ಸಂಪ್ರೀತಿ ಸಮೃದ್ಧಿ

ನಿಮ್ಮ ಮನ ಮನೆಗಳಿಗೆ...

ಮಾಸಿಕ

Sampreethi - Samruddhi	Volume : 8	Issue : 11	March 2026	Pages : 32	₹ 20/-
ಸಂಪ್ರೀತಿ ಸಮೃದ್ಧಿ	ಸಂಪುಟ : 8	ಸಂಚಿಕೆ : 11	ಮಾರ್ಚ್ 2026	ಪುಟಗಳು : 32	₹ 20 ರೂ.

ಶ್ರೀರಾಮನ 'ಸತ್ಯ ಪ್ರೀತಿ, ಕರುಣೆ ಮತ್ತು ಕರ್ತವ್ಯ' ಎಂಬ
ಆದರ್ಶಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸುಸಂದರ್ಭ

ಶ್ರೀ ರಾಮನವಮಿ

ಸಂಪ್ರೀತಿ – ಸಮೃದ್ಧಿ
ನಿಮ್ಮ ಮನ ಮನೆಗಳಿಗೆ...
ಮಾಸಿಕ

ಸಂಪಾದಕೀಯ

ಮಾರ್ಚ್ – 2026
ಸಂಪುಟ 8, ಸಂಚಿಕೆ 11

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,
ಬೆಂಗಳೂರು ದಕ್ಷಿಣ ಜಿಲ್ಲೆ – 562 131.

#66, ಸಂಪ್ರೀತಿ – ಸದನ ಸರ್ಕಾರಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಪಕ್ಕದ ರಸ್ತೆ, ಮಾಗಡಿ – 562 120
ಬೆಂಗಳೂರು ದಕ್ಷಿಣ 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

ಇರಬೇಕು ಎಂದು ಯಾರೂ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಚೌಕಟ್ಟು ಹಾಕಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಜೀವನದ ಹಾದಿ ವಿಭಿನ್ನ. ಆದರೆ, ಒಂದು ಸಾರ್ಥಕ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಅಂಶಗಳು ಅಡಿಪಾಯವಾಗಬಲ್ಲವು:

ನೆಮ್ಮದಿ ಮತ್ತು ತೃಪ್ತಿ

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಸಂಪಾದಿಸುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕಿಂತ, ಇರುವದರಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದ ಇದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದು ಮುಖ್ಯ. ಅತಿಯಾದ ಆಸೆಗಳ ಬೆನ್ನತ್ತದೆ, ಸಿಕ್ಕ ಅವಕಾಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷ ಹುಡುಕುವುದೇ ನಿಜವಾದ ಬದುಕು.

ನಿರಂತರ ಕಲಿಕೆ

ಜೀವನವು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಪಾಠಶಾಲೆ. ಇಲ್ಲಿ ಸೋಲು–ಗೆಲುವುಗಳೆರಡೂ ಪಾಠಗಳೇ. ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಹೊಸದನ್ನು ಕಲಿಯುವ ಹಂಬಲವಿದ್ದರೆ, ಜೀವನ ಎಂದಿಗೂ ಬೇಸರ ಎನಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಗಳು

ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವ ನಾಲ್ಕು ಜನ ಮತ್ತು ನಾವು ಪ್ರೀತಿಸುವ ಒಂದು ಕುಟುಂಬ ನಮ್ಮೊಂದಿಗಿದ್ದರೆ, ಜೀವನದ ಅರ್ಧ ಕಷ್ಟಗಳು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತವೆ. ಸಂಬಂಧಗಳಲ್ಲಿ ಗೌರವ ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆ ಇರಬೇಕು.

ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಗಳು

ಕಷ್ಟ ಬಂದಾಗ ಕುಗ್ಗದೆ, ಸುಖ ಬಂದಾಗ ಉಬ್ಬದೆ ಸಮಚಿತ್ತದಿಂದ ಇರುವುದು ಮುಖ್ಯ. ನಮ್ಮ ನಡೆ–ನುಡಿಗಳು ಇತರರಿಗೆ ನೋವುಂಟು ಮಾಡದಂತಿರಲಿ. ಸತ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದು ಕಷ್ಟವಾದರೂ, ಅದು ಕೊಡುವ ಗೌರವ ಅಮೂಲ್ಯ.

ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ

ನಮಗಾಗಿ ಬದುಕುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ, ಆದರೆ ನಮ್ಮಿಂದ ನಾಲ್ಕು ಜನಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯದಾದರೆ ಆ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಒಂದು ಅರ್ಥ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಪರಹಿತವನ್ನು ಬಯಸುವ ಮನೋಭಾವ ಜೀವನವನ್ನು ಸುಂದರಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ನೆನಪಿರಲಿ: ಜೀವನವು ಒಂದು ಸುಂದರ ಕವಿತೆಯಿದ್ದಂತೆ; ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಓದಬೇಕು ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದು ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲೇ ಇದೆ.

ॐ

ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಸಂಕೇತಿಸುವ ವರ್ಣರಂಜಿತ ಹಬ್ಬ

ಹೋಳಿ ಹಬ್ಬ

ಬದುಕಿನ ಬಣ್ಣ

ಡಾ.ಗುರುರಾಜ ಪೋಶೆಟ್ಟಿಹಳ್ಳಿ

ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣಗಳ ರಂಗು ಪಸರಿಸಿದ ಪರಿ ಬೆರಗು ಹುಟ್ಟಿಸುವಂಥದ್ದು. ಹೋಳಿ ಹಬ್ಬ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಬಂದಿದೆ, ಎಲ್ಲರ ಮೇಲೆ ಬಣ್ಣ ಚೆಲ್ಲಲು.ಆಕಾಶದ ನೀಲಿ ಕ್ಯಾನ್ವಾಸಿನ ಮೇಲೆ ಮೂಡಿದ ಕಾಮನಬಿಲ್ಲನ್ನು ನೋಡುವಾಗ, ಪ್ರಕೃತಿಯ ಮಡಲಿನಲ್ಲಿ ನಳನಳಿಸುವ ಬಣ್ಣ ಬಣ್ಣದ ಹೂಗಳನ್ನು ನೋಡುವಾಗ ಆ ಬಣ್ಣಗಳೊಂದಿಗೆ ಚೆಲ್ಲಾಟವಾಡಬೇಕು ಅನ್ನಿಸಿದರೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣಗಳಿಗೆ ಅರ್ಥವಿದೆ, ಭಾವನೆಗಳಿವೆ. ಅವು ಜೀವನ ಸಂದೇಶ ಸಾರುತ್ತವೆ.

ಹೋಳಿ ಹಬ್ಬಕ್ಕೆ ಹಲವು ಕಥೆಗಳಿವೆ. ಹಿರಣ್ಯಕಶಿಪು ತನ್ನ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ತನ್ನನ್ನೇ ದೇವರೆಂದು ಪೂಜಿಸಬೇಕೆಂದು ಆದೇಶಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ, ಅವನ ಮಗನಾದ ಪ್ರಹ್ಲಾದ ವಿಷ್ಣುವಿನ ಭಕ್ತನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಕೋಪಗೊಂಡ ಹಿರಣ್ಯಕಶಿಪು ಮಗನನ್ನೇ ಕೊಲ್ಲಲು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರಹ್ಲಾದನನ್ನು ಮಡಿಲಿನಲ್ಲಿ ಕೂರಿಸಿಕೊಂಡು ಅಗ್ನಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಬೇಕೆಂದು ತನ್ನ ಸಹೋದರಿ ಹೋಲಿಕಾಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾನೆ. ಬೆಂಕಿಯಲ್ಲಿ ಸುಡದ ವರವನ್ನು ಹೋಲಿಕಾ ಪಡೆದಿರುತ್ತಾಳೆ. ಹೋಲಿಕಾ ಪ್ರಹ್ಲಾದನ ಜೊತೆ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಾಗ ವಿಷ್ಣುವು ಪ್ರಹ್ಲಾದನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾನೆ. ದುಷ್ಟ ಬುದ್ಧಿಯ ಹೋಲಿಕಾ ಸುಟ್ಟು ಭಸ್ಮವಾಗುತ್ತಾಳೆ. ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಯ ವಿರುದ್ಧ ಜಯ ಸಾಧಿಸುವ ಶುಭ ಸಂಕೇತವಾಗಿ ಹೋಳಿ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಂಕಿಯ ಕುಂಡ ಮಾಡಿ ದೇವರನ್ನು ಆರಾಧಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಇನ್ನೊಂದು ಪುರಾಣ ಕಥೆಯ ಪ್ರಕಾರ, ಪೂತನೀಯ ಸಂಹಾರದ ಸಂಕೇತವಾಗಿ ಹೋಳಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ತನ್ನ ಸಹೋದರಿಯ ಮಗನಿಂದಲೇ ತನಗೆ ಸಾವು ಎಂಬ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಕೇಳಿ ಕಂಸನು ಎಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳನ್ನೂ ಸಾಯಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಸಾಯಿಸಲು ಪೂತನೀಯನ್ನು ಕಳಿಸುತ್ತಾನೆ. ರಾಕ್ಷಸಿಯಾದ ಪೂತನಿ ಮಗು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನಿಗೆ ವಿಷದಿಂದ ತುಂಬಿದ ತನ್ನ ಎದೆ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಸಿದಾಗ, ಕೃಷ್ಣ ಹಾಲಿನ ಜೊತೆ ಅವಳ ರಕ್ತವನ್ನೂ ಹೀರಿ ಸಾಯಿಸುತ್ತಾನೆ. ಚಳಿಗಾಲದ ಅಂತ್ಯವನ್ನು ಪೂತನಿಯ ಅಂತ್ಯವೆಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಹೋಳಿ ಕಾಮದೇವನ ಹಬ್ಬ. ಇದರ ಹಿನ್ನೆಲೆ ಹೀಗಿದೆ: ಪಾರ್ವತಿಯು ಶಿವನನ್ನು ಒಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸತತ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾಳೆ. ಆದರೆ, ಶಿವ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ತೋರಿಸದೆ ಸದಾ ಧ್ಯಾನಮಗ್ನನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಆಗ ಕಾಮದೇವ ಶಿವನ ಮೇಲೆ ಹೂಬಾಣವನ್ನು ಹೂಡುತ್ತಾನೆ. ಶಿವನಲ್ಲಿ ಪ್ರೇಮ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಮೂಡಿಸುವುದು ಅವನ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಭಂಗವಾದ್ದರಿಂದ ಶಿವ ಕೋಪಗೊಂಡು ತನ್ನ ಮೂರನೇ ಕಣ್ಣನ್ನು ತೆರೆಯುತ್ತಾನೆ. ಕಾಮದೇವ ಸುಟ್ಟು ಭಸ್ಮವಾಗುತ್ತಾನೆ. ಕೊನೆಗೆ ಕಾಮದೇವನ ಪತ್ನಿ ರತಿಯ ಕೋರಿಕೆಯಂತೆ ಶಿವ ಜೀವ ನೀಡುತ್ತಾನೆ. ಇಲ್ಲಿ ಕುತೂಹಲದ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ, ಪ್ರಕೃತಿಯೇ ಈ ಎಲ್ಲಾ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು. ಪಾರ್ವತಿ ಎಂದರೆ ವಸುಂಧರೆ. ಶಿವ ಅಂದರೆ, ಸೂರ್ಯ, ಚಳಿಗಾಳಿಗೆ ನಲುಗಿದ ವಸುಂಧರೆ, ಸೂರ್ಯನ ಪ್ರಭೆಗಾಗಿ ಹಾತೊರೆಯುತ್ತಿರುತ್ತಾಳೆ. ಶಿವನ ಅಂದರೆ, ಸೂರ್ಯನ ಬೆಚ್ಚನೆಯ ಸ್ಪರ್ಶ ಅವಳಲ್ಲಿ ನವೋಲ್ಲಾಸವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಬಣ್ಣ ಬಣ್ಣದ ಹೂ ಅರಳುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಶಿವ ಮತ್ತು ಪಾರ್ವತಿಯರ ಮಿಲನವನ್ನು ನಾವು ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಶಿವ ಮೂರನೇ ಕಣ್ಣು ತೆರೆಯುವುದು ಅಂದರೆ, ಸುಡುವಂಥ ಪ್ರಖರತೆ ಬೇಸಿಗೆಯ ಸುಡು ಬಿಸಿಲಯ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬೀಳುವುದು. ಚಳಿಗಾಲ ಅಂತ್ಯವಾಗಿ ಬೇಸಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ಪ್ರೀತಿ–ಪ್ರೇಮದ ಸಂಕೇತವಾಗಿ ಹೋಳಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಫಾಲ್ಗುಣ ಮಾಸದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಹೋಳಿ ಹುಣ್ಣಿಮೆಯ ಮಾರನೆಯ ದಿನದಿಂದ ವಸಂತ ಋತು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಇದನ್ನು ವಸಂತೋತ್ಸವವನ್ನಾಗಿಯೂ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕ್ರಿಸ್ತಪೂರ್ವ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಹೋಳಿಹಬ್ಬದ ಆಚರಣೆ ಜಾರಿಯಲ್ಲಿತ್ತು ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ರಾಧೆಯನ್ನು ಛೇಡಿಸಲು, ಪ್ರೇಮದಾಟವಾಡಲು ಹೋಳಿ ಆಡುತ್ತಾನೆ. ಗೋಪಿಕಾಸ್ತ್ರೀಯರೆಲ್ಲರೂ ಹೋಳಿಯಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಹೋಳಿ ಆಡುವಾಗ ಜಾತಿ ಮತ ಧರ್ಮಗಳ ಭೇದವಿಲ್ಲದೆ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಒಂದು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಶತ್ರುಗಳನ್ನೂ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ದ್ವೇಷವು ಬಣ್ಣಗಳಲ್ಲಿ ಕರಗಿ ನೀರಾಗುತ್ತದೆ.

ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲೂ ಹೋಳಿ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಕಾಮನ ಹಬ್ಬವನ್ನಾಗಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಉತ್ತರ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ವಿಶಿಷ್ಟ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಶಿರಸಿ ತಾಲೂಕಿನ ಸೋಂದೆಯಲ್ಲಿ ಹೋಳಿ ಹುಣ್ಣಿಮೆಯಂದು ಭೂತರಾಜನಿಗೆ ಪೂಜೆ ಸಲ್ಲಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಉತ್ತರ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಹೋಳಿ ಆಚರಣೆ ಜೋರು. ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಐದು ದಿನ ಹೋಳಿ ಆಚರಣೆ. ಇದನ್ನು 'ರಂಗ ಪಂಚಮಿ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಬೆಳಗಾವಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಶಿರಗಾಪುರದಲ್ಲಿ ವಿಶಿಷ್ಟ ಕಾಮನ ಜಾತ್ರೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಹುಣ್ಣಿಮೆಗೆ ಮೂರು ದಿನ ಮೊದಲಿನಿಂದ ಇದು ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ. ಗ್ರಾಮಸ್ಥರೆಲ್ಲರೂ ಮನೆಗಳಿಂದ ಹಳೆ ಬಟ್ಟೆ, ಮರದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸುಮಾರು ಮೂವತ್ತು ಅಡಿ ಎತ್ತರ ಮತ್ತು ಇಪ್ಪತ್ತು ಅದಿ ಅಗಲದ ಕಾಮನನ್ನು ಭತ್ತದ ಒಣ ಹುಲ್ಲಿನಿಂದ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಬಟ್ಟೆಗಳಿಂದ ಅಲಂಕರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕರಿಯ ಎಳ್ಳಿನಿಂದ ಮುಖವನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ ಬಣ್ಣ ಬಳಿಯುತ್ತಾರೆ. ಹತ್ತಾರು ದರ್ಜಿಗಳು ಸೇರಿಕೊಂಡು ಕಾಮಣ್ಣನಿಗೆ ದೊಡ್ಡ ಬಿಳಿ ಅಂಗಿಯನ್ನು ಹೊಲಿದು ತೊಡಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಸಾವಿರಾರು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ನೆರೆದ ಭಕ್ತರು ಹರಕೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮಕ್ಕಳಾಗಲು ಹರಕೆ ಹೊತ್ತವರು 6 ವರ್ಷದ ಬಾಲಕನ ತೂಕದಷ್ಟು ತೆಂಗಿನಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಹರಕೆಯ ನಂತರ ರತಿಯ ಚಿತ್ರದೊಂದಿಗೆ ಕಾಮನಿಗೆ ಮದುವೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಹುಣ್ಣಿಮೆ ಕಳೆದು ಮೂರನೇ ದಿನದಂದು ಕಾಮನ ಗೊಂಬೆಯನ್ನು ಮೆರವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಮಶಾನಕ್ಕೆ ಸಾಗಿಸಿ ಕಾಮನನ್ನು ಸುಡುತ್ತಾರೆ.

ವರ್ಣಮಯ ಕಾರಂಜಿಯಾಗಿರಿ

ಹೋಳಿಯು ಬಣ್ಣಗಳ ಹಬ್ಬ. ಪ್ರಕೃತಿಯು ವೈವಿಧ್ಯಮಯವಾಗಿ ಇರುವಂತೆಯೇ ನಮ್ಮ ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ಅನಿಸಿಕೆಗಳ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯೊಡನೆ ವಿವಿಧ ಬಣ್ಣಗಳು ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಬಣ್ಣಗಳ ಕಾರಂಜಿಯಂತೆ ಮತ್ತು ಈ ಬಣ್ಣಗಳು ಬದಲಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ. ನಿಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಬಯಕೆಗಳು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬೆಂಕಿಯಂತೆ ಸುಡುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಇವುಗಳು ಬಣ್ಣಗಳ ಕಾರಂಜಿಯಾಗಿಬಿಟ್ಟರೆ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸೊಬಗನ್ನು ತರುತ್ತವೆ. ಪುರಾಣ ಕಥೆಯು ಹೇಳುವಂತೆ, ಪಾರ್ವತಿಯು ತಪಸ್ಸಿನಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಮತ್ತು ಶಿವನು ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಕಾಮದೇವನು ಇವರಿಬ್ಬರ ದಿವ್ಯ ಮಿಲನವನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ಶಿವನು ಕಾಮದೇವನನ್ನು ಸುಟ್ಟು ಬೂದಿಯಾಗಿಸುತ್ತಾನೆ. ಶಿವನು ಸಮಾಧಿಯಿಂದ ಹೊರಬಂದ ನಂತರವೇ ಪಾರ್ವತಿಯೊಡನೆ ಸೇರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. 'ಪರ್ವ' ಎಂದರೆ ಹಬ್ಬ. ಪಾರ್ವತಿಯೆಂದರೆ ಹಬ್ಬದಿಂದ ಜನಿಸಿರುವಂತಹ ಉತ್ಸವ. ಸಮಾಧಿಯು ಉತ್ಸವದೊಡನೆ ಮಿಲನವಾಗಲು ಬಯಕೆಯ ಇರುವಿಕೆಯು ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿತ್ತು. ಆದ್ದರಿಂದ ಬಯಕೆಯಾದ ಕಾಮನನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಲಾಯಿತು ಆದರೆ ಉತ್ಸವಾಚರಣೆ ಮಾಡಲು ಬಯಕೆಯನ್ನು ಮೀರಿ ಹೊರಬರಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ಶಿವನು ತನ್ನ ಮೂರನೆಯ ಕಣ್ಣನ್ನು ತೆರೆದು ಕಾಮನನ್ನು ದಹಿಸಿದ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಯಕೆಗಳಿದ್ದರೆ ಯಾವ ಸಮಸ್ಯೆಯೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆ ಬಯಕೆಗಳು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಆವರಿಸಿ ಬಿಡದಂತೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸಿ. ಬಯಕೆಗಳು ಎದ್ದಾಗ ಅದರಿಂದ ನಿಮಗೆ ಲಾಭವಾಗುತ್ತದೊ ಇಲ್ಲವೊ ಎಂದು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ.

