प्रभु का नामावतार

स्वामी डा. विश्वामित्र

(गीता प्रेस, गोरखपुर द्वारा प्रकाशित ''कल्याण जनवरी 2007)

सतयुग में नृसिंह भगवान का अवतार हुआ था, त्रेता में भगवान रामचन्द्र जी अवतरित हुए, द्वापर में भगवान कृष्ण मुरार का अवतार हुआ और कलियुग में नाम–भगवान का अवतार है। वास्तव में नामावतार तो पुरातन, सनातन एवं शाश्वत है। यह तो सभी युगों में हुए अवतारों के साथ भी विद्यमान था। श्रीनृसिंह भगवान, मर्यादा पुरुषोतम श्रीरामचन्द्र, भगवान श्रीकृष्ण अपनी अपनी लीला संपूर्ण करके अपने अपने लोकों में लौट गये, परन्तु नाम–भगवान तो अभी भी विराजमान हैं। सतयुग में ध्यान की प्रधानता थी, त्रेता यज्ञ–प्रधान था और द्वापर पूजा–प्रधान था। किन्तु अन्य युगों में जो गति पूजा, यज्ञ तथा योग के द्वारा प्राप्त होती, वही गति इस युग में भगवान के नाम से हो जाती है। काकभुशुण्डि जी ऐसी घोषणा करते हैं :

'कृतजुग त्रेता द्वापर पूजा मख अरु जोग।
जो गति होइ सो कलि हरि नाम ते पावहिं लोग।।''

(रा.च.मा. 7/149)

करुणावरुणालय भगवान ने अपने भक्तों के कल्याण की भावना से प्रेरित एवं द्रवित होकर ''नामावतार'' द्वारा अपनी कृपा–शक्ति को प्रकाशित किया है। जिन जिन हेतुओं के लिए परब्रह्म परमात्मा साकार रुप में अवतरित हुए,

वही हेतु इस युग में 'नामावतार' द्वारा भी सम्पादित किये जा रहे हैं। उदाहरणतया तुलसीदास जी कहते हैं–

''राम नाम नर केसरी, कनक कसिपु कलिकाल।
जापक जन प्रह्लाद जिमि पालिहि दलि सुरसाल।।''

(रा.च.मा. 1/33)

अर्थात – भगवान श्रीराम का नाम साक्षात् नृसिंह भगवान है। कलिकाल मूर्तिमान हिरण्यकशिपु है और राम–नाम का जप करने वाला जापक प्रह्लाद है। जिस प्रकार सत्युग में हिरण्यकशिपु के अत्याचारों से संत्रस्त प्रह्लाद के संकट का निवारण नृसिंह के रुप में प्रकट होकर भगवान करते हैं, उसी प्रकार आज भी कलियुग में नाम–भगवान द्वारा हमारी समस्याओं, हमारे संकटों से हमें छुटकारा मिलता है। प्रह्लाद को राक्षस पिता द्वारा यातनायें दी जाती हैं, उन्हें अग्नि में जलाया जाता है, सर्प से डंसाया जाता है, पर्वत से गिराया जाता है तथा भूख से सताया जाता है। विचार करके देखें तो साधक के साथ भी यही कुछ होता है। चाहे वह बाहर का सांप न हो, बाहर का पहाड़ न हो तथा बाहर की आग न हो। पर क्या ईर्ष्या, द्वेष व क्रोधाग्नि से साधक संत्रस्त नहीं होता ? क्या चिन्ता की आग में सभी लोग नहीं जल रहे ?

''चिन्ता की लगी आगि है, जरे सकल संसार।
पलटू बचते संत, जिन लिया नाम आधार।।''

दुर्गुणों के सांप साधक को डंसने को तैयार रहते हैं। विषयों का विष उतरता ही नहीं। चिन्ता की अग्नि सदैव जलाती रहती है। अहंकार का पर्वत गिराने के लिए सर्वदा तत्पर रहता है।

