

**ಸ್ವರ ಕೃಷ್ಣಂ ಭಜ ಹರಿಂ ನಮ ವಿಷ್ಣುಂ ಶ್ರಯಾಚ್ಛತಂ |
ತ್ವಜ ಕಾಮಂ ಜಹಿ ಕ್ರೋಧಂ ಜಹಿ ಮೋಹಂ ಭವಾಲಯಂ ||**

ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನನ್ನು ಸ್ಮರಿಸು. ಹರಿಯನ್ನು ಭಜಿಸು, ವಿಷ್ಣುವನ್ನು ನಮಸ್ಕರಿಸು. ನಾಶರಹಿತನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸು. ಸಂಸಾರಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದ ಕಾಮ-ಕ್ರೋಧ-ಮೋಹಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸು.

ಪುಣು ಶೌರಿಕಥಾಃ ಪುಣ್ಯಾಃ ಪಠ್ಯ ಶ್ರೀಪತಿವಿಗ್ರಹಮ್ |

ಜಪ್ತ ಶ್ರೀಪಾದತುಲಸೀಃ ಸ್ವಶ ವೈಕುಂಠವಲ್ಲಭಮ್ ||

ಮಂಗಳಕರವಾದ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಚರಿತ್ರೆಯನ್ನು ಕೇಳು. ಶ್ರೀಪತಿಯ ವಿಗ್ರಹವನ್ನು ನೋಡು. ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಅರ್ಪಿತವಾದ ತುಲಸಿಯನ್ನು ಆಘಾತಿಸು. ವೈಕುಂಠಾಧಿಪತಿಯಾದ ವಿಷ್ಣುವನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶ ಮಾಡು.

ಭುಂಕ್ತು ಕೇಶವನೈವೈದ್ಯಂ ತಿಷ್ಠ ಮಾಧವಮಂದಿರೇ |

ಜಪ ನಾರಾಯಣಮನು ಪಠ ತನ್ಮಾಮ ಮಂಗಳಮ್ ||

ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿತವಾದ ಅನ್ನವನ್ನು ಭುಂಜಿಸು. ಮಾಧವನ ಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ನಿಂದಿರು. ಯಾವಾಗಲೂ ನಾರಾಯಣನನ್ನು ಜಪಿಸು. ಮಂಗಳಕರವಾದ ಪರಮಾತ್ಮನ ನಾಮಗಳನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸು.

ಪಾಹಿ ಪ್ರಪನ್ನಜನತಾಂ ಬೂದಿ ತಥ್ಯಂ ಹಿತಂ ನೃಣಾಮ್ |

ದೇಹಿ ಕಾಂಕ್ಷಕಮರ್ಥಿಭ್ಯೋ ಯಾಹಿ ಸಜ್ಜನಸಂಗತಿಮ್ ||

ಆಶ್ರಿತರನ್ನು ಕಾಪಾಡು. ಅನ್ಯರಿಗೆ ಹಿತವೂ ಸತ್ಯವೂ ಆದದ್ದನ್ನೇ ಹೇಳು. ಯಾಚಕರು ಅಪೇಕ್ಷಿಸಿದ್ದನ್ನು ಕೊಡು. ಸಜ್ಜನರ ಸಂಗ ಮಾಡು.

ಕುರು ಭೂತದಯಾ ನಿತ್ಯಂ ಚರ ಧರ್ಮಮಹರ್ನಿಶಮ್ |

ಜಾನೀಹಿ ನಿತ್ಯಮಾತ್ಮಾನಂ ಅವೇಹ್ಯನ್ಯದ್ಧಿ ನಶ್ವರಮ್ ||

ಸದಾ ಭೂತದಯಾಪರನಾಗಿರು. ಯಾವಾಗಲೂ ಧರ್ಮವನ್ನು ಮಾಡು. ಸದಾ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸು. ಅವನನ್ನು ಶಾಶ್ವತನೆಂದೂ, ಅವನ ಹೊರತು ಮಿಕ್ಕಲ್ಲವೂ ನಶ್ವರವೆಂದೂ ತಿಳಿ.

