



ಗರ್ಭ ಸಂಸ್ಕಾರ ಕಥಾಮಾಲೆ

ಅಭಿಮನ್ಯು

ಹುಟ್ಟುವ ಮೊದಲೇ ಕಲಿತ ಪುಟ್ಟ ವೀರ



ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಓದಿ



ಪ್ರಿಯ ತಾಯಿ,

ಶಾಂತವಾದ, ಆರಾಮದಾಯಕ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ. ಒಂದು ಕೈಯನ್ನು ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟು, ಮೂರು ಬಾರಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಉಸಿರಾಡಿ. ನಂತರ ಈ ಕಥೆಯನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ, ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ, ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಓದಿ.

ಸುಮಾರು ಆರನೇ ತಿಂಗಳಿನಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಮಗು ನಿಮ್ಮ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಕೇಳಬಲ್ಲದು. ಹುಟ್ಟಿದ ಮಗು ತಾಯಿಯ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತದೆ; ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯ ಕೊನೆಯ ವಾರಗಳಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ ಓದಿದ ಕಥೆಯನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ದಿನಕ್ಕೆ ಒಂದು ಅಧ್ಯಾಯ ಓದಿ, ಅಥವಾ ಒಂದು ಶಾಂತ ಸಂಜೆ ಇಡೀ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದಿ. ಮಗುವಿನ ತಂದೆ, ಅಜ್ಜ-ಅಜ್ಜಿಯರೂ ಓದಲಿ.

ಈ ಕಥೆ ಏಕೆ?

ಗರ್ಭ ಸಂಸ್ಕಾರದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಿಯವಾದ ಕಥೆ ಇದು. ಗರ್ಭದಲ್ಲಿರುವ ಮಗು ಆಗಲೇ ಕೇಳುತ್ತಿರುತ್ತದೆ; ತಾಯಿ ಕೇಳುವುದು, ಅನುಭವಿಸುವುದು, ಯೋಚಿಸುವುದು ಎಲ್ಲವೂ ಮಗುವಿನ ಮೊದಲ ಪಾಠವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಇದು ನೆನಪಿಸುತ್ತದೆ.

- 1 ಸುಭದ್ರೆ ಎಂಬ ತಾಯಿ
- 2 ನಕ್ಷತ್ರಗಳ ಕೆಳಗೆ ಒಂದು ಕಥೆ
- 3 ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಂಡ ಬಾಲಕ
- 4 ಧೈರ್ಯದ ದಿನ
- 5 ಮುಂದುವರಿದ ಬೆಳಕು
- 6 ನಿಮ್ಮ ಮಗುವೂ ಕೇಳುತ್ತಿದೆ



ಅಧ್ಯಾಯ 1

ಸುಭದ್ರೆ ಎಂಬ ತಾಯಿ

ಬಹಳ ಹಿಂದೆ, ಸಮುದ್ರ ತೀರದ ಸುಂದರ ದ್ವಾರಕಾ ನಗರದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಪ್ರೀತಿಯ ತಂಗಿ ಸುಭದ್ರೆ ಇದ್ದಳು. ಜಗತ್ತಿನ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಬಿಲ್ಲುಗಾರ ಅರ್ಜುನನ ಪತ್ನಿಯಾದ ಅವಳು ತಮ್ಮ ಮೊದಲ ಮಗುವಿನ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿದ್ದಳು.

ಸುಭದ್ರೆ ತನ್ನ ದಿನಗಳನ್ನು ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದಿಂದ ತುಂಬಿಸುತ್ತಿದ್ದಳು. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಹೂವುಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿ ದೀಪ ಹಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದಳು. ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಮಲ್ಲಿಗೆ, ಕಮಲಗಳ ನಡುವೆ ಅರಮನೆಯ ತೋಟದಲ್ಲಿ ಅಡ್ಡಾಡುತ್ತಿದ್ದಳು. ಸಂಜೆ ಕೃಷ್ಣ ಕೊಳಲು ನುಡಿಸುವಾಗ ಆ ಮಧುರ ನಾದ ಅರಮನೆಯೆಲ್ಲಾ ತೇಲುತ್ತಿತ್ತು. ಸುಭದ್ರೆ ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿ, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ಕೈಯಿಟ್ಟು ನಗುತ್ತಾ, “ಕೇಳಿಸುತ್ತಿದೆಯೇ ಕಂದಾ?” ಎಂದು ಪಿಸುಗುಟ್ಟುತ್ತಿದ್ದಳು. ಒಳಗೆ, ಮಗು ಕೇಳುತ್ತಿತ್ತು.





ಅಧ್ಯಾಯ 2

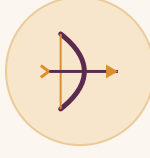
ನಕ್ಷತ್ರಗಳ ಕೆಳಗೆ ಒಂದು ಕಥೆ

ಒಂದು ಶಾಂತ ರಾತ್ರಿ, ಬೆಳದಿಂಗಳ ಉಪ್ಪರಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಅರ್ಜುನ ಸುಭದ್ರೆಯ ಪಕ್ಕ ಕುಳಿತಿದ್ದ. ಅವಳಿಗೆ ಜೊತೆಯಾಗಲು, ಅತ್ಯಂತ ಕಠಿಣವಾದ ಯುದ್ಧವ್ಯೂಹ ಚಕ್ರವ್ಯೂಹದ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳತೊಡಗಿದ. “ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಕಮಲವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೋ,” ಎಂದ, “ಏಳು ಸುತ್ತುಗಳ ಯೋಧರು, ಒಂದರೊಳಗೊಂದು ಸುತ್ತುತ್ತಾ, ಒಂದನ್ನೊಂದು ಕಾಯುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ.”

ಧೀರ ಯೋಧನೊಬ್ಬ ಮೊದಲ ಸುತ್ತನ್ನು, ನಂತರ ಎರಡನೆಯದನ್ನು ಭೇದಿಸಿ ಹೇಗೆ ಒಳಗೊಳಗೆ ಸಾಗಬಹುದು ಎಂದು ಅರ್ಜುನ ವಿವರಿಸಿದ. ಸುಭದ್ರೆ ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದಳು, ಮಗುವೂ ಕೇಳುತ್ತಿತ್ತು. “ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಯಿತು!” ಎನ್ನುವಂತೆ ಮಗು ಮೆಲ್ಲಗೆ “ಹ್ಲೂಂ” ಎಂದು ಹೊಂಕುಟ್ಟಿತು ಎನ್ನುತ್ತದೆ ನಮ್ಮ ಪರಂಪರೆ.

ಆದರೆ ರಾತ್ರಿ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿತ್ತು, ತಂಗಾಳಿ ಬೀಸುತ್ತಿತ್ತು. ನಿಧಾನವಾಗಿ ಸುಭದ್ರೆಯ ಕಣ್ಣುಗಳು ನಿದ್ರೆಗೆ ಜಾರಿದವು. ಅವಳು ವಿಶ್ರಮಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡು ಅರ್ಜುನ ಮಾತು ನಿಲ್ಲಿಸಿದ. ಚಕ್ರವ್ಯೂಹದೊಳಗೆ ಹೋಗುವುದು ಹೇಗೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದ, ಆದರೆ ಹೊರಬರುವುದು ಹೇಗೆಂದು ಹೇಳಿರಲಿಲ್ಲ.





ಅಧ್ಯಾಯ 3

ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಂಡ ಬಾಲಕ

ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದಲ್ಲೇ ಹೊಳೆಯುವ ಕಣ್ಣುಗಳ, ಚೈತನ್ಯ ತುಂಬಿದ ಗಂಡು ಮಗು ಹುಟ್ಟಿತು. ಅವನಿಗೆ ಅಭಿಮನ್ಯು ಎಂದು ಹೆಸರಿಟ್ಟರು. ಅಭಿಮನ್ಯು ಎಂದರೆ “ನಿರ್ಭಯನೂ ಉತ್ಸಾಹಿಯೂ ಆದವನು.”

