

## ತೀರ್ಮಾನ

ನೀವು ಏನೇ ನೋಡಿದರೂ ಇದು ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ ಅದು ಚೆನ್ನಾಗಿಲ್ಲ, ಇದೆಂದರೆ ನನಗಿಷ್ಟ, ಅದೆಂದರೆ ನನಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ, ಇವನೆಂದರೆ ನನಗೆ ಇಷ್ಟ- ಅವನೆಂದರೆ ನನಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ, ನಾನಿಷ್ಟೇ, ನಾನಿರುವುದೇ ಹೀಗೆ, ನನ್ನ ಶರೀರ ಇರುವುದೇ ಹೀಗೆ, ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಇರುವುದೇ ಹೀಗೆ, ಅವನು ಅಷ್ಟೇ ಅವನು ಎಂದಿಗೂ ಬದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನ್ಯಾಯ ನಿರ್ಣಯಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಜಡ್ಜ್ ಮೆಂಟನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತೀರಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನೂ ಸಹ ನಿರ್ಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ನೀವು ಒಂದು ರೋಬೋವಿನಂತೆ ವಸ್ತುವಿನ ಹಾಗೆ ತಯಾರಾಗುತ್ತೀರಿ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಹೊಸತನವನ್ನುವುದು ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅದೇ ರೀತಿ ನೀವು ಪೂರ್ತಿ ಹೊಸದಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದಿ, ಪೂರ್ವಕರ್ಮಗಳಿಂದ ವಿಮುಕ್ತಿಯಾಗಿ ಸ್ವೇಚ್ಛೆಯನ್ನು ಹೊಂದುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ.

ಅದೇ ರೀತಿ ನೀವು, ಇವನು ಕೆಟ್ಟವನು ನನಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ ಎಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿ ದ್ವೇಷಿಸಿದ ತಕ್ಷಣ, ಆ ಕರ್ಮವು ನಿಮಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡು ನೀವು ದ್ವೇಷಿಸಿದ್ದೇ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ಆ ಗುಣಗಳು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬಿಡದೇ ಪಿಡಿಸುತ್ತವೆ. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದೇನೂ ತಪ್ಪಲ್ಲ. ಅವರು ಸರಿಯಾಗಿ ಇಲ್ಲವೆಂದು, ತಪ್ಪು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು, ನಿಮಗೆ ಅನ್ನಿಸಿದರಿಂದಾಗಿ ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ತೀರ್ಮಾನಿಸಿದ್ದೀರಿ, ಅಷ್ಟೆ. ಅವರು ಸರಿಯಾಗಿಯೇ ಇದ್ದಾರೆಂದು, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಣದ ಬಗ್ಗೆ ಅನುಭವಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು, ಅವರು ತಮ್ಮ ಅಂತರ್ ಪ್ರಪಂಚದ ಅನುಗುಣವಾಗಿಯೇ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು, ಅವರು ತಮ್ಮ ಅಂತರ್ ಪ್ರಪಂಚ ಹಾಗೂ ತಮ್ಮ ವಿಧಿಲಿಖಿತಕ್ಕೆ ಗುಲಾಮರಾಗಿದ್ದಾರೆಂದು ಮತ್ತು ಅವರು ಅವುಗಳಿಗೆ ಅತೀತರಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದು ನೀವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೇ ಇರುವುದರಿಂದಾಗಿಯೇ ಇಂಥಹ ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಆದರೆ ನೀವು ಈ ರೀತಿ ತೀರ್ಮಾನಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ ಕಷ್ಟಗಳ ಪಾಲಾಗುತ್ತೀರಿ. ಏಕೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲೂ ಸಹ ಅಂಥಹವೇ ಕೆಟ್ಟ ಗುಣಗಳಿದ್ದು, ಅವುಗಳನ್ನು ನೀವು ದ್ವೇಷಿಸುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ.

