




# ವಿಭಜಿತ ಹೃದಯ

ದಾಜಿ

ಪೂಜ್ಯ ಶ್ರೀ ಲಾಲಾಜಿ ಮಹಾರಾಜರ

153ನೇ ಜಯಂತೋತ್ಸವದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಸಂದೇಶ  
ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2 ಮತ್ತು 3, 2026, ಕಾನ್ಪು ಶಾಂತಿ ವನಂ





## ವಿಭಜಿತ ಹೃದಯ

ಆತ್ಮೀಯ ಸ್ನೇಹಿತರೆ,

ಐವತ್ತರ ಆಸುಪಾಸಿನ ಮನುಷ್ಯ ನನ್ನೆದುರು ಕುಳಿತಿದ್ದರು. ಹೊರನೋಟಕ್ಕೆ ಅವರು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಷಯದಲ್ಲೂ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿದ್ದಂತೆ ತೋರುತ್ತಿದ್ದರೂ, ನಡುಗುವ ಕೈಗಳಿಂದ ಅವರು ಹೇಳಿದರು: "ನನಗೆ ಏನು ಬೇಕು ಮತ್ತು ನಾನೇನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ. ಆದರೂ, ಆ ಕ್ಷಣ ಬಂದಾಗ, ನಾನು ಮತ್ತೆ ಏನನ್ನು ಮಾಡಬಾರದೆಂದು ನನಗೇ ನಾನು ಭರವಸೆ ಕೊಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದರೂ ಮತ್ತದನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ಬಿದ್ದಾಗಲೂ, ನನ್ನ ಒಂದು ಭಾಗವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ವಿಷಾದದಿಂದ ಹಿಂಡಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ, ಅವಮಾನದಿಂದ ಉರಿಯುತ್ತೇನೆ, ಆದರೂ ಈ ವಿನ್ಯಾಸ ಪುನರಾವರ್ತನೆ ಆಗುತ್ತದೆ."

ಅವರು ಹಿಂಸೆ, ಕಳ್ಳತನ ಅಥವಾ ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ದ್ರೋಹದ ಬಗೆಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಹೆಚ್ಚು ಆಪ್ತವಾದ, ಸತತ ಪ್ರಯತ್ನದ ಮತ್ತು ತನ್ನದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ವಿನಾಶಕಾರಿಯಾದ, ಬಯಕೆ ಹಾಗೂ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳ ನಡುವೆ ಮಾನವ ಹೃದಯದೊಳಗೆ ನಡೆಯುವ ಯುದ್ಧದ ಬಗ್ಗೆ ಅವರು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದರು.

ಈ ತಪ್ಪೊಪ್ಪಿಗೆ ಹಲವು ರೂಪಗಳಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತದೆ: ನಿರ್ಬಂಧಿತ ವಿನ್ಯಾಸಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಮಧ್ಯವಯಸ್ಕ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಾಹಕ, ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಶುದ್ಧೀಕರಣವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧಕ ಕೂಡ ಅದೇ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳು ಮರಳುವುದನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾನೆ; ಕ್ಷಣಿಕ ಸುಖವು ಶಾಶ್ವತ ಶಾಂತಿಗೆ ಒಂದು ಅಸಮರ್ಪಕ ವಿನಿಮಯವೆಂದು ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ತಿಳಿದಿರುವ ಸಂಸಾರಸ್ಥ, ಆದರೆ ಪ್ರಲೋಭನೆ ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ ಅದರಿಂದಲೇ ಕೊಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಾನೆ.

ವಿವರಗಳು ಭಿನ್ನವಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ರಚನೆ ಅಭಿನ್ನವಾಗಿವೆ: ಒಂದು ವಿಭಜಿತ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ, ಒಂದು ಭಾಗವು ಮುಕ್ತಿಯ ಕಡೆಗೆ ಎಳೆಯುತ್ತದೆ, ಮತ್ತೊಂದು ಭಾಗವು ಬಂಧನದ ಕಡೆಗೆ ಎಳೆಯುತ್ತದೆ.

## ಒಳ ವಿಭಾಗ

ಯಾರಾದರೂ "ನನ್ನ ಒಂದು ಭಾಗ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಯಸುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಂದು ಭಾಗ ನನ್ನ ಆಸೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತದೆ" ಎಂದು ಹೇಳಿದರೆ ಅದರರ್ಥವೇನು? ಹೃದಯ ಇನ್ನೂ ನಿರ್ಧರಿಸಿಲ್ಲ, ಕನಿಷ್ಠ ಪಕ್ಷ ಪೂರ್ಣ ಒಪ್ಪಿಗೆ ನೀಡಿಲ್ಲ, ಎಂದರ್ಥ. ಮುಕ್ತಿಯ ಆಕಾಂಕ್ಷೆ ನಿಜವಾದುದು, ಹಾಗೆಯೇ ಬಯಕೆಯ ಸೆಳೆತವೂ ಸಹ. ಎರಡೂ ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ಣಾಯಕವಾದ ಆಂತರಿಕ ನಿಲುವಿನ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ, ಬಲವಾದ ಶಕ್ತಿಯ ಮುಖಾಮುಖಿಯ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಗೆಲ್ಲುತ್ತದೆ.

ಇದು ಪ್ರೇಯಸ್ಸು ಮತ್ತು ಶ್ರೇಯಸ್ಸುಗಳ, ಹಿತವಾದುದರ ಮತ್ತು ಒಳಿತಾದುದರ, ನಡುವಿನ ಸಂಘರ್ಷ; ಈ ಸಂಘರ್ಷ ವೇದಗಳ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಮನಸ್ಸು ವಿಭಜನೆಯಾದಾಗ, ಅಂತರಂಗದ ಕೂಗು ದೈವವನ್ನು ತಲುಪಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಅನುರಣನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಹೃದಯದ ಅರ್ಥ ಭಾಗ ಇನ್ನೂ ತೀರಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.

