತನೆ, ಕೆಲಸಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ತಮಗೆಂದು ಯಾವ ಕೋರಿಕೆಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಆಸೆಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ.. ಅವರು ತಮಗೆ ಬಂದಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನಾಗಲಿ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನಾಗಲಿ ಪರಿಗಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಎದುರಾದರು ಚಲಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂದರೆ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಮಾನಾವಮಾನಗಳನ್ನು, ಜಯಾಪಜಯಗಳನ್ನು, ದೂಷಣೆಗಳನ್ನು ಹೊಗಳಿಕೆಗಳನ್ನು, ಸಮಾನವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತಾರೆ. ತ್ರಿಕರಣ ಶುದ್ಧಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ದೇಹ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ದೇಹ ಲಾಭಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆತ್ಮ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಆತ್ಮ ಲಾಭಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಸಂಸಾರಕ್ಕೆ ಸಂಪಾದನೆಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಸಾಧನೆಗೆ ಮಾತ್ರ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ: ಧ್ಯಾನ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಎರಡು ಎಳೆಗಳ ಡಿಎನ್ಎ 12 ಎಳೆಗಳ ಡಿಎನ್ಎಯಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಆಗುವುದು ಸಾಧ್ಯವೇ?

ಪತ್ರೀಜಿ: ಸಾಧ್ಯ! ಆದರೆ ಅದು ನಾವು ಮಾಡುವ ಧ್ಯಾನ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮ ಪರಿಣಾಮ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿನ ಅತಿ ಸಾಧಾರಣ ಮಾನವ ಹಂತದ ಎರಡು ಎಳೆಗಳ ಪರಿಮಿತ ಡಿಎನ್ಎ ಯಿಂದ ನಾನಾ ಬಗೆಯ ಜೀವನದ ಅನುಭವಗಳ ಸಾರದಿಂದ ಉಚ್ಛಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪಿದ 12 ಎಳೆಗಳ ಡಿಎನ್ಎಯೊಂದಿಗೆ ಕೂಡಿದ ಅಧಿ ಮಾನವ (ಹೈಯರ್ ಯುನಿವರ್ಸಲ್ ಮ್ಯಾನ್) ಹಂತಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯುವುದೇ ಮಾನವ ಜೀವನದ ಗುರಿ. ಆ ಗುರಿಯ ಸಾಧನೆಯು ತಾನು ಮಾಡುವ ವಿವಿಧ ಸಾಧನೆಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮೊದಲೇ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಮನೋಮಯ, ಕಾರಣಾಮಯ, ಮಹಾಕರಣಾಮಯ ಮತ್ತು ನಿರ್ವಾಣಮಯ ಕೋಶಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ 12 ಎಳೆಗಳ ಡಿ.ಎನ್.ಎ. ಹಂತಕ್ಕೆ ಉನ್ನತೀಕರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಅನಂತರ ಭೂಲೋಕದಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ಮ ಭೌತಿಕ ದೇಹದ ಕಣಜಾಲಗಳಲ್ಲಿನ ಕ್ರೋಮೋಸೋಮ್ ಗಳ ಮೇಲೆ ಇರುವ ಡಿ.ಎನ್.ಎ ಸಹ ಎರಡು ಎಳೆಗಳಿಂದ 12 ಎಳೆಗಳಿಗೆ ಉನ್ನತೀಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ನಾವು ಬಹುಮುಖ ಪ್ರಜ್ಞಾಶಾಲಿಗಳಂತೆ ಜೀವಿಸುವುದು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೀಗೆ ಜ್ಞಾನವು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅವರ ಪ್ರವರ್ತನೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿಪರೀತವಾದ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಲಾಭಗಳಿಗಿಂತ ಸಮಾಜ, ಸಮಾಜದಲ್ಲಿನ ಇತರ ಲಾಭಗಳಿಗಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಹಣ, ಸಮಯ, ಮಾತು ಕೊನೆಗೆ ಜೀವನವನ್ನು ಸಹ ಜನರಿಗಾಗಿ, ಲೋಕ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಜ್ಞಾನವಂತರಾಗುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಇತರರು ಸಹ ಜ್ಞಾನವಂತರಾಗಬೇಕೆಂದು ಆಶಿಸುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಜ್ಞಾನವಂತರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲು ಅನುಕ್ಷಣ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮ ಆನಂದಕ್ಕಿಂತ ಇತರರ ಆನಂದಕ್ಕಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

ಇಂತಹ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಯಾರಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆಯೋ ಅವರಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನವು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಆಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನಾವು ಗ್ರಹಿಸಬಹುದು. ಅವರ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಎಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆಯೋ ಅವರಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿನ ಜ್ಞಾನವಿದೆ ಎಂದು ನಾವು ಭಾವಿಸಬಹುದು.

ಹೀಗೆ ಅವರು ಲೋಕ ಕಲ್ಯಾಣಕರವಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಮೇಲಿನ ಲೋಕವಾಸಿಗಳು ಅಂದರೆ ನಕ್ಷತ್ರ ಲೋಕವಾಸಿಗಳು ಅವರಿಗೆ ಮಿತ್ರರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಕೇಳದೆ ಇದ್ದರೂ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ನಡೆಯುವ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ, ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಗೆ ಮೇಲಿನ ಲೋಕವಾಸಿಗಳು ಸಹಕಾರವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯು ಸಹಾಯ ಸಹಕಾರವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಅವರು ತಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಕರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ನಕ್ಷತ್ರ ಲೋಕವಾಸಿಗಳು ಅಂದರೆ ಮೇಲಿನ ಲೋಕವಾಸಿಗಳ ಸಹಾಯ ಸಹಕಾರಗಳಿಂದ ತಮಗೆ ಲಭಿಸಿರುವ ಶಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಅವರು ತಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿಕೊಂಡು, ಇನ್ನು ಉನ್ನತವಾದ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪಿ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಜ್ಞಾನವಂತರಾಗುತ್ತಾರೆ. ನರರಾಗಿ ಇರುವವರು ನಾರಾಯಣರಾಗುತ್ತಾರೆ. ದುಃಖವನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ದಾಟುತ್ತಾರೆ, ದುಃಖವಿದ್ದರೂ ಸಹ ಆನಂದದಿಂದ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಇರುವಾಗಲೇ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹವರನ್ನೇ ನಾವು ಜೀವನ್ಮುಕ್ತರು ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಅಂದರೆ ಜೀವಿಸಿರುವಾಗಲೇ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರು ಎಂದರ್ಥ. ಅಂದರೆ ದುಃಖವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಂಡವರು ಎಂದರ್ಥ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಗಮನಿಸಬೇಕಾಗಿರುವುದೇನೆಂದರೆ.. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ನಮ್ಮ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಬದಲಾದಾಗ ನಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳು, ಮಾತುಗಳು ಆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾಗ.. ನಮ್ಮ ಚಕ್ರಗಳು ತೆರೆದುಕೊಂಡಾಗ, ನಮ್ಮ ಡಿ.ಎನ್.ಎ ಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಬಂದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಮಗೆ ಶಕ್ತಿಗಳು ಬಂದಂತೆ. ಈ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪುರೋಗಮನಕ್ಕೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಸಂಕೇತಗಳೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಕೇವಲ ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಧ್ಯಾನ

ಸಾಧನೆಯಿಂದ ನಮಗೆ ಅವು ಲಭಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದರೆ ನಮಗಿಂತ ಅವಿವೇಕಿಗಳು ಬೇರೊಬ್ಬರಿಲ್ಲ.

ಹೀಗೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದವರ ಸ್ಥಿತಿ ಯಾವ ರೀತಿ ಇರುತ್ತದೆ, ಅವರ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ, ಅವರ ಜೀವನ ವಿಧಾನ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಬಹುತೇಕ ಜನ ಮಹಾತ್ಮರು, ಯೋಗೇಶ್ವರರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಂತಹವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಭೋದಿಸಿರುವ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದವರ ಸ್ಥಿತಿ
ವಶಿಷ್ಠ ಮಹರ್ಷಿ

ಜೀವನ್ಮುಕ್ತರಿಗೂ (ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಪಡೆದವರಿಗೂ) ಸಹ ಸಾಮಾನ್ಯರಂತೆ ದೇಹ, ದೇಹ ಧರ್ಮದೊಂದಿಗೆ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅವರಿಗೆ ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಚಿತ್ತ ಮಾತ್ರ ಸದಾ ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿ ನಿರ್ವಿಕಾರವಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 203)

ನನ್ನದು, ನಿನ್ನದು, ಇತರರದು ಇಂತಹ ಭಾವನೆಗಳು ಯಾರಿಗೆ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆಯೋ ಅವರೇ ನಿಜವಾಗಿ ಸತ್ಯವನ್ನು ದರ್ಶಿಸಿದವರು, ಜ್ಞಾನ ನೇತ್ರವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರು.(ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 145)

ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಗೆ ಹೆಂಡತಿ, ಮಕ್ಕಳು, ಸಂಪತ್ತು ಮುಂತಾದವುಗಳ ವ್ಯಾಮೋಹ ಇಲ್ಲದೆ, ಆತ್ಮದಲ್ಲಿಯೇ ಸದಾ ಸಂತುಷ್ಟನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 85)

ಜೀವನ್ಮುಕ್ತರಾದವರು ಕೋರಿಕೆಗಳಿಲ್ಲದೆ, ಅವರಿಗೆ ಲಭಿಸಿರುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದು, ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯಿಂದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸ್ವಾಧೀನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಈ ದೇಹದೊಂದಿಗೆ ವಿಹರಿಸುತ್ತಾರೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 54)

ಮಾಡುವ ಸಮಸ್ತ ಕಾರ್ಯಗಳು ಕಾಮ ಸಂಕಲ್ಪ ವರ್ಜಿತವಾಗಿ ಇರುತ್ತವೋ (ಕೋರಿಕೆಗಳಿಲ್ಲದೆ, ಫಲಿತವನ್ನು ಬಯಸದೇ) ಯಾರು ಬಂದದ್ದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ವಿಹಾರಿಸುತ್ತಾರೋ, ಅವರೇ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಹೊಂದಿದವವರು ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 218)

ಯಾರಿಂದ ಲೋಕಕ್ಕೆ ಭಯವಿಲ್ಲವೋ, ಲೋಕದಿಂದ ಅವರಿಗೂ ಭಯವಿಲ್ಲ ಯಾರು ಸಂತೋಷ, ಕೋಪ, ಭಯರಹಿತರೋ ಅವರೇ ಜೀವನ್ಮುಕ್ತರೆಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದವರು 1.ಮಹಾಕರ್ತನಂತೆ, 2.ಮಹಾಭೋಕ್ತನಂತೆ, 3.ಮಹಾತ್ಯಾಗಿಯಂತೆ, 4.ಮಹಾಸಮತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 34)

◆ **ಮಹಾ ಕರ್ತ:** ಯಾರು ನಿರಂತರವು ಆಸಕ್ತ ರಹಿತನಾಗಿ ಸಾಕ್ಷಿ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೊ, ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲದವನಂತೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾನೋ ಆತನೇ ಮಹಾಕರ್ತ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 119)

◆ **ಮಹಾಭೋಕ್ತ:** ಯಾರಾದರೆ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುತ್ತಿದ್ದರು... ಏನು ಗ್ರಹಿಸದವರಂತೆ ಇರುತ್ತಾರೋ, ಯಾವ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು, ಆಚರಿಸುತ್ತಾ ಇದ್ದರು.. ಏನು ಮಾಡದವರಂತೆ ಇರುತ್ತಾರೋ, ಏನು ತಿಂದರು ಏನು ತಿನ್ನದೇ ಇರುವವರಂತೆ ಇರುತ್ತಾರೋ.. ಅವರೇ ಮಹಾಭೋಕ್ತ.(ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 120)

◆ **ಮಹಾತ್ಯಾಗಿ:** ಯಾರು ಸಮಸ್ತ ಕೋರಿಕೆಗಳನ್ನು, ಸಮಸ್ತ ಸಂದೇಹಗಳನ್ನು, ಸಮಸ್ತ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು, ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಶ್ಚಯದಿಂದ ಬುದ್ಧಿಯ ಮೂಲಕ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ತ್ಯಜಿಸುತ್ತಾರೋ ಅವರೇ ಮಹಾತ್ಯಾಗಿ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 121)

◆ **ಮಹಾಸಮತ್ವ:** ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹೊರಗಿನ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಂದ ಹೊರಳಿಸಿ, ಆತ್ಮದಲ್ಲಿ ಲಯವಾಗಿಸುತ್ತಾ... ದೃಶ್ಯವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಭಾವಿಸದೇ ಇದ್ದರೆ ಅದೇ ಮಹಾಸಮತ್ವ. ಅವರೇ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದವರು. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 124)

◆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯೂ ಆತ್ಮ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಶವದಂತೆ ನಿರ್ಲಿಪ್ತದಿಂದ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಆತ್ಮ ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಆತ್ಮ ವಿಚಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಆದಿಶೇಷನಂತೆ ಬೃಹಸ್ಪತಿಯಂತೆ ಇರುತ್ತಾನೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 219)

◆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯೂ ತನ್ನ ಸಹಜ ಸ್ವಭಾವದಿಂದ ನಿರಂತರ ಪರೋಪಕಾರ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವರ್ತಿಸುತ್ತಾನೆ! ಆತನನ್ನು ಸಾಧು ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಅಂತಹವರ ಆಚರಣೆ ಎಲ್ಲಾ ಜನರಿಗೂ ಮಾದರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 223)

◆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ ಶಿಲೆಗಳು ಸಹ ಸ್ನೇಹಿತರು. ವನ ವೃಕ್ಷಗಳು ಸಹ ನೆಂಟರು, ಕಾಡಿನ ಮಧ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವಾಗ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಸಹ ತಮ್ಮವರಂತೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ.(ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 185)

◆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಗೆ ಅಸಮಾಧಿ ಸ್ಥಿತಿಯೇ ಸಮಾಧಿ, ದುಃಖವೇ ಪರಮ ಸುಖ, ವ್ಯವಹಾರವೇ ಉತ್ತಮ ಮೌನ, ಕರ್ಮಗಳೇ ಮಹಾ ಅಕರ್ಮತ್ವ.(ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 186)

◆ ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಅಕರ್ಮತ್ವವನ್ನು, ಅಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾ, ಯಥಾರ್ಥ ಚಿದ್ರೂಪ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿ ಶಾಂತವಾಗಿ ಸುಖದಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 138)

◆ ಯಾವುದು ಸಮಸ್ತ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೂ ರಾತ್ರಿ ಆಗಿರುತ್ತದೆಯೋ (ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯವಹಾರಗಳು) ಅದು ಯೋಗಿಗಳಿಗೆ ಹಗಲು. ಯಾವುದು ಸಮಸ್ತ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ಹಗಲು (ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವ್ಯವಹಾರಗಳು) ಅದು ಯೋಗಿಗಳಿಗೆ ರಾತ್ರಿ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 146)

◆ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಎದುರಾದಂತಹ ಯಾವುದಾದರೂ ಹಳ್ಳಿಯ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ದಾರಿಹೋಕರು ರಾಗರಹಿತರಾಗಿ ಹೇಗೆ ನೋಡುತ್ತಾರೋ ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನಿಗಳು ಲೋಕ ವ್ಯವಹಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ರಾಗರಹಿತರಾಗಿ ನೋಡುತ್ತಾರೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 48)