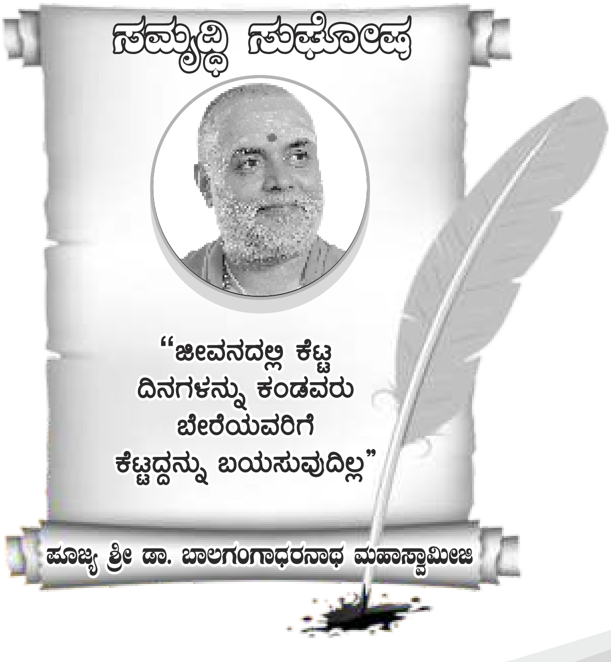
ಯೋಗ್ಯವಲ್ಲದ ಬಯಕೆಯು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಎದ್ದಾಗ ಅದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುವುದು ಕೇವಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು. ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಬಯಕೆಯನ್ನು ಸುಟ್ಟಾಗ, ಆಗ ಉತ್ಸವಾಚರಣೆ ಉಂಟಾಗಿ ಜೀವನವು ವರ್ಣಮಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಎಲ್ಲಾ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳು ಆತ್ಮದಿಂದ ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಆತ್ಮವು ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಒಳಗೆ ಮತ್ತು ಹೊರಗೆ ಆಕಾಶದಂತೆ ವ್ಯಾಪಿಸಿದೆ. ಈ ಅಕಾಶವು ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಆಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಇದರ ಕೀಲು ಗೊಂಬೆಗಳಂತೆ. ಮಾನವರ ಸಮಸ್ಯೆಯೆಂದರೆ ನಮ್ಮದೇ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು, ನಮ್ಮದೇ ಆಲೋಚನಾ ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಏನಾಗುತ್ತಿದೆಯೆಂದು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಮಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದಿರುವುದು. ಆಲೋಚಿಸುವ ಮೊದಲೇ ಕಾರ್ಯ ಪ್ರವೃತ್ತರಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತೇವೆ. ನಿಯಮಗಳು ಇರಬಹುದು, ಆದರೆ ಭಾವನೆಗಳು ತಾರಕಕ್ಕೆ ಏರಿದಾಗ ನಮ್ಮದೇ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ನಾವು ಬಲಿಯಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಆಂತರಿಕ ನಿಯಮಗಳು ಬಾಗಿಲು ಕಾಯುವ ಸೇವಕನಂತೆ, ಆದರೆ ನಮ್ಮ

ಭಾವನೆಗಳು ಮನೆಯ ಯಜಮಾನನಂತೆ. ಮನೆಯ ಯಜಮಾನರು ಒಳಗೆ ನುಗ್ಗಿದಾಗ ಸೇವಕನು ಸುಮ್ಮನಾಗಿ ದಾರಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಡುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಬಂದು ಹೋಗುತ್ತವೆ, ಭಾವನೆಗಳು ಬಂದುಹೋಗುತ್ತವೆ, ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಅಂತರಾಳದೊಳಗೆ ಹೊಕ್ಕಾಗ ಇರುವುದೆಲ್ಲವೂ ಕೇವಲ ಖಾಲಿ ಆಕಾಶ, ಅದೇ ನಮ್ಮ ನಿಜ ಸ್ವಭಾವ. ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳೊಡನೆ, ಅನಿಸಿಕೆಗಳೊಡನೆ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳೊಡನೆ ಬಹಳವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ನಾವು ಸಿಲುಕಿಕೊಂಡು ಬಹಳ ಸಣ್ಣವರಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ನೀವೇ ಆಗಿರುವ ನಿಮ್ಮ ಆಂತರ್ಯದೊಳಗಿರುವ ಅಗಾಧವಾದ ಆ ಆಕಾಶವು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶಾಂತವಾಗಿರುವ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ, ಪೂರ್ಣವಾದ ಪ್ರೇಮವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಏನೋ ಒಂದು ವಿಸ್ತಾರವಾದಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೊಂದು ಎಲ್ಲೆಯೆ ಇಲ್ಲವೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಅದೇ ನಮ್ಮ ನಿಜ ಸ್ವಭಾವ. ಸೌಂದರ್ಯವೆಂದರೆ ಇದೇ. ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಭಾವನೆಗಳು ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯಾದರೆ, ಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಅದೇ ಭಾವನೆಗಳು ಮೆರಗನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ.

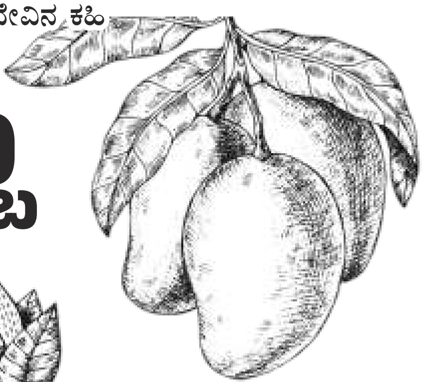
ಬಣ್ಣದ ಮಹಿಮೆ – ವರ್ಣಪ್ರಭಾವ

ಹೋಳಿಯಂತೆ ಜೀವನವು ಅನೇಕ ಬಣ್ಣಗಳಿಂದ ತುಂಬಿರಬೇಕು ಮತು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಬಣ್ಣವೂ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಾಣಬೇಕು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪಾತ್ರ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಯೂ ಸುಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿರಬೇಕು. ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಗೊಂದಲದಿಂದ ಕೇವಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ನೀವು ಮಾಡುವ ಎಲ್ಲಾ ಪಾತ್ರಗಳಿಗೂ ನ್ಯಾಯವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಒಳ್ಳೆಯ ಪತಿ/ಪತ್ನಿಯಾಗಿ, ಮಗ/ಮಗಳಾಗಿ, ಒಳ್ಳೆಯ ಪೋಷಕರಾಗಿ, ಒಳ್ಳೆಯ ನಾಗರಿಕರಾಗಿಯೂ ನೀವು ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸಬಹುದು. ಈ ಎಲ್ಲಾ ಗುಣಗಳು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆಗಲೇ ಇವೆಯೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಅವುಗಳಿಗೆ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರಳುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಕೊಡಿ. ವೈವಿಧ್ಯತೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಮರಸ್ಯವಿದ್ದಾಗ ಜೀವನವು ಸಂತೋಷಮಯವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ವರ್ಣರಂಜಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಉತ್ಸವಾಚರಣೆಯು ಆತ್ಮದ ಸ್ವಭಾವ ಮತ್ತು ಮೌನದಿಂದ ಹೊರಬರುವ ಉತ್ಸವಾಚರಣೆಯೇ ನೈಜವಾದದ್ದು. ಅದನ್ನೇ ಧ್ಯಾನ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ಕೇವಲ ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಮಾತ್ರ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ತಂದುಕೊಳ್ಳುವುದಲ್ಲದೆ ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿರುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ದೇಹಗಳಲ್ಲೂ ಇದೇ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತೀರುವಿರಿ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ಮಾತ್ರವೇ ಚೈತನ್ಯದ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿಯ ಅರಿವು ನಮಹೆ ಉಂಟಾಗಲು ಸಾಧ್ಯ ಮತ್ತು ಇಡೀ ವಿಶ್ವವು ಒಂದೇ ಚೈತನ್ಯದಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ ಎಂಬ ಅನುಭವ ಉಂಟಾಗಲು ಸಾಧ್ಯ. ಒಂದು ಉತ್ಸವಾಚರಣೆಯೊಡನೆ ಪವಿತ್ರತೆಯೂ ಬೆರೆತಿದ್ದರೆ, ಅಂತಹ ಉತ್ಸವವು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಕೇವಲ ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು ಮಾತ್ರ ಸಂಭ್ರಮಿಸದೆ ಚೈತನ್ಯವೂ ಸಂಭ್ರಮಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗ ಇಂತಹ ಸಂಭ್ರಮವು ಸ್ವಯಂ ಸ್ಫುರಿತವಾಗಿ ಸ್ಫೋಟಿಸಿದಾಗ ಜೀವನವೆಲ್ಲವೂ ವರ್ಣರಂಜಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ॐ



ಜೀವನದ ಕಷ್ಟ-ಸುಖಗಳನ್ನು ಸಮಾನವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಸಂಕೇತವಾಗಿ ಬೇವಿನ ಕಹಿ
ಮತ್ತು ಬೆಲ್ಲದ ಸಿಹಿಯನ್ನು ಸವಿಯುವ ಯುಗದ ಆದಿ

ಯುಗಾದಿ ಹಬ್ಬ



ಮರಗಿಡಗಳ ಹೊಸ ಚಿಗುರು. ಎಲ್ಲೆಡೆ ಹಸಿರು. ಮೊದಲ ಮಳೆ. ಹೊಸದು ಹೊಸತನ, ಹೊಸ ಜೀವನ. ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲರದರ ಪ್ರತೀಕ ಯುಗಾದಿ ಹಬ್ಬ. ದೇಶದೆಲ್ಲೆಡೆ ಯುಗಾದಿ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಸಡಗರ ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಕರ್ನಾಟಕ ಆಂಧ್ರ ಪ್ರದೇಶ, ತೆಲಂಗಾಣ ಮತ್ತು ಮಹಾರಾಷ್ಟ ರಾಜ್ಯದ ಜನರು ಯುಗಾದಿಯನ್ನು ವರ್ಷದ ಮೊದಲ ಹಬ್ಬವಾಗಿ ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ದಿನ ಹೊಸ ಸಂವತ್ಸರ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಯುಗಾದಿ ಎಂಬ ಹೆಸರು ಯುಗ (ಹೊಸ ವರ್ಷ) ಮತ್ತು ಆದಿ (ಪ್ರಾರಂಭ) ಎಂಬ ಎರಡು ಶಬ್ದಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಯುಗಾದಿ ಎಂಬ ಶಬ್ದವು "ಹೊಸ ಯುಗದ ಆರಂಭ" ಎಂಬ ಸಂಸ್ಕೃತ ಪದದಿಂದ ಬಂದಿದೆ.

ಕರ್ನಾಟಕ, ಆಂಧ್ರಪ್ರದೇಶ, ಮಹಾರಾಷ್ಟ ಗುಜರಾತ್ ಗಳಲ್ಲಿ ಚಾಂದ್ರಮಾನ ಯುಗಾದಿ ಆಚರಿಸಿದರೆ ತಮಿಳುನಾಡು, ಕೇರಳ ಮತ್ತು ಉತ್ತರ ಭಾರತದ ಕೆಲವು ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಸೌರಮಾನ ಯುಗಾದಿ ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಉತ್ತರಭಾರತದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ತಿಕ ಶುದ್ಧ ಪಾಡ್ಯಮಿಯನ್ನು ಯುಗಾದಿಯೆನ್ನುವರು. ಈ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಬೇರೆ-ಬೇರೆ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಆಚರಿಸುವರು.

ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ 'ಯುಗಾದಿ', ಮಹಾರಾಷ್ಟದಲ್ಲಿ 'ಗುಡಿಪಾಡವಾ', ಆಂಧ್ರಪ್ರದೇಶ ಹಾಗೂ ತಮಿಳುನಾಡಿನಲ್ಲಿ 'ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಹಬ್ಬ'ವೆಂದು, ಉತ್ತರ ಭಾರತದಲ್ಲಿ 'ಬೈಸಾಖಿ' ಎಂದು ಇದು ಆಚರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಪ್ರಾರಂಭದ ಸಂಕೇತವಾದ ಯುಗಾದಿಯನ್ನು ಬಡವ-ಬಲ್ಲಿದರೆಂಬ ತಾರತಮ್ಯವಿಲ್ಲದೇ ಎಲ್ಲಾ ಹಿಂದೂಗಳೂ ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ. ರೈತರು ಎತ್ತುಗಳನ್ನು ಶೃಂಗರಿಸಿ ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ. ವ್ಯಾಪಾರಿಗಳು ಹಾಗೂ ಇನ್ನಿತರರು ಕೂಡ ಅಂದಿನ ದಿನವೇ ಶುಭ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಯುಗಾದಿ ಎಂದೂ ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಯುಗಾದಿ ಎಂಬ ಪದವು ಯುಗ ಮತ್ತು ಆದಿ ಎನ್ನುವ ಎರಡು ಶಬ್ಧಗಳಿಂದ ರೂಪುಗೊಂಡಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಯುಗ ಎಂದರೆ ಯುಗ ಮತ್ತು ಆದಿ ಎಂದರೆ ಹೊಸ. ಯುಗಾದಿ ಎಂದರೆ ಹೊಸ ಯುಗದ ಆರಂಭ ಎನ್ನುವ ಅರ್ಥವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಯುಗಾದಿಯು

ನಾವು ಜೀವಿಸುತ್ತಿರುವ ಯುಗವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ, ಪ್ರಸ್ತುತ ನಾವು ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ಯುಗದ ಯುಗಾದಿಯು ಕಲಿಯುಗವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಕಲಿಯುಗವು ಭಗವಾನ್ ಕೃಷ್ಣ ಲೋಕದಿಂದ ನಿರ್ಗಮಿಸಿದ ನಂತರ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು ಎಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ. ಈ ಘಟನೆಯನ್ನು ಮಹರ್ಷಿ ವೇದವ್ಯಾಸರು "ಯಸ್ಮಿನ್ ಕೃಷ್ಣೋ ದಿವಾಮ್ವ್ಯಾತಃ, ತಸ್ಮತ್ ಈವಾ ಪ್ರತಿಪನ್ನಂ ಕಲಿಯುಗಂ" ಎಂದು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಯುಗಾದಿ ಹಬ್ಬವು ಯಾವಾಗಲೂ ಭಾರತದ ಚೈತ್ರ ಮಾಸದ ಚೈತ್ರ ಶುದ್ಧ ಪಾಡ್ಯಮಿಯಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಗ್ರೆಗೋರಿಯನ್ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್ ಪ್ರಕಾರ, ಇದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಏಪ್ರಿಲ್ ಅಥವಾ ಮಾರ್ಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಈ ವರ್ಷ ಯುಗಾದಿ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಏಪ್ರಿಲ್ 2 ರಂದು ಶನಿವಾರ ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು. ಹೊಸ ಯುಗಾದಿ ಆರಂಭವನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ ಯುಗಾದಿ ಹಬ್ಬದ ಇತಿಹಾಸವೇನು ನೋಡೋಣ..

ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಆರಂಭವನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ ಹಬ್ಬ

ಯುಗಾದಿಯು ಹಿಂದೂ ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಆರಂಭವನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ ಹಬ್ಬವಾಗಿದೆ. ಯುಗಾದಿ ಎನ್ನುವ ಪದವು 'ಯುಗ' ಮತ್ತು 'ಆದಿ' (ಆರಂಭ) ಸಂಸ್ಕೃತ ಪದಗಳಿಂದ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿವೆ, ಇದು 'ಹೊಸ ಯುಗದ ಆರಂಭ'ವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಗ್ರೆಗೋರಿಯನ್ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಾರ್ಚ್ ಅಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಏಪ್ರಿಲ್ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಈ ದಿನವು ಹಿಂದೂಗಳಿಗೆ ಐತಿಹಾಸಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದಲ್ಲಿ ಗುಡಿ ಪಾಡ್ವಾ, ಆಂಧ್ರಪ್ರದೇಶ ಮತ್ತು ತೆಲಂಗಾಣದಲ್ಲಿ ಯುಗಾದಿ ಮತ್ತು ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಯುಗಾದಿ ಎಂದು ವಿಭಿನ್ನ ಹೆಸರುಗಳಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಅನಾದಿ ಕಾಲದ ಸಂಪ್ರದಾಯವಾಗಿದೆ.

ಈ ವಿಶೇಷ ದಿನದಂದು ಜನರು ಮುಂಜಾನೆ ಬೇಗ ಎದ್ದು ಎಣ್ಣೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ, ಹೊಸ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಧರಿಸಿ, ಬೇವು ಬೆಲ್ಲ ತಿಂದು ಮನೆಯನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಿ ರಂಗೋಲಿ ಹಾಕಿ, ತೋರಣ ಕಟ್ಟಿ ದೇವರಿಗೆ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ, ನೈವೇದ್ಯವನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿ, ಮನೆಯ ಸದಸ್ಯರೆಲ್ಲಾ ಸಿಹಿ ತಿನ್ನುವ ಸಂಪ್ರದಾಯವಿದೆ. ಈ ದಿನ 6 ಸ್ವಾದಗಳುಳ್ಳ ಪಚಡಿ ಎಂಬ ವಿಶೇಷ ಭಕ್ಷ್ಯವನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ ಪರಸ್ಪರ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಯುಗಾದಿ ಇತಿಹಾಸ

ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತನಾದ ಬ್ರಹ್ಮ ದೇವರು ಯುಗಾದಿಯಂದು ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ಎಂಬುದು ಈ ಹಬ್ಬದ ಕಥೆ. ವಸಂತ ನವರಾತ್ರಿಯ 9 ದಿನಗಳ ಉತ್ಸವವು ಈ ದಿನದಂದು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ರಾಮ ನವಮಿಯಂದು ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ದಿನ, ಚೈತ್ರ ಶುದ್ಧ ಪಾಡ್ಯಮಿ ಅಥವಾ ಯುಗಾದಿ ದಿನದಂದು ಬ್ರಹ್ಮ ದೇವರು ಆ ಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದನು ಎಂದು ಹಿಂದೂಗಳು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. 12ನೇ ಶತಮಾನದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಭಾರತೀಯ ಗಣಿತಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ ಭಾಸ್ಕರಾಚಾರ್ಯ ಅವರ ಖಗೋಳಶಾಸ್ತ್ರದ ಲೆಕ್ಕಾಚಾರಗಳು ಯುಗಾದಿಯ ದಿನಾಂಕದ ಸೂರ್ಯೋದಯದಿಂದ ಹೊಸ ವರ್ಷ, ಹೊಸ ತಿಂಗಳು ಮತ್ತು ಹೊಸ ದಿನ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿದವು.

