

‘ಉಪನಿಷತ್ತಿನ ಮಹಾಸ್ವವಾದ ಧನುಸ್ಸನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ಉಪಾಸನೆಯ ಸಾಣೆ ಹಿಡಿದ ಚೂಪಾದ ಬಾಣವನ್ನು ಹೂಡಬೇಕು. ಒಳ್ಳೆಯ ಮನಸ್ಸುಳ್ಳ ಎಲೈ ಸಾಧಕನೇ ! ಗುರಿಯಲ್ಲೇ ಮನನೆಟ್ಟು ಬಿಲ್ಲನ್ನೆಳೆದು ಹೊಡೆ.’ (ಯಾವುದು ಆ ಬಿಲ್ಲು, ಯಾವುದು ಆ ಬಾಣ, ಯಾವುದು ಆ ಗುರಿ ಯಾವುದು?...ಎಂಬುದನ್ನೆಲ್ಲ ಮುಂದಿನ ಮಂತ್ರ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ -)

**ಪ್ರಣವೋ ಧನುಃ ಶರೋ ಹ್ಯಾತ್ಮಾ ಬ್ರಹ್ಮ ತಲ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಮುಚ್ಯತೇ |
ಅಪ್ರಮತ್ತೇನ ವೇದವ್ಯಂ ಶರವತ್ತನ್ಯಯೋ ಭವೇತ್ |**^{೩೩}

‘ಓಂಕಾರವೇ ಬಿಲ್ಲು, ಆತ್ಮವೇ ಬಾಣ, ಬ್ರಹ್ಮವೇ ಅದರ ಗುರಿ. ಎಚ್ಚರ ತಪ್ಪದೆ ಹೊಡೆಯಬೇಕು, ಬಾಣವು ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಗುವಂತೆ, ಬ್ರಹ್ಮದಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಬೇಕು.’

(ವೇದಮಂತ್ರದ ಭಾಷೆ ಎಷ್ಟು ಶಕ್ತಿಪೂರ್ಣ! ಕಲ್ಪನೆಯಲ್ಲೂ ಪರಾಕ್ರಮದ ಕಾವು! ಇದಲ್ಲವೇ ಉಪನಿಷತ್-ಋಷಿಗಳ ರೀತಿ! ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ತೇಜಸ್ಸು ಓಜಸ್ಸು! ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಶ್ರೀಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರಿಗೆ ಅವು ಅಷ್ಟು ಪ್ರಿಯ !)

ಉಪಾಸನೆಯ ಫಲ ? - ಯಾರಿಗೇನು ಬೇಕೋ ಅದು ಸಿಕ್ಕುತ್ತದೆ!

**ಏತದ್ವೈವಾಕ್ಷರಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಏತದ್ವೈವಾಕ್ಷರಂ ಪರಮ್ |
ಏತದ್ವೈವಾಕ್ಷರಂ ಜ್ಞಾತ್ವಾ ಯೋ ಯದಿಚ್ಛತಿ ತಸ್ಯ ತತ್ |**^{೩೪}

‘ಈ ಓಂಕಾರವೆಂಬ ಅಕ್ಷರವೇ ಅಪರ ಬ್ರಹ್ಮ, ಇದೇ ಪರಬ್ರಹ್ಮ, ಇದನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸುತ್ತ ಯಾರು ಯಾವುದನ್ನು ಬಯಸುವರೋ ಅವರಿಗೆ ಅದು ದೊರಕುತ್ತದೆ.’ (ಇಲ್ಲಿ, ಅಪರ ಬ್ರಹ್ಮ ಎಂದರೆ ಶಿವ ವಿಷ್ಣು ಕಾಳಿ ಕೃಷ್ಣ ಇತ್ಯಾದಿಯಾಗಿ ಅವಿಭಾವಿಸಿದ ಭಗವಂತ. ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಎಂದರೆ ಈ ಎಲ್ಲ ಅವಿಭಾವಗಳ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿರುವ ಭಗವಂತನ ಮೂಲಸ್ವರೂಪ, ಸಚ್ಚಿದಾನಂದಸ್ವರೂಪ. ಓಂ ಎಂಬುದಾಗಿ ಧ್ಯಾನಿಸುತ್ತ ಯಾರು ಯಾವುದನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೋ ಅವರಿಗೆ ಅದು ದೊರಕುತ್ತದೆ ಎಂದರ್ಥ.)

