

Mouna Chandrike

ಮೌನ ಚಂದ್ರಿಕೆ

Monthly Spiritual News Letter * ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾನ ಪತ್ರಿಕೆ

Bengaluru, JULY 2017

Date of Issue : 05-07-2017

Volume - 2 Issue - 7 ₹-10

Good and Bad Mind

All humans possess good as well as bad mind. Everybody is good when things happen to their desires and likings. When the opposite happens, people turn bad and expose bad mentality, evil nature and at times, they may turn devilish.

When everybody becomes good under all circumstances in this world, we don't require police stations, courts etc. When the circumstances are not favorable to the people, they exhibit bad mentality. How come people are unable to accept all circumstances either good or bad? This aspect needs to be addressed for the well being of the society.



We know that accidents, failures, disappointments and many other calamities that happen are beyond our control and it is a fact that human beings have no control over such happenings. Under such circumstances, human beings have to simply surrender to the nature instead of being reactive. But we do react because of ignorance about the truth. This situation is mainly due to our mental impurities.

Apart from the natural calamities that happen, human beings create a great deal of unwanted circumstances that disturb others. Even, such situations are also beyond our control since controlling the human minds is very difficult unless and until our minds are free from impurities (negativities).

We often create impurities in the mind without our knowledge when we dislike the affairs and objects in this materialistic world. It is not necessary that we must like everything in this world. Many times, we are compelled by the society to accept things which we don't like. The dislikes create unnecessarily thoughts that turn into impressions and get stored in the subconscious mind. As long as the impressions are available in the subconscious mind, the human beings behave negatively when the circumstances are not favorable to them. They do not accept the truth that their behavior depends upon the nature of their mind, good or bad. We accept the nature of the animals though it is bad, but in the case of the bad behavior of human beings, we are unable to accept because of our expectation that every human being should behave positively. This non-acceptance of truth creates disturbances in the human minds and settles down as impressions.

The only way to make people positive at all times is to destroy their impressions permanently by removing their negative side of the mind.

Shivam being the destroyer of negativity, we can get help from Shivam to eliminate the impressions of the human beings and make them positive.

Shivality training at SSBSSF is to invoke the condition of Shivam in the people for their well being.

ಒಳ್ಳೆಯ ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟ ಮನಸ್ಸು

ಎಲ್ಲಾ ಮನುಷ್ಯರೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮ ಆಸೆಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಇಚ್ಛೆಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಎಲ್ಲವೂ ನೆರವೇರಿದಾಗ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಒಳ್ಳೆಯವರೇ. ಆದರೆ ತಮ್ಮ ಇಚ್ಛೆಗಳಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಸಂಗತಿಗಳು ನಡೆದಾಗ ಜನರು ಕೆಟ್ಟವರಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ತಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನೆಲ್ಲಾ ಹೊರಹಾಕುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಕ್ರೂರವಾಗಿಯೂ ಬದಲಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಈ ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಎಲ್ಲಾ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲೂ ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿಯೇ ಇದ್ದಿದ್ದರೆ, ನಮಗೆ ಪೊಲೀಸ್ ಸ್ಟೇಷನ್, ಕೋರ್ಟುಗಳ ಅಗತ್ಯವೇ ಇರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಸಮಯ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಜನರ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿದ್ದಾಗ ಅವರು ತಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಕೆಟ್ಟತನವನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುತ್ತಾರೆ. ಒಳ್ಳೆಯದು ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಎಂಬ ಭೇದಭಾವವಿಲ್ಲದೆ ಎಲ್ಲಾ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನೂ ಅದು ಇರುವಂತೆಯೇ ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಜನರಿಗೆ ಏಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ? ಸಮಾಜದ ಹಿತಕ್ಕಾಗಿ ಸದರಿ ವಿಷಯವನ್ನು ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಚರ್ಚಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.



ಸಂಭವಿಸುವ ಅನೇಕ ಅಪಘಾತಗಳು, ವೈಫಲ್ಯಗಳು, ನಿರಾಶೆಗಳು ಹಾಗೂ ಇನ್ನಿತರ ಅನಾಹುತಗಳು ನಮ್ಮ ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಮೀರಿದುದು ಹಾಗೂ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಇಂತಹ ಘಟನೆಗಳು ಮನುಷ್ಯರ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಇಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಮನುಷ್ಯರು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ತೋರಿಸುವುದರ ಬದಲು ಸುಮ್ಮನೆ ಪ್ರಕೃತಿಗೆ ಶರಣಾಗಬೇಕು. ಆದರೆ ಸತ್ಯದ ಅರಿವಿಲ್ಲದ ಕಾರಣ ನಾವು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ತೋರಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಮಲಿನತೆಗಳೇ ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣ.

ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ವಿಕೋಪಗಳನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ, ಇತರರ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಕೋಪಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಅನಗತ್ಯವಾದ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಮನುಷ್ಯರು ಬಹುದೊಡ್ಡ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಮಲಿನತೆಗಳಿಂದ (ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ) ನಾವು ಮುಕ್ತರಾಗುವವರೆಗೂ ಮನುಷ್ಯ ಮನಸ್ಸುಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ, ಏಕೆಂದರೆ ಅಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಕೂಡ ನಮ್ಮ ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಮೀರಿದುದು.

ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ವಸ್ತು ಮತ್ತು ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅನಿಚ್ಛೆಯನ್ನು ಹೊಂದುವುದರ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಅರಿವಿಲ್ಲದೆ ನಮಗೆ ನಾವೇ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾವು ಇಷ್ಟಪಡಬೇಕು ಎಂಬ ಅಗತ್ಯವೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಅನೇಕಬಾರಿ, ನಮಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲದ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಸಮಾಜದ ಒತ್ತಡದಿಂದ ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಅನಿಚ್ಛೆಗಳು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅನಗತ್ಯವಾದ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಅವು ಮಾನಸಿಕ ಮುದ್ರಣಗಳಾಗಿ ಬದಲಾವಣೆ ಹೊಂದಿ ಮನಸ್ಸಿನಾಳದ ಸುಷುಪ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಆಳದಲ್ಲಿ (ಸುಷುಪ್ತಿ) ಮಾನಸಿಕ ಮುದ್ರಣಗಳು ಇರುವವರೆಗೂ ಮನುಷ್ಯರು ವಿರೋಧ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವಾಗ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನೇ ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಒಳ್ಳೆಯ ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟ ನಡತೆಯು ತಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಇದೆ ಎಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅವರು ಒಪ್ಪುವುದಿಲ್ಲ. ಅನೇಕ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಕ್ರೂರವಾಗಿದ್ದರೂ, ಅದರ ಸ್ವಭಾವವೇ ಹಾಗೆ ಎಂಬುದನ್ನರಿತ ನಾವು ಆ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ಆದರೆ ಮನುಷ್ಯರ ಕೆಟ್ಟ ನಡತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಈ ಕಾರಣವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದೆ 'ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿಯೇ ಇರಬೇಕು' ಎಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದೆ ಗುಣವು ಮನುಷ್ಯ ಮನಸ್ಸುಗಳಲ್ಲಿ ಗೊಂದಲಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಮನೋಮುದ್ರಣಗಳಾಗಿ ಉಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಜನರು ಯಾವಾಗಲೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿರುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಇರುವ ಏಕೈಕ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ, ಅವರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾಗವನ್ನೆಲ್ಲಾ ತೆಗೆದುಹಾಕಿ ಅವರ ಮನೋಮುದ್ರಣಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ನಾಶಮಾಡುವುದು.

ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ನಾಶಕರ್ತೃ 'ಶಿವಂ' ಆಗಿರುವುದರಿಂದ, ನಾವು 'ಶಿವಂ' ಸಹಾಯವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಜನರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನೋಮುದ್ರಣಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವ ಮೂಲಕ ಅವರನ್ನು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು.

ಜನರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ 'ಶಿವಂ' ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲಗೊಳಿಸುವ ಜನಹಿತದ ಕಾರ್ಯಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಎಸ್‌ಎಸ್‌ಬಿ‌ಎಸ್‌ಎಸ್‌ಎಫ್. ಸಂಸ್ಥೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ.



ಸ್ವಧರ್ಮ

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಎನ್ ಸಿ ಮಾಸ್ಟರ್‌ರವರು ಸ್ವಧರ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರವಚನವನ್ನು ನೀಡಿದರು. ಅದರ ಕುರಿತು ನಾನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡ ವಿಷಯದ ಸಾರಾಂಶವೇ ಈ ಲೇಖನ.