ಬೇವು-ಬೆಲ್ಲ

ಒಂದೊಂದು ಹಬ್ಬಕ್ಕೂ ಒಂದೊಂದು ಸದಾಶಯದ ಸಂದೇಶವಿರುತ್ತದೆ. ಯುಗಾದಿ ಹಬ್ಬದ ಕೇಂದ್ರಬಿಂದು ಬೇವು-ಬೆಲ್ಲ. ಬಾಯಿಗೆ ಸಿಹಿ ಮತ್ತು ಕಹಿ ರುಚಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಬಾಳಿಗೆ ಸುಖ-ದುಃಖದ ಊರಣ. ಬೇವು ನಾಲಿಗೆಗೆ ಕಹಿ ಇರಬಹುದು. ಆದರೆ, ಹಲವು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಔಷಧ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸುಖದೊಂದಿಗೆ ಬರುವ ಕಷ್ಟಗಳು ಎಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲೂ ದಿಟ್ಟವಾಗಿ ನಿಲ್ಲುವ ಛಲವನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತವೆ. ಯುಗಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಸವಿಯುವ ಬೇವು-ಬೆಲ್ಲ, ಬದುಕಿನ ಪಾಠದ ಸಂಕೇತ.

ಯುಗಾದಿ ಹಬ್ಬದ ಹಿನ್ನೆಲೆ

ಯುಗಾದಿಗೆ ತನ್ನದೇ ಆದ ಐತಿಹಾಸಿಕ, ಪೌರಾಣಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಿದೆ. ಸಂಸ್ಕೃತದ 'ಯುಗ' ಮತ್ತು 'ಆದಿ' ಶಬ್ದಗಳಿಂದ ಯುಗಾದಿ ಉಗಮವಾಗಿದೆ. ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಹೊಸ ವರ್ಷ 'ಆರಂಭ' ಎಂದೇ ಇದರರ್ಥ. ಇದೇ ದಿನ ಅಂದರೆ, ಚೈತ್ರಶುದ್ಧ ಪಾಡ್ಯದ ಸೂರ್ಯೋದಯ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಬ್ರಹ್ಮ ವಿಶ್ವವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದನೆಂದೂ, ಸತ್ಯ ಯುಗ ಅಂದೇ ಆರಂಭವಾಯಿತೆಂದೂ, ರಾವಣನನ್ನು ಸಂಹರಿಸಿ ವಿಜಯಿಯಾಗಿ ಹಿಂದಿರುಗಿದ ಶ್ರೀರಾಮನ ಪಟ್ಟಾಭಿಷೇಕದ ದಿನವೆಂದೂ ಪುರಾಣವಿದೆ. ಸೂರ್ಯನ ಮೊದಲ ಕಿರಣ ಭುವಿಯನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿದ ದಿನವೆಂತಲೂ ಪ್ರತೀತಿ ಇದೆ. ಇದು ರಾಮನು ವಾಲಿಯನ್ನು ವಧಿಸಿದ ದಿನವೆಂದೂ, ಮಹಾ ವಿಷ್ಣು ಮತ್ಸ್ಯಾವತಾರ ತಾಳಿದ ದಿನವೆಂದೂ ಹೇಳುತ್ತದೆ ಪುರಾಣ. ಅಂದೇ ಶಾಲಿವಾಹನ ಶಕೆ ಆರಂಭಗೊಂಡಿತೆಂಬ ಒಂದು ಕತೆಯೂ ಇದೆ.

ಮನೆಬಾಗಿಲಿಗೆ ಮಾವಿನ ಎಲೆ

ಜನರು ಬೆಳಗಿನ ಜಾವದಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ನಂತರ ಹೊಸ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಶುಭ ದಿನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕಾರ್ತಿಕೇಯ ಮತ್ತು ಗಣೇಶನನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಸಲು ಮನೆಗಳ ಪ್ರವೇಶದ್ವಾರವನ್ನು ಅಲಂಕರಿಸಲು ಮಾವಿನ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಇಬ್ಬರು ಭಗವಂತರು ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದ ದೇವರು ಅವರಿಗೆ ಸಮೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾನೆ. ಹೊಸ ಮಾವಿನ ಎಲೆಗಳು ಬಾಗಿಲಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಇಳುವರಿಯನ್ನು ಸಂಕೇತಿಸುತ್ತವೆ. ಯುಗಾದಿಯಂದು ಜನರು ತಮ್ಮ ಮನೆ ಮತ್ತು ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪರಿಸರವನ್ನು ಹಸುವಿನ ಸಗಣಿಯಿಂದ ಶುದ್ಧೀಕರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನು ಹಿಂದೂ ಪದ್ಧತಿಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಶುಭವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮನೆಗಳ ಹೊರಗೆ ರಂಗೋಲಿಗಳನ್ನು ಹಾಕುವುದು ಯುಗಾದಿ ಹಬ್ಬದ ಪ್ರಮುಖ ಮತ್ತು ಮಹತ್ವದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಈ ಯುಗಾದಿ ಹಬ್ಬದ ಆಚರಣೆಯ ಪ್ರಕಾರ, ಮನೆಯ ಸದಸ್ಯರು ಪಂಡಿತರನ್ನು ಕರೆಸುತ್ತಾರೆ. ಯುಗಾದಿಯ ದಿನದಂದು ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಊಹಿಸುವ ಈ ಆಚರಣೆಯು ಯುಗಾದಿ ಹಬ್ಬದ ಅನೇಕ ಜನಪ್ರಿಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಕವಿಸಮ್ಮೇಳನವು ಯುಗಾದಿ ಹಬ್ಬದ ಪ್ರಮುಖ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಜನರು ಸಾಹಿತ್ಯಿಕ ಚರ್ಚೆಗಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಕವಿತೆಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತಾರೆ. ಯುಗಾದಿ ಹಬ್ಬದ ಆಚರಣೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ ರುಚಿಕರವಾದ ಸಸ್ಯಾಹಾರಿ ಊಟವನ್ನು ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ದಿನ ವಿಶೇಷ ಖಾದ್ಯವನ್ನು ತಯಾರಿಸುವುದು ಕಡ್ಡಾಯ. ಈ ವಿಶೇಷ ಖಾದ್ಯವನ್ನು ಬೇವು, ಬೆಲ್ಲ (ಸಿಹಿ), ಉಪ್ಪು (ಉಪ್ಪು), ಹುಣಸೆಹಣ್ಣು (ಹುಳಿ), ಬೇವಿನ ಹೂವುಗಳು (ಕಹಿ), ಹಸಿ ಮಾವು (ಕಟುವಾದ), ಮತ್ತು ಕೊನೆಯದಾಗಿ ಕೊಂಚ ಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ (ಮಸಾಲೆ) ನಂತಹ ಪದಾರ್ಥಗಳೊಂದಿಗೆ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಯುಗಾದಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ?

ಜನರು ಯುಗಾದಿ ಹಬ್ಬದ ತಯಾರಿಯನ್ನು ಒಂದು ವಾರ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಮನೆಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವುದು, ಹೊಸ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸುವುದು ಮುಂತಾದ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳನ್ನು ಇದು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಯುಗಾದಿಯಂದು ಜನರು ಬೆಳಗಾಗುವ ಮೊದಲು ಎದ್ದೇಳುತ್ತಾರೆ, ನಂತರ ಅಭ್ಯಂಗ ಸ್ನಾನ ಎಂದರೆ ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆಯಿಂದ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ತಲೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಯುಗಾದಿ ವಸಂತ ಮತ್ತು ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಹವಾಮಾನದ ಬರುವಿಕೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಹಬ್ಬವು ಸಮೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಹೊಸ ಉದ್ಯಮಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಈ ದಿನವನ್ನು ಒಂದು ಅವಕಾಶವಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಯುಗಾದಿ ಭೋಜನ, ರುಚಿಯ ಉತ್ಸವ

ಯುಗಾದಿ, ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಆಗಮನವನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ ಸಮಯ, ರುಚಿಕರವಾದ ಭೋಜನದ ಉತ್ಸವವಾಗಿದೆ. ಭಾರತದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ, ಈ ಶುಭ ದಿನದಂದು ಸ್ಥಳೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಪರಂಪರೆಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವ ವಿಶೇಷ ಖಾದ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಯುಗಾದಿ ಭೋಜನೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕರ್ಜಿಕಾಯಿ, ಚಕ್ಕುಲಿ, ಹೋಳಿಗೆ ಮತ್ತು ವಿಶೇಷ ಪಾನೀಯವನ್ನು ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಸಾದದ ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಭಾಗವಾಗಿ, ಯುಗಾದಿ ಸಿಹಿಯನ್ನು ವಿಶೇಷ ಹೊಂದಿದೆ. ಈ ರುಚಿಕರವಾದ ಖಾದ್ಯವನ್ನು ಬೇವಿನ ಹೂವು, ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ, ಬೆಲ್ಲ, ಹುಣಸೆಹಣ್ಣು, ಹಸಿ ಮಾವು, ಉಪ್ಪು ಮತ್ತು ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿಯನ್ನು ಮಣ್ಣಿನ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಖಾದ್ಯಗಳು ರುಚಿಕರವಾಗಿರುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮತ್ತು ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಯುಗಾದಿ ಭೋಜನವು ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿಸುವ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂದರ್ಭವಾಗಿದೆ. ಈ ಖಾದ್ಯಗಳು ಹೊಸ ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಶುಭಾಶಯ ಮತ್ತು ಸಮೃದ್ಧಿಯ ಸಂಕೇತವಾಗಿದೆ.

ಯುಗಾದಿಯಂದು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಶುಭ ಕೆಲಸಗಳು

- ಯುಗಾದಿಯನ್ನು ಶುಭ ದಿನವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಹಿಂದಿನ ದಿನ ಮನೆಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಬೇಕು.
- ಯುಗಾದಿಯಂದು ಬ್ರಾಹ್ಮಿ ಮುಹೂರ್ತದಲ್ಲಿ ಏಳಬೇಕು
- ಮನೆಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ ಮತ್ತು ದೈನಂದಿನ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ಹೂವಿನಿಂದ ಜೊತೆಗೆ ಮಾವಿನ ಎಲೆಯ ತೋರಣದಿಂದ ಅಲಂಕರಿಸಿ.
- ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕೂದಲಿಗೆ ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹಚ್ಚಿ ನಂತರ ಸ್ನಾನದ ನೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಿಟಿಕೆ ಅರಿಶಿನವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ.
- ಹೊಸ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ಹಣೆಯ ಮೇಲೆ ಕುಂಕುಮ ಇರಲಿ.
- ಶುದ್ಧ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ದೇವರನ್ನು ಪೂಜಿಸಿ.
- ಯುಗಾದಿಯಂದು, ತಪ್ಪಾಗಿಯಾದರೂ ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಜಗಳವಾಡಬೇಡಿ ಅಥವಾ ವಾದಿಸಬೇಡಿ.
- ಹಣ ಕೊಡುವುದು ಅಥವಾ ಸಾಲ ಪಡೆಯುವುದು ಮುಂತಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಸಹ ಮಾಡಬೇಡಿ.
- ಯುಗಾದಿಯಂದು ತಾಮಸಿಕ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಡಿ. ಮಾಂಸ ತಿನ್ನಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಮದ್ಯಪಾನ ಮಾಡಬೇಡಿ.
- ಕೂದಲು ಕತ್ತರಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಉಗುರು ಕತ್ತರಿಸುವುದು ಕೂಡ ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ.
- ಯುಗಾದಿಯಂದು ಹರಿದ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬೇಡಿ. ॐ

ಶ್ರೀರಾಮನ 'ಸತ್ಯ, ಪ್ರೀತಿ, ಕರುಣೆ ಮತ್ತು ಕರ್ತವ್ಯ' ಎಂಬ ಆದರ್ಶಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸುಸಂದರ್ಭ

ಶ್ರೀರಾಮ ನವಮಿ

ರಾಮ ನವಮಿ ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಹಿಂದೂ ಹಬ್ಬವಾಗಿದ್ದು, ಇದನ್ನು ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಚೈತ್ರ ಮಾಸದ ಒಂಬತ್ತನೇ ದಿನದಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ – ಇದು ಈ ವರ್ಷ ಮಾರ್ಚ್ 27 ರಂದು ಬರುತ್ತದೆ. ರಾಮ ನವಮಿಯು ಭಗವಾನ್ ರಾಮನ ಜನ್ಮದಿನವಾಗಿದೆ. ಈ ಪವಿತ್ರ ದಿನದಂದು ರಾಮನು ಅಯೋಧ್ಯೆಯ ರಾಜ ದಶರಥ ಮತ್ತು ರಾಣಿ ಕೌಶಲ್ಯಳಿಗೆ ಜನಿಸಿದನು. ಇದು ಇತಿಹಾಸವಾಗಿದ್ದರೂ, ಇದು ಸಾರ್ವಕಾಲಿಕವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಒಂದು ಶಾಶ್ವತ ವಿದ್ಯಮಾನವಾಗಿದೆ. ರಾಮ ಎಂಬ ಸಂಸ್ಕೃತ ಪದದ ಅಕ್ಷರಶಃ ಅನುವಾದ 'ಸ್ವಯಂ ಬೆಳಕು'. ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ಬೆಳಕನ್ನು ರಾಮ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕೌಶಲ್ಯ ಎಂದರೆ ಕೌಶಲ್ಯ, ಮತ್ತು ದಶರಥ ಎಂದರೆ ಹತ್ತು ರಥಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವನು. ನಮ್ಮ ದೇಹವು ಹತ್ತು ಅಂಗಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ – ಪಂಚ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯ, ಅಥವಾ ಕಿವಿ, ಚರ್ಮ, ಕಣ್ಣು, ನಾಲಿಗೆ ಮತ್ತು ಮೂಗು ಎಂಬ ಐದು ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಮತ್ತು ಪಂಚ ಕರ್ಮೇಂದ್ರಿಯ ಅಥವಾ ಬಾಯಿ, ಕೈಗಳು, ಪಾದಗಳು, ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಮತ್ತು ವಿಸರ್ಜನಾ ಅಂಗಗಳಾದ ಐದು ಕಾರ್ಯಾಂಗಗಳು. ಅಯೋಧ್ಯೆ, ಭಗವಾನ್ ರಾಮನ ಜನ್ಮಸ್ಥಳ ಎಂದರೆ ಯಾವುದೇ ಯುದ್ಧ ಅಥವಾ ಹಿಂಸೆಯಿಂದ ಮುಕ್ತವಾದದ್ದು.

ಕಥೆಯ ಸಾರ ಹೀಗಿದೆ: ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಒಳಮುಖವಾಗಿ ತಂದಾಗ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದ, ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಶಾಂತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸಂಘರ್ಷದಿಂದ ಮುಕ್ತವಾದಾಗ, ದೈವಿಕ ಶಾಶ್ವತ ಬೆಳಕು, ಅಂದರೆ ರಾಮನು ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಉದಯಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆಂತರಿಕ ಬೆಳಕು ಬೆಳಗಿದಾಗ ರಾಮ ಜನಿಸುತ್ತಾನೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಪತಂಜಲಿ ಹೇಳಿದರು – ನಿಮ್ಮೊಳಗಿನ ಬೆಳಕನ್ನು ನೀವು ಗುರುತಿಸಿದರೆ, ನೀವು ಸಂಪೂರ್ಣತೆ ಮತ್ತು ಶುದ್ಧತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ಐದು ಅಂಶಗಳಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ ಈ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸೃಷ್ಟಿ, ನೀವು ಐದು ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೂಲಕ ಗ್ರಹಿಸುವ ಮತ್ತು ಐದು ಕರ್ಮ ಅಂಗಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ನೀವು ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುವ ಐದು ಅಂಶಗಳು, ನೀವು ಆನಂದಿಸಲು ಮಾತ್ರ ಉದ್ದೇಶಿಸಲಾಗಿದೆ! ಆದರೆ ಇವುಗಳಿಗೆ ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ, ನೀವು ನೋವು ಮತ್ತು ಸಂಕಟವನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸುತ್ತೀರಿ, ಆದರೆ ನೀವು ಅದನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುವ ಮೂಲಕ ಆನಂದಿಸಿದಾಗ, ಅದು ನಿಮಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಆನಂದ, ಪರಿಹಾರ ಮತ್ತು ವಿಮೋಚನೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ.

ಸ್ವಯಂ ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾಗಬೇಕಾದರೆ ಮನಸ್ಸು ಸಂಘರ್ಷ ಮತ್ತು ಗೊಂದಲಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿರಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಹೊರಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿಸಿದಾಗ, ನೀವು ಭೌತಿಕ ವಸ್ತುಗಳು ಮತ್ತು ಜನರ ಬಗ್ಗೆ ಒಲವುಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ವಸ್ತುಗಳಿಗಿಂತ ದೊಡ್ಡವು ಎಂದು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳದೆ ನೀವು ಇಂದ್ರಿಯ ವಸ್ತುಗಳ ಮೇಲೆ ಗೀಳನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ಹಸಿದಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ಸ್ವಲ್ಪ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬಹುದು, ಆದರೆ ನಿಮ್ಮ ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಿದ ನಂತರ ಇಡೀ ದಿನ ಆಹಾರದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಅರ್ಥವಿಲ್ಲ. ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ವಸ್ತುಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಮುಖ್ಯ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಮನಸ್ಸು ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೆ ಸಮಾನ ಎಂದು ಭಾವಿಸುವವರೆಗೆ, ಸಂಘರ್ಷವಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗಿಂತ ದೊಡ್ಡದು ಎಂದು ಅರಿತುಕೊಂಡ ಕ್ಷಣ, ಯಾವುದೇ ಸಂಘರ್ಷವಿಲ್ಲ. ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗಿಂತ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿದ್ದಾಗ, ಯಾವುದೇ ಸಂಘರ್ಷವೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ; ಪ್ರಾಣಿಗಳಂತೆ! ಮನಸ್ಸು ಇಂದ್ರಿಯಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿಕೊಂಡಾಗ, ನಿರಂತರ ಸಂಘರ್ಷವಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಮೀರಿದಾಗ, ಅದು ತನ್ನ ನಿಜವಾದ ಸ್ವಭಾವಕ್ಕೆ ಮರಳುತ್ತದೆ, ಅದು ಮುಗ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಆಗ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆನಂದವು ಉದಯಿಸುತ್ತದೆ!

