ಆಪತ್ಕಾಲದ ಸಂಜೀವಿನಿ : ಬಿಂದುಒತ್ತಡ - ಖಂಡ ೨

ಸಾಮಾನ್ಯ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಚಾರ

ಜ್ವರ, ಮಲಬದ್ಧತೆ ಮುಂತಾದ ೮೦ ಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತ !

(Acupressure Therapy for common ailments)

ಕನ್ನಡ (Kannada)

ಸಂಕಲನಕಾರರು

ಹಿಂದೂ ರಾಷ್ಟ್ರ ಸ್ಥಾಪನೆಯ ಉದ್ಘೋಷ ಮಾಡುವ

ಸಚ್ಚಿದಾನಂದ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಡಾ. ಜಯಂತ ಬಾಳಾಜಿ ಆಠವಲೆ

(‘ಸಚ್ಚಿದಾನಂದ ಪರಬ್ರಹ್ಮ’ ಬಿರುದಿನ ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಣವನ್ನು ‘ಪುಟ ೭’ ರಲ್ಲಿ ಓದಿ.)

ಸನಾತನ ಸಂಸ್ಥೆ

ಆಗಸ್ಟ್ ೨೦೨೨ ರ ವರೆಗೆ ಸನಾತನದ ೩೫೭ ಗ್ರಂಥಗಳ ಕನ್ನಡ, ಹಿಂದಿ, ಆಂಗ್ಲ, ಮರಾಠಿ, ಗುಜರಾತಿ, ತಮಿಳು, ತೆಲುಗು, ಮಲಯಾಳಂ, ಬಂಗಾಲಿ, ಒರಿಯಾ, ಪಂಜಾಬಿ, ಅಸ್ಸಾಮಿ, ನೇಪಾಳಿ, ಜರ್ಮನ್, ಸರ್ಬಿಯನ್, ಫ್ರೆಂಚ್ ಮತ್ತು ಸ್ಪ್ಯಾನಿಶ್ ಈ ೧೭ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ೯೦,೪೭,೦೦೦ 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. ಜಾಹ್ನವಿ ಶಿಂದೆ ಮತ್ತು ಸೌ. ಆರತಿ ಪುರಾಣಿಕ

‘ಪ್ರತಿನಿತ್ಯದ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಾಯ’ ಈ ಗ್ರಂಥದ ಹೆಸರನ್ನು ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2018 (ಎರಡನೇ ಆವೃತ್ತಿ) ರಲ್ಲಿ ‘ಸಾಮಾನ್ಯ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಚಾರ’ ಎಂದು ಬದಲಾಯಿಸಲಾಗಿದೆ.

First Edition : Ramana Maharshi Jayanthi, Kaliyug Varsh 5112
(20th January 2011)

Third Edition : Navaratrarambha, Kaliyug Varsh 5124
(26th September 2022)

ಇಂದಿನವರೆಗೆ ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥದ ೪,೮೫೦ ಪ್ರತಿಗಳು ಪ್ರಕಾಶಿತಗೊಂಡಿವೆ !

Translated from the original Marathi text ‘Nehamichya vikaranvar bindudavan upay’
ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥವು ಹಿಂದಿ ಮತ್ತು ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲೂ ಲಭ್ಯವಿದೆ.

ಅನುವಾದಕರು : ಸೌ. ಪ್ರತೀಕಾ ಪೈ, ಡಾ. ಪ್ರಕಾಶ ಘಾಳಿ,
ಶ್ರೀ. ಗಣೇಶ ರಾಜಾರಾಮ್ ಕಾಮತ್

ಮುದ್ರಣಸ್ಥಳ : ಆಮೋದ್ ಗ್ರಾಫಿಕ್ಸ್, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 010.

ದೇಣಿಗೆ ಮೌಲ್ಯ : ₹ 120/-

ISBN : 978-93-92952-33-3 ॐ ಗ್ರಂಥ ಕ್ರ. : 136

© 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. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಿಭಾಷೆಯಲ್ಲಿನ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಪೂರ್ಣ ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ ! ೮
೩. ಮನೋಗತ ೧೦

ಗ್ರಂಥದ ಅನುಕ್ರಮಣಿಕೆ

(ಕೆಲವು ಕೆಲವು ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಪೂರ್ಣ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.)

