

ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ. ಸಹಸ್ರನಾಮ ವಾಚನದಿಂದ ಮನೋನಿಗ್ರಹ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರಲು ಪರಮಾತ್ಮನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಬಹುಮುಖ್ಯ. ನಿಜಮುಕುತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಮೊದಲು ಮಾನವ ತನ್ನ ಶರೀರದ ಮೈ, ಮಾತು, ಮನಸ್ಸು ಎಂಬ ತ್ರಿಕರಣಗಳಿಗೆ ಸಂಸ್ಕಾರ ನೀಡಿ ಶುದ್ಧಿಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕರಣಗಳು ಶುದ್ಧಿಯಾಗಬೇಕಾದರೆ ಮೊದಲು ದೇವರನ್ನು ಪೂಜಿಸಬೇಕು. ದೇವರನ್ನು ಪೂಜಿಸಬೇಕಾದರೆ ಆತನನ್ನು ಸಾಕಾರರೂಪದಲ್ಲಿ ನೋಡಬೇಕು. ಏನನ್ನೇ ನೋಡಿದರೂ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನೇ ನೋಡಬೇಕು, ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನೇ ಕೇಳಬೇಕು, ಮಾಡಿದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನೇ ಮಾಡಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದ ಕೆಲಸಗಳು ಮೊದಲು ನಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗಬೇಕು. ಅದನ್ನು ಬೇರೆಯವರೂ ಮೆಚ್ಚಬೇಕು. ಆದರೆ ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಸುವುದಷ್ಟೇ ನಮ್ಮ ಗುರಿಯಾಗಿರಬಾರದು. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಣಗಳನ್ನು ತನ್ನಲ್ಲಿ ಆಳವಡಿಸಿಕೊಂಡು ಲೌಕಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವುದಲ್ಲದೆ ದೇವರಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಮನದಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನ, ಸದ್ಗುಣ, ಸಂಯಮ ಇವುಗಳು ಒಂದೊಂದಾಗಿರಲು ತುಂಬುತ್ತಾ ಬರುತ್ತವೆ. ಹೀಗೆ ಸಹಸ್ರನಾಮ ಸ್ತೋತ್ರಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವ, ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದ ತ್ರಿಕರಣ ಶುದ್ಧಿಯಾಗಿ, ಜೀವಂತವಾಗಿರುವಾಗಲೇ ಲೌಕಿಕ ಜೀವನದ ಋಣಗಳನ್ನು ತೀರಿಸಿ ನಿಜಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಬಹುದು. ಇದು ಸಂಸಾರಿಯಿಂದಲೂ ಸಾಧ್ಯ.

ಹಿಂದೂಧರ್ಮದಲ್ಲಿರುವ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಜಾತಿ ಮತಗಳು, ಒಂದೇ ಜಾತಿಯಲ್ಲಿನ ವಿವಿಧ ಪಂಥಗಳಿಗೆ ಸೇರಿದವರ ಆಚಾರ ವಿಚಾರಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಉತ್ತಮ ವಿಚಾರಗಳು ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಅಡಕವಾಗಿವೆ. ಎಲ್ಲರೂ ಈ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಚಿಂತಿಸುವ, ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಜಾರಿಗೆ ತರುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುದೇ ಈ ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳನ್ನು ರಚಿಸಿರುವ ಮಹಾಪ್ರಾಜ್ಞರ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಾಗಿದೆ. ಅಂದರೆ ಜನತೆಯಲ್ಲಿ ನಿಜವಾದ ಮಾನವತೆಯನ್ನು ಮೂಡಿಸುವ ಹಿಂದೂಧರ್ಮದ ಉದ್ದೇಶಗಳು ಈ ಸಹಸ್ರನಾಮ ಸ್ತೋತ್ರಗಳಲ್ಲಿವೆ.

