

## ಸಮತೋಲನೆ

ಪ್ರಕೃತಿಯು ಸದಾ ಸಮತೋಲನೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಸಮತೋಲನೆಯನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಒಳ್ಳೆಯ-ಕೆಟ್ಟ ಈ ಎರಡು ವಿರುದ್ಧವಾದವುಗಳು ಸದಾ ಸಮತೋಲನೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ನೀವು ಒಂದನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡಿದರೆ, ವಿರುದ್ಧವಾದದ್ದು ಸಹ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಆಳವಾದ ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮ. ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಕೆಟ್ಟದು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು ಸಹ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಪಾಪಾತ್ಮನು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಪುಣ್ಯಾತ್ಮನು ಸಹ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಪುಣ್ಯಾತ್ಮನು ಪಾಪಾತ್ಮನು ಇಬ್ಬರು ವಿರುದ್ಧರಾಗಿದ್ದು ಒಬ್ಬರ ಮೇಲೊಬ್ಬರು ಪರಸ್ಪರ ಅವಲಂಬಿತರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದುದರಿಂದ ಕೇವಲ ಒಳ್ಳೆಯತನದಿಂದ ಕೂಡಿದ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದು ಅಸಂಭವ. ಈ ಪ್ರಯತ್ನ ಎನ್ನುವುದು ಎಂದಿಗೂ ಫಲಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ಸಮತೋಲನೆಯ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ನಿಯಮವನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುತ್ತದೆಯಾದ್ದರಿಂದ.

ನೀವು ಕೇವಲ ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿ ಇರಬೇಕೆಂದು ದೃಢವಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ, ಆಗ ಎರಡು ವಿಷಯಗಳು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಬಹುದು, ಆಗ ಕೆಟ್ಟದು ಸಹ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಬಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲವೇ ನೀವು ಕೆಟ್ಟದನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು, ಆಗ ನೀವು ಬಲಪಡಿಸಬೇಕೆನ್ನುವ ಒಳ್ಳೆಯದೂ ಸಹ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ.

ಜೀವನವು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಮತೋಲನೆಯಿಂದಿರುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಕೇವಲ ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿ ಇರಬೇಕೆಂದುಕೊಳ್ಳುವುದು ವ್ಯರ್ಥವಾದ ಪ್ರಯತ್ನ. ಅಂದರೆ ಇಲ್ಲಿ ನಾನು ಕೇವಲ ಕೆಟ್ಟವರಾಗಿ ಇರಬೇಕೆಂದು ಸಹ ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಆಗಲೂ ಸಹ ಸಮತೋಲನ ನಾಶಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆಯಾದ್ದರಿಂದ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎಂದರೆ ಕೆಡುಕಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದು ಅಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎಂದರೆ ಸಮತೋಲನೆಯ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದು. ಅದರಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯದು ಹಾಗೂ ಕೆಟ್ಟದು ಎರಡೂ ತಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆವು ಸದಾ ಸಮನ್ವಯಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ.

