



ನಮಃ ಶಿವಾಯ * ಶಿವಾಯ ನಮಃ



Monthly Spiritual News Letter * ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ

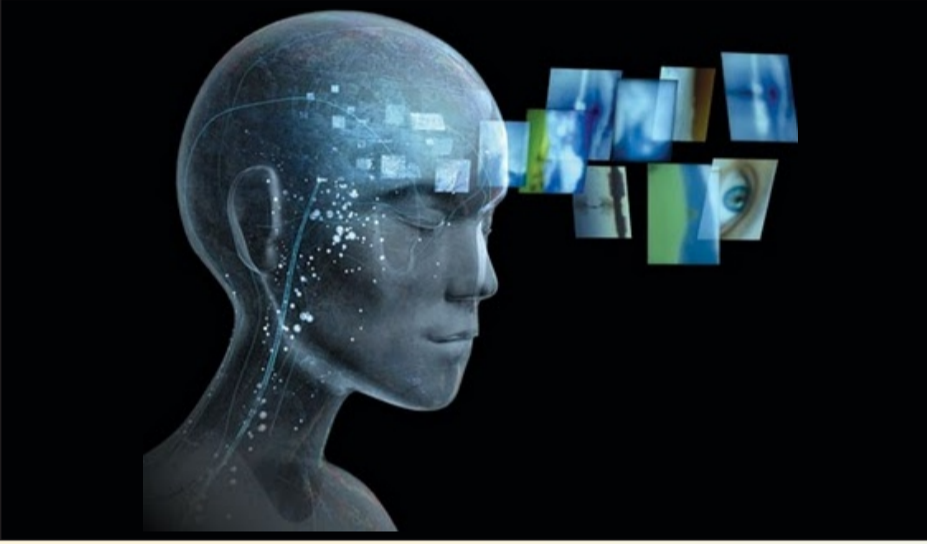
Bengaluru, OCTOBER 2019

Date of Issue : 05-10-2019

Volume - 4 Issue -10

₹-10

Negativity, is it Outside or Inside?



Whether a person is happy or unhappy depends upon the mental perceptions of the person. How a person perceives an incident depends upon the state of mind the person has. When the person has a negative perception, it gives suffering and if the person has positive perception, it gives peace.

Most of us do not know why we perceive the happenings negatively though we are capable of perceiving positively and why we are not able to perceive positively all instances? The reason for our negative perception needs to be found. If we are able to find the reason that creates negative perception, we can certainly avoid the same.

Normally, we term anything that disturbs us as 'Bad' and anything that doesn't disturb us or does not create unpleasant feelings as 'Good'. We often misunderstand that good and bad exists in the external world. But, that is not the case.

The way an incident is perceived by us, good or bad, depends on our state of mind. For example, the same incident may be perceived as bad by one person and may be perceived as good by the other. Let us look at the following illustration.

Krishna Murthy and Rama Murthy were walking on a road, late in the night. The road was deserted. On their way, they found a bundle of 10 rupee notes. Nobody was around to claim it. Krishna Murthy picked it up and counted the money, it amounted to Rs1000. Thanking the stars, they decided to share

ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಹೊರಗಿದೆಯೋ ಅಥವಾ ಒಳಗಿದೆಯೋ?

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಸಂತೋಷವಾಗಿರುವುದು ಅಥವಾ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮಾನಸಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಒಂದು ಘಟನೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತಾನೆ ಎಂಬುದು ಕೂಡ ಅವನ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವಾಗ, ಆ ಘಟನೆ ಅವನಿಗೆ ತೊಂದರೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಒಂದುವೇಳೆ ಆತ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಅದರಿಂದ ಅವನಿಗೆ ಶಾಂತಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ.

ಹಲವಾರು ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ನಾವೇಕೆ ಅವುಗಳನ್ನು ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿಯೇ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತೇವೆ? ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಘಟನೆಗಳನ್ನೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿಯೇ ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ನಮಗೆ ಏಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ? ಎಂಬುದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳಿಗೆ ನಾವು ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಲು ಕಾರಣವೇನು ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ನಾವು ಅದರಿಂದ ಖಂಡಿತ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ನಮಗೆ ತೊಂದರೆ ಕೊಡುವ ಯಾವುದನ್ನೇ ಆದರೂ ನಾವು ಅದನ್ನು 'ಕೆಟ್ಟದ್ದು' ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ತೊಂದರೆ ಕೊಡದೆ ಅಹಿತವಾದ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದಿಲ್ಲವೋ ಅವುಗಳನ್ನು 'ಒಳ್ಳೆಯದು' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ಈ ಒಳ್ಳೆಯದು ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಎರಡೂ ಹೊರ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿದೆ ಎಂದು ಪದೇಪದೇ ನಾವು ತಪ್ಪು ತಿಳಿಯುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಅದು ಹಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಒಂದು ಘಟನೆಯನ್ನು ಒಳ್ಳೆಯದು ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಎಂಬುದಾಗಿ ನಾವು ಗ್ರಹಿಸುವ ರೀತಿ ನಮ್ಮ ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಂದೇ ಘಟನೆಯನ್ನು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕೆಟ್ಟದ್ದಾಗಿಯೂ, ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗಿಯೂ ಗ್ರಹಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಈ ಕೆಳಗಿನ ದೃಷ್ಟಾಂತದಿಂದ ತಿಳಿಯೋಣ.

ತಡರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿ ಮತ್ತು ರಾಮಮೂರ್ತಿ ಇಬ್ಬರೂ ರಸ್ತೆಯ ಮೇಲೆ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರು. ರಸ್ತೆ ನಿರ್ಜನವಾಗಿತ್ತು. ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ 10/- ರೂಪಾಯಿಗಳ ನೋಟಿನ ಕಂತೆ ಕಂಡಿತು. ಅದನ್ನು ತಮ್ಮದು ಎನ್ನಲು ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಯಾರೂ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿ ಹಣವನ್ನು ಎತ್ತಿಕೊಂಡು ಎಣಿಸಿದಾಗ ಅದರಲ್ಲಿ 1000/- ರೂ.ಗಳಿದ್ದವು. ಅದೃಷ್ಟ ಎಂಬ ಭಾವಿಸಿ ಇಬ್ಬರೂ ಹಣವನ್ನು ಸಮವಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಂಡು ಸಂತೋಷವಾಗಿ ಮನೆಗೆ ಹೋಗಲು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿದರು. ಅನಂತರ ಅವರು ಒಂದು ಬಸ್ಸನ್ನು ಹತ್ತಿದರು. ಅವರು ಮನೆಯನ್ನು ತಲುಪುವ ಮುನ್ನವೇ ತಿಳಿಯದಂತೆ ಯಾರೋ ಇಬ್ಬರಿಂದಲೂ ಕೆಲವು ನೋಟುಗಳನ್ನು ಕದ್ದಿದ್ದರು. ಮನೆ ಸೇರಿದ ನಂತರ ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿ ಹಣವನ್ನು ಎಣಿಸಿದಾಗ ಅದರಲ್ಲಿ ಕೇವಲ 490/-ರೂ.ಗಳು ಇದ್ದದ್ದು ಕಂಡುಬಂದಿತು. ಅದರಂತೆಯೇ, ರಾಮಮೂರ್ತಿಯೂ ಹಣವನ್ನು ಎಣಿಸಿದಾಗ ಅದರಲ್ಲಿ ಕೇವಲ 450/- ರೂ.ಗಳು ಇರುವುದು ಕಂಡುಬಂತು. ಅನಾಯಾಸವಾಗಿ ದೊರೆತ ಹಣದಲ್ಲಿ ಕೇವಲ 10/- ರೂ.ಗಳು ಕಳೆದುಹೋಗಿದ್ದಕ್ಕೆ ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿಯವರಿಗೆ ತಡೆಯಲಾರದ ಪರಿತಾಪ ಉಂಟಾಗಿತ್ತು, ಆದರೆ ರಾಮಮೂರ್ತಿಯವರು ತಮಗೆ 450/-ರೂ.ಗಳು ಲಾಭವಾಯಿತೆಂದು ಹರ್ಷಪಟ್ಟರು. ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿಯವರಿಗೆ ಅವರಲ್ಲಿದ್ದ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯಿಂದಾಗಿ ಹಣ ಸಿಕ್ಕಿದ್ದರೂ ಸಂತೋಷಪಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ಘಟನೆಯು ಒಂದೇ ಆದರೂ ವಿವಿಧ ಜನರಿಗೆ ವಿಧವಿಧವಾದ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ನಾವು ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿರುವ ಒಂದು ಕನ್ನಡಕದ ತರಹ ಇರುವುದು.

Cont on page - 3

3ನೇ ಪುಟದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆದಿದೆ

ಶಿವಾಲಿಟಿ, ನನಗೆ ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ?

ಮೇಲಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಯ ಉತ್ತರ, ಈ ಕೆಳಗಿನ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ರೂಪದಲ್ಲಿದೆ.
ಸರ್ವೇ ಭವಂತು ಸುಖಿನಃ, ಸರ್ವೇ ಸಂತು ನಿರಾಮಯಾಃ
ಸರ್ವೇ ಭದ್ರಾಣಿ ಪಶ್ಯಂತು, ಮಾ ಕಶ್ಚಿದ್-ದುಃಖ-ಭಾಗ್-ಭವೇತ್
ಓಂ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ

ಎಲ್ಲರೂ ಸಂತೋಷವಾಗಿರಲಿ, ಎಲ್ಲರೂ ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಲಿ.
ಎಲ್ಲರೂ ಪವಿತ್ರತೆಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲಿ, ಯಾರೂ ತೊಂದರೆ ಪಡದಿರಲಿ.

