ಈ ಲೇಖನದ ವಿಷಯಾನುಕ್ರಮಣಿಕೆ

ಆಚಮನ ಯಾವಾಗ ಮಾಡಬೇಕು 2

ಸಕಲ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳ ಆದ್ಯಂತದಲ್ಲಿ 9

ಬೆಳಗಿನಿಂದ ರಾತ್ರಿಯವರೆಗಿನ ಆಚಮನಗಳು 11

ವಿಶೇಷ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಆಚಮನಗಳು 15

ಆಚಮನಕ್ಕೆ ಪರ್ಯಾಯಗಳು 19

- ಬ್ರಾಹ್ಮಣರು ಬಲಗಿವಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು 19
- ಬಲಗಿವಿಯೇ ಏಕೆ ? 20
- ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇತರರು ಹಸು ಮುಂತಾದವನ್ನು ಮುಟ್ಟಬೇಕು 22

ಯಾವಾಗ ಆಚಮನ ಮಾಡಬಾರದು 23

ಆಚಮನ ಯಾವಾಗ ಮಾಡಬೇಕು

ಆಚಮನ ಎಂಬ ಶಬ್ದದ ಅರ್ಥ ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವದನ್ನು ಹಿಂದಿನ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ತಿಳಿದೆವು. ಈಗ ಆಚಮನವನ್ನು ಯಾವಯಾವ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವದನ್ನು ತಿಳಿಯೋಣ.

ಮೊದಲಿಗೆ ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತೇನೆ. ನಂತರ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ವಿಭಾಗಿಸಿ ಅರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಎಲ್ಲಿ **"ಆಚಾಂತೋಽಪ್ಯಾಚಾಮೇತ್"** ಎಂದು ಬರುತ್ತದೆಯೋ ಅಲ್ಲಿ ಎರಡು ಬಾರಿ ಆಚಮನ ಎಂದರ್ಥ. ಆಚಾಂತಃ ಎಂದರೆ ಆಚಮನ ಮಾಡಿದವನು. ಆಚಮನ ಮಾಡಿದವನೂ ಮತ್ತೆ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು, ಅಂದರೆ ಎರಡು ಬಾರಿ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದರ್ಥ.

ಕೂರ್ಮಪುರಾಣದ ವಚನಗಳಿವು —

ಭುಕ್ತ್ವಾ ಪೀತ್ವಾ ಚ ಸುಪ್ತ್ವಾ ಚ
ಸ್ನಾತ್ವಾ ರಥ್ಯೋಪಸರ್ಪಣೇ ।
ಓಷ್ಠಾವಲೋಮಕೌ ಸ್ಪೃಷ್ಟ್ವಾ
ವಾಸೋ ವಿಪರಿಧಾಯ ಚ ।

ರೇತೋಮೂತ್ರಪುರೀಷಾಣಾಂ
ಉತ್ಸರ್ಗೇಽಯುಕ್ತಭಾಷಣೇ ।
ಷ್ಠೀವಿತ್ವಾಽಧ್ಯಯನಾರಂಭೇ
ಕಾಸಶ್ವಾಸಾಗಮೇ ತಥಾ ।

ಚತ್ವರಂ ವಾ ಶ್ಮಶಾನಂ ವಾ
ಸಮಾಗಮ್ಯ ದ್ವಿಜೋತ್ತಮಃ ।
ಸಂಧ್ಯಯೋರುಭಯೋಸ್ತದ್ವತ್
ಆಚಾಂತೋಽಪ್ಯಾಚಮೇತ್ ಪುನಃ ।

ಚಂಡಾಲಮ್ಲೇಚ್ಛಸಂಭಾಷೇ
ಸ್ತ್ರೀಶೂದ್ರೋಚ್ಛಿಷ್ಟಭಾಷಣೇ ।
ಉಚ್ಛಿಷ್ಟಂ ಪುರುಷಂ ಸ್ಪೃಷ್ಟ್ವಾ
ಭೋಜ್ಯಂ ಚಾಪಿ ತಥಾವಿಧಮ್ ।

ಆಚಾಮೇದಶ್ರುಪಾತೇ ವಾ
ಲೋಹಿತಸ್ಯ ತಥೈವ ಚ ।
ಭೋಜನೇ ಸಂಧ್ಯಯೋಃ ಸ್ನಾತ್ವಾ
ಪೀತ್ವಾ ಮೂತ್ರಪುರೀಷಯೋಃ ।

ಆಚಾಂತೋಽಪ್ಯಾಚಮೇತ್ ಸುಪ್ತ್ವಾ
ಸಕೃತ್ ಸಕೃದಥಾನ್ಯತಃ ।
ಅಗ್ನೇರ್ಗವಾಮಥಾಲಮ್ಭೇ
ಸ್ಪೃಷ್ಟ್ವಾ ಪ್ರಯತಮೇವ ವಾ ।

ಸ್ತ್ರೀಣಾಮಥಾತ್ಮನಃ ಸ್ಪರ್ಶೇ
ನೀವೀಂ ವಾ ಪರಿಧಾಯ ಚ
ಉಪಸ್ಪೃಶೇಜ್ಜಲಂ ವಾರ್ದ್ರಂ
ತೃಣಂ ವಾ ಭೂಮಿಮೇವ ವಾ ।

