

## ಅಂತರ್ ಪ್ರಯಾಣ

ಅಂತರ್ ಪ್ರಯಾಣ ಎಂದರೇನು? ತ್ರಿಗುಣಗಳಿಗೆ ಅಧಿಪತಿಯಾಗಲು, ನಮ್ಮೊಳಗೆ ನಾವು ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಿ ಆತ್ಮ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪುವುದನ್ನೇ ಅಂತರ್ ಪ್ರಯಾಣವೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಯಾರು ಈ ಅಂತರ್ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಬಲ್ಲರು? ಈ ಮುಂಚೆ, ರಜೋ, ತಮೋ ಮತ್ತು ಸತ್ವ ಗುಣಗಳ ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಪಡೆದವನೇ ಅಂತರ್ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಬಲ್ಲನು.

ಈ ಮೂರು ತರಹದ ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕೊಲ್ಲಬೇಕೆಂದು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಅಥವಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ, ಅಥವಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕೆಂದು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ, ಕೊನೆಗೆ ಸೋತು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದಲೇ ನಾವು ಸಾಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ಮೂರು ತರಹದ ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ತ್ರಿಗುಣಗಳಿಗೆ ಗುಲಾಮರಾಗಿದ್ದು, ಎಂದರೆ ಅವುಗಳ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿದ್ದು, ಅವು ಆಡಿಸಿದಂತೆ ನಾವು ಆಡುತ್ತಾ, ಅವುಗಳಿಗೆ ಅಧಿಪತಿಯಾಗದೇ, ಕೊನೆಗೆ ಅಸಂಪೂರ್ಣರಾಗಿ ಅಥವಾ ದುಃಖದಲ್ಲೇ ಆ ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಕೊನೆಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಮೂರು ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆದ ನಂತರ ಅಂತರ್-ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಮಾಡಿ "ತ್ರಿಗುಣಾಧಿಪತಿ" ಆಗಲು ಅರ್ಹತೆಯನ್ನು ಗಳಿಸುತ್ತೇವೆ.

ತ್ರಿಗುಣಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ಲಕ್ಷಣಗಳ ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಪಡೆದವನೇ ತ್ರಿಗುಣಗಳಿಗೆ ಅಧಿಪತಿಯಾಗಲು ಅರ್ಹನು. ಇಲ್ಲಿ ಲಕ್ಷಣಗಳೆಂದರೆ ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ, ಲೋಭ, ಮೋಹ, ಮದ, ಮತ್ಸರಗಳು. ಅದೇ ರೀತಿ ಅವುಗಳಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾದವುಗಳಾದ ದಾನ, ದಯೆ, ಉದಾರ ಮನಸ್ಕತೆ, ವೈರಾಗ್ಯ, ನಮ್ರತೆ, ಪ್ರೀತಿ. ಇತ್ಯಾದಿ. ಆದುದರಿಂದ ಈ ಮೂರು ಗುಣಗಳ ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಪಡೆದವನೇ, ಈ ಮೂರು ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸಲು (ಬೆರೆಸಲು) ಶುದ್ಧ ಸಾತ್ವಿಕ ಜನ್ಮವನ್ನು ಪಡೆದು, ಇವುಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ಸೃಷ್ಟಿ-ಸ್ಥಿತಿ-ಲಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ತ್ರಿಗುಣಾಧಿಪತಿ ಅಥವಾ ಆತ್ಮ ಆಗುತ್ತಾನೆ.

ಅದೇ ರೀತಿ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ತ್ರಿಗುಣಗಳು ಸಮಾನ ಅನುಪಾತದಲ್ಲಿ ಬೆರೆತು ಒಂದಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಆದುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಟ್ಟ ಗುಣಗಳಿದ್ದರೆ ಆನಂದಿಸಿರಿ. ಏಕೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಒಳ್ಳೆಯ-ಕೆಟ್ಟ-ತಟಸ್ಥ ಶಕ್ತಿಗಳು ಬೆರೆತಾಗಲೇ ನೀವು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಂಡು, ದೈವದೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯುತ್ತೀರಿ. ಅಂದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಯು "ವಿಭಜನೆ", ಅದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರವು "ಬೆರೆಯುವುದು". ಆದುದರಿಂದ ನನಗಿರುವ ಜ್ಞಾನದ ಪ್ರಕಾರ ನಾನು ಹೇಳಬಯಸುವುದೇನೆಂದರೆ, ತ್ರಿಗುಣಾಧಿಪತಿ ಗಳಾಗಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುವವರೇ ಈ ನ್ಯೂ ಎನರ್ಜಿ ಕಾನ್ಸೆಪ್ಟ್ ಗೆ ಅರ್ಹರು. ನನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಗುಣಗಳೇ ಉತ್ತಮವಾದವು, ಉಳಿದವೆಲ್ಲಾ ತುಚ್ಛವಾದವು ಎನ್ನುವ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದೊಂದಿಗೆ ಜೀವನವನ್ನು ಸಾಗಿಸಬೇಕೆಂದುಕೊಳ್ಳುವವರು ಈ ಕಾನ್ಸೆಪ್ಟ್ ಗೆ ಅರ್ಹರಲ್ಲ.

ನಾವು ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಬಾಹ್ಯದಲ್ಲೇ ಹುಡುಕಿದ್ದೇವೆ. ಇತರರಿಂದಾಗಿ ನಮಗೆ ಕಷ್ಟಗಳುಂಟಾಗುತ್ತಿವೆ ಎಂದುಕೊಂಡು ಇತರರನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಆದರೆ ಅದರಿಂದ ನಮಗೆ ಕಷ್ಟಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿವೆಯೇ ಹೊರತು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ, ನಾವು ಬದಲಾಗದೇ ಇತರರನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕೆಂದು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಹಾಗೂ ಬಾಹ್ಯದ ಕಾರಣವನ್ನು ತೊರೆದು ಅಂತರ್ ಕಾರಣವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳದೇ ಇರುವುದು.

ನಾವು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬಂದಿರುವ ಗುರಿ: ನಾನೇ ದೇವರೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ. ಆದುದರಿಂದ ಇಲ್ಲಿ ಬದಲಾಗಬೇಕಾದದ್ದು ನಾವೇ. ಅಂದರೆ ಮಾನವನಿಂದ ದಿವ್ಯಮಾನವನಾಗಿ, ಜೀವಾತ್ಮದಿಂದ ಆತ್ಮ ಪರಮಾತ್ಮನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದುದರಿಂದ ನ್ಯೂ ಎನರ್ಜಿಗೆ ಬಂದವರು, ಇತರರನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕೆಂದು ನೋಡದೇ, ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಬದಲಾಗಿಸಿಕೊಂಡಾಗಲೇ ತಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ "ಜೀವಾತ್ಮವು" ಎಂದರೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಒಂದು ಗುಣವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಮಾತ್ರ ವ್ಯಾಪಿಸಿ ಉಳಿದವುಗಳನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುತ್ತದೆ. "ಆತ್ಮ"ವು ಎಂದರೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ, ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಶರೀರಗಳನ್ನು, ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳನ್ನು, ಎಲ್ಲಾ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ವ್ಯಾಪಿಸಿಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. "ಪರಮಾತ್ಮ"ನೆಂದರೆ ನಿರಾಕಾರ ಮತ್ತು ಸರ್ವ ವ್ಯಾಪಕ , ಇದು ಎಲ್ಲೆಡೆಗೂ ಎಲ್ಲಾ ರೂಪಗಳಲ್ಲೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿರುತ್ತದೆ, ಅದೇ ರೀತಿ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ರೂಪವು ಸಹ ತಾನೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ.