(ಶ್ರೀಅಕ್ಷೋಭ್ಯತೀರ್ಥರ 'ಮೇದಸಾರ ಸ್ತೋತ್ರ')

“ಎಲೈ ಅರ್ಜುನ, ಅಭ್ಯಾಸಯೋಗದಿಂದ ಕೂಡಿ, ಬೇರೆ ಯಾವ ಕಡೆಯೂ ಹೋಗದ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಧ್ಯಾನಿಸುತ್ತ ಸಾಧಕನು ದಿವ್ಯವಾದ ಪರಮಪದವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ.”

ಯಾವ ರೀತಿಯ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು? ಇದನ್ನು ಕೂಡ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ನಮಗೆ ಬೋಧಿಸುವನು:

ಯತ್ಕರೋಷಿ ಯದತ್ಸಾಪಿ ಯಜ್ಞಪ್ರಹೋಷಿ ದದಾಸಿ ಯತ್ |

ಯತ್ ತಪಸ್ಕಸಿ ಕೌಂತೇಯ ತತ್ ಕುರುಷ್ವ ಮದರ್ಪಣಮ್ ||

(೯-೨೭)

“ಅರ್ಜುನ, ಯಾವುದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೀಯೋ, ಯಾವುದನ್ನು ಆಹಾರವಾಗಿ ಸೇವಿಸುತ್ತೀಯೋ, ಯಾವುದನ್ನು ಹೋಮ ಮಾಡುತ್ತೀಯೋ, ಯಾವುದನ್ನು ದಾನ ಮಾಡುತ್ತೀಯೋ, ಯಾವ ತಪಸ್ಸನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೀಯೋ, ಅವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನನಗೆ ಅರ್ಪಿಸು.”

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕರ್ಮವೂ ಒಂದು ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಆ ಉದ್ದೇಶವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಬಯಕೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಆಯಾ ಕರ್ಮವನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಆಯಾ ಗುರಿಯ ಅಭಿಪ್ರೇಯೇ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಸಹಜ ಮಾನಸಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಭಗವಚ್ಚಿಂತನೆಗೆ ನಾವು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅದು ಹೇಗೆ? ನಾವು ಮಾಡುವ ಕರ್ಮಗಳ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಉದಾತ್ತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೂಲಕ; ಎಲ್ಲವೂ ಭಗವಂತನಿಗೇ ಅರ್ಪಿತ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯಿಂದ ನಮ್ಮೆಲ್ಲ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ. ಇದರಿಂದ

ಎರಡು ಒಳ್ಳೆಯ ಫಲಗಳು ದೊರೆಯುತ್ತವೆ : ೧. ಭಗವಂತನ ಆರಾಧನೆಯೆಂದು ಮಾಡುವ ಕರ್ಮವಾದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಅನ್ಯೈತಿಕ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ೨. ಭಗವಂತನಿಗಾಗಿ ಅರ್ಪಿತವೆಂದು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ, ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಮನಸ್ಸು ಭಗವಂತನನ್ನು ಚಿಂತಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನವನ್ನು ಪರಿವರ್ತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ, ನಿರಂತರ ಭಗವತ್ ಸ್ಮರಣೆಯನ್ನು ಸಹಜವಾಗಿ ಕೈಗೊಳ್ಳುವ ಬಗೆಯನ್ನು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ನಮಗೆ ಬೋಧಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಮನ್ಮನಾ ಭವ

