ಪರಿಜ್ಞಾ ಪತ್ರಿಕಾ - ಯುಗಾದಿ 2022

News from…. Srivali High School

ಸಂಜನಾ ನಾಗಪ್ಪ ನಾಯ್ಕ, ಮೋನಿಕಾ ಜಂಟಕರ ನಾಯ್ಕ, ಚಂದನಾ ಪಾಂಡುರಂಗ ನಾಯ್ಕ,
8ನೇ ತರಗತಿ 'ಎ' ವಿಭಾಗ ಶ್ರೀವಲಿ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ, ಚಿತ್ರಾಪುರ.

ದೀಪಕ್ ರಾಜೀವ ಆಚಾರಿ, ಶ್ರೇಯಸ್, ಪ್ರಜ್ವಲ ದೇವೇಂದ್ರ ನಾಯ್ಕ, 9ನೇ ತರಗತಿ 'ಬಿ' ವಿಭಾಗ.

ಮದನಕುಮಾರ ಮುರ್ಡೇಶ್ವರ, 8ನೇ ತರಗತಿ, 'ಎ' ವಿಭಾಗ.

ಮದನ ಕುಮಾರ ಮುರ್ಡೇಶ್ವರ ,
8ನೇ ತರಗತಿ 'ಎ' ವಿಭಾಗ
ಶ್ರೀವಲಿ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ, ಚಿತ್ರಾಪುರ.

ಲಲಿತಾ ವೆಂಕಟ್ರಮಣ ಪಟಗಾರ , 8ನೇ 'ಬಿ' ತರಗತಿ.

News from.... Srivali High School

ನನ್ನ ಅಮ್ಮ

ಅಮ್ಮ, ಅಮ್ಮ, ಅಮ್ಮ . ಅಮ್ಮ,
ನಿನ್ನ ಕರುಣೆಗೆ ನಿನ್ನ ಮಮತೆಗೆ ಬೆಲೆಯಿಲ್ಲ.
ಎಂದಿಗೂ ನೀನು ನನ್ನ ಮೊದಲ ಗುರು
ಅ,ಆ,ಇ,ಈ ಕಲಿಸಿದ ಮೊದಲ ಗುರು
ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಕಲಿಸಿದ ಮೊದಲ ಗುರು
ವಿನಯವ ಕಲಿಸಿದ ಮೊದಲ ಗುರು
ತಾಯಿಯ ಋಣ ತೀರಿಸಲಾಗದು,
ಯಾರಿಂದಲೂ ಇದು ಸಾಧ್ಯವೇ ಆಗದು,
ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ನುಡಿಯುವ ಮೊದಲ ನುಡಿಯೇ ಅಮ್ಮ,
ಬಿದ್ದಾಗ ಕೂಗುವ ಮೊದಲ ಕೂಗೇ ಅಮ್ಮ
ವಿದ್ಯೆಯ ಕಲಿಸಿ ವಿನಯವ ಕಲಿಸಿ,
ಬೆಳೆಸಿ, ಮುನ್ನಡೆಸುತ್ತಾಳೆ ಅಮ್ಮ.
ತಪ್ಪಿದಾಗ ತಿದ್ದಿ ಬುದ್ಧಿಹೇಳುವವಳು ಅಮ್ಮ,
ಅಮ್ಮ ನನಗೆ ನೀನೇ ದೇವರಮ್ಮ.
ಎಷ್ಟು ಹೇಳಿದರೂ ಪದಗಳು ಸಾಲದು ಅವಳ ಬಗ್ಗೆ
ಏಕೆಂದರೆ ನನ್ನ ಉಸಿರೇ ನನ್ನಮ್ಮ
ನನ್ನ ಜೀವನೇ ನನ್ನಮ್ಮ. ಏಕೆಂದರೆ
ಅವಳೇ ನನ್ನ ಆರಾಧ್ಯ ದೈವ.

ಧವನ್ ಮಂಜುನಾಥ ನಾಯ್ಕ, 8ನೇ ತರಗತಿ. 'ಬಿ' ವಿಭಾಗ.

ನನ್ನ ಗುರುಗಳು

ಅಜ್ಞಾನವೆಂಬ ಕತ್ತಲೆಯಲ್ಲಿ,
ಸುಜ್ಞಾನವೆಂಬ ಬೆಳಕನ್ನು ಬೆಳಗಿಸಿ,
ಅಕ್ಷರವೆಂಬ ಬೀಜವನ್ನು ಬಿತ್ತಿದವರು
ನನ್ನ ಗುರುಗಳು.
ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದಾಗ ತಿದ್ದಿದರು ಬುದ್ಧಿಯ,
ಮುಂದುವರೆಸಿಕೊಂಡು ಹೋದರೆ ನೀಡಿದರು ಶಿಕ್ಷೆಯ,
ಸರಿ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವಂತೆ ಕಲಿಸಿದರು
ನನ್ನ ಗುರುಗಳು.
ಛಲವನ್ನು ಮುಂದಿಟ್ಟು ಮುನ್ನಡೆ ಎಂದವರು,
ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಬೆನ್ನು ತಟ್ಟಿ ನಿಲ್ಲುವವರು,
ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆ ನಡತೆಯನ್ನು ಕಲಿಸಿದವರು
ನನ್ನ ಗುರುಗಳು
ವಿದ್ಯೆಯೆಂಬ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕಲಿಸಿದ ಜ್ಞಾನಿ,
ಬದುಕಲಿ ಶಿಸ್ತನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿದ ಅಕ್ಷರಜ್ಞ,
ನವಗ್ರಹಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು
ನನ್ನ ಗುರುಗಳು.

ಮೋನಿಕಾ ಜಯಕರ ನಾಯ್ಕ, 8ನೇ ತರಗತಿ 'ಎ' ವಿಭಾಗ

News from…. Srivali High School

ಪರಿಸರ ಹಾನಿ

ದಿನದಿಂದ ದಿನಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ ಪರಿಸರ ಹಾನಿ

ಗೊತ್ತಿದ್ರೂ ಆಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಮನುಜ ಜಾಣ ಮೌನಿ.

ಸ್ವಾರ್ಥ ಸಾಧನೆಗಾಗಿ ಕಾಡಿನ ನಾಶ

ಹೀಗಾದರೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಕಾಯ್ವನೇ ಈಶ?

ಹಾದಿ ಬೀದಿಗಳೆಲ್ಲ ಆಗಿದೆ ಗೊಬ್ಬರದ ಗುಂಡಿ.

ಗಲೀಜಾಗಿದೆ ಎಲ್ಲ ಚರಂಡಿ.

ಇದರಿಂದ ಆಗಿದೆ ಕುಡಿಯುವ ನೀರಿನ ತಾತ್ಸಾರ

ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ಆಗುವುದು ಹನಿ ಹನಿ ನೀರಿಗೂ ಮುಷ್ಕರ.

ರಕ್ಷಾ ನಾರಾಯಣ ನಾಯ್ಕ, 9ನೇ ತರಗತಿ' ಬಿ' ವಿಭಾಗ.

ಶ್ರೀ ಭಗವದ್ಗೀತಾ ಅಭಿಯಾನದ ಅಂಗವಾಗಿ ತಾಲ್ಲೂಕಾ ಮಟ್ಟದ ಭಗವದ್ಗೀತಾ ಕಂಠಪಾಠ ಹಾಗೂ ಭಾಷಣ ಸ್ಪರ್ಧೆಯು ಭಟ್ಕಳದ ನಾಗಯಕ್ಷೆ ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಿತು. ಇದರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯ 8,9 ಮತ್ತು 10ನೇ ತರಗತಿಯಿಂದ ಆಸಕ್ತ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದು, ಹರ್ಷಿತಾ ಮಾಸ್ತಿ ನಾಯ್ಕ 10 'ಎ' ಪ್ರಥಮ ಸ್ಥಾನ, ಪವಿತ್ರಾ ಜಯಕರ ನಾಯ್ಕ 10 'ಬಿ' ದ್ವಿತೀಯ ಸ್ಥಾನ, ಹಾಗೂ ಕಂಠಪಾಠ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಜನಾ ನಾಯ್ಕ 8 'ಎ' ತರಗತಿ ದ್ವಿತೀಯ ಸ್ಥಾನಗಳಿಸಿರುತ್ತಾರೆ.

News from.... Parijnan Vidyalay, Kotekar

Bhagavad Gita Chanting Competition

32nd State level Interdojo Karate Competition – 2021

News from…. Anandashram High School, Kotekar

‘**Kalikeyalli Vaijnika Tantranjana’** Programme was conducted on 27-12-2021.

1964-65 SSLC Batch’s “SNEHA SAMMILANA” Alumni Program: Felicitation

News from…. Anandashram High School, Kotekar

Students of Anandashram High School Someshwara, Kotekar participated in Mega Cleaning Drive **"PUNEETH SAGAR ABHIYAN"** Conducted By "NCC Group Head Quarter Mangalore, Nehru Yuva Kendra Mangalore and Mangalore City Corporation Mangalore at Bengre Beach, Mangalore.

News from…. Parijnan Vidyalay, Anandashram High School & Parijnan PU College – KOTEKAR

Youth Day was celebrated on the of 12th January 2022 on the occasion of the birth anniversary of Swami Vivekananda at the Kotekar Campus. Students and staff offered floral tribute to Swami Vivekananda's portrait . The Heads of the Institutions spoke on this occasion. The values and principles of Swami Vivekananda were explained.

On 14th of January 2022, Makara Sankranti was celebrated. On this day, Parijnan Vidyalay conducted many activities including bhajans, dance and songs .

Fruit salad, sweets, yellu, bella and panaka were distributed to the students. Teachers and students of Class VI decorated the hall with a beautiful flowers rangoli to show our rich culture and rituals to the children. Later all the children gathered in the playground and enjoyed by flying kites. Activities like pot drawing, pot colouring and kite making and rangoli were conducted during the month on account of Makara Sankranti.

News from…. Parijnan Vidyalay, Anandashram High School & Parijnan PU College – KOTEKAR

On 26th January 2022, we celebrated Republic Day in our campus. It was a combined programme . Our guest Mr. Ravindra Gatty, Ex-service man hoisted the flag and addressed the gathering. Students of all three institutions joined hands and put forth a wonderful variety entertainment programme for all present.

Students of Parijnan Vidyalay performed mass drill, Students of AHS performed drill using dumbbells and lazim, Parijnan PU students performed various dances forms of India. Sweets were organised and distributed to all the students who took part in the Republic Day Celebrations.

News from…. Parijnan Vidyalay, Anandashram High School & Parijnan PU College – KOTEKAR

News from…. Parijnan Vidyalay, Anandashram High School & Parijnan PU College – KOTEKAR

Fit India School Programme

Government of India
Ministry of Youth Affairs and Sports

FIT INDIA

Certificate
of Recognition

PARIJNAN VIDYALAY SOMESHWAR
MANGALORE

has declared itself as a FIT INDIA School, and has been issued this certificate in recognition of the online self declaration done by the school.

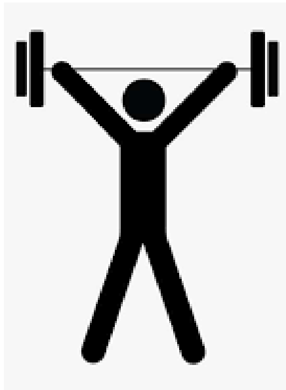
PARIJNAN VIDYALAY SOMESHWAR

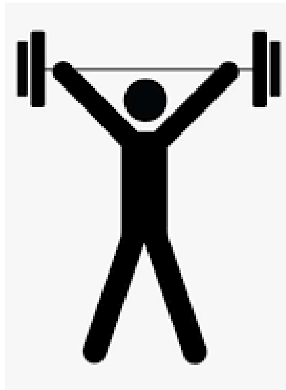
can now use the FIT INDIA Flag and Logo. The school is expected to honour the declaration given during the registration process.

Siddhartha Singh Longjam
Joint Secretary (Sports-Development)
Government of India

Ekta Vishnoi
Mission Director
(FIT INDIA)

Our Honourable Prime Minister of India had launched the Fit India Movement for schools on 29 Aug 2019 with a view to make Physical Fitness a way of life. Fit India Movement aims at behavioral changes – from sedentary lifestyle to physically active way of day-to-day living. Fit India would be a success only when it becomes a people's movement. We have to play the role of a catalyst. 'How to Live' ought to be the first pillar of formal education. This involves teaching and practicing the art of taking care of one's body and health daily. Schools have to be the first formal institution after home where physical fitness is taught and practiced. In the above background, Parijnan Vidyalay took part in this programme conducted under Amrith Mahotsav.With various physical activities from November to January – the school has been certified **as "Fit India School".**





News from.... Ganapathy English Medium School & Ganapathy PU College - Mangalore City

North Zone police had visited the campus on 05-01-2022.Information regarding phone numbers of emergency contact, women helpline service was given.

