

ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ

ಶ್ಲೋಕ - 1

ಶ್ರೀ ಭಗವಾನುವಾಚ

ಅನಾಶ್ರಿತಃ ಕರ್ಮಫಲಂ ಕಾರ್ಯಂ ಕರ್ಮ ಕರೋತಿ ಯಃ |
ಸ ಸನ್ಯಾಸೀ ಚ ಯೋಗಿ ಚ ನ ನಿರಗ್ನಿರ್ನ ಚಾಕ್ರಿಯಃ ||೧||

ಶ್ರೀ ಭಗವಾನ್ ಉವಾಚ—ಭಗವಂತನು ಹೇಳಿದನು; ಅನಾಶ್ರಿತಃ—ಆಶ್ರಯಿಸದೆ; ಕರ್ಮ ಫಲಮ್—ಕರ್ಮಫಲವನ್ನು; ಕಾರ್ಯಮ್—ಮಾಡಲೇಬೇಕಾದ; ಕರ್ಮ—ಕಾರ್ಯವನ್ನು; ಕರೋತಿ—ಆಚರಿಸುತ್ತಾನೋ; ಯಃ—ಯಾರು; ಸಃ—ಅವನು; ಸನ್ಯಾಸೀ—ಸನ್ಯಾಸಾಶ್ರಮದಲ್ಲಿರುವವನು; ಚ—ಕೂಡ; ಯೋಗೀ—ಯೋಗಿಯು; ಚ—ಕೂಡ; ನ—ಅಲ್ಲ; ನಿಃ—ಇಲ್ಲದವನು; ಅಗ್ನಿಃ—ಬೆಂಕಿಯು; ನ—ಅಲ್ಲ; ಚ—ಸಹ; ಅಕ್ರಿಯಃ—ಕರ್ತವ್ಯವಿಲ್ಲದವನು.

ಅನುವಾದ

ದೇವೋತ್ತಮ ಪರಮ ಪುರುಷನು ಹೇಳಿದನು—ಕರ್ಮಫಲಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳದೆ ತಾನು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕರ್ಮವನ್ನು ಮಾಡುವವನೇ ಸನ್ಯಾಸಿ. ಅವನೇ ನಿಜವಾದ ಅನುಭಾವಿ. ಅಗ್ನಿಯನ್ನು ಹೊತ್ತಿಸದೆ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ಮಾಡದಿರುವವನು ಸನ್ಯಾಸಿಯಲ್ಲ, ಯೋಗಿಯಲ್ಲ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ, ಅಷ್ಟಾಂಗಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯು ಮನಸ್ಸನ್ನೂ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನೂ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಒಂದು ಸಾಧನ ಎಂದು ಭಗವಂತನು ವಿವರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರಿಗೆ, ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಅನುಷ್ಠಾನ ಮಾಡುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಬೇಕೆಂದು ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದರೂ ಕರ್ಮಯೋಗವು ಅಥವಾ ಕೃಷ್ಣ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಕರ್ಮಮಾಡುವುದು ಉತ್ತಮ ಎಂದು ಭಗವಂತನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನೂ ತನ್ನ ಸಂಸಾರ, ಅದರ ಸಾಮಾನು ಸರಂಚಾಮು ಇವನ್ನು ಪೋಷಿಸಿಕೊಂಡು ಬರಲು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ; ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವಾದ ಅಥವಾ ವಿಸ್ತೃತವಾದ ಸ್ವಾರ್ಥ ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಭೋಗ ಇಲ್ಲದೆ ಯಾರೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಫಲಾಪೇಕ್ಷೆಯಿಂದ ಕರ್ಮ ಮಾಡದೆ ಕೇವಲ ಕೃಷ್ಣ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದ ಕರ್ಮನಿರತನಾಗುವುದೇ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯ ಅಳತೆಗೋಲು. ಎಲ್ಲರೂ ಸಹಜಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಮ ಪ್ರಭುವಿನ ವಿಭಿನ್ನಾಂಶಗಳು. ಆದುದರಿಂದ ಕೃಷ್ಣ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಕರ್ಮಮಾಡುವುದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಜೀವಿಯ ಕರ್ತವ್ಯ. ದೇಹದ ಭಾಗಗಳು ಇಡೀ ದೇಹದ ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತವೆ. ದೇಹದ ಅಂಗಾಂಗಗಳು ಸ್ವಂತ ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಇಡೀ

ದೇಹದ ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ವೈಯಕ್ತಿಕ ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ಅಲ್ಲದೆ ಪರಮ ಪುರುಷನಿಗಾಗಿ ದುಡಿಯುವ ಜೀವಿಯೇ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸನ್ಯಾಸಿ, ಪರಿಪೂರ್ಣ ಯೋಗಿ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸನ್ಯಾಸಿಗಳು ತಾವು ಎಲ್ಲ ಐಹಿಕ ಕರ್ತವ್ಯಗಳಿಂದಲೂ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಕೃತಕವಾಗಿ ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಗ್ನಿಹೋತ್ರವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಅವರು ಸ್ವಾರ್ಥಿಗಳು. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರ ಗುರಿಯು ನಿರಾಕಾರ ಬ್ರಹ್ಮನೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗುವುದು. ಇಂತಹ ಬಯಕೆಯು ಯಾವುದೇ ಐಹಿಕ ಬಯಕೆಗಿಂತ ಹಿರಿಯದು. ಆದರೂ ಇದರಲ್ಲಿ ಸ್ವಾರ್ಥವಿಲ್ಲದೆ ಇಲ್ಲ. ಇದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಐಹಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಅರೆತೆರೆದು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಹಠಯೋಗಿಯು ವ್ಯಕ್ತಿಗತವಾಗಿ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಕರ್ಮ ಮಾಡುವವನು ಸ್ವಾರ್ಥವಿಲ್ಲದೆ ಪರಮ ಪುರುಷನ ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ತನ್ನ ತೃಪ್ತಿಯ ಬಯಕೆಯೇ ಇಲ್ಲ. ಯಶಸ್ಸನ್ನು ತೀರ್ಮಾನಿಸಲು ಅವನ ಒರೆಗೆಲ್ಲು ಕೃಷ್ಣನ ತೃಪ್ತಿ. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆತನು ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸನ್ಯಾಸಿ ಅಥವಾ ಪರಿಪೂರ್ಣಯೋಗಿ. ಅತ್ಯುನ್ನತ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸನ್ಯಾಸಿಗಳಾದ ಚೈತನ್ಯ ಮಹಾಪ್ರಭುಗಳು ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ—

ನ ಧನಂ ನ ಜನಂ ನ ಸುಂದರೀಂ

ಕವಿತಾಂ ವಾ ಜಗದೀಶ ಕಾಮಯೇ |

ಮಮ ಜನ್ಮನಿ ಜನ್ಮನೀಶ್ವರೇ

ಭವತಾದ್ಭಕ್ತಿರಹೈತುಕೀ ತ್ವಯಿ ||

"ಸರ್ವಶಕ್ತನಾದ ಭಗವಂತನೇ, ನನಗೆ ಧನ ಸಂಚಯದ ಆಸೆಯಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಸುಂದರಿಯರೊಡನೆ ಸುಖಿಸುವ ಆಸೆಯಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ಬಹುಮಂದಿ ಅನುಯಾಯಿಗಳು ಬೇಡ. ಜನ್ಮ ಜನ್ಮಾಂತರಗಳಲ್ಲಿಯೂ ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿನ್ನ ಭಕ್ತಿಸೇವೆಯ ಕಾರಣರಹಿತ ಕೃಪೆಯೊಂದೇ ನನಗೆ ಬೇಕಾದದ್ದು."

ಶ್ಲೋಕ - 2

ಯಂ ಸನ್ಯಾಸಮಿತಿ ಪ್ರಾಹುರ್ಯೋಗಂ ತಂ ವಿದ್ಧಿ ಪಾಣ್ಡವ |

ನ ಹ್ಯಸನ್ಯಸ್ತಸಂಕಲ್ಪೋ ಯೋಗೀ ಭವತಿ ಕಶ್ಚನ ||೨||

ಯಮ್—ಯಾವುದನ್ನು; ಸನ್ಯಾಸಮ್—ಸನ್ಯಾಸವು; ಇತಿ—ಎಂದೂ; ಪ್ರಾಹುಃ—ಹೇಳುತ್ತಾರೋ; ಯೋಗಮ್—ಪರಮೋನ್ನತನೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸುವ ಯೋಗವೆಂದು; ತಮ್—ಅದನ್ನು; ವಿದ್ಧಿ—ನೀನು ತಿಳಿಯಬೇಕು; ಪಾಣ್ಡವ—ಪಾಂಡು ಪುತ್ರನೇ; ನ—ಎಂದಿಗೂ ಇಲ್ಲ; ಹಿ—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; ಅಪನ್ಯಸ್ತ—ತ್ಯಜಿಸದ; ಸಂಕಲ್ಪಃ—ಸ್ವತೃಪ್ತಿಯ ಆಸೆಯುಳ್ಳ; ಯೋಗೀ—ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಯಾದ ಯೋಗಿಯು; ಭವತಿ—ಆಗುತ್ತಾನೆ; ಕಶ್ಚನ—ಯಾರೊಬ್ಬನೂ.

ಅನುವಾದ

ಪಾಂಡುಪುತ್ರನಾದ ಅರ್ಜುನನೇ, ಯಾವುದನ್ನು ಸನ್ಯಾಸವೆಂದು ಕರೆಯುವರೋ ಅದೇ ಯೋಗ

ಅಥವಾ ಪರಮ ಪ್ರಭುವಿನೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಹೊಂದುವುದು ಎಂದು ತಿಳಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಇಂದ್ರಿಯ ತೃಪ್ತಿಯ ಆಸೆಯನ್ನು ತ್ಯಾಗಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಯಾರೂ ಯೋಗಿಯಾಗಲಾರರು.

ಭಾವಾರ್ಥ

ನಿಜವಾದ ಸನ್ಯಾಸಿಯೋಗ ಅಥವಾ ಭಕ್ತಿಯೆಂದರೆ ಮನುಷ್ಯನು ಜೀವಿಯಾಗಿ ತನ್ನ ಸಹಜ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಅದಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಕೆಲಸಮಾಡುವುದು ಎಂದರ್ಥ. ಜೀವಿಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಸ್ವತಂತ್ರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವಿಲ್ಲ. ಅವನು ಪರಮ ಪ್ರಭುವಿನ ತಟಸ್ಥ ಶಕ್ತಿ. ಐಹಿಕ ಶಕ್ತಿಯ ಬಲೆಗೆ ಸಿಲುಕಿದಾಗ ಅವನು ಬದ್ಧನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇದ್ದಾಗ ಅಥವಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚೈತನ್ಯದ ಅರಿವು ಇದ್ದಾಗ ಅವನು ತನ್ನ ನಿಜವಾದ ಮತ್ತು ಸಹಜವಾದ ಬದುಕಿನ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತಾನೆ. ಆದುದರಿಂದ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣಜ್ಞಾನವಿದ್ದಾಗ ಎಲ್ಲ ಐಹಿಕ ಇಂದ್ರಿಯತೃಪ್ತಿಯು ನಿಂತು ಹೋಗುತ್ತದೆ; ಆತನು ಎಲ್ಲ ಇಂದ್ರಿಯ ತೃಪ್ತಿಯ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುತ್ತಾನೆ. ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಐಹಿಕ ಮೋಹದಿಂದ ತಡೆಯುವ ಎಲ್ಲಾ ಯೋಗಿಗಳೂ ಇದನ್ನು ಅನುಷ್ಠಾನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಕೃಷ್ಣರಹಿತವಾದುದರಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ತೊಡಗಿಸುವ ಅವಕಾಶವೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವ ಮನುಷ್ಯನು ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸನ್ಯಾಸಿ ಮತ್ತು ಯೋಗಿ. ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಯೋಗ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿಧಿಸಿರುವ ಪ್ರಕಾರ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಇಂದ್ರಿಯ ನಿಗ್ರಹಗಳ ಉದ್ದೇಶವು ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ತಂತಾನೇ ನೆರವೇರುತ್ತದೆ. ಮನುಷ್ಯನು ಸ್ವಾರ್ಥದ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಲು ಶಕ್ತನಾಗದಿದ್ದರೆ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಯೋಗಗಳು ನಿರರ್ಥಕ. ಎಲ್ಲ ಸ್ವಾರ್ಥತೃಪ್ತಿಯನ್ನೂ ತ್ಯಜಿಸಿ ಪರಮ ಪ್ರಭುವನ್ನು ತೃಪ್ತಿಗೊಳಿಸಲು ಸಿದ್ಧವಾಗಿರುವುದೇ ಜೀವಿಯ ನಿಜವಾದ ಗುರಿ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಬಗೆಯ ಸ್ವಂತಭೋಗದ ಆಸೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನು ಸದಾಕಾಲದಲ್ಲಿಯೂ ಪರಮ ಪ್ರಭುವನ್ನು ತೃಪ್ತಿಪಡಿಸುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ನಿರತನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಪರಮೋನ್ನತನ ಬಗ್ಗೆ ಏನೂ ತಿಳಿಯದವನು ಸ್ವಂತ ತೃಪ್ತಿಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಯಾರೂ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯೆಯ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಅನುಷ್ಠಾನದಿಂದ ಎಲ್ಲ ಉದ್ದೇಶಗಳೂ ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಈಡೇರುತ್ತವೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 3

ಆರುರುಕ್ಷೋರ್ಮುನೀರ್ಯೋಗಂ ಕರ್ಮ ಕಾರಣಮುಚ್ಯತೇ |

ಯೋಗಾರೂಢಸ್ಯ ತಸ್ಯೈವ ಶಮಃ ಕಾರಣಮುಚ್ಯತೇ ||೩||

ಆರುರುಕ್ಷೋಃ—ಈಗಷ್ಟೇ ಯೋಗವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದ; **ಮುನೀಃ**—ಮುನಿಗಿ; **ಯೋಗಮ್**—ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗಪದ್ಧತಿಯನ್ನು; **ಕರ್ಮ**—ಕಾರ್ಯವು; **ಕಾರಣಮ್**—ಸಾಧನೆಯೆಂದು; **ಉಚ್ಯತೇ**—ಹೇಳಲಾಗಿದೆ; **ಯೋಗ**—ಅಷ್ಟಾಂಗಯೋಗದಲ್ಲಿ; **ಆರುರುಢಸ್ಯ**—ಉನ್ನತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ; **ತಸ್ಯ**—ಅವನಿಗೆ; **ಏವ**—ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿಯೂ; **ಶಮಃ**—ಎಲ್ಲ ಭೌತಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳ ನಿಲ್ಲಿಸುವಿಕೆಯು; **ಕಾರಣಮ್**—ಸಾಧನವೆಂದು; **ಉಚ್ಯತೇ**—ಹೇಳಲಾಗಿದೆ.

ಅನುವಾದ

ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಹೊಸದಾಗಿ ದೀಕ್ಷೆ ಪಡೆದವನಿಗೆ ಕರ್ಮವೇ ಸಾಧನ ಎಂದು ಹೇಳಿದೆ; ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಆಗಲೇ ಬಹು ಮುಂದುವರಿದವನಿಗೆ ಎಲ್ಲ ಐಹಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದೇ ಸಾಧನ ಎಂದು ಹೇಳಿದೆ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಮನುಷ್ಯನು ಪರಮೋನ್ನತನೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಪಡೆಯುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಯೋಗವೆಂದು ಹೆಸರು. ಅತ್ಯುನ್ನತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಏಣಿಗೆ ಇದನ್ನು ಹೋಲಿಸಬಹುದು. ಏಣಿಯು ಜೀವಿಯ ಅತ್ಯಂತ ಕೆಳಗಿನ ಐಹಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿ ಪರಿಶುದ್ಧ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಆತ್ಮ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದವರೆಗೆ ಏರುತ್ತದೆ. ವಿವಿಧ ಎತ್ತರಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಏಣಿಯ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಹೆಸರುಗಳುಂಟು. ಆದರೆ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಇಡೀ ಏಣಿಗೆ ಯೋಗ ಎಂದು ಹೆಸರು. ಇದನ್ನು ಜ್ಞಾನಯೋಗ, ಧ್ಯಾನಯೋಗ ಮತ್ತು ಭಕ್ತಿಯೋಗ ಎಂದು ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು. ಏಣಿಯ ಪ್ರಾರಂಭವನ್ನು ಯೋಗಾರುರುಕ್ಷು ಹಂತವೆಂದೂ ಅತ್ಯಂತ ಮೇಲಿನ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಯೋಗಾರೂಢವೆಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಬದುಕಿನ ನಿಯಂತ್ರಕ ತತ್ವಗಳ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ಯೋಗಾಸನಗಳ ಮೂಲಕ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು (ಈ ಯೋಗಾಸನಗಳು ಸ್ವಲ್ಪ ಹೆಚ್ಚು ಕಡಮೆ ದೈಹಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳೇ). ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಕುರಿತು ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಇಂತಹ ಪ್ರಾರಂಭದ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಫಲಾಪೇಕ್ಷೆಯ ಐಹಿಕ ಕರ್ಮಗಳು ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಗಳೂ ಇಂದ್ರಿಯ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕಾಗಿ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಮಾನಸಿಕ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಸಾಧಿಸುವತ್ತ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತವೆ. ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಮನುಷ್ಯನು ಸಿದ್ಧಿ ಪಡೆದಾಗ ಅವನು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕಲಕುವ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಆದರೆ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮನುಷ್ಯನು ಸದಾ ಕೃಷ್ಣನನ್ನೇ ಕುರಿತು ಚಿಂತಿಸುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಅವನು ಪ್ರಾರಂಭದಿಂದಲೇ ಧ್ಯಾನದ ನೆಲೆಯ ಮೇಲಿರುತ್ತಾನೆ. ಸದಾ ಕೃಷ್ಣಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ನಿರತನಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಎಲ್ಲ ಐಹಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 4

ಯದಾ ಹಿ ನೇನ್ದ್ರಿಯಾರ್ಥೇಷು ನ ಕರ್ಮಸ್ತನುಷಜ್ಜತೇ |
ಸರ್ವಸನ್ಯಲ್ಪಸನ್ಯಾಸೀ ಯೋಗಾರೂಢಸ್ತದೋಚ್ಯತೇ ||೪||

ಯದಾ—ಯಾವಾಗ; ಹಿ—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; ನ—ಇಲ್ಲ; ಇನ್ದ್ರಿಯ ಅರ್ಥೇಷು—ಇಂದ್ರಿಯ ತೃಪ್ತಿಯಲ್ಲಿ; ನ—ಎಂದಿಗೂ ಇಲ್ಲ; ಕರ್ಮಸು—ಕಾಮ್ಯಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ; ಅನುಷಜ್ಜತೇ—ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ತೊಡಗುತ್ತಾನೆ; ಸರ್ವ ಸನ್ಯಲ್ಪ—ಸಕಲ ಭೌತಿಕಾಪೇಕ್ಷೆಗಳ; ಸನ್ಯಾಸೀ—ಪರಿತ್ಯಾಗಿಯು; ಯೋಗ ಆರೂಢಃ—ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಉನ್ನತಿಹೊಂದಿದವನು; ತದಾ—ಆಗ; ಉಚ್ಯತೇ—ಎಂದು ಹೇಳಲ್ಪಡುತ್ತಾನೆ.

ಅನುವಾದ

ಬಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನು ಎಲ್ಲ ಐಹಿಕ ಬಯಕೆಗಳನ್ನೂ ತ್ಯಜಿಸಬಹುದು. ಇಂದ್ರಿಯ ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ಕರ್ಮ ಮಾಡದೆ ಫಲಾಪೇಕ್ಷೆಯ ಕರ್ಮದಲ್ಲಿ ತೊಡಗದೆ ಇರಬಹುದು; ಇಂತಹ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಯೋಗಾರೂಢ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಮನುಷ್ಯನು ಭಗವಂತನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರೇಮಪೂರ್ವಕ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೊಡಗಿದ್ದಾಗ ಅವನು ತನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಸಂತೃಪ್ತನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಆದುದರಿಂದ ಆತನು ಇಂದ್ರಿಯತೃಪ್ತಿಯಲ್ಲಾಗಲೀ ಕಾಮ್ಯ ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಾಗಲೀ ತೊಡಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲವಾದರೆ, ಮನುಷ್ಯನು ಕೆಲಸಮಾಡದೆ ಬದುಕಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವಾದುದರಿಂದ ಆತನು ಇಂದ್ರಿಯ ತೃಪ್ತಿಯಲ್ಲೇ ತೊಡಗಬೇಕು. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಮನುಷ್ಯನು ಸದಾ ಸ್ವಾರ್ಥಪರ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ವಿಸ್ಪತವಾದ ಸ್ವಾರ್ಥ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಿರುವ ಮನುಷ್ಯನು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಕೃಷ್ಣನ ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಹೀಗೆ ಆತನು ಇಂದ್ರಿಯತೃಪ್ತಿಯಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿರ್ಲಿಪ್ತನಾಗಬಹುದು. ಇಂತಹ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಿಲ್ಲದವನು ಯೋಗದ ಏನೆಯ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮೆಟ್ಟಿಲಿಗೆ ಏರುವ ಮುನ್ನ ಐಹಿಕ ಬಯಕೆಗಳಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 5

ಉದ್ಧರೇದಾತ್ಮನಾತ್ಮಾನಂ ನಾತ್ಮಾನಮವಸಾದಯೇತ್ |

ಆತ್ಮವ ಹ್ಯಾತ್ಮನೋ ಬನ್ಧುರಾತ್ಮವ ರಿಪುರಾತ್ಮನಃ ||೫||

ಉದ್ಧರೇತ್—ಉದ್ಧರಿಸಬೇಕು; ಆತ್ಮನಾ—ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ; ಆತ್ಮಾನಮ್—ಬದ್ಧಾತ್ಮನನ್ನು; ನ—ಇಲ್ಲ; ಆತ್ಮಾನಮ್—ಬದ್ಧಾತ್ಮನನ್ನು; ಅವಸಾದಯೇತ್—ಅವನತಿಗೊಳಿಸಬೇಕು; ಆತ್ಮಾ—ಮನಸ್ಸು; ಏವ—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; ಹಿ—ನಿಜವಾಗಿ; ಆತ್ಮನಃ—ಬದ್ಧಾತ್ಮನ; ಬನ್ಧುಃ—ಸ್ನೇಹಿತನು; ಆತ್ಮಾ—ಮನಸ್ಸು; ಏವ—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; ರಿಪುಃ—ಶತ್ರುವು; ಆತ್ಮನಃ— ಬದ್ಧಾತ್ಮನ.

ಅನುವಾದ

ಮನುಷ್ಯನು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಹಾಯದಿಂದಲೇ ತನ್ನನ್ನು ಉದ್ಧಾರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ತನ್ನನ್ನು ಹೀನೈಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಬದ್ಧ ಜೀವಿಗೆ ಮನಸ್ಸೇ ಬಂಧು, ಮನಸ್ಸೇ ಶತ್ರು.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಸನ್ನಿವೇಶಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಆತ್ಮ ಎನ್ನುವ ಪದವು ದೇಹವನ್ನೂ, ಮನಸ್ಸನ್ನೂ, ಆತ್ಮವನ್ನೂ, ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಯೋಗಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬದ್ಧ ಆತ್ಮನೂ ಬಹು ಮುಖ್ಯ. ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸೇ ಕೇಂದ್ರ ಬಿಂದುವಾದುದರಿಂದ, ಇಲ್ಲಿ ಆತ್ಮ ಎಂದರೆ

ಮನಸ್ಸು. ಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯ ಗುರಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಇಂದ್ರಿಯ ವಸ್ತುಗಳ ಮೋಹದಿಂದ ವಿಮುಖಗೊಳಿಸುವುದು. ಬದ್ಧ ಆತ್ಮವನ್ನು ಅಜ್ಞಾನದ ಕೆಸರಿನಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ನೀಡಬೇಕು ಎಂದು ಇಲ್ಲಿ ಒತ್ತಿ ಹೇಳಿದೆ. ಐಹಿಕ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಮನುಷ್ಯನು ಮನಸ್ಸಿನ ಮತ್ತು ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾನೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ಅಹಂಕಾರವು ಐಹಿಕ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಮೇಲೆ ಯಜಮಾನಿಕೆಯನ್ನು ನಡೆಸಲು ಬಯಸುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಅಹಂಕಾರದೊಡನೆ ಸಿಕ್ಕಿಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ; ಇದರಿಂದಲೇ ಪರಿಶುದ್ಧ ಆತ್ಮನು ಈ ಐಹಿಕ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದಿದ್ದಾನೆ. ಆದುದರಿಂದ ಐಹಿಕ ಥಳುಕಿಗೆ ಮೋಹಗೊಳ್ಳದಂತೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ನೀಡಬೇಕು; ಹೀಗೆ ಬದ್ಧ ಆತ್ಮವನ್ನು ಉದ್ಧಾರಮಾಡಬಹುದು. ಇಂದ್ರಿಯ ವಸ್ತುಗಳ ಆಕರ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಮನುಷ್ಯನು ತನ್ನನ್ನು ಕೀಳುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಇಂದ್ರಿಯ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಮನುಷ್ಯನು ಆಕರ್ಷಿತನಾದಷ್ಟು ಐಹಿಕ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಬಿಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸುವುದು. ಹೀ ಎನ್ನುವ ಪದವನ್ನು ಈ ಅಂಶವನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಲು ಬಳಸಿದೆ. ಹೀಗೆಂದೂ ಹೇಳಿದೆ—

ಮನ ಏವ ಮನುಷ್ಯಾಣಾಂ ಕಾರಣಂ ಬನ್ಧಮೋಕ್ಷಯೋಃ |

ಬನ್ಧಾಯ ವಿಷಯಾಸನ್ನೋ ಮುಕ್ತೈರ್ನಿರ್ವಿಷಯಂ ಮನಃ ||

"ಮನುಷ್ಯನ ಬಂಧನಕ್ಕೆ ಮನಸ್ಸೇ ಕಾರಣ, ಮೋಕ್ಷಕ್ಕೂ ಮನಸ್ಸೇ ಕಾರಣ. ಇಂದ್ರಿಯ ವಸ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ ಮನಸ್ಸು ಬಂಧನಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ಇಂದ್ರಿಯ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ದೂರವಾದ ಮನಸ್ಸು ಮುಕ್ತಿಗೆ ಕಾರಣ." (ಅಮೃತಬಿಂದು ಉಪನಿಷತ್ತು 2). ಆದುದರಿಂದ ಸದಾ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ಮನಸ್ಸು ಪರಮ ಮೋಕ್ಷಕ್ಕೆ ಕಾರಣ.

ಶ್ಲೋಕ - 6

ಬನ್ಧು ರಾತ್ಮಾತ್ಮನಸ್ತಸ್ಯ ಯೇನಾತ್ಮೈವಾತ್ಮನಾ ಜಿತಃ |

ಅನಾತ್ಮನಸ್ತು ಶತ್ರುತ್ವೇ ವರ್ತೇತಾತ್ಮೈವ ಶತ್ರುವತ್ ||೬||

ಬಂಧುಃ—ಮಿತ್ರನು; ಆತ್ಮಾ—ಮನಸ್ಸು; ಆತ್ಮನಃ—ಜೀವಿಯು; ತಸ್ಯ—ಆ; ಯೇನ—ಯಾವ; ಆತ್ಮಾ—ಮನಸ್ಸು; ಏವ—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; ಆತ್ಮನಾ—ಜೀವಿಯಿಂದ; ಜಿತಃ—ಗೆಲ್ಲ ಲುಟ್ಟಿರುವುದೋ; ಅನಾತ್ಮನಃ—ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ವಿಫಲನಾದವನಿಗೆ; ತು—ಆದರೆ; ಶತ್ರುತ್ವೇ—ವೈರತ್ವದ ಕಾರಣದಿಂದ; ವರ್ತೇತ—ಇರುತ್ತಾನೆ; ಆತ್ಮಾ ಏವ—ಮನಸ್ಸೇ; ಶತ್ರುವತ್—ವೈರಿಯ ಹಾಗೆ.

ಅನುವಾದ

ಯಾರು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಗೆದ್ದಿದ್ದಾನೋ ಅವನಿಗೆ ಮನಸ್ಸು ಬಂಧುವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಹಾಗೆ ಮಾಡದಿರುವವನಿಗೆ ಅವನ ಮನಸ್ಸೇ ಅತ್ಯಂತ ದೊಡ್ಡ ಶತ್ರುವಾಗುತ್ತದೆ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಮಾನವ ಜನ್ಮದ ಧೈಯವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲು ಅದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದೇ ಅಷ್ಟಾಂಗಯೋಗದ ಆಚರಣೆಯ ಉದ್ದೇಶ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸದಿದ್ದರೆ (ಬರಿಯ ತೋರಿಕೆಗಾಗಿ) ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು ವ್ಯರ್ಥ ಕಾಲಕ್ಷೇಪ. ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲಾರದವನು ಸದಾ ಅತ್ಯಂತ ದೊಡ್ಡ ಶತ್ರುವಿನೊಡನೆಯೇ ಬಾಳುತ್ತಾನೆ. ಹೀಗೆ ಅವನ ಬದುಕೂ ಅದರ ಧೈಯವೂ ಹಾಳಾಗುತ್ತವೆ. ಜೀವಿಯ ಸಹಜ ಸ್ವರೂಪವು ತನ್ನ ಮೇಲಿನವರ ಅಪ್ಪಣೆಯನ್ನು ಪರಿಪಾಲಿಸುವುದು. ಎಷ್ಟು ಕಾಲ ಮನಸ್ಸು ಇನ್ನೂ ಗೆಲ್ಲಲಾಗದ ಶತ್ರುವಾಗಿ ಉಳಿದಿರುವುದೋ ಅಷ್ಟು ಕಾಲ ಮನುಷ್ಯನು ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ, ಲೋಭ, ಮೋಹ ಮೊದಲಾದವುಗಳ ಪ್ರೇರಣೆಯಂತೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಗೆದ್ದಾಗ, ಎಲ್ಲರ ಹೃದಯಗಳಲ್ಲಿ ಪರಮಾತ್ಮನಾಗಿ ನೆಲೆಸಿರುವ ದೇವೋತ್ತಮ ಪರಮ ಪುರುಷನ ಅನುಚ್ಛೆಯಂತೆ ನಡೆಯಲು ಮನುಷ್ಯನು ತಾನಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ನಿಜವಾದ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಹೃದಯದೊಳಗಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಕಂಡು ಅವನ ಅನುಚ್ಛೆಯಂತೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಗತ್ಯ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದರೆ ಭಗವಂತನ ಪ್ರೇರಣೆಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಶರಣಾಗತಿಯು ತಂತಾನೇ ಬರುತ್ತದೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 7

ಜಿತಾತ್ಮನಃ ಪ್ರಶಾಂತಸ್ಯ ಪರಮಾತ್ಮ ಸಮಾಹಿತಃ |

ಶೀತೋಷ್ಣ ಸುಖದುಃಖೇಷು ತಥಾ ಮಾನಾಪಮಾನಯೋಃ ||2||

ಜಿತ ಆತ್ಮನಃ—ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಗೆದ್ದವನ; **ಪ್ರಶಾಂತಸ್ಯ**—ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲಿನ ಅಂತಹ ನಿಯಂತ್ರಣದಿಂದ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವನ; **ಪರಮ ಆತ್ಮ**—ಪರಮಾತ್ಮನು; **ಸಮಾಹಿತಃ**—ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಲಪಿದ; **ಶೀತ**—ಶೀತ; **ಉಷ್ಣ**—ಉಷ್ಣ; **ಸುಖ**—ಸುಖ; **ದುಃಖೇಷು**—ಮತ್ತು ದುಃಖಗಳಲ್ಲಿ; **ತಥಾ**—ಕೂಡ; **ಮಾನ**—ಗೌರವದಲ್ಲಿ; **ಅಪಮಾನಯೋಃ**—ಮತ್ತು ಅಗೌರವದಲ್ಲಿಯೂ.