೧. ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಚಾರ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಲು ಆವಶ್ಯಕವಾಗಿರುವ ಕೆಲವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುಣಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಘಟಕಗಳು ೧೨
೨. ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಚಾರದ ಹಿಂದಿನ ಮೂಲಭೂತ ತತ್ತ್ವ ೨೧
೩. 'ಒತ್ತಡ ಬಿಂದು'ಗಳ ವಿಧಗಳು ೨೧
೪. ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳ ವಿವರಿಸುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿನ ಸೂಚನೆಗಳು ೨೩
೫. ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಚಾರಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿನ ಸೂಚನೆಗಳು ೨೫
೬. ಸರ್ವಸಾಮಾನ್ಯ ರೋಗಗಳ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೩೦
೭. ತಲೆ ಮತ್ತು ಮೆದುಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ರೋಗಗಳ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೩೩
೭ ಆ. ಅರೆತಲೆನೋವು (ಮೈಗ್ರೇನ್) ೩೪
೭ ಈ. ನಿದ್ರೆ ಬರದಿರುವುದು ೩೫
೭ ಉ. ಆವಶ್ಯಕತೆಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ನಿದ್ರೆ ಬರುವುದು ೩೫
೭ ಊ. ಮೂರ್ಛೆರೋಗ ('ಎಪಿಲೆಪ್ಸಿ' – ಅಪಸ್ಮಾರ / ಫಿಟ್ಸ್ ಬರುವುದು) ೩೬
೭ ಏ. ಮುಖದ ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು (ಫೇಶಿಯಲ್ ಪ್ಯಾರಲಿಸಿಸ್) ೩೭
೭ ಐ. ತಲೆ ಅಥವಾ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ತೀವ್ರ ವೇದನೆಗಳಾಗುವುದು (ಫೇಶಿಯಲ್ ನ್ಯುರಾಲ್ಜಿಯಾ) ೩೮
೮. ಕಣ್ಣುಗಳ ಎಲ್ಲ ರೋಗಗಳ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೩೮
೯. ಕಿವಿಗಳ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೩೯
೧೦. ಮೂಗಿನ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೪೨
೧೧. ಗಂಟಲಿನ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೪೬
೧೨. ಶ್ವಾಸಾಂಗವ್ಯೂಹದ ರೋಗಗಳ ಮೇಲಿನ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೪೯

೧೩. ರಕ್ತಪರಿಚಲನಾವ್ಯೂಹದ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೫೨

೧೩ ಅ. ಉಚ್ಚ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ (ಹೈ ಬಿ.ಪಿ.) ೫೨

೧೩ ಆ. ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು (ಲೋ ಬಿ.ಪಿ.) ೫೩

೧೩ ಇ. ನಾಡಿಮಿಡಿತ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು ಮತ್ತು ಹೃದಯದ ವೇಗ ಅನಿಯಮಿತವಾಗಿರುವುದು ೫೪

೧೪. ಬಾಯಿ, ಒಸಡು ಮತ್ತು ಹಲ್ಲುಗಳ ಎಲ್ಲ ರೋಗಗಳ ಮೇಲಿನ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೫೫

೧೫. ಜೀರ್ಣಾಂಗವ್ಯೂಹದ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೫೮

೧೬. ಮೂತ್ರಜನಕಾಂಗವ್ಯೂಹದ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೬೫

೧೭. ಎಲುಬು, ಸಂದುಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ನಾಯುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೭೦

೧೮. ಚರ್ಮ ಮತ್ತು ಕೂದಲುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೭೫

೧೯. ಸ್ತ್ರೀಯರ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೭೭

೨೦. ಸತತವಾಗಿ ಗಣಕಯಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದರಿಂದಾಗುವ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೭೮

೨೧. ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳು ೮೨

೨೨. ಹಳೆಯ ರೋಗಗಳ ಮೇಲಿನ ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಚಾರ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಭಾವಶಾಲಿಯಾಗಲು ಉಪಯುಕ್ತ ಒತ್ತಡಬಿಂದು ೮೪