ಆದರೆ ಸ್ಮರಣೆ ಎನ್ನುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮಾನಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ; ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಸ್ಥಿತಿ. ಹಾಗೆಂದೇ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು, **ಮನ್ಮನಾ ಭವ, ಮದ್ಯಕ್ರೋ, ಮದ್ಯಾಜೀ, ಮಾಂ ನಮಸ್ಕುರು** - “ನನ್ನಲ್ಲೇ ಮನಸ್ಸುಳ್ಳವನಾಗು, ನನ್ನ ಭಕ್ತನಾಗು, ನನ್ನನ್ನೇ ಆರಾಧಿಸು, ನಮಸ್ಕರಿಸು” (೧೮:೭೫) ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಇನ್ನೊಂದು ಕಡೆ, **ಮಯ್ಯೇವ ಮನ ಆಧತ್ಸ, ಮಯಿ ಬುದ್ಧಿಂ ನಿವೇಶಯ** (೧೨:೮) “ನನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಇಡು, ನನ್ನಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸು” ಎಂದೂ ಬೋಧಿಸುತ್ತಾನೆ. ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕಾದರೆ ಭಗವಂತನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಬೇಕು, ಭಗವಂತನನ್ನೇ ಪೂಜಿಸಿ ಆರಾಧಿಸಬೇಕು, ನಮಸ್ಕಾರವೇ ಮುಂತಾದ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲೂ ಭಗವಂತನನ್ನೇ ಗುರಿಯಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸಂಕಲ್ಪ (ನಾನು ಅದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಎನ್ನುವುದು), ವಿಕಲ್ಪ (ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು) - ಈ ರೀತಿಯ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅಂತರಂಗವು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳಿಸುವಾಗ ಅದನ್ನು ‘ಮನಸ್ಸು’ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಯಾವ ಸಂಗತಿಯನ್ನಾಗಲಿ ನಿಶ್ಚಯರೂಪದಲ್ಲಿ ನಿರ್ಧರಿಸುವ ಅಂತರಂಗದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ‘ಬುದ್ಧಿ’ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇವೆರಡೂ ಭಗವತ್ ಕೇಂದ್ರಿತವಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ಕೃಷ್ಣನು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಅಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಸಂಕಲ್ಪಗಳು ಭಗವಂತನನ್ನು ಕುರಿತಾದುವೇ ಆಗಿರಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿಯು ಭಗವತ್ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಚಲವಾದ ನಿಷ್ಠೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮನಸ್ಸು-ಬುದ್ಧಿಗಳು ಭಗವದ್ಭಾವದಿಂದ ರಂಜಿತವಾಗಿರಬೇಕು. ಇದನ್ನು ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಭಗವದಾರಾಧನಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮಾಡುವ ಕರ್ಮಯೋಗವೇ ಸಾಧನ. ಇದು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ನಮಗೆ ಬೋಧಿಸುವ ಭಗವತ್ ಸ್ಮರಣೆಯ ವಿಧಾನ. **ಮಯ್ಯರ್ಪಿತಮನೋಬುದ್ಧಿಃ ಯೋ ಮದ್ಭಕ್ತಃ ಸ ಮೇ ಪ್ರಿಯಃ** - “ಹೀಗೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನನ್ನಲ್ಲಿ ನಿಯೋಗಿಸುವ ಭಕ್ತನು ನನಗೆ ಪರಮಪ್ರಿಯನಾದವನು” (೧೨:೧೪) ಎಂದೂ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಘೋಷಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಮಾಹಾತ್ಮ ಜ್ಞಾನದ ಮಹತ್ವ

ಪ್ರೀತಿ (ಭಕ್ತಿಯೋಗ), ಏಕಾಗ್ರತೆ (ಧ್ಯಾನಯೋಗ) ಮತ್ತು ಕೆಲಸ (ಕರ್ಮಯೋಗ) ಇವುಗಳ ಸುಮಧುರ ಮಿಲನವನ್ನು ಈ ಸಾಧನಾ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಆದರೆ ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನೂ ಅವಶ್ಯವಾಗಿ ಕೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಭಗವಂತನ ಮಾಹಾತ್ಮಜ್ಞಾನದ