ಸ್ವಧರ್ಮ ಅಂದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಅವರವರೇ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕರ್ತವ್ಯ ಎಂದರ್ಥ. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಧರ್ಮಗಳಿವೆ. ಬ್ರಾಹ್ಮಣ, ಕ್ಷತ್ರಿಯ, ವೈಶ್ಯ, ಶೂದ್ರ ಹೀಗೆ ಜಾತಿಯ ಧರ್ಮಗಳಿವೆ, ಅವರವರದ್ದೇ ಆದ ವೃತ್ತಿ ಧರ್ಮಗಳಿವೆ ಮತ್ತು ತಂದೆ, ತಾಯಿ, ಪತಿ, ಪತ್ನಿ, ಮಗ, ಮಗಳು ಹೀಗೆ ಆಯಾ ಪಾತ್ರಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಹಲವಾರು ಕುಟುಂಬ ಧರ್ಮಗಳಿವೆ. ಆದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಮನುಷ್ಯನಾಗಿ ಹುಟ್ಟಿದ ಮೇಲೆ ಮಾಡಲೇ ಬೇಕಾದ ಒಂದೇ ಒಂದು ಸ್ವಧರ್ಮ ಇದೆ. ಅದೇನೆಂದರೆ ಭಗವಂತನನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವುದೇ ಸ್ವಧರ್ಮ ಆಗಿದೆ. ಭಗವಂತ ಕೃಷ್ಣ ಹೇಳಿರುವಂತೆ “ಸರ್ವಧರ್ಮಾನ್ ಪರಿತ್ಯಜ್ಯ ಮಾಮೇಕಂ ಶರಣಂ ವ್ರಜ” ಎಂಬುದರ ಅರ್ಥ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದ ಎಲ್ಲಾ ಧರ್ಮಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ನೀನೇ ನನಗೆ ಬೇಕು, ನಿನ್ನನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ ನನಗೆ ಇನ್ನು ಯಾರೂ ಗತಿಯಿಲ್ಲ ಎಂದಾಗ ಮಾತ್ರ ಅವನನ್ನು ಪ್ರಾಪ್ತಿ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ. ಭಗವಂತನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಪಡೆದು ತನ್ನ ಮೂಲ ಮನೆಗೆ ಮರಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದೇ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನ ಸ್ವಧರ್ಮವಾಗಿದೆ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಬ್ಬನು ದೊಡ್ಡ ಜಾತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಿದ್ದಾನೆ. ಅಲ್ಲಿ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ಸೇರಿದ್ದಾರೆ. ಆ ಜನಾರಣ್ಯದ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ಮರಳಿ ಮನೆಗೆ ಬರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಜನರ ನೂಕಾಟದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿ ಒದ್ದಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಜಾತ್ರೆಗೆ ಬರುವಾಗ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಸುಲಭವಾಗಿ ಬಂದಿದ್ದಾನೆ, ಆದರೆ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಮನೆಗೆ ಮರಳುವುದಕ್ಕೆ ಅಷ್ಟು ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ಕಾರಣ ಏನೇ ಇರಲಿ, ಮನುಷ್ಯ ಹುಟ್ಟಿ ಬಂದಾಗಿದೆ, ಆದರೆ ತನ್ನ ಮೂಲ ಮನೆಗೆ ಹೋಗುವುದು ತಿಳಿಯದೆ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕದ ಸುಖ ದುಃಖದ ಸುಳಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿ ಒದ್ದಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಒದ್ದಾಟದ ಜೀವನದಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ತನ್ನ ಮೂಲ ಮನೆಗೆ ತೆರಳ ಬೇಕೆಂದಾಗ ದಾರಿ ತೋರಿಸುವವರಾರು? ಹೇಗೆ ಹೋಗುವುದು? ಅದಕ್ಕೆ ನಾನೇನು ಮಾಡಬೇಕು? ಎಂಬ ಅರಿವು ಬಂದರೆ ಅವನು ತನ್ನ ನಿಜವಾದ ಸ್ವಧರ್ಮವನ್ನು ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವನು.

ಒಬ್ಬ ರೋಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗುವುದು ಡಾಕ್ಟರ್‌ರವರಿಂದ ಔಷಧಿ ಪಡೆದು ಕಾಯಿಲೆ ವಾಸಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಮರಳಿ ಮನೆಗೆ ಬಂದು ಆರಾಮವಾಗಿ ಜೀವನ ಮಾಡಲು. ಅದೇ ರೀತಿ ಜನ್ಮಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುವ ಮನಸ್ಸಿನ ಮುದ್ರಣಗಳನ್ನು ನಾಶಮಾಡಲು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವುದೇ ಸ್ವಧರ್ಮವಾಗಬೇಕು. ಹಾಗಾಗಿ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ಬಂಧನವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಬಾರದು. ಆದರೆ ಮನುಷ್ಯ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕದ ವಿಷಯಗಳ ಆಕರ್ಷಣೆಗೆ ಒಳಗಾಗಿ ಇಲ್ಲಿಯೇ ಬಂಧಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಭಗವಂತ ಕರೆದ ತಕ್ಷಣ ಹೋಗುವಂತಿರಬೇಕು, ಆದರೆ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸದಿದ್ದರೆ ಹೋಗಲು ಕಷ್ಟವಾಗುವುದು. ಅದಕ್ಕೂ ಮೊದಲು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕದ ಬಂಧನಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಬಂಧನಗಳು ಎಲ್ಲವೂ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಎಂಬ ಅರಿವಿನಿಂದ ಮಾತ್ರ ಭಗವಂತ ಕರೆದಾಕ್ಷಣವೇ ಹೊರಡಬಹುದು. ಹಾಗಾಗಿ ಮೊದಲು ಒಬ್ಬರು ಸದ್ಗುರುವನ್ನು ಹುಡುಕಿ, ಅವರಲ್ಲಿ ಶಿಷ್ಯತ್ವವನ್ನು ಪಡೆದು, ಅವರು ಹೇಳುವ ಶಿಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಪಾಲಿಸಿ, ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದ ಬಂಧನಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗುವುದು ಮುಖ್ಯವಾದ ಸ್ವಧರ್ಮವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಅದೇ ರೀತಿ ಯಾರು ಸ್ವಧರ್ಮವನ್ನು ಆಚರಿಸಲು ತನ್ನನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿ ಶಿಷ್ಯರಾಗಿ ಬರುವರೋ ಅವರಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಿ ಉದ್ಧರಿಸುವುದೂ ಕೂಡ ಒಬ್ಬ ಗುರುವಿನ ಸ್ವಧರ್ಮವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲರೂ ಅವರವರ ನಿಜವಾದ ಸ್ವಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡಿದಾಗ ಇಹ ಪರಗಳೆರಡರಲ್ಲೂ ಸುಖ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಇರಬಹುದು.

ಯದಾ ಯದಾಹಿ ಧರ್ಮಸ್ಯ ಗ್ಲಾನಿರ್ಭವತಿ ಭಾರತ |
ಅಭ್ಯುತ್ಥಾನಂ ಅಧರ್ಮಸ್ಯ ಸಂಭವಾಮಿ ಯುಗೇ ಯುಗೇ||

ಯಾವಾಗ ಅಧರ್ಮ ಹೆಚ್ಚುವುದೋ ಆಗ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ರೂಪದಲ್ಲಿ ನಾನು ಭೂಮಿಗೆ ಬರುವೆ ಎಂಬ ಭಗವಂತನ ಹೇಳಿಕೆಯಿದೆ. ಎನ್ ಸಿ ಮಾಸ್ಟರ್‌ರವರು ಹೇಳುವಂತೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಸ್ವಧರ್ಮವನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದರೆ ಭಗವಂತ ಬರಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾರು ಸ್ವಧರ್ಮವನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದಿಲ್ಲವೋ ಅವರೆಲ್ಲ ಅಧರ್ಮವನ್ನು ಮಾಡಿದಂತೆ. ಜಗತ್ತಿನ ವಸ್ತು ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲಿನ ಅತಿಯಾದ ವ್ಯಾಮೋಹವೇ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ಹಾಗಾಗಿ ಎಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಸ್ವಧರ್ಮವನ್ನು ಮೊದಲು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕದ ಧರ್ಮಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಿ ನಿಜವಾದ ಸ್ವಧರ್ಮವನ್ನು ಆಚರಿಸಲು ಶಿವೋಪಾಸನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪದ್ಧತಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು. ರಮಾದೇವಿ. ಜಿ

ಚಿಂತೆಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?

