ಡಾ. ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪಿತಾಮಹ ಸುಭಾಷ್ ಪತ್ರೀಜಿ ಆಶೀರ್ವಾದಗಳೊಂದಿಗೆ

ತ್ರಿವಿಧಗಳು

ತಟವರ್ತಿ ವೀರರಾಘವರಾವ್

ಅನುವಾದ : ಉಮಾ ಲೋಕೇಶ್
ಹೆಚ್. ಎನ್. ಶ್ರೀನಿವಾಸ

ಅನುಬಂಧ
ಪತ್ರೀಜಿ ಸಂದೇಶಗಳು

ತ್ರಿವಿಧ ತತ್ವಗಳು

ಮೂಲ : ತಟವರ್ತಿ ವೀರರಾಘವರಾವು
ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ : ಉಮಾ ಲೋಕೇಶ್
ಹೆಚ್. ಎನ್. ಶ್ರೀನಿವಾಸ

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

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

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

ಮೊದಲನೇ ಮುದ್ರಣ	:	2024
ಹಕ್ಕುಗಳು	:	ಪ್ರಕಾಶಕರು
ಪ್ರಕಾಶಕರು	:	**ಶ್ರೀರಾಮ ಪಬ್ಲಿಕೇಶನ್ಸ್** ಶ್ರೀ ರಾಮಧಾಮ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರ, ನಾರಾಯಣಪ್ಪಗಾರ್ಡನ್, ವೈಟ್‌ಫೀಲ್ಡ್, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 066 ಮೊ.: 9449695503, 9886532204
ಬಳಸಿದ ಕಾಗದ	:	70 ಜಿ.ಎಸ್.ಎಂ. ಮ್ಯಾಪಲಿಥೊ ಡೆಮಿ 1/8
ಪ್ರತಿಗಳು	:	1000
ಬೆಲೆ	:	70/–
ಪುಟಗಳು	:	ii+70=72
ಮುಖಪುಟ	:	ಚಂದ್ರಕಾಂತ ಪಟ್ಟಣ
ಅಕ್ಷರ ಜೋಡಣೆ	:	**ನಿರಂತರ ಸಾಯಿ ಕಮ್ಯೂನಿಕೇಷನ್ ಪ್ರೈ .ಲಿ** ಮೊ: 96328 12541

ಮುದ್ರಣ :

ಪೂರ್ಣಾ ಗ್ರಾಫಿಕ್ಸ್,

ಬೆಂಗಳೂರು 9844167475

ತ್ರಿವಿಧ ತತ್ವಗಳು

ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಮೂರು ವಿಧದ ತತ್ವಗಳು ಇವೆ.

1. ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಡುವ ತತ್ವ 2.ಪೋಷಿಸಲ್ಪಡುವ ತತ್ವ 3.ಲಯ ಮಾಡುವ ತತ್ವ ಇವುಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿ, ಸ್ಥಿತಿ, ಲಯ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಗಮನಿಸಿದರೆ ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವುದೂ ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ, ಎನ್ನುವುದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ ಕಾರಣ ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲವೇ ಇರುತ್ತದೆ ಕೆಲವು ದಿನಗಳಿಗೆ ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ..ಹಗಲು ಮೊದಲು ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ ಅದು ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಮಾತ್ರ ಇರುತ್ತದೆ.. ಕತ್ತಲು ಬಂದ ಕೂಡಲೇ ಹಗಲು ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಆ ರಾತ್ರಿಯೂ ಕೆಲವು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಹಗಲು ಬಂದ ಕೂಡಲೇ ಕತ್ತಲು ಅದೃಶ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕಾಲಗಳು ಅಷ್ಟೇ ಮೊದಲು ಬೇಸಿಗೆ ಕಾಲ ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ, ಆ ಬೇಸಿಗೆ ಕಾಲ ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ. ಅದು ಸ್ವಲ್ಪ ದಿನಗಳು ಮಾತ್ರ. ಮಳೆಗಾಲ ಆರಂಭವಾದ ಕೂಡಲೇ ಬೇಸಿಗೆಕಾಲ ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ಮಳೆಗಾಲವೂ ಚಳಿಗಾಲ ಬಂದ ಕೂಡಲೇ ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಚಳಿಗಾಲವೂ ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ ಬೇಸಿಗೆ ಕಾಲ ಬಂದ ಕೂಡಲು ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ಅನುಸಾರ ಯಾವುದು ಶಾಶ್ವತ ಅಲ್ಲ ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

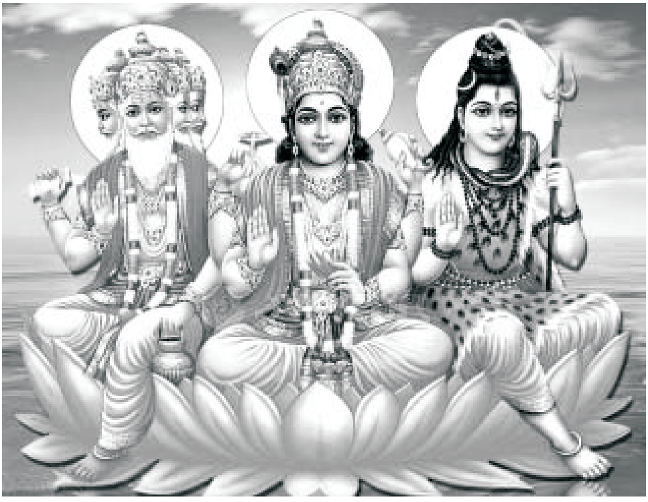
ಇನ್ನೂ ಗಮನಿಸಿದರೆ ದಿನಗಳು, ಕಾಲಗಳೇ ಅಲ್ಲ ವಾರಗಳು, ಮಾಸಗಳು ಸಂವತ್ಸರಗಳು, ಆಯನಗಳು ಕೊನೆಗೆ ಯುಗಗಳೂ ಬದಲಾಗುವುದೇ.. ಬದಲಾವಣೆ ಸೃಷ್ಟಿ ನಿಯಮ ಯಾವುದೂ ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ.

ಹಾಗೆ ಯಾವ ಯಾರ ಜೀವನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೂ,ಈ ವಿಷಯವು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ ನೋಡಿ ಮೊದಲು ಬಾಲ್ಯ ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ ಬಾಲ್ಯ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಇರುವುದೇ.. ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಯೌವನ ಬಂದ ಕೂಡಲೇ ಬಾಲ್ಯವು ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೋಗಲಿ ಯೌವ್ವನವು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಇರುವುದೇ ಅಂದರೆ ಅದು ಇರುವುದಿಲ್ಲ...

ವಾರ್ಧಕ್ಯ ಬಂದ ಕೂಡಲೇ ಯೌವ್ವನ ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಮುದಿತನ ಬರುತ್ತದೆ. ಮರಣ ಸಮೀಪಿಸಿ ಶರೀರದ ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ನೋಡಿದರೆ ಯಾವುದು ಶಾಶ್ವತ ಅಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಹಾಗೆ ಮಾನವನ ಜೀವನವನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಯಾವ ಜೀವಿಯನ್ನು ಯಾವ ಪ್ರಾಣಿಯನ್ನು ನೋಡಿದರೂ, ಮೊದಲು ಅದರ ಜೀವನ ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ ಅದು ಕೆಲವು ದಿನ ಮಾತ್ರ ಇರುತ್ತದೆ ಕೊನೆಗೆ ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಇದು ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಕಾಣಿಸುವ ದೊಡ್ಡ ತತ್ವ ಇದನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು, ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಯಾರಿಗೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಮೂರು ತತ್ವಗಳು ಅಷ್ಟು ಕರಾರುವಾಕ್ಕಾಗಿವೆ.

ಈ ಮೂರು ತತ್ವಗಳಿಗೆ ಹಿರಿಯರು ಮೂರು ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಡುವ ತತ್ವವನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಪೋಷಿಸಲ್ಪಡುವ ತತ್ವವನ್ನು 'ವಿಷ್ಣು' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೇ ಅಂತ್ಯವಾಗುವ ತತ್ವವನ್ನು 'ಲಯ'ವಾಗುವ ತತ್ವವನ್ನು 'ಶಿವ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಶಿವನು 'ಲಯ' ಕಾರಕ ಇದೇ ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ 'ಬ್ರಹ್ಮ' 'ವಿಷ್ಣು' 'ಮಹೇಶ್ವರ' ತತ್ವ...ಆದ್ದರಿಂದ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ ಬ್ರಹ್ಮನಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿ, ವಿಷ್ಣುವಿನಿಂದ ಪೋಷಿಸಲ್ಪಟ್ಟು, ಶಿವನಿಂದ ಲಯವಾಗುತ್ತದೆ.



ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಇದು ಅನಿವಾರ್ಯ ಅಂದರೆ ಯಾವುದು ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ ಆದ್ದರಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಪ್ರತಿ ಒಂದು ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಿಮಗೆ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಪದವಿ ಬಂದಿದೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಅಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪದವಿ ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ ಆದರೆ ಆ ಪದವಿ ಕೂಡ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲವೇ ಇರುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಕೆಲವು ದಿನಗಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ ಅಂದರೆ ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹಾಗೆ ಪಂಚಾಯಿತಿ ಪ್ರೆಸಿಡೆಂಟ್, ಎಂಎಲ್ಎ ಆಗಲಿ ಮಿನಿಸ್ಟರ್ ಆಗಲಿ ಏನಾದರೂ,ಸರಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲ ಇರುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪದವಿ ಬಂದ ತಕ್ಷಣ ಸಂಭ್ರಮ ಪಡಲು ಏನಿದೆ ಬಂದರೆ ಬರಲಿ .. ಬಂದದ್ದು ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳು ಇರುತ್ತದೆ ಬಂದರೆ ಬರಲಿ ಇದ್ದರೆ ಇರಲಿ....ಇದೆ ಎಂದು ಗರ್ವ ಪಡಬೇಡಿ ಕಾರಣ ಪದವಿಯಲ್ಲಿ ಏನಿದೆ ಅದು ಒಂದು ದಿನ ಹೋಗುತ್ತದೆ ಆದ್ದರಿಂದ ಹೋಗಲಿ ಬಿಡಿ ಇದು ಅನಿವಾರ್ಯ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವ ಏರ್ಪಾಡು.

ಅದಕ್ಕೆ ಪತ್ರೀಜಿ ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿ ಕೊಳ್ಳಿ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಈ ಸಂದೇಶವನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ "**ಬಂದರೆ ಬರಲಿ, ಇದ್ದರೆ ಇರಲಿ ಹೋದರೆ ಹೋಗಲಿ**" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಯಾವುದಾದರೂ ಸರಿ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ಸಂಭ್ರಮ ಪಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ಇದೆ ಎಂದು ಗರ್ವ ಪಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಹೋಯಿತು ಎಂದು ಬಾಧೆ ಪಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಇದು ಅನಿವಾರ್ಯ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವ ಏರ್ಪಾಡು.

ಅದಕ್ಕೆ ಪತ್ರೀಜಿ ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಈ ಸಂದೇಶವನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ ಬಂದರೆ ಬರಲಿ, ಇದ್ದರೆ ಇರಲಿ, ಹೋದರೆ ಹೋಗಲಿ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ ಅಂದರೆ ಯಾವ ಪದವಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಏನಾದರೂ ಸರಿ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ಸಂಭ್ರಮ ಪಡಬೇಡಿ,ಇದರಿಂದ ಗರ್ವ ಪಡಬೇಡಿ ಎಂದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೆ ನೀಡಿದ ಸಂದೇಶ ಮೇಲಿನ ಈ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟರೆ ಯಾರಾದರೂ ಆನಂದವಾಗಿ ಜೀವಿಸಬಲ್ಲರು ದುಃಖದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಆನಂದವಾಗಿ ಇರಬಲ್ಲರು.

ಹಾಗೆಯೇ, ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಬರುತ್ತಿರುತ್ತದೆ, ಎಷ್ಟೋ ಹೋಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ ದುಃಖ ಬರುತ್ತದೆ, ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ,ರೋಗಗಳು ಬರುತ್ತವೆ, ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ

ಕಲಹಗಳು ಬರುತ್ತದೆ, ಜಗಳಗಳು ಬರುತ್ತದೆ, ಅವಮಾನವಾಗುತ್ತದೆ ಆದರೆ ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಭಯಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಯಾವುದು ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲವೇ ಇರುತ್ತದೆ ಆದ್ದರಿಂದ ಅಳಬೇಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಹನೆ ಇರಲಿ,ಒಳ್ಳೆಯ ದಿನಕ್ಕಾಗಿ ಕಾದಿರಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಎಲ್ಲವೂ ಅಂತ್ಯವಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯ ದಿನಗಳು ಬರುತ್ತದೆ.

ಹಾಗೆ ಸಂತೋಷವೂ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಎಲ್ಲವೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ,ಧನ ಲಾಭ ಬರುತ್ತದೆ,ಆರೋಗ್ಯ ಬರುತ್ತದೆ,ಒಳ್ಳೆಯದು ಕೂಡ ಯಾವಾಗಲೂ ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ ಇವು ಕೂಡ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲವೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಂಭ್ರಮ ಬೇಡ ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಹಿಗ್ಗಬಾರದು, ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನು ನಡೆದರೆ ಕೂಡಲೇ **“ಇದು ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ”** ಎನ್ನುವುದು ನೀವು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರಿ ಆಗ ಯಾವಾಗಲೂ ಆನಂದವಾಗಿ ಇರಬಲ್ಲಿರಿ.

ನೆನಪಿರಲಿ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನು ನಡೆದರೂ ಅಂದರೆ ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆ, ಗಂಡ ಹೆಂಡತಿಯ ಮಧ್ಯೇ ಜಗಳಗಳಾದರು, ಅವಮಾನ ಉಂಟಾದರೂ ನೆನಪಿರಲಿ **“ಇದು ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ”** ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಆಗ ನೀವು ಗಾಬರಿಪಡುವುದಿಲ್ಲ, ಹಿಗ್ಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, 'ಇನ್ನು ನಾನು ಬದುಕಿರಲಾರೆ' ಎನ್ನುವ ಮಾತುಗಳು ಬರುತ್ತವೇ. ಜೀವನದ ಮೇಲೆ ವಿರಕ್ತಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಯಾವಾಗ **“ಇದು ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ”** ಎಂದು ನೀವು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುವಿರೋ, ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿನ ಈ ತತ್ವವನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವಿರೋ, ಆಗ ನಿಮಗೆ ನಿರಾಸೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಹಾಗೆಯೇ ಸಂತೋಷವಾದರೆ,ಸನ್ಮಾನ ನಡೆದರೆ, ವ್ಯಾಪಾರದಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಲಾಭಗಳು ಬಂದರೆ, ಸಂಭ್ರಮ ಬೇಡ ಆಗಲೂ ಕೂಡ **“ಇದು ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ”** ಎಂದು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಏನಾದರೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ನಡೆದಾಗ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಬಾಧೆ ಪಡಬೇಕಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಯಾವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ **“ಇದು ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ”** ಎಂದು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.

ಕಷ್ಟ ಸುಖಗಳು ಎನ್ನುವುದು ರೈಲಿನ ಚಕ್ರಗಳಂತವು ಅದು ಒಂದರ ಹಿಂದೆ ಇನ್ನೊಂದು ಬರುತ್ತವೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಪತ್ರೀಜಿ "ಬಂದಿದ್ದು ಬರಲಿ, ಇದ್ದರೆ ಇರಲಿ,ಹೋದರೆ ಹೋಗಲಿ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಇದು ಅವರ ಗುರುಗಳಾದ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿ ಹೇಳಿದ ಮುಖ್ಯ ಸಂದೇಶ..

ಅದನ್ನು ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಸಂದೇಶ ಏನೆಂದರೆ **"ಬಯಸಿ ಸಾಧಿಸಬಾರದು, ಬಯಸದೆ ಬಂದಿದ್ದನ್ನು ಬೇಡ ಎನ್ನಬಾರದು.. ಬರುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಬರುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಸಂಭ್ರಮ ಪಡಬಾರದು, ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ,ಹೋಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಬಾದೆ ಪಡಬಾರದು."**

ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿಯವರ ಸಂದೇಶ ಏನೆಂದರೆ, ಯಾವ ಅರ್ಹತೆ ಇದ್ದರೆ ಅದು ತಂತಾನೆ ಬರುತ್ತದೆ.ಅದಕ್ಕೆ ಪೂಜೆಗಳು ಮಾಡಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳು ಮಾಡಿ ಕೋರಬೇಕಾದ ಕೆಲಸವಿಲ್ಲ. ಆ ಕೋರಿಕೆಗಳಿಂದ ಸಾಧಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಾರದು. ಹಾಗೆಯೇ ಅರ್ಹತೆಯ ಅನುಸಾರ ನೀನು ಕೇಳದೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಬರುತ್ತದೆ. ಆಗ, ಬೇಡ ಎನ್ನಬಾರದು.ಹಾಗೆಯೇ ನಿನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅರ್ಹತೆಯ ಅನುಸಾರ ಯಾವುದಾದರೂ ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ ಅಂದರೆ ಅದು ಬಂದರೆ ಸಂಭ್ರಮ ಪಡಬಾರದು.

ಕಾರಣ ಏನೆಂದರೆ ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ ಯಾವುದಾದರೂ, ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲವೇ ಇರುತ್ತದೆ.ಮತ್ತೆ ಅದು ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲವೇ ಇದ್ದು ಹೋಗುವುದಕ್ಕೆ ಸಂಭ್ರಮ ಪಟ್ಟು ಪ್ರಯೋಜನವೇನು!?

ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ನಿನಗಿರುವ ಅರ್ಹತೆ ಕಡಿಮೆಯಾದರೆ. ನಿನ್ನ ಹತ್ತಿರ ಇರುವುದು ಸಹ ಹೋಗುತ್ತದೆ.ಆದ್ದರಿಂದ ಯಾವುದಾದರೂ ಸರಿಯೇ ಹೋಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಭಾಧೆ ಪಡಬಾರದು, ಆಗ ಹೋಗುತ್ತಿರುವುದೇನು ನಿಲ್ಲುವುದಿಲ್ಲ. ಎಂದು ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿ ಸಂದೇಶ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ.

ಇದೇ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಕೂಡ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ ಆತನು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಅಂದರೆ 'ಪ್ರಾಪ್ತಿ'ಯಲ್ಲಿ, 'ಅಪ್ರಾಪ್ತಿ'ಯಲ್ಲೂ ಒಂದೇ ರೀತಿ ಇರಬೇಕು ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಇರುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂತೃಪ್ತಿ ಹೊಂದಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ಇಲ್ಲದಿರುವುದರ ಕುರಿತು ಬಾಧೆಪಡಬಾರದು ಎನ್ನುವುದು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಸಂದೇಶ. ಅಂತಹ ಸಮಸ್ಥಿತಿ ಯೋಗಿಗಳಿಗೆ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದವರಿಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ. ತತ್ವಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಯೋಗಿಗಳಂತೆ ಆನಂದವಾಗಿರಿ.

ತ್ರಿವಿಧ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಕಾರಣ

ಪ್ರಸ್ತುತ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ರೋಗವೆನ್ನುವುದು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲಿ ನೋಡಿದರೂ ರೋಗಗಳೇ ಯಾರನ್ನು ನೋಡಿದರೂ ರೋಗಗಳೊಂದಿಗೆ ಬಾಧೆ ಪಡುತ್ತಿರುವವರೇ, ಸರಾಸರಿ ಎಲ್ಲಾ ವಿಧದ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವವರು ರೋಗಗಳೊಂದಿಗೆ ಬಾಧೆ ಪಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಗಮನಿಸಿದರೆ ಹುಟ್ಟಿದಾಗಿನಿಂದ ರೋಗಗಳೊಂದಿಗೆ ಸೆಣಸಾಡುವವರು, ರೋಗಗಳೊಂದಿಗೆ ಹುಟ್ಟುವವರು ಕಾಣಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೇ ಸಾಯುವವರೆಗೆ ರೋಗಗಳಿಂದ ಬಾಧೆಪಡುವವರು, ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ರೋಗಗಳಿಂದಲೇ ಸಾಯುವವರು ನಮಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ರೋಗವೆನ್ನುವುದು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿದೆ.

ಏಕೆಂದರೆ ರೋಗ ತುಂಬಾ ಬಾಧಾಕರ. ಕೆಲವು ವಿಧದ ರೋಗಗಳ ಸುಳಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿದವರು, ಅವುಗಳ ನೋವು ತಾಳಲಾರದೆ ಆ ರೋಗವನ್ನು ಸಹಿಸಲಾರದೆ, ಅದಕ್ಕಿಂತ ಸಾಯುವುದೇ ಮೇಲು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವರು ರೋಗದ ಬಾಧೆಯನ್ನು ಸಹಿಸಲಾರದೆ, ಇರುವುದಕ್ಕಿಂತ ಸಾಯುವುದೇ ಸರಿ ಎಂದು ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗಳು ಕೂಡ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ರೋಗಗಳ ಸುಳಿಗೆ ಸಿಲುಕಿದವರಿಗೆ ಜೀವನ ನರಕ ಸದೃಶವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಯಾರ ಜೊತೆ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಸಮಯ ಕಳೆಯಲಾರರು, ಆನಂದವಾಗಿ ಜೀವಿಸಲಾರರು, ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲಾರರು, ಎಷ್ಟು ಭೋಗಗಳಿದ್ದರೂ, ಅನುಭವಿಸುವ ಅವಕಾಶ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ತಾವು ಬಾಧೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾ, ಇತರರಿಗೂ ಸಮಸ್ಯೆ ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಏನು ಮಾಡಲಾರರು ಮಾಡಬೇಕೆಂದರೂ ಅವರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗದು.

ರೋಗದಿಂದ ಶರೀರ ಬಲ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಯಾವ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲಾರರು. ಶರೀರ ಸೌಷ್ಟವ, ಅಂದ, ಆಕರ್ಷಣೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ವಿಧದ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾದವರನ್ನು ನೋಡಲು ಇತರರು ಇಷ್ಟಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ಹತ್ತಿರದವರು ಕೂಡ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಹಿಂದೆ ಸರಿಯುತ್ತಾರೆ.

ಕೆಲವು ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾದವರಿಗೆ ಆರ್ಥಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಎದುರಾಗುತ್ತವೆ. ಸಂಪಾದಿಸಲಾರರು ಸಂಪಾದಿಸಿದ್ದು ಖರ್ಚಾಗುತ್ತಾ, ಇರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಬರುವ ಆದಾಯಕ್ಕಿಂತ ರೋಗಗಳು ಜಾಸ್ತಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ

ರೋಗಗಳಿಂದಾಗಿ ಆಸ್ತಿಗಳು ಮಾರಿಕೊಂಡವರು ಇದ್ದಾರೆ. ಸಾಲದ ಪಾಲಾದವರು ಇದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೆ ರೋಗಗಳಿಂದ ವಿಧವಿಧವಾದ ಕಷ್ಟ ನಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರದು ಎಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಎಂದರೆ ರೋಗಬಾಧೆ ಸಹಿಸುತ್ತಾ, ಜೀವಿಸಲಾರರು. ಸಾಯಬೇಕೆಂದರೆ ಸಾಯಲಾರರು,ಸಾವು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರದು ಎಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಎಂದರೆ, ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಮಂಚದ ಮೇಲೆ ಇದ್ದು ನರಕ ಅನುಭವಿಸುವುದರ ಹೊರತು ಏನು ಮಾಡಲಾರರು.

ಒಂದು ವಿಧವಾಗಿ ನೋಡಿದರೆ ಒಂದು ಕೋಳಿಯನ್ನಾಗಲಿ, ಮೇಕೆಯನ್ನಾಗಲಿ, ಯಾವುದೇ ಪ್ರಾಣಿಯ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟಿ ಅದರ ಕತ್ತನ್ನು ಕತ್ತರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅವು ಏನು ಮಾಡಬಲ್ಲವು ಹೇಳಿ!? ರೋಧಿಸುತ್ತಾ ಬಾಧೆ ಅನುಭವಿಸಲೇ ಬೇಕು. ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರವು, ಓಡಿ ಹೋಗಲಾರವು, ಹಾಗೆ ನರಕ ಅನುಭವಿಸಲೇಬೇಕು. ನಿಜವಾಗಿ ನೋಡಿದರೆ ಕೆಲವು ರೋಗಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾದವರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಇದಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಏನು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಬಲಿ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತಿರುವ, ಸಾಯಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಬಂಧಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವುದರಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅವಕಾಶ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ರೋಗದ ಸುಳಿಗೆ ಸಿಲುಕಿದವರು ಬಂಧಿಸದೆ ಇದ್ದರೂ, ಆ ನರಕದಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರರು. ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಹಗ್ಗದಿಂದ ಬಂದಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದರೆ,... ಇಲ್ಲಿ ರೋಗಗಳಿಂದ ಬಂಧಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುತ್ತಾರೆ. ದುರ್ಬಲವಾದ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ನರಳುವವರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಇಷ್ಟೇ.

ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ರೋಗಗಳು ಎಷ್ಟು ತೀವ್ರಸ್ಥಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಇದೆ ಎಂದರೆ ಎಲ್ಲಿ ನೋಡಿದರೂ ವೈದ್ಯರು, ವೈದ್ಯ ಶಾಲೆಗಳು, ಔಷಧೀಯ ಅಂಗಡಿಗಳು, ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತವೆ. ಏನಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಮೆಡಿಕಲ್ ಶಾಪ್ ಇಲ್ಲದ ಊರು ಯಾವುದು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲಿ ನೋಡಿದರೂ, ಅನೇಕ ಸ್ಪೆಷಲಿಸ್ಟ್ ಗಳಿಂದ ಮಾಮೂಲು ಡಾಕ್ಟರ್ ಗಳು, ಆರ್ ಎಂ ಪಿ ಡಾಕ್ಟರ್ ಗಳು ನಾಟಿ ವೈದ್ಯರವರೆಗೂ ಎಷ್ಟೋ ವೈದ್ಯರ ದಂಡೇ ಇದೆ. ದೇಶದಲ್ಲಿ, ಪ್ರತಿ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ,ಪ್ರತಿ ನಗರದಲ್ಲಿ, ಇರುವ ನೂರಾರು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕಲಾ ಶಾಲೆಗಳಿಂದ ಸಾವಿರಾರು ಮಂದಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪ್ರತಿ ವರ್ಷವೂ ಡಾಕ್ಟರ್ ಗಳಾಗಿ ತಯಾರಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಭಾರತ ದೇಶದಲ್ಲಿರುವವರೇ, ಅಲ್ಲದೆ ವಿದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡಾ ವೈದ್ಯ ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಡಾಕ್ಟರ್ ಗಳಾಗುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಭಾರತ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಗ್ರಾಮಗಳಲ್ಲಿ, ವೈದ್ಯರ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ ಅಂದರೆ ರೋಗಗಳ ಸ್ಥಾಯಿ ಎಷ್ಟು ತೀವ್ರವಾಗಿದೆಯೋ, ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಮಾನವರು ಮೊದಲು ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಏನೆಂದರೆ, ಹಣ ಸಂಪಾದನೆ. ಎರಡನೆಯ ಪ್ರಯತ್ನ ಏನೆಂದರೆ ರೋಗ ನಿವಾರಣೆ, ಮಾನವರು ರೋಗ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಇಂತಹ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದರೆ ರೋಗಗಳು ಯಾವ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಇದೆಯೋ ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಪೂರ್ವ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ತಿನ್ನುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಹಣ ಸಂಪಾದನೆ ಮಡುವುದಲ್ಲದೆ, ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ತಿನ್ನಲು ಸಿಗುವುದೋ ಇಲ್ಲವೋ, ಎಂದು ಹಣವನ್ನು ಕೂಡಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಪ್ರಸ್ತುತ ತಿಂಡಿಗಾಗಿ ಯಾರು ಹಣವನ್ನು ಅಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಬರುವ ರೋಗಗಳಿಗಾಗಿಯೇ ಹಣವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕಾರಣ ಎಂತಹ ರೋಗಗಳು ಬರುವುದೋ,ಎಷ್ಟು ಖರ್ಚು ಆಗುವುದೋ, ಎಷ್ಟು ಲಕ್ಷಗಳು ಅಗತ್ಯವಿದೆಯೋ,ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹಣ ಕೈಲಿ ಇರುವುದೋ ಇಲ್ಲವೋ, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಮ್ಮ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಏನು ಎನ್ನುವ ಆಲೋಚನೆಯಿಂದಲೇ ಹಣವನ್ನು ಕೂಡಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಮೊದಲು ವಾರ್ಧಕ್ಯಕ್ಕೆ ಭಯಪಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಪ್ರಸ್ತುತ ವಾರ್ಧಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಬರುವ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಭಯಪಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮೊದಲು ಜೀವವಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು,ಈಗ ರೋಗಗಳಿಗೆ ವಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದರ ಅನುಸಾರ ರೋಗಗಳು ಎಷ್ಟು ತೀವ್ರಸ್ಥಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಇದೆಯೋ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ರೋಗಗಳಿಗೆ ಮಾನವರು ಭಯಪಡಲು ಕಾರಣ ರೋಗ ಬಾಧೆ.. ಅದು ಸಹಿಸಲಾರದ್ದು. ಅದು ಒಂದು ವಿಧವಾಗಿ ನರಕ ದೊಂದಿಗೆ ಸಮಾನ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ರೋಗಗಳು ಮಾನವನನ್ನು ಶಕ್ತಿ ಹೀನರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಮಾಂಸ ಖಂಡಗಳನ್ನು ಕರಗಿಸುತ್ತವೆ. ಶರೀರವನ್ನು ಕೃಶಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರು ರೋಗಗಳು ಆವಯವಗಗಳನ್ನು ಕೆಲಸ ಮಾಡದಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅಂದರೆ ಅಂಗವಿಕಲತೆ ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಶರೀರದ ಹೊರಗೆ ಒಳಗೆ ಕೂಡ ಶರೀರ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಲೋಪಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಅನಾರೋಗ್ಯದ ನಂತರ ಮನುಷ್ಯ ಮೊದಲಿನಂತೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಅಂದ, ಆಕಾರ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಒಂದು ವಿಧವಾಗಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಭಯಂಕರವಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ರೋಗಗಳ ಕುರಿತು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಎಷ್ಟಾದರೂ ಇದೆ.