◆ ಇದೆಲ್ಲವೂ ಬ್ರಹ್ಮವಲ್ಲ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯೇ ಅಜ್ಞಾನ. ಇದು ಎಲ್ಲವೂ ಬ್ರಹ್ಮವೇ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯೇ ಜ್ಞಾನ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 86)

◆ ಆದುದರಿಂದಲೇ ಆತ್ಮ ತತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿದವರು ಸಮಸ್ತವು ನಾನೇ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದುದರಿಂದ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ, ನಾಶವಾಗುವ ದೇಹ ಮುಂತಾದವುಗಳ ಬಗೆಗಿನ ವಿರುದ್ಧ ಭಾವನೆಗಳು, ಅಹಂಭಾವಗಳು ಇಲ್ಲದೆ ಆನಂದವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 67)

◆ ಆತ್ಮೋದಯವಾದಂತಹ ಮಹಾತ್ಮನು ಹೊರಗೆ ನವಿಲುಗರಿಯ ತುದಿಯಂತೆ ಚಂಚಲವಾಗಿ, ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಮೇರು ಪರ್ವತದಂತೆ ಇರುತ್ತಾನೆ.(ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 78)

◆ ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ದ್ವೈತವನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿ, ಭಾವನೆಯಲ್ಲಿ ಅದ್ವೈತವನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುತ್ತಾರೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 61)

◆ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ತಂದೆಗೆ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಅನುಕಂಪ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆಯೋ ಅದೇ ರೀತಿ ಆತ್ಮ ತತ್ವವನ್ನು ಪಡೆದಂತಹ ಮಹಾತ್ಮನಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಧನಿಕರನ್ನು ನೋಡಿದರೂ ಸಹ ದಯೆ ಅಂಕುರಿಸುತ್ತದೆ. (ಏನು ತಿಳಿಯದ ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ನಾವು ಹೇಗೆ ಅನುಕಂಪವನ್ನು ತೋರುತ್ತೇವೋ ಅದೇ ರೀತಿ ಜ್ಞಾನಿಗಳು ಸಹ ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆಯನ್ನು ನೋಡಿ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ನೋಡಿ ಬೀಗುವರ ಮೇಲೆ ಅನುಕಂಪ ತೋರುತ್ತಾರೆ. (ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 72)

◆ ಜ್ಞಾನಿಯು ತನ್ನ ಗತಕಾಲದಲ್ಲಿನ ಸಂಸಾರದ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಗಳನ್ನು ನೆನೆದು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿ ನಗುತ್ತಿರುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಅಜ್ಞಾನಿಗಳನ್ನು ಭ್ರಮೆಗೆ ಒಳಗಾಗಿರುವವರನ್ನು ನೋಡಿ ಒಳಗೊಳಗೆ ನಗುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ.(ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 191)

◆ ಚಪ್ಪಲಿಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿರುವವರಿಗೆ ಲೋಕವೆಲ್ಲ ಚರ್ಮದಿಂದ ಆವರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಂತೆ... ಮನಸ್ಸು ಆತ್ಮದಿಂದ ಪರಿಪೂರ್ಣವಾದರೆ ಜಗತ್ತೆಲ್ಲವೂ ಸಹ ಆನಂದ ಅಮೃತ ರಸದಿಂದ ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗುತ್ತದೆ.(ವಶಿಷ್ಠಾಮೃತ – 63)

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವವರ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ ಅವರು ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅನುಭವ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪಡೆದಂತೆ.

ಹೀಗೆ ಯಾರ ಪ್ರವರ್ತನೆಯಲ್ಲಾದರೂ ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ ಬದಲಾವಣೆ ಬಂದರೆ ಅವರು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಪುರೋಗಮನವನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ. ಅವರ ಸಾಧನೆಯು ಸರಿಯಾದ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ. ಅಂತಹವರು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ತೀವ್ರತರವಾಗಿಸಿ ಆಹಾರ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಾ ಸಾಧನೆ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಸಾಂಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಕ್ರಮತಪ್ಪದೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಖಚಿತವಾಗಿಯೂ ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿಯೇ ಪೂರ್ಣ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಅವಕಾಶವಿದೆ. ಆದುದರಿಂದ ವಸಿಷ್ಠ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಬೋಧಿಸಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡೋಣ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಗಳಾಗೋಣ ದುಃಖದಿಂದ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಹೊರಬರೋಣ.

ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಪರಮಾತ್ಮ

ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಪರಮಾತ್ಮನು ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನಿಯ ಲಕ್ಷಣ ಹಾಗು ವರ್ತನೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅದು...

ಶ್ಲೋಕ: ಅಮಾನಿತ್ವಮದಮ್ಭಿತ್ವಮಹಿಂಸಾ ಕ್ಷಾನ್ತಿರಾರ್ಜವಮ್

ಆಚಾರ್ಯೋಪಾಸನಂ ಶೌಚಂ ಸ್ಥೈರ್ಯಮಾತ್ಮವಿನಿಗ್ರಹಃ ॥ (ಭ.ಗೀ. 13–8)

ತಾತ್ಪರ್ಯ: ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಹೊಗಳಿಕೊಳ್ಳದೆ ಇರುವುದು (ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆಗಲಿ ಮಾತುಗಳಿಂದ ಆಗಲಿ) ಆಡಂಬರವೂ ಇಲ್ಲದೆ ಇರುವುದು. ಇತರೆ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ನೋವಿಗೆ ಒಳಪಡಿಸಬಾರದು (ಜೀವ ಹಿಂಸೆ, ಮಾಂಸ ಭಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಬಾರದು) ಸಹನೆಯಿಂದ ಇರುವುದು, ಪ್ರಶಾಂತ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಇರುವುದು, ಅಂದರೆ ವಂಚನೆಯ ಸ್ವಭಾವ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು. ಬಾಹ್ಯ, ಅಂತರ್ಶುದ್ಧಿ (ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಣಗಳು) ಹೊಂದಿರುವುದು, ಮನಸ್ಸನ್ನು (ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲಕ) ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿಗ್ರಹಿಸುವುದು.

ಶ್ಲೋಕ: ಇಂದ್ರಿಯಾರ್ಥೇಷು ವೈರಾಗ್ಯಮನಹಂಕಾರ ಏವ ಚ

ಜನ್ಮ ಮೃತ್ಯುಜರಾವ್ಯಾಧಿದುಃಖದೋಷಾನುದರ್ಶನಮ್॥ ಭ.ಗೀ. 13–9

ತಾತ್ಪರ್ಯ: ಇಂದ್ರಿಯ ವಿಷಯಗಳು ಎಂದರೆ ಶಬ್ದ (ಕಿವಿಗಳು) ಸ್ಪರ್ಶ (ಚರ್ಮ) ರೂಪ (ಕಣ್ಣು) ರಸ (ನಾಲಿಗೆ) ಗಂಧ (ಮೂಗು) ಮುಂತಾದ ಇಂದ್ರಿಯ ಸುಖಗಳಲ್ಲಿ ವಿರಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು. ನಿರಹಂಕಾರಿಯಾಗಿ, ಹುಟ್ಟು ಸಾವು, ಮುದಿತನ, ರೋಗ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ದುಃಖವನ್ನು, ದೋಷವನ್ನು ಪದೇಪದೇ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆ ಇರುವುದು.

ಶ್ಲೋಕ:ಆಸಕ್ತಿ ರನಭಿಷ್ವಙ್ಗಃ ಪುತ್ರದಾರಗೃಹದಿಷು

ನಿತ್ಯಂ ಚ ಸಮಚಿತ್ತತ್ವಮಿಷ್ಟಾನಿಷ್ಟೋಪಪತ್ತಿಷು॥ಭ.ಗೀ. 13–10

ತಾತ್ಪರ್ಯ: ಪುತ್ರರು (ಸಂತಾನ) ಹೆಂಡತಿ, ಮನೆ ಮುಂತಾದವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಆಸಕ್ತಿ ಇರಬಾರದು ಮತ್ತು ಅವರಿಗೆ ಉಂಟಾಗುವ ಸುಖ ದುಃಖಗಳು ತನಗೇ ಉಂಟಾದಂತೆ ಭಾವಿಸಬಾರದು. ಪ್ರಿಯವಾದುದು, ಅಪ್ರಿಯವಾದುದು ಲಭಿಸಿದಾಗ ಸಮ ಬುದ್ಧಿಯಿಂದ ಇರುವುದು.

ಶ್ಲೋಕ: ಮಯಿ ಚಾನನ್ಯಯೋಗೇನ ಭಕ್ತಿ ರವ್ಯಭಿಚಾರಿಣಿ

ವಿವಿಕ್ತ ದೇಶ ಸೇವಿತ್ವಮರತಿರ್ಜನಸಂಸದಿ॥ಭ.ಗೀ. 13–11

ತಾತ್ಪರ್ಯ: ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ (ಆತ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ) ಅನನ್ಯವಾದ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು. ಏಕಾಂತ ವಾಸವನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುವುದು. ಜನ ಸಮೂಹದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲದೆ ಇರುವುದು.

ಶ್ಲೋಕ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮ ಜ್ಞಾನನಿತ್ಯತ್ವಂ ತತ್ವಜ್ಞಾನಾರ್ಥದರ್ಶನಮ್

ಏತಜ್ಞಾನ್ನಮಿತು ಪ್ರೋಕ್ತಮಜ್ಞಾನಂ ಯದತೋನ್ಯಥಾ॥ ಭ.ಗೀ 13–12

ತಾತ್ಪರ್ಯ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜ್ಞಾನವನ್ನು (ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಜ್ಞಾನ) ನಿರಂತರವು ಹೊಂದಿರುವುದು. ತತ್ವ ಜ್ಞಾನದ (ಆತ್ಮ ತತ್ವಎಂದರೆ ಭಗವಂತನ ತತ್ವ) ಮಹತ್ತರವಾದ ಉಪಯೋಗವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನು ಜ್ಞಾನವೆಂದು ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.

ಶ್ಲೋಕ: ಯಾ ನಿಶಾ ಸರ್ವಭೂತಾನಾಂ ತಸ್ಯಾಂ ಜಾಗರ್ತಿ ಸಂಯಮಿ

ಯಸ್ಯಾಂ ಜಾಗ್ರತಿ ಭೂತಾನಿ ಸಾ ನಿಶಾ ಪಶ್ಯತೋ ಮುನೇಃ॥ಭ.ಗೀ 2–69

ತಾತ್ಪರ್ಯ: ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರಿಗೆ (ಭೋಗಿಗೆ) ಯಾವುದು ರಾತ್ರಿಯೋ ಯೋಗಿಗೆ (ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನಿಗೆ) ಅದು ಹಗಲು. ಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಯಾವುದು ಹಗಲೋ ಯೋಗಿಗೆ ಅದು ರಾತ್ರಿ.

ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರು ಯಾವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ, ಆತ್ಮ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ರಾತ್ರಿಯಂತೆ ನಿರಾಸಕ್ತರಾಗಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತಾರೋ ಅಂತಹ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯು ಹಗಲಿನಂತೆ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಸಾಮಾನ್ಯರು ಯಾವ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹಗಲಿನಂತೆ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೊ ಅಂತಹ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯು ರಾತ್ರಿಯಂತೆ ನಿರಾಸಕ್ತನಾಗಿ ಇರುತ್ತಾನೆಂದು ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನ ಸಂದೇಶ.

ಮೇಲಿನ ಶ್ಲೋಕಗಳ ಮೂಲಕ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಪರಮಾತ್ಮನು ಜ್ಞಾನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಜ್ಞಾನಿಗಳು. ಅವರಿಗೆ ಜ್ಞಾನವಿದ್ದಂತೆ. ಅಂತಹವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಆನಂದದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಕೊನೆಗೆ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಹ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಈಗ ನೀವೇ ಯೋಚಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಹಾಗೆ ಇದೆಯೇ? ಇಲ್ಲವೇ? ಎಂದು. ಹಾಗೆ ಇದ್ದರೆ ನೀವು ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಗಳು. ಇಲ್ಲದೆ ಇದ್ದರೆ ನೀವು ಏನೆಂದುಕೊಂಡರು ನೀವು ಅಜ್ಞಾನಿಗಳೇ. ನೀವು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ದುಃಖದಲ್ಲಿಯೇ ಇರುತ್ತೀರ. ನಿಮಗೆ ಎಷ್ಟು ಸಿರಿ ಸಂಪತ್ತುಗಳು ಇದ್ದರೂ, ಭೋಗ ಭಾಗ್ಯಗಳು ಇದ್ದರೂ, ಹೆಸರು ಪ್ರತಿಷ್ಠೆಗಳಿದ್ದರೂ, ಪದವಿಗಳಿದ್ದರೂ ನಿಮಗೆ ಶಾಂತಿ ಲಭಿಸದು, ದುಃಖವೇ ಇರುತ್ತದೆ.

ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರೀಜಿ

ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಸಹ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿ ಅಂದರೆ ಎನ್ ಲೈಟೆನ್ಡ್ ಮಾಸ್ಟರ್ ಹೇಗೆ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ, ಹೇಗೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ, ಹೇಗೆ ಇರುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹಲವಾರು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ವಿಷಯಗಳು, ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದು ಇಚ್ಚಿಸುವವರಿಗೆ, ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರಿಗೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಪುರೋಗಮಿಸಬೇಕೆಂದು ಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಬಹಳ ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಅವು ಏನೆಂದರೆ...

(1) ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದವರು "ನಾನು ಯಾವ ರೀತಿ ಜೀವಿಸಬೇಕು? ಯಾವ ರೀತಿಯ ಜೀವನ ವಿಧಾನ ಸರಿಯಾಗಿದೆ? ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ, ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ ಹಾಗು ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ.

(2) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯೂ ನನಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ತಿಳಿದಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸದೆ ಇತರರಿಗೂ ಸಹ ತಿಳಿದಿರಬಹುದು ಎಂಬ ತಿಳುವಳಿಕೆಯಿಂದ ಇರುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಅಂತ್ಯವೆಂಬುದು ಇಲ್ಲ, ಎಷ್ಟು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರು ಸಹ ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಯಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಕಲಿಯಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಇನ್ನೂ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಅರಿವಿನಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ.

ಆದುದರಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಂದಲೂ ಕಲಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲರೂ ಹೇಳಿರುವುದನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲರ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ನನಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ತಿಳಿದಿದೆ, ನನ್ನದೇ ಸರಿ, ಅದು ಅಷ್ಟೇ ಎಂದು ವಾದಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಚರ್ಚಿಸಲು ಮುಂದಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

(3) ಹಾಗೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯೂ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವವರಿಂದ, ಸರಿಯಾದದ್ದನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದಲೂ ಸಹ ಕಲಿಯುತ್ತಾನೆ. ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವವರಿಂದ ಆ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ತಿಳಿದು ಅಂತಹ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ತಾನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಸರಿಯಾದುದನ್ನು ಮಾಡುವವರಿಂದ ಸರಿಯಾಗಿರುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಅಂತಹ ಸರಿಯಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ತಾನು ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ. ಹೀಗೆ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡುವವರಿಂದ ಹಾಗೂ ಪುಣ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವವರಿಂದಲೂ ಸಹ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ.

