

“ ಪ್ರಾತಃಸ್ಮರಣ ಸ್ತೋತ್ರ ” ದಿಂದ

ಜಗತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ, ಜಗತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ ಚಲಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಜಗತ್ತಿ ನಲ್ಲಿರುವ ಒಳಿತು ಕೆಡುಕುಗಳೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ಮನಸ್ಸೇ ಕಾರಣ.

ತಾನು ಮೂರ್ಖನೆಂದು ಒಪ್ಪದ ಮೂರ್ಖನು ನಿಜವಾದ ಮೂರ್ಖ. ತಾನು ಮೂರ್ಖನೆಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂರ್ಖನು ಅಷ್ಟರಮಟ್ಟಿ ಗಾದರೂ ಜ್ಞಾನಿ.

ಜ್ಞಾನವು ಸದ್ಗುಣದಿಂದ ಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸದ್ಗುಣವು ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಶುದ್ಧ ವಾಗುತ್ತದೆ. ಸದ್ಗುಣ ಸಂಪನ್ನನು ಜ್ಞಾನಿಯೂ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನಿಯು ಸದ್ಗುಣಿಯೂ ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸದ್ಗುಣಗಳ ಸಂಯೋಗವೇ ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದು.

ಒಳ್ಳೆಯವನಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದು ಮಾಡುವುದು ಸುಲಭ, ಕೆಟ್ಟವನಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದು ಮಾಡುವುದು ಕಷ್ಟ, ಕೆಟ್ಟವನಿಗೆ ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಮಾಡುವುದು ಸುಲಭ. ಉದಾತ್ತ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಕೆಟ್ಟದ್ದೆಸಗುವುದು ಕಷ್ಟ.

ನುಡಿದಂತೆ ನಡೆಯದವನ ಸುಂದರವಾದ, ಆದರೆ ನಿರರ್ಥಕವಾದ, ಮಾತುಗಳು ಸುಂದರ ವಾದ ಬಣ್ಣಬಣ್ಣದಿಂದ ಕೂಡಿದ, ಆದರೆ ಪರಿ ಮಳ ವಿಲ್ಲದ, ಹೂವಿನಂತೆ ಇರುತ್ತವೆ.

ಒಂದೊಂದು ತೊಟ್ಟಿನಂತೆ ನೀರು ಬೀಳುತ್ತಿದ್ದರೆ ದೊಡ್ಡ ಕೊಡವೂ ತುಂಬುವುದು. ಇದರಂತೆ ಜ್ಞಾನಿಯಾದವನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪವಾಗಿಯೇ ಪುಣ್ಯ ವನ್ನು ಕೂಡಿಹಾಕುತ್ತಿದ್ದರೂ ಅವನು ಪುಣ್ಯ ದಿಂದ ತುಂಬಿಹೋಗುವನು.

ಯುದ್ಧರಂಗದಲ್ಲಿ ಕೋಟ್ಯಂತರ ಜನರನ್ನು ಗೆಲ್ಲಬಹುದು, ಆದರೆ ಯಾರು ತನ್ನನ್ನು ಗೆಲ್ಲ ತಾನೋ ಅವನೇ ಅತಿ ಶ್ರೇಷ್ಠ ವಿಜಯಿ.

ಕೋಪಿಷ್ಠನು ಎಂಥ ಕುರೂಪಿ! ಅವನು ಸುಖ ವಾಗಿ ಸಿದ್ಧಿಸಲಾರ, ಅವನಿಗೆ ಎಷ್ಟೇ ಸಂಪ ತ್ತಿದ್ದರೂ ಬಡವ. ಕೋಪದಿಂದ ತುಂಬಿ ದವನಾದ ಅವನು ತನ್ನ ಮಾತು ಕೃತಿಗಳ ಮೂಲಕ ತನ್ನನ್ನೇ ನೋಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

—ಧಮ್ಮ ಪದ

ಪ್ರಾತಃಸ್ಮರಾಮಿ ಹೃದಿಸಂಸ್ಕರದಾತ್ಮತತ್ತ್ವಂ
ಸಚ್ಚಿತ್ಸುಖಂ ಪರಮಹಂಸಗತಿಂ ತುರಿಯಮ್ |
ಯತ್ ಸ್ವಪ್ನಜಾಗರಸುಷುಪ್ತಿಮವೈತಿ ನಿತ್ಯಂ
ತದ್ಬ್ರಹ್ಮ ನಿಷ್ಕಲಮಹಂ ನ ಚ ಭೂತಸಂಘಃ || ೧ ||