**ಏತದಾಲಂಬನಂ ಶ್ರೇಷ್ಠಂ ಏತದಾಲಂಬನಂ ಪರಮ್ |
ಏತದಾಲಂಬನಂ ಜ್ಞಾತ್ವಾ ಬ್ರಹ್ಮಲೋಕೇ ಮಹಿಯತೇ ||**^{೩೫}

‘ಓಂಕಾರವೆಂಬ ಈ ಆಲಂಬನವೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದದ್ದು, ಈ ಆಲಂಬನವೇ ಪರಬ್ರಹ್ಮ, ಅಪರ ಬ್ರಹ್ಮ ಎರಡೂ ಆಗಿದೆ. ಈ ಆಲಂಬನವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ (ಅಂದರೆ, ಈ ಓಂಕಾರದ ಮೇಲೆ ಧ್ಯಾನಿಸಿದರೆ) ಸಾಧಕನು ಬ್ರಹ್ಮಲೋಕದಲ್ಲಿ ಪೂಜ್ಯನಾಗುತ್ತಾನೆ.’

**ಆಪಯಿತಾ ಹ ವೈ ಕಾಮಾನಾಂ ಭವತಿ ಯ ಏತದೇವಂ
ವಿದ್ವಾನ್ ಅಕ್ಷರಮುದ್ಗೀಢಮ್ ಉಪಾಸ್ಮೇ |**

‘ಓಂಕಾರವು ಬಯಕೆಗಳನ್ನು ಈಡೇರಿಸಬಲ್ಲದು ಎಂದು ಅರಿತು ಕೊಂಡು ಯಾರು ಓಂಕಾರವನ್ನು ಉಪಾಸಿಸುವವನೋ ಅವನು ಸ್ವತಃ ಇತರರ ಇಷ್ಟಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುವವನಾಗುತ್ತಾನೆ.’

^{೩೩} ಮುಂಡಕೋಪನಿಷತ್ ೨.೨.೪

^{೩೪} ಕಠೋಪನಿಷತ್ ೧.೨.೧೬

^{೩೫} ಕಠೋಪನಿಷತ್ ೧.೨.೧೭

ಕಿವಿ ಮಾತು !

ಕಿವಿಮಾತು ಎಂದರೆ ಗುಟ್ಟು ! ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಗುಟ್ಟು ಯಾರಿಗೂ ಹೇಳುವಂಥದಲ್ಲ. ಆದರೆ ಉಪನಿಷತ್ತು ಗೀತೆಗಳ ಗುಟ್ಟು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹೇಳಬಹುದಾದ್ದು! (ಶ್ರೀಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರ ಪ್ರಕಾರ ಹೇಳಲೇ ಬೇಕಾದದ್ದು!) ಹಾಗಾದರೆ ಅದನ್ನು ರಹಸ್ಯ ಎಂದು ಕರೆಯುವುದೇಕೆ ಎಂದರೆ - ಹೇಳಿದರೂ ತತ್ತ್ವ ಅರ್ಥವಾಗದೇ ಇರುವುದರಿಂದ ಅದು ಗುಟ್ಟಾಗಿಯೇ ಉಳಿದಿದೆ ! ನಮೂನೆಗಾಗಿ ಇಲ್ಲೊಂದು ಗುಟ್ಟನ್ನು ಹೊರಬಿಟ್ಟಿದೆ ನೋಡಿ! ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಹೇಳಿದ ಕಿವಿ ಮಾತು ಇದು -

**ಸರ್ವದ್ವಾರಾಣಿ ಸಂಯಮ್ಯ ಮನೋ ಹೃದಿ ನಿರುದ್ಯ ಚ |
ಮೂರ್ಧ್ನ್ಯಾ ಧಾಯಾತ್ಮನಃ ಪ್ರಾಣಮಾಸ್ಥಿತೋ ಯೋಗಧಾರಣಾಮ್ ||
ಓಮಿತ್ಯೇಕಾಕ್ಷರಂ ಬ್ರಹ್ಮ ವ್ಯಾಹರನ್ ಮಾಮನುಸ್ಮರನ್ |
ಯಃ ಪ್ರಯಾತಿ ತ್ಯಜನ್ ದೇಹಂ ಸ ಯಾತಿ ಪರಮಾಂ ಗತಿಮ್ ||**

