## ಪ್ರಾರ್ಥನೆ

### ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಿಂದ

(ಅರ್ಜುನನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ)

**ಕಾರ್ಪಣ್ಯದೋಷೋಪಹತಸ್ವಭಾವಃ**
**ಪೃಚ್ಛಾಮಿ ತ್ವಾಂ ಧರ್ಮಸಂಮೂಢಚೇತಾಃ ।**
**ಯಚ್ಛ್ರೇಯಃ ಸ್ಯಾನ್ನಿಶ್ಚಿತಂ ಬ್ರೂಹಿ ತನ್ಮೇ**
**ಶಿಷ್ಯಸ್ತೇಽಹಂ ಶಾಧಿ ಮಾಂ ತ್ವಾಂ ಪ್ರಪನ್ನಮ್ ॥**

ಕಾರ್ಪಣ್ಯವೆಂಬ ದೋಷದಿಂದ ನನ್ನ ಸ್ವಭಾವವು ಮಲಿನವಾಗಿದೆ. ಯಾವುದು ಧರ್ಮ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲಾರದವನಾಗಿ ನಿನ್ನನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಯಾವುದು ನನಗೆ ಶ್ರೇಯಸ್ಕರವೋ ಅದನ್ನು ನಿಶ್ಚಯಿಸಿ ನೀನು ಹೇಳು. ನಾನು ನಿನ್ನ ಶಿಷ್ಯ. ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ಶರಣಾಗಿರುವ ನನಗೆ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಹೇಳು.

(೨ : ೭)

**ತ್ವಮಕ್ಷರಂ ಪರಮಂ ವೇದಿತವ್ಯಂ**
**ತ್ವಮಸ್ಯ ವಿಶ್ವಸ್ಯ ಪರಂ ನಿಧಾನಮ್ ।**
**ತ್ವಮವ್ಯಯಃ ಶಾಶ್ವತಧರ್ಮಗೋಪ್ತಾ**
**ಸನಾತನಸ್ತ್ವಂ ಪುರುಷೋ ಮತೋ ಮೇ ॥**

ನೀನು ಅರಿಯಲು ಯೋಗ್ಯನಾದ ಅಕ್ಷರರೂಪ, ಈ ಜಗತ್ತಿನ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಆಧಾರ. ನೀನು ಅವ್ಯಯ ಮತ್ತು ಶಾಶ್ವತ ಧರ್ಮವನ್ನು ಕಾಪಾಡುವವನು. ಸನಾತನನಾದ ಪುರುಷನು ನೀನು ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯ.

(೧೧ : ೧೮)

**ತ್ವಮಾದಿದೇವಃ ಪುರುಷಃ ಪುರಾಣಃ**
**ತ್ವಮಸ್ಯ ವಿಶ್ವಸ್ಯ ಪರಂ ನಿಧಾನಮ್ ।**
**ವೇತ್ತಾಸಿ ವೇದ್ಯಂ ಚ ಪರಂ ಚ ಧಾಮ**
**ತ್ವಯಾ ತತಂ ವಿಶ್ವಮನಂತರೂಪ ॥**

ಆದಿದೇವನು ನೀನು. ಪುರಾಣಪುರುಷನು ನೀನು. ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಉತ್ಕೃಷ್ಟವಾದ ಆಶ್ರಯ ನೀನು. ನೀನು ಸರ್ವಜ್ಞ, ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಜ್ಞೇಯ ವಸ್ತು, ಪರಂಧಾಮ ಮತ್ತು ಅನಂತರೂಪ. ನಿನ್ನಿಂದಲೇ ವಿಶ್ವವು ವ್ಯಾಪ್ತವಾಗಿದೆ.

(೧೧ : ೩೮)

**ವಾಯುರ್ಯಮೋಽಗ್ನಿರ್ವರುಣಃ ಶಶಾಂಕಃ**
**ಪ್ರಜಾಪತಿಸ್ತ್ವಂ ಪ್ರಪಿತಾಮಹಶ್ಚ ।**
**ನಮೋ ನಮಸ್ತೇಽಸ್ತು ಸಹಸ್ರಕೃತ್ವಃ**
**ಪುನಶ್ಚ ಭೂಯೋಽಪಿ ನಮೋ ನಮಸ್ತೇ ॥**

ವಾಯು, ಯಮ, ಅಗ್ನಿ, ವರುಣ, ಚಂದ್ರ, ಪ್ರಜಾಪತಿ ಮತ್ತು ಅವರ ಪಿತಾಮಹನೂ ನೀನೇ ಆಗಿದ್ದೀಯೆ. ನಿನಗೆ ಸಾವಿರ ನಮಸ್ಕಾರಗಳು. ಪುನಃ ನಮಸ್ಕಾರ, ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ನಮಸ್ಕಾರ. (೧೧ : ೩೯)

**ಪಿತಾಸಿ ಲೋಕಸ್ಯ ಚರಾಚರಸ್ಯ**
**ತ್ವಮಸ್ಯ ಪೂಜ್ಯಶ್ಚ ಗುರುರ್ಗರೀಯಾನ್ ।**
**ನ ತ್ವತ್ಸಮೋಽಸ್ತ್ಯಭ್ಯಧಿಕಃ ಕುತೋಽನ್ಯೋ**
**ಲೋಕತ್ರಯೇಽಪ್ಯಪ್ರತಿಮಪ್ರಭಾವ ॥**

