ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪಿತಾಮಹ ಡಾ. ಸುಭಾಷ್ ಪತ್ರೀಜಿಯವರ ಆಶೀರ್ವಾದಗಳೊಂದಿಗೆ

ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತಾ ಸಂದೇಶಗಳು

1

ರಚನೆ:
ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ
ತಟವರ್ತಿ ವೀರರಾಘವರಾವು

ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆಯ ಸಂದೇಶಗಳು 1

ರಚನೆ: ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ತಟವರ್ತಿ ವೀರರಾಘವರಾವ್

ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ಅನುವಾದ : ಕೆ.ಶೋಭಾಲತ ಮಲ್ಲಿಕಾರ್ಜುನ

ಪ್ರತಿಗಳು ದೊರೆಯುವ ಸ್ಥಳ

ಶ್ರೀರಾಮ ಪಬ್ಲಿಕೇಶನ್ಸ್
ಶ್ರೀ ರಾಮಧಾಮ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರ
ನಾರಾಯಣಪ್ಪ ಗಾರ್ಡನ್, ವೈಟ್‌ಫೀಲ್ಡ್ ಬೆಂಗಳೂರು– 560 066

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

pmckannadashop.org
ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ **pmckannadatv.org**

MANIKESHWARI MAATEYA SANDESHAGALU-1
Edited & Published by Sriram Publications,
Sri Ramadhama Dhyana Mandira
Narayanappa Garden, Whitefield,
Bangalore - 560066, M.: 9449695503, 8050082689

ಮೊದಲನೆಯ ಮುದ್ರಣ	:	2026
ಹಕ್ಕುಗಳು	:	ಪ್ರಕಾಶಕರು
ಪ್ರಕಾಶಕರು	:	ಶ್ರೀರಾಮ ಪಬ್ಲಿಕೇಶನ್ಸ್ ಶ್ರೀರಾಮಧಾಮ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರ ನಾರಾಯಣಪ್ಪ ಗಾರ್ಡನ್ ವೈಟ್ ಫೀಲ್ಡ್ ಬೆಂಗಳೂರು–560066 ಮೊ: 9449695503
ಪ್ರತಿಗಳು	:	500
ಬೆಲೆ	:	60 ರೂ.
ಪುಟಗಳು	:	52

ಮಾನವ ಜನ್ಮ ಸಾರ್ಥಕವಾಗಬೇಕಾದರೆ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲು ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಜೀವನದ ಮುಖ್ಯ ಭಾಗವಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮಾತು ಅಥವಾ ಕೃತಿಗಳ ಮೂಲಕ ಯಾರನ್ನೂ ಹಿಂಸಿಸಬಾರದು. ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಶರೀರವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುವ ವ್ಯಸನಗಳಿಗೆ ಬಲಿಯಾಗಬಾರದು. ಸದಾಕಾಲ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಮನೆಯನ್ನು ಶುಚಿಯಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ, ಸಮರ್ಪಣಾ ಭಾವದಿಂದ ಮಾಡಬೇಕು. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಹಿಂಸೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಸೇವಿಸಬಾರದು. ಶುದ್ಧ ಸಸ್ಯಾಹಾರವನ್ನೇ ಸೇವಿಸಬೇಕು.

। ಮಾತಾ ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ

ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆಯ ಸಂದೇಶಗಳು 1

ವಿಷಯ ಸೂಚಿ (ಪರಿವಿಡಿ)

⏭ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ 02

⏭ ಹಿಂಸೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಡಿ 13

⏭ ಶುದ್ಧ ಶಾಖಾಹಾರವನ್ನೇ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ.. 22

⏭ ನೀವು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ,
ಸಮರ್ಪಣಾ ಭಾವದಿಂದ ಮಾಡಿ 26

⏭ ನಿಮ್ಮ ಆಹಾರವನ್ನು ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ.............................. 28

⏭ ನಿಮ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು ಮತ್ತು ಮನೆಯನ್ನು ಶುಚಿಯಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ........... 29

⏭ ಅತಿಯಾಗಿ ನಿದ್ರಿಸಬೇಡಿ 29

⏭ ನಿಮ್ಮ ಮನಸುನ್ನು ಮತ್ತು ಶರೀರವನ್ನು
ಹಾಳುಮಾಡುವ ವ್ಯಸನಗಳಿಗೆ ಬಲಿಯಾಗಬೇಡಿ 30

⏭ ಕುಡಿತ 30

⏭ ಜೂಜು, ಲಾಟರಿ, ಗುಟ್ಕಾ, ಅಫೀಮು!.. 31

⏭ ಮಾತು ಅಥವಾ ಕೃತಿಗಳ ಮೂಲಕ ಯಾರನ್ನೂ ಹಿಂಸಿಸಬೇಡಿ....... 37

⏭ ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣವುಳ್ಳವರೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ ಬೆಳೆಸಿ.................................. 38

⏭ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಭಾಗವಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.... 43

"ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ತಿಳಿದುಕೊ?"

ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಹೇಳಿದ್ದು ಇದನ್ನೇ, ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ನೀಡುವ ಸಂದೇಶದ ಸಾರವೂ ಇದೇ ಆಗಿದೆ.

ನಾವು ಯಾರು ಎನ್ನುವುದನ್ನೇ ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನೇ ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆಯವರು ಕೂಡ ಹೇಳಿದರು; ಅವರು "ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ತಿಳಿದುಕೊ" ಎಂದರು. ಏಕೆಂದರೆ ಸಹಜವಾಗಿ ಲೋಕದಲ್ಲಿ "ನೀವು ಯಾರು?" ಎಂದು ಕೇಳಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಹೇಳುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ಹೇಗೆ ಇರುತ್ತೀರಿ ಎಂದರೆ ಫೇಸ್ಬುಕ್ ಅಥವಾ ವಾಟ್ಸಾಪ್ನಲ್ಲಿ ಫೋಟೋ ಹಾಕಿ, "ನನ್ನ ಫೋಟೋ ಹಾಕಿದ್ದೇನೆ ನೋಡು" ಎನ್ನುತ್ತೀರಿ.

ಆ ಹೆಸರು, ಫೋಟೋದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸುವುದು ಆ ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದು. ಅಂದರೆ ಅವರ ಉದ್ದೇಶ ಆ ದೇಹವೇ ತಾನು ಎಂದು. ಆದರೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನೀವೇ ಆ ದೇಹವಾಗಿದ್ದರೆ, ಆ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳುವ ಅಗತ್ಯವೇ ಇರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವ ಅಗತ್ಯವೂ ಇರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಆಕೆ ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದಾರೆ ಎಂದರೆ, ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನೀವು ಅಂದುಕೊಂಡಂತೆ ನೀವು ಈ ದೇಹವಲ್ಲ. ಪತ್ರಿಜಿಯವರು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ "ನೀವು ಈ ದೇಹವಲ್ಲ" ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗಾದರೆ "ನಾನು ಯಾರು?" ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ನಿಮಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. 23 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಪತ್ರೀಜಿಯವರಿಂದ ನಾನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡ ಆಶ್ಚರ್ಯಕರ ವಿಷಯವೇನೆಂದರೆ, "ನೀವು ದೇಹವಲ್ಲ" ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದಾಗ ನಾನು ಬೆರಗಾದೆ. ನಂತರ "ನಾನು ದೇಹವಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ನಾನು ಯಾರು?" ಎಂದು ಕೇಳಿದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಅವರು "ನೀನು ಆತ್ಮ" ಎಂದು ಹೇಳಿದರು, ಇದು ನನಗೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಆಶ್ಚರ್ಯ ತಂದಿತು. "ನಾನು ಈ ದೇಹವಲ್ಲವೇ? ನಾನು ಆತ್ಮನೇ?" ಎಂದು ಸ್ವಲ್ಪ ಆಳವಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದಾಗ ಪತ್ರಿಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದು ಸತ್ಯ ಎಂದು ತಿಳಿಯಿತು.

ಆಗ ನಾನು ಯೋಚಿಸಿದೆ! ಸುಮಾರು 50 ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಹಗಲಿರುಳು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಕೋಟ್ಯಾಂತರ ರೂಪಾಯಿಗಳ ಆಸ್ತಿಯನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿದೆ. ಆದರೆ ಈ ಕೋಟಿಗಳು ನನಗೆ ಅಂದರೆ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ಲಾಭವೇ? ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿದಾಗ ಅದರಿಂದ ನನಗೇನೂ ಲಾಭವಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಅರ್ಥವಾಯಿತು. ಅರೆ! ಇಷ್ಟು ಕಾಲ ನಾನು ಪಟ್ಟ ಶ್ರಮವೆಲ್ಲವೂ ವ್ಯರ್ಥವೇ? ಇದೆಲ್ಲವೂ ವ್ಯರ್ಥವೇ

ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸಿದಾಗ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ವ್ಯರ್ಥ ಎಂದು ಅರ್ಥವಾಯಿತು. ಅಂದರೆ ಇಷ್ಟು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಇಷ್ಟು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಸಂಪಾದಿಸಿದ ಆಸ್ತಿಗಳು ಯಾವುದೂ ನನಗೆ ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿಯಿತು.

ನಾನು ಎಂದರೆ 'ಆತ್ಮ'ನಿಗೆ ಯಾವುದೂ ಲಾಭವಿಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡೆನು. ಆಗ ಆಲೋಚಿಸಿದೆನು, ಹಾಗಾದರೆ ನಾನು ಎಂದರೆ ಆತ್ಮನಿಗೆ ಲಾಭವಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು? ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿಕೊಂಡೆನು. ಏನು ಮಾಡಿದರೆ ನನಗೆ ಲಾಭ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ? ಅಸಲಿಗೆ ಆತ್ಮನಾದ ನನಗೆ ಎಂತಹ ಲಾಭ ಬೇಕು? ನಾನು ಏನನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸಿದಾಗ ಎಷ್ಟೋ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಾನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು.

ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ತಿಳಿದುಕೊಂಡ ನಂತರ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನಾನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ವ್ಯಾಪಾರಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ನಿಲ್ಲಿಸಿದೆನು. ನನಗೆ ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳು ನನಗೇಕೆ? ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಉಪಯೋಗವೇನು? ನಾನು ಎಷ್ಟೇ ವ್ಯಾಪಾರಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೂ, ಎಷ್ಟೇ ಸಂಪಾದಿಸಿದರೂ ಕೂಡ ನನಗೆ ಉಪಯೋಗವಾಗವು. ಮೇಲಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಲು ಎಷ್ಟೋ ತಪ್ಪುಗಳು, ಪಾಪಗಳು, ಅಧರ್ಮದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಪಾಪ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕೊನೆಗೆ ನನಗೆ ಲಾಭಕ್ಕಿಂತ ನಷ್ಟವೇ ಹೆಚ್ಚು ಎಂಬ ಸಂಗತಿ ಅರ್ಥವಾಯಿತು.

ಪತ್ರೀಜಿಯವರ ಪರಿಚಯವಾದ ನಂತರ ನನ್ನ ಜೀವನ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ "ಯು ಟರ್ನ್" ಪಡೆಯಿತು, ಅಂದರೆ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಬದಲಾಯಿತು. ಈಗ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಕೆಲಸಗಳೆಲ್ಲವೂ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಬದಲಾಗಿವೆ. ಈ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಅಕ್ಕಿ ಗಿರಣಿ (ರೈಸ್ ಮಿಲ್) ಉದ್ದಿಮೆ ದೊಡ್ಡದಾಗಿತ್ತು. ಅಂತಹ ದೊಡ್ಡ ಉದ್ದಿಮೆಯನ್ನು ಮುಚ್ಚುವುದು, ಹಾಗೆಯೇ ಉಳಿದ ವ್ಯಾಪಾರಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಮುಚ್ಚುವುದು ನೋಡಿ ಜನರಿಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. "ನಿಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾದದ್ದನ್ನು ನೀವು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ನನಗಂತೂ ಈ ವ್ಯಾಪಾರಗಳು ಬೇಡ" ಎಂದು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೇಳಿದೆನು.

ಹಾಗೆ ಅವರಿಗೆ ನೀಡಬೇಕಾದ್ದನ್ನು ಹಸ್ತಾಂತರಿಸಿ, ನನಗೆಂದು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಾತ್ರ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಆತ್ಮನಾದ ನಾನು ಲಾಭ ಪಡೆಯಬೇಕಾದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು? ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸಿದೆನು. ಆಗ ಪತ್ರೀಜಿಯವರ ಹತ್ತಿರ ನನಗೆ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಹಣವಲ್ಲ. ಜ್ಞಾನ ಎಂದರೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಲಾಭ ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದರೂ, ನನಗೆ ಉನ್ನತಿ ಸಿಗಬೇಕೆಂದರೂ, ನಾನು ಶ್ರೇಷ್ಠ

ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಬೇಕೆಂದರೂ "ಜ್ಞಾನ" ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದು ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಯಿತು. ಆಗ ಮತ್ತೆ ಪತ್ರೀಜಿಯವರ ಸಂದೇಶಗಳ ಮೂಲಕ, ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕೆಂದರೆ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ವ್ಯಾಪಾರ ಮಾಡಬೇಕು, ಆದರೆ ನಾನು ಜ್ಞಾನ ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕೆಂದರೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ "ನಾಲ್ಕು ವಿಷಯಗಳನ್ನು" ಆಚರಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡೆನು.

ಮುಖ್ಯವಾಗಿ "ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ" ಇಟ್ಟು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು, ಅಂದರೆ ಮನಸ್ಸು ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಗಂಟೆಗಟ್ಟಲೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬೇಕು.

ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲಕ ಹೊರಗಿನ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಏನೂ ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಇರುವುದು ಮನಸ್ಸು. ಆ ಮನಸ್ಸಿನ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆಯೇ ಮನುಷ್ಯನ ನಡವಳಿಕೆ ಮತ್ತು ಜೀವನ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಅದ್ಭುತ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಂದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಲಾಭಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂತಹ ದೊಡ್ಡ ಬದಲಾವಣೆ ಬರಬೇಕೆಂದರೆ ತೀವ್ರವಾದ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಅದರ ಜೊತೆಗೆ ಆತ್ಮ ಸ್ವರೂಪಿಗಳಾದ ನಮಗೆ ಲಾಭವಾಗಬೇಕೆಂದರೆ "ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು" ಓದಬೇಕು. ಮಹಾಪುರುಷರು, ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಗಳು ಬರೆದಂತಹ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು. ಅದರ ಜೊತೆಗೆ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು "ಸಾಂಗತ್ಯ" ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಹೇಳಿದರು. ಆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು, ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೋಧಿಸಬಲ್ಲವರ ಸಾಂಗತ್ಯ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಸಿದರು. ಅಂತಹವರ ಸಾಂಗತ್ಯ ಮಾಡಿದಾಗ ನಮಗೆ ಎಷ್ಟೋ ಸಂದೇಹಗಳು ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತಿರುತ್ತವೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ಜ್ಞಾನಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು "ಸೇವೆ" ಕೂಡ ಮಾಡ ಬೇಕೆಂದು ಹೇಳಿದರು. ಅಂತಹ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಕ್ರಮೇಣ ಜ್ಞಾನವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಕಳೆದ 25 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಇನ್ನೊಂದು ಕೆಲಸ ಏನೂ ಇಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಬಳಿ ಇರುವುದೆಲ್ಲಾ ಎಂದರೆ ನಮ್ಮ ಸಮಯ, ಶಕ್ತಿ, ಮಾತು, ಜೀವನ ಮತ್ತು ಹಣ–ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಇವುಗಳಿಗಾಗಿ ವಿನಿಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಯಾವಾಗಾದರೆ ಇವುಗಳಿಗಾಗಿ ವಿನಿಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದೆವೆಯೋ, ಆಗ ನಾವಿಬ್ಬರೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪವಾಗಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು, ಎಷ್ಟೋ ಜ್ಞಾನ ವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಅದನ್ನೇ ಈಗ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನಾವು ಬೋಧಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ನಾವು ಸಂಪಾದಿಸಿದ ಜ್ಞಾನದಿಂದಲೇ ಇಷ್ಟೊಂದು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಾವು ಬೋಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಈ ಧ್ಯಾನದೊಳಗೆ ಬರುವ ಮೊದಲು ನಮಗೆ ಏನೂ ತಿಳಿಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ವ್ಯಾಪಾರದಲ್ಲಿದ್ದೆ, ಆಕೆ ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿದ್ದಳು. ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸಿ ಸುಖವಾಗಿ ಇದ್ದರೆ ಅದೇ ದೊಡ್ಡ ವಿಷಯ ಎಂದು ಅಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೆವು. ಆದರೆ ಎಷ್ಟೇ ಸುಖವಾಗಿದ್ದರೂ ಅಶಾಂತಿ ಮಾತ್ರ ತಪ್ಪುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಯಾವುದೋ ಒಂದು ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಅಶಾಂತಿಯಾಗಿ ಇರುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ ಈ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಬಂದ ಮೇಲೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಶಾಂತಿಯಿಂದಲೇ ನಾವು ಜೀವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಈ ಹಂತಕ್ಕೆ ಹೇಗೆ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು ಎಂದರೆ, ಪತ್ರೀಜಿಯವರ ಪರಿಚಯವಾದ ಮೇಲೆ ನಾವು ಯಾರು ಎಂದು ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬುದು ಕೂಡ ನಮಗೆ ತಿಳಿಯಿತು. ಆ ವಿಷಯವನ್ನೇ ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ 'ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ತಿಳಿದುಕೋ' ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳಿದರು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳ ಬಳಿಗೆ ಯಾರು ಯಾವ ಸಮಸ್ಯೆಯೊಂದಿಗೆ ಬಂದರೂ, ಅವರು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಇದೇ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಇಲ್ಲದವರು ಯಾರೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಎಷ್ಟೇ ಹಣವಿದ್ದರೂ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಾಗುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಅರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ತೋಚುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡವರನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳ ಹತ್ತಿರ ಕೂಡ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿಂದಲೋ, ವಿದೇಶಗಳಿಂದ ಕೂಡ ಜನರು ಬರುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಬಂದು ತಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಒಂದೇ ಮಾತು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು: 'ಮೊದಲು ನೀನು ಯಾರು ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೋ' ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಂದರೆ ಅದರಲ್ಲೇ ಸಂಪೂರ್ಣ ರಹಸ್ಯ ಅಡಗಿದೆ ಎಂಬುದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಬ್ಬ ಮಹಾನುಭಾವರು ಒಂದು ವಿಷಯ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆಂದರೆ ಅದರೊಳಗೆ ಎಷ್ಟೋ ಅರ್ಥವಿರುತ್ತದೆ. ಅದರ ಬಗ್ಗೆಯೇ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಎಷ್ಟೋ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಪತ್ರಿಜೀ ಮೂಲಕ ಎಷ್ಟೋ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಅವನ್ನೇ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನಾನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ತಿಳಿದುಕೊಂಡ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಒಂದೊಂದಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಬದಲಾವಣೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ

ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ಹೇಳಿದಂತಹ ಈ ಒಂದು ಮಾತನ್ನೇ ನೀವು ಎಷ್ಟಾದರೂ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. "ನೀನು ಯಾರು?" ಎನ್ನುವ ಪ್ರಶ್ನೆಯಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಅರ್ಥವಿದೆ. "ನಾನು ಯಾರು?" ಎಂದರೆ – "ನಾನು ಆತ್ಮ". ಇದನ್ನು ಅಸಲಿಯಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ದುಃಖ ದೂರವಾದಂತೆ. ಅದು ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂದರೆ, ಅಂದರೆ ಆಚರಣೆಗೆ ತಂದರೆ ನಿಮಗಿರುವ 100% ದುಃಖವೂ ದೂರವಾದಂತೆಯೇ ಲೆಕ್ಕ.

ನಿಮಗೆ ಬರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಾಗಲಿ, ಕಷ್ಟಗಳಾಗಲಿ, ಬಾಧೆಗಳಾಗಲಿ ಏನೇ ಇದ್ದರೂ ಅವು ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದೇ ಹೊರತು, ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದಲ್ಲ. ನೀವು ಆತ್ಮವಾದಾಗ ನಿಮಗೆ ಏನಿರುತ್ತವೆ? ಏನೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳಿಗೆ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದಿತ್ತು. ಆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗಾಯವನ್ನು ನೋಡಿ ಎಲ್ಲರೂ "ನಿಮಗೆ ನೋವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲವೇ? ಡಾಕ್ಟರ್‌ಗೆ ತೋರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಅಲ್ವಾ?" ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು. ಆಗ ಅವರು "ಆ ಶರೀರ ಯಾವುದೋ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದೆ, ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದೆ. ಅದರ ಗಲಾಟೆ ನಿನಗೇಕೆ? ನೀನು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಯಾಕೆ ಬಂದೆಯೋ ಮೊದಲು ಅದನ್ನು ಹೇಳು" ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು.

ಅಂತಹ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗಾಯವಿದ್ದರೂ, ನಿಜವಾಗಿ ಅಷ್ಟು ದೊಡ್ಡದಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಯಾರೇ ಆದರೂ ವಿಲವಿಲ ಒದ್ದಾಡುತ್ತಾರೆ, "ನನ್ನ ಬದುಕು ಹೀಗಾಗಿಹೋಯಿತೇ" ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅವರು ಅದನ್ನು ಬಹಳ ಹಗುರವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರು, ಅಸಲು ಅದು ಇಲ್ಲವೇನೋ ಎಂಬಂತೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಕಾರಣ, ಅವರು "ನಾನು ಆತ್ಮ" ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ಅರಿತಿದ್ದರು. ಆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಬಂದದ್ದಲ್ಲ, ಅವರು ಆತ್ಮಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದರು, ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅವರು ಅದನ್ನು ಹಿಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಪರಮಾತ್ಮ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾನಲ್ಲವೇ? "ಆತ್ಮವನ್ನು ಅಗ್ನಿ ದಹಿಸಲಾಗದು, ನೀರು ತೇವಗೊಳಿಸಲಾರದು, ಶಸ್ತ್ರವು ಛೇದಿಸಲಾರದು, ಗಾಳಿಯು ಆರಿಸಲಾರದು ಎಂದು, ನೀವು ಕೂಡ ಅಂತಹ ಆತ್ಮಗಳೇ ಎಂದು, ನೀವು ಅಂತಹ ಆತ್ಮಸ್ಥಿತಿಗೆ ಹೋದರೆ ನಿಮಗೂ ಈ ಬಾಧೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಅದನ್ನೇ ನಮಗೆ ಪತ್ರಿಜಿಯವರು ಹೇಳಿದರೂ, ಯಾರು ಹೇಳಿದರೂ! ಧ್ಯಾನವೇಕೆ ಎಂದು ಕೇಳಿದರೆ ಅದನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಪತ್ರಿಜಿಯವರನ್ನು ಯಾವ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಿದರೂ ಕೊನೆಗೆ ಧ್ಯಾನದ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ಕರೆತರುತ್ತಾರೆ. ಯಾವ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳಿದರೂ, ಅದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರ ಧ್ಯಾನವೇ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಅದಕ್ಕೆ ಕೇಳುವುದರಲ್ಲಿ ಏನಿದೆ? ಅವರು ಅದನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಅಲ್ವಾ ಎಂದು ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಯವರು 'ನೀನು ಯಾರೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊ' ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನೀನು ಯಾರೆಂದು ಅನುಭವಕ್ಕೆ ತಂದುಕೊಳ್ಳಲು ಮಾಡಬೇಕಿರುವುದು "ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ" ಧ್ಯಾನ ಎಂದು ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಅದು ಅರ್ಥವಾಗಿ ನೀವು ಆ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪಿದರೆ ಇನ್ನೇನು ಇರುತ್ತದೆ?

