ಸಂಪ್ರೀತಿ ಸಮೃದ್ಧಿ

ನಿಮ್ಮ ಮನ ಮನೆಗಳಿಗೆ...

ಮಾಸಿಕ

Sampreethi - Samruddhi | Volume : 6 | Issue : 04 | Aug. 2023 | Pages : 32 | ₹ 20/-
ಸಂಪ್ರೀತಿ ಸಮೃದ್ಧಿ | ಸಂಪುಟ : 6 | ಸಂಚಿಕೆ : 04 | ಆಗಸ್ಟ್ 2023 | ಪುಟಗಳು : 32 | ₹ 20 ರೂ.

ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆಯ

ಶುಭಾಶಯಗಳು

|| Jai Sri Gurudev ||

SJ BGS POLYTECHNIC

(A Venture of Sri Adichunchanagiri Shikshana Trust ®)

(Approved by All India Council for Technical Education, New Delhi & Recognised by Government of Karnataka)

B G NAGAR, (BGSIT CAMPUS), NAGAMANGALA TALUK, MANDYA DISTRICT.

COURSES OFFERED:

- CIVIL ENGINEERING
- MECHANICAL ENGINEERING (General)
- COMPUTER SCIENCE & ENGINEERING
- ELECTRICAL & ELECTRONICS ENGINEERING
- ELECTRONICS & COMMUNICATION ENGINEERING

Eligibility:-
Pass in SSLC or Equivalent Examination with 35% aggregate.

OUR VISION:

To Impart Quality Education

Transformation of Child through Excellent Education

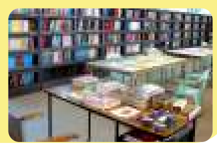
Child Centered Education

Hunt Your Dreams

Institution Code : 541

Salient Features

- Highly Qualified and Experienced Faculty
- Spacious well equipped Class Rooms, Labs, Workshops and Seminar Halls
- Internet Facility
- Hostel Facility for Boys & Girls
- Sports Facility
- Transportation
- Canteen Facility
- Library



For Admissions, Contact :

PRINCIPAL
SJ BGS POLYTECHNIC,

BGSIT CAMPUS, BG Nagar (Bellur Cross)
Nagamangala Taluk, Mandya District
Karmataka - 571 448

E-mail : ppl.sjbgsp@gmail.com
Web : www.sjbgsp.com
Cell No. : 9448207483

ಸಂಪ್ರೀತಿ – ಸಮೃದ್ಧಿ

ನಿಮ್ಮ ಮನ ಮನೆಗಳಿಗೆ...

ಮಾಸಿಕ

ಸಂಪಾದಕೀಯ

ಆಗಸ್ಟ್ : 2023

ಸಂಪುಟ 6, ಸಂಚಿಕೆ 4

ಸಂಪಾದಕರು

ಡಾ॥ ಸಿ. ನಂಜುಂಡಯ್ಯ

ಚಂದಾ ವಿವರ :

10 ವರ್ಷಕ್ಕೆ	ರೂ.2000/–
05 ವರ್ಷಕ್ಕೆ	ರೂ.1000/–
02 ವರ್ಷಕ್ಕೆ	ರೂ.500/–

ಹಣವನ್ನು ಮನಿಯಾರ್ಡರ್, ಬ್ಯಾಂಕ್ ಡ್ರಾಫ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಕೆಳಗಿನ ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಬಹುದು.

ಸಂಪಾದಕರು

ಸಂಪ್ರೀತಿ – ಸಮೃದ್ಧಿ

ನಂ. 83, ಬಸವಣ್ಣ ದೇವಸ್ಥಾನ ರಸ್ತೆ
ದೊಡ್ಡಸೋಮನಹಳ್ಳಿ,
ಮಾಗಡಿ ತಾಲ್ಲೂಕು,
ರಾಮನಗರ ಜಿಲ್ಲೆ– 562 131.

#66, ಸಂಪ್ರೀತಿ – ಸದನ
ಸರ್ಕಾರಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಪಕ್ಕದ ರಸ್ತೆ,
ಮಾಗಡಿ – 562 120 ರಾಮನಗರ ಜಿಲ್ಲೆ.

ಮುದ್ರಕರು

- ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ವರ್ಲ್ಡ್
ಜಿ.ಟಿ.ವರ್ಲ್ಡ್ ಮಾಲ್ ಹತ್ತಿರ
ಮಲ್ಲಿಗೆ ತೋಟ, ಮಾಗಡಿ ರಸ್ತೆ,
ಬೆಂಗಳೂರು – 560 023.

- ಓದುಗರು ತಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಲೇಖಕರು ಲೇಖನಗಳನ್ನು ಕೆಳಗಿನ ಈ–ಮೇಲ್ ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಬಹುದು.

sampreethisamruddhi@gmail.com

8971608213

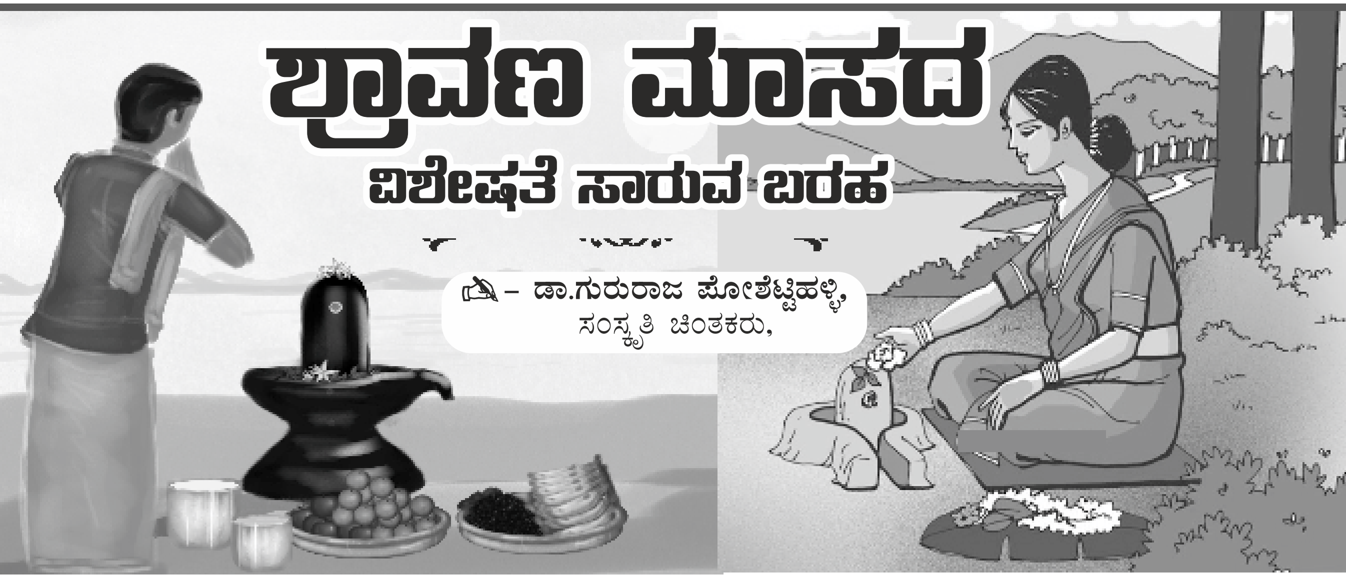
ಸಂಪ್ರೀತಿ - ಸಮೃದ್ಧಿ

ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆಯನ್ನು ಅದ್ದೂರಿಯಾಗಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕೇಸರಿ, ಬಿಳಿ ಮತ್ತು ಹಸಿರು ಈ ಮೂರು ಬಣ್ಣಗಳು ನಮ್ಮ ರಾಷ್ಟ್ರಧ್ವಜದ ಬಣ್ಣಗಳು. ಇದಲ್ಲದೆ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸರ್ಕಾರಿ ಅಥವಾ ಖಾಸಗಿ ಅಧಿಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದರೂ ಕಚೇರಿಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಜರಿರಬೇಕು. ನಮ್ಮ ದೇಶದ ರಾಷ್ಟ್ರಧ್ವಜವನ್ನು ಹಾರಿಸಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ರಾಷ್ಟ್ರಗೀತೆಯನ್ನು ಹಾಡಲು ಸಿದ್ದರಿರಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಹೋರಾಟಗಾರರು ನಮ್ಮನ್ನು ಸ್ವತಂತ್ರರನ್ನಾಗಿಸಲು ನಮ್ಮ ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಹೋರಾಡಿದರು. ಇದಲ್ಲದೆ, ಅವರು ನಮ್ಮ ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ತಮ್ಮ ಪ್ರಾಣವನ್ನು ತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿದರು. ಈ ದಿನದಂದು ದೇಶದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಅವರಿಗೆ ಗೌರವ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಶಾಲಾ–ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ನಮ್ಮ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಹೋರಾಟಗಾರರ ಹೋರಾಟವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ನಾವು ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಆಗಸ್ಟ್ 15 ರಂದು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತೇವೆ.ಬ್ರಿಟಿಷರ ಆಡಳಿತದಂದ ಭಾರತ ದೇಶ 1947 ಆಗಸ್ಟ್ 15 ರಂದು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಯಿತು. ಈ ದಿನ ಇಡೀ ದೇಶದಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ರಜಾ ದಿನವಾಗಿದೆ. ಇದು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಹೋರಾಟಗಾರರ ತ್ಯಾಗದ ನೆನಪಿನ ದಿನ. ಆಗಸ್ಟ್ 15 1947 ಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಸರ್ಕಾರ ಸುಮಾರು 200 ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಭಾರತ ವನ್ನು ಆಳಿತು. ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ನಂತರ, ಭಾರತದ ಮೊದಲ ಪ್ರಧಾನ ಮಂತ್ರಿ ಪಂಡಿತ್ ಜವಾಹರ್‌ಲಾಲ್ ನೆಹರು ಅವರು ಭಾರತದ ಧ್ವಜವನ್ನು ಹಾರಿಸಿದರು. ಪ್ರಧಾನ ಮಂತ್ರಿ ಭಾರತೀಯ ಧ್ವಜವನ್ನು ಕೆಂಪು ಕೋಟೆಯ ಮೇಲೆ ಹಾರಿಸಿದ್ದರಿಂದ ಈ ಸಂಪ್ರದಾಯ ಮುಂದುವರಿದಿದೆ.

ಭಾರತೀಯ ರಕ್ಷಣಾ ಸೇವೆಗಳು ಈ ದಿನದಂದು ಮೆರವಣಿಗೆ ನಡೆಸುತ್ತವೆ. ದೂರದರ್ಶನವು ದೆಹಲಿಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ವೀಕ್ಷಿಸುವಂತೆ ನೇರ ಪ್ರಸಾರ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಶಾಲೆಗಳು ಮತ್ತು ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ ಅನೇಕ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು ಸೇರಿ ಈ ದಿನದ ಧ್ವಜಾರೋಹಣೆ ಅದರೊಟ್ಟಿಗೆ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಸಹ ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ.

ಭಾರತವು ವಿಶಾಲವಾದ ದೇಶವಾಗಿದ್ದು, ಅದರೊಳಗೆ ವಿವಿಧ ಧರ್ಮದ ಜನರು ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ವಿವಿಧ ಜಾತಿಗಳ ಜನರು ಇದ್ದರೂ, ಇಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಜನರು ಒಂದೇ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾರೆ, ಭಾರತ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಧರ್ಮದ ಜನರು ಆಗಸ್ಟ್ 15 ಮತ್ತು ಜನವರಿ 26 ರಂದು ಅವರು ಶುಭಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕೂಡಿ ವಿಜೃಂಭಣೆಯಿಂದ ಆಚರಿಸಿ, ಭೇದಭಾವವಿಲ್ಲ, ಈ ದಿನ ಎಲ್ಲಾ ಜನರು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಈ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ, ಈ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಬಹಳ ವಿಜೃಂಭಣೆಯಿಂದ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ॐ



ಶ್ರಾವಣ ಮಾಸದ
ವಿಶೇಷತೆ ಸಾರುವ ಬರಹ

– ಡಾ.ಗುರುರಾಜ ಪೋಶೆಟ್ಟಿಹಳ್ಳಿ,
ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಚಿಂತಕರು,

ಆಷಾಢದ ಅಂಚಿನಲ್ಲಿ ನಿಂತು...

ಆಷಾಢಮಾಸ ಮುಗಿಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಹಬ್ಬಗಳ ಸಾಲು ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಇದು ಸಂಭ್ರಮದ ಕಾಲ. ಹಬ್ಬಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧತೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೂ ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ; ಹೊರಗಡೆಯೂ ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸಂಭ್ರಮದಕ್ಕೂ ಹಬ್ಬಗಳ ಆಚರಣೆಗೂ ಮಹಿಳೆಯರ ಉತ್ಸಾಹ ಉಲ್ಲಾಸಗಳಿಗೂ ನಂಟಿದೆ.

ಭರ್ರೋ ಎಂದು ಬೀಸುತ್ತಿದೆ ಗಾಳಿ. ಅನಾದಿ ಸೇಡೊಂದು ಹೂಂಕರಿಸಿ ಬಂದಂತೆ ಉರುಳಿ ಬೀಳುತ್ತಿವೆ ಹಳೆಮರದ ಗೆಲ್ಲುಗಳು. ನಡುಹಗಲೇ ಕತ್ತಲಾಗಿದೆ ಕರೆಂಟಿಲ್ಲದ ಒಳಮನೆಯಲ್ಲಿ. ತೌರಿಗೆ ಹೋದ ಹೊಸ ಸೊಸೆಯ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಕಪಾಟಿನೊಳ ಖಾನೆಯಲ್ಲಿ ಮಡಿಸಿಟ್ಟ ರೇಷ್ಮೆಸೀರೆ ಅಸಹನೆಯಿಂದ ಮೈ ಕೊಡವಿ ಕೇಳುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಬರುತ್ತಾಳೆ? ಒಮ್ಮೆಲೆ ರಪರಪ ರಾಚಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ ಮಳೆ, ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನೆನಪಿಸುವಂತೆ ಮತ್ತೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮರೆಸುವಂತೆ. ಕನ್ನಡಿಗಂಟಿಸಿದ ಬಿಂದಿಯೊಂದು ಗೋಡೆಯ ಕ್ಯಾಲಂಡರಿನತ್ತ ನೋಡಿ ಸಣ್ಣಗೆ ಕಣ್ಣು ಅರಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಇನ್ನು ತಡವಿಲ್ಲ. ಅಪ್ಪ ಕೊಡಿಸಿದ ಹೊಸ ಸೀರೆಯುಟ್ಟು ಅಮ್ಮ ನೀರೆರೆದು ಬೆಳೆಸಿದ ಜಾಜಿ ದಂಡೆ ಮುಡಿದು ಬಂದು ಬಿಡುತ್ತಾಳೆ. ಆಷಾಢದ ತಿಂಗಳಿಡೀ ಈ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಿದ ವಿರಹದುರಿಯ ಅಸಹನೆಯೊಂದು ಹೇಳ ಹೆಸರಿಲ್ಲದೆ ಓಡಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಹೊಸ ಸೊಸೆಯೆದುರು ತನ್ನ ಕ್ರಮ–ಪದ್ಧತಿಗಳ್ಯಾವುವೂ ಕಡಿಮೆಯಿಲ್ಲವೆಂದು ನಿರೂಪಿಸಲಿಕ್ಕೆ ಹಳೆಯ ರೂಢಿಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಪ್ರತಿ ಮಂಗಳವಾರವೂ ಗೌರೀಪೂಜೆ, ಶುಕ್ರವಾರ ಲಕ್ಷ್ಮೀಪೂಜೆ ಅಂತೆಲ್ಲ ಮಾಡಿಸಬೇಕೆಂದು ಹಂಬಲಿಸುತ, ಸರಭರ ಓಡಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ ಅತ್ತೆ. ಇಷ್ಟು ದಿವಸ ಮಂಡಿನೋವು ಅಂತ ನರಳುತ್ತಿದ್ದವಳಲ್ಲೇ ಆವಾಹಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಹೊಸ ಉಮೇದು ನೋಡಿ ಖುಷಿಯಾದ ಮಾವ

ಅವಳ ಟ್ರಂಕಿನ ಅಡಿಯಿಂದ ಹೊರ ಬರುವ ಒಂದೊಂದೇ ರೇಷ್ಮೆಸೀರೆಗಳ ನೋಡುತ್ತ ತನ್ನ ಆಷಾಢದ ವಿರಹವನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ಇನ್ನೇನು ಪಾದವೂರಲಿದೆ ಶ್ರಾವಣ, ಜ್ಯೇಷ್ಠ, ಆಷಾಢಗಳಲ್ಲಿ ಸುರಿದ ಮಳೆ ಶ್ರಾವಣದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಧಾರಾಗತಿಯಲ್ಲಿ ಕೊಂಚ ಬದಲಾವಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಕ್ಷಣ ಹನಿಯು ದುರಿಸುವ ಮೋಡಗಳು ಮುಂದೋಡಿದ ಕೂಡಲೆ ಎಳೆ ಬಿಸಿಲು ಬೆನ್ನಟ್ಟಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಬೇಂದ್ರೆಯವರು ಹೇಳಿದ್ದು:

ಅಳಲು ನಗಲು ತಡವೆ ಇಲ್ಲ,
ಇದುವೆ ನಿನಗೆ ಆಟವೆಲ್ಲ
ಬಾರೋ ದಿವ್ಯ ಚಾರಣಾ
ತುಂಟ ಹುಡುಗ ಶ್ರಾವಣಾ

ಹಾಗೆ ಹೇಳದೇ ಕೇಳದೇ ರಜಾಹಾಕಿ ಹೋದ ಸೂರ್ಯ ಮತ್ತೆ ಆಗೀಗ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳತೊಡಗಿದ್ದೇ ಗಿಡಗಳ ಚೈತನ್ಯಪರಿಧಿ ಹಿಗ್ಗತೊಡಗುತ್ತದೆ. ಹೆಂಚಿನ ಮೇಲೆ ಜೊರ್ರೆನ್ನುವ ಮಳೆಯ ಅನಾಹತನಾದ ಕೇಳಿ ಕೇಳಿ ಸಾಕಾದ ಕಂಬಗಳು ಬಾಗಿಲಾಚೆಗಿನ ಪಾಗಾರದತ್ತ ನೋಟ ಹರಿಸುತ್ತಿವೆ. ಕೆಂಪುಕಲ್ಲಿನ ಅದರ ಮೈ ತುಂಬ ಹಚ್ಚಹಸಿರಿನ ಪಾಚಿಯ ಅಂಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದೆ. ಬಿರುಬಿಸಿಲ ತಾಪಕ್ಕೆ ನೆಲದೊಳಗೆ ಗೆಡ್ಡೆರೂಪದಲ್ಲಿ ತಲೆ ಮರೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಭೂಚಕ್ರ ಕೆಂಪನೆಯ ಬೆಂಕಿ ಚೆಂಡಾಗಿ ಅರಳಲು ಮೊಗ್ಗೊಡೆದು ತಯಾರಾಗಿದೆ. ಸರಸರನೆ ಚಿಗಿತುಕೊಂಡ ಡೇರೆ ಹಿಳ್ಳೆ, ಶ್ಯಾವಂತಿಗೆಗಳು ಹೊಸಸೊಸೆಯಷ್ಟೇ ಚೆಂದಗೆ ಸಿಂಗರಿಸಿಕೊಂಡು ನಗುತ್ತಿವೆ. ಅಂಗಳದ ತುಂಬ ಹೆಸರೇ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದ ಕಳೆಗಿಡಗಳು ಪುಟಪುಟ ಎದ್ದು ನಿಂತಿಬಿಟ್ಟಿವೆ. ಯಾರೂ ನೆಡದಿದ್ದರೂ ಎಲ್ಲಿಯದೂ ನೆಲದ ಬೀಜಗಳು ಗಾಳಿ ಸವಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಇಷ್ಟು ದೂರ ಬಂದು ಈ ಮಣ್ಣ ಮೈಯಲ್ಲಿ ಮುಖ ಒತ್ತಿ ಕಾಯುವುದೆಂದರೆ, ಆಮೇಲೆ ಯಾವಾಗಲೊ ಬೀಳುವ ಮಳೆಹನಿಯ ಕರೆಗೆ ಓಗೊಟ್ಟು ಚಿಗಿತು ಕುಡಿಯೊಡೆಯುವುದೆಂದರೆ ಅದೆಂತಹ ಪ್ರೀತಿಯ ಋಣಾನುಬಂಧ ಒರಬಹುದು! ಅದಿನ್ನೆಂತಹ ಜೀವನದುನ್ಮಾದ ಛಲವಿರಬಹುದು!ಎಲ್ಲಿ ನೋಡಿದರಲ್ಲಿ

ಹಸುರಿನ ಹೊಸ ಗಾನ ವಿತಾನ.
ಬೇಂದ್ರೆಯವರು ಉದ್ಗರಿಸಿದಂತೆ:
ಬೇಲಿಗೂ ಹೂ ಅರಳಿದೆ
ನೆಲಕೆ ಹರೆಯವು ಮರಳಿದೆ
ಭೂಮಿತಾಯ ಒಡಮುರಿದು ಎದ್ದಳೋ
ಶ್ರಾವಣದ ಸಿರಿ ಬರಲಿದೆ

ಮಣ್ಣಹುಡಿಯ ಕಣಕಣಕ್ಕೂ ಕಣ್ಣಾಗಿ ಪಡೆದು ಬಣ್ಣಗಳ ಜಾತ್ರೆ ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂಗಳದ ತುಂಬ ಮಲ್ಲಿಗೆ, ಅಬ್ಬಲ್ಲಿಗೆ, ಗೆಂಟಿಗೆ, ದಾಸಾಳ, ಶ್ಯಾವಂತಿಗೆ, ಗುಲಾಬಿ, ಶಂಖಪುಷ್ಪ – ಒಂದೇ ಎರಡೇ ನೂರಾರು ಹೂಗಳ ಸಂತೆ ನೆರಯಲಿದೆ. ಈ ಸೊಬಗು ನೋಡಲು ಮುಗಿಲಂಚಿನಲ್ಲಿ ಮೋಡ ಬಾಗಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಯಾವ

ಹೂವಿನಂಗಡಿಗೆ ನುಗ್ಗಬೇಕೊ ತಿಳಿಯದ ಗೊಂದಲದಲ್ಲಿ ಪಾತರಗಿತ್ತಿಗಳು ಗಲಿಬಿಲಿಯಿಂದ ಕುಪ್ಪಳಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅಪ್ಸರೆಯರೇ ಅಂಗಳಕ್ಕಿಂತ ಭಾಸ ಮೂಡಿಸುತ್ತವೆ. ಮನೆ ಬಿಟ್ಟು ಹೊರಗೆ ಬರಲಾರದಂತೆ ಸುರಿದ ಮಳೆಯೊಮ್ಮೆ ಬಿಡುವು ಕೊಟ್ಟರೆ ಹೊರಗೆ ಬಾಗಿಲಾಚೆಗೆ ಗೇಟು ದಾಟಿ ಬಯಲಿಗಿಳಿಯಬಹುದು. ಹಿಂಡು ಮೋಡಗಳು ದಂಡೆತ್ತಿ ಹೊರಟಂತೆ ಓಡುವುದ ನೋಡಬಹುದು. ತುಂಬಿ ಹರಿವ ಕೆರೆಯ ಕೆನ್ನೆ ಮೇಲೆ ಮುತ್ತಿಡುವ ತುಟಿಯಂತೆ ಕೂತ ಕೆನ್ನೈದಿಲೆಗೆ ಕೈ ಬೀಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಇದೇನಾಶ್ಚರ್ಯ ಕೊಳವು ನೀಲಿ ಮುಗಿಲಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿದೆ, ಮುಗಿಲು ನೀರಕೊಳದಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿದೆ. ಬೇಂದ್ರೆ ಕವನದ ಸಾಲು ಹೇಳುವಂತೆ:

ಕೃಷ್ಣವರ್ಣದ ವಾಸುದೇವ ಬೀರಿದ ಬೆಳಕು
ಘನ ನೀಲ ಗಗನದಲಿ ಸೋಸಿ ಬಂದಂತೆ
ನೀಲ ಘನ ವೃಷ್ಟಿಯನ್ನುಂಡಾ ವಸುಂಧರೆಯ ಹಸಿರಿನಲಿ ಕಾಮನನೆ ಹಡೆದು ತಂದಂತೆ.

