

‘ಆತ್ಮವಿಕಾಸದ ದಿವ್ಯಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ  
ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಲು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸ್ವಾಗತ... ನೀವು  
ಬದ್ಧತೆಯಿಂದ ಮಾಡಬೇಕಾದುದೇನೆಂದರೆ,  
ನನ್ನ ಗುರುಗಳು ಹಾಕಿಕೊಟ್ಟಿರುವ  
ನಿಯಮಾನುಸಾರ ಕೆಲ ತಿಂಗಳವರೆಗೆ  
ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ, ಅದರ  
ಪರಿಣಾಮಕಾರಿತ್ವವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿರಿ.  
ಒಂದು ವೇಳೆ ಮುಂದುವರಿಸುವುದು  
ಬೇಡವೆನಿಸಿದರೆ, ಪದ್ಧತಿಗೆ ವಿದಾಯ  
ಹೇಳಲು ನಿಮಗೆ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಿದೆ. ಇದರ  
ತತ್ವಗಳು ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ  
ವ್ಯಕ್ತಿಗತ ಧಾರ್ಮಿಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು  
ವಿರೋಧಿಸುವುದಿಲ್ಲ; ಏಕೆಂದರೆ, ಗುರಿಯು  
ನಿರ್ಗುಣ, ನಿರಾಕಾರ, ಹಾಗೂ ಅನಂತನಾದ  
ಪರಮಾತ್ಮನಾಗಿದ್ದು, ಯಾವುದೇ  
ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಗೂ  
ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸ್ವೀಕಾರಯೋಗ್ಯವಾಗಿದೆ.  
ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರನ್ನೂ ಈ ಮಹಾನ್ ಪದ್ಧತಿಗೆ  
ನಾನು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಸ್ವಾಗತಿಸುತ್ತೇನೆ.  
ಈ ಪದ್ಧತಿಯ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ  
ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿಯೂ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಪ್ರಯೋಜನಗಳಿವೆ  
ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಭರವಸೆಪೂರ್ವಕ  
ಆಶಯ.’

— ಚಾರೀಜಿ

## ಸಹಜಮಾರ್ಗ

ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಪಥ

ಸಹಜಮಾರ್ಗವು ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲಕ ಪಡೆಯಲಾಗುವ  
ಆಂತರಿಕ ಅನುಭವವನ್ನು ಆಧರಿಸಿದ ಒಂದು  
ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪಥ. ಪ್ರಪಂಚದ  
ಎಲ್ಲ ಹಿನ್ನೆಲೆಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳಿಂದ  
ಬಂದಿರುವ ಜನರು, ಆಧುನಿಕ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಪ್ರಸ್ತುತವಾದ  
ಈ ರಾಜಯೋಗದ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ನಿತ್ಯವೂ ಅಭ್ಯಾಸ  
ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ  
ಅನಾಯಾಸವಾಗಿ ಮಿಳಿತಗೊಂಡು ಸಮತೋಲನ,  
ಉಲ್ಲಾಸ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು  
ತಂದುಕೊಡುತ್ತದೆ.

ವಯಸ್ಸು ಹದಿನೆಂಟು ತುಂಬಿರುವ, ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ  
ಅಪೇಕ್ಷೆಯುಳ್ಳ ಮತ್ತು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ  
ಮಾಡಬಲ್ಲ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಸಹಜ ಮಾರ್ಗ ಲಭ್ಯವಿದೆ.  
ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಲು ಒಬ್ಬ ಸ್ಥಳೀಯ ಪ್ರಶಿಕ್ಷಕರನ್ನು  
ದಯಮಾಡಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿರಿ. ಸತತವಾಗಿ ಮೂರು  
ದಿನ ಧ್ಯಾನದ ಬೈತಕಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಮೂಲಕ  
ಆಕಾಂಕ್ಷೆಯನ್ನು ಪದ್ಧತಿಗೆ ಪರಿಚಯಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.  
ಸಹಜಮಾರ್ಗ ಸಾಧನಾ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು  
ಅಥವಾ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿಕೊಂಡು  
ಹೋಗಲು ಯಾವುದೇ ಶುಲ್ಕವಿಲ್ಲ.

ಭಾರತದಲ್ಲಿ 1945ರಲ್ಲಿ ಷಹಜಹಾನಪುರದ ಶ್ರೀ  
ರಾಮಚಂದ್ರ(ಬಾಬೂಜಿ)ರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಗೊಂಡು,  
ಈಗ ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಂಸ್ಥೆಯಾಗಿರುವ ಶ್ರೀ  
ರಾಮಚಂದ್ರ ಮಿಷನ್ ಮೂಲಕ ಸಹಜ ಮಾರ್ಗ  
ಪದ್ಧತಿ ಪ್ರಚಲಿತವಿದೆ. ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ  
ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಗಳಾದ ಚೆನ್ನೈನ ಶ್ರೀ  
ಪಾರ್ಥಸಾರಥಿ ರಾಜಗೋಪಾಲಾಚಾರಿ (ಚಾರೀಜಿ)  
ಯವರ ನೇತೃತ್ವದಲ್ಲಿ, ಇಂದು ಸಹಜ ಮಾರ್ಗ  
ನೂರಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಚುರವಿದೆ.

ಸಹಜಮಾರ್ಗದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲು  
ಮತ್ತು ಪ್ರಯೋಜನಗಳ ಅನುಭವ ಪಡೆಯಲು  
ನಿಮಗೆ ಸದಾ ನಮ್ಮ ಆಹ್ವಾನವಿದೆ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ:

[www.sahajmarg.org](http://www.sahajmarg.org)

.....  
[info@srcm.org](mailto:info@srcm.org)



© ಶ್ರೀ ರಾಮಚಂದ್ರ ಮಿಷನ್  
ಮಣಿಪಾಕಂ, ಚೆನ್ನೈ - 600 125

ಏಕೆ ಬೇಕು ಅಧ್ಯಾತ್ಮ



ಶ್ರೀ ರಾಮಚಂದ್ರ ಮಿಷನ್  
ಮಣಿಪಾಕಂ, ಚೆನ್ನೈ - 600 125

*‘ಒಂದು ಅಗಾಧವಾದ ಭಾವಾತೀತ ಸಂಯೋಜನೆಯ ಮೂಲಕ ಮಾನವ ಏಕತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು, ಜನರನ್ನು ಒಗ್ಗೂಡಿಸುವುದೇ ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ಉದ್ದೇಶ. ಇಲ್ಲಿ, ಹೃದಯದ ಮೇಲೆ ಧ್ಯಾನಮಾಡುವ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ, ಮಾನವೀಯ ಪೌಲ್ಯಗಳು ಸ್ಪಷ್ಟ ರೂಪ ಪಡೆಯಬೇಕಾಗಿದೆ... ಇಲ್ಲಿ ಪೂಜೆ ಸಲ್ಲುವುದು ಆಂತರ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮನೆನಿಸಿದ ದೈವೀತತ್ವಕ್ಕೆ’ – ಚಾರೀಜಿ*

## ಅಂತರಂಗದ ಇರವನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸಲು

ಅಂತರಂಗದ ಇರವಿಗೆ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಒಂದು ಅವಶ್ಯಕತೆ. ದೈನಂದಿನ ಲೌಕಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಲಕ್ಷ್ಯ ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಪ್ರಪಂಚದ ಮೇಲಿದ್ದು, ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಮುದ್ರೆಗಳು ನಮ್ಮ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೂಲಕ ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ಅನ್ವೇಷಣೆಗೆ ಹೊರಟವರು, ಈ ಲೌಕಿಕ ಜೀವನಕ್ಕಿಂತ ಇನ್ನೂ ಉದಾತ್ತವಾದುದರ ಹಂಬಲ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಕೈಗೊಂಡಾಗ, ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಅಂತರಂಗದ ಇರವಿನತ್ತ ಗಮನಹರಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಶ್ರೀ ಪಾರ್ಥಸಾರಥಿ ರಾಜಗೋಪಾಲಾಚಾರಿ(ಚಾರೀಜಿ) ಇದನ್ನು ಈ ರೀತಿ ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ: *‘ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಸುಪ್ತಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿರುವ ಅಂತರಾತ್ಮನನ್ನು ಪುನಶ್ಚೇತನಗೊಳಿಸುವುದೇ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ.’*

ಅಧ್ಯಾತ್ಮದಲ್ಲಿ, ಜೀವನವು ಅಂತರಾತ್ಮನನ್ನು ಅನಾವರಣಗೊಳಿಸುವ ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ಯಾತ್ರೆಯಾಗಿ ಮಾರ್ಪಡುತ್ತದೆ.

## ಸಂಕೀರ್ಣತೆಯಿಂದ ಸರಳತೆಗೆ ಪರಿವರ್ತಿಸಲು

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕರು ನಮ್ಮ ಆಂತರ್ಯದಲ್ಲಿ ಆಳವಾಗಿ ಹುದುಗಿರುವ ನಡವಳಿಕೆಯ ರಚನಾಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕೆಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಅವುಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಪಡೆಯುವುದು ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಹಿಂದಿನ ಅನುಭವಗಳಿಂದಂಟಾದ ಮುದ್ರೆಗಳು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ರೇಷ್ಮೆಹುಳದ ಗೂಡಿನ ಪದರಗಳಂತೆ ಆವರಣಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ಹಳೆಯ ರಚನಾಕ್ರಮಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ನಮಗೆ ಕಷ್ಟ-ಸುಖ, ನೋವು-ನಲಿವು, ಅಪಮಾನ ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿತಸ್ಥ ಭಾವನೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ನಾವು ‘ಒಳ್ಳೆಯ’ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ‘ಕೆಟ್ಟ’ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ದ್ವೇಷಿಸುತ್ತೇವೆ. ತನ್ನಿಮಿತ್ತ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆಸೆ, ಭಯ, ಗೀಳು ಮತ್ತು ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳುಂಟಾಗಿ, ಅವು ನಮ್ಮನ್ನು ಬದುಕಿನ ಕೆಲ ದಿಶೆಗಳತ್ತ ಸೆಳೆಯತೊಡಗುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ತೃಪ್ತಿಗೊಳಿಸುತ್ತ ಹಾಗು ನೋವು ಮತ್ತು ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತ, ನಾವು ಸುಖದಿಂದಿರಲು ಶ್ರಮಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಬಾಹ್ಯದ ಸುಖ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷಗಳನ್ನು ಅಧಿಕವಾಗಿ ಅವಲಂಬಿಸತೊಡಗುತ್ತೇವೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ತೆಗೆದುಹಾಕಬಲ್ಲದು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ರಚನಾಕ್ರಮ ಹಾಗು ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಹೊರಹಾಕಿ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ತರಬಲ್ಲದು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸರಳತೆ ಹಾಗು ಲಘುತ್ವಗಳು ಉಂಟಾಗುವುವು. ಆಸೆ, ಭಯ, ಗೀಳು ಮತ್ತು ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುವು: ಆಸೆಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾದಷ್ಟೂ, ಕಷ್ಟಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುವು. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಿ, ಮುನ್ನಡೆ ಸಾಧಿಸಲು ಸ್ವತಂತ್ರಾಗುವೆವು.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮವು ಆಂತರಿಕ ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಮೂಲಕ ಶಾಶ್ವತ ಹಾಗು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಬದಲಾವಣೆ ತರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಬದಲಾದಂತೆ, ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ವಿಶ್ವವು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಗೃಹಸ್ಥ ಜೀವನ ಸಾಗಿಸುತ್ತ, ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನವರೆಲ್ಲರಿಗಾಗಿ ಪ್ರೇಮ ತುಂಬಿರುವ ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ನಾವು ಸಾಧಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ನೆರವಾಗುತ್ತೇವೆ, ಮಕ್ಕಳ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದ ಹೊಣೆ ಹೊರುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಆಸೆ, ಅವಶ್ಯಕತೆ, ಕಷ್ಟ ಹಾಗು ಅನಾರೋಗ್ಯದ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಆಸ್ಥೆ ವಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಎಲ್ಲ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಿಗೂ ಸೂಕ್ತ ಗಮನ ಹರಿಸಿದಾಗ, ಕೌಟುಂಬಿಕ ಜೀವನ ಮತ್ತು ವೃತ್ತಿ ಜೀವನಗಳು ಅಧ್ಯಾತ್ಮದೊಡನೆ ಸಮ್ಮಿಳಿತವಾಗುತ್ತವೆ.

## ಸಮತೋಲ ಜೀವನ ಸಾಗಿಸಲು

*‘ಹಕ್ಕಿಗೆ ಹಾರಲು ಎರಡು ರೆಕ್ಕೆಗಳು ಬೇಕಾಗುವಂತೆ, ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾದ ಹಾಗು ಸಮರಸದ ಜೀವನ ಸಾಗಿಸಲು, ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮತ್ತು ಲೌಕಿಕಗಳೆಂಬ ಬದುಕಿನ ಎರಡು ಆಯಾಮಗಳ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಒಂದೇ ಇರಲೆಂದು ಮತ್ತೊಂದರ ಉಪೇಕ್ಷೆ ಮಾಡಿದಾಗ, ಅಂತಹ ಜೀವನ ಅಸಹಜವಾಗಿ, ನಾವು ಬೇಕೆಂದುಕೊಂಡ ಪರಿಣಾಮ ಉಂಟಾಗದು.’ – ಚಾರೀಜಿ*

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಂಪತ್ತು, ಶಿಕ್ಷಣ, ಯಶಸ್ಸು ಮತ್ತು ಸುಖ ಎಷ್ಟೇ ಇದ್ದರೂ, ಅವು ಪೂರ್ಣ ತೃಪ್ತಿ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಲಕ್ಷ್ಯ ನೀಡಿದಾಗ, ಅಸಮತೋಲನ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ನಿತ್ಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ನಮ್ಮ ಲಕ್ಷ್ಯವು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಹಾಗು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪಾರ್ಶ್ವಗಳೆರಡಕ್ಕೂ ಹರಿದು, ಸಮತೋಲನ ಪುನರ್ಸ್ಥಾಪಿತವಾಗುತ್ತದೆ.

## ನೈಜ ಸುಖ ಮತ್ತು ಪ್ರೇಮವನ್ನು ಗಳಿಸಲು

*‘ಸುಖವೆಂಬುದು ಅನವಶ್ಯಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಿದಾಗ, ನೀವು ಪಡೆಯುವ ಸಹಜವಾದ ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಿತಿ’ – ಚಾರೀಜಿ*

ನಿಜವಾದ ಸುಖ, ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿ ಆಂತರ್ಯದಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಸಂತೋಷವು ಅಂತರಾತ್ಮನ ಗುಣವಾಗಿದ್ದು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮದಲ್ಲಿ ಅದಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತ ಪೋಷಣೆ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಹೃದಯದ ಇತರ ಗುಣಗಳಾದ ಧೈರ್ಯ, ಭರವಸೆ, ಶ್ರದ್ಧೆ, ವಿಸ್ಮಯ, ಅನುಕಂಪ, ಸಹಿಷ್ಣುತೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ವಿಶ್ವಪ್ರೇಮ ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತವೆ.

ಜಗತ್ತಿನ ಮಹಾನ್ ಧಾರ್ಮಿಕ ಹಾಗು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳಲ್ಲಿ, ದೇವರು ಪ್ರೇಮಸ್ವರೂಪ ಮತ್ತು ಅವನು ಮಾನವನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವನೆಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯ ಫಲವಾಗಿ, ದಿವ್ಯಸತ್ತ್ವವೆನಿಸಿದ ವಿಶ್ವಪ್ರೇಮದ ಅನುಭೂತಿಯನ್ನು ನಮ್ಮ ಹೃದಯದಲ್ಲೇ ಪಡೆಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ.