ಜೇಸಸ್ ಕ್ರೈಸ್ತರನ್ನು ಶಿಲುಬೆಗೇರಿಸಿ ಮೊಳೆ ಹೊಡೆದರು. ನಿಮಗೆ "ಸೂಜಿ" ಚುಚ್ಚಿದರೇನೇ ವಿಲವಿಲನೆ ಒದ್ದಾಡುತ್ತೀರಿ! ಅಂದಮೇಲೆ ಶಿಲುಬೆಗೆ ಮೊಳೆಗಳನ್ನು ಹೊಡೆಯುತ್ತಿದ್ದರೂ ಅವರು ಅಳಲಿಲ್ಲ! ಬದಲಾಗಿ ಅವರು ತಂದೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದರು. **"ಇವರಿಗೆ ತಿಳಿಯದೆ ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಹೀಗೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಇವರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸು ತಂದೆ"** ಎಂದರು. ಅಂದರೆ ಅವರಿಗಿಂತ ದೊಡ್ಡವನಾದ, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಂದೆಯಾದ ಆ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಬೇಕೆಂದು ಅವರು ಕೇಳಿಕೊಂಡರು. ಜೇಸಸ್ ಮೊಳೆ ಹೊಡೆದರೂ ಏಕೆ ಲಕ್ಷಿಸಲಿಲ್ಲ? ಅಂದರೆ ಅವರು ಆತ್ಮಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದರು ಆದ್ದರಿಂದಲೇ.

ಹಾಗೆ ಯಾರು ದೇಹಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಆತ್ಮಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಈ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು, ಬಾಧೆಗಳನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಏನೆನ್ನುತ್ತೇನೆಂದರೆ? "ಅಸಲು ನೀನು ಯಾರೆಂದು ನಿನಗೆ ತಿಳಿದರೆ, ಅರ್ಧ ದುಃಖ ಹೋದಂತೆ" ಎನ್ನುತ್ತೇನೆ. ನೀವೇನಾದರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾ, ಅನುಭವಕ್ಕೆ ತಂದುಕೊಂಡರೆ ದುಃಖದಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೊರಬಂದಂತೆಯೇ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ, ಅದನ್ನೇ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಕೂಡ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಅಂತಹ ಸ್ಥಿತಿ ನಮಗೆ ಬರಲೆಂದೇ ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ಮೊಟ್ಟಮೊದಲು ನೀಡಿದ ಸಂದೇಶ "ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ತಿಳಿಕೊ!" ಎಂದು. ಕಾರಣವೇನೆಂದರೆ, ನೀನು ನಿನ್ನನ್ನು ಕೇವಲ ಈ ದೇಹವೆಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೀಯ. ನಿನಗೆ ಈ ದೇಹವು ಸುಖವಾಗಿರಬೇಕೆಂಬ ಭ್ರಾಂತಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಸುಖವಾಗಿರಬೇಕೆಂದರೆ ಹಣ ಬೇಕು ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕೆ, ಎಷ್ಟು ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸಿದರೆ ಅಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಸುಖವಾಗಿರಬಹುದು ಎಂಬ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಸಂಪಾದನೆಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡುವುದುಂಟು. ಆ ಸಂಪಾದನೆಗಾಗಿ ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು, ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು, ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು, ಅಧರ್ಮವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು

ಮಾಡಿದರೆ ಕೊನೆಗೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ?

ಅವುಗಳ ಫಲವಾಗಿ ಮತ್ತೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟಗಳು, ರೋಗಗಳು, ಬಾಧೆಗಳು, ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಇಕ್ಕಟ್ಟುಗಳು ಹೀಗೆ ಎಷ್ಟೋ ಬರುತ್ತವೆ, ಆಗ ತಲ್ಲಣಿಸುತ್ತೀರಿ. ಮಾಡುವಾಗ ಚೆನ್ನಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವಾಗ ತುಂಬಾ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತೀರಿ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮೊದಲು ನೀವು 'ಏಕೆ ಇಷ್ಟೊಂದು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕು?' ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಆಲೋಚಿಸಬೇಕು. ಆದರೆ ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸಬೇಡಿ ಎಂದು ಯಾರೂ ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ.

ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಕೂಡ ಅದನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸಬೇಡಿ ಎಂದು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ, ಸಂಸಾರ ಬೇಡ ಎಂದು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ, ಸುಖಪಡಬೇಡಿ ಎಂದು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ನಿನ್ನ ಬಳಿ ಇರುವುದರಲ್ಲಿ ನೀನು ಸುಖವಾಗಿರು. ಸಂಸಾರದೊಂದಿಗೆ ಇರು, ಸಂಸಾರದ ಸುಖಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸು. ಅವು ಯಾವುವೂ ಬೇಡ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅವುಗಳಿಗಾಗಿ ನೀನು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು, ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಡ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅದು ನಿನ್ನ ಸುಖವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದರ ಬದಲು ಕೊನೆಗೆ ನಿನ್ನನ್ನು ದುಃಖದತ್ತ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ.

ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಸಂಪಾದಿಸಿದರೆ ಏನೋ ಸುಖಪಡಬಹುದು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನೀನು ಅನುಭವಿಸುವ ಸುಖ ಸ್ವಲ್ಪವೇ, ಆದರೆ ನೀನು ಪಡುವ ದುಃಖ ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಮೊದಲು ಇದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. "ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ತಿಳಿದುಕೊ!" ಎಂದು ಹೇಳಿದ ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆಯ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಕೇಳಿ ಸುಮ್ಮನೆ ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಬಾರದು. ಅವರು ಅದನ್ನು ಯಾಕೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ? ನಮಗಾಗಿಯೇ, ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕಾಗಿಯೇ!

ಎಲ್ಲರೂ ಬಂದು ಅಂತಹವರ ಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಬೀಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. "ಅಮ್ಮಾ ನೀವೇ ನಮ್ಮನ್ನು ಆದುರಿಸಬೇಕು(ಕಾಪಾಡಬೇಕು), ಆಶೀರ್ವದಿಸಿ, ಕರುಣಿಸಿ, ಕಾಪಾಡಿ, ರಕ್ಷಿಸಿ" ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದಾಗ, ಆಕೆ "ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ತಿಳಿದುಕೊ!" ಎಂದರು. ಇಷ್ಟೊಂದು ಜನರು ಆಕೆಯ ಹತ್ತಿರ ಬರುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಹೀಗೆ ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೊಂದು ಪರಿಹಾರ ಹೇಳಬೇಕಲ್ಲವೇ? ಅವರು ಬಯಸುವ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ದಾರಿ ತೋರಿಸಬೇಕಲ್ಲವೇ? ಎಲ್ಲರೂ ಏನೆಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆಂದರೆ, ಆಕೆ ಕೈ ಬೀಸಿದರೆ, ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಕೈ ಇಟ್ಟರೆ ಅಥವಾ ಕಾಲಿಗೆ ಬಿದ್ದಾಗ ಆಶೀರ್ವದಿಸಿದರೆ ತಮ್ಮ ಕಷ್ಟಗಳೆಲ್ಲಾ ಹೋಗುತ್ತವೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಏನೆಂದಿದ್ದಾರೆಂದರೆ? ಯಾರೂ ಯಾರ ದುಃಖವನ್ನೂ

ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಯಾರ ದುಃಖಕ್ಕಾದರೂ ಅವರೇ ಕಾರಣ. ಅವರ ದುಃಖ ಹೋಗಬೇಕೆಂದರೆ ಅವರೇ ಪ್ರಯತ್ನ ಪಡಬೇಕು. ಮಹಾತ್ಮರು, ಮಹಾನುಭಾವರು, ಯೋಗಿಗಳು ದಾರಿ ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ ಅಷ್ಟೇ, ಅವರೇನೂ ನಿಮ್ಮ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಲೋಕದಲ್ಲಿರುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಏನೆಂದರೆ, ನಾವು ಅವರನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿದರೆ ಅವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಅನುಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ, ಆ ಕಷ್ಟಗಳಿಂದ, ರೋಗಗಳಿಂದ, ಬಾಧೆಗಳಿಂದ ಹೊರಬರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಆ ಕಷ್ಟಗಳು ನಿನಗೆ ಏಕೆ ಬಂದಿವೆ ಎಂಬುದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ, ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ "ಆ ತಪ್ಪು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಡಿ" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಅವರು ಹೇಳಿದಂತೆ ನೀವು ನಡೆದುಕೊಂಡರೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಆ ಕಷ್ಟಗಳಿಂದ ಹೊರಬರುತ್ತೀರಿ. ಭವಿಷ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಅವರಿಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಅವರು "ಪೂರ್ಣ ಜ್ಞಾನಿಗಳು." ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಜೀವನ ಹಾಗೆ ಏಕಿದೆ? ಏಕೆ ಅವರ ಜೀವನ ಹಾಗಾಯಿತು? ಅಂತಹ ದುರ್ಭರವಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಏಕೆ ಎದುರಾಯಿತು ಎಂಬುದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅದಕ್ಕೇ ಅವರು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಕನಿಷ್ಠ ಇಂದಿನಿಂದಾದರೂ ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಎಂದು ಆ ಮಾರ್ಗವನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂತಹವರು ಹೇಳುವ ಮಾತುಗಳನ್ನು ನೀವು ಬರೆದುಕೊಂಡು ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಪ್ರತಿದಿನ ಓದಬೇಕು. ಅದರ ಮೇಲೆ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಿರಬೇಕು. ಅಂತಹ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಹೇಳುವವರು ಯಾರಾದರೂ ಇದ್ದರೆ ಅವರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿರಬೇಕು. ಕೇಳುತ್ತಾ ಇದ್ದರೆ ನಿಮಗೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅವಗಾಹನೆ (ತಿಳಿವಳಿಕೆ) ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ, ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ, ಮೆಲ್ಲಗೆ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ತರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮತ್ತೆ ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಆ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಹೇಗೆ ಬಂದರು? ಎಂಬುದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ 'ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ತಿಳಿದುಕೊ!' ಎನ್ನುವ ಈ ಒಂದು ಮಾತನ್ನು ಎಷ್ಟಾದರೂ ವಿವರಿಸಬಹುದು.

ನೀವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ **'ನಾನು ಆತ್ಮ – ಈ ದೇಹವಲ್ಲ'** ಎಂಬುದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ದೇಹಕ್ಕೋಸ್ಕರವೇ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ದೇಹದ ಹೆಸರು, ಪ್ರಖ್ಯಾತಿಗಾಗಿ, ವೈಭವಕ್ಕಾಗಿ, ಸುಖಕ್ಕಾಗಿ, ಈ ದೇಹದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ, ದೇಹದ ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ, ದೇಹದ ಸೌಷ್ಠವಕ್ಕಾಗಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆಯಿಂದ

ರಾತ್ರಿಯವರೆಗೆ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳೆಲ್ಲವೂ ದೇಹಕ್ಕೋಸ್ಕರವೇ. ಇಷ್ಟಕ್ಕೂ ನೀನು ದೇಹವೇ ಅಂದರೆ, ಖಂಡಿತಾ ಅಲ್ಲ! ನೀನು ಆತ್ಮ.

ಆತ್ಮಕ್ಕೋಸ್ಕರ ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ? 'ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಅಲ್ವಾ' ಎಂದು ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನಾನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ಸುಮಾರು 95% ಆ ಮಾಡುವ ಧ್ಯಾನವೆಲ್ಲವೂ ಕೂಡ ದೇಹಕ್ಕೋಸ್ಕರವೇ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ದೇಹಕ್ಕೆ ಯಾವೋ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಇರುತ್ತವೆ, ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಇರುತ್ತವೆ, ಕೋರಿಕೆಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಅವೆಲ್ಲವೂ ನೆರವೇರುತ್ತವೆ ಎಂಬುದು ಅವರ ಉದ್ದೇಶ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳಿಗಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ 'ನಾನು ಆತ್ಮ' ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು, ಆತ್ಮಕ್ಕೋಸ್ಕರ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವವರು ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ ಆತ್ಮಕ್ಕಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವವರು ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ, ಅಷ್ಟೇ ಹೊರತು ದೇಹದ ಲಾಭಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕಲ್ಲ.

"ನಮ್ಮ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಏನು?" ಎಂದು ಜನರು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಕೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಜ್ಞಾನವಿದ್ದರೆ, ಎಲ್ಲವೂ ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಇದ್ದಂತೆಯೇ. ಆ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಏನೇ ಇದ್ದರೂ ವ್ಯರ್ಥ. ಆದ್ದರಿಂದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕು. ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನೀವು ಪಯಣಿಸಬೇಕು. ಇದು ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬರುವವರೆಗೂ, 'ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ತಿಳಿದುಕೊ' ಎಂಬ ಮಾತನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಓದುತ್ತಿರಬೇಕು. ನೀವು ಆತ್ಮವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವವರೆಗೂ ಓದುತ್ತಲೇ ಇರಬೇಕು.

ಅದು ಹೇಗೆ? ಎಂದರೆ, ಹಿರಿಯರು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನೇ ನಾನು ಈ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತೇನೆ. ನಾವು ಆತ್ಮವಾಗಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವಾ? ಇಲ್ಲವೇ? ಆ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದೇವಾ? ಇಲ್ಲವೇ? ಎಂದು ತಿಳಿಯಲು, 'ವಸಿಷ್ಠರು' 'ಶ್ರೀರಾಮಚಂದ್ರನಿಗೆ' ಮಾಡಿದ ಬೋಧನೆ "ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯ ನಡವಳಿಕೆ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ?" ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಯೂಟ್ಯೂಬ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ, ಅದನ್ನು ನೀವು ಕೇಳಿ. ಆ ರೀತಿಯಾಗಿ ನೀವು ಜೀವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನೀವು ಜ್ಞಾನವಂತರಾದಂತೆಯೇ ಲೆಕ್ಕ. ಆ ರೀತಿಯಾಗಿ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ನೀವು ಜೀವಿಸಿದರೂ, ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಜ್ಞಾನವಿದೆಯೆಂದು ಅರ್ಥ. ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಿದರೆ ನೀವು "ಪೂರ್ಣ ಜ್ಞಾನಿಗಳು" ಎಂದರ್ಥ. ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಹಾಗೆ ಜೀವಿಸದಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಅಲ್ಪವೂ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲ ಎಂದೇ ಅರ್ಥ.

ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಜ್ಞಾನವಿದೆಯೋ ಅಷ್ಟು ನೀವು ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದೀರಿ

ಎಂದರ್ಥ. ನೀವು ಆತ್ಮವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎನ್ನಲು ನೀವು ಸಂಪಾದಿಸಿದ ಜ್ಞಾನವೇ ಮಾನದಂಡ. ಆ ಜ್ಞಾನವೆಂಬುದು ನಿಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆಯ ಮೂಲಕ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಆ ನಡವಳಿಕೆ ಹೇಗಿರಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ವಸಿಷ್ಠರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಕೂಡ ಒಂದು ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ **"ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ಸಾಸಿವೆಯಷ್ಟೂ ದುಃಖವಿದ್ದರೂ, ನೀನು ಇನ್ನು ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲೇ ಇದ್ದೀಯ ಎಂದರ್ಥ"** ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಯಾವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಆಗಲಿ, ಯಾವ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಆಗಲಿ, ಎಲ್ಲಿಯಾದರೂ ಸರಿಯೇ. ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿನ ದುಃಖವನ್ನು... ನೀವು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ, ದುಃಖಪಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ನೀವು ಇನ್ನೂ ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿದ್ದೀರಿ ಎಂದೇ ಅರ್ಥ! ಆದರೆ ಜ್ಞಾನಿ ಅಥವಾ ಪೂರ್ಣಜ್ಞಾನಿಯಾದವರಿಗೆ ದುಃಖವೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಅಸಡ್ಡೆ ಮಾಡಬಾರದು. ಯಾರು ಹೇಳಿದರೂ ಇದನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸುಮ್ಮನೆ ಹೇಳಿ ಹಗುರವಾಗಿ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲವಲ್ಲವೇ? ಈ ಒಂದು ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಎಂತಹ ಅದ್ಭುತವಾದ ಸಂದೇಶ ಅಡಗಿದೆ!

ಇನ್ನು ನೀವು ಅಸಲಿಗೆ ತಿಳಿಯಬೇಕಾದದ್ದು ಏನಿದೆ? ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳು, ನಿಮ್ಮ ಮಾತುಗಳು ಮತ್ತು ಕೃತ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ "ನಾನು ಆತ್ಮ" ಎಂಬ ಭಾವನೆಯಿಂದಲೇ ಮಾಡುತ್ತಿರಬೇಕು. ಸಹಜವಾಗಿ ಎಷ್ಟೋ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ, ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ, ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ನೀವು "ಆತ್ಮ" ಎನ್ನುವುದು ಅರ್ಥವಾದರೆ, ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಧ್ಯಾನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡುತ್ತೀರಿ.

ಒಂದು ವೇಳೆ ನೀವು "ನಾನು ದೇಹ" ಎಂಬ ಭಾವನೆಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಮದುವೆಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಸಮಾರಂಭಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡುತ್ತೀರಿ. ಅವುಗಳಿಗೇ ಹೋಗುತ್ತಿರುತ್ತೀರಿ. ಆದರೆ ನೀವು ಆತ್ಮ ಎಂದು ಅರ್ಥವಾದಾಗ, ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಅಷ್ಟಾಗಿ ಪಾಲಿಸುವುದಿಲ್ಲ; ಕೇವಲ ಧ್ಯಾನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಗೇ ಹೋಗುತ್ತೀರಿ. ಜೀವನದ ಆಯ್ಕೆಗಳು ಯಾವ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರೂ ಸಹ, ಪ್ರತಿಯೊಂದರಲ್ಲೂ ಇದು "ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಲಾಭವೇ ಅಥವಾ ಅಲ್ಲವೇ?" ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೀರಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಟಿವಿ ಮತ್ತು ಮೊಬೈಲ್ಗಳಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಬರುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ನೋಡುವಾಗ ಮನರಂಜನೆ ಮತ್ತು ಆನಂದ ಇರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ "ನಾನು ಆತ್ಮ" ಎಂಬ ಅರಿವು ಇರುವವರು ಅವುಗಳನ್ನು

ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಇಡುತ್ತಾರೆ. ಅವುಗಳಿಗೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಈ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಂದೇಶಗಳು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಮೇಲೆ ಆಸಕ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಕಾದಂಬರಿಗಳು ಮತ್ತು ಪುಸ್ತಕಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. "ನಾನು ಆತ್ಮ" ಎಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡವನು "ಆತ್ಮಜ್ಞಾನದ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು" ಓದುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. "ನಾನು ದೇಹ" ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುವವನು ದೇಹದ ಲಾಭಗಳು ಅಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ, ನಿಮ್ಮ ಸಂಪತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿ – ಇಂತಹ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಮೇಲೆ ಆಸಕ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತಾನೆ. ನಾನು ಆತ್ಮಅಂದುಕೊಂಡವನು ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಮೇಲೆ ಆಸಕ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಥಾಟ್ ಪವರ್ (ಆಲೋಚನಾ ಶಕ್ತಿ) ಎಂದೂ, ಮೈಂಡ್ ಪವರ್ (ಮಾನಸಿಕ ಶಕ್ತಿ) ಎಂದೂ "ಮನಸ್ಸಿಗೆ" ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತಾರೆ. ಆತ್ಮನೇ ನಾನು ಎಂಬ ತಿಳುವಳಿಕೆಗೆ ಬಂದವರು ಅಂತಹ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಮೇಲೆ ಆಸಕ್ತಿ ತೋರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಆತ್ಮನೇ ನಾನು ಎಂಬ ಅವಗಾಹನೆ (ತಿಳಿವಳಿಕೆ) ಇರುವವರು ಯಾವುದು ಸಿಕ್ಕರೆ ಅದನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲಿಯಾದರೂ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯಾಗಿ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಎಸಿಯಲ್ಲೂ ಇರಬಲ್ಲರು, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇರಬಲ್ಲರು. ಈ ದೇಹವನ್ನು ದೇಹದ ಸುಖಗಳಿಗಾಗಿ ಬಳಸದೆ ಆತ್ಮನ ಲಾಭಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದಂತಹ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಸಮಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಆತ್ಮಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಖರ್ಚು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ನೀನು ಯಾರೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಾಗ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಯಾವಾಗಲೂ ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ತುಂಬಾ ಜನರು 'ನಾನು ಆತ್ಮನೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ನಡವಳಿಕೆ ಬದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂದರೆ ಅವರಿಗೆ ಇನ್ನೂ ಅದು ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂದಿಲ್ಲ, ಇನ್ನೂ ಅರ್ಥವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದರ್ಥ. ಅರ್ಥವಾದಂತೆಲ್ಲಾ ನಡವಳಿಕೆ ಬದಲಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ "ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ತಿಳಿದುಕೊ" ಎಂಬ ಈ ಸಂದೇಶವನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬೇರೆಯವರು ಯಾರು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ? ನೀನು ಆತ್ಮ ಎಂಬ ವಿಷಯವನ್ನು ನಾನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ, ಅದರಿಂದ ನಿನಗೇನು ಪ್ರಯೋಜನ? ಅದನ್ನು ನೀನೇ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. "ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ತಿಳಿದುಕೊ" ಎಂಬುದನ್ನೇ ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಹೇಳುವವನ್ನೆಲ್ಲಾ ನಾವು ಕುರುಡಾಗಿ ಅನುಸರಿಸಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಅವರು ಹೇಳಿದಂತೆ ಮಾಡಬೇಕು.

“ಹಿಂಸೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಡಿ”

ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಷಯ. ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಪದೇ ಪದೇ ಮಾಂಸಾಹಾರ ಬೇಡ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ರುಚಿಕರವಾದ, ಬಲವಾದ ಆಹಾರ ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಅದು ಹಿಂಸೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದಾಗಿದೆ. ಅಂತಹ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಡಿ ಎಂದು ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತಾ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಮಾಂಸಾಹಾರವೆಂದರೆ ಕೋಳಿ, ಮೇಕೆ, ಮೀನುಗಳನ್ನು ಎಷ್ಟು ಹಿಂಸಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಒಮ್ಮೆ ನೋಡಿ. ನೀವು ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಆ ಮೀನನ್ನಾಗಲಿ, ಆ ಮೇಕೆಯನ್ನಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಆ ಕೋಳಿಯನ್ನಾಗಲಿ ಕೊಲ್ಲುವಾಗ ನೋಡಿದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಕಾಲುಗಳ ಕೆಳಗೆ ಹಾಕಿ ತುಳಿಯುತ್ತಾರೆ, ಕುತ್ತಿಗೆ ತಿರುಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆ ಗಂಟಲನ್ನು ಕೊಯ್ದು ಡಬ್ಬದಲ್ಲಿ ಹಾಕುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಒದ್ದಾಡಿ ಒದ್ದಾಡಿ ಸಾಯುತ್ತದೆ. ಅದೇ ಹಿಂದೂಗಳು ಯಾವುದಾದರೂ ಕುರಿ ಅಥವಾ ಮೇಕೆಯಾದರೆ ಅದರ ತಲೆ ಕಡಿಯುತ್ತಾರೆ. ಮುಸ್ಲಿಮರು ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಅರ್ಧ ಕೊಯ್ದು ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಅದು ರಕ್ತ ಸುರಿಸುತ್ತಾ, ಆ ರಕ್ತದಲ್ಲೇ ಹಾಗೆಯೇ ಒದ್ದಾಡುತ್ತಾ ಒಂದು ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ಎಂತಹ ನರಕವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನೋಡಿ, ನಿಮ್ಮ ಬೆರಳು ಕತ್ತರಿಸಿದರೆ ಎಷ್ಟು ನೋವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೂ ಕೂಡ ನೋವು ಇರುವುದರಿಂದಲೇ ಹಾಗೆ ಗಿಲಗಿಲನೆ ಒದ್ದಾಡುತ್ತದೆ. ಅಷ್ಟು ಹಿಂಸೆ ಮಾಡಿದರೇ ತಾನೇ ನಿಜವಾಗಿ ಆ ಆಹಾರ ಬಂದಿದೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂತಹ ಹಿಂಸೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಆಹಾರವನ್ನು ಆಕೆ (ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತಾ) ತಿನ್ನಬೇಡಿ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಏಕೆಂದರೆ ಆಕೆ ಒಬ್ಬ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಯೋಗಿನಿ ಆದ್ದರಿಂದ ಆಕೆಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡವರು ಹೇಳುವಂತಹ ಸಂದೇಶಗಳೆಲ್ಲವೂ ಆಕೆಗೆ ತಿಳಿದಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂತಹ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನೀವು ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ಅಂತಹ ಹಿಂಸೆಯನ್ನೇ ನೀವು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ಅಂತಹ ನರಕವನ್ನೇ ನೀವು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಅಂತಹ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಾರದು ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಆಕೆ ಈ ಸಂದೇಶವನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ.ಏಕೆಂದರೆ ಆಕೆಯ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ಬಂದವರನ್ನು ಆಕೆಯು ಎಷ್ಟುಹೊತ್ತು ಅವರು ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನೇ ಬಯಸುತ್ತಾರೆ, ನಿಮ್ಮ ಹಿತವನ್ನೇ

ಕೋರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ನಿಮ್ಮ ಲಾಭವನ್ನೇ ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತಾರೆ ಅಷ್ಟೇ ಹೊರತು ಸುಮ್ಮನೆ ಯಾವುದೋ ಒಂದನ್ನು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ವಿಷಯ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮಾಂಸಾಹಾರ ಸೇವಿಸುವವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅವರು ಏನು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಎಂದರೆ ತಮ್ಮ ತಂದೆ, ತಾತ, ಮುತ್ತಾತಂದಿರ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಇದು ಒಂದು ಸಂಪ್ರದಾಯವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಬಂದಿದೆ, ಅವರು ಮಾಡಿದ್ದನ್ನೇ ತಾವು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಇದೊಂದು 'ಬಲವರ್ಧಕ ಆಹಾರ' ಎಂಬ ಭ್ರಮೆಯಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ, ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಒಂದು ಜೀವಿಗೆ ಹಿಂಸೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ನೋವುಂಟು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ಕ್ರೂರವಾಗಿ ಕೊಲ್ಲುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಫಲವನ್ನು ಮುಂದೆ ನಾನೇ ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಅರಿವು ಅವರಿಗೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆಯವರಂತಹ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪಿದವರು ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಅರಿತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಕಳೆದ ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಎಲ್ಲರ ಕಳೆದ ಜನ್ಮಗಳನ್ನೂ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲರು. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಯಾವ ಯಾವ ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಯಾರು ಎಂತಹ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ, ಅದರ ಫಲವಾಗಿ ಈಗ ಎಂತಹ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಮುಂದೆ ಏನನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ.

ಅಂತಹ ದುಸ್ಥಿತಿ ಯಾರಿಗೂ ಬರಬಾರದು ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕೇ ಅವರು ಈ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಎಷ್ಟೋ ಜನ್ಮಗಳು ಕಳೆದ ನಂತರ ಮತ್ತು ಎಷ್ಟೋ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ ನಂತರವಷ್ಟೇ ಅವರು ಈ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಏನನ್ನೂ ಮಾಡದೆ ಅವರು ಈ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಬಂದಿಲ್ಲವಲ್ಲವೇ? ಆದ್ದರಿಂದಲೇ, ಅವರಿಗೆ ಸತ್ಯದ ಅರಿವಿರುವುದರಿಂದಲೇ ಯಾರಿಗೂ ನಷ್ಟವಾಗಬಾರದು ಎಂದು ಎಚ್ಚರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. **"ಹಿಂಸೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಡಿ" ಎಂದು ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.**

ಬಲ ಮತ್ತು ಆಹಾರದ ಕುರಿತಾದ ಪ್ರಶ್ನೆ: ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು "ಮಾಂಸ ತಿಂದರೆ ಮಾತ್ರ ಬಲ ಬರುತ್ತದೆ, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಶಕ್ತಿ ಎಲ್ಲಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ?" ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ಮಾಂಸವೇ ಬಲ ಎಂದು ಅವರು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಯೋಚಿಸಿ ನೋಡಿ. ಸಸ್ಯಾಹಾರ ಸೇವಿಸುವವರೆಲ್ಲರೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲವೇ? ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಮಂಚದ ಮೇಲೆ ಮಲಗಿದ್ದಾರೆಯೇ? ಎಷ್ಟೋ ಜನ ಸಸ್ಯಾಹಾರಿಗಳಿಲ್ಲವೇ? ಅವರೆಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ತಾವು

ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಲ್ಲವೇ? ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೀರಲ್ಲವೇ? ಮತ್ತೇ ಹಾಗಿರುವಾಗ ಏಕೆ ಜೀವಿಸಬಾರದು?

ನೋಡಿ, ಪ್ರಾಣಿಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಗಮನಿಸಿದರೆ ಸಸ್ಯಾಹಾರಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳಾದ ಆನೆ, ಒಂಟೆ, ಎತ್ತು, ಎಮ್ಮೆ – ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದನ್ನೇ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೂ ಅವು ಎಷ್ಟು ಬಲಶಾಲಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ! ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸಸ್ಯಾಹಾರಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳೇ ಅಲ್ಲವೇ? ಅಂದರೆ ಬಲ ಎನ್ನುವುದು ಮಾಂಸದಲ್ಲಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ನೋಡಿ ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸಸ್ಯಾಹಾರ ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಬಲಶಾಲಿಯಾಗಿರುವ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿವೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ, ಮಾಂಸ ತಿನ್ನದಿದ್ದರೆ ಬಲವಿರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಬರಿ ಅಪನಂಬಿಕೆ (ಭ್ರಮೆ). ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ಹಿರಿಯರು ಆ ರೀತಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ ಬಂದುದರಿಂದ ಜನರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅದು ಗಾಢವಾಗಿ ಬೇರೂರಿದೆ. ಮಾಂಸ ತಿಂದರೆ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಏನನ್ನಾದರೂ ಮಾಡಬಲ್ಲೆವು, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಇಲ್ಲ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅದು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಅದ್ಭುತವಾಗಿ ಜೀವಿಸಬಹುದು.

=============**ಮಾಂಸಾಹಾರದ ಪರಿಣಾಮಗಳು**=============

- ☛ **ಮಾಂಸ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಬುದ್ಧಿ ಮಂದವಾಗುತ್ತದೆ.**
- ☛ **ತಿಳಿವಳಿಕೆ ನಶಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನಾ ವಿಧಾನ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ.**
- ☛ **ಹಿಂಸಾ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.**
- ☛ **ರಜೋಗುಣ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಅನಾಹುತಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ.**
- ☛ **ಆವೇಶಕ್ಕೊಳಗಾಗುವುದು ಮತ್ತು ಸುಮ್ಮ ಸುಮ್ಮನೆ ಜಗಳವಾಡುವುದು.**

ಮಾಂಸಾಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದಲೇ ಹೆಚ್ಚು ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಹಿರಿಯರು ಅಂತಹ ಆಹಾರ ಬೇಡ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಬಹಳಷ್ಟು ಮಂದಿಗೆ ಅದೊಂದು ರುಚಿಕರವಾದ ಆಹಾರ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಆ ಆಹಾರವನ್ನು ನೋಡಿದ ಕೂಡಲೇ ಅವರ ಬಾಯಲ್ಲಿ ನೀರೂರುತ್ತದೆ.

ನಿಜವಾದ ರುಚಿ ಎಲ್ಲಿದೆ?: ನೀವು ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಆ ಮಾಂಸಾಹಾರದ ಜೊತೆಗೇ ಬಿರಿಯಾನಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಒಮ್ಮೆ ಮಾಂಸದ ತುಂಡುಗಳಿಲ್ಲದೆ ಬಿರಿಯಾನಿ ಮಾಡಿ ತಿಂದು ನೋಡಿ. ಅದು ಕೂಡ ರುಚಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ ಅಲ್ಲವೇ? ಸಸ್ಯಾಹಾರದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಬಗೆಯ ರುಚಿಗಳಿವೆ? ಎಷ್ಟು ವಿಧದ ಅಡುಗೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು? ಆದ್ದರಿಂದ ಮಾಂಸವೇ ರುಚಿ ಎಂಬುದು ಕೇವಲ ಭ್ರಮೆಯಷ್ಟೆ. ಆ ಆಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಹಿಂಸಿಸಿ, ಕೊಂದು, ನಾನಾ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ

ಚಿತ್ರಹಿಂಸೆ ನೀಡಿ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸದ ಫಲವಾಗಿ, ಮರಳಿ ನೀವು ರೋಗಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನರಕವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀರಿ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡುವ ಬದಲು ಸಸ್ಯಾಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತಾ ನೆಮ್ಮದಿಯಾಗಿ ಜೀವಿಸಬಹುದು ಅಲ್ಲವೇ?

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಹಿರಿಯರು ಹಿಂಸೆಯಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಹಿಂಸೆ ಅಡಗಿದೆ. ಹೊರಗಡೆ ಹೋಟೆಲ್ಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ಕುಳಿತರೆ ಪ್ಲೇಟ್ನಲ್ಲಿ ತಂದು ಬಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನು ಆಹಾರವಾಗಿ ಸೇವಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಒಳಗಡೆ ಹೋಗಿ ನೋಡಿದರೆ ಎಷ್ಟು ಘೋರವಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಕೊಲ್ಲುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಮದುವೆಗಳಲ್ಲಿ, ಪಾರ್ಟಿಗಳಲ್ಲಿ ನೋಡಿದರೆ ಪ್ಲೇಟ್ನಲ್ಲಿಟ್ಟು ಬಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ನೋಡಲು ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಮಸಾಲೆಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಹಾಕಿದರೆ ತುಂಬಾ ರುಚಿಯಾಗಿಯೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಒಂದೇ ಒಂದು ಬಾರಿ ಅವುಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುವ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ನೋಡಿದರೆ, ಆ ಕುರಿಗಳನ್ನು, ಮೇಕೆಗಳನ್ನು, ಕೋಳಿಗಳನ್ನು ಎಷ್ಟು ಘೋರವಾಗಿ ಕೊಲ್ಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದು ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ.

ಅರೇ! ಆನಂದಕ್ಕಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಇಷ್ಟೊಂದು ಹಿಂಸಿಸಬೇಕಾ ಎಂಬುದು ಆಗ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಜವಾಗಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಆಹಾರವನ್ನು ನೋಡಿ ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಅದು ಹೇಗೆ ತಯಾರಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನೋಡಿದರೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ತಿನ್ನಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈಗ ತಿನ್ನುವವರಲ್ಲಿ 50% ಜನರು ತಕ್ಷಣವೇ ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುತ್ತಾರೆ.

ಅಷ್ಟೇಕೆ, ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕೋಳಿ ಇದ್ದಾಗ ನೆಂಟರು ಬಂದಾಗ ಆ ಕೋಳಿಯನ್ನು ಕೊಲ್ಲಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ, ಮನೆಯಲ್ಲಿನ ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳ ಎದುರಿಗೆ ಅದನ್ನು ಕೊಲ್ಲಲು ನೋಡಿ. ಅದು ಹೇಗೆ ಒದ್ದಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಿ ಅವರು ಕೂಡ ಬೆಚ್ಚಿಬೀಳುತ್ತಾರೆ. 'ಅಮ್ಮೋ... ಬಾಬೋಯ್' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ, 'ಬೇಡ ಬೇಡ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ, 'ಕೊಲ್ಲಬೇಡಿ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ಅವರು ಆ ಬಾತುಕೋಳಿಯೊಂದಿಗೆ, ಆ ಮೊಲದೊಂದಿಗೆ, ಆ ಕೋಳಿಯೊಂದಿಗೆ, ಆ ಮೇಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಆಟವಾಡಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನು ಕೊಲ್ಲುತ್ತಿದ್ದರೆ ಆ ಮಗು ಎಷ್ಟು ಭಯಪಡುತ್ತಾ ಅಳುತ್ತಾನೆ, 'ಬೇಡ' ಎನ್ನುತ್ತಾನೆ. 'ನಿನಗೆ ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ! ನೀನು ಒಳಗೆ ಹೋಗು' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಮೊದಮೊದಲು ಹಾಗೆಯೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ, ನೋಡುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಸ್ಪಂದನೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಕೆಲವು ಕಾಲ ಕಳೆಯುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ

‘ನಾನೇ ಕೊಲ್ಲುತ್ತೇನೆ’ ಎನ್ನುತ್ತಾನೆ. ಅಂದರೆ ಮೊಟ್ಟಮೊದಲು ಹಾಗಿದ್ದ ಮಗು ಹೇಗೆ. ಅವನು ಹಾಗೆಯೇ ತಯಾರಾದನು. ಇದಕ್ಕೆ ಯಾರು ಕಾರಣ? ತಂದೆ–ತಾಯಿಗಳೇ ಅಲ್ವಾ? ಅವರೇ ಅವನನ್ನು ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದರು.

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ದೇವರಿಗೆ ಹೋಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ದೈವ ಸ್ವರೂಪಿಯಾದ ಮಗು ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ನೋಡಿ ಚಡಪಡಿಸುತ್ತಿದೆ ಎಂದರೆ, ಅದು ದೇವರಿಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ ಎಂದೇ ಅರ್ಥ. ಮಗುವನ್ನು ದೇವರಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದಾಗ, ಆ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ನೋಡಿ ಮಗು ತಲ್ಲಣಿಸುತ್ತಿದೆ ಎಂದರೆ ದೇವರು ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದೇ ತಾನೇ ಅರ್ಥ! ಅಂತಹ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಾರದು ಎಂದೇ ಅದರ ಅರ್ಥ. “ನಿಮಗೇನು ತಿಳಿಯದು” ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಈ ಮಗುವಿಗೆ ತಿಳಿಯದ ವಿಷಯ ಇವರಿಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆಯೇ? ದೈವ ಸ್ವರೂಪಿಯಾದ ಮಗುವಿಗೆ ತಿಳಿಯದ ವಿಷಯ ಇವರಿಗೆ ಏನು ಗೊತ್ತು? ಮಕ್ಕಳು ತುಂಬಾ ಮುಗ್ಧರು. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರಲ್ಲಿ ದೈವಿಕ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಇರುತ್ತವೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಮಾಯೆ–ಮರ್ಮಗಳು ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಇದ್ದದ್ದನ್ನು ಇದ್ದಂತೆಯೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಯಾರಾದರೂ ಬಂದಾಗ “ನಿಮ್ಮ ತಂದೆ ಇದ್ದಾರಾ?” ಎಂದು ಕೇಳಿದರೆ, “ಇದ್ದಾರೆ” ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಒಳಗಡೆ ಹೋಗಿ “ಡ್ಯಾಡಿ, ನಿಮಗಾಗಿ ಯಾರೋ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ” ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. “ನಾನಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳು” ಎಂದು ತಂದೆ ಹೇಳಿದರೆ, ಮಗು ಹೊರಗೆ ಬಂದು “ನಾನಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳಲು ಅಪ್ಪ ಹೇಳಿದರು” ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಆ ಮಗುವಿಗೆ ಇನ್ನೂ ಆ ಮಾಯೆ ಅಥವಾ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವುದು ತಿಳಿಯದು. ಅವರು ಮಲಗಿದ್ದಾಗ ಫೋನ್ ಬಂದು “ಡ್ಯಾಡಿ ಇದ್ದಾರಾ?” ಎಂದು ಕೇಳಿದರೆ, ಫೋನ್ನಲ್ಲೂ ಕೂಡ “ನಾನಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳಲು ಹೇಳಿದರು” ಎಂದೇ ಮಗು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾವು ಏಕೆ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದರೆ, ಆ ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ದೈವಿಕ ಲಕ್ಷಣಗಳಿವೆ. ಅವರಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಮಾಯೆ ಅಥವಾ ಕಪಟ ತಿಳಿಯದು. ಅಂತಹವರು ಚಡಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದರೆ ಅಲ್ಲಿ ದೇವರಿಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ ಎಂದೇ ಅರ್ಥ! ಅಂತಹ ಹಿಂಸೆ ಮಾಡಿ ಅದನ್ನು ಆಹಾರವಾಗಿ ಹೇಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ? ಅಂತಹ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬಾರದು ಎಂದು ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನೀವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದರಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಅನರ್ಥಗಳಿವೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಈ ಮಾಂಸಾಹಾರದ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಎಷ್ಟೋ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಯೂಟ್ಯೂಬ್ನಲ್ಲಿ ನೋಡಬಹುದು.

ದೇವರಿಗೆ ದಯೆ ಇಲ್ವಾ? ದೇವರ ದಯೆ ಸಿಗಬೇಕೆಂದರೆ?: ಆ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಒಂಬತ್ತು ಸಂಚಿಕೆಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಇವುಗಳನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಕೇಳಬೇಕು. ನೀನು ಎಂತಹ ಕರ್ಮವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೀಯೋ ಅಂತಹ ಫಲವನ್ನೇ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀಯ ಎಂದು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ನೀನು ಏನನ್ನು ಬಿತ್ತುತ್ತೀಯೋ ಆ ಬೆಳೆಯನ್ನೇ ಕೊಯ್ಯುತ್ತೀಯ ಎಂದು ಯೇಸು ಕ್ರಿಸ್ತರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಬಿತ್ತಿದರೆ ಹಿಂಸೆಯನ್ನೇ ಪಡೆಯುತ್ತೀಯ. ಆನಂದವನ್ನು ಬಿತ್ತಿದರೆ ಆನಂದವನ್ನೇ ಪಡೆಯುತ್ತೀಯ. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಆನಂದವಾಗಿ ಜೀವಿಸಲು ಬಿಟ್ಟರೆ ನೀನು ಆನಂದವಾಗಿ ಜೀವಿಸುತ್ತೀಯ. ಹಾಗೆಯೇ, ನೀನು ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅನುಭವಿಸಲೇಬೇಕು ಎಂದು ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಪರಮಹಂಸರು ಕೂಡ ಅದನ್ನೇ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಖಾರ ತಿಂದರೆ ಬಾಯಿ ಉರಿಯುತ್ತದೆ, ಸಿಹಿ ತಿಂದರೆ ಬಾಯಿ ಮಧುರವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಹೀಗೆ ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡವರೆಲ್ಲರೂ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. "ವಸಿಷ್ಠರು" ಏನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆಂದರೆ, ನೀನು ಮಾಡಿದ ಕರ್ಮಗಳಿಗಿಂತ ಮೀರಿದ ದೈವವಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಪ್ರಾರಬ್ಧವಾಗಲಿ ಬೇರೇನೂ ಇಲ್ಲ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಕಷ್ಟಗಳು ಬಂದಾಗ "ದೇವರಿಗೆ ದಯೆ ಇಲ್ಲವೇ?" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಲಾಭ ಉಂಟಾದಾಗ "ದೇವರ ದಯೆ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಈ ಮೊದಲು ನೀವು ಮಾಡಿದ ಕರ್ಮಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ.

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಆ ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೆಲ್ಲರೂ ನಮಗೆ ಹೇಳುವುದು ಅದನ್ನೇ. ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆಯವರು ಕೂಡ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಹಿಂಸೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಡಿ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಅಂತಹ ಆಹಾರವನ್ನು ಎಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೂ ಸೇವಿಸಬಾರದು. ಆಹಾರದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಕೂಡ ಇದೇ ವಿಷಯವನ್ನು ನಮಗೆ ಪದೇ ಪದೇ ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ, ಒತ್ತಿ ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. "ಈ ಜೀವಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಬಿಡಿಸಲು, ಹಿಂಸೆ ನಡೆಯದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾನು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬಂದಿದ್ದೇನೆ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಸಸ್ಯಾಹಾರಿಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಬಂದಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಅಷ್ಟೊಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಅಸಲಿಗೆ ಅವುಗಳ ಪರವಾಗಿ ನಾನು ವಕಾಲತ್ತು ವಹಿಸಲು ಬಂದಿದ್ದೇನೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. "ನನ್ನ ಪ್ರಥಮ ಆದ್ಯತೆ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದೇ" ಎಂದು

ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ನಾನು ಐವತ್ತು ಸಾವಿರ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಿದೆನು ಅವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾನು ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿದೆನು (ಅರ್ಥಾತ್ ಮೆಲುಕು ಹಾಕಿದೆನು). ಅವುಗಳ ಸಾರಾಂಶ ಎರಡು ವಾಕ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಬಂದಿದೆ. "ಹಿಂಸ ಛೋಡೋ, ಹಂಸ ಪಕಡೋ." (ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಬಿಡು, ಹಂಸವನ್ನು ಹಿಡಿ). ಹಿಂಸ ಛೋಡೋ ಎಂದರೆ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು, ಅಂದರೆ ಆಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಮಾಡುವ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು. ಹಂಸ ಪಕಡೋ ಎಂದರೆ ಶ್ವಾಸವನ್ನು ಹಿಡಿಯಬೇಕು, ಅಂದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಇನ್ನೂ ಅವರು ಏನೆನ್ನುತ್ತಾರೆಂದರೆ, ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದಿದ್ದರೂ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ, ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಿ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. "ಜ್ಞಾನ"ಕ್ಕಿಂತಲೂ "ಮಾಂಸಾಹಾರ" ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುವುದಕ್ಕೆ "ಟಾಪ್ ಪ್ರಯಾರಿಟಿ" (ಅತ್ಯಂತ ಆದ್ಯತೆ) ನೀಡಿದರು. "ಹಿಂಸ ಛೋಡೋ" ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡಿದರು. ಅದನ್ನೇ ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಪತ್ರೀಜಿ ಅವರು ಅದು ಪಾಪ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಒಂದು ಜೀವಿಯನ್ನು ಹಿಂಸಿಸುವುದು ಪಾಪ. ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಪಾಪ ಮಾಡಬಾರದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅಸಲಿಗೆ ಪಾಪ ಎಂದರೆ ಏನು? ಕಳ್ಳತನ ಮಾಡುವುದೇ? ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವುದೇ? ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ದೊಡ್ಡ ಪಾಪ "ಹಿಂಸೆ ಮಾಡುವುದೇ." ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಘೋರವಾದ ದೊಡ್ಡ ಪಾಪ ಹಿಂಸೆಯೇ!