ಮೂಲಕ ಉಂಟಾಗುವ ಸುದೃಢವೂ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಅಧಿಕವೂ ಆದ ಸ್ನೇಹವೇ ಭಕ್ತಿ ಎಂದು ಶ್ರೀಮಧ್ವಾಚಾರ್ಯರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಭಗವಂತನ ಅಪ್ರತಿಮ ಸ್ವರೂಪದ ಜ್ಞಾನವು ಭಗವತ್‌ಸ್ಮರಣೆಯನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಉತ್ಕಟ ಹಾಗೂ ಗಾಢಗೊಳಿಸುವುದು. ಇದನ್ನು ಮುಪ್ಪಿಗೊಳಿಸುತ್ತ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ:

ಮಯ್ಯಾಸಕ್ತಮನಾ ಪಾರ್ಥ ಯೋಗಂ ಯುಂಜನ್ ಮದಾಶ್ರಯಃ |
ಅಸಂಶಯಂ ಸಮಗ್ರಂ ಮಾಂ ಯಥಾ ಜ್ಞಾತ್ವಾ ತಚ್ಚಕ್ಷುಃ ||

“ಎಲೈ ಅರ್ಜುನ, ನನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಆಸಕ್ತನಾದ ಮನಸ್ಸುಳ್ಳವನಾಗಿ, ನನ್ನನ್ನೇ ಆಶ್ರಯಿಸಿ, ಯೋಗವನ್ನು ಮಾಡು. ನಿಸ್ಸಂಶಯವಾಗಿಯೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿಯೂ ನನ್ನನ್ನು ಹೇಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದೋ ಅದನ್ನು ನನ್ನಿಂದ ಕೇಳು.” (2: ೧)

ಭಗವಂತನ ಸ್ಮರಣೆಗೆ ಭಗವಂತನ ಮಾಹಾತ್ಮ್ಯಜ್ಞಾನವು ಅತ್ಯವಶ್ಯಕವೆಂದು ಇದರಿಂದ ವೇದ್ಯವಾಗುವುದು. ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನನ್ನು ಅನವರತವೂ ಸ್ಮರಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಗೋಪಿಕಾಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಈ ಬಗೆಯ ಜ್ಞಾನವು ಉಂಟಾಗಿತ್ತು. ಅವರು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ತೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ: **ನ ಖಲು ಗೋಪಿಕಾನಂದನೋ ಭವಾನ್ ಅಖಿಲದೇಹಿನಾಂ ಅಂತರಾತ್ಮದೈವಂ** - “ಪ್ರಭು, ನೀನು ಬರಿಯ ಗೋಪಿಕಾನಂದನಲ್ಲ. ನೀನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಎಲ್ಲ ದೇಹಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಇರುವ ಅಂತರ್ಯಾಮಿ ದ್ರಷ್ಟಾರ ಶಕ್ತಿಯೇ ಆಗಿದ್ದೀಯೆ.”

ಹೀಗಾಗಿ - **ತೇಷಾಂ ಜ್ಞಾನೀ ನಿತ್ಯಯುಕ್ತ ಏಕಭಕ್ತಿರ್ವಿಶಿಷ್ಟತೇ** - ಅನೈಕಾಂತಿಕ ಭಕ್ತಿಯುಳ್ಳ ಜ್ಞಾನಿಯೇ ನನ್ನ ಭಕ್ತರಲ್ಲೆಲ್ಲ ಶ್ರೇಷ್ಠನು ಎಂದು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಹೇಳಿರುವುದು ಯುಕ್ತವಾಗಿಯೇ ಇದೆ. ಅದಲ್ಲದೆ ಭಕ್ತನಾದವನು ಜ್ಞಾನಯೋಗವನ್ನೂ ಆಶ್ರಯಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಕೂಡ ಭಗವಂತನು ಆದೇಶವಿತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ಚೇತಸಾ ಸರ್ವಕರ್ಮಾಣಿ ಮಯಿ ಸಂನ್ಯಸ್ಯ ಮತ್ತರಃ |
ಬುದ್ಧಿಯೋಗಮುಪಾಶ್ರಿತ್ಯ ಮಚ್ಚಿತ್ತಃ ಸತತಂ ಭವ ||

(೧೮:೫೭)

“ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಎಲ್ಲ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಸಮರ್ಪಣೆ ಮಾಡಿ, ನನ್ನಲ್ಲೇ ನೆಲೆಸಿರು. ಬುದ್ಧಿಯೋಗವನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿ, ಸತತವಾಗಿ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೋ.”

ಇಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿಯೋಗವೆಂದರೆ ಜ್ಞಾನಯೋಗ. ಮೇಲಿನ ಶ್ಲೋಕವು ಜ್ಞಾನ, ಕರ್ಮ, ಧ್ಯಾನ, ಭಕ್ತಿಗಳ ಸುಂದರ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಉತ್ಪನ್ನವಾದ ಭಗವದ್‌ಕೇಂದ್ರಿತವೂ ಮಹೋನ್ನತ ಹಾಗೂ ಏಕಾಗ್ರವೂ ಆದ ಮನೋಭೂಮಿಕೆಯೇ ‘ಸ್ಮರಣೆ’ ಎನ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಮರಣಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸ್ಮರಣೆ

“ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮರಣಕಾಲದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಭಾವವನ್ನು ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುತ್ತ, ದೇಹವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುತ್ತಾನೆಯೋ ಅದೇ ಭಾವವನ್ನು ಮರಣಾನಂತರ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ” ಎನ್ನುವುದು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಅಭಿಪ್ರಾಯ (೮:೬). ಇದು ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಒಂದು ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಗೆ ಎಡೆಮಾಡಿಕೊಡುವುದು. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳು ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯದ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು

ರೂಪಿಸುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಈ ದೇಹವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಹೋಗುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳು ನಮ್ಮ ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮದ ಗತಿಯನ್ನೂ ರೂಪಿಸುತ್ತವೆ. ಇದೇ ರೀತಿ, ಭಕ್ತನೊಬ್ಬನು ಭಗವಂತನ ಭಾವವನ್ನೇ ತನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಅವನ ಭಾವವನ್ನೇ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಅಂತಕಾಲೇ ಚ ಮಾಮೇವ ಸ್ಮರನ್ ಮುಕ್ತ್ವಾ ಕಲೇವರಮ್ |

ಯಃ ಪ್ರಯಾತಿ ಸ ಮದ್ಭಾವಂ ಯಾತಿ ನಾಸ್ತೃತ ಸಂಶಯಃ ||

“ಮರಣಕಾಲದಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನೇ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುತ್ತ, ದೇಹವನ್ನು ಯಾವನು ಬಿಡುತ್ತಾನೆಯೋ, ಅವನು ನನ್ನ ಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದುವನು. ಇದಕ್ಕೆ ಸಂಶಯವಿಲ್ಲ” (೮:೫).