ಸಾಮೂಹಿಕ ಜೀವನ ನಡೆಸಿಕೊಂಡಿರಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಕ್ರಿಯಾ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವ ವಿಧಾನಗಳು, ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳು, ನಾವು ಆಚರಿಸುತ್ತಿರುವ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾದ ಅನೇಕ ವಿಧವಾದ ಆಚಾರ ವಿಚಾರಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳು ಸಹಸ್ರನಾಮ ಸ್ತೋತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ದಾಖಲಾಗಿವೆ. ಇವುಗಳ ಆಚರಣೆ ಮಾನವನ ಸುಖಮಯ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಜೀವನದ ಉದ್ದೇಶವೆಂದರೆ ಒಳ್ಳೆಯ ವಿಚಾರಗಳತ್ತಲೇ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವುದು, ಇವುಗಳತ್ತಲೇ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುವ ಈ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಆಚಾರ ವಿಚಾರಗಳು ನಿಜ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಉತ್ತಮ ದಾರಿದೀಪಗಳಾಗಿವೆ.

ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯಿಂದ ಬಾಳುವ ಸ್ವಭಾವವು ಆತ್ಮಮೂಲ್ಯವೂ, ಸುಖಮಯ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸುಗಮ ದಾರಿಯೂ ಆಗುತ್ತದೆ. ಮಾನವ ಜನ್ಮದ ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಇಂತಹ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕ ವಿಚಾರಗಳು ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ಪಾರಮಾರ್ಥಿಕವೇ

ಅಲ್ಲದೆ ಲೌಕಿಕ ಹಾಗೂ ವ್ಯಾವಹಾರಿಕ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಹಿಂದೂಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಅದ್ಭುತ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು, ಸುಖಮಯ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿಯುತ ಜೀವನ ವಿಧಾನಗಳು, ನೈತಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳು, ಇವುಗಳಿಗೆ ಪೂರಕವಾದ ಅನೇಕ ಅಮೂಲ್ಯ ವಿಚಾರಗಳು ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳಲ್ಲಿವೆ. ಇಂತಹ ಉತ್ತಮ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಅವುಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳು ಅನನ್ಯ ಸಾಧನಗಳಾಗಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನಿಜವಾದ ನೆಮ್ಮದಿ, ಉತ್ಸಾಹ, ಸಂತೋಷಗಳನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುವ ಸಹಸ್ರನಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ವಹಿಸಿ, ಅವುಗಳಲ್ಲಿನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಗ್ರಹಿಸಿದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಚಿಂತನೆ ನಡೆಸಬೇಕು.

ಇಂತಹ ಮಹೋತ್ತಮ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳು ಶ್ರೀ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಪರಮಹಂಸರು ಹಾಗೂ ಶ್ರೀ ಶಾರದಾದೇವಿಯವರಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಗತವಾಗಿದ್ದವು. ಅವರುಗಳು ಚಿಕ್ಕಂದಿನಲ್ಲೇ ರಾಮಾಯಣ, ಮಹಾಭಾರತ, ಭಾಗವತ, ಸ್ತೋತ್ರಗಳು, ಭಕ್ತಿಗೀತೆಗಳು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಓದಿ ಅವುಗಳಲ್ಲಿನ ಉತ್ತಮ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದುದೇ ಕಾರಣವಾಗಿದ್ದಿತು. ಇವರಿಬ್ಬರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಅನೇಕ ಆಗುಹೋಗುಗಳು, ಘಟನೆಗಳು ಅವರಲ್ಲಿದ್ದ ಮಹೋನ್ನತ ಗುಣಗಳನ್ನು ತೋರುತ್ತವೆ. ಅವರಲ್ಲಿನ ಈ ಎಲ್ಲ ಗುಣಗಳನ್ನು ಸೂಚ್ಯರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುವ 'ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಸಹಸ್ರನಾಮ ಸ್ತೋತ್ರಂ' ಹಾಗೂ 'ಶ್ರೀಶಾರದಾದೇವೀ ಸಹಸ್ರನಾಮಾವಲಿ:' ಇವುಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವ, ಭಜನೆ ಮಾಡುವ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಆತ್ಮೋನ್ನತಿಗೆ ದಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಸತ್ಯ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಗಳ ಹೆದ್ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಇಂತಹ ಸಾಮೂಹಿಕ ಸಹಸ್ರನಾಮಸ್ತೋತ್ರ ವಾಚನಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಶುದ್ಧಜೀವನಕ್ಕೆ ಪ್ರೇರಕ ಶಕ್ತಿ, ಚೈತನ್ಯರೂಪ. ಇವುಗಳು ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ನೆಮ್ಮದಿ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಮೂಡುವ ಬೆಳಕು, ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಹತ್ತಿರ ತರುವ ಸಮಗ್ರತೆ, ಸಹೃದಯತೆ ಇವುಗಳು ಸರಿಯಾದ ಜೀವನಯಾನದ ದಿಕ್ಕನ್ನಿರಿಸುತ್ತವೆ. ಇವೇ ಸನ್ಮಾರ್ಗ ಹಾಗೂ ಮುಕ್ತಿ ಎನ್ನುವ ಸತ್ಯ ಇವುಗಳ ತಿಳಿವಳಿಕೆಗೆ ಪ್ರೇರಣೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ❖

**ಅಕ್ಷಸೂತ್ರಾಂಕುಶಧರಾ ಪಾಶಪುಸ್ತಕಧಾರಿಣೀ |
ಮುಕ್ತಾಹಾರಸಮಾಯುಕ್ತಾ ವಾಚಿ ತಿಷ್ಠತು ಮೇ ಸದಾ ||**

**ಯಾ ಶ್ರದ್ಧಾಧಾರಣಾ ಮೇಧಾ ವಾಗ್ದೇವೀ ವಿಧಿವಲ್ಲಭಾ |
ಭಕ್ತಜಿಹ್ವಾಗ್ರಸದನಾ ಶಮಾದಿಗುಣದಾಯಿನೀ ||**

'ಜಪಮಾಲೆ, ಅಂಕುಶ, ಪಾಶ, ಪುಸ್ತಕ ಇವುಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದಿರುವವಳೂ, ಕೊರಳಿನಲ್ಲಿ ಮುತ್ತಿನ ಹಾರವನ್ನು ಧರಿಸಿರುವವಳೂ, ಶ್ರದ್ಧೆ ಧಾರಣ ಮೇದಸ್ಸು ಇವುಗಳ ಸ್ವರೂಪಳೂ, ವಾಗ್ದೇವಿಯೂ, ಬ್ರಹ್ಮನ ಪ್ರಿಯಳೂ, ಭಕ್ತರ ನಾಲಗೆಯ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವವಳೂ, ಶಮದಮಾದಿ ಗುಣಗಳನ್ನು ಅನುಗ್ರಹಿಸುವವಳೂ ಆದ ಸರಸ್ವತಿಯು ನನ್ನ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಲಿ.'

-ಸರಸ್ವತೀರಹಸ್ಯೋಪನಿಷತ್

ಭಗವನ್ನಾಮ ಮತ್ತು ನಾಮಸ್ಮರಣೆ

ಜಿ.ಎಸ್. ಜಯದೇವ



ನಾಮಜಪವು ಮಾನವನ
ಧಾರ್ಮಿಕ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ
ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏಕೆ ಪ್ರಮುಖ
ಸ್ಥಾನ ಪಡೆದಿದೆ, ಅದರ
ವಿಭಿನ್ನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು
ಯಾವುವು ಎಂಬ
ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಕುರಿತು
ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿಯೂ
ಸಮಾಜಶಾಸ್ತ್ರದ
ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲೂ
ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿರುವ ಲೇಖಕರು
ಉತ್ತಮ ಚಿಂತಕರೂ,
ವಾಗ್ಮಿಗಳೂ, ನುರಿತ
ಬರಹಗಾರರೂ ಆಗಿದ್ದಾರೆ.
ಚಾಮರಾಜನಗರದಲ್ಲಿ
'ದೀನಬಂಧು ಟ್ರಸ್ಟ್'
ಎಂಬ ಅನಾಥಾಲಯ
ವೊಂದನ್ನು ಕಟ್ಟಿ ಬೆಳೆಸುವ
ಮೂಲಕ ಅವರು
ಸಮಾಜಸೇವೆಯಲ್ಲೇ
ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು
ಪೂರ್ಣಾವಧಿ
ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಭಾರತೀಯ ಧಾರ್ಮಿಕ ಪರಂಪರೆಯಲ್ಲಿ ನಾಮಸ್ಮರಣೆಗೆ ಮಹತ್ತರವಾದ ಸ್ಥಾನವಿದೆ. ವಾಲ್ಮೀಕಿ ಮಹರ್ಷಿಯಾದದ್ದು ನಾಮ ಸ್ಮರಣೆಯಿಂದ. ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾದ ನಾಮಸ್ಮರಣೆಯೇ ಜಪ. ಬೇಡದ ಚಿಂತನೆಗಳಿಂದ ಚದುರಿಹೋದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಏಕಾಗ್ರಗೊಳಿಸಲು ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಅಥವಾ ಜಪ ಒಂದು ಸರಳ ಮಾರ್ಗ. ರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು - ಗಂಗಾನದಿಯಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಮರದ ದಿಮ್ಮಿಯನ್ನು ಉದ್ದವಾದ ಸರಪಳಿಯಿಂದ ಬಂಧಿಸಿದ್ದಾರೆಂದು ಭಾವಿಸಿ; ಈ ಸರಪಳಿಯ ಒಂದೊಂದು ಕೊಂಡಿಯನ್ನು ಎಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋದರೆ ಆ ದೊಡ್ಡ ಮರದ ದಿಮ್ಮಿ ನಮ್ಮ ಸಮೀಪಕ್ಕೆ ಬಂದುಬಿಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಜಪ; ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಅಥವಾ ಜಪ ಎಂಬುದು ಭಗವಂತ ನನ್ನು ತಲುಪಲು ಒಂದು ಸರಪಳಿ.

ನಾಮಸ್ಮರಣೆಗೆ ಗೃಹಸ್ಥರು - ಸನ್ಯಾಸಿಗಳು ಎಂಬ ಭೇದವಿಲ್ಲ. ಮೇಲು-ಕೀಳು, ಬಡವ-ಬಲ್ಲಿದ ಎಂಬ ಭೇದವೂ ಇಲ್ಲ. ಸರಳವಾದ

ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಪೂಜಾಕ್ರಮದ ಭಾಗವಾಗಿ ಬೆಳೆದುಬಂದಿದೆ. ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುವವರನ್ನು ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರು ತಮಾಷೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಕೆಲವರು ಮೀನು ವ್ಯಾಪಾರ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಜಪಮಾಲೆ ತಿರುಗಿಸುವುದನ್ನು ವಿನೋದವಾಗಿ ವರ್ಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಈ ಬಗೆಯ ನಾಮ ಸ್ಮರಣೆ ಕೇವಲ ತೋರಿಕೆಗೆ ಮಾತ್ರ. ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ತಾನೊಬ್ಬ ಆಸ್ತಿಕ ಎಂದು ತೋರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಗೌರವ ತರುವ ಸಂಗತಿಯಾಗಿದ್ದರಿಂದ ಹೀಗೆ ತೋರಿಕೆಯ ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು ಎಂದು ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇಂದಿನ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ತೋರಿಕೆಯ ನಾಮಸ್ಮರಣೆಗಳು ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ಅನೇಕರು ನಾಮಸ್ಮರಣೆಯನ್ನು ನಿಷ್ಠೆಯಿಂದ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಕಾಸರಗೋಡಿನ ರಾಮದಾಸರ ಆನಂದಾಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ನಡೆಯುವುದನ್ನು ನೋಡಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಾದಿಗಳು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಕಲೆತು ನಾಮ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಸುತ್ತೂರು ಮಠದ ಹಿಂದಿನ ಶ್ರೀ ಶಿವರಾತ್ರೀಶ್ವರ ಮಹಾಸ್ವಾಮಿಗಳನ್ನು “ಮಂತ್ರಮಹರ್ಷಿ” ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇವರು ಕೋಟ್ಯಂತರ “ಓಂ ನಮಃ ಶಿವಾಯ” ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಹೀಗೆ ಬರೆಯುವ ಮುಖಾಂತರವೂ ಗಾಢವಾದ ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡಬಹುದು.

ಹಿಂದೂ ಧರ್ಮೀಯರ ಜಪವನ್ನೇ ಹೋಲುವ ಸಾಧನಾಕ್ರಮ ಇತರ ಧರ್ಮಗಳಲ್ಲೂ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕ್ರಿಸ್ತಧರ್ಮೀಯರಲ್ಲಿ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಜಪಮಾಲೆ ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಸಣ್ಣ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ಪುನರುಚ್ಚರಿಸುವ ಪದ್ಧತಿ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿವೆ. ಈ ಜಪಮಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಹೃದಯಮಣಿ ಮತ್ತು ಕ್ರಿಸ್ತನ ಶಿಲುಬೆಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಇವರ ಕೆಲವು ಜಪಮಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮೂವತ್ತ ಮೂರು ಮಣಿಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಮಾಲೆ ಹಿಡಿದು ಮಾಡುವ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗೆ “ಪ್ರೇಯರ್ ಆಫ್ ದಿ ಹಾರ್ಟ್” ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವ ‘ಜೇಸಸ್ ಪ್ರೇಯರ್’ ನಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಸ್ತನ ಪವಿತ್ರನಾಮ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಹೃದಯಭಾಗ. ಮುಸ್ಲಿಮರಲ್ಲಿ ಖುರಾನಿನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಜಪದಂತೆ ಪುನರಾವರ್ತಿತವಾಗಿ ಆರಾಧನಾ ಪದ್ಧತಿ ಇದೆ. ಸೂಫಿಗಳು ಧಿಕ್‌ರ್ (Dhikr) ಅಥವಾ ಝಿಕ್‌ರ್ (Zhikr) ಎಂಬ ಜಪದ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಧಿಕ್‌ರ್ ಎಂದರೆ ಅರೇಬಿಯ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಜಪಮಾಲೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ. ಇದಕ್ಕೆ ‘ಸ್ಮರಣೆ’ ಎಂದೂ ಅರ್ಥವಿದೆ. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಜಪಮಾಲೆ ತಿರುಗಿಸುತ್ತ ದೇವರನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುವ ಪದ್ಧತಿ ಕ್ರಿಸ್ತ ಹಾಗೂ ಮುಸ್ಲಿಂ ಧರ್ಮೀಯರಲ್ಲಿದೆ. ಬೌದ್ಧಧರ್ಮೀಯರು, ಅವರಲ್ಲೂ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಟಿಬೆಟ್‌ನ ಬೌದ್ಧರು ಜಪಮಾಲೆ ತಿರುಗಿಸುತ್ತ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುವುದುಂಟು.

ಜೈನ್ ಅನುಯಾಯಿಗಳಲ್ಲಿ ಗುರು “ಕೋನ್” ಎಂಬ ನುಡಿಗಟ್ಟನ್ನು ಶಿಷ್ಯನಿಗೆ ಕೊಡುತ್ತಾನೆ. ಇವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಸಂಬದ್ಧವಾದ ನುಡಿ ಗಟ್ಟಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾ ಹರಣೆಗೆ, “ಹೊರಗೆ ಒಂದು ಸಿಪ್ಪೆ ಮರ ನಿಂತಿದೆ” - ಇಲ್ಲಿ ನುಡಿಗಟ್ಟಿನ ಅರ್ಥ ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಕುರಿತು ಚಿಂತಿಸುವ ಮನಸ್ಸು ಅರ್ಥವಿಲ್ಲದ ಈ ವಾಕ್ಯ ಕುರಿತು ಚಿಂತಿಸಿ ಚಿಂತಿಸಿ ಕೊನೆಗೆ ಸ್ವಭಾವಗುವುದು ಮತ್ತು ತನ್ನನ್ನೇ ತಾನು ತಿಳಿಯುವ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುವುದು. ಇದು ನಾಮಸ್ಮರಣೆಗೆ ಸಮನಾರ್ಥ ವುಳ್ಳ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಮನಸ್ಸು ತನ್ನ ಮೂರ್ತ ಸ್ವರೂಪದ ಹಿಡಿತದಿಂದ ಬಿಡಿಸಿಕೊಂಡು ಅಮೂರ್ತವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಲು ಅನುಕೂಲ ವಾಗಬಹುದು.

ನಿರಾಕಾರವಾದಿಗಳು ಜಪ, ಭಜನೆ ಮುಂತಾದ ಸರಳ ಸಾಧನಾ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅಷ್ಟಾಗಿ ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸದೇ ಇರಬಹುದು. ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಗುರು ತೋತಾಪುರಿ ನಿರಾಕಾರದ ಆರಾಧಕ. ರಾಮ ಕೃಷ್ಣರು ಕೈಚಪ್ಪಾಳೆ ತಟ್ಟುತ್ತ ತಾಯಿಯನ್ನು ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ನೋಡಿ, “ಏನು ರೊಟ್ಟಿ ತಟ್ಟುತ್ತಿದ್ದೀಯ?” ಎಂದು ತಮಾಷೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಜಪ-ನಾಮಸ್ಮರಣೆಗಳಲ್ಲಿ ನಾಮ-ರೂಪದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಕುರಿತು ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ತರ್ಕಬದ್ಧವಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಿರಾಕಾರವನ್ನು ಎತ್ತಿ ಹಿಡಿಯುವ ಇಸ್ಲಾಂ ಧರ್ಮ ವಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಕ್ರೈಸ್ತ ಧರ್ಮವಾಗಲಿ ನಾಮರೂಪಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೊರೆಯಲಾಗದಿರುವುದನ್ನು ಸ್ವಾಮೀಜಿ ವಿಶ್ಲೇಷಿ ಸುತ್ತಾರೆ. ಮಹಮ್ಮದೀಯನು ನಮಾಜು ಮಾಡುವಾಗ ಕಾಬಾದ ಮುಂದೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಆತನಿಗೆ ಗೋಡೆಯೇ ಒಂದು ಮೂರ್ತ ರೂಪದ ಆಸರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಕ್ರೈಸ್ತರ ಪೂಜಾ ವಿಧಾನವನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ದರೆ ಅದು ಇತರೆಲ್ಲ ಧರ್ಮಗಳಲ್ಲಿರುವ ಬಾಹ್ಯ ಪೂಜಾ ವಿಧಾನವನ್ನೇ ಹೋಲುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ಒಂದು ರೂಪವನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳ ಬೇಕಾದರೂ ಅದಕ್ಕೆ ಒಂದು ನಾಮ ಇರಲೇಬೇಕು. ಹಾಗಾಗಿ ನಾಮ ರೂಪಗಳು ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಮತ್ತು ಅನಿವಾರ್ಯ. ನಾಮರೂಪಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಲೇ ಬೆಳೆದ ಮನಸ್ಸು ಇದನ್ನು ದಾಟಬೇಕಾದರೂ ನಾಮರೂಪದ ಬಾಗಿಲಿನಿಂದಲೇ ಸಾಧ್ಯ.

ಇಷ್ಟದೈವದ ಸ್ಮರಣೆಯಿಂದ, ಇಷ್ಟದೇವರ ಆಕಾರ ಮತ್ತು ಅದರ ಗುಣಗಳು ಒಟ್ಟಿಗೆ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾಮಸ್ಮರಣೆಯಲ್ಲಿ ಆಕಾರ ಮತ್ತು ಗುಣಗಳು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಪ್ರಖ್ಯಾತಿ ಪಡೆದ ಆಧುನಿಕ ಗುರು ಒಬ್ಬ ಹೇಳಿದ “ರಾಮಕೃಷ್ಣ-ರಾಮಕೃಷ್ಣ” ಎನ್ನುವ ಬದಲು “ಕೋಕ ಕೋಲ-ಕೋಕ ಕೋಲ” ಎನ್ನಬಹುದಲ್ಲ! ಈ ಎರಡೂ ಕೂಡ ಮೂಲದಲ್ಲಿ ನಾಮ ರೂಪಗಳೇ ಆಗಿರುವುದು ಸತ್ಯ, ಆದರೆ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಎಂಬ ನಾಮ ರೂಪದ ಜೊತೆ ಒಂದು ದೈವೀವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಉದಾತ್ತ ಮಾದರಿಯೂ ಅಡಗಿದೆ. ರಾಮ ಕೃಷ್ಣ ಎಂಬ ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಈ ಉದಾತ್ತಗುಣಗಳನ್ನು ಅದು ನೀಡುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಮಗ್ರವಾಗಿ ಆದರೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಸಾಧಕನ ವ್ಯಕ್ತಿ ತ್ವದ ಅಂತರಾಳಕ್ಕೆ ತುಂಬುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕೋಕಕೋಲದ ನಾಮರೂಪಗಳು ಯಾವ ಮಾದರಿಯನ್ನು ನೀಡಬಲ್ಲದು? ಯಾವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡಬಲ್ಲದು?

ಎಲ್ಲಾ ಸಾಧಕರೂ ಒಂದೇ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸಬೇಕಾದ ಪ್ರಮೇಯ ನಮ್ಮಲ್ಲಿಲ್ಲ. ಏಕದೇವೋಪಾಸನೆಯ ಸಮೀಪಕ್ಕೆ ಧರ್ಮ ಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಅನಿವಾರ್ಯವಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಭಾರತೀಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮ ಪರಂಪರೆಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕಾನೇಕ ದೇವ-ದೇವಿಯರಿದ್ದಾರೆ. ಆ ದೇವತೆಗಳ ವರ್ಣನೆಯೊಡನೆ ಆ ದೇವತೆಗಳ ವಿಶಿಷ್ಟ ಗುಣಗಳೂ ಹೆಣೆದುಕೊಂಡು ಒಂದು ದೈವೀವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಮಾದರಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಸಾಧಕನಾದವನು ತನ್ನದೇ ಗುಣಧರ್ಮಗಳಿಗೆ ತಾಳೆಯಾಗುವ ದೇವ-ದೇವಿಯರ ನಾಮವನ್ನು ನಾಮಜಪಕ್ಕೆ ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಹೀಗೆ ಬಹುಸಂಖ್ಯಾತ ದೇವತೆಗಳು ಸಾಧಕನ ಪ್ರವೃತ್ತಿ-ಗುಣಧರ್ಮ ಗಳಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಡುತ್ತದೆ. “ಜಘೋಮತ್-ತಘೋಮತ್” (ಎಷ್ಟು ಮತಗಳೋ ಅಷ್ಟೂ ಪಥ ಗಳೆ) ಎಂಬ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಉದಾತ್ತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂದೇಶ ಮೇಲಿನ ವಿವರಣೆಗೆ ಪೂರಕವಾಗಿದೆ. ಆದರೂ ಸಾಧಕನಾದವನು ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧಿ ಸಿದಂತೆ ಈ ನಾಮರೂಪಗಳನ್ನು ದಾಟಿ ಮೇಲೆ ಹೋಗಲೇಬೇಕಾ ಗುತ್ತದೆ. ರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಮೊದಮೊದಲು ಸಾಧಕನಿಗೆ ನೂರಾರು ಕೈಗಳು - ಆಯುಧಗಳು ಇರುವ ದೇವಿಯ ದರ್ಶನ ವಾಗುತ್ತದೆ. ಅನಂತರ ಸಾತ್ವಿಕಮೂರ್ತಿಯ ದರ್ಶನವಾಗ ತೊಡಗು ತ್ತದೆ. ಕೊನೆಗೆ ಜ್ಯೋತಿ ದರ್ಶನವಾಗಬಹುದು. ಎಂದರೆ ವಿಸ್ತಾರವಾದ ಆಕಾರ ವಿನ್ಯಾಸಗಳು ಕರಗುತ್ತಾ ಸರಳವಾದ ಲಿಂಗಸ್ವರೂಪವನ್ನೋ, ಜ್ಯೋತಿಸ್ವರೂಪವನ್ನೋ ಪಡೆಯುವುದು ಸಾಧಕನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಪರಮಹಂಸರಿಗೆ ತೋತಾಪುರಿ ಸಾಧು ನಿರ್ವಿಕಲ್ಪ ಸಮಾಧಿ ಪಡೆಯಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಕಾಳೀ ಮಾತೆಯ ರೂಪ ಅಡ್ಡ ಬಂದು ನಿಲ್ಲುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ ತೋತಾಪುರಿಯ ಸಲಹೆಯಂತೆ ರಾಮಕೃಷ್ಣರು ತಮ್ಮ ಜ್ಞಾನಖಡ್ಗದಿಂದ ಕಾಳೀರೂಪ ವನ್ನೇ ಭೇದಿಸಿ ಊರ್ಧ್ವಮುಖವಾಗಿ ಸಹಸ್ರಾರಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ನಿರ್ವಿಕಲ್ಪ ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಪಡೆದರು. ಹೀಗೆ ನಾಮಸ್ಮರಣೆಯಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ಸಾಧನೆ ನಾಮರೂಪಗಳನ್ನು ಹಿಂದೆಯೇ ಬಿಟ್ಟು ಮುಂದೆ ಹೋಗಬಹುದು. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಅದ್ವೈತ ಸಾಧನೆಗೆ ತೊಡಕು ಎಂದು ಭಾವಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಶ್ರೀ ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮನಸ್ಸು ಬಹಳ ವಿಶೇಷವಾದದ್ದು, ಅವರಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯರು ಮಾಡುವಂತಹ ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಜಪಗಳು ಸಾಧ್ಯವಾಗು ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ಅವರು ಸಮಾಧಿ ಸ್ಥಿತಿಗೇರಿಬಿಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರ ಮನಸ್ಸು ಒಣಗಿದ ಬೆಂಕಿ ಕಡ್ಡಿಯ ಹಾಗೆ, ಒಮ್ಮೆ ಗೀಚಿದರೆ ಸಾಕು ಅದು ಹತ್ತಿಕೊಂಡು ಬಿಡು ತ್ತಿತ್ತು. ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಆನಂದದಾಯಕವಾಗಿರಬೇಕಾದರೆ ಶ್ರದ್ಧೆ ಇರಬೇಕು. ರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಶ್ರದ್ಧೆ ಮತ್ತು ಅನುರಾಗಗಳ ಕುರಿತು ಬಹಳ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಆಗಾಗ ಅವರ ಹಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಹಾಡು-

ಭಾವುಕನ ಭಾವದೊಲು ಅವನೊಳುದಿಸುವ ಒಲವು,

ಅದಕನುಸಾರ ಅವನು ಪಡೆಯುವ ಫಲವು

ಶ್ರದ್ಧೆ ಎಲ್ಲಕು ಮೂಲ.

ಮತ್ತೆ ಹಾಡುತ್ತಿದ್ದರು, ‘ಅನುರಾಗ ಕಲ್ಲದೆಯೆ ಒಲಿಯದಿಹೆ ಪ್ರಭು ನೀನು.’ ಭಗವಂತನ ಮೇಲೆ ಇಂತಹ ಶುದ್ಧವಾದ ಶ್ರದ್ಧೆ-