अभिमन्यु के पुत्र राजा परीक्षित के राज्य काल की घटना है। राजा परीक्षित को मालूम हुआ कि उनके राज्य में कलियुग का प्रवेश हो गया है, तो वे सेना लेकर दिग्विजय के लिए निकल पड़े। एक स्थान पर उन्होंने देखा कि धर्म बैल का रुप धारण करके एक पैर से घूम रहा है। एक स्थान पर उन्हें गाय रुपी पृथ्वी मिली, उसके नत्रों से आंसु झर रहे थे। धर्म ने पृथ्वी से पूछा–''तुम दुःखी क्यों हो ?'' पृथ्वी ने बताया–धर्म ! भगवान् श्री कृष्ण ने इस समय इस लोक से अपनी लीला का संवरण कर लिया है और यह संसार पापमयी कलियुग की कुदृष्टि का शिकार हो गया है, यही देख कर मुझे बड़ा शोक हो रहा है। कालान्तर में पांडव–पुत्र राजा परीक्षित ने धर्म के प्रतीक एक बैल को एक पांव पर खड़े देखा, जिसे एक शूद्र पीट रहा था। पूछा,''अरे दुष्ट ! इसे क्यों पीट रहे हो ?'' व्यक्ति ने उत्तर दिया,''राजन ! मैं कलि हूं, अपना काम कर रहा हूं।'' राजा ने क्रुद्ध होकर कहा,''मैं तुम्हें यहां नहीं रहने दूंगा।'' राजन! पहले मेरे गुण–दोष तो सुन लो, तब निर्णय लेना। मेरे युग में धन–सम्पति हेतु भाई–भाई लड़ेंगे। लज्जावान, मर्यादा में रहने वाली नारी कोई कोई होगी। गाय बकरे का मांस खुले आम मिलेगा। मानव अल्पायु व अल्प–बुद्धि होगा। जुआ, शराब, स्वर्ण व वेश्या–गृह में मेरा अधिक व विशेष निवास होगा। मदिरापान की अति होगी। लोग सदा किसी न किसी नशे में चूर रहेंगे।'' कलि की घोषणा सुन राजा तिलमिला कर बोले,''बस बस हद हो गई, तुम्हारे प्रभाव से तो मानवता ही लोप हो जायेगी–अतः तुम्हें मार डालूंगा।''

कलि ने आगे कहा,''महाराज! एक बड़ा भारी गुण भी है, सुन लें, सतयुग में दीर्घकालीन जप, तप, उपवास, व्रत, ध्यानादि करने से जितना पुण्य, त्रेता–में बड़े बड़े यज्ञों के करने से, द्वापर में भगत्सेवा–पूजा से जितना पुण्य मिलता, उतना पुण्य मेरे काल में प्रेमपूर्वक राम–नाम के जपने से मिलेगा।'' इसी बात को श्री शुकदेव जी परीक्षित को बताते हैं कि राजन! यों तो कलियुग दोषों का खजाना है, परन्तु इसमें एक बहुत बड़ा गुण है। वह गुण यही है कि कलियुग में केवल भगवान का नाम–संकीर्तन करने मात्र से सारी आसक्तियां छूट जाती हैं और परमात्मा की प्राप्ति हो जाती है।

कलेर्दोषनिधे राजन्नस्ति ह्येको महान् गुणः।
कीर्तनादेव कृष्णस्य मुक्तसंग परं व्रजेत्।।

(श्रीमद्भागवत् 12/3/51)

तात्पर्य यह है कि कलियुग में भगवान् नामावतार

के रुप में जीवों का कल्याण करते हैं। अतः जो साधक भगवन्नाम का आश्रय लेते हैं, उनकी रक्षा के लिए अन्ततोगत्वा एक दिन भगवान अपनी पूर्ण–शक्ति के साथ प्रकट या अप्रकट रुप में हिरण्यकशिपु रुपी कलियुग का संहार अवश्य करते हैं। इस प्रकार साधक की साधना सफल होती है।

