ವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. 'ಹ್ರೀಂ' ಎನ್ನುವುದು ಅಂತಹ 'ಬೀಜ'ಗಳಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ವ್ಯಾಪಕವೂ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದುದೂ ಆದ ಬೀಜಮಂತ್ರ. ಅದು ಜಗನ್ಮಾತೆಯ ಶಕ್ತಿಯ ಅಥವಾ ಮಾತೃಶಕ್ತಿಯ ಸಂಕೇತವಾಗಿದೆ. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಈ ಮಾತೃಶಕ್ತಿಯ ಮೂರ್ತಸ್ವರೂಪರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸೂಚಿಸಲು 'ಹ್ರೀಂ' ಎಂಬ ಬೀಜಮಂತ್ರವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಪರಬ್ರಹ್ಮತತ್ತ್ವದ 'ಖಂಡ' ಮತ್ತು 'ಅಖಂಡ' ಅಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತ, ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: "ಹೇಗೆ ಓಂಕಾರವು ಅಖಂಡ ಬ್ರಹ್ಮದ ಸಂಕೇತವಾಗಿದೆಯೋ, ಇತರ ಮಂತ್ರಗಳು (ಅಂದರೆ ಬೀಜಮಂತ್ರಗಳು) ಅದೇ ಪರತತ್ತ್ವದ ಖಂಡ ರೂಪಗಳ ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿವೆ. ಇವು ನಾವು ದಿವ್ಯತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೂ, ತತ್ತ್ವಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದುವುದಕ್ಕೂ ಸಹಾಯಕಗಳಾಗಿವೆ."

ವ್ಯುತ್ಪತ್ತಿಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಮೂರನೆಯ ಪದವಾದ 'ಋತಂ' ಎನ್ನುವುದರ ಅರ್ಥ 'ಸತ್ಯ' ಎಂದಾಗುತ್ತದೆ. ವೇದಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಪದವನ್ನು ಇಡೀ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತಿರುವ 'ವಿಶ್ವನಿಯಮ' ಎಂಬ ಭಾವನೆಯಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ವಿಶ್ವನಿಯಮಕ್ಕೆ ಭೌತಿಕ, ನೈತಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕಗಳೆಂಬ ಹಲವಾರು ಆಯಾಮಗಳಿವೆ. ಇದರಿಂದ ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುವುದು ಏನೆಂದರೆ, ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಭೌತಿಕ ನಿಯಮಗಳು, ನೈತಿಕ ನಿಯಮಗಳು, ಸಾಮಾಜಿಕ ನಿಯಮಗಳು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಿಯಮಗಳು 'ಋತ' ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಏಕಮೇವ ಮಹಾನ್ ವಿಶ್ವನಿಯಮದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮಾತ್ರ. ಈ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಇದು ಪ್ರಾಚೀನ ಗ್ರೀಕ್ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯಾದ 'ಲೋಗೋಸ್' ಮತ್ತು ಪ್ರಾಚೀನ ಚೀನಾ ದೇಶದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯಾದ 'ತಾವೋ' – ಇವುಗಳಿಗೆ ಸರಿಸಮನಾಗಿದೆ. ವೈದಿಕೋತ್ತರ ಕಾಲದಲ್ಲಿ 'ಧರ್ಮ' ಎಂಬ ಪದವು 'ಋತ' ಎಂಬ ಪದದ ಬದಲಾಗಿ ಬಳಕೆಗೆ ಬಂದಿತು.