ಪಾಪವೆಂದರೆ ನಮ್ಮಿಂದ ಇತರರಿಗೆ ನಷ್ಟವಾಗಲಿ, ಕಷ್ಟವಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಅಲ್ಪಪ್ರಮಾಣದ ನೋವಾಗಲಿ ಉಂಟಾದರೆ ಅದನ್ನು "ಪಾಪ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಿರುವಾಗ ನೀವು ಹಿಂಸೆ ಮಾಡಿದರೆ ಆ ಜೀವಿಯ ಶರೀರಕ್ಕೆ ನೋವಾಗುತ್ತದಲ್ಲವೇ? ಆದ್ದರಿಂದ ಒಂದು ಜೀವಿಯನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವುದು, ಹಿಂಸಿಸುವುದು ಪಾಪ. ಅದಕ್ಕೇ ಪತ್ರೀಜಿ ಅವರು... **"ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ರೋಗಗಳು – ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ರೋಗಗಳು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ರೋಗಗಳು ಬರುತ್ತವೆ"** ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಏಕೆ? ರೋಗಗಳನ್ನು ತಂದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಏಕೆ? ರೋಗಗಳು ಬಂದಿವೆ ಎಂದು ಅಳುತ್ತಾ ಕೂರುವುದು ಏಕೆ? ಪಾಪಗಳನ್ನೇ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಈ ರೋಗಗಳು ಬರುವುದಿಲ್ಲವಲ್ಲ! ಅದಕ್ಕೇ ಅವರು ಮಾಡಬೇಡಿ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಅಂತಹ ಮಹಾನುಭಾವರು ಸೃಷ್ಟಿಯ ರಹಸ್ಯಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ತಿಳಿದುಕೊಂಡವರು,

ಅವರು ಸುಮ್ಮನೆ ಏನನ್ನೂ ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಹೇಳಿದರೆಂದರೆ

ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅದು ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹವರ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ವಹಿಸಿದರೆ ನಷ್ಟ ಅನುಭವಿಸುವವರು ನೀವೇ, ನೀವು ನಷ್ಟಕ್ಕೊಳಗಾಗಬಾರದು. ಅವರ ಬಳಿಗೆ ಏಕೆ ಹೋಗುತ್ತೀರಿ? ಅವರ ಬಳಿಗೆ ಹೋದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದಲ್ಲವೇ! ಒಳ್ಳೆಯದು ಹೇಗೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ? ಅವರು ನೀಡುವ ಒಳ್ಳೆಯ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು "ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ" ತಂದಾಗ ಮಾತ್ರ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರೇನೋ ಆಶೀರ್ವದಿಸುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ನೀವು ಇನ್ನೂ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅವರ ಬಳಿಗೆ ಹೋದರೂ ಪ್ರಯೋಜನವೇನು? ಆದ್ದ-ರಿಂದ ಅಂತಹ ಸದ್ಗುರುಗಳು, ಶ್ರೇಷ್ಠರು ಮತ್ತು ಮಹಾತ್ಮರ ಬಳಿಗೆ ನೀವು ಹೋದರೆ, ಅವರು ನೀಡುವ ಸಂದೇಶವೇನು ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ದೃಷ್ಟಿ ಹರಿಸಿ. ಅವರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಿದರೇ? ಇಲ್ಲವೇ? ಅವರ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ನೀವು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡಿರೋ? ಇಲ್ಲವೋ? ಅದು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ. ಪತ್ರಿಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ "ನನ್ನ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡರೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ನಾನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ನಾನು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ಆಚರಿಸಿ." ಇದನ್ನೇ ಅವರು ಹೇಳುವುದು. ಅವರು ಹೇಳುವ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿನ ಒಳಾರ್ಥವನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು. ಹಿಂಸೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಆಹಾರವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು. ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಅದರ ರುಚಿಗೆ ದಾಸರಾಗಿ ಅದನ್ನು ಬಿಡಲಾರರು, ಆದರೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಬಿಡಬಹುದು. ಪತ್ರಿಜಿಯವರು ಬಂದ ನಂತರ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು (ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು) ಬಿಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಮಾಂಸಾಹಾರ ತಿನ್ನುವ ಅಭ್ಯಾಸವಿದ್ದ ಎಷ್ಟೋ ಜನರು ಅದನ್ನು ಬಿಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಈ ಕಷ್ಟಗಳು ಬಂದವರನ್ನು ನಾವು ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅವರು 30 ವರ್ಷಗಳಿಂದ, 40 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಅಥವಾ 50 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಈ ಜೀವಹಿಂಸೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವವರೇ ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಎಂತಹ ಹಿಂಸೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೋ ಅಂತಹ ನರಕವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಸರಿ! ಆ ಬಾಧೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಬಂದವರು ನಮ್ಮ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳಿ ತಕ್ಷಣವೇ ಬಿಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಸ್ವಲ್ಪ ಆಲಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಕೇಳಲು ಆಸಕ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಮ್ಮ ಕ್ಷಣಿಕ ಸಂತೋಷಗಳು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ. ಈಗ ಅದು ಮೋಜಿನಂತೆ ಇರಬಹುದು, ಆದರೆ ನಂತರ ನರಕವಿರುತ್ತದೆ.

ಜನರು ಗುರುಗಳ (ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್) ಬಳಿಗೆ ಹೋಗಿ, "ಈ ಕಾಯಿಲೆ

ಹೋಗಬೇಕೆಂದರೆ, ಈ ಕಷ್ಟ ದೂರವಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು? ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಬೇಕಾ? ಅಥವಾ ಬೇರೇನು ಮಾಡಬೇಕು? ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು?" ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಕೇವಲ ಇವುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ಮೊದಲು ನೀವು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು.

ನೀವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ತಪ್ಪನ್ನು ನೀವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು! ನಿಮ್ಮ ತಪ್ಪನ್ನು ಅರಿತು ಅದನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಅದರ ಪ್ರಭಾವವು ಅಲ್ಲಿಯೇ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವಾಗ ನೀವು ಆ ತಪ್ಪನ್ನು ಮಾಡುವುದನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆಂದೂ ಅಂತಹ ತಪ್ಪನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲವೋ, ಆಗ ಅದರ ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರಭಾವವು ಹೊರಟುಹೋಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಪತ್ರಿಜಿಯವರು **"ಗತಂ ಅವಗತಂ ಐತೇ ವಿಗತಂ ಅವುದುತ್ತುಂದಿ"** (ಅಂದರೆ: ಭೂತಕಾಲದ ಅರಿವು ಉಂಟಾದಾಗ, ಅದು ಕಳೆದುಹೋಗುತ್ತದೆ) ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 'ಗತಂ' ಎಂದರೆ ಹಿಂದೆ ನೀವು ಮಾಡಿದ 'ಹಿಂಸೆ'ಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಎಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೂ, ಎಷ್ಟೇ ಒತ್ತಡ ಅಥವಾ ಮುಜುಗರವಿದ್ದರೂ ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಾನು ಹಿಂಸೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿದಾಗ, ಅದರ ಕೆಟ್ಟ ಪ್ರಭಾವವು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀವು ಪಡೆದಾಗ ಪಾಪವು ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಪತ್ರಿಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಕೂಡ ಹೇಳಿದ್ದು ಇದನ್ನೇ: "ಜ್ಞಾನಾಗ್ನಿ ದಗ್ಧ ಕರ್ಮಾಣಾಂ" – ನೀನು ಪಡೆದ ಈ ಜ್ಞಾನದ ಅಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ನಿನ್ನ ಪಾಪ ಕರ್ಮಗಳೆಲ್ಲವೂ ಸುಟ್ಟು ಭಸ್ಮವಾಗುತ್ತವೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲರ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಏನೆಂದರೆ, ಯಾವುದಾದರೂ ಕಾಯಿಲೆ ಬಂದರೆ ಡಾಕ್ಟರ್ ಹತ್ತಿರ ಹೋದರೆ ಸಾಕಲ್ಲವೇ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಆ ಕಾಯಿಲೆ ಏಕೆ ಬಂದಿತು ಎಂದು ಯೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ! ನೀವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಆ 'ಹಿಂಸೆ'ಯೇ ಈ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಕಾರಣವಲ್ಲವೇ? ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಆ ಕಾಯಿಲೆ ಬರಬಾರದೆಂದರೆ ನೀವು ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕಲ್ಲವೇ? ಕೇವಲ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ನಾಲ್ಕು ದಿನ ಗುಣವಾದ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೆ ಹಳೆಯ ಹಾದಿಯನ್ನೇ ಹಿಡಿದರೆ, ಕಾಯಿಲೆ ಮೊದಲಿನಿಗಿಂತಲೂ ಉಲ್ಬಣವಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಅಂತಹ ಹಿಂಸೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಡಿ ಎಂದು ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

“ಶುದ್ಧ ಸಸ್ಯಾಹಾರವನ್ನೇ ಸೇವಿಸಿ”

ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: “ಸಾತ್ವಿಕವಾದ ಸಸ್ಯಾಹಾರವೇ ನಿಜವಾದ ಶುದ್ಧ ಸಸ್ಯಾಹಾರ.” ಅಂದರೆ ರಜೋಗುಣ ಪ್ರಧಾನವಾದ ಅಥವಾ ತಮೋಗುಣ ಪ್ರಧಾನವಾದ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಬಾರದು. ಅನೇಕರು ನಾವು ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ಬಿಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಅವರು ಸೇವಿಸುವ ಸಸ್ಯಾಹಾರದಲ್ಲೂ ತಮೋಗುಣ ಮತ್ತು ರಜೋಗುಣದ ಆಹಾರಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಸಹ ಸೇವಿಸಬೇಡಿ ಎಂದು ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ತಿಳಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಸಸ್ಯಾಹಾರದಲ್ಲಿ “ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ” ರಜೋಗುಣವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಯಾರೇ ಆದರೂ ಸಸ್ಯಾಹಾರದಲ್ಲಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಬಳಸಬಾರದು. ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಿದರೆ ಯಾವ ರೀತಿಯ ರಜೋಗುಣ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆಯೋ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಸೇವಿಸಿದಾಗಲೂ ಅದೇ ಗುಣ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಮಾನವನಿಗೆ ಹಾನಿ ಮಾಡುವ ಗುಣಗಳೇ ಇವೆರಡು: ತಮೋಗುಣ ಮತ್ತು ರಜೋಗುಣ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇವುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ, ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣದ ಆಹಾರವನ್ನೇ ಸೇವಿಸಬೇಕು.

ತಮೋಗುಣ ಪ್ರಧಾನವಾದ ಆಹಾರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯೋಣ:

- ☛ **ಹಳೆಯದಾದ, ಹುಳಿಯಾದ, ಕೊಳೆತು ಹೋದ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಬಾರದು ಎಂದು ಪತ್ರೀಜಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.**
- ☛ **ಅಡುಗೆ ಮಾಡಿ ಫ್ರಿಜ್‌ನಲ್ಲಿಟ್ಟ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಬಾರದು.**
- ☛ **ಅನೇಕರು ರಾತ್ರಿ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಹಳಸಲು ಅನ್ನ (ಚದ್ದನ್ನಂ) ಬೇಡ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.**
- ☛ **ಅಂದಂದೇ ಅಡುಗೆ ಮಾಡಿ ತಾಜಾವಾಗಿ ತಿನ್ನಬೇಕು.**
- ☛ **ಕೆಲವರು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮಾಡಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಫ್ರಿಜ್‌ನಲ್ಲಿಟ್ಟು, ಮತ್ತೆ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದು ಕೂಡ ಸರಿಯಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ಇಡ್ಲಿಗಳು ಉಳಿದರೆ ಫ್ರಿಜ್‌ನಲ್ಲಿಟ್ಟು ಮರುದಿನ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ಮಾಡುವುದು ಅಥವಾ ಬೇಳೆ ಸಾರು ಉಳಿದರೆ ಮರುದಿನ ಅದಕ್ಕೆ ತರಕಾರಿ ಹಾಕಿ ಸಾಂಬಾರ್ ಮಾಡುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ.**

ಹಾಗೆಯೇ ಮೊಸರು ಹುಳಿಯಾದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ತಿನ್ನುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹವುಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಡಿ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ತಮೋಗುಣವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ನಾನು ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋದರೂ ಆಹಾರದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿ ಇರಬೇಕೆಂದು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ನೀವು ಎಷ್ಟು ಶ್ರದ್ಧೆ ವಹಿಸುತ್ತೀರೋ, ಆಹಾರದ ವಿಷಯದಲ್ಲೂ ಅಷ್ಟೇ ಶ್ರದ್ಧೆ ವಹಿಸಬೇಕೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ರುಚಿಗೆ ದಾಸರಾಗಬಾರದು, ನೀವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಆಹಾರ ನಿಮಗೆ ಲಾಭವನ್ನು ನೀಡಬೇಕು. ಅದು ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಉತ್ತಮಪಡಿಸುವಂತಿರಬೇಕು, ಹಾಳು ಮಾಡಬಾರದು. ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವುದು ಎಂದರೆ ಎಷ್ಟೋ ಕಷ್ಟ. ಇಷ್ಟು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ ಆಹಾರದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸದಿದ್ದರೆ ನಷ್ಟ ಅನುಭವಿಸುವವರು ನೀವೇ!

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾನು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಮೇಡಂ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಈ ಆಹಾರದ ನಿಯಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮೂರು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಮೇಡಂ ಆಹಾರದ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಆಳವಾಗಿ ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಶುದ್ಧವಾದ ಸಸ್ಯಾಹಾರವನ್ನೇ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಕಾರಣ ನಾವು ಪಾಲಿಸುವುದು ಅದನ್ನೇ, ಅದನ್ನೇ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಪತ್ರೀಜಿಯವರಿಂದ ಇದನ್ನು ಕಲಿತಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಎಲ್ಲೆಂದರಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಯಾವ ಊರಿಗೆ ಹೋದರೂ ಬಹಳ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ.

■ **ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆಂದರೆ ಮಾಂಸಾಹಾರ ಹೋಟೆಲ್ಗೆ ಹೋಗಿ ಅಲ್ಲಿ ಸಸ್ಯಾಹಾರವನ್ನೇ ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ. "ನಾವು ಸಸ್ಯಾಹಾರವನ್ನೇ ತಿಂದೆವು" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ತಿಂದಿದ್ದು ಸಸ್ಯಾಹಾರವೇ ಇರಬಹುದು, ಆದರೆ ಅಲ್ಲಿನ ಪಾತ್ರೆಗಳು ಬೆರೆತಿರುತ್ತವೆ (ಮಾಂಸಾಹಾರಕ್ಕೆ ಬಳಸಿದ ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನೇ ಬಳಸಿರುತ್ತಾರೆ).**

■ **ಪ್ಯೂರ್ ವೆಜ್ (ಶುದ್ಧ ಸಸ್ಯಾಹಾರ) ಹೋಟೆಲ್ಗಳಿಗೇ ಹೋಗಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಅಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡ ಪ್ಯೂರ್ ವೆಜ್ ಆಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ ಆದರೆ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀವು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಬಳಸುವ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಉಳಿದ ಬೇರೆ ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅನ್ನ, ಮೊಸರಿನೊಂದಿಗೆ ತಿನ್ನಬಹುದು. ಆ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಅದು ಸಾಕಾಗುತ್ತದೆ.**

■ **ಮರುದಿನ ನೀವು ಮನೆಗೆ ಹೋದಾಗ ಮಾಮೂಲಿಯಂತೆ ಅಡುಗೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಹಾಲು ಕುಡಿಯಬಹುದು. ಹೀಗೆ ಬರಿ ಹಾಲಿನ ಮೇಲೆ, ಹಣ್ಣುಗಳ ಮೇಲೆ ಜೀವಿಸುವವರು ಎಷ್ಟೋ ಮಂದಿ ಇದ್ದಾರೆ.**

ಏನೇ ಆದರೂ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಸಂಪಾದಿಸಿದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ನೀವು ಎಷ್ಟೋ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಸಂಪಾದಿಸಿದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು, ನೀವು ಸೇವಿಸುವ

ಆಹಾರದ ಮೂಲಕ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಎಷ್ಟು ವರ್ಷಗಳು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೂ ಮತ್ತೆ ಮೊದಲಿನಂತೆಯೇ ಇರುತ್ತೀರಿ. ಹಾಗೆ ಏಕೆ ನಷ್ಟ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು? ಸಾಧನೆ ಮಾಡಲು ಎಷ್ಟೋ ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಂದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಷಯವಲ್ಲ. ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ತಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹಾಗೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸುಲಭದ ಮಾತಲ್ಲ. ಏನನ್ನಾದರೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು, ಆದರೆ ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟ. ರಾತ್ರಿ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿ ಮಲಗುತ್ತೀರಿ, ಅದು ಬೇರೆ. ಆಗಲೂ ಸಹ ಸುಮ್ಮನೆ ಮಲಗಿದ ತಕ್ಷಣ ನಿದ್ರೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಇನ್ನು ಧ್ಯಾನದ ಎಚ್ಚರದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ, ಅರಿವಿನ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿರುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಷಯವಲ್ಲ.

ಅಷ್ಟು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಆ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ನಿಮಗೆ ಎಷ್ಟೋ ಲಾಭವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ಮತ್ತು ಮೇಡಂ ಸುಮಾರು 95 ಪುಸ್ತಕಗಳವರೆಗೆ ಬರೆದಿದ್ದೇವೆ. ನೀವು ಓದಿದರೆ ಪ್ರತಿ ಎರಡು–ಮೂರು ಪುಟಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೊಂದು ಲಾಭ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ನನ್ನ ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ನೂರಾರು ಲಾಭಗಳನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದೇನೆ. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟು ಲಾಭಗಳಿವೆ. ಅಸಲಿಗೆ ಜೀವನದ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಾದರೂ ಪರಿಹಾರ ಎರಡೇ ಎರಡು: ಸಾತ್ವಿಕವಾದ ಸಸ್ಯಾಹಾರ, ಹಾಗೆಯೇ "ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ ಇರುವ ಧ್ಯಾನ".

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ಅವರು ಬಹಳ ಉತ್ತಮವಾದ ಶುದ್ಧ ಸಸ್ಯಾಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕೆಂದು ಹೇಳಿದರು. ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಹೇಳಿದಂತೆ ಸಾತ್ವಿಕ ಸಸ್ಯಾಹಾರ, ನಮ್ಮ ಮೇಡಂ ಇನ್ನೂ ಆಳವಾಗಿ **"ಪಾತ್ರೆ ಶುದ್ಧಿ – ಪದಾರ್ಥ ಶುದ್ಧಿ – ಪಾಕ ಶುದ್ಧಿ"** ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಇಷ್ಟು ಆಳವಾಗಿ ಪಾಲಿಸುತ್ತಾ ತಮೋಗುಣ ಪ್ರಧಾನವಾದ, ರಜೋಗುಣ ಪ್ರಧಾನವಾದ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಬೇಕು.

■ "ಪಾತ್ರೆಶುದ್ಧಿ" ಎಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಮಾಂಸಾಹಾರ ಸೇವಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ, ಕೆಲವರು ಬಿಟ್ಟಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ತಿಂದ ಪಾತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ತಿಂದರೆ ಅದರಿಂದ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ.

■ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರುತ್ತೀರಿ, ಆದರೆ ಸಂಬಂಧಿಕರ ಮನೆಗೆ ಹೋದಾಗ ಅಲ್ಲಿಯ ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನೇ ಬಳಸುತ್ತೀರಿ. ಆ ತಟ್ಟೆಗಳಲ್ಲೇ ಬಡಿಸುತ್ತಾರೆ, ಆ ಪಾತ್ರೆಗಳಲ್ಲೇ ನಿಮಗಾಗಿ ಶಾಖಾಹಾರವನ್ನು ಅಡುಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ನೀವು ಆರು

ತಿಂಗಳಿಂದ ಮಾಡಿದ ಸಾಧನೆಯೂ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ನೀವೇ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಬೇಕು.

■ ಮನೆಯಲ್ಲೂ ಸಹ ಇಬ್ಬರೂ ಶಾಖಾಹಾರಿಗಳಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ಪಾತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ನೀವೇ ಅಡುಗೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಪತಿ–ಪತ್ನಿಯರಿಬ್ಬರೂ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶಾಖಾಹಾರಿಗಳಾಗದಿರಬಹುದು. ಪತಿ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಬಂದರೆ ಪತ್ನಿ ಬರದ ಎಷ್ಟೋ ಕುಟುಂಬಗಳಿವೆ. ಪತ್ನಿ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಬಂದರೆ ಪತಿ ಬರದ ಎಷ್ಟೋ ಕುಟುಂಬಗಳಿವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ ಅವರ "ಆತ್ಮಸ್ಥಿತಿ". ಯಾರು 250 ರಿಂದ 300 ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ದಾಟಿ ಬಂದಿರುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಮಾತ್ರ ಬರಬಲ್ಲರು. ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆಯು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಆತ್ಮಗಳೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಪತ್ನಿ, ಪತಿ ಆತ್ಮಗಳೇ, ಆ ಮಕ್ಕಳು ಆತ್ಮಗಳೇ, ಎಲ್ಲರೂ ಆತ್ಮಗಳೇ. ಹೆಚ್ಚು ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಎತ್ತಿದವರಿಗೆ ಈ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ಇರುತ್ತದೆ, ಕಡಿಮೆ ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವವರಿಗೆ ಈ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಏನೂ ಅರ್ಥವಾಗದಿರಬಹುದು. ಹೆಚ್ಚು ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವವರು ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು (ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು) ಬಿಡಬೇಕೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರು ಬಿಡದಿರಬಹುದು, ಅದರಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಅವರೊಂದಿಗೆ ಜಗಳವಾಡಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವೂ ಇಲ್ಲ. ಯಾರು ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಅವರೇ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸುಮ್ಮನೆ ಎಲ್ಲರೂ ಸೇರಿ ಇರುವುದರಿಂದ ನನ್ನ ಪತಿ, ನನ್ನ ಮಕ್ಕಳು ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಮಾತ್ರ, ಆಮೇಲೆ ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರಿಗೂ ಯಾವುದೇ ಸಂಬಂಧವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಶರೀರಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟ ಮೇಲೆ ಯಾರು ಯಾವ ಲೋಕಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೋ ತಿಳಿಯದು.

ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕೆಂದರೆ......!

1) ಸರಿಯಾದ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.
2) ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬಿಡಬೇಕು.
3) ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಗೆ ಅನುಕೂಲವಾದ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

– 'ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ' ತಟವರ್ತಿ ವೀರರಾಘವರಾವ್

“ನೀವು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ, ಸಮರ್ಪಣಾ ಭಾವದಿಂದ ಮಾಡಿ”

ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆಯವರು ಒಬ್ಬ ಮಹಾನ್ ಯೋಗಿನಿ. ಇಂತಹ ಯೋಗಿಗಳು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬಂದಾಗ ಎಲ್ಲರ ಒಳಿತಿಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರ ಲಾಭಕ್ಕಾಗಿ ಎಷ್ಟೋ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಲೋಕ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಲೋಕದ ಮಾನವರನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ, ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಶ್ರಮಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಯಾರು ಅವರ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ಕೇಳಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೋ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ದುಃಖವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಬಹಳ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರು ಹೇಳುವ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ನಾವು ಕೇವಲ ಕೇಳಿ ಬಿಡಬಾರದು; ಬರೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬೇಕು. ಅವರ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಾತಿನಲ್ಲೂ ಅಷ್ಟೊಂದು ಅರ್ಥವಿರುತ್ತದೆ, ಅಷ್ಟೊಂದು ಸಂದೇಶವಿರುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಅವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರಬೇಕು.

ಹಿಂದಿನ ಸಂದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆಯವರು “ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ತಿಳಿದುಕೊ” ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಮೊದಲು ಇದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕು. ಇದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಜೀವನವೆಲ್ಲಾ ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮಾಡಿದುದೆಲ್ಲವೂ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಏಕೆಂದರೆ ಈ ದೇಹ ನೀವಲ್ಲ, ನೀವು ಆತ್ಮಗಳು. ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳೂ ಸಹ ಯಾರು ಬಂದು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದರೂ, “ನೀನು ಯಾರೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊ?” ಎಂದು ಅದೇ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಮೊದಲು ಅದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡ ಮೇಲೆ, ಆಗ ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆಯವರು ಏನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆಂದರೆ? “ನೀವು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ, ಸಮರ್ಪಣಾ ಭಾವದಿಂದ ಮಾಡಿ” ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಆದುದರಿಂದ ನೀವು ಯಾರೆಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ನೀವು

ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳು ನಿಮಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತವೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನೀವು ಈ ದೇಹವೇ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದರೆ, ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸಿ ಸುಖವಾಗಿ ಬದುಕಬಹುದು. ಆದರೆ, ನೀವು ಆತ್ಮ ಎಂದು ಅರಿತುಕೊಂಡಾಗ, ನೀವು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕಾರ್ಯಗಳು ಯಾವುವು ಎಂಬುದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ನೀವು ಆತ್ಮನಾದಾಗ, ಆತ್ಮೋನ್ನತಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಜೊತೆಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತಿರಬೇಕು, ಅಂತಹ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೋಧಿಸುವವರ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಆ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸಮರ್ಪಣಾ ಭಾವದಿಂದ ಮಾಡಬೇಕು. ಏನೋ ಮಾಡಿದೆವು ಎನ್ನುವಂತಿರಬಾರದು; ಒಂದು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದೆವು ಎಂದರೆ ಅದರ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಪಡೆಯಲೇಬೇಕು ಎಂದು ಅವರು (ಆಕೆ) ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಆಹಾರದ ಬಗ್ಗೆ ಅವರು ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ: "ನೀವು ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರವು ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಮಾತುಗಳು ಮತ್ತು ಕೃತ್ಯಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಆಹಾರದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು." ಏಕೆಂದರೆ, ನೀವು ತಿನ್ನುವ ಆಹಾರದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ರೂಪಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಫಲಿತಾಂಶಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಆಹಾರದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು ಎಂದು ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಸಹ ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ.

"ಹಿಂಸೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಡಿ" ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಹಿಂಸಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅವುಗಳಿಗೆ ನೋವುಂಟು ಮಾಡುವುದು ದೊಡ್ಡ ಪಾಪ. ಆ ಪಾಪದ ಫಲವನ್ನು ನೀವು ರೋಗಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಅವರು ಮಾಂಸಾಹಾರ ಬೇಡ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಶುದ್ಧ ಸಾತ್ವಿಕವಾದ ಸಸ್ಯಾಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕೆಂದು ಅವರು ಸೂಚಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಕೂಡ ಸಾತ್ವಿಕ ಸಸ್ಯಾಹಾರದ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ರಾಜೋಗುಣ ಮತ್ತು ತಮೋಗುಣ ಪ್ರಧಾನವಾದ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಡಿ ಎಂದು ಅವರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

“ನಿಮ್ಮ ಆಹಾರವನ್ನು ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ”

ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆಯವರು “ನಿಮ್ಮ ಆಹಾರವನ್ನು ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ” ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ನಮಗಿರುವುದನ್ನು ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಯಾರೇ ಬಂದರೂ ಅವರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಆಹಾರ ನೀಡಬೇಕು ಎಂದು ಅವರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, “ಅನ್ನದಾನಕ್ಕೆ ಸಹಕರಿಸಬೇಕು” ಅಂದರೆ, ನಮಗಿರುವುದರಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾಗವನ್ನಾದರೂ ಎಲ್ಲೋ ಒಂದು ಕಡೆ ಅನ್ನದಾನ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಪತ್ರೀಜಿಯವರು

ಕೂಡ ಎಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ನಡೆಯುತ್ತವೆಯೋ, ಅಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಅನ್ನದಾನವನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವಾಗ ಅಲ್ಲಿ ಒಂದು ಅನ್ನದಾನ ಸಮಿತಿಯನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿ, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಉಚಿತವಾಗಿ ಅನ್ನದಾನ ಸಿಗುವಂತೆ ಆದೇಶ ನೀಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಹೇಳಿದಂತೆಯೇ, ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆಯವರು ಸಹ ಅನ್ನದಾನಕ್ಕೆ ಸಹಕರಿಸಲು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಪಾಲಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಜೀವನವು ಯಾಕೆ ಚೆನ್ನಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ? ಅವರು (ಮಹಾತ್ಮರು) ಯೋಗಿಗಳು, ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದವರು, ಸೃಷ್ಟಿಯ ಬಗ್ಗೆ, ಸೃಷ್ಟಿಯ ನಿಯಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ, ಸೃಷ್ಟಿಯ ಧರ್ಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡವರು. ಅವರು ಹೊರನೋಟಕ್ಕೆ ಸಾಮಾನ್ಯರಂತೆ ಕಂಡರೂ ಬಹಳ ಶ್ರೇಷ್ಠರು. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂತಹವರು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ನಾವು ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ ಪಾಲಿಸಬೇಕು.

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಶಿರಡಿ ಬಾಬಾ ದೇವಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಅನ್ನದಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ತಿರುಮಲದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಪ್ರತಿದಿನ ಸಾವಿರಾರು ಜನರಿಗೆ ಅನ್ನದಾನ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಅನ್ನದಾನದಲ್ಲಿರುವ ರಹಸ್ಯವು ಯೋಗಿಗಳಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ, ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅವರು ಅನ್ನದಾನವನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತಾರೆ.

“ನಿಮ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು ಮತ್ತು ಮನೆಯನ್ನು ಶುಚಿಯಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.”

ಇದು ಕೂಡ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದುದು, ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಇದನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಪತಂಜಲಿ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಕೂಡ ಇದನ್ನೇ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಯಾರು ಹೇಳಿದರೂ ಇದನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿದಿನ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುತ್ತಾ ಶರೀರವನ್ನು ಶುಭ್ರವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಒಗೆದ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನೇ ಧರಿಸಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಅವಶ್ಯಕ. ಶುಭ್ರತೆ ಎಂದರೆ ನಾವು ಯಾವುದೇ ಮೇಕಪ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಿಲ್ಲ, ಯಾವುದೋ ದುಬಾರಿ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ, ದೊಡ್ಡ ಅಲಂಕಾರಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮ್ಯಾಚಿಂಗ್ ಆಗಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಿಲ್ಲ; ಕೇವಲ ಶರೀರವನ್ನು ಶುಭ್ರವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.

ಹಾಗೆಯೇ ಮನೆಯನ್ನು ಕೂಡ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಜೇಡರ ಬಲೆ ಇಲ್ಲದೆ, ಧೂಳಿಲ್ಲದೆ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅದು ಆಹ್ಲಾದಕರವಾಗಿರಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ ಅಲಂಕಾರದ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ, ಎಷ್ಟು ಶುಭ್ರವಾಗಿದ್ದರೆ ಅಷ್ಟು ನೀಟಾಗಿ ಇದೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ. ಎಷ್ಟು ಶುಭ್ರವಾಗಿದ್ದರೆ ಇರಲು ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಗೆ ಅಷ್ಟು ಆಹ್ಲಾದಕರ ವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮನೆ ಮತ್ತು ಮನೆಯ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪರಿಸರವನ್ನು ಕೂಡ ಸ್ವಲ್ಪ ಶುಭ್ರವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದೇ ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ನೀಡಿರುವ ಅದ್ಭುತವಾದ ಸಂದೇಶ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕೆಂದಿರುವ ಹಾಗೂ ಆತ್ಮ ಲಾಭವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದಿರುವ ನೀವು, ನಿಮ್ಮ ಜ್ಞಾನ ಹೆಚ್ಚಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಅಂತಹ ಯೋಗಿಗಳು ನೀಡಿದ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

“ಅತಿಯಾಗಿ ನಿದ್ದೆ ಮಾಡಬೇಡಿ.”

ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ಅತಿಯಾಗಿ ನಿದ್ದೆ ಮಾಡಬೇಡಿ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಸುಮ್ಮನೆ ಅತಿಯಾಗಿ ತಿಂದರೆ ಅತಿಯಾಗಿ ನಿದ್ದೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಶರೀರಕ್ಕೆ ‘ಅತಿ’ ಎನ್ನುವುದರ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಏಸಿ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಹಾಯಾಗಿ ಮಲಗಿದರೆ ಸುಖವಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಆತ್ಮಗಳಾದ ನಿಮಗೆ ಬೇಕಾದವುಗಳು, ನೀವು ಮಾಡಬೇಕಾದವುಗಳು ಎಷ್ಟೋ ಇವೆ. ಅದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡದೆ ಸುಮ್ಮನೆ ನಿದ್ದೆ ಮಾಡಿದರೆ ಜೀವನ ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡಿದಂತೆಯೇ ಅಲ್ಲವೇ? ಆದ್ದರಿಂದ ಅತಿಯಾಗಿ ನಿದ್ದೆ ಮಾಡಬೇಡಿ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

"ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು, ಶರೀರವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುವ ವ್ಯಸನಗಳಿಗೆ ಬಲಿಯಾಗಬೇಡಿ."

ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆಯವರು ಇನ್ನೂ ಏನೆಂದಿದ್ದಾರೆ ಎಂದರೆ, ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನು ತೊಲಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಆ ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಎಷ್ಟು ವಿಧಗಳಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸಹ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಕೇವಲ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ ಅಂದರೆ ಮಾಂಸ ತಿನ್ನುವುದನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ ಮಾತ್ರ ಕೆಟ್ಟದ್ದೆಲ್ಲಾ ಹೋಯಿತು ಎಂದರ್ಥವಲ್ಲ. ಎಷ್ಟೋ ವಿಧದ ಕೆಟ್ಟವುಗಳಿವೆ; ಕೆಟ್ಟ ಮಾತುಗಳು, ಕೆಟ್ಟ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಕೆಟ್ಟ ಕೆಲಸಗಳು, ಕೆಟ್ಟ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು, ಕೆಟ್ಟ ಗುಣಗಳು ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟ ವ್ಯಸನಗಳು ಕೂಡ ಯಾವುದೂ ಇರಬಾರದು. ಈ ಕೆಟ್ಟ ವ್ಯಸನಗಳು ನಿಮ್ಮ "ಮನಸ್ಸಿನ" ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ನಿಮ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು, ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕೂಡ ಹಾಳುಮಾಡುತ್ತವೆ, ನೀವು ಸಾಧನೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಮೆಲ್ಲ ಮೆಲ್ಲಗೆ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

"ಕುಡಿತ"

ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಕೆಟ್ಟ ವ್ಯಸನಗಳಲ್ಲಿ "ಕುಡಿತ" ಎಂಬುದು ಬಹಳ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾದುದು. ಈ "ಮದ್ಯಪಾನ ಎಂಬುದು ಪ್ರಕೃತಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾದುದು." ನೀರು ಎಂಬುದು ಪ್ರಕೃತಿ ಸಹಜವಾದುದು. ನೀರನ್ನು ಎಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಕುಡಿದರೂ ಅದು ಶರೀರಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಕಾರಣ, ಶರೀರವು 75% ನೀರಿನಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಪಂಚಭೂತಗಳಿಂದಲೇ ಶರೀರವು ತಯಾರಾಗಿದೆ. ಆ ಪಂಚಭೂತಗಳಲ್ಲಿ ನೀರು ಕೂಡ ಒಂದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂತಹ ಶರೀರಕ್ಕೆ ನೀರನ್ನೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನೀಡಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾದದ್ದನ್ನು ನೀಡಿದರೆ ಆ ಶರೀರವು ಹಾಳಾಗುತ್ತದೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೂ ಅದರ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ಸೀಮೆಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿದರೆ ಆ ಕಾರು ಬಹಳ ಬೇಗ ರಿಪೇರಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ನೀರು ಸುರಿಯಬೇಕಾದ ಈ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಮದ್ಯವನ್ನು ಸುರಿದರೆ ಶರೀರವು ಕೂಡ ಅಷ್ಟೇ ವೇಗವಾಗಿ ಹಾಳಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ನೀರು ಕುಡಿದವರು ಬಹಳ ಫ್ರೆಶ್ ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಬಹಳ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯಿಂದ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಮದ್ಯ ಸೇವಿಸಿದವನು ಏನು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂಬುದು ಅವನಿಗೇ ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ.

ಅವನಿಗೆ ತನ್ನ ಅರಿವೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ತಾನು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ

ಎಂಬುದು ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳು ಎದುರಿಗಿರುವವರಿಗೆ ನೋವು ಮತ್ತು ನಷ್ಟವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇದು ಅನೇಕ ಜಗಳಗಳಿಗೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಅವನ ಶರೀರದ ಸಮತೋಲನ ತಪ್ಪುತ್ತದೆ. ಶರೀರವನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸುವುದು ಮನಸ್ಸು; ಮನಸ್ಸೇ ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಶರೀರವು ತೂರಾಡುತ್ತಾ ರಸ್ತೆಯ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದುಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಅವನು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ, ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಜಗಳವಾಡುತ್ತಾ, ಹೆಂಡತಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೊಡೆಯುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಅದು ನರಕವೇ ಸರಿ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಆ ವ್ಯಸನವನ್ನು ಬಿಡಲಾರದೆ ತಾನು ಸಂಪಾದಿಸಿದ ಹಣವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಅದಕ್ಕೇ ಸುರಿಯುತ್ತಾನೆ. ಹೋಗಲಿ, ತನ್ನ ಸಂಪಾದನೆಯನ್ನು ಖರ್ಚು ಮಾಡಿದರೂ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ; ಹೆಂಡತಿ ಸಂಪಾದಿಸಿದ ಹಣವನ್ನೂ ಕಸಿದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ಅದಕ್ಕೆ ವ್ಯಯಿಸುತ್ತಾನೆ. ಹಣ ಕೊಡದಿದ್ದರೆ ಅವರನ್ನು ಹೊಡೆಯಲು ಸಹ ಸಿದ್ಧನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಹೀಗೆ ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ನರಕವನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಸುಖ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇರಬೇಕಾದವನು, ಹಣವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಕುಡಿತಕ್ಕೆ ಖರ್ಚು ಮಾಡಿದರೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನರಕವಲ್ಲದೆ ಇನ್ನೇನಿರುತ್ತದೆ?

ಸಾರಾಯಿ (ಮದ್ಯ) ಎಂಬುದು ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ, ಶರೀರದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕೊನೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನೇ ಹಾಳುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಅವನಿಗೆ ಏನಾದರೂ ಆದರೆ ಮನೆಯವರೆಲ್ಲರೂ ಎಷ್ಟು ಸಂಕಟಪಡಬೇಕು, ಎಷ್ಟು ದುಃಖ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು? ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಶರೀರವು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಈ ದೇಹದಿಂದ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಲಭಿಸುವ 'ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ' ಮಾಡಬಹುದು. ಶರೀರ ಸರಿಯಾಗಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಅಥವಾ ಮನಸ್ಸು ಸರಿಯಾಗಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? ಆ ಸಮಯ, ಆ ಜೀವನವೆಲ್ಲಾ ವ್ಯರ್ಥವಲ್ಲವೇ? ಆದ್ದರಿಂದಲೇ, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪ್ರಭಾವಿಸುವ ಇಂತಹ ವ್ಯಸನಗಳಿಗೆ ಗುಲಾಮರಾಗಬಾರದು ಎಂದು ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆಯವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಜೂಜು, ಲಾಟರಿ, ಗುಟ್ಕಾ, ಅಫೀಮು!

ಇವು ಅಭ್ಯಾಸವಾದರೆ ವ್ಯಸನಗಳಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಏನೋ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಕಳೆಯಲು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಸುಮ್ಮನೆ ತಮಾಷೆಗೆ ಕುಳಿತು ಆಡುವುದೇ.

ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಅದು ಮೆಲ್ಲಮೆಲ್ಲನೆ ವ್ಯಸನಕ್ಕೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ಎಷ್ಟೋ ಜನರ ಜೀವನಗಳು ನಾಶವಾಗಿವೆ.

“ಲಾಟರಿಗಳು, ಬೆಟ್ಟಿಂಗ್ಗಳು, ಗುಟ್ಕಾ, ಅಫೀಮು, ಕೊಕೇನ್ – ಇವೆಲ್ಲವೂ ವ್ಯಸನಗಳೇ.” ಹಾಗೆ ಆಸ್ತಿಗಳನ್ನೇ ಮಾರಿಕೊಂಡವರು ಇದ್ದಾರೆ. ಎಷ್ಟೇ ಆಸ್ತಿ ಇದ್ದರೂ ಸಹ ಇಂತಹವುಗಳಿಗೆ ಒಮ್ಮೆ ದಾಸರಾದರೆ, ಇನ್ನು ಅದರಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಅದು ಸಿಗದಿದ್ದರೆ ಅವರ ಮನಸ್ಸು ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಹುಚ್ಚರಂತೆ ಆಡುತ್ತಾರೆ. ಮಾಡಬೇಕಾದುದು ಒಂದು, ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು ಇನ್ನೊಂದು. ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ಆ ಜೀವನ ವ್ಯರ್ಥವೇ ಅಲ್ಲವೇ?

ಅಸಲಿಗೆ ಆತ್ಮನಾದ ಈತ ಇಲ್ಲಿಗೆ ಏಕೆ ಬಂದನು? ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬಂದು ಈ ಶರೀರವನ್ನು ಏಕೆ ಧರಿಸಿದನು? “ಈ ಶರೀರದಿಂದ ಎಷ್ಟೋ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಲು, ಈ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮತ್ತೆ ಶರೀರವನ್ನು ಬಿಟ್ಟ ನಂತರ ಪರಲೋಕಕ್ಕೆ ಹೋದಾಗ ಅಲ್ಲೂ ಸಹ ಉನ್ನತವಾದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು, ಇದ್ದ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿಗೆ, ಇದ್ದ ಲೋಕದಿಂದ ಉನ್ನತ ಲೋಕಕ್ಕೆ ತಲುಪಲು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬಂದನು.” ಆದರೆ ಈತ ಈ ವ್ಯಸನಗಳಿಗೆ ದಾಸ ಆಗುವುದರಿಂದ ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ, ಇನ್ನು ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿ ಪಡೆಯುವುದು ಹಾಗಿರಲಿ; ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಇದ್ದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕೂಡ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಬರುತ್ತದೆ, ಎಷ್ಟೋ ನಷ್ಟ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಏನೂ ಅನ್ನಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಎಷ್ಟು ನಷ್ಟ ಅನುಭವಿಸಿದೆ ಎಂಬುದು ಮೇಲೆ ಹೋದ ಮೇಲೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಸುಮ್ಮನೆ ಅನಗತ್ಯವಾಗಿ ಬಂದು ಹೋಗಿ ಜೀವನವನ್ನು ಎಷ್ಟು ನಷ್ಟ ಮಾಡಿಕೊಂಡೆ ಎಂದು ಮೇಲೆ ಹೋಗಿ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪಡುತ್ತಾನೆ. ಎಷ್ಟೇ ಸಂಕಟಪಟ್ಟರೂ ಅಷ್ಟರಲ್ಲೇ ಎಲ್ಲವೂ ಮುಗಿದುಹೋಗಿರುತ್ತದೆ, ಅದು ಇಲ್ಲಿ ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. “ಇದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚೇನಿದೆ?” ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ತಾನು ಕೇವಲ ಶರೀರವೇ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಶರೀರಕ್ಕೆ “ತಿನ್ನುವುದು – ಕುಡಿಯುವುದು – ಮಲಗುವುದು” ಇಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲವೇ ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ತೀರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ, ಆತ್ಮನಿಗೆ ಲಾಭ ತರುವ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಅಂತಹ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವುದಿಲ್ಲ.

ಪತ್ರಿ ಸರ್ ಪ್ರತಿ ಮೀಟಿಂಗ್ನಲ್ಲಿ ಏನು ಹೇಳಿದರೂ “ಶ್ವಾಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನ” (ಉಸಿರಾಟದ ಮೇಲೆ ಗಮನ) ಎಂದೇ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಧ್ಯಾನದ ಜೊತೆಗೆ “ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ” ಅಂದರೆ ಜ್ಞಾನಯುಕ್ತವಾದ

ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು, ಜ್ಞಾನಿಗಳ ಸಾಂಗತ್ಯ ಮಾಡಬೇಕು, ಜ್ಞಾನ ಸೇವೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಮಾನವನು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಸುಮ್ಮನೆ ಬಂದಿಲ್ಲ. ಬಂದವನು ಇಲ್ಲಿ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಪತ್ರೀಜಿಯವರು "ಭೂಮಿ ಎಂಬುದು ಒಂದು ಪಾಠಶಾಲೆ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಪಾಠಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಎಷ್ಟೋ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾ, ಎಷ್ಟೋ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಾ, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ನೀವು ಸತ್ತುಹೋಗುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ, ಆದರೆ ಆತ್ಮವಾಗಿರುವ ನೀವು ಸಾಯುವುದಿಲ್ಲ. ಕೇವಲ ದೇಹವನ್ನು ಬಿಡುತ್ತೀರಿ ಅಷ್ಟೇ! ಮೈ ಮೇಲಿನ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಕಳಚುತ್ತೇವೆಯೋ, ಹಾಗೆಯೇ ಆತ್ಮವಾಗಿರುವ ನೀವು ಮುಪ್ಪಾದ ಈ ದೇಹವನ್ನು ಬಿಡುತ್ತೀರಿ. ಮೇಲಿನ ಲೋಕಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸಿ, ಹೊಸ ಜನ್ಮದ ಯೋಜನೆ (Plan) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಮಾಡಬೇಕಾದ್ದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಿಕೊಂಡು ಕೆಳಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತೀರಿ. ಕೆಳಕ್ಕೆ ಬಂದು ಆ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ಆ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಲು, ಆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಮತ್ತೆ ಇನ್ನೊಂದು ಜನ್ಮ ಎತ್ತಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು "ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ಒಂದು ತರಗತಿಯಿಂದ ಇನ್ನೊಂದು ತರಗತಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕು, ಅಷ್ಟೇ ಹೊರತು ಐದನೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲೇ ಹತ್ತು ವರ್ಷ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಾ?" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ಒಂದೇ ಪಾಠವನ್ನು ಕಲಿಯಲು ನೀವು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಎಷ್ಟು ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಎತ್ತುತ್ತೀರಿ? ಹಾಗೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ನಿಮಗಿಂತ ಮೂರ್ಖರು, ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇಲ್ಲದವರು ಯಾರೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಅಂದುಕೊಂಡಿದ್ದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದರೂ, ಸಾಧಿಸಬೇಕೆಂದರೂ ನಿಮ್ಮ ಶರೀರ ಸುಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ (Condition) ಇರಬೇಕು, ಹಾಗೆಯೇ ಮನಸ್ಸು ಕೂಡ ಸುಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕು. ಆ ರೀತಿ ಎರಡು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ (condition) ಇದ್ದರೆ ವ್ಯಸನಗಳಿಗೆ ದಾಸರಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವುಗಳನ್ನು ರೂಢಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಚೆನ್ನಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತವೆ, ತಮಾಷೆಯಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅಂತಹ ದುರಭ್ಯಾಸಗಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೂ ದಾಸರಾಗಬಾರದು. ಹಾಗಾದರೆ ಜನ್ಮವನ್ನೇ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಒಂದು ಜನ್ಮವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಂದರೆ ಏನೆಂಬುದು ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ.