ಈ ರೋಗಗಳು ಏಕೆ ಬರುತ್ತಿವೆ? ಅವು ಬರಲು ಕಾರಣವೇನು? ಹೋಗಬೇಕೆಂದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು? ರೋಗಗಳು ಬರದ ಹಾಗೇ ಇರಬೇಕೆಂದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಎನ್ನುವ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಮೊದಲು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಕಾರಣ ರೋಗಗಳು ಹೋಗಬೇಕೆಂದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು? ಬರದೇ ಇರಲು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು? ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲು ರೋಗಗಳು ಏಕೆ ಬರುತ್ತಿವೆ? ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ಪರಿಷ್ಕಾರ ಸಿಗುತ್ತದೆ.

ಸಹಜವಾಗಿ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಕಾರಣವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸರಿಯಾದ ಕಾರಣಗಳು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದರೆ,ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಾಸ್ತ್ರ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೂಡ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು. ಆಗಲೇ ನಮಗೆ ಸರಿಯಾದ ಕಾರಣಗಳು ತಿಳಿಯುತ್ತವೆ. ಸರಿಯಾದ ಪರಿಷ್ಕಾರವು ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಎರಡು ವಿಧಗಳ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಒಂದಾಗಿಸಿ ನಾವು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದರೆ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಮೂರು ವಿಧಗಳ ಕಾರಣಗಳು ಇವೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳನ್ನೇ ತ್ರಿವಿಧ ಕಾರಣಗಳು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಅವು (1) ಕ್ರಿಮಿಗಳು, (2) ಕ್ರಿಯೆಗಳು, (3) ಕರ್ಮಗಳು ಇವುಗಳಿಗೆ ಅನ್ವಯವಾಗುವುವ ಮೂರು ಕಾರಣಗಳು ಎಂದರೆ, (1) ಭೌತಿಕ, (2) ಮಾನಸಿಕ, (3) ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕಾರಣಗಳು ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

ಕ್ರಿಮಿಗಳು

ಈ ಕ್ರಿಮಿಗಳಿಂದ ಬರುವ ರೋಗಗಳು ನಮಗೆ ಬರುವ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ 20 ರಿಂದ 30% ಇರಬಹುದು. ಈ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವನ್ನು ಸಹಜವಾಗಿ ಎಲ್ಲರೂ ಊಹಿಸಿರುವುದೇ ಡಾಕ್ಟರ್‌ಗಳು ಹೇಳುವುದು.

ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಎಂದರೆ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ, ವೈರಸ್‌ನಂತವುಗಳು ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದುದರಿಂದ ಕೆಮ್ಮು, ನೆಗಡಿ, ಜ್ವರಗಳು, ಅಲರ್ಜಿಯಂತಹ ವಿಧವಿಧವಾದ ರೋಗಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಇನ್ಫೆಕ್ಷನ್ ಅನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾದರೂ, ಋತುಗಳು ಬದಲಾದರು, ಅಂದರೆ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಬಂದರು, ಸುತ್ತಲೂ ಇರುವ ವಾತಾವರಣ ಕಲುಷಿತವಾಗಿ ಇದ್ದರೂ, ಸರಿಯಾದ ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯನ್ನು ಪಾಲಿಸದೆ ಇದ್ದರೂ, ಕಲಿಷಿತವಾದ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿದರು, ಆಹಾರವನ್ನು ತಿಂದರು ಇಂತಹ ರೋಗಗಳು ಬರುತ್ತವೆ ಎಂದು ಡಾಕ್ಟರ್ ಗಳು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಸಹಜವಾಗಿ ಇಂತಹ ರೋಗಗಳು ಕೆಲವು ದಿನ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಡಾಕ್ಟರ್ ಗಳು ನೀಡುವ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಿದರೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ.

ಇಂತಹ ರೋಗಗಳು ವ್ಯಾಧಿಕಾರಕ ಕ್ರಿಮಿ ಗಳಿಂದ ಬರುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಧಿ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದರಿಂದ ಇಂತಹ ರೋಗಗಳು ಬರುವ ಅವಕಾಶವಿದೆ ಆದ್ದರಿಂದ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ವ್ಯಾದಿ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರೆ ಇಂತಹ ರೋಗಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳ ಬಹುದು. ಬರದೇ ಇರುವಂತೆಯೂ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ವ್ಯಾಧಿನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ

ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಈ ವ್ಯಾಧಿನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಅಧಿಕವಾಗಿ ಇದ್ದರೆ, ಶರೀರದಲ್ಲಿನ ಪ್ರತಿ ಕಣ ವ್ಯಾಧಿಕಾರಕ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯ, ವೈರಸ್ಸನಂತಹ ಕ್ರಿಮಿಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.ಶರೀರ ಆರೋಗ್ಯವಂತವಾಗಿ, ಶಕ್ತಿವಂತವಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ. ವ್ಯಾಧಿ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಲೋಪಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಶರೀರ ಶಕ್ತಿಹೀನವಾಗುದೇ ಅಲ್ಲದೆ, ವ್ಯಾಧಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ಶರೀರದಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಧಿಗಳನ್ನು ವಿರೋಧಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹವರು ವ್ಯಾಧಿಗಳಿಗೆ, ವಿಧವಿಧವಾದ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ವೈದ್ಯರು ವ್ಯಾಧಿಗಳನ್ನು ವಿರೋಧಿಸುವ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ, ಆ ಔಷಧಿಯ ಪ್ರಭಾವ ಇರುವಷ್ಟು ಸಮಯ ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಔಷಧದ ಪ್ರಭಾವ ಕಡಿಮೆ ಆದ ಮೇಲೆ ಮರುಕಳಿಸುತ್ತದೆ. ಅಥವಾ ಮತ್ತೊಂದು ವ್ಯಾದಿಯು ಸಂಕ್ರಮಿಸಲೂ ಬಹುದು.

ಹಾಗೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಲೋಪಿಸಿದರೆ ಅವರಿಗೆ ವ್ಯಾಧಿಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಬರುತ್ತಿರುತ್ತವೆ ವೈದ್ಯರು ಎಷ್ಟು ವಿಧವಾದ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಿದರೂ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಉಪಶಮನವೇ ಹೊರತು,ಶಾಶ್ವತ ಪರಿಹಾರ ಲಭಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ಜೀವನವೆಲ್ಲ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಲೇ ಇರಬೇಕು.

ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಬಳಸಬಹುದು ಆದರೆ ಔಷಧಗಳು ವಿಷಪೂರಿತ ವಾದವುಗಳು.ಅದಕ್ಕೆ ಆ ಔಷಧವನ್ನು ಟ್ಯಾಬ್ಲೆಟ್‌ನಂತೆ, ಕ್ಯಾಪ್ಸುಲ್‌ನಂತೆ ಮಾಡಿ ಅದಕ್ಕೆ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂತಹ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಹೊರಗೆ ಲೇಪಿಸಿ ತಯಾರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಆ ಔಷಧವನ್ನು ರೋಗಿ ತಿನ್ನಲಾರ, ಅಂತಹ ಔಷಧಿ ತಿನ್ನಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದರಿಂದಲೇ ನೀರಿನಿಂದ ನುಂಗಲು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ಔಷಧಿಗಳು ಬಳಸುತ್ತಾ, ಶರೀರವು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ವಿಷಪೂರಿತವಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿಷ ಎನ್ನುವುದು ಪ್ರತಿ ಪ್ರಾಣಿಗೆ ಹಾನಿಕರವಾದದ್ದು. ಒಂದೊಂದು ವಿಧವಾದ ವಿಷ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಒಂದೊಂದು ನಷ್ಟವನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಶರೀರವನ್ನು ಎಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ವಿಷದೊಂದಿಗೆ ತುಂಬಿಸಿದರೆ, ಅಷ್ಟು ಹಾನಿ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಸೈಡ್ ಎಫೆಕ್ಟ್ ಆಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಬೇರೆ ವಿಧವಾದ ರೋಗಗಳು ಬರಲು ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಶರೀರಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ಕಿರಿಕಿರಿಗಳು, ತೊಂದರೆಗಳು ಆಗಬಹುದು. ಕೊನೆಗೆ ಶರೀರ ಯಾವ ಕೆಲಸಕ್ಕೂ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಔಷಧಿಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸಿದರೆ ಆ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಅವರ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಆ ಔಷಧಿಗಳೂ, ಅವುಗಳನ್ನು ಏನು ಮಾಡಲಾರವು. ಕಾರಣ ಆ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಔಷಧಿಗೆ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಯಥೇಚ್ಛವಾಗಿ ಶರೀರದ ಮೇಲೆ ದಾಳಿ ಮಾಡಿ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಹಾನಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಔಷಧಿಗಳು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಪರಿಷ್ಕಾರವಲ್ಲ ವ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ವಿರೋಧಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಅವುಗಳಿಗಿಲ್ಲ. ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಉಪಶಮನ ಮಾತ್ರ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ವಿಷಯ ಏನೆಂದರೆ,ಆ ಶಕ್ತಿ ಮಾನವನಿಗೆ ಅಂತರ್ಲಿನವಾಗಿಯೇ ಇದೆ. ಅದರಿಂದ ವ್ಯಾಧಿಗಳನ್ನು ಔಷಧಿಗಳ ಮೂಲಕ ಅಲ್ಲದೆ, ಶರೀರದಲ್ಲಿ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ,ರೋಗಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ರೋಗಗಳು ಬರದಂತೆಯೂ, ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆ ಶಕ್ತಿಯು ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಇರುವಷ್ಟು ಕಾಲ ಯಾವ ವ್ಯಾಧಿಕಾರಕ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯ, ವೈರಸ್‌ಗಳು ಏನು ಮಾಡಲಾರವು. ಶರೀರದ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ಕೂಡ ಬರಲಾರವು. ಆದರೆ ಸಹಜವಾಗಿ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಇರುವ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಎಂದರೆ ಏನು? ಆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು? ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ

ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಲೀನವಾಗಿರುವ ಆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಮಾನವ ಶರೀರವೇ ಅಲ್ಲವೇ ಸಮಸ್ತ ಜೀವಿಗಳ ಶರೀರಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಆತ್ಮ ಇರುತ್ತದೆ.

ಆತ್ಮ ಅನಂತವಾದ ಶಕ್ತಿಯುಳ್ಳದ್ದು ಅಂತಹ ‘ಆತ್ಮ’ ಪ್ರತಿ ಜೀವಿಯ ಶರೀರಗಳಲ್ಲೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ ಒಂದು ವಿಧವಾಗಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಪರಿಕರಗಳಲ್ಲಿ, ವೈರುಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಕರೆಂಟು ವ್ಯಾಪಿಸಿರುತ್ತದೆಯೋ ಹಾಗೆ ಈ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿಯು

ಶರೀರದ ಪ್ರತಿ ಕಣದಲ್ಲೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿ ಇರುವುದೇ ಅಲ್ಲದೆ ತನ್ನ ಶಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ, ಯಾವ ವಿಧವಾದ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯ, ವೈರಸ್ ದಾಳಿ ಮಾಡದಂತೆ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಆ ಶಕ್ತಿ ಶರೀರದಲ್ಲಿರುವಷ್ಟು ಕಾಲ,ಯಾವ ವಿಧವಾದ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ನಮ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು ಶರೀರದಲ್ಲಿರುವ ಭಾಗಗಳನ್ನು, ಕಣಗಳನ್ನು ಏನು ಮಾಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಯಾವ ಹಾನಿ ಆಗಲಾರದು, ಶರೀರ ಆರೋಗ್ಯವಂತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ ಶರೀರವನ್ನು ಕ್ರಿಮಿಗಳಿಂದ ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆ. ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ನೋಡೋಣ, ಯಾರಾದರೂ ಸತ್ತು ಹೋದ ನಂತರ ಅಂದರೆ ಆತ್ಮ ಶರೀರದಿಂದ ಹೋದ ಮೇಲೆ, ಆ ಶರೀರ ಕೊಳೆತು ಹೋಗಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ವಿಧವಾದ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಶರೀರವನ್ನು ತಿನ್ನಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಶರೀರವನ್ನು ವ್ಯಾಪಿಸಿ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಶರೀರ ಕೊಳೆತು ಹೋಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೆ ಕೊಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಕೆಟ್ಟ ವಾಸನೆ, ಅನಿಲ ಮೂಗಿನಿಂದ ಕಿವಿಗಳಿಂದ ಹೊರಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಗಾಳಿಯು ಹೊರಗೆ ಬಾರದಂತೆ ಮೂಗಿನಲ್ಲಿ ಕಿವಿಗಳಲ್ಲಿ ಹತ್ತಿಯನ್ನು ಇಡುತ್ತಾರೆ. ಅಗರ ಬತ್ತಿಗಳನ್ನು ಹಚ್ಚಿಡುತ್ತಾರೆ. ಶರೀರದ ಮೇಲೆ ಸೆಂಟುಗಳನ್ನು ಚೆಲ್ಲುತ್ತಾರೆ. ಆ ರೋಗ ಕಾರಕ ಕ್ರಿಮಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಕೂಡಿದ ಅನಿಲವನ್ನೇ ಮೈಲಿಗೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಶವವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಇರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಕೂಡಲೇ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಆ ಶರೀರವನ್ನು ಸುಡುವುದಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಹೂಳುವುದಾಗಲಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಕಾರಣ ಆ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಇತರರಿಗೆ ಕೂಡ ಹಾನಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಶವವನ್ನು ನೋಡಲು ಹೋದವರು, ಸ್ನಾನ ಮಾಡದ ಹೊರತು ಮನೆಯೊಳಗೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬೇಕಾದದ್ದು ಏನೆಂದರೆ ಆತ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಶರೀರದ ಮೇಲೆ ದಾಳಿ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ... ಆದರೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮ ಇರುವಷ್ಟು ಸಮಯ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಶರೀರವನ್ನು ಏನು ಮಾಡಲಾರದೆ ಹೋಗಿದ್ದವು ಎಂದು ಇದರಿಂದ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ ಅಲ್ಲವೇ. ಆದ್ದರಿಂದ ವ್ಯಾಧಿಕಾರಕ ಕ್ರಿಮಿಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು ನಿತ್ಯ ಕಾಪಾಡುತ್ತಿರುವುದು ಶರೀರದಲ್ಲಿರುವ ಶಕ್ತಿ ಏನೆಂದರೆ, **"ಆತ್ಮಶಕ್ತಿಯೇ"**.

ಶರೀರದಲ್ಲಿ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಎಂದರೆ "ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ". ಅದನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾರ್ಗವೇ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ **"ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ ಧ್ಯಾನ"** ಈ 'ಧ್ಯಾನ' ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸುವ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿ ಆತ್ಮವನ್ನು ಚೈತನ್ಯವಂತವಾಗಿ

ಮಾಡಿ ಶರೀರವನ್ನು ಶಕ್ತಿವಂತವನ್ನಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಬಂದ ರೋಗಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಶರೀರದಲ್ಲಿ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಹೊಸ ರೋಗಗಳು ಬಾರದಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಯಾರು ಈ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವರೋ, ಅವರು ಔಷಧಿಗಳು ಬಳಕೆ ಮಾಡುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ರೋಗಗಳು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಹಾಗೂ ರೋಗಗಳು ಬಾರದಂತೆ ಕೂಡ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಈ ವಿಧವಾದ ರೋಗಗಳಿಗೂ ಧ್ಯಾನವೇ ಪರಿಷ್ಕಾರ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಕ್ರಿಯೆಗಳು

ಮೇಲೆ ಹೇಳಲಾಗಿರುವಾಗ ರೋಗಗಳೇ ಅಲ್ಲದೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ರೋಗಗಳನ್ನು ನಾವು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.ಅವು ಬಿಪಿ, ಶುಗರ್, ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್, ರುಮ್ಯಾಟಿಕ್ ನೋವುಗಳು, ಮೈಗ್ರೇನ್ ತಲೆನೋವುಗಳು, ಮೂರ್ಛೆಯ ವ್ಯಾಧಿಗಳು, ಪಕ್ಷವಾತ,ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಏಡ್ಸ್, ಹೃದಯ ವೈಫಲ್ಯ,ಕಿಡ್ನಿ ವೈಫಲ್ಯ, ನಂತಹ ರೋಗಗಳು.... ಇಂತಹ ರೋಗಗಳು ಒಂದೇ ಬಾರಿಗೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇಂತಹ ರೋಗಗಳು ಜೀವಿನ ಪರ್ಯಂತ ಭಾಧಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತವೆ. ಡಾಕ್ಟರ್ ಇವುಗಳನ್ನು ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ರೋಗಗಳು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಜೀವನ ಪರ್ಯಂತ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಕೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೇ ಈ ವ್ಯಾಧಿಯ ಸುಳಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿದವರು ಜೀವನಪರ್ಯಂತ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾ ಇರಬೇಕು.

ಡಾಕ್ಟರ್‌ಗಳು ಇವುಗಳನ್ನು ಮಾನಸಿಕ ವ್ಯಾಧಿಗಳು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ 'ಸೈಕೋ ಸೊಮ್ಯಾಟಿಕ್ ಡಿಸೀಸ್' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಮಾನಸಿಕ ಅಶಾಂತಿ, ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ, ಡಿಪ್ರೆಶನ್‌ಗಳಿಂದ ಇಂತಹ ವ್ಯಾಧಿಗಳು ಬರಬಹುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ವಂಶಪಾರಂಪರ್ಯವಾಗಿ ವಾರಸತ್ವವಾಗಿ ಕೂಡ ಇಂತಹ ವ್ಯಾಧಿಗಳು ಬರಬಹುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಜೀವನಪರ್ಯಂತ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಲು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ವೈದ್ಯರು ಔಷಧಗಳ ಮೂಲಕ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಉಪಶಮನ ಮಾತ್ರ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ರೋಗಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲಾರದೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಇಂತಹ ಮಾನಸಿಕ ಸಂಬಂಧವಾದ ವ್ಯಾಧಿಗಳಿಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕಾರಣ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಈ ರೋಗಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅವಕಾಶವಿದೆ... ಅದೇ ಎರಡನೇ ಕಾರಣವಾದ "ಕ್ರಿಯೆಗಳು". ಅಂದರೆ ಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಏರ್ಪಡುವ ಲೋಪಗಳಿಂದ ಬರುವ ರೋಗಗಳು. ಈ ವಿಧವಾದ ರೋಗಗಳು ಮಾನವರಿಗೆ 50ರಿಂದ 60 ಪರ್ಸೆಂಟ್ ವರೆಗೂ ಬರುವ ಅವಕಾಶವಿದೆ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಪಾಲು ರೋಗಗಳು ಈ ಕಾರಣವಾಗಿಯೇ ಮಾನವರಿಗೆ ಬರುತ್ತವೆ, ಎಂದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಈ ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಕುರಿತು ಸ್ವಲ್ಪ ವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಮೊದಲು 'ಕ್ರಿಯೆ' ಎಂದರೆ ಏನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ... "ಕರ್ಮ– ಕ್ರಿಯೆ" ಎಂದು ಎರಡು ಪದಗಳಿವೆ. 'ಕರ್ಮ' ಎಂದರೆ ಕೆಲಸ 'ಕ್ರಿಯೆ' ಎಂದರೂ ಕೆಲಸವೇ... ಆದರೆ ಎರಡಕ್ಕೂ ಸ್ವಲ್ಪ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ.

'ಕರ್ಮ' ಎಂದರೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಮೇಯವಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುವ ಕೆಲಸ. ಅಂದರೆ ಒಬ್ಬರನ್ನು ಹೊಡೆಯಬೇಕು ಎಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೆವು ಅವನನ್ನು ಹೊಡೆದೆವು. ಬಯ್ಯಬೇಕೆಂದು ಕೊಂಡಿದ್ದೆವು ಬೈದದ್ದಾಯಿತು. ಮಾಂಸವನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಕೆಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೆವು ತಿಂದೆವು , ಸೇವೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ ಮಾಡಿದ್ದೇವೆ, ಹಾಗೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಮೇಯದಿಂದ ನಡೆಯುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಕರ್ಮ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಕರ್ಮಕ್ಕೆ ಫಲಿತ ಇದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಎಂತಹ ಕರ್ಮ ಮಾಡಿದರೆ ಅಂತಹ ಕೆಲಸ ಈ ಕರ್ಮಗಳು ಬಾಹ್ಯ ಇಂದ್ರಿಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ನಮ್ಮ ಪ್ರಮೇಯವಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುವ ಕೆಲಸವನ್ನು "ಕ್ರಿಯೆ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ಇದಕ್ಕೆ ಕೆಲವು ನೋಡೋಣ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ "ಶ್ವಾಸ ಕ್ರಿಯೆ" ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ, ಅಂದರೆ ನಾಸಿಕ ರಂಧ್ರದಿಂದ ಗಾಳಿ ಒಳಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ.. ಹಾಗೇ ಹೊರಗೆ ಬರುತ್ತದೆ.. ಗಮನಿಸಿದರೆ ಇಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಪ್ರಮೇಯ ಏನು ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಅಂದರೆ ನಾವು ಉಸಿರಿಗೆ ಎಂತಹ ಆದೇಶಗಳು ಕೊಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಗಾಳಿಯನ್ನು ಒಳಗೆ ಹೋಗು, ಹೊರಗೆ ಬಾ ಎಂದು ಆದೇಶ ನೀಡದಿದ್ದರೂ.. ನಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳು ಅಂದರೆ ತಿನ್ನುವುದು, ಕುಡಿಯುವುದು, ಮಾತನಾಡುವುದು, ಟಿವಿಯನ್ನು ನೋಡುವುದು ನಡೆಯುವಂತಹ ಕೆಲಸಗಳು ನಾವು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.ಆದರೆ ಶ್ವಾಸವು ಮಾತ್ರ ತನ್ನ ಕೆಲಸ ತಾನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಶ್ವಾಸಕ್ರಿಯೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ.

ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಹಾಕುತ್ತೇವೆ. ನಂತರ ನಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳು ನಾವು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಬರೆಯುತ್ತೇವೆ, ಓದುತ್ತೇವೆ, ಮಾತನಾಡುತ್ತವೆ, ಹಾಗೆ ಏನೋ ಒಂದು ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿದ ಆಹಾರವನ್ನು ಜೀರ್ಣಕೋಶವು ಜೀರ್ಣಿಸುತ್ತದೆ. ಜೀರ್ಣಿಸುವುದೇ ಅಲ್ಲದೆ ಮತ್ತೆ ನಮಗೆ ಆಹಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಿದ್ಧ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆಹಾರವನ್ನು ಜೀರ್ಣ ಮಾಡಲು, ಬೇಗ ಜೀರ್ಣ

ವಾಗಲು ನಾವೇನು ಹೇಳಬೇಕಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಜೀರ್ಣಕೋಶ ತನ್ನ ಕೆಲಸ ತಾನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದನ್ನು 'ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧರಕ್ತ ಶ್ವಾಸಕೋಶದಿಂದ ಹೃದಯದ ಮೂಲಕ ಶರೀರಕ್ಕೆ, ಶರೀರದಲ್ಲಿನ ಮಲಿನ ರಕ್ತ ಹೃದಯದ ಮೂಲಕ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳಿಗೆ ಪ್ರಸಾರವಾಗುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೂ ಕೂಡ ನಮ್ಮ ಪ್ರಮೇಯ ವಿರುವುದಿಲ್ಲ ಅದನ್ನೇ 'ರಕ್ತಪ್ರಸರಣ ಕ್ರಿಯೆ' ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ.

ನಮ್ಮ ಪ್ರಮೇಯವಿಲ್ಲದೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ನಾವು ಹೇರಿಕೊಂಡಿರುವ ಮಲಿನ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಮೂತ್ರಪಿಂಡಗಳು ಶೇಖರಿಸಿ ಆಗಿಂದಾಗ ವಿಸರ್ಜಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು 'ವಿಸರ್ಜನ ಕ್ರಿಯೆ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಹಾಗೆ ಜನಿಸಿದಾಗಿನಿಂದ ಆರಂಭವಾಗಿ ಸಾಯುವವರೆಗೂ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಪ್ರಮೇಯವಿಲ್ಲದೆ ಸುಮಾರು 200 ಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಜರಗುತ್ತಾ ಇರುತ್ತವೆ. ಅದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವು ಯಾವ ಕಿರಿಕಿರಿ ಇಲ್ಲದೆ ನಾವು ಜೀವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಈ ಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಾತ್ರವು ಲೋಪವೇರ್ಪಟ್ಟರು, ಶರೀರದಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆಗಳು ಏರ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಕೂಡಲೇ ವೈದ್ಯರ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ಅವರು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿ ಇಂತಹ ರೋಗ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ವಿಧಾನದ ಪ್ರಕಾರ ಅವರು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಆಲೋಚಿಸ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಏನೆಂದರೆ,ನಮ್ಮ ಪ್ರಮೇಯವಿಲ್ಲದೆ ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಈಕ್ರಿಯೆಗಳೆಲ್ಲವನ್ನು ಯಾರು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ!? ಯಾರಿಂದ ಈ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ!?ಶರೀರವು ಯಾವ ತೊಂದರೆಗಳು ಇಲ್ಲದೆ ಜೀವನ ಸಾಗಿಸಲು ಸಹಕರಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಯಾರು? ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಯಾರು?

ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಜ್ಞಾನ ಕಲಿತವರು ಹೇಳಬಲ್ಲರು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳೇ ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯ. ಇದು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಸಹಜವಾಗಿ ಪ್ರಾಣದಿಂದಲೇ ಇವೆಲ್ಲ ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ. ಪ್ರಾಣ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಎಲ್ಲವೂ ನಿಂತು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಿಜವಾದ ಕಾರಣ ಏನೆಂದರೆ, ಶರೀರದಲ್ಲೇ ಇದ್ದು ಶರೀರವನ್ನು ನಡೆಸುವ, ಕಾಣಿಸದ 'ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ'ಯೇ 'ಆತ್ಮ'ವೇ ಶರೀರವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿಸುತ್ತದೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ

ಶರೀರದೊಳಗಿನ ಸಮಸ್ತ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತದೆ... ಆತ್ಮ ಶಕ್ತಿಯಿಂದಲೇ ಎಲ್ಲಾ ವಿಧವಾದ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ.

ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣಿಸದ ಶಕ್ತಿವಂತವಾದ 'ಆತ್ಮ' ಶರೀರವೆಲ್ಲವೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿ, ಶರೀರದಲ್ಲಿನ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನೇ ಅಲ್ಲದೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿ ಕಣ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಶರೀರದಲ್ಲಿನ ಕ್ರಿಯೆಗಳೆಲ್ಲವೂ ನಿಂತು ಹೋಗುತ್ತದೆ.ಯಾವ ಕೆಲಸವು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಶರೀರ ಶವವಾಗುತ್ತದೆ.. ಆಗ ಈ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವುದು ಆತ್ಮ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮ ಎಂದರೆ ಯಾರು ಅಲ್ಲ, ಸಾಕ್ಷಾತ್ ದೇವರೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಉಪಕರಣಗಳೆಲ್ಲವೂ ಅಂದರೆ ಫ್ಯಾನ್, ಟ್ಯೂಬ್ ಲೈಟ್‌ಗಳು ಎಸಿ, ಟಿವಿಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿವೆ ಎಂದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ವಿದ್ಯುತ್ ಶಕ್ತಿ. ಅದು ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಎಲ್ಲಾ ಪರಿಕರಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ವಿದ್ಯುತ್ ಶಕ್ತಿ. ವಿದ್ಯುತ್ ಶಕ್ತಿ ನಿಂತು ಹೋದರೆ ಎಲ್ಲವೂ ನಿಂತು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಯಾವುದು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಒಂದು ವಿಧವಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಮನೆಯಲ್ಲಿನ ವಿದ್ಯುತ್ ಪರಿಕರಗಳೆಲ್ಲ ಹೇಗೆ ವಿದ್ಯುತ್ ಶಕ್ತಿ ಇರುವಷ್ಟು ಹೊತ್ತು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆಯೋ, ಹಾಗೇ ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ ಇರುವಷ್ಟು ಹೊತ್ತು, ಶರೀರದ ಎಲ್ಲಾ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಜರುಗುತ್ತವೆ. ಈ ಆತ್ಮ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನಾವು ವಿದ್ಯುತ್ ಶಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸಬಹುದು. ವೈರ್ ಗಳು ಕಾಣಿಸುತ್ತವೆ ಆದರೆ ವೈರ್ ಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವ ವಿದ್ಯುತ್ ಶಕ್ತಿ ಹೇಗೆ ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲವೋ, ಹಾಗೆ ದೇಹ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ ಆದರೆ ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ನೋಡಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಸರಬರಾಜಿನಲ್ಲಿ ಲೋಪ ಏರ್ಪಟ್ಟು ವಿದ್ಯುತ್ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಆಗ ಯಾವ ವಿದ್ಯುತ್ ಉಪಕರಣಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಕಡಿಮೆ ವೋಲ್ಟೇಜ್ ಇರುವಾಗಲೂ ಯಾವ ಪರಿಕರಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಬಲ್ಬ್ ಗಳು ಕಡಿಮೆ ಬೆಳಕು ಸೂಸುತ್ತವೆ, ಫ್ಯಾನ್ಗಳು ಮೆಲ್ಲನೆ ತಿರುಗುತ್ತವೆ. ಟ್ಯೂಬ್ ಲೈಟ್ ಉರಿಯುವುದೇ ಇಲ್ಲ, ಟಿವಿಗಳು, ಫ್ರಿಡ್ಜ್ ಗಳು, ಎಸಿಗಳು, ಡ್ಯಾಮೇಜ್ ಆಗುತ್ತವೆ. ಮತ್ತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೆ ವಿಧವಿಧವಾದ ತೊಂದರೆಗಳು ಏರ್ಪಡುತ್ತವೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ ಕ್ಷೀಣಿಸಿದಾಗ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಲೋಪಗಳು ಏರ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಕೆಲವು ಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಿಂತು ಹೋಗುತ್ತವೆ.