ನಮ್ಮ ಚಿಂತೆಗಳಿಗೆ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣಗಳೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡೋಣ. ಬಾಳಿನ ವಿವಿಧ ಸಂದರ್ಭಗಳಿಗೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಅಭದ್ರತಾ ಭಾವನೆಗಳೇ ಚಿಂತೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಉದ್ಯೋಗದ ಅಭದ್ರತೆ, ಹಣಕಾಸಿನ ತೊಂದರೆ, ಅನಾರೋಗ್ಯದ ಭೀತಿ, ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಮುಂದೆ ಬರಬಹುದಾದ ಅಪಾಯ ಇತ್ಯಾದಿ ವಿಷಯಗಳು ಗಾಢವಾದ ಚಿಂತೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಲ್ಲದು. ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಘಟನೆಗಳಾದ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ನಪಾಸಾಗುವಿಕೆ, ಆಟದಲ್ಲಿ ಸೋಲುವಿಕೆ ಮುಂತಾದವು ಕೂಡ ಚಿಂತೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಲ್ಲದು. ಯಾವುದೇ ವಿಷಯದಲ್ಲಾಗಲೀ, ಮನಸ್ಸು ದುರ್ಬಲವಾದಾಗ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರು ಇಂತಹ ಚಿಂತೆಗಳಿಗೆ ಈಡಾಗುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಧೈರ್ಯವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುವ ಮೂಲಕ ಅವರು ಎಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನಾಗಲಿ ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ಎದುರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವಂತಹ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಗುಣ ಹೆಚ್ಚುವುದು. ಇದರಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ತಮಗೆದುರಾದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿಯೂ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಷ್ಟೇಅಲ್ಲದೆ, ಭೂತಕಾಲದ ನೆನಪುಗಳ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ಹಾಗೂ ಭವಿಷ್ಯದ ಅನಿಶ್ಚಿತ ಸಂಶಯಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಬಹುದು ಹಾಗೂ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಬಾಳಬಹುದು. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಮನುಷ್ಯರ ಚಿಂತೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು 'ತನ್ನನ್ನು ತಾನು' ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಅಥವಾ ವಾಸ್ತವಿಕತೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭ್ಯಾಸವು ಶಾಶ್ವತವಾದ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆಯಲ್ಲದೆ ಜನರು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಗೊಂದಲಗಳಿಂದ ವಿಚಲಿತರಾಗದೆ ಬಾಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಾಶಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿರುವ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವ ಮಾಡುವುದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ.

-ಉಷಾ ಸಿ.ಡಿ



A.R. Constructions

M.V.YathiRaj

Mob:+91 93428 81593

•Planning •Estimate •Execution

No.552, 53rd Cross, 3rd Block,
Rajajinagar, Bangalore - 560 010.

SatSri's Message

What are impressions and why should we eliminate certain impressions from our mind?

We create two kinds of impressions in us (a) Impressions in the brain and (b) Impressions of the mind. The information received through our five sensory systems are stored in the brain like the images we see and what we hear, smell, taste and touch. It is the sensitivity of touch through our skin and taste through our tongue that get stored in our mind. While the brain impressions form our knowledge, the mental impressions become our experiences. What we read and listen are registered as impressions in the brain in a memory bank that can be retrieved when needed. Our mental experiences cause feelings in us.

The knowledge from the brain through eyes and ears will mostly be helpful in our life. But the mental impressions from emotions will be experienced as negative feelings like worries, anxiety, fear or positive feelings like pleasure, joy and happiness.

Human beings create mental impressions when they dislike something or when incidents happen against their expectations. These impressions are called negative impressions because of the creation of negative feelings as they remember it. The impressions created from the likings rarely stay in the mind thereby creating feelings of joy, pleasure and happiness.

The excess knowledge gained from the brain impressions sometimes become weight to the mind as well negative ego. Similarly, the negative impressions that we have created in our mind can develop negative feelings as mentioned above as well the stress.

The negative feelings create depression and people may go to the extent of committing suicide. This tendency is unwarranted for human beings as they are here in this world for achieving a higher purpose of becoming Divine. Unless the negative attitudes are eliminated, people lose self-confidence and will have no enthusiasm to do anything in this world and such people get tagged as negative persons.

Unlearning is the method that helps reducing the unwanted knowledge gained through brain impressions. But forgetting negative impressions from the mind is an extremely difficult task and people are forced to live with it. If these negative impressions can be eliminated from the human mind, people can overcome the negative qualities and they can become positive in life. Everyone can overcome the mental negativities through Shivality training.

Becoming positive must be the goal of every human being to enjoy life without negative impressions. Being happy and peaceful is the birthright of every human being and therefore, everyone must try to remain peaceful always irrespective of happiness or distress.

Eliminating the negative impressions is the work of Shivality. Every human being possess Shivam within and we can benefit by activating the same. Shivam is known for its destructive power and therefore the negative impressions in the mind get destroyed when we acquire the condition of Shivam in our mind. Destruction of mental negativities make people become positive. Further, the power of Shivam causes realization of Truth. Shivam also induces wisdom for liberation from the perils of the negative world through positive perceptions. Shivam itself is peace and hence by gaining the condition of Shivam, people can be peaceful and happy all the time in life.

ಮನೋಮುದ್ರಣಗಳು ಎಂದರೇನು? ನಾವು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಕೆಲವು ಮುದ್ರಣಗಳನ್ನು ಏಕೆ ತೆಗೆದುಹಾಕಬೇಕು?

ನಾವು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಎರಡು ರೀತಿಯ ಮುದ್ರಣಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. (ಎ) ಬುದ್ಧಿಯಲ್ಲಿರುವ ಮುದ್ರಣಗಳು ಹಾಗೂ (ಬಿ) ಮನಸ್ಸಿನ ಮುದ್ರಣಗಳು. ನಮ್ಮ ಪಂಚೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೂಲಕ ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಮಾಹಿತಿಗಳಾದ, ನಾವು ನೋಡುವ ಆಕಾರಗಳು, ಕೇಳುವ ಶಬ್ದಗಳು, ವಾಸನೆ, ರುಚಿ ಹಾಗೂ ಸ್ಪರ್ಶ ಇತ್ಯಾದಿಗಳೆಲ್ಲವೂ ಬುದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿದ್ದರೆ, ಚರ್ಮದ ಮೂಲಕ ಅನುಭವಿಸುವ ಸ್ಪರ್ಶ ಹಾಗೂ ನಾಲಿಗೆಯ ಮೂಲಕ ಅನುಭವಿಸುವ ರುಚಿಯ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಾಹಿತಿಗಳು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಬುದ್ಧಿಯಲ್ಲಿರುವ ಮುದ್ರಣಗಳು ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ರಚಿಸಿದರೆ, ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಮುದ್ರಣಗಳು ನಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳಾಗಿ ಮಾರ್ಪಡುತ್ತವೆ. ನಾವು ಏನನ್ನು ಓದುತ್ತೇವೆಯೋ ಹಾಗೂ ಆಲಿಸುತ್ತೇವೆಯೋ ಅವೆಲ್ಲವೂ ನಾವು ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಾಗ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವಂತೆ ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿಯಲ್ಲಿರುವ ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿಯ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಮುದ್ರಣಗಳಾಗಿ ದಾಖಲಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಅನುಭವಗಳೇ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತವೆ.

ಕಣ್ಣುಗಳು ಮತ್ತು ಕಿವಿಗಳ ಮೂಲಕ ಬುದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿರುವ ಜ್ಞಾನವು ನಮಗೆ ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಸಹಾಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಮನೋಮುದ್ರಣಗಳಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗುವ ಭಾವನೆಗಳಾದ ಚಿಂತೆಗಳು, ಆತಂಕ, ಭಯ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನಾಗಿಯೂ ಅಥವಾ ಹರ್ಷ, ಆನಂದ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನಾಗಿಯೂ ಅನುಭವಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಮನುಷ್ಯರು ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ಇಷ್ಟಪಡದಿದ್ದಾಗ ಅಥವಾ ತಮ್ಮ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಘಟನೆಗಳು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ತಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮುದ್ರಣಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಈ ಮುದ್ರಣಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗುವುದರಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮುದ್ರಣಗಳೆಂದು ಕರೆಯುವರು. ಜನರು ಇಚ್ಛಿಸುವ ವಿಷಯಗಳು ಅವರಿಗೆ ಹರ್ಷ, ಆನಂದ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ನೀಡುವುದರಿಂದ ಅವು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮುದ್ರಣಗಳಾಗಿ ಉಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ.