ಅನುವಾದ

ಮನಸ್ಸನ್ನು ಗೆದ್ದವನು ಆಗಲೇ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಮುಟ್ಟಿದಂತೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವನು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ್ದಾನೆ. ಅಂತಹ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಸುಖದುಃಖಗಳು, ಶೀತೋಷ್ಣಗಳು, ಮಾನಾಪಮಾನಗಳು ಎಲ್ಲವೂ ಒಂದೇ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ದೇವೋತ್ತಮ ಪರಮ ಪುರುಷನು ಪರಮಾತ್ಮನಾಗಿ ಎಲ್ಲರ ಹೃದಯಗಳಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದ್ದಾನೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಿಯೂ ಆತನ ಪ್ರೇರಣೆಯಂತೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬುದೇ ಉದ್ದೇಶ. ಹೊರಗಿನ ಮಾಯಾಶಕ್ತಿಯು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ದಾರಿತಪ್ಪಿಸಿದಾಗ ಮನುಷ್ಯನು ಐಹಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಆದುದರಿಂದ ಯೋಗಪದ್ಧತಿಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದರ ಮೂಲಕ ಮನುಷ್ಯನ ಮನಸ್ಸನ್ನು

ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತಲೇ ಆತನು ಗುರಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಬೇಕು. ಮನುಷ್ಯನು ತನಗಿಂತ ಮೇಲಿನಿಂದ ಬಂದ ಅನುಚ್ಛೆಯಂತೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮನುಷ್ಯನ ಮನಸ್ಸು ಪರಾಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದಾಗ ಪರಮ ಪ್ರಭುವಿನ ಅನುಚ್ಛೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಆತನಿಗೆ ಬೇರೆ ಮಾರ್ಗವೇ ಇಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸು ತನಗಿಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದದ್ದರ ಅನುಚ್ಛೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಅದರಂತೆ ನಡೆಯಬೇಕು. ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದರ ಪರಿಣಾಮವೆಂದರೆ ಮನುಷ್ಯನು ತಾನಾಗಿಯೇ ಪರಮಾತ್ಮನ ಪ್ರೇರಣೆಯಂತೆ ನಡೆಯುತ್ತಾನೆ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವವನು ಈ ದಿವ್ಯಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕೂಡಲೇ ಸಾಧಿಸುವುದರಿಂದ ದುಃಖ-ಸುಖ, ಶೀತ-ಉಷ್ಣ ಮೊದಲಾದ ಐಹಿಕ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ದ್ವಂದ್ವಗಳು ಭಗವಂತನ ಭಕ್ತನನ್ನು ಬಾಧಿಸಲಾರವು. ಈ ಸ್ಥಿತಿಯೇ ವಾಸ್ತವಿಕ ಸಮಾಧಿ ಅಥವಾ ಪರಮ ಪುರುಷನಲ್ಲಿ ತಲ್ಲೀನನಾಗುವುದು.

ಶ್ಲೋಕ - 8

ಜ್ಞಾನವಿಜ್ಞಾನತ್ಯಪ್ತಾತ್ಮಾ ಕೂಟಸ್ಥೋ ವಿಜಿತೇಂದ್ರಿಯಃ |

ಯುಕ್ತ ಇತ್ಯುಚ್ಯತೇ ಯೋಗೀ ಸಮಲೋಷ್ವಾಶ್ಚ ಕಾಂಕ್ಷನಃ ||೮||

ಜ್ಞಾನ—ಆರ್ಚಿತ ಜ್ಞಾನ; **ವಿಜ್ಞಾನ**—ಮತ್ತು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಜ್ಞಾನಗಳಿಂದ; **ತ್ಯಪ್ತ**—ತ್ಯಪ್ತನಾದ; **ಆತ್ಮಾ**—ಜೀವಿಯು; **ಕೂಟಸ್ಥಃ**—ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ನೆಲೆಸಿದ; **ವಿಜಿತೇಂದ್ರಿಯಃ**—ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿದ; **ಯುಕ್ತಃ**—ಆತ್ಮ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಅರ್ಹನು; **ಇತಿ**—ಎಂದು; **ಉಚ್ಯತೇ**—ಹೇಳಲಾಗಿದೆ; **ಯೋಗೀ**—ಯೋಗಿಯು; **ಸಮ**—ಸಮಚಿತ್ತನು; **ಲೋಷ್ವಾ**—ಮಣ್ಣಿನ ಹೆಂಟೆಗಳು; **ಅಶ್ಚ**—ಕಲ್ಲು; **ಕಾಂಕ್ಷನಃ**—ಚಿನ್ನವು.

ಅನುವಾದ

ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನು ತಾನು ಗಳಿಸಿದ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಗಳಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದರೆ ಆತನು ಆತ್ಮ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರನಾಗಿರುವನೆಂದೂ ಮತ್ತು ಯೋಗಿಯೆಂದೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಮನುಷ್ಯನು ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿದ್ದು ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಗೆದ್ದಿರುತ್ತಾನೆ. ಮಣ್ಣಾಗಲೀ, ಕಲ್ಲಾಗಲೀ ಅಥವಾ ಚಿನ್ನವಾಗಲಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಆತನು ಒಂದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಾನೆ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಪರಮಸತ್ಯದ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಿಲ್ಲದ ಪುಸ್ತಕಜ್ಞಾನದಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದೆ—

ಅತಃ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನಾಮಾದಿ ನ ಭವೇದ್ ಗ್ರಾಹ್ಯಮ್ ಇಂದ್ರಿಯೈಃ |

ಸೇವೋನ್ಮುಖೇ ಹಿ ಜಿಹ್ವಾದೌ ಸ್ವಯಮೇವ ಸ್ಪರ್ಶತ್ಯದಃ ||

"ಐಹಿಕವಾಗಿ ಕಲುಷಿತಗೊಂಡ ತನ್ನ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೂಲಕ ಯಾರೂ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ನಾಮ, ರೂಪ, ಗುಣ ಮತ್ತು ಲೀಲೆಗಳ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ತಿಳಿಯಲಾರರು. ಭಗವಂತನ ದಿವ್ಯಸೇವೆಯಿಂದ ಮನುಷ್ಯನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕದಲ್ಲಿ ಮಗ್ನನಾದಾಗ ಮಾತ್ರ ಭಗವಂತನ ಅಲೌಕಿಕ

ನಾಮ, ರೂಪ, ಗುಣ ಮತ್ತು ಲೀಲೆಗಳು ಅವನ ಮುಂದೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ." (ಭಕ್ತಿರಸಾಮೃತಸಿಂಧು 1.2.234).

ಭಗವದ್ಗೀತೆಯು ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ವಿಜ್ಞಾನ. ಐಹಿಕ ಪಾಂಡಿತ್ಯ ಮಾತ್ರದಿಂದಲೇ ಯಾರೂ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲಾರರು. ಪರಿಶುದ್ಧ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವವನ ಸಹವಾಸಭಾಗ್ಯವು ದೊರೆಯಬೇಕು. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವ ಮನುಷ್ಯನು ಕೃಷ್ಣನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾನೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಪರಿಶುದ್ಧ ಭಕ್ತಿಸೇವೆಯಿಂದ ಅವನಿಗೆ ತೃಪ್ತಿ. ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಂಡು ಮನುಷ್ಯನು ಪರಿಪೂರ್ಣನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮನುಷ್ಯನು ತನ್ನ ದೃಢನಂಬಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಚಲನಾಗಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಬರಿಯ ಪಾಂಡಿತ್ಯದಿಂದ ಮನುಷ್ಯನು ಭ್ರಮೆಗೆ ಒಳಗಾಗಬಹುದು. ಹೊರಗೆ ತೋರುವ ಪರಸ್ಪರ ದ್ವಂದ್ವಗಳಿಂದ ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಬಹುದು. ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಪಡೆದ ಆತ್ಮನಿಗೆ ಮಾತ್ರವೇ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಸಂಯಮವು ಸಾಧ್ಯ. ಏಕೆಂದರೆ ಇಂತಹ ಮನುಷ್ಯನು ಕೃಷ್ಣನಿಗೆ ಶರಣಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಐಹಿಕ ಪಾಂಡಿತ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಯಾವ ಸಂಬಂಧವನ್ನೂ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದ ಅವನು ದಿವ್ಯಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತಾನೆ. ಐಹಿಕ ಪಾಂಡಿತ್ಯ ಮತ್ತು ಊಹಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆ ಇತರರಿಗೆ ಬಂಗಾರಕ್ಕೆ ಸಮಾನ. ಆದರೆ ಈ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಅವು ಬರಿಯ ಕಲ್ಲಿನ ಚೂರುಗಳಿಗೆ ಸಮಾನ.

ಶ್ಲೋಕ - 9

ಸುಹೃನ್ಮಿತ್ರಾಯುರ್ವಿದಾಸೀನಮಧ್ಯಸ್ಥದ್ವೇಷ್ಯಬನ್ಧುಷು |
ಸಾಧುಷ್ವಪಿ ಚ ಪಾಪೇಷು ಸಮಬುದ್ಧಿರ್ವಿಶಿಷ್ಯತೇ ||೯||

ಸುಹೃತ್—ಸ್ವಭಾವತಃ ಹಿತೈಷಿ; ಮಿತ್ರ—ವಾತ್ಸಲ್ಯಯುತ ಉಪಕಾರಿ; ಅರಿ—ಶತ್ರು; ಉದಾಸೀನ—ವಿರೋಧಿಗಳ ನಡುವೆ ಅಲಿಪ್ತ; ಮಧ್ಯಸ್ಥ—ವಿರೋಧಿಗಳ ನಡುವೆ ಮಧ್ಯವರ್ತಿ; ದ್ವೇಷ್ಯ—ಅಸೂಯಾಪರರು; ಬನ್ಧುಷು—ಬಂಧುಗಳು ಮತ್ತು ಹಿತೈಷಿಗಳಲ್ಲಿ; ಸಾಧುಷು—ಧರ್ಮಶ್ರದ್ಧೆಯುಳ್ಳವರಲ್ಲಿ; ಅಪಿ—ಹಾಗೆಯೇ; ಚ—ಮತ್ತು; ಪಾಪೇಷು—ಪಾಪಿಗಳಲ್ಲಿ; ಸಮಬುದ್ಧಿಃ—ಸಮಬುದ್ಧಿಯುಳ್ಳವನು; ವಿಶಿಷ್ಯತೇ—ಬಹು ಪ್ರಗತಿಶೀಲನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ.

ಅನುವಾದ

ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಹಿತೈಷಿಗಳು, ಪ್ರೀತಿಯ ಮಿತ್ರರು, ಉದಾಸೀನರಿಂದ ಇರುವವರು, ಮಧ್ಯವರ್ತಿಗಳು, ಅಸೂಯಾಪರರು, ಬಂಧುಗಳು, ಶತ್ರುಗಳು, ಸಾಧುಗಳು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಸಮಭಾವನೆಯಿಂದ ಮನುಷ್ಯನು ಕಾಣಬಲ್ಲವನಾದಾಗ ಆತನನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಉನ್ನತನೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 10

ಯೋಗೀ ಯುಞ್ಜೀತ ಸತತಮಾತ್ಮಾನಂ ರಹಸಿ ಸ್ಥಿತಃ |
ಏಕಾಕೀ ಯತಚಿತ್ತಾತ್ಮಾ ನಿರಾಶೀರಪರಿಗ್ರಹಃ ||೧೦||

ಯೋಗೀ—ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಯು; ಯುಞ್ಜೀತ—ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರಗೊಳಿಸಬೇಕು;

ಸತತಮ್—ನಿರಂತರವಾಗಿ; **ಆತ್ಮಾನಮ್**—ತನ್ನನ್ನು (ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಆತ್ಮಗಳಿಂದ); **ರಹಸಿ**—ಏಕಾಂತಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ; **ಸ್ಥಿತಃ**—ನೆಲೆಸಿದವನಾಗಿ; **ಏಕಾಕೀ**—ಒಬ್ಬನೇ; **ಯತ ಚಿತ್ತ ಆತ್ಮಾ**—ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸದಾ ಜಾಗೃತನಾಗಿ; **ನಿರಾಶೀ**—ಬೇರೆಯಾವುದರಿಂದಲೂ ಆಕರ್ಷಿತನಾಗದೆ; **ಅಪರಿಗ್ರಹಃ**—ಸ್ವಾಧೀನತಾಭಾವದಿಂದ ಮುಕ್ತನಾಗಿ.

ಅನುವಾದ

ಯೋಗಿಯು ತನ್ನ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಆತ್ಮಗಳನ್ನು ಪರಮ ಪ್ರಭುವಿನ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ಸದಾ ತೊಡಗಿಸಬೇಕು. ಆತನು ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿ ವಾಸಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಯಾವಾಗಲೂ ಎಚ್ಚರದಿಂದ ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡಬೇಕು. ಆತನು ಬಯಕೆಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಗಳಿಕೆಯ ಆಸೆಯಿಂದ ಮುಕ್ತನಾಗಿರಬೇಕು.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಬ್ರಹ್ಮನ್, ಪರಮಾತ್ಮ ಮತ್ತು ದೇವೋತ್ತಮ ಪರಮ ಪುರುಷ ಎಂದು ಬೇರೆಬೇರೆ ಪ್ರಮಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಕೃಷ್ಣ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯೆಂದರೆ ಸದಾ ಭಗವಂತನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರೇಮಪೂರ್ವಕ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ನಿರತನಾಗಿರುವುದು. ಆದರೆ ನಿರಾಕಾರ ಬ್ರಹ್ಮನಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಅಂತರ್ಯಾಮಿ ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವವರೂ ಸಹ ಭಾಗಶಃ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವವರೇ. ಏಕೆಂದರೆ ನಿರಾಕಾರ ಬ್ರಹ್ಮವು ಕೃಷ್ಣನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕಿರಣ ಮತ್ತು ಪರಮಾತ್ಮನು ಕೃಷ್ಣನ ಸರ್ವಾಂತರ್ಯಾಮಿಯಾದ ಸ್ವಾಂಶ ವಿಸ್ತರಣ. ಹೀಗೆ ನಿರಾಕಾರವಾದಿಯೂ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಯೋಗಿಯೂ ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವವರೇ. ನೇರವಾಗಿ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವ ಮನುಷ್ಯನು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಇಂತಹ ಭಕ್ತನಿಗೆ ಬ್ರಹ್ಮನ್ ಎಂದರೇನು, ಪರಮಾತ್ಮ ಎಂದರೇನು, ಎಂದು ತಿಳಿದಿದೆ. ಪರಮ ಸತ್ಯದ ಅವನ ಜ್ಞಾನ ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿದೆ; ಆದರೆ ನಿರಾಕಾರವಾದಿಯ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಯೋಗಿಯ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಅಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿದೆ.

ಆದರೂ ಇಲ್ಲಿ ಇವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ತಮ್ಮ ವಿಶಿಷ್ಟ ಅನ್ವೇಷಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಸತತವಾಗಿ ತೊಡಗಿರುವಂತೆ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಶೀಘ್ರವಾಗಿಯೋ ಅಥವಾ ವಿಳಂಬವಾಗಿಯೋ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಯ ಮೊದಲನೆಯ ಕೆಲಸವೆಂದರೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸದಾ ಕೃಷ್ಣನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಳಿಸುವುದು. ಮನುಷ್ಯನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಕೃಷ್ಣನನ್ನು ಕುರಿತು ಯೋಚಿಸಬೇಕು. ಅವನನ್ನು ಒಂದು ಕ್ಷಣವೂ ಮರೆಯಲಾಗದು. ಪರಮ ಪುರುಷನಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಮಾಧಿ ಎಂದು ಹೆಸರು. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ಮನುಷ್ಯನು ಯಾವಾಗಲೂ ಏಕಾಂತವಾಸಿಯಾಗಿರಬೇಕು. ಹೊರಗಿನ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಕ್ಷೋಭೆಯುಂಟಾಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ತನ್ನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಸಹಕಾರಿಯಾದದ್ದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಮತ್ತು ಅನನುಕೂಲವಾದದ್ದನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಲು ಅವನು ಸದಾ ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರಬೇಕು. ಹಲವು ಅನಗತ್ಯವಾದ ಐಹಿಕ ವಸ್ತುಗಳು ಮನುಷ್ಯನಲ್ಲಿ ಒಡೆತನದ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಪರಿಪೂರ್ಣ ದೃಢ ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿ ಆತನು ಇವುಗಳ ಬಯಕೆಯನ್ನು ದೂರವಿಡಬೇಕು.

ಈ ಎಲ್ಲ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಳನ್ನೂ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನೂ ಮನುಷ್ಯನು ನೇರವಾಗಿ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಾರ್ಯತಮಾಡಬಹುದು. ಏಕೆಂದರೆ ನೇರ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಎಂದರೆ ಆತ್ಮತ್ಯಾಗ; ಇದರಲ್ಲಿ ಐಹಿಕ ಗಳಿಕೆಯ ಬಯಕೆಗೆ ಅವಕಾಶವೇ ಇಲ್ಲ. ಶ್ರೀ ರೂಪ ಗೋಸ್ವಾಮಿಯವರು ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ —

ಅನಾಸಕ್ತಸ್ಯ ವಿಷಯಾನ್ ಯಥಾರ್ಹಮ್ ಉಪಯುಜ್ಜತಃ |

ನಿರ್ಬಂಧಃ ಕೃಷ್ಣಸಂಬಂಧೇ ಯುಕ್ತಂ ವೈರಾಗ್ಯಮುಚ್ಯತೇ ||

ಪ್ರಾಪ್ನೋತಿ ಕತಯಾ ಬುದ್ಧ್ಯಾ ಹರಿಸಮ್ಪನ್ನಿ ವಸ್ತುನಃ |

ಮುಮುಕ್ಷುಭಃ ಪರಿತ್ಯಾಗೋ ವೈರಾಗ್ಯಂ ಫಲ್ಗು ಕಥ್ಯತೇ ||

"ಮನುಷ್ಯನು ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದಾಗ ಆದರೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಕೃಷ್ಣಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದಾಗ ಆತನು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಗಳಿಕೆಯ ಹಂಬಲವನ್ನು ಮೀರಿದವನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅದರ ಬದಲು ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ಅದಕ್ಕೆ ಕೃಷ್ಣನೊಡನಿರುವ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ತಿಳಿಯದೆ ತಿರಸ್ಕರಿಸುವವನು ತ್ಯಾಗದಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟು ಪರಿಪೂರ್ಣನಲ್ಲ." (ಭಕ್ತಿರಸಾಮೃತಸಿಂಧು 2.255-256)

ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಿರುವ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ಕೃಷ್ಣನಿಗೆ ಸೇರಿದ್ದು ಎನ್ನುವುದು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಯಾವ ವಸ್ತುವೇ ಆದರೂ ತನಗೆ ಸೇರಿದ್ದು ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಹೀಗಿರುವಾಗ ತನಗೆ ಬೇಕೆಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಆತನು ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಹಂಬಲಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಅನುಕೂಲವಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಪ್ರತಿಕೂಲವಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ತಿರಸ್ಕರಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಆತನಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಆತನು ಐಹಿಕ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಸದಾ ದೂರವಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಆತನು ಸದಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತಾನೆ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇಲ್ಲದಿರುವವರೊಂದಿಗೆ ಅವನಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದ ಅವನು ಯಾವಾಗಲೂ ಏಕಾಕಿ. ಆದುದರಿಂದ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವ ಮನುಷ್ಯನು ಪರಿಪೂರ್ಣ ಯೋಗಿ.

ಶ್ಲೋಕ 11-12

ಶುಚೌ ದೇಶೇ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪ್ಯ ಸ್ಥಿರಮಾಸನಮಾತ್ಮನಃ |

ನಾತ್ಯುಚ್ಚಿತಂ ನಾತಿನೀಚಂ ಚೈಲಾಜಿನಕುಶೋತ್ತರಮ್ ||೧೧||

ತತ್ರೈಕಾಗ್ರಂ ಮನಃ ಕೃತ್ವಾ ಯತಚಿತ್ತೇನ್ದ್ರಿಯಕ್ರಿಯಃ |

ಉಪವಿಶ್ಯಾಸನೇ ಯುಷ್ಣಾನ್ದ್ರ ಯೋಗಮಾತ್ಮವಿಶುದ್ಧಯೇ ||೧೨||

ಶುಚೌ—ಶುದ್ಧವಾದ; ದೇಶೇ—ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ; ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪ್ಯ—ಇರಿಸಿ; ಸ್ಥಿರಮ್—ಸ್ಥಿರವಾಗಿ; ಆಸನಮ್—ಆಸನವನ್ನು; ಆತ್ಮನಃ—ತನ್ನ; ನ—ಅಲ್ಲದ; ಅತಿ—ಬಹಳ; ಉಚ್ಚಿತಮ್—ಎತ್ತರವಾದದ್ದು; ನ—ಅಲ್ಲದ; ಅತಿ—ಬಹಳ; ನೀಚಮ್—ತಗ್ಗಾದದ್ದು; ಚೈಲಾಜಿನ—ಮೃದುವಾದ ಬಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಜಿಂಕೆಯ ಚರ್ಮ; ಕುಶ—ಮತ್ತು ದರ್ಭೆಗಳನ್ನು; ಉತ್ತರಮ್—ಹೊದಿಸಿದ; ತತ್ರ—

ಅದರ ಮೇಲೆ; ಏಕ ಅಗ್ರಮ್—ಏಕಾಗ್ರವಾಗಿ; ಮನಃ—ಮನಸ್ಸನ್ನು; ಕೃತ್ವಾ—ಮಾಡಿ; ಯತ ಚಿತ್ತ—ನಿಯಂತ್ರಿಸಿದ ಮನಸ್ಸು; ಇಂದ್ರಿಯ—ಇಂದ್ರಿಯಗಳ; ಕ್ರಿಯಃ—ಕ್ರಿಯೆಗಳುಳ್ಳವನಾಗಿ; ಉಪವಿಶ್ಯ—ಕುಳಿತು; ಆಸನೇ—ಆಸನದಲ್ಲಿ; ಯುಷ್ಣಾತ್—ಆಚರಿಸಬೇಕು; ಯೋಗಮ್—ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು; ಆತ್ಮ—ಹೃದಯ; ವಿಶುದ್ಧಯೇ—ಶುದ್ಧಿಗಾಗಿ.

ಅನುವಾದ

ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಏಕಾಂತವಾದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಕು. ನೆಲದ ಮೇಲೆ ದರ್ಭೆಯನ್ನು ಇಟ್ಟು ಅದನ್ನು ಜಿಂಕೆಯ ಚರ್ಮ ಮತ್ತು ಮೃದುವಾದ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಮುಚ್ಚಬೇಕು. ಪೀಠವು ಬಹಳ ಎತ್ತರವಾಗಿಯೂ ಇರಬಾರದು, ಬಹಳ ತಗ್ಗಾಗಿಯೂ ಇರಬಾರದು ಮತ್ತು ಅದು ಪವಿತ್ರವಾದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿರಬೇಕು. ಯೋಗಿಯು ಅದರ ಮೇಲೆ ದೃಢವಾಗಿ ಕುಳಿತು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನೂ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನೂ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಒಂದು ಬಿಂದುವಿನಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ ಹೃದಯವನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸಲು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಪವಿತ್ರಸ್ಥಳ ಎಂದರೆ ಯಾತ್ರಾಸ್ಥಳಗಳು. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಯೋಗಿಗಳು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಗಳು ಅಥವಾ ಭಕ್ತರು ಎಲ್ಲರೂ ಮನೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಪ್ರಯಾಗ, ಮಥುರಾ, ವೃಂದಾವನ, ಹೃಷೀಕೇಶ ಮತ್ತು ಹರಿದ್ವಾರಗಳಂತಹ ಪುಣ್ಯಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಯಮುನಾ ಮತ್ತು ಗಂಗಾಗಳಂತಹ ಪವಿತ್ರ ನದಿಗಳು ಹರಿಯುವೆಡೆ ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಬಹುಬಾರಿ ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯರಿಗೆ ಇದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ದೊಡ್ಡನಗರಗಳಲ್ಲಿ ಯೋಗಸಂಸ್ಥೆಗಳೆಂದು ಕರೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಲಾಭ ಪಡೆಯುವುದರಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಅವು ಸಮರ್ಪಕವಲ್ಲ. ಮನೋನಿಗ್ರಹವಿಲ್ಲದವರು, ಮನೋಕ್ಷೋಭೆಯುಳ್ಳವರು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಲಾರರು. ಈಗಿನ ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರ ಆಯುಸ್ಸು ಕಡಮೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅವರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಪಡೆಯುವುದರಲ್ಲಿ ಸೋಮಾರಿಗಳು ಮತ್ತು ಹಲವಾರು ಆತಂಕಗಳು ಸದಾ ಅವರ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕಲಕುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಇಂತಹ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾರ್ಗ ಭಗವಂತನ ಪವಿತ್ರನಾಮದ ಸಂಕೀರ್ತನೆ ಎಂದು ಬೃಹನ್‌ನಾರದೀಯ ಪುರಾಣದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದೆ.

ಹರೇರ್ ನಾಮ ಹರೇರ್ ನಾಮ ಹರೇರ್ ನಾಮ ಹರೇರ್ ನಾಮೈವ ಕೇವಲಮ್ |

ಕಲೌ ನಾಸ್ತಿ ಏವ ನಾಸ್ತಿ ಏವ ನಾಸ್ತಿ ಏವ ಗತಿರ್ ಅನ್ಯಥಾ ||

"ಕಲಹ ಮತ್ತು ಕಪಟದ ಈ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನ ಪವಿತ್ರನಾಮ ಸಂಕೀರ್ತನೆಯೊಂದೇ ಉದ್ಧಾರದ ಮಾರ್ಗ. ಬೇರೆ ಮಾರ್ಗವೇ ಇಲ್ಲ, ಬೇರೆ ಮಾರ್ಗವೇ ಇಲ್ಲ, ಬೇರೆ ಮಾರ್ಗವೇ ಇಲ್ಲ."

ಶ್ಲೋಕ 13-14

ಸಮಂ ಕಾಯಶಿರೋಗ್ರೀವಂ ಧಾರಯನ್ನಚಲಂ ಸ್ಥಿರಃ |

ಸಮ್ಪ್ರೇಕ್ಷ್ಯ ನಾಸಿಕಾಗ್ರಂ ಸ್ವಂ ದಿಶಶ್ಚಾನವಲೋಕಯನ್ ||೧೩||

ಪ್ರಶಾನ್ತಾತ್ಮಾ ವಿಗತಭೀರ್ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿವ್ರತೇ ಸ್ಥಿತಃ |

ಮನಃ ಸಂಯಮ್ಯ ಮಚ್ಚಿತ್ತೋ ಯುಕ್ತ ಆಸೀತ ಮತ್ಪರಃ ||೧೪||

ಸಮಮ್—ನೇರವಾಗಿ; ಕಾಯ—ಶರೀರ; ಶಿರಃ—ತಲೆ; ಗ್ರೀವಮ್—ಮತ್ತು ಕತ್ತನ್ನು; ಧಾರಯನ್—ನಿಲ್ಲಿಸಿ; ಅಚಲಮ್—ಚಲಿಸದೆ; ಸ್ಥಿರಃ—ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿ; ಸಮ್ಪ್ರೇಕ್ಷ್ಯ—ನೋಡುತ್ತಾ; ನಾಸಿಕಾ—ಮೂಗಿನ; ಅಗ್ರಮ್—ತುದಿಯನ್ನು; ಸ್ವಮ್—ತನ್ನ; ದಿಶಃ—ಎಲ್ಲ ದಿಕ್ಕುಗಳನ್ನು; ಚ—ಕೂಡಾ; ಅನವಲೋಕಯನ್—ನೋಡದೆ; ಪ್ರಶಾನ್ತ—ಅನುದ್ವಿಗ್ನವಾದ; ಆತ್ಮಾ— ಮನಸ್ಸುಳ್ಳವನಾಗಿ; ವಿಗತ ಭೀಃ—ಭಯರಹಿತನಾಗಿ; ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿವ್ರತೇ—ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯವ್ರತದಲ್ಲಿ; ಸ್ಥಿತಃ—ನೆಲೆಸಿದವನಾಗಿ; ಮನಃ—ಮನಸ್ಸನ್ನು; ಸಂಯಮ್ಯ—ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಗ್ರಹಿಸಿ; ಮತ್—ನನ್ನ ಮೇಲೆ (ಕೃಷ್ಣನಮೇಲೆ); ಚಿತ್ತಃ—ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿದವನಾಗಿ; ಯುಕ್ತಃ—ವಾಸ್ತವಿಕಯೋಗಿಯು; ಆಸೀತ್—ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು; ಮತ್—ನನ್ನನ್ನು; ಪರಃ—ಅಂತಿಮ ಗುರಿಯಾಗಿರಿಸಿದವನಾಗಿ.