ಒಂದು ವೇಳೆ ಯಾರಾದರೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಬೇಕೆಂದು ಸಂಕಲ್ಪಿಸಿದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಕೆಟ್ಟ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಬೇಕೆಂದು ತಪ್ಪದೇ ಸಂಕಲ್ಪಿಸಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಪೂರ್ಣ ಶಕ್ತಿಯನ್ನಲ್ಲದೇ ಅದರಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾಗವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವಿರಾದ್ದರಿಂದ. ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿಗೆ ರೂಪವು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದರಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ-ಕೆಟ್ಟ-ತಟಸ್ಥ ಅಥವಾ ತಮೋ-ರಜೋ-ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣಗಳು ಸಮಾನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಸಮಾನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರುವುದಲ್ಲದೇ ಒಂದೇ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸು ಇದನ್ನು ಮೂರು ತುಂಡುಗಳನ್ನಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿ, ಮೂರನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿರುವಂತೆ, ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಶತ್ರುವುಗಳೆಂದು ತೋರಿಸಿ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಈ ಮೂರರ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯೇ (Expression) ಮಾಯೆ ಎಂದು ಸಹ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದುದರಿಂದ ಯಾರಾದರೂ ಒಂದು ಭಾಗವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ಅಂದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಇನ್ನುಳಿದ ಎರಡು ಭಾಗಗಳನ್ನು ಎಂದರೆ ಕೆಟ್ಟದನ್ನು, ತಟಸ್ಥವನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಇತರರು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಯಾರ ಸಂಕಲ್ಪವೂ ನೆರವೇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಆದುದರಿಂದ ನೀವು ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಏನೋ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಿರೆಂದು ಹೆಮ್ಮೆಪಡಬೇಡಿ (ಗರ್ವಿಸಬೇಡಿರಿ). ಏಕೆಂದರೆ ನೀವು ಸಂಕಲ್ಪಿಸಿದ ನಂತರ ಉಳಿದಿರುವ ಎರಡು ಭಾಗಗಳನ್ನು ಇತರರು ಯಾರಾದರೂ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗಲೇ ನಿಮ್ಮ ಸಂಕಲ್ಪ ನೆರವೇರುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದಾಗಿ ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಕೆಲಸವನ್ನು

ಒದಗಿಸಿಕೊಡಬೇಡಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಸೃಷ್ಟಿಯು ಸಮತೋಲನೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು, ಉಳಿದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಇತರರ ಮನಸ್ಸಿನೊಳಗಡೆ ಕಳುಹಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ.

ಆದರೆ ಯಾರಿಗೆ ಏನಾದರೆ ನನಗೇನು ನಾನು ಮಾತ್ರ ಕೇವಲ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನೇ ಬಯಸುತ್ತೇನೆ ಎಂದುಕೊಂಡರೆ ಅದು ಸಹ ಸದಾ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಸೃಷ್ಟಿಯು, ಆನಂತರ ಕೆಟ್ಟ ಮತ್ತು ತಟಸ್ಥಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ನಿಮಗೆ ಕಳುಹಿಸುತ್ತದೆ. ನೀವು ರಾಗ- ದ್ವೇಷಗಳಲ್ಲಿ, ಕರ್ಮ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿಕೊಂಡಿರುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಸರಿಹೊಂದುವುದನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತೀರಿ. ಆದುದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿರಿ.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಒಳ್ಳೆಯ-ಕೆಟ್ಟ-ತಟಸ್ಥ ಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಅತೀತವಾಗಿ ತಲುಪಿದರೆ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಒಬ್ಬ ಯೋಗಿಯಂತೆ ತಯಾರಾಗುತ್ತಾನೆ. ಇವನು ಸಮತೋಲನೆಯಿಂದ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಅವನ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಆಳವಾದ ಸಮತೋಲನೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಅವನು ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಕೆಲಸವನ್ನು ಒದಗಿಸಿಕೊಡಲಾರನು, ಏಕೆಂದರೆ ಅವನು ಭಾಗವನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ. ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ ಅಥವಾ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೇ ಇದ್ದುಬಿಡುತ್ತಾನೆ ಅಥವಾ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಇದ್ದದ್ದು ಇದ್ದ ಹಾಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಅತೀತನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಆದುದರಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿ ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿರುವ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯ ಅವನಿಗೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಯಾವಾಗ ವಿರುದ್ಧವಾದವುಗಳು ಸಮತೋಲನೆಯಿಂದಿರುತ್ತವೆಯೋ, ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಅತಿಕ್ರಮಿಸುತ್ತೀರಿ (ದಾಟಿ ಮುಂದೆ ಹೋಗುತ್ತೀರಿ). ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ಕೇವಲ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಅಥವಾ ಅನಾರೋಗ್ಯವನ್ನು ಅಥವಾ ತಟಸ್ಥವನ್ನು ಅನುಭೂತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದೇಯಾದರೆ ನೀವು ಅಸಮತೋಲನೆಯಲ್ಲಿದ್ದಂತೆ. ನೀವು ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಅನುಭೂತಿ ಹೊಂದಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಸಮತೋಲನೆಯಲ್ಲಿದ್ದಂತೆ. ನೀವು ಆರೋಗ್ಯದಿಂದ ಇದ್ದಂತೆ ಅನುಭೂತಿ ಹೊಂದುವುದೆಂದರೆ ದ್ವಂದ್ವದಲ್ಲಿನ ಒಂದು ಅಂಚಿನ ಕಡೆ ಚಲಿಸಿದಂತೆ. ಆಗ ನೀವು ತಪ್ಪದೇ ಅನಾರೋಗ್ಯದ ಪಾಲಾಗುತ್ತೀರಿ. ಇದನ್ನು ಜ್ಞಾಪಕದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.

