ಮಹಿಳಾ ವಿಶೇಷ

MAHILA VISHESHA RNI No. KARKAN/2015/71642

ಕನ್ನಡ ತಿಂಗಳ ಪತ್ರಿಕೆ KANNADA MONTHLY ನವೆಂಬರ್ November 1-30 -2018

Vol: 4 Issue : 3 (39) Pages : 16 Price: Rs.10/-

ಸಂಪುಟ: 4 ಸಂಚಿಕೆ: 3 ಪುಟ : 16 ಬೆಲೆ: ರೂ. 10/–

ಸಂಪಾದಕರು: ಹೆಚ್.ವಿ. ವೆಂಕಟಸುಬ್ಬರಾವ್ ಮೊಬೈಲ್ 8880334444/9243584444

ಒಳ ಪುಟಗಳಲ್ಲಿ....

ಪತ್ರಗಳ ಮಾಹಿತಿ– ತುಳಸಿ	2
ದೀಪಾವಳಿ	4
ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಅವಮಾನಿಸಬೇಡಿ	7
ದಾನದಲ್ಲಿ ಹೆಂಗಸರೇ ಮುಂದು	8
ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್	9
ಆಧ್ಯಾತ್ಮ ಗಣಿತ ಚಮತ್ಕಾರ	10
ಜೀವಕ್ಕೆ ಆಯಸ್ಸು ತುಂಬುವುದಕ್ಕಿಂತ...	12
ಮುಖದ ಸೌಂದರ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ	14

ಯೋಚಿಸಿ...ಯೋಚಿಸಿ...ಯೋಚಿಸಿ...

ಲಕ್ಷ್ಮಿ ಪ್ರತಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಲು
PGO ಸಂಸ್ಥೆಯೊಡನೆ ಕೈಜೋಡಿಸಿ
ಹಬ್ಬಹರಿದಿನಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು
ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ, ಸಂತೋಷದಿಂದ
ಆಚರಿಸಿ
ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ
ಮೊ: 9035190398/9686205115/
9632894427/9008005931

ಕನ್ನಡ ರಾಜ್ಯೋತ್ಸವ, ಮಕ್ಕಳ ದಿನಾಚರಣೆ, ನರಕ ಚತುರ್ದಶಿ, ಬಲಿಪಾಡ್ಯಮಿ, ಈದ್‌ಮಿಲಾದ್, ಉತ್ತರಿ ಹಬ್ಬ, ಗುರುನಾನಕ್ ಜಯಂತಿ ಹಾಗೂ ಕನಕದಾಸ ಜಯಂತಿ ಪ್ರಯುಕ್ತ ಎಲ್ಲಾ ಓದುಗರಿಗೂ ಶುಭಾಶಯಗಳು

21 ಪತ್ರೆಗಳ ಮಾಹಿತಿ

ಗಣೇಶ ಚತುರ್ಥಿಯ ಶುಭಾಶಯಗಳು. ಗಣೇಶನ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಅರ್ಚನೆಯಲ್ಲಿ 21 ಬಗೆಯ ಪತ್ರೆ ಅಥವಾ ಎಲೆಗಳ ವಿಧ್ಯುಕ್ತ ಪಾತ್ರವಿದೆ. ಇವು ಔಷಧಿಯ ಗುಣಗಳಿಂದಲೂ ಕೂಡಿದ್ದು, ಆಯುರ್ವೇದದಂಥ ಪ್ರಾಚೀನ ವೈದ್ಯ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಇಂದಿಗೂ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತಿವೆ. ವೇದ–ಪುರಾಣ–ಜಾನಪದ ಕಥನ ರಾಶಿಯಲ್ಲಿ ಇವುಗಳ ಉಲ್ಲೇಖಗಳು ಹೇರಳವಾಗಿವೆ. ಒಂದೊಂದೇ ಪತ್ರೆಗಳ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡುವುದೇ ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ.

16. ತುಳಸಿ

ತುಳಸಿ ಗಿಡದ ಎಲ್ಲ ಭಾಗಗಳಲ್ಲೂ ಒಂದಿಲ್ಲೊಂದು ಔಷಧೀಯ ಗುಣವಿದೆ. ವಿಶಿಷ್ಟ ಸುವಾಸನೆಯು ಕ್ರಿಮಿಕೀಟಗಳನ್ನು ರೋಗಾಣುಗಳನ್ನು ದೂರ ಅಟ್ಟುವ ಗುಣ ಹೊಂದಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ತುಳಸಿ ಗಿಡಗಳು ಮನೆಯ ಸುತ್ತ ಮುತ್ತಲು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಸೊಳ್ಳೆಗಳ ಕಾಟ ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲೆಗಳನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಟ್ಟರೆ ನೀರಿನಲ್ಲಿರುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ರೋಗಾಣುಗಳು ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ಗ್ರಹಣಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮನೆಯೊಳಗೆ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ್ದ ನೀರಿಗೆ ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಡುವ ಕ್ರಮವಿದೆ.

ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳು: ಕೆಮ್ಮು ಮತ್ತು ನೆಗಡಿ ಇದ್ದರೆ ಎರಡು ಚಮಚಗಳಷ್ಟು ತುಳಸಿ ಎಲೆಯ ರಸವನ್ನು ದಿನಕ್ಕೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಆಗಾಗ ತುಳಸಿಯ ಎಲೆಯನ್ನು ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಜಗಿಯಬೇಕು.

ಗಂಟಲು ನೋವು ಮತ್ತು ಸ್ವರ ಕಟ್ಟಿದಲ್ಲಿ ತುಳಸಿಯ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿದ ನೀರಿನಿಂದ ಬಾಯಿ ಮುಕ್ಕಳಿಸಬೇಕು. ಈ ನೀರು ಬಿಸಿಯಾಗಿರುವಾಗಲೇ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ತುಳಸಿಯ ಬೀಜಗಳನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿ ಶೋಧಿಸಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಪಿತ್ತದ ಗಂಧೆ, ಅಲರ್ಜಿ ಯಿಂದಾಗಿ ಮತ್ತು ಹುಳು ಕಚ್ಚಿದಾಗ ತಾಜಾ ತುಳಸಿಯ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಜಜ್ಜಿ ರಸವನ್ನು ಬಾಧಿತ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸಬೇಕು. ಎರಡು ಚಮಚಗಳಷ್ಟು ತುಳಸಿ ರಸವನ್ನು ಜೇನಿನೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಸಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು.

ತುಳಸಿ ನೆಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಬೆವರು ಹುಟ್ಟಿಸುವಂತಹ ಪ್ರಚೋದಕ ಗುಣ ಇರುವುದರಿಂದ ಎಲ್ಲಾ ಬಗೆಯ ಜ್ವರಗಳಲ್ಲಿ ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಮಲೇರಿಯಾದಲ್ಲಿ ಇದರ ಬಳಕೆ ಉಪಯುಕ್ತ. ಎಲೆಯ ರಸವನ್ನು (2 ರಿಂದ 4 ಚಮಚ) ಜೇನಿನೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಸಿ ಇಲ್ಲವೆ ಕಷಾಯ ತಯಾರಿಸಿ ಪ್ರತಿ ನಾಲ್ಕು ಗಂಟೆಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಕುಡಿಯಬೇಕು.

ಉರಿಮೂತ್ರದ ತೊಂದರೆ ಇದ್ದರೆ ತುಳಸಿ ಎಲೆ ಗಳನ್ನು ಜಜ್ಜಿ ತೆಗೆದು ರಸವನ್ನು ಹಾಲು ಸಕ್ಕರೆಯೊಂದಿಗೆ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ತುಳಸಿಯ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಒಂದು ಗಂಟೆಯ ಕಾಲ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹಿಸುಕಿ ಸೇರಿಸಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು.

ಇಸುಬು ಗಜಕರ್ಣ ಮುಂತಾದವುಗಳಲ್ಲಿ ನವೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ತುಳಸಿಯ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಉಪ್ಪಿನೊಂದಿಗೆ ಅರೆದು ಲೇಪಿಸಬೇಕು. ತುಳಸಿಯ ಎಲೆಯಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಕಷಾಯ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು ಲೇಪಿಸಿದರೆ ಉತ್ತಮ ಪರಿಣಾಮ.

ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವಿನ ತೊಂದರೆ ಇರುವಾಗ ಒಂದು ಚಮಚ ತುಳಸಿ ರಸದೊಂದಿಗೆ ಅಥವಾ ಅರ್ಧ ಚಮಚದಷ್ಟು ಹಾಗೂ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಬೆರೆಸಿ ಕುಡಿಸಬೇಕು. ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕಫದಿಂದ ಕೂಡಿದ ಕೆಮ್ಮು ಇರುವಾಗ ತುಳಸಿ ಎಲೆಯನ್ನು ಜೇನಿನಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ ಪ್ರತಿ ಎರಡು ಮೂರು ಗಂಟೆಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ತಿನ್ನಿಸಿದರೆ ಕಫ ಕರಗಿ ಹೊರ ಬರುತ್ತದೆ. ಯಕೃತ್ತಿನ (ಲಿವರ್) ತೊಂದರೆಗಳಲ್ಲಿ ತುಳಸಿ ಎಲೆಯ ಕಷಾಯ ತುಂಬಾ ಉಪಯುಕ್ತ ಕಿವಿ ನೋವು ಇದ್ದರೆ ಒಂದೆರಡು ಹನಿಗಳಷ್ಟು ತುಳಸಿ ರಸವನ್ನು ಕಿವಿಗೆ ಹಾಕಬೇಕು.

ಪ್ರತಿದಿನ ತುಳಸಿಯ ಎಲೆಗಳನ್ನು (5 ರಿಂದ 10) ಬೆಳಗ್ಗೆ ಆಹಾರಕ್ಕೆ ಮುನ್ನ ಅಗಿದು ತಿಂದರೆ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಹಾವು, ಚೇಳು ಕಡಿದಾಗ ತುಳಸಿಯ ತಾಜಾ ಎಲೆಗಳ ರಸ ಹೂ ಎಳೆಯ ಬೇರನ್ನು ಅರೆದು ರಸವನ್ನು ಲೇಪಿಸಬೇಕು. ಜೊತೆಗೆ ಇದನ್ನು ಸೇವಿಸಿದರೆ ವಿಷ ನಿವಾರಣೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ವಾಂತಿ ಮತ್ತು ಬೇಧಿಯಾದಲ್ಲಿ ತುಳಸಿಯ ಬೀಜ ಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿಟ್ಟು ಕಲ್ಲುಸಕ್ಕರೆ ಬೆರೆಸಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಆಗಾಗ ಕುಡಿದರೆ ಉತ್ತಮ ಪರಿಣಾಮ. ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಸುಗಂಧ ಬಲಕ್ಕೆ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯ ನಿರೋಧಕ ಗುಣವಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದನ್ನು ನೆಗಡಿ, ಕೆಮ್ಮು, ಚರ್ಮ ರೋಗ, ಅಸಿಡಿಟಿ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಗೆ ನಡೆಸುವ ಅರೋಮಥೆರಪಿ (ಸುಗಂಧ ಚಿಕಿತ್ಸೆ) ಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಜೀರ್ಣಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಬೇಕಾದರೆ ತುಳಸಿ ಎಲೆಯ ರಸವನ್ನು ಚಿಟಿಕೆ ಕಾಳು ಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ ಮತ್ತು ಜೇನುತುಪ್ಪ ಬೆರೆಸಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ದೇಶದ ವಿವಿಧೆಡೆಗಳ ಆಯುರ್ವೇದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನಾ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಇಲಿಗಳಿಗೆ ತುಳಸಿ ಎಲೆಯ ಪುಡಿಯನ್ನು ನೀಡಿದಾಗ ಅವುಗಳ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂಶ ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ.

ತುಳಸಿಯಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಸುಗಂಧ ಜಲವನ್ನು ಇಲಿಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಯೋಗಿಸಿದಾಗ ಅವುಗಳ ನಡವಳಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಕಂಡುಬಂತು. ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ತರುವುದು ರುಜುವಾತಾಗಿದೆ.

ನನ್ನ ಮಾತು

ಚಿನ್ನ, ಅಪ್ಪಟ ಚಿನ್ನ, ಅಪರಂಜಿ

ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮನುಷ್ಯನ ಮನಸು
ಬಂಗಾರವಾಗಿತ್ತು.
ಗುಡಿಯ ಮೂರ್ತಿಗಳು ಕಲ್ಲಾಗಿದ್ದವು
ಆದರೆ ಈಗ ಗುಡಿಯ ಮೂರ್ತಿಗಳು ಬಂಗಾರವಾಗಿದೆ
ಮನುಷ್ಯನ ಮನಸು ಕಲ್ಲಾಗಿದೆ.

ಲಕ್ಷ್ಮಿ ಪೂಜೆ, ದೀಪಾವಳಿ ಹಬ್ಬ ಆಚರಿಸಲು ಭಾರತ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಹಿಂದೂಗಳಿಗೆ ಸಂತಸ. ಅಷ್ಟಲಕ್ಷ್ಮಿಯರಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಧನಲಕ್ಷ್ಮಿ. ಪ್ರತಿ ಮನೆಯಲ್ಲೂ ಲಕ್ಷ್ಮಿ ತಾಂಡವವಾಡಬೇಕೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರಬೇಕು. ಅಲ್ಲದೆ, ಸರಿಯಾದ ಆಲೋಚನೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ನೀವು ಬೇಡವೆಂದರೂ ಲಕ್ಷ್ಮಿ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸುತ್ತಾಳೆ.

ಯಾರೂ ಸಹಾ ಲಕ್ಷ್ಮಿಯನ್ನು ಬೇಡವೆನ್ನುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗಿದ್ದರೆ ಲಕ್ಷ್ಮಿ ನಿಮಗೆ ಬೇಕಿದ್ದರೆ ಮನುಷ್ಯ ಬದುಕಿರುವುದೇ ಒಂದು ಚೈನ್ ಪದ್ಧತಿಯಂತೆ. ಚಿನ್ನದ ಬಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ಸಂಪಾದನೆ ಬಗ್ಗೆ ತರಬೇತಿ ನೀಡಲು PGO ಸಂಸ್ಥೆಯೊಂದು ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಆರಂಭಗೊಂಡಿದೆ. ನಿಮಗೆ ಕೈಗೆಟುಕುವ ಸಂಸ್ಥೆಯೊಂದಿಗೆ ನಿಯಮದಂತೆ ಕೈಜೋಡಿಸಿದ್ದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೊಂದು ಉದ್ಯೋಗ, ಆ ಉದ್ಯೋಗದಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನ ತೃಪ್ತಿಕರ, ನಿಮ್ಮ ಬಾಳೇ ಬಂಗಾರ. ಇದು ಬರೀ ಮಾತಲ್ಲ. ಮಾಡಿ ತೋರಿಸಬಹುದು.

ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಹಿಂದೆ ಚಿನ್ನದ ಉತ್ಪಾದನೆ ಇತ್ತು. ಈಗ ಇಲ್ಲ. ದೇಶ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಡಾಲರ್ ಅನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿದ್ದ ಸಂಪತ್ತು ಕಳೆದ 400 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಪರಕೀಯರು ದೋಚಿ ಹೋಗಿರುವ ಇತಿಹಾಸವಿದೆ. ನಮ್ಮಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹೋಗಿರುವ ಚಿನ್ನ ನಮಗೆ ಬೇಡವೆ? ನೀವೇ ಯೋಚಿಸಿ ಒಂದು ನಿರ್ಧಾರಕ್ಕೆ ಬನ್ನಿ.

Tragedy of todays life. The **Richest** and the **Poorer** of India want loan waver...

Middle claas or born just to **support the about two class** and pay EMI's for life time...

ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಲ್ಲಿ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಸಂಸ್ಥೆ ಉತ್ತಮ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಶಕ್ತಿ ಇದೆ. ಆ ಸಂಸ್ಥೆಯೊಂದಿಗೆ ಕೈಜೋಡಿಸುವ ಮುಂಚೆ ಎಲ್ಲಾ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಕೇಳಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಿದಲ್ಲಿ ನೀವು ಬೇಡವೆಂದರೂ ಚಿನ್ನ ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಬರಲಿದೆ. ಗಳಿಕೆ ನಿಮ್ಮದು, ಅಂತಸ್ತು ನಿಮ್ಮದು, ನಿರ್ಧಾರ ನಿಮ್ಮದು.

ಸಂಪಾದಕ
ಹೆಚ್.ವಿ. ಸುಬ್ಬರಾವ್
ನಿವೃತ್ತ ಸಾ.ಶಿ.ಇ. ನೌಕರ

ಮಹಿಳಾ ವಿಶೇಷ

ಕನ್ನಡ ತಿಂಗಳ ಪತ್ರಿಕೆ

ನವೆಂಬರ್ 1 ರಿಂದ 30–2018

ಸಂಪುಟ 4, ಸಂಚಿಕೆ 3,

ಪುಟ 16 ಬೆಲೆ ರೂ.: 10

MAHILA VISHESHA

KANNADA MONTHLY

November 1 to 30 -2018

Vol : 4 **Issue : 3 Pages : 16**

Price : Rs.10/-

ಮುಖಪುಟ :

ಶ್ರೀ ಹಾಸನಾಂಬ ಅಮ್ಮನವರು, ಹಾಸನ ಜಿಲ್ಲೆ

ಗೌರವ ಸಂಪಾದಕರು :

ಶ್ರೀಮತಿ ಸತ್ಯಭಾಮಾ ದಾಸ್

ಶ್ರೀಮತಿ ಗೀತಾ ರಾವ್

ಸಂಪಾದಕರು :

ಹೆಚ್.ವಿ.ವೆಂಕಟಸುಬ್ಬರಾವ್

ಮೊಬೈಲ್ 9243584444

ಉಪಸಂಪಾದಕರು :

ಎಸ್.ವೆಂಟಕರವಣಪ್ಪ

ಎಂ.ಆರ್. ಜಯಪ್ರಕಾಶ ನಾರಾಯಣ

ಭಾಸ್ಕರ್ ಹೆಚ್.ವಿ.

ಮೂರ್ತಿ ಜಿ.ಎನ್.

ಕಚೇರಿ ವಿಳಾಸ :

ಮಹಿಳಾ ವಿಶೇಷ

ನಂ. 10, ಸಿಟಿ ಬಸ್‌ಸ್ಟ್ಯಾಂಡ್ ಕಟ್ಟಡ,
2ನೇ ಮಹಡಿ, ಕೆ.ಆರ್. ಸರ್ಕಲ್,
ಮೈಸೂರು – 570001

E-mail:
mahilavishesha15@gamil.com
Web: www.mahilavishesha.in
Whatsapp No : 8880334444

ದೀಪಾವಳಿ ಹಬ್ಬ; ಉಂಡಿದ್ದೇ ಯುಗಾದಿ ಉಟ್ಟಿದ್ದೇ ದೀಪಾವಳಿ

ನಮ್ಮ ಹಿಂದೂ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯ ವೇನೆಂದರೆ ಧಾರ್ಮಿಕ ಆಚರಣೆಗಳನ್ನು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡುವಾಗ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಹಾಗೂ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅಂಶಗಳಿಗೂ ಪ್ರಾಶಸ್ತ್ಯ ನೀಡುವುದು. ಹಾಗಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹಬ್ಬದ ಆಚರಣೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಶ್ರದ್ಧಾಭಕ್ತಿಯ ಜೊತೆಗೆ, ಸಂತೋಷ, ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ಕೂಡಿ, ಹಾಡಿ ನಲಿದಾಡುವುದು ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ಕೆಲವು ದೊಡ್ಡ ವ್ರತಗಳ ಆಚರಣೆಗಳಂತೆ ಈ ದೀಪಾವಳಿ ಹಬ್ಬದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಟ್ಟುಪಾಡುಗಳಿಲ್ಲ. ದೀಪಾವಳಿ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಹಬ್ಬಗಳ ರಾಜ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಧಾರ್ಮಿಕ ಆಚರಣೆ, ವ್ರತನಿಷ್ಠೆಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಂತೋಷ. ಸಂಭ್ರಮ, ಸಡಗರಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಾಶಸ್ತ್ಯವನ್ನು ಈ ಹಬ್ಬದಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ 5 ದಿನಗಳು ಈ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಆಚರಿಸುವುದು ಸಂಪ್ರದಾಯ. ಅಶ್ವಯುಜಮಾಸದ ಚತುರ್ದಶಿಯಿಂದ ನರಕಚತುರ್ದಶಿ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆ ದಿನ ಬೆಳಗಿನ ಜಾವವೇ ಎದ್ದು ಎಲ್ಲರೂ ಅಭ್ಯಂಜನ ಸ್ನಾನ ಅಥವಾ ಮಂಗಳಸ್ನಾನವನ್ನು ಮಾಡಿ, ಹೊಸ ಬಟ್ಟೆ ಧರಿಸಿ ಪಟಾಕಿ ಹಚ್ಚುವುದು ವಾಡಿಕೆ. ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವ ನಮ್ಮ ಜನಾಂಗದವರು ಈ ಚತುರ್ದಶಿ ಹಬ್ಬದ ಹಿಂದಿನ ದಿನ ನೀರು ತುಂಬುವ ಹಬ್ಬ ಎಂದು ಆಚರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅಂದರೆ ಸ್ನಾನದ ಮನೆಯ ಹಂಡೆ, ಚೊಂಬು ಮುಂತಾದ ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆಳಗಿ ಹಂಡೆಗೆ ಕೆಮ್ಮಣ್ಣು ಹಚ್ಚಿ ರಂಗೋಲಿ ಇಟ್ಟು ನಂತರ ಬೆಳಗಿದ ಪಾತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ನೀರನ್ನು ಹಂಡೆಗೆ ತುಂಬುತ್ತಾರೆ. ಮಾರನೆಯ ದಿನ ಬೆಳಗಿನ ಜಾವವೇ ಒಲೆ ಉರಿ ಹಾಕಿ ನೀರು ಕಾಯಿಸಿ ಅಭ್ಯಂಜನ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ನೀರು ತುಂಬುವ ಹಬ್ಬದ ದಿನದಂದು ಸಾಯಂಕಾಲ ದೀಪಗಳನ್ನು ಹಚ್ಚಿ, ದೇವರಮುಂದೆ ಬೆಳಗಿ, ಸಿಹಿತಿನಿಸಿನ ಜೊತೆಗೆ ಹಬ್ಬದ ಅಡುಗೆ ಮಾಡಿ ರಾತ್ರಿ ಎಲ್ಲರೂ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಪ್ರಸಾದದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಚತುರ್ದಶಿಯ ದಿನದಂದು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕೃಷ್ಣನನ್ನು ಪೂಜಿಸಿ ಕೊಂಡಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣವೇನೆಂದರೆ ದ್ವಾಪರಯುಗದಲ್ಲಿ ನರಕಾಸುರನು ಸಾವಿರಾರು ಹೆಂಗಳೆಯರನ್ನು ಸೆರೆಯಲ್ಲಿಟ್ಟು, ಆಸ್ತಿಕರಿಗೆ ಬಹಳವಾದ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದನು. ಅವನು ಬ್ರಹ್ಮನನ್ನು ಕುರಿತು ತಪಸ್ಸನ್ನಾಚರಿಸಿ, ತನ್ನ ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಾತ್ರ ತನಗೆ ಮರಣ ಬರಲಿ ಎಂಬ ವರವನ್ನು ಬೇಡಿದನು. ಯಾವ ತಾಯಿಯೂ ಮಗನನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವುದಿಲ್ಲವೆಂಬ ಒಂದೇ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಇಂತಹ ವರ ಬೇಡಿ ಮದಾಂಧನಾಗಿದ್ದ. ಈ ಅಸುರನೊಡನೆ ಸತ್ಯಭಾಮೆಯು ಸಾರಥಿಯಾಗಿ ನಡೆಸಿದ ರಥದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಕೃಷ್ಣನು ಹೋರಾಡಿದನು. ಹಠಾತ್ತನೆ ಕೃಷ್ಣನು ಮೂರ್ಛಿತನಾದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಭೂತಾಯಿಯ ಸ್ವರೂಪಳಾದ ಸತ್ಯಭಾಮೆಯು ನರಕನಿಗೆ ಬಾಣವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಸಾಯಿಸಿದಳು. ದುಷ್ಟನಿಗ್ರಹ, ಶಿಷ್ಟಪರಿಪಾಲನೆ ಯನ್ನು ಮಾಡಲು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಈ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಕೈಗೊಂಡನು. ರಾಕ್ಷಸ ಸಂಹಾರದಿಂದ ಹರ್ಷಗೊಂಡ ಜನರೆಲ್ಲರೂ ಸಂತೋಷದಿಂದ ದೀಪಗಳನ್ನು ಹಚ್ಚಿ ಸಿಹಿತಿಂಡಿಯನ್ನು ಪರಸ್ಪರ ವಿನಿಮಯ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ಹಾಡಿ, ನರ್ತಿಸಿ ಕಾಲ ಕಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇದೇ ಸಂಪ್ರದಾಯವಾಗಿ ಬಂದು, ನರಕಾಸುರ ವಧೆಯ ಈ ದಿನದಂದು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಪೂಜಿಸಿ ತಮ್ಮ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಮಾರನೆಯ ದಿನ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ. ಈ ದಿನ ಲಕ್ಷ್ಮಿಪೂಜೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಸಾಯಂಕಾಲ ದೀಪಗಳನ್ನು ಮನೆಯ ಅಂಗಳದಲ್ಲೆಲ್ಲಾ ಸಿಂಗರಿಸಿ ಹಚ್ಚಿಡುವುದು ಈ ಹಬ್ಬದ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯ. ಈ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಸುವಾಸಿನಿಯರಿಗೆ ಹರಿಶಿನ ಕುಂಕುಮ ಮತ್ತು ಸಿಹಿಯನ್ನು ಹಂಚುವುದೂ ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಪದ್ಧತಿ.

ನಾಲ್ಕನೆಯ ದಿನ ಬಲಿಪಾಡ್ಯಮಿ– ಈ ದಿನದಂದು ಗೋಮಾತೆಯ ಸಗಣಿಯಲ್ಲಿ ಮನೆಯ ಮುಂದೆ ಅಂಗಳದಲ್ಲಿ ತುಳಸಿಗಿಡದ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಬಲೀಂದ್ರ ಚಕ್ರವರ್ತಿಯನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಿ ಚೆಂಡುಹೂಗಳಿಂದ ಅಲಂಕರಿಸಿ ಪೂಜಿಸುವುದು ಸಂಪ್ರದಾಯ. ವಾಮನನು ಬಲಿಯ ದಾನಕ್ಕೆ ಮೆಚ್ಚಿ ಪಾತಾಳಲೋಕದಲ್ಲಿದ್ದರು. ಬಲಿಯು ವರ್ಷಕ್ಕೊಂದು ದಿನ ತನ್ನ ಸಾಮ್ರಾಜ್ಯಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ಕೊಡಬಹುದೆಂಬ ವರವನ್ನಿತ್ತ ಸಂಕೇತವಾಗಿ

ಈ ಬಲಿಪಾಡ್ಯಮಿ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವ ನಮ್ಮ ಜನಾಂಗದವರು ಈ ಬಲಿಪಾಡ್ಯಮಿ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಕೃಷ್ಣನ ಪೂಜೆ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಆಚರಿಸುವರಾದರೂ, ಬೇರೆ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವವರು ಈ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಮಾಡುವ ಸಂಪ್ರದಾಯ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ.

ಈ ದೀಪಾವಳಿಯ ಅತಿವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವೆಂದರೆ ಭಗವಂತ ವಿಷ್ಣುವಿನ ಮೂರು ಅವತಾರಗಳಾದ ಕೃಷ್ಣ, ವಾಮನ, ರಾಮ ಸ್ವರೂಪಗಳನ್ನು ಪೂಜಿಸುವುದು. ಶ್ರೀರಾಮನೂ ರಾವಣಸಂಹಾರ ಮಾಡಿ ಲಂಕೆಯಿಂದ ಸಡಗರ ಸಂಭ್ರಮದೊಡನೆ ಅಯೋಧ್ಯಾಪಟ್ಟಣಕ್ಕೆ ಹಿಂತಿರುಗಿದ ದಿನವೂ ದೀಪವಾಳಿಯ ದಿನವೇ. ಅಯೋಧ್ಯವಾಸಿಗಳೆಲ್ಲಾ ದೀಪಗಳನ್ನು ಇಡೀ ನಗರದಲ್ಲಿ ಬೆಳಗಿಸಿ, ಶ್ರೀರಾಮನನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಿದ್ದು ಈ ದಿನವೇ. ಹಾಗಾಗಿ ದೀಪಾವಳಿ ಹಬ್ಬ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಹಬ್ಬ, ಸಡಗರದ ಹಬ್ಬ. ಈ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಹಬ್ಬಗಳ ರಾಜ ಎಂದು ಕರೆದಿರುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿದೆ. ತಮಸೋಮ ಜ್ಯೋತಿರ್ಗಮಯಾ ಎನ್ನುವಂತೆ ಕತ್ತಲಿನಿಂದ ಬೆಳಕಿನೆಡೆಗೆ ಹೋಗುವ ಸಂಕೇತ ಈ ದೀಪಾವಳಿ ಹಬ್ಬ. ಪ್ರಾಕೃತಿಕವಾಗಿಯೂ ಈ ಕಾರ್ತಿಕ ಮಾಸದಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯನು ಬಹಳ ಬೇಗ ಮುಳುಗಿ ಕತ್ತಲು ಬೇಗ ಆಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದಲೂ ದೀಪಗಳ ಸಾಲು ಅತ್ಯಂತ ಉಚಿತವಾದ ಪದ್ಧತಿಯಾಗಿದೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ ಈ ಕಾರ್ತಿಕ ಮಾಸದ 30 ದಿನಗಳೂ ದೀಪಗಳನ್ನು ಮನೆಯ ಮುಂದೆ ಸಾಲಾಗಿ ಹಚ್ಚುವುದು ಸಂಪ್ರದಾಯವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಆಧುನಿಕತೆಯ ಸೋಗಿನಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುದ್ದೀಪಗಳು, ಮೊಂಬತ್ತಿ ದೀಪಗಳನ್ನು ಬೆಳಗಿಸುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿಯಾದರೂ, ಹತ್ತಿಯಿಂದ ಮಾಡಿದ ಹೂಬತ್ತಿಗಳನ್ನು ಎಣ್ಣೆಹಾಕಿ ಹಚ್ಚುವುದು ಅನೇಕ ಗುಣಾಂಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಹತ್ತಿಯು ಉರಿಯುವುದು ನಮ್ಮ ಪಾಪಗಳು ನಾಶಗೊಂಡ ಸಂಕೇತ. ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆಯು ಪಾಪಹರ ಹಾಗೂ ಪರಿಸರವನ್ನು ಶುಚಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಕಣ್ಣಿಗೆ ತಂಪು.

ಐದನೆಯ ದಿನವಾದ ಶುದ್ಧ ಬಿದಿಗೆಯಂತು ಸೋದರ ಬಿದಿಗೆ ಎಂದು ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಆಚರಣೆಯ ಹಿಂದಿರುವ ಕತೆ ಹೀಗಿದೆ. ದಿಕ್ಪಾಲಕನಾದ ಯಮನು ಈ ದಿನ ಸೋದರಿ ಯಮಿಯ ಮನೆಗೆ ತೆರಳಿ ಸತ್ಕಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಸಂಕೇತವಾಗಿ ಸೋದರರು ಸಹೋದರಿಯರ ಮನೆಗೆ ತೆರಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ದೀಪಾವಳಿಯ ಬಿದಿಗೆ ತಿಥಿಯನ್ನು ಭಾವನ ಬಿದಿಗೆಯಂದು ಹೇಳಿ ಈ ಹಬ್ಬದ ದಿನದಂದು ಮನೆಯ ಮಗಳು ಹಾಗೂ ಅಳಿಯನನ್ನು ಕರೆದು ಉಪಚರಿಸುವುದೂ ಸಂಪ್ರದಾಯ. ಮಗಳು ಅಳಿಯನಿಗೆ ಹೊಸವಸ್ತ್ರ, ಆಭರಣ, ಸಿಹಿತಿನಿಸು ಮತ್ತು ಇತರ ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಸತ್ಕರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಹೀಗೆ ಹಲವಾರು ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಈ ದೀಪಾವಳಿ ಹಬ್ಬ ಧಾರ್ಮಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಹಾಗೂ ಆರ್ಥಿಕ ಆಚರಣೆಯೂ ಕೂಡ. ಹಿರಿಯರಿಂದ ಕಿರಿಯರವರೆಗೂ ಎಲ್ಲರೂ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಪಟಾಕಿ ಹೊಡೆದು, ಸಿಹಿ ತಿಂಡಿ ತಿಂದು ಸಡಗರದಿಂದ ಕುಣಿದು ಕುಪ್ಪಳಿಸುವ ಹಬ್ಬ ಈ ದೀಪಾವಳಿ ಹಬ್ಬ.

ಈ ಐದು ದಿವಸಗಳೂ ಎಲ್ಲಾ ವಿಧವಾದ ಸಿಹಿತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ, ಹಂಚಿ ತಿನ್ನುವುದೂ ವಿಶೇಷ.

ಅಂಚೆ ಸಪ್ತಾಹ 2018

ಮೈಸೂರು ಅಂಚೆ ವಿಭಾಗ, ಅಂಚೆ ಸಪ್ತಾಹವನ್ನು ಅಕ್ಟೋಬರ್ 9 ರಿಂದ 15ರವರೆಗೆ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು. ದಿನಾಂಕ 15.10.2018ರಂದು ಮೈಸೂರಿನ ಮುಖ್ಯ ಕಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ಡಾ. ವರ್ಷರವರ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆಯಲ್ಲಿ ಮೇಲ್ ಡೇ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಡೆಯಿತು. ಎಸ್‌ಎಸ್‌ಪಿಯವರಾದ ಶ್ರೀ ಪ್ರಕಾಶ್, ಮುಖ್ಯ ಅಂಚೆ ಕಚೇರಿಯ ಶ್ರೀ ವಿಜಯನ್ ಹಾಗೂ ಮಹಿಳಾ ವಿಶೇಷ ಪತ್ರಿಕೆಯ ಸಂಪಾದಕರಾದ ಶ್ರೀ ಸುಬ್ಬರಾವ್‌ರವರು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಇದ್ದರು.

ದೀಪಾವಳಿ ಲೇಹ್ಯ, ಕೈಮುರುಕು ಬಹಳ ವಿಶೇಷವಾದ ಹಾಗೂ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲರೂ ಮಾಡುವ ತಿನಿಸುಗಳು. ದೀಪಾವಳಿಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪಶುಸಂಪತ್ತಿಗೆ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಪೂಜೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಕಿಚ್ಚು ಹಾಯಿಸುವುದೂ ಉಂಟು. ಗೋಪಾಲಕರು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಎಲ್ಲಾ ವಸ್ತುಗಳನ್ನೂ ಈ ಹಬ್ಬದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಪೂಜೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಮನೆಗಳಿಗೆ ಹೊಸದಾಗಿ ಸುಣ್ಣ, ಬಣ್ಣ ಮಾಡಿ ಅಲಂಕರಿಸುವುದೂ ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿದೆ.

ಬಲಿಚಕ್ರವರ್ತಿಯು ಮಹಾತ್ಯಾಗಿ, ಮಹಾಪುರುಷ. ಯಜ್ಞದೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಚಕ್ರವರ್ತಿಯು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡುವಾಗ ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಯಾರು ಏನು ಕೇಳಿದರೂ ದಾನವಾಗಿ ಕೊಡುವೆನು ಎಂದು ಸಂಕಲ್ಪಿಸಿದ ವಾಮನಾವತಾರದಲ್ಲಿ ಬಂದ ಭಗವಂತನು ಮೂರು ಹೆಜ್ಜೆಯಷ್ಟು ಭೂಮಿಯನ್ನು ದಾನವಾಗಿ ಬೇಡಿದಾಗ ರಾಜನು ತನ್ನ ಇಡೀ ಸಾಮ್ರಾಜ್ಯವನ್ನೇ ಕೊಟ್ಟ. ಭಗವಂತನ ಮೂರನೆಯ ಪಾದವನ್ನಿಡಲು ಸ್ಥಳವಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ, ಅವನ ತಲೆಯ ಮೇಲೆಯೇ ಪಾದವನ್ನಿಡಲು ಚಕ್ರವರ್ತಿಯು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದನು. ಈ ದಿನದ ಮತ್ತೊಂದು ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವೆಂದರೆ, ಪಿತೃಗಳು ಈ ದಿನದಂದು ಪಿತೃಲೋಕಕ್ಕೆ ಮರಳುತ್ತಾರೆ. ಭಾದ್ರಪದ ಮಾಸ ಪೌರ್ಣಿಮೆಯ ಮಾರನೆಯ ದಿನದಂದು ಪಿತೃಗಳು ಭೂಲೋಕಕ್ಕೆ ಬರುವರಾದ್ದರಿಂದ ನವರಾತ್ರಿಗೆ ಹಿಂದಿನ 15 ದಿನಗಳನ್ನು ಪಿತೃಪಕ್ಷವೆಂದೆ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಬಂದ ಪಿತೃಗಳು ಬಲಿಪಾಡ್ಯಮಿಯ ದಿನ ತಮ್ಮ ಲೋಕಕ್ಕೆ ತೆರಳುವರೆಂದು ಆಸ್ತಿಕರ ನಂಬಿಕೆ. ಅಂದರೆ ಈ ದೀಪಾವಳಿಯ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವೇನೆಂದರೆ ಹಿರಿಯರ ಆಶೀರ್ವಾದ, ದೇವತೆಗಳ ಅನುಗ್ರಹದ ಜೊತೆಗೆ, ಸಾತ್ವಿಕ ಹಾಗೂ ಲೌಕಿಕ ಆಚರಣೆಗಳಿಂದಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸಂತೋಷ ಸಿಗುವ ಕಾರಣದಿಂದ ಸಡಗರ, ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ಹಾಡಿ ನಲಿದಾಡಿ ಕಾಲ ಕಳೆಯುವುದು.

ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವ ಈ ಜನಾಂದವರು, ಇಲ್ಲಿಯ ಪರಿಸರ, ಸಂಪ್ರದಾಯಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ದಿನದಂದು ಯಾವ ಶುಭ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡದಿದ್ದರೂ ತಮಿಳು ಜನಾಂಗಕ್ಕೆ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ಪೂರ್ಣ ದಿನವಾಗಿದ್ದು, ಅಂದು ಎಲ್ಲಾ ಶುಭ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ಸಂಪ್ರದಾಯವು ಇಂದಿಗೂ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿದೆ. ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಭಗವಂತನೇ ಈ ದೀಪಾವಳಿ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಜಾರಿಗೆ ತಂದನೆಂಬ ನಂಬಿಕೆಯೂ ಇರುವುದರಿಂದ ಈ ಹಬ್ಬದ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯ ಮತ್ತಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಬೆಳೆ ಬರುವ ಧಾನ್ಯಗಳ ಪೂಜೆ, ನೂತನ ವಸ್ತ್ರಧಾರಣೆ, ಶುಭಾಶಯ ವಿನಿಮಯವೂ ಈ ಹಬ್ಬದ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳು. ದೀಪವಿರುವ ಕಡೆ ಲಕ್ಷ್ಮಿಯು ನೆಲೆಸುವಳು ಎಂಬ ಧಾರ್ಮಿಕ ನಂಬಿಕೆಗನುಗುಣವಾಗಿ ಇಂದಿನಿಂದ ಈ ಕಾರ್ತಿಕ ಮಾಸದ ಮೂವತ್ತು ದಿನಗಳೂ ಮನೆಯ ಮುಂದೆ ತುಳಸಿ ಬೃಂದಾವನದ ಮುಂದೆ, ಹಣತೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಯಂಕಾಲದ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ದೀಪ ಹಚ್ಚುವ ಪದ್ಧತಿ ಸಂಪ್ರದಾಯವಾಗಿದೆ. ಸೌರಮಾನ ಪಂಚಾಂಗಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಕಾರ್ತಿಕೈ ಪೌರ್ಣಮಿಯ ದಿನದಂದು ವಿಷ್ಣು ದೀಪೋತ್ಸವವೆಂದೂ ಹಿಂದಿನ ದಿನ ಚತುರ್ದಶಿಯಂದು ಶಿವದೀಪೋತ್ಸವವೆಂದೂ ಕೊಂಡಾಡುವುದು ವಾಡಿಕೆ. ಮನೆಮನೆಗಳಲ್ಲಿ, ದೇವಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಈ ರೀತಿ ಲಕ್ಷದೀಪಗಳು ಹಚ್ಚಲ್ಪಡುವುದು ಆಸ್ತಿಕರ ಸತ್ಸಂಪ್ರದಾಯವಾಗಿದೆ. ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆ ದೀಪಗಳೇ ಅತಿಶ್ರೇಷ್ಠ, ವಿಶೇಷ. ಅಗ್ನಿಸ್ಪರ್ಶವಾಗಲೇಬೇಕು. ಹತ್ತಿ ಬತ್ತಿಯೇ ಆಗಬೇಕು. ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಲಕ್ಷ್ಮಿಯನ್ನೂ, ಹತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ದುಃಖ ದಾರಿದ್ರ್ಯವನ್ನೂ ಕಾಣುವುದು ಸಂಪ್ರದಾಯವಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಈ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಉರಿದ ಹತ್ತಿಯು ದಾರಿದ್ರ್ಯನಾಶದ ಸಂಕೇತವಾಗಿದೆ. ಜೊತೆಗೆ ಪರಿಸರದ ಕಶ್ಮಲವನ್ನೂ ನಾಶಪಡಿಸಿ, ಕಣ್ಣಿಗೂ ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಹಗಲಿನ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಕ್ರಮೇಣ ಕತ್ತಲು ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು ಭೌಗೋಳಿಕ ಸಹಜ ಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಈ ರೀತಿಯ ಸಾಲುದೀಪಗಳು ಜನರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಬೆಳಕನ್ನೂ ನೀಡುವುದು.

ಈ ಹಬ್ಬದಲ್ಲಿ ದೀಪ ಹಚ್ಚಿದ ನಂತರ ಒಂದು ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಧಾನ್ಯಲಕ್ಷ್ಮಿಯನ್ನು ಹಾಕಿ ದೀಪಗಳನ್ನಿಟ್ಟು, ಸುಮಂಗಲಿಯರು ಆರತಿ ಎತ್ತಿ ಅದನ್ನು ತಮ್ಮ ಮನೆಯ ಎಲ್ಲಾ ಮೂಲೆಗಳಲ್ಲೂ ಎರಚುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ದರಿದ್ರಲಕ್ಷ್ಮಿ ದೂರವಾಗಿ ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸುತ್ತಾಳೆಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಇದೆ.

