



# Mouna Chandrike

## ಮೌನ ಚಂದ್ರಿಕೆ

Monthly Spiritual News Letter \* ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ

Bengaluru, JUNE 2017

Date of Issue : 05-06-2017

Volume - 2 Issue -6 ₹-10

### SAGUNA BHAKTI AND NIRGUN BHAKTI

#### SYNOPSIS

1. **SAGUN BHAKTI:** *With five senses dedicated to god: hymns, with heart, ask god's help*

2. **NIRGUN BHAKTI:** *Worship with knowledge: with mind; when the senses tempt us to do wrong, we should fight against it, to become positive.*

We can worship God with our five senses (Sagun Bhakti) or with knowledge (Nirgun Bhakti).

Sagun Bhakti is worshipping the God with the five senses, by dedicating these senses and their activities including worshipping to the God. It implies we speak good, we hear no evil, and we see with noble eyes excluding any immoral lust etc. It is worshipping the God with the heart using the five senses. It is not knowledge based or logic based. Reciting God's name or hymns (even without understanding the meanings as most of us do at present) is part of Sagun Bhakti.

Idol worship also falls in the same category; but remembrance it is not an end by itself. Some of us believe in idol worship and others think it is an immoral practice. This contradiction is the cause of many a battle in human society, both views can be right. However if Sagun Bhakti is an end by itself, then there is a flaw in it. An idol is an aid to worship the God; it is not the God, as perceived by a vast majority. To believe in, idol worship or other rituals (which we do using our five senses) may be good for a beginner but we must graduate to 'nirgun bhakti' as we grow. The advantage of idol worship/Sagun Bhakti is that it is an easy way to visualize God, similar to the way we remember our late parents with photographs.

But we must ensure that we graduate ourselves from Sagun Bhakti to Nirgun Bhakti i.e. worshipping God logically with knowledge or mind. However in our society, there is less emphasis on correct behavior as ordained by God and more emphasis is on the rituals etc. In Nirgun Bhakti the five senses are considered to be an obstacle to worshipping, as all the evil in the world emanates due to our never ending efforts to satisfy the ever hungry five senses. It thinks of social welfare as a means to remember and pray God.

**The ideal combination is that we start with Sagun Bhakti and finally complement with Nirgun Bhakti and only then it will result in complete harmony in the society.**

In the end Sagun Bhakti implies: the five senses dedicated to God, worshipping with heart, remember God with hymns and is easy to follow, as we depend on God's blessings to worship effectively. Nirgun Bhakti implies: five senses are the cause for temptations that obstruct us, it is worshipping with mind, thinks of God in social welfare, depends on self thus needs disciplined approach.

\*\*\*\*\*

ದೇವರನ್ನು ಆರಾಧಿಸುವ ವಿಧಾನಗಳು  
ಸಗುಣ ಭಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ನಿರ್ಗುಣ ಭಕ್ತಿ

ಸಾರಾಂಶ:

1. **ಸಗುಣ ಭಕ್ತಿ :** ಪಂಚೇಂದ್ರಿಯಗಳೊಡನೆ ಸಮರ್ಪಣಾ ಭಾವದಿಂದ ಹೃದಯಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಸ್ತುತಿಸಿ ದೇವರ ನೆರವನ್ನು ಕೇಳುವಿಕೆ.

2. **ನಿರ್ಗುಣ ಭಕ್ತಿ :** ಜ್ಞಾನದ ಮೂಲಕ ಮನಃಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ದೇವರನ್ನು ಅನುಸಂಧಾನ ಮಾಡುವಿಕೆ; ಹಾಗೂ ಪಂಚೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಮಾಡುವ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ವಿರೋಧಿಸಿ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಇರಬೇಕು

ಸಗುಣಭಕ್ತಿ ಎಂದರೆ ಪಂಚೇಂದ್ರಿಯಗಳೊಡನೆ ದೇವರನ್ನು ಆರಾಧಿಸುವಿಕೆ. ಆರಾಧನೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿರಿಸಿ ಅದರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೂಡ ದೇವರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಣೆ ಮಾಡುವುದು. ಅಂದರೆ, ಬೇಕಿಲ್ಲದ ಕಾಮನೆಗಳು, ಲಾಲಸೆ, ಅತ್ಯಾಸೆ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೂ ಚಿಂತಿಸದೆ, ಆಶಿಸದೆ, ನಾವು ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಮಾತನಾಡುತ್ತೇವೆ, ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನು ಕೇಳುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಉತ್ತಮವಾದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತೇವೆ ಎಂಬ ಮಾನಸಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಕೂಡ ಅನ್ವಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಪಂಚೇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ದೇವರನ್ನು ಹೃದಯದಿಂದ ಆರಾಧಿಸುವಿಕೆಯೇ ವಿನಃ ಜ್ಞಾನ ಅಥವಾ ತರ್ಕದಿಂದ ಆಧಾರಿತವಾದುದಲ್ಲ. ದೇವರ ಹೆಸರನ್ನು ಅಥವಾ ಸ್ತೋತ್ರಗಳನ್ನು ಪಠಿಸುವಿಕೆಯು (ಈಗ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕರು ಅದರ ಅರ್ಥವನ್ನೂ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳದೆ ಹೇಳುವಂತೆ) ಸಗುಣಭಕ್ತಿಯ ಒಂದು ಭಾಗ.

ವಿಗ್ರಹಪೂಜೆ ಕೂಡ ಈ ಪ್ರವರ್ಗಕ್ಕೆ ಸೇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದು ಅಷ್ಟಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಲ್ಲ ಎಂಬುದು ನೆನಪಿರಲಿ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ವಿಗ್ರಹಾರಾಧನೆಯನ್ನು ನಂಬುತ್ತೇವೆ. ಇದೊಂದು ದುರಾಭ್ಯಾಸ ಎಂದು ಬೇರೆಯವರು ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮಾನವ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಇದರ ನಿರಾಕರಣೆಯೇ ಅನೇಕ ಯುದ್ಧಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಎರಡು ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳೂ ಸರಿಯಾಗಿರಬಹುದು. ಆದರೂ ಕೂಡ ಒಂದುವೇಳೆ ಸಗುಣಭಕ್ತಿಯು ಸೀಮಿತವಾದುದಾದರೆ, ಅದರಲ್ಲಿ ದೋಷವಿದೆ. ಬಹುಸಂಖ್ಯಾತರ ಗ್ರಹಿಕೆಯಂತೆ ವಿಗ್ರಹವು ದೇವರನ್ನು ಪೂಜಿಸಲು ನೆರವು ಮಾತ್ರವೇ ವಿನಃ ಅದೇ ದೇವರಲ್ಲ. ವಿಗ್ರಹಾರಾಧನೆಯನ್ನೇ ಅಥವಾ ಇತರ ಕರ್ಮಾಚರಣೆಗಳನ್ನೇ (ನಾವು ಪಂಚೇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಮಾಡುವುದು ) ಅಂತಿಮವಾದ ಗುರಿ ಎಂದು ನಂಬುವುದು, ನಾವು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದಾದ ನಂಬಿಕೆ. ಈ ಮಾರ್ಗವು ದೇವರನ್ನು ನಂಬಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವವರಿಗೆ/ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದು. ನಾವು ಬೆಳೆದಂತೆಲ್ಲಾ ನಿರ್ಗುಣ ಭಕ್ತಿಯ ಉನ್ನತ ಸ್ತರಕ್ಕೆ ಏರಬೇಕು. ವಿಗ್ರಹಾರಾಧನೆ/ಸಗುಣಭಕ್ತಿಯ ಪ್ರಯೋಜನವೇನೆಂದರೆ ನಾವು ದಿವಂಗತರಾದ ನಮ್ಮ ತಂದೆತಾಯಿಗಳ ಭಾವಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ನೋಡಿ ಅವರನ್ನು ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ದೇವರನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸುಲಭದ ಮಾರ್ಗ.

