

// Kalyana Rama //

ಕಲಾಣಿ ರಾಮ
(Kalyana Rama)

ಪರಿವಿಡಿ
(Contents)

- ರೋಗ ನಿವಾರಕ “ಯೋಗ” 3
(Roga Nivaaraka “Yoga”)
 - ಕಲಾಚಾರ
- ಟಿ.ವಿ. ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳು 7
(T.V. mattu Makkalu)
 - ಲಲಿತಾ ಚಲಂ
- ಭಾರತೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿ - ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳು 12
(Bharatheeya Samskriti - Sampradaayagalu)
 - ಮಾಷ್ಟ್ರ್ ಹಿರಣ್ಯ
- ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ - ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯ 18
(Rudraakshi - Abhivruddhi Shanthi haagu Aarogya)
 - ವೋಹನ ಚಿನ್ನಿ
- ಮಕ್ಕಳ ಹಾಗೂ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಚಿಂತನೆಗಳು - ಹೀಗೊಂದು ಚಿಂತನೆ 28
(Makkala haagu Shaikshanika Chinthanegalu - Heegondu Chinthane)
 - ಎಲ್. ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ ರಾವ್
- **Valmiki Ramayana for Senior Citizens 30**
 - Dr. C.L. Prabhakar
- **Ramayana in the Light of Vedanta 36**
 - DR. Vanitha Ramaswamy

ರೋಗ ನಿವಾರಕ “ಯೋಗ”

ಕಲಾಚಾರಿ
ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಕ

ಮನುಷ್ಯ, ಅರಿಷತ್ತಗ್ರಹಗಳು ಎಂದೆನಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಕಾಮ, ಕ್ಷೋಧ, ಲೋಭ, ಮೋಹ, ಮದ ಮಾತ್ಸರಗಳನ್ನು ಜಯಿಸದೆ, ಅವುಗಳಿಗೆ ಅಡಿಯಾಳಾಗಿ ಎಷ್ಟೋ ದುಷ್ಪಮರ್ಗಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿಯೋ ಇಲ್ಲ ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿಯೋ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಇವುಗಳ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಮಾನಸಿಕ ಹಾಗೂ ಶಾರೀರಿಕ ಸೋಧನ್ನು, ದುಃಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ. ಯೋಗಶಾಸ್ತ್ರದ ಪಿತಾಮಹರೆನಿಸಿದ ಪತಂಜಲಿ ಮಹಾರ್ಥಗಳು ತಮ್ಮ ಯೋಗಸೂತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಈ ವಿಷಯವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಾ ಮನುಷ್ಯನ ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಬರೀ ಶಾರೀರಿಕ ಅಧಿಕ ಖಾಯಿಲೆಗಳು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡಗಳು, ತುಮುಲಗಳು ಮತ್ತು ಅಸಮಾನತೆಗಳು ಕಾರಣವಾಗಿವೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ರೋಗ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಯೋಗಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ಒಂದು ಮೂಲ ವಿಧಾನವಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು ಎಂದು ಧ್ಯೇಯವಾಗಿ ಹೇಳಬಹುದು.

ವೇದಗಳು, ನಮ್ಮ ಮುಖಿಮುನಿಗಳನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಿ ಅವರ ಚಿಂತನೆಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಕೊಟ್ಟು ಅವರು ಮುಂದಿನ ಪೀಠಿಗೆಗೆ ತತ್ತ್ವದರ್ಶನವನ್ನು ನೀಡುವ ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದವು. “ಷಡ್ ದರ್ಶನಗಳು” ಎಂದರೆ ಆರು ತತ್ವಮಾರ್ಗಗಳು. ಅವು ಯಾವುದೆಂದರೆ ಸಾಂಖ್ಯ, ಯೋಗ, ನಾಯಾ, ವೈಶೇಷಿಕ, ಉತ್ತರ ಮೀಮಾಂಸ ಹಾಗೂ ವೇದಾಂತ.

ಯೋಗ ಈ ಷಡ್ದರ್ಶನಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮಾರ್ಗ. ಪತಂಜಲಿ ಮುನಿ (ಇವರು ಬುದ್ಧ ಮಹಾವೀರನ ಕಾಲದಲ್ಲಿದ್ದವರು ಎಂದು ಪ್ರತೀತಿ. ಅಂದರೆ ಸು. 300-400 ಕ್ರ.ಪೂ.) ಯೋಗ ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಅತಿ ಸುಂದರವಾಗಿ, ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ, ಚೊಕ್ಕವಾಗಿ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ನೀಡಿದ್ದರಿಂದ, ಅವರನ್ನು ಯೋಗದ ಪಿತಾಮಹರು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಾಚೀನ ಷಡ್ದತಿಯಾದ ಯೋಗ ಶಾಸ್ತ್ರದ ವಿವರಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಸಿಗರಹಾಗೆ ಚಡುರಿ ಹೋಗಿದ್ದವು. ಅವುಗಳನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಸೂತ್ರರೂಪದಲ್ಲಿ ನಿರೂಪಿಸಿ ಕೊಟ್ಟವರು ಪತಂಜಲಿ.

ಯೋಗಃ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿ ನಿರೋಧಃ

ಚಿತ್ತ ಎನ್ನುವ ಮನಸ್ಸನ್ನ ಯಾವಾಗಲೂ ಹಲವಾರು ಬೇಕು-ಬೇಡಗಳ ವಿಷಯಗಳು, ವಿಶೇಷಗಳು ಅಲೆಅಲೆಯಾಗಿ ಕಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿಗಳಿಗೆ ಕಡಿವಾಣ ಹಾಕುವ ಒಂದು ಮಾರ್ಗವೇ ಯೋಗಮಾರ್ಗ ಎಂದು ಪರಿಂಜಲಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಹುಟ್ಟು ಮನಸ್ಸ ಹತ್ತು ವಿಧವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಲವಾರು ಚಿಂತನೆಗಳು ಮೆದುಳಿಗೆ ಮುತ್ತಿಗೆ ಹಾಕಿದಾಗ ಮನುಷ್ಯ ತಾಳ್ಳೆ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ನಿರಂತರ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಮನುಷ್ಯನ ಮನಸ್ಸ ಹಾಗೂ ದೇಹಗಳ ಸ್ಥಿತಿ ಸಮತ್ವವನ್ನ ಹೊಂದಿ ಆರೋಗ್ಯದ ಲಹರಿ ತಾನೇ ತಾನಾಗಿ ಉಪ್ಪತ್ತದೆ. ಯೋಗಶಾಸ್ತ್ರ ಬರೀ ತತ್ತ್ವಮಾರ್ಗವಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯದೆ, ಒಂದು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪದ್ಧತಿಯಿಂದ ಒಳಗೊಂಡ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳ ವಿವರಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ನಿಯಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸವನ್ನ ಮಾಡಿದಾಗ ದೃಷ್ಟಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಉತ್ಪಂಧಗೊಂಡು, ಮನಸ್ಸ ನಿರ್ಮಲವಾಗಿ, ಮಿದುಳು ಹತೋಟಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿ, ಧ್ಯಾನಮಾರ್ಗ ಸಲೀಸಾಗುತ್ತದೆ.

ಯೋಗ, ಅನಾರೋಗ್ಯದ ಮೂಲ ಕಾರಣವನ್ನ ಹುಡುಕುತ್ತದೆ. ಕಾಲಿಲೆಯನ್ನ ಮೇಲಿಂದ ಉಪಚಾರ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಯೋಗಭ್ಯಾಸ ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನ ಪಂಚಕೋಶಗಳನ್ನ ಪ್ರಾಣವಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಹೊರಗೆ ಕಾಣಿಸುವ ಶರೀರ - ಅನ್ನಮಂಯ ಕೋಶ; ಪ್ರಾಣವಾಯು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ 72,000 ನಾಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಹರಿಯುವಂತಹದ್ವ-ಪ್ರಾಣಮಂಯಕೋಶ; ಮನುಷ್ಯನ ಮನೋವಿಕಾರಗಳು ಹಾಗೂ ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನ ಒಳಗೊಂಡ ಮನೋಮಂಯ ಕೋಶ (ಬಲ ಮಿದುಳು-Right Brain), ಬುದ್ಧಿ ಜ್ಞಾನ, ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಎನಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಜ್ಞಾನಮಂಯ ಕೋಶ; (ಎಡ ಮಿದುಳು-Left Brain) ಮತ್ತು ಸಂಪ್ರಾಣ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನ ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆಯನ್ನ ಎತ್ತಿ ಹಿಡಿಯುವ ಕಾಂತಿ ಆಧವಾ ಪ್ರಭಾವಳಿ-ಆಸಂದಮಯ ಕೋಶ.

ಉಸಿರಾಟ-ಮನಸ್ಸ-ಪ್ರಾಣ

“ಚಲೇ ವಾತೇ ಚಲೇ ಚಿತ್ತಂ, ನಿಶ್ಚಲೇ ನಿಶ್ಚಲಂ ಭವೇತ್” ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಹರಯೋಗ ಪ್ರದೀಪಿಕೆಯನ್ನ ಬರೆದ ಸಾಫ್ತಿ ಸಾತ್ವಾರಾಮ. ಅಂದರೆ ಮನಸ್ಸ ಹಾಗೂ ಉಸಿರು ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿದೆ. ಮನಸ್ಸ ವಿಕ್ಷಿಪ್ತಗೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಚಂಚಲವಾಗಿದ್ದರೆ, ನೂರೆಂಟು ಯೋಜನೆಗಳು ಉಸಿರಾಟ ಸಹ ಏರುಪೋಗುತ್ತದೆ. ಎದೆ ಜೋರಾಗಿ ಹೊಡಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೃದಯ ಒತ್ತಡ ಕೂಡ ಹೆಚ್ಚಾಗಬಹುದು. ನಾವು ಉಸಿರಾಟವನ್ನ ನಿರ್ಧಾನವಾಗಿ, ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋದರೆ ತಾನೇ ತಾನಾಗಿ ಮನಸ್ಸ ಸ್ಥಿರತ್ವಕ್ಕಿಂತ ಬರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತವಾಗುತ್ತದೆ. ಇವೆರಡರ ಪರಿಣಾಮ ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಣ ವಾಯುವಿನ ಮೇಲೆ ಸಹ ಹರಡುತ್ತದೆ.

ಮನಸ್ಸು ಚಂಚಲವಾಗಿ, ಉಸಿರಾಟ ರಭಸವಾದಾಗ, ಪ್ರಾಣವಾಯ ಅಸಮಾನವಾಗಿ ಹರಿಯುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಶರೀರದ ನಾನಾ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ವಿಕಾರಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು, ಅದೊಂದು ವ್ಯಾಧಿಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ, ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಕಲಿಯುವವರಿಗೆ ಮೊದಲಿನ ಪಾಠ ಉಸಿರಾಟದ ಪಾಠ! ಎಪ್ಪು ನಿಧಾನವಾಗಿ ನಾವು ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತವೆಯೋ ಅಪ್ಪು ನಮ್ಮ ಆಯಸ್ಸು ವರ್ಧಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಯೋಗದ ಎಲ್ಲಾ ವಿಧಾನಗಳು ಅಂದರೆ - ಆಸನ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ, ಬಂಧುಗಳು, ಮುದ್ರೆಗಳು, ಧ್ಯಾನ, ಷಟ್ಕಾರ್ಥಿಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ - ಎಲ್ಲಾ ಉಸಿರಾಟವನ್ನೇ ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ.

ನಾಡಿಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ

ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸುತ್ತ ಪ್ರಾಣ ವಾಯುವಿನ ಹತೋಟಿ ಹೊಂದುವುದೇ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ. ಆಯಾಮ ಎಂದರೆ ತಡೆಯುವಿಕೆ, ನಿಲುಗಡೆ, ಯತಿಖಾಯಿ (Control) ನಿಯಮಬಧ್ಯ ಉಸಿರಾಟವೇ (Controlled breathing) ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಸಾಧಾರಣ ಉಸಿರಾಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಒಂದು ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ 18-20 ಸೆಲ ಉಸಿರು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಬಿಡುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದ ಉಸಿರಾಟದಿಂದ ನಾವು ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ 6-8 ಸೆಲ ಉಸಿರು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಬಿಡುತ್ತೇವೆ. ಈ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಸಾಧಾರಣ ಉಸಿರಾಟಕ್ಕಿಂತ 5 ಪಾಲು ಹೆಚ್ಚು ಶುದ್ಧ ವಾಯುವನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅಪ್ಪು ಆಮ್ಲಜನಕ ನಮ್ಮ ದೇಹ-ಮಿದುಳನ್ನು ಸೇರಿದಾಗ, ಅದರ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಉಂಟಿಸಿ!

ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದ ನಿಯಮಿತ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಮಿದುಳಿನ ಎರಡೂ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಆಮ್ಲಜನಕ ಸರಬರಾಜಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಉಸಿರಾಟಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟದ್ದು, ಶರೀರದ 72,000 ನಾಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡೇ ನಾಡಿಗಳು. ಚಂದ್ರನಾಡಿ (ಇಡ), ನಮ್ಮ ಮೂರಿನ ಎಡ ಹೊರಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿದ್ದರೆ ಸೂರ್ಯನಾಡಿ (ಪಿಂಗಳೆ), ನಮ್ಮ ಮೂರಿನ ಬಲ ಹೊರಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿದೆ. ಚಂದ್ರನಾಡಿ ನಮ್ಮ ಬಲ ಮೆದುಳನ್ನು ತಲುಪಿದರೆ, ಸೂರ್ಯನಾಡಿ ಎಡ ಮೆದುಳನ್ನು ತಲುಪುತ್ತದೆ. ಎರಡೂ ಹೊರಳುಗಳಿಂದ ಸಮಾನಾಗಿ ಉಸಿರಾಟ ಮಾಡುವುದರಿಂದ (ನಾಡಿ ಶುದ್ಧಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ) ಮೆದುಳಿನ ಎರಡೂ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಸಮವಾಗಿ ಶುದ್ಧಿಕರಣಗೊಂಡ ರಕ್ತ ಪೂರ್ಯಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಾದಿ ಯುಕ್ತೇನ ಸರ್ವರೋಗಕ್ಕಾಯಂ ಭವೇತ್ |

ಅಯುಕ್ತಾಭ್ಯಾಸ ಯೋಗೇನ ಸರ್ವರೋಗ ಸಮುದ್ಬವಃ ||

ಅಂದರೆ, ಸರಿಯಾಗಿ ಅರಿತು ಯೋಗಾಭಾಸವನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಸರ್ವರೋಗ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ತಪ್ಪುತಪ್ಪಾಗಿ ಆಯುಕ್ತ ಅಭಾಸವನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಸರ್ವರೋಗಗಳು ಪುನಃ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ ಸಾಫ್ತಾರಾಮು.

ಅವಸರದ ಯುಗವಾದ ಈ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರಲ್ಲಾ ಕಾಡುವ ಮುಖ್ಯ ರೋಗಗಳು ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಎದನೋಪು, ತಲನೋಪು, ಮಲಬದ್ದತೆ, ಗ್ರಾಹ, ಸುಸ್ತು ಅಸ್ತಮ, ನಿದಾಹೀನತೆ - ಇತ್ಯಾದಿಗಳು, ಈ ಎಲ್ಲಾ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಮೂಲ ಮನಸ್ಸೇ ಆಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಪಂಚೀಂದ್ರಯಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬೇಕಾದರೆ ಮನಸ್ಸು ಸಿರವಾಗಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ, ಸಾಧ್ಯ. ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರತ್ಯಾಹಾರ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಲ್ಲದ ಜೀವನವೇ ಇಲ್ಲ. ಅವುಗಳನ್ನು ಯಾವ ಶರಹ ಶಾಂತಿಚತ್ತದಿಂದ ಎದುರಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದು ಮನಸ್ಸನ್ನೇ ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ಯೋಗಸಾಧನೆ ಈ ಮನೋಧೈಯವನ್ನು ಬಹಳ ಸುಲಭವಾಗಿ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ರೋಗಕ್ಕೆ ಮೂಲಕಾರಣವನ್ನು ನಾವು ಮೊದಲು ನಮ್ಮಲ್ಲೇ ಮಾಡುಕಬೇಕು. ಒಬ್ಬ ಉತ್ತಮ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿ ಯೋಗಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ, ಖಂಡಿತಾ ಎಷ್ಟೋ ರೋಗಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು, ಸರಿಪಡಿಸಲೂಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಎಷ್ಟೋ ವಿಕ್ಷೇಪಗಳು ಪೂರಕವಾಗಿಲ್ಲದೆ, ಮಾರಕವಾಗಿದ್ದರೆ (negative emotions) ನಾವು ಮನೋರೋಗಿಯಾಗಲು ದಾರಿಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಪತಂಜಲಿ ಇದಕ್ಕೆ “ದುಃಖ ಹಾಗೂ ದೌರ್ಗಂಧ್ಯ” ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇವು ನಮ್ಮ ಸಾಧ್ಯಗಳ ಹಾಗೂ ರಕ್ತನಾಳಗಳ ಮೇಲೆ ವಿಪರೀತ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಇವುಗಳನ್ನು ಸದಾ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ತೊಡೆದು ಹಾಕುತ್ತಿರಬೇಕು.

ಎಷ್ಟೋ ನಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಾನತೆಗಳಿಗೆ ನಾವೇ ಕಾರಣರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಯೋಗ ಸಾಧನೆ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಮಾಡುಕಿ ತಿದ್ದಿಕೊಂಡರೆ ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನೇ ಸನ್ಯಾಗ್ರಧಲ್ಲಿ ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು.

ಸಾಫ್ತಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಸರಿಯಾಗಿಯೇ ಹೇಳಿದಾರೆ - ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಜೀವಾತ್ಮದಲ್ಲಾ ಪವಿತ್ರತೆ ಇದೆ (each soul is potentially divine). ಈ ಪವಿತ್ರತೆಯನ್ನು ಎತ್ತಿಹಿಡಿದು ಸಾಫ್ತಾರಾರವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ನಮ್ಮ ಕ್ಷೇಯಲ್ಲೇ ಇದೆ. ಯೋಗಿದ ಮೂಲಕ....