ಕೆಲವು ನಿಧಾನವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಡ್ಯಾಮೇಜ್ ಆಗುತ್ತದೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಹೀಗೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ವಿಧವಿಧವಾದ ತೊಂದರೆಗಳು ಏರ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಕೂಡಲೇ ಡಾಕ್ಟರ್ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ, ಅವರು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿ ನಿನಗೆ ಇಂತಹ ರೋಗ ಬಂದಿದೆ ಈ ಕಾಯಿಲೆ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ವಿಧವಿಧವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಪ್ರಕಾರ ಆಪರೇಷನ್ಗಳು ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಲು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಈ ವಿಧವಾದ ತೊಂದರೆಗಳು ಏರ್ಪಡಲು ಕಾರಣ, ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಬರಲು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣವೇ 'ಆತ್ಮ ಶಕ್ತಿ' ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಲೋಪಿಸುವುದು. ಈ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಡೆಯಲು ಕಾರಣವಾದ 'ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ' ಕಡಿಮೆಯಾಗಲು ಕಾರಣ ಮಾನಸಿಕ ಅಶಾಂತಿ, ಟೆನ್ಶನ್, ಡಿಪ್ರೆಶನ್‌ಗಳೇ ಅಲ್ಲದೆ ಆಹಾರದ ಅಭ್ಯಾಸಗಳಿಂದಲೂ ಮನಸ್ಸು ಮಲಿನವಾಗಿ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವ ಅವಕಾಶ ಇರುತ್ತದೆ.

ಯಾವಾಗಲೂ ಶುಗರ್, ಬಿಪಿಯಂತಹ ರೋಗಗಳು ಮಾನಸಿಕ ಅಶಾಂತಿಗೆ ಒಳಗಾದವರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿ ಇದ್ದರೆ ಯಾವ ಖಾಯಿಲೆಗಳು ಬರುವುದಿಲ್ಲ.ಅದಕ್ಕೆ ಡಾಕ್ಟರ್ ಗಳು ಕಾಯಿಲೆ ಬಂದವರನ್ನು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿ ಇರಿ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ದಿನಗಳು ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರಿ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ವ್ಯಾಪಾರ ವ್ಯವಹಾರಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ... ಸಂಪಾದನೆಗಿಂತ ಆರೋಗ್ಯವೇ ಮುಖ್ಯ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಈ ವಿಧವಾದ ವ್ಯಾಧಿಗಳನ್ನು 'ಸೈಕೋ ಸೊಮ್ಯಾಟಿಕ್ ವ್ಯಾಧಿಗಳು' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದರಿಂದ ರೋಗಗಳು ಹೇಗೆ ಬರುವುದು ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ವಿದ್ಯುತ್ ಶಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಲೋ ವೋಲ್ಟೇಜ್ ಏರ್ಪಟ್ಟಾಗ ಟ್ಯೂಬ್ ಲೈಟ್ ಗಳು ಹೇಗೆ ಬೆಳಗುವುದಿಲ್ಲವೋ ,ಹಾಗೇ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ, ಪ್ಯಾಂಕ್ರಿಯಾಸ್ ಎನ್ನುವ ಗ್ರಂಥಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಕೆಲಸ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಶುಗರ್ ಖಾಯಿಲೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಹೇಗೆಂದರೆ ಈ ಪ್ಯಾಂಕ್ರಿಯಾಸ್ ಎನ್ನುವ ಗ್ರಂಥಿ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಎನ್ನುವ ಪದಾರ್ಥವನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆಹಾರದ ಮೂಲಕ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂಶವನ್ನು ನ್ಯೂಟ್ರಲೈಸ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಎಷ್ಟು ಸಿಹಿ ಪದಾರ್ಥಗಳ ತಿಂದರೂ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಏನು ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಪ್ಯಾಂಕ್ರಿಯಾಸ್ ಕೆಲಸ ಮಾಡದೇ ಇರುವುದರಿಂದ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಆಗದೆ

ಇರುವುದರಿಂದ ಶರೀರದಲ್ಲಿನ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂಶ ನ್ಯೂಟ್ರಲ್ ಆಗದೇ ಇರುವುದರಿಂದ ಅದು ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಹಾಗೆ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ, ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂಶ ಹೆಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ವಿಧವಿಧ ವಾದ ತೊಂದರೆಗಳು ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಏನು ಗಾಯವಾದರೂ ಬೇಗ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಒಂದೊಂದು ಸಾರಿ ಸೆಪ್ಟಿಕ್ ಆಗಿ ಆ ಭಾಗವನ್ನು ಅಂದರೆ ಬೆರಳನ್ನಾಗಲಿ, ಕಾಲನ್ನಾಗಲಿ ಕೈಯ್ಯನ್ನು ಆಗಲಿ ತೆಗೆದು ಹಾಕಬೇಕು. ಈ ಶುಗರ್ ಇರುವವರಿಗೆ ಹಲ್ಲು ತನ್ನ ಹಿಡಿತವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಕಣ್ಣಿನ ನೋಟವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಧಾನವಾಗಿ ದೃಷ್ಟಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಪ್ರಮಾದವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಿಡ್ನಿ ಹಾಳಾಗುವ ಅವಕಾಶವೂ ಇದೆ. ಹೃದಯದ ತೊಂದರೆಗಳು ಕೂಡ ಬರುತ್ತದೆ. ವಿಪರೀತವಾದ ನೀರಸವು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಮಲಬದ್ಧತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಿಶ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಯಾವ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು ಎನಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಇಂತಹ ತೊಂದರೆಗಳು ಏನಾದರೂ ಏರ್ಪಟ್ಟಾಗ ಸಹಜವಾಗಿ ಡಾಕ್ಟರ್‌ಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿ ನಿನಗೆ ಶುಗರ್ ಕಾಯಿಲೆ ಬಂದಿದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ವ್ಯಾಧಿಯ ತೀವ್ರತೆಯ ಅನುಸಾರ ಟ್ಯಾಬ್ಲೆಟ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಲು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಅಥವಾ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಬಳಸಲು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಕಾರಣ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಆಗದಿರುವ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ನನ್ನು ಟ್ಯಾಬ್ಲೆಟ್, ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಆ ದಿನಕ್ಕೆ ಯಾವ ತೊಂದರೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಮರುದಿನ ಮತ್ತೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಜೀವನ ಪರ್ಯಂತ ಬಳಸಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅದರೊಂದಿಗೆ ಆಹಾರ ನಿಯಮಗಳು ಕೂಡ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಸಿಹಿ ಪದಾರ್ಥಗಳು ತಿನ್ನುವುದು ಬೇಡ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಇದು ತುಂಬಾ ಜನರಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಎಷ್ಟು ದಿನಗಳು ಔಷಧಗಳು ಬಳಸಿದರೂ ರೋಗಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಇಷ್ಟು ಹಣ ಇದ್ದು ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲಾರದೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಭಾಧೆ ಪಡುತ್ತಾರೆ.

ಔಷಧಿಗಳು ಬಳಸಿದರೂ ಶುಗರ್ ಕಡಿಮೆಯಾಗದಿರುವುದಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ

ಡಾಕ್ಟರಗಳು ಕೊಡುವ ಔಷಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಶರೀರದಲ್ಲಿನ ಶುಗರ್ ಲೆವೆಲ್ ಗಳನ್ನು ಸರಿ ಮಾಡುತ್ತಿವೆ ಆದರೆ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುವ ಪ್ಯಾಂಕ್ರಿಯಾಸ್ ಗ್ರಂಥಿಯನ್ನು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿಸಲಾರದೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ಯಾಂಕ್ರಿಯಾಸ್ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರೆನೇ ರೋಗ ಗುಣವಾಗುವುದು. ಆದರೆ ಆ ಔಷಧಿಗಳಿಗೆ ಅಂತಹ ಶಕ್ತಿ ಇಲ್ಲ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಯಾವ ಔಷಧಿಗಳಿಗೂ ಆ ಶಕ್ತಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಯಾರಿಗೂ ಶುಗರ್ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ.

ಎಷ್ಟು ಹೊತ್ತು ವ್ಯಾದಿಯನ್ನು ಅದೀನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಉಪಶಮನ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಹೊರತು, ಅವರಿಗೆ ಶಾಶ್ವತ ನಿವಾರಣೆ ಲಭಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಗುಣವಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಒಂದೇ ಮಾರ್ಗ ಅದು ಏನೆಂದರೆ, ಪ್ಯಾಂಕ್ರಿಯಾಸ್ ಗ್ರಂಥಿಯು ಮತ್ತೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗಲೇ ವ್ಯಾಧಿ ಗುಣವಾಗುವುದು.

ಪ್ಯಾಂಕ್ರಿಯಾಸ್ ಗ್ರಂಥಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕೆಂದರೆ, ಮಾಡಿಸುವ ಆ ಶಕ್ತಿ ಒಂದು 'ಆತ್ಮಕ್ಕೆ' ಇದೆ 'ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ'ಯ ಹೊರತು ಮತ್ಯಾವುದೂ ಕೂಡ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹೇಗಾದರೆ ವಿದ್ಯುಚ್ಛಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದರಿಂದ ಟ್ಯೂಬ್ ಲೈಟ್‌ಗಳು ನಿಂತು ಹೋಗುವುದೋ, ಮತ್ತೆ ವೋಲ್ಟೇಜ್ ಜಾಸ್ತಿಯಾದಾಗ ಹೇಗೆ ಬೆಳಗುತ್ತವೆಯೋ ಹಾಗೇ 'ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ' ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ತನ್ನ ಕೆಲಸ ನಿಲ್ಲಿಸಿದ ಪ್ಯಾಂಕ್ರಿಯಾಸ್ ಮತ್ತೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಆ ಆತ್ಮ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿ ಮಾಡಿದಾಗಲೇ ಮತ್ತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಹಾಗಾದರೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಮಾರ್ಗವು ಯಾವುದು?ಅಂದರೆ ಅದು ಒಂದೇ "**ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ**"**ದ** ಧ್ಯಾನ. ಅದರೊಂದಿಗೆ ಸಾತ್ವಿಕವಾದ ಶಾಕಾಹಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದರ ಮೂಲಕವೇ ಶರೀರದಲ್ಲಿ 'ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ' ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡದೆ ನಿಂತಿರುವ ಪ್ಯಾಂಕ್ರಿಯಾಸ್ ಗ್ರಂಥಿ ಮತ್ತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ ಆದ್ದರಿಂದ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಕೊರತೆ ಇಲ್ಲದೆ ಹೊರಗಿನ ಯಾವ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇಲ್ಲದೇ ಇದ್ದರೂ ,ಸಿಹಿ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತಿಂದರೂ, ಯಾವುದೇ ತೊಂದರೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಆದರೆ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟು ಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದದ್ದೇನೆಂದರೆ, ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆಯಾದ ಆತ್ಮ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಆಹಾರ ನಿಯಮಗಳೊಂದಿಗೆ 'ವಿಶೇಷ'ವಾದ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಲೋಪಗಳು ಏರ್ಪಟ್ಟರೂ, ಎಲ್ಲಾ ಸರಿ ಮಾಡಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ವೋಲ್ಟೇಜ್ ಹೆಚ್ಚಿದಾಗ ಎಲ್ಲಾ ಲೋಪಗಳು ಹೇಗೆ ಸರಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಪರಿಕರಗಳೆಲ್ಲವೂ ಸಕ್ರಮವಾಗಿ ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದೋ ಹಾಗೆಯೇ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ

ಕಡಿಮೆಯಾದುದರಿಂದ ಬಂದ ವ್ಯಾದಿಗಳೆಲ್ಲವೂ ಆತ್ಮ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದರಿಂದ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮತ್ತೊಂದು ಉದಾಹರಣೆ ನೋಡೋಣ ಕಡಿಮೆ ವೋಲ್ಟೇಜ್‌ನಲ್ಲಿ ಬಲ್ಬ್‌ಗಳು ಕಡಿಮೆ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಇರುತ್ತದೆ, ಫ್ಯಾನ್ ಗಳು ನಿಧಾನವಾಗಿ ತಿರುಗುತ್ತವೆ. ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗೇ ನಾವು ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಆಹಾರ ಜೀರ್ಣವಾಗದಿರಬಹುದು, ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು ಬರಬಹುದು, ಹಸಿವಾಗದೆ ಇರಬಹುದು,ಆಗ ಡಾಕ್ಟರ್ ಬಳಿ ಹೋದರೆ, ಅವರು ಅಜೀರ್ಣವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾ, ಹೊಟ್ಟೆ ಖಾಲಿ ಮಾಡುವ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿ ಜೀರ್ಣವಾಗುವ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಮೊದಲು ತಿಂದ ಹಾಗೆ ಯಾವುದೆಂದರೆ ಆ ಆಹಾರವನ್ನು ತಿನ್ನಬಾರದು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಬೆಂಡೆಕಾಯಿ, ಹೀರೇಕಾಯಿ, ಅವರೆಕಾಯಿ ತಿನ್ನಿ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಸೊಪ್ಪುಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಲು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಸುಲಭವಾಗಿ ಜೀರ್ಣವಾಗುವ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಿನಗೆ ಜೀರ್ಣಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ ನಿಜವೇನೆಂದರೆ ಇವೆಲ್ಲವೂ 'ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ'ಯ ಲೋಪದಿಂದಲೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರೆ, ಈ ವ್ಯಾಧಿಯನ್ನು ಕೂಡ ಸರಿ ಮಾಡಬಹುದು ಹಾಗೆಯೇ ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಕಿಡ್ನಿ ಫೇಲ್ಯೂರ್ ನಂತಹ ರೋಗಗಳು ಮುಂದೆ ಬಾರದಂತೆ ಜಾಗ್ರತೆ ವಹಿಸಬಹುದು 'ವಿಶೇಷವಾದ ಧ್ಯಾನ'ಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ರೋಗ ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಹೇಗೆ ವಿದ್ಯುತ್ ಶಕ್ತಿ ಸರಬರಾಜು ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ ಕೆಲವು ವಸ್ತುಗಳು ಟಿವಿಗಳು, ಎ.ಸಿ ಯಂತಹವು ಡ್ಯಾಮೇಜ್ ಆಗುವುದೋ ಹಾಗೇ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ ಶರೀರದಲ್ಲಿರುವ ಕೆಲವು ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿರುವ ಕಣಗಳಲ್ಲಿ , ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ ವ್ಯಾಧಿಕಾರಕ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಆ ಕಣಗಳ ಮೇಲೆ ದಾಳಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಆ ಕಣಗಳನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡುವುದಲ್ಲದೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿರುವ ಕಣಗಳನ್ನು ಕೂಡ ನಾಶ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ಆ ಭಾಗ ಡ್ಯಾಮೇಜ್ ಆಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲಿ ನೋವು ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ, ಹಾಗೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಯಾವ ನೋವು ಬಂದರೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಕಾಣಿಸಿದರು ಕೂಡಲೇ ಡಾಕ್ಟರ್ ಬಳಿ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ ಅವರು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿ ನಿನಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದಿದೆ ಏಡ್ಸ್ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದವರಿಗೆ ಅದು ಇತರ ಕಣಗಳಿಗೆ ವ್ಯಾಪಿಸದಂತೆ ಕರೆಂಟ್ ವಿಕಿರಣಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಆ ಭಾಗವನ್ನು ಸುಟ್ಟು

ಹಾಕುತ್ತಾರೆ.ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಆಪರೇಷನ್ ಮಾಡಿ ಆ ಭಾಗವನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕುತ್ತಾರೆ. ಅಥವಾ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಲು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

ಏನು ಮಾಡಿದರೂ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ ಕುಂದುತ್ತಾ ಹೋಗುವುದರಿಂದ ಆ ವ್ಯಾಧಿ ವ್ಯಾಪಿಸುತ್ತದೆಯೋ ಹೊರತು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಕೊನೆಗೆ ಪ್ರಾಣಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯೂ ಆಗಬಹುದು.

ಆದರೆ ಈ ವ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಮೊದಲೇ ಗುರುತಿಸಿ ವಿಶೇಷವಾದ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಮತ್ತೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿನ ಕಣ ಜಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿಯು ಹೆಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಆ ವ್ಯಾಧಿಯಿಂದ ಹೊರಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಅಂತಹ ವ್ಯಾಧಿಗಳು ಬರುವ ಅವಕಾಶ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಇದರ ಅನುಸಾರ ಆತ್ಮ ಶಕ್ತಿ ಶರೀರವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ, ರೋಗಗಳ ಸುಳಿಗೆ ಸಿಲುಕದೆ ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆತ್ಮಶಕ್ತಿಯು ಧ್ಯಾನದಿಂದಲೇ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಚಿಕ್ಕಂದಿನಿಂದಲೇ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಅಂತಹ ಲೋಪಗಳು, ರೋಗಗಳು, ಬರದಂತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅಧಿಕವಾಗಿ ಅಂದರೆ ಶೇಕಡ 50 ರಿಂದ 60 ಪರ್ಸೆಂಟ್ ರೋಗಗಳು ಬರದೆ ಇರುವಂತೆ. ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದರ ಅನುಸಾರ ತಿಳಿಯುವ ವಿಷಯವೇನೆಂದರೆ,ಇಂತಹ ರೋಗಗಳಿಗೂ ಕೂಡ ಧ್ಯಾನವೇ ಪರಿಷ್ಕಾರ ಎಂದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕರ್ಮಗಳು

ಎಷ್ಟು ಜಾಗ್ರತೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ಏನು ಮಾಡಿದರೂ, ಕೆಲವು ವಿಧದ ರೋಗಗಳು ಊಹಿಸದೆಯೇ ಬರುತ್ತದೆ. ತುಂಬಾ ಸಡನ್ನಾಗಿ ಆಕ್ರಮಣ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಎಲ್ಲ ರೋಗಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ 'ಕರ್ಮಗಳು'. ಅಂದರೆ ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಗತ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮಾನವನು ಮಾಡಿದ ಪಾಪ ಕರ್ಮಗಳೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಮಾನವನು ಜೀವಹಿಂಸೆ, ಅಮಾಯಕರ ಹಿಂಸೆ, ದುರ್ಬಲರ ಮೇಲೆ ದೌರ್ಜನ್ಯದಂತಹ ಕ್ರೂರ ಚರ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ತನ್ನನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ,ಅದರ ಫಲಿತವಾಗಿ ರೋಗಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಕಾರಣ ರೋಗ ಕೂಡ ಹಿಂಸೆಯೇ... ನೋಡಿ ಒಂದು ತಲೆನೋವು ಬಂದರೂ,ಕಾಲು ನೋವು ಬಂದರೂ, ಸೊಂಟ ನೋವು ಬಂದರೂ, ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ವ್ಯಾಧಿಗಳು ಬಂದರೂ, ಎಷ್ಟು

ನೋವು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ, ನರಕವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ, ಎಷ್ಟು ಹಿಂಸೆಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತಾನೆ ಆದ್ದರಿಂದ ರೋಗವೆಂದರೆ ಹಿಂಸೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಇದನ್ನೇ **"ಕರ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತ"** ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಅದಕ್ಕೆ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ "**ಎಂತಹ ಕರ್ಮಗಳು ಮಾಡಿದರೆ ಅಂತಹ ಫಲಿತವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು**" ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಅದನ್ನೇ ಜೀಸಸ್ "**ಯಾವ ಬೀಜ ಬಿತ್ತುವೆಯೋ ಅದೇ ಬೆಳೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವೆ**" ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಹಾಗೆ ಎಷ್ಟೋ ಜನ ಮಹಾನುಭಾವರು 'ಕರ್ಮಸಿದ್ಧಾಂತ'ದ ಕುರಿತು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಒಂದು ವಿಧವಾಗಿ ಶಾರೀರಿಕ ರೋಗಗಳು ಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ಕರ್ಮಗಳ ಫಲಿತವೇ ಹೊರತು, ಮತ್ತೇನು ಅಲ್ಲ. ಮಾನವರಿಗೆ ಬರುವ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ 20% ಇಂದ 30% ವರೆಗೂ ಇಂತಹ ರೋಗಗಳು ಇರುತ್ತವೆ.

ಹಾಗಾದರೆ ಪಾಪ ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ಬರುವ ರೋಗಗಳಿಂದ ಹೊರ ಬರುವುದು ಹೇಗೆ? ಎಂದರೆ, (1) ಪಾಪಗಳು ಅನುಭವಿಸಿದರೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ. (2) ಪಾಪಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡರೆ ರೋಗಗಳು ಹೋಗುತ್ತವೆ.

ಪಾಪಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರೆ ಕರ್ಮಗಳು ಹೋಗುತ್ತವೆ ಆದ್ದರಿಂದ ರೋಗ ಬಂದರೂ ಕೆಲವು ದಿನಗಳು ಸಹನೆಯಿಂದ ಇದ್ದರೆ ಕರ್ಮ ತೀರಿದಾಕ್ಷಣ ರೋಗವು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಆದರೆ ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಶಕ್ತಿ, ತಾಳ್ಮೆ,ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗಲೇ ಬರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವವರು ಜ್ಞಾನಿಗಳು ರೋಗ ಬಂದರೆ ಕಂಗಾಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಕರ್ಮದಿಂದಲೇ ಈ ರೋಗ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಹನೆಯಿಂದ ಇದ್ದರೆ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಹೋಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಿದೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಬರುವ ಶಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಹನೆಯಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಕರ್ಮ ಮುಗಿದ ನಂತರ ಆ ರೋಗವು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಇನ್ನೂ ಬೇಗ ಖಾಯಿಲೆಗಳು ಹೋಗಬೇಕೆಂದರೆ, ಅಂತಹ ರೋಗಗಳು ಬರದೇ ಇರಬೇಕೆಂದರೆ ಮತ್ತೊಂದು ಮಾರ್ಗವಿದೆ. "**ಪಾಪಗಳು ಹೋದರೆ**

ಹೋಗುತ್ತದೆ", ಎಂದು ಹೇಳಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವಲ್ಲಾ! ಹಾಗಾದರೆ ಪಾಪಗಳು ಹೇಗೆ ಹೋಗುತ್ತವೆ ಎಂದರೆ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ "**ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿ ದಗ್ಧ ಕರ್ಮಾಣಾಂ**" ಎಂದು ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಅಂದರೆ ಜ್ಞಾನವೆಂಬ ಅಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಕರ್ಮವೆಲ್ಲವೂ ಸುಟ್ಟು ಹೋಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಇದರ ಅರ್ಥ. ಹಾಗಾದರೆ ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಪ್ರಜ್ವಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು? ಅದಕ್ಕೆ ಒಂದೇ ಮಾರ್ಗ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು. ಕಾರಣ ಧ್ಯಾನದಿಂದಲೇ ಅನುಭವ ಜ್ಞಾನ ಬರುತ್ತದೆ.

ಕರ್ಮದ ಮೂಲಕ ಬಂದ ರೋಗಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದುಕೊಳ್ಳುವವರು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುತ್ತಾ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ, ನಿಧಾನವಾಗಿ ಜ್ಞಾನ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಕರ್ಮಗಳು ಒಂದೊಂದೇ ದಗ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ ಯಾವಾಗ ಪಾಪ ಕರ್ಮ ದಗ್ಧವಾಗುವುದೋ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ರೋಗ ತೊಲಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರೊಂದಿಗೆ, ಬರಲಿರುವ ರೋಗಗಳನ್ನು ಬಾರದಂತೆ ತಡೆಯ ಬಲ್ಲೆವು.

ಆದ್ದರಿಂದ ಯಾವ ವಿಧವಾಗಿ ನೋಡಿದರೂ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಪರಿಷ್ಕಾರ 'ಧ್ಯಾನವೇ' ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಪತ್ರೀಜಿ ಧ್ಯಾನ ಸರ್ವರೋಗ ನಿವಾರಿಣಿ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಎಲ್ಲರೂ ಧ್ಯಾನ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಿ ಸರಿಯಾದ ನಿಯಮಗಳಿಂದ ತೀವ್ರ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ ರೋಗಗಳಿಂದ, ರೋಗಗಳ ಕಾರಣವಾಗಿ ಉಂಟಾಗುವ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬಂದು ಆನಂದವಾಗಿ ಜೀವಿಸಿರಿ.

ಅದಕ್ಕೆ ಪತ್ರೀಜಿ ಅದ್ಭುತವಾದ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ ನಿನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಇರುವಾಗ ಏಕೆ ಔಷಧಿಗಳ ಮೇಲೆ ಆಧಾರ ಪಡುವೆ.. ಔಷಧಿಗಳು ಎಂದರೆ ವಿಷ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸಿ ಶರೀರವನ್ನು ಏಕೆ ವಿಷಪೂರಿತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವೆ ಅದರಿಂದ ಇನ್ನೂ ಎಷ್ಟೋ ಅನಾಹುತಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಶರೀರವು ಶಕ್ತಿ ಹೀನ ವಾಗುತ್ತದೆ. ಎಷ್ಟೋ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ,ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊ. ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಶರೀರವನ್ನು ವಜ್ರಕಾಯವನ್ನಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ತ್ರಿವಿಧ ಬಂಧಗಳು

ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮೂರು ವಿಧಗಳ ಬಂಧಗಳು ಕಾಣಿಸುತ್ತವೆ. **(1) ಕರುಳಿನ ಬಂಧ, (2) ಪ್ರೇಮದ ಬಂಧ, (3) ಕರ್ಮ ಬಂಧ**

ಜನ್ಮದೊಂದಿಗೆ ಕರುಳಿನ ಬಂಧ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಜನ್ಮ ಕೊಡಲು ಪ್ರೇಮ ಬಂಧ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ, ಈ ಎರಡರಿಂದ ಕರ್ಮಬಂಧ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ತಾಯಿಯ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವುದರಿಂದ ಆ ತಾಯಿ ಕರುಳಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ದಿನ ಜೀವಿಸುವುದರಿಂದ ತಾಯಿಯೊಂದಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಅನುಬಂಧ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ಕರುಳಿನ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಿ, ಕೆಲವು ದಿನಗಳಿಗೆ ಜನ್ಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ಮನುಷ್ಯರ ಜೀವನವು ಕರುಳಿನ ಬಂಧದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಬಿಡಿಸಲಾಗದ, ಮರೆತು ಹೋಗಲಾರದ ಬಂಧ. ಜನ್ಮ ನೀಡಿದ ತಂದೆ,ತಾಯಿ ಹಾಗೂ ಜನ್ಮತಳೆದ ಮಕ್ಕಳ ಮಧ್ಯೆ ಏರ್ಪಟ್ಟ ಬಂಧ. ಇದನ್ನೇ ರಕ್ತ ಸಂಬಂಧ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಿದರೆ ತಾಯಿ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದರೂ, ತಂದೆಯ ಪಾಲುಗಾರಿಕೆ ಕೂಡ ಇರುತ್ತದೆ. ತಂದೆಯ ಜೀನ್ಸ್ ಅರ್ಧ ಆ ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ತಂದೆಯಿಂದಲೂ ಆ ಮಗು ಜನಿಸಿದರಿಂದ ಈ ಅನುಬಂಧ ತಾಯಿಯೊಂದಿಗೆ ಮಾತ್ರವೇ ಅಲ್ಲದೆ ತಂದೆಯೊಂದಿಗೂ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಬಂಧ ತಾಯಿಯೊಂದಿಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ತಂದೆಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಯಾವ ಮಕ್ಕಳಿಗಾದರೂ, ತಾಯಿಯೊಂದಿಗೆ ಅನುಬಂಧ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಅದಕ್ಕೆ ನೋಡಿ ಅರಿವು ಬಂದ ನಂತರ ಯಾವ ಮಕ್ಕಳನ್ನಾದರೂ ನಿನಗೆ ತಾಯಿ ಇಷ್ಟವೇ ತಂದೆ ಇಷ್ಟವೇ ಎಂದರೆ ಯಾವುದೇ ಸಂಶಯವಿಲ್ಲದೆ ತಾಯಿಯೇ ಇಷ್ಟ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಬುದ್ಧಿ ಬಂದ ನಂತರ ಮತ್ತೆ ಅದೇ ಪ್ರಶ್ನೆ ಹಾಕಿದರೆ ನನಗೆ ಇಬ್ಬರೂ ಇಷ್ಟವೇ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ.