‘ಎಲ್ಲ ಇಂದ್ರಿಯ ದ್ವಾರಗಳನ್ನೂ ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದು ನಿಲ್ಲಿಸಿ, ಪ್ರಾಣವನ್ನು ಶಿರದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ, ಯೋಗಧಾರಣೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಓಂ ಎಂಬ ಏಕಾಕ್ಷರ ಬ್ರಹ್ಮವನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತ, ನನ್ನನ್ನೇ ನನೆಯುತ್ತ ಯಾರು ದೇಹ ಬಿಡುವರೋ ಅವರು ಪರಮಗತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ.’^{೩೬}

ಗುಟ್ಟನ್ನು ಹೇಳಿದಾಗ ಜನ ಹಾತೊರೆದು ಬಂದು ಕೇಳಿ ಧನ್ಯರಾಗ ಬೇಕಲ್ಲವೇ. ಪರಮಗತಿ ಯಾರಿಗೆ ತಾನೆ ಬೇಡ! ಆದರೆ ರಹಸ್ಯವನ್ನು ಡಂಗುರ ಸಾರಿದೆ ಗೀತೆ ! ಆದರೂ ಜನರಲ್ಲೇನು ಅದನ್ನು ಪಾಲಿಸುವ ಕಾತರವೇನೂ ಕಾಣುತ್ತಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಉಪನಿಷತ್ತಂದೇಶಗಳೆಲ್ಲ ಓದಿದ ಮೇಲೂ ರಹಸ್ಯವಾಗಿಯೇ ಉಳಿದಿವೆ. ಈ ಶ್ಲೋಕವನ್ನೋದಿ ಪ್ರಾಣ ಬಿಡಬೇಕೆಂದು ಅರ್ಥವಲ್ಲ. ಆ ಕೊನೆಯ ದಿನಕ್ಕಾಗಿ ಇಂದಿ ನಿಂದಲೇ ತಯಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ತಾತ್ಪರ್ಯ. ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರಾಣಹೋಗುವ ಘಳಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿಟ್ಟು ಕೊಂಡು ಭಗವಂತನನ್ನು ನನೆಯುತ್ತ ಓಂಕಾರವನ್ನು ಚೈತನ್ಯ ಸಾಧ್ಯ ವಾಗಬೇಕಾದರೆ ಮುಂಚಿನಿಂದಲೂ ಅದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿರ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಜೀವನವಿಡೀ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಬೆಂಬತ್ತಿ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಅವನ್ನು ಹತ್ತಿಕ್ಕಲು ತಿಣುಕಿದರೆ ಏನೂ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ಕರೆ ದೊಯ್ಯಲು ಬಂದ ಯಮದೇವರಿಗೆ ಬಿಟ್ಟಿ ವಿನೋದ ಅಷ್ಟೆ ! ವರ್ಷವಿಡೀ ಅಂಡಲೆದು ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಕಪಾಟಿನಿಂದ ಪಠ್ಯ ಪುಸ್ತಕ ‘ಬಿಡುಗಡೆ’ ಮಾಡುವವರು Rank ಪಡೆವುದುಂಟೆ ! ಹಾಗೆಯೇ ಇದೂ ಕೂಡ ! ಸಮಸ್ತ ಜಗತ್ತಿನೆದುರು ಮುಕ್ತಿಯ ಗುಟ್ಟನ್ನು ರಟ್ಟು ಮಾಡಿಟ್ಟಿದೆ ಗೀತೆ. ಅದನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲ ಗಟ್ಟಿಗ ರಾರು ಎಂಬುದೀಗ ಪ್ರಶ್ನೆ !

^{೩೬} ಶ್ರೀಮದ್ಭಗವದ್ಗೀತಾ ೮.೧೨,೧೩

ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಜಪ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚೇನೂ ಲಾಭವಿಲ್ಲ. ದೇವರ ಮೇಲೆ ಒಲವು ಇರಬೇಕು. ಹೀಗಿದ್ದೂ, ಯಾಂತ್ರಿಕ ಜಪದಿಂದ ಕೆಲವು ಲಾಭಗಳಿವೆ- ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ದೇವರ ನಾಮ ತಾನೆ?