ಆದರೆ ನಾವು ಸಗುಣಭಕ್ತಿಯಿಂದ ನಿರ್ಗುಣ ಭಕ್ತಿಗೆ ಅಂದರೆ ತಾರ್ಕಿಕವಾದ ಜ್ಞಾನದೊಂದಿಗೆ ಅಥವಾ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೂಲಕ ದೇವರನ್ನು ಆರಾಧಿಸುವ ಉನ್ನತ ಸ್ತರಕ್ಕೆ ಏರಿದ್ದೇವೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಂಡು ನಮ್ಮ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ದೇವರ ಕಟ್ಟಳೆಯಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ನಮ್ಮ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ನಡವಳಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಕಡಿಮೆ ಮಹತ್ವವಿದೆ ಹಾಗೂ ಆಚರಣೆ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಹತ್ವವಿದೆ. ಪಂಚೇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ತೃಪ್ತಿಪಡಿಸಲು ನಾವು ಮಾಡುವ ಕೊನೆಯಿಲ್ಲದ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿರುವ ದುಷ್ಟತನವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವಂತೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಿರ್ಗುಣ ಭಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಪಂಚೇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ದೇವರ ಆರಾಧನೆಗೆ ಅಡಚಣೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾಜಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸುವುದೇ ದೇವರನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುವ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವ ವಿಧಾನ ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಸಗುಣಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ನಿರ್ಗುಣಭಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಅದನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಗೊಳಿಸುವುದೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಸಂಯೋಜನೆ. ಹಾಗಾದಾಗ ಮಾತ್ರ ಅದು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

\*\*\*\*\*



## ಮನಸ್ಸೇ ಭಗವಂತ

ಸತ್ತಂಗದಲ್ಲಿ ಮಾಷ್ಕಾರವರು ಮನಸ್ಸೇ ಭಗವಂತ ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ನೀಡಿರುವ ಪ್ರವಚನದ ಕುರಿತು ಒಂದು ಲೇಖನ:

ನಿರ್ಗುಣ ನಿರಾಕಾರವಾಗಿರುವ ಮೂಲ ಚೇತನದ ಪ್ರಕಟಿತ ರೂಪವೇ ನಿಸರ್ಗ. ನದಿ, ಗುಡ್ಡ, ಬೆಟ್ಟ, ಮರ, ಗಿಡ, ಗಾಳಿ, ನೀರು, ಸೂರ್ಯ, ಚಂದ್ರ, ನಕ್ಷತ್ರಾದಿಗಳು-ಒಟ್ಟಾರೆ ಸೇರಿ ನಿಸರ್ಗವಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಜೀವರಾಶಿಗಳು ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಬರುವ ಮೊದಲೇ ನಿಸರ್ಗ ಇತ್ತು. ಜೀವರಾಶಿಗಳಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ವರ್ಗಗಳಿವೆ. ಜಲಚರ, ಪ್ರಾಣಿ, ಪಕ್ಷಿಗಳು ಹಾಗೂ ಮನುಷ್ಯ ವರ್ಗ. ಹೀಗೆ ಆಯಾ ವರ್ಗಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ಅದರದ್ದೇ ಆದ ನೆಲೆಯಿದೆ. ಅಮೀಬಾದಿಂದ ಜೀವಿಗಳ ಸೃಷ್ಟಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಎಂಬತ್ತನಾಲ್ಕು ಲಕ್ಷ ಜನ್ಮಗಳ ನಂತರ ಮನುಷ್ಯಜನ್ಮ ಬಂದಿದೆ ಎಂಬುದು ಶಾಸ್ತ್ರ ಪುರಾಣಗಳಿಂದ ತಿಳಿದು ಬಂದ ವಿಷಯ. ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಮಿಕ್ಕ ಜೀವಿಗಳಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿರುವುದರಿಂದಲೇ ಅವನನ್ನು ಮನುಷ್ಯ ಎಂದು ಗುರುತಿಸುವುದು. ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಿಗಳಿಗಿಂತ ಮನುಷ್ಯ ಶರೀರ ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆ. ಭಗವಂತ ತಾನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ಜಗತ್ತನ್ನು ಕಾಣಲು ಮನುಷ್ಯನ ಮನಸ್ಸಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬಂದಿರುವುದಾಗಿ ಹಿರಿಯರು ಹೇಳಿರುವರು. ಶರೀರ, ಬುದ್ಧಿ, ಅಹಂ, ಮನಸ್ಸು, ಚೇತನಾ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನ, ಮುಂತಾದವು ಸೇರಿ ಮನುಷ್ಯ ರೂಪವಾಗಿದೆ.

ಶರೀರಕ್ಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆ ನೀಡಲು ಒಂದು ಶಕ್ತಿ ಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಮನುಷ್ಯ ತನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಅಹಂ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಆದರೆ ತನ್ನೊಳಗಿರುವ ಭಗವತ್ ಚೈತನ್ಯ ಇರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ಇದನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂಬುದೇ ಅವನಿಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಭಗವಂತ ಮನಸ್ಸು ಹಾಗೂ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿರುವುದು ಮನುಷ್ಯ ತನ್ನೊಳಗಿನ ಭಗವತ್ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿ. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕದ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿ ಕೊಂಡಿದ್ದರಿಂದ ಅವನು ಭಗವತ್ ಚೈತನ್ಯದಿಂದ ಬಹಳಷ್ಟು ದೂರ ಹೋಗಬೇಕಾಯಿತು. ಇದರಿಂದ ಮನುಷ್ಯ ಶರೀರ, ಬುದ್ಧಿ ಹಾಗೂ ಪಂಚೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೂಲಕ ಅಹಂ ಹಲವಾರು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಕೊಂಡಿದೆ. ಅಹಂ ನನ್ನದು ನನ್ನದು ಎಂದು ಭಗವಂತನ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವ ಕೆಲವು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತನ್ನದಾಗಿಸಿಕೊಂಡು ಸ್ವಾರ್ಥಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ.

ಭಗವಂತನ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವುದೆಲ್ಲವೂ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸೇರಿದ್ದಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಮನುಷ್ಯ ತನ್ನ ಸ್ವಾರ್ಥ ಚಿಂತನೆಯಿಂದಾಗಿ ತನ್ನದೆಂದು ಭಾವಿಸಿದ್ದಾನೆ. ಉದಾ: ಅಡಕೆ ಮಂಡಿ ಇರುವ ಒಬ್ಬ ಯಜಮಾನ ಕೂಲಿಯವನಿಗೆ ಅಡಕೆಯನ್ನು ಲೆಕ್ಕ ಮಾಡಿ ಚೀಲಕ್ಕೆ ಹಾಕು ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ಅಲ್ಲಿರುವ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಅಡಕೆಯನ್ನು ನೋಡಿ ಕೂಲಿಯವನಿಗೆ ನಾನು ಸ್ವಲ್ಪ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ತಪ್ಪೇನು? ಇಷ್ಟೊಂದು ಇದೆಯಲ್ಲ! ಯಾರಿಗೂ ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಬಂದಂತೆ, ಭಗವಂತನ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಇಷ್ಟೊಂದು ವಸ್ತುಗಳಿದೆಯಲ್ಲ ನಾನು ಸ್ವಲ್ಪ ಇಟ್ಟು ಕೊಂಡರೆ ತಪ್ಪೇನು ಎಂದು ಅಹಂಗೆ ಅನಿಸಿತು. ಇಷ್ಟಾದರೂ ಅಹಂಗೆ ತೃಪ್ತಿಯಾಗಲಿಲ್ಲ, ಹಾಗಾಗಿ ಮನುಷ್ಯ ತನ್ನ ಅಹಂ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಹೊಸ ಹೊಸ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದನು. ಈಗ ಇಷ್ಟೊಂದು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಮುಂದುವರಿಯಲು ಕಾರಣ ಮನುಷ್ಯನ ಅಹಂ, ಅವನಿಗೆ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕದ ಸುಖ ಸವಲತ್ತುಗಳು ಬೇಕಾಗಿದೆ, ಆದರೆ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಈ ಸವಲತ್ತುಗಳು ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಈ ಅಹಂ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ಸುಖವಾಗಿರಬಹುದಿತ್ತು. ಯಜಮಾನನ ಅಡಕೆಯನ್ನು ಕೂಲಿಯವನು ತನ್ನದು ಎಂದು ಸೇರಿಸಿಕೊಂಡಂತೆ ಅಹಂ ಭಗವಂತನ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ತನ್ನದು ಎಂದು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ ಕೊಂಡಿದ್ದರಿಂದ ಭಗವಂತನದಾಗಿರುವ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮಲಿನ ಮನಸ್ಸನ್ನಾಗಿಸಿತು.

ಹುಟ್ಟಿ ಬರುವಾಗ ಏನೂ ತಂದಿಲ್ಲ, ಹಾಗಿರುವಾಗ ನಿಸರ್ಗದಲ್ಲಿರುವ ವಸ್ತುಗಳು ತನ್ನದು ಎಂದು ಕೊಂಡಿರುವುದು ತಪ್ಪು ತಾನೆ! ಅದು ಭಗವಂತನಿಗೆ ಮಾಡುವ ದ್ರೋಹವಲ್ಲವೆ? ಅದರಿಂದ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿದ್ದ ಮನಸ್ಸು ಕಲ್ಮಶವಾಗುತ್ತದೆ. ಮನುಷ್ಯ ತನ್ನ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಎಷ್ಟು ಬೇಕೋ ಅಷ್ಟನ್ನು ಮಾತ್ರ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲಾ ಭಗವಂತನದು ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಅಹಂಗೆ ಇದ್ದಾಗ ಮನಸ್ಸು ಕಲ್ಮಶವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅಹಂ ಒಂದು ಸ್ವಾರ್ಥ ರಹಿತವಾಗಿರಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಅವಶ್ಯಕತೆಗೆ ಎಷ್ಟು ಬೇಕೋ ಅಷ್ಟನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಸುಖವಾಗಿರಬಹುದಿತ್ತು, ಆದರೆ ಅತಿಯಾದ ಆಸೆಯಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಮಲಿನವಾಗಿ ಭಗವತ್ ಚೈತನ್ಯದ ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವಿಲ್ಲದೆ ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಬದುಕಬೇಕಾದ ಅವಸ್ಥೆ ಉಂಟಾಗಿದೆ. ಭಗವಂತ ಎಂದರೆ ಏನೂ ಇಲ್ಲದಿರುವ ಒಂದು ಸ್ಥಿತಿ, ಅದೇ ಮನುಷ್ಯ ಮನಸ್ಸಾಗುತ್ತೆ.

ಅಂತಹ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕದ ವಸ್ತು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನನ್ನದು ಎಂಬ ಭಾವನೆಯಿಂದ ತುಂಬಿ ಕಲ್ಮಶ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರಿಂದ ಭಗವತ್ ಚೈತನ್ಯ ಅತಿ ಚಿಕ್ಕ ಕಣವಾಗಿ "ನಾನು" ಎಂಬ ಅಹಂ ದೊಡ್ಡದಾಯಿತು. ಇದಕ್ಕೆ 'ಅಣೋರಣೀಯಾನ್ ಮಹತೋಮಹೀಯಾನ್' ಎಂದು

ಹೇಳುವುದು. ಅಂದರೆ "ನಾನು" ಮಹತ್ ಆಗಿದ್ದೀನಿ ಭಗವಂತ ಅಣುವಾಗಿದ್ದಾನೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ "ನಾನು" ಅಣುವಾಗಿ ಭಗವಂತ ಮಹತ್ ಆಗಬೇಕು. ಹಾಗಾಗಿ ಅಹಂನಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿಯಾದ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಪ್ರಭಾವಶಾಲಿಯಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಬೇಕು.

ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿಯಾದ ಕಲ್ಮಶದಿಂದ ಅಣುವಾಗಿರುವ ಭಗವತ್ ಚೈತನ್ಯವನ್ನೇ ಆತ್ಮ ಎಂದು ಹೇಳುವುದು. ಆತ್ಮವನ್ನು ಆವರಿಸಿರುವ ಕಲ್ಮಶವನ್ನು ನಾಶಮಾಡಿದಾಗ ಅದೇ ಭಗವತ್ ಚೈತನ್ಯ ಆಗುವುದು. ಇಂತಹ ಮಹತ್ತರವಾದ ಪರಿವರ್ತನೆ ಮನುಷ್ಯ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ. ಹಾಗಾಗಿ ಮಾನವ ಜನ್ಮ ದೊಡ್ಡದು, ಹಾಳು ಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಡಿರೋ ಹುಚ್ಚಪ್ಪಗಳಿರಾ ಎಂದು ಪುರಂದರ ದಾಸರು ತಮ್ಮ ಕೀರ್ತನೆಯ ಮೂಲಕ ಜನರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಜನ ಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಇದು ಅರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮನುಷ್ಯ ಜನ್ಮವನ್ನು ಹೇಗೆ ಸಾರ್ಥಕ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೆಂದು ಎನ್ ಸಿ ಮಾಸ್ತರ್‌ರವರಾದ "ಸತ್ ಶ್ರೀ"ರವರು ಅತ್ಯಂತ ಸುಲಭ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸಿಗಳಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತಿರುವರು. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸುಮ್ಮನಿರಿಸುವ ಮೌನೀಕರಣದ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಮಲಿನತೆಯನ್ನು ನಾಶಗೊಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ, ಹಾಗೂ ಇದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ಸತ್ತಂಗದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವುದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಎನ್ ಸಿ ಮಾಸ್ತರ್‌ರವರು. ಈ ರೀತಿಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯನ್ನು ಪಡೆದಾಗ ದೈವಿಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವ ಮಾಡುವುದಲ್ಲದೆ, ಜೀವನ್ ಮುಕ್ತ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದಾಗ ಮಿಕ್ಕ ಜೀವನ ಸುಖ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ. ಸುಖ ಶಾಂತಿಯ ಜೀವನ ಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುವವರು ಶಿವೋಪಾಸನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಜಿ. ರಮಾದೇವಿ.

\*\*\*\*\*

## ನಂಬಿಕೆ

ಮನುಷ್ಯ ಸಂಘ ಜೀವಿ. ಅವಲಂಬನೆಯಿಂದಲೇ ಆತನ ಬದುಕು ಸುಗಮ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ಅವಲಂಬನೆ ಎಂದರೆ ಮತ್ತೊಬ್ಬರನ್ನು ನಂಬುವುದು. ಯಾವುದೇ ವಿಷಯದಲ್ಲಾದರೂ ಮನಸ್ಸು ಸಹಜ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಲು ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಾವು ದೇವರನ್ನು ನಂಬುತ್ತೇವೆ ಎಂದರೆ ನಾವು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಅಥವಾ ಮನಃ ಶಾಂತಿಗೆ ದೇವರನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದ್ದೇವೆಂದು ಅರ್ಥ. ಎಲ್ಲಾ ಮತ ಧರ್ಮಗಳೂ ಈ ಅವಲಂಬನೆಯ ಬೀಜವನ್ನೇ ಬಿತ್ತುತ್ತಿವೆ. ಜಾತಿ ಮತಗಳಿಂದ ಹೊರ ಬಂದರೆ ಮಾತ್ರ ಮೂಢ ನಂಬಿಕೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಿ. ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತೀಯ ನಂಬಿಕೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತರಾದರೆ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ. ರಾಷ್ಟ್ರಕವಿ ಕುವೆಂಪುರವರು ಹೇಳಿರುವ ವಿಶ್ವ ಮಾನವ ಪ್ರಜ್ಞೆಯೂ ಈ ಅವಲಂಬನೆಯಿಂದ ಹೊರಬರುವುದೇ ಆಗಿದೆ.

ದೇವರನ್ನು ನಂಬಲು ಅವಲಂಬನೆಯೇ ಮುಖ್ಯ. ಮೂರ್ತಿ ಪೂಜೆಯ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬನೆಯಾಗುವುದೇ ದೇವರ ಮೇಲಿನ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ದೃಢೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನಸ್ಸು ಪಕ್ಷವಾದಂತೆ ಮೂರ್ತಿ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಬಿಡುವ ಮೂಲಕ ಅವಲಂಬನೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ತನ್ನೊಳಗೇ ದೇವರನ್ನು ಕಾಣಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಇದೇ ನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ತೊರೆದು ಆತ್ಮೋನ್ನತಿಯ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗಬಹುದಾದ ಮಾರ್ಗ.

ಮಾನಸಿಕ ಸಬಲತೆ ಎನ್ನುವುದು ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಮೂಢ ನಂಬಿಕೆಯು ಮನಸ್ಸಿನೊಳಗೆ ಗೋಡೆಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಂಕುಚಿತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಮೂಢ ನಂಬಿಕೆ ಎನ್ನುವ ಆಯುಧವು ಬಂದೂಕಿಗಿಂತಲೂ ಅಪಾಯಕಾರಿ. ಈ ಮೂಢ ನಂಬಿಕೆ ಬಲವಾದಷ್ಟೂ ಮುಕ್ತ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಎಲ್ಲಾ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳ ಮೂಲ ನಂಬಿಕೆ. ಎಲ್ಲಾ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳೂ ನಮ್ಮನ್ನು ನಿನ್ನೆ-ನಾಳೆಗಳೊಡನೆ ತಾದಾತ್ಮ್ಯ ಹೊಂದುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಜಿ. ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿ ಅವರು ಹೇಳುವಂತೆ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಬದುಕ ಬೇಕಾದರೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ರಹಿತವಾಗಿರಬೇಕು.

ಧ್ಯಾನದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಕ್ರಮೇಣ ಮನಸ್ಸಿನ ಮುದ್ರಣಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದರಿಂದ ಶುದ್ಧತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು. ಇದರಿಂದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಾಶವಾಗುವುದು, ಈ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಲ್ಲದೆ ಮನಸ್ಸು ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳೇ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಯಾರನ್ನೂ ನಂಬುವ ಪ್ರಮೇಯವೇ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಆತ್ಮೋನ್ನತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿ ನಿರ್ಲಿಪ್ತ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ನಿರ್ಲಿಪ್ತ ಭಾವವೇ ನಂಬಿಕೆ ರಹಿತ ಜೀವನ.

\*\*\*\*\*

ಶ್ರೀಧರ್ ಚಕ್ರಭಾವಿ.



# 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

### How the Youth gets benefited from Shivality\*

Among various stages in human life in this world, youthful stage is very precious and awesomely important. A lot can be accomplished during this period as both body and mind would be strong. This period has to be utilized rightly by everyone before they get old. However, the life of youth is misused towards enjoying life instead of strengthening the mind. When body loses its youthfulness, mind also loses its strength since mind depends upon the body for enjoyment. This passing youthfulness is called materialistic youthfulness.

The materialistic youthfulness always goes in search for happiness and enjoyment. This urge never gets satisfied and wants changing conditions every time in search of excitement and pleasure. If it doesn't happen, the youth become dull and begin to experience boredom. To avoid dullness, they tend to get involved in adventurous activities willing to face challenges. Everything would be done for pleasure. They also want appreciation from others from time to time for being happy. In some cases, youth might even embark upon unethical means when they are not able to fulfill their desires without bothering about the consequences.

This materialistic society encourages youth setting the goal in life to become rich and therefore focus all their efforts in acquiring higher positions and qualifications. They never get trained to face difficulties and failures but pushed for achieving success always. Thereby they would undergo all kinds of pressure absorbing stress and strain to achieve something in life. In case of lack of appropriate opportunities, they become desperate and take up whatever job available under duress. This could lead to developing some bad habits that might affect their health. Apart from the craze of becoming rich, youth also get into the fad of going for comforts at any cost, ethical or unethical. In the process, many become selfish, negative and cause disharmony in the family and the society.

In effect, the society becomes the cause for driving youth to become negative. As such, a jobless youth is considered an useless guy and an unmarried female is considered a social burden to the family. Both male and female youth would be under great pressure in life because of the society. Instead of motivating youth in developing a strong mind to face adverse situations, the materialistic society drives them becoming crazy.

Every job should be considered precious and youth should be trained to accept doing jobs which give mental satisfaction rather than taking up those yielding great returns by undergoing heavy stress and strain. This trend in the society needs to be changed by helping youth to develop a strong and powerful mind. This can be done by nurturing and empowering the '**Spiritual Positivity**' in the youth. It is the only way to develop mental strength in them. Spiritual positivism acquired through Shivality training destroys the negativity in the youth and relieves from stress and strain. Shivality makes youth positive and capable of withstanding the changing situations and pressures from the society. \*Shivality is based on the power of Shivam within every human being. The condition of Shivam is ever youthful.

If the youth of the nation is not strong, the progress of the nation never happens. Youth should be positive whether they are employed or not and married or unmarried. They should be trained to utilize the opportunities available or create opportunities. Every attempt by the youth should be considered success irrespective of the ultimate result. If the motivation is only for achieving success, the youth would be under pressure and they may not venture because of the fear of facing failures.

The youth of the nation must become mentally strong through appropriate training as in Shivality with a clear understanding that every attempt itself is a success and every one attempting itself is great. This attitude in the youth will definitely bring great results!

\*\*\*\*\*

### ಯುವಜನತೆ ಶಿವತತ್ವದಿಂದ ಹೇಗೆ ಪ್ರಯೋಜನ ಹೊಂದುವರು?

ಮನುಷ್ಯರ ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಬರುವ ವಿವಿಧ ವಯೋಮಾನದ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ, ತಾರುಣ್ಯದ ಹಂತವು ಬಹಳ ಅಮೂಲ್ಯವಾದದ್ದು. ಅತಿ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಪಡೆದಿರುವುದೂ ಆಗಿದೆ. ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು ಎರಡೂ ದೃಢವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಅವರು ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಮುದುಕರಾಗುವ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಈ ಸಮಯವನ್ನು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದರೆ, ಯೌವನದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸದೃಢಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಬದಲಿಗೆ ಸುಖಭೋಗಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಮೂಲಕ ಅದನ್ನು ದುರುಪಯೋಗ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಸುಖಭೋಗವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ದೇಹವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ದೇಹವು ತಾರುಣ್ಯವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಾಗ ಮನಸ್ಸು ಕೂಡ ದೃಢತೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಕ್ಷಣಿಕವಾದ ಈ ತಾರುಣ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಯೌವನವು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಯೌವನವು ಸದಾ ಸುಖಭೋಗಗಳ ಹುಡುಕಾಟದ ಕಡೆಗೇ ಸಾಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಬಾರಿಯೂ ಸುಖಭೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಸಂತೋಷದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನೇ ಹುಡುಕುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಅಪೇಕ್ಷೆಗಳು ಎಂದಿಗೂ ತೃಪ್ತಿಹೊಂದಲಾರವು. ಒಂದುವೇಳೆ ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ಯುವಜನತೆ ಮಂಕಾಗುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಬೇಸರವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಮಂಕುತನ ಕವಿಯದಂತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು, ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವಂತಹ ಸಾಹಸದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವರು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ತಾವು ಸಂತೋಷವಾಗಿರಲು ಬೇರೆಯವರು ಅವರನ್ನು ಆಗಾಗ ಪ್ರಶಂಸೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಬೇಕು ಎಂದು ಕೂಡ ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಆಸೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದೆ ಹೋದಾಗ, ಮುಂದಾಗುವ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸದೆ ಅವರು ತಮ್ಮನ್ನು ಅನೀತಿಕರವಾದ ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಹಿಂಜರಿಯುವುದಿಲ್ಲ.

ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಸಿರಿವಂತರಾಗುವ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕೆಂದು ಈ ಸಮಾಜ ಯುವಜನತೆಯನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಾನಮಾನವನ್ನು ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬೇಕಾಗುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಹತೆಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ಅವರ ಪ್ರಯತ್ನಗಳೆಲ್ಲಾ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಯಾವಾಗಲೂ ಗೆಲುವನ್ನೇ ಸಾಧಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು ಎಂದು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಇರುವವರು ಅವರನ್ನು ಮುಂದಕ್ಕೆ ತಳ್ಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆಯೇ ವಿನಃ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ವಿಫಲತೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಯುವಜನತೆಯನ್ನು ತರಬೇತುಗೊಳಿಸುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಈ ಎಲ್ಲದರ ಫಲವಾಗಿ, ಅವರು ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಏನನ್ನಾದರೂ ಸಾಧಿಸಬೇಕಾದರೆ ಮಾನಸಿಕವಾದ ದಣಿವು ಹಾಗೂ ಆಯಾಸದಿಂದ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಒತ್ತಡಗಳಿಗೂ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಒಂದುವೇಳೆ ಸೂಕ್ತ ಅವಕಾಶಗಳು ದೊರಕದಿದ್ದರೆ ನಿರಾಶೆಗೊಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಯಾವ ಉದ್ಯೋಗ ದೊರಕುತ್ತದೆಯೋ ಅದನ್ನೇ ಬಲವಂತವಾಗಿ ಮಾಡತೊಡಗುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಅವರ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಬೀರುವಂತಹ ಕೆಲವು ದುಶ್ಚಟಗಳಿಗೆ ಈಡಾಗುವಂತೆ ಅವರನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸಬಹುದು. ಶ್ರೀಮಂತರಾಗುವ ಹುಚ್ಚಿನ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಯುವಜನತೆಯು, ನೈತಿಕ ಅಥವಾ ಅನೈತಿಕವಾದ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಾದರೂ ಸರಿ, ಸುಖಭೋಗಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬ ಚಟವನ್ನು ಹತ್ತಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕರು ಸ್ವಾರ್ಥಿಗಳಾಗಿ, ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹೊಂದಿ, ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸಮಾಜದ ಸಾಮರಸ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುವರು.

ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ, ಯುವಜನತೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗಲು ಸಮಾಜವೇ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಹೀಗಿರುವಾಗ ಒಂದು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸವಿಲ್ಲದ ಒಬ್ಬ

೦ ಪುಟ-8

## FORTUNE CREATIONS

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

#105, 2nd Floor, 1st Main,

New Timberyard Layout, Bangalore - 560 026.

Chetan Gowda

+91 7760583508

+91 8147071373

+91 9986403551



## EDITORIAL

## How should we live in this society?

The vital need for every species to live in this world is 'Prana' or 'Life energy'. However, human beings need 'Living' apart from prana. What is this living?

Human beings were barbarians in the primordial stage living like animals without any culture. Later on, with the development of the brain, they formed groups with different cultures. Further, societies came into existence to control people having negative qualities when living together became impossible due to negative people. We now find people living in different groups based on nationality, culture, religion, caste and creed.

Within the society, there were no difference of opinion among the people nor negative qualities because they wanted to live together. In each society, people were usually controlled by faith in God. Hence, the reason for division among people can be viewed as cultural differences and belief in God. The differences in the name of God and culture led to the beginning of fighting among the groups of people.

Today, individuals feel that they are not controlled either by caste, creed or faith in God. This has made them behave the way they want without any discipline in life. There are no real leaders and management system in the caste or creed to control the people particularly with negative character. Human beings are losing morality because of the falling down of faith in God. This is a great loss to the humanity and it is very difficult to bring back the lost faith that earlier generations had through evolution.

In the evolving world of materialism, faith in God may not help people to change their mentality. This is the time for the people to understand that they have to change on their own taking the help of the Spirit (Shivam) that they possess within as the negative brain never accepts advises from others for change.

The spirit available within every human being has the power to change the people with positivity that not only creates harmony within but also in the society. Every human being can therefore, try to transform himself from a lower level to higher levels even to the highest level called Divine. This can happen when people adopt a spiritual practice where Shivam is empowered to destroy the negativity and travel from the lower level to the higher levels and even to the highest level of Divine by destroying the entire negativity in them. When the negativity is completely destroyed, the people get liberated from the materialistic thinking.

**Real living** of the human beings lies in '**Positive Living (Divine living)**' embodying everlasting peace but not leading a life of higher and higher materialistic comforts.

**Let us create a human society and live a peaceful and harmonious life with the help of Shivam available within every one of us.**

\*\*\*\*\*

## ಮನೆ ಮದ್ದು

## ದಾಳಿಂಬೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಳು ನೂರು, ಲಾಭ ಹಲವಾರು

ದಾಳಿಂಬೆಯ ಆಕರ್ಷಕ ಬಣ್ಣವನ್ನು ನೋಡಿವಾಗಲೇ ಸಿಹಿಮಿಶ್ರಿತ ಹುಳಿಯಾದ ಆ ಹಣ್ಣಿನ ರುಚಿ ಬಾಯಲ್ಲಿ ನೀರೂರಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಕೂಡ ತುಂಬಾ ಒಳ್ಳೆಯದು. ದಾಳಿಂಬೆ ಖರೀದಿಸಿ ಕಾಳುಗಳನ್ನು ಸವಿದು ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನು ಬಿಸಾಡುವವರೇ ಹೆಚ್ಚು. ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನು ತೊಳೆದು ಜ್ಯೂಸನ್ನು ಮಾಡಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಅದು ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ಕಲ್ಮಶ ಹೊರಹಾಕುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ ಚರ್ಮದ ಕಾಂತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.



