

ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳನ್ನು

ಹೇಗೆ ಹುಡುಕಬೇಕು ?

೫

ಮನೋಗತ

೫

ಸಾಮಾನ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುವ ಸಾಧಕನಾಗಿರಲಿ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನು ಸರ್ವೋಚ್ಚ ಮತ್ತು ಚಿರಂತನ ಸುಖದ ಪ್ರಾಪ್ತಿಗಾಗಿಯೇ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನು ಸುಖದ ಪ್ರಾಪ್ತಿಗಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವಾಗ ದುಃಖದ ನಿವಾರಣೆಗಾಗಿಯೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ಈ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ಸುಖಪ್ರಾಪ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಬರುವ ಅಡಚಣೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ದುಃಖದ ಹಿಂದಿನ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಿ ಅವುಗಳನ್ನು ದೂರಗೊಳಿಸುವುದು ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 'ಅಂತರ್ಮುಖತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದು' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಅವಸ್ಥೆಯ ಸಾಧಕರ ವೃತ್ತಿಯು ಬಹಿರ್ಮುಖವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಮೊದಲು ಅವರಿಗೆ 'ಓರ್ವ ಮನುಷ್ಯನೆಂದು 'ನಾನು' ನಿಜವಾಗಿ ಹೇಗಿದ್ದೇನೆ' ಎಂಬುದು ತಿಳಿದಿರುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಲವು ಭ್ರಮಾತ್ಮಕ ಕಲ್ಪನೆಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಆ ಕಲ್ಪನೆಯ ಆಧಾರದಲ್ಲಿ ಅವನು ತನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ವಾಸ್ತವಕ್ಕೆ ದೂರವಾದ 'ಕಾಲ್ಪನಿಕ' ಪ್ರತಿಮೆಯನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಿರ್ಮಿಸಿರುತ್ತಾನೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತಿಳಿದು ಅಥವಾ ತಿಳಿಯದೇ ಆ ಕಾಲ್ಪನಿಕ ಪ್ರತಿಮೆಯನ್ನು ಜೋಪಾಸನೆ ಮಾಡಲು ಸತತವಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ಅಂತರ್ಮುಖತೆಯ ಮೊದಲನೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಈ ಕಾಲ್ಪನಿಕ ಪ್ರತಿಮೆಯನ್ನು ದೂರಗೊಳಿಸಿ 'ನಿಜವಾದ 'ನಾನು' ಹೇಗಿದ್ದೇನೆ' ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವುದು ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಪರಿಚಯವು ವಾಸ್ತವದೊಂದಿಗೆ ಎಷ್ಟು ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯಾಗುತ್ತದೆಯೋ ಅಷ್ಟು ಅಂತರ್ಮುಖತೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಭಾವಶಾಲಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಸ್ವಮನಸ್ಸಿನ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವಾಗ ಸ್ವಭಾವದಲ್ಲಿನ ಗುಣ-ದೋಷಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುವುದು ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ನಾವೇ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಗುಣ-ದೋಷಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಗುರುತಿಸಬೇಕು ಹಾಗೂ ಅಂತರ್ಮುಖತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸ್ವಭಾವದೋಷ ನಿರ್ಮೂಲನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಮಾಧ್ಯಮದಿಂದ ನಮಗೆ ಅವಶ್ಯಕವಿರುವ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರವಾಗಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವಾಗ ಗುಣ-ದೋಷಗಳ ವಾಸ್ತವವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಸಿದ್ಧವಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಆದುದರಿಂದ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವಾಗ ವಿಕಾರೀ ಮನಸ್ಸು ನಮ್ಮನ್ನು ಹೆಜ್ಜೆಹೆಜ್ಜೆಗೂ ಮೋಸಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳು ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಂದನಂತರ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಕಠಿಣವಾಗುತ್ತದೆ; ಬಹಳಷ್ಟು ಸಲ ಅಹಂಭಾವವು ಅಡ್ಡಬರುತ್ತದೆ, ಮನಸ್ಸಿನ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ದಿಕ್ಕು ಅಯೋಗ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಹಾಗೆಯೇ ಈ

೫

೫

ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ತಪ್ಪುಗಳೂ ಆಗುತ್ತವೆ. ಆದುದರಿಂದ ಅಪೇಕ್ಷಿತ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಆದುದರಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬಹಳ ನಿರಾಶೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಅಂತರ್ಮುಖಿತೆಯ ಮಾರ್ಗಕ್ರಮಣದಲ್ಲಿನ ಈ ಅಡಚಣೆಗಳನ್ನು ದೂರಗೊಳಿಸಿ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ನಡೆಸಲು ಅವಶ್ಯಕವಿರುವ ಗುಣಗಳು, ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿನ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳನ್ನು ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ತರುವಾಗ ಇಡಬೇಕಾದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹಂತದಲ್ಲಿನ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಗಮನದಲ್ಲಿಡಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು ಮತ್ತು ತಡೆಗಟ್ಟಬೇಕಾದ ತಪ್ಪುಗಳು ಮುಂತಾದ ಅಂಶಗಳ ಸವಿಸ್ತಾರವಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಈ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

ಸ್ವಭಾವದೋಷ ನಿರ್ಮೂಲನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಮೂಲಕ ವಾಚಕರಿಗೆ ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿ ಸುಖೀ ಮತ್ತು ಯಶಸ್ವೀ ಜೀವನವನ್ನು ಸಾಗಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬೇಕು ಹಾಗೂ ಅಂತರ್ಮುಖಿತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಿ ಅಧ್ಯಾತ್ಮದಲ್ಲಿನ ಮಾರ್ಗಕ್ರಮಣವನ್ನು ದೃಢಗೊಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬೇಕೆಂದು ಶ್ರೀ ಗುರುಚರಣಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ. - ಸಂಕಲನಕಾರರು

ಟಿಪ್ಪಣಿ - ಈ ಗ್ರಂಥಮಾಲಿಕೆಯ ಸಾಮೂಹಿಕ ಮನೋಗತವನ್ನು ಈ ಗ್ರಂಥ ಮಾಲಿಕೆಯಲ್ಲಿನ 'ಸ್ವಭಾವದೋಷ (ಷಡ್ವೈರಿ) ನಿರ್ಮೂಲನೆಯ ಮಹತ್ವ ಮತ್ತು ಗುಣವೃದ್ಧಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ' ಎಂಬ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ವಿವರವಾಗಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

ಸನಾತನದ 'ಸ್ವಭಾವದೋಷ ಮತ್ತು ಅಹಂ ನಿರ್ಮೂಲನೆ' ಈ ಮಾಲಿಕೆಯ ಗ್ರಂಥ

ಸ್ವಭಾವದೋಷ ನಿರ್ಮೂಲನೆಯ ಮಹತ್ವ ಮತ್ತು ಗುಣವೃದ್ಧಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ



ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ, ಕೌಟುಂಬಿಕ ಕಲಹ, ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಭಯ ಇತ್ಯಾದಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿನ ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳಿಂದ ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳಿಂದ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲೂ ಅಡಚಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಮನೋಬಲ ಹೆಚ್ಚಿಸಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಜಯಿಸಲು, ಹಾಗೆಯೇ ಸಾಧನೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಗಲು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುವ ಗ್ರಂಥ !

ದೋಷ ನಿರ್ಮೂಲನೆಯಿಂದ ಆನಂದ

ಅನುಕ್ರಮಣಿಕೆ

(ಕೆಲವು ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಪೂರ್ಣ ಅಂಶಗಳನ್ನು '*' ಈ ಚಿಹ್ನೆಯಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಲಾಗಿದೆ.)

ಅಧ್ಯಾಯ ೧

ಸ್ವಭಾವ, ಗುಣ-ದೋಷ ಮತ್ತು ಸ್ವಭಾವದೋಷ ನಿರ್ಮೂಲನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಇವುಗಳ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಮಾಹಿತಿ ೧೩

* ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಬಗೆಗಿನ ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಹಿಂದಿನ ಕಾರಣಗಳು ೧೬

* ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವಾಗ ಬರುವ ಮುಖ್ಯ ಅಡಚಣೆಗಳು ೧೮

* ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲು ಅವಶ್ಯಕವಿರುವ ಗುಣಗಳು ೧೯

ಅಧ್ಯಾಯ ೨

ಹಂತ ೧. ಪ್ರತಿದಿನ ಘಟಿಸಿದ ಅಯೋಗ್ಯ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಅಯೋಗ್ಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ 'ಸ್ವಭಾವದೋಷ ನಿರ್ಮೂಲನ ತಖ್ತೆ'ಯಲ್ಲಿ ಬರೆದಿಡಬೇಕು ೨೩

* 'ಸ್ವಭಾವದೋಷ ನಿರ್ಮೂಲನ' ತಖ್ತೆಯ ಸ್ವರೂಪ ೨೩

* ತಖ್ತೆಯನ್ನು ಬರೆಯುವ ಪದ್ಧತಿ ೨೩

* ತಖ್ತೆಯನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಬರೆಯುವುದರಿಂದಾಗುವ ಲಾಭಗಳು ೩೩

ಅಧ್ಯಾಯ ೩

ಹಂತ ೨. ಘಟನೆಗಳ ಹಾಗೂ ಅಯೋಗ್ಯ ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಅಯೋಗ್ಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ ಆಯಾಯ ಪ್ರಸಂಗಗಳಿಗನುಸಾರ ಯೋಗ್ಯ ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಯೋಗ್ಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವುದು ೩೯

ಅಧ್ಯಾಯ ೪

ಹಂತ ೩. ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಯೋಗ್ಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿ ಪ್ರಸಂಗಗಳಿಗನುಸಾರ ಅಯೋಗ್ಯ ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಅಯೋಗ್ಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಮೂಲ ಸ್ವಭಾವದೋಷವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವುದು ೫೦

ಅಧ್ಯಾಯ ೫

ಹಂತ ೪. ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ತಯಾರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳ ವರ್ಗೀಕರಣ ಮಾಡಿ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ತೀವ್ರವಾಗಿರುವ ೩ ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳನ್ನು ಪ್ರಾಧಾನ್ಯತೆ ಗನುಸಾರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಾಗಿ ಆರಿಸುವುದು ೬೨