ಸೂಕ್ತಿಪ್ರಭ

ಬುಟ್ಟಿ ತುಂಬ ಬುದ್ಧಿಗಿಂತ ಮುಷ್ಟಿ ತುಂಬ ತಾಳ್ಮೆ ಲೇಸು. —*ಡಚ್ ಗಾದೆ.*

ಉತ್ಸೇಕ ಉದಧೇರ್ಯದ್ವತ್
ಕುಶಾಗ್ರೇಣೈಕಬಿಂದುನಾ ।
ಮನಸೋ ನಿಗ್ರಹಸ್ತದ್ವತ್ ಭವೇದಪರಿಖೇದತಃ ॥

"ಸಮುದ್ರವನ್ನು ಕುಶಹುಲ್ಲಿನ ತುದಿಯಿಂದ ಖಾಲಿ ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನದಂತೆ ಮನಸ್ಸಿನ ನಿಗ್ರಹವೂ ಸತತ ಪ್ರಯತ್ನ ಮತ್ತು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ." — *ಗೌಡಪಾದ*

ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದರೆ ಬೆಳಗಾಗಿಯೇ ಆಗುತ್ತದೆ. —*ಖಲೀಲ್ ಜಿಬ್ರಾನ್*

ಭಗವಂತನು ನಮ್ಮೊಡನಿರುವನು ಎಂದು ಭಾವಿಸದೆ ಅವನೆಲ್ಲೋ ದೂರದಲ್ಲಿರುವನು ಎಂದು ತಿಳಿಯುವುದರಿಂದಲೆ ನಮಗೆ ಎಲ್ಲ ಕೆಡುಕೂ ಉಂಟಾಗುವುದು. —*ಸೇಂಟ್ ಥೆರೇಸಾ*

ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬಗುಳಿದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ನಾಯಿ ಒಳ್ಳೆಯದೆನ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಚಮತ್ಕಾರದಿಂದ ಮಾತನಾಡುವವನು ವಿವೇಕಿ ಎನಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. —*ಚುಆಂಗ್ ಟ್ಸು*

ಜನರು ತಾವೇನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುವುದರ ಬದಲು ತಾವೇನು ಆಗಿರಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಚಿಂತಿಸಬೇಕು. ಅವರು ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿದ್ದರೆ ಅವರ ಕಾರ್ಯಗಳೂ ಶೋಭಿಸುತ್ತವೆ. —*ಮೈಸ್ಟರ್ ಎಖಾರ್ಟ್*

ನನ್ನನ್ನು ಉದ್ವೇಗಕ್ಕೆ ಒಳಪಡಿಸುವ ಮೂರ್ಖರ ಕೈಯಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಜೀವನವಿರುತ್ತದೆ. —*ಜೆ.ಹಂಟ್.*

ಜೀವನವನ್ನು ತುಂಬ ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಡಿ, ಏಕೆಂದರೆ ಏನೇ ಆದರೂ ನೀವು ಜೀವಂತವಾಗಿ ಅದರಿಂದ ಹೊರ ಬರಲಾರಿರಿ. —*ಅನಾಮಿಕ*

ಮೊಳಕಾಲೂರಿ ಜೀವಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಕಾಲಮೇಲೆ ನಿಂತು ಸಾಯುವುದು ಲೇಸು. —*ಫ್ರಾಂಕ್ಲಿನ್ ಡಿ. ರೂಸ್‌ವೆಲ್ಟ್*

ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವೊಂದನ್ನು ಮಾತ್ರ ನೀವು ಅದನ್ನು ಇತರರಿಗೆ ನೀಡುವ ಇಚ್ಛೆ ಇಲ್ಲದೆ ಅನುಭವಿಸಲಾರಿರಿ. —*ವಿಲಿಯಂ ಅಲೆನ್ ವೈಟ್*

ಪ್ರಾರ್ಥನೆ

"ಹರಿಶರಣಾಷ್ಟಕ" ದಿಂದ

ಧ್ಯೇಯಂ ವದಂತಿ ಶಿವಮೇವ ಹಿ ಕೇಚಿದನ್ಯೇ
ಶಕ್ತಿಂ ಗಣೇಶಮಪರೇ ತು ದಿವಾಕರಂ ವೈ ।
ರೂಪೈಸ್ತು ತೈರಪಿ ವಿಭಾಸಿ ಯತಸ್ತ್ವಮೇವ
ತಸ್ಮಾತ್ತ್ವಮೇವ ಶರಣಂ ಮಮ ಶಂಖಪಾಣೇ ॥ ೧ ॥