ಕೇಶಾನಾಂ ಚಾತ್ಮನಃ ಸ್ಪರ್ಶೇ
ವಾಸಸೋಽಕ್ಷಾಲಿತಸ್ಯ ಚ ।
ಅನುಷ್ಣಾಭಿರಫೇನಾಭಿಃ
ವಿಶುದ್ಧಾಭಿಶ್ಚ ಧರ್ಮತಃ ।

ಶೌಚೇಪ್ಸುಃ ಸರ್ವದಾಚಾಮೇತ್
ಆಸೀನಃ ಪ್ರಾಗುದಙ್ಮುಖಃ ।

ಸ್ಮೃತಿಮುಕ್ತಾವಲಿಯ ವಚನಗಳು —

ಅಥಾಚಮನನಿಮಿತ್ತಾನಿ —

ತತ್ರ ಮನುಃ —

ಕೃತ್ವಾ ಮೂತ್ರಪುರೀಷಂ ವಾ
ಖಾನ್ಯಾಚಾಂತ ಉಪಸ್ಪೃಶೇತ್ ।
ಸಂತರ್ಪಣಾದಿತಿಸೃಭಿಃ
ಚಕ್ಷುಃ ಶ್ರೋತ್ರೇ ಚ ಸಂಸ್ಪೃಶೇತ್

ಕೂರ್ಮಪುರಾಣೇಽಪಿ —

ಚಣ್ಡಾಲಮ್ಲೇಚ್ಛಸಂಭಾಷೇ
ಸ್ತ್ರೀಸೂದ್ರೋಚ್ಛಿಷ್ಟಭೋಜನೇ ।
ಉಚ್ಛಿಷ್ಟಂಪುರುಷಂ ದೃಷ್ಟ್ವಾ
ಭೋಜ್ಯಂ ಚಾಪಿ ತಥಾವಿಧಮ್ ।।

ಆಚಾಮೇದಶ್ರುಪಾತೇ ವಾ
ಲೋಹಿತಸ್ಯ ತಥೈವಚ।
ಅಗ್ನೇರ್ವಾಪಾಥಾಲಮ್ಯೇ
ಸ್ಪೃಷ್ಟ್ವಾ ಪ್ರಯತಮೇವ ಚ।।

ಸ್ತ್ರೀಣಾಮಥಾತ್ಮನಾಸ್ಪರ್ಶೇ
ನೀವೀಂ ವಾ ಪರಿಧಾಯ ಚ" ಇತಿ ।

ಪ್ರಜಾಪತಿರಪಿ —

ಉಪಕ್ರಮೇ ವಿಶಿಷ್ಟಸ್ಯ ಕರ್ಮಣಃ ಪ್ರಯತೋ ಪಿ ಸನ್। ಆಚಾಮೇದಿತಿ ಶೇಷಃ।।

ಮಾರ್ಕಂಡೇಯೋಽಪಿ —

ದೇವಾಗ್ನಿಪಿತೃಕಾರ್ಯಾಣಿ
ತಥಾ ಗುರ್ವಾಭಿವಂದನಮ್।
ಕುರ್ವೀತ ಸಮ್ಯಗಾಚಮ್ಯ
ತದ್ವೇದೇವ ಭುಜಿಕ್ರಿಯಾಮ್।

ವಸಿಷ್ಠೋಽಪಿ —

ಕೃತ್ವಾ ಚಾವಶ್ಯಕಾರ್ಯಾಣಿ
ಹ್ಯಾಚಮೇತ್ ಶೌಚವಿತ್ತಮಃ।

ಶಾತಾತಪೋಽಪಿ —

“ಆಚಾಮೇಚ್ಚರ್ವಣೇ ನಿತ್ಯಂ
ಭುಕ್ತ್ವಾ ತಾಂಬೂಲಚರ್ವಣಮ್।
ಓಷ್ಠೌ ವಿಲೋಮಕೌ ಸ್ಪೃಷ್ಟ್ವಾ
ವಾಸೋಽಪಿ ಪರಿಧಾಯ ಚ” ಇತಿ ।

ಬೃಹಸ್ಪತಿರಪಿ —

ಅಧೋವಾಯುಸಮುತ್ಸರ್ಗೇ
ಆಕ್ರನ್ದೇ ಕ್ರೋಧಸಮ್ಭವೇ।
ಮಾರ್ಜಾರಮೂಷಿಕಸ್ಪರ್ಶೇ
ಹಾಸೇ ಚಾನೃತಭಾಷಣೇ।।
ನಿಮಿತ್ತೇಷ್ವೇಷು ಸರ್ವೇಷು ಕರ್ಮ
ಕುರ್ವನ್ನುಪಸ್ಪೃಶೇತ್।।

