

ರೂಪವಿಲ್ಲದ ಭಗವಂತನಿಗೆ ರೂಪ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಾನುಕೂಲಕ್ಕಾಗಿ.^{೧೦} ಹಾಗೆಯೇ ಹೆಸರಿಲ್ಲದವನಿಗೆ ಹೆಸರು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೂ ನಾಮಜಪಕ್ಕಾಗಿ. ವಾಸನಾಕ್ಷಯವೇ ನಾಮಜಪದ ಉದ್ದೇಶ. “ಭಗವಂತನ ಸ್ಮರಣೆಯಲ್ಲಿ ಅಭಿಮಾನದ ಮರಣವಿರುತ್ತದೆ”; “ಕತ್ತಲೆಯ ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಕೋಲಿನ ಆಧಾರವಿರುವಂತೆ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ನಾಮದ ಆಧಾರವಿರುತ್ತದೆ, ಹಾಗೆಯೇ ವೇದಾಂತಿಗಳು ಯಾವುದನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮವೆಂದು ಅನ್ನುತ್ತಾರೋ ಅದನ್ನೇ ಭಕ್ತರು ನಾಮವೆಂದು ಅನ್ನುತ್ತಾರೆ.”- ಇವು ಬ್ರಹ್ಮಚೈತನ್ಯ ಮಹಾರಾಜರ ವಾಣಿ.

ನಾಮ ಮಹಿಮೆಗೂ ಸಿರಿತನ ಬಡತನಗಳಿಗೂ ಸಂಬಂಧವೇ ಇಲ್ಲ. ಜಿಪುಣ ಶ್ರೀನಿವಾಸನಾಯಕ ಪುರಂದರದಾಸರಾದುದು ಪತ್ನಿಯ ದೈವಭಕ್ತಿಯಿಂದ. ಬಾಯಲ್ಲಿ ಬೆಣಚುಕಲ್ಲನ್ನು ಇರಿಸಿಕೊಂಡು ಅದು ಕರಗುವವರೆಗೂ ‘ನಾರೇಯಣ’ ಎಂದೇ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ ಕೈವಾರದ ತಾತಯ್ಯನವರಿಗೆ ಭಗವಂತನ ದರ್ಶನವಾದುದು ನಾಮಜಪದಿಂದ. ಬ್ರಹ್ಮಚೈತನ್ಯರ ಪಾಲಿಗೆ ‘ಶ್ರೀರಾಮ ಜಯ ರಾಮ ಜಯ ಜಯ ರಾಮ’ ಎಂಬುದು ಹದಿಮೂರು ಅಕ್ಷರದ ಮಹಾಮಂತ್ರವಾಯಿತು. ದಾಸರಿಗೆ ರಾಮನೋ ವಿಠಲನೋ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರಾದರು; ಭಗವಂತನ ಸ್ಮರಣೆ ಕೀರ್ತನೆಗಳೇ ಅವರ ಪಥವಾಯಿತು. ಉತ್ತರಭಾರತದಲ್ಲಿ ನಮಸ್ಕಾರ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ ರಾಮ್ ರಾಮ್ ಎನ್ನುವ ರೂಢಿ ಇರುವುದು ಗಮನಾರ್ಹ. ಅಂತ್ಯಸಂಸ್ಕಾರದಲ್ಲಿ ‘ರಾಮ ನಾಮಹೀ ಸತ್ಯ ಹೈ’ ಎಂದು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಹೇಳುವ ಪದ್ಧತಿ ಚಾಲ್ತಿ

^{೧೦} ರೂಪಂ ರೂಪವಿವರ್ಜಿತಸ್ಯ ಭವತೋ ಧ್ಯಾನೇನ ಯತ್ಕಲ್ಪಿತಮ್ |

ಯಲ್ಲಿದೆ. ರಾಮ ಗಾಂಧೀಜಿಯ ಮಂತ್ರವೂ ಹೌದು. “ಕಹೋ ರಾಮ್ ಕರೋ ಕಾಮ್” ಎಂದು ಹೇಳುವ ಅವರು ಭಕ್ತಿಯೋಗವನ್ನೂ ಕಾಯಕತ್ರದೈಯ ಕರ್ಮಯೋಗವನ್ನೂ ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ಬೌದ್ಧರಲ್ಲಿ ತಿರುಗಿಸುವ ಜಪಯಂತ್ರಗಳಿವೆ (ಮಾನೆ).