ಅನುವಾದ

ದೇಹ, ಕುತ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ಶಿರಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಒಂದು ಪಂಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿರಿಸಿಕೊಂಡು ಮೂಗಿನ ತುದಿಯನ್ನು ಒಂದೇ ಸಮನೆ ದೃಷ್ಟಿಸಬೇಕು. ಪ್ರಶಾಂತಾತ್ಮನಾಗಿ, ನಿರ್ಭಯವಾಗಿ, ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಯಾಗಿ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನೇ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ನನ್ನನ್ನೇ ಜೀವನದ ಅಂತಿಮ ಗುರಿಯಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಕೃಷ್ಣನನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಬದುಕಿನ ಗುರಿ. ಆತನು ಪರಮಾತ್ಮನಾಗಿ, ಚತುರ್ಭುಜನಾದ ವಿಷ್ಣುವಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಿಯ ಹೃದಯದಲ್ಲಿಯೂ ನೆಲೆಸಿದ್ದಾನೆ. ಯೋಗ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದರ ಉದ್ದೇಶವು ಹೃದಯಸ್ಥನಾದ ಈ ವಿಷ್ಣುವಿನ ಅಂತರ್ಯಾಮಿ ರೂಪವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡು ನೋಡುವುದು, ಮತ್ತೇನೂ ಅಲ್ಲ. ಈ ವಿಷ್ಣುಮೂರ್ತಿಯು ಮನುಷ್ಯನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿರುವ ಕೃಷ್ಣನ ಸ್ವಾಂಶ ಪ್ರತಿನಿಧಿ. ಈ ವಿಷ್ಣುಮೂರ್ತಿಯ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದ ಉದ್ದೇಶವಿಲ್ಲದವನು ಅಣಕು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುತ್ತಾನೆ, ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿಯೂ ಕಾಲವನ್ನು ವ್ಯರ್ಥಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಕೃಷ್ಣನೇ ಬದುಕಿನ ಕಟ್ಟಕಡೆಯ ಗುರಿ. ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವ ವಿಷ್ಣುಮೂರ್ತಿಯು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಗುರಿ. ಹೃದಯದೊಳಗಿರುವ ಈ ವಿಷ್ಣುಮೂರ್ತಿಯ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಮನುಷ್ಯನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಲೈಂಗಿಕ ಜೀವನದಿಂದ ಮುಕ್ತನಾಗಿರಬೇಕು. ಆದುದರಿಂದ ಮನುಷ್ಯನು ತನ್ನ ಮನೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಒಬ್ಬನೇ ಏಕಾಂತ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸಬೇಕು. ಮೇಲೆ ಹೇಳಿರುವಂತೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮನುಷ್ಯನು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಬೇರೆಲ್ಲಿಯಾದರೂ ಕಾಮಸುಖವನ್ನು

ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಯೋಗ ತರಗತಿ ಎಂದು ಕರೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ತರಗತಿಗೆ ಹಾಜರಾಗಿ ಯೋಗಿಯಾಗುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಮನುಷ್ಯನು ಮನಸ್ಸಿನ ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಇಂದ್ರಿಯತೃಪ್ತಿಯನ್ನು — ಇದರಲ್ಲಿ ಕಾಮ ಜೀವನವೇ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು — ತಪ್ಪಿಸುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಬೇಕು. ಮಹರ್ಷಿ ಯಾಜ್ಞವಲ್ಕ್ಯ ಬರೆದ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯದ ನಿಯಮಗಳಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದೆ —

**ಕರ್ಮಣಾ ಮನಸಾ ವಾಚಾ ಸರ್ವಾವಸ್ಥಾಸು ಸರ್ವದಾ |
ಸರ್ವತ್ರ ಮೈಥುನತ್ಯಾಗೋ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯಂ ಪ್ರಚಕ್ಷತೇ ||**

"ಮನುಷ್ಯನು ಎಲ್ಲ ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿಯೂ, ಎಲ್ಲ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿಯೂ, ಎಲ್ಲ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಕಾಯಾ ವಾಚಾ ಮನಸಾ ಕಾಮಭೋಗವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವರ್ಜಿಸಲು ನೆರವಾಗುವುದು ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯ ವ್ರತದ ಉದ್ದೇಶ." ಕಾಮಲಂಘನತೆಯ ಮೂಲಕ ಯಾರೂ ಸರಿಯಾಗಿ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ, ಕಾಮ ಜೀವನದ ಅರಿವೇ ಇಲ್ಲದ ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೂ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯವನ್ನು ಬೋಧಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಐದು ವರ್ಷದ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಗುರುಕುಲಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಿಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಗುರುವು ಪುಟ್ಟ ಬಾಲಕರಿಗೆ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯದ ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಿನ ಶಿಸ್ತನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತಾನೆ. ಇಂತಹ ಅಭ್ಯಾಸವಿಲ್ಲದೆ ಧ್ಯಾನ, ಜ್ಞಾನ ಅಥವಾ ಭಕ್ತಿ — ಯಾವುದೇ ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ವಿವಾಹಿತ ಜೀವನದ ನಿಯಮ ನಿಬಂಧನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತ ತನ್ನ ಹೆಂಡತಿಯೊಡನೆ ಮಾತ್ರ (ಅದೂ ನಿಯಮಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ) ಲೈಂಗಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವನನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿ ಎಂದೇ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಸಂಯಮಯುತ ಗೃಹಸ್ಥ ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಯನ್ನು ಭಕ್ತಿಪಂಥದಲ್ಲಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಪಂಥಗಳು ಗೃಹಸ್ಥ ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅವು ಸ್ವಲ್ಪವೂ ರಾಜಿಯಿಲ್ಲದೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ವರ್ಜನೆಯನ್ನು ಬಯಸುತ್ತವೆ. ಭಕ್ತಿಪಂಥದಲ್ಲಿ ಗೃಹಸ್ಥ ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಗೆ ನಿಯಂತ್ರಿತ ಕಾಮಜೀವನಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶವುಂಟು. ಏಕೆಂದರೆ ಭಕ್ತಿಯೋಗವು ಎಷ್ಟು ಶಕ್ತಿಶಾಲಿಯೆಂದರೆ ಮನುಷ್ಯನು ಶ್ರೇಷ್ಠನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವುದರಿಂದ ತಂತಾನೇ ಕಾಮದ ಆಕರ್ಷಣೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ (2.59) ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದೆ —

**ವಿಷಯಾ ವಿನಿವರ್ತನ್ತೇ ನಿರಾಹಾರಸ್ಯ ದೇಹಿನಃ |
ರಸವರ್ಜಂ ರಸೋಽಸ್ಯಸ್ಯ ಪರಂ ದೃಷ್ಟ್ವಾ ನಿವರ್ತತೇ ||**

ಇತರರು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಇಂದ್ರಿಯಭೋಗವನ್ನು ತಡೆಹಿಡಿಯಬೇಕಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪರಮಾತ್ಮನ ಭಕ್ತನು ತನ್ನ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಅಭಿರುಚಿಯಿಂದ ನಿರಾಯಾಸವಾಗಿ ಅದನ್ನು ದೂರವಿಡುತ್ತಾನೆ. ಭಕ್ತನಲ್ಲದೆ ಬೇರಾರಿಗೂ ಆ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸವಿಯ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಒಂದಿಷ್ಟೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ವಿಗತಭೋ: ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಚ್ಛೆಯಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದಿರುವ ಮನುಷ್ಯನು ನಿರ್ಭಯನಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ತನ್ನ ವಕ್ರ ಸ್ಮರಣೆಯಿಂದಾಗಿ, ಕೃಷ್ಣನೊಡನೆ ತನ್ನ ನಿರಂತರ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಮರೆತಿದ್ದರಿಂದಾಗಿ ಬದ್ಧ ಆತ್ಮವು ಭಯದಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ. ಭಾಗವತವು (11.2.37) **ಭಯಂ ದ್ವಿತೀಯಾಭಿನಿವೇಶತಃ ಸ್ಯಾದೀಶಾದ್ ಅಪೇತಸ್ಯ ವಿಪರ್ಯಯೋಽಸ್ಯತ್ಪ್ರತಿಃ** ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ನಿರ್ಭೀತಿಗೆ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಚ್ಛೆಯೊಂದೇ ಆಧಾರ. ಆದುದರಿಂದ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಚ್ಛೆ ಇರುವವನಿಗೆ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಅಭ್ಯಾಸವು ಸಾಧ್ಯ. ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಅಂತಿಮಗುರಿಯು ಒಳಗಿರುವ ಭಗವಂತನನ್ನು

ಕಾಣುವುದಾದ್ದರಿಂದ ಕೃಷ್ಣ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿರುವವನು ಆಗಲೇ ಯೋಗಿಶ್ರೇಷ್ಠನಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಇಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯ ತತ್ವಗಳು ಯೋಗ ಸಂಘಗಳೆಂದು ಕರೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ತತ್ವಗಳಿಂದ ಭಿನ್ನವಾಗಿವೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 15

ಯುಇನ್ದನ್ನೇವಂ ಸದಾತ್ಮಾನಂ ಯೋಗೀ ನಿಯತಮಾನಸಃ |

ಶಾನ್ತಿಂ ನಿರ್ವಾಣಪರಮಾಂ ಮತ್ಸಂಸ್ಥಾ ಮಧಿಗಚ್ಛತಿ ||೧೫||

ಯುಇನ್ದನ್—ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡುತ್ತಾ; ಏವಮ್—ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದಂತೆ; ಸದಾ—ನಿರಂತರವಾಗಿ; ಆತ್ಮಾನಮ್—ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಆತ್ಮವನ್ನು; ಯೋಗೀ—ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಯು; ನಿಯತ ಮಾನಸಃ—ನಿಯಂತ್ರಿತಮನಸ್ಸುಳ್ಳ; ಶಾನ್ತಿಮ್—ಶಾಂತಿಯನ್ನು; ನಿರ್ವಾಣಪರಮಾಮ್—ಭೌತಿಕ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ನಿಲುಗಡೆಯನ್ನು; ಮತ್ ಸಂಸ್ಥಾಮ್—ಪರವ್ಯೋಮ (ಭಗವದ್ಧಾಮ)ವನ್ನು; ಅಧಿಗಚ್ಛತಿ—ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ.

ಅನುವಾದ

ಹೀಗೆ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಗಳ ನಿರಂತರ ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತ ಯೋಗಿಯು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯತಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡು ಭಗವಂತನ ರಾಜ್ಯವನ್ನು (ಅಥವಾ ಕೃಷ್ಣನ ನಿವಾಸವನ್ನು) ಐಹಿಕ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಅಂತ್ಯದ ಮೂಲಕ ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಅಂತಿಮ ಗುರಿಯನ್ನು ಈಗ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದೆ. ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಗುರಿ ಯಾವುದೇ ಐಹಿಕ ಸೌಲಭ್ಯವಲ್ಲ. ಅದರ ಗುರಿ ಎಲ್ಲ ಐಹಿಕ ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಕೊನೆಗಾಣಿಸುವುದು. ಭಗವದ್ಗೀತೆಯ ಪ್ರಕಾರ, ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುವವನು ಅಥವಾ ಐಹಿಕ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಬಯಸುವವನು ಯೋಗಿಯಲ್ಲ. ಐಹಿಕ ಅಸ್ತಿತ್ವವು ಕೊನೆಗಾಣುವುದೆಂದರೆ ಶೂನ್ಯವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು ಅಲ್ಲ; ಶೂನ್ಯವು ಬರಿಯ ಕಟ್ಟುಕತೆ. ಭಗವಂತನ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿಯೂ ಶೂನ್ಯವಿಲ್ಲ. ಐಹಿಕ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಅಂತ್ಯದಿಂದ ಮನುಷ್ಯನು ಭಗವಂತನ ನಿವಾಸವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗಗನವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಭಗವದ್ಗೀತೆಯು ಭಗವಂತನ ನಿವಾಸವನ್ನು ಸೂರ್ಯ, ಚಂದ್ರ ಅಥವಾ ವಿದ್ಯುಚ್ಛಕ್ತಿ ಯಾವುದರ ಅಗತ್ಯವೂ ಇಲ್ಲದ ಸ್ಥಳ ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವರ್ಣಿಸಿದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಗ್ರಹಗಳಿಗೂ, ಐಹಿಕ ಗಗನದಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯನಿಗಿರುವಂತೆ, ಸ್ವಯಂಪ್ರಕಾಶವಿದೆ. ಭಗವಂತನ ರಾಜ್ಯವು ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿಯೂ ಇದೆ. ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗಗನವನ್ನು ಮತ್ತು ಗ್ರಹಗಳನ್ನು ಪರಂಧಾಮ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನೇ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ (ಮತ್ ಚಿತ್ತಃ ಮತ್ ಪರಃ, ಮತ್ ಸ್ಥಾನಮ್) ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ಪರಿಪೂರ್ಣನಾದ ಯೋಗಿಯು ನಿಜವಾದ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅವನ ಪರಂಧಾಮವಾದ ಕೃಷ್ಣಲೋಕವನ್ನು ಅಥವಾ

ಗೋಲೋಕ ವೃಂದಾವನವನ್ನು ಕಟ್ಟಿಕಡೆಗೆ ತಲಪಬಲ್ಲ. ಬ್ರಹ್ಮ ಸಂಹಿತೆಯಲ್ಲಿ (5.37) **ಗೋಲೋಕ ಏವ ನಿವಸತಿ ಅಖಿಲಾತ್ಮಭೂತಃ** ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳಿದೆ. ಭಗವಂತನು ಗೋಲೋಕವೆಂಬ ಹೆಸರಿನ ತನ್ನ ನಿವಾಸದಲ್ಲಿ ಸದಾ ವಾಸಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆದರೂ ತನ್ನ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ಅವನು ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿ ಬ್ರಹ್ಮನ್ ಅಲ್ಲದೆ ಅಂತರ್ಯಾಮಿ ಪರಮಾತ್ಮನೂ ಆಗಿದ್ದಾನೆ. ಕೃಷ್ಣನನ್ನು ಮತ್ತು ಅವನ ಸ್ವಾಂಶ ವಿಸ್ತರಣವಾದ ವಿಷ್ಣುವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೆ ಯಾರೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗಗನವನ್ನು (ವೈಕುಂಠ) ತಲಪಲಾರರು, ಭಗವಂತನ ನಿರಂತರ ಆವಾಸವನ್ನು (ಗೋಲೋಕ ವೃಂದಾವನ) ಪ್ರವೇಶಿಸಲಾರರು. ಆದುದರಿಂದ, ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವವನ ಮನಸ್ಸು ಕೃಷ್ಣನ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಸದಾ ಮಗ್ನವಾಗಿರುವುದರಿಂದ (**ಸ ವೈ ಮನಃ ಕೃಷ್ಣಪದಾರವಿನ್ಯಯೋಃ**) ಅವನು ಪರಿಪೂರ್ಣ ಯೋಗಿಯು. ವೇದಗಳಲ್ಲಿ ಸಹ (ಶ್ವೇತಾಶ್ವತರ ಉಪನಿಷತ್ತು 3.8) **ತಮ್ ಏವ ವಿದಿತ್ವಾತಿ ಮೃತ್ಯುಮ್ ಏತಿ**—ದೇವೋತ್ತಮ ಪರಮ ಪುರುಷನಾದ ಕೃಷ್ಣನನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಮಾತ್ರವೇ ಹುಟ್ಟು ಸಾವುಗಳ ಮಾರ್ಗದಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಬಹುದು ಎಂದು ಹೇಳಿದೆ. ಬೇರೆ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಯೋಗಪದ್ಧತಿಯ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆ ಎಂದರೆ ಐಹಿಕ ಅಸ್ತಿತ್ವದಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಯನ್ನು ಹೊಂದುವುದು; ಅದು ಮುಗ್ಧಜನರಿಗೆ ಮೋಸಮಾಡುವ ಯಕ್ಷಿಣಿಯಲ್ಲ; ಅಂಗಸಾಧನೆಯ ಕಸರತ್ತುಗಳೂ ಅಲ್ಲ.

ಶ್ಲೋಕ - 16

ನಾತ್ಯಶ್ಚ ತಸ್ತು ಯೋಗೋಽಸ್ಮಿ ನ ಚೈಕಾನ್ತಮನಶ್ಚ ತಃ |

ನ ಚಾತಿಷ್ಠ್ಯಶ್ಶೀಲಸ್ಯ ಜಾಗ್ರತೋ ನೈವ ಚಾರ್ಜನ ||೧೬||

ನ—ಎಂದಿಗೂ ಇಲ್ಲ; ಅತಿ—ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ; ಅಶ್ಚ ತಃ—ತನ್ನಿವವನಿಗೆ; ತು—ಆದರೆ; ಯೋಗಃ—ಪರಮೋನ್ನತನೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧವು; ಅಸ್ಮಿ—ಇರುತ್ತದೆ; ನ—ಇಲ್ಲ; ಚ—ಕೂಡ; ಏಕಾನ್ತಮ್—ತೀರ; ಅನಶ್ಚ ತಃ—ತನ್ನದಿರುವವನಿಗೂ; ನ—ಇಲ್ಲ; ಚ—ಕೂಡ; ಅತಿ—ಅತಿಯಾಗಿ; ಸ್ಯಶ್ಚ ಶೀಲಸ್ಯ—ನಿದ್ರಿಸುವವನಿಗೂ; ಜಾಗ್ರತಃ—ಅಥವಾ ಅತಿಯಾಗಿ ರಾತ್ರಿಯೆಲ್ಲಾ ಜಾಗರಣೆ ಮಾಡುವವನಿಗೂ; ನ—ಇಲ್ಲ; ಏವ—ಯಾವಾಗಲೂ; ಚ—ಮತ್ತು; ಅರ್ಜನ—ಅರ್ಜನನೇ.

ಅನುವಾದ

ಅರ್ಜುನನೇ, ಮನುಷ್ಯನು ಅತಿಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತಿಂದರೂ ಅಥವಾ ಅತಿಪಲ್ಪ ತಿಂದರೂ, ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡಿದರೂ ಅಥವಾ ತಕ್ಕಷ್ಟು ನಿದ್ರೆ ಮಾಡದಿದ್ದರೂ ಯೋಗಿಯಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಇಲ್ಲಿ ಯೋಗಿಗಳು ಊಟ ಮತ್ತು ನಿದ್ರೆಗಳ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕೆಂದು ಸಲಹೆ ಮಾಡಿದೆ. ಅತಿಯಾಗಿ ತಿನ್ನುವುದೆಂದರೆ ದೇಹ ಮತ್ತು ಆತ್ಮಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗಿಡಲು ಆಗತಕ್ಕವಾದ್ದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ತಿನ್ನುವುದು. ಮನುಷ್ಯರು ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ತಿನ್ನುವ ಅಗತ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಧಾನ್ಯಗಳು, ತರಕಾರಿಗಳು, ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ಹಾಲು ಸಮೃದ್ಧಿಯಾಗಿ ಸಿಕ್ಕುತ್ತವೆ.

ಇಂತಹ ಸರಳವಾದ ಆಹಾರವು ಸಾತ್ವಿಕ ಗುಣಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡದ್ದು ಎಂದು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಪರಿಗಣಿಸಿದೆ. ಮಾಂಸಾಹಾರವು ತಾಮಸ ಗುಣದವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ. ಆದುದರಿಂದ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಮಾಂಸವನ್ನು ತಿನ್ನುವುದು, ಮದ್ಯಪಾನ, ಧೂಮಪಾನ ಮತ್ತು ಕೃಷ್ಣಪ್ರಸಾದವಲ್ಲದ ಆಹಾರವನ್ನು ತಿನ್ನುವುದು ಇವುಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿದವರು ಪಾಪಪೂರಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದ ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ. **ಭುಂಜತೇ ತೇ ತೃಷ್ಣಂ ಪಾಪಾ ಯೇ ಪಚಿನ್ತಿ ಆತ್ಮಕಾರಣಾತ್.** ಇಂದ್ರಿಯ ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿ ತಿನ್ನುವವನು ಅಥವಾ ತನ್ನ ಆಹಾರವನ್ನು ಕೃಷ್ಣನಿಗೆ ನೈವೇದ್ಯ ಮಾಡದೆ ತನಗಾಗಿ ಅಡಿಗೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವನು ಪಾಪವನ್ನೇ ತಿನ್ನುತ್ತಾನೆ. ಪಾಪವನ್ನು ತಿನ್ನುವವನು ಮತ್ತು ತನ್ನ ಪಾಲಿಗೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ತಿನ್ನುವವನು ಪರಿಪೂರ್ಣ ಯೋಗವನ್ನು ಮಾಡಲಾರ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಸಾದದ ಶೇಷವನ್ನಷ್ಟೇ ತಿನ್ನುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಉತ್ತಮ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವ ಮನುಷ್ಯನು ಕೃಷ್ಣನಿಗೆ ನೈವೇದ್ಯ ಮಾಡದಿರುವ ಯಾವ ಆಹಾರವನ್ನೂ ತಿನ್ನುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಿರುವ ಮನುಷ್ಯನು ಮಾತ್ರ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಪರಿಪೂರ್ಣನಾಗಬಲ್ಲ. ತನ್ನ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಉಪವಾಸ ರೀತಿಯನ್ನು ರಚಿಸಿಕೊಂಡು ಕೃತಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಬಿಡುವವನು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲಾರ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವ ಮನುಷ್ಯನು ಶಾಸ್ತ್ರ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಸೂಚಿಸಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಆತನು ಅಗತ್ಯವಾದದ್ದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಉಪವಾಸವನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಹೆಚ್ಚು ಆಹಾರವನ್ನೂ ತಿನ್ನುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಆತನು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಸಮರ್ಥನು. ಅಗತ್ಯವಾದದ್ದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ತಿನ್ನುವವನು ನಿದ್ರೆ ಮಾಡುವಾಗ ಬಹಳ ಕನಸು ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಅವನು ಅಗತ್ಯವಾದದ್ದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ನಿದ್ರೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ದಿನಕ್ಕೆ ಆರು ಗಂಟೆಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ನಿದ್ರೆಮಾಡುವವನು ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿಯೂ ತಾಮಸ ಗುಣದಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತನಾದವನು. ತಾಮಸಗುಣದ ಮನುಷ್ಯನು ಸೋಮಾರಿ ಮತ್ತು ಬಹಳ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯವನು. ಇಂತಹ ಮನುಷ್ಯನು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲಾರನು.

ಶ್ಲೋಕ - 17

ಯುಕ್ತಾಹಾರವಿಹಾರಸ್ಯ ಯುಕ್ತಚೀಷ್ಟಸ್ಯ ಕರ್ಮಸು |

ಯುಕ್ತಸ್ತಪ್ನಾಪಚೋಧಸ್ಯ ಯೋಗೋ ಭವತಿ ದುಃಖಹಾ ||೧೭||

ಯುಕ್ತ—ನಿಯಂತ್ರಿತವಾದ; **ಆಹಾರ**—ತಿನ್ನುವಿಕೆ; **ವಿಹಾರಸ್ಯ**—ವಿಹಾರ ಇರುವವನಿಗೆ; **ಯುಕ್ತ**—ನಿಯಂತ್ರಿತವಾದ; **ಚೀಷ್ಟಸ್ಯ**—ಪೋಷಣೆಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವವನಿಗೆ; **ಕರ್ಮಸು**—ಕರ್ತವ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ; **ಯುಕ್ತ**—ನಿಯಂತ್ರಿತವಾದ; **ಸ್ತಪ್ನಾ** **ಅಪಚೋಧಸ್ಯ**—ನಿದ್ರೆ ಮತ್ತು ಎಚ್ಚರಗಳುಳ್ಳವನಿಗೆ; **ಯೋಗಃ**—ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸವು; **ಭವತಿ**—ಆಗುತ್ತದೆ; **ದುಃಖಹಾ**—ನೋವುಗಳನ್ನು ಕಡಮೆಮಾಡುವಂತಹುದು.

ಅನುವಾದ

ಆಹಾರ, ನಿದ್ರೆ, ವಿಹಾರ ಮತ್ತು ಕೆಲಸಗಳ ಅಭ್ಯಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಮಿತವಾಗಿರುವವನಿಗೆ ಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯ ಅಭ್ಯಾಸವು ಎಲ್ಲ ಐಹಿಕ ದುಃಖಗಳನ್ನು ಕಡಮೆ ಮಾಡಬಲ್ಲದು.

ಭಾವಾರ್ಥ

ತಿನ್ನುವುದು, ನಿದ್ರೆ, ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಮೈಥುನ ಇವು ದೇಹದ ಅಗತ್ಯಗಳು. ಇವುಗಳು ಅತಿಯಾದರೆ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಪ್ರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಅಡ್ಡಿಯಾಗಬಹುದು. ಆಹಾರದ ವಿಷಯ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಇದನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಡಬಹುದು. ಭಗವದ್ಗೀತೆಯ ಪ್ರಕಾರ (9.26) ಕೃಷ್ಣನಿಗೆ ತರಕಾರಿ, ಹಣ್ಣುಗಳು, ಧಾನ್ಯಗಳು, ಹಾಲು ಮೊದಲಾದುವನ್ನು ನೈವೇದ್ಯ ಮಾಡಬಹುದು. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಿರುವವನಿಗೆ ಮನುಷ್ಯನು ತಿನ್ನಬಾರದ ಅಥವಾ ಸಾತ್ವಿಕ ವರ್ಗಕ್ಕೆ ಸೇರದ ಆಹಾರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸದಂತೆ ತಂತಾನೇ ಶಿಕ್ಷಣ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ನಿದ್ರೆಯ ವಿಷಯ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವ ಮನುಷ್ಯನು ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸದಾ ಎಚ್ಚರವಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಆದುದರಿಂದ ಅನಗತ್ಯವಾಗಿ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಕಳೆದ ಕಾಲವನ್ನು ದೊಡ್ಡ ನಷ್ಟ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾನೆ. **ಅವ್ಯರ್ಥ ಕಾಲತ್ವಮ್** ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವ ಮನುಷ್ಯನು ಭಗವಂತನ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ನಿರತನಾಗದೆ ಒಂದು ನಿಮಿಷವನ್ನು ಕಳೆಯುವುದನ್ನೂ ತಡೆದುಕೊಳ್ಳಲಾರ. ಆದುದರಿಂದ ಆದಷ್ಟು ಕಡಮೆ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅವನ ಆದರ್ಶ ಶ್ರೀ ರೂಪ ಗೋಸ್ವಾಮಿ; ಅವರು ಸದಾ ಕೃಷ್ಣನ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುತ್ತಿದ್ದರು. ದಿನಕ್ಕೆ ಎರಡು ಗಂಟೆಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ನಿದ್ರೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಷ್ಟೂ ಇಲ್ಲ. ತನ್ನ ಜಪಮಣಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ದಿನಕ್ಕೆ ಮೂರುಲಕ್ಷ ಬಾರಿ ನಾಮಸಂಕೀರ್ತನೆಯ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಿ ಮುಗಿಸುವ ತನಕ ಠಾಕೂರ ಹರಿದಾಸರು ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ; ನಿದ್ರೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಕೆಲಸದ ವಿಷಯವಾದರೆ, ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವ ಮನುಷ್ಯನು ಕೃಷ್ಣ ಆಸಕ್ತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿಲ್ಲದ ಏನನ್ನೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಅವನ ಕೆಲಸವು ಯಾವಾಗಲೂ ಕ್ರಮಕ್ಕೊಳಪಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಇಂದ್ರಿಯ ತೃಪ್ತಿಯ ಸೋಂಕಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಇಂದ್ರಿಯತೃಪ್ತಿಯ ಪ್ರಶ್ನೆಯೇ ಇಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಐಹಿಕ ವಿರಾಮ ಎಂಬುದೇ ಇಲ್ಲ. ಆತನು ತನ್ನ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ, ಮಾತಿನಲ್ಲಿ, ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ, ಎಚ್ಚರಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಎಲ್ಲ ದೈಹಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಒಳಪಟ್ಟಿರುವುದರಿಂದ, ಆತನಿಗೆ ಐಹಿಕ ದುಃಖವೇ ಇಲ್ಲ.

ಶ್ಲೋಕ - 18

ಯದಾ ವಿನಿಯತಂ ಚಿತ್ತಮಾತ್ಮನೈವಾವತಿಷ್ಠತೇ |

ನಿಸ್ಪೃಹಃ ಸರ್ವಕಾಮೇಭ್ಯೋ ಯುಕ್ತ ಇತ್ಯುಚ್ಯತೇ ತದಾ ||೧೮||

ಯದಾ—ಯಾವಾಗ; **ವಿನಿಯತಮ್**—ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿ ಶಿಸ್ತಿಗೊಳಪಟ್ಟ; **ಚಿತ್ತಮ್**—ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಅದರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು; **ಆತ್ಮನಿ**—ದಿವ್ಯದಲ್ಲಿ; **ಏವ**—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; **ಅವತಿಷ್ಠತೇ**—ನೆಲೆಸುವುದೋ; **ನಿಸ್ಪೃಹಃ**—ಆಸೆಗಳಿಲ್ಲದವನು; **ಸರ್ವ**—ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ; **ಕಾಮೇಭ್ಯಃ**—ಭೌತಿಕ ಇಂದ್ರಿಯ ತೃಪ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ; **ಯುಕ್ತಃ**—ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೆಲೆಸಿದವನು; **ಇತಿ**—ಎಂದು; **ಉಚ್ಯತೇ**—ಹೇಳಲ್ಪಡುತ್ತಾನೆ; **ತದಾ**—ಆಗ.

ಅನುವಾದ

ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಯೋಗಿಯು ತನ್ನ ಮಾನಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಶಿಸ್ತಿಗೆ ಒಳಪಡಿಸಿ, ಯಾವುದೇ ಐಹಿಕ ಬಯಕೆಗಳಿಲ್ಲದೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದಾಗ ಆತನನ್ನು ಯೋಗದಲ್ಲಿ ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿರುವವನೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯನ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೂ ಯೋಗಿಯ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೆಂದರೆ ಯೋಗಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಬಗೆಯ ಐಹಿಕ ಬಯಕೆಗಳು — ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಬಯಕೆಯೇ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು — ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು. ಪರಿಪೂರ್ಣ ಯೋಗಿಯು ಮಾನಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಎಂತಹ ಶಿಸ್ತನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತಾನೆ ಎಂದರೆ ಯಾವುದೇ ಬಗೆಯ ಐಹಿಕ ಬಯಕೆಯು ಅವನನ್ನು ಕಲಕಲಾರದು. ಈ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಹಂತವನ್ನು ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವವರು ತಂತಾವೇ ಮುಟ್ಟಿಬಲ್ಲರು. ಇದನ್ನು ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತದಲ್ಲಿ (9.4.18-20) ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದೆ—

ಸ ವ್ಯ ಮನಃ ಕೃಷ್ಣಪದಾರವಿನ್ದಯೋರಾ

ವಚಾಂಸಿ ವೈಕುಣ್ಣ್ಯ ಗುಣಾನುವರ್ಣನೇ |

ಕರೌ ಹರೇರ್ ಮನ್ದಿರಮಾರ್ಜನಾದಿಷು

ಶ್ರುತಿಂ ಚಕಾರಾಚ್ಯುತ ಸತ್ಕಥೋದಯೇ ||

ಮುಕುನ್ದಲಿನ್ಗಾಲಯದರ್ಶನೇ ದೃಶೌ

ತದ್ಭೃತ್ಯಗಾತ್ರಸ್ಪರ್ಶೇಂಸಗಸಂಗಮಮ್ |

ಘ್ರಾಣಂ ಚ ತತ್ಪಾದ ಸರೋಜ ಸೌರಭೇ

ಶ್ರೀಮತ್ತುಲಸ್ಯಾ ರಸನಾಂ ತದರ್ಪಿತೇ ||

ಪಾದೌ ಹರೇಃ ಕ್ಷೀತ್ರಪದಾನುಸರ್ಪಣೇ

ಶಿರೋ ಹೃಷೀಕೇಶಪದಾಭಿವನ್ದನೇ |

ಕಾಮಂ ಚ ದಾಸ್ಯೇ ನ ತು ಕಾಮಕಾಮ್ಯಯಾ

ಯಥೋತ್ತಮಶ್ಲೋಕಜನಾಶ್ರಯಾ ರತಿಃ ||

"ರಾಜ ಅಂಬರೀಷನು ಮೊಟ್ಟಮೊದಲು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಪಾದಕಮಲಗಳಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿದನು. ಅನಂತರ ಒಂದರ ಅನಂತರ ಒಂದರಂತೆ ತನ್ನ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಭಗವಂತನ ದಿವ್ಯಗುಣಗಳನ್ನು ವರ್ಣಿಸುವುದರಲ್ಲಿಯೂ, ತನ್ನ ಕೈಗಳನ್ನು ಭಗವಂತನ ದೇವಾಲಯವನ್ನು ಒರಸುವುದರಲ್ಲಿಯೂ, ತನ್ನ ಕಿವಿಗಳನ್ನು ಭಗವಂತನ ಲೀಲೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದರಲ್ಲಿಯೂ, ತನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಭಗವಂತನ ದಿವ್ಯ ರೂಪಗಳ ದರ್ಶನದಲ್ಲಿಯೂ, ತನ್ನ ದೇಹವನ್ನು ಭಕ್ತರ ದೇಹಗಳ ಸ್ಪರ್ಶದಲ್ಲಿಯೂ, ತನ್ನ ಘ್ರಾಣೇಂದ್ರಿಯವನ್ನು ಭಗವಂತನಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿದ ಕಮಲಗಳ ಕಂಪನ್ನು ಅಸ್ವಾದಿಸುವುದರಲ್ಲಿಯೂ, ತನ್ನ ನಾಲಿಗೆಯನ್ನು ಭಗವಂತನ ಪಾದಪದ್ಮಗಳಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿದ ತುಳಸಿದಳವನ್ನು ಸವಿಯುವುದರಲ್ಲಿಯೂ, ತನ್ನ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಪುಣ್ಯಕ್ಷೀತ್ರಗಳಿಗೂ ಭಗವಂತನ

ದೇವಾಲಯಕ್ಕೂ ಹೋಗುವುದರಲ್ಲಿಯೂ, ತನ್ನ ಶಿರವನ್ನು ಭಗವಂತನಿಗೆ ಪ್ರಣಾಮ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿಯೂ ಮತ್ತು ತನ್ನ ಬಯಕೆಗಳನ್ನು ಭಗವಂತನ ಮಹತ್ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿಯೂ ತೊಡಗಿಸಿದನು. ಈ ಎಲ್ಲ ಅಲೌಕಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳು ಪರಿಶುದ್ಧ ಭಕ್ತರಿಗೆ ಯೋಗ್ಯವಾದವು."

