

ನನ್ನನ್ನೆಷ್ಟುಸಲ ಸ್ಮರಿಸಿದೆ?” ಎಂದು ಕೇಳಿದ. ನಾರದ, “ಪ್ರಭುವೆ, ನನ್ನ ಗಮನವೆಲ್ಲ ಎಣ್ಣೆಯ ಬಟ್ಟಲ ಕಡೆಯೆ ನಿಮಗ್ನವಾಗಿರುವಾಗ ಇನ್ನು ನಾಮ ಸ್ಮರಣೆ ಹೇಗೆ ತಾನೆ ಸಾಧ್ಯ?” ಎಂದು ಉತ್ತರಿಸಿದ ಆಗ ಭಗವಂತ, “ನೋಡು ಒಂದು ತೊಟ್ಟು ಎಣ್ಣೆ ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪೂರ್ತಿ ತನ್ನ ಕಡೆಗೇ ತಿರುಗಿಸಿತು. ದೇವರನ್ನೆ ಮರೆತು ಬಿಟ್ಟೆ. ರೈತನಾದರೂ ಸಂಸಾರದ ಹೊಣೆ ಹೊತ್ತು ಇಡೀ ದಿನ ಬಿಡುವಿಲ್ಲದೆ ದುಡಿಯುತ್ತಿದ್ದರೂ ದಿನದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಬಾರಿಯಾದರೂ ನನ್ನ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಅದಕ್ಕೇನೆ ಅವನು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಭಕ್ತ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳಿದ್ದು” ಎಂದು ಉತ್ತರಿಸಿದ. ನಾಮಸ್ಮರಣೆಯನ್ನು ಎಷ್ಟುಸಲ ಮಾಡಬೇಕೆಂಬುದು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ. ಭಕ್ತಿ-ಶ್ರದ್ಧೆಗಳಿಂದ ಮನಃಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಒಂದು ಸಲ ಮಾಡಿದರೂ ಅದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ. ಲೌಕಿಕ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನೂ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನೂ ಅಲಕ್ಷಿಸದೆ ಜೊತೆಗೆ ದೇವರ ನಾಮಸ್ಮರಣೆಯನ್ನೂ ಮರೆಯದಿರುವುದು, ಸಂಪೂರ್ಣ ಶರಣಾಗತಿ ಮುಖ್ಯ ಎಂಬುದು ನಾರದನಿಗೆ ಅರಿವಾಯಿತು.

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ನಾಮಜಪ ಮಾಡಿ ಎಂದು ತಮ್ಮ ಆಪ್ತ ವಲಯದ ಕಿರಿಯ ಪ್ರಾಯದ ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ತಾವೂ ಹೀಗೆ ಸತತವಾಗಿ ನಾಮಜಪ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಒಬ್ಬ ತ್ರಿಶೂಲಧಾರಿಯಾದ ಭೈರವ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದನಂತೆ. ಒಂದು ಕ್ಷಣ ನಾಮಜಪ ನಿಲ್ಲಿಸಿದರೂ ತ್ರಿಶೂಲದಿಂದ ತಿವಿದು ಎಚ್ಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದನಂತೆ.

ಪವಿತ್ರನಾಮವನ್ನು ತಿಳಿದೊ ತಿಳಿಯದೆಯೋ ಮಾಡಿದರೂ ಮನಸ್ಸು ಶುದ್ಧವಾಗುವುದು. ಸ್ನಾನವನ್ನು ಇಷ್ಟು ಪಟ್ಟು ಮಾಡಲಿ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲದೆ ಮಾಡಲಿ ಅದರಿಂದ ದೇಹ ಶುಚಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಿತವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೂ ನಾಮೋಚ್ಚಾರಣೆಯ ಸಾಧನೆಯೊಂದೇ ಸಾಕು. ನಾಮಸ್ಮರಣೆಯ ರಸಾನುಭವ

ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಒಮ್ಮೆ ಅದರ ರುಚಿ ಕಂಡರೆ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಆಸೆಗಳು ಕಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಒಮ್ಮೆ ಕಿರಿಯ ಪ್ರಾಯದ ಒಬ್ಬ ಶಿಷ್ಯ ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಬಳಿ, “ನಾನಿನ್ನೂ ದೇವರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಲು ಕಲಿತಿಲ್ಲ” ಎಂದ. ಗುರು ಮಹಾರಾಜರು, “ನಾಮಜಪಮಾಡು, ಪ್ರೀತಿ ತಾನಾಗೇ ಬರುತ್ತೆ” ಎಂದರು. “ಅವನ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಏನೂ ಆನಂದ ತೋರುವುದಿಲ್ಲ” ಎಂದ ಆತ. “ಹಾಗದರೆ ದೇವರನ್ನೇ ವ್ಯಾಕುಲತೆಯಿಂದ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸು. ನಾಮದ ರುಚಿ ಕೊಡು ಎಂದು. ಆಗ ದಯಾಮಯನಾದ ಅವನು ಕರುಣಿಸುವನು” ಎಂದರು ಗುರುಮಹಾರಾಜರು.

ಶ್ರೀರಾಮ, ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ, ದುರ್ಗಾ, ಶಿವ, ಮಾರುತಿ, ಹೀಗೆ ಯಾವ ಹೆಸರನ್ನಾದರೂ ಜಪಿಸಬಹುದು. ಕೃಷ್ಣತುಲಾಭಾರದಲ್ಲಿ ಸತ್ಯಭಾಮೆ ಇಟ್ಟ ಎಲ್ಲ ಒಡವೆಗಳೂ ಸೇರಿದರೂ ಕೃಷ್ಣನ ಭಾರಕ್ಕೆ ಸರಿದೂಗಲಿಲ್ಲ. ಕಡೆಯಲ್ಲಿ ರುಕ್ಮಿಣಿ ಶ್ರೀಹರಿ ಎಂದು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತ ಒಂದೇ ಒಂದು ತುಳಸೀ ದಳವನ್ನಿಟ್ಟಾಗ ಅದು ಕೃಷ್ಣನ ಭಾರಕ್ಕೆ ಸರಿದೂಗಿತು.

ನಾಮದಲ್ಲಿ ಅಚಲವಾದ ವಿಶ್ವಾಸವಿರಬೇಕು. ನಿಜಕ್ಕೂ ಅದು ಶಕ್ತಿಯುತವಾದುದು. “ನಾಮವೆಂಬ ಬೀಜ ಮನಸ್ಸಿನ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದರೆ ಸಾಕು, ಮೊಳೆತು, ಸಸಿಯಾಗಿ, ಮರವಾಗಿ ಫಲ ಕೊಡುವುದು” ಎಂದು ಚೈತನ್ಯರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಹೇಳುವುದೇನು, ನಾಮಜಪ ಮಾಡಿ ಮನಶ್ಶಾಂತಿ, ಆನಂದ, ಮುಂತಾದ ಫಲಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಅನೇಕರ ಸ್ವಾಭಾವ. ಇಡೀ ಮನುಕುಲದ ಎಲ್ಲ ಧರ್ಮಗಳವರ, ಎಲ್ಲಾ ಕಾಲದ ಅನುಭವ. ನಾಮಸ್ಮರಣೆ, ನಾಮ ಜಪ, ಭಗವಂತನೆ ಮನುಕುಲಕ್ಕಿತ್ತ ಶ್ರೇಷ್ಠ ವರ. ಜಗತ್ತಿನ ಎಲ್ಲ ಧರ್ಮಗಳಲ್ಲೂ ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಶಸ್ತ್ಯವಿರುವುದೇ ಹಿರಿಯ ಪ್ರಮಾಣ. ❖

ದಿವ್ಯನಾಮದ ಬಯಕೆ

ನ ಮೋಕ್ಷಸ್ವಾಕಾಂಕ್ಷಾ ನ ಚ ವಿಭವವಾಂಛಾಪಿ ಚ ನ ಮೇ
ನ ವಿಜ್ಞಾನಾಪೇಕ್ಷಾ ಶಶಿಮುಖಿ ಸುಖೇಚ್ಛಾಪಿ ನ ಪುನಃ |
ಅತಸ್ತ್ವಾಂ ಸಂಯಾಚೇ ಜನನಿ ಜನನಂ ಯಾತು ಮಮ ವೈ
ಮೃಡಾನೀ ರುದ್ರಾಣಿ ಶಿವ ಶಿವ ಭವಾನೀತಿ ಜಪತಃ ||