-ಸ್ವಾಮಿ ಶಿವಾನಂದ

ನಾಮ ಮಹಿಮೆ: ತತ್ತ್ವ ಮತ್ತು ಆಚರಣೆ

ಎಚ್.ಎಂ. ನಾಗರಾಜರಾವ್



ಭಾರತೀಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಂಪರೆಯಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನ ನಾಮಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ಮಹತ್ವ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ವಿವಿಧ ತತ್ತ್ವ, ದರ್ಶನ, ಪಂಥಗಳಲ್ಲಿ ನಾಮಮಹಿಮೆಯನ್ನು ಕೊಂಡಾಡಲಾಗಿದೆ. ಇದರ ಹಿಂದಿರುವ ತತ್ತ್ವ ಮತ್ತು ಆಚರಣೆಯ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ವಿದ್ವತ್ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬರೆದಿರುವ ಲೇಖಕರು ಕನ್ನಡದ ಹಿರಿಯ ವಿದ್ವಾಂಸರು ಹಾಗೂ ಮೈಸೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಕುವೆಂಪು ಕನ್ನಡ ಅಧ್ಯಯನ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಶಾಸನ ತಜ್ಞರಾಗಿದ್ದು ನಿವೃತ್ತರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಭಾಗವತ ತಿಳಿಸುವ ನವವಿಧ ಭಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಮರಣೆ ಒಂದು^೧. ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ನಾಮಸ್ಮರಣೆಯನ್ನು ಸುಲಭ ಮತ್ತು ಮೋಕ್ಷದಾಯಕ ಎಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. 'ಅಮಂತ್ರಮಕ್ಷರಂ ನಾಸ್ತಿ' - ಮಂತ್ರವಲ್ಲದ ಅಕ್ಷರವೇ ಇಲ್ಲವೆಂಬುದು ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರ ದೃಢನಂಬಿಕೆಯಾಗಿತ್ತು. ಎಲ್ಲ ಅಕ್ಷರಗಳೂ ದೈವಸ್ವರೂಪವೇ.

ನಾಮ ಎನ್ನುವುದು ಕೇವಲ ಪದವಲ್ಲ. ಅದು ಸೂಸುವುದು ಬಾಗುವಿಕೆಯ ಭಾವವನ್ನು (ಇಮು ಪ್ರಹೃತ್ಯೇ ಶಬ್ದೇ ಚ). ಬಾಗುವುದು (ನಮತಿ) ಹಾಗೂ ಭಗವಂತನಡೆಗೆ ನಮ್ನನ್ನು ಬಾಗಿಸಿ (ನಾಮಯತಿ) ಕರೆದೊಯ್ಯುವುದು ನಾಮಜಪದ ಹಿರಿಮೆ. ಇದ ಕ್ಕೊಂದು ಕಥೆ ಇದೆ: ಲಂಕೆಗೆ ಸೇತುವೆ ನಿರ್ಮಾಣದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಪಿಗಳೆಲ್ಲ 'ರಾಮ' ಎಂದು ಬರೆದಿದ್ದ ಕಲ್ಲುಬಂಡೆಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತು ಸಮುದ್ರಕ್ಕೆ ಎಸೆದಾಗ ಅವು ತೇಲುತ್ತಿದ್ದವಂತೆ! ಶ್ರೀರಾಮಚಂದ್ರನಿಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. ತಾನೂ ಪುಟ್ಟ ಕಲ್ಲುಗುಂಡನ್ನು ಆಯ್ದು 'ರಾಮ' ಎಂದು ಬರೆದು ಸಮುದ್ರಕ್ಕೆ ಹಾಕಿದಾಗ ಅದು ಮುಳುಗಿ ಹೋಯಿತಂತೆ! ಹನುಮಂತನನ್ನು ರಾಮ ಕಾರಣ ಕೇಳಿದಾಗ ಆ ರಾಮದಾಸ ಹೇಳಿದ್ದು: "ನಿನ್ನ ನಾಮ ಬರೆದಾಗ ಕಲ್ಲುಗುಂಡಿಗೂ ಧನ್ಯತೆಯ ಭಾವ ಮೂಡಿ, ಸೇತುವೆಯ ನಿರ್ಮಾಣದಲ್ಲಿ ತಾನೂ ಭಾಗಿ ಎಂದು ಸಂತೋಷದಿಂದ ತೇಲುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ ನೀನೇ ಕಲ್ಲುಗುಂಡನ್ನು ಸಮುದ್ರಕ್ಕೆ ಹಾಕಿದಾಗ ಅದು 'ಅಯ್ಯೋ

ಶ್ರೀರಾಮಚಂದ್ರ ನನ್ನ ಕೈಬಿಟ್ಟಿಲ್ಲ' ಎಂಬ ದುಃಖದ ಭಾರದಿಂದ ಮುಳುಗಿಹೋಯಿತು!" ಈ ಕಥೆ ನಾಮಮಹಿಮೆಯನ್ನು ಸಶಕ್ತವಾಗಿ ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ.