ಪುಣ್ಯಜೀವನವೆಂದರೆ ಋತಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವುದು; ಋತವನ್ನು ಧಿಕ್ಕರಿಸುವುದೇ ಪಾಪ. ಹೀಗಾಗಿ 'ಋತ' ಎನ್ನುವುದು ಬದುಕನ್ನು ಸತ್ಯಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಬದುಕುವ ವಿಧಾನ. ಇದನ್ನೇ 'ಋತಪಥ' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರೇ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಸ್ತೋತ್ರದಲ್ಲಿ 'ಋತಪಥ' ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿದ್ದಾರೆ. ತಮ್ಮ ಈ ಸ್ತೋತ್ರದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರನ್ನು 'ಋತ' ದ ಜೊತೆಗೆ ಸ್ವಾಮೀಜಿ ತಾದಾತ್ಮ್ಯಗೊಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆ ಮೂಲಕ ದಿವ್ಯತೆಯೆಡೆಗೆ ಸಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರೇ ಸತ್ಯವಾದ ಮಾರ್ಗ; ಅವರೇ ಉಪಾಯ ಅಂದರೆ ಭಗವಂತನನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನೇರ ಹರಿದಾರಿ ಎಂದು ಸೂಚಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಶ್ರೀರಾಮಾನುಜರ ಪ್ರಕಾರ, ಭಗವಂತನನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇರುವ ವಿಧಾನಗಳು ಎರಡು: **ಸಿದ್ಧೋಪಾಯ**, **ಸಾಧ್ಯೋಪಾಯ**. ಸಿದ್ಧೋಪಾಯವೆಂದರೆ, 'ಯಾವತ್ತೂ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಪರಿಪೂರ್ಣ ವಿಧಾನ'. ಇದು ಅಪರೋಕ್ಷ ಮಾರ್ಗ. ರಾಮಾನುಜರು ಹೇಳುವಂತೆ ಭಗವಂತನ ಅನುಗ್ರಹವೇ ಸಿದ್ಧೋಪಾಯ. ಇದು ಮನುಷ್ಯನಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದಲ್ಲ. ಅಲ್ಲದೆ, ಎಲ್ಲ ಜನರಿಗೂ ಎಲ್ಲ ಕಾಲದಲ್ಲಿಯೂ ಲಭ್ಯವಾಗುವಂಥದ್ದು. ಸಾಧ್ಯೋಪಾಯವೆಂದರೆ 'ಮಾನವಪ್ರಯತ್ನವೂ ಒಳಗೊಂಡಂತೆ, ಸ್ವಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಗಳಿಸಿಕೊಂಡಂಥದ್ದು.' ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸುಗಳ ಶುದ್ಧೀಕರಣ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ, ಪೂಜೆ, ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತಿತರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಈ ಪ್ರಯತ್ನ ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಇದು ಪರೋಕ್ಷ ಮಾರ್ಗ. ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಈ ವರ್ತಮಾನ ಯುಗದ 'ಸಿದ್ಧೋಪಾಯ'ರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಇದೇ 'ಓಂ ಹ್ರೀಂ ಋತಂ'ನ ಸಾರಭೂತವಾದ ಅರ್ಥ. ಬಂಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ತಾವು ರಚಿಸಿದ ಸಂಧ್ಯಾರತಿ ಗಾನವಾದ **'ಖಂಡನ ಭವ ಬಂಧನ'** ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರನ್ನು 'ಸಿದ್ಧೋಪಾಯ'ವೆಂಬಂತೆ ಅಂದರೆ ಧ್ಯೇಯರೂಪವಾಗಿ ಬಣ್ಣಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ತಾವೇ ರಚಿಸಿರುವ, ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರನ್ನು ಕುರಿತಾದ ಸಂಸ್ಕೃತ ಸ್ತೋತ್ರದಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು 'ಸಾಧ್ಯೋಪಾಯ' ಅಥವಾ 'ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗ'ವಾಗಿ ಚಿತ್ರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದೇ ಈ ಎರಡು ಸ್ತುತಿಗಳ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯ.

(ಮುಂದುವರಿಯುವುದು)

"ನಿನ್ನ ಪಾದದ ಅಡಿಗೇ ಬರುವುದು"

ವಿವೇಕಾನಂದರು ಹಿಮಾಲಯದಲ್ಲಿ ನಡೆದುಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರು. ಒಬ್ಬ ಅಸಹಾಯಕ ಮುದುಕ ಮುಂದೆ ಏರಲಾರದೆ ಬಸವಳಿದು ಕಡಿದಾದ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ನಿಂತಿದ್ದನ್ನು ಕಂಡರು. ಆ ಮನುಷ್ಯ ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ವ್ಯಥೆಯಿಂದ ಹೇಳಿದ, "ಸ್ವಾಮೀಜಿ, ಇದನ್ನು ಹೇಗೆ ತಾನೇ ದಾಟಲಿ, ನಾನು ಇನ್ನು ನಡೆಯಲಾರೆ. ನನ್ನ ಎದೆ ಒಡೆದುಹೋಗುತ್ತದೆ, ಅಷ್ಟೇ." ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಆ ವೃದ್ಧ ಹೇಳುವುದನ್ನೆಲ್ಲ ಸಹನೆಯಿಂದ ಕೇಳಿಕೊಂಡರು. ಅನಂತರ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದರು: "ನಿನ್ನ ಕಾಲನ್ನು ನೋಡಿಕೋ. ನಿನ್ನ ಪಾದದ ಕೆಳಗಿರುವ ರಸ್ತೆ, ನೀನಾಗಲೇ ನಡೆದುಬಂದಿರುವ ದಾರಿಯೇ ಅಲ್ಲವೇ. ಹಾಗೂ ನಿನ್ನ ಮುಂದೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿರುವ ಮಾರ್ಗವೂ ಅದೇ ಅಲ್ಲವೇ. ಬೇಗನೆ, ನಿನ್ನ ಮುಂದಿನ ರಸ್ತೆಯೂ ನಿನ್ನ ಪಾದದ ಅಡಿಗೇ ಬರುವುದು." ಈ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೇಳಿ ಆ ಮುದುಕನಿಗೆ ಮುಂದುವರೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರೇರಣೆ ಸಿಕ್ಕಿತು. *(ಸಂಗ್ರಹ)*

ಭಗವದ್ಗೀತಾ ತತ್ತ್ವಸೌರಭ

ಸ್ವಾಮಿ ನಿತ್ಯಸ್ಥಾನಂದ

ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞ

ಋತಂಭರಾ ತತ್ರ ಪ್ರಜ್ಞಾ – ಮೋಡವು ನೀರಿನಿಂದ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿರುವಂತೆ ಆತ್ಮನ ಅರಿವುಂಟಾದ ಮೇಲೆ ಉಂಟಾಗುವ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು 'ಋತ' ದಿಂದ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಪತಂಜಲಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ಸಂಬಂಧವಾಗಿ, ಪಾತಂಜಲ ಸೂತ್ರಗಳ ಮೇಲೆ ವ್ಯಾಸರು ಬರೆದಿರುವ ಭಾಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಸುಂದರ ಶ್ಲೋಕ ಬರುತ್ತದೆ:

ಪ್ರಜ್ಞಾಪ್ರಾಸಾದಮಾರುಹ್ಯ ಅಶೋಚ್ಯಃ
ಶೋಚ್ಯತೋ ಜನಾನ್ ।
ಭೂಮಿಷ್ಠಾನಿವ ಶೈಲಸ್ಥಃ ಸರ್ವಾನ್
ಪ್ರಾಜ್ಞೋಽನುಪಶ್ಯತಿ ॥

"ಪರ್ವತದ ತುದಿಯಲ್ಲಿರುವವನು ಕೆಳಗಿರುವ ಜನರನ್ನು ನೋಡುವಂತೆ, ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಉಪ್ಪರಿಗೆಯನ್ನು ಏರಿದ ಪ್ರಾಜ್ಞನು ತಾನು ಶೋಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗದೆ, ಶೋಕಿಸುವವರನ್ನು (ಕರುಣೆಯಿಂದ) ನೋಡುತ್ತಾನೆ."

ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞ

ಪ್ರಜ್ಞೆ ಎಂದರೇನು? ಬುದ್ಧಿಯ ಮೂಲಕ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿತವಾಗುವ ಅಂತರಾತ್ಮನ ಬೆಳಕನ್ನೇ 'ಪ್ರಜ್ಞೆ' ಎಂದು ಕರೆಯುವುದು. ಬುದ್ಧಿಯು ಸ್ಥಿರವಾದರೆ, ಆಸೆಗಳಿಂದ ವಿಚಲಿತವಾಗದೇ ಇದ್ದರೆ ಆ ಬೆಳಕೂ ಸ್ಥಿರವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಕೊಳದಲ್ಲಿ ನೀರು ಶಾಂತವಾಗಿಯೂ ತಿಳಿಯಾಗಿಯೂ ಇದ್ದರೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಬಿಂಬವು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಅಂತರಾತ್ಮನ ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಗಳು ಪರಿಶುದ್ಧ ಬುದ್ಧಿಯ ಮೂಲಕ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿತವಾದಾಗ, ಅದು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಎಲ್ಲ ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಮೇಲೂ ತನ್ನ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಅವನ ಸ್ವಭಾವವೇ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸೂರ್ಯನ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಹೂವು ಸುವಾಸನಾಭರಿತವಾಗಿಯೂ ಸುಂದರವಾಗಿಯೂ ಅರಳುವಂತೆ ಅವನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಅರಳುತ್ತದೆ; ಸದ್ಗುಣಗಳ ಸುವಾಸನೆಯಿಂದ ಸಂಪನ್ನವಾಗುತ್ತದೆ; ಅಧ್ಯಾತ್ಮಪ್ರಭೆಯ ಸೌಂದರ್ಯದಿಂದ ಸುಶೋಭಿಸುತ್ತದೆ. ಅವನ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಸತ್ಯದಿಂದ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿದ್ದು, ಅದು ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿಯೂ ಸತ್ಯವನ್ನೇ ನೋಡುತ್ತದೆ. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸತ್ಯಪಥದಿಂದ ಎಂದಿಗೂ ವಿಚಲಿತನಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇಂತಹ ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞನ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯ ಎರಡನೆಯ ಅಧ್ಯಾಯದ ಕೊನೆಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ.

'ಸ್ಥಿತಾ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತಾ, ಅಹಂ ಅಸ್ಮಿ ಪರಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಇತಿ'– "ನಾನು ಪರಬ್ರಹ್ಮನೇ ಆಗಿದ್ದೇನೆ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತನಾಗಿರುವುದು" ಎಂದು ಶ್ರೀಶಂಕರಾಚಾರ್ಯರು 'ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞ' ಪದಕ್ಕೆ ವಿವರಣೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. **'ಸ್ಥಿತಾ ನಿಶ್ಚಲಾ ಪ್ರಜ್ಞಾ ಬುದ್ಧಿಃ ಯಸ್ಯ ತಸ್ಯ'** – "ಯಾರ ಬುದ್ಧಿಯು ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿದೆಯೋ ಅವನು ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞ" ಎಂದು ಶ್ರೀಧರರು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಬುದ್ಧಿಯು ಅನೇಕ ಪ್ರಕಾರದ ಆಸೆಗಳಿಂದ ಚಂಚಲವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಇದೇ ಎರಡನೇ ಅಧ್ಯಾಯದ ೫೩ನೇ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಆಸೆಗಳು ಹಾಗೂ ಅವುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಂಕಲ್ಪವಿಕಲ್ಪಗಳು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಚಂಚಲಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳನ್ನೇ ಅನುಸರಿಸಿ ಬುದ್ಧಿಯು ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಅದು ಕೂಡ ಬಹುಶಾಖೆಯುಳ್ಳದ್ದೂ ಅನಂತವೂ ಆಗುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ಆಸೆಗಳಿಗೇ ಬುದ್ಧಿ ಸೀಮಿತಗೊಂಡಾಗ ಅದು ಸಂಕುಚಿತವಾಗುತ್ತದೆ, ಸಂಕುಚಿತವಾದಷ್ಟೂ ಅದು ಚಂಚಲ

ವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಣ್ಣ ಕೊಳದಲ್ಲಿ ಕಲ್ಲುಗಳು ಬಿದ್ದಾಗ ತುಂಬಾ ಅಲೆಗಳು ಏಳುತ್ತವೆ. ದೊಡ್ಡ ಸರೋವರದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಪರಿಣಾಮವೂ ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಬುದ್ಧಿಯು ಆಸೆಗಳ ದಡವನ್ನು ಮೀರಿ ಸಮುದ್ರದಂತೆ ವಿಶಾಲವಾಗಬೇಕು. ಆಗ ಆಸೆಗಳು ನದಿಗಳಂತೆ ಅದನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದರೂ ಅದು ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ (ನೋಡಿ, *ಗೀತಾ*, ೨.೭೦). ಇದೇ ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞ ಸ್ಥಿತಿ.

ಕಬ್ಬಿಣದ ಅದುರಿಗೆ ತುಕ್ಕುಹಿಡಿದಿದ್ದರೆ ಅಯಸ್ಕಾಂತ ಅದನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಬುದ್ಧಿಯು ಆಸೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದರೆ ಆತ್ಮನೆಡೆಗೆ ಆಕರ್ಷಿತವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಆಸೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾದಷ್ಟೂ ಆತ್ಮಜ್ಯೋತಿಯನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗ ಆತ್ಮನಿಂದ ದೊರೆಯುವ ಸುಖ ಶಾಂತಿಗಳಿಂದಾಗಿ, ಕರ್ಮಫಲದಲ್ಲಿ ಅನಾಸಕ್ತಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಬುದ್ಧಿಯು ಸ್ಥಿರವಾಗುವುದೇ ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞಾವಸ್ಥೆ. ಇಂತಹ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವಾಗ ಯಾವುದೇ ಕರ್ಮವೂ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬಂಧನವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ (**ಹತ್ವಾಪಿ ನ ನಿಬಧ್ಯತೇ**). ಏಕೆಂದರೆ ಕರ್ಮಸಂಸ್ಕಾರಗಳು ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ರಬ್ಬರ್ ಸ್ಟಾಂಪನ್ನು ಹಾಗೆಯೇ ಒತ್ತಿದರೆ ಯಾವ ಗುರುತೂ ಬೀಳುವುದಿಲ್ಲ, ಇಂಕಿನೊಡನೆ ಒತ್ತಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಗುರುತು ಬೀಳುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಕರ್ಮವು ಕ್ಲೇಶದಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಸಂಸ್ಕಾರ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞನ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಎರಡನೆಯ ಅಧ್ಯಾಯದ ೫೫ನೇ ಶ್ಲೋಕದಿಂದ ೭೦ನೇ ಶ್ಲೋಕದವರೆಗೆ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ವಿವರಿಸುತ್ತಾನೆ.

೧. ಅವನು ಆತ್ಮತೃಪ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ:

ನಾವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಾಹ್ಯವಿಷಯಗಳಿಂದ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಅವುಗಳಿಂದ ಸುಖದುಃಖಗಳೆರಡೂ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ತೃಪ್ತಿ–ಅತೃಪ್ತಿ, ಆಸೆ–ನಿರಾಸೆ ಎರಡನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬಾಹ್ಯ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತೊರೆದಾಗ (**ಪ್ರಜಹಾತಿ ಯದಾ ಕಾಮಾನ್**) ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿಯೇ ಸುಖದ ನಿಷ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆಸೆಗಳನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕಿದರೆ ಸಂತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುವುದು ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಒಂದು ರೀತಿ ಜಡನೋ ಹುಚ್ಚನೋ ಆಗುವುದಿಲ್ಲವೆ? ಆಸೆಗಳು ಇದ್ದಾಗ ಅವುಗಳ ಪೂರ್ತಿಯಿಂದ ಸಂತೃಪ್ತಿಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ತಿಂಡಿ ತಿನ್ನುವ ಆಸೆ ಇದ್ದಾಗ ಅದನ್ನು ತಿಂದಾಗ ತೃಪ್ತಿಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ; ಆಸೆಗಳೇ ಇಲ್ಲದಿರುವಾಗ ತೃಪ್ತಿಯ ಅವಕಾಶವೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ – ಹೀಗೆ ಕೆಲವರು ಆಕ್ಷೇಪಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ನಿಜವಾದ ಸುಖ ಆಂತರಂಗಿಕವಾದುದು. ಆಸೆಯು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಮಾನಸಿಕ ಬಿಗಿತವನ್ನು (tension) ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆಸೆಯು ಪೂರ್ತಿಯಾದಾಗ ಈ ಬಿಗಿತ ನಿವಾರಣೆಯಾಗಿ ಮನಸ್ಸು ತಿಳಿಯಾಗಿ ಆತ್ಮಾನಂದವು ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ ನಾವು 'ವಿಷಯಸುಖ' ಎಂದು ಕರೆಯುವುದು. ಒಂಟೆಯು ಮುಳ್ಳಿನ ಗಿಡವನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತದೆ. ಮುಳ್ಳು ಚುಚ್ಚಿ ಬಾಯಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಸ್ರವಿಸಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ, ಮುಳ್ಳಿನ ಗಿಡ ತುಂಬ ರುಚಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅದನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ತಿನ್ನುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ನಾವೂ ಕೂಡ ವಿಷಯವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಸುಖ ಸಿಕ್ಕುತ್ತದೆ ಎಂದು ಭ್ರಮಿಸುತ್ತೇವೆ, ಅವುಗಳಿಗಾಗಿ ಆಸೆ ಪಡುತ್ತೇವೆ. ಆಸೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಚಂಚಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲೋ ಕೆಲವೇ ಆಸೆಗಳು ಮಾತ್ರ ಪೂರ್ತಿಯಾಗುವಂತಹವು. ಎಲ್ಲ ಜನರ ಎಲ್ಲ ಆಸೆಗಳೂ ಪೂರ್ತಿಯಾಗುವಂತಿದ್ದರೆ ಈ ಭೂಮಿಯೇ ಸ್ವರ್ಗವಾಗಿಬಿಡುತ್ತಿತ್ತು. ಆಸೆ ನಿರಾಸೆಗಳಿಂದ ಮಾನಸಿಕ ಚಂಚಲತೆ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಆತ್ಮಾನಂದದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ, ಸರೋವರದ ನೀರು ಅಲ್ಲೋಲಕಲ್ಲೋಲವಾಗಿದ್ದರೆ ಅದರ ತಳ ಕಾಣಿಸದಿರುವಂತೆ. ಬೆಳಕು ಕಡಮೆಯಾದಷ್ಟು ಕತ್ತಲೆ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕಿಲ್ಲದಿರುವ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನೇ 'ಕತ್ತಲೆ' ಎಂದು ಕರೆಯುವುದು. ಹಾಗೆಯೇ ಆತ್ಮಾನಂದದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದನ್ನೇ 'ದುಃಖ' ಎಂದು ಕರೆಯುವುದು. "ದುಃಖದ ಅಭಾವವೇ ಸುಖ, ಸುಖ ಎಂಬ ಯಥಾರ್ಥ ಸ್ಥಿತಿಯೆಂಬುದಿಲ್ಲ" ಎಂದು ಕೆಲವರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ವೇದಾಂತದ ಪ್ರಕಾರ "ಸುಖದ ಅಭಾವವೇ ದುಃಖ; ದುಃಖವೆಂಬ ವಸ್ತುಸ್ಥಿತಿಯೊಂದಿಲ್ಲ." ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞನು ಆಸೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತನಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಮನಸ್ಸಿನ ಚಂಚಲತೆ ಅವನಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದ ಅವನು ಯಾವಾಗಲೂ ಆತ್ಮಸುಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತ ಆತ್ಮತೃಪ್ತನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ.