ಅವನು ತಾಯಿಯ ಹಾಗೂ ಮಾವಂದಿರಾದ ಕೃಷ್ಣ-ಬಲರಾಮರ ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ದ್ವಾರಕೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದ. ಸೋದರ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನನಿಂದ ಮತ್ತು ತಂದೆ ಅರ್ಜುನನಿಂದ ಬಿಲ್ಲುವಿದ್ಯೆ ಕಲಿತ. ಗುರುಗಳು ಬೆರಗಾದರು. ಅಭಿಮನ್ಯು ಬೇಗ ಕಲಿಯುತ್ತಿದ್ದ; ಕೆಲವು ಪಾಠಗಳನ್ನು ಬಹಳ ಹಿಂದೆಯೇ ಕೇಳಿದ್ದನೇನೋ ಎನ್ನುವಂತೆ ಅವು ಅವನಿಗೆ ಮೊದಲೇ ಗೊತ್ತಿರುವಂತೆ ತೋರುತ್ತಿತ್ತು.

ಅವನು ಸದಾ ಹಸನ್ಮುಖಿ, ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೂ ದಯಾಳು, ಎಂದಿಗೂ ಭಯಪಡದವನು. ದೊಡ್ಡವನಾದಾಗ ವಿರಾಟ ರಾಜ್ಯದ ಸೌಮ್ಯ ರಾಜಕುಮಾರಿ ಉತ್ತರೆಯನ್ನು ಮದುವೆಯಾದ.





ಅಧ್ಯಾಯ 4

ಧೈರ್ಯದ ದಿನ

ಹಲವು ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಪಾಂಡವರು ಮತ್ತು ಕೌರವರ ನಡುವೆ ಕುರುಕ್ಷೇತ್ರದ ಮಹಾಯುದ್ಧ ನಡೆಯಿತು. ಹದಿಮೂರನೆಯ ದಿನ ಗುರು ದ್ರೋಣರು ಸೈನ್ಯವನ್ನು ಬಲಿಷ್ಠ ಚಕ್ರವ್ಯೂಹವಾಗಿ ರಚಿಸಿದರು. ಅದನ್ನು ಭೇದಿಸುವುದು ಕೆಲವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಗೊತ್ತಿತ್ತು, ಮತ್ತು ಅರ್ಜುನ ಯುದ್ಧಭೂಮಿಯ ಬೇರೊಂದು ಕಡೆ ದೂರದಲ್ಲಿ ಹೋರಾಡುತ್ತಿದ್ದ.

ಯುಧಿಷ್ಠಿರನಿಗೆ ಚಿಂತೆಯಾಯಿತು. ಆಗ ಕೇವಲ ಹದಿನಾರು ವರ್ಷದ ಅಭಿಮನ್ಯು ಮುಂದೆ ಬಂದ. “ಒಳಗೆ ಹೋಗುವುದು ಹೇಗೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು,” ಎಂದು ಶಾಂತವಾಗಿ ಹೇಳಿದ. “ನಾನು ಹುಟ್ಟುವ ಮೊದಲೇ ಅದನ್ನು ಕಲಿತಿದ್ದೇನೆ.”

ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ಧೈರ್ಯ ಹೊಳೆಯುತ್ತಿರಲು, ಅವನು ಒಂದೊಂದೇ ಸುತ್ತನ್ನು ಭೇದಿಸಿದ. ಒಬ್ಬಂಟಿಯಾಗಿ ಆ ಕಾಲದ ಮಹಾವೀರರನ್ನು ಎದುರಿಸಿ ನಿಂತ, ಹಿಂದೆ ಸರಿಯಲಿಲ್ಲ. ಧರ್ಮಕ್ಕಾಗಿ ತನ್ನ ಸರ್ವಸ್ವವನ್ನೂ ಅರ್ಪಿಸಿದ. ಆ ಯುದ್ಧದಿಂದ ಅಭಿಮನ್ಯು ಹಿಂತಿರುಗಲಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅವನ ಹೆಸರು ಎಂದೂ ಆರದ ಧೈರ್ಯದ ದೀಪವಾಯಿತು.