ಕರುಳ ಸಂಬಂಧದಿಂದ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುವ ಜಠರಾಗ್ನಿ ತಣ್ಣಗಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಮಗುವಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಭುಕ್ತಿ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳು ಮಗುವನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ವಿಧಗಳಾಗಿ ಪೋಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲಾ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳನ್ನು ತೀರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಹಾಗೆ ಕರುಳ ಬಂಧದೊಂದಿಗೆ ಬೆಳೆದ ಮಕ್ಕಳು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಯೌವನಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅಂದರೆ ತಾರುಣ್ಯ ಬರುತ್ತದೆ ಪ್ರೇಮದಲ್ಲಿ ಬೀಳುತ್ತಾರೆ ಅಂದರೆ ಸಹವರ್ತಿಗಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಜೊತೆಗಾತಿ/ಗಾರರನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿದ ನಂತರ ಅವರ

ಪ್ರೇಮ ಮತ್ತಷ್ಟು ಬಲಯುತವಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರಿಬ್ಬರನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ತರುತ್ತದೆ. ಕೊನೆಗೆ ಅದು ಬಿಡಿಸಲಾರದ ಅನುಬಂಧವಾಗಿ ಪ್ರೇಮ ಬಂಧವಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಪ್ರೇಮ ಬಂಧದಿಂದ ದಂಪತಿಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುವ ಕಾಮಾಗ್ನಿ ತಣ್ಣಗಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಸರಿಸಾಟಿಯಿಲ್ಲದ ತೃಪ್ತಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಪ್ರೇಮ ಬಂಧ ಎಷ್ಟು ದೊಡ್ಡದು, ಬಲಯುತವಾದದ್ದು ಎಂದರೆ, ಅದು ಬಿಡಿಸಲಾರದ ಅನುಬಂಧವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವಿಧವಾಗಿ ಪ್ರೇಮ ಬಂಧಕ್ಕಾಗಿ ಕರುಳ ಬಂಧವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಹಿಂದೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ, ಸಂಕೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ವಿವಾಹವಾದ ಸ್ತ್ರೀಗೆ 20 ವರ್ಷಗಳು ತಂದೆ ತಾಯಿಯೊಂದಿಗೆ ಅನುಬಂಧವಿದ್ದರೂ, ಪ್ರೀತಿಸಿದ ಗಂಡನನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಗಂಡನ ಹಿಂದೆ ನಡೆಯುತ್ತಾಳೆ. ಪ್ರೇಮಿಸಿದ ಗಂಡನಿಗಾಗಿ ತಂದೆ ತಾಯಿಯನ್ನು ದೂರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಕೂಡ ಯೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಗಂಡನು ಕೂಡ ವಿವಾಹವಾದ ನಂತರ ಎಷ್ಟೋ ಕಾಲದಿಂದ ಜೊತೆಯಾಗಿರುವ ತಂದೆ ತಾಯಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಸಂಸಾರವನ್ನು ಹೂಡುತ್ತಾನೆ. ಇದು ನಾವು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ನೋಡುತ್ತಲೇ ಇದ್ದೇವೆ. ಅಂದರೆ ಕರುಳಿನ ಬಂಧಕ್ಕಿಂತ ಪ್ರೇಮ ಬಂಧ ಎಷ್ಟು ಬಲಯುತವಾದದ್ದು,ಎಂದು ನಮಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕರುಳಿನ ಬಂಧದೊಂದಿಗೆ ಆರಂಭವಾದ ಜೀವನ ಪ್ರೇಮ ಬಂಧದೊಂದಿಗೆ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ಎರಡು ಬಂಧಗಳೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುತ್ತಿರುವವರು ಮತ್ತೊಂದು ಬಂಧದಲ್ಲಿ ತಮಗೆ ತಿಳಿಯದಂತೆ ಸಿಲುಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಅದೇ 'ಕರ್ಮಬಂಧ'. ಈ 'ಕರುಳ ಬಂಧ' 'ಪ್ರೇಮಬಂಧ' ಗಳಿಗಾಗಿ ಎಷ್ಟೋ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ಸತ್ಕರ್ಮಗಳು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಕೆಲವು ದುಷ್ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಇವುಗಳಿಂದ 'ಕರ್ಮ ಬಂಧ'ದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ ವಿಚಿತ್ರವೇನೆಂದರೆ ಈ ಕರುಳ ಬಂಧವನ್ನು ಕಡಿದುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲರು,ಆದರೆ 'ಪ್ರೇಮಬಂಧವನ್ನು' ಕೂಡ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲರು, ಅದರಿಂದ ಹೊರಬರುವರು ಆದರೆ ಕರ್ಮಬಂಧದಿಂದ ಹೊರ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಅವರಿಗೆ ಅಸಾಧ್ಯವಾಗಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ.

ಅವರು ಸತ್ತ ನಂತರ 'ಕರುಳ ಬಂಧ' , 'ಪ್ರೇಮ ಬಂಧ' ಬೇಕು ಎಂದು ಕೊಂಡರೂ ಕಡಿದು ಹೋಗಬಹುದು . ಆದರೆ ಜೀವಿಸಿರುವಾಗ ಮಾತ್ರ ಅವರು ಇಚ್ಚಿಸಿದರೆ ಕಡಿದು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಏನೇ ಆದರೂ 'ಕರುಳಬಂಧ' 'ಪ್ರೇಮಬಂಧ' ಬಿಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅವಕಾಶವಿದೆ ಹೊರಬರುವ ಅವಕಾಶವಿದೆ,ಆದರೆ ಈ 'ಕರ್ಮಬಂಧ' ಮಾತ್ರ ಬದುಕಿದ್ದರೂ, ಮರಣಿಸಿದರೂ ನೆರಳಿನಂತೆ ಹಿಂಬಾಲಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ

ಹೊರಬರುವುದು,ಯಾರಿಗಾದರೂ ಅಸಾಧ್ಯವೇ . ಬಿಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಸಂಭವ. ಕಾರಣ ಮಾಡಿದ ಕರ್ಮಗಳು ಅನುಭವಿಸಲೇಬೇಕು.

ಈ 'ಕರುಳಬಂಧ' ದಿಂದ 'ಪ್ರೇಮಬಂಧ' ದಿಂದ ಸುಖ ಸಂತೋಷಗಳು ಲಭಿಸಬಹುದೇನೋ ಆದರೆ ಸರಿಯಾದ ಕರ್ಮಗಳು ಮಾಡದೇ ಇದ್ದರೆ ದುಷ್ಕರ್ಮಗಳು ಮಾಡಿದರೇ,'ಕರ್ಮ ಬಂಧ'ದಿಂದ,'ಕರುಳ ಬಂಧ'ಮತ್ತು 'ಪ್ರೇಮ ಬಂಧ' ದೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿದ ಸುಖ ಸಂತೋಷಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಜೀವನ ನರಕ ಸದೃಶವಾಗುತ್ತದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ 'ಕರುಳ ಬಂಧ' ಎಂದರೆ ತಂದೆ ತಾಯಿಯರು, 'ಪ್ರೇಮ ಬಂಧ ' ಎಂದರೆ ಸಂಸಾರ... ಇವುಗಳ ಕುರಿತು ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಕರ್ಮ ಬಂಧದ ಕುರಿತು ಆಲೋಚಿಸಬೇಕು. 'ಕರ್ಮಬಂಧ'ದಿಂದ ಹೊರ ಬರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

ಕರ್ಮ ಬಂಧದಿಂದ ಹೊರ ಬರಬೇಕೆಂದರೆ, ಕರ್ಮಗಳೆಲ್ಲ ದಗ್ಧವಾಗಬೇಕು ಅದಕ್ಕೆ ಒಂದೇ ಮಾರ್ಗವಿದೆ. ಆ ಮಾರ್ಗವೇ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಲ್ಲಿಯೂ ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿಯನ್ನು ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿ ಪ್ರಜ್ವಲಿಸಬೇಕೆಂದರೆ, ಕರುಳಬಂಧ ಹೊಂದಿರುವ ತಂದೆ ತಾಯಿಯರಿಂದ, ಪ್ರೇಮಬಂಧ ಹೊಂದಿದ ಗಂಡ ಹೆಂಡತಿಯಿಂದ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.ಕಾರಣ ಅದು ಶರೀರ ಸಂಬಂಧಗಳು.ಅದಕ್ಕೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಹೊಂದಿದ ಸದ್ಗುರುವೇ ಬೇಕು ಸದ್ಗುರು ಒಬ್ಬನೇ ಸರಿಯಾದ ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ನೀಡಿ ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿಯನ್ನು ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಕರ್ಮಬಂಧದಿಂದ ಬಿಡಿಸಬಲ್ಲನು. ವಿಮುಕ್ತರನ್ನಾಗಿಸಬಲ್ಲನು.

ನೆನಪಿರಲಿ ಕರುಳ ಬಂಧ ಇರುವ ತಂದೆ ತಾಯಿಯರಿಂದ ಭುಕ್ತಿ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ, ಪ್ರೇಮ ಬಂಧದೊಂದಿಗೆ ಇರುವ ಭಾಗಸ್ವಾಮಿನಿಯಿಂದ ತೃಪ್ತಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಆದರೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಹೊಂದಿದ ಗುರುವಿನಿಂದ ಎಲ್ಲಕ್ಕೂ ಮೀರಿದ ಕರ್ಮಬಂಧ ದಿಂದ 'ಮುಕ್ತಿ' ಲಭಿಸುತ್ತದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಸದ್ಗುರುವನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿ 'ಧ್ಯಾನ'ವನ್ನು ಮಾಡಿ 'ಜ್ಞಾನ'ವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಕರ್ಮರಾಹಿತ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಿ, ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ. ಕರ್ಮಬಂಧದಿಂದ ಹೊರಬನ್ನಿ.

ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ 'ಧ್ಯಾನ'ದಿಂದಲೇ ಜ್ಞಾನ 'ಜ್ಞಾನ'ದಿಂದಲೇ 'ಕರ್ಮ ರಾಹಿತ್ಯ' ಸ್ಥಿತಿ ಕರ್ಮ ರಾಹಿತ್ಯದಿಂದಲೇ 'ಮುಕ್ತಿ'.

ತ್ರಿವಿಧ ಅಗ್ನಿಗಳು

ಪ್ರತಿ ಮಾನವನಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿ ಮೂರು ವಿಧದ ಅಗ್ನಿಗಳು ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತವೆ. ಅವು **1. ಜಠರಾಗ್ನಿ, 2. ಕಾಮಾಗ್ನಿ, 3. ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿ**

ಜಠರಾಗ್ನಿ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದು ಕಾಮಾಗ್ನಿ,ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದು ಹಾಗೆಯೇ ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದು

ಸಹಜವಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನು ಈ ಜಠರಾಗ್ನಿ, ಕಾಮಾಗ್ನಿ ದಹಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಎಷ್ಟು ತಣಿಸಬೇಕು ಎಂದರು ಎಷ್ಟು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದರೂ, ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾನವನನ್ನು ದಹಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ.

ಸಹಜವಾಗಿ, ಹುಟ್ಟಿದ ಕೂಡಲೇ ಜಠರಾಗ್ನಿ ದಹಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದ ಕೂಡಲೇ ಕಾಮಾಗ್ನಿ ದಹಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.. ಅದಕ್ಕೆ ಹುಟ್ಟಿದ ಕೂಡಲೇ ಮಕ್ಕಳು ಆಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಎದುರು ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ವಯಸ್ಸು ಬಂದ ಮೇಲೆ ಜೊತೆಗಾರ/ ಜೊತೆಗಾತಿಗಾಗಿ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಮಾನವರು ಜಠರಾಗ್ನಿಯನ್ನು ತಣಿಸಲು ಪ್ರತಿ ಹೊತ್ತಿಗೂ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಹಾಕುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಎಷ್ಟು ಹಾಕಿದರು ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ಹಾಕಿದರೂ, ಜಠರಾಗ್ನೀ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ. ದಹಿಸುತ್ತದೆ, ಅಂದರೆ ಹಸಿವಾಗುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಕೆರಳುವ ಕಾಮಾಗ್ನಿ ತಣ್ಣಗಾಗಿಸಲು ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಪುರುಷನು ಸ್ತ್ರೀಯೊಂದಿಗೆ, ಸ್ತ್ರೀ ಪುರುಷನೊಂದಿಗೆ ಸಂಭೋಗಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ಸಂಭೋಗಿಸಿದರು, ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಕಾಮಾಗ್ನಿ ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಮಾನವನನ್ನು ದಹಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಬಯಕೆಯು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಎಷ್ಟು ವಯಸ್ಸಾದರೂ ಇದು ಕಡಿಮೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಾನವರು ಈ ಅಗ್ನಿಗಳನ್ನು ತಣಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ,ಅನೇಕ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ, ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಧರ್ಮ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಪ್ರವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಸೃಷ್ಟಿ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಪಾಪ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಕಷ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನರಕವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೆ ಮೂರು ಅಥವಾ ನಾಲ್ಕು ನೂರುಜನ್ಮ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ನರಕವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ ನಂತರ,

ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಏನು ಈ ಜೀವನ? ಏತಕ್ಕಾಗಿ ಈ ಜೀವನ? ಈ ಕಷ್ಟಗಳೇನು? ಇವುಗಳಿಂದ ಹೇಗೆ ಹೊರ ಬರಬೇಕು ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸಿದರೂ ಅವರಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಏನು ಮಾಡಿದರೂ ಫಲಿತ ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಕಷ್ಟದಿಂದ ಹೊರಬಂದರೂ ಮತ್ತೆ ಕಷ್ಟಗಳು ಬರುತ್ತಿರುತ್ತವೆ.

ಆಗ ಗುರುಗಳನ್ನು, ಹಿರಿಯರನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿ ಅನೇಕ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಕೊನೆಗೆ ಸದ್ಗುರುವಿನ ಸಲಹೆಯೊಂದಿಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಾರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಕೂಡಲೇ ಅವರಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಯದಂತೆ "ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿಯು" ಪ್ರಜ್ವಲಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ, ಅವರಿಗೆ ತುಂಬಾ ವಿಷಯಗಳು ತಿಳಿಯುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ತಾನೇ ಕಾರಣ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಈ ಕರ್ಮಗಳು ಮಾಡಲು ಕಾರಣ ಜಠರಾಗ್ನಿ, ಕಾಮಾಗ್ನಿ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಗುರುಗಳ ಸಲಹೆಯೊಂದಿಗೆ ಅವುಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಮೊದಲು ಅವುಗಳನ್ನು ತೃಪ್ತಿ ಪಡಿಸಲು ಮಾಡುವ ತಪ್ಪುಗಳು ಪಾಪಗಳನ್ನು ಬಿಡುತ್ತಾರೆ... ಮಿತವಾಗಿ ಆಹಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಮಿತವಾದ ಸಂಭೋಗದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ 'ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿ' ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಜ್ಞಾನ ಸಾಧನೆಗೆ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಹಾಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಅವರ ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ. ವಿಚಿತ್ರವಾಗಿ ಈ ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಅದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಮಾಡಿದ ಪಾಪ ಕರ್ಮಗಳು ಒಂದೊಂದಾಗಿ ದಗ್ಧವಾಗುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ. ಕಷ್ಟಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ, ಆನಂದ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ, ಆ ರುಚಿ ನೋಡಿ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಇನ್ನೂ ತೀವ್ರಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿಯನ್ನು ಇನ್ನು ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ದಗ್ದ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಶಾಶ್ವತ ಆನಂದವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಇನ್ನು ಶರೀರ ಭ್ರಾಂತಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಆಗ ಅವರಲ್ಲಿ ಉಳಿದ ಅಗ್ನಿಗಳು ಉದಯಿಸುವ ಆಸ್ಪದವಿರುವದಿಲ್ಲ. ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ ಇದನ್ನೇ 'ಮೋಕ್ಷ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಅಂದರೆ ಯಾರು ಈ 'ಜಠರಾಗ್ನಿ' 'ಕಾಮಾಗ್ನಿ'ಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಬರುವರೋ ಅವರನ್ನು ಮುಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಮೋಕ್ಷ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಿದರೆ 'ಜಠರಾಗ್ನಿ' 'ಕಾಮಾಗ್ನಿ'ಗಳು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುತ್ತ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಬೇರೆ ಪ್ರಯತ್ನ ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ಮಾನವರು ತಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಿದರೆ ಈ 'ಜಠರಾಗ್ನಿ', 'ಕಾಮಾಗ್ನಿ' ಮಾನವರನ್ನು ಕೋರಿಕೆಗಳೊಂದಿಗೆ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಗುರಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಆದರೆ 'ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿ' ಅವರನ್ನು ಕೋರಿಕೆಗಳಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ ಈ ಎರಡು ಅಗ್ನಿಗಳಿಂದ ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮಾನವರಿಗೆ 'ಜಠರಾಗ್ನಿ' 'ಕಾಮಾಗ್ನಿ' ಎಷ್ಟು ಸುಖವನ್ನು ಕೊಟ್ಟರೂ,ಸಂತೋಷ ಉಂಟು ಮಾಡಿದರು ಕೊನೆಗೆ ಅವರಿಗೆ ದುಃಖ ಮತ್ತು ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ 'ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿ' ಮಾತ್ರ ಮಾನವರಿಗೆ ಶಾಶ್ವತ ಸುಖವನ್ನು, ಆನಂದವನ್ನು, ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಮಾನವರು ಎಷ್ಟೋ ಜನ್ಮಗಳು ಈ 'ಜಠರಾಗ್ನಿ' 'ಕಾಮಾಗ್ನಿ'ಗಳನ್ನು ತಣ್ಣಗಾಗಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ಕಷ್ಟಗಳ ಪಾಲಾಗುವ ಬದಲು ಆಲೋಚಿಸಿ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯ ಮೂಲಕ ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿಯನ್ನು ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ಅವುಗಳ ಸುಳಿಯಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆವು. ಏಕೆಂದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಎಷ್ಟು ದಮನ ಮಾಡಿದರೂ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುತ್ತದೆ ಎಷ್ಟು ಸಾರಿ ತಣ್ಣಗಾಗಿಸಿದರೂ, ಎಷ್ಟು ಜನ್ಮಗಳು ತಣ್ಣಗಾಗಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ ಆದರೆ ಅದು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಆಹಾರದೊಂದಿಗೆ, ಸಂಭೋಗದೊಂದಿಗೆ, ತಣ್ಣಗಾಗಿಸುವುದು ಯಾರಿಗೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಎಂತಹವರಾದರೂ ಮಣಿಯಲೇ ಬೇಕು. ಸಂಭೋಗಿಸಲೇಬೇಕು ಎಂತಹವರಾದರೂ ಭುಕ್ತಿಗಾಗಿ ಕಷ್ಟಪಡಲೇಬೇಕು. ಒಂದು ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿಯಿಂದಲೇ, ಅದು ಕಂಟ್ರೋಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ, ನಶಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾನವರಿಗೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಹಾಗೆ ಯೋಗಿಗಳೆಲ್ಲರೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿಯನ್ನು ಪ್ರಜ್ವಲಿಸಿಕೊಂಡು ಈ ಜಠರಾಗ್ನಿ, ಕಾಮಾಗ್ನಿಗಳನ್ನು ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿಟ್ಟು ಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಅವುಗಳ ಪ್ರಭಾವವಿಲ್ಲದೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ, ಯಾವಾಗಲೂ ಶಾಂತಿಯಿಂದ, ಆನಂದವಾಗಿ ಇರುವುದೇ ಅಲ್ಲದೆ ಶಾಶ್ವತ ಆನಂದವಾದ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೂಡ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ ಆ ಮಾರ್ಗವನ್ನೇ ಎಷ್ಟೊ ಜನರಿಗೆ ಬೋಧಿಸಿ ಅವರನ್ನು ಕೂಡ ಇವುಗಳ ಸುಳಿಯಿಂದ ಕಾಪಾಡಿದ್ದಾರೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ವಿಧವಿಧವಾದ ಆಹಾರಗಳು ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಮಾಂಸಾಹಾರ ಮೊದಲಾದವು ತಿಂದು ಜಠರಾಗ್ನಿಯನ್ನು,., ಅನೇಕ ಸ್ತ್ರೀಯಾರೊಂದಿಗೆ ಸಂಭೋಗಿಸಿ ಕಾಮಾಗ್ನಿಯನ್ನು ತಣಿಸಲು ಸುಖದ ಅನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟಗಳ ಪಾಲಾಗಬಾರದು ಶಾಕಹಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಸಂಸಾರ ಮಾಡುತ್ತಾ, ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲಕ ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿಯನ್ನು ಪ್ರಜ್ವಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ... "ಜಠರಾಗ್ನಿ" "ಕಾಮಾಗ್ನಿ" ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಇಲ್ಲವಾಗಿಸಿ ಆತ್ಮ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ ಆನಂದವಾಗಿ ಜೀವಿಸಿರಿ.

ತ್ರಿವಿಧ ಅವಸ್ಥೆಗಳು

ಮಾನವರಿಗೆ ಶರೀರ ಇರುವುದರಿಂದ ಮೂರು ವಿಧದ ಅವಸ್ಥೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳು

1) ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆ 2) ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆ 3) ಸುಷುಪ್ತಾವಸ್ಥೆ

(1) ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆ: ಮಾನವ ತನ್ನ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಹತ್ತು ಇಂದ್ರಿಯಗಳು, ಮನಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ಸಹ ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿನ ವ್ಯವಹಾರಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ, ಬಾಹ್ಯ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಇದನ್ನೇ ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

(2) ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆ: ಇಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಮಾತ್ರವೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಬಾಹ್ಯೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿನ ಅನುಭೂತಿಗಳನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಮನಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾನೆ, ಅಂದರೆ ಕನಸುಗಳನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ಇದನ್ನು ಕನಸು ಕಾಣುವುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನೇ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಕನಸುಗಳು ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅನುಭೂತಿಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದನ್ನು ಕನಸುಗಳು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಸ್ವಪ್ನ ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆದಿದ್ದನ್ನೇ, ಅಂದರೆ ಕಾಣುವ ಕನಸುಗಳನ್ನೇ ಸ್ವಪ್ನ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಕನಸು ಕಾಣುವುದು ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಆದ್ದರಿಂದ ಸ್ವಪ್ನ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣುಗಳೊಂದಿಗೆ ನೋಡುತ್ತಾನೆ, ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೋಡುವುದು ಕಣ್ಣು, ಕಾಣುವುದು ಮನಸ್ಸು.

ಇಲ್ಲಿ ಜಾಗೃತೆ ಯಾಗಿರುವುದು ಮಾನವನೇ,ಸ್ವಪ್ನವನ್ನು ಕಾಣುವುದು ಮಾನವನೇ. ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆ ಒಂದು ಜೀವನ ಕಾಲ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯು ಒಂದು ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಮಾತ್ರವೇ ಇರುತ್ತದೆ.

ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯಿಂದ ಹೊರ ಬಂದರೆ ಮತ್ತೆ ಕಂಡಿರುವುದು ಏನು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆಗೆ ಮರಳಿ ಬಂದ ಮೇಲೆ ತಾನು ಬಿಟ್ಟಿರುವುದೆಲ್ಲವೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಮಾನವನು ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದೆಲ್ಲವೂ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಇರುವಂತಹುದು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಣುವುದೆಲ್ಲವೂ ಭ್ರಮೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ವಸ್ತು ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕೊಡುತ್ತಾನೆ. ಅವೆಲ್ಲವೂ ವಾಸ್ತವ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಒಂದು ವಿಧವಾಗಿ ನೋಡಿದರೆ ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆ ಕೂಡ ಕನಸಿನಂತಹುದೇ ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುವುದು 'ಚಿಕ್ಕ ಕನಸು', ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುವುದು 'ದೊಡ್ಡಕನಸು' ಏಕೆಂದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಏನೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸಿರುವುದು ಹೇಗೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲವೋ ಹಾಗೆ ಜೀವನ ಕಾಲ ಮುಗಿದ ಮೇಲೆ ಏನು ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಸ್ವಪ್ನವು ಹೇಗೆ ಮಾಯವಾಗುವುದೋ ಜಾಗೃತಿಯೂ, ಜೀವನ ಕಾಲ ಮುಗಿದ ಮೇಲೆ ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲವೂ ಮಾಯೆಯೇ ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಹಾಗೆಯೇ ಇರುತ್ತದೆ ಕನಸು ಚದುರಿ ಹೋದ ಮೇಲೆ ಏನೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಹೋ ಕನಸೇ! ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ, ತಾನು ಅನುಭವಿಸುವ ಜೀವನ ಯಾವುದೂ ಅಂತ್ಯವಾದ ಮೇಲೆ ಏನು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಸಲು ಜೀವನ ಇರುವಾಗಲೇ ಕೆಲವು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ, ಕೆಲವು ಅದೃಶ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೊನೆಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ಅದೃಶ್ಯವಾಗುವುದೆ! ಕೊನೆಗೆ ತಾನೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಅದೃಶ್ಯವಾಗುತ್ತಾನೆ. ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಸ್ವಪ್ನದಲ್ಲಿ ಯಾವ ರೂಪದಲ್ಲಿ, ಯಾವ ಪಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾನೋ ಮತ್ತೊಂದು ಸ್ವಪ್ನದಲ್ಲಿ ಹಾಗೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಮತ್ತೊಂದು ರೂಪದಲ್ಲಿ, ಮತ್ತೊಂದು ಪಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಜಾಗೃತಾ ವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿಯೂ, ಯಾವ ರೂಪದಲ್ಲೋ, ಯಾವ ಪಾತ್ರದಲ್ಲೋ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಮತ್ತೊಂದು ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ರೂಪದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ಪಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾನೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುವುದನ್ನು ರಾತ್ರಿ ಕನಸು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುವುದನ್ನು ಹಗಲು ಕನಸು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಸುಮ್ಮನೆ ಕಲ್ಪನೆಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ್ದರೆ, ಅಂತಹವರನ್ನು ಹಗಲು ಕನಸು ಕಾಣಬೇಡ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.ಆದರೆ ಆಲೋಚಿಸಿದರೆ ಮಾನವನು ಊಹಿಸುವುದೂ ಅಲ್ಲದೇ ವಾಸ್ತವ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಹ ಕನಸಿನಂತೆ.

ಒಂದು ವಿಧವಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ಸಿನಿಮಾ ಹೇಗೋ, ಜೀವನವೂ ಹಾಗೆ ಸಿನಿಮಾ ನೋಡುವವರಿಗೆ ಕೆಲವು ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಕುಸ್ತಿ ಮುಗಿಯುತ್ತದೆ. ಹಾಗೇ ಮೇಲಿನ ಲೋಕಗಳಿಂದ ನೋಡಿದರೆ ಅವರಿಗೆ ಮಾನವ ಜೀವನ ಕೂಡ ಕೆಲವು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣವಾಗುವಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಸಿನಿಮಾದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಪಾತ್ರಗಳು ಎಷ್ಟೋ ಸಂಘಟನೆಗಳು ನಡೆದರೂ ಕೊನೆಗೆ ಏನು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಅವರ ಪಾತ್ರ ಇಡೀ

ಸಿನಿಮಾದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಅಥವಾ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿಯೇ ಮುಗಿದಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ಜೀವನದಲ್ಲೂ, ಒಂದೊಂದು ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಒಂದೊಂದು ಪಾತ್ರ. ಒಂದೊಂದು ಬಾರಿ ಪೂರ್ತಿ ಜೀವನ ಇರುತ್ತದೆ. ಒಂದೊಂದು ಬಾರಿ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಜೀವನ ನಿಂತು ಹೋಗುತ್ತದೆ, ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿಷ್ಕ್ರಮಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಒಂದು ಸಿನಿಮಾದಲ್ಲಿ ನಟಿಸಿದ ಪಾತಧಾರಿ ಮತ್ತೊಂದು ಸಿನಿಮಾದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಂದು ವೇಷಧಾರಣೆಯೊಂದಿಗೆ,ಇನ್ನೊಂದು ಪಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತಾನೆ ಹಾಗೆಯೇ ನಾವುಗಳು ಈ ಜೀವನ ಬಿಟ್ಟು ಇನ್ನೊಂದು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಂದು ಪಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಂದು ವಿಧವಾಗಿ ಕಾಣಿಸುವೆವು.

ಒಂದು ಸಿನಿಮಾಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಸರಗಳು, ಊರುಗಳು ಬೇರೆಯಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ ಇನ್ನೊಂದು ಸಿನಿಮಾದಲ್ಲಿ ಅವನೇ ಬೇರೊಂದು ಪಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಪ್ರಜೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಬೇರೆ ಪರಿಸರಗಳಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಂದು ವಿಧವಾಗಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತಾನೆ. ಒಬ್ಬನೇ ಇಷ್ಟು ಸಿನಿಮಾಗಳಲ್ಲಿ ನಟಿಸಿದಂತೆ,ನಾವು ಇಷ್ಟು ವಿಧದ ಜೀವನಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತೇವೆ, ಅಲ್ಲ ನಟಿಸುತ್ತೇವೆ.

ತೆರೆ ಮೇಲೆ ನಡೆಯುವುದೇ 'ಚಿಕ್ಕ ಸಿನಿಮಾ' ನಮ್ಮ ಜೀವನ ನಡೆಯುವುದು 'ದೊಡ್ಡ ಸಿನಿಮಾ' ಸಿನೆಮಾಗೂ ಜೀವನ ಎರಡಕ್ಕೂ ಅಷ್ಟೇ ವ್ಯತ್ಯಾಸ.. ಯಾವುದು ನಿಜವಲ್ಲ ಯಾವುದು ವಾಸ್ತವವಲ್ಲ ಯಾವುದು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಇರುವುದಲ್ಲ. ಎಲ್ಲವೂ ಬದಲಾಗುವುದೇ ಆದೃಶವಾಗುವುದೆ.

ಒಂದು ಸಿನಿಮಾದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಶತ್ರುವಿನಂತೆ ಪ್ರವರ್ತಿಸುತ್ತಾನೆ, ಪ್ರಾಣ ತೆಗೆಯುತ್ತಾನೆ ಬೇರೊಂದು ಸಿನಿಮಾದಲ್ಲಿ ಅದೇ ನಟನೊಂದಿಗೆ ಬೇರೆ ಪಾತ್ರದಲ್ಲಿ, ಬೇರೆ ವಿಧವಾಗಿ ಅಂದರೆ ಮಿತ್ರನಂತೆ ಪ್ರವರ್ತಿಸುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರಾಣವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಜೀವನವೇ ಒಂದು ಸಿನಿಮಾ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ ಅದರಲ್ಲಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಪಾತ್ರಧಾರಿಗಳು ಮಾತ್ರ.