ತುಂಬಾ ಜನರು ತೀರ್ಮಾನಿಸುವುದು ತಪ್ಪೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಗ್ರಹಿಸಬೇಕಾದುದೇನೆಂದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನೀವು ಯಾವುದಾದರೊಂದು ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಮಾಡಲೇಬೇಕು. ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ ಎಂದರೂ ತೀರ್ಮಾನವೇ, ಚೆನ್ನಾಗಿಲ್ಲವೆಂದರೂ ಸಹ ಅದು ತೀರ್ಮಾನವೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ಏನೇ ಮಾತನಾಡಿದರೂ ಅದು ತೀರ್ಮಾನವೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ಮಾಡದೇ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಕರ್ಮ ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟ ಕರ್ಮ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾದರೆ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ಮಾಡಿದ ನಂತರವೂ ಸಹ ಯಾವ ಕರ್ಮವೂ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳಬಾರದೆಂದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಇದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರವೇನೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ಮುಂದೂಡುವುದು. ಪ್ರಸ್ತುತ ಈ ಗುಣವು ನನಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಇದನ್ನು ಈಗಲೇ ನಾನು ತೀರ್ಮಾನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಈಗಲೇ ಈ ಗುಣವು ಕೆಟ್ಟದು ಎನ್ನುವ ಮುದ್ರೆಯೊತ್ತಿ ದೃಢವಾದ ಅಭಿಪ್ರಾಯದೊಂದಿಗೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಗುಣದ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಆಳವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡ ನಂತರವೇ ನಿರ್ಣಯಿಸುತ್ತೇನೆಂದು ನಿಮ್ಮ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ಮುಂದೂಡಿರಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ತೆರೆದ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ, ತೆರೆದ ಹೃದಯದಿಂದ ನೀವು ಇರುತ್ತೀರಿ. ಆಗಲೇ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೆ ಆಳವಾದ ಅರಿವು (ಪ್ರಜ್ಞೆ) ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಹಾಗಲ್ಲದೇ ಸಂಕುಚಿತ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ತೀರ್ಮಾನ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವೇ ನಿರ್ಬಂಧಿಸಿಕೊಂಡ ಹಾಗಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ನೀವು ಬೆಳೆಯದೇ ಇರುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೇ ಇದ್ದುಬಿಡುತ್ತೀರಿ.

ಹೀಗೆ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ಮುಂದೂಡಿ, ಈ ಗುಣವು ದಿವ್ಯತ್ವದ ಒಂದು ಭಾಗವೆಂದು ಇದು ಸಹ ದಿವ್ಯವಾದುದೇ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆನ್ನುವ ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು ಮಾಡಿ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಆಳವಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸಿರಿ. ಆ ಗುಣದಿಂದಾಗಿ ನಿಮಗೆ ಮತ್ತು ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸುತ್ತಿರುವ ಒಳಿತನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿರಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ಒಳಗೊಂಡಿವೆ, ಪ್ರತಿಯೊಂದಕ್ಕೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ಸ್ಥಾನಮಾನ ಇದೆ. ಯಾವುದನ್ನೂ ತಿರಸ್ಕರಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ದೇವರೇ ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು, ಅದಕ್ಕೇಂದೇ ಒಂದು ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ, ಬೇಡವೆನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ನಾವ್ಯಾರು? ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಪ್ರಣಾಳಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಅದರ ಸ್ಥಾನ ಏನು ಎನ್ನುವ ವಿಷಯವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಣದಲ್ಲೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ತತ್ವವನ್ನು ಮತ್ತು ತೊಂದರೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವ ತತ್ವವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿರಿ. ಆಗ ಮಾತ್ರ ಎಲ್ಲದೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲದರ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಮಾನ ಭಾವನೆ ನೆಲೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಗುಣಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಹೇಗಿದೆಯೋ ಹಾಗೆ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ, ದೈವ ಪ್ರಸಾದವೆಂದು ಭಾವಿಸಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ದಿವ್ಯವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಿ, ಒಳ್ಳೆಯದು ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲವೂ ಸಹ ದಿವ್ಯವಾದ ಶಕ್ತಿಗಳೇ ಎಂದು ಅನುಭವಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವವರೆಗೂ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತೀರೆಂದು ಗ್ರಹಿಸಿರಿ. ಹೀಗೆ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಅವುಗಳ ಮೇಲೆಯೇ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾ ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವನ್ನು (ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು) ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ, ತಪ್ಪದೇ ನೀವು ಎಲ್ಲಾ ಗುಣಗಳೂ ಸಹ ದೈವಿಕವಾದ ಗುಣಗಳೇ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ಜಯಶಾಲಿಯಾಗುತ್ತೀರಿ.