ಮನಸ್ಸಿನೊಳಗಿನ ನಿರಂತರ ವಟಗುಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಹೋರಾಟಗಳನ್ನು ಉಸಿರಾಟ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ಸಹಾಯದಿಂದ ನಿಶ್ಯಬ್ದಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಉಸಿರಾಟವು ನಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಜಗತ್ತಿಗೆ ದ್ವಾರವಾಗಿದೆ. ನಾವು ಅನುಭವಿಸುವ ವಿಭಿನ್ನ ಮನಸ್ಥಿತಿಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ನಮ್ಮ ಉಸಿರಾಟದ ಮಾದರಿಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾವನೆಗೂ ವಿಭಿನ್ನ ಉಸಿರಾಟದ ಮಾದರಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ನಮ್ಮ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ನಾವು ಹಾರುವ ಗಾಳಿಪಟವನ್ನು ಅದರ ದಾರವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಮೂಲಕ ನಿಭಾಯಿಸುವಂತೆಯೇ ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಬಹುದು. ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ನಿಯಮಿತ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ನೀವು ಮನಸ್ಸಿನ ಈ ಶಾಂತತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಮನಸ್ಸು ಭೂತಕಾಲ ಅಥವಾ ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಲೆದಾಡದೆ ವರ್ತಮಾನ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಮತ್ತು ನೀವು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂನಲ್ಲಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆದಾಗ, ನೀವು ಆಳವಾದ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀರಿ; ಅದು ಧ್ಯಾನ. ಧ್ಯಾನವು ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸಾಮರಸ್ಯ ಮತ್ತು ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಪುನಃಸ್ಥಾಪಿಸುತ್ತದೆ. ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸ್ಥಿರತೆಯು ಧ್ಯಾನದ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಉಪ–ಉತ್ಪನ್ನಗಳಾಗಿವೆ. ಇದು ನಿಮ್ಮನ್ನು

ಕೇಂದ್ರೀಕೃತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಘಟನೆಗಳು ನಿಮ್ಮನ್ನು ತೊಂದರೆಗೊಳಿಸುವ ಅಥವಾ ಅಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಕಡಿಮೆ. ಈ ರಾಮನವಮಿ, ಆಂತರಿಕ ಬೆಳಕನ್ನು ಬೆಳಗಿಸಿ! ಎಲ್ಲಾ ಚಿಂತೆಗಳನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕಿ, ಮತ್ತು ವರ್ತಮಾನದ ಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕರೆದೊಯ್ಯಿರಿ; ತೃಪ್ತರಾಗಿರಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವಾಗಿರಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿನ ದ್ವೇಷಗಳನ್ನು ಬಿಡಿ. ನಗುವನ್ನು ಹರಡಿ, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹರಡಿ! ಸಂತೋಷವು ವ್ಯಾಪಕ ಮತ್ತು ಅಪರಿಮಿತವಾಗಿರಲಿ.

ಹಬ್ಬದ ಆಚರಣೆ: ರಾಮ ಮನೆದೇವರು ಇರುವವರು ಹಬ್ಬವನ್ನು 9 ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಆಚರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಚೈತ್ರ ಮಾಸದ ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷದ ಪಾಡ್ಯದಿಂದ ನವಮಿವರೆಗೆ ರಾಮಾಯಣ ಪಾರಾಯಣ ಮಾಡಿ, ನವಮಿ ದಿನ ರಾಮ ಪಟ್ಟಾಭಿಷೇಕ ಪಾರಾಯಣ ಮಾಡಿ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ 9 ದಿನದ ರಾಮನ ಉತ್ಸವ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ರಾಮನವಮಿ ಆಚರಣೆ ಅತ್ಯಂತ ಸರಳವಾಗಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ರಾಮ ಪಟ್ಟಾಭಿಷೇಖ, ರಾಮ ಪಂಚಾಯತನದ ಪಟವನ್ನು ಇಟ್ಟು ಪೂಜೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಇದರಲ್ಲಿ ಶ್ರೀರಾಮನ ಜೊತೆಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಸಹೋದರರು ಇರುತ್ತಾರೆ. ಶ್ರೀರಾಮಚಂದ್ರನಿಗೆ ಷೋಡಶೋಪಚಾರದಿಂದ ಪೂಜೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಪಾನಕ ಕೋಸಂಬರಿಗಳನ್ನು ನೈವೇದ್ಯ ಮಾಡಿ ಇತರರಿಗೆ ಹಂಚಲಾಗುತ್ತದೆ. ರಾಮನ ಭಜನೆ, ಹಾಡುಗಳಿಂದ ರಾಮನ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತೊಂದು ವಿಶೇಷವೆಂದರೆ, ರಾಮನಾಮ ಬರೆಯುವುದು. ರಾಮನಾಮ ಜಪಿಸಿದರೆ ರಾಮ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾನೆಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಇದೆ. ॐ

ಸಂಪ್ರೀತಿ ಸಮೃದ್ಧಿ ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ

#66, ಸಂಪ್ರೀತಿ – ಸದನ, ಸರ್ಕಾರಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಪಕ್ಕದ ರಸ್ತೆ, ಮಾಗಡಿ ಟೌನ್, ಬೆಂಗಳೂರು ದಕ್ಷಿಣ ಜಿಲ್ಲೆ - 562 120

ದೂರವಾಣಿ : 8971608213. ಇ-ಮೇಲ್ : **sampreethisamruddhi@gmail.com**

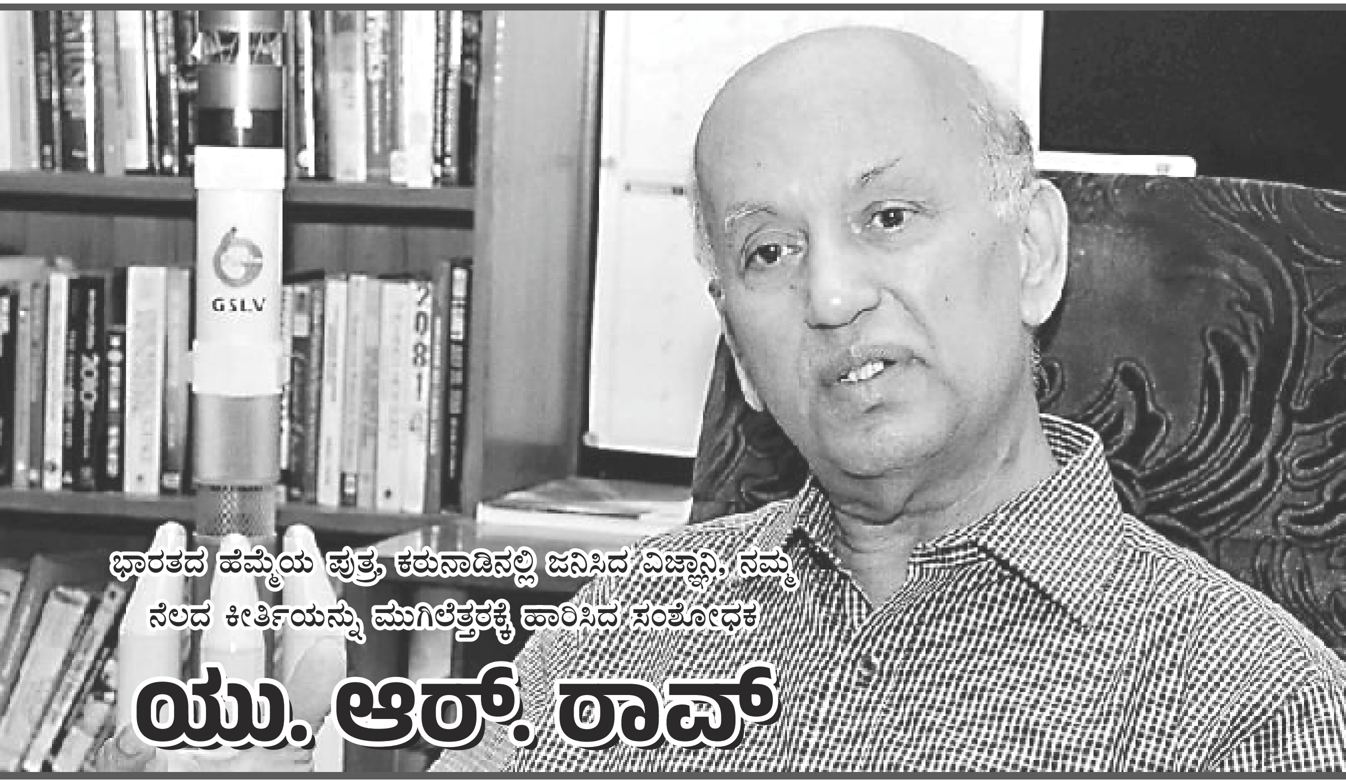
ಪತ್ರಿಕೆಯ ಚಂದಾವಿವರ

10 ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2000/– (ಎರಡು ಸಾವಿರ ರೂಗಳು),
05 ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 1000/– (ಒಂದು ಸಾವಿರ ರೂಗಳು)
02 ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 500/– (ಐದು ನೂರು ರೂಗಳು)

ಚಂದಾ ಹಣವನ್ನು ಚೆಕ್ ಮೂಲಕ : Publisher Sampreethi Samruddhi monthly magazine,
ಅಥವಾ ಗೂಗಲ್ ಪೇ ಸಂಖ್ಯೆ : 98455 65696 ಮೂಲಕ ಸಂದಾಯ ಮಾಡಬಹುದು.
ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳಿಗೆ ಈ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ : 8971608213

ಮನೆ ಮದ್ದು :

ಆಸಿಡಿಟಿಯಾದಾಗ ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಶರಬತ್
ಮಾಡಿ ಕುಡಿದರೆ ಶೀಘ್ರ ಪರಿಹಾರ.



ಭಾರತದ ಹೆಮ್ಮೆಯ ಪುತ್ರ, ಕರುನಾಡಿನಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದ ವಿಜ್ಞಾನಿ, ನಮ್ಮ ನೆಲದ ಕೀರ್ತಿಯನ್ನು ಮುಗಿಲೆತ್ತರಕ್ಕೆ ಹಾರಿಸಿದ ಸಂಶೋಧಕ

ಯು. ಆರ್. ರಾವ್

ಇಂದು ಪ್ರೊ. ಉಡುಪಿ ರಾಮಚಂದ್ರ ರಾವ್ ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಾಗಿ ಮತ್ತು ಭಾರತೀಯ ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿ, ಭಾರತ ದೇಶ ಇಂದು ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಗಳಿಸಿರುವ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖ ಕೊಡುಗೆದಾರರು. 2004ರ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ 'ಸ್ಪೇಸ್ ಮಾಗಜೈನ್' ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ 1989–2004 ವರ್ಷದ ವರೆಗಿನ ಅವಧಿಯ ಸಾಧನೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ವಿಜ್ಞಾನ ಸಾಧನೆಯ ಹತ್ತು ಪ್ರಮುಖ ಸಾಧಕರಲ್ಲಿ ಯು. ಆರ್. ರಾವ್ ಅವರನ್ನು ಒಬ್ಬ ಪ್ರಮುಖರೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿತು. ಇದು ನಮ್ಮ ದೇಶ ಮತ್ತು ಇವರನ್ನು ಪಡೆದ ನಮ್ಮ ಕನ್ನಡ ನಾಡಿಗೆ ಹೆಮ್ಮೆಯ ಪ್ರತೀಕವಾಗಿದೆ. ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಗೂ, ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ ತಂತ್ರಜ್ಞರಿಗೂ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ ಎಂದು ವಿಚಿತ್ರ ವಾದ ಹೂಡುವ ಪಟ್ಟಭದ್ರ ಜನರು ಒಮ್ಮೆ ಯು. ಆರ್. ರಾವ್ ಅವರ ಕನ್ನಡದ ವಿದ್ವತ್ ಪೂರ್ಣ ಭಾಷಣವನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಕೇಳಿರಬೇಕಿತ್ತು. 1992ರ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ 'ಕನ್ನಡ ಸಂಪದ'ದ ದಶಮಾನೋತ್ಸವ ಆಚರಿಸಿದಾಗ ನಮ್ಮಲ್ಲಿಗೆ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಬಂದು ನಮ್ಮ ಸನ್ಮಾನವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ವಿದ್ವತ್ಪೂರ್ಣ ಉಪನ್ಯಾಸ ನೀಡಿದ್ದು ನನ್ನ ಅವಿಸ್ಮರಣೀಯ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವಾದುದು.

ಯು. ಆರ್. ರಾವ್ ಅವರು 1932ರ ಮಾರ್ಚ್ 10ರಂದು ಉಡುಪಿ ಬಳಿಯ ಅಡಮಾರು ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದರು. ಮದ್ರಾಸು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ವಿಜ್ಞಾನ ಪದವಿ, ಬನಾರಸ್ ಹಿಂದೂ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಸ್ನಾತಕೋತ್ತರ ಪದವಿ ಮತ್ತು ಗುಜರಾತ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಸಂದ ಡಾಕ್ಟರೇಟ್ ಪದವಿಗಳು ಅವರ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದ ಮೈಲುಗಲ್ಲುಗಳು. ದೇಶದ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಸಂಸ್ಥೆ ಎಂ.ಐ.ಟಿ ಯಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಾಪನ ನಡೆಸಿದ ರಾವ್, ಟೆಕ್ಸಾಸ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕ ವಿದ್ವಾಂಸರಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ

ಪ್ರಮುಖ ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ನೌಕೆಗಳ ಸ್ವರೂಪ ಮತ್ತು ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳ ಬಗೆಗೆ ಸಮಗ್ರ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದರು. 1966ರಲ್ಲಿ ಭಾರತಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗಿದ ಪ್ರೊ.ರಾವ್, ಅಹಮದಾಬಾದಿನ ಭೌಗೋಳಿಕ ಸಂಶೋಧನಾ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರೊಫೆಸರ್ ಆಗಿ ಅಧಿಕಾರವಹಿಸಿಕೊಂಡರು. ಎಂಭತ್ತೆರಡರ ಹಿರಿಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೂ ಪ್ರೊಫೆಸರ್ ರಾವ್ ಅವರು ಈ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಚೇರ್ಮನ್ನರಾಗಿರುವ ವಿಶಿಷ್ಠ ಗೌರವ ಹೊಂದಿದ್ದರು.

ಭಾರತದ ಶ್ರೇಷ್ಠ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಾದ ಡಾ. ವಿಕ್ರಂ ಸಾರಾಬಾಯಿ ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಕಾಸ್ಮಿಕ್ ರೇ ಅಸಿಸ್ಟೆಂಟ್ ಎಂಬ ಹುದ್ದೆಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ರಾವ್ ಅವರು, ಮುಂದೆ ಎಂ.ಐ.ಟಿ ಯಲ್ಲಿ ಆ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದರು. ಜೆ.ಪಿ.ಎಲ್ ಸಮೂಹದ ಸಹಯೋಗದಲ್ಲಿ ಸೌರಗಾಳಿಯ ಅಲೆಗಳ ಮೂಲಗುಣ ಮತ್ತು ಖಗೋಳದಲ್ಲಿನ ಅಯಸ್ಕಾಂತೀಯ ಶಕ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಅವುಗಳು ಹೊಂದಿರುವ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದವರಲ್ಲಿ ರಾವ್ ಅವರು ಪ್ರಪ್ರಥಮರು. ಅವರು ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ನೌಕೆಗಳ ಸಂಬಂಧವಾಗಿ ನಡೆಸಿದ ಪ್ರಯೋಗಗಳ ದೆಸೆಯಿಂದಾಗಿ ಸೌರ ವಿಕಿರಣಗಳ ತತ್ವ ಮತ್ತು ಸೌರವ್ಯೂಹದ ಗ್ರಹಗಳ ನಡುವಿನ ಅಯಸ್ಕಾಂತೀಯ ಗುಣತತ್ವಗಳ ಸಮಗ್ರ ಅರ್ಥೈಸುವಿಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ದೇಶದ ಸಮಗ್ರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ವಿಜ್ಞಾನದ ಬಳಕೆ ಖಂಡಿತ ಸಾಧ್ಯ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ದೃಢವಿಶ್ವಾಸ ಹೊಂದಿದ್ದ ಯು.ಆರ್. ರಾವ್ ಅವರು 1972ರ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಉಪಗ್ರಹ ನಿರ್ಮಾಣದ ಜವಾಬ್ಧಾರಿಯನ್ನು ಹೊತ್ತುಕೊಂಡರು. ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದ ದೆಸೆಯಿಂದಾಗಿ ಭಾರತದ ಪ್ರಪ್ರಥಮ ಉಪಗ್ರಹ 'ಆರ್ಯಭಟ' 1975ರಲ್ಲಿ ನಿರ್ಮಾಣವಾಯಿತು. ಆ ನಂತರದಲ್ಲಿ ಭಾಸ್ಕರ, ಆಪಲ್, ರೋಹಿಣಿ, ಇನ್ಸಾಟ್ 1 ಮತ್ತು ಇನ್ಸಾಟ್ 2 ಸರಣಿಯ ವಿವಿದೋದ್ದೇಶ ಉಪಗ್ರಹಗಳು ಮತ್ತು ಐ.ಆರ್.ಎಸ್ 1 ಎ ಮತ್ತು ಐ.ಆರ್.ಎಸ್ 1 ಬಿ ಅಂಥಹ ಸುಸಜ್ಜಿತ ಸೂಕ್ಷ್ಮಗ್ರಾಹಿ ಉಪಗ್ರಹಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಹದಿನೆಂಟಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮುಖ ಉಪಗ್ರಹಗಳು ರಾವ್ ಅವರ ನಿರ್ದೇಶನದಲ್ಲಿ ನಿರ್ಮಾಣಗೊಂಡವು.

1985ರಲ್ಲಿ ಭಾರತೀಯ ಸ್ಪೇಸ್ ಕಮಿಷನ್ನಿನ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿ ನೇಮಕಗೊಂಡ ಪ್ರೊ. ರಾವ್ ಅವರು ರಾಕೆಟ್ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಬಳಕೆಗೆ ವಿಶೇಷ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಿ 1992ರಲ್ಲಿ ಎ ಎಸ್ ಎಲ್ ವಿ ರಾಕೆಟ್ ಉಡಾವಣೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರಧಾರಿಗಳಾದರು. ಇದಲ್ಲದೆ 1995ರಲ್ಲಿ ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶಕ್ಕೆ ಪಿ ಎಸ್ ಎಲ್ ವಿ ಉಡಾವಣೆ ನೌಕೆಯನ್ನೂ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿ ಆ ಮೂಲಕ 850 ಕೆ.ಜಿ. ತೂಕದ ಉಪಗ್ರಹವನ್ನು ಪೋಲಾರ್ ಪಥದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿಬಂದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಪೂರ್ಣ ಯೋಜನೆಯ

DECLARATION

Statement about ownership of
'SAMPREETHI SAMRUDDHI' (Kannada)
Under Rule 8 Form (IV) News Paper, Central Rules 1956

1. Place of Publication	:	# 83, Basavanna, Temple Road, Doddasomanahalli Magadi Tq. Ramanagara Dist - 562131
2. Periodicity or Publication	:	Monthly
3. Printer Name	:	D.C. Ramachandra
Nationality	:	Indian
Address	:	# 83, Basavanna Temple Road, Doddsomanahalli Magadi Tq. Ramanagara Dist - 562131
4. Publisher Name	:	D.C. Ramachandra
Nationality	:	Indian
Address	:	#83, Basavanna Temple Road, Doddasomanahalli, Magadi Tq. Ramanagara Dist - 562131
5. Editor's Name	:	Dr. C. Nanjundaiah
Nationality	:	Indian
Address	:	# 83, Basavanna Temple Road, Doddasomanahalli, Magadi Tq. Ramangara Dist - 562131
6. Name & Addresses of the Individuals who own paper	:	D.C. Ramachandra, #83, Basavanna Temple Road, Doddasomanahalli Magadi Tq. Ramanagara Dist-562131.

I. Sri D.C. Ramachandra hereby declare that the particulars diven above are true to the of my knowledge and belif.

1st March 2022

sd
(Sri D.C. Ramachandra)
Signature of the publisher

ಮನೆ ಮದ್ದು :

ಜೀರ್ಣ ಶಕ್ತಿ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳಲು ಹಾಗೂ ಕೊಬ್ಬು ಶೇಖರಣೆಯಾಗದಿರಲು ದಿನವೂ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಶುಂಟಿ ಹಾಕಿದ ಟೀ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು

ರೂವಾರಿಯಾದರು. ಅವರ ನಿರ್ದೇಶನದಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಬಂದ ಇನ್ಸಾಟ್ ಉಪಗ್ರಹಗಳ ದೆಸೆಯಿಂದಾಗಿ ಇಂದು ಭಾರತದ ಮೂಲೆ ಮೂಲೆಯ ಪ್ರಾಂತ್ಯಗಳೂ ಸಹಾ ದೂರಸಂಪರ್ಕ ಸೌಲಭ್ಯ ಹೊಂದುವಂತಾಗಿವೆ. ಭಾರತ ಇಂದು ಮಾಹಿತಿ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ದೂರಸಂಪರ್ಕ ಸೌಲಭ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಾಧಿಸಿರುವ ಅತ್ಯದ್ಭುತ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಈ ಉಪಗ್ರಹಗಳು ಒದಗಿಸಿರುವ ಪೋಷಣೆ ಅಷ್ಟಿಷ್ಟಲ್ಲ. Antrix ಅನ್ನು ನಾನು ಅಂತರಿಕ್ಷ ಎಂದು ಉಚ್ಚರಿಸಲು ಆಸೆ ಪಡುತ್ತೇನೆ. ಈ ಅಂತರಿಕ್ಷ ಕಾರ್ಪೋರೇಷನ್ನಿನ ಪ್ರಥಮ ಚೇರ್ಮನ್ನರು ಕೂಡಾ ನಮ್ಮ ಪ್ರೊ. ಯು.ಆರ್. ರಾವ್ ಅವರು.

ಪ್ರೊ. ರಾವ್ ಅವರು ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದ ಉಪಯೋಗ, ದೇಶದ ಜನತೆಯ ದಿನನಿತ್ಯದ ಉಪಯುಕ್ತತೆಗೆ ದೊರಕಬೇಕೆಂದು ಹಗಲಿರುಳೂ ಶ್ರಮಿಸಿದರು. ಇನ್ಸಾಟ್ ಉಪಗ್ರಹ ಭಾರತೀಯ ಸಂಪರ್ಕಯುಗದಲ್ಲಿ ಸಮಗ್ರ ಕ್ರಾಂತಿಯನ್ನೇ ತಂದವು. ದೂರದರ್ಶನ, ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪೂರ್ವಕ ಶಿಕ್ಷಣ, ರೇಡಿಯೋ ಸಂಪರ್ಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ಮಲ್ಟಿ ಮೀಡಿಯಾ, ಭೂ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ವಿಕೋಪ ಸೂಚಕಗಳ ಸೇವೆಗಳು ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವಾದವು. ಯಾವುದೇ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿತ ಪ್ರದೇಶವನ್ನೂ ಸಂವೇಧಿಸಬಲ್ಲ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಸಂವೇಧಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಇಂದು ವ್ಯವಸಾಯ, ಅರಣ್ಯ, ಮೀನುಗಾರಿಕೆ, ಒಣ ಭೂಮಿ, ಅಂತರ್ಜಲ ಮತ್ತು ಮೇಲ್ಮಟ್ಟದ ಜಲಾನಯದ ಪ್ರದೇಶ, ಬರ ಮತ್ತು ಪ್ರವಾಹಗಳಂತಹ ವಿಚಾರಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದ ಸಮರ್ಥ ಉಪಯೋಗದ ಸಮಗ್ರ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಸಣ್ಣ ಹಂತದಿಂದ ಮೇಲಿನ ಹಂತದವರೆಗೆ ರೂಪಿಸಿದ ಕೀರ್ತಿ ಕೂಡಾ ಪ್ರೊ. ಯು. ಆರ್. ರಾವ್ ಅವರಿಗೆ ಸಲ್ಲುತ್ತದೆ.

ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ನಿಗಮದ ಚೇರ್ಮನ್, ಲಕ್ನೋದ ಬಾಬಾ ಸಾಹೇಬ್ ಭೀಮರಾವ್ ಅಂಬೇಡ್ಕರ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಕುಲಪತಿ, ಭಾರತೀಯ ರಿಸರ್ವ್ ಬ್ಯಾಂಕಿನ ಕೇಂದ್ರ ನಿರ್ದೇಶಕ ಮಂಡಳಿಯ ಸದಸ್ಯತ್ವ, ಭಾರತೀಯ ರಿಸರ್ವ್ ಬ್ಯಾಂಕಿನ ನೋಟು ಮುದ್ರಣಾ ವಿಭಾಗದ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ನಿರ್ದೇಶಕತ್ವ, ಪುಣೆಯಲ್ಲಿರುವ ಭಾರತೀಯ ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಭೂಗರ್ಭ ಅಧ್ಯಯನ ಪೀಠದ ನಿರ್ವಹಣಾ ಕೌನ್ಸಿಲ್ಲಿನ ಚೇರ್ಮನ್, ಗೋವೆಯಲ್ಲಿರುವ ಅಂಟಾರ್ಕ್ಟಿಕ್ ಮತ್ತು ಸಾಗರ ಸಂಶೋಧನಾ ಕೇಂದ್ರದ ಕೋ–ಚೇರ್ಮನ್ ಹೀಗೆ ದೇಶದ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಯು.ಆರ್. ರಾವ್ ಅವರು ಪ್ರಧಾನ ಪಾತ್ರಧಾರಿಗಳಾಗಿದ್ದರು.

ವಿಶ್ವದ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಮುನ್ನೂರಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ತಳಹದಿಯ ವಿದ್ವತ್ ಪೂರ್ಣ ಬರಹಗಳನ್ನು ರಾವ್ ಅವರು ಪ್ರಸ್ತುತ ಪಡಿಸಿದ್ದರು. ಅವರು ಅನೇಕ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದು 'Physics of the Communication', 'Space and Agenda 21 – Caring for the Planet Earth', ಮತ್ತು **'Space**

Technology for Sustainable Development' ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಸಿದ್ಧಿ ಪಡೆದಿವೆ. ಅವರು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಕವಿ ಹೃದಯ ಹೊಂದಿದ್ದು ಹಲವಾರು ಕವನಗಳನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದುದನ್ನು ಸಹಾ ಬಹಳ ಹಿಂದೆ ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಓದಿದ ನೆನಪಿದೆ.

ವಿಶ್ವದ ವಿವಿಧ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ರಾವ್ ಅವರ ಭಾಗವಹಿಕೆಯನ್ನು ತಮ್ಮ ಸೌಭಾಗ್ಯವೆಂದು ಭಾವಿಸಿದ್ದವು ಅವರ ಪ್ರಾತಿನಿಧಿತ್ವ ಹೊಂದಿರುವ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಸಂಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಬಣ್ಣಿಸುವುದಿರಲಿ, ಹೆಸರಿಸುವುದಕ್ಕೇ ಹಲವು ಪುಟಗಳು ಬೇಕಾದೀತು. 1976ರಷ್ಟು ಹಿಂದೆಯೇ ಅವರಿಗೆ ಪದ್ಮಭೂಷಣ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಲಭ್ಯವಾಗಿತ್ತು. 2017ರಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಪದ್ಮವಿಭೂಷಣ ಗೌರವ ಸಂದಿತು. 1973ರಲ್ಲಿ ನಾಸಾ ಸಂಸ್ಥೆ ಸಮೂಹ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ನೀಡಿತ್ತು. 1975ರಲ್ಲಿ ಅಂದಿನ ಸಂಯುಕ್ತ ಸೋವಿಯತ್ ರಷ್ಯಾದ ಅಕಾಡೆಮಿ ಆಫ್ ಸೈನ್ಸಸ್ ಸಂಸ್ಥೆ ಗೌರವ ಪುರಸ್ಕಾರ ನೀಡಿತ್ತು. ಯೂರಿ ಗಗಾರಿನ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿ, ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯದ ಹಲವು ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳು, ಹಂಪೆಯ ನಾಡೋಜ ಪ್ರಶಸ್ತಿ, ಜವಹರಲಾಲ್ ನೆಹರೂ ಶತಮಾನೋತ್ಸವ ಪ್ರಶಸ್ತಿ, ವಿಕ್ರಂ ಸಾರಾಭಾಯಿ ಪ್ರಶಸ್ತಿ, ಮೇಘನಾದ ಸಹಾ ಪ್ರಶಸ್ತಿ, ದೇಶದ ಬಹುತೇಕ ರಾಜ್ಯಗಳ ಗೌರವಗಳು, ಹೀಗೆ ಅವರಿಗೆ ಸಂದ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಗೌರವಗಳು ಅಸಂಖ್ಯಾತ. 2005ರ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆಸ್ಟ್ರೋನಾಟಿಕ್ಸ್ ಸಂಸ್ಥೆ ಯು. ಆರ್. ರಾವ್ ಅವರನ್ನು ಅಮೆರಿಕದಲ್ಲಿ ವಿಶಿಷ್ಠ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಗೌರವಿಸಿತು. ಇದಲ್ಲಕ್ಕೆ 2013ರ ವರ್ಷದ ಮಾರ್ಚ್ ಮಾಸದ 19ರಂದು ಪ್ರೊ. ಯು. ಆರ್. ರಾವ್ ಅವರು ಅಮೆರಿಕದ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ 'ಸೆಟಲೈಟ್ ಹಾಲ್ ಆಫ್ ಫೇಮ್' ಗೌರವಕ್ಕೆ ಪಾತ್ರರಾದರು. ಇಸ್ರೋದ ಎ ಎಸ್ ಎಲ್ ವಿ ಹಾಗೂ ಪಿ ಎಸ್ ಎಲ್ ವಿ ಉಡಾವಣಾ ವಾಹನದ ತಯಾರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರೊ. ರಾವ್ ಅವರ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ ದಿ ಸೊಸೈಟಿ ಆಫ್ ಸೆಟಲೈಟ್ ಪ್ರೊಫೆಷನಲ್ಸ್ ಇಂಟರ್ ನ್ಯಾಶನಲ್ ಸಂಸ್ಥೆಯು ಈ ಗೌರವ ನೀಡಲು ತೀರ್ಮಾನ ಕೈಗೊಂಡಿತು.

ಹೀಗೆ ನಮ್ಮ ಈ ಮಹಾನ್ ಸಾಧಕರ ಬಗ್ಗೆ ಇಡೀ ವಿಶ್ವವೇ ಹೇಳುತ್ತಿರುವಾಗ ಅದನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸಿ ಇವರು ನಮ್ಮವರು ಎಂದು ಹೆಮ್ಮೆ ಪಡುವ ಸೌಭಾಗ್ಯ ನಮ್ಮದಾಗಿತ್ತು. 2004ರ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವದ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ 'ಸ್ಪೇಸ್ ನ್ಯೂಸ್' ನಿಯತಕಾಲಿಕವು ಪ್ರೊ. ಯು. ಆರ್. ರಾವ್ ಅವರನ್ನು ವಿಶ್ವದ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ವಿಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಕೊಡುಗೆದಾರರಾದ ಹತ್ತು ಪ್ರಮುಖರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಮೆರಿಕದ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ವಿದ್ವಾಂಸರೊಬ್ಬರು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಗಮನಾರ್ಹವಾದದ್ದು. "ಪ್ರೊ. ಯು. ಆರ್. ರಾವ್ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವಪೂರ್ಣರಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಜಾಪ್ರಭುತ್ವದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಸಾಧಿಸಿರುವ ಕೆಲಸ ನಂಬಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾದ ಸಾಧನೆಯಾಗಿದೆ. ಸರ್ವಾಧಿಕಾರಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಪ್ರಜಾಪ್ರಭುತ್ವದಲ್ಲಿ ಇಂಥಹ ಸಾಧನೆಗಳು ಕಷ್ಟಕರವಾದದ್ದು. ಅವರು ಇಡೀ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ತಮ್ಮ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ತರಿಸಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿತೋರಿಸಿದ ರೀತಿ ಅದ್ಭುತವಾದದ್ದು".

ಈ ಮಹಾನ್ ಸಾಧಕ, ಸೌಜನ್ಯಮೂರ್ತಿ ವಿಶ್ವದ ಶ್ರೇಷ್ಠರಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖರಾಗಿದ್ದ ಪ್ರೊ. ಯು. ಆರ್. ರಾವ್ 2017ರ ಜುಲೈ 24ರಂದು ಈ ಲೋಕವನ್ನಗಲಿದರು. ಈ ಮಹಾನ್ ಚೇತನಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ನಮನ. ॐ

ಸಮೃದ್ಧಿ ಸುಭೋಷ

"ಯಾರದ್ದೋ ಅರಮನೆಯಲ್ಲಿ
ಆಳಾಗುವುದಕ್ಕಿಂತ
ನಿನ್ನದೇ ಗುಡಿಸಲಿನಲ್ಲಿ
ಅರಸನಾಗುವುದು ಉತ್ತಮ"

ಪೂಜ್ಯ ಶ್ರೀ ಡಾ. ನಿರ್ಮಲಾನಂದನಾಥ ಮಹಾಸ್ವಾಮೀಜಿ

ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಸಕಲ ಜೀವರಾಶಿಗಳ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಮೂಲಾಧಾರ ನೀರು

ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ನೀರು ಅತ್ಯಗತ್ಯ

ಡಾ. ಸುಧಾಕರ.ಜಿ.ಲಕ್ಕವಳ್ಳಿ

ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ನಾವೆಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದ ನೀರು ಸೇವಿಸಬೇಕು? ಎಂಬುದು ಸುಲಭ ಉತ್ತರವಿಲ್ಲದ ಸರಳ ಪ್ರಶ್ನೆ. ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ಹಲವಾರು ಫಲಿತಾಂಶ ನೀಡಿವೆ ಆದರಿಂದ ವೈಯಕ್ತಿಕ ನೀರಿನ ಅಗತ್ಯತೆ, ಆರೋಗ್ಯ, ನಾವೆಷ್ಟು ಸಕ್ರಿಯ ಮತ್ತು ನಾವೆಲ್ಲಿ ವಾಸವಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ.

ಇಷ್ಟೇ ನೀರು ಕುಡಿಯಬೇಕೆಂಬ ಸೂತ್ರ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸರಿ ಹೊಂದುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ದ್ರವಗಳ ಅಗತ್ಯತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಪ್ರತಿದಿನ ಎಷ್ಟು ನೀರು ಕುಡಿಯಬೇಕೆಂಬ ಅಂದಾಜು ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನೀರು ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಪ್ರಮುಖ ರಾಸಾಯನಿಕ ಅಂಶ ದೇಹ ತೂಕದ ಶೇ.50 ರಿಂದ 70 ರಷ್ಟಿದೆ. ದೇಹವು ಬದುಕಲು ನೀರಿನ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದ್ದು, ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಕೋಶ, ಅಂಗಾಂಸ ಮತ್ತು ಅಂಗವು ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ನೀರಿನ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.

ಉದಾಹರಣೆ:

ನೀರು: ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ, ಬೆವರು ಮತ್ತು ಕರುಳಿನ ಚಲನೆಯ ಮೂಲಕ ತ್ಯಾಜ್ಯವನ್ನು ಹೊರಹಾಕುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ದೇಹದ ತಾಪಮಾನವನ್ನು ಸುಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುಸುತ್ತದೆ. ಲೂಬ್ರಿಕೇಟ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಮೆತ್ತೆಗಳು ಕೀಲುಗಳು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಅಂಗಾಂಶಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.

ನೀರಿನ ಕೊರತೆ ನಿರ್ಜಲೀಕರಣಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಕಷ್ಟ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಸೌಮ್ಯವಾದ ನಿರ್ಜಲೀಕರಣ ಸಹ ನಮ್ಮ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊರಹಾಕಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಆಯಾಸಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿದಿನ ನಾವು ನಮ್ಮ ಉಸಿರಾಟ, ಬೆವರು, ಮೂತ್ರ ಮತ್ತು ಕರುಳಿನ ಚಲನೆಯ ಮೂಲಕ ನೀರನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ನಮ್ಮ ದೇಹವು ಸರಿಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಲು, ನೀರನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಪಾನೀಯಗಳು ಮತ್ತು ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸುವ ಮೂಲಕ ನೀರಿನ ಪೂರೈಕೆಯನ್ನು ಪುನಃ ತುಂಬಿಸಬೇಕು.

ಆದ್ದರಿಂದ ಸಮಶೀತೋಷ್ಣ ಹವಾಮಾನದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವವರು ಸರಾಸರಿ. ಆರೋಗ್ಯಕರ ವಯಸ್ಕರಿಗೆ ಎಷ್ಟು ದ್ರವ ಬೇಕೆಂದು ಯು.ಎಸ್.ನ್ಯಾಷನಲ್ ಅಕಾಡೆಮಿ ಆಫ್ ಸೈನ್ಸಸ್, ಇಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಮೆಡಿಸಿನ್ ಸಾಕಷ್ಟು ದೈನಂದಿನ ದ್ರವ ಸೇವನೆಯನ್ನು ಅಂದಾಜಿಸಿದೆ.

ಪುರುಷರಿಗೆ:– ದಿನಕ್ಕೆ ಸುಮಾರು 15.5 ಕಪ್ (3.7 ಲೀಟರ್) ನೀರು ಅಥವಾ ದ್ರವರೂಪದ ಪದಾರ್ಥಗಳು.

ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ:– ದಿನಕ್ಕೆ ಸುಮಾರು 11.5 ಕಪ್ (2.7 ಲೀಟರ್) ನೀರು ಅಥವಾ ದ್ರವರೂಪದ ಪದಾರ್ಥಗಳು.

ಈ ಶಿಫಾರಸ್ಸು ನೀರು, ಇತರ ಪಾನೀಯಗಳು ಮತ್ತು ಆಹಾರದಿಂದ ದ್ರವಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ದೈನಂದಿನ ದ್ರವ ಸೇವನೆಯ ಸುಮಾರು 20% ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆಹಾರದಿಂದ ಮತ್ತು ಉಳಿದವು ಪಾನೀಯಗಳಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ದಿನವೊಂದಕ್ಕೆ 08 ಲೋಟ ನೀರು ಸೇವಿಸಬೇಕಂಬ ಸಲಹೆಯನ್ನು ನೀವು ಬಹುಶಃ ಕೇಳಿರಬಹುದು. ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸುಲಭ, ಮತ್ತು ಇದು ಸಮಂಜಸವಾದ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ. ಆರೋಗ್ಯವಂತರು ಬಾಯಾರಿಕೆಯಾದಾಗ ನೀರು ಮತ್ತು ಇತರ ದ್ರವಗಳನ್ನು ಕುಡಿಯುವ ಮೂಲಕ ಹೈಡ್ರೀಕರಿಸಬಹುದು.

ಕೆಲವು ಜನರಿಗೆ, ದಿನಕ್ಕೆ 08 ಗ್ಲಾಸ್ ಕಡಿಮೆ ಅಥವಾ ಸಾಕು ಆದರೆ, ಇತರರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಬೇಕಾಗಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಅಗತ್ಯತೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಒಟ್ಟು ದ್ರವ್ಯ ಸೇವನೆಯನ್ನು ನಾವು ಮಾರ್ಪಡಿಸಬೇಕಾಗುವುದು. ನಾವು ಸೇವಿಸುವ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಸಹ ಗಮನಾರ್ಹ ಭಾಗವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ:–

ಕಲ್ಲಂಗಡಿ, ಇತರೆ ಹಣ್ಣುಗಳು, ಸೊಪ್ಪು ಮತ್ತಿತರೆ ತರಕಾರಿಗಳು ತೂಕದಿಂದ ಸುಮಾರು ಶೇ.100 ನೀರನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ, ಹಾಲು, ರಸ ಮತ್ತು ಗಿಡಮೂಲಿಕೆ ಚಹಾದಂತಹ ಪಾನೀಯಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನೀರಿನಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತವೆ.

ಕಾಫಿ, ಸೋಡಾ ಮತ್ತು ಕೆಫಿನ್ ನಿಂದ ಮಾಡಿದ ಪಾನೀಯಗಳು ಸಹ ದೈನಂದಿನ ನೀರಿನ ಸೇವನೆಗೆ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡಬಹುದು ಆದರೂ, ಸೋಡಾ ಅಥವಾ ಕ್ರೀಡಾ ಪಾನೀಯಗಳು ಮತ್ತಿತರ ಸಿಹಿ ಪಾನೀಯಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ, ಇದು ಅಗತ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕ್ಯಾಲೊರಿಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿ ಊಟದ ಮುಂಚೆ ಮತ್ತು ಊಟದ ನಂತರ ವ್ಯಾಯಾಮದ ಮೊದಲು, ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ನಂತರ. ನಾವು ಬಾಯಾರಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರೆ ನೀರಿನ ಸೇವನೆ ಮುಖ್ಯ. ॐ

ಮನೆ ಮದ್ದು :

ಕಫದ ಕೆಮ್ಮು ಇದ್ದರೆ ಎರಡೂ ಹೊತ್ತು ಊಟದ ಬಳಿಕ ಒಂದೆರಡು ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇವಿಸಿ.

ಕಣ್ಣು ತೆರೆಸಿದ ಸಾಧ್ವಿ ಮೊಲಕ್ಕ

ಆ ವರ್ಷ ಮಳೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಗಿತ್ತು. ಕಾಡು ಸಮೃದ್ಧಿಯಾಗಿ ಬೆಳೆದಿತ್ತು. ಎಲ್ಲಿ ನೋಡಿದರಲ್ಲಿ ಗಿಡ, ಮರ, ಬಳ್ಳಿ, ಪೊದೆಗಳು ಹಚ್ಚ ಹಸಿರಿನಿಂದ ಕಂಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದವು. ಹಳ್ಳ, ನದಿ, ಹೊಳೆ, ತೊರೆಗಳೆಲ್ಲ ತುಂಬಿ ಜುಳು ಜುಳು ನಾದದಿಂದ ಹರಿಯುತ್ತಿದ್ದವು. ಇದರಿಂದ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಸಂತೋಷದಿಂದ ತಿರುಗಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದವು.

ಹೀಗಿರುವಾಗ ಇಂತಹ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ವಾಸವಾಗಿದ್ದ ಆನೆ, ಕರಡಿ, ಸಿಂಹ, ಹುಲಿ, ಜಿಂಕೆ, ನರಿ, ನವಿಲು, ಕೋತಿ ಮುಂತಾದ ಪ್ರಾಣಿಗಳೆಲ್ಲವೂ ಒಂದು ದಿನ ಸಭೆ ಸೇರಿದ್ದವು. ಕಾಡಿನರಾಜ ಸಿಂಹವು ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿತ್ತು. 'ಇಂದು ನಾವೆಲ್ಲಾ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ಇದ್ದೇವೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಾವೆಲ್ಲಾ ಸೇರಿ ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಬಾರದೇಕೆ?' ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ನರಿಯು ಸಭೆಯ ಮುಂದಿಟ್ಟಿತು. ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಸಮ್ಮತಿಸಿದವು.

'ಹಾಗಾದರೆ ನಾವು ಯಾವ ಯಾವ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕು?' ಎಂದು ಜಿಂಕೆ ಕೇಳಿತು.

'ನೋಡಿ ಕಾಶಿ, ರಾಮೇಶ್ವರ, ಬದರಿ, ಕೇದಾರ, ಮದುರೆ ಮೀನಾಕ್ಷಿ ಮುಂತಾದ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಿವೆ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಿಬರೋಣ' ಎಂದಿತು ಆನೆ.

ಈ ಮಾತಿಗೆ ಎಲ್ಲವು 'ಆಯ್ತು, ಆಯ್ತು' ಎಂದು ಒಪ್ಪಿಗೆ ಸೂಚಿಸಿದವು.

'ದಿನವನ್ನು ಗೊತ್ತು ಮಾಡಿ, ಅಂದು ಎಲ್ಲರೂ ಸೇರಿ ಹೋಗೋಣ, ತೀರ್ಥಕ್ಷೇತ್ರಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ದೇವರ ದರ್ಶನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಶಾಂತಿ ನೆಮ್ಮದಿ ದೊರೆತು ಒಳ್ಳೆಯದಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೇ ಪುಣ್ಯವೂ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ' ಎಂದಿತು ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿದ್ದ ಕಾಡಿನ ರಾಜ ಸಿಂಹವು.

ಎಲ್ಲರೂ ಸೇರಿ ಒಂದು ದಿನವನ್ನು ಗೊತ್ತು ಮಾಡಿದವು. ಅಂದು ಹೊರಡೋಣ ಎಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿದವು. 'ಆದರೆ ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆಗೆ ಹೊರಡಲು ದಾರಿ ಸೂಚಕರಾಗಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಲು ಒಬ್ಬರು ನಾಯಕರು ಬೇಕು' ಎಂದಿತು ನವಿಲಕ್ಕ ಒಯ್ಯಾರದಿಂದ.

'ಹೌದು, ಹೌದು ನಮಗೆಲ್ಲ ಒಬ್ಬ ನಾಯಕರು ಬೇಕು' ಎಂದವು.

'ಹಾಗಾದರೆ ನಾಯಕತ್ವ ವಹಿಸುವವರು ಯಾರು?'

'ಸಾಧ್ವಿ ಮೊಲಕ್ಕ ಇದ್ದಾಳಲ್ಲ' ಎಂದಿತು ಆನೆ.

'ಸರಿ, ಸರಿ' ಎಂದು ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಸಾಧ್ವಿ ಮೊಲಕ್ಕನ ಆಶ್ರಮದ ಕಡೆ ಹೊರಟವು. ಅಲ್ಲಿ ಕಾವಿ ಬಟ್ಟೆ ತೊಟ್ಟ ಕೈಯಲ್ಲಿ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಸರ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ದೇವರ ನಾಮ ಸ್ಮರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಕುಳಿತಿದ್ದ ಸಾಧ್ವಿ ಮೊಲಕ್ಕ ಕಂಡಳು.

ಖುಷಿಯಿಂದ ಎಲ್ಲರೂ ಸಾಧ್ವಿ ಮೊಲಕ್ಕನ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ನಮ್ರತೆಯಿಂದ 'ನಾವೆಲ್ಲ ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆಗೆ ಹೊರಟಿದ್ದೇವೆ. ನೀವೂ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಬರಬೇಕು. ನಮಗೆಲ್ಲ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಬೇಕು' ಎಂದು ಮನವಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡವು.

ಒಂದು ಕ್ಷಣ ಯಾರು ಯಾರು ಹೊರಟಿದ್ದಾರೆಂದು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ನೋಡಿತು. ಸ್ವಲ್ಪ ಯೋಚಿಸಿ ಮನದಲ್ಲಿಯೇ ನಕ್ಕು, ನಂತರ 'ಇಲ್ಲಿ, ಆಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ವಿಪರೀತ ಕೆಲಸವಿದೆ. ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕಡೆಯಿಂದ ಬಂದ ಅನೇಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ವೇದ ಪಾಠ, ಸಂಸ್ಕೃತ ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡುವುದಿದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ನಾನು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಬರಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾರೂ ಬೇಸರಿಸಬಾರದು. ನನ್ನ ಬದಲಿಗೆ ಪ್ರತಿನಿಧಿಯಾಗಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹಾಗಲಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೇನೆ ನೀವು ಇದನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ತಿರ್ಥಕ್ಷೇತ್ರಗಳಿಗೂ ಒಯ್ಯಿರಿ. ಅಲ್ಲಿ ಇದಕ್ಕೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸಿರಿ, ದೇವರ ದರ್ಶನ ಮಾಡಿಸಿರಿ' ಎಂದಿತು ಸಾಧ್ವಿ ಮೊಲಕ್ಕ.

'ಆಯ್ತು, ಆಯ್ತು ಕೊಡಿ ತಾಯಿ' ಎಂದು ಒಂದು ಹಾಗಲಕಾಯಿಯನ್ನು ಪಡೆದು ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಜೋಳಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಕೊಂಡವು.

'ಸರಿಯಮ್ಮ,' ಎಂದು ಸಾಧ್ವಿ ಮೊಲಕ್ಕನ ಆಶ್ರಮದಿಂದ ಬೀಳ್ಕೊಂಡು ಹೊರಟವು.

ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳು ಕಳೆದವು. ಎಲ್ಲ ತೀರ್ಥಕ್ಷೇತ್ರಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ಕೊಟ್ಟು ದೇವರ ದರ್ಶನ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಕಾಡಿಗೆ ವಾಪಸ್ಸು ಮರಳಿದವು.

ಅವುಗಳು ಸೀದಾ ಸಾಧ್ವಿ ಮೊಲಕ್ಕನ ಆಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಬಂದವು. 'ತಾಯಿ ತಾವು ನೀಡಿದ ಹಾಗಲಕಾಯಿಗೆ ದೇವರ ದರ್ಶನ ಮಾಡಿಸಿದ್ದೇವೆ. ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ' ಎಂದು ಹಾಗಲಕಾಯಿಯನ್ನು ಎಲ್ಲವೂ ವಾಪಸ್ಸು ನೀಡಿದವು.

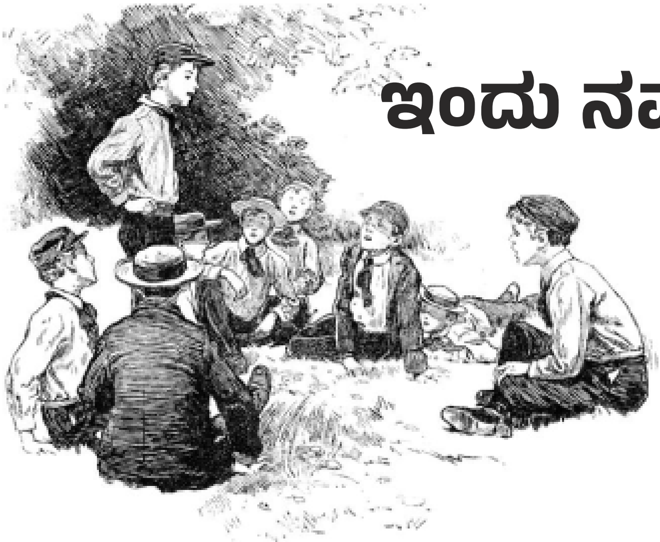
'ಯಾವುದೇ ಅವಘಡವಿಲ್ಲದೆ ನೀವೆಲ್ಲಾ ಸಂತೋಷದಿಂದ ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆ ಮುಗಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದಿದ್ದೀರಿ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಿಮಗೆಲ್ಲ ಚಿಕ್ಕದಾದ ಔತಣ ಕೂಟವನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಎಲ್ಲರೂ ಬನ್ನಿರಿ' ಎಂದಳು ಸಾಧ್ವಿ ಮೊಲಕ್ಕ.

ಔತಣದಲ್ಲಿ ಹಾಗಲಕಾಯಿಯಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಪಲ್ಯವನ್ನು ಎಲ್ಲ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೂ ಬಡಿಸಿದರು. ಹಾಗಲಕಾಯಿ ಪಲ್ಯ ತಿಂದ ಎಲ್ಲವೂ ಒಂದೇ ಉಸಿರಿಗೆ 'ಅಯ್ಯೋ, ಅಯ್ಯೋ ಅಮ್ಮಾ! ಇಷ್ಟೊಂದು ಕಹಿ ಇರುವ ಪಲ್ಯವನ್ನು ಹೇಗೆ ತಿನ್ನುವುದು ತಾಯಿ' ಎಂದು ಕೂಗತೊಡಗಿದವು. ಅಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದ ಸಾಧ್ವಿ ಮೊಲಕ್ಕ ಹೇಳಿತು. 'ಇದು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆಗೆ ಬಂದಿತ್ತಲ್ಲ? ಇದಕ್ಕೂ ಕೂಡ ಸಪ್ತಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ಜಲದಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸಿದ್ದೀರಿ! ದೇವರ ದರ್ಶನ ಮಾಡಿಸಿದ್ದೀರಿ! ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ಆದರೂ ಅದರ ಕಹಿಗುಣ ಮಾತ್ರ ಹೋಗಲಿಲ್ಲ ಅಲ್ಲವೇ? ಎಂದ ಮೇಲೆ ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆಯಿಂದೇನು ಫಲ? ಹಾಗಾದರೆ ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆ ವ್ಯರ್ಥವಾಯಿತಲ್ಲ!' ಎಂದಿತು ಸಾಧ್ವಿ ಮೊಲಕ್ಕ ನಯವಾಗಿ.

ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆ ಮಾಡಿದವುಗಳ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿತು. ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ನಾಚಿ ತಲೆ ತಗ್ಗಿಸಿದವು. ಆ ಕಹಿ ಹಾಗಲಕಾಯಿ ಯಾರು ಎಂಬ ಅರಿವು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಮೂಡಿತು. ॐ

ಸಮೃದ್ಧಿ ಸುಜ್ಞಾನ

ಜ್ಞಾನವು ಹಣಕ್ಕಿಂತ ಉತ್ತಮ,
ಏಕೆಂದರೆ ಹಣವನ್ನು ನೀವು ರಕ್ಷಿಸಬೇಕು,
ಆದರೆ ಜ್ಞಾನವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.



ಇಂದು ನಮದು, ನಾಳೆ ಏನೊ!

ಕೆ.ಸಿ.ಶಿವಪ್ಪ

ಅಂದಂದಿನ ದಂದುಗದೊಂದಿಗೆ ನಾಳೆ ಏನೇನು ಕಾದಿದೆಯೋ – ಎಂಬ ಚಿಂತೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಕಾಡುವುದು ಸಹಜ. ಚಿಂತೆಯೆನ್ನುವುದೊಂದಿರದಿದ್ದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿ ಸುಖಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಜೀವಿಸಬಲ್ಲ. ಭವಿಷ್ಯದ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ನಗನಾಣ್ಯವಿದೆಯೊ, ಹಾವು ಚೇಳಿದೆಯೊ ಎಂಬುದನ್ನಾರು ಹೇಳಬಲ್ಲರು? ನಾಳೆ ಹೇಗೋ ಏನೋ! ಈ ದಿಗಿಲು ಸಂತಸದ ಚಿಗುರನ್ನು ಚಿವುಟುವುದಂತೂ ಸತ್ಯ. ಈ ಭಯ ಆನಂದಕಲ್ಪವೃಕ್ಷದ ಬುಡಕ್ಕೆ ಕೊಡಲಿಪೆಟ್ಟು ಹಾಕುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂಶಯವಿಲ್ಲ.

ಇಷ್ಟಾಗಿ, ಈ ನೋವು ನಲಿವಿನ ಕಲ್ಪನೆಯೇ ಬಹು ವಿಚಿತ್ರ. ಇದೆಲ್ಲ ತನ್ನ ರೂಪ ಪಡೆಯುವುದು ನಮ್ಮ ಮನದ ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿ ತಾನೆ? ಈ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಮ್ಮ ಹತೋಟಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ, ಆಗ ಈ ಬಗೆಯ ಅನಗತ್ಯ ಗೊಂದಲದಿಂದ ನಾವು ದೂರಾಗಬಹುದಲ್ಲವೆ? ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಕ್ರಿಯಾಮಾಲೆಯಲ್ಲಿ ದಿಗಿಲಿನ ಮುಳ್ಳು ಬಂದು ಸೇರದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಲ್ಲವೇ ನಿರಂತರ ಪ್ರಯತ್ನ ಬೇಕು, ನಿಜ, ಪ್ರಯತ್ನವಿಲ್ಲದೆ ಯಾವುದು ತಾನೆ ಸರಾಗವಾಗಿ ಸಾಗುತ್ತದೆ? ಹೂಮಾಲೆಯನ್ನು ಹೆಣೆಯಬೇಕಾದರೆ ಹೂಗಳನ್ನಾಯ್ದು, ದಾರವನ್ನರು, ಪೋಣಿಸುವ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಉದ್ಯುಕ್ತರಾಗಬೇಕಲ್ಲವೆ?

ಚಿಂತೆಯಿಂದ ನಮಗೆ ಸಿಗುವುದಾದರೂ ಏನ? ಕೇವಲ ಬೇನ, ಬೇಗುದಿ ಅಷ್ಟೇ! ಬರಿಯ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟು, ಬವಣೆ ಅಷ್ಟೇ! ಅದನ್ನೇ ಯೋಚಿಸುತ್ತ ಕುಳಿತರೆ ಆರೋಗ್ಯ ಕೆಡುತ್ತದೆ. ನೆರೆಹೊರೆಯವರಿಗೆ ನಾವು ಭಾರವಾಗುತ್ತೇವೆ. ಜೊತೆಗೆ, ನಮ್ಮ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಕೈಕೊಡುತ್ತದೆ. ಹೆದರಿಕೆಯ ಕಾರ್ಮೋಡ ಕವಿಯುತ್ತದೆ. ಹತಾಶರಾಗುತ್ತೇವೆ, ಏನೂ ತೋಚದೆ ಮಂದಮತಿಯಾಗುತ್ತೇವೆ. ಇದೇ ನಮಗೆ ಬೇಕೆ?

ಉದ್ಯಮಶೀಲರನ್ನು ಚಿಂತೆ ಕಾಡುವುದಿಲ್ಲವಂತೆ, ಶೂನ್ಯ ನೆಲೆಯಿಂದ ಬೆಳಕಿನ ದಿಕ್ಕಿನತ್ತ ನಡೆವ ಸಾಹಸ ಅನೇಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಸೋಲಿನ ಗರಿಗಳನ್ನು ಹಿಂದೆ ಎಸೆಯುತ್ತ, ನವನವೀನ ಉತ್ಸಾಹದ ಗರಿಗಳ ಅನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಆ ಹುಮ್ಮಸ್ಸು ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಂದೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಯಾರು ಚಿಂತೆಯ ಮುಸುಕು ಹೊದ್ದು ಮಲಗುತ್ತಾರೊ, ಅವರೆಂದೂ ಸೂರ್ಯೋದಯದ ಸೊಬಗನ್ನು ಸವಿಯಲಾರರು. ಉದಯಸಮಯದಲ್ಲಿರುವ ಚಟುವಟಿಕೆ ಲವಲವಿಕೆಯನ್ನು ನಡುಬಿಸಿಲಿನ ಚಿಂತೆಯ ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ತಾನೆ ನಾವು ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲೆವು? ಚಿಂತೆಯನ್ನು ಅದರ ಪಾಡಿಗೆ ಬಿಡಿ, ನೀವು ಕಾರ್ಯೋನ್ಮುಖರಾಗಿ, ಅದು ಬದುಕು.

ಎಷ್ಟೋ ಸಂಗತಿಗಳಿಗೆ ಕಾಲ ತಾನೇ ಉತ್ತರ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಅದರದರ ಪಾಡಿಗೆ ಅದೇ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇಲ್ಲದಿಲ್ಲ. ಅಂದಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಅದು ನಿರ್ವಿಣ್ಣತೆಗೆ ಸುಗಮ ಹಾದಿ ಎಂದೆಣಿಸಬಾರದು ನಾವು, ಮಾಡಬೇಕಾದದ್ದನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಹಾಗೂ ಅದರ ಫಲಾಫಲಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿನಾಕಾರಣ ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿರುವುದು ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಪರಿಹಾರಕ್ಕೆ ಒಂದು ಉಪಾಯ ಆಗಬಲ್ಲದು. ಕೇವಲ ಚಿಂತೆಯೊಂದೇ ಎಲ್ಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸುವಂತಿದ್ದರೆ. ಆಗ ನಾವು ಬೇರೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಬಿಟ್ಟು ಕೇವಲ ಚಿಂತೆಯೊಂದಕ್ಕೇ ಎಲ್ಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸುವಂತಿದ್ದರೆ. ಆಗ ನಾವು ಬೇರೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಬಿಟ್ಟು ಕೇವಲ ಚಿಂತೆಯೊಂದಕ್ಕೇ ಆತು ನಿಲ್ಲಬಹುದಾಗಿತ್ತೇನೊ!

ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಚಿಂತೆಯ ಪಟವನ್ನು ಗಗನದಲ್ಲೇರಿಸಿ, ದಾರ ಕಡಿದು ಅದರ ಪಾಡಿಗೆ ಅದನ್ನು ಹಾರಿಬಿಡುವುದು ಒಳ್ಳೆದೇನೊ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂತಹದೊಂದು ಕತೆ–"ಯಾರಿಗೆ ಗೊತ್ತು? ಕುದುರೆ ಹಾರುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಬಹುದು!"

ಒಂದಾನೊಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ರಾಮಗಿರಿ ಎಂಬ ರಾಜ್ಯವಿತ್ತು. ಅಲ್ಲೊಬ್ಬ ಬಡಗಿ ಇದ್ದ ಏನೋ ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದ. ರಾಜ ಅವನಿಗೆ ಗಲ್ಲುಶಿಕ್ಷೆ ವಿಧಿಸಿದ. ನೇಣು ಹಾಕುವ ಮುನ್ನ ಬಡಗಿಗೇನಾದರೂ ಕೊನೆಯಾಸೆ ಇದೆಯ? ಎಂದು ಕೇಳಲಾಯಿತು. ಬಡಗಿ ಹೇಳಿದ, "ಹೌದು ಇದೆ, ರಾಜನ ಕುದುರೆಗಳಿಗೆ ಹಾರುವುದನ್ನು ನಾ ಕಲಿಸಬಲ್ಲೆ, ಆ ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು ಕಲಿಸಲಾಗದೆ, ಸಾಯುತ್ತಲಿದ್ದೇನೆ ಎಂಬುದೊಂದೇ ಕೊರಗು"

ಈ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಕೇಳಿ ರಾಜನಿಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. ತನ್ನ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಪ್ರಜೆಯೊಬ್ಬನಿದ್ದಾನಲ್ಲ, ಪರವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದುಕೊಂಡು ರಾಜ, ಮರಣದಂಡನೆಯನ್ನು ತಡೆಹಿಡಿದು, ಅವನಿಗೆ ಒಂದು ವರ್ಷ ಕಾಲಾವಕಾಶ ನೀಡಿದ.

ಬಡಗಿ ನಗುನಗುತ್ತ ಮನೆಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿದ. ಆತನ ಹೆಂಡತಿ ಕೇಳಿದಳು."ಅಲ್ಲಾ ಅಂದ್ರೆ, ಒಂದು ವರ್ಷದೊಳಗಾಗಿ ನೀವು ಕುದುರೆಗೆ ಹಾರುವುದನ್ನು ಹೇಗೆ ಕಲಿಸುತ್ತೀರಾ?"

ಬಡಗಿ ಉತ್ತರಿಸಿದ, "ಅಯ್ಯೋ ಪೆದ್ದಿ, ಇದಕ್ಕೇಕೆ ಚಿಂತೆ? ಈ ಒಂದು ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಏನು ಬೇಕಾದರೂ ಆಗಬಹುದು. ಯಾರಿಗೆ ಗೊತ್ತು? ರಾಜನೇ ಈ ವಿಷಯ ಮರೆತು ಬಿಡಬಹುದು ಇಲ್ಲವೆ ಅವನೇ ಸಾಯಬಹುದು. ನಾನೇ ಸಾಯಲುಬಹುದು. ಅಥವಾ ಕುದುರೆಯೇ ಹಾರಬಹುದು. ನಾಳಿನ ಚಿಂತೆಗೆ ಈಗೇಕೆ ಉಸಾಬರಿ? ನಾಳೆ ನಾಳೆಗೆ, ಇಂದು ಇಂದಿಗೆ, ಹಾಯಾಗಿರೋಣ, ಬಿಡು."

ಚಿಂತೆ ಪಿಶಾಚಿಯ ಅಣತಿಗೆ ನಾವು ಒಮ್ಮೆ ತಲೆದೂಗಿದರಾಯಿತು, ಅದು ಹೇಗೆಂದರೆ ಹಾಗೆ ಗವಾಕ್ಷದಿಂದ ಒಳತೂರಿಬರುತ್ತದೆ. ಅದು ಮೈಮೇಲೇರಿ ಬಂದು ನಮ್ಮನ್ನು ಹೆದರಿಸುತ್ತದೆ. ಗದರಿಸುತ್ತದೆ, ನಮ್ಮ ರಕ್ತ ಕುಡಿಯುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ನಾವೇಕೆ ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಡಬೇಕು? ॐ

ನವಗ್ರಹ ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಏಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಬೇಕು..??

ನವಗ್ರಹ ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಜೀವನದಲ್ಲಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಬಹುದು, ಗ್ರಹಗಳ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು, ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ, ಸಂಪತ್ತು, ಸಮೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಶಾಂತಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ.

ನವಗ್ರಹ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಲು ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣಗಳು:

ಗ್ರಹಗಳ ಆಶೀರ್ವಾದ:

ನವಗ್ರಹ ಗ್ರಹಗಳು (ಸೂರ್ಯ, ಚಂದ್ರ, ಮಂಗಳ, ಬುಧ, ಗುರು, ಶುಕ್ರ, ಶನಿ, ರಾಹು, ಕೇತು) ಮಾನವ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ. ಈ ಗ್ರಹಗಳ ಆಶೀರ್ವಾದವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ನವಗ್ರಹ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ:

ನವಗ್ರಹ ಪೂಜೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಆರ್ಥಿಕ ತೊಂದರೆಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಹಲವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಪರಿಹಾರ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು:

ನವಗ್ರಹ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಾಂತಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಉತ್ತಮ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು:

ನವಗ್ರಹ ಪೂಜೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ, ಸಂಪತ್ತು, ಸಮೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಅದೃಷ್ಟ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ.

* ನಿಮ್ಮ ಜಾತಕದಲ್ಲಿನ ಗ್ರಹ ದೋಷಗಳಿಂದ ನೀವು ತೊಂದರೆಗೊಳಗಾಗಿದ್ದೀರಾ...??
* ಈ ನವಗ್ರಹ ಯಂತ್ರವನ್ನು ಪೂಜಿಸುವುದರಿಂದ , ನಿಮಗೆ ನವಗ್ರಹಗಳ ಆಶೀರ್ವಾದ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆ ದೋಷಗಳ ಪ್ರಭಾವ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ಪರಿಹಾರ ಸಿಗುತ್ತದೆ.
* ರಾಹು ಮತ್ತು ಕೇತು ಗ್ರಹಗಳ ಆಶೀರ್ವಾದವು ಮಾನಸಿಕ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ, ಕೆಟ್ಟ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದೈವಿಕ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.
* ಆರೋಗ್ಯ, ಸಂಪತ್ತು, ಮನಸ್ಸಿನ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿನ ತೊಂದರೆಗಳಿಂದ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಈ ಸಂಪೂರ್ಣ ನವಗ್ರಹ ಯಂತ್ರವನ್ನು ಈಗಲೇ ಖರೀದಿಸಿ .

ನವಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕೆಲವು ಸಾಮಾನ್ಯ ನಂಬಿಕೆಗಳು:

ಸೂರ್ಯ, ಚಂದ್ರ, ಮಂಗಳ, ಬುಧ, ಗುರು, ಶುಕ್ರ, ಶನಿ, ರಾಹು, ಕೇತು ಎಂಬ ಒಂಬತ್ತು ಗ್ರಹಗಳು ನವಗ್ರಹಗಳಾಗಿವೆ.
ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗ್ರಹಕ್ಕೂ ವಿಶೇಷ ಮಹತ್ವವಿದೆ ಮತ್ತು ಅದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವನದ ವಿವಿಧ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.
ನವಗ್ರಹವನ್ನು ಪೂಜಿಸುವ ಮೂಲಕ, ನೀವು ಅವರ ಆಶೀರ್ವಾದವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು.

ಮಹಿಳೆಯರ ಹಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಲು, ಲಿಂಗ ಸಮಾನತೆ ಸಾಧಿಸಲು ಮತ್ತು ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಮಹಿಳೆಯರ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುವ ಸುದಿನ

ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನ

ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನವನ್ನು ವಾರ್ಷಿಕವಾಗಿ ಮಾರ್ಚ್ 8 ರಂದು ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾಜಿಕ, ಆರ್ಥಿಕ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮತ್ತು ರಾಜಕೀಯ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಗೌರವಿಸಲು ಈ ದಿನವು ಜಾಗತಿಕ ಆಚರಣೆಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ.

20 ನೇ ಶತಮಾನದ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಮಿಕ ಚಳುವಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಬೇರೂರಿರುವ ಇದು, ಲಿಂಗ ಸಮಾನತೆ ಮತ್ತು ಮಹಿಳಾ ಹಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುವ ಜಾಗತಿಕ ವಿದ್ಯಮಾನವಾಗಿದೆ. ಇದು ಮಹಿಳೆಯರು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸವಾಲುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಲಿಂಗಗಳ ನಡುವೆ ಸಮಾನತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಶ್ರಮಿಸುವ ಉಪಕ್ರಮಗಳಿಗೆ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಮಹಿಳಾ ಸಮಾನತೆಗಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಹೋರಾಟಗಳ ಮೇಲೆ ಬೆಳಕು ಚೆಲ್ಲುತ್ತದೆ, ಲಿಂಗಗಳು ಪಕ್ಕಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲುವ ಪ್ರಪಂಚದ ಕಡೆಗೆ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನದ ಇತಿಹಾಸ

ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನದ ಇತಿಹಾಸವು ತುಂಬಾ ಹಳೆಯದು. ಇದು 20 ನೇ ಶತಮಾನದ ಆರಂಭದ ಮೊದಲು ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಬೇರುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು, ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಆಳ್ವಿಕೆಯಿಂದ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಹೋರಾಟದಲ್ಲಿ ಭಾರತೀಯ ಮಹಿಳೆಯರು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಪಕ ಮನ್ನಣೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಿತು. ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನವನ್ನು ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಯಾವಾಗ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು? ಮೊದಲ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನವನ್ನು 1911 ರಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು. ಮಹಿಳೆಯರ ಮತದಾನದ ಹಕ್ಕು, ಉತ್ತಮ ಕೆಲಸದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಮತ್ತು ಲಿಂಗ ಸಮಾನತೆಗಾಗಿ ತೀವ್ರವಾದ ವಕಾಲತ್ತು ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಇದು ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಕ್ಷಣವಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿತು.

ಮಹಿಳಾ ಹಕ್ಕುಗಳು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಮಿಕ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆಗಾಗಿ ಚಳುವಳಿಗಳಿಂದ ಪ್ರೇರಿತರಾಗಿ, ಮೊದಲ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನವನ್ನು ಆಸ್ಟ್ರಿಯಾ, ಡೆನ್ಮಾರ್ಕ್, ಜರ್ಮನಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಿಟ್ಜರ್ಲ್ಯಾಂಡ್ನಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು. ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನಾಚರಣೆಯು ಮಹಿಳೆಯರು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ತಮ್ಮ ಬೇಡಿಕೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಒಂದು ವೇದಿಕೆಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಿತು. ಇದು ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಹಿನ್ನೆಲೆಗಳು, ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ–ಆರ್ಥಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಗಳ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಏಕತೆ ಮತ್ತು ಒಗ್ಗಟ್ಟನ್ನು ಸಂಕೇತಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದಿನಿಂದ, 1910 ರಲ್ಲಿ ಕೋಪನ್ ಹ್ಯಾಗನ್ನಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಸಮಾಜವಾದಿ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ನಿರ್ಧಾರದ ನಂತರ, ಮಾರ್ಚ್ 8 ರಂದು ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನವನ್ನು ವಾರ್ಷಿಕವಾಗಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸುವುದು ಮೆರವಣಿಗೆಗಳು ಮತ್ತು ವಿಚಾರ ಸಂಕಿರಣಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಪ್ರದರ್ಶನಗಳವರೆಗೆ ವಿವಿಧ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಇತಿಹಾಸದುದ್ದಕ್ಕೂ ಮಹಿಳೆಯರ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಗೌರವಿಸಲು ಮತ್ತು ಲಿಂಗ ಸಮಾನತೆಗಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಹೋರಾಟವನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸುವ ಸಂದರ್ಭವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಲಿಂಗ ಆಧಾರಿತ ಹಿಂಸೆ, ತಾರತಮ್ಯ ಮತ್ತು ಅವಕಾಶಗಳಿಗೆ ಅಸಮಾನ ಪ್ರವೇಶದಂತಹ ಒತ್ತುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು

ಪರಿಹರಿಸುವ ಸಮಯವೂ ಆಗಿದೆ. ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ, ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನವು ಜಾಗತಿಕ ಆಂದೋಲನವಾಗಿ ವಿಕಸನಗೊಂಡಿದೆ, ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಮತ್ತು ಉಪಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಮಹಿಳಾ ಹಕ್ಕುಗಳಿಗಾಗಿ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆ ಮತ್ತು ವಕಾಲತ್ತು ವಹಿಸುವುದನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತಲೇ ಇದೆ, ಲಿಂಗ ಸಮಾನತೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಬಲೀಕರಣವನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಕಡೆಗೆ ಸಾಧಿಸಿದ ಪ್ರಗತಿ ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸದ ಜ್ಞಾಪನೆಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ.

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನದ ಇತಿಹಾಸ

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನದ ಇತಿಹಾಸವು 20 ನೇ ಶತಮಾನದ ಆರಂಭದಿಂದಲೂ ಆರಂಭವಾಗಿದೆ. ಭಾರತೀಯ ಮಹಿಳೆಯರು ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಆಳ್ವಿಕೆಯಿಂದ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಹೋರಾಟದಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ಈ ಚಳುವಳಿ ವೇಗವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿತು. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನದ ಆರಂಭಿಕ ದಾಖಲೆಯ ಆಚರಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾದ ಬಾಂಬೆಯಲ್ಲಿ (ಈಗ ಮುಂಬೈ) ಮಹಿಳೆಯರು ಮತದಾನದ ಹಕ್ಕನ್ನು ಕೋರಿ ಪ್ರತಿಭಟನೆಯನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಿದಾಗ 1917 ರ ಹಿಂದಿನದು.

ಭಾರತದಲ್ಲಿ, ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನವು ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ರಾಜಕೀಯ ಚೌಕಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಆಳವಾಗಿ ಹೆಣೆದುಕೊಂಡಿದೆ. ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ, ಈ ದಿನವು ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಸಬಲೀಕರಣಗೊಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಲಿಂಗ ಸಮಾನತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದು ಎಂಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ಗುರಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ರೋಮಾಂಚಕ ಘಟನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉಪಕ್ರಮಗಳಿಂದ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಪೂರ್ವದಲ್ಲಿ, ಸರೋಜಿನಿ ನಾಯ್ಡು, ಆನಿ ಬೆಸೆಂಟ್ ಮತ್ತು ಕಮಲಾದೇವಿ ಚಟ್ಟೋಪಾಧ್ಯಾಯ ಅವರಂತಹ ಮಹಿಳಾ ನಾಯಕರು ಮಹಿಳೆಯರ ಹಕ್ಕುಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಹೋರಾಟದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಿದರು.

1947 ರಲ್ಲಿ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ನಂತರ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಾಮಾಜಿಕ-ಆರ್ಥಿಕ ಅಸಮಾನತೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವತ್ತ ಗಮನ ಹರಿಸಲಾಯಿತು. ಸರ್ಕಾರವು ಲಿಂಗ ಸಮಾನತೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಲು ವಿವಿಧ ನೀತಿಗಳು ಮತ್ತು ಉಪಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿತು, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಹಿಳಾ ಆಯೋಗಗಳ ಸ್ಥಾಪನೆ, ಸ್ಥಳೀಯ ಆಡಳಿತ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ (ಪಂಚಾಯತಿ ರಾಜ್ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು) ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಸ್ಥಾನಗಳ ಮೀಸಲಾತಿ ಮತ್ತು ಮಹಿಳಾ ಹಕ್ಕುಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಕಾನೂನುಗಳು.

ಇತ್ತೀಚಿನ ದಶಕಗಳಲ್ಲಿ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನಾಚರಣೆಯು ವಿಚಾರ ಸಂಕಿರಣಗಳು, ಫಲಕ ಚರ್ಚೆಗಳು, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಮತ್ತು ಜಾಗೃತಿ ಅಭಿಯಾನಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ವ್ಯಾಪಕ ಶ್ರೇಣಿಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ವಿಸ್ತರಿಸಿದೆ. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಲಿಂಗ ಆಧಾರಿತ ಹಿಂಸೆ, ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ, ಶಿಕ್ಷಣ, ಉದ್ಯೋಗ ಮತ್ತು ರಾಜಕೀಯ ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯದಂತಹ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತವೆ.

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆಚರಣೆಗಳ ಹೊರತಾಗಿ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳೀಯ, ಮಹಿಳಾ-ಚಾಲಿತ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತಿವೆ. ಈ ಜನಸಾಮಾನ್ಯ ಚಳುವಳಿಗಳು ಮಹಿಳೆಯರು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ನಿಭಾಯಿಸುತ್ತವೆ. ಇಲಾ ಭಟ್ ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ ಸ್ವಯಂ ಉದ್ಯೋಗಿ ಮಹಿಳಾ ಸಂಘ (SEWA) ನಂತಹ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಆರ್ಥಿಕ ಸ್ವಾವಲಂಬನೆ ಮತ್ತು ಸಾಮೂಹಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯ ಮೂಲಕ ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಸಬಲೀಕರಣಗೊಳಿಸುವಲ್ಲಿ ನಿರ್ಣಾಯಕ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಿವೆ.