ಅಧ್ಯಾಯ 5

ಮುಂದುವರಿದ ಬೆಳಕು

ಅಭಿಮನ್ಯು ಈ ಲೋಕವನ್ನು ತೊರೆದಾಗ ಅವನ ಪತ್ನಿ ಉತ್ತರೇ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಿದ್ದಳು. ಯುದ್ಧ ಮುಗಿಯುವ ಮೊದಲು ಅವಳ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿದ್ದ ಮಗುವಿಗೆ ದೊಡ್ಡ ಅಪಾಯ ಎದುರಾಯಿತು. ಆಗ ಸ್ವತಃ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನೇ ತನ್ನ ದಿವ್ಯಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಆ ಹುಟ್ಟಿಲಿರುವ ಮಗುವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿದ.

ಮಗು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಹುಟ್ಟಿತು; ಅವನಿಗೆ ಪರೀಕ್ಷಿತ ಎಂದು ಹೆಸರಿಟ್ಟರು. ಅವನು ದೊಡ್ಡವನಾಗಿ ನ್ಯಾಯದಿಂದ ಆಳಿದ ಜ್ಞಾನಿ, ಸೌಮ್ಯ ರಾಜನಾದ. ಮುಂದೆ ಶುಕಮುನಿಗಳಿಂದ ಪವಿತ್ರ ಭಾಗವತವನ್ನು ಕೇಳಿ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಪಡೆದ.

ಹೀಗೆ, ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕೇಳಿದ ಮಗುವಿನಿಂದ ಆರಂಭವಾದ ಕಥೆ, ಗರ್ಭದಲ್ಲೇ ರಕ್ಷಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಇನ್ನೊಂದು ಮಗುವಿನೊಂದಿಗೆ ಮುಂದುವರಿಯಿತು. ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯತನದ ಬೆಳಕು ಹರಿಯುತ್ತಲೇ ಬಂತು.





ಅಧ್ಯಾಯ 6

ನಿಮ್ಮ ಮಗುವೂ ಕೇಳುತ್ತಿದೆ

ಇದು ಕೇವಲ ಹಳೆಯ ಕಥೆಯೇ? ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯ ಸುಮಾರು ಆರನೇ ತಿಂಗಳಿನಿಂದ ಮಗುವಿನ ಕಿವಿಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಎಂದು ಇಂದಿನ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಗರ್ಭದಲ್ಲಿರುವ ಮಗು ತಾಯಿಯ ಧ್ವನಿ, ಅವಳ ಹೃದಯಬಡಿತ ಮತ್ತು ಸುತ್ತಲಿನ ಸಂಗೀತವನ್ನು ಕೇಳುತ್ತದೆ. ಹುಟ್ಟಿದ ಮಗು ತಾಯಿಯ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತದೆ; ಹುಟ್ಟುವ ಮೊದಲಿನ ಕೊನೆಯ ವಾರಗಳಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ ಓದಿದ ಕಥೆಯನ್ನು ಅದು ಹೆಚ್ಚು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತದೆ ಎಂದೂ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ತೋರಿಸಿವೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ, ಸುಭದ್ರೆಯಂತೆ ನೀವೂ ಈಗಾಗಲೇ ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ಮೊದಲ ಗುರು. ನಿಮ್ಮ ಮೃದುವಾದ ಧ್ವನಿ, ಸಂತೋಷದ ಹಾಡುಗಳು, ಶಾಂತವಾದ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಎಲ್ಲವೂ ನಿಮ್ಮ ಕಂದನನ್ನು ತಲುಪುತ್ತವೆ.

ಸುಭದ್ರೆಯ ನಿದ್ರೆಯ ಪಾಠವನ್ನೂ ನೆನಪಿಡಿ: ಮಗುವಿಗಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ, ಅದು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಿರಲಿ, ಹಾಡಿರಲಿ, ಕಥೆಯಿರಲಿ, ಅದನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.





ಈ ಕಥೆ ನನ್ನ ಮಗುವಿಗೆ ಕೊಡುವ ಉಡುಗೊರೆಗಳು

1

ಧೈರ್ಯ

ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಭಯವಿಲ್ಲದೆ ಎದುರಿಸುವ ಶಕ್ತಿ.

