ಭೀಕರ ಆಪತ್ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸಮಾಜವು ಜೀವಂತವಾಗಿರಲು ವಿವಿಧ ಉಪಾಯಗಳನ್ನು ಹೇಳುವ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಮೊದಲೇ ಪ್ರಕಟಿಸುವ ಏಕೈಕ ದ್ರಷ್ಟಾರ : ಪರಾತ್ಪರ ಗುರು ಡಾ. ಆಠವಲೆ !

ಆಪತ್ಕಾಲದ ಸಂಜೀವಿನಿ : ನಾಮಜಪದ ಉಪಾಯ - ಖಂಡ ೨

ನಾಮಜಪಗಳಿಂದ ದೂರವಾಗುವ ರೋಗಗಳು

(ನಾಮಜಪದ ಬಗ್ಗೆ ಸೂಚನೆಗಳ ಸಹಿತ ಮುದ್ರೆ ಮತ್ತು ನ್ಯಾಸವೂ ಅಂತರ್ಭೂತ)

(Chants that can cure ailments [Includes mudrā and nyās, besides guidance on chanting]) ಕನ್ನಡ (Kannada)

ಸಂಕಲನಕಾರರು

ಹಿಂದೂ ರಾಷ್ಟ್ರ ಸ್ಥಾಪನೆಯ ಉದ್ಘೋಷ ಮಾಡುವ

ಸಚ್ಚಿದಾನಂದ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಡಾ. ಜಯಂತ ಬಾಳಾಜಿ ಆಠವಲೆ

(‘ಸಚ್ಚಿದಾನಂದ ಪರಬ್ರಹ್ಮ’ ಬಿರುದಿನ ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಣವನ್ನು ‘ಪುಟ ೫’ ರಲ್ಲಿ ಓದಿ.)

ಪೂ. ಸಂದೀಪ ಗಜಾನನ ಆಳಶಿ

ಸನಾತನ ಸಂಸ್ಥೆ

ಡಿಸೆಂಬರ್ ೨೦೨೨ ರವರೆಗೆ ಸನಾತನದ ೩೬೦ ಗ್ರಂಥಗಳ ಕನ್ನಡ, ಹಿಂದಿ, ಆಂಗ್ಲ, ಮರಾಠಿ, ಗುಜರಾತಿ, ತಮಿಳು, ತೆಲುಗು, ಮಲಯಾಳಂ, ಬಂಗಾಲಿ, ಒರಿಯಾ, ಗುರುಮುಖಿ, ಅಸ್ಸಾಮಿ, ನೇಪಾಳಿ, ಜರ್ಮನ್, ಸರ್ಬಿಯನ್, ಫ್ರೆಂಚ್ ಮತ್ತು ಸ್ಪ್ಯಾನಿಶ್ ಈ ೧೭ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ೯೨,೧೧,೦೦೦ ಪ್ರತಿಗಳು !

ಪ್ರಕಾಶಕರು : ಶ್ರೀ ಸಿದ್ಧೇಶ್ವರ ಧರ್ಮಜಾಗೃತಿ ಸಂಸ್ಥೆ
Shree Siddheshwar Dharmajagruti Sanstha
ಮ.ಸಂ. 2ಬಿ–29ಎ, ಇಂದಿರಾನಗರ, ಕುಕ್ಕಿಕಟ್ಟೆ,
ಉಡುಪಿ 576 101, ಕರ್ನಾಟಕ. ದೂ.ಕ್ರ. : +91 93424 35617
ಇತರ ದೂ.ಕ್ರ. (ಗೋವಾ) : +91 (0832) 2312664
ಇ–ಅಂಚೆ : granth@sanatan.org

ಮುಖಪುಟದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ : ಸೌ. ಗೌರಿ ಆಫಳೆ ಮತ್ತು ಸೌ. ಜಾಹ್ನವಿ ಶಿಂದೆ

First Edition : Maharshi Yaadnyavalkya Jayanti,
Kaliyug Varsh 5119 (4th June 2017)

Second Edition : Makara Sankranti, Kaliyug Varsh 5119
(14th January 2018)

Sixth Reprint : Rathasaptami, Kaliyug Varsh 5124
(28th January 2023)

Translated from the original Marathi text 'Namjapan mule dur honare vikar (Namjapa vishaichya suchana saha mudra va nyas hi antarbhuta)'
ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥವು ಹಿಂದಿ ಮತ್ತು ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲೂ ಲಭ್ಯವಿದೆ.

ಅನುವಾದಕರು : ಸೌ. ಪ್ರತೀಕಾ ಪೈ, ಶ್ರೀ. ಗಣೇಶ ರಾಜಾರಾಮ ಕಾಮತ್

ಮುದ್ರಣಸ್ಥಳ : ಆಮೋದ್ ಗ್ರಾಫಿಕ್ಸ್, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 010.

ದೇಣಿಗೆ ಮೌಲ್ಯ : ₹ 100/-

ISBN : 978-93-87641-09-9

ॐ ಗ್ರಂಥ ಕ್ರ. : 287

© **ಪ್ರಕಾಶಕರು** All rights are reserved. No part of this publication maybe reproduced, stored in a retrieval system or transmitted, in any form or by any means, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without prior written permission of the original publisher. Violators will be liable for criminal / civil action.

ವಿಷಯಸೂಚಿ

೧. ಗ್ರಂಥದ ಸಂಕಲನಕಾರರ ಪರಿಚಯ ೬

೨. ಮನೋಗತ ೯

ಗ್ರಂಥದ ಅನುಕ್ರಮಣಿಕೆ

ಕೆಲವು ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಪೂರ್ಣ ಅಂಶಗಳನ್ನು '*' ಗುರುತಿನಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಲಾಗಿದೆ

೧. ನಾಮಜಪಗಳಿಂದ ಗುಣವಾಗಬಹುದಾದ ಕೆಲವು ರೋಗಗಳು ೧೦

೨. ನಾಮಜಪವನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮುದ್ರೆ ಮತ್ತು ನ್ಯಾಸಗಳು, ಹಾಗೆಯೇ ನ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಸ್ಥಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಅದಕ್ಕನುಸಾರ ಉಪಾಯ ಮಾಡುವುದು ೪೦

೩. ಉಪಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಆವಶ್ಯಕ ಮುದ್ರೆ, ನ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ನ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಉಪಾಯ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಅವುಗಳನ್ನು ಸ್ವತಃ ಹುಡುಕಿ ಉಪಾಯ ಮಾಡುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾಗಿದೆ ! ೫೦

೩ ಅ. ನ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಸ್ಥಾನವನ್ನು (ನ್ಯಾಸಸ್ಥಾನ) ಹುಡುಕುವುದು ೫೧

೩ ಆ. ಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಹುಡುಕುವ ಪದ್ಧತಿ ೫೩

೩ ಇ. ಮುದ್ರೆಗನುಸಾರ ಯಾವ ನಾಮಜಪ ಮಾಡಬೇಕು ? ೫೪

೪. ನಾಮಜಪದ ಉಪಾಯ ಮಾಡುವ ಬಗೆಗಿನ ಸೂಚನೆಗಳು ೫೫

* ನಾಮಜಪ ಮಾಡುವಾಗ ಹೀಗೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ! ೫೬

* ನಾಮಜಪದ ಉಪಾಯವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು, ಹಾಗೆಯೇ ಉಪಾಯವನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಮಧ್ಯಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೆಟ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಶರೀರದ ಮೇಲೆ ತಂದಿರುವ ತ್ರಾಸದಾಯಕ ಆವರಣವನ್ನು ತೆಗೆಯಬೇಕು ೫೮

* ಆವಶ್ಯಕತೆಗನುಸಾರ ದೇವತೆಯ ನಾಮಜಪಕ್ಕೆ 'ಓಂ' ಅಥವಾ 'ಮಹಾ' ಸೇರಿಸಬೇಕು ! ೬೭

* ನಾಮಜಪದ ಉಪಾಯ ಮಾಡುವಾಗ ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದರೆ 'ಖಾಲಿ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಗಳ ಉಪಾಯ'ವನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕು ! ೭೦

* ರೋಗ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಪ್ರತಿದಿನ ಎಷ್ಟು ಗಂಟೆ ನಾಮಜಪ ಮಾಡಬೇಕು? ೭೦