೨೩. ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಉಪಯುಕ್ತ ಒತ್ತಡ ಬಿಂದುಗಳು ೮೬

೨೪. ಅಸಾಧ್ಯ ರೋಗಗಳ ಮೇಲೆ ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಚಾರದಿಂದಾಗುವ ಪರಿಣಾಮ ೮೬

೨೫. ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಚಾರದಿಂದ ತೊಂದರೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುವುದರ ಕೆಲವು ಇತರ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ೮೬

೨೬. ಸ್ಪರ್ಶದ ಮಾಧ್ಯಮದಿಂದ ಉಪಚಾರವನ್ನು ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಪಂಚತತ್ತ್ವಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅನುಭೂತಿಗಳು ಬರುವುದು ೮೭

೨೭. 'ಸಾಧನೆ' ಎಂದು ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಚಾರ ಮಾಡುವಾಗ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಕಲಿಯಲು ಸಿಕ್ಕಿದ ಅಂಶಗಳು ೮೮

卐 ಪರಾತ್ಪರ ಗುರು ಡಾ. ಜಯಂತ ಆಠವಲೆಯವರ ನಾವೀನ್ಯಪೂರ್ಣ ಅಧ್ಯಯನ ! ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿವಹನ ವ್ಯೂಹದಲ್ಲಿನ ಅಡಚಣೆಗಳಿಂದಾಗುವ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಉಪಾಯ ೯೧

卐 ಸಂಕಲನಕಾರರ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ ಮತ್ತು ಇತರ ಮಾಹಿತಿ ೯೩

ವಿಷಯಸೂಚಿಯಲ್ಲಿನ ಕ್ರಮಾಂಕ ೩

ಮನೋಗತ

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ತಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಆರೋಗ್ಯವಂತರಾಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಆನಂದದಲ್ಲಿರಬೇಕೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ; ಆದರೆ ಇಂದು ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಜೀವನ ನಡೆಸುವುದು ಬಹಳ ಕಠಿಣವಾಗಿದೆ. ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಏರುಪೇರಾದರೂ ನಾವು ಕೂಡಲೇ ಡಾಕ್ಟರರ ಬಳಿ ಓಡಿ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ಇದರ ಬದಲು 'ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಚಾರ ಪದ್ಧತಿ'ಯನ್ನು ಬಳಸಿದರೆ ನಮ್ಮ ಸಮಯ ಮತ್ತು ಹಣ ಉಳಿಯುವುದರೊಂದಿಗೆ ರೋಗದ ಮೇಲೆ ಮೂಲ ಉಪಚಾರವಾಗಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನವರಿಗೆ 'ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಾಯಪದ್ಧತಿಯು ಚೀನಾದಿಂದ ಬಂದಿದೆ' ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ; ಆದರೆ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಅದರ ಉಗಮವು ಹಿಂದೂಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿಯೇ ಆಗಿದೆ. ಈ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಪರಿಚಯವನ್ನು ಸನಾತನದ ಗ್ರಂಥ 'ಶಾರೀರಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತೊಂದರೆಗಳ ನಿವಾರಣೆಗಾಗಿ 'ಬಿಂದುಒತ್ತಡ' ಇದರಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ತಲೆನೋವು, ಜ್ವರ ಇತ್ಯಾದಿ ದಿನನಿತ್ಯದ ೮೦ ಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಉಪಚಾರವನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕು, ಎಂಬುದರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಇದಲ್ಲದೇ ಆರೋಗ್ಯವಂತರಾಗಿರಲು ಪ್ರತಿದಿನ ಒತ್ತಬೇಕಾದ ಒತ್ತಡಬಿಂದುಗಳನ್ನೂ ಈ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಚಾರಕ್ಕಾಗಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕವಾಗಿರುವ ಮಹತ್ವದ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನೂ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಈ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಬಿಂದುಒತ್ತಡದ ಉಪಾಯ ಮಾಡುವುದು ಆವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿನ ಶಾರೀರಿಕ, ಮಾನಸಿಕ, ಕೌಟುಂಬಿಕ, ಆರ್ಥಿಕ ಹೀಗೆ ಶೇ. ೮೦ ರಷ್ಟು ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಮೂಲ ಕಾರಣಗಳು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಭೂತ, ಪಿಶಾಚಿಗಳಂತಹ ಕೆಟ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳ ತೊಂದರೆಗಳು ಪ್ರಮುಖ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕಾರಣಗಳಾಗಿವೆ. ಕೆಟ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ತಮ್ಮ ಸ್ಥಾನಗಳನ್ನು ಮನುಷ್ಯನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ನಿರ್ಮಿಸಿರುವುದರಿಂದ ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಚಾರವನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಆ ಸ್ಥಾನಗಳ ಮೇಲೆಯೇ ಆಘಾತವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರತ್ಯುತ್ತರವೆಂದು ಕೆಟ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಉಪಚಾರ ಮಾಡುವವರ ಮೇಲೆ ಆಕ್ರಮಣ ಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರುತ್ತದೆ. ಭಾವಪೂರ್ಣ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿ ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ನಾಮಜಪ ಮಾಡುತ್ತ ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಚಾರ ಮಾಡುವುದು ಇದಕ್ಕೆ ಉಪಾಯವಾಗಿದೆ.