ನಾಮಜಪವನ್ನು ವೃಷ್ಟಿಯಾಗಿ ಹಾಗೂ ಸಮಷ್ಟಿಯಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು. ನಾಮಜಪ ಧ್ಯಾನದ ಪೂರ್ವಸಿದ್ಧತೆ. ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸಮಾನವಾದ ತೀರ್ಥ ಇಲ್ಲ, ತಪವಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಯಜ್ಞವಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅವಶ್ಯವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು.^{೧೧} ಶ್ರೀ ಶಂಕರರ ಈ ಸ್ತೋತ್ರ ಸರ್ವಕಾಲಕ್ಕೂ ಆದರ್ಶವಾಗಿದೆ:

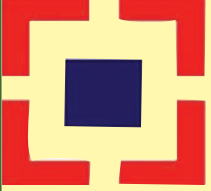
ಆತ್ಮಾ ತ್ವಂ ಗಿರಿಜಾಮತಿಃ ಸಹಚರಾಃ ಪ್ರಾಣಾಃ ಶರೀರಂ ಗೃಹಂ
ಪೂಜಾ ತೇ ವಿಷಯೋಪಭೋಗ ರಚನಾ ನಿದ್ರಾ ಸಮಾಧಿಸ್ಥಿತಿಃ ||
ಸಂಚಾರಃ ಪದಯೋಃ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣ ವಿಧಿಃ ಸ್ತೋತ್ರಾಣಿ ಸರ್ವಾಗ್ರಿಹೋ
ಯದ್ಯತ್ಕರ್ಮ ಕರೋಮಿ ತತ್ತದಖಿಲಂ ಶಂಭೋ ತವಾರಾಧನಮ್ ||

‘ಎಲೈ ಶಂಭೋ, ನೀನು ನನ್ನ ಆತ್ಮ ಪಾರ್ವತಿಯೇ ಬುದ್ಧಿ ಪಂಚಪ್ರಾಣಗಳೇ ಸಹಚರರು, ಶರೀರವೇ ನಿನ್ನ ಮನೆ. ವಿಷಯಗಳ ಉಪಭೋಗ ನಿನ್ನ ಪೂಜೆ. ನಿದ್ರೆಯೇ ಸಮಾಧಿ. ನಡೆಯುವುದೆಲ್ಲ ನಿನಗೆ ಹಾಕುವ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣೆ. ಆಡುವ ನುಡಿಗಳೆಲ್ಲ ನಿನ್ನ ಸ್ತೋತ್ರ. ನಾನು ಮಾಡುವ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಗಳೂ ನಿನ್ನ ಆರಾಧನೆಯೇ ಆಗಿದೆ.’

ಇದೇ ನಮಗೆ ಆಗಬೇಕಾದ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ.



^{೧೧} ನಾಸ್ತಿ ಧ್ಯಾನ ಸಮಂ ತೀರ್ಥಂ ನಾಸ್ತಿ ಧ್ಯಾನ ಸಮಂ ತಪಃ |
ನಾಸ್ತಿ ಧ್ಯಾನ ಸಮೋ ಯಜ್ಞಸ್ತಸ್ಮಾತ್ ಧ್ಯಾನಂ ಸಮಾಚರೇತ್ |



HDFC BANK

with best compliments from

Housing Development Finance Corp. Ltd.,

Mistry Bhuvan, Ground Floor,
Backbay Reclamtion
Churchgate, MUMBAI - 400020



ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ

ಚಿ.ವಿ. ಶ್ರೀನಾಥಶಾಸ್ತ್ರಿ



ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಲು ಅತ್ಯಂತ ಸರಳ ಹಾಗೂ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ವಿಧಾನವೇ ಭಗವಂತನ ಹಲವು ನಾಮಗಳ ಸಂಕೀರ್ತನೆ, ಪಾರಾಯಣ ಮಾಡುವುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ರಚಿತವಾದ ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳ ಒಂದು ದೀರ್ಘ ಪರಂಪರೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿದೆ; ಅಂತೆಯೇ ಸಹಸ್ರನಾಮ ಪಾರಾಯಣದ ವಿಧಿಯೂ ರೂಢಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ ಬರೆದಿರುವ ಲೇಖಕರು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಎನ್.ಎ.ಎಲ್. ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಾಗಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಿ ನಿವೃತ್ತರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ನಾಡು, ನುಡಿ, ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶೇಷ ಕಾಳಜಿ ಹೊಂದಿರುವ ಅವರು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಲೇಖನಗಳನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ.