ಭಗವನ್ನಾಮವನ್ನು ಪುನರುಚ್ಚರಿಸುವುದು ಜಪ. ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಬಹಿರಂಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಜಪಕ್ರಿಯೆ ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಬಾರದು. ಜಪದಲ್ಲಿ ಶ್ರದ್ಧಾನ್ವಿತ ಭಕ್ತಿ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಬೆರೆತಿರಬೇಕು. ಉಸಿರಾಟದಂತೆ ನಾಮಜಪ ಸಹಜವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರಬೇಕು. ಎಂದರೆ ಭಗವಂತನ ಸ್ಮರಣೆಯು ಸತತ ಧಾರೆಯಂತೆ ದೇಹಮನಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವಹಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು; ಹೃದಯ ಬಡಿತದಂತೆ ಮಿಡಿಯುತ್ತಿರಬೇಕು. ಗೋಂದಾವಲೀ ಮಹಾರಾಜರ ಕಾಯದ ಕಣಕಣವೂ ರಾಮನಾಮ ವನ್ನು ಸ್ಪಂದಿಸುತ್ತಿತ್ತಂತೆ. ವಾಗ್ಗೇಯಕಾರ ತ್ಯಾಗರಾಜರು, ಸಮರ್ಥ ರಾಮದಾಸರೂ ಹಾಗಿದ್ದರು. ಮೀರಾಳ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ನೆಲೆಸಿದುದೂ ಅಂತೆಯೇ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾಮಜಪದ ಹಿಂದೆ ಒಂದು ಉದ್ದೇಶವಿದ್ದಿರ ಬಹುದು. ಅದು ಭೌತಿಕ ಸಂಪತ್ತಾಗಿರಬಹುದು, ಆಸೆಯ ಈಡೇ ರಿಕೆಯ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಾಗಿದ್ದಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕ ಶಾಂತಿಯ ಕೋರಿಕೆ ಆಗಿದ್ದಿರಬಹುದು. ನಾಮಜಪ ದೈವಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದ ಅನು ಸಂಧಾನದ ಮಾರ್ಗ ಕೂಡ. ಆದರೆ ಮೊದಲ ಹಂತದಲ್ಲಿ ನಾಮಜಪ ಮಾಡಬೇಕಾದುದು ಮನದ ನಿರ್ಮಲೀಕರಣಕ್ಕಾಗಿ. ಧ್ಯಾನದ ಪೂರ್ವ ರಂಗ ನಾಮಜಪ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಾಧನೆಗೆ ಅದೊಂದು ಪ್ರವೇಶ ಪರೀಕ್ಷೆ.

^೧ ಶ್ರವಣಂ ಕೀರ್ತನಂ ವಿಷ್ಣೋಃ ಸ್ಮರಣಂ ಪಾದಸೇವನಂ |

ಅರ್ಚನಂ ವಂದನಂ ದಾಸ್ಯಂ ಸಖ್ಯಮಾತ್ಮನಿವೇದನಮ್ ||

ನಾಮಜಪ ಮಾಡಲು ವಿಧಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ದೀಕ್ಷೆ ಪಡೆಯುವ ಕ್ರಮ ಕೂಡ ಉಂಟು. ದಿವ್ಯಭಾವವನ್ನು ನೀಡಿ ವೈಷಮ್ಯಗಳನ್ನು ಕ್ಷೀಣಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು ದೀಕ್ಷೆ.^೧ ವ್ರತದಂತೆ ಮಾಡುವ ನಾಮ ಸ್ಮರಣೆ ಜಪಯಜ್ಞವೆನ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಯಜ್ಞವೆಂದರೆ ಹೋಮಹವನಗಳೇ ಆಗಬೇಕಿಲ್ಲ, ಹವ್ಯವಾಹನನ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪನೆಯಾಗಬೇಕಿಲ್ಲ, ಋತ್ವಿಜರ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಅಲ್ಲಲ್ಲ. ವೇದಮಂತ್ರಗಳ ಪಠಣ ಅವಶ್ಯವಲ್ಲ, ಸಾತ್ವಿಕಭಾವದಿಂದಮಾಡುವಕೆಲಸವೆಲ್ಲವೂ ದೈವಾರಾಧನೆಯೇ.