ಹಸಿರುಗುಡೆಯುಟ್ಟು ಹೂ ಮುಡಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಶ್ರಾವಣದಲ್ಲಿ ಸಾಲುಸಾಲು ಹಬ್ಬಗಳು. ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಒಂದೊಂದು ವ್ರತ, ಸಡಗರ. ನಾಗಪ್ಪನಿಗೆ ತನಿ ಎರೆಯುವ ಚೌತಿ, ಅರಳು–ಎಳ್ಳು ಶೇಂಗಾ–ಸೇವಿನುಂಡೆಗಳ ಪಂಚಮಿ. ಎತ್ತೆತ್ತರದ ಮರದ ಗೆಲ್ಲುಗಳಲಿ ಜೀಕುವ ಜೋಕಾಲಿ. ಹೊಸ ಜನಿವಾರ ಧರಿಸುವ ನೂಲುಹುಣ್ಣಿಮೆ, ಅಣ್ಣ–ತಮ್ಮಂದಿರ ಪ್ರೀತಿ–ವಾತ್ಸಲ್ಯಗಳ ನವೀಕರಣಕ್ಕೆ ರಕ್ಷಾಬಂಧನ. ಎರಡನೇ ಶುಕ್ರವಾರದ ವರಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮೀ. ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷದ ಅಷ್ಟಮಿಯಂದು ಗೋಕುಲಾಷ್ಟಮಿ. ಮತ್ತೆ ಹತ್ತು ದಿನ ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಭಾದ್ರಪದದ ಸ್ವರ್ಣಗೌರಿವ್ರತ, ಮರುದಿನ ಬರುತ್ತಾನೆ, ಗಣೇಶ. ಐದು ದಿನದ ಪೆಂಡಾಲುಗಳು, ಬೀದಿಗಳಲ್ಲಿ ಮೆರವಣಿಗೆ, ಎಳೆಯುಷ್ಟಮಿ, ಅನಂತನ ಚತುರ್ದಶಿ, ಪಿತೃಪಕ್ಷದ ಶ್ರಾದ್ಧ, ಮಹಾಲಯ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ.

ಓಹ್! ಇನ್ನು ಅಡುಗೆಮನೆಗೆ ಬಿಡುವೇ ಇಲ್ಲ. ಸಣ್ಣಗೆ ಬೆಂಕಿಯುರಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಒಂದೊಂದೇ ಕಾಳುಗಳನ್ನು ಹುರಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಚೀಚೆ ಮನೆಯವರಿಗೆ ಘಂ ಎಂಬ ವಾಸನೆ ತಲುಪಿ ಯಾವ ಉಂಡೆಗಳ ತಯಾರಿ ನಡೆದಿದೆ ಎಂಬ ಸುದ್ದಿ ತಲುಪಿಯೇ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಹೆಸರು, ಕಡಲೆ, ಪುಟಾಣಿಗಳೆಲ್ಲ ಹುರಿದು ಕೆಂಪಾಗಿ ಡಬ್ಬಿಯಲ್ಲಿ ಕೂತು ಗಿರಣಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಪಂಚಮಿ ಎದುರಿರುವಾಗ ಎಷ್ಟೇ ಮಳೆಯಿದ್ದರೂ ಕರೆಂಟಿದ್ದಷ್ಟೂ ಹೊತ್ತು ಗಿರಣಿ ತೆರೆದುಕೊಂಡು ಕೂಡುತ್ತಾನೆ ಆತ. ಹಿಟ್ಟು ಬೀಸಿಕೊಂಡು ಬಂದೊಡನೆ ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ಕೆಲಸ. ಕರದಂಟಿನನುಂಡೆ, ಸೇವಿನುಂಡೆ, ಲಡ್ಡಕಿಯುಂಡೆ, ತಂಬಿಟ್ಟು, ರವೆಲಾಡು, ಬೇಸನ್ ಲಾಡು– ಪ್ರತಿ ಮನೆಯಲ್ಲೂ ಕಡೇ ಪಕ್ಷ ಐದು ಬಗೆಯ ಉಂಡೆಗಳನ್ನು ಮನೆಯ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಉಡಿ ತುಂಬಬೇಕು. ಆಚೀಚೆಯವರು ತಾಟಿನಲ್ಲಿ ಬಗೆಬಗೆಯ ಉಂಡಿಗಳನ್ನಿಟ್ಟು ಕೊಟ್ಟಾಗ ತಿರುಗಿ ನಮ್ಮ ಮನೆಯ ಉಂಡಿಗಳನ್ನು ತುಂಬಿ ಕೊಡಬೇಕಲ್ಲ! ಸಿಹಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಖಾರದ ತಿನಿಸಿರದಿದ್ದರೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆಯೆ? ಚಕ್ಕುಲಿ, ಕೋಡಬಳೆ, ಖಾರದವಲಕ್ಕಿ, ಶಂಕರಪಾಳಿ ಇಷ್ಟಾದರೂ ಆಗಲೇಬೇಕಲ್ಲ! ಹಬ್ಬಕ್ಕೆ ಮಗಳು ತವರಿಗೆ ಬರಲೇಬೇಕು. ಉಡಿ ತುಂಬಲಿಕ್ಕೆ ಹೊಸ ಸೀರೆ ತರಬೇಕು. ಒಂದು ಕೊಳ್ಳಲು ಹೋದಾಗಲೇ ನಾಲ್ಕು ಚೆಂದ ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಯಾವುದು ಕೊಳ್ಳುವುದು, ಯಾವುದು ಬಿಡುವುದು ಗೊಂದಲವುಂಟಾಗಿ ಎರಡಾದರೂ ಕೊಳ್ಳೋಣ ಎನಿಸಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಮಗಳಿಗೆ ಕೊಡುವಾಗ ತನಗೂ ಒಂದು ಇದ್ದರೆ ಹೇಗೆ ಅಂತ ಪ್ರಶ್ನೆ ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ.

ಈ ಮಾದರಿಯದು ತನ್ನ ಬಳಿ ಇಲ್ಲವಲ್ಲ ಅಂತ ಸಮಜಾಯಶಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಅದು ನಾರಿಗೂ ಸೀರೆಗೂ ಇರುವ ಜನ್ಮಜನ್ಮದ ಅನುಭಂಧ! ಕೊಂಡಷ್ಟೂ ತೀರದ ವ್ಯಾಮೋಹ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಜಡಿಮಳೆಯಲ್ಲೂ ಗಿಜಿಗಿಜಿ ವ್ಯಾಪಾರ ನಡೆಸಿವೆ ಸೀರೆಯಂಗಡಿಗಳು. ಪೇಟೆ ಬೀದಿ ಹೊಕ್ಕ ಮೇಲೆ ಕೇಳಬೇಕೆ? ಗಿಳಿಹಸಿರು ಬಣ್ಣದಲ್ಲಿ ಚೆಂದಗೆ ನಗುತ್ತಿರುವ ಪೇರಲ ಕಾಯಿಗಳು, ಕೆಂಪಗೆ ಹಲ್ಲುಕಿಸಿದು ಕೂತಿರುವ ದಾಳಿಂಬೆಗಳು, ದಪ್ಪಗೆ ಮುಖ ಊದಿಸಿಕೊಂಡು ಬಡಿವಾರದಲ್ಲಿ ಎತ್ತರದ ಹಲಗೆ ಹತ್ತಿರುವ ಸೇಬುಗಳು. ಹಣ್ಣು ನೈವೇದ್ಯಕ್ಕಿಡದಿದ್ದರೆ ಅದೆಂತಹ ಹಬ್ಬವಾದೀತು. ಹೂವಿನ ರಾಶಿ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಕೂತವಳ ಎದುರಿಗೆ ಬಂದಾಗಲೇ ಹೌಹಾರುವಂತಹ ಸ್ಥಿತಿ ಬರುವುದು. ಅಬ್ಬಾ ಮಲ್ಲಿಗೆ ಮಾರೊಂದಕ್ಕೆ ಎಷ್ಟು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ! ಕೇಳಿದರೆ ಎಲ್ಲೂ ಮಾಲೇ ಇಲ್ಲ ಅಮ್ಮಾ ನನಗೆ ಬುಟ್ಟಿಗೆ ಇಷ್ಟು ಬಿದ್ದಿದೆ ಅಂತ ಇಷ್ಟುದ್ದ ಕತೆ ಹೇಳುತ್ತಾಳೆ. ಅದ್ಯಾಕೆ ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮೀಗೂ ರೇಟೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಹೂಮಾಲೆಗೂ ಸಂಬಂಧ ಹೀಗೆ ಕುದುರಿಕೊಂಡಿದೆಯೊ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಪೂಜೆಗೆ ಬರುವ ಮುತ್ತೈದೆಯರಿಗೆ ಅರಿಶಿಣ–ಕುಂಕಮದ ಜೊತೆ ಎಲೆ–ಅಡಿಕೆ ಇಟ್ಟು ಹೂಮಾಲೆಯ ತುಂಡು ಕೊಡಬೇಕಲ್ಲ. ಅಂತೂ ಚೌಕಾಶಿ ಮಾಡಿ ಗೊಣಗೊಣ ಎಂದು ಅಲವತ್ತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ಖರೀದಿಸಬೇಕು. ಉಡಿ ತುಂಬುವ ವಸ್ತುಗಳೆಲ್ಲ ಒಂದೇ ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಬಿಡುವುದರಿಂದ ತಾಪತ್ರಯವಿಲ್ಲ. ಖಣದ ಬಟ್ಟೆ, ಹಣಿಗೆ, ಬಳೆಗಳು, ಕರಿಮಣಿ, ಕೊಳ್ ನೂಲು (ಕೆಂಪುದಾರ) ಜೊತೆಗೆ ಪಿಳಿಪಿಳಿ ಕಣ್ಣು ಮಿಟಕಿಸುತ್ತ ಇಣುಕಿ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಪುಟಾಣಿ ಕನ್ನಡಿ. ಯಾರೂ ಹೊಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ ರವಿಕೆ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುವ ಬದಲಿಗೆ ಈಗೀಗ ಪುಟ್ಟ ಸ್ಟೀಲು ತಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಡಬ್ಬಿಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಪರ್ಸುಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆಚೀಚೆ ಮನೆಯವರನ್ನೇನೋ ಹೋಗಿ ಕರೆಯಬಹುದು ಆದರೆ ಉಳಿದ ಗೆಳತಿಯರನ್ನು ಕರೆಯಲಿಕ್ಕೆ ಪೋನೇ ಗತಿ. ಮೊದಲ ಮಂಗಳವಾರ ಬಂದವರನ್ನು ಇನ್ನುಳಿದ ವಾರಗಳಂದು ನೀವೇ ಬಂದುಬಿಡಿ ಮತ್ತೆ ಪೋನು ಮಾಡಲಿಕ್ಕೆ ನನಗೆ ಸಮಯ ಸಿಕ್ಕುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಪುಸಿ ಹೊಡೆದಿಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ಸಾಕು. ಅಯ್ಯೋ ಅರಿಶಿಣ ಕುಂಕುಮಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲವೆನ್ನಲಿಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿದೆಯೆ ಎಂದು ಬರಲ್ಲೊಪ್ಪುತ್ತಾರೆ.

ಸಂಗೀತ ಶ್ರಾವಣ

ಸಂಗೀತಕ್ಕೂ ಶ್ರಾವಣಕ್ಕೂ ಇರುವ ಸಂಬಂಧ ಅವಿನಾಭಾವ. ಚಿತ್ರಸಂಗೀತದಲ್ಲಿ ಶ್ರಾವಣ ಹಾಸುಹೊಕ್ಕಾಗಿ ವಿಫುಲವಾಗಿದೆ. ಅನೇಕ ಚಿತ್ರಗಳು ಶ್ರಾವಣ/ ಸಾವನ್ ಶೀರ್ಷಿಕೆಯನ್ನು ಬಳಸಿವೆ. 'ಆಯಾ ಸಾವನ್ ಝೂಮ್ ಕೇ' (1969), 'ಸಾವನ್ ಬಾಧೋನ್' (1967), 'ಸೊಲ್ವಾ ಸಾವನ್', (1979), 'ಸಾವನ್ ಕೋ ಆನೆ ದೋ' (1979), 'ಪ್ಯಾಸಾ ಸಾವನ್' (1980) ಇತ್ಯಾದಿ.

ಬಹಳಷ್ಟು ಹಾಡುಗಳಲ್ಲಿ ಶ್ರಾವಣದ ಛಾಯೆ ಎದ್ದು ಕಾಣುತ್ತದೆ.

ಹಿಂದೂಸ್ಥಾನಿ ಸಂಗೀತದಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಶ್ರಾವಣದ ನಾದ ಕೇಳಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಅನೇಕ ಬಂದಿಶ್‌ಗಳು 'ಸಾವನ್' ಅನ್ನು ಆಧರಿಸಿವೆ.

'ಸಾವನ್ ಕೀ ಋತು ಆಯೀ..'
'ಸಾವನ್ ಕೀ ಬೂಂದನಿಯಾ..'
'ಅಬ್ ರೆ ಸಾವನ್ ಘರುವಾ..'

'ಸಾವನ್ ಗಗನೇ ಘೋರ್ ಘನ್ ಘಟಾ..'

'ಸಾವನ್ ಋತು ಆಯೀ ಸಖೀ ರೀ.. ಪ್ರಿಯಾ ಕಾ ಸಂದೇಸಾ ಲಾಯೀ..'

'ಬದರಿಯಾ ಆಯೀ ರೆ ಸಾವನ್ ಕಿ..

ಈ ಚೀಸ್‌ಗಳಲ್ಲೆಲ್ಲ ಶ್ರಾವಣದ ಭಾವ ವೈವಿಧ್ಯಮಯವಾಗಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತವಾಗಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಆಲಿಸಬಹುದು.

ಕನ್ನಡದ ಚಿತ್ರಗೀತೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಹ ಶ್ರಾವಣದ ಇರುವಿಕೆ ಢಾಳಾಗಿಯೇ ಇದೆ. ಡಾ। ರಾಜ್ ಅಭಿನಯದ ಶೃಂಗಾರಭರಿತವಾದ 'ಶ್ರಾವಣ ಮಾಸ ಬಂದಾಗ... ಆನಂದ ತಂದಾಗ ವಿರಹ ಗೀತೆ ಇನ್ನಿಲ್ಲ ಪ್ರಣಯಗೀತೆ ಬಾಳೆಲ್ಲ..' ಹಾಡಂತೂ ಇಂದಿಗೂ ಹಸಿರಾಗಿಯೇ ಇದೆ.

ಸಾಹಿತ್ಯ ಶ್ರಾವಣ

ಶ್ರಾವಣವೆಂದರೆ ಬೇಂದ್ರೆ ಥಟ್ಟನೆ ನೆನೆಪಾಗುತ್ತಾರೆ. ಅಂಬಿಕಾತನಯದತ್ತರು ಶ್ರಾವಣದ ವರಕವಿ. ಅವರ ಶ್ರಾವಣದ ಹಾಡುಗಳು ಬಹಳ ಸೊಗಸಾಗಿವೆ.

ಗಂಗಾವತರಣದಲ್ಲಿ ಭಾರತದ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಅವರ ಇಂಗಿತ– ಬಂದಿಯೊಳಗಿದ್ದ ಬಂಧನವ ಬಿಡಿಸುವಾ। ಬಂದಿಕಾರ ಶ್ರಾವಣ

ಕತ್ತಲೆಯ ತುಟ್ಟ ತುದಿ ಹತ್ತಿರವೆ ಬೆಳಕು ಬದಿ
ಎಂದು ಸಾರೋ ಶ್ರಾವಣ
ಮುಂದೆ ಬರುವ ಸ್ವತಂತ್ರ ವಂಧಿ ಮಾಗಧ ನೀನು
ಬಂಧುರಾಂಗ ಶ್ರಾವಣ..
ಮತ್ತೊಂದು ಕವಿತೆಯಲ್ಲಿ–
ಶ್ರಾವಣ.. ನ ಗೆಜ್ಜೆ ಹೆಜ್ಜೆ
ಕುಣಿದು ಹೋದವೇನೋ ಇನ್ನೂ ಅಲ್ಲೂ ಇಲ್ಲೂ ಎಲ್ಲ ಹಸಿರು
ಹುಲ್ಲೆ ಹುಲ್ಲು ಹೂವೆ ಹೂವು..

ಶ್ರಾವಣದ ಸೋಜಿಗ

ಮಹರ್ಷಿ ಅರವಿಂದರ ಜನನ, ಭಾರತದ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಇವೆಲ್ಲ ಶ್ರಾವಣ ಮಾಸದಲ್ಲೇ; ಆಯುರ್ವೇದದ ಪ್ರಕಾರ, ಈ ಋತುವಿನಲ್ಲಿ ಶರೀರದ ವಾತ ಪ್ರಕೋಪದಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಚಂಚಲವಾಗುವುದೆಂದೂ, ಅದರ ಸ್ಥಿರತೆಗಾಗಿ ಹಬ್ಬಗಳು ಪೂರಕವೆಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಈ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯನ ಕಿರಣಗಳ ಲಭ್ಯತೆ ಕಡಿಮೆ ಮತ್ತು ಮಾನವನ ಪಚನಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆ ಇರುವ ಕಾರಣ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವುದು ಸೂಕ್ತವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೇ ಜೀರ್ಣಶಕ್ತಿ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುವುದು ಇದರ ಹಿಂದಿನ ಮರ್ಮ. ಅಲ್ಲದೇ ನೀರಿನಿಂದ ಬರುವ ರೋಗಗಳ ಸಾಧ್ಯತೆ ಈ

ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಧಿಕ. ಹೀಗೆ, ಉಪವಾಸದಿಂದಾಗಿ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿ ನಾವು ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಮ್ಮ ಶ್ರಾವಣದ ಆಚಾರ ನೆರವಾಗಿದೆ. ಈ ಕಾಲದಲ್ಲೇ ಬಹಳಷ್ಟು ಮಡಿ ಆಚಾರ ನೆರವಾಗಿದೆ. ಜೀವಿಗಳು ತಮ್ಮ ಸಂತತಿ ವೃದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳ ಬೇಟೆ, ಹಿಂಸೆ, ಮಾಂಸಾಹಾರ ನಿಷಿದ್ಧ. ಹೀಗೆ ಪರಿಸರದ ನಿರಂತರತೆಯಲ್ಲೂ ಕೂಡಾ ಶ್ರಾವಣದ ಕೊಡುಗೆ ಸೋಜಿಗವೆನಿಸುವಂತಿದೆ. ಶ್ರಾವಣವನ್ನು ಶೃಂಗಾರ ಮಾಸವೆಂದಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರಕೃತಿ ಮಿಂದು ಹಸಿರು ಹೊದ್ದು ಸುಂದರ ಸುಮಗಳನ್ನು ಮುಡಿದು ರಾರಾಜಿಸುವುದನ್ನು ಕಂಡರೆ ಇದು ಸತ್ಯವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಧಾರಿಣಿ ಸಮೃದ್ಧಿಯಾಗಿ ಹಬ್ಬಗಳಿಗೆ ತೋರಣ ತಳೆದು ಶ್ರಾವಣದ ಹೊರಣ ಬಡಿಸುವಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಧೋ ಎಂದು ಸುರಿಯುವ ಮಳೆಯಲ್ಲಿ ಗುಡ್ಡ ಹತ್ತುವಾಗ ಅದೋ ಬಂದ ಶ್ರಾವಣದ ಅರಿವಾಗಿ ಮೈ ಒಮ್ಮೆ ಕಂಪಿಸಿತು. ಅದು ಖುಷಿಗಲ್ಲದೇ ಆಷಾಢದ ಗಾಳಿಗಲ್ಲವೇ ಅಲ್ಲ... ಸುಖದ ಜೋಕಾಲಿಯಲ್ಲೊಮ್ಮೆ ಜೀಕು.. ಕಾಲು ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಮೀಟಿ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ.. ಮತ್ತೂ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಶಕ್ತಿ ಮೀರಿ ಜೀಕಿದ ಜೀಕು ಎತ್ತಿ ಹಾಕಿದ್ದೆಲ್ಲಿಗೆ?

ಬೇಂದ್ರೆ ಕಂಡ ಶ್ರಾವಣ

ಜನಜೀವನದ ಬದುಕ ನಂತರ ಕವಿ ಶ್ರಾವಣವನ್ನು ಕಂಡ ಪರಿ ನೆನೆಯದಿದ್ದರೆ ಅಪೂರ್ಣವೆನಿಸೀತು. ಶ್ರಾವಣಕ್ಕೆ ಏನೇನೆಲ್ಲ ಶಕ್ತಿಯಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅಂಬಿಕಾತನಯ ದತ್ತರು ಕಟ್ಟಿಕೊಟ್ಟ ಹಾಗೆ ಯಾರೂ ಕಟ್ಟಿಕೊಡಲಾರರೇನೋ. ಹತ್ತಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಶ್ರಾವಣ ಕವನಗಳನ್ನು ಬರೆದ ಬೇಂದ್ರೆಯವರ ಹೆಸರಿನೊಡನೆ ಧಾರವಾಡ, ಶ್ರಾವಣ ಎರಡೂ ಹೆಸರೂ ಬಿಡಿಸಲಾಗದಂತೆ ಬೆರೆತು ಹೋಗಿವೆ. ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವಾಗರ್ಥದಂತೆ

ಶ್ರಾವಣ ಕವಿತೆಯ ಈ ಸಾಲು ನೋಡಿ..'ಶ್ರಾವಣ ಬಂತು ಹೊಳಿಗಳಿಗೆ। ಅದೇ ಶುಭಗಳಿಗೆ, ಹೊಳಿಗೆ ಮತ್ತೆ ಮಳಿಗೆ। ಆಗ್ಯೇದ ಲಗ್ನ। ಅದರಾಗ ಭೂಮಿ ಮಗ್ನ..॥ ಎಷ್ಟು ಚೆಂದದ ಕಲ್ಪನೆ ಇದು..

