

ಸ್ವಭಾವದೋಷ ಮತ್ತು ಅಹಂ ಇವುಗಳ ವಿವಿಧ ಲಕ್ಷಣಗಳ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ

೫

೫

ಸ್ವಭಾವದೋಷ ಮತ್ತು ಅಹಂ ಇವುಗಳ ನಿರ್ಮೂಲನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಕಲಿಯಿರಿ ಮತ್ತು ಜೀವನವನ್ನು ಆನಂದಮಯವಾಗಿಸಿ !

‘ಸ್ವಭಾವದೋಷ ಮತ್ತು ಅಹಂ ಇವು ಈಶ್ವರಪ್ರಾಪ್ತಿಗಾಗಿ ಮಾಡುವ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿನ ಎರಡು ದೊಡ್ಡ ಅಡಚಣೆಗಳಾಗಿವೆ. ಸ್ವಭಾವದೋಷ ಮತ್ತು ಅಹಂ ಇದ್ದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಜೀವನವೂ ದುಃಖಮಯವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ವಿಕಾಸವೂ ಕುಂಠಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಸ್ವಭಾವದೋಷ ಮತ್ತು ಅಹಂ ನಿರ್ಮೂಲನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಾಗಿ ಭಾರತದಲ್ಲಿನ ಅನೇಕ ರಾಜ್ಯಗಳಿಂದ ಸನಾತನದ ಗೋವಾದಲ್ಲಿನ ರಾಮನಾಥಿ ಆಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಅನೇಕ ಸಾಧಕರು ಬರುತ್ತಾರೆ. ಆಶ್ರಮದಲ್ಲಿನ ‘ಅಡುಗೆ ವಿಭಾಗ’ವು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಕೇಂದ್ರ ಬಿಂದುವಾಗಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅಡುಗೆ ವಿಭಾಗದ ಪೂ. ರೇಖಾ ಕಾಣಕೋಣಕರ್ ಮತ್ತು ಸೌ. ಸುಪ್ರಿಯಾ ಮಾಥೂರ್ ಇವರು ಸಾಧಕರಿಗೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅಡುಗೆ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಭಾಗವನ್ನೂ ಕಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ನೂರಾರು ಸಾಧಕರು ಕೆಲವು ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಯೋಗ್ಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಪೂ. ರೇಖಾ ಕಾಣಕೋಣಕರ್ ಮತ್ತು ಸೌ. ಸುಪ್ರಿಯಾ ಮಾಥೂರ್ ಇವರು ಸಾಧಕರಿಗೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಏನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಸಾಧಕರಿಂದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಅನೇಕ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಕುತೂಹಲವಿರುತ್ತದೆ. ೨೦೧೬ ರಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಚ್, ಏಪ್ರಿಲ್ ಮತ್ತು ಮೇ ಈ ಮೂರು ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಸನಾತನದ ಜ್ಞಾನ ಪಡೆಯುವ ಸಾಧಕಿಯಾದ ಕು. ಮಧುರಾ ಭೋಸಲೆ ಇವರಿಗೆ ಸೌ. ಸುಪ್ರಿಯಾ ಮಾಥೂರ್‌ರವರು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಇಂತಹ ಸತ್ಸಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಸ್ಥಿತರರಲು ಅವಕಾಶ ಸಿಕ್ಕಿತು. ಸೌ. ಸುಪ್ರಿಯಾ ಮಾಥೂರ್‌ರವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಕು. ಮಧುರಾ ಭೋಸಲೆಯವರು ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥದ ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ಸುಂದರವಾಗಿ ಸಂಕಲನ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಅದರಿಂದ ಎಲ್ಲ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಸ್ವಭಾವದೋಷ ಮತ್ತು ಅಹಂ ನಿರ್ಮೂಲನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ದಿಶೆ ಸಿಗಬಹುದು. ಬಹಳಷ್ಟು ಸಾಧಕರಿಗೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಕಲಿಯುವ ತೀವ್ರ ಇಚ್ಛೆಯಿದ್ದರೂ ಕೆಲವು ಅಡಚಣೆಗಳಿಂದಾಗಿ ರಾಮನಾಥಿ ಆಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಬಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹವರಿಗೆ ಈ ಗ್ರಂಥವು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ತುಂಬಾ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ. ಕೇವಲ ಅನೇಕ

೫

೫

ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ, ಜಿಜ್ಞಾಸು ಮತ್ತು ಹೊಸ ಸಾಧಕರಿಗೂ ಈ ಗ್ರಂಥವೆಂದರೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆನಂದಪ್ರಾಪ್ತಿಯ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೋರಿಸುವ ದೀಪಸ್ತಂಭವಾಗಿದೆ.

ಸೌ. ಸುಪ್ರಿಯಾ ಮಾಥೂರ್‌ರವರಿಗೆ ಕೆಟ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳ ತೀವ್ರ ತೊಂದರೆಯಿದೆ. ಹೀಗಿದ್ದರೂ ಅವರಲ್ಲಿರುವ 'ಎಲ್ಲ ಸಾಧಕರನ್ನು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವ ತಳಮಳ ಮತ್ತು ಭಾವ' ಈ ಗುಣಗಳಿಂದಾಗಿ ಅವರು ಸಾಧಕರಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡಿ ಅವರಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಪ್ರಶಂಸನೀಯವಾಗಿದೆ.

ಸೌ. ಮಾಥೂರ್‌ರವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು 'ಸ್ವಭಾವದೋಷ ಮತ್ತು ಅಹಂ ನಿಮೋಲನ ಲಕ್ಷಣಗಳ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ' ಮತ್ತು 'ಸ್ವಭಾವದೋಷ ಮತ್ತು ಅಹಂ ಇವುಗಳ ನಿರ್ಮೂಲನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ' ಹೀಗೆ ೨ ಖಂಡಗಳಲ್ಲಿ ವಿಭಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸನಾತನದ 'ಸ್ವಭಾವದೋಷ ಮತ್ತು ಅಹಂ ನಿರ್ಮೂಲನೆ' ಈ ಮಾಲಿಕೆಯಲ್ಲಿನ ಇತರ ೫ ಗ್ರಂಥಗಳು ಮತ್ತು 'ಅಹಂ ನಿರ್ಮೂಲನೆ' ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿನ ೧ ಗ್ರಂಥ ಇವೂ ಕೂಡ ಉಪಲಬ್ಧವಿವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಆಯಾ ವಿಷಯಗಳ ಬಗೆಗಿನ ಮೂಲಭೂತ ತಾತ್ವಿಕ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ವಾಚಕರು ಮೊದಲು ಆ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೆ ಅವರಿಗೆ ಪ್ರಸ್ತುತ ೨ ಖಂಡಗಳು ಒಳ್ಳೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅರ್ಥವಾಗಬಹುದು. ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರಸ್ತುತ ಖಂಡದಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ 'ಸ್ವಭಾವದೋಷ ಮತ್ತು ಅಹಂ ಇವುಗಳ ನಿರ್ಮೂಲನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ ಅದನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಮತ್ತು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಗೆ ನಡೆಸಬೇಕು' ಎಂಬುದರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

'ಈ ಖಂಡಗಳ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ (ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ) ಎಲ್ಲ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಒಳ್ಳೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿ ಅವರ ಜೀವನವು ಆನಂದಮಯವಾಗಲಿ ಮತ್ತು ಅವರಿಗೆ ಶೀಘ್ರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಈಶ್ವರಪ್ರಾಪ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿ' ಎಂದು ಶ್ರೀ ಗುರುಚರಣಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ !' - (ಪರಾತ್ಪರ ಗುರು) ಡಾ. ಆಶವಲೆ (೯.೯.೨೦೧೭)

'ಏನೂ ರೋಗವಾಗಬಾರದು ಎಂದು ಲಸೀಕರಣ (ವ್ಯಾಕ್ಸಿನೇಶನ್) ಮಾಡುತ್ತೇವೆ, ಹಾಗೆಯೇ ಮೂರನೇ ಮಹಾಯುದ್ಧದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ರಕ್ಷಣೆಯಾಗಲು ಸಾಧನೆಯೇ ಲಸಿಕೆಯಾಗಿದೆ.' - (ಪರಾತ್ಪರ ಗುರು) ಡಾ. ಜಯಂತ ಆಶವಲೆ

ಅನುಕ್ರಮಣಿಕೆ

(ಕೆಲವು ಮಹತ್ವದ ಅಂಶಗಳನ್ನು '*' ಈ ಗುರುತಿನಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.)

೧. ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳು ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುವುದರ ಕೆಲವು ಕಾರಣಗಳು	೨೦
೧ ಅ. ಅಯೋಗ್ಯ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ	೨೦
೧ ಆ. ಅಯೋಗ್ಯ ವಿಚಾರಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಪುನಃ ಪುನಃ ನಿರಾಶೆ ಅಥವಾ ಒತ್ತಡ ಬರುವುದು	೨೦
೨. ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿನ ಅಡಚಣೆಗಳು	೨೧
೨ ಅ. ಮನಸ್ಸಿನ ಅಡಚಣೆ ೨ ಆ. ಬುದ್ಧಿಯ ಅಡಚಣೆ	೨೧
೩. ವಿವಿಧ ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ	೨೪
೩ ಅ. ಆಲಸ್ಯ ೩ ಆ. ಅವ್ಯವಸ್ಥಿತತನ	೨೪
೩ ಇ. ಮಾತನಾಡುವುದರ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿನ ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳು	೨೫
೩ ಈ. ಭಾವನಾಪ್ರಧಾನತೆ ೩ ಉ. ಬೇಸರವಾಗುವುದು	೨೮
೩ ಊ. ಭಯವಾಗುವುದು ೩ ಎ. ಒತ್ತಡವಾಗುವುದು	೨೮
೩ ಏ. ಅನಾವಶ್ಯಕ ವಿಚಾರ ಮಾಡುವುದು	೨೯
೩ ಐ. ಸ್ವಂತದ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಇತರರ ಬಗ್ಗೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು	೩೦
೩ ಬಿ. ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಬರುವುದು ೩ ಓ. ಬಹಿರ್ಮುಖತೆ	೩೦
೩ ಔ. ಇತರರ ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳನ್ನು ನೋಡುವುದು	೩೩
೩ ಅಂ. ಇತರರ ಜೊತೆಗೆ ತುಲನೆ ಮಾಡುವುದು	೩೩
೩ ಕ. ತಪ್ಪುಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿನ ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳು	೩೩
೩ ಖ. ಇತರರನ್ನು ದೂಷಿಸುವುದು ೩ ಗ. ಮನಸ್ಸಿನಂತೆ ವರ್ತಿಸುವುದು	೩೫
೩ ಘ. ಕೇಳುವ ವೃತ್ತಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು	೩೬
೩ ಚ. ವಿಚಾರಿಸುವ ವೃತ್ತಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು	೩೬
೩ ಛ. ಬೇಕಾಬಿಟ್ಟಿ ಮಾಡುವುದು ಎಂಬ ದೋಷದಿಂದಾಗಿ ಅಡಚಣೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳದಿರುವುದು	೩೬
೩ ಜ. ಕಲಿಯುವ ವೃತ್ತಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು ೩ ಝ. ರಿಯಾಯಿತಿ ಪಡೆಯುವುದು	೩೬
೩ ಙ. ಇತರರು ಮಾತನಾಡಿದ್ದನ್ನು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು	೩೭

- ೩ ರ. ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ವಿಚಾರ
ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬರದಿರುವುದು ೩೭
೪. ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಅಹಂ ಅಡಗಿರುತ್ತದೆ ೩೭
೫. ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳಿಂದ ಆಗುವ ಹಾನಿ ೩೮
- ೫ ಅ. ತನಗೆ ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೆ ತೊಂದರೆಯಾಗುವುದು ೩೮
- ೫ ಆ. ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಕುಸಿತ ೩೮
- ೫ ಇ. 'ನನ್ನ ಸಾಧನೆ ಒಳ್ಳೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತಿದೆ'
ಎಂಬ ಭ್ರಮೆಯಲ್ಲಿರುವುದು ಘಾತಕವಾಗಿದೆ ೩೮
- ೫ ಈ. ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳಿಂದಾಗುವ ದುಷ್ಟರಿಣಾಮಗಳು ೩೮
- ೫ ಉ. ಕೆಟ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳ ತೊಂದರೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು ೩೯
೬. ಅಹಂ ೩೯
- * ಅಹಂನ ಲಕ್ಷಣಗಳು ೪೦
- * ಅಹಂನ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ದೂರಗೊಳಿಸಲು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ೪೦
೭. ತಪ್ಪುಗಳಾಗುವುದು ಮತ್ತು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು ೫೮
೮. ಸನಾತನದ ಆಶ್ರಮದಲ್ಲಿನ 'ಯುವ ಸಾಧನಾಶಿಬಿರ'ದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡ
ಸಾಧಕಿಯು 'ಸ್ವಭಾವದೋಷ ನಿರ್ಮೂಲನೆ'ಯ ಬಗ್ಗೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ ವಿಚಾರಗಳು ೬೬
೯. 'ನಾಮಜಪ, ಸತ್ಸಂಗ, ಸತ್ಸೇವೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದಾಗುವ
ಸ್ವಭಾವದೋಷ ಮತ್ತು ಅಹಂ ನಿರ್ಮೂಲನೆಗಿಂತಲೂ ಸಾಧನೆಗೆ
'ಸ್ವಭಾವದೋಷ ಮತ್ತು ಅಹಂ ನಿರ್ಮೂಲನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ'ಯನ್ನು ಜೊತೆಗೂಡಿಸಿದರೆ
ಸ್ವಭಾವದೋಷ ಮತ್ತು ಅಹಂ ನಿರ್ಮೂಲನೆಯು ಬೇಗನೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು
ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತದೆ', ಎಂಬುದನ್ನು ತೋರಿಸುವ 'ಮಹರ್ಷಿ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ
ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ'ವು ಮಾಡಿದ ಸಮೀಕ್ಷೆ (ಸರ್ವೆ) ೬೭
೧೦. 'ಸ್ವಭಾವದೋಷ ಮತ್ತು ಅಹಂ ನಿರ್ಮೂಲನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ'ಯನ್ನು ನಡೆಸಿದ್ದರಿಂದ
ಸಾಧಕರಿಗಾದ ಲಾಭವನ್ನು ತೋರಿಸಲು 'ಮಹರ್ಷಿ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ'ವು
'ಯು.ಟಿ.ಎಸ್ (ಯುನಿವರ್ಸಲ್ ಥರ್ಮೋಸ್ಟಾನ್ಸ್)' ಎಂಬ ಉಪಕರಣದ
ಮೂಲಕ ಮಾಡಿದ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಮೀಕ್ಷೆ ೭೧
೧೧. ಪರಾತ್ಪರ ಗುರು ಡಾ. ಆಶವಲೆಯವರು ಸಂಕಲನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಮತ್ತು
ಅಖಿಲ ಮನುಕುಲಕ್ಕೆ ಮುಂದಿನ ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕ
ವಾಗಲಿರುವ ಸನಾತನದ ಗ್ರಂಥಗಳ ನಿರ್ಮಿತಿಯ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಿ ! ೭೯