कलियुग की बुराईयों द्वारा प्रस्तुत विघ्न–बाधाओं के मधय में नामोपासना का होना, यह भगवान की कृपा का प्रत्यक्ष प्रमाण है। जीवन्त उदाहरणें हैं–गोस्वामी तुलसीदास एवं भक्त शिरोमणि सूरदास जी की। ये जन्मते ही संत–भक्त नहीं थे। नाम की आराधना की, भगवान ने कृपा करके उनके दुर्विचारों, दुर्गुणों, दुष्वृत्तियों एवं उनकी दुर्बलताओं को दूर करके, चित्त का शुद्धिकरण करके, उन्हें वन्दनीय बना दिया और उनकी रचनाओं को अमर। नामोपासना भक्ति–प्रधान है। भक्ति का मार्ग उनका है जिनके पास अपना बल नहीं है। इस पथ का पथिक यदि किसी भी प्रकार अपने बल का स्वयं अनुभव करे अथवा उसे अपने पुरुषार्थ का तनिक भी अभिमान हो, तो वह भक्ति–मार्ग का सच्चा यात्री नहीं, उसके परम बल तो परमात्मा हैं। भक्त का निर्बलत्व ही उसका बल है जो भगवान को आकर्षित करता है। यह मार्ग उनका, जो अपने अहं का हनन कर चुके है। वे जानते हैं–

'' नाम मान, मन एक में, एक समय न समाय।
तेज तम तो एक स्थल, कहीं न देखा जाये।।''

(भक्ति प्रकाश)

संत कनकदास को जो कोई भी पूछता,''क्या मैं स्वर्ग जाऊंगा ?'' ''नहीं, जब मैं जायेगा तो तू जायेगा'' संत उत्तर

देते। किसी को उतर देते,''हां–जब मैं जायेगा तो तू जायेगा।'' पूछने वाले इन वचनों को अहंकारी के वचन समझते। अतः पूछा,''क्या आप स्वर्ग जाओगे ?'' ''हां ! जब मैं जायेगा तो मैं जाऊंगा''। अब सही समझ आई कि सन्त किस 'मैं' की बात समझा रहे हैं। मान को उल्टा करें तो नाम बनता है। ये दोनों एक साथ नहीं रह सकते–अतः नाम मान को, अहं को मारने की अचूक दवा है। 'नाम' उसे कहते हैं जो 'नम' कर दे अर्थात झुका दे। नाम एक ओर जीव को झुकना सिखा देता है, दूसरी ओर भगवान को झुका देता है। दोनों के झुकने पर जीवात्मा और परमात्मा का मिलन हो जाता है। नाम श्रीनामावतार को भी झुका देता है। प्रभु से प्रेम जन्म–जन्मान्तरों का मोह मिटा देता है। श्रीराम को हर समय अंगसंग मानने का अर्थात दिव्य–प्रेम में हर समय डुबकी लगाये रखने का एवं राम–कृपा को सर्वदा याद रखने का सामर्थ्य प्रदान करता है नाम–भगवान। ऐसा जापक झुकने की, विनम्र रहने की कला सीखकर परमात्मा के परम–प्रेम का पात्र बन जाता है तथा प्रत्येक परिस्थिति को प्रभु–प्रसाद मान कर सम रहता है।

एक संत के पास ब्राह्मण वेश में कलियुग पधारे, परिचय दिया तथा आदेश दिया,''सत्संग में आत्मा–परमात्मा की चर्चा व रामनामोपासना पर बल मत दिया करें। इससे लोगों का मनोबल, बुद्ध–बल बढ़ता है, विश्वास में वृद्धि होती है। तब उन पर मेरी दाल नहीं गलती, वे मेरे प्रभाव से बाहर हो जाते हैं।'' संत ने विनयपूर्वक कहा,''भाई ! भीड़ें इकट्ठी करना मेरा उद्देश्य नहीं, लोगों में भक्तिभाव जगे, उन्हें

सत्स्वरुप का बोध हो, यही सत्संग का लक्ष्य है।'' कलियुग ने कहा,''इस समय मेरा शासन है, जिसका राज्य हो उसके पक्ष में रहना बुद्धिमता है।'' ''भाई! मैं तेरे राज्य में नहीं, राम–राज्य में हूं, मेरे राजा राम हैं तू नहीं, युग तो आते जाते रहते हैं।'' ''आपको मेरी अवज्ञा मंहगी पड़ेगी।'' धमकी देकर कलि चला गया। अगले ही दिन एक व्यक्ति आये, कहा,''महाराज ! आपने शराब मंगवाई थी उस के पैसे अभी तक नहीं पहुंचे।'' संत समझ गये, कलि का खेल है। सत्संगी जो समर्पित थे, निन्दक हो गये, आश्रम खाली हो गया। संत मस्त–अति वाह–वाह देखी थी, अब बदनामी देखते हैं। कलि प्रकट हुए–पूछा,''कैसा है आश्रम ? कैसी है भक्ति ? सुना है भगवान मानने वाले शैतान मानने लगे हैं। पुनः कहूंगा मेरे राज्य में नामोपासना सिखा कर मेरे विरुद्ध न चलो। यदि मान जायें तो कल से ही दुगने भक्त पधारने लगेंगे।'' ''कैसे ?'' संत ने पूछा। ''कल ही दिखा दूंगा,''कलि ने कहा। एक कोढ़ी मार्ग में पड़ा था,''अरे कोई मुझे संत के पास ले जाओ, यदि वह कृपा करके मुझ पर पानी छिड़केगा तो कोढ़ दूर हो जायेगा। ऐसा भगवान ने स्वपन में बताया है।'' लोग कहें,''नहीं – वह तो शराबी है, संत नहीं।'' ''अरे नहीं, वह उच्च कोटि का महात्मा है।'' संत ने जल छिड़का, कोढ़ ठीक, वृद्ध से सुन्दर युवक हो गया। सत्संगी, शर्मिन्दा, क्षमा मांगी। सत्संग में खूब भीड़ हो गयी। कलि फिर पधारे, कहा,''देख लिया मेरा प्रताप, अतएव मुझ से मिलकर रहो''। संत ने तत्काल कहा,''नहीं, हम तो प्रभु राम से ही मिल कर रहेंगे, सत्संग जारी रहेगा ताकि लोग विषय–दास, धन–मन

के दास न बनें, राम–दास बनें।'' कलि ने धमकाया,''आपको भारी पड़ेगा, देख लिया न मेरा प्रभाव।'' ''हां देख लिया, निन्दा–स्तुति दोनों करवा ली, क्या तूने भी देख लिया राम–राज्य का प्रभाव ? मैं दोनों में सम।'' प्रत्येक परिस्थिति में अप्रभावित अर्थात सम व शान्त रहना है, प्रभु की भव्य अनुकूलता का प्रताप। नाम–भक्ति भगवान को भक्त के अनुकूल बना देती है और समता है परमोच्च अवस्था जो राम–कृपा से भक्त को उपलब्ध होती है।

उपनिषद् सब सारों का सार भगवन्नाम को घोषित करता है और नाम–भगवान की उपासना को परमोपासना। वाचिक, उपांशु तथा मानसिक, ये तीनों प्रकार की उपासना सर्वसुखकारी, मंगल एवं कल्याणकारी है। यद्यपि चारों युगों में नाम का प्रभाव प्रत्यक्ष है, परन्तु कलियुग में तो इसका विशेष महत्व कहा गया है। अनादि काल से इसे सर्वोच्च स्थान दिया जा रहा है। इस साधना को कल्पतरु अर्थात समस्त कामनाओं को पूर्ण करने वाली एवं सकल भव–व्याधियों को दूर करने वाली बताया गया है। हिन्दु, मुस्लिम, सिख, ईसाई एवं यहूदी सभी किसी न किसी रुप में नामोपासना का महत्व स्वीकार करते हैं। इसके मुख्य अंग हैंः नाम–स्मरण,ध्यान व कीर्तन।

1. **नाम–सिमरन** : परमेश्वर के पतित–पावन नाम को वाणी अथवा मन से जपना सिमरन (सुमिरन) कहा गया है। नाम–उच्चारण करते करते, उसके गुणों का स्मरण, प्रीतिपूर्वक अथवा भाव–सहित जप सिमरण कहाता है। संत सिमरन की महिमा गाते हुए अघाते नहीं–

" सिमरन में सब सुख बसें, सिमरन में हरि आप।
वहां नामी निवास है, जहां नाम का जाप। "

(भक्ति–प्रकाश)

परमात्मा को सर्वत्र, सर्वदा अपने अंगसंग अनुभव कर, उससे मन ही मन वार्तालाप करते रहना मधुर स्मरण–योग वर्णन किया जाता है –

" स्मरण योग कहा सुगम, कठिन अन्य हैं योग।
हरि दर्शन हरि धाम दे, सिमरन हरता रोग।।"