ಶ್ರಾವಣ ಮೊದಲು ಬಂದಿದ್ದು ದಕ್ಷಿಣದ ಕಡಲಿಗೆ..ರಾವಣ ಕುಣಿದ ಹಾಗೆ (ದಕ್ಷಿಣದ ಕಡಲೊಡೆಯ ರಾವಣನಲ್ಲವೇ). ಆ ಗಾಳಿಯೊ ಭೈರವನ ರೂಪ ತಾಳಿ ಬೀಸಿದಂತೆ.. ಕಾಡಿಗೆ.. ನಾಡಿಗೆ.. ಬೀಡಿಗೆ ಘಟ್ಟಕ್ಕೆ.. ರಾಜಪಟ್ಟಕ್ಕೆ.. ಬಾನಮಟ್ಟಕ್ಕೆ.. ಊರಿಗೆ.. ಕೇರಿಕೇರಿಗೆ. ಹೀಗೆಲ್ಲ ಬಂದ ಶ್ರಾವಣ ಮಾಡಿದ್ದೆಲ್ಲ ಪವಾಡವೇ..!! ಹಾಡಹಗಲೇ ರವಿ ಕಾಣೆಯಾಗುವಂತೆ.. ಮನದ ನನೆಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಕೋಗಿಲೆ ಉಲಿಯುವಂತೆ.. ರಸ ಉಕ್ಕುವಂತೆ. ಬೆಟ್ಟಕ್ಕೆಲ್ಲಾ ಹಸಿರಂಗಿ ತೊಡಿಸುವಂತೆ.. ಬನವೆಲ್ಲ ತಲೆಗೆ ಬಾಸಿಂಗ ಕಟ್ಟಿ ಹರ್ಷಗೊಂಡ ಮದುಮಗನಂತೆ.. ಗುಡ್ಡವೆಂಬ ಸ್ಥಾವರಲಿಂಗಕ್ಕೆ ಅಭ್ಯಂಗ ಎರೆದಂತೆ.. ಮಾಡಿದ್ದು ನೂರು ವೇಷ ಕಟ್ಟಿ ತಾನು ದಣಿದರೂ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಕುಣಿಸುವ ಪವಾಡ!.

ಶ್ರಾವಣಕ್ಕೊಂದು ತತ್ವವಿದೆ. ಜೋಳದ ಅರಳು ಮಾಡುವಾಗ ಎಲ್ಲ ಕಾಳುಗಳೂ ಅರಳಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನೆನಸಿಡುವ ಹದ.. ನೀರಾರಿಸುವ ಹದ.. ಜೊತೆಗೆ ಕಾಳಿನ ಉತ್ಕೃಷ್ಟತೆ ಎಲ್ಲವೂ ಅರಳಾಗುವಲ್ಲಿ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ತಂಪಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಯಿಟ್ಟು. ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ನೀರಾರಿಸಿ.. ಬೆಂಕಿಯ ಮೇಲೆ ಹುರಿದ ಮೇಲೆ ಗಟ್ಟಿ ಕಾಳು ಹದವಾಗಿ ಅರಳುವುದು..ತಂಪು.. ಕಾವು ಎರಡರಲ್ಲಿ ಒಂದು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಜೋಳ ಅರಳಾಗದು.. ಬದುಕೂ ಹಾಗೇ..

ಎರಡೇ ಬೇಕು ಅರಳಲು, ಮಾಗಲು.. ಎಷ್ಟು ಬರೆದರೂ ಮತ್ತಷ್ಟು ಉಳಿಸುವ ನೆನಪುಗಳು..

ಈ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ನೆನೆಯದಿದ್ದರೆ ಶ್ರಾವಣ ಮುನಿದೀತು..
ಹಸಿರುಟ್ಟ ಬಸುರಿಯ ಹಾಂಗ । ನೆಲಾ
ಹೊಲಾ ಹ್ಯಾಂಗ। ಅರಿಷಿಣ ಒಡೆಧ್ಹಾಂಗ ।
ಹೊಮ್ಮುತಾವ । ಬಂಗಾರ ಚಿಮ್ಮುತಾವ ।

ಶ್ರಾವಣದ ಸೊಬಗಿನ ಅಂದಕ್ಕೆ ಸೋತ ಮನದ ಜೋಕಾಲಿ ಜೀಕುತ್ತಲೇ ಇದೆ..ಕೆಳಗಿಳಿಯುವ ಮನವಿಲ್ಲದೆ. ಶ್ರಾವಣ ಮಂತು ನಾಡಿಗೆ ಬಂತು ಬೀಡಿಗೆ

ಶ್ರಾವಣ ಮತ್ತೆ ಬಂದಿದೆ. ತನ್ನ ಆಗಮನಕ್ಕೆ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ಕೆರೆ–ಕೊಳ್ಳಗಳನ್ನು ತುಂಬಿಸಿದೆ. ಹೃದಯಗಳಿಗೆ ಮುದ ತಂದಿದೆ. 'ಎಷ್ಟು ಹೋಲಿಕೆಯ ಕೊಟ್ಟು ಹೊಗಳಿ ಮನವು ತಣಿಯದು; ರೂಪಗಳಿಗೆ ಚಿತ್ರಗಳಿಗೆ ಉಪಮೆಗಳಿಗೆ ಗಣಿಯದು' ಎಂದು ಕವಿ ದ.ರಾ.ಬೇಂದ್ರೆ ಅವರು ಬಣ್ಣಿಸಿರುವ ಪರಿಯೇ ಶ್ರಾವಣದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಸಾರುತ್ತದೆ. ಇಂಥ ಶ್ರಾವಣ, ಸಾಹಿತಿಗಳ ಕಣ್ಣಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಮಾಸದಲ್ಲಿ ಆರಂಭವಾಗುವ ಹಬ್ಬಗಳ ಸಾಲು, ಅವುಗಳ ಧಾರ್ಮಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆ, ಚಲನ ಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಬಣ್ಣಿಸಿದ ಬಗೆ ಇವುಗಳ ನೋಟ ಇಲ್ಲಿದೆ.

ಶ್ರಾವಣ ಎಂದ ಕೂಡಲೆ ಮಳೆ ಮಳೆ ಮಳೆ. ಇದು ನಿರಂತರ ಬರುವ ಹಬ್ಬಗಳ ಮಾಸವೂ ಹೌದು. ಹಬ್ಬಗಳೆಂದರೆ ಭರಪೂರ ಸಿಹಿ ಅಡುಗೆ, ಕಜ್ಜಾಯ. ಅವೆಲ್ಲ ಮಳೆ ಸುರುವ ತಂಪಿನ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿರುವ ಉಷ್ಣ ಪದಾರ್ಥದ ಬೆಲ್ಲದಡುಗೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೂ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡ ಸಂಪ್ರದಾಯ. ಹಸಿರನುಟ್ಟ ಶ್ರಾವಣವು ಅನೇಕ ಕವಿಗಳನ್ನು ಅನೇಕ ಬಗೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಣಕುತ್ತ, ಕಾವ್ಯವನ್ನು ಉದ್ದೀಪಿಸುವ ಪ್ರೇರಕ ಶಕ್ತಿಯೂ, ಸ್ಫೂರ್ತಿಯ ಸೆಲೆಯೂ ಆಗಿದೆ.

ಚೆನ್ನವೀರ ಕಣವಿಯವರು ಹಬ್ಬಗಳ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಲೇ 'ಧಾರವಾಡದಲ್ಲಿ ಮಳೆಗಾಲ' ಎಂಬ ಪದ್ಯದಲ್ಲಿ ಗಣಪತಿಯು ಇಲಿಯೇರಿ ಭರ್ಜರಿ ವೇಷದಲ್ಲಿಯೆ ಬಂದನು ಗರಿಕೆ ಪತ್ರೆಯ ಸಂದಿತು ಕಡಬು ಹೋಳಿಗೆ ತಿಂದನು ಘಟಸ್ಥಾಪನೆಯಾಯ್ತು ಮೋಡದ ಕೊಡವು ಬುಡಮೇಲಾಯಿತು ಸೀಗೆ ಹುಣ್ಣಿಮೆಗೆ ಮಸಾರಿಯು ಹಸಿರು ಪುಚ್ಚವ ತೆರೆಯಿತು ಗೌರಿಹುಣ್ಣಿವೆ ಹಾಲ್ಗುಡಿದು ಬಿಳಿ ಜೋಳ ಧ್ವಜವನೆತ್ತಿತು ಗೋಧಿ ಹೊಡೆಗಟ್ಟಿರಲು ಕಡಲೆಯ ಮಡಿಲು ಹೂಮಿಡಿ ತುಂಬಿತು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಶ್ರಾವಣವೆಂದರೆ ಕಣವಿಯವರಿಗೆ ಹೊಸ ಹುಟ್ಟು. ಪುತಿನ ಅವರದೊಂದು ಪದ್ಯದಲ್ಲಿ ಬರುವಂತೆ ಮಳೆಯು ನಾಡ ತೊಯ್ಯುತಿರೆ, ಮಂಜಿಗಿರುಳು ಬೆದರುತಿರೆ ಸೋನೆ ತಿರೆಯ ತೊಯ್ಯುತಿರೆ, ಮಿಂಚೆ ತಿಮಿರ ನಡುಗುತಿರೆ ಮುದವು ಮೊಳೆದು ನಮೆವುದು..

ಹೀಗೆ ಮಳೆಯಿಂದಲೇ ಮಳೆಯ ಹಬ್ಬಗಳ ಮುದವೊಂದು ಶ್ರಾವಣದಲ್ಲಿ ಹೆಜ್ಜೆಯಿಡುವುದು. ಅವರೇ ಇನ್ನೊಂದು ಪದ್ಯದಲ್ಲಿ ಹೇಳುವಂತೆ

ಸಂಜೆ ಗಾಳಿಗೆ ಜಳಕ ಮಾಡಿಸೆ, ಹನಿತು ಮಳೆ ಹೊಳೆಯೋಡಿತು
ಮುಗಿಲ ರೆಂಬೆಯ ಮೇಲೆ ಮಿಂಚಿನ ಹಕ್ಕಿ ರೆಕ್ಕೆಯ ಕೆದರುತ್ತ

ಹೀಗೆ ಪುತಿನ ಕೊಡುವ ಮಳೆಯ ಚಿತ್ರಗಳು ಅದ್ಭುತ. ಶ್ರಾವಣವೆಂದರೆ ಪುತಿನ ಅವರಿಗೆ ಆರ್ದ್ರಗೊಂಡ ಅಂತರಂಗದ ಭಾವ. ಕೆ.ಎಸ್. ನರಸಿಂಹಸ್ವಾಮಿ ಅವರ 'ಮುಗಿಲ ದನಿ'ಯಲ್ಲಿ ಸೋನೆ ಸುರಿಯುವ ಮಿಂಚು ಹರಿಯುವ, ಸಿಡಿಲು ಸೀಳುವ ಇರುಳಿಗೆ ಬಾನ ಹಣೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಳ್ಳಿ ಕರಗುವ ನವಿಲ ಬಣ್ಣದ ಹಗಲಿಗೆ ಮುಗಿಲೆ ಮುಗಿಲೇ ನೀನು ಬಾಗಿಲೇ? ಮುಗಿಯದಾಸೆಯ ಬಾಗಿಲೇ? ಮಳೆಯೆಂದರೆ ಹೀಗೆ ಮುಗಿಯದಾಸೆಯ ಬಾಗಿಲಯ ತೆರಕೊಂಡಂತೆ. ಶ್ರಾವಣವೆಂದರೆ ನರಸಿಂಹಸ್ವಾಮಿಯವರಿಗೆ ಒಲವಿನ ಬಾಗಿಲು. ಶ್ರಾವಣ ಮಾಸ ಎಂದಾಕ್ಷಣ ಥಟ್ಟನೆ ನೆನೆಪಿಗೆ ಬರುವುದು ಆ ಮಾಸದಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆಯಾದರೂ ನಮ್ಮ ದೂರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಾರವಾಗುತ್ತಿದ್ದ ಡಾ. ರಾಜ್‌ಕುಮಾರ್ ಅಭಿನಯದ ನನ್ನ ಮೆಚ್ಚಿನ 'ಶ್ರಾವಣ ಬಂತು' ಕನ್ನಡ ಸಿನಿಮಾ. 'ಶ್ರಾವಣ ಮಾಸ ಬಂದಾಗ.. ಆನಂದ ತಂದಾಗ..'ಈ ಹಾಡಿನ ಮಾಧುರ್ಯಕ್ಕೆ ಸೋಲದವರಾರು?

ಶ್ರದ್ಧೆಯೊಳು ಬೆರೆತ ಚೆಲುವು ಈ ಶ್ರಾವಣ

ಶ್ರವಣ ನಕ್ಷತ್ರದಲ್ಲಿ, ವರ್ಷ ಋತುವಿನಲ್ಲಿ ಬರುವ ಮಾಸಗಳ ರಾಜನಾಗಿಹ ಈ ಶ್ರಾವಣ ಹಬ್ಬಗಳ ಒಡೆಯ.. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಹೆಣ್ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪ್ರಿಯ. ಶ್ರವ್ಯ ಎಂದರೆ ಕೇಳುವುದು. ಹಾಗೇ ಶ್ರವ ಎಂದರೆ ಸುರಿಯುವುದೂ ಎಂಬರ್ಥವಿದೆ. ಈ ಮಾಸದುದ್ದಕ್ಕೂ ಬರುವ ಹಬ್ಬಗಳ, ವ್ರತಗಳ ಆಚರಣೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಂತ್ರ ಘೋಷಗಳು, ಭಜನೆ, ಕೀರ್ತನೆಗಳು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಆರಾಧಕರ, ವ್ರತ ಧಾರಿಗಳ ಕಿವಿಗಳ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದುಭಕ್ತಿ ರಸ ಉಕ್ಕಿ ಹರಿಯುವುದು ಎಂಬರ್ಥದಲ್ಲೂ ಈ ಮಾಸವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಧೋ ಎಂದು ಸುರಿವ ಮಳೆಯಲ್ಲಿ ಮಿಂದು ಕಂಗೊಳಿಸುವ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸೊಬಗು, ಅದರ ಬೆಡಗು ಬಿನ್ನಾಣ.. ಆ ಚೆಲುವು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಸುರಿಸುವ ಆನಂದಾಭೂತಿ.. ಇವೆಲ್ಲಾ ಶ್ರಾವಣ ಮಾಸದ ಕೊಡುಗೆ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ವರಕವಿ ಬೇಂದ್ರೆಯವರು ತಮ್ಮ 'ಶ್ರಾವಣ ಬಂತು' ಕವಿತೆಯಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಅದ್ಭುತವಾಗಿ ಕಟ್ಟಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಬೆಟ್ಟ ತೊಟ್ಟಾವ ಕುತನಿಯ ಅಂಗಿ
ಹಸಿರು ನೋಡ ತಂಗಿ
ಹೊರಟಾವೆಲ್ಲೊ ಜಂಗಿ
ಜಾತ್ರಿಗೇನೋ । ನೆರದ?ದ ಇಲ್ಲೆ ತಾನೋ॥
ಬನ ಬನ ನೋಡು ಈಗ ಹ್ಯಾಂಗ
ಮದುವಿ ಮಗನ್ಹಾಂಗ
ತಲಿಗೆ ಬಾಸಿಂಗ
ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು । ನಿಂತಾವ ಹರ್ಷಗೊಂಡು
ಶ್ರಾವಣವೂ ಕಡಲೂ..
ಕಡಲಿಗೆ ಬಂತು ಶ್ರಾವಣ
ಕುಣಿದಂಗ ರಾವಣ
ಕುಣಿದಾವ ಗಾಳಿ ॐ

(ವಿವಿಧ ಮೂಲಗಳಿಂದ)

ಸಂಪ್ರೀತಿ ಸುಘೋಷ

ನೋಡುವ ದೃಷ್ಟಿ, ಕೇಳುವ ಮಾತು, ಮಾಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ, ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿಗೆ ಒಪ್ಪುವಂತೆ ಇರಬೇಕು. ಅದು ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಪ್ರಿಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಡಾ. ಬಾಲಗಂಗಾಧರನಾಥ ಮಹಾಸ್ವಾಮೀಜಿ

ಕಂದಾಚಾರ ಅಧ್ಯಾತ್ಮವಲ್ಲ, ಮೂಢತೆ ಎಂಬುದು ದಾರ್ಶನಿಕತೆಯಲ್ಲ!

ಡಾ. ರೋಹಿಣಾಕ್ಷ ಶಿರ್ಲಾಲು, ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು

ಕುವೆಂಪು ತಮ್ಮ ಮಾತು ಮತ್ತು ಬರವಣಿಗೆಗಳಲ್ಲಿ ಸದಾ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದ ಪ್ರಮುಖ ಪರಿಭಾಷೆಗಳೆಂದರೆ "ಮನುಜ ಮತ – ವಿಶ್ವಪಥ" ಎನ್ನುವುದು. ಇಂತಹ ವಿಶಿಷ್ಟ ಪರಿಭಾಷೆಗಳ ತಳಹದಿ ಯಾವುದು? ಇವುಗಳು ಕೇವಲ ಒಂದು ಬಗೆಯ ಆದರ್ಶದ ಕಲ್ಪನೆಗಳೇ? ಅಥವಾ ಕುವೆಂಪು ಅವರಿಗೆ ಈ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು ವಾಸ್ತವದ ನೆಲೆಗಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಮೂರ್ತಗೊಳ್ಳುವ ಬಗೆಯದ್ದೇ? ಎಂದು ವಿವೇಚಿಸಿದರೆ ಇವುಗಳ ತಳಹದಿ ಇರುವುದು ಅಧ್ಯಾತ್ಮದಲ್ಲಿ ಎಂದು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಹಾಗೆಯೆ ಇದು ಕೇವಲ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಿಭಾಷೆಯಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ. ಇದು ಕುವೆಂಪು ಪ್ರಕಟಪಡಿಸಿದ ವೈಚಾರಿಕ ಚಿಂತನೆಯ ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ ಎನ್ನಬಹುದು. ಕುವೆಂಪು ಏಕಕಾಲಕ್ಕೆ ವೈಚಾರಿಕವೂ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವೂ ಆದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ಮೂಡಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿದ್ದರು. ಅವರಿಗೆ ಕಂದಾಚಾರ ಅಧ್ಯಾತ್ಮವಲ್ಲ. ಮೂಢತೆ ದಾರ್ಶನಿಕತೆಯಲ್ಲ. ಈ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯನ್ನು ಕುವೆಂಪು ಸಾಹಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ನೋಡಬಹುದು. ಕಂದಾಚಾರ ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ನಡುವಿನ ಸ್ಪಷ್ಟ ಅಂತರವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ್ದರು. ಮೌಢ್ಯದ ನಿರಾಕರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ದೇವರನ್ನೇ ನಿರಾಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಮೌಢ್ಯದ ನಿರಾಕರಣೆಗಾಗಿ ದೇವರನ್ನೇ ನಿರಾಕರಿಸಬೇಕಾಗಿಯೂ ಇಲ್ಲ. ದೇವರನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುವ ನಾಸ್ತಿಕವಾದದ ಜತೆಗೆ ಕುವೆಂಪು ಅವರಿಗೆ ಸಹಮತವಿರಲಿಲ್ಲ.

ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಐಕ್ಯಕ್ಕೆ, ಮೈತ್ರಿಗೆ ಸಾಧನವಾಗುವ ಸಂಗತಿಗಳು ಯಾವುದು ಎನ್ನುವುದು ಬಹುಮುಖ್ಯ ಪ್ರಶ್ನೆಯಾಗಿದೆ. ನೂರಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಹಲವು ಜನ ಈ ಬಗೆಯ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ ಮೇಲೂ ಸಾಧಿತವಾಗಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾದ ಸಂಗತಿಯೂ ಇದೇ ಆಗಿದೆ. ಅವರ 'ವಿಚಾರ ಕ್ರಾಂತಿಗೆ ಆಹ್ವಾನ' ಉಪನ್ಯಾಸದಲ್ಲಿಯೂ ಮತಭ್ರಾಂತಿಯು ಲೋಕಕ್ಕೆ ಉಂಟುಮಾಡಿರುವ ಹಾನಿಯ ಬಗೆಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಚಿಂತನೀಯ ಅಂಶಗಳಿವೆ. ಅವರು ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ, "ಐಕ್ಯಕ್ಕೂ ಮೈತ್ರಿಗೂ ಸಾಧನವಾಗುವ ಆ ಚಿರಂತನ ಅಧ್ಯಾತ್ಮವನ್ನು ಈ ಅಜ್ಞಾನ ಜನ್ಯವಾದ ಮತಭಾವನೆ ಆಕ್ರಮಿಸಿ ವರ್ಣ, ಜಾತಿ, ಪಂಥ, ಕೋಮು, ಪಂಗಡಗಳೆಂಬ ನೂರಾರು ಭೇದ ಭಾವನೆಗಳ ಬಿರುಕು ಒಡಕುಗಳಿಗೆ ಸಮಾಜವು ಛಿದ್ರಛಿದ್ರವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಿದೆ. ಈ ಭೇದಭಾವನೆಗಳು, ಛಿದ್ರಗಳೂ ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಇರುತ್ತವೆಯೋ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನಿಜವಾದ ಸಮಾನತಾ ಭಾವನೆಯ ಪ್ರಜಾಸತ್ತೆ ಬರಿಯ ಮರೀಚಿಕೆಯ ಭ್ರಾಂತಿ ಜಲವಾಗುತ್ತದೆ" (ಕುವೆಂಪು ಸಮಗ್ರ ಗದ್ಯ, ಸಂ–2, ಪು–444) ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಕುವೆಂಪು ಅವರ ವೈಚಾರಿಕತೆಗೆ ಸಣ್ಣ ಪೂರ್ವಾಗ್ರಹವೂ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಅದು ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಜಾತಿಯ, ಒಂದು ಗುಂಪಿನ ವಿರೋಧದಂತಹ ಕ್ಷುಲ್ಲಕ ಮನಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದ್ದಲ್ಲ. ಆಳವಾದ ತತ್ವಜ್ಞಾನವೇ ಈ ವೈಚಾರಿಕತೆಯ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿದೆ. ಅದನ್ನು ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಶಿಕ್ಷಣದಿಂದ ಪಡೆದರು, ಪಶ್ಚಿಮದ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ಪಡೆದರು ಎಂದರೆ ಅವರ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಕುಬ್ಜಗೊಳಿಸಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಹಳೆಯದೆಲ್ಲವನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದೇ ವಿಚಾರವಾದ ಎಂದು ಭಾವಿಸುವವರಿಗೆ ಕುವೆಂಪು ವಿಚಾರವಾದಿಯಾಗಿ ಕಾಣಲಾರರು. ಅವರ ವಿಚಾರವಾದದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಅತಿರೇಕದ ಗಡಿಯನ್ನು ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಮಾದರಿಯ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಕುವೆಂಪು ಅವರ ಚಿಂತನೆ ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿ ಕಾಣುವುದು. ಅಲ್ಲಿ ಯಾರ ವಿರುದ್ಧವೂ ದ್ವೇಷವಿಲ್ಲ. ಹಳೆಯದೆಲ್ಲವೂ ತಿರಸ್ಕಾರಯೋಗ್ಯವಾದುದು ಎನ್ನುವ ಪೂರ್ವಾಗ್ರಹ ಕುವೆಂಪು ಅವರಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ತಿರಸ್ಕರಿಸಿದರೆ, ಸಾಕಷ್ಟು ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತೇವೆ ಎಂದೇ ಭಾವಿಸಿದ್ದರು.

