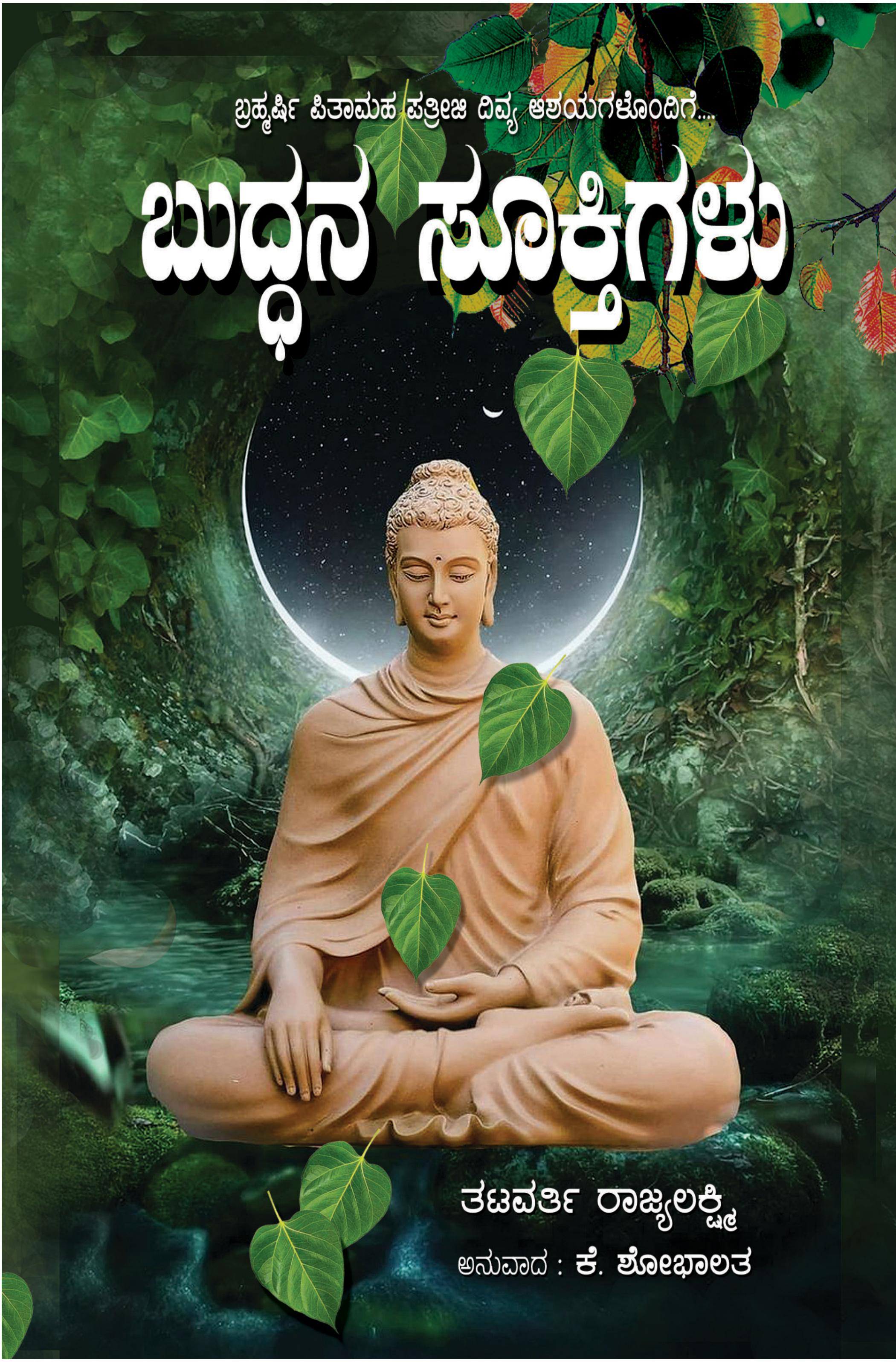
ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪಿತಾಮಹ ಪತ್ರೀಜಿ ದಿವ್ಯ ಆಶಯಗಳೊಂದಿಗೆ....
ಬುದ್ಧನ ಸೂಕ್ತಿಗಳು
ತಟವರ್ತಿ ರಾಜ್ಯಲಕ್ಷ್ಮಿ
ಅನುವಾದ : ಕೆ. ಶೋಭಾಲತ

ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪಿತಾಮಹ ಪತ್ರೀಜಿ ಆಶೀರ್ವಾದದೊಂದಿಗೆ

ಬುದ್ಧನ ಸೂಕ್ತಿಗಳು

ತಟವರ್ತಿ ವೀರರಾಘವರಾವು

ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ : **ಕೆ. ಶೋಭಾಲತ**

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

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

Buddana Sukthigalu

Edited & Published by **Srirama Publications,** Sri Ramadhama Pyaramid Dyanakendra, Narayanappa Garden, Whitefiled, Bangalore - 560 066.

M.: 9449695503, 8050082689, 9886532204

ಮೊದಲನೇ ಮುದ್ರಣ	:	2025
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	:	60/–
ಪುಟಗಳು	:	iv+60= 64
ಮುಖಪುಟ	:	ಚಂದ್ರಕಾಂತ ಪಟ್ಟಣ
ಅಕ್ಷರ ಜೋಡಣೆ	:	**ನಿರಂತರ ಸಾಯಿ ಕಮ್ಯೂನಿಕೇಷನ್ ಪ್ರೈ .ಲಿ** ಮೊ: 96328 12541

ಮುದ್ರಣ :
ಪೂರ್ಣಾ ಗ್ರಾಫಿಕ್ಸ್,
ಬೆಂಗಳೂರು 9844167475

ಸ್ವ-ಪರಿಚಯ

ನನ್ನ ಹೆಸರು ಎಚ್.ಎನ್.ಶ್ರೀನಿವಾಸ. ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಸಿವಿಲ್ ಇಂಜಿನಿಯರ್. ಪದವಿ ಪಡೆದ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ, ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಸರ್ಕಾರಿ ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ಆ ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿ ನಿರಾಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿದ ನಾನು, 1990ರಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ನನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣವು 1999ರಲ್ಲಿ ಎಸ್.ಎಸ್.ವೈ. ಅಂದರೆ, ಸಿದ್ಧಸಮಾಧಿ ಯೋಗ ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. 2004ರಲ್ಲಿ ವೀರಾಂಜನೇಯ ದೇವಾಲಯವನ್ನು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ವೈಟ್‌ಫೀಲ್ಡ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿರ್ಮಿಸಲಾಯಿತು. ಎಲ್ಲಾ ಆಚರಣೆಗಳು ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದವು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಒಲವು ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ನಾನು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಪತ್ನಿ ಎಸ್.ಎನ್.ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ ಸೇರಿ 2008ರಲ್ಲಿ ನಾವು ದೇವಾಲಯದ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ 'ಶ್ರೀ ರಾಮಧಾಮ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರ' ಎಂಬ ಹೆಸರಿನ ಒಂದು ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿದೆವು. ಇದನ್ನು ಸಿದ್ಧಸಮಾಧಿ ಯೋಗ ಸಂಸ್ಥಾಪಕರಾದ ಡಾ.ಋಷಿ ಪ್ರಭಾಕರ್ ಗುರೂಜಿಯವರು ಉದ್ಘಾಟಿಸಿದರು. ಅಲ್ಲಿ ಎಸ್.ಎಸ್.ವೈ. ಶಿಕ್ಷಕರಿಂದ ಸಾಮೂಹಿಕ ಧ್ಯಾನ ತರಬೇತಿಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುತ್ತಿದ್ದೆವು. 2009ರಲ್ಲಿ ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪಿತಾಮಹ ಡಾ.ಸುಭಾಷ್ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಧ್ಯಾನ ಅಧಿವೇಶನಕ್ಕಾಗಿ ಶ್ರೀರಾಮಧಾಮ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದಾಗ 'ಆನಾಪಾನಸತಿ ಧ್ಯಾನ ವಿಧಾನ'ವನ್ನು ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಸಿದರು. ಪತ್ರೀಜಿಯವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದ ನಂತರ, ದಿನನಿತ್ಯದ ನನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭ್ಯಾಸದ ಕಾಲಾವಧಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ. ಪಿ.ಎಸ್.ಎಸ್.ಎಂ.ನ ತತ್ವಸಿದ್ಧಾಂತದಲ್ಲಿ ಗುರು–ಶಿಷ್ಯರ ಕುರಿತಾದ ಒಂದು ಪ್ರಮುಖವಾದ ಅಂಶವು ನನ್ನ ಗಮನ ಸೆಳೆಯಿತು. 'ಯಾರೂ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಗುರುಗಳಲ್ಲ, ಯಾರೂ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಶಿಷ್ಯರೂ ಅಲ್ಲ, ಅವರಿಗೆ ಅವರೇ ಗುರುಗಳು. ಮಾಸ್ಟರ್ ಆಗಿ ಬದುಕಲು ಕಲಿಯಿರಿ, ಎಂದಿಗೂ ಶಿಷ್ಯರಾಗಿಯೇ ಇರಬೇಡಿ' ಎಂಬ ಪತ್ರೀಜಿಯವರ ಮಾತುಗಳು ಆಧ್ಯಾತ್ಮದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿತು. 2013ರಲ್ಲಿ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ನನಗೆ ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿ ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಷನಲ್ ಟ್ರಸ್ಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಟ್ರಸ್ಟಿಯಾಗಿ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಸದವಕಾಶವನ್ನು ಒದಗಿಸಿದರು.

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

ತಮ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸಿಗಳು,

ಎಚ್. ಎನ್. ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಮತ್ತು

ಎಸ್. ಎನ್. ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ ಸಂಸ್ಥಾಪಕರು, ಶ್ರೀರಾಮಧಾಮ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರ

ಪರಿವಿಡಿ

1. 'ಸಾಧಕರಿಗೆ ಬುದ್ಧನು ಹೇಳಿದ ಸೂಕ್ತಿಗಳು'
2. ಯಾರು ಶೂದ್ರರು?
3. ಸರ್ವಾತ್ಮ ಭಾವನೆ ಬರಬೇಕೆಂದರೆ?
4. ಬಂಧವು ಹೇಗೆ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ?
   ಆ ಬಂಧನದಿಂದ ಹೇಗೆ ವಿಮುಕ್ತಿ ಹೊಂದಬೇಕು?
5. ಭಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ವಿಧಗಳು
6. ತ್ರಿವೇಣಿ ಸಂಗಮ
7. ಮೌನದಿಂದಾಗುವ ಲಾಭಗಳು.
8. ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಜೀವಿಸಬೇಕು?

"ಸಾಧಕರಿಗೆ ಬುದ್ಧನು ಹೇಳಿದ ಸೂಕ್ತಿಗಳು"

ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಬೆಲೆಬಾಳುವ ವಸ್ತುವನ್ನು ಎಷ್ಟು ಎಚ್ಚರದಿಂದ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೋ, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹತ್ತುಪಟ್ಟು ಕಾಪಾಡುತ್ತಾ ಇರಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಸ್ತುಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಕೂಡಾ ಮೌಲ್ಯವಾದದ್ದು ಜ್ಞಾನ.

ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಕೋಟಿ ಜನರಿದ್ದರೂ ಬಹಳ ಸ್ವಲ್ಪ ಜನರಿಗೇ ಭಗವಂತನ ತತ್ವವು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ, ಭಗವಂತನೆಂದರೆ ಯಾರೋ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳ ಬಲ್ಲವರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಕೃಷ್ಣನು ಏನು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆಂದರೆ,

ಶ್ಲೋಕ : ಮನುಷ್ಯಾಣಂ ಸಹಸ್ರೇಷು ಕಶ್ಚಿದ್ಯತತಿ ಸಿದ್ದಯೇ

ಯತತಾಮಪಿ ಸಿದ್ಧಾನಂ ಕಶ್ಚಿನ್ಮಾಂ ವೇತ್ತಿ ತತ್ವತಃ (ಭ.ಗಿ.7–3)

ತಾತ್ಪರ್ಯ: ಸಾವಿರಾರು ಜನ ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬಾನೊಬ್ಬರು ಮೋಕ್ಷ ಸಿದ್ಧಿಗಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ, ಹಾಗೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ಸಾವಿರ ಜನರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬಾನೊಬ್ಬನು ಮಾತ್ರವೇ ನನ್ನನ್ನು ಯಾದಾರ್ಥವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲವನಾಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ಸಾಧನೆ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯ ಆಚರಿಸಿದರೂ ಭಗವಂತನನ್ನು ಅರಿವು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾರದ್ದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾ, ... ಪುನಃ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ, ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಾರದ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ ಇರುವ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆಚರಣೆ ಲೋಪವಾದರೆ ಸೀಳಿದ ಗಡಿಗೆಯಲ್ಲಿ ನೀರು ತಂದುಕೊಂಡರೆ, ಮನೆಗೆ ಬರುವುದರೊಳಗೆ ಆ ಗಡಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ನೀರು ಇರುವುದಿಲ್ಲವೋ ! ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿದರೂ ವರ್ತನೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಇರದಿದ್ದರೆ ಆ ಜ್ಞಾನವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಚೆಲ್ಲಿಕೊಂಡಂತೆಯೇ ! ಅದ್ದರಿಂದ ಒಂದೊಂದು ಸಾರಿ ಇವನು ಎಷ್ಟು ಸಾಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ, ಇಷ್ಟು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.... ಮತ್ತೆ ಏಕೆ ಹೀಗೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ? ಅವನಲ್ಲಿರುವ ಅಹಂಕಾರ.

ನೋಡಿ, ರಾವಣಾಸುರನು ಎಷ್ಟೋ ಶ್ರೇಷ್ಠನಾದ ಧ್ಯಾನಿ, ಶ್ರೇಷ್ಠ ಜ್ಞಾನಿ ಏಕೆ ಪತನವಾದನೆಂದರೆ? ಅಷ್ಟು ಶ್ರೇಷ್ಠನಾದ ಈಶ್ವರನೇ ನನ್ನನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನಿ ಎಂದು ಕರೆದಿದ್ದಾನೆ, ಮತ್ತೆ ನನಗಿಂತ ದೊಡ್ಡವನು ಇಲ್ಲವೆಂಬ ಅಹಂಕಾರವೇ ಆತನನ್ನು ಮುಳುಗಿಸಿ ಬಿಟ್ಟಿತು.

ಆ ಮಹಾದೇವನ ದರ್ಶನವನ್ನು ಹೊಂದಿದವನು, ಆತ್ಮಲಿಂಗವನ್ನು ಹೊಂದಿದವನು, ಕೈಲಾಸವನ್ನೇ ಗಡಗಡ ಅಲುಗಾಡಿಸಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ನೆನಪು

ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅಹಂ ಹೊಂದುತ್ತಾ ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ.

ಅದಕ್ಕೆ ಹಿರಿಯರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಇವನು ಮದವೇರಿ ಮೆರೆಯುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ಯಾವಾಗಲೋ ಒಂದುಬಾರಿ ಬಿದ್ದೇ ಬೀಳುತ್ತಾನೆ ಎಂದು. ಅಂದರೆ ಅಹಂಕಾರವು ನಿಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸುತ್ತದೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಬುದ್ಧನು ಸಾಧನೆಯೊಳಗೆ ಬರುವುದು ಎಷ್ಟು ಮುಖ್ಯವೋ, ಹೊಂದಿದ ಸಾಧನಾ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು, ಹೊಂದಿದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಭದ್ರವಾಗಿ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಕೂಡಾ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯವೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಕೂಡಿಡುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ, ಆದರೆ ಚೆಲ್ಲಾಡುವುದು ಬಹಳ ಸುಲಭ. ಹಣವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ, ಆದರೆ ಸಂಪಾದಿಸಿದ ಹಣವನ್ನು ಖರ್ಚು ಮಾಡುವುದು ಬಹಳ ಸುಲಭ.

ಅದಕ್ಕೆಂದೇ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಬುದ್ಧನು ಕೆಲವು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಆ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದರೇನೇ, ಸಾಧನೆಯನ್ನು, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಬೆಳೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ, ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಪ್ರತೀಕ ಬುದ್ಧನೇ. ಆತನು ಬಹಳಷ್ಟು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

1. ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಅಷ್ಟು ಬೆಲೆ.

ಬಹಳಷ್ಟು ಜನ ಹೆಚ್ಚು ಮಾತನಾಡುವುದು ದೊಡ್ಡದು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಮುನಿಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಮೌನವಾಗಿ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅಲ್ಪರಬಳಿ ಆಡಂಬರವನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವುದು ವ್ಯರ್ಥವೆಂದು ಅಗತ್ಯ ಬಿದ್ದಾಗಲೇ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾರೆ. ಮಹಾತ್ಮರ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಅಲ್ಪರು ಎಂದರೆ ಹಣವಿಲ್ಲದವರಲ್ಲ, ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದವರು. ಯಾರಾದರೆ ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೋ ಅವರ ಬಳಿ ನಾವು ಮಾತನಾಡಿದರೂ ಪ್ರಯೋಜನವಿರದು, ಆದ್ದರಿಂದ ಕಡಿಮೆಯೇ ಮಾತನಾಡಬೇಕು, ಅಗತ್ಯಕ್ಕೂ ಮೀರಿ ಮಾತನಾಡಬಾರದು.

ಹಾಗೆಯೇ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ, ಯಾರಿಗಾದರೂ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಹೇಳುವುದಕ್ಕೆ ಎಷ್ಟಾದರೂ ಮಾತನಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾನವರ ಬಳಿ ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಅಷ್ಟು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಅದಕ್ಕೆ ಬುದ್ಧನು "ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಅಷ್ಟು ಗೌರವ, ಅಷ್ಟು ಬೆಲೆ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ".

ಅದಕ್ಕೆ ಪೂರ್ವದಲ್ಲಿ ಮುನಿಗಳೂ ಮೌನವಾಗಿದ್ದು ತಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಆತ್ಮ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರಂತೆ, ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಮೌನ ಅಂದರೆ ಬಾಯಿಯಿಂದ

ಮಾತುಗಳನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಸಂಜ್ಞೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಅಲ್ಲ, ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದ ವಿಷಯಗಳು, ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆಬಾರದ ವಿಷಯಗಳು ಕೂಡಾ ಮಾತನಾಡದಂತೆ ಇದ್ದರೆ, ಯಾವಾಗಲೂ ಮೌನವಾಗಿದ್ದಂತೆ.

ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರತೀಜಿಯವರು "ನಿನ್ನ ಮಾತು ನಿನಗಾದರೂ ಉಪಯೋಗ ವಾಗಬೇಕು, ಇಲ್ಲಾ ಪಕ್ಕದವನಿಗಾದರೂ ಉಪಯೋಗ ಬೀಳಬೇಕು. ಯಾರಿಗೂ ಉಪಯೋಗವಾಗದ ಮಾತು ನಿನ್ನ ಬಾಯಿಯಿಂದ ಬರಬಾರದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ".

ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಸಂಪಾದಿಸಿದ ಧನವನ್ನು ಖರ್ಚು ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಎಷ್ಟೋ ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ, ಮತ್ತೆ ಈ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಖರ್ಚು ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಏಕೆ ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ? ಅಂದರೆ, ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರಿಗೆ ಹಣದ ಬೆಲೆ ಗೊತ್ತು, ಆದರೆ ಆತ್ಮ ಶಕ್ತಿಯ ಬೆಲೆ, ಆತ್ಮದ ಬೆಲೆ ತಿಳಿಯದು. ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಅಂದರೆ ಮಾತನಾಡುವುದಕ್ಕೆ, ಕೇಳುವುದಕ್ಕೆ, ನೋಡುವುದಕ್ಕೆ ಉಚಿತವಾಗಿ ಬಂದಿದೆಯೆಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಧನಕ್ಕಿಂತ ಎಷ್ಟೋ ಬೆಲೆಯುಳ್ಳದ್ದು ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ. ಆದ್ದರಿಂದ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಬಂದವರು ಆತ್ಮದ ಬೆಲೆ, ಆತ್ಮಶಕ್ತಿಯ ಬೆಲೆಯನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಎಷ್ಟೋ ಕಷ್ಟ ಪಡಬೇಕು.

ಆತ್ಮ ಶಕ್ತಿಯ ಬೆಲೆ ಮಹಾತ್ಮರಿಗೆ, ಯೋಗಿಗಳಿಗೆ, ಮಹರ್ಷಿಗಳಿಗೆ ಗೊತ್ತು, ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರು ಬಹಳಷ್ಟು ಮೌನವಾಗಿ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೇ ಬುದ್ಧನು ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಅಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಲೆ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ.

2. ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಪ್ರೀತಿಸಿದರೆ ಅಷ್ಟು ಮನಃಶಾಂತಿ ಇರುತ್ತದೆ.

ಇದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅನುಭವವೇ, ಸಹಜವಾಗಿ ಎಲ್ಲರಿಗೆ ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ಮಿತಿ ಮೀರಿದ ಪ್ರೇಮವಿರುತ್ತದೆ. ಇನ್ನು ಅವರು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಜೀವನವೇ ಇಲ್ಲ ಎನ್ನುವಂತೆ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಒಬ್ಬರನ್ನೋ, ಇಬ್ಬರನ್ನೋ ಹಡೆದು ಅವರ ಮೇಲೆ ಮಿತಿಮೀರಿದ ಪ್ರೇಮದಿಂದ ಇನ್ನೂ ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕು, ಅವರಿಗೆ ಯಾವ ಕೊರತೆಯೂ ಇಲ್ಲದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಹಗಲು ರಾತ್ರಿ ಸಂಪಾದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಆ ಮಕ್ಕಳು ಅವರಿಗೆ ದೂರವಾದಾಗ ಆ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳು ನರಕಯಾತನೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಮಿತಿ ಮೀರಿದ ಪ್ರೇಮ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಬಂಧಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಭಗವಂತನ ಮೇಲೆ ಬಂಧವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡರೆ ನಿನಗೆ ನಿತ್ಯವೂ ಆನಂದ. ಆದರೆ ಕಾಣಿಸುವ ಪ್ರಪಂಚದ ಮೇಲೆ ಪ್ರೇಮವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಕಾಣಿಸದ ಪರಮಾತ್ಮನ ಮೇಲೆ ಪ್ರೇಮವಿಲ್ಲ, ಅದಕ್ಕೆ ಈ ದುಃಖ ಬರುತ್ತದೆ.

ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೆರಬೇಕು, ಸಂಸಾರವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು, ಸಂಪಾದಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ವ್ಯಾಪಾರ ಇಲ್ಲವೇ ಉದ್ಯೋಗವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು, ಆದರೆ ಅದರಲ್ಲಿಯೇ ಮುಳುಗಿ ಹೋಗಬಾರದು. ಅದು ನಿನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯವೆಂದು ಮಾಡಬೇಕು. ಪ್ರತಿ ವಸ್ತುವಿನ ಮೇಲೆ ನನ್ನದು ಎಂಬ ಮಿತಿ ಮೀರಿದ ಪ್ರೇಮವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಎಷ್ಟೋ ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅವರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸದಿದ್ದರೆ ದುಃಖಪಡುತ್ತೀರಿ, ಈ ಆಸ್ತಿ ಪಾಸ್ತಿಗಳ ಮೇಲೆ ಮಿತಿಮೀರಿದ ಪ್ರೇಮವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ, ಅವು ದೂರವಾದಾಗ ದುಃಖಪಡುತ್ತೀರಿ.

ಮತ್ತೇ ಈ ದುಃಖಗಳೆಲ್ಲವುಗಳಿಗೆ ಕಾರಣ ಮಿತಿಮೀರಿದ ಬಂಧವನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ. ಅದಕ್ಕೇ ಬುದ್ಧನು ಯಾವುದನ್ನು ಮಿತಿಮೀರಿ ಪ್ರೀತಿಸಬೇಡ, "ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಪ್ರೀತಿಸಿದರೆ ಅಷ್ಟು ಮನಃಶಾಂತಿ" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ನೆರೆ-ಹೊರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಏನಾದರೂ ಕೊಟ್ಟು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ, ಅವರು ಮನೆ ಖಾಲಿ ಮಾಡಿದಾಗ ಅಷ್ಟು ಬೇಸರಗೊಳ್ಳರು, ಏಕೆಂದರೆ ಪಕ್ಕದವರಾದ್ದರಿಂದ. ಅವರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸರಾಗಲಿ, ಸ್ನೇಹದಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಪಕ್ಕದವರಂತೆ ನಿಜ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕೂಡಾ ಎಲ್ಲಾ ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗಬೇಕಾದದ್ದೇ ಎಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ ಯಾವುದರ ಮೇಲೂ ಮಿತಿಮೀರಿದ ಪ್ರೇಮವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳರು.

ಪ್ರತೀಜಿಯವರು ಹೆಂಡತಿ ಮಕ್ಕಳಿದ್ದರೂ ಈ ಜಗತ್ತನ್ನು ಉದ್ಧರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ನಾನು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬಂದದ್ದು ಎಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿದ ಮೇಲೆ! ಆತನು ಒಂದು ಕ್ಷಣವೂ ಆಲಸ್ಯ ಮಾಡದೇ ಭೋಗಗಳನ್ನು, ಕೋರಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು, ಲೋಕಕ್ಕಾಗಿ ಸಂಚರಿಸಿದರು.

ಆದ್ದರಿಂದ ಎಷ್ಟರವರೆಗೆ ಇರಬೇಕೋ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಇರಬೇಕು, ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಪ್ರೀತಿಸಿದರೆ ಅಷ್ಟು ಮನಃಶಾಂತಿ. ಎಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಪ್ರೀತಿಸಿದರೆ ಅಷ್ಟು ದುಃಖ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕೆಂದರೆ ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಈ ಬಂಧಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಪ್ರೀತಿಸು.

ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಅಮೇರಿಕಾಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳಾದ ಮೇಲೆ ಅವರನ್ನು ನೋಡಬೇಕೆಂದರೂ ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಅಳುತ್ತಾರೆ.

ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದವರಿಗೆ ಇಂತಹ ದುಃಖಗಳೆಲ್ಲಾ ಬರುತ್ತವೆ, ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವು ಅನ್ನವನ್ನು (ಕೂಳು) ಕೊಡುತ್ತದೆಯೇ? ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದಾ? ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ.ಆದರೆ ಈ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವು ಕೂಳು, ವಸ್ತ್ರ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಮನಃಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕೂಡಾ ಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಬುದ್ಧನು ಎಲ್ಲರನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಹಾಯಾಗಿ ಮನಃಶಾಂತಿಯಿಂದ ಬದುಕಿ ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದ

ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದು ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ತನ್ನ ಪಾದಗಳ ಬಳಿಗೆ ತಂದುಕೊಂಡನೆಂದರೆ? ಆತನಿಗೆ ಅಷ್ಟು ಜ್ಞಾನವಿದೆ! ಆ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದೇ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ವಿಲವಿಲ ಒದ್ದಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಮಕ್ಕಳನ್ನ ಅಲ್ಲ, ಹೆಂಡತಿಯನ್ನಾಗಲಿ, ಗಂಡನನ್ನಾಗಲಿ, ಯಾರನ್ನಾಗಲಿ ಸರಿ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರೀತಿಸಬೇಕು. ಆಗಲೇ ಮನಃಶಾಂತಿಯಿಂದ ಜೀವಿಸುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಬುದ್ಧನು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.

3. ಎಷ್ಟು ದೂರವಾಗಿದ್ದರೆ ಅಷ್ಟು ಗೌರವ:

ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾರಾನ್ನಾಗಲಿ ಒಂದು ಸಮಾರಂಭಕ್ಕೆ ಕರೆದರೆ, ಆ ಸಮಾರಂಭಕ್ಕೆ ನಾನು ಹೋಗದಿದ್ದರೆ ಹೇಗೆ? ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಒಬ್ಬ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿ ಪ್ರಜೆಗಳಿಗೆ ಎಷ್ಟು ದೂರವಾಗಿದ್ದರೆ ಅಷ್ಟು ಗೌರವವು ಇರುತ್ತದೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಒಂದು ಸಮಾರಂಭಕ್ಕೆ ಹೋದರೆ ಅಲ್ಲಿ ತಿನ್ನಬಾರದವುಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಕಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಬೆರೆಸಿದ ಆಹಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಧ್ಯಾನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಹೋಗದಿದ್ದರೆ ಅವರು ಏನೆಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೋ ಎಂದು ಹೋಗಿ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡರೆ ನಂತರ ದುಃಖ ಪಡಬೇಕಾದದ್ದು ನೀವೇ. ಆದ್ದರಿಂದ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿ ಇಂತಹವುಗಳಿಂದ ದೂರವಾಗಿ ಇರುತ್ತಾನೆ.

ಆಗ ಕೆಲವುದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಕರೆಯುವವರು, ಇಂತಹವುಗಳಿಗೆ ಅವರು ಬರುವುದಿಲ್ಲ, ಅವರು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆಂದು ಅವರೇ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವುದಿನಗಳ ನಂತರ ಅವರಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಗೌರವವು ಕೂಡಾ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಒಬ್ಬ ಧ್ಯಾನಿ, ಒಬ್ಬ ಜ್ಞಾನಿ ಮೊದಲಲ್ಲಿ ಯಾರಿಗೂ ಅರ್ಥವಾಗನು, ಆ ನಂತರ ಅವರ ಸಾಧನೆ, ವರ್ತನೆ ನೋಡಿ, ಅವರು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನೋಡಿ ಅವರು ದೊಡ್ಡವರು, ಶ್ರೇಷ್ಠರು ಅವರು ಮಾಡುತ್ತಿರುವಂತೆ ನಾವು ಮಾಡಲಾರೆವು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಈ ನಡುವೆ ಮಗನ ಮನೆಯ ಗೃಹ ಪ್ರವೇಶಕ್ಕೆ ನಾವು ಹೋಗಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಕನಿಗಿರಿ ಕ್ಲಾಸ್‌ಗೆ ಹೋದೆನು, ಬರಲಿಲ್ಲವೆಂದು ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾರೂ ಏನು ಅಂದುಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ, ಬಂಧುಗಳಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಗೌರವ ಹೆಚ್ಚಿತು. ಇವರು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಇವರು ಬಹಳ ದೊಡ್ಡವರು, ಭಗವಂತನನ್ನು ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುವ ಧ್ಯಾನಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾರೆ ಎಂಬ ಗೌರವವಿದೆ.

ಒಬ್ಬ ಮಹಾತ್ಮನು ಬರುತ್ತಾನೆಂದರೆ ದರ್ಶನವನ್ನಾದರೂ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಒಳ್ಳೆಯದೆಂದು ಎಷ್ಟೋ ಜನರು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತೀಜಿಯವರು

ಬರುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದರೆ ಎಷ್ಟು ದೂರವಾದರೂ ಹೋಗಿ ದರ್ಶನವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಅಂದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಏಕೆಂದರೆ ಆತನಿಗಿರುವ ಬ್ರಹ್ಮ ಜ್ಞಾನವು ಅಷ್ಟು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದದ್ದು. ಅಂತಹ ಮಹಾತ್ಮರನ್ನು ದರ್ಶಿಸಿದರೂ ಪುಣ್ಯವೇ.

ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಇದ್ದವರು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ದೂರವಾಗಿರಬೇಕು. ಕಾರಣ ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಅಡ್ಡಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವಂತಹವು ಕೆಲವು ಇರುತ್ತವೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಹಾಗೆ ದೂರವಾಗಿ ಇದ್ದಾಗಲೇ ಬೆಲೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನೀವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಿಸಿರಿ, ಕ್ಲಾಸ್ ಹೇಳಿರಿ, ಹತ್ತು ಮಂದಿ ಇದ್ದರೂ ಹೋಗಿರಿ, ಅಷ್ಟೇ ಹೊರತು ಸಿನಿಮಾ ನಟ ಬಂದಿದ್ದಾನೆಂದು, ರಾಜಕೀಯ ನಾಯಕರು ಬಂದಾನೆಂದು ಹೋದರೆ ಬೆಲೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಬುದ್ಧನು ಎಷ್ಟು ದೂರ ಇದ್ದರೆ ಅಷ್ಟು ಗೌರವ ಇರುತ್ತದೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ಗೌರವವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಸಾಧಕರು ಮಾಡಬಾರದು.

