

ಆಕಾಶಕ್ಕೆ ಏಣಿ

ಅಹಂಕಾರ ನಿರ್ಮಿಸುವ ಛಾವಣಿಯನ್ನು
ಒಡೆಯುವ ವಿನಮ್ರತೆ



ದಾಜಿ

ಷಹಜಹಾನ್‌ಪುರ ಯೋಗಾಶ್ರಮದ
ಸುವರ್ಣ ಮಹೋತ್ಸವದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾದ ಸಂದೇಶ
ತಂಡ 3: ಫೆಬ್ರವರಿ 20-22, 2026

ಆಕಾಶಕ್ಕೆ ಏಣಿ

ಅಹಂಕಾರ ನಿರ್ಮಿಸುವ ಛಾವಣಿಯನ್ನು ಒಡೆಯುವ ವಿನಮ್ರತೆ

ಪ್ರಿಯ ಸ್ನೇಹಿತರೆ,

ಈ ಬಸಂತ ಭಂಡಾರದ ಮೊದಲ ಮೂರು ಸಂದೇಶಗಳು ನೀಡಿದ ಕಲಿಕೆಗಳನ್ನು ಪುನಃ ನೋಡೋಣ:

- 'ವಿಭಜಿತ ಹೃದಯ'ದಲ್ಲಿ, ಬಯಕೆ ಮತ್ತು ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳ ನಡುವೆ ಹರಿದುಹಂಚಿಹೋಗಿ, ಯಾವುದರ ಮೇಲುಗೈಯಾಗುವುದೆಂದು ಬೆರಗಾಗುವ ಆಕಾಂಕ್ಷಿಯನ್ನು ನೋಡಿದೆವು.
- 'ಉದ್ದೇಶದ ಜಾಗೃತಿ'ಯಲ್ಲಿ, ಚೈತನ್ಯವಿದ್ದರೂ ಉದ್ದೇಶವಿಲ್ಲದ, ಅಂದರೆ ದಿಕ್ಕುದೇಸೆಯಿಲ್ಲದ ಬೆಂಕಿಯಂತಿರುವ ಆಕಾಂಕ್ಷಿಯನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದೆವು.
- 'ಭದ್ರ ಬುನಾದಿಯ ನಿರ್ಮಾಣ'ದಲ್ಲಿ, ಯುಕ್ತ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ, ತನ್ನೊಳಗೆ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರೂ, ಆಕೆಯ ಹೃದಯದಲ್ಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ನಂಬಲಾಗದ ಆಕಾಂಕ್ಷಿಯನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದೆವು.

ಈಗ ನಾಲ್ಕನೆಯ ಆಕಾಂಕ್ಷಿಯನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗೋಣ. ಈ ನಾಲ್ಕನೆಯ ಆಕಾಂಕ್ಷಿಯು ಆಂತರಿಕ ಯಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಇನ್ನಷ್ಟು ಮುನ್ನಡೆದಿದ್ದಾನೆ. ಆತನು ಸೂಕ್ತ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದ್ದಾನೆ, ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಪ್ರೇರಿತನಾಗಿದ್ದಾನೆ ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗದ ಮೇಲೆ ಆತನಿಗೆ ಅಗಾಧ ವಿಶ್ವಾಸವಿದೆ. ಹಾಗಿದ್ದರೂ, ಆತನಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ನಿಂತುಹೋಗಿದೆ; ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಆತನಲ್ಲಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮುಗಿದಿದೆ ಎಂದೇನಲ್ಲ; ಆತನ್ನು ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಕರೆತಂದ ಆತನ ಸಾಧನೆಯ ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ಪಂಜರವಾಗಿಬಿಟ್ಟಿದೆ.

ಹಸಿರುಮನೆಯಲ್ಲಿನ ಮರವೊಂದು ಛಾವಣಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟುವಷ್ಟು ಎತ್ತರವಾಗಿ ಬೆಳೆದಿದೆಯೆಂಬ ಉಪಮಾನ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಅದರ ಸಮಸ್ಯೆ ವಿಚಿತ್ರ: ಬೇರುಗಳು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿವೆ, ಎಲೆಗಳು ಹಸಿರಾಗಿವೆ, ಗೋಚರವಾಗುವ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲೂ ಅದು ಸಮೃದ್ಧವಾಗಿ ನಳನಳಿಸುತ್ತಿದೆ, ಆದರೂ ಬೆಳವಣಿಗೆ ನಿಂತಿದೆ. ಕಾರಣ, ಅದಕ್ಕೆ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದೇನಲ್ಲ, ಆದರೆ ತಾನು ದಾಟಲಾರದ ಎಲ್ಲೆಯನ್ನು ಅದು ಎದುರಿಸಿದೆ.

ಹಸಿರು ಮನೆಯೆಂದರೆ ಅಹಂಕಾರ ಹಾಗೂ ಛಾವಣಿಯೆಂದರೆ ಅಹಂಕಾರವು ತನಗೆ ತಾನೆ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವ ಕಥೆ. ಹಸಿರುಮನೆಯ ಛಾವಣಿಗೆ ಒತ್ತಾಗಿ ಬೆಳೆದ ಮರ ಅದನ್ನೇ ಆಕಾಶವೆಂದೆಣಿಸಿ, ತಾನು ಪೂರ್ಣ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆದಿದ್ದೇನೆಂದು ನಂಬುತ್ತದೆ.

ಅಹಂಕಾರ: ವಂಚಿಸುವಷ್ಟು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ತಡೆ

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪಥದಲ್ಲಿ ಅಹಂಕಾರವು ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ತಡೆಯಾಗಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ತಾನೇ ಪಥವೆಂಬಂತೆ ಸೋಗುಹಾಕುತ್ತದೆ. ವರ್ಷಾನುಗಟ್ಟಲೆ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ, ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ವಾಚಿಸಿ, ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಆದರ ಗಳಿಸಿ, ಮತ್ತು ಶರಣಾಗತಿ ಹಾಗೂ ವಿನಮ್ರತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿರರ್ಗಳವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಬಲ್ಲ ಸಾಧಕನೇ ಅಹಂಕಾರದ ಕಪಟ ತಂತ್ರಗಳ ಬಲೆಗೆ ಸಿಲುಕುವನು. ಸಿದ್ಧಿಗಳು ತಮಗೆ ತಾವೇ ದೋಷವಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅವುಗಳ ಸಂಗ್ರಹವೆ ಅಸ್ಥಿತಿಯಾದರೆ ಅಪಾಯ ಕಾದಿದೆ. ಅಸ್ಥಿತೆ ಅದೆಷ್ಟೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಸೋಗುಹಾಕಿದರೂ, ಅದು ಅಹಂಕಾರವೇ.



ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪಥದಲ್ಲಿ ಅಹಂಕಾರವು ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ತಡೆಯಾಗಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ತಾನೇ ಪಥವೆಂಬಂತೆ ಸೋಗುಹಾಕುತ್ತದೆ. ವರ್ಷಾನುಗಟ್ಟಲೆ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ, ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ವಾಚಿಸಿ, ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಆದರ ಗಳಿಸಿ, ಮತ್ತು ಶರಣಾಗತಿ ಹಾಗೂ ವಿನಮ್ರತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿರರ್ಗಳವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಬಲ್ಲ ಸಾಧಕನೇ ಅಹಂಕಾರದ ಕಪಟ ತಂತ್ರಗಳ ಬಲೆಗೆ ಸಿಲುಕುವನು. ಸಿದ್ಧಿಗಳು ತಮಗೆ ತಾವೇ ದೋಷವಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅವುಗಳ ಸಂಗ್ರಹವೆ ಅಸ್ಥಿತಿಯಾದರೆ ಅಪಾಯ ಕಾದಿದೆ. ಅಸ್ಥಿತೆ ಅದೆಷ್ಟೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಸೋಗುಹಾಕಿದರೂ, ಅದು ಅಹಂಕಾರವೇ.

'ವಿಭಜಿತ ಹೃದಯ'ದಲ್ಲಿ ಹೃದಯದೊಳಗಿನ ಎರಡು ತೋಳಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದೆವು; ಅದರಲ್ಲೊಂದು ಉಚ್ಚ ಮತ್ತೊಂದು ನೀಚ. ನೀಚ ತೋಳವಾದ ಬಯಕೆಯ ಹಸಿವೆ ಸುವ್ಯಕ್ತವಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಅದನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಸುಲಭ. ಆದರೆ ಅಹಂಕಾರವು ದೊಡ್ಡ ವಂಚಕ. ಅದು ಉಚ್ಚ ತೋಳದ ವೇಷ ಧರಿಸಬಹುದು; ಅಂದರೆ 'ಉದಾತ್ತ'ವಾಗಿ ಕಾಣುವಂತೆ ಸೋಗು ಹಾಕಬಹುದು. ಅದರಿಂದಲೇ ಅದು ಹೆಚ್ಚು ಅಪಾಯಕಾರಿ, ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಸದ್ಗುಣದಂತೆ ಕಾಣುವ ಹೊದಿಕೆಯೊಳಗೆ ಅಡಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ಭಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತೀವ್ರತೆಯಂತೆಯೂ ಕಾಣುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ.

ಒಮ್ಮೆ ಚಾರೀಜಿಯವರು ಗಮನಿಸಿದ ವಿಷಯವು ಎಲ್ಲ ಶ್ರದ್ಧಾಳು ಸಾಧಕರಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಅವರು ಹೇಳಿದುದೇನೆಂದರೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರ ಎಷ್ಟು ಮೃದು ಹಾಗೂ ಸ್ವಾಗತಕಾರಿಯೆಂದರೆ, ಅದು, ಅಭಿಮಾನ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡು ಕುತಂತ್ರ ಬೇರೂರಲು ಫಲವತ್ತಾದ ಭೂಮಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರರ್ಥವನ್ನು ಜಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಪರಿಗಣಿಸಿ.

ಐಹಿಕ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಮಟ್ಟ ಹಾಕಲಾಗುತ್ತದೆ; ಅದನ್ನು ಮಾರುಕಟ್ಟೆ ಸರಿಪಡಿಸುತ್ತದೆ, ಸ್ಪರ್ಧೆ ವಿನಮ್ರಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ವೈಫಲ್ಯ ಪಾಠ ಕಲಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಈ ಬಾಹ್ಯ ನಿಯಂತ್ರಣ ಬಹುತೇಕ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ಆತ್ಮ-ಪ್ರಾಧಾನ್ಯದ ಸಾಮ್ರಾಜ್ಯವನ್ನು ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಭಕ್ತಿಯೆಂದು ಕರೆಯಬಹುದು. ದಶಕಗಳ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಿ, ಆ ಸಂಗ್ರಹವನ್ನು ಗುರಿಯೆಂದು ತಪ್ಪಾಗಿ ಭಾವಿಸಬಹುದು. ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಕನ್ನಡಿಯಲ್ಲಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ನಿಮ್ಮೊಳಗಿನ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕುರಿತು ಯಾರೂ ತ್ರೈಮಾಸಿಕ ವರದಿಯನ್ನೊಪ್ಪಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಈ ಪಥದ ಕೋಮಲತೆಯ ಬಲೆಯನ್ನು ಬಹಳ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಚಯನದ ವಿರೋಧಾಭಾಸ

ಪ್ರಗತಿಗೆ ಎರಡು ವಿಷಯಗಳ ಅಗತ್ಯವಿದೆ: ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಇಚ್ಛೆ ಹಾಗೂ ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶ. ಪೂರ್ಣ ತುಂಬಿದ ಬಟ್ಟಲನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ತುಂಬಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಪ್ರಗತಿಯಾಗಬಹುದಾದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಅಹಂಕಾರ ಆವರಿಸಿದಾಗ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಏನಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಇದು ಕರಾರುವಾಕ್ಕಾದ ವಿವರಣೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭಿಮಾನದ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳು ನಿವಾರಿಸಲು ಅತಿಕಷ್ಟವಾದುವು, ಏಕೆಂದರೆ ಅವು ಸದ್ಗುಣಗಳಂತೆ ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಅವು ಹೀಗೆ ಕೇಳಿಸಬಹುದು:

“ನಾನು ಇಷ್ಟತ್ತು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.”