ನಾಮಜಪಕ್ಕೂ ಭಕ್ತಿಗೂ ಅನ್ಯೋನ್ಯ ಸಂಬಂಧವಿದೆ. ಭಕ್ತಿ^೨ ಪರಮಪ್ರೀತಿಯ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ, ಪರೀಕ್ಷಿಸುವ ಸಾಧನವಲ್ಲ, ಅಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಗೆ ಪ್ರಾಶಸ್ತ್ಯ. ನಂಬಿಕೆ ಎಂದೂ ಪ್ರದರ್ಶನದ ವಸ್ತುವಲ್ಲ, ಲೋಕ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವುದು, ಜೀವ ಕ್ಷಣಿಕವಾದುದು, ಜೀವನ ನಶ್ವರವಾದುದು. ಲೋಕವ್ಯವಹಾರದಲ್ಲಿನ ಲಾಭ ನಷ್ಟಗಳ ಲೆಕ್ಕಾಚಾರದಲ್ಲಿಯೇ ನಿಮಗ್ನವಾಗಿ ಬಹಿರ್ಮುಖರಾಗಿರುವವರಿಗೆ ನಾಮಜಪ ನವಚೈತನ್ಯ ತಂದುಕೊಡಬಲ್ಲ ಶಕ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಧನ ಬೇಕಿಲ್ಲ, ಬೇಕಾದುದು ಮನ. ಬ್ರಹ್ಮಚೈತನ್ಯರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: “ನಾಮದ ಆನಂದದ ಅನುಭವ ಬಂದಿತೆಂದರೆ ಮನುಷ್ಯನು ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಮರೆಯುತ್ತಾನೆ ಹಾಗೂ ಜಗತ್ತನ್ನೂ ಮರೆಯುತ್ತಾನೆ. ಕೆಲವು ಸಮಯ ಆ ಅವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿರುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಅದರಿಂದ ಕೆಳಗೆ ಬಂದನೆಂದರೆ ಅವನ ದೃಷ್ಟಿಯು ಬೇರೆಯಾಗಿರುವಂತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಾಮವು ರಕ್ತಗತವಾಯಿತೆಂದರೆ ಅವನು ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ನಾಮದ ಮೋಜು ಹೇಗೆ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂದರೆ ನಾಮದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತಿರುವುಮುರುವು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.” (‘ಮ-ನಾ’ ವೆ ‘ನಾ-ಮ’ ಆಗಿರುತ್ತದೆ).^೩

ತಾನೆಂಬುದಿಲ್ಲ, ತನ್ನದೆಂಬುದಿಲ್ಲ, ಸರ್ವಸ್ವವೂ ಭಗವಂತನದು ಎಂಬ ಭಾವದಿಂದ ಆತನನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತ ಅನುಸಂಧಾನ ಮಾಡುವುದು ನಾಮಜಪದಗುರಿ ಮತ್ತು ದಾರಿಕೂಡ. ಭಕ್ತಿಭರಿತಮನೋಸಂಕಲ್ಪವೇ ನಾಮಜಪಕ್ಕೆ ತಳಹದಿ. ಅದು ಸಾತ್ವಿಕ ತಪಸ್ಸು ; ಮಾನಸಪೂಜೆ. ಅಂತರಂಗದ ಗುಡಿಯೊಳಗೆ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪಿತವಾದ ಸಚ್ಚಿದಾನಂದ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಆರಾಧಿಸುವ ರೀತಿ. ಅದರಿಂದ ಆತ್ಮಸ್ಥೈರ್ಯ ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ಭಗವದಂಶ ತನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಇರುವ ಅರಿವನ್ನು ಹೊಂದಿದ ಮೇಲೆ ಮನುಷ್ಯನ ಬದುಕಿನ ದಾರಿ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಕ್ಲುಪ್ತಕತೆಗೆ ಆಸ್ತದವಿಲ್ಲ, ಕ್ಲುಪ್ತತೆಗೆ ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ರಾಗದ್ವೇಷಗಳಿಗೆ ಸ್ಥಾನಮಾನವಿಲ್ಲ. ಸೋಹಂ ಎಂಬ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಮತ್ತು ದಾಸೋಹಂ ಎಂಬ ಭಕ್ತಿಗಳೆರಡೂ ಅಂತರ್ಗತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಲೋಕಪರಿವರ್ತನೆಗೆ ಮೊದಲು ಆಗಬೇಕಾದುದು ಸ್ವಪರಿವರ್ತನೆ.