ಹೇ ಚಂದ್ರಮುಖಿ, ನನಗೆ ಮೋಕ್ಷದ ಆಸೆಯಿಲ್ಲ; ಧನ ಸಂಪತ್ತುಗಳ ಇಚ್ಛೆಯಿಲ್ಲ; ಜ್ಞಾನದ ಅಪೇಕ್ಷೆಯಿಲ್ಲ; ಸುಖದ ಇಚ್ಛೆಯೂ ಇಲ್ಲ; ಹೇ ತಾಯಿ, ನಿನ್ನ ಮುಂದೆ ಇಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ಯಾಚಿಸುತ್ತೇನೆ - ಮೃಡಾನಿ, ರುದ್ರಾಣಿ, ಶಿವ, ಶಿವ, ಭವಾನಿ ಎಂದು ಜಪಿಸುತ್ತ ನನ್ನ ಜನ್ಮವೆಲ್ಲವೂ ಕಳೆದುಹೋಗಲಿ!

-ಶ್ರೀಶಂಕರಾಚಾರ್ಯ (ದೇವ್ಯ ಪರಾಧಕ್ಕಮಾಪಣಸ್ತೋತ್ರ)

ತತ್ತ್ವಂ ಬ್ರುವಾಣಾನಿ ಪರಂ ಪರಸ್ಮಾತ್
ಮಧುಕ್ಷರಂತೀವ ಸತಾಂ ಫಲಾನಿ
ಪ್ರಾವರ್ತಯ ಪ್ರಾಂಜಲಿರಸ್ಮಿ ಜಿಹ್ವೇ
ನಾಮಾನಿ ನಾರಾಯಣಗೋಚರಾಣಿ

ಎಲೈ ನಾಲಗೆ, ಕೈಜೋಡಿಸಿ ನಿನ್ನನ್ನು ಬೇಡುತ್ತೇನೆ: ಪರಾತ್ಪರ ತತ್ತ್ವವನ್ನು ಬೋಸುತ್ತಿರುವ, ಸಾಧುಗಳ ಸತ್ಕರ್ಮಫಲರೂಪವಾದ ಆನಂದವನ್ನು ಸೂಸುತ್ತಿರುವ ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣನ ದಿವ್ಯನಾಮಗಳನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸು.

-ಕುಲಶೇಖರ ಆಳ್ವಾರ್ (ಮುಕುಂದಮಾಲಾಸ್ತೋತ್ರ)

ಒಂ ಸಂಧ್ಯಾ ಗಾಯತ್ರೀ - ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಕಂಡಂತೆ

ಡಾ. ಪ್ರಸನ್ನಾಕ್ಷಿ ಕೆ.ಎಲ್.

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಒಂದೊಂದು ಉಪದೇಶಗಳ ಆಳದಲ್ಲಿ ರತ್ನಭಂಡಾರವೇ ಆಡಗಿದೆ; ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಗಂಟೆಗಟ್ಟಲೆ ಉಪನ್ಯಾಸ ನೀಡಬಹುದು, ಪುಟಗಟ್ಟಲೆ ಬರೆಯಬಹುದು. ಸಾಧನೆಯ ಸಾರವೆಲ್ಲ ಅಡಕವಾಗಿರುವ ಅಂಥ ಉಪದೇಶವೊಂದನ್ನು ವಿವರಿಸಿರುವ ಲೇಖಕಿ ಸಂಸ್ಕೃತ ವಿದ್ವಾಂಸರು. ನಿವೃತ್ತ ಕಾಲೇಜು ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರಾಗಿರುವ ಇವರು ಹಲವು ಸಂಸ್ಕೃತ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ತರ್ಜುಮೆ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಇವರ ಹಲವಾರು ಲೇಖನಗಳು ಪ್ರಕಟವಾಗಿವೆ.