4. ಎಷ್ಟು ಹದ್ದಿನಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಅಷ್ಟು ಮರ್ಯಾದೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳದಿದ್ದಾಗ, ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದಾಗ ನೀವು ಮಾತನಾಡಬಾರದು, ನಿಮ್ಮ ಹದ್ದಿನಲ್ಲಿ ನೀವು ಇರಬೇಕು. ಅಗತ್ಯಕ್ಕೂ ಮೀರಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅಂಟಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು, ಕೇಳದ ಹೊರತು ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಕೊಡಬಾರದು. ಎಷ್ಟು ಜ್ಞಾನವಿದ್ದರೂ ಕೇಳದಿದ್ದಾಗ ಮೌನವಾಗಿರಬೇಕು. ಈ ಮೂರ್ಖರಿಗಾಗಿ ನನ್ನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡಬಾರದು ಎಂಬ ವಿಷಯವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಆದ್ದರಿಂದ ಎಷ್ಟು ಹದ್ದಿನಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಅಷ್ಟು ಮರ್ಯಾದೆ ಇರುತ್ತದೆಂದು ಬುದ್ಧನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಮಹಾತ್ಮರು ಅವರ ಜೀವನವನ್ನು ಕಾಯಿಸಿ ಸೋಸಿ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಪಡಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕೂಡಾ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಅವು ಸಣ್ಣವೇ, ಆದರೆ ಆಚರಿಸಿದರೆ ಎಷ್ಟೋ ದೊಡ್ಡವರಾಗಿ ಬೆಳೆಯತ್ತಾರೆ.

ನೀವು ಮನೆಗೆ ಹಿರಿಯ ಮಗಳೆಂದು, ಹಿರಿಯ ಸೊಸೆಯೆಂದು, ದೊಡ್ಡ ಮಗನೆಂದು, ಎಲ್ಲರೂ ನಿಮ್ಮ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆಂದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಸಣ್ಣವರಿದ್ದಾಗ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ, ಬೆಳೆದ ನಂತರ ಅವರ ಜೀವನಗಳು ಅವರವು, ಅವರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅವರ ನಿರ್ಣಯಗಳು ಅವರವು ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ದೊಡ್ಡವರು ಆ ಹಿರಿತನವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಷ್ಟೇ ಹೊರತು ಅಷ್ಟು ಖರ್ಚು ಏತಕ್ಕೆ? ಎಂದು ಹೇಳಿದರೆ! ಅವರು ಅನ್ನುವ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಅನ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಕಲುಷಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಧ್ಯಾನಿಯಾದರೆ ಅನಗತ್ಯವಾಗಿ ಅಂದೆನು, ಅನ್ನದಿದ್ದರೆ ಚೆನ್ನಾಗಿತ್ತು, ಎಂದು ಮಥನಪಡುತ್ತಾನೆ. ಅದೇ ಅಜ್ಞಾನಿಯಾದರೆ, ಇವನ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕೆ ಹೇಳಿದರೆ ನನ್ನನ್ನು ಹೀಗೆ ಅನ್ನುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಜಗಳಕ್ಕೆ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ, ಅದೇ ಜ್ಞಾನಿಗೆ, ಅಜ್ಞಾನಿಗೆ ಇರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸ.

ಯಾರ ಹದ್ದಿನಲ್ಲಿ ಅವರು ಇರುವುದೂ ಕೂಡಾ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಸಾಧನೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿಯ ಮಾಯೆಯನ್ನು ಜಯಿಸಬೇಕೆಂದರೆ ಸಾಧನೆ ಅಗತ್ಯ. ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಅಧೀನದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ.

ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದ ಕಡೆ ತಗುಲಿಕೊಳ್ಳದೆ, ಮಾತನಾಡದೆ ಇದ್ದರೆ, ಹೇಗೆ ಹೋಗಿದ್ದೆವೋ ಹಾಗೇ ತಿರುಗಿ ಬರುತ್ತೇವೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಹದ್ದಿನಲ್ಲಿ ನಾವು ಇದ್ದರೆ, ನಮಗೆ ಮರ್ಯಾದೆ ಇರುತ್ತದೆಂದು ಬುದ್ಧನು ಬೋಧಿಸಿದ್ದಾನೆ.

5. ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಆಶಿಸಿದರೆ ಜೀವನ ಅಷ್ಟು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಏನಾದರೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ ತಿರುಗಿ ಅವರಿಂದ ಆಶಿಸಿದರೆ ದುಃಖವೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ, ಆಶಿಸದಿದ್ದರೆ ದುಃಖವೇ ಇರದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಆಶಿಸಿದರೆ ಅಷ್ಟು ಪ್ರಶಾಂತತೆ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು.

ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಡಬೇಕೆಂದು ಅಂದುಕೊಂಡಾಗ ನೋಡದಿದ್ದರೆ ದುಃಖವು. ಆದರೆ ನೋಡದಿದ್ದರೂ ಬದುಕುವಂತಾಗಬೇಕು, ಆಗ ನೋಡದಿದ್ದರೂ ದುಃಖ ಬರದು.

ಆದ್ದರಿಂದ ಬುದ್ಧನು ಯಾರಿಂದಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಆಶಿಸಬೇಡ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ. ಆಗ ಕಡಿಮೆ ಬಂದರೂ ಹೆಚ್ಚು ಬಂದರೂ ಆನಂದವೇ.

ಉದಾ : ನನ್ನ ಮಗನನ್ನು ಕಲೆಕ್ಟರ್ ಓದಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅವನು ಕಲೆಕ್ಟರ್ ಆದ ಮೇಲೆ ಕಾಲಿನ ಮೇಲೆ ಕಾಲು ಹಾಕಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ, ನನಗೆ ಘನತೆ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಆಸೆ ಪಟ್ಟರೆ, ಅವನು ನಿನ್ನ ವೃದ್ಧಾಶ್ರಮದಲ್ಲಿಟ್ಟು, ಅವನು ಭೋಗ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾ ಇದ್ದರೆ ನಿನಗೆ ಆಗುವ ದುಃಖವನ್ನು ತಡೆದುಕೊಳ್ಳಲಾರೆ.

ಮಗನು ಕಲೆಕ್ಟರ್ ಆಗಬೇಕೆಂದು ನೀನು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟಿದ್ದು ತಪ್ಪಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆ ನಂತರ ಅವನಿಂದ ನಾನು ಸುಖ ಪಡುತ್ತೇನೆಂದು ಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಹೆಚ್ಚು ಆಶಿಸುವುದು. ನಿನ್ನ ಹಣೆ ಬರಹ ಹೇಗಿದೆಯೋ? ನಿನ್ನ ಕರ್ಮಫಲಗಳು ಹೇಗಿವೆಯೋ? ಹಾಗೆ ಇರುತ್ತೀಯಾಗಲೀ, ಅಷ್ಟೇ ಹೊರತು ಆಶಿಸಿದಂತೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಬಂದ ಮೇಲೆ ಕರ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಕರ್ಮವನ್ನಾಧರಿಸಿಯೇ ಯಾರ ಜೀವನವಾಗಲಿ ಇರುತ್ತದೆಯಾಗಲೀ, ಮಕ್ಕಳನ್ನು, ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು, ಗಂಡನನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಜೀವನ

ಇರುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೇ ಬುದ್ಧನು ಯಾವುದನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಆಶಿಸಬೇಡ, ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಆಶಿಸುವೆಯೋ ನಿನ್ನ ಜೀವನವು ಅಷ್ಟು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಏನು ಬಂದರೂ ಪರಮಾತ್ಮನ ಪ್ರಸಾದವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಪ್ರಸಾದವೆಂದರೆ ಒಂದು ಚಮಚೆ ಇಡುತ್ತಾರೆ, ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ನೀನು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಒಂದು ಚಮಚವಾದರೂ ಬಂದರೆ ಸಾಕು ಎಂದು ಅಂದುಕೊಂಡರೆ ಎಷ್ಟೋ ಸಂತೋಷಿಸುತ್ತೀಯ.

ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಆಶಿಸುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಕರ್ಮವನ್ನಾಧರಿಸಿ ಕರ್ಮಫಲಗಳು ಬರುತ್ತವೆಯೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ಆಶಿಸುವುದೇ ಕಡಿಮೆ ಆಶಿಸು ಎಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು. ನಾನು ಈ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಆದ್ದರಿಂದ ಇಷ್ಟು ಲಾಭ ಬರಬೇಕೆಂದು ಆಶಿಸದೆ, ಬಂದರೆ ಬರುತ್ತದೆ, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಕಡಿಮೆ ಆಶಿಸಿದಾಗ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿ ಇರುತ್ತೀಯ.

6. ಎಷ್ಟು ನಿಗ್ರಹದಿಂದ ಇದ್ದರೆ, ನಿನಗೆ ಅಷ್ಟು ಅಗ್ರಸ್ಥಾನವಿರುತ್ತದೆ.

ನೀವು ಎಷ್ಟು ನಿಗ್ರಹದಿಂದ ಇದ್ದರೆ ನಿನಗೆ ಅಷ್ಟು ಅಗ್ರಸ್ಥಾನ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ ಬುದ್ಧನು. ಕಣ್ಣು ಕೆಲವನ್ನು ನೋಡುತ್ತವೆ, ಕಿವಿಗಳು ಕೆಲವನ್ನು ಕೇಳುತ್ತವೆ, ಅವೆಲ್ಲವನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ಕೇಳುತ್ತಿರುವಾಗ ಸಹಜವಾಗಿ ನಿಗ್ರಹವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವೆ, ನೋಡಿದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಬೇಕೆಂದು ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನನಗೆ ಅಗತ್ಯವೇ? ಇಲ್ಲವೆ? ಎಂದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಅಗತ್ಯವಾದರೆ ಕೃಷಿ ಮಾಡು, ಆದರೆ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದಾಗ ಅದನ್ನು ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿಡು. ಇದು ನನ್ನ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸಾಧನೆಗೆ ಉಪಯೋಗವಾಗುತ್ತದೆಯೇ? ಇಲ್ಲವೇ? ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸಿ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ ಎನಿಸಿದರೆ ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಇಡಬೇಕು. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿಗ್ರಹದಿಂದ ಇದ್ದರೆ ಅಗ್ರಸ್ಥಾನ ಬರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಇನ್ನೂ ಇನ್ನೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

ಬುದ್ಧನು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಬದುಕಬೇಕೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೋಡಿದವೆಲ್ಲವೂ ಬೇಕು ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಒಂದು ವಸ್ತುವು ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನೋಡಿದೆ, ಅದನ್ನು ತಕ್ಷಣವೇ ಕೊಂಡು ಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಕೊಂಡರೆ ನಿನಗೆ ನಿಗ್ರಹ ಶಕ್ತಿ ಇಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿದುಕೋ. ನೋಡಿದವೆಲ್ಲವೂ ಅಗತ್ಯವೇ? ಇಲ್ಲವೇ? ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸಿದರೆ ಕೊಂಡಿರೆಂದರೆ ನಿಗ್ರಹವು ಇಲ್ಲದಂತೆಯೇ?

ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ನೋಡಿ ಕೊಂಡು ಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ದುಃಖಪಡಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಆ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಕೊಂಡರೆ ನಿನಗೆ ಜ್ಞಾನವು ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ, ಜ್ಞಾನವು ಬೆಳೆಯುವುದರಿಂದ ಇಲ್ಲಿ ಆನಂದವೇ, ಮೇಲಿನ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡಾ ಆನಂದವೇ. ಒಂದು ಬೇಕೆಂದರೆ ಇನ್ನೊಂದನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು. ಜ್ಞಾನವು ಬೇಕೆಂದರೆ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿರುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಬಿಡಬೇಕು, ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದಿಂದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯೊಳಗೆ ಬರುವುದೆಂದರೆ ಇಳಿದು ಹೋಗುವುದಲ್ಲ, ಬೆಳೆಯುವುದು.

ಮೇಲಿನ ಮೆಟ್ಟಿಲು ಹತ್ತಬೇಕೆಂದರೆ ಕೆಳಗಿನ ಮೆಟ್ಟಿಲನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು. ಕೆಳಗಿನ ಮೆಟ್ಟಿಲನ್ನು ಬಿಡದ ಹೊರತು ಮೇಲಿನ ಮೆಟ್ಟಿಲಿಗೆ ಹೋಗಲಾರಿರಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಅಗತ್ಯಗಳಿಗೆ ಪರಿಮಿತವಾಗಿರಬೇಕು. ತಿನ್ನಬೇಡ, ಸುಖ ಪಡಬೇಡ ಎಂದು ಅಲ್ಲ, ಎಷ್ಟು ಅಗತ್ಯವೋ ಅಷ್ಟರಲ್ಲಿಯೇ ಇರಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಇದ್ದರೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟು ಅಗ್ರಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿರುತ್ತೀರಿ.

ಬುದ್ಧನು ಹೇಳಿದ ಈ ಆರು ಸೂಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತೀರಿ.

* * * * *

"ಯಾರು ಶೂದ್ರರು?"

ಧ್ಯಾನವೆನ್ನುವುದು ಸ್ವಲಾಭಕ್ಕಾಗಿಯಾಗಲಿ ಪರಲಾಭಕ್ಕಾಗಿ ಅಲ್ಲ. 'ಸ್ವ' ಅಂದರೆ 'ಆತ್ಮ', 'ಪರ' ಅಂದರೆ ಶರೀರ. ಅಂದರೆ ಧ್ಯಾನವೆನ್ನವುದು ಆತ್ಮ ಲಾಭಕ್ಕಾಗಿ, ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಲಾಭಗಳು, ಶಾರೀರಿಕ ಲಾಭಗಳಿಗೆ ಅಲ್ಲ. ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ನಾವು ದಿನವೂ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವು ಆ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳದಂತೆ ಇರಬೇಕು.

ಏಕೆಂದರೆ ಮಾಯೆಯು ಬಹಳ ಬಲವಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಯಾಮಾರಿದರೂ ಮಾಯೆಯು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಸತ್ಯವನ್ನು ಮರೆತು ಹೋಗಿ, ಪ್ರಪಂಚವೇ ಸತ್ಯವೆಂಬ ಭ್ರಾಂತಿಯಲ್ಲಿ ಬಿದ್ದು ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಏನು, ಮಾಡಿದರೆ ತಪ್ಪೇನು? ಎಂಬ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕೆಳಗೆ ಜಾರಿ ಬಿಡುತ್ತಾರೆ.

ಪೂರ್ವದಲ್ಲಿ ಯೋಗಿಗಳೆಲ್ಲರೂ ದೇಹ ಲಾಭಕ್ಕಲ್ಲದೆ, ಆತ್ಮ ಲಾಭಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರು. ಅವರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರು. ಆ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡು ರೀತಿಯ ಮನುಷ್ಯರಿರುತ್ತಿದ್ದರು, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವವರು, ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡದವರು.

ಪ್ರಸ್ತುತ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಕುಲ ಮತಗಳಿಗೆ ಅತೀತವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವುದು ಬಹಳಷ್ಟು ಕಷ್ಟ. ಕಾರಣ ಬಹಳ ಕುಲಗಳಿವೆ, ಆದರೆ ಆತ್ಮ ಸ್ವರೂಪರಿಗೆ ಕುಲ, ಮತಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಿಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡೇ ಇರುತ್ತವೆ.

1) ಬ್ರಾಹ್ಮಣನು 2) ಶೂದ್ರನು. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಬ್ರಹ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿದವನು ಬ್ರಾಹ್ಮಣನು. ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡದವನು, ಬ್ರಹ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದದವನು, ಪಾಪಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುವವನು, ಶೂದ್ರನು ಎಂದು ಬುದ್ಧನು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.

ಬುದ್ಧನು ಪ್ರತಿದಿನದಂತೆ ಭೋಜನ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಭಿಕ್ಷಾಟನೆಗೆ ಹೊರಟನು. ಬುದ್ಧನನ್ನು ಆರ್ಥಿಕ ಭರಧ್ವಾಜನು ಎಂಬಾತನು ಓ.. ಶೂದ್ರನೇ ನಿಲ್ಲು ಅಂದನಂತೆ. ಆಗ ಬುದ್ಧನು, ನಿನಗೆ ಶೂದ್ರರೆಂದರೆ ಯಾರು? ಬ್ರಾಹ್ಮಣರೆಂದರೆ ಯಾರು? ಗೊತ್ತಾ? ತಿಳಿಯದಂತೆ ಏಕೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುವೆ? ಯಾವ ಮಾತನ್ನಾಗಲಿ ಸರಿ, ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಮಾತನಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳಿದನು.

ಬುದ್ಧನು ಯಾರಾದರು ತಪ್ಪು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರೆ, ತಪ್ಪು ಮಾತನಾಡಿದರೆ, ತನ್ನ ಬೋಧನೆಗಳಿಂದ ಅವರನ್ನು ಸರಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದನು. ಆಗ ಆರ್ಥಿಕ ಭರಧ್ವಾಜನು ನನಗೆ ಶೂದ್ರನಾರೋ? ಯಾರು ಬ್ರಾಹ್ಮಣನೋ ತಿಳಿಯದು? ನೀನು ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳು ಎಂದು

ಕೇಳಿದಾಗ ಬುದ್ಧನು ಈ ವಿಧವಾಗಿ ಬೋಧಿಸಿದನು.

1. ಸತ್ಯದೃಷ್ಟಿ ಇಲ್ಲದವರು, ಮಾಯೆಗೆ ವಶವಾದರು ಶೂದ್ರರು :

ಸತ್ಯದೃಷ್ಟಿಯಿಲ್ಲದವರು ಎಂದರೆ ಆತ್ಮದೃಷ್ಟಿ ಇಲ್ಲದವರು, ಮಾಯೆಗೆ ವಶವಾಗಿ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುರವವರನ್ನು ಶೂದ್ರರು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆಂದು ಬುದ್ಧನು ಹೇಳಿದನು. ಮತ್ತೆ ಆತ್ಮದೃಷ್ಟಿ ಏಕೆ ಲಭಿಸಲಿಲ್ಲ? ಸತ್ಯವನ್ನು ಏಕೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ? ಅಂದರೆ ಅವರು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ.

ಸತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿದರೇನೇ, ಅಂದರೆ ಆತ್ಮನೇ ಭಗವಂತನು ಎಂದು ಅರ್ಥವಾದರೇನೆ ಭಗವಂತನ ಮೇಲೆ ದೃಷ್ಟಿ ಇಡುತ್ತಾರೆ, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ದೃಷ್ಟಿ ಇಡಲಾರರು. ಗಮಿನಿಸಿರಿ, ಕೆಲವು ದಿನಗಳು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ ಆತ್ಮದ ಮೇಲೆ ದೃಷ್ಟಿ ಹೋಗಿ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವ್ಯವಹಾರಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವವರನ್ನು ಮಾಯೆ ಏನೂ ಮಾಡದು, ಸಾಧನೆ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ಈ ಮಾಯೆಗೆ ವಶವಾಗಿ ಬಂಧನಗಳಲ್ಲಿ ಹೂತು ಹೋಗಿ ಬಂಧಿಗಳಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಎಂತಹ ಉತ್ತಮ ಕುಲದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದರೂ, ಶ್ರೇಷ್ಠರ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಸತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲಾರದವರು, ಸತ್ಯದೃಷ್ಟಿ ಇಲ್ಲದವರು, ಮಾಯೆಗೆ ವಶವಾಗಿ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುವವರು ಶೂದ್ರರು. ಏಕೆಂದರೆ, ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ಜೀವಿಸುವವರಿಗೆ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದೆ ತನ್ನ ಕೆಳಗಿನವರನ್ನು ಅಹಂಕಾರದಿಂದ ಮಾತು ಮಾತಿಗೂ ದೂಷಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅದೇ ಜ್ಞಾನವಿದ್ದವರು ಯಾರನ್ನೂ ದೂಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಯಾರನ್ನೂ ಬಾಧೆಪಡಿಸರು, ಎಲ್ಲರನ್ನು ದೈವವಾಗಿ ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಆ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಿ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು.

ಬುದ್ಧನನ್ನು ಶೂದ್ರನೇ ಎಂದು ಸಂಭೋಧಿಸಿದರೂ ಕೂಡಾ ಆತನಿಗೆ ಕೋಪ ಬರಲಿಲ್ಲ, ಶಾಂತವಾಗಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೋಧಿಸಿದನು. ಬುದ್ಧನು ತಪ್ಪನ್ನು ಸರಿ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಬೋಧಿಸಿದನು. ಬುದ್ಧನು ಪೂರ್ವ ಜ್ಞಾನದಿಂದ, ಬುದ್ಧತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದಿದನು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಮಹಾತ್ಮರ ಜೀವನಗಳನ್ನು, ಅವರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ, ನಾವು ಹೇಗಿದ್ದೇವೆ? ಹೇಗೆ ಬದಲಾಗಬೇಕು? ಹೇಗೆ ಬೆಳೆಯಬೇಕು? ಎಂದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

2. ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಹಿಂಸಿಸುವವರು, ಸಮಸ್ತ ಜೀವರಾಶಿಗಳ ಮೇಲೆ ದಯೆ ಇಲ್ಲದವರು ಶೂದ್ರರು:

ಇಲ್ಲಿ ಹಿಂಸಿಸುವುದು ಎಂದರೆ, ಅವರ ಆನಂದಕ್ಕಾಗಿ ಮೀನುಗಳನ್ನು ತೊಟ್ಟಿಗಳಲ್ಲಿಟ್ಟು ಬೆಳೆಸುತ್ತಾರೆ, ಹಾಗೆ ಅವುಗಳಿಗೆ ಸ್ವೇಚ್ಛೆ ಇಲ್ಲದೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಸ್ವೇಚ್ಛೆಯಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಬಂಧಿಸುತ್ತಾರೆ, ಹುಟ್ಟಿದ ತಕ್ಷಣ ಮರಿಗಳನ್ನು ತಾಯಿಯಿಂದ ದೂರ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಹಾಗೆ ಅವರಿಗೆ ಸ್ವೇಚ್ಛೆ ಇಲ್ಲದೇ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತೆ ಇದು ಎಷ್ಟು ಹಿಂಸೆ? ಅ ತಾಯಿಯೊಬ್ಬಳ ಘೋಷೆ ಇವರಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗದು, ಅರ್ಥವಾದರೆ ಹಾಗೆ ಮಾಡರು. ಇದರ ಹಿಂದೆ ಎಷ್ಟ ಪಾಪವು ಅಡಗಿದೆಯೆಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಯದು.

ಹಾಗೆಯೇ ಎತ್ತುಗಳ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಆ ಎತ್ತು ಗೆಲ್ಲಬೇಕೆಂದು ಅದಕ್ಕೆ ಭಾರವನ್ನು ಕಟ್ಟಿ, ಓಡಿಸಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಹೊಡೆಯುತ್ತಾ ಅದಕ್ಕೆ ನರಕವನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ಕೋಳಿಗಳ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೋಳಿಗಳ ಕಾಲುಗಳಿಗೆ ಕತ್ತಿಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟುತ್ತಾರೆ. ಅವು ಹೊಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವಾಗ ಆ ಕತ್ತಿ ಏಟು ತಗುಲಿ ಅವು ಎಷ್ಟು ನರಕ ಅನುಭವಿಸುತ್ತವೆಯೋ ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಯದು. ಅವು ಹೊಡೆದುಕೊಂಡು ಸಾಯತ್ತಿದ್ದರೆ, ಇವರು ನೋಡಿ ವಿನೋದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಎಷ್ಟು ಹಿಂಸೆ, ಆಲೋಚಿಸಿರಿ!.

ಕೆಲವರು ನಾವು ಪಂದ್ಯಗಳನ್ನು ಆಡುವುದಿಲ್ಲ ರೀ, ಆದರೆ ನೋಡುವುದಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿ ಆಡುವವನಿಗೆ, ಆಡಿಸುವವನಿಗೆ, ನೋಡುವವನಿಗೆ ಆ ಪಾಪದಲ್ಲಿ ಭಾಗ ಇರುತ್ತದೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಹೀಗೆ ಸಮಸ್ತ ಜೀವರಾಶಿಗಳ ಮೇಲೆ ದಯೆ ಇಲ್ಲದೆ ಹಿಂಸಿಸಿದರೆ ಅವರು ಎಷ್ಟು ಉತ್ತಮ ಕುಲದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದರೂ ಶೂದ್ರರೇ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು.

3. ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಸಾಯಿಸುವವರು ಶೂದ್ರರು:

ನೋಡಿ, 4 ಇಂಚುಗಳ ನಾಲಿಗೆಗಾಗಿ, ಬಾಯಿ ರುಚಿಗಾಗಿ ಕೋಳಿಗಳನ್ನು, ಮೇಕೆಗಳನ್ನು, ಮೀನುಗಳನ್ನು, ಸೀಗಡಿಗಳನ್ನು ಎಷ್ಟು ಸಾಯಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೋ ನೋಡಿ, ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸಮಾರಂಭಗಳಾದರೆ ದೊಡ್ಡಸ್ತಿಕೆಗಾಗಿ ಎಷ್ಟು ರೀತಿಯ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಸಾಯಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಪರಮಾತ್ಮನ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಪಾಪವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೋ! ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ.

ಬಾಧೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೂತು ಹೋದಾಗ ದೇವರಿಗೆ ದಯೆ ಇಲ್ಲವೆಂದು ನಿಂದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನಿನ್ನ ಕೆಳಗಿನ ಜೀವಿಗಳ ಮೇಲೆ ನಿನಗೆ ದಯೆ ಇದ್ದರೆ, ಆ ಮೇಲಿನವನು ನಿನ್ನ ಮೇಲೆ ದಯೆ ತೋರಿಸುತ್ತಾನೆ, ನೀನು ಯಾವ ಕರ್ಮ ಮಾಡಿದರೆ ಆ ಫಲವನ್ನೇ ಹೊಂದುವೆ, ಹಿಂಸಿಸಿದರೆ ಹಿಂಸಿಸಲ್ಪಡುವೆ.

ದೃತರಾಷ್ಟ್ರನಿಗೆ ಎಷ್ಟೋ ಸಂಪತ್ತುಗಳಿವೆ, ಚಕ್ರವರ್ತಿ. ಆದರೆ ನೂರು ಜನ ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡನು. ಭಾರತ ಯುದ್ಧದ ನಂತರ ದೃತರಾಷ್ಟ್ರನು ಕೃಷ್ಣನನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾನೆ. ಕೃಷ್ಣಾ ನಾನು 100 ಮಂದಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹಡೆದೆನು, ಏಕೆ ಒಬ್ಬನೂ

ಕೂಡಾ ಉಳಿಯಲಿಲ್ಲ? ಎಂದು ಕೇಳಿದರೆ. ಆಗ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ, ನೀನು ಒಂದಾನೊಂದು ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪಕ್ಷಿ 100 ಮೊಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟರೆ, ಆ 100 ಮೊಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟಿರುವ ಆ ಗೂಡನ್ನು ಒಡೆದು ಹಾಕಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡಿದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ನೀನು ಈ ಪಾಪವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗಿ ಬಂದಿತು ಎಂದನು. ಮತ್ತೆ ಅಂತಹ ಪಾಪವನ್ನು ಮಾಡಿದ ನನಗೆ ತಕ್ಷಣವೇ ಪಾಪದ ಫಲಿತವು ಏಕೆ ಬರಲಿಲ್ಲ? ಎಂದು ಕೇಳಿದನು. ಈಗ 100 ಮಂದಿ ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳು ನಾಶವಾಗಬೇಕೆಂದರೆ! ನಿನಗೆ 100 ಮಂದಿ ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟುವ ಪುಣ್ಯವು ಕೂಡಾ ಬರಬೇಕು.

ಆದ್ದರಿಂದ ಅದು ತಕ್ಷಣವೇ ಬರದು, 100 ಮಂದಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೊಂದುವ ಪುಣ್ಯವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿದ ಮೇಲೆ, ಈಗ ನಿನಗೆ ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ 100 ಮಂದಿ ಹುಟ್ಟಿ ಸತ್ತುಹೋದರು. ಮೊಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡಿ, ಆ ಮರಿಗಳನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡಿದ ಪಾಪವು ತೀರಿ ಹೋಯಿತು ಎಂದನು.

4. ಮುಂದಿರುವ ಜೀವಿಯನ್ನು ಭಯಪಡಿಸಿದರೆ ಶೂದ್ರರು:

ಕೆಲವು ಜನ ನಕ್ಸಲೈಟ್‌ಗಳು ಗ್ರಾಮಗಳನ್ನು ದೋಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಭಯಪಟ್ಟು ಪ್ರತಿಕ್ಷಣವು ಆ ಗ್ರಾಮದವರು ನಡುಗುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಸಣ್ಣ ಜೀವಿಯಾದರೂ, ಮನುಷ್ಯನಾದರೂ ಮುಂದಿರುವವರನ್ನು, ಮುಂದಿದ್ದವನನ್ನು ಭಯಪಡಿಸಿದೆ ಅಂದರೆ ನೀನು ಶೂದ್ರನೇ.

5. ಇತರರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕಳ್ಳತನ ಮಾಡಿದವರು ಶೂದ್ರರು:

ಬಹಳಷ್ಟು ಜನ ಇತರ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಆಕ್ರಮಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಅಂಗಡಿಗಳಿಗೆ ಹೋದಾಗ ಅದನ್ನು ತೋರಿಸಿ, ಇದನ್ನು ತೋರಿಸಿರಿ ಎಂದು ಅವನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿದ ತಕ್ಷಣ ಏನೋ ಒಂದು ಕಳ್ಳತನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಎದುರಿಗೆ ಇದ್ದವನದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಅದನ್ನು ತೀರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತೆ ಇನ್ನೊಂದು ಜನ್ಮ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆಂದು ತಿಳಿಯದು. ಮತ್ತೆ ಅಂತಹ ಕಳ್ಳ ಬುದ್ಧಿ, ಇದ್ದವನು, ಮುಂದಿರುವವರನ್ನು ಮೋಸ ಮಾಡಿ, ಅವನಿಂದ ಅಪಹರಿಸುವನು ಶೂದ್ರನೇ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು.

ಎದುರಿಗೆ ಇದ್ದವನದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು ಎಂಬ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಬರುವವರಿಗೂ ಯಾರಿಗೂ ಅರ್ಥ ಆಗಲಾರವು.

6. ಸಾಲವನ್ನು ಮಾಡಿ ಎತ್ತಿ ಹಾಕುವವರೇ ಶೂದ್ರರು:

ಕೆಲವರು ಸಾಲ ಮಾಡಿ ಸಾಲ ತೀರಿಸಲಾರದೆ ಆ ಊರನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಓಡಿ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಕೆಲವರು ಮಾತಿನ ಮೇಲೆ ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ, ಒಳ್ಳೆಯತನದಿಂದ

ಹಣವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಆಗ, ಯಾವ ನೋಟು ಇಲ್ಲವಲ್ಲಾ ಎಂದು ಮೋಸ ಮಾಡಿದರೆ ಅವನು ಶೂದ್ರನೇ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ ಬದ್ಧನು.

7. ದಾರಿ ಹೋಕರನ್ನು ದೋಚುವವರು ಶುದ್ರರೇ:

ಹಿಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ದಾರಿ ಹೋಕರನ್ನು ದೋಚುತ್ತಿದ್ದರು, ಈಗ ಕುತ್ತಿಗೆಯಸರಗಳ್ಳತನ ಮಾಡುವುದು, ಕೈಯಲ್ಲಿನ ಬ್ಯಾಗನ್ನು ಎಳೆದೊಯ್ಯುವುದು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅಂತಹ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ, ಪ್ರಜೆಗಳನ್ನು ನೋವುಪಡಿಸುವವರೇ ಶೂದ್ರರೆಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು.

ಹಿಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ದಾರಿ ಹೋಕರಿಗೆ ನೀರಿನ ಅರವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಾಡು ಮಾಡಿ ಮಜ್ಜಿಗೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಹಾಗೆ ದಾರಿ ಹೋಕರ ದಾಹ ತೀರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಹಾಗೆ ದಾಹ ತೀರಿಸದೇ ಹೋದರೂ ಸರಿ, ಆದರೆ ಅವರನ್ನು ದೋಚಿದರೆ ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಪಾಪವಿನ್ನೊಂದಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಯಾರಾದರೆ ದಾರಿ ಹೋಕರನ್ನು ದೋಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೋ ಅವರನ್ನು ಶೂದ್ರರು ಎಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು.

