ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾದ ನಿಯಮಗಳು

(ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅನ್ವಯವಾಗುವ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಸಿದ್ಧಾಂತ)

CA ಜಯೇಶ್ ಶೇಠ್ ಅವರಿಂದ ಸಂಕಲಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.

- ನಾನು ಏನನ್ನು ಕೊಡುವೆನೋ ಅದನ್ನೇ ಪಡೆಯುವೆನು. ನಾನು ಇತರಿಗಾಗಿ ಏನನ್ನು ಬಯಸುವೆನೋ ಅದೇ ನನಗೂ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.
- ನಾನು ಆತ್ಮ. ಈ ದೇಹವು ನನಗೆ ದೊರೆತಿರುವ ಒಂದು ಪಾತ್ರ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಯಾವ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಬಯಸಿರುತ್ತೇವೆಯೋ ಅದೇ ನಮಗೆ ದೊರೆತಿರುತ್ತದೆ.
- ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಈಗ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಘಟನೆಗಳು ನನ್ನದೇ ಭೂತಕಾಲದ ಪ್ರತಿಬಿಂಬ. ಅದು ನನ್ನ ಪೂರ್ವಕೃತ್ಯಗಳ ಪ್ರತಿಫಲನ. ಯಾವುದನ್ನು ನಾನು ಕಾಯಾ ವಾಚಾ ಮನಸಾ ಮಾಡಿಲ್ಲವೋ, ಮಾಡಗೊಡಿಸಿಲ್ಲವೋ ಅಥವಾ ಅನುಮೋದಿಸಿಲ್ಲವೋ ಅವು ಎಂದಿಗೂ ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲಾರವು. ಆದ್ದರಿಂದ ಭೂತಕಾಲದಲ್ಲಾಗಲೀ, ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಾಗಲೀ ಅಥವಾ ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿಯೇ ಆಗಲಿ ನನಗೆ ಯಾವ ಅನ್ಯಾಯವೂ ಆಗಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ನಾನು ವೃಥಾ ದೋಷಾರೋಪಣೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ದೂರುಗಳಿಂದ ಹೊರತಾಗಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತೇನೆ. ನನಗೆ ನೋವುಂಟು ಮಾಡಿರುವ ಎಲ್ಲ ಸಂಗತಿಗಳೂ ನನ್ನದೇ ಪೂರ್ವಕೃತ್ಯದ ಪರಿಣಾಮಗಳು. ಅದರಲ್ಲಿ ಇತರರ ಪಾತ್ರವೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಬೇರೆಯವರನ್ನು ದೂಷಿಸುವ ಪ್ರಶ್ನೆಯೇ ಇಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ 'ನನಗೇ ಏಕೆ ಹೀಗಾಯಿತು?' ಎನ್ನುವ ಪ್ರಶ್ನೆಯು ಉದ್ಭವಿಸುವುದೇ ಇಲ್ಲ.
- ಪುಣ್ಯವನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ಸಪ್ತವ್ಯಸನಗಳಾದ ಜೂಜು, ಮದ್ಯಪಾನ, ಮಾಂಸಭಕ್ಷಣ, ವೇಶ್ಯಾಸಂಗ, ಕಳ್ಳತನ, ಬೇಟೆ, ವಿಶ್ವಾಸದ್ರೋಹ ಇವುಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ತಂಬಾಕಿನ ಸೇವನೆ, ಸೂರ್ಯಾಸ್ತದ ನಂತರ ಊಟ ಮಾಡುವುದು, ಕಂದಮೂಲಗಳು, ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ, ಜೇನುತುಪ್ಪ, ಅಂಜೂರ, ಬೆಣ್ಣೆ ಮೊದಲಾದ ನಿಷಿದ್ಧ ಖಾದ್ಯಗಳನ್ನು ತಿನ್ನುವುದು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವುದರಿಂದ ನಾನು ನನ್ನ ಭಾಗ್ಯವನ್ನು ನಾನೇ ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಲಾಭವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡು ಹಾನಿಯನ್ನು ಕಡಮೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆಯೇ ಇದೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು.
- ಪುಣ್ಯ= ಸುಖ , ಪಾಪ= ದುಃಖ. ಈ ಸಮೀಕರಣಗಳನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕು.
- ಇದನ್ನು ಕುರಿತು ಮನನ ಮಾಡಿ ದುಃಖದಿಂದಲೂ ಏನನ್ನಾದರೂ ಕಲಿತು ಅದರಿಂದಾಗಿ ಲಾಭವನ್ನೇ ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ.
- ನಾನು ಯಾವ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನೂ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳದೆ ಅನಿರ್ಬಂಧಿತವಾಗಿ ಇತರರಿಗೆ ದಾನ ನೀಡಲೆಂದೇ ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದೇನೆ. ಈ ತೆರನಾದ ದಾನದಿಂದಾಗಿ ನಾನು ನನ್ನ ಮುಂಚಿನ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವೆ. ಅಥವಾ ಹೊಸ ಪುಣ್ಯದ ಸಂಪಾದನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವೆ. ಇದು ನನ್ನ ಹಳೆಯ ಸಾಲಗಳನ್ನು ತೀರಿಸಿದಂತೆ. ಅಥವಾ ಹೊಸ ನಿಧಿಯನ್ನು ಶೇಖರಿಸಿಟ್ಟಂತೆ. ಎರಡರಿಂದಲೂ ನನಗೆ ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿಯೂ ಪ್ರಯೋಜನವೇ ಆಗುತ್ತದೆ.
- ನಾನು ನನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಮಟ್ಟಿಗೆ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು. ಆದರೆ ಇತರರೂ ಹಾಗೆಯೇ ಮಾಡಲಿ ಎಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬಾರದು.
- ನಾವೆಲ್ಲರೂ ನಮ್ಮ ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ, ಸ್ನೇಹಿತರು, ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳು, ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ದೇಶದ ಕುರಿತಾಗಿ ನಮಗಿರುವ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಬೇಕು.
- ನಾನು ನನ್ನ ಸ್ವಂತದ ಬಗ್ಗೆ ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾಗಿಯೂ ಇತರರ ಬಗ್ಗೆ ಉದಾರವಾಗಿಯೂ ವರ್ತಿಸಬೇಕು.
- ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಘಟನೆಗಳೆಲ್ಲವೂ ನಮ್ಮ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಎಂದು ನಂಬುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಧನಾತ್ಮಕತೆಯ ಭಾವವೇ ಇರುತ್ತದೆ.
- ಇತರರೊಡನೆ ವರ್ತಿಸುವಾಗ ಈ ಕೆಳಗಿನ ನಾಲ್ಕು ಅಂಶಗಳು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರಬೇಕು:

