ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂ. 10 ಸಂ. 7 ಜುಲೈ 2013 ರೂ.25

ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯದ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ (1919-1982)

ಋಷಿಗಳು ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟಂತೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಳಕು

ಈ ಎಲ್ಲ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಹಿಂದಿರುವ ಮಹಾನ್ ಶಕ್ತಿ. ಬೆಳಕು ಸಾಕ್ಷಾತ್ ದೇವರು.

ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯ

ಎಲ್ಲ ಜೀವಜಾಲಕ್ಕೆ ತನ್ನ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಮೇಲೇರಿಸಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಬದುಕಲು ನೆರವಾಗುವುದು.

ಜ್ಯೋತಿಜೀವಿಗಳು

ಇಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಮೇಲಿನ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತ, ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳ ಬೆಳಕನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಹರಡುತ್ತಿರುವ ಋಷಿಗಳು.

ಸಪ್ತಋಷಿಗಳು

ಎಲ್ಲ ಜೀವಜಾಲಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುವ ದಾರಿ ತೋರಿಸಿ, ಕೊನೆಗೆ ತಮ್ಮ ಮೂಲವಾದ ಬೆಳಕಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಲು ಆಯ್ಕೆಗೊಂಡಿರುವ ಮಹಾತ್ಮರು.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ

ಸಪ್ತಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ನೇರಸಂಪರ್ಕವಿದ್ದ, ಹೊಸ ಯುಗದ ಉನ್ನತಬದುಕಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಕೆಳತಂದ ಒಬ್ಬ ಮಹಾನ್ ಗುರುವಾಗಿದ್ದರು.

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರ ನೇರ ಶಿಷ್ಯರು. ಅವರು ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗವಾದ ಧ್ಯಾನಯೋಗವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸಪ್ತಋಷಿಗಳ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು.

ಸಪ್ತಋಷಿ ಧ್ಯಾನಯೋಗ

ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ರೂಪುಗೊಂಡಿರುವ, ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಭಾವನೆ–ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಲೌಕಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬದುಕುಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಜೀವಿಸಲು ನೆರವಾಗುವ ಒಂದು ವಿನೂತನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗ.

ಪ್ರಮಾಣಗಳು

- ★ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಂದು ಮಹಾ ಜ್ಯೋತಿಯ (ದೇವರ) ಕಣಗಳು.
- ★ ಪ್ರೀತಿ ನಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವ.
- ★ ಮೌನ ನಮ್ಮ ಭಾಷೆ.
- ★ ಧ್ಯಾನ ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗ.
- ★ ಈ ಪ್ರಪಂಚ ನಮ್ಮ ಆಶ್ರಮ.
- ★ ಇಡೀ ಸೃಷ್ಟಿಯೇ ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ.

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ನಾವು ಧ್ಯಾನ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ, ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು 'ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಮಾರ್ಗ' ಎಂದು ಕರೆದೆವು. ಕೆಲವು ಜನರಿಗೆ ಈ ಹೆಸರು ಸರಿಯೆನಿಸಲಿಲ್ಲ. ಅದು ಇನ್ನೊಂದು ಮಾರ್ಗ, ತಲೆಬುರುಡೆ, ನರ್ತನ, ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಗೆ ತರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಾಗಿತ್ತು. ನನ್ನ ಗುರು ಸಪ್ತ ಋಷಿಗಳ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದರು. ಅವರಿಂದ ಉನ್ನತ ಧ್ಯಾನಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಿದ್ಧಾಂತ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸಲು ಅನುವಾಗುವಂತಹ ಬಹಳಷ್ಟು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೆಳತಂದರು. ಶಂಬಲವು ಋಷಿಗಳಿರುವ ನಗರ ಮತ್ತು ನಾವು ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ತರಲು ಬಯಸುತ್ತಿರುವ ತತ್ವಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಶಂಬಲದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುವವರು ತಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹೀಗಿರುವಾಗ ಈ ಹೆಸರನ್ನೇಕೆ ಇಡಬಾರದು ಎಂದು ನಾವು ಪುನಃ ಯೋಚಿಸಿದೆವು. 'ಶಂಬಲ'ದ ಬಗ್ಗೆ ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತಾಪವಿದೆ ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳು ಅಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಿದರೂ, ಅನೇಕರು ಇದೊಂದು ಟಿಬೇಟಿಯನ್ ಧ್ಯಾನ ಎಂಬ ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ತೊರೆಯಲಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ಕೆಲವೇ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಮನವರಿಕೆಯಾಯಿತು! ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ನಾನು ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗವನ್ನು 'ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ' ಎಂದು ಕರೆದೆ. ಇದು ಪರಕೀಯವಾದುದಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡರು!

ರಾಜ ಯೋಗದಿಂದ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಶಾಖೆಯಾದ ಹಠ ಯೋಗ ಅಂಕುರಿಸಿತು. ಹಠ ಯೋಗದಿಂದ ಇನ್ನೊಂದು ಶಾಖೆಯಾದ ಕುಂಡಲಿನೀ ಯೋಗ ವಿಕಾಸಗೊಂಡಿತು. ಯೋಗಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಯೋಗಾಸನಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಗಳ ನಂತರ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸಿದರೂ, ಕೆಲವು ಮಾರ್ಗಗಳು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾತ್ರವೇ ಕಲಿಸಿದರೂ, ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ಸಿದ್ಧಾಂತ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಗಳ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿರುವ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ ಸಾಧಕರನ್ನು ಅಂತಿಮ ಹಂತಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುವ ಒಂದು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ವಿಭಾಗ ಇನ್ನೂ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಬಂದಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಗುರು, ಧ್ಯಾನದ ಬಗೆಗೆ ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಹಂತದಿಂದ ಉನ್ನತ ಸಮಾಧಿಯಂತಹ ಅಂತಿಮ ಹಂತದವರೆಗೆ ಬೇಕಾಗುವ ಅನೇಕ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ದೊರಕಿಸಿಕೊಡುವ ಮೂಲಕ ಈ ಶೂನ್ಯವನ್ನು ತುಂಬಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಜ್ಞಾನ ಬೇರೆಲ್ಲೂ ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲ. ಪತಂಜಲಿ ಮಹರ್ಷಿಗಳ ನಂತರ ನಾವು ಬಹಳ ಮುಂದೆ ಸಾಗಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ನನ್ನ ಗುರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದುದು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ. ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ರಾಜಯೋಗದಿಂದ ಅಂಕುರಿಸಿದ ಒಂದು ಸ್ವತಂತ್ರ ವಿಭಾಗ ಎಂದು ಕರೆಯಬಹುದು. ಈಗಿರುವ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸೇರಿಸುತ್ತ, ಈ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲೊಂದು.

ಜನರು ಯೋಗಾಸನ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಬಿರಗಳಿಗೆ ಆಕರ್ಷಿತರಾದಂತೆ ಧ್ಯಾನಗಳಿಗೆ ಆಕರ್ಷಿತರಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಸಮಾಧಿ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? 21 ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಆಸ್ತಮಾ–ನಿವಾರಣೆಯಂಥ ಶೀಘ್ರ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ಇಲ್ಲಿಲ್ಲ! ಪವಾಡಗಳು ಇಲ್ಲಿಲ್ಲ. ಒಂದು ವರ್ಷ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ವಸ್ತುವನ್ನೂ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ! ಹಾಗಾದರೆ ಜನರನ್ನು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕರೆತರುವುದು ಹೇಗೆ?

ಧ್ಯಾನವು ಶಾಂತಿ, ಪರಿಪೂರ್ಣತೆ ಮತ್ತು ಅಗಾಧ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಇವನ್ನು ನಾವು ಪುಸ್ತಕಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಪಡೆಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನ ನಮ್ಮನ್ನು ಸತ್ಯದೆಡೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಈ ಜೀವಿತದ ಉದ್ದೇಶ ಮತ್ತು ಅದರ ಸಮಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರಿಯುತ್ತೇವೆ. ಆಂತರಿಕ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಮತ್ತು ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರಿಯುವುದಕ್ಕಿಂತ ಮಿಗಿಲಾದುದು ಯಾವುದಿದೆ? ಈ ಅಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿದರೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಪ್ರಚುರಪಡಿಸಿದರೆ ಜನರು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಪ್ರಚುರಪಡಿಸುವುದು ಹೇಗೆ? ಯಾರಾದರೂ ನನಗೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ನೀಡಲಿ ಎಂದು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ■

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)
ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560077. ಭಾರತ.
✆ (080) 2846 5280, 99000 75280 (ಬೆಳಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1)
ಇ–ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: www.lightagemasters.com

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳು

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 11 ಘಂ.)

ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)
ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮೀ ಲೇಔಟ್

ಸೋಮವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)
ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮೀ ಲೇಔಟ್

ಮಂಗಳವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)
ಶ್ರೀ ಅರಬಿಂದೊ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್, 1ನೇ ಫೇಸ್,
ಜೆ.ಪಿ. ನಗರ

ಬುಧವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)
ಆರ್ಯ ಸಮಾಜ, ಸಿ.ಎಂ.ಹೆಚ್. ರೋಡ್,
ಇಂದಿರಾನಗರ
ಹಿಮಾಂಶು, 4ನೆಯ ಮೇನ್, ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ
ಮಾರುತಿ ಮಂದಿರ, ವಿಜಯನಗರ

ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)
ದೇವಗಿರಿ ವೆಂಕಟೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ
ಬನಶಂಕರಿ 2ನೆಯ ಸ್ಟೇಜ್

ಶುಕ್ರವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)
ಇಂಡಿಯನ್ ಹೆರಿಟೇಜ್ ಅಕಾಡೆಮಿ
6ನೆಯ ಬ್ಲಾಕ್, ಕೋರಮಂಗಲ

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)
ಹಿಮಾಂಶು, 4ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ,
ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ

ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ (ರಾಜರಾಜೇಶ್ವರಿ ಬಡಾವಣೆ)

ಸೋಮವಾರ (ಸಾಯಂಕಾಲ 6 ರಿಂದ 7 ಘಂ.)
ಮಂಗಳವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ರಿಂದ 7 ಘಂ.)