ಅಪ್ರತಿಮಪ್ರಭಾವನೇ, ಸ್ಥಾವರ ಜಂಗಮ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ತಂದೆ ನೀನು. ಅವುಗಳಿಗೆ ಪೂಜ್ಯನೂ, ಗುರುವೂ, ಶ್ರೇಷ್ಠನೂ, ಆಗಿರುವೆ. ಮೂರುಲೋಕಗಳಲ್ಲಿಯೂ ನಿನಗೆ ಸಮಾನರಿಲ್ಲ. ಹೀಗಿರುವಾಗ, ನಿನಗಿಂತ ದೊಡ್ಡವರು ಯಾರಿದ್ದಾರೆ? (೧೧ : ೪೩)

## ಸೂಕ್ತಿಪ್ರಭ

### ನಿರಾಸಕ್ತಿ

**ನ**ಮ್ಮ ಬಂಧನಗಳಿಗೆಲ್ಲ ಆಸಕ್ತಿಯೇ ಕಾರಣ. ಆದುದರಿಂದ ಅನಾಸಕ್ತನಾಗು. ನಿನ್ನ ಮಿದುಳಿನ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಸತತವೂ ಶ್ರಮಿಸಲಿ. ಆದರೆ ಒಂದು ಅಲೆಯೂ ಕೂಡ ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ವಶಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವಕಾಶ ಕೊಡದಿರು. *–ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದ*

**ನಿ**ನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಜಗತ್ತಿನ ಅಶಾಶ್ವತವಾದ, ಮಿಥ್ಯಾವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ, ಅದು ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಸೇರ್ಪಡೆಯಾಗುವಂತೆ ಮಾಡು. ಆಗ ಬಾಹ್ಯ ವೈರಾಗ್ಯವು ಪ್ರಾಪ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. *–ಸ್ವಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದ*

**ಮ**ಗು, ನೀನು ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಬಾಳಬೇಕು ಎಂದು ಕೇಳಿದೆಯಲ್ಲವೆ? ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರೇ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ: ಜಗತ್ತಿನ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ನೆಲೆನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು. ಅದು ಹೇಗೆಂದರೆ, ಶ್ರೀಮಂತನ ಮನೆಯ ಸೇವಕಿ ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಅವಳ ಮನಸ್ಸು ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿರುವ ತನ್ನ ಸ್ವಂತಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ನೆಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ.
*–ಸ್ವಾಮಿ ಶಿವಾನಂದ*

**ನಾ**ಟಕವನ್ನು ನೋಡಿ ಆನಂದಿಸುವವರು ಯಾರು? ನಟನೋ ಇಲ್ಲಾ ಪ್ರೇಕ್ಷಕನೋ? ಸಾಕ್ಷೀಭಾವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಲಿತುಕೋ. ಬದಿಗೆ ಸರಿದು, ಆಟವನ್ನು ನೋಡು. ಅದರಲ್ಲಿ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಬೇಡ.
*–ಸ್ವಾಮಿ ತುರೀಯಾನಂದ*

**ಒ**ಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ತೊಂದರೆಯಾದರೂ ಅವನು ಯಾವುದೇ ಬಗೆಯ ದ್ವೇಷದ ಭಾವನೆಯನ್ನಾಗಲೀ, ಸ್ವಲ್ಪ ಕೂಡ ನೋವನ್ನಾಗಲೀ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದಿಲ್ಲವೋ, ಅವನು ತನ್ನ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಗೆದ್ದಿದ್ದಾನೆ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿರಾಸಕ್ತನಾಗಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ತಿಳಿ.
*–ಸ್ವಾಮಿ ರಾಮಕೃಷ್ಣಾನಂದ*

**ನೀ**ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಎಲ್ಲದರಿಂದಲೂ ನಿರಾಸಕ್ತನಾಗದ ತನಕ ನಿನ್ನ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ; ಕರ್ಮ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನ ಇವೆಲ್ಲ ವ್ಯರ್ಥ. *–ಸ್ವಾಮಿ ವಿಜ್ಞಾನಾನಂದ*

**ಹೃ**ದಯವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಶಿರವನ್ನು ಆಳುತ್ತದೆ. (ಆದ್ದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.) ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಬಲವಾದ ಭಾವನೆಯು, ತಪ್ಪುದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಚಲಿಸಿದಾಗ, ಅತ್ಯಂತ ಜ್ಞಾನಿ ಮನುಷ್ಯನನ್ನೂ ಮೋಹಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಅರಿವಿನ ಮೊದಲ ಚಿಹ್ನೆಯೆಂದರೆ, ನಮ್ಮೆಲ್ಲ ಆಸಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ಗಮನಿಸುತ್ತಿರುವುದು.
*–ವಾಟರ್ ಲ್ಯಾಂಡ್*

**ನ**ಮ್ಮ ಆಸಕ್ತಿಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಅಂತಃಸಾಕ್ಷಿಯಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದನ್ನು ನಾವು ಆಳಬೇಕೇ ಹೊರತು, ಅವುಗಳ ದಾಸರಾಗಬಾರದು. *–ಫುಲ್ಲರ್*