ನಿರಾಕಾರ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವವರಿಗೆ ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಹಂತವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠವಾಗಿ ನಿರೂಪಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಇದು ಬಹು ಸುಲಭ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಸಾಧ್ಯ; ಮೇಲೆ ಹೇಳಿರುವ ಮಹಾರಾಜ ಅಂಬರೀಷನ ಕಾರ್ಯಗಳ ಮೇಲಿನ ವರ್ಣನೆಯಿಂದ ಇದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ನಿರಂತರ ಸ್ಮರಣೆಯಿಂದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಭಗವಂತನ ಪಾದಕಮಲಗಳಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಿಸದಿದ್ದರೆ ಇಂತಹ ಅಲೌಕಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಭಗವಂತನ ಭಕ್ತಿಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಈ ವಿಧಿತ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ **ಅರ್ಚನೆ** ಎಂದು ಹೆಸರು. ಹೀಗೆಂದರೆ ಎಲ್ಲ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಭಗವಂತನ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸುವುದು. ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೂ ಮನಸ್ಸಿಗೂ ಕೆಲಸಬೇಕು. ಬರಿಯ ನಿರಾಕರಣೆ ಕಾರ್ಯಸಾಧ್ಯವಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ — ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸನ್ಯಾಸಾಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದಿರುವವರಿಗೆ — ಮೇಲೆ ವರ್ಣಿಸಿದಂತೆ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕರ್ತವ್ಯಮಗ್ನತೆಯು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಪರಿಪೂರ್ಣವಾದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ; ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು **ಯುಕ್ತ** ಎಂದು ಕರೆದಿದೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 19

ಯಥಾ ದೀಪೋ ನಿವಾತಸ್ಥೋ ನೇನ್ಯತೇ ಸೋಪಮಾ ಸ್ತ್ವತಾ |
ಯೋಗಿನೋ ಯತಚಿತ್ತಸ್ಯ ಯುಚ್ಚತೋ ಯೋಗಮಾತ್ಮನಃ ||೧೯||

ಯಥಾ—ಹೇಗೆ; **ದೀಪಃ**—ದೀಪವು; **ನಿವಾತಸ್ಥಃ**—ಗಾಳಿಯಿಲ್ಲದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿರುವ; **ನೇನ್ಯತೇ**—ಹೊಯ್ಯಾಡುವುದಿಲ್ಲವೋ; **ಸಾ**—ಈ; **ಉಪಮಾ**—ಹೋಲಿಕೆ; **ಸ್ವತಾ**— ಪರಿಗಣಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ; **ಯೋಗಿನಃ**—ಯೋಗಿಯ; **ಯತ ಚಿತ್ತಸ್ಯ**—ನಿಯಂತ್ರಿತ ಮನಸ್ಸಿನ; **ಯುಚ್ಚತಃ**—ಸತತವಾಗಿ ನಿರತನಾಗಿರುವ; **ಯೋಗಮ್**—ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ; **ಆತ್ಮನಃ**—ದಿವ್ಯತೆಯ.

ಅನುವಾದ

ಗಾಳಿ ಬೀಸದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ದೀಪವು ಹೇಗೆ ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿರುವುದೋ ಹಾಗೆಯೇ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿರುವ ಅಧ್ಯಾತ್ಮವಾದಿಯು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆತ್ಮದ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಸದಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಮಗ್ನನಾಗಿದ್ದು ತಾನು ಆರಾಧಿಸುವ ಭಗವಂತನ ನಿರಂತರ ನಿಶ್ಚಲ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಿಜವಾಗಿ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವವನು, ತನ್ಮಯನಾಗಿ ಗಾಳಿ ಬೀಸದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಅಲುಗದ ದೀಪದಂತಿರುತ್ತಾನೆ.

ಶ್ಲೋಕ 20-23

ಯತ್ರೋಪರಮತೇ ಚಿತ್ತಂ ನಿರುದ್ಧಂ ಯೋಗಸೇವಯಾ |

ಯತ್ರ ಚೈವಾತ್ಮನಾತ್ಮಾನಂ ಪಶ್ಯನ್ನಾತ್ಮನಿ ತುಷ್ಯತಿ ||೨೦||

ಸುಖಮಾತ್ಮನಿಹಂ ಯತ್ತದ್ ಬುದ್ಧಿಗ್ರಾಹ್ಯಮತೀನ್ದ್ರಿಯಮ್ |

ವೇತ್ತಿ ಯತ್ರ ನ ಚೈವಾಯಂ ಸ್ಥಿತಶ್ಚಲತಿ ತತ್ತತಃ ||೨೧||

ಯಂ ಲಬ್ಧ್ವಾ ಚಾಪರಂ ಲಾಭಂ ಮನ್ಯತೇ ನಾಧಿಕಂ ತತಃ |

ಯಸ್ಮಿನ್ ಸ್ಥಿತೋ ನ ದುಃಖೇನ ಗುರುಣಾಪಿ ವಿಚಾಲ್ಯತೇ ||೨೨||

ತಂ ವಿದ್ಯಾದ್ಧುಃಖಸಂಯೋಗವಿಯೋಗಂ ಯೋಗಸಂಜ್ಞಿತಮ್ ||೨೩||

ಯತ್ರ—ಯಾವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ; **ಉಪರಮತೇ**—ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತಾನೋ (ಏಕೆಂದರೆ ದಿವ್ಯಾನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ); **ಚಿತ್ತಮ್**—ಮಾನಸಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು; **ನಿರುದ್ಧಮ್**—ಜಡದಿಂದ ನಿರ್ಬಂಧಿತವಾದ; **ಯೋಗ ಸೇವಯಾ**—ಯೋಗಾಚರಣೆಯಿಂದ; **ಯತ್ರ**—ಯಾವುದರಲ್ಲಿ; **ಚ**—ಕೂಡ; **ಏವ**—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; **ಆತ್ಮನಾ**—ಶುದ್ಧಮನಸ್ಸಿನಿಂದ; **ಆತ್ಮನಮ್**—ತನ್ನ; **ಪಶ್ಯನ್**—ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಂಡು; **ಆತ್ಮನಿ**—ಆತ್ಮನಲ್ಲಿ; **ತುಷ್ಯತಿ**—ತೃಪ್ತನಾಗುತ್ತಾನೋ; **ಸುಖಮ್**—ಸುಖವು; **ಆತ್ಮನಿಹಮ್**—ಪರಮೋನ್ನತವಾದ; **ಯತ್**—ಯಾವುದಿದೆಯೋ; **ತತ್**—ಅದನ್ನು; **ಬುದ್ಧಿ**—ಬುದ್ಧಿಯಿಂದ; **ಗ್ರಾಹ್ಯಮ್**—ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾದ; **ಅತೀನ್ದ್ರಿಯಮ್**—ಅಲೌಕಿಕವಾದುದನ್ನು; **ವೇತ್ತಿ**—ತಿಳಿಯುತ್ತಾನೋ; **ಯತ್ರ**—ಎಲ್ಲಿ; **ನ**—ಎಂದಿಗೂ ಇಲ್ಲ; **ಚ**—ಕೂಡ; **ಏವ**—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; **ಅಯಮ್**—ಅವನು; **ಸ್ಥಿತಃ**—ನೆಲೆಸಿದ್ದಾನೋ; **ಚಲತಿ**—ಚಲಿಸುತ್ತಾನೋ; **ತತ್ತತಃ**—ಸತ್ಯದಿಂದ; **ಯಮ್**—ಯಾವುದನ್ನು; **ಲಬ್ಧ್ವಾ**—ಪಡೆದು; **ಚ**—ಕೂಡ; **ಅಪರಮ್**—ಇತರ ಯಾವುದೇ; **ಲಾಭಮ್**—ಲಾಭವನ್ನು; **ಮನ್ಯತೇ**—ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಾನೋ; **ನ**—ಎಂದಿಗೂ ಇಲ್ಲ; **ಅಧಿಕಮ್**—ಹೆಚ್ಚಾಗಿ; **ತತಃ**—ಅದಕ್ಕಿಂತ; **ಯಸ್ಮಿನ್**—ಯಾವುದರಲ್ಲಿ; **ಸ್ಥಿತಃ**—ನೆಲೆಸಿದ್ದಾನೋ; **ನ**—ಎಂದಿಗೂ ಇಲ್ಲ; **ದುಃಖೇನ**—ದುಃಖದಿಂದ; **ಗುರುಣಾ ಅಪಿ**—ಹುಕ್ಕುಷ್ಯಕರವಾಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡ; **ವಿಚಾಲ್ಯತೇ**—ವಿಚಲಿತನಾಗುತ್ತಾನೋ; **ತಮ್**—ಅದನ್ನು; **ವಿದ್ಯಾತ್**—ನೀನು ತಿಳಿಯಬೇಕು; **ದುಃಖಸಂಯೋಗ**—ಭೌತಿಕ ಸಂಪರ್ಕದ ಕ್ಲೇಶಗಳ; **ವಿಯೋಗಮ್**—ನಿರ್ಮೂಲನವನ್ನು; **ಯೋಗ ಸಂಜ್ಞಿತಮ್**—ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಸಮಾಧಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಟ್ಟ.

ಅನುವಾದ

ಸಮಾಧಿ ಎಂದು ಕರೆಯುವ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಇಹಲೋಕದ ಮಾನಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗದಂತೆ ನಿರ್ಬಂಧದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯ ಲಕ್ಷಣವೆಂದರೆ ಶುದ್ಧ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಆತ್ಮವನ್ನು ಕಾಣುವ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಆತ್ಮನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿ ಸಂತೋಷಪಡುವ ಶಕ್ತಿ. ಈ ಆನಂದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮನುಷ್ಯನು ದಿವ್ಯ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೂಲಕ ಸಾಧಿಸಿದ ಅಮಿತ ಅಲೌಕಿಕ ಸುಖದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಯಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಹೀಗೆ ನೆಲೆಯನ್ನು ಪಡೆದವನು ಸತ್ಯವನ್ನು ಬಿಡುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಪಡೆದನಂತರ ಇದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಳಿಕೆ ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ.

ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾನೆ. ಇಂತಹ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ನಿಂತವನು ಅತ್ಯಂತ ತೀವ್ರವಾದ ಕಷ್ಟಗಳಲ್ಲಿಯೂ ವಿಚಲಿತನಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಐಹಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದಾಗುವ ಎಲ್ಲ ದುಃಖಗಳಿಂದ ವಾಸ್ತವವಾದ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವೆಂದರೆ ಇದೇ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಮನುಷ್ಯನು ಕ್ರಮೇಣ ಐಹಿಕ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳಿಂದ ದೂರವಾಗುತ್ತಾನೆ. ಯೋಗತತ್ವದ ಮುಖ್ಯ ಲಕ್ಷಣವೇ ಇದು. ಇದರನಂತರ ಮನುಷ್ಯನು ಸಮಾಧಿಸ್ಥಿತಿಗೆರುತ್ತಾನೆ. ಎಂದರೆ ಅಲೌಕಿಕ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಯೋಗಿಯು ಪರಮಾತ್ಮನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವನ್ನು ಪರಮಾತ್ಮನೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗಿ ಕಾಣುವ ಸಂದೇಹಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ಪತಂಜಲಿ ಪದ್ಧತಿಯು ತತ್ವಗಳೇ ಆಧಾರ. ಅಧಿಕಾರವಿಲ್ಲದ ಕೆಲವರು ಭಾಷ್ಯಕಾರರು ವ್ಯಕ್ತಿಗತ ಆತ್ಮವನ್ನು ಪರಮಾತ್ಮನೊಂದಿಗೆ ಗುರುತಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದ್ವೈತಿಗಳು ಇದೇ ಮುಕ್ತಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಪತಂಜಲಿ ಯೋಗಪದ್ಧತಿಯ ನಿಜವಾದ ಉದ್ದೇಶವು ಅರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪತಂಜಲಿ ಪದ್ಧತಿಯು ದಿವ್ಯಾನಂದವನ್ನು ಒಪ್ಪುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದ್ವೈತ ಸಿದ್ಧಾಂತಕ್ಕೆ ಭಂಗಬರುವುದೆಂಬ ಭಯದಿಂದ ಅದ್ವೈತಿಗಳು ಈ ದಿವ್ಯ ಆನಂದವನ್ನು ಒಪ್ಪುವುದಿಲ್ಲ. ಅದ್ವೈತಿಯು ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನಿಯ ಭಿನ್ನತೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಈ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಅಲೌಕಿಕ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೂಲಕ ಸಾಧಿಸಿದ ದಿವ್ಯಾನಂದವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದೆ. ಯೋಗಪದ್ಧತಿಯ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಪ್ರತಿಪಾದಕರಾದ ಪತಂಜಲಿ ಮುನಿಗಳು ಇದನ್ನು ಸಮರ್ಥಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ತಮ್ಮ ಯೋಗಸೂತ್ರಗಳಲ್ಲಿ (3.34) ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ—**ಪುರುಷಾರ್ಥಶೂನ್ಯಾನಾಂ ಗುಣಾನಾಂ ಪ್ರತಿಪ್ರಸವಃ ಕೈವಲ್ಯಂ ಸ್ವರೂಪಪ್ರತಿಷ್ಠಾ ವಾ ಚಿತಿಶಕ್ತಿರಿತಿ.**

ಈ ಚಿತಿಶಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಅಂತರಂಗಶಕ್ತಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದದ್ದು. **ಪುರುಷಾರ್ಥ** ಎಂದರೆ ಐಹಿಕ ಧಾರ್ಮಿಕತೆ, ಆರ್ಥಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಇಂದ್ರಿಯ ತೃಪ್ತಿ ಮತ್ತು ಕಡೆಯಲ್ಲಿ, ಪರಮೋನ್ನತನೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗುವ ಪ್ರಯತ್ನ. ಈ 'ಪರಮೋನ್ನತನೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗುವುದು'ನ್ನು ಅದ್ವೈತಿಗಳು ಕೈವಲ್ಯ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಪತಂಜಲಿಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಕೈವಲ್ಯವು ಒಳಗಿನ ಅಥವಾ ಅಂತರಂಗ ಶಕ್ತಿ; ಇದರಿಂದ ಜೀವಿಯು ತನ್ನ ಸಹಜ ಸ್ವರೂಪದ ಅರಿವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ. ಚೈತನ್ಯಮಹಾಪ್ರಭುಗಳ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು **ಚೇತೋ ದರ್ಶನ ಮಾರ್ಜನಮ್** ಅಥವಾ ಧೂಳುಹಿಡಿದ ಮನಸ್ಸಿನ ಕನ್ನಡಿಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವಿಕೆ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಈ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವಿಕೆಯು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಮುಕ್ತಿಯೇ, ಅಥವಾ **ಭವ ಮಹಾದಾವಾಗ್ನಿ ನಿರ್ವಾಪಣಮ್**. ನಿರ್ವಾಣ ಸಿದ್ಧಾಂತವೂ — ಇದೂ ಪೂರ್ವಭಾವಿಯೇ—ಈ ತತ್ವಕ್ಕೆ ಸಂವಾದಿ. ಭಾಗವತದಲ್ಲಿ (2.10.6) ಇದನ್ನು **ಸ್ವರೂಪೇಣ ವ್ಯವಸ್ಥಿತಿಃ** ಎಂದು ಕರೆದಿದೆ. ಭಗವದ್ಗೀತೆಯೂ ಈ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಈ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ದೃಢಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ನಿರ್ವಾಣ ಅಥವಾ ಐಹಿಕ ಅಂತ್ಯದನಂತರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳು ಅಥವಾ ಭಗವಂತನ ಸೇವೆಯು ಪ್ರಕಟವಾಗುವುದು; ಇದಕ್ಕೆ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಎಂದು ಹೆಸರು. ಭಾಗವತದ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ, **ಸ್ವರೂಪೇಣ ವ್ಯವಸ್ಥಿತಿಃ** — ಇದು ಜೀವಿಯ ನಿಜವಾದ ಬದುಕು. ಐಹಿಕ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಮಲಿನಗೊಂಡ

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬದುಕಿನ ಸ್ಥಿತಿಯೇ ಮಾಯೆ. ಈ ಐಹಿಕ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಎಂದರೆ ಜೀವಿಯ ಮೂಲ ನಿರಂತರ ಸ್ಥಿತಿಯ ವಿನಾಶ ಎಂದು ಅರ್ಥವಲ್ಲ. ಪತಂಜಲಿಮುನಿ ಕೈವಲ್ಯಂ ಸ್ವರೂಪಪ್ರತಿಷ್ಠಾ ವಾ ಚಿತಿಶಕ್ತಿರಿತಿ ಎನ್ನುವ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಒಪ್ಪಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಚಿತಿಶಕ್ತಿಯು ಅಥವಾ ಅಲೌಕಿಕ ಆನಂದವು ನಿಜವಾದ ಬದುಕು. ಇದನ್ನು ವೇದಾಂತ ಸೂತ್ರದಲ್ಲಿ (1.1.12) ಆನಂದಮಯೋಽಭ್ಯಾಸಾತ್ ಎನ್ನುವ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ದೃಢಪಡಿಸಿದೆ. ಈ ಸಹಜವಾದ ದಿವ್ಯಾನಂದವು ಯೋಗದ ಅಂತಿಮಗುರಿ. ಭಕ್ತಿಯೋಗದ ಅನುಷ್ಠಾನದಿಂದ ಇದನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಾಧಿಸಬಹುದು. ಭಗವದ್ಗೀತೆಯ ಏಳನೆಯ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿಯೋಗವನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವಿವರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಿರುವಂತೆ ಯೋಗಪದ್ಧತಿಯು ಹೇಳುವ ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ಬಗೆಗಳು — ಸಮ್ಪ್ರಜ್ಞಾತ ಸಮಾಧಿ ಮತ್ತು ಅಸಮ್ಪ್ರಜ್ಞಾತ ಸಮಾಧಿ. ತತ್ಪ್ರಜ್ಞಾನದ ವಿವಿಧ ಸಂಶೋಧನೆಗಳಿಂದ ಮನುಷ್ಯನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಂಡಾಗ ಆತನು ಸಮ್ಪ್ರಜ್ಞಾತ ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅಸಮ್ಪ್ರಜ್ಞಾತ ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿ ಐಹಿಕ ಸಂತೋಷದೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧವೇ ಇಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಮನುಷ್ಯನು ಆಗ ಇಂದ್ರಿಯ ಮೂಲವಾದ ಎಲ್ಲ ಸುಖವನ್ನು ಮೀರಿರುತ್ತಾನೆ. ಯೋಗಿಯು ಒಮ್ಮೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಂಡನೆಂದರೆ ಎಂದಿಗೂ ಅದರಿಂದ ವಿಚಲಿತನಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಯೋಗಿಯು ಈ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ತಲಪುವವರೆಗೆ ಯಶಸ್ವಿಯಲ್ಲ. ಇವತ್ತು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸವೆಂದು ಕರೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಹಲವು ಇಂದ್ರಿಯಸುಖಗಳು ಸೇರಿವೆ; ಅದು ವಿರುದ್ಧವಾದದ್ದು. ಕಾಮ ಮತ್ತು ಮದ್ಯಪಾನಗಳಲ್ಲಿ ನಿರತನಾದ ಯೋಗಿ ಬರಿಯ ಪರಿಹಾಸ್ಯವಷ್ಟೆ. ಯೋಗಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧಿಗಳಿಂದ ಆಕರ್ಷಿತರಾಗುವ ಯೋಗಿಗಳು ಸಹ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲಪಿದವರಲ್ಲ. ಯೋಗದ ಉಪ ಉತ್ಪನ್ನಗಳಿಂದ ಯೋಗಿಗಳು ಆಕರ್ಷಿತರಾದರೆ ಈ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ ಅವರು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯ ಹಂತವನ್ನು ಮುಟ್ಟಲಾರರು. ಕಸರತ್ತಿನ ಸಾಹಸಗಳ ಅಥವಾ ಸಿದ್ಧಿಗಳ ಪ್ರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಯೋಗದ ಉದ್ದೇಶವೇ ನಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಈ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಎಂದರೆ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ. ಇದು ಅರ್ಥವಾಗದ ಸಂಗತಿ ಏನೂ ಅಲ್ಲ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವವನಿಗೆ ತನ್ನ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿಯೇ ಎಷ್ಟು ಸುಖ ಎಂದರೆ ಆತನು ಬೇರೆ ಯಾವ ಸುಖವನ್ನೂ ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ. ಹಠಯೋಗ, ಧ್ಯಾನಯೋಗ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನಯೋಗಗಳನ್ನು ಅನುಷ್ಠಾನ ಮಾಡಲು — ಈ ವಂಚನೆಯ ಕಾಲದಲ್ಲಂತೂ — ಹಲವಾರು ಅಡ್ಡಿಗಳಿವೆ. ಆದರೆ ಕರ್ಮಯೋಗ ಅಥವಾ ಭಕ್ತಿಯೋಗವನ್ನು ಆಚರಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಲ್ಲ.

ಐಹಿಕ ದೇಹವು ಇರುವವರೆಗೆ, ಆಹಾರ, ನಿದ್ರೆ, ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಮೈಥುನ ಇಂತಹ ಅದರ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಮನುಷ್ಯನು ಪೂರೈಸಲೇಬೇಕು. ಆದರೆ ಪರಿಶುದ್ಧ ಭಕ್ತಿಯೋಗ ಅಥವಾ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವವನು ದೇಹದ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುವಾಗ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿಸಲಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಪಾಲಿಗೆ ಬಂದದ್ದು ಪಂಚಾಮೃತವೆಂದು ಆತನು ಬದುಕಿನ ಕನಿಷ್ಠ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಅಲೌಕಿಕ ಆನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅಪಘಾತಗಳು, ರೋಗ, ಕೊರತೆ ಬಹು ಹತ್ತಿರದ ಬಂಧುವಿನ ಸಾವು ಮುಂತಾದ ಹೊರಜಗತ್ತಿನ

ಆಗುಹೋಗುಗಳಿಗೆ ಆತನು ಲಕ್ಷ್ಯವನ್ನೇ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಭಕ್ತಿಯೋಗದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಬಗೆಗೆ ಅವನು ಸದಾ ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರುತ್ತಾನೆ. ಆಕಸ್ಮಿಕಗಳು ಅವನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯದಿಂದ ಬೇರೆಡೆಗೆ ತಿರುಗಿಸಲಾರವು. ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ (2.14) ಹೇಳಿರುವಂತೆ, **ಆಗಮಾಪಾಯಿನೋಽನಿತ್ಯಾಸ್ತಾಂಸ್ತಿಕ್ಷಸ್ವ ಭಾರತ.** ಇಂತಹ ಪ್ರಾಸಂಗಿಕ ಆಗುಹೋಗುಗಳನ್ನು ಅವನು ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಇವೆಲ್ಲ ಬರುತ್ತವೆ, ಹೋಗುತ್ತವೆ, ಆದರೆ ತನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅವನಿಗೆ ಗೊತ್ತು. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆತನು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 24

ಸ ನಿಶ್ಚಯೇನ ಯೋಕ್ತವ್ಯೋ ಯೋಗೋಽನಿರ್ವಿಣ್ಣ ಚೇತಸಾ |
 ಸಂಕಲ್ಪಪ್ರಭವಾನ್ ಕಾಮಾಂಸ್ತಕ್ತ್ವಾ ಸರ್ವಾನಶೇಷತಃ |
 ಮನಸ್ಯೇವೈನ್ದ್ರಿಯಗ್ರಾಮಂ ವಿನಿಯಮ್ಯ ಸಮನ್ತತಃ ||೨೪||

ಸಃ—ಆ; ನಿಶ್ಚಯೇನ—ದೃಢ ನಿರ್ಧಾರದಿಂದ; ಯೋಕ್ತವ್ಯಃ—ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಲ್ಪಡಬೇಕು; ಯೋಗಃ—ಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯು; ಅನಿರ್ವಿಣ್ಣ ಚೇತಸಾ—ವಿಚಲಿತೆಯಿಲ್ಲದೆ; ಸಂಕಲ್ಪ—ಊಹಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಗಳಿಂದ; ಪ್ರಭವಾನ್—ಹುಟ್ಟಿದ; ಕಾಮಾನ್—ಭೌತಿಕ ಅಪೇಕ್ಷೆಗಳನ್ನು; ತ್ಯಕ್ತ್ವಾ—ತ್ಯಜಿಸಿ; ಸರ್ವಾನ್—ಎಲ್ಲ; ಅಶೇಷತಃ—ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ; ಮನಸಾ—ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ; ಏವ—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; ಇನ್ದ್ರಿಯ ಗ್ರಾಮಮ್—ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಸಮೂಹವನ್ನು; ವಿನಿಯಮ್ಯ—ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತ; ಸಮನ್ತತಃ—ಎಲ್ಲ ಕಡೆಗಳಿಂದಲೂ.

ಅನುವಾದ

ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ದೃಢಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ಮತ್ತು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ತೊಡಗಬೇಕು. ಆ ದಾರಿಯಿಂದ ಬೇರೆಡೆ ಹೋಗಬಾರದು. ಊಹಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಯಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದ ಬಯಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದನ್ನೂ ಬಿಡದೆ ದೂರ ಮಾಡಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲ ದಿಕ್ಕುಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣ ಮಾಡಬೇಕು.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸಿಯು ದೃಢಸಂಕಲ್ಪಮಾಡಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ವಿಚಲಿತನಾಗದೆ ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ಕಡೆಗೆ ಯಶಸ್ಸು ಸಿಕ್ಕುವುದೆಂಬ ದೃಢನೆಂಬಿಕೆ ಇರಬೇಕು. ಯಶಸ್ಸಿನ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ವಿಳಂಬವಾದರೂ ಧೈರ್ಯಗಡೆದೆ ಇದೇ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಮುಂದುವರಿಯಬೇಕು. ಕಡು ನಿಷ್ಠಾವಂತ ಅಭ್ಯಾಸಿಗೆ ಯಶಸ್ಸು ದೊರೆತೇ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ಭಕ್ತಿಯೋಗವನ್ನು ಕುರಿತು ರೂಪ ಗೋಷ್ಠಾಮಿಯವರು ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ —

ಉತ್ಸಾಹಾನ್ ನಿಶ್ಚಯಾದ್ಧೈರ್ಯಾತ್ ತತ್‌ತತ್‌ಕರ್ಮಪ್ರವರ್ತನಾತ್ |
 ಸನ್ಯತ್ಯಾಗಾತ್ ಸತೋ ವೃತ್ತೇಃ ಷಡ್ಧಿರ್ ಭಕ್ತಿಃ ಪ್ರಸಿದ್ಧತಿ ||

"ಭಕ್ತರ ಸಹವಾಸದಲ್ಲಿ ವಿಧಿತ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಸಾತ್ವಿಕ

ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೊಡಗಬೇಕು; ಹೀಗೆ ಮಾಡುವ ಮನುಷ್ಯನು ಭಕ್ತಿಯೋಗದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ, ಹೃದಯವನ್ನು ತುಂಬಿದ ಉತ್ಸಾಹ, ನಿರಂತರ ಪ್ರಯತ್ನ ಮತ್ತು ದೃಢಸಂಕಲ್ಪಗಳಿಂದ ಕಾರ್ಯಗತ ಮಾಡಬಹುದು." (ಉಪದೇಶಾಮೃತ 3).

ದೃಢಸಂಕಲ್ಪದ ವಿಷಯ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ಸಮುದ್ರದ ಅಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮೊಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಗುಬ್ಬಿಚ್ಚಿಯ ಮೇಲ್ಪಂಕ್ತಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಗುಬ್ಬಿಚ್ಚಿಯು ಸಮುದ್ರ ತೀರದಲ್ಲಿ ಮೊಟ್ಟೆಗಳನ್ನಿಟ್ಟಿತು. ದೊಡ್ಡ ಸಮುದ್ರವು ತನ್ನ ಅಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮೊಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಕೊಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಹೋಯಿತು. ಗುಬ್ಬಿಚ್ಚಿಯ ಮನಸ್ಸು ಕದಡಿಹೋಯಿತು. ತನ್ನ ಮೊಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಹಿಂದಿರುಗಿಸುವಂತೆ ಸಮುದ್ರವನ್ನು ಕೇಳಿತು. ಸಮುದ್ರವು ಈ ಮನವಿಗೆ ಕಿವಿ ಕೊಡಲೇ ಇಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಗುಬ್ಬಿಚ್ಚಿಯು ಸಮುದ್ರವನ್ನು ಬತ್ತಿಸಿಬಿಡಲು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿತು. ಅದು ತನ್ನ ಪುಟ್ಟಕೊಕ್ಕಿನಿಂದ ನೀರನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿತು. ಅಸಾಧ್ಯವಾದುದನ್ನು ಸಾಧಿಸಬೇಕೆಂಬ ಈ ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು ಕಂಡು ಎಲ್ಲರೂ ನಕ್ಕರು. ಗುಬ್ಬಿಚ್ಚಿಯ ಕೆಲಸದ ಸುದ್ದಿ ಹಬ್ಬಿತು. ಕಡೆಗೆ ಶ್ರೀವಿಷ್ಣುವಿನ ಬೃಹದಾಕಾರದ ವಾಹನ ಗರುಡನಿಗೆ ಇದು ತಿಳಿಯಿತು. ಅವನಿಗೆ ತನ್ನ ಈ ಪುಟ್ಟಸೋದರಿ ಹಕ್ಕಿಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅನುಕಂಪವಾಯಿತು. ಅವನು ಗುಬ್ಬಿಚ್ಚಿಯನ್ನು ನೋಡಲು ಬಂದನು. ಪುಟ್ಟ ಗುಬ್ಬಿಚ್ಚಿಯ ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು ನೋಡಿ ಅವನಿಗೆ ತುಂಬ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು. ಅವನು ನೆರವಾಗುವೆನೆಂದು ಮಾತುಕೊಟ್ಟ. ಸಮುದ್ರವು ಗುಬ್ಬಿಚ್ಚಿಯ ಮೊಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಹಿಂದಿರುಗಿಸದಿದ್ದರೆ ತಾನೇ ಗುಬ್ಬಿಚ್ಚಿಯ ಕೆಲಸವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಕೊಟ್ಟ. ಸಮುದ್ರವು ಹೆದರಿ ಮೊಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಕೊಟ್ಟಿತು ಹೀಗೆ ಗರುಡನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಗುಬ್ಬಿಚ್ಚಿಗೆ ಸುಖವಾಯಿತು.