ಬುದ್ಧಿಯ ಮುದ್ರಣಗಳಿಂದ ಗಳಿಸಿದ ಅತಿಯಾದ ಜ್ಞಾನವು, ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಭಾರವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆಯಲ್ಲದೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅಹಂಕಾರವಾಗಿ ಮಾರ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಅದರಂತೆಯೇ, ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಾವು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮುದ್ರಣಗಳು, ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಲಾದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನೂ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡವನ್ನೂ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು.

ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ಖಿನ್ನತೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತವೆ, ಇದರಿಂದ ಜನರು ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವರೆಗೂ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ದೈವಿಕವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದುವ ಉನ್ನತ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಹೊಂದಿ ಜನರು ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಬಾಳುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಮನುಷ್ಯರು ಈ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಸಮರ್ಥನೀಯವಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕದಿದ್ದರೆ ಅವರು ಆತ್ಮಬಲವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಏನು ಮಾಡುವುದಕ್ಕೂ ಅವರಿಗೆ ಉತ್ಸಾಹವೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅಂತಹ ಜನರನ್ನು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೆಂದು ಹೆಸರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಬುದ್ಧಿಯ ಮುದ್ರಣಗಳಿಂದ ಗಳಿಸಿರುವ ಅನಗತ್ಯವಾದ ಜ್ಞಾನದ ಹೊರೆಯನ್ನು

೦ ಪುಟ-8

FORTUNE CREATIONS

Wholesale Dealers in : Shirts, Pants,
T-Shirts, Chudidhar.
All Types of Dress Material

Chetan Gowda

+91 7760583508

+91 8147071373

+91 9986403551

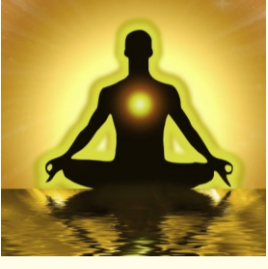


#105, 2nd Floor, 1st Main,
New Timberyard Layout, Bangalore - 560 026.

EDITORIAL

When the mind is in the present moment

When the mind drops its perceptions of sense objects and stops identification with its thought dances, at that stage in meditation, the mind is no-mind. When thoughts rush out in their mad fury to hug objects of pleasure, they are called extrovert thoughts, and to quiet these is the sacred function of the path of meditation. When these outgoing thoughts are eliminated, the resulting condition of the mind is known as the no-thought state of highest mediation.



Thoughts gush in to flood the mind with angry bursts of self-rioting compulsions mainly from two sources: the past and the future. Some thoughts stem from the past, dragging along with them memories of the good and bad done in the days gone by. These confuse the individual with regrets and sorrows, joys and pleasures raised by his memory from the stinking tombs of the past, forcing him to relive the dead past in the fragrant moments of the present.

The future is the other source of our thoughts. We are often flown upon the wings of our mind's fancy and imagination to a world of dreams — where we are made to shudder at the future possibilities of failure, tremble in hopes of successes, and swoon in the expectation of total losses or large profits.

The past is made up of dead moments and to unearth the buried moments is to live with the dead. We do so when we waste our energies in unproductive and wasteful regrets over things we have already committed. The more we remember them those very vasanas are getting more deeply fixed into our personality structure.

When we are not engaging ourselves with the negative preoccupation of entertaining the regrets of the past, we are wandering in the fairy castles of our fancied future, peopled with ugly fears, horrid dreams, unnerving hopes, and perhaps, a thousand impossible expectations.

In short, when our minds are not rattled by the perception of objects, let us not thereby conclude that we have quieted our thoughts. Often, it is not so. The mind, when it is not engaged in the worldly objects that are right in front of it, can choose its own private fields of agitation by dragging up the buried corpses of a diseased past or by bringing up vivid pictures of a tragic hopelessness as the sure possibility of the immediate future! In either case the mind of the individual at meditation can get sadly disturbed.

Therefore, the rishis advise us: "Moment to moment engage the outgoing mind to live in the present. Completely reject the past. Renounce the future totally. Then, in such a bosom, the agitated mind shall reach the state of mindlessness." This state of mind is called no-mind.

The content of the present moment, divorced from all relationships with the past and future, is the absolute fullness of the Infinite. Eternity is experienced at the sacred depth of the present moment. To live in the present, independent of the past and the future, is to experience samadhi, the revealing culmination of meditation. Seek it yourself. Nobody can give it to anyone else. Each will have to reach there all by himself, in himself, with no other vehicle than himself.



ಸಾಧನೆ

ಸಾಧನೆ ಎಂದರೆ ಏನು?

ಯಾವುದನ್ನು ಮಾಡಲು ಅಸಾಧ್ಯವೋ ಅದನ್ನು ಮಾಡಿ ಗುರಿ ಮುಟ್ಟುತ್ತೇವೋ ಅದನ್ನು ಸಾಧನೆ ಎನ್ನುವುದು. ಇದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮಾನಸಿಕ ದೃಢತೆ ಹಾಗೂ ಗುರಿ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಸಾಧಿಸಬಹುದು ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಪಡೆಯುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನ ಪಾದ ಸೇರಬೇಕು ಎಂದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಿರಿಯರು ಹೇಳುವರು. ಆದರೆ ಯಾವತ್ತಾದರೂ ನಾವು ಭಗವಂತನ ಪಾದ ಸೇರುವ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿದ್ದೇವೆಯೇ? ಇಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ನಮಗೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇಲ್ಲ. ಭಗವಂತ ಎಂದರೆ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಇರುವ ಚೈತನ್ಯ. ಅದನ್ನು ನಾವು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯ ಮೂಲಕ ಆತ್ಮನ ನೆಲೆಯನ್ನು ಅನುಭವ ಪಡೆಯುವುದೇ ಭಗವಂತನ ಪಾದಸೇರಬೇಕು ಎನ್ನುವುದರ ಅರ್ಥ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಕೆಲಸ, ಸಂಪಾದನೆ, ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಸುಖ ದುಃಖಗಳಿಂದಾಗಿ ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಸೇರುವ ವಿಚಾರವಿರಲಿ ಅವನ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡಲೂ ಸಮಯವಿಲ್ಲ. ಹೀಗಿರಬೇಕಾದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದೇನು?

ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಏಕೆ ಸೇರಬೇಕು? ಅದೊಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಅಥವಾ ನಿಸರ್ಗದ ನಿಯಮ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಎಲ್ಲಿಂದ ಬಂದಿದ್ದೀವೋ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಮರಳಿ ಹೋಗಬೇಕಾಗಿರುವುದು ನಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯವೂ ಕೂಡ. ಮನುಷ್ಯ ಜನ್ಮದ ಉದ್ದೇಶವೇ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಸ್ತು ವಿಷಯಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗುವುದು ಅಥವಾ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಬಹಳ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡಬೇಕಾಗಿದೆ. ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಐಕ್ಯವಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಭಗವತ್ ಚೈತನ್ಯ ಏನೂ ಇಲ್ಲದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಆ ಚೈತನ್ಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ಸೇರಬೇಕೆಂದರೆ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏನೂ ಇಲ್ಲದಾಗಿರಬೇಕು. ಅಂದರೆ ವಿಚಾರಗಳಿಲ್ಲದ ಖಾಲಿಯಾದ ಸ್ಥಿತಿ, ಇದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟವಾದ ವಿಷಯ.



ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಎರಡು ನಿಮಿಷ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸುಮ್ಮನಿರಿಸಿ ಎಂದರೆ ಆಗಲೂ ಸ್ವಾಮಿ ಎನ್ನುವರು. ನಿಜ, ಏಕೆಂದರೆ ನಿನ್ನೆ, ಇಂದು ಮಾಡಿರುವ ಮತ್ತು ನಾಳೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ವಿಚಾರಗಳು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದು ತೊಂದರೆ ಕೊಡುವಾಗ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿರಿಸುವುದು ಅಸಾಧ್ಯ. ಹಾಗಾಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಎಂದರೆ ದೂರ ಹೋಗುವುದು. ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಮೊದಲು ಜೀವನಕ್ಕಾಗಿ ಹಣ ಸಂಪಾದನೆ ಮಾಡಲೇ ಬೇಕಾದ ಕರ್ತವ್ಯ ಇದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಬೇಕಾದರೂ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಲು ಕಷ್ಟಪಡುವನು. ಆದರೆ ಈ ಹಣ ಭಗವಂತನನ್ನು ಸೇರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದೂ ಇಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಶಾಶ್ವತವಾದ ಶಾಂತಿಯನ್ನೂ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅವನಿಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ಮನುಷ್ಯ ಜನ್ಮ ಪಡೆದು ಬಂದಿರುವುದೇ ತನ್ನೊಳಗಿರುವ ದೈವಿಕ ಚೈತನ್ಯದ ಅನುಭವ ಮಾಡಲು ಎಂಬ ಅರಿವಿಲ್ಲ. ಮನುಷ್ಯ ಜನ್ಮದ ಅರ್ಥ ತಿಳಿಯದೆ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯದಿರುವುದರಿಂದ ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಮಯವನ್ನು ಮೀಸಲಾಗಿಟ್ಟು ಒಂದು ದಿನ ಸತ್ತು ಹೋಗುವನು. ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಿದರೆ ಅಸಾಧ್ಯವಾದುದು ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ನಾನು ಮಾಡಲೇಬೇಕು ಎಂದು ದೃಢ ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡಿದರೆ ಮನುಷ್ಯ ಮಾಡಿಯೇ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಎಚ್ಚರೇನು?

ಭಗವಂತ ಹೇಗೆ ಮೌನವಾಗಿದ್ದಾನೋ ಅದೇ ರೀತಿ ನಾವು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮೌನದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಳಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮೌನಗೊಳಿಸಲು ಮಾಡುವ ಅಭ್ಯಾಸವೇ ಮೌನೀಕರಣ. ಈ ಮೌನೀಕರಣದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ವಿಚಾರಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಮಯ ಕೊಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳಗಿನಿಂದ ಸಂಜೆಯ ತನಕ ಮಾಡುವಂತಹ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ

SSB Socio-Spiritual Foundation

The best Institute for Spiritual Positivity training, Counseling and developing Spiritual attitude



The real seekers in search of the ultimate within can join and undergo Shivality training with expert guidelines.

Through the special Divine transmission, practitioners can lose their Negativity if any and become Positive always to become Divine.

For more details:-

Please contact our Gen secretary on mob - 9481484170

ಮನಸ್ಸನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿ ಕೊಂಡಾಗ ಮುದ್ರಣ ಉಂಟಾಗುವುದು. ಅದನ್ನು ಆಗಾಗ ಖಾಲಿ ಮಾಡಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಆ ಶಾಂತಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯ. ಸ್ವಾರ್ಥ ಚಿಂತನೆಯಿಂದ ಪ್ರತಿದಿನ ಎಂಟರಿಂದ ಹತ್ತು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಶಾಂತಿಯೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮೌನದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಳಿಸಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅದು ಮಾಡಬೇಕು ಇದು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಬುದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟು ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ತುಂಬಿಸಿ, ಅದರಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡ ಉಂಟಾಗಿ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತಾಗುತ್ತದೆ.

ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ವಿಚಾರಗಳು ಯಾವುದೇ ರೀತಿ ತೊಂದರೆ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ವಿಚಾರಗಳು ಬಾಧೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕಲುಷಿತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿದಾಗ ಒಳಗಿರುವ ಚೈತನ್ಯವು ವಿಕಾಸವಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಮಾನಸಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಅಂಜುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ಮನಸ್ಸು ಹಗುರವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಹೊರಗಿನ ಬೇಡದ ವಿಚಾರಗಳು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯನಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ವಿಚಾರಗಳಿದ್ದರೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೋಗಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಮಾತ್ರ ಉಳಿದು, ಕ್ರಮೇಣ ಏನೂ ವಿಚಾರಗಳೇ ಇಲ್ಲದಂತಹ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಇಂತಹ ಕಲ್ಮಶ ಭರಿತ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಲು ಚಿತ್ತ ಶುದ್ಧಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿರುವ ಇನ್ನೊಂದು ಮನಸ್ಸಿನ ಸಹಾಯದ ಅಗತ್ಯ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಈ ರೀತಿ ದೈವಿಕ ಮನಸ್ಸುಳ್ಳವರೇ ನಿಸರ್ಗಾತೀತ ಚೇತನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪದ್ಧತಿಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯಾದ (ಎನ್‌ಸಿ ಮಾಸ್ಟರ್) "ಸತ್ ಶ್ರೀ ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ಶಿವ ಬಾಲನ್" ರವರು. ಇವರ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯದಿಂದ ಎಂತಹ ಕಲುಷಿತ ಮನಸ್ಸನ್ನಾದರೂ ಅವರಲ್ಲಿರುವ ದೈವಿಕ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಶುದ್ಧವಾಗಿಸಬಹುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಅವರು ನೀಡುವ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ, ತರಬೇತಿ, ಶಿಸ್ತು ಮತ್ತು ಸತ್ಯದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಯಾರು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮೌನಗೊಳಿಸಿ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಜೀವನ ಮಾಡಲು ಇಚ್ಛಿಸುವರೋ ಅವರು ಈ ಮೌನೀಕರಣವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲಸದ ಸಮಯ ಬಿಟ್ಟು ಮಿಕ್ಕ ವೇಳೆ ಸಾಧನೆಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡಿದರೆ ಶಾಂತಿ ಲಭಿಸುವುದಲ್ಲದೆ ಶಿವ ತತ್ವವನ್ನು ಪ್ರಾಪ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಮಾನಸಿಕ ಉಲ್ಲಾಸಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರವಾಸ, ಪಾರ್ಕು ಹಾಗೂ ಸಿನೆಮಾಗಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ಇದೆಲ್ಲ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಸುಖ ಅಷ್ಟೆ, ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಯಾವಾಗಲೂ ಹಗುರವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಏಳು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಅಂದರೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವಿಚಾರಗಳು ಮುದ್ರಣವಾಗುವ ಮುನ್ನವೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದರೆ ಬಹಳ ಬೇಗ ಶೂನ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದು, ಜೀವನ ಪರ್ಯಂತ ಸುಖ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಬದುಕಬಹುದು ಎಂದು ಎನ್‌ಸಿ ಮಾಸ್ಟರ್‌ರವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಜನರಲ್ಲಿ ಅರವತ್ತು ವಯಸ್ಸು ದಾಟಿದ ನಂತರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಗೆ ಬರುವುದು ಸೂಕ್ತ ಎಂಬುದು ಅಭಿಪ್ರಾಯವಿದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಶರೀರದ ಆರೋಗ್ಯವೂ ಏರು ಪೇರಾಗುವ ಸಂಭವವಿದೆ. ಹೀಗಾದಾಗ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಚಿಂತಿಸಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ ಚೈತನ್ಯದ ಉಪಯೋಗ ಪಡೆಯಲು ಕಷ್ಟವಾಗುವುದು. ಒಬ್ಬ ತಾನು ಗಳಿಸಿದ ಸಂಪಾದನೆಯನ್ನು ತನ್ನ ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಉಪಯೋಗಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವನು. ಹಾಗೆಯೇ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಈ ದೈವಿಕ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿದರೆ ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ಸುಖ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಬದುಕಬಹುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಎನ್‌ಸಿ ಮಾಸ್ಟರ್.

ಹಾಗಾಗಿ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಿತಿಯಿಲ್ಲದೆ, ಜಾತಿ, ಮತ ಭೇದ ಇಲ್ಲದೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಮೌನೀಕರಣದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಲು ಎನ್‌ಸಿಯಲ್ಲಿ ಅವಕಾಶವಿದೆ. ಅಭ್ಯಾಸವು ಸರಳವಾಗಿರುವುದಲ್ಲದೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಅತಿ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಅನುಭವ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದೇ ಎನ್‌ಸಿ ಪದ್ಧತಿಯ ವಿಶಿಷ್ಟತೆ. ಇಂತಹ ಸುವರ್ಣಾವಕಾಶವನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಲಿ ಎಂದು ಆಶಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಜಿ. ರಮಾದೇವಿ.



MOUNA MANTAPA (YOUR DESTINATION TO DIVINE)



When we want silence, we must eliminate sound. Only then we can experience the power of silence. Sound has vibrations while silence has power. The 'Ultimae (Shivam)' is in eternal silence with both creative and destructive power.

The power of silence can be experienced only in a place which is rather empty or which contains least materials. As all materials vibrate, the power of silence reduces.

Mouna Mantapa is an Abode of Silence with least materials inside and this condition helps to experience the power of silence. Silence creates mental vacuum and this can be experienced in Mouna Mantapa. The condition of Shivam gives tremendous peace and it is attributed to the vacuumed silence. This is called the silence of Shivam and it can destroy the flow of thoughts and if the condition of silence is deeper it will destroy the thoughts entirely.

The worries in the human mind is because of the negative thoughts that remind things which are unnecessary and not to their likings. As long as the impressions created by thoughts are stored in the subconscious mind, people cannot be in silence. These impressions in the subconscious mind have to be eradicated with the power of the neutral, vacuumed silence.

In order to reduce worries, human beings should be able to forget all unwanted thoughts that may emerge in the conscious mind from the subconscious level.

The memories which disturb the human beings are from the impressions stored in the sub conscious mind because of emotions. The vacuumed silence (Shivam) never disturbs the brain memory but helps to sharpen the brain power that was disturbed by the subconscious mind. When people do not get disturbed because of the unwanted thoughts, their power of concentration increases and they can achieve perfection in their work.

Worshipping Shiva is equivalent to worshipping vacuumed silence where light, sound, matter and objects are not present. Everyone can gain the condition of Shivam through the practice of Silention introduced by Shivaguru, Satsri SSB, the Divine Master of Nisargaateetha-Nirguna Chetana, the Shivality wing of SSBSSF. Creating world peace would be possible only when the condition of Shivam is induced in the minds of the people.



NAMAH SHIVAYA



ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರ, ಭಾರತೀಯ ಅಂಚೆ ಇಲಾಖೆ ಸುಕನ್ಯಾ ಸಮೃದ್ಧಿ ಖಾತೆ

ಅರ್ಹತೆ: ಹತ್ತು ವರ್ಷದ ಒಳಗಿನ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಅವರ ಪೋಷಕರು ಖಾತೆಯನ್ನು ತೆರೆಯಬಹುದು.

ಖಾತೆಯನ್ನು ತೆರೆಯಲು ತಕ್ಷಣ ಸಮೀಪದ ಅಂಚೆ ಕಛೇರಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ

Invest in SUKANYA SAMRIDDHI ACCOUNT (SSA) to empower your girl child

Eligibility to open SSA A/c:- Girl child below the age of 10 years on the date of opening of Account.
A/c can be opened by the natural or legal guardian in the name of girl child.
Two girl children in one family.

For more information, contact nearest Post Office. **RISK FREE, SAVE WITH INDIA POST**

भारतीय डाक



India Post

ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ದೇವರ ಇರುವಿಕೆಯ ಅನುಭವ

ದೇವರು ನಮ್ಮೊಳಗೇ ಇದ್ದರೂ ನಾವೇಕೆ ಅವನನ್ನು ಅನುಭವ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ?

'ದೇವರು ಹೃದಯ ನಿವಾಸಿ, ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಅವನ ಇರುವಿಕೆಯ ಅನುಭವ ಮಾಡುವುದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯ ಉದ್ದೇಶ. ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ದಿವ್ಯಶಕ್ತಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಜೀವಂತವಾಗಿರಿಸಿದೆ ಹಾಗೂ ನಾವು ಬಾಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಅದನ್ನೇ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಈ ಪ್ರಾಣ ಎಲ್ಲಿಂದ ಬಂತು ಹಾಗೂ ಇದನ್ನು ದೇವರು ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವುದು ಏಕೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವಿನ್ನೂ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಅರಿಯುವುದೇ ಮಾನವ ಜನ್ಮದ ಸಾರ್ಥಕತೆ' ಎಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ಸತ್‌ಶ್ರೀರವರು ಸಾರಿ ಸಾರಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೂ ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿಯೇ ಆ ಅರಿವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುವ ಅನ್ವೇಷಕರಿಗೆ ಅವರು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ನನ್ನ ಮಾಸ್ಟರ್ ನುಡಿಯುವಂತೆ ದೇವರು ಎಂದರೆ ಏನೂ ಇಲ್ಲದ ಶೂನ್ಯಾಕಾಶ, ಅದು ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯಾಗಿದೆ, ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅಣುವಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ನಮಗೆ ಅನುಭವ ಮಾಡಲು ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಕ್ಕೂ ಚೈತನ್ಯ ದೊರಕುವುದು ಇದರಿಂದಲೇ.

ಹಾಗಾದರೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸುಖದುಃಖಗಳ ಭಾರ ಏಕೆ?

ಮೂಲದಲ್ಲಿ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿದ್ದ ಮನಸ್ಸು, ಮೊದಲು ಅಣುರೂಪಿಯಾಗಿದ್ದು ಜೀವವಿಕಾಸದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಕ್ರಮೇಣ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯ ವಿಕಾಸವನ್ನು ಪಡೆದಿದೆ. ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಚಾರಗಳಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿಯಾದ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜನ್ಮದಲ್ಲಿಯೂ ಹೊಸ ಶರೀರವನ್ನು ಪಡೆದು ಜೀವಿತದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ಕೊಳೆಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಜನನ ಮರಣಗಳ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿ ಅದರಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಮಾರ್ಗ ತಿಳಿಯದೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಈ ವರ್ತುಲದಲ್ಲಿಯೇ ಸುತ್ತುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಸುಖ ದುಃಖಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಮುದ್ರಿಕೆಗಳು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಭಾರವನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ.

ಇವುಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಪಡೆಯುವುದು ಹೇಗೆ?

ಮನಸ್ಸಿನ ಮಲಿನತೆಗಳಿಂದ 'ಮುಕ್ತವಾಗಲು ಬಯಸಿದರೆ ಮಾತ್ರ,' ಅದರಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಪಡೆಯುವ ಮಾರ್ಗದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಸ್ವಾರ್ಥ ಅಹಂಕಾರದ ತಾಳಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಕರ್ಮಗಳ ಬಂಧನದಲ್ಲಿಯೇ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬುದ್ಧಿಯ ಪ್ರಬುದ್ಧತೆಯಿಂದ ಆಸೆಗಳ ಪೂರೈಕೆಗಾಗಿ ಜೀವನವೆಲ್ಲಾ ಹೋರಾಡುತ್ತಾ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜನ್ಮದಲ್ಲೂ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅಶುದ್ಧತೆಯ ಭಾರವು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತಿದೆ. ಬದುಕುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುವ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿಯ ಉಪಯೋಗವನ್ನು ಪಡೆದು ಕಲುಷಿತ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮೌನೀಕರಣ ಅಭ್ಯಾಸದ ಮೂಲಕ ಶುದ್ಧಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಿರಂತರ ಸಾಧನೆಯ ಮೂಲಕ ಶುದ್ಧತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡು ಪರಿಶುದ್ಧ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಾಗ ಎಲ್ಲಾ ಬಂಧನಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯ.

ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಖಾಲಿಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?

ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳ ಸಮೇತ ಗುರುಗಳಿಗೆ ಶರಣಾದರೆ, ಅವರು ತಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ದೈವಿಕ ಚೈತನ್ಯದ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ಮಾನಸಿಕ ಕಲ್ಮಶಗಳನ್ನು ನಾಶಮಾಡಬಲ್ಲರು.

ಗುರುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಗುರುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ಅವರು ನಮ್ಮ ನಡುವೆಯೇ ಇದ್ದು ಸಾಮಾನ್ಯರಂತೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕದ ಯಾವುದೇ ಬಂಧನಗಳಿಗೆ ಸಿಲುಕಿಕೊಳ್ಳದೆ ಸರಳ ಜೀವನ ನಡೆಸುವವರು. ಯಾರಿಗೂ ತೊಂದರೆ ನೀಡುವವರಲ್ಲ. ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ದೇವರ ಇರುವಿಕೆಯ ಅನುಭವ ಹೊಂದಿದವರಾಗಿದ್ದು ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆನಂದದಲ್ಲಿ ಇರುವವರು. ಇಂತಹ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿರುವವರಿಗೆ 'ಶಿವ ಗುರು' ಎನ್ನುವರು.

ಶಿವ ಗುರು ಎಂದರೆ ಯಾರು? ಅವರಿಂದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಿಗೆ ಆಗುವ ಪ್ರಯೋಜನವೇನು?

ಯಾವಾಗಲೂ ಭಗವಂತನ ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ಇರುವವರೇ ಶಿವಗುರು. ಅಂತರಂಗದ ಮೌನವನ್ನು ಕಲಿಸುವವರೇ ಶಿವಗುರು. ಮೊದಲು ಅಂತಹ ಗುರುಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದು ಅವರಿಗೆ ಶರಣಾಗಬೇಕು. ಶಿವಗುರುಗಳಿಂದ ಮಾತ್ರ ಎಲ್ಲರಲ್ಲಿ ಇರುವ ಮಲಿನತೆಯನ್ನು ನಾಶಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ. ಬದುಕಿರುವಾಗಲೇ ಅಂತಹ ಗುರುಗಳಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕು. ಅಂತಹ ಗುರುಗಳ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾತ್ರದಿಂದಲೇ ದೈವಿಕ ಚೈತನ್ಯದ ಪ್ರಸಾರ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಅವರ ನಿರಂತರ ಸ್ಮರಣೆಯು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ನಾಶಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮಲಿನತೆ ನಾಶವಾದಾಗ ತಾನಾಗಿಯೇ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಪರಿಶುದ್ಧವಾದಾಗ ಇಹಪರಗಳಲ್ಲಿ ಆನಂದವಾಗಿ ಬಾಳಬಹುದು.

ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ತುಂಬಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ನಮ್ಮನ್ನು ಗುರುಗಳು ತಮ್ಮ ಶಿಷ್ಯರನ್ನಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸುವರೇ?

ಚೇತನಾಶಕ್ತಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಂದೇ. ಅದನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಹಕ್ಕು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಇದೆ. ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಶುದ್ಧತೆಯ ಕಿರುಅಂಶವೇ, ದೇವರ ಅಂಶ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಸಾಕ್ಷಿ. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಕೊಳೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ನಾಶಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ಅರಿವು ಬಂದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಿನ್ನನ್ನು ಶಿಷ್ಯನನ್ನಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಗುರುಗಳಲ್ಲಿ ವಿನಂತಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಮನಸ್ಸಿನ ಕೊಳೆಗಳನ್ನು ಗುರುಗಳು ನಾಶಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯುವುದು ಹೇಗೆ?

ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಭಾರವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳೆಲ್ಲವೂ ನಾಶವಾದಾಗ ಮನಸ್ಸು ಹಗುರವಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗುವುದು. ಈ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಲು ನಿರಂತರ ಶಿವಗುರುವಿನ ಸ್ಮರಣೆ ಸಹಾಯವಾಗುವುದು.

ಸತತವಾದ ಮೌನೀಕರಣದ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ, ಅದರ ಮೂಲಕ ನಿಶ್ಚಲತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದಿದಾಗ ಮಾತ್ರ 'ಎಲ್ಲವೂ ಶಿವನಿಂದಲೇ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ, ನಾನೇನೂ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ' ಎಂಬ ಅನುಭವವಾಗುವುದು. ಈ ನಿಶ್ಚಲ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ಥಿತಿಯ ಅನುಭವವೇ ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ದೇವರ ಇರುವಿಕೆಯ ಅನುಭವ ಪಡೆದಂತೆ.

ಉಷಾ.ಸಿ.ಡಿ.

DIVINE COSMIC'S

"NATURAL ESSENTIAL NEEDS"

Intends to **CHERISH** the concept **LIVE AND LET LIVE!**
Wishes to **IGNITE** by promoting **GENTS INNER WEARS**
of a well known reputed brand **POOMER**
at wholesale prices for all retail transactions.

Kindly contact "NATURAL ESSENTIAL NEEDS" for all your NEEDS without any hesitation.

Geetha.S : 9742888117

Customer Satisfaction is our Motto

ಜನರಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅನ್ವೇಷಣೆ ಯಾವಾಗ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ?

ಜ್ಞಾನ ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹಣ ಸಂಪಾದನೆಯೆಡೆಗೆ ಆಸಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಜನ ಸಾಮಾನ್ಯರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಸತ್ಯಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಹೊಂದುವಂತಹ ವಿಚಾರದ ಕಡೆಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೂ, ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಿರುವ ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಾದ ಅಮೆರಿಕ ಮತ್ತು ಯು.ಕೆ. ಮುಂತಾದ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ, ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕುರಿತ ವಿಚಾರಗಳು ಜನರನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತಿವೆ. ಇದೇವೇಳೆ, ಭಾರತವನ್ನೂ ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ಪೌರಾತ್ಯದೇಶಗಳ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಅತೀಂದ್ರಿಯವಾದ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಎಂಬುದಾಗಿ ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ದೇಶವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ತವರೂರು ಎಂಬ ಖ್ಯಾತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ, ಮೋಕ್ಷ, ಆತ್ಮೋದ್ಧಾರ ಎಂಬಿತ್ಯಾದಿ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಡಿರುವ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ ಎಂದೇ ಹೇಳಬಹುದು. ಶರೀರ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಜೋಡಿಸಿ ಮಾಡುವ ಯೋಗಾಸನದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಜನರ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ಹಾಗೂ ಮನೋದೈಹಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆ ಮುಂತಾದ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಉತ್ಪಾದಕತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಆದರೆ ಇಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವಾಗ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ಆದರೂ

(ಎ) ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಕಷ್ಟಗಳು ಮೇಲಿಂದ ಮೇಲೆ ಬಂದು ಸಹಿಸಲಾಗದಿದ್ದಾಗ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಶಾಂತಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಭರವಸೆಯಿಂದ ಜನರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ಹುಡುಕಿ ಹೋಗಬಹುದು.

(ಬಿ) ತಮ್ಮಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾದ ಉತ್ತಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದರೂ, ತಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ವಿಫಲರಾಗಿ ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕದ ಮಾರ್ಗ ಹಿಡಿಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ.

(ಸಿ) ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮನುಷ್ಯರ ನಡುವೆ ಇರುವ ಅಸಮಾನತೆಗಳಿಂದ ಅಸಹನೆ ಪ್ರಬಲವಾದಾಗ ಏಕೆ ಹೀಗಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬ ಕುತೂಹಲದಿಂದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಹಂಬಲ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

ಸಂಗ್ರಹ: ಉಷಾ. ಸಿ.ಡಿ.

SATSANGH QUESTION NO. 45

45. ಶಿವಭಕ್ತನನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

1. ಒಬ್ಬ ಶಿವಭಕ್ತನು ಶಿವನಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ.
2. ಅವನಿಗೆ ಶಿವನಲ್ಲಿ ಆಳವಾದ ನಂಬಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಅಸೀಮಿತವಾದ ಸಹಿಷ್ಣುತೆ ಇರುತ್ತದೆ.
3. ಅವನು ಸದಾ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ ಭವಿಷ್ಯ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುವುದೇ ಇಲ್ಲ.

4. ಅವನು ಶಾಂತನಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಇತರರಿಗೂ ಸದಾ ಶಾಂತಿಯನ್ನೇ ಪ್ರಸಾರ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ.
5. ಅವನು ಭಯರಹಿತ, ದೈರ್ಯವಂತ ಹಾಗೂ ಧರ್ಮವಂತ.
6. ಅವನಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಗುಣಗಳು ಹಾಗೂ ಚಿಂತನೆಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ.
7. ಇತರರಿಗೆ ತೊಂದರೆ ನೀಡದೆ ಸರಳವಾದ ಜೀವನ ನಡೆಸುವನು.

Satsangh Question No. 45

45. How to identify a devotee of Shiva?

1. Shiva Bhaktha is a devotee of Shiva alone .
2. Highest faith in shiva with unlimited tolerance.
3. Perceptions are always positive and not worried about materialistic changes and future.
4. Being in peace he transmits peace to others.
5. Fearless, Courageous and Righteous.
6. Devoid of negative qualities and negative thoughts.
7. Simplified life and non disturbance to others.

FOR YOUR KIND ATTENTION

We have received many letters from the readers of Mouna Chandrike, They have not only liked the news letter but also could change their way of life by regularly reading this News letter.

1. To create the awareness of Shivality among the real spiritual seekers, we publish the bi-lingual monthly Newsletter **Mouna Chandrike**.

KINDLY SEND RS 100/- AS SUBSCRIPTION FOR A PERIOD OF ONE YEAR as per below instructions.

Subscriptions & Donations can be sent to us through the following modes:

- a) **Paytm:** You can use anybody's paytm to send the donation to us to our Mobile No.9035919050.
- b) **By Cheque/DD/M.O:** To be drawn in the name of SSB Socio Spiritual Foundation, payable at Bangalore, to our office address.
- c) **By Neft:** To our SB. Ac. No. 156601011001105 IFSC code VIJB0001566 on Vijaya Bank, Kathriguppe Branch, Bengaluru-85.

2. **All communications can be addressed to:**

The Honorable Secretary, SSB Socio Spiritual Foundation,
2, 3rd Cross, opp. to Vijaya Bank, Katriguppe Main Road,
B.S.K 3rd Stage, BENGALURU - 560 085

All donations above Rs 500/- are exempted from Income Tax Under 80G of Income tax act of 1961

ಶಿವೋಹಮ್ SHIVOHAM

ಶ್ರೀ ದುರ್ಗಾಪರಮೇಶ್ವರಿ MENS P.G

#26, 1st cross, 7th main, Srirampuram, Bangluru - 560021.

Land mark : Behind Chowdeswari Temple

for further details please contact

+919739396963. +919739392229. +919480492672.