(भक्ति–प्रकाश)

राम–नाम जपने का सबको समान अधिकार है, चाहे निपट निरक्षर है या साक्षर, निर्धन है या धनवान, उच्च जाति का है या निम्न का, महिला है या पुरुष, पवित्र है या अपवित्र, पापी है या पुण्यात्मा, मांसाहारी है या निरामिष एवं दुःखी है या सुखी। इसे जेल में, शौचालय में, श्मशान–भूमि में, खेत, अस्पताल अर्थात प्रत्येक स्थान में जपा जा सकता है। हर समय जपा जा सकता है। नाम–भगवान नरेश हैं, जापक के चौकीदार बनकर उसकी पवित्रता, उसके सद्‌गुणों की रक्षा करते हैं, दुर्गुणों से बचा कर रखते हैं। नाम की गूंज, मोर की गूंज अथवा गरुड़ की गूंज का कार्य करती है।

" काया चन्दन तरु कहा, लिपटे अवगुण नाग।"
नाम गरुड़ की गूंज सुन, जावें सब ही भाग।"

(भक्ति–प्रकाश)

" राम राम धुन गूंज से, भव भय जाते भाग।"

(अमृतवाणी)

पशु पक्षी को भी नाम–पुकारने से प्रभु का संरक्षण मिला है।

'नाहन गुनु नाहन कछु विद्या, धर्म कौन गज कीना।
नानक विरद राम का देखो, अभय दान तिहि दीना।''

''राम'' परब्रह्म परमात्मा का सर्वाधिक प्रिय मधुरत्तम नाम भी है तथा द्वि–अक्षर मंत्र भी है। इस शब्द के उच्चारण से दोनों नाम एवं मंत्र जप का फल मिलता है। एकदा धर्मराज युधिष्ठिर ने पितामह से पूछा,''मंत्र जप करने वाले को कौन लोक प्राप्त होता है ?'' भीष्म एक दृष्टांत के माध्यम से उत्तर देते हैं – हिमालय के निकट एक तपस्वी ब्राह्मण ने अनेक वर्षों तक राम–नाम जपा। प्रभु प्रकट हुए कहा,''ब्रह्म ऋर्षि ! मैं तुम से प्रसन्न हूं, वर मांगो।'' ''हे प्रभो! और अधिक मंत्र–जप की इच्छा में निरन्तर वृद्धि हो तथा मन की एकाग्रता में बराबर उन्नति हो।'' ''तथास्तु ! अब तुम प्रेमपूर्वक नाम जपो।'' वर्षों जप किया। मन, इन्द्रियों पर पूरा वशीकरण हुआ। काम, क्रोध, लोभ, मोह पर विजय प्राप्त की, दूसरों के दोष कभी न देखते। अब धर्मराज पधरे–कहा,''महाराज ! मैं आपके दर्शन करने आया हूं। नाम–मंत्र जाप के फलस्वरुप आप देव–लोक को लांघ जहां आपकी इच्छा हो, ऊपर के लोकों में प्रवेश पा सकते हैं।'' ऐसी है राम–नाम एवं मंत्र–आराधना की महिमा।

नाम–भगवान ने किस निन्दनीय को वन्दनीय नहीं बना दिया ? यह तो अनधिकारी को राम–कृपा का पुण्य पात्र बना देता है। एक राजा, एवं उसके राज्य अधिकारियों के चरणों का दास, राम–दास बनने के लिए हिमालय की गोद में

साधनारत हो गया। राम–नाम की दीक्षा देते समय गुरु जी ने समझाया था,''वत्स ! राम–मंत्र चलते–फिरते, सैर करते, उठते–बैठते, खाते–पीते, खेलते–कूदते, नहाते–धोते, काम–काज करते, सोते–जगते, श्वास लेते–छोड़ते तथा यात्रा करते हर समय जपा जा सकता है, हर जगह जपा जा सकता है। भोजन बनाते, लकड़ी काटते भी राम राम जपते रहना।'' लटक लग गई, अविराम नाम जपा। एकान्त था समय का सदुपयोग किया। गप–शप, निन्दा–चुगली, झूठ, छल–कपट सब छूट गया। युवक नाम–रंग में रंगा गया। नाम–भगवान ने कृपा की, मन का पवित्रीकरण हुआ, आचरण–व्यवहार सुधरा, स्वभाव बदला। भूख–नींद बहुत कम हो गई, राम–मिलन की तड़प जगी। चित्त शान्त हुआ, परम–शान्ति एवं परमानन्द का अनुभव हुआ। चेहरे पर अद्‌भुत नूर प्रकट हुआ। प्रभु ने लोक–संग्रह के लिए अपना यन्त्र बनाकर संसार में भेजा। पुष्प खिला था, उसके सौन्दर्य एवं उसकी महक से सबको सुख मिले, अतः प्रीति–भोज का आयोजन किया। धनवानों ने, राजा सहित आर्थिक सहायता की। नाम की महिमा समझाई, भजन–कीर्तन हुआ। विदा लेते समय सबने संत को प्रणाम किया। राजा भी पहुंचे–कहा,''महात्मन! कोई चमत्कार नहीं दिखाया।'' संत ने मुस्करा के विनयपूर्वक उत्तर दिया,''राजन ! चमत्कार तो हो गया। मैं वही आपका सेवक जो कुछ वर्ष पूर्व आपको ही नहीं आपके अधिकारियों को भी प्रणाम किया करता था, आज आप सहित सब उसे दण्डवत प्रणाम कर रहे हो। इससे बड़ा चमत्कार और क्या हो सकता है ?'' कितनी सुगमता से नाम–भगवान रीझ कर अपनी महिमा को चमत्कारी ढंग से भक्त में प्रकट कर देते हैं।

2. **नाम–ध्यान** : ध्यानपूर्वक नाम जाप चाहे वाचिक ही हो, आत्म–शक्ति को जगा देता है। यदि मानसिक हो अथवा सांस के साथ जपा जाये तथा प्रीतिपूर्वक नाम की ध्वनि पर मन एकाग्र किया जाये तो शब्द–ब्रह्म (अजपा जाप) व नाद–ब्रह्म (अनाहत नाद) आप ही आप प्रकट हो जाते हैं। नाम–ध्यान मन की सारी मैल धेने, कुसंस्कारों को जलाने तथा आत्म–स्वरुप जान जाने का एक सहज एवं उत्कृष्ट साध्न है। अनन्त के मिलाप का यह परम उपाय है।

''सब साधन का सार है, सब योगों का सार।
सर्व कर्म का सार है, नाम ध्यान सुखकार।।''

(भक्ति–प्रकाश)

जीवन के दिव्यीकरण का अर्थात श्रीराम के सद्‌गुणों को अपने भीतर खींचने का अति शक्तिशाली साधन है नाम ध्यान।

''राम नाम धुन ध्यान से सब शुभ जाते जाग''

(अमृतवाणी)

3. **नाम–संकीर्तन** : काम वासना (कामिनी), कंचन और कीर्ति मनुष्य को कुपुरुष बना देते हैं, इन की चिकित्सा होती है चौथे ककार से अर्थात कीर्तन से। सभी प्रकार के कीर्तनों में नाम कीर्तन सर्वाधिक महत्वपूर्ण है। नाम संकीर्तन के विषय में कहा गया है – ''यह पाप रुपी पर्वतों को चूर्ण–विचूर्ण करने में बज्र के समान है, सुख–दुःख, मान–अपमान आदि द्वन्द्वों के उभाड़ को दूर करने वाली सिद्धौषधि है और अज्ञानरुपी रात्रि के प्रगाढ़ अंधकार को नष्ट करने के लिए सूर्य के उदय के समान है।'' अतिशय सुन्दर भक्तिभावपूर्ण स्तोत्रों, भजन–गीतों द्वारा तन्मय होकर