ಯಮೋಽಪಿ —

ಉತ್ತೀರ್ಯೋದಕಮಾಚಾಮೇತ್

ಅವತೀರ್ಯ ತಥೈವ ಚ।

ಏವಂ ಸ್ಯಾಚ್ಚೌಚಸಂಯುಕ್ತೋ

ವರುಣಶ್ಚೈವ ಪೂಜಿತಃ।।

ಅವತೀರ್ಯ — ಪ್ರವಿಶ್ಯೇತ್ಯರ್ಥಃ।

ಉಪಸ್ಪರ್ಶನಂ-ಆಚಮನಮ್।

ಸಕಲ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳ ಆದ್ಯಂತದಲ್ಲಿ

ಯಾವುದೇ ಸತ್ಕರ್ಮವನ್ನು ಆಚರಿಸಬೇಕಾದರೂ ಆಚಮನವನ್ನು ಮಾಡಿಯೇ ಆಚರಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಮಾರ್ಕಂಡೇಯರು ವಿಧಿಸುತ್ತಾರೆ —

ದೇವಾಗ್ನಿಪಿತೃಕಾರ್ಯಾಣಿ
ತಥಾ ಗುರ್ವಭಿವಾದನಮ್ ।
ಕುರ್ವೀತ ಸಮ್ಯಗಾಚಮ್ಯ
ತದ್ವದನ್ನಭುಜಿಕ್ರಿಯಾಮ್ ।।

“ಅಧ್ಯಯನಾರಂಭೇ”

ದೇವರ ಪೂಜೆ ಮುಂತಾದ ದೇವತಾಕಾರ್ಯಗಳು,
ಹೋಮ ಮುಂತಾದ ಅಗ್ನಿಕಾರ್ಯಗಳು
ಶ್ರಾದ್ಧ ಮುಂತಾದ ಪಿತೃಕಾರ್ಯಗಳು
ಗುರುಪೂಜೆ, ಅಧ್ಯಯನದ ಆರಂಭ ಮುಂತಾದ ಸಮಸ್ತ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳು
ಹಾಗೂ ನಾವು ಮಾಡುವ ಭೋಜನ ಈ ಎಲ್ಲ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನೂ ಆಚಮನ ಮಾಡಿಯೇ ಮಾಡತಕ್ಕದ್ದು.

ಈ ಎಲ್ಲ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮುಗಿಸಿದ ನಂತರವೂ ಆಚಮನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ವಸಿಷ್ಠರು ವಿಧಿಸುತ್ತಾರೆ —

ಕೃತ್ವಾ ಚಾವಶ್ಯಕಾರ್ಯಾಣಿ
ಹ್ಯಾಚಾಮೇತ್ ಶೌಚವಿತ್ತಮಃ।

ಶುದ್ಧಿಯ ಪ್ರಕಾರವನ್ನು ತಿಳಿದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಲ್ಲ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಕಡೆಯಲ್ಲಿ ಆಚಮವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಬೆಳಗಿನಿಂದ ರಾತ್ರಿಯವರೆಗಿನ ಆಚಮನಗಳು

ದಂತಧಾವನದ ನಂತರ ಸ್ನಾನಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆ ಆಚಮನ.

ಸ್ನಾನವಾದ ಬಳಿಕ ಮೈ ವರೆಸಿಕೊಂಡ ನಂತರ ಆಚಮನ.

ನದೀ ಮೊದಲಾದ ಜಲಾಶಯಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಸ್ನಾನಕ್ಕಿಂತ ಮೊದಲು ಸ್ನಾನದ ನಂತರ ಆಚಮನ ಮಾಡಿದರೆ ಜಲದೇವತೆಗಳು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ವರುಣದೇವರು ಪ್ರೀತರಾಗುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಯಮಸ್ಮೃತಿ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ —

ಉತ್ತೀರ್ಯೋದಕಮಾಚಾಮೇತ್
ಅವತೀರ್ಯ ತಥೈವ ಚ।
ಏವಂ ಸ್ಯಾಚ್ಛೌಚಸಂಯುಕ್ತೋ
ವರುಣಶ್ಚೈವ ಪೂಜಿತಃ ।

ನದಿ, ಸರೋವರ, ಸಮುದ್ರಗಳೆಂದರೆ ಕೇವಲ ನೀರಿರುವ ಪ್ರದೇಶವಲ್ಲ. ದೇವತೆಗಳ ಆವಾಸಸ್ಥಾನ. ಅಲ್ಲಿ ಮಲ ಮೂತ್ರ ಗಳ ವಿಸರ್ಜನೆ

ಮಾಡಿದರೆ ಬ್ರಹ್ಮಹತ್ಯೆಯ ದೋಷ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಶಾಸ್ತ್ರ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಶುದ್ಧರಾಗಿಯೇ ನದಿಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಬೇಕು. ಸ್ನಾನದಿಂದ ವಿಶೇಷ ಶುದ್ಧಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಈ ರಹಸ್ಯತತ್ವವನ್ನರಿತು ಪಾಲಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಶ್ರೀ ಶ್ರೀಪಾದರಾಜಸಂಸ್ಥಾನದ ಶ್ರೀ ಸುಗುಣನಿಧಿ ಶ್ರೀಪಾದಂಗಳವರು ಕಾವೇರಿಯ ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ಹೋಗುವ ಮುನ್ನ ಬಾವಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ಶುದ್ಧ ಮಡಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರು. ಆ ಮಹಾನುಭಾವರು ಎಂದಿಗೂ ಮೈಲಿಗೆಯಲ್ಲಿ ನದಿಗಳ ಸ್ಪರ್ಶ ಮಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ.