1. ಮೈತ್ರೀ ಭಾವ: ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಸ್ನೇಹದಿಂದಿರುವುದು. ಇದು ಇತರರೊಡನೆ ಶತ್ರುತ್ವವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸದಂತೆ ಮಾಡಿ ನನ್ನ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆ. ಇತರರ ಕ್ಷೇಮವನ್ನು ಬಯಸುವುದರಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಕ್ಷೇಮವೇ ಅಡಗಿದೆ.

2. ಪ್ರಮೋದ ಭಾವ: ಇತರರ ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಣಗಳನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಅವುಗಳನ್ನು ನನ್ನಲ್ಲಿಯೂ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಇತರರ ಅವಗುಣಗಳನ್ನು ಕಂಡು ಅವುಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತೇನೆ.

3. ಕರುಣಾ ಭಾವ: ಪಾಪಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕರುಣೆಯಿರಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರಿಗೆ ವಿಶ್ವದ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ನಿಯಮಗಳು ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಕರುಣಾ ಭಾವದಿಂದಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಪ್ರಸನ್ನತೆಯು ಕಾಪಾಡಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

4. ಮಾಧ್ಯಸ್ಥ್ಯ ಭಾವ (ತಾಟಸ್ಥ್ಯ): ಇತರರು ನನ್ನನ್ನು ನೋಯಿಸಿದಾಗ ನಾನು ಶಾಂತವಾಗಿದ್ದು ಅವರಿಗೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನರ್ಪಿಸಿ ಸ್ವಾಗತವನ್ನು ಕೋರುತ್ತೇನೆ. ಇದರಿಂದ ನನ್ನ ಸಂತೋಷವು ಕುಂದದೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಇದು ಮೂರು ಹಂತಗಳ ಒಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.

ಮೊದಲ ಹಂತ: ನನ್ನ ತಪ್ಪುಗಳಿಗಾಗಿ ನಾನು ಕ್ಷಮೆಯನ್ನು ಯಾಚಿಸಬೇಕು.

ಎರಡನೆಯ ಹಂತ: ಹಳೆಯ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ನಾನು ಮುಂದೆಂದೂ ಪುನರಾವರ್ತಿಸುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕು.

ಮೂರನೆಯ ಹಂತ: ನನ್ನ ಎದುರಾಳಿಯು ನನ್ನ ಕುಂದುಕೊರತೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ಮೂಲಕ ನನಗೆ ಸಹಾಯವನ್ನೇ ಮಾಡಿರುವನೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅವನಿಗೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಬೇಕು. ಇದರಿಂದಾಗಿ ದ್ವೇಷದ/ಕಿರಿಕಿರಿಯ ಭಾವನೆಗಳು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟುವುದು ತಪ್ಪಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಕೋಪ ಅಸಮಾಧಾನಗಳ ವಿಷವೃತ್ತದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿಕೊಂಡು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬಾಧೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ತಪ್ಪುತ್ತದೆ. ಈ ಮೂರು ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳು ನನ್ನ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಶುಭೇಚ್ಛೆಗಳ ಕವಚಗಳು. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಅವುಗಳನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಬೇಕು. ಅವು ನನ್ನನ್ನು ಋಣಾತ್ಮಕವಾದ ವಿಚಾರಗಳಿಂದ ಕಾಪಾಡಿ ಧನಾತ್ಮಕವಾದ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಎಡೆ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತವೆ.