प्रभु चरणों में अपने आपको समर्पित करना संकीर्तन का सदृश्य स्वरुप है। श्रीराम ऐसे स्थान पर, जहां उनके भक्त एकत्र होकर, प्रभु का गुणगान करते हैं, स्वयं विराजमान रहते हैं। जिस कीर्तन में रोमांच हो जाये, प्रेमाश्रु बहने लगें तथा आवेश आ जाये, ऐसा कीर्तन सारे तन को, मन को, स्नायु को और सारे मज्जाजाल को प्रभावित कर देता है। आत्मा को इससे सहज ही शान्ति प्राप्त हो जाती है। संतों ने सत्य ही कहा है कि संगीत सहित नाम का आराधन अति सुगम है और भगवत्प्रेम प्राप्ति का सर्वोच्च उपाय है। जिस प्रकार ताली बजाने पर पेड़ पर बैठे पक्षी उड़ जाते हैं उसी प्रकार संकीर्तन में ताली बजाने से पाप–पंछी भी उड़ जाते हैं। श्री राम–गुण–गान की महिमा वर्णन करते हुए तुलसीदास जी कहते हैं,

''कलियुग केवल हरिगुन गाहा।
गावत, नर पावहिं भव थाहा।।
कलियुग जोग न जग्य न ग्याना,
एक आधर राम गुन गाहा।।''

(रा.च.मा. 7/149/2–3)

वे आगे फरमाते हैं – राम जी की अपेक्षा जिसे राम–नाम अधिक प्रिय है, उसका इस घोर कलियुग में कल्याण निश्चित है। किसी के पूछने पर गोस्वामी जी नामोपासना की विधि बताते हैं –

'' राम राम रमु, राम राम रटू, राम राम जपु जीहा।

(विनय पत्रिका)

मन की तीन दशा होती हैं। कभी शान्त होता है, कभी

दुःखी और कभी मन सुखी होता है। तुलसीदास जी सुझाते हैं,''जब मन शान्त हो तो राम राम ऐसे जपो कि ध्यानस्थ हो जाओ। यदि मन दुःखी हो तो राम राम रटो—'रट मेरी रसना, राम राम राम', बीमारी अथवा संकट में मन नहीं लगता, तो भी राम राम जपते रहें। जब मन आनन्दित हो तो राम—राम से खेलो।'' तुलसी समझाते हैं जब हम वाद्य—यन्त्रों तथा संगीत के साथ संकीर्तन करते हैं, ताली बजती है, हाथ उठते हैं तथा नृत्य होता है, यही नाम—भगवान से खेलना है, रमना है। अतएव तुलसी भी नामावतार की उपासना के उक्त—वर्णित तीन ही अंग वर्णन करते व स्वीकारते हैं। स्वामी सत्यानन्द जी दृढ़तापूर्वक एवं विश्वासपूर्वक आश्वस्त करते हैं:

''तारक मंत्र राम है, जिसका सुपफल अपार।
इस मंत्र के जाप से, निश्चय बने निस्तार।।''

(अमृतवाणी)

गुरु नानक भी ऐसी ही वाणी बोलते हैं :

'' कहु नानक सोई नर सुखिया, राम नाम गुण गावै।
और सकल जग माया मोहिया, निर्भय पद नहिं पावै।''

एकदा किसी सज्जन ने स्वामी अखण्डानन्द जी से पूछा— '' महाराज ! कोई ऐसा साधन बतावें जो सरल, संक्षिप्त, सामग्री—विहीन, सबको सुलभ हो और शीघ्र फलित होने वाला हो।''

महाराज जी बोले—''भगवन्नामोपासना।''

दूसरे ने पूछा—''विषय—वासना कैसे दूर हो''?

महाराज जी ने कहा —

''राम नाम जब सुमिरन लागा।

कहे कबीर विषय सब भागा।।''

इतिहास साक्षी है –

''राम–नाम ने वे भी तारे,
जो थे अधर्मी अधम हत्यारे।
कपटी–कुटिल–कुकर्मी अनेक,
तर गये राम–नाम ले एक।।
तर गये धृति–धरणा हीन,
धर्म–कर्म में जन अति दीन।
राम–राम श्रीराम–जप जाप,
हुए अतुल विमल अपाप।।''

(अमृतवाणी)

अन्य अवतार तो किसी एक या कुछेक के लिए, गिनित प्रयोजन सिद्ध करने हेतु अवतरित हुए, परन्तु नामावतार तो सबके लिए, सर्वप्रयोजन संपूर्ण करने के लिए सर्वत्र,सर्वदा अवतरित है। ऐसे श्रीनामभगवान् को बारम्बार प्रणाम है।