ಒಂದು ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಬಿಚ್ಚಿ ಮತ್ತೊಂದು ಬಟ್ಟೆಯನ್ನುಟ್ಟ ನಂತರ ಎರಡು ಬಾರಿ ಆಚಮನ.

ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಗಿಂತ ಮೊದಲು ಎರಡು ಬಾರಿ ಆಚಮನ.

ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯಲ್ಲಿ ಅಭಿಮಂತ್ರಿತ ಜಲವನ್ನು ಪ್ರಾಶನ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಎರಡು ಬಾರಿ ಆಚಮನ.

ಅರ್ಘ್ಯ ನೀಡಿದ ನಂತರ ಮೂರು ಬಾರಿ ಆಚಮನ.

“ಸಂಧ್ಯಾಪೂರ್ವಂ ದ್ವಿರಾಚಮ್ಯ ಅರ್ಘ್ಯಾಂತೇ ತು ತ್ರಿರಾಚಮೇತ್”

ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ ಮುಗಿದ ನಂತರ ಆಚಮನ.

ದೇವರಪೂಜೆ ಮುಂತಾದ ಯಾವುದೇ ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು ಮಾಡುವ ಮುನ್ನ ಆಚಮನ.

ಮತ್ತೊಬ್ಬರನ್ನು ಅಪಹಾಸ ಮಾಡಿದರೆ, ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಿದರೆ, ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟ ಬೈಯ್ಗುಳವನ್ನು ಬೈದರೆ , ಕೋಪಗೊಂಡರೆ ಮೈ ಮನಸ್ಸುಗಳು ಕೊಳೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಆಚಮನ ಮಾಡಿ ಶುದ್ಧಿಯನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕು.

“ಹಾಸೇ ಚಾನೃತಭಾಷಣೇ”
“ಅಯುಕ್ತ ಭಾಷಣೇ”
“ಕ್ರೋಧಸಂಭವೇ”

ಊಟಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆ ಒಂದು ಬಾರಿ ಆಚಮನ. ಊಟವಾದ ಬಳಿಕ ಬಾಯಿ ಮುಕ್ಕಳಿಸಿ ಕೈ ಕಾಲು ತೊಳೆದು ಎರಡು ಬಾರಿ ಆಚಮನ.

ತಾಂಬೂಲ ತಿಂದ ಬಳಿಕ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು. **“ಆಚಾಮೇಚ್ಚರ್ವಣೇ ನಿತ್ಯಂ ಭುಕ್ತ್ವಾ ತಾಂಬೂಲಚರ್ವಣಮ್”**

ಮೈಥುನದ ನಂತರ ಕೈಕಾಲು ತೊಳೆದು ಎರಡು ಬಾರಿ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡಬಾರದು. ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿ ಮಾಡಿದಾಗ, ಎಚ್ಚರವಾದ ನಂತರ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು. ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ನಿದ್ರೆ ಮಾಡಿ ಎಚ್ಚರಗೊಂಡು ಹರಿಭಜನೆ, ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಯೋಗ್ಯವಾದ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವದಿದ್ದರೆ ಮೊದಲು ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಪ್ರಾತಃಕಾಲದಲ್ಲಿ ಹಲ್ಲುಜ್ಜಿದ ನಂತರವೇ ಆಚಮನ.

ವಿಶೇಷ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಆಚಮನಗಳು

ಗಂಟಲಿನ ಕೆಳಗಿನ ಭಾಗದಲ್ಲಿರುವ ಕಫವನ್ನು ಉಗುಳಿದರೆ, ಸೀನಿದರೆ, ಕಫವನ್ನು ಉಗಿದಾಗ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.
"ಷ್ಠೀವಿತ್ವಾ" "ಕಾಸಶ್ವಾಸಾಗಮೇ ತಥಾ"

ದೇಹದಿಂದ ಬೇರ್ಪಟ್ಟ ಕೂದಲನ್ನು ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.
"ಕೇಶಾನಾಂ ಚಾತ್ಮನಃ ಸ್ಪರ್ಶೇ"

ಅತ್ತ ಬಳಿಕ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.
"ಅಶ್ರುಪಾತೇ" "ಆಕ್ರಂದೇ"

ತುಟಿಗಳಲ್ಲಿನ ಕೂದಲಿಲ್ಲದ ಭಾಗವನ್ನು (ಹಲ್ಲಿಗೆ ತಗುಲುವ ಭಾಗ) ಮುಟ್ಟಿಕೊಂಡರೆ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.
"ಓಷ್ಠಾವಲೋಮಕೌ ಸ್ಪೃಷ್ಟ್ವಾ"

ಅಪಾನವಾಯು (ಹೂಸು) ಬಂದರೆ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.
"ಅಧೋವಾಯುಸಮುತ್ಸರ್ಗೇ"

ಮಲಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಿದ ಬಳಿಕ, ವಾಂತಿಯಾದ ಬಳಿಕ, ಬೀದಿಯಲ್ಲಿ ಸುತ್ತಾಡಿ ಬಂದ ಬಳಿಕ ಕೈ ಕಾಲು ತೊಳೆದು ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.