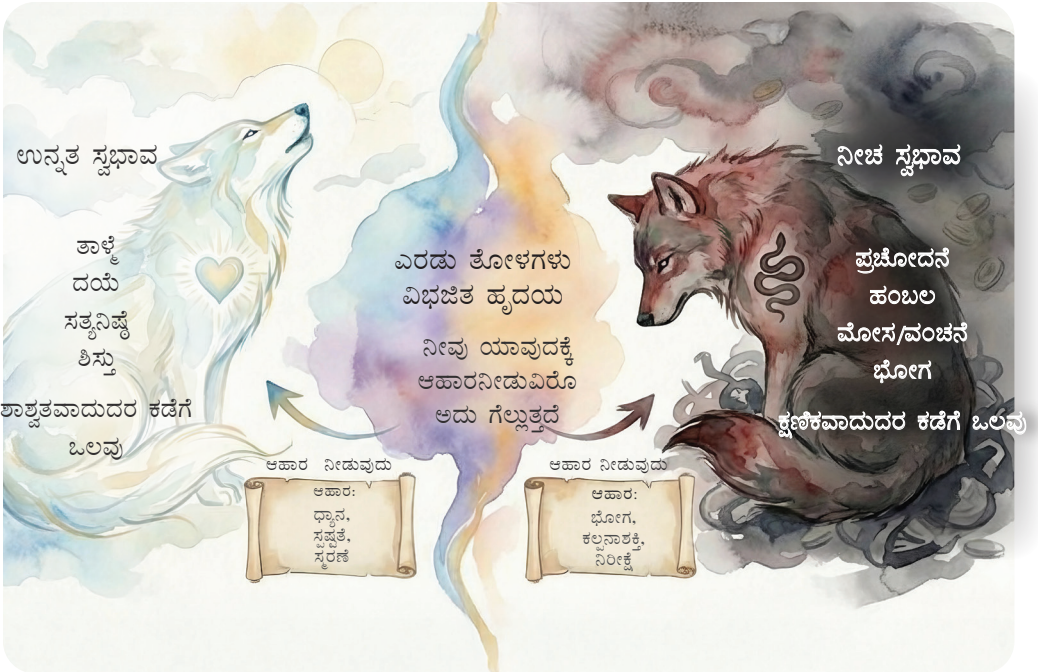
ಅನೇಕ ಸಾಧಕರು ಇಲ್ಲಿಯೇ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಸಂಜೆ ಶುದ್ಧೀಕರಣವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಹತ್ತನೆಯ ನಿಯಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾರೆ, ಮಲಗುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪುಗಳಿಗೆ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪಡುತ್ತ ಕ್ಷಮೆ ಯಾಚಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅದೇ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಪುನರಾವರ್ತಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಭರವಸೆ ಕೊಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೂ, ಭರವಸೆ ಮುರಿಯುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮುರಿದ ಭರವಸೆಯು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸುತ್ತದೆ, ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯನ್ನು ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಹತಾಶೆ ನೆಲೆಗೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ; ಬಹುಶಃ ಮುಕ್ತಿ ಇರುವುದು ಇತರರಿಗಾಗಿ, ತಮಗಾಗಿ ಅಲ್ಲ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಮೂಡುತ್ತದೆ.

ಎಲ್ಲಿ ಏನು ತಪ್ಪಾಗಿದೆ?

## ಎರಡು ತೋಳಗಳು

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಎರಡು ತೋಳಗಳ ಬಗ್ಗೆ, ಅನೇಕ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳ ಮೂಲಕ ಹಾದುಹೋಗಿರುವ ಹಳೆಯ ಬೋಧನೆಯೊಂದಿದೆ. ಒಂದು ತೋಳ ನಮ್ಮ ಉನ್ನತ ಸ್ವಭಾವ: ತಾಳ್ಮೆ, ದಯೆ, ಸತ್ಯ, ಶಿಸ್ತು ಮತ್ತು ಶಾಶ್ವತವಾದುದರ ಬಗೆಗಿನ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೊಂದು ತೋಳ ನಮ್ಮ ಪ್ರಚೋದನೆ, ಹಂಬಲ, ವಂಚನೆ, ಭೋಗ ಮತ್ತು ಕ್ಷಣಿಕ ವಸ್ತುಗಳ ಮೇಲಿನ ಒಲವು ನಮ್ಮ ನೀಚ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ.

ಒಬ್ಬ ಯುವಕ ತನ್ನ ಹಿರಿಯನನ್ನು "ಯಾವ ತೋಳ ಗೆಲ್ಲುತ್ತದೆ?" ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಾನೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಹಿರಿಯ ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಾನೆ, "ನೀನು ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಆಹಾರ ನೀಡುವೆಯೋ ಅದು ಗೆಲ್ಲುತ್ತದೆ." ಬೋಧನೆ ಸರಳವಾಗಿದೆ, ಆದರೆ ಅದರ ಅನ್ವಯವು ಹಾಗಿಲ್ಲ. ನಿರಂತರ ಬಯಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಹೋರಾಡುವ ಸಾಧಕನು ಎರಡೂ ತೋಳಗಳಿಗೆ ಆಹಾರವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಬೆಳಗಿನ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ, ಉನ್ನತ ತೋಳ ತನ್ನ ಪಾಲನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಂಜೆ ಶುದ್ಧೀಕರಣದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಉನ್ನತ ತೋಳ ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಉನ್ನತ ತೋಳ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.



ನಂತರ ಒಂದು ಪ್ರಚೋದನೆ ಬರುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಕೆಳಗಿನ ತೋಳವು ಭೋಗ, ಕಲ್ಪನಾಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಗುಪ್ತ ವಿಲಾಸಗಳ ನಿರೀಕ್ಷೆಯ ಮೂಲಕ ಪೋಷಿಸಲ್ಪಟ್ಟು, ಅದು ತನ್ನ ಸ್ವ-ಶಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಮೇಲೇರುತ್ತದೆ. ಮುಖಾಮುಖಿಯ ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ, ಯಾವ ತೋಳ ಬಲಶಾಲಿಯೂ ಅದು ಮೇಲುಗೈ ಸಾಧಿಸುತ್ತದೆ. ಸಾಧಕನಿಗೆ ಕೆಳಸ್ತರದ ಸ್ವಭಾವವಿರುವುದು ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲ; ಅದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಸಮಸ್ಯೆಯೆಂದರೆ ಪೋಷಣೆ ತುಂಬ ಸಮತೋಲಿತವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಎರಡೂ ತೋಳಗಳನ್ನು ಜೀವಂತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಬಲಿಷ್ಠವಾಗಿ ಇರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಯಾವ ಕಡೆಯೂ ನಿರ್ಣಾಯಕವಾಗಿ ದುರ್ಬಲಗೊಳ್ಳಲು ಅವಕಾಶವಿರದ ಕಾರಣ ಸಮರ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ.

## ಶುದ್ಧೀಕರಣವಷ್ಟೇ ಏಕೆ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ

ಹಾರ್ಟ್‌ಫುಲ್‌ನೆಸ್ ಶುದ್ಧೀಕರಣದ ಅಭ್ಯಾಸವು ತುಂಬ ಗಹನವಾದುದು. ಪ್ರತಿ ಸಂಜೆಯಲ್ಲೂ, ಸಾಧಕನು ಒಂದೆಡೆ ಕುಳಿತು, ದಿನದ ಸಂಕೀರ್ಣತೆಗಳು ಹಾಗೂ ಅಶುದ್ಧತೆ ಬೆನ್ನಿನಿಂದ ಹೊರಹೋಗುತ್ತಿರುವಂತೆ ಮತ್ತು ಮುಂಭಾಗದಿಂದ ಪ್ರವೇಶಿಸುವ ದೈವೀ ಪ್ರಕಾಶವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿರುವಂತೆ ಭಾವಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಸಂಸ್ಕಾರಗಳು ಹೊರಟುಹೋಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ದೇಹ ಹಗುರವಾಗುತ್ತದೆ. ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಸಮೀಪಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೂ ಕೆಲವು ಸಾಧಕರು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಶುದ್ಧೀಕರಣ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಕೆಲವು ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳು ಮೊಂಡುತನದಿಂದ ಉಳಿದಿವೆಯೆಂದು ವರದಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಆಸೆಗಳು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಮೊದಲಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬಲದೊಂದಿಗೆ ಹಿಂತಿರುಗುತ್ತವೆ, ಹಾಗಾಗಿ ವಿನ್ಯಾಸ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಇದೇಕೆ?