ಇದು ಪ್ರತಿ ದಿನವೂ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ನಿಮಗೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ಸಂತೋಷವಾಗಿ ಇರುವಿರನ್ನುವ ಅನುಭೂತಿ ಹೊಂದಿದ ತಕ್ಷಣ, ಸಂತೋಷವೆನ್ನುವುದು ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನೀವು ಯಾವುದರ ಬಗ್ಗೆಯಾಗಲೀ ಅರಿವು ಹೊಂದಿದ್ದೇಯಾದರೆ, ನೀವು ಕೆಟ್ಟ ಅಂಚಿನತ್ತ ಚಲಿಸಿದಂತೆಯೆ. ಆದುದರಿಂದ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಬನ್ನಿ. ಅಸಮತೋಲನೆಯನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಸಮತೋಲನೆಯನ್ನು ಮರಳಿ ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದರೆ, ವಿರುದ್ಧವಾದವುಗಳ ಕಡೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸಬೇಕು, ಹಾಗೆಯೇ ಅವುಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಮಿತ್ರತ್ವವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಬೇಕು, ಆನಂತರ ಒಂದಾಗಿಸಬೇಕು.

ಹಗ್ಗದ ಮೇಲೆ ಕೋಲು (ಸ್ಪಿಕ್) ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ನಡೆಯುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು, ಬಲದಿಂದ ಎಡಕ್ಕೆ, ಎಡದಿಂದ ಬಲಕ್ಕೆ ಬಾಗುತ್ತಾ ಸಮತೋಲನೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಮುಂದೆ ಸಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ನೀವು ಸಹ ಒಳ್ಳೆಯದರಿಂದ ಕೆಟ್ಟ ಕಡೆಗೆ, ಕೆಟ್ಟದರಿಂದ ಒಳ್ಳೆಯ ಕಡೆಗೆ, ಅರೋಗ್ಯದಿಂದ ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಆರೋಗ್ಯದ ಕಡೆಗೆ ಅನಿಯಂತ್ರಿತವಾಗಿ (Unobtrusively) ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ಚಲಿಸುತ್ತಾ ಇರಿ. ಆಗ ದ್ವಂದ್ವ ಶಕ್ತಿಗಳು, ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ನಾಶಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು

ವ್ಯರ್ಥಗೊಳಿಸದೇ, ಒಗ್ಗಟ್ಟಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುತ್ತಾ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ತಯಾರಾಗುತ್ತವೆ. ಹೀಗೆ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದರೆ ನೀವು ಆ ಎರಡರ ನಡುವೆ ಇರುವ ತಟಸ್ಥದ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪುತ್ತೀರಿ. ಆನಂತರ ನೀವು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದರೆ ಒಳ್ಳೆಯ-ಕೆಟ್ಟ-ತಟಸ್ಥದ ಸ್ಥಿತಿಗಳ ಅತೀತ ತಲುಪುತ್ತೀರಿ.