ಅಂತರ್ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಬೇಕೆಂದರೆ ಎಲ್ಲಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು? ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಾವು ಬದಲಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಏನು? ನಮಗೆ ಆನಂದವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಬದಲಾಗಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯೇ ಇಲ್ಲ. ಎಲ್ಲಿ/ ಯಾವ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಆನಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತಿಲ್ಲವೋ, ಆ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲೇ ನಾವು ಬದಲಾಗಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ. ಈ ವಿಷಯಗಳನ್ನೇ ನಾನು ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಅಥವಾ ನೆಗೆಟಿವ್ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಇವುಗಳನ್ನೇ ನಾನು "ಗುರುವೆಂದು ಭಾವಿಸಿ ನಾನು ನನ್ನ ಅಂತರ್ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು" ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆನು. ಆದುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸಹ ಈ ವಿಧವಾಗಿಯೇ ಅಂತರ್ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅಂದರೆ ನಮಗೆ ಪರಿಹಾರ ಲಭಿಸದ ಅಶಾಶ್ವತವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಉದಾಹರಣೆಗೆ- ಮಂಡಿ ನೋವು, ಶಾಶ್ವತವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಂಬುವುದರಿಂದ, ನಿಜವಾದ ಶಾಶ್ವತ ದೈವವು ಮರೆಯಾಗಿದ್ದಾನೆನ್ನುವ ವಿಷಯವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಗ್ರಹಿಸಿರಿ.

ಆದುದರಿಂದ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಾದಾಗ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು? ಮೊದಲು, ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ತಿಳಿದೋ- ತಿಳಿಯದೋ ನಾನೇ ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ್ದೇನೆಂದು, ಅದರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ, ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಹೇಗಿದೆಯೋ ಹಾಗೆಯೇ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ, ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗಲೇ ವಿಧಿಲಿಖಿತದ ವಿನ್ಯಾಸದ (Design) ಪ್ರಕಾರವಲ್ಲದೇ, ನೀವು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಂಡ ಸಂಕಲ್ಪದ ಕಡೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನ ಸಾಗುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ನೆಗೆಟಿವ್ ಅನ್ನು ದರಿದ್ರವೆಂದು ಭಾವಿಸಿ ಅನುಭವಿಸುವಂಥಹ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ದಿವ್ಯವಾಗಿ ಅಥವಾ ಅಧಿಪತಿಯಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುವಂಥಹ ಸ್ಥಿತಿಯ ಕಡೆಗೆ ನನ್ನನ್ನು ಕರೆದೊಯ್ಯಬೇಕೆಂದು ಸಂಕಲ್ಪಿಸಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಅನ್ನು ಸಾಧಾರಣ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುವಂಥಹ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ದಿವ್ಯವಾಗಿ ಅಥವಾ ಅಧಿಪತಿಯಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುವಂಥಹ ಸ್ಥಿತಿಯ ಕಡೆಗೆ ನನ್ನನ್ನು ಕರೆದೊಯ್ಯಬೇಕೆಂದು ಸಂಕಲ್ಪಿಸಿ. ಹಾಗೆಯೇ ನಾನೂ ಆತ್ಮದಂತೆ, ನನ್ನಲ್ಲಿಯ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳಲ್ಲೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿ ಇರಬೇಕೆಂದು ಸಂಕಲ್ಪಿಸಿ, ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸದೇ, "ಕರಗಿಹೋಗಿ" ಟಾಪಿಕ್ ನಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದಂತೆ ಕೇವಲ ನೀವು ಮಾತ್ರ ಕರಗಿಹೋಗಿ, ಸ್ವಚ್ಛಗೊಂಡ ನಂತರ ನಿಮ್ಮೊಳಗೆಲ್ಲಾ ವ್ಯಾಪಿಸಿಕೊಂಡು, ಅದೇ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಸಮಯ ಇದ್ದುಬಿಡಿ.

ಆಗ ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರ ಲಭಿಸಬಹುದು. ಒಂದು ವೇಳೆ ಲಭಿಸದಿದ್ದರೆ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ನೆಗೆಟಿವ್ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಮನೋಭಾವನೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಅವು ಬಂದಾಗ ಅವುಗಳನ್ನು ಎಚ್ಚರದಿಂದ ಗಮನಿಸಿರಿ. ಈ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಅಥವಾ ಮನೋಭಾವನೆಗಳು ಮೂರು ತರಹ ಇರುತ್ತವೆ- ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೋ ಎಂದು ಅಥವಾ ಅದನ್ನು ಕೊಲ್ಲ ಎಂದು ಅಥವಾ ಅದನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತವೆ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಗತದಿಂದ ಅಥವಾ ಪೂರ್ವ ಜನ್ಮಗಳ ಅನುಭವಗಳಿಂದ ಏರ್ಪಟ್ಟ ನಂಬಿಕೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದವುಗಳೇ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ- ಒಂದು ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ನಾವು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮೂಲಕ ಮರಣ ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆಂದುಕೊಳ್ಳಿರಿ. ಈ ಅನುಭವ ಹಾಗೂ ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಹಾಗೆಯೇ ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮೂಲಕ ಸಾಯುತ್ತೇವೆನ್ನುವ ನಂಬಿಕೆ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಮ್ಮೆಲ್ಲಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಈಗ ನೀವು "ನಾನು ಜೀವಂತವಾಗಿದ್ದಾಗಲೇ ಈ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ನನ್ನನ್ನು ಆತ್ಮ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆಂದು" ಹೊಸದೊಂದು ನಂಬಿಕೆಯನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದಕ್ಕೂ ಸಹ "ಅದು ನನ್ನನ್ನು ಆತ್ಮ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆಂದು" ಹೊಸ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನ್ಯೂ ಎನರ್ಜಿಗೆ ಬಂದ ನಂತರ ನಮ್ಮ ಮೊದಲ ಗುರಿ ಏನೆಂದರೆ, ಪೂರ್ವದ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಹೀಲ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಥವಾ ಅಳಿಸಿ ಹಾಕುವುದು ಅಥವಾ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವುದು. ಏಕೆಂದರೆ ಗತವನ್ನು ಅಳಿಸಿ ಹಾಕುವುದರ ಮೇಲೆ ಅದ್ಭುತವಾದ ಭವಿಷ್ಯ ಆಧಾರಪಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸ್ಮೃತಿ ಕೋಶದ (Memory Bank) ರೀತಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಪೂರ್ವದ ಘಟನೆಗಳೇ ಮರುಕಳಿಸುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ನಿಮಗೆ ಬೇಸರವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನೀವು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ, ಅದ್ಭುತಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೀರಿ.

ಆದುದರಿಂದ ಗತಜನ್ಮಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಮನೋಭಾವನೆಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನೀವು ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಪೂರ್ವ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ತಪ್ಪು-ಒಪ್ಪು ಎನ್ನುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಇರುವುದರಿಂದಲೇ ಏರ್ಪಟ್ಟಿವೆ ಎಂದು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಇತರರಿಂದ ಏರ್ಪಟ್ಟವಲ್ಲವೆಂದು. ಮಾತುಗಳ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ವರ್ತನೆಯ ಮೂಲಕ, ಇತರರು ನಿಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಎಂದಿನಿಂದಲೋ ಇದ್ದು ನೀವು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳದ ದುಃಖಗಳು, ಬಹಿರಂಗವಾಗಲು ಇತರರು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆಯಲ್ಲಿದ್ದು, ಆ ಮನೋಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು, ಹಾಗೆಯೇ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಹಾಗೆಯೇ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು "ನನ್ನನ್ನು ನಂತರದ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಬೇಕೆಂದು" ವಿನಂತಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ಆಗ ಅವು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆನ್ನುವ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ-ಕೊಲ್ಲಬೇಕೆನ್ನುವ ಸ್ಥಿತಿಯ ಕಡೆಗೆ, ಕೊಲ್ಲಬೇಕೆನ್ನುವ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಬದಲಾಗಿಸಬೇಕೆನ್ನುವ ಸ್ಥಿತಿಯ ಕಡೆಗೆ, ಆನಂತರ ಅವುಗಳನ್ನು ಹೇಗಿವೆಯೋ ಹಾಗೆಯೇ ಸ್ವೀಕರಿಸುವಂಥಹ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ತಲುಪಿಸುತ್ತವೆ.