ಟ.ವ. ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳು

ಲಲಿತಾ ಚಲಂ
ಅಧ್ಯಕ್ಷರು, ಯುವ ಬರಹಗಾರರ
ಮತ್ತು ಕಲಾವಿದರ ಜಳಗ

“ಮಕ್ಕಳಿಲ್ಲದ ಮನೆ ಮನೆಯಲ್ಲ-

ಹಕ್ಕಿಯಿಲ್ಲದ ತೋಟ ತೋಟವಲ್ಲ” ಎನ್ನತಾರೆ ಹಿರಿಯರು.

ನಿಜ, ಆಡುವ ಮಗು ಮನೆಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಸ್ವರ್ಗಕ್ಕೇ ಕಿಚ್ಚ ಹಚ್ಚಿಪಟ್ಟ ಸಂಭ್ರಮ ಉಕ್ಕಿ ಹರಿಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ.

ಇಂದಿನ ಹೈಕೋ ಯುಗದ ಮಕ್ಕಳು ಸಾಲದ ಹಣದಿಂದ ಕೊಂಡುತಂದ ಬಿತ್ತನೆ ಬೀಜದಂತಹವರು. ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಪೂರ್ಣಿಸಿ ದೊಡ್ಡವರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳು ತೋಟದ ಮಾಲಿಗಳಿದ್ದಂತೆ.

ನಾನು ಮಗುವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇನೆ, ಬೆಳಿಸುತ್ತೇನೆ ಹಾಗೂ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತೇನೆ - ಇದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ತಂದೆ-ತಾಯಿಯರ ಜವಾಬಾದಿ. ಹಿಂದೆ ಮಕ್ಕಳಿರಲವ್ವ ಮನೆ ತುಂಬ ಅಂತಿದು. ಆದೆ, ಇಂದು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೆತ್ತಪೂರ್ವಿ ದುಃಖ, ಉಪನ್ನು ಉಂಡಷ್ಟು ದಾಳ ಎನ್ನವಂತಾಗಿದೆ.

ಒಹು ಸಂತಾನ ಪದ್ಧತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ನಾವಿಬ್ಬರು, ನಮಗಿಬ್ಬರು ಅಥವಾ ನಮಗೊಂದು ಮಗು ಎನ್ನಪ್ಪದು ರೂಢಿಯಾಗಿದೆ.

ಈ ಎಲ್ಲಾ ಹೀರಿಕೆಯೂ ಇಂದಿನ ಮಕ್ಕಳ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯನ್ನು ಕುರಿತಂತೆ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಬರೆಯಲಾಗಿದೆ.

ಅಧ್ಯಯನ, ಆಟ-ಪಾಠ, ಶಿಸ್ತ-ನೀತಿ, ಪಠ್ಯೇತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಂದ ಇರಬೇಕಾದ ಆಸಕ್ತಿ, ಸ್ವಜನಶೀಲತೆ ಇಂದಿನ ಒಹುತೋಕ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕಮರಿಹೋಗುತ್ತಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣ ಟೆಲಿವಿಷನ್ ಎನ್ನಪ ದೃಶ್ಯಶಕ್ತಿ ತನ್ನ ಕಬಂದ ಬಾಹುವನ್ನು ಅಭಿಯಾಗಿ ಓಬುತ್ತಿರುವುದು. ಗ್ರೇಕ್ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಟೆಲಿ ಅಂದರೆ ದೂರ. ಲ್ಯಾಟನ್ ವಿಷನ್ ಅಂದರೆ ದರ್ಶನ್ - ಎಂಬ ಪದಗಳಿಂದ ಈ ಟೆಲಿವಿಷನ್ ಕಂಡುಹಿಡಿದಾಗ ಇದರ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳ ಕುರಿತು ಯೋಚಿಸಿದ್ದನೋ ಇಲ್ಲವೋ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ನಾವಂತು ಇದನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬೇಕಾದ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಇಂದು ಉಂಟಾಗಿದೆ.

ಟ.ವ. ಅಂದರೆ ಮನರಂಜನೆ ಎನ್ನುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯರ ಗ್ರಹಿಕೆ. ಮಕ್ಕಳಂತೂ ಇದನ್ನು ತಮ್ಮ ಪ್ರಾಣ ಸೈಹಿತ ಎಂದೇ ತಿಳಿದಿದ್ದಾರೆ. ಕೆನೆಡೆ ಶಿಕ್ಷಕರ ಒಕ್ಕೂಟ 2003ರಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಸಮೀಕ್ಷರ ಪ್ರಕಾರ ತೇ. 75ರಷ್ಟು ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳು ಟ.ವಿ.ಯನ್ನು ತಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಕಾಲಕಳಿಯುವ ಸಾಧಕ ವಸ್ತು ಎಂದೇ ತಿಳಿದಿದ್ದಾರೆ ಎನ್ನುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದಾಗುತ್ತಿರುವ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳೇನು? ಇದರ ಉಪಯುಕ್ತತೆ ಇದರಲ್ಲಿ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳು ವಹಿಸಬೇಕಾದ ಪಾತ್ರಗಳೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿಯಲೇಬೇಕಿದೆ.

ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ:

ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸು ಮೇಣಿದಂತೆ. ಯಾವ ರೂಪವನ್ನು ಬೇಕಾದರೂ ಕೊಡಬಹುದು. ಯಾವುದೇ ಆಕಾರಕ್ಕೂ ತಿರುಗಿಸಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳ ಕೆಣ್ಣಗಳು ಬಹಳ ಸೂಕ್ಷ್ಮ. ತೀರಾ ಸಮೀಪದಿಂದ ಒಂದೆರಡು ಗಂಟೆಗಳಿಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಟ.ವಿ. ವೀಕ್ಷಿಸುವ ಮಕ್ಕಳ ದೃಷ್ಟಿಕ್ಕಿಂತ ದುರುಪಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ನೇತ್ರ, ತೆಣ್ಣರು. ನೆಟ್ಟ ನೋಟದಿಂದ ಒಂದೇ ಸಮನೆ ಟ.ವಿ. ನೋಡುವಾಗ ಉಂಟಾಗುವ ಮಾನಸಿಕ ತಲ್ಲಿಣಿದ ಜೊತೆ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಅಸ್ಥಿರತೆಯೂ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಟ.ವಿ. ವೀಕ್ಷಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯೂ ಕುಂಡುತ್ತವೆ. ಇಂದಿನ ಬಹುತೇಕ ಮಕ್ಕಳು ಯಾವ್ಯಾವ ಚಾನಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಬರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವಷ್ಟು ಚಿನ್ನಾಗಿ, ತಮ್ಮ ಪರ್ಯಾಗಳ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರಿತಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ಇದು ಮಕ್ಕಳ ಶಾಲಾ ಜೀವನಕ್ಕೂ ಅತ್ಯಂತ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

ಆಟ-ಪಾಠಗಳಿಂದ ಸದಾ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದಿರಬೇಕಾದ ಮಕ್ಕಳು ದಿನೇದಿನೇ ಗಂಭೀರ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಕಾರಣರಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹೋಂ ವರ್ಕ್ ಮಾಡದೆ, ಓದುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ, ದೃಷ್ಟಿಕವಾಗಿ, ದುರುಪಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇತ್ತೀಚೆನ ಸಮೀಕ್ಷೆಯೊಂದು ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ದೇಶದಲ್ಲಿನ ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಟ.ವಿ. ಯಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತರಾಗಿ ತಮ್ಮ ಜೀವಿನಲ್ಲಿ ಪಿಸೂಲು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ವರದಿ ಮಾಡಿದೆ.

ಇದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಕಳವಳಕಾರಿಯಾದ ಅಂಶವೆಂದರೆ ಸದಾಕಾಲ ಟ.ವಿ. ನೋಡುವ ಮಕ್ಕಳು ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾಗುತ್ತಿರುವುದು. ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲದೆ ಒಂದೇ ಕಡೆ ಕುಳಿತಿರುವುದು, ಜೊತೆಗೆ ಘಾಸ್‌ಪ್ರೈಡ್, ಕುರುಕುಲು ತಿಂಡಿ ಸೇವಿಸುತ್ತಾ ಟ.ವಿ. ವೀಕ್ಷಿಸುವುದು - ಇವೆಲ್ಲದರಿಂದಾಗಿ ಡಯಾಬಿಟಿಸ್‌ನಂತಹ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಬಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ತುತ್ತಾಗುತ್ತಾರೆ. ಜೊತೆಗೆ ಮೈಗ್ರೇನ್, ತಲೆನೋವಿನಂತಹ ಕಾಯಿಲೆಗಳೂ ಹತ್ತಿರವಾಗುತ್ತವೆ.

ಟ.ವಿ. ಜಾಹಿರಾತುಗಳೂ ಕೂಡ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸೂಚಿಗಲ್ಪಿಸಂತೆ ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರಕಾರದ ವಸ್ತು ಎಷ್ಟೇ ಕಡಿಮೆ ಗುಣಮಟ್ಟದಾಗಿದ್ದರೂ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅದು ಬೇಕೇಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಹರ. ಈ ಜಾಹಿರಾತಿಗಳು ಸರಿ/ತಪ್ಪಗಳನ್ನು ಒರೆಗಲ್ಲಿಗೆ ಹಚ್ಚುವ ವರ್ಯಸ್ಸು ಇವರದ್ದಲ್ಲ. ಮತ್ತೊಂದು ಸಂಶೋಧನೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಚಿಕ್ಕ ವರ್ಯಸ್ಸಿನ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳು ಟ.ವಿ. ವೀಕ್ಷಣೆಯಿಂದಾಗಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಭ್ರಮೆ ಹಾಗೂ ಭಯದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಚ್ಯಾರಿಂಗ್‌ಗ್ರಾಂಡ್‌ನಂತೆ ಎಳೆಯುವ ಧಾರವಾಹಿಯ ಕರೆಗಳಲ್ಲಿನ ಹಿಂಸೆಯ, ಕೌಯಿದ ದೃಶ್ಯಗಳಿಂದಾಗಿ ಈ ಮಕ್ಕಳು ನಿಜ ಜೀವನವನ್ನು ಇದೇ ರೀತಿ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡು ಮಾನಸಿಕ ಯಾತನೆ ಪಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಬಾಲ್ಯಸೆಖಿ, ಬಾಲ್ಯಸೆಖಿ - ಈ ಮಾತೇ ಮಧುರ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಿಹಿ-ಕಹಿ ನೆನಪುಗಳು ಮರೆಯಲಾಗದ ಗೆಳೆಯ/ಗೆಳತಿಯರು ಇದೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಇಂದಿನ ಮಕ್ಕಳು ಈ ಸೇಹ ಸುಖದಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಒಟ್ಟಿಗೆ ಓದುವ ಹವ್ಯಾಸ, ಲೈಬ್ರರಿ ಸಹವಾಸ, ಆಟ ಆಡುವ ಮನಸ್ಸು ಇಲ್ಲದೆ ಒಂಟಿಯಾಗಿ ಸದಾ ಟ.ವಿ.ಯ ಮುಂದೆ ಕೂಡುವುದರಿಂದಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸೇಹದ ಕಡಲು ಮರೀಚಿಕೆಯಿಂದಾಗಿದೆ.

ಕೆಲವು ಉಪಯುಕ್ತತೆಗಳು:

ಟೆಲಿವಿಷನ್ ವೀಕ್ಷಣೆಯ ಪಿಡುಗು ಟ.ವಿ. ಯಲ್ಲಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿದೆ. ಅದರ ಸದುಪಯೋಗ ಪಡೆಯುವ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರಬೇಕು. ಆಧುನಿಕ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯನ್ನು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿ ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅತ್ಯಂತ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ ಈ ಟ.ವಿ. ಮಾಧ್ಯಮ. ಜ್ಞಾನಾಭಿವೃದ್ಧಿಯ, ಮನರಂಜನೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಮಾತ್ರ ಉಪಯೋಗಿಸಿದಾಗ ಅದರ ಮಹತ್ವ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ದೇಶ ವಿದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತಿಳಿ ಅವರಲ್ಲಿನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಆರೋಗ್ಯ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಉತ್ತಮ ಚಲನಚಿತ್ರಗಳು, ಮಧುರವಾದ ಸಂಗೀತ, ಹವಾಮಾನ, ವಿಜ್ಞಾನ, ಪರಿಸರ ಸಂರಕ್ಷಣೆ, ಕ್ರೀಡೆಗಳು, ವಾರ್ತೆಗಳು, ಹೀಗೆ ಹತ್ತು ಹಲವು ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಕುಲಿತಲ್ಲೀ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಕಲ್ಪನಾಚಾವಾಸ ಸುನೀತಾ ವಿಲಿಯಮ್‌ನಂತಹ ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಸಾಧನೆಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳೂ ಸ್ವಾತ್ಮಿಕ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಮಕ್ಕಳ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುವ ಚಾರಿತ್ರಿಕ, ಐತಿಹಾಸಿಕ ವಿಷಯಗಳ ಕುರಿತಾದ ಚಿತ್ರಗಳಿಂದಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.

ಮನರಂಜನೆಗಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ರೂಪಿತವಾಗಿರುವ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಅವರಿಗೆ ಪ್ರಯವಾದ ಕಾಟೂನ್ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಬಹುದು. ಜೊತೆಗೆ ಅನಿವೇಶನ್ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಅರಿಯಬಹುದು. ಇನ್ನು ಮನೆಯವರೆಲ್ಲಾ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಕುಲಿತು ಟ.ವಿ. ವೀಕ್ಷಣೆಯಿಂದ ಪರಸ್ಪರ ಚಚೆ, ವಿಷಯ ಮಂಧನ ನಡೆಸುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ಮಾನಸಿಕ, ಚೌದ್ವಿಕ, ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕ

ಗುಣಗಳು ವ್ಯಾದಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಕಾರಣಗಳಾಗಿ ನಾವು ಟಿ.ವಿ. ಜನಕ ಜಿ.ಎಲ್. ಬೆಯರ್ನ್‌ಗೆ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿರಬೇಕು.

ಪ್ರೋಫೆಕರ ಪಾಠ:

God gives rain, but not reservoir. ದೇವರು ಮಳಿ ಕೊಡುತ್ತಾನೆ, ಅಂದರೆ ಜಲಾಶಯವನ್ನಲ್ಲ. ಅಂತಹೀ ದೇವರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕರುಣಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಪ್ರತಿಭಾವಂತ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾದ್ದು ಮಾತ್ರ, ಅವನ ಪ್ರೋಫೆಕರೇ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳು ಎಂದರೆ ಮಕ್ಕಳ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ರೋಲ್‌ಮಾಡಲಾಗಳು (Role Models). ಮಗು ಅನುಕರಿಸುವುದು ಕೂಡಾ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳನ್ನೇ. ಆದ್ದರಿಂದ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ, ಸ್ನೇಹಿತರಾಗಿ, ಶಿಕ್ಷಕರಾಗಿ, ಸರಿಯಾದ ವಿಮರ್ಶಕರಾಗಿ ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರೂ ಆಗಬೇಕು. ಮಕ್ಕಳ ಅತಿಯಾದ ಟಿ.ವಿ. ವೀಕ್ಷಣೆಗೆ ಬಹುತೇಕ ತಂದೆ-ತಾಯಿಯರೇ ಕಾರಣ. ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖವಾದ ಪೂರಕ ಅಂಶವೆಂದರೆ ಇಂದಿನ ಜೀವನ ಶೈಲಿ.

ಹಿಂದಿನ ಅವಿಭಕ್ತಿ-ಪುಟುಂಬಗಳು ಒಡೆದು ಇಂದು ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿ ಉಳಿದಿವೆ. ಅಜ್ಞ-ಅಜ್ಞಿಯರ ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅರಳಬೇಕಾದ ಮಕ್ಕಳು ಉದ್ಯೋಗಸ್ಥರ ತಂದೆ-ತಾಯಿಯರ ಅನಿವಾರ್ಯತೆಗೆ ಸಿಕ್ಕಿ ನರಳತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಶಾಲೆಯಿಂದ ಸುಸ್ಥಾಗಿ ಬರುವ ಮಕ್ಕಳು ಬ್ಯಾಗ್ ಬಿಂಬಿ, ಹಸಿವನ್ನು ಮರೆತು ಟಿ.ವಿ. ಹಚ್ಚಿ ಕುಳಿತುಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಸಂಚಿ ಕೆಲಸದಿಂದ ಮರಳುವ ಪ್ರೋಫೆಕರು ತಮ್ಮ ಒತ್ತಡಗಳಿಂದಾಗಿ ಮಕ್ಕಳ ಮುಂದೆಯೇ ಜಗತ್ ಆಡುವುದು, ಅಥವಾ ಅವರ ಚೀತೆ ತಾವೂ ಕುಳಿತು ಟಿ.ವಿ. ನೋಡುವುದರಿಂದಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬೇರೆ ದಾರಿಯೇ ಇಲ್ಲದೆ ಟಿ.ವಿ.ಯೇ ಅಂತಿಮವಾಗುತ್ತದೆ. ಈಗಿನ ಬಹುತೇಕ ಪ್ರೋಫೆಕರನ್ನು ಒನ್ ಪಾಯಿಂಟ್ ಘಾಮ್ಯಾಲಾ. ಮಕ್ಕಳು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಒದಬೇಕು, ಮತ್ತೇನೂ ಬೇಡ, ಕೆಲವೇ ರೀತಿಯ ಪದವಿಗಳನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇಷ್ಟರ್ ಹೊರತು ಮತ್ತೇನೂ ಬೇಡ ಎನ್ನುವ ಮನಸ್ಸಿಗೆ. ಮಕ್ಕಳ ಆಸೆ ಬೇರೆಯಾಗಿದ್ದಾಗ ಭಿನ್ನಭಿಪ್ರಾಯ ಉಂಟಾಗಿ ಕೊನೆಗೆ ಮಕ್ಕಳು ಮನಃಶಾಂತಿಗೆ ಮೊರೆಹೋಗುವುದು ಟಿ.ವಿ.ಗೆ.

ಮಕ್ಕಳ ಬಗ್ಗೆ ಉದ್ಯೋಗಸ್ಥ ತಂದೆ-ತಾಯಿಯರು ಸರಿಯಾದ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಹೊರದಿರುವುದೂ ಕೂಡ ಮತ್ತೊಂದು ಕಾರಣ. ಇವರದು ಬಕ್ ಪಾಸಿಂಗ್ ಪದ್ಧತಿ. ಅಂದರೆ ತಮ್ಮ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಪಕ್ಕದವರಿಗೆ ದಾಟಿಸುವುದು ಎಂದರ್ಥ. ಗಂಡ ಹೆಂಡತಿಗೆ, ಹೆಂಡತಿ ಆಯಾಗಳಿಗೆ, ಆಯಾ ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ - ಹೀಗೆ ಮಕ್ಕಳ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ದಾಟಿಸುತ್ತಾ ಹೋದರೆ ನಷ್ಟ ಅನುಭವಿಸುವುದು ಕೊನೆಗೆ ಮಗುವೇ. ಈ ರೀತಿ ಮಾಡುವ ಬದಲು ಮಕ್ಕಳು ಟಿ.ವಿ. ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ಎಷ್ಟು ಹೊತ್ತು ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ಏನನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿ ನೋಡುತ್ತಾರೆ

ಎನ್ನವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ಯಾವುದು ಸರಿ, ಯಾವುದು ತಪ್ಪು ಎನ್ನವುದನ್ನು ಸೈಹಿತರಂತೆ ಹತ್ತಿರ ಕುಳಿತು ವಿವರಿಸಬೇಕು. ಇವೆಲ್ಲದರ ಜೊತೆಗೆ ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಉತ್ತಮ ಹಾಯಾಸಿಗಳೇ ಸೇಳಿಯಬೇಕು. ಆಟ ಆಡುವುದು, ದಿನಪತ್ರಿಕೆ ಓದುವುದು, ಸಂಗೀತಾಭಾಸ ಮಾಡುವುದು, ಯೋಗ, ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದು ಹಾಗೂ ಕ್ರೀತೋಟಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಂತೆ ಪ್ರೇರೇಷಿಸಬೇಕು. ನಾಡು, ನುಡಿ, ದೇಶಪ್ರೇಮಗಳನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುವಂತಹ ಉತ್ತಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಪೋಷಕರು ಮಾಡಬೇಕು. ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯವನ್ನು ಮೀಸಲಿಡಬೇಕು. ಮಕ್ಕಳ ಮಾತಿಗೂ ಸಹ ಬೆಲೆ ಕೊಡಬೇಕು. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹಚ್ಚಾಗಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನಂಬಿ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಬೇಕು. ಇಂಥಹ ಅರೋಗ್ಯಕರ ಪರಿಸರ ಸೃಷ್ಟಿಸಿದರೆ ಮಕ್ಕಳ ಟಿ.ವಿ. ವೀಕ್ಷಣೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ದೇವರ ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ಉಂಟವೆಂದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ಪ್ರಸಾದವಾಗಿಯೇ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಅಂತೆಯೇ ಇತಿಮಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಟಿ.ವಿ. ವೀಕ್ಷಣೆ ಮಾಡುವಂತೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಪಾಲಕರು ಮಾಡಿದಾಗ ಮಾತ್ರ, ಉಲ್ಲಿಂಧನೆ ಶಾಪವಾಗದೆ ವರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಶಿಂ

ಭಾರತೀಯ ಸಂಸ್ಕृತಿ - ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳು

- ಶ್ರೀ ಮಾನ್ಯ ಹಿರಣ್ಯ

ಕೃಂಗದವನು ಮೈ ಪರಿಚೀಂಡ - “ಯಾಕೆ ಒಲ್ಲೆ ಅಂದರೆ ಇಲ್ಲದ್ದಕ್ಕೆ ಒಲ್ಲೆ”. ಈ ಮುಂತಾದ ಗ್ರಂಥಾ ಗಾದೆಗಳು, ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಕृತಿಯ ಪ್ರತೀಕವಾದ ಅನುಭವೋಕ್ತಗಳು. ಅದಕ್ಕೆ ಗಾದೆ ವೇದಕ್ಷಿಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠವೆಂದು ತಿಳಿದವರು ಹೇಳುವುದು. ಆದರೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವುಗಳೇ ನಮ್ಮ ಪಲಾಯನವಾದದ ಸೂತ್ರಗಳೂ ಆಗುವುವು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮೇಲಿನ ಎರಡು ಗಾದೆಗಳನ್ನೇ ಪರಿಶೀಲಿಸೋಣ. ಆ ಎರಡೂ ಗಾದೆಗಳ ಅರ್ಥ, ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು ಅಭಾವ ವೈರಾಗ್ಯದ ಸಂಕೀರ್ತಗಳಂತೆ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲವೇ? ಕೃಂಗದವರು ಮೈ ಪರಿಚೀಂಡರು ಅಂದಾಗ, ನಮ್ಮಿಂದಾಗದ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಶ್ರಮವೆಲ್ಲಾ ವ್ಯಧರ್ ಎಂದು ಅರ್ಥ. ಅಂತೆಯೇ ಒಲ್ಲೆ ಎಂದರೆ ಬೇಡ ಬಿಡು - ಅರ್ಥಾತ್ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದ ಅರ್ಥವಾ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟರೂ ಸಿಗಲಾರದುದಕ್ಕೆ, ಬೇಡ ಬಿಡು ಅನ್ನವುದು ಸಹ ಅದೇ ಅರ್ಥ, ಇವೆಲ್ಲಾ ಅನ್ಯರಿಗೆ ಹೇಳುವ, ತೋರಿಕೆಯ ಬುಡುಬುಡುಕಿಯ ಮಾತೇ ಏನಿಂದಾಗಿ ಸತ್ಯವಲ್ಲ..... ಅರ್ಥ ಸತ್ಯ ಮಾತ್ರ. ಹಾಗಾದರೆ ಉಳಿದರ್ಥ ಸತ್ಯವೇನು? ಅಂತರಾಳದಲ್ಲಿ ಇಚ್ಛಿಗೆ ಹಾಕುವ ಮಾತಿನ ಮುಸುಕು ಇನ್ನೂ ವಿವರವಾಗಿ ಹೇಳಬಹುದಾದರೆ, ಈ ಹಬ್ಬ-ಹರಿದಿನಗಳು ಬಂದಾಗ, ಕೆಲವೊಂದು ಕಾರಣಗಳಿಗೆ, ಅವನ್ನ ಮಾಡಲಾರದವರು ಅರ್ಥವಾ ಅವುಗಳ ಅರ್ಥ ಪೂರ್ತಿ ತಿಳಿಯದವರು, ಅವುಗಳನ್ನ ಮಾಡುವುದು ಅರ್ಥವ್ಯಧರ್-ಸಮಯ ಹಾಳು ಎಂಬೀ ಮಾತುಗಳಿಂದ, ಅನ್ಯರಿಂದ ಸಂತ್ಯೇಸುತ್ತಾ ಆತ್ಮವಂಚನೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದನ್ನ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸಿದಲ್ಲಿ ಯಾರಿಗೆ ಬೇಕಾದರೂ ಕಂಡೀತು. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾವು ಅಂತಹವರಿಗೆ ತಿಳಿ ಹೇಳಿ ಒಪ್ಪಿಸುವ ಯತ್ನ ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧಿಯಾಗಿರುತ್ತೆ. ಶ್ರೀ ವರವಿತ್ತಂಡಾವಾದ, ಅಂಧವರು ಇತ್ತ ಪೂರ್ತಿ ನಾಸಿಕ್ತರೂ ಅಲ್ಲದ, ಆತ್ಮ ಪೂರ್ಣ ಆಸಿಕ್ತರೂ ಅಲ್ಲದ ನಡುವಂತರದ ಸ್ಥಿರೀಲ್ಲರುವವರು. ಅಂಧವರನ್ನ ಕುರಿತೇ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ ಕವಿವರೇಣ್ಯ ಶ್ರೀ ಡಿ.ವಿ.ಜಿ. ಯವರು-

ನಂಬಿದರ್ಥನು ತಂದೆ, ನಂಬಿದನು ಪ್ರಹಾದ! ನಂಬಿಯೂ ನಂಬಿದರುವವರು ನೀವು।
ಕಂಬದಿಂದಲೋ-ಬಿಂಬದಿಂದಲೋ ಮೋಕ್ಷವರಿಂಗಾಯ್ತು ಸಿಂಬಳದಿ ಸೋಣ ನೀನು॥
ಮಂಕುತಿಮ್ಮು॥

ಎಂದು. ಈಗ ಮುಖ್ಯ ವಿಚಾರಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತೇನೆ. ನಾವು ಭಾರತೀಯರು-ಹಿಂದೂಗಳು ಅನ್ನಿ, ಮತ್ತೇನಾದರೂ ಅನ್ನಿ ನಮ್ಮೀ ಪವಿತ್ರ ಮಣಿಗೆ ತನ್ನದೇ ಆದ ಪರಂಪರೆ ಇದೆ, ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಇದೆ, ಸಂಪ್ರದಾಯವಿದೆ. ಅರ್ಥವತ್ತಾದ ಅಚಾರಗಳಿವೆ. ವಿಚಾರಪೂರಿತ ನಡವಳಿಕೆಗಳಿವೆ. ಇಂದಿಗೂ

ನಾವು ಅವುಗಳಿಂದಲೇ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಡುವುದು. ಗೌರವಿಸಲ್ಪಡುವುದೂ ಸಹ ಜನನಕ್ಕೆ ತಾಯಿಯಷ್ಟು ಮುಖ್ಯ ಪಾತ್ರ, ತಂದೆಯರೂ ಸಹ. ಇವೆರಡರ ಪ್ರಾಣ ಖಚಿತತೆಯೇ ಅಲ್ಲವೇ ನಮ್ಮ ಬರುವಿಕೆ-ಇರುವಿಕೆ ಹಾಗೂ ವಿವರ-ವಿಳಾಸಗಳೂ ಸಹ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೊಂದು ತಪ್ಪಿದರೂ-ತಬ್ಬಿಬಾದರೂ, ಅವಹೇಳಿನ, ಅವಮಾನ, ಅನುಮಾನಗಳು ತತ್ತ್ವಿಸಿದ್ದ. ಇಲ್ಲಿ ದೇಶ-ಮಣ್ಣ ತಾಯಿಯ ರೂಪವಾದರೆ, ಸಂಸ್ಕೃತಿ-ಸಂಪ್ರದಾಯ, ಆಚಾರ-ವಿಚಾರಗಳಿಗೆ ತಂದೆಯೋಪಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ರಕ್ಷಣೆಗೆ ಧಾವಿಸುವುದು. ಇವೆರಡರ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವೇ ಅಲ್ಲವೇ ನಾವು-ನಮ್ಮ ಅಸ್ತಿತ್ವ.

ಒಮ್ಮೆ ನಾನು ಉತ್ತರ ಅಮೆರಿಕಾದಲ್ಲಿ ಉಪನ್ಯಾಸ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಇದೇ ವಿಚಾರವನ್ನು ನಾನಾ ಉದಾಹರಣೆಗಳ ಮೂಲಕ ವಿವರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಒಬ್ಬ ಅಲ್ಲಿಯ ನಿವಾಸಿ-ಬಿಳಿಯ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿದ. ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಎಂದರೇನು ಎಂದು ಖಚಿತವಾಗಿ ಹೇಳಬಲ್ಲಿರಾ? (Can you define what culture is?) ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯ ಪ್ರತ್ಯೇ ಅನ್ನಿಸಿತು. ನಾನು ಉತ್ತರಿಸಿದೆ. ನೀವೆಲ್ಲಾ ಏನು ಈ ದೇಶದಲ್ಲಿದ್ದೀರಿ, ನಿಮಗೆ ಆ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ದಿವ್ಯದರ್ಶನವೇನಾದರೂ, ಎಂದಾದರೂ ಆಗಿದೆಯೇ? ಆಗಿರಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ.... ಕಾರಣ ಮೂಲತಃ ಈ ಮಣ್ಣ-ಭೂಮಿ-ದೇಶ, ಆವುದೂ ನಿಮ್ಮದ್ದಾರದೂ ಅಲ್ಲ. 1726ರಲ್ಲಿ ನೀವೆಲ್ಲಾ ಬದುಕನ್ನು ಆರಸಿ ಹೊರಟಿದ್ದು, ನಿಮ್ಮ ಹಡಗು ಮೇಷಫಲ್‌ವರ್ಷ (May flower) ದಶಕಗಳನ್ನು ಪಾಗರದ ತೆರೆಯ ಮೇಲೇ ಕಳಿದು ನಾಶವಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು, ಈಶನ ದಯವಿಂದ ಈ ದೇಶದ ಕಡಲತೀರದ ಪ್ಲ್ಯಾಮೋತ್‌ (Play Mouth) ಪಟ್ಟಣಕ್ಕೆ ತಂದುಬಿಟ್ಟಿತು. ಅಲ್ಲಿದ್ದ ಅಲ್ಲಿನ ಮಣಿನ ಮಕ್ಕಳು ಉದಾರತೆಯಿಂದ, ಮಾನವೀಯತೆಯ ಕೃಪಾಭಿಕ್ಷೆ ನೀಡಿ, ನಿಮ್ಮನ್ನು ಆದರಿಸಿದರು-ರಕ್ಷಿಸಿದರು. ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ನೀವರಿಗೆ ಮಾಡಿದ್ದೇನು? ಬರಮಾಡಿಕೊಂಡವರನ್ನೇ ಹೊರಗಿಟ್ಟು, ಒಳಹೊಕ್ಕಿವರು ನೀವು. ಒಬ್ಬ ಇಂಗ್ಲೀಷ್-ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಸಾನಿಷು-ಮತೊಬ್ಬ ಬರಿಷು-ಮಗದೊಬ್ಬ ಸ್ಯಾಟಿಷು-ಒಟ್ಟಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಪೂಲಿಷು, ಕೂಡಿಕೊಂಡು ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರಿ ಮನೆ ಮಾರುಗಳನ್ನು, ಹೇರಿಕೊಂಡಿರಿ ಅಲ್ಲಿದ್ದವರ ಮೇಲೆ, ಉಂಟಿಕೊಂಡಿರಿ ತಳ ಭದ್ರವಾಗಿ, ಏಳನೇ ಅಧ್ಯಕ್ಷನವರಿಗೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸಂವಿಧಾನವನ್ನೇ ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರದೆ ಹೋದಿರಿ. ಕಾರಣ ಇಲ್ಲಿರುವುದು ಯಾವುದೂ ನಿಮ್ಮದಲ್ಲಾ ಎಂಬ ಸತ್ಯದಂಜಿಕೆಯಿದೆ. 1960ರವರಿಗೆ ಓಡಾಡಲು ಅಲ್ಲಿದ್ದ ಕಲ್ಲುಮಣಿನ ಹಾದಿಗಳನ್ನೇ ಉಳಿಸಿಕೊಂಡು-ಒಳಸಿಕೊಂಡಿರಿ. ಯಾಕೆ? ಅನಿಶ್ಚಿತತೆ-ಅನ್ಯರ ಮಡಿಲಿನ ವಾಸದ ಅಭದ್ರತೆ. ಇಂಥಾ ನಾನಾ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳ ಸಂಗಮವಾದ ಉತ್ತರ ಅಮೆರಿಕಾ ಪ್ರಶಂಸನೀಯವಾದ ಅಂಶವೆಂದರೆ, ಇಡೀ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿಯೂ ಜಾತಿ-ಮತಗಳ ಪಿಡುಗು-ಪೀಡೆ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು, ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರ ದೃಷ್ಟಿಯೂ ರಾಷ್ಟ್ರ ನಿರ್ಮಾಣದತ್ತ ಹರಿಯುತ್ತಿರುವುದು ಹಾಗೂ ದುಡಿಮೆ-ಪ್ರತಿಭೆ-ಅಹಾತೆಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ, ಅದ್ವಾತೆ ಇರುವುದು. ಇಲ್ಲಿ ಮನೆಗಳನ್ನು 30 ವರ್ಷದ ಅವಧಿಗೂ ರಾಷ್ಟ್ರವನ್ನು 300

ವರುಷದ ಅವಧಿಗಳಿಗೂ ಕಟ್ಟುವರು. ಅದು ಬಿಟ್ಟರೆ ನಮ್ಮ ದೇಶದ-ಮಣಿನ ವಾಸನೆಯಲ್ಲೇ, ಒಂದು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸಂಸ್ಕೃತಿ, ಮಾನವೀಯತೆ, ಸೈತಿಕತೆಗಳ ಭಾವನಾ ರಸಗಂಗೆ ಹೊರಹೊಮ್ಮೆ ಹರಿಯುವುದನ್ನು ಶತಮಾನಗಳಿಂದಲೂ ವಿಶ್ವ ಗುರುತಿಸಿ-ಗೌರವಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಭೂಮಿಯ ಪ್ರತಿ ಸ್ವರೂಪವೇ ಹೆಣ್ಣಿಂಬುದನ್ನು ಜಗತ್ತೇ ಒಬ್ಬದೆ. ಅಂಥಾ ಹೆಣ್ಣು ಒಮ್ಮೆ ಬಲವದ್ವಾ ಮಾನಭಂಗಕ್ಕೆ ಶಾಡಾಗಿಬಿಟ್ಟದೆ. ಅವಳ ಬಾಳೀ ಮೂರಾಬಟ್ಟೆಯಾದಂತೆ ಎಂಬುವುದು ಯಾರೂ ಒಬ್ಬವಂಥಾ ಸತ್ಯ. ಅಂಥದರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಭಾರತಾಂಚೆಯು, ತನ್ನ ಮೇಲೆ ಶತಮಾನಗಳಿಂದಲೂ ಪರಳೀಯರು ಧಾಳಿ ಮಾಡುತ್ತಾ, ಅವರಿಂದ ನಡೆದಿರುವ ನಾನಾ ರೀತಿಯ ಹಿಂಸೆ-ಮಾನಭಂಗಗಳಾಗಿದ್ದರೂ, ತನ್ನ ತನವನ್ನು, ಧ್ಯೇಯ-ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು, ಸಂಸ್ಕೃತಿ-ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳನ್ನೂ, ಆಚಾರ-ವಿಚಾರಗಳನ್ನೂ, ಕಿಂಚಿತೂ ಮುಕ್ಕಾಗದಂತೆ-ಮಂಕಾಗದಂತೆ, ಶೈತಿ-ಸ್ವರಗಳ ಸ್ವರೂಪದಿಂದ ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಾ, ಇಂದು ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಪ್ರವಹಿಸಿ, ಇಂದಿಗೂ-ಎಂದಿಗೂ-ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಮೊದಲ ಆದ್ಯತೆಯಲ್ಲೇ ತನ್ನ ಸಾಫ್ತವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಿರುವುದು, ಏನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಸಾಧನೆಯೇ? ಇದು ಉತ್ತಮ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲವೇ? ಎಂದು ನಾನು ಮರು ಪ್ರಶ್ನೆ ಹಾಕಿದಾಗ ಮೂಕವಿಸ್ತಿತನಾದ ಆ ನನ್ನ ವಿದೇಶೀ ಮಿತ್ರ. ನನ್ನೇ ಎಲ್ಲಾ ವಿವರದ ಸೆಕಲ ಸಾರ-ಸಾರಾಂಶವೆಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಪರಿತ್ರ ಭಾರತ. ಹಿಂದೂ ದೇಶವೆಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತಿರುವುದರ ಅಂತರಾಧ್ಯವಿಷ್ಯೇ. ಹಿಂದೂ ಎಂಬ ಪದದ ಅರ್ಥ ಅನ್ವರ್ಯಿಸುವುದು, ದೇಶಕ್ಕಲ್ಲ-ಚಾತಿ-ಕುಲಗೋತ್ತರಗಳಿಗಲ್ಲ. ಅದು ಮನುಷ್ಯನ ಸಾಧಕ ಬದುಕಿನ ಕ್ರಮಾಧ್ಯ. ಇಡೀ ವಿಶ್ವಮಾನವನ ಬದುಕು “ಹಿಂದೂ” ಕ್ರಮಾಧ್ಯದಲ್ಲಿ ನಡೆದು ಬಂದರೇ, ಸಾಧಕ ಎಂಬ ಮೌಲಿಕಾಧ್ಯ. ಅದು ಹುಟ್ಟಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮೆರುವುದು ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಾದ್ದರಿಂದಲೇ, ಅದನ್ನು ಹಿಂದೂ ದೇಶವೆಂದು ಪಾರ್ಚಿನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಹೆಸರಿಸುವುದು. ಇಂಥಾ ಮಹತ್ವಾರ್ಥಿ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಪರಂಪರೆಯನ್ನು ಮಾಸದಂತೆ, ಶತಮಾನಗಳಿಂದಲೂ ಉಳಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದಿರುವುದು, ನಮ್ಮ ನಿತ್ಯನುಷ್ಠಾನ ಹಾಗೂ ಹಬ್ಬ-ಹರಿದಿನಗಳು, ಒಂದೊಂದು ಹಬ್ಬಕ್ಕೂ ಒಂದೊಂದು ತನದೇ ಆದ ಅಂತರಾಧ್ಯ-ಅರ್ಥ, ಆಚಾರ-ವಿಚಾರಗಳು ತುಂಬಿದ್ದು, ಅವೆಲ್ಲಾ ಆಯಾ ಕಾಲದ ಘಲ-ಪ್ರಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ, ಖರುಮಾನಗಳಿಗೆ ಅನುಕೂಲವಾಗಿ, ಪರಿಸರ-ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಹೊಂದುವಂತೆ, ಆಚರಿಸಲು ಅನುವ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ ನಮ್ಮ ಪೂರ್ವೀಕರುಗಳು. ಯಾವುದೇ ಹಬ್ಬಪನ್ನಾಗಲೇ, ಇಂತಿಷ್ಯೇ ಖಚ್ಚ-ಅಜಂಬರಗಳಿಂದ ಆಚರಿಸಲೇಬೇಕೆಂಬ ನಿಬಂಧನೆ ಯಾವ ಪುರಾಣದಲ್ಲಾಗಲೇ, ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಾಗಲೇ ಉಲ್ಲೇಖವಾಗಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಂದರಲ್ಲಾ ಅಂತರ್ಶರದ್ದೆ ಮುಖ್ಯವೇ ಏನಿಂದಾಗಿ ಆಧಿಕ ಶಕ್ತಿ ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ. ಮಡಿ ಎಂದರೆ ಶುಚಿ ಎಂದಾಧ್ಯವೇ ಏನಿಂದಾಗಿ ಸೆಕಲರನ್ನೂ ದೂರೀಕರಿಸು ಎಂದಾಧ್ಯವಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಎಷ್ಟೋ ಜನಕ್ಕೆ ತಿಳಿದಲ್ಲವೆಂಬುದೇ ವಿವರಿಸಿ. ಯುಗಾದಿ ವರ್ಷದ ಆದಿ, ವಸಂತ ಖರುಮಾನ

ಚೈತ್ರಮಾಸದಿಂದಾರಂಭಿಸಿ, ಶಿಶಿರಾರ್ಥಿತುವಿನ ಷಾಲ್ಯಣ ಮಾಸದ ವಷಾಂತ್ಯದಲ್ಲಿ
ಹೋಳಿಹಬ್ಬ-ಕಾಮದಹನದವರೆಗೂ ಹಬ್ಬ ಹರಡಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹಬ್ಬಗಳೂ
ಅಧರಪೂರ್ಣ-ಅರೋಗ್ಯಪೂರ್ಣ-ಅಷ್ಟೇ ಮನೋಲಾಸ ಪೂರಿತವೂ ಹೌದು.

ಯುಗಾದಿಯ ಬೇವು-ಬೆಲ್ಲ ಬರುವ ವರ್ಷದ ಸಿಹಿ-ಕಹಿಗಳ ಸಂಕೇತ ಅಧವಾ
ಹಕ್ಕು-ಕರ್ತವ್ಯಗಳ ಪ್ರಜೀಯ ಸೂಚಕವಾದರೆ, ಆಷಾಧ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆಯ ಜ್ಯೋತಿಭೀಂಘೇಶ್ವರ
ವರ್ತದಲ್ಲಿ ಪತಿ-ಪಾದಪೂಜೆ, ಶಾವಣಿ ನಾಗರವಂಚಮಿಯಲ್ಲಿ ಬೆನ್ನಲ್ಲಿ ಬಿದ್ದವರ ಬೆನ್ನ
ತೊಳಿದು-ಭಾತ್ಯ ಪ್ರೇಮದ ಪುನರುತ್ಥಾನ, ನಂತರದ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಜನಾಷ್ಟಿಮಿಯ ಸವಿನೆನಪಿಗಾಗಿ
ಇಡೀ ರಾತ್ರಿಯ ಜಾಗರಣ, ಭಾದ್ರಪದದ ಶ್ರೀ ಸ್ವಾರ್ಥಾಗೌರಿ-ವರಸಿದ್ಧಿ ವಿನಾಯಕನ ವರ್ತಗಳಲ್ಲಿ
ತೌರಿಗೆ ಮಗಳ ಆಗಮನ-ಭಾಗಿನ ನೀಡಿ, ಅವಳಿಗೆ ಸಕಲ ಸೌಭಾಗ್ಯ, ಸಿರಿಸಂಪದಗಳ
ಶುಭಾಶೀಲವಾದ, ಭಾದ್ರಪದ ಬಹುಳದಲ್ಲಿನ 15 ದಿನಗಳು ಹಿತ್ಯಪಕ್ಷ ಗತಿಸಿದ ಪೂರ್ವಜರ
ಪುಣ್ಯಸ್ವರಣೆ-ಪರಿತ್ರ ಪೂಜಾದಿಗಳು. ನಂತರದ ತರಥ್ಯತುವಿನ ಆಶ್ಯಾಯಜದ ಶರನ್ವರಾತ್ರಿಯ 9
ದಿನಗಳು ಶ್ರೀಮಾತಳಿಗೆ ನವನವಾಲಂಕಾರ-ಬಣ್ಣಬಣ್ಣದ ಬೊಂಬಿಗಳ ಶೃಂಗಾರ ಸಾಲು-ಆರತಿ,
ವಿಜಯದಶಮಿಯ ದಿನ ಶ್ರೀ ಆದಿಶತ್ಕಿಯ ಆರಾಧನೆ-ಅತ್ಯಶತ್ಕಿಗೆ ಪ್ರಷ್ಟೋದನೆ. ಹಿಂದೆಯೇ
ಹಿಂಬಾಲಿಸುವುದು ಕಾರ್ತಿಕ ಮಾಸದ ದೀಪಾವಳಿ - ಅದರ ಸಂದೇಶ ತಮಸೋಮಾ
ಜ್ಯೋತಿರ್ಗಂಧಿಯ, ಅಂಧಾಕರ ಕಳೆವ ಜ್ಯೋತಿ ಬೆಳಗಿ, ಅದರ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ಜೀವ-ಜಗತ್ತಿಗೆ
ಮೂಲಾಧಾರವಾದ, ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿಯ ಆವಾಹನೆ-ಅನುಷ್ಠಾನ-ಆರಾಧನೆ, ತತ್ಸಂಬಂಧವಾಗಿ,
ಮಗಳ ಸರ್ವಸುಖ ಸಂಪತ್ತೋಭಾಗ್ಯಗಳ ಒಡೆಯ-ಅಳಿಯನ ಆಗಮನ-ಅವನಿಗೆ ಗೌರವ
ಸಮರ್ಪಣೆ, ಮುಂದಿನ ಶಿಶಿರಾರ್ಥಿತುವಿನ ಮಾಘಮಾಸದ ಮಹಾತೀವರಾತ್ರಿ-ಕಟ್ಟಕಡೆಗೆ
ವಷಾಂತ್ಯದ ಹೋಳಿಹಬ್ಬ-ಕಾಮದಹನ-ವಸಂತೋತ್ಸವ. ಹೀಗೆ ಇಡೀ ವರ್ಷವನ್ನು ಯಥಾಶತ್ಕಿ,
ಯಥೋಚಿತವಾಗಿ ಆಚರಿಸಿ ಸಂತುಷ್ಟಾದವನಿಗೆ ದಣೀವಿಲ್ಲಾ-ಸಂತಸಕ್ಕೆ ಎಣೆಯಿಲ್ಲಾ-
ದುಃಖದುಮ್ಮಾನಗಳಿಗೆ ಎಡೆಯಿಲ್ಲ. ಇನ್ನು ನಾಸ್ತಿಕವಾದ ಇಂದು ನಮ್ಮ ಸಮಾಜದ ಬಹುದೊಡ್ಡ
ಪಿಡುಗಾಗಿ ಹಿಂದೂ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗೆ, ಅದರಲ್ಲಾ ನಮ್ಮ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚಿಂತನೆಗೆ-ನಮ್ಮದಿಗೆ ಸವಾಲಾಗಿದೆ.
ಇಂದು ಜಗತ್ತು “ಭಾರತ”ಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಾನ್ತ ಸಾಫ್-ಗೌರವಗಳನ್ನು ನೀಡಿ, ನೋಡುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ,
ಬೇರಾವುದೇ ಪ್ರಾಕಾರಗಳಿಂತ ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಜೀವಾಧಾರವಾದ, “ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚಿಂತನೆ”.
ಅದರಂತೆ ನಾವು ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ನಡೆದು, ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಕೌಟಂಬಿಕ, ಧಾರ್ಮಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ
ನೆಮ್ಮೆದಿ ಮತ್ತು ಆ ಮುಖೀನ ನಾವು ದೈವತಕ್ಕ ಅಷ್ಟೇಸಿರುವ ಪರಿ. ಅದರಿಂದಲೇ ನಮ್ಮ
ಪಾಪಚಿಂತನೆ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಲು ಹಿಂಜರಿಯುವುದು ಹಾಗೂ ಮನವೊಪ್ಪದಿರುವುದು. ಇದರಲ್ಲಿ
ಎಳ್ಳಷ್ಟೂ ಉತ್ತೇಜಿಯಾಗಲೇ, ವೃಥಾ ಪ್ರಶಂಸೆಯಾಗಲೇ ಇಲ್ಲವೆಂಬುದು ವಿದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ
ಬಂದವರೆಲ್ಲರ ಅನುಭವ. ಅಲ್ಲಿರುವ ಕೋಟಿ ಕೋಟಿ ಭಾರತೀಯರಲ್ಲಾ, ಅವರ ಜೀವನಕ್ಕಾಗಿ

ಹಿಡಿದಿರುವ ವೃತ್ತಿ ಯಾವುದೇ ಆಗಿರಲೀ, ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ ಆರಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಯಾವುದೇ ವಿಷಯವಾಗಲೀ, ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಿ ನೆಲಸಿ ಎಷ್ಟೇ ಕಾಲವಾಗಿರಲೀ, ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಇಂದಿಗೂ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಿರುವುದು ಗೌರವಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಿರುವುದು “ಅತ್ಯಮೂಲ್ಯವಾದ ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಸ್ಕೃತಿ”ಯ ಭಾರತೀಯರಿಂದೇ ಏನಿಂದು ಅನ್ವಯಾ ಅಲ್ಲಾ. ಅಷ್ಟೇಕೆ-ಇಂದು ವಿಶ್ವವೇ ಅರಸುತ್ತಿರುವ ಶಾಂತಿ-ಸೌಹಾದರ್ಶತೆಗಳ ಮೂಲವಿರುವುದು ಭಾರತೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಒಂದರಲ್ಲಿ ಎಂಬುದನ್ನು, ಆ ವಿಶ್ವವೇ ಅರಿತಿದೆ. All Roads lead to ROME ಎಂಬಂತೆ, ಜಗತ್ತಿನ ಎಲ್ಲಾ ಮೂಲವೂ ಅದೇ. ಪವಿತ್ರ, ಖುರಾನಿನ ಅಂತರಾಧರವಾಗಲೀ, ಇಲ್ಲಾ ಕ್ರಿಸ್ತರ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಧರ್ಮಗ್ರಂಥವಾದ ಬ್ಯಾಬಲೀ ಆಗಲೀ ಅಧವಾ ಸಿಕ್ಕರ ಅತ್ಯಮೂಲ್ಯ ಆರಾಧಗ್ರಂಥವಾಗಲೀ, ಇಲ್ಲಾ ಬೌದ್ಧ ಧರ್ಮದ ಚೋಧನೆ, ದ್ವಾಂದ್ವನೀತಿ ರಹಿತವಾಗಿ, ಶುದ್ಧ ಚಿಂತನೆಗೆ ದಾರಿದೀಪವಾಗಿ, ಈ ಆಸ್ತಿಕ-ನಾಸ್ತಿಕವಾದಗಳೀ ಇಲ್ಲದೇ, ಕೇವಲ ನಂಬಿಕೆಯಿಂದೇ ಆಧಾರವಾಗಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಇಂಥಾ ಪರಂಪರೆಯಲ್ಲಿ ಬದುಕಲ್ಲಿ ಈ “ನಾಸ್ತಿಕ”ವಾದ ಪಿಡುಗಲ್ಲವೇ, ಎನ್ನುವವರಿಗೆ, ನನ್ನ ಸಲಹೆ ಇಷ್ಟೇ ಈ ವಾದವನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಹಾಕಿದ್ದಾದಾರು (ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿರುವ ಕಥೆಗಳಂತೆ) ಆ ಶ್ರೀಮಾನ್ ಮಹಾವಿಷ್ಣುವೇ ಅಲ್ಲವೇ? ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಆ ಕಥೆಯನ್ನು-ಸನಕ ಸನಂದಾದಿ ಮಹಿಮಿಗಳು ಶ್ರೀಹರಿಯ ದರ್ಶನಾಕಾಂಕ್ಷಿಗಳಾಗಿ ವೈಕುಂಠಕ್ಕೆ ಹೋಗಿದ್ದಾಗ, ಅವರನ್ನು ತಡೆದರು ದ್ವಾರಪಾಲಕರಾದ ಜಯ-ವಿಜಯರು. ಕೋಪಗೊಂಡ ಮುನಿಗಳು ಅವರಿಗೆ ಶಾಪವಿತಾಗು, ಶ್ರೀಹರಿಯ ಅವರಿಗೆ ಸೂಚಿಸಿದ ಎರಡು ಮಾರ್ಗಗಳು, ಒಂದು ತನಗೆ ಶತ್ರುವಾಗಿ ಜನಿಸಿ ಮೂರೇ ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಬರುವಿರೋ, ಇಲ್ಲಾ ಭಕ್ತರಾಗಿ ಏಳು ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಬರುವಿರೋ ಎಂದಾಗ, ಅವರುಗಳ ಆಯ್ದು ಮೂರೇ ಜನ್ಮದ ಶತ್ರುತ್ವತ್ವ ತಾನೇ? ಅಂದಾಗ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ “ನಾಸ್ತಿಕ” ವಾದ ಹುಟ್ಟಿದಂತೆ ಆಯ್ತಲ್ಲ. ನಿಜ-ಅವರುಗಳು ಶ್ರೀಹರಿಯಿಲ್ಲಾ, ಹರನೊಬ್ಬನೇ ಎಂದಿರಬಹುದು. ಅದೂ ಸಹ “ಸರ್ವದೇವ ನಮಸ್ತಭ್ಯಂ, ಕೇಶವಂ ಪ್ರತಿಗಂಭ್ಯತಿ” ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ವಿರೋಧವೇ ಅಲ್ಲವೇ? ಅದೂ ಅಲ್ಲದೆ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಸ್ತುತಿಗಿಂತಾ, ನಿಂದ್ಯಾಸ್ತುತಿಯಿ ಪ್ರಯ ಎಂಬುದೂ ಸಹ ಬಲ್ಲವರ ಅಭಿಮತ. ಇರುವುದನ್ನು ಇಲ್ಲಾ ಎನ್ನಲು ಬೇಕಾಗಿರುವಪ್ಪು ಅತ್ಯಶಕ್ತಿ ಸುಮ್ಮನೆ ಅದು ಇದೆ ಎನ್ನಲು ಬೇಕಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲದೆ ನಾಸ್ತಿಕರಪ್ಪು ದೇವರನ್ನು ನೇನೆಯುವವರು ಆಸ್ತಿಕರೂ ಅಲ್ಲ. ಒಟ್ಟನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಪಥವಾಗಲೀ ‘ನಂಬಿಕೆ’ಯ ಪೂರ್ವತೆ, ಗಾಢತೆಗಳೀ ಮುಖ್ಯ. ನೂರಕ್ಕೆ ನೂರು ಯಾವುದರಲ್ಲೂ ನಂಬಿಕೆ ಇಡದಂಬಾ ಮನಸ್ಸಿತಿಯನ್ನು ಕೇವಲ ಹಿಂದೂ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಇದು ಕ್ರಮೇಣ ಅತಿಯಾಗಿ ಹರಡುತ್ತಾ-ನಮ್ಮ ಧರ್ಮದ ಮೂಲಾರ್ಥವನ್ನೇ ಮೂಲೋತ್ಸಾಹಪನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ಅನೇಕ ವೇಳೆ ನಾಸ್ತಿಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರವಾದ್ದರಿಂದ, ಅರ್ಥ-ಪೂರ್ವತೆ, ಶುದ್ಧ ತಾಕ್ಷಿಕವಾದಕ್ಕಿಂತ ಅದನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಂಡು ಚಾಳುವುದೇ ಇಂದಿನ ಒಂದು ಫ್ರಾಂಚ್‌ನ್ ಆಗಿದೆಯೇನೋ ಅನಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಂಥವರು ನಿಜವಾಗಿ ಆತ್ಮ ಸಂಶೋಧನೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ಅವರಿಗೇ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ, ಅವರೂ ಸಹ ಎಲ್ಲೋ ಒಂದು ಸ್ವರೂಪಲ್ಲಿ ಪರಿಪೂರ್ಣ “ನಾಸ್ತಿಕ”ರಲ್ಲಾ ಎಂಬುದು. ಅಂಥವರನ್ನು ಕುರಿತೇ ಪೂಜ್ಯ ಡಿ.ವಿ.ಜಿ.ಯವರು ಹೇಳಿದಾರೆ-