ಯೋಗಿಯು ಹಗ್ಗದಿಂದ ಕೆಳಗಿಳಿದು ಬಂದಿರುವಂಥವನು. ಆದುದರಿಂದ ಅವನು ಬಲದಿಂದ ಎಡಕ್ಕೆ ಪಯಣಿಸಬೇಕೆನ್ನುವ ವಿಷಯವನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಒಳ್ಳೆಯ-ಕೆಟ್ಟ-ತಟಸ್ಥಗಳ ಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಅತೀತನಾದವನು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎಂದರೆ ಅತಿಕ್ರಮಿಸುವುದು. ಯೋಗಿಗೆ ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನು ನಾಶಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದು ಗೊತ್ತಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಸಮತೋಲನೆಯಲ್ಲಿನ ಭಾಗವಾದ್ದರಿಂದ; ಒಳ್ಳೆಯದೆನ್ನುವುದು ಒಂಟಿಯಾಗಿ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಎರಡೂ ಅಗತ್ಯವೇ ಎಂದು; ವಿರುದ್ಧವಾದವುಗಳು ಇರುವುದರಿಂದಲೇ ಈ ಉಪಸ್ಥಿತಿ (ಪ್ರೆಸೆನ್ಸ್) ಸಜೀವವಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆಂದು; ಕಷ್ಟದ ನಂತರ ಸುಖ, ಸುಖದ ನಂತರ ಕಷ್ಟ ತಪ್ಪದೇ ಬರುತ್ತವೆಂದು. ಇವುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ ಯೋಗಿಯು ಅವುಗಳಿಗೆ ಅತೀತವಾಗಿ ತಲುಪುತ್ತಾನೆ. ಆಯ್ಕೆ ಎನ್ನುವುದು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಟ್ಟದರ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಆನಂತರ ತಾನು ಒಳ್ಳೆಯದರ ವಿರುದ್ಧದ ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನು ಸಹ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ತಪ್ಪದೇ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವನಿಗೆ ಅನುಭವಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಗೊತ್ತಿದೆಯಾದ್ದರಿಂದ. ನೀವು ಒಂದು ದಿಕ್ಕಿನ ಕಡೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸಿದರೆ, ಆನಂತರ ನೀವು ತಪ್ಪದೇ ಅದರ ವಿರುದ್ಧ ದಿಕ್ಕಿನ ಕಡೆಯೂ ಸಹ ಪಯಣಿಸಬೇಕಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ.

