

ಸ್ವಯಂಚಲನ

ಪ್ರಿಯ ಸ್ನೇಹಿತರೆ,

ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಯಂಚಲನವನ್ನು ತರಲು ಬಾಬೂಜಿ ಮಹಾರಾಜರು ತಮ್ಮ ಸಂದೇಶಗಳಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೇರಿತಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮೂಲಭೂತವಾಗಿ, ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಒಂದೇ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ನಿಯತಗೊಳಿಸಲು ಅವರು ನಮಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಮ್ಮ ನಿದ್ರಾಹಾರಗಳ ಸಮಯವನ್ನೂ ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನಿಯತಗೊಳಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಲಾಭಕರವೇ ಆಗಿದೆ. ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ನಿಗದಿತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ಆ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವುದು ಸಹಜ ಹಾಗೂ ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ; ಆ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ದೇಹವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಜೈವಿಕ ಗಡಿಯಾರ ಸ್ಥಾಪಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸರಳವಾದ ಸತ್ಯ.

ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ

ಒಂದು ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನಿಯತವಾಗಿ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅಣಿಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಸಿದ್ಧಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಿಯತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ, ನೀವು ಹೆಚ್ಚು ಕಷ್ಟಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿದಿನ ಮುಂಜಾನೆ ಒಂದೇ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ, ತನ್ನಿಂತಾನೇ ನೀವು ಧ್ಯಾನದ ಆಳಕ್ಕಿಳಿಯುತ್ತೀರಿ; ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವ ಅಗತ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಬೆಳಗು ಮುಂಜಾನೆಯ ಮೊದಲೇ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದರೆ, ಬಾಬೂಜಿಯವರ ಒಂದನೇ ನಿಯಮದ ಪ್ರಕಾರ, ಅದು ನಿಮಗೆ ಮತ್ತೂ ಸಹಜವಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ.

ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ, ಸಮಯವನ್ನು ನಿಗದಿಗೊಳಿಸುವ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆಯಷ್ಟೆ; ಇದು ಬಾಬೂಜಿ

ಮಹಾರಾಜರು ಹೇಳುವ ಸ್ವಯಂಚಲನೆಯ ನಿಜಾರ್ಥದ ಎಳ್ಳಷ್ಟೂ ಇಲ್ಲ. ಆದರೂ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ಇದನ್ನು ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆಯನ್ನಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಲೂ ವಿವರಣೆಯ ಅಗತ್ಯ ಕಾಣುತ್ತದೆ, ಏಕೆಂದರೆ 'ಸ್ವಯಂಚಲನೆ' ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತಪ್ಪಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಇದು ನಮ್ಮ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಅತಿರೇಕದ ಉದಾಹರಣೆಯೆಂದರೆ, ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶಕ್ಕೆ ಪಯಣಿಸುವ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಆನಂದಿಸಲು ತನ್ನ ಅಭ್ಯಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಅತೀವ ಸ್ವಯಂಚಲನೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಗಗನಯಾತ್ರಿಯದು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕರು ಕಾರನ್ನು ಚಲಾಯಿಸುವಾಗ ಅಗತ್ಯವಾದ ಸ್ವಯಂಚಲನೆಯನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅಭ್ಯಾಸದ ವಿನಾ, ಸ್ಪಿಯರಿಂಗ್ ತಿರುಗಿಸುವುದು, ಆಕ್ಸಿಲರೇಟರ್ ಮತ್ತು ಬ್ರೇಕ್ ಅನ್ನು ಒತ್ತುವುದು, ಗೇರ್ ಬದಲಿಸುವಾಗ ಕ್ಲಚ್ ಅನ್ನು ಒತ್ತುವುದು, ಮುಂಭಾಗದಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿಯಿರಿಸುವುದು, ಪಕ್ಕದ ಕನ್ನಡಿಯಲ್ಲಿ, ಹಿನ್ನೋಟದ (ರಿಯರ್ ವ್ಯೂ) ಕನ್ನಡಿಯಲ್ಲಿ ನೋಡುವುದು, ಸೂಚನಾದೀಪಗಳನ್ನು ಹಾಕುವುದು, ಹಾಗೂ ಚಲಾಯಿಸುತ್ತಲೇ ಸಂಭಾಷಣೆಯಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗುವುದು ಅಥವಾ ಸಂಗೀತವನ್ನೋ, ಪಾಡ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಅನ್ನೋ ಆಲಿಸುವುದು - ಹೀಗೆ ಏಕಕಾಲಕ್ಕೆ ವಿವಿಧ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಕಷ್ಟವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಬೇಕೆಂದಲ್ಲ ವಾಹನ ಚಲಾಯಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ನಾವು ಸ್ವಯಂಚಲನೆಯ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತರಾಗಿದ್ದೇವೆ.