8. ಸುಳ್ಳು ಸಾಕ್ಷ್ಯಗಳನ್ನು ಹೇಳುವವರು ಶೂದ್ರರು :

ಎಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಹಣಕ್ಕೆ ಆಸೆಪಟ್ಟು ಸುಳ್ಳು ಸಾಕ್ಷ್ಯಗಳನ್ನು ಹೇಳಬಾರದು. ಯಾರಾದರೆ ಹಾಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಶೂದ್ರರು ಎಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು. ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಲೋಪಗಳೇ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ಆದರೆ ಅವುಗಳಿಂದ ಸತ್ಯಕ್ಕೆ ದೂರವಾಗುತ್ತವೆ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು.

ಹಾಗೇ ತನ್ನವರು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದರೂ ಸಮರ್ಥಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದೊಂದು ರೀತಿಯ ಸುಳ್ಳು, ಹೀಗೆ ಬಂಧುಗಳ ಪ್ರೀತಿಗಾಗಿ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಿದರೂ, ಸುಳ್ಳು ಸಾಕ್ಷಿ ಹೇಳಿದರೂ, ಹೇಳಿಸಿದವನೂ ಶೂದ್ರನೇ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು.

9. ಹಾಗೆ ಎದುರಿಗಿರುವವನ ಹೆಂಡತಿಯನ್ನಾಗಲಿ, ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳನ್ನಾಗಲಿ ಕಾಮದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೋಡಿದರೆ ಅವರು ಶೂದ್ರರೇ:

ಯಾವ ಪಾಪವಾದರೂ ಶೂದ್ರನಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಕಾಮದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಎದುರಿಗಿದ್ದವನ ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಶೂದ್ರನೇ ಆಗುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಶೀಲ, ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಣವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನು ಪವಿತ್ರರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಬುದ್ಧನು ಹುಟ್ಟಿದ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿ ಆ ಬುದ್ಧತ್ವವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಂದರೆ ಎಷ್ಟು ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೋ, ಎಷ್ಟು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಜೀವಿಸಬೇಕೋ, ಇಂತಹ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೋ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಆಚರಿಸಬೇಕು. ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದ ಮಾತುಗಳು, ಕೆಲಸಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಕೂಡಾ ನೀರಿನ ಮೇಲೆ ಬರಹದಂತೆಯೇ.

ಎದುರಿಗಿದ್ದವರ ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು ಕಾಮದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೋಡಿದ ರಾವಣನು ಪತನವಾದನು.

ರಾಮ ರಾವಣ ಯುದ್ಧವು ಆದನಂತರ ರಾಮನು ಆಯೋಧ್ಯೆಗೆ ಬಂದನು. ಬಂದಾಗ ಕೌಶಲ್ಯ ಕೇಳಿದಳಂತೆ, ಮಗು ನೀನು ರಾವಣಾಸುರನನ್ನು ಸಂಹರಿಸಿದೆಯೇ? ಎಂದು. ಆಗ ರಾಮನು ಈ ರೀತಿ ಉತ್ತರ ಹೇಳಿದನತೆ. ರಾವಣನು 'ಪರಮಶಿವ ಭಕ್ತನು, ಪರಮ ಜ್ಞಾನಿ, ಪರಮಯೋಗಿ ನೆಲಕ್ಕೊರಗಿದನಮ್ಮ' ಎಂದು ಹೇಳಿದನು, ಇದರಿಂದ ಗ್ರಹಿಸಬೇಕಾದ ಸಂದೇಶವೇನೆಂದರೆ? ರಾಮನ ಗುಣಗಣಗಳು ಎಷ್ಟು ಶ್ರೇಷ್ಠವೋ ನೋಡಿರಿ. ತನ್ನ ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು ಎತ್ತಿಕೊಂಡು ಹೋದವನು, ಶತೃವು ಅಲ್ಲವೇ ಎಂದು ಕೀಳಾಗಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ, ಯುದ್ಧದಲ್ಲಿ ನಾನೇ ಜಯಿಸಿದೆನು ಎಂದು ಗರ್ವದಿಂದ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ.

ಎಷ್ಟು ಉತ್ತಮ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೂ ಇಂತಹ ಬಯಕೆಗಳಿಂದ, ಪರಸ್ತ್ರೀಯರನ್ನು ಕಾಮದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೋಡಿದರೆ ಪತನವಾಗುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದು ರಾವಣನ ಜೀವನವನ್ನು ನೋಡಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಯಾರಾದರೆ ಹೀಗೆ ಕಾಮದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೋಡುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಶೂದ್ರರೇ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು.

10. ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟವರು ಶೂದ್ರರೇ:

ಈ ಪ್ರಪಂಚದೊಳಗೆ ನೀನು ಬರುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ನಿನ್ನ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳೇ. ನಿನಗೆ ಮೊದಲು ಹಸಿವನ್ನು ತೀರಿಸಿದ್ದು ತಾಯಿ, ಕಣ್ಣು ತೆರೆದ ತಕ್ಷಣ ನಿನ್ನ ಮಡಿಲಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಮುದ್ದಾಗಿ ನಿನಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡಿದ್ದು ತಾಯಿ, ನಿನ್ನ ಪೋಷಿಸುವುದಕ್ಕೆನಿರಂತರವು ಕೃಷಿಪಟ್ಟಿದ್ದು ತಂದೆ. ಹಾಗೆ ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳು ಎಷ್ಟೋ ತ್ಯಾಗಗಳು ಮಾಡಿ ಎಷ್ಟೋ ಕೃಷಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ತಂದೆತಾಯಿಗಳನ್ನು ಎಂತಹ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಇಲ್ಲದಂತೆ ಎಷ್ಟೋ ಮಕ್ಕಳು ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತೆ ಯಾರಾದರೆ ಹಾಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಎಂತಹ ದೊಡ್ಡವರಾದರೂ, ಎಂತಹ ದೊಡ್ಡ ಕುಲದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದರೂ, ಅವರು ಶೂದ್ರರೇ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು.

ನಮ್ಮದು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕುಲ, ನಾನು ನಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮದುವೆಗೆ ಇಷ್ಟು ಖರ್ಚು ಮಾಡಿದ್ದಾನೆ, ನಾನು ದೊಡ್ಡ ಮನೆಯನ್ನು ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಪಕ್ಕದವರಿಗೆ ದೊಡ್ಡಸ್ತಿಕೆಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳನ್ನು ಕ್ಷೋಭೆಪಡಿಸದಂತೆ ಎಷ್ಟು ಮಂದಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ? ಆ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳ ಕಷ್ಟವಾಗಲೀ, ತ್ಯಾಗವನ್ನಾಗಲೀ ಎಷ್ಟು ಮಂದಿ ಗುರುತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ? ಸ್ವಲ್ಪ ಹಣವಿರುವವರು ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳನ್ನು ವೃದ್ಧಾಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ಬಿಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೇ ಎಷ್ಟೋ ಮಂದಿ ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇಂತಹವರೆಲ್ಲಾ ಶೂದ್ರರೇ ಅಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು.

ಬಹಳ ಮಂದಿ ನನಗೆ ಜನ್ಮ ಬೇಡ, ಮೋಕ್ಷಬೇಕು ಎಂದು ಕೋರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಕಷ್ಟಪಡಬಾರದು, ದುಃಖವು ಇರಬಾರದು, ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸುಖಗಳೇ ಇರಬೇಕು, ಭೋಗಗಳೇ ಇರಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಣ್ಣ ತಪ್ಪು ನಿನ್ನಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಮೋಕ್ಷಕ್ಕೆ ಅರ್ಹನಲ್ಲ, ಅಂದರೆ ಆ ರೀತಿಯಾದ ಜ್ಞಾನವು ನಿನಗೆ ಇನ್ನೂ ಬಂದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅರ್ಥ.

ಆದ್ದರಿಂದ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ ಬುದ್ಧನು ಹೇಳಿದ ಮಾತುಗಳು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದುವುದಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗಗಳು.

ಆದ್ದರಿಂದ ಇಂತಹ ಸೂಕ್ಷ್ಮಾತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಹೇಳಿ, ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಡ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ.

11. ಕುಟುಂಬ ಸಭ್ಯರುಗಳೊಂದಿಗೆ ಕಠಿಣವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿದರೂ ಶೂದ್ರರೇ:

ಕಠಿಣವಾದ ಮಾತುಗಳು ಅಂದರೆ ನೋವುಂಟು ಮಾಡುವ ಮಾತುಗಳು ಮಾತನಾಡಬಾರದು. ನೋಡಿ, ತಂದೆ–ತಾಯಿಗಳು, ಅತ್ತೆ–ಮಾವಂದಿರು, ಅಕ್ಕ–ತಂಗಿಯರು ಯಾವುದಾದರೂ ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದರೆ ಅದನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಗುರುತು ಮಾಡುತ್ತಾ .. ಅವರನ್ನು ಬಾಧೆಪಡಿಸಬಾರದು. ಹಾಗೆ ಬಾಧೆಕೊಟ್ಟರೆ ಅದು ಕೂಡಾ ಶೂದ್ರ ಲಕ್ಷಣವೇ!

ಬಹಳಷ್ಟು ಜನ ದೀನರಾಗಿ ಇದ್ದಾರೆಂದು ಮಾತುಗಳನ್ನುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಅಕ್ಕ ತಂಗಿಯರಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಾ, ಬಂಧುಗಳಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಾ, ಯಾರಾಗಲಿ ಸರಿ ನೋವಿನಲ್ಲಿದ್ದವರಿಗೆ ಸಾಂತ್ವಾನ ಸಮಾಧಾನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗಲಿ, ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಠಿಣವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿದರೆ, ನೋವುಕೊಟ್ಟರೆ ಅವರು ಶೂದ್ರರೇ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ತಪ್ಪನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಪುನರಾವರ್ತಿಸುವುದು ಅಜ್ಞಾನಿಯ ಲಕ್ಷಣ.

ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕು, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕು ಎಂದುಕೊಂಡರೆ, ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಎಚ್ಚರದಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಯಾರನ್ನಾದರೂ ನೀವು ನಿಂದಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ, ಹೀಯಾಳಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ, ಬಾಧೆಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಅಂದರೆ ಇನ್ನೂ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಹಂಕಾರವಿದ್ದಂತೆಯೇ, ಅಹಂಕಾರವೇ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅಧೋಗತಿಯ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಅಹಂಕಾರವಿರುವವನು ಕೂಡಾ ಶೂದ್ರನೇ ಆಗುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಬುದ್ಧನು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.

ಬ್ರಹ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದುವುದೆಂದರೆ ನಾನು ಆತ್ಮನು, ಎಲ್ಲರೂ ಆತ್ಮ ಸ್ವರೂಪಿಗಳೇ ಎಂದು ಎರಡು ಮಾತುಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನಿಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನ ಶೀಲಬದಲಾಗಬೇಕು, ಮನಸ್ಸು ಶುದ್ಧವಾಗಬೇಕು, ಸತ್ಪ್ರವರ್ತನೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

12. ಅನಾತ್ಮನ ಕುರಿತು ಹೇಳುವವರು ಶೂದ್ರರೇ:

ಅನಾತ್ಮ ಎಂದರೆ 'ಮನಸ್ಸು' ಕುರಿತು ಹೇಳಬಾರದು, ಅಂದರೆ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಿಷಯಗಳ ಕುರಿತು, ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಲಾಭಗಳ ಕುರಿತು, ಅನಿತ್ಯವಾದ ವಿಷಯಗಳ ಕುರಿತು ಹೇಳಬಾರದು. ಮತ್ತೆ ಯಾರಾದರೆ ಆತ್ಮನ ಕುರಿತು ಅಲ್ಲದೆ ಅನಾತ್ಮನ ಕುರಿತು ಹೇಳುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಶೂದ್ರರು ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ಯಾವ ಧ್ಯಾನದಿಂದಾದರೆ ಆತ್ಮನನ್ನು ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರೋ, ಯಾವ ಧ್ಯಾನದಿಂದಾಗಿ ಆತ್ಮನನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರೋ ಅದೇ ಸರಿಯಾದ ಧ್ಯಾನ. ಮತ್ತೇ 'ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ' ಧ್ಯಾನದಿಂದಲೇ ಆತ್ಮನನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳ ಬಲ್ಲರಾದ್ದರಿಂದ ಅದೇ ಸರಿಯಾದ ಧ್ಯಾನ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಸಂಕಲ್ಪ ಧ್ಯಾನಗಳು, ಸಂಗೀತ ಧ್ಯಾನಗಳು, ಗೈಡಿಂಗ್‌ಗಳಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನವರೆಗೆ ಹೋಗಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮತ್ತೆ ಅವುಗಳ ಕುರಿತು ಹೇಳುವವನು ಕೂಡಾ ಶೂದ್ರನೇ. ಮನಸ್ಸು ಇಲ್ಲದ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅಂದರೆ ಆನಾತ್ಮನನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು, ಆತ್ಮನನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಆತ್ಮಕ್ಕಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ, ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದುವವನೇ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಲಾಭಗಳಿಗಾಗಿ, ನಶಿಸಿ ಹೋಗುವವುಗಳ ಕುರಿತು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಅವರೂ ಶೂದ್ರರೇ ಆಗುತ್ತಾರೆ. ರಾಕ್ಷಸರು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಲಾಭಗಳಿಗಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ನಾಶವಾದರು. ಆದರೆ ದೇವತೆಗಳು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಾಗಿ, ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರು. ಅನೈತಿಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಹೇಳುವವನು, ಅ ಧಾರ್ಮಿಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು, ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಹೇಳುವವನು ಕೂಡಾ, ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಲಾಭಗಳನ್ನು ಹೇಳುವವನೂ ಶೂದ್ರನೇ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು.

13. ಕೆಟ್ಟ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಇತರರು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಾರದೆಂದು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವವರು, ರಹಸ್ಯವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವವರು ಶೂದ್ರರೇ:

ಅಂದರೆ ಕೆಲವರು ತಾವು ಮಾಡುವುದು ತಪ್ಪೆಂದು ತಿಳಿದೂ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅವರು ಮಾಡುವ ತಪ್ಪು ಕೆಲಸವನ್ನು ಯಾರು ನೋಡಬಾರದೆಂದು, ಯಾರಿಗೂ ತಿಳಿಯಬಾರದೆಂದು ರಹಸ್ಯವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳು ಯಾರಿಗೂ ತಿಳಿಯದು ಎಂದುಕೊಂಡು ಹೊರಗೆ ನೀತಿಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ ಕೆಲವು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ರಹಸ್ಯವಾಗಿ, ಕಳ್ಳತನದಿಂದ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಸುಳ್ಳನ್ನಾಡುತ್ತಾರೆ, ಅಂದರೆ ಇನ್ನೂ ಮನೋ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದಂತೆಯೇ, ಇನ್ನೂ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಹೊಂದಂತೆಯೇ! ಅದಕ್ಕೆ ಮಹಾತ್ಮರು ತ್ರಿಕರಣಶುದ್ಧಿ ಇರಬೇಕೆನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ಆಲೋಚನೆ, ಮಾತು, ಕೆಲಸಗಳು ಒಂದೇ ಆಗಿರಬೇಕು.

ಅದಕ್ಕೆ ಅನ್ನಮಯ್ಯ 'ತ್ರಿಕರಣ ಶುದ್ಧಿಯಿಂದ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ದೈವ ಮೆಚ್ಚುತ್ತದೆ, ಜನರೂ ಮೆಚ್ಚುತ್ತಾರೆ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಏಕೆಂದರೆ ಯಾವ ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದರೂ ಹೊರಗಿನವರ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲ ಮುಚ್ಚಬಲ್ಲಿರಿ, ಆದರೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಎಲ್ಲರ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಲಾರಿರಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನಿಗೂ ಒಳಗೆ 'ಆತ್ಮ' ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ.

ಭಗವಂತನು ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ, ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಇರುತ್ತಾನೆಂದು ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದಲ್ಲ. ನಾನು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದರೆ ಆತನು ನನ್ನನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುತ್ತಾನೆ, ಆತನಿಗೆ ಕೋಪ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಭಾವವು ತಕ್ಷಣವೇ ಬರಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ತಾನು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಇತರರು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಾರದೆಂದು ರಹಸ್ಯವಾಗಿ ಮಾಡಿದರೆ ಅವನು ಶೂದ್ರನೇ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು.

14. ಇತರರ ಮನೆಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಊಟ ಮಾಡಿ, ತನ್ನ ಮನೆಗೆ ಬಂದಾಗ ಸರಿಯಾದ ಆತಿಥ್ಯವನ್ನು ಕೊಡದಿದ್ದರೆ ಅವರು ಶೂದ್ರರೇ:

ಬಹಳಷ್ಟು ಜನ ಯಾರ ಮನೆಗೇನಾದರೂ ಹೋದರೆ ಅವರು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆತ್ಮೀಯತೆಯಿಂದ ಇಟ್ಟರೆ ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ತನ್ನ ಮನೆಗೆ ಬಂದಾಗ ಮಾತ್ರ ಸರಿಯಾದ ಆತಿಥ್ಯವನ್ನು ಕೊಡದೇ ಯಾವಾಗ ಹೋಗುತ್ತಾರಾ? ಎಂದು ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಎದುರಿಗೆ ಇದ್ದವರಿಂದ ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಯಾರಿಗೂ ಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಇಷ್ಟಪಡರು, ಅಂತಹವರೂ ಶೂದ್ರರೇ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು.

ಸರಿಯಾದ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿ ಇತರರಿಂದ ಹೊಂದಬೇಕೆಂದು ಆಸೆಪಡನು, ತಾನು ಇತರರಿಗೆ ಇಟ್ಟಾಗ ಆನಂದ ಪಡುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗೇ ಆನಂದ ಪಟ್ಟವನೇ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನು.

15. ಬ್ರಾಹ್ಮಣರನ್ನು, ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನಿಗಳನ್ನು, ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವವರನ್ನು ನಿಂದಿಸುವವರೂ ಶೂದ್ರರೇ:

ಎಂದಿಗೂ ಬ್ರಹ್ಮ ಜ್ಞಾನಿಗಳನ್ನಾಗಲಿ, ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನಿಗಳನ್ನಾಗಲಿ, ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವವರನ್ನು ಕಠಿಣವಾದ ಮಾತುಗಳಿಂದ ಮಾತನಾಡಬಾರದು. ಯಾವಾಗಲೂ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರೇಮದಿಂದ ಮಾತನಾಡಬೇಕು, ಎಚ್ಚರದಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಅಂತಹವರು ಭಗವಂತನೊಂದಿಗೆ, ಸೃಷ್ಟಿಯೊಂದಿಗೆ ಅನುಸಂಧಾನವಾಗಿ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಸಾಧಕರು ಭಗವಂತನನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅವರನ್ನು ಕಠಿಣವಾದ ಮಾತುಗಳಿಂದ ನಿಂದಿಸಬಾರದು. ಹಾಗೆ ಕಠಿಣವಾದ ವಾಕ್ಯಗಳಿಂದ ನಿಂದಿಸುವವರನ್ನು ಶೂದ್ರನು ಎಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು. ಭೋಜನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಾಧಕರಾಗಲಿ, ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನಿಗಳಾಗಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಗೆ ಬಂದಾಗ ಅವರಿಗೆ ಊಟವಿಡದೆ ಹಾಗೇ ಕಳುಹಿಸಿದರೆ ಅದು ಶೂದ್ರರ ಲಕ್ಷಣ.

ಅಕಸ್ಮಾತ್ ಆಗಿ ಬರಬಹುದು, ಎಷ್ಟು ಇದ್ದರೆ ಅಷ್ಟೇ ಇಡಬೇಕು. ಅಂತಹವರೇ ಜ್ಞಾನಿಗಳಾಗುತ್ತಾರೆ, ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಹಾಗೆ ಆಗದಿದ್ದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೂ ಶೂದ್ರರ ಕೆಳಗೆ ಲೆಕ್ಕ.

16. ನಿಜವಲ್ಲದ್ದನ್ನು ನಿಜವೆಂದು ಹೇಳುವವರೂ ಶೂದ್ರರು:

ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಅದು ಆಗಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ, ಇದು ಆಗಿ ಹೋಗುತ್ತದೆಂದು ಎಷ್ಟೆಷ್ಟೋ ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ನೋಡಿರಿ, ಬಹಳಷ್ಟು ಜನ ಹುಟ್ಟಿದಾಗಲೇ ಏನೋ ಒಂದು ಲೋಪದಿಂದ ಹುಟ್ಟುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ಒಬ್ಬ ಮಾನಸಿಕ ವಿಕಲಾಂಗನಾಗಿ, ಅಂಗವೈಕಲ್ಯದಿಂದಾಗಿ, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಕುರುಡನಾಗಿ, ಯಾವುದಾದರೂ ರೋಗದಿಂದಾಗಲೀ ಹುಟ್ಟಬಹುದು. ಹಾಗೆ ಹುಟ್ಟಿದವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಹೋಗುತ್ತದೆಂದು ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಬಾರದು.

ಏಕೆಂದರೆ ಆರೋಗ್ಯ, ಇಲ್ಲಾ ಆ ವಿಕಲತೆಯನ್ನು ಅವನು ಹುಟ್ಟಿನಿಂದಲೇ ತಂದುಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ಅದನ್ನು ಜನ್ಮವೆಲ್ಲಾ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆಂದು ನಿರ್ಣಯಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದಿದ್ದಾನೆ. ಮತ್ತೆ ಜನ್ಮವೆಲ್ಲಾ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆಂದು ಬಂದಾಗ ಅವು ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಹೇಗೆ ಹೋಗುತ್ತವೆ?

ಹಾಗೆಯೇ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಕಪ್ಪಾಗಿ ಹುಟ್ಟಿ ಏನೋ ಅನುಭವವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತೇನೆಂದು ಮೇಲೆಯೇ ನಿರ್ಣಯಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದು, ಈಗ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಬೆಳ್ಳಗಾಗಬೇಕು ಅಂದರೆ ಆಗಿ ಬಿಡುತ್ತಾರೆಯೇ? ಆಗರು. ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರಾರಬ್ಧ ಕರ್ಮಗಳು ಎಂಬುವವು ಬದಲಾಗವು. ಬದಲಾವಣೆ ಹೊಂದವು. ಧ್ಯಾನ ಏಕೆಂದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ತಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಶಕ್ತಿಗಾಗಿ.

ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿಲ್ಲವೆಂದುಕೊಳ್ಳುವವರೇ, ಯಾವಾಗಾದರೆ ಈ ಧ್ಯಾನದೊಳಗೆ ಬಂದು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೋ! ಇದು ನನ್ನ ನಿರ್ಣಯವೇ ಎಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ತೃಪ್ತಿಯಿಂದ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಪತ್ರೀಜೀಯವರು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಈ ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಪ್ರಾರಬ್ಧಕ್ಕೆ ಇರುವ ತೀವ್ರತೆ ತಗ್ಗುತ್ತದೆ.

ನಿಜವಲ್ಲದ್ದು ನಿಜವೆಂದು ಹೇಳುವುದು ಬಹಳ ತಪ್ಪು. ಎಷ್ಟು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೂ ಈ ಸುಳ್ಳುಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದರೆ ಅಜ್ಞಾನಿಗಳೇ. ಯಾರಿಗನ್ನಾಗಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡು, ನಿನಗೆ ಮನಃಶಾಂತಿ ದೊರಕುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಬೇಕಾಗಲಿ, ಅದು–ಇದು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆಂದು ಯಾರಿಗೂ ಭರವಸೆಗಳನ್ನು ಕೊಡಬಾರದು.

ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಬಹಳಷ್ಟು ಜನ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಸುಳ್ಳುಗಳನ್ನಾಡುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಕ್ಲಾಸ್ ಇಟ್ಟರೆ ಅಲ್ಲಿಗೆ 200 ಜನ ಬಂದರೆ, 400 ಜನ ಬಂದಿದ್ದರೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇದು

ತಿಳಿದು ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪೇ? ತಿಳಿಯದೇ ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪೇ? ಅಂದರೆ ತಿಳಿದೂ ದೊಡ್ಡಸ್ತಿಕೆಗಾಗಿ ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪು. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಜವಲ್ಲದ್ದನ್ನು ನಿಜವೆಂದು ಯಾರನ್ನೂ ಭ್ರಾಂತಿಯಲ್ಲಿಡಬಾರದು.

ಹಾಗೆಯೇ 'ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ' ಧ್ಯಾನವೇ ಸರಿಯಾದ ಧ್ಯಾನವೆಂದು ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಯಾವಾಗಲೋ ಹೇಳಿದ್ದರೂ............ ಇನ್ನೂ ಗೈಡಿಂಗ್, ಕರ್ಮವಿಪಾಕ, ಸಂಗೀತ ಧ್ಯಾನಗಳೆಂದು ತರತರಹದ ಧ್ಯಾನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹೀಗೆ ನಿಜವಲ್ಲದ್ದನ್ನು ನಿಜವೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದರೆ ಅವರು ಶೂದ್ರರೇ!.

17. ಅನ್ಯಾಯ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಭಯಪಡದವರು, ಎದುರಿಗೆ ಇದ್ದವನದನ್ನು ದೌರ್ಜನ್ಯದಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರು ಶೂದ್ರರೇ..

ಕೆಲವು ಜನ ಪೊಲೀಸರನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ ಹಾಗೆ ಆ ಕಡೆ ಈ ಕಡೆ ತಿರುಗುತ್ತಾ ರಸ್ತೆಯ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿರುವ ಅಂಗಡಿಗಳಿಗೆ, ಸಿಹಿ ಅಂಗಡಿಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ಬೇಕಾದವುಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ಹಣವನ್ನು ಕೊಡದೇ ಹೋಗಿ ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ಎದುರಿನವರದ್ದನ್ನು ಅನ್ಯಾಯವಾಗಿ, ದೌರ್ಜನ್ಯದಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಭಯಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರಿಗೆ ಪಾಪ ಭೀತಿ ಇಲ್ಲ, ಅಂದರೆ ಪಾಪ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆಂಬ ಭಯವಿಲ್ಲ. ಭಯವೇಕೆ ಇಲ್ಲವೆಂದರೆ? ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾವನೂ ಏನು ಅನ್ನಲಾರನೆಂಬ ಧೈರ್ಯ.

ಹಾಗೇ ಎದುರಿಗದ್ದವನನ್ನು ಅಳಿಸುವವನು, ಎದುರಿಗಿದ್ದವನದನ್ನು ತಿಳಿಯದಂತೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವನು, ಪಕ್ಕದವನನ್ನು ಬಾದೆಪಡಿಸುವವನು, ಕೆಟ್ಟ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಅದು ತಿಳಿದ ಮೇಲೂ ಕೂಡಾನ ನಾಚಿಕೆ ಪಡದವನೂ ಕೂಡಾ ಶೂದ್ರೇ ಅಂದಿದ್ದಾರೆ ಬುದ್ಧನು.

18. ಜ್ಞಾನಿಗಳನ್ನು ದೂಷಿಸಿದರೆ ಶೂದ್ರರೇ:

ಆತ್ಮನೇ ಭಗವಂತನೆಂದು ವೇದಗಳಲ್ಲಿ, ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಆ ಭಗವಂತನನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದರೆ ಧ್ಯಾನವೊಂದೇ ಮಾರ್ಗವೆಂದು ಕೂಡಾ ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಮತ್ತೆ ಅವನೆಲ್ಲಾ ಓದದೆ, ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳದೇ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುವವರನ್ನು ಕೆಲವರು ವಿಮರ್ಶಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ.

ಸತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿಯದವರು ಹಾಗೆಯೇ ವಿಮರ್ಶಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಪೂಜೆ, ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಮಧ್ಯೆ ಇರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ತಿಳಿಯದು. ಪೂಜೆ ಎನ್ನುವುದು ಮೊದಲನೇ ಮೆಟ್ಟಿಲು. ನಾಸ್ತಿಕತ್ವದಿಂದ ಆಸ್ತಿಕತ್ವದೊಳಗೆ ಬರುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲ ಮೆಟ್ಟಿಲು ಪೂಜೆ, ಕೊನೆಯ ಮೆಟ್ಟಿಲು ಧ್ಯಾನ. ಮಹಾನ್ ಮಹಾನ್ ಯೋಗಿಗಳು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿಯೇ ಎಲ್ಲಾ ಸಾಧಿಸಿದ್ದಾರೆ, ಧ್ಯಾನದಿಂದಲೇ ದೈವದ ದರ್ಶನವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಪೂಜೆ ಸಂಪ್ರದಾಯವೇ, ಆಗಮ ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಇದೆ. ಆದರೆ ಆ ಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ದಾಟಿದ ಮೇಲೆ ಇನ್ನೊಂದು ಶಾಸ್ತ್ರ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಷ್ಟೇ ಹೊರತು ವಿಮರ್ಶಿಸಬಾರದು. ಹೀಗೆ ಜ್ಞಾನಿಗಳನ್ನು ವಿಮರ್ಶಿಸುವವರು ಶೂದ್ರರ ಸಮಾನವೆಂದಿದ್ದಾನೆ ಬುದ್ಧನು.

19. ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಅವರು ಶೂದ್ರರೇ:

ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿ, ಯಾರೊಡನೆ ಏನೂ ವಾದಿಸದೆ ಇರುವವನೇ ಜ್ಞಾನಿ ಮತ್ತು ಏನು ತಿಳಿಯದೇ ನನಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಗೊತ್ತೆಂದು ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವವರು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಶೂದ್ರರು. ಹಾಗೇ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದೆ ಅಜ್ಞಾನಿಯೊಡನೆ ಇರುವವರು ಶೂದ್ರರು.

ಹುಟ್ಟಿದೊಡನೆಯೇ ಯಾರು ಬ್ರಾಹ್ಮಣರು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಕಡಿಮೆ ಕುಲದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದರೆ ಶೂದ್ರರೂ ಅಲ್ಲ, ಉನ್ನತ ಕುಲದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದರೆ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಲ್ಲ..... ಅವರು ಹೊಂದುವ ಜ್ಞಾನವನ್ನಾಧರಿಸಿ, ಅವರಿಗಿರುವ ಗುಣಗಳನ್ನಾಧರಿಸಿ, ಅವರು ಮಾಡುವ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳನ್ನಾಧರಿಸಿ, ಬ್ರಾಹ್ಮಣರು, ಬ್ರಹ್ಮ ಜ್ಞಾನಿಗಳಾಗುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಜೆಗಳನ್ನು ಪೀಡಿಸುತ್ತಾ, ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಯಾರಿಗೂ ಉಪಯೋಗವಾದೆ, ಎದುರಿಗಿದ್ದವನದನ್ನು ದೋಚಿಕೊಳ್ಳುವವನು ಶೂದ್ರನು ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಉನ್ನತ ಕುಲದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದರೂ ಅವರು ಶೂದ್ರೇ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ನೀವು ಬೆಳೆದಿದ್ದೀರಾ? ಇಲ್ಲ? ಅನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಗುರುತು ನೀವು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳೇ. ನೀವು ಎಷ್ಟು ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದರೂ? ಎಷ್ಟು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿದರೂ? ಪ್ರಜೆಗಳಿಗೆ ನೀವು ಉಪಯೋಗವಾಗದಿದ್ದರೆ ಅಜ್ಞಾನಿಗಳೇ. ಪ್ರಜೆಗಳಿಗೆ ಉಪಯೋಗಕರವಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಜ್ಞಾನಿಗಳಾಗುತ್ತೀರಿ. ನನಗೆ ಈ ಸಮಾಜವು ಏನು ಕೊಡುತ್ತದೆಂದು ಕೇಳುವುದಿಲ್ಲ, ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ನಾನೇನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆಂಬುದು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇನ್ನೂ ಇಂತಹ ಶೂದ್ರ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಏನಾದರೂ ಇದ್ದರೆ, ತೊಲಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಹಾಗೆಯೇ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಾಗಿ ಬದಲಾಗಬೇಕು, ಅದಕ್ಕೆ ತೀವ್ರವಾದ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬೇಕು.