ನೀವೆಷ್ಟೇ ಒಳ್ಳೆಯದರ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗರೂಕತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತೀರೋ, ಅಷ್ಟೇ ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನು ಸಹ ನೀವು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಅಂದರೆ ನೀವು ಯಾವುದನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುತ್ತೀರೋ ನೀವು ಅದನ್ನೂ ಸಹ ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತೀರಿ. ಆದುದರಿಂದ ನೀವು ಏನೇ ಮಾಡಿದರೂ ಅದು ಎರಡು ಕಡೆಗೂ ಚಲಿಸುತ್ತದೆ. ಒಮ್ಮೆಲೇ ಎರಡೂ ಕಡೆ ವೃದ್ಧಿಯಾಗಿ ಸಮತೋಲನೆ ಎನ್ನುವುದು ಸದಾ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಅಂದರೆ ನೀವು ಎಷ್ಟು ಒಳ್ಳೆಯವರಾದರೂ ಅಷ್ಟೇ ಕೆಡುಕನ್ನೂ ಸಹ ಮಾಡುತ್ತೀರೆಂದು ಇದರ ಅರ್ಥ, ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಅದನ್ನು ಟೀಕಿಸುತ್ತಾ, ದ್ವೇಷಿಸುತ್ತಾ ಇರುತ್ತೀರಿ. ಬಾಹ್ಯವಾಗಿ ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನು ಮಾಡದಿದ್ದರೂ ಕೇವಲ ದ್ವೇಷಿಸುವುದೂ ಸಹ ಕೆಟ್ಟ ಕರ್ಮವೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ದ್ವೇಷ ಭಾವನೆ ಹೊಂದಿರುವ ಪರಿಣಾಮದಿಂದಾಗಿ ಕೆಡುಕನ್ನು ಮರಳಿ ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ಇತರರಿಗೆ ನೀವು ಏನು ನೀಡುತ್ತೀರೋ ಅದನ್ನೇ ಮರಳಿ ನೀವು ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ರಾಗ-ದ್ವೇಷಗಳಿಗೆ ಅತೀತವಾಗಿ ತಲುಪಿದಾಗಲೇ ನೀವು ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಕಳುಹಿಸುತ್ತೀರಿ, ಅದನ್ನೇ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎನ್ನುವುದು ಶ್ರೀಮಂತ ಅಥವಾ ಬಡವರ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಬೇಕೆಂದು ನೋಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಸಮತೋಲನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿರಿ. ಶ್ರೀಮಂತನು ಅಲ್ಲ, ಬಡವನು ಅಲ್ಲ, ಸಮತೋಲನೆಯಿಂದಿರುವ ಪ್ರಪಂಚ. ಅದರಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಸಹ ಬಡತನದ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಅದೇ ರೀತಿ ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಸಹ ಅರಿವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂದರೆ ಈ ಎರಡು ವಿರುದ್ಧವಾದವುಗಳು ಸದಾ ಇರುತ್ತವೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಇನ್ನು ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು, ಅವುಗಳನ್ನು ಅತಿಕ್ರಮಿಸುವುದು.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ ರೋಗಗಳೊಂದಿಗೆ ಯುದ್ಧವನ್ನು ಮಾಡಲು ಅನೇಕ ತರಹದ ಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಮುಂಚೆಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮನುಷ್ಯನು ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಇರುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಏಕೆ ಹೀಗೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿದೆ? ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿಯುವುದರಲ್ಲಿ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಕಂಡುಬಂದಾಗ, ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಅನಾರೋಗ್ಯವೂ ಸಹ ಏಕೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದೆ? ಹೀಗೆ ಏಕೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆಂದರೆ, ಜ್ಞಾನವು ಹೆಚ್ಚಾದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಅಜ್ಞಾನವೂ ಸಹ ತಪ್ಪದೇ ಸ್ಥಿರವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದುವೇಳೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಬೆಳೆದರೆ, ಆಗ ಅನಾರೋಗ್ಯವೂ ಸಹ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ನೀವು ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿ ತಯಾರಾದರೆ, ಎಲ್ಲೋ ಯಾರೋ ತಪ್ಪದೇ ಕೆಟ್ಟವರಾಗಿ ತಯಾರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ತಪ್ಪು ನಡೆಯುತ್ತಿಲ್ಲ, ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರಪಂಚವು ಸದಾ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕದು ಸಮತೋಲನೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ.

ಕೇವಲ ಒಳ್ಳೆಯವರಿಂದ ಪ್ರಪಂಚವು ಸಜೀವವಾಗಿ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಇದ್ದರೆ ಆ ಪ್ರಪಂಚ ನಿರಾಶೆಯಿಂದ (Frustrated) ಇರುತ್ತದೆ. ಜೀವನ ಎನ್ನುವುದು ಸದಾ ವಿರುದ್ಧವಾದವುಗಳೊಂದಿಗೆ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ವಿರುದ್ಧವಾದವುಗಳು ಜೊತೆಯಾಗಿರುವುದರಿಂದಲೇ ಹೊಸ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಏರ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎಂದರೆ ವಿರುದ್ಧವಾದವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೋ ಒಂದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎಂದರೆ ವಿರುದ್ಧವಾದವುಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೇ ಇರುವ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಂಡು ಅದರಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುವುದು.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೇ ಜೀವಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಇದ್ದರೆ, ಅದರಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಳಜಿವಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನು ಆರೋಗ್ಯದಿಂದ ಇದ್ದರೆ, ಅದರಲ್ಲೇ ಹಾಯಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನ ಬಳಿ ಯಾವುದು ಬರುತ್ತದೋ ಅದನ್ನು ದಿವ್ಯವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ. ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ದಿವ್ಯವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಿದರೆ, ಅದು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕದೇ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹೊಂದುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಅವನು ಅನುಭವಿಸುವುದರ ಮೇಲೆಯೇ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತಾ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೇ ವಿರುದ್ಧವಾದವುಗಳ ನಡುವೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ನಿಧಾನವಾಗಿ ಅವನ ಚಲನೆಯು ಕ್ಷೀಣಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದರೆ, ಅವನು ಅತ್ತ-ಇತ್ತ ಚಲಿಸುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಎಲ್ಲವೂ ಅವಷ್ಟಕ್ಕವೇ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ ಆದ್ದರಿಂದ. ಇದು ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ನೀವು ಚಲಿಸುತ್ತೀರಿ, ಹಾಗೆಯೇ ವಿರುದ್ಧವಾದವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತೀರಿ.