ಹೀಗೆಯೇ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸವು, ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿನ ಭಕ್ತಿಯೋಗವು, ತುಂಬ ಕಠಿಣವಾದದ್ದು ಎಂದು ತೋರಬಹುದು. ಆದರೆ ಯಾರಾದರೂ ಗಟ್ಟಿಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ತತ್ತ್ವಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿಯೂ ಭಗವಂತನು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಏಕೆಂದರೆ ತಮಗೆ ತಾವೇ ನೆರವಾಗುವವರಿಗೆ ಭಗವಂತನು ನೆರವಾಗುತ್ತಾನೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 25

ಶನ್ಯಃ ಶನ್ಯರುಪರಮೇದ್ ಬುದ್ಧ್ಯಾ ದೃತಿಗೃಹೀತಯಾ |
ಆತ್ಮಸಂಸ್ಥಂ ಮನಃ ಕೃತ್ವಾ ನ ಕಿಂಚಿದಪಿ ಚಿಂತಯೇತ್ ||೨೫||

ಶನ್ಯಃ—ಕ್ರಮೇಣ; ಶನ್ಯಃ—ಹಂತಹಂತವಾಗಿ; ಫರಮೇತ್—ತಡೆಗಟ್ಟಬೇಕು; ಬುದ್ಧ್ಯಾ—ಬುದ್ಧಿಯಿಂದ; ದೃತಿ ಗೃಹೀತಯಾ—ದೃಢ ನಿರ್ಧಾರದಿಂದ; ಆತ್ಮ ಸಂಸ್ಥಮ್—ದಿವ್ಯತೆಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿದ್ದನ್ನಾಗಿ; ಮನಃ—ಮನಸ್ಸನ್ನು; ಕೃತ್ವಾ—ಮಾಡಿ; ನ—ಇಲ್ಲ; ಕಿಂಚಿತ್—ಬೇರೆಯಾವುದನ್ನು; ಅಪಿ—ಕೂಡ; ಚಿಂತಯೇತ್—ಚಿಂತಿಸಬೇಕು.

ಅನುವಾದ

ಕ್ರಮಕ್ರಮವಾಗಿ, ಹೆಜ್ಜೆಹೆಜ್ಜೆಯಾಗಿ, ಸಂಪೂರ್ಣ ಸ್ಥೈರ್ಯವನ್ನು ಆಧಾರಮಾಡಿಕೊಂಡ

ಬುದ್ಧಿ ಶಕ್ತಿಯ ಮೂಲಕ ಮನುಷ್ಯನು ಸಮಾಧಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಆತ್ಮದಲ್ಲಿಯೇ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು, ಬೇರೇನನ್ನೂ ಕುರಿತು ಯೋಚಿಸಬಾರದು.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಸೂಕ್ತವಾದ ದೃಢನಂಬಿಕೆ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿ ಶಕ್ತಿಗಳ ಮೂಲಕ ಮನುಷ್ಯನು ಕ್ರಮಕ್ರಮವಾಗಿ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು. ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರತ್ಯಾಹಾರ ಎಂದು ಹೆಸರು. ದೃಢನಂಬಿಕೆ, ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಕೊನೆಗಾಣಿಸುವುದರಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಿತವಾದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಆಗ ಬದುಕಿನ ಐಹಿಕ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಪಾಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಐಹಿಕ ದೇಹವಿರುವಷ್ಟು ಕಾಲವೂ ಮನುಷ್ಯನು ಜಡವಸ್ತುವಿನೊಡನೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿದ್ದರೂ ಇಂದ್ರಿಯ ತೃಪ್ತಿಯ ವಿಷಯವನ್ನು ಯೋಚಿಸಲೇಬಾರದು. ಪರಮಾತ್ಮನ ಆನಂದವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕುರಿತು ಯೋಚಿಸಬಾರದು. ನೇರವಾಗಿ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡುವುದರಿಂದ ಸುಲಭವಾಗಿ ಈ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಬಹುದು.

ಶ್ಲೋಕ - 26

ಯತೋ ಯತೋ ನಿಶ್ಚಲತಿ ಮನಶ್ಚಂಚಲಮ್ಭಿ ರಮ್ |

ತತಸ್ತತೋ ನಿಯಮ್ಪ್ರತದಾತ್ಮನೈವ ವಶಂ ನಯೇತ್ ||೨೬||

ಯತಃ ಯತಃ—ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿ; ನಿಶ್ಚಲತಿ—ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಉದ್ವಿಗ್ನವಾಗುತ್ತದೋ; ಮನಃ—ಮನಸ್ಸು; ಚಂಚಲಮ್—ಚಂಚಲವಾದ; ಅಸ್ಥಿ ರಮ್—ಅಸ್ಥಿ ರವಾದ; ತತಃ ತತಃ—ಅಲ್ಲಿಂದ; ನಿಯಮ್ಯ—ನಿಯಂತ್ರಿಸಿ; ಏತತ್—ಇದನ್ನು; ಆತ್ಮನಿ—ಆತ್ಮನಲ್ಲಿ; ಏವ—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; ವಶಮ್—ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ; ನಯೇತ್—ತರಬೇಕು.

ಅನುವಾದ

ಮನಸ್ಸು ತನ್ನ ಚಂಚಲವಾದ ಮತ್ತು ಅಸ್ಥಿ ರವಾದ ಸ್ವಭಾವದ ದೆಸೆಯಿಂದ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೇ ಅಲೆದಾಡಲಿ ಮನುಷ್ಯನು ಅದನ್ನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಸೆಳೆದು ಆತ್ಮದ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಒಳಪಡಿಸಬೇಕು.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಭಾವ ಚಂಚಲವಾದದ್ದು ಮತ್ತು ಅಸ್ಥಿ ರವಾದದ್ದು. ಆದರೆ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾದ ಯೋಗಿಯು ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬೇಕು. ಅವನನ್ನು ಮನಸ್ಸು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಾರದು. ಮನಸ್ಸನ್ನು (ಮತ್ತು ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಸಹ) ನಿಯಂತ್ರಿಸುವವನನ್ನು ಗೋಸ್ವಾಮಿ ಅಥವಾ ಸ್ವಾಮಿ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದವನನ್ನು ಗೋದಾಸ ಅಥವಾ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ದಾಸ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಗೋಸ್ವಾಮಿಯಾದವನಿಗೆ ಇಂದ್ರಿಯಸುಖದ ಮಟ್ಟವು ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಇಂದ್ರಿಯ ಸುಖದಲ್ಲಿ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಹೃಷೀಕೇಶನ ಅಥವಾ

ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಪರಮ ಸ್ವಾಮಿಯಾದ ಕೃಷ್ಣನ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುತ್ತವೆ. ಪರಿಶುದ್ಧಗೊಂಡ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದ ಕೃಷ್ಣ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಒಳಪಡಿಸುವ ರೀತಿ ಇದೇ. ಇನ್ನೂ ಮುಖ್ಯವಾದ ಸಂಗತಿ ಎಂದರೆ, ಇದೇ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 27

ಪ್ರಶಾನ್ತಮನಸಂ ಹ್ಯೇನಂ ಯೋಗಿನಂ ಸುಖಮುತ್ತಮಮ್ |

ಉಷೈತಿ ಶಾನ್ತರಜಸಂ ಬ್ರಹ್ಮಭೂತಮಕಲ್ಮಷಮ್ ||೨೭||

ಪ್ರಶಾನ್ತ—ಶಾಂತಿಯುತನಾದ, ಕೃಷ್ಣನ ಪಾದಕಮಲಗಳ ಮೇಲೆ ಸ್ಥಾಪಿತವಾದ; **ಮನಸಮ್**—ಮನಸ್ಸುಳ್ಳ; **ಹಿ**—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; **ಏನಮ್**—ಈ; **ಯೋಗಿನಮ್**—ಯೋಗಿಯನ್ನು; **ಸುಖಮ್**—ಸುಖವು; **ಉತ್ತಮಮ್**—ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ; **ಉಷೈತಿ**—ಹೊಂದುವುದು; **ಶಾನ್ತ ರಜಸಮ್**—ರಜೋಗುಣವು ಶಾಂತವಾದ; **ಬ್ರಹ್ಮ ಭೂತಮ್**—ಪರತರನೊಂದಿಗೆ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಪಡೆದ; **ಅಕಲ್ಮಷಮ್**—ಪೂರ್ವದ ಎಲ್ಲ ಪಾಪಫಲಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತನಾದ.

ಅನುವಾದ

ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದ ಯೋಗಿಯು ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿಯೂ ಅಲೌಕಿಕ ಸುಖದ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟುತ್ತಾನೆ. ಆತನು ರಜೋಗುಣವನ್ನು ಮೀರಿದವನು. ಆತನು ಪರಮೋನ್ನತನೊಂದಿಗೆ ತನ್ನ ಗುಣಾತ್ಮಕ ಏಕತ್ವವನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತಾನೆ. ಹೀಗೆ ಅವನು ಹಿಂದಿನ ಕರ್ಮಗಳ ಫಲಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಬ್ರಹ್ಮಭೂತ ಎಂದರೆ ಐಹಿಕ ಕಶ್ಮಲ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಮುಕ್ತನಾಗಿ ಭಗವಂತನ ಅಲೌಕಿಕ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುವುದು. **ಮದ್ಭಕ್ತಿಂ ಲಭತೇ ಪರಾಮ್** (ಗೀತಾ 18.54) — ಮನುಷ್ಯನ ಮನಸ್ಸು ಭಗವಂತನ ಚರಣಕಮಲಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ನಿಲ್ಲುವವರೆಗೆ ಬ್ರಹ್ಮನ ಗುಣದಲ್ಲಿ ಅವನು ನಿಲ್ಲಲಾರನು. **ಸ ವೈ ಮನಃ ಕೃಷ್ಣಪದಾರವಿಂದಯೋಃ** ಸದಾ ಭಗವಂತನ ಅಲೌಕಿಕ ಪ್ರೇಮ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ನಿರತವಾಗಿರುವುದು ಅಥವಾ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವುದು ಎಂದರೆ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ರಜೋಗುಣದಿಂದ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ಐಹಿಕ ಕಲ್ಮಷದಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದುವುದು.

ಶ್ಲೋಕ - 28

ಯುಇನ್ದೇವಂ ಸದಾತ್ಮಾನಂ ಯೋಗೀ ವಿಗತಕಲ್ಮಷಃ |

ಸುಖೇನ ಬ್ರಹ್ಮಸಂಸ್ಪರ್ಶಮತ್ಯಂತಂ ಸುಖಮಶ್ನುತೇ ||೨೮||

ಯುಇನ್—ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿ; **ಏವಮ್**—ಹೀಗೆ; **ಸದಾ**—ಯಾವಾಗಲೂ;

ಆತ್ಮಾನಮ್—ತನ್ನನ್ನು; ಯೋಗೀ—ಪರಮೋನ್ನತ ಆತ್ಮನೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಉಳ್ಳವನು; ವಿಗತ—
ಮುಕ್ತವಾದ; ಕಲ್ಮಷಃ—ಸಕಲ ಭೌತಿಕ ಕಲ್ಮಷಗಳುಳ್ಳವನಾಗಿ; ಸುಖೇನ—ದಿವ್ಯ ಸುಖದಿಂದ;
ಬ್ರಹ್ಮಸಂಸ್ಪರ್ಶಮ್—ಪರಮೋನ್ನತನೊಂದಿಗೆ ಸತತ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು; ಅತ್ಯನ್ನಮ್—ಅತ್ಯುನ್ನತ;
ಸುಖಮ್—ಸುಖವನ್ನು; ಅಶ್ನುತೇ—ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ.

ಅನುವಾದ

ಸದಾ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ನಿರತನಾದ ಆತ್ಮಸಂಯಮಿಯಾದ ಯೋಗಿಯು ಎಲ್ಲ ಐಹಿಕ
ಕಲ್ಮಷದಿಂದ ಮುಕ್ತನಾಗಿ, ಭಗವಂತನ ಅಲೌಕಿಕ ಪ್ರೇಮಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸುಖದ ಅತ್ಯುನ್ನತ
ಹಂತವನ್ನು ತಲಪುತ್ತಾನೆ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಎಂದರೆ ಪರಮ ಪ್ರಭುವಿನೊಂದಿಗೆ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಇರುವ ಸಂಬಂಧದ
ಸಹಜ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಆತ್ಮವು ಪರಮ ಪ್ರಭುವಿನ ವಿಭಿನ್ನಾಂಶ.
ಅದರ ಸ್ಥಾನವೆಂದರೆ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಅಲೌಕಿಕ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದು. ಪರಮ
ಪ್ರಭುವಿನೊಂದಿಗೆ ಈ ದಿವ್ಯಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬ್ರಹ್ಮಸಂಸ್ಪರ್ಶ ಎಂದು ಹೆಸರು.

ಶ್ಲೋಕ - 29

ಸರ್ವಭೂತಸ್ಥ ಮಾತ್ತಾನಂ ಸರ್ವಭೂತಾನಿ ಚಾತ್ಮನಿ |

ಈಕ್ಷತೇ ಯೋಗಯುಕ್ತಾತ್ಮಾ ಸರ್ವತ್ರ ಸಮದರ್ಶನಃ ||೨೯||

ಸರ್ವ ಭೂತಸ್ಥಮ್—ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಇರುವ; ಆತ್ಮಾನಮ್—ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು; ಸರ್ವ—
ಎಲ್ಲ; ಭೂತಾನಿ—ಜೀವಿಗಳನ್ನು; ಚ—ಕೂಡ; ಆತ್ಮನಿ—ಆತ್ಮನಲ್ಲಿ; ಈಕ್ಷತೇ—ನೋಡುತ್ತಾನೆ;
ಯೋಗ ಯುಕ್ತ ಆತ್ಮಾ—ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಯುಕ್ತನಾಗಿರುವವನು; ಸರ್ವತ್ರ— ಎಲ್ಲ ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿ;
ಸಮದರ್ಶನಃ—ಸಮಾನವಾದ ನೋಟವುಳ್ಳ.

ಅನುವಾದ

ನಿಜವಾದ ಯೋಗಿಯು ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ನನ್ನನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ
ಜೀವಿಗಳನ್ನೂ ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಪಡೆದ ಮನುಷ್ಯನು ಪರಮ
ಪ್ರಭುವಾದ ನನ್ನನ್ನೇ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿಯೂ ಕಾಣುತ್ತಾನೆ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವ ಯೋಗಿಯು ಪರಿಪೂರ್ಣ ದ್ರಷ್ಟಾರನು. ಏಕೆಂದರೆ ಅವನು ಪರಮ
ಪ್ರಭುವಾದ ಕೃಷ್ಣನು ಪರಮಾತ್ಮನಾಗಿ ಎಲ್ಲರ ಹೃದಯಗಳಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾನೆ.
ಈಶ್ವರಃ ಸರ್ವಭೂತಾನಾಂ ಹೃದ್ವೇಶೇಽರ್ಜುನ ತಿಷ್ಠತಿ. ಪರಮಾತ್ಮ ಸ್ವರೂಪನಾದ ಭಗವಂತನು

ಒಂದು ನಾಯಿಯ ಹೃದಯದಲ್ಲಿಯೂ ಒಬ್ಬ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿಯೂ ನೆಲೆಸಿರುತ್ತಾನೆ. ಪರಿಪೂರ್ಣಯೋಗಿಗೆ ಭಗವಂತನು ನಿರಂತರನಾಗಿ ಅಲೌಕಿಕನಾದವನು ಮತ್ತು ನಾಯಿಯಲ್ಲಾಗಲೀ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಲ್ಲಾಗಲೀ ಇರುವುದರಿಂದ ಅವನಿಗೆ ಯಾವ ಪರಿಣಾಮವೂ ಇಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಭಗವಂತನ ಪರಮ ತಾಟಸ್ಥ್ಯ. ವ್ಯಕ್ತಿಗತ ಆತ್ಮವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದು ಎಲ್ಲ ಹೃದಯಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಆತ್ಮಕ್ಕೂ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೂ ಇದೇ ವ್ಯತ್ಯಾಸ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದವನು ಇದನ್ನು ಅಷ್ಟು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಾಣಲಾರ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವ ಮನುಷ್ಯನು ಆಸ್ತಿಕನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿಯೂ ನಾಸ್ತಿಕನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿಯೂ ಕೃಷ್ಣನನ್ನು ಕಾಣಬಲ್ಲ. ಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಹೀಗೆ ದೃಢಪಡಿಸಿದೆ — **ಆತತತ್ವಾಚ್ಚಮಾತೃತ್ವಾಚ್ಚ ಆತ್ಮಾ ಹಿ ಪರಮೋ ಹರಿಃ** ಭಗವಂತನು ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳ ಆಕರನಾದದ್ದರಿಂದ ಅವನು ತಾಯಿಯಂತೆ ಮತ್ತು ಪಾಲಕನಂತೆ. ತಾಯಿಯು ಬೇರೆಬೇರೆ ಬಗೆಯ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೇಗೆ ತಟಸ್ಥಳೋ ಹಾಗೆ ಪರಮ ಪಿತನು (ಅಥವಾ ಮಾತೆಯು) ತಟಸ್ಥ. ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಪರಮಾತ್ಮನು ಸದಾ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಇದ್ದಾನೆ.

ಅಲ್ಲದೆ ಬಾಹ್ಯದಲ್ಲಿಯೂ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಿಯೂ ಭಗವಂತನ ಶಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಂಡಿದೆ. ಏಳನೆಯ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಿರುವಂತೆ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಎರಡು ಶಕ್ತಿಗಳಿವೆ — ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದ (ಅಥವಾ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ) ಮತ್ತು ಐಹಿಕವಾದ (ಅಥವಾ ಕೆಳಮಟ್ಟದ) ಶಕ್ತಿಗಳು. ಜೀವಿಯು ಶ್ರೇಷ್ಠಶಕ್ತಿಯ ಭಾಗವಾದರೂ ಕೆಳಮಟ್ಟದ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಬದ್ಧವಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಜೀವಿಯು ಸದಾ ಭಗವಂತನ ಶಕ್ತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಿಯೂ ಒಂದಲ್ಲ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದ್ದಾನೆ.

ಯೋಗಿಯು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಒಂದೇ ಸಮನೆ ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳೂ ಕರ್ಮಫಲಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಬೇರೆಬೇರೆ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಅವರೆಲ್ಲ ಎಲ್ಲ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಭಗವಂತನ ಸೇವಕರಾಗೇ ಇರುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಆತನು ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ಐಹಿಕ ಶಕ್ತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಜೀವಿಯು ಐಹಿಕ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಸೇವೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಕ್ತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಅವನು ಭಗವಂತನನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಸೇವೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಹೇಗೆ ಆದರೂ ಜೀವಿಯು ಭಗವಂತನ ಸೇವಕ. ಈ ಸಮಾನತೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯು ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 30

ಯೋ ಮಾಂ ಪಶ್ಯತಿ ಸರ್ವತ್ರ ಸರ್ವಂ ಚ ಮಯಿ ಪಶ್ಯತಿ |

ತಸ್ಯಾಹಂ ನ ಪ್ರಣಶ್ಯಾಮಿ ಸ ಚ ಮೇ ನ ಪ್ರಣಶ್ಯತಿ ||೩೦||

ಯಃ—ಯಾರು; ಮಾಮ್—ನನ್ನನ್ನು; ಪಶ್ಯತಿ—ನೋಡುತ್ತಾನೋ; ಸರ್ವತ್ರ—ಎಲ್ಲ ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ; ಸರ್ವಮ್—ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ; ಚ—ಮತ್ತು; ಮಯಿ—ನನ್ನಲ್ಲಿ; ಪಶ್ಯತಿ—ನೋಡುತ್ತಾನೋ; ತಸ್ಯ—ಅವನಿಗೆ; ಅಹಮ್—ನಾನು; ನ ಪ್ರಣಶ್ಯಾಮಿ—ನಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲ; ಸಃ—ಅವನು; ಚ—ಸಹ; ಮೇ—ನನಗೆ; ನ ಪ್ರಣಶ್ಯತಿ—ನಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಅನುವಾದ

ಯಾರು ನನ್ನನ್ನು ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿಯೂ ಕಾಣುತ್ತಾನೆಯೋ ಮತ್ತು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಕಾಣುತ್ತಾನೋ ಅವನು ನನ್ನನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಅವನನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವ ಮನುಷ್ಯನು ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿಯೂ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿಯೂ ಕೃಷ್ಣನನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಕೃಷ್ಣನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ಇಂತಹ ಮನುಷ್ಯನು ಬಹಿಷ್ಕೃತಿಯ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ನೋಡುವಂತೆ ತೋರಬಹುದು. ಆದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಬಾರಿಯೂ ಆತನಿಗೆ ಕೃಷ್ಣನ ಅರಿವಿರುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಕೃಷ್ಣನ ಶಕ್ತಿಯ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂದು ಅವನಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಕೃಷ್ಣನಿಲ್ಲದೆ ಯಾವುದೂ ಇರುವಂತಿಲ್ಲ, ಕೃಷ್ಣನು ಎಲ್ಲದರ ಒಡೆಯ. ಇದು ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮೂಲತತ್ವ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಕೃಷ್ಣಪ್ರೇಮದ ವರ್ಧನೆ. ಈ ಸ್ಥಿತಿಯು ಬಹಿಷ್ಕೃತಿಯನ್ನು ಮೀರಿದ ಸ್ಥಿತಿ. ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಮೀರಿದ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಭಕ್ತನು ಕೃಷ್ಣನೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗುತ್ತಾನೆ. ಇದು ಹೇಗೆಂದರೆ ಭಕ್ತನಿಗೆ ಕೃಷ್ಣನೇ ಸರ್ವಸ್ವವಾಗುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಕೃಷ್ಣಪ್ರೇಮದಲ್ಲಿ ಭಕ್ತನು ಸಂಪೂರ್ಣನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಆಗ ಭಗವಂತ ಭಕ್ತರ ನಡುವೆ ಒಂದು ಆತ್ಮೀಯ ಸಂಬಂಧವಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಯನ್ನು ನಾಶಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ. ದೇವೋತ್ತಮ ಪುರುಷನು ಭಕ್ತನ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಮರೆಯಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಕೃಷ್ಣನಲ್ಲಿ ಲೀನವಾಗುವುದೆಂದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿನಾಶ. ಭಕ್ತನು ಇಂತಹ ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ಕೊಡುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಬ್ರಹ್ಮಸಂಹಿತೆಯಲ್ಲಿ (5.28) ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದೆ—

ಪ್ರೇಮಾಂಜನಚ್ಚುರಿತಭಕ್ತಿವಿಲೋಚನೇನ

ಸಂತಃ ಸದೈವ ಹೃದಯೇಷು ವಿಲೋಕಯಂತಿ |

ಯಂ ಶ್ಯಾಮಸುಂದರಮ್ ಅಚಿಂತ್ಯಗುಣಸ್ವರೂಪಂ

ಗೋವಿಂದಮಾದಿಪುರುಷಂ ತಮಹಂ ಭಜಾಮಿ ||

"ಆದಿಪುರುಷನಾದ ಗೋವಿಂದನನ್ನು ನಾನು ಪೂಜಿಸುತ್ತೇನೆ. ಪ್ರೇಮಾಂಜನವನ್ನು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಲೇಪಿಸಿಕೊಂಡ ಭಕ್ತನು ಸದಾ ಅವನನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾನೆ. ಭಕ್ತನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವ ಅವನು ಶ್ಯಾಮಸುಂದರ ನಿತ್ಯಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತಾನೆ."

ಈ ಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕೃಷ್ಣನು ಭಕ್ತನ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಮರೆಯಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಭಕ್ತನು ಭಗವಂತನನ್ನು ಕಾಣದೆ ಹೋಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಭಗವಂತನನ್ನು ಹೃದಯದಲ್ಲಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮನೆಂದು ಕಾಣುವ ಯೋಗಿಗೂ ಈ ಮಾತು ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಯೋಗಿಯು ಪರಿಶುದ್ಧ ಭಕ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ತನ್ನೊಳಗಿನ ಭಗವಂತನನ್ನು ಕಾಣದೆ ಒಂದು ನಿಮಿಷವೂ ಬದುಕಲಾರ.

ಶ್ಲೋಕ - 31

ಸರ್ವಭೂತಸ್ಥಿತಂ ಯೋ ಮಾಂ ಭಜತ್ಯೇಕತ್ವಮಾಸ್ಥಿತಃ |

ಸರ್ವಥಾ ವರ್ತಮಾನೋಽಪಿ ಸ ಯೋಗೀ ಮಯಿ ವರ್ತತೇ ||೩೧||

ಸರ್ವಭೂತಸ್ಥಿತಮ್—ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವ; ಯಃ—ಯಾರು; ಮಾಮ್—ನನ್ನನ್ನು; ಭಜತಿ—ಭಕ್ತಿಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸುತ್ತಾನೋ; ಏಕತ್ವಮ್—ಏಕತ್ವದಲ್ಲಿ; ಆಸ್ಥಿತಃ—ನೆಲೆಸಿದವನಾಗಿ; ಸರ್ವಥಾ—ಎಲ್ಲ ವಿಚಾರಗಳಲ್ಲೂ; ವರ್ತಮಾನಃ—ಇರುವವನಾಗಿ; ಅಪಿ—ಆದರೂ; ಸಃ—ಆ; ಯೋಗೀ—ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಯು; ಮಯಿ—ನನ್ನಲ್ಲಿ; ವರ್ತತೇ—ಇರುತ್ತಾನೆ.

ಅನುವಾದ

ನಾನು ಮತ್ತು ಪರಮಾತ್ಮನು ಒಂದೇ ಎಂದು ತಿಳಿದು ಸದಾ ಪರಮಾತ್ಮನ ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ಯೋಗಿಯು ಎಲ್ಲ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿಯೂ ನನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಇರುತ್ತಾನೆ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಪರಮಾತ್ಮನ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಮಗ್ನನಾದ ಯೋಗಿಯು ಶಂಖ, ಚಕ್ರ, ಗದೆ ಮತ್ತು ಪದ್ಮಗಳನ್ನು ನಾಲ್ಕು ಕೈಗಳಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದ ವಿಷ್ಣುವನ್ನು ಕೃಷ್ಣನ ಸ್ವಾಂಶ ಭಾಗವಾಗಿ ತನ್ನಲ್ಲಿ ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ವಿಷ್ಣುವು ಕೃಷ್ಣನಿಂದ ಭಿನ್ನವಲ್ಲ ಎಂದು ಯೋಗಿಗೆ ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ಪರಮಾತ್ಮನ ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ಕೃಷ್ಣನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಹೃದಯದಲ್ಲಿಯೂ ನೆಲೆಸಿದ್ದಾನೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಜೀವಿಗಳ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಹೃದಯಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಪರಮಾತ್ಮರಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿಲ್ಲ. ಸದಾ ಕೃಷ್ಣನ ದಿವ್ಯಪ್ರೇಮ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವ ಮನುಷ್ಯನಿಗೂ ಪರಮಾತ್ಮನ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಯೋಗಿಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿಲ್ಲ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವ ಯೋಗಿಯು ಐಹಿಕ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವಾಗ ವಿವಿಧ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರಬಹುದು, ಆದರೂ ಅವನು ಸದಾ ಕೃಷ್ಣನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುತ್ತಾನೆ. ಶ್ರೀ ರೂಪ ಗೋಸ್ವಾಮಿಯವರ ಭಕ್ತಿರಸಾಮೃತಸಿಂಧುವಿನಲ್ಲಿ (1.2.187) ಇದನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಿದೆ. ನಿಖಿಲಾಸ್ಪೃಷ್ಯವಸ್ಥಾಸು ಜೀವನ್ಮುಕ್ತಃ ಸ ಉಚ್ಯತೇ. ಸದಾ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಕರ್ಮಮಾಡುವ ಭಗವಂತನ ಭಕ್ತನು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಮುಕ್ತನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ನಾರದ ಪಂಚರಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಹೀಗೆ ದೃಢಪಡಿಸಿದೆ—

ದಿಕ್ಯಾಲಾದ್ಯನವಚ್ಛಿನ್ನೇ ಕೃಷ್ಣೇ ಚೇತೋ ವಿಧಾಯ ಚ |

ತನ್ಮಯೋ ಭವತಿ ಕ್ಷಿಪ್ರಂ ಜೀವೋ ಬ್ರಹ್ಮಣಿ ಯೋಜಯೇತ್ ||

"ಕೃಷ್ಣನು ಸರ್ವಾಂತರಾಮಿ ಮತ್ತು ಕಾಲ ದೇಶಗಳನ್ನು ಮೀರಿದವನು. ಅವನ ದಿವ್ಯರೂಪದಲ್ಲಿ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದರಿಂದ ಮನುಷ್ಯನು ಕೃಷ್ಣ ಚಿಂತನೆಯಲ್ಲಿ ಮಗ್ನನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅನಂತರ ಕೃಷ್ಣನ ದಿವ್ಯ ಸಹವಾಸದ ಆನಂದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ."

ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಸಮಾಧಿಯ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಹಂತ. ಕೃಷ್ಣನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಹೃದಯದಲ್ಲಿಯೂ ಪರಮಾತ್ಮನಾಗಿ ನೆಲೆಸಿದ್ದಾನೆ ಎನ್ನುವ ಅರಿವೇ ಯೋಗಿಯನ್ನು

ದೋಷರಹಿತನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಭಗವಂತನ ಈ ಗ್ರಹಿಕೆಗೆ ಮೀರಿದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವೇದಗಳು (ಗೋಪಾಲ ತಾಪನೀ ಉಪನಿಷತ್ತು 1.21) ಹೀಗೆ ದೃಢಪಡಿಸುತ್ತವೆ — **ಏಕೋಪಿ ಸನ್ ಬಹುಧಾ ಯೋಽವಭಾತಿ** " ಭಗವಂತನು ಒಬ್ಬನೇ ಆದರೂ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಹೃದಯಗಳಲ್ಲಿ ಬಹುವಾಗಿ ಅವನು ಇದ್ದಾನೆ." ಹಾಗೆಯೇ ಸ್ತುತಿಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದೆ—

ಏಕ ಏವ ಪರೋ ವಿಷ್ಣುಃ ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿ ನ ಸಂಶಯಃ |

ಐಶ್ವರ್ಯಾದ್ ರೂಪಮ್ ಏಕಂ ಚ ಸೂರ್ಯವತ್ ಬಹುಧೇಯತೇ ||

"ವಿಷ್ಣುವು ಒಬ್ಬನೇ, ಆದರೂ ಅವನು ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿಯೂ ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿ. ಗ್ರಹಿಕೆಗೆ ಮೀರಿದ ಅವನ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ, ಸೂರ್ಯನು ಬಹುಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸುವಂತೆ, ತನಗೆ ಒಂದೇ ರೂಪವಿದ್ದರೂ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಇದ್ದಾನೆ."

ಶ್ಲೋಕ - 32

ಆತ್ಮಪ್ರಮ್ಯೇನ ಸರ್ವತ್ರ ಸಮಂ ಪಶ್ಯತಿ ಯೋಽರ್ಜುನ |

ಸುಖಂ ವಾ ಯದಿ ವಾ ದುಃಖಂ ಸ ಯೋಗೀ ಪರಮೋ ಮತಃ ||೩೨||

ಆತ್ಮ—ತನ್ನ ಆತ್ಮನೊಂದಿಗೆ; **ಔಪಮ್ಯೇನ**—ಹೋಲಿಕೆಯಿಂದ; **ಸರ್ವತ್ರ**—ಎಲ್ಲ ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿ; **ಸಮಮ್**—ಸಮಾನವಾಗಿ; **ಪಶ್ಯತಿ**—ನೋಡುತ್ತಾನೋ; **ಯಃ**—ಯಾರು; **ಅರ್ಜುನ**—ಅರ್ಜುನನೇ **ಸುಖಮ್**—ಸುಖವನ್ನೋ; **ವಾ**—ಅಥವಾ; **ಯದಿ**—ಆದರೆ; **ವಾ**—ಅಥವಾ; **ದುಃಖಮ್**—ದುಃಖವನ್ನೋ; **ಸಃ**—ಅಂತಹ; **ಯೋಗೀ**—ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಯು; **ಪರಮಃ**—ಪರಿಪೂರ್ಣನೆಂದು; **ಮತಃ**—ಪರಿಗಣಿತನಾಗಿದ್ದಾನೆ.