ಹೊರಗಿನ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಅಂಚೆ ಮತ್ತು ಇ-ಮೇಲ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳು ಲಭ್ಯವಿವೆ. ಹೆಚ್ಚು ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಆರನೇ ಪುಟದ ಮೊದಲನೇ ಕಾಲಂ ನೋಡಿ.

ಡೋರ್‌ವೇಸ್ (ಇಂಗ್ಲಿಷ್)/ತಪೋವಾಣಿ (ಕನ್ನಡ) ಪ್ರಕಾಶ್‌ಮಾರ್ಗ್ (ಮರಾಠಿ) ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ ರೂ. 300/- ಡಿಡಿಯನ್ನು **'Manasa Light Age Foundation'** ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು. ಮನಿಯಾರ್ಡರ್‌ಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ

ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ತಪೋವಾಣಿಯನ್ನು ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ಕೊಡಿ. ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ ದೊಂದಿಗೆ ಅವರ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ವಿಳಾಸವನ್ನು ನಮಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ.

ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಸ್ಮರಣೆಗಾಗಿ ತಪೋನಗರದ ಮಕ್ಕಳು ಗುರೂಜಿಯವರ ಜೀವನದ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಒಂದು ರೂಪಕವನ್ನು ಮೇ ತಿಂಗಳ ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಿದರು.

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- 18-5-2013ರಂದು ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ 'ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ'ದಲ್ಲಿ ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಗುರೂಜಿಯವರ 74ನೇ ಜನ್ಮದಿನೋತ್ಸವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ 100ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.
- 19-5-2013ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಗುರೂಜಿಯವರ 74ನೇ ಜನ್ಮದಿನೋತ್ಸವದ ಆಚರಣೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ 350ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.

  ಅದೇ ದಿನದಂದು, 2012ನೇ ಇಸವಿಯ ಜೂನ್ ಮತ್ತು ಜುಲೈ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಗುರೂಜಿಯವರೊಂದಿಗಿನ 'ಅನೌಪಚಾರಿಕ ಮಾತುಕತೆ'ಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ DVDಯನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸಲಾಯಿತು. ಆಸಕ್ತರು ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಕ್ಕಾಗಿ ಮಾನಸ ಆಫೀಸನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.
- ಏಳು ಭಕ್ತಿಗೀತೆಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಆಡಿಯೋ CD 'ಅರ್ಪಣಾ'ವನ್ನು ಈಗ ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ನಿಂದ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದರಲ್ಲಿನ ಎರಡು ಹಾಡುಗಳನ್ನು ಅಮರರವರು ಮತ್ತು ಉಳಿದ ಹಾಡುಗಳನ್ನು ಗುರೂಜಿಯವರು ರಚಿಸಿ ಸಂಗೀತ ಸಂಯೋಜಿಸಿದ್ದಾರೆ.
- ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಬಹುದಾದಂತಹ ಆಂಡ್ರಾಯಿಡ್ ರೂಪದಲ್ಲಿರುವ 'Light' ಪುಸ್ತಕವು ಈಗ ಲಭ್ಯವಿದೆ.
- 19-5-2013ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಗುರೂಜಿಯವರ 74ನೇ ಜನ್ಮದಿನೋತ್ಸವದ ಆಚರಣೆಯ DVDಯು ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಅದರ ಪ್ರತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಆಸಕ್ತರು ಮಾನಸ ಆಫೀಸನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

05	ಶುಕ್ರ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
08	ಸೋಮ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
09	ಮಂಗಳ	ಆಷಾಢಮಾಸ ಆರಂಭ
16	ಮಂಗಳ	ದಕ್ಷಿಣಾಯಣ ಆರಂಭ ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
18	ಗುರು	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
22	ಸೋಮ	ಗುರು ಪೂರ್ಣಿಮಾ
30	ಮಂಗಳ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು:ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12
ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1

14-07-13	ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
21-07-13	ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ರಾ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
22-07-13	ಗುರುಪೂರ್ಣಿಮಾ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1

ಆಷಾಢಮಾಸದಲ್ಲಿ ನಾವು ಪರಬ್ರಹ್ಮಲೋಕದಿಂದ ಅದ್ಭುತವಾದ ಮತ್ತು ಮಹತ್ತರವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಅದು ಗುರುಪೂರ್ಣಿಮೆಯ ದಿನವಾದ 22-7-2013ರಂದು ಅತೀ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಆ ದಿನ ನಾವು ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನಮಾಡಬೇಕು.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ ಈಗ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದನ್ನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಡೆಸಿಕೊಟ್ಟ ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಉಚಿತವಾಗಿ ಹಂಚಲಾಗುವುದು. ಇದು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightchannels.com ನಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿದೆ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ ಪ್ರತಿಸಲ ಕಣ್ಣು ತೆರೆದಾಗ ನಾನು ಉಲ್ಲಾಸಭರಿತಳಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ವ್ಯಾಸಂಗ ಮಾಡಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ದಿನವೆಲ್ಲವೂ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಸಮಾಧಾನದಿಂದಿರುತ್ತದೆ. ದೈವೀ ಬೆಳಕನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ದೇಹದ ಪ್ರತಿ ಕಣದಿಂದಲೂ ಚೈತನ್ಯ ಪ್ರಸರಿಸುತ್ತಿರುವ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

– ರಮ್ಯ ಜಿ, 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್. ಮೂತಾ ಬಾಲಕಿಯರ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಶಾಲೆ, ಪಶ್ಚಿಮ ಮಂಬಾಲಾ, ಚೆನ್ನೈ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ, ನಾನು ಎಂದಾದರೂ ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದಾಗ ಕ್ಷಮೆ ಕೇಳಬೇಕೆಂದು ನನ್ನೊಳಗಿನಿಂದ ಸೂಚನೆ ಬರುತ್ತಿರುವಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೂ ಮುನ್ನ, ನನಗೆ ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ತೊಂದರೆ ಕೊಟ್ಟವರ ಮೇಲೆ ಕೂಡಾ ಸೇಡು ತೀರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಈಗ ನನ್ನೊಳಗಿನ ಆಲೋಚನೆಯೊಂದು, ಅವರ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ನಾನಿದ್ದರೆ ಯಾವ ರೀತಿ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ ಎಂದು ಯೋಚಿಸುವ ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದೆ. ನಾನೀಗ ಬೇರೆಯವರ ಮೇಲೆ ಸೇಡು ತೀರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಚಿಕ್ಕಚಿಕ್ಕ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಉದ್ವೇಗಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ, ಆದರೆ ಈಗ ಕಷ್ಟದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲೂ ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಇರುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು, ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಕಠಿಣ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಈಗ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಈ ತಂತ್ರದ ಅಭ್ಯಾಸ ನನ್ನ ದಿನನಿತ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ.

– ನೇಹಾ ವಿ.ಕೆ, 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್. ಮೂತಾ ಬಾಲಕಿಯರ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಶಾಲೆ, ಪಶ್ಚಿಮ ಮಂಬಾಲಾ, ಚೆನ್ನೈ

ನನ್ನ ಯೋಚನೆಗಳು ಅಲೆದಾಡುತ್ತಿದ್ದವು. ಬೆಳಕು ದಿನದಿಂದ ದಿನಕ್ಕೆ ಈ ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹತೋಟಿಗೆ ತಂದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ. ಭೌತಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಷಯದ ತರಗತಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ತಯಾರಿ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನನಗೆ ಆ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಾಲುಗಳು ನೆನಪಾಗುತ್ತಿದ್ದವು.

ನನ್ನ ಸಹೋದರನೊಂದಿಗೆ ಚಿಕ್ಕಚಿಕ್ಕ ವಿಷಯಗಳಿಗಾಗಿ ಜಗಳವಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ, ಆದರೆ ಬರಬರುತ್ತಾ ನನಗೆ ನಾನೇ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಂಡೆ. ಅವನ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್ ಕೆಲಸ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಮಾಡಿದೆ. ಆಗ ಆತನೂ ಕೂಡಾ ಅದೇ ರೀತಿಯ ಆತ್ಮೀಯತೆ ತೋರಿಸಿದನು. 'ಬಿತ್ತಿದ್ದನ್ನು ಬೆಳೆ' ಎಂಬ ನಾಣ್ಣುಡಿಯು ನನಗಾಗ ಅರ್ಥವಾಯಿತು. ದೈವೀಕ ಚೈತನ್ಯಶಕ್ತಿಗಳು ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ನನಗೆ ಸಹಕರಿಸಿವೆ. ನನ್ನ ಸಹೋದರನಿಗೂ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟೆ.