ಭಾರತ ದೇಶದಲ್ಲಿರುವ ಜನರು ಅನೇಕ ವಿಧವಾದ ಆಚಾರ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಬಹುಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಹಿಂದೂ ಧರ್ಮದ ವಿವಿಧ ಜಾತಿಮತಗಳಲ್ಲಿರುವ ಸಮಷ್ಟಿ ಪ್ರಜ್ಞೆ, ಭ್ರಾತೃತ್ವ ಭಾವನೆ, ಸಹೃದಯತೆ, ಉತ್ತಮ ಜೀವನದ ಅಂಶಗಳು ಮುಂತಾದವನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಮನದಟ್ಟು ಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಜೀವನದ ನಿಜವಾದ ಉದ್ದೇಶವೆಂದರೆ ಒಳ್ಳೆಯ ವಿಚಾರಗಳತ್ತಲೇ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವುದು ಮತ್ತು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿನ ಎಲ್ಲರೊಡನೆ ಸಾಮೂಹಿಕ ಜೀವನ ನಡೆಸಿಕೊಂಡಿರಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಕ್ರಿಯಾವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು. ಹೊರನೋಟಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿ ಕಂಡರೂ ಇವುಗಳ ಅಂತಿಮಗುರಿ ಮಾನವರನ್ನು ಆತ್ಮಜ್ಞಾನದ ಉನ್ನತಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುವುದೇ ಆಗಿದೆ. ಜನತೆಯು ಇಂತಹ ಉತ್ತಮ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಅವುಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ಹಿಂದೂ

ಯೋಗಿವರ್ಯರು, ಪಂಡಿತರು, ವಿದ್ಯಾಪಾರಂಗತರು ಮುಂತಾದ ಸದ್ವಿಚಾರ ಸಂಪನ್ನರ ಉನ್ನತ ಚಿಂತನೆಗಳ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿರುವ ಮಂತ್ರ, ಉಪನಿಷತ್ತು, ಸ್ತೋತ್ರ, ರಾಮಾಯಣ, ಮಹಾಭಾರತ, ಭಾಗವತ, ಭಗವದ್ಗೀತೆ, ಪುರಾಣಗಳು, ಪುಣ್ಯಕಥೆಗಳು ಮುಂತಾದವು ಅನನ್ಯ ಸಾಧನಗಳಾಗಿವೆ.

ಸಹಸ್ರನಾಮ : ಹಿಂದೂಗಳು ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ವಿವಿಧ ರೂಪಗಳಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ದೇವರುಗಳನ್ನಾಗಿ ಕಂಡು ಅವುಗಳನ್ನು ಪೂಜಿಸುವುದು, ಅವುಗಳನ್ನು ಕುರಿತ ಸ್ತೋತ್ರಗಳನ್ನು ಭಜಿಸುವುದು ಮುಂತಾಗಿ ಅನೇಕ ಭಕ್ತಿಯುತ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವರು ದಿನನಿತ್ಯವೂ ದೈವಾಚರಣೆಯ ಭೌತಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದೇ ಇರಬಹುದು. ಆದರೆ ವಿವಿಧ ದೇವರುಗಳನ್ನು ಕುರಿತ ಸಹಸ್ರನಾಮಸ್ತೋತ್ರಗಳನ್ನು ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸಾಮೂಹಿಕವಾಗಿ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳು ಬಹು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ವಿಷ್ಣು, ಶಿವ, ಲಕ್ಷ್ಮೀನೃಸಿಂಹ, ಗಣಪತಿ, ರಾಮ, ಲಕ್ಷ್ಮೀ, ಲಲಿತಾ ಮುಂತಾದ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಸ್ತುತಿಸುವ ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳು ಬಹುಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿವೆ.

ಈ ಯಾವುದೇ ಸಹಸ್ರನಾಮದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ನಾಮವೂ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೂಪದ ಭಗವಂತನ ಮಹತ್ವದ ಗುಣಗಳನ್ನು ತೆರೆದು ತೋರುತ್ತದೆ. ಮನುಷ್ಯನ ಸುಖಮಯ, ಸದಾಚಾರ ಹಾಗೂ ಸುಸಂಸ್ಕೃತ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಕಾಟ ಕೊಡುವ ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ, ಲೋಭ, ಮೋಹ, ಮದ, ಮಾತ್ಸರ್ಯಗಳಲ್ಲೇ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿರುವ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವ ದೇವ, ಗಂಧರ್ವ, ಮಾನುಷ ರೂಪಗಳನ್ನು ಚಿತ್ರೀಕರಿಸಿ, ಅವುಗಳನ್ನು (ಅಂದರೆ ಇಂತಹ ನಿಜಜೀವನ ವಿರೋಧಿ ಗುಣ ಸ್ವಭಾವದ ಜೀವಿಗಳನ್ನು) ನಾಶಪಡಿಸುವ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವ ದೇವರ ನಾಮಗಳನ್ನು ಸೃಜಿಸಿ ಈ ಸ್ತೋತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ದಾಖಲಿಸಲಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಅಧರ್ಮದ ಕಳಂಕವಿಲ್ಲದ ಧರ್ಮದ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾ ಸದಾಚಾರ ಹಾಗೂ ಸುಸಂಸ್ಕೃತ ಬೆಳೆವಣಿಗೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಮನಃಶುದ್ಧಿಕರವಾದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ತೋರುವ ಭಗವಂತನ ಮಹೋನ್ನತ ರೂಪಗಳನ್ನೂ ಈ ನಾಮಗಳು ನಮ್ಮದುರಿಗೆ ತೆರೆದಿಡುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳೊಡನೆ ಭಗವಂತನ ಮಹಿಮೆಗಳು, ಗುಣಗಳು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುವ ಪದಗಳು, ಪದಗುಚ್ಛಗಳು