ಅನುವಾದ

ಅರ್ಜುನ, ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳನ್ನೂ ತನ್ನೊಡನೆ ಹೋಲಿಸಿಕೊಂಡು ಅವರ ಸುಖ-ದುಃಖಗಳಲ್ಲಿ ನಿಜವಾಗಿ ಯಾರು ಸಮತ್ವವನ್ನು ಕಾಣುವನೋ ಅವನೇ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಯೋಗಿ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವವನು ಪರಿಪೂರ್ಣ ಯೋಗಿ . ತನ್ನ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅನುಭವದಿಂದಾಗಿ ಅವನಿಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಸುಖ ಮತ್ತು ದುಃಖದ ಅರಿವಿದೆ. ಜೀವಿಯ ಯಾತನೆಯ ಕಾರಣವೆಂದರೆ ಭಗವಂತನೊಡನೆ ತನ್ನ ಬಾಂಧವ್ಯವನ್ನು ಮರೆತಿರುವುದು. ಸುಖದ ಕಾರಣವೆಂದರೆ, ಕೃಷ್ಣನೇ ಮನುಷ್ಯನ ಎಲ್ಲ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಪರಮ ಭೋಕ್ತಾರನು, ಎಲ್ಲ ಲೋಕಗಳ ಮತ್ತು ಗ್ರಹಗಳ ಒಡೆಯನು, ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಮಿತ್ರನು ಎನ್ನುವ ಅರಿವು ಇರುವುದು. ಐಹಿಕ ಪ್ರಕೃತಿಯ ತ್ರಿಗುಣಗಳಿಂದ ಬದ್ಧನಾದ ಜೀವಿಯು ಕೃಷ್ಣನೊಡನೆ ತನ್ನ ಬಾಂಧವ್ಯವನ್ನು ಮರೆಯುತ್ತಾನೆ. ಇದರಿಂದ ತ್ರಿವಿಧ ಐಹಿಕ ದುಃಖಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತಾನೆ. ಈ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣ ಯೋಗಿಯು ತಿಳಿದಿರುತ್ತಾನೆ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವವನು ಸುಖವಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಆದುದರಿಂದ ಕೃಷ್ಣಜ್ಞಾನವನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೆ ಹಂಚಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಪ್ರಸಾರಮಾಡಲು ಸಂಪೂರ್ಣಯೋಗಿಯು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದರಿಂದ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಅವನೇ ಅತ್ಯಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಪರೋಪಕಾರಿ; ಅವನೇ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರೀತಿ ಪಾತ್ರನಾದ ಸೇವಕ. **ನ ಚ ತಸ್ಮಾನ್ಮನುಷ್ಯೇಷು ಕಶ್ಚಿನ್ನೇ ಪ್ರಿಯಕೃತ್ತಮಃ** (ಗೀತಾ 18.69) ಎಂದರೆ ಭಗವಂತನ ಭಕ್ತನು ಸದಾ ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕೆ ಗಮನಕೊಡುತ್ತಾನೆ. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವನು ನಿಜವಾಗಿ ಎಲ್ಲರ ಸ್ನೇಹಿತ. ಅವನು ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಬಯಸುವುದು ತನ್ನ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಲಾಭಕ್ಕಾಗಿ ಅಲ್ಲ, ಇತರರಿಗೆ ನೆರವಾಗಲೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವನು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಯೋಗಿ. ಆತನಿಗೆ ಸಹಜೀವಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಸೂಯೆಯಿಲ್ಲ. ಭಗವಂತನ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಭಕ್ತನಿಗೂ ತನ್ನ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮೇಲ್ಮೈಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಆಸಕ್ತನಾದ ಯೋಗಿಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಇಲ್ಲಿದೆ. ಪರಿಪೂರ್ಣ ಧ್ಯಾನಕ್ಕಾಗಿ ಏಕಾಂತ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹೊರಟುಹೋದ ಯೋಗಿಯು, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯತ್ತ ತಿರುಗಿಸಲು ತನ್ನಿಂದಾದಷ್ಟು ಶ್ರಮಿಸುವ ಭಕ್ತನಷ್ಟು ಪರಿಪೂರ್ಣನಾಗಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು.

ಶ್ಲೋಕ - 33

ಅರ್ಜುನ ಉವಾಚ

ಯೋಽಯಂ ಯೋಗಸ್ತಯಾ ಪ್ರೋಕ್ತಃ ಸಾಮ್ಯೇನ ಮಧುಸೂದನ |
ಏತಸ್ಯಾಹಂ ನ ಪಶ್ಯಾಮಿ ಚ್ಛಿಂಚಲತ್ವಾತ್ ಸ್ಥಿತಿಂ ಸ್ಥಿರಾಮ್ ||೩೩||

ಅರ್ಜುನಃ ಉವಾಚ—ಅರ್ಜುನನು ಹೇಳಿದನು; ಯಃ ಅಯಮ್—ಯಾವ ಈ; ಯೋಗಃ—ಯೋಗವು; ತ್ವಯಾ—ನಿನ್ನಿಂದ; ಪ್ರೋಕ್ತಃ—ವಿವರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿತೋ; ಸಾಮ್ಯೇನ—ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ; ಮಧು ಸೂದನ—ಮಧುದೈತ್ಯನನ್ನು ಕೊಂದವನೇ; ಏತಸ್ಯ—ಇದರ; ಅಹಮ್—ನಾನು; ನ ಪಶ್ಯಾಮಿ—ಕಾಣಲಾರೆ; ಚ್ಛಿಂಚಲತ್ವಾತ್—ಚಾಂಚಲ್ಯದ ಕಾರಣದಿಂದ; ಸ್ಥಿತಿಮ್—ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು; ಸ್ಥಿರಾಮ್—ಸ್ಥಿರವಾದ.

ಅನುವಾದ

ಅರ್ಜುನನು ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದನು — ಮಧುಸೂದನನೇ, ನೀನು ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿ ಹೇಳಿದ ಈ ಯೋಗಪದ್ಧತಿಯು ಕಾರ್ಯಸಾಧ್ಯವಲ್ಲ ಮತ್ತು ಇದು ಸಹಿಸಲಸಾಧ್ಯವಾದದ್ದು ಎಂದು ನನಗೆ ತೋರುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಕ್ಷುಬ್ಧವಾದದ್ದು ಮತ್ತು ಚಂಚಲವಾದದ್ದು.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಶುಚೌ ದೇಶೇ ಎಂಬ ಮಾತುಗಳಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಯೋಗೀ ಪರಮಃ ಎಂಬ ಮಾತುಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಾಯ ಮಾಡಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಅರ್ಜುನನಿಗೆ ವರ್ಣಿಸಿದ ಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಅರ್ಜುನನು ಇಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಅಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಭಾವದಿಂದ ತಿರಸ್ಕರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಈ ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯನು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕಾಗಿ ಮನೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೆಟ್ಟಗಳ ನಡುವೆ ಅಥವಾ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಏಕಾಂತ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಪಾಯುಸ್ಸಿನ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಕಠಿಣ ಹೋರಾಟವು

ಈಗಿನ ಯುಗದ ಲಕ್ಷಣ. ಸರಳವಾದ ಕಾರ್ಯಸಾಧ್ಯವಾದ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ವಿಷಯದಲ್ಲಿಯೂ ಜನರಿಗೆ ಗಂಭೀರ ಆಸಕ್ತಿಯಿಲ್ಲ. ಇನ್ನು ಜೀವನ ವಿಧಾನ, ಆಸನದ ರೀತಿ, ಸ್ಥಳದ ಆಯ್ಕೆ ಮತ್ತು ಐಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಂದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ದೂರಮಾಡುವುದು ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಈ ಕಷ್ಟಸಾಧ್ಯವಾದ ಯೋಗಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಕುರಿತು ಹೇಳುವುದೇನು? ಹಲವು ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ಅರ್ಜುನನಿಗೆ ಅನುಕೂಲಗಳೇ ಇದ್ದರೂ ಕಾರ್ಯಶೀಲ ಮನುಷ್ಯನಾಗಿ ಅವನು ಈ ಯೋಗಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿದನು. ಆತನು ರಾಜವಂಶಕ್ಕೆ ಸೇರಿದವನು ಮತ್ತು ಹಲವು ಗುಣಗಳಲ್ಲಿ ಶ್ರೇಷ್ಠನು. ಅವನು ಮಹಾಯೋಧ, ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಾಯುಷಿ. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮಿಗಿಲಾಗಿ, ಅವನು ದೇವೋತ್ತಮ ಪರಮ ಪುರುಷನಾದ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಆತ್ಮೀಯ ಸ್ನೇಹಿತ. ಐದು ಸಾವಿರ ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಅರ್ಜುನನಿಗೆ ಈಗ ನಮಗಿರುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸೌಲಭ್ಯಗಳಿದ್ದವು. ಆದರೂ ಅವನು ಈ ಯೋಗಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಿದ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಅವನು ಇದನ್ನು ಅನುಷ್ಠಾನಮಾಡಿದುದನ್ನು ಚರಿತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೂ ನಾವು ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಈ ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ಪದ್ಧತಿಯು ಕಾರ್ಯಸಾಧ್ಯವಲ್ಲ ಎಂದು ಭಾವಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಕೆಲವೇ ಕೆಲವರು ವಿರಳವಾದ ಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ಇದು ಕಾರ್ಯಸಾಧ್ಯವಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಇದು ಸಾಧ್ಯವಲ್ಲದ ಸಲಹೆ. ಐದು ಸಾವಿರ ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆಯೇ ಹೀಗಿದ್ದರೆ ಇಂದಿನ ಮಾತೇನು? ಶಾಲೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಘಗಳು ಎನ್ನಿಸಿಕೊಂಡ ವಿವಿಧ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಅನುಕರಿಸುತ್ತಿರುವವರು ತಮ್ಮಲ್ಲಿಯೇ ತೃಪ್ತರಾಗಿದ್ದರೂ ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿ ಅವರು ವ್ಯರ್ಥ ಕಾಲಹರಣ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅಪೇಕ್ಷಿತ ಗುರಿಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅವರು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಚ್ಚಾನಿಗಳು.

ಶ್ಲೋಕ - 34

ಚಿ್ಚ್ಚಲಂ ಹಿ ಮನಃ ಕೃಷ್ಣ ಪ್ರಮಾಥಿ ಬಲವದ್ವ್ಯಥಮ್ |

ತಸ್ಯಾಹಂ ನಿಗ್ರಹಂ ಮನ್ಯೇ ವಾಯೋರಿವ ಸುದುಷ್ಕರಮ್ ||೩೪||

ಚಿ್ಚ್ಚಲಮ್—ಚಂಚಲವು; ಹಿ—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; ಮನಃ—ಮನಸ್ಸು; ಕೃಷ್ಣ—ಕೃಷ್ಣನೇ; ಪ್ರಮಾಥಿ—ಉದ್ವಿಗ್ನಗೊಳ್ಳುವಂತಹುದು; ಬಲ ವತ್—ಬಲವಾದುದು; ವ್ಯಥಮ್—ಜಗ್ಗದಿರುವಂತಹುದು; ತಸ್ಯ—ಅದರ; ಅಹಮ್—ನಾನು; ನಿಗ್ರಹಮ್—ನಿಗ್ರಹವನ್ನು; ಮನ್ಯೇ—ಯೋಚಿಸುತ್ತೇನೆ; ವಾಯೋಃ—ಗಾಳಿಯ; ಇವ—ಹಾಗೆ; ಸು ದುಷ್ಕರಮ್—ಕಷ್ಟಕರವೆಂದು.

ಅನುವಾದ

ಕೃಷ್ಣನೇ, ಮನಸ್ಸು ಚಂಚಲವಾದದ್ದು, ಪ್ರಕ್ಷುಬ್ಧವಾದದ್ದು, ಹಠಮಾರಿ ಮತ್ತು ಬಲವಾದದ್ದು. ಅದನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸುವುದು ಗಾಳಿಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಕಷ್ಟ ಎಂದು ನನಗೆ ತೋರುತ್ತದೆ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಮನಸ್ಸು ಎಷ್ಟು ಗಟ್ಟಿ ಮತ್ತು ಹಠಮಾರಿ ಎಂದರೆ ಮನಸ್ಸು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಗೆ

ವಿಧೇಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬ ನಿರೀಕ್ಷಣೆ ಇದ್ದರೂ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅದು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯನ್ನೂ ಮಣಿಸುತ್ತದೆ. ವ್ಯಾವಹಾರಿಕ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿದ್ದು ಹಲವು ವಿರುದ್ಧ ಅಂಶಗಳೊಡನೆ ಸೇನಸಬೇಕಾದ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡುವುದು ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿಯೂ ಬಹುಕಷ್ಟ. ಕೃತಕವಾಗಿ ಮನುಷ್ಯನು ಮಿತ್ರ ಮತ್ತು ಶತ್ರು ಇವರ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮಾನಸಿಕ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಕಟ್ಟಕಡೆಗೆ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿರುವ ಯಾವ ಮನುಷ್ಯನೂ ಹೀಗೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ಪ್ರಚಂಡವಾದ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿ ಇಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಕಷ್ಟವಾದದ್ದು. ವೈದಿಕ ಸಾಹಿತ್ಯದಲ್ಲಿ (ಕರೋಪನಿಷತ್ತು.1.3.3-4) ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದೆ—

ಆತ್ಮಾನಂ ರಥಿನಂ ವಿದ್ಧಿ ಶರೀರಂ ರಥಮ್ ಏವ ಚ |

ಬುದ್ಧಿಂ ತು ಸಾರಥಿಂ ವಿದ್ಧಿ ಮನಃ ಪ್ರಗ್ರಹಮ್ ಏವ ಚ ||

ಇನ್ದ್ರಿಯಾಣಿ ಹಯಾನಾಹುರ್ ವಿಷಯಾಂಸ್ತೇಷು ಗೋಚರಾನ್ |

ಆತ್ಮೇಂದ್ರಿಯ ಮನೋಯುಕ್ತಂ ಭೋಕ್ತೇತ್ಯಾಹುರ್ ಮನೀಷಿಣಃ ||

" " ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯು ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿರ್ದೇಶಿಸಬೇಕು. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸು ಎಷ್ಟು ಗಟ್ಟಿ ಮತ್ತು ಹಠಮಾರಿಯೆಂದರೆ, ಒಂದು ತೀವ್ರವಾದ ರೋಗಾಣು ಸೋಂಕು ಔಷಧಿಯ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಮೀರಿಸುವಂತೆ, ಮನಸ್ಸು ಬಹುಬಾರಿ ಮನುಷ್ಯನ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಹ ಅಧೀನಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸವು ಇಂತಹ ಗಟ್ಟಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಂಬಿಕೆ. ಆದರೆ ಅರ್ಜುನನಂತಹ ಲೌಕಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಇಂತಹ ಅಭ್ಯಾಸವು ಕಾರ್ಯಸಾಧ್ಯವಲ್ಲ. ಇನ್ನು ಆಧುನಿಕ ಮನುಷ್ಯನ ವಿಷಯ ಏನು ಹೇಳಬಹುದು? ಇಲ್ಲಿ ಬಳಸಿದ ಉಪಮಾನ ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ; ಬೀಸುತ್ತಿರುವ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಚೈತನ್ಯ ಮಹಾಪ್ರಭುಗಳು ಸೂಚಿಸಿದಂತೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಡಲು ಅತ್ಯಂತ ಸುಲಭವಾದ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ದೀನತೆಯಿಂದ ಮುಕ್ತಿಯ ಮಹಾಮಂತ್ರ 'ಹರೇಕೃಷ್ಣ' ಸಂಕೀರ್ತನೆ ಮಾಡುವುದು. ಇದಕ್ಕೆ ವಿಧಿಸಿರುವ ವಿಧಾನವು ಇದು; **ಸ ವೈ ಮನಃ ಕೃಷ್ಣ ಪದಾರವಿಂದಯೋಃ** ಮನುಷ್ಯನು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕೃಷ್ಣನಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕ್ಷೋಭೆಗೊಳಿಸುವ ಬೇರೆ ಯಾವ ಕಾರ್ಯಗಳು ಉಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ.

ಶ್ಲೋಕ - 35

ಶ್ರೀ ಭಗವಾನುವಾಚ

ಅಸಂಶಯಂ ಮಹಾಬಾಹೋ ಮನೋ ದುರ್ನಿಗ್ರಹಂ ಚಲಮ್ |

ಅಭ್ಯಾಸೇನ ತು ಕೌನ್ತೇಯ ವೈರಾಗ್ಯೇಣ ಚ ಗೃಹ್ಯತೇ ||೩೫||

ಶ್ರೀ ಭಗವಾನ್ ಉವಾಚ—ದೇವೋತ್ತಮ ಪುರುಷನು ಹೇಳಿದನು; **ಅಸಂಶಯಮ್**—ನಿಸ್ಸಂಶಯವಾಗಿಯೂ; **ಮಹಾ ಬಾಹೋ**—ಮಹಾಬಾಹುವೇ; **ಮನಃ**—ಮನಸ್ಸು; **ದುರ್ನಿಗ್ರಹಮ್**—ನಿಗ್ರಹಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ; **ಚಲಮ್**—ಚಂಚಲವು; **ಅಭ್ಯಾಸೇನ**—ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ; **ತು**—ಆದರೆ;

ಕೌನ್ತೇಯ—ಕುಂತೀಪುತ್ರನೇ; ವೈರಾಗ್ಯೇಣ—ವೈರಾಗ್ಯದಿಂದ; ಚ—ಕೂಡಾ; ಗೃಹ್ಯತೇ—ನಿಯಂತ್ರಿಸಲ್ಪಡುವುದು.

ಅನುವಾದ

ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದನು — ಮಹಾಬಾಹುವೂ ಕುಂತಿಯ ಮಗನೂ ಆದ ಅರ್ಜುನನೇ, ಚಂಚಲವಾದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸುವುದು ಬಹುಕಷ್ಟ. ಆದರೂ ಯೋಗ್ಯವಾದ ವೈರಾಗ್ಯದಿಂದ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಅದನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಬಹುದು.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಹಠಮಾರಿಯಾದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಗೆಲ್ಲುವುದು ಕಷ್ಟ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅರ್ಜುನನು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ದೇವೋತ್ತಮ ಪುರುಷನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ವೈರಾಗ್ಯಗಳಿಂದ ಇದನ್ನು ಸಾಧಿಸಬಹುದು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಈ ಅಭ್ಯಾಸವು ಯಾವುದು? ಒಂದು ಪವಿತ್ರವಾದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸುವುದು; ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಿಸುವುದು, ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನೂ ಮನಸ್ಸನ್ನೂ ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು. ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯೆ, ಏಕಾಂತಜೀವನ ಮೊದಲಾದವುಗಳ ನಿಯಮ ನಿಬಂಧನೆಗಳನ್ನು ಈ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಅನುಸರಿಸಲಾರರು. ಆದರೆ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಅನುಷ್ಠಾನದಿಂದ ಮನುಷ್ಯನು ಒಂಬತ್ತು ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನ ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಇಂತಹ ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಮೊದಲನೆಯದು ಮತ್ತು ಬಹುಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು ಕೃಷ್ಣನ ವಿಷಯವನ್ನು ಕೇಳುವುದು. ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಎಲ್ಲ ಆತಂಕಗಳನ್ನು ಕಳೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಇದು ಬಹುಶಕ್ತಿಶಾಲಿಯಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗ. ಕೃಷ್ಣನ ವಿಷಯವನ್ನು ಕೇಳಿದಷ್ಟೂ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಜ್ಞಾನೋದಯ ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ. ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬೆಳಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕೃಷ್ಣನಿಂದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸೆಳೆಯುವ ಎಲ್ಲ ವಿಷಯಗಳಿಂದಲೂ ಮನಸ್ಸು ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ. ಭಗವಂತನಿಗೆ ಸಮರ್ಪಣೆಯಾಗದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಂದ ದೂರವಾಗಿದ್ದರೆ ವೈರಾಗ್ಯವನ್ನು ಕಲಿಯುವುದು ಬಹುಸುಲಭ. ವೈರಾಗ್ಯವೆಂದರೆ ಜಡವಸ್ತುವಿನಿಂದ ದೂರವಾಗುವುದು ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಆತ್ಮದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಳಿಸುವುದು. ನಿರಾಕಾರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವೈರಾಗ್ಯವು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೃಷ್ಣನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಚೋಡಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಕಷ್ಟ. ಕೃಷ್ಣನಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನೆಡುವುದು ಕಾರ್ಯಸಾಧ್ಯ. ಏಕೆಂದರೆ ಕೃಷ್ಣನ ವಿಷಯ ಕೇಳುವುದರಿಂದ ಮನುಷ್ಯನು ತಾನಾಗಿಯೇ ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ. ಈ ಆಸಕ್ತಿಗೆ ಪರೇಶಾನುಭವ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತೃಪ್ತಿ ಎಂದು ಹೆಸರು. ಇದು ಹಸಿದ ಮನುಷ್ಯನು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ತುತ್ತನ್ನು ತಿನ್ನುವಾಗಲೂ ಅನುಭವಿಸುವ ತೃಪ್ತಿಯ ಭಾವದಂತಹುದು. ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಹಸಿವಾಗಿದ್ದಾಗ ಎಷ್ಟು ತಿಂದರೆ ಅಷ್ಟು ತೃಪ್ತಿ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಗಳ ಭಾವನೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಐಹಿಕ ಗುರಿಗಳಿಂದ ದೂರವಾದಂತೆ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ದಿವ್ಯತೃಪ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ತಜ್ಞ ಚಿಕ್ಕಿತ್ತೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ತ ಆಹಾರದಿಂದ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ವಾಸಿಮಾಡುವಂತೆ — ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ದಿವ್ಯ ಲೀಲೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು ಹುಚ್ಚು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ತಜ್ಞ ಚಿಕ್ಕಿತ್ತೆ ಮಾಡಿದಂತೆ ಮತ್ತು ಕೃಷ್ಣ ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು, ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವ ರೋಗಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಆಹಾರವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಂತೆ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯೇ ಚಿಕ್ಕಿತ್ತೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 36

ಅಸಂಯತಾತ್ಮನಾ ಯೋಗೋ ದುಷ್ಪ್ರಾಪ ಇತಿ ಮೇ ಮತಿಃ |

ವಶ್ಯಾತ್ಮನಾ ತು ಯತತಾ ಶಕ್ಯೋಽವಾಪ್ತು ಮುಪಾಯತಃ ||೩೬||

ಅಸಂಯತ—ಸಂಯಮವಿಲ್ಲದ; ಆತ್ಮನಾ—ಮನಸ್ಸಿನವನಿಂದ; ಯೋಗಃ—ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವು; ದುಷ್ಪ್ರಾಪಃ—ಪಡೆಯಲು ಕಷ್ಟಕರ; ಇತಿ—ಹೀಗೆ; ಮೇ—ನನ್ನ; ಮತಿಃ—ಅಭಿಪ್ರಾಯವು; ವಶ್ಯ—ನಿಯಂತ್ರಿತವಾದ; ಆತ್ಮನಾ—ಮನಸ್ಸಿನವನಿಂದ; ತು—ಆದರೆ; ಯತತಾ—ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವವನಿಂದ; ಶಕ್ಯಃ—ಸಾಧ್ಯವು; ಅವಾಪ್ತುಮ್—ಪಡೆಯಲು; ಉಪಾಯತಃ—ಯೋಗ್ಯ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ.

ಅನುವಾದ

ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಕಡಿವಾಣ ಹಾಕಲಾರದವನಿಗೆ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವು ಕಷ್ಟ. ಆದರೆ ಯಾರ ಮನಸ್ಸು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿರುತ್ತದೋ ಮತ್ತು ಯಾರು ಯೋಗ್ಯವಾದ ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವರೋ ಅವರಿಗೆ ಯಶಸ್ಸು ಖಂಡಿತ. ಇದು ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಯಾರು ಐಹಿಕ ಕೆಲಸಗಳಿಂದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ದೂರ ಮಾಡಲು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದಿಲ್ಲವೋ ಆತನು ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲಾರ ಎಂದು ದೇವೋತ್ತಮ ಪರಮ ಪುರುಷನು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಐಹಿಕ ಸುಖದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದೆಂದರೆ ಬೆಂಕಿಯ ಮೇಲೆ ನೀರನ್ನು ಹೊಯ್ದು ಅದನ್ನು ಹೊತ್ತಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಂತೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂಯಮವಿಲ್ಲದ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸವೆಂದರೆ ವೃಥಾ ಕಾಲಹರಣ. ಯೋಗದ ಇಂತಹ ಹೊರತೋರಿಕೆಯು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕವಾಗಿ ಲಾಭದಾಯಕವಾಗಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಅದು ನಿಷ್ಫ್ರಯೋಜಕ. ಆದುದರಿಂದ ಭಗವಂತನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರೀತಿಪೂರ್ವಕ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ತೊಡಗಿಸಿ ಅದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬೇಕು. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ಮನುಷ್ಯನು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಒಂದೇ ಸಮನೆ ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಡಲಾರ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇರುವ ಮನುಷ್ಯನು ವಿಶೇಷ ಪ್ರಯತ್ನವಿಲ್ಲದೆ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಲ್ಲದೆ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸಿಯು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲಾರ.

ಶ್ಲೋಕ - 37

ಅರ್ಜುನ ಉವಾಚ

ಅಯತಿಃ ಶ್ರದ್ಧಯೋಪೇತೋ ಯೋಗಾಚ್ಚಲಿತಮಾನಸಃ |

ಅಪ್ರಾಪ್ಯ ಯೋಗಸಂಸಿದ್ಧಿಂ ಕಾಂ ಗತಿಂ ಕೃಷ್ಣ ಗಚ್ಛತಿ ||೩೭||

ಅರ್ಜುನಃ ಉವಾಚ—ಅರ್ಜುನನು ಹೇಳಿದನು; ಅಯತಿಃ—ಅಯಶಸ್ವಿಯಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಯು; ಶ್ರದ್ಧಯಾ—ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ; ಉಪೇತಃ—ತೊಡಗಿದವನಾದ; ಯೋಗಾತ್—ಯೋಗ ಸಂಬಂಧದಿಂದ; ಚಲಿತ—ದಾರಿತಪ್ಪಿದ; ಮಾನಸಃ—ಮನಸ್ಸುಳ್ಳ; ಅಪ್ರಾಪ್ಯ—ಹೊಂದಲು ವಿಫಲನಾಗಿ; ಯೋಗ

ಸಂಸಿದ್ಧಿಮ್—ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು; ಕಾಮ್—ಯಾವ; ಗತಿಮ್—
ಗತಿಯನ್ನು; ಕೃಷ್ಣ—ಕೃಷ್ಣನೇ; ಗಚ್ಛತಿ—ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ.

ಅನುವಾದ

ಅರ್ಜುನನು ಹೀಗೆಂದನು — ಕೃಷ್ಣನೇ, ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದ
ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಅನಂತರ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಮನೋಧರ್ಮದಿಂದ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಯೋಗ
ಸಂಸಿದ್ಧಿಯನ್ನು ಪಡೆಯದಿರುವ ಮನುಷ್ಯನ ಗತಿಯೇನು ?

ಭಾವಾರ್ಥ

ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದ ಅಥವಾ ಯೋಗದ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದೆ.
ಜೀವಿಯು ಈ ಜಡದೇಹವಲ್ಲ, ಅವನು ದೇಹದಿಂದ ಬೇರೆಯಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಶಾಶ್ವತ ಜೀವನ,
ಆನಂದ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿರುವ ಅವನ ಸುಖವು ಅಲೌಕಿಕವಾದುದು. ಅದು ಶರೀರ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿಗೆ
ಅತಿತವಾದುದಾಗಿದೆ. ಈ ಅರಿವೇ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದ ಮೂಲತತ್ವವಾಗಿದೆ. ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು
ಜ್ಞಾನಮಾರ್ಗದಿಂದಲೂ ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದಲೂ ಅಥವಾ
ಭಕ್ತಿಯೋಗದಿಂದಲೂ ಸಾಧಿಸಲು ಜನರು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಒಂದೊಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿಯೂ
ಮನುಷ್ಯನು ಹಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು; ಜೀವಿಯ ಸಹಜ ಸ್ವರೂಪ,
ಭಗವಂತನೊಡನೆ ಅವನ ಸಂಬಂಧ ಮತ್ತು ಕಳೆದುಹೋದ ಕೊಂಡಿಯನ್ನು ಮತ್ತೆ ಪಡೆದುಕೊಂಡು
ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಹಂತವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಕರ್ಮಗಳು — ಇವನ್ನು ಅರಿಯಬೇಕು.
ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಮೂರು ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೂ ಶೀಘ್ರವಾಗಿಯೇ—
ತಡವಾಗಿಯೇ ಅಂತೂ ಪರಮ ಗುರಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದು ಖಂಡಿತ. ಇದನ್ನು ಭಗವಂತನು
ಎರಡನೆಯ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಪ್ರಯತ್ನ ಪಟ್ಟರೂ
ಬಿಡುಗಡೆಯ ಹೆಚ್ಚಿನ ಭರವಸೆಯುಂಟು. ಈ ಮೂರು ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಯುಗಕ್ಕೆ ಭಕ್ತಿಯೋಗವು
ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸೂಕ್ತವಾದದ್ದು. ಏಕೆಂದರೆ ಭಗವಂತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಅದು ಅತ್ಯಂತ ನೇರವಾದ
ಮಾರ್ಗ. ಇದನ್ನು ಇನ್ನೂ ಖಚಿತಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅರ್ಜುನನು ಕೃಷ್ಣನನ್ನು ಅವನ ಹಿಂದಿನ ಮಾತನ್ನು
ದೃಢಪಡಿಸುವಂತೆ ಕೇಳುತ್ತಾನೆ. ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಮನಃಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ
ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಈ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಅಷ್ಟಾಂಗ
ಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯ ಅಭ್ಯಾಸವು ಬಹು ಕಷ್ಟ. ಆದುದರಿಂದ ಸತತ ಪರಿಶ್ರಮ ಪಟ್ಟರೂ ಅನೇಕ
ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಮನುಷ್ಯನು ವಿಫಲನಾಗಬಹುದು. ಮೊಟ್ಟಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು
ಅನುಸರಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಸಾಕಷ್ಟು ತೊಡಗದೆ ಇರಬಹುದು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ
ನಡೆಯುವುದೆಂದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೆಚ್ಚೂ ಕಡಮೆ ಮಾಯಾಶಕ್ತಿಯೊಡನೆ ಯುದ್ಧ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಂತೆ.
ಮನುಷ್ಯನು ಮಾಯೆಯ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ಅವಳು ಹಲವು
ಆಮಿಷಗಳನ್ನು ಒಡ್ಡಿ ಸಾಧಕನನ್ನು ಸೋಲಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಐಹಿಕಶಕ್ತಿಯ ಗುಣಗಳಿಂದ
ಬದ್ಧವಾದ ಆತ್ಮವು ಆಗಲೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಿಸ್ತುಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುವಾಗಲೂ ಮತ್ತೆ ಆಕರ್ಷಣೆಗೆ
ಒಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದ್ದೇ ಇದೆ. ಇದನ್ನು ಯೋಗಾಚ್ಛಲಿತ ಮಾನಸಃ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆಂದರೆ

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದಿಂದ ದೂರವಾಗುವುದು. ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದ ಮಾರ್ಗದಿಂದ ಬೇರೆಯಾದರೆ ಪರಿಣಾಮವೇನು ಎಂದು ತಿಳಿಯಲು ಅರ್ಜುನನು ಕುತೂಹಲಿಯಾಗಿದ್ದಾನೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 38

ಕಚ್ಚಿನ್ನೋಭಯವಿಭ್ರಷ್ಟಶ್ ಭಿನ್ನಾಭ್ರಮಿವ ನಶ್ಯತಿ |

ಅಪ್ರತಿಷ್ಠೋ ಮಹಾಬಾಹೋ ವಿಮೂಢೋ ಬ್ರಹ್ಮಣಃ ಪಥಿ ||೩೮||

ಕಚ್ಚಿತ್—ಒಂದು ವೇಳೆ; **ನ**—ಇಲ್ಲ; **ಉಭಯ**—ಎರಡರಿಂದಲೂ; **ವಿಭ್ರಷ್ಟಃ**—ವಿಚಲಿತನಾಗಿ; **ಭಿನ್ನ**—ಹರಿದ; **ಅಭ್ರಮ್**—ಮೋಡದ; **ಇವ**—ಹಾಗೆ; **ನಶ್ಯತಿ**—ನಾಶವಾಗುತ್ತಾನೆ; **ಅಪ್ರತಿಷ್ಠಃ**—ಯಾವುದೇ ಸ್ಥಾನವಿಲ್ಲದ; **ಮಹಾಬಾಹೋಃ**—ಹೇ ಮಹಾಬಾಹುವಾದ ಕೃಷ್ಣನೇ; **ವಿಮೂಢಃ**—ದಿಗ್ಭ್ರಮಿತನಾಗಿ; **ಬ್ರಹ್ಮಣಃ**—ದಿವ್ಯತೆಯ; **ಪಥಿ**—ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ.