– ಲಾವಣ್ಯ ಟಿ, 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್. ಮೂತಾ ಬಾಲಕಿಯರ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಶಾಲೆ, ಪಶ್ಚಿಮ ಮಂಬಾಲಾ, ಚೆನ್ನೈ

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್ ಸೋಮಯಾಜಿ; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ತಪೋನಗರಿಗರು ಅಂದಾಗ, ಅಲ್ಲಿನ ನಿವಾಸಿಗಳು ಮತ್ತು ನಿವಾಸಿಗಳಲ್ಲದವರೂ ಸೇರುತ್ತಾರೆ. ತಪೋನಗರ ಒಂದು ಜೀವನ ನಡೆಸುವ ಕ್ರಮ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಾಧಾರಿತ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನೇರವಾಗಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಋಷಿಗಳ ತಾಣದಲ್ಲಿನ ಮಾನಸೀ ವಲಯದಲ್ಲಿ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ನೆಲಸಿದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೇ ಯಾರೊಬ್ಬರೂ ತಪೋನಗರಿಗರಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳ ಮತ್ತು ಇಲ್ಲಿನ ಚೈತನ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ದೈವೀ ನಿಯಮಗಳಿಗನುಸಾರವಾಗಿ ಜೀವನ ನಡೆಸುವ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಈ ಬೆಳಕಿನ ನಗರದ ನಾಗರಿಕರಾಗಲು ಅರ್ಹತೆ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಯಾವುದೇ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ನಾವು ತಪೋನಗರಿಗರಾಗಬಹುದು. ಮಾನವ ಜನಾಂಗದ ಏಳು ಬಿಲಿಯನ್ ಜನರಿಗೂ ತಪೋನಗರ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಈ ವಾಸ್ತವಕ್ಕೆ ಪ್ರಪಂಚ ಜಾಗೃತಗೊಳ್ಳುವವರೆಗೂ, ಹೊಸ ನಿವಾಸಿಗಳನ್ನು ತಪೋನಗರ ಸ್ವಾಗತಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ವಿಶ್ವಚೇತನ ಮಂದಿರದ ಒಂದು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ಸುತ್ತಳತೆಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಮನೆಗಳನ್ನು ಶೀಘ್ರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಎಲ್ಲ ವರಮಾನದವರಿಗೂ ಸರಿ ಹೊಂದುವಂಥ, ವಿಲ್ಲಾಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ಅಪಾರ್ಟ್‌ಮೆಂಟ್ ಮತ್ತು ಅತಿ ಸರಳ ಮನೆಗಳವರೆಗೆ, ವಿವಿಧ ವಿಸ್ತೀರ್ಣದ ಮನೆಗಳು ತಲೆಯೆತ್ತುತ್ತಿವೆ.

ತಪೋನಗರದ ಐದು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಬೃಹತ್ತಾದ ಬಹು ಅಂತಸ್ತಿನ ಕಟ್ಟಡಗಳು ಬರುತ್ತಿವೆ. ಎಲ್ಲ ಆಧುನಿಕ ಜೀವನಶೈಲಿಯ ಅನುಕೂಲತೆಗಳಾದ ಸೂಪರ್ ಮಾರ್ಕೆಟ್, ಮಲ್ಟಿ ಸ್ಪೆಷಾಲಿಟಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆ, ಸ್ಪೋರ್ಟ್ಸ್ ಕ್ಲಬ್ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಬಹಳ ಸಮಯದಿಂದ ಲಭ್ಯವಿವೆ. ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಮತ್ತು ಸೆಲ್ ಫೋನ್ ಸಂಪರ್ಕಜಾಲ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿದೆ. ರಸ್ತೆಗಳು ವಿಸ್ತಾರಗೊಂಡಿವೆ, ಬೆಂಗಳೂರು ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣವನ್ನು ಒಂದು ಘಂಟೆಯೊಳಗೆ ತಲುಪಬಹುದಾಗಿದೆ.

ತಪೋನಗರವು, ತನ್ನ ಎಲ್ಲ ಪವಿತ್ರತೆ, ಪೂಜ್ಯತೆ, ಪ್ರಶಾಂತತೆ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಾಧಾರಿತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ, ಇಡೀ ವಿಶ್ವವನ್ನು ತನ್ನಲ್ಲಿಗೆ ಸ್ವಾಗತಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೊಸ ನಿವಾಸಿಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್

ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

ಇದೊಂದು ಆತ್ಮಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಸಂಚಲನ. ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಬೆಳಕು, ಶಾಂತಿ ತುಂಬಿರುವ ಒಂದು ಸುಂದರ ಪ್ರದೇಶವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವ ಸಂಚಲನ. ಇಲ್ಲಿ ಭಾಷಣಗಳು, ಬಾವುಟಗಳಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಮೇಲಿನಿಂದ ತಂದು ಸುತ್ತಲೂ ಹರಡಿದರೆ ಅಷ್ಟೇ ಸಾಕು. ಉಳಿದ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸವನ್ನೂ ಬೆಳಕೇ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ತಂದು ಹರಡಿದಾಗ, ಅದು ಬೇರೆಯವರ ಹೃದಯಗಳು ಮನೆಗಳನ್ನು ತುಂಬಿ, ಅವರ ಭಾವನೆ–ವಿಚಾರಗಳಲ್ಲಿರುವ ಕತ್ತಲನ್ನು ಬೆಳಕನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಪ್ರಪಂಚ ಪರಿವರ್ತಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ತುಂಬುತ್ತದೆ.

ಈ ಬೆಳಕು ಸಾಧಾರಣ ಬೆಳಕಲ್ಲ. ಯಾವ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಇಡೀ ಸೃಷ್ಟಿ ಬಂದಿದೆಯೋ ಆ ಮೂಲ ಬೆಳಕು. ಈ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಇದೆ – ಶಕ್ತಿ, ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯ. ಈ ಬೆಳಕು ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಇದೆ.

ನಾವು ಪ್ರತಿದಿನ ಏಳುವಾಗ ಮತ್ತು ಮಲಗುವಾಗ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಈ ಬೆಳಕನ್ನು ತಂದು ಹರಡೋಣ. ಹರಡಿ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ತರೋಣ.

ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು 18–5–2008 ರಂದು, ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರ ಮೂಲಕ, ಸಪ್ತಋಷಿಗಳು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಈ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಹರಡಿ. ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ. ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightchannels.com ಗೆ ಬನ್ನಿ.

ಶಂಬಲದ ತತ್ವಗಳು

ಶಂಬಲದ ಈ ಏಳು ತತ್ವಗಳನ್ನು ಪುರಾತನ ಋಷಿಗಳು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡು ಶಂಬಲದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುವ ಜನ ಶಾಂತಿ–ಪೂರ್ಣತೆಗಳಿಂದ, ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಬಾರದೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಯೌವ್ವನದಲ್ಲಿಯೇ, ಬದುಕಿದ್ದಾರೆ.

1. ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ, ಹೊರಗೆ ತಂದು ಹರಡುವುದು.
2. ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ ಸುತ್ತಲೂ ಹರಡುವುದು.
3. ಎಲ್ಲರಲ್ಲಿಯೂ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲದರಲ್ಲಿಯೂ ಇರುವ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು.
4. ದಿನ ನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮೊದಲು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆದು, ಅನಂತರ ಪಿಸುಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಹೇಳಿ ಅನಂತರ ಕಾರ್ಯಗತ ಮಾಡುವುದು.
5. ಯಾವುದೇ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಮೊದಲು, ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಮಾತನಾಡದೆ ಗುಟ್ಟಾಗಿಡುವುದು.
6. ಧ್ಯಾನದಿಂದ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಗಳ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟುಮಾಡಿ ಅರಿಷಡ್ವರ್ಗವನ್ನು ಗೆಲ್ಲುವುದು.
7. ನಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಲೌಕಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವೇ ನಮ್ಮ ತೃಪ್ತಿಯ ರೇಖೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನಕೊಡಬೇಕು.

ಗುರೂಜಿ ಹೀಗೆ ಮಾತನಾಡಿದರು

(ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ.ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್)

27–7–2003

ಧ್ಯಾನಮಾಡುವುದರ ಮತ್ತು ದೇವರಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುವುದರ ಮುಖಾಂತರ, ನಮಗೆ ಬೇರೆಯವರು ಉಂಟುಮಾಡಿರುವ ನೋವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅದು ಸುಲಭವಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಸಮಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ನೋವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೇ ಬೇಕು ಹಾಗೂ ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಬೆಳೆದಂತೆ, ಈ ಎಲ್ಲ ನೋವುಗಳಿರುವುದು ನಾವು ಬೆಳೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಎಂದು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

‘ಅಕ್ಷಯ ತೃತೀಯ’ ದಿನವು ವೈಶಾಖ ಮಾಸದಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಈ ದಿನದಂದು, ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮತ್ತು ಲೌಕಿಕ ಬೇಡಿಕೆಗಳು ನೆರವೇರಲು ಬೇಕಾದಂಥ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಸಮರ್ಪಕ ಸಂಯೋಗವಿರುತ್ತದೆ.

ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ, ಶಿವ ಮತ್ತು ಮಹಾವಿಷ್ಣುವಿನ ಚೈತನ್ಯಗಳು ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುತ್ತವೆ ಆದರೆ ಅವು ಸುಪ್ತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ‘ಶಿವದೀಪ’ ಮತ್ತು ‘ವಿಷ್ಣುದೀಪ’ ದಿನಗಳಂದು ಅವು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನಾವು ಪಡೆದಾಗ, ಅವು ನಮ್ಮ ಕೆಲವು ವಿಧದ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟುಹಾಕುತ್ತವೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಜನರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ ಅಲ್ಲಿಂದ ಮುಂದೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗಿರುವಷ್ಟು ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಅವರು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಉನ್ನತ ಹಂತಗಳನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ ನಾವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು; ಇಡೀ ಜೀವನವನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದನ್ನು ನಾವು ಮಾಡದಿದ್ದಾಗ ಆ ಹಂತದಲ್ಲಿಯೇ ನಿಂತುಬಿಡುತ್ತೇವೆ.

03–08–2003

ಗುರುಪೂರ್ಣಿಮೆಯ ರಾತ್ರಿ ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಅಮರರವರು, ಅವರ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಸಾಹಸಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದು ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಹೊರತರುವಂತೆ ನನಗೆ ಸೂಚನೆ ನೀಡಿದರು. ನಾನು ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ನನ್ನನ್ನು ಮನೋವತಿಯಿಂದ ಹೊರಕಳುಹಿಸಿದಾಗ ಅವುಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡೆ. ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಬೇಜಾರಾಯಿತು; ಅದು ನನ್ನಲ್ಲಿದ್ದ ಎಲ್ಲ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಹಾಗಿತ್ತು. ಅಮರರವರು ನನಗೆ ಹೇಳಿದರು, “ನಿಮಗೆ ಏನು ಸಿಗಬೇಕೋ ಅದು ನಿಮಗೆ ಸಿಕ್ಕೇ ಸಿಗುತ್ತದೆ.” ಕೇವಲ ಹತ್ತು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಬರೆದು ಮುಗಿಸಿದೆ! ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನನಗೆ ಬಹಳ ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ.

ಕೆಲವು ಸಮಯದ ಹಿಂದೆ ಒಬ್ಬರು ನನ್ನನ್ನು ಕೇಳಿದರು, “ಏಳು ಲೋಕಗಳ ಅಧಿಪತಿಗಳು ಯಾರು?” ಏಳು ಲೋಕಗಳ ಅಧಿಪತಿಗಳು ಯಾರೆಂದರೆ :– ಸತ್ಯ ಲೋಕ: ಶನಿ ದೇವರು, ತಪೋ ಲೋಕ: ಶುಕ್ರ, ಜನ ಲೋಕ: ಗುರು, ಮಹಾ ಲೋಕ: ಬುಧ, ಸುವ ಲೋಕ: ಮಂಗಳ, ಭುವ ಲೋಕ: ಚಂದ್ರ ಮತ್ತು ಭೂ ಲೋಕ: ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣ.

ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ಮತ್ತು ಪೂರ್ಣಿಮೆಯ ರಾತ್ರಿಗಳಂದು, ಚಂದ್ರನು ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಅಯಸ್ಕಾಂತೀಯ ಸೆಳೆತವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಈ ಸೆಳೆತ ನಮ್ಮ ಕುಂಡಲಿನಿಯನ್ನೂ ಮೇಲೆ ಸೆಳೆಯುತ್ತದೆ, ಕುಂಡಲಿನಿಯು ಮೇಲೇರಿದಾಗ ಅದು ಹೊರಚೆಲ್ಲುತ್ತದೆ, ಆಗ ಅದು ನಮಗೆ ಅಪಾರವಾದ ಶಾಂತಿ, ತೃಪ್ತಿ ಮತ್ತು ಸಹಜ ವೈರಾಗ್ಯಗಳನ್ನು ತಂದುಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇದೆಲ್ಲವೂ, ನಾವು ಶರಣಾಗಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆಯಲು ಸಹಾಯವಾಡುತ್ತದೆ. ಕುಂಡಲಿನಿ ಮೇಲೇರುವುದರಿಂದ ನಮಗೆ ಅಪಾರವಾದ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನೂ ತರುತ್ತದೆ; ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಚೈತನ್ಯಗಳೂ ಸಕ್ರಿಯಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ಅಥವಾ ಪೂರ್ಣಿಮೆ ರಾತ್ರಿಯಂದು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಭಾರಿ ಕರ್ಮಗಳೂ ನಿರ್ಮೂಲನವಾಗುತ್ತವೆ.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮೂರು ಪ್ರಮುಖ ನಾಡಿಗಳಿವೆ. ಬೆನ್ನಿನ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಸುಷುಮ್ನ ನಾಡಿಯಿದೆ, ಅದರ ಎಡಭಾಗದಲ್ಲಿ ಚಂದ್ರ ನಾಡಿ ಮತ್ತು ಬಲಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯ ನಾಡಿಯಿದೆ. ಒಂದು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ನಾಡಿ ಮಾತ್ರ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಎಲ್ಲ ಮೂರೂ ನಾಡಿಗಳಲ್ಲ. ನಾಡಿಗಳು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿವೆ ಎಂದರೆ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಹರಿಯುತ್ತಿವೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ. ಸೂರ್ಯೋದಯದ ನಂತರದ ಮೊದಲ 24 ನಿಮಿಷಗಳು ಚಂದ್ರ ನಾಡಿ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ನಂತರದ 24 ನಿಮಿಷಗಳು ಸೂರ್ಯ ನಾಡಿ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದರ ನಂತರ ಸುಷುಮ್ನ ನಾಡಿ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಚಕ್ರ ದಿನ ಪೂರ್ತಿ ಪುನರಾವರ್ತನೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಮಲಗಿದಾಗ ಯಾವುದೇ ನಾಡಿಗಳು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಚಂದ್ರ ನಾಡಿ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿರುವ ಅವಧಿ, ಲೌಕಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ತುಂಬಾ ಅನುಕೂಲಕರ. ಸೂರ್ಯ ನಾಡಿ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿರುವ ಅವಧಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಅನುಕೂಲಕರ. ಸುಷುಮ್ನ ನಾಡಿ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿದ್ದಾಗ, ಅದು ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನಮಗೆ ದೀಕ್ಷೆ ನೀಡುವಾಗ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ನಾಡಿ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸುಷುಮ್ನ ನಾಡಿ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿದ್ದಾಗ ಅವನು ನೇರವಾಗಿ ಸಮಾಧಿ ಹಂತಕ್ಕೆ ದೀಕ್ಷೆ ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ.

24–08–2003

ಧ್ಯಾನದ ನಂತರ ನಮ್ಮ ಕುಂಡಲಿ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಜನ್ಮಕುಂಡಲಿಯನ್ನು ನಾವು ಹುಟ್ಟಿದ ಸಮಯದಲ್ಲಿದ್ದ ಗ್ರಹಗಳ ಸ್ಥಾನಗಳಿಗೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಬರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಬದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ, ಕರ್ಮಗಳ ಇನ್ನೊಂದು ಪಥವನ್ನು ನಾವು ಹಿಡಿಯುತ್ತೇವೆ, ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಇದು ನಾವು ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ಬರೆದ ಕುಂಡಲಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಹೊಸ ಕುಂಡಲಿಯನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ; ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ತಿಳಿದಿರಬಹುದು. ಬಹುಶಃ ವಿಶೇಷವಾದ ಅಂತರ್–ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಯಿರುವವರಿಗೂ ತಿಳಿಯಬಹುದು.

ಸಾಧನ ಎಂದರೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸಮರ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಅದು ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ವೈರಾಗ್ಯವನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವುದು; ಅದು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ಯಾವಾಗಲೇ ಆಗಲಿ ಅಥವ ಎಲ್ಲಿಯೇ ಆಗಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಮಂಥನವುಂಟಾದಾಗ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಳ್ಳೆಯದು ಅಥವಾ ಉನ್ನತವಾದುದು ಹೊರಮೂಡುತ್ತದೆ, ಸಮುದ್ರ ಮಂಥನದಲ್ಲಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ. ಬೇರೆಲ್ಲವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಅಮೃತವೂ ಹೊರಬಂದಿತು. ಅದೇ ರೀತಿ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಮಂಥನ ಉಂಟಾದಾಗ, ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳು ಕಲಕುತ್ತವೆ, ಆಗ ಉನ್ನತ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಉನ್ನತ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಉದ್ದೇಶಗಳು ಹೊರಮೂಡುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಮಂಥನವುಂಟಾಗುತ್ತಿರುವ ಅರಿವು ನಮಗಾದಾಗ, ಇವುಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾವು ಗಮನಿಸಬೇಕು.

ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದರೆ, ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನಾವು ಆಲೋಚನೆಗಳ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟವನ್ನು ತಲುಪುತ್ತೇವೆ. ಇಂಥ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಜಾಗರೂಕರಾಗಿದ್ದು, ವಿನಯವಂತಿಕೆ ಮತ್ತು ತಾಳ್ಮೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಏಕೆಂದರೆ ಇತರರನ್ನು ತುಚ್ಛವಾಗಿ ಕಾಣುವ ಗುಣ ಹೇಗೋ ನುಸುಳಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಅದು ಸಹಜ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯಾದರೂ

ಗುರೂಜಿ ಹೀಗೆ ಮಾತನಾಡಿದರು

(ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ.ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್)

ಅದನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಕೋಪಗೊಳ್ಳಬಾರದು. ನಾವೂ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಹಾಗೆಯೇ ಇದ್ದೆವು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕು. ನಿಜವೇನೆಂದರೆ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಸಾಧಕರೇ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಅಪರಿಪೂರ್ಣರೇ, ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿರಬಹುದು ಅಷ್ಟೆ.

ಅತಿಯಾದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರದ ಮೇಲೆ ಅಪಾರ ಆಘಾತ ಉಂಟುಮಾಡುವುದನ್ನು ನಾನು ಅನೇಕಬಾರಿ ನೋಡಿದ್ದೇನೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ; ಅದು ರೋಗ ಪೀಡಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿರಬೇಕು, ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನವಮಾಡಬೇಕು. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರವು ರೋಗಪೀಡಿತವಾದಾಗ ಅದು 72 ಘಂಟೆಗಳ ನಂತರ ಭೌತಿಕ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ಭಾವನೆಗಳಿಂದಾಗಿ ದೇಹ ಹಾನಿಗೊಳಗಾದಾಗ ಔಷಧಿಗಳಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಸಹಾಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂಥ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊರತರಬೇಕು. ಪ್ರೀತಿ ಮಾತ್ರ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಧ್ಯಾನವು ನಿಯತಕ್ರಮವಾದಾಗ, ಅದು ಹೇಗೋ ಒಂದು ರೀತಿಯ ತೃಪ್ತಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸುತ್ತದೆ. ಆಗ ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಎಚ್ಚರಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನಾವೆಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ ನಾವು ಯಾವ ದಿಕ್ಕಿನತ್ತ ಚಲಿಸಬೇಕು ಎಂಬ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುತ್ತಾರೆ.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಹುತೇಕರಿಗೆ ಅನುಭವಗಳಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ದೃಶ್ಯಗಳು ಗೋಚರಿಸಿವೆ, ಇದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆದರೆ ಅವುಗಳೆಲ್ಲವೂ ನೈಜವಲ್ಲ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವು ನಮ್ಮ ಮನೋಬಿಂಬಗಳಾಗಿವೆ. ಇದು ಸತ್ಯಾಂಶ, ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕು. ನಮಗೆ ನೈಜ ಅನುಭವಗಳಾದಾಗಲೆಲ್ಲ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ವ್ಯಾಕುಲತೆಯಿರುವುದಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡೋಣ. ಅಂಥ ಅನುಭವವಾದಾಗ ಅನೇಕ ದಿನಗಳವರೆಗೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ನೆಮ್ಮದಿ ನೆಲೆಸಿರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶ ಈಗಾಗಲೇ ಈಡೇರಿದೆಯೇನೋ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ದೃಶ್ಯಗಳು ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಗೋಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅವುಗಳು ನೈಜವಾದುವುಗಳಲ್ಲ ಎಂದು ಸುಲಭವಾಗಿ ತೀರ್ಮಾನಿಸಬಹುದು.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಗೊಳ್ಳುವುದೆಂದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನು ಮೀರುವುದು. ತಪ್ಪನ್ನು ಮಾಡದೆ ಸರಿಯಾದುದನ್ನು ಮಾತ್ರವೇ ನಾವು ಮಾಡಬೇಕು. ಮಹಾಭಾರತದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಅನೇಕಸಲ ಪ್ರಶ್ನಿಸಲಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಗುರು ಹೇಳಿದರು, 'ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನು ತಪ್ಪು–ಸರಿಗಳ ನಿಯಮವನ್ನು ಮೀರಿದ ಉನ್ನತ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುತ್ತಿದ್ದನು.'

31–08–2003

ಈ ಭೂಮಿಯಿಂದಾಚೆ ಇರುವವರಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಕೇಂದ್ರದ ಬಗ್ಗೆ ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಕುತೂಹಲವಿದೆ, ಎಂದು ನನ್ನ ಗುರು ನನಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರಿಗೆ, ಋಷಿಗಳು ತುಂಬಾ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರು ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಭೇಟಿನೀಡಿ ಈ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ಹರಸುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಮಹಾನ್ ಋಷಿಗಳ ದರ್ಶನವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ.

ದೇವರನ್ನು ಅನೇಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ಣಿಸುತ್ತಾರೆ. ನೀವು, ಸಂಸ್ಕೃತ ಗ್ರಂಥ 'ಪುರುಷ ಸೂಕ್ತ'ವನ್ನು ಓದಲೇಬೇಕು. ನಾನು ದೇವರ ಮೂರು ವರ್ಣನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ದೇವರನ್ನು ಜ್ಞಾನಂ, ಸತ್ಯಂ ಮತ್ತು ಅನಂತಂ ಎಂದು ವರ್ಣಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಸತ್ಯಂ: ದೇವರನ್ನು ಸತ್ಯಂ ಎಂದು ವರ್ಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸತ್ಯವನ್ನು, ದೇವರ ಬದಲಾವಣೆಗೊಳ್ಳದ ಭಾಗ ಎಂದು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ದೇವರು ಆನಂದ, ಪರಿಪೂರ್ಣತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯಾಗಿದ್ದಾನೆ; ಅವುಗಳು ಎಂದಿಗೂ ಬದಲಾವಣೆಗೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಆ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇವು ಸತ್ಯಗಳು.

ಜ್ಞಾನಂ: ದೇವರಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನವೂ ಇವೆ – ಭೌತಿಕ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಗಳ ಜ್ಞಾನ; ಭೌತಶಾಸ್ತ್ರ, ಸಂಗೀತಗಳ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಹಿಂದೆ ಕಂಡುಹಿಡಿದಿರುವ ಮತ್ತು ಮುಂದೆ ಹೊಸದಾಗಿ ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವುದರ ಬಗೆಗಿನ ಜ್ಞಾನ.

ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲೂ, ಯಾವುದೇ ಭೂಮಿಯಲ್ಲೂ ಎಲ್ಲಾ ಜ್ಞಾನವನ್ನೂ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಅಷ್ಟೊಂದು ಅಗಾಧವಾದುದು. ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಷ್ಟೇ ದೊಡ್ಡವನಿದ್ದರೂ, ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನವನ್ನೂ ಶೇಖರಿಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲಾರ. ಈ ಜ್ಞಾನದ ಒಂದು ಅತ್ಯಲ್ಪ ಭಾಗ ಋಷಿಗಳ ಮುಖಾಂತರ ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಅವರನ್ನು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಸಂಗೀತಗಾರರು, ಸಂತರು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳು ಎಂದು ಗುರುತಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಜ್ಞಾನದ ಮತ್ತೊಂದು ಅರ್ಥ ಅರಿವು. ದೇವರಿಗೆ ತನ್ನ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿನ ಪ್ರತಿಯೊಂದರ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅರಿವು ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿಯೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ದೇವರನ್ನು ಅನಂತಂ ಎಂದು ವರ್ಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ದೇವರು ಆಕಾಶ, ದೇವರು ಪ್ರಜ್ಞೆ, ಈ ಭೌತಿಕ ಜಗತ್ತು 18 ಬಿಲಿಯನ್ ಬೆಳಕಿನ ವರ್ಷಗಳ ವ್ಯಾಸವುಳ್ಳದ್ದು ಮತ್ತು ಇಂಥಹ ಬಿಲಿಯಾಂತರ ಜಗತ್ತುಗಳಿವೆ ಎಂದು ಋಷಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ದೇವರು ಅನಂತ. ಆಕಾಶ, ಸಮಯಗಳಲ್ಲದೆ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲದ ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ಆಯಾಮಗಳಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ದೇವರನ್ನು ಅನಂತಂ ಎಂದು ವರ್ಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಧ್ಯಾನದ ಉನ್ನತ ಹಂತಗಳನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ ಅನಂತತೆಯ ಒಂದು ಇಣುಕು ನೋಟ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಆನಂತರ ನಮಗೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ವಿಸ್ತಾರತೆಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟುಹಾಕಲು ಹಾಗೂ ಈ ಜೀವನವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಜೀವಿಸಲು, ವರ್ತಮಾನವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಸೂರ್ಯೋದಯವನ್ನು, ಸೂರ್ಯಾಸ್ತಮವನ್ನು, ಕವನವನ್ನು ಮತ್ತು ಸಂಗೀತವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು; ಪಕ್ಷಿಯಲ್ಲಿ, ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ದೇವರನ್ನು ಕಾಣುವ ಅನುಭವವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಅವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಪ್ರತಿ ನಿಮಿಷವೂ ದೇವರನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಇಷ್ಟೊಂದು ಕಾಲ ಧ್ಯಾನಮಾಡಿದ ನಂತರ, ಈಗಲೂ ನಮಗೆ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲಾಗದಿದ್ದರೆ, ಗಂಟೆಗಟ್ಟಲೆ ಮಾಡಿದ ಧ್ಯಾನವೆಲ್ಲವೂ ವ್ಯರ್ಥ ಹಾಗೂ ಸಾಧನ ಎಂದರೆ ಏನು ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ.

ನಾವು ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾವುಕರಾಗಬೇಕು, ಸ್ವಲ್ಪ ನಂಬಿಕೆ ಇರಬೇಕು, ಸ್ವಲ್ಪ ಅಪನಂಬಿಕೆಯೂ ಇರಬೇಕು. ಸ್ವಲ್ಪ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಎಲ್ಲವೂ ಸರಿ, ಆದರೆ ಅತಿರೇಕವಾದುದೆಲ್ಲವೂ ತಪ್ಪು.

ಇಷ್ಟೊಂದು ವರ್ಷಗಳ ಧ್ಯಾನದ ನಂತರ ನಾವು ಏನನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ್ದೇವೆ? ಎಂದು ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಸಾಧಿಸಿರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಸಂತೋಷವಿರಲಿ. ಹಾಗೆಯೇ ನಾವು ಎಲ್ಲಿ ಸೋತಿದ್ದೇವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನೂ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ನಮ್ಮ ತಪ್ಪುಗಳು ನಮಗೆ ತಿಳಿದರೆ, ನಾವು ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಪುನರ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿ ಹಾಗೆಯೇ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದಾಗುವುದು ಹೆಣಗಾಟ, ವೈಫಲ್ಯ, ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ನಂತರ.

ಸಾಧನೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವಾಗ, ಹತ್ತಾರು ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ತಪ್ಪಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಒಂದೇ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ, ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಾರ್ಗವೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ವಿಶೇಷ ವಿಧಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ, ಅದರಿಂದಾಗಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಗೊಂದಲ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಬೇರೆ ಮಾರ್ಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಆದರೆ ಒಂದೇ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ■

ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿರುವವರಿಗೆ ಅಂಚೆ ಮತ್ತು ಇ-ಮೇಲ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಧ್ಯಾನ ಕಲಿಸಲಾಗುವುದು. ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2000/–), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 1000/–) ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲಾಗುವುದು.

ವಾರ್ಷಿಕ ಫೀನಲ್ಲಿ ಪಠ್ಯ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಮತ್ತು ವಾರ್ತಾಪತ್ರಿಕೆಯ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾ ಸೇರಿರುತ್ತದೆ.

- ಎಲ್ಲಾ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಅಥವಾ ಇ–ಮೇಲ್ ಮೂಲಕ (ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದಂತೆ) ಆಯಾ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಿ ಕೊಡಲಾಗುವುದು.
- ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಋಷಿಗಳು ದೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ.
- ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆ – ಸಂದೇಹಗಳಿಗೆ ಜಯಂತ್ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರು ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಾರೆ.
- ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು.
- ಅಭ್ಯಾಸದ ವರದಿಗಳನ್ನು ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ತಲುಪಿಸಬೇಕು. ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ವರದಿ ಬಾರದಿದ್ದರೆ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಚೆಕ್/ಡಿಡಿಗಳನ್ನು "ಮಾನಸ ಲೈಟ್ ಏಜ್ ಫೌಂಡೇಶನ್(ರಿ)" ಹೆಸರಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಂಗಳೂರೇತರ ಚೆಕ್‌ಗಳಿಗೆ 50ರೂ. ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಸೇರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಗಳು

- ತಾಳ್ಮೆ ಇರಲಿ. ಮೊದಲನೆಯ ದಿನವೇ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ಪವಾಡಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ನಾವು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ ಪವಾಡಗಳು ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುತ್ತವೆ.
- ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೆಣಸಾಟಗಳನ್ನೆದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಾಧನೆ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲ ಕರಗಿಹೋಗುತ್ತವೆ.
- ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಅನುಭವಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಅವುಗಳ ಕಡೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡಬಾರದು. ಅನುಭವಗಳು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆದರೆ ಅವು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಅಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ.
- ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಧ್ಯಾನದ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬಾರದು. ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.
- ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಯೋಚನೆಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಅದರಿಂದ ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ಓಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬಾರದು. ಅವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ ಇರುವುದು ಉತ್ತಮ. ಬೇರೆ ದಾರಿಯೇ ಇಲ್ಲ.