"ಅದಕ್ಕೇನಂತೆ, ಮತ್ತೆ ಬರುತ್ತೇವಲ್ಲ!" ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಮಾನವ ಜನ್ಮ ಲಭಿಸುವುದೆಂದರೆ ಅದು ಎಂತಹ ಅದೃಷ್ಟವೋ, ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿ ಅದು ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವುದೋ ಊರಿಗೆ ಬಂದಂತೆ ಬಂದಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ, ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ, ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ತಂದುಕೊಂಡು, "ನಾನು ಬದುಕಲಾರೆ, ಹೊರಟು ಹೋಗುತ್ತೇನೆ" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬಂದದ್ದು ಸತ್ತು ಮತ್ತೆ ಹೋಗಲಿಕ್ಕಾಗಿಯೇ? ಸಾಯಬೇಕೆಂದಿದ್ದರೆ ಬರುವುದಾದರೂ ಏಕೆ? ಇಲ್ಲದ ಸಲ್ಲದ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಇನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ನಷ್ಟ ಅನುಭವಿಸಲು ನಾವು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿಲ್ಲ. ಎಷ್ಟೋ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟರೆ ಈ ದೇಹ ಲಭಿಸಿದೆ.

ಯಾರೇ ಆಗಲಿ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚೆಂದರೆ ಎಂಟುನೂರು ಕೋಟಿಗಿಂತ ಅಧಿಕ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಿದೆ. ಈ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ಪುರುಷರಿದ್ದಾರೆ, ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ವೃದ್ಧರು, ಮಕ್ಕಳು, ಹಾಗೆಯೇ ಗರ್ಭ ಧರಿಸಲಾಗದವರು ಎಷ್ಟೋ ಜನರಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಯೌವನಾವಸ್ಥೆಗೆ ಬರದೇ ಇರುವ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳು ಎಷ್ಟಿರಬಹುದು? ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಗಮನಿಸಿದರೆ, ನಿಜವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೆರಲು ಅರ್ಹತೆಯಿರುವವರು ಈ ಎಂಟುನೂರು ಕೋಟಿ ಜನರಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಮಂದಿ ಇರುತ್ತಾರೆ? ಆದರೆ ನೀವು ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಮೇಲಿನ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿರುವ ಕೋಟ್ಯಾನುಕೋಟಿ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿರುವ ಮಾನವಾತ್ಮಗಳು ಎಷ್ಟು ಕೋಟಿ ಇವೆಯೋ ಅದಕ್ಕೆ ಅಂತ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ!

ಸುಮ್ಮನೆ ನಮಗೆ ಆ ಯೋಗಿಗಳು, ಪಂಡಿತರು ಏನೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆಂದರೆ, ಎಲ್ಲರೂ ಇಲ್ಲಿರುವ ಎಂಟುನೂರು ಕೋಟಿ ಮಾನವರೇ ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಹೋಗುವವರು ಹೋಗುತ್ತಲೇ ಇದ್ದಾರೆ, ಬರುವವರು ಬರುತ್ತಲೇ ಇದ್ದಾರೆ. ಅಸಲಿಗೆ ಎಷ್ಟು ಜನರಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಹೇಳಲು, "ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿರುವ ಈ ಸಮುದ್ರಗಳು, ಅಡವಿಗಳು, ಮರುಭೂಮಿಗಳು ಇವೆಲ್ಲವೂ ಕೂಡ ಆ ಮೇಲಿನ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿರುವ ಆ ಮಾನವ ಆತ್ಮಗಳಿಗೆ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲವಂತೆ!" ಅಷ್ಟು ಮಂದಿ ಮೇಲೆ ಇದ್ದಾರಂತೆ! ಇನ್ನು ಎಷ್ಟು ಕೋಟಿ. "ಕೋಟಿಗಟ್ಟಲೆ ಜನರು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಮಾನವ ಜನ್ಮ ಪಡೆಯಲು ಕಾಯುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ" ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿ!

ನಾನು ಈಗಿರುವ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಇನ್ನೂ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕು, ಇನ್ನೂ ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳನ್ನು ತಲುಪಬೇಕು ಎಂಬ ತಪಸ್ಸಿನಿಂದ ಭೂಮಿಯ

ಮೇಲೆ ಬರಲು ಬಯಸುವವರು ಎಷ್ಟೋ ಕೋಟಿ ಜನರಿದ್ದಾರೆ. ಅವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಗರ್ಭವನ್ನು ನೀಡುವ ತಾಯಿ ಇರಬೇಕಲ್ಲವೇ? ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಅಷ್ಟು ಸ್ಪರ್ಧೆ (Competition) ಇರುತ್ತದೆ.

ನೋಡಿ, ರ್‍ಯಾಂಕ್ ಬಂದವನಿಗೆ ತನಗೆ ಯಾವ ಕಾಲೇಜು ಬೇಕೋ ಅಲ್ಲಿ ಸೀಟು ಸಿಗುತ್ತದೆ. ರ್‍ಯಾಂಕ್ ಇಲ್ಲದವನಿಗೆ ತನಗೆ ಬೇಕಾದ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಸೀಟು ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ, ಯಾವುದು ಲಭ್ಯವಿದೆಯೋ ಅಲ್ಲಿಗೇ ಹೋಗಬೇಕು. ಹಾಗೆಯೇ ಇವನಿಗೆ ಅವಕಾಶವಿದ್ದರೂ ಸಹ, ತನಗೆ ಬೇಕಾದದ್ದು ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯಾಗುವ ದೇಹವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ದೇಹವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಮೊದಲು ಒಂದು ಯೋಜನೆಯೊಂದಿಗೆ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬರುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದ ಮೇಲೆ ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕಾದದ್ದು ಒಂದು, ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತೊಂದು ಆಗುತ್ತದೆ. ಬಂದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮರೆತುಬಿಡುತ್ತಾನೆ, ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಮಾಡಿ ಮೇಲೆ ಹೋದ ಮೇಲೆ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪಡುತ್ತಾನೆ. "ಈ ಬಾರಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು" ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಲಾಭ ಎಂದು, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ ಎಂಬ ವಿಷಯ ಮೇಲೆ ಹೋದಾಗ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಎಷ್ಟು ವಿಚಾರ ಮಾಡಿದರೆ ಏನು ಲಾಭ? ಮತ್ತೆ ಶರೀರ ಬೇಕೆಂದರೆ ಸಿಗುತ್ತದೆಯೇ? ಈ ಆದ್ಯತೆಯ ಸಾಲಿನಲ್ಲಿ (Priority) ಇವನಿಗಿಂತ ಮುಂದೆ ಎಷ್ಟು ಜನರಿದ್ದಾರೆ? ಅದಕ್ಕೇ ಮಾನವ ಜನ್ಮ ಲಭಿಸುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲ, ಅದು ಅಷ್ಟು ಸಾಮಾನ್ಯವಾದುದಲ್ಲ, ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಾದುದಲ್ಲ. ಎಷ್ಟೋ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟರೆ ಇಂತಹ ಜನ್ಮ ಲಭಿಸಿದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪತ್ರೀಜಿಯವರು, ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತಾ, ಚಿವಟಂ ಅಮ್ಮನವರು, ಶಂಕರಾಚಾರ್ಯರು, ವೀರಬ್ರಹ್ಮೇಂದ್ರ ಸ್ವಾಮಿ, ವೇಮನ, ಯೇಸು ಕ್ರಿಸ್ತ, ಮೊಹಮ್ಮದ್ ಹೀಗೆ ಎಷ್ಟೋ ಮಂದಿ ಮಹಾನುಭಾವರು ಇದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಹೇಳುವುದು ಒಂದು, ಮಾನವರು ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತೊಂದು. ಪತ್ರೀಜಿ, ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನಂತಹ ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಅದ್ಭುತವಾದ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ.

"ಭಗವದ್ಗೀತೆ" ಎಷ್ಟು ಅದ್ಭುತವಾದ ಪುಸ್ತಕವೆಂದರೆ, ಅದರಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಆಚರಿಸಿದರೆ ಬೇರೇನೂ ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಜನರು ಕೇವಲ ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸುಖ ಅನುಭವಿಸುವುದರಲ್ಲೇ ಮಗ್ನರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಇವೆರಡೂ ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದವು. ಆದರೆ ನೀವು ದೇಹವಲ್ಲ! ನಿಮ್ಮನ್ನು

ನೀವು ದೇಹವೆಂದು ಭಾವಿಸಿ, ದೇಹದ ಸುಖಕ್ಕಾಗಿ ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ, ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ, ಆ ರುಚಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾಣಿ ಹಿಂಸೆ ಮಾಡುತ್ತಾ, ಮಾಂಸವನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಆ ಪಾಪದ ಫಲವಾಗಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ತಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಅವುಗಳಿಂದ ಹೇಗೆ ಹೊರಬರಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಯದೆ ಎಲ್ಲರ ಕಾಲು ಹಿಡಿದು ಹರಸಾಹಸ ಪಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಹಿರಿಯರ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದರೆ ಇಷ್ಟೊಂದು ಕಷ್ಟಪಡುವ ಅಗತ್ಯವಿರಲಿಲ್ಲ ಅಲ್ಲವೇ?

ನೀವು ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಬರುವವರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರೇ ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ವಾಸಿಯಾಗುತ್ತವೆ ಎಂಬ ಆಸೆಯಿಂದ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅವರು ಮಾಡುವ ಅಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಹೇಗೆ ವಾಸಿಯಾಗುತ್ತವೆ?

ಅಸಲಿಗೆ ಕಾಯಿಲೆ ಏಕೆ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಯಾರೂ ಯೋಚಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅದರ ಕಾರಣವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ, ತಾವು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳೇನು ಎಂಬುದು ಅವರಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. “ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಹಿಂಸಿಸುವುದೇ ದೈಹಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಮೂಲ ಕಾರಣ” ಎಂದು ಪತ್ರಿಜೀ ಅವರು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅವರು ಪ್ರಾಣಿ ಹಿಂಸೆಯ ಸಹವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಡಿ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. “ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಹಿಂಸಿಸಬೇಡಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ಕೊಲ್ಲಬೇಡಿ ಮತ್ತು ಮಾಂಸವನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಡಿ” ಎಂದು ಎಷ್ಟು ದೊಡ್ಡವರಾದರೂ ಸರಿ, ಅವರಿಗೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಂದೇಹ ಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಮಾಂಸಹಾರವನ್ನು ಬಿಡಲು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. “ನಾನು ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಬಂದಿರುವುದೇ ಎಲ್ಲರಿಂದ ಮಾಂಸಹಾರವನ್ನು ಬಿಡಿಸಿ, ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಸಸ್ಯಾಹಾರಿಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲು” ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ದೊಡ್ಡವರೆಲ್ಲರಿಗೂ (ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ) ತಿಳಿದಿದೆ, ಆದರೆ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡದೆ ಏಕೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ? ಈ ವ್ಯಸನಗಳಿಗೆ ದಾಸರಾದರೆ “ಮನಸ್ಸು” ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, “ಶರೀರ” ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಜೀವನವನ್ನೇ ನಷ್ಟ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಮಾಣಿಕ್ಯೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ಶರೀರವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುವ, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುವ ವ್ಯಸನಗಳಿಗೆ ಗುಲಾಮರಾಗಬೇಡಿ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ! ಅಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೂ ಬುದ್ಧಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲವೇ? ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಇಲ್ಲವೇ? ಬುದ್ಧಿ ಇಲ್ಲವೇ? ಅಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಯೋಚಿಸಲಾರರೇ? ಭೂಮಿಯ

ಮೇಲೆ 84 ಲಕ್ಷ ರೀತಿಯ ಜೀವರಾಶಿಗಳಿವೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅವು ಜಲಚರಗಳಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಭೂಚರಗಳಿರಬಹುದು. ಕೀಟಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ಆನೆಗಳವರೆಗೆ ಎಷ್ಟು ವಿಧಗಳು ಇವೆಯೋ!

ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಬೇರೆ ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಇಲ್ಲದ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಲಕ್ಷಣವನ್ನು ಮಾನವನಿಗೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಅದೇ "ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಮತ್ತು ಯೋಚಿಸುವ ಶಕ್ತಿ". ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಇಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಕಂಡುಹಿಡಿಯುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ಇಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಪ್ರಪಂಚವು ಎಷ್ಟು ಅದ್ಭುತವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುತ್ತಿದೆ ನೋಡಿ, ಊಹಿಸಲೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಷ್ಟು ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ಸಿದ್ಧವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಆ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ ಇರುವುದೇ ಅದನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಲು. ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತನು ಬೇರೆ ಯಾರಿಗೂ ನೀಡದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು "ಮಾನವನಿಗೇ" ನೀಡಿದ್ದಾನೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಮಾನವನು ಶ್ರೇಷ್ಠನಾದನು, ಮಾನವ ಜನ್ಮವು ದೊಡ್ಡದು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಜನ್ಮವನ್ನು ನೀವು ಪಡೆದಿದ್ದೀರಿ. ಆದ್ದರಿಂದ ಕೇವಲ ಮೋಜಿನಿಗಾಗಿಯಾದರೂ ವ್ಯಸನಗಳಿಗೆ ದಾಸರಾಗಬೇಡಿ. ಸಿಗರೇಟು ಸೇದುವುದು, ಇಸ್ಪೀಟು ಆಡುವುದು, ವ್ಯಭಿಚಾರದಂತಹ ವಿಷಯಗಳ ತಂಟೆಗೆ ಹೋಗಬೇಡಿ. ನಿನ್ನ ಆಸೆ ಅಥವಾ ಕೋರಿಕೆ ತೀರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪತ್ನಿ ಇಲ್ಲವೇ? ನಿನಗೆ ಇನ್ನೆಷ್ಟು ಜನರು ಬೇಕು? ನೀನು ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಯಾವುದಕ್ಕಾಗಿ ಬಂದೆ? ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸದ ಮೇಲೆ ಗಮನವಿಡು. ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಹೆಂಡತಿಯೊಂದಿಗೆ ಸುಖವಾಗಿರು, ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಸಂತೋಷವಾಗಿರು, ನಿನ್ನ ಅಗತ್ಯಗಳೆಲ್ಲವೂ ತೀರುತ್ತವೆ. ಪತ್ನಿಯ ಅಗತ್ಯಗಳು ಪತಿಯಿಂದ, ಪತಿಯ ಅಗತ್ಯಗಳು ಪತ್ನಿಯಿಂದ ಪೂರೈಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ವ್ಯಸನಗಳಿಗೆ ದಾಸರಾಗಬೇಡಿ ಎಂದು ಮಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

"ಮಾತು ಅಥವಾ ಕೃತಿಗಳ ಮೂಲಕ ಯಾರನ್ನೂ ಹಿಂಸಿಸಬೇಡಿ"

ನಿಮ್ಮ ಮಾತುಗಳ ಮೂಲಕ ಅಂದರೆ ಬೈಯುವುದು, ವಿಮರ್ಶಿಸುವುದು, ನಷ್ಟ ಉಂಟುಮಾಡುವುದು, ಅವಮಾನಿಸುವುದು, ಅಪಹಾಸ್ಯ ಮಾಡುವುದು ಅಥವಾ ತಪ್ಪಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವುದನ್ನು ಮಾಡಬೇಡಿ.

ಅವರು ಯಾರೋ ತಿಳಿಯದೆ, ಅವರು ಬೇರೆ ಕುಲದವರು ಅಂದೋ, ಬೇರೆ ಕುಟುಂಬದವರು ಅಂದೋ, ಬೇರೆ ಧರ್ಮದವರು ಅಥವಾ ಬೇರೆ ದೇಶದವರು ಎಂದು ಅವರನ್ನು ದ್ವೇಷಿಸುತ್ತಾ, ಆ ದ್ವೇಷದಿಂದ ಅನುಚಿತವಾಗಿ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೆ ಅವರ ಮೇಲೆ ಸೇಡು ತೀರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಕಿರುಕುಳ

ನೀಡುವುದು ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡಿದರೆ, ಕೊನೆಗೆ ಇವೆಲ್ಲವುಗಳ ಕರ್ಮಫಲವಾಗಿ ಎಂದಾದರೂ ಒಂದು ದಿನ ನೀವೇ ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಸೇಡು ತೀರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಯಾರಾದರೂ ಅನುಚಿತವಾಗಿ ನಡೆದು–ಕೊಂಡರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ಶಿಕ್ಷೆ ನೀಡಲು ಪ್ರಕೃತಿ ಇದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡಿ; ಪ್ರಕೃತಿ ಯಾರನ್ನೂ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ.

ನಿಮಗೆ ಎಷ್ಟೇ ಅನ್ಯಾಯವಾದರೂ ನೀವೇನೂ ಸಂಕಟಪಡಬೇಕಿಲ್ಲ, ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ಶಿಕ್ಷೆಯನ್ನು ಅವರು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಶಿಕ್ಷೆ ತಕ್ಷಣವೇ ಆಗಬೇಕೆಂದು ನೀವು ಬಯಸಬಹುದು, ಆದರೆ ಸೃಷ್ಟಿಯ ನಿಯಮದಂತೆ ಪಾಪದ ಕೊಡ ತುಂಬಿದ ಮೇಲೆಯೇ ಶಿಕ್ಷೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಯಾರಾದರೂ ತಪ್ಪು ಮಾಡುವಾಗ ಅದು ಚೆನ್ನಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ, ಅವರು ಅಹಂಕಾರದಿಂದ ಬೀಗುತ್ತಾರೆ, ಯಾರನ್ನೂ ಲೆಕ್ಕಿಸುವುದಿಲ್ಲ, "ಅವನೆಷ್ಟು ಇವನೆಷ್ಟು" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. "ನನಗೆ ಇಷ್ಟು ಅಧಿಕಾರವಿದೆ, ನನ್ನ ಹಿಂದೆ ಇಷ್ಟು ಜನರಿದ್ದಾರೆ, ನಾನು ಮಾಡಿದರೆ ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸುವವನು ಯಾರು?" ಎಂದು ಅನ್ಯಾಯವಾಗಿ, ಅಕ್ರಮವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಂಡರೆ ಕೊನೆಗೆ ನೀವೇ ನಾಶವಾಗುತ್ತೀರಿ. ಅಂತಹ ಎಷ್ಟೋ ಜನರನ್ನು ನಾವು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ತಮ್ಮ ಪ್ರಭಾವದಿಂದಲೋ, ಹಣದಿಂದಲೋ, ಅಧಿಕಾರದಿಂದಲೋ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಆದರೆ ಆ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತ ಅಥವಾ ಭಗವಂತನಿಂದ ಮಾತ್ರ ಯಾರೂ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಅನುಚಿತವಾಗಿ ವರ್ತಿಸಿದರೂ, ನಿಮ್ಮನ್ನು ದೂಷಿಸಿದರೂ ಅಥವಾ ಏನೇ ಮಾಡಿದರೂ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಬೇಡಿ (React ಆಗಬೇಡಿ). ಅದರ ಜೊತೆಗೆ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಏನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆಂದರೆ, "ಅವರ ಮೇಲೆ ಅನುಕಂಪ ತೋರಿಸಿ (ಕರುಣೆ ತೋರಿ)" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆ? ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಸೃಷ್ಟಿಯ ಶಿಕ್ಷೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕೆ.

"ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣಗಳುಳ್ಳವರೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ ಬೆಳೆಸಿ"

ಇದು ಕೂಡ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ನಾನು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ನನ್ನ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಏನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆಯೆಂದರೆ, "ಮೊದಲು ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಗುಣಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು" ಎಂದು.

ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ತಮೋಗುಣ ಮತ್ತು ರಜೋಗುಣಗಳಿಂದ ಹೊರಬಂದು ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣಕ್ಕೆ ಬರಬೇಕು. ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣಕ್ಕೆ ಬರದಿದ್ದರೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಷ್ಟ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀರಿ, ಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತೀರಿ. ಏಕೆಂದರೆ ತಮೋಗುಣ ಮತ್ತು

ರಜೋಗುಣಗಳು ನಮ್ಮಿಂದ ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳ ಕಾರಣದಿಂದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಯಾವಾಗ ನೀವು ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತೀರೋ, ಆಗ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ತಪ್ಪು ಮಾಡು ಅಂದರೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ. ಯಾವಾಗ ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲವೋ, ಆಗ ನಿಮಗೆ ಕಷ್ಟಗಳು ಬರಲಿ ಅಂದರೂ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ, ನೀವು ಕೇಳದೆಯೇ ಎಲ್ಲವೂ ಒಳ್ಳೆಯದೇ ನಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಆದುದರಿಂದ ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣಕ್ಕೆ ಬರಬೇಕೆಂದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇದನ್ನೇ ಈ ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೃಶ್ರೀಯವರು ಕೂಡ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣ ಹೊಂದಿದಂತೆಲ್ಲಾ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಸರಿ ಬುದ್ಧಿ ವಿಕಸಿಸುತ್ತದೆ. ಯಾವಾಗ ಬುದ್ಧಿ ವಿಕಸಿಸುತ್ತದೆಯೋ ಆಗ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಬುದ್ಧಿ ವಿಕಸಿಸಿದಂತೆಲ್ಲಾ ವಿವೇಕ ಉದಯಿಸುತ್ತದೆ. ವಿವೇಕ ಉದಯಿಸಿದಂತೆಲ್ಲಾ ವಿಚಕ್ಷಣಾ ಜ್ಞಾನ (ವಿವೇಚನೆ) ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ. ವಿಚಕ್ಷಣಾ ಜ್ಞಾನ ಉಂಟಾದರೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಯಾವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು–ಯಾವುದು ಕೆಟ್ಟದ್ದು, ಯಾವುದು ನ್ಯಾಯ–ಯಾವುದು ಅನ್ಯಾಯ, ಯಾವುದು ಧರ್ಮ–ಯಾವುದು ಅಧರ್ಮ, ಯಾವುದು ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಅನುಗುಣವೋ–ಯಾವುದು ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವೋ, ಯಾವುದು ನೀತಿ–ಯಾವುದು ಅನೀತಿ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಯಾವಾಗ ಇವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೋ, ಅವರು ಮಾಡಬಾರದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಷ್ಟ ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಬದಲಿಗೆ ಲಾಭಗಳನ್ನೂ ಸಹ ಪಡೆ–ಯುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಈ ತಮೋಗುಣ, ರಜೋಗುಣಗಳಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ "ನಾನು ಮಾಡಿದ್ದೇ ಸರಿ, ನಾನು ಮಾತನಾಡಿದ್ದೇ ಕರೆಕ್ಟ್, ನಾನು ಯೋಚಿಸಿದ್ದೇ ಸರಿಯಾದದ್ದು" ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ಹೊರತು ಯಾವುದು ತಪ್ಪು, ಯಾವುದು ಸರಿ, ಯಾವುದು ನ್ಯಾಯ, ಯಾವುದು ಅನ್ಯಾಯ ಎಂಬ ವಿವೇಚನೆ ಇವರಿಗೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ವಿವೇಚನೆ ಇಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದ ತಾವು ಮಾಡಿದ್ದೇ ಸರಿ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದ್ದರಿಂದ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ

ಯಾರಾದರೂ ಸರಿಯೇ, ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣಕ್ಕೆ ಬರಲೇಬೇಕು.