'ಈ ಗ್ರಂಥದ ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ರೋಗಗಳ ಮೇಲೆ

卐 ———————————————— 卐

ಬಿಂದುಒತ್ತಡ ಉಪಚಾರ ಮಾಡಿ ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬೇಕು', ಎಂದು ಆರೋಗ್ಯದೇವತೆಯಾದ ಭಗವಾನ್ ಧನ್ವಂತರಿಯ ಚರಣಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ! – **ಸಂಕಲನಕಾರರು**

卐 ———————————————— 卐

ಸದ್ಗುರು (ಸೌ.) ಅಂಜಲಿ ಗಾಡಗೀಳರ ಹೆಸರಿಗೆ ವಿಶಿಷ್ಟ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬಿರುದನ್ನು ಸೇರಿಸಿರುವುದರ ಹಿಂದಿನ ಕಾರಣ : 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.

ಸನಾತನದ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಖರೀದಿಸುವ ವಾಚಕರಿಗೆ ವಿನಂತಿ !

ಸನಾತನದ ಹೊಸ ಗ್ರಂಥಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ –

E-mail : chaitanya.grantha@gmail.com ಸಂಚಾರವಾಣಿ : ೯೩೪೨೫೯೯೨೯೯

'ಸನಾತನ'ದ ಗ್ರಂಥ 'ಆನ್‌ಲೈನ್'ನಲ್ಲಿ ಖರೀದಿಸಲು – **www.SanatanShop.com**

'ದೇವರ ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯ ಮೇಲೆ ವಿಶ್ವಾಸವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಚಿರಂತನ ಆನಂದ ಬೇಕಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ಕೇವಲ ಸಾಧನೆಯಿಂದಲೇ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಸಲ ಇದು ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಂದಿತೆಂದರೆ, ಸಾಧನೆಗೆ ಪರ್ಯಾಯವಿಲ್ಲದ್ದರಿಂದ ಮಾನವನು ಸಾಧನೆಯ ಕಡೆ ಹೊರಳುತ್ತಾನೆ.' – **(ಪರಾತ್ಪರ ಗುರು) ಡಾ. ಜಯಂತ ಆಠವಲೆ**

ಸನಾತನದ ಗ್ರಂಥಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡು ಸಮಷ್ಟಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ !

卐 ಮರಾಠಿ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿನ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಗೆ ಅನುವಾದ ಮಾಡುವುದು

卐 ಗ್ರಂಥದ ರಚನೆಯನ್ನು 'ಇನ್‌ಡಿಸೈನ್' ಎಂಬ ಗಣಕ ತಂತ್ರಾಂಶದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವುದು

ಗ್ರಂಥನಿರ್ಮಿತಿಯ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಲು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ !

☎ ೯೩೪೨೪ ೩೫೬೧೭ ಅಥವಾ ✉ kannada.granth@gmail.com