ನಾಟಕದಲ್ಲಿ, ಅತ್ತೆ ಸೊಸೆ ಇಬ್ಬರು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟು ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸೊಸೆ ಪಾತ್ರಧಾರಿ ಲೀಲಾವತಿಯಂತೆ ಅತ್ತೆಯಿಂದ ಕಷ್ಟಕ್ಕೊಳಗಾಗಿ ನಿಂದನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಲು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟು ಆ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ, ಪೋಷಿಸುತ್ತಾಳೆ, ಹಿಂಸೆಗಳನ್ನು ಸಹಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಹಾಗೆಯೇ ರಮಾದೇವಿ ಅತ್ತೆಯಂತೆ ತನ್ನ ಪಾತ್ರ ಪೋಷಿಸಲು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಪಾತ್ರವನ್ನು ಪೋಷಿಸುತ್ತಾಳೆ, ಸೊಸೆಯನ್ನು ಹಿಂಸಿಸುತ್ತಾಳೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ನಿಜ ಜೀವನ ಎನ್ನುವ ನಾಟಕದಲ್ಲಿಯೂ ಎಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ? ಎಂದರೆ, ಆ ಅನುಭವ

ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ?ಎಂದರೆ ಅನುಭವಿಸಿ ಆ ಅನುಭವ ಹೊಂದಲು ಅಂತಹ ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇಷ್ಟಪಟ್ಟು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಸಾಲದು, ಪಾತ್ರ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಪೋಷಿಸಬೇಕು. ಹೊರತು ಜೀವನವೆಲ್ಲ ಕಷ್ಟಗಳೇ ಎಂದು ಬಾಧೆ ಪಡಬಾರದು. ಅಂತಹ ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬಂದು ಬಾಧೆ ಪಟ್ಟರೆ ಹೇಗೆ?ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಪೋಷಿಸಬೇಕು, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಮ್ಮ ಪಾತ್ರ ಸರಿಯಾಗಿ ಪೋಷಿಸದಂತೆ ಲೆಕ್ಕ.

ನಾವು ನೋಡುವ 'ಸಿನಿಮಾ' 'ಚಿಕ್ಕನಾಟಕ', ಜೀವನವೆನ್ನುವುದು 'ದೊಡ್ಡ ನಾಟಕ' ಇದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಾಗ ಅವಗಾಹನೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ ಆ ಭಾವದೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಎಲ್ಲವನ್ನು ಅಂದರೆ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ಆನಂದವಾಗಿ ಜೀವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ತೆಗಳುವಿಕೆ, ವಿಮರ್ಶೆಗಳನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಕಾರಣ ಎಲ್ಲವೂ ನಾಟಕವೇ.

3) ಸುಷುಪ್ತಿ : ಇಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು, ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಎರಡು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಇಲ್ಲಿ ಜೀವನು ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಕಾರಣ ಶರೀರವನ್ನು ಸೇರಿ ತನ್ನೊಂದಿಗೆ ತಾನು ಇರುತ್ತಾನೆ.

ಹಾಗೆ ಮನಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವ ಸ್ವಪ್ನದಲ್ಲಾಗಲಿ, ಇಂದ್ರಿಯಗಳೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವ ಜಾಗೃತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಾಗಲಿ ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಪಂಚದೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಸುಷುಪ್ಥಿಯಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಮುಖನಾಗಿ ಮನಸ್ಸು ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಕಾರಣ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿ, ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಪಂಚ ವ್ಯವಹಾರಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲದಂತೆ ಇರುತ್ತಾನೆ.

ಅದಕ್ಕೆ ಸುಷುಪ್ಥಿಯಲ್ಲಿ ಆನಂದವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ. ಇದನ್ನೇ ಗಾಢನಿದ್ರೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಈ ಸುಷುಪ್ಥಿಯಲ್ಲಿ ಗಂಟೆಗಳು, ನಿಮಿಷಗಳಂತೆ ಕಳೆದು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಎಷ್ಟೋ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಕಳೆದು ಹೋದ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತೆ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಎದ್ದ ಕೂಡಲೇ ಉಲ್ಲಾಸ ಭರಿತರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಜಾಗೃತಿ, ಸ್ವಪ್ನಗಳು, ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಮಾರ್ಗವೆಂದು, ಸುಷುಪ್ಥಿ ನಿವೃತ್ತಿ ಮಾರ್ಗವೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಈ ವಿಷಯಗಳೆಲ್ಲವೂ ಜ್ಞಾನ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಜ್ಞಾನವು, ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲಕ ಮಾತ್ರವೇ ಬರುತ್ತದೆ.

ತ್ರಿವಿಧ ಪರಿಷ್ಕಾರಗಳು

ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟಗಳು ಹೋಗಲೆಂದು ಎಷ್ಟೋ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು ಮೂರು ನಮಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ.

1) ಪ್ರಾರ್ಥನೆ 2) ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತ 3) ಪಶ್ಚಾತಾಪ.

ಗಮನಿಸಿದರೆ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಪಾಪಗಳು ಮಾಡುವುದು ಸಹಜವಾಗಿದೆ, ಹಾಗೆ ಪಾಪಗಳು ಮಾಡಿದವರಿಗೆ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಕಷ್ಟಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲಾರದೆ, ಬಾಧೆಗಳನ್ನು ಅನುಬವಿಸಲಾರದೆ, ಕಷ್ಟಗಳು ಹೋಗಬೇಕೆಂದು ದೇವರುಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವರು ಪೂಜೆ ಮಾಡಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿದರೆ ಕೆಲವರು ನಮಾಜ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರು ಮಾಮೂಲಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಾರೆ. ಯಾರು ಏನು ಮಾಡಿದರು ಕೊನೆಗೆ ಅದರ ಉದ್ದೇಶ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯೇ. ನನ್ನ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸು, ನನ್ನನ್ನು ಕಾಪಾಡು ಎಂದು ಕಷ್ಟಗಳು ಹೋಗುವಂತೆ ಮಾಡು, ಕಷ್ಟಗಳು ಬರದಂತೆ ನೋಡು ಎಂದು 'ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಾರೆ'. ಇನ್ನೂ ಮುಂದೆ ಹೋಗಿ ಅನುಗ್ರಹಿಸು ಎಂದು, ಕೋರಿಕೆಗಳು ತೀರಿಸು, ಎಂದು ನೋವುಗಳು ಸಂಕಟಗಳು ಹೋಗುವಂತೆ ನೋಡು ಎಂದು ಬೇಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನೀನೇ ನನಗೆ ಶರಣು ನನ್ನ ಹೊರತು ಬೇರೆ ಯಾರು ದಿಕ್ಕಿಲ್ಲ ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಾ ದೀನಾತಿ ದೀನವಾಗಿ ಬೇಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ, ಇರುತ್ತಾರೆ.

ಕೆಲವರು ಕಷ್ಟಗಳು ಹೋಗಬೇಕೆಂದು ದೇವರ ಎದಿರು 'ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ' ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ವಿಧವಿಧವಾಗಿ ಶರೀರವನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಸಾಷ್ಟಾಂಗ ನಮಸ್ಕಾರಗಳು, ಕಾಣಿಕೆಗಳು ಸಮರ್ಪಿಸುವುದು, ಹರಕೆಗಳನ್ನು ತೀರಿಸುವುದು, ಉರುಳು ಸೇವೆ, ಪ್ರದಕ್ಷಿಣೆಗಳು, ಬೆಟ್ಟ ಹತ್ತುವುದು, ಕೆಂಡವನ್ನು ತುಳಿಯುವುದು, ಮುಳ್ಳಿನ ಮೇಲೆ ನಡೆಯುವುದು, ಶರೀರವನ್ನು ಚಾಟಿಯಿಂದ ಹೊಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಶೂಲವನ್ನು ಬಾಯಿಗೆ ಇರಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಉಪವಾಸಗಳು ಮಾಡುವುದು ಹೀಗೆ ಎಷ್ಟೋ ವಿಧದ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಇವೆಲ್ಲವೂ ಕಷ್ಟಗಳಿಂದ ಹೊರಬರಲು, ಮಾಡಿದ ಪಾಪಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ.ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಹಿಂದಿನಿಂದ ಇಂತಹ ಹರಕೆಗಳು ಆಚಾರವಾಗಿ ಬರುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ, ನಂಬಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಅಥವಾ ಭಯದಿಂದ ಈ ವಿಧವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಕಷ್ಟಗಳಿಂದ ಹೊರಬಂದರೂ, ಹೊರಬರದೆ ಇದ್ದರೂ, ನಂಬಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಜೀವನ ಪರ್ಯಂತ ಹಾಗೆ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಯಾವಾಗಲಾದರೂ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡರೆ ಮಾತ್ರ ದೇವರನ್ನು ಮತಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅವುಗಳಿಂದ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳು ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಬಹುದೇನೋ ಉದ್ದೇಶ ಮಾತ್ರ ಒಂದೇ....ಅದೇ "ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತ" ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

ಆದರೆ ಇದ್ಯಾವುವು ಪರಿಷ್ಕಾರಗಳಲ್ಲ, ಇವುಗಳು ಕಷ್ಟಗಳಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಕಷ್ಟಗಳು ಬರದಂತೆ ಕಾಪಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ವಿವೇಕದೊಂದಿಗೆ ಆಲೋಚಿಸಿ, ಅನುಭವವನ್ನು ಪರಿಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ, ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾದರೆ ಕಷ್ಟಗಳಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು? ಏನು ಮಾಡಿದರೆ ಕಷ್ಟಗಳು ಬರದಂತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆವು? ಎಂಬುದನ್ನು, ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಪಾಪಗಳು ಮಾಡಿದವರು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದ್ದು ಇದಲ್ಲ.... ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವುದು, ಆಗಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಪಶ್ಚಾತಾಪ. ಕಾರಣ ತನಗೆ ಕಷ್ಟಗಳು ಏಕೆ ಬರುತ್ತಿವೆ? ಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವೇನು? ಎನ್ನುವ ವಿಷಯ ಮೊದಲು ಆಲೋಚಿಸಬೇಕು ಹಾಗೆ ಆಲೋಚಿಸಿದರೆ ಪರಿಷ್ಕಾರ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಅವರ ಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವೇನು ಅಂದರೆ ಪಾಪಗಳು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಕಷ್ಟಗಳು ಬರುತ್ತಿದೆ, ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಪಾಪಗಳು ಅಂದರೆ ಏನು? ತಾನು ಇದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಅಂದರೆ ಗತಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಮಾನವರು, ಪ್ರಾಣಿಗಳು, ಭಗವಂತನಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಯಾವ ಪ್ರಾಣಿಯನ್ನಾಗಲಿ, ಜೀವಿಯನ್ನಾಗಲಿ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಕಷ್ಟಕ್ಕೆ ಗುರಿ ಮಾಡಿರುವುದು, ಬಾಧಿಸಿರುವುದು, ಹಿಂಸಿಸಿರುವುದು. ನಷ್ಟ ಪಡಿಸುವುದು ಇಂತಹವುಗಳು ಮಾಡಿದ್ದರೆ ಅದು ಪಾಪ.

ಅಂತಹ ಕೆಲಸಗಳು ಪಾಪ ಏಕೆ ಆಗುತ್ತವೆ? ಎಂದರೆ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಭಗವಂತನ ಮಕ್ಕಳೇ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಎಲ್ಲರೂ ಸಮಾನವೇ ಎಂದು ಆತನಿಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಒಂದೇ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳದೆ ತನ್ನ ಸ್ವಾರ್ಥಕ್ಕಾಗಿ, ಆನಂದಕ್ಕಾಗಿ, ತುಚ್ಛವಾದ ಕೋರಿಕೆಗಳನ್ನು ನೆರವೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಆ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಹಿಂಸಿಸುವುದು, ಸಾಯಿಸುವುದು, ಅವುಗಳ ಮಾಂಸ ಭಕ್ಷಿಸುವುದು, ವಿಧವಿಧವಾಗಿ ತನ್ನ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುವ ಮಾನವರನ್ನು ಅವರು ಕೂಡ ತನ್ನಹಾಗೇ ಅಲ್ಲವೇ ಎಂದು ತಿಳಿಯದೆ ಹಿಂಸಿಸುವುದು ಮಾಡಿದರೆ, ಪಾಪ ಬರುತ್ತದೆ.

ಮನುಷ್ಯ ತನ್ನ ಆನಂದವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಆದರೆ ಅವುಗಳ ಬಾಧೆಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ,ಅವು ಪಡುವ ಹಿಂಸೆ ನರಕಯಾತನೆ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಲ್ಲ, ತನ್ನ ಬಾಧೆ ಹೇಗೋ ಅವುಗಳ ಬಾಧೆ ಕೂಡ ಹಾಗೆ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂಬ ವಿಷಯವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಲ್ಲ.

ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ **"ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ಪ್ರೇಮಿಸಿದಂತೆ, ನಿನ್ನ ನೆರೆಯವರನ್ನು ಪ್ರೇಮಿಸಬೇಕು"** ಎಂದು ಜೀಸಸ್ ಹೇಳಿರುವ ವಿಷಯವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ ನೆರೆಯವರು ಎಂದರೆ ನಮ್ಮ ಪಕ್ಕದ ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವವರಲ್ಲ ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನೂ ಪ್ರೇಮಿಸಬೇಕೆಂಬ ವಿಷಯ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲಾರದೆ ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ದೇವರು ಹೇಳಿದ್ದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಪ್ರವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೆ ಪ್ರವರ್ತಿಸುವುದೇ ಪಾಪ ಮಾಡುವುದು.

ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಈ ಸೃಷ್ಟಿ ನಿಯಮಗಳು ಅಂದರೆ, ಧರ್ಮಗಳ ಅನುಸಾರ ಶಿಕ್ಷೆಗಳು ಅಂದರೆ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಹಾಗಾಗಿ ಮೊದಲು ಈ ವಿಷಯ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾನು ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪಿನಿಂದಲೇ, ನಾನು ಮಾಡಿದ ಹಿಂಸೆಯಿಂದಲೇ, ನನಗೆ ಈ ಕಷ್ಟ ಬಂದಿದೆ, ಈ ರೋಗ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆ ರೋಗದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಸ್ತುತ ತಾನು ಎಷ್ಟು ನರಕ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವೆ ನೋ ತಾನು ಮಾಡಿದ ಹಿಂಸೆಯಿಂದ ಆ ಪ್ರಾಣಿಯೂ ಅಷ್ಟೇ ಹಿಂಸೆ, ಅಷ್ಟೇ ಬಾಧೆ ಅನುಭವಿಸಿತು ಎಂಬ ವಿಷಯ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಅಯ್ಯೋ ಈ ಬಾಧೆಯನ್ನು ನಾನು ಸಹಿಸಲಾರದೆ ಹೋಗುತ್ತಿರುವೆ ಪಾಪ ಆ ಮೂಕ ಪ್ರಾಣಿಯು ಹೇಗೆ ಸಹಿಸಿತು?! ಆ ಪ್ರಾಣಿ ಎಷ್ಟು ನಿಸ್ಸಹಾಯಕವಾಗಿ ಇತ್ತು. ತನ್ನ ಬಾಧೆಯನ್ನೂ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಲಾರದ ಆ ಜೀವಿಯನ್ನು ಎಷ್ಟು ಬಾಧಿಸಿದೆನು, ಎಷ್ಟು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದೆನೋ, ನನ್ನ ಆನಂದಕ್ಕಾಗಿ ಅದನ್ನು ಬಾಧಿಸಿದೆನಲ್ಲ ಎಂತಹ ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದೆ. ನನ್ನ ಆನಂದಕ್ಕಾಗಿ ಇದನ್ನು ಹಿಂಸಿಸಿದೆನಲ್ಲ... ಅದರ ಬಾಧೆ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾರದೆ ಹೋದೆನಲ್ಲಾ ಎಂದು ಪರಿಪರಿ ವಿಧವಾಗಿ ಪರಿತಪಿಸಿದರೆ ಇದನ್ನು "**ಪಶ್ಚಾತಾಪ**" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಹಾಗೆ ಪಶ್ಚಾತಾಪ ಪಟ್ಟವರು ಇನ್ನು ನಾನು ಇಂತಹ ತಪ್ಪು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಯಾವ ಜೀವಿಯನ್ನು ಹಿಂಸಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಯಾವ ಪ್ರಾಣಿಯನ್ನು ಬಾಧಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಯಾವುದರ ಹಿಂಸೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ತನ್ನಿಂದ ಯಾರಿಗೂ ಬಾಧೆಯಾಗದಂತೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾನೆ. ಇನ್ನು ಅಂತಹ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಭಗವಂತನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಯಾವ ಹಾನಿಯೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ದಿನದಿಂದ ನಾನು ಬದಲಾಗುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ನಿರ್ಣಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಹಾಗೆ ನಿರ್ಣಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರವರ್ತನೆಯುಳ್ಳವರೇ, ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವವರೇ ನಿಜವಾಗಿ 'ಪಶ್ಚಾತಾಪ' ಹೊಂದಿದವರು. ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪಟ್ಟು ಅಂದರೆ ಬಾಧೆಗೊಳಗಾಗಿ, ಪ್ರವರ್ತನೆ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು "**ಪಶ್ಚಾತಾಪ**" ಎನ್ನುವುದಿಲ್ಲ.

ಹಾಗೇ ನಿಜವಾಗಿ 'ಪಶ್ಚಾತಾಪ' ಹೊಂದಿದವರು ತಾನು ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡವರು ಏನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಎಂದರೆ ನಾನು ಮಾಡಿದ ಪಾಪಕ್ಕೆ ಈ ಶಿಕ್ಷೆ ಬೇಕು ಈ ಬಾಧೆ ಸಹಿಸಲೇಬೇಕು, ಇದೇ ನನಗೆ ನಿಜವಾದ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ ನನ್ನ ಪಾಪಕ್ಕೆ 'ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತ' ನನ್ನ ಪಾಪಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರ. ನನಗೆ ಹೀಗೆ ಆಗಬೇಕಾದದ್ದೇ. ಭಗವಂತನು ನನಗೆ ಬುದ್ಧಿ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ, ನನಗೆ ತಕ್ಕ ಶಾಸ್ತಿ ಆಗಲೇಬೇಕಿತ್ತು, ಇದೆಲ್ಲಾ ನನ್ನ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕೆ ಆಗಿದೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆ ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಲು ಹೀಗೆ ನಡೆದಿದೆ. ನಾನು ಒಳ್ಳೆಯವನಾಗಿ ಬದಲಾಗಲು ಭಗವಂತನು ಈ ವಿಧವಾಗಿ ಮಾಡಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪಟ್ಟು ಅಂದಿನಿಂದ ತನ್ನ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ತಪ್ಪುಗಳು,

ಪಾಪಗಳು, ಹಿಂಸೆ ಮಾಡು ಎಂದರು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಮಾಂಸ ತಿನ್ನುವುದಿಲ್ಲ ಹಿಂಸೆಗೆ ಕಾರಕರಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳಿಂದ, ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತದಿಂದ, ಕಷ್ಟಗಳು ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೆ ಮಾಡುತ್ತ ಮಾಡುತ್ತಾ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಅವರ ತಪ್ಪುಗಳು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು, ತಾವು ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪಿಗೆ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಹೊಂದಿ, ಅಂತಹ ತಪ್ಪುಗಳು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಮಾಡದಂತೆ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತೆ ತಪ್ಪುಗಳು, ಪಾಪಗಳು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೆ ಮಾನವರು ಬದಲಾವಣೆ ಹೊಂದಲು ಇದೆಲ್ಲಾ ಅಷ್ಟೇ ಹೊರತು ಕ್ಷಮಾಪಣೆಗಳು ಹೊಂದಿದರೆ, ಕಷ್ಟಗಳಿಂದ ಹೊರ ಬಂದರೆ ಮತ್ತೆ ತಪ್ಪುಗಳು ಪಾಪಗಳು ಮಾಡದಂತೆ ಇರುವರೆ? ಆದರೆ ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಅಲ್ಲವೇ ಇನ್ನಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಪಾಪಗಳು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ದೊಡ್ಡ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಲ್ಲರೂ ಹಾಗೆ ಪ್ರವರ್ತಿಸಿದರೆ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಯಾರು ಶಾಂತಿಯಾಗಿ ಜೀವಿಸಬಲ್ಲರು? ಯಾರು ಆನಂದವಾಗಿ ಇರುತ್ತಾರೆ? ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಆಗ ಲೋಕವೆಲ್ಲವು ಅಶಾಂತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ ಅಲ್ಲವೇ?

ಆದ್ದರಿಂದ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ.. ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳು, ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಗಳು, ಕ್ಷಮಾಪಣೆಗಳು ಇವೆಲ್ಲವೂ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಬದಲಾಗಲು ಮಾಡುವುದೇ ಹೊರತು,ಅವುಗಳಿಂದ ಕಷ್ಟಗಳು ಮಾಡಿದ ಪಾಪಗಳು ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ ರದ್ದಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಕಷ್ಟಗಳು ಬರಬಾರದು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುವವರು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳು, ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಗಳ ಮೇಲೆ ಆಧಾರ ಪಡಬಾರದು. ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು, ಪಾಪ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪುಗಳಿಗೆ ಪ್ರಶ್ಚಾತಾಪ ಪಡಬೇಕು ಮತ್ತೆ ತಪ್ಪುಗಳು ಮಾಡಬಾರದು ಆ ಸ್ಥಿತಿ ಬರಬೇಕೆಂದರೆ, ಮೊದಲು ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು ನಂತರ ಹಂಸವನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅಂದರೆ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ತ್ರಿವಿಧ ಆರಾಧನೆಗಳು

ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಆರಾಧನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಮೂರು ವಿಧದ ಮಾರ್ಗಗಳು ಕಾಣಿಸುತ್ತವೆ. ಅವು **(1) ಕರ್ಮ ಮಾರ್ಗ (2) ಉಪಾಸನಾ ಮಾರ್ಗ (3) ಸಾಧನ ಮಾರ್ಗ** ಇದನ್ನೇ ಯೋಗ ಮಾರ್ಗವೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಕರ್ಮ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಪೂಜೆಗಳು,ಭಜನೆಗಳು, ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆಗಳು, ನದಿ ಸ್ನಾನಗಳು, ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳು, ಯಜ್ಞ ಯಾಗಗಳಂತಹುವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಗಮನಿಸಿದರೆ ಇವು ಶರೀರವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಉಪಾಸನ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಶರೀರವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇವರು ಯಾವುದಾದರೂ ದೇವರ ಒಂದು ನಾಮವನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುವುದಾಗಲಿ, ರೂಪದ ಮೇಲೆ ದೃಷ್ಟಿ ಇರಿಸುವುದಾಗಲಿ, ಮಂತ್ರ ಜಪವನ್ನು ಮಾಡುವುದಾಗಲಿ, ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ದೇವರ ನಾಮ ರೂಪಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಉಪಾಸಿಸುವುದನ್ನು ಉಪಾಸನೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಈ ಮಾರ್ಗ ಭೋಧಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು "ಉಪದೇಶ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನು ಯಾವ ಗುರೂವಾದರೂ, ಬೋಧಿಸಿದರೆ ಅದನ್ನು "ಗುರೋಪದೇಶ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ತುಂಬಾ ಜನರು ಗುರುಗಳ ಮೂಲಕ ಉಪದೇಶ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಆ ನಾಮವನ್ನು, ಮಂತ್ರವನ್ನು, ರೂಪವನ್ನಾಗಲಿ ಕದಲದಂತೆ, ಕುಳಿತು ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಉಪಾಸನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ ದೈವಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಮತ್ತೊಂದು ಮಾರ್ಗವಿದೆ.ಇದನ್ನೇ 'ಸಾಧನಾ ಮಾರ್ಗ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಈ ಸಾಧನಾ ಮಾರ್ಗವನ್ನೇ ಯೋಗ ಮಾರ್ಗ ಎಂದೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿ ಶರೀರವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದಿಲ್ಲ,ಮನಸ್ಸನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಈ ಎರಡಕ್ಕೂ ಅತೀತವಾದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಆ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು "ಧ್ಯಾನ ಸ್ಥಿತಿ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು "ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗ" ಅಥವಾ "ಸಾಧನಾ ಮಾರ್ಗ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರೀಜಿ ಬೋಧಿಸಿದ "ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ" ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಾಧಿಸಬಹುದು.

ಹಾಗೆ ಈ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನಾ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ದೇಹ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಅತೀತವಾಗಿ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಇನ್ನು ಇರುವುದು ಆತ್ಮವೊಂದೇ, ಆತ್ಮ ಎಂದರೆ ಯಾರೋ ಅಲ್ಲ.. ಸಾಕ್ಷಾತ್

"ದೇವರು" ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಇರುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನೇ "ಯೋಗ ಮಾರ್ಗ" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ದೈವ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಸೇರಬಲ್ಲ ಮಾರ್ಗವೇ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮಾರ್ಗ.

ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಿದರೆ "ಕರ್ಮ ಮಾರ್ಗವು" ದೇಹದೊಂದಿಗೆ ಮಾಡಲು ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದು ಹಾಗೆಯೇ "ಉಪಾಸನಾ ಮಾರ್ಗ" ಮನಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ಮಾಡುವುದು. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿವುದು. ಆದರೆ ಸಾಧನಾ ಮಾರ್ಗ ಮಾತ್ರ ದೇಹಕ್ಕೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಅತೀತವಾದ,ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದು. ಅಂದರೆ ಸತ್ಯವಾದ ದೈವಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ.

ಇನ್ನೂ ಗಮನಿಸಿದರೆ ದೇಹಕ್ಕಿಂತ ಮನಸ್ಸು ದೊಡ್ಡದು. ಮನಸ್ಸುಗಿಂತ, ಆತ್ಮ ಇನ್ನೂ ದೊಡ್ಡದು. ಕಾರಣ ದೇಹ ಮನಸ್ಸು ಅಶಾಶ್ವತ,ಆದರೆ ಆತ್ಮ ಮಾತ್ರ ಶಾಶ್ವತ.ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಆತ್ಮವೇ ದೇವರು ಆತ್ಮವೇ ಸತ್ಯ ಆದ್ದರಿಂದ ಆತ್ಮ ಮಾರ್ಗವಾದ "ಯೋಗ ಮಾರ್ಗ" ಅಂದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗವು ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಉತ್ತಮವಾದ,ಉನ್ನತ ಮಾರ್ಗ ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವವರನ್ನು ಯೋಗಿ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರಿಗಿಂತ ಯೋಗಿ ಉನ್ನತವಾದವನು. ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಭಗವಾನ್ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಶ್ಲೋಕ : ತಪಸ್ವಿಭ್ಯೋಧಿಕೋ ಯೋಗಿ ಜ್ಞಾನಿಭ್ಯೋಪಿ ಮತೋಧಿಕಃ। ಕರ್ಮೇಭ್ಯಶ್ಚಾಧಿಕೋ ಯೋಗಿ ತಸ್ಮಾದ್ಯೋಗಿ ಭವಾರ್ಜುನ॥ (ಭ. ಗೀ.6–46)

ತಾ: "ತಪಃ ಪಾರಾಯಣ ಮಾಡುವವರಿಗಿಂತ, ಶಾಸ್ತ್ರ ಜ್ಞಾನ ಹೊಂದಿರುವವರಿಗಿಂತ, ಕರ್ಮಿಷ್ಟರಿಗಿಂತ, ಧ್ಯಾನ ಯೋಗಿ ಶ್ರೇಷ್ಠನೆಂದು ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಆದ್ದರಿಂದ ಓ ಅರ್ಜುನ ನೀನು ಯೋಗಿಯಾಗು." ಎಂದಿದ್ದಾನೆ.

1)ತಪಸ್ಸು ಅಂದರೆ ಶರೀರವನ್ನು ಶುಷ್ಕಿಸಿಕೊಂಡು ಮಾಡುವ ಚರ್ಯೆಗಳು, 2) ಶಾಸ್ತ್ರ ಜ್ಞಾನ ಅಂದರೆ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಿ ಸಂಪಾದಿಸುವ ಜ್ಞಾನ, 3) ಕರ್ಮಿಷ್ಟ ಎಂದರೆ ನಿತ್ಯನಿಯಮದಿಂದ ಮಾಡುವ ಕರ್ಮಗಳು, ಅಂದರೆ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ, ಸೂರ್ಯ ನಮಸ್ಕಾರಗಳು, ಯಜ್ಞ ಯಾಗಾದಿ ಕರ್ಮಗಳು. ಈ ಎಲ್ಲಾ ಕರ್ಮಗಳು ಮಾಡುವವರಿಗಿಂತ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಯೋಗಿಯೇ, ಉನ್ನತವಾದವನು ಎಂದು ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನು ಸಂದೇಶ ನೀಡಿದ್ದಾನೆ.

ಮೇಲೆ ಹೇಳಿರುವ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ದೇಹವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಮಾಡುವ "**ಕರ್ಮ ಮಾರ್ಗ**"ಕ್ಕಿಂತ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಮಾಡುವ "**ಉಪಾಸನ ಮಾರ್ಗ**"ವೇ ಉನ್ನತವಾದದ್ದು. ಹಾಗೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಮಾಡುವ

"**ಉಪಾಸನಾ**" ಮಾರ್ಗಕ್ಕಿಂತ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆ ಮಾಡುವ "**ಸಾಧನಾ ಮಾರ್ಗ**" ಅಂದರೆ ಯೋಗ ಮಾರ್ಗವೇ ಉನ್ನತವಾದದ್ದು, ಎಂದು ನಮಗೆ ಕ್ರಮೇಣ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಗಮನಿಸಿ ನೋಡಿದಾಗ ಮೊದಲ ಎರಡು ಮಾರ್ಗಗಳು ದೇವರನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವುದೇ, ಯಾಚಿಸುವುದೇ,ಆಗಿದೆ. ದೈವ ಅನುಗ್ರಹಕ್ಕಾಗಿ ಮಾಡುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ದೇವರ ಸಹಾಯದೊಂದಿಗೆ ತಮ್ಮ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ತೊಲಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಕೋರಿಕೆಗಳು ನೆರವೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಅದರ ಮೂಲಕ ಒಳ್ಳೆಯ ಜೀವನವನ್ನು ಹೊಂದಬಹುದು ಎಂದು ಅನುಸರಿಸುವ ಮಾರ್ಗಗಳು. ಸತ್ಯವಾದ ದೇವರನ್ನು ಹೇಗೆ ಆಶ್ರಯಿಸಬೇಕು ಎಂದು ತಿಳಿಯದವರು ಹಾಗೆ ತಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾದ ಗುರುಗಳನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿ ಅವರು ಬೋಧಿಸಿದ ವಿಧವಾಗಿ ಆಚರಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ.