ಶ್ರೀಮತಿ ಇಂದಿರಾ ಗೋವಿಂದ್
ಮೈಸೂರು

ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಅವಮಾನಿಸಬೇಡಿ

ಮಕ್ಕಳು ತಪ್ಪು ಮಾಡುವುದು ಸಹಜ. ಪದೇ ಪದೇ ತಪ್ಪು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸಿ. ಆದರೆ ಹಾಗೆ ತೋರಿಸುವುದಕ್ಕೂ ಒಂದು ಕ್ರಮವಿದೆ, ಕ್ರಮವನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಟೀಕೆಯ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನೂ ನಾಶ ಮಾಡಬೇಡಿ.

ಏನಿದು ಆಗಿಂದ ಹೇಳ್ತಾ ಇದ್ದೀನಿ, ಯಾವುದನ್ನೂ ಕೇಳದೇ ಕೂಡಲೇ ಮಾಡುವ ಅಭ್ಯಾಸವೇ ಇಲ್ಲ ಪ್ರಯೋಜನ ಇಲ್ಲದೆ ಇರೋರು ನೀನು.

ಏನೇ ಇದು ಒಳ್ಳೆ ಚಿಕ್ಕ ತರ ಮಾಡ್ತಿದ್ದೀಯಾ. ನಾನು ಬಿಜಿ ಇದ್ದೀನಿ. ಅನ್ನೋದು ಕಾಂತ ನಿನಗೆ. ಹೇಳಿ ಹೇಳಿ ಸಾಕಾಯಿತು. ನಿನ್ನ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಜೋಪಾನ ಇಟ್ಟುಕೋ ಅಂತ ಎಷ್ಟು ಹೇಳಿದರು ಅರ್ಥಾನೇ ಆಗ್ತಿಲ್ಲ ಇವಳಿಗೆ. ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ಹೀಗೆ ಬೇಜವಾಬ್ದಾರಿ ಹುಡುಗಿ ಇವಳು.

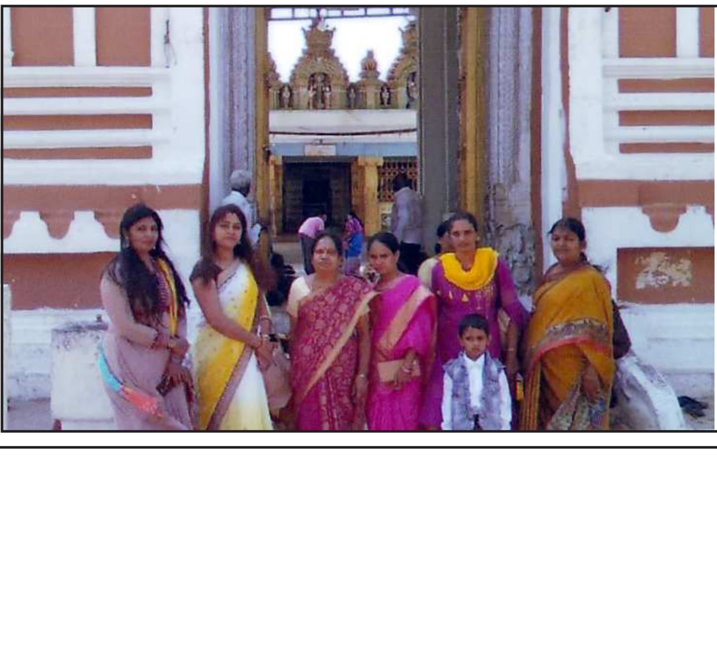
ಇಂಥ ಮಾತುಗಳು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹಲವಾರು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಕೇಳಸಿಗುತ್ತವೆ. ಹಿರಿಯರೂ ಮಕ್ಕಳ ನಡತೆ, ಸ್ವಭಾವ, ಗುಣದ ಮೇಲೆ ಸಮಯ ಸಂದರ್ಭದ ಪರಿವೇ ಇಲ್ಲದೆ ತಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ನಿರ್ಣಾಯಕವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಶಿಸ್ತನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಈ ವಿಧಾನ ಶಿಕ್ಷೆಗಿಂತ ಉತ್ತಮ. ....ಇಲ್ಲದ್ದು ಕೂಡ ಎಂದು ಅನಿಸಬಹುದು.

ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಅವರ ನಡವಳಿಕೆಗಳಿಗೆ ಟೀಕೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಅರಳುತ್ತಿರುವ ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವಲೋಕಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಮಾಡುವ ಟೀಕೆಗಳು ನಾವಂದುಕೊಂಡಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲಿಗೆ ಮಕ್ಕಳು ಅದನ್ನು ಅವಮಾನವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಅವಮಾನ ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸುವ ಆಗ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮ ಕೊಡುವಂತಹ ದಾರಿಯನ್ನು ಹುಡುಕುವುದು ಮನುಷ್ಯನ ಸಹಜ ಗುಣ. ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಹೇಳಿದರು. ತಪ್ಪುಗಳು ಪುನರಾವರ್ತನೆ ಆಗುವ ಕಾರಣ ಸಹಜವಾಗಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತಾಳ್ಮೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮೃದುವಾಗಿ ಹೇಳಿ ಕೇಳಿ ತಿದ್ದುವುದಕ್ಕಿಂತ ಅವರ ಆತ್ಮಗೌರವಕ್ಕೆ ಧಕ್ಕೆ ತಂದರೆ ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವೇ ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದು ಸುಲಭ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಪರಿಣಾಮವೇ ಈ ರೀತಿಯ ಕ್ರಿಯೆಗಳು.

ತಪ್ಪನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸುವುದು ತಪ್ಪಲ್ಲ. ಆದರೆ ಮಕ್ಕಳ ತಪ್ಪು ನಡವಳಿಕೆ ಅಥವಾ ತಪ್ಪು ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠವಾಗಿ ಹೇಳದೆ, ತಪ್ಪನ್ನು ಅವರ ಸ್ವಭಾವ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಆರೋಪಿಸುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅವಮಾನ ಮಾಡಿದಂತೆ. ನನಗೆ ಓರಗೆಯವರ ಜೊತೆ ಒರಟಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿದ್ದಕ್ಕೆ ನೀನು ಯಾವಾಗಲೂ ಹೀಗೆ ಎಂದು ಹೆಸರು ಕೊಡುವುದು. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪಠ್ಯ ಕ್ರಮದ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನವಹಿಸಿ ಇದ್ದಕ್ಕೆ ನಿನಗೆ ಯಾವಾಗ ಬುದ್ಧಿ ಬರುತ್ತೋ ದೇವರೇ ಬಲ್ಲ. ಬೇಜವಾಬ್ದಾರಿ ಹುಡುಗಿ ಶತಸೋಮಾರಿ ಎಂದು ಮೂದಲಿಸುವುದು. ತಿಂಡಿ ಸರಿಯಾಗಿ ತಿನ್ನದಿದ್ದರೆ ಇದಕ್ಕೆ ನೋಡು ನೀನು, ಕಡ್ಡಿ ತರಹ ಒಣಗಿಕೊಂಡು ಇರುವುದು ಎಂದು ಮಗುವಿನ ದೈಹಿಕ ರೂಪವನ್ನು ಅವಹೇಳನ ಮಾಡುವುದು. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಕೀಳಾಗಿ ಕಾಣುವುದು ಅಥವಾ ಆದ ತಪ್ಪಿಗೆ ಮಗುವಿನ ಒಟ್ಟಾರೆ ಸುತ್ತುವಿಕೆ ಕಾರಣ ಭಾವನೆ ಏರ್ಪಡಿಸುವುದನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ಅವಮಾನ ಎಂದು ಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ.



ಮಹಿಳಾ ವಿಶೇಷ ಬಳಗದ ಮಹಿಳೆಯರು ಹಾಗೂ ಅದಿತ್ರಿ ಮತ್ತು ಆದಿತ್ಯ ಟ್ರಸ್ಟ್‌ನ ಪದಾಧಿಕಾರಿಗಳು ಶ್ರೀ ತ್ರಿಪುರಸುಂದರಿ ದೇವಿ, ಮೂಗೂರಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದ ಸಂದರ್ಭ

ದಾನ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರು ಪುರುಷರಿಗಿಂತ ಮುಂದೆ

ದಾನಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಮಹಿಮೆ ಇದೆ. ಆದರೆ ಮಹಿಳೆಯರೇ ಜಾಸ್ತಿ ದಾನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಏಕೆ ಎಂಬ ಗೊಂದಲ ಮನಃಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರನ್ನು ಕಾಡುತ್ತದೆ. ಮನುಷ್ಯ ದಾನ ಮಾಡುತ್ತಾನೆಂದರೆ ಅದು ಜನರ ಹೊಗಳಿಕೆ ಗಿಟ್ಟಿಸಲು, ಆಡಂಬರಕ್ಕಾಗಿ, ದಾನದ ಹೊದಿಕೆಯು ತನ್ನ ಕೆಟ್ಟ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಹಾಕುತ್ತದೆನ್ನುವ ಸ್ವಾರ್ಥ ಇದರ ಹಿಂದೆ ಅಡಗಿರುತ್ತದೆ. ದಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಹೆಂಗಸರಿಗೆ ಏನು ಸಿಗುತ್ತದೆ? ಇದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಠಿಣ.

ಸ್ತ್ರೀಯರು ದಾನ ಕೊಟ್ಟು ಪುರುಷರನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ರೋಚಕ ಸಿದ್ಧಾಂತ ಈಗ ಕೇಳಿಬರುತ್ತಿದೆ. ದಾನ ಮಾಡಿ ಅವರು ತಮ್ಮ ಬಳಿ ಏನಿದೆಯೋ ಅದನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ತಯಾರು. ಅದು ಒಳ್ಳೆ ಪಾತ್ರವಿರಲಿ, ಕೆಟ್ಟ ಪಾತ್ರವಿರಲಿ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಹೆಣ್ಣಿನ ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ತಿ ಅವಳ ಶರೀರ. ಅವಳ ಪ್ರಕೃತಿ ಸಹಜ ದೊಡ್ಡ ಆಸೆ ಬಲಿಷ್ಟನೂ, ಸುಂದರನೂ, ಯೋಗ್ಯನೂ ಆದ ಪುರುಷನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಜನ್ಮ ಕೊಡುವುದು. ಇಂತಹ ಪುರುಷನನ್ನು ತನ್ನ ಸೌಂದರ್ಯ ಮತ್ತು ಬೆಡಗು ಬಿನ್ನಾಣಗಳಿಂದ ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತಾಳೆ. ದಾನ ಮಾಡಿ ತಮ್ಮ ಉದಾರ ಗುಣವನ್ನು ಮೆರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ದಾನ ಮಾಡುವ ಮಹಿಳೆಯರು ಬಿಚ್ಚು ಮನಸ್ಸಿನವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನು ಪುರುಷ ಸುಲಭವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಅದರಿಂದ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸುಲಭ. ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ತಾವು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಹಂಚಲೂ ಅವರು ಇಷ್ಟಪುಡುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಸ್ತ್ರೀಯರನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ಈ ಮಹಿಳೆಯರು ತಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗುವ ಪುರುಷನನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಈ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ದಾನ ಮಾಡಿ ತಮ್ಮನ್ನು ಗೌರವಿಸುವವರೂ ಇದ್ದಾರೆಂಬ ತೃಪ್ತಿಯೂ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮಗುರುಗಳ ಸುತ್ತಲೂ ಮಹಿಳೆಯರ ಗುಂಪೇ ನೆರೆದಿರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರಂತೂ ಮನೆ ಸಂಸಾರವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ ಗುರುವಿನ ಪಾದಗಳಿಗೆ ತಮ್ಮನ್ನೇ ಅರ್ಪಿಸಿಕೊಂಡುಬಿಟ್ಟಿರುತ್ತಾರೆ. ಆ ಗುರುವಿನ ಬಳಿ ಮೊದಲೇ ಇನ್ನೂ ಬೇರೆ ಹೆಂಗಸರು ಇರುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮ ಪತಿಯ ಜೊತೆ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಹೆಂಗಸಿನ ಮುಗುಳ್ನಗೆಯನ್ನು ಹಂಚಿ ಕೊಳ್ಳುವುದು ತಮ್ಮ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಧಕ್ಕೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುವ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಮನಬಿಚ್ಚಿ ದಾನ ಮಾಡುವ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಗುರುಗಳ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಇತರರನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಸತ್ತ ನಂತರದ ಪುಣ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಅಲ್ಲ, ಬದುಕಿದ್ದಾಗ ಪುರುಷನನ್ನು ಗೆದ್ದುಕೊಳ್ಳಲು ದಾನ ಮಾಡಲಾಗುವುದು. ಈ ಮಾತು ಎಷ್ಟೋ ಜನರಿಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಅಮೆರಿಕಾದ ಅರ್ಜೆಂಟೀನಾ ಸ್ಟೇಟ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಮನಃ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ ಕ್ಲೀದಸ್ ಗ್ರಿಮ್ಸ್ ಕವೆಸಿಯಸ್ ಮತ್ತು ನ್ಯೂ ಮೆಕ್ಸಿಕೋ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಡಾ. ಜ್ಯಾಫ್ರಿ ಮಿಲರ್ ಇವರಿಬ್ಬರು ಇದನ್ನು ಒಪ್ಪುತ್ತಾರೆ. ಈಗ ನೀವೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ಬಾಯ್ ಫ್ರೆಂಡ್‌ಗಳ ಜೊತೆ ಇದ್ದಾಗ ದಾನ ಮಾಡಿ, ಬಹುಶಃ ಸುಂದರ, ಬಲಿಷ್ಟ ಮತ್ತು ಸಿಹಿಯಾದ ಹಣ್ಣು ನಿಮ್ಮ ಮಡಿಲಿಗೆ ಬೀಳಬಹುದು.

ನವರಾತ್ರಿ ಹಬ್ಬದ ಪ್ರಯುಕ್ತ ಗೌರವ ಸಂಪಾದಕರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕೂರಿಸಿರುವ ಗೊಂಬೆಗಳ ಚಿತ್ರ

ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬ್ಯಾಂಕಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್ ಎಷ್ಟು?