ಇದಲ್ಲದೆ, ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನವು ರಾಜಕೀಯ, ವಿಜ್ಞಾನ, ಕಲೆ, ಕ್ರೀಡೆ ಮತ್ತು ವ್ಯವಹಾರ ಸೇರಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಭಾರತೀಯ ಮಹಿಳೆಯರ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವ ವೇದಿಕೆಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಅವರ ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ಮುರಿದು ಅವರ ಕನಸುಗಳನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ಸ್ಫೂರ್ತಿ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಗತಿಯ ಹೊರತಾಗಿಯೂ, ಲಿಂಗ ಆಧಾರಿತ ತಾರತಮ್ಯ, ಮಹಿಳೆಯರ ಮೇಲಿನ ದೌರ್ಜನ್ಯ, ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಗೆ ಅಸಮಾನ ಪ್ರವೇಶ ಮತ್ತು ನಾಯಕತ್ವದ ಪಾತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸೀಮಿತ ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯ ಸೇರಿದಂತೆ ಸವಾಲುಗಳು ಉಳಿದಿವೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನವು ಸಾಂಕೇತಿಕ ಸೂಚಕಕ್ಕಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಪ್ರಬಲ ಚಾಲಕವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಎಲ್ಲಾ ಲಿಂಗಗಳಿಗೆ ಸಮಾನತೆ ಮತ್ತು ಸೇರ್ಪಡೆಯನ್ನು ಗೌರವಿಸುವ ಸಮಾಜವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಸೇರಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನಾಚರಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು

ಮಾರ್ಚ್ 8 ರಂದು ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನವನ್ನು ಅದ್ದೂರಿಯಾಗಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ದಿನವು ಮಹಿಳೆಯರ ಗಮನಾರ್ಹ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಲಿಂಗಗಳು ಸಮಾನವಾಗಿ ನಿಲ್ಲುವ ಭವಿಷ್ಯದತ್ತ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಒತ್ತಾಯಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ, ಈ ಮಹತ್ವದ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ವಿಚಾರ ಸಂಕಿರಣಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ರೋಮಾಂಚಕ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಆಚರಣೆಗಳವರೆಗೆ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತವೆ.

ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನಾಚರಣೆಯ ಅತ್ಯಂತ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಫಲಕ ಚರ್ಚೆಗಳು ಮತ್ತು ವೇದಿಕೆಗಳು. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ತಜ್ಞರು, ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯ ನಾಯಕರನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಿ ಮಹಿಳಾ ಹಕ್ಕುಗಳು, ಆರ್ಥಿಕ ಸಬಲೀಕರಣ ಮತ್ತು ರಾಜಕೀಯ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆಯಂತಹ ಲಿಂಗ ಸಮಾನತೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಒತ್ತುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುತ್ತವೆ. ಪ್ಯಾನೆಲಿಸ್ಟ್‌ಗಳು ತಮ್ಮ ಒಳನೋಟಗಳು, ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಲಿಂಗ ಸಮಾನತೆಯನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸಲು ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಸಂವಾದ ಮತ್ತು ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕುತ್ತಾರೆ.

ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನದ ಇತರ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಾಗಾರಗಳು ಮತ್ತು ತರಬೇತಿ ಅವಧಿಗಳು ಸೇರಿವೆ. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ವೃತ್ತಿಪರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗಾಗಿ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಕೌಶಲ್ಯಗಳು, ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಮತ್ತು ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ನಾಯಕತ್ವ ತರಬೇತಿ, ಉದ್ಯಮಶೀಲತೆ, ಆರ್ಥಿಕ ಸಾಕ್ಷರತೆ ಮತ್ತು ಸ್ವ-ಆರೈಕೆ ವಿಷಯಗಳು ಒಳಗೊಂಡಿರಬಹುದು. ಈ ಕಾರ್ಯಾಗಾರಗಳು ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಮತ್ತು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಸಾಧನಗಳೊಂದಿಗೆ ಅವರನ್ನು ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ಅವರ ಪೂರ್ಣ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ತಲುಪಲು ಅಧಿಕಾರ ನೀಡುತ್ತವೆ.

ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನವನ್ನು ಜಾಗತಿಕವಾಗಿ ಅದ್ದೂರಿಯಾಗಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ : ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನಾಚರಣೆಯು ಹಲವಾರು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಂದ ಮತ್ತಷ್ಟು ಶ್ರೀಮಂತವಾಗಿದೆ. ಕಲಾ ಪ್ರದರ್ಶನಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ಚಲನಚಿತ್ರ ಪ್ರದರ್ಶನಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಗೀತ ಕಚೇರಿಗಳವರೆಗೆ, ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಮಹಿಳಾ ಕಲಾವಿದರು ಮತ್ತು ಪ್ರದರ್ಶಕರ ಸೃಜನಶೀಲತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಭೆಯನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುತ್ತವೆ. ಅವು ಕಥೆ ಹೇಳುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ವೇದಿಕೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ, ಮಹಿಳೆಯರು ತಮ್ಮ ವಿಶಿಷ್ಟ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳನ್ನು ವಿಶಾಲ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಸಮುದಾಯ ಸೇವಾ ಯೋಜನೆಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂಸೇವಕ ಉಪಕ್ರಮಗಳು ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸುವ ಮತ್ತೊಂದು ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ. ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಹಿಂತಿರುಗಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಮಹಿಳೆಯರು ಮತ್ತು ಹುಡುಗಿಯರನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುವುದರ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತವೆ. ಮಹಿಳಾ ಆಶ್ರಯಗಳಿಗೆ ದೇಣಿಗೆ ಡ್ರೈವ್‌ಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವುದು, ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಾಗಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಯುವತಿಯರಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುವುದು ಉದಾಹರಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿವೆ.

ಕೊನೆಯದಾಗಿ, ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನದಂದು ಮೆರವಣಿಗೆಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರದರ್ಶನಗಳು ಒಗ್ಗಟ್ಟು ಮತ್ತು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆಯ ಪ್ರಬಲ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿವೆ. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಏಕೀಕರಣಕ್ಕೆ ಪ್ರಬಲ ಸಾಧನವಾಗುತ್ತವೆ. ಬದಲಾವಣೆಗಾಗಿ ಪ್ರತಿಪಾದಿಸಲು ಮತ್ತು ಲಿಂಗ ಆಧಾರಿತ ಹಿಂಸೆ, ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಹಕ್ಕುಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಮಹಿಳೆಯರ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವ ನಿರ್ಣಾಯಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಲು ಅವು ಎಲ್ಲಾ ಲಿಂಗಗಳ ಜನರನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸುತ್ತವೆ. ಲಿಂಗ ಸಮಾನತೆಗಾಗಿ ಹೋರಾಟ ಇನ್ನೂ ಮುಗಿದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಸಾಮೂಹಿಕ ಕ್ರಮ ಅತ್ಯಗತ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನು ಅವು ನೆನಪಿಸುತ್ತವೆ. ॐ

ಸಮೃದ್ಧಿ ಸುಜ್ಞಾನ

ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಸಂಪಾದಿಸಿದ ಹಣ ಮರುಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಪುಣ್ಯ ಜನ್ಮ, ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ.

ಕುತಂತ್ರಿ ಮನಸ್ಸು

ಮಧ್ಯಮ ವರ್ಗದಿಂದ ಬಂದ ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯ, ಸ್ವಂತ ಮನೆ ಕಟ್ಟಲು ಶುರುಮಾಡಿದ. ಮನೆ ಅಂದ್ರೆ ಹಾಗೆ ಆಗಲ್ಲ. ಕೂಡಿಟ್ಟ ದುಡ್ಡನ್ನೆಲ್ಲಾ ತೆಗೆದ, ಬ್ಯಾಂಕಿನಲ್ಲಷ್ಟು ಸಾಲ ಮಾಡಿದ, ಮನೆಯ ಖರ್ಚು ಬಾಬತ್ತುಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದ. ಆದರೇನು ಎಷ್ಟು ದುಡ್ಡು ಸುರಿದರೂ ಮುಗಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ಮತ್ತಷ್ಟು ಸಾಲ ಮಾಡಿದ, ಸ್ನೇಹಿತರ ಹತ್ತಿರ ಸಾಲ ಪಡೆದ, ಕೆಲವು ನೆಂಟರು ಹತ್ತಿರ ಕಾಡಿ, ಬೇಡಿ, ತಂದ, ತೂತು ಬಿದ್ದ ಮಡಿಕೆ ತರಹ ಎಷ್ಟು ದುಡ್ಡು ಸುರಿದರೂ, ಬಕಾಸುರನ ಹಾಗೆ ನುಂಗ್ತಾನೆ ಇತ್ತು. ಹಂಗು ಹಿಂಗೂ ಒಂದು ಹಂತಕ್ಕೆ ಮನೆ ಬಂತು. ಗೃಹಪ್ರವೇಶ ಮಾಡಿ 'ಗಂಡ ಹೆಂಡತಿ' ಮನೆ ಒಳಗೆ ಬಂದರು. ಆದರೆ ಆಗಬೇಕಾದ ಕೆಲಸ ಇನ್ನೂ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಇದೆ. ವಾರ್ಡೂಬು, ಕಬೋರ್ಡ್, ಇನ್ನು ಕೆಲವು ಕಿಟಕಿ ಬಾಗಿಲುಗಳು, ಹೀಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಕೆಲಸ ಬಾಕಿ ಇತ್ತು. ಮತ್ತೆ ಹೊಟ್ಟೆ ,ಬಟ್ಟೆನೆಲ್ಲಾ ಕಟ್ಟಿ, ಸುಖವಾಗಿರಬೇಕಾದ ಕಾಲವನ್ನೆಲ್ಲ ಕಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಳ್ಳಿಕೊಂಡು, ಹತ್ತು, ಹನ್ನೆರಡು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ದುಡಿದು ಎಲ್ಲ ಸಾಲ ತೀರಿಸಿದ. ಅಂತೂ ಮನೆ ಮುಗಿಯಿತು. ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ನಿಟ್ಟುಸಿರು ಬಿಡುವ ಹೊತ್ತಿಗೆ ನಿವೃತ್ತಿ ಹೊಂದಿದ.

ಅವನಿಗೆ ಒಬ್ಬ ಮಗನಿದ್ದ. ಅವನು ಇಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ಓದಿದ್ದ. ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸವೂ ಸಿಕ್ಕಿತ್ತು. ಕೈತುಂಬಾ ಸಂಬಳ ಬರುತ್ತಿತ್ತು. ಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸವಿತ್ತು. ಹೀಗಾಗಿ ಈಗ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಗಂಡ ಹೆಂಡತಿ ಇಬ್ಬರೇ ಉಳಿದರು. ನಾಲ್ಕಾರು ವರ್ಷಗಳ ಹೊತ್ತಿಗೆ ವಯಸ್ಸಾಯಿತು. ಮಗ ಅವಾಗಾವಾಗ ಬಂದುಹೋಗಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ. ಒಮ್ಮೆ ಬಂದಾಗ, ತಂದೆಯ ಎದೆಯಲ್ಲಿ ಚಳಕ್ ಅಂತ ಶುರುವಾಗಿ ಸಣ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದ ಹಾರ್ಟ್ ಅಟ್ಯಾಕ್ ಆಗಿತ್ತು. ಮಗ "ಅಪ್ಪ, ನೀವಿಲ್ಲಿ ಇರುವುದು ಬೇಡ. ನನ್ನ ಜೊತೆ ಪಟ್ಟಣಕ್ಕೆ ಬನ್ನಿ" ಎಂದು ಹೇಳಿದ. ಅಲ್ವೋ ಇಪ್ಪತ್ತು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಮನೆ ಕಟ್ಟಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಹೇಗೆ ಬಿಟ್ಟು ಬರಲಿ. ಮಗ ಹೇಳಿದ "ಹೌದಪ್ಪ, ಕಷ್ಟಪಟ್ಟಿದ್ದೀ, ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ನಿನ್ನನ್ನು ನೋಡುವವರು ಯಾರು? ನನಗಂತೂ ಬಂದು ಹೋಗಿ ಮಾಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ" ಎಂದನು. ತುಂಬಾ ಒತ್ತಾಯ ಮಾಡಿದಾಗ ಸರಿ ಮನೆ ಮಾರಿ ಬಿಡುವುದೆಂದು

ಅಂದುಕೊಂಡರು. ಒಬ್ಬ ಏಜೆಂಟರನ್ನು ಗೊತ್ತುಮಾಡಿದನು. ಒಳ್ಳೆ ಬೆಲೆ ಬರುವ ಹಾಗೆ ಮನೆಯನ್ನು ಮಾರಿಸಿಕೊಡಿ ಎಂದನು. ಆದರೆ ಒಂದೇ ಒಂದು ಗಿರಾಕಿ ಬರಲಿಲ್ಲ. ಬಂದ ಗಿರಾಕಿಗಳೆಲ್ಲ ಇದು ಹಳೆಯ ಮನೆ, ವಾಸ್ತು ಸರಿಯಿಲ್ಲ, ಕಟ್ಟಿದ ಜಾಗ ಚೆನ್ನಾಗಿಲ್ಲ, ಮನೆ ಕಟ್ಟಿದ ರೀತಿ ಚೆನ್ನಾಗಿಲ್ಲ. ಮನೆಕಟ್ಟುವಾಗ ಪಟ್ಟ ಶ್ರಮ ದೇವರಿಗೆ ಗೊತ್ತು. ಮಾರುವುದು ಎಷ್ಟು ಕಷ್ಟ ಎಂದು ಈಗಲೇ ತಿಳಿಯಿತು ಇದೆಂತಹ ಕರ್ಮ ಎಂದುಕೊಂಡ.

ಆ ಭಗವಂತನ ಹತ್ತಿರವಾದ್ರೂ ಬೇಡಿಕೊಳ್ಳುವೆ, ಎಂದು ತಿರುಪತಿಗೆ ಹೋದ. ವೆಂಕಟೇಶ್ವರನ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿಂತು, "ಅಪ್ಪಾ ತಿಮ್ಮಪ್ಪ ನನಗೆ ಸಾಕಾಗಿ ಹೋಗಿದೆ. ಹೇಗಾದರೂ ಮಾಡಿ ನನ್ನ ಮನೆಯನ್ನು ಇಪ್ಪತ್ತೈದು ಲಕ್ಷಕ್ಕೆ ಮಾರಿಸಿಕೊಡು ಬಂದ ಹಣದಲ್ಲಿ ಅರ್ಧ ನಿನ್ನ ಹುಂಡಿಗೆ ಹಾಕುತ್ತೇನೆ" ಎಂದು ಬಹಳ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ, ಕಳಕಳಿಯಿಂದ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ ಬೇಡಿಕೊಂಡು ಬಂದ. ಪುಣ್ಯಾತ್ಮಂದು ಅದೇನ್ ಅದೃಷ್ಟಾನೊ ಎಂಬಂತೆ, ತಿರುಪತಿಯಿಂದ ಬಂದ ಮಾರನೆಯ ದಿನವೇ ಯಾರೋ ಗಿರಾಕಿ, ಮೂವತ್ತು ಲಕ್ಷ ಕೊಟ್ಟು ಮನೆಯನ್ನು ಕೊಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಬಂದರು. ಈ ಪುಣ್ಯಾತ್ಮ ಸಂತೋಷಪಡೋದು ಬಿಟ್ಟು, ಆಕಾಶವೇ ತಲೆಮೇಲೆ ಬಿದ್ದೋರ ಹಾಗೆ ಎದೆ ಬಡ್ಕಂಡ, ಅವನಿಗೆ ದುಃಖ ಆಯ್ತು. ಅಯ್ಯೋ ಹಿಂಗಾಯ್ತಲ್ಲ ಮುವತ್ತು ಲಕ್ಷ ಬಂದರೆ, ತಿರುಪತಿ ಹುಂಡಿಗೆ ಹದಿನೈದು ಲಕ್ಷ ಹಾಕಬೇಕಲ್ಲ ನನಗೇನು ಉಳಿಯುತ್ತೆ? ಏನು ಮಾಡಲಿ ಅಂತ ತಲೆ ತಲೆ ಚಚ್ಕಂಡ, ಅವನು ಕೇಳಿದ್ದು ಇಪ್ಪತ್ತೈದು ಲಕ್ಷ , ಅವನಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದು ಮುವ್ವತ್ತು ಲಕ್ಷ. ಆದರೂ ಇಡೀ ರಾತ್ರಿ ನಿದ್ರೆಗೆಟ್ಟು ಯೋಚನೆ ಮಾಡಿದ. ಅವನಿಗೊಂದು ಉಪಾಯ ಹೊಳೆಯಿತು.

ಮರುದಿನ ಮನೆ ತಗಳುವ ಗಿರಾಕಿಯನ್ನು ಕರೆಸಿದ. ಅವನ ಹತ್ತಿರ "ನೋಡಪ್ಪ ನನ್ನ ಮನೆ ನಿನಗೆ ಕೊಡುವಾಗ ಒಂದು ಶರತ್ತು ಇದೆ, ನೀನು ಮನೆ ಖರೀದಿಸುವ ಜೊತೆಗೆ ನನ್ನ ನಾಯಿಯನ್ನು ಕೊಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು" ಎಂದ. ಗಿರಾಕಿಗೆ ಇದು ಒಂದು ತರಹ ವಿಚಿತ್ರ ಅನ್ನಿಸಿದರೂ, ನಾಯಿ ಬೆಲೆ ಎಷ್ಟು ಎಂದ? ಅದಕ್ಕೆ ಇವನು" ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ನೀನೇನು ಯೋಚಿಸಬೇಡ. ನಾಯಿ ಬೆಲೆ ಮುವ್ವತ್ತು ಲಕ್ಷ. ಮನೆ ಬೆಲೆ ಒಂದು ರೂಪಾಯಿ" ಅಂದ. ಗಿರಾಕಿ ಅಯ್ಯೋ ಅಷ್ಟೇ ತಾನೇ ಮುವತ್ತು ಲಕ್ಷ ಕೊಡುವವನಿಗೆ ಒಂದು ರೂಪಾಯಿ ಹೆಚ್ಚೇನು ಅಲ್ಲ ಎಂದು ಒಪ್ಪಿದ. ಈ ಒಪ್ಪಂದದಂತೆ ಮನೆ ಮಾರಿ ಆಯ್ತು.

ಈ ಪುಣ್ಯಾತ್ಮ ತಿಮ್ಮಪ್ಪನಿಗೆ ಹೇಳಿದ "ನೋಡು ಮನೆ ಬೆಲೆ ಒಂದು ರೂಪಾಯಿ. ಅದರಲ್ಲಿ ನಿನಗೂ ಅರ್ಧ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೀನಿ" ಎಂದು ಐವತ್ತು ಪೈಸೆ ಯನ್ನು ತಿರುಪತಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿದ.

> **ನಾವು ಮಾಡೋ ಕೆಲಸ, ಗಳಿಸಿದ ಹಣ, ಹೆಸರು, ನಮ್ಮ ಆತ್ಮಾಭಿಮಾನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬೇಕೇ ಹೊರತು ಅಹಂಕಾರಕಲ್ಲ.**

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

ಸಮೃದ್ಧಿ ಭೈರವ ಭವನ

T.M. ರೋಡ್, ಚುಂಚನಹಳ್ಳಿ, ಶ್ರೀ ಆದಿಚುಂಚನಗಿರಿ ಕ್ಷೇತ್ರ

ಶ್ರೀ ಭೈರವೇಶ್ವರ ಸ್ವಾಮಿ ಭುಕ್ತಿ ಸೇವೆ, ಮದುವೆ, ನಾಮಕರಣ, ಆರತಕ್ಷತೆ,
ಭೀಗರ ಔತಣ, ಮುಂತಾದ ಶುಭ-ಸಮಾರಂಭಗಳಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ

7795808178, 8722127146

Registered with Registrar of News Papers for India No.KARKAN/2018/76081, **Sampreethi Samruddhi,** Mar.- 2026.
License to post without prepayment. License No.**KA/BG/CNA/119/2025-2027,**
Date of publication: **28.02.2026.** Posted at **Magadi Sub Post Office-562120** on **29th** of every month

To,

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