ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂಪುಟ 18 ಸಂಚಿಕೆ 11 ನವೆಂಬರ್ 2021 ರೂ.25

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಡಿಸೆಂಬರ್ 2009ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ನಾವು ಮೂಲ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು; ಕನಿಷ್ಠ ಪಕ್ಷ ನಮ್ಮನ್ನು ಕುರಿತ ಸತ್ಯಗಳು: ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನಾವು ಯಾರು? ನಾವು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಏಕಿದ್ದೇವೆ? ಸಾವಿನ ನಂತರ ನಮಗೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ನಾವು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವೆವೆ? ಇರುವುದೇ ಆದರೆ ನಾವು ಇಲ್ಲಿಂದ ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ? ನಾವು ಮರಳಿ ಬರುತ್ತೇವೆಯೇ? ನಾವು ನಮ್ಮ ಸಹಚರರನ್ನು ಮತ್ತೆ ಭೇಟಿಯಾಗುತ್ತೇವೆಯೇ? ನಾವು ಈ ಶರೀರವನ್ನು ತೊರೆದ ನಂತರ ನಮ್ಮ ಆಸಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಭೆಗಳನ್ನು ಒಯ್ಯುವೆವೆ? ನಮ್ಮ ಕನಸುಗಳು ಮತ್ತು ಕವನಗಳನ್ನು ಒಯ್ಯುವೆವೆ? ನಮ್ಮ ರಾಗದ್ವೇಷಗಳಿಗೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ನಮ್ಮ ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಲಾಗುವುದೆ? ಯಾರು ನಿರ್ಣಯಿಸುತ್ತಾರೆ? ಶಿಕ್ಷೆಗಳು ಮತ್ತು ಪುರಸ್ಕಾರಗಳಿರುವವೆ?...ಅಬ್ಬಾ! ಎಷ್ಟು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು! ಇವು ಕೇವಲ ಕೆಲವೇ ಕೆಲವು, ಅದೂ ನಮ್ಮ ವಿಷಯವಾಗಿ ಮಾತ್ರ. ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ಸತ್ಯಗಳಿವೆ: ಸೃಷ್ಟಿಯ ಬಗ್ಗೆ. ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತನ ಬಗ್ಗೆ...ಎಷ್ಟೊಂದು!

ಈ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೂ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವೆ? ಹೌದು, ಖಂಡಿತ ಸಾಧ್ಯ. ನಮ್ಮ ಪುರಾತನ ಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವಕ್ಕೆ ಉತ್ತರಗಳಿವೆ. ಈಗ ಅನೇಕ ಉತ್ತರಗಳಿವೆ, ಅವು ಋಷಿಗಳಿಂದ ಚಾನಲ್ ಆಗಿರುವಂಥವು. ಹಾಗೂ ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಉತ್ತರಗಳೂ ದೊರೆಯುತ್ತವೆ. ನಾವು ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕೇಳಬೇಕು. ಆಗ ನಮಗೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಉತ್ತರ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಜಾಗೃತ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಉತ್ತರವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಧ್ಯಾನಗಳು ಮತ್ತು ಚಿಂತನೆಗಳಿಂದ ಇದು ಸಾಧ್ಯ.

ನಮಗೆ ಉತ್ತರಗಳು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು ಎನ್ನುವುದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಏಕೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ವಿವೇಕವು ಶ್ರೀಮಂತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ವಿವೇಕದಿಂದ ನಾವು ಸರಿಯಾದುದನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಂಡು ಈ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿ ಬದುಕುತ್ತೇವೆ.

ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಧ್ಯಾನಗಳು, ಚರ್ಚೆಗಳು ಮತ್ತು ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ನಂತರ ನಾವು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಎಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತೇವೆ; ಇತರರ ನ್ಯೂನತೆಗಳು ಮತ್ತು ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳಿಗೆ ನಾವು ಎಷ್ಟು ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ನಾವು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ವಿಷಯ ನಿಮಗೆ ಆಘಾತ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು! ಅದು ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪಯಣದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧಿಸಲು "ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ" ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂದಮೇಲೆ ನಾವು ಬದಲಾಗಬೇಕು, ವಿಸ್ತರಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಮುಂದುವರಿಯಬೇಕು.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯು ಬದಲಾಗುತ್ತಿದೆ, ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿದೆ.

ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ, ಬರ್ಲಿನ್ ಗೋಡೆ ಬಿದ್ದು ಹೋಯಿತು, ಎರಡು ಜರ್ಮನಿಗಳು ಪರಸ್ಪರ ತೆರೆದುಕೊಂಡವು. ಇದು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಹೆಜ್ಜೆ; ದೊಡ್ಡ ಕ್ಷಣ. ನಾನು ಸುತ್ತಲೂ ನೋಡಿದಾಗ, ಒಳಗೂ ಹೊರಗೂ ಅನೇಕ ವಿಭಜಿಸುವ ಗೋಡೆಗಳನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇನೆ. ಗೋಡೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವಲ್ಲಿ ನಾವು ಪರಿಣಿತರು! ನಾವು ನಮ್ಮ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ, ಸಮಾಜಗಳಲ್ಲಿ, ಸಮೂಹಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ವಿಷಾದವೆಂದರೆ, ನಮ್ಮೊಳಗೂ ಕೂಡ ಗೋಡೆಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಳಕು, ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಜ್ಯೋತಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಗೋಡೆಗಳನ್ನು ಕೆಡವುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಹೊಸ ಗೋಡೆಗಳು ಬೇಗನೆ ಬರುತ್ತವೆ. ಜ್ಯೋತಿ ಕಾರ್ಯವು ಈ ಗೋಡೆಗಳನ್ನು ಕೆಡವುತ್ತಲೇ ಹೋಗಬೇಕು!

ಇಲ್ಲಿ ನಾನು ಹಲವಾರು ಗೋಡೆಗಳನ್ನು ಕೆಡವಬೇಕು!

2009ನೇ ಇಸವಿ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ. ಈ ವರ್ಷ ನಾವು ರಾ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರದ ಕೆಳಗೆ, ರಾ ಮತ್ತು ಪ್ರಕಾಶ ಬ್ರಹ್ಮನಿಂದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ ಹಾಗೂ 2012 ಮತ್ತು ಅದರಾಚೆಗಿನ ಬಹಳ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ.

2009 ಒಂದು ಉತ್ತಮ ವರ್ಷವಾಗಿತ್ತು. ■

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.
- ★ ದೇವರು ನಮ್ಮ ಗುರು ; ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಗಳು

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)
ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 560077. ಭಾರತ.
✆ 99000 75280 (ಬೆಳಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5)
ಇ–ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: www.lightagemasters.com

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳು

ಕೋವಿಡ್ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಮಾರ್ಚ್ 2021ರವರೆಗೆ ರದ್ದುಪಡಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಪಿಡುಗು ಇನ್ನೂ ನಿಂತಿಲ್ಲದಿರುವುದನ್ನು ಮತ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಇನ್ನೂ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಾ ಮುಂದಿನ ಸೂಚನೆಯವರೆಗೆ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಯಾವಾಗ ಪುನರಾರಂಭಿಸಬೇಕೆನ್ನುವುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಭಾನುವಾರದ ತರಗತಿಗಳು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತವೆ. ಬೇಸಿಕ್ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಕೂಡ, ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ 11ರವರೆಗೆ 'ಆನ್‌ಲೈನ್'ನಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳಿನ ಮೊದಲನೇ ಭಾನುವಾರ ಹೊಸ ಬ್ಯಾಚ್ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹಾಗೂ, ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು 3ನೇ ಭಾನುವಾರ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿತ ನೇರ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತೆರೆದಿರುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಳಗಿನ ಲಿಂಕ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಿ:

https://www.lightagemasters.com/lc_live
https://www.facebook.com/lightchannels
https://youtube.com/RevolutionByLight

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.

ಆಯುಧ ಪೂಜೆಯ ದಿನ, ತಪೋನಗರದ ನಿವಾಸಿಗಳು ತಪೋವನದ ವಾಹನ ನಿಲುಗಡೆಯ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿ, ವಾಹನಗಳನ್ನು ಚೈತನ್ಯೀಕರಿಸಿದರು