"ಸರ್ವಾತ್ಮ ಭಾವನೆ ಬರಬೇಕೆಂದರೆ.....?"

ಸರ್ವಾತ್ಮ ಭಾವನೆ ಬರಬೇಕೆಂದರೆ ಜ್ಞಾನ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಬೇಕು ಮತ್ತೆ ಸಾಧನೆಯು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿ, ಜ್ಞಾನವು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಬೇಕು ಅಂದರೆ ಮಾನವನ ವರ್ತನೆ ಹೇಗೆ ಇರಬೇಕೆಂದು ಬುದ್ಧನು ಹೇಳಿದ ಪಂಚ ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

1. ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಬೇಕು :

ಅಂದರೆ ಹಿಂದೆ ನಡೆದದ್ದರ ಕುರಿತು ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಪದೇ ಪದೇ ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಹಳೆಯದ್ದನ್ನು ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿರುವ ಆನಂದವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹಿಂದೆ ಇದ್ದ ಕಷ್ಟವನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಜೀವನವನ್ನು ದುಃಖಮಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಹಿಂದೆ ನಡೆದು ಹೋದದ್ದನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲಾರಿರಿ, ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದು ತಿಳಿಯದು. ಅದಕ್ಕೆ "ವರ್ತಮಾನವೇ ಬಹುಮಾನ" ವೆಂದು ಮಹಾತ್ಮರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಭಗವಂತನು ನಿನಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಬಹುಮಾನವೇ ವರ್ತಮಾನ. ಆ ವರ್ತಮಾನವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಸರಿಯಾಗಿ ಜೀವಿಸಿದರೆ ಭವಿಷ್ಯತ್ತು ಯಾವಾಗಲೂ ಬಂಗಾರವೇ!

ಹಿಂದಿನದನ್ನಾಧರಿಸಿ ವರ್ತಮಾನವಿರುತ್ತದೆ, ವರ್ತಮಾನವನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಭವಿಷ್ಯತ್ತು ಇರುತ್ತದೆ. ಹಿಂದಿನದು ನಿನ್ನ ಕೈಯಿಂದ ಜಾರಿ ಹೋಗಿದೆ, ಭವಿಷ್ಯತ್ತು ನಿನ್ನ ಕೈಯೊಳಗೆ ಬರುತ್ತದೋ, ಬಾರದೋ ತಿಳಿಯದು, ಆದರೆ ವರ್ತಮಾನವು ನಿನ್ನ ಕೈಯಲ್ಲಿಯೇ ಇದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀನು ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದರೂ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿಯೇ ಮಾಡಬಲ್ಲೆ. ಇಲ್ಲಿ ನೀನು ಮಾಡಿದ್ದಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ನಿನ್ನ ಭವಿಷ್ಯತ್ತು ಆನಂದವಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಬುದ್ಧನು ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.

2. ಏನು ನಡೆದರೂ ನಮ್ಮ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕೆಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು :

ನಮಗೆ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ 'ಸಮತ್ವಂ ಯೋಗ ಉಚ್ಯತೇ' ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಅಂದರೆ ಯೋಗಿಯಾದವನು ದುಃಖವನ್ನು, ಆನಂದವನ್ನು ಎರಡನ್ನೂ ಸಮಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನೋಡುತ್ತಾನೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಯಾರ ನೋವಿಗಾಗಲಿ ಕಾರಣ, ಹಿಂದೆ ಅಥವಾ ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಪಾಪಕರ್ಮಗಳೇ. ಅದಕ್ಕೆ ದುಃಖ ಬಂದಿದೆಯೆಂದು ಕುಗ್ಗಿ ಹೋಗಬಾರದು. ಏಕೆಂದರೆ? ಪಾಪಕರ್ಮವು ಖರ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆಯಾದ್ದರಿಂದ, ಹಾಗೆಯೇ ಸಂತೋಷ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ಹಿಗ್ಗಿ ಹೋಗಬಾರದು. ಕಾರಣ ಪುಣ್ಯಕರ್ಮ ಖರ್ಚಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆಯಾದ್ದರಿಂದ, ದುಃಖವು, ಸುಖವು ಎರಡೂ ನಮ್ಮ ಕರ್ಮ ಫಲಗಳೇ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಕುಗ್ಗಿ ಹೋಗಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ, ಉಬ್ಬಿ ಹೋಗಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇದು ಯೋಗಿಗೆ ತಿಳಿದಿದೆಯಾದ್ದರಿಂದ ಅವನು ಎರಡನ್ನೂ ಸಮಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತಾನೆ. 'ಪತ್ರೀಜಿ' ಬಂದರೆ ಬರಲಿ, ಇದ್ದರೆ ಇರಲಿ, ಹೋದರೆ ಹೋಗಲಿ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಬಂದರೂ ಕೆಲವು ದಿನಗಳು ಮಾತ್ರವೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಅದು ರೋಗವಾಗಲಿ, ಕಷ್ಟವಾಗಲಿ, ಲಾಭವಾಗಲಿ! ಯಾವುವು ಯಾರಿಗೂ ಜೀವನ ಪರ್ಯಂತ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ತಿಳಿದ ಯೋಗಿ ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಚಿಂತಿಸನು.

ಆದ್ದರಿಂದ ಅನ್ಯಾಯವನ್ನು ಮಾಡಿದವನನ್ನು ನೋಡಿ ಇವನಂತೆ ಎಂದಿಗೂ ಇರಬಾರದು ಎಂದು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹಾಗೆಯೇ ಒಳ್ಳೆಯವನಿಂದ ಇವನಂತೆ ಇರಬೇಕೆಂದು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದೂ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಪ್ರಕೃತಿ ನಿನಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲದ ಸಂಘಟನೆಯನ್ನು ನಿನ್ನ ಮುಂದೆ ಇಟ್ಟಿದೆ ಅಂದರೆ ಅದರಿಂದ ನೀನು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಪಾಠವು ಏನೋ ಇದೆಯೆಂದು ತಿಳಿದುಕೋ ಎಂದು ಬುದ್ಧನು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ನಿನ್ನ ಕುರಿತು ನಿನಗಿಂತ ಕೂಡಾ ನಿನ್ನನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದವನಿಗೇ ತಿಳಿದಿದೆಯಾದ್ದರಿಂದ, ಪ್ರಕೃತಿಯ ಮೂಲಕ ನಿನಗೆ ಯಾವುದು ಸಿಗಬೇಕೋ, ಅದು ಸಿಗುತ್ತದೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಜ್ಞಾನಿ ಏನು ನಡೆದರೂ ನನ್ನ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕೆ ಅಂದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

3. ಮನೋ ನಿಯಂತ್ರಣ ಇರಬೇಕು :

ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಬರಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ? ಮನಸ್ಸು ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿದಾಗ ಬಯಕೆಗಳಿಂದ ಇರುತ್ತದೆ, ಈ ಪಂಚ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಮನಸ್ಸಿನ ಅಧೀನದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಗಮನಿಸಿ, ಕಣ್ಣು ನೋಡುತ್ತದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಕಣ್ಣು ನೋಡುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಮನಸ್ಸು, ಅಂದರೆ ಈ ಇಂದ್ರಿಯಗಳೆಲ್ಲಾ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ದಾಸರು.

ಆದ್ದರಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಅಂದರೆ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಅಧೀನದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಉತ್ತರ ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಕೃಷ್ಣ ಭಗವಾನನು ಮಾನವನು ಚಂಚಲ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವುದಕ್ಕಾಗಲಿ, ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಕೆಳ ಬರುವುದಕ್ಕಾಗಲೀ ಈ ಪಂಚೇಂದ್ರಿಯಗಳೇ ಕಾರಣ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಏಕೆಂದರೆ ಒಂದು ಇಂದ್ರಿಯ ವ್ಯಾಮೋಹವಿರುವ, ಜೀವಿಯು ಮರಣಿಸುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೇ ನೋಡಿ.

1. ಮಿಡತೆಗೆ (ಕಣ್ಣು) ನಯನೇಂದ್ರಿಯ ವ್ಯಾಮೋಹ: ಅದಕ್ಕೆ ಮಿಡತೆ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ನೋಡಿ ಹಣ್ಣೆಂದುಕೊಂಡು ಹೇಗೆ ಆ ಬೆಂಕಿಯಲ್ಲಿ ಬಿದ್ದು ಸಾಯತ್ತದೆ.
2. 'ಜಿಂಕೆಗೆ (ಕಿವಿ) ಕರ್ಣೇಂದ್ರಿಯ ವ್ಯಾಮೋಹ': ಆದ್ದರಿಂದ ಬೇಡನು ಒಳ್ಳೆಯ ಸಂಗೀತವನ್ನು ಕೇಳಿಸಿ, ಬಲೆ ಹಾಕಿ ಇಟ್ಟರೆ, ಜಿಂಕೆಯು ಆ ಸಂಗೀತವನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾ

ಮೈಮರೆತು ಹೋಗಿ ಬಲೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

3. 'ಮೀನಿಗೆ (ನಾಲಿಗೆ) ರಸೇಂದ್ರಿಯ ವ್ಯಾಮೋಹ': ಆದ್ದರಿಂದ ಮೀನುಗಳು ಹಿಡಿಯುವವನು ಮೀನಿಗೆ ಗಾಳ ಹಾಕಿ ಹಿಡಿಯುತ್ತಾನೆ.

4. "ಆನೆಗೆ (ಚರ್ಮ) ಸ್ಪರ್ಶೇಂದ್ರಿಯ ವ್ಯಾಮೋಹ": ಆದ್ದರಿಂದ ಮಾವುತನು ಒಂದು ಖೆಡ್ಡ ಹಾಕಿ ದೂರದಿಂದ ಹೆಣ್ಣಾನೆಯಿಂದ ಕೂಗಿಸಿದರೆ, ಆ ಗಂಡಾನೆ, ಹೆಣ್ಣಾನೆಗಾಗಿ ಬಂದು ಖೆಡ್ಡದಲ್ಲಿ ಬಿದ್ದು ಹಿಡಿಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

5. "ದುಂಬಿಗೆ (ಮೂಗು) ಘ್ರಾಣೇಂದ್ರಿಯ ವ್ಯಾಮೋಹ": ಅದಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯ ವಾಸನೆ ನೋಡಿದರೆ ದುಂಬಿಯು ಮೈಮರೆತು ಹೋಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಹೂಗಳ ಮೇಲೆ ವಾಲಿ ಮಕರಂದವನ್ನು ಹೀರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸಂಪಂಗಿ ಹೂವಿನ ಮೇಲೆ ವಾಲಿದರೆ ಮರಣಿಸುತ್ತದೆ.

ಹೀಗೆ ಒಂದೊಂದು ಇಂದ್ರಿಯ ವ್ಯಾಮೋಹದಿಂದ ಒಂದೊಂದು ಜೀವಿಯು ಮರಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಮನಸ್ಸೊಂದರ ಅಧೀನದಲ್ಲಿ ಈ ಐದು ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮನುಷ್ಯ ದಿನವೂ ಹುಟ್ಟುತ್ತಾ, ಸಾಯುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅದಕ್ಕಾಗಿ 'ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ' ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬೇಕು.

ಅದಕ್ಕೆ ಹಿರಿಯರು "ಕಣ್ಣು ಹೋದ ಕಡೆಗೆ ಮನಸ್ಸು ಹೋಗಬಾರದು, ಮನಸ್ಸು ಹೋದ ಕಡೆಗೆ ಮನುಷ್ಯನು ಹೋಗಬಾರದು" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೆ ಹೋದರೆ ಆಪತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕುತ್ತಾರೆ. ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ, ಪ್ರಪಂಚದ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿದ ಮನಸ್ಸು ಶತೃವಾಗುತ್ತದೆ, ಆತ್ಮದ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿದ ಮನಸ್ಸು ಮಿತ್ರನಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅದನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಆತ್ಮದ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿಸಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ ಮನೋನಿಯಂತ್ರಣ ಇರಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

4. ಬಂಧರಾಹಿತ್ಯ :

ಈ ಬಂಧರಾಹಿತ್ಯ ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ಏಕೆಂದರೆ ಈ ಮನಸ್ಸಿಗೆ 3 ಬಂಧಗಳಿವೆ.

1. ಪ್ರಪಂಚದೊಂದಿಗೆ ಬಂಧ
2. ಶರೀರದೊಂದಿಗೆ ಬಂಧ
3. ಮನಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ಬಂಧ

1) ಪ್ರಪಂಚದೊಂದಿಗೆ ಬಂಧ :

ಈ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಯಾವುದನ್ನೂ ನೋಡಿದರೂ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಬಂಧಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಅಂದವಾದ ಕಾರು ನೋಡಿ ನನಗೆ ಇದ್ದರೆ ಚೆನ್ನಾಗಿತ್ತು. ಅಂದವಾದ ಬಂಗಲೆ ನೋಡಿ ನನಗೆ ಇದ್ದರೆ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತಿತ್ತು! ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಾ ಬಂಧಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

2) ಶರೀರದೊಂದಿಗೆ ಬಂಧ :

ಅಂದರೆ ಎಷ್ಟು ಹೊತ್ತು ಈ ಶರೀರ ಕುರಿತೇ ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಶರೀರದ ಸೌಷ್ಟವ, ಶರೀರದ ಸೌಂದರ್ಯ, ಶರೀರದ ಆರೋಗ್ಯ, ಹೀಗೆ ಶರೀರದ ಕುರಿತೇ ಆಲೋಚಿಸಿ ಬಂಧದಲ್ಲಿ ಬೀಳುತ್ತಾರೆ.

3) ಮನಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ಬಂಧ:

ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯ ಕೋರಿಕೆಗಳನ್ನು ತೀರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಅವುಗಳ ಕುರಿತು ಆಲೋಚಿಸಿ ಬಂಧದಲ್ಲಿ ಬೀಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ಮೂರರಿಂದಲೇ ಬಂಧಗಳು ಏರ್ಪಡುತ್ತಿವೆ.

ಹಾಗಾದರೆ ಈ ಬಂಧಗಳು ಏಕೆ ಏರ್ಪಡುತ್ತಿವೆ? ಅಂದರೆ ಒಂದುದಿನ, ಒಬ್ಬ ಗುರುವು ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಬಂಧಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೇನೇ ಭಗವಂತನು ಲಭಿಸುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರಂತೆ, ಆಗ ಶಿಷ್ಯರು ಕೇಳಿದರಂತೆ ಅಸಲು ಬಂಧವೆಂದರೇನು? ಬಂಧ ಹೇಗೆ ಇರುತ್ತದೆ? ಎಂದು ಕೇಳಿದರಂತೆ.

ಆಗ ಗುರುಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಾ, ನಡೆಯುತ್ತಾ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಗಿಡವನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡರಂತೆ, ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ನನ್ನನ್ನು ಬಿಡು, ನನ್ನನ್ನು ಬಿಡು ಎಂದರಂತೆ. ಬಿಡು ಬಿಡು ಅಂದರೆ ಆ ಗಿಡವೇನು ಬಿಡುತ್ತದೆ? ಆಗ ಒಬ್ಬ ಶಿಷ್ಯನನ್ನು ಕರೆದು, ಗಿಡವು ನನ್ನನ್ನು ಬಿಡುತ್ತಿಲ್ಲ, ನನ್ನ ಬಿಡಿಸು ಎಂದರಂತೆ.

ಆಗ ಶಿಷ್ಯನು ಎರಡು ಕೈಗಳನ್ನು ಬಿಡಿಸಿ, ಹೌದು ಗುರುಗಳೇ, ನೀವೇ ಹೋಗಿ ಗಿಡವನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ನನ್ನನ್ನು ಬಿಡು, ನನ್ನ ಬಿಡು ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಮತ್ತೆ ನನ್ನನ್ನು ಬಿಡಿಸು ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದೀರಿ, ನೀವು ಗಿಡವನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ, ನಾವು ಬಿಡಿಸುವುದೇನು? ಎಂದಿನಂತೆ. ಆಗ ಗುರುಗಳು ನಿನಗೆ ಬಂಧವೆಂದರೆ ಏನೆಂದು ತಿಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದೆನು. ಬಂಧಗಳು ಬಂದು ನಿನ್ನನ್ನು ಸುತ್ತಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಹೋಗಿ ಗಿಡವನ್ನು ಹಿಡಿದು ಕೊಂಡಂತೆ ನೀವೇ ಹೋಗಿ ಬಂಧಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಈ ಬಂಧಗಳು ಬಿಡುತ್ತಿಲ್ಲ, ಬಿಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದರಂತೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಬಂಧಗಳು ಎಂದಿಗೂ ನಮ್ಮ ಬಳಿಗೆ ಬಾರವು, ನಾವೇ ಬಂಧಗಳ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಬಂಧ ರಾಹಿತ್ಯವೆಂದರೆ ನೀನು ಆ ಬಂಧಗಳಿಲ್ಲದೆ ಇರಬಲ್ಲೆಯಾದರೆ ನೀನು ಸರಿಯಾದ ಜ್ಞಾನಿಯಾಗಬಲ್ಲೆ. ಅದಕ್ಕೆ 'ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು, ಶರೀರವನ್ನು, ಮನಸ್ಸನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋದರೇನೇ ನೀನು ಆತ್ಮನನ್ನು ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆ' ಎಂದು ಬುದ್ಧನು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ.

ಪ್ರಪಂಚ ದೊಂದಿಗೆ, ಶರೀರದೊಂದಿಗೆ, ಮನಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ಬಂಧಿಯಾಗಿ ಬಿಟ್ಟಿರುವೆ, ಈ ಬಂಧಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬಿಡಬೇಕು, ಬಿಟ್ಟರೆ ನೀನು ಆತ್ಮದೊಂದಿಗೆ ಅಂದರೆ

ಭಗವಂತನೊಂದಿಗೆ ಬಂಧವೇರ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಆದಕಾರಣ ಬುದ್ಧನು ಹೇಳಿದಂತೆ ಬಂಧಗಳನ್ನು ಬಿಡುವ ಧೈರ್ಯ ಕೂಡಾಬೇಕು.

5. ವಿಶ್ವ ಪ್ರೇಮ :

ಅಂದರೆ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಸಕಲ ಜೀವಿಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರೇಮವಿರಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಧ್ಯಾನದ ಜೊತೆಗೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೂಡಾ ಕಲಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಜ್ಞಾನವೆಂದರೆ ನೀನು ಆತ್ಮನು, ನೀನೇ ಅಲ್ಲ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿನ ಪ್ರತೀ ಜೀವಿಯು ಆತ್ಮ ಸ್ವರೂಪವೇ! ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಉಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಉದಾಹರಣೆ ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.

ನೀನು ಅನ್ನವನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತಿರುವಾಗ ನಾಲಿಗೆಯು ಹಲ್ಲಿನ ಕೆಳಗೆ ಬಿತ್ತು. ಯಾರನ್ನು ಬಯ್ಯುವೆ? ನಾಲಿಗೆ ನಿನ್ನದೇ, ಹಲ್ಲು ಕೂಡಾ ನಿನ್ನವೇ, ಎರಡೂ ನಿನ್ನವೇ ಆದ್ದರಿಂದ ಬಯ್ಯುವುದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶವೇ ಇಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವ ಜೀವಿಯನ್ನು ಬೈದರೂ ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ಬೈಯ್ದುಕೊಂಡಂತೆ, ಯಾವ ಜೀವಿಯನ್ನು ಹಿಂಸಿಸಿದರೂ ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ಹಿಂಸಿಸಿಕೊಂಡಂತೆಯೇ. ನಾಲಿಗೆ ಕಚ್ಚಿಕೊಂಡಾಗ ಯಾವುದನ್ನು ಬಯ್ಯುವೆ? ಯಾವುದನ್ನೂ ಬಯ್ಯಲಾರೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ನಿನ್ನ ಕಾಲಿಗೆ ಮುಳ್ಳು ಚುಚ್ಚಿಕೊಂಡು, ಆ ಮುಳ್ಳು ತೊಂದರೆ ಕೊಟ್ಟಿತೆಂದುಕೊಳ್ಳಿ, ತಕ್ಷಣ ಯಾರು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ? ಕೈ ಹೋಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಕೈಗೆ, ಕಾಲಿಗೆ ಬಂಧುತ್ವ ಏನಿದೆ? ಏನು ಇಲ್ಲವಲ್ಲಾ? ಆದರೆ ಕಾಲು ನಿನ್ನ ಶರೀರದಲ್ಲಿಯ ಭಾಗವೇ, ಕೈ ನಿನ್ನ ಶರೀರದಲ್ಲಿಯ ಭಾಗವೇ! ಆದ್ದರಿಂದ ಇದು ಹೋಗಿ ಅದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿತು.

ಹಾಗೆಯೇ ಈ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದು ಆತ್ಮ ಸ್ವರೂಪವೇ! ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಆಕಾರಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವುದು ಆತ್ಮವೇ. ಅದಕ್ಕೆ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ವಿಶ್ವ ಪ್ರೇಮವಿರಬೇಕು. ಅಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಕೋಳಿ, ಮೇಕೆ, ಸೀಗಡಿ, ನಮಗಾಗಿ ಹುಟ್ಟಿವೆ ಎಂದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಭಗವಂತನ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಗಳೆಲ್ಲಾ ಭಗವಂತರೇ, ಯಾವ ಜೀವಿಯನ್ನು ಹಿಂಸಿಸಿದರೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಹಿಂಸಿಸಿ ಕೊಂಡಂತೆಯೇ! ಎಂದು ಯಾವಾಗಾದರೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರೋ ಆಗ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಪ್ರೇಮ ಬರುತ್ತದೆ.

ಆದ ಕಾರಣ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಸರ್ವಾತ್ಮ ಭಾವನೆ ಬರಬೇಕು. ಅಂದರೆ ಪ್ರತಿ ಮಾನವನು ಬುದ್ಧನು ಹೇಳಿದ ಈ ಪಂಚಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು.

"ಬಂಧವು ಹೇಗೆ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ? ಆ ಬಂಧದಿಂದ ಹೇಗೆ ವಿಮುಕ್ತಿ ಹೊಂದಬೇಕು?"

ಅಷ್ಟಾವಕ್ರಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟಾವಕ್ರನು ಜನಕ ಮಹಾರಾಜನಿಗೆ ಬೋಧಿಸಿದ ಬೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ತ ದುಃಖಗಳಿಗೆ ಕಾರಣ ಬಂಧವೇ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಪೂರ್ಣ ಸತ್ಯವೆಂದರೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲಾರದೆ ಹೋಗುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಈ ಬಂಧವೇ. ಆದ್ದರಿಂದ ಬಂಧಗಳನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಆತ್ಮವೆಂದರೇನು? ಆತ್ಮ ಎಲ್ಲಿಂದ ಬಂದಿದೆ? ಏಕೆ ಬಂದಿದೆ? ಈ ವಿವರಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವು ಮತ್ತೆ ಈ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡವೆಲ್ಲಾ ಏನು? ಈ ಜೀವಿಗಳು ಯಾರು? ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಗಳು ಇಷ್ಟು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಇವೆ? ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನ. ಇವುಗಳನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಮಾನವನ ಕರ್ತವ್ಯ.

ಬಂಧ ಎಂದರೆ, ಎರಡಕ್ಷರಗಳ ಮಾತು ಅಲ್ಲ. ಈ ಬಂಧವು 3 ರೀತಿಯಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಶಾರೀರಿಕ ಬಂಧ, ಮಾನಸಿಕ ಬಂಧ, ಬುದ್ಧಿ ಪರವಾದ ಬಂಧ, ಈ ಮೂರನ್ನು ಬಿಡಬಲ್ಲೆವಾದರೆ ಮೋಕ್ಷವು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಇರುವಾಗಲೇ ಬರುತ್ತದೆಂದು ಅಷ್ಟಾವಕ್ರರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಮತ್ತೆ ಈ ಬಂಧವು ಹೇಗೆ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ? ಯಾವುದರಿಂದ ನಮಗೆ ಬಂಧವು ಬರುತ್ತದೆ? ಎಂದು ಅಷ್ಟಾವಕ್ರರು ಹೇಳಿದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಾನವನು 6 ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ಬಂಧಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರಂತೆ, ಹಾಗಾದರೆ ಅವು ಯಾವುವೆಂದು ತಿಳಿಯೋಣ.

1) ಕೋರಿಕೆ 2) ಬಾಧೆ 3) ಅನುಮೋದಿಸುವುದು 4) ನಿರಾಕರಿಸುವುದು 5) ಸಂತೋಷ 6) ದುಃಖ ಇಲ್ಲವೇ ವಿಚಾರ.

1) ಕೋರಿಕೆ : ಮಾನವರು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ಇಂದ್ರಿಯಗಳೆಲ್ಲಾ ಮನಸ್ಸಿನ ಅಧೀನದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸತ್ಯವು ತಿಳಿಯದಷ್ಟು ಹೊತ್ತು ಪ್ರಪಂಚದ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಆ ಪ್ರಪಂಚದ ಕಡೆಗೆ ಇರುವ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಮೊದಲಿಗೆ ಬರುವಂತವು ಕೋರಿಕೆಗಳು. ಈ ಕೋರಿಕೆಗಳಿಂದಲೇ ಹೆಚ್ಚು ಬಂಧಗಳು ಏರ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ಮನುಷ್ಯನು ಏನೋ ಒಂದು ಕೋರಿಕೆಯೊಡನೆಯೇ ಜೀವಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆ ಕೋರಿಕೆ ಸಹಜವೆಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಕೋರಿಕೆ ಕೋರಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಹೇಗೆ? ಜಡದಂತೆ ಬದುಕಬೇಕಾ? ಎಂದು

ಕೇಳುವವರೂ ಇದ್ದಾರೆ. ನೋಡಿ, ಯಾರನ್ನಾಗಲಿ ಮಾಂಸವನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಡಿ, ನಿನ್ನ ಪ್ರಾಣ ನಿನಗೆಷ್ಟು ಸಿಹಿಯೋ, ಆ ಜೀವಿಯ ಪ್ರಾಣವು ಅದಕ್ಕೆ ಅಷ್ಟೇ ಸಿಹಿ, ಅದಕ್ಕೂ ಕೂಡಾ ಬದುಕಬೇಕೆಂಬ ಕೋರಿಕೆ ಇರುತ್ತದಲ್ಲ? ಎಂದು ಹೇಳಿದರೆ!

ಅವು ನಮಗಾಗಿ ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಪೂರ್ವದಿಂದಲೂ ಏಕೆ ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದಾರೆ? ಎಂದು ವಾದಿಸುವ ಮೂರ್ಖರೂ ಇದ್ದಾರೆ. ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ತಿನ್ನುವುದು ಪಾಪವೆಂದು ತಿಳಿಯದಾಗ ತಿಂದಿದ್ದೀರಿ, ಆದರೆ ಎಷ್ಟು ಹೇಳಿದರೂ ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದರೆ, ಅವರಿಗೆ ತಿನ್ನಬೇಕೆಂಬ ಕೋರಿಕೆ ಎಷ್ಟಾಗಿ ಇದೆಯೆಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಸುಖಭ್ರಾಂತಿಯಿಂದ ಕೋರಿಕೆಯನ್ನು ತೀರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆ ಸುಖ ಭ್ರಾಂತಿಯಿಂದಲೇ ಎಷ್ಟೋ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಆ ಕರ್ಮ ಫಲವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವಾಗ ಮಾತ್ರ ತೀರದ ದುಃಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಎಂತಹ ಕೋರಿಕೆ ಕೋರಬೇಕೊ ಕೂಡಾ ತಿಳಿಯದಂತ ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಮಾನವರಿದ್ದಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಧ್ಯಾನದೊಳಗೆ ಬಂದರೂ ಅವರಿಗೆ ನಿತ್ಯಾನಿತ್ಯ ವಸ್ತು ವಿವೇಕವಿರಬೇಕು, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಸಾಧಕನು ಯಾವಾಗಲೂ ದುಃಖದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಮಹಾತ್ಮರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಕೋರಿಕೆಯನ್ನು ಕೋರಿದಾಗ ಅದು ನೆರವೇರದಿದ್ದರೆ! ಅದು ನಿನಗೆ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂಬ ಜ್ಞಾನವು ಇಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದ ಆ ಕೋರಿಕೆಗಳು, ತೀರಲಿಲ್ಲವೆಂಬ ಬಾಧೆಯಲ್ಲಿ ಮಾನವನು ಇರುತ್ತಾನೆ. ಆಗಲಾದರೂ ಈ ಕೋರಿಕೆ ಕೋರುವುದರಿಂದ ನನಗೆ ದುಃಖ ಬಂದಿದೆ, ಈ ಕೋರಿಕೆ ನನಗೆ ಬಂಧವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಸಾಧಕರು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ ಆ ಕೋರಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಿಡಬಲ್ಲರು.

ಪತ್ರೀಜಿ "ಬಂದರೆ ಬರಲಿ, ಇದ್ದರೆ ಇರಲಿ, ಹೋದರೆ ಹೋಗಲಿ" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ನಿನ್ನ ಪ್ರಾಪ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದದ್ದು ನಿನಗೆ ತಪ್ಪದೇ ಬಂದೇ ತೀರುತ್ತದೆ, ನೀನು ಯಾವುದನ್ನೂ ಕೋರಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಈ ಶರೀರ, ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿ ಈ ಮೂರರ ಕೋರಿಕೆಗಳು ತೀರಿಸುತ್ತಾ ಇದ್ದರೆ ಎಂದಿಗೂ ಜೀವನ ದೇವರಾಗಲಾರನು. ಅದಕ್ಕೆ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಬಂಧ ಕೋರಿಕೆ. ಆ ಕೋರಿಕೆಗಳೇ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಬಂಧವೇ ಇಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಮಾನವನು ಇರುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ತೃಪ್ತಿ ಇಲ್ಲದೆ ಇನ್ನೂ ಇನ್ನೂ ಬೇಕೆಂದು ಕೋರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಆದರಿಂದ ಬಂಧಗಳಲ್ಲಿ ಬೀಳುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ದುಃಖದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

2) ಬಾಧೆ : ಕೋರುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲವೂ ಬರುತ್ತಿವೆಯೆ ಅಂದರೆ? ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ಬಾರದೆ ಇದ್ದಾಗ ದುಃಖವಾಗುತ್ತದೆ. ಈಗ ಪ್ರತಿ ಮಾನವನಿಗೆ 90% ಕೋರಿಕೆಗಳೂ ತೀರಿ,

10% ತೀರದಿದ್ದರೆ ಅದರ ಕುರಿತೇ ಪದೇ ಪದೇ ನೆನೆಯುತ್ತಾ ಬಾಧೆಪಡುತ್ತಾರೆ.

ಕೆಲವಕ್ಕೆ ದುಃಖಪಡುವುದೂ ಕೂಡಾ ಆಗುತ್ತದೆ. ಡಾಕ್ಟರ್ ಆಗಬೇಕೆಂದು, ಇಲ್ಲಾ ಇಂಜಿನೀಯರ್ ಆಗಬೇಕೆಂದು ಕೋರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ, ಆದರೆ ಅಂದು ಕೊಂಡ ಸೀಟು ಬಾರದೇ ಹೋದರೆ, ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕೂಡಾ ಈ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ಕೋರಬಾರದ ಕೋರಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೋರಿದರೆ ಅವು ತೀರದಿದ್ದಾಗ ಬಾಧೆಯೇ? ನಡೆಯದಿದ್ದರ ಕುರಿತು ಪದೇ ಪದೇ ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಆ ದುಃಖವೇ ಬಂಧವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೋರಿಕೆ ಕೋರಿದೆ ಎಂದರೆ ಇರುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ತೃಪ್ತಿ ಇಲ್ಲವೆಂದೇ ಅಲ್ಲವೇ? ಆ ಕೋರಿಕೆ ತೀರದಿದ್ದಾಗ ಪದೇ ಪದೇ ದಿನವೆಲ್ಲಾ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇರುವುದು, ಎಷ್ಟು ದಿನಗಳಾದರೂ ಬಾಧೆಪಡುವುದರಿಂದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಕೂಡಾ ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾಡಲಾರರು.