ಪೀಠಿಕೆ : 'ಮನು ಅವಬೋಧನೇ' ಎಂಬ ಧಾತುವಿನಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದ 'ಮಾನವ' ಶಬ್ದಕ್ಕೆ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಉಳ್ಳವನು ಎಂದರ್ಥ. ಪದಾರ್ಥ- ಇಂದ್ರಿಯದ ಸಂಪರ್ಕ, ಇಂದ್ರಿಯ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂಪರ್ಕ, ಮನಸ್ಸು ಆತ್ಮದ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಎಲ್ಲಾ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳೂ ಜ್ಞಾನಬೋಧೆಯ ಕ್ರಮ ವನ್ನು ಅಂಗೀಕರಿಸುತ್ತವೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಈ ನಾಲ್ಕು (ಪದಾರ್ಥ, ಇಂದ್ರಿಯ, ಮನಸ್ಸು, ಆತ್ಮ) ಒಂದೇ ನೇರದಲ್ಲಿರಬೇಕು, ಇವುಗಳ ನಡುವೆ ಎಲ್ಲೂ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಅಡಚಣೆಯೂ ಉಂಟಾಗ ಬಾರದು. ಅದು ತಿಳಿ ಆಗಿದ್ದಾಗ ತಾನೆ ಸಾಧ್ಯ?! ಇಂತಹ ತಿಳಿವಳಿಕೆ 'ಮೂಲ'ವನ್ನು ಹೊಂದುವಂತೆ ಆದಾಗ ಆತ ಮಾನವ ಶರೀರ ಪಡೆದುದು ಸಾರ್ಥಕ ವಾಗುತ್ತದೆ. ಉತ್ತಮ ಕುಲ, ಶ್ರೇಷ್ಠ ಜನ್ಮ, ತರ್ಕ ಮೀಮಾಂಸಾ ವ್ಯಾಕರಣ ಮೊದಲಾದ ನಾನಾ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ತಲಸ್ಪರ್ಶಿ ಪಾಂಡಿತ್ಯ, ವೇದಾಂಗ ಜ್ಞಾನದೊಡಗೂಡಿದ ವೇದ ಜ್ಞಾನ, ಶ್ರೇಷ್ಠ ವಾದ ವ್ರತಗಳ ಆಚರಣೆ, ಉತ್ತಮ ಕ್ರಿಯಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಈ ಎಲ್ಲವೂ ಭಗವಂತನ ಸಂಪರ್ಕವುಳ್ಳ ದ್ವಾದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಸಾರ್ಥಕ. ಹಾಗಿದ್ದರೆ, ಭಗವ ದ್ವಿಮುಖವಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಈ ಎಲ್ಲವೂ ಇದ್ದು ಏನೂ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ ಎನ್ನುತ್ತದೆ ಭಾಗವತ.

ಧಿಗ್ಜನ್ಮ ನಸ್ತ್ರವೃದ್ಧ್ಯಾಂ ಧಿಗ್ಜತೋ ಧಿಗ್ಜಹುಜ್ಜತಾಮ್ |
ಧಿಕ್ಕುಲಂ ಕ್ರಿಯಾದಾಕ್ಷ್ಯಂ ವಿಮುಖಾ ಯೇ ತಥೋಕ್ಷಜೇ ||
ಧಿಕ್ತಪೋ ಧಿಗಾತ್ಮ ಮೀಮಾಂಸಾಂ ಧಿಕ್ತಶಾಚಂ ಧಿಕ್ತಿಯಾಃ ಶುಭಾಃ |

(ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತ, ಭಾಗ೧೦, ೨೩. ೩೯-೪೨)

ಆದುದರಿಂದ ದುರ್ಲಭವಾದ ಮಾನವ ಜನ್ಮ ದೊರೆತಾಗ ಪರಮ ವಸ್ತುವನ್ನು (ಭಗವಂತನನ್ನು) ಸಾಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದದ್ದೇ ಅದರ ಪರಮ ಗುರಿ, ಕರ್ತವ್ಯ ಕೂಡ. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು, "ಸಚ್ಚಿದಾ ನಂದನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳದೆ ಇತ್ತು ಎಂದರೆ ಜೀವನ ಬರಿದೆ ವೃಥಾ, ವಿವೇಕ-ವೈರಾಗ್ಯಗಳಿಗಿಂತ 'ವಸ್ತು' ಇನ್ನು ಬೇರೆ ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಭಗವಂತ ಎಂದು ನಮ್ಮನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದನೋ ಅಂದೇ ನಾವು ಆತನ ಸ್ವತ್ತಿಗೆ ಹಕ್ಕುದಾರರಾಗಿ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದೀವಿ, ಆತ ನಮ್ಮ ತಾಯಿ ತಂದೆ ಬಂಧು ಬಳಗ ಎಲ್ಲಾ, ಆತನನ್ನು ಬಲಾತ್ಕರಿಸಿ ಕೇಳಬಹುದು - 'ಕೊಡು ನಿನ್ನ ದರ್ಶನವನ್ನು' ಎಂದು. ಆತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಪಡೆದು ಕೊಳ್ಳದೆ ಹೋದರೆ, ದರ್ಶನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೇ ಹೋದರೆ ಜೀವನ ಬರಿದೆ ವೃಥಾ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. (ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ವಚನವೇದ, ಸಂಪುಟ ೧, ಪು. ೩೯೭)

ಭಕ್ತಿ ಮಾರ್ಗ : ಭಗವಂತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಅನಂತ ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನ, ಭಕ್ತಿ, ಕರ್ಮ ಮಾರ್ಗಗಳು ವಿಶೇಷ ಸ್ಥಾನ ಪಡೆದುಕೊಂಡಿವೆ. ಯಾವ ಮಾರ್ಗ ಅನುಸರಿಸಿದರೂ, ನಿಜವಾದ ಆಕಾಂಕ್ಷೆ ಇದ್ದರೆ, ಭಗವಂತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. (ವಚನವೇದ ಸಂ.೧, ಪು.೫೦೫) ಸದ್ 'ವಸ್ತು' ಒಂದೇ. ಅದು 'ಪರತತ್ತ್ವ'. ಇದು ಆ ಸದ್ವಸ್ತು ಅಲ್ಲ, ಇದಲ್ಲ, ಇದಲ್ಲ ಅಂತ ವಿಚಾರ ಮಾಡುತ್ತಾ ಮಾಡುತ್ತಾ ಅಸದ್ವಸ್ತುಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಹಿಂದೆ ಹಿಂದೆ ಹಾಕಿ, ಮುಂದೆ ಮುಂದೆ ಸಾಗುತ್ತಾ ವಿಚಾರದ ಕೊನೆ ಮುಟ್ಟಿದಾಗ ಉಳಿಯುವುದೇ ಸದ್ವಸ್ತು ಜ್ಞಾನ. ಅದೇ ಬ್ರಹ್ಮಜ್ಞಾನ. ಇದು ಜ್ಞಾನಮಾರ್ಗ. ಈ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ 'ವಸ್ತು' ಅರಿವು, ಭಗವತ್ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸುಲಭ ಸಾಧ್ಯವಲ್ಲ.

ನಾವು ಕೆಲಸ ಮಾಡದೆ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಲ್ಲದೆ ಒಂದರೆ ಘಳಿ ಗೆಯೂ ಇರಲಾರವು. 'ನ ಹಿ ಕಶ್ಚಿತ್ ಕ್ಷಣಮಪಿ ಜಾತು ತಿಷ್ಠತ್ಯ ಕರ್ಮಕೃತ್' (ಗೀತೆ, ೩.೫). ಹಾಗೆ ನಾವು ಮಾಡುವ ಎಲ್ಲಾ ಚಟು ವಟಿಕೆಗಳನ್ನೂ ಭಗವಂತನಿಗಾಗಿ ಮಾಡುವುದು, ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನಿಟ್ಟು ಹೊರ ಎಲ್ಲಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನೂ ಅವನ ಯಂತ್ರದಂತೆ ಮಾಡುವುದು, ಮಾಡಿದ ಎಲ್ಲಾ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ದೊರಕುವ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಫಲಗಳನ್ನೂ ಭಗವಂತನಿಗೇ ಅರ್ಪಿಸುವುದು, ಕರ್ಮ ಮಾರ್ಗ. ಇದರ ಮೂಲಕವೂ ಭಗವಂತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಈ ರೀತಿ ನಿರಪೇಕ್ಷೆಯಿಂದ ಕರ್ಮ ಮಾಡುವುದು, ಯಂತ್ರ ದಂತಿರುವುದು ಅತಿ ಕಠಿಣ.

ಭಗವಂತನ ನಾಮ ಗುಣ ಸಂಕೀರ್ತನೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಮಾಡುತ್ತಾ ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನಿಡುವುದು ಭಕ್ತಿಮಾರ್ಗ. ಯಾವ ಮಾರ್ಗ ದಿಂದ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದರೂ ಮುಟ್ಟುವ ಗುರಿ ಒಂದೇ. ಆದರೆ

ದೇಹಾತ್ಮ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು (ದೇಹವೇ 'ನಾನು' ಎಂಬ ಅರಿವನ್ನು) ಏನು ಮಾಡಿದರೂ ಸಂಪೂರ್ಣ ಹೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಅಶ್ವತ್ಥ ಮರದಂತೆ. ಇಂದು ಬುಡದವರೆಗೆ ಅದನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿದ್ದರೂ, ನಾಳೆ ಬೆಳಗಾಗುವಲ್ಲಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಚಿಗುರು ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದ ಜ್ಞಾನಮಾರ್ಗ, ಕರ್ಮಮಾರ್ಗಗಳೆರಡೂ ಕಷ್ಟ. ಭಕ್ತಿ ಸುಲಭ, ಇದು ಕಲಿಯುಗದ ಧರ್ಮ, ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಶ್ರೀ ರಾಮಕೃಷ್ಣರು.

“ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಅನ್ನಗತ ಪ್ರಾಣ, 'ಬ್ರಹ್ಮಸತ್ಯಂ ಜಗನ್ನಿಧ್ಯಾ' ಎಂಬ ಬೋಧೆ ಎಲ್ಲಿ ಸಾಧ್ಯವಾದೀತು? ಅದು ದೇಹಬುದ್ಧಿ ಹೋದ ಹೊರತು ಉಂಟಾಗದು. ನಾನು ದೇಹವಲ್ಲ, ಮಹತ್ ಅಹಂಕಾರ ಪಂಚ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯ ಪಂಚ ಕರ್ಮೇಂದ್ರಿಯ ಮನಸ್ಸು ಪಂಚಭೂತ ಪಂಚತನ್ಮಾತ್ರ ರೂಪ ೨೪ ತತ್ತ್ವಗಳೂ ನಾನಲ್ಲ. ನಾನು ಸುಖ-ದುಃಖಗಳನ್ನು ಮೀರಿದವನು. ನನಗೆ ರೋಗ-ರುಜಿನ, ಶೋಕ, ಮುಪ್ಪು, ಸಾವು ಇದು ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ. ನನಗೆ ಪಾಪ-ಪುಣ್ಯಗಳಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಬೋಧೆ ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವುದು ಬಹು ಕಠಿಣ. ವಿಚಾರ ಎಷ್ಟು ಮಾಡಿದರೂ ದೇಹಾತ್ಮ ಬುದ್ಧಿ ಎಲ್ಲಿಂದಲೋ ನುಗ್ಗಿ ನುಸುಳಿ ಬಂದುಬಿಡುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಈ ಯುಗಕ್ಕೆ ಭಕ್ತಿಮಾರ್ಗವೇ ಒಳ್ಳೆಯದು ಎಂಬುದು ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ.

(ವಚನವೇದ ಸಂ.೧, ಪು. ೧೨೨)

“ಕಾಯಾ ವಾಚಾ ಮನಸಾ ಭಗವಂತನನ್ನು ಪೂಜಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಭಕ್ತಿ ಎಂದು ಹೆಸರು. ಕೈಗಳಿಂದ ಭಗವಂತನನ್ನು ಪೂಜಿಸುವುದು, ಅವನ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದು, ಪಾದಗಳಿಂದ ಭಗವದ್ಧರ್ಮ-ಶಕ್ತಿಗಳು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತವಾಗಿರುವ ತೀರ್ಥಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ಯಾತ್ರೆ ಮಾಡುವುದು, ಭಗವಂತನ ಮೂರ್ತಿ ಯನ್ನು ಕಣ್ಣಿನಿಂದ ನೋಡುವುದು, ಆತನ ಚರಿತ್ರೆ ಲೀಲೆಗಳನ್ನು, ನಾಮಗುಣ ಸಂಕೀರ್ತನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು ಇದೇ ಮೊದಲಾದವು ಕಾಯಿಕ ಪೂಜೆ. ಭಗವಂತನ ಸ್ತೋತ್ರಗಳನ್ನು ಪಠಿಸುವುದು ನಾಮ ಗುಣ ಕೀರ್ತನೆ ಮಾಡುವುದು ಇವೇ ಮೊದಲಾದವು ವಾಚಿಕಪೂಜೆ. ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಸದಾ ಆತನ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು, ಆತನ ಲೀಲೆಗಳ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು ಮಾನಸಿಕಪೂಜೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಮಾಡುತ್ತಾ ಇದ್ದರೆ ಕ್ರಮೇಣ ಭಕ್ತಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ (ವಚನವೇದ ಸಂ.೨, ಪು. ೧೮೫) ಭಗವಂತನ ನಾಮ ಜಪಿಸಲು ಲಕ್ಷ ಭಯ ದ್ವೇಷ ಇರಬಾರದು. ಅವನ ನಾಮ ಜಪಿಸುತ್ತಾ ಇದ್ದರೆ ದೇಹ ಮನ ಎಲ್ಲಾ ಶುದ್ಧವಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಇಂತಹ ಭಗವಂತನ ನಾಮ ಗುಣ ಕೀರ್ತನೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಭಕ್ತಿಮಾರ್ಗವೇ ಕಲಿಯುಗಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತವಾದುದು. (ವಚನವೇದ ಸಂ.೧, ಪು. ೮೪)

ಜಪ : “ಭಗವನ್ನಾಮ ಜಪಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಶಕ್ತಿ ಇದೆ, ಮಹಿಮೆ ಇದೆ. ಅದು ಅವಿದ್ಯೆಯನ್ನು 'ನಾನು' 'ನಾನು' ಎಂಬ ಭಾವವನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ನಿರ್ಜನ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಯಾವ ಶಬ್ದವನ್ನೂ ಮಾಡದೆ ಭಗವನ್ನಾಮೋಚ್ಚಾರಣೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ 'ಜಪ' ಎಂದು ಹೆಸರು. (ವಚನವೇದ ಸಂ.೨, ಪು. ೪೮೩) ದೇಹವೆಂಬ ಮರದಲ್ಲಿ ಪಾಪವೆಂಬ ಹಕ್ಕಿಗಳು ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಭಗವಂತನ ನಾಮಗುಣ ಕೀರ್ತನೆ ಮಾಡುವುದು ಕೈಚಪ್ಪಾಳೆ ಹಾಕಿದ ಹಾಗೆ. ಚಪ್ಪಾಳೆ ಹಾಕಿದೊಡನೆ ಮರದಿಂದ ಎಲ್ಲಾ ಹಕ್ಕಿಗಳೂ ಹಾರಿ ಹೋಗು

ವಂತೆ, ಭಗವಂತನ ನಾಮಗುಣ ಕೀರ್ತನೆ ಮಾಡಿದೊಡನೆ ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧ ಪಟ್ಟ ಪಾಪಗಳೆಲ್ಲಾ ಕಾಲಿಗೆ ಬುದ್ಧಿ ಹೇಳುತ್ತವೆ. (ವಚನವೇದ, ಸಂ.೧, ಪು. ೧೩೪) ಆದುದರಿಂದ ಭಗವಂತನ ನಾಮಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಮಾಹಾತ್ಮ್ಯ ಇದೆ. ಒಡನೆಯೇ ಫಲ ದೊರಕದೇ ಹೋಗ ಬಹುದು. ಆದರೆ ಒಂದಲ್ಲ ಒಂದು ದಿನ ಫಲ ದೊರತೇ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. (ವಚನವೇದ ಸಂ.೧, ಪು. ೮೭) ಭಗವಂತನ ನಾಮ ಉಚ್ಚರಿಸುತ್ತಾ ಕಾಮ ಕಾಂಚನದಲ್ಲಿ ಮನ ಇದ್ದರೆ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ದೊರೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಅನುರಾಗ ಹೊಂದಬೇಕು, ಆವನಿಗಾಗಿ ವ್ಯಾಕುಲಗೊಳ್ಳಬೇಕು, ಪ್ರಾಣ ಬಿಡಬೇಕು, ಆಗ ಅದರ ಮಹತ್ವಿನಿಂದ ದೇಹ, ಮನ, ನಾಲಿಗೆ, ಇಂದ್ರಿಯಗಳೆಲ್ಲ ಪವಿತ್ರಗೊಳ್ಳುವುವು. ಏಕಾಗ್ರ ಚಿತ್ತದಿಂದ ಆತನ ನಾಮ ಉಚ್ಚಾರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಮಾಡುತ್ತಾ ಎಂದರೆ ಜಪ ಮಾಡುತ್ತಾ ಮಾಡುತ್ತಾ ಮುಂದುವರೆದರೆ ಆತನ ದರ್ಶನವಾಗುತ್ತದೆ. (ವಚನವೇದ ಸಂ.೨, ಪು. ೪೮೩)

ಸಂಧ್ಯಾ : ಭಗವನ್ನಾಮ-ಗುಣ-ಕೀರ್ತನಾ-ಸ್ವರೂಪವಾದ ಜಪದಲ್ಲಿ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯೂ ಸೇರುತ್ತದೆ. ರಾತ್ರಿ-ಹಗಲು, ಹಗಲು-ಮಧ್ಯಾಹ್ನ, ಮಧ್ಯಾಹ್ನ-ರಾತ್ರಿ, ಸಂಧಿಸುವ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಜಪದೊಡಗೂಡಿದ ನಮಸ್ಕಾರವೇ 'ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ'. ಲೋಕದ ಎಲ್ಲಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಮೂಲಪ್ರೇರಕ ಶಕ್ತಿ, ಚಾಲಕ ಶಕ್ತಿ, ಅಹಿತ ದುಷ್ಟಭಾವ ಚಿಂತನೆ ವಿಚಾರಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಭಂಜಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ರೂಪನಾದ ಸೂರ್ಯ (ಸವಿತ್ರ) ದೇವನನ್ನು ಆವಾಹನೆ ಮಾಡುವುದು, ನಮ್ಮ ಆಹ್ವಾನವನ್ನು ಮನ್ನಿಸಿ ಬಂದ ಆ ದೇವನಿಗೆ ಅರ್ಘ್ಯ ಪಾದ್ಯ ಆಚಮನೀಯ ಮೊದಲಾದ ೧೬ ವಿಧ ಸೇವೆ, ಉಪಚಾರವನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿ ಆ ದೇವನಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ 'ಗಾಯತ್ರೀ' ಮಂತ್ರವನ್ನು ಯಥಾಶಕ್ತಿ ಜಪಿಸುವುದು - ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯ ಅಂಗಗಳು. ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಕೆಲಸಗಳನ್ನೂ ಬಿಟ್ಟು ಆತನನ್ನು ಕರೆಯಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು (ವಚನವೇದ ಸಂ.೨, ಪು. ೪೬). ಭಗವಂತನ ಪಾದ ಪದ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿಯುಂಟಾಗುವವರೆಗೆ ಜಪ ಮಾಡುತ್ತಿರಬೇಕು. ಜಪಿಸುತ್ತಾ ಜಪಿಸುತ್ತಾ ಕಣ್ಣಿನಿಂದ ಪ್ರೇಮಾಶ್ರು ಸುರಿಯುವಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ, ಶರೀರದಲ್ಲಿ ರೋಮಾಂಚನ ಉಂಟಾಗುವವರೆಗೆ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯ ಅಗತ್ಯ ಇದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ನರ್ಮದಾ ನದಿಯ ದಡದ ಒಬ್ಬ ಸಾಧುವನ್ನು ಉದಾಹರಿಸುತ್ತಾರೆ. (ವಚನವೇದ ಸಂ.೧, ಪು. ೩೯೬) ಆ ಸಾಧು ಮನಸ್ಸಿನೊಳಗೇ ಸದಾ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ. ಆತನ ಶರೀರ ಪುಲಕಗೊಳ್ಳುತ್ತಿತ್ತು. ಆತ ಪ್ರಣವ ಗಾಯತ್ರಿಯನ್ನು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಉಚ್ಚರಿಸಿದಾಗ ಆತನ ಹತ್ತಿರ ಕುಳಿತಿದ್ದವರಿಗೂ ರೋಮಾಂಚನ ಪುಲಕಗಳಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತಿತ್ತು.

ಗಾಯತ್ರೀ : ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯ ಪ್ರಧಾನ ಭಾಗ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರ ಜಪ. 'ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃ ಸ್ವಃ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್' ಎಂಬುದು ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರ. ನಾದ ಬಿಂದುಗಳೊಡಗೂಡಿದ ಓಂ (ಪ್ರಣವ), ಆ ಮೂಲದಿಂದ ವಿಕಾಸಗೊಂಡ ಲೀಲಾಕ್ಷೇತ್ರಗಳಾದ ಭೂಃ, ಭುವಃ, ಸ್ವಃ ಎಂಬ ಮೂರು ಲೋಕಗಳು, ಈ ಮೂರೂ ಲೋಕಗಳನ್ನೂ ಒಳ