ಪ್ರಯತ್ನರಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಅಪಾರ ಪ್ರಯತ್ನದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ

ನಾವು ಈ 'ಮನೋರಾಹಿತ್ಯ' ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯ ಮತ್ತಷ್ಟು ಉನ್ನತ ಸ್ತರಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಬಹುದು. ಅದನ್ನು ಪತಂಜಲಿ ಋಷಿಗಳು ತಮ್ಮ ಯೋಗಸೂತ್ರದ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಅತಿ ಸುಂದರವಾಗಿ, ಸರಳವಾಗಿ ಯೋಗದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ.

1.2 ಯೋಗ: चित्त-वृत्ति निरोधः

ಯೋಗಶ್ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿ ನಿರೋಧಃ

ಮನಸ್ಸು ತನ್ನ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ನಿಧಾನಗೊಳಿಸಿ,
ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸುವ ಸ್ಥಿತಿಯೇ ಯೋಗ.

ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯ ಆದರ್ಶ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ತಿದ್ದುಪಡಿ ಮಾಡುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಯತ್ನ ಹಾಕುವುದೋ, ಆ ಕೆಲಸ ಅಷ್ಟೇ ಅಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಶ್ರೇಷ್ಠ ವೇಣುವಾದಕನನ್ನು ನಿದ್ರೆಯಿಂದ ಎಬ್ಬಿಸಿದರೂ ಆತನು ಕೌಶಲದಿಂದಲೇ ನುಡಿಸುತ್ತಾನೆ. ವೇಣುವಾದಕನು ಅರೆಪ್ರಜ್ಞಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿರಬಹುದು, ಆತನ ಮನಸ್ಸು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಆತನ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕೊಳಲನ್ನು ಇಟ್ಟೊಡನೆ ಆತನ ಉಸಿರು ಹರಿಯಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ, ಬೆರಳುಗಳು ನುಡಿಸಲಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ಆತನಿಗೆ ತಾನು ನುಡಿಸುತ್ತಿರುವ ಕೃತಿಯ ಅರಿವಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಆಲಿಸುವುದೆಂದರೆ ಕಲೆಯ ಸನ್ನಿಧಿಯಲ್ಲಿರುವುದು. ಆತನ ಸಂಗೀತಗಾರಿಕೆ ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿದ್ದು, ಅದಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ಸಕ್ರಿಯ ಮಾನಸಿಕ ಆಯ್ಕೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಯೋಚನೆಗೆ ಆಸ್ಪದವಿಲ್ಲದಂತಹ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸ್ಥಿತಿಯಿದ್ದಾಗ, ಯೋಚಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕಾಣದಂತಾಗುತ್ತಾನೆ. ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರವು ಇದನ್ನು 'ಹರಿವಿನ ಸ್ಥಿತಿ' ಅಥವಾ 'ತಲ್ಲೀನತೆ' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ತಜ್ಞನೊಬ್ಬನು ತನ್ನ ಪರಿಣತಿಯಲ್ಲಿ ಅದೆಷ್ಟು ಆಳವಾಗಿ ತನ್ಮಯನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ ಎಂದರೆ ಆತನ ಆತ್ಮಪ್ರಜ್ಞೆ ಮಾಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆತ ಎಲ್ಲಿ ಹೋಗಿರುತ್ತಾನೆ? ಆತ ತನ್ನ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತಲ್ಲೀನನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ.

ಬಾಸೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟಗಾರನೊಬ್ಬನಿಗೆ, “ನಾನು ಹೀಗೆ ಹೊಡೆಯಲೋ, ಹಾಗೆ ಹೊಡೆಯಲೋ” ಎಂಬ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲು ಸಮಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಹೊತ್ತಿಗೆ, ಅವಕಾಶ ಕೈತಪ್ಪಿಹೋಗಿರುತ್ತದೆ. ಆತನ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಅನೈಚ್ಛಿಕವಾಗಿಯೂ, ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವೂ ಆಗಿರಬೇಕು. ಹಾಗಾದರೆ ಆತ ಈ ಸ್ವಯಂಚಲನೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಿದುದು ಹೇಗೆ? ಈ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಲು ಮಾಡಿದ ಆತನ ಪರಿಶ್ರಮವನ್ನು ನಾವು ಒಪ್ಪಲೇಬೇಕು. ಪ್ರಯತ್ನರಾಹಿತವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಅಗಾಧ ಪ್ರಯತ್ನದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ವೇಣುವಾದಕನು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ತನ್ನ ಕಲೆಯ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಂಶದ ಮೇಲೂ ಪ್ರಭುತ್ವ ಸಾಧಿಸಲು ಪ್ರಯಾಸಪಡುತ್ತ, ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗುತ್ತಾನೆ. ಬಾಸೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟಗಾರನು ಎಲ್ಲ ಕೋನಗಳಿಂದಲೂ ಹೊಡೆತಗಳನ್ನು ಹೊಡೆಯುವುದನ್ನು ಸಾವಿರಾರು ಬಾರಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ; ಆಗ ಅಗತ್ಯದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆ ಕ್ರಿಯೆ ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮೇಲಿನ ಪ್ರಭುತ್ವ

ಅಧ್ಯಾತ್ಮದಲ್ಲಿ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮೇಲಿನ ಪ್ರಭುತ್ವವೇ ನಮ್ಮ ಧ್ಯೇಯ. ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಕಾಮನಬಿಲ್ಲಿನಂತೆ ಪರಿಗಣಿಸಿದರೆ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವರ್ಣವೂ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಆವರ್ತನವನ್ನು (ಫ್ರೀಕ್ವೆನ್ಸಿ) ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆಂದು ಭಾವಿಸಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಐಹಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸಿದರೆ, ಆ ಕ್ಷಣದ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ, ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿ, ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಯಾವುದೇ ಆವರ್ತನವನ್ನೂ ತಲುಪಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವ ಸ್ಥಿತಿ ನಮ್ಮದಾಗಲು ಅದು ನೆರವೀಯುತ್ತದೆ. ಬಾಬೂಜಿಯವರು ಅದರ ದೃಷ್ಟಾಂತವಾಗಿದ್ದರು. ಒಂದು ಕ್ಷಣ ಅವರು ಕೇಂದ್ರದೊಂದಿಗೆ ತಾದಾತ್ಮ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ವಿಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುತ್ತಿದ್ದರು. ಕ್ಷಣಕಾಲಾನಂತರ ಅಗಾಧ ಹುರುಪಿನಿಂದ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ರಂಜಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಆವರ್ತನವು ಅವರ ಕಾರ್ಯದ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ಇತ್ತು. ಅವರು ಕಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು, ಕಿರಿಯರೊಂದಿಗೆ

ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತ ಕ್ರಿಯೆಯೆಂದರೆ ಯಂತ್ರಮಾನವನಂತೆಯೋ, ಯಾಂತ್ರಿಕ ಅಥವಾ ಚೈತನ್ಯರಹಿತ ಕ್ರಿಯೆಯೋ ಅಲ್ಲ. ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯಕ್ಕೆ ನಿರ್ಬಂಧವೊಡ್ಡುವ ಬದಲಾಗಿ ಅದು ವಸ್ತುತಃ ನಮ್ಮನ್ನು ಅಧಿಕತರ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನೀವು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನವನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಎಲ್ಲ ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಚಲನೆಗಳೂ ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವೆಂಬುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಮೇಘವು ತನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಮಳೆಯನ್ನು ಸುರಿಸಬೇಕೋ ಅಥವಾ ತಡೆಹಿಡಿಯಬೇಕೋ ಎಂದು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಆಯ್ಕೆಯಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲವೂ ತನ್ನಂತಾನೇ ಅತಿ ಸಹಜ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಹೇಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತಿದ್ದಿರಬಹುದೆಂದು ನಾವು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿ ನಡೆದುವು. ಅವರ ಸಹಜತೆ ಅಂತಹುದು.

ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಆವರ್ತನವನ್ನು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿ ತಲುಪಲು ನಾವು ಅದಾಗಲೇ ಅದರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭುತ್ವವನ್ನು ಪಡೆದಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಆವರ್ತನವನ್ನು ತಲುಪಿ, ಅದನ್ನು ಮೀರುವವರೆಗೂ ನಮ್ಮ ಇಚ್ಛಾನುಸಾರ ಅದನ್ನು ಮರಳಿ ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದು. ಸರಿಯಾದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾದ ಹೊಡೆತವನ್ನು ನೀಡಲು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹೊಡೆತವನ್ನೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟಗಾರನಂತೆ, ಅಗತ್ಯವಾದ ಆವರ್ತನಕ್ಕೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಶ್ರುತಿಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ ನಾವೂ ಕೂಡ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸ್ತರದಲ್ಲೂ ಪ್ರಾವೀಣ್ಯತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಬೇಕು.

ಕೇವಲ ಇಚ್ಛಿಸುವುದರಿಂದ, ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವುದರಿಂದ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಆವರ್ತನಕ್ಕೆ ಜಿಗಿಯುವ ಸಂಭವವಿಲ್ಲ. ಪುನಃ ಪುನಃ ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸವೆಂಬ ಅತಿ ಮುಖ್ಯ ಅಂಶಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತೇವೆ. ಅಭ್ಯಾಸದ ವಿನಾ ನಮಗೆ ಅನೈಚ್ಛಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸೈಕಲ್ ಸವಾರಿಯಂತೆ ಅಥವಾ ಫುಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟದಂತೆ ಅಥವಾ ಸಂಗೀತವಾದ್ಯದಂತೆ, ಅಭ್ಯಾಸವೇ ಇದರ ಕೀಲಿಕೈ. ಅಭ್ಯಾಸವೆಂದರೇನು? ಪ್ರಯತ್ನರಾಹಿತ್ಯದ ಸಲುವಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಪಡುವುದು.

ಪ್ರಯತ್ನ, ಪ್ರಯತ್ನರಾಹಿತ್ಯ ಮತ್ತು ಕರ್ತೃತ್ವ

ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭುತ್ವ ಸಾಧಿಸುವ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ, “ನಾನೇ ಕರ್ತೃ” ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ತರಬಹುದು. ಪ್ರಯತ್ನದ ಉಪ-ಉತ್ಪನ್ನವಾದ ಈ ಭಾವನೆಯು ಅಹಂಕಾರದ ಸ್ಪಷ್ಟ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನವೂ ಆಗಿದೆ. ಸಂಸ್ಕೃತ ಪದವಾದ ‘ಅಹಂಕಾರ’ದ ವ್ಯುತ್ಪತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಅಹಂ ಎಂದರೆ ‘ನಾನು’ ಹಾಗೂ ಕಾರ ಎಂಬುದರ ಮೂಲ ‘ಕೃ’ ಅಂದರೆ ‘ಮಾಡುವುದು’ ಎಂದರ್ಥ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ, ‘ಅಹಂಕಾರ’ ಎಂದರೆ ಅಕ್ಷರಶಃ ‘ನಾನು ಕರ್ತೃ’ ಎಂದಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯತ್ನಮಾಡಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡುವುದು ಹಾಗೂ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಕರ್ತೃತ್ವಭಾವವೂ ಸೇರಿದರೆ ಅಹಂಕಾರ ಮತ್ತಷ್ಟು ಬಲವಾಗುವುದಷ್ಟೆ. ಇದು ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕೆ ಭಂಗ ತರುತ್ತದೆ.

ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ, ಸ್ವಯಂಚಲನೆಯ ನಿಜಾರ್ಥವೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಕರ್ತೃತ್ವಭಾವ ಅಥವಾ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ವರ್ಗಾಯಿಸುವುದು. ಅದು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? ಕರ್ಮದ ಅರಿವು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿದ್ದು, ಅದು ನೀವಲ್ಲದೆ ಬೇರೆ ಯಾವುದೋ ಕಾರಕದ ಮೂಲಕ ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿದೆಯೆಂದು ಭಾವಿಸಿದರೆ, ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. (ಕರ್ತೃತ್ವಭಾವ ಒಂದು ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿ ಅಥವಾ ಮನೋಭಾವವಷ್ಟೇ ಎಂಬುದನ್ನು ದಯವಿಟ್ಟು ಗಮನಿಸಿ. ಅದನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವುದೆಂದರೆ ನೀವು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯರಾಗುವುದೆಂದು ಅರ್ಥವಲ್ಲ.)