North Zone
Police visit
05-01-2022

News from…. Ganapathy English Medium School & Ganapathy PU College - Mangalore City

Vivekananda Jayanti was celebrated in our City campus on 12-01-2022 by offering floral tributes.

Republic day was celebrated on 26-01-2022 in city campus ground. Flag was unfurled by CEO, Sri Prashant R. Rao.

News from.... Ganapathy English Medium School & Ganapathy PU College - Mangalore City

Surya Namaskar performed by students of Ganapathy PU College from 04-01-2022

News from… **Guruprasad High School, Mallapur**

"Annual Mandara Hastapatrika"

ಮಂದಾರ

MOTIVATIONAL SENTENCES

* One best book is equal to hundred friends, But one good friend equals to a Library.
* Time is solution of any questions, just wait and watch.
* God is the best Doctor and prayer is the best medcine.
* Don't overthink, overthing leads to Negative Thoughts.
* If you don't learn to control your Thoughts, you will never learn how to control your behavior.
* Always remember that your present situation is not your final destination. The best is yet to come.
* "Black colour is sentimentally bad but every black board makes the Student life bright.
* One small positive thought can change your Whole day.

Ankita Divakar Gunaga
X[th] class

ಮಂದಾರ

हँसो भाई हँसो

बेटा : पिता जी आप बहुत किस्मतवाले हैं।
पिताजी : वो कैसे बेटा ?
बेटा : क्योंकि मैं फेल ही गया हूँ, अपको मेरे लिरा नई किताबें नहीं खरीदनी पडेगी।

दादांजी : बेटा अंदर से जरा मेरे दांत लेकर आना।
टिंकू : पर दादा अभी तो रोटी भी नहीं बनी ?
दादाजी : अबे रोटी का मार गोली सामनेवाली पडोसन को Smile देनी हैं।

दादाजी : तेरी टीचर आ रही हैं। जा छुप जा।
पोता : पहले आप छुप जाओ आपकी मौत के बहाने मैंने दो हफ्ते की छुट्टी ले रखी हैं।

टीचर : तुम्हारा English बहुत कमजोर है !!!
गुरू : क्यों झूट बोल रही हो टीचर ??
टीचर : अच्छा तो ये बताओ बहरे को English में क्या बोलते हैं।
गुरू : उसे English कुछ भी बोल दो कौन सा उसे सुनाई देनेवाला हैं।

- कवन गौडा
- 10th

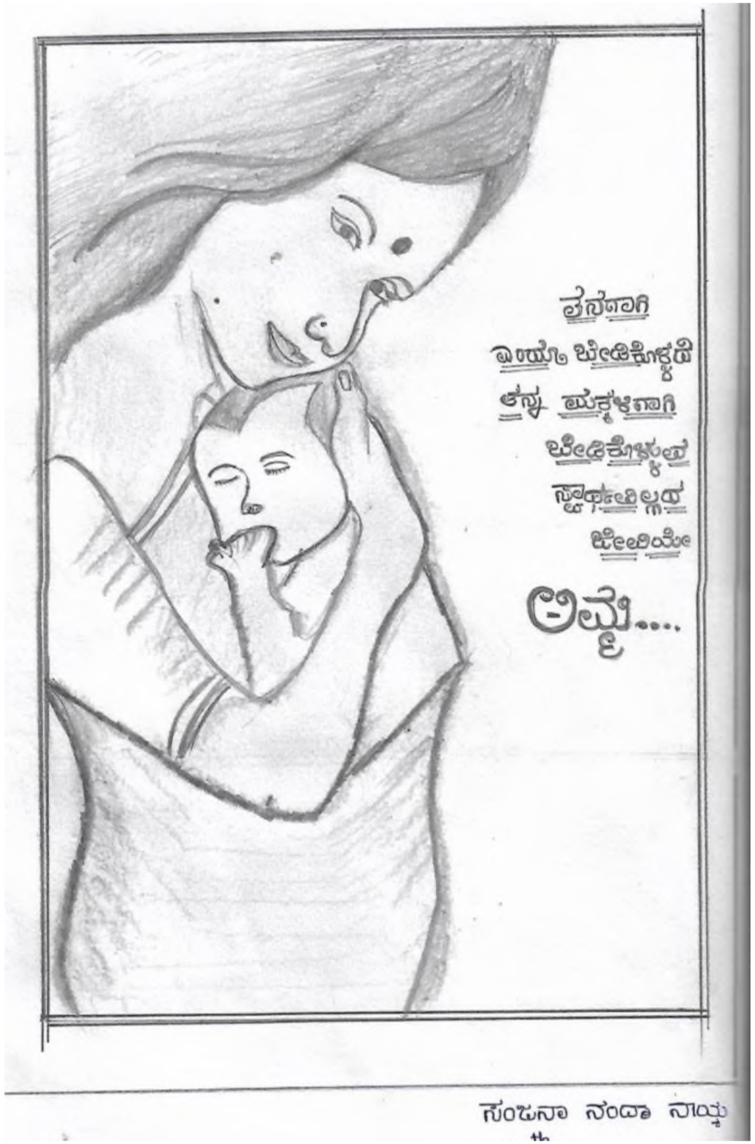
ಮಂದಾರ

ಅಮೃತ ಬಳ್ಳಿ

[illegible]

News from… Guruprasad High School, Mallapur

“Annual Mandara Hastapatrika”



News from.... Guruprasad High School, Mallapur

Kanaka Jayanti

Gandhi Jayanti

Valmiki Jayanti

Republic Day

Student Council Election

News from.... Guruprasad High School, Mallapur

Students in new uniforms

Vaccination Programme

Rajyotsava Day

Teachers Day

News from.... Guruprasad High School, Mallapur

Dattu Yojana Programme

National Integral Programme

Mothers Meeting

Sharada Pujan

News from.... Parijnanashram Vidyalaya, Karla

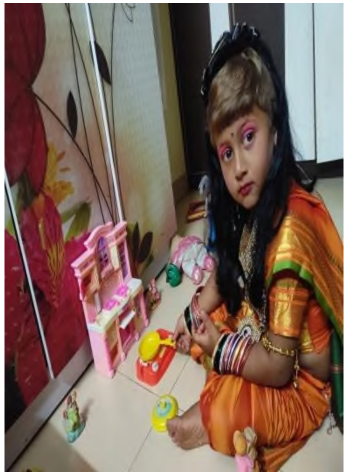
Leaves Activity

Christmas

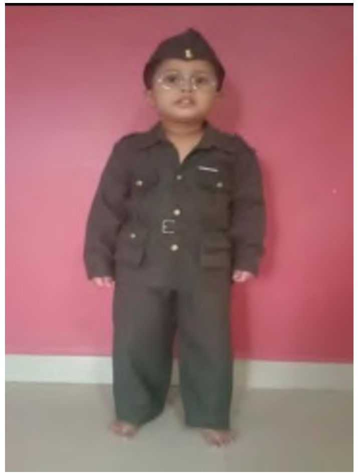
Republic Day

Savitribai Phule Jayanti

National Girl Child Day



Subhash Chandra Bose Jayanti



Army Day

Swami Vivekandana Jayanti

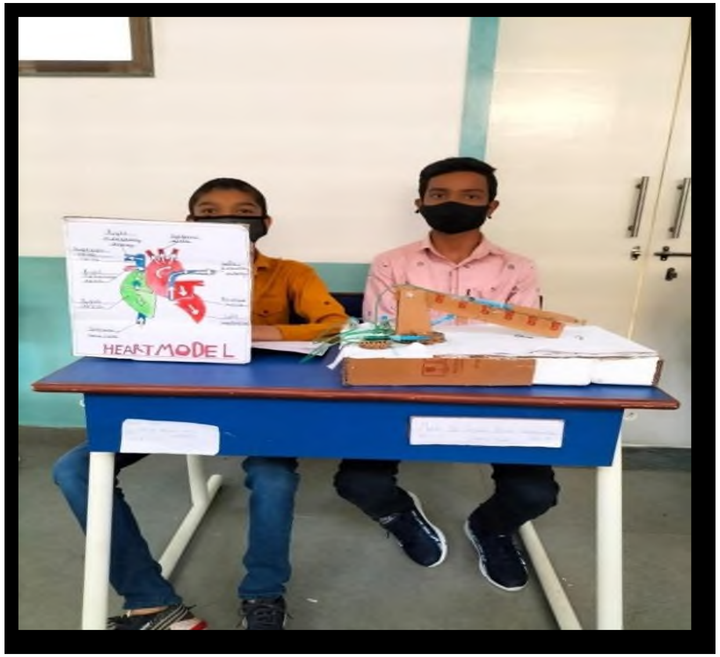
Shivaji Maharaj Jayanti

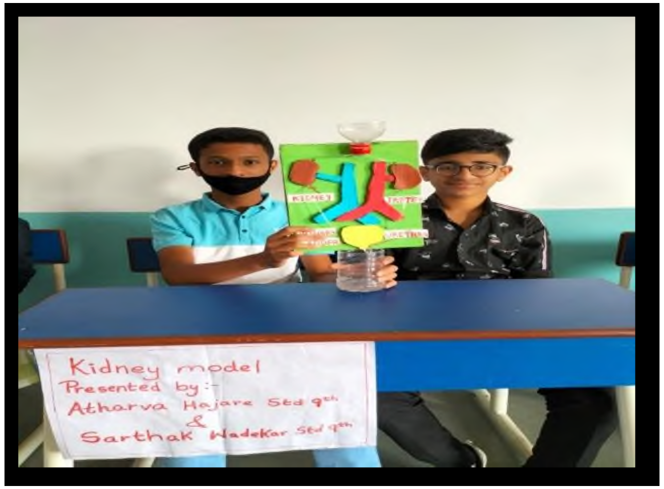
News from…. Parijnanashram Vidyalaya, Karla

Welcoming Students …post Covid

News from.... Parijnanashram Vidyalaya, Karla

National Science Day





News from.... Parijnanashram Vidyalaya, Karla

Mathematics Day Activity- Math Relay – conducted on 22nd December 2021

Christmas Celebrations

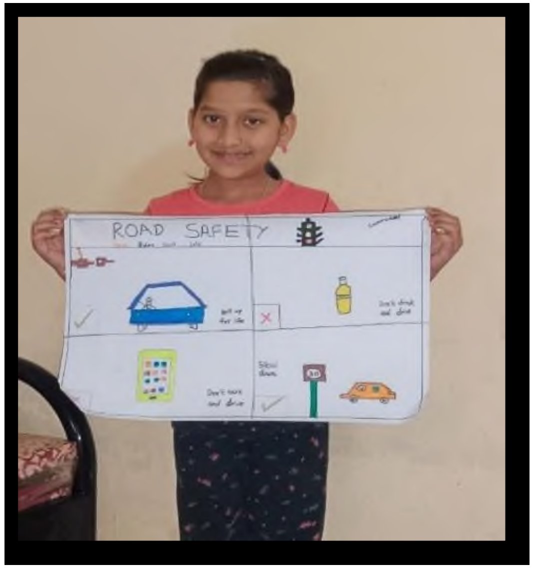
Shiva

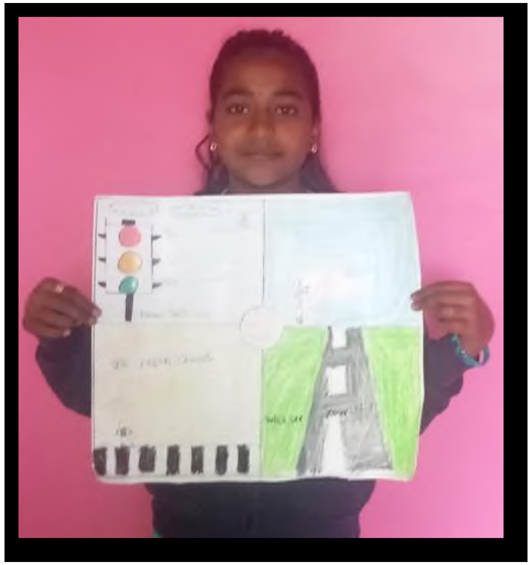
Jayanti

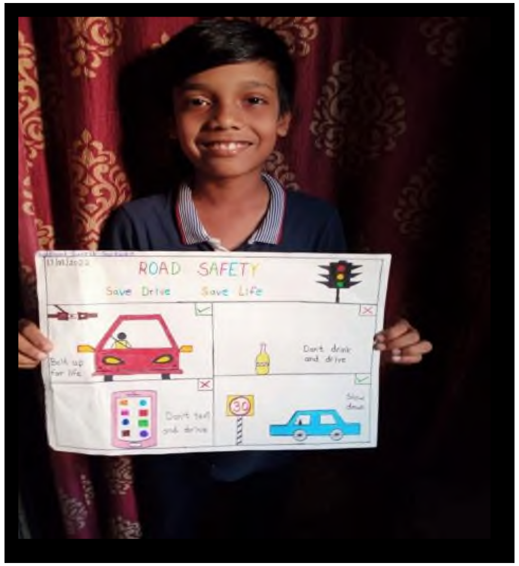
Celebrations

News from…. Parijnanashram Vidyalaya, Karla

Road Safety Week







Makara Sankaranti

News from…. Parijnanashram Vidyalaya, Karla

Gita Shloka Chanting on Gita Jayanti

News from.... Parijnanashram Vidyalaya, Karla

Republic Day Celebrations

News from…. Parijnanashram Vidyalaya, Karla

News from.... Parijnanashram Vidyalaya, Karla

Holika Dahan

News from.... Swami Parijnanashram Educational and Vocational Centre for the Handicapped, Virar

