**നരേഷ്വഭീക്ഷ്ണം മദ്ഭാവം പുംസോ ഭാവയതോ$f$ചിരാത്**
**സ്പർദ്ധാസൂയാതിരസ്കാരാ: സാഹങ്കാരാ വിയന്തി ഹി (11-29-15)**
**വിസൃജ്യ സ്മയമാനാൻ സ്വാൻ ദൃശം വ്രീഡാം ച ദൈഹികീം**
**പ്രണമേദ്ദണ്ഡവദ് ഭൂമാവാശ്വചാണ്ഡാളഗോഖരം (11-29-16)**

*ഉദ്ധവൻ പറഞ്ഞു:*
ഭഗവൻ, അവിടുന്നു പഠിപ്പിച്ച ഈ യോഗമാർഗ്ഗം തുലോം ദുഷ്ക്കരമാണ്. മനോനിയന്ത്രണം ഏറ്റവും ബുദ്ധിമുട്ടേറിയ കാര്യമാണ്. അതില്ലാതെ യോഗാഭ്യാസം അസാദ്ധ്യവുമാണല്ലോ. ഈ ദുർഘടത്തെ എങ്ങിനെ അതിജീവിക്കാമെന്നു പറഞ്ഞു തന്നാലും.

*ഭഗവാൻ കൃഷ്ണൻ പറഞ്ഞു:*
ഏതൊരു കാര്യംകൊണ്ട് എന്നെ ഏറ്റവും എളുപ്പത്തിൽ പ്രീതിപ്പെടുത്താനാവുമോ, അമരത്വം ലഭിക്കാനുതകുന്ന എറ്റവും നല്ല മാർഗ്ഗമേതാണോ, ഏതൊരു തരം യോഗമാർഗ്ഗമാണ് ഞാൻ ഉത്തമമെന്ന് കരുതുന്നത്, അതു ഞാൻ പറഞ്ഞു തരാം. മനസ്സു മുഴുവൻ എന്നിൽ സമർപ്പിച്ച്, ഹൃദയം മുഴുവൻ എന്നിലേയ്ക്കു തിരിച്ച്, സർവ്വാത്മനാ എല്ലാ പ്രവൃത്തികളും എനിക്കായി മാത്രം അനുഷ്ഠിക്കുക. എല്ലാ ജീവജാലങ്ങളിലും എന്നെമാത്രം ദർശിച്ച് സകലജീവികളോടും സമഭാവത്തോടെ വർത്തിക്കണം. ഉന്നതകുലജാതനായ ബ്രാഹ്മണനോടും ഭക്തനോടും അധമരിൽ അധമരായ കൃമികീടങ്ങളോടും സമദൃഷ്ടി വളർത്തിയെടുക്കുക. “ഇങ്ങിനെ ഇടതടവില്ലാതെ അഭ്യസിക്കുന്നപക്ഷം പകയുടെയും, വെറുപ്പിൻെറയും, മൽസരത്തിൻെറയും മറ്റുള്ളവരിൽ കുറ്റം കണ്ടുപിടിക്കുന്നതിൻെറയും പ്രവണത ഇല്ലാതാവുന്നു. ഇവയെല്ലാം ആത്മഗർവ്വത്തിൻെറ ഭാഗങ്ങളാണല്ലോ. യാതൊരു വിധത്തിലുള്ള നാണമോ മടിയോ കൂടാതെ, മറ്റുള്ളവർ എന്തു പറയും എന്ന ചിന്തയേതുമില്ലാതെ കഴുത പോലുള്ള മൃഗങ്ങളുടെ മുന്നിൽ പോലും വെട്ടിയിട്ട മരംപോലെവീണ് സാഷ്ടാംഗനമസ്ക്കാരം ചെയ്യണം.” ഇങ്ങിനെ അയാൾ എല്ലാറ്റിനേയും അനന്തനായ പരബ്രഹ്മമെന്നു കണക്കാക്കാൻ ഇടവരുന്നു. ഇതാണ് ആത്മസാധനാമാർഗ്ഗങ്ങളിലെ ഏറ്റവും മഹത്തായ മാർഗ്ഗം. മഹത്തായ യോഗവും, ആത്മജ്ഞാനലാഭത്തിനുള്ള എളുപ്പമേറിയ മാർഗ്ഗവും ഇതു തന്നെ. ഈ പാതയിൽ നേട്ടങ്ങളല്ലാതെ, നഷ്ടങ്ങൾ യാതൊന്നും ഇല്ല. ഞാൻ സ്വയം നിർദ്ദേശിച്ച മാർഗ്ഗമായതു കൊണ്ട് ത്രിഗുണങ്ങൾക്ക് ഇതിനെ ബാധിക്കുക അസാദ്ധ്യം. എന്നിലേക്കർപ്പിക്കപ്പെട്ട പ്രവൃത്തികൾക്കൊന്നും ത്രിഗുണങ്ങൾ ബാധിക്കയില്ല. അതിനാൽ മുക്തിലാഭത്തിനുത്തമമത്രേ ഈ പാത. ഞാനിതുവരെ പറഞ്ഞു തന്നിട്ടുള്ളള കാര്യങ്ങൾ വേദാന്തവിജ്ഞാനത്തിൻെറ സാരസമ്പത്താണ്. ഈ വിജ്ഞാനത്തെ പ്രചരിപ്പിക്കുന്നവർക്ക് ഞാൻ എൻെറ ആത്മാവുതന്നെ നൽകുന്നതാണ്. നമ്മുടെ ഈ സംഭാഷണം കേൾക്കുന്നവർക്ക് പരമഭക്തിയുണ്ടാവുകയും അവർക്ക് കർമ്മപാശത്തിൽ നിന്ന് മോചനം ലഭിക്കുകയും ചെയ്യും.

*ഉദ്ധവർ പറഞ്ഞു:* എൻെറ അറിവിനെ മൂടിക്കിടന്ന അജ്ഞാനാന്ധകാരം അവിടുത്തെ ശിക്ഷണം കൊണ്ട് ഇല്ലാതായി. അവിടുത്തോട് എന്നും നിലനിൽക്കുന്ന പ്രേമം എൻെറ ഹൃദയത്തിൽ നിറയാൻ എന്നെ അനുഗ്രഹിച്ചാലും.

*ശുകമുനി പറഞ്ഞു:* ഭഗവാൻ കൃഷ്ണൻ അപ്പോൾ ഉദ്ധവരോട് ബദരീകാശ്രമത്തിൽ പോയി ഭഗവാനെ നിരന്തരമായി ധ്യാനിക്കാൻ നിർദ്ദേശിച്ചു. ഉദ്ധവർ ഭഗവാനെ നമസ്ക്കരിച്ച് ബദരീകാശ്രമത്തിലേക്ക് യാത്രയായി. അവിടെ ഭഗവാൻ പഠിപ്പിച്ച യോഗമാർഗ്ഗമനുഷ്ഠിച്ച് ഭഗവാനിൽ വിലീനനായി മുക്തിപദം പ്രാപിച്ചു.