(4) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯೂ ಎಷ್ಟು ತಿಳಿದಿದ್ದರೆ ಅಷ್ಟೇ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾನೆ, ತಿಳಿಯದೆ ಇರುವುದನ್ನು ಮಾತನಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ತಿಳಿಯದೆ ಇದ್ದರೂ ತಿಳಿದಂತೆ ಮಾತನಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

(5) ನಾನು ಶರೀರ ಅಲ್ಲ, ಆತ್ಮ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ನಾನೇ ಎಲ್ಲಾ. ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯೆಲ್ಲ ನಾನೇ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರತಿ ಮನುಷ್ಯನ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರತಿ ಪ್ರಾಣಿಯ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಮೈತ್ರಿ ಭಾವನೆಯಿಂದ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಯಾರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ದ್ವೇಷದಿಂದಾಗಲಿ ಅಸೂಯೆಯಿಂದಾಗಲಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿನ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಸರ್ವಸ್ವತಂತ್ರರು. ಅವರ ಇಷ್ಟಗಳು ಅವರದು ಎಂದು ಅರಿಯುತ್ತಾನೆ. ಆದುದರಿಂದ ಅವರು ಆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕು, ಇವರು ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕು, ಅವರು ಹಾಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಇವರು ಹೀಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಇವರು ಈ ರೀತಿ ಮಾತನಾಡಬಾರದು ಎಂದು ವಿಮರ್ಶಿಸುವುದು ಇಲ್ಲ. ಇತರರು ಮಾಡುವ ವಿಮರ್ಶೆಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

(6) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಗೆ ಇತರರು ಯಾವ ಧರ್ಮದವರಾದರು, ಯಾವ ಮತಸ್ಥರಾದರು, ಯಾವ ಪ್ರದೇಶದವರಾದರು, ಯಾವ ದೇಶದವರಾದರೂ ಸರಿ ಎಲ್ಲರೂ ಒಂದೇ. ಆದುದರಿಂದ ಅವರು ಉತ್ತಮರು ಇವರು ಅಧಮರು ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಕರುಣೆಯಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ, ಸಹೃದಯ ಭಾವನೆಯಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ.

(7) ನನ್ನ ಹತ್ತಿರ ಇರುವ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಇರುವವರಿಗೆ ನೀಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಇಲ್ಲದವರಿಗೆ ನೀಡುವಂತಾಗಬೇಕು.

(8) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿ ತನ್ನ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಸರಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಇತರರು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಅವು ನಡಿಗೆಯನ್ನು ಕಲಿಯುವ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಹಾಕಿರುವ ಹೆಜ್ಜೆಗಳು ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾನೆ ಹೊರತು ಕ್ಷಮಿಸಲಾರದ ಅಪರಾಧಗಳು ಎಂದು ಭಾವಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಅವುಗಳನ್ನು ಮರೆತು ಹೋಗುತ್ತಾನೆ.

(9) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮೌನದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ನಮ್ಮ ಬಾಯಿಯಿಂದ ಹೊರಬರುವ ಅಪಸ್ವರಗಳು ಹೊರಬರದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ತನಗಿಂತ ಪುರೋಗಮಿಸಿರುವವರ ಬಳಿ ಮಾತನಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ, ಅವರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಆಲಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಅವರನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಹೊರತು ಅವರ ಮನಬಂದಂತೆ ಅವರು ಯಾರ ಬಳಿಯೂ ಮಾತನಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

(10) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯೂ ತ್ರಿಕರಣ ಶುದ್ದಿಯಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಒಂದನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಏನನ್ನು

ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಾರೋ ಅದನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಏನನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾರೋ ಅದನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಏನನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೋ ಅದನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

(12) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯು ಈಗಿನ ತನ್ನ ಜೀವನಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಕಾರಣ, ತನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ತಾನೇ ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ತನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ತಾನೇ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬಂದಿದ್ದೇನೆ. ತನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ, ಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ತಾನೇ ಕಾರಣವೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಆದುದರಿಂದ ತನ್ನ ಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಬೇರೆಯವರು ಕಾರಣವೆಂದು, ಅವರನ್ನು ದೂಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಏನು ಮಾಡಿದ್ದೇನೋ ಅದನ್ನೇ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾನೆ. ನಷ್ಟ ಉಂಟಾದರು ಬೇರೊಬ್ಬರನ್ನು ದೂಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಲಾಭ ಉಂಟಾದರೂ ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಹೊಗಳುವುದಿಲ್ಲ. ತಾನು ಅನುಭವಿಸುವ ಫಲಿತಗಳೆಲ್ಲವೂ ತನ್ನ ಕರ್ಮ ಫಲಿತಗಳು ಎಂಬ ಅರಿವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ.

(13) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯು ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಎಲ್ಲರೊಡನೆ ಇದ್ದರೂ ಸಹ ಏನನ್ನು ಅಂಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾರೊಡನೆಯೂ ಬೇರ್ಪಡಿಸಲಾಗದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ತಾವರೆ ಎಲೆಯ ಮೇಲಿನ ನೀರಿನ ಹನಿಯಂತೆ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಎಷ್ಟೇ ಆತ್ಮೀಯರಾದರು ಸರಿ ಅನುಬಂಧವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ ಹೊರತು ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ.

(14) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯು ಮಾನವ ಶಕ್ತಿ ಅಪಾರ, ಮಾನವನಿಗೆ ಅಸಾಧ್ಯವಾದುದು ಏನೂ ಇಲ್ಲ ಎಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿರುವವನು. ಆದುದರಿಂದ ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಹಿನ್ನಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ, ತನ್ನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುವುದು ಇಲ್ಲ.

(15) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯು ಯಾವ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕೆಂದರು ಸಂದೇಹಿಸದೆ, ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟದೆ, ಅಂಜದೆ ಮುನ್ನಡೆಯುತ್ತಾನೆ ಹೊರತು, ಏನಾಗುತ್ತದೆಯೋ ಏನೋ ಎಂಬ ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಫಲಿತಗಳ ಮೇಲೆ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಇಡುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಮಾತ್ರವೇ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾನೆ.

(16) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯು ತನ್ನ ಭಾವೋದ್ರೇಕಗಳನ್ನು ದಮನ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ನಿರ್ಭಯವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತಾನೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಅವರು

ಏನೆಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೋ ಇವರೇನೆಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೋ ಎಂದು ಭಾವಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾರಿಗೂ ಭಯಪಡುವುದಿಲ್ಲ ತಲೆಬಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

(16) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯು ಯಾರನ್ನು ಹೀಯಾಳಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರ ಮೇಲೆ ಜೋಕ್ ಗಳನ್ನು ಹಾಕುವುದಿಲ್ಲ. ತನ್ನ ಮೇಲೆ ತಾನೇ ಜೋಕ್ ಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಎಲ್ಲರನ್ನು ನಗಿಸುತ್ತಾನೆ.

(17) ಈ ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಅವರೇ ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಕೃಷಿಯಿಂದ, ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಪಡೆಯಬೇಕೆ ಹೊರತು.. ಯಾರು ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ನೀಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ.

(18) ಸಂಸಾರ, ಸಂಸಾರ ಸುಖಗಳು ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಗೆ ಅಡ್ಡಿಯಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿದಿರುತ್ತಾನೆ. ಆದುದರಿಂದ ಸಂಸಾರವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ದೂರ ಇರು ಎಂದು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ.

(19) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಗೆ ಸಮಯ, ವಯಸ್ಸು ಇಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ತನ್ನ ವಯಸ್ಸನ್ನು ಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವಾಗಲೂ ತನ್ನ ವಯಸ್ಸನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ತನ್ನ ಶಾಶ್ವತ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸದಾ ತಿಳಿದಿರುವವನು, ಸಮಯರಾಹಿತ್ಯ ಆಲೋಚನೆಯ ಪರಿಧಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಯಾವಾಗಲೂ ಇರುತ್ತಾನೆ.

(20) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯು ಯಾರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಯಾವ ರೀತಿಯ ನಿರ್ಣಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ತೀರ್ಮಾನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗೇ ಪರಿಪೂರ್ಣ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಮೂಡಲು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ಈ ರೀತಿ ಇರುವಾಗ ಇತರರ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅರಿಯಬಲ್ಲನು ಎಂಬುದನ್ನು ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯು ತಿಳಿದಿರುವ ಕಾರಣ... ಇವರು ಒಳ್ಳೆಯವರು, ಅವರು ಕೆಟ್ಟವರು ಎಂದು ಯಾರ ವಿಷಯದಲ್ಲಿಯೂ ತೀರ್ಮಾನಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ತೀರ್ಪನ್ನು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ.

(21) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯು ನಾಳೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಪ್ರಸ್ತುತ ತಾನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಮಗ್ನನಾಗುತ್ತಾನೆ ಹೊರತು ನಾಳೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾ ಪ್ರಸ್ತುತ ಕ್ಷಣವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರಸ್ತುತವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

(22) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿ ತನ್ನ ಸುತ್ತಲೂ ಏನೇ ನಡೆದರೂ ಅದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಕಾರಣವಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಿರುವವನು. ಆ ಕಾರಣ ಏನಿರಬಹುದೆಂದು ತಿಳಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ ಹೊರತು ಆಶ್ಚರ್ಯಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಏನೇ ನಡೆದರೂ ಅದು ಆಕಸ್ಮಿಕವಲ್ಲ ಎಂದು ಆತನಿಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ

(23) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯು ಯಾವ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಸಹ ಆತುರವನ್ನು ತೋರುವುದಿಲ್ಲ. ಸಮಯವನ್ನು ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಾರದ ಮಾತುಗಳಿಂದ ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಕ್ಷಣವೂ ಪರಿಶ್ರಮಿಸುತ್ತಾನೆ ಏನನ್ನಾದರೂ ಕಲಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ.

(24) ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯು ಧ್ಯಾನದ ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು ಅರಿಯುತ್ತಾನೆ. ನಿರಂತರವು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ಅವಕಾಶ ಲಭಿಸಿದಾಗ ಇತರ ಜ್ಞಾನಿಗಳಿಂದ ತಿಳಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ ತನ್ನ ಜ್ಞಾನ ಪರಿಧಿಯನ್ನು ಇನ್ನೂ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ.

(25) ಆದುದರಿಂದ ನಾವು ಸಹ ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಯಾವಾಗಲೂ ಆನಂದದಿಂದ ಜೀವಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದೇ ನಮ್ಮ ಗುರಿಯಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರೀಜಿ ಬೋಧಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆದುದರಿಂದ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡೋಣ. ವಿವೇಕಾನಂದ, ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಯಂತೆ ತಯಾರಾಗೋಣ ಬುದ್ಧರಾಗೋಣ.

ಮೇಡಮ್ ಬ್ಲವಟ್ ಸ್ಕೀ

ಅಕಲ್ಟಿಷ್ಟ್ (ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿ) ಲಕ್ಷಣಗಳು

ಮೇಡಂ ಬ್ಲವೆಟ್ ಸ್ಕೀ ಅತ್ಯದ್ಭುತವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞೆ, ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಸಂಪನ್ನರು. ಅತಿಂದ್ರಿಯ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಪ್ರಜ್ಞಾಶಾಲಿ. ಆತ್ಮವಿದ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಪಳಗಿರುವ ಧೀರೆ. ಆತ್ಮಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾದ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆದಿರುವವರು.

ಅವರು ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಹಲವಾರು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ರಹಸ್ಯಗಳು (ಸೀಕ್ರೆಟ್ ಡಾಕ್ಟ್ರೈನ್) ಬಹಳ ಪ್ರಮುಖವಾದದು. ಅವರು ಬರೆದಿರುವ ಈ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಮೇಧಾವಿಗಳಿಗೂ ಸಹಿತ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದರೆ ಅವರ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಎಷ್ಟು ಉನ್ನತವಾದದ್ದು ಎಂದು ನಾವು ತಿಳಿಯಬಹುದು.

ಅಂತಹ ಇವರು ಅಕಲ್ಟಿಜಂ ಅಂದರೆ ಆತ್ಮವಿದ್ಯೆ ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯೆಗಳಿಗಿಂತ ಉತ್ತಮವಾದುದು ಹಾಗೆ ಆಕರ್ಟಿಸ್ಟ್ ಅಂದರೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿ ಎಲ್ಲರಿಗಿಂತ ಉತ್ತಮವಾದವನು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾ... ಅಂತಹವರು ಹೇಗೆ ಇರುತ್ತಾರೆ, ಹೇಗೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಹೇಳಿರುವುದರಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುವ ಕೆಲವೊಂದನ್ನು ಈ ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಅದರ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ನಾವು ಯಾವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದೇವೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬಹುದು...

◆ ನಾನು, ನಮ್ಮದು ಎಂಬ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿ ಮನುಷ್ಯನು ಸಮಾನ. ಪ್ರತಿ ಪ್ರಾಣಿಯು ಮುಖ್ಯ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ.

◆ ತನ್ನದಾದರೂ, ಪರರದಾದರೂ ನೋವು ಒಂದೇ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಪ್ರಪಂಚದ ಸಂಕಟವೇ ತಮ್ಮ ಸಂಕಟವಾಗುತ್ತದೆ.

◆ ತಮಗಾಗಿ ಅಲ್ಲದೆ ತಾವು ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕಾಗಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ.

◆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನವು ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ.

◆ ಸುಖ ಇದ್ದರೂ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಶಾಂತಿ, ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಇದ್ದರು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಪರಿಗಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

◆ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕವಾದ ಕೋರಿಕೆ, ಅಧಿಕಾರ, ಪ್ರೀತಿ, ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಸ್ವಾರ್ಥವೆಂಬುದು ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

◆ ಹೆಂಡತಿ ಮಕ್ಕಳು ಆತ್ಮೀಯರ ಮೇಲೆ ಇರುವ ಗಾಢವಾದ ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಸ್ವಾರ್ಥವು ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

◆ ನಾನೆಂಬ ಅಹಂಕಾರ, ನಮ್ಮವರು ಎಂಬ ಮಮಕಾರ ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

◆ ಹೊರಗಿನ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ವರ್ತಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಅಂತರಂಗಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿಯೇ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ.

◆ ಹೊರಗಿನ ವರ್ತನೆಗಿಂತ ಅಂತರ್ ವರ್ತನೆಯು ಶಕ್ತಿಯುತವಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ.

◆ ಶರೀರಕ್ಕೂ, ಪರಿಸರಗಳಿಗೂ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

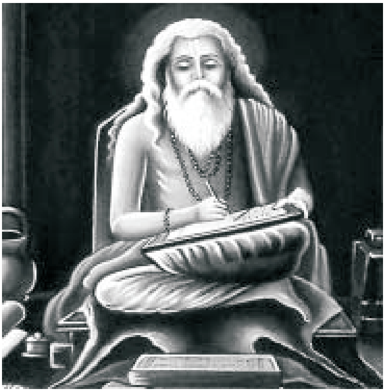
◆ ಪ್ರಾಣಿ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಟ್ಟ ಅಯಸ್ಕಾಂತ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಮದ್ಯವನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

◆ ನೈತಿಕ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ.. ಸತ್ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ... ಸರಳ ಸ್ವಭಾವದಿಂದ ಒಳ್ಳೆಯ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ.

◆ ತಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದಿಂದ ಇತರರನ್ನು ಪ್ರಭಾವಿತಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ.

◆ ಹಿಪ್ನಟಿಸಂ, ಮೆಸ್ಮರಿಸಂ, ಮಾಗ್ನೆಟಿಸ, ವಾಂಟರಿಸಂ, ಚಾರ್ಕೋಟರಝುಮ್, ಬ್ಲಾಕ್ ಮ್ಯಾಜಿಕ್, ಅನಿಮಲ್ ಮ್ಯಾಜಿಕ್, ಮೆಟಲೋಥೆರಪಿ ಯಂತಹ ಮಂತ್ರ ತಂತ್ರ ವಿದ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ತೋರುವುದಿಲ್ಲ. ಇದ್ದರೂ ಸಹ ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

◆ ಈ ಜೀವನವನ್ನು ಒಂದು ನಾಟಕ ರಂಗವೆಂಬಂತೆ ಭಾವಿಸಿ, ಅದರಲ್ಲಿ ತನ್ನದೊಂದು ಪಾತ್ರ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ.



"ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಂ ಸಮಾರಂಭ ಸ್ತಿತಿಕ್ಷಾ ಧರ್ಮ ನಿತ್ಯತಾ ಯಮರ್ಥಾ ನಾಪಕರ್ಷನ್ತಿ ಸ ವೈ ಪಂಡಿತ ಉಚ್ಯತೇ"

(ವ್ಯಾಸ ಮಹಾಭಾರತ)

ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ, ತಡಮಾಡದೆ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಸುಖ ದುಃಖಗಳು, ಲಾಭ ನಷ್ಟಗಳು, ಮಾನಾಪಮಾನಗಳು, ಹೊಗಳಿಕೆ ತೆಗಳಿಕೆ ಇವುಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಪಡೆದು ಸಹ ಸಂತೋಷ ದುಃಖಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಧರ್ಮದಲ್ಲಿಯೇ ನಿತ್ಯವೂ ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿ ಇರುತ್ತಾನೆ.

ಉತ್ತಮೋತ್ತಮ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಗೆ, ವಿಷಯ ವಸ್ತುಗಳ ಆಕರ್ಷಣೆಗೆ ಒಳಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ... ಅವನೇ ಪಂಡಿತನು.

(ದಯಾನಂದ ಗೋಪದೇವ್ ಆಧಾರವಾಗಿ)

◆ "ಪಂಡಿತನು" ಎಂದರೆ ವ್ಯಾಸ ಮಹರ್ಷಿಯ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಶಾಸ್ತ್ರ ಪಠಣವನ್ನು ಮಾಡಿ ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಹೇಳುವವರು ಅಲ್ಲ.

◆ "ಪಂಡಿತನು" ಎಂದರೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿ, ಯೋಗಿ, ಸಕಲಗುಣ ರಾಶಿ.

ತ್ರಿ ರತ್ನಗಳು

ಸತ್ಯವೆಂಬುದು ಮೂರು ರತ್ನಗಳಂತೆ ಗೋಚರಿಸುತ್ತಿದೆ. ಇದೆ ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಚುವಲ್ ಸೊಸೈಟಿಯ ತ್ರಿರತ್ನಗಳು.

1) ಧ್ಯಾನ, 2) ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, 3) ಸಜ್ಜನ 4) ಸಾಂಗತ್ಯ.

ಈ ಮೂರು ರತ್ನಗಳು ಆತ್ಮವನ್ನು ಶೋಭಿಸುವಂತೆ ಕಂಗೊಳಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಮೂರು ರತ್ನಗಳು ಮಾನವರನ್ನು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಅಲಂಕರಿಸುತ್ತದೆ.

ಧ್ಯಾನವೆಂದರೆ ಉಸಿರಾಟದ ಮೇಲೆ ಗಮನ – ಫಲ – ಆತ್ಮಾನುಭವ!

ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ ಎಂದರೆ ಮಹಾತ್ಮರ ಜೀವಿತ ಚರಿತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು...

ಫಲ– ವಿಶೇಷವಾದ ಜ್ಞಾನ ಲಾಭ

ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯ ಎಂದರೆ ಯೋಗಿಗಳ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಅವರ ಮುಖತಃ ಆಲಿಸುವುದು.... ಫಲ –ಅಪಾರವಾದ ಮಿತ್ರ ಲಾಭ. ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಚುಯಲ್ ಸೊಸೈಟಿ ಮಾಸ್ಟರ್ ಗಳಿಗೆ ಭೂಷಣಗಳು ಈ 'ತ್ರಿರತ್ನಗಳು'

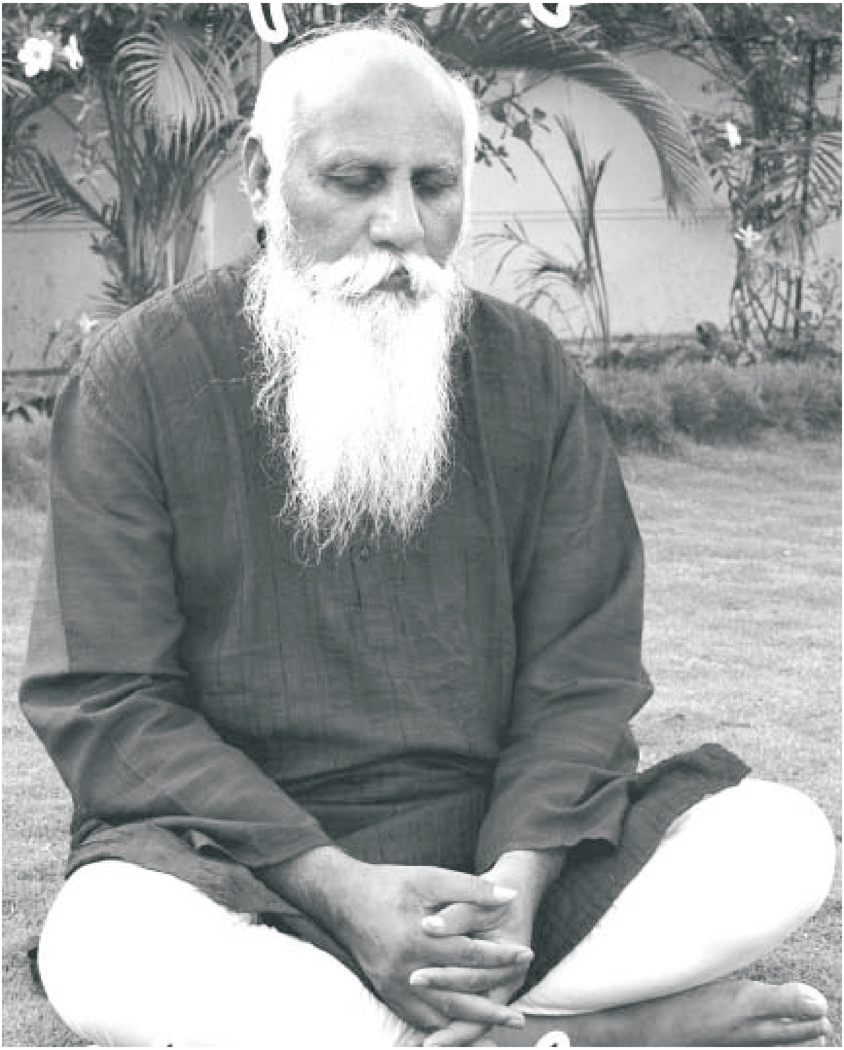
ತ್ರಿರತ್ನಗಳು. ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿನ ಜನರೆಲ್ಲರೂ ಇದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತ್ರಿರತ್ನ ಶೋಭಿತರಾಗಬೇಕು. ಶುದ್ಧವಾದ ಆತ್ಮಾನುಭವದಿಂದ ಅಪಾರವಾದ ಆತ್ಮವಿಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮತ್ತು ಮಿತ್ರಕೋಟಿಯ ಲಾಭದಿಂದ ಎಲ್ಲಾ ಜನರು ಬಹಳ ಆನಂದದಿಂದ ಜೀವಿಸಬೇಕು.

ಧ್ಯಾನಂ ಶರಣಂ ಗಚ್ಛಾಮಿ!

ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯಂ ಶರಣಂ ಗಚ್ಛಾಮಿ!!

ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯಂ ಶರಣಂ ಗಚ್ಛಾಮಿ!!!

ಅನುಬಂಧ ಪತ್ರೀಜಿ ಸಂದೇಶಗಳು



ಪ್ರತಿನಿತ್ಯವೂ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಪ್ರತಿನಿತ್ಯವೂ, ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಕನಿಷ್ಠ... ಒಂದು ಗಂಟೆ ಧ್ಯಾನ... ಒಂದು ಗಂಟೆ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ... ಒಂದು ಗಂಟೆ ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಸಾಧ್ಯಾಯ

ಧ್ಯಾನ ಎಷ್ಟು ಮುಖ್ಯವೋ ಸಾಧ್ಯಾಯವೂ ಸಹ ಅಷ್ಟೇ, ಅದಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯ.

ಜ್ಞಾನಿಗಳ ಅನುಭವಗಳು ಪುಸ್ತಕ ರೂಪ ಪಡೆದಾಗ... ಅವು ಎಲ್ಲದಕ್ಕಿಂತ ಉತ್ಕೃಷ್ಟವಾದ ಗ್ರಂಥಗಳು ಆಗುತ್ತದೆ. ಆ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಓದುವುದು ಬಹಳ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

◆ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ ಮನುಷ್ಯನ ನಾಲ್ಕನೇ ಶರೀರ ಅಂದರೆ ವಿಜ್ಞಾನಮಯ ಕೋಶವನ್ನು ಶುದ್ದಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ.... ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

◆ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಯೋಗಿಗಳು ಇದ್ದಾರೋ ಅವರೆಲ್ಲರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಕೆಂಡದ ಮೇಲೆ ನೀರು ಸುರಿಯಬೇಕು

ಹಿಂಸೆ... ಹಿಂಸೆ... ಹಿಂಸೆ...
ಎಲ್ಲಿ ನೋಡಿದರೂ ಯುದ್ಧಗಳೇ / ಬಾಂಬು ದಾಳಿಗಳೇ
ಯಾವ ಕಡೆ ತಿರುಗಿದರೂ ಪ್ರಾಣಿ ವಧೆಗಳೇ / ರಕ್ತಪಾತಗಳೇ
ಎಲ್ಲಿ ನೋಡಿದರೂ... ಅನ್ಯಾಯಗಳೇ/ ಅಧರ್ಮಗಳೇ
ಯಾವ ಕಡೆ ನೋಡಿದರೂ...ಅಕ್ರಮಗಳೇ/ ಅರಾಜಕತೆಗಳೇ
ಯಾವ ಮೂಲೆ ನೋಡಿದರೂ...
ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರಗಳೇ/ ಹಗರಣಗಳೇ

ಎಲ್ಲಿಂದ ಹುಟ್ಟಿವೆ... ಇಷ್ಟು ಅನ್ಯಾಯಗಳು/ ಅಧರ್ಮಗಳು?
ಎಲ್ಲಿಂದ ಹುಟ್ಟಿವೆ... ಈ ಅಕ್ರಮಗಳು /ಅರಾಜಕತೆಗಳು
ಲೆಕ್ಕವಿಲ್ಲದಷ್ಟು ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ ಹಗರಣಗಳು?
ಇವೆಲ್ಲದಕ್ಕೂ ನಿಜವಾದ ಸ್ತೋತ್ರ ಸ್ಥಾನ ಯಾವುದು?
ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿತು, ಈ ಸರ್ವ ವ್ಯಾಪಕವಾದ ಹಿಂಸಾತತ್ವ?

ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸಹ "ಅಜ್ಞಾನ"ದಿಂದಲೇ ಹುಟ್ಟಿವೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಲೋಪಿಸಿದರೆ "ಅಜ್ಞಾನ" ಅಂದರೆ ಭ್ರಾತೃತ್ವ ಭಾವನೆ ಎಂಬುದು ಲೋಪಿಸಿದರೆ "ಅಜ್ಞಾನ". ಅಂದರೆ ಇನ್ನೂ ಸರಳವಾಗಿ...

"ನಾನು ದೇಹ" ಎಂದು ಭಾವಿಸುವುದೇ ಅಜ್ಞಾನ.
"ನಾನು ಆತ್ಮ" ಎಂದು ತಿಳಿಯದೆ ಇರುವುದೇ ಅಜ್ಞಾನ.
ಸೃಷ್ಠಿಯ ರಚನೆಯನ್ನು ತಿಳಿಯದೆ ಇರುವುದೇ "ಅಜ್ಞಾನ"
"ಹಿಂಸೆಗೆ" ಮೂಲ ಕಾರಣ "ಅಜ್ಞಾನ"
ಅಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಮೂಲ ಕಾರಣ "ಅ – ಧ್ಯಾನ"

"ಧ್ಯಾನ" ಎಂದರೆ ತನ್ನೊಂದಿಗೆ ತಾನು ಕೂಡಿ ಇರುವುದು
ತನ್ನೊಂದಿಗೆ ತಾನು ಕೂಡಿ ಇದ್ದರೇನೇ...
ಸೃಷ್ಟಿಯ ರಚನೆಯನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವುದು.
ಅಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ "ಅ – ಧ್ಯಾನ" ಕಾರಣವಾದರೆ
ಸುಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ 'ಸು –ಧ್ಯಾನ" ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಆಹಾರ ಆರೋಗ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರ

ಯುಕ್ತ ಆಹಾರ ಎಂದರೆ ಶಾಕಾಹಾರ
ಯುಕ್ತ ಆಹಾರ ಎಂದರೆ ಸಾತ್ವಿಕ ಆಹಾರ
ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಯುಕ್ತ ಆಹಾರ ಎಂದರೆ ಫಲಹಾರ
ಹಸಿವು ಆದಾಗಲೇ ತಿನ್ನಬೇಕು
ಹಸಿವು ಇಲ್ಲದೆ ಇದ್ದಾಗ ತಿನ್ನಬಾರದು
ಹಸಿವು ಎಷ್ಟಿದೆಯೋ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಎರಡು ತುತ್ತು ಕಡಿಮೆ ತಿನ್ನಬೇಕು
ಯಾವಾಗಲೂ ನಾಭಿಯವರೆಗೂ ಮಾತ್ರ ತಿನ್ನಬೇಕೇ ಹೊರತು ಕುತ್ತಿಗೆಯವರೆಗೂ ಅಲ್ಲ
ಎಷ್ಟು ತಿನ್ನಬೇಕೊ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ತಿಂದರೆ ಯಾವ ದೇವರು ರಕ್ಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ
ಎಷ್ಟು ತಿನ್ನಬೇಕೊ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ತಿಂದರೆ ಯಾವ ದೇವರು ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ
ವಾರಕ್ಕೆ ಒಂದು ದಿನ ನಿರಾಹರಿಯಾಗಿ ಇರಬೇಕು ಅಂದರೆ ಉಪವಾಸ ಮಾಡಬೇಕು
"ಲಂಘಣಂ ಪರಮೌಷಧಂ" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ ಅಲ್ಲವೇ...
ಆಹಾರ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಹಸಿವಿಗಾಗಿ ಮಾತ್ರವೇ ಅಲ್ಲ
ಆಹಾರ ಆತ್ಮದ ಆನಂದಕ್ಕಾಗಿಯೂ ಸಹ.
ರುಚಿಕರವಾದ ಊಟ ಇದ್ದರೆ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಆನಂದ.
ಜೀವನ ಎಂಬುದು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ರುಚಿಗಳನ್ನು ಆಸ್ವಾದಿಸಲೆಂದು ಇರುವುದು.
"ವೈರಾಗ್ಯ" ಎಂಬುದು ಜೀವನದ ಗುರಿ ಅಲ್ಲವೇ ಅಲ್ಲ
"ವೈಭೋಗ" ಎಂಬುದೇ ಜೀವನದ ಗುರಿ.
ಎಲ್ಲರೂ ಪಾಕಶಾಸ್ತ್ರ ನಿಪುಣರಾಗಬೇಕು.
ಜೀವನ ಒಂದು ನಿರಂತರ ಸಂಭ್ರಮ
ಜೀವನ ಕೊನೆಯಿಲ್ಲದ ದೈನಂದಿನ ಸಂಭ್ರಮ.

ಯೋಗಿಭವ

"ಜ್ಞಾನಾನ್ ಮುಕ್ತಿಃ"

"ಜ್ಞಾನದ ಮೂಲಕ ಮುಕ್ತಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ."

ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವೇ ಜ್ಞಾನವೆಂದು ತಿಳಿಸುವ ಆತ್ಮವಿದ್ಯೆಯೇ ಪ್ರಧಾನ ವಿದ್ಯೆ.

ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವುದೇ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ ಯೋಗ.

ಆತ್ಮವಿದ್ಯೆಯ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವನೇ ಜ್ಞಾನ ಯೋಗಿ.

ಜ್ಞಾನಯೋಗಿ ಭವ... ಜ್ಞಾನ ಯೋಗಿಯಾಗು.

ಸ್ವಸ್ವರೂಪಾನುಸಂಧಾನಂ ಭಕ್ತಿರಿತ್ಯಭಿಧಿಯತೇ

ತನ್ನೊಂದಿಗೆ ತಾನು ಅನುಸಂಧಾನವಾಗುವುದೇ ಭಕ್ತಿ

ತನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಸಮಸ್ತವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿರುವವನು... ಭಕ್ತಿಯೋಗಿ.

ಸಮಸ್ತದಲ್ಲಿಯೂ ತನ್ನನ್ನು ನೋಡಿಕೊಂಡಿರುವವನು... ಭಕ್ತಿ ಯೋಗಿ.

ತನ್ನೊಂದಿಗೆ ತಾನು ತಾದಾತ್ಮದಲ್ಲಿ ಇರುವುದೇ ಭಕ್ತಿ ಯೋಗ.

ಭಕ್ತಿ ಯೋಗಿ ಭವ... ಭಕ್ತಿ ಯೋಗಿಯಾಗೂ.

"ಯೋಗಃ ಕರ್ಮಸು ಕೌಶಲಂ"

ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಕಾಂಕ್ಷಿಸುವವನೇ ಕರ್ಮಯೋಗಿ.

ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕರ್ಮಫಲಗಳನ್ನು ಕಾಂಕ್ಷಿಸದೇ ಇರುವವನು ಕರ್ಮಯೋಗಿ.

ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಕರ್ಮಫಲ ತ್ಯಾಗವನ್ನು ಮಾಡುವುದೇ ಕರ್ಮ ಯೋಗ.

ಕರ್ಮ ಯೋಗಿಭವ.. ಕರ್ಮ ಯೋಗಿಯಾಗು.

"ಯೋಗಃಶ್ಚಿತ್ತ ವೃತ್ತಿ ನಿರೋಧಃ"

ವ್ಯರ್ಥ ಅನರ್ಥ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ನಿರೋಧಿಸಿರುವವನು ಧ್ಯಾನಯೋಗಿ.

ವ್ಯರ್ಥ ಚಿತ್ತ ವೃತ್ತಿಗಳು ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕ್ಷೀಣಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

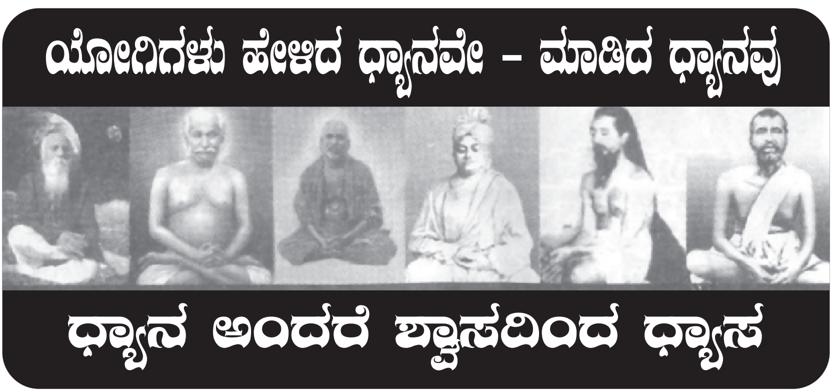
ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ನಿರೋಧಿಸಿರುವವನು ಸದಾ "ಸವೀರ್ಯನು."

ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶೂನ್ಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ.

ಧ್ಯಾನ ಯೋಗಿ ಭವ....

ಧ್ಯಾನ ಯೋಗಿಯಾಗು

ಕರ್ಮಯೋಗಿ ಭವ.. ಧ್ಯಾನಯೋಗಿಭವ.. ಜ್ಞಾನ ಯೋಗಿ ಭವ.. ಭಕ್ತಿ ಯೋಗಿ ಭವ



ಸಪ್ತ ಜ್ಞಾನ ಪಾತ್ರಗಳು

ಮಾನವ ಜನಾಂಗದಲ್ಲಿ ಎರಡು ರೀತಿಯ ಜನರಿದ್ದಾರೆ...

(1) ಜ್ಞಾನಿಗಳು

(2) ಅಜ್ಞಾನಿಗಳು

ಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಏಳು ಸ್ಥಿತಿಗಳು. ಅದನ್ನು ಸಪ್ತ ಜ್ಞಾನ ಪಾತ್ರಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ.

(1) ಶುಭೇಚ್ಛ

(2) ವಿಚಾರಣೆ

(3) ತನು ಮಾನಸಂ

(4) ಸತ್ವಾಪತ್ತಿ

(5) ಅಸಂಸಕ್ತಿ

(6) ಪದಾರ್ಥ ಭಾವನೆ

(7) ತುರೀಯಂ

1) ಶುಭೇಚ್ಛ: ನನಗೆ ಬ್ರಹ್ಮ ಜ್ಞಾನ ಬೇಕೆಂಬ ಇಚ್ಛೆ. ನಾನು ಶಾಶ್ವತ ದುಃಖರಾಹಿತ್ಯ ಪದವಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂಬ ತೀವ್ರವಾದ ಆಕಾಂಕ್ಷೆ.

2) ವಿಚಾರಣೆ: ಬ್ರಹ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿ ಪಡೆಯಬೇಕು ? ಎಂಬ ಮೀಮಾಂಸೆ. ಬ್ರಹ್ಮ ಜ್ಞಾನಪ್ರಾಪ್ತಿಯ ವಿಧಾನ– ಧ್ಯಾನ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯ ಎಂದು ತಿಳಿಯುವುದು.

3) ತನು ಮಾನಸಂ; ವಿಚಾರಣೆಯ ಮೂಲಕ ಸಾಧನೆಯ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡ ನಂತರ, ತತ್ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮಗ್ನರಾಗಿ ಇರುವುದೇ ತನು ಮಾನಸಂ. ಅಂದರೆ ಧ್ಯಾನ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯ ಗಳನ್ನು ಯಾವ ದಿನವೂ ತಪ್ಪಿಸದೆ ಆಚರಿಸುವುದು. ಅದೇ ತನು ಮಾನಸಂ.

4) ಸತ್ವಾಪತ್ತಿ: ಶುದ್ಧ ಸಾತ್ವಿಕವನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದೇ ಸತ್ವಾಪತ್ತಿ !ಅಂದರೆ ತಮೋಗುಣ ರಜೋಗುಣ ಎಂಬುದು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಶೂನ್ಯವಾದ ಸ್ಥಿತಿ. ಆಗ ಇನ್ನೂ ಉಳಿಯುವುದು ಕೇವಲ ಶುದ್ಧಸಾತ್ವಿಕ ಮಾತ್ರ.

ತಮೋಗುಣ ಎಂದರೆ ಸೋಮಾರಿತನ. ರಜೋಗುಣ ಎಂದರೆ ನನಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಗೊತ್ತಿದೆ ಎಂಬ ಗರ್ವ, ಅಧಿಕಾರ ದರ್ಪ. ಈ ನಾಲ್ಕನೆಯ ಜ್ಞಾನ ಪಾತ್ರವೂ "ಧ್ಯಾನ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯಗಳ.." ಸಾಧನೆಯು ತೀವ್ರಸ್ಥಾಯಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಸ್ಥಿತಿ. ಆ ತೀವ್ರತೆಯಿಂದ ನಾಡಿಮಂಡಲವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶುದ್ಧವಾದ ಸ್ಥಿತಿ. ಮನಸ್ಸು ಪೂರ್ತಿ ಹತೋಟಿಗೆ ಬಂದ ಸ್ಥಿತಿ. ಅದೇ ಯೋಗಿ ಆದ ಸ್ಥಿತಿ.

ಅಹಂ ಬ್ರಹ್ಮಾಸ್ಮಿ ಎಂದು ಬಹಳ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಸಿದ್ಧಾಂತ ಪರವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡ ಸ್ಥಿತಿ. ಬ್ರಹ್ಮವಿದುರನಾದ ಸ್ಥಿತಿ.

5) ಅಸಂಸಕ್ತಿ: ದಿವ್ಯ ಚಕ್ಷು ಉತ್ತೇಜನವಾಗುತ್ತಿರುವ ಸ್ಥಿತಿ. ಶರೀರ ಮತ್ತು ಸಂಸಾರ ಎರಡು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಎಂಬುದನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರಿತ ಸ್ಥಿತಿ. ಆದುದರಿಂದ ಈ ಎರಡರ ಮೇಲೆ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ನಿರಾಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದ ಸ್ಥಿತಿ, ಅದೇ ಅಸಂಸಕ್ತಿ. ಇದನ್ನೇ ಪದ್ಮಪತ್ರಮಿವಾಂಭಸಾ (ತಾವರೆ ಎಲೆಯ ಮೇಲಿನ ನೀರಿನ ಹನಿಯಂತೆ) ಎಂದಿದ್ದಾರೆ ಕೃಷ್ಣನು ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ. ಕೃಷ್ಣನು ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ನಿರಾಸಕ್ತನಾಗಿದ್ದರೂ... ಆತ ಧರ್ಮ ಬದ್ಧನು ಹಾಗು ಕರ್ಮಬದ್ಧನು. ಶರೀರದ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಂಸಾರದ ಬಗ್ಗೆ ತಟಸ್ಥ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವನು. ದಿವ್ಯ ಚಕ್ಷು ಉತ್ತೇಜನವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಸತ್ಯದಷ್ಟನಾಗುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಅದರ ಮೇಲೆ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿರುವವನು. ಇದೆ ಅಸಂಸಕ್ತಿ. ಇದನ್ನೇ ಬ್ರಹ್ಮವಿದುರನು ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ.

6) ಪದಾರ್ಥ ಭಾವನೆ: ಅಂದರೆ ದಿವ್ಯ ಚಕ್ಷುವನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವವನು. ಪ್ರತಿ ಪದದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ, ಪ್ರತಿ ವಸ್ತುವಿನ ಭಾವನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾಗಿ ವಾಸವಾಗಿರುವವನು. ಅಂದರೆ ಬ್ರಹ್ಮ ವಿದ್ವರೀಯನಾದ ಸ್ಥಿತಿ. ಇದೆ ಸಿದ್ದ ಸ್ಥಿತಿ. ಇದೆ ಸವಿಕಲ್ಪ ಸಮಾಧಿ ಸ್ಥಿತಿ. ಅಂದರೆ ಹಲವಾರು ಉತ್ತರಗಳು ದೊರೆತರೂ ಸಹ ಇನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಂದೇಹವಿರುವ ಸ್ಥಿತಿ.

7) ತುರಿಯಂ: ಇದು ಮಾನವನ ಪೂರ್ಣವಿಕಾಸ ಸ್ಥಿತಿ. ಸಿದ್ದನು ಬುದ್ಧನಾದ ಸ್ಥಿತಿ. ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಯೋಗಿಗಳಾಗಿ, ಸಿದ್ದರಾಗಿ ಬುದ್ಧರಂತೆ ರೂಪಿಸಲು ಟೊಂಕ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು ತತ್ಪರಿಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಮಗ್ನರಾಗಿ ಇರುವವರನ್ನು ಬುದ್ಧನು ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಇದೆ ಸಹಸ್ರದಳ ಕಮಲ... ಇದೆ ಸಾವಿರ ಹೆಡೆಯ ಹಾವು.

ಒಬ್ಬೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಯೋಗಿಯಂತೆ ರೂಪಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಸಹಸ್ರದಳ ಕಮಲದಲ್ಲಿರುವ ಒಂದೊಂದು ದಳವು ಅರಳುತ್ತದೆ. ಇವರನ್ನೇ ಬ್ರಹ್ಮವಿದ್ವರಿಷ್ಟ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ.

ತುರೀಯ ಎಂದರೆ ಸರ್ವಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಜಾಗೃತ್, ಸ್ವಪ್ನ, ಸುಷುಪ್ತ ಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ದಾಟಿರುವವರು. ತುರೀಯ ಎಂದರೆ ಮೂರನ್ನು ದಾಟಿರುವುದು ಎಂದರ್ಥ. ಅಂದರೆ ನಿರ್ವಿಕಲ್ಪ ಸಮಾಧಿ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪಿರುವ ಸ್ಥಿತಿ. ಸಮಾಧಿ ಎಂದರೆ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರುವ ಸ್ಥಿತಿ. ನಿರ್ವಿಕಲ್ಪ ಸಮಾಧಿ ಎಂದರೆ ಯಾವ ಸಂದೇಹ, ಸಂಶಯಗಳು ಇಲ್ಲದ ಸ್ಥಿತಿ.

ಸತ್ಯವು ಸದಾ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ

ಹಳ್ಳವಿದ್ದಷ್ಟು ನೀರು... ವ್ಯಾಪಿಸಿದಷ್ಟು ಸತ್ಯ

ನೀರು ಎಂಬುದು ಒಂದು ಭೌತಿಕ ಪದಾರ್ಥ...

ಆತ್ಮ ಪದಾರ್ಥ ಎಂಬುದು ಸತ್ಯ.

ನೀರು ಮೇಲೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ

ಸತ್ಯ ಮುದುಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ...

ಕೆಳಗೆ ಹರಿಯುವುದು ಎಂಬುದು ಭೌತಿಕ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಲಕ್ಷಣ....

ವ್ಯಾಪಕವಾಗುವುದು ಎಂಬುದು ಆತ್ಮಪ್ರಕೃತಿಯ ಲಕ್ಷಣ.

ಅಹಿಂಸೆ, ಧ್ಯಾನಾಧಿಗಳು ಆತ್ಮ ಪರವಾದ ಸತ್ಯಗಳು.

ಇತರ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ಶಾರೀರಿಕ ಹಾನಿ, ಪ್ರಾಣ ಹಾನಿ ಮಾಡುವುದೇ ಹಿಂಸೆ.

ಹಿಂಸೆಯು ಯಾವುದೋ ಒಂದು ದಿನ "**ಅ – ಹಿಂಸೆ**" ಯಂತೆ ಬದಲಾಗಲೇಬೇಕು

ಹಿಂಸೆ ಎಂಬುದು ಅಪಶ್ರುತಿ

"ಅ – ಹಿಂಸೆ" ಎಂಬುದು ಸುಸ್ವರ.