ನಾವು ಬೇರೆಯವರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಆಲಿಸುವಾಗ ಮನಗೊಟ್ಟು ಆಲಿಸಬೇಕು. ಅವರ ಮಾತನ್ನು ಆಲಿಸುವಾಗ, ಅವರ ಭಾವನೆಗಳು ಏನು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಆಲಿಸುವಾಗ, ನಮ್ಮದು ತೆರೆದ ಮನಸ್ಸಾಗಿರಬೇಕು. ಅವರ ಭಾವನೆಗೆ ತಕ್ಕದಾಗಿ ಸ್ಪಂದಿಸುವುದನ್ನು ರೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಬದ್ಧತೆ: ಜನರು ನಮ್ಮ ಮಾತಿನ ಮೇಲೆ ಭರವಸೆಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಕೊಟ್ಟ ಭಾಷೆ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ನಮ್ಮದಾಗಿರಬೇಕು. ಮಾತನಾಡುವುದೊಂದು, ಮಾಡುವುದೊಂದಾದರೆ, ಇತರರು ನಮ್ಮ ಮೇಲಿನ ನಂಬಿಕೆ ಕಳೆದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ಖಾತೆಯ ಶಿಲ್ಕು ಕಡಿಮೆ ಯಾಗುತ್ತದೆ! ನಮ್ಮಿಂದ ನಡೆಸಲಾಗದ ಮಾತನ್ನು ಕೊಡದೆ ಇರುವುದು ಒಳಿತು. ಚಿಕ್ ವಿಷಯವಾಗಿದ್ದರೂ, ಮಾತನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ನಿರೀಕ್ಷೆ/ಅಪೇಕ್ಷೆಗಳ ಸ್ಪಷ್ಟತೆ: ಇತರರೊಡನೆ ನಮ್ಮ ಬಾಂಧವ್ಯ ಹತ್ತಿರವಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ. ನಾವು ಅವರಿಂದ ಅಥವಾ ಅವರು ನಮ್ಮಿಂದ ಸಣ್ಣ ಸಹಾಯವನ್ನೋ ಅಥವಾ ಔಪಚಾರಿಕತೆಯ ಮಾತುಕತೆಯ ನಿರೀಕ್ಷಣೆಯನ್ನೋ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅಪೇಕ್ಷೆ ನಿಜವಾಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಬೇಸರಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಬೇರೆಯವರು ನಿಮ್ಮಿಂದ ಏನನ್ನೋ ನಿರೀಕಷಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳಿ. ನಮ್ಮಿಂದ ಅವರ ಅಪೇಕ್ಷೆಯನ್ನು ಪೂರೈಸಲಾಗಲಿಲ್ಲ ಎಂದಾದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರಣ ನೀಡಿ, ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿ ಆಗ ಖಂಡಿತಾ ಬೇಸರವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ನಿಮ್ಮಿಂದಾಗುವ ಅಳಿಲು ಸೇವೆ: ನಿಮ್ಮ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಖಾತೆದಾರರಿಗೆ ಯಾವಾಗ ಸಾಧ್ಯ ವಾಗುತ್ತದೆಯೋ, ಆ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ಸಹಾಯ ಅಗತ್ಯವಾದ ಮಾಹಿತಿ/ ವಿಚಾರ ವಿನಿಮಯ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಿರಿ. ಅವರ ಬಳಿಯಿರುವ ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಯ ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಬೇರೆ ಯವರು ಮಾಡಿದ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ, ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಕೂಡಲೇ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿ.

ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಕ್ಷಮೆಯಾಚನೆ: ಇತರರೊಡನೆ ಇರುವ ಸಂಬಂಧ ಯಾವಾಗಲೂ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಂಬಂಧವೇ. ನಾವು ಪರರೊಡನೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವಾಗ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ನಮ್ಮ ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುವ ಭಾವನೆ ಸಂದರ್ಭಕ್ಕೆ ಉಚಿತವಲ್ಲದ, ಉದ್ರೇಕದಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮಬಹುದು.

ನಮ್ಮ ಅರಿವಿಲ್ಲದೆಯೇ, ನಾವು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇತರರಿಗೆ ವ್ಯಂಗ್ಯವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿರಬಹುದು. ಉದಾಸೀನದಿಂದ ವ್ಯವಹರಿಸಿರಬಹುದು, ಲಘುವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿರಬಹುದು. ಈ ಕಾರಣ ಗಳಿಂದ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ನಂತರದ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ತಪ್ಪಿನ ಅರಿವಾಗಬಹುದು. ಆಗ ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಆ ಕ್ಷಣ ಅಥವಾ ನಂತರವೂ ಕೂಡ ಕ್ಷಮೆ ಯಾಚಿಸುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಸಂಬಂಧ ಹಸನಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಕ್ಷಮೆ ಕೇಳಲು ನಮ್ಮ ಅಹಂ ಅಥವಾ ಸ್ವಪ್ರತಿಷ್ಠೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಯಲ್ಲವೇ? ಕ್ಷಮೆ ಕೇಳದಿರುವಾಗ ಸಂಬಂಧ ಹದಗೆಡುವುದಲ್ಲದೆ, ಪರಸ್ಪರರ ಖಾತೆಗಳಲ್ಲಿ ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ, ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ಶಿಲ್ಕು ಋಣಾತ್ಮಕವೂ ಆಗಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಕ್ಷಮೆ ಯಾಚಿಸುವುದು ಉಚಿತವಲ್ಲವೇ?

ಪರಸ್ಪರ ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ವಿಚಾರಣೆ: ಒಮ್ಮೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಪರಿಚಯವಾದ ನಂತರ ಅವರ ಆಗುಹೋಗುಗಳನ್ನು ಕನಿಷ್ಠ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಾದರೂ ಆಗಾಗ್ಗೆ ವಿಚಾರಿಸಿ.

ಹಳೇ ಸ್ನೇಹಿತರು, ನೆಂಟರಿಷ್ಟರೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಖಾತೆಗಳಿದ್ದರೂ, ಅವು ಸಪ್ಪೆಯಾಗಿ ರುತ್ತದೆ. ಆ ಖಾತೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಲ್ಪಸ್ವಲ್ಪ ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್ ಕೂಡ ಇರುತ್ತೆ. ಅವರೊಡನೆ ಹಳೇ ಸಿಹಿ ನೆನಪುಗಳನ್ನು ಕೆದಕಿದರೆ, ಪರಸ್ಪರರ ಸಂಬಂಧ ಜೀವಂತವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹಳೇ ಬಾಂಧವ್ಯ ಉತ್ತಮವಾದಂತೆ ಮನಸ್ಸು ಮುದಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಖುಷಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್ ತುಂಬಾ ಸಹಕಾರಿ. ನಮ್ಮ ಒಡನಾಟದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಎಲ್ಲಾ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೊಡನೆ ನಮ್ಮ ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್ ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಇಂದಿನಿಂದಲೇ ಜಾರಿ ಮಾಡೋಣವೇ?

–ಪ್ರಕಾಶ್,
ನಾಡಹಳ್ಳಿ

ಆಧ್ಯಾತ್ಮ ಗಣಿತ ಚಮತ್ಕಾರ; 24 ವಿಷ್ಣು ನಾಮಗಳ ರಹಸ್ಯ

ವಿಷ್ಣುನಾಮ	ದೇವೀನಾಮ
ಕೇಶವ	ಶ್ರೀ
ನಾರಾಯಣ	ಪದ್ಮ
ಮಾಧವ	ನಿತ್ಯಾ
ಗೋವಿಂದ	ಚಂದ್ರವತೀ
ವಿಷ್ಣು	ರಮಾ
ಮಧುಸೂದನ	ಮಾಧವಿ
ತ್ರಿವಿಕ್ರಮ	ಪದ್ಮಾಕ್ಷೀ
ವಾಮನ	ಕಮಲಾ
ಶ್ರೀಧರ	ಕಾಂತಿಮತೀ
ಹೃಷಿಕೇಶ	ಅಪರಾಜಿತಾ
ಪದ್ಮನಾಭ	ಪದ್ಮಾವತೀ
ದಾಮೋದರ	ರಾಧಾ
ಸಂಕರ್ಷಣ	ಸುನಂದಾ
ವಾಸುದೇವ	ಶ್ರೀಪ್ರಿಯಾ
ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನ	ಧೀ
ಅನಿರುದ್ಧ	ಸುಶೀಲಾ
ಪುರುಷೋತ್ತಮ	ನಂದಾ
ಅಧೋಕ್ಷಜ	ತ್ರಯೀ
ನಾರಸಿಂಹ	ಕ್ಷೇಮಂಕರೀ
ಅಚ್ಯುತ	ವಿಜಯಾ
ಜನಾರ್ಧನ	ಸುಂದರೀ
ಉಪೇಂದ್ರ	ಸುಭಗಾ
ಹರಿ	ಹಿರಣ್ಯಾ
ಕೃಷ್ಣ	ಸುಲಕ್ಷಣಾ

ಭಾಗವತಾದಿ ಪುರಾಣಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಸಂಕರ್ಷಣ ಬಲರಾಮ, ವಾಸುದೇವ, ಕೃಷ್ಣ, ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನ ಮತ್ತು ಸಾಂಬ– ಕೃಷ್ಣನ ಮಕ್ಕಳು, ಅನಿರುದ್ಧ, ಕೃಷ್ಣನ ಮೊಮ್ಮಗ, ಈ ಐದು ಹೆಸರುಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಂಬನನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಉಳಿದ ನಾಲ್ಕು ಹೆಸರುಗಳು ಚತುರ್ವ್ಯೂಹ ಮೂರ್ತಿಗಳ ಹೆಸರುಗಳಾಗಿವೆ. ವಿಷ್ಣು ಧರ್ಮೋತ್ತರ ಪುರಾಣದಲ್ಲೂ ಈ ಹೆಸರುಗಳು ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಈ ವ್ಯೂಹಮೂರ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಸರಿನ ಸಾಮ್ಯದಷ್ಟೇ ಇದೆಯೇ ಹೊರತು ಕೃಷ್ಣನ ಪರಿವಾರದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೇ ವ್ಯೂಹ ಮೂರ್ತಿಗಳಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆಯಬಾರದು.

ಕಪಟಯಾದಿ ಸೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಅಕ್ಷರಗಳಿಗೆ ಸಂಖ್ಯಾಮೌಲ್ಯವನ್ನು ನೀಡಿರುವ ಚಮತ್ಕಾರವನ್ನು ಭಾರತೀಯರು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಬಳಸಿದ್ದಾರೆ. ಉದಾ: ಚಂದ್ರ–1, ನಯನ–2, ವೇದ–4, ಗ್ರಹ–9, ಗಗನ–0, ಹೀಗೆ ಹೀಗೆ ಪದಗಳ ಸಂಖ್ಯಾಮೌಲ್ಯವನ್ನೇ ಆಧರಿಸಿದ ಪದಕೋಶಗಳೂ ಇವೆ. (ಉದಾ: ಶ್ರೀವತ್ಸ ನಿಘಂಟು) ಈ ರೀತಿ ವಾಸುದೇವಾದಿ ವ್ಯೂಹ ಮೂರ್ತಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ 4. ಆದ್ದರಿಂದ ವ್ಯೂಹ ಎಂಬ ಪದಕ್ಕೆ 4 ಎಂಬ ಸಂಖ್ಯಾ ಮೌಲ್ಯವಿದೆ.

ಮೂರ್ತಿರೂಪ ಎಂದ ಮೇಲೆ ಅದಕ್ಕೆ ಲಕ್ಷಣ–ಸಂಕೇತಗಳೂ ಇರಬೇಕಲ್ಲ! ಚತುರ್ವ್ಯೂಹದ ಈ ಎಲ್ಲಾ ಮೂರ್ತಿಗಳೂ ಮಾನವ ದೇಹಾಕಾರದಲ್ಲಿದ್ದು, ನಾಲ್ಕು ಕೈಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಎಲ್ಲವೂ ಒಂದೇ ಆಕಾರದಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಕೈಗಳಲ್ಲಿರುವ ಆಯುಧಗಳಿಂದ ನಾಲ್ಕು ಮೂರ್ತಿಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಸಂಕೇತಿಸಲಾಗಿದೆ.

ವಿಷ್ಣು ಚತುರ್ವಿಂಶತಿ ಮೂರ್ತಿಗಳಿಗೆ 24 ದೇವಿಯರು

ದೇವೀ ಸಹಿತನಾದ ವಿಷ್ಣುಮೂರ್ತಿಗೆ ಶ್ರೀ ವೈಷ್ಣವ ಮುಂತಾದ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಸ್ಥಾನವಿದೆ. ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಬಯಸುವವನು ಕುಳಿತ, ನಿಂತ, ಮಲಗಿದ, ವಾಹನರೂಢ ಹೀಗೆ ತನಗೆ ಇಷ್ಟ ಬಂದಂತೆ ಯಾವುದೇ ಭಂಗಿಯ ವಿಷ್ಣುಮೂರ್ತಿಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಭೋವನ್ನು ಬಯಸುವ ಭೋಗಾರ್ಥಿಯು ವಿಷ್ಣುಮೂರ್ತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ತತ್ಸಂಬಂಧಿತ ದೇವಿಯರನ್ನು ವಿಧಿವತ್ತಾಗಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಪದ್ಮಸಂಹಿತೆಯು ಹೇಳಿದೆ.