ಕುವೆಂಪು ಅವರ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಭಾರತದ ವೈಚಾರಿಕ ಲೋಕದಲ್ಲೊಂದು ಬಹು ದೊಡ್ಡ ಕ್ರಾಂತಿಕಾರಿ ಚಳವಳಿಯೊಂದು ನಡೆಯುತ್ತಿತ್ತು. ಈ ಚಳವಳಿಯ ಜನರು ಹಳೆಯ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ್ದು ಎನ್ನುವ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ರಾಮಾಯಣ, ಮಹಾಭಾರತ ಮೊದಲಾದ ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾವ್ಯಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟುಹಾಕುತ್ತಿದ್ದರು. ಈ ಪ್ರಸಂಗವನ್ನು ಕುವೆಂಪು ಅವರು ಗ್ರಹಿಸಿದ ರೀತಿ ಅವರ ವೈಚಾರಿಕ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಗೆ ನಿದರ್ಶನವಾಶಗುತ್ತದೆ. ಹಳೆಯ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ಕರಗಿಸಿ ನಮ್ಮ ಇಷ್ಟಕ್ಕೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಹೊಸದಾಗಿ ಆಭರಣ ಮಾಡಿಸುವಂತೆ ರಾಮಾಯಣ, ಮಹಾಭಾರತ ಮೊದಲಾದ ಕತೆಗಳನ್ನು ಬಿಸಾಡದೆ, ಅವನ್ನು ಕರಗಿಸಿ ನಮ್ಮ ಹೊಸ ಧ್ಯೇಯ, ಹೊಸ ಇಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ರೂಪುಗೊಳಿಸಬೇಕು ಎಂದಿದ್ದರು. 'ಶ್ರೀ ರಾಮಾಯಣ ದರ್ಶನಂ' ಅಂತಹ ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಹಿಂದಿನ ಮನೋಧರ್ಮಕ್ಕೂ, ಈ ಮಹಾಕಾವ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಂಡಿರುವ ದಾರ್ಶನಿಕ ಧರ್ಮಕ್ಕೂ ಒಂದು ಚೂರೂ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ ಎಂದೇ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಹಳೆಯದನ್ನೆಲ್ಲ ತಿರಸ್ಕಾರಾರ್ಹವಾದುದೆಂದು

ತಿಳಿದು, ಎಸೆದುಬಿಡುವ ಮನೋಧರ್ಮದಿಂದ ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗೆ ನಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ಎಚ್ಚರ ಅವರಲ್ಲಿತ್ತು. ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅವರು ನಿರಂಕುಶಮತಿ ತತ್ವವನ್ನು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಯಾವುದೇ ತತ್ವವೇ ಆಗಲಿ ಅದರ ಸ್ವೀಕಾರದಿಂದ ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ, ವಿಶ್ವದ ಜನತೆಗೆಲ್ಲ ಒಳಿತಾಗುವಂತಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಅದನ್ನು ಮಾನ್ಯ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದಿದ್ದರು.

ಕುವೆಂಪು ಕೇವಲ ಖಂಡನೆಯ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲಿಲ್ಲ. ಸಾಧನೆಗೆ ದಾರಿಯನ್ನು ಕೂಡ ತೋರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯು ಶುದ್ಧವಾಗಿ ಭಾರತೀಯ ಮನೋಧರ್ಮದ್ದು. ಕುವೆಂಪು ಸಾಹಿತ್ಯ ಸಾಧಕರ ಪಾಲಿನ ಸಾಧನೆಯ ಪಥವನ್ನು ತೋರುವ ಸಾಹಿತ್ಯವೂ ಹೌದು. ಅವರು ರೂಪಿಸಿಕೊಂಡ ಈ ಬಗೆಯ ದರ್ಶನದ ಹಿಂದೆ ಒಂದು ಪರಂಪರೆಯಿದೆ. ಅವರು ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಭಾರತೀಯ ಮೂಲದ ಪರಂಪರೆಯ ಕೊಂಡಿಯಿಂದ ಕಳಚಿಕೊಂಡವರಲ್ಲ. ಅದರ ಬದಲಿಗೆ ಈ ಪರಂಪರೆಯ ಸತ್ವವನ್ನೆಲ್ಲ ಹೀರಿಕೊಂಡು ತಾನೇ ಆಗಿ ಬೆಳೆದರು. ಎಲ್ಲವುಗಳೊಳಗಿನ ಜಡತೆಯನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಜಡದಲ್ಲೂ ಚೇತನವನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾರೆ. ಲೋಕಕಲ್ಯಾಣದ ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೀರಿಕೊಂಡು, ಯಾವುದು ಮತಿಯನ್ನು ಕೆಡಿಸುವ ಸಂಗತಿಗಳಾಗಿದೆಯೋ ಅದನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗಾಗಿ ವೇದಾಂತ ದರ್ಶನವನ್ನು ಸ್ವೀಕಾರ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ವರ್ಣಾಶ್ರಮ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುತ್ತಾರೆ. ವೇದಾಂತದ ದರ್ಶನವನ್ನು ಸ್ವೀಕಾರ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ವೇದಗಳು ಪೂರೈಸಿದ ಗ್ರಂಥವಲ್ಲ, ಅದರ ಕಟ್ಟಕಡೆಯ ಅಧ್ಯಾಯಗಳು ಮುಗಿದಿಲ್ಲ. ಇಂದಿಗೂ, ನಾಳೆಗೂ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಿರ್ಭಿಡೆಯಿಂದಲೇ ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಯಾವ ಧರ್ಮಗ್ರಂಥವೂ ಅಂತಿಮವಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. "ಆ ಮತದ, ಈ ಮತದ ಸಹವಾಸ ಸಾಕಿನ್ನು, ಬನ್ನಿ ಮನುಜ ಮತಕೆ, ವಿಶ್ವಪಥಕ್ಕೆ" ಎನ್ನುವುದೇ ಅವರ ಆಹ್ವಾನವಾಗಿತ್ತು. ಅಧ್ಯಾತ್ಮದೊಳಗೆ ವೈಚಾರಿಕತೆಯೂ ಕೂಡಿಕೊಂಡ ಕಾರಣದಿಂದ ಅವುಗಳ ನಡುವಿನ ವಿರೋಧಾಭಾಸ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿರಸನವಾಯಿತು. ವಿಜ್ಞಾನದ ಪಾಲಿಗೆ ಕಲ್ಲು ಜಡ ಬಂಡೆಯಷ್ಟೆ. ಆದರೆ ಕುವೆಂಪು ಜಡವೆಂದು ಭಾವಿಸಿದ ಕಲ್ಲನ್ನು 'ಶಿಲಾ ತಪಸ್ವಿ'ಯಾಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಭಾರತದ ದಾರ್ಶನಿಕತೆಯನ್ನು, ಅಧ್ಯಾತ್ಮವನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಎಟುಕುವಂತೆ ಮಾಡುವ, ಅದರ ಪರಿಧಿಯನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಅವರು ಮಾಡಿದರು. ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಸಾಧನೆ ವಿಶ್ವಮಾನವ ಸಂದೇಶದ ತಿರುಳು. ಜ್ಞಾನ, ಭಕ್ತಿಗಳಿಲ್ಲದೆ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಸಾಧನೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗದು ಎಂದಿದ್ದರು ಕುವೆಂಪು. ವಿಶ್ವಮಾನವ ಸಂದೇಶ ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ತಿರುಳು ಎನ್ನುವ ಮಾತು ಬಹುಮುಖ್ಯ. ಮತ ಜಾತಿಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ತಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೂ ಬರಗೊಡದೆ ದೂರೀಕರಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಮೂಲಕ ಅವರು ತೋರಿದ ದಾರಿ ಇಂದಿಗೂ ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ. ಆ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸೋಣ. ॐ

ತೀರ್ಥದಲ್ಲಿ ಏಕೆ ತುಳಸಿ ಎಲೆಯನ್ನು ಬೆರೆಸುತ್ತಾರೆ

ತುಳಸಿ ಹಾಕದೆ ದೇವರ ತೀರ್ಥವಿಲ್ಲ ತೀರ್ಥಕ್ಕೆ ತುಳಸಿ ಹಾಕುವುದಕ್ಕೆ ಧಾರ್ಮಿಕ ಕಾರಣವು ಕೂಡಾ ಇದೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಬಂದಿ ಹಿನ್ನೆಲೆಯು ಇದೆ. ಧಾರ್ಮಿಕ ಕಾರಣ ತುಳಸಿ ದೇವ ಪತ್ರೆ ಸ್ಕಂದ ಪುರಾಣದ ಪ್ರಕಾರ ದೇವತೆಗಳು ಸಮುದ್ರ ಮಂಥನ ಮಾಡುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಅಮೃತದ ಹನಿಗಳು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದವಂತೆ ಅಲ್ಲಿ ತುಳಸಿ ಹುಟ್ಟಿತಂತೆ ಅದಕ್ಕೆ ತುಳಸಿಗೆ ಅಮೃತದ ಗುಣವಿದೆ ನಂತರ ಬ್ರಹ್ಮ ಈ ತುಳಸಿಯನ್ನು ವಿಷ್ಣುವಿಗೆ ಒಪ್ಪಿಸಿದನಂತೆ ಅದಕ್ಕೆ ವಿಷ್ಣುವಿಗೆ ಇದು ತುಂಬಾ ಪ್ರಿಯ.

ಪಂಗಸ್ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸೋಂಕುಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಕೆಮ್ಮನ್ನು ಹಾಗೂ ಚರ್ಮ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ದೂರ ಮಾಡುವ ಗುಣ ತುಳಸಿ ಗಿಡಕ್ಕಿದೆ.

ಒತ್ತಡ ನಿವಾರಣೆ ಕಿಡ್ನಿ ಸ್ಟೋನ್ ಹೃದಯರೋಗ ಮಧುಮೇಹ ತಡೆಯಲು ತುಳಸಿ ಸೂಕ್ತ ತುಳಸಿ ಯಲ್ಲಿರುವ ಒಲಿಯೋನಿಕ ಆಸಿಡ್ ಯಕೃತ ರಕ್ಷಕ. ಗಂತಿ ರೋಧಕ ಹಾಗೂ ವೈರಸ್ ರೋಧಕ ಗುಣಗಳು ತುಳಸಿಯಲ್ಲಿ ಇವೆ. ಆರ್ಸ್ ಒಲಿಕ್ ಆಸಿಡ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ನಿಗ್ರಹಕ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳ ಸ್ವಯಂ ಭಕ್ಷಣೆಗೆ ಇದು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತದೆ. ರೋಸ್ಮರಿನಿಕ್ ಆಮ್ಲ ಆತಂಕ ಲಯಕಾರಕ ಗುಣವುಳ್ಳದ್ದು ಕಾರ್ವ ಕ್ರಾಲ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯ ನಾಶಕ. ಚರಕ ಸಂಹಿತೆ ತುಳಸಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿ ಮನೋ ಒತ್ತಡ ನಿಗ್ರಹಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಶರೀರ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಸಮತೋಲನ ತರುತ್ತದೆ. ಇದು ಒಂದು ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಆಯಸ್ಸನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಸಂಜೀವಿನಿ ಇದ್ದಂತೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಪ್ರತಿ ದಿನ ತೀರ್ಥದ ರೂಪದಲ್ಲಾದರು ತುಳಸಿ ಅಂಶ ದೇಹಕ್ಕೆ ಹೋಗಲೆಂದು ತೀರ್ಥದಲ್ಲಿ ತುಳಸಿ ಕಡ್ಡಾಯ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ ॐ

ಹನುಮಂತನ 108 ಹೆಸರುಗಳು ಮತ್ತು ಅರ್ಥ

ಹನುಮ ಅಷ್ಟೋತ್ತರ ಶತನಾಮಾವಳಿಯಲ್ಲಿ ಹನುಮಂತನ 108 ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಂಡು ನಮಸ್ಕರಿಸವುದು ಪರಿಪಾಠ ಅಷ್ಟೋತ್ತರ ಶತನಾಮಾವಳಿಯ ಈ 108 ಹೆಸರುಗಳು ಮತ್ತು ಕನ್ನಡ ಅರ್ಥ / ಹಿನ್ನೆಲೆ ಇಲ್ಲಿದೆ :

1. ಆಂಜನೇಯ – ಅಂಜನಿಯ ಪುತ್ರನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
2. ಮಹಾವೀರಾಯ – ವೀರರಲ್ಲಿ ವೀರನಾದವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
3. ಹನುಮತೇ – ಹನುಮಂತನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
4. ಮಾರುತಾತ್ಮಜಾಯ – ಮರುತ್ತಿನ ಪುತ್ರನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
5. ತತ್ವಜ್ಞಾನ ಪ್ರದಾಯ – ತತ್ವಜ್ಞಾನಿಯೂ, ತತ್ವಜ್ಞಾನದ ಅರಿವನ್ನು ನೀಡುವವನೂ ಆದವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
6. ಸೀತಾದೇವಿ ಮುದ್ರಾ ಪ್ರದಾಯಕಾಯ – ಸೀತಾದೇವಿಯ ಬಳಿ ರಾಮನ ಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಕೊಂಡೊಯ್ದವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
7. ಅಶೋಕವನ ಚರಿತ್ರೆ – ಅಶೋಕವನ ಹೊಕ್ಕವನಿಗೆ (ಅಲ್ಲಿ ಸೀತಾದೇವಿಯನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡಿದವನಿಗೆ) ನಮಸ್ಕಾರ
8. ಸರ್ವ ಮಯಿ ವಿಭಾನನಾಯ – ಎಲ್ಲೆಡೆ ತನ್ನ ಕಾಂತಿ ತುಂಬಿ ಶೋಭಿಸುವವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
9. ಸರ್ವ ಬಂಧ ವಿಮೋಕ್ತ್ರೆ – ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಬಂಧನಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸುವವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
10. ರಕ್ಷೋ ವಿದ್ವಾನ್ ಸಾಕಾರಕಾಯ – ಪಾಂಡಿತ್ಯದ ಮೂರ್ತರೂಪನೇ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
11. ಪರವಿದ್ಯಾ ಪರಿಹಾರಾಯ – ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ತಮ್ಮ ವಿದ್ಯೆಯಿಂದ ಉಂಟು ಮಾಡುವ ಅಡ್ಡಿಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
12. ಪರ ಶೌರ್ಯ ವಿನಾಶ ಕಾಯ – ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ತಮ್ಮ ಶೌರ್ಯದಿಂದ ಉಂಟು ಮಾಡುವ ಅಡ್ಡಿಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
13. ಪರ ಮಂತ್ರ ನಿರಾಕರತ್ರೆ – ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಮಂತ್ರಪ್ರಯೋಗದಿಂದ ಉಂಟು ಮಾಡುವ ಅಡ್ಡಿಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
14. ಪರ ಯಂತ್ರ ಪ್ರಬೋಧ ಕಾಯ – ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಯಂತ್ರ ಪ್ರಯೋಗದಿಂದ ಉಂಟು ಮಾಡುವ ಅಡ್ಡಿಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
15. ಸರ್ವಗ್ರಹ ವಿನಾಶಿನೆ – ಗ್ರಹಚಾರಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
16. ಭೀಮ ಸೇನ ಸಹಾಯಕ್ರಿತೆ – ಭೀಮಸೇನನಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
17. ಸರ್ವ ದುಃಖ ಹರಾಯ – ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ದುಃಖಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
18. ಸರ್ವಲೋಕ ಚಾರಿಣೆ – ಸಕಲ ಲೋಕಗಳಲ್ಲೂ ಸಂಚರಿಸಬಲ್ಲವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
19. ಮನೋಜವಾಯ – ಮನೋವೇಗದಲ್ಲಿ ಚಲಿಸಬಲ್ಲವನೇ, ನಮಸ್ಕಾರ
20. ಪಾರಿಜಾತ ದೃಮೂಲಸ್ಥಾಯ – ಪಾರಿಜಾತ ವೃಕ್ಷದ ಕೆಳಗೆ ಕುಳಿತವನೇ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
21. ಸರ್ವ ಮಂತ್ರ ಸ್ವರೂಪಾಯ – ಸಕಲ ಮಂತ್ರ ಸ್ವರೂಪಿಯಾದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ

22. ಸರ್ವ ತಂತ್ರ ಸ್ವರೂಪಿಣೇ – ಸಕಲ ತಂತ್ರ ಸ್ವರೂಪಿಯಾದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
23. ಸರ್ವ ಯಂತ್ರಾತ್ಮಕಾಯ – ಸಕಲ ಯಂತ್ರ ಸ್ವರೂಪಿಯಾದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
24. ಕಪೀಶ್ವರಾಯ – ಕಪೀಶ್ವರನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
25. ಮಹಾ ಕಾಯಾಯ – ಮಹಾಕಾಯನಾದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
26. ಸರ್ವರೋಗ ಹರಾಯ – ಸಕಲ ರೋಗಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವವನೇ, ನಮಸ್ಕಾರ
27. ಪ್ರಭಾವೇ – ಪ್ರಭಾವಶಾಲಿಯಾದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
28. ಬಲ ಸಿದ್ದಿ ಕರಾಯ – ಬಲವನ್ನೂ ಸಿದ್ಧಿಯನ್ನೂ ದಯಪಾಲಿಸುವವನೇ, ನಮಸ್ಕಾರ
29. ಸರ್ವ ವಿದ್ಯಾ ಸಂಪತ್ತು ಪ್ರದಾಯಕಾಯ – ಸಕಲ ವಿದ್ಯೆಗಳನ್ನೂ ಸಂಪತ್ತನ್ನೂ ಕರುಣಿಸುವವನೇ, ನಮಸ್ಕಾರ
30. ಕಪಿ ಸೇನಾನಾಯಕಾಯ – ಕಪಿಸೇನೆಯ ನಾಯಕನೇ, ನಮಸ್ಕಾರ
31. ಭವಿಷ್ಯತ್ ಚತುರಾನನಾಯ – ನಾಲ್ಕು ಮುಖಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವನೇ, ನಮಸ್ಕಾರ
32. ಕುಮಾರ ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಣೆ – ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಯೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
33. ರತ್ನ ಕುಂಡಲಾಯ – ರತ್ನಕುಂಡಲಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
34. ದೀಪ್ತಿ ಮತೇ – ದೀಪದಂತೆ ಬೆಳಗುವವನೇ, ನಮಸ್ಕಾರ
35. ಚಂಚಲ ದ್ವಾಲಸನ್ನದಾಯ – ಚಂಚಲನೇತ್ರನೇ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
36. ಲಂಬಾ ಮಾನಶೀಕೋ ಜ್ವಾಲಾಯ – ಜ್ವಾಲೆಯಂತೆ ಶೋಭಿಸುವವನೇ, ನಮಸ್ಕಾರ
37. ಗಂಧರ್ವ ವಿದ್ಯಾಯ – ಗಂಧರ್ವ ವಿದ್ಯೆ ನಲ್ಲವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
38. ತತ್ವಜ್ಞಾನಾಯ – ತತ್ವಜ್ಞಾನಿಯೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
39. ಮಹಾಬಲ ಪರಾಕ್ರಮಾಯ – ಮಹಾಬಲ – ಪರಾಕ್ರಮಿಯೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
40. ಕಾರಾಗ್ರಹ ವಿಮೋಕ್ತ್ರೆ – ಸೆರೆಮನೆಯಿಂದ ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸುವವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
41. ಶ್ರೀಂಕಲ ಬಂಧ ಮೋಚಕಾಯ – ಬಂಧಮುಕ್ತಗೊಳಿಸುವವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
42. ಸಾಗರೋತ್ತರಕಾಯ – ಸಾಗರವನ್ನು ದಾಟಿದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
43. ಪ್ರಗ್ಯಾಯ – ಸ್ವತಃ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಾಗಿರುವವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
44. ರಾಮದೂತಾಯ – ರಾಮದೂತನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
45. ರಾಮ ದೇವತಾಯ – ಶ್ರೀರಾಮನ ಸಹಚಾರಿಯೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
46. ಪ್ರತಾಪವತೇ – ಪ್ರತಾಪಿಯಾದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
47. ಕೇಸರಿ ಸುತಾಯ – ಕೇಸರಿಯ ಮಗನೇ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
48. ಸೀತಾ ಶೋಕ ನಿವಾರಕಾಯ – ಸೀತೆಯ ಶೋಕ ಪರಿಹರಿಸಿದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
49. ಅಂಜನಾ ಗರ್ಭ ಸಂಭೂತಾಯ – ಅಂಜನೆಯ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
50. ಬಾಲ ರಕ್ಷಾದ್ರಶಾನನಾಯ – ಮಕ್ಕಳ ರಕ್ಷಣೆ ಮಾಡುವವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
51. ವಿಭೀಷಣ ಪ್ರಿಯಕರಾಯ – ವಿಭೀಷಣನಿಗೆ ಪ್ರಿಯನಾದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
52. ದಶಗ್ರೀವ ಕೂಲಂಥಕಾಯ – ದಶಗ್ರೀವನಿಗೆ ಪಾಠ ಕಲಿಸಿದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
53. ಲಕ್ಷ್ಮಣ ಪ್ರಾಣ ದಾತ್ರೇ – ಲಕ್ಷ್ಮಣನ ಪ್ರಾಣ ರಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
54. ವಜ್ರಕಾಯಾಯ – ವಜ್ರದೇಹಿಯಾದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ

55. ಮಹಾದ್ಯುತಾಯ – ಮಹಾದ್ಯುತಿಯಾದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
56. ಚಿರಂಜೀವಿನೆ – ಚಿರಂಜೀವಿಯಾದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
57. ರಾಮ ಭಕ್ತಾಯ – ರಾಮಭಕ್ತನಾದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
58. ದೈತ್ಯ ಕಾರ್ಯ ವಿಘ್ನಕಾಯ – ದೈತ್ಯರ ಕೃತ್ಯಗಳಿಗೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗಿ ನಿಲ್ಲುವವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
59. ಅಕ್ಷಹಂತ್ರೆ – ಅಕ್ಷನಿವಾರಕನೇ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
60. ಕಜಾರಚನಭಯ – ಕಜಾರಚನ ಭಯನೇ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
61. ಪಜಂಚ ವಕ್ರತಾಯ – ಪಜಂಚ ವಕ್ರನೇ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
62. ಮಹಾತಪಸ್ಸೀ – ಮಹಾತಪಸ್ವಿಯೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
63. ಲಂಕಿಣಿ ಭಂಜನಾಯ – ಲಂಕಿಣಿಯನ್ನು ದಮನ ಮಾಡಿದವನೇ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
64. ಶ್ರೀಮತೇ – ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆಯಿಂದ ತುಂಬಿದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
65. ಸಿಂಹಿಕಾ ಪ್ರಾಣ ಭಂಜನಾಯ – ಸಿಂಹಿಕೆಯ ಪ್ರಾಣಹರಣ ಮಾಡಿದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
66. ಗಂಧಮಾರನ ಶೈಲಸುತಾಯ – ಗಂಧಮಾದನ ಪರ್ವತದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
67. ಲಂಕಾಪುರ ವಿದ್ಯಾಯಕಾಯ – ಲಂಕಾಪುರಿಗೆ ಪಾಠ ಕಲಿಸಿದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
68. ಸುಗ್ರೀವ ಸಚಿವಾಯ – ಸುಗ್ರೀವನ ಮಂತ್ರಿಯಾ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
69. ಧೀರಾಯ – ಧೀರನಾದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
70. ಶೂರಾಯ – ಶೂರನಾದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
71. ದೈತ್ಯ ಕೂಲಾಂತಕಾಯ – ದೈತ್ಯರಿಗೆ ಪಾಠ ಕಲಿಸಿದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
72. ಸುವರ್ಚಲಾಯ ಚಿತ್ತಾಯ – ಸುವರ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
73. ತೇಜಸೇ – ತೇಜಸ್ವಿಯೇ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
74. ರಾಮಚೂಡಾಮಣಿ ಪ್ರದಾಯ ಕಾಯ – ರಾಮ ನೀಡಿದ ಚೂಡಾಮಣಿಯನ್ನು ಸೀತೆಗೆ ತಲುಪಿಸದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
75. ಕಾಮರೂಪಿಣೇ – ಕಾಂರೂಪಿಯೇ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
76. ಪಿಂಗಳಾಕ್ಷಯ – ಪಿಂಗಳಾಕ್ಷನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
77. ವರಾದಿ ಮಾನಕ ಪೂಜಿತಾಯ – ವರಾದಿಗಳಿಂದ ಪೂಜಿಸಲ್ಪಡುವವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
78. ಕಂಬಳಿ ಕೃತ ಮಾರ್ತಾಂಡ ಮಂಡಲಾಯ – ಕಂಬಳಿಯಿಂದ ರಚಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಮಾರ್ತಾಂಡ ಮಂಡಲದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
79. ವಿಜಿತೇಂದ್ರಿಯಾಯಾ – ಇಂದ್ರನನ್ನು ಗೆದ್ದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
80. ರಾಮ ಸುಗ್ರೀವ ಸಂದಾತ್ರೇ – ರಾಮ – ಸುಗ್ರೀವರ ನಿಷ್ಠನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ

ಸಂಪ್ರೀತಿ ಸುಘೋಷ

ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ವಿಜ್ಞಾನ
ಸಮ್ಮಿಲಿತವಾದ ಬದುಕನ್ನು
ವ್ಯಕ್ತಿ ಸಮತೋಲನವಾಗಿ
ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡಾಗ ಮಾತ್ರ
ಸುಸ್ಥಿರವಾದ ಸ್ವಸ್ಥ ಸಮಾಜ
ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಡಾ. ನಿರ್ಮಲಾನಂದನಾಥ ಮಹಾಸ್ವಾಮೀಜಿ

81. ಮಹೀರಾವಣ ಮರ್ಧನಾಯ – ಮಹಿರಾವಣನನ್ನು ಮರ್ದಿಸಿದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
82. ಸ್ಫಟಿಕಾಭಯ – ಸ್ಫಟಿಕಾಭಯ ಉಂಟು ಮಾಡಿದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
83. ವಾಗದೀಶಾಯ – ವಾಕ್ಕಿನ ಒಡೆಯನೇ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
84. ನವ ವ್ಯಾಕೃತ ಪಂಡಿತಾಯ – ವ್ಯಾಕರಣ ಪಂಡಿತನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
85. ಚತುರಭಾವೇ – ಚತುರಮತಿಯೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
86. ದೀನ ಬಂಧು ಧಾರಾಯ – ದೀನಬಂಧುವೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
87. ಮಾಯಾತ್ಮನೇ – ಮಾಯಾವಿಯೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
88. ಭಕ್ತ ವತ್ಸಲಾಯ – ಭಕ್ತವತ್ಸಲನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
89. ಸಂಜೀವಿನಿ ಆಗ್ಯಾರ್ಥಾಯ – ಸಂಜೀವಿನಿಯನ್ನು ಹೊತ್ತು ತಂದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
90. ಸುಚಯೇ – ಸುಚಯನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
91. ವಾಗ್ಮಿನೇ – ವಾಗ್ಮಿಯೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
92. ತ್ರಿದವರ್ತಾಯ – ತ್ರಿದವರ್ತನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
93. ಕಾಲನೇಮಿ ಪರಮಾತ್ಮನಾಯ – ಕಾಲನೇಮಿ ಪರಮಾತ್ಮನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
94. ಹರಿಮರ್ಕಟ ಮರ್ಕಟಾಯ – ಹರಿಮರ್ಕಟ ರೂಪಿಯೇ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
95. ದಂತಾಯ – ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾ ಉಗ್ರರೂಪ ತಾಳಿದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
96. ಶಾಂತಾಯ – ಶಾಂತರೂಪನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
97. ಪ್ರಸನ್ನಾತ್ಮನೇ – ಪ್ರಸನ್ನನಾಗಿ ಕುಳಿತಿರುವ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
98. ಶಾಂತ ಕಾಂತಮುದ ಪಹರತ್ತೇ – ಶಾಂತಿಯ ಕಾಂತಿಯಿಂದ ಶೋಭಿಸುತ್ತಿರುವ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
99. ಯೋಗಿಣೇ – ಯೋಗಿಯಾದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
100. ರಾಮಕಥಾ ಲೋಲಾಯ – ರಾಮಕಥೆಯಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷ ಕಾಣುವವನಾದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
101. ಸೀತಾನ್ವೇಷಣೆ ಪತಿತಾಯ – ಸೀತಾನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿದ್ದ ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
102. ವಜ್ರದನುಷ್ಠಾಯ – ವಜ್ರಧನು ಹಿಡಿದವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
103. ವಜ್ರನಾಯಕಾಯ – ವಜ್ರದೇಹಿಗಳ ನಾಯಕನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
104. ರುದ್ರವೀರ್ಯ ಸಮುದ್ಭವಾಯ – ರುದ್ರನ ವೀರ್ಯದಿಂದ ಜನಿಸಿದವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
105. ಇಂದ್ರಜಿತಪ್ರಹಿತ ಮೋಗರ್ಭ ಬ್ರಹ್ಮಾಸ್ತ್ರ ವಿನಿವಾರಕಾಯ – ಇಂದ್ರಜಿತನು ಪ್ರಯೋಗಿಸಿದ ಬ್ರಹ್ಮಾಸ್ತ್ರ ನಿವಾರಿಸಿದವನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
106. ಪಾರ್ಥ ಧ್ವಜಾಗ್ರಸ ವಾಸಿನೇ – ಅರ್ಜುನನ ಧ್ವಜದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದವನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
107. ದಶಭಾವೇ – ದಶಭಾವಯುಕ್ತನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ
108. ಲೋಕಪೂಜ್ಯಾಯ – ಲೋಕಪೂಜಿತನೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ

ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿ ಹೆಸರಿಗೂ 'ನಮಃ' ಸೇರಿಸಿಕೊಂಡು ಪಠಿಸಬೇಕು. ಹನೂಮದ್ ಅಷ್ಟೋತ್ತರ ಶತನಾಮಾವಳಿಯ ನಿತ್ಯಪಠಣದಿಂದ ವಿದ್ಯಾಬುದ್ಧಿಗಳೂ ಆಯುರಾರೋಗ್ಯ ಐಶ್ವರ್ಯಗಳೂ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುವವು. ಶ್ರೀರಾಮನಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿ ನೆಲೆಗೊಳ್ಳುವುದು. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಶನಿವಾರ ಪಠಿಸಿದರೆ ಶನಿಬಾಧೆ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುವುದು. ॐ

ಬೆಲ್ಲದಲ್ಲಿ ಇವೆಲ್ಲಾ ಇದೆ:-

- ಬೆಳಗ್ಗೆ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಚೂರು ಬೆಲ್ಲವನ್ನು ತಿಂದು 2 ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ನೀರು ಕುಡಿದರೆ ಅಸಿಡಿಟಿ/ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್ ಸಮಸ್ಯೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ.

- ಬೆಲ್ಲವನ್ನು ನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ಸೇವಿಸುವ ಬದಲಿಗೆ ಹಾಲಿನೊಂದಿಗೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಉತ್ತಮ ಎಂಬ ಅಂಶವನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದ ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುತ್ತದೆ. ಸಕ್ಕರೆ ಸೇವನೆಯಿಂದ ದೇಹದ ತೂಕ ಹೆಚ್ಚುವುದು ಖಚಿತ. ಆದರೆ, ಬೆಲ್ಲ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಈ ರೀತಿಯ ಪ್ರಮಾದ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.

- ಹಾಲು ಮತ್ತು ಬೆಲ್ಲ ಸೇರಿದರೆ, ಎರಡರಲ್ಲಿನ ಉತ್ತಮ ಗುಣಗಳು ದೇಹಕ್ಕೆ ಸೇರ್ಪಡೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಪ್ರತಿದಿನ ಒಂದು ತುಂಡು ಬೆಲ್ಲವನ್ನು ಕುಟ್ಟಿ ಪುಡಿಮಾಡಿ ಹಾಲಿನ ಜತೆ ಬೆರೆಸಿ ಕುಡಿದರೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಣೆಯುತ್ತ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಲಿದೆ.

- ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮಹಿಳೆಯರು, ಮಾಸಿಕ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುವ ನೋವನ್ನು ಬೆಲ್ಲದಷ್ಟು ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಗೊಳಿಸುವ ಔಷಧಿ ಇನ್ನೊಂದಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಮಾತಿದೆ. ಸಂಧಿವಾತ, ಅಸ್ತಮಾಗಳಿಗೂ ಬೆಲ್ಲ ಉತ್ತಮ ಔಷಧಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

- ಬೆಲ್ಲ ಸೇರಿಸಿದ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ರಕ್ತ ಶುದ್ಧೀಕರಣಕ್ಕೆ ನೆರವಾಗಲಿದೆ. ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಒಂದು ಲೋಟ ಹಾಲು ಕುಡಿದರೆ, ಅದರ ಪರಿಣಾಮ ತಿಳಿಯಲಿದೆ.

- ಇನ್ನೊಂದು ಅಂಶವೆಂದರೆ, ಬೆಲ್ಲ ಬೆರೆಸಿದ ಹಾಲು ಸೇವನೆಯಿಂದ ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆಯೂ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳಲಿದೆ.

- ಬೆಲ್ಲ ಮಿಶ್ರಿತ ಹಾಲಿನ ಜತೆಗೆ ಚಿಕ್ಕದೊಂದು ಶುಂಠಿ ತುಂಡನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಕುಡಿದರೆ, ಮೂಳೆಗಳ ಸಂದುಗಳಲ್ಲಿ ಆಗುವ ನೋವನ್ನು ಕ್ರಮೇಣ ನಿವಾರಿಸಲಿದೆ. ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಈ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು.

- ಬೆಲ್ಲ ಸೇರಿಸಿದ ಹಾಲು ಕುಡಿದರೆ ಚರ್ಮದ ಕಾಂತಿ ವೃದ್ಧಿಯಾಗಲಿದೆ. ತುಂಡು ಬೆಲ್ಲವನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ನಾವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಆಹಾರದೊಂದಿಗೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಮೊಡವೆಗಳಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಕಡಿಮೆಯಿರುತ್ತವೆ.

- ಮಹಿಳೆಯರು ಮಾಸಿಕ ದಿನಗಳ ಹಿಂದಿನ ಮತ್ತು ನಂತರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಎದುರಾಗುವ ಕೆಳಹೊಟ್ಟೆಯ ನೋವಿನಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಚಿಕ್ಕಚಮಚದಷ್ಟು ಬೆಲ್ಲದ ಪುಡಿಯನ್ನು ಹಾಲಿನೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಸಿ, ದಿನಕ್ಕೆರೆಡು ಬಾರಿ ಕುಡಿದರೆ, ನೋವು ಕ್ರಮೇಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗಲಿದೆ.

- ಗರ್ಭಿಣಿಯರು ರಕ್ತಹೀನತೆಯಿಂದ ಬಳಲುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಂಗತಿ. ಇದರ ಪರಿಹಾರಕ್ಕೆ ನಿತ್ಯವೂ ಬೆಲ್ಲ ಸೇರಿಸಿದ ಹಾಲು ಕುಡಿದರೆ, ಈ ಕೊರತೆ ನಿವಾರಣೆಯಾಗಲಿದೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಮನೆಗಳಲ್ಲೂ ಲಭ್ಯವಾಗುವ ಬೆಲ್ಲವನ್ನು ಮನೆಮದ್ದಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಮೂಲಕ, ಹಲವು ಬಗೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ದೂರವಿಡಬಹುದು... ॐ

ದೇಹ ಶುದ್ಧಿಗೆ ಅಗತ್ಯ-ರಕ್ತ ಶುದ್ಧಿ..! 5 ಸರಳ ತಂತ್ರಗಳು

✍ ಡಾ.ಸುಪ್ರಿತ, ವೈದ್ಯರು, ಬೆಂಗಳೂರು.

ಹಲವಾರು ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ನಮ್ಮ ರಕ್ತವನ್ನು ಶುದ್ದಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾವು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ಲಕ್ಷತೆ ತೋರಿದರೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಖಂಡಿತ ಕಾಡುತ್ತವೆ.

ನಾವು ಇಂದು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಎದ್ದು ಸಂಜೆಯವರೆಗೆ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಸರಾಗವಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಅಂಗಾಂಗಗಳು ಸರಿಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಹರಿಯುವ ರಕ್ತ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ರೋಗಾಣುಗಳು ಸೇರಿದರೆ ಅಪಾಯ ಖಂಡಿತ.

ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ವಾತಾವರಣ ತಾನಾಗೇ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ ನಾವು ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಎಲ್ಲಾ ಬಗೆಯ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳು ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಗಾಂಗಗಳಿಗೆ ತಲುಪುವುದು ನಮ್ಮ ರಕ್ತದಿಂದಲೇ.

ಹಾಗಾಗಿ ನಾವು ನಮ್ಮ ರಕ್ತವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಶುದ್ಧವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕು. ಈ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಯಾವೆಲ್ಲ ಪಾನೀಯಗಳನ್ನು ಸೇವನೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ರಕ್ತ ಶುದ್ಧೀಕರಣವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

❖ **ನಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನ ರಸ :** ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣು ತನ್ನಲ್ಲಿ ಸಿಟ್ರಿಕ್ ಅಂಶವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಇದು ಕೇವಲ ನಿಮ್ಮ ರಕ್ತವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಶುದ್ಧ ಮಾಡುವುದು ಅಲ್ಲದೆ ನಿಮ್ಮ ಜೀರ್ಣಾಂಗ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನಿಮ್ಮ ದೇಹದ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಪಿಹೆಚ್ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಸಮತೋಲನ ಮಾಡಿ ರಕ್ತದಿಂದ ಕೆಟ್ಟ ಮತ್ತು ಕಲುಷಿತ ವಿಷಕಾರಿ ಅಂಶಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುತ್ತದೆ. ನಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನ ರಸ ನಿಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಸೇರ್ಪಡೆಯಾಗಿದ್ದಾರೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ರೋಗಕಾರಕ ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಣುಗಳು ವಾಸವಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಬೆಳಗಿನ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿದಿನ ನಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನ ರಸವನ್ನು ಕುಡಿಯುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಒಂದು ಲೋಟ ಉಗುರು ಬೆಚ್ಚಗಿನ ನೀರಿಗೆ ಅರ್ಧ ಹೋಳು ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣನ್ನು ಹಿಂಡಿ ನಿಮ್ಮ ಬೆಳಗಿನ ಉಪಹಾರಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಸೇವನೆ ಮಾಡಿ.

❖ **ಆಪಲ್ ಸೈಡರ್ ವಿನೆಗರ್ ಮತ್ತು ಬೇಕಿಂಗ್ ಸೋಡಾ ಮಿಶ್ರಣ :** ಆಪಲ್ ಸೈಡರ್ ವಿನಿಗರ್ ಜೊತೆಗೆ ಬೇಕಿಂಗ್ ಸೋಡಾ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಸೇವನೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ರಕ್ತದ ಪಿಹೆಚ್ ಮಟ್ಟ ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟಾಗಿ ನಿರ್ವಹಣೆ ಆಗಲಿದೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದ ಯೂರಿಕ್ ಆಮ್ಲವನ್ನು ಹೊರಹಾಕುತ್ತದೆ.

2 ಟೇಬಲ್ ಚಮಚ ಆಪಲ್ ಸೈಡರ್ ವಿನಿಗರ್ ಮತ್ತು ಅರ್ಧ ಟೇಬಲ್ ಚಮಚ ಬೇಕಿಂಗ್ ಸೋಡಾ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಹಾಗೆ ಬಿಡಿ. ಈಗ ಇದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಲೋಟ ನೀರು ಹಾಕಿ ಸೇವನೆ ಮಾಡಿ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮಗೆ ಅತಿಯಾದ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡದ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದ್ದರೆ ಈ ಪಾನೀಯವನ್ನು ಸೇವನೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಒಮ್ಮೆ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕೇಳಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ.

❖ **ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳ ಬಳಕೆ :** ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳು ಸಾಕಷ್ಟಿವೆ. ಅಪಾರ ಪ್ರಮಾಣದ ಅಂಟಿ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಲ್ ಮತ್ತು anti-inflammatory ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ.

ತುಳಸಿ ಗಿಡ ಒಂದು ಗಿಡಮೂಲಿಕೆ ಆಗಿದ್ದು, ನಿಮ್ಮ ರಕ್ತವನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಣ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ರಕ್ತದಿಂದ ವಿಷಕಾರಿ ಅಂಶಗಳನ್ನು ದೂರ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಇದು ನಿರ್ಣಾಯಕ ಪಾತ್ರವಹಿಸುತ್ತದೆ.

ಸಾಕಷ್ಟು ವಿಷಕಾರಿ ಅಂಶವನ್ನು ಮೂತ್ರದ ಮೂಲಕ ಹೊರ ಹಾಕುವಂತಹ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ನೀವು ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಮಾಡುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕರಿಂದ ಐದು ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಸೇವನೆ ಮಾಡಿ. ಇಲ್ಲವೆಂದರೆ ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳ ಚಹಾ ತಯಾರು ಮಾಡಿ ಕೂಡ ಸೇವನೆ ಮಾಡಬಹುದು. ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳ ಚಹಾ ತಯಾರು ಮಾಡಲು ನಿಮಗೆ ಎಂಟರಿಂದ ಹತ್ತು ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳು ಬೇಕಾಗಬಹುದು.

❖ **ಅರಿಶಿನ :** ನಾವು ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವಾಗ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಹಲವಾರು ಮಸಾಲೆ ಪದಾರ್ಥಗಳಲ್ಲಿ ಅರಿಶಿನ ಕೂಡ ಒಂದು. ಇದು ನಮ್ಮ ರಕ್ತವನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಣ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಹಲವಾರು ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಅರಿಶಿಣ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಇದರಲ್ಲಿ anti-inflammatory ಗುಣ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಸಾಕಷ್ಟು ಕಂಡು ಬರುತ್ತವೆ. ಮನುಷ್ಯನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಕೆಂಪು ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ, ದೇಹದ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡುವ ಗುಣಲಕ್ಷಣ ಅರಿಶಿನದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ.

ಬಹಳ ಹಿಂದಿನಿಂದ ಆಯುರ್ವೇದ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಅರಿಶಿನದ ಬಳಕೆ ನಡೆಯುತ್ತ ಬಂದಿದೆ. ಅರ್ಧ ಟಿ ಚಮಚ ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿಯನ್ನು ಒಂದು ಕಪ್ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಕುಡಿಯುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಲಿವರ್ ಸಹ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

❖ **ಹೆಚ್ಚು ನೀರು ಕುಡಿಯಿರಿ :** ವೈದ್ಯರು ಹೇಳುವ ಹಾಗೆ ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯ ಒಂದು ದಿನಕ್ಕೆ ಏನಿಲ್ಲ ಅಂದರೂ ಸುಮಾರು ನಾಲ್ಕರಿಂದ ಐದು ಲೀಟರ್ ನೀರು ಕುಡಿಯಬೇಕು.

ಇದರಿಂದ ದೇಹ ಸಾಕಷ್ಟು ಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ. ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ವಿಷಕಾರಿ ಅಂಶಗಳು ಮೂತ್ರದ ಮೂಲಕ ಹೊರಹೋಗುತ್ತವೆ. ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ನಮ್ಮ ದೇಹದ ರಕ್ತ ಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಸೇವನೆ ಮಾಡಿದ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಎಲ್ಲಾ ಬಗೆಯ ವಿಟಮಿನ್ ಅಂಶಗಳು ಮತ್ತು ಖನಿಜಾಂಶಗಳು ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಗಾಂಗಗಳಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ತಲುಪುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾಗಿ ನೀರಿನ ಸೇವನೆ ನಮಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಅಮೂಲ್ಯವಾಗಿದೆ.

ದೇಹದ ರಕ್ತ ಶುದ್ಧೀಕರಿಸುವ ಇಂತಹ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಆದಷ್ಟು ಸೇವಿಸಿ ದೇಹದಿಂದ ವಿಷಕಾರಿ ಅಂಶಗಳನ್ನು ದೂರ ಮಾಡುವ ಇನ್ನಿತರ ಆಹಾರಗಳು

❖ **ದೇಹದಿಂದ ವಿಷಕಾರಿ ಅಂಶಗಳನ್ನು ದೂರ ಮಾಡುವ ಇನ್ನಿತರ ಆಹಾರಗಳು :** ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಆಹಾರಗಳೊಂದಿಗೆ ನಿಮಗೆ ಒಂದು ವೇಳೆ ಲಭ್ಯವಿದ್ದರೆ ಈ ಕೆಳಕಂಡಂತೆ ಇರುವ ಕೆಲವು ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಸೇವನೆ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.

❖ **ಬ್ಲೂ ಬೆರಿ ಹಣ್ಣುಗಳು :** ನೈಸರ್ಗಿಕವಾದ ರಕ್ತ ಶುದ್ಧೀಕರಣದ ಗುಣಲಕ್ಷಣ ಬ್ಲೂಬೆರಿ ಹಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಲಿವರ್ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಆಗದಂತೆ ಬ್ಲೂ ಬೆರಿ ಹಣ್ಣುಗಳು ತಡೆಯುತ್ತವೆ.

❖ **ಬ್ರೊಕೋಲಿ :** ಬ್ರೊಕೋಲಿಯಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ ಸಿ ಅಂಶ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಒಮೆಗಾ 3 ಫ್ಯಾಟಿ ಆಸಿಡ್ ಅಂಶಗಳು, ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ, ಪೊಟಾಷಿಯಂ, ಫಾಸ್ಪರಸ್, ಮ್ಯಾಂಗನೀಸ್ ಸಹ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ದೇಹದಿಂದ ವಿಷಕಾರಿ ಅಂಶಗಳನ್ನು ದೂರ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಬ್ರೊಕೋಲಿ ವಿಶೇಷವಾದ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ.