ನಂತರದ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಬೇಕೆಂದು ವಿನಂತಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಅವೇ ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಆದುದರಿಂದ ನೀವು "ಸ್ನೇಹಿತರಂತೆ ಅಥವಾ ಶಿಷ್ಯರಂತೆ" ಇದ್ದು, "ನನ್ನನ್ನು ಮುಂದಿನ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ" ಅವುಗಳನ್ನು ಬೇಡಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ನೀವು ಕೆಲವು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಆ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಗೆ ಮಾತುಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿ ಆನಂತರ ಅದೇ ಭಾವನೆಯಲ್ಲಿರಿ. ನೀವು ಕೇವಲ ಮುಂದಿನ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪುತ್ತಿರುವಿರೋ ಇಲ್ಲವೋ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಪರಿಶೀಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ ದುಃಖವಿದೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳಿ. "ಬೇರೆ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿ ಆ ದುಃಖವನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸು" ಎನ್ನುವ ಆಲೋಚನೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದು, ಆಗ ದುಃಖದಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಪರಿಣಾಮ ಸಿಕ್ಕರೆ ಸರಿ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಸಿಗದಿದ್ದರೆ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆನ್ನುವ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಹಾಗೆಯೇ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ. ನನ್ನನ್ನು ಮುಂದಿನ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ಎಂದು ಅದೇ ಆಲೋಚನೆಗೆ ಹೇಳಬೇಕು. ನಂತರ "ಔಷಧವನ್ನು ಸೇವಿಸಿ ಆ ನೋವನ್ನು ಸಾಯಿಸು" ಎನ್ನುವ ಆಲೋಚನೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಆಗ ಔಷಧವನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತಾ ಸಾಯಿಸಬೇಕೆಂದು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಸಹ ಪರಿಣಾಮ ಬರುತ್ತಿಲ್ಲವಲ್ಲ, ಆದುದರಿಂದ ಸಾಯಿಸಬೇಕೆನ್ನುವ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನೂ ಸಹ ಹಾಗೆಯೇ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ನನ್ನನ್ನು ನಂತರದ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ಎಂದು ಅದೇ ಆಲೋಚನೆಗೆ ಹೇಳಬೇಕು. ಆನಂತರ "ಆ ದುಃಖದೊಂದಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿ ಅದನ್ನು ಬದಲಾಗಲು ಹೇಳು" ಎನ್ನುವ ಆಲೋಚನೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಆಗ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲೇ ಆ ದುಃಖವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಪರಿಣಾಮ ಸಿಕ್ಕರೆ ಸರಿ, ಒಂದುವೇಳೆ ಸಿಗದಿದ್ದರೆ ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕೆನ್ನುವ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನೂ ಸಹ ಹಾಗೆಯೇ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ನನ್ನನ್ನು ಮುಂದಿನ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಎಂದರೆ ಆ ದುಃಖವನ್ನು ಇಷ್ಟದಿಂದ ಅನುಭವಿಸುವಂಥಹ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಬೇಕೆಂದು ಅದೇ ಆಲೋಚನೆಗೆ ಹೇಳಬೇಕು.

ಒಂದು ವೇಳೆ ಮನಸ್ಸು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ, ಸಾಯಿಸುವ, ಬದಲಾಯಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನೇ ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕೆಂದು ಒತ್ತಾಯಪಡಿಸಿದರೆ, ನೀವು ಅದರೊಂದಿಗೆ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ವಾದವನ್ನು ಮಾಡಿ ನಿರಾಕರಿಸಿ, ನೀನು ಹೇಳಿದ ಸೂಚನೆಯನ್ನು ಆಚರಿಸಿ ಸೋಲನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ, ಆದುದರಿಂದ ಈಗ ಹೊಸ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಹಕರಿಸು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಮೌನವಾಗಿದ್ದು, ಏನು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೋ ನೋಡು ಎಂದು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹೇಳಿರಿ. ಆದರೆ ಹೀಗೆ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ವಾದಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯು ಕೇವಲ ನೀವು ಜಾಗರೂಕತೆಯಲ್ಲಿದ್ದು, ಆ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಸೂಚಿಸಿದ ಪ್ರಕಾರ ಆಚರಿಸಿದ ನಂತರವೇ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗ್ರಹಿಸಿರಿ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮಗೆ ಆ ಶಕ್ತಿಯು ಲಭಿಸದಿದ್ದರೆ ಅಂದರೆ ಆ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಸಹಕರಿಸದಿದ್ದರೆ "ಯುದ್ಧ" ಟಾಪಿಕ್ ನಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದಂತೆ ಮಾಡಿರಿ.

ಹಾಗೆಯೇ ದುಃಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ನೀವು ಅದರ ಉಸ್ತುವಾರಿಯ (Care taker) ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವಿರೆಂದು ಭಾವಿಸಿರಿ. ಅಂದರೆ ಧರ್ಮ-ಅಧರ್ಮ, ಪಾಪ-ಪುಣ್ಯ, ತಪ್ಪು-ಒಪ್ಪುಗಳ ತಾರತಮ್ಯವನ್ನು (Discrimination) ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿಡುವುದು ಎಂದು ಅರ್ಥ. ಏಕೆಂದರೆ ರೋಗದ ಕಾರಣ ನಶಿಸಿದರೆ ಮಾತ್ರ ರೋಗವು ನಶಿಸುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ರೋಗಿಯು ಸಾಯುತ್ತಾನೆ. ಆದುದರಿಂದ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿರುವ ಆ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದ ನಿಮ್ಮ ಗತಜನ್ಮ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟು ಅನುಭವಿಸಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಆ ದುಃಖ ಕರಗಿಹೋಗುತ್ತದೆ, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನೇ ಸಾಯಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ನೀವು ವಿಧಿಸಿಕೊಂಡ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿಟ್ಟು, ತಪ್ಪೆಂದು ನಿಮಗನ್ನಿಸಿದರೂ ಸಹ ಇಷ್ಟ ಬಂದಂತೆ ಬಯ್ಯುತ್ತಾ, ಅಳುತ್ತಾ, ಯಾವ ವಿಧದಲ್ಲಾದರೂ ಸರಿ ನೀವು ಆ ದುಃಖವನ್ನು ಕ್ಷೀಯರ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ನೀವು ಒಂಟಿಯಾಗಿದ್ದಾಗಲೇ ನಿಮಗೆ ದುಃಖ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ, ಅದನ್ನು ನೀವು ನಿರಾಕರಿಸಿ ನಿಮ್ಮೊಳಗೆಯೇ ಹತ್ತಿಕ್ಕಿಬಿಟ್ಟರೆ (Suppress), ಅದು ನಿಮ್ಮ ಶತ್ರುವಿನಂತೆ ತಯಾರಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಪ್ರತೀಕಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನೀವು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಆನಂದದಿಂದ ಕಳೆಯಬೇಕೆನ್ನುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ

ಬಂದು, ನಿಮಗೆ ತೊಂದರೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿ, ನಿಮ್ಮ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡಿ, ಇತರರಿಂದ ಅವಮಾನ ಪಡುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆಗ ಸಹಾಯ ಮಾಡೆಂದು ನೀವೆಷ್ಟು ವಿನಂತಿಸಿಕೊಂಡರೂ ಅದು ಸಹಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸದೇ "ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕನು" ಎನ್ನುವ ಟಾಪಿಕ್ ನಲ್ಲಿ ಸೂಚಿಸಿದ ವಿಧವಾಗಿ ಶುದ್ಧೀಕರಣ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು (Refining Process or process of purification) ಮುಂದುವರೆಸಿರಿ.

ಈ ರೀತಿ ಯಾವಾಗ, ನಮಗೆ ತಿಳಿದ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ವಿಫಲರಾಗುತ್ತೇವೆಯೋ, ಆಗಲೇ ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಇದ್ದ ಹಾಗೆ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತಾ ಅದಕ್ಕೆ ಸಹಜವಾಗಿ ಅಧೀನರಾಗುತ್ತೇವೆ, ಶರಣಾಗತರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಪ್ರಭಾವವೇ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಬೀಳುವುದರಿಂದ ಸಮಸ್ಯೆಯು ಉನ್ನತ (Higher) ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿದ್ದು ನಾವು ಕೆಳಗಿನ (Lower) ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಹೈಯರ್ ಗೆ ಸರೆಂಡರ್ ಆಗುವುದೇ ಇದಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾದ ಪರಿಹಾರ. ಈ ತುಚ್ಛವಾದ ನೆಗೆಟಿವ್ ಗೆ ನಾನೇಕೆ ಸರೆಂಡರ್ ಆಗಬೇಕು ಎಂದು ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ನಿಮಗನ್ನಿಸಿದರೂ ಸಹ ಅದಕ್ಕೆ ಅಧೀನರಾಗಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಷ್ಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ನಂತರ ಬಂದ ಅದ್ಭುತವಾದ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸಿದ ನೀವು, ಮತ್ತೊಂದು ಸಮಸ್ಯೆ ಉಂಟಾದಾಗ ನಿಮ್ಮ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಬೇಗ ತ್ಯಜಿಸಿ ಆ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಅಧೀನರಾಗುತ್ತೀರಿ.