ಹಾಗೆ ಒಟ್ಟಾರೆ ನೋಡಿದರೆ ಮೊದಲ ಎರಡು ಮಾರ್ಗಗಳು ಅಂದರೆ "ಕರ್ಮ ಮಾರ್ಗ" "ಉಪಾಸನಾ ಮಾರ್ಗ" ಅನುಸರಿಸುವವರು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯೊಂದಿಗೆ ಬಳಲುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನೋ ಒಂದು ಬಾಧೆಯೊಂದಿಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಅಶಾಂತಿಯಿಂದ ಜೀವಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ದೈವ ಅನುಗ್ರಹಕ್ಕಾಗಿ, ಗುರು ಅನುಗ್ರಹಕ್ಕಾಗಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಆಸೆಯಿಂದ ನಿರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಜೀವನ ಯಾವಾಗಲೂ ಇದೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ ಅವರು ಅಂದುಕೊಂಡಂತೆ ಮಾತ್ರ ಅವರ ಜೀವನ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಆದರೆ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವವರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಪೂರ್ತಿ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಸಾಧನಾ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಯಾರನ್ನು ಬೇಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವುದು ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಆಸೆಯೊಂದಿಗೆ ನಿರೀಕ್ಷೆ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ತಮಗೆ ತಾವೇ,ತಮ್ಮ ಸ್ವಯಂ ಸಾಧನೆಯೊಂದಿಗೆ ಸ್ವಯಂ ಕೃಷಿಯಿಂದ ತಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕರ್ಮರಾಹಿತ್ಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಆನಂದವಾಗಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಇನ್ನೂ ಗಮನಿಸಿದರೆ ಮೊದಲ ಎರಡು ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ದೇವರಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾ ದೇವರನ್ನು ಪ್ರಾಥಿಸುತ್ತಾ, ದೈವಾನುಗ್ರಹಕ್ಕಾಗಿ ನೋಡುವ ಮಾರ್ಗಗಳು. ಆದರೆ ಧ್ಯಾನಸಾಧನೆ ಮಾರ್ಗ ಎಂದರೆ, ಯೋಗ ಮಾರ್ಗ ಸ್ವಯಂ ತಾನು ದೈವತ್ವವನ್ನು

ಹೊಂದುವ ಮಾರ್ಗ. ಅಂದರೆ ತಾನು ದೈವವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವ ಮಾರ್ಗ,ಕೊನೆಗೆ ತಾನೇ ದೈವವೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಮಾರ್ಗ. ಅಂದರೆ ಮಾನವನು ಮಾಧವನಾಗಿ ಬದಲಾಗುವ ಮಾರ್ಗ. ಅಂದರೆ ಜೀವಾತ್ಮನಾದ ತಾನು ಪರಮಾತ್ಮ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಮಾರ್ಗ. 'ಏನು ಮಾಡಲಾರೆನು ನನ್ನಿಂದ ಏನು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ' ಎಂದು ಭಾವಿಸುವ ತಾನು ಸರ್ವ ಶಕ್ತಿವಂತನೆಂದು... ಏನಾದರೂ ಸಾಧಿಸಬಲ್ಲೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಮಾರ್ಗ.

ಹಾಗೆಯೇ ಈ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಿದವರು ಮಾನವ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ, ನಿಧಾನವಾಗಿ ದೈವತ್ವದ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಅವರಲ್ಲಿ ಮಾನವ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ದೇವರಂತೆ ವರ್ತಿಸುವುದನ್ನು ಆರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮಾನವನಂತೆ ವರ್ತಿಸುವಷ್ಟು ಕಾಲ ತಪ್ಪುಗಳು, ಪಾಪಗಳು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ಕಷ್ಟಗಳಿಂದ ಹೊರಬಂದಂತೆ ಕಾಣಿಸಿದರೂ,ಮತ್ತೆ ಕಷ್ಟಗಳು ಬರುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ದೇವರಂತೆ ಪ್ರವರ್ತಿಸುವುದನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ ತಪ್ಪುಗಳು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಪಾಪಗಳು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಆದ್ದರಿಂದ ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಕಷ್ಟಗಳು ಬರುವುದಿಲ್ಲ.

ಹಾಗೆ ಸಾಧನ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಿದವರ ಗುಣಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ, ಪ್ರವರ್ತನೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ.ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಅವರ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕರ್ಮ ಮಾರ್ಗ, ಉಪಾಸನಾ ಮಾರ್ಗ ಅನುಸರಿಸುವವರ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಬದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಗುಣವೂ ಬದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸ್ವಲ್ಪ ಭೌತಿಕವಾದ, ಮಾನಸಿಕವಾದ ಲಾಭಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದರೆ ಹೊಂದಬಹುದೇ ಹೊರತು ಅವರ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಮಾತ್ರ ಇದಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆ ಹೇಗಿತ್ತೋ ಹಾಗೆ ಇರುತ್ತದೆ ತಪ್ಪುಗಳು ಪಾಪಗಳು ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದದ್ದು, ನಾವು ಯಾವ ಸಾಧನ ಮಾಡಿದೆವು? ಯಾವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದ್ದೇವೆ? ಯಾವ ಗುರುವಿನ ಬೋಧನೆ ತೆಗೆದುಕೊಂದಿದ್ದೇವೆ ಎನ್ನುವುದು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ.ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಬರಬೇಕು, ಅಂದರೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಬರಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಗುಣದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ತರದ ಆರಾಧನೆಗಳು, ಸಾಧನೆಗಳು, ಯಾವುದಾದರೂ ಅವು ವ್ಯರ್ಥವೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಆದರೆ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಇದ್ದ ವಿಧವಿಧವಾದ ಮಾರ್ಗಗಳು ಬೋಧಿಸುವವರು ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಲೋಕ ಸಹಜವಾದದ್ದು ಇದು ನಾವು ಯಾವ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನೋಡಿದರೂ, ಯಾವ ಯುಗದಲ್ಲಿ ನೋಡಿದರೂ,ಹಾಗೆ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನಮಗೆ ಬೇಕಾದದ್ದು ಏನು? ನಮಗೆ ಯಾವುದು ಲಾಭಕರ? ಯಾವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಹೊರ ಬರುತ್ತೇವೆ? ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಸಾಧಕನೇ ಆಲೋಚಿಸಬೇಕು.ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ವಿಧವಾದ ಗುರುಗಳು ಇರುತ್ತಾರೆಂಬುದನ್ನು ವೇಮನ ಯೋಗಿಗಳು ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯ ಗುರು ಕರ್ಮ ಮಾರ್ಗ ಕಟ್ಟುವನು
ಮಧ್ಯಮ ಗುರು ಮಂತ್ರ ಮಾರ್ಗ ಕಟ್ಟುವನು
ಉತ್ತಮನು ಯೋಗ ಸಾಮ್ರಾಜ್ಯವನ್ನು ಕಟ್ಟುವನು
ವಿಶ್ವದಾಭಿರಾಮ ಕೇಳು ವೇಮ

ಎಂದು ವೇಮನ ಯೋಗಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ ಅಂದರೆ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಗುರು ಕರ್ಮ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಬೋಧಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅವರಿಗಿಂತ ಸ್ವಲ್ಪ ದೊಡ್ಡವನು ಮಂತ್ರ ಜಪದಂತಹ ಉಪಾಸನಾ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಬೋಧಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಆದರೆ, ಉತ್ತಮನಾದ ಗುರುವು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಬೋಧಿಸಿ, ಯೋಗ ಸ್ಥಿತಿ, ಅಂದರೆ ದೇವರ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಏನೇನೋ ಮಾಡಿ ಆಶಿಸಿದರು ಫಲಿತಗಳು ಬರಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಿರಾಶೆ ಪಡಬಾರದು. ಅಸಲಾದ ಸಾಧನಾ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಸರಿಯಾದ ಫಲಿತಗಳು ಹೊಂದಿರಿ, ಬದಲಾವಣೆ ಹೊಂದರಿ, ಬದಲಾವಣೆಯೇ ಪ್ರಧಾನವೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ ಬದಲಾವಣೆ ಸಾಧಿಸಬೇಕು, ಸಾಧನ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಅಂದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ.

ತ್ರಿವಿಧ ಅಡಚಣೆಗಳು

ತ್ರಿವಿಧ ಅಡಚಣೆಗಳು (Blocks)

ಸಹಜವಾಗಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬಂದರೂ, ಯಾವ ಕಷ್ಟಗಳು ಬಂದರೂ, ಜೀವನ ಸರಾಗವಾಗಿ ಸಾಗದಿದ್ದರೂ, ಕಾರಣ ಅರ್ಥವಾಗದೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ತಿಳಿಯದೆ ಕೆಲವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಅವರು ನಿನ್ನ ಶರೀರದಲ್ಲಿ 'ಬ್ಲಾಕ್' ಇವೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಹೀಗೆ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾ, ನಿನ್ನ ಬ್ಲಾಕ್ಸ್ ನಾನು ತೊಲಗಿಸುತ್ತೇನೆ ನಿನಗೆ ಎನರ್ಜಿ ಪಾಸ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಅವರನ್ನು ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಈಡು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಸಲು ಬ್ಲಾಕ್ ಎಂದರೆ ಏನು? ಈ ಬ್ಲಾಕ್ ಹೇಗೆ ಏರ್ಪಡುತ್ತವೆ? ಇವುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ತೊಲಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು? ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಬ್ಲಾಕ್ ಎಂದರೆ ಅಡ್ಡಿ, ಅವರೋಧ ಅಥವಾ ಅಡಚಣೆ. ಸಹಜವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಉಂಟಾಗುವ ಅಡಚಣೆಗಳನ್ನೇ 'ಬ್ಲಾಕ್ಸ್' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಇವು ಮೂರು ವಿಧಗಳು 1) 'ಫಿಸಿಕಲ್ ಬ್ಲಾಕ್ಸ್ ' ಅಂದರೆ ಶಾರೀರಿಕ ಅಡಚಣೆಗಳು 2) ಮೆಂಟಲ್ ಬ್ಲಾಕ್ಸ್ ಅಂದರೆ ಮಾನಸಿಕ ಅಡಚಣೆಗಳು 3)ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಡಚಣೆಗಳು.

1) ಶಾರೀರಿಕ ಅಡಚಣೆಗಳು (ಫಿಸಿಕಲ್ ಬ್ಲಾಕ್ಸ್)

ಇವುಗಳನ್ನೇ ಕರ್ಮಗಳು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಕರ್ಮಗಳೇ ಶಾರೀರಿಕ ಪರವಾಗಿ ಅಡಚಣೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಸಹಜವಾಗಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಶರೀರದೊಂದಿಗೆ ಎಷ್ಟೋ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇರುತ್ತೇವೆ. ಶರೀರದೊಂದಿಗೆ ಎಷ್ಟೋ ಸುಖಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತೇವೆ, ಆದರೆ ಹಿಂದೆ ನಾವು ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ನಮಗೆ ವಿಧವಿಧವಾದ ರೋಗಗಳು, ಆರ್ಥಿಕ ತೊಂದರೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಸರಾಗವಾಗಿ ಸಾಗುವ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಇಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳೇ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ ರೋಗಗಳು ಬರುವುದರಿಂದ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ಶರೀರದೊಂದಿಗೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಲಾರದೆ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ಮಂಚದ ಮೇಲೆ

ಸೀಮಿತವಾಗಿರಬೇಕಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಶಾರೀರಿಕವಾಗಿ ಬಲಹೀನರಾಗುತ್ತವೆ, ನೀರಸಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ರೋಗವು ಕಡಿಮೆಯಾದರೂ, ಮಾಮೂಲಿ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬರಲು ತುಂಬಾ ದಿನಗಳು ಹಿಡಿಯುತ್ತದೆ. ಇದು ಒಂದು ವಿಧವಾಗಿ ಜೀವನ ಸರಾಗವಾಗಿ ಸಾಗುವಾಗ ಉಂಟಾಗುವ ಅಡಚಣೆ. ಆನಂದದಿಂದ ಕಳೆಯಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ದಿನಗಳು ಬ್ರೇಕ್ ಆದಂತೆಯೇ , ಸಂತಸಮಯ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅಡಚಣೆಯಾದಂತೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ರೋಗಗಳಿಂದ ಶರೀರದೊಂದಿಗೆ ಅನುಭವಿಸುವ ಸುಖಗಳು ಅನುಭವಿಸಲಾರೆವು, ಸಂಭ್ರಮಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ರುಚಿಕರವಾದ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾರೆವು, ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇಷ್ಟವಾದದ್ದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ತಿನ್ನಬೇಕೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ ರೋಗ ಬಂದಿರುವುದರಿಂದ ತಿನ್ನಲಾರದೆ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಕಳೆಯಬೇಕೆಂದು ಇರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲರೂ ಸಿನಿಮಾಗಳಿಗೆ ಪಾರ್ಟಿಗಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ ನಾವು ಹೋಗಲಾರೆವು. ಸಂಸಾರ ಸುಖ ಅನುಭವಿಸಲಾರೆವು ಹೀಗೆ ಎಷ್ಟೋ ಕೆಲಸಗಳು ನಿಂತು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಇದು ಸಹಜವಾಗಿ ಸಾಗುವ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅಡಚಣೆಯೇ ಅಲ್ಲವೇ?

ಹೀಗೆ ಗಂಡ–ಹೆಂಡತಿ ಮಧ್ಯೆ ಅಲ್ಲದೆ, ಅಣ್ಣ– ತಮ್ಮಂದಿರ ಮಧ್ಯೆಯೂ, ಅಕ್ಕ–ತಂಗಿಯ ಮಧ್ಯೆ,ತಂದೆ– ಮಗನ ಮಧ್ಯೆ ಹತ್ತಿರದ ಬಂಧುಗಳ ಮಧ್ಯೆಯೂ ನಡೆಯುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ. ಅವರ ಒಂದು ಬಾಂಧವ್ಯಗಳು ಮುರಿದುಹೋಗುತ್ತದೆ, ಅಡಚಣೆ ಏರ್ಪಡುತ್ತವೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ತುಂಬಾ ಜನರಿಗೆ ಆರ್ಥಿಕ ತೊಂದರೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ, ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ತಲೆ ಎತ್ತುತ್ತವೆ. ಸಾಲಗಳು ತಲೆಯೆತ್ತುತ್ತವೆ , ವ್ಯಾಪಾರದಲ್ಲಿ ನಷ್ಟಗಳು, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎದ್ದು ನಿಲ್ಲಲಾರದಷ್ಟು ಕುಸಿತಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳಿಂದ ಸಂಪಾದನೆಗೆ, ಶಾಂತಿಯಿಂದ ನಡೆಯುವ ಜೀವನಕ್ಕೆ, ಅಡಚಣೆ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಅಶಾಂತಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ, ಟೆನ್ಶನ್‌ಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತಾರೆ. ಜೀವನವು ಮಾಮೂಲಿಯಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಇವುಗಳೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ಕಾರಣ ಅವರು ಹಿಂದೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಕರ್ಮಗಳು ಗತದಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಾಗಲಿ, ಕಳೆದ ಜನ್ಮದಲ್ಲಾಗಲಿ ಅವರು ಮಾಡಿದ ಜೀವ ಹಿಂಸೆ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ಜೀವ ಹಿಂಸೆಗೆ ಕಾರಣವಾದ ಮಾಂಸ ಭಕ್ಷಣೆ ಅಲ್ಪರ, ಅಬಲರ ಹಿಂಸೆ, ಸ್ತ್ರೀಯರನ್ನು

ಹಿಂಸಿಸುವುದಂತವುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ರೋಗಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹಿಂಸೆ ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ಅದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಇತರರನ್ನು ಅವಮಾನಿಸಿದರು, ಪೀಡಿಸಿದರು, ಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಗುರಿಮಾಡಿದರು, ಕೀಳಾಗಿ ನೋಡಿದರೂ, ಅವರನ್ನು ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಗುರಿ ಮಾಡಿದರು, ದೌರ್ಜನ್ಯ ಮಾಡಿದರು ಆ ಕರ್ಮ ಫಲಿತಗಳೇ ನಮಗೆ ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಕಷ್ಟಗಳು.

ಹಾಗೆ ಅದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಇತರರನ್ನು ಮೋಸಗೊಳಿಸಿ ಸಂಪಾದಿಸಿದ್ದರೆ,ಅವರ ಬಳಿ ದೋಚಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಅವರನ್ನು ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಗುರಿ ಮಾಡಿದ್ದರೂ, ಅನ್ಯಾಯವಾಗಿ, ಅಕ್ರಮವಾಗಿ, ಅಧರ್ಮವಾಗಿ ಸಂಪಾದಿಸಿದರೂ, ಹಣವನ್ನು ಅಪಹರಿಸಿದರೂ,ಸೃಷ್ಟಿ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಕೆಲಸಗಳು ಮಾಡಿದರು ಅವುಗಳ ಫಲಿತವೇ ನಮಗೆ ಆರ್ಥಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಆ ಕರ್ಮಗಳು ಅನುಭವಿಸುವ ಸಮಯ ಬರುವ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಂದುಕೊಂಡದ್ದು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ಆತಂಕಗಳು ಏರ್ಪಡುತ್ತವೆ ಕಾರಣ...

ಹಾಗಾದರೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆತಂಕಗಳು, ಅಡಚಣೆಗಳು ಬರದೇ ಇರಲು, ಹೋಗಲು ಮತ್ತೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಡಚಣೆಗಳು ಉಂಟಾಗಬಾರದೆಂದರೂ,ಒಂದೇ ಮಾರ್ಗ ಅದೇ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನ ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಜ್ಞಾನವಂತರಾಗಬೇಕು. ಯಾವಾಗ ಜ್ಞಾನ ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳುವರೋ ಆ ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಅವರ ಕರ್ಮಗಳೆಲ್ಲವೂ ಭಸ್ಮವಾಗಿ (ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿ ದಗ್ಧ ಕರ್ಮಾಣಂ ಅಂತ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆಯಲ್ಲವಾ?) ಕರ್ಮಗಳು ರದ್ದಾದಾಗ ಕೂಡಲೇ ಅವರಿಗೆ ಇರುವ ಕಷ್ಟಗಳು ತಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾವೇ ಹೊರತು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಜೀವನ ಸರಾಗವಾಗಿ ಸಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಜ್ಞಾನ ಹೊಂದುವುದರಿಂದ ಮತ್ತೆ ಅಂತಹ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಪಾಪಗಳು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಷ್ಟ ಉಂಟು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗಾಗಿ ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಎಂತಹ ಕಷ್ಟಗಳು, ರೋಗಗಳು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಅಡಚಣೆಗಳು,ಅಡ್ಡಿಗಳು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂದರೆ ಬ್ಲಾಕ್ಸ್‌ಗಳು ಏರ್ಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ಭೌತಿಕ ಜೀವನ ಸರಾಗವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ.ಅಂತಹ ಜ್ಞಾನ ಧ್ಯಾನದಿಂದಲೇ ಬರುತ್ತದೆ.ಆದ್ದರಿಂದ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ.ಆಗ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಅಡತಡೆಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ

(2) ಮಾನಸಿಕ ಅಡಚಣೆಗಳು (ಮೆಂಟಲ್ ಬ್ಲಾಕ್ಸ್)

ತುಂಬಾ ಜನರಿಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ವ್ಯತಿರೇಕ ಆಲೋಚನೆಗಳೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ನೆಗೆಟಿವ್ ಥಾಟ್ಸ್. ಯಾವ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕೆಂದರೂ, ನಾನು ಮಾಡಲಾರೆನೇನೋ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರೆ ನನಗೆ ನಷ್ಟವಾಗಬಹುದು, ಕಷ್ಟ ಬರಬಹುದು, ಅವರು ಏನು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೋ, ಅವರು ಬಾಧೆ ಪಡುತ್ತಾರೆನೋ,ಅಷ್ಟು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವೇ? ಹೀಗೆ ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಾ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಕೂಡಾ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವ ಕೆಲಸವೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಮಾಡಬಲ್ಲ ಕೆಲಸವನ್ನು ಕೂಡ ಮಾಡಲಾರರು.

ಆದ್ದರಿಂದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನು ಸಾಧಿಸಲಾರರು, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಲಾರರು, ಹೇಗೆ ಇರುವವರು ಹಾಗೆಯೇ ಇದ್ದು ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಕೂಡ ಅಡಚಣೆಯೇ ಅಲ್ಲವೇ? ಬ್ಲಾಕ್ ಅಲ್ಲವೇ? ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇಂಥ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಬರುವುದು ಮಾನಸಿಕ ಅಡೆತಡೆಗಳು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ,ಅಂದರೆ ಮೆಂಟಲ್ ಬ್ಲಾಕ್.

ಅಂತಹವರು ಮಾತನಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೂ ಮಾತನಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಸಂಪಾದಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದರೂ, ಸಂಪಾದಿಸಲಾರರು. ಹೊರಗೆ ಹೋಗಿ ಎಷ್ಟೋ ಮಾಡಬಲ್ಲರಾದರೂ ಏನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಮನಸ್ಸಿದ್ದರೂ ಯಾರಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಾರರು. ಹಾಡಲು ಇಷ್ಟವಿದ್ದರೂ ಹಾಡಲಾರರು,ಆಟಗಳು ಆಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದರೂ ಆಡಲಾರರು ಓದಿನಲ್ಲಿ ನಂಬರ್ ಒನ್ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಇರಬಲ್ಲ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದ್ದರೂ, ಸಾಧಿಸಲಾರರು. ಐಎಎಸ್ ಆಗುವ ಶಕ್ತಿ ಇದ್ದರೂ ಆಗಲಾರರು. ಏನೋ ಎಂದು ಭಯ ಪಡುತ್ತಾ ಪ್ರಯತ್ನ ಕೂಡ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ವಿರುದ್ಧವಾಗಿಯೇ ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ, ಏನು ಮಾಡಲಾರರು, ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಕೂಡ.

ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ "**ಯದ್ಭಾವಂ ತದ್ಭವತಿ**" ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ ಅಲ್ಲವೇ! ಅಂದರೆ ನಿನ್ನ ಭಾವ ಹೇಗಿರುವುದು ಪ್ರಯತ್ನವೂ ಹಾಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಫಲಿತವೂ ಕೂಡ ಅದರ ಅನುಸಾರ ಇರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಪಾಸಿಟಿವ್ ಭಾವದೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದರೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವೆ, ಕಷ್ಟಪಡುವೆ, ಫಲಿತವನ್ನು ಸಾಧಿಸುವೆ. ಆದರೆ ನೀನು ಮೊದಲಿನಲ್ಲಿಯೇ ಸಂದೇಹ ಭಯಪಟ್ಟರೆ ಇನ್ನು ಆ ಪ್ರಯತ್ನವೇನು ಮಾಡುವೆ? ಪಲಿತವನ್ನು ಹೇಗೆ ಹೊಂದುವೆ? ಅದಕ್ಕೆ "**ಯದ್ಭಾವಂ ತದ್ಭವತಿ**" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಎಷ್ಟೋ ಜನರಿಗೆ ಅವರು ಮಾಡುವ ಈ ವಿಧವಾದ ನೆಗೆಟಿವ್ ಆಲೋಚನೆಗಳೇ ಅವರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಅಡೆತಡೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಅಂದರೆ ಮಾನಸಿಕ ಅಡೆತಡೆ ಅಂದರೆ ಮೆಂಟಲ್ ಬ್ಲಾಕ್.

ಈ ಮಾನಸಿಕವಾದ ಅಡಚಣೆಗೆ, ಆಲೋಚನೆಗೆ ಕಾರಣ ಅವರ ತಮೋ,ರಜೋ ಗುಣಗಳು ಈ ಗುಣಗಳಿಂದ ಇವರ ಆಲೋಚನೆಯ ವಿಧಾನಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಹಾಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾದರೆ ಈ ಗುಣಗಳು ಹೋಗಬೇಕೆಂದರೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ ಇಂತಹ ಆಲೋಚನಾ ವಿಧಾನ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಅವರು ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದರೂ ಸಂದೇಹವಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಸಂಶಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಕೊನೆಗೆ ಸಾಧಿಸುತ್ತಾರೆ ಕೂಡಾ.

ಜ್ಞಾನ ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕೆಂದರೆ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು ಧ್ಯಾನದಿಂದಲೇ ಜ್ಞಾನ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ ಪತ್ರೀಜಿ.

(3) ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಡಚಣೆಗಳು (ಸ್ಪಿರುಚ್ಯುಯಲ್ ಬ್ಲಾಕ್ಸ್)

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯೇ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಷ್ಕಾರ ಶಾಶ್ವತ ಆನಂದಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗ ಆದರೆ ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವವರು ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳಿಂದ ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಪುರೋಗತಿ ಸಾಧಿಸಲಾರರು. ಸಾಧಿಸಲಾಗುವುದೂ ಇಲ್ಲ.ಅಲ್ಲೇ ಸ್ಥಗಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಈ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳು ತೊಲಗಿದರೆ, ಅವರಿಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಡಚಣೆಗಳು ತೊಲಗಿದಂತೆ. ಈ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಕೂಡ ಜ್ಞಾನ ಹೊಂದುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ತೊಲಗಿ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಜ್ಞಾನ ತುಂಬಿದ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಸಾಧ್ಯಾಯ ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ಜ್ಞಾನಿಗಳ ಸಾಂಗತ್ಯದಿಂದ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಜ್ಞಾನ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರವರ್ತನೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಉನ್ನತ ಶಿಖರಗಳಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಹಾಗಾದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಅಡ್ಡಿಯಾದ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಅಂದರೆ ಸಂಶಯಗಳು ಅಂದರೆ ಬ್ಲಾಕ್ಸ್ ಏನೆಂದು? ಅವುಗಳಿಗೆ ಕಾರಣ ಏನು ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಮೂಢ ನಂಬಿಕೆಗಳು, ಎಷ್ಟೋ ತರಹ

ಆಚಾರಗಳಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಅಂತಹ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಿಗೆ, ಆಚಾರಗಳಿಗೆ, ಕಾರಣ ಅಜ್ಞಾನ. ಅಂತಹ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದವರು ಯಾರಾದರೂ ಅವುಗಳಿಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಆಗುವುದೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಅದೇ ಸರಿಯಾದ ಜೀವನ ಎಂದು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಎಲ್ಲರೂ ಹೇಗೆ ಪ್ರವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೋ, ಇವರು ಹಾಗೆ ಪ್ರವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲರೂ ಏನು ಮಾಡುವರೋ,ಇವರು ಅದೇ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ನಾವು ಮಾಡುವುದೇ ಸರಿ ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕೂಡ ಅವರಿಗೆ ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಅವರು ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಯಾರಾದರೂ ಏನಾದರೂ ಹೇಳಿದರು ಅದನ್ನು ಅಂಗೀಕರಿಸಲಾರರು. ಅಂಗೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಕೂಡ ಕಾರಣ ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದೆ ಸರಿ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ ಅವರಿಗೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಈ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ ಯಾವಾಗ ತೊಲಗಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ ಎಂದರೆ ಅವರು ವಿವೇಕದೊಂದಿಗೆ ಆಲೋಚಿಸಿದರೂ, ಅಥವಾ ಜ್ಞಾನಿಗಳು ವಿವರಿಸಿದರೂ, ಅಥವಾ ಇವರು ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ ಜ್ಞಾನ ಹೊಂದಿದ್ದರೂ ಅವರ ಸಂದೇಹಗಳೆಲ್ಲವೂ ತೊಲಗಿ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಸಂಶಯಗಳು ನಿವೃತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಅಂದರೆ ಅವರ ಬ್ಲಾಕ್ ಹೊರಟು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಅವರು ಶಿಖರವನ್ನು ಅಧಿರೋಹಿಸಬಲ್ಲರು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ವಿಜಯಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸಬಲ್ಲರು. ಆನಂದವಾಗಿ ಜೀವಿಸಬಲ್ಲರು, ದುಃಖದಿಂದ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಹೊರ ಬರುತ್ತಾರೆ.

ಸಹಜವಾಗಿ ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಕೆಲವು ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

1) ತಾನು ಆತ್ಮವಾದರೂ ದೇಹವೇ ನಾನು ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪುಕಲ್ಪನೆ.

2) ಆತ್ಮ ದೇವರಾದರೂ, ವಿಗ್ರಹವೇ ದೇವರು ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪುಕಲ್ಪನೆ.

3) ತಾನೇ ಆ ದೈವ (ಅಹಂ ಬ್ರಹ್ಮಾಸ್ಮಿ) ವಾದರೂ ದೈವ ಬೇರೆ ಇರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪುಕಲ್ಪನೆ.

4) ತಾನು ದೇವರಾದರೂ ಮಾನವ ಮಾತ್ರನು ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪುಕಲ್ಪನೆ.

5) ಮಾನವ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ,ಅಂದರೆ ನಮ್ಮ ವಾಸ್ತವಗಳಿಗೆ ನಾವೇ ಕಾರಣವಾದರೂ ಅದಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ಯಾರೋ ಕಾರಣ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪುಕಲ್ಪನೆ.