ಸ್ವಂತ ಪ್ರಾಣಕ್ಕೆ ಪ್ರಶಾಂತತೆಯನ್ನು ಪ್ರಸಾದಿಸದೆ ಇರುವುದೇ "ಅ – ಧ್ಯಾನ

"ಅ – ಧ್ಯಾನ" ಎಂಬುದು ಅಪಲಯ... **"ಧ್ಯಾನ"** ಎಂಬುದೇ ಆತ್ಮ ಪರವಾದ ಲಯಬದ್ಧತೆ.

"ಅ– ಧ್ಯಾನ" ಎಂಬುದು ಯಾವುದೋ ಒಂದು ದಿನ ಧ್ಯಾನದಂತೆ ಬದಲಾಗಬೇಕು.

ಅನಂತವಾದ ಆತ್ಮಯಾನದಲ್ಲಿ ಹಿಂಸೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ ಪರಿಮಿತವಾಗುವುದು.

"ಅ – ಧ್ಯಾನ" ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವೇ ಪರಿಮಿತವಾಗಿರುವುದು.

ಅಹಿಂಸೆ ಅನಂತಕಾಲಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿರುವುದು.

"ಸು – ಧ್ಯಾನ" ಅನಂತಕಾಲಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿರುವುದು.

ಅಹಿಂಸೆ ಜಿಂದಾಬಾದ್... ಸು–ಧ್ಯಾನ ಜಿಂದಾಬಾದ್

ಹಳ್ಳವಿದ್ದಷ್ಟು ನೀರು... ವ್ಯಾಪಿಸಿದಷ್ಟು ಸತ್ಯ

ಶ್ರೀ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿ

ಕರ್ನೂಲ್ ನಿಂದ ಎಪ್ಪತ್ತು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ಗಳು. ಕರ್ನೂಲ್ ನಿಂದ, ಪಾಣ್ಯಾದಿಂದ ಬನಗಾನಪಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುವ ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ, ಬನಗಾನಪಲ್ಲಿಗೆ 8 ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ಗಳ ದೂರದಲ್ಲಿ **ನಂದವರಂ** ಎಂಬ ಹಳ್ಳಿ ಇದೆ. ಗುರು ಪೌರ್ಣಿಮೆಯ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲೆಂದು ಸಾವಿರಾರು ಜನ ಅಲ್ಲಿ ಭೇಟಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಗುರು ಪೌರ್ಣಮಿಯ ರಾತ್ರಿ.... ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ನಂದವರಂನಲ್ಲಿ...

ನಂದವರಂನಲ್ಲಿ ಏನಿದೆ? ನನ್ನ ಗುರುವರ್ಯರ ಸಮಾಧಿ ಸ್ಥಾನವಿದೆ.

ಶ್ರೀ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿ ಅವರನ್ನು, ನಾನು 1981 ಜನವರಿ ಒಂದನೇ ತಾರೀಕು ಕರ್ನೂನ್ಲಲ್ಲಿ ಭೇಟಿಯಾದೆ.

ಅಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಏಳೂವರೆಗೆ, ನಾನು ಅವರ ಬಳಿ ಹೋದೆ. ಕರ್ನೂಲ್ ನ ಹಳೆಯ ಬಸ್ ಸ್ಟ್ಯಾಂಡ್ ಹಿಂಭಾಗದಲ್ಲಿ **ರಾಘವೇಂದ್ರ ಲಾಡ್ಜ್** ಇತ್ತು. ಈಗ ಅದು ಇಲ್ಲ. ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮಂಚ. 4–5 ಜನ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಅಷ್ಟೇ. ಅಲ್ಲಿಗೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7:30 ಗಂಟೆಗೆ ಮೂರು ಜನ ಹೋದೆವು. ನಾನು, ರಾಮಚೆನ್ನಾ ರೆಡ್ಡಿ, ವೆಂಕಟರತ್ನಂ, ನಾವು ಮೂರು ಜನ ಹೋದೆವು.

1981 ಜನವರಿ 1 ನಾವು ಮೂರು ಜನ ಈ ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರೀಜಿ ಎಂಬ ವ್ಯಕ್ತಿ, ರಾಮಚೆನ್ನಾರೆಡ್ಡಿ ಎಂಬ ಕೊಲೀಗ್, ವೆಂಕಟರತ್ನಂ ಎಂಬ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಕೊಲೀಗ್. ಆ ಇಬ್ಬರು ಪ್ಯಾರಿ ಕಂಪನಿಯಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಕೊಲೀಗ್ಸ್. ನಾನು ಆಗ ಕೋರಮಂಡಲ್ ಫರ್ಟಿಲೈಜರ್ಸ್ ನಲ್ಲಿ , ಸೇಲ್ಸ್ ಪ್ರಮೋಷನ್ ಆಫೀಸರ್ ಆಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ.

ನಾವು ಮೂರು ಜನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಸ್ವಾಮಿಯವರ ವಿಳಾಸವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಹೋದೆವು. ಅವರು ಆಗ ಮಲಗಿದ್ದರು, ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ಥಳವಿತ್ತು, ನಾವು ಅಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡೆವು. ಅವರು ನೋಡಿದರು.. “ಏನು ಬೇಕು?” ಎಂದು ಗಂಭೀರದಿಂದ ಕೇಳಿದರು. ನಾವು ಉತ್ತರ ನೀಡುವಷ್ಟರಲ್ಲಿಯೇ, “ಇಲ್ಲಿ ಬ್ರಹ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಬೇರೇನು ದೊರೆಯುವುದಿಲ್ಲ” ಎಂದರು. “ನಮಗೆ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಅದೇ ಸ್ವಾಮಿ” ಬೇರೆ ಯಾವುದಕ್ಕಾಗಿಯೂ ನಾವು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿಲ್ಲ ಎಂದು ವಿನಯದಿಂದ ಉತ್ತರಿಸಿದೆವು.

ಈ ಸ್ವಾಮೀಜಿಗಳ ಬಳಿ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಾರದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೆಲ್ಲರೂ ಬಂದು, ಸ್ವಾಮಿ... “ನನ್ನ ಮಗನಿಗೆ ಉದ್ಯೋಗ, ನನ್ನ ಮಗಳಿಗೆ ಮದುವೆ, ನನ್ನ ಗಂಡ ನನ್ನನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಲ್ಲ” ಎಂದು ಈ ರೀತಿ ಕೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ...

ಪಾಪ, ಸ್ವಾಮೀಜಿಗಳು ಬೇಸತ್ತು ಮುದುಡಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದುದರಿಂದ ನಮಗೆ ಬ್ರಹ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಬೇರೇನೂ ಬೇಡ ಸ್ವಾಮಿ ಎಂದು ಹೇಳಿದೆವು.

ಅವರು ಬಹಳ ಸಂತೋಷ ಪಟ್ಟಿರುತ್ತಾರೆ, ಅವರ ಹೃದಯ ತುಂಬಿ ತುಳುಕಿರುತ್ತದೆ...

ಹಾ... ಎಂದು ಒಂದು ಐದು, ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳ ನಂತರ ನಿರರ್ಗಳವಾಗಿ ಒಂದು ಶ್ಲೋಕದ ನಂತರ ಮತ್ತೊಂದು ಶ್ಲೋಕವನ್ನು ಅರೆಬಿಕ್ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ, ತೆಲುಗಿನಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ನಲ್ಲಿ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಯ ಕಾಲ ನಯಾಗಾರ ಜಲಪಾತದಂತೆ ತಮ್ಮ ಬ್ರಹ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ವರ್ಷಿಸಿದರು.

ಅದಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆಯೇ ನಾನು ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ಆದರೆ, ಅದಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆ ಒಬ್ಬ ಗುರುವಿನಂತೆ ಭಾವಿಸುವ ಮೂರ್ತಿ ನನಗೆ ಕಾಣಿಸಲಿಲ್ಲ. ಇಂದು ಅವರ ಮೃದು ಮಧುರವಾದ ಪ್ರವಾಹ, ಅವರ ಮಾತಿನ ವೈಖರಿ, ಆ ಜ್ಞಾನ, ಹಾಗೆ ನಿರರ್ಗಳವಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವುದು ನೋಡಿ, ಮೊಟ್ಟಮೊದಲನೆಯ ಬಾರಿ ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಾನು "ಪರ" ವಶನಾದೆ.

ಮೈ ಡಿಯರ್ ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್... ಅವರ ಹೆಸರು, "**ಶ್ರೀ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿ**".

ಅವರು ಆರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಕರ್ನೂಲ್ ನಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ನನಗೆ ಅದು ತಿಳಿಯದು. ಶಿಷ್ಯನು ಎದುರಿನಲ್ಲಿಯೇ ಇರಬಹುದು, ಗುರು ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿಯೇ ಇರಬಹುದು, ಆದರೆ ಗುರು ಶಿಷ್ಯರ ಬೇಟಿಯಾಗುವುದು, ಶಿಷ್ಯನು ಸಿದ್ದನಾದ ನಂತರ ಗುರು ಭೇಟಿಯಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅಂದು ನಾನು ಸಿದ್ಧನಾಗಿದ್ದೆ ಆದುದರಿಂದ ಅವರ ದರ್ಶನ ಲಭಿಸಿತು.

ಅಲ್ಲಿ ನಾನು ಕರ್ನೂಲ್ ನಲ್ಲಿ ಇದ್ದೆ. ಅವರು ಸಹ ಕರ್ನೂಲಿ ನಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದರು. 1975ರಲ್ಲಿ ನಾನು ಕರ್ನೂಲ್ಗೆ ಬಂದೆ. ಸರಿಯಾಗಿ ಆ ವರ್ಷದಲ್ಲಿಯೇ 1975 ರಲ್ಲಿಯೇ ಅವರು ಸಹ ಕರ್ನೂಲ್‌ಗೆ ಬಂದರು. ಆದರೆ 1981 ರಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದೆವು. ಅವರು ಯಾರೆಂದರೆ ಅವರೇ **"ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿ"**. ಒಂದು ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಅವರು **ಜೀಸಸ್ ಕ್ರೈಸ್** ನ ಗುರುಗಳಾದ "**ಜಾನ್ ದಿ ಬಾಪ್ಟಿಸ್ಟ್**" ಎಂದು ಅನಂತರ ತಿಳಿದುಕೊಂಡೆನು.

ಆ ಮಹಾಸ್ವಾಮಿಯನ್ನು ನಾನು ತಿಳಿದ ಮರುಕ್ಷಣದಲ್ಲಿಯೇ... ಅವರನ್ನು ನಾನು ನೋಡಿದ ಮರುಕ್ಷಣದಲ್ಲಿಯೇ... ಅವರ ಗಂಭೀರವಾದ ಮುಖಾರವಿಂದನವನ್ನು ನೋಡಿದ ಕೂಡಲೇ... ನಾನು ಆ ಮಹಾಸ್ವಾಮಿಗೆ ಸಮರ್ಪಣೆಯಾದೆ.

ಕೂಡಲೇ, ಸ್ವಾಮಿ ನಾಳೆ ಬನ್ನಿ ಎಂದರು, ನಾಳೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ನಾಲ್ಕೂವರೆ ಗಂಟೆಗೆ ಬನ್ನಿ, ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತೇನೆ ಎಂದರು. ಮಾರನೆಯ ದಿನ ಅಂದರೆ ಜನವರಿ 2ನೇ ತಾರೀಕು 1981 ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 4:30 ಗಂಟೆಗೆ ಪುನಃ ನಾವು ಮೂರು ಜನ ತ್ರಿಮೂರ್ತಿಗಳಂತೆ...

ನಾನು, ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತ ರಾಮಚೆನ್ನಾರೆಡ್ಡಿ, ನನ್ನ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಸ್ನೇಹಿತ ವೆಂಕಟರತ್ನಂ ಮೂರು ಜನ ಹೋದೆವು.

ನನಗೆ **ಶ್ರೀ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿ** ಅವರ ಪರಿಚಯ **ಶ್ರೀರಾಮಚೆನ್ನಾರೆಡ್ಡಿ** ಅವರ ಮೂಲಕ ಲಭಿಸಿತು. ನಂದ್ಯಾಲ ಬಳಿಯ ಆತ್ಮಕೂರಿನ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿರುವ **ರೇಗಡಿಗುಡೂರು,** ಬಳಿ ಒಂದು ಹಳ್ಳಿಗೆ ಶ್ರೀರಾಮಚೆನ್ನಾರೆಡ್ಡಿ ಅವರು ಉದ್ಯೋಗ ರೀತ್ಯಾ ಹೋದಾಗ.. ಅಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಈ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿಯವರ ಶಿಷ್ಯರು, ಅವರಿಗೆ 90 ವರ್ಷ, ಅವರ ಬಳಿ ಶ್ರೀ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿಯವರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದು, ಅವರಿಂದ ವಿಳಾಸವನ್ನು ಪಡೆದು ಶ್ರೀರಾಮಚೆನ್ನಾ ರೆಡ್ಡಿ ಅವರು ನನ್ನ ಬಳಿ ಬಂದರು. ಕರ್ನೂಲ್ ನಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ದೊಡ್ಡ ವ್ಯಕ್ತಿ ಇದ್ದಾರೆ ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಬೇಕು ಎಂದಾಗ ಎಲ್ಲರೂ ಸೇರಿ ಹೋದೆವು... ಅದು ಚರಿತ್ರೆ.

ಮಾರನೆಯ ದಿನ ಜನವರಿ 2ನೇ ತಾರೀಕು 1981 ಅವರ ಬಳಿಗೆ ಹೋದೆವು. ನಮ್ಮನ್ನು ಅವರು ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ ಎಂದು ಹೇಳಿ, ಕೈಗಳೆರಡನ್ನು ಜೋಡಿಸಿ, ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಉಸಿರಾಟದ ಮೇಲೆ ಗಮನವನ್ನು ಹರಿಸಿ ಎಂದರು. ಇದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದು.. ಯಾವ ಮಂತ್ರವೂ ಇಲ್ಲ ಯಾವ ತಂತ್ರವೂ ಇಲ್ಲ ಯಾವ ಯಂತ್ರವೂ ಇಲ್ಲ. ಕೇವಲ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ, ಉಸಿರಿನ ಮೇಲೆ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ ಅಷ್ಟೇ ಎಂದರು. ಅದು 1981ನೇ ವರ್ಷ ಜನವರಿ 2ನೇ ತಾರೀಕು, ಅಷ್ಟೊತ್ತಿಗೆ ನಾನು ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನಿ, ಆದರೆ ಈ ಧ್ಯಾನ ವಿಧಾನವನ್ನು ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲನೆಯ ಬಾರಿ ಬೇರೊಬ್ಬರ ಬಾಯಿಯಿಂದ ಕೇಳಿದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಚ್ಯುಯಲ್ ಸೊಸೈಟಿ ಮಾಸ್ಟರ್ ಗಳೆಲ್ಲರೂ, ಧ್ಯಾನಿಗಳೆಲ್ಲರೂ ಶ್ರೀ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿಯವರ ಈ ಉಸಿರಾಟದ ಮೇಲೆ ಗಮನಕ್ಕೆ ಸಮರ್ಪಿತರು.

ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡೆವು. ಆದರೆ ನನಗೆ ಯಾವ ಅನುಭವವೂ ಬರಲಿಲ್ಲ. ಅಷ್ಟೊತ್ತಿಗೆ ಆಗಲೇ ಹಾಲು ಮೊಸರಾಗಿದೆ ಅಲ್ಲವೇ, ಇನ್ನು ಹೇಗೆ ಅನುಭವಗಳು ಬರುತ್ತದೆ? ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಹಾಲು ಹೆಪ್ಪಾಗಿದೆ... ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಹಾಲು ಹೆಪ್ಪಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಮೈ ಡಿಯರ್ ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್...

ಅಂದಿನಿಂದ ಅಂದರೆ ಜನವರಿ ಒಂದನೇ ತಾರೀಖಿನಿಂದ ನನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಿಷ್ಯತ್ವ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಶ್ರೀ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿ ಅವರ ಬಳಿ 1981 ರಿಂದ....

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಉದ್ಯೋಗ ರೀತ್ಯಾ ಆರು ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಉದ್ಯೋಗ... ಮೆಹಬೂಬ್ ನಗರ್ ಜಿಲ್ಲೆ, ಕರ್ನೂಲ್ ಜಿಲ್ಲೆ, ಅನಂತಪುರ ಜಿಲ್ಲೆ, ಕಡಪ ಜಿಲ್ಲೆ, ಚಿತ್ತೂರು ಜಿಲ್ಲೆ, ನೆಲ್ಲೂರು ಜಿಲ್ಲೆ, ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ ಆರು ಜಿಲ್ಲೆಗಳು. ತಿಂಗಳಿಗೆ 25 ದಿನ ಟೂರ್ ನಲ್ಲಿಯೇ ಇರುತ್ತೇನೆ. ಕೇವಲ ಐದಾರು ದಿನಗಳು ಮಾತ್ರ ಕರ್ನೂಲ್ ನಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತೇನೆ.

ಕರ್ನೂಲಿನಲ್ಲಿ ಇದ್ದಷ್ಟು ದಿನಗಳು ಶ್ರೀ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿ ಅವರು ಲಭಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಮುನ್ನ ಕ್ಲಬ್ ಗೆ ಹೋಗಿ ಇಸ್ಪೀಟಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಅಗ್ರಿ ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್ ಕ್ಲಬ್ ಎಂಬುದು ಇತ್ತು, ಅದಕ್ಕೆ ನಾನೇ ಪ್ರೆಸಿಡೆಂಟ್.

ಅಲ್ಲಿ ಶೆಟ್ಟಲ್, ಕ್ಯಾರಂ, ಇಸ್ಪೀಟ್ ಹೀಗೆ ರಾತ್ರಿಯೆಲ್ಲಾ ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಆದರೆ ಈ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿಯವರು ಕಾಣಿಸಿದ ನಂತರ ಈ ಕ್ಲಬ್ ಗೆ ಹೋಗುವುದು ನಿಂತು ಹೋಯಿತು, ಇಸ್ಪೀಟ್ ಆಡುವುದು ನಿಂತು ಹೋಯಿತು. ಅವರ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆವು.

ಅವರು ಸಿಗರೇಟ್ ನಂತರ ಸಿಗರೇಟ್ ಸೇದುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರಿಗೆ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ನಾವು ಎರಡು ಸಿಗರೇಟ್ ಪ್ಯಾಕೆಟ್ ಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಚಾರ್ಮ್ಸ್ ಸಿಗರೇಟ್ ಅನ್ನು ಸೇದುತ್ತಿದ್ದರು. ಚಾಯ್ ಕುಡಿಯುತ್ತಾ, ಸಿಗರೇಟ್ ಸೇದುತ್ತಾ ನಿರರ್ಗಳವಾಗಿ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾ ಇದ್ದರು...

ಒಂದು ದಿನ ಅವರು ಹೇಳಿದ ಕಥೆ: ಇಲ್ಲಿ ಕರ್ನೂಲ್ ಬಳಿ ಆತ್ಮಕೂರಿದೆ. ಅಲ್ಲಿಂದ ಶ್ರೀಶೈಲದ ಕಾಡು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲಿಗೆ ಒಂದು ಹುಣ್ಣಿಮೆಯ ದಿನ ಇವರು ಧ್ಯಾನಿಗಳನೆಲ್ಲಾ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋದರು. ಅಲ್ಲಿ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಕುಳಿತಿದ್ದರು, ಕೆಲವರು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದರು, ಕೆಲವರು ಊಟ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಇಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಎರಡು ಹುಲಿಗಳು ಜಿಗಿಯುತ್ತಾ ಬಂತು. ಹುಲಿಗಳು ಬಂದಾಗ ಎಲ್ಲರೂ ಭಯದಿಂದ ಅತ್ತಿತ್ತಾ ಓಡಿದರು. ಆ ಎರಡು ಹುಲಿಗಳು ಅವರ ಬಳಿ ಬಂತು. ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿ ಅವರು ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಮಾತನಾಡಿ ಕಳುಹಿಸಿದರು. ಅನಂತರ ಅವರೆಲ್ಲರನ್ನು ಕರೆದು ನೀವೇಕೆ ಓಡಿ ಹೋದಿರಿ, ನನ್ನ ಬಳಿ ಅವು ಬಂದಾಗ ನೀವು ನನ್ನ ಬಳಿ ಇದ್ದಿದ್ದರೆ ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಇರುತ್ತಿತ್ತು ಎಂದರು. ಇಂತಹ ಹಲವಾರು ಕಥೆಗಳನ್ನು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಗುರುವರ್ಯರು ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಅವರದು ಅಚಲ ಸಿದ್ಧಾಂತ, ಶಿವರಾಮ ದೀಕ್ಷಿತರು ಎಂದರೆ ಬಹಳ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚು. ಯಾವಾಗಲೂ ಅವರ ಪದ್ಯಗಳನ್ನೇ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು.

ಅವರಿಗೆ ಅರೇಬಿಕ್ ಭಾಷೆ ನಿರರ್ಗಳವಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಆ ಭಾಷೆಯು ಅವರ ಬಾಯಿಯಿಂದ ಕೇಳುವುದು ಬಹಳ ಮಧುರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮೈಡಿಯರ್ ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್ ಅವರ ಬಾಯಿಂದ ಬರುವ ಸುಭಾಷ್ ಎಂಬ ಕೂಗು ಎಷ್ಟು ಮಧುರವಾಗಿರುತ್ತದೆಂದು ವರ್ಣಿಸಲು ನನ್ನ ಬಳಿ ಪದಗಳಿಲ್ಲ.

ನಾಲ್ಕೈದು ಜನ ಶಿಷ್ಯರು ಇರುತ್ತಿದ್ದರು. ಉಳಿದವರು ಭಕ್ತರು. ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಎಂದು ಬರುವ ಶಿಷ್ಯರು ಕೇವಲ ನಾಲಕೈದು ಜನ ಮಾತ್ರ.

ನಾನು ಶ್ರೀರಾಮಚೆನ್ನಾ ರೆಡ್ಡಿ, ವೆಂಕಟರತ್ನಂ, ಜನಾರ್ಧನ್ ರಾವ್, ಸೂರ್ಯಮೋಹನ್.

ಹೀಗೆ ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಒಮ್ಮೆ ನಮ್ಮ ಹೆಡ್ ಆಫೀಸ್ ಅವರು ನನಗೆ ಹೇಳಿದರು... ನೀನು ಸೀನಿಯರ್ ಮೋಸ್ಟ್.... ಆದುದರಿಂದ ನೀನು ಹೆಡ್ ಆಫೀಸ್ ಗೆ ಬರಬೇಕು. ನಿನ್ನನ್ನು ವರ್ಗಾವಣೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ಎಂದು 1982ನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಹೇಳಿದರು. ನಾನು ಬರಲ್ಲ ಎಂದು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಹೇಳಿದೆ.

ನನ್ನ ಗುರುವರ್ಯರು ಇಲ್ಲಿರುವಾಗ ನನಗೆ ಹೈದರಾಬಾದ್ ನಲ್ಲಿ ಏನು ಕೆಲಸ ? ಹೈದರಾಬಾದ್ ನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ತಾಯಿ, ತಂದೆ, ಸ್ವಂತ ಮನೆ ಎಲ್ಲವೂ ಇದೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋದರೆ ನನಗೆ ಬಹಳ ಆರಾಮಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ. ತಿಂಗಳಿಗೆ 2000 ರೂಗಳ ಉಳಿತಾಯವೂ ಆಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಾನು ಕರ್ನೂಲನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಗುರುವರ್ಯರು ಇಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದೆ.

ನನಗೆ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಮೋಷನ್ ಬೇಡ, ಏನು ಬೇಡ, ನಾನು ಕರ್ನೂಲಿನಲ್ಲಿಯೇ ಇರುತ್ತೇನೆ ಎಂದೆ.

ಸರಿ ಎಂದರು ನಮ್ಮ ಆಫೀಸಿನವರು. ಆದರೆ ಪುನಃ 1983ರಲ್ಲಿ ಈ ಬಾರಿಯಾದರೂ ಬನ್ನಿ. ಹೈದರಾಬಾದಿನ ನಮ್ಮ ಹೆಡ್ ಆಫೀಸ್ ನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ ಎಂದರು. ನಾನು ಬರಲ್ಲ ಎಂದು ಪುನಃ ಹೇಳಿದೆ.

ಪಾಪ, ನಮ್ಮ ಆಫೀಸ್ನವರು ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯವರು, ಕೋರಮಂಡಲ್ ಫರ್ಟಿಲೈಜರ್ ಕಂಪನಿ. ನಾನು ಹೇಳಿದಂತೆ ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಹೇಳುವುದನ್ನು ನಾನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದ ಕಾರಣ ನಾನು ಹೇಳುವುದನ್ನು ಅವರು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದರು.

1983 ರಲ್ಲಿ ಏಪ್ರಿಲ್ 16ರಂದು ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ನನ್ನನ್ನು ಕರೆದು ಸುಭಾಷ್ ನಾನು ಶರೀರವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನಗೆ ಸಮಾಧಿ ತಯಾರು ಮಾಡು ಎಂದರು. ಸರಿ ಸ್ವಾಮಿ ಎಂದೆ. ಸ್ಥಳಕ್ಕಾಗಿ ಕರ್ನೂಲ್ ಸುತ್ತಾ ಮುತ್ತಲು ತಿರುಗಿದೆ, ಎಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಒಳ್ಳೆಯ ಸ್ಥಳ ದೊರೆಯಲಿಲ್ಲ.

ಕೊನೆಗೆ ಅವರ ಭಕ್ತರಾದ ಶ್ರೀ ಚೆನ್ನಾರೆಡ್ಡಿ ಅವರ ಸ್ವಂತ ಸ್ಥಳವಾದ ಈ ಬನಗಾನಪಲ್ಲಿಯ ಬಳಿ ನಂದವರಂಗೆ ಕರೆದೊಯ್ದರು.ಅಲ್ಲಿನ ಸ್ಥಳ ನನಗೆ ಇಷ್ಟವಾಯಿತು. ಅಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸ್ಥಳವನ್ನು ಖರೀದಿಸಿ, ಸಮಾಧಿಗೆ ಅಗೆದು ಸಿದ್ಧ ಮಾಡಿದೆವು. ಇವರು ಹೇಳಿದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಶರೀರವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುತ್ತಾರೆ ಅಲ್ಲವೇ. ಪೊಲೀಸರಿಂದ ಯಾವ ತೊಂದರೆ ಬರುತ್ತದೆಯೋ ಎಂದು ನನ್ನ ಸಂಗೀತ ಗುರುವರ್ಯರಾದ ಡಾಕ್ಟರ್ ಶ್ರೀಪಾದ ಪಿನಾಕಪಾಣಿಯವರು ದೊಡ್ಡ ಫಿಸಿಷಿಯನ್, ಅವರನ್ನು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ಶ್ರೀ

ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿಯವರು ಶರೀರವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಅವರ ಕೊನೆಯ ಉಸಿರನ್ನು ನೋಡಿ... ಇನ್ನು ಉಸಿರಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂಬ ರೆಕಾರ್ಡನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ ಎಂದೆ... ಎಲ್ಲಾ ಬಹಳ ಸುಲಭವಾಗಿ ನಡೆಯಿತು. ಅನಂತರ ಆ ಶರೀರವನ್ನು ನಂದವರಂ ಗೆ ತಂದು ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟು ಮೇಲೆ ಒಂದು ಕಲ್ಲನ್ನು ಮುಚ್ಚಿದೆವು. ಮೇ 22ನೇ ತಾರೀಕು 1983ರಲ್ಲಿ ಅವರು ತಮ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿದರು.

ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಮೇ 22ರಂದು ಶ್ರೀ ಜನಾರ್ಧನ್ ರಾವ್ ಅವರು ಹೋಗಿ ಆ ದಿನವೆಲ್ಲಾ ಅಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದು, ಆ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಶುಚಿಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ಗುರುಪೌರ್ಣಮಿಯ ದಿನ ನಾನು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಾವಿಬ್ಬರು ಆ ರೀತಿಯಾಗಿ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡೆವು. ಮೇ 22ರಂದು ಜನಾರ್ಧನ್ ರಾವ್ ಅವರು ಹೋದರೆ, ಗುರುಪೌರ್ಣಮಿಯಂದು ನಾನು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೆ.

ಅಂದಿನಿಂದ ಇಂದಿನವರೆಗೂ ಸಹ... ಒಮ್ಮೆ ಮಾನಸ ಸರೋವರಕ್ಕೆ ಹೋದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಾನು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿದರೆ ಪ್ರತಿ ಗುರು ಪೂರ್ಣಮಿಯಂದು ನಾವು ನಂದವರಂನಲ್ಲಿ ಭೇಟಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ಮೈ ಡಿಯರ್ ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್ ಈ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿ ಅವರ ಜೀವನ ಚರಿತ್ರೆಯನ್ನು ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ಅವರು ಅರೇಬಿಯಾದಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದರು. ಅರೇಬಿಯಾದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ಆರು ವರ್ಷಗಳ ಹುಡುಗನಾಗಿದ್ದಾಗ ಅವರ ಬಳಿಗೆ ಒಬ್ಬ ಯೋಗಿ ಬಂದು ನನ್ನ ಜೊತೆ ಬರುತ್ತೀಯಾ ಎಂದರು, ಇವರು ಒಪ್ಪಿಗೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿದರು, ಆ ಕೂಡಲೇ ಅವರು ಈ ಹುಡುಗನ ಪಾದಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಲೇಪನವನ್ನು ಹಚ್ಚಿದರು, ಆ ಕೂಡಲೇ ಅವರಿಬ್ಬರು ಭೂತಾನ್ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾರೆ.

ಆ ಯೋಗಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. 10 ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಆ ಯೋಗಿಗೆ ಇವರು ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರು. ಗುರುವರ್ಯರು ಏನು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ, ಆರು ವರ್ಷದ ಈ ಹುಡುಗನಿಗೆ 16 ವರ್ಷ ಆಗುವವರೆಗೂ ಅವರು ಏನು ಮಾತನಾಡಲಿಲ್ಲ. ಆ ಯೋಗಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಇವರು ಒಬ್ಬ ಚಿಕ್ಕ ಹುಡುಗ, ಅವರಿಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಹದಿನಾರನೆಯ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಆ ಹುಡುಗನನ್ನು ತಮ್ಮ ಮಡಿಲಿನಲ್ಲಿ ಕೂರಿಸಿಕೊಂಡು... 16 ವರ್ಷದ ಹುಡುಗನನ್ನು ಗುರುವರ್ಯರು ಮಡಿಲಿನಲ್ಲಿ ಕೂರಿಸಿಕೊಂಡು... ನಾನು ಶರೀರ ವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂದರು. ಇಷ್ಟು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಸೇವೆ ಮಾಡಿದರೆ ಒಂದು ಮಾತನ್ನು ಆಡಲಿಲ್ಲ, ಮಾತನಾಡಿದ ದಿನ ಅಂದರೆ, ಇಂದೆ, ನಾನು ಹೊರಟು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಜೋರಾಗಿ ಅತ್ತರು. ಆ ಗುರುವರ್ಯರ ಸಮಾಧಿಯ ಬಳಿ ಕುಳಿತು ಹಾಗೆ ಇದ್ದುಬಿಟ್ಟರು. ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಆ ಗುರು ವರ್ಯರ ಧ್ವನಿ ಕೇಳಿಸಿತು. ಇನ್ನು

ಉತ್ತರದ ಕಡೆಗೆ ಹೊರಟು ಹೋಗು, ಹಿಮಾಲಯದತ್ತ ಹೋಗು ಎಂಬ ಆಜ್ಞೆ, ನಾನು ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದೆ... ನೀನು ಹೋಗಲೇಬೇಕು ಎಂಬ ಅವರ ಆಜ್ಞೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಕೇಳಿಸಿತು.

ಆಗ ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಮೇಲೆದ್ದು ಹಿಮಾಲಯದತ್ತ ಹೊರಟಾಗ, ಅಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಹೆಗಳು, ಒಳ್ಳೆಯ ಕಾಡುಗಳು, ಒಳ್ಳೆಯ ಮರ–ಗಿಡಗಳು, ಹಣ್ಣು ಹಂಪಲುಗಳು ಕಾಣಿಸಿತು. ಅಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಜನರು ಇದ್ದಾರೆ. ಅದರಲ್ಲಿನ ಕೆಲವು ಜನರು ಇವರನ್ನು ತಮ್ಮ ಬಳಿ ಕರೆದು, ಆ ಗುಹೆಯಲ್ಲಿ ಇರು ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು. ಆ ಗುಹೆಯಲ್ಲಿ ಇವರು 80 ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರು.

80 ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಅವರು ಹೇಳಿದರಂತೆ. ನಿನ್ನ ಕೆಲಸ ಇಲ್ಲಿ ಮುಗಿದಿದೆ. ನೀನು ಬೋಧನೆ ಮಾಡು, ಭಾರತ ದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋಗು ಎಂದು. ಆಗ ಅವರು, ನಾನು ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ ನನಗಿಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ ಎಂದಾಗ, ಇಲ್ಲ, ನೀನು ಹೋಗಲೇಬೇಕೆಂದು ಅವರು ತಿಳಿಸಿದರು.

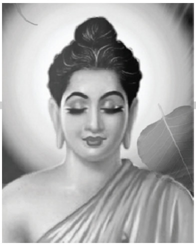
ಮತ್ತೆ ಅವರನ್ನು ಅಲ್ಲಿ ಬಿಟ್ಟು ಮುಂದೆ ಸಾಗಿದೆ. ಬಹುತೇಕ ರಾಜ ಮಹಾರಾಜರ ಮನೆಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿದ್ದೇನೆ. ರಾಜಸ್ಥಾನ ಕಾಶ್ಮೀರ ತಿರುಗುತ್ತಾ ತಿರುಗುತ್ತಾ ಪಾಪಿಕೊಂಡಲು ಮೂಲಕ, ನೆಲ್ಲೂರ್ ಮೂಲಕ, ಈ ಕರ್ನೂಲ್ ನ ರೇಗಡಿಗೂಡು ಮೂಲಕ ಕರ್ನೂಲ್ ಗೆ ಬಂದೆ. ನಮಗಾಗಿ ಆರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಕರ್ನೂಲ್ ನಲ್ಲಿ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಚುಯಲ್ ಸೊಸೈಟಿಗೆ ಆದಿ ದೇವರು ಶ್ರೀ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿ ಅವರು. ಸರಿಸುಮಾರು ಎರಡುವರೆ ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಅವರ ಸೇವೆಯ ಭಾಗ್ಯವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೇನೆ ನಾನು.

ಶ್ರೀ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿಯ ನಂತರ ಅಂತಹ ಮಹಾಪುರುಷ **ಶ್ರೀ ಕಾಶಿ ರೆಡ್ಡಿ ನಾಯನ**. ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಐದು ಕಡೆ ಇರಬಲ್ಲರು. ಅವರು ಕರ್ನೂಲ್ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ, ಪಿರಮಿಡ್ ನಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾರೆ..

ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎದುರಾದಂತಹ ಇಬ್ಬರೂ ಗ್ರೇಟ್ ಮಾಸ್ಟರ್ ಗಳು ಒಬ್ಬರು **ಶ್ರೀ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿ** ಮತ್ತೊಬ್ಬರು **ಶ್ರೀ ಕಾಶಿ ರೆಡ್ಡಿ ನಾಯನ** ಅವರು.

ಈ ಗುರುಪೌರ್ಣಮಿ ಯಂದು ಈ ಇಬ್ಬರು ಗುರುಗಳಿಗೂ ನನ್ನ ನಮಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.



"ಮೈತ್ರಿಯ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸು,
ಇದರಿಂದಾಗಿ ದ್ವೇಷವು ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.
ಕರುಣಾ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸು,
ಇದರಿಂದಾಗಿ ಕ್ರೌರ್ಯವು ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.
ಮುದಿತಾ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸು,
ಇದರಿಂದಾಗಿ ಅಸೂಯೆ ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.
ಉಪೇಕ್ಷಾ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸು,
ಇದರಿಂದಾಗಿ ಪ್ರಿಯ, ಅಪ್ರಿಯ ಭಾವ ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.
ಅಶುಭಾಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸು,
ಇದರಿಂದಾಗಿ ಸುಂದರತೆಯ ಭಾವ ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.
ಅನಿತ್ಯ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸು,
ಇದರಿಂದಾಗಿ ನಾನು ಎಂಬ ಅಹಂ ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.
ಅನಾಪಾನಾಸತಿ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸು,
ಇದರಿಂದಾಗಿ ಜ್ಞಾನ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ,
ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ."

- ಭಗವಾನ್ ಬುದ್ಧ

ಶ್ರೀ ರಾಮಧಾಮ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರ

ನಾರಾಯಣಪ್ಪಗಾರ್ಡನ್, ವೈಟ್‌ಫೀಲ್ಡ್, ಬೆಂಗಳೂರು-560 066.
ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ : ಹೆಚ್. ಎನ್. ಶ್ರೀನಿವಾಸ, 9449695503
ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮೀ ಎಸ್.ಎನ್. 80500 82689

ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಶಿಕ್ಷಣ ಶಿಬಿರ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು

* ಪ್ರತಿ ಸೋಮವಾರ ಸಂಜೆ 6.30 ರಿಂದ 8.30 ರವರೆಗೆ ಧ್ಯಾನ ತರಗತಿಗಳು ನಡೆಯುತ್ತವೆ.
* ಹುಣ್ಣಿಮೆ ಹಾಗೂ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ಧ್ಯಾನ
* ಪ್ರತಿ ಆರು ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಶಿಕ್ಷಣ ಶಿಬಿರ ಉಚಿತವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಇದರ ವಿವರಗಳನ್ನು ಧ್ಯಾನಕಸ್ತೂರಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಪಿಎಂಸಿ ಕನ್ನಡ ಚಾನೆಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗುವುದು.

ಶ್ರೀ ರಾಮ ಪಬ್ಲಿಕೇಶನ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಪುಸ್ತಕಗಳು

1.	ಅಹಿಂಸೆ & ಶಾಖಾಹಾರ	ರೂ. 20
2.	ನವವಿಧ ಧರ್ಮಗಳು	ರೂ. 15
3.	ಸಸ್ಯಾಹಾರವೇ ಮಾನವಾಹಾರ	ರೂ. 20
4.	ಧ್ಯಾನ	ರೂ. 40
5.	ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಧ್ಯಾನ ವಿದ್ಯೆ	ರೂ. 30
6.	ಭಾಗವತ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳ ಅಂತರಾರ್ಥ	ರೂ. 30
7.	ಷಿರಿಡಿ ಸಾಯಿ ಸಂದೇಶಗಳು	ರೂ. 30
8.	ಪ್ರಾಣ ಶಕ್ತಿ	ರೂ. 100
9.	ಜೀವನದ ಸೂಕ್ಷ್ಮಗಳು	ರೂ. 60
10.	ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಜೀವನ ಕ್ರಾಂತಿ	ರೂ. 40
11.	ಸಂಘಂ ಶರಣಂ ಗಚ್ಛಾಮಿ	ರೂ. 300
12.	ತುಳಸಿ ದಳ (I)	ರೂ. 200
13.	ತುಳಸಿ ದಳ (ii)	ರೂ. 220
14.	ಆಶ್ಚರ್ಯ....ಆಶ್ಚರ್ಯ	ರೂ. 40
15.	ದುಃಖ ನಿವಾರಣೆಯ ಮಾರ್ಗ	ರೂ. 70
16.	ಧ್ಯಾನದಿಂದಲೇ ಜ್ಞಾನ	ರೂ. 70
17.	ಜ್ಞಾನ ಜ್ಯೋತಿ	ರೂ. 90
18.	ಗೈಡಿಂಗ್	ರೂ. 100

ಪುಸ್ತಕಗಳಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ **ಶ್ರೀರಾಮ ಪಬ್ಲಿಕೇಶನ್ಸ್**
ನಾರಾಯಣಪ್ಪಗಾರ್ಡನ್, ವೈಟ್‌ಫೀಲ್ಡ್, ಬೆಂಗಳೂರು-560 066

"ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ"

ಯಾವುದಾದರೂ ಸುಖಾಸನದಲ್ಲಿ .. ಹಾಯಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ..
ಕೈಗಳೆರಡೂ ಸೇರಿಸಿಕೊಂಡು .. ಕಣ್ಣೆರೆಡೂ ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ..
ಪ್ರಕೃತಿ ಸಹಜವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಲಿರುವ ಉಚ್ಛ್ವಾಸ, ನಿಶ್ವಾಸಗಳನ್ನೇ ..
ಏಕಧಾರೆಯಾಗಿ .. ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ಇರಬೇಕು!

ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಯಾರಾದರೂ ಮಾಡಬಹುದು
ಯಾವ ವಯಸ್ಸಿನವರಾದರೂ ಮಾಡಬಹುದು
ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯಾದರೂ ಮಾಡಬಹುದು
ಯಾವ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿಯಾದರೂ ಮಾಡಬಹುದು.

ಧ್ಯಾನವನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ತಪ್ಪದೇ ಮಾಡಬೇಕು....
ಅವರವರ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ, ಪ್ರತಿನಿತ್ಯವೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು
ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಿಮ್ಮ ವಯಸ್ಸು ಇಪ್ಪತ್ತು ವರ್ಷಗಳಾಗಿದ್ದರೆ, ಇಪ್ಪತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು.
ನಿಮ್ಮ ವಯಸ್ಸು ನಲವತ್ತು ವರ್ಷಗಳಾಗಿದ್ದರೆ ನಲವತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ
ಹೀಗೆ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿ ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆಗೆ ಚಂದಾದಾರರಾಗಲು ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಗೆ ಹಣ ಪಾವತಿಸಿ ಚಂದಾದಾರರಾಗಬಹುದು

ಬ್ಯಾಂಕ್ ಹೆಸರು	**: ಭಾರತೀಯ ಸ್ಟೇಟ್ ಬ್ಯಾಂಕ್**	**– State Bank of India**
ಶಾಖೆಯ ಹೆಸರು	**: ಚಾಮರಾಜಪೇಟೆ ಶಾಖೆ**	**– Chamarajapete Branch**
ಖಾತೆ ಸಂಖ್ಯೆ	**: 30828057680 : I.F.S.C. ಕೋಡ್**	**– S.B.I.N 0005794**
ಖಾತೆಯ ಹೆಸರು	**: ಕೆ.ಪಿ.ಡಿ.ಪಿ. ಟ್ರಸ್ಟ್–ಅಕೌಂಟ್–ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿ**	**– K.P.D.P. Trust A/c. Dhayana Kasturi**

ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿ ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆಗೆ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿಯೇ ಚಂದಾದಾರರಾಗಬಹುದು.
ಕನ್ನಡ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿಯೇ ಖರೀದಿಸಬಹುದು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ
ನಿಮ್ಮ ಮೊಬೈಲ್ ಬಳಸಿ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿರುವ ಕ್ಯೂ ಆರ್ ಕೋಡನ್ನು ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡಿ,
ನಂತರ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಲಿಂಕ್ ಅನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ
ಕರ್ನಾಟಕ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಟ್ರಸ್ಟ್ (ರಿ)
1534/1, ಒಂದನೇ ಮಹಡಿ 26ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ, ರಾಗಿಗುಡ್ಡ ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನದ ಹತ್ತಿರ
9ನೇ ಬ್ಲಾಕ್, ಜಯನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 069
ವಾಟ್ಸಾಪ್ ಅಥವಾ ಕರೆಮಾಡಿ : 9448883872; 9901598073

ಶ್ರೀರಾಮಚಂದ್ರನು ತನ್ನ ರಾಜ್ಯ ಪ್ರವಾಸದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಶೋಕಗ್ರಸ್ತರಾಗಿರುವ ಕೆಲವರನ್ನು ನೋಡಿ, ದುಃಖಿತರಾದರು. ದುಃಖದ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ರಾಜ್ಯ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿರುವ ಶ್ರೀರಾಮಚಂದ್ರನಿಗೆ, ತಂದೆ ದಶರಥನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಮೇರೆಗೆ ಗುರುವರ್ಯರು ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ವಶಿಷ್ಠರು ಯೋಗವಾಶಿಷ್ಟ್ಯದ ಮೂಲಕ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ, ಆತ್ಮ ತತ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ಬೋಧಿಸಿ ಶ್ರೀರಾಮನ ದುಃಖವನ್ನು ದೂರ ಮಾಡಿದರು.

ಮಾನವರ ದುಃಖವನ್ನು ದೂರ ಮಾಡುವ ಶ್ರೀ ವಸಿಷ್ಠರ ಬೋಧನೆಯಲ್ಲಿನ ಕೆಲವು ಮುಖ್ಯ ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರೀಜಿ ಅವರು ವಸಿಷ್ಠಾಮೃತ ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದ ಮೂಲಕ ನಮಗೆ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ.

ಅದರಲ್ಲಿನ ಕೆಲವು ಮುಖ್ಯಾಂಶಗಳನ್ನು ಈ "ದುಃಖ ನಿವಾರಣೆಯ ಮಾರ್ಗ"ದ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಅದನ್ನು ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ, ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಆಚರಿಸಿ ದುಃಖದಿಂದ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಹೊರಬರಬಲ್ಲಿರಿ ಎಂದು ಆಶಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ತಟವರ್ತಿ ವೀರರಾಘವರಾವ್

ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಚ್ಯುಯಲ್ ಸೊಸೈಟೀಸ್ ಮೂವ್‌ಮೆಂಟ್, ಇಂಡಿಯಾ

ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಸಮಾಚಾರಕ್ಕಾಗಿ ಈ ಕೆಳಗಿನ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಸಂದರ್ಶಿಸಿ

https: //www.youtube.com/pmckannada ● www.meditationeverywhere.org ● www.pssmovement.org

ಶ್ರೀರಾಮ ಪಬ್ಲಿಕೇಶನ್ಸ್

ಶ್ರೀರಾಮಧಾಮ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರ,

ನಾರಾಯಣಪ್ಪ ಗಾರ್ಡನ್, ವೈಟ್ ಫೀಲ್ಡ್, ಬೆಂಗಳೂರು - ೫೬೦ ೦೬೬

ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ : ಹೆಚ್.ಎನ್. ಶ್ರೀನಿವಾಸ / 9449695503

ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ ಎಸ್.ಎನ್ / 8050082689