ಆಗ ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯು, ಪ್ರಸ್ತುತ ಸಮಸ್ಯೆಯೇ ತಾನಾಗಿ, ಮಲಿನವಾಗಿರುವ ಜೀವಾತ್ಮರಾದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೊಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಆಗ ಮಲಿನವಾಗಿದ್ದ ಜೀವಾತ್ಮವು ಮಾಯವಾಗಿ ಕೇವಲ ಸಮಸ್ಯೆ ಅಥವಾ ದುಃಖ ಇರುತ್ತದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಕಳೆದ ನಂತರ ಅದರೊಳಗಿಂದ ಸಹಜವಾಗಿ "ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಜೀವಾತ್ಮ ಅಥವಾ ಅಧಿಪತಿ" ಜನ್ಮಿಸುತ್ತಾನೆ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಸಹಜವಾಗಿ ನಡೆಯಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾದುದು ಜೀವಾತ್ಮ ಅಲ್ಲ, ಇದು, ಏನನ್ನೂ ಮಾಡದೇ ಸುಮ್ಮನಿದ್ದು ಕೇವಲ ಆ ದುಃಖದಲ್ಲಿ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಕರಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಾಗ ಮಾತ್ರ ಸಂಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಇಲ್ಲಿ ದುಃಖವು, ಜೀವಾತ್ಮನನ್ನು ಹೇಗೆ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ಸಂದೇಹ ನಿಮ್ಮಲ್ಲುಂಟಾಗಬಹುದು? ದೈವವೇ ಆ ದುಃಖದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಿದ್ದಾನೆಂದು ಭಾವಿಸುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ರಾಗ-ದ್ವೇಷಗಳನ್ನು ತೊಲಗಿಸಿ, ಈ ದಿವ್ಯವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಯು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುತ್ತದೆಂದು ಗ್ರಹಿಸಿರಿ.

ಸಾಯಿಸಬೇಕು, ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕು, ಓಡಿಹೋಗಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ-ನಾವು ಈಜು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ ಆರಂಭದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೇ ಇರುತ್ತೇವೆ. ಅಂದರೆ ಭಯಪಡುತ್ತಾ, ಉದ್ವೇಗ ಪಡುತ್ತಾ, ಮುಳುಗುತ್ತಾ, ತೇಲುತ್ತಾ ಇರುತ್ತೇವೆ. ಯಾವಾಗ ಈ ಗೊಂದಲದಿಂದ (Chaos) ಒಬ್ಬ ಅಧಿಪತಿಯು ಹುಟ್ಟುತ್ತಾನೋ ಆಗ ಅವನು ಆ ನೀರಲ್ಲಿ ತೇಲುತ್ತಾ ಸಹಜವಾಗಿ ಈಜಾಡುತ್ತಾನೆ. ಆಗ ಅವನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಭಯವು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಆ ನೀರಲ್ಲಿ ಮುಳುಗದೇ ಹೇಗೆ ತೇಲಬೇಕೆನ್ನುವುದು ಅವನಿಗೆ ಈಗ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದಿರುವುದರಿಂದ.

ಹಾಗೆಯೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಉಂಟಾದ ಪ್ರತಿಭಾರಿಯೂ ಮಲಿನವಾದ ಜೀವಾತ್ಮ ಕರಗಿಹೋಗಿ, ಅಧಿಪತಿ ಜನ್ಮಿಸುತ್ತಾನೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರಸ್ತುತ "ನಾನು" ಗೆ ಇರುವ ಜ್ಞಾನ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ. ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ವಿಷಯವೇನೆಂದರೆ, ಪ್ರಸ್ತುತ ನಮಗಿರುವ ಅನುಭವದ ಜ್ಞಾನವು, ಇತರರಿಗೆ ಉಪಯೋಗವಾಗುತ್ತದೆಯೇ ಹೊರತು ನಮಗೆ ಮಾತ್ರ ಉಪಯೋಗವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬಂದಿರುವ ಉದ್ದೇಶ:- ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಶಕ್ತಿಗಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಸಹಕರಿಸುತ್ತಾ, ದೈವದಿಂದ ಹೊಸ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು, ಹೊಸ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹೊಂದುವುದಕ್ಕೋಸ್ಕರ.

## ಅಧಿಪತಿ

ಈ ಅಧಿಪತಿಯು, ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಚೈತನ್ಯ ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿಯ ಮಿಲನದಿಂದ ಹುಟ್ಟುತ್ತಾನೆ. ತಪ್ಪು-ಒಪ್ಪು, ಒಳ್ಳೆಯದು-ಕೆಟ್ಟದು ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆಗಳಿಲ್ಲದೇ ಚಿಕ್ಕ ಮಗುವಿನಂತೆ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ನಿರಾಕಾರನಾಗಿದ್ದು ಅಂತರಂಗದಲ್ಲೆಲ್ಲಾ, ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿರುತ್ತಾನೆ. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ದಿವ್ಯರೂಪಗಳಂತೆ ನೋಡುತ್ತಾ, ವಿರುದ್ಧ ಶಕ್ತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಉಲ್ಲಾಸವಾಗಿ ಆಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ಲಘುವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಾ, ಎಚ್ಚರದಿಂದಿದ್ದು ಸಮಸ್ಯೆ ಬೇರೆ ತಾನು ಬೇರೆ ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆಯಲ್ಲಿರುತ್ತಾನೆ. ಯಾವಾಗ ಈ ಅಧಿಪತಿಯು ಹುಟ್ಟುತ್ತಾನೋ, ಆಗ ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕದೇ ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದುತ್ತಾ ನಮ್ಮ ಸಂಕಲ್ಪ ನೆರವೇರುವುದರ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗುತ್ತದೆ.

ಗತದ ಪ್ರಭಾವ ಅಧಿಪತಿಯ ಮೇಲಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಆದ್ದರಿಂದ ಅವನು ಪ್ರಶಾಂತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದು, ಸಮಸ್ಯೆ ರೂಪದಲ್ಲಿರುವ ಆತ್ಮ ದಿಂದ ಬರುತ್ತಿರುವ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು, ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗೆಯೇ "ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕನು" ಎನ್ನುವ ಟಾಪಿಕ್ ನಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ ಹಾಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು, ಅಧಿಪತಿಯು ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿದ್ದು ದಿವ್ಯವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೆಗೆಟಿವ್ ನ್ನು ದಿವ್ಯವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುವಂತಾಗಬೇಕು ಎಂದು ಸಂಕಲ್ಪಿಸಬೇಕೆಂದು ಆರಂಭದಲ್ಲೇ ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಸಂಕಲ್ಪ ನೆರವೇರಿದಾಗ ಬರುವ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಪಾಸಿಟಿವ್ ನ್ನು ಸಹ ನೀವು ದಿವ್ಯವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀರಿ.