## ದಾಳಿಂಬೆಯ ನಿತ್ಯ ಸೇವನೆಯಿಂದಾಗುವ ಲಾಭಗಳು

- ಪ್ರತಿದಿನವೂ ದಾಳಿಂಬೆ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ದೇಹದ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.
- ದಾಳಿಂಬೆಯ ನಿಯಮಿತ ಸೇವನೆಯಿಂದ ರಕ್ತ ಸಂಚಾರ ಸುಗಮವಾಗುತ್ತದೆ.
- ದಾಳಿಂಬೆಯ ನಿಯಮಿತ ಸೇವನೆಯಿಂದ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯ ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ.
- ದಾಳಿಂಬೆ ಕಾಳುಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಅಥವಾ ಹಣ್ಣಿನ ರಸವನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಮಲಬದ್ಧತೆ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ದಾಳಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಭೇದಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ಪ್ರತಿದಿನ ದಾಳಿಂಬೆ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹವಾದ ಕೊಬ್ಬು ಕರಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ.
- ದಾಳಿಂಬೆ ಸೇವನೆಯು ಕಣ್ಣಿನ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯದು.
- ಇದರ ಸೇವನೆಯು ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಕರಿಸಿ ಅಜೀರ್ಣ, ವಾಕರಿಕೆ, ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಯಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.
- ದಾಳಿಂಬೆ ಜ್ಯೂಸ್ ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.
- ದಾಳಿಂಬೆ ಸೇವನೆ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ.
- ದಾಳಿಂಬೆ ಜ್ಯೂಸ್ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿರುವ ಜಂತುಗಳ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಇದು ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ಕಲ್ಮಶಗಳನ್ನು ಹೊರಹಾಕುತ್ತದೆ.
- ದಾಳಿಂಬೆ ಸೇವನೆಯು ಗಂಟಲು ಕೆರೆತ, ಅಸ್ತಮಾ, ಒಣ ಕಿಮ್ಮು ಹಾಗೂ ಬಾಯಿ ದುರ್ವಾಸನೆಯನ್ನು ದೂರ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಪ್ರತಿದಿನದ ದಾಳಿಂಬೆ ಸೇವನೆಯು ಹಲ್ಲುಗಳ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಉತ್ತಮಪಡಿಸುತ್ತದೆ.
- ಪ್ರತಿದಿನ ದಾಳಿಂಬೆ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ರಕ್ತಹೀನತೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ದಾಳಿಂಬೆಯಲ್ಲಿರುವ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು ಮೈಕಾಂತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಊಟಮಾಡಲು ಹಠಮಾಡುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೆಲವು ದಾಳಿಂಬೆ ಕಾಳುಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಿಸುವುದರಿಂದ ಅಥವಾ ದಾಳಿಂಬೆ ರಸವನ್ನು ಕುಡಿಸುವುದರಿಂದ ಅದು ಅವರ ಹಸಿವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ.

\*\*\*\*\*

## 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**



### DISTRIBUTION OF DAHA-JALA (ಧಾಹ-ಜಲ)



SSB SSF celebrates 1<sup>st</sup> May of every year by distributing Butter milk, Paanaka and Kosumbari to the public since 2012 at various locations in Bengaluru.

This year also SSB SSF have conducted May Day celebration by distributing buttermilk in the hot sun to the public at three places, one at

Kathriguppe and the other two at Rajajinagar and Srinagar in Bengaluru.

Sri Ravisubramanya, MLA inaugurated the function at Kathriguppe by lighting the lamp. Along with him were a few prominent personalities like Sri Sangathi Venkatesh, Sri Pillappa etc. Sri Ravisubramanya expressed his reverence to our Beloved Divine Master Sri Subrahmanya Shiva Balan and emphasized the service by Him to the common people making them aware of spiritual practice (silention) to experience the God within. More than 1000 public availed the facility.



Sri Badregowda, the Corporator inaugurated the function at Rajajinagar by lighting the lamp. He appreciated the SSB SSF team for doing this kind of public service where practitioners of different age groups took part in the activity in a disciplined manner. Sri Shiva kumarvasumani well wisher of SSBSSF, also happily took part in the function. More than 1800 public availed the facility.

Shri Jagannath Sharma, Trustee of SSB SSF inaugurated the function at Srinagar, Gents as well as lady volunteers, distributed butter milk, paanaka and kosumbari to more than 1500 members of public.



We sincerely thank everyone who contributed for the function by the way of financial and physical service and for making the function a grand success for the 6<sup>th</sup> year in a row.

\*\*\*\*\*

### MOUNA MANTAPA (YOUR DESTINATION TO DIVINE)



The Absolute Silence is called Mouna. It is not the condition between two sounds. This Absolute Silence is called 'Ultimate Mouna' that has no beginning or end like the **Space** and the **Divine**. This is the unchangeable condition of **Shivam**. Absolute silence is the center of every sound called Naadhabindhu. Similarly, the center of the Srichakra is also in the condition of absolute silence, the ultimate mouna. One has to cross all sounds to reach this stage.

Every human body is the temple of **Shiva** also called 'Mantapa of Mouna'. Once the seekers of Shivam experience this ultimate mouna, they experience Shivam. One of the shlokas in the Upanishad states 'Deho devalaya proktho jeevo devah sanathanaha'.

When the seekers of Shivam practice Silention in Mouna Mantapa, they experience the absolute silence. The more they experience the ultimate silence, greater will be the destruction of their negativities. The power of ultimate mouna is the ultimate Shivam. Regular practice of Silention in Mouna Mantapa helps people to become 'Spiritually Positive'.

Everyone in this world understands what is silence. Silence is one of the attributes of **Shivam** like 'Peace and Darkness'. Such attributes are experienced in the path of attaining the condition of Shivam. **The path begins with silence and starts experiencing Peace and ends with experiencing Darkness**. After all these experiences, the seeker reaches the condition of Shivam and experiences the condition of ultimately.

\*\*\*\*\*

### ಸತ್ಸಂಗದ ವಿಹಂಗಮ ನೋಟ



## 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



### ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ(Spiritual Positivity):

#### ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಎಂದರೇನು?

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಎಂದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿರುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಕ್ತಿ. 'ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜಾಗೃತಿ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವ' ಇವುಗಳನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಕ್ತಿಯು ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನೂ ನಾಶಗೊಳಿಸಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಂತಿಮ ನೆಲೆಯಾದ ದೈವಿಕತೆಗೆ ಪೂರ್ವಭಾವಿಯಾಗಿರುವುದೇ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಎಂಬುದು ಒಂದು ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿ. ವಾಸ್ತವಿಕತೆಯನ್ನು ಹೇಗಿದೆಯೋ ಹಾಗೆಯೇ ಸ್ವೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಷಯದಲ್ಲಿಯೂ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಮಾಡುವವನೇ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಜನರ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸದೃಢವಾಗಿ ಮಾಡುವುದಲ್ಲದೆ ಮನುಷ್ಯ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವ ದ್ವೇಷ, ಮಾನಸಿಕ ಬಂಧನ, ಭಯ ಮುಂತಾದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಗುಣಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ತೆಗೆದುಹಾಕುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಇದು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಶಾಶ್ವತ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಸಮಾಜದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನಸ್ಸಿನವರಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

#### ನಾವೇಕೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನಸ್ಸಿನವರಾಗಬೇಕು?

ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಗುಣದಿಂದ ನಾವೂ ನೆಮ್ಮದಿಯಾಗಿರಬಹುದು, ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಇರುವವರನ್ನೂ ನೆಮ್ಮದಿಯಾಗಿ ಇರಿಸಬಹುದು. ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಕೆಟ್ಟ ವಿಷಯಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಾವು ಶಿಸ್ತಿನಿಂದ ಬಾಳಬಹುದು ಹಾಗೂ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬೃಹತ್ತಾಗಿ ಭಾವಿಸದೆ ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಎದುರಿಸಬಹುದು.

ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧತೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಸಮಾಜದಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಜನರನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿರಬೇಕು. ಲೌಕಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲಾರವು, ಆದರೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ರೂಢಿಗತವಾಗಿ ತುಂಬಿರುವ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳೆಲ್ಲಾ ಹೋದಾಗ ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯರು ತಮ್ಮ ಇಷ್ಟ ಪ್ರಕಾರದಂತೆಯೇ ಕರ್ಮಫಲಗಳು ಸಿಗಬೇಕೆಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನಸ್ಸುಳ್ಳವರಾದರೆ ನಿರೀಕ್ಷೆಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಕರ್ಮಫಲಗಳು ಇದ್ದರೂ ಅಥವಾ ಇರದಿದ್ದರೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಶಾಂತವಾದ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹವರನ್ನು ಸಜ್ಜನರು ಎನ್ನಬಹುದು. ನಮ್ಮಿಂದ ತಪ್ಪುಗಳಾದಾಗ 'ನನ್ನಿಂದ ತಪ್ಪಾಗಿದೆ' ಎಂದು ಧೈರ್ಯವಾಗಿ ತಪ್ಪನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವವನೇ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದುದರಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನೂ ತಾನು ಸಾಯುವುದರೊಳಗೆ ಈ ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಅಗತ್ಯ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದವರ ಬಳಿ ಯಾರೇ ಬಂದರೂ ಅವರಿಗೆ ಶಾಂತಿಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

**ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು:** ಎಲ್ಲರೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನಸ್ಸುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗುವುದು ಕಷ್ಟ. ಅದಕ್ಕೆ ಮೊದಲನೆಯ ಅರ್ಹತೆಯೇ ಸಹನೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದವರು ಸ್ವಾರ್ಥ ಚಿಂತನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡದೆ ಇತರರ ಪ್ರಯೋಜನಗಳಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಮನಸ್ಸುಳ್ಳವರು ಕೇವಲ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವ ಬದಲಾಗಿ ನನ್ನಿಂದ ಏನು ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು

ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ, ಹೇಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿ ಕಾರ್ಯಮಗ್ನರಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಚಾರಕ್ಕೂ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನೀಡದ ಕಾರಣ ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಇತರರನ್ನು ದೂರುವ ಸ್ವಭಾವ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ತಮ್ಮನ್ನು ಟೀಕಿಸುವವರಲ್ಲಿ ಅವರು ಕೊರತೆಗಳನ್ನು ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯ ಪರಿಹಾರ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಂದರೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಅದನ್ನು ಅಂಗೀಕರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರಿಗೆ ಮಾನಸಿಕ ತಡೆಗಳು (mind blocks) ಇರುವುದರಿಂದ ತಾವು ಕೆಟ್ಟವರೆಂದು ಭಾವಿಸಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಹಿಂಜರಿಯುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನಸ್ಸುಳ್ಳವರು ಕೆಟ್ಟವರು ಒಳ್ಳೆಯವರು ಎಂಬ ಭೇದವೇನಿಲ್ಲದೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಲ್ಲರು.

#### ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಆರು ಹಂತಗಳು:

**ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಾಂತಿ:** ಭೌತಿಕ ಪ್ರಪಂಚದ ಘಟನೆಗಳ ಅವಲಂಬನೆಯಿಲ್ಲದೆ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ನಾವೇ ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಾಂತಿ ಎನ್ನುವರು. ಈ ಶಾಂತಿಯೇ ಶಾಶ್ವತವಾದುದು. ಅದು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಅಮರತ್ವದ ಕಡೆಗೆ ಒಯ್ಯುತ್ತದೆ.

**ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಧೈರ್ಯ:** ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಧೈರ್ಯ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದ ಯಾರಿಗೂ ತೊಂದರೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಎದುರಾಗುವ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಸಂದರ್ಭ ಹಾಗೂ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನಾದರೂ ಎದುರಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ನಿರ್ಭೀತಿಯನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರೇರಕ ಶಕ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

**ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಪ್ರೀತಿ:** ಯಾರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ದ್ವೇಷ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರದ ಪ್ರೀತಿಯೇ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಪ್ರೀತಿ. ಇದರಲ್ಲಿ ತಾರತಮ್ಯ ಭಾವನೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಪ್ರೀತಿ ಎಂದಿಗೂ ಯಾರಲ್ಲಿಯೂ ಭೇದ ಭಾವವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಚಿಂತೆ, ಆತಂಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಬಂಧನಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆಮಾಡುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಸತ್ಯ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾಗಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ.

**ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಸತ್ಯ:** ಯಾವ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅದೇ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಸತ್ಯ. 'ಈ ಭೌತಿಕ ಪ್ರಪಂಚ ಅಶಾಶ್ವತವಾದುದು' ಹಾಗೂ 'ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಗಳಿಸಲು ಮಾತ್ರ ಜನ್ಮ ತಾಳಿರುವುದು' ಎಂಬುದೇ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಸತ್ಯ. ಇಂತಹ ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದವರು ಸತ್ಯವಾಗಲಿ, ಅಸತ್ಯವಾಗಲಿ, ಯಾವುದೇ ಘಟನೆಗಳು ನಡೆದರೂ ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡುವುದಿಲ್ಲ, ಬದಲಿಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸಹಜ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದಲೇ ಕಾಣುತ್ತಾರೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಜನರ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಯಾವ ವಿಷಯ ವಿಚಾರಗಳೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವುದಿಲ್ಲ.

**ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಜ್ಞಾನ:** ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಸತ್ಯವನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿ ಕೊಂಡಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಜ್ಞಾನ ಇಳಿದು ಬರುತ್ತದೆ. ಇದು ದೈವಿಕ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಮಾರ್ಗವಾಗುವುದು. ಈ ದೈವಿಕ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಇತರರಿಗೂ ಮೋಕ್ಷದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ನೀಡಬಲ್ಲರು.

#### ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಧರ್ಮ:

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಮೂಲಕ ಪಡೆದ ಮಾನಸಿಕ ನಿಶ್ಚಲತೆಯೇ ಮನುಷ್ಯನ ಅತ್ಯುನ್ನತವಾದ ಮನಃಸ್ಥಿತಿ. ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮಯುತವಾದ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಇದು ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಧರ್ಮದ ನೆಲೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಏನನ್ನೇ ಮಾಡಿದರೂ ಅದು ಧರ್ಮಯುತವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಅವನಿಂದ ಇತರರಿಗೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ತೊಂದರೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ, ಇತರರಿಂದ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ತೊಂದರೆ ಬಂದರೂ ಅದು ಅವನಿಗೆ ತೊಂದರೆ ಅನಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

\*\*\*\*\*

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



## How to be More Tolerant

Have you ever feel that as a social citizen you are not doing well enough? In general, people are judged by their behaviors in society. It is good to have enough tolerance among other people. There are several ways to train yourself to become wiser and more tolerant. One of them is to control your anger. Anger is the emotion of intolerance. Intolerance means that you don't accept other people's opinion or behavior. Anger is an expression that what you think is right and the others' are wrong. In short, anger could drive people to have less tolerance to others.

### These are three important traits of tolerant people:

**- Respect:** Being respectful to others should be among your key principles, as it can help you to get far in life. If you want to receive respect, you should first be respectful to others. Respect is the key to open the door of tolerance.

**- Peacefulness:** Intolerance causes conflicts and in many cases, it even triggered wars. Peace is a good breeding ground to nurture tolerance. A tolerant individual never starts a conflict unnecessarily.

**- Courage:** You need to have courage to become tolerant. It takes a good deal of courage to say no to things that can cause intolerance.

### There are several advices to follow to become more tolerant:

First, you need to remind yourself that if you're perfectly comfortable with your way of thinking, then you have absolutely nothing to defend. If other people think differently with you, it doesn't mean that you're wrong or that you necessarily need to justify your own beliefs and actions.

Secondly, don't personalize the conversation. Focus on the issues and never personalize it. Express your thought clearly and directly. It sounds better than blaming on the person's opinion in the debate.

Further, if you want to be defensive, never act offensively (that's what intolerance is all about!), however you can do that in a wiser way by saying "Tell me more about that. I'd like to know why you come up with that opinion. This is your chance to share your thought with me."

You need to avoid the use of expletives. Try to not swear and curse because it may demean yourself. Also, avoid saying bad words.

Last but not least is to avoid contempt by all means. Body language is an intricate way of communication, for example, when you have contempt, you sigh and roll your eyes, they do not only convey a sense of intolerance, but also tell the other party that you think he (and his idea) is utterly worthless, simply another way of saying, "I'm better than you!"

A person learns to cultivate his mind must be able to tolerate things that he sees and feels. With enough patience, he can master tolerance and will be qualified to show others about the "right way"

### Seeking Diversity in All Things

Intolerant behavior or attitude is possible because of influences in family. Intolerant attitude could grow due to experience in life. If you grow up in a family that tolerates differing points of view, you tend to be more considerate, and the opposite might be happen if you've been raised in an

intolerant family. You should learn and understand about diversity. Diversity helps you to expand your horizons and see that truth usually is somewhere between what "you" think and what "others" believe. Intolerance is one way of trying to simplify the ever-changing, complex world, and you can solve it open-mindedly and with acceptance to diversity. Nothing can be achieved without extra effort, including understanding the idea of diversity. These are several clues to help you implement your acceptance to diversity:

### Avoiding Irresponsible Media

Freedom of speech and the right to express your opinion also might cause a negative impact. Debate shows are often aired in television, and during the show an exchange opinion between "experts" are purposefully intense, loud, argumentative, and at times filled with anger. Herewith, instead of expanding your knowledge, the media foments uncivil discourse and a climate of intolerance. Leading cable news has driven and transformed the media into polarized point-counterpoint expressions at extremely contrasting viewpoints on virtually any topic you can imagine, and if you weren't angry before you started watching cable news, you will be shortly.

-GARY WICKMAN

- 1) Highest tolerance is the condition of Shivam.
- 2) Indian Spiritual Leaders used to practice tolerance. Indians allow every religion to stay here and practice because of this tolerance.
- 3) Shivality training helps the Human beings to bring this tolerance in them.

\*\*\*\*\*

## 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**. The newsletters for the initial period of 3 months will be sent by post to the people interested. Those who would like to subscribe should pay an amount of Rs.100/- per year. Those who are interested to donate to our institution can also send us along with the subscription.

### 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

# SHIVOHAM Ladies Hostel

Newly built ladies hostel. Near to Malleshwaram, situated 2 min away from Srirampuram Metro Station.

#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

ಯುವಜನತೆ ಶಿವತತ್ವದಿಂದ ಹೇಗೆ  
ಪ್ರಯೋಜನ ಹೊಂದುವರು?

► ಪುಟ-3

ಯುವಕನನ್ನು ಅಪ್ರಯೋಜಕನೆಂದೂ, ಮದುವೆಯಾಗದ ಹೆಣ್ಣನ್ನು ಸಾಮಾಜಿಕ ಹೊರೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಮಾಜದ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ ವಯಸ್ಕ ಗಂಡು ಮತ್ತು ಹೆಣ್ಣು ಇವರಿಬ್ಬರೂ ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡಗಳಿಂದ ನರಳುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿಕೂಲವಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಾಗಿರುವ ಸದೃಢವಾದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹೊಂದಲು ಯುವಜನತೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ಬದಲಿಗೆ ಸಮಾಜವು ಅವರಿಗೆ ಚಟ ಹತ್ತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಉದ್ಯೋಗವನ್ನೂ ಅಮೂಲ್ಯವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲು ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ದಣಿವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ಅಧಿಕ ವರಮಾನ ತರುವಂತಹ ಉದ್ಯೋಗಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮಾನಸಿಕ ಸಂತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುವಂತಹ ಉದ್ಯೋಗಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಯುವಜನತೆಗೆ ತರಬೇತಿ ನೀಡಬೇಕು. ಯುವಜನತೆಯಲ್ಲಿ ಸದೃಢ ಹಾಗೂ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ಮನಸ್ಸು ವಿಕಾಸವಾಗಲು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿರುವ ಈ ಧೋರಣೆಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಯುವಜನತೆಯಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಹೋಷಿಸಿ, ಸಶಕ್ತೀಕರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಇದನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಅವರ ಮಾನಸಿಕ ದೃಢತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಇರುವ ಮಾರ್ಗ ಇದು ಒಂದೇ. ಶಿವತತ್ವದ ತರಬೇತಿಯ ಮೂಲಕ ಗಳಿಸಿಕೊಂಡ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯು ಯುವಜನತೆಯಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ನಾಶಮಾಡುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕವಾದ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ದಣಿವಿನಿಂದ ಅವರನ್ನು ಪಾರು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಶಿವತತ್ವವು ಯುವಜನತೆಯನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನಾಗಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಸಮಾಜದ ಅನಿಶ್ಚಿತ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಒತ್ತಡಗಳನ್ನು ತಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಶಿವತತ್ವವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನ ಒಳಗಿರುವ 'ಶಿವಂ'ನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಆಧರಿಸಿದೆ. 'ಶಿವಂ'ನ ಮನಃಸ್ಥಿತಿ ಸದಾ ಯುವತದಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ.

ದೇಶದ ಯುವಜನತೆ ದೃಢವಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅಂತಹ ದೇಶ ಎಂದಿಗೂ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಯುವಕರು ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಇರದಿದ್ದರೂ ಅಥವಾ ಮದುವೆಯಾಗಿದ್ದರೂ ಆಗಿರದಿದ್ದರೂ ಅವರು ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿಯೇ ಇರತಕ್ಕದ್ದು. ಇರುವ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವರಿಗೆ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ನೀಡಬೇಕು. ಅಂತಿಮ ಫಲಿತಾಂಶಗಳತ್ತ ಗಮನ ನೀಡದೆ ಯುವಕರು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನೂ ಸಫಲತೆಯೆಂದೇ ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು. ಜಯಗಳಿಸಲು ಮಾತ್ರ ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡಿದರೆ ಯುವಕರು ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ವಿಫಲತೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕೆಂಬ ಭಯದಿಂದ ಅವರು ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಮುನ್ನುಗ್ಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ.

ಶಿವತತ್ವದ ಅನುಸಾರದಂತೆ, 'ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪ್ರಯತ್ನವೂ ಜಯ/ಸಫಲತೆಯೇ ಹಾಗೂ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಪಡುವುದೇ ಮಹತ್ವದ ವಿಷಯ' ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಸೂಕ್ತ ತರಬೇತಿಯ ಮೂಲಕ ದೇಶದಲ್ಲಿರುವ ನವಯುವಕರೆಲ್ಲರೂ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಬಲಿಷ್ಠರಾಗಬೇಕು. ಯುವಕರ ಈ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವು ಖಂಡಿತ ಅದ್ಭುತವಾದ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ತರುತ್ತದೆ.

\*\*\*\*\*

HOW TO USE PAYTM



If you are donating below Rs 1000/- please use Paytm account of SSBSSF.

How to open Paytm Account in your mobile?

1. If you have Smartphone then download Paytm app from Play Store
2. Install & Open Paytm app
3. Register or login using your mobile number
4. After successfully register make login to Paytm
5. To use Paytm features you have to add some Paytm wallet Money
6. Use any given payment method to add money in wallet
  - 1) Debit card
  - 2) Credit card
  - 3) Net banking
  - 4) ATM
  - 5) IMPS

How To Send Money From Paytm to SSBSSF

1. Open your Paytm app & login.
2. Click on "PAY" & select option "MOBILE NO" .
3. Enter the mobile number 9035919050 of SSBSSF.
4. Fill the amount, type something about your transaction
5. Click on "Send" & proceed to pay.

\*\*\*\*\*

SATSANGH QUESTION NO. 44

44. ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆದನಂತರ ಏನು ದೊರೆಯುತ್ತದೆ?

ಉತ್ತರ: ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಿಷಯಗಳಿಂದ ಗೊಂದಲಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗದಂತಹ 'ಏನೂಇಲ್ಲದ' ಮನಃ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ.

Satsangh Question No. 43

44. What do you get after liberation?

Ans: We will get the condition of NOTHING in the Mind, undisturbed by the materialistic world.

Mitta's Golden Meadows  
Land Developers

"Growing to Serve, Serving to Grow"

Developed by

M.S. Parthasarathy 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.