- ನಮ್ಮ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಸಹಜ ರೀತಿಯಿಂದ ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೇ ಹೊರತು ಬಲಪ್ರಯೋಗದಿಂದಲ್ಲ. ಇದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಪ್ರಸನ್ನತೆಗೆ ಭಂಗ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮದು ಸಹಜ ಮಾರ್ಗವೇ ಹೊರತು ಹಠ ಮಾರ್ಗವಲ್ಲ.
- ನನ್ನ ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಮುಕ್ತಿಗಾಗಿ ಸಮ್ಯಗ್ದರ್ಶನವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದೇ ಈ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಗುರಿ.
- ಸತ್ಯವು ನನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಇದೆ. ಅದನ್ನರಸಿಕೊಂಡು ನಾನು ಎಲ್ಲಿಗೂ ಹೋಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನನ್ನೊಳಗನ್ನು ನಾನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಷ್ಟೇ.
- ಸಮ್ಯಗ್ದರ್ಶನವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಸತ್ಯವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಮಾರ್ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಿದ್ಧನಾಗಿರುತ್ತೇನೆ.
- ಸ್ವತಃ ಸಮ್ಯಗ್ದರ್ಶನವನ್ನು ಹೊಂದಿದಾತನೇ ಇತರರಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಮರ್ಥನು. ಇಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಎಂದಿಗೂ ಹಣ, ಪ್ರತಿಷ್ಠೆ, ಪ್ರಚಾರಗಳ ಬೆಂಬತ್ತುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನು ಯಾವಾಗಲೂ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿದ್ದು ನಿಜವಾದ ಸತ್ಯಾನ್ವೇಷಕರಿಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ.
- ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಪಥದಲ್ಲಿ ನಿಜವಾದ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಬೇಕೆಂದರೆ ನಾನು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಭೋಗಗಳ ಆಸೆಯಿಂದ ಮೇಲೇರಬೇಕು. ಹಾಗೆಂದು ನನ್ನ ಮನೆ ಕುಟುಂಬ ಸಂಪತ್ತನ್ನೆಲ್ಲ ತೊರೆಯಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ.
- ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೇ ಹೊರತು ಇತರರನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಹೋಗಬಾರದು. ಏಕೆಂದರೆ ನನ್ನನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಸುಲಭ. ಇತರರನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ ಮಾತ್ರವೇ ಅಲ್ಲದೆ ಅದು ಕೋಪ, ದ್ವೇಷ, ಆತಂಕ, ಭಯ, ದುಃಖ, ನಿರಾಶೆ, ಹತಾಶೆ ಮತ್ತು ಅಸಮಾಧಾನಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸುತ್ತದೆ.
- ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಜೀವಿಯೂ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ನೆಲೆಸುವ ಸ್ಥಾನಗಳು ಎರಡೇ ಎರಡು. ಅವು ಮೋಕ್ಷ ಮತ್ತು ನಿಗೋದಗಳೆಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕು.
- ಮೋಕ್ಷ= ವಿಮುಕ್ತಿ, ಇದು ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಪರಮೋಚ್ಚ ಸ್ಥಾನ ಮತ್ತು ಅನಂತವಾದ ಆನಂದದ ಸ್ಥಿತಿ.
- ನಿಗೋದ= ಬಂಧನ, ಇದು ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಕನಿಷ್ಠತಮವಾದ ಸ್ಥಿತಿ. ಇದು ತೀವ್ರವಾದ ದುಃಖ, ಸತತವಾದ ವೇದನೆ ಮತ್ತು ಕೊನೆಯಿಲ್ಲದ ನೋವು ನರಳುವಿಕೆಗಳ ಅವಸ್ಥೆ. ಮೋಕ್ಷ ಮತ್ತು ನಿಗೋದಗಳಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಯಾವುದು ಬೇಕೆಂದು ನನ್ನನ್ನು ನಾನೇ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾನು ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಂಡರೆ ಅದನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ನಿಗೋದವಾದರೋ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ನಾನಿರುವ ಸ್ಥಿತಿ.
- ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಇತರರೊಡನೆ ಹೋಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಬದಲಿಗೆ ನನ್ನ ಇಂದಿನ ದಿನದ ಕೃತ್ಯಗಳನ್ನು ನಿನ್ನೆಯ ಕೃತ್ಯಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿಕೊಂಡು ಅವು ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ತಮವಾಗಿಯೇ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ದೈನಿಕಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಇದುವೇ ಮಾರ್ಗ .
- ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಇಡೀ ದಿನದ ಎಲ್ಲ ಆಗುಹೋಗುಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸಿ ನನ್ನಿಂದಾದ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿ ರಾತ್ರಿಯೂ ಮಲಗುವ ಮುನ್ನ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಂಡು ಅವುಗಳನ್ನು ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

ಈ ವಿಷಯಗಳ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಣೆಗೆ ಇದೇ ಸಂಕಲನಕಾರನು ರಚಿಸಿರುವ 'ಸಮ್ಯಗ್ದರ್ಶನದ ವಿಧಿ' ಮತ್ತು 'ಸುಖ ಜೀವನದ ಕೀಲಿ ಕೈ' ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.