ಈ ಅಧಿಪತಿಯು ಹುಟ್ಟಿದಾಕ್ಷಣ ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮಾಯವಾಗಿ ಆನಂದ ಹೇಗೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ಸಂದೇಹ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬರಬಹುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರ- ಈ ಅಧಿಪತಿಯು ಶಾಶ್ವತವಾದವನು, ಸಾವಿಲ್ಲದವನು. ಎಂಥಹ ಸಮಸ್ಯೆ ಬಂದರೂ ಚಲಿಸದೇ ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಅವನಿಗೆ ಸೋಲು-ಗೆಲುವುಗಳಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ಇರುವುದು ತಾನೊಬ್ಬನೇ ಆದ್ದರಿಂದ. ಅಂದರೆ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಇರುವುದೆಲ್ಲಾ ತನ್ನ ಶಕ್ತಿ ರೂಪಗಳೇ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ತನ್ನೊಂದಿಗೆ ಗೆಲ್ಲಲು ಪ್ರತಿಸ್ಪರ್ಧಿಯೇ ಇಲ್ಲ. ಇವನು ಶಾಶ್ವತನಾಗಿದ್ದು ಅಶಾಶ್ವತವಾದವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಅಥವಾ ಯಾವಾಗಲೂ ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದುವ ಶಕ್ತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಉಲ್ಲಾಸವಾಗಿ ಆಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಆಟದ ನಂತರ ಅಶಾಶ್ವತವಾದವುಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ನಾಶಗೊಳಿಸಿ ತನ್ನಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಏಕೆಂದರೆ, ಕತ್ತಲು-ಸಂಧ್ಯಾ-ಬೆಳಕುಗಳಂತೆ, ವಿರುದ್ಧವಾದವು ಒಂದಾದನಂತರ ಮತ್ತೊಂದು ಹೇಗೆ ಬಂದು ಹೋಗುತ್ತಾ ಇರುತ್ತವೆಯೋ, ಹಾಗೆಯೇ ಮಾಯೆ-ದಿವ್ಯ ಮಾಯೆ-ದೈವದೊಂದಿಗೆ ತನ್ನ ಮಿಲನ ಸದಾ ಸುಲಭವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ಸಹಜವಾದ ಅರಿವು ಈ ಅಧಿಪತಿಯು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ. ಇಲ್ಲಿ ದೇವರನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಉಳಿದೆಲ್ಲವೂ ಅಶಾಶ್ವತವಾದವೇ. ಅಂದರೆ ಶರೀರ, ಮನಸ್ಸು, ಹೃದಯ, ಗತಜನ್ಮಗಳು, ಬಾಹ್ಯ ವಸ್ತುಗಳು, ಬಾಹ್ಯ ವಿಷಯಗಳು ಮೊದಲಾದವುಗಳೆಲ್ಲವೂ ಸಹ ಅಶಾಶ್ವತವಾದವೇ, ಎಂದರೆ ಬದಲಾಗುವಂಥವೇ. ಸದಾ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವ ವಿಷಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಬಂಧವನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದಲೇ ನಮಗೆ ದುಃಖ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಆದರೆ ಈ ಅಶಾಶ್ವತವಾದವೆಲ್ಲವೂ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿಯಿಂದಲೇ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ. ಅಧಿಪತಿಯು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಅವನು ಎಲ್ಲಾ ರೂಪಗಳಲ್ಲಿರುವ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಎಲ್ಲಾ ರೂಪಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ರೂಪಗಳಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ಆದುದರಿಂದ ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುವ ಆತ್ಮದೊಂದಿಗೆ ಅಧಿಪತಿಯು ಬಂಧವನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಅಶಾಶ್ವತವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಹಾಗೆಯೇ ಅದು ಯಾವುದರಿಂದ ತಯಾರು

ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿದೆಯೋ ಆ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿಗಳೆರಡನ್ನೂ ಒಮ್ಮೆಗೇ ದಿವ್ಯವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ. ಕೊನೆಗೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಮಾಯವಾಗಿ ಕೇವಲ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿಯು ಮಾತ್ರ ಉಳಿಯುವವರೆಗೆ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತಾನೆ.

ಹಾಗೆಯೇ "ಧರ್ಮ" ಟಾಪಿಕ್ ನಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ ಹಾಗೆ ಆಲೋಚನೆ ಉಂಟಾದ ಪ್ರತಿ ಸಾರಿಯೂ ನೀವು ಮೂರನ್ನೂ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ನೀವು ಪಕ್ಷಪಾತದಿಂದಿದ್ದು, ವಿರುದ್ಧವಾದವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೊಂದರ ಕಡೆಗೆ ಒಲವಿದ್ದು, ಇನ್ನೊಂದು ಕಡೆಯನ್ನು ದ್ವೇಷಿಸುತ್ತೀರಿ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಆರೋಗ್ಯದಿಂದಿರಬೇಕೆನ್ನುವ ಬಯಕೆಯಿಂದ ಬಂಧವನ್ನೇರ್ಪಡಿಸಿಕೊಂಡು ಅನಾರೋಗ್ಯವನ್ನು ಮತ್ತು ತಟಸ್ಥವನ್ನು ದ್ವೇಷಿಸುತ್ತೀರಿ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ತಟಸ್ಥ ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ತಟಸ್ಥವೆಂದರೆ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಗಡ್ಡೆ ಇರುತ್ತದೆ ಆದರೆ ಅದು ತೊಂದರೆ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಅದು ಅನಾರೋಗ್ಯವೋ ಅಲ್ಲವೋ ಎನ್ನುವ ಸ್ಪಷ್ಟತೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಸಂಬಂಧಗಳ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಪಕ್ಷಪಾತದಿಂದಿದ್ದು ನನ್ನದೇ ಸರಿ ಇತರರದ್ದು ತಪ್ಪು ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆಯಲ್ಲಿರುವುದು. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಗುರಿ ಗೆಲ್ಲುವುದಲ್ಲ, ತ್ರಿಗುಣಗಳಿಗೆ ಅಧಿಪತಿಯಾಗಿದ್ದು ಅವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಆಡಿಕೊಂಡು, ನಂತರ ಅವುಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ, ನಾವೂ ಸಹ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳ್ಳುವುದು. ಆದುದರಿಂದ ತ್ರಿಗುಣಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೋ ಒಂದರ ಕಡೆಯಿದ್ದು ಉಳಿದವನ್ನು ದ್ವೇಷಿಸಿದರೆ ಅಥವಾ ನಾಶಗೊಳಿಸಿ ಗೆಲ್ಲಬೇಕೆಂದು ನೋಡಿದರೆ ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅನಾರೋಗ್ಯ-ತಟಸ್ಥ ಶಕ್ತಿಗಳು, ನೀವು ಬಂದು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಬೆರೆತು ಹೋಗಿರೆಂದು, ಆರೋಗ್ಯವು ಬೇಡಿಕೊಂಡರೂ, ಅವು ಆರೋಗ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ವಿರುದ್ಧವಾದವುಗಳಾದ ಈ ಶಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಅಹಂಕಾರ ಇರುವುದರಿಂದಾಗಿ ಅವು ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂದರೆ ಒಂದು ರೂಪವು ಮತ್ತೊಂದು ರೂಪವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲವೆಂದು ಅರ್ಥ. ಆದುದರಿಂದ ಇಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ರೂಪಗಳು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ ಸ್ವಚ್ಛವಾದವನೂ ಸಹ ಇರಬೇಕೆಂದು ಗ್ರಹಿಸಿರಿ. ಅಂದರೆ ಪಾತ್ರಗಳಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೇ ಅವುಗಳನ್ನು ಲಯಬದ್ಧವಾಗಿ (Rhythmic) ನಡೆಸುವಂಥಹ ಸೂತ್ರಧಾರನೂ ಸಹ ಇರಬೇಕೆಂದು ಅರ್ಥ. ಎಂದರೆ ಸ್ಥೂಲದಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದದ್ದು ಸ್ವಚ್ಛವಾದದ್ದು ಮಾತ್ರ ಪ್ರವೇಶಿಸಬಹುದೆಂದು ಗ್ರಹಿಸಿರಿ. ಆದುದರಿಂದ ಅರೋಗ್ಯದ ಪರವಾಗಿ ಇರುವ ಬಂಧವನ್ನು ತೊರೆದು ಅಧಿಪತಿಯನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸಿ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶರೀರವನ್ನು ತಯಾರುಗೊಳಿಸುವುದು ಇಲ್ಲಿ ಅತ್ಯವಶ್ಯಕವೆಂದು ಗ್ರಹಿಸಿರಿ.