“ಕೃತ್ವಾ ಮೂತ್ರಪುರೀಷಂ ವಾ”

ದೇಹಕ್ಕೆ ಗಾಯವಾಗಿ ರಕ್ತ ಹರಿದರೆ, ರಕ್ತ ಹರಿಯುವದು ನಿಂತ ನಂತರ ಕೈ ಕಾಲು ತೊಳೆದು ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.

“ಲೋಹಿತಸ್ಯ ತಥೈವ ಚ”

ಮಹಾಪಾಪಿಷ್ಠರೊಂದಿಗೆ, ಧರ್ಮವನ್ನು ಅಲ್ಲಗಳೆಯುವವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.

“ಚಂಡಾಲಮ್ಲೇಚ್ಛಸಂಭಾಷೇ”

ಒಮ್ಮೆ ಉಟ್ಟು, ಇನ್ನೂ ಒಗೆಯದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.

“ವಾಸಸೋಽಕ್ಷಾಲಿತಸ್ಯ ಚ”

ಇಲಿ ಬೆಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು. **“ಮಾರ್ಜಾರ-ಮೂಷಿಕಸ್ಪರ್ಶೇ”**

ಊಟ ಮಾಡಿ, ಅಥವಾ ಏನನ್ನಾದರೂ ತಿಂದು ಇನ್ನೂ ಆಚಮನ ಮಾಡದೇ ಇರುವವರನ್ನು ಮುಟ್ಟಿದರೂ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು. ಅಥವಾ ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ಎಂಜಲನ್ನು, ಎಂಜಲೆಲೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿದರೂ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.

"ಉಚ್ಛಿಷ್ಟಂ ಪುರುಷಂ ಸ್ಪೃಷ್ಟ್ವಾ
ಭೋಜ್ಯಂ ಚಾಪಿ ತಥಾವಿಧಮ್"

ಹೀಗೆ ಒಟ್ಟಾರೆ ಮೈಲಿಗೆಯ ಸ್ಪರ್ಶವಾದಾಗ ಆಚ-ಮನ ಮಾಡಿ ಶುದ್ಧನಾಗಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತದೆ ಶಾಸ್ತ್ರ.

ನಾಯಿ ಮುಂತಾದವುಗಳ ಸ್ಪರ್ಶವಾದಾಗ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ಜನಿವಾರವನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕು. ಆ ವಿಷಯಗಳು ಮುಂದೆ ಬರುತ್ತವೆ. ಸ್ನಾನ ಮತ್ತು ಅಶುದ್ಧಿಗಳ ಪ್ರಕರಣದಲ್ಲಿ.

ಈ ವಿಧಿಗಳನ್ನು ಕಂಡಾಗ ಈ ದಿವಸ ನಾವೆಷ್ಟು ಅಶುದ್ಧರಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಅಶುದ್ಧ ಜನರ ಜೊತೆಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಮನವರಿಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಜನರು ಹೇಗೆ ಬದುಕುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಧರ್ಮರಾಜನ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಮಾರ್ಕಂಡೇಯರು ಒಂದೇ

ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಉತ್ತರ ನೀಡುತ್ತಾರೆ — **"ಶೌಚಾಚಾರವಿಹೀನಾಶ್ಚ ಪಿಶಾಚಸದೃಶಾ ಜನಾಃ"** ಎಂದು. ಶೌಚ ಆಚಾರಗಳಿಂದ ವಿಹೀನರಾಗಿ ಪಿಶಾಚಿಗಳಂತೆ (ಬ್ರಹ್ಮತೇಜಸ್ಸಿನಿಂದ ರಹಿತರಾಗಿ ಎಂದರ್ಥ) ಬದುಕುತ್ತಾರೆ ಎಂದು.

ಮಹಾಭಾರತದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪ್ರಸಂಗ. ಪಾಂಡವರು ಬ್ರಾಹ್ಮಣರ ವೇಷದಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ. ಭೀಮ ಬಕನನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವ ಸಂದರ್ಭ. ಆಗ ಸಮಗ್ರ ಬಂಡಿಯ ಅನ್ನವನ್ನು ತಿಂದು, ಆ ರಾಕ್ಷಸನ ಸ್ಪರ್ಶವಾಗುವದಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆ ಆಚಮನವನ್ನು ಮಾಡಿ ಭೀಮ ಯುದ್ಧವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಆಚಾರ್ಯರು ನಿರ್ಣಯಿಸುತ್ತಾರೆ — **"ಆಚಮ್ಯ ತೇನ ಯುಯುಧೇ"** ಎಂದು. ಯುದ್ಧದಂತಹ ಘೋರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಆಚಮನಾದಿಗಳನ್ನು ಅಂದಿನವರು ಬಿಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯಂತಹ ಸರಳ ಸತ್ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಆಚಮನಾದಿಗಳನ್ನು ಹಾರಿಸುವವರು ಇಂದಿನ ನಾವು. ಇದೇ ಅವರಿಗೂ ನಮಗೂ ಇರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸ.

