

ದೋಷ ನಿವಾರಿಸಿ ಮತ್ತು ಆನಂದಿತರಾಗಿರಿ !

೫

ಮನೋಗತ

೫



ಅನೇಕ ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಂತೆ ಆಗದಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ತಂದೆ-ತಾಯಿಯರು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ಕೇಳದಿದ್ದರೆ, ಕೋಪಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಅಥವಾ ನಿರಾಶ ರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಅವರಿಂದಾಗಿ ಇತರರಿಗೂ ತೊಂದರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸಿಟ್ಟು ಬರುವುದು, ಉದ್ವಿಗ್ನತನದಿಂದ ಮಾತನಾಡುವುದು, ಸುಳ್ಳು

ಹೇಳುವುದು ಮೊದಲಾದ ದೋಷಗಳು ಕೆಟ್ಟ ಸ್ವಭಾವದ ಮತ್ತು ಪ್ರೇಮ, ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು, ತಾಳ್ಮೆ ಮೊದಲಾದ ಗುಣಗಳು ಒಳ್ಳೆಯ ಸ್ವಭಾವದ ನಿದರ್ಶಕ ವಾಗಿವೆ. ಸದ್ಗುಣಗಳಿರುವ ಬಾಲಕನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಇಷ್ಟವಾಗುತ್ತಾನೆ. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಇಷ್ಟವಾಗುವವನೇ ದೇವರಿಗೂ ಇಷ್ಟವಾಗುತ್ತಾನೆ ! ತಮ್ಮಲ್ಲಿನ ದೋಷಗಳನ್ನು ದೂರಗೊಳಿಸುವುದೇ, ಸಮಾಧಾನಿ ಮತ್ತು ಆನಂದವಾಗಿರಲು ಸುಲಭ ಮಾರ್ಗ !

ಈ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಆಲಸ್ಯ, ಉದ್ವಿಗ್ನತನ, ಅವ್ಯವಸ್ಥಿತತನ ಮುಂತಾದ ಸ್ವಭಾವ ದೋಷಗಳಿಂದಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೇಗೆ ಹಾನಿಯಾಗುತ್ತದೆ; ಅವರಿಂದ ಯಾವ ತಪ್ಪು ಗಳಾಗುತ್ತವೆ; ಈ ದೋಷಗಳನ್ನು ದೂರಗೊಳಿಸಲು ಮಕ್ಕಳು 'ಸ್ವಯಂಸೂಚನೆ'ಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಕೊಡಬೇಕು; ತಪ್ಪುಗಳಿಗೆ ಯಾವ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಉದಾಹರಣೆ ಸಹಿತ ವಿವೇಚನೆ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ಸದ್ಯದ ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಬೌದ್ಧಿಕ ಕ್ಷಮತೆಯೊಂದಿಗೆ ಮಕ್ಕಳ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ವಿಕಸನವಾಗಿರುವುದೂ ಕೂಡ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ. ಕೀಳರಿಮೆ, ಭಯ, ಚಿಂತೆ, ನಿರಾಶೆ ಇವುಗಳಂತಹ ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳಿಂದ ಮನಸ್ಸು ದುರ್ಬಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಸ್ವಾರ್ಥ, ಮತ್ಸರ, ಸಿಡಿಮಿಡಿ ಇವುಗಳಂತಹ ದೋಷಗಳಿಂದ ಎಲ್ಲ ಸುಖಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಉಪಲಬ್ಧವಿದ್ದರೂ ಸುಖ-ಸಮಾಧಾನಿಯಾಗಿರಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸತತ ಆನಂದವಾಗಿರಲು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಸ್ವಭಾವ ದೋಷಗಳನ್ನು ದೂರಗೊಳಿಸಲು ಸಾತತ್ಯದಿಂದ ಮತ್ತು ತಳಮಳದಿಂದ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವುದು ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳು ಹೋಗಿ ಅಂತರಿಕ ಸುಧಾರಣೆಯಾದರೆ, 'ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಅವರಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ವಿಕಸನವಾಯಿತು' ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

ಈ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ ಮಕ್ಕಳ ದೋಷಗಳು ದೂರವಾಗಲಿ ಮತ್ತು ಅವರ ಗುಣಗಳು ವೃದ್ಧಿಯಾಗಿ ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ವಿಕಸನವಾಗಲಿ, ಹಾಗೆಯೇ ಅವರ ಭಾವೀ ಜೀವನವು ಆನಂದಮಯ ಮತ್ತು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲಿ, ಎಂದು ಶ್ರೀ ಗುರುಚರಣಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ! - ಸಂಕಲನಕಾರರು

೫

೫

ಅನುಕ್ರಮಣಿಕೆ

(ಕೆಲವು ಮಹತ್ವದ ಅಂಶಗಳನ್ನು '*' ಈ ಗುರುತಿನಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.)

- | | |
|--|----|
| ೧. ಮಕ್ಕಳೇ, ಮನಸ್ಸಿನ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಿರಿ ! | ೧೫ |
| ೨. 'ಸ್ವಭಾವ'ವನ್ನು ಹೇಗೆ ಗುರುತಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ? | ೧೫ |
| ೩. ಸ್ವಭಾವದಲ್ಲಿನ ಗುಣ-ದೋಷಗಳಿಂದ ಯಾವ ಪರಿಣಾಮವಾಗುತ್ತದೆ ? | ೧೬ |
| ೪. ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳಿಂದ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗುವ ಹಾನಿ | ೧೬ |
| ೫. ಕೆಲವು ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳಿಂದ ಆಗುವ ತಪ್ಪುಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ | ೨೦ |
| ೫ ಅ. ಆಲಸ್ಯ | ೨೦ |
| ೫ ಆ. ಅವ್ಯವಸ್ಥಿತತನ | ೨೦ |
| ೫ ಇ. ಉದ್ವಿಗ್ನತನದಿಂದ ಅಥವಾ ಸಿಟ್ಟಿನಿಂದ ಮಾತನಾಡುವುದು | ೨೦ |
| ೫ ಈ. ಸಮಯಪಾಲನೆ ಮಾಡದಿರುವುದು | ೨೧ |
| ೫ ಉ. ಇತರರ ದೋಷಗಳನ್ನೇ ನೋಡುವುದು | ೨೨ |
| ೫ ಊ. ಕೀಳರಿಮೆ (ತಾನು ಇತರರಿಗಿಂತ ಹೀನ ಎಂದು ಭಾವಿಸುವುದು) | ೨೨ |
| ೬. ಸ್ವಭಾವದೋಷ ನಿರ್ಮೂಲನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ | ೨೩ |
| ೬ ಅ. ವ್ಯಾಖ್ಯೆ | ೨೩ |
| ೬ ಆ. ಮಹತ್ವ | ೨೩ |
| ೬ ಆ ೧. ಸುಖ ಮತ್ತು ಆದರ್ಶ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ | ೨೩ |
| ೬ ಆ ೨. ನಿಜವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ವಿಕಾಸವಾಗುವುದು | ೨೩ |
| ೬ ಆ ೩. ಜೀವನದಲ್ಲಿನ ಕಠಿಣ ಪ್ರಸಂಗಗಳನ್ನು ಸಹಜವಾಗಿ ಎದುರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು | ೨೪ |
| ೬ ಆ ೪. ಈಗಿನ ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಮುಂದಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ | ೨೪ |
| ೬ ಇ. ಸ್ವರೂಪ | ೨೪ |
| ೭. 'ಸ್ವಭಾವದೋಷ ನಿರ್ಮೂಲನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ'ಯನ್ನು ಹೇಗೆ ನಡೆಸಬೇಕು ? | ೨೫ |
| ೭ ಅ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿನ ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ತಯಾರಿಸಿರಿ | ೨೫ |
| ೭ ಆ. ಸ್ವಭಾವದೋಷ ನಿರ್ಮೂಲನ ತಖ್ತಿಯನ್ನು ತುಂಬಿಸಿರಿ | ೨೯ |

- ೨ ಇ. ಸ್ವಯಂಸೂಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುವ ಕೆಲವು ಪದ್ಧತಿಗಳು ೩೮
- ೨ ಇ ೧. 'ಸ್ವಯಂಸೂಚನೆ' ಅಂದರೇನು ? ೩೮
- ೨ ಇ ೨. ಸ್ವಯಂಸೂಚನೆಯನ್ನು ತಯಾರಿಸುವ ಕೆಲವು ಪದ್ಧತಿಗಳು ೩೯
- ೨ ಇ ೩. ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುವಾಗ ಗಮನದಲ್ಲಿಡಬೇಕಾದ ಅಂಶ ೪೮
- ೨ ಈ. ಸೂಚನಾಸತ್ರ (ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳ ಆಯ್ಕೆ, ಸೂಚನಾಸತ್ರಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ, ಸೂಚನಾಸತ್ರದ ಕಾಲಾವಧಿ) ೪೯
- ೨ ಉ. ಪ್ರಗತಿಯ ಸೂಚನೆಯನ್ನು ಏಕೆ ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಕೊಡಬೇಕು ? ೫೫
- ೨ ಊ. ಸ್ವಭಾವದೋಷ ನಿವಾರಿಸಲು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಇತರ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ೫೭
- ೨ ಊ ೧. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕೃತಿಯನ್ನು ತಪ್ಪುಗಳಿಲ್ಲದೇ ಮತ್ತು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು ೫೭
- ೨ ಊ ೨. ತಪ್ಪುಗಳ ಪುನರಾವರ್ತನೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬೇಕು ೫೭
- ೨ ಊ ೩. ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಣೆಯಾಗದಿದ್ದರೆ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ೫೭
- * ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದಾಗುವ ಲಾಭಗಳು ೫೭
- ೨ ಊ ೪. ಸ್ವಭಾವದೋಷಗಳ ವಿರುದ್ಧವಿರುವ ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು ೬೧
- ೨ ಊ ೫. ನಾಮಜಪವನ್ನು ಮಾಡುವುದು ೬೧
- * ಯಾವ ದೇವರ ನಾಮಜಪವನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕು ? ೬೨
- ೨ ಊ ೬. ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡುವುದು (ಮಹತ್ವ ಮತ್ತು ಉದಾಹರಣೆ) ೬೩
- ೨ ಎ. ಸ್ವಭಾವದೋಷ ನಿರ್ಮೂಲನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ವರದಿ ಹೇಗೆ ಕೊಡಬೇಕು ? ೬೩
- * ವರದಿ ಎಂದರೇನು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಕೊಡುವ ಉದ್ದೇಶ ೬೩
೮. ಸ್ವಭಾವದೋಷ ನಿರ್ಮೂಲನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಿಂದಾಗಿ ಸನಾತನದ ಬಾಲಸಾಧಕರಲ್ಲಾದ ಬದಲಾವಣೆ ೬೫

ಸನಾತನದ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಖರೀದಿಸುವ ವಾಚಕರಿಗೆ ಖನಂತಿ !

ಸನಾತನದ ಹೊಸ ಗ್ರಂಥಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ -
E-mail : chaitanya.grantha@gmail.com / ಸಂಚಾರವಾಣಿ : 9342599299

'ಸನಾತನ'ದ ಗ್ರಂಥ 'ಆನ್‌ಲೈನ್'ನಲ್ಲಿ ಖರೀದಿಸಲು - www.SanatanShop.com