ಯಾವಾಗಲೋ ನಡೆದು ಹೋದದ್ದನ್ನು ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಪದೇ ಪದೇ ಗುರುತು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದರೆ ಮೇಲೆ ನಟಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಆದರೆ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಆ ಬಾಧೆ ಇದೆಯೆಂದೇ ಅರ್ಥ. ಆಸೆಪಟ್ಟು ಕೋರಿಕೆ ಕೋರಿದೆ, ಅದು ತೀರದಿದ್ದಾಗ ಪದೇ ಪದೇ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವೆ ಅಂದರೆ ಇನ್ನೂ ಅದನ್ನು ಮರೆತಿಲ್ಲಾ ಎಂದೇ ಅಲ್ಲವೇ? ಹಾಗೆ ಬಾಧೆ ಪಡುತ್ತಿರುವೆ ಎಂದರೆ ಬಂಧದಲ್ಲಿ ಇರುವಂತೆಯೇ! ಆದ್ದರಿಂದ ಬಾಧೆ ಕೂಡಾ ಬಂಧವೇ.

3) ಅನುಮೋದಿಸಿದರೂ ಬಂಧವೇ : ಒಂದೊಂದು ಬಾರಿ ಕೆಲವರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಂದುಕೊಂಡ ಕೋರಿಕೆಗಳೆಲ್ಲಾ ನೆರವೇರುತ್ತವೆ. ಅಂದರೆ ಮಗ ಹುಟ್ಟಬೇಕೆಂದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಹುಟ್ಟುತ್ತಾನೆ, ಇಲ್ಲಾ ಏನೋ, ಯಾವುದೋ ಉದ್ಯೋಗಬೇಕೆಂದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ, ಸಂಪಾದಿಸುತ್ತಾನೆ, ಅಂದುಕೊಂಡದ್ದು ನೆರವೇರಿತೆಂದು ಅಲ್ಲಿಗೇ ಸುಮ್ಮನಿರುತ್ತಾನೆಯೇ. ಎಷ್ಟೋ ಸಾರಿ ಎಷ್ಟೋ ಜನರಿಗೆ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಅವರು ಎಷ್ಟು ಸಾರಿ ಹೊಗಳುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಷ್ಟುಬಾರಿ ನಾನು ಎಷ್ಟು ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಅದೆಲ್ಲವನ್ನು ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಅವು ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿದ್ದು ನಿನ್ನ ಸಾಧನೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಗದಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅಂದರೆ ಆ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವೆಯಾದ್ದರಿಂದ ಅದು ಬಂಧವಾಗುತ್ತದೆ. ನೋಡಿ, ಚಿಕ್ಕ ವಿಷಯಗಳೂ ಕೂಡಾ ಬಂಧಗಳಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತವೆ.

ಅದಕ್ಕೆ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಿರೆಂದು ಮಹಾತ್ಮರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ಸಂಘಟನೆ ನಡೆದಾಗ ನಿನಗೆ ಸಂತೋಷವಾಗಬಹುದು. ಅದನ್ನು ಅಲ್ಲಿಗೇ ಬಿಡುವೆಯಾ?

ಅಂದರೆ ಇನ್ನೂ ನೂರು ಮಂದಿಗೆ, ಇಲ್ಲಾ ಸಾವಿರ ಜನರಿಗೆ ಇನ್ನೂ ತಿಳಿಯಬೇಕೆಂದು ಪ್ರಚಾರಕ್ಕಾಗಿ ಫೇಸ್‌ಬುಕ್‌ನಲ್ಲಿ, ವಾಟ್ಸಾಪ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಗುರುತು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವೆ. ಅಂದರೆ ಬಂಧದಲ್ಲಿ ಇದ್ದಂತೆಯೇ! ಅದು ಕೂಡಾ ಬಂಧವೇ!.

4) **ನಿರಾಕರಿಸಿದರೂ ಬಂಧವೇ :** ಯಾರಾದರು, ಏನಾದರು ಸಹಾಯ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲದೆ, ನಿನ್ನಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾದರೂ ಕೂಡಾ ನನ್ನಿಂದಾಗದು ಎಂದು ಬಿಟ್ಟೆ, ಆ ನಂತರ ಹಾಗೇ ಬೇಡವೆಂದದ್ದು ಪದೇ ಪದೇ ಗುರುತಿಗೆ ಬಂದು ನಾನು ಹಾಗೆ ಅನ್ನಬಾರದಾಗಿತ್ತು ಎಂದು ಕೊಳ್ಳುವೆ. ಹಾಗೇ ಪದೇ ಪದೇ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಅನ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ನೀನು ಬಂಧದಲ್ಲಿದ್ದಂತೆಯೇ!.

ಮಾನವನು ಪ್ರತಿ ಸಂಘಟನೆಯನ್ನು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಲಾರದೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಆ ಹಿಂದಿನದನ್ನು ಕುರಿತು ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಾ, ಪ್ರತಿ ವಿಷಯವನ್ನು ಬಂಧವಾಗಿ ಏರ್ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ನೀನು ನಿರಾಕರಿಸಿದರೂ, ಅನುಮೋದಿಸಿದರೂ ಅದು ಹಳೆಯದಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಈಗ ಅದು ಏಕೆ? ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆಯಾದರೆ ಬಂಧವಾಗದು ಅಂದು ಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಬಂಧವಾಗುತ್ತದೆ.

5) **ಸಂತೋಷ :** ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುವವರು ನಾನು ಹಿಂದೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಪೂಜೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆನು. ಆದರೆ ಈಗ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಬಂದ ಮೇಲೆ ನಾನು ನನ್ನ ಸಮಯವನ್ನು ಎಷ್ಟು ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡಿದನೋ ಎಂದು ಅರ್ಥವಾಯಿತು ಎಂದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ಹಿಂದಿನದ್ದನ್ನು ಏಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ? ಹಾಗೆ ಹಿಂದಿನದ್ದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ.

ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಬಂದ ಎಷ್ಟೋ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಲಿತು ಕೊಂಡಿದ್ದೀರಿ. ಆಗ ಅಜ್ಞಾನಿಯಾಗಿದ್ದು, ಈಗ ಜ್ಞಾನವಂತನಾಗಿದ್ದೀಯ, ಆಗ ನಿನಗಾಗಿ ಬದುಕಿದೆ, ಈಗ ಹತ್ತು ಜನರಿಗಾಗಿ ಕೂಡಾ ಬದುಕುತ್ತಿರುವೆ. ಇದೇ ನಿಜವಾದ ಬದುಕೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡೆ ಎಂದು ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಅವನು ಉತ್ತಮ ಸಾಧಕನಾಗುತ್ತಾನೆ, ಉತ್ತಮ ಜ್ಞಾನಿಯಾಗುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗಲ್ಲದೆ ಸಂತೋಷದಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡಾ ಹಿಂದಿನದ್ದನ್ನು ಕುರಿತು ವಿಚಾರಿಸಿದರೆ ಅದು ಕೂಡಾ ಬಂಧವೇ ಆಗುತ್ತದೆ.

6) **ವಿಚಾರ :** ವಿಚಾರವಿರಬಾರದು, ವಿಚಾರದಲ್ಲಿದ್ದವನ್ನು ಜೀವನವನ್ನು ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಏಕೆಂದರೆ ನಡೆದದ್ದನ್ನು ಬಿಡುತ್ತಾ, ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಜೀವಿಸದೇ ಹೋದರೆ ವಿಚಾರವೂ ಕೂಡಾ ಬಂಧವೇ.

ಅಷ್ಟಾವಕ್ರನು ಏನು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ ಕೋರಿಕೆ, ದುಃಖ ಯಾವುದಾದರೂ ಅನುಮೋದಿಸಿದರೂ, ನಿರಾಕರಿಸಿದರೂ, ಸಂತೋಷಿಸಿದರೂ, ವಿಚಾರ ಹೊಂದಿದರೂ,

ಈ ಆರರಿಂದಲೇ ನಿನಗೆ ಬಂಧವೇರ್ಪಡುತ್ತದೆ, ಈ ಬಂಧಗಳೆಲ್ಲವು ಇದ್ದರೆ ನೀನು ಬಂಧಿಯಾಗಿ ಬಿಡುವೆ, ಸಾಧನೆ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಆಗದು ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಯಾವಾಗಾದರೆ ಹಿಂದಿನದನ್ನು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಇಟ್ಟೆಯೋ! ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ನಾನು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕು, ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದಾಗ ಯಾವುವು ನಿನ್ನ ಬಂಧಿಸಲಾರವು. ಅದಕ್ಕೆ ಅಷ್ಟಾವಕ್ರನು ಯಾದಾರ್ಥ ಸತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅಂದರೆ ಬಂಧಗಳನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು ಎಂದಿದ್ದಾನೆ.

ಆಸೆಗಾಗಿ ತಾಪತ್ರಯ ಪಡುವುದಲ್ಲ, ಆಶಯಕ್ಕಾಗಿ ಶ್ರಮಿಸಬೇಕು, ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ 'ಆಸೆ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕೋರುತ್ತದೆ, ಆಶಯವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಉನ್ನತಿಯನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ'. ಪ್ರತಿ ಮನುಷ್ಯನ ಆಶಯವು ಏನೆಂದರೆ ತಾನು ಎಲ್ಲಿಂದ ಬಂದನೋ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಸೇರಿವುದೇ ತನ್ನ ಆಶಯ, ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದುವುದೇ ಮಾನವನ ಆಶಯ, ಗುರುವಿನ ಬಳಿ ಹೊಂದಿದ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವುದು, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಪರಮಾತ್ಮನ ಕೃಪೆ ಹೊಂದುವುದೇ ತನ್ನ ಆಶಯ.

ಯಾರಿಗೆ ಪರಮಾತ್ಮನ ಕೃಪೆ ಇರುತ್ತದೆಂದರೆ? ಯಾರಾದರೇ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಕ್ಕಾಗಿ (ತಪಿಸು) ಹಂಬಲಿಸುತ್ತಾರೋ, ಯಾರಾದರೆ ಗುರುವು ಕೊಟ್ಟ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಹಾಪ್ರಸಾದವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೋ! ಅವರೇ ಆಶಯವನ್ನು ನೆರವೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧಕರು ಆಗುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ನೀನು ಆಶಯಕ್ಕಾಗಿ ಜೀವಿಸು, ಆದರೆ ಆಸೆಗಾಗಿ ಜೀವಿಸಬೇಡವೆಂದು ಅಷ್ಟಾವಕ್ರನು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.

"ಬಂಧವಿಮುಕ್ತಿ ಹೇಗೆ ಹೊಂದಬೇಕು?"

ಬಂಧಗಳು ಹೇಗೆ ಏರ್ಪಡುತ್ತವೆಯೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡೆವು, ಈಗ ಬಂಧಗಳಿಂದ ಹೇಗೆ ವಿಮುಕ್ತಿ ಹೊಂದಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಬಂಧವಿದ್ದವರಿಗೇ ಮುಕ್ತಿ ಬೇಕು. ಬಂಧಗಳು ಇರುವವನು ಜೀವನು, ಬಂಧಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟವನು ಯೋಗಿ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ ಈ ಪ್ರಪಂಚವೆಲ್ಲಾ ಮಿಥ್ಯೆ, ಆತ್ಮವೇ ಸತ್ಯವೆಂದು ಅನುಭವ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡವನು ಯೋಗಿ. ಅಂತಹ ಯೋಗಿ ಜನಗಳಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೂ, ಎಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಯಾವುದನ್ನು ಅಂಟಿಸಿಕೊಳ್ಳದೇ, ಯಾವಾಗಲೂ ಮುಕ್ತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾನೆ.

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಆ ಮುಕ್ತ ಸ್ಥಿತಿಬೇಕು, ಮುಕ್ತಿ ಅಂದರೆ ವಿಮುಕ್ತಿ. ಯಾವುದರಿಂದ ವಿಮುಕ್ತಿ? ದುಃಖಗಳಿಂದ, ಬಾಧೆಗಳಿಂದ, ಕಷ್ಟಗಳಿಂದ, ಎಲ್ಲವುಗಳಿಂದ ವಿಮುಕ್ತಿ ಹೊಂದಿದವನೇ ಮುಕ್ತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರಪಂಚದ ಕಡೆಗೆತಿರುಗಿದ ಮನಸ್ಸು ಎಷ್ಟೋ ಬಂಧಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾದರೆ ಈ ಬಂಧಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸುಖವಿಲ್ಲವೆಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಯಾವಾಗಾದರೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಸದ್ಗುರು ಬರುತ್ತಾನೋ! ಆಗ ನಿನ್ನ ಸಮಸ್ತ ದುಃಖಗಳಿಗೆ ಕಾರಣ ಬಂಧವೇ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ನೀನು ನೋಡಿದ ಪ್ರತಿಯೊಂದರ ಜೊತೆಗೂ ಬಂಧಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವೆ, ಬಂಧಗಳಿಂದ ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಬಂಧಿಯಾಗಿದೆ, ಅದರಿಂದಲೇ ನಿನಗೆ ದುಃಖ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗುರುವು ಬೋಧಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಯಾವುದನ್ನೂ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಅಂಟಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆ ಜೀವಿಸಬೇಕು.

ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹೇಗೆ ಇದ್ದರೆ ಬಂಧವೇರ್ಪಡುತ್ತದೆ? ಹೇಗೆ ಇದ್ದರೆ ಬಂಧಗಳಿಂದ ವಿಮುಕ್ತಿ ಹೊಂದುತ್ತೀರಿ? ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಗುರುವಿನ ಬಳಿ ಕಲಿತುಕೊಂಡು ಆ ಬಂಧಗಳಿಂದ ನಿಧಾನವಾಗಿ ವಿಮುಕ್ತಿ ಹೊಂದುತ್ತಾ ಇರಬೇಕು, ಅಂದರೆ ಬಂಧ ಬಿಟ್ಟು ಹೋದರೆ ವಿಮುಕ್ತಿ, ಆ ವಿಮುಕ್ತಿಯೇ ಮುಕ್ತಿ.

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನು ಕೂಡಾ ಮನಸ್ಸು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಇರಬೇಕಾದ ಮನಸ್ಸು ಸ್ಥೂಲವಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ನೀನು ಯಾವ ಸಂಘಟನೆಯನ್ನು ನೋಡಿದರೂ ಅದನ್ನು ಅಲ್ಲಿಯೇ ಬಿಡಬಲ್ಲೆಯಾದರೆ ನಿನಗೆ ಬಂಧ ವಿಮುಕ್ತಿ, ಅದೇ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೇ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಅದು ಬಂಧವಾಗುತ್ತದೆ. ಬಂಧವೇರ್ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳದೇ ಹೇಗೆ ಇರಬೇಕೆಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಈಗ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಅಷ್ಟಾವಕ್ರನು ಒಂದು ಮಾತನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ "ವಿಷಯಗಳನ್ನು ವಿಷತುಲ್ಯವಾಗಿ ಭಾವಿಸು" ಅಂದರೆ, ವಿಷದಂತೆ ಭಾವಿಸು ಎಂದಿದ್ದಾನೆ. ಅಂದರೆ ವಿಷವು ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಒಂದೇ ಬಾರಿ ಸಾಯಿಸುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ವಿಷಯಗಳು ನೆನಪು ಬಂದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಬಾಧೆ ಪಡಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ವಿಷಯಗಳಿಗಿಂತ ವಿಷವೇ ಮೇಲು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ನೀನು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಶೇಖರಿಸುವುದರಿಂದ ದುಃಖದಲ್ಲಿರುವೆ. ಅದಕ್ಕೆ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕೂಡಾ ನೀನು ವಿಷದಂತೆ ಭಾವಿಸಿ ಸ್ವೀಕರಿಸದಂತೆ ಇದ್ದರೆ, ನಿನಗೆ ದುಃಖವೇ ಇಲ್ಲ.

ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ, ಎಲ್ಲಾ ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೂ, ಕಣ್ಣು ತೆಗೆದು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿರುವಾಗ ಇವೆಲ್ಲಾ ಬಂಧಗಳಾಗದಂತೆ ಇರಬೇಕೆಂದರೆ.

1) ಕ್ಷಮೆ 2) ದಯೆ 3) ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ 4) ನಿತ್ಯ ಸಂತೃಪ್ತಿ.

ಈ ನಾಲ್ಕನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ಬಂಧಗಳಿಂದ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗುತ್ತಾರೆ.

1) ಕ್ಷಮೆ : ಕ್ಷಮಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಯಾರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಬೇಕು? ನಿನ್ನನ್ನು ದ್ವೇಷಿಸುವವನನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಬೇಕು. ನಿನ್ನನ್ನು ಬಾಧಿಸಿದವನನ್ನು ಶತೃವನ್ನು ಕೂಡಾ ಕ್ಷಮಿಸಬೇಕು. ಎಲ್ಲರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಬಲ್ಲ ಗುಣ ನಿನಗೆ ಇದ್ದರೆ ನೀನು ಯಾವುದನ್ನು ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸ್ವೀಕರಿಸಲಾರೆ. ಯಾರಾದರೂ ಬೈಯ್ದಾಗ ತಕ್ಷಣವೇ ಬಾಧೆಪಡುವುದುಬೇಡ.

ಅವನಿಗೆ ಸತ್ಯವು ತಿಳಿಯದು, ನನ್ನ ಕುರಿತು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ತಿಳಿಯದು, ನಾನು ಎಂತಹವನು ಎಂದು ತಿಳಿಯದು, ನಾನು ಆತ್ಮ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ, ಆತ್ಮೋನ್ನತಿಗೆ ಶ್ರಮಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಅವನಿಗೆ ತಿಳಿಯದೆ ನನ್ನನ್ನು ದ್ವೇಷಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಪ್ರಾಪಂಚಿಕತೆಯಲ್ಲಿದ್ದವನು ಆತ್ಮಸ್ಥಿತಿಗೆ ಹೋದಾಗ, ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಆತ್ಮ ಸ್ವರೂಪರು ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಾಗ ಯಾರನ್ನು ದ್ವೇಷಿಸನು ಎಂದು ನಿನಗೆ ಗೊತ್ತು, ಆದ್ದರಿಂದ ಕ್ಷಮಿಸಬೇಕು. ಆ ಕ್ಷಮೆ ಎನ್ನುವುದು ದೊಡ್ಡ ಗುಣ, ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ಸಹನೆ ಇದೆಯಾದ್ದರಿಂದ ನಿನ್ನ ಎದುರಿಗೆ ಇದ್ದವರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಬಲ್ಲೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅವರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಲಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಪತ್ರೀಜೀಯವರು ಸಹನಯೇ ಪ್ರಗತಿ ಎಂದರು. ಅವನು ಎಷ್ಟು ಬೈಯ್ಯುತ್ತಿದ್ದರೂ ನೀನು ಸಹಿಸಿಕೊಂಡೆಯಾದರೆ ಕ್ಷಮಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ.

ಆದರೆ ಇದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟವಾದ ಕೆಲಸ, ಎಷ್ಟೋ ಸಾಧನೆ ಇದ್ದರೇನೆ ಮನಸ್ಸು ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಸಹಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಬಾಯಿಗೆ ಕೆಲಸ ಹೇಳದು. ಹಾಗೇ ಕ್ಷಮಾಗುಣ ಇದ್ದಾಗ ನಿನ್ನನ್ನು ಯಾರಾದರೂ, ಏನಾದರೂ ದೂಷಿಸಿದರೂ ಅಲ್ಲಿಂದ ಮಾತನಾಡದಂತೆ ಮೌನವಾಗಿ ಎದ್ದು ಹೋಗಿ ಬಿಡುವೆ, ಹಾಗೆ ಹೋದಾಗ ನಿನಗೆ ಕ್ಷಮಾಗುಣ ಇದ್ದಂತೆಯೇ.

ಅದಕ್ಕೆ ಬುದ್ಧನು 'ಬೈಯ್ಯುವ ಮಾತಿಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಜೊತೆಯಾದ ಮಾತನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಹುಟ್ಟಿಸಬೇಡ' ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ಅದು ಪರಮ ಸತ್ಯ. ಏಕೆಂದರೆ ಆತನು ಹೇಳುವ ಪ್ರತಿ ಮಾತು ತನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಿ, ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡಿ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಬುದ್ಧನನ್ನು ತಥಾಗತನು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

'ತಥಾಗತನು' ಅಂದರೆ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಅದು ಸತ್ಯವೆಂದು ನಂಬಿದಾಗಲೇ ಪಕ್ಕದವನಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಬೈಯ್ಯುವ ಪ್ರತಿ ಮಾತಿಗೂ ಮತ್ತೊಂದು ಬೈಯುವ ಮಾತನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸಬೇಡ ಅಂದರೆ! ಅವನು ಬೈದರೂ ನೀನು ಬೈಯ್ಯದಂತೆ ಇರುವದೇ ಸಹನೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ಇದ್ದಾಗ ನೀನು ಕ್ಷಮಿಸಿದಂತೆಯೇ!.

2) ದಯೆ : ನಿನ್ನ ಕೆಳಗಿನ ಜೀವಿಗಳ ಮೇಲೆ ಕೆಳಗಿನವರ ಮೇಲೆ ಯಾವಾಗಲೂ ದಯೆ ತೋರಿಸಬೇಕು. ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಮಾನವನೊಬ್ಬನೇ ಅತಿ ಶಕ್ತಿವಂತವಾದ ಜೀವಿ, ಉಳಿದವೆಲ್ಲವೂ ಕೂಡಾ ಶಕ್ತಿ ಹೀನವಾದ ಜೀವಿಗಳೇ. ಅದಕ್ಕೆ ಎಷ್ಟು ಮಂದಿ ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವುಗಳ ಮೇಲೆ ದಯೆ ಇಲ್ಲದೆ ಅವು ನನಗಾಗಿಯೇ ಹುಟ್ಟಿವೆ, ನಾನು ಕೊಂದು ತಿನ್ನಬಹುದೆಂದು ಕರುಣೆ ಇಲ್ಲದೆ ಕಠಿಣವಾದ ಹೃದಯದಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಕ್ರೂರವಾಗಿ ಸಾಯಿಸಿ ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಹಾಗೆ ಹಿಂಸೆ ಮಾಡಿದ ಮಾನವನಿಗೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಒಳಗೆ ಆತ್ಮ ಕ್ಷೋಭೆಯಿಂದ ಯಾವಾಗಲೂ ದುಃಖದಲ್ಲಿ, ನೋವಿನಲ್ಲಿರುತ್ತಾನೆ. ಅದಕ್ಕೆ ನೋಡಿರಿ, ಬಹಳಷ್ಟು ಜನ, ಖಿನ್ನತೆ, ಖಿನ್ನತೆ ಎನ್ನುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆ ಖಿನ್ನತೆ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದರೆ? ಎದುರಿಗಿರುವ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಹಿಂಸಿಸಿ, ನೋವುಪಡಿಸಿ, ಅವುಗಳ ಮೇಲೆ ಕಾಠಿಣ್ಯತೆ ತೋರಿಸಿ, ಸಾಯಿಸಿದರೆ ಪ್ರಕೃತಿ ಸುಮ್ಮನಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇವರಿಗೆ ಏನೋ ತಿಳಿಯದ ಆವೇದನೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ತಿಳಿಯದ ಅವೇದನೆಯೇ ಖಿನ್ನತೆ.

ಮಾಡಿದ ಪಾಪವೇ ರೋಗಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಕೆಳಗಿನ ಜೀವಿಗಳ ಮೇಲೆ ದಯೆ ತೋರಿಸಿದಾಗ ಪ್ರಕೃತಿ ನಿನ್ನ ಮೇಲೆ ದಯೆ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗ ಯಾವಾಗಲೂ ಸಂತೋಷವಾಗಿ ಇರಬಲ್ಲವರಾಗುತ್ತಾರೆ.

3) **ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ :** ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಲೋಪಿಸಿದಾಗ ಆತ್ಮಕ್ಷೋಭೆ ತಪ್ಪದು, ಹೆಂಡತಿಯ ಮೇಲೆ, ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ, ಗಂಡನ ಮೇಲೆ ಮಮಕಾರದಿಂದ ಯಾರದ್ದನ್ನಾಗಲಿ ಅನ್ಯಾಯವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ನಿಮಗೆ ಆತ್ಮಕ್ಷೋಭೆಯು ತಪ್ಪದು. ಸಾಧನೆಯೊಳಗೆ ಬಂದವನು ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಬದುಕುವುದನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಾನು ಮಾಡುವುದನ್ನು ಯಾರು ನೋಡುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ಹೇಗೆಬೇಕೆಂದರೆ ಹಾಗೆ ಜೀವಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕೃತಿಯು ಗಮನಿಸುತ್ತದೆ, ಪರಮಾತ್ಮನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ಇದ್ದಾನೆ, ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡರೆ ಇಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಂಡರೂ ಮೇಲಿನ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷೆಗಳಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರಿರಿ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ವರ್ತಿಸಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಎಂದಿಗೂ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯಿಂದ ಬದುಕಬೇಕು.

ಪತಂಜಲಿ ಮಹರ್ಷಿಯು ಸಹ ಇದನ್ನೇ ಇನ್ನೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ಅ ಪರಿಗ್ರಹ, ಆಸ್ತೇಯ, ಸಾಧಕರಲ್ಲಿ ಇರಬಾರದೆಂದಿದ್ದಾನೆ. ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಲೋಪಿಸುವುದರಿಂದ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದರೂ ಕೆಳ ಸ್ಥಾಯಿಗೆ ಬಂದು ಬಿಡುತ್ತಾರೆ.

4) **ನಿತ್ಯ ಸಂತೃಪ್ತಿ :** ಅಂದರೆ ನಿತ್ಯವೂ ದೊರಕಿದವುಗಳೊಂದಿಗೆ ತೃಪ್ತಿಯಾಗಿ ಜೀವಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಬೇಕು. ಗುರುವಿನ ಬಳಿ ಕರ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಂಡರೂ, ಎಷ್ಟೋ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಂಡರೂ, ನಿತ್ಯ ಸಂತೃಪ್ತಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಬಂಧದಲ್ಲಿದ್ದಂತೆಯೇ, ವೇದನೆಯಲ್ಲಿದ್ದಂತೆಯೇ.

ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ಕರ್ಮಗಳನ್ನಾಧರಿಸಿ ಈ ದಿನ ಹೀಗಿದೆ. ಹಿಂದೆ ನಾನು ಅಷ್ಟೇ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಮಾಡಿದ ಕರ್ಮದಿಂದ ನನಗೆ ಇಷ್ಟೇ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ನಿತ್ಯ ತೃಪ್ತಿಯಿಂದರಬೇಕು. ನಿನಗೆ ಎಷ್ಟು ಪ್ರಾಪ್ತಿಯೋ

ಅಷ್ಟೇ ಪರಮಾತ್ಮ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇರುವುದಲ್ಲಿಯೇ ತೃಪ್ತಿಪಡದೇ ಇನ್ನೂ ಇನ್ನೂ ಬೇಕೆಂದು ಕೋರಿಕೊಂಡರೆ ಅದೂ ಕೂಡಾ ಪಾಪಕರ್ಮವೇ ಎಂದು ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡಾ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ.

ಯಾವಾಗಾದರೆ ಆಸೆ ಪಡುತ್ತೀಯೋ ಆಗ ನೀನು ಬಂಧದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿ ಬೀಳುವೆ. ಬಹಳ ಜನ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ನಾವು ಸಂಪಾದಿಸಿ ಸೊಸೈಟಿಗೆ ಖರ್ಚು ಮಾಡುತ್ತೇವೆಂದು. ನೀವು ಅಧರ್ಮದಿಂದ ಸಂಪಾದಿಸಿ, ಸೊಸೈಟಿಗೆ ಇಡಬೇಕು ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ, ನಿನಗೆ ಇರುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ಕೊಡು, 10 ರೂ ಇದ್ದರೆ ಒಂದು ರೂಪಾಯಿ ಕೊಡು ಸಾಕು.

ಅದಕ್ಕೆ ಮಲಯಾಳ ಸ್ವಾಮಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ 'ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿನ್ನ ಕೆಳಗಿನವರನ್ನು ನೋಡಿ ನೀನು ತೃಪ್ತಿಕರವಾದ ಜೀವನವನ್ನು ಜೀವಿಸಬೇಕು'. ನಿತ್ಯ ಸಂತೃಪ್ತಿಯಾಗಿದ್ದವನು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಬಹಳ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದ ಭೋಗಗಳನ್ನು ನೀನು ಕೋರಬಾರದು.

ಇರುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ತೃಪ್ತಿಯಾಗಿ ಜೀವಿಸಬಲ್ಲೆಯಾದರೆ ಭಗವಂತನು ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಪ್ರಸಾದವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸುವೆ. ಅಂದರೆ ನೀನು ಅನುಭವಿಸಿ, ಹತ್ತು ಮಂದಿಗೆ ಹಂಚುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವೆ. ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ಹಂಚಿಡುತ್ತಾರೆ. ಪದಾರ್ಥವನ್ನು ನಾವೇ ತಿನ್ನುತ್ತೇವೆ ಅದಕ್ಕೆ ಈ ಜೀವನ, ಈ ಸಂಪತ್ತುಗಳು ಪರಮಾತ್ಮನು ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಪ್ರಸಾದವೆಂದು, ನಿತ್ಯ ಸಂತೃಪ್ತಿಯಿಂದ ಜೀವಿಸುವನು ಯಾವ ಬಂಧದಲ್ಲೂ ಸಿಕ್ಕಿ ಬೀಳನು, ಎಂದು ಅಷ್ಟಾವಕ್ರನು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ನಿತ್ಯ ಸಂತೃಪ್ತಿಯುಳ್ಳವನು ಬಂಧದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿ ಬೀಳನು, ಬೇಕೆಂದು ಕೋರಿಕೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಆ ಕೋರಿಕೆಯೇ ಬಂಧವಾಗಿ ನಿನ್ನ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಏನು ಬಂದರೂ ತೃಪ್ತಿಯಾಗಿ ಬದುಕು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದರೂ ಎಷ್ಟು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದರೂ ತೃಪ್ತಿಪಡಬಾರದು ಎಂದು ಬುದ್ಧನು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಕ್ಷಮೆ, ದಯೆ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ, ನಿತ್ಯ ಸಂತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ನೀನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪಾಲಿಸಿದರೆ, ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿರುವಾಗಲೇ ಮುಕ್ತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತೀಯ, ದುಃಖಗಳಿಂದ, ಬಾಧೆಗಳಿಂದ, ಕಷ್ಟಗಳಿಂದ ವಿಮುಕ್ತಿ ಹೊಂದಿ ಮುಕ್ತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಬಲ್ಲೆ.

"ಭಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ವಿಧಗಳು"

ಭಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ 3 ವಿಧಗಳು

1) ಬಾಹ್ಯ ಭಕ್ತಿ 2) ಏಕಾಂತ ಭಕ್ತಿ 3) ಅನನ್ಯ ಭಕ್ತಿ

1) ಬಾಹ್ಯ ಭಕ್ತಿ : ಈ ಬಾಹ್ಯ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು 9 ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ನವ ವಿಧ ಭಕ್ತಿ ಧರ್ಮಗಳನ್ನು ಹಿಂದೆ ಪ್ರಹ್ಲಾದನು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.

ಅವು 1) ಶ್ರವಣ 2) ಮನನ 3) ಕೀರ್ತನೆ 4) ವಂದನೆ 5) ಅರ್ಚನೆ

6) ದಾಸ್ಯ 7) ಪಾದಸೇವೆ 8) ಸಖ್ಯತೆ 9) ಆತ್ಮ ನಿವೇದನೆ.

1) **ಶ್ರವಣ ಭಕ್ತಿ :** ಈ ಶ್ರವಣ ಭಕ್ತಿಯ ಮೂಲಕ ಮೋಕ್ಷ ಹೊಂದಿದವನು ಪರೀಕ್ಷಿತ್ ಮಹಾರಾಜ. ಈತನು ಅಭಿಮನ್ಯುವಿನ ಮಗನು, ಧರ್ಮರಾಜನ ಮೊಮ್ಮಗನು. ಆತನು ಕೂಡಾ ಧರ್ಮರಾಜುವಿನಷ್ಟೇ ಶ್ರೇಷ್ಠನು, ತಾತನಂತೆ ಧರ್ಮಪಾಲನೆ ಮಾಡಿದನು. ಆದ್ದರಿಂದ ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಕಲಿಯನ್ನು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬರದಂತೆ ಮಾಡಬಲ್ಲವನಾದನು. ಆದರೆ ಪರೀಕ್ಷಿತ್ ಮಹಾರಾಜನ ಪರಿಪಾಲನಾ ಕಾಲದಲ್ಲಿಯೇ ಕೃಷ್ಣನು ಮರಣಿಸಿದನು. ದ್ವಾಪರಯುಗದಲ್ಲಿ ಅಂತ್ಯವಾಗಿ ಕಲಿಯುಗವು ಪ್ರಾಂಭವಾದರೂ ಕೂಡಾ ಕಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಲಾರದೆ ಹೋದ.

ಕಾರಣ ಧರ್ಮವಿರುವಲ್ಲಿಗೆ ಕಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಲಾರನು. ಕಲಿ ಬರಬೇಕೆಂದರೆ ಅಧರ್ಮ, ಅನ್ಯಾಯ, ಅಕ್ರಮಗಳು ಇರಬೇಕು. ಪರೀಕ್ಷಿತ್ ಮಹಾರಾಜನನ್ನು ಕಲಿ ಕೇಳಿದನಂತೆ, ನೀನು ಇಷ್ಟು ಧರ್ಮದಿಂದ ಇದ್ದಾಗ ನಾನು ಹೇಗೆ ಬರಲಿ? ಈ ಯುಗವೆಲ್ಲಾ ನನ್ನದೇ ಅಲ್ಲವೇ? ಎಂದು. ಆಗ ಪರೀಕ್ಷಿತ್ ಮಹಾರಾಜ ಹೇಳಿದನಂತೆ, ಸರಿ, ನಿನ್ನದೇ, ಆದರೆ ನೀನು ಇದರಲ್ಲಿ ಬರಬೇಕೆಂದರೆ ಪಂಚ ಮಹಾಪಾಪಗಳನ್ನು ಯಾರು ಮಾಡುತ್ತಾರೋ ಅವರೊಳಗೆ ನೀನು ಹೋಗು ಎಂದನಂತೆ, ಅಂದರೆ, ಹಿಂಸೆ, ಕಳ್ಳತನ, ವ್ಯಭಿಚಾರ, ಮಧ್ಯಪಾನ, ಜೂಜಾಟ, ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೊಂದು ಇದ್ದರೂ ನೀನು ಪ್ರವೇಶಿಸು.

ಈ ಐದು ಇಲ್ಲದೆ ಧರ್ಮದಿಂದ ಇರುವವರನ್ನು ನೀನು ಏನೂ ಮಾಡಲಾರೆ, ಮಾಡಬಾರದು ಎಂದನಂತೆ.

ಮತ್ತೆ ಅಂತಹ ಪರೀಕ್ಷಿತ್ ಮಹಾರಾಜ ಒಂದು ದಿನ ಬೇಟೆಗೆ ಹೋದಾಗ ಬಹಳ ದಾಹವಾದರೆ ಅಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಶಮಿಕ ಮಹರ್ಷಿಯನ್ನು ದಾಹಕ್ಕೆ ನೀರನ್ನು ಕೇಳಿದನಂತೆ, ಆತನು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿದ್ದುದರಿಂದ ಮಾತನಾಡಿಲ್ಲವೆಂದು ಕೋಪದಿಂದ ಅಲ್ಲಿ ಸತ್ತು ಬಿದ್ದಿದ್ದ ಹಾವನ್ನು ಆತನ ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ ಹಾಕಿ ಹೊರಟು ಹೋದನು. "ಕ್ರೋಧೇನಾ

ಬುದ್ಧಿ ನಾಶನಂ" ಎನ್ನುತ್ತಾರಲ್ಲ! ಹಾಗೆ ಕ್ರೋಧದಿಂದ ಪರೀಕ್ಷಿತ್ ಮಹಾರಾಜನಿಗೆ ಬುದ್ಧಿ ನಶಿಸಿ ಮಾಯೆಗೆ ವಶವಾದನು.

ಈತನಿಗೆ ದಾಹವಾಗುತ್ತಿದೆ, ಆದರೆ ಆ ಕಡೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ, ಹೇಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾನೆ? ಎನ್ನುವ ವಿಚಕ್ಷಣಾ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡನು. ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಗಮನಿಸಬೇಕಾದದ್ದು ಕೋರಿಕೆ. "ಯಾವ ಸಣ್ಣ ಬಯಕೆಯು ನಿನಗೆ ಉಂಟಾದರೆ ವಿಚಕ್ಷಣಾ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ಥಿತಿ ಬರುತ್ತದೆ".

ಹಾಗೆ ಕೋಪದಿಂದ ಹಾವನ್ನು ಕುತ್ತಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿದ್ದರಿಂದ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಶಮಿಕ ಮಹರ್ಷಿಯ ಮಗ ಶೃಂಗಿ ಬಂದನು. ಯಾರು ನನ್ನ ತಂದೆಯ ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ ಹೀಗೆ ಸತ್ತು ಹೋದ ಹಾವನ್ನು ಹಾಕಿದ್ದು? ಯಾರಾದರೆ ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದಾರೋ ಅವರು ಸರಿಯಾಗಿ 7ನೇ ದಿನ ಈ ಹಾವಿನ ಕಚ್ಚುವಿಕೆಯಿಂದ ಮರಣಿಸುತ್ತಾನೆಂದು ಶಪಿಸಿ, ಆ ಹಾವಿಗೆ ಪ್ರಾಣವನ್ನು ಹೊಯ್ದನಂತೆ.

ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡ ಮಹಾರಾಜನು ತಾನು ಸಾಯುವುದರೊಳಗೆ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕೆಂದುಕೊಂಡನು. ಮತ್ತೆ ಯಾರು ನನಗೆ ಈ ಏಳು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೋಧಿಸಬಲ್ಲರು ಎಂದು ವಿಚಾರಿಸಿದರೆ ವ್ಯಾಸನ ನಾಲ್ಕನೇಯ ಕುಮಾರನಾದ ಶುಕ ಮಹರ್ಷಿ, ನಾನು ನಿಮಗೆ ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೋಧಿಸಬಲ್ಲೆ ಎಂದು ಬಂದನು. ಆಗ ಏಳು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ನೀರು ಕುಡಿಯದೇ, ನಿದ್ರಾಹಾರಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೇಳಿದನಂತೆ ಪರೀಕ್ಷಿತ್ ಮಹಾರಾಜನು.

ಮೂರು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಶುಕ ಮಹರ್ಷಿ, ಈ ಮೂರು ದಿನಗಳಿಂದ ನಿದ್ದೆ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಕೇಳಿರುತ್ತಿರುವೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ತಿಂದು, ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಬರುವೆಯಾ? ಎಂದು ಕೇಳಿದರೆ, ಆಗ ಮಹಾರಾಜ ಅಂದನಂತೆ, ಒಂದು ಕ್ಷಣದ ದಾಹಕ್ಕೆ ತಡೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗದೆ ಇಂತಹ ಶಾಪಕ್ಕೆ ಗುರಿಯಾದೆನು, ಮತ್ತೇ ಒಂದು ಕ್ಷಣ ನಾನು ಯಾಮಾರಿದರೆ ನಾನು ಸಾಯುವುದರೊಳಗೆ ಈ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲಾರೆನೆನೋ! ನನ್ನ ಆಯಸ್ಸು ಕರಗಿ ಹೋಗುತ್ತದೆನೋ? ಎಂದು ಎಷ್ಟೋ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ವಾರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಕೇಳಿಕೊಂಡನಂತೆ.

ಹಾಗೆ ಕೇಳುವುದರ ಮೂಲಕ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಂಡು ಪರೀಕ್ಷಿತ್ ಮಹಾರಾಜನು ಜೀವನ್ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದನು. ಹಾಗೆ "ಯಾರಾದರೂ ಸರಿ ಅಣುವಣುವು ಜ್ಞಾನಕ್ಕಾಗಿ ಹಂಬಲಿಸಿದರೆ, ಅವರಿಗೆ ಜ್ಞಾನವು ಲಭಿಸುತ್ತದೆ".

ಮತ್ತೆ ಮೇಲಿನ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಾಗಲಿ, ಕೆಳಗಿನ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಾಗಲಿ ಜ್ಞಾನವು ದೊರಕದು. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಮಾನವನು ಹೊಂದಿದ ಜ್ಞಾನವೇ ಉಪಯೋಗವಾಗುತ್ತದೆ ಆದ್ದರಿಂದ, ಈ ಭೂಮಿ ಎನ್ನುವುದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಪಾಠಶಾಲೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಪುಣ್ಯ, ಪಾಪದಿಂದಲೇ ಸ್ವರ್ಗ, ನರಕಗಳು ಲಭಿಸುತ್ತವೆ.

2) ಮನನ ಭಕ್ತಿ : ಮನನ ಭಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಹೊಂದಿದವನು ಪ್ರಹ್ಲಾದನು. ಪ್ರಹ್ಲಾದನ ತಂದೆ ಹಿರಣ್ಯಕಶಿಪು. ಹಿರಣ್ಯಕಶಿಪನು ತಪಸ್ಸಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾ ತನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಲೀಲಾವತಿಯನ್ನು ನಾರದ ಮಹರ್ಷಿಯ ಆಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ಬಿಟ್ಟು ಹೋದನು. ಪ್ರಹ್ಲಾದನು ತಾಯಿಯ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿಯೇ ನಾರದನ ಮುಖಾಂತರ ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿದನು. ನಾರಾಯಣನನ್ನು ಮನನ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದನು.

ಶುಕ ಮಹರ್ಷಿ, ಅಭಿಮನ್ಯು, ಅಷ್ಟಾವಕ್ರನು ಮತ್ತು ಪ್ರಹ್ಲಾದನು ಇವರೆಲ್ಲಾ ತಾಯಿಯ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿಯೇ, ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಂಡರು. ಹಾಗೆ ಚಿಕ್ಕಂದಿನಿಂದಲೇ ನಾರಾಯಣನನ್ನು ಮನನ ಮಾಡುತ್ತಾ ಕೊನೆಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಹೊಂದಿದವನು ಪ್ರಹ್ಲಾದನು.

"ಇಂದುಗಲಡಂದುಲೇಡನಿ
ಸಂದೇಹಮುವಲದು, ಚಕ್ರಿಸರ್ವೋಪಗತುಂಡು
ಎಂದೆಂದು ವೆದಕಿ ಚೂಚಿನ
ಅಂದಂದೆ ಗಲಡು ದಾನವಾಗ್ರಣಿ ವಿಂಟೇ!"

ಪ್ರಹ್ಲಾದನು ಯಾವ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರೂ, ಎಲ್ಲಿದ್ದರೂ, ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ, ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಆ ಭಗವಂತನನ್ನೇ ನೋಡಿದನು. ಹಿರಣ್ಯಕಶಿಪನು ಪ್ರಹ್ಲಾದನನ್ನು ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ ಬೀಸಾಡಿದರೂ, ಹಾವುಗಳಿಂದ ಕಚ್ಚಿಸಿದರೂ, ಬೆಂಕಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಸಿದರೂ, ಆನೆಯಿಂದ ತುಳಿಸಿದರೂ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಭಗವಂತನೇ ಇದ್ದಾನೆಂದು ಮನನ ಮಾಡಿದನು, ಎದ್ದು ಬಂದನು. ಹಾಗೆ ಮನನ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಹೊಂದಿದವನು ಪ್ರಹ್ಲಾದನು.

3) ಕೀರ್ತನ ಭಕ್ತಿ : ಆ ದಿನ ಕೀರ್ತನೆಯ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಸೇರಿದವರು ತುಂಬುರನು, ನಾರದನು. ಆದರೆ ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಅನ್ನಮಾಚಾರ್ಯ, ತ್ಯಾಗರಾಜ ಸ್ವಾಮಿ, ಮೀರಾಬಾಯಿ, ರಾಮದಾಸು ಇವರೆಲ್ಲಾ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ, ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಭಗವಂತನಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿ, ಅದು ಕೀರ್ತನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಕೊಟ್ಟರು. ಹಾಗೆ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಹೊಂದಿದರು.

"ಎಲ್ಲಾ ನೀನೆಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಹುಡುಕಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡನಯ್ಯ" ಎಂದರು, ತ್ಯಾಗರಾಜರು. ಅಂದರೆ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಇರುವುದು ಆ ಭಗವಂತನೇ ಎಂಬ ವಿಷಯವನ್ನು ಅಂತರಂಗದೊಳಗೆ ಹೋಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡನು. ಆ ಹಾಡಿನಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಅರ್ಥವಿದೆಯೋ ತಿಳಿದರೆ ಅವರಿಗೆ ಎಷ್ಟು ಜ್ಞಾನವಿದೆಯೆಂದು ನಮಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ಹೊಂದಿನ ಅನುಭವವನ್ನು ಹಾಡುಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೆ ಅವರು ಬರೆದ ಯಾವ ಹಾಡನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೂ ಅದರಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವೇ ಇರುತ್ತದೆ.

4) **ವಂದನ ಭಕ್ತಿ :** ವಂದನ ಭಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಹೊಂದಿದವನು ಅಕ್ರೂರನು. ಅಕ್ರೂರನು ಕಂಸನ ಸೇನಾನಿ, ಕೃಷ್ಣನ ಭಕ್ತನು. ಕಂಸನು ಅಕ್ರೂರನನ್ನು, ಬೃಂದಾವನದಿಂದ ಕೃಷ್ಣನನ್ನು ಮಧುರೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಬರುವುದಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಿದನು. ಆದರೆ ಅಕ್ರೂರನು ನಾನು ಎಂತಹ ಅದೃಷ್ಟವಂತನು. ಅಂತಹ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕೃಷ್ಣನನ್ನು ನನ್ನ ರಥದಲ್ಲಿ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಬರಬಹುದೆಂದು ಅಂದುಕೊಂಡನು.

ಬೃಂದಾವನವನ್ನು ಸೇರಿದೊಡನೆ ಅಕ್ರೂರನು ಕೃಷ್ಣನು ನಡೆದಾಡಿದ ಮಣ್ಣನ್ನು ಮೈಗೆ ಬಳಿದುಕೊಂಡು ತನ್ಮಯತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದನು. ಅದಕ್ಕೆ ಕೃಷ್ಣನು ಅಕ್ರೂರನಿಗೆ ಕೂಡಾ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೋಧಿಸಿದನು.

ಹಾಗೆ ಕೃಷ್ಣನು ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೋಧಿಸಿದ 5 ಜನರಲ್ಲಿ ಅಕ್ರೂರನು ಒಬ್ಬನು. ಐದು ಜನರು ಯಾರೆಂದರೆ, "ಉದ್ಧವನು ಅಂದರೆ ಕುಚೇಲನು, ರುಕ್ಮಿಣಿ, ಅರ್ಜುನನು, ಅಕ್ರೂರನು, ದುರ್ವಾಸ ಮಹಾಮುನಿ"

5) **ಅರ್ಚನ ಭಕ್ತಿ :** ಅರ್ಚನ ಭಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಹೊಂದಿದವನು ಅಂಬರೀಷನು, ಆತನು ಯಾವಾಗಲೂ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಅರ್ಚನೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಿದ್ದನು. ಆಗ ವಿಗ್ರಹವೇ ಭಗವಂತನು ಅಂದುಕೊಂಡಿದ್ದರಿಂದ ಆ ವಿಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಅರ್ಚನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದನು. ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲಾದರೂ ಎಷ್ಟು ಕಷ್ಟವಾದರೂ ಅರ್ಚನೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲಿಲ್ಲ. ಆಗ ವಿಷ್ಣುಮೂರ್ತಿ ಅಂಬರೀಷನಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದಾಗ ಉಪಯೋಗವಾಗುತ್ತದೆಂದು ತನ್ನ ಸುದರ್ಶನ ಚಕ್ರವನ್ನು ಕೊಟ್ಟನು.

ಆದರೆ ಆತನು ಆ ಸುದರ್ಶನ ಚಕ್ರವನ್ನು ಮರಣಿಸುವವರೆಗೂ ಮುಟ್ಟಲಿಲ್ಲವಂತೆ, ನನ್ನ ಕಷ್ಟಗಳಿಗಾಗಲಿ, ನನ್ನ ಭೋಗಗಳಿಗಾಗಲಿ ಕಾರಣ ನಾನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕರ್ಮಗಳೇ, ನಾನು ಅವುಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಭಗವಂತನು ನನಗೆ ಆಯುಧವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆಂದು ನಾನು ಅದರಿಂದ ಹೊರಬರುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡೆನು ಎಂದು ಎಷ್ಟು ಕಷ್ಟವಾದರೂ ಅನುಭವಿಸಿದನು, ಅದಕ್ಕೆ ಅಷ್ಟು ಶ್ರೇಷ್ಠನಾದನು

ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ತೀರಿಸುವ ಆತನಿರುವಾಗ ನನಗೆ ಚಿಂತೆ ಏಕೆ? ಎಂದು ಸುದರ್ಶನ ಚಕ್ರವನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ ಆ ವಿಷ್ಣುಮೂರ್ತಿ ಕೊಟ್ಟರೂ ಕೂಡಾ ಯಾವಾಗಲೂ ಉಪಯೋಗಿಸಲಿಲ್ಲ.

6) **ದಾಸ್ಯ :** ದಾಸ್ಯ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿದವನು ಆಂಜಿನೇಯನು. ಶ್ರೀರಾಮನ ಪಟ್ಟಾಭಿಷೇಕದ ಅನಂತರ ಶ್ರೀರಾಮನು ಮುತ್ತಿನ ಹಾರವನ್ನು ಕೊಟ್ಟನಂತೆ. ಆಗ ಆಂಜನೇಯನು ಆ ಮುತ್ತಿನ ಹಾರದಲ್ಲಿರುವ ಮುತ್ತುಗಳೆಲ್ಲವನ್ನು ಕಡಿದು ನೀನು ಕಾಣಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದನಂತೆ.

ಆಂಜನೇಯ ಸ್ವಾಮಿ ಎಷ್ಟೋ ಶಕ್ತಿವಂತನು, ಆತನಿಗೆ ಸಿದ್ಧಿಗಳು ಕೂಡಾ ಇವೆ, ಆದರೆ ಆತನಿಗೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲ. ಆಗ ಶ್ರೀರಾಮನು ತನ್ನ ಅಂತಃಪುರಕ್ಕೆ ಕರೆಸಿಕೊಂಡು

ಒಂದು ರಾತ್ರಿಯೆಲ್ಲಾ ಕುಳ್ಳಿರಿಸಿ ಆಂಜನೇಯನಿಗೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೋಧಿಸಿದನು.

7) ಪಾದ ಸೇವನೆ : ಪಾದ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ರುಕ್ಮಿಣಿದೇವಿ, ಕೃಷ್ಣನಿಗೆ ಅಷ್ಟ ಪತ್ನಿಯರು ಇದ್ದರೂ, ಕೇವಲ ರುಕ್ಮಿಣಿ ದೇವಿಗೇ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೋಧಿಸಿದನು. ಆಕೆಯು ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಸಮರ್ಪಿಸಿದ ತುಳಸೀದಳಕ್ಕೆ ತೂಗಿ ಶರಣಾದನು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು.

8) ಸಖ್ಯತ : ಸನಿಹತೆ ಸಖ್ಯತೆಯಿಂದ ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿದವನು ಅರ್ಜುನನು, ಮತ್ತೆ ಪಾಂಡವರು ಐದು ಜನರಲ್ಲಿ ಅರ್ಜುನನಿಗೆ ಮಾತ್ರವೇ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯ ಮೂಲಕ ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೋಧಿಸಿದನು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು.

9) ಆತ್ಮ ನಿವೇದನೆ : ಆತ್ಮ ನಿವೇದನೆಯಿಂದ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಧನ್ಯನಾದವನು ಬಲಿಚಕ್ರವರ್ತಿ. ಪ್ರಹ್ಲಾದನ ಮೊಮ್ಮಗನೇ ಬಲಿಚಕ್ರವರ್ತಿ. ರಾಕ್ಷಸರಲ್ಲೇ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದವರೇ ಬಲಿಚಕ್ರವರ್ತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಹ್ಲಾದನು. ರಾಕ್ಷಸರ ಗುರುವೇ ಶುಕ್ರಾಚಾರ್ಯರು. ಪ್ರಹ್ಲಾದನಿಗೆ ಎಷ್ಟು ಭಕ್ತಿಯಿದೆಯೋ ಬಲಿ ಚಕ್ರವರ್ತಿಗೂ ಕೂಡಾ ಅಷ್ಟೇ ಭಕ್ತಿ ಇದೆ.

ಒಂದುದಿನ ಬಲಿಚಕ್ರವರ್ತಿ ಅಶ್ವಮೇಧಯಾಗವನ್ನು ಮಾಡಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಬಹುಮಾನಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಶ್ರೀ ಮಹಾವಿಷ್ಣುವು ವಾಮನಾವತಾರದಲ್ಲಿ ಬಂದನು. ಶುಕ್ರಾಚಾರ್ಯರು ದಿವ್ಯ ಚಕ್ಷುವಿನ ಮೂಲಕ ಬರುತ್ತಿರುವುದು ಮಹಾ ವಿಷ್ಣುವು ಎಂದು, ಆತನು ಬಲಿಚಕ್ರವರ್ತಿಯ ಪ್ರಾಣವನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾನೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಆತನು ಏನು ಕೇಳಿದರೂ ಕೊಡಬೇಡ ಎಂದನು.

ಆದರೆ ಭಗವಂತನೇ ಬಂದು ಕೇಳಿದರೆ ನಾನು ಬೇಡವೆನ್ನುತ್ತೇನೆಯೆ? ನನ್ನ ಶರೀರ ಏನಾದರೂ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ, ಪ್ರಾಣಕೊಡುತ್ತೇನೆಂದನು. ಬಂದಿದ್ದು ನಾರಾಯಣನು ಎಂದು ತಿಳಿದೂ ಮೂರನೇಯ ಪಾದವನ್ನು ತನ್ನ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಇಡು ಎಂದನು ಬಲಿಚಕ್ರವರ್ತಿ. ಪ್ರಹ್ಲಾದನ ಮಗನಾದಂತಹ ವಿರೋಚನನ ಮಗನೇ ಬಲಿಚಕ್ರವರ್ತಿ. ಅಂದರೆ ಪ್ರಹ್ಲಾದನ ಮೊಮ್ಮಗ ಬಲಿಚಕ್ರವರ್ತಿ, ಪ್ರಹ್ಲಾದನಂತೆ ಧರ್ಮಪರನು.

ಅದಕ್ಕೆ ಹಾಗೇ ತನ್ನ ಪ್ರಾಣವನ್ನು ಕೂಡಾ ಲೆಕ್ಕಿಸದೇ ಭಗವನಂತನಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿದನು. ಆದ್ದರಿಂದ ಆತನಿಗೆ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಪ್ರಸಾದಿಸಿದನು. ಆತ್ಮ ನಿವೇದನೆಯೆಂದರೆ ತನ್ನ ಶರೀರವನ್ನು ವಿಚ್ಛಿದ್ರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಹಾಗೆ ಬಲಿ ಚಕ್ರವರ್ತಿಯನ್ನು ಪಾತಾಳದೊಳಗೆ ತುಳಿದು ಪಾತಾಳ ಲೋಕವನ್ನು ಪರಿಪಾಲಿಸು ಎಂದು ವರವನ್ನು ಕೊಟ್ಟನು.

ಇದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ ಎಷ್ಟು ಭಕ್ತಿ ಇದ್ದರೂ ಕೂಡಾ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದದಿದ್ದರೆ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಹೊಂದಲಾರನು ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮೊದಲು ಭಗವಂತನನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುವುದರಿಂದ ಗುಣಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ಆಗ ತನಗಾಗಿ ತಾನು ಬದುಕುವುದಿಲ್ಲ. ಲೋಕಕ್ಕಾಗಿ ಬದುಕುತ್ತಾನೆ. ಒಬ್ಬ ಶ್ರೀರಾಮನಂತೆ, ಬಲಿಚಕ್ರವರ್ತಿಯಂತೆ ನಿರ್ಗುಣ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬಂದಾಗಲೇ ದೈವಗಳಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಾರೆ. ಯಾರಾಗಲಿ

ಸಾತ್ವಿಕದೊಳಗೆ ಬಂದರೇನೇ ಸತ್ಯವು ಬೋಧಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಪುಟ್ಟಪರ್ತಿ ಸಾಯಿಬಾಬ ಏನೆನ್ನುತ್ತಿದ್ದರೆಂದರೆ? ಅಪರಿಮಿತವಾದ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಒಂದು ರೂಪವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿ ಒಂದು ಫೋಟೋದಲ್ಲಿಯೋ, ಒಂದು ವಿಗ್ರಹದಲ್ಲಿಯೋ, ಬಂಧಿಸಿದರೆ ಭಗವಂತನನ್ನು ಅವಮಾನಿಸಿದಂತೆಯೇ ಹೊರತು ಗೌರವಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಸತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡವನು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ. ಅದಕ್ಕೇ ಮಹಾತ್ಮರು ಮೊದಲು ಸತ್ಯವನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿರೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

II. ಏಕಾಂತ ಭಕ್ತಿ : ಏಕಾಂತ ಭಕ್ತಿ ಎಂದರೆ ನಾವು ಏಕಾಂತವಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು, ಕಣ್ಣುಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು, "ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ" ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುವದೇ ಏಕಾಂತ ಭಕ್ತಿ.

ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳಲ್ಲಿ "ಸ್ವಸ್ವರೂಪಾನು ಸಂಧಾನಂ ಭಕ್ತಿರೀತ್ಯಾ ಭಿಧೀಯತೇ" ಎಂದು ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.

ಅಂದರೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಆ ದೈವವನ್ನು ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುವ ಏಕೈಕ ಮಾರ್ಗವೇ "ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ" ಧ್ಯಾನ. ಹಾಗಾಗಿ ಈ ಸಾಧನ ಕ್ರಮವನ್ನು ತಪ್ಪದಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರುವುದೇ ಏಕಾಂತಭಕ್ತಿ.

III. ಅನನ್ಯ ಭಕ್ತಿ : ಅನನ್ಯ ಭಕ್ತಿ ಎಂದರೆ "ಸರ್ವಂ ಖಲಿದ್ವಂ ಬ್ರಹ್ಮ" ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು.

ಅನನ್ಯ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಅಹಂಕಾರವು ಹೋಗುತ್ತದೆ, ಅಂದರೆ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ, ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಭಗವಂತನಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಅಹಂಕಾರವು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಆಗಲೇ ಇದೆಲ್ಲಾ ಭಗವಂತನದೇ, ನಮ್ಮದೇನು ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ಯಾವ ಪುಣ್ಯ ಕರ್ಮ ಮಾಡಿದರೂ ಕೂಡಾ ಮಾಡುವ ಭಾಗ್ಯವನ್ನು ಭಗವಂತನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಮಾಡಿದರೆ ಜ್ಞಾನವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಆವಾಗಲೆ "ನಿಷ್ಕಾಮ ಕರ್ಮ" ಅಂದರೆ ಎಂತಹ ಫಲಿತವನ್ನು ಆಶಿಸದೆ ಕರ್ಮವನ್ನು ಮಾಡಬಲ್ಲರು.

- ಅಜ್ಞಾನವೆಂಬ ಕತ್ತಲಿನಲ್ಲಿದ್ದವರಿಗೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವೆಂಬ ಬೆಳಕನ್ನು ಕೊಡುವವನೇ ಗುರುವು.ತಟವರ್ತಿ ರಾಜ್ಯಲಕ್ಷ್ಮಿ ಅಮ್ಮನವರು
- ಅಂತರ್ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಿದವರೇ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಹೊರಬರುತ್ತಾರೆ

  ತಟವರ್ತಿ ರಾಜ್ಯಲಕ್ಷ್ಮಿ ಅಮ್ಮನವರು
- ಪ್ರಪಂಚದ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿದರೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಆತ್ಮದ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿದರೆ ಉತ್ತರಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಅಮ್ಮನವರು

ತ್ರಿವೇಣಿ ಸಂಗಮ"

ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪುಣ್ಯಕ್ಷೇತ್ರಗಳಿಗೆ ಹೋದರೆ ಶರೀರವು ಪುನೀತವಾಗುತ್ತದೆಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ಪುಷ್ಕರಗಳ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ನದಿಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ಬಹಳ ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ! ಕಾರಣ ಆ ಪುಷ್ಕರಗಳ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಬಹಳ ಪುಣ್ಯ ಎಂದು ಕೆಲವರು, ನದಿಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಪುಣ್ಯವೆಂದು ಕೆಲವರು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲಜನರು ತ್ರಿವೇಣಿ ಸಂಗಮದಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಬಹಳ ಪುಣ್ಯವೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ ಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ, ಯೋಗಿಗಳಿಗೆ ಸ್ಥೂಲವಾದ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೆ ಇದೆಯೋ ಆ ಸ್ಥೂಲವೆಲ್ಲಾ ಕೂಡಾ ಈ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ, ನಿಗೂಡವಾಗಿ ಇದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡವರಾದ್ದರಿಂದ ಆ ತ್ರಿವೇಣಿ ಸಂಗಮದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಕುರಿತು ಈಗ ಲಾಹಿರಿ ಮಹಾಶಯರು ಕೊಟ್ಟ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಕುರಿತು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ..

"ತ್ರಿವೇಣಿ ಸಂಗಮ" ಅಂದರೆ ಗಂಗಾ, ಯಮುನ, ಸರಸ್ವತಿ ಈ ಮೂರು ನದಿಗಳ ಸಂಗಮ ಪ್ರದೇಶ, ಅಂದರೆ ಬೆರೆತಿರುವುದು. ಅದರಿಂದ ಈ ಮೂರು ನದಿಗಳು ಸೇರಿದ ಪ್ರದೇಶವನ್ನೇ "ತ್ರಿವೇಣಿ ಸಂಗಮ" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಇಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಪುಣ್ಯವು ಬರುತ್ತದೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ ವೇದಗಳಲ್ಲಿ ಇದರ ಅರ್ಥವೇನೆಂದರೆ; ಭಕ್ತಿ, ಕರ್ಮ, ಜ್ಞಾನ ಎಂಬವು ಮೂರು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಇರಬೇಕೆಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಅಂದರೆ ಈ ಮೂರು ಇದ್ದವರು ಪುಣ್ಯವೇ ಅಲ್ಲ, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೂಡಾ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಮಾನವ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತಿನ್ನುವುದು, ಕುಡಿಯುವುದು ಎಷ್ಟು ಮುಖ್ಯವೋ ಸಾಧನೆ ಕೂಡಾ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯ, ಈ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ ಕೃತಯುಗದಿಂದ ದ್ವಾಪರ ಯುಗದವರೆಗೆ, ಈಗ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದು ಹೇಗೆ ಪೂಜೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೋ, ಆ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು.

ಮೊದಲು 'ಭಕ್ತಿ' ಕುರಿತು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಭಗವಂತನ ಮೇಲೆ ಇರುವ ತೀವ್ರಾತಿ ತೀವ್ರವಾದ ಪ್ರೇಮವನ್ನೇ ಭಕ್ತಿ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಪುಟ್ಟಪರ್ತಿ ಸಾಯಿಬಾಬಾರವರು ಈ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಕುರಿತು ಏನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆಂದರೆ, ಭಕ್ತಿಯೆಂಬ ಪದಕ್ಕೆ ಅರ್ಥ 'ಪ್ರೇಮ' ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಇನ್ನು ಏನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆಂದರೆ? ಈ 'ಪ್ರೇಮ'ವೆನ್ನುವ ಪದವನ್ನು

ವಿವಿಧ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನೆಲ್ಲಾ ನೋಡಿದರೆ ಪ್ರೇಮವೆಂಬ ಪದದಿಂದಲೇ ತುಂಬಿದೆ, ಪ್ರಾಣಿಗಳ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಮಕ್ಕಳವರೆಗೆ ಪ್ರೇಮವಿರುತ್ತದೆ. ಉಳಿದವುಗಳ ಮೇಲೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಅವುಗಳಿಗೆ ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ತಿಳಿಯದೂ ಕೂಡಾ.

ಪ್ರೇಮವೆಂಬ ಪದವನ್ನು ಮಾನವನು ಹೇಗೆ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆಂದರೆ, ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳ ಮೇಲಿನ ಪ್ರೇಮವೆಂಬ ಪದವನ್ನು 'ಗೌರವ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲಿನ ಪ್ರೇಮವನ್ನು 'ವಾತ್ಸಲ್ಯ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಆಸ್ತಿಪಾಸ್ತಿಗಳ ಮೇಲಿನ ಪ್ರೇಮವನ್ನು 'ಮಮಕಾರ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಭಗವಂತನ ಮೇಲಿನ ಪ್ರೇಮವನ್ನು 'ಭಕ್ತಿ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ತೀವ್ರಾತಿ ತೀವ್ರವಾಗಿ ಭಗವಂತನನ್ನು ಪ್ರೇಮಿಸಿದವರಿಗೆ ಭಕ್ತಿ ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಭಗವಂತನ ಪ್ರೇಮ ಕುರಿತು ನಾವು ಚರ್ಚಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ಏಕೆ ಭಗವಂತನಿಗೆ 'ಭಕ್ತಿ' ಎಂಬ ಪದದಿಂದ ಗೌರವವಾಗಿ ಸಂಭೋದಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅಂದರೆ ಮಾನವರು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬಂದಾಗಿನಿಂದ ಕಟ್ಟ ಕಡೆಯ ಶ್ವಾಸದವರೆಗೆ ಭಗವಂತನ ಸೃಷ್ಟಿಯಿಂದಲೇ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ತಾಯಿ ಗರ್ಭದೊಳಗೆ ಬಂದಾಗಿನಿಂದ ಸಾಯುವವರೆಗೂ ಅಂದರೆ ಈ ಶರೀರವನ್ನು ಆತ್ಮ ಬಿಡುವವರೆಗೂ ಕೂಡಾ ಶರೀರವನ್ನು ಕಾಪಾಡುತ್ತಾ ಇರುವುದು ಭಗವಂತನೇ. ಭಗವಂತನು ತೋರಿಸುವ ಪ್ರೇಮದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಸ್ವಾರ್ಥವು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಮಾನವನು ಭಗವಂತನಿಗೆ ಏನು ಕೊಡಲಾರ. ಆದರೆ ಭಗವಂತನು ಅರ್ಹತೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮಾನವರಿಗೆ ಕೊಡಬೇಕಾದವುಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾನೆ. ಯಾವ ದಿನವೂ ತಿಂಡಿ ಇಲ್ಲದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಮಾನವನು ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ, ಅಹಂಕಾರದಿಂದ ದೂರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಇಷ್ಟು ಅದ್ಭುತವಾದ ಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ, ಅನುಕ್ಷಣ ಆನಂದದಿಂದ ಜೀವಿಸಬಲ್ಲ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಆದರೆ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದೆ ಮಾನವನು ಕೊಟ್ಟವುಗಳನ್ನು ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಆದರೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿದರೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಷ್ಟು ಅದ್ಭುತವಾದ ಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಇಂದ್ರಿಯಗಳೆಲ್ಲವುಗಳಿಗೆ ಆನಂದಾನುಭೂತಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಆ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಸದಾ ವಿನಮ್ರನಾಗಿ ಇರುವುದೇ ಭಕ್ತಿ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಲಾಹಿರಿ ಮಹಾಶಯರು ಹೇಳಿದ್ದು ಏನೆಂದರೆ ಭಕ್ತಿ–ಗಂಗಾ ನದಿಯಂತದ್ದು, ವೇದಗಳಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿ, ಕರ್ಮ, ಜ್ಞಾನ ಈ ಮೂರು ಮಾನವರಿಗೆ ಇದ್ದರೆ ಮೋಕ್ಷದೊಳಗೆ ಹೋಗಬಲ್ಲನು ಎಂದು. ಭಗವಂತನ ಮೇಲಿರುವ ಭಕ್ತಿ ಗಂಗಾನದಿಯಂತಹುದಂತೆ, ಅಷ್ಟು ಪವಿತ್ರವಾದದ್ದು ಆ ಗಂಗಾನದಿ.

ಎರಡನೆಯದಾದ 'ಕರ್ಮಯೋಗ'ದ ಕುರಿತು ಈಗ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಯಮುನ ಅಂದರೆ ಅರ್ಥವೇನೆಂದರೆ? ಭಗವಂತನು ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಮಾನವರಿಗೆ ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಅಂದರೆ ನಾನು ಎಂಬ ಸ್ವಾರ್ಥದಿಂದ ಅಲ್ಲದೇ ಇದು

ಭಗವಂತನು ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ ಎಂಬ ತ್ಯಾಗ ಬುದ್ಧಿಯಿಂದ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ನಾನು ತಿನ್ನುತ್ತಾ ನನ್ನ ಪಕ್ಕದವನಿಗೂ ಕೂಡಾ ಕೊಡಬೇಕು, ಇದೆಲ್ಲಾ ಭಗವಂತನದೇ ನನಗೆ ಅವಕಾಶ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ನಿರಂತರ ಆ ಆಲೋಚನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರಬೇಕು.

'ಈಶಾವಾಶ್ಯೋಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ' ಏನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆಂದರೆ, ಇದು ನಿನಗೆ ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಮಾತ್ತವೇ ಇದೆ ಆದರೆ ನಿನ್ನದಲ್ಲ, ಭಗವಂತನದು, ಆದ್ದರಿಂದ ತ್ಯಾಗ ಬುದ್ಧಿಯಿಂದ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು.

ಭಗವಂತನ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವ ಈ 84 ಲಕ್ಷ ಜೀವರಾಶಿಗಳೆಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಕೂಡಾ ಮಾನವರು ದೊಡ್ಡ ಮಕ್ಕಳು, ಜ್ಞಾನವುಳ್ಳವರು, ಪಂಚಭೂತ ತತ್ವಗಳು ಪೂರ್ಣವಾಗಿರುವ ಶ್ರೇಷ್ಠರು ಸಹ ಜೀವಿಗಳನ್ನಾಗಲಿ, ಕೆಳಗಿನವರನ್ನಾಗಲಿ, ಪ್ರೇಮದಿಂದ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇರುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ಸ್ವಲ್ಪ ಕೊಡುತ್ತಾ ನಿಷ್ಕಾಮ ಕರ್ಮ ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಿವವರು. ಆದ್ದರಿಂದ ವೇದಗಳಲ್ಲಿ ಕರ್ಮ ಯೋಗವೂ ಕೂಡಾ ಶ್ರೇಷ್ಠವೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಅಂದರೆ ಯಾವುದೂ ನಿನ್ನದಲ್ಲ. ಇದೆಲ್ಲಾ ಭಗವಂತನದೇ, ನಿನಗೆ ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕೇ ಹಕ್ಕಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ತ್ಯಾಗ ಬುದ್ಧಿಯಿಂದ ಅನುಭವಿಸು ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಅಂದರೆ ನಿನ್ನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೊಟ್ಟು ತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿದೆನು ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುವುದಲ್ಲ, ಅದು ನಿನ್ನ ಧರ್ಮ. ಆದರೆ ಸಹ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ, ನೆರೆಹೊರೆಯವರಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ ಕೊಟ್ಟ ಅನುಭವಿಸುವುದೇ ನಿಷ್ಕಾಮ ಕರ್ಮ. ಅದಕ್ಕೆ ಆ ಕರ್ಮ ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ ಅದು ಯಮುನಾ ನದಿಯಂತಹುದು ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಇನ್ನು ಮೂರನೆಯದು 'ಜ್ಞಾನ'. ಜ್ಞಾನವೆಂದರೆ ಸರಸ್ವತಿ. ಸರಸ್ವತಿ ನದಿ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ನಿದರ್ಶನ. ಅ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದುವುದೇ ಮಾನವ ಜನ್ಮವೊಂದರ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶ. ಯಾವ ಜೀವಿಗೂ ಇಲ್ಲದ ಬುದ್ಧಿ, ಮಾತು, ಅರಿವು, ಆಲೋಚನೆ, ಮಾನವರಿಗೆ ಕೊಡಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಯೋಗಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲವಾದ ಶರೀರವಿದೆ. ಆಲೋಚಿಸುವ ಬುದ್ಧಿ, ಜ್ಞಾನ ಇವೆ. ನಾನು, ನನ್ನದು ಎಂಬ ಸ್ವಾರ್ಥವನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ, ಬುದ್ಧಿ ವಿಕಸಿಸಿದಂತೆ, ಆಗ ಜ್ಞಾನ ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ತ್ರಿವೇಣಿ ಸಂಗಮದಲ್ಲಿ ಗಂಗಾನದಿ, ಯಮುನಾನದಿ ಹೊರಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಸರಸ್ವತಿ ನದಿಯನ್ನು ಅಂತರ್ಯಾಮಿ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ಕೆಳಗಿನಿಂದ ಹರಿಯುತ್ತದೆ.

ಮಾನವನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವುದೆಲ್ಲಾ ಭಗವಂತನದೇ, ಆತನಿಗೆ ಸಾವಿರ, ಸಾವಿರ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದರೂ ತೃಪ್ತಿಯಾಗದು. ಇಷ್ಟು ಆನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಆತನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ತ್ಯಾಗಬುದ್ಧಿಯಿಂದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಕೊಡುತ್ತಾ, ನೀನು ಅನುಭವಿಸಿದರೆ ಅದು ನಿಷ್ಕಾಮ ಕರ್ಮವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಿನ್ನ ಬುದ್ಧಿ ವಿಕಸನಗೊಂಡು ನಿನಗೆ ಜ್ಞಾನವು ಉದಯಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ನಿನಗೆ ಜ್ಞಾನ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದೇ ತ್ರಿವೇಣಿ ಸಂಗಮದ ಅಂತರಾರ್ಥ.

ಗಂಗಾನದಿ, ಯಮುನಾನದಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತವೆ, ಸರಸ್ವತಿ ನದಿ ಅಂತರ್ವಾಹಿನಿ. ಕಾಣಿಸದು, ಗಂಗಾ, ಯಮುನಾ, ಸರಸ್ವತಿ ಅಂದರೆ ಅರ್ಥವೇನೆಂದರೆ ಭಕ್ತಿಯೋಗ, ಕರ್ಮಯೋಗ, ಜ್ಞಾನಯೋಗ. ಈ ಮೂರು ಕೂಡಾ ನಮಗೆ ವೇದಗಳಲ್ಲಿ ಕೊಡಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ. ಈ ಮೂರು ಬರಬೇಕೆಂದರೆ ನಿನಗೆ ಭಗವಂತನ ಮೇಲೆ ಭಕ್ತಿ ಇರಬೇಕು, ನಿಷ್ಕಾಮ ಕರ್ಮ ಯೋಗದಲ್ಲಿರಬೇಕು, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇರಬೇಕು. ಈ ಮೂರು ಇದ್ದರೇನೇ ನೀನು ತ್ರಿವೇಣಿ ಸಂಗಮದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದಂತೆ.

ಆದರೆ ಲಾಹಿರಿ ಮಹಾಶಯರು ಇನ್ನೂ ಏನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಇಡಾ, ಪಿಂಗಳ, ಸುಷುಮ್ನ ಎಂಬ ಮೂರು ನಾಡಿಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಇಡಾ, ಪಿಂಗಳ ಅಂದರೆ ಸೂರ್ಯನಾಡಿ, ಚಂದ್ರನಾಡಿ. ಈ ನಾಡಿಗಳು ಸೇರುವ ಭೃಕುಟಸ್ಥಾನ/ಭ್ರೂಮಧ್ಯಸ್ಥಾನ ಸುಷುಮ್ನ. ತ್ರಿವೇಣಿ ಸಂಗಮದ ಬಳಿ ಮೂರು ಪುಣ್ಯ ನದಿಗಳು ಸೇರಿ ಒಂದು ಪವಿತ್ರ ತೀರ್ಥವಾಗಿ ಬದಲಾದಂತೇ, ಮಾನವನಲ್ಲಿ, ಇಡಾ, ಪಿಂಗಳ, ಸುಷುಮ್ನ ನಾಡಿಗಳು ಭ್ರೂಮಧ್ಯದ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸಂಗಮಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಮೂರೂ ನಾಡಿಗಳು ಸೇರಿದಾಗ ಚೈತನ್ಯವು ಜಾಗೃತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಮೂಲಾಧಾರದಲ್ಲಿ 3ಳ (ಮೂರುವರೆ ಸುತ್ತು) ಸುತ್ತು ಸುತ್ತಿಕೊಂಡಿರುವ ಹಾವು ಬಿಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಒಂದೊಂದು ಚಕ್ರವನ್ನು ದಾಟುತ್ತಾ ದಾಟುತ್ತಾ ಆಜ್ಞಾ ಚಕ್ರದೊಳಗೆ ಬಂದರೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವೆನ್ನುವುದು, ಆತ್ಮ ದರ್ಶನವೆಂಬುದು ಆಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ನೀನು ಮುಳುಗಿದರೆ ಅಂದರೆ “ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ” ಇಟ್ಟು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಆಜ್ಞಾ ಚಕ್ರದ ಬಳಿಗೆ ಬರಬಲ್ಲೆ, ಇದು ಆತ್ಮಜ್ಞಾನದ ಕೇಂದ್ರ. ಆ ನಂತರ ಸಹಸ್ರಾರ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಸೇರಿದಾಗ ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡವೆಲ್ಲಾ ಅಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ, ಅದೇ ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನವಾಗುವ ಸ್ಥಳ, ಅದಕ್ಕೆ ಈ ಸಹಸ್ರಾರ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ನಿನ್ನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕೆಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಯಾವುದೋ ತ್ರಿವೇಣಿ ಸಂಗಮ, ಅಲಹಾಬಾದ್‌ಗೆ ಹೋಗಿ ಬಂದೆವು, ಮೂರು ನದಿಗಳು ಸೇರಿದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿ ಬಂದೆವು ಅಂದರೆ ಅದು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ. ಬಾಹ್ಯಾರ್ಥ ಬೇರೆ, ಅಂತರಾರ್ಥ ಬೇರೆ.

ಅಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ ಬಾಹ್ಯಾರ್ಥ, ಜ್ಞಾನಿಗೆ ಅಂತರಾರ್ಥ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಜ್ಞಾನಿಗಳೇ ಬಾಹ್ಯಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಪಾಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಜ್ಞಾನಿಗಳು ಅಂತರಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದು ಗುಪ್ತಾತಿ ಗುಪ್ತವಾದ ಆತ್ಮವಿದ್ಯೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿಯದು, ಅರ್ಥವಾಗದು. ಗುಪ್ತವು ಎಂದರೆ ಪರಮ ರಹಸ್ಯವಾದ ವಿದ್ಯೆ. ಏನೋ ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಂಡೆವು, ಬಹಳ ಸುಲಭವೆಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಅರ್ಹತೆಯನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಂಡು ಪತ್ರೀಜಿಯಂತಹವರನ್ನು ಗುರುವಾಗಿ ತಂದುಕೊಂಡು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬಂದಿದ್ದೇವೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಅರ್ಥವಾಯಿತು. ಆತ್ಮನೇ ಭಗವಂತನೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಮೂಲವಾದ, ಅಸಲಾದ ರಹಸ್ಯ.

ಎಷ್ಟೋ ಜನ್ಮಗಳು ಹುಡುಕಿ ಹುಡುಕಿ ಬೇಸತ್ತಾಗ ಇಂತಹ ಸದ್ಗುರುಗಳು ಕಾಣಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಗುಪ್ತಾತಿ ಗುಪ್ತವಾದದ್ದು, ರಹಸ್ಯವಾದದ್ದು ಆತ್ಮ ವಿದೆ. ಇದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಲಭಿಸದು, ಎಲ್ಲರೂ ಹೊಂದಲಾರರು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ತ್ರಿವೇಣಿ ಸಂಗಮದಲ್ಲಿ "ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ"ವಿಟ್ಟು ನಾನು ದಿನವೂ ಮುಳುಗಬೇಕು ಎಂದು ಯಾರಿಗೆ ಅವರೇ ಅಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ವೇದವೇ ಹೇಳಿದೆ ಭಕ್ತಿ, ಕರ್ಮ, ಜ್ಞಾನ ಈ ಮೂರು ಇದ್ದರೇನೇ ಮಾನವನಿಗೆ ಮೋಕ್ಷ ಎಂದು.

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಪದ್ಧತಿ

ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ

"ಮೌನದಿಂದಾಗು ಲಾಭಗಳು"

ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಬಂದಾಗ ಮಾತನಾಡುವುದನ್ನು ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಮೆದುಳು ಅಷ್ಟು ಚುರುಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದವನಿಗೆ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವುದರಿಂದ ಆತ್ಮ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಗ್ರಹಣಶಕ್ತಿಯು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆಂದು, ಪೀನಿಯಲ್ ಗ್ಲಾಂಡ್‌ನ ಕೆಲಸವು ನಿಂತು ಹೋಗುತ್ತದೆಂದು ಮಹಾತ್ಮರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಪೀನಿಯಲ್ ಗ್ಲಾಂಡ್ ಅಂದರೆ ತಲೆಯ ಹಿಂಭಾಗದಲ್ಲಿ ಒಳಗೆ ಇರುತ್ತದೆ, ಆದರಿಂದಲೇ ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿ, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಮೌನವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಪರಿಶೀಲನಾಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ, ಎಷ್ಟು ಮೌನವಾಗಿ ಇದ್ದರೆ ಅಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಬಲ್ಲವರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಋಷಿಗಳು, ಯೋಗಿಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಮೌನವಾಗಿದ್ದು, ಹೊರಗಿನದ್ದೇ ಅಲ್ಲ, ಅವರನ್ನು ಅವರು ಪರಿಶೀಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿದವನಿಗೆ ಪರಿಶೀಲನಾ ಶಕ್ತಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಅದಕ್ಕೆ ಮಹಾ ಮೇಧಾವಿಗಳೆಲ್ಲಾ ಕಡಿಮೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾರೆ, ಹೆಚ್ಚು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಮಾತನಾಡುವವನು ಶ್ರೇಷ್ಠನು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅವನು ಇರುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನೆಲ್ಲಾ ಮಾತಿಗೇ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಅದಕ್ಕೆ ಯೋಗಿಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಮೌನವಾಗಿ ಇರುತ್ತಾ ತಮ್ಮೊಳಗೆ ಇರುವ ಲೋಪಗಳನ್ನು ಸರಿಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಮೌನವಾಗಿದ್ದು ಲೋಪಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಕೆಲವರಿಗೆ ಕಾರಣವಿಲ್ಲದೆ ಕೋಪ ಬರುತ್ತದೆ, ಕೆಲವರಿಗೆ ಎದುರಿಗಿದ್ದವರ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಬೇಕೆನ್ನಿಸುತ್ತದೆ, ಕೆಲವರಿಗೆ ಯಾರಾದರು ಬೆಳೆದರೆ ಈರ್ಷ್ಯೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ, ಕೆಲವರು ಎಷ್ಟು ಉತ್ತಮವಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಿದರೂ ಮಾಡಿರುವೆ ಬಿಡು ಮಹಾ ಎಂದು ಅನ್ನುತ್ತಾರೆ, ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳು ಏನಾದರೂ ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರೆ ತಂದೆ–ತಾಯಿಗಳು ಭಲೇ, ಮಾಡಿರುವೆ ಅನ್ನರು. ಅವನನ್ನು ನೋಡೋ ! ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದ್ದಾನೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ, ಇವನಿಗೆ ಉರಿದು ಹೋಗಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಬರೆಯುವುದಿಲ್ಲ.

ತಂದೆ–ತಾಯಿಗಳು ತಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಲೋಪಗಳನ್ನು ಸರಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಮಕ್ಕಳು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದರೆ ಹೊಡೆಯುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಜ್ಞಾನವಿರುವ ತಂದೆ

ತಾಯಿಗಳು ಮೊದಲು ತಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಲೋಪಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಂಡು, ನಂತರ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿಯ ಲೋಪಗಳನ್ನು ಸರಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮೊದಲು ಹೆಚ್ಚು ಮಾತನಾಡದೇ ನಿಶ್ಯಬ್ಧವಾಗಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿಯ ಲೋಪಗಳು ತಿಳಿಯುತ್ತವೆ. ಹೇಗೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ? ಏನು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ? ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಕೂಡಾ ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಅದಕ್ಕೆ ದತ್ತಾತ್ರೇಯರು "ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದುವೆ, ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿದರೆ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುವೆ" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಪರಿಶೀಲಿಸಿಕೊಂಡರೆ ನಿಮ್ಮ ತಪ್ಪುಗಳು ಏನೆಂದು ನಿಮಗೆ ಅರ್ಥವಾದರೆ ನೀವು ಹೀಗೆ ಇರಬಾರದು ಎಂಬುದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ನನ್ನ ಮಾತೇ ನಡೆಯಬೇಕೆಂಬ ಒಂದು ಈಗೋ ಇದ್ದಾಗ ಪಕ್ಕದವನು ಒಳ್ಳೆಯದು ಮಾತನಾಡಿದರೂ ಇಷ್ಟವಾಗದು, ಆತುರತೆಯಿಂದ ಇದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ..... ಅದರಿಂದ ಪಕ್ಕದವರಿಂದ ಏನನ್ನೂ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಲಾರರು.

ಅಗತ್ಯವಾದ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದವುಗಳನ್ನು ಮಾತನಾಡದೇ ಇರುವುದು, ಮೌನ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಧ್ಯಾನದ ಕುರಿತು ಯಾರಾದರೂ ಕೇಳಿದರೆ ನಾನು ಮೌನವಾಗಿ ಇದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಸಂಜ್ಞೆ ಮಾಡುವುದಲ್ಲ, ಹೇಳಬೇಕು, ಅಷ್ಟೇ ಹೊರತು ಅನಗತ್ಯವಾದ ಮಾತುಗಳನ್ನಾಡಬಾರದು.

ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ಗಮನಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಎಷ್ಟು ಆತ್ಮಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆಯೋ, ಇತರರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏನಿದೆಯೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲವರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಈಚಿಛಿಜ ಏ ಖಟಿಜಜಥ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ, ಪ್ರತಿ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಮೊದಲಿಗೆ ಪರಿವಿಡಿ (ವಿಷಯ ಸೂಚಕ) ಇರುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಪುಟದಲ್ಲಿ ಏನಿದೆ? ಎಂಬ ಪಟ್ಟಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ಆ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಏನಿದೆಯೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಹಾಗೆಯೇ ಮಹಾ ಮೇಧಾವಿಗಳು ಎದುರಿಗಿದ್ದವರ ಮುಖವನ್ನು ನೋಡಿ ಅವರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏನಿದೆಯೆಂದು ಹೇಳಬಲ್ಲರು, ಆ ಶಕ್ತಿಯು ಯಾವಾಗ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದರೆ? ಸಾಧನೆಯನ್ನು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಮಾಡಿದಾಗ ಬರುತ್ತದೆ. ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯ ಭಾವಗಳನ್ನು ನಿನ್ನ ಮುಖವು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.

ಕಷ್ಟವನ್ನು ಇಷ್ಟವಾಗಿ ಭರಿಸಬಲ್ಲ ಶಕ್ತಿಯು ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಅಷ್ಟು ಬರುತ್ತದೆ. ಮಾತನಾಡುವುದರಿಂದ, ನೋಡುವುದರಿಂದ, ಕೇಳುವುದರಿಂದ, ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಆತ್ಮ ಶಕ್ತಿಯು ಖರ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಬಾಯಿ ಮುಚ್ಚಿದರೆ ಬಹಳ ಶಕ್ತಿ ಉಳಿಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಬಾಯಿಯು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ತರುವ ಯಂತ್ರ.

ಅದಕ್ಕೆ ಮಹಾತ್ಮರು ಮೊದಲು 'ಬಾಯಿ'ಯನ್ನು ಮುಚ್ಚು ಎಂದಿದ್ದಾರೆಂದರೆ ಮೌನವನ್ನು ಪಾಲಿಸು ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಮಹಾತ್ಮರು, ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಹೇಳಿರುವುದು, ಮಾನವನು ಮೆದುಳನ್ನು 2% ಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಸುಸ್ತು ಮಾಡಿಸುವುದಿಲ್ಲವಂತೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಅವನು ಸುಸ್ತಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅದೇ ಒಬ್ಬ ವಿಜ್ಞಾನಿಯಾದರೆ 5% ಬಳಸುತ್ತಾನಂತೆ, ಅವನು ಹೆಚ್ಚು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು ಮೆದುಳಿನಿಂದಲೇ. ಹಾಗೇ ವಿಜ್ಞಾನಿ 5% ಬಳಸಬಲ್ಲನಂತೆ. ಆದರೆ ಒಬ್ಬ ಧ್ಯಾನಿ 100ಕ್ಕೆ 100% ಬಳಸಬಲ್ಲ, ಅದನ್ನು ಅಷ್ಟು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲಕ ಉಳಿಕೆ ಮಾಡಿ ನಿದ್ದೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಈ ಮೆದುಳನ್ನು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲಗೊಳಿಸುತ್ತಾನಂತೆ. ಅವನ ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ಕೋಶಗಳೆಲ್ಲವೂ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿ ಇರುತ್ತವೆಯಂತೆ.

ಅದಕ್ಕೆ ಅವರಿಗೆ ಮುಂದೆ ನಡೆಯುವಂತಹವು ಕೂಡಾ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲ ಶಕ್ತಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಮಾತಿನ ಮೂಲಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇವೆಂಬ ವಿಷಯವೂ ಕೂಡಾ ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಬಾಯಿ ಮುಚ್ಚಿದರೆ ಮೆದುಳು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆಯಂತೆ, ಸಹಜವಾಗಿ ಬಲ ಮೆದುಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರೆ, ಎಡ ಮೆದುಳು ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಎಡ ಮೆದುಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರೆ, ಬಲ ಮೆದುಳು ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ

ಆದರೆ ಸರಿಯಾದ ಧ್ಯಾನಿಯ ಮೆದುಳಿಗೆ ಎಂದಿಗೂ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲವಂತೆ, ಎಂತಹ ಕಷ್ಟವಾದ ಕೆಲಸವಾದರೂ ಅವರು ಮಾಡಬಲ್ಲವರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಉಳಿದವರು ಮಾಡಲಾಗದ್ದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಮೆದುಳಿಗೆ ಬೇಕಾದಂತಹ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೊಡದೇ ಇರುವುದೇ, ಅದಕ್ಕೆ ಧ್ಯಾನವೇ ಪರಿಷ್ಕಾರ.

ಈ ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ಏನೇನು ಇವೆಯೋ, ಮೊತ್ತವೆಲ್ಲಾ ಈ ಶರೀರದಲ್ಲಿಯೂ ಇವೆ. ಈ ಶರೀರವು ಸಣ್ಣ ಪ್ರಪಂಚ, ಹೊರಗೆ ಇರುವುದು ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಪಂಚ.

ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿದಾಗ, ಮಾತಿನ ಮೂಲಕ ಖರ್ಚು ಮಾಡದೆ ಮೌನವಾಗಿದ್ದರೆ ಪರಿಶೀಲನಾ ಶಕ್ತಿಯು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಎದುರಿಗಿದ್ದವನು ಏನು ಎನ್ನುವುದು ಗ್ರಹಿಸಬಲ್ಲವರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಎಷ್ಟು ಮೌನವಾಗಿದ್ದರೆ ಪ್ರಪಂಚವು ಅಷ್ಟು ಗೌರವಿಸುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿದಾಗ ಯಾರೂ ಗೌರವಿಸರು. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿನಗಾಗಲಿ, ನಿನ್ನ ಪಕ್ಕದವನಿಗಾಗಲಿ ಉಪಯೋಗವಾಗದ ಮಾತನಾಡ ಬೇಡವೆಂದು ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಬಾಯಿಯನ್ನು ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ಎಷ್ಟು ಲಾಭವೋ ಯೋಗಿಗಳಿಗೆ, ಋಷಿಗಳಿಗೆ ತಿಳಿದಿದೆಯಾದ್ದರಿಂದ ಅವರು ಅಗತ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮಾತನಾಡರು. ಈ ಜನಾರಣ್ಯದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಮಾತನಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆಯೋ ಎಂದು ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿ

ಹೋಗಿಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಮೌನದಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉಳಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಒಂದುವೇಳೆ ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಬೋಧಿಸಬೇಕಾಗಿ ಬಂದರೂ ಅವರು ಮಾತನ್ನು ಸತ್ಯದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಆದ್ದರಿಂದ ಎಂತಹ ಅಜ್ಞಾನಿಯನ್ನಾದರೂ ಜ್ಞಾನವಂತನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬಲ್ಲರು.

ಬುದ್ಧನು, ಅಂಗುಲಿಮಾಲನ ಕಥೆ :

ಅಂಗುಲಿಮಾಲನು ಒಬ್ಬ ಗುರುವಿನಿಂದ ರಾಕ್ಷಸನಾಗಿ ಬದಲಾದನು. ಆದರೆ ಬುದ್ಧನಿಂದ ಮತ್ತೆ ಒಬ್ಬ ಯೋಗಿಯಾಗಿ ಬದಲಾದ, ಬುದ್ಧನು ಏನೂ ಅನ್ನಲಿಲ್ಲ. ಒಂದು ಬೋಧನೆಯನ್ನೂ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ, ಹಾಗೆ ಕಣ್ಣಿನೊಳಗೆ ನೋಡಿದ. ಅಂಗುಲಿಮಾಲನು ಬುದ್ಧನ ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿನ ತೇಜಸ್ಸನ್ನು ನೋಡಿ ಕಾಲಿನ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದು ಬಿಟ್ಟನು. ಅದನ್ನಾಧರಿಸಿ ಬುದ್ಧನ ಬಳಿ ಎಷ್ಟು ಶಕ್ತಿ ಇದೆಯೋ, ಬುದ್ಧನು ಎಷ್ಟು ಶ್ರೇಷ್ಠನೋ ಎಂದು ಅಂದಾಜು ಮಾಡಬಹುದು.

ಬುದ್ಧನು 'ತಥಾತಗನು' ಎಂದು ಅನ್ನುತ್ತಾರೆ, ಅಂದರೆ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡವನು ಅದಕ್ಕೆ ಬುದ್ಧನನ್ನು ತಥಾಗತನು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಬುದ್ಧನು ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿಕೊಂಡು ನನ್ನ ಪರಿಶೀಲನೆಯಲ್ಲಿ ಬಂದದ್ದನ್ನೇ ನಿಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ ಎಂದೆನ್ನುತ್ತಾನೆ.

ಒಂದುಬಾರಿ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಪರಮಹಂಸರ ಬಳಿಗೆ ಒಬ್ಬ ಮಹಿಳೆಯು ಬಂದಳಂತೆ, ನನ್ನ ಮಗನು ಅತಿಯಾಗಿ ಸಿಹಿಯನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಹೇಳಿದರೆ ಕೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ, ಎಷ್ಟು ಹೇಳಿದರೂ ಸಿಹಿತಿಂಡಿಯನ್ನು ಬಿಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಅಂದರೆ! ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಪರಮ ಹಂಸರು ಅಮ್ಮಾ ! ಒಂದು ವಾರದ ನಂತರ ಬಾ ಎಂದರು. ಈತನು ಏನು ಉಪದೇಶ ಮಾಡುತ್ತಾನೋ ಎಂದು ಆಕೆಯು ಒಂದು ವಾರದ ನಂತರ ಬಂದರೆ, ಆಗ ಆತನು ಆ ಮಗುವಿಗೆ ಮಗು ಸಿಹಿಯನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಡಯ್ಯ ಅಂದರು. ಆಗ ಆಕೆಯು ಅದೇನು ! ಇದು ಹೇಳುವುದಕ್ಕೆ ವಾರದ ದಿನಗಳು ಏಕೆ? ಈ ಮಾತನ್ನು ಆಗಲೇ ಹೇಳಬಹುದಿತ್ತಲ್ಲ ! ಎಂದು ಕೇಳಿದಳು.