ನಾವೇ ನಮ್ಮ ಆತ್ಮವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಈ ಆತ್ಮತೃಪ್ತಿಯಿಂದ ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ವಂಚಿತರಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಇದೇ ಸ್ವಾವಲಂಬನೆ. ಆದರೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ತೃಪ್ತಿಗೆ ಬಾಹ್ಯವಿಷಯಗಳನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿದರೆ ಪರಾವಲಂಬಿಗಳಾಗುತ್ತೇವೆ. ಮನುಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಈ ಮಾತು ಬರುತ್ತದೆ:

ಸರ್ವಂ ಪರವಶಂ ದುಃಖಂ ಸರ್ವಮಾತ್ಮವಶಂ ಸುಖಮ್ ।
ಏತತ್ಪ್ರೋಕ್ತಂ ಸಮಾಸೇನ ಲಕ್ಷಣಂ ಸುಖದುಃಖಯೋಃ ॥

"ಪರಾವಲಂಬಿಯಾಗಿರುವುದೇ ದುಃಖ, ಆತ್ಮಾವಂಬಿಯಾಗಿರುವುದೆಲ್ಲವೂ ಸುಖ. ಇದೇ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಸುಖ ಮತ್ತು ದುಃಖದ ಲಕ್ಷಣ."

ಮಾನಸಿಕ ವ್ಯಾಧಿಗಳಿಗೆಲ್ಲ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ ಆತ್ಮಪರಕೀಯತೆ – ಅಂದರೆ ತನ್ನಿಂದ ತಾನು ದೂರವಾಗುವುದು (self alienation) ಎಂದು ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಡುತ್ತಾರೆ. ಹಣ, ಅಧಿಕಾರ, ಲೈಂಗಿಕತೆ ಮುಂತಾದ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ತೀವ್ರವಾದ ಬಯಕೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಪರವಶನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ ಅವನನ್ನು ತನ್ನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ–ಕೇಂದ್ರದಿಂದ ದೂರ