Republic Day

Tribute to Savitribai Phule

Constitution Day

News from…. Swami Parijnanashram Educational and Vocational Centre for the Handicapped, Virar

International women's Day

वसई मानस

बातम्या

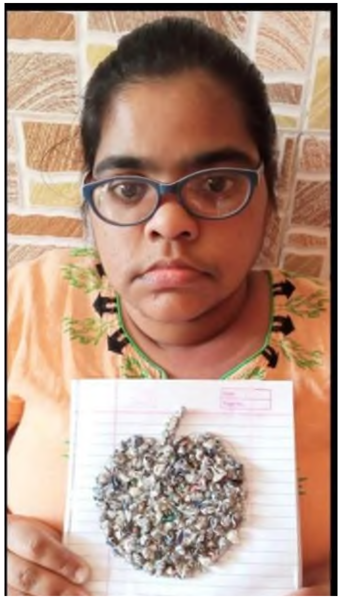
महाराष्ट्र नवनिर्माण महिला सेना बोळींज विभागा ८ मार्च मंगळवार जागतिक महिला दिनानिमित्त मनसे पक्षातर्फे बोळींज दिवलीपाडा येथील अपंग शाळेत जाऊन अपंग मुलांची भेट घेतली. आणि तेथील शिक्षकांना , मान्यवरांना पुष्पगुच्छ देऊन सन्मानित केले.तसेच मुलांना बिस्कीट पुडे देऊन त्यांच्या आनंदाचा खारीचावाटा घेतला. या स्वामी परिज्ञानाश्रम शैक्षणिक शाळा , अपंग पुनर्वसन केंद्र बोळींज मधील मुलांना शिकवणाऱ्या शिक्षिका चा सत्कार करण्यात आला .व लहान मुलांना खाऊ वाटप करण्यात आला. सन्माननीय राज ठाकरे हयांच्या आदेशानुसारठाणे पालघर जिल्हा अध्यक्ष अविनाश जाधव साहेब, वसई विरार शहर अध्यक्ष प्रविण भोईर उपजिल्हा अध्यक्ष वितेंद्र पाटील शहर संघटक मनोहर कदम,शहर सचिव प्रविण राऊत, उपशहर अध्यक्ष आनंद काळे हयांच्या सूचनेनुसार कार्यक्रम घेण्यात आला. सदर प्रसंगी महाराष्ट्र नवनिर्माण सेनेचे चे उपशाखा अध्यक्ष दिगेश शुक्ल, भगवान वझे, महिला आघाडी च्या दिशा जोशी, शुभांगी शिगवन, निकिता काळे लक्ष्मी जैन, समृद्धी बने यांची उपस्थिती होती.

News from…. Swami Parijnanashram Educational and Vocational Centre for the Handicapped, Virar

VOCATION CENTRE

Albina Fonseca

Pritam Thakare



School Opening for Hearing and Speech Impairment

News from.... Swami Parijnanashram Educational and Vocational Centre for the Handicapped, Virar

T
A
L
E
N
T

Holi Celebrations

News from.... Swami Parijnanashram Educational and Vocational Centre for the Handicapped, Virar

News from…. Swami Parijnanashram Educational and Vocational Centre for the Handicapped, Virar

ಮಧುರೈ ಮೀನಾಕ್ಷಿ

ಸಾಧನಾ ಕಾಯ್ಕಿಣಿ ಅವರಿಂದ

ವಿದ್ಯಾವತಿಯು ಪಾರ್ವತಿ ದೇವಿಯ ಮಹಾನ್ ಭಕ್ತಳಾಗಿದ್ದಳು ಮತ್ತು ಅವಳನ್ನು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಿದ್ದಳು. ಆಕೆಯ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಸಂತುಷ್ಟಳಾದ ದೇವಿಯು ಇನ್ನೊಂದು ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಆಕೆಗೆ ಹುಟ್ಟುವುದಾಗಿ ವಾಗ್ದಾನ ಮಾಡಿದಳು. ತನ್ನ ವಾಗ್ದಾನದ ಪ್ರಕಾರ, ಅವಳು ಪಾಂಡ್ಯರ ಆಳ್ವಿಕೆಗೆ ಒಳಪಟ್ಟ ಮಧುರೈನಲ್ಲಿ ಅವತರಿಸಿದಳು.

ಮಧುರೈನ ರಾಜ ಮಲಯಧ್ವಜನ ಮತ್ತು ಅವನ ರಾಣಿ ಕಾಂಚನಮಾಲಾ ಮಕ್ಕಳಿಲ್ಲದ ಕಾರಣ ಅತೃಪ್ತರಾಗಿದ್ದರು. ರಾಜ ದಂಪತಿಗಳು ವಿಶೇಷ ಯಜ್ಞವನ್ನು ಮಾಡಿದರು ಮತ್ತು ಪವಿತ್ರ ಅಗ್ನಿಯಿಂದ ಮೂರು ವರ್ಷದ ಬಾಲಕಿ ಹೊರಬರುವುದನ್ನು ನೋಡಿ ದಿಗ್ಭ್ರಮೆಗೊಂಡರು! ಒಂದು ದೈವಿಕ ಧ್ವನಿಯು ರಾಜನಿಗೆ ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಸಂದೇಶವನ್ನು ರವಾನಿಸಿತು - "ಈ ಹುಡುಗಿ ಅಸಾಮಾನ್ಯಳು - ಅವಳನ್ನು ಮಗನಂತೆ ಬೆಳೆಸು, ಓ ರಾಜ!" ತನ್ನ ವಾರಸುದಾರನಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವ ಮಗನನ್ನು ಹಾರೈಸಿದ್ದ ರಾಜನು ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದನು. ಮೀನಾಕ್ಷಿಯು ತನ್ನ ಸುಂದರವಾದ ಕಣ್ಣುಗಳಿಂದಾಗಿ ಹೆಸರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದರಿಂದ, ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಯುದ್ಧವನ್ನು ಕಲಿತು ದೇವತೆಗಳೇ ಭಯಪಡುವ ಯೋಧನಾಗಿ ಬೆಳೆದಳು.

ಒಂದು ದಿನ ಅವಳು ಕೈಲಾಸದಲ್ಲಿರುವ ಶಿವನ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳಿದಳು. ದೇವತೆಗಳ ದೇವರಾದ ಮಹಾದೇವನನ್ನು ಸೋಲಿಸಲು ಅವಳು ಎಂದಿಗೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಯಿತು! ಮೀನಾಕ್ಷಿಯು ಅವಳೇ ಆಗಿದ್ದರಿಂದ, ತನ್ನ ಸೈನ್ಯವನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಸುತ್ತುವರೆದಳು ಮತ್ತು ಶಿವನಿಗೆ ಸವಾಲು ಹಾಕಲು ಹೊರಟಳು.

ಕೈಲಾಸದ ಪ್ರವೇಶದ್ವಾರದಲ್ಲಿ, ಭಗವಂತನ ನಿಷ್ಠಾವಂತ ವಾಹನನಾದ ನಂದಿ ಅವಳನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದನು. ತನ್ನ ಆಗಮನದ ಬಗ್ಗೆ ಶಿವನಿಗೆ ತಿಳಿಸಲು ಮತ್ತು ತಾನು ಯುದ್ಧಕ್ಕೆ ಸವಾಲು ಹಾಕುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಅವಳು ಹೇಥಥಳಿದಳು. ಯುವತಿ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಶಾಲಿಯಾದ ಮೀನಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ನೋಡಿ ವಿಸ್ಮಯದಿಂದ ತುಂಬಿದ ನಂದಿಯು ಧೈರ್ಯಶಾಲಿ ರಾಜಕುಮಾರಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಶಿವನಿಗೆ ತಿಳಿಸಲು ಧಾವಿಸಿದನು. ಅವನ ಆಶ್ಚರ್ಯಕ್ಕೆ, ಭಗವಂತ ತನ್ನ ಹುಬ್ಬುಗಳನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತಿ ಮುಗುಳ್ನಕ್ಕು ಅವನ ಪ್ರೀತಿಯ ಪಾರ್ವತಿಯೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತೆ ಒಂದಾಗುವ ಸಮಯ!

ಅವನು ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿ ಹೊರಟು ಪಾಂಡ್ಯದ ರಾಜಕುಮಾರಿಯ ಎದುರು ನಿಂತನು. ನಗುತ್ತಾ, ಅವಳ ಕಣ್ಣುಗಳು ಅವನ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಅವಳ ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿನ ಕೋಪವು ಬದಲಾಗುವುದನ್ನು ಅವನು ನೋಡಿದನು. ಅವಳ ತೋಳುಗಳಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದಿದ್ದ ಆಯುಧಗಳು ಕೆಳಗೆ ಬಿದ್ದವು ಅವಳಿಗೆ ಅವುಗಳ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಸಂಕೋಚದಿಂದ ಅವಳು ಮಧುರೈಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿದಳು ಮತ್ತು ತನ್ನ ಭಗವಂತ ಬಂದು ಅವಳನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗಲು ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದಳು.

ಮದುವೆ ಎಷ್ಟು ಅದ್ದೂರಿಯಾಗಿ ನಡೆಯಬಹುದೆಂದು ಊಹಿಸಬಹುದು. ದೇವರುಗಳು ಸ್ವತಃ ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಅತಿಥಿಗಳಾಗಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಸುಂದರೇಶನ್ ಮತ್ತು ರಾಜಕುಮಾರಿ ಮೀನಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ಭಗವಾನ್ ಶಿವನ ವಿವಾಹವನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿದರು. 'ಕನ್ಯಾದಾನ'ವನ್ನು ಭಗವಾನ್ ವಿಷ್ಣು ದೇವಿಯ ಸಹೋದರನಾಗಿ ಮಾಡಿದ್ದಾನೆ! ಗೋಪುರದ ಮೇಲೆ ಕೆತ್ತಲಾದ ದೈವಿಕ ಕನ್ಯಾದಾನದ ದೃಶ್ಯದೊಂದಿಗೆ ನೀವು ಅನೇಕ ದೇವಾಲಯಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ದಂತಕಥೆಯ ಪ್ರಕಾರ, ಶಿವನು ತನ್ನ ರಾಣಿ ಮಧುರೈ ಮೀನಾಕ್ಷಿಯೊಂದಿಗೆ ಮಧುರೈನಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದನು. ತಮಿಳುನಾಡಿನ ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದ ನಗರವಾದ ಮಧುರೈ ಅನ್ನು 'ತೂಂಗಾನಗರಂ' (ತೂಂಗನಗರಂ)...'ಎಂದಿಗೂ ನಿದ್ರಿಸದ ನಗರ' ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ, ಇದನ್ನು ಸಾರ್ವಕಾಲಿಕ ಕಾವಲು ಮಾಡುವ ತನ್ನ ಯೋಧ ರಾಜಕುಮಾರಿಯ ಗೌರವಾರ್ಥವಾಗಿ. 440

ಸುಂದರವಾದ ದೇವಾಲಯವನ್ನು ಸುತ್ತುವರೆದಿರುವ ಅನೇಕ ಕಥೆಗಳಿವೆ. ಇನ್ನೊಂದು ಕಥೆಯು ನಗರದ ಹೆಸರಿನ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ ... ಮಧುರೈ ..... ಭಗವಾನ್ ಶಿವನ ಜಟೆಯಿಂದ ಸಿಹಿಯಾದ ಮಕರಂದ ಬಿದ್ದ ಸ್ಥಳ!

ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ಚಿತಿರೈ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಏಪ್ರಿಲ್‌ನಲ್ಲಿ ೯ ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಭಕ್ತನಿಗೆ ಮಾಡಿದ ವಾಗ್ದಾನವನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಇಳಿದ ದೇವಿಯ ಐತಿಹಾಸಿಕ ವಿವಾಹವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತನ್ನ ಪ್ರಿಯವಾದ ಪಾರ್ವತಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದ ಮತ್ತು ಭಕ್ತರನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಲು ನಿಂತ ಶಿವನ ಕಥೆ.

ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಆಕಸ್ಮಿಕ ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳು

ಡಾ. ಖುರ್ಷಿದ್ ಭರುಚಾ ಅವರಿಂದ

ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ನಂಬಲಾಗದ ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳು "ಸೆರೆಂಡಿಪಿಟಿ" ಯ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಬಂದಿವೆ. ಸೆರೆಂಡಿಪಿಟಿ ಎಂದರೆ ನಾವು ಅದನ್ನು ಹುಡುಕದಿದ್ದಾಗ ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯದು ಅಥವಾ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾದದ್ದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಈ ಕೆಲವು ಅಸಂಗತ ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳನ್ನು ನೋಡೋಣ.

ಪೆನ್ಸಿಲಿನ್

ಪೆನ್ಸಿಲಿನ್ ಅನೇಕ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾದ ಸೋಂಕುಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಬಳಸಲಾಗುವ ಪ್ರತಿಜೀವಕಗಳ ಗುಂಪಾಗಿದೆ. ಇದರ ಆವಿಷ್ಕಾರವನ್ನು ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲಿ ಅತಿದೊಡ್ಡ ಔಷಧೀಯ ಪ್ರಗತಿ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮತ್ತು ಹೌದು, ಇದು ಒಂದು ಆಕಸ್ಮಿಕ.

ಅಲೆಕ್ಸಾಂಡರ್ ಫ್ಲೆಮಿಂಗ್ ತನ್ನ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ, ಸ್ಟ್ಯಾಫಿಲೋಕೊಕಿಯನ್ನು ತನಿಖೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದನು. ಅವನು ಆಗಸ್ಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಾರಗಳ ರಜೆಗೆ ಹೋದನು ಮತ್ತು ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಿಂದಿರುಗಿದಾಗ, ಒಂದರಲ್ಲಿ ವಿಚಿತ್ರವಾದದ್ದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡನು. ವಸಾಹತುಗಳಿಂದ ತುಂಬಿತ್ತು, ಒಂದು ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಶಿಲೀಂಧ್ರದ ಬೊಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದೆ. ಶಿಲೀಂಧ್ರದ ಸುತ್ತಲಿನ ಪ್ರದೇಶವು-ನಂತರ ಪೆನಿಸಿಲಿಯಮ್ ನೋಟಾಟಮ್‌ನ ಅಪರೂಪದ ತಳಿ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ- ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿತ್ತು. ಶಿಲೀಂಧ್ರವು ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವ ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ಸ್ರವಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ತೋರುತ್ತದೆ.

ಇದು ಸ್ಟ್ರೆಪ್ಟೋಕೊಕಸ್, ಮೆನಿಂಗೊಕೊಕಸ್ ಮತ್ತು ಡಿಫ್ತೀರಿಯಾ ಬ್ಯಾಸಿಲಸ್‌ನಂತಹ ವ್ಯಾಪಕ ಶ್ರೇಣಿಯ ಹಾನಿಕಾರಕ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾವನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಈ ಶಿಲೀಂಧ್ರದ ಸ್ರವಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ತನಿಖೆ ಮಾಡಲು ಫ್ಲೆಮಿಂಗ್‌ಗೆ ಸಿಕ್ಕಿತು. ಫ್ಲೆಮಿಂಗ್ ತನ್ನ ಸಂಶೋಧನೆಗಳನ್ನು ಜೂನ್ 1929 ರಲ್ಲಿ ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಜರ್ನಲ್ ಆಫ್ ಎಕ್ಸ್‌ಪೆರಿಮೆಂಟಲ್ ಪೆಥಾಲಜಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿದನು. ಪೆನ್ಸಿಲಿನ್‌ನ ಸಂಭಾವ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸಕ ಪ್ರಯೋಜನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕೇವಲ ಹಾದುಹೋಗುವ ಉಲ್ಲೇಖದೊಂದಿಗೆ. ಕ್ಸ್‌ಫರ್ಡ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಸರ್ ವಿಲಿಯಂ ಡನ್ ಸ್ಕೂಲ್ ಆಫ್ ಪ್ಯಾಥಾಲಜಿಯಲ್ಲಿ ಹೊವಾರ್ಡ್ ಫ್ಲೋರಿ, ಅರ್ನ್ಸ್ಟ್ ಚೈನ್ ಮತ್ತು ಅವರ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳು, ಆದಾಗ್ಯೂ, ಪೆನ್ಸಿಲಿನ್ ಅನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ಕುತೂಹಲದಿಂದ ಜೀವ ಉಳಿಸುವ ಔಷಧಿಯಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಿದರು.

1945 ರಲ್ಲಿ ಶರೀರಶಾಸ್ತ್ರ ಅಥವಾ ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ನೊಬೆಲ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯನ್ನು ಸರ್ ಅಲೆಕ್ಸಾಂಡರ್ ಫ್ಲೆಮಿಂಗ್, ಅರ್ನ್ಸ್ಟ್ ಬೋರಿಸ್ ಚೈನ್ ಮತ್ತು ಸರ್ ಹೋವರ್ಡ್ ವಾಲ್ಟರ್ ಫ್ಲೋರಿ ಅವರಿಗೆ ನೀಡಲಾಯಿತು.

ಆದರೆ, ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಯೋಚಿಸಿ, ಫ್ಲೆಮಿಂಗ್ ಅದನ್ನು ಪ್ರಯೋಗವು ತಪ್ಪಾಗಿದೆ ಎಂದು ಕೆಳಗಿಳಿಸಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಅನುಸರಿಸದಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಮಾಡಿದಾಗ ಪೆನ್ಸಿಲಿನ್ ಅನ್ನು ಅದ್ಭುತ ಔಷಧಿಯಾಗಿ ಹೊಂದಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು.

ಅಲೆಕ್ಸಾಂಡರ್ ಫ್ಲೆಮಿಂಗ್

'ಎಕ್ಸ್-ಕಿರಣಗಳು

ಇಂದು, ವೈದ್ಯರು ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಲು X- ಕಿರಣಗಳನ್ನು ಆದೇಶಿಸುತ್ತಾರೆ - ಮುರಿದ ಮೂಳೆ, ನ್ಯುಮೋನಿಯಾ, ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ಕಲ್ಲುಗಳು ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಬಹಳ ಹಿಂದೆಯೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡದೆ ಮುರಿದ ಮೂಳೆ, ಗೆಡ್ಡೆ ಅಥವಾ ನುಂಗಿದ ವಸ್ತುವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲಾಗಲಿಲ್ಲ.

ವಿಲ್ಹೆಲ್ಮ್ ರೋಂಟ್ಜೆನ್, 1895 ರಲ್ಲಿ X-ಕಿರಣಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದನು-ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ-ಕ್ಯಾಥೋಡ್ ಕಿರಣಗಳು ಗಾಜಿನ ಮೂಲಕ ಹಾದುಹೋಗಬಹುದೇ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವಾಗ. ಅವನ ಕ್ಯಾಥೋಡ್ ಟ್ಯೂಬ್ ಭಾರವಾದ ಕಪ್ಪು ಕಾಗದದಿಂದ ಮುಚ್ಚಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ, ಆದರೆ ಈ ಪ್ರಕಾಶಮಾನ ಹಸಿರು ದೀಪದ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಡಾರ್ಕ್ ರೂಮಿನಲ್ಲಿ ಹತ್ತಿರದ ಪ್ರತಿದೀಪಕ ಪರದೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಕ್ಷೇಪಿಸಲಾಯಿತು.

ರೋಂಟ್ಜೆನ್ ಕಿರಣಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದನು, ಆದರೆ ಅವನು ಅವರ ಮುಂದೆ ಇಟ್ಟ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿಷಯಗಳು ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ತೋರಲಿಲ್ಲ. ಪ್ರಯೋಗದ ಮೂಲಕ, ನಿಗೂಢ ಬೆಳಕು ಹೆಚ್ಚಿನ ವಸ್ತುಗಳ ಮೂಲಕ ಹಾದುಹೋಗುತ್ತದೆ ಆದರೆ ಘನ ವಸ್ತುಗಳ ನೆರಳುಗಳನ್ನು ಬಿಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವರು ಕಂಡುಕೊಂಡರು. ಅವನು ತನ್ನ ಕೈಯನ್ನು ಟ್ಯೂಬ್‌ನ ಮುಂದೆ ಇಟ್ಟಾಗ, ಪರದೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಕ್ಷೇಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಅವನ ಮೂಳೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿದನು. ಕಿರಣಗಳು ಏನೆಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ, ಅವರು ಅವುಗಳನ್ನು 'ಎಕ್ಸ್' ಎಂದು ಕರೆದರು, ಅಂದರೆ 'ಅಜ್ಞಾತ,' ಕಿರಣಗಳು.

ಈ ಆವಿಷ್ಕಾರದ ಸುದ್ದಿ ಹರಡಿತು ಮತ್ತು ಒಂದು ವರ್ಷದೊಳಗೆ, ಯುರೋಪ್ ಮತ್ತು ಯುನೈಟೆಡ್ ಸ್ಟೇಟ್ಸ್ನ ವೈದ್ಯರು ಗನ್ ಹೊಡೆತಗಳು, ಮೂಳೆ ಮುರಿತಗಳು, ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ಕಲ್ಲುಗಳು ಮತ್ತು ನುಂಗಿದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಲು ಎಕ್ಸ್-ರೇಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು 1901 ರಲ್ಲಿ ಭೌತಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ನೊಬೆಲ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದರು.

Wilhelm Röntgen, Nobel prize in physics, 1901

A print of the left hand of Anna Bertha Ludwig Röntgen, 22 Dec.1895

ಫಿಟ್ನೆಸ್ ಫಸ್ಟ್

ದೀಪ್ತಿ ಅನಿಲ್ ಅವರಿಂದ

"ಬೇಸಿಗೆಯ ಸಮಯವು ಯಾವಾಗಲೂ ಉತ್ತಮವಾಗಿರುತ್ತದೆ." -ಚಾರ್ಲ್ಸ್ ಬೌಡೆನ್

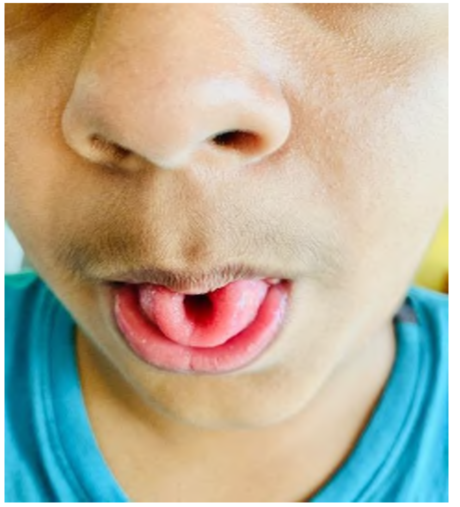
ಬೇಸಿಗೆಕಾಲ ಬಂದಿದೆ, ರಜೆಯ ಸಮಯ, ಸೋಮಾರಿ ಮುಂಜಾನೆಗಳು , ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಮಾವಿನಹಣ್ಣುಗಳು, ನಿಂಬೆ ಪಾನಕ ಮತ್ತು ಐಸ್‌ಕ್ರೀಮ್‌ಗಳೊಂದಿಗೆ ಅಂತ್ಯವಿಲ್ಲದ ಆಟದ ಸಮಯ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ತಂಪಾಗಿರಲು ಮತ್ತು ಋತುವಿನಲ್ಲಿ ಸಮಯ ಕಳೆಯಲು ಸವಾಲು. ಸೌತೆಕಾಯಿಯಂತೆ ತಂಪಾಗಿರುವ ನುಡಿಗಟ್ಟು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಕೇಳಿದ್ದೇವೆಯೇ? ಸೌತೆಕಾಯಿಯನ್ನು ಬೇಸಿಗೆಯ ತಂಪಾದ ಆಹಾರ ಯಾವುದು ಎಂದು ಇಂದು ನೋಡೋಣ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು ಸೌತೆಕಾಯಿಗಳನ್ನು ತರಕಾರಿಗಳು ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಅವು ಬೀಜಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವುದರಿಂದ ಅವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಹಣ್ಣುಗಳಾಗಿವೆ. ಸೌತೆಕಾಯಿಗಳು ಕುಕುರ್ಬಿಟೇಸಿಯ ಸಸ್ಯ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರಾಗಿರುತ್ತವೆ, ಇದರಲ್ಲಿ ಕುಂಬಳಕಾಯಿಗಳು ಮತ್ತು ಕಲ್ಲಂಗಡಿಗಳು ಸೇರಿವೆ. ಸೌತೆಕಾಯಿಗಳು ಫೈಟೊನ್ಯೂಟ್ರಿಯಂಟ್‌ಗಳ ಉತ್ತಮ ಮೂಲಗಳಾಗಿವೆ (ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಅಥವಾ ರೋಗ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಸಸ್ಯ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು) ಅಂತಹ ಫ್ಲೇವನಾಯ್ಡ್‌ಗಳು, ಲಿಗ್ನಾನ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಟ್ರೈಟರ್‌ಪೀನ್‌ಗಳು, ಉತ್ಕರ್ಷಣ ನಿರೋಧಕ, ಉರಿಯೂತದ ಮತ್ತು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ವಿರೋಧಿ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಸೌತೆಕಾಯಿ ಬೀಜಗಳು ಖನಿಜಗಳ ಉತ್ತಮ ಮೂಲವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಅನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಸೌತೆಕಾಯಿಗಳು ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ಕ್ಯಾಲೋರಿಗಳು,

ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್‌ಗಳು, ಸೋಡಿಯಂ ಮತ್ತು ಕೊಬ್ಬು ಮತ್ತು ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಅನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಇದು ತೂಕ ಇಳಿಸುವ ಆಹಾರಕ್ರಮದಲ್ಲಿರುವವರಿಗೆ ಸೂಪರ್ ಆಹಾರವಾಗಿದೆ. ಅವರು ಸಣ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದ ವಿಟಮಿನ್ ಕೆ, ವಿಟಮಿನ್ ಸಿ, ಮೆಗ್ನೀಸಿಯಮ್, ಪೊಟ್ಯಾಸಿಯಮ್, ಮ್ಯಾಂಗನೀಸ್ ಮತ್ತು ವಿಟಮಿನ್ ಎ ಅನ್ನು ಸಹ ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ವೆಬ್‌ಎಮ್‌ಡಿ ಪ್ರಕಾರ ಸೌತೆಕಾಯಿಗಳು 95% ನೀರನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ಇದು ಸೌತೆಕಾಯಿಗಳನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹೈಡ್ರೀಕರಿಸಲು ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಆಹಾರದ ಮೂಲಕವೇ ನಮ್ಮ ದ್ರವದ ಅಗತ್ಯತೆಯ 20-30 ಪ್ರತಿಶತವನ್ನು ನಾವು ಪಡೆಯಬಹುದು ಮತ್ತು ಈ ರೀತಿಯ ಆಹಾರಗಳು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ನೀರಿನ ಅಂಶವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಮೆಗ್ನೀಸಿಯಮ್ ಮತ್ತು ಪೊಟ್ಯಾಸಿಯಮ್ನಂತಹ ಜಲಸಂಚಯನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವಾದ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಸಹ ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ಕ್ಲೀವ್ಲ್ಯಾಂಡ್ ಕ್ಲಿನಿಕ್ ಪ್ರಕಾರ ಸೌತೆಕಾಯಿಗಳಲ್ಲಿನ ಉರಿಯೂತದ ಸಂಯುಕ್ತಗಳು ದೇಹದಿಂದ ತ್ಯಾಜ್ಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಮತ್ತು ಚರ್ಮದ ಕಿರಿಕಿರಿಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಬಿಸಿಯಾದ, ಜಿಗುಟಾದ ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಸೌತೆಕಾಯಿಯನ್ನು ಆದರ್ಶ ಆಹಾರವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅದನ್ನು ಹೊರತೆಗೆಯಿರಿ, ಅದನ್ನು ತುಂಡು ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಬೇಸಿಗೆಯ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ತಂಪಾದ ಸೌತೆಕಾಯಿಯನ್ನು ಸವಿಯಿರಿ!' ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಚೀನ ಯೋಗಿಗಳು ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಮಾನವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅಸ್ವಸ್ಥತೆ ಮತ್ತು ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಒಂದು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಆಸನಗಳು (ಭಂಗಿಗಳು), ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಗಳು (ಯೋಗದ ಉಸಿರಾಟ), ಆಹಾರ್ (ಆಹಾರ) ಮತ್ತು ವಿಹಾರ (ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು) ನಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಕಾಲೋಚಿತ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರು. ಅಂತಹ ಒಂದು ಜೋಡಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಗಳು ಶಾಖವನ್ನು ಸೋಲಿಸಲು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿವೆ ಶೀತಲಿ ಮತ್ತು ಶೀಟ್ಕರಿ. "ಶೀತಲಿ" ಪದದ ಅರ್ಥವು ತಣ್ಣಗಾಗುವುದು, ಈ ಉಸಿರಾಟದ ತಂತ್ರವು ಸರಿಯಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ ನಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ತಂಪಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಶೀತಲಿ ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ಮೂಲತಃ ಶೀತ ಅಥವಾ ಹಿತವಾದ "ಶೀತಲ್" ಎಂಬ ಪದದಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ. ಶೀತಲಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದ ದಿನನಿತ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸವು ದೇಹದ ಜೊತೆಗೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಚೀನ ಯೋಗ ಪಠ್ಯದಲ್ಲಿ, ಹಠಯೋಗ ಪ್ರದೀಪಿಕಾ ಶೀತಲಿ ಮತ್ತು ಶೀಟ್ಕರಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಎರಡನ್ನೂ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಈ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಗಳ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶವೆಂದರೆ ದೇಹದ ಉಷ್ಣತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು ಅಥವಾ ತಂಪಾಗಿಸುವುದು, ಅವು ನಮ್ಮ ನರಮಂಡಲ ಮತ್ತು ಅಂತಃಸ್ರಾವಕ (ಹಾರ್ಮೋನ್ ಉತ್ಪಾದಿಸುವ) ಗ್ರಂಥಿಗಳ ಮೇಲೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಅವರು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಮತ್ತು ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿವಾರಿಸುತ್ತವೆ.



ಶೀತಲಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ

- ಪದ್ಮಾಸನ, ಸ್ವಸ್ತಿಕಾಸನ ಇತ್ಯಾದಿ ಯಾವುದೇ ಧ್ಯಾನ ಭಂಗಿಯಲ್ಲಿ ಆರಾಮವಾಗಿ ಹೊಂದಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಎರಡೂ ಕೈಗಳನ್ನು ಮೊಣಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಇರಿಸಿ.
- ಈಗ ನಿಮ್ಮ ನಾಲಿಗೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೊರಗೆ ತಂದು ನಾಲಿಗೆಯ ಎರಡೂ ಬದಿಗಳನ್ನು ಟ್ಯೂಬ್ ಅಥವಾ ಸ್ಟ್ರಾನಂತೆ ಮಡಚಿ.
- ನಾಲಿಗೆಯ ಎರಡೂ ಬದಿಗಳನ್ನು ಮಡಿಸುವ ಮೂಲಕ ರೂಪುಗೊಂಡ ನಾಲಿಗೆಯಲ್ಲಿನ ಟ್ಯೂಬ್ ಮೂಲಕ ದೀರ್ಘವಾದ, ಆಳವಾದ ಶ್ವಾಸವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.
- ಇನ್ಹಲೇಷನ್ ನಂತರ ನಿಮ್ಮ ಬಾಯಿಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಮತ್ತು ಎರಡೂ ಮೂಗಿನ ಹೊಳ್ಳೆಗಳಿಂದ ಬಿಡಿ
- ಇದನ್ನು ಸುಮಾರು 8 ರಿಂದ 10 ಬಾರಿ ಪುನರಾವರ್ತಿಸಿ.

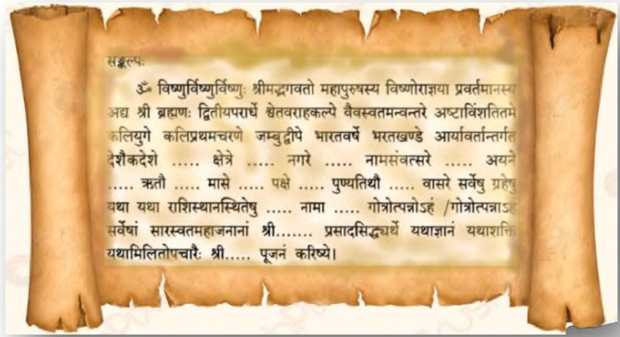
ಶೀಟ್ಕರಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡುವುದು

ನೀವು ಆರಾಮದಾಯಕವಾಗಿರುವ ಯಾವುದೇ ಧ್ಯಾನ ಭಂಗಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ.

- ನಿಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಮತ್ತು ನಾಲಿಗೆಯನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆ ಸ್ಪರ್ಶಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.
- ಹಲ್ಲುಗಳ ಮೇಲಿನ ಮತ್ತು ಕೆಳಗಿನ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ.
- ಈಗ ನಿಮ್ಮ ತುಟಿಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಿರಿ ಮತ್ತು ಸೌಮ್ಯವಾದ ಹಿಸ್ಸಿಂಗ್ ಶಬ್ದವನ್ನು ಮಾಡುವಂತೆ ಉಸಿರಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ.
- ಉಸಿರಾಡಿದ ನಂತರ ನಿಮ್ಮ ತುಟಿಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಮತ್ತು ಮೂಗಿನ ಮೂಲಕ ಉಸಿರಾಡಿ.
- ಇದನ್ನು ಕನಿಷ್ಠ 8 ರಿಂದ 10 ಬಾರಿ ಪುನರಾವರ್ತಿಸಿ.

ಪ್ರಾಚೀನ ಭಾರತದ ರತ್ನಗಳು - ಸಂಕಲ್ಪ

ಚಂದ್ರಿಮಾ ಕಲ್ಬಾಗ್ ಅವರಿಂದ



ಪೂಜೆ ಅಥವಾ ಅನುಷ್ಠಾನವನ್ನು ಮಾಡುವ ಮೊದಲು, ನಾವು ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಸಂಕಲ್ಪವು ಪ್ರತಿಜ್ಞೆ ಅಥವಾ ದೃಢೀಕರಣವಾಗಿದ್ದು, ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಮಾಡಲು ನಾವು ಉದ್ದೇಶಿಸುತ್ತೇವೆ. ಕೆಲವು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಮಾಡಬಾರದು, ಕೆಲವು ದಿನಚರಿ ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಸರಿಯಾದ ಸಮಯ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ನಮ್ಮ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಸಂಕಲ್ಪದಲ್ಲಿ ಈ ವಿವರಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದು ತಾತ್ವಿಕ ಅಂಶವನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಭೌಗೋಳಿಕ ಮತ್ತು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಪುರಾತನ ಗ್ಲೋಬಲ್ ಪೊಸಿಷನಿಂಗ್ ಸಿಸ್ಟಮ್ ಆಗಿರಲಿಲ್ಲ, ಇದು ಟೈಮ್-ಸ್ಪೇಸ್ ನಿರಂತರತೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಈವೆಂಟ್ ಅನ್ನು ಇರಿಸುತ್ತದೆ.

ಗೆ ಪಾಂಡೆ ನಮ್ಮ ಋಷಿಗಳು, ಇಡೀ ವಿಶ್ವವನ್ನು ಅಥವಾ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡರು. ಗ್ರಹಗಳು, ನಕ್ಷತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಆಕಾಶಕಾಯಗಳು ಅದರಲ್ಲಿ ತೇಲುತ್ತಿರುವ ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶದ ಸಾಗರ ಎಂದು ಅವರು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. 5000 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ, ಭೂಮಿಯು ಸೌರವ್ಯೂಹದ ಒಂದು ಗ್ರಹ ಎಂದು ನಮ್ಮ ಋಷಿಗಳು ತಿಳಿದಿದ್ದರು. ಅವರು ಭೂಮಿಯು 7 ಖಂಡಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು, ಸಾಗರಗಳಿಂದ ಬೇರ್ಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರಾಚೀನ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪೀಳಿಗೆಯಿಂದ ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ರವಾನಿಸುವ ಏಕೈಕ ವಿಧಾನವೆಂದರೆ ಶ್ಲೋಕಗಳು ಮತ್ತು ಮೌಖಿಕ ಕಲಿಕೆಯ ಮೂಲಕ, ವಿವರಣೆಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ನಂತರದ ಚಿತ್ರ ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯಗಳಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸಮಯ, ಪ್ರಕೃತಿ ಮತ್ತು ಮಾನವ ಚಟುವಟಿಕೆಯು ಭೌಗೋಳಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತಂದಿದೆ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಗಳಿಂದಾಗಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ವಿವರಣಾತ್ಮಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಅಕ್ಷರಶಃ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು, 'ಕಪ್ಪು ಸಮುದ್ರ' ನೀರು ಕಪ್ಪು ಎಂದು ಅರ್ಥವಲ್ಲ.

ದ್ವೀಪ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ 7 ಭೂ ದ್ರವ್ಯರಾಶಿಗಳು ಅಥವಾ ಖಂಡಗಳು ಸಾಗರಗಳಿಂದ ಬೇರ್ಪಟ್ಟವು. ಪ್ರತಿ ದ್ವೀಪವನ್ನು ವರ್ಷಗಳು ಅಥವಾ ಪರ್ವತ ಶ್ರೇಣಿಗಳ ನಡುವಿನ ಬಯಲು ಪ್ರದೇಶಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಮುಂದೆ ಖಂಡಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಲಾಯಿತು. ಪ್ರತಿಯೊಂದರ ವಿವರಣೆಯು ಆ ಯುಗದ ಭೌತಿಕ ಮತ್ತು ರಾಜಕೀಯ ಭೌಗೋಳಿಕತೆಯನ್ನು ಆಧರಿಸಿದೆ.

ಕಲ್ಪ = 4.32 ಶತಕೋಟಿ ವರ್ಷಗಳು (ಭಾಗವತ್ ಪುರಾಣ ಮತ್ತು ವಿಷ್ಣು ಪುರಾಣದ ಪ್ರಕಾರ) = ಬ್ರಹ್ಮದ 1 ಹಗಲು = 1000 ಮಹಾಯುಗಗಳು (ಕೃತ+ ತ್ರೇತಾ+ ದ್ವಾಪರ+ ಕಲಿ, ಈ 4 ಯುಗಗಳು ಒಂದು ಕಲ್ಪದಲ್ಲಿ 1000 ಬಾರಿ ಪುನರಾವರ್ತನೆಯಾಗುತ್ತದೆ). ಭೂಮಿಯ ವಯಸ್ಸು ಸುಮಾರು 4.5 ಶತಕೋಟಿ ವರ್ಷಗಳು ಎಂದು ವಿಜ್ಞಾನವು ಸಾಬೀತುಪಡಿಸಿದೆ. ಪ್ರತಿ ಕಲ್ಪವನ್ನು 14 ಮನುಗಳು ಸತತವಾಗಿ ಆಳುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅವಧಿಯನ್ನು ಮನ್ವಂತರ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಮಾನ ಕಾಲಾವಧಿಯು ಭೂಮಿಯ ವಿಸರ್ಜನೆಯು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ಬ್ರಹ್ಮನ ರಾತ್ರಿ ಸಮಯ ಅಥವಾ ಪ್ರಳಯವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಬ್ರಹ್ಮನ ಒಂದು ದಿನವು 8.6 ಶತಕೋಟಿ ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಅಂತಹ 360 ದಿನಗಳು ಒಂದು ಬ್ರಹ್ಮ ವರ್ಷವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವನ ಜೀವಿತಾವಧಿಯು ಅಂತಹ 100 ವರ್ಷಗಳು ಅಥವಾ ಮಹಾಕಲ್ಪ, ಸುಮಾರು 311 ಟ್ರಿಲಿಯನ್ 40 ಶತಕೋಟಿ ಭೂ ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಬ್ರಹ್ಮದೇವನ ಐವತ್ತೊಂದನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ.

ನಮ್ಮ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳು ಹೇಳುವಂತೆ ಬ್ರಹ್ಮನ ಜೀವಿತಾವಧಿಯು ಅಂತ್ಯವಿಲ್ಲದಂತೆ ಕಂಡುಬಂದರೂ, ಅನಾದಿಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಅದು ಮಿಂಚಿನ ಮಿಂಚು ಅಥವಾ ಗುಳ್ಳೆಯಂತೆ. ಬ್ರಹ್ಮ ಮತ್ತು ಅವನ ಸೃಷ್ಟಿ ಎಲ್ಲವೂ ಸೀಮಿತ ಭೌತಿಕ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡದ ಭಾಗವಾಗಿದೆ.ಸಂಕಲ್ಪದ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳ ಅರ್ಥವು ಈ ಕೆಳಗಿನಂತಿದೆ:

ಅದ್ಯ ಶ್ರೀ ಬ್ರಾಹ್ಮಣಃ ದ್ವಿತೀಯ ಪರಾರ್ಧೆ - ಪ್ರಸ್ತುತ ಬ್ರಹ್ಮನು ತನ್ನ ಜೀವಿತಾವಧಿಯ 2 ನೇ ಅರ್ಧದಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ.

ಶ್ವೇತವರಾಹ ಕಲ್ಪೆ- ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕಲ್ಪಕ್ಕೂ ಆ ಯುಗದ ಮಹಿಮಾನ್ವಿತ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಘಟನೆಯ ಹೆಸರನ್ನು ಇಡಲಾಗಿದೆ, ಪ್ರಸ್ತುತ ಕಲ್ಪದಲ್ಲಿ ಶ್ವೇತ-ವರಾಹರಂತೆ.

ವೈವಸ್ವತ ಮನ್ವಂತರೇ - ಪ್ರಸ್ತುತ ಮನು ವೈವಸ್ವತದ ನಿಯಂತ್ರಣ

ಅಷ್ಟ ವಿಂಶತಿತಮೇ- ಪ್ರಸ್ತುತ ಮನವಂತರದ 28ನೇ ಮಹಾಯುಗದಲ್ಲಿ

ಕಲಿಯುಗೇ , ಕಲಿ ಪ್ರಥಮ ಚರಣೇ - ಈ ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ, ಮೊದಲ ತ್ರೈಮಾಸಿಕದಲ್ಲಿ

ಜಂಬೂದ್ವೀಪೆ - ಏಷ್ಯಾ ಅಥವಾ ಜಾಮೂನ್ ಮರಗಳಿಂದ ತುಂಬಿರುವ ಖಂಡ. ಇತರ ಖಂಡಗಳೆಂದರೆ ಕುಶಾ (ಹುಲ್ಲು) ದ್ವೀಪ - ಓಷಿಯಾನಿಯಾ ಸೇರಿದಂತೆ ಇಂಡೋನೇಷ್ಯಾ, ಫಿಲಿಪೈನ್ಸ್ (ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾವನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ), ಪ್ಲಾಕ್ಷ (ಅಂಜೂರದ ಮರಗಳು) ದ್ವೀಪ - ದಕ್ಷಿಣ ಅಮೇರಿಕಾ, ಪುಷ್ಕರ (ಸರೋವರಗಳು) ದ್ವೀಪ - ಆಫ್ರಿಕಾ, ಶಾಲ್ಮಲಿ (ರೇಷ್ಮೆ ಹತ್ತಿ ಮರಗಳು) ದ್ವೀಪ - ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾ, ಕ್ರೌಂಚ ದ್ವೀಪ (ಡೆಮೊಸೆಲ್ ಕ್ರೇನ್) - ಉತ್ತರ ಅಮೇರಿಕಾ, ಶಾಕಾ (ಮರಗಳು) ದ್ವೀಪ - ಯುರೋಪ್ ಭರತ ವರ್ಷೆ - ಭಾರತೀಯ ಉಪಖಂಡವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ, ಉತ್ತರದಲ್ಲಿ ಹಿಮಾಲಯದಿಂದ ಸಾಗರಗಳು/ಸಮುದ್ರಗಳವರೆಗೆ ವ್ಯಾಪಿಸಿದೆ. ಜಂಬೂದ್ವೀಪವನ್ನು 9 ವರ್ಷಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಭರತ ಕಂಡೆ - ಮಹಾರಾಜ ಭರತನ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಆರ್ಯಾವರ್ತಾಂತರ್ಗತ ದೇಶೈಕ ದೇಶೆ - ಶತಮಾನಗಳಿಂದ, ಭಾರತದ ರಾಜಕೀಯ ನಕ್ಷೆಯು ಹಲವಾರು ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಮುಂದೆ, ಉಲ್ಲೇಖಗಳು ಕೇವಲ ಭೌತಿಕ ಭೌಗೋಳಿಕತೆಗೆ ಬದಲಾಗಿ ರಾಜಕೀಯ ಗಡಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ.

ಕ್ಷೇತ್ರ, ---- ನಗರ - ರಾಜ್ಯದ ಹೆಸರು, ನಗರದ ಹೆಸರು

ನಾಮ ಸಂವತ್ಸರೆ - ಪ್ರತಿ ಸಂವತ್ಸರವನ್ನು ಹೆಸರಿಸಲಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಬೃಹಸ್ಪತಿ (ಗುರು) ಒಂದು ರಾಶಿಯಿಂದ (ರಾಶಿ) ಮುಂದಿನ ರಾಶಿಗೆ ಸಾಗಲು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಮಯ, ಇದು ಸೌರ ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಡಿಮೆ. ರಾಶಿಚಕ್ರದ ಎಲ್ಲಾ ಹನ್ನೆರಡು ಚಿಹ್ನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಗುರುಗ್ರಹದ ಒಂದು ಸಂಪೂರ್ಣ ಕಕ್ಷೆಯು ಸರಿಸುಮಾರು ಹನ್ನೆರಡು ಸೌರ ವರ್ಷಗಳಿಗೆ ಸಮನಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಗುರುಗ್ರಹದ ಐದು ಕಕ್ಷೆಗಳನ್ನು (12 X 5 = 60 ಸಂವತ್ಸರ) ಸಂವತ್ಸರ ಚಕ್ರ ಎಂದು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಾ 60 ಸಂವತ್ಸರಗಳು ಮುಗಿದ ನಂತರ, ಚಕ್ರವು ಮತ್ತೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

....ಅಯನೆ - ಉತ್ತರಾಯಣೆ (ಕರ್ಕಾಟಕದ ಟ್ರಾಪಿಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯನು ತಲೆಯ ಮೇಲಿದ್ದಾನೆ ಮತ್ತು ಉತ್ತರ ಗೋಳಾರ್ಧದಲ್ಲಿ ಇಂದಿನಿಂದ ದಿನಗಳು ಉದ್ದವಾಗುತ್ತಿವೆ, ಇದನ್ನು ಮಕರ ಸಂಕ್ರಾಂತಿಯಿಂದ ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ) ಅಥವಾ ದಕ್ಷಿಣಾಯನೆ (ಕರ್ಕಾಟಕದ ಟ್ರಾಪಿಕ್ ಮತ್ತು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯನು ತಲೆಯ ಮೇಲಿದ್ದಾನೆ. ಉತ್ತರ ಗೋಳಾರ್ಧದಲ್ಲಿ ಬೇಸಿಗೆಯ ಅಯನ ಸಂಕ್ರಾಂತಿಯ ನಂತರ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ)

....ರೀತೌ - 6 ಋತುಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ - ವಸಂತ (ವಸಂತ), ಗ್ರೀಷ್ಮಾ (ಬೇಸಿಗೆ), ವರ್ಷ (ಮುಂಗಾರು), ಶರದ್ (ಶರತ್ಕಾಲ), ಹೇಮಂತ (ಚಳಿಗಾಲದ ಪೂರ್ವ, ತಂಪಾದ ಋತು) ಮತ್ತು ಶಿಶಿರ (ಚಳಿಗಾಲ). ಋತು, ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅಥವಾ ನಿಗದಿತ ಸಮಯವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಯಜ್ಞ ಅಥವಾ ಆಚರಣೆಗಳಿಗೆ. ಇದು ರೀತ ಎಂಬ ಪದದಿಂದ ಬಂದಿದೆ, ಅಂದರೆ ಕ್ರಮ ಅಥವಾ ಪದ್ಧತಿ.

....ಮಾಸ - ಮಾಸದ ಹೆಸರು (ಚೈತ್ರ, ವೈಶಾಖ, ಜ್ಯಷ್ಠ, ಆಷಾಢ, ಶ್ರವಣ, ಭದ್ರ, ಅಶ್ವಿನ್, ಕಾರ್ತಿಕ, ಮಾರ್ಗಶೀರ್ಷ, ಪೌಷ, ಮಾಘ, ಫಾಲ್ಗುಣ)

....ಪಕ್ಷ - ಶುಕ್ಲ ಪಕ್ಷ (ಅಮಾವಾಸ್ಯೆಯ ನಂತರದ ದಿನ - ಪೂರ್ಣಿಮೆಯವರೆಗೆ) ಅಥವಾ ಕೃಷ್ಣ ಪಕ್ಷ (ಕ್ಷೀಣ ಚಂದ್ರ - ಹುಣ್ಣಿಮೆಯ ನಂತರ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆಯವರೆಗೆ) ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಶುಕ್ಲ ಪಕ್ಷ ಮತ್ತು ಕೃಷ್ಣ ಪಕ್ಷವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.

....ಶುಭ ತಿಥೌ - ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳ ಒಳಗೆ ದಿನಗಳು (ಪ್ರತಿಪದ/ ಪ್ರಥಮ, ದ್ವಿತೀಯ, ತೃತೀಯ, ಚತುರ್ಥಿ, ಪಂಚಮಿ, ಷಷ್ಠಿ, ಸಪ್ತಮಿ, ಅಷ್ಟಮಿ, ನವಮಿ, ದಶಮಿ, ಏಕಾದಶಿ, ದ್ವಾದಶಿ, ತ್ರಯೋದಶಿ, ಚತುರ್ದಶಿ, ಪೌರ್ಣಮಿ ಅಥವಾ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ)

....ವಾಸರ - ದಿನ (ರವಿ, ಸೋಮ, ಮಂಗಳ, ಬುಧ, ಗುರು, ಶುಕ್ರ, ಶನಿ)

ಸರ್ವೇಷು, ಗ್ರಹೇಷು ಯಥಾ ಯಥಾ ರಾಶಿಸ್ಥಾನ ಸ್ಥಿತೇಷು - ಎಲ್ಲಾ ಸ್ವರ್ಗೀಯ ಗೃಹಗಳೊಂದಿಗೆ ನಾಮ್ನಾ/ ನಾಮ್ನಿ --- ಗೋತ್ರೋತ್ಪನ್ನಹಂ - ಹೆಸರು ಮತ್ತು ಗೋತ್ರ. ಗೋತ್ರವು ವಂಶಾವಳಿಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ, ಬ್ರಹ್ಮನಿಂದ ರಚಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಎಂಟು ಋಷಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಾದ ಗುರುವನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತದೆ. 108 ಗೋತ್ರಗಳಿವೆ.

ನಮ್ಮ ಋಷಿಗಳು ಎಲ್ಲರೂ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರು!

Source: Wikipedia
Compilation by N.R. Srinivasan
Images – Wikipedia
Image – Bharata Varsha – Timesofindia@indiatimes.com

ಶ್ರೀ ಜಗನ್ನಾಥ ದೇವಾಲಯದ ರಹಸ್ಯಗಳು

ಡಾ. ಗೌರೀಶ್ ಪಡುಕೋಣೆ ಅವರಿಂದ

ಜಗನ್ನಾಥ ದೇವಾಲಯವು ಒಡಿಸಾದ ಕರಾವಳಿ ಪಟ್ಟಣವಾದ ಪುರಿಯಲ್ಲಿದೆ. 'ಬಡಾಡೆಯುಲಾ' (ದೊಡ್ಡ ದೇವಾಲಯ), ಶ್ರೀಮಂದಿರ ಮತ್ತು ಜಗನ್ನಾಥ ಧಾಮ ಎಂದೂ ಸಹ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಇದು ಹಿಂದೂಗಳ ಮೂಲ ಚಾರ್ಧಾಮ ತೀರ್ಥಯಾತ್ರಾ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಉಳಿದ ಮೂರು ತಾಣಗಳೆಂದರೆ ರಾಮೇಶ್ವರಂ, ಬದರಿನಾಥ್ ಮತ್ತು ದ್ವಾರಕಾ.

ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನನ್ನು ಪುರಿಯಲ್ಲಿ ಜಗನ್ನಾಥ (ವಿಶ್ವದ ಅಧಿಪತಿ) ಎಂದು ಪೂಜಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ದೇವಾಲಯದ ಒಳಗಿನ ಗರ್ಭಗುಡಿಯು ಮೂರು ದೇವರುಗಳಾದ ಜಗನ್ನಾಥ, ಬಲಭದ್ರ ಮತ್ತು ಸುಭದ್ರರ ಪ್ರತಿಮೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ, ಇದನ್ನು ದರು ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಪವಿತ್ರ ಬೇವಿನ ಮರದ ದಿಮ್ಮಿಗಳಿಂದ ಕೆತ್ತಲಾಗಿದೆ, ಜೊತೆಗೆ ಸುದರ್ಶನ ಚಕ್ರ, ಮದನಮೋಹನ, ಶ್ರೀದೇವಿ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಧಾತ್ರಿಯ ಪ್ರತಿಮೆಗಳು ಬೆಜೆವೆಲೆಡ್ ವೇದಿಕೆ ಅಥವಾ ರತ್ನಬೀದಿಯ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತಿವೆ. ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಋತುಮಾನಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ವಿವಿಧ ಉಡುಪು ಮತ್ತು ಆಭರಣಗಳಿಂದ ಅಲಂಕರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ದೇವತೆಗಳ ಆರಾಧನೆಯು ದೇವಾಲಯದ ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕಿಂತ ಹಿಂದಿನದು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಚೀನ ಬುಡಕಟ್ಟು ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿರಬಹುದು.

ದೇವಾಲಯದ ರಥಗಳನ್ನು 'ರಥಗಳು' ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ, ಹಿಂದೂ ದೇವರುಗಳ ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯವನ್ನು ಸಾಗಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಬ್ಬ ಹರಿದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕರು ಬಂಡಿಯನ್ನು ಎಳೆಯುವಾಗ ಈ ಕಾರನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಅತಿದೊಡ್ಡ ದೇವಾಲಯದ ರಥಗಳ ಗಾತ್ರವು ಆಂಗ್ಲೋ-ಇಂಡಿಯನ್ ಪದವಾದ ಜಗ್ಗರ್ನಾಟ್ (ಜಗನ್ನಾಥದಿಂದ) ಸ್ಫೂರ್ತಿ ನೀಡಿರಬಹುದು, ಇದು ಪ್ರಚಂಡ, ಬೃಹತ್, ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿ ತಡೆಯಲಾಗದ ಶಕ್ತಿ ಅಥವಾ ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. 3 ಕಿಮೀ ಉದ್ದದ ರಥ ಯಾತ್ರೆಯು ವಾರ್ಷಿಕವಾಗಿ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಭಕ್ತರು ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವ ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಉತ್ಸವವಾಗಿದೆ. ಈ ರಥಯಾತ್ರೆಯ ಮೂಲಕ, ಜಗನ್ನಾಥನು ತನ್ನ ಚಿಕ್ಕಮ್ಮನ ಮನೆಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ - ಗುಂಡಿಚಾ ದೇವಸ್ಥಾನ ಎಂದೂ ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಮೌಸಿ ಮಾ ದೇವಸ್ಥಾನವನ್ನು ಅವನ ಒಡಹುಟ್ಟಿದವರಾದ ಬಲಭದ್ರ ಮತ್ತು ಸುಭದ್ರಾ ಅವರೊಂದಿಗೆ 7 ದಿನಗಳ ಕಾಲದವರೆಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುತ್ತಾನೆ .

ಯಾತ್ರೆಗಾಗಿ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಮೂರು ಗೋಪುರದ ರಥಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಿರ್ಮಾಣದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಒಂದು ಪೀಳಿಗೆಯಿಂದ ಮತ್ತೊಂದು ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಬಡಗಿಗಳಿಗೆ ಹಸ್ತಾಂತರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಅಳತೆಗಳು ಮರದ ಕೈಯಿಂದ ಮಾಡಿದ ಉಪಕರಣಗಳೊಂದಿಗೆಮಾಡಲಾಗಿದ್ದು ರಥಗಳನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಮರಗಳ ಮರದಿಂದ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಫಾಸಿ (ಧೌರಾ) (ಅನೋಜೆಸಸ್ ಲ್ಯಾಟಿಫೋಲಿಯಾ), ಅಸನ್ (ಟರ್ಮಿನಾಲಿಯಾ ಎಲಿಪ್ಟಿಕಾ) ಮತ್ತು ಸಿಮಲ್ (ಬಾಂಬಾಕ್ಸ್ ಸಿಬಾ), ಕೆಲವು ಇತರರೊಂದಿಗೆ, ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಜಗನ್ನಾಥ, ಬಲಭದ್ರ ಮತ್ತು ಸುಭದ್ರರ ರಥಗಳ ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ರಥವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅಳತೆಗಳ ಪ್ರಕಾರ ನಿರ್ಮಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ ಮತ್ತು ಹೆಸರನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ: ನಂದಿಗೋಶ ಎಂಬ ರಥವನ್ನು ಭಗವಾನ್ ಜಗನ್ನಾಥ ಬಳಸುತ್ತಾನೆ, ಭಗವಾನ್ ಬಲಭದ್ರನು ರಥದಿಂದ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಾನೆ: ತಾಲಧ್ವಜ ಮತ್ತು ಸುಭದ್ರರು ದೇಬದಲನ ಎಂಬ ರಥವನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ರಥಗಳ ಬಣ್ಣಗಳು ಸಹ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ರೋಮಾಂಚಕವಾಗಿವೆ.

ಜಗನ್ನಾಥನ ರಥವನ್ನು ಕೆಂಪು ಮತ್ತು ಹಳದಿ ಬಣ್ಣದ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಹೊದಿಸಲಾಗಿದೆ, ಸುಭದ್ರೆಯ ರಥವು ಕಪ್ಪು ಮತ್ತು ಕೆಂಪು ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಮುಚ್ಚಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ ಮತ್ತು ಬಲಭದ್ರನ ರಥವು ಕೆಂಪು ಮತ್ತು ನೀಲಿ ಹಸಿರು ಬಣ್ಣದಿಂದ ಮುಚ್ಚಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.

ಗಂಗಾ ರಾಜವಂಶದ ರಾಜ ಅನಂತವರ್ಮನ್ ಚೋಡಗಂಗಾ ನಿರ್ಮಿಸಿದ 12 ನೇ ಶತಮಾನದ ದೇವಾಲಯವು ಕಳಿಂಗ ವಾಸ್ತುಶಿಲ್ಪದ ರೂಪದಲ್ಲಿದೆ ಮತ್ತು ಭಾರತೀಯ ಪಂಥಾಹ್ವಾನದ ದೇವರುಗಳ ಸಣ್ಣ ದೇವಾಲಯಗಳಿಂದ ಆವೃತವಾಗಿದೆ. ಪತಿತಪಾವನ ಎಂಬ ದೇವಾಲಯದ ಧ್ವಜವನ್ನು ಒಬ್ಬ ಅರ್ಚಕ/ಸೇವಕನು 214 ಅಡಿ (45 ಅಂತಸ್ತಿನ ಕಟ್ಟಡವನ್ನು ಹತ್ತುವುದಕ್ಕೆ ಸಮನಾಗಿರುತ್ತದೆ) ದೇವಾಲಯದ ಮೇಲೆ ಅಷ್ಟ ಧಾತುಗಳು ಅಂದರೆ ಎಂಟು ಲೋಹಗಳ ಮಿಶ್ರಲೋಹದಿಂದ ಮಾಡಿದ ನೀಲ ಚಕ್ರ ಎಂಬ ತಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ಹಾರಿಸುತ್ತಾನೆ: ಅದು ದೇವಸ್ಥಾನದ ಶಿಖರದ ಮೇಲೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ದೇವಾಲಯದ ಧ್ವಜವು ಮತ್ತೆ ಆಶ್ಚರ್ಯ ಮತ್ತು ವಿಸ್ಮಯದಿಂದ ತುಂಬಿದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಯಾವುದೇ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿವರಣೆಯನ್ನು ಮೀರಿ ಗಾಳಿಯ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಹರಿಯುತ್ತದೆ.

ನೀಲ ಚಕ್ರ: ಲೋಹದ ರಚನೆಯಂತಹ ಚಕ್ರವು ದೇವಾಲಯವನ್ನು ಮಿಂಚಿನಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸುಮಾರು ಒಂದು ಟನ್ ತೂಕವಿರುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಭಾರೀ ತೂಕದ ಲೋಹದ ರಚನೆಯನ್ನು 200 ಅಡಿ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಹೇಗೆ ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಯಿತು ಎಂಬುದು ನಿಗೂಢ ಪ್ರಶ್ನೆಯಾಗಿದೆ. ಚಕ್ರವು ಮತ್ತೊಂದು ಆಕರ್ಷಕ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಮತ್ತು ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಎದುರಿಸುತ್ತದೆ; ಪ್ರತಿ ದಿಕ್ಕಿನಿಂದ ಒಂದೇ ರೀತಿ ಕಾಣುವಂತೆ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಮೀರಿದ ಮತ್ತೊಂದು ರಹಸ್ಯವೆಂದರೆ ಈ ದೇವಾಲಯವು ದಿನದ ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನೆಲ ಮತ್ತು ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ನೆರಳನ್ನು ತೋರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಇಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ವಿಸ್ಮಯವೋ ಅಥವಾ ದೈವಿಕ ಶಕ್ತಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದಾದ ವಿದ್ಯಮಾನವೋ ಎಂಬುದು ಇನ್ನೂ ಅರ್ಥವಾಗಬೇಕಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಪಕ್ಷಿಗಳು ಛಾವಣಿಯ ಮೇಲ್ಭಾಗಗಳು ಮತ್ತು ಕಟ್ಟಡಗಳು ಮತ್ತು ದೇವಾಲಯಗಳಂತಹ ರಚನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಹಾರುವುದನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ, ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಜಗನ್ನಾಥ ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ, ದೇವಾಲಯದ ಮೇಲಿನ ಪ್ರದೇಶವು ಯಾವುದೇ ಹಾರುವ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಜೀವಿಗಳಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮುಕ್ತವಾಗಿದೆ. ದೇವಸ್ಥಾನದ ಪ್ರದೇಶದ ಮೇಲೆ ವಿಮಾನವೂ ಹಾರುವುದಿಲ್ಲ. ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಹಿಂದೂಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಪ್ರವೇಶ. ದೇವಾಲಯಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುವ ಇತರರು ದೇವಾಲಯದ ಸುತ್ತಲಿನ ಗ್ಯಾಲರಿಯಿಂದ ದೇವಾಲಯದ ಆವರಣ ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ದೇವಾಲಯಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶವು 4 ದ್ವಾರಗಳ ಮೂಲಕ... ಸಿಂಹದ್ವಾರ ,ಆನೆ ದ್ವಾರ, ವ್ಯಾಘ್ರದ್ವಾರ ಮತ್ತು ಅಶ್ವದ್ವಾರ .