ಅಮ್ಮಾ ನನಗೆ ಕೂಡ ಸಿಹಿತಿಂಡಿ ಅಂದರೆ ಬಹಳ ಇಷ್ಟ. ಮತ್ತೇ ನಾನು ತಿನ್ನುತ್ತಾ ಅವನಿಗೆ ಬೇಡ ಎಂದು ಹೇಗೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ? ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ವಾರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಸಿಹಿ ತಿನ್ನದೇ ಇದ್ದು ಈಗ ಅವನಿಗೆ ತಿನ್ನಬೇಡ ಎಂದು ಹೇಳಿದೆನು ಎಂದರು. ಅಂದರೆ ! ಯೋಗಿಗಳು ಏನನ್ನಾದರೂ ಆಚರಿಸಿದ ಮೇಲೆಯೇ ಇತರರಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆಯಾಗಲಿ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದ ಮಾತನ್ನು ಒಂದೂ ಕೂಡಾ ಮಾತನಾಡರು.

ಯೋಗಿಗಳು ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾರೆಯಾದ್ದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ ವಾಕ್ ಶುದ್ಧಿ ಇರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಯಾವಾಗಾದರೆ ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರೋ ಆಗ ವಾಕ್ ಶಕ್ತಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಸತ್ಯವನ್ನು ಮಾತನಾಡುವುದೆಂದರೆ ಸುಮ್ಮನೆ ಹೇಳುವುದಲ್ಲ, ಅನುಭವದೊಳಗೆ

ಬರಬೇಕು, ಅನುಭವವಿಲ್ಲದೆ ಒಂದು ಮಾತೂ ಕೂಡಾ ಮಾತನಾಡಬಾರದು. ತಾನು ತಪ್ಪು ಮಾಡುತ್ತಾ ಇತರರ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಸರಿ ಮಾಡಿಕೋ ಎಂದು ಹೇಳಬಾರದು.

ಅದಕ್ಕೆ ವೇಮನರು ಏನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆಂದರೆ?

"ಅಂತರಂಗಮುನ ಅಪರಾಧಮುಲು ಚೇಸಿ,

ಮಂಚಿವಾರಿಲೆ ಮಾನುಜುಡುಂಡು

ಪರುಲು ಎರುಗಕುನ್ನ ಪರಮಾತ್ಮ ಎರಗಡಾ?"

ವಿಶ್ವಧಾಭಿರಾಮ ವಿನುರವೇಮ!

ಅಂದರೆ ನಾವು ಮಾಡುವ ತಪ್ಪುಗಳು ಪರರಿಗೆ ತಿಳಿಯದೇ ಹೋದರೂ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆಯೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ ಆಚರಿಸದ ಮಾತುಗಳು ಮಾತನಾಡಬಾರದು, ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಮಾತನಾಡಬೇಕು. ಒಂದು ಸುಳ್ಳನ್ನು ಹೇಳಿದರೆ ಅದನ್ನು ಮುಚ್ಚುವುದಕ್ಕೆ 100 ಸುಳ್ಳುಗಳನ್ನು ಹೇಳಬೇಕಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಆ ಒಂದು ಸತ್ಯವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡೆ ಬಲ್ಲೆವಾದರೆ ನಾವು ಸತ್ಯದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಿದಂತೆ! ಅದಕ್ಕೆ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಸತ್ಯವಾದ ಮಾತುಗಳನ್ನೇ ಮಾತನಾಡಬೇಕು.

ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಬಂದ ನೀವು ಮೌನವಾಗಿ ಇರುತ್ತಾ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಪರಿಶೀಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ, ನಿಮ್ಮ ದೋಷಗಳನ್ನು ಸರಿಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇರಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಇರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು, ಪ್ರಕೃತಿ ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇರಬೇಕು, ವಿಚಾರಣೆ ಇಲ್ಲದೆ ಒಂದು ಮಾತು ಕೂಡಾ ಮಾತನಾಡಬಾರದು.

ಅದಕ್ಕೆ ಗಾಂಧೀಯವರು "ನೀನು ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಪ್ರತಿ ಮಾತು ನಾನು ಆಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆಯೇ? ಎಂದು ಒಂದು ನಿಮಿಷ ಆಲೋಚಿಸಿ ಮಾತನಾಡು" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಆಲೋಚಿಸದೆ ಒಂದು ಮಾತುಕೂಡಾ ಮಾತನಾಡಬಾರದು ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಧ್ಯಾನಿ ಎಷ್ಟು ಮೌನವಾಗಿ ಇದ್ದರೆ ಅಷ್ಟು ಸತ್ಯದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಾನೆ, ಆ ಮಾತಿಗೆ ಶಕ್ತಿ ಇರುತ್ತದೆ, ಆಗ ಆ ಮಾತು ಮಂತ್ರವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮೌನವಾಗಿ ಇರುವುದನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಿ.

“ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಜೀವಿಸಬೇಕು?”

ಗುರುಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ನಮಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗವಾಗುವ ವಿಷಯಗಳನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಉಪಯೋಗವಿಲ್ಲದ ಒಂದು ಮಾತೂ ಕೂಡಾ ಅವರ ಬಾಯಿಯಿಂದ ಬರದು. ಏಕೆಂದರೆ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಬಂದ ಶಿಷ್ಯಂದಿರು ಯಾವಾಗಲೂ ಕೂಡಾ ಬೆಳೆಯಬೇಕು, ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕೆಂದೇ ಗುರುಗಳು ಕೋರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಮೊದಲು ಅವರು ಹೇಗಿದ್ದರೆ ಸಾಧನೆ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗುತ್ತದೆಂದು ಅಂತಹ ವಿಷಯಗಳನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಗುರುಗಳು ಹಿಂದಿನದು ಬೇಡ ಭವಿಷ್ಯತ್ ಕಾಲದ್ದು ಬೇಡ, ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುವುದರಿಂದ ಬರುವ ಲಾಭಗಳೇನು? ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಜೀವಿಸಬೇಕು? ಎಂಬ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಭಗವಂತನನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ, ಆತನನ್ನು ಸೇರುವುದಕ್ಕೆ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಸಿಂಹದ್ವಾರ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುವುದು. ಅಂದರೆ ಹಿಂದೆ ನಡೆದ ನೋವುಗಳನ್ನು ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ, ಭವಿಷ್ಯತ್ ಕುರಿತು ಚಿಂತೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಹಿಂದಿನದನ್ನು ಕುರಿತು ಆಲೋಚನೆ ಬಂದರೂ ಇದು ನಡೆದು ಹೋಗಿದೆಯಲ್ಲಾ? ಎಂದು ಬಿಟ್ಟು ಬಿಡಬೇಕು. ಹಾಗೆಯೇ ನಾಳೆಯ ಕುರಿತು ಏಕೆ? ಎಂದು ಅರ್ಥವಾದಾಗ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಬಲ್ಲವರಾಗುತ್ತೀರಿ.

ಹಾಗೆ ಜೀವಿಸಿದಾಗ ಎಷ್ಟೋ ಉನ್ನತವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತೀರಿ, ಆದರೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಹಾಗೆ ಜೀವಿಸಲಾರದೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಮಗೆ ಬಹಳ ಕಷ್ಟಗಳಿವೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೇ ಹೇಳುವುದರಿಂದ ಎಂದಿಗೂ ಪರಿಷ್ಕಾರ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹವರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಪರಿಷ್ಕಾರವು ದೊರಕುತ್ತದೆ.

ನಿನಗೆ ಯಾವ ಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಆಕ್ಷಣವೇ ವರ್ತಮಾನ, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ನಿನ್ನ ಗಂಡ ಬೈಯ್ದನು, ಈಗ ಹೊರಗೆ ಹೊರಟು ಹೋದನು. ಅದು ಭೂತಕಾಲದ್ದು ಆಗಿದೆ, ಈಗ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ನೀನು ಸುಮ್ಮನೆ ಇರುವೆ, ಒಳಗಿನಿಂದ ನೋವು ಬರುತ್ತಿದೆ. ಸರಿ ಯಾವ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಕರ್ಮ ಮಾಡಿದೆನೋ ಎಂದು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡರೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಶಾಂತಿ ಇರುತ್ತದೆ. ನೀನು ಮಾಡಬೇಕಾದದ್ದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಇದ್ದರೆ, ನಿನಗೆ ಇರುವ ಅರ್ಹತೆಗನುಗುಣವಾಗಿ ಒಂದೊಂದು ನಿನ್ನ ಬಳಿಗೆ ಬರುತ್ತವೆ.

ನಿನ್ನ ಜೀವನವು ಆನಂದದಿಂದ ಸಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಆ ಕಷ್ಟಗಳು, ಕಣ್ಣೀರು ನಿನ್ನ ಕರ್ಮ ಫಲಗಳೇ, ನಾನೇ ನಿರ್ಣಯಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದಿದ್ದೇನೆ. ಅನುಭವಿಸಲೇ ಬೇಕು ಎಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಕುಗ್ಗಿ ಹೋಗದೆ ಇರುವೆ. ನಿನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ನೀನೇ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬಂದಿರುವೆಯಾದ್ದರಿಂದ ಯಾವುದು ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದರೂ ನೀನು ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಜೀವನವನ್ನು ಬೇಡವೆನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಹಿಂದೆ ನಡೆದ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಲ್ಲ, ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿಯ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ದೃಷ್ಟಿ ಇಡಬೇಕು. ಎಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ಸಮಯ ಖಾಲಿ ದೊರೆತರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ನಮ್ಮ ವೀಡಿಯೋಗಳು, ಪತ್ರೀಜಿಯವರ ವೀಡಿಯೋಗಳು ಕೇಳುತ್ತಾ, ಜ್ಞಾನಿಗಳು ಬರೆದ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತಾ, ಪ್ರಾಪಂಚಿಕತೆಯ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿಸಬೇಕು. ಆ ವೀಡಿಯೋಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಏನೋ ಒಂದು ಪರಿಹಾರವು ದೊರಕುತ್ತದೆ.

ಹೀಗೆ ವರ್ತಮಾನ ಜೀವನವನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹಾಗಾದರೆ ಹೇಗಿದ್ದರೆ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಬಲ್ಲಿರೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

1. ಸಹಜವಾಗಿ ಜೀವಿಸಬೇಕು :

ಸಹಜವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವುದು ಎಂದರೆ ನೀನು ಯಾವ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಇರುವೆಯೋ ಅದರಲ್ಲಿ ಮಗ್ನವಾಗಿ, ಒಂದಾಗಿ ಜೀವಿಸಬೇಕು, ಅಡುಗೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಡುಗೆಯ ಮೇಲೆ ದೃಷ್ಟಿ ಇಡಬೇಕು, ಆಗ ಸಹಜವಾಗಿ ಜೀವಿಸಿದಂತೆ. ಅಡುಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಫೋನಿನಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಉಪ್ಪು ಹಾಕುವಲ್ಲಿ ಖಾರವನ್ನು, ಖಾರವನ್ನು ಹಾಕುವಲ್ಲಿ ಉಪ್ಪನ್ನು ಹಾಕುತ್ತೀರಿ. ಒಂದೊಂದು ಸಾರಿ ಹೆಚ್ಚು–ಕಡಿಮೆ ಹಾಕುತ್ತೀರಿ. ದೃಷ್ಟಿಯು ಅಡುಗೆಯ ಮೇಲೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅದು ಹಾಳಾಗುತ್ತದೆ, ಅದೇ ದೃಷ್ಟಿಯಿಟ್ಟು ಮಾಡಿದರೆ ಅಡುಗೆಯು ತುಂಬಾ ರುಚಿಯಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ.

ಹಾಗೆ ತಿನ್ನುತ್ತಿರುವಾಗ ತಿಂಡಿಯ ಮೇಲೆ ದೃಷ್ಟಿ ಇಡಬೇಕು. ಯಾವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುವೆಯೋ ಸಹಜವಾಗಿ ಮಾಡು. ನೀನು ನೀನಾಗಿ ಮಾಡು, ಮನಸ್ಫೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಮಾಡಿದಾಗ ನಿನಗೆ ಸಹಜತ್ವವು ಬರುತ್ತದೆ.

ಹಾಗಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಓದಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ದೃಷ್ಟಿಯಿಟ್ಟು ಓದು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಸಹಜವಾಗಿರಬೇಕು, ಈಗ ಯಾವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದೀರೋ ಆ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದೇ ಸಹಜತ್ವ.

ಕೆಲವರು ಫೋನಿನಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಸಲ್ಲದ ದೊಡ್ಡಸ್ತಿಕೆಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಮಾಡುವ ಶಾಪಿಂಗ್, ಅವರು ಊರಿಗೆ ಹೋಗಿ ನೋಡಿದ ವಿಶೇಷಗಳು ಸ್ಟಾರ್

ಹೋಟೆಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಊಟ ಮಾಡಿದೆವೆಂದು ಹೀಗೆ ತರತರಹದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆ ಹಾಗೆ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು? ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವೆ, ಆದರೆ ಆ ದೊಡ್ಡಸ್ತಿಕೆಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವೆ. ಸಹಜತ್ವವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡವರೇ ಹೇಗೆ ಕಳೆದುಹೋದವುಗಳನ್ನು ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಸಹಜತ್ವವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಸಹಜವಾಗಿ ಜೀವಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು, ದೊಡ್ಡಸ್ತಿಕೆಗಾಗಿ ನೋಡಬೇಡ. ಸಹಜತ್ವವನ್ನು ಯಾವಾಗಾದರೆ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರೋ, ದೊಡ್ಡಸ್ತಿಕೆಗಾಗಿ ಓಟವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೀರಿ, ಆ ನಂತರ ಆಡಂಬರಗಳು ಮೊದಲಾಗುತ್ತವೆ. ಅಲ್ಲಿಂದ ಸುಳ್ಳುಗಳನ್ನು ಹೇಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೀರಿ. ಅದಕ್ಕೆ ನಿನ್ನ ಸಹಜ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು.

ಮತ್ತೆ ಅಡುಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾ, ಫೋನಿನಲ್ಲಿ ಸುದ್ದಿ ಹೇಳುತ್ತಾ, ಈಗಲೇ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಹೊರ ಬಂದೆನು ಎಂದು ಸುಳ್ಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಿರುವೆ ಅಂದರೆ, ನೀನು ಯಾರನ್ನು ಮೋಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವೆ? ನಿನ್ನ ಆತ್ಮವನ್ನು ಮೋಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವೆ. ಆತ್ಮ ನಿನ್ನ ಶರೀರದಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದು, ನಿನ್ನ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು, ಮಾತುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಹಜತ್ವವನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ನೀನು ಸಹಜವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವುದರಿಂದ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಜೀವಿಸಬಲ್ಲೆ.

2. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನು ಹಗುರವಾಗಿ, ಸರಳವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು:

ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಕೂಡಾ ನೀವು ನಿರ್ಣಯಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದ ಪ್ರಕಾರವೇ ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ನೀನು ಯಾವಾಗಾದರೆ ಭಾವಿಸುವೆಯೋ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನು ಸರಳವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವೆ.

ನೀನು ಗುಡಿಗೆ ಹೋದರೆ ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ನಿನಗೆ ಇಷ್ಟವಾದದ್ದನ್ನು ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಏನಾದರೂ ಕೊಡಬಹುದು, ಆದರೆ ಗುಡಿಯಲ್ಲಿ ಏನು ಕೊಟ್ಟರೂ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಒತ್ತಿಕೊಂಡು ತಿನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಪ್ರತಿ ಸಂಘಟನೆಯು ಪರಮಾತ್ಮನ ನಿರ್ಣಯದಂತೆ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂದು, ನಿನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ಒಂದು ಪ್ರಸಾದವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದರೆ ನೀನು ಸಹಜವಾಗಿ ಇರಬಲ್ಲೆ, ಆತಂಕಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ಕಷ್ಟವೇ ಬರಲಿ, ಸುಖವೇ ಬರಲಿ, ದುಃಖವೇ ಬರಲಿ, ಆಂದವೇ ಬರಲಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಮನಸ್ತತ್ವವಿರುವಾಗ ನೀನು ಯಾವಾಗಲೂ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿರುವೆ.

ವರ್ತಮಾನವೆಂದರೆ ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಏನು ನಡೆದರೂ ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಇರುವಾಗ ಬಹಳ ರೋಗಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಆಕಾಶ ಮುರಿದು ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದರೂ, ಚಲಿಸದಂತಹ ಮನಸ್ತತ್ವವು ಬರಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ನಿನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ನೀನೇ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬಂದಿರುವೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ನೀನು ಕೋರಿಕೊಂಡವು ಬರುವುದಿಲ್ಲ, ನಿನಗೆ ಬೇಕಾದವೇ ಬರುತ್ತವೆ.

ಉದಾ : ಮದುವೆ ಸಂಬಂಧಗಳಿಗಾಗಿ ಹೋದಾಗ ಬಹಳ ಅಂದಗಾತಿ, ಬಹಳ ಹಣವಿರುವ ಹೆಣ್ಣು ಮಗಳು ಬೇಕೆಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳಾದರೆ ನನಗೆ ಕೋಟೀಶ್ವರನು ಗಂಡನಾಗಿ ಬರಬೇಕೆಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ. ಆಲೋಚಿಸಿರಿ, ಅಂದಗಾತಿ, ಕೋಟೀಶರ್ವಳು ಆದ ಹೆಂಡತಿ ನಿನಗೆ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾಳಾ? ಅಡುಗೆಯವಳ ಕೈಯಿಂದ ಅಡುಗೆ ಮಾಡಿಸಿ ನಿನಗೆ ಊಟವನ್ನು ಇಡುತ್ತಾಳೆ. ನಿನ್ನ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ತಾಯಿಯಾಗಿ ಪ್ರೇಮತತ್ವದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸುತ್ತಾಳೆ ಅಂದರೆ? ಆಯಾಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟು ಬೆಳೆಸುತ್ತಾಳೆ. ಇಲ್ಲಿ ನೀನು ಕೋರಿಕೊಂಡದ್ದು ಬಂದರೂ ಆನಂದವಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಹಾಗೆಯೇ ಕೋಟೀಶ್ವರನು ಗಂಡನಾಗಿ ಬಂದರೆ ಅವರಿಗೆ ಆತನೊಂದಿಗೆ ಭೋಜನವನ್ನು ಮಾಡುವುದಕ್ಕೂ ಸಮಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಬಂದ ಜೀವನವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು, ನನ್ನ ಗಂಡನು ನನ್ನನ್ನು ಹಿಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅಂದುಕೊಂಡರೆ ದುಃಖಬರುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಹೀಗಿರುತ್ತೇವೆಂದು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬಂದಿದ್ದೇವೆಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ ಯಾವುದಕ್ಕೂ ದುಃಖವಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಸಂಘಟನೆ ನಡೆದರೆ ದುಃಖವನ್ನು ನೋಡುತ್ತೀರಿ, ನಂತರ ಬರುವ ಆನಂದವನ್ನು ನೋಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಯಾವಾಗಲೂ ದುಃಖವು, ನಂತರ ಆನಂದವಿರುತ್ತದೆ. ಇದೆಲ್ಲಾ ತಿಳಿಯುವುದರಿಂದ ಹಿಂದೆ ನಡೆದ ಎಲ್ಲಾ ನೋವುಗಳನ್ನು ಮರೆತು ಹೋಗುತ್ತೀರಿ, ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನ ಕುರಿತು ಆಲೋಚನೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಆನಂದದಿಂದ ಜೀವಿಸಬಲ್ಲಿರಿ.

ಸಣ್ಣ ವಿಷಯವನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅದೇ ದೊಡ್ಡ ವಿಷಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಏನಾದರೂ ಸಂಘಟನೆ ನಡೆದ ತಕ್ಷಣವೇ ಮರೆತು ಹೋದರೆ, ಆನಂದದಿಂದ ಜೀವಿಸುತ್ತೀರಿ.

3. ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನು ಧೈರ್ಯವಾಗಿ ಎದುರಿಸಬೇಕು :

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಘಟಿಸಿದರೆ ಅತಂಕಪಡಬಾರದು. ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಅಮ್ಮೋ! ಈ ದಿನ ನನಗೆ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಏಕೆ ಬಂದಿದೆ? ಎಂದುಕೊಳ್ಳುವುದಲ್ಲ, ಸಮಸ್ಯೆ ಬರುತ್ತದೆ, ಕಷ್ಟ ಬರುತ್ತದೆ ಅದು ನಡೆಯಬೇಕಾಗಿತ್ತು, ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಏನು ಸಮಸ್ಯೆ ಬಂದರೂ ಇದು ನನ್ನ ಕರ್ಮ ಫಲವೇ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಎದುರಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಬೇಕು. ಅಂದರೆ ಹತ್ತು ಜನರಿಗೆ ಹೇಳಿಕೊಂಡರೆ ಸಮಸ್ಯೆ ದೊಡ್ಡದಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಯಾರಿಗೂ ಹೇಳದೆ ಯಾರಿಗೆ ಅವರೇ ಪರಿಷ್ಕರಿಸಿಕೊಂಡವರಾದರೆ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಇರಬಲ್ಲರು.

ಪಕ್ಕದವನೊಂದಿಗೆ ಅಪ್ಪಿ ತಪ್ಪಿ ಬಾರಿ ಜಾರಿ ಹೇಳಿದರೆ ಅವನು ಕಂಡಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಆ ವಿಷಯವನ್ನೇ ಕೇಳುತ್ತಾನೆ. ಯಾವಾಗಲೋ ನಡೆದ ಆ ಸಮಸ್ಯೆ ನೆನಪಿಗೆ ಬಂದು

ಅಶಾಂತಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಯಾವಾಗಾದರೆ ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತೀರೋ ಅಶಾಂತಿಯನ್ನು ದೂರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ.

ಎಂದೋ ಒಂದು ದಿನ ನನಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದು ನಡೆಯುತ್ತದೆಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅಧೈರ್ಯದಿಂದ ಜೀವಿಸಬಾರದು. ಆತಂಕಪಡದೆ ಇದ್ದರೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಆನಂದದಿಂದ ಇರುವಿರಿ. ಯಾವ ಸಮಸ್ಯೆಯಾದರೂ ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಎದುರಿಸಿದರೆ ನೀನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬಲ್ಲೆ.

4. ಯಾವಾಗಲೂ ಬಂದುದರೊಂದಿಗೆ ತೃಪ್ತಿಪಡಬೇಕು:

ಇನ್ನೂ ಬೇಕು ಎಂದುಕೊಂಡಾಗ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಸಂತೃಪ್ತಿ, ಆತಂಕವಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಬಂದಿರುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ತೃಪ್ತಿಯಾಗಿ ಜೀವಿಸಿದರೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಆನಂದದಿಂದ ಇರುತ್ತೀರಿ.

ಬಹಳ ಜನ ಮೊದಲನೇ ಬಾರಿ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದಾಗ ಕೆಲವರು ಗಂಡು ಮಗುವೇ ಬೇಕೆನ್ನುತ್ತಾರೆ, ಕೆಲವರು ಹೆಣ್ಣು ಮಗುವು ಬೇಕೆನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಗಂಡು ಮಗು ಹುಟ್ಟಿದೆ, ಹೆಣ್ಣು ಮಗಳು ಹುಟ್ಟಲಿಲ್ಲವೆಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಮಗಳು ಹುಟ್ಟಿದರೆ ವಂಶೋದ್ಧಾರಕ ಹುಟ್ಟಲಿಲ್ಲವೆಂದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಹಾಗೆ ಅಂದುಕೊಂಡರೆ ನಿರುತ್ಸಾಹಪಡುತ್ತಾರೆ. ಮಕ್ಕಳಿಲ್ಲವೆಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳದೆ ಯಾರೋ ಒಬ್ಬರು ಹುಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ ಬಿಡು ಎಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆಗ ಯಾರು ಹುಟ್ಟಿದರೂ ಆನಂದವೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೇ ತೃಪ್ತಿಪಡುವುದು ಈ ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗದೊಳಗೆ ಬಂದಾಗ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ಉದಾ : ಈ ವರ್ಷ 10 ಲಕ್ಷಗಳು ಲಾಭ ಬಂದರೆ,10 ಲಕ್ಷಗಳೇನಾ? ನಾನು 25 ಲಕ್ಷಗಳು ಬರುತ್ತವೆಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೆ? ಅಂದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಹೋಗಲಿ ಬಿಡು ನಷ್ಟವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಈ 10 ಲಕ್ಷಗಳಾದರೂ ಬಂದಿವೆಯೆಂದುಕೊಂಡರೆ, ಆ ಹತ್ತು ಲಕ್ಷಗಳು ಎಷ್ಟೋ ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತವೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆನಂದವು ಬಂದಾಗ ಇನ್ನೂ ದೊಡ್ಡ ಆನಂದವು ಬೇಕೆಂದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ಏನು ಬಂದರೂ ಸಂತೋಷವೇ ಎಂದುಕೊಂಡರೆ ತೃಪ್ತಿಯಿಂದ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ. 'ಕಾರು ಇಲ್ಲವೆಂದು ದುಃಖಪಡದೆ ಕಾಲುಗಳಿವೆ ಎಂದು ಸಂತೋಷಪಡು' ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಮಲಯಾಳಸ್ವಾಮಿ. ಅಂದರೆ ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ಹೋಗುವವನು, ಸ್ಕೂಟರ್ ಮೇಲೆ ಹೋಗುವವನನ್ನು ನೋಡಿ ನನಗೆ ಕಾರು ಇದೆಯೆಂದು ತೃಪ್ತಿಪಡಬೇಕು. ಸ್ಕೂಟರ್ ಮೇಲೆ ಹೋಗುವವನು ಸೈಕಲ್ ಮೇಲೆ ಹೋಗುವವನನ್ನು ನೋಡಿ ನನಗೆ ಸ್ಕೂಟರ್ ಇದೆ ಎಂದು ತೃಪ್ತಿಪಡಬೇಕು. ಸೈಕಲ್ ಮೇಲೆ ಹೋಗುವವನು ನಡೆದು ಹೋಗುವವನ್ನು ನೋಡಿ ನನಗೆ ಸೈಕಲ್ ಇದೆಯೆಂದು ತೃಪ್ತಿಪಡಬೇಕು.

ತೃಪ್ತಿಯಿಂದ ಹೇಗಿರಬೇಕೆಂದು ಮಹಾತ್ಮರು ಬೋಧಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲದವುಗಳಿಗಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸಿ ಇರುವ ಆನಂದವನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಇವೆಲ್ಲಾ ಕಲಿತು ಕೊಂಡಾಗ ಶಾಂತಿಯಿಂದ, ತೃಪ್ತಿಯಾಗಿ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಈ ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಮೊದಲು ಏನಾದರು ಕಷ್ಟ ಬಂದರೆ ದುಃಖ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಈ ಮಾರ್ಗದೊಳಗೆ ಬಂದ ಮೇಲೆ ಕರ್ಮ ಫಲಗಳು ಇವೆಯೆಂದು ತಿಳಿದೆಯಾದ್ದರಿಂದ ದುಃಖವಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಪಾಪ ಕರ್ಮಗಳು ಹೋಗುತ್ತಿವೆಯೆಂದು ಆನಂದಪಡುತ್ತಾರೆ.

ಬಾವಿಯಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಸೇದಿದಷ್ಟು ಒಸರುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಾ, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ, ಆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹಂಚುತ್ತಾ ಇದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮಿಂದ ಎಷ್ಟೋ ಜ್ಞಾನವು ಹೊರ ಬರುತ್ತದೆ. ಜ್ಞಾನವು ಬೆಳೆದಷ್ಟು ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಬಲ್ಲವರಾಗುತ್ತೀರಿ.

ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುವುದು ಅಂದರೆ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ದ್ವಾರ. ಮತ್ತೇ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಜೀವಿಸಬೇಕೆಂದರೆ?

1. ಪ್ರತಿಕ್ಷಣವು ಸಹಜವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

2.ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನು ಹಗುರವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅದು ಎಷ್ಟು ಕಷ್ಟವಾದರೂ ಸರಿ, ಅದು ನನ್ನ ಕರ್ಮ ಫಲವೇ, ನಂತರ ಒಳ್ಳೆಯದು ನಡೆಯಬಹುದೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

3. ಹಾಗೆಯೇ ಯಾವ ಕಷ್ಟ ಬಂದರೂ ಧೈರ್ಯದಿಂದ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಕಾಗಲಿ ಆತಂಕ ಪಡಬಾರದು.

4. ಏನೋ ಹೊಂದಬೇಕೆಂಬ ಕೋರಿಕೆಯೊಡನೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಆಶಾಂತಿಯಿಂದ ಇರಬಾರದು, ತೃಪ್ತಿಯಾಗಿ ಜೀವಿಸಬೇಕು.

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

- ಭಗವಾನ್ ಬುದ್ಧ

"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

ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಶಿಕ್ಷಣ ಶಿಬಿರ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು

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

ಶ್ರೀ ರಾಮ ಪಬ್ಲಿಕೇಶನ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಪುಸ್ತಕಗಳು

1. ಮಹಾತ್ಮರ ಸಂದೇಶಗಳು	–	ರೂ. 40/–
2. ಮಾನವನು ಯೋಗಿಯಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕೆಂದರೆ	–	ರೂ. 50/–
3. ಆತ್ಮ ಹಂತಕರು ಯಾರು?	–	ರೂ. 50/–
4. ಆತ್ಮಶಾಸ್ತ್ರ	–	ರೂ. 130/–
5. ಧ್ಯಾನಿಗಳಿಗೆ ಸೂಚನೆ	–	ರೂ. 50/–
6. ಉತ್ತಮ ಪುರುಷ	–	ರೂ. 70/–
7. ಈ ಜೀವನವಿರುವುದು ಏಕೆ?	–	ರೂ. 50/–
8. ಚಿತ್ತ ವೃತ್ತಿಗಳು	–	ರೂ. 50/–
9. ಪುನರ್ಜನ್ಮ	–	ರೂ. 130/–
10. ಶಾಸ್ತ್ರಗಳ ಅಂತರಾರ್ಥ	–	ರೂ.
11. ಬುದ್ಧನ ಸೂಕ್ತಿಗಳು	–	ರೂ.
12. ಜೀವನ ಶಾಸ್ತ್ರ	–	ರೂ.
14. ಸತ್ಯ ಮಾರ್ಗ	–	ರೂ.

ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿ ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಷನಲ್

ಕೆಬ್ಬೆದೊಡ್ಡಿ ಗ್ರಾಮ, ಹಾರೋಹಳ್ಳಿ ಹೋಬಳಿ, ಕನಕಪುರ ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಸಾಧನೆ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಸಜ್ಜನ ಸಾಂಗತ್ಯ ಆಚರಿಸಿದರೂ ಭಗವಂತನ ಅರಿವು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾರದೆ ಹೋಗುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾ...... ಮತ್ತೆ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ, ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಾರದ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ ಇರುವ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅಹಂಕಾರ ನಿಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡುತ್ತದೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಬರುವುದು ಎಷ್ಟು ಮುಖ್ಯವೋ! ಹೊಂದಿದ ಸಾಧನೆಯ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಭದ್ರವಾಗಿ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕೂಡಾ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು ಎಂದು ಬುದ್ಧನು ಆತನು ಬಹಳ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

- ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಅಷ್ಟು ಬೆಲೆ.
- ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಪ್ರೀತಿಸಿದರೆ ಅಷ್ಟು ಮನಶ್ಯಾಂತಿ.
- ಎಷ್ಟು ದೂರವಾಗಿದ್ದರೆ ಅಷ್ಟು ಮರ್ಯಾದೆ.
- ಎಷ್ಟು ಹದ್ದಿನಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಅಷ್ಟು ಮರ್ಯಾದೆ.
- ಎಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಆಶಿಸಿದರೆ ಜೀವನ ಅಷ್ಟು ಪ್ರಶಾಂತ.
- ಎಷ್ಟು ನಿಗ್ರಹದಿಂದ ಇದ್ದರೆ ನಿನಗೆ ಅಷ್ಟು ಅಗ್ರಸ್ಥಾನ.

ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ತಟವರ್ತಿ ವೀರರಾಘವರಾವು

ರೂ 60/-

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 / 8050082689