ಆಚಮನಕ್ಕೆ ಪರ್ಯಾಯಗಳು

ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತವಾದ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಆಚಮನ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವದನ್ನು ಶಾಸ್ತ್ರವೇ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಬ್ರಾಹ್ಮಣರು ಬಲಗಿವಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು

**ಸತ್ಯಾಮಾಚಮನಾಶಕ್ತೌ
ಅಭಾವೇ ಸಲಿಲಸ್ಯ ಚ
ಪೂರ್ವೋಕ್ತೇಷು ನಿಮಿತ್ತೇಷು
ದಕ್ಷಿಣಂ ಶ್ರವಣಂ ಸ್ಪೃಶೇತ್**

ಆಚಮನಕ್ಕೆ ಶುದ್ಧವಾದ ನೀರು ಪ್ರದೇಶ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಇಲ್ಲದೇ ಇದ್ದಾಗ ಹಿಂದಿನ ಎಲ್ಲ ನಿಮಿತ್ತಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಬಲಗಿವಿಯನ್ನು ಬಲಗೈಯಿಂದ ಮುಟ್ಟಬೇಕು. ಶುದ್ಧಿಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಬಲಗಿವಿಯೇ ಏಕೆ ?

ಬಲಗಿವಿಗೇಕೆ ಈ ಪ್ರಾಶಸ್ತ್ಯ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಪರಾಶರರು ಉತ್ತರ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ —

ಪ್ರಭಾಸಾದೀನಿ ತೀರ್ಥಾನಿ
ಗಂಗಾದ್ಯಾಃ ಸರಿತಸ್ತಥಾ ।
ವಿಪ್ರಸ್ಯ ದಕ್ಷಿಣೇ ಕರ್ಣೇ
ಸಂತೀತಿ ಮನುರಬ್ರವೀತ್ ।

ಪ್ರಭಾಸ ಮೊದಲಾದ ಸಕಲ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳೂ, ಗಂಗೆ ಮೊದಲಾದ ಸಕಲ ತೀರ್ಥಗಳೂ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನ ಬಲಗಿವಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ.

“ಗಂಗಾದಿ-ಸಮಸ್ತ-ತೀರ್ಥಾಭಿಮಾನಿ ಬದರ್ಯಾದಿ-ಸಮಸ್ತ-ಕ್ಷೇತ್ರಾಭಿಮಾನಿ ದೇವತಾಂತರ್ಗತ ಭಾರತೀರಮಣಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀ ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಯ ನಮಃ”

ಎಂದು ಆ ದೇವತೆಗಳ ಚಿಂತನವನ್ನು ಮಾಡಿ ಬಲಗಿವಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಶುದ್ಧಿಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಬ್ರಾಹ್ಮಣನ ಬಲಗಿವಿಯಲ್ಲಿ ತೀರ್ಥಗಳ ಸನ್ನಿಧಾನ ಎನ್ನುವ ಪ್ರಮೇಯದೊಂದಿಗೆ ಅಲ್ಲಿ ಗಂಗಾಜನಕನಾದ ತ್ರಿವಿಕ್ರಮನ ಸನ್ನಿಧಾನವೂ ಇದೆ ಎಂಬ ವಿಶೇಷವನ್ನು ಶ್ರೀ ಗೋಪಾಲದಾಸಾರ್ಯರು, ಬಿಂಬೋಪಾಸನೆಯ ಕುರಿತು ರಚಿಸಿರುವ "ಮೋಸ ಹೋದೆನಲ್ಲ ಕಾಣದೆ ಮೋಸ ಹೋದೆನಲ್ಲ" ಎಂಬ ಅದ್ಭುತ ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ —

ಉತ್ತುಮಾ ವಿಪ್ರನ ಶ್ರೋತ್ರಗಳಲ್ಲಿನ್ನು
ಮತ್ತೆ ಭಾಗಿರಥ್ಯಾದಿ ತೀರ್ಥಗಳು ಇನ್ನು
ಮೂರ್ತಿಮಂತಾಗಿ ತ್ರಿವಿಕ್ರಮನು ಇಪ್ಪನು
ಸುತ್ತ ಸಕಲದೇವತೆಗಳು ಇಪ್ಪವರಿನ್ನು ।। 41 ।।

ತೀರ್ಥಾಭಿಮಾನಿ ದೇವತೆಗಳು ಬಲಗಿವಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ. ಶ್ರೀ ತ್ರಿವಿಕ್ರಮದೇವರು ಎರಡೂ ಕಿವಿಗಳಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾರೆ.

ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇತರರು ಹಸು ಮುಂತಾದವನ್ನು ಮುಟ್ಟಬೇಕು

ಇದು ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಿಗಾಯಿತು. ಬೇರೆಯವರು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವದಕ್ಕೂ ಶಾಸ್ತ್ರ ಉತ್ತರ ನೀಡುತ್ತದೆ —

> **"ಓಷಧಿಂ ಗಾಂ ಸಕೃದ್ ಭೂಮಿಂ**
> **ಶಾದ್ವಲಂ ವಾಥ ಸಂಸ್ಪೃಶೇತ್"**

ಗೋವನ್ನು, ಔಷಧೀಯ ಸಸ್ಯ-ವೃಕ್ಷಗಳನ್ನು, ಹಸಿರು ತುಂಬಿದ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು (ಶಾದ್ವಲ ಎಂದರೆ ಹಸಿರು ತುಂಬಿದ ಪ್ರದೇಶ) ಸ್ಪರ್ಶ ಮಾಡಬೇಕು. ಮೇಲಿನ ಯಾವುದೂ ದೊರೆಯದಿದ್ದರೆ ಭೂಮಿಯನ್ನೇ ಒಂದು ಬಾರಿ ಬಲಗೈಯಿಂದ ಸ್ಪರ್ಶ ಮಾಡಿದರೆ ಮನುಷ್ಯ ಶುದ್ಧನಾಗುತ್ತಾನೆ.

ಈ ಎಲ್ಲ ಪದಾರ್ಥಗಳು ದೇವತೆಗಳ ವಿಶೇಷ ಸನ್ನಿಧಾನದಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು. ಹೀಗಾಗಿ ಇವುಗಳ ಸ್ಪರ್ಶದಿಂದ ಮೈಲಿಗೆ ಕಳೆಯುತ್ತದೆ, ಶುದ್ಧಿಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಯಾವಾಗ ಆಚಮನ ಮಾಡಬಾರದು

ಆಚಮನಕ್ಕೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ ನೀರು, ಪ್ರದೇಶಗಳಿದ್ದಾಗಲೂ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಆಚಮನ ಮಾಡಬಾರದು ಎಂದು ಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಧಿಸುತ್ತದೆ.

ಸ್ಮೃತಿಮುಕ್ತಾವಲಿಯ ವಚನಗಳು ಇಂತಿವೆ —

ಸೋಪಾನಟ್ಕೋ ಜಲಸ್ಥೋ ವಾ
ಮುಕ್ತಕೇಶೋಽಪಿ ವಾ ಪುನಃ ।
ಉಷ್ಣೀಷೀ ವಾಪಿ ನಾಚಾಮೇದ್
ವಸ್ತ್ರೇಣಾಚ್ಛಾದ್ಯ ವಾ ಶಿರಃ ।

ನ ಗಚ್ಛನ್ ನ ಶಯಾನಶ್ಚ
ನ ಸ್ಥಿತಃ ಪೃಹ್ವ ಏವ ವಾ ।
ನ ಸ್ಪೃಶನ್ ನ ಹಸನ್ ನ ಜಲ್ಪನ್
ನ ಶ್ವಚಂಡಾಲದರ್ಶನೇ ।

ಕಂಠಂ ಶಿರೋ ವಾ ಪ್ರಾವೃತ್ಯ
ರಥ್ಯಾಪಣಗತೋಽಪಿ ವಾ ।

ಅಕೃತ್ವಾ ಪಾದಯೋಃ ಶೌಚಂ
ಆಚಾಂತೋಽಪ್ಯಶುಚಿರ್ಭವೇತ್ ।

ಉಷ್ಣೀಷೀ ಕಂಚುಕೀ ನಗ್ನಃ
ನ ಕದಾಚಿದುಪಸ್ಪೃಶೇತ್

ಮರ, ಚರ್ಮ ಮುಂತಾದ ಯಾವುದೇ ತರಹದ ಪಾದರಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿದ್ದಾಗ,

ಪೇಟಾ ಮುಂತಾದ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಲೆಗೆ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಸುತ್ತಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಗ, ಶಿರಸ್ತ್ರಾಣಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿದ್ದಾಗ,

ಮೈಯಲ್ಲಿ ಹೊಲಿದ ವಸ್ತ್ರವನ್ನು ಧರಿಸಿದ್ದಾಗ, (ಸ್ತ್ರೀಯರು ಕಂಚುಕವನ್ನು ಧರಿಸಿ ಆಚಮನ ಮಾಡಬಹುದು)

ಬರಿದ ತಲೆಯಲ್ಲಿ, (ಶಿಖೆಯನ್ನು ಕಟ್ಟದೇ ಇದ್ದಾಗ, ಸ್ತ್ರೀಯರು ಕೂದಲು ಕೆದರಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಗ)

ಬೆತ್ತಲೆಯಾಗಿ,

ಓಡಾಡುತ್ತ, ಮಲಗಿ, ನಿಂತುಕೊಂಡು, ಬಗ್ಗಿ, ಮತ್ತೊಬ್ಬರನ್ನು ಮುಟ್ಟುತ್ತ, ಮಾತನಾಡುತ್ತ, ನಗಾಡುತ್ತ, ನಾಯಿ, ಚಂಡಾಲ ಮುಂತಾದವರು ಎದುರಿಗಿದ್ದಾಗ,

ನೀರು ಮೈಲಿಗೆಯಾಗಿದ್ದಾಗ, ಮಂಚ ಮುಂತಾದ ಆಸನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು,

ಬೀದಿಯಲ್ಲಿ, ಅಂಗಡಿಗಳಲ್ಲಿ

ಮೈಲಿಗೆಯಾಗಿದ್ದಾಗ ಕೈಕಾಲು ತೊಳೆಯದೇ,

ಆಚಮನ ಮಾಡಬಾರದು.