ಸಚ್ಚಿದಾನಂದ ಸ್ವರೂಪಿಯೂ, ಯೋಗಿವರ್ಯರ ಗುರಿಯೂ ಜಾಗ್ರತ್-ಸ್ವಪ್ನ- ಸುಷುಪ್ತಿ ಅವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಮೀರಿರುವ ತುರಿಯವೂ ಶಾಶ್ವತವೂ ಆದ ಮತ್ತು ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಬೆಳಗುತ್ತಿರುವ ಅತ್ಮತತ್ತ್ವವನ್ನು ಪ್ರಾತಃಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸ್ಮರಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಆ ಅಖಂಡಬ್ರಹ್ಮವಲ್ಲದೆ ಪಂಚಭೂತಗಳ ಕೂಟವಲ್ಲ.

ಪ್ರಾತರ್ಭಜಾಮಿ ಮನಸಾ ವಚಸಾಮಗಮ್ಯಂ,
ವಾಚೋ ವಿಭಾಂತಿ ನಿಖಿಲಾ ಯದನುಗ್ರಹೇಣ |
ಯನ್ನೇತಿನೇತಿವಚನೈರ್ನಿಗಮಾ ಅವೋಚುಃ
ತಂ ದೇವದೇವಮಜಮಚ್ಯುತಮಾಹುರಗ್ರ್ಯಮ್ || ೨ ||

ಯಾರು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಮತ್ತು ನುಡಿಗೆ ನಿಲುಕದವನೋ, ಆದರೆ ಯಾರ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ ನುಡಿಗಳೆಲ್ಲವೂ ಚೇತನಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆಯೋ, ಯಾರನ್ನು ಶಾಸ್ತ್ರಗಳು 'ನೇತಿ ನೇತಿ' (ಇದಲ್ಲ, ಇದಲ್ಲ) ಎಂದು ನಿರ್ದೇಶಿಸುವವೋ, ಯಾರನ್ನು ಋಷಿಗಳು 'ದೇವದೇವ, ಜನ್ಮ ಮತ್ತು ನಾಶ ಇಲ್ಲದವನು' ಎಂದು ವರ್ಣಿಸುತ್ತಾರೆಯೋ, ಆತನನ್ನು ಪ್ರಾತಃಕಾಲದಲ್ಲಿ ಭಜಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಪ್ರಾತರ್ನಮಾಮಿ ತಮಸಃ ಪರಮಾರ್ಕವರ್ಣಂ
ಪೂರ್ಣಂ ಸನಾತನಪದಂ ಪುರುಷೋತ್ತಮಾಖ್ಯಮ್ |
ಯಸ್ಮಿನ್ನಿದಂ ಜಗದಶೇಷಮಶೇಷಮೂರ್ತೌ
ರಜ್ಜ್ವಾಂ ಭುಜಂಗಮ ಇವ ಪ್ರತಿಭಾಸಿತಂ ವೈ || ೩ ||

ತಪ್ಪು ಭಾವನೆಯಿಂದ ಹಗ್ಗದಲ್ಲಿ ಹಾವು ಕಾಣಿಸುವಂತೆ, ಯಾರಲ್ಲಿ ಈ ನಾನಾರೂಪದ ಜಗತ್ತೆಲ್ಲವೂ ತೋರುವವೋ—ಆ ಪೂರ್ಣ, ಸನಾತನ ಮತ್ತು ಪುರುಷೋತ್ತಮನೆಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ, ಎಲ್ಲ ಅಂಧಕಾರವನ್ನೂ ಮೀರಿರುವ ಪರಮಜ್ಯೋತಿಯನ್ನು ಪ್ರಾತಃಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಮಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಶ್ಲೋಕತ್ರಯಮಿದಂ ಪುಣ್ಯಂ
ಲೋಕತ್ರಯ ವಿಭೂಷಣಮ್ |
ಪ್ರಾತಃಕಾಲೇ ಪಠೇದ್ಯಸ್ತು
ಸ ಗಚ್ಛೇತ್ಪರಮಂ ಪದಮ್ || ೪ ||

ಈ ಮೂರು ಶ್ಲೋಕಗಳು ಮೂರು ಲೋಕಗಳಿಗೆ ಭೂಷಣವಾಗಿವೆ. ಇವನ್ನು ಪ್ರಾತಃಕಾಲದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪಠಿಸುವವನು ಪರಮ ಪದವನ್ನು ಪಡೆಯುವನು.