2

ಕಲಿಕೆ

ಕೇಳಲು, ಕಲಿಯಲು ಇಷ್ಟಪಡುವ ಮನಸ್ಸು.

3

ಧರ್ಮ

ಸರಿಯಾದುದರ ಪರವಾಗಿ ನಿಲ್ಲುವುದು.

4

ಪ್ರೀತಿ

ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೂ ಬೆಚ್ಚಗಿನ, ದಯೆಯ ಹೃದಯ.

ನನ್ನ ಸಂಕಲ್ಪ

ನನ್ನ ಮಗು ಕೇಳುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನ ದಿನಗಳನ್ನು ಶಾಂತಿ, ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾತುಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಂದ ತುಂಬಿಸುತ್ತೇನೆ.



ಮಗುವಿನೊಂದಿಗೆ ಮಾತಾಡಿ

- 1 ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ಕೈಯಿಟ್ಟು, ನೀವು ಮೆಚ್ಚುವ ಒಬ್ಬ ಧೈರ್ಯಶಾಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮದೇ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಮಗುವಿಗೆ ಹೇಳಿ.
- 2 ಇಂದು ನಿಮಗಿಷ್ಟವಾದ ಒಂದು ಹಾಡನ್ನು ಹಾಡಿ ಅಥವಾ ಕೇಳಿ; ಅದು ನಿಮಗೆ ಯಾಕೆ ಸಂತೋಷ ಕೊಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಮಗುವಿಗೆ ಹೇಳಿ.
- 3 ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ಈ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿ: “ಕಂದಾ, ಇಂದು ನಾನು ಕಲಿತದ್ದು...”

ಜಪಿಸಲು ಒಂದು ಶ್ಲೋಕ

ವಸುದೇವಸುತಂ ದೇವಂ ಕಂಸಚಾಣೂರಮರ್ದನಮ್ |
ದೇವಕೀಪರಮಾನಂದಂ ಕೃಷ್ಣಂ ವಂದೇ ಜಗದ್ಗುರುಮ್ ||

ಅರ್ಥ: ವಸುದೇವನ ಮಗನೂ, ಕಂಸ-ಚಾಣೂರರನ್ನು ಜಯಿಸಿದವನೂ, ದೇವಕಿಯ ಪರಮಾನಂದವೂ, ಜಗತ್ತಿಗೇ ಗುರುವೂ ಆದ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನಿಗೆ ನಮಿಸುತ್ತೇನೆ.



ಮಂಗಳ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ

ಸರ್ವೇ ಭವಂತು ಸುಖಿನಃ ಸರ್ವೇ ಸಂತು ನಿರಾಮಯಾಃ |

ಸರ್ವೇ ಭದ್ರಾಣಿ ಪಶ್ಯಂತು ಮಾ ಕಶ್ಚಿದ್ಧುಃಖಭಾಗ್ಧವೇತ್ ||

ಎಲ್ಲರೂ ಸುಖವಾಗಿರಲಿ. ಎಲ್ಲರೂ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರಲಿ. ಎಲ್ಲರೂ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನೇ ಕಾಣಲಿ. ಯಾರಿಗೂ ದುಃಖ ಬಾರದಿರಲಿ.

ಈ ಮಾಲೆಯ ಕಥೆಗಳು

★ ಅಭಿಮನ್ಯು

★ ಜೀಜಾಬಾಯಿ ಮತ್ತು ಶಿವಾಜಿ

★ ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದ

★ ಭಕ್ತ ಪ್ರಹ್ಲಾದ

★ ರಾಣಿ ಮದಾಲಸೆ

★ ಧ್ರುವ

ಗರ್ಭ ಸಂಸ್ಕಾರ ಕಥಾಮಾಲೆ

ಮಹಾಭಾರತ ಮತ್ತು ಭಾಗವತ ಪುರಾಣ, ಹಾಗೂ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಭಿಮನ್ಯು ಕಲಿತ ಜನಪ್ರಿಯ ಪರಂಪರೆಯ ಕಥೆಯನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಪುನರ್ಕಥನ.