❖ **ಬೀಟ್ರೂಟ್ :** ಬೀಟ್ರೂಟ್ ನಲ್ಲಿ ಆಂಟಿಆಕ್ಸಿಡೆಂಟ್ ಅಂಶಗಳು ಮತ್ತು ನೈಟ್ರೇಟ್ ಅಂಶಗಳು ಸಾಕಷ್ಟಿವೆ. ಒಂದು ವಾರಕ್ಕೆ ಎರಡು ಬಾರಿ ಬೀಟ್ರೋಟ್ ಸೇವನೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ದೇಹದ ರಕ್ತವನ್ನು ಶುದ್ಧವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

❖ **ಬೆಲ್ಲ :** ನಿಸರ್ಗದತ್ತವಾದ ಕಬ್ಬಿನಿಂದ ತಯಾರು ಮಾಡುವ ಬೆಲ್ಲ ದೇಹದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟದಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ರಕ್ತ ಸಂಚಾರ ಉತ್ತಮಗೊಂಡು ರಕ್ತ ಶುದ್ಧೀಕರಣ ಆಗುತ್ತದೆ. ॐ

ಮನೆ ಮದ್ದು ಮೂಲಂಗಿ

ಮೂಲಂಗಿಯಲ್ಲಿ ನಾರಿನಂಶ ಮತ್ತು ವಿಟಮಿನ್ ಹಾಗೂ antioxidant ಅಧಿಕವಿದ್ದು ಮಲಬದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಯಂತಹ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

ಕೃಷಿಗೇ ಜೀವ ನೀಡುವ ಜೀವಾಮೃತ

–ನಾಗಭೂಷಣ್, ಕೃಷಿ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು.

ಜೀವಾಮೃತ ಈ ಹೆಸರೇ ಒಂದು ರೀತಿ ಶಕ್ತಿ..

ಪದ್ಮಶ್ರೀ ಸುಭಾಷ ಪಾಳೇಕರ ಇವರು 'ಸುಭಾಷ ಪಾಳೇಕರ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕೃಷಿ' ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿ.. ಈಗ ಭಾರತ ಸರಕಾರವೂ ಇದನ್ನು ಅನುಮೋದಿಸಿ ಈ ಪದ್ಧತಿಯ ಪ್ರಸಾರವನ್ನು ಮಾಡಲು ನಿಶ್ಚಯಿಸಿದ್ದು ಗೊತ್ತಿದೆ. ಈ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ 'ಜೀವಾಮೃತ' ಹೆಸರಿನ ಪದಾರ್ಥವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಅಮೃತಕ್ಕೆ ಸಮಾನವಾದ ಜೀವಾಮೃತ ಕೃಷಿಗೇ ಜೀವ ನೀಡುತ್ತಿದೆ ಎಂದರೆ ತಪ್ಪಾಗದು.

ಗಿಡಕ್ಕೆ ಆಹಾರದ್ರವ್ಯಗಳು ಹೇಗೆ ಸಿಗುತ್ತವೆ ?

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗಿಡವು ಅದರ ಬೇರುಗಳ ಮೂಲಕ ಆಹಾರದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ಆಹಾರದ್ರವ್ಯಗಳು ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಹೀಗಿದ್ದರೂ ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿರುವ ಆಹಾರದ್ರವ್ಯಗಳು ಗಿಡಕ್ಕೆ ಸಿಗಲು ಕೆಲವು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜೀವಾಣುಗಳ ಆವಶ್ಯಕತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಗಿಡಗಳಿಗಾಗಿ ಸಾರಜನಕ (ನೈಟ್ರೋಜನ್) ಅತಿ ಆವಶ್ಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಸಾರಜನಕ ಬಹಳಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ; ಆದರೆ ಗಿಡಗಳು ಗಾಳಿಯಿಂದ ಸಾರಜನಕವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾರವು. ಗಿಡಗಳಿಗೆ ಮಣ್ಣಿನಿಂದಲೇ ಸಾರಜನಕವನ್ನು (ನೈಟ್ರೋಜನ್) ಹೀರಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಗಿಡಗಳಿಗೆ ಆವಶ್ಯಕವಿರುವ ಸಾರಜನಕ ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಾಗಲು ಕೆಲವು ಜೀವಾಣುಗಳ ಆವಶ್ಯಕತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಜೀವಾಣುಗಳ ಕಾರ್ಯದ ಮೇಲೆ ಗಿಡಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಜೀವಾಣುಗಳ ಕಾರ್ಯವು ಎಷ್ಟು ಒಳ್ಳೆಯ ರೀತಿಯಿಂದ ಆಗುತ್ತದೆಯೋ, ಅಷ್ಟು ಗಿಡಗಳಿಗೆ ಆಹಾರದ್ರವ್ಯಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತವೆ.

ದೇಶಿ ಹಸುವಿನ ಸೆಗಣಿಯ ಮಹತ್ವ :

ದೇಶಿ ಹಸುವಿನ ಸೆಗಣಿಯಲ್ಲಿ ಗಿಡಗಳಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿರುವ ಜೀವಾಣುಗಳು ತುಂಬಾ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಜೀವಾಣುಗಳು ಜರ್ಸಿಯಂತಹ ವಿದೇಶಿ ಹಸುಗಳ ಅಥವಾ ಎಮ್ಮೆಯ ಸೆಗಣಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಒಂದು ದೇಶಿ ಹಸು ದಿನಕ್ಕೆ ಸರಾಸರಿ 10 ಕಿಲೋ ಸಗಣಿಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇಷ್ಟು ಸೆಗಣಿಯಿಂದ 200 ಲೀಟರ್ ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ತಯಾರಿಸಬಹುದು. ಈ ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು 10 ಪಟ್ಟು ನೀರಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ 1 ಎಕರೆ (4 ಸಾವಿರ ಚದರ ಮೀಟರ್) ಹೊಲಕ್ಕೆ ಗೊಬ್ಬರವೆಂದು ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ಈ ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಉಪಯೋಗಿಸಿದರೂ ಸಾಕಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿ ಒಂದು ದೇಶಿ ಹಸುವಿನ ಒಂದು ದಿನದ ಸೆಗಣಿಯಿಂದ ಪ್ರತಿದಿನ ಒಂದು ಎಕರೆ ಹೊಲಕ್ಕಾಗಿ (ತೋಟಕ್ಕಾಗಿ) ಬೇಕಾಗುವಷ್ಟು ಗೊಬ್ಬರ ಸಿದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ, ಅಂದರೆ ತಿಂಗಳಿನ 30 ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ದೇಶಿ ಹಸುವಿನ ಸೆಗಣಿಯಿಂದ 30 ಎಕರೆ ಹೊಲಕ್ಕೆ (ತೋಟಕ್ಕೆ) ಗೊಬ್ಬರದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

'ಜೀವಾಮೃತ'ದ ಕಲ್ಪನೆಯ ಉಗಮ :

ಪದ್ಮಶ್ರೀ ಸುಭಾಷ ಪಾಳೇಕರ ಇವರು ದೇಶಿ ಹಸುವಿನ ಸೆಗಣಿಯ ಮಹತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರು. ಅವರು 'ದೇಶಿ ಹಸುವಿನ ಸೆಗಣಿಯಲ್ಲಿರುವ ಉಪಯುಕ್ತ ಜೀವಾಣುಗಳ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಗಿಡಗಳಿಗಾಗಿ ಹೇಗೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಬೇಕು', ಎಂಬುದರ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದರು. ಇದರಿಂದಲೇ 'ಜೀವಾಮೃತ'ದ ಸಂಕಲ್ಪನೆಯ ಉಗಮವಾಯಿತು. ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಹೆಪ್ಪು ಬೆರೆಸಿದರೆ, ಹಾಲಿನಿಂದ ಮೊಸರು ತಯಾರಾಗುತ್ತದೆ. ಮೊಸರಿನಲ್ಲಿ 'ಲ್ಯಾಕ್ಟೋಬ್ಯಾಸಿಲ್ಸ್' ಹೆಸರಿನ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜೀವಾಣುಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಜೀವಾಣುಗಳು ಹಾಲಿನಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಮೊಸರು ಜೀವಾಣುಗಳ ಹೆಪ್ಪು (ಕಲ್ಚರ್) ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಮೊಸರಿನಂತೆ ಜೀವಾಮೃತವೂ ಜೀವಾಣುಗಳ ಒಂದು ಹೆಪ್ಪು (ಕಲ್ಚರ್) ಆಗಿದೆ. ದೇಶಿ ಹಸುವಿನ ಸೆಗಣಿ, ಗೋಮೂತ್ರ ಮತ್ತು ಮಣ್ಣು ಇವುಗಳಲ್ಲಿರುವ ಗಿಡಗಳಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿರುವ ಜೀವಾಣುಗಳು ಬೆಲ್ಲ ಮತ್ತು ಕಡಲೆ ಹಿಟ್ಟಿನ ಸಹಾಯದಿಂದ ಶೀಘ್ರ ಗತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ಜೀವಾಣುಗಳಿಗೆ ಬೆಳೆಯಲು 'ಪ್ರೋಟೀನ್ಸ್' ಆವಶ್ಯಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಲು

ಯಾವ ಬೇಳೆಯ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಲಾಗುತ್ತದೆಯೋ, ಅದರಿಂದಲೂ ಈ ಆವಶ್ಯಕತೆ ಪೂರ್ಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳವಣಿಗೆಗಾಗಿ ಜೀವಾಣುಗಳಿಗೆ ಆವಶ್ಯಕವಿರುವ ಊರ್ಜೆಯು ಬೆಲ್ಲದಿಂದ ಸಿಗುತ್ತದೆ.

ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ಹೇಗೆ ತಯಾರಿಸಬೇಕು ?

ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು 10 ಲೀಟರ್ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ದೇಶಿ ಹಸುವಿನ ಸುಮಾರು ಅರ್ಧದಿಂದ 1 ಕಿಲೋ ತಾಜಾ ಸೆಗಣಿ ಮತ್ತು ಅರ್ಧದಿಂದ 1 ಲೀಟರ್ ದೇಶಿ ಗೋಮೂತ್ರವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಸೆಗಣಿ ಯಾವಾಗಲೂ ತಾಜಾ (ಹಸಿ) ಇರಬೇಕು (ಒಣಗಿರಬಾರದು). ಗೋಮೂತ್ರವು ಎಷ್ಟು ಹಳೆಯದಾದರೂ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಗೋಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದು ಹರಿದು ಹೋಗುವ ಗೋಮೂತ್ರವೂ ಇದಕ್ಕೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. (ಗೋಅರ್ಕವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬಾರದು.) ಈ ಮಿಶ್ರಣದಲ್ಲಿ 1 ಹಿಡಿ ಮಣ್ಣು, 100 ಗ್ರಾಮ ಬೇಸನ್ (ಕಡಲೆ ಹಿಟ್ಟು) ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಬೇಳೆಯ ಹಿಟ್ಟು ಮತ್ತು 100 ಗ್ರಾಮ್ ಸಾವಯವ ಬೆಲ್ಲವನ್ನು ಹಾಕಿ ಕಲಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಕೋಲಿನಿಂದ ಗಡಿಯಾರದ ಮುಳ್ಳುಗಳು ತಿರುಗುವ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ 2 ನಿಮಿಷ ತಿರುಗಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದರ ಮೇಲೆ ಗೋಣಿ ಚೀಲ ಅಥವಾ ಹಳೆಯ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ನೆರಳಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕು. ನಂತರ 3 ದಿನಗಳ ವರೆಗೆ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಾಯಂಕಾಲ ಈ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು 2 ನಿಮಿಷ ಕೋಲಿನಿಂದ ಗಡಿಯಾರದ ಮುಳ್ಳುಗಳು ತಿರುಗುವ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ತಿರುಗಿಸಿ ಪುನಃ ಮುಚ್ಚಿಡಬೇಕು. ನಾಲ್ಕನೇ ದಿನದಿಂದ ಈ ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ಲೋಹದ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸದೇ ಮಣ್ಣಿನ ಅಥವಾ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕಿನ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸಬೇಕು. (ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ಹೇಗೆ ತಯಾರಿಸಬೇಕು, ಎಂಬುದರ ಮಾಹಿತಿ ಇಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.)

ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಪದ್ಧತಿ

ಜೀವಾಮೃತ ತಯಾರಾದ ನಂತರ ಅದನ್ನು 7 ದಿನಗಳ ವರೆಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು; ಆದರೆ ಮೊದಲನೇ 4 ದಿನಗಳಲ್ಲಿ, ಅಂದರೆ ಜೀವಾಮೃತದ ಘಟಕಗಳನ್ನು ಬೆರೆಸಿದ ನಾಲ್ಕನೇ ದಿನದಿಂದ ಏಳನೇ ದಿನದ ವರೆಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಿದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಒಳ್ಳೆಯ ಪರಿಣಾಮ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ಬಳಸುವಾಗ ಅದರಲ್ಲಿ 10 ಪಟ್ಟು ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಬಳಸಬೇಕು. ಪ್ರತಿಸಲ ತಾಜಾ ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ತಯಾರಿಸಬೇಕು.

ಅ. ಕಸಕಡ್ಡಿಗಳಂತಹ ಕೊಳೆಯುವಂತಹ ಕಸದಿಂದ ಫಲವತ್ತಾದ ಮಣ್ಣನ್ನು (ಹ್ಯೂಮಸ್) ತಯಾರಿಸಲು ಪ್ರತಿ ವಾರಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಕಸದ ಮೇಲೆ ನೀರು ಸಿಂಪಡಿಸಿದಂತೆ ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ಸಿಂಪಡಿಸಬೇಕು. (ಕೊಳೆಯುವ ಕಸದಿಂದ ಫಲವತ್ತಾದ ಮಣ್ಣನ್ನು ತಯಾರಿಸುವ ಸವಿಸ್ತಾರ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.)

ಆ. 10 ಪಟ್ಟು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತೆಳ್ಳಗೆ ಮಾಡಿದ ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ಚಿಕ್ಕ ಗಿಡಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಕಪ್ ಮತ್ತು ದೊಡ್ಡ ಗಿಡಗಳಿಗೆ 1 ತಂಬಿಗೆ ಈ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಬದಿಗಳಿಂದ ಬೇರುಗಳಿಗೆ ನೀರು ಹಾಕುವಂತೆ ಹಾಕಬೇಕು.

ಇ. ಗಿಡಗಳ ಮೇಲೆ ಮುಗ್ಗಲು (ಬುರುಸು) ಹಿಡಿಯುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು 10 ಪಟ್ಟು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಸೋಸಿ 'ಸ್ಪ್ರೇ' ಬಾಟಲಿಯಲ್ಲಿ ತುಂಬಿ ಗಿಡಗಳ ಮೇಲೆ ಸ್ಪ್ರೇ ಮಾಡಬೇಕು.

ಈ. ವಾರದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಲ ಅಥವಾ 15 ದಿನಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಅಥವಾ ಅಷ್ಟೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಎಲ್ಲ ಗಿಡಗಳಿಗೆ ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ಹಾಕಬೇಕು.

ಜೀವಾಮೃತವು ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ?

ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಸವನ್ನು ವಿಘಟಿಸುವ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಜೀವಾಣುಗಳು ಜೀವಾಮೃತದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಸದ ಮೇಲೆ ಸಿಂಪಡಿಸಿದರೆ ಈ ಜೀವಾಣುಗಳು ಕಸವನ್ನು ಶೀಘ್ರಗತಿಯಲ್ಲಿ ವಿಘಟಿಸುತ್ತವೆ. ಕಸದ ವಿಘಟನೆಯಿಂದ ಗಿಡಗಳಿಗೆ ಆವಶ್ಯಕವಿರುವ ಫಲವತ್ತಾದ ಮಣ್ಣು (ಹ್ಯೂಮಸ್) ತಯಾರಾಗುತ್ತದೆ. ಜೀವಾಮೃತದಲ್ಲಿನ ಜೀವಾಣುಗಳು ಗಿಡಗಳಿಗೆ ಆಹಾರದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ಬಹಳಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ದೊರಕಿಸಿ ಕೊಡುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ಗಿಡಗಳು ಸಶಕ್ತವಾಗುತ್ತವೆ. ಗಿಡಗಳ ಎಲೆಗಳ

ಸಮೃದ್ಧಿ ಸುಜ್ಞಾನ
ಗುರಿಯಿಲ್ಲದ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ,
ಪ್ರಯತ್ನವಿಲ್ಲದ ಗುರಿಯಿಂದ ಉಪಯೋಗವಿಲ್ಲ.

ಆಕಾರವೂ ದೊಡ್ಡದಾಗುತ್ತದೆ. ಗಿಡಗಳು ಅವುಗಳಿಗೆ ಬೇಕಾಗುವ ಆಹಾರವನ್ನು ದ್ಯುತಿಸಂಶ್ಲೇಷಣೆಯ ಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ('ಫೊಟೋಸಿಂಥೆಸಿಸ್' ಮೂಲಕ) ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಗಿಡಗಳು ಹಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಬೀಜಗಳಿಗಾಗಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡುತ್ತವೆ. ದ್ಯುತಿಸಂಶ್ಲೇಷಣೆಯ ಕ್ರಿಯೆ ಮತ್ತು ಆಹಾರದ್ರವ್ಯಗಳ ಪೂರೈಕೆ ಎಷ್ಟು ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆಯೋ, ಅಷ್ಟು ಫಲಧಾರಣೆ, ಅಂದರೆ ಆಹಾರವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಕ್ರಿಯೆಯು ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಜೀವಾಮೃತದಿಂದ ಗಿಡಕ್ಕೆ ಆಹಾರದ್ರವ್ಯಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ, ಹಾಗೆಯೇ ಎಲೆಗಳ ಆಕಾರವೂ ದೊಡ್ಡದಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ದ್ಯುತಿಸಂಶ್ಲೇಷಣೆಯ ಕ್ರಿಯೆಯೂ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಆದಾಯ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಜೀವಾಮೃತದಲ್ಲಿ ಗಿಡಗಳ ರೋಗಗಳನ್ನು ತಡೆಯುವ ಗುಣಧರ್ಮವೂ ಇರುತ್ತದೆ.

ಜೀವಾಮೃತದ ಲಾಭ :

ಅ. ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ತಯಾರಿಸುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಸುಲಭ ಮತ್ತು ಅಗ್ಗವಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಗೊಬ್ಬರಗಳಿಗಾಗಿ ಮಾಡುವ ವೆಚ್ಚವು ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಆ. ಇದು ಸಂಪೂರ್ಣ ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿದ್ದು ಗಿಡಗಳಿಗೆ ಅಮೃತಸಮಾನವಾಗಿದೆ. ವಿಷಮುಕ್ತ ಆಹಾರದ ನಿರ್ಮಿತಿಗಾಗಿ ಜೀವಾಮೃತವು ಮಹತ್ವದ ಘಟಕವಾಗಿದೆ.

ಇ. ಜೀವಾಮೃತದಿಂದ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಸವು ಬೇಗನೇ ವಿಘಟನೆಯಾಗಿ ಅದು ಫಲವತ್ತಾದ ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ('ಹ್ಯೂಮಸ್'ಗೆ) ರೂಪಾಂತರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ. ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಟೊಳ್ಳು ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಉ. ಮಣ್ಣಿನ ನೀರು ಹಿಡಿದಿಡುವ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಗಿಡಗಳಿಗೆ ದೊರಕಿಸಿಕೊಡುವ ಕ್ಷಮತೆಯು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಕಡಿಮೆ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಗಿಡಗಳು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನೀರಿನ ಉಳಿತಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಊ. ಗಿಡಗಳಿಗೆ ಆವಶ್ಯಕವಿರುವ ಆಹಾರದ್ರವ್ಯಗಳು ಮತ್ತು 'ಮಿತ್ರ ಜೀವಾಣುಗಳು' (ಉಪಯುಕ್ತ ಜೀವಾಣುಗಳು) ಬಹಳಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ದೊರಕುತ್ತವೆ.

ಎ. ಗಿಡಗಳಲ್ಲಿ ರೋಗನಿರೋಧಕಶಕ್ತಿ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಗಿಡಗಳಿಗೆ ರೋಗವಾಗುವ ಪ್ರಮಾಣವೂ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಏ. ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ಗಿಡಗಳ ಮೇಲೆ ಸಿಂಪಡಿಸುವುದರಿಂದ ಗಿಡಗಳ ಮೇಲೆ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುವ ಮುಗ್ಗಲನ್ನು (ಬುರುಸನ್ನು) ತಡೆಯಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಐ. ಗಿಡಗಳು ಕಠಿಣ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ಉಷ್ಣತೆ, ಚಳಿ ಅಥವಾ ಮಳೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಆದಾಗ ಆಗುವ ಹಾನಿಯು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಜೀವಾಮೃತಕ್ಕಾಗಿ ದೇಶಿ ಹಸುವಿನ ಸೆಗಣಿ ಮತ್ತು ಗೋಮೂತ್ರವು ಎಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಎಲ್ಲೆಡೆ ದೇಶಿ ಹಸುಗಳ ಗೋಶಾಲೆಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಬೆಂಗಳೂರು–ಮಂಗಳೂರುಗಳಂತಹ ನಗರಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಗೋಶಾಲೆಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಅವರಿಂದ ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು ಸೆಗಣಿ ಮತ್ತು ಗೋಮೂತ್ರವನ್ನು ಕೊಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಅಥವಾ ಅರ್ಪಣೆಯ ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅನೇಕ ದೇಶಿ ಹಸುಗಳು ರಸ್ತೆಯ ಮೇಲೆ ತಿರುಗಾಡುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳು ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿರುವ ಸೆಗಣಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. (ಹೀಗೆ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ಹಸುವು ದೇಶಿ ಹಸುವೇ ಆಗಿದೆ, ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದವರನ್ನು ಕೇಳಿ ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.) ಕೆಲವು ಗೋಶಾಲೆಗಳು ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ ಮಾರಾಟ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅವರಿಂದ ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ಖರೀದಿಸಬಹುದು; ಆದರೆ ಅದನ್ನು ನಾವೇ ತಯಾರಿಸಿದರೆ ಅದು ಕಡಿಮೆ ಬೆಲೆಯಲ್ಲಿ ತಯಾರಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವು ಸಾಧಕರು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿ ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ತಯಾರಿಸಬಹುದು. ತಯಾರಿಸಿದ ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ಸಾಧಕರು ತಮ್ಮ ಆವಶ್ಯಕತೆಗನುಸಾರ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಶ್ರಮ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು. ತಮ್ಮ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿನ ಹತ್ತಿರದ ಗೋಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ದೇಶಿ ಹಸುಗಳ ಸಗಣಿ ಮತ್ತು ಗೋಮೂತ್ರವು ಸಿಗಬಹುದು. ಜೀವಾಮೃತವನ್ನು ಬಳಸಿದರೆ ಯಾವುದೇ ದುಬಾರಿ ಗೊಬ್ಬರವನ್ನು ಬಳಸುವ ಆವಶ್ಯಕತೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ॐ

ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಕುಡಿದರೆ ಆಗುವ ದಶ ಲಾಭಗಳು..