ಕೆಲವರು ಧ್ಯಾನಿಸಲು ಶಿವನೇ ಯೋಗ್ಯವಸ್ತು ಎನ್ನುವರು; ಕೆಲವರು ಶಕ್ತಿ ಎನ್ನುವರು; ಕೆಲವರು ಗಣೇಶ ಎನ್ನುವರು; ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಸೂರ್ಯ ಎನ್ನುವರು; ಆದರೆ ಹೇ ಶಂಖಪಾಣಿ, ನೀನು ಆ ರೂಪಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ನೀನೇ ನನಗೆ ಶರಣು.

ನೋ ಸೋದರೋ ನ ಜನಕೋ ಜನನೀ ನ ಜಾಯಾ
ನೈವಾತ್ಮಜೋ ನ ಚ ಕುಲಂ ವಿಪುಲಂ ಬಲಂ ವಾ ।
ಸಂದೃಶ್ಯತೇ ನ ಕಿಲ ಕೋಽಪಿ ಸಹಾಯಕೋ ಮೇ
ತಸ್ಮಾತ್ತ್ವಮೇವ ಶರಣಂ ಮಮ ಶಂಖಪಾಣೇ ॥ ೨ ॥

ನನಗೆ ಸಹೋದರರಿಲ್ಲ, ಜನಕ ಜನನಿಯರಿಲ್ಲ, ಹೆಂಡತಿ ಮಕ್ಕಳಿಲ್ಲ, ನನಗೆ ಕುಲವಾಗಲಿ, ವಿಪುಲ ಬಲವಾಗಲಿ ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ. ನನಗೆ ಯಾವ ಸಹಾಯಕನೂ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ; ಆದಕಾರಣ ಹೇ ಶಂಖಪಾಣಿ, ನೀನೇ ನನಗೆ ಶರಣು.

ನೋಪಾಸಿತಾ ಮದಮಪಾಸ್ಯ ಮಯಾ ಮಹಾಂತಃ
ತೀರ್ಥಾನಿ ಚಾಸ್ತಿಕಧಿಯಾ ನಹಿ ಸೇವಿತಾನಿ ।
ದೇವಾರ್ಚನಂ ಚ ವಿಧಿವನ್ನ ಕೃತಂ ಕದಾಽಪಿ
ತಸ್ಮಾತ್ತ್ವಮೇವ ಶರಣಂ ಮಮ ಶಂಖಪಾಣೇ ॥ ೩ ॥

ನಾನು ಮದವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಮಹಾತ್ಮರನ್ನು ಎಂದೂ ಸೇವಿಸಲಿಲ್ಲ; ಆಸ್ತಿಕ್ಯ ಬುದ್ಧಿಯಿಂದ ನಾನು ಯಾವ ತೀರ್ಥವನ್ನೂ ಸೇವಿಸಲಿಲ್ಲ; ವಿಧಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಾನು ದೇವಾರ್ಚನೆ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ; ಆದಕಾರಣ ಹೇ ಶಂಖಪಾಣಿ, ನೀನೇ ನನಗೆ ಶರಣು.

ದುರ್ವಾಸನಾ ಮಮ ಸದಾ ಪರಿಕರ್ಷಯಂತಿ
ಚಿತ್ತಂ ಶರೀರಮಪಿ ರೋಗಗಣಾ ದಹಂತಿ ।
ಸಂಜೀವನಂ ಚ ಪರಹಸ್ತಗತಂ ಸದೈವ
ತಸ್ಮಾತ್ತ್ವಮೇವ ಶರಣಂ ಮಮ ಶಂಖಪಾಣೇ ॥ ೪ ॥

ಕೆಟ್ಟ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಎಳೆದಾಡುತ್ತಿವೆ; ರೋಗರುಜಿನಗಳು ನನ್ನ ಶರೀರವನ್ನು ದಹಿಸುತ್ತಿವೆ; ನನ್ನ ಜೀವನವೋ ಯಾವಾಗಲೂ ಮತ್ತೊಬ್ಬರನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿಕೊಂಡು ನಡೆಯಬೇಕಾಗಿದೆ;
ಆದಕಾರಣ ಹೇ ಶಂಖಪಾಣಿ, ನೀನೇ ನನಗೆ ಶರಣು.