ಋಷಿ-ಮುನಿಗಳು ಸಾಕ್ಷೀಭಾವವನ್ನು ಕೊಂಡಾಡುತ್ತಾರೆ; ಅಲ್ಲಿ ನಾವು ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳ ಕರ್ತೃವಾಗದೆ ಕೇವಲ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ, ಅಷ್ಟಾವಕ್ರ ಮುನಿ ಹಾಗೂ ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳು ಈ ಸಾಕ್ಷೀಭಾವವನ್ನು ಪ್ರಶಂಸಿಸಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೂ ಅನೇಕ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಅದಕ್ಕೆ ಸಾಕಷ್ಟು ವಿವರಣೆಗಳನ್ನು ಕೂಡ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

ಆದರೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ಈ ಸಾಕ್ಷೀಭಾವ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು ಸುಲಭವಾಗದು. ಸಾಕ್ಷಿಯು ಬಂಧನವಿಲ್ಲದೆ, ಅಚಲನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ; ತನ್ನ ಅನುಭವ ಮತ್ತು ಸುತ್ತಲಿನ ಪರಿಸರದೊಡನೆ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ನಿಮ್ಮದೇ ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಅನ್ಯಮನಸ್ಕತೆಯಿಂದಿರಬಲ್ಲೀರಾ? ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಕರ್ತೃತ್ವಭಾವದ ದೋಷವನ್ನು ಮೀರಲು, ಬಾಬೂಜಿಯವರು ಸರಳೀಕರಿಸಿದ ಸುಲಭ ವಿಧಾನವನ್ನು ನಮಗೆ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ನಾವು ಕರ್ತೃವಾಗಿ ಉಳಿದರೂ ನಮ್ಮ ಕರ್ಮವನ್ನು 'ಆತ'ನಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ, ಬಾಬೂಜಿಯವರು ನಮ್ಮೆಲ್ಲ ವ್ಯವಹಾರಗಳಲ್ಲಿ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಹೊಸ ಮನೋಭಾವದೊಂದಿಗೆ, ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಕೆರಳಿಸದೆಯೇ ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಇದು ಭಕ್ತಿಮಾರ್ಗದ ಪ್ರಭಾವ. ಇದನ್ನು ನಾವು ನಿರಂತರ ಸ್ಮರಣೆ ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಆವರ್ತನಗಳೊಂದಿಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆ

ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಆವರ್ತನವನ್ನು ಕರಗತ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಿರುವಾಗ, ಯಾವ ರೀತಿಯ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕು? ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಎ.ಇ.ಐ.ಒ.ಯು (ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಚೈತನ್ಯಗೊಳಿಸುವುದು, ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅಂತರ್ಗತವಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಸ್ಥಿತಿಯೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗುವುದು ಹಾಗೂ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿತಿಯೊಂದಿಗೆ ಐಕ್ಯವಾಗುವುದು) ಎಂಬ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಯಾವುದೇ ಹೊಸ ಅವಸ್ಥೆಯೊಂದು ಸುಪ್ತಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಮಿಳಿತಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಅದನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿಕೊಂಡು, ಸ್ವಯಂಚಲನೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಎ.ಇ.ಐ.ಒ.ಯು ಎಂಬುದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯ ಪಾತ್ರವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಮತ್ತೊಂದು ಅತಿ ಮಹತ್ವದ ಪ್ರಯತ್ನವೆಂದರೆ ನಿಯತವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಶುದ್ಧೀಕರಣ; ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯ ವಿನಾ ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಪ್ರಯತ್ನಗಳೂ ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಕ್ಲಿಷ್ಟಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಪರಿಶುದ್ಧ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಲ್ಲದೆ ಹೋದರೆ, ಅನೇಕ ಕಾರ್ಯನಿರತ ಆವರ್ತನಗಳ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಅಂಶಗಳು ನಮ್ಮ ಅರಿವಿಗೂ ಬಾರವು.