ಜಪಯಜ್ಞ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದುದು. ಯಜ್ಞಾನಾಂ ಜಪಯಜ್ಞೋಽಸ್ಮಿ ಎಂಬುದು ಗೀತಾಚಾರ್ಯನ ಮಾತು. ಜಪ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಡೆವ ಕ್ರಿಯೆ. ಹೊರಗಿನ ಅವಲಂಬನೆ ಇರದು. ಎಲ್ಲ

ಧರ್ಮಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಜಪವೇ ಪರಮಧರ್ಮವೆಂದು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಣಿ ಹಿಂಸೆ ಇರದ ಯಜ್ಞ ಜಪ.^೪

ಜಪಯಜ್ಞದಲ್ಲಿ ಮೂರು ವಿಧಾನಗಳಿವೆ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಅಕ್ಷರಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಮತ್ತು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಉದಾತ್ತ, ಅನುದಾತ್ತ ಹಾಗೂ ಸ್ವರಿತ ಸಹಿತಾಗಿ ಹೇಳುವ ಮಂತ್ರ, ಜಪಯಜ್ಞ.^೫ ಇದು ಒಂದನೆಯ ‘ವಾಚಿಕ’ ವಿಧಾನ.

ತುಟಿಚಲನೆ ಇದ್ದು ಮೆಲುವಾಗಿ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎರಡನೆಯ ವಿಧಾನ. ಈ ಜಪಯಜ್ಞಕ್ಕೆ ‘ಉಪಾಂಶು’ ಎಂದು ಹೆಸರು.^೬

ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಭಗವನ್ನಾಮವನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತ ಮಂತ್ರಾರ್ಥ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುವುದು ಮೂರನೆಯ ವಿಧಾನ. ಇದಕ್ಕೆ ‘ಮಾನಸಿಕ’ ಜಪಯಜ್ಞ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.^೭

ಈ ಮೂರು ಬಗೆಯ ಜಪಯಜ್ಞಗಳೂ ಅನುಸರಣೀಯವೇ. ಚಿತ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ನಿರೋಧಿಸಲು ಅವಶ್ಯಕವೇ. ಇವು ಮೂರು ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಧಾರಣೆಗೆ ಬೇಕಾಗುವಂಥವು. ಆದರೆ ವಾಚಿಕ ಮತ್ತು ಉಪಾಂಶು ಜಪಯಜ್ಞಗಳಿಗೆ ಕ್ರಮಬದ್ಧ ಶಿಕ್ಷಣ ಬೇಕು. ಮಂತ್ರಗಳು ಕಂಠಸ್ಥವಾಗಿರಬೇಕು. ಮಂತ್ರಾರ್ಥ ಹೃದ್ಗತವಾಗಿರಬೇಕು. ಮಾನಸಿಕ ಜಪಯಜ್ಞವೇ ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠ ಎಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಜಪ ಅವ್ಯಕ್ತ ಶಬ್ದ (ಜಪ ಅವ್ಯಕ್ತಶಬ್ದೇ); ಅದನ್ನು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿಯೇ ಉಚ್ಚರಿಸಬೇಕಂತೆ. ವಿಧಿಪೂರ್ವಕವಾದ ಬಾಹ್ಯಯಜ್ಞಕ್ಕಿಂತ ವಾಚಿಕ ಜಪಯಜ್ಞವು ಹತ್ತು ಪಟ್ಟು ಶ್ರೇಷ್ಠ ; ಉಪಾಂಶು ಜಪಯಜ್ಞ ನೂರುಪಟ್ಟು ಶ್ರೇಷ್ಠ. ಆದರೆ ಮಾನಸಿಕ ಜಪಯಜ್ಞವು ಸಾವಿರಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಗುಣವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.^೮ ಇದು ಮನೋಪಾರಾಯಣ.

ಭಗವದನುಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಇರುವ ದಶಮಾರ್ಗಗಳೆಂದರೆ ಮೌನ, ವ್ರತ, ಶ್ರುತ, ತಪ, ಅಧ್ಯಯನ, ಸ್ವಧರ್ಮ, ವ್ಯಾಖ್ಯಾ, ರಹ, ಜಪ, ಸಮಾಧಿ. ಎಲ್ಲವೂ ಚಿತ್ತಚಾಂಚಲ್ಯವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಅವಶ್ಯವಾದ ಪರಿಕರಗಳೇ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಜಪ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಾಧಕನಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸರಳ ಹಾಗೂ ಸುಲಭ. ಏಕಾಕ್ಷರದಿಂದ ಅನಂತಾಕ್ಷರಗಳವರೆಗೆ ಭಗವನ್ನಾಮವನ್ನು ಜಪ ಮಾಡಬಹುದು. ಅಷ್ಟೋತ್ತರಶತನಾಮ, ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳು ನಾಮಜಪದ ವಿಸ್ತರರೂಪಗಳು. ಭಾರತೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ ಮೂರು ಪಾರಿಭಾಷಿಕ ಶಬ್ದಗಳಿವೆ: ಶ್ರವಣ, ಮನನ ಹಾಗೂ ನಿಧಿಧ್ಯಾನ. ನಾವಾಡುವ ಶಬ್ದಗಳಿಗೆ ಯುಕ್ತ ಅರ್ಥಶಕ್ತಿ ಪ್ರಾಪ್ತವಾಗುವುದು ಈ ಮೂರರಿಂದಲೇ.

^೧ ಜಪಸ್ತು ಸರ್ವಧರ್ಮೇಭ್ಯಃ ಪರಮೋ ಧರ್ಮಉಚ್ಚತೇ |
ಅಹಿಂಸಯಾ ಚ ಭೂತಾನಾಂ ಜಪಯಜ್ಞಃ ಪ್ರವರ್ತತೇ ||

^೨ ಯದುಚ್ಛನೀಚೋಚ್ಚರೀತೈಃ ಶಬ್ದೈಃ ಸ್ಪಷ್ಟಪದಾಕ್ಷರೈಃ |
ಮಂತ್ರಮುಚ್ಚಾರಯನ್ ವಾಚಾ ಜಪಯಜ್ಞಃ ಸವಾಚಿಕಃ ||

^೩ ಶನ್ಯರುಚ್ಚಾರಯನ್ ಮಂತ್ರಂ ಕಿಂಚಿದೋಪೈ ಪ್ರಚಾಲಯೇತ್ |
ಕಿಂಚಿತ್ ಶ್ರವಣಯೋಗ್ಯಸ್ತು ಸ ಉಪಾಂಶು ಜಪಃ ಸ್ವತಃ ||

^೪ ಧಿಯಂ ಪದಾಕ್ಷರ ಶ್ರೇಣ್ಯಾ ಅವರ್ನಮಪದಾಕ್ಷರಮ್ |
ಮಂತ್ರಾರ್ಥ ಚಿಂತನಯಾಂ ತು ತದುಕ್ತಂ ಮಾನಸಂಸ್ತುತಮ್ ||

^೫ ವಿಧಿಯಜ್ಞಾತ್ ಜಪಯಜ್ಞೋ ವಿಶಷ್ಟೋ ದಶಭಿರ್ಗುಣೈಃ |
ಉಪಾಂಶುಃ ಸ್ಯಾಚ್ಚಿತಗುಣಃ ಸಾಹಸ್ರೋ ಮಾನಸಃ ಸ್ವತಃ ||

^೧ ದದಾತಿ ದಿವ್ಯಭಾವಂ ಕ್ಷೀಣಯಾತ್ ದುರಿತಾಣಿ ಇತಿ ದೀಕ್ಷಾ

^೨ ಪ್ರೇಮಪೂರ್ವಕಮನುಷ್ಯಾನಂ ಭಕ್ತಿರಿತ್ಯಭಿಧೀಯತೇ

^೩ ಶ್ರೀ ಬ್ರಹ್ಮಚೈತನ್ಯ ಗೋಂದಾವಲೇಕರ ಮಹಾರಾಜರ ಚರಿತ್ರೆ ಹಾಗೂ ವಾಙ್ಮಯ; ಚೈತನ್ಯ ಪ್ರಕಾಶನ, ಹೆಬ್ಬಳ್ಳಿ, ೨೦೦೦; ಪು ೩೫೯