ನಂಬದಿರ್ದನು ತಂದೆ ನಂಬಿದನು ಪ್ರಹಾಳಾದಾ ನಂಬಿಯೂ ನಂಬದಿರುವವರು ನೀವು।

ಕಂಬದಿಂದಲೋ-ಬಿಂಬದಿಂದಲೋ ಮೋಕ್ಷವವರಿಂಗಾಯ್ತು ಸಿಂಬಳದಿ ಸೋಜಾ ನೀನು

॥ಮಂಕುತಿಮ್ಮು॥

“ಪರಮಾತ್ಮೆ”ನೇ ಇಲ್ಲಾ ಎನ್ನುವವರೂ ಸಹ, “ಆತ್ಮ”ವಂತೂ ಇದೇ ಇದೆ ಎಂಬ ಸತ್ಯಕ್ಕೆ ಓಗೊಡಲೇ ಬೇಕು. ಒಳಗಿನ ಆ ಅಗೋಚರ ಶಕ್ತಿ ಆತ್ಮಸ್ವರೂಪಿ ಎಂದೇ ಅಲ್ಲವೇ? ಅದನ್ನೇ ಮುಖ್ಯ ಎಂದು ವಾದಿಸಿದರೆ ಅಥವಾ ನಂಬಿದ್ದೇ ಆದರೆ, ಮನುಷ್ಯನ ಚೀತನೆಯ ದ ಸೆಲೆ ಯಾವುದು? ಆ ಆದಮ್ಯ ಚೈತನ್ಯದ ಸ್ವರೂಪವಾದರೂ ಏನು? ಮನುಷ್ಯನಲ್ಲಿ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ-ಭಾನಶಕ್ತಿ-ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿಗಳು ಇರುವುದಂತೂ ಸತ್ಯ ಅಂದಮೇಲೆ, ಅವುಗಳ ಸೆಲೆ-ಸೆಲೆ ಬಂದಿರಲೇಬೇಕಲ್ಲವೇ? ಅದನ್ನಂತೂ ನಾಸ್ತಿ ಅನ್ನಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾದರೆ ಅದನ್ನು ಇನ್ನೇನನ್ನಬಹುದು? ಅದು “ಹೀಗೆ” ಇದೆ ಅನ್ನವುದು ಒಬ್ಬರ ಮತವಾದರೆ (ಅಭಿಪ್ರಾಯ). ಅದು “ಹಾಗಿಲ್ಲಾ” ಎಂಬುದು ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಮತವಿರಬಹುದು. ಅಂದರೆ “ಅದೋಂದಿದೆ” ಎಂಬುದೇ ಇಬ್ಬರದ್ದೂ ನಾಸ್ತಿ ಅನ್ನಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲೋ, ಹೆಸರಿನಲ್ಲೋ, ಭೇದವಿದ ಅಷ್ಟೇ ಎನ್ನಲು ಅಡ್ಡಿಯಲ್ಲ. ಇದನ್ನೇ ಪೂಜ್ಯ ಡಿ.ವಿ.ಜಿ. “ಆ ವಿಚಿತ್ರಕ ನಮಿಸೋ ಮಂಕುತಿಮ್ಮು” ಎಂದಿರುವುದು. ಅಂದಮೇಲೆ ಅಷ್ಟು ಸಣ್ಣ ಮತಭೇದ ಇಷ್ಟು ದೊಡ್ಡ ವಾದ-ವಿವಾದಕ್ಕೆ ಸಿಕ್ಕಿ ಸತ್ಯ ನಾಶವಾಯೆಂಬ ಭ್ರಮೆ ಯಾಕೆ ಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಾಲ್ಕು ಕಾಲಿನ ಬಾಲವುಳ್ಳ ಬಗುಳುವ ಪ್ರಾಣಿಯೊಂದಕ್ಕೆ ಆದಿಯಲ್ಲಿ ಯಾರೋ “ನಾಯಿ” ಎಂದರು. ಅದು ಇಂದಿಗೂ ನಾಯೇ. ಅಂದೇ ಅದನ್ನು ಬೆಕ್ಕೋ-ಬಾವಲಿಯೋ ಅಂದಿದ್ದರೇ? ಹಾಗೆ ಈ ದೇವರು-ಹೆಸರು-ಸ್ವರೂಪ-ಕಢಿಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಅಲ್ಲವೇ?

ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಅಲ್ಲಾನುಭವದಲ್ಲಿನ ಸುದೀರ್ಘ ಚಿಂತನೆಗೆ ತೋಂಚಿರುವುದು ಇಷ್ಟೆ ಎಲ್ಲಕ್ಕೂ ಮನುಷ್ಯನ ಮನಸ್ಸೇ ಮೂಲ. ಅವರ ಆನಂದವೇ ಜೀವನದ ಗುರಿ. ಅದನ್ನು ಮುಟ್ಟುಪುಡೇ ಈ ಮನುಷ್ಯನ ನಿರಂತರ ಹೋರಾಟ. ಹೇಗೆ ಮುಖಿಗಳು ನೂರಾದರೂ “ಸತ್ಯ” ಒಂದೇನೋ, ಮನುಷ್ಯರು ಕೋಟಿ ಕೋಟಿಗಳಾದರೂ ಹುಟ್ಟಿ-ಸಾವುಗಳು ಒಂದೇನೋ, ಹಾಗೆ ಸ್ವರೂಪಗಳು ಸಹಸ್ರವೇ ಆಗಿದ್ದರೂ, “ಅನಂದ”ವೇ ಮೂಲ. ಅದು ಧನದಿಂದ ಕೆಲವರಿಗೆ ಲಭ್ಯವಾದರೆ, ಮತ್ತೆ ಕೆಲವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಲಭ್ಯವಾಗಬಹುದು. ಅದು “ಲಭ್ಯಾತ್ ಲಭ್ಯತೆ ಧ್ಯಾಪ್ಯಃ ನಲಭ್ಯತೆ ನತದ್ಯಪ್ಯಃ” ಎನ್ನೋಣ. ಏನೇ ಆದರೂ ನಂಬಿಕೆಯೇ ಸರ್ವಕ್ಕೂ ಮೂಲ. ಅದು ಎಂದೂ ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿರಬೇಕೇ ವಿನಿಃ ಅಧ್ಯಂಬಧಾಪೋ ಅಥವಾ ಅವಲಂಬಿತಪೋ ಆಗಿರಬಾರದು. ಅಂಥಹ ನಂಬಿಕೆಯ ಫಲಶ್ರೀತಿ ಎಂದಿಗೂ ಶಾಂತಿಯೇ. ಅದು ಸುಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಲಕ್ಷಣವಾಗಲಾರದು.

ಶಿಂ

ರುದ್ರಾಕ್ಷ - ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯ

ಮೋಹನ ಚಿನ್ನಿ
ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ

(ಎಸೋ.: ಇದು ಚಿನ್ನಿಯ ಏಣಿನ ಪ್ರಕಟನೆ. ಸ್ವಾಖಾಂತಿರವಾದ ಅಪ್ರಕ್ರಿಯ ಮೇರೆಗೆ ಬರೆದ ಲೇಖನ.)

ಈ ಲೇಖನವನ್ನು ಹಲವಾರು ವರ್ಷಗಳ ಪ್ರಯೋಜಕ ಅನುಭವದಿಂದಲ್ಲದೆ ರುದ್ರಾಕ್ಷ ಜಬಲೋಪನಿಷತ್ತ, ಪದ್ಮಪುರಾಣ, ಶಿವಪುರಾಣ ಹಾಗೂ ದೇವಿಪುರಾಣಗಳಂಥ ಅಧಿಕೃತ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಬರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಅನಾದಿಕಾಲದಿಂದಲೂ ಅಲೋಕಿಕವಾದ ಈ ಸಸ್ಯ ತನ್ನ ಲಾಭಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವವರಿಗೆ/ಧರಿಸುವವರಿಗೆ ಸದಾಕಾಲ ನೀಡುತ್ತ ಬಂದಿದೆ. ಈ ಕಾಲ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಸಸ್ಯಗಳು, ಪ್ರಾಣಿಗಳು, ಪಕ್ಷಿಗಳು, ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿವೆ - ಹಾಗೇ ಹಲವಾರು ನತಿಸಿ ಹೋಗಿವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗಾಗಿ ದೈನಾಸುರಗಳು, ಭೂಮಿ ಮೇಲೆ ಜೀವ ಪಡೆದು ಬಾಳಿ ಬತ್ತಿ ಇಲ್ಲದಾಗಿವೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಒಂದು ಪರಮಾಶ್ಚಯುದ ಸಂಗತಿಯಿಂದರೆ ಈ ರುದ್ರಾಕ್ಷ ಗಿಡಗಳು ಅನಾದಿಕಾಲದಿಂದಲೂ ಇವೆ. ಇವು ಭಾರತದ ಹಿಮಾಲಯದ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೇಪಾಳ, ಇಂಡೋನೇಷಿಯಾ, ಜಾವಾ ಹಾಗೂ ಜಕಾರ್ತ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ಈ ಗಿಡವು ಆಲದ ಮರದಪ್ಪು ದೊಡ್ಡ ಮರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಹುಟ್ಟಿದೆ 15 ರಿಂದ 18 ವರುಷಕ್ಕೆ ತನ್ನ ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತದೆ.

ರುದ್ರಾಕ್ಷಯು ಒಂದು ಹಣ್ಣಿದ್ದು ಸುತ್ತಲೂ ಹಣ್ಣಿನ ತಿರುಳು ಅಲ್ಲದೇ ಹೊರಮೈಯಲ್ಲಿ ತೆಳ್ಳಿಗಿನ ತೊಗಟೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಹಣ್ಣು ಒಂದರಿಂದ ಹಿಡಿದು ಇಪ್ಪತ್ತೊಂದು ಮುಖಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಒಳಗೆ ಬೀಜವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತೆ. ಇದರ ತೊಗಟೆಯು ಹಸಿರು ಬಣ್ಣದಾಗಿದ್ದು, ಬಾಳಿಹಣ್ಣಿನ ತೊಗಟೆಯಂತಹ ಬಣ್ಣದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇದನ್ನು ಗಿಡದಿಂದ ಹರಿದು ಹಾಗೆ ಇಟ್ಟಲ್ಲಿ ಇದು ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಸಂಖ್ಯೆಯ ಮುಖಿದ ರುದ್ರಾಕ್ಷಯು ಗಿಡವೂ ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇನ್ನಿತರ ಗಿಡದ ಹಣ್ಣಿಗಳಂತೆ ಈ ಗಿಡದ ಹಣ್ಣಿಗಳ ಉತ್ಸವ ಶೇಕಡಾ 20ರಷ್ಟು ಕನಿಷ್ಠ ಮಟ್ಟದಾಗಿದ್ದು, ಶೇಕಡಾ 60ರಷ್ಟು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದ್ದು ಶೇಕಡಾ 20ರಷ್ಟು ಉತ್ಸಾಹವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಣಮಟ್ಟದ ರುದ್ರಾಕ್ಷ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬೆಲೆಗೆ ಪೇಟೆಯಲ್ಲಿ ಮಾರಾಟಗಾರರಿಂದ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಪೇಟೆಯಲ್ಲಿ ಕ್ರತ್ಯಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮಾರುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಹುಷಾರಾಗಿರಬೇಕು. ಕೆಲವು ಮಾರಾಟಗಾರರು ನಕಲಿ ರುದ್ರಾಕ್ಷಗಳನ್ನು ಮಾರುತ್ತಿದ್ದು, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅವು ಬತ್ತಿದಾಗ ಕುಗುತ್ತವೆ. ರುದ್ರಾಕ್ಷ ಹಣ್ಣಿನ ತಿರುಳನ್ನು ಮೂಲ ದ್ರವ್ಯವಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಲಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಅವುಗಳ ಮೇಲೆ ಓಂ, ಶಿವಲಿಂಗ, ಪೀಠ ಹಾಗೂ ಶ್ರೀಶೂಲ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಕೆತ್ತುತ್ತಾರೆ. ಈ ಚಿನ್ನೆಗಳನ್ನು ಎರಡು ಮುಖ ಅಥವಾ ಒಮ್ಮೆ ಮುಖಗಳ (ಬದಾಮಿ ಬೀಜದಾಕಾರದ) ಮಣಿಗಳ ಮೇಲೆ ಸರಳವಾಗಿ ಕೆತ್ತುಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮುಖಗಳ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಗಳನ್ನು ಧರಿಸುವುದರಿಂದ ಇಲ್ಲವೆ ಪೂಜಿಸುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನಾವು ಒಂದೊಂದಾಗಿ ನೋಡೋಣ.

1. ಒಂದು ಮುಖ - ಏಕ ಮುಖ

ಮಂತ್ರ:- ಓಂ ಹೀಂ ನಮಃ ತಾಂ ಹೀಂ ನಮः

ಎಲ್ಲ ಮುಖಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ರಾಜನಾಗಿದ್ದ ಪೂಣ್ಯ ಪ್ರಜ್ಞೀಯನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಧರಿಸುವವನು ಭೋಗ ಮತ್ತು ಮೋಕ್ಷ ಎರಡನ್ನು ಗಳಿಸುತ್ತಾನೆ. ರಾಜ ಜನಕನ ಹಾಗೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬದುಕುತ್ತಾನೆ. ತನ್ನ ನಿರ್ದೇಶನದಂತೆ ಎಲ್ಲ ಅಧಿಕಾರವನ್ನು ಸುಖಿಸುತ್ತಾನ್ನಲ್ಲದೆ ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳಲಾರದಂತಿರುತ್ತಾನೆ.

ನಷ್ಟ ಮಾజಿ ಪ್ರಧಾನಿ ಶ್ರೀಮತಿ ಇಂದಿರಾ ಗಾಂಧಿಯವರು ಇಂತಹ ಏಕಮುಖದ 108 ಮಣಿಗಳಿರುವ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಮಾಲೆಯನ್ನು ಧರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು.

ಏಕಮುಖ ರುದ್ರಾಕ್ಷೀಯ ಡಾಕ್ಟರಿಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಆದರ್ಶವಾಗಿದ್ದ ರೋಗವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಕಂಡು ಹಿಡಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಯಶಸ್ವಿ ಶಸ್ತ್ರಾಚಿಕಿತ್ಸೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

2. ಎರಡು ಮುಖ - ದ್ವಿಮುಖ

ಮಂತ್ರ:- ಓಂ ನಮಃ ತಾಂ ನಮಃ

ಇದು ಅಧರನಾರೀಶ್ವರನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತಿದ್ದು ಧರಿಸುವವರಿಗೆ ಏಕೇಭಾವವವನ್ನು ಕರುಣಿಸುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಗುರುತಿಷ್ಟು, ಪಾಲಕರು-ಮಕ್ಕಳು, ಪತಿ-ಪತ್ನಿ ಇಲ್ಲವೇ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಸಮೀಕರಿಸಬಹುದು. ಇವರಲ್ಲಿ ಏಕತೆ (ಮಿಲನ)ಯನ್ನು ನೀಡುವುದೇ ಇದರ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವಾಗಿದೆ.

3. ಮೂರು ಮುಖ - ಶ್ರೀ ಮುಖ

ಮಂತ್ರ:- ಓಂ ಕ್ಲೀಂ ನಮಃ ತಾಂ ಕಲೀಂ ನಮಃ

ಇದು “ಅಗ್ನಿ” ದೇವನನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ಅಗ್ನಿಯು ಹೇಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿಯೂ ಪವಿತ್ರವಾಗಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆಯೋ ಹಾಗೇ ಇದನ್ನು ಧರಿಸಿದವನು ತನ್ನ ಬದುಕಿನ ಎಲ್ಲ ಪಾಪ ಹಾಗೂ ತಪ್ಯಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತ ಪಡೆದು ಮತ್ತೆ ತನ್ನ ಪವಿತ್ರತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಇದು ಅಶೀವದಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಯಾರು ಕೇಳಿರಿಮೆಯ ಅವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೋ, ವ್ಯಕ್ತಿಗತ

ಭಯಪೀಡಿತರಾಗಿರುತ್ತಾರೋ, ಪಾಪ ಪ್ರಜ್ಞಿ ಹಾಗೂ ಖಿನ್ನತೆಯುಳ್ಳವರಾಗಿರುತ್ತಾರೋ ಅವರಿಗೆಲ್ಲಾ ಇದು ಧರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಆದರ್ಶ ಮಣಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

4. ನಾಲ್ಕು ಮುಖಿ - ಚತುಮುಖಿ

ಮಂತ್ರ:- ಓಂ ಹೀಂ ನಮಃ ತಾಂ ಹೀಂ ನಮः

ಇದು ಬ್ರಹ್ಮ ದೇವನನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಮಣಿಯ ಅನುಗ್ರಹ ಉಂಟಾದಲ್ಲಿ ಧರಿಸಿದವನಿಗೆ ಸ್ವಾಜನಾತ್ಮಕತೆಯ ಶಕ್ತಿ ಪ್ರಾಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಇದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ, ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ, ಸಂಶೋಧಕರಿಗೆ, ವಿದ್ಯಾಂಸರಿಗೆ, ಕಲಾವಿದರಿಗೆ, ಬರಹಗಾರರಿಗೆ ಮತ್ತು ವರದಿಗಾರರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

5. ಐದು ಮುಖಿ - ಪಂಚ ಮುಖಿ

ಮಂತ್ರ:- ಓಂ ಹೀಂ ನಮಃ ತಾಂ ಹೀಂ ನಮಃ

ಇದು ಶಿವನನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತಿದ್ದು ಶುಭಕ್ಕೆ ಪ್ರತೀಕವೂ ಆಗಿದೆ. ಐದು ಮುಖಿದ ಮಣಿಯನ್ನು ಧರಿಸಿದವರು ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಐದು ಮುಖಿದ ರೂಪಕ್ಕಿಯು ರಕ್ತದೊತ್ತಡವನ್ನು ಹಾಗೂ ಹೃದಯ ವ್ಯಾಧಿಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲಿಡುತ್ತದೆ. ಇದರ ಮಾಲೆಯನ್ನು ದೇಹಕ್ಕೆ ಸ್ವರ್ತವಾಗುವಂತೆ ಧರಿಸಬೇಕೆ ಹೋರತು ಅಲಂಕಾರಿಕ ವಸ್ತು ಎಂಬಂತೆ ದೇಹದ ಹೋರಗೆ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಐದು ಮುಖಿಗಳ ಮಾಲೆಯನ್ನು ಜಪಗ್ಯೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ.

6. ಆರು ಮುಖಿ - ಷಟ್ಕೋ ಮುಖಿ

ಮಂತ್ರ:- ಓಂ ಹೀಂ ಹುಂ ನಮಃ ತಾಂ ಹೀಂ ಹುಂ ನಮಃ

ಇದು ತಿಜವನ ಎರಡನೆ ಮಗನಾದ ಕಾರ್ತಿಕ ದೇವನನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತಿದ್ದು ಖಿನ್ನಹಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದಲ್ಲದೆ ಸ್ವಿತ ಪ್ರಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಉಂಟಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಮ್ಯಾನೇಜರುಗಳಿಗೆ, ವ್ಯಾಪಾರಸ್ಥಾರಿಗೆ, ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ, ವರದಿಗಾರರಿಗೆ, ಸಂಪಾದಕರಿಗೆ ಯೋಗ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆರು ಮುಖಿ ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ತಳುತ್ತದೆ.

7. ಏಣು ಮುಖಿ - ಸಪ್ತ ಮುಖಿ

ಮಂತ್ರ:- ಓಂ ಹುಂ ನಮಃ ತಾಂ ಹುಂ ನಮಃ

ಇದು ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿಯನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಆರಾಧಿಸಿದಲ್ಲಿ ಇದು ಸಾಕಷ್ಟು ಧನ

ಸಂಪತ್ತನ್ನ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಮೈಮೇಲೆ ಧರಿಸಬಾರದು. ಆದರೆ ಇದನ್ನು ಹಣದ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಇಡಬೇಕು.

8. ಎಂಟು ಮುಖ - ಅಷ್ಟ ಮುಖಿ

ಮಂತ್ರ:- ಓಂ ಹಂ ನಮಃ ಊ ಹುಂ ನಮः

ಇದು ಶ್ರೀ ಗಣೇಶ ದೇವನನ್ನ ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ಧರಿಸಿದವರಿಗೆ ವ್ಯಾಧಿ ಹಾಗೂ ಸಿದ್ಧಿಗಳನ್ನು ಸುರಿಸುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ವಿಷ್ಣುಗಳನ್ನು ದೂರವಾಗಿಸಿ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

9. ಒಂಬತ್ತು ಮುಖ - ನವಮುಖಿ

ಮಂತ್ರ:- ಓಂ ಹಿಂಂ ಹಂ ನಮಃ ಊ ಹೀಂ ಹುಂ ನಮः

ಇದು ಶಕ್ತಿಯ ಪ್ರತೀಕ. ಸಿದ್ಧಿ ಉಂಟಾದಲ್ಲಿ ದೇವ ಮಾತೆಯ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದಾಗಿ ಶಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಸಾಮಧ್ಯ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಜೀವನದ ಎಲ್ಲ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ.

10. ಹತ್ತು ಮುಖ - ದಶ ಮುಖಿ

ಮಂತ್ರ:- ಓಂ ಹಿಂಂ ಹಂ ನಮಃ ಊ ಹೀಂ ನಮः

ಇದು ವಿಷ್ಣು (ನಾರಾಯಣ) ವಿನ ಪ್ರತೀಕ. ಇದರ ಫಲ ಪ್ರಾಪ್ತಿಯಾದಾಗ ತಲೆ ತಲೆಮಾರುಗಳವರಿಗೆ ಮನೆತನಗಳು ಸುಖ ಸಮೃದ್ಧಿಯಾಗಿ ಸಾಗುತ್ತವೆ.

11. ಹನ್ಮೌಂದು ಮುಖ - ಏಕಾದಶ ಮುಖಿ

ಮಂತ್ರ:- ಓಂ ಹಿಂಂ ಹಂ ನಮಃ ಊ ಹೀಂ ಹುಂ ನಮः

ಇದು ಹನುಮಂತ ದೇವನನ್ನ ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರ ಫಲಪ್ರಾಪ್ತಿಯಿಂದ ಒಟ್ಟೇ ಜಾಣ್ಯೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾದ ನಿರ್ಣಯಿಸುವಿಕೆಯ ಸಾಮಧ್ಯವನ್ನು, ವಾಕ್ಚಾತುಯವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲದೆ ಅಪಘಾತದ ಮೃತ್ಯುವಿನಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಧರಿಸಿದವರು ಧೈಯವಂತರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಸಿದ್ಧಿಗೂ ಸಹಕಾರಿ.

12. ಹನ್ನರದು ಮುಖ - ದ್ವಾದಶ ಮುಖಿ

ಮಂತ್ರ:- ಓಂ ಕೋ ಶೋಂ ರೋ ನಮಃ ಊ ಕ್ರೋ ಶೋ ರೋ ನಮः

ಇದು ಸೂರ್ಯದೇವನನ್ನ ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರ ಫಲಪ್ರಾಪ್ತವಾದಲ್ಲಿ ಯೋಧನು

ರಾಜನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಮಂತ್ರಿಗಳಿಗೆ ರಾಜಕಾರಿಣಿಗಳಿಗೆ, ಆಡಳಿತಾಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ, ವ್ಯಾಪಾರಸ್ಥಿಗೆ, ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಾಹಕರಿಗೆ ಇದು ಶ್ರೀಷ್ಟವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

13. ಹದಿಮೂರು ಮುಖಿ - ತ್ರೈಯೋದಶ ಮುಖಿ

ಮಂತ್ರಃ - ಓಂ ಹೀರಿಂ ನಮಃ ಊಂ ಹೀಂ ನಮಃ

ಇಂದ್ರ, ದೇವನನ್ನು ಇದು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿ ಬಯಸುವ ಬದುಕಿನ ಎಲ್ಲ ಸುಖಗಳು ಇದರ ಫಲ ಪ್ರಾಪ್ತವಾದಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧಿಸುತ್ತವೆ.

14. ಹದಿನಾಲ್ಕು ಮುಖಿ - ಚತುರ್ದಶ ಮುಖಿ

ಮಂತ್ರಃ:- ಓಂ ನಮಃ ಊಂ ನಮಃ

ಇದು ದೇವದತ್ತ ಮಣಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿ ದೇವರ ಕೃಪೆಯಾದಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿಯ ಮೂರನೆಯ ಕಣ್ಣು ಕೆಲಸ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನ ಆಗುಮೋಗುಗಳ ಜ್ಞಾನೋದಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಹೇಳಿಕೆಗಳು ಸುಖಾಗುಪ್ತಿಲ್ಲ.

15. ಹದಿನ್ಯೇದರಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತೊಂದು ಮುಖಿಗಳು

(ಮಂತ್ರ, ಇಲ್ಲಾ)

ಮುಷಿ ಮುನಿಗಳ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ ಇಪ್ಪಗಳನ್ನು ಪ್ರಾಜಾಸ್ತಾದಲ್ಲಿ ಇಡಪೇಕು. ರುದ್ರದೇವನ ಅಶೀವಾದದಿಂದ ಇಡೀ ಪರಿವಾರ ಶ್ರೇಯೋಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡೆಯುತ್ತದೆ.

16. ಗೌರಿಶಂಕರ

ಮಂತ್ರಃ:- ಓಂ ಗೌರೀ ಶಂಕರಾಯ ನಮಃ ಊಂ ಗೌರಿ ಶಂಕರಾಯ ನಮಃ

ಧರಿಸಿದವರಿಗೆ ಪುರುಷ ಹಾಗೂ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಅಶೀವಾದದ ಹೂಮಳಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಹಚ್ಚಾಗಿ ಸನ್ಯಾಸಿಗಳು ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ.

17. ಗೌರಿ ಪದ್ಮ

ಸರ್ವ ಮಂಗಲ ಮಾಂಗಲ್ಯೋ ಶಿವೇ ಸರ್ವಾಧರ ಸಾಧಿಕೆ
ಶರಣ್ಯೇ ಶ್ರಯಂಬಿಕೆ ಗೌರೀ ನಾರಾಯಣ ನಮೋಸ್ತಮೈ

ಇದು ಗೌರೀ ಮಾತೆಯ ಮನೆ. ಮದುವೆಯಾದ ಹುಡುಗಿಯರು ಇದರ ಅಶೀವಾದದಿಂದಾಗಿ ತಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಪತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಭಾಗ್ಯ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ರುದ್ರಾಷ್ಟಿಯನ್ನು ಧರಿಸುವವರು ಹಾಗೂ ಪೂಜಿಸುವವರು ಸಂಪತ್ತು ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯ ಭಾಗ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಕೆಲವು ಮುಂಚಾಗ್ರತಾ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಇದರ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅವು ಹೀಗಿವೆ:

- ಎ. ಧೂಮ್‌ಪಾನಿಗಳು, ಕುಡುಕರು, ಮಾಂಸಹಾರಿಗಳು ಮತ್ತು ಅನ್ಯಾಂಶ ಲೈಂಗಿಕ ವ್ಯಾಸನಿಗಳು ಇವುಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬಾರದು. ಆದರೆ ಯಾರು ಇಂಥಹ ದುಶ್ಚಿತ್ರಗಳಿಂದ ಹೊರಬರಬೇಕೆಂದು ಅತ್ಯಾತ್ಮ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೋ ಹಾಗೂ ಯಾರು ಮತ್ತೆ ಪವಿತ್ರ ಬದುಕು ಬೇಕೆನ್ನುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಇವುಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಧರಿಸಿದ 41 ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಚಟುಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯಬಲ್ಲರು. ಇಂಥಹ ಪರಿವರ್ತನೆ ಅನೇಕರಲ್ಲಾಗಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕಾವಸ್ಥೆ ಬಲವ್ಯಾಧಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೂ ಹೀಗಾಗಬಲ್ಲದು.
- ಬಿ. ಶೋರಳಲ್ಲಿ ಹಾಕುವ ಮಾಲೆ, 108 ಇಲ್ಲವೇ 54 ಮಣಿಗಳದ್ವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಜಪ ಮಾಡುವ ಮಾಲೆ ಕನಿಷ್ಠ 27 ಮಣಿಗಳದ್ವಾದರೂ ಇರಬಹುದು. ಆದರೆ ಶೋರಳ ಮಾಲೆಯನ್ನು ಜಪಕ್ಕಾಗಿ ಇಲ್ಲವೇ ಜಪಮಾಲೆಯನ್ನು ಶೋರಳಲ್ಲಿ ಎಂದೂ ಧರಿಸಬಾರದು.
- ಸಿ. ಮಲಗುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಲೆಯನ್ನು ಧರಿಸುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿಲ್ಲ. ರಾತ್ರಿ ಧರಿಸಿದಾಗ ಸುಖಿನಿದ್ರೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ವಿಸ್ತೃಯಕರ ಕನಸು ಕಾಣುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವ ಸಂಗತಿ ಶುದ್ಧ ಕಾಲ್ಪನಿಕವಾದದ್ದು. ಇದಕ್ಕೆ ವೈಪರೀತ್ಯವಾಗಿ ಮಾಲೆ ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ ಬಿಗಿದಾದಲ್ಲಿ ಭಯಂಕರ ಕನಸುಗಳು ಬೀಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಉಂಟು. ಇದಲ್ಲದೆ ಮೈ ಒತ್ತುವಿಕೆಯಿಂದಾಗಿ ತಲೆದಿಂಬಿನ ಆಡಿ ಇಡುವುದು ಶ್ರೇಷ್ಠ.
- ಡಿ. ಪ್ರತಿ 15 ದಿನಕೊಮ್ಮೆ ಮಾಲೆಯನ್ನು/ಮಣಿಗಳನ್ನು ಶುಭ್ರಗೋಳಿಸಬೇಕು. ಉಗುರು ಬೆಚ್ಚಿನ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಕರಗಿಸಿದ ಸೋಪನ್ನು ಹಾಕಬೇಕು. ಸುಮಾರು ಅಧ್ಯ ಗಂಟೆ ಹೀಗಿಡಬೇಕು. ಹೊರತೆಗೆದ ಮೇಲೆ ಮೆತ್ತಿಗಿನ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಒರೆಸಬೇಕು. ಹೆಚ್ಚು ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಒರೆಸಬಾರದು. ತಂತಿ ಹೊಂದಿದ ಬ್ರಹ್ಮಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬಾರದು.
- ಇ. ಧರಿಸುವ ಮೋದಲು ಮಾಲೆ ಇಲ್ಲವೇ ಮಣಿಗಳನ್ನು ಶಿವನ ಮಂದಿರಕ್ಕೆ ಒಯ್ಯಬೇಕು. ರುದ್ರಾಭಿಷೇಕ ಪೂಜೆ ಆದ ಮೇಲೆ ಧರಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಬೇಕು. ಸೋಮವಾರ ಮತ್ತು ಗುರುವಾರಗಳನ್ನು ಶುಭದಿನಗಳಿಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ಎಷ್ಟು. ರುದ್ರಾಷ್ಟಿ ಅತೀ ದಿವ್ಯವಾದ ವಸ್ತುವಾಗಿದ್ದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಬಂಗಾರದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಸಬೇಕು. ಪ್ರತಿಶೇಧಕ್ಕೂ ಪರವಾನಿಗೆ ಇದೆ. ಬೆಳ್ಳಿ ಅಥವಾ ಕೆಂಪು ಇಲ್ಲವೇ ಕರಿ ದಾರವು ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಜಿ. ಸಾಕಷ್ಟು ಚೋತಿಪಿಗಳು ರುದ್ರಾಷ್ಟಿಯ ಮೇಲೆ ನಂಬಿಗೆ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಜನ್ಮರಾತ್ರಿ ಹಾಗೂ ನಕ್ಷತ್ರಕ್ಷಸುಗುಣವಾಗಿ ಮುಖವನ್ನು ಸೂಚಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆದಾಗ್ಯಾ ತಮ್ಮ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಹಾಗೂ ಬಯಕೆಗನುಸಾರವಾಗಿಯೇ ಘಲಹೊಂದಲು ಈ ಮಣಿಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು. ಕೆಲವು ಚೋತಿಪಿಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಗ್ರಹಗಳ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಈ ಕೆಳಗೆ ನಮೂದಿಸಿದಂತೆ ಮಣಿಗಳನ್ನು ಧರಿಸಲು ಸೂಚಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಗ್ರಹಗಳು	ಧರಿಸಬೇಕಾದ ರುದ್ರಾಷ್ಟಿ ಮುಖಗಳು
ಸೂರ್ಯ	ಏಕಮುಖ ಅಥವಾ ಹನ್ನರಡು ಮುಖಿ
ಚಂದ್ರ	ಎರಡು ಮುಖಿ
ಮಂಗಳ	ಮೂರು ಮುಖಿ
ಬುಧ	ನಾಲ್ಕು ಮುಖಿ
ಗುರು	ಐದು ಮುಖಿ
ಶುಕ್ರ	ಆರು ಮುಖಿ
ತನಿ	ಪಳು ಮುಖ ಅಥವಾ ಹದಿನಾಲ್ಕು ಮುಖಿ
ರಾಹು	ಎಂಟು ಮುಖಿ
ಕೇತು	ಒಂಬತ್ತು ಮುಖಿ

ಟಿಪ್ಪಣಿ: ಹತ್ತು ಹಾಗೂ ಹನ್ನೊಂದು ಮುಖಗಳು ಯಾವುದೇ ಗ್ರಹಗಳ ಪ್ರಭಾವದಲ್ಲಿ ಬರುವುದಿಲ್ಲ:

- ಇ. ಸಾಕಷ್ಟು ಮಂದಿ ರುದ್ರಾಷ್ಟಿ ಮಣಿಯ ಆಕಾರ ಹಾಗೂ ಗಾತ್ರದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ದ್ವಾಂಡಷ್ಟೆ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ತೀರಾ ಆಳವಾಗಿ ಚಿಂತಿಸುವ ಪ್ರಮೇಯವಿಲ್ಲ. ಮುಖಗಳು ಸ್ವಷ್ಟವಾಗಿರಬೇಕು. ಮೂಲಿಗಳು ಹಾಗೂ ಬಾಹ್ಯರೇಖೆಗಳು ಸ್ವೇಚ್ಛವಾಗಿದ್ದಿರಬೇಕು, ಮಣಿ ಮಧ್ಯದ ಬಿಂದುವಿನ ಬದಿ ಬಿರುಕುಗಳಿರಬಾರದು ಅಷ್ಟೇ ಸಾಕು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಖರೀದಿದಾರ ಮಣಿಯನ್ನು ಅಂಗ್ರೇಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡಾಗ ಸ್ವರ್ವದನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಅವನಿಗೆ/ಅವಳಿಗೆ ಇದು ನಾನು ಬೇಕೆಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೇ ಆಗಿದೆ ಎಂಬ ಅನುಭವ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಸಣ್ಣಗಾತ್ರದ ಮಣಿಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಮಂಗಳಕರವೆಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ಜಿ. ರುದ್ರಾಷ್ಟಿಯ ಗುಣಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಉಷ್ಣವಾಗಿದೆ ಕೆಲವು ಜನ ಇದನ್ನು ಧರಿಸಲಾರರು. ಅವರುಗಳ ಚರ್ಮ ಕೆಲವು ಮಟ್ಟಿಗೆ ಅಲಜ್‌ ಲಕ್ಷಣವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಅವರು ಬಂಗಾರ ಬೆಳ್ಳಿ ಹಾಗೂ ಧಾರದ ಸರಗಳಿಂದ ಎಂದೂ ಧರಿಸಬಾರದು. ಈ

ಮಣಿಗಳನ್ನ ಪೂಜಾ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟು ಪ್ರತಿನಿಶ್ಯಪೂ ನಮಸ್ಕಾರ ಮಾಡಬೇಕು.

- ಕೆ. ಮಹಿಳೆಯರು ಧರಿಸಬಹುದೆ? ಜನ ಪ್ರಶ್ನೆಸುತ್ತಾರೆ.
ಹೌದು, ತಿಂಗಳಿನ ಆ 4-5 ದಿನ ಬಿಟ್ಟು ಉಳಿದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಧರಿಸಬಹುದು.
- ಎಲ್ಲಾ. ಬರೀ ಹಿಂದುಗಳು ಮಾತ್ರ ಇದನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕೇ?
ಹಾಗೇನಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲರೂ ಧರಿಸಬಹುದು. ಸೂರ್ಯ, ಚಂದ್ರ, ನಕ್ಷತ್ರಗಳು, ನದಿಗಳು ಹಾಗೂ ಗಿಡಮರಗಳಿಗೆ ಧರ್ಮಗಳಿನ್ನಪುದಿಲ್ಲ.
- ಎಮ್. ರುದ್ರಾಂಜಿ ಮಣೆಯ ಆಯುಷ್ಯದ ಅವಧಿ ಎಷ್ಟಿದೆ?
ಸರಿಯಾಗಿ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಿದಲ್ಲಿ ತಲೆಮಾರಿನಿಂದ ತಲೆಮಾರಿನವರೆಗೆ.
- ಎನ್. ಉಂಗುರದಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಧರಿಸಬಹುದೇ?
ಬೇಡ, ಹಾಗೆ ಮಾಡದಿರಿ. ಕೃಗಳು ಮೇಲಿಂದ ಮೇಲೆ ಶೊಳಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಮಣಿಗಳ ಮುದ್ದತೆಗೆ ಧಕ್ಕಿಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ಒ. ಇದು ಒಳ್ಳೆ ಅದ್ಯಷ್ಟವನ್ನಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆಯೇ?
ಹೌದು “ಶಿವ ಪುರಾಣದಲ್ಲಿ” ರುದ್ರಾಂಜಿ ಇರುವಲ್ಲಿ ಲಕ್ಷ್ಮೀ ಇರುತ್ತಾಳೆ ಎಂದು ವಿಶ್ವಫಾಗಿ ವರ್ಣಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ಪಿ. ಆ ಪುರಾಣ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಯಾವ ಅಂಶಗಳು ಇದರಲ್ಲಿವೆ?
ರುದ್ರಾಂಜಿಗಳು ದೇವನಾದ ಶಿವನ ಕಣ್ಣೇರಿನಿಂದ ಉದ್ಭವಗೊಂಡಿವೆಯೆಂದು ಶಿವಪುರಾಣದಲ್ಲಿ ವರ್ಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಜಗದ ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳ ಉದ್ಭಾರಕಾಗಿ ಶಿವನು ಅನೇಕ ವರ್ಣಗಳವರಿಗೆ ತಪಸ್ಸುಗೊಂಡನು. ಕಣ್ಣು ಬಿಟ್ಟೊಡನೆ ಬಿಸಿ ಕಣ್ಣೇರುಗಳು ಉದುರಿದವು. ಅವುಗಳಿಂದಾಗಿ ಭೂತಾಯಿ ರುದ್ರಾಂಜಿ ಗಿಡಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸಿದಳು.
- ಕ್ಷೋ. ಇದು ಚೈಷಧಿಯ ಉಪಯೋಗವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆಯೇ?
ಹೊಂದಿದೆ. ರುದ್ರಾಂಜಿ ಗಿಡವನ್ನು Elaeocarpacae ವರ್ಗದ ಬೀಜವೆಂದು ವರ್ಗಿಕರಿಸಲಾಗಿದ್ದು ಇದು ಚೈಷಧಿಯ ಗುಣಧರ್ಮವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಆಯುರ್ವೇದ ಚೈಷಧಿಯ ತಯಾರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಇದರ ಉಪಯೋಗವು ಸಾಕಷ್ಟು ಇರುತ್ತದೆ.
- ಆರ್. ರಕ್ತದೊತ್ತಡವನ್ನು ಇದು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತದೆ ಎನ್ನಪುದು ಸತ್ಯ ಸಂಗತಿಯೇ?
ಹೌದು. ನೀರು ತುಂಬಿದ ಗಾಳಿನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಇದು ಮುಖಿಗಳ ಎರಡು

ಮಣಿಗಳನ್ನ ಸಾಧ್ಯವಾದಲ್ಲಿ ಸೊಯಾಸ್ತೆದ ನಂತರ ನೀರಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿಸಿಡಿ. ಮುಂಚಾನೆ ಏನನ್ನೂ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಹೇಳಲು ಈ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಬೇಕು. ತಾಮ್ರದ ಬಟ್ಟಲನ್ನು ಮಾತ್ರ ಉಪಯೋಗಿಸಬಾರದು.

ಎಸ್. ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಒಮ್ಮೆಲೆ ಉಂಟಾಗುವ ನರದ ದೌರ್ಜ್ಞಲ್ಯವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಇದು ಸಹಾಯಕವೇ?

ಸಹಾಯಕವಾಗಿದೆ. ದೊಡ್ಡ ಗಾತ್ರದ ಎದು ಮುಖಿಗಳ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಯಾವಾಗಲಾದರೂ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಆಫಾತದಿಂದಾಗಿ ನರದೌರ್ಜ್ಞಲ್ಯವುಂಟಾದಲ್ಲಿ ಹಾಗೆ ಚೆಳಿ ಅನುಭವವಾದಲ್ಲಿ ಮಣಿಗಳನ್ನು ಹಿತ್ತು ನಿಮಿಷದವರೆಗೆ ಅಂಗೃಹಿಯಲ್ಲಿ ಬಿಗಿಯಾಗಿ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯಾನ್ವಯ ಪುನರ್ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ದೇಹಕ್ಕೆ ಕಾವು ಉತ್ಸಾಹಗಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.

ಟಿ. ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳು ಏಕ ಮುಖಿಮಣಿ ಧರಿಸಬಹುದೇ?

ನಾನು ಬೇಡವೆಂದು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಇದನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು. ಏಕಮುಖಿ ಮಣಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದ ಸ್ವಯಂ ನಿಯಂತ್ರಣಾದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿರುತ್ತದೆ. ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಮಕ್ಕಳು ಇದನ್ನು ಸಮಗೊಳಿಸುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಯು. ಪರಿವಾರದ ಸದಸ್ಯರು ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು, ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಯ ಕೊರಳುಮಾಲೆಯನ್ನು, ಜಪಮಾಲೆಯನ್ನು, ಮಣಿಗಳನ್ನು ಅದಲು-ಬದಲಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದೇ?

ಬೇಡ. ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಧರಿಸುವವರಿಗೆ ಆಯಾ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಗಳಿಗೂ ನಿಕಟ ಸಂಬಂಧವಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೂ ಅದು ತೀರಾ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿದ್ದ ಅದನ್ನು ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಜೊತೆಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಒಂದು ತಲೆಮಾರಿನವರು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತಿರುವ ಮುಂದಿನ ತಲೆಮಾರಿನವರಿಗೆ ಸಾಗಿಸಬಹುದು.

ವೀ: ಸ್ತೋನ ಭೂಮಿಗೆ ಈ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಗಳನ್ನು ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಧರಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಬಹುದೇ?

ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಬಾರದು.

ಡಬ್ಲೂ. ಮಾಂಷಾಹಾರ ಮತ್ತು ಮಧ್ಯಪಾನೀಯಗಳು ಇಂದಿನ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗುತ್ತ ನಡೆದಿರುವಾಗ, ನಾವೆಲ್ಲ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಗಳನ್ನು ಧರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಅನಹ್ಯರಾಗುತ್ತೇವೆಯೋ?

ರುದ್ರಾಷ್ಟಿಯನ್ನ ದೇಹದ ಒಂದು ಅಂಗವನ್ನಾಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ ನಿಮ್ಮ ಬದುಕಲ್ಲಿ ಅನುಗ್ರಹ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಸಾವಕಾಶವಾಗಿ ಮಾಂಸಾಹಾರ ಮತ್ತು ಅಲ್ಕೋಹಾಲಿನಿಂದ ನೀವು ಧೂರವಾಗುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತೇರಿ. ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ, ಸದ್ಗುಣಗಳು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ.

ಎಕ್ಸ್. 15 ರಿಂದ 21 ಮುಖಿಗಳ ಮಹತ್ವವೇನಿದೆ?

ಶಾಸ್ತ್ರ ಏನನ್ನೂ ವಿವರಿಸಿಲ್ಲ. ಇವು ಸಿಗುವುದೆ ಅತೀ ದುರ್ಬಳ. ಇಂಥವು ಇವೆ ಮಾತ್ರ, ಇವುಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಂಗಳಕರ ಹಾಗೂ ಅದ್ವಾದಾಯಕಗಳು ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ.

ವಾಯ್. ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಮುಖಿಗಳ ರುದ್ರಾಷ್ಟಿಗಳನ್ನು ದೇಹದ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಅಂಗಗಳು ಅಂದರೆ ತಲೆ, ಕುತ್ತಿಗೆ, ಎರಡು ಬಾಹುಗಳು. ಮುಂಗೈಗಳು, ನಡು, ಎದೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಮೇಲೆ ಧರಿಸಿದ ವಿವರಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತೇವೆ.

ಹೌದು, ವಿವರಣೆ ಇದೆ. ಯಾರು ಸಿದ್ಧಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಅಪೇಕ್ಷೆ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೋ ಅವರಿಗೆ ಇದೇ ಸತ್ಯ ಸಂಗತಿ. ಇದನ್ನು ಒಬ್ಬ ಪುಣ್ಯ ಪುರುಷ ಅಥವಾ ಯೋಗಿಯಿಂದ ಕಲಿಯಬೇಕು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಬಷ್ಟಣ (ಕೋಡಂಗಿ) ಧರ ಕಾಣಿಸುತ್ತಾನೆ. ಹೊರತು ಮತ್ತೇನನ್ನು ಸಿದ್ಧಿಸಲಾರ.

ರುಡ್ರ. ರುದ್ರಾಷ್ಟಿ ಧರಣಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯೇ?

ಹೌದು, ಸಾಕಷ್ಟು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ರುದ್ರಾಷ್ಟಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸಾಕಾರಕನು (ಧರಣಿಸ್) ಹೆಚ್ಚು ಅನುಭವಿ ವೃಕ್ಷತಯಾಗಿರಬೇಕು.

ಮೂಲ:

ನಾರಾಯಿನ್ ಭಾಟಿಯಾ
ಮುಖ್ಯ ಕಾರ್ಯನಿವಾಸಹಕ
ಕೇಂದ್ರೀಯ ಚಿನ್ಹಣೆ ಮಿಷನ್ ಟ್ರೈನ್ ಮುಂಬಯಿ



ಮಕ್ಕಳ ಹಾಗೂ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಚಿಂತನೆಗಳು - ಹೀಗೊಂದು ಚಿಂತನೆ

- ಎಲ್. ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ ರಾವ್

ನನ್ನ ಬದುಕಿನ ಅತ್ಯಮೂಲ್ಯವನಿಸಿದ 27 ವರ್ಷದ ಕಾಲಾವಧಿಯನ್ನು ನಾನು ಶ್ರೀ ಜಯರಾಮ ಸೇವಾ ಮಂಡಳಿ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ಜಯನಗರ 4ನೇ ಬಡಾವಣೆಯಲ್ಲಿ ಬದುಕಿ, ಬಾಳಿ ಸಾಗಿಬಂದಿದ್ದೇನೆಂಬ ವಿಚಾರ ನನಗೆ ಸದಾ ಆಪ್ತವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಟಿ.ವಿ. ವಿಡಿಯೋ, ಸಿ.ಡಿ.ಗಳ ಅಭಿರವಿರದ 70ರ ದಶಕಗಳ 4ನೇಯ ಬಾಳಿನ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಜಯರಾಮ ಸೇವಾ ಮಂಡಳಿ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಗಾಥವಾಗಿ ಸೇಳಿಯುತ್ತಿದ್ದವು. ನನ್ನ ಅಭಿಪೂರ್ಯದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಜಯರಾಮ ಸೇವಾ ಮಂಡಳಿ 70-80ರ ದಶಕದಲ್ಲಿ ಬಡಾವಣೆಯ ಎಲ್ಲರನ್ನು ತನ್ನ ಪ್ರೇರಿತಿಯಿಂದ ಸೇಳಿಯಿತು. ಮತ್ತು ಬಡಾವಣೆಯ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಒಂದು ಕುಟುಂಬ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಭಾಗವನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಿತು. ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ರಾಮ ಮಂಡಳಿ ರಾಮೋತ್ಸವ ಮತ್ತು ಗಣೇಶನ ಮೇರವಣಿಗೆಯ ದೃಶ್ಯಗಳು ಇಂದೂ ನನ್ನ ಕಣ್ಣಿ ಮುಂದೆ ಇದೆ. ಗಾಂಧಿ ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟ ಪಾಠ, ಗುರುವಿಗೆ ತಿರುಮಂತ್ರ, ಮಾಟ, ಸತ್ಯಾಗ್ರಹ, strike, ಕಂಚಿನ ಕಂತದಿಂದ ಹಾಡಿದ ಮೈಸೂರು ಅನಂತಸ್ವಾಧಿಯ ಸಂಗೀತದ ಸೆವಿ, “ಅಡಿಸಿದಳಿಶೋಧ ಜಗದ್ರೋದಾರನ” ಎಂದು ಹಾಡಿ ಕೈಷಣಿಸ್ತೇ ಅಡಿಸಿದ ರಾಜ ಐಯ್ಯಂಗಾರ್ ಸಂಗೀತದ ಮೋಡಿ. ನನಗೆ ಲಭ್ಯವಾಗಿದ್ದ ಜಯರಾಮ ಸೇವಾ ಮಂಡಳಿಯ ಸಂಗೀತ ಕಾಯ್ಕುಮದಲ್ಲಿ ಏನಿಲ್ಲವೆಂದರೂ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ದು ಬಾರಿ 4ನೇ ಬಾಳಿನ ಎಲ್ಲಾ ನಿವಾಸಿಗಳು ಸದಿಚ್ಛಿಯಿಂದ, ಸ್ವಜ್ಞಿಯಿಂದ, ಲವಲವಿಕಿಯಿಂದ ಮಂಡಳಿಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿ, ಅತ್ಯಂತ ರಸಮಯವನಿಸಿದ ಗಳಿಗೆಗಳನ್ನು ಮರಳಿ ನಮಗೂದಗಿಸಿ, ಎಲ್ಲರನ್ನು ರಾಮನ ಸನ್ನಿಧಿಗೆ ಸೇಳಿಯುತ್ತಿತ್ತು.

ಎನ್.ಎನ್.ಎ.ಕೆ. ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಶಿಕ್ಷಕನಾಗಿ ಶ್ರೀ ಶರ್ಮಾರವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಜಯರಾಮ ಸೇವಾ ಮಂಡಳಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಸಮಾಜಮುಖಿ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವನಿಸಿದ ಪುನರ್ಮಾಮನನ ತರಗತಿಗಳ ಅರ್ಯೋಜನೆ ನನ್ನ ಅಭಿಪೂರ್ಯದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ್ದು ಹಾಗೂ ದಾಖಲಾಹರವನಿಸಿದ ಎನ್.ಎನ್.ಎ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ವರ್ಷದ

ಕೊನೆಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಪರಿಣಿತ ಶಿಕ್ಷಕರನ್ನು ಬರಮಾಡಿಕೊಂಡು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಂದ ಯಾವ ಹಣಕಾಸಿನ ಫಲಾಪೇಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲದೆ, ಉಚಿತವಾಗಿ ಬೋಧನಾ ತರಗತಿಯನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಅರ್ಹಿಸಿದ ಜಯರಾಮ ಸೇವಾ ಮಂಡಳಿಯ ಹೆಸ್ಟೆಯ ಆತ್ಮಪ್ರಿಯ ತಂದ ಸೇವಾ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂಬುದು ನನ್ನ ಪ್ರಮಾಣೀಕ ಅನಿಸಿಕೆ. ಮನೆ ಪಾಠದ ಹಾವಳಿ ಆಗಿನ್ನ ನನ್ನ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರದೇ ಇದ್ದ ಕಾಲಘಟ್ಟ 80-100ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ವಿವಿಧ ಶಾಲೆಗಳಿಂದ ಇಲ್ಲಿ ಸೇರಿ ವ್ಯಕ್ತಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮಹತ್ತರ ತಿರುವು ಮತ್ತು ಕಾಲಘಟ್ಟ ಎನಿಸಿದ ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆತ್ಮಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ತಮ್ಮದಾಗಿಸಿಕೊಂಡರು ಎಂಬ ನನ್ನ ತೀರ್ಮಾನದಲ್ಲಿ ಅಪಸ್ಥಿತಿರಲಾರದು.

“ಅವರವರ ಭಾವಕ್ಕೆ ಅವರವರ ಭಕ್ತಿಗೆ” ಹಿಡಿದಪ್ಪು ಪ್ರಸಾದವನ್ನು, ಕಾರುಣ್ಯವನ್ನು ಶ್ರೀರಾಮ ಜಯರಾಮ ಸೇವಾ ಮಂಡಳಿ ಮೂಲಕ ಜಯನಗರ ಬಡಾವಣೆಯ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಕಲ್ಪಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಮಂಡಳಿಯ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸೇವಾ ದೀಕ್ಷೆಯ ವಿಶೇಷ ಆಯಾಮವೆನಿಸಿತು ಎಂಬ ಹೇಳಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣಪ್ರಮಾಣದ ಪ್ರಮಾಣಿಕೆ ಇದೆ. 1991ರಲ್ಲಿ ಆಗಷ್ಟೇ ಎನ್.ಎಸ್.ಎ.ಕೆ. ರಜತ ಮಹೋತ್ಸವದ ಕಾಲಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾಗ ಜಯರಾಮ ಸೇವಾ ಮಂಡಳಿಯ ಸಹಕಾರದೊಂದಿಗೆ ಜಂಟಿಯಾಗಿ ಅನೇಕ ಉಪಯುಕ್ತವೆನಿಸಿದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ರೂಢಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಈ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಯುವ ಪೀಠಿಗಳು ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ, ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಸಂಗೀತ, ನಾಟಕ, ಲಲಿತಕಲೆಗಳ ಪ್ರೋಫೆಷನಲ್ ಹಾಗೂ ವಿವಿಧ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ದಿಗ್ಗಜರನ್ನು ವಿಶೇಷವಾದ ವೇದಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಘಟಿಸಿ ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಪ್ರಭಾವಲಯವನ್ನು ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಲಭ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಮಂಡಳಿ ಪಟ್ಟಶ್ರಮದ ಕಿಂಚಿತ್ತು ಅರಿವು ನನಗಿದೆ. ರಾಮ ಮಂಡಳಿಯ ಈ ಯಜ್ಞಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಘಟಾನುಘಟ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಜಯರಾಮ ಸೇವಾ ಮಂಡಳಿ ತನ್ನತ್ವ ಸೆಳಿದದ್ದು ನನ್ನ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಂತ ಸ್ತ್ಯವೆನಿಸಿದ ವಿಚಾರ. ಸಮಾನ ಮನುಷ್ಯರ ತಂಡವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿ ತನ್ನ ಆಯುಷ್ಯದ ದಿನಗಳಿಂದ ಇಂದಿನವರೆಗೂ ಬದಲಾದ ಕಾಲ, ಪರಿಸರ ಹಾಗೂ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಾ ಆತ್ಮಂತ ಉಪಯುಕ್ತವೆನಿಸಿದ, ಮೌಲಿಕವೆನಿಸಿದ ಸೇವಾಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿರತವಾದ ಜಯರಾಮ ಸೇವಾ ಮಂಡಳಿಯ ರಚನಾತ್ಮಕ ಕಾರ್ಯ ಮತ್ತು ಸಮಧಾವಾಗಲಿ ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಸದಾಕಾಲದ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ.