RNI No: KARBIL/2014/57866

Postal Reg.No. RNP/KA/BGS/2212/2017-2019

[ಪುಟಗಳು : 8]

Posting Date 10th of Every month, posted at Bangalore PSO Mysore road Bangalore-560026

ಮನೋಮುದ್ರಣಗಳು ಎಂದರೇನು?

► ಪುಟ-3

ಕಡಿಮೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು, ಕಲಿಯದಿರುವಿಕೆ ಎಂಬ ವಿಧಾನ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸಿನ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮುದ್ರಣಗಳನ್ನು ಮರೆಯುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಕಠಿಣ ಕೆಲಸ ಹಾಗೂ ಜನರು ಬಲವಂತವಾಗಿ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಬಾಳಬೇಕಾಗಿದೆ. ಒಂದುವೇಳೆ ಮನುಷ್ಯ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಈ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮುದ್ರಣಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿದರೆ ಆಗ ಜನರು ತಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಗುಣಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಬಾಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ. ಶಿವಾಲಿಯ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಮೂಲಕ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಮನಸ್ಸಿನ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಬಹುದು.

ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಬದಲಾಗುವ ಮೂಲಕ ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮುದ್ರಣಗಳಿಲ್ಲದೆ ಸಂತೋಷವಾಗಿ ಜೀವಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುವುದೇ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನ ಬಾಳಿನ ಗುರಿಯಾಗಬೇಕು. ಸಂತೋಷ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಬಾಳುವುದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನ ಜನ್ಮದಿಂದ ಹಕ್ಕು. ಆದುದರಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಸುಖದುಃಖಗಳ ಭೇದವಿಲ್ಲದೆ ಸದಾ ಶಾಂತಿಯಿಂದಿರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮುದ್ರಣಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದೇ ಶಿವಾಲಿಯ ಕೆಲಸ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನೂ ತನ್ನೊಳಗೆ ಶಿವಂ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ, ಅದನ್ನು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲಗೊಳಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಅದರ ಉಪಯೋಗ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಶಿವಂ ತನ್ನ ನಾಶಕಾರಕ ಶಕ್ತಿಗೆ ಖ್ಯಾತವಾಗಿದೆ, ಆದುದರಿಂದ ನಾವು ಅಂತಹ ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಾಗ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮುದ್ರಣಗಳು ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ನಾಶವು ಜನರನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ, 'ಶಿವಂ'ನ ಶಕ್ತಿಯು ಸತ್ಯಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ದಾರಿಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳನ್ನು ಹೊಂದುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವಿಶ್ವದ ಅಪಾಯಗಳಿಂದ ಮೋಕ್ಷ ಪಡೆಯಲು ಶಿವಂ ಜ್ಞಾನದ ಪ್ರೇರೇಪಣೆಯನ್ನು ಕೂಡ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಶಿವಂ ಶಾಂತಿಯ ನೆಲೆಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಅಂತಹ ಶಿವಂ ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಜನರು ತಮ್ಮ ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಸುಖ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಜೀವಿಸಬಹುದು.



ಮನೆ ಮದ್ದು

ಬಹು ಉಪಕಾರಿ ಲವಂಗ

ಲವಂಗಕ್ಕೆ ರೋಗಶಮನ ಮಾಡುವ ಶಕ್ತಿಯಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಅದನ್ನು ಹಲ್ಲುನೋವು ಆದಾಗ ಜಗಿಯುತ್ತಾರೆ. ಲವಂಗದ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಟೂಥ್‌ಪೇಸ್ಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಉತ್ತಮ ಎಂಬ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಅಡುಗೆಯಲ್ಲೂ ಅಣ್ಣಿಸ್ಥಾನ

ಪಡೆದಿದೆ. ಮಸಾಲ ಚಹಾದ ತಯಾರಿಕೆಯಲ್ಲೂ ಲವಂಗವನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಬಹು ಉಪಕಾರಿಯಾದ ಲವಂಗದ ಕೆಲವು ಉಪಯೋಗಗಳು ಈ ಕೆಳಗಿನಂತಿವೆ.



ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ: ನಂಜು ನಿರೋಧಕ ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವಂತಹ ಲವಂಗ ಅಜೀರ್ಣ, ಒತ್ತಡದಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುತ್ತದೆ.

ರಕ್ತದ ಶುದ್ಧೀಕರಣ: ರಕ್ತದ ಶುದ್ಧೀಕರಣದಲ್ಲಿ ಲವಂಗವು ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರ ಸೇವನೆಯು ಚರ್ಮವನ್ನು ಶುಭ್ರಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಮಸಾಜ್: ಲವಂಗದ ಎಣ್ಣೆಯು ನೋವು ಹಾಗೂ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಲೋಷನ್ ಹಾಗೂ ಕಾಸ್ಮೆಟಿಕ್ ಕ್ರೀಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಲವಂಗದ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಬಳಸಿರುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಕ್ರೀಮ್ ಅಥವಾ ಲೋಷನ್ ಹಚ್ಚಿದಾಗ ದೇಹದ ನೋವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೀಟಗಳು ಕಚ್ಚಿದಾಗ: ಕೀಟಗಳು ಕಚ್ಚಿದಾಗ ತುಂಬಾ ನೋವು ಅಥವಾ ಕಿರಿಕಿರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಉಗುರು ತಾಗಿದರೆ ನೋವು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಲವಂಗದ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹಚ್ಚಿದರೆ ನೋವು ಪರಿಹಾರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಾಯಿಶ್ಚರ್ಮಿಸರ್: ನೀವು ಯಾವುದೇ ಮಾಯಿಶ್ಚರ್ಮಿಸರ್ ಕ್ರೀಮ್ ಅಥವಾ ಲೋಷನ್ ಅನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಒಂದೆರಡು ಹನಿ ಲವಂಗದ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಬಳಸಿ. ಇದು ಚರ್ಮವನ್ನು ಕಾಂತಿಯುತವಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಶೀತ ಮತ್ತು ಗಂಟಲು ಕೆರೆತಕ್ಕೆ: ಶೀತದಿಂದಾಗಿ ಗಂಟಲು ಕೆರೆತ ಉಂಟಾಗಿದ್ದರೆ ಲವಂಗದ ಟೀ ಮಾಡಿ ಕುಡಿದರೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಲವಂಗ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಬಾಯಿಹುಣ್ಣನ್ನು ಕೂಡ ನಿವಾರಿಸಬಹುದು.

ಮೊಡವೆ ನಿವಾರಣೆ: ಲವಂಗವನ್ನು ಆಲಿವ್ ತೈಲ ಅಥವಾ ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಮೊಡವೆಗಳ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಗಾಯಗಳಾದಾಗ: ಲವಂಗದ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ತರಚಿದ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಬೇಗ ವಾಸಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ನೆರಿಗೆರೆಹಿತ ಚರ್ಮ: ಲವಂಗದ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ತೈಲದೊಂದಿಗೆ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಹಚ್ಚಿದರೆ ಚರ್ಮ ಕಾಂತಿಯುಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಮೂಡುವ ನೆರಿಗೆಗಳು ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ.

ಸಂಗ್ರಹ : ಉಷಾ.ಸಿ.ಡಿ.



Mitta's Golden Meadows
Land Developers

“Growing to Serve, Serving to Grow”

Developed by

M.S. Parthasarathi Ex. M.L.A.

Secretary Bharatiya Janata Party, A.P State

5-75, Mahatma Gandhi Road, Kadiri-515 591, Anantapur Dist, Andhra Pradesh #43, Upstairs, Jain Temple Street, V.V. Puram, Bangalore - 560 004

Mob: +91 9440285679 (A.P.), +91 9341019909(Karnataka)

Contact : Sudhakar - +91 9980868015

e-mail: contact@mittas.in web: www.mittas.in

This is your meadows

“Your eco friendly destination for a peaceful and prosperous living”

Spread over a 20 acre gated enclave of residential plots surrounded by luxurious green meadows and adorned by blooming gardens, teak grove etc., Mitta's Golden Meadows extends warm welcome to you with family & friends to have a glimpse of oasis of green seclusion.

Mitta's Golden Meadows Highlights:

* MGM is located at the Bangalore North in the vicinity of Yelahanka & about 18 kms from the International Airport towards Bengaluru City.

* Yelahanka is primarily a residential area blended with industry, the Rail Wheel Factory, Astra Zeneca Pharmaceuticals and Federal-Mogul Goetze Limited etc.

* Yelahanka Huses an Air Force Station which caters to many activities of the IAF, Air Show which is attended by thousands of people from all over the world.

* Yelahanka has the biggest milk dairy in whole of Karnataka & is one of the fast growing sectors in Bangalore North.