ಇನ್ನೂ ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣದಲ್ಲಿರುವವರ ಜೊತೆ ಸ್ನೇಹ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಕಾರಣವೇನೆಂದರೆ ನೀವು ಯಾರ ಜೊತೆ ಬೆರೆತು ಇರುತ್ತೀರೋ, ಮೆಲ್ಲ ಮೆಲ್ಲಗೆ ಅವರ ಲಕ್ಷಣಗಳು ನಿಮಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಈಗ ಒಬ್ಬ ಕುಡುಕನ ಜೊತೆ ಸ್ನೇಹ ಮಾಡಿ ಎರಡು ಮೂರು ತಿಂಗಳು ಅವನ ಜೊತೆಗಿದ್ದರೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅವನ ಲಕ್ಷಣವೇ ನಿಮಗೂ ಬರುತ್ತದೆ. ಇಸ್ಪೀಟು ಆಡುವವನ ಜೊತೆಗಿದ್ದರೆ ನೀವು ಇಸ್ಪೀಟು ಆಡುತ್ತಿರುತ್ತೀರಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಕನ್ನ ಹಾಕುವವನ (ಕಳ್ಳತನ ಮಾಡುವವನ) ಜೊತೆಗಿದ್ದರೆ ನೀವು ಕಳ್ಳತನ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ, ಮೋಸ ಮಾಡುವವನ ಜೊತೆ-ಗಿದ್ದರೆ ಮೋಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೀರಿ. ಅಂದರೆ ಯಾರ ಜೊತೆಗಿದ್ದರೆ ಆ ಲಕ್ಷಣವೇ ನಿಮಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಅದ್ದರಿಂದಲೇ ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ನೀವು ತಮೋಗುಣ, ರಜೋಗುಣ ಇರುವವರ ಜೊತೆ ಬೇಡ, ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣ ಇರುವವರ ಜೊತೆಯೇ ಸ್ನೇಹ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಮತ್ತೆ ಯಾವುದು ತಮೋಗುಣ? ಅಂದರೆ ಈ ತಮೋಗುಣದ ಮುಖ್ಯ ಲಕ್ಷಣ "ಖಾನಾ – ಪೀನಾ – ಸೋನಾ" (ತಿನ್ನುವುದು – ಕುಡಿಯುವುದು – ನಿದ್ದೆ ಮಾಡುವುದು). ಇದನ್ನು ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕುಂಭಕರ್ಣನಿಗೆ ಹೋಲಿಸಬಹುದು. ತಿನ್ನುವುದು – ಕುಡಿಯುವುದು – ನಿದ್ದೆ ಮಾಡುವುದು. ಸೋಮಾರಿತನದಿಂದ ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಜೀವನವನ್ನು ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ನಷ್ಟ ಹೊಂದುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹವರ ಜೊತೆ ಸ್ನೇಹ ಮಾಡಿದರೆ ಜೀವನವನ್ನು ಬಹಳ ನಷ್ಟ ಮಾಡಿಕೊಂಡಂತೆಯೇ, ಆ ಲಕ್ಷಣಗಳೇ ನಿಮಗೂ ಬರುತ್ತವೆ. ಅಂತಹ ಆಹಾರ ತಿನ್ನುವುದು, ಅವರಂತೆಯೇ ಅಂತಹ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು, ಅವುಗಳಿಗೇ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

ಅನ್ಯಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ, ಜೀವನವನ್ನು ಬಹಳ ನಷ್ಟ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ರಜೋಗುಣ ಇರುವವರೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ ಮಾಡಿದರೆ, ಅವರಂತೆಯೇ ಅಹಂಕಾರ ಮತ್ತು ಗರ್ವ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರಿಗೆ ಬಹಳ ಕೋಪ ಇರುತ್ತದೆ, ಯಾರನ್ನೂ ಲೆಕ್ಕಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ತಪ್ಪು ಮಾಡಿ "ತಪ್ಪೇನಿದೆ?" ಎಂದು ವಾದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸೇಡು ತೀರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಯಾರನ್ನೂ ಸಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹವರೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ ಬೆಳೆಸಿದರೆ ನಿಮಗೂ ಅಂತಹ ಲಕ್ಷಣಗಳೇ ಬರುತ್ತವೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕೆನ್ನುವವರು ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕೆನ್ನುವವರು ಅಂತಹವರ ಸ್ನೇಹ ಮಾಡಬಾರದು.

ಇದೇ ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ನೀಡಿದ ಸಂದೇಶ. ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣ ಇರುವವರು ಎಂದರೆ ಯಾರೋ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಯಾರು ಸುಮ್ಮ ಸುಮ್ಮನೆ ಆವೇಶಕ್ಕೊಳಗಾಗರೋ, ಉದ್ವೇಗಕ್ಕೊಳಗಾಗರೋ, ಪ್ರತಿ ವಿಷಯವನ್ನೂ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೋ, ಗಾಬರಿ ಪಡರೋ, ಯಾರು ಸತ್ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಇತರರಿಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೋ ಅಂತಹವರು. ಅಂತಹವರ ಸ್ನೇಹ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಿಮಗೂ ಬಹಳ ಲಾಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಲಕ್ಷಣಗಳಿರುವವರ ಸ್ನೇಹದಿಂದ ಅವರ ಅಭ್ಯಾಸಗಳೇ ನಿಮಗೂ ಬರುತ್ತವೆ. ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣದವರು "ಅವರಿಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡೋಣ, ಇವರಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದು ಮಾಡೋಣ, ಅವರಿಗೆ ಉಪಕಾರ ಮಾಡೋಣ" ಎಂದು ಸದಾ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣದಲ್ಲಿರುವವರು ತಮಗಿರುವದರಲ್ಲೇ ಸಹಕಾರ ನೀಡುತ್ತಾರೆ, ದಾನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಕೈಲಾದ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಯಾರಿಗೂ ಅಪಕಾರ ಮಾಡದೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಉಪಕಾರ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಜೀವಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಮಾಂಸ ಭಕ್ಷಣೆ ಬೇಡ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂತಹವರ ಸ್ನೇಹ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಮೆಲ್ಲಗೆ ಅಂತಹ ಒಳ್ಳೆಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು ನಿಮಗೂ ಬಂದು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಲಾಭ ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ಸುಮ್ಮನೆ ಹೇಳಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ನೀಡಿದ ಸಂದೇಶದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಆಳವಾದ ಅರ್ಥವಿದೆಯೋ ಒಂದೆರಡು ನಿಮಿಷ ಯೋಚಿಸಿ ನೋಡಿ. "ಮೂರು ತಿಂಗಳು ಅವರ ಜೊತೆಗಿದ್ದರೆ, ಇವನು ಅವನಂತೆಯೇ ಆಗುತ್ತಾನೆ" ಎಂಬ ಗಾದೆ ಮಾತಿದೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಉದಾಹರಣೆ... ಒಂದು ಊರಿನಲ್ಲಿ ತಂದೆ ಮತ್ತು ಮಗ ಇದ್ದರು.

ಒಬ್ಬ ಮಗ ದಿನಾ ಕುಡಿಯುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ತಂದೆಯು "ಬೇಡವೋ! ನಿನ್ನ ಆರೋಗ್ಯ ಹಾಳಾಗುತ್ತದೆ, ನೀನು ನಷ್ಟ ಹೊಂದುತ್ತೀಯ, ನಿನ್ನ ಹಣವೂ ಖರ್ಚಾಗುತ್ತದೆ" ಎಂದು ಎಷ್ಟೇ ಹೇಳಿದರೂ ಅವನು ಕೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ಹೇಳಿ ಹೇಳಿ ಆ ತಂದೆಗೆ ಬೇಸರ ಬಂದು ಕೊನೆಗೆ ಕೋಪದಿಂದ "ನೋಡು, ನಾನು ಹೇಳಿದ ಹಾಗೆ ನೀನು ಕೇಳುತ್ತೀಯಾ? ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಾನು ಸತ್ತು ಹೋಗಲಿ ಎಂದು ಬಯಸುತ್ತೀಯಾ? ನೀನು ಹೀಗಿರುವುದು ನನಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ" ಎಂದನು. ಅದಕ್ಕೆ ಮಗ "ಸರಿ! ಅಪ್ಪಾ, ನೀವು ಹೇಳಿದ ಹಾಗೆ ನಾನು ಕುಡಿಯುವುದನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುತ್ತೇನೆ, ಆದರೆ ನನ್ನದೊಂದು ಷರತ್ತು" ಎಂದನು. "ಒಂದು ತಿಂಗಳು ನನ್ನ ಜೊತೆ ನೀವು ಕುಡಿಯಬೇಕು, ತಿಂಗಳು ಮುಗಿದ ಮೇಲೆ ನಾನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುತ್ತೇನೆ" ಎಂದನು. ಆಗ ಆ ಒಂದು ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ಇಬ್ಬರೂ ಕುಡಿದರು.

ತಿಂಗಳು ಮುಗಿದ ನಂತರ ಮಗ "ತಿಂಗಳು ಮುಗಿಯಿತಲ್ಲಪ್ಪಾ! ಇನ್ನು ನಾವಿಬ್ಬರೂ ಕುಡಿಯುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸೋಣ" ಎಂದನು. ಅದಕ್ಕೆ ತಂದೆ "ನೋಡು ಮಗನೇ! ನೀನು ಬಿಡುವುದಿದ್ದರೆ ಬಿಡು, ಆದರೆ ನಾನು ಮಾತ್ರ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ" ಎಂದನು. ನೋಡಿ ಇದು ಎಷ್ಟು ವಿಚಿತ್ರವೋ! ಒಂದು ತಿಂಗಳು ಮಗನ ಜೊತೆ ಇದ್ದಿದ್ದಕ್ಕೆ ಅವನ ಗುಣ ಈ ತಂದೆಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿತು. ಅಷ್ಟು ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವು ಯಾರೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನಾವೇ ಮೊದಲು ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕು. ಹಾಗಲ್ಲದೆ ಸಿಕ್ಕ ಸಿಕ್ಕವರೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ ಮಾಡಿದರೆ ನಷ್ಟ ಅನುಭವಿಸುವುದು ನೀವೇ.

ಹಾಗಾದರೆ 'ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣ' ಇರುವವರನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಹೇಗೆ? ಎಂದು ನೀವು ಅಂದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಯಾರು ಸಾವಧಾನವಾಗಿರುತ್ತಾರೋ, ಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತಾರೋ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಷಯದಲ್ಲೂ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೋ, ಆತುರಪಡದೆ ಮತ್ತು ಆತುರದ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದವರೋ ಅಂತಹವರೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ ಮಾಡಬೇಕು.

ಯಾರು ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತಾರೋ, ಸೇವಾ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೋ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೋ, ಅಂತಹವರೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಆ ಗುಣಗಳು ನಿಮಗೆ ಬಂದು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ. "ಲಾಭ ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ಆದ್ದರಿಂದ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯೊಂದಿಗೆ ಇದನ್ನು ಕೂಡ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇಂತಹ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಇರುವವರೊಂದಿಗೆ ನೀವು ಸ್ನೇಹ ಮಾಡಬೇಕು.

ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆ ಬದಲಾಗಬಾರದು? "ಅತ್ಯದ್ಭುತವಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ" ಅದೆಲ್ಲವೂ ಲಾಭವೇ. ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣದಲ್ಲಿ ಇರುವವರಿಗೆ ಬುದ್ಧಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ವಿಕಸಿಸಿರುತ್ತದೆ, ಸರಿಯಾದ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಅವರ ಬುದ್ಧಿ ಅವರನ್ನು ಆತ್ಮದ ಕಡೆಗೆ, ಆತ್ಮಜ್ಞಾನದ ಕಡೆಗೆ ನಡೆಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ಯಾರಾದರೆ ಆ ರೀತಿಯಾಗಿ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನದ ಮೇಲೆ ಆಸಕ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತಾರೋ, ಅಂತಹ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ, ಅಂತಹ ಸಹವಾಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ, ಅಂತಹ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತಾ, ತಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಮೆಲ್ಲ ಮೆಲ್ಲಗೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೋ! ಅಂತಹವರ ಸಹವಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿರಬೇಕು, ಅವರಿಂದ ಎಷ್ಟೋ ಲಾಭ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಅಸಲಿಗೆ ನೀವೆಲ್ಲರೂ ಆತ್ಮಗಳು. ಆತ್ಮಗಳಾದ ನೀವು ಪಡೆಯಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವೇ ಹೊರತು ಬೇರೇನೂ ಅಲ್ಲ, ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಆತ್ಮವಾಗಿರುವ

ನೀವು ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು.

ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದರೆ ಅಂತಹ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವ ಸ್ನೇಹಿತರು ನಿಮಗೆ ಇರಬೇಕು, ಕಾರಣ ಇಂತಹವರೆಲ್ಲರೂ ಸೇರಿ ಆ ವಿಷಯಗಳನ್ನೇ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಬೇರೆ ಮಾತುಗಳು ಆಸಕ್ತಿ ಉಂಟುಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಬೇರೆ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಆಡುವುದಿಲ್ಲ, ಅವುಗಳ ಮೇಲೆಯೇ ಹೆಚ್ಚು ದೃಷ್ಟಿ ಇಡುತ್ತಾರೆ. ಆ ರೀತಿಯವರೊಂದಿಗೆ ಸಹವಾಸ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಲಾಭ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ, ಎಷ್ಟೋ ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧಿಸುತ್ತಾರೆ, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಉನ್ನತಿ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂತಹ ಮಹಾನ್ ಯೋಗಿನಿ ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದರೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಅರ್ಥ ಅಡಗಿದೆಯೋ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

"ಧ್ಯಾನವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಭಾಗವಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ"

ಏಕೆಂದರೆ "ಧ್ಯಾನವು ಅಷ್ಟು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದು." ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾನು ಈ ಧ್ಯಾನದ ಕುರಿತಾಗಿಯೇ ಸುಮಾರು "35 ವಿಷಯಗಳ" ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಧ್ಯಾನವೆಂದರೇನು? ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಏಕೆ ಮಾಡಬೇಕು? ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಲಾಭಗಳೇನು? ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ರೀತಿಯ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು? ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಯಾವ ಹಂತಕ್ಕೆ ತಲುಪಬಹುದು ಎಂಬ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ಸುಮಾರು 35 ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಅದರ ಮೂಲಕ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆ ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಓದಿದರೆ ಧ್ಯಾನ ಎಷ್ಟು ಶ್ರೇಷ್ಠವೆಂಬುದು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪತ್ರೀಜಿಯವರ ಬಳಿಗೆ ಯಾರು ಯಾವ ಸಮಸ್ಯೆಯೊಂದಿಗೆ ಹೋದರೂ ಅವರು ಹೇಳುವುದು ಒಂದೇ, "ಧ್ಯಾನ ಮಾಡು" ಎಂದು. ಅಂದರೆ ಅದರ ಅರ್ಥ "ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಾದರೂ ಪರಿಹಾರ ಧ್ಯಾನವೇ" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾ, ಧ್ಯಾನಕ್ಕಿಂತ ಮಿಗಿಲಾದದ್ದು ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ "ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಕೋಟಿ ಲಾಭಗಳು – ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಕೋಟಿ ನಷ್ಟಗಳು" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ನಾನು ಕೂಡ ಸುಮಾರು 90 ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದೇನೆ. ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಓದಿದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಎರಡರಿಂದ ಮೂರು

ಪುಟಗಳ ವಿಷಯಗಳಿರುತ್ತವೆ. "ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಷಯದಲ್ಲೂ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆ, ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಕಷ್ಟದ ಬಗ್ಗೆ ಇರುತ್ತದೆ." ನಿಮಗೆ ಅಂತಹ ಲಾಭ ಸಿಗಬೇಕೆಂದರೂ, ಆ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರ ಬೇಕೆಂದರೂ ಕೊನೆಗೆ ಮಾಡಬೇಕಾದುದು "ಧ್ಯಾನವೇ ಎಂಬುದು ಖಚಿತವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ." ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಪತ್ರೀಜಿಯವರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಇಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಲಾಭಗಳಿವೆಯೆಂದು ಹೇಳಲು ಕಾರಣ.

ಹಾಗೆಯೇ ನಾನು ಮೂರು ದಿನಗಳ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಎಷ್ಟೋ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಬೋಧಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತೇನೆ. ಪ್ರತಿ ವಿಷಯವೂ ಕೊನೆಗೆ ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ ಎಂದರೆ. ಧ್ಯಾನವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ತರುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಮಹತ್ತರವಾದದ್ದು ಧ್ಯಾನ, ಅಂತಹ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ನೀವು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಮಾಡಬೇಕು. ಲೋಕದಲ್ಲಿ ನೀವು ಯಾರನ್ನಾದರೆ ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು, ಮಹಾತ್ಮರು ಅಥವಾ ದೈವಾಂಶ ಸಂಭೂತರು ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೀರೋ, ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದವರೇ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಬೋಧಿಸಿದವರೇ.

ಅವರು ಏಕೆ ಆ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಬೆಳೆದರು? ಏಕೆ ದೇವತೆಗಳಂತೆ ಪೂಜಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ? ಅಂದರೆ, ಒಬ್ಬ "ಮಾನವನನ್ನು ಮಾಧವನನ್ನಾಗಿ (ದೈವವಾಗಿ) ಬದಲಾಯಿಸಬಲ್ಲ ಶಕ್ತಿ ಕೇವಲ ಧ್ಯಾನಕ್ಕಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ದೈವವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಬಲ್ಲದ್ದು ಧ್ಯಾನ ಮಾತ್ರ." ಇದಕ್ಕಿಂತ ಮಿಗಿಲಾದ ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಈ ಬದಲಾವಣೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಮಾನವನಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರಬೇಕೆಂದರೆ ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣವುಳ್ಳವರೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ ಬೆಳೆಸಿ ಎಂದು ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಯಾರಾದರೂ ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣಕ್ಕೆ ಹೇಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆಂದರೆ, ಅದು ಕೇವಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದಲೇ. ಗುಣವು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದು, ಆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಗುಣ ಬದಲಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲೇಬೇಕು. ಪತ್ರಿಜೀ ಅವರು ಏನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆಂದರೆ, "ಮಾನವ ಜನ್ಮ ಎತ್ತಿದ ಮೇಲೆ ಯಾರಾದರೂ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ತಮೋಗುಣದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಆ ತಮೋಗುಣದಿಂದ ಸಹಜವಾಗಿ ಅವರಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಬರಬೇಕೆಂದರೆ ನೂರರಿಂದ ನೂರೈವತ್ತು ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಎತ್ತಬೇಕಾಗುತ್ತದೆಯಂತೆ! ಅಷ್ಟು ಜನ್ಮಗಳ ಕಾಲ ಅವರು ಆ ಗುಣದಲ್ಲಿಯೇ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ."

ಅಂತಹ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ, ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ಫಲಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾ, ನೋವು ಉಣ್ಣುತ್ತಾ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಮಾಡುತ್ತಾ ಮೆಲ್ಲಮೆಲ್ಲನೆ

ಅವರ ಗುಣ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ತಮೋಗುಣದಿಂದ ರಜೋಗುಣಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ನೂರರಿಂದ ನೂರೈವತ್ತು ಜನ್ಮಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತವೆಯಂತೆ! ರಜೋಗುಣದಿಂದ ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಲು ಇನ್ನೊಂದು 100 ರಿಂದ 150 ಜನ್ಮಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತವೆ. ಹೀಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಇಷ್ಟೊಂದು ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಎತ್ತಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಯಾರು ಈ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೋ, ಅವರು ಇದೇ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಗುಣಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಗುಣ ಬದಲಾಗಿದೆಯೇ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲವೇ ಎಂಬುದು ಅವರ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ನೋಡಿ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಅವರ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನೋಡಿ, ಅವರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೇಳಿ ಇದನ್ನು ಹೇಳಬಹುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನೂರು ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಧಿಸುವುದನ್ನು ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲೇ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ ಧ್ಯಾನ ಎಷ್ಟು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದು ಎಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತೆ, "ಧ್ಯಾನವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಭಾಗವಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ" ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ನೀವು ಎಷ್ಟೋ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೀರಿ, ಸಂಸಾರವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕು ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಸಹ ನೀವು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಕೆಲಸವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಗಳಿಗಿಂತ ಧ್ಯಾನವೇ ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾದುದು ಎಂಬ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು, ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಮೊದಲ ಆದ್ಯತೆ (Top Priority) ನೀಡಬೇಕು.

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನೋಡಿ, ನನ್ನ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಬಂದರೆ, ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯುವ ಮೊದಲು ನಾನು ವ್ಯಾಪಾರ, ಸಂಸಾರ ಮತ್ತು ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಬಂದ ಮೇಲೆ ಅದರ ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡೆ. ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮೀರಿದ್ದು ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ ಎಂದು ನನಗೆ ಅರಿವಾಯಿತು. ಆಗ ನಾನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ವ್ಯಾಪಾರಗಳು ಎಷ್ಟೇ ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದರೂ ಅದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಿಲ್ಲಿಸಿಬಿಟ್ಟೆ. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಮೊದಲ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಿ, ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮುಖ್ಯ ಭಾಗವಾಗಿಸಿಕೊಂಡೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಈ ಧ್ಯಾನದಿಂದಲೇ ಜ್ಞಾನ ಬರುತ್ತದೆ. ಮನುಷ್ಯ ಎಷ್ಟು ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಎತ್ತಿದರೂ ಕೊನೆಗೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಲೇಬೇಕು.