ಆದರೆ ಮರಣಕಾಲದ ಭಾವನೆಯು, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಜೀವಿತಕಾಲದಲ್ಲಿ ಯಾವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಉತ್ಕಟವಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸಿರುತ್ತಾನೋ ಅದರ ಮೇಲೆಯೇ ಆಧಾರಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮರಣಸಮಯದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನ ದೇಹ ಮನಸ್ಸುಗಳು ಜೀರ್ಣವಾಗಿ ಹೋಗಿರುತ್ತವೆ. ಆಗ ತನ್ನ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಅವನಿಗೆ ನೂತನ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂತ್ಯಕಾಲದಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನ ಸ್ಮರಣೆಯನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕಾದರೆ, ನಮ್ಮ ಜೀವಿತಕಾಲದುದ್ದಕ್ಕೂ ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಸತ್‌ಸಂಸ್ಕಾರವನ್ನು ನಾವು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಂಥ ಸಂಸ್ಕಾರವು ಅನವರತ ಭಗವಚ್ಛಿಂತನೆಯ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದಷ್ಟೆ ಪ್ರಾಪ್ತವಾಗುವುದು. ಪರಿಪಕ್ವವಾದ ಈ ಸಂಸ್ಕಾರವು ಅಂತ್ಯಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಭಗವದ್ಭಾವವನ್ನು ಮೂಡಿಸುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಶ್ರೀಮಧ್ವಾಚಾರ್ಯರು ತಮ್ಮ ದ್ವಾದಶಸ್ತೋತ್ರದಲ್ಲಿ **ಸಂತತಂ ಚಿಂತಯೇಽನಂತಂ ಅಂತಕಾಲೇ ವಿಶೇಷತಃ** - “ನಾನು ಭಗವಂತನನ್ನು ಅನವರತವೂ ಚಿಂತಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ದೇಹಾಂತಕಾಲದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಚಿಂತಿಸುತ್ತೇನೆ” ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಸ್ಮರಣೆಯ ಮಹತ್ವ

“ನನ್ನಲ್ಲಿ ಸದಾಕಾಲವೂ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಇಟ್ಟವರು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನನ್ನನ್ನು ಸೇರುವರು; ಅವರನ್ನು ನಾನು ಉದ್ಧರಿಸುವೆನು; ಅಂತ್ಯಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ನನ್ನ ಸ್ಮರಣೆಯು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಉಂಟಾಗುವುದು. ಅವರು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನನ್ನನ್ನೇ ಹೊಂದುವರು” ಎಂದು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಆಶ್ವಾಸನೆ ಕೊಡುತ್ತಾನೆ.

“ಭಗವಂತನ ಕೀರ್ತನೆ, ಅವನನ್ನು ಹೊಗಳುವುದು - ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಮಹಾತ್ಮರಾದ ನನ್ನ ಭಕ್ತರು ತೊಡಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರದು ಅವ್ಯಭಿಚಾರ ಭಕ್ತಿ - ಅಂದರೆ ಅವರ ಮನಸ್ಸು ಭಗವಂತನನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಕಡೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಭಕ್ತರು ನನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಇಟ್ಟು, ನನ್ನನ್ನು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಪೂಜಿಸುತ್ತ ಇರುತ್ತಾರೆ; ನನ್ನ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಪರಸ್ಪರ ಮಾತುಕತೆ ಆಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ನನ್ನ ಮಾಹಾತ್ಮ್ಯದ ಕಥೆಗಳನ್ನೇ ಪರಸ್ಪರ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತ ತೃಪ್ತಿಪಟ್ಟುಕೊಂಡು ಆನಂದದಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅಂಥವರೇ ಶ್ರೇಷ್ಠರು” ಎಂದೂ ಕೃಷ್ಣನು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಭಗವತ್‌ಸ್ಮರಣೆಯ ಮಹತ್ವವನ್ನೂ, ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಯನ್ನೂ ನಮಗೆ ಮನಗಾಣಿಸುತ್ತವೆ.

(ಮುಂದಿನ ತಿಂಗಳು: **ಭಾಗವತದಲ್ಲಿ ಭಗವತ್‌ಸ್ಮರಣೆ**)

ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಮತ್ತು ಚಾರಿತ್ರ್ಯಗಳು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಕಸನಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಂತ ಅವಶ್ಯವಾದ ಅಂಶಗಳು. ಅವುಗಳ ಮಹತ್ವವನ್ನು ವಿದ್ವತ್ಪೂರ್ವವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟಿರುವ ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಮಹಾಸಂಘದ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸಂನ್ಯಾಸಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಾಗಿದ್ದರು. ಅತ್ಯಂತ ಸ್ಫೂರ್ತಿಭರಿತ ಭಾಷಣಕಾರರು ಮತ್ತು ಬರಹಗಾರರಾಗಿದ್ದ ಪರಮಪೂಜ್ಯರು ಆಕಾಶವಾಣಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ 'ಚಿಂತನ'ಗಳೇ ಈ ಲೇಖನಕ್ಕೆ ಆಧಾರ. ಮೂಲ ಹಿಂದಿ ಭಾಷೆಯಿಂದ ಇವುಗಳನ್ನು ಅನುವಾದ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿರುವ, ವಾರಾಣಸಿಯ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಪ್ರವೃತ್ತಿ ನಿವೃತ್ತ ಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ಸ್ವಾಮಿ ಶಾಂತಿನಾಥಾನಂದಜಿ ಅವರು.

ಸ್ವಾಮಿ ಆತ್ಮಾನಂದ

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಶ್ರದ್ಧೆ ಮತ್ತು ಚಾರಿತ್ರ್ಯಗಳ ಮಹತ್ವ

ಆತ್ಮಶ್ರದ್ಧೆ

ನಾವು ಶ್ರದ್ಧಾವಂತರಾಗಿರಬೇಕು. ಇಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಏಳುತ್ತದೆ. ಶ್ರದ್ಧೆ ಯಾವುದರ ಬಗ್ಗೆ? ತನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಅಥವಾ ಭಗವಂತನ ಬಗ್ಗೆ. ವಿಶ್ವಾಸವಿಲ್ಲದಿರುವುದೇ ನಾಸ್ತಿಕತೆ ಎಂದು ಕೂಡ ಕೆಲವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ನಾಸ್ತಿಕತೆಯ ಕಲ್ಪನೆಗೆ ಹೊಸ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನವನ್ನೇ ನೀಡುತ್ತಾರೆ: "ದೇವರನ್ನು ನಂಬದವನು ನಾಸ್ತಿಕ ಎಂದು ಹಳೆಯ ಧರ್ಮಗಳು ಹೇಳುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ನೂತನ ಧರ್ಮವು ಯಾರಿಗೆ ತನ್ನಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇಲ್ಲವೋ ಅವನು ನಾಸ್ತಿಕ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ." ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಇದು: ಯಾರು ತನ್ನಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸ ಅಥವಾ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿಲ್ಲವೋ, ಅವನು ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಇಡುವುದು ಅರ್ಥವಿಲ್ಲದ್ದು.

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಉತ್ತಮವಾದ ಶಿಕ್ಷಣ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಬೋಧಿಸುವ ಶಿಕ್ಷಣ. ಚಿಕ್ಕಂದಿನಲ್ಲಿ ಬೇರೇನೂ ಕಲಿಸದೆ ಕೇವಲ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಮಾತ್ರ ನೀಡಿದರೆ, ಅದರಿಂದ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮಹತ್ತರವಾದ ಒಳಿತು ಉಂಟಾಗುವುದೆಂದು ಕೂಡ ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನಂತ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹಾಗೂ ಶಕ್ತಿ ಹುದುಗಿವೆ; ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಆ ಅನಂತಶಕ್ತಿಶಾಲಿಯಾದ ಬ್ರಹ್ಮನೇ ಬಚ್ಚಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ಆದರೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಶ್ರದ್ಧೆಯ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಆ ಸುಪ್ತವಾದ ಶಕ್ತಿದೇವನು ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಸುಪ್ತನಾಗಿರುವ ಈ ದೇವತೆಯನ್ನು ಬಡಿದಿಡ್ಡಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯೂ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವೇ. ಅಂತರಿಕ್ಷವನ್ನು ಸೀಳಿಕೊಂಡು ಚಂದ್ರನವರೆಗೂ ಹೋಗುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಮಾನವನಿಗೆ ನೀಡಿರುವುದೂ ಈ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವೇ ಆಗಿದೆ. ವಿಜ್ಞಾನದ ಯಾವ ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳು ನೆನ್ನೆ ಮೊನ್ನೆಯ ದಿನಗಳಂದು ಕೂಡ ಅಸಂಭವವೆಂದು ಪ್ರತೀತ

ವಾಗಿದ್ದವೋ, ಅವು ಕೂಡ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದ ಫಲಗಳೇ ಆಗಿವೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರೆ ಅತಿಶಯೋಕ್ತಿಯಾಗಲಾರದು.

ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: "ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ನೀವು ನಂಬಿಕೆ ಇಡಿ. ಮೊದಲು ಆತ್ಮಶ್ರದ್ಧೆ. ತರುವಾಯ ಉಳಿದವುಗಳಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ. ಜಗತ್ತಿನ ಇತಿಹಾಸವನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಆತ್ಮಶ್ರದ್ಧೆಯುಳ್ಳ ಜನಾಂಗಗಳೇ ಶ್ರೇಷ್ಠವೂ ಬಲಶಾಲಿಗಳೂ ಆಗಿವೆ ಎಂಬ ವಿಷಯವು ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವ ರಾಷ್ಟ್ರದ ಇತಿಹಾಸವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೂ ಆತ್ಮಶ್ರದ್ಧೆಯುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೇ ಶ್ರೇಷ್ಠರೂ, ಶಕ್ತಿ ವಂತರೂ ಆಗಿದ್ದರೆಂಬುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ."

ಮನುಷ್ಯತನ್ನಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದೇ ಆದರೆ, ಸಮುದ್ರವನ್ನು ಕೂಡ ಗೋವಿನ ಕಾಲಿನ ಹೆಜ್ಜೆಯಷ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿ ದಾಟಬಲ್ಲ. ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಗೋವಿನ ಪಾದದಷ್ಟು ನೀರು ಕೂಡ ದಾಟಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹಾಗೆಂದು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದ ಸಾಧನೆ ಕಠಿಣವೇನಲ್ಲ. ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಏಳುತ್ತಲೇ, "ನನ್ನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೆ ಇಲ್ಲದ ಶಕ್ತಿಯಿದೆ; ನನ್ನ ಅಂತರಂಗವು ಅನಂತ ಶಕ್ತಿಯ ಭಂಡಾರ; ನನ್ನ ದಾರಿಯಲ್ಲಿನ ಕಷ್ಟನಷ್ಟಗಳು ಪರಿಹಾರವಾಗುತ್ತವೆ. ನನ್ನ ನೆಲೆಯನ್ನು ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿಯೂ ನಾನು ತಲುಪುತ್ತೇನೆ" ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ತಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ಇರಬೇಕು. ಆಗ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮೂಡುತ್ತದೆ; ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಹೊಸಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ದೃಢತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ಒಂದು ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಬಹಳ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು. ಅದೇನೆಂದರೆ, ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವು ಅಹಂಕಾರದ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟುಹಾಕಬಾರದು. ಅಹಂಕಾರವಾಗಲಿ, ದರ್ಪವರ್ಗಗಳಾಗಲಿ

**"ಶ್ರದ್ಧೆ!ಶ್ರದ್ಧೆ! ಆತ್ಮಶ್ರದ್ಧೆ!
ಶ್ರದ್ಧೆ!ಶ್ರದ್ಧೆ! ಈಶ್ವರನಲ್ಲಿ ಶ್ರದ್ಧೆ! ಇದೇ
ಮಾಹಾತ್ಮ್ಯೆಯ ಮೂಲ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ
ಮೂವತ್ತಮೂರು ಕೋಟಿ ದೇವತೆಗಳನ್ನು
ನಂಬಿ, ಜೊತೆಗೆ ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯರಿಂದ ಆಮದು
ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ನಂಬಿದರೂ
ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಶ್ರದ್ಧೆ ಇಲ್ಲದೇ ಇದ್ದರೆ
ನಿಮಗೆ ಉದ್ಧಾರವಿಲ್ಲ."
-ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದ**