ನಾಮಜಪಗಳಿಂದ ದೂರವಾಗುವ ರೋಗಗಳು

ಮನೋಗತ

'ನಾಮಜಪದ ಉಪಾಯ' ಎಂಬ ಗ್ರಂಥಮಾಲಿಕೆಯ ಈ ಖಂಡದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ದೇವತೆಗಳ ನಾಮಜಪವು ಯಾವ ಯಾವ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿವೆ, ಎಂಬುದು ಒಂದೇ ನೋಟದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಯಲು ಪಟ್ಟಿಯ ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಹೀಗೆ ನೀಡಲು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ ಮುಂದಿನಂತಿದೆ – ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಲ್ಲಿಯೂ ತಮ್ಮ ಉಪಾಸ್ಯದೇವತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅಥವಾ ಓಂನಂತಹ ಉಪಾಸನಾ–ಜಪದ ಬಗ್ಗೆ ದೃಢ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿರುತ್ತದೆ. ರೋಗ ನಿವಾರಣೆಗಾಗಿ ತಮ್ಮ ಉಪಾಸ್ಯದೇವತೆಯ ನಾಮಜಪವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಉಪಾಸನಾ–ಜಪವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದು ಅಧಿಕ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಡುವುದರಿಂದ ರೋಗವು ಬೇಗನೆ ದೂರವಾಗಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮನುಷ್ಯನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಪಂಚತತ್ತ್ವಗಳ ಪೈಕಿ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ತತ್ತ್ವದ ಅಸಮತೋಲನವುಂಟಾದರೆ ರೋಗಗಳು ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಆ ಅಸಮತೋಲನವನ್ನು ದೂರಗೊಳಿಸಲು, ಅಂದರೆ ಅದರಿಂದ ನಿರ್ಮಾಣವಾದ ರೋಗವನ್ನು ದೂರಗೊಳಿಸಲು ಆ ತತ್ತ್ವಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ನಾಮಜಪದಂತೆಯೇ ಮುದ್ರೆಗಳು ಮತ್ತು ನ್ಯಾಸಗಳೂ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿವೆ. ನಾಮಜಪದೊಂದಿಗೆ ಮುದ್ರೆ ಹಾಗೂ ನ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಉಪಾಯದಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಲಾಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಗ್ರಂಥಮಾಲಿಕೆಯ ಈ ಖಂಡದಲ್ಲಿ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನೂ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

'ನಾಮಜಪದ ಉಪಾಯ ಮಾಡಿ ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚು ರೋಗಿಗಳು ಆದಷ್ಟು ಬೇಗನೇ ರೋಗಮುಕ್ತರಾಗಲಿ' ಎಂದು ಶ್ರೀ ಗುರುಚರಣಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಪಾಲಕ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣನ ಚರಣಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ! – ಸಂಕಲನಕಾರರು

ಟಿಪ್ಪಣಿ ಮನುಷ್ಯನ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಅಂಗವ್ಯೂಹಗಳಿರುತ್ತವೆ, ಉದಾ. ಜೀರ್ಣಾಂಗವ್ಯೂಹ, ಶ್ವಾಸಾಂಗವ್ಯೂಹ. ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಅಂಗವ್ಯೂಹಗಳಿಗನುಸಾರ ರೋಗಗಳನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಯಾವುದಾದರೊಂದು ನಾಮಜಪವು ಯಾವುದಾದರೊಂದು ವ್ಯೂಹದ ಅಥವಾ ಅವಯವದ ಎಲ್ಲ ರೋಗಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಲ್ಲಿ 'ಆ ವ್ಯೂಹದ ಅಥವಾ ಅವಯವದ ರೋಗ (ಉದಾ. ನರವ್ಯೂಹದ ರೋಗಗಳು, ಯಕೃತ್ತಿನ ರೋಗಗಳು)' ಎಂದು ಬರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಸನಾತನದ ಗ್ರಂಥ 'ರೋಗಗಳಿಗನುಸಾರ ನಾಮಜಪ ಉಪಾಯ'ದಲ್ಲಿನ 'ಅಂಶ ೨' ರಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ರೋಗಗಳ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಆಯಾ ವ್ಯೂಹದ ಅಥವಾ ಅವಯವದ ರೋಗಗಳ ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.

ಅನುಕ್ರಮಣಿಕೆ

ಕೆಲವು ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಪೂರ್ಣ ಅಂಶಗಳನ್ನು ‘*’ ಗುರುತಿನಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಲಾಗಿದೆ

೧. ನಾಮಜಪಗಳಿಂದ ಗುಣವಾಗಬಹುದಾದ ಕೆಲವು ರೋಗಗಳು ೧೨

೧ ಅ. ಕೆಲವು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ (common) ಸೂಚನೆಗಳು ೧೨

೧ ಆ. ದೇವತೆಗಳ ನಾಮಜಪ ೧೩

೧ ಇ. ಪಂಚತತ್ತ್ವಗಳ (ಪಂಚಮಹಾಭೂತಗಳ) ನಾಮಜಪ ೩೨

೧ ಈ. ಶಬ್ದಬ್ರಹ್ಮ (ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರದಲ್ಲಿನ ಶಬ್ದಗಳ ಜಪ) (ತತ್ತ್ವ : ತೇಜ) ೩೩

೧ ಉ. ಬೀಜಮಂತ್ರಗಳು ೩೩

೨. ನಾಮಜಪವನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮುದ್ರೆ ಮತ್ತು ನ್ಯಾಸಗಳು, ಹಾಗೆಯೇ ನ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಸ್ಥಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಅದಕ್ಕನುಸಾರ ಉಪಾಯ ಮಾಡುವುದು ೪೨

೨ ಅ. ಮುದ್ರೆಗಳು, ನ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ನ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಸ್ಥಾನಗಳ ಬಗೆಗಿನ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಮಾಹಿತಿ ೪೨

೨ ಆ. ಮುದ್ರೆ, ನ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ನ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಉಪಾಯ ಮಾಡುವುದು ೪೭

೩. ಉಪಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಆವಶ್ಯಕ ಮುದ್ರೆ, ನ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ನ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಉಪಾಯ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಅವುಗಳನ್ನು ಸ್ವತಃ ಹುಡುಕಿ ಉಪಾಯ ಮಾಡುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾಗಿದೆ ! ೫೧

೩ ಅ. ನ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಸ್ಥಾನವನ್ನು (ನ್ಯಾಸಸ್ಥಾನ) ಹುಡುಕುವುದು ೫೨

೩ ಆ. ಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಹುಡುಕುವ ಪದ್ಧತಿ ೫೪

೩ ಇ. ಮುದ್ರೆಗನುಸಾರ ಯಾವ ನಾಮಜಪ ಮಾಡಬೇಕು ? ೫೫

೪. ನಾಮಜಪದ ಉಪಾಯ ಮಾಡುವ ಬಗೆಗಿನ ಸೂಚನೆಗಳು ೫೬

* ನಾಮಜಪದ ಉಪಾಯವನ್ನು ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕು ? ೫೭

* ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಉಪಾಯ ಮಾಡುವಾಗ ಗಮನದಲ್ಲಿಡಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು ೫೭

* ನಾಮಜಪ ಮಾಡುವಾಗ ಹೀಗೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ! ೫೭

* ನಾಮಜಪದ ಉಪಾಯವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು, ಹಾಗೆಯೇ ಉಪಾಯವನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಮಧ್ಯಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೆಟ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಶರೀರದ

ಮೇಲೆ ತಂದಿರುವ ತ್ರಾಸದಾಯಕ ಆವರಣವನ್ನು ತೆಗೆಯಬೇಕು ೬೦

* ನಾಮಜಪವನ್ನು ಹೀಗೆ ಮಾಡಬೇಕು ! ೬೧
* ನಾಮಜಪವು ಒಳ್ಳೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಾಗಲು ಪೂರಕ ಉಪಾಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು ! ೬೬
* ಆವಶ್ಯಕತೆಗನುಸಾರ ದೇವತೆಯ ನಾಮಜಪಕ್ಕೆ ‘ಓಂ’ ಅಥವಾ ‘ಮಹಾ’ ಸೇರಿಸಬೇಕು ! ೬೭
* ನಾಮಜಪದ ಉಪಾಯ ಮಾಡುವಾಗ ಮುದ್ರೆ ಮತ್ತು / ನ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು ! ೭೦
* ನಾಮಜಪದ ಉಪಾಯ ಮಾಡುವಾಗ ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದರೆ ‘ಖಾಲಿ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಗಳ ಉಪಾಯ’ವನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕು ! ೭೦

೪ ಈ. ರೋಗ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಪ್ರತಿದಿನ ಎಷ್ಟು ಗಂಟೆ ನಾಮಜಪ ಮಾಡಬೇಕು? ೭೧

೪ ಉ. ರೋಗಗಳ ನಿವಾರಣೆಗಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ನಾಮಜಪವನ್ನು ಎಷ್ಟು ದಿನಗಳ ವರೆಗೆ ಮಾಡಬೇಕು ? ೭೨

೪ ಊ. ಸ್ವತಃ ನಾಮಜಪ ಮಾಡಲು ಆಗದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಾಗಿ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ? ೭೩

೫. ನಾಮಜಪದಿಂದ ರೋಗಗಳು ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಬಂದ ಕೆಲವು ಅನುಭೂತಿಗಳು ೭೭

ನಾಮಜಪ, ಮಂತ್ರಜಪ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿ ವಹನ ಈ ಉಪಾಯಪದ್ಧತಿಗಳ ಲಾಭ

ನಾಮಜಪ, ಮಂತ್ರಜಪ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿ ವಹನ ಈ ಉಪಾಯಪದ್ಧತಿಗಳಲ್ಲಿ ‘ದೇವತೆಗಳ ನಾಮಜಪ ಮಾಡುವುದು’ ಒಂದು ಮಹತ್ವದ ಘಟಕವಾಗಿದೆ.

೧. ದೇವತೆಗಳ ನಾಮಜಪ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅಂತಃಕರಣದಲ್ಲಿ ದೇವರ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶ್ರದ್ಧೆಯ ಕೇಂದ್ರ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತದೆ.

೨. ದೇವತೆಗಳ ವಿವಿಧ ಗುಣವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳಿಂದಲೂ ಲಾಭವಾಗುತ್ತದೆ, ಉದಾ. ಆಯಾಸವನ್ನು ದೂರಗೊಳಿಸಲು ಶ್ರೀ ಗಣೇಶನ ನಾಮಜಪ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಆಯಾಸ ದೂರವಾಗುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಬುದ್ಧಿ ಚುರುಕಾಗಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ; ಏಕೆಂದರೆ ಶ್ರೀ ಗಣೇಶನು ಬುದ್ಧಿಯ ದೇವತೆಯೂ ಆಗಿದ್ದಾನೆ.

೩. ನಾಮಜಪದ ಮಾಧ್ಯಮದಿಂದ ದೇವತೆಗಳ ಉಪಾಸನೆಯೂ ನಮ್ಮಿಂದಾಗುವುದರಿಂದ ದೇವತೆಗಳ ಆಶೀರ್ವಾದವೂ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ.