

ಹೊಯ್ಸಳ ವಾಣಿ

ನಮ್ಮ ಹನಿ ನಮ್ಮ ದಿವ್ಯ

Vol. 09, Issue - 11

KARKAN/2008/27013

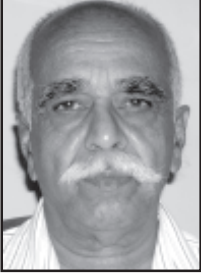
ಬಿಡಿ ಪ್ರತಿ ರೂ. 4/-

E-mail:hks_mysore@yahoo.com

NOV- 2016

Pages - 8

ಅಧ್ಯಕ್ಷರ ನುಡಿ



ಈ ಪತ್ರಿಕೆಯು ದೀಪಾವಳಿಯ ನಂತರ ನಿಮ್ಮ ಕೈಸೇರುತ್ತಿದೆ. ಎಲ್ಲರೂ ಪರಿಸರ ಸ್ನೇಹಿ ದೀಪಾವಳಿಯನ್ನು ಆಚರಿಸಿದ್ದಾರೆಂದು ತಿಳಿಯೋಣವೇ? ದೀಪಾವಳಿಯ ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲರ ಬದುಕಿನಲ್ಲೂ ಹೊಸ ಬೆಳಕನ್ನು ನೀಡಲಿ. ಹೊಸ ಬೆಳಕಿನ ಪ್ರಭೆ

ಯಲ್ಲಿ ಹೊಸತನ ಬದುಕಿನಲ್ಲೆಲ್ಲ ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳಲಿ ಎಂಬ ಆಶಯ ಎಲ್ಲರದು. ಇದು ನಿಜವಾಗಲಿ.

ದೇಶದಲ್ಲಿ ಏಕ ರೂಪ ನಾಗರಿಕ ಸಂಹಿತೆ ಜಾರಿಗೆ ತರಬೇಕೇ ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಂದ್ರ ಕಾನೂನು ಆಯೋಗ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಂದ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಿದೆ. ಸಾಮಾಜಿಕ ತಾರತಮ್ಯವನ್ನು ಕೊನೆಗೊಳಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಎಲ್ಲ ಧರ್ಮಗಳ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಕಾನೂನುಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲನೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸಲಾಗುವುದು ಎಂದು ಆಯೋಗ ಹೇಳಿದೆ. ಆಯೋಗವು 16 ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ನೀವೆಲ್ಲರೂ ನಿಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ನವೆಂಬರ್ 21 ರೊಳಗೆ ಇ-ಮೇಲ್ ಅಥವಾ ಅಂಚೆ ಮೂಲಕ ತಿಳಿಸಬಹುದು. ವಿಳಾಸ :- 14ನೇ ಮಹಡಿ,

ಸುಭಾಷಿತ

ಬಾಲಾದಪಿ ಗ್ರಹೀತವ್ಯಂ ಯುಕ್ತಿಯುಕ್ತಂ ಮನೀಶಿಭಿಃ |
ರವೇರವಿಷಯೇ ಕಿಂ ನ ಪ್ರದೀಪಸ್ಯ ಪ್ರಕಾಶಂ ||

ಚಿಕ್ಕವರ ನುಡಿಗಳು ಯೋಗ್ಯವಾಗಿದ್ದರೆ ಅಂಥವುಗಳನ್ನು ಪಂಡಿತರಾದವರೂ ಕೂಡಾ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಸೂರ್ಯನ ಬೆಳಕು ಎಟುಕದ ಕತ್ತಲೆಯ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ನಾವು ದೀಪವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದಿಲ್ಲವೇ?

— ಹಿತೋಪದೇಶ

(ಸಂಗ್ರಹ: ಎ.ಕೆ.ವೆಂಕಟರಾಮು)

ಎಜ್ಜಿ ಹೌಸ್, ಕಸ್ತೂರಬಾ ಗಾಂಧಿ ರಸ್ತೆ ನವದೆಹಲಿ - 110001 ಅಥವಾ ಇ ಮೇಲ್: ici-dla@nic.in, ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಯನ್ನು ಈ ವೆಬ್ ಸೈಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಪಡೆಯಬಹುದು: <http://lawcommissionofindia.nic.in>

2016 ಡಿಸೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸಮ್ಮೇಳನವು ಬೆಳಗಾವಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದು ಇದಕ್ಕೆ ತಾವೆಲ್ಲರೂ ಸಹಕರಿಸಬೇಕೆಂದು ತಮ್ಮಲ್ಲಿ ವಿನಂತಿ. ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕೆ ಹೆಸರು ಕೊಟ್ಟಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಕಾದಿರಿಸುವ ಏರ್ಪಾಡು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

— ಪಿ. ವಿ. ಭಾರದ್ವಾಜ

ಬಿಳಿಗಿರಿ ರಂಗನಾಥನ ದರ್ಶನ ಮಾಡಿ ಬರೋಣವೇ

ಸಂಘದ ವತಿಯಿಂದ 27-11-16ರಂದು, ಬಿಳಿಗಿರಿ ರಂಗನಾಥನ ಬೆಟ್ಟಕ್ಕೆ, ಒಂದು ದಿನದ ಅಹ್ಲಾದಕರ ಪ್ರವಾಸ ಕಮ್ ತೀರ್ಥಕ್ಷೇತ್ರ ದರ್ಶನ ಏರ್ಪಾಡಾಗಿದೆ. ಬೆಳಗಿನ ತಿಂಡಿ, ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಊಟ, ಸಂಜೆ ಸ್ನಾನ್ ಜೊತೆಗೆ ಕಾಫಿ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದು ಬೇಡ, ಅನುಭವಿ ಸಂಘ ಇದನೆಲ್ಲಾ ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಲಿದೆ.

ಗಮನಿಸಿ: ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಕೇವಲ ರೂ 300. 20-11-16ರ ಒಳಗೆ ಸಂಘದ ಕಾರ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ತಿ ಹಣ ನೀಡಿ ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. (ಯಾವುದೇ ಕಾರಣದಿಂದ ನೋಂದಾಯಿಸಿ ನಂತರ ನೀವು ಬರುವುದಕ್ಕಾಗ ದಿದ್ದರೆ ಹಣ ಮರುಪಾವತಿ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ). ಬೆಟ್ಟದ ಮೇಲೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಳಿ ಇರಬಹುದೇನೋ! ಸ್ವೆಟ್ಟರ್ ಇತ್ಯಾದಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗಿಡಬಹುದು. ಬರುತ್ತೀರಲ್ಲವೇ?

ತುಳಸಿಗೊಂದು ಪೂಜೆ - ಉತ್ಪನ್ನ ದ್ವಾದಶಿಯಂದು

ಮರಗಿಡಗಳಲ್ಲಿ ದೈವತ್ವವನ್ನು ಕಂಡವರು ಭಾರತೀಯರು. ಅಂತೆಯೇ ಬಹುಪಯೋಗಿಯಾದ ತುಳಸಿ ಗಿಡಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವವಾದ ಹಾಗೂ ಪೂಜನೀಯ ಸ್ಥಾನವಿದೆ.

ಪೂರ್ವದಲ್ಲಿ ದೇವಾಸುರರು ಸಮುದ್ರ ಮಂಥನ ಮಾಡಿದಾಗ ಅದರಲ್ಲಿ ಕಲ್ಪವೃಕ್ಷ, ಕಾಮಧೇನು, ಐರಾವತ, ಅಮೃತದ ಸುವರ್ಣ ಕಲಶದೊಂದಿಗೆ ತುಳಸಿಯೂ ಅವಿಭವಿಸಿದಳು. ಲಕ್ಷ್ಮಿಯನ್ನೂ, ತುಳಸಿಯನ್ನೂ ಪರಿಗ್ರಹಿಸಿದ ವಿಷ್ಣು, ನೀನು ಲೋಕಪಾವನೆಯಾಗೆಂದು ಹರಸಿದ. ಪ್ರತಿ ಸಂಪ್ರದಾಯಸ್ಥರ ಮನೆಯಲ್ಲೂ ತುಳಸಿಯ ಬೃಂದಾವನ ವಿರಬೇಕು. ಇದರಲ್ಲಿ ಲಕ್ಷ್ಮಿ, ವಿಷ್ಣು, ಸರ್ವ ದೇವತೆಗಳೂ, ಋಷಿಗಳೂ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅಂಥ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ದೈವಾಂಶ ವಿರುತ್ತದೆ. ತುಳಸಿ ಇಲ್ಲದ ಮನೆ ಕಳಾಹೀನ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ದಿನನಿತ್ಯದ ಹಾಗೂ ವಿಶೇಷ ಪೂಜೆಗಳಿಗೆ ತುಳಸಿ ಅವಶ್ಯಕ.

11-11-16 ರಂದು ಉತ್ಪನ್ನ ದ್ವಾದಶಿ. ಉತ್ಪನ್ನ ದ್ವಾದಶಿ ಎಂದರೆ ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣನು ನಿನ್ನ ಕಳೆದು ಜಾಗೃತನಾಗುವ ದಿನ. ಇಂದು ವಿಷ್ಣು ಹಾಗೂ ತುಳಸಿಯ ವಿವಾಹದ ದಿನ ವೆನ್ನುತ್ತಾರೆ. ತುಳಸಿ ಲಕ್ಷ್ಮಿ ಸ್ವರೂಪಳೆನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇಂದು ತುಳಸಿ ಪೂಜೆಯ ಪುಣ್ಯ ದಿನ. ತುಳಸಿ, ಅಗಸೆ, ಧಾತ್ರಿ ಇವು ಮೂರೂ ಶ್ರೀ ಹರಿಗೆ ಪ್ರಿಯ. “ಎಲ್ಲ ಸಾಧನವಿದ್ದು ತುಳಸಿ ಇಲ್ಲದ ಪೂಜೆ ಒಲ್ಲೆನೋ ಹರಿ ಕೊಳ್ಳೆನೋ” ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಕಾರ್ತಿಕ ಮಾಸದ ಹನ್ನೆರಡನೆಯ ದಿನ ಈ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಮದುವೆಯ ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಬೆಟ್ಟದ ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿಯ ಕೊಂಬೆಯನ್ನಿಟ್ಟು, ತುಳಸಿ ಕಟ್ಟೆಯನ್ನು ರಂಗೋಲಿ, ಹೂವು, ಹಾಗೂ ತೋರಣಗಳಿಂದ ಅಲಂಕರಿಸಿ, ಕೃಷ್ಣನ ವಿಗ್ರಹವನ್ನಿಟ್ಟು ಪೂಜಿಸುತ್ತಾರೆ. ನೈವೇದ್ಯಕ್ಕೆ ಕೃಷ್ಣನ ಪ್ರಿಯವಾದ ಹಾಲು, ಮೊಸರಿನೊಂದಿಗೆ ಹಾಗೂ ಕೃಷ್ಣ, ಹಾಗೂ ತುಳಸಿ ಅಷ್ಟೋತ್ತರಗಳೊಂದಿಗೆ ಪೂಜಿಸುತ್ತಾರೆ. ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಬಟ್ಟಲಂತೆ ಮಾಡಿ, ಅದರಲ್ಲಿ ತುಪ್ಪದ ದೀಪ ಹಚ್ಚಿ, ಆರತಿ ಮಾಡಿ, ನೆರೆಹೊರೆಯವರನ್ನು ಕರೆದು ತಾಂಬೂಲ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಮಕ್ಕಳು, ಹೂ ಬಾಣ, ಮತಾಪು, ಹಚ್ಚಿ ಸಂಭ್ರಮಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಕೃಷ್ಣನಿಗೆ ತುಳಸಿ ಬಲು ಪ್ರಿಯ. ಒಂದು ತುಳಸಿದಳವನ್ನು ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಅರ್ಪಿಸಿದಲ್ಲಿ ಅವನು ಸಂತೃಪ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಚಿನ್ನ, ಬೆಳ್ಳಿ, ವಜ್ರವನ್ನಿಟ್ಟರೂ ಏರದ ಕೃಷ್ಣನ ತುಲಾಭಾರ, ರುಕ್ಮಿಣಿ ಪ್ರೀತಿಯೊಂದಿಗೆ ಇಟ್ಟ ಒಂದು ತುಳಸಿ ದಳದಿಂದ ಹೇಗೆ ತೂಗಿತೆನ್ನುವುದು ಸರ್ವವಿದಿತ.

ತುಳಸಿ ಸರ್ವಮಾನ್ಯಳು, ವಿಶ್ವವಂದ್ಯಳು ಎನಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕೇವಲ ಭಕ್ತಿಭಾವದಿಂದಲ್ಲ. ಅದರಲ್ಲಿರುವ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳಿಂದಾಗಿ ಪ್ರಾಧಾನ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ತುಳಸಿ ಮನುಕುಲದ

ಸಂಜೀವಿನಿ. ಇದು ಹೇರಳವಾಗಿ ಆಮ್ಲಜನಕವನ್ನು ಹೊರ ಹಾಕುವುದರಿಂದ ವಾತಾವರಣ ಶುದ್ಧೀಕರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಸೊಳ್ಳೆಗಳು, ಕ್ರಿಮಿಕೀಟಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜೀವಾಣು ನಾಶಕ ಗುಣಗಳಿರುವುದರಿಂದ (Bacteria) ಶ್ವಾಸ ಸಂಬಂಧಿತ ಖಾಯಿಲೆಗಳಾದ ನೆಗಡಿ, ಕೆಮ್ಮು, ವಿಷಮಶೀತ ಜ್ವರದಂತಹ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದಾಗಿ ಇಂದಿಗೂ ದೇವರ ನೈವೇದ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಇಡುವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಮೇಲೊಂದು ತುಳಸಿದಳ ಇಡುವುದು ವಾಡಿಕೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ದೇಹಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ 27 ಬಗೆಯ ಲೋಹಾಂಶಗಳಿರುವುದರಿಂದ, 350ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಔಷಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಉಪಯೋಗಿ. ಜೀರ್ಣಶಕ್ತಿಗೆ ಸಹಕಾರಿ. ಬುದ್ಧಿ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಚುರುಕುಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾನಸಿಕ ಉದ್ವೇಗ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಹಾಗೂ ಜಂತು ಹುಳ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಅನುಕೂಲ. ಕಿಡ್ನಿ ಸ್ಟೋನ್ ಹಾಗೂ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೂ ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ.

ತುಳಸಿ ಮಣಿ ಧರಿಸುವುದರಿಂದ ಚರ್ಮ ರೋಗ ನಿವಾರಣೆ, ತುರಿಕೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ತುಳಸಿ ರಸ, ನಿಂಬೆ ರಸ ಸೇರಿಸಿ ಹಚ್ಚಿದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗ. ಶ್ವೇತ ತುಳಸಿ ಹಸಿರು ಬಣ್ಣದ್ದಾದರೆ, ಕೃಷ್ಣ ತುಳಸಿ ಕಪ್ಪು, ಕೆಂಪು ಮಿಶ್ರಿತ. ಇದು ಔಷಧಿಗಳ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಶ್ರೇಷ್ಠ.

ಇಂಥ ತುಳಸಿ ಪೂಜನೀಯಳಲ್ಲದೆ ಮತ್ತೇನು?

- ಲಲಿತಾ ಸುಂದರೇಶನ್

ಮಹಿಳಾ ಮಿಲನ

ದಿನಾಂಕ 18-10-16ರಂದು, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ಗಂಟೆಗೆ ಪ್ರತೀ ತಿಂಗಳ, ಹೊ.ಕ.ಸಂಘದ ಮಹಿಳಾ ಸದಸ್ಯರ ಮಿಲನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಡೆಯಿತು.

ಸದರಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮತಿ ಸುಮನ ವಿಶ್ವೇಶ್ವರವರು ವಯಸ್ಸು ಮಹಿಳೆಯರ ಆರೋಗ್ಯದ ತೊಂದರೆಗಳು ಹಾಗೂ ಅವುಗಳ ನಿವಾರಣಾ ಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ALTERNATIVE MEDICINE ಆಡಿಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟರು. ಅವರಿಗೆ ಸಂಘದ ಪರವಾಗಿ ಸಪ್ರೇಮ ವಂದನೆಗಳು.

15-11-2016 ರಂದು ಮಹಿಳಾ ಮಿಲನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10.30 ಗಂಟೆಗೆ ನಡೆಯಲಿದೆ. ಅಂದು ಕೂಡ ಶ್ರೀಮತಿ ಸುಮನ ವಿಶ್ವೇಶ್ವರವರು ತಮ್ಮ ಉಪನ್ಯಾಸವನ್ನು ಮುಂದು ವರಿಸಲಿದ್ದಾರೆ. ಎಲ್ಲರೂ ತಪ್ಪದೇ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಈ ಅಪರೂಪ ಹಾಗೂ ಉಪಯುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಎಲ್ಲಾ ಮಹಿಳಾ ಸದಸ್ಯರಲ್ಲಿ ಸ್ನೇಹಯುಕ್ತ ಆಗ್ರಹ.

ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಹಾರ್ಮೋನಿನ ಬದಲಾವಣೆಯಿಂದ ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಸರಳ ಉಪಾಯಗಳು

Alternative Therapy ಮುಂದುವರೆದ ಭಾಗ

ಹಾರ್ಮೋನುಗಳ ಸರಾಗ ಸಂಚಾರಕ್ಕಾಗಿ -

ಕೈ ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ದವಡೆಯ ಮೂಲೆಯಿಂದ (ಎಚಿತಿ ಭರಟಿಜಿ) ಟೆಂಪಲ್‌ವರೆಗೂ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿ. ನಂತರ ಕಿರು ಬೆರಳಿನಿಂದ, ಟೆಂಪಲ್‌ನಿಂದ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡುತ್ತ, ಕಿವಿಯ ಹಿಂಭಾಗದ ಮೂಲಕ, ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಬಂದು ನಂತರ ಹೃದಯದ ಮೇಲೆ ಒಂದರ ಮೇಲೊಂದು ಕೈಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು. ನಂತರ ದೀರ್ಘವಾಗಿ 2-3 ಬಾರಿ ಉಸಿರಾಡುವುದು.

ಮೆದುಳಿಗೆ ಹೊಸ ಹವ್ಯಾಸವನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಹಾಗೂ ನರಗಳು ರಿಲಾಕ್ ಆಗಲು-

ಮಧ್ಯದ ಬೆರಳಿನಿಂದ ಹುಬ್ಬುಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿ ಮೇಲಕ್ಕೆ ಬೈತಲೆಯ ತನಕ ಹೋಗಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಮಾಡುವಾಗ ಉಸಿರನ್ನು ದೀರ್ಘವಾಗಿ ಒಳಕ್ಕೆ ತೆಗೆದು ಕೊಂಡು ನೀಳವಾಗಿ/ದೀರ್ಘವಾಗಿ ಉಸಿರನ್ನು ಆಚೆ ಬಿಡಬೇಕು.

ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವ ಹಾರ್ಮೋನುಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರಿಸಲು -

ಎರಡೂ ಕೈಗಳ ಮಧ್ಯದ ಬೆರಳಿನಿಂದ ನೆತ್ತಿಯ ಮಧ್ಯ ಭಾಗವನ್ನು Anti clock ಮಸಾಜ್ ಮೂರು ಸೆಕೆಂಡುಗಳ ಮಾಡಿ, ಇದೇ ರೀತಿ ತಲೆಯ ಮೇಲ್ಭಾಗವನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡುವುದು.

ಪಿಟ್ಯುಟರಿ ಗ್ಲಾಂಡ್‌ನಿಂದ ಸರಿಪ್ರವಾಣದ ಹಾರ್ಮೋನುಗಳ ಉತ್ಪಾದನೆಗೆ -

ಬಲ ಅಂಗೈ ಮೇಣಿಕಟ್ಟಿನಿಂದ ಬೈತಲೆಯ ಮುಂಭಾಗ ವನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹಿಡಿದು, ಮಧ್ಯ ಬೆರಳನ್ನು ನೆತ್ತಿಯ ಮೇಲಿಟ್ಟು ಕೊಂಡು, ಎಡಗೈನ ಹೆಬ್ಬಟ್ಟನ್ನು ತಲೆಯ ಹಿಂಭಾಗದ ಮಧ್ಯಕ್ಕೆ ಒತ್ತಿ ಹಿಡಿದು, ಮಧ್ಯ ಬೆರಳನ್ನು ತಲೆಯ ಹಿಂಭಾಗದ ಮೇಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು 30 ರಿಂದ 60 ಸೆಕೆಂಡುಗಳ ಕಾಲ ದೀರ್ಘವಾಗಿ ಉಸಿರಾಟ ಮಾಡುವುದು.

- ಸುಮನ ವಿಶ್ವೇಶ್ವರ್

ಗಮನಿಸಿ

ಶ್ರೀಮತಿ ಸುಮನ ವಿಶ್ವೇಶ್ವರ್‌ರವರು ಬೇಸಿಕ್ ಕೋರ್ಸ್ ಆನ್ ಎನರ್ಜಿ ಮೆಡಿಸಿನ್ (Basic course on Energy Medicine (alternative therapy) ನ್ನು ನವೆಂಬರ್ 21 ರಿಂದ 6 ವಾರಗಳು ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ. ಸಮಯ

ಪ್ರತಿ ಸೋಮವಾರ ಮತ್ತು ಗುರುವಾರ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 3.00 ರಿಂದ 5.30 ವರೆಗೆ. ಒಂದು ಬ್ಯಾಚ್‌ಗೆ 10 ಜನ ಮಾತ್ರ. 16 ವರ್ಷದ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟ ಹೆಂಗಸರು ಮತ್ತು ಗಂಡಸರಿಗೆ ಮಾತ್ರ. ಕೋರ್ಸ್‌ಗೆ ಸೇರಲು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು 9611022214 ಗೆ ಫೋನ್ ಮಾಡಿ ನವೆಂಬರ್ 10ನೇ ತಾರೀಖಿನೊಳಗೆ ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.



ಹೊ. ಕ.
ಸಂಘದಲ್ಲಿ
ನಡೆದ
ಸರಸ್ವತಿ
ಪೂಜಾ
ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಸಂಘದಿಂದ ಚಿತ್ರಕಲಾ ಸ್ಪರ್ಧೆ

ಪೌಢಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ “ಸ್ವಚ್ಛ ಮೈಸೂರು” ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಚಿತ್ರ ಸ್ಪರ್ಧೆಯನ್ನು ಹೊಯ್ಸಳ ಕರ್ನಾಟಕ ಸಂಘವು CMCA ಮತ್ತು ISHRAE ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡಿದೆ. ಸ್ಪರ್ಧೆ - 10-12-2016 10.00 ರಿಂದ 11.30 ಗಂಟೆಗೆ

ಬಹುಮಾನ: ಪ್ರಥಮ - ರೂ.750/-, ದ್ವಿತೀಯ - ರೂ. 500/-, ತೃತೀಯ - ರೂ. 250/-

ಬಹುಮಾನ ವಿತರಣೆ: 12.00 ಗಂಟೆಗೆ

ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಸಂಘದ ಕಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. (ದೂ. 0821 - 2330995)

Drawing competition for High school students organised by Hoysala Karnataka Sangha, Mysore, in Association with ISHARE, CMCA
Theme: “ಸ್ವಚ್ಛ ಮೈಸೂರು” “Clean City”
Competition on 10-12-16 between 10.00 and 11.30 am

Prize distribution at 12.00 pm

Prizes First - Rs.750/-, Second - Rs. 500/-, Third - Rs. 250/- **ONLY HIGH SCHOOL STUDENTS CAN PARTICIPATE.**

ಶ್ರೀಮಂತರು ಕಾನೂನಿನ ಮೇಲೆ ಅಧಿಕಾರ ಚಲಾಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕಾನೂನು ಬಡವರ ಮೇಲೆ ಅಧಿಕಾರ ಚಲಾಯಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಖಿಲ ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯಮಟ್ಟದ 9ನೇ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಮಹಾ ಸಮ್ಮೇಳನ, ಬೆಳಗಾವಿ.

ಸಂಘದ ಎಲ್ಲ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಆಹ್ವಾನ

ಅಖಿಲ ಕರ್ನಾಟಕ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಮಹಾಸಭಾ (ರಿ), ಬೆಂಗಳೂರು, ಇವರ ನೇತೃತ್ವದಲ್ಲಿ, ಬೆಳಗಾವಿ ಜಿಲ್ಲಾ ಅಖಿಲ ಕರ್ನಾಟಕ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸಮಾಜ, ಬೆಳಗಾವಿಯ 2016ನೇ ಡಿಸೆಂಬರ್ 11 ಮತ್ತು 12ರಂದು (ಭಾನುವಾರ ಮತ್ತು ಸೋಮವಾರ) ಎರಡು ದಿನಗಳ ರಾಜ್ಯ ಮಟ್ಟದ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸಮ್ಮೇಳನವನ್ನು ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ 8 ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸಮ್ಮೇಳನಗಳು ಜರುಗಿವೆ. ಉತ್ತರ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಈಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರ ಜಾಗೃತಿ, ಸಂಘಟನೆಗಳನ್ನು ಕುರಿತಂತೆ ಯಾವ ಸಮ್ಮೇಳನವೂ ನಡೆದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ, ಉತ್ತರ ಕರ್ನಾಟಕದ ಹೆಬ್ಬಾಗಿಲು, ಎರಡನೆಯ ರಾಜಧಾನಿ, ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿಯೇ ದೊಡ್ಡ ಜಿಲ್ಲೆ, ಕನ್ನಡ - ಮರಾಠಿ-ಕೊಂಕಣಿ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳ ಸಂಗಮ ಸ್ಥಳ ಎಂದು ಖ್ಯಾತವಾದ ಬೆಳಗಾವಿಯಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯ ಮಟ್ಟದ ಸಮಸ್ತ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸಮ್ಮೇಳನವನ್ನು ಜರುಗಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಅಖಿಲ ಕರ್ನಾಟಕ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಮಹಾಸಭೆಯು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿತು. ಅಂತೆಯೇ ಈ ಸಮ್ಮೇಳನದ ಪ್ರಾಯೋಜಕತ್ವವನ್ನು ಬೆಳಗಾವಿ ಜಿಲ್ಲಾ ಅಖಿಲ ಕರ್ನಾಟಕ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ವಹಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಜಾಗೃತಿ, ಐಕ್ಯತೆ, ಸಂಘಟನೆ, ಅಧುನಿಕ ಕಾಲದ ಸವಾಲುಗಳು, ಮುಂತಾದವುಗಳ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಉತ್ತರ ಕರ್ನಾಟಕದ ಬೆಳಗಾವಿಯಲ್ಲಿ, ಈ ಮಹಾಸಮ್ಮೇಳನ ಜರುಗಿಸುವುದು ತುಂಬಾ ಔಚಿತ್ಯಪೂರ್ಣ, ನ್ಯಾಯೋಚಿತ, ಕಾಲೋಚಿತ ಎಂದು ಅಖಿಲ ಕರ್ನಾಟಕ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಮಹಾ ಸಭಾ ಕಾರ್ಯಕಾರಿಣಿ ಸಭೆಯ ನಿರ್ಣಯದಂತೆ, ಬೆಳಗಾವಿ ಜಿಲ್ಲಾ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸಮಾಜವು ಈ ಮಹಾಸಮ್ಮೇಳನವನ್ನು ನಡೆಸಲು, ಸಂತೋಷ, ಹೆಮ್ಮೆ, ಅಭಿಮಾನಗಳಿಂದ ಮುಂದೆ ಬಂದಿದೆ. ಬೆಳಗಾವಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಹಾಗೂ ಬೆಳಗಾವಿ ನಗರದ ಎಲ್ಲ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸಂಘಟನೆಗಳು ಇಂಥ ಸಮ್ಮೇಳನವನ್ನು ನಡೆಸುವುದಕ್ಕೆ ತಮ್ಮ ಸಹಮತವನ್ನು ತನುಮನ ಧನದಿಂದ ಸಹಕರಿಸುವುದಾಗಿ ಘೋಷಿಸಿರುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಿದ ಎಲ್ಲ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸಂಘಟನೆಗಳಿಗೆ, ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸಮಾಜದ ನೇತಾರರಿಗೆ ಅಖಿಲ ಕರ್ನಾಟಕ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಮಹಾಸಭೆ ಹಾಗೂ ಬೆಳಗಾವಿ ಜಿಲ್ಲಾ ಅಖಿಲ ಕರ್ನಾಟಕ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸಮಾಜವು ತನ್ನ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ, ಆತ್ಮೀಯ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಚೀನಕಾಲದಿಂದಲೂ ಬೆಳಗಾವಿ ಪ್ರದೇಶವು, ತುಂಬಾ ಸಂಪದ್ಭರಿತ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆಯಿಂದ ಸದಾ ಹಸಿರು ಹಸಿರಾಗಿ ಕಂಗೊಳಿಸುತ್ತಿದೆ. ಪ್ರಾಕೃತಿಕವಾಗಿ ಮಲೆನಾಡು ಎಂದು ಹೆಸರು ವಾಸಿಯಾಗಿರುವ ಈ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕೃತಿ ಸದಾ ಹಸಿರು ಹಸಿರಾಗಿ ನೋಡುಗರ ಕಣ್ಮನಗಳನ್ನು ಸೆಳೆದು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಸಂಘಟನೆ-ಸ್ವಾವಲಂಬನೆ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕಾರ, ಈ ಮೂರು ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಎರಡು ದಿನಗಳ ಸಮಾವೇಶ ಆಯೋಜನೆಗೊಂಡಿದೆ. ನಾಡಿನ ಹಲವು ಪ್ರಮುಖ ಮತಾಧಿಪತಿಗಳು, ಶ್ರೇಷ್ಠ ವಿದ್ವಾಂಸರು, ನುರಿತ ಅನುಭವಿ ರಾಜಕಾರಣಿಗಳು, ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಹೆಸರಾದ ಮುಖಂಡರು ಈ ಸಮಾವೇಶದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಲಿದ್ದಾರೆ. ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯಾಗಬಲ್ಲ ಮಾತುಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ಸೆಳೆಯಲಿದ್ದಾರೆ. ಸಂಘಟನೆಯ ಮಹತ್ವವನ್ನು, ಅಧುನಿಕ ಕಾಲದಲ್ಲಿ, ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸಮುದಾಯವು ಸ್ವಾವಲಂಬನೆಯ ಹೆದ್ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಮುನ್ನಡೆಯಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಯನ್ನು ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಚೀನ, ಸನಾತನ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಇಂದೂ ಉಳಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವ, ಈ ಮೂಲಕ ಯುವ ಜನಾಂಗದ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ್ಯವನ್ನು ಕುರಿತಾದ ಹೆಮ್ಮೆ ಅಭಿಮಾನಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ, ಎರಡು ದಿನಗಳ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸಮ್ಮೇಳನದ ವಿವಿಧ ಗೋಷ್ಠಿಗಳು ಸಾರ್ಥಕ ಚರ್ಚೆ ನಡೆಸುವ, ಮಹಿಳೆಯರ ಶಿಕ್ಷಣ, ಸಂಸ್ಕಾರ, ಮದುವೆ, ಉದ್ಯೋಗ, ಮನೋಭಾವಗಳನ್ನು ಕುರಿತಂತೆ ವಿಶೇಷ ಗೋಷ್ಠಿಗಳು ಈ ಸಮಾವೇಶದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ.

ಈ ಸಮ್ಮೇಳನದ ಬೃಹತ್ ಶೋಭಾಯಾತ್ರೆಯೊಂದು ಆಯೋಜನೆಗೊಂಡಿದ್ದು ಲಕ್ಷೋಪಲಕ್ಷ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರು ಈ ಶೋಭಾಯಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡು, ಸಮಾಜ ಸರ್ಕಾರಗಳಿಗೆ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರ ಒಗ್ಗಟ್ಟಿನ ಸಂದೇಶವನ್ನು ನೀಡಲಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಶೋಭಾ ಯಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ, ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸುಹಾಸಿನಿಯರು, ಯುವಕ ಯುವತಿಯರು, ವೃದ್ಧರು ತಮ್ಮ ವಯಸ್ಸು, ಅಂತಸ್ತು, ವೈಯುಕ್ತಿಕ ಮತಬೇಧಗಳು, ಮನೆತನದ ಪಂಥ, ಆಚರಣೆ, ರೂಢಿಗಳನ್ನು ಬದಿಗೊತ್ತಿ, ಸಮಸ್ತ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸಮುದಾಯದ ಐಕ್ಯತೆ ಹಾಗೂ ಒಗ್ಗಟ್ಟಿನ ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆ, ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಮೆರೆಯಲಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಶೋಭಾಯಾತ್ರೆ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಸಮುದಾಯದ ಐಕ್ಯತೆಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಮೈಲಿಗಲ್ಲೊಂದನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲಿದೆ.

ಈ ಅಪೂರ್ವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಸಂಘದ ಎಲ್ಲಾ ಸದಸ್ಯರು ಸಮಾವೇಶದಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ತಮ್ಮ ಅಮೂಲ್ಯ ಸಹಕಾರ ನೀಡಬೇಕೆಂದು ಕೋರಿಕೆ. ಬೆಳಗಾವಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣ ಬೆಳೆಸಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುವಂತೆ, ರೈಲಿನಲ್ಲಿ 2 ಅಥವಾ 3 ಬೋಗಿಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ಬೆಳಗಾವಿಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ದಿನಗಳ ವಾಸ್ತವ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಅಲ್ಲಿನ ಭತ್ತ ಸಮಾಜಗಳ ಕಟ್ಟಡವನ್ನು ಪಡೆದಿರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಸದಸ್ಯರು ವಿಪ್ರ ಜನಾಂಗದ ಈ ಅಭೂತಪೂರ್ವ ಸಮ್ಮೇಳನಕ್ಕೆ ತಮ್ಮ ಸಹಕಾರ ನೀಡಬೇಕೆಂದು ಪ್ರೀತಿಯ ಆಗ್ರಹ.

ವಿಪ್ರೋ ರಕ್ಷತಿ ರಕ್ಷಿತ:

ಮದುವೆ ದರ್ಪದ ಆಳ್ವಿಕೆಯಲ್ಲ, ಹೃದಯಗಳ ಮಿಡಿತ.

ಕೈಲಾಸ - ಮಾನಸ ಸರೋವರ ಯಾತ್ರೆಯ ಪಕ್ಷಿನೋಟ-2

(ಮೈಸೂರು ಹೊ.ಕ.ಸಂಘದ ಹಿರಿಯ ಸದಸ್ಯ ಹಾಗೂ ಹಿರಿಯ ವಕೀಲ ಶ್ರೀ ಶಿವಶಂಕರ್‌ರವರು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಕೈಗೊಂಡ ಕಷ್ಟ ಸಾಧ್ಯ ಕೈಲಾಸ ಮಾನಸ ಸರೋವರ ಯಾತ್ರೆಯ ಅನುಭವಗಳ ವಿವರಣಾತ್ಮಕ ಹಾಗೂ ಉಪಯುಕ್ತ ಚೊಕ್ಕ ಕಥನ)

(ಹಿಂದಿನ ಸಂಚಿಕೆಯಿಂದ ಮುಂದುವರಿದಿದೆ)

ಮಾನಸ ಸರೋವರದ ಸ್ನಾನ ಒಂದು ಅವಿಸ್ಮರಣೀಯ ಅನುಭವ. ಯಾವಾಗಲೂ ಇದರ ನೀರು 5⁰ ಯಿಂದ 10⁰ ಯ ಶೀತಾಂಶದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಸೂರ್ಯದೇವನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಜಗಜಗ ಬಿಸಿಲಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಸ್ನಾನ ಸಾಧ್ಯ. ನಮ್ಮ ಪುಣ್ಯದ ಫಲವಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಇದು ಸಾಧ್ಯ. ನಮಗೆ ಸೂರ್ಯದೇವನ ಅನುಗ್ರಹವಾಯಿತು. ಸೂರ್ಯನ ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಆನಂದವಾಗಿ ಸ್ನಾನ, ಪಿತೃತರ್ಪಣ ಎಲ್ಲಾ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಮಾಲೆಗಳಿಗೆ ಅಭಿಷೇಕ ಮಾಡಿ ಕೃತಾರ್ಥರಾದೆವು. ಮಹಿಳೆಯರು ಗಂಗೆ ಪೂಜೆ ಮಾಡಿ ಬಾಗಿ ನ ಸಮರ್ಪಣೆ ಮಾಡಿ ಅವರ ಸೇವೆಯನ್ನು ಗಂಗೆಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಿದರು. ಇಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ನಮ್ಮನ್ನು ಎಲ್ಲ ಪಾಪಗಳಿಂದ ವಿಮುಕ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಮಾನಸ ಸರೋವರ ಕೈಲಾಸದಿಂದ ಭೂಮಿಗೆ ಶಿವನ ಜಟಿಯಿಂದ ಧುಮ್ನಿಕ್ಕಿ ಇಳಿದು ಬರುವ ದೃಶ್ಯ ನಮಗೆ ಲಭಿಸಿತ್ತು. ಗಂಗೆಯು ನೇರ ಕೈಲಾಸದಿಂದ ಜಲಪಾತವಾಗಿ ಧುಮಿಕಿ ಧರೆಗೆ ಬಂದು ಮಾನಸ ಸರೋವರದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಯಾಗಿ ಅಲ್ಲಿಂದ ಮುಂದೆ ಗಂಗಾ, ಯಮುನೆ, ಸರಸ್ವತಿ, ಬ್ರಹ್ಮಪುತ್ರ ನದಿಗಳಿಗೆ ಜನಕೋಟ್ಟು, ಗಂಗೆಯಾಗಿ ಗಂಗೋತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಮೇಲೆ ಬರುತ್ತಾಳೆ. ಯಮುನೆಯಾಗಿ ಯಮುನೋತ್ರಿಯಲ್ಲಿ, ಸರಸ್ವತಿಯಾಗಿ ಬದರಿನಾಥನ ಸಮೀಪವಿರುವ ಭಾರತ ಭೂಪಟದ ಕಡೆಯ ಹಳ್ಳಿ 'ಮಾನ' (ಬದರಿನಾಥ ನಿಂದ 4 ಕಿ.ಮಿ.) ದಲ್ಲಿ ಮೇಲೆ ಬಂದು ನಂತರ ಗುಪ್ತಗಾಮಿನಿಯಾಗುತ್ತಾಳೆ. ಆದರೆ ಬ್ರಹ್ಮಪುತ್ರ ಅಲ್ಲಿಂದಲೇ ಹರಿದು ಗಂಡು ನದಿಯಾಗಿ ಬೋರ್ಗರಿಯತ್ತಾ ಮುಂದೆ ಮುಂದೆ ಸಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸರೋವರದ ಪಾವಿತ್ರತೆ ವಿವರಿಸಲು ಅಸಾಧ್ಯ? ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರು ಯಾವಾಗ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ನೋಡಲೇಬೇಕೆನ್ನುವ ಬಯಕೆ. ಹುಣ್ಣಿಮೆಯ ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಕೈಲಾಸದ ಬಿಂಬವನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತಾ, ರಾತ್ರಿಯ ವೇಳೆಯ ಪ್ರಶಾಂತ ವಾತಾವರಣ ಚಂದ್ರಮಂಡಲ, ನಕ್ಷತ್ರ ಪುಂಜ, ನಕ್ಷತ್ರಗಳು ಮಾನಸ ಸರೋವರಕ್ಕೆ ಬೀಳುವುದು, ದೇವತೆಗಳು, ದೀಪದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬಂದು ಮಾನಸ ಸರೋವರದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿ ನಂತರ ಕೈಲಾಸದ ಕಡೆ ಹೋಗುವ ದೃಶ್ಯ ನೋಡಲು ಪೂರ್ವ ಜನ್ಮದ ಪುಣ್ಯಬೇಕು. ಇಂತಹ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ರುದ್ರಾ ಭಿಷೇಕ, ರುದ್ರಹೋಮಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ನಾವು ಕಲಿತ ವೇದ ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು ಭಗವಂತನಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಿದ ಭಾಗ್ಯ ನನ್ನ ದಾಯಿತು.

ನಮ್ಮ ಮುಂದಿನ ಪಯಣ ಕೈಲಾಸದತ್ತ ಸಾಗಿತು. ಮುಂದಿನ ಊರು ದರ್ಚನ್. 15700 ಅಡಿ ಎತ್ತರ. ಒಂದು ದಿನ ಇಲ್ಲಿ ತಂಗಿ ಮರನೇಯ ದಿನ ಕೈಲಾಸದತ್ತ ಪಯಣ.

ಮಾನಸ ಸರೋವರದ ಆ ಅಪೂರ್ವ, ಅವಿಸ್ಮರಣೀಯ ಅನುಭವವನ್ನು ತುಂಬಿಕೊಂಡು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಸಂಪೂರ್ಣ ವಾಗಿ ಓಂ ನಂಃ ಶಿವಾಯದಲ್ಲಿ ತಲ್ಲೀನವಾಗಿ ಎಷ್ಟು ಬೇಗ ಜೀವನದ ಆ ಕ್ಷಣ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ತವಕದಿಂದ ರಾತ್ರಿ ಕಳೆದವು. ಬೆಳಗ್ಗೆ ದರ್ಚನ್‌ನಿಂದ 'ಧೀರಾಪುಕ್'ಗೆ 5 ಕಿ. ಮಿ. ವಾಹನದ ಪ್ರಯಾಣ. ಕಡೆಗೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಸಾಧನೆಯ ಕ್ಷಣ ಬಂತು.

'ಧೀರಾಪುಕ್' ಸುಮಾರು 16,200 ಅಡಿ ಎತ್ತರ ಪ್ರದೇಶ. ಪರಿಕ್ರಮದ ಮೊದಲ ತಾಣ. ಸುಮಾರು 12 ಕಿ. ಮೀ. ದೂರ ಪ್ರಯಾಣ. ನಮ್ಮ ಪಯಾಣ ಕೈಸಾಧನ ದಕ್ಷಿಣ ದಿಕ್ಕಿನಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭ. ಇಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಯಮದ್ವಾರ ಅಥವಾ ಯಮ ಧರ್ಮರಾಯನ ಗುಡಿ. ಇಲ್ಲಿ ಯಾವ ವಿಗ್ರಹ ಇಲ್ಲ. ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಪುರಾತನ ಮಂಟಪ. ಇದರಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಮೂರು ಬಾರಿ ಒಳಗಿನಿಂದ ಹೊರಗೆ ಬಂದು ಪ್ರದಕ್ಷಿಣೆ ಹಾಕಬೇಕು. ಒಂದು ಬಾರಿ ನಮ್ಮ ಪರಿಕ್ರಮವನ್ನು ಸುಸೂತ್ರವಾಗಿ ಮಾಡಿಸು, 2ನೇ ಬಾರಿ ನನಗೆ ಮೋಕ್ಷ ಕೊಡು, 3 ನೇ ಬಾರಿ ನನ್ನ ಕುಟುಂಬದವರಿಗೂ, ಬಂಧುವರ್ಗದವರಿಗೂ, ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಮೋಕ್ಷ ಕೊಡು ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ನಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಕಾಣುವ ಆ ಕೈಲಾಸ ಪರ್ವತವನ್ನು ದಿಟ್ಟಿಸುತ್ತಾ ಮಾತು ಬರದೆ ಯವೆಯಿಕ್ಕುತ್ತಾ ಆ ಪರಮಾತ್ಮನ ಆವಾಸಸ್ಥಾನವನ್ನು ಕಣ್ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದಕ್ಕೂ ಆ ಸೂರ್ಯ ದೇವನ ಅನುಗ್ರಹ ಬೇಕೇಬೇಕು. ಕಾರಣ ಮಂಜು ಮುಸುಕಿದ, ಹಿಮಗಾಳಿಯಿಂದ ಆವೃತವಾದ ವಾತಾವರಣ ಸರ್ವೇ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಜೊತೆಗೆ ಮಳೆ, ಹಿಮಪಾತ, ಆದರೆ ನಮಗೆ ಆ ಸೂರ್ಯನ ಅನುಗ್ರಹವಾಯಿತು.

ಕೈಲಾಸ ಪರ್ವತದ ವರ್ಣನೆ ನಾಲ್ಕು ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿಯೂ ವಿಭಿನ್ನ. ಆತನ ವರ್ಣನೆ ರುದ್ರದಲ್ಲಿ ವರ್ಣಿಸಿರುವಂತೆ ಪೂರ್ವ ಭಾಗ ಸ್ಫಟಿಕ (Crystal) ದಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. - 'ಸದ್ಯೋಜಾತಂ ಪ್ರಪದ್ಯಾಮಿ, ಸದ್ಯೋಜಾತಂ ನಮೋನಮಃ, 'ಸದ್ಯೋಜಾತಮೂರ್ತಿ . ಪಶ್ಚಿಮ ಭಾಗವು ಪದ್ಮರಾಗ (Ruby) ದಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಅಘೋರ ದಕ್ಷಿಣ ದಿಕ್ಕು ಇಂದ್ರನೀಲ (Saphere) ನಿಂದ 'ವಾಮದೇವಾಯ ನಮೋ, ಜೇಷ್ಠಯ ನಮಃ, ಶ್ರೇಷ್ಠಯನಮಃ, ಕಾಲಯ ನಮಃ, ಕಲವಿಕರಣಾಯ ನಮಃ, ಬಲವಿಕರಣಯ ನಮಃ, ಬಲಾಯ ನಮಃ, ಬಲಪ್ರಮಥನಾಯ ನಮಃ, ಸರ್ವಭೂತದಮನಾಯ ನಮೋ ಮನೋನಮನಯ ನಮಃ, ಉತ್ತರ ದಿಕ್ಕು : ಬಂಗಾರದಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ರತ್ನಸಾನು ಎಂದು ಹೆಸರು. ತತ್ಪುರಷಾಯ ವಿದ್ವಹೆ ಮಹಾದೇವಾಯ ಧೀಮಃಹಿ ತನ್ನೂರುದ್ರ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್-ತತ್ಪುರುಷ ಮೂರ್ತಿ, ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಈಶಾನ್ಯ ಯಾವ ದಿಕ್ಕಿನಿಂದ ನೋಡಿದರು ಆ ಶಿವನ ಧಮರುಗ

ಏಳು ಬಾರಿ ಬಿದ್ದರೂ ಚಿಂತೆಯಿಲ್ಲ, ಎಂಟನೆಯ ಬಾರಿ ಎದ್ದು ನಿಲ್ಲ.

ಸರ್ಪ, ವಿಭೂತಿ, ಪಟ್ಟಿ, ಗಂಗೆ, ಶಿವನ ಮುಕ್ತಾಂಜನ ನಂದಿ ಎಲ್ಲವೂ ಕಾಣುತ್ತದೆ.

ಸೂರ್ಯೋದಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯಂತೂ ಇಡೀ ಕೈಲಾಸ ಬಂಗಾರದ ಬಣ್ಣದಿಂದ ಜಗರುಗಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ನೋಡಲು ಎರಡು ಕಣ್ಣು ಸಾಲದು. ಇನ್ನೂ ಸುರ್ವ ಬೆಳಕು ಹರಿದಂತೆ ಆಯಾಯ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಆಯಾಯ ಶಿಲೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತಾನೆ. ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಗಂಗಾ, ಹಿಮದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಸದಾ ಇರುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲಿಂದ ಕರಗಿ ಕರಗಿ ಸಣ್ಣ ಜಲಪಾತವಾಗಿ ಹರಿದು, ಮಾನಸ ಸರೋವರವನ್ನು ಸೇರುತ್ತಾಳೆ.

ಆದಿ ಶಂಕರಾಚಾರ್ಯರು ಕೈಲಾಸ ಪರ್ವತವನ್ನು ಪರಿಕ್ರಮಿಸಿ ಆ ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿ ಐಕ್ಯವಾದ ಬಗ್ಗೆ ಕುರುಹು ಗಳನ್ನು ಈಗಲೂ ನೋಡಬಹುದು. ಕೈಲಾಸ ಪರ್ವತ ಮೇರು, ಸುಮೇರು, ರಜತಾದ್ರಿ, ರತ್ನಸಾನು, ದೇವ ಪರ್ವತ, ಮುಂತಾದ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಆ ಪರಮೇಶ್ವರ-ಪಾರ್ವತಿಯ ಆವಾಸ ಸ್ಥಾನ. ಶಿವಶಕ್ತಿಯರು ಒಂದುಗೂಡಿದ ಜಾಗ. ಜೀವಾತ್ಮ, ಪರಮಾತ್ಮರ ಐಕ್ಯಸ್ಥಾನ.

ಇದು ಓಂಕಾರ ಪ್ರಣವ ಮಂತ್ರ. ಮೂಲ ಬೀಜ ಮಂತ್ರದ ನಾದ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿದ ಜಾಗ. ವಿಶ್ವದ ರಚನೆಗೆ ಸ್ಥಿತಿ ಲಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣೀಭೂತವಾದ ಕೇಂದ್ರ ಬಿಂದು. (Pillar of Universe) ಯೋಗಿಗಳಿಗೆ ಮೂಲಾಧಾರ ಚಕ್ರದಿಂದ ಬೆನ್ನು ಹುರಿಯ ಮೂಲಕ ಮೇರು ಪ್ರದೇಶದ ಸಹಸ್ರಾರು ಚಕ್ರಕ್ಕೆ ತಲುಪಿದಾಗ ಆಗುವ ಅನುಭವವೇ ಈ ಮೇರು ಪರ್ವತದ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯ. ಬಾಹ್ಯ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಮರೆತು ಪೂರ್ಣ ಸತ್ಯದ ಅನುಭವ ಪಡೆಯುವ ಸ್ಥಾನ. ಅದಕ್ಕೆ ಇಂದಿಗೂ ಇಂದು unconcurred ಪರ್ವತ. ಯಾರಿಂದಲೂ 23000 ಅಡಿ ಎತ್ತರವನ್ನು ಏರಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾಗದೇ ಇರುವ ದೇವ ಪರ್ವತ.

ದಕ್ಷಿಣ ದಿಕ್ಕಿನಿಂದ ಹೊರಟ ನಮ್ಮ ಪರಿಕ್ರಮ ಧೀರಾಪುಕ್ ತಲುಪಿ, ಉತ್ತರ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಬಂತು. ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಪಶ್ಚಿಮ ದಿಕ್ಕಿನ ದರ್ಶನವಾಯಿತು. ಉತ್ತರ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಪರ್ವತವನ್ನೇರಿ, ಆ ಸ್ವಾಮಿಯ ಉತ್ತರ ದಿಕ್ಕಿನ ಮುಖಕ್ಕೆ ಅಭಿಮುಖವಾಗಿ ಬಹಳ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಧಾರಣ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಸೌಭಾಗ್ಯ ಲಭಿಸಿತು.

ಪರಮಾತ್ಮನ ದಿವ್ಯ ಸನ್ನಿಧಿಯಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯನ ಕಣ್ಣಾಮುಚ್ಚಾಲೆಯ ಸಂಜೆಯ ಓಕುಳಿಯ ನಡುವೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಬೀಸುತ್ತಿರುವ ಹಿಮ ಗಾಳಿಯ ಮಧ್ಯೆ ಸಾಷ್ಟಾಂಗ ನಮಸ್ಕಾರ ಮತ್ತು ಯೋಗ ನಮಸ್ಕಾರ ಮಾಡಿ ಕತ್ತಲಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಮನಸ್ಸಿಲ್ಲದ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕೆಳಗೆ ಬಂದು ನಮ್ಮ ಶಿಖರದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ರಾಂತ ಪಡೆದವು.

ಮರು ದಿನ 2ನೇ ದಿವಸದ ಅತಿ ಪ್ರಯಾಸದ ಪರಿಕ್ರಮ. ದೋಲ್‌ಮಾಲ್ ಪಾಸ್ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಎತ್ತರ ಪರದೇಶ ಹತ್ತಿ ಮುಂದೆ ಇಳಿಯುತ್ತಾ ಪಾರ್ವತಿ ಕುಂಡದ ಪಕ್ಕ ಸಾಗಿ (ಗಣಪತಿ ಕಥೆ-ಪಾರ್ವತಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿದ ಜಾಗ) ಮುಂದೆ

ಸಾಗಿ, ಜುತುಲ್ ಪುಕ್ ಸೇರಿ ಪಶ್ಚಿಮ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಬಂದು ವಿಶ್ರಾಂತಿ. ಅತಿ ಪ್ರಯಾಸಕರವಾದ ಹಾದಿ. ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಕೈಲಾಸ ಮಧ್ಯೆ, ಬ್ರಹ್ಮಪುತ್ರ ನದಿ ಪ್ರಪಾತ. ಅದರ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಟ್ರಕ್ಕಿಂಗ್ ಪಾತ್, ಗಾಳಿ ಬೀಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಆಮ್ಲಜನಕವಿಲ್ಲ. ಒಂದು ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ ಕೇವಲ 30 ರಿಂದ 40 ಹೆಜ್ಜೆ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ. ಕೆಲವು ಕಡೆ ಚತುಷ್ಟದಿಗಳಾಗಿ ಬರಬೇಕು. ಮಾರ್ಗ ಮಧ್ಯೆ ಹಿಮಧಾರಿ ಝರಿಗಳು, ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಹಾಯ್ದು ಟೆಂಟ್ ಸೇರ್ಪಡೆಯಾಗಬೇಕು. ಪ್ರಯಾಣ 20 ಕಿ. ಮೀ.

ಮೂರನೆಯ ದಿನ ಪಶ್ಚಿಮ ದಿಕ್ಕಿನಿಂದ ಪೂರ್ವದ ಕಡೆಗೆ ಒಟ್ಟು 12 ಕಿ. ಮಿ. ಪ್ರಯಾಣ. ಇದರಲ್ಲಿ 6 ಕಿ. ಮೀ. ನಡಿಗೆ, ಉಳಿಕೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಸ್ನಾಗತಿಸಲು ವಾಹನವನ್ನು ಕಾಯ್ದಿರಿಸಿದ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಬಂದೆವು. ನಮ್ಮ ಯಾತ್ರಿಗಳೆಲ್ಲರ ಕೈ ಚಪ್ಪಾಳೆಯ ಹರ್ಷೋದ್ಘಾರದ, ಹಸ್ತಲಾಘವದ ಮಧ್ಯೆ ಪರಿಕ್ರಮ ಪೂರೈಸಿದ ಸಂತೃಪ್ತ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ವಾಹನವೇರಿ ದಣಿವಾರಿಸಿಕೊಂಡೆವು.

ಕೈಲಾಸ ಮಾನಸ ಸರೋವರದ ಯಾತ್ರೆಯು ಹಿಂದುಗಳ ಅತಿಶ್ರೇಷ್ಠ ಮತ್ತು ಪವಿತ್ರವಾದ ಯಾತ್ರಾ ಸ್ಥಳ ವಾಗಿದೆ. ಕೈಲಾಸ ಯಾತ್ರೆಯನ್ನು ಕಟ್ಟ ಕಡೆಯ ಯಾತ್ರಾ (ultimate) ಮತ್ತು ಪರಮ ಸುಖದ ಯಾತ್ರಾ (Blissful) ಎಂತಲೂ ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಈ ಯಾತ್ರೆಯನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಲು ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆಯರೆಂದು ಅದು ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿಯ ಕರೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಕೈಲಾಸ ಮಾನಸ ಸರೋವರದ ಯಾತ್ರೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಪುನರ್ಜನ್ಮವಿಲ್ಲವೆಂದೂ, ಮೋಕ್ಷವೆಂದೂ ಪುರಾಣಗಳು ತಿಳಿಸುತ್ತವೆ.

ಇಂತಹ ಪವಿತ್ರ ಯಾತ್ರೆಯನ್ನು 2ನೇ ಬಾರಿಗೆ ಮಾಡಲು ಶರೀರಕ್ಕೆ ಶಕ್ತಿ, ಭಾವನೆಗೆ ಭಕ್ತಿ, ಬುದ್ಧಿಗೆ ಯುಕ್ತಿ, ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಶಾಂತಿ, ಹಾಗೂ ಚೈತನ್ಯ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ನೀಡಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಆರೋಗ್ಯದಿಂದ ವಾಪಸ್ಸು ಬರುವಂತೆ ಮಾಡಿದ ಆ ಓಂಕಾರ ಸ್ವರೂಪಿ ಶಿವನಿಗೆ ನಮೋ ನಮಃ.

- ಓಂ ನಮಃ ಶಿವಾಯ -



ಯೋಗ ಪ್ರಶಸ್ತಿ

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಶಿವಮೊಗ್ಗದಲ್ಲಿ ವಿಟಿಯು ವತಿಯಿಂದ ನಡೆದ ಮಹಿಳೆಯರ ಯೋಗ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಮೈಸೂರಿನ ಎನ್. ಎಸ್. ರವಿ ಅವರ ಪುತ್ರಿ ಕು. ಸುಮಾ ಸೆಕೆಂಡ್ ರನ್ಸ್ ಅಪ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪಡೆದಿರುತ್ತಾರೆ. ಈಕೆ

ಮೈಸೂರಿನ ಎನ್‌ಐಇ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಎಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯಾಗಿದ್ದು, ಇಂಡಸ್ಟ್ರಿಯಲ್ ಅಂಡ್ ಪ್ರೊಡಕ್ಷನ್ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಅಂತಿಮ ಸೆಮಿಸ್ಟರ್‌ನಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಸಂಗ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಸಿಗದಿರುವುದನ್ನು ಬಯಸಿ ಬೆಂಡಾಗುವುದರ ಬದಲು ಸಿಕ್ಕಿದ್ದನ್ನು ಬಿಡಬೇಡ.

ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳ ಉಪದೇಶಸಾರ

ದಾರುಕಾವನದಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳು ಯಜ್ಞ ಮಾಡುವಾಗ, ಈಶ್ವರನ ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುತ್ತ ನಿರೀಶ್ವರವಾದವನ್ನು ಮಂಡಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಈಶ್ವರ ಸ್ವತಃ ಬಂದು-ನೀಡಿದ ಜ್ಞಾನದ ಫಲವೇ - 'ಉಪದೇಶ ಸಾರ' ಎಂಬ ಗ್ರಂಥ. ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಈ 'ಉಪದೇಶ ಸಾರ'ವನ್ನು ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ರಚಿಸಿದ್ದು, ಅದರ ಅರ್ಥ, ಅಂತರಾರ್ಥವನ್ನು ಮನಮುಟ್ಟಿ ವಂತೆ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಿ, 'ಉಪದೇಶಸಾರ'ದ ಸಾರಸರ್ವಸ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟ ಮಹನೀಯರು - ಶ್ರೀ ಶ್ರೀ ಶ್ರೀ ಸುಧರ್ಮ ಚೈತನ್ಯ ಗುರುಜಿಯವರು. 'ಜ್ಞಾನಯಜ್ಞ'ದ ಭಾಗವಾಗಿ ಗುಬ್ಬಿಯ ಚಿದಂಬರಾಶ್ರಮದ ಅಲೌಕಿಕ ಆವರಣದಲ್ಲಿ ಜುಲೈ 7 ರಿಂದ 12 ರವರೆಗೆ ಗುರುಜಿಯವರು - ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳ ಜೀವನ, ಅವರ ಕೃತಿ 'ಉಪದೇಶಸಾರ'ದ ಅಂತರಾರ್ಥ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಎಳೆಎಳೆಯಾಗಿ ತಮ್ಮ ಉಪನ್ಯಾಸ ಮಾಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರುತಪಡಿಸಿದರು.

ಜಗತ್ತಿನ ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಕಾರಣವಾದ ವೇದದ ಸ್ವರೂಪ, ವೇದದ ನಾಲ್ಕು ಭಾಗಗಳಾದ ಸಂಹಿತಾ, ಬ್ರಾಹ್ಮಣ, ಆರಣ್ಯಕ, ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳ ಸ್ವರೂಪ, ನಾಲ್ಕು ಆಶ್ರಮಗಳು- ಈ ನಾಲ್ಕು ಆಶ್ರಮಗಳಲ್ಲಿನ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತ - ಕರ್ಮ ಯೋಗ, ಉಪಾಸನೆಯಿಂದ ಜ್ಞಾನಯೋಗವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡು, ಉಪನಿಷತ್ತಿನ ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ ಜೀವನ್ಮುಕ್ತನಾಗುವವರೆಗಿನ ಮನುಷ್ಯನ ದೀರ್ಘ ಪಯಣದ,

ಶ್ರೀ. ಕಾಶ್ಯಪ ಧಾರ್ಮಿಕ ಕೇಂದ್ರ

ನಂ. 67, ಶ್ರೀ ಗುರುಕೃಪ, 2ನೇ ಮೈನ್,
1ನೇ ಕ್ರಾಸ್, ಹೆಚ್ ಬ್ಲಾಕ್, ರೂಬಿ ಬೇಕರಿ ಹತ್ತಿರ,
ರಾಮಕೃಷ್ಣನಗರ, ಮೈಸೂರು - 22

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮಾಸಿಕ ಶ್ರಾದ್ಧ, ವಾರ್ಷಿಕ ಶ್ರಾದ್ಧ, ವೈಕುಂಠ ಸಮಾರಾಧನೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಸುಸೂತ್ರವಾಗಿ ನಡೆಸಲು, ಮೇಲ್ಕಂಡ ವಿಳಾಸದಲ್ಲಿ ಅತಿ ವಿಶಾಲವಾದ ಸುಸಜ್ಜಿತ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತವಾಗಿ, ನುರಿತ ವಿದ್ವಾಂಸರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಶ್ರದ್ಧಾ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಊಟ ಉಪಚಾರಗಳನ್ನು ಶುಚಿ ರುಚಿಯಾಗಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಪರ ಕ್ರಿಯಾಕರ್ಮಗಳನ್ನು
ನಡೆಸಿಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: ಶ್ರೀ. ಎಲ್. ಸುರೇಶ್
(9448105653, 9008928089)

ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಸಲಹೆಗಾರರು: ಸ್ವರ್ಣ ಪದಕ
ವಿಜೇತ, ಗೀತಾ ವಿಶಾರದ, ವೇದ ಬ್ರ. ಶ್ರೀ
ಸಾತ್ವಿಕ್ ಎಸ್. ಕಶ್ಯಪ್, ಎಂ.ಎಸ್ಸಿ, ಎಂ
ಫಿಲ್, (ಸೈಕಾಲಜಿ)

ಸಹಾಯಕರು: ಶ್ರೀಮತಿ ಸುಗುಣ ಸಾತ್ವಿಕ್ ಕಶ್ಯಪ್

ಸಾಫಲಕ್ಕಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತ - ಆರಂಭವಾದ ಮೊದಲ ದಿನ ಉಪನ್ಯಾಸ - ಆರಂಭದಲ್ಲೇ ಕೇಳುಗರನ್ನು ಮಂತ್ರ ಮುಗ್ಧ ರನ್ನಾಗಿಸಿತು. ದುರ್ಲಭವಾದ ಮನುಷ್ಯ ಜನ್ಮವನ್ನು ಸಾರ್ಥಕ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ವೇದಗಳು ಹೇಳಿರುವ ಕಿವಿಮಾತನ್ನು ಶಾಸದ ಜೀವಂತ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನವಾಗಿ ಬದುಕಿದ ರಮಣರ 'ಉಪದೇಶ ಸಾರ' ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಸರಳವಾಗಿ ಅವರು ನಿರೂಪಿಸಿರುವ ಬಗೆಯನ್ನು, ಹಲವಾರು ಉದಾಹರಣೆಗಳ ಮೂಲಕ ಕೇಳುಗರ ಅರಿವಿಗೆ ತಂದು ಕೊಟ್ಟರು ಗುರುಜಿಯವರು.

ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳ ಬಾಲ್ಯ, ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ, ಅಂತರ್ಮುಖಿತೆ, ಮೃತ್ಯು ಭಯದಿಂದ ಅವರ ಬದುಕಿನಲ್ಲಾದ ಬದಲಾವಣೆ, ಶರೀರ-ಆತ್ಮ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಸತ್ಯ ಸ್ವರೂಪದ ಅರಿವು, ಸಮಾಧಿ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಅವರು ತಲುಪಿದ ಹಂತ, ಅರುಣಾ ಚಲೇಶ್ವರನ ದರ್ಶನ, ಕೌಪೀನವಷ್ಟನ್ನೇ ಉಳಿಸಿಕೊಂಡು ಸರ್ವವನ್ನೂ ಪರಿತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿ ಸಹಜ ಸನ್ಯಾಸ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ ಬಗೆ, ಅವರ ನಿರ್ವಿಕಲ್ಪ ಸ್ಥಿತಿ -ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಹೃದಯಂಗಮವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟ ಗುರುಜಿಯವರು ನೇರವಾಗಿ 'ಉಪದೇಶ ಸಾರ'ದ ಹಿನ್ನೆಲೆ ಹಾಗೂ ಮಹತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಎರಡನೆಯ ದಿನದಿಂದ 'ಉಪದೇಶಸಾರ'ಗ್ರಂಥದ ಪ್ರತಿಶ್ಲೋಕದ ಅರ್ಥ ಅನಾವರಣಗೊಂಡಿದ್ದು, ಗುರುಜಿ ಯವರ ವಾಕ್ ವೈಖರಿಯಲ್ಲಿ ಈಶ್ವರನ ಆಜ್ಞೆಯಿಂದಲೇ ಕರ್ಮಫಲ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಕರ್ಮವನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ 'ಅಪೂರ್ವ' ಎಂಬ ಶಕ್ತಿ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ನಿಮಗೆ ಕರ್ಮ ಫಲವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಒಂದು ವಾದವಾದರೆ, ಕರ್ಮ ವೃಥಾವಲ್ಲ ಮತ್ತೊಂದು ವೈದಿಕ ಕರ್ಮ ಮಾಡಿದಾಗ ಫಲ ಕೊಡುವ ಈಶ್ವರನು ಇದ್ದಾನೆ ಎಂಬುದು ಹಿಂದೂ ವಾದ. ಸನಾತನ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಆರು ದರ್ಶನಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಯೋಗ, ಸಾಂಖ್ಯ, ನ್ಯಾಯ, ವೈಶೇಷಿಕ, ಪೂರ್ವ ಮೀಮಾಂಸ, ಉತ್ತರ ಮೀಮಾಂಸ.