ಈ ಅಧಿಪತಿಯ ಬಳಿಯೇ, ಈ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಶಕ್ತಿಗಳು ತಮ್ಮ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತೊರೆದು ಅಧಿಪತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆರೆತುಹೋಗುತ್ತವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಈ ಅಧಿಪತಿಯು ಈ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಶಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಉಂಟಾದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ದಿವ್ಯವಾಗಿ ಭಾವಿಸುತ್ತಾ ಯಾವುದೇ ಬೇಧಭಾವವನ್ನು ತೋರಿಸದೇ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಈ ವಿರುದ್ಧವಾದವು ಸಹ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ರೂಪಗಳೇ ಎಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಒಂದರ ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಯನ್ನು ಉಳಿದವುಗಳಿಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳಿ, ಅವುಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಸಹ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತಾನೆ. ಹೀಗೆ ಪರಸ್ಪರ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಶಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾದ ಅರಿವು ಸಿಗುವುದರಿಂದ ಅಧಿಪತಿಯ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಸಹಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ, ಒಟ್ಟಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಪರಸ್ಪರ ಆಸರೆಯಾಗಿ ಬದಲಾಗಿ, ಎಲ್ಲವೂ ಒಗ್ಗಟ್ಟಾಗಿ ಕರಗಿ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗುತ್ತವೆ.

ಶಾರೀರಕ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಸಾಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ಅಧಿಪತಿಯು ಕೇವಲ ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಮೇಲಷ್ಟೇ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಸ್ಥಿರವಾಗಿಸದೇ, ನೀವು ಪ್ರತಿದಿನ ಪೋಷಿಸುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಪಾತ್ರಗಳ ಮೇಲೆಯೂ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಇಡುತ್ತಾನೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಸಂಕಲ್ಪಿಸಿ, ಸರಿಯಾಗಿ ಪೋಷಿಸದೇ ಇರುವುದರಿಂದಲೇ ಶಾರೀರಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಏರ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಆದುದರಿಂದ ಶಾರೀರಕ, ಮಾನಸಿಕ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ, ಆರ್ಥಿಕ, ಸಂಬಂಧಗಳ ಪರವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿ ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನೀವು ಧರಿಸಿದ ಪಾತ್ರಗಳು, ಹಾಗೆಯೇ ಇತರರ ಮೂಲಕ ನಿಮಗೆ ಎದುರಾದ ಪಾತ್ರಗಳೆಲ್ಲವೂ ಅಧಿಪತಿಯು ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ನಂತರ ಅಧಿಪತಿಯು, ನನ್ನಲ್ಲಿ ಬೆರೆತುಹೋಗಿ ಎಂದು ಆಹ್ವಾನಿಸುತ್ತಾ ಅವುಗಳನ್ನು ತನ್ನಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಪಾತ್ರಗಳು ಎಷ್ಟೇ ಕೆಟ್ಟವುಗಳಾದರೂ, ಅವುಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಿ ಹಿಡಿದು ಅಧಿಪತಿಯು ತನ್ನಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಗತದಲ್ಲಿ ನೀವು ಸಂಕಲ್ಪಿಸಿರುವುದರಿಂದಲೇ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿಯು ಮೂರು ವಿರುದ್ಧವಾದ ತುಂಡುಗಳಾಗಿ ವಿಭಜನೆಗೊಂಡು ಒಮ್ಮೆಲೇ ಹುಟ್ಟಿವೆ. ಆದುದರಿಂದ ಈ ತುಂಡುಗಳು ಮರಳಿ ಬೆರೆತರೆ ಮಾತ್ರ ಅವು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅಂದರೆ ಗತ ಅಳಿಸಿ ಹೋಗುತ್ತದೆಂದು ಅರ್ಥ. ಸಂಕಲ್ಪಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ "ಯುದ್ಧ" ಎನ್ನುವ ಟಾಪಿಕ್ ನ್ನು ಓದಿರಿ.

ನಂತರ ಅಧಿಪತಿಯಾದ ನೀವು ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯ ಮೂಲಕ ಏರ್ಪಟ್ಟ ಈ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿ ಇಬ್ಬರೂ ಸಹ, ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಚೈತನ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನೇ ಶಿವ-ಶಕ್ತಿಗಳ ಮಿಲನ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಈ ಶಿವ-ಶಕ್ತಿಗಳು ಅಥವಾ ಚೈತನ್ಯ-ಶಕ್ತಿಗಳ ಮಿಲನವನ್ನೇ ಆತ್ಮ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ಒಂದಾದಾಗ ನೀವು ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ಆತ್ಮ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದು ಭೌತಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಪರಿಹಾರ ಬೇಕೆಂದು ಸಂಕಲ್ಪಿಸಿ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ವ್ಯಾಪಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಾಗ ಸಮಸ್ಯೆಯು ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾನೇ ದೇವರೆನ್ನುವ ಭಾವನೆ ಆಗ ಸ್ಥಿರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಆಗ ನಿಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ಎಲ್ಲದರ ಪರವಾಗಿ ಅಂದರೆ ಶರೀರ, ಮನಸ್ಸು, ಹೃದಯ, ಆತ್ಮ, ಗತಜನ್ಮಗಳ ಎಲ್ಲಾ ಪಾತ್ರಗಳ ಮೇಲೆ ವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ತಾನೇ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವಿಭಜಿಸಿ, ಒಂದು ಪಾತ್ರವನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಂಡು ಉಳಿದವುಗಳನ್ನು ಶತ್ರುಗಳನ್ನಾಗಿ ನೋಡುವುದರಿಂದಲೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿದೆಯೆಂದು, ಯುದ್ಧವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಇಷ್ಟೊಂದು ದಿನಗಳು ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ತಾನಾಗಿಯೇ ಮುಂದುವರೆಸಿದ್ದೇನೆಂದು, ಇನ್ನೂ ಸಾಕೆಂದೆನಿಸಿ ಮೂರು ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಪುನಃ ಬೆರೆಸಿ ತಾನೇ ನಾಶಪಡಿಸಿದನೆಂದು, ಆದುದರಿಂದ ನನ್ನ ಜೀವನಕ್ಕೆ ನಾನೇ ಬ್ರಹ್ಮ, ವಿಷ್ಣು, ಮಹೇಶ್ವರನೆಂದು ಅನುಭವಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ.

ಆದರೆ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಅಧಿಪತಿಯಾಗಿ ಇದ್ದು ಎಲ್ಲವನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಬೆರೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಹಂತದಲ್ಲೇ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ನಂತರ ತಕ್ಷಣ ಆತ್ಮದ ಕಡೆ ಸಾಗದೇ ಮಾಯೆಯ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತೀರಿ. ಪುನಃ ಅಧಿಪತಿಯಾಗಿ ಮಾಯೆಯಿಂದ ಹೊರಬರುತ್ತೀರಿ. ಹೀಗೆ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲದವರೆಗೆ ಮುಂದುವರೆಸಿದ ನಂತರ ಮಾಯೆ ಮತ್ತು ಆತ್ಮಗಳ ಸಹಕಾರದೊಂದಿಗೆ, ಆತ್ಮ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪಲು ಅರ್ಹತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೀರೆಂದು ಗ್ರಹಿಸಿರಿ. ಅಂದರೆ "ಸಮರ್ಪಣೆ" ಟಾಪಿಕ್ ನಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ ಹಾಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಯು ಅತೀತವಾದರೆ ಮಾತ್ರ ನೀವು ಆತ್ಮ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪುತ್ತೀರೆಂದು ಗ್ರಹಿಸಿರಿ.

ಈ ಸಾಧನೆಯು ಒಂದು ಸಿನಿಮಾ ತೆಗೆಯುವಂಥಹದು. ಸಿನಿಮಾ ತೆಗೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ ಪಾತ್ರಧಾರರು ಮತ್ತು ಅವರೆಲ್ಲರನ್ನೂ ನಟಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಸೂತ್ರಧಾರನಾದ ಡೈರೆಕ್ಟರ್ ಇರುತ್ತಾನೆ. ವಿರುದ್ಧ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ



ಡೈರೆಕ್ಟರ್ ಸಿನಿಮಾ ತೆಗೆಯುತ್ತಾನೆ. ಷೂಟಿಂಗ್ ಮುಗಿದ ತಕ್ಷಣವೇ ಪಾತ್ರಧಾರರು ಪಾಪ-ಪುಣ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದೇವೆಂದುಕೊಳ್ಳದೇ ತಾವು ನಟಿಸಿದ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ಮರೆತು ಮನೆಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಪುನಃ ಮರುದಿನ ಬಂದು ಅವೇ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತಾರೆ. ಅಥವಾ ಹೊಸ ಪಾತ್ರಗಳ ನಟನೆಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದೇ ವಿಧವಾಗಿ ನಾವೂ ಸಹ ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಮೂರು ತರಹದ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಈಗ ಅವುಗಳೆಲ್ಲವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ದೈವದ ಹತ್ತಿರ ತಲುಪುವ ಸಮಯ ಬಂದಿದೆ. ಗೆಲ್ಲಬೇಕೆಂದು ನೋಡಿದರೆ ಅಥವಾ ತಪ್ಪು-ಒಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಎಣಿಸಿದರೆ ನೀವು ಪಾತ್ರಧಾರನಾಗಿಯೇ ಮುಂದುವರೆಯಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ನೀವು ದೈವದ ಸಮೀಪ ತಲುಪಲಾರಿರಿ. ಆದುದರಿಂದ ತಪ್ಪೊಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಎಣಿಸದೇ ನೀವು ಧರಿಸಿದ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು, ಹಾಗೆಯೇ ಇತರರ ಮೂಲಕ ಎದುರಾದ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ಅಳಿಸಿ ಹಾಕುತ್ತಾ, ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ಸಾರಿಯಾದರೂ ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಸಮಯ ಕೇವಲ ಸೂತ್ರಧಾರನಾಗಿ ಇದ್ದುಬಿಡಿ.

ಅದೇ ರೀತಿ ಇಲ್ಲಿ ಅಹಂಕಾರ ಎಂದರೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳದೇ ತನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಜ್ಞಾನದೊಂದಿಗೆ, ತನ್ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೂಪವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಂಡು ಅದರಲ್ಲೇ ಇದ್ದುಬಿಡುವುದು. ಅದೇ ರೀತಿ ತಾನೇ ಸರಿಯೆಂದು, ಇತರರಲ್ಲೂ ತಪ್ಪೆಂದು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಹ ಅಹಂಕಾರವೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ತಾನು ಪರ್ಫೆಕ್ಟ್, ಇತರರು ಸಹ ಪರ್ಫೆಕ್ಟ್ ಅದೇ ರೀತಿ ಸೃಷ್ಟಿ ಯೆಲ್ಲವೂ ಪರ್ಫೆಕ್ಟ್ ಆಗಿದೆ ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವವನೇ ತ್ರಿಗುಣಗಳಿಗೆ ಅಧಿಪತಿಯಾಗಿ ಇರುತ್ತಾನೆಂದು ಗ್ರಹಿಸಿರಿ.

ಈ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿ ನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎದುರಾಗುವ ನೆಗೆಟಿವ್ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಆಗಿ ಇದ್ದಂತೆ ಅನ್ನಿಸಿದರೂ ದೈವದ ಅನುಭೂತಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನೂ ಸಹ ಸಮಸ್ಯೆಯೆಂದೇ ಪರಿಗಣಿಸಿ, ನನ್ನನ್ನು ಅಧಿಪತಿಯಾಗಿ ಬದಲಾಗಿಸು ಎಂದು ಆ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಗೆ ಹೇಳಿ ಶರಣಾಗಿ. ಆಗಲೇ ಪ್ರತಿ ನಿತ್ಯವೂ ದೈವದೊಂದಿಗೆ ಆನಂದದಿಂದ ಕಳೆಯುತ್ತೀರಿ. ಆದುದರಿಂದ ಅಧಿಪತಿಯಾಗಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಪರಿವರ್ತನೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು, ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಯಾವ ಅನುಭೂತಿ ಇದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ದಿವ್ಯವಾದುದು ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ಶರಣಾಗಿ, ಜೀವನವನ್ನು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಕಳೆಯಿರಿ.

ಅನುಭವ- ಒಮ್ಮೆ ನನ್ನನ್ನು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ, "ನೀವು ನನ್ನ ಪತ್ನಿಗೆ ಗುರುವೆಂದಾದಾಗ, ಬಾಹ್ಯದಲ್ಲಿ ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಹೇಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅವಳಿಗೆ ಕಲಿಸಿ ಕೊಡಬೇಕಾದದ್ದು ನಿಮ್ಮ ಜವಾಬ್ದಾರಿ" ಎಂದು ಮೆಸೇಜ್ ಕಳುಹಿಸಿದನು. ಆಗ ಇದೇನು ನನ್ನ ಕೆಲಸ ಕೇವಲ ಹೇಳುವುದು ಮಾತ್ರ ಅಲ್ಲ, ನಾನು ಹೇಳಿದ್ದು ಅವಳು ಪಾಲಿಸದಿದ್ದರೆ ಅದರಲ್ಲಿ ನನ್ನ ತಪ್ಪೇನಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಕೋಪ ಬಂದಿತು. ಈ ಕ್ರಿಯೇಷನ್ ನನ್ನದೇ ಎಂದು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ವಹಿಸಿಕೊಂಡ ನಂತರ, "ಗತದಲ್ಲಿ ನೀನು ಗುರುವಾಗಿದ್ದು ಅವಳಿಗೆ ಗೈಡ್ ಮಾಡಿರುವೆ, ಅವಳು ನೀನು ಗೈಡ್ ಮಾಡಿದ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿಡದೇ ಇರುವುದರಿಂದ ತಟಸ್ಥವಾಗಿದ್ದೀಯಾ. ಆದರೆ ನಿನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಮೂರು ತುಂಡುಗಳು ಎಂದರೆ ಕಲಿಸಬೇಕು-ಕಲಿಸಬಾರದು-ತಟಸ್ಥ, ಇವುಗಳನ್ನು ಬೆರೆಸಿ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಲಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಹೊರಗಿನಿಂದ ದೂರಿನ (Complaint) ರೂಪದಲ್ಲಿ ನಿನಗೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯು, ಅದರ ವಿರುದ್ಧವಾದವುಗಳನ್ನು ಬೆರೆಸಬೇಕೆಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತಿದೆ" ಎನ್ನುವ ಸಂದೇಶ ನನ್ನೊಳಗಿನಿಂದ ಬಂದಿತು. ಆಗ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಅವನಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿದೆನು

ಏಕೆಂದರೆ ನನ್ನೊಳಗೆ ಅಡಗಿರುವ ಗತ ಕರ್ಮವು ಅವನ ಮೂಲಕ ಹೊರ ಬಂದುದರಿಂದ. ವಿಭಜನೆಗೊಂಡ ಈ ಮೂರು ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಬೆರೆಸಿದ ನಂತರ, ಬಾಹ್ಯದಲ್ಲಿ ಅವಳ ಪತಿಯು ಸಹ ನನಗೆ ಸ್ನೇಹಿತನಾದನು. ಅಂದರೆ ಗತದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ನೀವು ಅಳಿಸಿ ಹಾಕುವವರೆಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಯು ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆಂದು ಗ್ರಹಿಸಿರಿ.

ಮತ್ತೊಂದು ಅನುಭವ- ನಾನು ಬರೆದ ಟಾಪಿಕ್ ಗಳನ್ನು ಫೇಸ್ ಬುಕ್ ಗ್ರೂಪ್ ನಲ್ಲಿ ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಒಬ್ಬ ಮಾಸ್ಟರ್ ಅವುಗಳನ್ನು ಓದಿ, "ನಿಮ್ಮ ಫೇಸ್ ಬುಕ್ ಪೋಸ್ಟ್ ಗಳು ತುಂಬಾ ಜನರನ್ನು ಗೊಂದಲಕ್ಕೀಡು ಮಾಡುತ್ತಿವೆ ಆದುದರಿಂದ ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡಬೇಡಿ" ಎಂದು ಮೆಸೇಜ್ ಕಳುಹಿಸಿದನು. ಆಗ ನಾನು ಮಾಡಿದ್ದು ಸರಿಯಾಗಿದೆ ಅವನದೇ ತಪ್ಪು ಎಂದೆನಿಸಿ ನನಗೆ ಕೋಪ ಬಂದು, ಇಷ್ಟವಾದರೆ ಓದಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಬಿಡಿ ಎಂದು ಮರಳಿ ಅವನಿಗೆ ರಿಪ್ಲೈ ಮೆಸೇಜ್ ಕಳುಹಿಸಬೇಕೆಂದುಕೊಂಡೆನು, ಆದರೆ ತಕ್ಷಣವೇ "ತೀರ್ಮಾನ" ಟಾಪಿಕ್ ನಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ ಹಾಗೆ ಇಬ್ಬರದ್ದೂ ತಪ್ಪೇ ಅಥವಾ ಇಬ್ಬರದ್ದೂ ಸರಿಯೇ ಎಂದು ಜಡ್ಜ್ ಮಾಡೆಂದು ನೆನಪಾಯಿತು. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿ ಪ್ರಶಾಂತ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬಂದ ನಂತರ ಈ ರೀತಿ ರಿಪ್ಲೈ ಮೆಸೇಜ್ ಕಳುಹಿಸಿದೆನು. "ಹೌದು ನನ್ನ ಪೋಸ್ಟ್ ಗಳನ್ನು ಓದುವ ಮೂಲಕ ಕೆಲವರು ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಈಡಾಗುತ್ತಿರಬಹುದು ಅದು ಕರೆಕ್ಟೇ, ಆದರೆ ಗ್ರೂಪ್ ನಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಕಾನ್ಸೆಪ್ಟ್ ಗೆ ಶೃತಿಯಾಗುವವರು ಸಹ ಇದ್ದಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕಾನ್ಸೆಪ್ಟ್ ಗೂ ಎಲ್ಲರೂ ಶೃತಿಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಆದುದರಿಂದ ನಿಮಗೆ ತೊಂದರೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದೆನಿಸಿದರೆ ದಯಮಾಡಿ ನನ್ನ ಪೋಸ್ಟ್ ಗಳನ್ನು ಓದದೇ ತಿರಸ್ಕರಿಸಿ". ಈ ರೀತಿಯ ಮೆಸೇಜ್ ಅವರಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿದ ನಂತರ ಅವರು ಪುನಃ ನನ್ನ ಮೆಸೇಜ್ ಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸಲಿಲ್ಲ. ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ನಂತರ ನಾನು ಹಾಕಿದ ಮತ್ತೊಂದು ಟಾಪಿಕ್ ನ್ನು ಓದಿ ಅದೇ ಮಾಸ್ಟರ್ ಅದನ್ನು ಲೈಕ್ ಮಾಡಿದರು. ಅದನ್ನು ನೋಡಿ ನನ್ನ ಸಾಧನೆಗೆ ನಾನೇ ಪ್ರಭಾವಿತನಾದೆನು.

### ಕಾಣಿಕೆಗಳು-Donations

ಈ ನ್ಯೂ ಎನರ್ಜಿ ಕಾನ್ಸೆಪ್ಟ್ ನ್ನು ಆಚರಿಸಿ ಲಾಭ ಪಡೆದವರು ಅಥವಾ ಮತ್ತಾರಾದರೂ ಕಾಣಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡಬಯಸುವವರು ಈ ಕೆಳಗೆ ತಿಳಿಸಿರುವ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಗೆ ಹಣವನ್ನು ಪಾವತಿಸಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಸಹಾಯದಿಂದ ನ್ಯೂ ಎನರ್ಜಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅತ್ಯಧಿಕ ಜನರಿಗೆ ತಲುಪಿಸಲು ನಮಗೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

A/C DETAILS: P.SREEDHAR, STATE BANK OF INDIA, HANUMAKONDA BRANCH, IFSC CODE: SBIN0003422, A/C No: 30603897922. MOBILE No: 9390151912 - THIS NUMBER ALSO HAS GooglePay AND PhonePe.

\*\* ಇದನ್ನು ತೆಲುಗು ಭಾಷೆಯಿಂದ ಅನುವಾದಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ತೆಲುಗು ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಓದಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುವವರು ಈ ಲಿಂಕನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ ಓದಬಹುದು.

<http://darmam.com/downloads/telugutopics/10.1antharprayanam.pdf>

\*\* ನ್ಯೂ ಎನರ್ಜಿ-ಅದ್ವೈತ ಕಾನ್ಸೆಪ್ಟ್ ಅನ್ನು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಕೇಳಬೇಕೆಂದು (To Listen) ಬಯಸುವವರು ಈ ಲಿಂಕನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ ಕೇಳಬಹುದು (Listen)

\*\* ನ್ಯೂ ಎನರ್ಜಿ-ಅದ್ವೈತ ಕಾನ್ಸೆಪ್ಟ್ ಅನ್ನು ತೆಲುಗು, ಇಂಗ್ಲೀಷ್, ಕನ್ನಡ, ಹಿಂದಿ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಓದಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುವವರು ಈ ಲಿಂಕನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ ಓದಬಹುದು. <http://darmam.com/library.html>

\*\*ಈ ಕೆಳಗಿನ ಲಿಂಕನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ ಆಡಿಯೋಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ ಮತ್ತು ಟಾಪಿಕ್ ಗಳನ್ನು ಓದಿದರೆ ನಿಮಗೆ ನ್ಯೂ ಎನರ್ಜಿ-ಅದ್ವೈತ ಕಾನ್ಸೆಪ್ಟ್ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

<http://darmam.com/important-topics.html>

### ಕರಗಿಹೋಗಿ

ಶರೀರ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಹೃದಯವನ್ನು ಮೀರಿ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಆತ್ಮದ ಸಮೀಪ ತಲುಪಬೇಕೆಂದರೆ, ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲಂಟಾಗುವ ಆಲೋಚನೆಗಳ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೊಳಗಾಗಿ ಒಬ್ಬ ಕೈದಿಯಂತೆ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರೆಂದು ಮೊದಲು ನೀವು ಗುರುತಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ಗಮನವನ್ನು ಆಲೋಚನೆಗಳಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿಸಿ, ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಕರಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿರಿ. ನೀಮ್ಮಲ್ಲಿ ಏನೇ ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಅದರಲ್ಲಿ ಎಳ್ಳಷ್ಟೂ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳದೇ, ಕೇವಲ ನೀವು ಮಾತ್ರ ಮಂಜುಗಡ್ಡೆಯಂತೆ ಕರಗಿಹೋಗಿ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಂಡ ನಂತರ ಅಂತರಂಗದೊಳಗೆಲ್ಲಾ ವ್ಯಾಪಿಸಿಕೊಂಡು ಹಾಗೆಯೇ ಇರಿ. ಅಂದರೆ ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಯಾವ ಸಂಭಾಷಣೆಯಲ್ಲೂ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳದೇ, ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಮಾಡದೇ, ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗದೇ, ಕೇವಲ ನಾನು ವ್ಯಾಪಿಸಿದ್ದೇನೆನ್ನುವ ಭಾವನೆಯಲ್ಲೇ ಇರಿ. ಆಗ ನೀವು ಒಂದು ರೀತಿಯ ನಿದ್ರೆಯಂಥಹ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮೆಲ್ಲಗೆ ಜಾರುತ್ತೀರಿ, ಇಲ್ಲವೇ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಶೂನ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತೀರಿ. ಇಂಥಹ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಆಲೋಚನೆಗಳು ಅವಷ್ಟಕ್ಕವೇ ಕರಗಿ ಹೋಗಿ ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ನಿಶ್ಯಬ್ದವೇರ್ಪಟ್ಟು, ಆನಂತರ ದೇವರು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಆಗ ನೀವು ಅದ್ಭುತವಾದ ಸುಖದ, ಹಗುರತನದ, ತಾಜಾತನದ, ಆನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀರಿ. ತಕ್ಷಣ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆರೆಯದೇ ಈ ಆನಂದವನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿಕೊಡಿ. ಇದರಿಂದ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೂ ಪರಿಹಾರ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಸಮತೋಲನೆ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಈ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಯಾರಾದರೂ, ಯಾವಾಗಲಾದರೂ, ಎಲ್ಲಿಯಾದರೂ, ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಾದರೂ, ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಬೇಕಾದರೂ ಮಾಡಬಹುದು. ಪ್ರತಿದಿನ ಕನಿಷ್ಠ ಪಕ್ಷ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳಾದರೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ.