



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.

ಜ್ಯೋತಿರ್ಜೀವಿಗಳು

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

ಸಪ್ತಋಷಿಗಳು

ಎಲ್ಲ ಜೀವಜಾಲಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆ ಗಳೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುವ ದಾರಿ ತೋರಿಸಿ, ಕೊನೆಗೆ ತಮ್ಮ ಮೂಲವಾದ ಬೆಳಕಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಲು ಆಯ್ಕೆ ಗೊಂಡಿರುವ 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.

ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂಪುಟ 14 ಸಂಚಿಕೆ 2

ಫೆಬ್ರವರಿ 2017

ರೂ.25

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು - ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2008ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಎಲ್ಲವೂ ನಾವೆಂದುಕೊಂಡಂತೆಯೇ ಆಗಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮಿಚ್ಛೆಯಂತೆಯೇ ಬೇರೆಯವರು ಆಲೋಚಿಸಬೇಕು, ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಮಗೆ ಬೇಕೆಂದಾಗ ಮಳೆಯಾಗಬೇಕು, ಸೂರ್ಯ ಬರಬೇಕು, ನಾವು ಷಾಪಿಂಗ್ ಹೋದಾಗ ಮಳೆಯಾಗಬಾರದು. ಜಗತ್ತು ನಮ್ಮ ಅವಶ್ಯಕತೆಗೆ ಮತ್ತು ಸೌಕರ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಇರಬೇಕು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಯಾವಾಗಲೂ ನಾವು, ನಾವು ಹಾಗೂ ನಾವು! ಆದರೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಹಾಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ವಿಶ್ವವು ಕೇವಲ ನಮಗಾಗಿ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಇನ್ನೂ ಉನ್ನತವಾದ ಉದ್ದೇಶವಿದೆ. ನಾವು ಆ ಉದ್ದೇಶವನ್ನೂ ನೆರವೇರಿಸಬೇಕು!

ನಾವು ಕೇವಲ ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ ವಿಶ್ವದ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆಗ ನಮಗೆ ಬೇರೆ ಅಸ್ತಿತ್ವಗಳ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಾವು ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ವಿಶ್ವದ ಜೀವನದೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುವುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಈ ಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಯೋಗ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ವಿಶ್ವದೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ವಿಶ್ವವು ನಮ್ಮನ್ನು ಸಲಹುತ್ತದೆ. ವಿಶ್ವವು ತನ್ನ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸಮೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಸದಾ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಾದುಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಷ್ಟೆ.

ಯಾವುದಾದರೂ ಸಮಸ್ಯೆಯಿದ್ದಾಗ ಅಥವಾ ಯಾವುದಾದರೂ ಕಷ್ಟಕರ ಸನ್ನಿವೇಶ ಎದುರಾದಾಗ ನಾವು ಜ್ಯೋತಿಷಿಗಳ ಬಳಿ ಅಥವಾ ಸಂತರ ಬಳಿ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ಪವಾಡಗಳು ಜರುಗಲೆಂದು ಆಶಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅದಾವುದೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಕಾದು ಕಂಗೆಡುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಅಡಗಿರುವ ಭಂಡಾರದಲ್ಲಿ ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳೆಂಬ ವರದಾನಗಳಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಇವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ವರ್ತಿಸಬೇಕು. ಈ ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಪಯೋಗಿಸಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸುವ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗ ವಿಶ್ವದಿಂದ ಮೌನವಾಗಿ ನೆರವು ಬರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಯಾವುದೋ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಗೆಹರಿಯುತ್ತವೆ. ಆಗ ಮೌನವಾಗಿ ಪವಾಡಗಳು ಜರುಗುತ್ತವೆ.

ನೆರವು ಮತ್ತು ಪವಾಡಗಳೆಂಬ ದ್ವಾರಗಳ ಕೀಲಿಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಬಳಿ ಇದೆ, ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಮತ್ತು ಹಿಂದೆಗೆಯದೆ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳೇ ಆ ಕೀಲಿಕ್ಕೆ. ಜ್ಯೋತಿಷಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಂತರಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಇದನ್ನು ಪ್ರತಿಬಾರಿಯೂ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮೌನವಾದ ಪವಾಡಗಳು ಧ್ಯಾನಿಗಳಿಗೆ ಸರ್ವೇ ಸಾಮಾನ್ಯ!

ನಾವು ವಿವೇಚನೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮತೆಯಿಂದ ವಿಶ್ವದ ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸಬೇಕು. ಕೊಡುಗೆಗಳು ಅಂದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮೃದ್ಧಿ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಅನುಭವಗಳು, ಹೆಚ್ಚಿನ ಸೌಕರ್ಯಗಳು, ಹೆಚ್ಚಿನ ಸುಖಸಂತೋಷಗಳು, ಹೆಚ್ಚು ಮಾನವ ಸಂಬಂಧಗಳು ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು. ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ಮತ್ತು ಒಳ್ಳೆಯ ಕೊಡುಗೆಗಳು ಬಂದರೆ ಸಂತೋಷ. ಅಧ್ಯಾತ್ಮತೆಯೆಂದರೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನಿರಾಕರಿಸಿ ಕಷ್ಟಕ್ಕೊಳಗಾಗುವುದಲ್ಲ. ಆದರೆ ಒಮ್ಮೆ ನಾವು ತೃಪ್ತಿಯ ಗೆರೆಯನ್ನು ಎಳೆದುಕೊಂಡ ಮೇಲೆ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸಬೇಕು. ಅತಿಯಾದುದನ್ನು ವಿವೇಚನೆಯಿಂದ, ನಮ್ಮತೆಯಿಂದ ನಿರಾಕರಿಸುವುದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯ. ಇದು ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ.

ಮುಂದಿನ ಹೆಜ್ಜೆಯೆಂದರೆ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಕೊಡುಗೆಗಳಿಗಾಗಿ ಅರಸುವುದು. ವಿಶ್ವವು ಅರಂಭದಲ್ಲಿ ಕೆಳಮಟ್ಟದ ಕೊಡುಗೆಗಳಿಂದ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆಸೆ ಹುಟ್ಟಿಸಿದರೂ, ನಮ್ಮನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದರೂ, ಕೀಟಲೆ ಮಾಡಿದರೂ, ನಾವು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ಅರಸಬೇಕೆಂದು ಅದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಮಗೆ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ, ಋಷಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ಪರಿಚಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಕೊಡುಗೆಗಳು ಅದ್ಭುತ ಹಾಗೂ ದಿವ್ಯ. ಆದರೆ ಈ ಮಟ್ಟದಲ್ಲೂ ನಾವು ಕೆಲವೊಂದನ್ನು ವಿವೇಚನೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ನಮ್ಮತೆಯಿಂದ ನಿರಾಕರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವೇ ಬೆಳಕಾಗುವವರೆಗೂ ಈ ನಿರಾಕರಣೆ ನಡೆದೇ ಇರುತ್ತದೆ.

ಹೊಸದಾಗಿ ಬಿಡುಗಡೆಯಾದ ನಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಓದಲು ನಾನು ಕಾತುರನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಾಗಿ ನಾನು ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ■



★★★★★★

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)

ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕುಬಳ್ಳಿ, (ಹೊನ್ನೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560077. ಭಾರತ.

☎ (080) 2846 5280, 99000 75280 (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5)

ಇ-ಮೇಲ್: info@lightgatemasters.com ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: www.lightgatemasters.com

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳು

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 11 ಘಂ.)

ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಲೇಔಟ್

ಸೋಮವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಲೇಔಟ್

ಮಂಗಳವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

ಶ್ರೀ ಅರಬಿಂದೋ 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

ದೇವಗಿರಿ ವೆಂಕಟೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಬನಶಂಕರಿ 2ನೇ ಹಂತ

ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ

ಸೋಮವಾರ (ಸಾಯಂಕಾಲ 6 ರಿಂದ 7 ಘಂ.)

ಮಂಗಳವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ರಿಂದ 7 ಘಂ.)

ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ, ರಾಜರಾಜೇಶ್ವರಿ
ಬಡಾವಣೆ

ಮಂಗಳವಾರ (ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 11.30 ರಿಂದ 12.30)

ಶ್ರೀ ಮಂಜುನಾಥ ಶಾಸ್ತ್ರಿಯವರ ಮನೆ,
ಗಾಂಧಿ ವೃತ್ತ

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.



ಜ್ಯೋತಿ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್‌ನ ವಾರ್ಷಿಕ ದಿನವನ್ನು ಮತ್ತು
ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಆಚರಣೆಯನ್ನು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- 01-02-2017 ನೇ ಬುಧವಾರವನ್ನು 'ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ ದಿನ'ವನ್ನಾಗಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು. ಆ ದಿನ ಸಾವಿರಾರು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮಿಲಿಯನ್‌ಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅಂದು ನಿಮ್ಮ ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳದಿಂದಲೇ ನಿಮಗೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುವ ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.
- 5-2-2017 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಈ ವಿಶೇಷ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಆದರದ ಸ್ವಾಗತ. ಭಾಗವಹಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು, 03-02-2017 ರೊಳಗೆ ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ನೋಂದಾಯಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.
- 08-01-2017 ರಂದು ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸದಸ್ಯರ ಮತ್ತು 15-01-2017 ರಂದು 'ರಾ' ಗ್ರೂಪ್ ಸದಸ್ಯರ 2017 ನೇ ಇಸವಿಯ ಮೊದಲ ಮೀಟಿಂಗ್ ನಡೆಯಿತು.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

01 ಬುಧ	ಅಮರ ಜಯಂತಿ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ ದಿನ
03 ಶುಕ್ರ	ರಥ ಸಪ್ತಮಿ
04 ಶನಿ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
05 ಭಾನು	ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ
06 ಸೋಮ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
10 ಶುಕ್ರ	ಪೂರ್ಣಿಮಾ
11 ಶನಿ	ಚಂದ್ರಗ್ರಹಣ (ಬೆಳಗಿನ ಜಾವ 4.04 - 8.23 ರವರೆಗೆ)
19 ಭಾನು	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
24 ಶುಕ್ರ	ಮಹಾ ಶಿವರಾತ್ರಿ
26 ಭಾನು	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ಸೂರ್ಯಗ್ರಹಣ (ಸಾಯಂ. 5.40 - ರಾತ್ರಿ 11.05)

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಅಮರ ಜಯಂತಿ

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಭಾನುವಾರ, 05-02-2017

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ಕ್ಕೆ

ಸ್ವಾಗತ

ಭಾಷಣಗಳು

ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ

ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.30ಕ್ಕೆ

ಪ್ರಸಾದ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು: ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1

05-2-2017 ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

24-2-2017 ಮಹಾಶಿವರಾತ್ರಿ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ:

ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1

ಮಹಾ ಶಿವರಾತ್ರಿ ತಂತ್ರ

ಮಹಾ ಶಿವರಾತ್ರಿಯಂದು ರಾತ್ರಿ, ಶಿವನ ಅಂಶವನ್ನು ಋಷಿಗಳು ಕೆಳತರುತ್ತಾರೆ, ಮಾರನೆಯ ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಕಿರಣದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅದು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮನೆಯನ್ನೂ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ. ಅವನ ಚೈತನ್ಯವು 10 ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಇಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಶಿವನನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ಅವನ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಮಹಾಶಿವರಾತ್ರಿಯಿಂದ ಮುಂದಿನ 10 ದಿನಗಳವರೆಗೆ ದಿನನಿತ್ಯದ ಧ್ಯಾನದ ಬದಲಿಗೆ ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ನೀಲಿಬಣ್ಣದ ಶಿವಲಿಂಗವನ್ನು ನಿಮ್ಮದುರು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಒಂದು ಬೆಳಕಿನ ಕಣವಾಗಿ ಈ ಶಿವಲಿಂಗವನ್ನು ಪ್ರವೇಶ ಮಾಡಿದ ಹಾಗೆ ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ನೀಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ.

ಫೆಬ್ರವರಿ 11ರಂದು ಬೆಳಗಿನ ಜಾವ 4.04 - ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 8.23 ಘಂಟೆಯವರೆಗೆ ಚಂದ್ರ ಗ್ರಹಣ ಮತ್ತು ಫೆಬ್ರವರಿ 26ರಂದು ಸಾಯಂ. 5.40 - ರಾತ್ರಿ 11.05 ಘಂಟೆಯವರೆಗೆ ಸೂರ್ಯ ಗ್ರಹಣವಿರುತ್ತದೆ. ಗ್ರಹಣದ ಸಮಯ ಪೂರ್ತಿ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ಆನೇಕಲ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಅಮರ ಜಯಂತಿಯನ್ನು ಆನೇಕಲ್ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ 01-02-2017ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11.30 ಘಂಟೆಗೆ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ಒಂದನ್ನು ಈ ಮೊದಲು ಹೋಗಿರದ ಒಂದು ಹೊಸ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡಿದ್ದೆ ಹಾಗೂ ನನಗೆ ಆ ಶಾಲೆಯ ಕಟ್ಟಡ ಮತ್ತು ವಿನ್ಯಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ಏನೂ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ. ಹವಾಮಾನ ಮುನ್ಸೂಚನೆಯಂತೆ ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದ್ದುದರಿಂದ ಯಾವ ಅಡೆತಡೆಯಿಲ್ಲದೆ ಆ ಸೆಷನ್ ನಡೆಯಲೆಂದು, ಒಂದು ದಿನ ಮುಂಚೆ, ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ಮುನ್ನ ನಾನು ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಬೇಡಿಕೊಂಡೆ. ಅಂದು ನನ್ನ ಕನಸಿನಲ್ಲಿ, ನಾನು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ತಿಳಿ ಬೂದು ಬಣ್ಣದ ನಾಲ್ಕು ಮಹಡಿಯ ಕಟ್ಟಡದ ಕೊನೆಯ ಮಹಡಿಯನ್ನು ತಲುಪಿ, ಒಳ ಹೋಗಲು ಬಾಗಿಲ ಬಳಿ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ನಂತರ ಒಬ್ಬ ಮಹಿಳೆ ಬಂದು ನನ್ನನ್ನು ಆ ಕೊಠಡಿಯ ಒಳಗೆ ಕರೆದೊಯ್ದರು. ಅದೊಂದು ಸಭಾಂಗಣದಂತಿತ್ತು ಹಾಗೂ ಆಕೆ ಅಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿದ್ದವರಿಗೆ ನನ್ನ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಕೊಡಲಾರಂಭಿಸಿದರು. ನಂತರ ನನಗೆ ಎಚ್ಚರವಾಯಿತು. ಮರುದಿನ, ನಾನು ಶಾಲೆಗೆ ಹೋದಾಗ ಅದು ನಾನು ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ಕಂಡಿದ್ದ ಕಟ್ಟಡವೇ ಆಗಿದ್ದು, ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ಮಾಡುವ ಸ್ಥಳವೂ ಅದೇ ಆಗಿದ್ದುದನ್ನು ನೋಡಿ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. ನನ್ನ ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ಕಂಡಿದ್ದ ಮಹಿಳೆ ಅಲ್ಲಿಯ ಉಪ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರಾಗಿದ್ದು, ಆಕೆಗೆ ಈ ಮೊದಲೇ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿದ್ದು ಅದನ್ನು ಆಕೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಕೂಡಾ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾನು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿ, ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಿದೆ.

— ಸ್ವಾಮಿನಾಥನ್ ಸಿ., ಕಾರ್ಯಕರ್ತ

ನಮ್ಮ ಒಂದು ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ, ಸತತವಾಗಿ ವಿವಿಧ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಎಡೆಬಿಡದೆ ಸೆಷನ್‌ಗಳಿದ್ದವು. ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸ್ಥಳ ಮತ್ತು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ನನ್ನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಊಟವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಿತ್ತು. ಊಟ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಶುಚಿಯಾಗಿದ್ದ ಒಂದು ಟೇಬಲ್ ಬಳಿ ಬಂದಾಗ, ಅದರ ಮೇಲೆ ನೋಣಗಳು ಹಾರುತ್ತಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂತು. ಆಶ್ಚರ್ಯವೆಂದರೆ, ಯಾವುದೇ ದುಗುಡವಿಲ್ಲದೆ ಅಥವಾ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಕಹಿ ಭಾವನೆಯಿಲ್ಲದೆ, ಒಂದು ತೆರನಾದ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ ಭಾವನೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಶಾಂತತೆಯಿಂದ ಕುಳಿತು ಊಟ ಮಾಡಲಾರಂಭಿಸಿದೆ. ನನ್ನ ಊಟ ಮುಗಿಯುವವರೆಗೆ ಸುಮಾರು 20 ನೋಣಗಳು ಗುಂಯ್‌ಗುಡುತ್ತಾ ಸುತ್ತುವುದರಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಮಗ್ನವಾಗಿದ್ದವು. ಆದರೆ ಅವು ನನ್ನಿಂದ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಆಹಾರದಿಂದ ಒಂದು ಅಡಿಯ ಅಂತರದಲ್ಲಿದ್ದವು! ಈ ಅನುಭವದಿಂದ ವಿನೀತಳಾದೆ, ಪ್ರಕೃತಿಯೊಂದಿಗಿನ ಈ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯನ್ನು ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಹೊಂದಿರಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದೆ. ಈ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ, ನಮಗೆ ಇಂತಹ ಪವಾಡಸದೃಶ ಸಹಾಯವು ವಿಶ್ವದಿಂದ ದೊರಕುತ್ತದೆ, ಅದರೊಂದಿಗೆ ಇಂತಹ ಪಾಠಗಳೂ ಅಡಗಿರುತ್ತವೆ.

— ನಿರ್ಮಲಾ ಬಾಲ, ಕಾರ್ಯಕರ್ತ

ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ, ಬೆಳಕು ಕೆಳಗೆ ಇಳಿದು ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನಾನು ಊಹಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಅದರ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ನಾನು ಬೆಳಕಿನ ಶಾಂತತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಲೀನವಾಗಿಸಿಕೊಂಡೆ.

— ಅಭಿಷೇಕ್ ಎಮ್., 10ನೇ ತರಗತಿ, ಬಸವೇಶ್ವರ ಪ್ರೌಢ ಶಾಲೆ, ಬ್ಯಾಟರಾಯನಪುರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ವೇಲ್; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ತಪೋನಗರಿಗರು 2016ನೇ ಇಸವಿಗೆ ವಿದಾಯವನ್ನು ಹೇಳಿದರು. ಜ್ಯೋತಿ ಪಾಜೆಕ್ಸ್‌ನ ವಾರ್ಷಿಕ ದಿನವನ್ನು ಹಳ್ಳಿಯ ಮಕ್ಕಳ ಮನೋರಂಜನಾ ಪ್ರದರ್ಶನದ ಮೂಲಕ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು. ನೃತ್ಯಗಳು, ಆಟೋಟ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಶ್ರೀಮತಿ ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಿ, ಶ್ರೀಮತಿ ಕಾಂಚನಲತಾ ಮತ್ತು ಶ್ರೀಮತಿ ಹಂಸವತಿಯವರು ನೋಡಿಕೊಂಡರು. ಅನೇಕ ದಿನಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಈ ವಾರ್ಷಿಕ ದಿನವನ್ನು ಸಫಲಗೊಳಿಸಿತು.

2016ನೇ ಇಸವಿಯ ಕೊನೆಯ ದಿನದಂದು, ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ದಿನ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು. ಇದರ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ತಪೋನಗರದ ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಯ ಯುವಜನಾಂಗದ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲನೆಯ ಪ್ರತಿನಿಧಿಯಾದ ಕುಮಾರಿ ಅಪೂರ್ವಾ ದೇಶಪಾಂಡೆ ರೂಪಿಸಿದಳು. ಆಕೆಯ ವಿಷನ್ ಅನ್ನು ಸಾಕಾರಗೊಳಿಸಲು ಅನೇಕರು ಆಕೆಗೆ ಸಹಕರಿಸಿದರು. ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಅನ್ನು ವಿಷಯವಸ್ತುವನ್ನಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಒಂದು ರಸಪ್ರಶ್ನೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಾಲ್ಕು ತಂಡಗಳೊಂದಿಗೆ ನಡೆಯಿತು. ವೇದಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪವಿತ್ರ ಕ್ರೈಸ್ಟ್‌ರಿಗೆ ಒಂದು ವಿಶೇಷ ಸ್ಥಳವಿತ್ತು. ಸಭಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಟ್ರೀ, ಬಲೂನ್‌ಗಳು, ಹತ್ತಿಯ ಹಿಮ, ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿದ್ದು, ಸಭಿಕರಲ್ಲಿ ಹಬ್ಬದ ಹುಮ್ಮಸ್ಸನ್ನು ತಂದಿತ್ತು. ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಎಳೆ ಮಕ್ಕಳು ಕೂಡಾ ಅಲಂಕೃತ ರೆಕ್ಕೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿದ್ದರು; ಅಲ್ಲಿ ತುಂಟಮಕ್ಕಳು ಕೂಡಾ ಇದ್ದರು. ಸಂಭ್ರಮದ ವಾತಾವರಣವು ಡಿಸೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಜನ್ಮದಿನವಿದ್ದ ನಿವಾಸಿಗಳಿಗಾಗಿ ಕೇಕ್ ಕತ್ತರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಭೋಜನದ ಮೂಲಕ ಕೊನೆಗೊಂಡಿತು.

ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಭಾನುವಾರದಂದು 12 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲದ ಸುದೀರ್ಘ ಧ್ಯಾನವಾದ ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನವು ಜರುಗಿತು. ಅನೇಕರು ಹೊಸವರ್ಷದ ಅನುಗ್ರಹವನ್ನು ಪಡೆದರು.

ತಪೋನಗರದ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಯುವಪೀಳಿಗೆಯವರು ಹುರುಪು ಮತ್ತು ಕಾಂತಿಯನ್ನು ತರುವುದನ್ನು 2017ನೇ ಇಸವಿಯು ಎದುರು ನೋಡುತ್ತದೆ. ■

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.comಗೆ ಬನ್ನಿ.

ಶಂಬಲದ ತತ್ವಗಳು

ಶಂಬಲದ ಈ ಏಳು ತತ್ವಗಳನ್ನು ಪುರಾತನ ಋಷಿಗಳು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡು ಶಂಬಲದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುವ ಜನ ಶಾಂತಿ-ಪೂರ್ಣತೆಗಳಿಂದ, ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಬಾರದೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಯೌವನದಲ್ಲಿಯೇ, 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 ಪಿಪುಮಾತಿನಲ್ಲಿ 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 ಗಮನಕೊಡುವುದು.

ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಮೇ 2005

ಋಷಿಗಳ ಬಳಿ ಅಪಾರ ಜ್ಞಾನವಿದೆ ಹಾಗೂ ಅವರು ಅದನ್ನು ನಿಮಗೆ ಕೊಡಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ವಿನಿಯೋಗಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿರುವವರಿಗೆ ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಸಿದ್ಧರಿರುವವರಿಗೆ, ಅವರು ಹೆಚ್ಚು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ನೆರವು ನಿಮ್ಮ ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಾಗಿ.

‘ನಮ್ಮಿಂದ ನೀವು ಬಹಳಷ್ಟನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಾಗ, ಅದನ್ನು ನೀವು ಇತರರಿಗೂ ಕೊಡಬೇಕು’ ಎಂದೂ ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಒಂದು ಷರತ್ತು ಅಲ್ಲ. ನಾವು ಪಡೆದದ್ದನ್ನು ಇತರರಿಗೆ ಕೊಡುವುದು ನಮ್ಮ ಅನಿವಾರ್ಯ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅದಕ್ಕೆ ಶುಲ್ಕ ವಿಧಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಆ ರೀತಿ ಯೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ; ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾವೆಂದೂ ಯೋಚಿಸಲಿಲ್ಲ. ನೀವು ಅದನ್ನು ಹಸ್ತಾಂತರಿಸುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನನ್ನ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ: ತಂತ್ರಗಳನ್ನು, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಖುದ್ದಾಗಿ ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳುವುದು. ಇದನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಡಿ ಎಂದು ಋಷಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನು ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿ- ‘ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನೀವು ಬದುಕಿ ತೋರಿಸಿ. ಸಾಧನೆಯು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಜನರು ಕಾಣಬೇಕು.’ ಋಷಿಗಳು ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ನಿಯಮಗಳಂತೆ ನಾವು ಬದುಕುವುದು, ಋಷಿಗಳ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ.

ಅನೇಕ ಒಳ್ಳೆಯ ಘಟನೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ. ನಾವು ಸತ್ಯ ಯುಗವನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ ಜನರ ಆಯಸ್ಸು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ, ಅವರು ಅನಂತಕಾಲ ಬಾಳುತ್ತಾರೆಂದು ಅಮರರವರು ತಿಳಿಸಿದ್ದರು. ಸತ್ಯ ಯುಗವನ್ನು ತಲುಪುವುದಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಮುಂಚೆ ಕೂಡ ಜನರು 500-600 ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಬದುಕುತ್ತಾರೆ. ಆಯಸ್ಸನ್ನು ವರ್ಧಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ. ನಿನ್ನೆಯಷ್ಟೇ ಟೈಮ್ಸ್ ಆಫ್ ಇಂಡಿಯಾ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಓದಿದೆ - ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ನೆನಪುಗಳು ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ, ಅವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್‌ಗೆ ರವಾನಿಸಬಹುದು. ನಾವು ದೇಹ ಬಿಟ್ಟ ನಂತರವೂ ಅವು ಅಲ್ಲಿಯೇ ಇರುತ್ತವೆ, ನಂತರ ಅವನ್ನು ಒಂದು ಎಳೆಯ ದೇಹಕ್ಕೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ, ಹಾಗೆ ನೋಡಿದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬ ಎಂದಿಗೂ ಸಾಯುವುದಿಲ್ಲ, ಅವನ ನೆನಪುಗಳು, ಅವನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಸಾಯುವುದಿಲ್ಲ.

ರೇಖಿ ಮಾಸ್ಟರ್ ಒಬ್ಬರು ನನ್ನ ಬಳಿ ಬಂದರು. ಅವರಿಗೆ ಈಗ ಆರೋಗ್ಯ ಸರಿ ಇಲ್ಲ. ನೂರಾರು ಜನರಿಗೆ ಅವರೇ ಹೀಲ್ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ, ಆದರೆ ಅವರನ್ನು ಹೀಲ್ ಮಾಡಲು ಈಗ ನಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ! ಅವರು ಕಾರಣವನ್ನು

ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಯಸಿದರು. ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಹೀಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಅವರು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ್ದು ನನಗೆ ತಿಳಿದುಬಂತು. ಈ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಕಳೆಯಬೇಕು ಅಥವಾ ಸುಟ್ಟುಹಾಕಬೇಕು. ಅದು ಸಾಧ್ಯ ಮತ್ತು ಸುಲಭ; ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ಸಾಕಷ್ಟು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ಎರಡನೆಯ ಭಾಗ ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರವಾಗಿತ್ತು. ನಾವು ಒಬ್ಬರನ್ನು ಹೀಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಅಥವಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿರಬೇಕು; ಹಣದ ವ್ಯವಹಾರ ಅಲ್ಲಿ ಬರಬಾರದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕೆಲವು ಹೀಲರ್‌ಗಳು ಬಹಳ ಹಣ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಕೂಡ ಒಂದು ಕಾರಣವಾಗಿತ್ತು. ಏನೇ ಆಗಲಿ, ಆ ಹೀಲರ್ ಅನ್ನು ನಾವು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ, ಕೆಲವು ಸಮಯದ ನಂತರ ಅವರು ಸರಿಹೋಗುತ್ತಾರೆ.

ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನು ನಮ್ಮ ತೆಕ್ಕೆಯೊಳಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಾಗ, ಅವರ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ನಾವು ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಅವರು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಕ್ಷೋಭೆಗೊಳಗಾದರೆ, ಅತೀವ ನೋವಿನಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಅವರ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅವರು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಋಷಿಗಳಿಗೆ ತಿಳಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಸಹಾಯವು ಅದಾಗಿಯೇ ಅವರ ಬಳಿ ಬರುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ನೋವು ಅಥವಾ ಒತ್ತಡವಿದ್ದರೆ, ಅದು ನನ್ನನ್ನು ಕಲಕುತ್ತದೆ. ಅದು ಏಕೆ ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿದಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಯಿರುವುದು ನನಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸದ ವಿಧಾನವನ್ನು ನಾನು ಮೆಚ್ಚುತ್ತೇನೆ; ಅವರನ್ನು ನಾವು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ. ಅವರು ಎಷ್ಟೊಂದು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಬಾರಿಯೂ ಅವರು ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸಂತ ಏಕನಾಥರ ಬಗ್ಗೆ ವಿಷಯ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ನಾನು ಪುಣೆಗೆ ಹೋಗಿದ್ದಾಗ ಹೋಟೆಲ್ ಒಂದರಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಆಗ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದ ಹಾಗೆ ನಾನು ಪ್ರಜ್ಞೆ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಹಂತಕ್ಕೆ ಹೋದೆ. ಒಬ್ಬರು ನನಗೆ ಹಾನಿಯುಂಟುಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದುದು ತಿಳಿಯಿತು. ಏನಾಗುತ್ತಿದೆಯೆಂದು ನಾನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲೇ ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಒದಗಿಬಂತು. ಏನೂ ತೊಂದರೆಯಾಗಲಿಲ್ಲ, ನಾನು ಹೇಳದಿದ್ದರೆ ಬಳಿಯಲ್ಲಿದ್ದವರಿಗೂ ತಿಳಿಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನಂಥವರು ಆಕ್ರಮಣಗಳಿಗೊಳಗಾಗುವುದು ಸಹಜ. ಮೂರು ದಿನಗಳ ಹಿಂದೆ, ರಾತ್ರಿ ಮೂರು ಗಂಟೆಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆಯೇ ಎಚ್ಚರಗೊಂಡೆ. ನನಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯೊಂದನ್ನು ಕೊಡಲಾಯಿತು, ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಲಿಲ್ಲ. ನಂತರ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣವೆಂದು ಯೋಚಿಸಿ ನಿದ್ರೆಗೆ

ಹಿಂದಿರುಗಿದೆ. ನಾನು ಬಹಳ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಓಡಾಡುತ್ತೇನೆ ಹಾಗಿದ್ದೂ ಮಾರನೆಯ ದಿನ ಕುಂಡಲಿನಿ ಹಾಲ್‌ನಿಂದ ಹೊರಬರುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಜಾರಿ ಕೆಳಗೆ ಬಿದ್ದೆ. ಹೇಗೋ ಎದ್ದು ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಬೆನ್ನುಮೂಳೆ ಮುರಿಯಬೇಕಿತ್ತು ಅಥವಾ ನನ್ನ ತಲೆ ಕಲ್ಲಿಗೆ ಬಡಿದು ಒಡೆದುಹೋಗಬೇಕಿತ್ತು. ಋಷಿಗಳು ಹೇಳಿದರು, ‘ಅವೆಲ್ಲವೂ ಅಥವಾ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾದರೂ ಆಗಬೇಕಿತ್ತು, ನಿನ್ನನ್ನು ಅದರಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿದ್ದೇವೆ.’ ಅವರು ಹೇಳಿದರು, ‘ಅದೊಂದು ರೀತಿಯ ಆಕ್ರಮಣ, ಹೆದರಬೇಡ.’ ನಾವು ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ಸಿದ್ಧರಾಗಿರಬೇಕು, ನಮಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ರಕ್ಷಣೆ ಸಿಗುತ್ತದೆ; ಋಷಿಗಳು ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ನಮ್ಮ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಜೂನ್ 2005

ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೂ ಕರ್ಮಗಳೇ ಕಾರಣ ಎಂದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ದೂರುವುದು ಸುಲಭ, ಆದರೆ ಕರ್ಮಗಳು ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆಯಾದರೂ ತೀರ್ಮಾನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಒಂದು ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಹೋಗುವಂತೆ ಕರ್ಮವು ನಮ್ಮನ್ನು ನೂಕಬಹುದು, ಆದರೆ ನಾವು ಹಾಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ನಮಗೆ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಿದೆ. ಎಲ್ಲ ಕರ್ಮಗಳಿಂದಲೂ ನಾವು ಬಿಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಆದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ತಪ್ಪು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಮಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮಿಂದಾಗಿಯೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿನ ಕರ್ಮಗಳು ಕಾರಣವನ್ನೇಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಈಗಿನ ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗಿವೆ, ಹಿಂದಿನ ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ಅಲ್ಲ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು. ನಾವು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಗುರಿ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಗುರಿಗಳಿಂದ ದೂರ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಬಹುದಾದ ಇತರೆ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ನಾವು ಸಮಯವನ್ನು ವ್ಯರ್ಥಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ ಪರಿಚಿತ ಪದ. ಓದಿದ್ದೇವೆ, ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ ಹಾಗೂ ಅದರ ಅರ್ಥವೂ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ‘ಸ್ವ’ ಅಂದರೆ ನಾವು ಮತ್ತು ‘ಅಧ್ಯಯನ’ ಎಂದರೆ ಅಭ್ಯಸಿಸುವುದು. ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆಯೇ ತಿಳಿಯುವುದನ್ನು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ನೇರವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸುವ, ನೇರವಾಗಿ ತಿಳಿಯುವ ಮತ್ತೊಂದು ಮಾರ್ಗವಿದೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡುವುದು? ಅದನ್ನು ‘ಸಮಾಧಿ’ಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಮಾಡಬಹುದು. ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ ಧ್ಯಾನ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

11.12.2016

ನನ್ನ ಗುರುವಿನಿಂದ ಕಲಿತಿರುವುದನ್ನೇ ನಿಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎನ್ನುವ ನೆನಪು ನನಗೆ ಸದಾಕಾಲ ಇರುತ್ತದೆ. ಆ ವಿಷಯಗಳು ಮೊದಲಿಗೆ ನನಗೆ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತವೆ, ನಾನು ಹೇಳುವುದನ್ನು ಆಚರಣೆಗೆ ತರುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ಸೋತಿದ್ದೇನೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಬಿಡುವಂತಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಇಲ್ಲಿರುವುದು. ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋಗಬೇಕು, ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗಬೇಕು.

ಪ್ರಸಕ್ತ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಇದು ಒಳ್ಳೆಯ ಪ್ರಾರಂಭ. ಇದೊಂದು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ. ಇದೊಂದು ರೀತಿಯ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರ ಒಟ್ಟಾರೆ ಜಾಗೃತಿಯೆಂದು ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಿಯೂ ಆದ ಸ್ನೇಹಿತರೊಬ್ಬರು ಹೇಳಿದರು. ಸ್ಪಷ್ಟ ಆಯ್ಕೆಗಳು ಲಭ್ಯವಿವೆ, ಇದು ಪ್ರಳಯದ ವಿಶೇಷತೆ.

ನಮ್ಮದೇ ಜೀವನವನ್ನು ನಾವು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸಿದರೆ ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳಲು ಸ್ಪಷ್ಟ ಆಯ್ಕೆಗಳು ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಇದು ಅಥವಾ ಅದು, ಸರಿ ಅಥವಾ ತಪ್ಪು ಇವುಗಳ ನಡುವೆ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ ಹಾಗೆ, ಇದು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಸಮಯ. ಅರ್ಥಮದ ವಿರುದ್ಧದ ಜನರ ಧ್ವನಿ ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅರ್ಥಮವು ಇನ್ನೂ ಹಿಡಿತವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಆದರೆ ಅದು ಶಕ್ತಿ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಾಣಬಹುದು. ನಾವು ಸಾಗಬೇಕಾದ ದಿಕ್ಕು ಈಗ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದೆ. ಹೊಸಯುಗ ದೂರದಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣಬಹುದಾಗಿದೆ. ಬಹು ದೂರ ಸಾಗಬೇಕಾಗಿದೆಯಾದರೂ ಕೊನೆಯಪಕ್ಷ, ಅದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಬಹುದಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಆಶಾಭಾವನೆ ಈಗ ಬಲಗೊಂಡಿದೆ.

52 ವರ್ಷಗಳಷ್ಟು ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ನಂತರ, ಕೊಲಂಬಿಯಾ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಯುದ್ಧಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಎರಡೂ ಬಣಗಳು ಶಾಂತಿಯ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಟೀವಿಯಲ್ಲಿ ನೋಡಿದೆ. ಶಾಂತಿ ನೆಲೆಸುವ ಆಶಾಭಾವ ಮೂಡಿದೆ. ಜನರು ತಮ್ಮ ನಿಲುವುಗಳನ್ನು ಬಿಡಲು ಸಿದ್ಧರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಹೊಸ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಿಗೆ ಒಪ್ಪಿಗೆಯಿದೆ. ಹೊರಗಡೆ ಯುದ್ಧ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೊಳಗೂ ಯುದ್ಧ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ಇದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ಯುದ್ಧ, ಅದರ ಫಲಿತಾಂಶ ನಮ್ಮನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ.

ನಾವು ಧ್ಯಾನದ ಉನ್ನತ ಹಂತಗಳಿಗೆ ಹೋದಾಗ, ಮಂತ್ರ ಮತ್ತು ಧಾರಣ ಇಲ್ಲದ ಉನ್ನತ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಬೆಳಕು ಎಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ,

ನಂತರ ಉನ್ನತ ಶಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಶರಣಾಗುತ್ತೇವೆ. ಮುಂದಿನದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಅವರು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ನಾವು ನಂತರ ಸಮರ್ಪಣಾಭಾವದಿಂದ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬೆಳಕನ್ನು ನೋಡಲು ನಾವು ಬಹುವಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ ಅಥವಾ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲೂ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು ಧ್ಯಾನದ ಉದ್ದೇಶ. ಅದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅದರಂತೆ ನಡೆದರೆ, ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಸ್ಥಿತ್ಯಂತರಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಬದಲಾವಣೆ ಸುಲಭವಲ್ಲ. ನನ್ನ ಹೋರಾಟಗಳು ಮತ್ತು ಹೊರಗಿನ ಜೀವನವನ್ನು ನಾನು ಗಮನಿಸಿರುವುದರ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಈ ಮಾತನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಧ್ಯಾನ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಆದರೆ ಅದೊಂದೇ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಬದಲಾಗಬೇಕೆನ್ನುವುದನ್ನು ಮೊದಲಿಗೆ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಆತ್ಮವಲೋಕನ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ ನಮ್ಮ ನ್ಯೂನತೆಗಳೇನು ಎನ್ನುವುದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಒಂದಾದ ಮೇಲೆ ಒಂದರಂತೆ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ನ್ಯೂನತೆಗಳೆಡೆಗೂ ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕು. ಸಣ್ಣ ಹೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನಿಟ್ಟು ನಾವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ವೇಗವಾಗಿ ಚಲಿಸುತ್ತಿರುವುದರ ಅರಿವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ದೇವರನ್ನು ಬೇಡುತ್ತೇವೆ, ದೇವರು ಅವುಗಳನ್ನು ಕೊಡುಗೆಗಳಾಗಿ ಕೊಡುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವು ನಮಗೆ ದೊರಕುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ, ನಮಗೆ ಯಾವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು ಎಂದು ದೇವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ ಎಂದು ಅರಿತುಕೊಂಡು, ಅದನ್ನು ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

18-12-2016

“ಅಂತರ್ಮುಖವಾಗಿಸುವುದು ಎಂದರೆ ಏನು?” ಎಂದು ಒಬ್ಬರು ಕೇಳಿದರು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಅಂತರ್ಮುಖವಾಗುವುದೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ಆತ್ಮದ ಕಡೆಗೆ ಒಳಮುಖಗೊಳಿಸುವುದು. ಇದು, ನಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಕಡೆಯಿಂದ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿಸುವುದು ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ, ನಾವು ಮಾತನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬೇಕು, ಜೀವನದ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕೊಡುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ನಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಗಮನಿಸಿಕೊಂಡು ಅದನ್ನು

ನಯಗೊಳಿಸುವುದರ ಕಡೆಗೆ ಸಮಯ ವಿನಿಯೋಗಿಸಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮಪಡಿಸಬಹುದು. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ನಯಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಅದು ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನಲ್ಲೂ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಚಿಂತನೆಯಲ್ಲಿ ಸಮಯ ಕಳೆಯಿರಿ ಎಂದೂ ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯವನ್ನು, ಅಂದರೆ ನಮ್ಮ ಅಥವಾ ಆತ್ಮದ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮಾಡಲು ಅವರು ಸೂಚಿಸಿದ್ದರು. ಅದನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡಬಹುದು. ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಬಹುದು, ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ನಂತರ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನೂ ದಾಟಿಹೋಗಿ ನಿಜಕ್ಕೂ ನಮ್ಮನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕು, ನಿಜಕ್ಕೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು.

“ನೀವು ಆರಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿಯ ಕಡೆಯಿಂದ ಆ ಕಡೆ ಅಥವಾ ಈ ಕಡೆ ಹೊರಳಬೇಡಿ,” ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅದರ ಅರ್ಥ ಅತೀರೇಕಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬೇಕು ಎಂದಾಗಿದೆಯೇ? ನಾನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ಹಾಗೆ, ಅದರ ಅರ್ಥ ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿಗಳಿಂದ ದೂರ ಹೋಗಬಾರದು. ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿಗಳಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿರುವವುಗಳನ್ನೇ ನಾವು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಚೋದನೆಯಿದ್ದರೂ ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯನ್ನೇ ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಗುರಿಯೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ. ಅದು ಆದ್ಯತೆ ಕೊಡುವುದೂ ಆಗಿದೆ. ಮೊದಲಿಗೆ ನಮ್ಮ ಗುರಿಗಳಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡವುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ನಂತರ ಇತರ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಗಮನ ಕೊಡುತ್ತೇವೆ.

ಧ್ಯಾನದ ನಂತರ ಅಥವಾ ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ ಬಹಳ ಸಲ ವಿಸ್ತಾರಗೊಂಡ ಭಾವನೆಯ ಅನುಭವದ ಕೃಪೆಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತೇವೆ. ಈ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಆಗುವುದಾದರೂ ಏನು, ಅದರ ಪ್ರಯೋಜನಗಳೇನು? ಧ್ಯಾನಮಾಡಿದಾಗ ಅಥವಾ ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿದಾಗ ನಾವು ವಿಸ್ತಾರಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆ ವಿಸ್ತಾರಗೊಂಡ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಉಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ನಾವು ವಿಸ್ತಾರದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಿರುತ್ತೇವೆ. ಆಗ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣದಲ್ಲೂ ಭಗವಂತನ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೂ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವೂ ಅವನನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ ಕೂಡ. ಅದು ಬಹಳ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ, ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳು ಕಳೆಯುತ್ತವೆ. ದೇವರಂತೆಯೇ ನಾವು ಪರಿಶುದ್ಧರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ■

ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿರುವವರಿಗೆ ಅಂಚೆ ಮತ್ತು ಇ-ಮೇಲ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಧ್ಯಾನ ಕಲಿಸಲಾಗುವುದು. ಇಂಗ್ಲೀಷ್‌ನಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2500), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 1300) ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲಾಗುವುದು. ಭಾರತ ದೇಶದಿಂದ ಹೊರಗೆ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ವಾರ್ಷಿಕ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ಫೀಯು ರೂ. 4500. ಈ ಫೀನಲ್ಲಿ 14% ಸೇವಾ ತೆರಿಗೆ, ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕಗಳು ಸೇರಿವೆ.

ನಂತರ, ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫೀ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2000), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 900). ಭಾರತ ದೇಶದಿಂದ ಹೊರಗೆ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫೀಯು ರೂ. 3500. ಈ ಫೀನಲ್ಲಿ 14% ಸೇವಾ ತೆರಿಗೆ ಮತ್ತು ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಸೇರಿವೆ.

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

ಚಿಕ್/ಡಿಡಿಗಳನ್ನು "ಮಾನಸ ಲೈಟ್ ಏಜ್ ಫೌಂಡೇಶನ್(೦)" ಹೆಸರಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಂಗಳೂರೇತರ ಚಿಕ್ಕಗಳಿಗೆ 50ರೂ. ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಸೇರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಗುರುಜಿಯವರಿಂದ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಗಳು

- ★ ತಾಳ್ಮೆ ಇರಲಿ. ಮೊದಲನೆಯ ದಿನವೇ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ಪವಾಡಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ನಾವು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ ಪವಾಡಗಳು ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇನಾಟಗಳನ್ನೆದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಾಧನೆ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲ ಕರಿಗಿಹೋಗುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಅನುಭವಗಳಿರುತ್ತವೆ. 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 ತಲೆಕೆಡಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ಓಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬಾರದು. ಅವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ ಇರುವುದು ಉತ್ತಮ. ಬೇರೆ ದಾರಿಯೇ ಇಲ್ಲ.

ಹೊಸ ಯುಗದ ವ್ಯಕ್ತಿ

ಕಾರ್ತಿಕ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಹೊಸ ಯುಗ ಒಂದು ರಹಸ್ಯ. ಗುರುಜಿಯವರು ತಮ್ಮ ಮಾತುಗಳ ಮೂಲಕ ಹೊಸ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಜೀವನ ಹೇಗಿರಬಹುದು ಎಂಬ ಮನುಗುನೋಟಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಹೊಸ ಯುಗದ ಮಾನವ ಚೆಲಿಪತಿ, ಚೆಲಿಪೋರ್ಟಿಂಗ್, ಮೂರನೆ ಕಣ್ಣು ಮತ್ತು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪಯಣಿಸುವ ಯೋಗ್ಯತೆ, ಇತ್ಯಾದಿ ಸಹಜ ಶಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಒಬ್ಬ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿರುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಹೊಸ ಯುಗದ ಮಾನವ ತನ್ನಂತೆ ಇರುವ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಹೊಸ ಯುಗದ ಮಾನವನ ಜೊತೆಗೆ ಮಾತನಾಡುವಂತೆ ದೇವರ ಜೊತೆಗೂ ಮಾತನಾಡಬಲ್ಲವನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಆತ ಸಜೀವ ಮತ್ತು ನಿರ್ಜೀವ ವಸ್ತುಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ. ಹೊಸ ಯುಗದ ಮಾನವ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿಯೂ ಮುಂದುವರಿದವನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಗ್ರಹಗಳಿಗೆ, ಬೇರೆ ಬೇರೆ ತಾರಾ ಮಂಡಲಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ, ಅಲ್ಲಿಯ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಸಂಭಾಷಿಸುವ ಅರ್ಹತೆಯನ್ನು ಪಡೆದಿರುತ್ತಾನೆ. ಇವೆಲ್ಲ ಅದ್ಭುತವೆನಿಸುತ್ತವೆ, ಮತ್ತು ಕಾಲ್ಪನಿಕ ಕಥೆಗಳಂತೆಯೇ ಕಾಣುತ್ತವೆ.

“ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು” ಮತ್ತು “ಆಧುನಿಕ ಋಷಿಯೊಬ್ಬರ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಸಾಹಸಗಳು” ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿರುವಂತೆ ಅಮರರವರು ಒಬ್ಬ ಹೊಸ ಯುಗದ ಮಾನವ ಏನು ಮಾಡಬಹುದೋ ಅಂತಹ ಎಲ್ಲಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದರು, ಕಲಿಯುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಭೌತಿಕ ಶರೀರದಲ್ಲಿರುವಾಗಲೇ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ! ಈ ಮೂಲಕ, ಅವರು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಭೌತಿಕ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೂ ತಮ್ಮ ಪರಿಣತಿಯನ್ನು ಎತ್ತಿತೋರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಮರರವರು ತಮ್ಮ ಸಹವರ್ತಿಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಮಾತನಾಡುವಂತೆ, ದೇವರು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಕೂಡಾ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಂತರ್ ಗ್ರಹಗಳ ಮತ್ತು ಅಂತರ್ ಗ್ಯಾಲಕ್ಸಿಗಳ ಪ್ರಯಾಣವೂ ಸೇರಿದಂತೆ, ಅಮರರವರ ಕೆಲಸಗಳು ಸೃಷ್ಟಿಯ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳಿಗೂ ಹರಡಿತ್ತು. ಈ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳೆಲ್ಲಾ ಎಷ್ಟೊಂದು ಮುಂದುವರಿದವುಗಳಾಗಿದ್ದವೆಂದರೆ, ಇವೆಲ್ಲ ನಮಗೆ ಪವಾಡಗಳಂತೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದವು! ಹಾಗೂ ಅವರ ಅದ್ಭುತ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಸದಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳಾದ ಪ್ರೀತಿ, ಶುದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಮಾನವೀಯತೆಯ ತಳಹದಿಯ ಮೇಲೆ ಇರುತ್ತಿದ್ದವು. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದನ್ನೂ ಅವರು ಪ್ರದರ್ಶಿಸ ಬೇಕಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಅವರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿದ್ದವು! ಅವರ ಜೀವನದ ಮೂಲಕ, ಹೊಸ ಯುಗದ ಜೀವನದ ಕೆಲವು ರಹಸ್ಯಗಳ ಜಟಿಲತೆಯನ್ನು ಬಿಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ನಮಗೆ, ಅವರು ಹೊಸ ಯುಗದ ಮಾನವ ರೂಪದ ಒಂದು ನಿಖರ ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರನ್ನು ಹೊಸ ಯುಗದತ್ತ ಸಾಗುವಂಥ ದಾರಿಯನ್ನು ತೋರಿಸಿ ಮುನ್ನಡೆಸಿದ್ದಾರೆ. ■

ಅಮರ - ಅಸಾಧಾರಣ ಗುರು

ಉಷ ಸತೀಶ್‌ಚಂದ್ರ

1988 ರ “ಅಮರ ಜಯಂತಿಯ” ದಿನದಂದು “ಮಾನಸ” ಜನ್ಮ ತಾಳಿತು. ಗುರುಜಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಆರು ಸ್ನೇಹಿತರು ಹತ್ತು ಗಂಟೆಗೆ ಅಂತರ ಮಾನಸದ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಗುಡಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಸೇರಿದರು. ಮತ್ತೆಂದೂ ಭೇಟಿಯಾಗದ ಆ ಏಳು ಜನ, ಅರಿಯದ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಸೇರಿದರು. ಅವರು ಅಮರರವರ ಕನಸನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಅವರ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ನೆರವೇರಿಸಬೇಕೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿದರು. ಅಮರರವರಿಗೆ ನೀಡಿದ ಭಾಷೆಗೆ ಗುರುಜಿ ಬದ್ಧರಾಗಿ ನಿಂತರು! ಅದು ಕಾಲಗತಿಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನೂ ಗೆದ್ದು ನಿಂತಿತು. ಅಮರರವರು ಗುರುಜಿಯವರ ಉಸಿರು, ಜೀವ ಶಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಸಂಪತ್ತು. ಇವರ ಮೂಲಕ ಅವರ ಕನಸು ಅರಳಿತು. ಅಮರರವರ ದಿವ್ಯ ಚೇತನದ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ “ಮಾನಸ” ರೂಪುಗೊಂಡಿತು.

ಭೌತಿಕ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಿಲ್ಲೂ, ಆ ದಿವ್ಯ ಪ್ರಕಾಶ ಯುಗ ಯುಗಾಂತರದಲ್ಲಿ ಬೆಳಗುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ. ಅಮರರವರು ಗುರುಜಿಯವರಲ್ಲಿ ಮೂರ್ತಿವತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೂ ಅವರ ‘ಮೌಲ್ಯಾಧಾರಿತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಏಕ ಧರ್ಮವಿರುವ ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನ’ ಕಲ್ಪನೆಯಲ್ಲಿ ಅನಿರ್ಭವಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆಯಾಗಿ, ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳು ಪ್ರೀತಿ, ಸತ್ಯ ಹಾಗೂ ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಅಮರ ಜಯಂತಿಯಂದು ಅವರ ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು ಕಾರ್ಯರೂಪಕ್ಕೆ ತರುವ ಒಂದು ವಿನಮ್ರ ಕಾಣಿಕೆಯಾಗಿ ‘ವಿಶ್ವಸಂಚಲನ ದಿನ’ವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

“ನೀವು ಅಮರರವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಬೇಕಿತ್ತು,” ಎಂದು ಗುರುಜಿಯವರು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಗುರುಜಿಯವರು ಅಮರರವರನ್ನು ಪ್ರಥಮ ಬಾರಿ ಭೇಟಿಯಾದ ಪ್ರಸಂಗವು ಅವರಿಬ್ಬರ ನಡುವಿನ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸಂಪರ್ಕವಾಗಿತ್ತು. ಅನೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಗುರುಜಿಯವರು ಆ ಪ್ರಸಂಗವನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಂತಹ ಒಂದು ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಅಮರರವರು ಅವರ ಪ್ರೀತಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಅಭೂತಪೂರ್ವವಾದ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು, ವಿರಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ವಿಸ್ತಾರತೆಗಾಗಿ ಒದಗಿಸಿದರು. ಆ ದಿನದ ವಿಶೇಷವಾದ ಧ್ಯಾನ ಆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರೀಕರಿಸುವ ಹಾಗೂ ಅನುಭವಿಸುವ ಒಂದು ಸುಯೋಗವಾಗಿತ್ತು. ಈ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸಂಪರ್ಕ ಹಾಗೂ ಅನುಬಂಧಕ್ಕೆ ಇದು ಇನ್ನೊಂದು ಅವಕಾಶ. ಅಮರರವರು ಸದಾ ಇಂತಹ ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ಅವರು ತಮ್ಮ ಕನಸುಗಳು, ಕಾರ್ಯ ಹಾಗೂ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಒಂದು ನಿಧಿಯನ್ನೇ, ಶಾಶ್ವತ ಆಕರವಾಗಿ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಹಿಂದೆ ಬಿಟ್ಟುಹೋಗಿದ್ದಾರೆ. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ದೇವರು ಏಕೆ ದುಷ್ಟತೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ್ದಾನೆ?

ಉ: ಅಮರ ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದರು, 'ದೇವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲೆಂದು ಮತ್ತು ನಮಗೆ ಪ್ರಲೋಭನೆಯನ್ನು ಒಡ್ಡಲೆಂದು ದುಷ್ಟತೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ್ದಾನೆ.' ನಮಗೆ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಿದೆ. ನಾವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಪ್ರ: ದೇವರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇಲ್ಲದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬಹುದೇ?

ಉ: ಮಾಡಬಹುದು. ಚಾನಲಿಂಗ್ ಎಂದರೆ ಪ್ರೀತಿಯ, ಕೃತಜ್ಞತೆಯ ಮತ್ತು ಆದ್ಯ ಕರ್ತವ್ಯದ ಒಂದು ಕಾರ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ, ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಮತ್ತು ಜೊತೆಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ಹೀಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರಕೃತಿಯಿಂದ, ಸಮಾಜದಿಂದ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಂದಲೂ ನಾವು ಬಹಳಷ್ಟನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಪೋಷಣೆಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಸಹಾಯವನ್ನು, ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ನಮ್ಮ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಪರಿವರ್ತನೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇವುಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಇಂಥ ಅನೇಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ನೀವು ದೇವರನ್ನು ನಂಬಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಅನೇಕ ಜನರಿಗೆ ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬಹುದೇ?

ಉ: ಮಾಡಬಹುದು. ನೀವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ, ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಿರಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನೀವು ಅನೇಕ ಜನರಿಗೆ ಸಹ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಬಹುದು.

ಪ್ರ: ನನಗೆ ಏಕೆ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಅನುಭವ ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ?

ಉ: ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಹೊರ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಕೂಡಾ ನಿಶ್ಚಲತೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಇದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಾವು ಎಲ್ಲ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲೂ ಯಾವಾಗಲೂ ಶಾಂತತೆಯಿಂದ ಇರಬಹುದು. ಶಾಂತತೆಯ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ. ನಿಮಗೆ ಹೊರಗಿನ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಶಾಂತತೆಯಿಂದ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ನೀವು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನೀರಿಕ್ಷಿಸಬಹುದು. ಎರಡನೆ ಅಂಶವೂ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ, ಪಳಗಿದ ಮತ್ತು ಅನುಭವಿ ಧ್ಯಾನಿಗಳಿಗೂ ಧ್ಯಾನದ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಇದು ಸಹಜ. ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಅನುಭವ ಪಡೆಯಬೇಕಾದರೆ ನಾವು 3 ರಿಂದ 6 ಗಂಟೆಗಳಷ್ಟು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಯೋಚನೆಗಳು ಮೂಡಿದರೆ ಧೃತಿಗಡಬೇಡಿ.

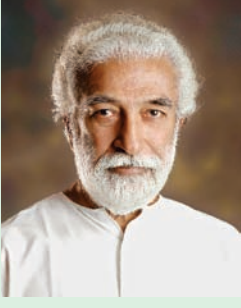
ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಬೇಕಾದರೆ ನಮ್ಮ ಅರಿವು, ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಬೇಕು. ಈ ಹಂತಗಳನ್ನು ದಾಟಬೇಕಾದರೆ ಸಮಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ನಾವು ಸರಿಯಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದಲ್ಲ. ಇದರ ಅರ್ಥ ನಾವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕು. ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಯೋಚಿಸಬೇಡಿ ಅಥವಾ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬೇಡಿ. ಬೇರೇನನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಯಾವಾಗ ನಾವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮೌನವಹಿಸುತ್ತೇವೆಯೋ ಮತ್ತು ಕ್ರಿಯಾಶೂನ್ಯರಾಗಿರುತ್ತೇವೆಯೋ, ಆಗ ನಮ್ಮ ಅರಿವು ನಮ್ಮದೇ ಸ್ವಂತ ಹಿಡಿತಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದುತ್ತದೆ.

ಮೂರನೆಯ ಅಂಶ: ನಮ್ಮ ಅರಿವು ಯಾವಾಗ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಮಹಾಸಾಗರವನ್ನು ತಲುಪಬೇಕೋ, ಆಗ ನಾವು ಸುಪ್ತ (unconscious) ಮನಸ್ಸನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗಬೇಕು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ಸುಪ್ತ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ನಾವು ಬಹುತೇಕ ಜನರು ಬಹಳಷ್ಟು ಸಮಯವನ್ನು ಕಳೆಯುತ್ತೇವೆ. ದೀರ್ಘ ಸಮಯದವರೆಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಮಗೆ ಇದನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುವ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಅನುಭವ ಪಡೆಯಲು ನಮಗೆ ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳು ಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ನಾವು ಈ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ತಲುಪದೇ ಇದ್ದರೂ, ಅನೇಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಇಷ್ಟು ಸಾಕು. ಮತ್ತು ಯಾವಾಗಲಾದರೊಮ್ಮೆ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಸಂಭವಿಸುವ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯೆಂದರೆ, ಕೋಶಗಳ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಶುಚಿಗೊಳ್ಳುವುದು. ಈ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕೋಶವೂ ಶುಚಿಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ನಾಲ್ಕನೆಯ ಅಂಶ: ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧತೆಯ ಮಟ್ಟ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಶುದ್ಧತೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಕಡೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಶುದ್ಧತೆ ಅತೀ ಅವಶ್ಯಕ. ಶುದ್ಧತೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮುಂದುವರಿಯುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಮೇಲಿಂದ ಮೇಲೆ ನಾವು ಆತ್ಮವಲೋಕನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರಬೇಕು. ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವೇ ಅಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ ಅಥವಾ ನಿಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಅಲ್ಲಿಂದ ಮುಂದೆ ಸಾಗಿ. ಶುದ್ಧತೆಯ ಮಟ್ಟಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದು ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು. ಧ್ಯಾನ ಒಂದು ಭಾಗ ಅಷ್ಟೆ, ಅದು ಪ್ರೇರಣೆಯಾಗಬಹುದು. ಶಾಂತತೆಯಿಂದಿರುವುದರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ. ■

ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
Higher Communication & Other Realities	100/-
Light Body & Other Realities	100/-
Master-Pupil Talks	60/-
Master-Pupil Talks - Vol 2	75/-
iGurujii Vol 1,3,4 & 7	each 150/-
iGurujii - Vol 2	120/-
iGurujii - Vol 5	100/-
iGurujii - 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-Vol 2	150/-
Channelled Knowledge from the Rishis-Vol 3 & 4	each 200/-
Gurujii Speaks Part - I & II	each 200/-
Gurujii Speaks (Vol 3)	150/-
Gurujii Speaks (Vol 4)	250/-
Gurujii Speaks (Vol 5 & 7)	each 200/-
The Book of Reflections - Vol 1 & 2	each 200/-
The Book of Reflections - Vol 3	150/-
Meditators on Meditations	75/-
Meditators on Experiences	75/-
Meditational Experiences - Vol 1 & 2	each 150/-
Awareness	60/-
Living in Light	10/-
Light	10/-
Quotes from the Rishis - Vol 1 & 2	each 100/-
Pyramid Revelations	100/-
Thus Spoke Gurujii Krishnananda - Vol 1	200/-
ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ - ಭಾಗ 2	150/-
ಗುರು-ಶಿಷ್ಯ ಸಂಭಾಷಣೆ	60/-
ಐ-ಗುರೂಜಿ ಭಾಗ 1	150/-
ಐ-ಗುರೂಜಿ ಭಾಗ 2	120/-
ಪೊಸ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳು	120/-
ಉನ್ನತ ಸಂಪರ್ಕಗಳು	100/-
ಅನಿಸಿಕೆಗಳು	120/-
ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ	50/-
ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ	50/-
ಆತ್ಮದ ಅವಲೋಕನ	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/-
ಅನೇಕಲ್ಲಿನ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	120/-
ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು	100/-
ಪ್ರಕಾಶವಾಡ (Marathi)	150/-
ಆಯುರ್ಗುಜಿ (Marathi)	100/-
ಧ್ಯಾನ ಕಸೆ ಕರಾವೆ (Marathi)	50/-
ಧ್ಯಾನಯೋಗ (Marathi)	50/-
आत्म्याचे 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/-
आत्मा का अवतरण (Hindi)	50/-
தீயானம் செய்து எப்படி	50/-
ஒளியின் வாயில்கள்	200/-
தீயான யோகம்	50/-
ஆத்மாவின் அவதாரகனம்	50/-
நவீன ரிஷி ஒருவரின் சூಕ್ಷ்ம சாகசங்கள்	50/-
சம்பலா நியமங்களின் அப்பியாசங்கள்	50/-
ಧ್ಯಾನಂ ವೈಯುಕ್ತಂ ಎಲ್	50/-
ಕಾಂತಿಕೆ ದ್ವಾರಮುಲು	100/-



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)

1988ರಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರಿಂದ ಸ್ಥಾಪನೆ ಯಾದ ಈ ಸಂಸ್ಥೆ ಜ್ಯೋತಿರ್ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಮೀಸಲಾಗಿದ್ದು, ತಪೋನಗರ ಮತ್ತು ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತದೆ.

ಮಾನಸ

ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ದೂರದ ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ ಹಳ್ಳಿಯ ಬಳಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸಿಗಳ ಬಡಾವಣೆ. 1935ರಲ್ಲಿ ಅಮರಂಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾಗುವ ಬೆಳಕಿನ ನಗರದ ದರ್ಶನವಾಗಿತ್ತು. ವಿಶ್ವಜೇತನ 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 ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

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.)

ಸಾಧಕರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸ್ವರ್ಣಲತಾ

ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ತಿಳಿನೀಲಿ ಬಣ್ಣದ ರಕ್ಷಕವಚವನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೆ, ಆಗ ಋಷಿಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು ನನ್ನ ಸುತ್ತಲೂ ಕುಳಿತು ರಕ್ಷಕವಚವಾದರು. ಈಗ ಪ್ರತಿಬಾರಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗಲೂ ಅವರೇ ನನ್ನ ರಕ್ಷಕವಚ!

ನಾನು ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಬಯಸಿದಾಗ, ಅವರ ಇರುವಿಕೆಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೊಟ್ಟಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಅವರ ಸಹಾಯ ಕೇಳಿದಾಗ, ಅವರ ಅಗಾಧ ಪ್ರೀತಿ ಕಂಡು ನನ್ನ ಕಣ್ಣು ತುಂಬಿಬಂದವು.

ನಾನು ಬದಲಾಗಿದ್ದೇನೆ, ಆದರೆ ಅದನ್ನು ವರ್ಣಿಸಲು ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಒಂದೇ ವಿಧಾನವೆಂದರೆ, ನನ್ನ ಸುತ್ತಲಿದ್ದ ದಟ್ಟವಾದ ಮಂಜಿನ ಪದರಗಳು ಕಳಚಿ ಹೋಗಿ, ಹೊಸ ವಿಚಾರಗಳಿರುವ ಹೆಚ್ಚು ಗೋಜಲಿಲ್ಲದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕಾಣುವಂತಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಆಹಾರದಲ್ಲೂ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿದೆ. ದೇವರ ಪ್ರೀತಿಯ ಬೆಳಕಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ನನ್ನ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಕಳಕಳಿಯು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ.

- ಲ್ಯೂಸಿಂಡಾ ಬಾಷ್

ನನಗೆ ಈ ಪ್ರಪಂಚ ಅತ್ಯಂತ ಸುಂದರವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಿದೆ. ಭಗವಂತ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಈ ಜೀವನಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಅನಂತ ವಂದನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದಕ್ಕೂ ನಾನು ದೇವರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಶುರುಮಾಡಿದ ಮೇಲೆ ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷ ಹಾಗೂ ತೃಪ್ತಿ ಸಿಕ್ಕಿದೆ. ಕೆಲವು ಸಲ, ಈ ಜೀವನದ ಆಚೆ ಏನಾದರೂ ಇದೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕೆನಿಸುತ್ತದೆ.

- ಕಮಿತಾ ಕಾನಡೆ

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ದೇವರೇ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ, ಜೀವನ ಅತ್ಯಂತ ಸರಳವಾಗಿದೆ ಎಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಈಗ ಯಾವುದೇ ಚಿಂತೆಗಾಗಲೀ ಅಥವಾ ನಿರಾಶೆಗಾಗಲೀ ಅವಕಾಶವೇ ಇಲ್ಲದಂತಾಗಿದೆ.

- ಶಾಂತಾ ಕುಮಾರಿ ಹೆಚ್. ಎಸ್.

ನನ್ನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಎದುರಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಕಣ್ಣಣ್ಣವೂ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ಕೂಡಾ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಯಾವುದೇ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲೂ ಹೀಗೇ ಬದುಕಬೇಕೆಂಬ ನಿಯಮವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ನನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ತೃಪ್ತಿಕರವಾಗಿ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಎಲ್ಲಾ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲೂ ನನ್ನ ಈ ಮಾನಸ ಧ್ಯಾನವು ನೆರವಿಗೆ ಬಂದಿದೆ.

- ನಂದಿತಾ ಪಾಟೀಲ್

ಅಕ್ಟೋಬರ್ 29ರ ರಾತ್ರಿ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಬಿಳಿಯ ವಸ್ತ್ರ ಧರಿಸಿದ್ದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದ ಒಂದು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನು ಕಂಡೆ. ಆ ತರಗತಿಯನ್ನು ಪೂಜ್ಯ ಗುರೂಜಿಯವರು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದು, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಏನೋ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದು ಒಂದು ಆಸ್ಪತ್ರೆ ತರಗತಿ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದುದು ನೆನಪಿದೆ. ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷ ಹಾಗೂ

ಪ್ರಶಾಂತತೆಯ ಭಾವನೆಯೊಂದಿಗೆ ಎಂದಿಗಿಂತ ಸ್ವಲ್ಪ ತಡವಾಗಿ ಎದ್ದೆ.

- ಪ್ರಿಯಂವದಾ ಗೋಡ್ಸೆ

ಶುಕ್ರವಾರದಂದು 'ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ' ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ದುಃಖ ಹಾಗೂ ಖಿನ್ನತೆಯಿಂದಿದ್ದೆ. ನನ್ನ ಕಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಧಾರಾಕಾರವಾಗಿ ನೀರು ಸುರಿಯುತ್ತಿತ್ತು. ನಂತರ ದಯಾಮಯ ದೇವಿಯು ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ವಲಯದಂತೆ ನನ್ನನ್ನು ಸಮಾಧಾನಿಸುತ್ತಿರುವಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಕೆಲವೇ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ, ನೀಲಿ ಬೆಳಕಿನ ಸಣ್ಣ ವಲಯದಂತೆ ಮಹಾವಿಷ್ಣುವನ್ನು ಕೂಡಾ ನಾನು ಕಂಡೆ. ಪ್ರೀತಿಯ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳಂತೆ ನನ್ನನ್ನು ಅವರು ಪ್ರೀತಿವಿಶ್ವಾಸ ಮತ್ತು ಕರುಣೆಯಿಂದ ಸಮಾಧಾನಪಡಿಸಿದ್ದು ಅವರ ದೊಡ್ಡತನವಾಗಿತ್ತು. ಅದು ನನಗೆ ಬಹಳ ಸಹಕಾರಿಯಾಯಿತು.

- ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್

ಅತ್ಯಂತ ಸವಾಲಾಗಿದ್ದ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ದಿನ, ಎಲ್ಲಾ ದಿಕ್ಕಿನಿಂದಲೂ ನಾನು ವಿರೋಧವನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ನನಗೆ ಸ್ವತಃ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳೇ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬಂದರು. ನಾನು ಒಂದು ಸಭೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಅಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ನನ್ನನ್ನು ಮೂಲೆಗೆ ತಳ್ಳಿದಂತೆ ಅನಿಸಿತು, ಯಾವುದೂ ನನ್ನ ಪರವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಸರಿ ಎಂಬ ದೃಢ ನಂಬಿಕೆ ನನ್ನಲ್ಲಿತ್ತು. ಆಗ, ಆ ಸಭೆ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ನಾನು ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳನ್ನು ಕಂಡೆ. ಅದು, ಅವರು ನನ್ನ ಬೆಂಬಲಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದರು ಎಂಬಂತಿತ್ತು. ಮತ್ತು ಎಲ್ಲವೂ ಒಳ್ಳೆಯದೇ ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಭರವಸೆಯನ್ನು ನೀಡುವಂತಿತ್ತು.

- ವಿನಮ್ರ ಲೋಂಗಾನಿ

ದುಃಖಕರವಾದ ಅಥವಾ ನೋವಿನ ಘಟನೆ ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ನಾನು ಈ ಮೊದಲಿಗಿಂತ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಚಿತ್ತತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ, ಇಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳು ಒಗ್ಗೂಡಲಿ, ದುಃಖಿಗೊಳ್ಳಲಿ, ಅಸಮಾಧಾನಗೊಳ್ಳಲಿ ಎಂದು ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದೆ, ಆದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬಾರಿ ಹಾಗಾಗದೆ ನಾನು ಶಾಂತಳಾಗಿದ್ದೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಜೀವನದ ಬಹುಭಾಗವನ್ನು 'ವೀಕ್ಷಕ'ಯಾಗಿ ನೋಡುತ್ತೇನೆ!

- ವಿದ್ಯಾ ವೀರ್‌ಕರ್

ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಒತ್ತಡಗಳಲ್ಲಿದೆ, ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವಾಗಿ ಇರುತ್ತೇನೆ! ಬೇರೆಯವರ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಯಾವ ಪರಿಣಾಮವನ್ನೂ ಬೀರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಕಠಿಣ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸಬಲ್ಲೆ. ಈ ಜೀವನವು ನನಗೆ ದೇವರು ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಒಂದು ಸುಂದರ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಇಡೀ ಮನೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಹೊಮ್ಮಿಸುತ್ತದೆ - ನನ್ನ ಮನೆಯ ಗಿಡಗಳೂ ಸಂತೋಷವಾಗಿ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿರುವಂತೆ ಕಾಣುತ್ತವೆ!

- ಪಾಯಲ್ ವರ್ಮಾ

ತಪೋವಾಣಿ, ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ : ರೂ.300/-

ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ, ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560 077. ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ) ಪರವಾಗಿ.

ಮಾಲೀಕರು : ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560 077

ಪ್ರಕಾಶನ ಸ್ಥಳ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560 077

ಮುದ್ರಣ ಸ್ಥಳ : ಆರ್‌ಎಫ್ ಪ್ರಿಂಟ್, 719/ಎ, ವೆಸ್ಟ್ ಆಫ್ ಕಾರ್ಡ್ ರೋಡ್, 2ನೇ ಸ್ಟೇಜ್, ರಾಜಾಜಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-560086. ಫೋನ್: 23359992 ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