ಈ ನಾಮಗಳೊಡನೆ ಸಂಕಲಿತಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಚಿಂತಕರು ಹೀಗೆ ಸೃಜಿಸಿರುವ ದೇವರ ಇಂತಹ ಅನೇಕ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ನಾಮರೂಪಗಳಲ್ಲಿ ನಿರತಿಶಯ ಶಕ್ತಿ, ಅಪಾರ ಮಹಿಮೆಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಶೃಂಗಾರ, ರೌದ್ರ, ವೀರ, ಕರುಣ ಮುಂತಾದ ರಸಗಳಿವೆ. ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳಲ್ಲಿನ ನಾಮಗಳು, ದೇವರುಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವ ಪದಗಳು ಹಾಗೂ ಪದಗುಚ್ಛಗಳು ಪ್ರಾಸಬದ್ಧವಾಗಿದ್ದು ಭಾವ, ಭಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಕೂಡಿವೆ. ಮಾನವನ ಲೌಕಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಬೆಳೆದುಬರಬಹುದಾದ ದುಷ್ಟ ಕಾಮನೆಗಳನ್ನು ಅವು ಎಷ್ಟೇ ಅಲ್ಪ ಅಥವಾ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿದ್ದರೂ ಅವನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ದೂರಗೊಳಿಸುತ್ತಾ ಇರುವುದಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಮಾನಸಿಕ ಸಮತೋಲನ, ಧನಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಗಳು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಈ ಸಹಸ್ರನಾಮ ಸ್ತೋತ್ರಗಳು ಮಾನವನ ಮನದಲ್ಲಿ ಸೃಜಿಸಿ ಬೆಳೆಸುತ್ತವೆ.

ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸದಾಕಾಲವೂ ಸದ್ವಿಚಾರಗಳೇ ಇರಬೇಕು, ನಾವು ಸತ್ತಂಕಲ್ಪಗಳನ್ನೇ ಮಾಡಬೇಕು. ಮನಸ್ಸಿನ ಆಸೆಗೆ ಮಿತಿಯೇ ಇಲ್ಲ. ಸಂತೃಪ್ತಿಯೂ ಇಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟು ಕೊಂಡಿರಲು ಪರಮಾತ್ಮನ ಸ್ಮರಣೆ ಬಹುಮುಖ್ಯ. ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಿಂದ ಮನೋನಿಗ್ರಹವಾಗುತ್ತದೆ. ಮಾನವ ತನ್ನ ಮಾತು, ಮನಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಶುದ್ಧವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರಬೇಕು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಮೊದಲು ದೇವರನ್ನು ಪೂಜಿಸಬೇಕು. ದೇವರನ್ನು ಪೂಜಿಸಬೇಕಾದರೆ ಆತನನ್ನು ಸಾಕಾರ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನೋಡಬೇಕು. ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ದೇವರ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ರೂಪಗಳನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪರಮಾತ್ಮನು ದೋಷವಿಲ್ಲದ ಅವಯವಗಳಿರುವ ಮಂಗಳಕರವೂ ಹಾಗೂ ದಿವ್ಯವೂ ಆದ ಶರೀರ ವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು, ಲೋಕಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ ಮಾಡಿದ ಮಹಾನ್ ಸಾಧನೆಗಳ ಬಹಳಷ್ಟು ವಿವರಗಳು ಮತ್ತು ವರ್ಣನೆಗಳು ಈ ಸ್ತೋತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ಪರಮಾತ್ಮನು ದಶಾವತಾರಗಳನ್ನು ತಾಳಿ ವೀರ, ರೌದ್ರ, ಕರುಣ ಮುಂತಾಗಿ ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಆದ್ಭುತ ರಸಗಳ ಸಮುದ್ರದಂತೆ ಇರುತ್ತಾ ದುಷ್ಟಶಿಕ್ಷಕ, ಶಿಷ್ಯ ರಕ್ಷಕನಾಗಿ ನಡೆಸಿದ ಲೋಕಕಲ್ಯಾಣದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನೂ ಈ ಸ್ತೋತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ತೆರೆದಿಡಲಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳಿಗೂ ಅವರವರ ಕರ್ಮಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕದಾದ ಫಲಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾ ಪ್ರಕೃತಿಗೂ ಚೇತನಕ್ಕೂ ಒಡೆಯರಾಗಿರುವ, ಎಲ್ಲ ಕಡೆಯೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ, ಭೂತ, ವರ್ತಮಾನ ಹಾಗೂ ಭವಿಷ್ಯತ್ ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಇದ್ದು ಭಕ್ತೋದ್ಧಾರಕ ರಾಗಿ ಭಕ್ತರಿಗೆ ಸುಖವನ್ನು ಕೊಡುವ, ಭಕ್ತರನ್ನು ಕಾಪಾಡುವ, ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳ ಆತ್ಮವಾಗಿರುವ, ಭಗವಂತನ ವಿವಿಧ ರೂಪಗಳನ್ನು ಮನಮೋಹಕವಾಗಿ ಈ ಸ್ತೋತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಜೀವನದ ವಿವಿಧ ಆಯಾಮಗಳಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿರುವುದೇ ಮನುಷ್ಯಜೀವನದ ಸಹಜ ಕ್ರಿಯೆಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಇವು ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತವೆ. ಜೀವನದ ಇಂತಹ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಮಾನಸಿಕ ಮಜಲುಗಳನ್ನು ಸಜೀವರೂಪಗಳಾಗಿ ಪ್ರತಿನಿಧಿಸಿ, ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿರಬಹುದಾದ ಗುಣ, ದುರ್ಗುಣಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿ ಬಿಂಬಿಸುತ್ತಾ ದುರ್ಗುಣಗಳನ್ನು ಮನದಿಂದ, ತನ್ಮೂಲಕ ಜೀವನದಿಂದ

ದೂರೀಕರಿಸಬೇಕಾದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಈ ಸಹಸ್ರನಾಮಸ್ತೋತ್ರಗಳು ಮನಮುಟ್ಟುವಂತೆ ತಿಳಿಸಿಕೊಡುತ್ತವೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿಜವಾದ ಉನ್ನತಿಗೆ ಅಗತ್ಯವೂ ಪೂರಕವೂ ಆದ ಸಚ್ಚಾರಿತ್ರ್ಯ, ನಡವಳಿಕೆಗಳ ರೂಪವೈವಿಧ್ಯಗಳೂ ಸಹಸ್ರನಾಮ ಸ್ತೋತ್ರಗಳಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ತದೇಕಚಿತ್ತದಿಂದ, ಭಕ್ತಿಭಾವದಿಂದ ಭಜಿಸುವವರ ಮನಸ್ಸು ಆದರ್ಶ ಜೀವನದತ್ತ ಹೊರಳುತ್ತದೆ; ಅವರ ಜೀವನ ಸುಖಮಯ ವಾಗುತ್ತದೆ. ನಿತ್ಯಜೀವನದಲ್ಲಿನ ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾದ ಲೌಕಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದತ್ತಲೂ ಮನಸ್ಸು ಸಮಾಂತರವಾಗಿ ತೊಡಗಿಕೊಳ್ಳಲು ಇದು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಮಾನವರು ಸದ್ಗುಣ ಸಂಪನ್ನರಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ಈ ಸಹಸ್ರನಾಮಸ್ತೋತ್ರಗಳು ದಾರಿದೀಪವಾಗಿವೆ.

ಸಹಸ್ರನಾಮ ಸ್ತೋತ್ರಗಳನ್ನು ಪಠಿಸುವುದು ಹಾಗೂ ಕಾಲಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳಲ್ಲಿನ ನೈಜ ಅರ್ಥಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ತಂದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಧರ್ಮ, ಅರ್ಥ, ಕಾಮ, ಮೋಕ್ಷಗಳ ಸಾಧನೆಗೆ ಉಪಕಾರಿ. ಇದು ಮನುಷ್ಯರನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ಸಾಹತಾಲಿಗಳನ್ನಾಗಿಯೂ, ಆರೋಗ್ಯ ವಂತರನ್ನಾಗಿಯೂ ಮಾಡುತ್ತಾ ಅವರ ಬದುಕನ್ನು ಸಫಲಗೊಳಿಸುವುದು. ಉತ್ತಮ ಧ್ಯಾನ, ಭಜನೆಗಳಿಂದ ನಿಜ ಮಾನವನಾಗಿ ಕ್ರಮೇಣ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ದಾರಿಯಲ್ಲೂ ಮನಸ್ಸು ಚಲಿಸುತ್ತಾ ಶಾಂತಿ ನೆಮ್ಮದಿಗಳಿಂದ ಜೀವಿಸುವಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಗಾಗಿ ಅಗತ್ಯವಾದ ಅನುಷ್ಠಾನ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮತ್ತು ವ್ಯಾವಹಾರಿಕ ಕೆಲಸಗಳು ಇವುಗಳನ್ನು ಕಾಲ ಧರ್ಮಕ್ಕನುಸಾರವಾಗಿ ಜೋಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಮನುಷ್ಯನಲ್ಲಿ ಸದಾಚಾರ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳು ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ಬೇಸರ, ಜುಗುಪ್ಸೆ, ಆಲಸ್ಯ, ಸೋಮಾರಿತನ ಮುಂತಾದ ತಾಮಸಗುಣಗಳನ್ನು ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳು ದೂರೀಕರಿಸುತ್ತವೆ. ಕೇವಲ ಲೌಕಿಕ ಸುಖದತ್ತ ಮಾತ್ರ ಮನಸ್ಸು ಸೆಳೆಯಲ್ಪಟ್ಟರೆ ಅದು ಬದುಕಿನ ಒಳಿತಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಉದಾತ್ತ ತತ್ತ್ವ ನ್ಯಾಯ, ಧರ್ಮ, ನೀತಿ ಇವುಗಳ ಕುಸಿತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಧರ್ಮ ಬೇಕಾಗಿದ್ದು, ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ಹಸಿವು ಮೂಡಬೇಕು. ಲೌಕಿಕತೆ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಇವುಗಳ ನಡುವೆ ಭಾವ ಸಾಮರಸ್ಯದ ಸುಮಧುರ ಬಾಂಧವ್ಯ ಉಂಟಾಗಬೇಕು. ಇದನ್ನು ತಂದುಕೊಡುವುದೇ ಸಹಸ್ರನಾಮ ಸ್ತೋತ್ರಗಳ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ.

