ಧರ್ಮಾಚರಣೆಯ ರಹಸ್ಯ

ಪ್ರಾತಃ ಸ್ಮರಣೀಯ

ಶ್ರೀ ವಿದ್ಯಾಮಾನ್ಯ ತೀರ್ಥರು

ಸದಾಚಾರದಿಂದ ಆಯುರಾರೋಗ್ಯವೃದ್ಧಿ

ನಮ್ಮ ದಿನಚರ್ಯೆಯು ನಿಯಮದಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು ಆಗಬೇಕು.ಪ್ರಾತಃಕಾಲ ನಿದ್ರೆಯಿಂದ ಚೇತರಿಸಿ ಪುನಃ ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಮಲಗುವವರೆಗೂ ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಚೀನ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ತಮ್ಮ ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಅನುಭವದಿಂದ ಆಹಾರವಿಹಾರಾದಿ ಪ್ರತಿಕರ್ಮಗಳಿಗೂ ಕೆಲವು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ವಿಧಿಸಿದ್ದಾರೆ.ಆ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ ಮನುಷ್ಯನ ಜೀವನವು ಸಫಲವಾಗುತ್ತದೆ.ಆಯುಷ್ಯ,ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ,ಸಂಪತ್ತು,ಜ್ಞಾನ, ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಆ ನಿಯಮದಿಂದ ಇದ್ದವರಿಗೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತವೆ.ನಮ್ಮ ಇಚ್ಛಾನುಸಾರ ಆಹಾರ,ವಿಹಾರ,ನಿದ್ರಾ,ಮೈಥುನಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದವರಿಗೆ ಆಯುಷ್ಯಾದಿಗಳು ಕಡಿಮಾಗುತ್ತವೆ.ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ನೂರು ವರ್ಷ ಆಯುಸ್ಸು ಎಂದು ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಇದೆ.ಆದರೆ ಈಗ ಅಷ್ಟು ಆಯುಸ್ಸು ಏಕೆ ಇಲ್ಲ?ಅಂದರೆ ವಾಚು ತಯಾರು ಮಾಡುವ ಕಂಪನಿಯಲ್ಲಿ ಈ ವಾಚು ಇಷ್ಟು ವರ್ಷ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆಂದು ಗ್ಯಾರಂಟಿ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ.ಆದರೆ ಆ ವಾಚನ್ನು ಸರಿಯಾದ ನಿಯಮದಿಂದ ಪಾಲನೆ ಮಾಡಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಅಷ್ಟು ವರ್ಷ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಹುದು.ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಕೆಲವೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹಾಳಾಗಬಹುದು.ಅದರಂತೆ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ನೂರು ವರ್ಷ ಆಯುಸ್ಸೆಂದು ಹೇಳಿದರೂ ಆ ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ ಆಹಾರ ವಿಹಾರಾದಿಗಳ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪರಿಪಾಲಿಸಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಅಷ್ಟು ವರ್ಷ ಬದುಕಬಹುದು.ಇದಕ್ಕೆ ಉದಾ:ನಾವು ಪ್ರಾತಃ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಿದ್ರೆಯಿಂದ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು(ಬ್ರಾಹ್ಮ ಮಹೂರ್ತ ಅಂದರೆ ಸೂರ್ಯೋದಯದ ಪೂರ್ವ ನಾಲ್ಕೂವರೆ ಘಂಟೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ)ಹೊಂದಬೇಕು.ಇದರಿಂದ ಆಯುಷ್ಯ ,ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ, ಸಂಪತ್ತು, ಬುದ್ಧಿ,ಶಕ್ತಿ ಮುಂತಾದ್ದು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆಂದು ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ –

©Poorna Prajna Vidyapeetha, Bangalore

ವರ್ಣಂ ಕೀರ್ತಿಂ ಮತಿಂ ಲಕ್ಷ್ಮೀಂ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯಮಾಯುಶ್ಚ ವಿಂದತಿ ।
ಬ್ರಾಹ್ಮೇ ಮಹೂರ್ತೇ ಸಂಜಾಗ್ರತ್ ಶ್ರೀಯಂ ವಾ ಪಂಕಜಂ ಯಥಾ ॥

ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.ಆದರೆ ಬಹು ಜನರು ಸೂರ್ಯೋದಯವಾದ ಮೇಲೆ ಹಾಸಿಗೆಯಿಂದ ಏಳುವ ನಿಯಮವನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.ಹೀಗೆ ಆಹಾರ ವಿಹಾರಾದಿ ಎಲ್ಲ ವಿಷಯಗದಲ್ಲೂ ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.ಇಚ್ಛಾನುಸಾರ ಇರುತ್ತಾರೆ.ಎತ್ತು,ಎಮ್ಮೆ,ಕೋಣ,ಕುದುರೆ ಮುಂತಾದ ಪಶುಗಳು ಆಹಾರ ವಿಹಾರ ನಿದ್ರಾ ಮೈಥುನಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತವೆ.ಅವುಗಳಿಗೆ ಯಾವ ನಿಯಮವೂ ಇಲ್ಲ.ಅವುಗಳು ನಮಗಿಂತ ಬಲಿಷ್ಠಗಳಾಗಿ ಸುಖಿಗಳಾಗಿ ಕಂಡರೂ ಬೇಗನೇ ಸಾಯುತ್ತವೆ.ಹಾಗೆ ಮನುಷ್ಯರು ಇಚ್ಛಾನುಸಾರ ಆಹಾರ ವಿಹಾರಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಇರುವವರು ಸುಖಿಗಳಾಗಿದ್ದಾರೆಂದು ಈಗ ಕಂಡುಬಂದರೂ ಅವರ ಆಯುಸ್ಸು ಮಾತ್ರ ಪಶುಗಳಂತೆ ಬಹಳ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತ ಆಚಾರ ದುರಾಚಾರಗಳಿಗೆ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ.ಆದರೆ ಪರಿಣಾಮದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ವಿಷಮ ಫಲವು ಪ್ರಾಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ.ಇದಕ್ಕೆ ಉದಾ- ದೊಡ್ಡ ಜಂಕ್ಷನ್ ಸ್ಟೇಷನ್ನಿನಲ್ಲಿ ರೈಲ್ವೆ ಕಂಬಿಗಳು ಎಲ್ಲಾ ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಬಹಳ ಸಮೀಪ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಇರುತ್ತವೆ.ಅದಕ್ಕೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಸ್ಟೇಷನ್ನಿನಲ್ಲಿ ಗೊತ್ತಾಗುವುದಿಲ್ಲ.ಆದರೆ ಒಂದು ಲೈನಿನಲ್ಲಿ ಹೋದರೆ ರೈಲು ಕಲ್ಕತ್ತಾಗೆ ಹೋಗಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ.ಇನ್ನೊಂದು ಲೈನಿನಲ್ಲಿ ಹೋದರೆ ಪೇಶಾವರಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ.ಅದರಂತೆ ಪರಿಣಾಮದ ಫಲವನ್ನು ನೋಡಿ ಆಚಾರ ದುರಾಚಾರಗಳ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ಆಚಾರಃ ಪ್ರಥಮ ಧರ್ಮಃ ಎಂದು ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಮನೆಗೆ ಪಂಚಾಂಗ ಇದ್ದಂತೆ ಎಲ್ಲ ಧರ್ಮಾಚರಣೆಗೂ ಆಚಾರ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು,ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಆಚಾರ ಹಾಳಾದರೆ ಧರ್ಮಾಚರಣೆಯು ಅಧರ್ಮಾಚರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆಂದು ಹೇಳಿರುತ್ತದೆ.ಉದಾ- ನಳಮಹಾರಾಜನು ರಾತ್ರಿ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಮೂತ್ರಶಂಕೆ ಮಾಡಿ ಕಾಲು ತೊಳೆದರೂ ಕಾಲಿನ ಹಿಂಬದಿಗೆ ನೀರು ಬಿದ್ದಿದ್ದಿಲ್ಲ.ಆಗ ಅವನು ಅಶುದ್ಧನಾದನು.ಕಲಿಯು ನಳನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗ ಪ್ರವೇಶ ಮಾಡುವುದು ಎಂದು ಕಾಲವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಣೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದನು.ನಳನು ಯಾವಾಗಲೂ ಸದಾಚಾರನಿರತನಾಗಿದ್ದರಿಂದ ಅವನ ಪವಿತ್ರ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಕ್ಕೆ ಎಡೆಯೇ ಇದ್ದಿಲ್ಲ.ಆದರೆ ಪ್ರಮಾದದಿಂದ ಒಮ್ಮೆ ಸ್ವಲ್ಪ ದುರಾಚಾರದಿಂದ ದೇಹ ಅಪವಿತ್ರವಾದ ಕೂಡಲೇ ಆ ಕಲಿಯು ಅವನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶ ಮಾಡಿದ.ಇದರಿಂದ ಅವನ ಬುದ್ಧಿ ಹಾಳಾಯಿತು.ಆ ನಳನು ದ್ಯೂತ ಆಟ ಆಡಲು ಆರಂಭ ಮಾಡಿದನು.ಇದರಿಂದ ಅವನ ರಾಜ್ಯ ಸಂಪತ್ತು ಸರ್ವಸ್ವನಾಶವಾಗಿ