## ಪರಮಗುರಿಯನ್ನು ತಲುಪಲು

ಯಾವುದೇ ಮನುಷ್ಯ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ವಿಚಾರವನ್ನು ನಾವು ಸಾಧಿಸಬೇಕೆಂದಿರುವ ಧೈಯದ ಮೇಲೆ ನೆಲೆಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ; ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ನಿರೀಕ್ಷೆಗಿಂತ ಹಿಂದುಳಿಯುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಏನಾಗಬೇಕೆನ್ನುವವೂ ಅದನ್ನು ಕುರಿತು ಧ್ಯಾನಿಸುತ್ತೇವೆ. ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಸಮರಸವಾಗುವುದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಆದಕಾರಣ, ನಾವು ನಮ್ಮ ಹೃದಯದಲ್ಲಿರುವ ದೈವತ್ವವನ್ನು ಕುರಿತು ಧ್ಯಾನಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಆದರೆ ಸಹಾಯ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವಿಲ್ಲದೆ ಗುರಿ ಸೇರುವುದು ಅಸಾಧ್ಯವಾಗಬಹುದು. ದೃಢ ಸಂಕಲ್ಪ ಹಾಗು ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬಲ್ಲ ಒಬ್ಬ ಅನುಭವಿ ಶಿಕ್ಷಕನ ಸಹಾಯವಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿಯೆ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಗುರಿ ಸೇರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಯಾವುದೇ ಅನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಸಮರ್ಥ ಶಿಕ್ಷಕ ಅಥವಾ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕನ ಪಾತ್ರ ಅಮೂಲ್ಯ. ಅಧ್ಯಾತ್ಮವೂ ಇದಕ್ಕೆ ಹೊರತೇನಲ್ಲ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಿಕ್ಷಕನನ್ನು ಗುರುವೆಂದೂ ಅಥವಾ ಮಾಸ್ಟರ್ ಎಂದೂ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆತನ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಹಾಗು ಸೇವೆ ಎರಡೂ ನಮಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಅಧ್ಯಾತ್ಮವೆನ್ನುವುದು ಪರ್ವತಾರೋಹಣ ಮಾಡಿದಂತೆ. ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಅದು ತುಂಬ ಸುಲಭವೆನಿಸಿದರೂ, ಅತ್ಯುನ್ನತ ಶಿಖರಗಳನ್ನೇರುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಕೈಗೊಂಡಾಗ, ದಾರಿ ಕಠಿಣತರವಾಗುತ್ತದೆ. ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಗೆ ದಾರಿ ಸುಪರಿಚಿತವಾದ ಕಾರಣ, ಪರ್ವತಾರೋಹಿಯು ಆತನ ನೆರವು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ.

*‘ಗುರುವಿನ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಪ್ರಧಾನವಾದುದು, ಏಕೆಂದರೆ ಗುರುವಿಲ್ಲದೆ ನಾವು ಏನಾದರೂ ಸಾಧಿಸಬಹುದೆಂದು ನನಗನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆ?... ಅಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿರಬಹುದು. ದಾರಿಗಳು ಬದಲಾದಂತೆ, ಭೂಪಟಗಳು ಬದಲಾದಂತೆ, ವಿಕಾಸದ ಮಾರ್ಗಗಳು ಬದಲಾದಂತೆ, ಜನಗಳು ಬದಲಾದಂತೆ, ಮಾರ್ಗಗಳೂ ಸಹ ಬದಲಾಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ... ಗುರುಗಳು ಬರುವ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣಗಳೆಂದರೆ, ನಾಗರಿಕತೆಯ ಸದೃದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ, ಬದುಕಿನ ಪ್ರಸ್ತುತ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಗಳಿಗೆ ಹೊಂದುವಂತೆ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ಇಂದಿನ ಜೀವನದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಸಂದಿಸುವ ಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಾಣ ಅಥವಾ ಪುನರ್ನಿರ್ಮಾಣ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದೆ.’ – ಚಾರೀಜಿ*

## ಮಾನವತೆಯನ್ನು ಒಗ್ಗೂಡಿಸಲು

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಯಾತ್ರೆ ಎಂದರೆ ಹೃದಯದ ಆಂತರಿಕ ಯಾತ್ರೆ. ಜಗತ್ತಿನ ಎಲ್ಲ ಧರ್ಮಗಳ ಸಂಸ್ಥಾಪಕರು, ಮಹಾ ಪ್ರವಾದಿಗಳು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರುಗಳು ಸಕಲ ಜೀವಿಗಳ ಏಕತೆ ಮತ್ತು ದೇವರ ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಕತೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗ ಎಲ್ಲ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ಧರ್ಮಗಳ ಜನರನ್ನು ಏಕತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ವ್ಯಾಪಕ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ಅಧ್ಯಾತ್ಮವು ಮಾನವ ಏಕೀಕರಣ, ಸಾಮರಸ್ಯ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರಬಲ್ಲದು.