6) ತಾನು ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಕರ್ಮಗಳ ಅನುಸಾರ, ತನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯದು ಕೆಟ್ಟದ್ದು ನಡೆಯುತಿದ್ದಾರೆ ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ದೇವರೇ ಕಾರಣ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ. ಒಳ್ಳೆಯದು ನಡೆದರೆ ದೇವರ ದಯೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ನಡೆಯದಿದ್ದರೆ, ದೇವರಿಗೆ ಇನ್ನು ಕರುಣೆ ಬರಲಿಲ್ಲ, ದಯೆ ಇಲ್ಲ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಕೆಟ್ಟದು ನಡೆದರೆ ಏನೋ ದೇವರು ನನಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನೇ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ, ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

7) ತನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತಾನು ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ತಾನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಕರ್ಮಗಳೇ ತನ್ನ ಹಣೆಯ ಮೇಲೆ ಬರೆದಿದ್ದರೂ , ಬ್ರಹ್ಮನು ತನ್ನ ಹಣೆಬರಹವನ್ನು ಹೀಗೆ ಬರೆದಿದ್ದಾನೆ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

8) ನಾನು ಸರ್ವ ಶಕ್ತಿವಂತನಾಗಿದ್ದು, ಏನಾದರೂ ಸಾಧಿಸಬಲ್ಲವನಾಗಿದ್ದರೂ, ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಉದ್ದರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಶಕ್ತಿವಂತನಾದರೂ, ಯಾರೋ ಬಂದು ತನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ, ಕಾಪಾಡುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

9) ತನ್ನ ಮುಕ್ತಿಗೆ, ಮೋಕ್ಷಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡ ಬೇಕಾಗಿರುವಾಗ, ಯಾರೋ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ, ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ, ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

10) ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಎನ್ನುವುದು, ನನ್ನದು ಎನ್ನುವುದು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಎಲ್ಲಾ ಒಂದೇ ಚೈತನ್ಯವಾದರೂ, ಈ ಸಂಸಾರ ನನ್ನದು, ಇವರೆಲ್ಲರೂ ನನ್ನವರು ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ, ನಾನು ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೆಲ್ಲ ನನ್ನದೇ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ, ನನಗೆ ಇಷ್ಟು ಇದೆ ನಾನು ಇಂತಹ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಏರಿದ್ದೇನೆ, ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ..

11) ತಾನೇ ಅಲ್ಲದೇ, ಯಾವುದೂ ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಎಲ್ಲಾ ಇರುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

12) ಎಲ್ಲರೂ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಲೋಕಗಳಿಂದ ಬಂದಿರುವ ಆತ್ಮಗಳೇ ಆದರೂ, ಅವರು ನನ್ನ ಮಕ್ಕಳು, ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ,ನನ್ನ ಗಂಡ, ನನ್ನ ತಾಯಿ, ನನ್ನ ತಂದೆ, ನನ್ನ ಬಂಧುಗಳು ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

13) ಎಲ್ಲವೂ ಒಂದೇ ಚೈತನ್ಯ, ಒಂದೇ ಭಗವಂತನಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಟ್ಟರೂ,ನಾನು ನನ್ನ ಕುಟುಂಬ ಅದರ ಹೊರತು ಉಳಿದವರೆಲ್ಲರೂ ನನ್ನವರಲ್ಲ ಬೇರೆ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

14) ಸಮಸ್ತ ಜೀವಿಗಳು ಒಂದೇ ಭಗವಂತನ ವಿವಿಧ ರೂಪಗಳೇ ಆದರೂ, ಮಾನವರು ಬೇರೆ, ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಬೇರೆ, ಪಕ್ಷಿಗಳು ಬೇರೆ, ಜಲಚರಗಳು ಬೇರೆ ಎನ್ನುವ ಕಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

15) ಮಾಂಸ ತಿಂದರೆನೆ ಶಕ್ತಿ ಬರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ. ಭಗವಂತನು ತನಗಾಗಿಯೇ ಆ ಪಕ್ಷಿಗಳನ್ನು, ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ್ದಾನೆ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

16) ಔಷಧಿಗಳ ಮೂಲಕವೇ ರೋಗಗಳು ಗುಣವಾಗುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

17) ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದದ್ದು ಎಷ್ಟೋ ಇರುವಾಗ ನನಗೆ ಎಲ್ಲಾ ತಿಳಿದಿದೆ, ನಾನು ತಿಳಿದಿರುವುದು, ನಾನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರುವುದೇ ಸರಿ, ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

18) ಎಲ್ಲಾ ಒಂದೇ ದೇವರ ರೂಪಗಳಾದರೂ , ಅವರು ಬೇರೆ ಕುಟುಂಬದವರು, ಬೇರೆ ಕುಲದವರು, ಬೇರೆ ಮತದವರು, ಬೇರೆ ಪ್ರಾಂತದವರು, ಬೇರೆ ದೇಶದವರು ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

19) ಎಲ್ಲಾ ಒಂದೇ ದೇವರು ಆದಾಗ ಎಲ್ಲಾ ಒಂದೇ ಆದಾಗಲೂ ಕಾಲಿಗೆ ನಮಸ್ಕರಿಸುವುದು,ಪಾದಾಭಿ ವಂದನೆಗಳು ಮಾಡುವುದು, ಅವರು ದೊಡ್ಡವರು ನಾನು ಕಡಿಮೆ ಅಂತಸ್ತು ಉಳ್ಳವನು ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

20) ತಾನು ಶಕ್ತಿವಂತನಾಗಿದ್ದರೂ, ಶಕ್ತಿ ಇಲ್ಲದವನು ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

21) ಕಾಣಿಸುವ ಸೃಷ್ಟಿಯೇ ಇರುವುದು ಬೇರೆ ಯಾವ ಪ್ರಪಂಚ ಇನ್ನೇನೂ ಇಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

22) ಸಾಯುವವರೆಗೆ ಜೀವನ...ನಂತರ ಇನ್ನು ಜೀವನ ಇಲ್ಲವೆಂಬ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

23) ತಾನು ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪುಗಳು, ಹಿಂಸೆ, ಪಾಪಗಳು, ಯಾರೂ ನೋಡಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

24) ದೇವರು ಗುಡಿಯಲ್ಲೇ ಇರುತ್ತಾನೆ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

25) ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಗಳು ಮಾಡಿದರೆ. ಒಳ್ಳೆಯದಾಗುತ್ತದೆ....ಆದರೆ ಪೂಜೆಗಳು, ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳು, ನಮಾಜುಗಳು, ಮಾಡಿದರೇನೆ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ.

ಇಷ್ಟು ವಿಧಗಳ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಇರುವವರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಹೇಗೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ? ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೇಗೆ ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ? ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟಿಸುತ್ತಾರೆ ? ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಡಚಣೆಗಳು ಅಡ್ಡಿಗಳು ಇಲ್ಲದೆ ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಹೇಗೆ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ?

ಆದ್ದರಿಂದ ಜೀವನ ಸಮಾಧಾನವಾಗಿ ಸಾಗಬೇಕೆಂದರೂ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಾಗಬೇಕೆಂದುಕೊಳ್ಳುವವರು, ಸದ್ಗುರುಗಳನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿ, ಈ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ತೊಲಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆಗ ಅವರು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯನ್ನು,ಚೆನ್ನಾಗಿ ದೀಕ್ಷೆಯಿಂದ ಮಾಡಬಲ್ಲರು. ನಿಧಾನವಾಗಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೂಡಾ ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಸದ್ಗುರುಗಳು ಏನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೋ ಅವೆಲ್ಲ ಸತ್ಯಗಳೆಂದು ಅನುಭವ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಸತ್ಯದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಧರ್ಮವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ, ಜೀವನವನ್ನು ಧನ್ಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ತಿಳಿಸಲಾಗಿರುವ ಅಂಶಗಳೆಲ್ಲವೂ , ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಡಚಣೆಗಳು ಅಂದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಅಡ್ಡಿ ಉಂಟು ಮಾಡುವಂತಹದು. ಇಂತಹ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆಗಳೆಲ್ಲವೂ ಜ್ಞಾನ ಹೊಂದುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ತೊಲಗಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಿದರೆ ಯಾವ ವಿಧವಾದ ಬ್ಲಾಕ್ ಆದರೂ, ಜ್ಞಾನದಿಂದಲೇ ಹೋಗುತ್ತದೆ, ಎಂದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಜೀವನ ಆತಂಕಗಳಿಲ್ಲದೇ ಸರಾಗವಾಗಿ ಸಾಗಬೇಕು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುವವರು ಜ್ಞಾನ ಸಂಪಾದಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ಬ್ಲಾಕ್ಸ್ ಗಳಿಗೆ ಜ್ಞಾನದ ಹೊರತು ಮತ್ತೆ ಯಾವ ಪರಿಷ್ಕಾರವೂ ಇಲ್ಲ ಅನಗತ್ಯವಾದ ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗದೆ, ಜ್ಞಾನ ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು.ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಮೌನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು.

ತ್ರಿವಿಧ ಮಾಲಿನ್ಯಗಳು

ಮಾಲಿನ್ಯ ಎಂದರೆ ಕಲುಷಿತವಾಗುವುದು, ಮಲಿನವಾಗುವುದು, ಕೊಳೆಯಾಗುವುದು, ಶುಭ್ರತೆ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು, ಇದರಿಂದ ದುರ್ವಾಸನೆ, ದುರ್ಗಂಧ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ, ಸಹಿಸಲಾರದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಜನ ಜೀವಿಸಲಾರರು, ಈ ಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಾಲಿನ್ಯಗಳು ಮೂರು ವಿಧಗಳು. (1) ಪರಿಸರ ಮಾಲಿನ್ಯ (2) ದೇಹ ಮಾಲಿನ್ಯ (3) ಮನೋ ಮಾಲಿನ್ಯ

ಪರಿಸರ ಮಾಲಿನ್ಯ

ಅಂದರೆ ಪರಿಸರಗಳು ಕಲುಷಿತವಾಗುವುದು. ಇವು ಮೂರು ವಿಧಗಳು (1) ಭೂ ಮಾಲಿನ್ಯ (2) ನೀರಿನ ಮಾಲಿನ್ಯ (3) ವಾಯು ಮಾಲಿನ್ಯ

ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಲಾಗಿರುವ ಮಾಲಿನ್ಯಗಳಿಂದ ಪರಿಸರವು ಹಾಳಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮಾನವ ಜೀವನ ದುರ್ಬರವಾಗುತ್ತದೆ ಮಾನವನು ವಿಧವಿಧವಾದ ರೋಗಗಳೊಂದಿಗೆ ಭಾದೆ ಪಡಬೇಕಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವಿಧವಾಗಿ ಅಂತಹ ಪರಿಸರಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಲು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟ.

ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಕಸ ಕಡ್ಡಿಯನ್ನು ಎಲ್ಲೆಂದರಲ್ಲಿ ಬಿಸಾಡುವುದು, ಸರಿಯಾಗಿ ಶುಭ್ರ ಮಾಡದಿರುವುದು, ಮಾಂಸಾಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಕೊಂದ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಅವಶೇಷಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲೆಂದರಲ್ಲಿ ಬಿಸಾಡುವುದು, ಬಹಿರಂಗ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮಲಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆಗಳು ಮಾಡುವುದು ಇಂತವುಗಳಿಂದ ಭೂ ಮಾಲಿನ್ಯ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ಫ್ಯಾಕ್ಟರಿಗಳಲ್ಲಿನ ವ್ಯರ್ಥ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡದೇ, ಹೊರಗೆ ಹಾಕುವುದರಿಂದ, ಮೀನುಗಳು, ಸಿಗಡಿಗಳ ಕೆರೆಗಳಿಂದ, ಪಟ್ಟಣಗಳ ಹೊಳೆ ನೀರನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಸಮುದ್ರದೊಳಗೆ ಬಿಡದಿರುವುದರಿಂದ, ನೀರಿನ ಮಾಲಿನ್ಯ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಹಾಗೆ ಪಟ್ಟಣಗಳಲ್ಲಿ ವಾಹನಗಳು ಅತಿಯಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ಫ್ಯಾಕ್ಟರಿಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗುವ ಹೊಗೆಯಿಂದ, ಮರಗಳನ್ನು, ಗಿಡಗಳನ್ನು, ಕಾಡುಗಳನ್ನು, ವಿಚಕ್ಷಣಾ ರಹಿತವಾಗಿ ಕಡಿಯುವುದರಿಂದ, ವಾಯು ಮಾಲಿನ್ಯ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಈ ಮಾಲಿನ್ಯಗಳೆಲ್ಲವೂ, ಮಾನವನಿಗೆ ನಷ್ಟ ಉಂಟು ಮಾಡುವುದು, ಕಷ್ಟವನ್ನು ತರುವಂತದ್ದು, ಆದರೆ ಕೆಲವು ಜಾಗ್ರತೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ,ಮಾನವ ಈ ಮಾಲಿನ್ಯಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಅದರಿಂದ ಹೊರಗೆ ಬರಬಹುದು.

ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬೇಕಾದದ್ದು ಏನೆಂದರೆ, ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಮಾಡುವ ಮಾಲಿನ್ಯಗಳನ್ನು ತೊಲಗಿಸುವ ಏರ್ಪಾಟು ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಇದೇ. ಹಾಗೇ ಅದು ನಡೆಯುವುದು ಕೂಡಾ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ವಿಸರ್ಜಿಸುವ ಮಲ ಅಂದರೆ ಸಗಣಿ ಯಂತಹದು ಹುಳುಗಳಿಗೆ ಆಹಾರವಾಗುವುದರಿಂದ ಅವು ಶುಭ್ರಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಮಾಂಸಾಹಾರಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ತ್ಯಜಿಸಿದ ಮಾಂಸದ ಅವಶೇಷಗಳು , ಕೊಳೆತು ಹೋದರೂ, ರಣಹದ್ದುಗಳು ಆಹಾರವಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಏನಾದರೂ ಇನ್ನೂ ಏನಾದರೂ ಉಳಿದರೆ ಕ್ರಿಮಿ ಕೀಟಗಳು ಅವುಗಳನ್ನು ಶುಭ್ರಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ವಾಸಿಸುವ ಪ್ರಾಂತ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಸರ ಮಾಲಿನ್ಯವಾಗದಂತೆ ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಸಹಜ ಸಿದ್ದ ಏರ್ಪಾಟುಗಳಿವೆ.

ಆದರೆ ಅಂತಹ ಏರ್ಪಾಟನ್ನು ಮಾನವ ವಾಸಿಸುವ ಪ್ರಾಂತ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ. ಕಾರಣ ಪರಿಸರವನ್ನು ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲ ಬುದ್ಧಿ ಮಾನವರಿಗೆ ಇದೆ.ಭಗವಂತನಿಂದ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಅಂತಹ ಬುದ್ಧಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ಕೊಡಲಾಗಿಲ್ಲ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಮಾನವನು ತನ್ನ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ತಾನು ಮಾಲಿನ್ಯ ಮಾಡಿದ ಪರಿಸರವನ್ನು ತಾನೇ ಶುದ್ದಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ತನ್ನ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ತಾನೇ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. "ಉದ್ದರೇಧಾತ್ಮನಾತ್ಮಾನಾಮ್" ಎಂದು ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ ಅಲ್ಲವೇ?

ದೇಹ ಮಾಲಿನ್ಯ

ಹಾಗೆಯೇ ಬೆವರಿನಿಂದ,ಧೂಳು ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಬೀಳುವುದರಿಂದ ದೇಹವು ಕೊಳೆ ಯಾಗುತ್ತದೆ, ಅಂತಹ ದೇಹವನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಸ್ನಾನದ ಮೂಲಕ ಶುಭ್ರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ಆದೇಹದಿಂದ ವಾಸನೆ ಬರುತ್ತದೆ. ದುರ್ಗಂಧ ಬರುತ್ತದೆ.ಅಂತಹವರು ಹಾಯಾಗಿರಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರ ಬಳಿ ಯಾರು ಕೂರಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವು ದಿನಗಳಗೆ ಆ ದೇಹ ಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದ, ಚರ್ಮ ವ್ಯಾಧಿಗಳು ಅಂದರೆ ಅಂಟು ವ್ಯಾದಿಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಜೀವಿಸಲು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಂತಹವರು ಪ್ರತಿದಿನ ಶುಭ್ರವಾಗಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ, ತಲೆಯನ್ನು ಶಾಂಪುವಿನೊಂದಿಗೆ ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಶುಭ್ರವಾಗಿ ಒಗೆದ ವಸ್ತ್ರಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿದರೆ, ದೇಹ ಮಾಲಿನ್ಯ ಇಲ್ಲದೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆ ದಿನವೆಲ್ಲಾ ಹಾಯಾಗಿ ಕಳೆಯಬಹುದು. ಅವರಿಂದ ಯಾವ ಅ ಸೌಕರ್ಯ ವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ದೇಹ ಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದ ಬರುವ ವ್ಯಾದಿಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ಹೊಂದಬಹುದು.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಾಗಬೇಕೆಂದು ಕೊಳ್ಳುವವರು ಈ ದೇಹ ಮಾಲಿನ್ಯ ಇಲ್ಲದಂತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯ. ಅಂದಕ್ಕೆ ಪತಂಜಲಿ ಮಹರ್ಷಿಯು ತನ್ನ 'ಯಮ' 'ನಿಯಮ'ಗಳಲ್ಲಿ 'ಶೌಚ' ಎನ್ನುವ ನಿಯಮವನ್ನು ಬೋಧಿಸಿದ್ದಾರೆ.

'ಶೌಚ' ಎಂದರೆ ಶುಭ್ರವಾಗಿ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಂದರೆ ತನ್ನ ಶರೀರವನ್ನು, ವಸ್ತ್ರಗಳನ್ನು, ಮನೆಯನ್ನು, ಪರಿಸರಗಳನ್ನು, ಶುದ್ಧವಾಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಅವರು ಬೋಧಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಮನೋ ಮಾಲಿನ್ಯ

ಮಾನವರಿಗೆ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹಾನಿ ಮಾಡುವುದು, ಮನೋ ಮಾಲಿನ್ಯ ಅದರಿಂದ ಮಾನವರು ದುಃಖದೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅಶಾಂತಿಯೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಕಷ್ಟಗಳ ಪಾಲಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಏಕೆಂದರೆ ಮಾನವರು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಮನಸ್ಸು ಕಾರಣ ಮನಸ್ಸು ಹೇಗೆ ಇದ್ದರೆ ಮನುಷ್ಯನ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಹಾಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಮಲಿನವಾದರೆ, ಕೆಟ್ಟ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ, ಕೆಟ್ಟ ಪ್ರವರ್ತನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ. ಅದರಿಂದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕೆಟ್ಟ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ, ಅಂದರೆ ಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತಾನೆ.

ಕೆಟ್ಟ ಮನಸ್ಸು ಅಂದರೆ ಕಲುಷಿತವಾದ ಮನಸ್ಸು ಅವರಿಂದ ಇತರ ಮಾನವರಿಗೂ ಎಲ್ಲವೂ ನಷ್ಟಗಳೇ, ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಮನಸ್ಸು ಕಲುಷಿತವಾಗುವುದು,.. ಮನಸ್ಸು ಮಲಿನವಾಗುವುದು. ಅದರಿಂದ ಕೆಟ್ಟ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಅಂದರೆ ಮಧ್ಯಪಾನ, ವ್ಯಭಿಚಾರ, ಜೂಜು, ಮಧ್ಯಸನದಂತಹುವುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಕೆಟ್ಟ ಗುಣಗಳಿಂದ ಕೆಟ್ಟ ಬಯಕೆಗಳು, ಅಸೂಯೆ, ದ್ವೇಷ ಸ್ವಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕೆಟ್ಟ ಕೆಲಸಗಳು ಅಂದರೆ ಮೋಸ,ಕಳ್ಳತನ, ಅಪಹರಿಸುವಿಕೆ, ಅಧರ್ಮವಾಗಿ ಪ್ರವರ್ತಿಸುವುದನ್ನು

ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅದರ ಮೂಲಕ ಫಲಿತಗಳು ಅನುಭವಿಸಿ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇದೆಲ್ಲವೂ ಕೆಟ್ಟ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ..

ಮನೋ ಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದ ಬುದ್ಧಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಜ್ಞಾನ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಧರ್ಮ ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ, ಸತ್ಯ ಅರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಾನೆ. ಜೀವನವನ್ನು ನರಕ ಪ್ರಾಯವನ್ನಾಗಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಮಾನವನು ದುಃಖವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸ ಬೇಕೆಂದರೂ, ಸುಖ ಶಾಂತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸಬೇಕೆಂದರೂ,ಸಂತೋಷ ಹೊಂದಬೇಕೆಂದರೂ, ಮನೋ ಮಾಲಿನ್ಯವಿಲ್ಲದಂತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಂದರೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಈ ಮನಸ್ಸು ಹೇಗೆ ಕಲುಷಿತವಾಗುತ್ತದೆ? ಈ ಮನೋ ಮಾಲಿನ್ಯವನ್ನು ಹೇಗೆ ಹೋಗಲಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು? ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ಯಾರ ಮನಸ್ಸಾದರೂ ಶುದ್ಧವಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ.ಅದಕ್ಕೆ ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಆದರೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಅವರು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಆಹಾರದಿಂದ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮೃತಾಹಾರ ಮಾಂಸಹಾರದಿಂದ , ಕೋಳಿ, ಮೊಟ್ಟೆಯಂತವುಗಳಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಕಲುಷಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಶಾಕಾಹಾರದಲ್ಲೂ, ತಮೋ,ರಜೋಗುಣ ಪ್ರಧಾನವಾದ ಆಹಾರಗಳು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಮಲ್ಲಿನವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರೊಂದಿಗೆ ನಿತ್ಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆಸುವ ವ್ಯವಹಾರಗಳಿಂದ ಕೂಡ ಮನಸ್ಸು ಕಲುಷಿತವಾಗುತ್ತದೆ.. ಇದರಿಂದ ಅವರ ಪ್ರವರ್ತನೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಇಲ್ಲದೆ,ಇತರರಿಗೆ ನಷ್ಟವನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅದರ ಮೂಲಕ ಅವರು ಕೂಡ ನಷ್ಟ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಈ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಹೊರ ಬರಬೇಕೆಂದರೂ,ಮನೋ ಮಾಲಿನ್ಯ ತೊಲಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದರೂ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ದಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ದಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾರ್ಗವೇ ಪತ್ರೀಜಿ ಬೋಧಿಸುವ "ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ " ಧ್ಯಾನ. ಯಾರು ಸಾತ್ವಿಕವಾದ ಶಾಕಾಹಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವರೋ, ಅವರು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲರು. ಮನೋ ಮಾಲಿನ್ಯವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲರು, ಆನಂದವಾಗಿ ಜೀವಿಸಬಲ್ಲರು.

ಅನುಬಂಧ

ಪತ್ರೀಜಿ ಸಂದೇಶಗಳು

"ತ್ರೀ ರತ್ನಗಳು"

ಸತ್ಯ ಎನ್ನುವುದು ಮೂರು ರತ್ನಗಳಾಗಿ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ! ಇವುಗಳೆ ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಚ್ಯುಯಲ್ ಸೊಸೈಟಿಸ್ ರವರ ತ್ರಿರತ್ನಗಳು!

ಅವುಗಳು **(1) ಧ್ಯಾನ (2) ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ (3) ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯ**

ಈ ಮೂರು ರತ್ನಗಳೇ ಆತ್ಮವನ್ನು ಶುಭಾಯಮಾನವಾಗಿ ಅಲಂಕರಿಸುವುದು!

ಈ ಮೂರು ರತ್ನಗಳೇ ಮಾನವನನ್ನು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಅಲಂಕರಿಸುವುದು!

ಧ್ಯಾನ ಎಂದರೆ ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ ಅದರ ಫಲ... ಆತ್ಮಾನುಭವ!

ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ ಎಂದರೆ ಮಹಾಮಹಿಮರ ಜೀವನ ಚರಿತ್ರೆಯನ್ನು ಓದುವುದು...ತತ್ಫಲಿತವಾಗಿ ಜ್ಞಾನಲಾಭ!

ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯ ಎಂದರೆ ಯೋಗಿಗಳ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಮುಖತಃ ಕೇಳುವುದು.. ಫಲ – ಅಪಾರವಾದ ಮಿತ್ರ ಲಾಭ!

ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಚ್ಯುಯಲ್ ಮಾಸ್ಟರ್ ಗಳಿಗೆ ಭೂಷಣವೇ ಈ ತ್ರಿರತ್ನಗಳು!

ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಇರುವವರೆಲ್ಲರೂ ಇದೇ ವಿಧವಾಗಿ ತ್ರಿರತ್ನ ಶೋಭಿತರು ಆಗಬೇಕು!

ಶುದ್ಧವಾದ ಆತ್ಮಾನುಭವದೊಂದಿಗೆ ಅಪಾರವಾದ ಆತ್ಮವಿಜ್ಞಾನದೊಂದಿಗೆ ಹಾಗೂ ಮಿತ್ರಕೋಟಿ ಲಾಭದೊಂದಿಗೆ ಸರ್ವ ಜನರು ಮಹಾನಂದವಾಗಿ ಜೀವಿಸಬೇಕು!

ಧ್ಯಾನಂ ಶರಣಂ ಗಚ್ಛಾಮಿ!
ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯಂ ಶರಣಂ ಗಚ್ಛಾಮಿ!!
ಸಜ್ಜನ ಸಂಘಂ ಶರಣಂ ಗಚ್ಛಾಮಿ!!!

ತ್ರಿವಿಧ ಮುಕ್ತಿಗಳು

ಮುಕ್ತ ಸ್ಥಿತಿಗಳು ಮೂರು!

ಅವು : 1. ಮುಕ್ತಿ 2. ಪರಿಮುಕ್ತಿ 3. ಮಹಾ ಪರಿ ಮುಕ್ತಿ.

ಬುದ್ಧನ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಇವುಗಳೇ – 1) ನಿರ್ವಾಣ 2) ಪರಿ ನಿರ್ವಾಣ 3)ಮಹಾ ಪರಿನಿರ್ವಾಣ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

"ಸಾಧನೆಯೊಂದಿಗೆ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸವೂ ಸರಿಹೋಗುವುದು ಧರೆಯಲ್ಲಿ" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ ವೇಮನ!

ಮುಕ್ತಿ ಸಾಧನಾ ಮಾರ್ಗಗಳು ಮೂರು – 1) ಸಾಧನೆ 2) ಪರಿಸಾಧನೆ 3) ಮಹಾ ಪರಿಸಾಧನೆ

ನಿರ್ವಾಣ ಹೊಂದಿದವರನ್ನು 'ಅರಿಹಂತರು' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಪರಿನಿರ್ವಾಣ ಹೊಂದಿದವರನ್ನು 'ಬೋಧಿಸತ್ವರು' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಮಹಾಪರಿನಿರ್ವಾಣವನ್ನು ಹೊಂದಿದವರನ್ನು 'ಬುದ್ಧರು' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಈ ಮೂರನೆಯ ಸಾಧನೆ,ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯ ಸಾಧನೆ! ನಮಗಿಂತ ಉನ್ನತ ಜ್ಞಾನ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವವರಿಂದ ಸದಾ, ಮುಖತಃ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು, ನಮಗಿಂತ ಅಲ್ಪ ಜ್ಞಾನ ಸ್ಥಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸದಾ, ಮುಖತಃ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೋಧಿಸುವುದು – ಇದೇ ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯ, ಮಹಾ ಪರಿಸಾಧನೆ ಎನ್ನಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

–ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಮುಕ್ತಿ –

–ಧ್ಯಾನ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯದಿಂದ ಪರಿಮುಕ್ತಿ

ಧ್ಯಾನ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯದಿಂದ ಮಹಾಪರಿಮುಕ್ತಿ

ತಮ್ಮ ಮುಕ್ತಿಗಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವವರಿಗೆ ಮುಕ್ತಿ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವರು ಇತರರ ಮುಕ್ತಿಗಾಗಿ ಅಹರ್ನಿಶಿ ಹೋರಾಡುವಾಗ 'ಪರಿಮುಕ್ತಿ' ಲಭಿಸುತ್ತದೆ.

ಸಕಲ ಪ್ರಾಣಿಕೋಟಿ ಮುಕ್ತಿಗೆ ಅಹರ್ನಿಷಿ ಶ್ವಾಸ ಇರುವಷ್ಟು ಕಾಲ, ದೇಹ ಇರುವಷ್ಟು ಕಾಲ, ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರೆ, ಮಹಾಪರಿ ಮುಕ್ತಿ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ.

ತ್ರಿವಿಧ ವಾಕ್ಕುಗಳು

ರಾಮಾಯಣ ಎಂದರೆ ಶ್ರೀ ರಾಮನ ಕಥೆ

ಶ್ರೀ ರಾಮನ ಕಥೆ! ಎಂದರೆ ಅದು ಒಂದೇ– ಪಿತೃವಾಕ್ಯ ಪರಿಪಾಲನೆ!!!

ಪಿರಮಿಡಾಯಣ ಎಂದರೆ, ಪಿರಮಿಡ್ ಮಾಸ್ಟರ್ಗಳ ಕಥೆ!!

ಪಿರಮಿಡ್ ಮಾಸ್ಟರ್ಗಳ ಕಥೆ ಎಂದರೆ, ಸತ್ಯ ವಾಕ್ ಪರಿಸಾಧನೆ!!!

ವಾಕ್ಕುಗಳು ಮೂರು ವಿಧಗಳು

1) ಕೆಟ್ಟ ವಾಕ್ಯಗಳು 2) ಒಳ್ಳೆಯ ವಾಕ್ಯಗಳು 3) ಸತ್ಯ ವಾಕ್ಯಗಳು!

ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳೆಲ್ಲರೂ, ಸತ್ಯವಾಕ್ಯಗಳ ಪರಿಸಾಧಕರು!

ಆತ್ಮದ ಕುರಿತು ಮಾತನಾಡುವುದೇ ಸತ್ಯವಾಕ್ಯಗಳು!

ಎಲ್ಲರನ್ನು ಆತ್ಮಗಳಾಗಿ ಸಂಬೋಧಿಸುತ್ತ ಆಡುವ ಮಾತುಗಳು ಸತ್ಯವಾಕ್ಯಗಳು!!!

ಸತ್ಯಂ ಶರಣಂ ಗಚ್ಛಾಮಿ!
ಸತ್ಯ ವಾಕ್ಯಂ ಶರಣಂ ಗಚ್ಛಾಮಿ!!
ಸತ್ಯವಾಕ್ಯ ಅಭ್ಯಾಸಂ ಶರಣಂ ಗಚ್ಛಾಮಿ!!!

ತ್ರಿವಿಧ ಸತ್ಯಗಳು

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನ.. ಅದು ಯಾರು ಹೊಂದಿದ್ದರೂ, ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಎಷ್ಟು ಹಾಯಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ! ಆಗಾಗ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಚೆಕ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ತನ್ನ ಗುಣಗಣಗಳನ್ನು

ಮೆರುಗುಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ, ತಾನಿರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಶಾಶ್ವತ ಪ್ರಯೋಜನಗಳಿಗಾಗಿ ಶ್ರಮವಹಿಸುತ್ತಾ ಸಾಗುವ ಆ ಜೀವನ ಗಮ್ಯದ ರಹದಾರಿ ದಿವ್ಯವಾಗಿರುವುದಲ್ಲವೇ!?

ಸರಿ ಈಗ ಒಂದು ಸತ್ಯ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ನೋಡೋಣ!

1) "We won't get what we desire!

.... We will get only what we deserve!"

"ನಾವು ಬಯಸಿದ್ದು ನಮಗೆ ಲಭಿಸುವುದಿಲ್ಲ.... ನಮಗೆ ಅರ್ಹತೆ ಯಾವುದಿದೆಯೋ, ಅದೇ ನಮಗೆ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ!!"

ಯಾವುದನ್ನು ನಾವು ಹಂಬಲಿಸುತ್ತಾ, ಕೋರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇರುತ್ತೇವೋ ಅವೆಲ್ಲವೂ ನಮ್ಮದಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ! ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಯಾವುದನ್ನು ಹೊಂದಲು ನಮಗೆ ಅರ್ಹತೆ ಇರುತ್ತದೆ, ಅದು ಮಾತ್ರವೇ ನಮ್ಮದಾಗುತ್ತದೆ!!

ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಹೋಗಿ ಆಳವಾದ ಎರಡನೆಯ ಸತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

(2) "we won't get what we deserve!

... We will get only what we need!!

ಅರ್ಹತೆ ಇರುವುದು ದಕ್ಕದಿರಬಹುದು ಆದರೆ, ನಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಅಗತ್ಯವು ಮಾತ್ರ ತಪ್ಪದಂತೆ ನೆರವೇರುತ್ತದೆ.

ಕಾಣಿಸುವ ಈ ಬೌತಿಕ ಶರೀರ ಮಾತ್ರವೇ ನಾನು ಎನ್ನಿಸುವ ಭ್ರಮೆಯಿಂದ 'ನಾನು' ಎಂದರೆ, ಈ ದೃಶ್ಯ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಆಧಾರವಾದ ಆತ್ಮ ಸ್ವರೂಪನು ನಾನು ಎನ್ನುವ ಅವಗಾಹನೆ ಬಂದ ನಂತರ,ಆತ್ಮ ಪರಿಣಿತಿಯನ್ನು ಮೀರಿದ ಶ್ರೇಯಸ್ಸು ಇನ್ನೇನು ಇರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಅಂದಿನಿಂದ, ಅರ್ಹತೆ ಇದೆಯೆಂದು ಅಲ್ಲವೇ ಎಂದು ವರ್ತಮಾನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅಷ್ಟಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸದ ಭೌತಿಕ ಜೀವನದ ಕೋರಿಕೆಗಳು ನಮಗೆ ತೀರುವುದಿಲ್ಲ! ಕೇವಲ ಏನು ಲಭಿಸಿದರೆ ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದೋ,ಅಂತವು ಮಾತ್ರವೇ ನಮ್ಮದಾಗುತ್ತದೆ.

ಇನ್ನು ಮುಂದಕ್ಕೆ ಸಾಗಿ ಅತ್ಯಂತ ಆಳವಾದ ಮೂರನೆಯ ಸತ್ಯ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ನೋಡೋಣ.

3) "we won't get what we need

... We will get to only those have that are needed for the society through Us!"

"ನಮ್ಮ ಅಗತ್ಯಗಳು ತೀರದಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಸಮಾಜ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳು ಯಾವುದು ಇದೆಯೋ, ಅವು ಮಾತ್ರ ತಪ್ಪದಂತೆ ನೆರವೇರುತ್ತದೆ".

ಜ್ಞಾನಿಯಾಗಿ, ಯೋಗಿಯಾಗಿ ತನ್ನ ಜೀವನ ವೈಚಿತ್ರವನ್ನು ಅಂತರಂಗದೊಳಗೆ ವಿಕ್ಷಿಪ್ತ ಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ, ಒಬ್ಬ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿ ಯಾವುದೇ ಬೌತಿಕ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನಾದರೂ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿ ಏನಿರುವುದಿಲ್ಲ. ತನ್ನಲ್ಲಿನ ಬ್ರಹ್ಮ ಪದಾರ್ಥವೇ ಸಕಲ ಜೀವರಾಶಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಸ್ಥಿತವಾಗಿರುವ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿರುವ ಬ್ರಹ್ಮ ಜ್ಞಾನಿಗೆ, ಸ್ವಂತ ಪರಿಣಿತಿ ಎನ್ನುವುದು ಬೇರೆಯಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ!

ನಿಜವಾದ ಜ್ಞಾನಿ, ತನ್ನ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಸಮಾಜವನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ಉದ್ಧರಿಸುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಅಂಕಿತ ಭಾವದೊಂದಿಗೆ ಮುಳುಗಿರುತ್ತಾನೆ! ಆಗ ನನ್ನ ಮೂಲಕ ಏನು, ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಅದು ಸಮಾಜ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗುವುದು ಅದು ಮಾತ್ರವೇ ನನಗೆ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ಸತ್ಯ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ.

ತ್ರಿವಿಧ ಆನಂದಗಳು

ಮೂರು ವಿಧಗಳ ಆನಂದಗಳು ಇವೆ..

ಅವುಗಳು :

(1) ವಿಷಯಾನಂದ

(2) ಭಜನಾನಂದ

(3) ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದ

ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಇರುವುದು

ಅನ್ನಮಯ್ಯ ಕೋಶದ ಮೂಲಕ ವಿಷಯಾನಂದ ಹೊಂದಲು...

ಮನೋಮಯ ಕೋಶದ ಮೂಲಕ ಭಜನಾನಂದವನ್ನು ಹೊಂದಲು

ವಿಜ್ಞಾನಮಯ, ಆನಂದಮಯ ಕೋಶಗಳ ಮೂಲಕ ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದವನ್ನು ಹೊಂದಲು

ತ್ರಿಪುರ ಸುಂದರಿ

"ತ್ರಿಪುರ ಸುಂದರಿ" ಎಂದರೆ

"ದೇವತಾ ಮೂರ್ತಿ"ಯಲ್ಲ.... "ಆತ್ಮಪದಾರ್ಥ"

ತ್ರೀ = ಮೂರು

ಪುರ = ಪುರಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವ

ಸುಂದರಿ =ಸುಂದರವಾದದ್ದು

ಮೂಲ ಚೈತನ್ಯವೇ ಸುಂದರವಾದದ್ದು, – ಇದೇ ನಿಜವಾದ "ಸುಂದರಿ"

ಆದರೆ ಈ ಮೂಲ ಚೈತನ್ಯ ಪ್ರಕೃತಿ ತತ್ವಗಳಲ್ಲಿ ತಾದ್ಯಾತ್ಮತೆ ಹೊಂದುತ್ತಾ, ಕ್ರಮ ಕ್ರಮವಾಗಿ ಮೂರು ತೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಕಾರಣ ಶರೀರ...ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರ..... ಸ್ಥೂಲ ಶರೀರ

ಈ ಮೂರು ಶರೀರಗಳೇ "ಮೂರು ತೊಡುಗೆಗಳು"... "ಮೂರು ಪುರಗಳು"

ಆತ್ಮ ಪದಾರ್ಥ ಎನ್ನುವುದು ಈ ಪಂಚ ಭೌತಿಕ ಲೋಕಕ್ಕೆ ಬರುವ ವೇಳೆಗೆ "ತ್ರಿಪುರ ಸುಂದರಿ" ಯಂತೆ ಬೆಳಗುತ್ತದೆ.

"ತ್ರಿಪುರ ಸುಂದರಿ" ಯನ್ನು "ಬಾಲಾ" ಎಂದು ಕೂಡಾ ವರ್ಣಿಸುತ್ತಾರೆ.

"ಬಾಲಾ" ಎಂದರೆ ನಿತ್ಯ ನೂತನವಾದದ್ದು...

ನಿತ್ಯ ಯೌವ್ವನವಾದದ್ದು... ನಿತ್ಯ ಶೋಭಾಯಮಾನವಾ ದದ್ದು

ಈ ಲಕ್ಷಣಗಳೆಲ್ಲವೂ ಆತ್ಮ ತತ್ವದ ಗುಣ ಗಣಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ.

ಅದಕ್ಕೆ ತ್ಯಾಗರಾಜ ಸ್ವಾಮಿಗಳು ಹೀಗೆ ಗಾಯನ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ.. ಅದು..."ದಾರಿಯನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡೆ – ತ್ರಿಪುರ ಸುಂದರಿಯನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡೆ " ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಆತ್ಮತತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಇರುವುದು ಒಂದೇ ದಾರಿ. ಅದೇ "ಆನಾಪಾನಾಸತಿ ಧ್ಯಾನ".

ಮೂರು ಪಾದಗಳು

'ಭೂಲೋಕ'...'ಭುವರ್ ಲೋಕ'... 'ಸ್ವರ್ಗ ಲೋಕ' ಎನ್ನುವ ಮೂರು ಲೋಕಗಳನ್ನು ಮೂರು ಪಾದಗಳನ್ನು ವಾಮನನು ಬಲಿಚಕ್ರವರ್ತಿಯನ್ನು ಕೋರಿದನು

'ಭೂಲೋಕ' ಎಂದರೇನು?

ನಮ್ಮ ಶರೀರವೇ 'ಭೂಲೋಕ'

ಇದನ್ನೇ ಕೆಲವರು ಪ್ರಕೃತಿಯೆಂದೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಇನ್ನು ಮನಸೇ 'ಭುವರ್ ಲೋಕ ' ಪ್ರಜ್ಞೆಯೇ 'ಸುವರ್ಲೋಕ'

'ಬಲಿ' ಎಂದರೆ 'ಕಂದಾಯ' ಅಥವಾ 'ಸುಂಕ, ಟ್ಯಾಕ್ಸ್'

ನಮ್ಮ ಮನೆಗೆ ನೀರು ಸರಬರಾಜು ಮಾಡಿದ್ದಕ್ಕೆ ಮುನ್ಸಿಪಾಲಿಟಿಗೆ ಕಂದಾಯ ಕಟ್ಟುತ್ತೇವೆ ಅಲ್ಲವೇ!

ಅದೇ ವಿಧವಾಗಿ, ಮಾನಸಿಕ ಸಂಬಂಧ ವಾದದ್ದಕ್ಕೆ ಕೂಡ ಕಂದಾಯ ಕಟ್ಟಬೇಕು. ಹಾಗಾದರೆ, ಬಲಿ ಚಕ್ರವರ್ತಿ ಕಟ್ಟಿದ ಸುಂಕವೇನು?

ತನ್ನ ಶರೀರಿಕ ಮಾನಸಿಕ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಕ್ತಿಗಳೆಲ್ಲವನ್ನು ಭಗವಂತನಿಗೆ ಧಾರೆ ಎರೆದನು.

ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿನ ಕಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ವಿಚಿತ್ರವಾಗಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಭಗವಂತನ ಒಂದು ಪಾದ ಭೂಲೋಕವನ್ನೆಲ್ಲ ಆಕ್ರಮಿಸಿತಂತೆ!

ಎರಡನೆಯ ಪಾದ ಆಕಾಶವನ್ನೆಲ್ಲ ವಶ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿತಂತೆ!

ಮೂರನೇಯ ಪಾದ ಬಲಿಚಕ್ರವರ್ತಿ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟನಂತೆ! ಅಂದರೆ 'ಶಾರೀರಿಕ ಬ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ದ್ವಂಸ ಮಾಡಿದನು' ಎಂದು ಅರ್ಥ"

ಶ್ರೀ ಸತ್ಯಸಾಯಿ ("ಸನಾತನ ಸಾರಥಿ", ಅಕ್ಟೋಬರ್ 94)

ಶಾರೀರಿಕವಾಗಿ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ, ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ... ಮೂರರಲ್ಲೂ ಭಗವಂತನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದನು... ಇದೇ ಇದರ ಅಂತರಾರ್ಥ!

ತ್ರಿವಿಧ ದುಃಖಗಳು

ತ್ರಿವಿಧ ದುಃಖಗಳನ್ನು ತಾಪತ್ರಯ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

'ತಾಪ' ಎಂದರೆ 'ದುಃಖ'

'ತ್ರಯ' ಎಂದರೆ 'ಮೂರು'

ತಾಪಗಳು ಎನ್ನುವುದು ಮೂರು ವಿಧಗಳಾಗಿ ಇರುತ್ತವೆ :

(1) ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತಾಪ

ನಮ್ಮಲ್ಲಿನ ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ,ಲೋಭ, ಮೋಹ, ಮದ, ಮಾತ್ಸರ್ಯಗಳು ಎನ್ನಲ್ಪಡುವ ಅರಿಷಡ್ವರ್ಗಗಳಿಂದ ನಮಗೆ ಉಂಟಾಗುವ ಭಾಧೆಗಳನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತಾಪಗಳು ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರತಿ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಇರುವ ಇಹಲೋಕ ಒಟ್ಟಾರೆ ಬಾಧೆಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡಾ 90ರಷ್ಟು ಈ ವಿಧವಾಗಿ ತಮಗೆ ತಾವೇ ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದೇ...

ನಮಗೆ ನಾವು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಬಾಧೆಗಳನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತಾಪಗಳು ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ.

(2) ಆದಿ ಭೌತಿಕ ತಾಪ

ಇತರ ಪ್ರಾಣಿ ಕೋಟಿಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಬಾಧೆಗಳನ್ನು, ಆದಿ ಬೌತಿಕ ತಾಪಗಳು ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ.

ನಮ್ಮ ಪ್ರಮೇಯವಿಲ್ಲದೆ ಇತರರ ಅಜ್ಞಾನ, ಅಕ್ರಮ, ಚರ್ಯೆಗಳಿಂದ ನಮಗೆ ಉಂಟಾಗುವ ಭೌತಿಕ ಪರವಾದ ಬಾಧೆಗಳು ಎಂದು ಅರ್ಥ ಪ್ರತಿ ಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ಉಂಟಾಗುವ ಇಹಲೋಕ ಬಾಧೆಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 9 ರಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ಈ ಸಾಲಿಗೆ ಸೇರಿವೆ.

(3) ಆದಿ ದೈವಿಕ ತಾಪ

ಪ್ರಕೃತಿ ಸಹಜವಾದ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ತಾಪಗಳನ್ನು ಆದಿ ದೈವಿಕ ತಾಪಗಳು ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ.

ಅತಿವೃಷ್ಟಿ... ಅನಾವೃಷ್ಟಿ... ಅತಿ ಶೀತಲ... ಅತಿ ಉಷ್ಣ ಮೊದಲಾದ ಅನೇಕ ಭಾಧೆಗಳನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರುತ್ತವೆ

ಪ್ರತಿ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಇಹಲೋಕ ಬಾಧೆಗಳಲ್ಲಿ 1% ಮಾತ್ರ ಈ ಸಾಲಿಗೆ ಸೇರಿದೆ

ಅಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಅಧೀನರಾದ ಮಾನವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ತ್ರಿವಿಧ ದುಃಖಗಳು ತಾಪತ್ರಯಗಳು ಇರುತ್ತವೆ.

ಆದರೆ ಒಂದಾನೊಂದು ಮುಕ್ತ ಪುರುಷನಿಗೆ ಒಂದಾನೊಂದು ಧ್ಯಾನ ಯೋಗಿಗೆ...ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಧ್ಯಾನ ಯೋಗಿಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತಾಪಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ... ಕೇವಲ ಆದಿ ಭೌತಿಕ ತಾಪಗಳು ಮಾತ್ರ ಇರುತ್ತವೆ.

ತ್ರಿಗುಣಗಳು

ನಮ್ಮ ಗುಣಗಳ ಅನುಸಾರ ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳು ಇರುತ್ತದೆ

ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ಗುಣಗಳು ಕೂಡ ಬದಲಾಗುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ.

"ಗುಣ" ಎಂದರೆ "ಅಂತರ್ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ" ಎಂದರೆ "ಬಹಿರ್ ಕಾರ್ಯಕಲಾಪ"

"ಗುಣ", "ಕರ್ಮ" ಇವೆರಡು ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಹೆಣೆದುಕೊಂಡಿರುವ ಎರಡು ಹಾವುಗಳಂತಹುದು.

ಅಂತರ್ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಅನುಸಾರ ಮನುಷ್ಯರನ್ನು ತಮೋಗಣ ಪ್ರಧಾನಿಗಳಾಗಿ, ರಜೋಗುಣ ಪ್ರಧಾನಿಗಳಾಗಿ, ಸತ್ವಗುಣ ಪ್ರಧಾನಿಗಳಾಗಿ, ವಿಭಜಿಸಬಹುದು.

ತಮೋಗುಣ ಪ್ರಧಾನಿಗಳು "ಕುಂಭಕರ್ಣ"ನಂತೆ ಕೇವಲ ಶಾರೀರಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡುವವರು

ಕಾಮವೇ ಮುಖ್ಯ ಧ್ಯೇಯವಾಗಿರುವವರು... ಕಷ್ಟಗಳು ಬಂದರೆ ಆರ್ತನಾದ ಮಾಡುವವರು.

ರಜೋಗುಣ ಪ್ರಧಾನಿಗಳು ರಾವಣಾಸುರನಂತೆ ಕೀರ್ತಿ ಕಾಮುಕರು ಅಂತ್ಯವಿಲ್ಲದ ಸುಖಗಳನ್ನು ವಾಂಛಿಸುವವರು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಎಂತಹ ಅಧರ್ಮಕ್ಕಾದರೂ ಇಳಿಯುವವರು. ಸತ್ವಗುಣ ಪ್ರಧಾನಿಗಳು ಧರ್ಮಾಭಿಲಾಷಿಗಳು... "ವಿಭೀಷಣ"ನಂತೆ ಬುದ್ಧಿಜೀವಿಗಳು ಜ್ಞಾನಯೋಗ ಜಿಜ್ಞಾಸುಗಳು

ಇನ್ನು ಇವುಗಳಿಗೆ ಅತೀತವಾದವರು ಶುದ್ಧ ಸಾತ್ವಿಕರು ನಿರುಕುಣಿಗಳು ಮೋಕ್ಷ ಸಾಮ್ರಾಜ್ಯವನ್ನು ಆಳುವವರು ಇವರು ಪರಿಮಿತಿ ಹೊಂದಿರುವ ಚಿಟ್ಟೆಗಳು "ಸೀತೆ" ಯಂತೆ..." "ಶ್ರೀ ರಾಮನಂತೆ"... ಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಸಿದ್ಧರು ನಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಧ್ಯೇಯ ತ್ರಿಗುಣಗಳಿಂದ ಶುದ್ಧ ಸಾತ್ವಿಕರಾಗಿ, ನಿರ್ಗುಣರಾಗಿ ಬೇಗನೆ ಬದಲಾಗುವುದು

ತ್ರಿವಿಧ ಧರ್ಮಗಳು

ಇವುಗಳನ್ನೇ ತ್ರಯೋಧರ್ಮ ಎಂದು ಕೂಡಾ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ "ತ್ರಯೋಧರ್ಮ ಮನುಪ್ರಪನ್ನಾ ಗತಾಗತಂ ಕಾಮಕಾಮಾ ಲಭಂತೆ" ಎಂದು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ ನಮಗೆ "ಮೂರು ಧರ್ಮಗಳು" ನಿರ್ದೇಶಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ ಅವು ನಮ್ಮ ಶರೀರದ ಕುರಿತಾದ ಧರ್ಮ ನಮ್ಮ ಆತ್ಮ ಪುರೋಗತಿಯ ಕುರಿತಾದ ಧರ್ಮ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಇರುವ ಇತರ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಮೇಲೆ ನಮ್ಮ ಧರ್ಮ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅದರದೇ ಆದ ವಿಶಿಷ್ಟತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ತನಗೆ ಅಂದರೆ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಹೊರತಾದ ಧರ್ಮವು ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ದೇಹಕ್ಕೆ ಹೊರತಾದ ಧರ್ಮ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಹೊರತಾಗಿರುವ ಧರ್ಮ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ

ತ್ರಿವಿಧ ಶತ್ರುಗಳು

ಜೀವಾತ್ಮನಿಗೆ ಮೂವರು ಶತ್ರುಗಳು : ಮೊದಲ ಶತ್ರು... ಎಲ್ಲಾ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲೂ ತಮೋ ಗುಣ ಎರಡನೆಯ ಶತ್ರು.. ಅನೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ರಜೋ ಗುಣ ಮೂರನೇ ಶತ್ರು... ಕೆಲವು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ... ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣ "ತಮೋ ಗುಣ" ಎಂದರೆ "ಆಲಸಿತನ".. ನಾಳೆಗೆ ಮುಂದೂಡುವ ತತ್ವ " ಆಲಸಿತನ ಯಾವಾಗಲೂ ಇರಬಾರದು... ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನಾಳೆಗೆ ವಾಯಿದೆ ಹಾಕಬಾರದು.

ಶುಭಸ್ಯ ಶೀಘ್ರಂ... "ಆಲಸ್ಯಂ ಅಮೃತಂ ವಿಷಂ"

"ತಮೋ ಗುಣ"ಎನ್ನುವುದು ಸರ್ವ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ, ಸಕಲ ಪರಿಸ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ತ್ಯಜಿಸಬೇಕಾದ ಗುಣ ಶರಶಯ್ಯೇಯ ಮೇಲಿರುವಾಗಲೂ...,

ಧರ್ಮರಾಜನಿಗೆ ಧರ್ಮ ಬೋಧೆ ಮಾಡಲು ...

ರಾಜನೀತಿ ಸೂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳುವ ಕೆಲಸವನ್ನು.... ಬೀಷ್ಮನಿಗೆ, ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಒಪ್ಪಿಸಿದನು ಇನ್ನೂ ಎರಡನೆಯ ಶತ್ರು... ಅನೇಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ... "ರಜೋಗುಣ" "ರಜೋಗುಣ" ಎಂದರೆ "ಶಕ್ತಿವಂತವಾಗಿ ಆನೇಕಾನೇಕ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು" ಇದು ಒಳ್ಳೆಯದೇ, ಆದರೆ ಕೆಲವು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲದೇ, ಉದ್ರೇಕಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗಿ ಶಕ್ತಿ ಮೀರಿದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಕೈಗೊಳ್ಳಬಾರದು ಸತ್ಯಾಸತ್ಯ ವಿಚಾರಣೆ ಇಲ್ಲದೆ ಮಾತನಾಡಬಾರದು ಎಲ್ಲಾ ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ಆಲೋಚಿಸದೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಮುನ್ನುಗ್ಗಲೂ ಬಾರದು ಈ ವಿಧವಾಗಿ ಎಷ್ಟೋ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಇವೆ...

ಎರಡನೆಯ ಶತ್ರುವನ್ನು ಜಯಿಸಲೇ ತೀರಬೇಕು.

ಕೊನೆಯದಾಗಿ ಮೂರನೇಯ ಶತ್ರು.... ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ..... "ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣ"

"ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣ" ಎಂದರೆ ಅನುಕ್ಷಣವು ಶುಭಪ್ರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುವುದು "ಸದಾ,ಸರ್ವದಾ ಕಲ್ಯಾಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವುದು"

ಆದರೆ ಅತಿಯಾಗಿ ಸಹಾಯವನ್ನೂ ಮಾಡಬಾರದು ತಮ್ಮ ಕಾಲಿನ ಮೇಲೆ ತಾವು ನಿಲ್ಲಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು ಬೇರೆಯವರ ಕೆಲಸ ಯಾವಾಗಲೂ ಮಾಡಬಾರದು...

ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ಕೆಲಸಗಳು ಮಾಡುವುದು "ಒಳ್ಳೆಯತನ"ವಲ್ಲ...ಅಚಿದು "ಹುಚ್ಚುತನ" ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನಾವೇ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು

ಬೇರೆಯವರ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು... ಅವರಿಂದಲೇ... ಮಾಡಿಸಬೇಕು ಈ ವಿಧವಾಗಿ "ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣ" ಕೂಡ ಅನೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಶತ್ರುವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ "ಶುಭಾಶುಭ ಪರಿತ್ಯಾಗಿ" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

"ಅಶುಭ ಪರಿತ್ಯಾಗ" ಎನ್ನುವುದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಕೂಡಲೇ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ಆದರೆ,"ಶುಭ ಪರಿತ್ಯಾಗ" ಎಂದರೆ ?

"ಸಾತ್ವಿಕತೆ" ಎನ್ನುವುದನ್ನು.... ಅಂದರೆ "ಶುಭ" ವನ್ನು ಕೂಡಾ....

ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು. ಈ ವಿಧವಾಗಿ ಮೂರು ಶತ್ರುಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಜಯಿಸಿದವನೇ "ಅರಿಹಂತ್"

ಅಂದರೆ

ಅರಿ =ಶತ್ರು

ಹಂತ್ = ಹತ ಮಾಡಿದವನು

"ಅರಿಹಂತ್" ಎಂದರೆ....

"ಶತ್ರುವನ್ನು ಹತಮಾಡಿದವನು" ಎಂದು ಅರ್ಥ

"ಧ್ಯಾನಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಸಮಾಧಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಅಥವಾ

ಶೂನ್ಯಸ್ಥಿತಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದರೆ

ಸಾಧನೆಯಿಂದಲೇ ಸಾಧ್ಯ. ಒಂದೊಂದು ಸಾರಿ

ಕಠಿಣ ಸಾಧನೆ ಕೂಡಾ ಅಗತ್ಯ.

ಎಷ್ಟು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಗಳಿದ್ದರೂ

ಸರಿಯಾದ ಸಾಧನೆಯೆಂದರೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ

"ಶ್ವಾಸವನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದೇ".

- ಭಗವಾನ್ ಬುದ್ಧ

"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

ಶ್ರೀ ರಾಮಧಾಮ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರ

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

ಶ್ರೀ ರಾಮ ಪಬ್ಲಿಕೇಶನ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಪುಸ್ತಕಗಳು

1.	ಅಹಿಂಸೆ & ಶಾಖಾಹಾರ	ರೂ. 20
2.	ನವವಿಧ ಧರ್ಮಗಳು	ರೂ. 40
3.	ಸಸ್ಯಾಹಾರವೇ ಮಾನವಾಹಾರ	ರೂ. 20
4.	ಧ್ಯಾನ	ರೂ. 60
5.	ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಧ್ಯಾನ ವಿದ್ಯೆ	ರೂ. 30
6.	ಭಾಗವತ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳ ಅಂತರಾರ್ಥ	ರೂ. 30
7.	ಶಿರಿಡಿ 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.	ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನ	ರೂ. 70
18.	ಜ್ಞಾನ ಜ್ಯೋತಿ	ರೂ. 90
19.	ಗೈಡಿಂಗ್	ರೂ. 100
20.	ಸಂಕಲ್ಪವೆಂದರೇನು?	ರೂ. 50
21.	ಕರ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತ	ರೂ. 70
22.	ಜ್ಞಾನ ಕುಸುಮಗಳು	ರೂ. 90
23.	ಆಲೋಚನಾ ಶಕ್ತಿ	ರೂ. 40
24.	ಆತ್ಮವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಮೃತ್ಯುವೇ ಇಲ್ಲ	ರೂ. 40
25.	ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಾಸ್ತ್ರ	ರೂ. 40
26.	ಭಕ್ತಿ ಮುಕ್ತಿ	ರೂ. 30
27.	ಧ್ಯಾನ ತರಂಗ	ರೂ. 40
28.	ಜ್ಞಾನ ಯುಗ	ರೂ. 60
29.	ಸೇತು ವಿಜ್ಞಾನ	ರೂ. 40
30.	ಮರಣಿಸುವ ಮುಂಚೆಯೇ ಮರಣಿಸಬೇಕು	ರೂ. 130
31.	ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಶಕ್ತಿಗಳು	ರೂ. 40
32.	ನಾವು ಇಹಲೋಕ ವಾಸಿಗಳಾ? ಪರಲೋಕ ವಾಸಿಗಳಾ?	ರೂ. 40
33.	ಆಲೋಚಿಸಿ	ರೂ. 70
34.	ನಿರ್ವಾಣ ಮಾರ್ಗ	ರೂ. 60
35.	ಸತ್ಯ	ರೂ. 40
36.	ಆರ್ಥಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ	ರೂ. 40
37.	ಚಕ್ರಗಳು	ರೂ. 30
38.	ಭೂತದಯೆ ಮತ್ತು ದೈವತ್ವ	ರೂ. 80

"ತ್ರಿಪುರ ಸುಂದರಿ"

ಎಂದರೆ

"ದೇವತಾ ಮೂರ್ತಿ"ಯಲ್ಲ.... "ಆತ್ಮಪದಾರ್ಥ"

ತ್ರೀ = ಮೂರು

ಪುರ = ಪುರಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವ

ಸುಂದರಿ = ಸುಂದರವಾದದ್ದು

ಮೂಲಚೈತನ್ಯವೇ ಸುಂದರವಾದ್ದು ಇದೇ ನಿಜವಾದ "ಸುಂದರಿ"

ಆದರೆ ಈ ಮೂಲ ಚೈತನ್ಯ ಪ್ರಕೃತಿ ತತ್ವಗಳಲ್ಲಿ ತಾದ್ಯಾತ್ಮತೆ ಹೊಂದುತ್ತಾ

ಕ್ರಮ ಕ್ರಮವಾಗಿ ಮೂರು ತೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಕಾರಣ ಶರೀರ...ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರ.....ಸ್ಥೂಲಶರೀರ

ಈ ಮೂರು ಶರೀರಗಳೇ "ಮೂರು ತೊಡುಗೆಗಳು" "ಮೂರು ಪುರಗಳು"

ಆತ್ಮ ಪದಾರ್ಥ ಎನ್ನುವುದು ಈ ಪಂಚ ಭೌತಿಕ ಲೋಕಕ್ಕೆ ಬರುವ ವೇಳೆಗೆ

"ತ್ರಿಪುರ ಸುಂದರಿ"ಯಂತೆ ಬೆಳಗುತ್ತದೆ.

---ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರೀಜಿ

ರೂ 70/-

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 - 560 066

ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ : ಹೆಚ್.ಎನ್. ಶ್ರೀನಿವಾಸ, 9449695503

ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ ಎಸ್.ಎನ್. + 91 80500 82689