ಎಂಬುದೇ ಮೇಲಿನ ಶ್ಲೋಕದ ಅರ್ಥ.

ಮನುಷ್ಯರಾಗಿರುವ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಫಲಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲೆಂದೇ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಗೋಚರಿಸುತ್ತಿದೆ. ಇವು ಅಭದ್ರತೆ, ಭಯ, ಆತಂಕ, ಚಿಂತೆಗಳು, ನಿರಾಸೆಗಳು ಹಾಗೂ ವಿಫಲತೆಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಒದಗಿರಬಹುದು. ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಒಂದುವೇಳೆ ನಮಗೆ ಜಯ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷ ಕಂಡುಬಂದರೂ ಕೂಡ ಅವು ಕ್ಷಣಿಕ ಮತ್ತು ಅಶಾಶ್ವತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೂ, 'ಬಾಳಿಗೆ ಹೆದರಿಕೆಯನ್ನು ತರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಸತ್ಯವಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬಾಳನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಬಹುದು' ಎಂಬುದಾಗಿ ಶಿವಾಲಿಟಿ ತತ್ವದ ಪ್ರತಿಪಾದಕರೂ, ಈ ಪದ್ಧತಿಯ ಸ್ಥಾಪಕರೂ ಆಗಿರುವ ಶಿವಗುರು ಸತ್ಯಶ್ರೀ ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ಶಿವಬಾಲನ್ (ಎಸ್‌ಎಸ್‌ಬಿ) ರವರು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮಾನವರ ಬಾಳಿನ ಇಂದಿನ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಯನ್ನು ಅವರು ದುರ್ಬಲ ಮನಸ್ಸಿನ ಜನರ ಒಳಗಿನ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಹಾಗೂ ಈ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೀಗೆ ಮುಂದುವರಿಯಲು ಬಿಟ್ಟರೆ ಅದು ಮಾನವರಿಗೆ ಕೆಡುಕನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಪೂರ್ವಗ್ರಹ, ಭೇದಭಾವ, ಮತರ ಹಾಗೂ ದ್ವೇಷ ಮುಂತಾದ ಭಯಮಿಶ್ರಿತ ಅಂಶಗಳ ಸಮೂಹದೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಂಡು 'ಬಹಿರಂಗ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಲಕ್ಷಣಗಳ' ಮೂಲನೆಯೇ ಆಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಗುಣಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಗೇ ಆಗಲೇ ಅಥವಾ ಮಾನವ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಆಗಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಅಪರಾಧಿಗಳನ್ನು / ದುಷ್ಕರ್ಮಿಗಳನ್ನು ಇರಿಸಿರುವ ಜೈಲಿನ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಸಮಾನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಜೈಲುಶಿಕ್ಷೆಯು ಅಪರಾಧಿಗಳನ್ನು ಸಮಾಜದಿಂದ ದೂರವಿಡುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಅವರಿಗೆ ಬಾಳಿನ ಅಗತ್ಯ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಸಿಗದಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ; ಅನೇಕವೇಳೆ ಅವರು ಜೈಲಿನಲ್ಲಿರುವ ಇತರ ಅಪರಾಧಿಗಳಿಂದಲೂ ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಗಾಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅಪರಾಧಿಗಳನ್ನು ಆ ರೀತಿ ನಡೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಅವರ ಮನಸ್ಸು ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದುವುದಿಲ್ಲ. ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಜನರ ಬಾಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವಂತಹ ಯಾಂತ್ರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಘಾಸಿಗೊಂಡ ಜನರು ದೇವರನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮುಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಪೂರ್ಣಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಎಂಬ ಜನರು ತಮ್ಮ ಒಳಮನಸ್ಸಿನ ಹಾಗೂ ಹೊರಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಆಚರಣೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದಾಗ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೂ ಬಹಿರಂಗದಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಗುಣಗಳಿಂದ ದೂರ ಇರುವವರನ್ನು ಒಳ್ಳೆಯ ಜನರೆಂದೂ, ಒಳಗೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಹಾಗೂ ಹೊರಗೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಗುಣಗಳು ಎರಡೂ ಹೊಂದಿರುವವರನ್ನು ಕೆಟ್ಟವರು ಎಂದು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಕೆಟ್ಟವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಕ್ರಮೇಣ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದ್ದು ಸಮಾಜ ಹೆಚ್ಚು ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಬದಲಾಗಿದೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಮಾನವರ ಬಾಳಿನ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅಂಶದಲ್ಲೂ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಇಲ್ಲದಿರುವಿಕೆಯನ್ನು ಹಾಗೂ ಅಶಾಂತಿಯನ್ನು ನಾವು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಅದರ ಫಲಿತಾಂಶವಾಗಿ ಸಮಾಜದ ಪ್ರಸಕ್ತ ಹಾನಿಕರ ಸ್ಥಿತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಆಳವಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸಿರುವ ಶಿವಗುರುಗಳು ಸತ್ಯಶ್ರೀ. ಎಸ್‌ಎಸ್‌ಬಿ.ರವರು, 'ತಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಮುದ್ರಣಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಪ್ರತಿದಿನದ ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಅವರಲ್ಲಿ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗುವ ಭಾವನೆಗಳು ಹಾಗೂ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಜನರು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಅಪಜಯಗಳು, ವಿಫಲತೆಗಳು, ಪೂರ್ಣವಾಗದ ಆಸೆಗಳು ಹಾಗೂ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಮುಂತಾದ ಭಾವನೆಗಳು ಮನುಷ್ಯ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮುದ್ರಣಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ, ಮನಸ್ಸಿನ ಆಳದಲ್ಲಿ (ಸುಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ) ಸಂಗ್ರಹವಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ಮುದ್ರಣಗಳು ಮರೆಯಲಾಗದ ನೆನಪುಗಳಾಗಿ ಬದಲಾವಣೆ ಹೊಂದಿ ಜನರನ್ನು ಕಾಡುತ್ತವೆ. ಹಿಂದಿನ ಅನೇಕ ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿ ಮನೋಮುದ್ರಣಗಳ ಮೊತ್ತವಾಗಿರುವ ಹಾಗೂ 'ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯ'ವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದಿರುವ ಈ ಅಂಶವು ಜನರನ್ನು ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ

ಬದಲಾಗುವುದನ್ನು ನಾವು ನಿಯಂತ್ರಿಸದಿದ್ದರೆ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಅವ್ಯವಸ್ಥೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ದೇಶಗಳ ನಡುವೆಯಿರುವ ಪರಸ್ಪರ ಬಾಂಧವ್ಯ ಕ್ಷೀಣವಾಗತೊಡಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಯಾವುದೇ ಯುದ್ಧದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಉಂಟಾದಲ್ಲಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಸೈನ್ಯಗಳನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಿ ಸಿದ್ಧವಾಗಿ ಇರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಇಂದು, ತಮಗೆ ಏನು ದೊರೆತಿದೆಯೋ ಅಷ್ಟರಿಂದ ಜನರು ಸಂತೋಷವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಅವರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಬೇಕಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಅವರು ಈಡೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಆಸೆಗಳು ಇನ್ನೂ ಸಾಕಷ್ಟಿವೆ. ತಮ್ಮ ಆಸೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಬದಲಾವಣೆಗೆ ಸಿದ್ಧರಾಗಿಲ್ಲದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಜನರು ಕಳ್ಳರು, ಢಕಾಯಿತರು, ಅಪರಾಧಿಗಳೂ ಆಗಿ ಬದಲಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅಂತಹ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಜನರೇ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಕಂಡುಬರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ರಾಜಕೀಯದಲ್ಲಿರುವ ಇಂತಹ ಜನರು ಇಡೀ ಸರ್ಕಾರದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲೇ ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರವನ್ನು ತುಂಬಿದ್ದಾರೆ. ಅಸಹಾಯಕರಾಗಿರುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರು ಅದನ್ನು ಕೇವಲ ಮೂಕಪ್ರೇಕ್ಷಕರಾಗಿ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕೆಲವು ಜನರು ನಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿ ಬದಲಾದಾಗ, ಅವರು ಇತರರನ್ನೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕರನ್ನಾಗಿಸಲು ಬಲಾತ್ಕರಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅದರಿಂದ ಇಡೀ ಸಮಾಜವೇ ಭ್ರಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಶಿಕ್ಷಣ, ವ್ಯಾಪಾರ, ಕಾರ್ಖಾನೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳು, ವಾಣಿಜ್ಯ, ಆರ್ಥಿಕ ವಲಯ ಮುಂತಾದ ಬಾಳಿನ ಎಲ್ಲಾ ರಂಗಗಳಲ್ಲೂ ದುರ್ವ್ಯವಹಾರ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. 'ಏನೇ ಆದರೂ ಈ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಬಾಳಬೇಕೇ ವಿನಃ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ' ಎಂದು ಜನರು ನಂಬಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಅವರು ಈ ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ 'ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ'ಯ ನಿಯಮಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಬಾಳು ಸಂತೋಷಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನೇ ಮರೆತುಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ತರುಣ ಮನಸ್ಸುಗಳು ಕೂಡ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗೆ ವಶವಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಅರಿವಿಲ್ಲದೆಯೇ ಅವರೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗುತ್ತಾರೆ. ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ ಸಮಾಜವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನೂ 'ನಕಾರಾತ್ಮಕ'ರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ. ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಪಂಚ ಎಂದಿಗೂ 'ನಕಾರಾತ್ಮಕ'ವಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ತಿಳಿದು ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕೆಲವರು ಮಾತ್ರ ತಮ್ಮ ಧಾರ್ಮಿಕತೆಯ ಮೂಲಗಳು ಹಾಗೂ ನಂಬಿಕೆಗಳ ಕಡೆ ಗಮನಕೊಡದೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಕೃಪೆ ಹಾಗೂ ಅನುಗ್ರಹವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಲುವಾಗಿ ಅವರು ದೇವರನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಲು ಒಲವು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಜನರು ನಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿ ಬದಲಾಗಲು ಬಡತನವೇ ಕಾರಣವಾಗಿತ್ತು. ಆದರೆ ಈಗಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಿರುದ್ಯೋಗ, ಈಡೇರದ ಆಸೆಗಳು ಹಾಗೂ ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಂಗ್ರಹಿಸಬೇಕೆಂಬ ಅನುಚಿತ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಜನರನ್ನು ನಕಾರಾತ್ಮಕರನ್ನಾಗಿ ಹಾಗೂ ಅತ್ಯಪ್ತರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ.

ಮನುಷ್ಯರು 'ನಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿ' ಬದಲಾಗುವವರೆಗೂ ಮಾನವತೆಯನ್ನು ನಾವು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ ಅವರನ್ನು 'ನಕಾರಾತ್ಮಕ' ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನಾಗಿ ಬದಲಿಸಲು ನಮಗೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಸೂಕ್ತ ಪದ್ಧತಿಯ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ. ನಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಲು ಜನರಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಅನೇಕ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ ಮನುಷ್ಯ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ 'ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ'ಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿ ಕ್ರಮೇಣ ಅವರನ್ನು ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಲು, ಎಸ್‌ಎಸ್‌ಬಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ (ಎಸ್‌ಎಸ್‌ಬಿಎಸ್‌ಎಸ್‌ಎಫ್) ಶಿವಗುರುಗಳು (ಎಸ್‌ಎಸ್‌ಬಿ) ಶಿವಾಲಿಟಿ ಎಂಬ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದಿದ್ದಾರೆ. ನಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿ ಬದಲಾದ ನಂತರ ಅಭ್ಯಾಸಿಗಳು 'ಒಳಗಿನ ಮತ್ತು ಹೊರಗಿನ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ' ಎರಡನ್ನೂ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಅವರಲ್ಲಿ ಭಯ ಹಾಗೂ ಇನ್ನಿತರ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅಂಶಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ನಾಶಪಡಿಸುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳು ಮಾತ್ರ ಉಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಶಿವಗುರುಗಳು 'ಶಿವಂ' ಸ್ಥಿತಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ಒಂದು ದಶಕದ ಕಾಲ 'ಶಿವಾಲಿಟಿ' ಎಂಬ ಸಾಧನ ಪದ್ಧತಿಯ ಮೂಲಕ ಮಾರ್ಪಾಟುಗಳಿಲ್ಲದಂತೆ ಪ್ರಮಾಣೀಕರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅನೇಕ ಅನ್ವೇಷಕರು ಗುರುಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಈ ಸಾಧನ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ! ಶಿವಾಲಿಟಿ ಅಭ್ಯಾಸಿಗಳ ಬಾಳು ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಬದಲಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯಿಂದ ಬದಲಾವಣೆ ಹೊಂದದೆ ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಶಾಂತಿಯುತವಾದ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

PRANAVA DIAGNOSTIC LABORATORY

Dr. S.N. Jayaprakash MBBS., MD.

Pranava Clinic

Regd 9269, Consulting Physician

COMPLETE HEALTH CARE

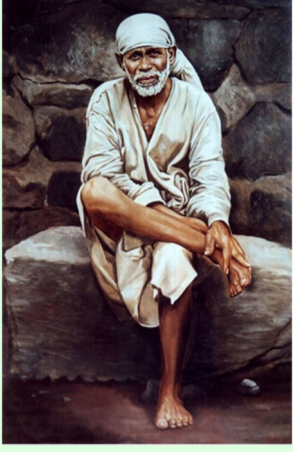
Facilities: Laboratory, ECG & Nebulization

Timings: Week Days: 8 A.M to 2 P.M & 4 P.M to 8 P.M. Sunday: 8 A.M to 1 P.M

No.2265, 9th Main, 22nd Cross, Opp State bank of India, B.S.K 2nd stage, Bangalore - 560 070. PH-080-26760906



Sai Baba of Shirdi



Sai Baba of Shirdi, also known as Shirdi Sai Baba, was an Indian spiritual master who is regarded by his devotees as a saint, a fakir, a satguru. He is revered by both his Hindu and Muslim devotees during, as well as after his lifetime.

Saibaba is now revered as incarnation of Sri Dattatreya and considered as Saguna Brahma. He lived in Shirdi, Ahmednagar District of Maharashtra. Saibaba is supposed to have taken birth in the year 1838. He entered Mahasamadhi in the year 1908. He is attributed to be the creator, sustainer and destroyer of this universe by his devotees. He is decorated with jewels and all forms of Hindu vedic deities as he

is believed by his followers to be the supreme God.

He led an ascetic life, sitting motionless under a neem tree and meditating while sitting in an asana.

The people of the village were wonder-struck to see such a young lad practicing hard penance, not minding heat or cold.

According to accounts from his life, he preached the importance of realization of the self and criticized love towards perishable things. His teachings concentrate on a moral code of love, forgiveness, helping others, charity, contentment, inner peace and devotion to the God and guru. He stressed the importance of surrender to the true Satguru, who, having trod the path to divine consciousness, will lead the disciple through the jungle of spiritual training.

Sai Baba opposed all persecution based on religion or caste. He was an opponent of religious orthodoxy — Christian, Hindu and Muslim. His teaching combined elements of Hinduism and Islam: he gave the Hindu name Dwarakamai to the mosque in which he lived, practised both Hindu and Muslim rituals, taught using words and figures that drew from both traditions. His well-known epigrams are Allah Malik (God is King) and Sabka Malik Ek (Everyone's Master is One). He is also known to have said Look to me, and I shall look to you and Allah tera bhala karega.

Sai Baba encouraged his devotees to pray, chant God's name, and read holy scriptures. He told Muslims to study the Qur'an and Hindus to study texts such as the Ramayana, Bhagavad Gita and Yoga Vasistha. He was impressed by the philosophy of the Bhagavad Gita and encouraged people to follow it in their own lives. He advised his devotees and followers to lead a moral life, help others, love every living being without any discrimination, and develop two important features of character: devotion (Shraddha) and patience (Saburi). He criticised atheism.

In his teachings, Sai Baba emphasised the importance of performing one's duties without attachment to earthly matters and of being content regardless of the situation.

Sai Baba interpreted the religious texts of both Islam and Hinduism. His philosophy also had numerous elements of bhakti. The three main Hindu spiritual paths — Bhakti Yoga, Jnana Yoga, and Karma Yoga — influenced his teachings.

Sai Baba encouraged charity and stressed the importance of sharing. He said "Unless there is some relationship or connection, nobody goes anywhere. If any men or creatures come to you, do not discourteously drive them away, but receive them well and treat them with due respect. Sri Hari (God) will certainly be pleased if you give water to the thirsty, bread to the hungry, clothes to the naked, and your verandah to strangers for sitting and resting. If anybody wants any money from you and you are not inclined to give, do not give, but do not bark at him like a dog".

Cont on page - 4

Cont from page - 1

the money equally and go home happily. They boarded a bus. Before they reached home, someone subtly stole a few notes from each of them. Upon reaching home Krishna Murthy counted the money and found he had only Rs 490. Likewise, when Rama Murthy counted his money and found that he had only Rs 450. Having lost Rs 10 Krishna Murthy's agony was totally miserable while Rama Murthy was still ecstatic as he had made a profit of Rs 450. It is the negativity in Krishna Murthy that prevented him from enjoying what he had gained. Thus the same incident gives different results to different people. The mind is like the lens through which one perceives the world. The impressions in the mind are like dirt on the lens which throws a bad light on the incidents of the world. Like removing dirt on lens, when the impressions are removed from the mind, we can view the incidents of the world with clarity. A person with positivity, a Divine personality, always perceives an incident just as an incident. There is no judgment about good or bad. Incidents happen as they are meant to be. He is unaffected by the incidents around. Being Divine is not a far-fetched condition as it is already available within. Only search for it has to begin, definitely one day, everyone can reach the condition of Divine.

Sufferings in this world can be removed only by realizing the Divine within. Our materialistic acquisitions can give only a temporary satisfaction to the mind, it cannot remove our suffering. Divine is not against our enjoyment with material comforts.

1ನೇ ಪುಟದಿಂದ ಮುಂದುವರಿದಿದೆ

ಕನ್ನಡಕದ ಮೇಲಿರುವ ಮಲಿನತೆಯಂತೆ, ಮನಸ್ಸಿನ ಮುದ್ರಣಗಳು ನಾವು ನೋಡುವ ಪ್ರಪಂಚದ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಕೆಟ್ಟದಾಗಿ ಕಾಣುವಂತೆ ಬೆಳಕು ಬೀರುವುದು. ಗಾಜಿನ ಮೇಲಿರುವ ಕೊಳೆಯನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಿದಂತೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಮುದ್ರಣಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿದರೆ, ನಾವು ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನೋಡಬಹುದು. ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿರುವ ಒಬ್ಬ ದೈವಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಒಂದು ಘಟನೆಯನ್ನು ಅದೊಂದು ಘಟನೆಯಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಗ್ರಹಿಸುವನು. ಆ ಘಟನೆ ಒಳ್ಳೆಯದು ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ತೀರ್ಮಾನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಘಟನೆಗಳು ಹೇಗಾಗಬೇಕೋ ಹಾಗೆ ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಸುತ್ತಮುತ್ತಲೂ ನಡೆಯುವ ಘಟನೆಗಳು ಅವನ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರುವುದಿಲ್ಲ. ದೈವಿಕತೆ ಎನ್ನುವುದು ಈಗಾಗಲೇ ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವುದರಿಂದ ಅದನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ದುರ್ಲಭವೇನೂ ಅಲ್ಲ. ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಅದರ ಶೋಧನೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರೆ ಸಾಕು, ಒಂದು ದಿನ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ದೈವಿಕ ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ದೈವಿಕತೆಯನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡಾಗ ಮಾತ್ರ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಿಂದ ಬರುವ ದುಃಖಗಳಿಂದ ನಾವು ಪಾರಾಗಬಹುದು. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕವಾದ ಆಸ್ತಿಪಾಸ್ತಿಗಳು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ನೀಡಬಲ್ಲದು, ಆದರೆ ಅವು ನಮ್ಮ ದುಃಖಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲಾರದು. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಸೌಲಭ್ಯಗಳಿಂದ ನಾವು ಸುಖವಾಗಿರುವುದಕ್ಕೆ ದೈವಿಕತೆ ವಿರೋಧಿಯಲ್ಲ.

NEW PUSHYAMEE MEDICALS

Shop No.3, Ground Floor, Commercial Complex, Next to Ram Mohan Provision Stores, #48/2, 8th Main, 13th Cross, Malleshwaram, Bangalore - 560 003



All Major Debit / Credit Cards Accepted

FREE HOME DELIVERY

Timing 8.00 a.m. to 11 p.m. - Open 7 days a week



Ph : 080-42199476

080-23440909

Mob : 98450 11220



Now under the guidance of Mr. Vasant N. Nadkarni - Experienced Pharmacist, formerly of the Popular Stores, Malleshwaram

Medicine, Baby Food, Toiletry * Cosmetics (Biotique/Lotus/Lakme/Ayur/Himalaya) * personal Care Products

Rehabilitation Aids Like - Walkers Crutches, Walking Stick * Commode, Abdominal belt, L.S Belt * M C R Footware

Cheque Drop Facility - for ABN - AMRD, HSBC, SCB Touchtel, Citi Bank, Airtel etc.

AVAIL SENIOR CITIZENS DISCOUNT

E-Mail id : newpushyameemedicals@gmail.com, suresh.tukaram@gmail.com

RNI No: KARBIL/2014/57866

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

[ಪುಟಗಳು : 4]

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

Cont from Page 3

Famous Quote from Sai Baba

1. Trust in the Guru fully. That is the only Sadhana.
2. Surrender completely to God.
3. I am the slave of my devotee.
4. Stay by me and keep quiet. I will do the rest.
5. My treasury is open but no one brings carts to take from it. I say, "Dig!" but no one bothers.
6. This body is just my house. My guru has long ago taken me away from it.
7. If you are wealthy, be humble. Plants bend when they bear fruit.
8. Spend money in charity; be generous and munificent but not extravagant.
9. Get on with your worldly activities cheerfully, but do not forget God.
10. Whatever creature comes to you, human or otherwise, treat it with consideration.
11. Do not be obsessed by the importance of wealth.
12. See the divine in the human being.
13. Do not bark at people and don't be aggressive, but put up with others' complaints.
14. There is a wall of separation between oneself and others and between you and me. Destroy this wall!
15. Give food to the hungry, water to the thirsty, and clothes to the naked. Then God will be pleased.
16. Saburi (patience) ferries you across to the distant goal.
17. The four sadhanas and the six Sastras are not necessary. Just have complete trust in your guru: it is enough.
18. God is not so far away. He is not in the heavens above, nor in hell below. He is always near you.
19. If anyone offends you do not return tit for tat.
20. What God gives is never exhausted, what man gives never lasts.
21. Be contented and cheerful with what comes.
22. Whoever withdraws their heart from wife, child, and parents and loves me, is my real lover.
23. Distinguish right from wrong and be honest, upright and virtuous.