ಆಗಲೇ ನೀವು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಣವನ್ನು ಬೈಯಲು ಹಾಗೂ ತಕ್ಷಣವೇ ಹೊಗಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ದ್ವೇಷಿಸಲು ಮತ್ತು ತಕ್ಷಣವೇ ಪ್ರೀತಿಸಲು ಸಹ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಬೈಯುವುದು, ಹೊಗಳುವುದು, ತಟಸ್ಥವಾಗಿ ನೋಡುವುದು ಮತ್ತು ದಿವ್ಯವಾಗಿ ಕಾಣುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾಗಲೇ, ನೀವು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವಿರೆಂದು ಅರ್ಥ, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನೀವು ಅಸಂಪೂರ್ಣರಾಗಿಯೇ ಉಳಿದು ಬಿಡುತ್ತೀರಿ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ಬೈಯಲಾಗದೇ ಹೋದರೆ ಅಥವಾ ಹೊಗಳಲಾಗದೇ ಹೋದರೆ ಅದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ, ತೀರ್ಮಾನಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದೂಡಿರಿ.

ಹೀಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ-ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗಲೇ, ನೀವು ತೀರ್ಮಾನ ಮಾಡದೇ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ದಿವ್ಯವಾಗಿ ಕಾಣಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗಲೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಬಾಹ್ಯರೂಪವನ್ನು ತಾಳದೇ ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ, ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಇದೇ ವಿಧವಾಗಿ ಮಾಡಿರಿ. ಆಗಲೇ ನೀವು ಪ್ರೀತಿಯೊಂದಿಗೆ, ಕರುಣೆಯೊಂದಿಗೆ, ದಿವ್ಯತ್ವದೊಂದಿಗೆ ತುಂಬಿ ತುಳುಕುತ್ತೀರಿ.

ಮತ್ತೊಂದು ವಿಷಯವೇನೆಂದರೆ, ನಾವು ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಇವನು ಒಳ್ಳೆಯವನು ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟವನು ಎಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ನನ್ನದೇ ತಪ್ಪು-ನನ್ನದು ಸರಿ ಅಥವಾ ನಿನ್ನದೇ ತಪ್ಪು- ನನ್ನದು ಸರಿ ಎಂದು ಜಡ್ಡ್ ಮೆಂಟ್ ಮಾಡಿಬಿಡುತ್ತೇವೆ. ಆಗ ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದವನೇ ಬದಲಾಗಬೇಕೆಂದು ನಮಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇದರಿಂದ ಸರಿ ಎನ್ನುವವನು ಬೆಳೆಯದೇ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡು ಅದೇ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದುಬಿಡುತ್ತಾನೆ. ಹೀಗೆ ಸರಿ-ತಪ್ಪುಗಳನ್ನುವ ದ್ವಂದ್ವದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ ಪೋಷಿಸುವುದರಿಂದಾಗಿಯೇ ನೀವು ರಾಗ-ದ್ವೇಷಗಳಲ್ಲೇ ಸಿಲುಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಹೀಗೆ ನಿಮ್ಮ ವರ್ತನೆಯು ಪಕ್ಷಪಾತ ಮಾಡುವ ಮನಸ್ಥಿತಿಯೊಂದಿಗೆ

ತೀರ್ಮಾನಿಸುವುದರಿಂದಾಗಿಯೇ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೆನ್ನುವುದು ಅಳತೆಗೆ ಮೀರಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ದೈವಿಕ ಗುಣವಾದ ಸಮಾನ ದೃಷ್ಟಿ ಎನ್ನುವುದು ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಸಂಭವಿಸದು.

ಆದುದರಿಂದ ನ್ಯೂ ಎನರ್ಜಿ ಕಾನ್ಸೆಪ್ಟ್ ನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕೆಂದರೆ, ನೀವು ಇಬ್ಬರದೂ ತಪ್ಪೇ ಅಥವಾ ಇಬ್ಬರದೂ ಸರಿಯೇ ಎಂದು ತೀರ್ಮಾನ ಮಾಡಲ್ಪಡುವ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪಬೇಕು. ಇಲ್ಲಿ ಇಬ್ಬರದೂ ತಪ್ಪು ಎಂದಾಗ ಇಬ್ಬರೂ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಬದಲಾಗಬೇಕು. ಹಾಗೆಯೇ ಇಬ್ಬರದೂ ಸರಿ ಎಂದಾಗಲೂ ಸಹ ಇಬ್ಬರೂ ಬೆಳೆಯಬೇಕಾದದ್ದೇ, ಏಕೆಂದರೆ ಜ್ಞಾನವು ಅನಂತವಾದುದು. ಹಾಗೆಯೇ ಶಕ್ತಿಯು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಪ್ರವಹಿಸುತ್ತಾ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ.

ಆದರೆ ತುಂಬಾ ಜನರು ನಾನು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ, ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮರೆತು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ಮಾಡಬೇಕೆಂದರೂ ಸಹ ನನ್ನೊಳಗಿನಿಂದ ಮಾಡಬೇಕೆನ್ನುವ ಆಸಕ್ತಿ ಹುಟ್ಟುತ್ತಲೇ ಇಲ್ಲ, ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ನನ್ನನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಸಲಹೆ ಏನೆಂದರೆ, ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಶಿಕ್ಷೆಯನ್ನು ವಿಧಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಗುರುಗಳು ಮತ್ತು ಶಿಷ್ಯರು ಆಗಬೇಕು. ನೀವು ಗುರುಗಳಾಗಿದ್ದು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿಯ ಶಿಷ್ಯನಿಗೆ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಹೇಳಿ, ಇದನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಮಾಡೆಂದು ಆಜ್ಞೆಯನ್ನು ನೀಡಬೇಕು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಶಿಕ್ಷೆ ವಿಧಿಸುತ್ತೇನೆಂದು ಹೇಳಬೇಕು.

ಆನಂತರ ನೀವು ಶಿಷ್ಯರಾಗಿದ್ದು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿರಿ. ನೀವು ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದು ನಿಮಗೆ ಅನಿಸಿದರೆ ಅಥವಾ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಮರೆತರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತವಾಗಿ ಕೆಲವು ಚಿಕ್ಕ ಪುಟ್ಟ ಶಿಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ನೀವೇ ವಿಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ಎಂದರೆ ಉಪವಾಸದಿಂದಿರುವುದು, ಬಸ್ಸಿ (ಗುಂಜಿ) ಹಾಕುವುದು, ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಮಾಡುವುದು, ಇಷ್ಟವಾದ ಟಿ.ವಿ ಸೀರಿಯಲ್ ಗಳನ್ನು ನೋಡದೇ ಇರುವುದು ಹಾಗೂ ಇಷ್ಟಪಡದವುಗಳನ್ನು ನೋಡುವುದು...ಇತ್ಯಾದಿ ಶಿಕ್ಷೆಯನ್ನು ವಿಧಿಸಿಕೊಂಡು ಅದರ ಮೂಲಕ ಏರ್ಪಡುವ ದುಃಖವನ್ನು ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದಿದ್ದು ಅನುಭವಿಸಿದರೆ, ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಆಸಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುವ ಅವಕಾಶ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಸಲಹೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಆಸಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಲೆಂದು ನಿಮಗೆ ಮತ್ತಿನ್ನೇನಾದರೂ ಮಾಡಬೇಕೆಂದೆನಿಸಿದರೆ, ಅದನ್ನೂ ಸಹ ಮಾಡಿ ನೋಡಿರಿ.

### 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.

## 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 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.

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

<http://darmam.com/downloads/telugutopics/8.theerpu.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>