ಇಲ್ಲಿ ನಿಂತುಕೊಂಡು ಆಚಮನ ಮಾಡಬಾರದು ಎಂದಿದೆ. ಅದು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರ. ನೀರಿನಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಮೊಣಕಾಲಿನಿಂದ ಮೇಲ್ಭಾಗಕ್ಕೆ ನೀರು ತಾಗಿದ್ದರೆ ನಿಂತುಕೊಂಡೇ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು. ಅದೂ ಸಹ ಕೇವಲ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಸ್ನಾನ, ತರ್ಪಣ ಮುಂತಾದ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗಾಗಿ.

ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನಿಂತು ಆಚಮನ ಮಾಡಿ ಬಂದು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುವಂತಿಲ್ಲ. ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಆಚಮನ ಮಾಡಿದರೆ ಅಲ್ಲಿಯೇ ಆ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಮಾಡುವ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ನೆಲದ ಮೇಲೇ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು. ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಆಚಮನ ಮಾಡುವಾಗ ನಿಂತು ಆಚಮನ ಮಾಡಬಾರದು.

ಹೀಗೆ ಆಚಮನ ಮಾಡುವದಕ್ಕೆ ನೀರು, ಪ್ರದೇಶ, ಸಂದರ್ಭಗಳು ಹೀಗೆಯೇ ಇರಬೇಕು, ಇಲ್ಲಿದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಬಲಗಿವಿ, ಗೋವು ಮುಂತಾದವನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ ಶುದ್ಧನಾಗಬೇಕು ಎಂದು ಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಧಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಂತೂ ಮೈಲಿಗೆಯ ಸ್ಪರ್ಶವಾದಾಗ ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೇ ಇರಬಾರದು ಎನ್ನುವದು ಶಾಸ್ತ್ರಗಳ ಅಭಿಮತ.

ಮುಂದಿನ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಆಚಮನದಲ್ಲಿ ಪಠಿಸಬೇಕಾದ ಮಂತ್ರ ಮತ್ತು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಅನುಸಂಧಾನಗಳ ಕುರಿತು ತಿಳಿಯೋಣ.

— ವಿಷ್ಣುದಾಸ ನಾಗೇಂದ್ರಾಚಾರ್ಯ

ವಿಶ್ವನಂದಿನಿಗೆ ಸಜ್ಜನರ ಸಹಾಯದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ

ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ತಿಳಿಸಿಕೊಡುವ ದಿವ್ಯಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಾದ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಸಜ್ಜನರಿಗೆ ತಲುಪಿಸಲು ವಿಶ್ವನಂದಿನಿ 10000 ಗಂಟೆಗಳ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ಗುರಿಯನ್ನೂ, 30000 ಪುಟಗಳ ಲೇಖನದ ಗುರಿಯನ್ನೂ ಹೊಂದಿದೆ.

ವಿಶ್ವನಂದಿನಿಯ ಎಲ್ಲ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳೂ, ಲೇಖನಗಳೂ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಉಚಿತವಾಗಿ ಲಭ್ಯ.

ಈ ಬೃಹತ್ ಜ್ಞಾನಸತ್ರ ನಿಮ್ಮ ನೆರವಿಲ್ಲದೇ ಮುಂದುವರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಈ ಜ್ಞಾನಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ನೆರವು ನೀಡುವ ಸಜ್ಜನರು ಕೆಳಗಿನ ಖಾತೆಗೆ ಹಣವನ್ನು ವರ್ಗಾಯಿಸಬಹುದು

- **Account Name** **VISHWANANDINI**
- **Account Number** **35368588017**
- **Account Type** **Current Account**
- **Bank** **State Bank of India**
- **Branch** **T. Narasipura, Mysore**
- **NEW IFSC** **SBIN0040076**

Please WhatsApp the transaction details to
9901551491

ಈಗಾಗಲೇ ನೆರವು ನೀಡಿದ, ನೀಡುತ್ತಿರುವ ಸಜ್ಜನರಿಗೆ
ನನ್ನ ಮನಃಪೂರ್ವಕ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

ನೀವು ವಿಶ್ವನಂದಿನಿಯ ಖಾತೆಗೆ ಹಣವನ್ನು ವರ್ಗಾಯಿಸುವಾಗ

"ವಿಶ್ವನಂದಿನಿ ಗಮ್ಯ ತಲುಪಲಿ"

ಎಂದು ಗುರುದೇವತೆಗಳಗೆ,
ಶ್ರೀ ವೇದವ್ಯಾಸದೇವರಿಗೆ
ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಸಲ್ಲಿಸುವದನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡಿ.

ಸಜ್ಜನರ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು
ಶ್ರೀಹರಿ ಮನ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ.

— ವಿಷ್ಣುದಾಸ ನಾಗೇಂದ್ರಾಚಾರ್ಯ

Vishnudasa Nagendracharya

No. 2, "Sri Madhwanuja Mandiram"
Kaveri Marga, Hemmige Village,
Talakadu, T Narasipura,
Mysore - 571122, Karnataka, India

nagendracharya@yahoo.co.in

WhatsApp: 9901 551 491