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ.ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ, ಮಾಹಿತಿ ಅಥವಾ ಸರಳ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಜನರು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರು, ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಗುರೂಜಿಯವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿರಲಿಲ್ಲ. ಗುರುವಿನೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿರಬೇಕಾದರೆ, ಗುರುವಿನ ಬಗ್ಗೆ ಅಪಾರವಾದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಅವರಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಂಬಿಕೆಯಿರಬೇಕು. ನಾವು ಗುರೂಜಿಯವರಂತೆ ಶರಣಾಗತಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಗುರುವಿನೊಂದಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೆಲಸವನ್ನು ನಾವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಗಷ್ಟೇ ನಾವು ಸೀಮಿತಗೊಳ್ಳೋಣ. ಆದರೆ ಅದು ಹೇಗೋ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದರು. ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಅದರ ಸಮಗ್ರತೆಯೊಂದಿಗೆ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿರಲಿಲ್ಲ. ಆ ವೇದಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ನಾವು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಬಗ್ಗೆಯಷ್ಟೇ ಮಾತನಾಡುತ್ತೇವೆ. ಈಗ ತಂಡ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸೂಚನೆಗಳು ಅರ್ಥವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಆದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರು ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಅವನ್ನು ಅವರು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ!

ಕೆಲವು ಸತ್ಯಗಳನ್ನು, ಕೆಲವು ನಿಯಮಗಳನ್ನು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಾಸ್ತವಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಜ್ಞಾನಗಳನ್ನು ಅರಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಸತ್ಯವನ್ನೇ ನುಡಿಯಬೇಕು ಎನ್ನುವುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಆದರೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಗೊಂದಲ ಅಥವಾ ನೋವುಂಟಾಗುವಂಥಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳಬಾರದು.

ನಾವು ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅವರಾಗಿಯೇ ತಮ್ಮ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯಬೇಕು. ಗುರೂಜಿಯವರು ಎಂದಿಗೂ ನಮ್ಮ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಬೊಟ್ಟುಮಾಡಿ ತೋರಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ ಆದರೆ ನಮಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಉನ್ನತ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಿಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾವು ಉನ್ನತವಾದವುಗಳನ್ನು ಬೆಂಬತ್ತಿ ಹೋಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ನಮ್ಮ ನ್ಯೂನತೆಗಳು ತಾವಾಗಿಯೇ ಮಾಯವಾಗಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತವೆ.

'ಗುರೂಜಿಯವರು 2012ರ ನಂತರ ಹೊಸ ಯುಗ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅದು ಏನಾಯಿತು? ಏತಕ್ಕಾಗಿ ನಮಗೆ ಇನ್ನೂ ಇಷ್ಟೊಂದು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿವೆ?' ಎಂಬುದು ನಮ್ಮ ಬ್ಲಾಗ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಕೇಳಿದ ಪ್ರಶ್ನೆ. 2012ರ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಏನಾಯಿತು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಇನ್ನೂ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದೆ. ಮನುಕುಲವು ಹೊಸ ಯುಗಕ್ಕೆ ಕಾಲಿಡಲು 2012 ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಅವಕಾಶವಾಗಿತ್ತು ಎಂದು ನನಗೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು, ಹೊಸ ಯುಗವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಹಳೆಯ ಜೀವನ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಿಡಲು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಅವಕಾಶವಿತ್ತು. ಮನುಕುಲವು ಈ ಸದವಕಾಶವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ನನಗೆ ತುಂಬ ದುಃಖವಾಗಿದೆ. ನಾವು ಪುನಃ ಸಿದ್ಧರಾಗುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಋಷಿಗಳು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಕಾಯುತ್ತಾರೆ; ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು, ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಹೊಸ ಜ್ಞಾನ ಒದಗಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತಾರೆ. ಬೇರೆ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡಲು ಅವರು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ, ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ನಾವು ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಂಡು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಹೊಸ ಯುಗವನ್ನು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಸ್ಥಾಪಿಸಬಹುದು.

2012ವರ್ಷದಂತಹ ಮತ್ತೊಂದು ದೊಡ್ಡ ಅವಕಾಶವನ್ನು ನಾವು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ನಿಖರವಾಗಿ ಯಾವಾಗ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಗಳಾಗಿರುವ ನಾವುಗಳು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಕೆಲಸವೆಂದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದು ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದು. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್‌ಮಾಡಿದಾಗ ನಮಗೆ ನಾವು ಸಹಾಯಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿರುವ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಇಲ್ಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅವರ ಗಾಢ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಅವರ ಪ್ರೀತಿಯ ಕಾಂತೀಯ ಸೆಳೆತದಿಂದಾಗಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಟ್ಟುಗೂಡಿದ್ದೇವೆ. ಪ್ರೀತಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಒಂದುಗೂಡಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರೀತಿಗೆ ಅಂಥ ಅತ್ಯಾಶ್ಚರ್ಯಕರ ಶಕ್ತಿಯಿದೆ. ಈ ಪ್ರೀತಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಾಮರಸ್ಯ ಏರ್ಪಡಿಸುತ್ತದೆ, ವಿಸ್ತರಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ, ದೇವರೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತದೆ, ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರೀತಿಯೇ ಇಲ್ಲಿನ ನಮ್ಮ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣ.

ಹಿಂದಿನ ಒಂದು ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರು 'ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನ ಚಿರಂತನ ಸಂಗಾತಿ' ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಾಸ್ಟರ್ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಇಂಥಹ ಮಹಾನ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಕೆಳಗೆ ಕಲಿಯುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಹೆಮ್ಮೆ ಪಡಬೇಕು.

ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಗುರೂಜಿಯವರು ಬದುಕಿದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಬದುಕಬಹುದು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಚಿಕ್ಕ ಅಂಶವನ್ನೂ ಅವರು 'ಪೂಜೆ' ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು. ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯೇ ಅವರ ಏಕೈಕ ಆಸ್ಥೆಯಾಗಿತ್ತು. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆದಾಗ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನಾವು ಸ್ವತಂತ್ರರಾಗುತ್ತೇವೆ. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

(ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ)

ಪ್ರ: ಜೀವ–ಶಕ್ತಿ ಎಂದರೇನು?

ಉ: ಇದು ಮಹಾವಿಷ್ಣುವಿನಿಂದ ಬರುವಂಥ ಒಂದು ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯವು ಭೌತಿಕ ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಇದೆ. ಜೀವ–ಶಕ್ತಿಯು ಜೀವಿಗಳ ಅಸ್ತಿತ್ವವಿಲ್ಲದಿರುವ ಭಾಗಗಳಲ್ಲೂ ಇದೆ; ಬಹುಶಃ ಸ್ವಲ್ಪಕಾಲದ ನಂತರ ಅದು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೇ ತಾನೇ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳಬಹುದು. ಈ ಭೌತಿಕ ಪ್ರಪಂಚದ ಸೃಷ್ಟಿಯ ನಂತರ, ಬೇರೆ ಬೇರೆ ದೈವೀ ಲೋಕಗಳ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ತಂದು ಇಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಇಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಜೀವ–ಶಕ್ತಿಯು ಅಂತಹುದೇ ಒಂದು ಮಹಾನ್ ಚೈತನ್ಯ. ಆದರೆ, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಅದನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ; ಅದು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ನಾವು ಅದನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅದನ್ನು ಅದುಮಿಡುತ್ತೇವೆ ಕೂಡಾ. ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ಹಾಡುವ, ಕುಣಿಯುವ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಬದುಕುವ ಮನೋಭಾವದಿಂದಿರಬೇಕು. ಆಗ ನಾವು ಭಗವಂತನನ್ನು ಅವನ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ; ಇದನ್ನೇ ನಾವು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗಿರುವುದು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಇಡೀ ವಿಶ್ವವು ನಮಗೆ ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವಿಕಾಸಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಆತ್ಮವೂ ಸಂಪೂರ್ಣತೆಯಿಂದ ಕಂಗೊಳಿಸುತ್ತದೆಯೇ?

ಉ: ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯು ಈಗಾಗಲೇ ವಿಕಸಿತಗೊಂಡಿವೆ. ಆತ್ಮವು ತಾನೇ ನೇರವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳಬಹುದು, ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದರೂ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸದೇ ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹೊಳೆಯಬಲ್ಲದು.

ಪ್ರ: ಒಬ್ಬ ಧ್ಯಾನಿಗೆ ಮೂರನೇ ಕಣ್ಣು, ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಶಕ್ತಿಗಳಂತಹ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಅವಶ್ಯವೇ?

ಉ: ಇವು ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಇವು ಕೇವಲ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಷ್ಟೇ. ನೀವು ಅಭ್ಯಾಸಗಳಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ನಿಜವಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಅವು ನಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ಬೇರೆಡೆಗೆ ಸೆಳೆದು ದಿಕ್ಕುಗೆಡಿಸುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಅಂತಹ ಶಕ್ತಿಗಳ ಹಿಂದೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಒಂದು ಸ್ಥಳದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿದರೆ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಅನೇಕ ವೇಳೆ ಜನರು ವಿಶ್ವಚೇತನ ಮಂದಿರ ಅಥವಾ ಕುಂಡಲಿನೀ ಗೋಪುರವನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮಶರೀರದಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತೇವೆಯೇ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. ನಾವು ಒಂದು ಸ್ಥಳದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಬಹುದೇ ಹೊರತು ಸೂಕ್ಷ್ಮಶರೀರದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾದರೆ ನಾವು ಸ್ಥಳವನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿ, ನಮ್ಮನ್ನು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಲು ಸಾಧ್ಯ.