“ಈ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ನಾನು ಆಳವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ.”

“ಈ ಪಥಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಬಹಳ ತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ.”

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಾಕ್ಯವೂ ವಾಸ್ತವಿಕ ಸತ್ಯವಾಗಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದು ಅಸ್ಮಿತೆಯಾಗಿ ಘನೀಕರಿಸಿದಾಗ, ತಡೆಗೋಡೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಪುರಾತನ ಸಂಪ್ರದಾಯವು ಇದನ್ನು 'ಅಭಿಮಾನ'ವೆನ್ನುತ್ತದೆ, ಅತೀವ ಶ್ರದ್ಧೆ ತುಂಬಿದ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲೂ ನುಸುಳುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಹಮ್ಮು ಅದು. ಅದು ಸೊಕ್ಕಿನಿಂದ ತನ್ನನ್ನು ಘೋಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಹೋಲಿಕೆಯ ಮೂಲಕ ಪಿಸುಗುಡುತ್ತದೆ: “ನಾನು ಅವರಿಗಿಂತ ಮುಂದಿದ್ದೇನೆ.” ಅದು ಮಿಥ್ಯ ವಿನಮ್ರತೆಯ ಹಿಂದೆ ಅಡಗಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ: “ನಾನೇನೂ ಅಲ್ಲ.” ಹಾಗೆಂದು ಹೇಳುತ್ತ, ವಿನಮ್ರವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ಗುಟ್ಟಾಗಿ ಸುಖ ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಅದು ಭಕ್ತಿಯಾಗಿಯೂ ಮಾರುವೇಷ ಹಾಕುತ್ತದೆ: “ಗುರುವಿನೊಂದಿಗಿನ ನನ್ನ ಬಾಂಧವ್ಯ ವಿಶೇಷವಾದುದು.” ಅನಂತಕ್ಕೆ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚೆಂಬುದೆಲ್ಲಿಯದು?

“ಭದ್ರ ಬುನಾದಿಯ ನಿರ್ಮಾಣ”ದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಸಂಶಯವನ್ನು, “ವಸ್ತುನಿಷ್ಠೆಯೆಂದು ಸೋಗು ಹಾಕುತ್ತಿರುವ, ಬಿಳಿ ಕೋಟನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡ ಭಯ”ವೆಂದು ವಿವರಿಸಿದೆವು. ಸಂಶಯ, “ನಾನು ಕಂಡುಕೊಂಡದ್ದು ವಾಸ್ತವವಲ್ಲ,” ಅಥವಾ “ಇದು ಮಾಡಿನೋಡಲರ್ಹವೆ?” ಎನ್ನುತ್ತದೆ.



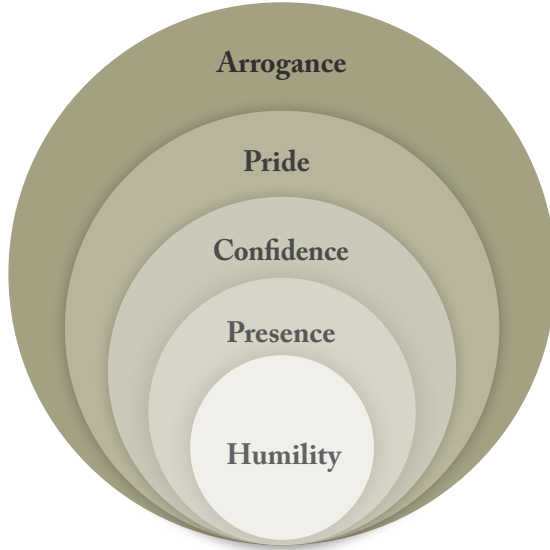
ಪ್ರಗತಿಗೆ ಎರಡು ವಿಷಯಗಳ ಅಗತ್ಯವಿದೆ: ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಇಚ್ಛೆ ಹಾಗೂ ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶ. ಪೂರ್ಣ ತುಂಬಿದ ಬಟ್ಟಲನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ತುಂಬಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಪ್ರಗತಿಯಾಗಬಹುದಾದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಅಹಂಕಾರ ಆವರಿಸಿದಾಗ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಏನಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಇದು ಕರಾರುವಾಕ್ಕಾದ ವಿವರಣೆ.

ಅಭಿಮಾನವು ಇದನ್ನು ಮತ್ತೊಂದು ಬಗೆಯಲ್ಲಿ ಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ; ಅದು "ಶರಣಾಗತಿಯೆಂದು ಸೋಗು ಹಾಕುತ್ತಿರುವ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಸುತ್ತಿದ ಅಹಂಕಾರ." ಅಹಂಕಾರ, "ನಾನು ಕಂಡುಕೊಂಡದ್ದು ನನ್ನದು" ಎನ್ನುತ್ತಲೇ, "ನಾನೇನೂ ಅಲ್ಲ" ಎಂದು ಗುಟ್ಟಾಗಿ ಪಿಸುಗುಡುತ್ತದೆ.

ಇವೆರಡೂ ಮುಂದಿನ ಹೆಜ್ಜೆಗೆ ತಡೆಹಾಕುತ್ತವೆ: ಸಂಶಯ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣುವುದನ್ನೆ ನಿರ್ಬಂಧಿಸಿದರೆ, ಅಹಂಕಾರ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಅವಕಾಶವನ್ನೇ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಅಹಂಕಾರ ಮತ್ತು ಉಸಿರುಗಟ್ಟಿಸುವ ಅಹಂಕಾರ

ಇಲ್ಲೊಂದು ಮುಖ್ಯವಾದ ಮಾತು: ಅಹಂಕಾರ ಶತುವಲ್ಲ. 'ಸ್ಪಿರುಚ್ಯುಅಲ್ ಅನಾಟಮಿ' ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ನಾವು ಐದು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿ ಅನ್ವೇಷಿಸಿದೆವು: ಸೊಕ್ಕು, ಅಭಿಮಾನ, ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ, ಉಪಸ್ಥಿತಿ ಹಾಗೂ ವಿನಮ್ರತೆ. ಸೊಕ್ಕು ಅತಿ ಸ್ಥೂಲ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ. ಇಲ್ಲಿ ಅಹಂಕಾರ ಅದೆಷ್ಟು ಉಬ್ಬಿರುತ್ತದೆಂದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಂಬಂಧ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು



The Spectrum of Ego: from Arrogance to Humility



ಇಲ್ಲಿ ಅಹಂಕಾರ ಅದೆಷ್ಟು ಉಬ್ಬಿರುತ್ತದೆಂದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಂಬಂಧ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನೂ ವಿರೂಪಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಮತ್ತೊಂದು ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನಿಂತಿರುವ ವಿನಮ್ರತೆಯು, ಅಹಂಕಾರದ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲವಾದರೂ, ಅದರ ಉದಾತ್ತ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದು, ತನಗಿಂತ ಎಷ್ಟೋ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದರ ಮೇಲಿನ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಿಶ್ವಾಸವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನೂ ವಿರೂಪಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಮತ್ತೊಂದು ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನಿಂತಿರುವ ವಿನಮ್ರತೆಯು, ಅಹಂಕಾರದ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲವಾದರೂ, ಅದರ ಉದಾತ್ತ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದು, ತನಗಿಂತ ಎಷ್ಟೋ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದರ ಮೇಲಿನ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಿಶ್ವಾಸವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಅಹಂಕಾರವು ಸ್ನಾಯುವಿದ್ದಂತೆ; ಅದು ಕಾರ್ಯಭಾರ ನಡೆಸುವಷ್ಟು ಸಶಕ್ತವಾಗಿರಬೇಕು, ಬಾಗುವಷ್ಟು ನಮ್ಯವಾಗಿರಬೇಕು ಹಾಗೂ ಯಾವಾಗ ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟಬೇಕು ಅಥವಾ ಮುನ್ನುಗ್ಗಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವಷ್ಟು ವಿವೇಚನೆಯಿರಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಭಾಷಣ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ, ದೃಢತೆಯಿಂದ ಅದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟದ ಅಹಂಕಾರವಿರಬೇಕು. ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತ ಅದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ, ಪ್ರಾಣಾಹುತಿಯು ಮುಕ್ತ ಸ್ಥಳ ಪಡೆಯಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುವಂತೆ ಅಹಂಕಾರವು ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲದಷ್ಟು ಇಳಿಕೆಯಾಗಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ, ಅಹಂಕಾರ ತಾನಾಗಿ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲ; ಆದರೆ ಒಂದು ಬಗೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಗಿತಗೊಂಡು, ಚಲಿಸಲು ನಿರಾಕರಿಸುವ ಪೆಡಸು ಅಹಂಕಾರವೇ ಸಮಸ್ಯೆ.

ಉದ್ದೇಶದ ಜಾಗೃತಿಯಲ್ಲಿ, ಆಲಸ್ಯವೆಂದರೆ ಚೈತನ್ಯದ ಕೊರತೆಯಲ್ಲ, ಅದು ಧ್ಯೇಯವಿಲ್ಲದ ಚೈತನ್ಯವೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದೆವು. ಅದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ, ಅಹಂಕಾರವೂ ಸಹ, ತನ್ನ ಸ್ಥಗಿತಗೊಂಡ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಧ್ಯೇಯವಿರುವ, ಆದರೆ ತಪ್ಪು ಧ್ಯೇಯವಿರುವ ಚೈತನ್ಯ. ಆಲಸ್ಯ ಜ್ಞಾಲೆ ಸುಪ್ತವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಅಹಂಕಾರಿಯ ಜ್ಞಾಲೆ ಉರಿಯುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅದು ಮುಕ್ತ ಆಕಾಶದಡೆಗೆ ಚಾಚುವುದರ ಬದಲು ತಾನಿದ್ದ ಹಸಿರುಮನೆಯನ್ನೇ ಬಿಸಿಯಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಸಾಧಕನು ಸ್ವಯಂ-ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಮೀರಿ ಬೆಳೆಯುವ ಬದಲು, ಅವನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚೈತನ್ಯ, ಶ್ರದ್ಧೆ ಹಾಗೂ ಸಂಗ್ರಹಿತ ಸಾಧನೆಯ ಫಲಗಳೆಲ್ಲವೂ, ಆ ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು, ಅದರ ಪಕ್ಷವಹಿಸಲು ಹಾಗೂ ನಯಗೊಳಿಸಲು ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಈ ಉಪಮಾನ ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

‘ವಿಭಜಿತ ಹೃದಯ’ದಲ್ಲಿ, ಪುನರಾವರ್ತಿತ ವೈಫಲ್ಯಗಳು ಹೇಗೆ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮುರಿತಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ಅಗೋಚರ ಹಾನಿಯು ಶೇಖರಗೊಳ್ಳುತ್ತ, ಅದೊಂದು ದಿನ ತುಸುವೇ ಭಾರವೂ ದುರಂತ ಕುಸಿತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ, ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ನಿಮ್ಮ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಳಸಲು ನೀವು ವಿಫಲರಾದಾಗಲೂ, ಅದು ದುರ್ಬಲವಾಗುತ್ತದೆ, ಕೊನೆಗೊಮ್ಮೆ ಕುಸಿಯುತ್ತದೆ.

ಅಹಂಕಾರ, ಇದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಯಶವನ್ನು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಾಧನೆಯೆಂದು ಸಾಧಿಸಿದಾಗ ಅದು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಉಬ್ಬರವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಉಬ್ಬರವೂ ಗೋಚರವಾಗಿ, ಪ್ರಗತಿಯಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದರ ಸಂಚಿತ ಪರಿಣಾಮವೆಂದರೆ ಪೆಡಸುತನ. ಅಭ್ಯಾಸವು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಂಡಿದುದೇ ಪ್ರಗತಿಗಾಗಿಯಾದರೂ, ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಪೆಡಸುತನವು, ಅದೇ ಪ್ರಗತಿಗೆ ತಡೆಯನ್ನೊಡ್ಡುತ್ತದೆ.