ಅನುವಾದ

ಮಹಾಬಾಹುವಾದ ಕೃಷ್ಣನೇ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪಥದಿಂದ ದಿಗ್ಭ್ರಮೆಗೊಂಡು ದೂರನಾದವನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಯಶಸ್ಸು ಮತ್ತು ಐಹಿಕ ಯಶಸ್ಸು ಎರಡರಿಂದಲೂ ಭ್ರಷ್ಟನಾಗಿ, ಯಾವ ಲೋಕದಲ್ಲಿಯೂ ಸ್ಥಳವಿಲ್ಲದೆ, ತುಂಡಾದ ಮೋಡದಂತೆ ನಾಶವಾಗುವುದಿಲ್ಲವೆ?

ಭಾವಾರ್ಥ

ಪ್ರಗತಿಗೆ ಎರಡು ಮಾರ್ಗಗಳುಂಟು. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕವಾದಿಗಳಿಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯಿಲ್ಲ. ಆರ್ಥಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮೂಲಕ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಪ್ರಗತಿ ಅಥವಾ ಸೂಕ್ತವಾದ ಕೆಲಸದಿಂದ ಉನ್ನತ ಗ್ರಹಗಳಿಗೆ ಏರುವುದು — ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಆಸಕ್ತಿ. ಆದರೆ ಯೋಗಮಾರ್ಗವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡವನು ಎಲ್ಲ ಐಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಸುಖ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಸುಖದ ಎಲ್ಲ ರೂಪಗಳನ್ನು ತ್ಯಾಗಮಾಡಬೇಕು. ಉತ್ಸಾಂಕ್ಷಿಯಿರುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಯು ವಿಫಲನಾದರೆ ಎರಡು ರೀತಿಗಳಲ್ಲೂ ಸೋಲುತ್ತಾನೆ ಎನ್ನುವುದು ಸ್ಪಷ್ಟ; ಇದನ್ನೇ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಆತನಿಗೆ ಐಹಿಕ ಸುಖದ ಸವಿಯೂ ಇಲ್ಲ; ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಯಶಸ್ಸಿನ ಸವಿಯೂ ಇಲ್ಲ. ಆತನಿಗೆ ಒಂದು ಸ್ಥಾನವೇ ಇಲ್ಲ. ಆತನು ತುಂಡಾದ ಮೋಡದಂತೆ. ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮೋಡವು ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಮೋಡವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ದೊಡ್ಡ ಮೋಡವನ್ನು ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದು ದೊಡ್ಡ ಮೋಡವನ್ನು ಸೇರಲಾರದೆ ಹೋದರೆ ಗಾಳಿಯು ಅದನ್ನು ಹೊಡೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು ವಿಶಾಲವಾದ ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ಅಸ್ತಿತ್ವವೇ ಇಲ್ಲದಂತೆ ಆಗುತ್ತದೆ. **ಬ್ರಹ್ಮಣಃ ಪಥಿ** ಎನ್ನುವುದರ ಅರ್ಥ ಇದು. ಭಗವಂತನು ಬ್ರಹ್ಮನಾಗಿ, ಪರಮಾತ್ಮನಾಗಿ ಮತ್ತು ಭಗವಾನ್ ಆಗಿ ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತಾನೆ. ಮನುಷ್ಯನು ತನ್ನದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸತ್ಯ, ತಾನು ಭಗವಂತನ ವಿಭಿನ್ನಾಂಶ ಎಂಬ ದಿವ್ಯಜ್ಞಾನವನ್ನು ತಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಪರಮಸತ್ಯದ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ. ಆದುದರಿಂದ ಪರಮ ಪುರುಷನಿಗೆ ಶರಣಾಗತನಾದವನು ಯಶಸ್ವಿಯಾದ ಯೋಗಿ. ಬ್ರಹ್ಮನ್ ಮತ್ತು ಪರಮಾತ್ಮನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದಿಂದ

ಬದುಕಿನ ಈ ಗುರಿಯನ್ನು ತಲಪಲು ಅಧಿಕ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಎತ್ತಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. (ಬಹುನಾಂ ಜನ್ಮನಾಂ ಅಂತಃ). ಆದುದರಿಂದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ ನೇರಮಾರ್ಗವಾದ ಭಕ್ತಿಯೋಗ ಅಥವಾ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 39

ಏತನ್ಮೇ ಸಂಶಯಂ ಕೃಷ್ಣ ಭೇತ್ತುಮರ್ಹಸ್ಯಶೇಷತಃ |
ತ್ವದನ್ಯಃ ಸಂಶಯಸ್ಯಾಸ್ಯ ಭೇತ್ತಾ ನ ಹ್ಯುಪಪದ್ಯತೇ ||೩೯||

ಏತತ್—ಈ; ಮೇ—ನನ್ನ; ಸಂಶಯಮ್—ಸಂದೇಹವನ್ನು; ಕೃಷ್ಣ—ಕೃಷ್ಣನೇ; ಭೇತ್ತುಮ್—ನಿವಾರಿಸಲು; ಅರ್ಹಸಿ—ನಿನ್ನನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇನೆ; ಅಶೇಷತಃ—ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ; ತ್ವತ್—ನಿನಗಿಂತಲೂ; ಅನ್ಯಃ—ಇತರರು; ಸಂಶಯಸ್ಯ—ಸಂದೇಹದ; ಅಸ್ಯ—ಈ; ಭೇತ್ತಾ—ನಿವಾರಕನು; ನ—ಎಂದಿಗೂ ಇಲ್ಲ; ಹಿ—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; ಉಪಪದ್ಯತೇ—ಸಿಗುವನು.

ಅನುವಾದ

ಕೃಷ್ಣನೇ, ಇದು ನನ್ನ ಸಂದೇಹ. ಅದನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೋಗಲಾಡಿಸಬೇಕೆಂದು ನಿನ್ನನ್ನು ಬೇಡುತ್ತೇನೆ. ನಿನ್ನನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ ಈ ಸಂದೇಹವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಬಲ್ಲವರು ಯಾರೂ ಇಲ್ಲ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಭೂತ, ವರ್ತಮಾನ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯತ್‌ಗಳ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಜ್ಞಾನವಿರುವವನು ಕೃಷ್ಣ. ಭಗವದ್ಗೀತೆಯ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನು ಒಂದು ಮಾತನ್ನು ಹೇಳಿದ. ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳೂ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಹಿಂದೆ ಇದ್ದರು, ಈಗ ಇದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಬಹಿಷ್ಕರಿಸಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಿಡಿದು ಬಿಡುಗಡೆಯಾದ ಮೇಲೂ ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿಯೂ ಅವರಿಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಜೀವಿಯ ಭವಿಷ್ಯದ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಕೃಷ್ಣನು ಆಗಲೇ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಉತ್ತರ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಈಗ ಅರ್ಜುನನು ವಿಫಲವಾದ ಯೋಗಿಯ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ. ಯಾರೂ ಕೃಷ್ಣನಿಗೆ ಸಮಾನರಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅವನನ್ನು ಮೀರಿದವರಲ್ಲ. ಬಹಿಷ್ಕರಿಸಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವಿಧೇಯರಾಗಿರುವ ಮಹಾಶುಷಿಗಳು ಮತ್ತು ತತ್ವಜ್ಞಾನಿಗಳು ಎನ್ನಿಸಿಕೊಂಡವರು ಕೃಷ್ಣನಿಗೆ ಸಮಾನವಾಗಲಾರರು. ಕೃಷ್ಣನಿಗೆ ಭೂತ, ವರ್ತಮಾನ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯತ್ತುಗಳು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಿಳಿದಿವೆ. ಆದರೆ ಅವನನ್ನು ಯಾರೂ ತಿಳಿಯಲಾರರು. ಆದುದರಿಂದ ಎಲ್ಲ ಸಂದೇಹಗಳಿಗೆ ಕೃಷ್ಣನ ತೀರ್ಮಾನವೇ ಕಟ್ಟಕಡೆಯ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣವಾದ ಉತ್ತರ. ಕೃಷ್ಣ ಮತ್ತು ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಭಕ್ತರು ಮಾತ್ರ ಯಾವುದು ಏನು ಎಂದು ತಿಳಿಯಬಲ್ಲರು.

ಶ್ಲೋಕ - 40

ಶ್ರೀ ಭಗವಾನುವಾಚ

ಪಾರ್ಥ ನೈವೇಹ ನಾಮುತ್ರ ವಿನಾಶಸ್ತಸ್ಯ ವಿದ್ಯತೇ |

ನ ಹಿ ಕಲ್ಯಾಣಕೃತ್ಕೃತ್ಸಿದ್ ದುರ್ಗತಿಯ ತಾತ ಗಚ್ಛತಿ ||೪೦||

ಶ್ರೀ ಭಗವಾನ್ ಉವಾಚ—ದೇವೋತ್ತಮ ಪರಮ ಪುರುಷನು ಹೇಳಿದನು; ಪಾರ್ಥ—ಪೃಥೆಯ ಮಗನೇ; ನ ಏವ—ಎಂದಿಗೂ ಅದು ಹಾಗಲ್ಲ; ಇಹ—ಈ ಭೌತಿಕ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ; ನ—ಎಂದಿಗೂ ಇಲ್ಲ; ಅಮುತ್ರ—ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ; ವಿನಾಶಃ—ನಾಶವು; ತಸ್ಯ—ಅವನು; ವಿದ್ಯತೇ—ಇರುತ್ತದೆ; ನ—ಎಂದಿಗೂ ಇಲ್ಲ; ಹಿ—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; ಕಲ್ಯಾಣಕೃತ್—ಮಂಗಲಕರ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ; ಕೃತ್—ಯಾರೊಬ್ಬನೂ; ದುರ್ಗತಿಮ್—ದುರ್ಗತಿಯನ್ನು; ತಾತ—ನನ್ನ ಮಿತ್ರನೇ; ಗಚ್ಛತಿ—ಹೋಗುತ್ತಾನೆ.

ಅನುವಾದ

ದೇವೋತ್ತಮ ಪರಮ ಪುರುಷನು ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದನು — ಪಾರ್ಥ, ಕಲ್ಯಾಣಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮವಾದಿಗಳಿಗೆ ಈ ಲೋಕದಲ್ಲಾಗಲೀ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಲೋಕದಲ್ಲಾಗಲೀ ನಾಶವೆಂಬುದಿಲ್ಲ. ಗೆಳೆಯ, ಕಲ್ಯಾಣಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವವನನ್ನು ದುಷ್ಟತನವು ಗೆಲ್ಲಲಾರದು.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತದಲ್ಲಿ (1.5.17) ಶ್ರೀ ನಾರದ ಮುನಿಗಳು ವ್ಯಾಸದೇವರಿಗೆ ಹೀಗೆ ಉಪದೇಶ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ—

ತೃಕ್ತ್ವಾ ಸ್ವಧರ್ಮಂ ಚರಣಾಮ್ಬುಜಂ ಹರೇರ್ |

ಭಜನ್ವಪಕೋಽಥ ಪತೇತ್ ತತೋ ಯದಿ |

ಯತ್ರ ಕ್ವ ವಾಭದ್ರಮಭೂದ್ ಅಮುಷ್ಯ ಕಿಂ

ಕೋ ವಾರ್ಥ ಆಪ್ತೋಽಭಜತಾಂ ಸ್ವಧರ್ಮತಃ ||

"ಯಾರಾದರೂ ಎಲ್ಲ ಐಹಿಕ ಭವಿಷ್ಯ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ ದೇವೋತ್ತಮ ಪರಮ ಪುರುಷನಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಆಶ್ರಯವನ್ನು ಪಡೆದರೆ ಅವರಿಗೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಷ್ಟವಾಗಲೀ ದುರ್ಗತಿಯಾಗಲೀ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ ಭಕ್ತನಲ್ಲದವನು ತನ್ನ ವೃತ್ತಿಯ ಕರ್ತವ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೊಡಗಿದರೂ ಏನನ್ನೂ ಪಡೆಯದೆ ಹೋಗಬಹುದು." ಐಹಿಕ ಭವಿಷ್ಯ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಾಗಿ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಪ್ರಕಾರವಾಗಿಯೂ ರೂಢಿಗನುಗುಣವಾಗಿಯೂ ಹಲವಾರು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳುಂಟು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಯು ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಗಾಗಿ, ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಗಾಗಿ ಎಲ್ಲ ಐಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ನಿರೀಕ್ಷೆಯುಂಟು. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದರೆ ಮನುಷ್ಯನು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಇಂತಹ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಹಂತವನ್ನು ತಲಪದೇ ಹೋದವನು ಐಹಿಕವಾಗಿಯೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿಯೂ ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾನೆ

ಎಂದು ವಾದಿಸಬಹುದು. ವಿಧಿತ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸದಿದ್ದರೆ ಮನುಷ್ಯನು ಅದರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಶಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಯೋಗ್ಯರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗದಿದ್ದವನು ಈ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾನೆ. ಯಶಸ್ವಿಯಾಗದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಗೆ ಅವನು ಆತಂಕಪಡುವ ಕಾರಣವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಭಾಗವತವು ಭರವಸೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ವಿಧಿತ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಲಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಆತನು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗೆ ಒಳಗಾಗಬಹುದಾದರೂ ಅವನಿಗೆ ನಷ್ಟವಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಮಂಗಳಕರವಾದ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಮರೆಯುವುದು ಎನ್ನುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಇದರಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವವನು ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಕೆಳವರ್ಗದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದರೂ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ವಿಧಿತ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾಗಿ ಪಾಲಿಸುವುದಷ್ಟನ್ನೇ ಮಾಡುವವನಿಗೆ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಕಲ್ಯಾಣವೇ ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳುವಂತಿಲ್ಲ.

ಭಾವಾರ್ಥವನ್ನು ಮುಂದೆ ಹೇಳಿದಂತೆ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಮಾನವಕುಲವನ್ನು ಸಂಯಮವಿರುವವರು ಮತ್ತು ಸಂಯಮರಹಿತರು ಎಂದು ಎರಡು ವರ್ಗಗಳಾಗಿ ವಿಭಾಗಿಸಬಹುದು. ತಮ್ಮ ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮದ ಅಥವಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮೋಕ್ಷದ ತಿಳುವಳಿಕೆಯೇ ಇಲ್ಲದೆ ಮೃಗಗಳಂತೆ ಇಂದ್ರಿಯಭೋಗದಲ್ಲಷ್ಟೇ ತೊಡಗಿರುವವರು ಸಂಯಮರಹಿತರ ವಿಭಾಗಕ್ಕೆ ಸೇರಿರುವರು. ಶಾಸ್ತ್ರಗಳು ವಿಧಿಸಿದ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವವರು ಸಂಯಮಶೀಲರ ವಿಭಾಗಕ್ಕೆ ಸೇರುತ್ತಾರೆ. ನಾಗರಿಕರಾಗಲಿ ಅನಾಗರಿಕರಾಗಲಿ, ವಿದ್ಯಾವಂತರಾಗಲಿ ಅವಿದ್ಯಾವಂತರಾಗಲಿ, ಬಲಶಾಲಿಗಳಾಗಲಿ ದುರ್ಬಲರಾಗಲಿ, ಸಂಯಮರಹಿತರ ವಿಭಾಗದವರು ಪಶುಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳಿಂದ ತುಂಬಿಹೋಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಎಂದೂ ಕಲ್ಯಾಣಕರವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ತಿನ್ನುವುದು, ನಿದ್ರಿಸುವುದು, ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಮೈಥುನ ಈ ಪಶುಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಸವಿಯುತ್ತಿರುವಾಗ ಅವರು ಸದಾ ಐಹಿಕ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತಾರೆ. ಈ ಅಸ್ತಿತ್ವವು ಯಾವಾಗಲೂ ದುಃಖಮಯವಾದದ್ದು. ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಶಾಸ್ತ್ರದ ವಿಧಿಗಳಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಿತರಾಗಿ ಕ್ರಮೇಣ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಏರುವವರು ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿಯೂ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಹೊಂದುವರು.

ಕಲ್ಯಾಣಕರ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವವರನ್ನು ಮೂರು ವರ್ಗಗಳಾಗಿ ವಿಭಾಗಿಸಬಹುದು.

(1) ಶಾಸ್ತ್ರದ ನಿಯಮ ನಿಬಂಧನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಐಹಿಕ ಅಭ್ಯುದಯವನ್ನು ಸವಿಯುತ್ತಿರುವವರು. (2) ಐಹಿಕ ಅಸ್ತಿತ್ವದಿಂದ ಪರಮ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವವರು ಮತ್ತು (3) ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಭಕ್ತರಾದವರು. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಸುಖಕ್ಕಾಗಿ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳ ನಿಯಮ, ನಿಬಂಧನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವವರನ್ನು ಇನ್ನೂ ಎರಡು ವರ್ಗಗಳಾಗಿ ವಿಭಾಗಿಸಬಹುದು — ಕರ್ಮಫಲಾಪೇಕ್ಷಿಗಳು ಮತ್ತು ಇಂದ್ರಿಯ ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ಫಲವನ್ನು ಬಯಸದವರು. ಇಂದ್ರಿಯ ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ಫಲವನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವವರು ಇನ್ನೂ ಉನ್ನತವಾದ ಜೀವನಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಏರಬಹುದು. ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಿಗೂ ಏರಬಹುದು. ಆದರೂ ಅವರು ಐಹಿಕ ಅಸ್ತಿತ್ವದಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗದಿರುವುದರಿಂದ ಅವರು ನಿಜವಾಗಿ ಕಲ್ಯಾಣಕರ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಮುಕ್ತಿಗೊಯ್ಯುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಮಾತ್ರವೇ ಕಲ್ಯಾಣಕರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು. ಕಟ್ಟಕಡೆಗೆ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಅಥವಾ ಬದುಕಿನ ಐಹಿಕ ಶಾರೀರಕ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಪಡೆಯುವುದೇ ಗುರಿಯಾಗಿಲ್ಲದ ಯಾವುದೇ ಚಟುವಟಿಕೆಯು ಮಂಗಳಕರವಲ್ಲ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದ

ಮಾಡುವ ಕೆಲಸವಷ್ಟೇ ಮಂಗಳಕರ ಕೆಲಸ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ದೈಹಿಕ ಬಾಧೆಗಳನ್ನು ಸ್ವಇಚ್ಛೆಯಿಂದ ಸ್ವೀಕರಿಸುವವನನ್ನು ಕಠಿಣ ವೈರಾಗ್ಯದ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಯೋಗಿ ಎಂದು ಕರೆಯಬಹುದು. ಅಷ್ಟಾಂಗಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯ ಗುರಿ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಅಂತಿಮ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ. ಇಂತಹ ಅಭ್ಯಾಸವೂ ಸಹ ಮಂಗಳಕರವಾದದ್ದು ಮತ್ತು ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ತನ್ನಿಂದಾದಷ್ಟು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವವನು ತನಗೆ ದುರ್ಗತಿಯಾಗುವುದೆಂದು ಹೆದರಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಶ್ಲೋಕ - 41

ಪ್ರಾಪ್ಯ ಪುಣ್ಯಕೃತಾಂ ಲೋಕಾನುಷಿತ್ವಾ ಶಾಶ್ವತೀಃ ಸಮಾಃ |

ಶುಚೀನಾಂ ಶ್ರೀಮತಾಂ ಗೇಹೇ ಯೋಗಭ್ರಷ್ಟೋಽಭಿಜಾಯತೇ ||೪೧||

ಪ್ರಾಪ್ಯ—ಪಡೆದ ಮೇಲೆ; ಪುಣ್ಯ ಕೃತಾಮ್—ಪುಣ್ಯಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸಿದವರ; ಲೋಕಾನ್—ಲೋಕಗಳನ್ನು; ಉಷಿತ್ವಾ—ವಾಸಿಸಿದನಂತರ; ಶಾಶ್ವತೀಃ—ಅನೇಕ; ಸಮಾಃ—ವರ್ಷಗಳು; ಶುಚೀನಾಮ್—ಪುಣ್ಯವಂತರ; ಶ್ರೀಮತಾಮ್—ಶ್ರೀಮಂತರ; ಗೇಹೇ—ಮನೆಯಲ್ಲಿ; ಯೋಗ ಭ್ರಷ್ಟಃ—ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಮಾರ್ಗದಿಂದ ಪತನಗೊಂಡವನು; ಅಭಿಜಾಯತೇ—ಜನ್ಮ ತಾಳುತ್ತಾನೆ.

ಅನುವಾದ

ಯೋಗಭ್ರಷ್ಟನು ಪುಣ್ಯಜೀವಿಗಳ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಬಹುಕಾಲ ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದು ಅನಂತರ ಧರ್ಮಾತ್ಮರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಶ್ರೀಮಂತ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟುವನು.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಯಶಸ್ಸನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಯೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡು ವರ್ಗಗಳು — ಒಂದು ವರ್ಗದವರು ಅತ್ಯಲ್ಪ ಪ್ರಗತಿಯನಂತರ ಭ್ರಷ್ಟರಾದವರು, ಇನ್ನೊಂದು ವರ್ಗದವರು ದೀರ್ಘಕಾಲ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಭ್ರಷ್ಟರಾದವರು. ಸ್ವಲ್ಪಕಾಲ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಭ್ರಷ್ಟನಾದ ಯೋಗಿಯು ಪುಣ್ಯಜೀವಿಗಳು ಪ್ರವೇಶಿಸಬಹುದಾದ ಉತ್ತಮಲೋಕಗಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾನೆ. ಅಲ್ಲಿ ಬಹುಕಾಲ ಇದ್ದನಂತರ ಅವನನ್ನು ಮತ್ತೆ ಈ ಲೋಕಕ್ಕೆ ಕಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅವನು ಧರ್ಮಿಷ್ಠನಾದ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನ ಅಥವಾ ವೈಷ್ಣವನ ಸಂಸಾರದಲ್ಲಾಗಲೀ, ಶ್ರೀಮಂತ ವರ್ತಕರ ಮನೆಯಲ್ಲಾಗಲೀ ಹುಟ್ಟುತ್ತಾನೆ.

ಈ ಅಧ್ಯಾಯದ ಕೊನೆಯ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಿರುವಂತೆ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ನಿಜವಾದ ಉದ್ದೇಶ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದು. ಆದರೆ ಇಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ಪಟ್ಟುಹಿಡಿದು ಶ್ರಮಪಡದೆ ಇರುವವರಿಗೆ ಮತ್ತು ಐಹಿಕ ಪ್ರಲೋಭನೆಗಳ ದೆಸೆಯಿಂದ ವಿಫಲರಾಗುವವರಿಗೆ ಭಗವಂತನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ತಮ್ಮ ಐಹಿಕ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವಕಾಶವು ಲಭ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅನಂತರ ಅವರಿಗೆ ಧರ್ಮಿಷ್ಠ ಅಥವಾ ಶ್ರೀಮಂತ ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ಅನುಕೂಲಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಬಾಳಲು ಅವಕಾಶಗಳು ಲಭ್ಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಇಂತಹ ಸಂಸಾರಗಳಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದವರು ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನು ಸದುಪಯೋಗಮಾಡಿಕೊಂಡು ಪೂರ್ಣ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಏರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು.

ಶ್ಲೋಕ - 42

ಅಥವಾ ಯೋಗಿನಾಮೇವ ಕುಲೇ ಭವತಿ ಧೀಮತಾಮ್ |
ಏತದ್ಧಿ ದುರ್ಲಭತರಂ ಲೋಕೇ ಜನ್ಮ ಯದೀದೃಶಮ್ ||೪೨||

ಅಥವಾ—ಅಥವಾ; ಯೋಗಿನಾಮ್—ವಿದ್ವಾಂಸರಾದ ಅಧ್ಯಾತ್ಮವಾದಿಗಳ; ಏವ—
ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; ಕುಲೇ—ವಂಶದಲ್ಲಿ; ಭವತಿ—ಹುಟ್ಟುತ್ತಾನೆ; ಧೀಮತಾಮ್—
ಮಹಾಜ್ಞಾನಿಗಳಾದ; ಏತತ್—ಇದು; ಹಿ—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; ದುರ್ಲಭ ತರಮ್—ಬಹಳ
ಅಪರೂಪವು; ಲೋಕೇ—ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ; ಜನ್ಮ—ಹುಟ್ಟು; ಯತ್—ಯಾವ; ಈದೃಶಮ್—
ಈ ಬಗೆಯ.

ಅನುವಾದ

ಅಥವಾ (ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಅನಂತರ ವಿಫಲನಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ) ಅವನು ಧೀಮಂತರಾದ
ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಗಳ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಜನಿಸುವನು. ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿಯೂ ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಇಂತಹ
ಜನ್ಮವು ದುರ್ಲಭತರವಾದದ್ದು.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಧೀಮಂತರಾದ ಯೋಗಿಗಳ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಜನ್ಮತಾಳುವುದನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಹೊಗಳಿದೆ.
ಏಕೆಂದರೆ ಇಂತಹ ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದ ಮಗುವಿಗೆ ಅವನ ಬಾಳಿನ ಪ್ರಾರಂಭದಿಂದಲೇ ಒಂದು
ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚಾಲನ ಶಕ್ತಿಯು ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಆಚಾರ್ಯರ ಅಥವಾ ಗೋಸ್ವಾಮಿಗಳ
ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ಹೀಗಾಗುತ್ತದೆ. ಪರಂಪರೆಯಿಂದಲೂ ಶಿಕ್ಷಣದಿಂದಲೂ ಇಂತಹ ಸಂಸಾರಗಳಲ್ಲಿ
ವಿದ್ವತ್ತು, ದೈವಭಕ್ತಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಆದುದರಿಂದ ಅವರು ಗುರುಗಳಾಗುತ್ತಾರೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಇಂತಹ
ಆಚಾರ್ಯರ ಕುಟುಂಬಗಳು ಹಲವಾರು ಇವೆ. ಆದರೆ ಸಾಕಷ್ಟು ವಿದ್ಯೆ ಮತ್ತು ತರಬೇತಿ ಇಲ್ಲದೆ
ಅವು ಹೀನಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬಂದಿವೆ. ಭಗವಂತನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಪ್ರತಿ ಪೀಳಿಗೆಯಲ್ಲೂ ಯೋಗಿಗಳನ್ನು
ಬೆಳೆಸುವ ಇಂತಹ ಕುಟುಂಬಗಳು ಇನ್ನೂ ಇವೆ. ಇಂತಹ ಸಂಸಾರಗಳಲ್ಲಿ ಜನ್ಮತಾಳುವುದು
ಒಂದು ಸೌಭಾಗ್ಯ. ನಮ್ಮ ಗುರುಗಳಾದ, ಓಂ ವಿಷ್ಣುಪಾದ ಶ್ರೀ ಶ್ರೀಮದ್ ಭಕ್ತಿಸಿದ್ಧಾಂತ
ಸರಸ್ವತೀ ಗೋಸ್ವಾಮಿ ಮಹಾರಾಜರು ಮತ್ತು ನಾವು ಇಬ್ಬರೂ ಭಗವಂತನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಇಂತಹ
ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟುವ ಭಾಗ್ಯವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೆವು ಮತ್ತು ಇಬ್ಬರೂ ನಮ್ಮ ಬಾಳಿನ
ಪ್ರಾರಂಭದಿಂದಲೇ ಭಗವಂತನ ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಪಡೆದೆವು. ಮುಂದೆ
ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಸಂಧಿಸಿದೆವು.

ಶ್ಲೋಕ - 43

ತತ್ರ ತಂ ಬುದ್ಧಿಸಂಯೋಗಂ ಲಭತೇ ಪೌರ್ವದೇಹಿಕಮ್ |
ಯತತೇ ಚ ತತೋ ಭೂಯಃ ಸಂಸಿದ್ಧೌ ಕುರುನನ್ನನ ||೪೩||

ತತ್ರ—ಆಮೇಲೆ; **ತಮ್**—ಆ; **ಬುದ್ಧಿ ಸಂಯೋಗಮ್**—ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಪುನರುಜ್ಜೀವನವನ್ನು; **ಲಭತೇ**—ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ; **ಪೌರ್ವ ದೇಹಿಕಮ್**—ಹಿಂದಿನ ದೇಹದಿಂದ; **ಯತತೇ**—ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ; **ಚ**—ಕೂಡ; **ತತಃ**—ಅನಂತರ; **ಭೂಯಃ**—ಮತ್ತೆ; **ಸಂಸಿದ್ಧೌ**—ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಾಗಿ; **ಕುರು ನನ್ನನ**—ಕುರುಪುತ್ರನೇ.