* ನಾಮಜಪವನ್ನು ಎಷ್ಟು ದಿನಗಳ ವರೆಗೆ ಮಾಡಬೇಕು ? ೭೧

* ಸ್ವತಃ ನಾಮಜಪ ಮಾಡಲು ಆಗದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಾಗಿ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ? ೭೩

೫. ನಾಮಜಪದಿಂದ ರೋಗಗಳು ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಬಂದ ಕೆಲವು ಅನುಭೂತಿಗಳು ೭೭

卐 ಸಂಕಲನಕಾರರ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ ೮೧

ಡಾ. ಜಯಂತ ಆಠವಲೆಯವರ ಹೆಸರಿಗೆ ಸೇರಿಸುವ 'ಸಚ್ಚಿದಾನಂದ ಪರಬ್ರಹ್ಮ' ಎಂಬ ಬಿರುದಿನ ಕುರಿತಾದ ವಿವೇಚನೆ !

'೧೩.೭.೨೦೨೨ ರಿಂದ 'ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಜೀವನಾಡಿಪಟ್ಟಿ'ಯ ವಾಚನದ ಮಾಧ್ಯಮದಿಂದ ಸಪ್ತರ್ಷಿಗಳ ಆಜ್ಞೆಯಂತೆ ಪರಾತ್ಪರ ಗುರು ಡಾ. ಆಠವಲೆಯವರನ್ನು 'ಸಚ್ಚಿದಾನಂದ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಡಾ. ಜಯಂತ ಬಾಳಾಜಿ ಆಠವಲೆ' ಎಂದು ಸಂಬೋಧಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. 'ಸಚ್ಚಿದಾನಂದ ಪರಬ್ರಹ್ಮ' ಎಂಬ ಬಿರುದಿನಿಂದ ಸಂಬೋಧಿಸುವುದರಿಂದ 'ಪರಾತ್ಪರ ಗುರು ಡಾ. ಆಠವಲೆಯವರಲ್ಲಿರುವ ಈಶ್ವರೀ ತತ್ತ್ವದಿಂದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಲಾಭವಾಗಬೇಕು' ಎಂಬುದು ಸಪ್ತರ್ಷಿಗಳ ಆಜ್ಞೆಯ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ. (೧೩.೭.೨೦೨೨ ಕ್ಕೂ ಮೊದಲು ಸನಾತನದ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಸಚ್ಚಿದಾನಂದ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಡಾ. ಆಠವಲೆಯವರನ್ನು 'ಪ.ಪೂ. [ಪರಮ ಪೂಜ್ಯ]' ಮತ್ತು 'ಪರಾತ್ಪರ ಗುರು' ಎಂಬ ಬಿರುದುಗಳಿಂದ ಸಂಬೋಧಿಸಲಾಗಿದೆ.) ಇದಕ್ಕನುಸಾರ ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥದ ಮುಖಪುಟದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಆವಶ್ಯಕವಿರುವ ಕಡೆ ಈ ಬಿರುದಿನಿಂದ ಸಂಬೋಧಿಸಲಾಗಿದೆ.

– (ಪೂ.) ಶ್ರೀ. ಸಂದೀಪ ಆಳಶಿ, ಸನಾತನ ಆಶ್ರಮ, ಗೋವಾ (೨೪.೭.೨೦೨೨)

ಪರಾತ್ಪರ ಗುರು ಡಾ. ಜಯಂತ ಆಠವಲೆಯವರ ಓರ್ವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಉತ್ತರಾಧಿಕಾರಿ ಶ್ರೀಚಿತ್‌ಶಕ್ತಿ (ಸೌ.) ಅಂಜಲಿ ಮುಕುಲ ಗಾಡಗೀಳರಿಗೆ ಮುಂಚೆ ಓರ್ವ ವಿದ್ವಾಂಸ ಅಥವಾ ಗುರುತತ್ತ್ವದ ಮಾಧ್ಯಮದಿಂದ ಜ್ಞಾನ ದೊರಕುತ್ತಿತ್ತು.

ಸನಾತನದ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಖರೀದಿಸುವ ವಾಚಕರಿಗೆ ವಿನಂತಿ !

ಸನಾತನದ ಹೊಸ ಗ್ರಂಥಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ –
E-mail : chaitanya.grantha@gmail.com ಸಂಚಾರವಾಣಿ : ೯೩೪೨೫೯೯೨೯೯

ವಿಷಯಸೂಚಿಯಲ್ಲಿನ ಕ್ರಮಾಂಕ ೨

ಮನೋಗತ

‘ನಾಮಜಪದ ಉಪಾಯ’ ಎಂಬ ಗ್ರಂಥಮಾಲಿಕೆಯ ಈ ಖಂಡದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ದೇವತೆಗಳ ನಾಮಜಪವು ಯಾವ ಯಾವ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿವೆ, ಎಂಬುದು ಒಂದೇ ನೋಟದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಯಲು ಪಟ್ಟಿಯ ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಹೀಗೆ ನೀಡಲು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ ಮುಂದಿನಂತಿದೆ – ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಲ್ಲಿಯೂ ತಮ್ಮ ಉಪಾಸ್ಯದೇವತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅಥವಾ ಓಂನಂತಹ ಉಪಾಸನಾ–ಜಪದ ಬಗ್ಗೆ ದೃಢ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿರುತ್ತದೆ. ರೋಗ ನಿವಾರಣೆಗಾಗಿ ತಮ್ಮ ಉಪಾಸ್ಯದೇವತೆಯ ನಾಮಜಪವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಉಪಾಸನಾ–ಜಪವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದು ಅಧಿಕ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಡುವುದರಿಂದ ರೋಗವು ಬೇಗನೆ ದೂರವಾಗಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮನುಷ್ಯನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಪಂಚತತ್ತ್ವಗಳ ಪೈಕಿ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ತತ್ತ್ವದ ಅಸಮತೋಲನವುಂಟಾದರೆ ರೋಗಗಳು ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಆ ಅಸಮತೋಲನವನ್ನು ದೂರಗೊಳಿಸಲು, ಅಂದರೆ ಅದರಿಂದ ನಿರ್ಮಾಣವಾದ ರೋಗವನ್ನು ದೂರಗೊಳಿಸಲು ಆ ತತ್ತ್ವಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ನಾಮಜಪದಂತೆಯೇ ಮುದ್ರೆಗಳು ಮತ್ತು ನ್ಯಾಸಗಳೂ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿವೆ. ನಾಮಜಪದೊಂದಿಗೆ ಮುದ್ರೆ ಹಾಗೂ ನ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಉಪಾಯದಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಲಾಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಗ್ರಂಥಮಾಲಿಕೆಯ ಈ ಖಂಡದಲ್ಲಿ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನೂ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

‘ನಾಮಜಪದ ಉಪಾಯ ಮಾಡಿ ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚು ರೋಗಿಗಳು ಆದಷ್ಟು ಬೇಗನೇ ರೋಗಮುಕ್ತರಾಗಲಿ’ ಎಂದು ಶ್ರೀ ಗುರುಚರಣಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಪಾಲಕ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣನ ಚರಣಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ! – **ಸಂಕಲನಕಾರರು**

ನಾಡಿಪಟ್ಟಿವಾಚನದ ಮಾಧ್ಯಮದಿಂದ ಸಪ್ತರ್ಷಿಗಳು ಸನಾತನಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಸಪ್ತರ್ಷಿಗಳ ಆಜ್ಞೆಗನುಸಾರ ೧೩.೫.೨೦೨೦ ರಿಂದ ಸದ್ಗುರು (ಸೌ.) ಅಂಜಲಿ ಗಾಡಗೀಳ ಇವರನ್ನು ‘ಶ್ರೀಚಿತ್‌ಶಕ್ತಿ (ಸೌ.) ಅಂಜಲಿ ಗಾಡಗೀಳ’ ಎಂದು ಸಂಬೋಧಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇವರ ಹೆಸರಿನ ಸಂಬೋಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಪರಾತ್ಪರ ಗುರು ಡಾ. ಆಠವಲೆಯವರು “‘ಶ್ರೀಚಿತ್‌ಶಕ್ತಿ’ಯು ಭಗವಂತನ ವೈಶ್ವಿಕ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ” ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.