ಯಾವುದು ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಪೋಷಿಸುತ್ತದೆ

ಅಹಂಕಾರವು ಛಾವಣಿಯಾದರೆ, ವಿನಮ್ರತೆಯು ಮುಕ್ತಕಾಶ.

ವಿನಮ್ರತೆಯನ್ನು ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ತಪ್ಪಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ; ಅದು ಆತ್ಮ-ಹೀನಾಯವೂ ಅಲ್ಲ, ಕುಬ್ಜತೆಯ ಪ್ರದರ್ಶನವೂ ಅಲ್ಲ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ, ಅಸ್ತಿತ್ವದ ವಿಶಾಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಸ್ಥಾನದ ನಿಖರ ಗ್ರಹಿಕೆ. ಹಿಮಾಲಯದ ಶಿಖರಾಗ್ರವು ಬಾಗುತ್ತದೆಯೆಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ವಿನಮ್ರವಾಗಿಲ್ಲ; ಆದರೆ ಯಾವುದೇ ಏಕೈಕ ಶಿಖರಾಗ್ರವು ಕಾಣಬಹುದಾದ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಮೀರಿದ ಪರ್ವತ ಶ್ರೇಣಿಯ ಭಾಗವಾಗಿದೆಯೆಂದು ಅದಕ್ಕೆ ತಿಳಿದ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ.



ವಿನಮ್ರತೆಯನ್ನು ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ತಪ್ಪಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ; ಅದು ಆತ್ಮ-ಹೀನಾಯವೂ ಅಲ್ಲ, ಕುಬ್ಜತೆಯ ಪ್ರದರ್ಶನವೂ ಅಲ್ಲ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ, ಅಸ್ತಿತ್ವದ ವಿಶಾಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಸ್ಥಾನದ ನಿಖರ ಗ್ರಹಿಕೆ. ಹಿಮಾಲಯದ ಶಿಖರಾಗ್ರವು ಬಾಗುತ್ತದೆಯೆಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ವಿನಮ್ರವಾಗಿಲ್ಲ; ಆದರೆ ಯಾವುದೇ ಏಕೈಕ ಶಿಖರಾಗ್ರವು ಕಾಣಬಹುದಾದ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಮೀರಿದ ಪರ್ವತ ಶ್ರೇಣಿಯ ಭಾಗವಾಗಿದೆಯೆಂದು ಅದಕ್ಕೆ ತಿಳಿದ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ.

ವಿಶೇಷವಾಗಿರಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯ ಅಳಿದಾಗ ಉಳಿಯುವುದೆ ನಿಜವಾದ ವಿನಮ್ರತೆ . ಇದನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ಮನನ ಮಾಡಿರಿ. ವಿಶೇಷವಾಗಿರಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯ ಅಳಿದಾಗ, ಅಮೂಲ್ಯವಾದುದೇನೋ ಕಳೆದುಹೋಗುತ್ತದೆಂದು ಬಹಳಷ್ಟು ಜನ ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅಹಂಕಾರವು ತಾನು ಕುಗ್ಗುತ್ತೇನೆ, ಅಗೋಚರವಾಗುತ್ತೇನೆ, ತನ್ನ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಂತ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆಂದು ಭಯಪಡುತ್ತದೆ. ಅದು ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ತಪ್ಪು ತಿಳಿವಳಿಕೆ.

ವಿಶೇಷವಾಗಿರಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯ ಅಳಿದಾಗ ಉಳಿಯುವುದೆ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯಿಲ್ಲದ ಉಪಸ್ಥಿತಿ, ಸ್ವಯಂಪ್ರದರ್ಶನವಿಲ್ಲದ ಶಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡದ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ. ನೀವು ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ಕುಂಠಿತಗೊಂಡಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಕುಗ್ಗಿಲ್ಲ; ಬದಲಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾದ ಹೊರೆಯಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಿದ್ದೀರಿ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನನ್ಯ ಕೌಶಲಗಳಿವೆ, ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಕಲ್ಪನೆಗಳಿವೆ ಆದರೆ ನಿಮ್ಮ ಅಸ್ಮಿತೆ ಹಾಗೂ ಸ್ವ-ಮೌಲ್ಯಗಳು ಅವುಗಳಿಗಷ್ಟೇ ಸೀಮಿತವಾಗಿಲ್ಲ.

ಸ್ವ-ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು, ಸಮರ್ಥಿಸಲು ಮತ್ತು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲು ಬಳಸಿದ್ದ ಅದೇ ಚೈತನ್ಯವೇ ಪ್ರಗತಿಗಾಗಿ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ವಿನಮ್ರತೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸದು, ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಹಾರ್ಟ್‌ಫುಲ್‌ನೆಸ್ ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ, ಪ್ರಾಣಾಹುತಿಗಾಗಿ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುವ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಅದು ಅತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದಿಂದ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಣಾಹುತಿಯು ಬಲವಂತವಾಗಿ ಒಳನುಗ್ಗುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವುದು ಬರಿದಾಗಿದೆಯೋ ಅದನ್ನು ತುಂಬುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ತುಂಬಿದುದರ ಅಂಚಿನಲ್ಲಿ ನಿಂತು ಕಾಯುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಪರಿವರ್ತನೆಗಳು ಅನುಭವಿ ಸಾಧಕರಲ್ಲಿ ಆಗದೆ, ಯಾವುದೇ ನಿರೀಕ್ಷೆ, ಚೌಕಟ್ಟು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಗ್ರಹವಿಲ್ಲದ ಕಚ್ಚಾ ಹೊಸಬರಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತದೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಸಮರ್ಥಿಸಲು ಏನೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಬಟ್ಟಲು ಖಾಲಿಯಾಗಿದೆ. ಕೃಪೆ ಅದನ್ನು ಪ್ರತಿರೋಧವಿಲ್ಲದೆ ತುಂಬುತ್ತದೆ.