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಓಶೋ ಮಹಾಶಯರು ಹೀಗೆನ್ನುತ್ತಾರೆ: "ಯಾವಾಗಲೋ

ನೂರು ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಎತ್ತಿ ಮಾಡುವ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಈಗಲೇ ಮಾಡಬಹುದು ಅಲ್ವಾ?". ನೂರು ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಬಾಧೆಗಳನ್ನು ಪಡಬೇಕು, ಎಷ್ಟು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕು, ಎಷ್ಟು ಜಗಳಗಳು ಮತ್ತು ಎಷ್ಟು ಇಕ್ಕಟ್ಟುಗಳು? ಒಂದೊಂದು ಜನ್ಮ ಕಳೆಯಬೇಕೆಂದರೆ ಜನರು ಎಷ್ಟು ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ನೋಡಿ. ಬೆಳಿಗ್ಗೆಯಿಂದ ಸಂಜೆಯವರೆಗೆ ಮಹಿಳೆಯರಾದರೆ ಮನೆಯ ಕೆಲಸ, ಮಕ್ಕಳ ಕೆಲಸ ಎಂದು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಪುರುಷರಾದರೆ ಸಂಪಾದನೆಗಾಗಿ ಉದ್ಯೋಗವೋ, ವ್ಯಾಪಾರವೋ ಅಥವಾ ಯಾವುದೋ ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲೋ ತೊಡಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆಯಿಂದ ಸಂಜೆಯವರೆಗೆ ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ.

ಹೀಗೆ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ರಾತ್ರಿಯಾದ ಮೇಲೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಪೂರ್ತಿಗೊಳಿಸಿ, ನಿದ್ರೆಗೆ ಜಾರುವ ಮುನ್ನ "ಹಮ್ಮಯ್ಯ" ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅವರು ಹಾಗೆ ಮಲಗುತ್ತಾರೋ ಇಲ್ಲವೋ ಅಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಬೆಳಗಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಮತ್ತೆ ಮಾಮೂಲಿನಂತೆ ಓಟ! ಬದುಕಿರುವವರೆಗೂ ಹೀಗೆ ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಲೇ ಇರಬೇಕು. ನೋಡಿದರೆ ಸುಖ ಕಡಿಮೆ, ಕಷ್ಟಗಳೇ ಹೆಚ್ಚು. ಹೀಗೆ ಇನ್ನೆಷ್ಟು ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಎತ್ತಬೇಕೋ?

ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ನನಗೆ ಈ ಜನ್ಮ ಬೇಡ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. "ಅಸಲು ದೇವರು ನನ್ನನ್ನು ಯಾಕೆ ಸೃಷ್ಟಿಸಬೇಕು? ಯಾಕೆ ಇಷ್ಟು ಬಾಧೆ ಪಡಿಸಬೇಕು? ನನ್ನನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸದಿದ್ದರೆ ಯಾವ ಗೊಂದಲವೂ ಇರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲವಲ್ಲವೇ?" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಏನೇ ಆದರೂ, ಜನ್ಮವೆತ್ತಿದ ಮೇಲೆ 'ಬೇಡ' ಎಂದರೆ ಹೋಗುತ್ತದೆಯೇ? ಆದ್ದರಿಂದ ನನಗೆ ಕಷ್ಟಗಳು ಬೇಡ ಎಂದರೂ ಅವು ಬರುವುದು ತಪ್ಪದು, ಜನ್ಮ ಬೇಡವೆಂದರೂ ಜೀವಿಸಲೇಬೇಕು. ನೀವು ಎಷ್ಟು ಕಾಲ ಬದುಕಬೇಕೋ ಅಷ್ಟು ಕಾಲ ಬದುಕಲೇಬೇಕು, ಎಷ್ಟು ಬಾಧೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕೋ ಅಷ್ಟು ಅನುಭವಿಸಲೇಬೇಕು.

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಓಶೋ ರಜನೀಶ್ ಅವರು ಹೀಗೆನ್ನುತ್ತಾರೆ: "ಇಷ್ಟೊಂದು ಬಾಧೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾ, ಯಾವಾಗಲೋ ಇದರ ಮೇಲೆ ವಿರಕ್ತಿ ಬಂದು ಜ್ಞಾನಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ಬದಲು, ಈಗಲೇ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಾರದೇ?"

ಏಕೆಂದರೆ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮಾತ್ರ ನೀವು ಮಾಡುವ ಕರ್ಮಗಳೆಲ್ಲವೂ ರಹಿತವಾಗುತ್ತವೆ (ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ). ಆ ಕರ್ಮಗಳು ರಹಿತವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಅವು ಇರುವವರೆಗೂ ಜನ್ಮಗಳು ಬರುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಜನ್ಮಗಳು ಬರಬಾರದು ಎಂದರೆ, ಇಂತಹ ಜೀವನ ಇರಬಾರದು ಎಂದರೆ ಕರ್ಮಗಳು ಇರಬಾರದು. ಕರ್ಮಗಳು ಇರಬಾರದು ಎಂದರೆ ಅವು ರಹಿತವಾಗಬೇಕು. ಅವು ರಹಿತವಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕು.

ಅಂತಹ ಜ್ಞಾನವು ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ನನಗೆ ಇನ್ನು ಜೀವನ ಬೇಡ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುವವನಿಗೆ ಇರುವ ಏಕೈಕ ಮಾರ್ಗ ಧ್ಯಾನವೇ ಹೊರತು ಮತ್ತೊಂದಿಲ್ಲ.

ಯಾರೇ ಆಗಲಿ, ನನಗೆ ಇನ್ನು ಜೀವನ ಬೇಡ ಎಂದುಕೊಂಡರೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆ ಜ್ಞಾನದ ಮೂಲಕ ಕರ್ಮಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ರಹಿತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಯಲ್ಲಿ ಕರ್ಮಗಳೇ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಿಮಗೆ ಜನ್ಮವೇ ಇಲ್ಲ. ಕರ್ಮಗಳಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಜನ್ಮ, ಕರ್ಮಗಳಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಜನ್ಮವಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಇದು ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಓಶೋ ಮಹಾಶಯರು "ಎಂದೋ ನೂರು ಜನ್ಮಗಳ ನಂತರ ಮಾಡುವ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಈಗಲೇ ಮಾಡಬಹುದು ಅಲ್ವಾ?" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಎಷ್ಟು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದರೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟು ಲಾಭ ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ.

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಈ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಭಾಗ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಅಂದರೆ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಅಗ್ರ ಆದ್ಯತೆ (Top Priority) ನೀಡಬೇಕು. ನಾವು ಕೂಡ ಪತ್ರೀಜೀ ಅವರ ಮೂಲಕ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು, ಆಲೋಚಿಸಿ, ಕೇಳಿ ಅವುಗಳನ್ನೇ ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಮೊದಲ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ನಮಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದೆಯೇ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷ, ಆನಂದ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ; ದುಃಖ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಾ ಬರುತ್ತದೆ. ದುಃಖ ಬಂದರೂ ಅದು ನಮಗೆ "ದುಃಖದಂತೆ" ಅನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅದುವೇ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿರುವ ಶ್ರೇಷ್ಠತೆ.

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಅಪಾರವಾದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸುತ್ತೀರಿ. ಆ ಶಕ್ತಿಯುಳ್ಳವನು ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ತಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ, ಎಂತಹ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನಾದರೂ ಎದುರಿಸುತ್ತಾನೆ, ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಹಿಂಜರಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ನೋಡಿ, ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಎಷ್ಟು ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದರು, ಅಪಾರವಾದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿದರು. ಅವರಿಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದಾಗ, ಪ್ರತಿದಿನ ಗಾಯವು ನೋವು ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ಸಹ, ಎಲ್ಲರೂ ನೋಡಿ "ನೀವು ಇದನ್ನು ಹೇಗೆ ತಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೀರಿ? ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಬಹುದು ಅಲ್ವಾ? ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತೋರಿಸಬಹುದು ಅಲ್ವಾ?" ಎಂದು ಕೇಳಿದರೆ, "ಅದರ ಗೋಜು ನಿನಗೆ ಯಾಕೆ?" ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದರಂತೆ. ಅಸಲಿಗೆ ಅದು ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ ಎನ್ನುವಂತೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ತಡೆದುಕೊಂಡರು? ನಮಗೆ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಗುಳ್ಳೆಯಾದರೂ ನರಳಿ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ! ಅಂತಹದ್ದರಲ್ಲಿ ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳು

ಅಷ್ಟು ದೊಡ್ಡ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಅಷ್ಟು ಹಗುರವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆಂದರೆ, ಅದರ ಅರ್ಥವೇನೆಂದು ನೀವು ಗ್ರಹಿಸಬಹುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ **"ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಯೋಗಿಯು ಹೇಳಿ ಸಾಯುತ್ತಾನೆ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದ ಭೋಗಿಯು ಹೇಳಿಸಿಕೊಂಡು ಸಾಯುತ್ತಾನೆ"** ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಪತ್ರಿಜೀಯವರ ಗುರುಗಳಾದ ಸದಾನಂದ ಯೋಗಿಯವರು ಮೊದಲೇ ಹೇಳಿದ ಸಮಯಕ್ಕೇ ಶರೀರವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿದರು. ಆಗ ಆ ದೇಹವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ನಂದವರದಲ್ಲಿ ಅಂತ್ಯಸಂಸ್ಕಾರ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಆದರೆ ಈ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದ ಭೋಗಿಯು (ರೋಗದಿಂದ ಅಥವಾ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿ) ಹೇಳಿಸಿಕೊಂಡು ಸಾಯುತ್ತಾನೆ. ಇನ್ನೂ ನಾವು ಗಮನಿಸುವುದಾದರೆ, ಧ್ಯಾನವು ಏಕೆ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದು? ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ ಮಾತ್ರ ನಾವೂ ಕೂಡ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಮೊದಲ ಆದ್ಯತೆ (Top Priority) ನೀಡುತ್ತೇವೆ. ಯಾರೋ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆಂದು ನಾವು ಸುಮ್ಮನೆ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ಅದರ ಶ್ರೇಷ್ಠತೆ ಏನೆಂದರೆ: **"ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಯೋಗಿಯು ದುಃಖದಲ್ಲೂ ಆನಂದವಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದ ಭೋಗಿಯು ಆನಂದದಲ್ಲೂ ದುಃಖ ಪಡುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ."** ಇವೆಲ್ಲವೂ ಏಕೆ? ಧ್ಯಾನವು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದು ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಮಾತ್ರ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತಾರವರು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಜೀವನದ ಮುಖ್ಯ ಭಾಗವಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಉಪಮಾನ ಧ್ಯಾನ ಸಂದೇಶ

1."ಬಂಗಾರವನ್ನು ಪುಟವಿಟ್ಟರೆ ಯಾವ ವಿಧವಾಗಿ ಮಾಲಿನ್ಯವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ತನ್ನ ಕಾಂತಿಯಿಂದ ತಾನೇ ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾಗಿ ಬೆಳಗುತ್ತದೋ...... ಹಾಗೆಯೇ, ಜೀವನು ಧ್ಯಾನಾದಿಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತನಾಗಿ ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವೆಂಬ ಅಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿತಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ಸಮಸ್ತವಾದ ಮಾಲಿನ್ಯಗಳಿಂದ ಬೇರೆಯಾಗಿ ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ"

2."ಕಾಯಿ ಹಣ್ಣಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲ ಹಿಡಿಯುತ್ತದೆ ಹಾಗೆಯೇ, ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಪುರುಷನು ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲಕ ಪಂಡಿತನಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲ ಹಿಡಿಯುತ್ತದೆ".

3."ಮಲಿನ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಪಟಿಕ ಹಾಕಿದರೇನೇ ನೀರು ಶುಚಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ, ಮಲಿನ ಮನಸ್ಸು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೇನೆ ಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ".

– "ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ" ತಟವರ್ತಿ ವೀರರಾಘವರಾವ್‌ರವರು

ಶ್ರೀರಾಮ ಪಬ್ಲಿಕೇಶನ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಪುಸ್ತಕಗಳು

1.	ಅಹಿಂಸೆ ಮತ್ತು ಶಾಖಾಹಾರ	ರೂ.20
2.	ನವವಿಧ ಧರ್ಮಗಳ	ರೂ.40
3.	ಧ್ಯಾನ	ರೂ.60
4.	ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಧ್ಯಾನ ವಿದ್ಯೆ	ರೂ.30
5.	ಭಾಗವತ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳ ಅಂತರಾರ್ಥ	ರೂ.30
6.	ಶಿರಡಿ ಸಾಯಿ ಸಂದೇಶಗಳು	ರೂ.30
7.	ಪ್ರಾಣ ಶಕ್ತಿ	ರೂ.100
8.	ಜೀವನದ ಸೂಕ್ಷ್ಮಗಳು	ರೂ.100
9.	ಸಂಘಂ ಶರಣಂ ಗಚ್ಛಾಮಿ	ರೂ.300
10.	ತುಳಸಿ ದಳ (i)	ರೂ.200
11.	ತುಳಸಿ ದಳ (ii)	ರೂ.220
12.	ಆಶ್ಚರ್ಯ ಆಶ್ಚರ್ಯ	ರೂ.40
13.	ದುಃಖ ನಿವಾರಣೆಯ ಮಾರ್ಗ	ರೂ.70
14.	ಧ್ಯಾನದಿಂದಲೇ ಜ್ಞಾನ	ರೂ.70
15.	ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನ	ರೂ.70
16.	ಜ್ಞಾನ ಜ್ಯೋತಿ	ರೂ.90
17.	ಗೈಡಿಂಗ್	ರೂ.100
18.	ಸಂಕಲ್ಪವೆಂದರೇನು?	ರೂ.50
19.	ಕರ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತ	ರೂ.70
20.	ಜ್ಞಾನ ಕುಸುಮಗಳು	ರೂ.90
21.	ಆಲೋಚನಾ ಶಕ್ತಿ	ರೂ.40
22.	ಆತ್ಮವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಮೃತ್ಯುವೇ ಇಲ್ಲ	ರೂ.40
23.	ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಾಸ್ತ್ರ	ರೂ.40
24.	ಮರಣದ ನಂತರ ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಬರುವುದು	ರೂ.60
25.	ಜ್ಞಾನ ಯುಗ	ರೂ.60
26.	ಸೇತು ವಿಜ್ಞಾನ	ರೂ.40
27.	ಮರಣಿಸುವ ಮುಂಚೆಯೇ ಮರಣಿಸಬೇಕು	ರೂ.130
28.	ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಶಕ್ತಿಗಳು	ರೂ.40
29.	ಆಲೋಚಿಸಿ	ರೂ.70
30.	ನಿರ್ವಾಣ ಮಾರ್ಗ	ರೂ.60
31.	ಸತ್ಯ	ರೂ.40
32.	ಆರ್ಥಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ	ರೂ.40
33.	ಚಕ್ರಗಳು	ರೂ.30
34.	ಭೂತದಯೇ ಮತ್ತು ದೈವತ್ವ	ರೂ.80
35.	ಮೌನ ಧ್ಯಾನ	ರೂ.40
36.	ಗುರುವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?	ರೂ.30
37.	ತ್ರೀ ವಿಧಗಳು	ರೂ.70
38.	ಈ ಜೀವನವಿರುವುದು ಏಕೆ?	ರೂ.50
39.	ಧ್ಯಾನವೆಂದರೆ?	ರೂ.60
40.	ಮೆಹರ್ ಬಾಬಾ ಸಂದೇಶ	ರೂ.80
41.	ಬುದ್ಧನ ಸೂಕ್ತಿಗಳು	ರೂ.60
42.	ಸತ್ಯಮಾರ್ಗ	ರೂ.80
43.	ಶಾಸ್ತ್ರಗಳ ಅಂತರಾತ್ಮ	ರೂ.80
44.	ಜೀವನ ಶಾಸ್ತ್ರ	
45.	ಮೂರು ರೀತಿಯ ಜೀವನಗಳು	ರೂ.50
46.	ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಹೊಂದಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರಲು ಕಾರಣಗಳು.	ರೂ.70
47.	ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ಥಿತಿಗಳು	ರೂ.40
48.	ಮಾಸ್ಟರ್ ಆಗಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕೆಂದರೆ	ರೂ.50
49.	ಕಬೀರರ ಸಂದೇಶಗಳು–1	ರೂ.70
50.	ಧರ್ಮ ಸೂಕ್ಷ್ಮಗಳು	ರೂ.40
51.	ಭಗವಂತನಿಗೆ ಇಷ್ಟರಾಗಬೇಕೆಂದರೆ	ರೂ.50
52.	ಚಾಂಪಿಯನ್ ಆಗಬೇಕೆಂದರೆ.	ರೂ.30
53.	ವಿಧುರನ ಸಂದೇಶಗಳು.	ರೂ.40
54.	ಆಶ್ಚರ್ಯಕರವಾದ ವಿಷಯಗಳು.	ರೂ.60
55.	ಅರಿಹಂತ್	ರೂ.50
56.	ಧಾರ್ಮಿಕ ಜೀವನ ಎಂದರೆ?	ರೂ.60
57.	ಮಾತೆ ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಸಂದೇಶಗಳು–1	ರೂ.60
58.	ಗುರು ಪೂರ್ಣಿಮೆ ವಿಶಿಷ್ಟತೆ	ರೂ.60
59.	ಜೀವನದಲ್ಲಿ ವಿಜಯ ಸಾಧಿಸಬೇಕೆಂದರೆ	ರೂ.50

▲ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನದ 18 ಆದರ್ಶ ಸೂತ್ರಗಳು ▲

1. ಸರಿಯಾದ ಧ್ಯಾನ ಎಂದರೆ ಆನಾಪಾನಸತಿ ಧ್ಯಾನ. ಇದನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ತಪ್ಪದೇ ಮಾಡಬೇಕು; ಆನಾಪಾನಸತಿ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಕಲಿಸಬೇಕು.
2. ಆತ್ಮವಿಜ್ಞಾನದ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು, ಮತ್ತು ಇತರರೂ ಓದುವಂತೆ ತಿಳಿಸಬೇಕು.
3. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಸಹ–ಧ್ಯಾನಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
4. ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಮಟ್ಟಿಗೆ ಮೌನವನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು.
5. ಹುಣ್ಣಿಮೆಯ ರಾತ್ರಿಗಳಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಕಡ್ಡಾಯ. ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಸಾಮೂಹಿಕವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು!
6. ಅವಕಾಶವಿರುವ ಕಡೆಗಳಲ್ಲೆಲ್ಲಾ ಪಿರಮಿಡ್ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸದ್ಬಳಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು!
7. ಔಷಧಿಗಳನ್ನೂ ಬಳಸದೇ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಧ್ಯಾನ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ರೋಗ ಗುಣಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
8. ಮಾಂಸಾಹಾರ ಮುಟ್ಟಬೇಡಿ! ಕೋಳಿ ಮೊಟ್ಟೆಗಳೂ ಸಹ ನಿಷೇಧ! ಶಾಖಾಹಾರದಲ್ಲೂ ಪರಿಮಿತ ಆಹಾರವೇ ಸೂಕ್ತ.
9. ಪ್ರಕೃತಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಹಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಿರಬೇಕು.
10. ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಸ್ತ್ರಧಾರಣೆ ಅನಗತ್ಯ.
11. ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೇ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಧ್ಯಾನ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಕಲಿಸಬೇಕು.
12. ಯಾರೂ ಶಿಷ್ಯರಾಗಿ ಇರಬಾರದು... ಎಲ್ಲರೂ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್ ಗಳಾಗಿಯೇ ಪ್ರಕಾಶಿಸಬೇಕು.
13. ಧ್ಯಾನ ಶಿಕ್ಷಣದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಹಣದ ವ್ಯವಹಾರಗಳನ್ನು (ಲಾಭದ ವಹಿವಾಟು) ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಾರದು.
14. ವಿಗ್ರಹಾರಾಧನೆ ಅಲ್ಲ! ಆತ್ಮ ಆರಾಧನೆಯೇ ಮುಕ್ತಿಗೆ ಮಾರ್ಗ! ಜೀವಂತವಾಗಿರುವ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್‌ಗಳನ್ನೂ ಸಹ ಪೂಜಿಸಬಾರದು.
15. ಸ್ವಂತ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿಯಿಂದಲೇ... ಎಲ್ಲಾ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ತಾವೇ ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರಬೇಕು.
16. ಸಾಮಾನ್ಯ ಗೃಹಸ್ಥ ಜೀವನವನ್ನು ಆನಂದವಾಗಿ ಕಳೆಯಬೇಕು.
17. ಎಲ್ಲಾ ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲೂ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ನಗರಗಳಲ್ಲೂ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಸ್ಥಾಪಿಸಬೇಕು.
18. ಧ್ಯಾನದ ಅನುಭವಗಳನ್ನೂ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯ ವಿಶೇಷತೆಗಳನ್ನೂ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಬರೆದಿಟ್ಟು ಪ್ರಕಟಿಸಬೇಕು.

ಮಾಣಿಕೇಶ್ವರಿ ಮಾತಾ ಸಂದೇಶಗಳು-1

- "ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ತಿಳಿದುಕೊ."
- "ನಿನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ, ಸಮರ್ಪಣಾ ಭಾವದಿಂದ ಮಾಡು."
- "ಹಿಂಸೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಡಿ."
- "ಶುದ್ಧ ಶಾಖಾಹಾರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ."
- "ನೀವು ತಿನ್ನುವ ಆಹಾರದಿಂದಲೇ ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಮಾತುಗಳು ಮತ್ತು ನಡವಳಿಕೆಗಳು ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಆಹಾರದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ."
- "ನಿಮ್ಮ ಆಹಾರವನ್ನು ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅನ್ನದಾನಕ್ಕೆ ಸಹಕರಿಸಿ."
- "ನಿಮ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು ಮತ್ತು ಮನೆಯನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ."
- "ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮತ್ತು ಶರೀರವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುವ ವ್ಯಸನಗಳಿಗೆ ಗುಲಾಮರಾಗಬೇಡಿ."
- "ಮಾತುಗಳ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ಕೃತಿಗಳ ಮೂಲಕ ಯಾರನ್ನೂ ಹಿಂಸಿಸಬೇಡಿ."
- "ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣಗಳುಳ್ಳವರೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ ಮಾಡಿ."
- "ಧ್ಯಾನವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಭಾಗವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ."

ರೂ. 60/- – ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ತಟವರ್ತಿ ವೀರರಾಘವರಾವ್‌ರವರು

ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಚ್ಯುಯಲ್ ಸೊಸೈಟೀಸ್ ಮೂವ್‌ಮೆಂಟ್, ಇಂಡಿಯಾ

ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಸಮಾಚಾರಕ್ಕಾಗಿ ಈ ಕೆಳಗಿನ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ

http: //www.youtube.com/pmckannada

- www.meditationeverywhere.org
- www.pssmovement.org

ಶ್ರೀರಾಮ ಪಬ್ಲಿಕೇಶನ್ಸ್

ಶ್ರೀ ರಾಮಧಾಮ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರ, ನಾರಾಯಣಪ್ಪ ಗಾರ್ಡನ್

ವೈಟ್‌ಫೀಲ್ಡ್ ಬೆಂಗಳೂರು–560 066

ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: ಹೆಚ್.ಎನ್. ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಮೊ. 9449695503

ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮೀ ಎಸ್.ಎನ್. ಮೊ. 8050082689

ತಟವರ್ತಿ ವೀರರಾಘವರಾವ್, ರಾಜ್ಯಲಕ್ಷ್ಮೀ ಅವರ ಪುಸ್ತಕಗಳು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ನಿಂದ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಈ QR Codeನ್ನು Google Lensನಲ್ಲಿ ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡಿರಿ

Telugu Books | English Books | Hindi Books | Kannada Books | Tamil Books