ಯಾವುದೇ ಹೊಸ ಅವಸ್ಥೆಯೊಂದಿಗಿನ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನವು ಸಮಗ್ರವಾಗಿರಬೇಕು. ಅದು

ಬಾಬೂಜಿಯವರು ಸರಳೀಕರಿಸಿದ ಸುಲಭ ವಿಧಾನವನ್ನು ನಮಗೆ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ನಾವು ಕರ್ತೃವಾಗಿ ಉಳಿದರೂ ನಮ್ಮ ಕರ್ಮವನ್ನು 'ಆತ'ನಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ, ಬಾಬೂಜಿಯವರು ನಮ್ಮೆಲ್ಲ ವ್ಯವಹಾರಗಳಲ್ಲಿ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಹೊಸ ಮನೋಭಾವದೊಂದಿಗೆ, ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಕೆರಳಿಸದೆಯೇ ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಇದು ಭಕ್ತಿಮಾರ್ಗದ ಪ್ರಭಾವ. ಇದನ್ನು ನಾವು ನಿರಂತರ ಸ್ಮರಣೆ ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ.

ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕವಾಗಿರಬೇಕೆಂದು ನಮ್ಮಿಚ್ಛೆಯಾದರೆ, ಭೌತಿಕ ಸ್ತರವನ್ನೂ ಸೇರಿದಂತೆ ಅದು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸ್ತರದಲ್ಲೂ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಆ ಅವಸ್ಥೆ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ನಿಧಾನಗೊಳಿಸಿದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಿತಿ ತೀವ್ರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ, ಉದ್ದಿಗ್ನತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಉಸಿರಾಟವು ಕೆರಳಿಕೆಯಂತಹ ಭಾವನೆಯನ್ನು ತರುವ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಭಂಗಗೊಳಿಸಬಹುದು.

ಬಾಹ್ಯಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಶ್ರುತಿಗೊಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಶ್ರುತಿಗೊಳಿಸುವ ತತ್ತ್ವ ಬಾಬೂಜಿಯವರಿಗೆ ಚಿರಪರಿಚಿತವಾಗಿತ್ತು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಪ್ರೇಮ ಮತ್ತು ಹಂಬಲವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವ ಅವರ ವಿಧಾನದ ತಳಹದಿ ಇದುವೇ ಆಗಿದೆ. ನಾವು ಯಾರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವೆವೋ ಅವರನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತೇವೆಂಬುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ ಬಾಬೂಜಿಯವರು, ಆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಕ್ರಮವನ್ನು ವಿಲೋಮಗೊಳಿಸಿ, ನಾವು ಯಾರನ್ನು ಪ್ರೇಮಿಸಬಯಸುವೆವೋ ಅವರನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಪ್ರೇಮವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ಸೂಚಿಸಿದರು. 1982ರಲ್ಲಿ ಸೂರತ್‌ನಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಸಂದೇಶದಲ್ಲಿ, ಅಭ್ಯಾಸಿಯೊಳಗೆ ನಿಜವಾದ ಹಂಬಲ ಇರದಿದ್ದಾಗ, ಹಂಬಲದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅನುಕರಿಸಿದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಆ ಸ್ಥಿತಿಯ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗುವುದೆಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಅದು ಕೃತ್ರಿಮವಾದರೂ, ಕಾಲಕ್ರಮೇಣ ವಾಸ್ತವವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹೊಸ ಸ್ಥಿತಿಯೂ ನಿಮ್ಮ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಸಮರಸಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗುತ್ತವೆ. ಕ್ರಮೇಣ, ಬದುಕು ಸವೆಸುವ ಸಲುವಾಗಿ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಬದಲಾಗಿ, ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಒದಗಿಬರುತ್ತಿದೆ ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳು ನಿರ್ದೇಶನಕ್ಕೆ ಒಳಪಟ್ಟಿವೆಯೆಂದು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ನಿಮ್ಮ ಬದಲಾಗಿ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಉನ್ನತ ಕಾರಕನೇ ಕರ್ತೃವೆಂದು ತೋರುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಹಜವಾಗಿ ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ, ಆ ಉನ್ನತ ಕಾರಕನನ್ನು ಗುರುವೆಂದು ಗುರುತಿಸಿ, 'ಆತನೇ ಕರ್ತೃ'ವೆಂದು ತಿಳಿಯುವ ಬಾಬೂಜಿಯವರ ವಿಧಾನವನ್ನು ನೀವು ಸ್ವೀಕರಿಸಬಹುದು. ಈ ಮನೋಭಾವದೊಂದಿಗೆ, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕರ್ತೃತ್ವವನ್ನು, ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಗುರುಗಳಿಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿ, ಅನಾವರಣಗೊಳ್ಳುವ ಉನ್ನತ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಸಾಕ್ಷಿ ಮಾತ್ರವೇ ಆಗುತ್ತೀರಿ. ಪೂರ್ವಕಾಲದ ಹಿರಿಯರು ವಿವರಿಸಿದ ಸಾಕ್ಷೀಭಾವ ಇದೇ ಆಗಿದೆ. 'ಮಾಡುವವನು ನಾನೇ' ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಈಗ ಬಲುದೂರ ಸರಿಯುತ್ತದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಸ್ವಯಂಚಲನೆ ಇನ್ನೂ ಪೂರ್ಣವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಸ್ವಯಂಚಲನೆಯ ಸೂಕ್ಷ್ಮತಮ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ - ತುರಿಯಾತೀತ

ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ, ಸಾಕ್ಷಿಯ ಸ್ವರೂಪವೂ ಹೊರಟುಹೋಗುವುದು, ನಂತರ ಅಲ್ಲಿ ಕರ್ತೃವೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ,

ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ನಿಧಾನಗೊಳಿಸಿದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಿತಿ ತೀವ್ರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ, ಉದ್ದಿಗ್ನತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಉಸಿರಾಟವು ಕೆರಳಿಕೆಯಂತಹ ಭಾವನೆಯನ್ನು ತರುವ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಭಂಗಗೊಳಿಸಬಹುದು.

ಬಾಹ್ಯಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಶ್ರುತಿಗೊಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಶ್ರುತಿಗೊಳಿಸುವ ತತ್ವವನ್ನು ಜೀವನದ ಅನೇಕ ಅಂಶಗಳಿಗೆ ಅನ್ವಯಿಸಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಸಂವಹನದ ಶೈಲಿಯಾಗಿರಲಿ, ಹೊರಗಿನ ವಿಷಯಗಳೆಡೆಗಿನ ನಿಮ್ಮ ಮನೋಭಾವ ಮತ್ತು ವಿಚಾರಗಳಾಗಿರಲಿ, ನಿಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆ ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಯಾಗಿರಲಿ, ನೀವು ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವ ರೀತಿ, ಮಲಗುವ ರೀತಿ, ಉಸಿರಾಡುವ ರೀತಿ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಯಿರಲಿ, ಅವೆಲ್ಲವೂ ನಿಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಿ ಅದರ ಸುಧಾರಣೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ.

ಗುರುಗಳೂ ಕೂಡ. ಏನೂ ಇರದಿದ್ದರೂ, ಕರ್ಮ ತನ್ನಂತಾನೇ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ. ಈ ಅವಸ್ಥೆಯನ್ನು ತುರಿಯಾತೀತ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಈ ಅವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ತಲ್ಲೀನರಾಗಿದ್ದಂತೆ, ಕಾರ್ಯಗಳು ಅಡ್ಡಿಯಿಲ್ಲದೆ ಸರಾಗವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಯಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಮುಂದುವರೆದಂತೆ, ಪ್ರತಿ ಉನ್ನತ ಆವರ್ತನದಲ್ಲೂ ಅದು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಉದಯಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವರು ಬಟ್ಟಲಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗುವರು,
ಕೆಲವರು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗುವರು,
ಕೆಲವರು ತೊಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗುವರು,
ಕೆಲವರು ಕೊಳದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗುವರು,
ಕೆಲವರು ನದಿಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗುವರು,
ಕೆಲವರು ಕಡಲಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗುವರು,
ಕೆಲವರು ಸಾಗರದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗುವರು.

ಪ್ರೀತ್ಯಾದರಗಳೊಂದಿಗೆ,

ಕಮಲೇಶ್

ಪೂಜ್ಯಶ್ರೀ ಬಾಬೂಜಿ ಮಹಾರಾಜರ 122ನೇ ಜನ್ಮದಿನೋತ್ಸವ
ಏಪ್ರಿಲ್ 30, 2021

heartfulness
purity | weaves destiny