ನೀರು ನಿಮ್ಮ ಹೆಚ್ಚಿನೆಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರವಾಗಬಲ್ಲದು. ಮುಂಜಾನೆ ಎದ್ದ ಕೂಡಲೇ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಕುಡಿದರೆ ಹಲವಾರು ರೋಗಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು. ಹೆಚ್ಚಿನ ರೋಗಗಳು ಹೊಟ್ಟೆಯಿಂದಲೇ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಕುಡಿದರೆ ಆಗ ನಿಮ್ಮ ಹೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿ ಇರಿಸಲು ಇದು ನೆರವಾಗಲಿದೆ. ಮುಂಜಾನೆ ಮೊದಲು ನಾಲ್ಕು ಲೋಟ ನೀರು ಕುಡಿದು ಇದರ ಬಳಿಕ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ಏನೂ ತಿನ್ನಬಾರದು ಅಥವಾ ಕುಡಿಯಬಾರದು. ಈ ನೀರಿನ ಥೆರಪಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಹಾಗೂ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಇರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಗ್ಗೆ ಎದ್ದು ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಹಲವಾರು ರೀತಿಯ ಉಪಯೋಗಗಳಿವೆ. ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ನೀರು ಜಾದು ಮಾಡಬಲ್ಲದು.

- **ಕರುಳಿನ ಕ್ರಿಯೆ ಸರಾಗ:** ಬೆಳಗ್ಗೆ ಎದ್ದು ನೀವು ನೀರು ಕುಡಿದ ಕೂಡಲೇ ಮಲ ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡುವ ಅಗತ್ಯತೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಕರುಳಿನ ಕ್ರಿಯೆಯು ಸದಾ ನಿಯಮಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ಪ್ರತೀ ಸಲ ಮಲ ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಿದಾಗ ದೇಹವು ತ್ಯಾಜ್ಯದಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯುತ್ತದೆ.

- **ದೇಹದಲ್ಲಿನ ವಿಷಕಾರಿ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಹೊರ ಹಾಕುತ್ತದೆ:** ಪ್ರತೀ ದಿನ ನಾವು ಆಹಾರ ಅಥವಾ ಉಸಿರಾಟದ ಮೂಲಕ ಸೇವನೆ ಮಾಡುವಂತಹ ವಿಷಕಾರಿ ಅಂಶಗಳನ್ನು ನೀರು ಹೊರ ಹಾಕುತ್ತದೆ. ನೀವು ನೀರು ಕುಡಿದು ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಿದಾಗ ದೇಹದಲ್ಲಿನ ವಿಷಕಾರಿ ಅಂಶ ಹೊರ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

- **ಹಸಿವು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ:** ಆಗಾಗ ನಾವು ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕರುಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವುದರಿಂದ ದೇಹದ ಆಯಾಸ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳಗ್ಗೆ ಬೇಗನೆ ಹಸಿವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಇದರಿಂದ ಸರಿಯಾಗಿ ಉಪಹಾರ ಮಾಡಬಹುದು.

- **ತಲೆನೋವು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ:** ನಮಗೆ ನಿರ್ಜಲೀಕರಣದಿಂದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಲ ತಲೆನೋವು ಕಾಣಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಬೆಳಗ್ಗೆ ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ನಿರ್ಜಲೀಕರಣದಿಂದ ದೂರವಿಡಬಹುದು.

- **ಕರುಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ:** ಕರುಳಿನಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿರುವ ಜಿಡ್ಡನ್ನು ನೀರು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ದೇಹವು ಪೌಷ್ಠಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಬೇಗನೆ ಹೀರಿ ಕೊಳ್ಳಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ.

- **ಚಯಾಪಚಯ ಕ್ರಿಯೆಗೆ ವೇಗ :** ಬಿಸಿ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಚಯಾಪಚಯ ಕ್ರಿಯೆಯು ಸುಮಾರು ಶೇ.24ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಆಹಾರವು ಬೇಗನೆ ಜೀರ್ಣವಾಗಿ, ಆಹಾರ ಸಮೀಕರಿಸಿ ತೂಕ ಕಳೆದು ಕೊಳ್ಳಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ.

- **ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಸೃಷ್ಟಿ:** ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ದೇಹವು ಕೆಂಪುರಕ್ತದ ಕಣಗಳನ್ನು ವೇಗವಾಗಿ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಆಮ್ಲಯುಕ್ತ ರಕ್ತವಾಗಿರುವ ಕಾರಣ ನಿಮ್ಮ ಹೆಚ್ಚು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

- **ತೂಕ ಕಳೆದು ಕೊಳ್ಳಲು:** ನೀವು ತೂಕ ಕಳೆದು ಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಆಗ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಕುಡಿಯಿರಿ. ಇದರಿಂದ ನೀವು ವಿಷಕಾರಿ ಟ್ರಾನ್ಸ್ ಫ್ಯಾಟ್ಸ್ ನ್ನು ಹೊರ ಹಾಕಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಕೊಬ್ಬಿನ ಚಯಾಪಚಯ ಕ್ರಿಯೆಯ ಮಟ್ಟ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

- **ಹೊಳೆಯುವ ತ್ವಚ್ಛೆಗೆ:** ನಿಮ್ಮ ಕರುಳಿನ ಕ್ರಿಯೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಇರದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮೊಡವೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಾಣಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಕರುಳಿನ ಕ್ರಿಯೆ ನಿಯಮಿತವಾಗಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಮೊಡವೆಗಳು ಕಡಿಮೆಯಿರುತ್ತದೆ.

- **ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ:** ನಿಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಅಂಶವನ್ನು ಕಾಯ್ದು ಕೊಳ್ಳಲು ನೀರು ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಕುಡಿದಾಗ ಸೋಂಕಿನ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡುವ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ನೀವು ಊಟವಾದ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಯ ನಂತರ ಬಿಸಿ ನೀರು ಕುಡಿಯಿರಿ. ಇದರಿಂದ ನೀವು ತಿಂದ ಆಹಾರದಲ್ಲಿರುವ ಎಣ್ಣೆ ಕೊಬ್ಬಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿತವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ॐ

ಪ್ರವಾಸ ಯಾನ

ಜಗದ್ವಿಸ್ಮಯ ಜಗನ್ನಾಥ ಪುರಿ..!

✍ -ಶ್ರೀ ಗೋವಿಂದ ಕೀರ್ತನ ದಾಸ್, ಬೆಂಗಳೂರು.

ಭಾರತದ ಪೂರ್ವ ಕರಾವಳಿಯಲ್ಲಿರುವ ಒರಿಸ್ಸಾದ ಪುರಿಯಲ್ಲಿರುವ ಜಗನ್ನಾಥ ದೇವಾಲಯವು ಚಾರ್‌ಧಾಮ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲೊಂದು. ಐತಿಹಾಸಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಿರುವ ಈ ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಇಂದಿಗೂ ನಡೆಯುವ ಅಚ್ಚರಿ ಸಂಗತಿಗಳು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ತಾರ್ಕಿಕತೆಗೂ ನಿಲುಕದ ಸಂಗತಿಗಳಾಗಿದೆ.

ಭಾರತವು ಪ್ರಸಿದ್ಧ ತೀರ್ಥ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಿಗೆ ಹೆಸರುವಾಸಿ. ಇಲ್ಲಿರುವ ದೇವಾಲಯಗಳು ವಿಭಿನ್ನ ವಾಸ್ತುಶಿಲ್ಪಗಳು, ಕೆತ್ತನೆಗಳು ಹಾಗೂ ಪುರಾಣ ಇತಿಹಾಸಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು, ಜನರನ್ನು ತನ್ನೆಡೆಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸೆಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿದೆ. ಅದ್ಭುತ ಹಿನ್ನೆಲೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿರುವ ದೇವಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಒರಿಸ್ಸಾದ ಪುರಿಯ ಜಗನ್ನಾಥ ದೇವಾಲಯವು ಒಂದು. ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಹಿನ್ನೆಲೆ ಹಾಗೂ ದೈವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಈ ದೇವಾಲಯಕ್ಕೆ ಭಕ್ತ ಸಾಗರವೇ ಹರಿದು ಬರುತ್ತದೆ.

ಮರದಿಂದಲೇ ನಿರ್ಮಿಸಲಾಗಿರುವ ಈ ಅದ್ಭುತ ದೇವಾಲಯವು ಭಾರತದ ಚಾರ್‌ಧಾಮ್ ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆಯ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು. ಇಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ವಾರ್ಷಿಕ ರಥೋತ್ಸವ ಹಾಗೂ ರಥಯಾತ್ರೆ ಹೆಸರುವಾಸಿಯಾಗಿದೆ. ದೇವಾಲಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕಥೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಇಂದ್ರದ್ಯುಮ್ನ ಎಂಬ ರಾಜನಿಗೆ ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ವಿಷ್ಣು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡ ತರುವಾಯ ಇಂದ್ರದ್ಯುಮ್ನನು ಈ ದೇವಾಲಯವನ್ನು ಕಟ್ಟಿಸಿದ ಎನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಮ್ಮೆ ಇಂದ್ರದ್ಯುಮ್ನ ರಾಜನು ಸಮೀಪದಲ್ಲಿರುವ ಪವಿತ್ರವಾದ ನದಿಯ ಜಲವನ್ನು ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕಬ್ಬಿಣದ ಸಲಾಕೆಯೊಂದು ತೇಲುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡನು. ಆ ಸಲಾಕೆಯು ತನ್ನ ಹೃದಯ, ಅದು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಉಳಿಯುವಂತೆ ಮಾಡು ಎಂದು ವಿಷ್ಣು ಪಿಸುಮಾತಿನಲ್ಲಿ ನುಡಿದಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು. ನಂತರ ಜಗನ್ನಾಥ ದೇವರ ಬಳಿ ಓಡಿ ಹೋಗಿ, ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಅದನ್ನು ಅಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿದನು. ಅಂದಿನಿಂದ ರಾಜನು ಆ ಕಬ್ಬಿಣದ ಸಲಾಕೆಯನ್ನು ಯಾರಿಗೂ ಮುಟ್ಟಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡಲಿಲ್ಲ.

ಇನ್ನೊಂದು ಕಥೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಪಾಂಡವರು ಮಹಾಭಾರತ ಯುದ್ಧಾನಂತರ ಯಮರಾಜನ ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. ಆಗ ಸಪ್ತ ಋಷಿಗಳು ಮೋಕ್ಷ ಪ್ರಾಪ್ತಿಯಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಮೊದಲು ಚಾರ್ ಧಾಮ್‌ಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಬೇಕು ಎಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದರು. ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಚಾರ್ ಧಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾದ ಪುರಿಯ ಜಗನ್ನಾಥ್ ದೇವಾಲಯಕ್ಕೂ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದ್ದರು ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಎಲ್ಲಾ ಸಂಗತಿಗಳ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಪುರಿಯ ಜಗನ್ನಾಥ ದೇವಾಲಯವು ಯಾವುದೇ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿವರಣೆಯ ತನಿಖೆಗೆ ಒಳಗಾಗದೆ, ಇಂದಿಗೂ ಕೆಲವು ರಹಸ್ಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಈ ರಹಸ್ಯಗಳು ಭಗವಾನ್ ಜಗನ್ನಾಥನ ಪವಾಡ ಎಂದು ಜನರು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಈ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ನೋಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ದೇವರ ದರ್ಶನವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದರ ಮೂಲಕ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

ದೇವಾಲಯದ ಮೇಲಿರುವ ಧ್ವಜ :

ಈ ಪವಿತ್ರ ದೇವಾಲಯದ ಮೇಲೆ ಪುರಾತನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಇರುವ ಧ್ವಜವಿದೆ. ಈ ಧ್ವಜವು ಯಾವಾಗಲೂ ಗಾಳಿಯ ವಿರುದ್ಧ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಹಾರುತ್ತದೆ. ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಗತಿಗಳಿಗೆ ಸವಾಲನ್ನು ಒಡ್ಡುವ ಈ ಒಂದು ಸಂಗತಿಯು, ವಿಜ್ಞಾನಕ್ಕೂ ಮಿಗಿಲಾದ ದೈವ ಶಕ್ತಿ ಇದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಸುದರ್ಶನ ಚಕ್ರ :

ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಸುದರ್ಶನ ಚಕ್ರವು 20 ಅಡಿ ಎತ್ತರ ಮತ್ತು ಒಂದು ಟನ್ ತೂಕವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇದನ್ನು ದೇವಾಲಯದ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಚಕ್ರದ ವಿಶೇಷ ಎಂದರೆ, ಪುರಿ ನಗರದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನಿಂತು ನೋಡಿದರೂ ಚಕ್ರ ಕಾಣುವುದು. ಅಲ್ಲದೆ ಈ ಚಕ್ರವನ್ನು ನೀವು ಎಲ್ಲಿ ನಿಂತು ನೋಡಿದರೂ ಅದರ ಮುಖ ನಿಮ್ಮೆಡೆಗೆ ಇರುವಂತೆ ತೋರುವುದು.

ವಿಶಿಷ್ಟ ರಚನೆ ಹಾಗೂ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಈ ಸುದರ್ಶನ ಚಕ್ರದ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೇ ಪಕ್ಷಿಗಳು, ಕೀಟಗಳು ಹಾಗೂ ವಿಮಾನಗಳು ಹಾರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಚಕ್ರದ ಒಂದು ದೈವ ಶಕ್ತಿಯ ಪ್ರಭಾವ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ನಿಗೂಢ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳಿಗೆ ಕಾರಣ ಏನು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಇದುವರೆಗೂ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲಾಗಿಲ್ಲ.

ದೇವಾಲಯದ ರಚನೆ :

ಈ ದೇವಾಲಯದ ಇನ್ನೊಂದು ವಿಶೇಷ ಎಂದರೆ ಇಲ್ಲಿ ನೆರಳು ಬೀಳದೆ ಇರುವುದು. ಈ ದೇವಾಲಯದ ಒಳಗೆ ಹಾಗೂ ಹೊರಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನೆರಳು ಬೀಳುವುದಿಲ್ಲ. ಇದೊಂದು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಪವಾಡ ಹಾಗೂ ದೈವ ಶಕ್ತಿ ಎನ್ನುವುದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ.

ಪ್ರವೇಶ ದ್ವಾರಗಳ ವಿಶೇಷ :

ಈ ದೇವಾಲಯದ ಮುಖ್ಯ ಪ್ರವೇಶ ದ್ವಾರದಲ್ಲಿ ಸಂಗೀತಗಳ ತರಂಗ ಕೇಳುವುದು. ಈ ದೇವಾಲಯದ ಒಳ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ನಾಲ್ಕು ಪ್ರಮುಖ ದ್ವಾರಗಳಿವೆ. ಇದರ ಮುಖ್ಯ ದ್ವಾರಕ್ಕೆ ಸಿಂಗದ್ವಾರ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿಂದ ಒಳಗೆ ದೇವರ ದರ್ಶನಕ್ಕೆ ತೆರಳುವಾಗ ಶಬ್ದಗಳ ತರಂಗಗಳು ಅಥವಾ ಧ್ವನಿಯು ಕೇಳುತ್ತವೆ. ಅದೇ ದ್ವಾರದ ಮೂಲಕ ನೀವು ಹಿಂತಿರುಗಿ ಬರುವಾಗ ಕೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತೆಯೇ ದೇವಸ್ಥಾನದ ಒಳಗೆ ಹೋದ ನಂತರ ದೀರ್ಘ ಸಮಯಗಳ ಕಾಲವೂ ಈ ಶಬ್ದಗಳು ಕೇಳುವುದಿಲ್ಲ.

ಸಮುದ್ರದ ಗಾಳಿ ರಹಸ್ಯ :

ಪ್ರಪಂಚದ ಯಾವುದೇ ಸಮುದ್ರ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಹೋದರೆ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಗಲಿನ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಗಾಳಿಗಳು ಸಮುದ್ರದಿಂದ ಭೂಮಿಯೆಡೆಗೆ ಬೀಸುತ್ತವೆ. ಅಂತೆಯೇ ಸಂಜೆಯ ಹೊತ್ತಾದಂತೆ ಭೂಮಿಯಿಂದ ಸಮುದ್ರದ ಕಡೆಗೆ ಗಾಳಿ ಬೀಸುವುದು. ಆದರೆ ಈ ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮಗಳು ಪುರಿ ಜಗನ್ನಾಥ ದೇವಾಲಯದ ಬಳಿ ಇರುವ ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ ತದ್ವಿರುದ್ಧವಾದ ನಿಯಮದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವುದು.

1800 ವರ್ಷಗಳ ಹಳೆಯ ಆಚರಣೆ :

ಈ ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಅರ್ಚಕರು 45 ಮಹಡಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಸುಮಾರು 1000 ಅಡಿ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿರುವ ಗೋಪುರಗಳನ್ನು ಹತ್ತಿ, ಬಾವುಟಗಳನ್ನು ಬದಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಆಚರಣೆಯು 1800 ವರ್ಷಗಳಿಂದಲೂ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಿದೆ. ಈ ಆಚರಣೆಯು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿ ತಪ್ಪಿದರೆ ಮುಂದಿನ 18 ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ದೇವಾಲಯವನ್ನು ಮುಚ್ಚಲ್ಪಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗುವುದು.

ಮನೆ ಮದ್ದು :

ಕಾಲಿನ ಹಿಮ್ಮಡಿ ಒಡೆದಾಗ ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿಗೆ ಹರಳೆಣ್ಣೆಯನ್ನು ಬೆರೆಸಿ ಹಚ್ಚಿದಾಗ ನೋವು ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಸಾದದ ವಿಶೇಷತೆ :

ಈ ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ವಸ್ತುಗಳು ವ್ಯರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ದಿನಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಎರಡು ಸಾವಿರದಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತು ಸಾವಿರದವರೆಗೂ ಭಕ್ತರು ದೇವಾಲಯಕ್ಕೆ ಆಗಮಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸುವ ಪ್ರಸಾದದ ಪ್ರಮಾಣವು ವರ್ಷದುದ್ದಕ್ಕೂ ಒಂದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೂ ಎಂದಿಗೂ ಪ್ರಸಾದ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು, ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು ಅಥವಾ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುವ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು ಸಂಭವಿಸಿಲ್ಲ.

ಪ್ರಸಾದ ತಯಾರಿಯ ನಿಯಮ :

ಉರುವಲು ಬಳಸಿಯೇ ವಿಶೇಷ ಸವಿಯ ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಅಡುಗೆ ಅಥವಾ ಪ್ರಸಾದಕ್ಕೆ ಮಣ್ಣಿನ ಮಡಿಕೆಯನ್ನೇ ಬಳಸಲಾಗುವುದು. ಪ್ರಸಾದ ತಯಾರಿಗೆ 7 ಮಡಿಕೆಯನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುವುದು. ಆ ಮಡಿಕೆಗಳನ್ನು ಒಂದರ ಮೇಲೊಂದರಂತೆ ಜೋಡಿಸಿ ತಯಾರಿಸುತ್ತಾರೆ. ತುತ್ತ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ಮಡಿಕೆಯ ಪ್ರಸಾದವು ಮೊದಲು ಬೇಯುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಅದರ ಕೆಳಗಿರುವ ಮಡಿಕೆ, ಹೀಗೆ ಮೇಲಿನಿಂದ ಕೆಳಭಾಗದ ವರೆಗೂ ಒಂದಾದನಂತರ ಒಂದರಂತೆ ಬೇಯುವುದು.

ಭಾರತದ ಪೂರ್ವ ಕರಾವಳಿ ತೀರದಲ್ಲಿರುವ ಈ ದೇವಾಲಯದ ಇನ್ನೊಂದು ವಿಶೇಷತೆ ಏನೆಂದರೆ ಈ ದೇವಸ್ಥಾನದ ವಿಗ್ರಹವನ್ನು 12–18 ವರ್ಷಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಬದಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿ ಎಂಟು ವರ್ಷಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಉತ್ಸವ ಜರುಗುತ್ತದೆ. ಕೃಷ್ಣ, ಸುಭದ್ರ ಹಾಗೂ ಬಲರಾಮನ ವಿಗ್ರಹಗಳನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರಥದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ ಮೆರವಣಿಗೆಯನ್ನು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ವಿಸ್ಮಯಗಳಿರುವ ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ನೀವೊಮ್ಮೆ ತೆರಳಲೇಬೇಕು. ॐ

ಇತಿಹಾಸ ಪುಟಸೇರಿದ ಪಿಂಕ್ ನೋಟ್

–**ಷಣ್ಮುಗಂ,** ಬ್ಯಾಂಕ್ ಸಿಬ್ಬಂದಿ.

2016ರಲ್ಲಿ ಇಡೀ ದೇಶದಲ್ಲೇ ನೋಟ್ ಬ್ಯಾನ್ ಮಾಡಿರೋ ವಿಚಾರ ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಗೊತ್ತು. 2016ಕ್ಕೂ ಮೊದಲು ಜಾರಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಅಂದಿನ 500 ಮತ್ತು 1000 ರೂಪಾಯಿಗಳ ನೋಟುಗಳನ್ನು ಅಮಾನ್ಯೀಕರಣ ಮಾಡಲಾಗಿತ್ತು. ಆಗ ನೋಟ್ ಬದಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಜನಸಾಮಾನ್ಯರು ಸಾಕಷ್ಟು ಕಷ್ಟ ಪಟ್ಟಿದ್ದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದೇ ಇದೆ.

ಈಗ 2000 ರೂಪಾಯಿಗಳ ಪಿಂಕ್ ನೋಟನ್ನು ಹಿಂತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿ ಆರ್‌ಬಿಐ ಘೋಷಿಸಿದೆ. ಇದೇ ವರ್ಷದ ಮೇ 23ರಿಂದ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಪಿಂಕ್ ನೋಟ್ ಬದಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಹೇಳಿದೆ. ಪಿಂಕ್ ನೋಟ್ ಬದಲಿಸಲು ಇದೇ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 30 ಕೊನೆಯ ದಿನವಾಗಿದೆ. ಹಾಗಾದರೆ ಆರ್‌ಬಿಐನ ಈ ನಿರ್ಧಾರಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೇನು? ನೋಟ್ ಬದಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ? ಈ ಬಗ್ಗೆ ಓದುಗರಿಗೆ ವಿಸ್ತಾರವಾದ ಮಾಹಿತಿ ಇದು.

2000 ರೂಪಾಯಿ ಮುಖಬೆಲೆಯ ಪಿಂಕ್ ನೋಟುಗಳನ್ನು ಆರ್‌ಬಿಐನ ಶಾಖೆಗಳು ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದೇ 2023 ಮೇ 23, ಮಂಗಳವಾರದಿಂದ 2023, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 30 ಶನಿವಾರದವರೆಗೆ ವಿನಿಮಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ನೋಟು ವಿನಿಮಯಕ್ಕೆ ಏನಿದೆ ನಿಯಮ?

2000 ರೂಪಾಯಿ ನೋಟ್ ವಿನಿಮಯಕ್ಕೆ ಆರ್‌ಬಿಐ ಕೆಲವೊಂದು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿದೆ. ಅದರಂತೆ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ಗಳು 2 ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿ ನೋಟು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ 2 ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿ ನೋಟ್

ಕೊಡುವಂತಿಲ್ಲ. ಇನ್ನು ಗ್ರಾಹಕರು 2000 ರೂಪಾಯಿ ನೋಟ್ ಕೊಟ್ಟು 500,100ರ ನೋಟ್‌ಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಆದರೆ ಒಬ್ಬ ಗ್ರಾಹಕ ಒಂದು ದಿನಕ್ಕೆ 20 ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿಗಳಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ಹಣ ವಿನಿಮಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

2016ರಲ್ಲಿ 2 ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿ ನೋಟ್ ಪರಿಚಯ :

2000 ಮುಖಬೆಲೆಯ ಪಿಂಕ್ ನೋಟನ್ನು ನವೆಂಬರ್ 2016 ರಲ್ಲಿ ಪರಿಚಯಿಸಲಾಯ್ತು. RBI ಕಾಯಿದೆ, 1934 ರ ಸೆಕ್ಷನ್ 24 (1)ರ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಚಯಿಸಲಾಯಿತು. ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ 500 ರೂಪಾಯಿ ಮತ್ತು 1000 ರೂಪಾಯಿ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ನೋಟುಗಳ ಕಾನೂನು ಟೆಂಡರ್ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹಿಂಪಡೆದ ನಂತರ ಆರ್ಥಿಕತೆಯ ಕರೆನ್ಸಿ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಪೂರೈಸಲು ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಚಲಾವಣೆಯಲ್ಲಿತ್ತು.

2018ರಲ್ಲಿಯೇ 2000 ರೂಪಾಯಿ ಮುದ್ರಣ ಸ್ಥಗಿತ!

ಅಂದಹಾಗೆ 2018–19ರಲ್ಲಿಯೇ 2000 ರೂಪಾಯಿ ಮುಖಬೆಲೆಯ ನೋಟ್‌ಗಳ ಮುದ್ರಣವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲಾಗಿತ್ತು. 2000 ರೂಪಾಯಿ ಮುಖಬೆಲೆಯ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ನೋಟುಗಳಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 89% ಅನ್ನು ಮಾರ್ಚ್ 2017 ಕ್ಕಿಂತ ಮೊದಲು ನೀಡಲಾಯಿತು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಅಂದಾಜು ಜೀವಿತಾವಧಿ 4–5 ವರ್ಷಗಳ ಅಂತ್ಯದಲ್ಲಿದೆ.

ಪಿಂಕ್ ನೋಟ್‌ಗಳ ಬಳಕೆ ಕುಸಿತ :

ಚಲಾವಣೆಯಲ್ಲಿರುವ ಈ 2 ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿ ಮುಖಬೆಲೆಯ ನೋಟುಗಳ ಒಟ್ಟು ಮೌಲ್ಯವು ಮಾರ್ಚ್ 31, 2018 ರ ಗರಿಷ್ಠ 6.73 ಲಕ್ಷ ಕೋಟಿಗಳಿಂದ (ಚಲಾವಣೆಯಲ್ಲಿರುವ ನೋಟುಗಳ ಶೇಕಡಾ 37.3) 3.62 ಲಕ್ಷ ಕೋಟಿಗೆ ಇಳಿದಿದೆ, ಇದು ಮಾರ್ಚ್ 31, 2023 ರಂದು ಚಲಾವಣೆಯಲ್ಲಿರುವ ನೋಟುಗಳ ಶೇಕಡಾ 10.8 ರಷ್ಟಿದೆ.

ಇದೀಗ ನೋಟ್ ಹಿಂಪಡೆಯಲು ಕಾರಣವೇನು?

2 ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿ ಮುಖಬೆಲೆಯ ನೋಟ್‌ಗಳನ್ನು ಹಿಂಪಡೆಯಲು ಆರ್‌ಬಿಐ ಹಲವು ಕಾರಣಗಳನ್ನು ನೀಡಿದೆ. ಆರ್‌ಬಿಐನ "ಕ್ಲೀನ್ ನೋಟ್ ನೀತಿ"ಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಈ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಆರ್‌ಬಿಐ ತನ್ನ ಪ್ರಕಟಣೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದೆ. ಈಗ ಚಲಾವಣೆಯಲ್ಲಿರುವ 2,000ರೂ ಮುಖಬೆಲೆಯ ನೋಟುಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ.89ರಷ್ಟು ನೋಟುಗಳನ್ನು 2017ರ ಮಾರ್ಚ್‌ಗೂ ಮುನ್ನವೇ ಮುದ್ರಣ ಮಾಡಿ ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸಿದಂತಹವುಗಳಾಗಿವೆ.

ಇವುಗಳ ಕಾಲಾವಧಿ 4–5 ವರ್ಷ ಮಾತ್ರ ಇದ್ದವು. ಇದರಿಂದ ಈ ನೋಟುಗಳನ್ನು ಹಿಂತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ ಅಂತ ಆರ್‌ಬಿಐ ಹೇಳಿದೆ. 2,000 ರೂಪಾಯಿ ಮುಖ ಬೆಲೆಯ ನೋಟುಗಳ ಚಲಾವಣೆ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆ ತೀರಾ ಆಗಿದೆ ಅಂತ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ.

ಜನರ ಹಣಕಾಸಿನ ವಹಿವಾಟಿಗೆ ಬೇರೆ ನೋಟುಗಳನ್ನು ಸಾಕಷ್ಟು ಬಳಕೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಈ 2,000 ರೂ. ನೋಟುಗಳನ್ನು ಹಿಂತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಆರ್‌ಬಿಐ ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿದೆ.

ಆತಂಕ ಬೇಡ :

ಇನ್ನು ಗ್ರಾಹಕರು ಆತಂಕಗೊಳ್ಳದಂತೆ ಆರ್‌ಬಿಐ ಹೇಳಿದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಬ್ಯಾಂಕುಗಳು ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 30, 2023 ರವರೆಗೆ 2000 ರೂಪಾಯಿ ಮುಖಬೆಲೆಯ ನೋಟುಗಳಿಗೆ ಬ್ಯಾಂಕ್?ಗಳು ತಮ್ಮ ಶಾಖೆಗಳಲ್ಲಿ ಠೇವಣಿ ಮತ್ತು ಅಥವಾ ವಿನಿಮಯ ಸೌಲಭ್ಯವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ಭಾರತೀಯ ರಿಸರ್ವ್ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಘೋಷಿಸಿದೆ. ಯಾರೂ ಕೂಡ ಭಯ ಹಾಗೂ ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಬಾರದು. ಈ ನೋಟುಗಳ ವಿನಿಮಯಕ್ಕೆ ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳವರೆಗೆ ಕಾಲಾವಕಾಶ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಈ ಅವಕಾಶ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ನೋಟ್ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಎಂದು ಆರ್‌ಬಿಐ ಮನವಿ ಮಾಡಿದೆ. ॐ

ಪ್ರದೋಷ ಪೂಜೆ ಮಾಡುವುದು ಏಕೆ ?

ಪ್ರದೋಷ ಪೂಜೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಶಿವನಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಿಯವಾದ ರುದ್ರಪಾರಾಯಣ ಮಾಡಬೇಕು. ರುದ್ರಾಭಿಷೇಕ ಮಾಡಬೇಕು. ಪ್ರದೋಷದಂದು ಈ ಸ್ತೋತ್ರವನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ವಿಶೇಷವಾದ ಫಲಗಳು ದೊರೆಯುತ್ತವೆ.

ಪ್ರದೋಷ ವ್ರತವನ್ನು ತ್ರಯೋದಶಿ ವ್ರತ ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳ ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷ ಮತ್ತು ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷದ ತ್ರಯೋದಶಿಯಂದು ಪ್ರದೋಷ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಆಚರಿಸಬೇಕು. ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷಕ್ಕಿಂತಲೂ ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷದ ಪ್ರದೋಷ ಪೂಜೆ ಅತಿ ಮುಖ್ಯವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ತ್ರಯೋದಶಿಯು ಸೂರ್ಯಾಸ್ತದ ನಂತರ 3 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಇರಬೇಕು. ಈ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಆಚರಿಸಬೇಕು.

ಕೆಲವೊಂದು ಗ್ರಂಥಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಶಿವ ಪರಿವಾರವು ಸಂತೋಷ ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಶಿವನನ್ನು ಅರ್ಚಿಸಿದಲ್ಲಿ ಬೇಡುವ ಎಲ್ಲಾ ವರಗಳನ್ನು ಶಿವನು ದಯಪಾಲಿಸುತ್ತಾನೆ ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆಯಿದೆ. ಕಡಲೇಕಾಳಿನ ಖಾದ್ಯವನ್ನು ನೇವೇದ್ಯ ಮಾಡಬೇಕು. ಶಿವಾಷ್ಟೋತ್ತರದೊಂದಿಗೆ ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆಯ ಪೂಜೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಬೆಲ್ಲ ಮತ್ತು ಉಪ್ಪನ್ನು ದಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಅಪಮೃತ್ಯು ದೋಷಗಳು ಪರಿಹಾರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರದೋಷದ ಆಚರಣೆಗೆಂದು ವಿಶೇಷವಾದ ಮಂತ್ರ ತಂತ್ರಗಳಾಗಲಿ, ವಿಧಿ ವಿಧಾನಗಳಾಗಲಿ ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲ. ಶಿವನಿಗೆ ಇಷ್ಟ ಎನಿಸುವ ರುದ್ರಪಾರಾಯಣ ಮಾಡಬೇಕು. ರುದ್ರಾಭಿಷೇಕ ಮಾಡಬೇಕು. ಪ್ರದೋಷದಂದು ಈ ಸ್ತೋತ್ರವನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ವಿಶೇಷವಾದ ಫಲಗಳು ದೊರೆಯುತ್ತವೆ. ಪಂಚಾಮೃತ ಅಭಿಷೇಕದ ನಂತರ ರುದ್ರಾಭಿಷೇಕ ಮಾಡಬೇಕು. ಸಂಪೂರ್ಣವಾದ ಫಲವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಉಪಾಯನ ದಾನವನ್ನು ನೀಡಬೇಕು. ಪ್ರದೋಷದ ಮಾರನೆಯ ದಿನ ಮಹಾವಿಷ್ಣುವಿನ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ, ರವೆಯಿಂದ ಮಾಡಿದ ಸಜ್ಜಿಗೆಯನ್ನು ನೈವೇದ್ಯ ಮಾಡಬೇಕು.

ಉಪಾಯನ ದಾನ

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವ್ರತವೂ ಉಪಾಯನ ದಾನವಿಲ್ಲದೇ ಸಮರ್ಪಣೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಉಪಾಯನ ದಾನವೆಂದರೆ ತಾನುಮಾಡಿದ ಪೂಜೆ ಸಂಪನ್ನವಾಗಲಿ ಎಂದು ತ್ಯಾಗಮನೋಭಾವದಿಂದ ಕೊಡುವ ದಾನ. **ದ್ರವ್ಯಗಳು :** ಅಕ್ಕಿ ತುಂಬಿದ ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ತೆಂಗಿನಕಾಯಿಗಳನ್ನು ನಾಲ್ಕು ವೀಳ್ಯದೆಲೆ – ಅಡಿಕೆ, ಫಲ ಮತ್ತು ದಕ್ಷಿಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಇಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೊಂದು ತಟ್ಟೆ ಅಥವಾ ಬಾಳೆ ಎಲೆಯಿಂದ ಮುಚ್ಚಲಾಗುತ್ತದೆ. ॐ

ಗಡಿಬಿಡಿಯಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದ 'ಗಡಬಡ್' ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ. . !

–ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಉಡುಪ, ಕಾರ್ಕಳ

ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ಜೊತೆಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಬಗೆಯ ಹಣ್ಣುಗಳು, ಮತ್ತು ಒಣದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಗೊಡಂಬಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ Gadbad Ice Cream ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಈ ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ಮೊದಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿದ್ದು, ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ. ಅದರಲ್ಲೂ ಕರಾವಳಿ ಭಾಗದಲ್ಲೆ ಎಂಬುದು ಅನೇಕರಿಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ.

ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ಎಂದರೆ ಯಾರಿಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ ಹೇಳಿ...

ತಂಪನೆ, ಸಿಹಿಯಾದ ಐಸ್ ಕ್ರೀಮ್ ಎಂದು ಹೇಳಿದರೆ ಸಾಕು ಹಲವರ ಬಾಯಲ್ಲಿ ನೀರುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲೂ Gadbad Ice Cream ಎಂದರೆ ಇಷ್ಟವಾಗದೆ ಇರದು. ಬೇಸಿಗೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಈ ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ಸವಿಯಲು ಏನೋ ಒಂದು ಖುಷಿ. ಆದರೆ Gadbad Ice Cream ಉಳಿದೆಲ್ಲಾ ಐಸ್ ಕ್ರೀಂಗಿಂತ ಕೊಂಚ ವಿಭಿನ್ನ. ಆದರೆ Gadbad Ice Cream ಸವಿದ ಅನೇಕರಿಗೆ ಈ ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ಎಲ್ಲಿ ಮೊದಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾದ್ದು. ಅದರ ಕುರಿತಾದ ಇತಿಹಾಸ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ.

Gadbad Ice Cream ಉಡುಪಿಯಲ್ಲಿ ಮೊದಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಸದ್ಯ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿರುವ ಯಾವುದೇ ತಂಪು ಪಾನೀಯ ಮಳಿಗೆ ಅಥವಾ ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ಪಾರ್ಲರ್‌ಗೆ ತೆರಳಿ Gadbad Ice Cream ಕೇಳಿದರೆ ಸಿಗದೆ ಇರಲಾರದು.

ಅಷ್ಟೇ ಏಕೆ. ಅನೇಕ ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ, ವಿದೇಶದಲ್ಲೂ Gadbad Ice Cream ಜನಪ್ರಿಯತೆ ಪಡೆದಿದೆ. ಆದರೆ ಈ ಸ್ಪೆಷಲ್ ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿದ್ದು ಹೇಗೆ ಗೊತ್ತಾ ಉಡುಪಿಯ ಮೋಹನ್ ದಾಸ್ ಪೈ ಅವರ ಡಯಾನಾ ರೆಸ್ಟೋರೆಂಟ್‌ನಲ್ಲಿ Gadbad Ice Cream ಮೊದಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು.

ಬಹಳ ಹಿಂದೆ ಡಯಾನಾ ರೆಸ್ಟೋರೆಂಟ್ ಗೆ ಗ್ರಾಹಕರ ಗುಂಪೊಂದು ಭೇಟಿ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ರೆಸ್ಟೋರೆಂಟ್‌ಗೆ ಬಂದವರು ಮಾಲೀಕನ ಬಳಿ ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಆ ಸಮಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ರುಚಿಕರವಾದ ಫ್ಲೇವರ್ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರಿಂದ ಪೈ ಅವರು ಗಡಿಬಿಡಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಹಣ್ಣು, ಸಾಸ್, ಜೆಲ್ಲಿಗಳಿಂದ ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ತಯಾರಿಸಿ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

ಈ ಘಟನೆಯಾದ ಸುಮಾರು ದಿನಗಳ ಬಳಿಕ ಅದೇ ಗ್ರಾಹಕರು ಮತ್ತೆ ಡಯಾನಾ ರೆಸ್ಟೋರೆಂಟ್‌ಗೆ ಬಂದು ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಮಾಲೀಕ ನೀಡಿದ ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ಫ್ಲೇವರ್ ಬೇರೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಸವಿದ ಗ್ರಾಹಕರು ಹಿಂದೊಮ್ಮೆ ಬಂದಾಗ ನೀಡಿದ ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ನಮಗೆ ಬೇಕು ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಾರಂತೆ

ಗ್ರಾಹಕರು ಅಂದು ನೀವು ಗಡಿಬಿಡಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟ ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ಬಹಳ ರುಚಿಯಾಗಿತ್ತು. ಅದೇ ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ತಿನ್ನಲು ಬಂದಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಮೋಹನ್ ದಾಸ್ ಪೈ ಅವರ ಬಳಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅಂದಿನಿಂದ ಗಡಿಬಿಡಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದ ಐಸ್‌ಕ್ರೀಂ ಹೊಸ ರೂಪ ತಾಳಿ Gadbad Ice Cream ಎಂದು ಹೆಸರು ಪಡೆಯಿತ್ತದೆ.

ಇಂದು ಅನೇಕರ ನೆಚ್ಚಿನ ಐಸ್ ಕ್ರೀಂಗಳಲ್ಲಿ Gadbad Ice Cream ಕೂಡ ಒಂದು. ಹಾಗಾಗಿ ಸಿಹಿಯಾದ ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ಸವಿಯುವ ಮುನ್ನ ಅದರ ಹಿಂದಿನ ಇತಿಹಾಸ ತಿಳಿದು ಸವಿದರೆ ತುಂಬಾ ಮಜವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಬಾಕ್ಸ್ 1, ನೀವು ತಯಾರಿಸಿ ಗಡ್‌ಬಡ್..ನ

ತಯಾರಿ ಸಮಯ: 30 – 35 ನಿಮಿಷಗಳು

ಶೈತ್ಯೀಕರಣದ ಸಮಯ: 1 ಗಂಟೆ

ಸೇವೆಗಳು: 2

ತೊಂದರೆ ಮಟ್ಟ: ಮಧ್ಯಮ

ಪದಾರ್ಥಗಳು:

ಮಾಗಿದ ಮಾವು – 1, ಸೇಬು – ಅರ್ಧ ಹೋಳು, ಬಾಳೆಹಣ್ಣು – 1, ಸಕ್ಕರೆ – 2 ಟೀಸ್ಪೂನ್, ಒಣದ್ರಾಕ್ಷಿ – 3 ಟೀಸ್ಪೂನ್ ಮುರಿದ ಗೋಡಂಬಿ – 4 ರಿಂದ 5 ಟೀಸ್ಪೂನ್, ಚೆರ್ರಿಗಳು (ಅಲಂಕಾರಕ್ಕಾಗಿ) – 2, ಟುಟ್ಟಿ ಫ್ರುಟ್ಟಿ (ಐಚ್ಛಿಕ) – 2 ರಿಂದ 3 ಟೀಸ್ಪೂನ್, ಐಸ್ ಕ್ರೀಮ್ – ಅಗತ್ಯವಿರುವಂತೆ

ವಿಧಾನ:

ಸೇಬು, ಮಾವು ಮತ್ತು ಬಾಳೆಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ನುಣ್ಣಗೆ ಕತ್ತರಿಸಿ. ಅವುಗಳನ್ನು ಮಿಶ್ರಣ ಬಟ್ಟಲಿನಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ. ಸುಮಾರು 2 ಚಮಚ ಸಕ್ಕರೆ ಅಥವಾ ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಸೇರಿಸಿ. ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ರೆಫ್ರಿಜರೇಟರ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಗಂಟೆ ಇರಿಸಿ.

ಏತನ್ಮಧ್ಯೆ, ಒಡೆದ ಗೋಡಂಬಿಯನ್ನು ಗೋಲ್ಡನ್ ಬ್ರೌನ್ ಆಗಿ ಒಣಗಿಸಿ ಮತ್ತು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಇರಿಸಿ. ॐ

Printed by Arvind, Published Edited and Owned by Dr. D.C. Ramachandra, No.66, Doddasomanahalli, Magadi Tq, Ramanagar Dist. and Printed at Computer World, Near G.T. Mall, Mallige Thota, Magadi Road, Bengaluru - 560 023. **Editor: Dr. C. Nanjundaiah.**

|| JAI SRI GURUDEV ||

SRI ADICHUNCHANAGIRI SHIKSHANA TRUST(R)

ADICHUNCHANAGIRI INSTITUTE OF TECHNOLOGY

APPROVED BY AICTE NEW DELHI AND RECOGNIZED BY GOVT. OF KARNATAKA. ACCREDITED BY NAAC WITH "A" GRADE (CYCLE - II)

CHIKKAMAGALURU

GOVERNMENT OF KARNATAKA "SUPER" 30

GRADED A BY NAAC

CERTIFICATE OF ACCREDITATION

- A+ GREEN COVER ON CAMPUS
- A+ SURFACE WATER HARVESTING
- A+ ROOFTOP WATER HARVESTING
- A+ ROOFTOP SOLAR SYSTEM
- A WASTE MANAGEMENT

ADMISSIONS OPEN

Courses Offered

B.E.COURSES

1. ARTIFICIAL INTELLIGENCE AND MACHINE LEARNING
2. CIVIL ENGINEERING
3. COMPUTER SCIENCE AND ENGINEERING
4. COMPUTER SCIENCE AND ENGINEERING (DATA SCIENCE)
5. ELECTRONICS AND COMMUNICATION ENGINEERING
6. ELECTRICAL AND ELECTRONICS ENGINEERING
7. INFORMATION SCIENCE AND ENGINEERING
8. MECHANICAL ENGINEERING

MASTER DEGREE COURSES

1. STRUCTURAL ENGINEERING (Civil. Engg..)
2. COMPUTER SCIENCE AND ENGINEERING (CS & Engg..)
3. DIGITAL ELECTRONICS AND COMMUNICATION SYSTEM (E & C Engg..)
4. MBA (MASTER OF BUSINESS ADMINISTRATION)

OUR TOP RECRUITERS

Clarivate, TCS, Cognizant, Rakuten, TEKsystems, HITACHI, Mercedes-Benz, wipro, HEXAWARE, IBM, Infosys, Capgemini

OUR PLACEMENT HIGHLIGHTS

- MINIMUM 500+ JOB OFFERS EVERY YEAR
- 50+ CAMPUS DRIVES EVERY YEAR
- MINIMUM 3.25LPA TO MAXIMUM 15LPA PACKAGE OFFERS
- 50+ PLACEMENTS IN FORTUNE 500 COMPANIES
- TRAINING AND PLACEMENT CELL FOR STUDENTS

200+ UNIVERSITY RANKS

B.E.
CET CODE - E064, COMEDK CODE - E004

M.Tech
CET CODE - T803

MBA
CET CODE - B109

STUDENTS PLACED IN MERCEDES BENZ -2023 BATCH

10 LAKHS PER ANNUM

STUDENTS PLACED IN CLARIVATE ANALYTICS -2023 BATCH

8.25 LAKHS PER ANNUM

PRINCIPAL: 9448665711, DIRECTOR: 9448480343, REGISTRAR:9141133697/08262 220444 WWW.AITCKM.IN

Registered with Registrar of News Papers for India No.KARKAN/2018/76081, **Sampreethi Samruddhi,** August - 2023.
License to post without prepayment. License No.**KA/BG/CNA/119/2022-2024,**
Date of publication: **28.07.2023.** Posted at **Magadi Sub Post Office-562120** on **29th** of every month

|| Jai Sri Gurudev ||

Adichunchanagiri University

BGS Institute of Technology

BG Nagara-571448, Nagamangala Taluk, Mandya District, Karnataka-NH-75

Admissions Open

BGSIT CET Code: E142

BE Courses:

- Electronics & Communication Engg
- Computer Science & Engg
- Information Science & Engg
- Mechanical Engg
- Civil Engg
- Medical Electronics
- Artificial Intelligence & Machine Learning(AI&ML)

M. Tech Courses:

- VLSI Design & Embedded Systems
- Computer Science & Engg Structural Engg
- Infrastructure Management
- Data Analytics
- Nanotechnology
- MBA, MCA

Ph.D. Programmes

- Electronics & Communication Engineering
- Computer Science & Engineering
- Mechanical Engg
- Civil Engineering

For Admissions Contact

Dr. M.B. Anandaraju
Admission Officer
9886108095

Dr. B.K. Narendra
Principal
9880100556

www.bgsit.ac.in | CET Code: E142

To,

If undelivered please return to :
The Editor
Sampreethi Sadan
Govt. Hospital Parallel Road,
Magadi Town, Magadi - 562120