ಹಾರ್ಟ್‌ಫುಲ್‌ನೆಸ್ ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ, ಪ್ರಾಣಾಹುತಿಗಾಗಿ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುವ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಅದು ಅತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದಿಂದ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಣಾಹುತಿಯು ಬಲವಂತವಾಗಿ ಒಳನುಗ್ಗುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವುದು ಬರಿದಾಗಿದೆಯೋ ಅದನ್ನು ತುಂಬುತ್ತದೆ

ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸಿರಿ: 'ಉದ್ದೇಶದ ಜಾಗೃತಿ'ಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಐಸ್ರೇಲಿಮ್ ವಿರೋಧಾಭಾಸವನ್ನು ನೋಡಿದೆವು: ಐಸ್ರೇಲಿಮ್ ಬೇಕೆನ್ನಲು ಬಾಲಕನಿಗೆ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಿಜವಾದ ಆಸಕ್ತಿಯಿದ್ದರೆ, ಶಕ್ತಿ ಸಹಜವಾಗಿ ಪ್ರವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಅದೇ ತತ್ತ್ವ ಇಲ್ಲಿಯೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಜವಾದ ವಿಸ್ಮಯವಿದ್ದಾಗ ವಿನಮ್ರತೆಗೆ ಪ್ರಯತ್ನದ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಿಜವಾದ ವೈಶಾಲ್ಯವನ್ನು ಕಂಡಾತನು ವಿನಮ್ರತೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಿಲ್ಲ. ನಿರಂತರ ಸಾಧನೆ ಮತ್ತು ಮುಕ್ತತೆಯಿಂದ ಅದು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಬರುತ್ತದೆ. ಆಳವಾದೊಂದು ಸ್ತರದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ವಿನಮ್ರತೆಯ ಕೊರತೆಯಿಲ್ಲ, ನಮ್ಮ ಹಾಗೂ ವಿಶಾಲತೆಯ ನಡುವೆ ತನ್ನನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿಕೊಂಡು, ತನ್ನ ರೂಪವನ್ನೇ ಬಿಂಬಿಸುತ್ತ, ಅದರಾಚೆಯ ಆಕಾಶವನ್ನು ಮರೆಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕುಟಿಲ ಅಹಂಕಾರವೇ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆ.

ನಿರಂತರ ಆರಂಭಿಗ

ಜಪಾನೀಯರು, ಆರಂಭಿಗನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ವಿವರಿಸಲು 'ಶೋಶಿನ್' ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಆರಂಭಿಗನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಅನೇಕ; ನಿಪುಣನ ಮನದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಮಾತ್ರ. ಹಾಗೆಂದರೆ ಅಜ್ಞಾನಿಯಂತೆ ನಟಿಸುವುದಲ್ಲ. ಅಂದರೆ, ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣ, ಪ್ರತಿ ಧ್ಯಾನ, ಪ್ರತಿ ಭೇಟಿಯನ್ನೂ, ಅದೇ ಮೊದಲ ಬಾರಿ ಎಂಬಂತೆ, ಹೊಸತನದಿಂದ ಕೂಡಿದ ಲಕ್ಷ್ಯವನ್ನು ಕೊಟ್ಟುನೋಡುವುದು, ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ನಿಜವೂ ಆಗಿದೆ.

ನಿನ್ನೆ ಆದುದೇ ಪುನರಾವರ್ತಿತವಾದುದೆಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧಕನು ಸಾಧ್ಯತೆಯ ಮೇಲೆ ಆಗಲೇ ಛಾವಣಿ ಕಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಗುರುಗಳು ಏನು ಹೇಳುವರೆಂದು ತಿಳಿದು ಅವರನ್ನು ಸಮೀಪಿಸುವ ಆಕಾಂಕ್ಷಿಯು, ಈಗಾಗಲೇ ಇರುವ ಚೌಕಟ್ಟಿಗೆ ಹೊಂದುವ ವಿಷಯವನ್ನಷ್ಟೇ ಕೇಳಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿರುತ್ತಾನೆ. ನಮಗೇನು ತಿಳಿದಿದೆಯೋ ಹಾಗೂ ನಾವೇನನ್ನು ಶೋಧಿಸಲಿದ್ದೇವೋ, ಅವರಡರ ನಡುವಿನ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅಹಂಕಾರವು ಆ ಸ್ಥಳವನ್ನು ನಿಶ್ಚಿತತೆಯಿಂದ ತುಂಬಿದರೆ, ವಿನಮ್ರತೆ ಅದನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿರಿಸುತ್ತದೆ.

'ಉದ್ದೇಶದ ಜಾಗೃತಿ'ಯಲ್ಲಿ, ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಅನಿಮೇಟೆಡ್ ಸಿನೆಮಾ ಕುಂಗ್-ಫು ಪಾಂಡಾದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿದ ಕಪ್ಪು ಓಲೆಯನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡೆವು. ಕೊನೆಗೂ ಓಲೆಯನ್ನು ತೆರೆದಾಗ ಅದೊಂದು ಕನ್ನಡಿಯಾಗಿತ್ತು. ಅಲ್ಲೇನೂ ರಹಸ್ಯ ವಸ್ತುವಿರಲಿಲ್ಲ; ಶಕ್ತಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಒಳಗೇ ಇದ್ದಿತು. ಆದರೂ ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಎರಡು ರೀತಿಯಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಬಹುದು. "ಹೌದು, ನಾನೇ ಶಕ್ತಿ!" ಎಂದು ಅಹಂ ಘೋಷಿಸುತ್ತದೆ. "ಶಕ್ತಿ ನನ್ನ ಮೂಲಕ ಚಲಿಸುತ್ತದೆ," ಎಂದು

ವಿನಮ್ರತೆ ಗುರುತಿಸುತ್ತದೆ. ಮೊದಲ ವಾಕ್ಯ ಭಾವಣಿಯನ್ನು ಕಟ್ಟಿದರೆ, ಎರಡನೆಯದು ಆಕಾಶಕ್ಕೆ ಮುಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ: ಸತ್ಯ ಅದೇ, ಪರಿಣಾಮಗಳು ಮಾತ್ರ ವಿರುದ್ಧ.

ಬಾಬೂಜಿಯವರ ಮೂರನೆಯ ನಿಯಮ ಹೇಳುತ್ತದೆ, "ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಪೂರ್ಣ ಸಮರಸವಾಗುವುದೇ ನಿಮ್ಮ ಧ್ಯೇಯವಾಗಿರಲಿ. ಧ್ಯೇಯ ಪ್ರಾಪ್ತಿಯಾಗುವವರೆಗೆ ನಿಲ್ಲಬೇಡಿರಿ." ನಾವು 'ನಿಲ್ಲಬೇಡಿರಿ' ಎಂಬುದನ್ನು ಆಲಸ್ಯದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿದೆವು, ಆದರದು ಅಷ್ಟೇ ಬಲದೊಂದಿಗೆ ಇಲ್ಲಿಯೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. 'ನಿಲ್ಲಬೇಡಿರಿ' ಎಂದರೆ 'ತಲುಪಬೇಡಿರಿ' ಎಂಬ ಅರ್ಥವನ್ನೂ ನೀಡುತ್ತದೆ. ತಲುಪಿದರೆಂದು ಅಥವಾ ಯಾತ್ರೆ ಸಮಾಪ್ತವಾಯಿತೆಂದು ನೀವು ನಂಬಿದೊಡನೆ, ಭಾವಣಿ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾಗುತ್ತದೆ. ನೆನಪಿಡಿ, ಇದು ಮುಕ್ತ, ಸೀಮೆಯಿಲ್ಲದ ಆಕಾಶವಾದುದರಿಂದ, ಕ್ರಮಿಸಲು ಪಥವಿನ್ನೂ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ.

ಆಂತರಿಕ ತರಬೇತಿಯೆಂಬುದು ಏಕಮಾತ್ರ ಕಾರ್ಯವಲ್ಲ, ಅದು ದೈನಂದಿನ ಅಭ್ಯಾಸ. ಒಂದೇ ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಅಹಂಕಾರ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಮರುನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು; ಹಾಗಾಗಿ, ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಭಾವಣಿಯನ್ನು ಪುನಃ ತೆಗೆಯಬೇಕು. ಪ್ರತಿ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲೂ, ಬಟ್ಟಲನ್ನು ಪುನಃ ಖಾಲಿ ಮಾಡಬೇಕು. ಇದು ಪ್ರಗತಿಯ ಲಯಬದ್ಧತೆ (rhythm); ನಾವು ಏನಿದ್ದೇವೋ, ಹೆಚ್ಚುಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅದೇ ಆಗಲು, ಸಂಗ್ರಹಗಳ ನಿರಂತರ ನಿವಾರಣೆ.

ಎಲ್ಲೆಯಿಲ್ಲದ ಬಾನು

'ಅದ್ಭುತಗಳ ಅದ್ಭುತ'ವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟುಕೊಂಡ ಹೃದಯದೊಂದಿಗೆ, ಅತಿ ವಿನಮ್ರ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನು, ಯಾರ ಅರಿವಿಗೂ ಬರದಂತೆ, ಮಹಾರಾಜನಿಗಿಂತ ಸಂಪದ್ಭರಿತ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾನೆಂದು ಬಾಬೂಜಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಇದು, ಭಾವಣಿಯನ್ನು ಮುರಿದು ಮುನ್ನಡೆದ ಆತ್ಮನ ವರ್ಣನೆ. ಅದು ತನ್ನ ಔನ್ನತ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಡಂಗುರ ಸಾರುವುದಿಲ್ಲ. ತಾನು



ನಮಗೇನು ತಿಳಿದಿದೆಯೋ ಹಾಗೂ ನಾವೇನನ್ನು ಶೋಧಿಸಲಿದ್ದೇವೋ, ಅವೆರಡರ ನಡುವಿನ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅಹಂಕಾರವು ಆ ಸ್ಥಳವನ್ನು ನಿಶ್ಚಿತತೆಯಿಂದ ತುಂಬಿದರೆ, ವಿನಮ್ರತೆ ಅದನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿರಿಸುತ್ತದೆ.

ಎತ್ತರವಾಗಿದೆಯೆಂದು ಕಾಣುವ ಅಗತ್ಯ ಅದಕ್ಕಿಲ್ಲ. ಗಗನ ಮುಟ್ಟಲೆತ್ತಿಸುವ ಮರದಂತೆ ಅದು ಸುಮ್ಮನೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ, ಅಷ್ಟೆ.

ಹಸಿರುಮನೆಯ ಛಾವಣಿಯನ್ನು ಮುರಿದ ಮರವು, ತಾನು ಮರವಾಗಿರುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸದು. ನಿಜವಾದ ಬೆಳಕು, ನಿಜವಾದ ಮಳೆ ಮತ್ತು ನಿಜವಾದ ಗಾಳಿಗೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಂಡ ಅದೀಗ, ತನ್ನ ನೈಜ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಗೊಳಿಸಲು ಮುಕ್ತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಹೊಸ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ, ಛಾವಣಿ ಎಂದಿಗೂ ಆಕಾಶವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ತಾನಿನ್ನೂ ಬೆಳೆಯಬಹುದೆಂದು ಅದು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಸಾರಾಂಶ ಹೀಗಿದೆ:

- 'ವಿಭಜಿತ ಹೃದಯ'ದಲ್ಲಿ, ನಾವು ವಿವೇಚನೆಯಿಂದ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವರೆಗೂ, ಬಯಕೆ ನಮ್ಮನ್ನು ವಿಭಜಿಸುತ್ತದೆ.
- 'ಉದ್ದೇಶದ ಜಾಗೃತಿಯಲ್ಲಿ, ನಾವು ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಉರಿಸಿ, ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವವರೆಗೂ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯತೆ ನಮ್ಮನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ.
- 'ಭದ್ರ ಬುನಾದಿಯ ನಿರ್ಮಾಣ'ದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಸಂಶಯವನ್ನು ಮೀರಿ, ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನಂಬಲು ಕಲಿಯುವವರೆಗೂ, ಸಂಶಯ ನಮ್ಮನ್ನು ಕೊರೆಯುತ್ತದೆ.
- 'ಆಕಾಶಕ್ಕೆ ಏಣಿ'ಯಲ್ಲಿ, ಅಹಂಕಾರವು ನಮ್ಮನ್ನು ಎಷ್ಟು ಕೋಮಲವಾಗಿ, ನಿಧಾನವಾಗಿ ಆವರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆಂದರೆ, ಆ ಆವರಣವನ್ನು ನಾವು ಗುರಿಯೆಂದು ತಪ್ಪು ತಿಳಿಯುತ್ತೇವೆಂದು ನೋಡಿದೆವು. ಅಹಂ ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ಛಾವಣಿಯನ್ನು ವಿನಮ್ರತೆ ಮುರಿಯಬಲ್ಲದೆಂದು ನಾವು ಕಲಿತೆವು.

ಆದರೆ ಈ ನಾಲ್ಕೂ ವೃತ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ, ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಹಸಿವೆಯೆಂದು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಬಯಕೆ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿದೆ. ಆಲಸ್ಯದಲ್ಲಿ ಸ್ಥೂಲತೆಯ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಸಂಶಯವು ಇರುಸುಮುರುಸಾಗುವಷ್ಟು ಮೂರ್ತವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಕುಟಿಲ ಅಹಂ ಮಾತ್ರ, ಸಿಕ್ಕಿಕೊಂಡಿರುವ ನಮ್ಮನ್ನು ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು, ಜಡತ್ವವನ್ನು



'ಅದ್ಭುತಗಳ ಅದ್ಭುತ'ವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟುಕೊಂಡ ಹೃದಯದೊಂದಿಗೆ, ಅತಿ ವಿನಮ್ರ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನು, ಯಾರ ಅರಿವಿಗೂ ಬರದಂತೆ, ಮಹಾರಾಜನಿಗಿಂತ ಸಂಪದ್ಧರಿತ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾನೆಂದು ಬಾಬೂಜಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಇದು, ಛಾವಣಿಯನ್ನು ಮುರಿದು ಮುನ್ನಡೆದ ಆತ್ಮನ ವರ್ಣನೆ. ಅದು ತನ್ನ ಔನ್ನತ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಡಂಗುರ ಸಾರುವುದಿಲ್ಲ. ತಾನು ಎತ್ತರವಾಗಿದೆಯೆಂದು ಕಾಣುವ ಅಗತ್ಯ ಅದಕ್ಕಿಲ್ಲ. ಗಗನ ಮುಟ್ಟಲೆತ್ತಿಸುವ ಮರದಂತೆ ಅದು ಸುಮ್ಮನೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ, ಅಷ್ಟೆ.

ಸಿದ್ಧಿಯೆನಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದೇ ಕಾರಣದಿಂದ ಅದು ಎಲ್ಲ ಅಡ್ಡಿಗಳಿಗಿಂತ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾದುದು.

ಎಲ್ಲೆಯಿಲ್ಲದ ಬಾನು ಎಂದಿನಿಂದಲೂ ಇದೆ. ನೀವು ಮತ್ತು ಗಗನದ ನಡುವೆ ಇರುವ ಒಂದೇ ವಸ್ತುವೆಂದರೆ, ಹವಾಮಾನದಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನೀವೇ ನಿರ್ಮಿಸಿದ ಗಾಜು ಮಾತ್ರ.

ನೀವು ಎಂದಿನಿಂದಲೂ ಹವಾಮಾನವನ್ನು ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಷ್ಟು ಸಶಕ್ತರಾಗಿದ್ದೀರೆಂದು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಿ.

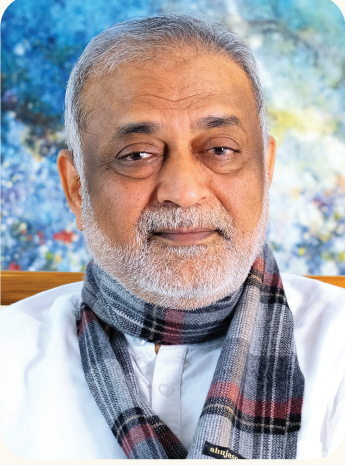
ಈಗ, ಛಾವಣಿಯನ್ನು ಮುರಿದು ಆಕಾಶಕ್ಕೆ ಏಣಿ ಹಾಕಿ.

ಪ್ರೇಮ ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳೊಂದಿಗೆ,

ಕಮಲೇಶ್



ಷಹಜಹಾನ್‌ಪುರ ಯೋಗಾಶ್ರಮದ
ಸುವರ್ಣ ಮಹೋತ್ಸವದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾದ ಸಂದೇಶ
ತಂಡ 3: ಫೆಬ್ರವರಿ 20-22, 2026



ದಾಜಿಯವರೊಂದಿಗೆ ಮಾಸ್ಪರ್‌ಕ್ಲಾಸಸ್

ನೀವು ಹಾರ್ಟ್‌ಫುಲ್‌ನೆಸ್ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಯಾವಾಗಲಾದರೂ ಆರಂಭಿಸಬಹುದು! ಮೂರು ಭಾಗದ ಮಾಸ್ಪರ್‌ಕ್ಲಾಸಸ್ ಸರಣಿಯಲ್ಲಿ ದಾಜಿಯವರ ಜೊತೆಗೂಡಿರಿ. ಇದರಲ್ಲಿ ಅವರು ಹಾರ್ಟ್‌ಫುಲ್‌ನೆಸ್ ಮಾರ್ಗದ ಲಾಭಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿದಿನದ ದಿನಚರಿಯಲ್ಲಿ ಹಾರ್ಟ್‌ಫುಲ್‌ನೆಸ್ ವಿಶ್ರಾಂತಿವಿಧಾನ, ಧ್ಯಾನ, ಶುದ್ಧೀಕರಣ ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಸೇರಿಸಬಹುದು ಎಂದೂ ತಿಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲ ಮಾಸ್ಪರ್‌ಕ್ಲಾಸಸ್‌ಗಳೂ ನಿಃಶುಲ್ಕವಾಗಿವೆ.



<https://heartfulness.org/global/masterclass/>

Heartfulness Practices

Discover Heartfulness practices-learn to relax, meditate, clean and pray.



<https://heartfulness.org/in-en/heartfulness-practices/>



heartfulness

purity weaves destiny