ಮಾನವತ್ವ ರಾಕ್ಷಸತ್ವ ಹಾಗೂ ದೇವತ್ವ ಗುಣಗಳು ಎಲ್ಲ ಮಾನವ ರಲ್ಲೂ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಅವುಗಳಲ್ಲಿನ ಯೋಗ್ಯ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗುವ ಮನೋವೃತ್ತಿಯೇ ನಿಜವಾದ ಮಾನವತೆ. ಆದರೆ ಅಪಥ್ಯ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ರೋಗವು ಉಂಟಾಗಿ ದೈಹಿಕ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಕೆಡುಕನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುವಂತೆ ಯೋಗ್ಯವಲ್ಲದ ಮನೋವೃತ್ತಿಗಳಿಂದ ಅನಾಗರಿಕತಾ ವ್ಯಾಧಿ ತಲೆದೋರಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಔಷಧಿಗಳಾದ ದಾನ ಮಾಡುವ, ದಯೆತೋರುವ, ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಡುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ತೊಡಗಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಜವಾದ ಮಾನವತ್ವ, ದೈವತ್ವಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡು ಬರಲು ಅಂದರೆ ಅನಾಗರಿಕತೆಯೆಂಬ ವ್ಯಾಧಿಯ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಈ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಬೇಕು. ರೋಗಪರಿಹಾರಕ್ಕೆ ಔಷಧಭಜ್ಜಾನ ಮಾತ್ರದಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವಿರದೆ, ಔಷಧ ಸೇವನೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಅಂತೆಯೇ ಪೂಜೆ, ಧ್ಯಾನ, ಜಪ ಇವುಗಳು ಜೀವ ಮತ್ತು ದೇವರ ನಡುವೆ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸುವ ಕ್ರಿಯೆಗಳು. ಇವುಗಳು ಏಕಾಗ್ರತೆ, ತನ್ಮಯತೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದರೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ದೊರಕುವ ಶಾಂತಿ, ಸಮಾಧಾನ ಮುಂತಾದವುಗಳು ಹೇಳಲಸದಳ. ಇವುಗಳ ಪರಿಣಾಮವು ಆತ್ಮಂತ ಮೌಲ್ಯಯುತವಾಗಿದ್ದು ಕೇವಲ ವೈಯಕ್ತಿಕವೇ ಅಲ್ಲದೆ ಸಮಾಜದ ಹಿತಕ್ಕೂ ಪೂರಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ; ತಾನೇ ಅಲ್ಲದೆ ಎಲ್ಲರೊಡನೆ ಸಾಮರಸ್ಯದಿಂದ ಸಂತೋಷವಾಗಿ, ಸುಖವಾಗಿ, ಆತ್ಮೀಯತೆಯಿಂದ ಬಾಳುವ ಮನಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಆತ್ಮೋನ್ನತಿಗೆ ಇಂತಹ ಮಾನಸಿಕ ಸಂಸ್ಕಾರವು ಆತ್ಮಂತ ಅಗತ್ಯವಾದುದು. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸುಲಭಸಾಧ್ಯವಾಗುವ ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳ ಪಠನ, ಮನನ, ಭಜನೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳ ಸಂದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಶ್ರದ್ಧೆಯನ್ನು ಇರಿಸಿಕೊಂಡು ಪಠನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ದುರಾಸೆ ಹಾಗೂ ದುರ್ಬುದ್ಧಿಗಳು ದೂರವಾಗುತ್ತವೆ. ಹೊಗೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಅಡಚಣೆಗಳಿಂದ ದೂರವಾದ ನಂತರ ಬೆಂಕಿಯು ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುವಂತೆ ಸ್ತೋತ್ರಗಳ ಪಠನದಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಸಹ ಬೆಳಗುವುದು. ಮನಸ್ಸು ತಪ್ಪುದಾರಿಗೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸಿನ ಗೊಂದಲಗಳು ನಿವಾರಣೆಯಾಗಿ ಚಿತ್ತಶುದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಬೇಸರ, ಆತಂಕ ಮುಂತಾದವುಗಳು ಕ್ಷಣಮಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಮಾಯವಾಗಿ ಮಂದಹಾಸ ಮೂಡುತ್ತದೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಗೆ ನಾಂದಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಪೂಜಾವಿಧಾನಗಳು, ಪೂಜಾ ಪದಾರ್ಥಗಳು, ಪರಿಕರಗಳು ಮುಂತಾದವುಗಳ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದೆ ಧ್ಯಾನಸ್ಥರಾಗಿ ಒಂದು ಕಡೆ ಕುಳಿತು ಸಹಸ್ರನಾಮ ಸ್ತೋತ್ರಗಳನ್ನು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಹೇಳುವ ಈ ಭಕ್ತಿಮಾರ್ಗವು ಕರ್ಮಯೋಗ, ಜ್ಞಾನಯೋಗಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಮಿಗಿಲಾದುದು. ಹೀಗೆ ಸ್ತ್ರೀ, ಪುರುಷ, ಜಾತಿ ಮುಂತಾದ ಭೇದಗಳಿಲ್ಲದೆ ಸಹಸ್ರನಾಮ ಸ್ತೋತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿಯುಕ್ತರಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವವರು ಸುಖಮಯ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾ ಮುಕ್ತಾತ್ಮರಾಗಲು ಅರ್ಹರಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳನ್ನು ದಶಸಹಸ್ರ, ಶತಸಹಸ್ರ, ಲಕ್ಷ, ದಶಲಕ್ಷ, ಕೋಟಿ ಮುಂತಾಗಿ ಬಹುಸಂಖ್ಯೆಯಷ್ಟು ಬಾರಿ ಸಾಮೂಹಿಕವಾಗಿ ಹೇಳುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಧಾರ್ಮಿಕ ಮಠ, ಮಂದಿರಗಳು, ಧಾರ್ಮಿಕ ಸೇವಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಆಸಕ್ತರು ಇವುಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪಡಿಸಿದ ಸಹಸ್ರನಾಮಸ್ತೋತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಲು ಆಸಕ್ತರಾದವರು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬಾರಿ ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವ ಪರಿಪಾಠ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಗುಂಪುಗೂಡುವ ಭಕ್ತಾದಿಗಳು ತಮ್ಮ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಸರದಿಯಲ್ಲಿ ಸೇರುವ ಏರ್ಪಾಡುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಹೀಗೆ ಸಹಸ್ರನಾಮವನ್ನು ತಮ್ಮ ಮನೆಗಳಲ್ಲೇ ಸಾಕಷ್ಟು ದಿನಗಳು, ಸಾಕಷ್ಟು ಬಾರಿ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಸೇರಿಸಿ ಒಂದು ದಿನ ಸಾಮೂಹಿಕ ಪೂಜಾ ಕೈಂಕರ್ಯಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ಪರಿಣಾಮವೆಂದರೆ ಭಕ್ತಾದಿಗಳ ನಡುವೆ ಆತ್ಮಂತ ಆತ್ಮೀಯ ಭಾವನೆಗಳು ಬೆಳೆದು ಉತ್ತಮ ಸಮಾಜಜೀವನಕ್ಕೆ ದಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮ ವಿದ್ಯೆ ಅಥವಾ ಬ್ರಹ್ಮವಿದ್ಯೆ ಎಲ್ಲಾ ವಿದ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಮೂಲವಾದದ್ದು. ಮಿಕ್ಕ ವಿದ್ಯೆಗಳೆಲ್ಲವೂ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ವಿಷಯಗಳಿಗಷ್ಟೇ ಸೀಮಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೆ ಗೋಚರವಾಗುವ ಬಾಹ್ಯ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತರ್ಕ ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳಿಂದ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಸದಾಚಾರಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಲ್ಲರ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ತಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬದುಕುವುದರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಸಮಾಜದ ಸರ್ವಾಂಗೀಣ ಪ್ರಗತಿ ಮತ್ತು ಏಳಿಗೆ ಆಗಬೇಕು ಎಂಬ ಮನೋಭಾವನೆಯೇ ಇಂತಹ ಆದರ್ಶ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಸದಾಚಾರವು ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಮೂಡಬೇಕು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಸಂಘಶಕ್ತಿ, ಸಹಕಾರಭಾವನೆಗಳು ಅಗತ್ಯ. ಸರ್ವವಿದ್ಯಾ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪನೆ ಆಗಿರುವ ದೇವರುಗಳನ್ನು ಕುರಿತ ಸಹಸ್ರನಾಮ ಸ್ತೋತ್ರಗಳನ್ನು ಸಾಮೂಹಿಕವಾಗಿ ಹೇಳುವಾಗ ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಭಾವ, ಭಾವನೆಗಳು ಬೆಸೆದುಕೊಂಡು ಶಾಂತಿ, ನೆಮ್ಮದಿಯ ಮಾನಸಿಕ ಹಾಗೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ, ಆತ್ಮಜ್ಞಾನದತ್ತ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅವು ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತವೆ. ಮಾನವನ ಶ್ರೇಯಸ್ಸಿಗೆ ಮತ್ತು ಸಮಾಜದ ಸುಭದ್ರತೆಗೆ ಇಂತಹ ಧರ್ಮ ಪರಿಪಾಲನೆ ಅಗತ್ಯವೆಂದು ಡಾ|| ಅಂಬೇಡ್ಕರ್ ಅವರೂ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ವಿವೇಕದ ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವವರು ಮಾತ್ರ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸದಾಕಾಲವೂ ಸದ್ವಿಚಾರಗಳೇ ಇರಬೇಕು, ನಾವು ಸತ್ಸಂಕಲ್ಪಗಳನ್ನೇ ಮಾಡಬೇಕು. ಮನಸ್ಸಿನ ಆಸೆಗೆ ಮಿತಿಯೂ ಇಲ್ಲ, ಸಂತ್ಯಜ್ಞೆಯೂ ಇಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸಿನ ಒಳಗಡೆ ವಿವಿಧ ಆಯಾಮಗಳು ಸಂದರ್ಭಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಅನಾವರಣಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ದಿನದಿಂದ ದಿನಕ್ಕೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಭಾವಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ಲೌಕಿಕ ಜೀವನದ ಆಸೆಗಳಿಗೆ ಪೂರ್ಣ ಶರಣಾ ದಾಗ ಬೇಕೇ ಬೇಕು ಎಂಬ ಬಯಕೆಗಳಿಗೆ ಕೊನೆಯೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಇವುಗಳಿಗೆ ಅನಂತ ಮುಖಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಲೌಕಿಕ ಆಸೆಗಳು ಇರಬೇಕು. ಆದರೆ ಪಾರಮಾರ್ಥಿಕ ಆಸೆ, ಲೌಕಿಕ ಆಸೆಗಳ ನಡುವೆ ಸರಿಯಾದ ತುಲನೆಮಾಡುವ ಮನೋವೃತ್ತಿ ಬೇಕು. ಸಹಸ್ರನಾಮಸ್ತೋತ್ರದಲ್ಲಿ ಸಾವಿರ ಮುಖಗಳು ಒಂದೇ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಅಡಗಿರುತ್ತವೆ. ಸಹಸ್ರನಾಮಸ್ತೋತ್ರದಲ್ಲಿನ ಪದಗುಚ್ಛಗಳ ಅಂತರಂಗದೊಳಗೆ ದೇವ, ದಾನವ ಭಾವಗಳ ವಿವಿಧ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಗಳಿದ್ದು ಇವುಗಳನ್ನು ಜಪಿಸುವುದರಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಹದವಾಗುತ್ತದೆ. ಇವುಗಳ ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಮಾನಸ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಹಾಲನ್ನು ಕುದಿಸಿ ಹದಮಾಡುವಂತೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಭಜನೆಯು ದೇವರಿಗಲ್ಲ, ಅದು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಉದ್ಧಾರಕ್ಕೆ. ಇದರಿಂದ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಹೊಸತನ ಬರುತ್ತದೆ. ಅಂತರಂಗದ ಮಲಿನತೆ ತೊಳೆದು ಮನಸ್ಸು ತಿಳಿಯಾದ ಶುಭ್ರವಾದ ನೀರಿನ ಕೊಳದಂತೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಮಾನಸಿಕ ತೊಳಲಾಟಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ ಆನಂದ, ಸಂತೋಷ, ಸಂತ್ಯಜ್ಞೆ, ಶಾಂತಿ ಸಮಾಧಾನಗಳನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯು ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಸತ್ವಗುಣದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾದ ತಳಮಳಗಳಿದ್ದರೆ ಅದು ಏಕಾಗ್ರಗೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಸಹಸ್ರನಾಮ ಪಾರಾಯಣವು ಏಕಾಗ್ರತೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದು. ಆಗ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ದೇವರುಗಳ ಕುರಿತಾಗಿ ಭಕ್ತಿ ಉಕ್ಕಿಬರುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಸದುಪಯೋಗಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