ಇದು ನಿಮಗೆ ವಿಚಿತ್ರ ಅನ್ನಿಸಬಹುದು, ಆದರೆ ನೀವು ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿ ಇರಬೇಕೆಂದು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ, ತಪ್ಪದೇ ನೀವು ಕೆಟ್ಟವರಾಗಿ ತಯಾರಾಗುತ್ತೀರಿ. ಆದುದರಿಂದ ಕಷ್ಟ ಎಂದೆನಿಸಿದರೂ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೇ ಏನೇ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ನಡೆಯಲು ಅನುಮತಿಯನ್ನು ನೀಡಿರಿ. ಕೋಪ ಬರುತ್ತಿದೆ ಎಂದಾದರೆ, ಅದು ಸಂಭವಿಸಲು ಅನುಮತಿಯನ್ನು ನೀಡಿರಿ. ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಪ್ರೀತಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನೂ ಸಂಭವಿಸಲು ಅನುಮತಿಯನ್ನು ನೀಡಿ, ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಒಂದು ದಿನ ಕೋಪ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿ ಎರಡೂ ಸಹ ಸಂಭವಿಸದಿರುವ ಸ್ಥಿತಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ

ಅಥವಾ ಯಾವುದನ್ನೂ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ನೀವು ಭಾಗವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಆಗ ನೀವು ಒಳ್ಳೆಯ-ಕೆಟ್ಟ ಎನ್ನುವ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ.

\*\* ಇದನ್ನು ತೆಲುಗು ಭಾಷೆಯಿಂದ ಅನುವಾದಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ತೆಲುಗು ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಓದಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುವವರು ಈ ಲಿಂಕನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ ಓದಬಹುದು. <http://darmam.com/downloads/telugutopics/23.samathulyatha.pdf>

\*\* ನ್ಯೂ ಎನರ್ಜಿ-ಅದ್ವೈತ ಕಾನ್ಸೆಪ್ಟ್ ಅನ್ನು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಕೇಳಬೇಕೆಂದು (To Listen) ಬಯಸುವವರು ಈ ಲಿಂಕನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ ಕೇಳಬಹುದು (Listen) <https://www.youtube.com/playlist?list=PL7sfndcUtXfluvXK-CsihXrxGyyIjh8n6>

\*\* 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, ನಿಮ್ಮಿಲ್ಲಂಟಾಗುವ 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 ಸಂಭಾಷಣೆಯಿಲ್ಲ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳದೇ, ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಮಾಡದೇ, ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗದೇ, ಕೇವಲ ನಾನು ವ್ಯಾಪಿಸಿದ್ದೇನೆನ್ನುವ ಭಾವನೆಯಲ್ಲೇ ಇರಿ. ಆಗ ನೀವು ಒಂದು ರೀತಿಯ ನಿದ್ರೆಯಂಥ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮೆಲ್ಲಗೆ ಜಾರುತ್ತೀರಿ, ಇಲ್ಲವೇ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಶೂನ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತೀರಿ. ಇಂಥ 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.