ಏಕೆಂದರೆ ಹೃದಯವು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲು ಸಿದ್ಧವಿರುವುದನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಣ ತೆಗೆದುಹಾಕುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ರಹಸ್ಯವಾಗಿ ಪೋಷಿಸಿದಾಗ, ಮನಸ್ಸಿನ ಕೆಲವು ಭಾಗವು ಗುಪ್ತ ಪ್ರೀತಿಯೊಂದಿಗೆ ಅದನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಂಡಾಗ, ಶುದ್ಧೀಕರಣ ಪ್ರತಿರೋಧವನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತದೆ. ತಂತ್ರವು ತನ್ನದೇ ಆದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತದೆ. ಆಳವಾದ ಬೇರು ಅದು ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುವ ಗುರುತಿನಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಮರುದಿನ ಅದೇ ವಿನ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾದ ನಂತರ ಸಂಜೆ ಶುದ್ಧೀಕರಣ ಮಾಡಿದಾಗ ಏನಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ. ಮನಸ್ಸು ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪಟ್ಟು, ಹೃದಯವು ಪರಿತಪಿಸಿ, ಕ್ಷಮೆಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಸಲ್ಲಿಸಿ ಭರವಸೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಆ ಭರವಸೆ ಎಷ್ಟು ನೈಜವಾದುದೆಂಬುದೇ ಈಗ ಬರುವ ಪ್ರಶ್ನೆ.

## ಅರೆ- ಮನಸ್ಸಿನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ

ಏನನ್ನಾದರೂ ಬಯಸುವುದಕ್ಕೂ ಮತ್ತು ಬಯಸಿದ್ದನ್ನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಬಯಸುವುದಕ್ಕೂ ಅಗಾಧ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ. ನಿರಂತರ ಆಸೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೋರಾಡುವ ಸಾಧಕನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಬಯಸಬಹುದು. ವಿಷಾದದ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ, ಬಯಕೆ ತೀವ್ರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಆಕಾಂಕ್ಷೆಯು ನಿಜದಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನದ ಮೌನದಲ್ಲಿ, ಮುಕ್ತಿ ಹತ್ತಿರ ಸುಳಿದಂತೆ ತೋರುತ್ತದೆ.

ಆ ನಂತರ ಪ್ರಚೋದನೆಯೊಂದು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಸನ್ನಿವೇಶ ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಹಳೆಯ ಹಾದಿಯು ನರಮಂಡಲದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತದೆ; ಹಲವು ವೇಳೆ ಸುಪ್ತಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಆಳವಾಗಿ ಹೂತುಹೋಗಿರುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ, ಉನ್ನತವಾದುದಕ್ಕಾಗಿ ಇದ್ದ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳೆಲ್ಲ ಆವಿಯಾಗಿ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಉಳಿದಿರುವುದು ಬಯಕೆಯ ಹಸಿ ಸೆಳೆತ. ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ, ಸಾಧಕನು ತನ್ನ ಬಯಕೆಯ ಬೇರುಗಳು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅಷ್ಟು ಆಳವಿಲ್ಲವೆಂದು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಇದು ಬೂಟಾಟಿಕೆ ಅಲ್ಲ; ಮಾನವನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಹಾಗೆ. ನಮ್ಮ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ಬಯಕೆ ಸುಳ್ಳೆಂಬುದು ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲ. ಸಮಸ್ಯೆ ಎಂದರೆ ನಾವಿನ್ನೂ ಸಂಘರ್ಷದಲ್ಲಿ ಬದುಕುಳಿಯುವಷ್ಟು ಆಳವಾದ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ. ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಿದೆ ನಿಜ, ಆದರೆ ಅದು ಅರೆಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಕೂಡಿದುದಾಗಿದೆ.



ಏನನ್ನಾದರೂ ಬಯಸುವುದಕ್ಕೂ ಮತ್ತು ಬಯಸಿದ್ದನ್ನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಬಯಸುವುದಕ್ಕೂ ಅಗಾಧ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ. ನಿರಂತರ ಆಸೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೋರಾಡುವ ಸಾಧಕನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಬಯಸಬಹುದು. ವಿಷಾದದ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ, ಬಯಕೆ ತೀವ್ರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಆಕಾಂಕ್ಷೆಯು ನಿಜದಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನದ ಮೌನದಲ್ಲಿ, ಮುಕ್ತಿ ಹತ್ತಿರ ಸುಳಿದಂತೆ ತೋರುತ್ತದೆ.

## ವ್ಯಾಪಾರಿ ಮತ್ತು ಸನ್ಯಾಸಿ

ಸಂಪ್ರದಾಯದ ಒಂದು ಕಥೆ ಇದನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಾಪಾರಿ ತನ್ನ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ಮೋಸ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಅಸಮರ್ಥತೆಯಿಂದ ಬಾಧೆಗೊಳಗಾಗಿ, ಸನ್ಯಾಸಿಯ ಬಳಿಗೆ ಬಂದನು.

“ಅದು ತಪ್ಪು ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ,” ವ್ಯಾಪಾರಿ ಹೇಳಿದ. “ಪ್ರತಿ ಸಂಜೆ ನಾನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿರಲು ಪ್ರತಿಜ್ಞೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ, ಆದರೆ ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ನಾನು ಮತ್ತೆ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನಿಂದ ಏನು ತಪ್ಪಾಗಿದೆ?”

ಆ ಸನ್ಯಾಸಿ ಕೇಳಿದ, “ನೀವು ಸಂಜೆಯ ಪ್ರತಿಜ್ಞೆ ಮಾಡುವಾಗ, ನೀವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕರಾಗಿರಲು ಬಯಸುತ್ತೀರಾ?”

“ಹೌದು, ಖಂಡಿತವಾಗಿ,” ವ್ಯಾಪಾರಿ ಉತ್ತರಿಸಿದ.

“ಹಾಗಾದರೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಒಬ್ಬ ಗ್ರಾಹಕ ನಿಮ್ಮ ಮುಂದೆ ನಿಂತಾಗ, ನೀವು ಆಗಲೂ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿರಲು ಬಯಸುತ್ತೀರಾ?”

ವ್ಯಾಪಾರಿ ಸ್ವಲ್ಪ ತಡೆದು, “ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ, ನನಗೆ ವ್ಯಾಪಾರವಿನ್ನೂ ವೃದ್ಧಿಸಬೇಕೆನಿಸುತ್ತದೆ” ಎಂದು ಉತ್ತರಿಸಿದ.

“ಹಾಗಾದರೆ ನಿಮ್ಮ ಸಂಜೆಯ ಪ್ರತಿಜ್ಞೆಯನ್ನು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ, ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಬೆಳಿಗಿನ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಅವರಿಬ್ಬರೂ ಒಬ್ಬನೇ ವ್ಯಕ್ತಿ ಆಗುವ ತನಕ, ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿಜ್ಞೆ ಮುರಿಯುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ.”

“ಅವರಿಬ್ಬರನ್ನು ಒಂದೇ ರೀತಿ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ?” ಎಂದು ವ್ಯಾಪಾರಿ ಕೇಳಿದನು.

ಸನ್ಯಾಸಿ ಉತ್ತರಿಸುತ್ತ, “ಮಾರಾಟಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದನ್ನು ಬಯಸುವುದನ್ನು ನೀವು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬೇಕು. ನೀವು ಅದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಾಗ, ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವುದು ತಾನಾಗಿಯೇ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ.”



## ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯ ಕುಸಿತ

ಪುನರಾವರ್ತಿತ ವೈಫಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಯಾಂತ್ರಿಕ ತತ್ವ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕುಸಿತವು ಮುಂದಿನ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ರಚನೆಯನ್ನು ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಹೊರೆಯನ್ನು ಹೊರಲು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾದ ಸೇತುವೆಯು ಕೆಲವು ಕಾಲದವರೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾರವಾದ ಹೊರೆಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಬಲ್ಲದು, ಆದರೆ ಅದು ಪದೇ ಪದೇ ಸಂಭವಿಸಿದಲ್ಲಿ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ-ಮುರಿತಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತವೆ. ಸೇತುವೆ ಮೇಲ್ನೋಟಕ್ಕೆ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಕಾಣಿಸಬಹುದು ಆದರೆ ಆಂತರಿಕವಾಗಿ ಹಾನಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಂತಿಮವಾಗಿ, ತುಸುವೇ ಹೆಚ್ಚಿನ ಹೊರೆಯಂತೆ ತೋರಿದರೂ ದುರಂತ ವೈಫಲ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ

ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ ಕೂಡ ಇದೇ ರೀತಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ಅದು ಮಿತಿಯನ್ನು ಅತಿಕ್ರಮಿಸಿದಾಗ, ಉನ್ನತ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ಪಷ್ಟ ನಿರ್ಧಾರವು ಬಯಕೆಯ ಉಲ್ಬಣದಿಂದ ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ತಳ್ಳಲ್ಪಟ್ಟು, ಒಳಗೇನೋ ಮುರಿದಿರುತ್ತದೆ. ಮುರಿತವು ಕಾಣದೆ ಹೋದರೂ ಹಾನಿ ಬೃಹದಾಗುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಹಲವು ಬಾರಿ ಬಿದ್ದ ಸಾಧಕರು ತಾವು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ ಇದ್ದುದಕ್ಕಿಂತ ದುರ್ಬಲರೆಂದು ಆಗಾಗ್ಗೆ ವರದಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅಭ್ಯಾಸವು ಅವರನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುತ್ತದೆಂದು ಅವರು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿರುತ್ತಾರೆ; ಪುನರಾವರ್ತಿತ ವೈಫಲ್ಯವು ಅವರು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನೇ ನಾಶಪಡಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಪರಿಹಾರವೆಂದರೆ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದಲ್ಲ; ಅದನ್ನು ವೈಫಲ್ಯಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು.

## ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ

ಹೃದಯದ ನಿಜವಾದ ಸ್ಥಿತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ದಯವಾದ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯೊಂದಿಗೆ ಪರಿವರ್ತನೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಮುಕ್ತಿಯ ಬಗೆಗಿನ ತಮ್ಮ ಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ಅಂದಾಜು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ವಿನ್ಯಾಸಗಳ ಬಗೆಗಿನ ತಮ್ಮ ಬಾಂಧವ್ಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಅಂದಾಜು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ಹೊಂದಿಕೆಯಿಲ್ಲದ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಈಡೇರಿಸಲಾಗದ ಭರವಸೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ, ಇದರಿಂದಾಗಿ ಮೇಲೆ ವಿವರಿಸಿದ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನೇ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಹೇಗೆ ಕಾಣಿಸಬಹುದು? ಇದರರ್ಥ, ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ಬಯಕೆಯ

ನಿಖರವಾದ ಅನುಪಾತವನ್ನು, ನಾಚಿಕೆ ಅಥವಾ ಪ್ರತಿವಾದವಿಲ್ಲದೆ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಒಂದರಿಂದ ಹತ್ತರ ಮಾನದಂಡದಲ್ಲಿ, ನೀವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ವಿಮೋಚನೆಯನ್ನು ಎಷ್ಟು ಬಯಸುತ್ತೀರಿ? ಮತ್ತು ಅದೇ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ವಿನ್ಯಾಸ ಒದಗಿಸುವ ಖುಷಿಯನ್ನು ನೀವೆಷ್ಟು ಬಯಸುತ್ತೀರಿ?

ಹಲವರಿಗೆ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಉತ್ತರ ವಿನಮ್ರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮೋಕ್ಷದ ಆಕಾಂಕ್ಷೆ ಐದು ಅಥವಾ ಆರು ಎಂದು ದಾಖಲಾಗಬಹುದು; ಆದರೆ ವಿನ್ಯಾಸದ ಸೆಳೆತ ಎಂಟು ಅಥವಾ ಒಂಬತ್ತು ಇರಬಹುದು. ಈ ಅನುಪಾತಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಯಾವುದೇ ಸಂಘರ್ಷಮಯ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಊಹಿಸಬಹುದು. ಆದರೂ, ಇದು ಹತಾಶೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿರದೆ, ಯೋಜನಾ ತಂತ್ರಕ್ಕೆ ಒಂದು ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಯು ಬಯಕೆಯ ಸೆಳೆತಕ್ಕಿಂತ ದುರ್ಬಲವಾಗಿದ್ದರೆ, ಆಕಾಂಕ್ಷೆಯ ಮೇಲೆ ಮನಸ್ಸಿಟ್ಟು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಅನುಪಾತವನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಭರವಸೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿರಬೇಡಿ. ಅದರ ಬದಲು, ಅನುಪಾತವನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸುವತ್ತ ಗಮನಹರಿಸಿ.

## ಯಾವುದು ಹಂಬಲವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ?

ದೈವಿಕತೆಗಾಗಿ ಹಂಬಲವು ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಬೆಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ; ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಅರ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಪರಾಸರಣದ (ಆಸೋಸಿಸ್) ಮೂಲಕ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಅನುಭವವನ್ನು ಮೀರಿ ಅದೇನೋ ಒಂದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಮನೋದೈಹಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಪ್ರಾಣಾಹುತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೃದಯವು ಪ್ರಾಣಾಹುತಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯೊಂದನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಕಾಲಾಂತರದಲ್ಲಿ, ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯ ಒಂದು ನೂತನ ಜೀವನ ಶೈಲಿ, ಒಂದು ಹೊಸ ಅರ್ಥಸಾಧ್ಯತೆಯ ಮತ್ತೊಂದು ಹೊಸ ಮಾನದಂಡವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಬಿಡುತ್ತದೆ.

ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಸತ್ಯ, ಅಂದರೆ ಸತ್ಯದ ಸಂಗಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಒಬ್ಬ ಗುರುವಿನ ಅಥವಾ ಶ್ರದ್ಧಾವಂತ ಹಾಗೂ ಹಂಬಲದ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆಯಿರುವ ತರಬೇತುದಾರನ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಏನೋ ಸಂಚಲನವಾಗುತ್ತದೆ. ಉನ್ನತ ಹಂಬಲದ ಆವರ್ತನದೊಂದಿಗೆ ಅನುರಣನ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ತರಂಗಾಂತರವೂ ಬದಲಾಗಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.



ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಅನುಭವವನ್ನು ಮೀರಿ ಅದೇನೋ ಒಂದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಮನೋದೈಹಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಪ್ರಾಣಾಹುತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೃದಯವು ಪ್ರಾಣಾಹುತಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯೊಂದನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಕಾಲಾಂತರದಲ್ಲಿ, ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯ ಒಂದು ನೂತನ ಜೀವನ ಶೈಲಿ, ಒಂದು ಹೊಸ ಅರ್ಥಸಾಧ್ಯತೆಯ ಮತ್ತೊಂದು ಹೊಸ ಮಾನದಂಡವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಬಿಡುತ್ತದೆ.

ಇದೇ ರೀತಿ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಿದವರ ನುಡಿಗಳನ್ನು ಓದುವ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ವಿನ್ಯಾಸಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಏನಿದೆಯೆಂದು ಚಿಂತಿಸುವ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಬೇರೆಡೆ ಸೆಳೆಯುವ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಕಳೆಯುವ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ, ನಾವು ಉನ್ನತ ತೋಳಕ್ಕೆ ಆಹಾರವನ್ನು ನೀಡುತ್ತೇವೆ, ನೀಚ ತೋಳಕ್ಕೆ ಕಡಿಮೆ ಗಮನವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೇವೆ.

ಬದಲಾವಣೆಯು ಹಂತ ಹಂತವಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತ, ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ನಾವು ಮುಂಜಾನೆಯ ಮುಖಾಮುಖಿಯಲ್ಲಿ ಬೇರೆಯವರ ಭಾವನೆಗಳು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಸೆಳೆತ ಇನ್ನೂ ಇರಬಹುದು, ಆದರೆ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಬೇರೇನೋ ಇದೆ; ಅದು ಇದಕ್ಕೂ ಮೊದಲು ಅಲ್ಲಿರಲಿಲ್ಲ, ಅಥವಾ ಇದ್ದಿರಬಹುದಾದರೂ ದುರ್ಬಲವಾಗಿತ್ತು. ಅನುಪಾತವು ಬದಲಾವಣೆಗೊಂಡಿದೆ.

## ಅಂತರಂಗದ ಆಕ್ರಂದನದ ಗುಣ

ದೇವರ ಮೇಲಿನ ಹಂಬಲವು ಪ್ರಾಂಪಂಚಿಕ ವಸ್ತುಗಳ ಮೇಲಿನ ಹಂಬಲದಷ್ಟೇ ಪ್ರಬಲವಾಗಿದ್ದರೆ, ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವು ಕ್ಷಣಮಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತದೆಂದು ಬಾಬೂಜಿ ಮಹಾರಾಜ್ ಒಮ್ಮೆ ಹೇಳಿದ್ದರು.

ಇದರ ಅರ್ಥವೇನೆಂದು ನೋಡೋಣ. ಒಂದು ಬಲವತ್ತರವಾದ ಬಯಕೆ ಉದ್ಭವಿಸಿದಾಗ, ಅದು ನಮ್ಮ ಇಡೀ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಆವರಿಸುತ್ತದೆ. ಆಲೋಚನೆ, ಭಾವನೆ, ದೇಹ ಮತ್ತು ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ ಎಲ್ಲವೂ ಅದರ ಸಾರ್ಥಕತೆಗೆ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿರೋಧ ಕುಸಿಯುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದನ್ನು ವಿರೋಧಿಸಲು ಹೋಲಿಸುವಂಥ ಶಕ್ತಿ ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಮುಕ್ತಿಯ ಬಯಕೆ ಅದೇ ರೀತಿ ವಿಸ್ತಾರವಾಗಿಬಿಟ್ಟರೆ, ಏನಾಗಬಹುದು? ಆಗ ಇದು ಅಲ್ಪ ಬಯಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಹೋರಾಡುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಇದನ್ನು ಸರಳವಾಗಿ ಆವರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ನದಿ

ಒಂದು ಸಣ್ಣ ತೊರೆಯನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆಯೆ, ದೊಡ್ಡ ಪ್ರವಾಹ ಎಲ್ಲ ನೀರನ್ನು ಒಂದೇ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಸಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೆ ಅರೆಮನಸ್ಸಿನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಪರಿವರ್ತಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಂದೇ ಮೇಲ್ನುಟ್ಟದ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪವು ಆಳವಾದ ವಿನ್ಯಾಸಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳಿಂದ ಹೊರಚಿಮ್ಮುತ್ತದೆ. ತೀವ್ರತೆ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ: ಮುಕ್ತಿಯ ಹಂಬಲ ಒಂದು ಮೇಣದ ಬತ್ತಿಯಂತಿದ್ದರೆ, ರೂಢಿಯ ಆಕರ್ಷಣೆ ಒಂದು ದೀಪೋತ್ಸವವಾಗಿದೆ. ಅನುಪಾತಗಳು ಬದಲಾಗುವವರೆಗೆ, ಫಲಿತಾಂಶವು ಪೂರ್ವನಿರ್ಧಾರಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

## ರೇಷ್ಮೆಗೂಡು ಮತ್ತು ಚಿಟ್ಟೆ

ಒಂದು ದಿನ ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯ ಒಂದು ರೇಷ್ಮೆಗೂಡನ್ನು ಕಂಡು, ಗೂಡಿನಿಂದ ಚಿಟ್ಟೆ ಹೊರಬರಲು ಹೇಣಗಾಡುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಿದ ಕಥೆಯಿದೆ. ರೇಷ್ಮೆಗೂಡಿನ ರಂಧ್ರ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿದ್ದು, ಚಿಟ್ಟೆ ಗಂಟೆಗಟ್ಟಲೆ ನೂಕುತ್ತ ಒತ್ತಡ ಹಾಕುತ್ತಿತ್ತು. ಅನುಕಂಪದಿಂದ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕತ್ತರಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ರಂಧ್ರವನ್ನು ದೊಡ್ಡದಾಗಿಸಲು ಗೂಡನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿದ. ಚಿಟ್ಟೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಹೊರಬಂದಿತು, ಆದರೆ ಅದರ ದೇಹವು ಊದಿಕೊಂಡಿದ್ದು, ರೆಕ್ಕೆಗಳು ಮುರುಟಿದ್ದವು; ಹಾಗಾಗಿ ಅದಂದಿಗೂ ಹಾರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ.

ಆ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗದ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ, ಸಣ್ಣ ರಂಧ್ರದ ಮೂಲಕ ನಡೆಯುವ ಹೋರಾಟಕ್ಕೆ, ಚಿಟ್ಟೆಯ ದೇಹದಿಂದ ಸೂಸುವ ದ್ರವವು ಅದರ ರೆಕ್ಕೆಗಳಿಗೆ ಬಲನೀಡುವ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಮಾರ್ಗವಾಗಿತ್ತು. ಚಿಟ್ಟೆ ಹಾರುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕ್ರೂರವೆಂದು ತೋರುವ ಕಷ್ಟ ಅದಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿತ್ತು. ಅದೇ ರೀತಿ, ಪ್ರಯಾಣದ ಒದ್ದಾಟವನ್ನು ದೇವರು ತೆಗೆದುಹಾಕಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುವ ಸಾಧಕನು ಮುರುಟಿದ ರೆಕ್ಕೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೊರಬರಲು ಕೇಳುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ.

ಅನೇಕ ಸಾಧಕರು ತಮ್ಮ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳಿಂದಾಗಿ ಮುಕ್ತಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ದೇವರನ್ನು ತಮ್ಮ ಆಸೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು, ತಮ್ಮ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಲು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಸುಲಭಗೊಳಿಸಲು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ; ಆದರೆ ಹಲವು ವೇಳೆ ಏನೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಬಯಕೆ ಉಳಿದಿರುತ್ತದೆ, ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ ದುರ್ಬಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹಾದಿ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಕೆಲವು ಸಾಧಕರಲ್ಲಿ ಅನುಮಾನ ಹುಟ್ಟಲು ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆ ಕ್ಷೀಣವಾಗಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ದೇವರು ನಮ್ಮ ಮೊರೆ



ಹೋರಾಟ  
(ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಅವಶ್ಯಕ)

ರೇಷ್ಮೆಗೂಡು ಮತ್ತು ಚಿಟ್ಟೆ  
ಪರಿಶ್ರಮದ ಉದ್ದೇಶ

ಪರಿಶ್ರಮವು ರೆಕ್ಕೆಗಳಿಗೆ ದ್ರವವನ್ನು ತಳ್ಳುತ್ತದೆ.  
ಹೋರಾಟಕ್ಕೆ ಬಲ ತುಂಬುತ್ತದೆ.



ಅಡ್ಡದಾರಿ  
(ಮುರುಟಿದ ರೆಕ್ಕೆಗಳು)

ಕಷ್ಟವನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲಾಗಿದೆ.  
ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ತಡೆಯಲಾಗಿದೆ.

ಕೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ, ದೇವರು ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ದೇವರು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿಲ್ಲ... ಎಂದೆಲ್ಲ ಅವರು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಇನ್ನೊಂದು ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಇದೆ.

ದೇವರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯು ಕಷ್ಟವನ್ನೇ ಪರಿವರ್ತನೆಗಾಗಿ ಬಳಸುವುದಾದರೂ ಏಕೆ? ಸಾಧಕನು ವಿಮೋಚನೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಹೋರಾಟವು ಸಾಧನವಾಗಿರುವುದಾದರೂ ಏಕೆ? ಪರ್ಯಾಯವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ. ದೇವರು ನಮ್ಮ ವಿನಂತಿಯ ಮೇರೆಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕಷ್ಟದಾಯಕ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕಿದರೆ, ಅನ್ವೇಷಕನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಶಿಶುವಾಗಿಯೇ ಉಳಿದುಬಿಡುತ್ತಾನೆ. ನಿಜವಾದ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಬೇಡುವ ಶಿಸ್ತು ಮತ್ತು ಸಂಯಮಗಳನ್ನು ಅವರೆಂದಿಗೂ ವೃದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಸ್ವತಂತ್ರರಾಗದೆಯೇ ಮುಕ್ತರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಹೋರಾಟವು ದೈವದ ಉದಾಸೀನತೆಯ ಪುರಾವೆಯಲ್ಲ; ಅದು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಪಠ್ಯಕ್ರಮ.

## ನಿಜವಾದ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪದ ಕ್ಷಣ

ವಿಷಾದ ಮತ್ತು ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪದ ನಡುವೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ. ವಿಷಾದವು ಹೇಳುತ್ತದೆ, "ನಾನು ಹಾಗೆ

ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತಿತ್ತು. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಬೇಸರವಾಗುತ್ತಿದೆ; ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಮಾಡಲು ಆಶಿಸುತ್ತೇನೆ." ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಹೇಳುತ್ತದೆ, "ನಾನು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆನೆಂದು ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ, ಅದರ ಪರಿಣಾಮವೇನೆಂದು ಗೊತ್ತಾಗಿದೆ, ಮತ್ತು ನಾನು ಇದೇ ರೀತಿ ಮುಂದುವರಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದು ನನಗೆ ಅರಿವಾಗಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಏನೋ ಸಂಚರವಾಗಿ, ಬೇರೆ ದಿಕ್ಕಿನೆಡೆಗೆ ಹೊರಳಿಸಿದೆ."

ವಿಷಾದವು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿದ್ದು, ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅಪರಾಧ ಮತ್ತು ಅವಮಾನದ ತೀವ್ರತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದರೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ; ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪವಾದರೂ ಅಸ್ತಿತ್ವವಾದದಂತೆ ಇದೆ. ವಿಷಾದವು ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಸ್ತರದಲ್ಲಿ ಬಂದು ಹೋಗುತ್ತದೆ, ಜೊತೆಗೆ ನಮ್ಮ ಸುಪ್ರಪ್ರಜ್ಞೆಯ ವಿದ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ರಚಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ; ಆದರೆ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪವು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಮೊದಲು-ಮತ್ತು-ನಂತರದ, ವಿದ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಮುರಿಯಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಕ್ರಮವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಬಾಬೂಜಿ ಮಹಾರಾಜರ ಹತ್ತನೆಯ ನಿಯಮವು! ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪಕ್ಕೆ ಒತ್ತುಕೊಡುತ್ತದೆ, ಕೇವಲ ವಿಷಾದಕ್ಕಲ್ಲ. ಬಾಬೂಜಿಯವರು ವಿವರಿಸಿದಂತೆ: ಯಾಚಿಸುವ ಮನಸ್ಥಿತಿಯು ಆತ್ಮಾನುಕಂಪ ಅಥವಾ ದುಃಖದ ಮನಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲ; ಬದಲಾಗಿ ದೇವರ ಮುಂದೆ ಮಗುವಿನಂತಹ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯ ಮನಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿದ್ದು, ಅದು ಏನನ್ನೂ ಮರೆಮಾಚುವುದಿಲ್ಲ, ಏನನ್ನೂ ಸಮರ್ಥಿಸುವುದಿಲ್ಲ,

### ವಿಷಾದ ಮತ್ತು ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ: ತಿರುವಿನ ವಿಜ್ಞಾನ

ವಿಷಾದ  
(ಹಿನ್ನೋಟ)



ಅಹಂನ ಗೀಳು. "ಅದನ್ನು ನಾನು ಮಾಡಬಾರದಿತ್ತು".  
ಲಜ್ಜೆಯ ಸುರುಳಿ. ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಕುಣಿಕೆ.

ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ  
(ಅಸ್ತಿತ್ವದ ತಿರುಗಣೆ)



ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ. "ನಾನು ಹೀಗೆ ಮುಂದುವರಿಯಲಾರೆ. ನನಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡಿ". ಮೊದಲು-ಮತ್ತು-ನಂತರ". ಮುನ್ನಡೆಯ ತಿರುವು

ಹೃದಯದ ವಾಸ್ತವ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹಾಗೂ ಸಹಾಯ ಕೋರುವುದನ್ನು ಸರಳವಾಗಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿದ್ದಾಗ, ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಭರವಸೆಗಳನ್ನು ಅದು ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ, ಅದು ಹೇಳುತ್ತದೆ, "ನಾನು ಇರುವುದು ಹೀಗೇ. ಇದನ್ನೇ ನಾನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.. ನಾನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬಹುದೆ ಹೇಗೆ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ. ದಯವಿಟ್ಟು ನನಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡಿ." ಈ ರೀತಿಯ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ನಮ್ಮ ವಿನ್ಯಾಸಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳಿಗಿಂತ ಆಳವಾಗಿ ತಲುಪುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯು, ಪ್ರಯತ್ನ ವಿಫಲವಾದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ದೈವಾನುಗ್ರಹವು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ದಾರಿಯನ್ನು ತೆರವುಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

## ನಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆಯ ವಿನ್ಯಾಸಗಳು ನಿಜಕ್ಕೂ ಏನನ್ನು ಬಯಸುತ್ತವೆ

ನಮ್ಮ ಆಸೆಗಳೊಂದಿಗಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ತಕ್ಷಣವೇ ಬದಲಾಯಿಸುವ ಒಂದು ರಹಸ್ಯವಿದೆ: ನಮ್ಮ ವಿನ್ಯಾಸಗಳು ಅವು ಬಯಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಬಯಸದೆ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಆಳವಾದದ್ದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ. ಭೌತಿಕ ಸುಖದ ಹಂಬಲವು ಅದರ ಮೂಲದಲ್ಲಿ, ಐಕ್ಯತೆಯ ಹಂಬಲವಾಗಿದೆ. ಕ್ಷಣಿಕ ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ಅವಿಶ್ರಾಂತ ಅನ್ವೇಷಣೆಯು ಅದರ ಮೂಲದಲ್ಲಿ, ಶಾಶ್ವತ ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿನ ಹುಡುಕಾಟವಾಗಿದೆ. ಹಾದುಹೋಗುವ ವಸ್ತುಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಅದರ ಮೂಲದಲ್ಲಿ, ಶಾಶ್ವತವಾದದ್ದನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿದೆ. ಸಾಧಕರು ಏನನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ವಿನ್ಯಾಸಗಳ ತಪ್ಪಿಲ್ಲ; ಅವರು ಎಲ್ಲಿ ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂಬುದು ತಪ್ಪಾಗಿದೆ.

ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ ನಮ್ಮ ವಿನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಸಂಘರ್ಷಕ್ಕಿಂತಲೂ ಕರುಣೆಯಿಂದ ಎದುರಿಸಬಹುದೆನಿಸುತ್ತದೆ: "ನೀವು ಏನನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಾಗಿದೆ. ಅದು ಇಲ್ಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದು ಎಲ್ಲಿದೆಯೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಬನ್ನಿ."

ಈ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಒಂದು ವಿನ್ಯಾಸದ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಅಥವಾ ಅದರ ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಅಥವಾ ನಿರಾಕರಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ. ಹೋರಾಟ ಎರಡೂ ಬದಿಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಬಲಪಡಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಿರಾಕರಿಸಿದರೆ ಅದನ್ನು ಸುಪ್ತಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಹುದುಗಿಸುತ್ತದೆ; ಅಲ್ಲಿ

---

<sup>1</sup> ರಾಮಚಂದ್ರ, 2019. ಸಹಜ ಮಾರ್ಗದ ಹತ್ತು ನಿಯಮಗಳ ಮೇಲಿನ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ. ಶ್ರೀ ರಾಮಚಂದ್ರ ಮಿಷನ್, ಭಾರತ

ಅದು ಮತ್ತೆ ಪ್ರಚೋದಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ, ಬೆಳಕನ್ನು ಬೆಳಗಿಸುವುದರಿಂದ ಮೂಲದಲ್ಲಿನ ತಪ್ಪು ತಿಳಿವಳಿಕೆಯನ್ನು ಕರಗಿಸಬಹುದು.

## ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಬದಲಾಯಿಸುವ ತಿರುವು

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣದ ಯಾವುದೋ ಹಂತದಲ್ಲಿ, ಏನೋ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ನಾಟಕೀಯ ಬದಲಾವಣೆಯಲ್ಲ, ಅಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಂಭವ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಹಲವು ವೇಳೆ, ನಾವು ಅದನ್ನು ತಕ್ಷಣ ಗಮನಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣೆಯ ಕೇಂದ್ರ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಹಿಂದೆ, ಹೃದಯವು ಸುಖದ ಕಡೆಗೆ ವಾಲಿತ್ತು, ಸಾಂದರ್ಭಿಕವಾಗಿ ಮುಕ್ತಿಯ ಕಡೆ ನೋಡುತ್ತಿತ್ತು. ಈಗ, ಹಳೆಯ ವಿನ್ಯಾಸಗಳಿಂದ ಸಾಂದರ್ಭಿಕ ಸೆಳೆತಗಳು ಇವೆಯಾದರೂ, ಹೃದಯವು ಮುಕ್ತಿಯತ್ತ ತಿರುಗಿದೆ. ಸೆಳೆತಗಳು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತವೆ, ಆದರೆ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ ಬದಲಾಗಿದೆ.

ಈ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಒತ್ತಾಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನಾವು ಅದಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧರಾಗಬಹುದು. ದೋಣಿಯನ್ನು ನಡೆಸಲು ಕಲಿಯುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬಲವಾದ ಗಾಳಿ ಮತ್ತು ಅಪ್ಪಳಿಸುವ ಅಲೆಗಳಿಗೆ ಸಿಲುಕಿ ಮಗುಚಿ ಬೀಳುತ್ತಾನೆ; ಆದರೆ ನಿರಂತರ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ, ಅವರು ಎಲ್ಲ ಹವಾಮಾನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ನೌಕಾಯಾನದಲ್ಲಿ ನಿಪುಣರಾಗುತ್ತಾನೆ. ಇದೇ ರೀತಿ, ನಮ್ಮ ಅಭ್ಯಾಸ, ದೈನಂದಿನ ಶುದ್ಧೀಕರಣ, ಪ್ರತಿ ನಿತ್ಯದ ಧ್ಯಾನ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಸ್ವ-ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ, ಕುಸಿತದ ಕಾರಣಗಳು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ವಿನ್ಯಾಸಗಳ ಮೀರಿ ಆಚೆಗಿರುವುದರೊಡನೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆ, ಇವೆಲ್ಲ ಮುಂದಿನ ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುತ್ತವೆ. ನಂತರ, ಹೃದಯವು ಸಿದ್ಧವಾದಾಗ ಬದಲಾವಣೆಯು ಕೃಪೆಯಿಂದ ತಂತಾನೆ ತನ್ನದೇ ಕಾಲಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.

## ಸದಾ ಕುಸಿಯುವವರಿಗೆ

ನೀವು ಇದನ್ನು ಓದುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸ್ವ-ಹೋರಾಟವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದರೆ, ಕುಸಿದಿದ್ದು ವ್ಯರ್ಥವಾಗಿಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿಯಿರಿ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕುಸಿತ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಏನನ್ನಾದರೂ ನಿಮಗೆ ಕೊಟ್ಟಿದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿ ಜೇತರಿಕೆ ಏನನ್ನಾದರೂ ನಿರ್ಮಿಸಿದೆ. ಇದರ ಭಾರವನ್ನು ನೀವು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬ ಅಂಶವೇ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಏನೊಂದನ್ನೂ ಅದು ಬಿಟ್ಟುಕೊಟ್ಟಿಲ್ಲವೆಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಈಗ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಅದೇ ರೀತಿಯ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯತ್ನವಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ ಬಯಸುವುದರ



ಗುಣಮಟ್ಟದಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆ. ಕೆಲವು ಸಲಹೆಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ:

ನೀವು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಭರವಸೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ. ಬದಲಾಗಿ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಸ್ವ-ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ; ನೀವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಎಷ್ಟು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಬಯಸುತ್ತೀರಿ? ನಿಮ್ಮ ಬಯಕೆಯ ವಿನ್ಯಾಸಗಳಿಂದ ನೀವು ಎಷ್ಟು ಸೆಳೆಯಲ್ಪಡುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದರ ವಿರುದ್ಧ ಅದನ್ನು ಅಳೆಯಿರಿ. ನಿಖರವಾಗಿ, ಹಿಂಜರಿಯಬೇಡಿ ಮತ್ತು ಸಾಪೇಕ್ಷ ಆಕರ್ಷಣೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ನಂತರ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಿ, "ಪ್ರಮಾಣಗಳು ಯಾವ ರೀತಿ ಬದಲಾಗಬಹುದು?" ಇದು ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ ಅಥವಾ ನೈತಿಕ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ; ಅದು ದೊಡ್ಡ ಹಸಿವನ್ನು ಪೋಷಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಸಣ್ಣದನ್ನು ಹಸಿವಿನಿಂದ ನರಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಆಳವಾದ ಹಂಬಲವನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುವ ಪ್ರಾಣಾಹುತಿಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ನಿಮಗೆ ನೆನಪಿಸುವವರ ಸಂಗದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

## ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಯೋಗ್ಯವಾದ ಭರವಸೆ

ಒಂದು ಭರವಸೆ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಯೋಗ್ಯವಾಗಿದೆ - ಅದು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುವ ಭರವಸೆ. ಪ್ರತಿ ಬಾರಿಯೂ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗುತ್ತೇನೆ ಎಂಬ ಭರವಸೆಯಲ್ಲಿ ಅರ್ಥವಿಲ್ಲ; ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಮಾನವ ಖಾತರಿಯನ್ನು ಮೀರಿದ್ದು. ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುವುದು, ಮೇಲೇರುತ್ತಲೇ ಇರುವುದು, ಹೃದಯವನ್ನು ಅತ್ಯುನ್ನತವಾದದ್ದರ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿಸುವುದು ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿದೆ.

ವೈಫಲ್ಯದ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ದೇವರು ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಅಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ; ತೀವ್ರತರ ಹಂಬಲದ ನಿರಂತರತೆಯಿಂದ ಪರಮಾತ್ಮನು ನಮ್ಮ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಅಳೆಯುತ್ತಾನೆ. ಸಾವಿರ ಬಾರಿ ಬಿದ್ದು ಸಾವಿರ ಬಾರಿ ಏಳುವ ಸಾಧಕರು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖವಾದುದನ್ನು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸಿದ್ದಾರೆ; ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಲು ಅವರು ನಿರಾಕರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ನಿರಾಕರಣೆಯ ಒಂದು ವಿಜಯ, ನಿರಂತರತೆಯ ಒಂದು ಪರಿವರ್ತನೆ. ಹಟದಿಂದ ಹಾಗೂ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಯಾಂತ್ರಿಕ ಪ್ರಯತ್ನವೆಂಬಂತೆ ಆರಂಭಗೊಂಡಿದ್ದು, ಕಾಲಾಂತರದಲ್ಲಿ ಸಹಜ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹೋರಾಟವಾಗಿದ್ದುದು ಹರಿವಾಗುತ್ತದೆ, ವಿಭಜನೆಗೊಂಡದ್ದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿಭಜಿತ ಹೃದಯವು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ವಿಭಜಿತವಾಗಿ ಉಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ.

ಒಂದು ದಿನ, ಯಾವುದೇ ಸಡಗರವಿಲ್ಲದೆ, ಅದು ಸುಲಭದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ದಿಕ್ಕನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದಾಗ, ತಾನು ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಏಕೆ ಚಲಿಸಿದೆಯೆಂದು ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡುತ್ತದೆ.



ಒಳಗಿನ ಯುದ್ಧ ನಿಜ. ಅದರ ಮೂಲಕ ಹೋಗುವ ಮಾರ್ಗವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಹಂಬಲ. ಫಲಿತಾಂಶವು ಈಗಾಗಲೇ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬರೆಯಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ; ಯಾವುದು ಸತ್ಯವೋ ಅದು ಉಳಿಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸುಳ್ಳು ಉದುರಿಹೋಗುತ್ತದೆ. ಜೋಡಣೆ ಶಾಶ್ವತವಾಗುವವರೆಗೆ, ಸತ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ಇರುವುದು ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸ.

ಆ ಜೋಡಣೆಯ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮನೆಗೆ ಕರೆಯುತ್ತಿದೆ.

ಓಂ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ.

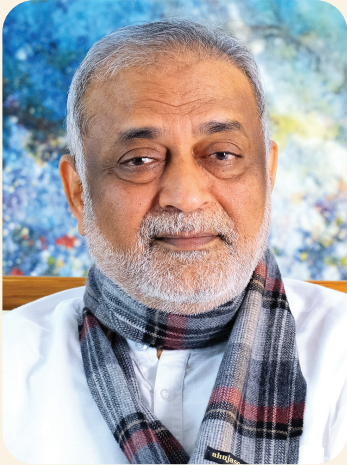
ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಆದರದಿಂದ

**ಕಮಲೇಶ**

ಪೂಜ್ಯ ಶ್ರೀ ಲಾಲಾಜಿ ಮಹಾರಾಜರ 153ನೇ ಜಯಂತೋತ್ಸವದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಸಂದೇಶ ಫೆಬ್ರವರಿ 2, 2026



ಪೂಜ್ಯ ಶ್ರೀ ಲಾಲಾಜಿ ಮಹಾರಾಜರ 153ನೇ ಜಯಂತೋತ್ಸವದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಸಂದೇಶ  
ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2 ಮತ್ತು 3, 2026, ಕಾನ್ಪು ಶಾಂತಿ ವನಂ



## Masterclasses with Daaji

You can start Heartfulness meditation at any time! Join Daaji for a three-part masterclass series, where he shares the benefits of the Heartfulness way and explains how to add Heartfulness relaxation, meditation, cleaning and prayer to your daily routine. All masterclasses are free of charge.



<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