Valmiki Ramayana for Senior Citizens

Dr. C.L. PRABHAKAR
Nadaveda Adhyayana Kendra

It is a matter of great fortune to me to offer a flower to the sacred feet of Sri Jaya Rama, a write up on the great epic Ramayana which delineates all about the IDEAL MAN, in Him, the kodandadhari, ready to help and attend to emergencies to anyone upon this earth and elsewhere, more so to the senior section of the living people.

In 1970s at the same present location, in Jayanagar I remember to have seen Sri Rama worshipped with a big Photograph of Sri Rama placed underneath a small temporary structure. Now that deity has grown so powerful that He is all in all, going through the kumbhabhishekam, rejuvenation, a state when he becomes once again plusses with the protective and benefic Powers. Now I switch over to the flower of thought I intend to present in dedication to the great Sriramabhagavan.

Senior citizens are those who have completed to a greater degree the stages of birth, Education, Marriage, raising children and getting them settled etc. and they themselves continue well stabilized with or without health problems but seeking to have the avocation with the adhyatma jnana and knowledge of the puranic lore for wisdom. This for wisely spending the rest part of their life. Many are on the verge of picking up true vairagya and grow aware that they do not have much time to idle and waste. They are ready also for the belief in the permanence of vedic wisdom and rejoiced

with the purport of the scriptures. They are to be ready to go with the life style that of a ‘muni’ and an Ascetic. To them Ramayana is a good support and useful pastime.

All nagarikas (citizens) are cultured individuals endowed with the responsibilities, Literary works would be their benefit to enrich their knowledge and wisdom. Success in life is important. This is being supplied by the kavyas like Ramayana, Mahabharata, Bhagavata and so on. In this strain, let us consider the epic Ramayana which has a single message to communicate to mankind. The message being: give preference to Dharma and then all other needs of the life would automatically get set in order. The great epic Ramayana written by the great sage Valmiki is a kavya, a mahakavya. A Mahakavaya is the harbinger of Vedic culture, Heritage and enough instructions to the benefit of mankind. It is said in respect of kavyaprayojanam; “kavyam yasase arthakrute vyavaharavide sivetarakshataye sadyah paranirvutaye kanta sammitataya upadesa yuje”. The seven advantages mentioned in the stanza are for the smooth run of life at all instances i.e., right from cradle to grave. A kavya helps us to manage our life (vyavahara vide) and contributes to the amity in the residue part (balance) of life. Birth is of no option. When it takes place that has got to be accepted and managed somehow. For this purpose the kavyas do contribute solutions to the happiness and work for the fulfillment of the four purusharthas.

Valmiki Ramayana is universal in its appeal and message. It is a wonderful piece of wisdom and guidance to Mankind. The plot of the Epic refers to story of Sri Rama, the son of Dasaratha. Dasaratha was a king with three wives, a daughter and four sons. He was caught up in the net of family crisis resulting in to the exile of his eldest son Rama unto forest for fourteen years. Rama went to forest to prove that his father was a satyavan. Rama’s Wife Sita and brother Lakshmana accompanied him to the forest. In the forest, the demon king Ravana enamored of the beauty of Sita,

prompted by surpanakha, abducted her in the absence of Rama and Lakshmana from the hermitage.

In view of this the story of the epic got protracted. Rama had to make friends with the king of Monkeys Sugriva who had similar grievance viz., losing the wife and the kingdom to which he was entitled in the hands of his brother Vali. Rama showed his ability to convince Sugriva, by killing Vali the mighty brother of Sugriva who deprived happiness to him. With the help of Anjaneya, the minister of sugriva, Rama was able to build the bridge across the ocean. He fought a great war with Ravana who offended Dharma very much. He killed Ravana in War and caused loka kalyana. Rama returned to Ayodhya with sita and Lakshamana and others. Bharata, the sincere brother of Sri Rama coronated him on the throne of Ayodhya. This is the katha vastu in simple. Ramayana contains seven kandas in 24, 0000 slokas and many cantoes. The whole net work is with in the frame work of Gayatri metre and gayatri effect (*gayatri bijasamyutam*).

Now our quest is: of what significance is this for our routine life especially at a time when everyone crossed the active limit of life of six decades or near to that or this way or the farther way. Our family responsibilities are almost over. Artha and kama are fulfilled. Now one has to hold on to the dharma and Moksha purusharthas. It is said ‘papapunye dve eva ganchhantam anugacchati’ that being the sure way, we have to remain pure and add punya load to our life. How Ramayana tells us the modes and modalities in this light? Then we, have ways of happy engagements like this.

‘Sandhyopasana’, ‘devata dhyana’, Pitruvandana ‘Matruvakya paripalana’, paropakara, (nyayapatha anusthana : homadi kriyakalapa; sraadhadikriya prithi and so on. These rites will help the departed fathers and the Gods. They being thus helped, help us to be normal in the remaining part of our life. We know our date of birth and we cannot know the date of Death. We would not be there to see that and do anything with it. On the other hand

there are other paths for attaining siddhi and emancipation. The path one chooses is to his convenience. There is not set path for salvation and it is purely on choice. One has to believe that there is life beyond death and that life is in the company of other pitrus who died earlier who made a way out for kalaharana. Kala is nitya and its flow (pravaha) is continuous. We all live in time and make hey or mar in the kala only. Life is thrilling only when there are stills and thrills. If one is dhiman, he should not succumb to that rather for success until end whatever it could early or later. However we are placed, the daiva dhyana is very important. The dhyana is pavana (purifier) and the dhyanagamya paramatme is pavanakruti (the embodiment of abilities to purify). This is Sri Rama. Hence he keeps us pure. Friendship is important. We should keep the support of at least a few people who want us, and who are ready to work for us. That much social management one has to do.

Ananda is definite. This hope is Let out in concrete form by this Ramayana story (eti jivantam anando naram varsha satadapi). The story of Ramayana looks mundane (laukiki) but it has many suggestions to make.

At an advanced age body speaks and body needs attention. At that instance we should need special vigour and enthusiastic mind to meet up the situation. The faculties diminish and the memory power also reduces and the forgetfulness begins. It would be variant in modes among people. In all such instances, Srimad valmiki ramayana has some optimistic messages to give. Let us annotate a few.

Anger is the most dominant emotion in all with reason and without reason. The sage says: nasti kopasamo satruh.'While describing the character of Rama Valmiki Says 'Kopam pravisya ramah', 'kopamavesya ramah' etc. which reveals that for Rama kopa is a separate chamber in the personality of Rama and he would be judicious to invoke it. Like wise he welcomes all with a

smile in his face (smitapurvabhibhashanam). Lakshmana who is his sahacara and bahih prana is highly emotional. Still he keeps him under control and pacifies his emotions with the truths. The message of the Ramayana to all is: behave like Rama and never like Ravana. Ravana is all good and all skilful but promotes selfishness at the cost of his land and people, So he was punished.

Anjaneya is another very fascinating character who stood for the dharma and who had single minded devotion to Rama and Rama only. It is hinted that love unto son is "good but never beyond. Dasaratha though got into the intensity of love to his son, Rama wanted his father to be truthful and so stopped him from swerving from the 'satyavratatvam'. All such characters with their traits are inspiration to our work.

After fair analysis we see that Ramayana is an instructive work to every body, young and old alike. But when old or advanced in age, this Epic will give a different message. If the children really fulfill the wishes of the parents and protect dharma they, the departed ones (Pitrus) may even appear before them and bless. It is said: 'Yamo vigrahavan dharmah'. Ramayana promotes the life that of a Rushi Viddhi mam rushibhistulyam kevalam dharma masritam'. Dharma and life like a saint are recommended.

It is worthwhile to note the role of human relations and the shower of affection unto each other. When Lakshmana went to bid adieu to the mother of Sri Rama, with all concern she advised him: "ramam dasaratham viddhi viddhi mam janakatmajam, ayodhyam atavim viddhi gachha tata yathasukham". meaning Lakshmana need not feel out of place and be sad rather he was advised to see his parents in Rama and Sita on one hand and the forest to be considered as the place Ayodhya because where ever Rama lived that is Ayodhya and not otherwise. The truth to all is indicated in the stanza: "yah Ramam an pasyet yam ca ramo na pasyati sa bhavennaro loke jivannapi na jivati". meaning Rama is all in all and

// Kalyana Rama //

if he does net care one and the other the Rama the latter though lives on the earth just lives only nothing more than that.

Summarily it is said that Ramayana exhorts an effective message that the story of Rama might look worldly but holds a powerful message that anyone who holds to this he would definitely smile and experience total happiness, (kalyani bata gatheyam laukiki pratibhati me ehi jivantam anando naram varsha satadapi). In this manner, we can draw several suktih that infuse life in the living styles of the old who are free from the mundane responsibilities comparatively who exercise a desire that adhyatma vidya be pursued for the attainment of the real defined goals of the mankind namely the fourth purushartha “Moksha”.

Om tat sat



Ramayana in the Light of Vedanta

DR. VANITHA RAMASWAMY

Retd. Prof. of Sanskrit

**Satyamevesvaroloke satye dharmah sadasritah |
Satyamoolani sarvani satyannasti paramam padam ||**

V.R. 2.109.13

Truth alone is God in the world. Dharma is ever based on truth. All have their roots in truth, there is no goal higher than truth'.

Valmiki proclaims the Ramayana as a gospel of truth. It is a religious book as well as a source book on Indian ethics. The aim of ethical life is welfare of mankind. But the vedic seers do not consider the worldly welfare as ultimate. They believe in the finality of spiritual welfare which can be achieved on this earth itself.

What is spiritual welfare? It is liberation from the constant cycle of birth and death. Why does man want liberation? Because he can see the difference between truth and illusion. Truth comes from within, an inner awakening.

Truth does not mean mere truth-speaking. At the worldly level it is truthfulness, good conduct, integrity and all that comes under the scheme of dharma. All virtues are only the different forms of truth. In the metaphysical sense it signifies reality and satya becomes 'sat' - what exists eternally. Our scriptures thus move from the ritual to the moral and to the spiritual planes gradually. It is a continuous quest after 'truth' for 'God is truth'. This is the essence of both Vedanta and the Ramayana.

Vedanta is a way of approach to this reality. The word ‘vedanta’ itself is impersonal. Veda is ‘wisdom’, ‘anta’ is end. It means ‘culmination of wisdom’ or ‘what we ought to know and experience as the truth’. Truth is defined as ‘trikalabadhyam satyam’ - ‘that which does not undergo change during the three periods of time past, present and future’. It is only ‘atman’ - self or impersonal or unmanifest God that satisfies this spiritual definition of satyam. Vedanta holds the key to discover this truth.

True to the spirit of impersonal inquiry the Vedas called the basic reality as ‘rta’ and dharma which mean the cosmic order both inside and outside of us. The Vedanta denoted the same as ‘atman’ or ‘self; or ‘Brahman’ or ‘infinite’. This is the universal and eternal principle not affected by birth and death. The spirit within us, is then the spirit without. It includes all, yet transcends all. It is the cause of all, yet nothing ‘causes’ it. This is vedantic truth.

In the scheme of vedanta the problem of the ‘evolution of man’ is not biological. Whoever rises high in the ‘spiritual way of living’, in love, mercy, truth, harmony and peace, understanding and co-operation is evolved. Self culture is self evolution.

It is at this level of evolution that humanity finds a ‘Sri Rama’ depicted by Valmiki in his immortal poem ‘Srimad Ramayana’. Truth is the core of the Ramayana and Rama is incarnation of Truth. A man with his sense of ‘values’ is the most concrete embodiment of the divine on earth. Veda purusa is identified with Rama. Sage Agastya welcomes him as the supreme lord.

**tvam hi narayanah srimanstvayi sarvam pratishtitam |
tvam prabhuh sarvadevanam purusastvam sanatanah ||**

V.R.

‘O, Rama, you are IMarayana, the abode of all souls and all is established in you. You are the eternal purusa and you are the lord of the Gods’. Rama is an incarnation of vishnu and of the Vedas.

**veda vedye pare pumsi jate dasarathatmaje |
vedah pracetasadasit saksadramayanatmana || V. R.**

'When the supreme being to be known by the Vedas was born in the world as a son to Dasaratha, the vedas themselves took the shape as Ramayana'. In the beginning it is mentioned that Vishnu decided to incarnate in the world. S.Satry writes- 'to infinitise man God has to finitise himself. Such an infinite-in-finite' is the incarnation, God in man who of his own sweet will and in his abundant grace steps down into the world and mixes with mortals to draw them to himself.

When Rama returns to heaven with all the people with whom he came to this earth Brahma welcomes him as 'agaccha visno...' 'O Vishnu, come enter your own form of Vishnu'. All the oevotees who accompanied him were granted the highest worlds. Punishment purifies the wicked. Rama punishes Vali, Ravana and Kumbhakarna (dandasamyogat) and destroys their sins (vigata kalmasah) and blesses them in a unique way. The waring out of karma, bondage and enlightenment occur in the form of a chain. Sabari attained the holy realm through tapas. Ahalya was purified of her sin by tapas. What is **tapas**? Tapas is deep meditation, taking the mind inwards to see the truth. Tapas is the key to spiritual happiness - 'tapasa brahma vijijnasasva, tapo brahma... 'Rama has showered divine grace on everybody to reach his goal. What is death? Death does not mean the end of the soul. The body is similar to worn out cloth. The soul is important. This awareness leads us to the truth. Thus the path of Ramayana from the beginning to the end is from Rama the world is born, in Rama the world sustains, into Rama the world dissolves'.

**ramat jagajjayate, rame jagattishtati, rame layam
gacchati |**

When Sita was subjected to the fire ordeal the Gods ask Rama why he behaved thus. Rama replies - 'atmanam manusham

many'e'. Then Brahma declares - 'You are the imperishable Brahman the absolute, the Truth abiding at the beginning, in the middle as well as at the end'.

aksaram brahma satyam ca madhye cante ca raghavah |
V.R.

Such occasional revelations are to create faith in the mind of man. Rama is the parabrahman. Sita is mahalaxmi. All other characters are jivatmas who brought their karmas along with them, **karma** is the result of past deeds, good or bad. Both king Dasaratha and Sita confirm that their problems are due to past karma - 'pura duskrutena ca' our intellect works according to our samskaras in our past life - 'buddhih karmanusarini'.

Nobody can bypass the fruits of karma -

avasyamanubhoktavyam krtam karma subhasubham |
nabhuktam ksiyate karma kalpakotisatairapi || V.R.

Emperor Dasaratha recalls his misdeeds in front of kausalya -

yadacarati kalyani subham va yadi vasubham |
tadeva labhate bhadre karta karmajamatmanah ||
gurulaghavamarthanarambhe karmanam phalam |
dosam va yo na janati sa bala iti hocbate ||

Everyman reaps the fruits of his own deeds corresponding to the nature of good or evil. He who does not understand this is a fool. The sin which I am going to describe was committed by me and I am reaping its fruit'.

Here the concept of karma and punarjanma are established. Bhakti and 'Saranagati' are at the root of all purifications and enables every body to get divine grace ultimately.

Kaikeyi, Manthara, vali and Ravana could not see the divinity in Rama. They were attached to material things. They had their own limitations due to upadhi. What is **upadhi**? Upadhis are the limitations of our souls. They are simply the physical, mental and

moral conditions under which we have to work in life. Ravana was enveloped by avidya. What is **avidya**? It is the natural disability of the soul, which prevents it from apprehending God as he really is. Sumitra, Vibhishana, Hanuman, Jatayu and Mandodari could transcend the upadhis and visualize the divinity in Rama. A life of values helps us to transcend upadhis.

Rama and his brothers have shown what is niskamakarma. Rama tells Kaikeyi- 'naham arthaparo devi' - I'm hot after wealth and 'sitamapi tyajeyam' - I can give up even Sita. This-shows his preferences. Laxmana followed Rama, Bharata refused to accept the kingdom. All were bound by their duties. It is the renunciation of desire for material things and not giving up of action. Duties should be done with absolute unselfishness. Sita desired for mayamriga. She was imprisoned in Lanka. The reality is enveloped by maya. What is **maya**? Strictly speaking maya is a mystery. It is the indefinable power of God by which the unreal appears as the real.

However the highest ideal presented in the Ramayana is moksha. We may recall sage Badarayana's words-

**krtam ramayanam brahman vyakatam mokshasya
sadhnam | nissandeho hyayam bhutah
kshobhamohavivarjitaḥ ||**

Thus being purified from kshobha and moha man will certainly realize his identity with Brahman the ultimate reality. All other subjects in the Ramayana like the valiant exploits of king Rama may be said to belong to the realm of ignorance. The devastating catastrophe namely war and the tragic results are described in detail in order to produce detachment towards worldly life. When viewed as a didactic text, all the episodes and the moral material stream fit into the structure of a mahakavya adding to the unity of the work. All the episodes are mere imaginations without philosophy. Vedanta reinforces the episodes with a purpose.

Moksha is the ultimate goal. Other purusharthas are subservient to it.

Ramayana appeals to all sections of mankind that in our attitude we should grow from distrust to trust, from cruelty to kindness, from rivalry to harmony and from war to peace. This is the base for spiritual development. The vedic seers had this dynamics in their mind when they prayed -

asato ma sadgamaya -Lead me from the unreal to the real

tamaso ma jyotirgamaya - from darkness to light, mrityorma

amrtam gamaya - from death to immortality.