ಭಗವಾನ್ ವಿಷ್ಣು ತನ್ನ ಸ್ನಾನಕ್ಕಾಗಿ ಭೂಮಿಗೆ ರಾಮೇಶ್ವರಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿದಿನ ಭೇಟಿ ನೀಡುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ದ್ವಾರಕಾವನ್ನು ಬಟ್ಟೆ ಧರಿಸಲು ಮತ್ತು ಶೃಂಗಾರಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಊಟಕ್ಕೆ ಪುರಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಬದರಿನಾಥದಲ್ಲಿ ನಿವೃತ್ತಿ ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ. ಅಡಿಗೆ ಮನೆ 100 ಅಡಿ 150 ಅಡಿ. ಕೋಟೆಯಂತೆ... ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಭಗವಂತನಿಗೆ ಮಾಡಿದ ನೈವೇದ್ಯಗಳನ್ನು ಬೇಯಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. 1000 ಮಣ್ಣಿನ ಮಡಕೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು 56 ಭಕ್ಷ್ಯಗಳನ್ನು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಒಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ಬೇಯಿಸಲು ಕೇವಲ ಏಳು ಮಣ್ಣಿನ ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಒಂದರ ಮೇಲೊಂದು ಇಟ್ಟು ಉರುವಲು ಬಳಸಿ ಬೇಯಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕುತೂಹಲಕಾರಿಯಾಗಿ, ಮೇಲಿನ ಮಡಕೆಯನ್ನು ಮೊದಲು ಬೇಯಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಉಳಿದವು ಮೇಲಿನಿಂದ ಕೆಳಕ್ಕೆ ಅದೇ ಕ್ರಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತವೆ.

ಭಗವಂತನ ಪವಿತ್ರ ಆಹಾರವಾದ ಮಹಾಪ್ರಸಾದವನ್ನು ಜಗನ್ನಾಥನ ಧರ್ಮಪತ್ನಿ ಲಕ್ಷ್ಮಿ ದೇವಿಯ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ. ಮಹಾಪ್ರಸಾದದ ಒಂದು ಕಾಳು ಕೂಡ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆಶ್ಚರ್ಯವೆಂಬಂತೆ ಭಕ್ತರಿಗೆ ಹಂಚಲು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ ಮಹಾಪ್ರಸಾದ ಎಂದಿಗೂ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ತುತ್ತು ಕೂಡ ವಿತರಿಸದೆ ಉಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿದಿನ ದೇವಾಲಯಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುವ ನಿಖರ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಭಕ್ತರಿಗೆ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ ಪ್ರಸಾದವು ಸಾಕಾಗುತ್ತದೆ. ಜಗನ್ನಾಥ ದೇವಾಲಯವು ಸಮುದ್ರ ತೀರಕ್ಕೆ ತುಂಬಾ ಸುಂದರವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ನೀವು ಸುತ್ತಲೂ ಅಲೆಗಳ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಕೇಳಬಹುದು, ಆದರೆ ದೇವಾಲಯದ ಸಂಕೀರ್ಣದೊಳಗೆ ಅಲ್ಲ. ನೀವು ದೇವಾಲಯದ ಸಿಂಘ ದ್ವಾರವನ್ನು (ಸಿಂಹ ದ್ವಾರ) ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ ತಕ್ಷಣ ಸಮುದ್ರದ ಎಲ್ಲಾ ಶಬ್ದಗಳು ಶಾಂತವಾಗುತ್ತವೆ.

ಹಗಲಿನ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಸಮುದ್ರದಿಂದ ಗಾಳಿಯು ಭೂಮಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಸಂಜೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಭೂಮಿಯಿಂದ ಗಾಳಿಯು ಸಮುದ್ರದ ಕಡೆಗೆ ಬೀಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದಿರುವ ಭೌಗೋಳಿಕ ಸಂಗತಿಯಾಗಿದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಪುರಿಯಲ್ಲಿ, ಈ ಭೌಗೋಳಿಕ ಕಾನೂನುಗಳು ವ್ಯತಿರಿಕ್ತವಾಗಿವೆ. ಇಲ್ಲಿ, ಕೇವಲ ವಿರುದ್ಧವಾದ ವಿಷಯ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಹಗಲಿನಲ್ಲಿ ತಂಪಾದ ಗಾಳಿಯು ಭೂಮಿಯ ಮೂಲಕ ಹರಿಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಂಜೆ ಸಮುದ್ರದಿಂದ ತಂಪಾದ ಗಾಳಿಯು ದೇವಾಲಯದ ಸಂಕೀರ್ಣವನ್ನು ಆವರಿಸುತ್ತದೆ.

ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಈ ರಹಸ್ಯಗಳು ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಭೂತಕಾಲವು ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಅಂತಹ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಮುಂದುವರೆದಿದೆ ಎಂಬ ನಮ್ಮ ದೃಢ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಬಲಪಡಿಸುತ್ತದೆ, ಅಜ್ಞಾತವನ್ನು ಬಿಚ್ಚಿಡುವುದು ನಮಗೆ ಆಧುನಿಕ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

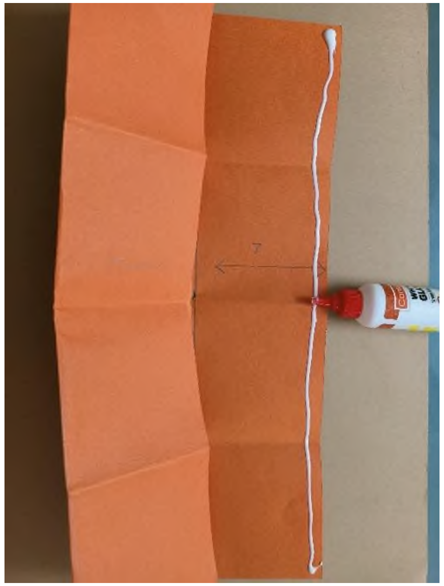
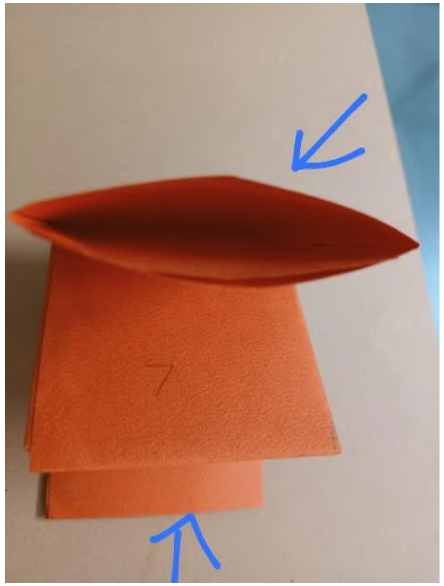
Sources

1. Wikipedia
2. Times of India
3. www.india.com
4. www.tripoto.com
5. www.indianpanorama.in

ಕಲೆ ಮತ್ತು ಕರಕುಶಲತೆ - ಹುಲಿಯ ಕಾಗದದ ಬೊಂಬೆ

ಸ್ಮಿತಾ ನಾಗರಕಟ್ಟೆ ಇವರಿಂದ.

ಅಗತ್ಯವಿರುವ ವಸ್ತುಗಳು: ಕಿತ್ತಳೆ, ಹಳದಿ, ಕೆಂಪು ಮತ್ತು ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣದ ಕಾಗದ, ಕಪ್ಪು ಮಾರ್ಕರ್, ಒಂದು ಜೋಡಿ ಕತ್ತರಿ, ಫೆವಿಕಾಲ್, ಪೆನ್ಸಿಲ್ ಮತ್ತು ರೂಲರ್.	1. A4 ಗಾತ್ರದ ಕಿತ್ತಳೆ ಬಣ್ಣದ ಕಾಗದವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ 21 ಸೆಂ . ಮೀ. ಅಗಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿರುವಂತೆ ಲಂಬ ರೇಖೆಗಳನ್ನು ಎಳೆಯುವ ಮೂಲಕ ಇದನ್ನು 7 ಸೆಂ.ಮೀ 3 ಭಾಗಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿ.	2. ಈಗ ಅದನ್ನು ಒಂದು ಬದಿಯಿಂದ ರೇಖೆಯ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಮಡಿಸಿ.	3. ಮುಂದೆ, ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿರುವಂತೆ ಅದನ್ನು ಇನ್ನೊಂದು ಬದಿಯಿಂದ ಸಾಲಿನ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಮಡಿಸಿ. .

			
4. ಫೆವಿಕಾಲ್ ಅನ್ನು ಅಂಚಿನ ಉದ್ದಕ್ಕೂ (ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಮಾತ್ರ) ಹಚ್ಚಿ ಮತ್ತು ಬದಿಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ. .	5.ಈಗ ಕಾಗದವನ್ನು ಅದರ ಅಗಲದಲ್ಲಿ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ಮಡಿಸಿ.	6. ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿರುವಂತೆ ಅಂಕುಡೊಂಕಾದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ರಚಿಸಲು ಪ್ರತಿ ಬದಿಯನ್ನು ಮತ್ತೆ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ಮಡಿಸಿ.	7. ಎರಡು ಅಂಚುಗಳ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ತೆರೆಯುವಿಕೆಯ ಮೂಲಕ ನೀವು ಬೆರಳನ್ನು ಹಾದು ಹೋಗಬಹುದೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.

<table>
<tr>
<td>
</td>
<td> </td>
<td> </td>
<td> </td>
</tr>
<tr>
<td>8. ಬಣ್ಣದ ಕಾಗದಗಳಿಂದ ಕಿವಿ, ಹುಲಿ ಪಟ್ಟೆಗಳು, ನಾಲಿಗೆ, ಮೂತಿ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ. ಪಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸುವ ಬದಲು, ಕಪ್ಪು ಮಾರ್ಕರ್ ಬಳಸಿ ಸಹ ಅವುಗಳನ್ನು ಸೆಳೆಯಬಹುದು.</td>
<td>9. ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿರುವಂತೆ ಮೂತಿ ಮತ್ತು ನಾಲಿಗೆಯನ್ನು ಅಂಟಿಸಿ.</td>
<td>10. ಕಿವಿಗಳು, ಪಟ್ಟೆಗಳು ಮತ್ತು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಅಂಟಿಸಿ. ಪಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಅಂಟಿಸುವ ಬದಲು ಅವುಗಳನ್ನು ಚಿತ್ರಿಸಬಹುದು.</td>
<td>11 .ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಲು ಎರಡೂ ತುದಿಗಳು ತೆರೆದಿವೆಯೇ ಎಂದು ನೋಡಲು ಮೇಜಿನ ಮೇಲೆ ಇರಿಸಿ.
.</td>
</tr>
</table>

 12 . ಪಾರ್ಶ್ವನೋಟ	 13. ಮಲಗಿಸಿದ ಭಂಗಿ.	 14 ಮುಂಭಾಗದ ನೋಟ	 15. ಈಗ ಎರಡೂ ತೆರೆಯುವಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಹುಲಿಯನ್ನು ಮಾತನಾಡುವಂತೆ ಮಾಡಿ!

ಪರಿಜ್ಞಾ ಪತ್ರಿಕಾ - ಯುಗಾದಿ 2022

Concept and Design: Jyothi Bharat Divgi

Editors: Shailaja Ganguly and Namrata Heranjal

Kannada Translation: Smita Divgi

Math Website: Leenata Rao

Coordinator: Shivanand Mudbidri