ದೇಶಭ್ರಷ್ಟನಾದನು.ಇನ್ನೊಂದು ಉದಾ- ನಾವು ವಿಷ ಕುಡಿದರೆ ನಮಗೆ ಆ ವಿಷಕೊಟ್ಟವನಿಗೆ, ವಿಷ ಮಾರಾಟ ಮಾಡಿದವನಿಗೆ ಸಹ ಸರ್ಕಾರವು ಶಿಕ್ಷೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ.ಆದರೆ ಅದೇ ವಿಷವನ್ನು ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತವಿಧಿಯಿಂದ ಕೊಟ್ಟ ವೈದ್ಯನಿಗೆ ಸರ್ಕಾರ ಪುರಸ್ಕಾರ ಕೊಡುತ್ತದೆ.ಅದರಂತೆ ಸ್ರಕ್ ಚಂದನ ವನಿತಾದಿಗಳು ನಮ್ಮ ಇಚ್ಛೆ ಬಂದಂತೆ ಸೇವಿಸಲ್ಪಟ್ಟರೆ ವಿಷತುಲ್ಯಗಳು ಆಗುತ್ತವೆ.ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಅವುಗಳಿಗೆ ವಿಷಯ ಎಂದು ಹೆಸರು.ಅಂಥ ವಿಷತುಲ್ಯ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತವಿಧಿ ಪ್ರಕಾರ ,ಗುರುಗಳ ಉಪದೇಶ ಪ್ರಕಾರ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಅವುಗಳು ಅಮೃತತುಲ್ಯಗಳಾಗುತ್ತವೆ.ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತ ವಿಧಿಯಿಂದ ಮಾಡಿದ ಭೋಜನ ಪ್ರಾಣಾಗ್ನಿ ಹೋತ್ರವೆಂಬ ಯಜ್ಞವೇ ಆಗುತ್ತದೆ.ಹಾಗೆ ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತ ವಿಧಿ ಪ್ರಕಾರ ಮಾಡಿದ ಮೈಥುನ ವಾಮದೇವ ಯಜ್ಞವಾಗುತ್ತದೆ.ಅದರಿಂದ ಉತ್ಪನ್ನನಾದ ಸತ್ಪುತ್ರನು ಇಡೀ ಕುಲವನ್ನೇ ಉದ್ಧಾರ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ.ದಶಮೀವೇಧದಿಂದ ಯುಕ್ತವಾದ ಏಕಾದಶಿಯು ವಿಷತುಲ್ಯವೆಂದು ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ.ಅಂಥ ಏಕಾದಶಿ ವ್ರತವನ್ನು ದ್ವಾಪರಯುಗದಲ್ಲಿ ಗಾಂಧಾರಿಯು ಮಾಡಿದ್ದರಿಂದ ಅವಳಿಗೆ ಹುಟ್ಟಿದ ದುರ್ಯೋಧನಾದಿ ನೂರು ಮಕ್ಕಳೂ ಅತ್ಯಂತ ದುಷ್ಟರೂ ಲೋಕಕಂಟಕರೂ ಆಗಿ, ಭಗವದ್ ಭಕ್ತರಾದ ಪಾಂಡವರಲ್ಲಿ ದ್ವೇಷವನ್ನು ಮಾಡಿ ಯುದ್ಧದಲ್ಲಿ ಸತ್ತು ಹೋದರು.ಈಗಿನ ಕಾಲದಲ್ಲೂ ಹುಟ್ಟಿದ ಮಕ್ಕಳು ನೀತಿಯ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಬಹಳ ಕೆಳಗಿಳಿದು,ವಿದ್ಯಾಬುದ್ಧಿರಹಿತರಾಗಿ ಇರಲು ಕಾರಣ ಏನೆಂದರೆ, ಅವರ ತಂದೆ ತಾಯಂದಿರು ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತವಿಧಿಯಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸದೇ ಇದ್ದದ್ದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ.ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಬಹಳ ಜಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ವಹಿಸಿ ಬೆಳಗಿನಿಂದ ರಾತ್ರಿಯವರೆಗೆ ಆಹಾರ ಮೈಥುನಾದಿ ಸರ್ವ ವ್ಯವಹಾರದಲ್ಲೂ ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತವಿಧಿಯಂತೆ ನಡೆಯುವುದೇ ಶ್ರೇಯಸ್ಕರ.ಇದನ್ನೇ ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಪರಮಾತ್ಮನು

ತಸ್ಮಾತ್ ಶಾಸ್ತ್ರಂ ಪ್ರಮಾಣಂ ತೇ ಕಾರ್ಯಾಕಾರ್ಯವ್ಯವಸ್ಥಿತೌ
ಜ್ಞಾತ್ವಾಶಾಸ್ತ್ರವಿಧಾನೋಕ್ತಂ ಕರ್ಮ ಕರ್ತುಮಿಹಾರ್ಹಸಿ

ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.