ಪ್ರ: ತೀವ್ರಾಸಕ್ತಿಯ (passion) ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥವೇನು?

ಉ: ಅದು, ನಮ್ಮ ಸಂಪೂರ್ಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾದ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಿ, ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗುರಿಯನ್ನು ಬೆನ್ನಟ್ಟುವುದು. ಕಲಾವಿದರು, ಸಂಗೀತಗಾರರು, ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಈ ತೀವ್ರಾಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಇದನ್ನು ನಾವು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಹುಚ್ಚುತನದ ಮಟ್ಟದವರೆಗೆ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಒಂದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ನಾವು ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತೇವೆ. ಯಾರಾದರೂ ಉನ್ನತವಾದುದನ್ನೇನಾದರೂ ಸಾಧಿಸಬೇಕಾದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತೀವ್ರಾಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು.

ಪ್ರ: ತೀವ್ರಾಸಕ್ತಿಯು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯಿಂದ ಹೇಗೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ?

ಉ: ಅವುಗಳನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಬಹುದೆಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಪ್ರಾಮಾಣಿಕರಾಗಿರದಿದ್ದರೆ ನೀವು ತೀವ್ರಾಸಕ್ತರಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇವೆರಡೂ ಒಂದೇ ನಾಣ್ಯದ ಎರಡು ಮುಖಗಳು.

ಪ್ರ: ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯೆಡೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರನ್ನು ಹೇಗೆ ತರಬಹುದು?

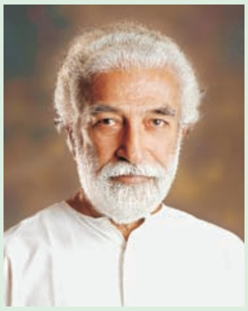
ಉ: ಅದಕ್ಕೆ ಅನೇಕ ದಾರಿಗಳಿವೆ. ನಮ್ಮ ದಾರಿ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದುದು. ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಿಸುವುದು. ಆಗ ಜನರು ತಾವಾಗಿಯೇ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯೆಡೆಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಜನರು ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸದಿದ್ದರೂ ಚಿಂತೆಯಿಲ್ಲ. ನಾವು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ 1,44,000 ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ಅದರ ಅನುಕೂಲ ಅವರಿಗೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ, ನಿರಂತರವಾಗಿ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಹರಡಬೇಕು. ಈ ಕಂಪನಗಳು ಜನರನ್ನು ತಲುಪಿ, ಅವರು ತಾವಾಗೇ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯೆಡೆಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಿದರೆ, ಅದೇ ನೀವು ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಅತ್ಯಂತ ದೊಡ್ಡ ಸೇವೆ.

ಪ್ರ: ಪ್ರತೀ ಕಲಿಯುಗದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಮನುಕುಲದ ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚದ ಸ್ಥಿತಿಗತಿ ಈಗಿರುವಂತೆಯೇ ಇರುತ್ತದೆಯೇ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. ಅದು ಆ ಸಮಯದ ಜನರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯಿಂದ ನಾವು ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ಆರಿಸಬಹುದು. ಈಗಿರುವಂತೆಯೇ ನಾವಿರಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಈ ಕಾಲಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಜನರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟವು ಅತ್ಯಂತ ಕೆಳಮಟ್ಟದ್ದಾಗಿದೆ. ■

ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
Higher Communication & Other Realities	100/-
Light Body & Other Realities	75/-
Master-Pupil Talks	60/-
iGuruji Vol 1,3,4 & 7	each 150/-
iGuruji - Vol 2	120/-
iGuruji - Vol 5	100/-
iGuruji - Vol 6	75/-
Living in the Light of My Guru	220/-
How to Meditate	50/-
Dhyana Yoga	50/-
Descent of Soul	50/-
Practising Shambala Principles	50/-
Astral Ventures of A Modern Rishi	50/-
Channelled Knowledge from the Rishis	250/-
Channelled Knowledge from the Rishis-Vol 2	150/-
Channelled Knowledge from the Rishis-Vol 3 &4	each 200/-
Guruji Speaks Part - I & II	each 200/-
Guruji Speaks (Vol - 3)	150/-
Guruji Speaks (Vol 4, 5, 6 & 7)	each 200/-
The Book of Reflections - Vol 1 & 2	each 200/-
Meditators on Meditations	75/-
Meditators on Experiences	75/-
Meditational Experiences	150/-
Awareness	60/-
Living in Light	10/-
Light	10/-
Quotes from the Rishis	100/-
Pyramid Revelations	75/-
ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ – ಭಾಗ 2	150/-
ಗುರು–ಶಿಷ್ಯರ ಸಂಭಾಷಣೆ	60/-
ಐ–ಗುರೂಜಿ ಭಾಗ 1	150/-
ಐ–ಗುರೂಜಿ ಭಾಗ 2	120/-
ಹೊಸ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳು	120/-
ಉನ್ನತ ಸಂಪರ್ಕಗಳು	100/-
ಅನಿಸಿಕೆಗಳು	120/-
ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ	50/-
ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ	50/-
ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣ	50/-
ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ	50/-
ಆಧುನಿಕ ಋಷಿಯೊಬ್ಬರ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಸಾಹಸಗಳು	50/-
ಗುರೂಜಿ ನಾ ಕಂಡಂತೆ	30/-
ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು	10/-
ಬೆಳಕು	10/-
ದೈವಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ	250/-
ಕಾವ್ಯಕಂಠ ವಸಿಷ್ಠ ಗಣಪತಿ ಮುನಿಗಳು	100/-
ಆನೇಕಲ್ಲಿನ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	120/-
ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು	100/-
ऋषींकडून मिळालेले ज्ञान (Marathi)	200/-
प्रकाशवाट (Marathi)	150/-
आयगुरूजी (Marathi)	100/-
ध्यान कसे करावे (Marathi)	50/-
ध्यानयोग (Marathi)	50/-
आत्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)	50/-
शंबला तत्वांचा अभ्यास (Marathi)	50/-
एका आधुनिक ऋषीचे सूक्ष्मजगातील पराक्रम (Marathi)	50/-
प्रकाशमय जीवन (Marathi)	10/-
प्रकाश (Marathi)	10/-
उच्चस्तरीय संवाद आणि इतर सत्ये (Marathi)	100/-
गुरु–शिष्य संवाद (Marathi)	60/-
ध्यान कैसे करे (Hindi)	50/-
ध्यान-योग (Hindi)	50/-
प्रकाश (Hindi)	10/-
प्रकाशमय जीवन (Hindi)	10/-
प्रकाश की ओर (Hindi)	150/-
தியானம் செய்வது எப்படி	50/-
ஒளியின் வாயில்கள்	200/-
தியான யோகம்	50/-
ஆத்மாவின் அவரோகணம்	50/-
நவீன ரிஷி ஒருவரின் சூஷ்ம சாகசங்கள்	50/-
சம்பலா நியமங்களின் அப்பியாசங்கள்	50/-
ధ్యానం చేయ్యడం ఎలా	50/-
కాంతికి ద్వారములు	150/-



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

ಮಾನಸ ಫ಼ೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)

1988ರಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರಿಂದ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾದ ಈ ಸಂಸ್ಥೆ ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಮೀಸಲಾಗಿದ್ದು, ತಪೋನಗರ ಮತ್ತು ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತದೆ.

ಮಾನಸ

ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ದೂರದ ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ ಹಳ್ಳಿಯ ಬಳಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸಿಗಳ ಬಡಾವಣೆ. 1935ರಲ್ಲಿ ಅಮರರಿಗೆ ಇಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾಗುವ ಬೆಳಕಿನ ನಗರದ ದರ್ಶನವಾಗಿತ್ತು. ವಿಶ್ವಚೇತನ ಮಂದಿರ, ಕುಂಡಲಿನಿ ಗೋಪುರ ಮತ್ತು ತಪೋವನ ಇಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡಲು ರೂಪುಗೊಂಡಿರುವ ವಿನೂತನ ಸ್ಥಳಗಳು. ತಪೋನಗರದ ಸುತ್ತಲೂ 'ಮಾನಸಿ' ಎಂಬ ವಿಭಿನ್ನ ಚೈತನ್ಯವಲಯವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿ, ಅದರಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡಲಾಗಿದೆ.

ಅಂತರ್ ಮಾನಸ

ಮಾನಸದ ಹುಟ್ಟು ಸ್ಥಳ. ಇದು ತಪೋನಗರದಿಂದ ಒಂದು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ದೂರದಲ್ಲಿರುವ ನಾಡಗೌಡ ಗೊಲ್ಲಹಳ್ಳಿಯ ಹತ್ತಿರ ಇದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರು 1987 ರಿಂದ 1992 ರವರೆಗೆ ವಾಸಮಾಡಿದ ಒಂದು ಗುಡಿಸಲು ಮತ್ತು ಇತರೆ ಕಟ್ಟಡಗಳಿವೆ.

ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರ

ಇದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸತ್ಯಗಳ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ ಅಂತರ್ ಮಾನಸದಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ದಲ್ಲಿರುವ ಒಂದು ವಿಶೇಷವಾದ ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರ.

ಜ್ಯೋತಿ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್

ಇದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಹಳ್ಳಿಯ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮೀಸಲಾದದ್ದು. ಅವರಿಗೆ ಶಾಲೆಯ ಪಾಠಗಳಲ್ಲಿ ನೆರವಾಗುವುದಲ್ಲದೆ ಶ್ಲೋಕಗಳು, ಶುಚಿತ್ವ, ಹಾಡುಗಳು, ಸಾಮಾನ್ಯಜ್ಞಾನ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಕಲಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಕಥೆಗಾರಿಕೆ, ಸಂಗೀತ ಮತ್ತು ಚಿತ್ರಕಲೆಗಳ ಮೂಲಕ ಅವರಲ್ಲಿನ ಸೃಜನಶೀಲತೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸ ಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾರ್ವಜನಿಕರು

ಎಲ್ಲ ದಿನಗಳಲ್ಲೂ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ 5ರ ನಡುವೆ ಧ್ಯಾನಮಾಡಲು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬರಬಹುದು.

ವಿನಂತಿ

ದಯವಿಟ್ಟು ನಮ್ಮ ಸೇವಾಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ನೆರವಾಗಿ. ('Manasa Foundation' ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಚೆಕ್/ಡಿಡಿ ಪಡೆಯಬಹುದು. 80–G ನಿಯಮದಡಿ ಆದಾಯ ತೆರಿಗೆಯ ರಿಯಾಯಿತಿ ಇದೆ.)

RNI. No. KARKAN/2003/13739 Registered Postal Regn. No. CPMG/KA/CNA/48/2012-14
Date of posting Newsletter-25th of Every Month. Posted at Bangalore GPO No. of Pages-8

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ.ರಾವ್; ಅನು: ಸ್ವರ್ಣಲತಾ

ನನ್ನ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಶೇ. 80–90ರಷ್ಟು ಮೌನಗೊಳಿಸಬಲ್ಲೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ಆನಂದದಾಯಕ ರೋಮಾಂಚನವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನೊಳಗೆ ಸಂಧ್ಯಾಕಾಲದ ರೀತಿಯ ಮಂದ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇನೆ. ಅನೇಕ ಛಾಯೆಗಳ ಬೆಳಕನ್ನೂ ನಾನು ನೋಡುತ್ತೇನೆ. ನೀಲಿ ಛಾಯೆಯ ಬಿಳಿ, ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಹಳದಿ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಪರಿಶುದ್ಧ ಬಿಳಿಯ ಬಣ್ಣಗಳು ಯಾರೋ ನನ್ನೊಳಗೆ ಸ್ವಿಚ್ ಹಾಕಿದಂತೆ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಕಂಪನಗಳು ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯದ ಹರಿವನ್ನು ಆಜ್ಞಾ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ, ತಲೆಯ ಹಿಂಬದಿಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಬೆನ್ನುಹುರಿಯಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ.

– ಎಂ.ವಿ.ಎಸ್. ಪ್ರಸಾದ್

ಕೆಲವು ವಾರಗಳ ಹಿಂದೆ, ಯಾರೋ ಒಬ್ಬರು ಒಳಬಂದು, ಮೆಲ್ಲನೆ ಬಾಗಿಲನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ನನ್ನನ್ನು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿದರು, ಅವರು ಗುರೂಜಿಯಾಗಿದ್ದರು! ಕೆಲವೇ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕು ನನ್ನನ್ನು ಆವರಿಸಿತು ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಮುಗಿಯುವವರೆಗೂ ಆ ಬೆಳಕೇ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ತುಂಬಿತ್ತು. ಆ ನಂತರ ನಾನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬೇರೆಯೇ ಆದೆ. ಸುಳ್ಳಿನ ಜೀವನ ನನಗೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಇತರರು ಅಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯ ಜೀವನವನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಅವರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಬಲ್ಲೆ. ಬೆಳಕು ಬದುಕನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಗಹನತೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಆಯಾಮವನ್ನು ಸೇರಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಶಾಶ್ವತ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತಂದುಕೊಟ್ಟ ಆ ಅನುಭವಕ್ಕಾಗಿ ಋಷಿಗಳಿಗೂ ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೂ ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಋಣಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ.

ಒಂದು ದಿನ ನಾನು ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಸಮುದ್ರದ ಮಂದಮಾರುತ ಬೀಸುತ್ತಿತ್ತು, ಆಗ ನನ್ನ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಬೀಸುವ ಮಂದಮಾರುತವೇ ನಾನಾದೆ! ದೇಹ ಎಷ್ಟೊಂದು ಹಗುರ ಮತ್ತು ಚುರುಕಾಯಿತೆಂದರೆ, ನಾನು ಕಟಕಟೆಯನ್ನೇರಿ ನಿಂತು ಆಕಾಶದ ವ್ಯಾಪಕತೆಯನ್ನು, ಹಕ್ಕಿಗಳು ಹಾರುವುದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ನಾನು ಪ್ರಶಾಂತಳಾಗಿ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದೆ. ನಾನೇ ಭೂಮಿ, ಆಕಾಶ, ಗಾಳಿ ಎಲ್ಲವೂ ಆಗಿದ್ದೆ. ದೇಹ, ಮನಸ್ಸಿನ ಮಿತಿಯನ್ನು ದಾಟಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ನಾನೇ ಇದ್ದೆ. ನನಗೆ ತೊಂದರೆ ಕೊಟ್ಟವರನ್ನೂ ತಕ್ಷಣವೇ ಕ್ಷಮಿಸಿ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಪ್ರೀತಿಸಿದೆ. ಇದೆಲ್ಲವೂ ನಾನೇ ಆಗಿದ್ದೆನಾದರೂ..... ನಾನು ಏನೂ ಆಗಿರಲಿಲ್ಲ!

– ನಂದಿತಾ ವಿಜಯನ್

ಕುಂಡಲಿನಿ ಗೋಪುರದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಒಂದು ಸಲ ನನ್ನ ದೇಹ ನೀಲಿ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಮತ್ತೊಂದು ಸಲ ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿತ್ತು. ಬೇರೊಂದು ದಿನ ನನ್ನ ಎದೆಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಗೋಲವನ್ನು ಕಂಡೆ. ಈ ಅನುಭವಗಳಾದ ನಂತರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಮೇಲೇರಿದಂತೆನಿಸಿ ಅತ್ಯಂತ ಶಾಂತಿಯಿಂದಿದ್ದೇನೆ.

– ಶುಭಾಂಗಿ ಶೇಟ್ಯೆ

ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವಿಕಸನಗೊಂಡು ಎಲ್ಲವೂ ನನ್ನೊಳಗೆ ಇರುವಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಸುತ್ತಲೂ ತೇಲಾಡುತ್ತಿರುವ ಯೋಚನೆಗಳನ್ನೂ, ಜಡವಸ್ತುಗಳಿಂದಾಗುವ ಉಗಮವನ್ನೂ ಅವಲೋಕಿಸುತ್ತೇನೆ. ವಿಕಸನಗೊಂಡ ನನ್ನಲ್ಲೇ ಈ ಎಲ್ಲವೂ ಸೇರುತ್ತಿರುವಂತನಿಸುತ್ತದೆ. ದಿನವೆಲ್ಲವೂ ನಾನು ಪ್ರಶಾಂತಳಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ನಾನೀಗ ದೂರ ನಿಂತು ನನ್ನದೇ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ನೋಡಬಲ್ಲೆ.

– ಶುಭದಾ ಲಿಮಯೆ

ನಾನು ನನ್ನ ಎಡಗಣ್ಣಿನ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮತ್ತು ಬಲಗಣ್ಣಿನ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಭಾಗಶಃ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರ ಸಮಾಧಿಯ ಬಳಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ನನ್ನ ಎರಡೂ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಿ ಅವುಗಳ ರಕ್ಷಣೆ ನಿಮ್ಮದು ಎಂದು ಹೇಳಿದೆ. ನಂತರ, ಕೆಲವಾರು ಅಕ್ಷರಗಳನ್ನು ಎಡಗಣ್ಣಿನಿಂದ ಓದಲು ಸಾಧ್ಯವಾದಾಗ ಮತ್ತು ಬಲಗಣ್ಣಿನ ದೃಷ್ಟಿ ಸಹ ಬಹಳಷ್ಟು ಸುಧಾರಿಸಿದಾಗ ನನಗೆ ಅಪಾರವಾದ ಆನಂದವಾಯಿತು. ಇಂದಿಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಇದ್ದು ಅನೇಕ ಚಮತ್ಕಾರಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

– ಯಶೋದ

ನನ್ನ ಗಂಡ ಖಿನ್ನತೆಗೊಳಗಾಗಿದ್ದಾಗ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಹಿಂದೆ ಈ ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ನಾನು ಸೇರಿದೆ. ನನ್ನ ಮಗಳು ತಂದೆಯ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ವಂಚಿತಳಾಗಿದ್ದಳು. ನಾನು ನಿಸ್ಸಹಾಯಕಳಾಗಿದ್ದಾಗ ಬೆಳಕು ನನಗೆ ದಾರಿ ತೋರಿಸಿತು. ಸರಿಯಾದ ಔಷಧೋಪಚಾರದಿಂದ ನನ್ನ ಗಂಡ ಈಗ ಖಿನ್ನತೆಯಿಂದ ಹೊರಬಂದು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಸುಧಾರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದು, ನನ್ನ ಮಗಳಲ್ಲೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆ ತಂದಿದೆ. ನಾನೂ ಕೂಡ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿದ್ದು ನನ್ನ ಮನೆ ಈಗ ಸ್ವರ್ಗದಂತೆ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿದೆ.

– ಒಬ್ಬ ಧ್ಯಾನಿ

ತಪೋವಾಣಿ, ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ : ರೂ.300/–
ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ, ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 560 077. ಮಾನಸ ಫ಼ೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ.) ಪರವಾಗಿ.
ಮಾಲೀಕರು : ಮಾನಸ ಫ಼ೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ.), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 560 077
ಪ್ರಕಾಶನ ಸ್ಥಳ ಮಾನಸ ಫ಼ೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ.), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 560 077
ಮುದ್ರಣ ಸ್ಥಳ : ಆರ್ಟ್ ಪ್ರಿಂಟ್, 719/ಎ, ವೆಸ್ಟ್ ಆಫ಼್ ಕಾರ್ಡ್ ರೋಡ್, ಡಾ॥ ಮೋದಿ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 086. ಫೋನ್ : 2335 9992
ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