All communications can be addressed to: The Hon. Secretary, SSB Socio Spiritual Foundation, # 2, 3rd Cross, Opp. to Vijaya Bank, Katriguppe Main Road, BENGALURU - 560 085.
Mob No.-90359 19050

All donations are exempt u/s 80G of Income tax act of 1961.

ಆಗಸ್ಟ್ ತಿಂಗಳ ಕಥೆಯನ್ನಾಧರಿಸಿ ಕೊಟ್ಟ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರ:

1. ಸಂತರು ತಮ್ಮ ಕೆಲವು ನಂಬಿಕೆಗಳು (ತೀರ್ಪು ನೀಡುವ ರೀತಿ) ಲೋಕಾರೂಢಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿರಬಹುದು. ಅದು ಜನರಿಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬ ತಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸಿದರು.
2. ಕಳ್ಳನಿಗೆ ಆರು ತಿಂಗಳ ಶಿಕ್ಷೆ ವಿಧಿಸಿದರೆ, ಶ್ರೀಮಂತನಿಗೆ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಶಿಕ್ಷೆಯನ್ನು ವಿಧಿಸಿದರು.
3. ಶ್ರೀಮಂತನು ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪಿಗಾಗಿ ಜನರಿಗೆ ಸಂತರು ಆದಾಯದ 30% ತೆರಿಗೆ ನೀಡಬೇಕಾಗಿ ಆದೇಶಿಸಿದರು.

ಬಹುಮಾನ ವಿಜೇತರು:

ಎಮ್.ವಿ.ಶ್ರೀಲತಾ

154/11, 36 ನೇ ಅಡ್ಡ ರಸ್ತೆ, 7 ನೇ ಬ್ಲಾಕ್, ಜಯನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-70

ಆಗಸ್ಟ್ ತಿಂಗಳ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರ:

1. ಗುರುಗಳಿಗೆ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಸಮರ್ಪಣೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ.(ಬಿ)
2. ಪತಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಯಾರನ್ನು ನೆನೆಯದವಳು.(ಎ)
3. ಜೀವಂತವಾಗಿರುವ ಸ್ತ್ರೀಯನ್ನು ದಾನ ಕೊಡುವುದರಿಂದ.(ಡಿ)

ಬಹುಮಾನ ವಿಜೇತರು: ಯಾರು ಇಲ್ಲ

ಮನೆಮದ್ದು- ಕೆಲವು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಸೂಚನೆಗಳು



1. ಕಿತ್ತಳೆ ಹಣ್ಣಿನ ನಿಯತ ಸೇವನೆಯು ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ.
2. ದಾಳಿಂಬೆ ಸಿಪ್ಪೆಯ ಪುಡಿವನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ತಲೆಗೆ ಹಚ್ಚಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಕೂದಲು ಉದರುವುದು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
3. ಬೆಂಜಿಗಡದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಅರೆದು ಹಚ್ಚಿದರೆ ಗಾಯಗಳು ಬೇಗ ವಾಸಿಯಾಗುತ್ತವೆ.
4. ಕಿರಾತ ಕಡ್ಡಿ(ನೆಲಬೇವು)ಯ ಎಲೆಗಳಿಂದ ಕಷಾಯ ತಯಾರಿಸಿ ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಮಧುಮೇಹ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ.
5. ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಬಸಳೆಸೊಪ್ಪಿನ ಕ್ರಮಬದ್ಧ ಸೇವನೆಯಿಂದ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.
6. ಪ್ರತಿದಿನ ತಲೆಗೆ ನಿಂಬೆರಸ ಹಚ್ಚಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿ ಅರ್ಧಗಂಟಿಯನಂತರ ಸ್ನಾನಮಾಡುವುದರಿಂದ ತಲೆಯ ತುರಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.
7. ಪ್ರತಿದಿನ ದಾಳಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಜ್ಯೂಸ್ ಕುಡಿದರೆ ಪಿತ್ತ ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ.
8. ಜೋಳದ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಮಿದುಳು ಹಾಗೂ ನರಮಂಡಲ ಸುಗಮವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



Sri Raghavendra Provision Stores



No. 149, 2nd Main, 2nd Block, S.V. Road, T.R. Nagar, Bangalore - 560 028. Mob-8105914094

Printed and Published by C.G. Jagannatha Sharma on behalf of SSB Socio-Spiritual Foundation, Printed at Lavanya Mudrana, No.19, near Vidhyapeeta circle, Banashankari 1st stage, Bangalore - 560050, Published at #429, 3rd block, Vishweshwaraya layout, Bangalore-560110, (Karnataka) Phone: 91-080-49595696 Editor C.G. Jagannatha Sharma. Responsible for selection of news under PRB Act.