ಈ ಷಡ್ ಆಸ್ತಿಕ ದರ್ಶನಗಳು, ಜೀವ, ಜಗತ್ತು, ಈಶ್ವರನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತವೆ. ವೇದಾಂತ ದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಈ ಕರ್ಮ ಫಲವನ್ನು ಕೊಡುವವನು ಈಶ್ವರನೆಂಬ ವಾದವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಶರಣಾಗತಿ ಒಂದೇ ಫಲ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾವು ಈಶ್ವರನನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದೇ ಹೋದರೆ ಆಗ ಕರ್ಮದ ಸಾಗರದಲ್ಲಿ ಬೀಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ; ಕ್ಷಣಿಕ ಫಲ ಸಿಕ್ಕರೂ ಆತ್ಮಂತಿಕ ಗತಿ ಸಿಗಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಕ್ರಮಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ಗುರುಜಿಯವರು ಉದಾಹರಿಸಿದರು. ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಕ್ರಮಬದ್ಧತೆ ಇದೆ. ಅಗ್ನಿಯ ಶಾಖೆತ್ವ, ನೀರಿನ ಹರಿವು, ಗಾಳಿಯ ಚಲನೆ - ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮವನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟಿರುವವನೇ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತ. ನಿಯಾಮಕ, ಒಳ ಹೊರಗೆಲ್ಲವೂ ಅವನೇ. ಅಂತರ್ ಬಹಿಶ್ಚ ತತ್ವವೆಂ ವ್ಯಾಪ್ತ ನಾರಾಯಣೋ ಹರಿಃ"- ಆತ ಕರ್ಮ ಸಾಕ್ಷಿಯೂ ಹೌದು. ಹಾಲಿನೊಳಗಣ ಬೆಣ್ಣೆಯಂತೆ, ಮರದೊಳಗಣ ಬೆಂಕಿಯಂತೆ, ಆತ ಅವ್ಯಕ್ತನಾದರೂ, ಆತನೇ ಚೈತನ್ಯ ಸ್ವರೂಪ. ಪ್ರಜ್ಞಾ ಸ್ವರೂಪಿ ಭಗವಂತ. ಸತ್ಕರ್ಮಕ್ಕೆ ಸತ್ಫಲ, ವಾಸನೆಯಿಂದ ಬಂಧನ, ಈಶ್ವರಾರ್ಪಣೆಯಿಂದ ಅಂತಃಕರಣ ಶುದ್ಧಿ, ಚಿತ್ತ ಶೋಧದಿಂದ ಮೋಕ್ಷಕ್ಕೆ ದಾರಿ.

ಒಂದು ವಾರ ಕಾಲ ನಡೆದ ಈ ಉಪನ್ಯಾಸ ಮಾಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ನೂರಾರು ಜನ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಊರುಗಳಿಂದ ಆಗಮಿಸಿ, 'ಜ್ಞಾನ ಯಜ್ಞ'ದಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಗಳಾದರು. ಸುಧರ್ಮ ಗುರುಜಿಯವರ ವಾಕ್ ವೈಖರಿ, ಪ್ರಸ್ತಾರ ಪಡಿಸುವ ರೀತಿ -ಜನರನ್ನು ಮಂತ್ರ ಮುಗ್ಧರನ್ನಾಗಿಸಿತ್ತು.

- ಕೆ. ಗೌರಿ

ಪ್ರತಿಭಾವಂತನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ನಿಧಾನ ಆದರೆ ನಿರಂತರ.

Registered as News Paper with RNI Reg. No. KARKAN/2008/27013
Postal Reg. No. KA/SK/MYS/86/2015-2017, Posted at Lakshmipuram, Mysore-4 on 7th of every month.

ನಿರಂತರ ಕಾಣಿಕೆ

ಶ್ರೀ ವಿ.ಕೆ. ವೆಂಕಟರಾಮು	500/-
ಶ್ರೀ ಎಸ್. ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿ	100/-
ಶ್ರೀ ಸತೀಶ್ ಕುಮಾರ್	100/-
ಶ್ರೀ ಹೆಚ್. ಆರ್. ಚಂದ್ರವದನರಾವ್	500/-

ಶ್ರೀಮತಿ. ಎನ್. ಎಸ್. ಪಾರ್ವತಿ, ಕುವೆಂಪುನಗರ,
ಮೈಸೂರು ರವರು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಅನುಕೂಲಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು
ಗಾಡ್ವೇಜ್ ಕಬ್ಬಿಣದ ಅಲೈರಾವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿರುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ
ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕಾಗಿ ರೂ. 5000/-
ಕೊಟ್ಟಿರುತ್ತಾರೆ.

ಬಡ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಭೋಜನಕ್ಕಾಗಿ

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಶ್ರೀ. ಸಿ. ಎಸ್. ವೆಂಕಟ ಸುಬ್ಬರಾವ್ ರವರು
15000/-

ಹಾಂಕ್ ಕಾಂಗ್‌ನ ಶ್ರೀಯುತ ಮೈಕೆಲ್‌ರವರಿಂದ -
1000/-

ಶ್ರೀಮತಿ. ಎಸ್. ಎನ್ ಗೀತರವರಿಂದ - 500/-

ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ವಿಳಾಸ:

www.hksmysuru.org

ಸಂಧ್ಯಾ ಸುರಕ್ಷ ಟ್ರಸ್ಟ್ (ರಿ.)
ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಧರ್ಮ ಸಂಸ್ಕಾರ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ
ಜಿಲ್ಲಾ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಮಹಾಸಭಾ ಕಚೇರಿ, ಡಿವಿಎಸ್ ಲೇಔಟ್,
ಉದಯ ರವಿ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ, ಅಮ್ಮ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್ ಹತ್ತಿರ, ಮೈಸೂರು
ದೂರವಾಣಿ : 8088799540, 8861998817

ಮೈಸೂರಿನ ತ್ರಿಮತಸ್ಥ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಿಗೊಂದು ಸದವಕಾಶ

ತ್ರಿಮತಸ್ಥ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಬಂಧುಗಳ ಪೂರ್ವಿಕರ ಎಲ್ಲಾ ಶ್ರಾದ್ಧಾದಿ
ಕರ್ಮಗಳನ್ನು (ವೈದಿಕ) ಅಪರ, ಪೂರ್ವ, ಅಂತ್ಯಾಷ್ಟಿ ಕರ್ಮಾಧಿಗಳನ್ನು
ಮತ್ತು ಸಂಚಯನಗಳನ್ನು ಮೃತ ದಿನದಿಂದ 14ನೇ ದಿನದ
ವೈಕುಂಠದವರೆಗೂ ಸುಮಾರು 200 ಜನ ಒಂದೇ ಸಲ ಊಟ
ಮಾಡಬಹುದಾದ ವಿಶಾಲ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ನಿತ್ಯ ಕರ್ಮಾನುಷ್ಠಾನರಾದ
ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಪುರೋಹಿತರಿಂದ ಹಾಗೂ ನುರಿತ ಅಡುಗೆಯವರಿಂದ
ಆಯಾಯ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಧರ್ಮ ಸಂಪ್ರದಾಯಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ
ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ನೆರವೇರಿಸಿಕೊಡಲಾಗುವುದು.

ವಿ. ಸೂ : ಅಂತ್ಯಾಷ್ಟಿ ವಾಹನದ ಸೌಲಭ್ಯ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.
ಸಾಯಂಕಾಲದ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಗೆ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶ
ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಶುಚಿ-ರುಚಿಯಾದ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಭೋಜನ ಉಪಹಾರದ
ಕ್ಯಾಟರಿಂಗ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.

ಬಿ. ಆರ್. ನಟರಾಜ್ ಜೋಯ್ಸ್ ಅನಂತ ಪ್ರಸಾದ್ ಎಂ. ಎಸ್.
ಜಿಲ್ಲಾಧ್ಯಕ್ಷರು ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕರು

ಜಿಲ್ಲಾ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಮಹಾ ಸಭಾ ಮೈಸೂರು
ವಲಯ ಉಪಾಧ್ಯಕ್ಷರು

ಅಖಿಲ ಕರ್ನಾಟಕ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಮಹಾಸಭಾ

ವಿವರಗಳಿಗೆ: ದೂರವಾಣಿ: 8088799540, 8861998817

ಶುಚಿ ಮತ್ತು ರುಚಿ ರುಚಿ ತಿಂಡಿ - ಬನ್ನಿ, ತಿನ್ನಿ
ಆಲೂ ಪರೋಟ - 2, ಜೊತೆಗೆ ಚಟ್ನಿ, ಪಾವ್‌ಭಾಜಿ
-1 ಮತ್ತು ಪಾಯಸ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಕೇವಲ
50 ರೂ. ಗಳಿಗೆ.

ಸಂಘದ ಆವರಣದಲ್ಲಿ, ದಿನಾಂಕ **19-11-16**ರಂದು ಸಂಜೆ 5.30 ಗಂಟೆ ಸದಸ್ಯರೆಲ್ಲರೂ
ಸೇರೋಣವೇ? ಉಭಯ ಕುಶಲೋಪರಿ
ಸಾಂಪ್ರತ, ಇಷ್ಟಮಿತ್ರರೊಂದಿಗೆ ಲೈಟಾಗಿ ಹರಟೆ,
ನಂತರ ತಿಂಡಿ! ಏನಂತೀರಾ? ತುಂಬಾ ದಿನವಾಯ್ತು
ಹೀಗೆ ರಿಲಾಕ್ಸ್ ಆಗಿ.ತಪ್ಪದೇ 16-11-16ರ ಸಂಜೆ
5 ಗಂಟೆ ಒಳಗೆ ಸಂಘದ ಕಾರ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ
ಪೂರ್ತಿ ಹಣ ಕೊಟ್ಟು ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
ಮೊದಲೇ ಬುಕ್ ಮಾಡದೆ ಅವತ್ತಿನ ದಿನ ಬಂದರೆ
ತಿಂಡಿ ಅಡ್ಡಸ್ಸು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ,
ಕ್ಷಮಿಸಿ. ಬನ್ನಿ ಬನ್ನಿ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ
ಕರೆತನ್ನಿ.

To, ತೆರೆದ ಅಂಚೆ

If not delivered please return to:
Hoysala Karnataka Sangha (R)
888, Narayana Shastri Road
Lakshmipuram, Mysore - 570 004

ಶ್ರೀ ಪಿ. ವಿ. ಭಾರದ್ವಾಜ, ಸಂಪಾದಕರು, ಮುದ್ರಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು, ಶ್ರೀಮತಿ ಸಂಧ್ಯಾ ನಂದಕುಮಾರ್,
ಸಂಚಾಲಕರು: ಶ್ರೀ ವಿ.ಕೆ. ವೆಂಕಟರಾಮು, ಶ್ರೀ ಟಿ. ಸುಬ್ಬರಾಮಯ್ಯ, ಸದಸ್ಯರು: ದೂರವಾಣಿ: 0821-2330995