ಅನುವಾದ

ಕುರುನಂದನನೇ, ಇಂತಹ ಜನ್ಮವನ್ನು ತಳೆದ ಮೇಲೆ ಆತನು ತನ್ನ ಪೂರ್ವಜನ್ಮದ ದೈವೀಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಮತ್ತೆ ಎಚ್ಚರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣ ಯಶಸ್ಸನ್ನು ಗಳಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಇನ್ನೂ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಒಬ್ಬ ಸದ್ಬ್ರಾಹ್ಮಣನ ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ಅರಸ ಭರತನು ತನ್ನ ಮೂರನೆಯ ಜನ್ಮವನ್ನು ತಾಳಿದ. ಹಿಂದಿನ ದಿವ್ಯಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಪುನಶ್ಚೇತನಗೊಳಿಸಲು ಉತ್ತಮ ಜನ್ಮತಾಳುವುದಕ್ಕೆ ಇದು ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಉದಾಹರಣೆ. ರಾಜ ಭರತನು ಜಗತ್ತಿನ ಚಕ್ರವರ್ತಿ. ಅವನ ಕಾಲದಿಂದ ದೇವತೆಗಳು ಈ ಲೋಕವನ್ನು ಭರತವರ್ಷ ಎಂದು ಕರೆಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. ಅದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಈ ಲೋಕಕ್ಕೆ ಇಳಾವೃತ ವರ್ಷ ಎಂದು ಹೆಸರಿತ್ತು. ಚಕ್ರವರ್ತಿಯು ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಾಗಿ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವ್ಯವಹಾರದಿಂದ ದೂರವಾದನು; ಆದರೆ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲಿಲ್ಲ. ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಆತನು ಒಬ್ಬ ಒಳ್ಳೆಯ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದ. ಅವನು ಯಾವಾಗಲೂ ಒಬ್ಬನೇ ಇದ್ದು ಯಾರೊಡನೆಯೂ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಅವನಿಗೆ ಜಡ ಭರತ ಎಂದು ಹೆಸರು ಬಂದಿತು. ಮುಂದೆ ಅರಸ ರಹೂಗಣನು ಅವನನ್ನು ಅತಿಶ್ರೇಷ್ಠ ಯೋಗಿಯೆಂದು ಕಂಡನು. ಅವನ ಜೀವನದಿಂದ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಅಥವಾ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸವು ವ್ಯರ್ಥವಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಭಗವಂತನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಯೋಗಿಗೆ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಅವಕಾಶಗಳು ಲಭ್ಯವಾಗುತ್ತವೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 44

ಪೂರ್ವಾಭ್ಯಾಸೇನ ತೇನ್ಯವ ಪ್ರಿಯತೇ ಹ್ಯವಶೋಽಪಿ ಸಃ |
ಜಿಜ್ಞಾಸುರಪಿ ಯೋಗಸ್ಯ ಶಬ್ದಬ್ರಹ್ಮಾತಿವರ್ತತೇ ||೪೪||

ಪೂರ್ವ—ಹಿಂದಿನ; **ಅಭ್ಯಾಸೇನ**—ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ; **ತೇನ**—ಆ; **ಏವ**—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; **ಪ್ರಿಯತೇ**—ಆಕರ್ಷಿತನಾಗುತ್ತಾನೆ; **ಹಿ**—ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ; **ಅವಶಃ**—ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ; **ಅಪಿ**—ಕೂಡ; **ಸಃ**—ಅವನು; **ಜಿಜ್ಞಾಸುಃ**—ತಿಳಿಯಲು ಬಯಸುವ; **ಅಪಿ**—ಕೂಡ; **ಯೋಗಸ್ಯ**—ಯೋಗದ ವಿಚಾರದ; **ಶಬ್ದ ಬ್ರಹ್ಮ**—ಧರ್ಮಗ್ರಂಥಗಳ ವಿಧ್ಯುಕ್ತ ಆಚರಣೆಗಳನ್ನು; **ಅತಿವರ್ತತೇ**—ಮೀರುತ್ತಾನೆ.

ಅನುವಾದ

ತನ್ನ ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮದ ದೈವೀ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ಆತನು ಯೋಗದ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಅರಸದಿದ್ದರೂ ತಂತಾನೇ ಅವುಗಳಿಂದ ಆಕರ್ಷಿತನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಇಂತಹ ಜಿಜ್ಞಾಸುವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಯು ಯಾವಾಗಲೂ ಶಾಸ್ತ್ರಗ್ರಂಥಗಳ ವಿಧಿಗಳ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಮೀರಿರುತ್ತಾನೆ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಪ್ರಬುದ್ಧ ಯೋಗಿಗಳಿಗೆ ಶಾಸ್ತ್ರಗ್ರಂಥಗಳ ವಿಧಿಗಳ ಆಕರ್ಷಣೆ ಹೆಚ್ಚಿರುವುದಿಲ್ಲ; ಆದರೆ ಅವರನ್ನು ಯೋಗತತ್ವಗಳು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ತತ್ವಗಳು ಅವರನ್ನು ಯೋಗದ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯಾದ ಪೂರ್ಣ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಏರಿಸಬಲ್ಲವು; ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತದಲ್ಲಿ (3.33.7) ಪ್ರಬುದ್ಧ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಗಳು ವೈದಿಕ ವಿಧಿಗಳನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸುವುದನ್ನು ಹೀಗೆ ವಿವರಿಸಿದೆ —

ಅಹೋ ಬತ ಶ್ವಪಚೋಽತೋ ಗರೀಯಾನ್

ಯಜ್ಜಿಹ್ಯಾಗ್ರೇ ವರ್ತತೇ ನಾಮ ತುಭ್ಯಮ್ |

ತೇಪ್ಸುಪಸ್ತೇ ಜುಹುವುಃ ಸಸ್ನುರಾರ್ಯಾ

ಬ್ರಹ್ಮಾನೂಚುರ್ನಾಮ ಗೃಣಂತಿ ಯೇ ತೇ ||

"ಪ್ರಭುವೇ, ನಿನ್ನ ಪಾವನನಾಮಗಳನ್ನು ಸಂಕೀರ್ತನೆ ಮಾಡುವವರು ನಾಯಿಯನ್ನು ತಿನ್ನುವ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿಯೇ ಹುಟ್ಟಿರಬಹುದು, ಆದರೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅವರು ತುಂಬ ಮುಂದುವರಿದವರು. ಹೀಗೆ ಸಂಕೀರ್ತನೆ ಮಾಡುವವರು ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿಯೂ ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ವ್ರತಗಳನ್ನೂ ಮತ್ತು ಯಜ್ಞಗಳನ್ನೂ ನಡೆಸಿರುವವರು, ಎಲ್ಲ ಪವಿತ್ರಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿರುವವರು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ಶಾಸ್ತ್ರಾಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮುಗಿಸಿರುವವರು."

ಇದರ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ನಿರ್ದರ್ಶನವನ್ನು ಚೈತನ್ಯ ಮಹಾಪ್ರಭುಗಳು ತೋರಿಸಿ ಕೊಟ್ಟರು. ಅವರು ಠಾಕೂರ ಹರಿದಾಸರನ್ನು ತಮ್ಮ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖ ಶಿಷ್ಯರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರನ್ನಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದರು. ಠಾಕೂರ ಹರಿದಾಸರು ಮುಸ್ಲಿಂ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದ್ದರೂ ಅವರು ಭಗವಂತನ ಪವಿತ್ರವಾದ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಹರೇ ಕೃಷ್ಣ ಹರೇ ಕೃಷ್ಣ, ಕೃಷ್ಣ ಕೃಷ್ಣ ಹರೇ ಹರೇ / ಹರೇ ರಾಮ ಹರೇ ರಾಮ ರಾಮ ರಾಮ ಹರೇ ಹರೇ ಎಂದು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಮೂರುಲಕ್ಷಬಾರಿ ಜಪಮಾಡುವ ನಿಯಮವನ್ನು ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾಗಿ ಪಾಲಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದಿದ್ದರು. ಈ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಚೈತನ್ಯ ಮಹಾಪ್ರಭುಗಳು ಅವರನ್ನು ನಾಮಾಚಾರ್ಯರ ಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಏರಿಸಿದರು. ಅವರು ಸದಾ ಭಗವಂತನ ಪವಿತ್ರನಾಮವನ್ನು ಸಂಕೀರ್ತನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದುದರಿಂದ ಅವರು **ಶಬ್ದಬ್ರಹ್ಮ** ಎಂದು ಹೆಸರಾದ ವೈದಿಕ ವಿಧ್ಯುಕ್ತ ವಿಧಾನಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿ ಮುಗಿಸಿರಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಯಲಾಗಿತ್ತು. ಪರಿಶುದ್ಧನಾಗದೆ ಯಾವ ಮನುಷ್ಯನೂ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡಲಾರ ಅಥವಾ ಭಗವಂತನ ಪುಣ್ಯನಾಮವಾದ ಹರೇ ಕೃಷ್ಣ ಮಂತ್ರದ ಸಂಕೀರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಲಾರ.

ಶ್ಲೋಕ - 45

ಪ್ರಯತ್ನಾದ್ ಯತಮಾನಸ್ತು ಯೋಗೀ ಸಂಶುದ್ಧ ಕಿಲ್ಬಿಷಃ |
ಅನೇಕಜನ್ಮ ಸಂಸಿದ್ಧ ಸ್ತತೋ ಯಾತಿ ಪರಾಂ ಗತಿಮ್ ||೪೫||

ಪ್ರಯತ್ನಾತ್—ಕಟ್ಟಿನಿಟ್ಟಾದ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ; ಯತಮಾನಃ—ಯತ್ನಿಸುವ; ತು—ಮತ್ತು; ಯೋಗೀ—
ಅಂತಹ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಯು; ಸಂಶುದ್ಧ—ಶುದ್ಧವಾದ; ಕಿಲ್ಬಿಷಃ—ಸಕಲ ಪಾಪಗಳುಳ್ಳ; ಅನೇಕ—
ಅನೇಕಾನೇಕ; ಜನ್ಮ—ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ; ಸಂಸಿದ್ಧಃ—ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದವನಾಗಿ; ತತಃ—
ಅನಂತರ; ಯಾತಿ—ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ; ಪರಾಮ್—ಅತ್ಯುನ್ನತವಾದ; ಗತಿಮ್—ಗತಿಯನ್ನು.

ಅನುವಾದ

ಯೋಗಿಯು ಎಲ್ಲ ಕಲ್ಮಷಗಳನ್ನು ತೊಳೆದುಕೊಂಡು ಶುದ್ಧನಾಗಿ ಇನ್ನಷ್ಟು ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು
ಶ್ರದ್ಧಾಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಹೀಗೆ ಅನೇಕಾನೇಕ ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ
ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿದನಂತರ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಪಡೆದು ಪರಮಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಧಾರ್ಮಿಕವಾದ ಅಥವಾ ಶ್ರೀಮಂತವಾದ ಅಥವಾ ಪವಿತ್ರವಾದ ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ
ಹುಟ್ಟಿದವನಿಗೆ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲವಾದ ವಾತಾವರಣವಿದೆ ಎಂಬುದರ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ.
ಆದುದರಿಂದ ಆತನು ಅಪೂರ್ಣವಾದ ತನ್ನ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ದೃಢಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಾನೆ.
ಹೀಗೆ ಆತನು ಐಹಿಕ ಕಲ್ಮಷಗಳನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕಿ ಪರಿಶುದ್ಧನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಕಡೆಗೆ
ಎಲ್ಲ ಕಲ್ಮಷಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಿ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯಾದ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು
ಸಾಧಿಸುತ್ತಾನೆ. ಎಲ್ಲ ಕಲ್ಮಷಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತನಾದ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಹಂತ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆ. ಇದನ್ನು
ಭಗವದ್ಗೀತೆಯು (7.28) ದೃಢಪಡಿಸುತ್ತದೆ —

ಯೇಷಾಂ ತ್ವನ್ತಗತಂ ಪಾಪಂ ಜನಾನಾಂ ಪುಣ್ಯಕರ್ಮಣಾಮ್ |
ತೇ ದ್ವನ್ತ್ವಮೋಹನಿರ್ಮುಕ್ತಾ ಭಜನ್ತೇ ಮಾಂ ದೃಢವ್ರತಾಃ ||

"ಹಲವಾರು ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಪುಣ್ಯಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಎಲ್ಲ ಕಲ್ಮಷಗಳಿಂದ ಮತ್ತು
ಎಲ್ಲ ಮಾಯಾ ದ್ವಂದ್ವಗಳಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬಿಡುಗಡೆಯನ್ನು ಪಡೆದ ನಂತರ ಮನುಷ್ಯನು
ಭಗವಂತನ ದಿವ್ಯ ಪ್ರೇಮ ಪೂರ್ವಕ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗುತ್ತಾನೆ."

ಶ್ಲೋಕ - 46

ತಪಸ್ವಿಭ್ಯೋಽಧಿಕೋ ಯೋಗೀ ಜ್ಞಾನಿಭ್ಯೋಽಪಿ ಮತೋಽಧಿಕಃ |
ಕರ್ಮಿಭ್ಯಶ್ಚಾಧಿಕೋ ಯೋಗೀ ತಸ್ಮಾದ್ಯೋಗೀ ಭವಾರ್ಜುನ ||೪೬||

ತಪಸ್ವಿಭ್ಯಃ—ತಪಸ್ವಿಗಳಿಗಿಂತ; ಅಧಿಕಃ—ದೊಡ್ಡವನು; ಯೋಗೀ—ಯೋಗಿಯು; ಜ್ಞಾನಿಭ್ಯಃ—
ಜ್ಞಾನಿಗಿಂತ; ಅಪಿ—ಕೂಡ; ಮತಃ—ತಿಳಿಯಲ್ಪಡುತ್ತಾನೆ; ಅಧಿಕಃ—ದೊಡ್ಡವನು; ಕರ್ಮಿಭ್ಯಃ—

ಕಾಮ್ಯಕರ್ಮಗಳಿಗಿಂತ; ಚ—ಸಹಾ; ಅಧಿಕಃ—ದೊಡ್ಡವನು; ಯೋಗೀ—ಯೋಗಿಯು; ತಸ್ಮಾತ್—ಆದ್ದರಿಂದ; ಯೋಗೀ—ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದಿಯು; ಭವ—ಆಗು; ಅರ್ಜುನ—ಅರ್ಜುನನೇ.

ಅನುವಾದ

ಯೋಗಿಯು ತಪಸ್ವಿಗಳಿಗಿಂತಲೂ, ಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಮತ್ತು ಫಲಾಪೇಕ್ಷಿತ ಕರ್ಮದಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವವರಿಗಿಂತಲೂ ಶ್ರೇಷ್ಠನಾದವನು. ಆದುದರಿಂದ ಅರ್ಜುನ, ಎಲ್ಲ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಯೋಗಿಯಾಗು.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಯೋಗದ ವಿಷಯ ಮಾತನಾಡುವಾಗ ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಪರಮ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸತ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸುವ ವಿಷಯವನ್ನು ಕುರಿತು ಮಾತನಾಡುತ್ತೇವೆ. ಅನುಸರಿಸುವ ವಿಶಿಷ್ಟ ವಿಧಾನಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಸಾಧಕರು ಬೇರೆಬೇರೆ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಪ್ರಧಾನವಾಗಿ ಕಾಮ್ಯಕರ್ಮಚರಣೆಯಾಗಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ಕರ್ಮಯೋಗವೆಂದೂ, ಅದು ಪ್ರಧಾನವಾಗಿ ಅನುಭವಗಮ್ಯವಾಗಿದ್ದರೆ ಜ್ಞಾನಯೋಗವೆಂದೂ, ಪ್ರಧಾನವಾಗಿ ಭಗವಂತನೊಡನೆ ಭಕ್ತಿಯ ಬಾಂಧವ್ಯವನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದಾದರೆ ಭಕ್ತಿಯೋಗವೆಂದೂ ಅದಕ್ಕೆ ಹೆಸರು. ಮುಂದಿನ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸುವಂತೆ ಭಕ್ತಿಯೋಗ ಅಥವಾ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಎಲ್ಲ ಯೋಗಗಳ ಅಂತಿಮ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸ್ವರೂಪ. ಭಗವಂತನು ಇಲ್ಲಿ ಯೋಗದ ಉತ್ಕೃಷ್ಟತೆಯನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಿದ್ದಾನೆ. ಆದರೆ ಅದು ಭಕ್ತಿಯೋಗಕ್ಕಿಂತ ಉತ್ತಮ ಎಂದು ಹೇಳಿಲ್ಲ. ಭಕ್ತಿಯೋಗವು ಪೂರ್ಣ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕಜ್ಞಾನ. ಆದುದರಿಂದ ಯಾವುದೂ ಅದನ್ನು ಮೀರಿಸಲಾರದು. ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದ ತಪಸ್ಸು ಅಪರಿಪೂರ್ಣ. ಪರಮ ಪ್ರಭುಮಿಗೆ ಶರಣಾಗತವಾಗದ ಅನುಭವಗಮ್ಯ ಜ್ಞಾನವು ಅಪರಿಪೂರ್ಣ. ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಲ್ಲದ ಕಾಮ್ಯಕರ್ಮದಿಂದಲೂ ಕಾಲಹರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಇಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಶಂಸನೀಯ ರೂಪವು ಭಕ್ತಿಯೋಗವೇ. ಇದನ್ನು ಮುಂದಿನ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದೆ.

ಶ್ಲೋಕ - 47

ಯೋಗಿನಾಮಪಿ ಸರ್ವೇಷಾಂ ಮದ್ಗತೇನಾಂತರಾತ್ಮನಾ |

ಶ್ರದ್ಧಾವಾನ್ ಭಜತೇ ಯೋ ಮಾಂ ಸ ಮೇ ಯುಕ್ತತಮೋ ಮತಃ ||೪೭||

ಯೋಗಿನಾಮ್—ಯೋಗಿಗಳ; ಅಪಿ—ಕೂಡ; ಸರ್ವೇಷಾಮ್—ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ; ಮತ್ ಗತೇನ—ನನ್ನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿ, ನನ್ನನ್ನೇ ಸದಾ ಚಿಂತಿಸುತ್ತಾ; ಅಂತಃ ಆತ್ಮನಾ—ತನ್ನೊಳಗೇ; ಶ್ರದ್ಧಾವಾನ್—ಪೂರ್ಣಶ್ರದ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವ; ಭಜತೇ—ದಿವ್ಯವಾದ ಪ್ರೇಮಯುತ ಸೇವೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುವನೋ; ಯಃ—ಯಾರು; ಮಾಮ್—ನನ್ನನ್ನು (ಪರಮ ಪ್ರಭು); ಸಃ—ಅವನು; ಮೇ—ನನ್ನಿಂದ; ಯುಕ್ತತಮಃ—ಅತ್ಯುನ್ನತಯೋಗಿಯೆಂದು; ಮತಃ—ಪರಿಗಣಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಾನೆ.

ಅನುವಾದ

ಯಾರು ಸದಾ ನನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಇರುವನೋ, ತನ್ನಲ್ಲಿರುವ ನನ್ನನ್ನು ಕುರಿತು ಚಿಂತಿಸುವನೋ, ನನ್ನನ್ನು ಭಜಿಸುವನೋ ಅವನೇ ಎಲ್ಲ ಯೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಯೋಗದಲ್ಲಿ ನನ್ನೊಡನೆ ಅತ್ಯಂತ ಆತ್ಮೀಯವಾಗಿ ಒಂದಾಗಿರುವವನು ಮತ್ತು ಅವನೇ ಎಲ್ಲರಿಗಿಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠನಾದವನು. ಇದು ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯ.

ಭಾವಾರ್ಥ

ಇಲ್ಲಿ ಭಜತೇ ಎನ್ನುವ ಶಬ್ದವು ಮಹತ್ವಪೂರ್ಣವಾದದ್ದು. ಭಜತೇ ಎನ್ನುವ ಶಬ್ದದ ಮೂಲ ಭಜ್ ಎನ್ನುವ ಕ್ರಿಯಾಪದ. ಸೇವೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುವಾಗ ಇದನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ವರ್ಷಿಪ್ ಎನ್ನುವ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಪದವನ್ನು ಭಜ್ ಎನ್ನುವ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಬಳಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ವರ್ಷಿಪ್ ಎಂದರೆ ಪೂಜಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಯೋಗ್ಯರಾದವರಿಗೆ ಗೌರವವನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು. ಆದರೆ ದೇವೋತ್ತಮ ಪರಮ ಪುರುಷನ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶ್ರದ್ಧೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಸೇವೆಯನ್ನೇ ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ಗೌರವಾರ್ಹ ಮನುಷ್ಯನ ಅಥವಾ ದೇವತೆಯ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಬಿಡುವುದು ಸೌಜನ್ಯರಹಿತ ಎನ್ನಬಹುದು. ಆದರೆ ಪರಮ ಪ್ರಭುವಿನ ಸೇವೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ ಕಟುವಾದ ಖಂಡನೆಗೆ ಗುರಿಯಾಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಿಯೂ ದೇವೋತ್ತಮ ಪರಮ ಪುರುಷನ ವಿಭಿನ್ನಾಂಶ. ತನ್ನ ಸ್ವರೂಪದ ಕಾರಣದಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಿಯೂ ಪರಮ ಪ್ರಭುವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕೆಂಬುದೇ ಉದ್ದೇಶ. ಹೀಗೆ ಮಾಡದೆ ಹೋದರೆ ಆತನು ಪತನ ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ. ಭಾಗವತವು (11.5.3) ಇದನ್ನು ಹೀಗೆ ದೃಢಪಡಿಸುತ್ತದೆ —

ಯ ಏಷಾಂ ಪುರುಷಂ ಸಾಕ್ಷಾದ್ ಆತ್ಮಪ್ರಭವಮ್ ಈಶ್ವರಮ್ |

ನ ಭಜನ್ತುವಜಾನನ್ತಿ ಸ್ಥಾನಾದ್ ಭ್ರಷ್ಟಾಃ ಪತನ್ತಧಃ ||

"ಯಾರು ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳ ಮೂಲನಾದ ಆದಿ ಪುರುಷನಿಗೆ ಸೇವೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುವುದಿಲ್ಲವೋ ಮತ್ತು ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುವನೋ ಅವನು ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿಯೂ ತನ್ನ ಸಹಜ ಸ್ವರೂಪದಿಂದ ಪತನ ಹೊಂದುವನು."

ಈ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಸಹ ಭಜನ್ತಿ ಎನ್ನುವ ಶಬ್ದವನ್ನು ಬಳಸಿದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಭಜನ್ತಿ ಎನ್ನುವ ಶಬ್ದವನ್ನು ಪರಮ ಪ್ರಭುವಿನ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಬಳಸಬಹುದು. ಆದರೆ ವರ್ಷಿಪ್ ಎನ್ನುವ ಪದವನ್ನು ದೇವತೆಗಳ ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜೀವಿಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿಯೂ ಬಳಸಬಹುದು. ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತದಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಅವಜಾನನ್ತಿ ಎನ್ನುವ ಶಬ್ದವನ್ನು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲೂ ಬಳಸಿದೆ. ಅವಜಾನನ್ತಿ ಮಾಂ ಮೂಢಾಃ — "ಮೂರ್ಖರು ಮತ್ತು ದುಷ್ಟರು ಮಾತ್ರ ದೇವೋತ್ತಮ ಪರಮ ಪುರುಷನಾದ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನನ್ನು ನಿಂದಿಸುತ್ತಾರೆ." ಇಂತಹ ಮೂರ್ಖರು ಭಗವಂತನ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಸೇವಾಮನೋಭಾವವಿಲ್ಲದೆ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯನ್ನು ಕುರಿತು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ ಬರೆಯಲು ಹೊರಡುತ್ತಾರೆ. ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ಭಜನ್ತಿ ಎನ್ನುವ ಶಬ್ದಕ್ಕೂ, ವರ್ಷಿಪ್ ಎನ್ನುವ ಶಬ್ದಕ್ಕೂ ಇರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸವು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸಗಳ ಶಿಖರ ಭಕ್ತಿಯೋಗ. ಬೇರೆಲ್ಲ ಯೋಗಗಳೂ

ಭಕ್ತಿಯೋಗದಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ತಲಪಲು ಸಾಧನೆಗಳು ಮಾತ್ರ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಯೋಗ ಎಂದರೆ ಭಕ್ತಿಯೋಗ ಎಂದರ್ಥ. ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಯೋಗಗಳೂ ಭಕ್ತಿಯೋಗದ ಗುರಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟುವ ಮಾರ್ಗಗಳು ಮಾತ್ರ. ಕರ್ಮಯೋಗದ ಪ್ರಾರಂಭದಿಂದ ಭಕ್ತಿಯೋಗದ ಅಂತ್ಯದವರೆಗೆ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಇರುವ ಮಾರ್ಗ ದೀರ್ಘವಾದದ್ದು. ಫಲಾಪೇಕ್ಷೆಯಿಲ್ಲದ ಕರ್ಮವು ಅಥವಾ ಕರ್ಮಯೋಗವು ಈ ಮಾರ್ಗದ ಪ್ರಾರಂಭ. ಕರ್ಮಯೋಗದಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನವೂ ವೈರಾಗ್ಯವೂ ಹೆಚ್ಚಿದಾಗ ಆ ಹಂತವನ್ನು ಜ್ಞಾನಯೋಗ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಬೇರೆಬೇರೆ ದೈಹಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದ ಜ್ಞಾನಯೋಗದಲ್ಲಿ ಪರಮಾತ್ಮನ ಧ್ಯಾನವು ಹೆಚ್ಚಿ ಮನಸ್ಸು ಅವನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದಾಗ ಅದಕ್ಕೆ ಅಷ್ಟಾಂಗಯೋಗ ಎಂದು ಹೆಸರು. ಅಷ್ಟಾಂಗಯೋಗವನ್ನು ದಾಟಿ ದೇವೋತ್ತಮ ಪರಮ ಪುರುಷನಾದ ಕೃಷ್ಣನ ಬಳಿಗೆ ಬಂದಾಗ ಇದಕ್ಕೆ ಭಕ್ತಿಯೋಗವೆಂದು ಹೆಸರು; ಇದೇ ಶಿಖರ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಭಕ್ತಿಯೋಗವೇ ಅಂತಿಮ ಗುರಿ. ಆದರೆ ಭಕ್ತಿಯೋಗವನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲು ಇತರ ಯೋಗಗಳ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಅಗತ್ಯ. ಮುನ್ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಯೋಗಿಯು ನಿರಂತರ ಭಾಗ್ಯದ ನಿಜವಾದ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ. ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಹಂತದಲ್ಲಿ ನಿಂತು ಮುಂದಕ್ಕೆ ಹೋಗದವನನ್ನು ಕರ್ಮಯೋಗಿ, ಜ್ಞಾನಯೋಗಿ ಅಥವಾ ಧ್ಯಾನಯೋಗಿ, ರಾಜಯೋಗಿ, ಹಠಯೋಗಿ ಮೊದಲಾದ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಭಕ್ತಿಯೋಗದವರೆಗೆ ಬರುವ ಅದೃಷ್ಟ ಮನುಷ್ಯನಿಗಿದ್ದರೆ ಅವನು ಎಲ್ಲ ಯೋಗಗಳನ್ನೂ ಮೀರಿದವನು ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ನಾವು ಹಿಮಾಲಯ ಎಂದಾಗ ಜಗತ್ತಿನ ಅತಿ ಎತ್ತರದ ಪರ್ವತಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅದರ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಶಿಖರವಾದ ಮೌಂಟ್ ಎವರೆಸ್ಟ್ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಬಿಂದು ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತೇವೆ; ಹಾಗೆಯೇ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಯೋಗದ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಹಂತ.

ವೈದಿಕ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಯೋಗ್ಯ ನೆಲೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಭಕ್ತಿಯೋಗದ ಮಾರ್ಗವಾಗಿ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಬರುವುದು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಭಾಗ್ಯ. ಆದರ್ಶಯೋಗಿಯು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೃಷ್ಣನಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಕೃಷ್ಣನಿಗೆ ಶ್ಯಾಮಸುಂದರನೆಂದು ಹೆಸರು. ಆತನದು ಮೋಡದ ಬಣ್ಣದಂತಹ ಸುಂದರ ಮೈಬಣ್ಣ. ಅವನ ತಾವರೆಯಂತಹ ಮುಖವು ಸೂರ್ಯನಂತೆ ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತದೆ. ಅವನ ಉಡುಪು ಆಭರಣಗಳಿಂದ ಹೊಳೆಹೊಳೆಯುತ್ತದೆ. ಅವನ ದೇಹವು ಮಾಲೆಯನ್ನು ಧರಿಸಿದೆ. ಅವನ ಸುತ್ತ ಜಾಜ್ಜಲ್ಯಮಾನವಾದ ಪ್ರಭೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಬ್ರಹ್ಮಚ್ಯೋತಿ ಎಂದು ಹೆಸರು. ಆತನು ರಾಮ, ನರಸಿಂಹ, ವರಾಹ ಮತ್ತು ದೇವೋತ್ತಮ ಪರಮ ಪುರುಷನಾದ ಕೃಷ್ಣನಾಗಿ ಅವತಾರವೆತ್ತುತ್ತಾನೆ. ಯಶೋದೆಯ ಮಗನಾಗಿ ಮಾನವರೂಪದಲ್ಲಿ ಭೂಮಿಗಳಿದು ಬರುತ್ತಾನೆ. ಜನರು ಅವನನ್ನು ಕೃಷ್ಣ, ಗೋವಿಂದ ಮತ್ತು ವಾಸುದೇವ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅವನು ಪರಿಪೂರ್ಣನಾದ ಮಗು, ಪತಿ, ಗೆಲೆಯ ಮತ್ತು ಪ್ರಭು. ಆತನು ಎಲ್ಲ ಐಶ್ವರ್ಯಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ದಿವ್ಯಗುಣಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದಾನೆ. ಭಗವಂತನ ಈ ಲಕ್ಷಣಗಳ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅರಿವು ಸದಾ ಇರುವ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠಯೋಗಿ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಈ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯ ಹಂತವನ್ನು ಭಕ್ತಿಯೋಗದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಸಾಧಿಸಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಎಲ್ಲ ವೈದಿಕ ಸಾಹಿತ್ಯವು ದೃಢಪಡಿಸುತ್ತದೆ —

ಯಸ್ಯ ದೇವೇ ಪರಾಭಕ್ತಿರ್ ಯಥಾ ದೇವೇ ತಥಾ ಗುರೌ |

ತಸ್ಯೈತೇ ಕಥಿತಾ ಹ್ಯರ್ಥಾಃ ಪ್ರಕಾಶನ್ತೇ ಮಹಾತ್ಮನಃ ||

"ಭಗವಂತನಲ್ಲಿಯೂ ಗುರುವಿನಲ್ಲಿಯೂ ಪ್ರಶ್ನಾತೀತ ವಿಶ್ವಾಸವಿರುವ ಮಹಾ ಆತ್ಮಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ವೈದಿಕ ಜ್ಞಾನದ ಸಕಲಾರ್ಥಗಳು ತಾವಾಗಿಯೇ ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತವೆ." (ಶ್ವೇತಾಶ್ವತರ ಉಪನಿಷತ್ತು 6.23)

ಭಕ್ತಿರ್ ಅಸ್ಯ ಭಜನಂ ತದ್ ಇಹಾಮುತ್ರೋಪಾಧಿ ನೈರಾಸ್ಯೇನಾಮುಷ್ಮಿನ್ ಮನಃ ಕಲ್ಪನಮ್, ಏತದ್ ಏವ ನೈಷ್ಯಮ್ಯಮ್. "ಭಕ್ತಿಯೆಂದರೆ ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಾಗಲೀ ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಾಗಲೀ ಐಹಿಕ ಲಾಭದ ಅಪೇಕ್ಷೆಯಿಲ್ಲದ ಭಗವಂತನ ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕವಾದ ಸೇವೆ. ಇಂತಹ ಆಸೆಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಮನುಷ್ಯನು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪರಮ ಪ್ರಭುವಿನಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಲೀನಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಇದೇ ನೈಷ್ಯಮ್ಯದ ಉದ್ದೇಶ." (ಗೋಪಾಲ ತಾಪನೀ ಉಪನಿಷತ್ತು 1.15)

ಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಘಟ್ಟವಾದ ಭಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಕೃಷ್ಣಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಅನುಷ್ಠಾನಕ್ಕೆ ಇವು ಕೆಲವು ಸಾಧನಗಳು.

ಇಲ್ಲಿಗೆ ಶ್ರೀಮದ್ಭಗವದ್ಗೀತೆಯ "ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ" ಎಂಬ ಆರನೆಯ ಅಧ್ಯಾಯದ ಭಕ್ತಿವೇದಾಂತ ಭಾವಾರ್ಥವು ಮುಗಿಯಿತು.