ಬ್ರಹ್ಮನಿಗೆ ಸರಸ್ವತಿ, ಶಿವನಿಗೆ ಪಾರ್ವತಿ, ವಿಷ್ಣುವಿಗೆ ಲಕ್ಷ್ಮಿ ಹೀಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ದೇವತೆಗೂ ಅವನ ಶಕ್ತಿಯೇ ಪತ್ನಿ. ಭೋಗಾರ್ಥಿಗಳು ವಿಷ್ಣುವಿನ ಮೂರ್ತಿಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವಾಗ ಅದಕ್ಕೆ ದೇವೀಮೂರ್ತಿಯು ಅಗತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ವಿಷ್ಣುವಿನ 24 ರೂಪಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಲಕ್ಷ್ಮಿದೇವಿಗೂ ಚತುರ್ವಿಂಶತಿ ಶಕ್ತಿರೂಪಗಳನ್ನು ಸಂಕೇತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಚತುರ್ವಿಂಶತಿ ಶಕ್ತಿದೇವಿಯರ ಲಕ್ಷಣವೆಲ್ಲಾ ಒಂದೇ. ಈ ಎಲ್ಲ ದೇವಿಯರ ಕೈಗಳಲ್ಲಿ ಪದ್ಮ–ವೀಣೆಗಳು ಇರುವಂತೆ ಹೇಳಿರುವುದೂ ಉಂಟು. (ಉದಾ: ಈಶ್ವರ ಸಂಹಿತೆ ಗೌತಮಿ ತಂತ್ರ) ಆದರೆ ವೀಣೆಯು ಸರಸ್ವತಿಯ ಸಂಕೇತವಸುತವಾಗಿರುವುದರಿಂದಲೇ ಏನೋ ಲಕ್ಷ್ಮಿಯ ಹಸ್ತ ಸಂಕೇತಗಳಾದ ಕಮಲ ಹಾಗೂ ಅಮೃತ ಕಲಶಗಳೇ ಈ ಮೂರ್ತಿಗಳ ಸಾಮಾನ್ಯ ಲಕ್ಷಣಗಳಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿವೆ. ಹಸ್ತ ವಸ್ತು ಲಕ್ಷಣಗಳು ಒಂದೇ ಆದರೂ ಆಯಾ ವಿಷ್ಣು ಮೂರ್ತಿಯ ಲಕ್ಷಣದಿಂದ ತತ್ಸಂಬಂಧಿತ ದೇವಿಗೆ ಹೆಸರು ನಿರ್ಣಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪಾಂಚರಾತ್ರಾಗಮದ ಲಕ್ಷ್ಮಿತಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಚತುರ್ವ್ಯೂಹ ಮೂರ್ತಿಗಳಿಗೆ ದೇವಿಯರನ್ನು

ನಿಯುಕ್ತಿಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಇದೇ ರೀತಿ ಚತುರ್ವಿಂಶತಿಯ 24 ವಿಷ್ಣು ಮೂರ್ತಿಗಳ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ 24 ದೇವಿಯರ ಹೆಸರುಗಳು ಹೀಗಿದೆ (ಸತ್ಸಂಗೀ ಜೀವನಂ ತೃತೀಯ ಪ್ರಕರಣ)

ಇವು ವಿಷ್ಣು ಚತುರ್ವಿಂಶತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಚತುರ್ವಿಂಶತಿ ದೇವಿ ನಾಮಗಳು. ಅನೇಕ ದೇವಾಲಯಗಳ ಭಿತ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ವಿಷ್ಣುವಿನ ಮೂರ್ತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ದೇವಿಯರ ಶಿಲ್ಪಗಳನ್ನೂ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಅಳವಡಿಸಿರುವುದುಂಟು. ಈ ಚತುರ್ವಿಂಶತಿ ಶಕ್ತಿ ರೂಪಗಳು ಉತ್ತರಭಾರತದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಜನಪ್ರಿಯ. ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದ ಹೊಯ್ಸಳ ಶಿಲ್ಪ–ಸ್ಥಪತಿಗಳಿಗೆ ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಚಾರವೂ ಗೊತ್ತಿತ್ತು. ಹಾಸನ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಹಾರನಹಳ್ಳಿ ಕೇಶವ ದೇವಾಲಯದ ಭಿತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಚತುರ್ವಿಂಶತಿಯ ಒಂದೊಂದು ಮೂರ್ತಿಯ ಪಕ್ಕದಲ್ಲೂ ಲಕ್ಷ್ಮಿಯ ಒಂದೊಂದು ಬಿಂಬವನ್ನು ಕೆತ್ತಲಾಗಿರುವುದು ಇದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಅಪರೂಪದ ಉದಾಹರಣೆ. ಅನೇಕ ದೇವಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ ವಿಷ್ಣು ಮೂರ್ತಿಗಳ ಜೊತೆ ದೇವಿಯರ ಶಿಲ್ಪಗಳಿವೆ ಯಾದರೂ ಎಲ್ಲೂ ಆಯಾದೇವಿಯ ನಾಮ ವಿಶೇಷವನ್ನು ನಮೂದಿಸಿಲ್ಲ. ಲಕ್ಷ್ಮಿಯ ಜೊತೆ ವಿಷ್ಣು ಇರುವ ಮೂರ್ತಿಯನ್ನು ಲಕ್ಷ್ಮಿನಾರಾಯಣ ಎಂದೂ, ಸಿಂಹದ ಮುಖವಿದ್ದರೆ ಲಕ್ಷ್ಮಿ ನರಸಿಂಹ ಎಂದೂ ಕರೆಯುವುದು ಜನಸಾಮಾನ್ಯರ ವಾಡಿಕೆ. ಆದರೆ ವಿಷ್ಣು, ನರಸಿಂಹರ ಹಸ್ತಾಯುಧ ಸಂಯೋಜನೆಗಳಂತೆಯೇ ವಿಷ್ಣುವಿನ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೂಪಗಳ ಆಯುಧ ಸಂಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಶಿಲ್ಪಿಗಳು ರೂಪಿಸಿರುತ್ತಾರೆ. ಬೇಲೂರು ದೇವಾಲಯದ ಕಾಂತಿಮತಿ ಶ್ರೀಧರ, ಪದ್ಮಾವತಿ ಪದ್ಮನಾಭ ಮುಂತಾದ ವಿನ್ಯಾಸಗಳನ್ನೂ ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸ ಬಹುದು.

ಉತ್ಥಾನ ದ್ವಾದಶೀ ಪೂಜೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ತುಳಸೀ ಬೃಂದಾವನದ ಮೇಲೆ ರಾಧಾ ದಾಮೋದರ ಪ್ರಸೀದತು ಎಂದು ಬರೆಯುವ ಕ್ರಮವು ಹಿಂದೂಗಳಲ್ಲಿದೆ. ಮೇಲಿನ ಪಟ್ಟಿಯ ಪ್ರಕಾರ ದಾಮೋದರನಿಗೆ ದೇವಿಯು ರಾಧಾ. ಇದನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ಚತುರ್ವಿಂಶತಿ ಮೂರ್ತಿ ಕ್ರಮದೊಂದಿಗೆ ಅದೆಷ್ಟು ತಾದ್ಯಾತ್ಮವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಎಂದರೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಗದಿರದು.

ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಗಮನಿಸಿದಾಗ ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆಯೇ ಅದ್ಭುತ ಗಣಿತರಹಸ್ಯವನ್ನು ಮನಗಂಡು ಅದಕ್ಕೆ ಸೂತ್ರವೊಂದನ್ನು ರೂಪಿಸಿ ಪುರಾತನ ಗಣಿತಜ್ಞರು, ಆ ಸೂತ್ರಕ್ಕೆ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಆಧ್ಯಾತ್ಮದ ವೇದಿಕೆ ಹಾಗೂ ಧಾರ್ಮಿಕ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಒದಗಿಸಿರುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರು, ಅದನ್ನು ತಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಅಳವಡಿಸಿ ಅನೂಚಾನವಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಾ ಬಂದಿರುವ ಸಂಪ್ರದಾಯಸ್ಥರು ಎಲ್ಲರೂ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಗೌರವಕ್ಕೆ ಅರ್ಹರು ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಅಂತರಾಳದಿಂದ ಮೂಡಿಬರುತ್ತದೆ.

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮ ಹಾಗೂ ವಿಜ್ಞಾನಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಕೈಕೈ ಹಿಡಿದು ನಡೆದು ಬಂದಿವೆ ಎಂಬ ವಿವೇಕಾನಂದರೇ ಮೊದಲಾ ಮಹನೀಯರುಗಳ ಅಭಿಪ್ರಾಯಕ್ಕೆ ಈ ವಿಷ್ಣು ಚತುರ್ವಿಂಶತೀಯು ಒಂದು ಸಶಕ್ತ ಉದಾಹರಣೆ. ಹೀಗೆಯೇ ಇಂಥ ನೂರಾರು, ಸಾವಿರಾರು ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಪುರಾತನ ಭಾರತೀಯರ ಸಾಮಾಜಿಕ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಅಳವಟ್ಟಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ಆದರೆ ದುರಂತವೆಂದರೆ ಇಂದಿನ ಸಂಪ್ರ ದಾಯಸ್ಥರು ತಮ್ಮ ಆಚರಣೆಗಳ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿರುವ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮಹತ್ವಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ಗುರುತಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅತ್ತ ವಿಚಾರವಾದಿಗಳು ಪುರಾತನ ಭಾರತೀಯರ ಅನೇಕ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ನೆಲೆಗಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ರೂಪುಗೊಂಡಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಒಪ್ಪುತ್ತಿಲ್ಲ.

ಹೀಗಾಗಿ ವಿಷ್ಣು ಚತುರ್ವಿಂಶತಿಯಂಥ ಅನೇಕ ಮಹತ್ವದ ಸಂಗತಿಗಳ ಪೂರ್ಣ ಪರಿಚಯ ಸಂಪ್ರದಾಯವಾದಿಗಳಿಗಾಗಲಿ, ವಿಚಾರವಾದಿಗಳಿ ಗಾಗಲಿ ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲದೆ ಮೂಢನಂಬಿಕೆ ಎಂಬ ತಪ್ಪು ಹಣೆಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಮಹತ್ವದ ವಿಷಯಗಳು ಮೂಲೆಗುಂಪಾಗುತ್ತಿವೆ. ಈ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಭಾರತೀಯರಾದ ನಾವೇ ನಮ್ಮ ಪುರಾತನರ ಮಹತ್ವದ ಬೌದ್ಧಿಕ ಸಾಧನೆಯ ಮಜಲುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂಬುದೂ ಚಿಂತನಾರ್ಹ. ಹಾಗಿರುವಾಗ ನಮ್ಮ ನಡುವೆಯೇ ಅಡಗಿರುವ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಇತರರಿಗೆ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಡುವುದು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವೆ?

(ಆಧಾರ: ಶ್ರೀವತ್ಸ ವಟಿಯವರ ಲೇಖನ ಸಂಗ್ರಹ)

–ಶ್ರೀಮತಿ ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಮೈಸೂರು

ಜೀವಕ್ಕೆ ಆಯಸ್ಸು ತುಂಬುದುದಕ್ಕಿಂತ ಆಯಸ್ಸಿಗೆ ಜೀವ ತುಂಬೋಣ; ಹಿರಿಯ ಜೀವ ನಮಗೆ ಹೊರೆಯಲ್ಲ

(ಹಿಂದಿನ ಸಂಚಿಕೆಯಿಂದ ಮುಂದುವರಿದಿದೆ)

ಸಮಾಜದ ಪಾತ್ರ

ಅಸಹಾಯಕ ಹಿರಿಯ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಕಾಪಾಡುವಲ್ಲಿ ಸಮಾಜದ ಪಾತ್ರ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಅನುಕಂಪ, ಪರೋಪಕಾರ ಪ್ರವೃತಿಗಳು ಸೇವೆಯ ಮೂಲ ಲಕ್ಷಣಗಳಾಗಿದ್ದು ಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತದೆ. ಆಶ್ರಯ ಬಯಸುವ ನೊಂದ ಹಿರಿಯ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ಅವರು ಯಾರು ತಾಯಿ ಯಾರೇ ಆಗಿರಲಿ ಇದೊಂದು ಸಾಮಾಜಿಕ ಋಣ (ಸೋಶಿಯಲ್ ಡೇಟ್) ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ ನಾವು ಸೇವೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗ ಜೀವನ ಸಾರ್ಥಕ ವಾಗುತ್ತದೆ.

ಈಗ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಸಂಘ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ನಡೆಸುವ ವೃದ್ಧಾಶ್ರಮಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಹಲವು ರೀತಿ.

1. ಒಂದು ಜೀವನ ಧರ್ಮ ಅರಿತು ಯಾವ ಅಪೇಕ್ಷೆಯೂ ಇಲ್ಲದೆ ತಾವೇ ಖುದ್ದಾಗಿ ನಿಂತು ಹಿರಿಯ ಜೀವಿಗಳು ತಾವು ಒಬ್ಬರಾಗಿ ಬೆರೆತು ಯಾರ ದೇಣಿಗೆಯನ್ನು ಬೇಡದೆ, ತಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಹಣದಿಂದಲೇ ಉಚಿತವಾಗಿ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಸಂಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೇನೆ. ಫಲಾನುಭವಿಗಳ ಅಗತ್ಯಗಳಿಗೆ ಆದ್ಯತೆ ಕೊಟ್ಟು ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ.

2. ದೇಣಿಗೆ, ಅನುದಾನ, ವಂತಿಗೆಗಳಿಂದಲೇ ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ಆಶ್ರಮಗಳನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೇನೆ.

3. ಏಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲೋ, ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲೋ ತಮ್ಮ ಇಡುಗಂಟನ್ನು ವ್ಯಯಿಸಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಮೂಲಭೂತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ, ಯಾವ ಲಾಭ–ನಷ್ಟವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲಿಚ್ಛಿಸದೆ, ನಿರ್ವಹಣೆಗಾಗಿ ತಗಲುವ ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳ ಆವರ್ತಕ ಖರ್ಚನ್ನು ವಂತಿಕೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ವಸೂಲಿ ಮಾಡಿ, ಇನ್ನಿತರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ ನಡೆಸುವ ಆಶ್ರಮಗಳು ಇವೆ.

4. ಇವುಗಳೆಲ್ಲದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೊರತಾಗಿ ಕಾರ್ಪೊರೇಟ್ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ವಾಣಿಜ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆ ಯಂತೆ, ವೃದ್ಧರನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಅವರಿಗೆ ಬೇಕಾಗುವ ಎಲ್ಲಾ ತರಹ ಸವಲತ್ತುಗಳನ್ನು ಯಾವ ಕೊರತೆಯೂ ಇಲ್ಲದೆ ಒದಗಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿವೆ.

ಆತ್ಮತೃಪ್ತಿಗಾಗಿಯಾದರೂ ನಡೆಸಲಿ, ಪ್ರಸಿದ್ಧಿ, ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಬಳಸಿಯಾದರೂ ನಡೆಸಲಿ, ಫಲಾಪೇಕ್ಷೆ ಇಲ್ಲದೆ ನಡೆಸಲಿ, ಹಣ ಗಳಿಕೆಗಾದರೂ ನಡೆಸಲಿ, ಹಿರಿಯ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ತಮ್ಮ ಶಕ್ತಿಯಾನುಸಾರ ಈ ಎಲ್ಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವಕಾಶವಿದ್ದು, ಅವರಿಗೆ ಆಶ್ರಯ ಸಿಕ್ಕಿದೆಯಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಸಂತೋಷ.

ಆದರೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಇಷ್ಟಕ್ಕೇ ಮುಗಿಯಲಿಲ್ಲ

ಮೊದಲನೆಯ ಹಾಗೂ ಕೊನೆಯ ಮಾದರಿ ಗಳಲ್ಲಿ ಏನೇನೋ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಲ್ಲ. ಮೊದಲನೆಯ ವರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಿಷ್ಠೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಆದ್ಯತೆ ಏನು ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಕೊನೆಯ ವರ್ಗದವರಿಗೆ ಅಂತೂ ವಾಣಿಜ್ಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನಡೆಸುವುದರಿಂದ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ಏನು ಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿತು ಅವರಿಗೆ ಕೊಡಬೇಕಾದ ಸರಿಯಾದ ರೀತಿ ಕೊಟ್ಟು ಹಣ ಗಳಿಸುವ ಚಾಕಚಕ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಣ ಯಥೋಚಿತವಾಗಿ ಖರ್ಚು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ವಾಪಸ್ಸು ಹೊಡೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ ಇವೆರಡರ ಮಧ್ಯೆ ಇರುವ ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಇಲ್ಲಿಯೂ ಸಲ್ಲರು ಅಲ್ಲಿಯೂ ಸಲ್ಲರು ಎಂಬಂತಿವೆ. ಫಲಾನುಭವಿಗಳಿಗೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಏನು ಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಅರಿವಿಲ್ಲ. ಆದ್ಯತೆ ಇಲ್ಲ. ಕೇವಲ ಬೋರ್ಡಿಂಗ್ ಅಂಡ್ ಲಾಡ್ಜಿಂಗ್ ತಾಣಗಳಾಗಿ ಬಿಟ್ಟಿವೆ. ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ.

–**ಶ್ರೀನಿವಾಸ್, ಮೈಸೂರು**

WISH YOU ALL OF THEM NOVEMBER 2018 HAVE A VERY HAPPY BIRTH-DAY. GOD BLESS YOU. ALL YOUR DREAMS TO BE FULLFILLED. HAVE A NICE DAY AND KEEP ALWAYS LAUGHING IN YOUR LIFE

1 Ramani	Tumkur
2 Soundarya	Bangluru
3 V. Vidyavati	IAS Officer
4 Koushalya	Nanjangud
5 Manjula	Shivamoga
6 Vanitha	Bangaluru
7 Rashmi	Mangaluru
8 Kumari	Kolar
9 Anjali	Vijayavada
10 Vandita Sharma	IAS Officer
M. Imkongla Jamir	IAS Officer
11 Komala	Bidar
12Spoorthi	Bangaluru
13 Arundhati	Mysuru
14 Radhika	Mysuru
15 Tulasi	Udupi
16 Deepa	Tumkur
17 Chanchala	Ballary
18 Kumuda	Hospet
19 Mandakini	Kundapur
20 Martina	Bangaluru
21 Mamatha	Hubbali
22 Rupini	Poona
23 Swarnalatha	Goa
24 Mery	Mangaluru
25 M.V. Jayanti	IAS Officer
26 Niveditha	Ernakulam
27 Likhitha	Coimbattur
28 Neethu	New Delhi
29 Brundha	Ooty
30 Garji Jain	IAS Officer

ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ನಮ್ಮ ಉತ್ತರ

1. ನಿರ್ಮಲ, ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ
ಅಳಿಯನಿಗಿಂತ ಮನೆ ಅಳಿಯನಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಲೆ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ ಏಕೆ?
– ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಮನೆಯನ್ನು ತೊಳೆಯುತ್ತಾನೆ!

2. ಪುಟ್ಟಣ್ಣ, ತುಮಕೂರು
ಊರಿಗೆ ಬಂದವಳು ನೀರಿಗೆ ಬರ್ತಾಳೆ, ಬರದಿದ್ದರೆ?
– ನೀವೇ ಬಿಸಿಲೇರಿ ಬಾಟಲಿ ಇಡುಕೊಂಡು ಅವರ ಮನೆ ಹತ್ರ ಹೋಗಿ!

3. ನಾರಾಯಣ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ
ಕನ್ನಡಿಗೂ ಮುನ್ನುಡಿಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇನು?
– ಕನ್ನಡಿ ಸತ್ಯ, ಮುನ್ನುಡಿಯಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಮಿಥ್ಯ!

4. ಧರ್ಮಣ್ಣ, ಚಿಕ್ಕಮಗಳೂರು
ಯಮ ಯಾಕೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಕೋಣದ ಮೇಲೆಯೇ ಬರುತ್ತಾನೆ?
– ಕೋಣವನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದರೂ ಅಲ್ಲಿ ಪಾರ್ಕಿಂಗ್ ಮಾಡಬಹುದು ಅಂತ!

5. ಶಾಂತಕುಮಾರಿ, ಮಂಗಳೂರು
ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವವರನ್ನೇ ಜನ ಏಕೆ ನಂಬುತ್ತಾರೆ?
– ಸುಳ್ಳಲ್ಲು "ಹೆಚ್ಚು ಮಸಾಲೆ" ಇರುತ್ತದೆ!

6. ಪ್ರವೀಣ, ಕೋಲಾರ
ಪ್ರಿಯಕರ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಮೊಬೈಲ್‌ನಲ್ಲೂ ಹರಟುವವರದು ಎಂಥ ಪ್ರೇಮ?
– ಈ ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪ್ರೇಮ, ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಫ್ರೇಮು!

7. ಸುಜಾತ, ಮಂಡ್ಯ
ಹ್ಯಾಟ್ರಿಕ್‌ಗೂ ಮೆಟ್ರಿಕ್‌ಗೂ ಏನು ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇನು?
– ಹ್ಯಾಟ್ರಿಕ್ ಮೂರು ಸಾರಿ, ಮೆಟ್ರಿಕ್ ಮೂರು ವರ್ಷ!

8. ನಟರಾಜ ತುಮಕೂರು
ಲಾಸ್ಟ್ ಮೂವ್‌ಮೆಂಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಹುಡುಗಿಯರು ಕೈ ಕೊಡುತ್ತಾರಲ್ಲ ಏಕೆ?
– ಅವರಿಗೆ ಅದೇ ಲಾಸ್ಟ್ ಆಪ್ಷನ್!

9. ಮಂಜುನಾಥ್, ಬೆಂಗಳೂರು
ಪ್ರಾಯದ ಹುಡುಗಿಯರು ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ದಿಂಬು ತಬ್ಬಿ ಮಲಗುತ್ತಾರಲ್ಲ ಏಕೆ?
– ನಿಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಅವರು ಹಾಸಿಗೆಯನ್ನು ತಬ್ಬಬೇಕಿತ್ತೇ?

10 ಕುಸುಮಾರಾಣಿ, ಮೈಸೂರು
ಹುಡುಗಿಯರ ಕನಸುಗಳಿಗೂ, ಆಂಟಿಯರ ಕನಸಿಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇನು?
– ಹುಡುಗಿಯರ ಕನಸುಗಳು ಹಾರುತ್ತವೆ, ಆಂಟಿಯರ ಕನಸುಗಳು ಬೀಳುತ್ತವೆ.

11 ಚಂದ್ರಶೇಖರ್, ಕನಕಪುರ
ಪೂರ್ವಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಪುಣ್ಯ ಮಾಡಿದವರಿಗೆ ಒಳ್ಳೆ ಹೆಂಡ್ತಿ ಸಿಕ್ತಾಳಂತೆ, ಪಾಪ ಮಾಡಿದವರಿಗೆ?
– ಒಳ್ಳೆಯ ಗೆಳತಿಯಾದರೂ ಸಿಗಬಹುದೇನಪ್ಪ.

12 ರಾಜಣ್ಣ, ಮಂಡ್ಯ
ಪ್ರೀತಿಸುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಕವಿಗಳಂತೆ, ಪ್ರೀತಿಸದವರು?
– ಕಟು ವಿಮರ್ಶಕರು

ಹೇಮಂತ ಋತುವಿನಲ್ಲಿ ಮುಖ ಸೌಂದರ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ

ಹೇಮಂತ ಋತುವು ಆರಂಭವಾಗುತ್ತಲೇ ಚಳಿ ಹಾಗೂ ಶೀತಲ ವಾತಾವರಣದಿಂದ ಮುಖ ಹಾಗೂ ದೇಹದ ಚರ್ಮ ಒಣಗುತ್ತದೆ, ಒರಟಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಒಡೆಯುತ್ತದೆ. ಈ ಕೆಳಗೆ ವಿವಿಧ ಫೇಸ್‌ಪ್ಯಾಕ್, ಫೇಸ್ ಮಾಸ್ಕ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಮುಖದ ಅಂದ ಕಾಪಾಡುವ ಹಾಗೂ ವರ್ಧಿಸುವ ಉಪಾಯಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಸಹಜ ಚರ್ಮ (ನಾರ್ಮಲ್ ಸ್ಕಿನ್) ಉಳ್ಳವರಿಗಾಗಿ

- ಟೊಮೆಟೋ ಹಣ್ಣಿನ ತಿರುಳನ್ನು ಸಮ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ಮಸೆದು ಲೇಪ ತಯಾರಿಸಿ ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿ 20 ನಿಮಿಷಗಳ ಬಳಿಕ ತೊಳೆದರೆ ಮುಖದ ಚರ್ಮ ಮೃದು ಹಾಗೂ ಸ್ನಿಗ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಶ್ರೀಗಂಧದ ಪುಡಿಗೆ ಸಮಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕಡಲೇಹಿಟ್ಟು ಬೆರೆಸಿ ತಯಾರಿಸಲು ಬೇಕಾಗುವಷ್ಟು ಶುದ್ಧ ಗುಲಾಬಿ ಜಲ ಸೇರಿಸಿ, ಒಂದು ಚಮಚ ಜೇನು ಬೆರೆಸಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಮುಖಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸಿ 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಬಳಿಕ ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಖ ತೊಳೆಯಬೇಕು.

ತೈಲಯುಕ್ತ ಚರ್ಮದವರಿಗೆ

- ಎರಡು ಚಮಚ ಒಣಕಿತ್ತಳೆ ಸಿಪ್ಪೆಯ ಪುಡಿಗೆ ಅದರ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದ ಕಡಲೆಹಿಟ್ಟು ಬೆರೆಸಿ, ಅದಕ್ಕೆ ಗುಲಾಬಿ ಜಲ ಬೆರೆಸಿ ಲೇಪ ತಯಾರಿಸಿ ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಬೇಕು. 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಬಳಿಕ ತೊಳೆದರೆ ಮುಖ ಬಂಗಾರದ ರಂಗಿನಿಂದ ಹೊಳೆಯುತ್ತದೆ. ಅಧಿಕ ಜಿಡ್ಡಿನಂಶ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ಎರಡು ಚಮಚದಷ್ಟು ಘೃತಕುಮಾರಿ ಗಿಡದ ಎಲೆಯ ತಿರುಳಿಗೆ ಅಷ್ಟೇ ಪ್ರಮಾಣದ ಕಿತ್ತಳೆ ರಸ ಬೆರೆಸಿ ಮುಖಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸಬೇಕು. 20 ನಿಮಿಷಗಳ ಬಳಿಕ ಮುಖ ತೊಳೆದರೆ ತೈಲಯುಕ್ತ ಚರ್ಮದ ಅಧಿಕ ಜಿಡ್ಡಿನಂಶ ನಿವಾರಣೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಹೇಮಂತ ಋತುವಿನ ಒಣ, ಶೀತಲ ಹವೆಯಲ್ಲಿ ಚರ್ಮ ಒಣಗದಂತೆಯೂ ತಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಒಣಚರ್ಮ ಉಳ್ಳವರಿಗಾಗಿ

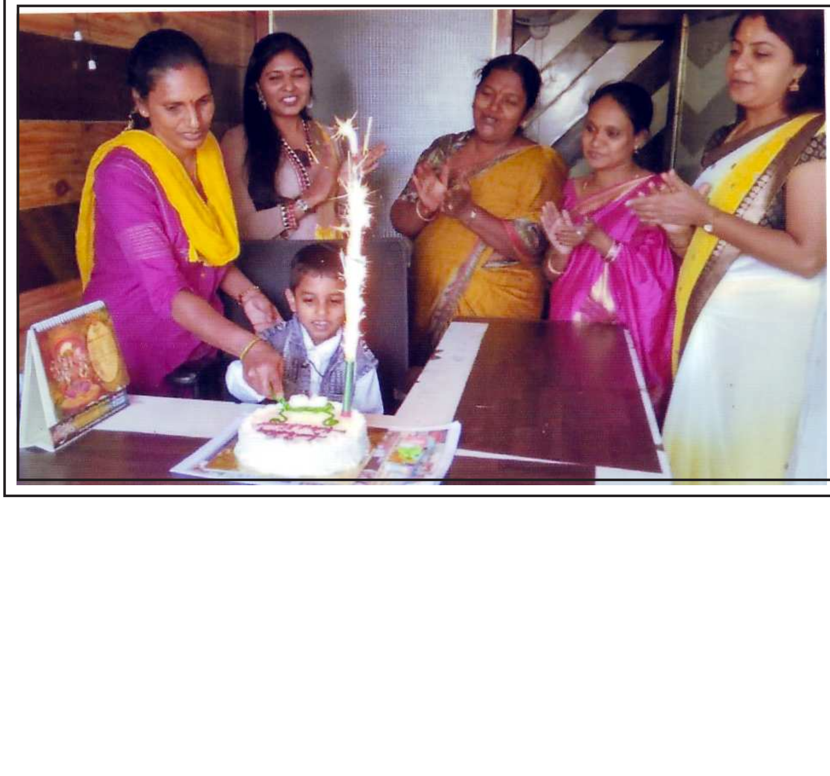
- ಎರಡು ಚಮಚ ಮೊಟ್ಟೆಯ ಹಳದಿ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಕಡಲೆಹಿಟ್ಟು ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಓಟ್ಸ್ ನಾಲ್ಕು ಹನಿಗಳಷ್ಟು ಬಾದಾಮಿ ತೈಲ ಬೆರೆಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಕಿ ಲೇಪ ತಯಾರಿಸಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಮುಖಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸಿ 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಬಳಿಕ ಮುಖ ತೊಳೆದರೆ ಚರ್ಮ ಮೃದುವಾಗಿ, ಸ್ನಿಗ್ಧವಾಗಿ ಹೊಳೆಯುತ್ತದೆ.
- ಮೂರು ಚಮಚ ಆಲಿವ್ ತೈಲಕ್ಕೆ ಒಂದು ಚಮಚ ನಿಂಬೆರಸ, ಮೂರು ಚಮಚದಷ್ಟು ರೋಸ್ ವಾಟರ್ ಬೆರೆಸಿ ಮುಖ, ಕೊರಳು, ಕೈಗಳಿಗೆ ಲೇಪಿಸಿ 20 ನಿಮಿಷಗಳ ಬಳಿಕ ತೊಳೆಯಬೇಕು. ಇದು ಒಣ ಚರ್ಮವನ್ನು ಮೃದು ಹಾಗೂ ಕಾಂತಿಯುತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಹೇಮಂತ ಋತುವಿಗಾಗಿ ಮುಖದ ಸ್ಕ್ರಬ್

ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ಚರ್ಮ ಒಣಗಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಕಾಂತಿಹೀನವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೃತ ಚರ್ಮದ ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿ ಚರ್ಮವನ್ನು ಮೃದುಗೊಳಿಸಲು ಸ್ಕ್ರಬ್ ಹಿತಕಾರಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವ ಸ್ಕ್ರಬ್ ತನ್ನ ಎಕ್ಸ್‌ಪೋಲಿಯಂಟ್ ಗುಣದಿಂದ ಮೃತ ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿ ಹೇಮಂತ ಋತುವಿನ ಚಳಿಯಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

ವಿಧಾನ: ಮೂರು ಚಮಚಗಳಷ್ಟು ಓಟ್ಸ್ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ತರಾತುರಿಯಾಗಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಬೇಕು. ಎರಡು ಬಾದಾಮಿಗಳನ್ನು ರಾತ್ರಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿ ಮರುದಿನ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದು ಅರೆದು ಪೇಸ್ಟ್

–ಕೆ. ಸವಿತಾ
ಬ್ಯೂಟಿಷಿಯನ್, ಬೆಂಗಳೂರು



ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಶುಭಾಶಯ
ಮಹಿಳಾ ವಿಶೇಷ ಬಳಗದ ಶ್ರೀಮತಿ ರೇಖಾ ಹಾಗೂ ಪ್ರಕಾಶ್‌ರವರ ಪುತ್ರನ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬ ದಿನಾಂಕ 26.10.2018ರಂದು ಆಚರಿಸಿದ ಸಂದರ್ಭ. ಚಾಮುಂಡೇಶ್ವರಿ ದೇವಿ ಮಗುವಿಗೆ ಆಯುರಾರೋಗ್ಯ ಐಶ್ವರ್ಯ ನೀಡಲಿ.

ಅಡುಗೆ ಮನೆ

ಸ್ಪೆಷಲ್ ಇಡ್ಲಿ

ಬೇಕಾಗುವ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು: ರವೆ 2 ಕಪ್, ಮೊಸರು 2 ಕಪ್, ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ 1, ಶುಂಠಿ ತುರಿ 1 ಚಿ.ಚ. ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ 1/2 ಚಿ.ಚ. ಕಡ್ಲೇಬೇಳೆ 1/2 ಚಿ.ಚ. ತುರಿದ ಪನೀರ್ 1/4 ಕಪ್, ತುರಿದ ಕ್ಯಾರೆಟ್ 1/4 ಕಪ್, ಸಾಸುವೆ 1/2 ಚಿ.ಚ. ಹೆಚ್ಚಿದ ಕೊತ್ತಂಬರಿಸೊಪ್ಪು 1 ದೊ.ಚ. ಕರಿಬೇವಿನಸೊಪ್ಪು 1 ಎಸಳೂ, ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ.

ವಿಧಾನ: ಪನೀರ್, ಕ್ಯಾರೆಟ್, ಹಸಿಮೆಣ ಸಿನಕಾಯಿ, ಕೊತ್ತಂಬರಿಸೊಪ್ಪು, ಕರಿಬೇವು, ಶುಂಠಿ, ರವೆ ಸೇರಿಸಿ ಬೆರೆಸಿ.

ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ, ಕಡ್ಲೇಬೇಳೇ, ಸಾಸುವೆಯ ಒಗ್ಗರಣೆ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿ ರವೆ ಮಿಶ್ರಣಕ್ಕೆ ಸುರಿಯಿರಿ. ಬಳಿಕ ಉಪ್ಪು ಹಾಗೂ ಮೊಸರು ಸೇರಿಸಿ ಇಡ್ಲಿ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಕಲಸಿ, ತಯಾರಿಸಿದ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಇಡ್ಲಿ ತಟ್ಟೆಗೆ ಹಾಕಿ 20 ನಿಮಿಷ ಬೇಯಿಸಿದರೆ ಸ್ಪೆಷಲ್ ಇಡ್ಲಿ ರೆಡಿ.

ಆರೆಂಜ್ ಕೂಲರ್

ಬೇಕಾಗುವ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು: ಕಾಯಿಸಿ, ಆರಿಸಿದ ಹಾಲು 1 ಕಪ್, ಕಿತ್ತಳೆ ರಸ 1/2 ಕಪ್, ಮಾವಿನ ಹಳ್ಳು 1, ಸಕ್ಕರೆ 1 ಚಿ.ಚ. ಜೇನುತುಪ್ಪ 1 ಚಿ.ಚ. ವೆನಿಲ್ಲಾ ಐಸ್‌ಕ್ರೀಂ 2 ಕಪ್, ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ.

ವಿಧಾನ: ಮಾವಿನಹಳ್ಳಿನ ತಿರುಳು ತೆಗೆದು, ಹಾಲು ಸೇರಿಸಿ ರುಬ್ಬಿ.

ಅದಕ್ಕೆ ಕಿತ್ತಳೆರಸ, ಸಕ್ಕರೆ, ಜೇನುತುಪ್ಪ, ಐಸ್‌ಕ್ರೀಂ ಬೆರೆಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗೊಟಾಯಿಸಿ. ಚಿಟಿಕೆ ಉಪ್ಪು ಬೆರೆಸಿ, ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿದ್ದರೆ ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಗೊಟಾಯಿಸಿ. ಫ್ರಿಜ್‌ನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟು ಕೂಲ್ ಆದ ನಂತರ ಸ್ಟ್ರಾಬೆರಿ ಹಣ್ಣು ಅಥವಾ ಚೆರ್‍ರಿ ಹಣ್ಣಿನಿಂದ ಅಲಂಕರಿಸಿ ಬಳಿಕ ಸವಿಯಲು ಕೊಡಿ. ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣು ಬಳಸೆಯೂ ಮಾಡಬಹುದು.

ಘೀ ರೈಸ್

ಬೇಕಾಗುವ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು: ಅಕ್ಕಿ, ಕಾಯಿ ಹಾಲು, ದನದ ಹಾಲು ತಲಾ 1 ಕಪ್, ತುಪ್ಪ 6–7 ಚಮಚ, ಚಕ್ಕೆ, ಲವಂಗ, ಏಲಕ್ಕಿ ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ, ಹೆಚ್ಚಿದ ಕ್ಯಾಪಿಕ್ಸಂ 1/2 ಕಪ್, ಈರುಳ್ಳಿ 1/2 ಕಪ್, ಜೀರಿಗೆ 1/4 ಚ.ಚ. ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ 2, ಲಿಂಬೆರಸ 1/4 ಚಿ.ಚ.ಹೆಚ್ಚಿನ ಕೊತ್ತಂಬರಿಸೊಪ್ಪು 2 ಚಿ.ಚ. ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ.

ವಿಧಾನ: ಬಾಣಲೆಗೆ 1 ಚಮಚ ತುಪ್ಪ ಹಾಕಿ ಲವಂಗ, ಚಕ್ಕೆ, ಏಲಕ್ಕಿ ಹಾಕಿ ಹುರಿಯಿರಿ. ಹುರಿದ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಕುಕ್ಕರ್‌ಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿ. ದನದ ಹಾಲು, ಕಾಯಿಹಾಲು, ಈರುಳ್ಳಿ, ಕ್ಯಾಪಿಕ್ಸಂ ಸೇರಿಸಿ, ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ತೊಳೆದ ನೀರು ಬಸಿದು ಸೇರಿಸಿ, ಬೆರೆಸಿ. ಕುಕ್ಕರನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಮೂರು ವಿಸಿಲ್ ಕೂಗಿಸಿ, ಕುಕ್ಕರ್ ತಣಿದ ಬಳಿಕ ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ, ಜೀರಿಗೆ, ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಸೇರಿಸಿ ಒಗ್ಗರಿಸಿ, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆರೆಸಿ. ಬಿಸಿಬಿಸಿಯಾಗಿ ರುವಾಗಲೇ ಬಡಿಸಿ.

ಘೀ ರೈಸ್ ಕರಿ:

ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೀನ್ಸ್, ಕ್ಯಾರೆಟ್, ಆಲೂಗಡ್ಡೆ ತಲಾ 1 ಕಪ್, ಕಾಯಿತುರಿ 1/4 ಕಪ್, ಶುಂಠಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಚೂರುಗಳು 1 ಚಿ.ಚ., ಕಾಳುಮೆಣಸು 3–4 ಕೊತ್ತಂಬರಿಬೀಜ 1/4 ಚಿ.ಚ. ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ 2, ಚಕ್ಕೆ 1 ಇಂಚು, ಲವಂಗ 2–3, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಪುಡಿ 1/4 ಚಿ.ಚ. ಮೆಣಸಿನಪುಡಿ 1/2 ಚಿ.ಚ., ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ.

ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಬೇಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಕಾಯಿತುರಿ, ಒಂದು ಈರುಳ್ಳಿ ಕಾಳುಮೆಣಸು, ಚಕ್ಕೆ ಲವಂಗ, ಶುಂಠಿ ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ರುಬ್ಬಿ, ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಸಾಸುವೆ ಸಿಡಿಸಿ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಒಂದು ಈರುಳ್ಳಿ ಸೇರಿಸಿ ಹುರಿಯಿರಿ. ರುಬ್ಬಿದ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಹುರಿಯಿರಿ.

ಉಳಿದ ಪುಡಿಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ, ಅರ್ಧ ಕಪ್ ನೀರು ಹಾಕಿ ಬೆರೆಸಿ, ಬೇಯಿಸಿದ ತರಕಾರಿ ಸೇರಿಸಿ, ಕುದಿಸಿ, ಇಳಿಸಿ. ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪಿನಿಂದ ಅಲಂಕರಿಸಿ. ಬಿಸಿ ಇರುವಾಗಲೇ ಘೀ ರೈಸ್‌ಗೆ ಕಲಸಿಕೊಂಡು ಸವಿಯಿರಿ.

ಪೇಸ್ಟ್ ಮಾಡುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ 10 ರಿಂದ 12 ಗೋಡಂಬಿ ಸೇರಿಸಿದರೆ ರುಚಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

ನಗೆಹನಿ

ಗಂಡ ಹೆಂಡಿರ ಜಗಳ
ಉಂಡು ಮಲಗುವ ವರೆಗೆ....
ಮೀಟೂ ನಟಿಯರ ಜಗಳ
ಮಲಗಿ ಎದ್ದ ಮೇಲೆ....

–ಸೌಭಾಗ್ಯ, ಮೈಸೂರು

RNI No. KARKAN/2015/71642 KA/SK/MYS/109/2017-2019

ದೀಪಾವಳಿ ಹಬ್ಬದ ಪ್ರಯುಕ್ತ ನಾಡಿನ ಜನತೆಗೆ,
ನಮ್ಮ ಹಿತೈಷಿಗಳಿಗೆ ಹಾಗೂ ಗ್ರಾಹಕರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಶುಭಾಶಯಗಳು

SHRIRAM
Financial Products Solutions Pvt. Ltd.,
YOUR PARTNER FOR PROSPERITY
IN PARTNER SHIP WITH Sanlam Group

ಸೇಲ್ಸ್ ಆಫೀಸರ್ಸ್ ಬೇಕಾಗಿದ್ದಾರೆ
ಫೈನಾನ್ಸಿಯಲ್ ಪ್ರಾಡಕ್ಟ್ಸ್ ಸಲ್ಯೂಷನ್ಸ್ ಕಂಪನಿ.
ಪಾರ್ಟ್ ಟೈಮ್ ಅಥವಾ ಫುಲ್ ಟೈಮ್ ಕೆಲಸ
ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ
9591709794 / 9980372924 / 7829011628
ಸಮಯ 10 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5 ಗಂಟೆಯ ವರೆಗೆ

	Shri Lakshmivenkateshwara Swamy Prasanna	
	Shri Akkanavara muneswara Swamy Krupe	
	Shri Hucchamadamma devi Krupe	
	Shri Kempamma devi Krupe	

Srinivas T
9482715066
7026975466
SRI POWER SYSTEMS
All types of UPS & Batteries with connection
Dealer in : Solar Systems , 2 Wheeler, 3 Wheeler, 4 Wheeler Battery Available, LED Tube light, LED Bulbs Mfg, LED Solar Light, In Door lightings, Out Door lightings, PCB Assembiy.
1555, D Group Layout, 80 feet Road, Sollapuradamma Temple, Sriganda Kavalu, Bengaluru - 560091
E - Mail : sripowersystems80@gmail.com

Book Post

To

From
Mahila Vishesha
No. 10, City Bus Stand Building
2nd Floor, K.R. Circle
Mysuru - 570001

Edited, Published and Owned by H.V.Venkatasubbarao, No.1021, 14th Cross, 2nd Stage, Hebbal, Mysore- 570017 and Printed by B.S.Meera and Printed at Annapuoorna Offset Printers, No.511, 14th Main, Saraswathipuram, Mysore-570009
Published at No.1021, 14th Cross, 2nd Stage, Hebbal, Mysore-570017. Email:mahilavisheshaa15@gmail.com Web:www.mahilavishesha.in Editor:H.V.Venkatasubbarao Mob: 8880334444 / 9243584444 RNI No:KARKAN/2015/71642