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆಗಳು

- ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಹಾ ಸಮಾಧಿ ದಿನವನ್ನು 28-11-2021ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು. ಈಗಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಸುಧಾರಿಸಿದರೆ ಮತ್ತು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸಭೆ ಸೇರುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ತಿಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸಭೆ ಸೇರುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗದೇ ಹೋದರೆ, ಆಗ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೈಂಡ್-ಲಿಂಕ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಅನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುವ ಮೂಲಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು.
- 2022ನೇ ವರ್ಷದ ಮಾನಸ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್ ಕೂಡ ಆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಲಿದೆ. ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್‌ಗೆ ವಿನಂತಿ ಕಳುಹಿಸಿದವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ, ಕೇವಲ ಸೀಮಿತ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಗಳನ್ನು ಮುದ್ರಿಸಲಾಗುವುದು. ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿಗಳನ್ನು ಕಾಯ್ದಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ದಯವಿಟ್ಟು 15-11-2021ರ ಒಳಗೆ ನೊಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪಿನ ಹೊಸ ಬ್ಯಾಚ್ 9ನೇ ಜನವರಿ 2022ರಂದು ಆರಂಭವಾಗುವುದು. ಚಕ್ರ ಚಾಲನೆಯ ಹಂತದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದವರು ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ಗೆ ಸೇರಬಹುದು. ಈ ಗ್ರೂಪ್‌ಗೆ ಸೇರಲು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು 31 ಡಿಸೆಂಬರ್ 2021ರ ಒಳಗೆ ಮಾನಸ ಆಫೀಸ್‌ನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ನೊಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ದೂರ ಕಲಿಕೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕೂಡ ಸೇರಬಹುದು. ಈಗಾಗಲೇ ಈ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಸಹ ತಮ್ಮ ಸದಸ್ಯತ್ವವನ್ನು ನವೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು 31 ಡಿಸೆಂಬರ್ 2021ರ ಒಳಗೆ ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಮಾನಸ ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ನೊಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ನವೆಂಬರ್ 19ರಂದು, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11.32ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5.33ರ ವರೆಗೆ ಚಂದ್ರ ಗ್ರಹಣ ಇರುತ್ತದೆ. ದಯವಿಟ್ಟು ಗ್ರಹಣದ ಪೂರ್ಣ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

03	ಬುಧ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ ನರಕ ಚತುರ್ದಶಿ
04	ಗುರು	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ದೀಪಾವಳಿ ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಪೂಜೆ
05	ಶುಕ್ರ	ಬಲಿ ಪಾಡ್ಯಮಿ
11	ಗುರು	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
13	ಶನಿ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
19	ಶುಕ್ರ	ಪೂರ್ಣಿಮಾ ಶಿವ ದೀಪ ಚಂದ್ರ ಗ್ರಹಣ: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11.32 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5.33ರ ವರೆಗೆ
20	ಶನಿ	ವಿಷ್ಣು ದೀಪ
23	ಮಂಗಳ	ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ದಿನ
27	ಶನಿ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
28	ಭಾನು	ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಸದ್ಯದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ವರ್ಚುವಲ್ ಆಗಿ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಭೌತಿಕ ಸಭೆಗಳು ಇಲ್ಲ.

14-11-2021	ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಸಭೆ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2 ಗಂಟೆಗೆ, ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ
21-11-2021	ರಾ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಸಭೆ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2 ಗಂಟೆಗೆ, ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ
28-11-2021	ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ, ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ

ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ
28-11-2021, ಭಾನುವಾರ

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11	ಸ್ವಾಗತ ಮಾತುಗಳು ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ

ನೆನಪುಗಳು ಮತ್ತು ಮನವರಿಕೆಗಳು

ಅಪೂರ್ವ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

"ನಾನು ದೊಡ್ಡವಳಾದ ಮೇಲೆ ಏನಾಗಬೇಕು" ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಗುರಿಗಳು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಒಂದು ರಾತ್ರಿ ನನ್ನ ತಂದೆ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ನಾನು ಪತ್ರವನ್ನು ಬರೆಯಲು ಕುಳಿತುಕೊಂಡಿದ್ದು ನನಗೆ ಜ್ಞಾಪಕ ಇದೆ. ಇಂತಹ ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಷಯವನ್ನು, ನನ್ನ ತಂದೆಯ ಕುರ್ಚಿಯ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತು ಅವರ ಲೇಖನಿಯಿಂದ ಕರಡು ಪ್ರತಿಯನ್ನು ಬರೆಯುವ ಅಗತ್ಯವಿತ್ತು. ನನ್ನ ಬಣ್ಣದ ಕಡ್ಡಿಗಳು ಮತ್ತು ಪೆನ್ಸಿಲ್ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಅನಿಸಿತು.

ನಾನು ಬರೆದೆ:

"ಪ್ರೀತಿಯ ಗುರೂಜಿ,

ಸಾಹಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ನೋಬಲ್ ಪೀಸ್ ಪ್ರೈಜ್ ಮತ್ತು ಬೂಕರ್ ಪ್ರೈಜ್ ವಿಜೇತಳಾದ ಅತ್ಯಂತ ಕಿರಿಯ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಾನಾಗಬೇಕೆಂಬುದು ನನ್ನ ಕನಸಾಗಿದೆ. ದಯವಿಟ್ಟು ನನ್ನನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಿ."

ಆ ಗುರಿ ತಲುಪುವುದು ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಲ್ಲವೆಂದು ನನ್ನನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಸುತ್ತಾ ಗುರೂಜಿಯವರು ನನಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿದರು, ಆದರೆ ನನಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವೆನೆಂದು ಅವರು ಭರವಸೆ ನೀಡಿದರು. ಗುರೂಜಿಯವರ ಪತ್ರ ಬಂದ ನಂತರ ತಕ್ಷಣವೇ ನಾನು ಬಹುಮಾನ ವಿಜೇತಳಾಗುವ ನನ್ನ 'ಕಾದಂಬರಿ'ಯ ಕೆಲಸವನ್ನು ಶುರು ಮಾಡಿದೆ. ನಾನು ವಿಜೇತಳಾಗುವೆ ಎಂಬ ಭರವಸೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಇತ್ತು, ಯಾವುದೂ ನನ್ನನ್ನು ತಡೆಯುವಂತಿರಲಿಲ್ಲ, ಈ ವಿಶ್ವದಲ್ಲೇ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಬಲವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅನುಗ್ರಹ ನನಗಿತ್ತು.

ಕೆಲವು ತಿಂಗಳ ಬಳಿಕ ನಾನು ಟೆನಿಸ್ ಆಡಲು ಶುರು ಮಾಡಿದೆ ಮತ್ತು ಟೆನಿಸ್ ನನ್ನನ್ನು ಕರೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಮನದಟ್ಟಾಯಿತು.

"ಪ್ರೀತಿಯ ಗುರೂಜಿ,

ನಾನು ಈಗ ಟೆನಿಸ್ ಆಟಗಾತಿ ಆಗಬೇಕು ಮತ್ತು ವಿಂಬಲ್ಡನ್ ಗೆಲ್ಲಬೇಕು, ದಯವಿಟ್ಟು ನನಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ!"

ಮಗುವಾಗಿದ್ದಾಗಿನಿಂದಲೂ, ನಾನು ಗುರೂಜಿಗೆ ಹೇಳಿದರೆ ಎಲ್ಲವೂ ಸರಿಹೋಗುತ್ತದೆ, ಎಂದು ಅದು ಹೇಗೋ ತಿಳಿದಿದ್ದೆ. ಅವರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತಿದ್ದವು ಮತ್ತು ಒಮ್ಮೆ ಕೂಡ ನನ್ನ ಕನಸುಗಳು ಸಾಧಿಸಲಾರದಂಥವುಗಳು ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ಗುರೂಜಿಯವರೊಂದಿಗೆ ನಾನು ಕನಸು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದೆ!

ನಾವು ಮಾನವ ಸಂಬಂಧಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಹೀಗೆ ಏಕೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆಂದರೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಸೂಚಿಸುವ ಪ್ರಕಾರ ನಾವು ಮಾನವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಒಡಗೂಡಿದ ಭಾವನೆಯನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಬಯಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮನ್ನು ಸಮಾಜ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬ ಆಸೆ ಇರುತ್ತದೆ. ವರ್ಷಗಳು ಕಳೆದಂತೆ, ಮಾನವ ಸಂಬಂಧಗಳು ಎಷ್ಟೊಂದು ಜಟಿಲ ಮತ್ತು ದುರ್ಬಲವಾಗಿರಬಲ್ಲವು ಎಂದು ನನಗೆ ಅರಿವಾಗಿದೆ. ಜನರ ದೊಡ್ಡ ಗುಂಪಿನ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ನನಗೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಒಂಟಿತನ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ನಾನು ಬೇರೆ ಎಲ್ಲರಿಗಿಂತ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಹತ್ತಿರದವಳೆಂಬ ಭಾವನೆ ನನ್ನಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡೆ. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಹೀಗೆಯೇ ಆಗುವುದು, ಗುರುವಿನ ಜೊತೆ ನಮಗೆ ಇರುವ ಸಂಬಂಧ ಬೇರೆಲ್ಲಾ ಮಾನವ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನೂ ಮೀರಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ದೇವರ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತಾಗ, ಅವನೊಂದಿಗೆ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಗುರುವಿನ ಜೊತೆಗಿನ ನಮ್ಮ ಸಂಬಂಧ ಹಾಗೆಯೇ ಇರುತ್ತದೆ. ನಾನು ಅವರ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತಾಗಲೆಲ್ಲ, ನಾನು ನನ್ನ ನೈಜ ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿರುತ್ತಿದ್ದೆ; ಎಂದಿಗೂ ತೀರ್ಮಾನಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗದ ದೋಷಪೂರಿತ ಮಾನವ.

ನನ್ನನ್ನು ಹುರಿದುಂಬಿಸಲು ಬೇರೆ ಯಾರಾದರೂ ನನ್ನ ಜೊತೆಗೆ ಇರಬಹುದು ಅಥವ ಇಲ್ಲದಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಗುರೂಜಿ ಯಾವಾಗಲೂ ನನಗಾಗಿ ಇರುತ್ತಾರೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು! ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳಿಂದ ಬಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು.

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತಾ ವಿ

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವಾಗ, ನಾನು ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕನ್ನು ನೋಡಿದೆ. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಸಂತೋಷದಿಂದ ತುಂಬಿತ್ತು.

–ರಂಜನ, ಕೈಗಾರಿಕ ತರಬೇತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ದಿ ಅಸೋಸಿಯೇಶನ್ ಆಫ್ ಪೀಪಲ್ ವಿಥ್ ಡಿಸಬಿಲಿಟಿ(ಎಪಿಡಿ), ಲಿಂಗರಾಜಪುರಮ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವ ಮುಂಚೆ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ತುಂಬ ಚಿಂತೆಗಳಿದ್ದವು ಮತ್ತು ತುಂಬಾ ಭಾರವಾಗಿತ್ತು. ಸೆಷನ್ ನಂತರ ನನಗೆ ಹಗುರವೆನಿಸಿತು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಸರಾಗವಾಗಿತ್ತು.

–ಸಂದೀಪ್, ಕೈಗಾರಿಕ ತರಬೇತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಎಪಿಡಿ, ಲಿಂಗರಾಜಪುರಮ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಇವತ್ತು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ನನ್ನ ತಲೆ ತೀವ್ರವಾಗಿ ನೋಯುತ್ತಿತ್ತು, ಅದು ಹೇಗಿತ್ತೆಂದರೆ ಯಾರೋ ನನ್ನ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಸುತ್ತಿಗೆಯಿಂದ ಹೊಡೆಯುತ್ತಿದ್ದ ಹಾಗಿತ್ತು. ಆದರೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಂತರ ನನ್ನ ತಲೆನೋವು ಮಾಯವಾಗಿತ್ತು! ನಾನು ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಇದನ್ನು ಮಾಡಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ.

–ಶ್ರೀನಿವಾಸ್, ಕೈಗಾರಿಕ ತರಬೇತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಎಪಿಡಿ, ಲಿಂಗರಾಜಪುರಮ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತುಂಬಾ ಚೆನ್ನಾಗಿತ್ತು. ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿತ್ತು.

–ಪೂಬಲನ್, ಕೈಗಾರಿಕ ತರಬೇತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಎಪಿಡಿ, ಲಿಂಗರಾಜಪುರಮ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಇದು ತುಂಬಾ ಒಳ್ಳೆಯ ಅನುಭವ. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಈಗ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆದಂತಾಯಿತು. ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ, ಬೆಳಕು ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ತಲುಪುತ್ತಿದೆ ಎಂಬ ಯೋಚನೆಯನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಕಡೆ ಬೆಳಕಿನ ತೇಜಸ್ಸು ಇರುವಂತೆ ಅನುಭವವಾಯಿತು.

–ಶ್ರೀಮತಿ. ಸುಗುಣೇಶ್ವರಿ, ಶಿಕ್ಷಕಿ, ಸಿಟಿಝನ್ಸ್ ಹೈ ಸ್ಕೂಲ್, ಪಿಲ್ಲಣ್ಣ ಗಾರ್ಡನ್ಸ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

ಇದು, ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಬೆಳಕು, ಶಾಂತಿ ತುಂಬಿರುವ ಒಂದು ಸುಂದರ ಪ್ರದೇಶವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಆತ್ಮಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಒಂದು ಸಂಚಲನ. ಭಾಷಣಗಳು, ಬಾವುಟಗಳಿಲ್ಲದ, ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರಷ್ಟೇ ಸಾಕಾಗುವ ಒಂದು ಸಂಚಲನ. ಪದಗಳು ಮಾಡಲಾಗದ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಬೆಳಕೇ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡಿದಾಗ, ಅದು ಬೇರೆಯವರ ಹೃದಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಮನೆಗಳನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ಕತ್ತಲನ್ನು ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಪಂಚವೂ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಇದು ಭೌತಿಕ ಬೆಳಕಲ್ಲ, ಆದರೆ ಇದು, ಯಾವುದರಿಂದ ಇಡೀ ಸೃಷ್ಟಿ ಬಂದಿದೆಯೋ ಆ ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಬೆಳಕು. ಈ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ಇದೆ – ಶಕ್ತಿ, ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯ. ಈ ಬೆಳಕು ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಇದೆ.

ನಾವು ಪ್ರತಿದಿನ ಎದ್ದಾಗ ಮತ್ತು ಮಲಗುವಾಗ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಈ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ಹರಡೋಣ. ಹರಡಿ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ತರೋಣ.

ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರವೊಂದನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ನಂತರ ಈ ಸಾಗರದಿಂದ ಬೆಳಕಿನ ದಪ್ಪ ಕಿರಣವೊಂದು ಕೆಳಬಂದಂತೆ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಈ ಬೆಳಕು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತುಂಬುತ್ತಿದೆಯೆಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಒಂದು ನಿಮಿಷ ಈ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ನಂತರ ಈ ಬೆಳಕು ನಿಮ್ಮ ದೇಹದಿಂದ ಹೊರಬಂದು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಸುತ್ತಲೂ ಹರಡುತ್ತಾ, ನಿಮ್ಮ ಮನೆ, ಪ್ರದೇಶ, ದೇಶ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ತುಂಬುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

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

ಈ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹರಡಿ.

www.lightchannels.comಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ.

ಶಂಬಲದ ನಿಯಮಗಳು

ಈ ಏಳು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಶಂಬಲದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುವ ಜನರು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಶಾಂತಿ–ಪೂರ್ಣತೆಗಳಿಂದ, ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಬಾರದೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಯೌವನದಲ್ಲಿಯೇ ಬದುಕುತ್ತಾರೆ.

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, ನಂತರ ಅವುಗಳನ್ನು ಪಿಸುಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಹೇಳಿ ಅನಂತರ ಕಾರ್ಯಗತ ಮಾಡುವುದು.
5. ಯಾವುದೇ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಮೊದಲು, ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಮಾತನಾಡದೆ ಗುಟ್ಟಾಗಿಡುವುದು.
6. ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ಗೆಲ್ಲಲು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಗಳನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುವುದು.
7. ನಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಲೌಕಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವೇ ನಮ್ಮ ತೃಪ್ತಿಯ ರೇಖೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನಕೊಡುವುದು.

ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು

ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾಷಣಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2006 (ಮುಂದುವರೆದದ್ದು)

ಸತ್ಯಗಳು ಬಹಳ ಸುಲಭವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಅದನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಅದನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡುವುದು ಉತ್ತಮ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗಲೂ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸಬೇಕು. ಸತ್ಯವೇನೆಂದರೆ, ದೇವರು ಕೊಡುತ್ತಾನೆ; ದೇವರು ಕೆಲವೊಂದನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ದೇವರು ಕೆಲವೊಂದನ್ನು ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ದೇವರಿಗೆ ಎಲ್ಲ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆಂದು ನಮಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಜ್ಞಾಪಕವಿರಬೇಕು, ಮತ್ತು ದೇವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಯಾವುದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಎಂದು ದೇವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿರುತ್ತದೆ – ನಮಗೆ ಯಾವುದು ಸರಿ, ನಮಗೆ ಯಾವುದು ಸರಿ ಅಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು ಬಹಳ ಸುಲಭ. ನಮಗೆ ಒಂದು ವಸ್ತುವನ್ನು ಕೊಡದಿದ್ದಾಗ, ಆ ಸತ್ಯಾಂಶವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಆದರೆ ದೇವರ ಮೇಲೆ ನಿಷ್ಠೆ ಇದ್ದರೆ, ದೇವರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇದ್ದರೆ, ನಾವು ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಅವನು ಏನು ಕೊಟ್ಟಿಲ್ಲವೊ ಅದನ್ನು ಕೂಡ ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು ಅದರ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ನಾವು, ಈ ಲೋಕದ ಮಾನವರು, ನಮಗೆ ಏನನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿಲ್ಲವೊ ಅದರ ಹಿಂದೆಯೇ ಯಾವಾಗಲೂ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ಆದುದರಿಂದ, ನಾವು ಅವನನ್ನು ಪೀಡಿಸುತ್ತೇವೆ. ದೇವರು ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯವನು. ಅವನು ನಮಗೆ ಏನು ಕೊಟ್ಟಿಲ್ಲವೊ ಮತ್ತು ನಾವು ಯಾವುದರ ಹಿಂದೆ ಹೋಗುತ್ತೇವೊ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅವನನ್ನು ಪೀಡಿಸುತ್ತೇವೊ, ಅದನ್ನೆಲ್ಲ ಕೊಡುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಒಂದು ವಿಷಯ, ಅವನಲ್ಲಿ ಅವನೇ ಮಾಡಿರುವ ಕೆಲವು ನಿಯಮಗಳಿವೆ. ಅದನ್ನು ಅವನಿಂದ ಕಡೆಗಣಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ, ನಾವು ಕೇಳಿದುದನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ನೋವಿನ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಅವನು ಕೊಡುತ್ತಾನೆ. ನಮಗೆ ಮುಂಚೆ ಕೊಟ್ಟಿಲ್ಲದುದನ್ನು ಅವನನ್ನು ಪೀಡಿಸಿ ಪಡೆದುಕೊಂಡಾಗ, ಅದರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಬರುವ ನೋವು ಅಥವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ನಮಗೆ ಇದು ಅರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನೆಲ್ಲಾ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ಮತ್ತೆ, ನಾವು ಗೊಣಗುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ, ದೂರುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಬದುಕನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಶೋಚನೀಯವಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ನಾವು ವಿಷಯಗಳ ಪೂರ್ಣ ಚಿತ್ರವನ್ನು ನೋಡಬೇಕು. ನಮ್ಮ ವೃತ್ತಿ, ನಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಣದಂತಹ ಜೀವನದ ಹರಿವನ್ನು ಮತ್ತು ಪೂರ್ಣ ಬದುಕನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ನಮಗೆ ಏನು ಬೇಕು, ನಮ್ಮ ವೃತ್ತಿ ಯಾವುದು? ಇದರ ಪೂರ್ತಿ ಚಿತ್ರ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕು. ಇದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯದ ಜೀವನದ ಹರಿವನ್ನು ಕೂಡ ನಾವು ನೋಡಬೇಕು. ಈ ಜನ್ಮದ್ದು ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಇಡೀ ಈ ಜನ್ಮವಲ್ಲ ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳದ್ದು ಕೂಡ. ಇದು ನಮಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ? ಇದು ನಮಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಿರುತ್ತದೆ, ನಮಗೆ ಅರಿವಿರುತ್ತದೆ, ಯಾವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದು ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆಂದು. ಆವಾಗ ನಾವು ಸರಿಯಾದ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಮತ್ತು ಸಮಯವನ್ನು ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಸಂಪೂರ್ಣವಾದ ಚಿತ್ರ ನೋಡುವುದರಿಂದ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತಿರಸ್ಕರಿಸಲು ಕೂಡ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದು ಸುಲಭ. 'ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿರುವುದು' ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಇದನ್ನು ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಮಾಡಿದಾಗ, ಉನ್ನತ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯಾದ ದೇವರಿಂದ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ವಿಷಯಗಳನ್ನು 'ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿರಲು' ದೇವರು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರ ಉಲ್ಲೇಖವನ್ನು ಹೇಳಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ. ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದರು, "ದೇವರ ಅನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿರುವಾಗ, ಒಂದು ಕೈ ಅದರ ದಾರಿಗೆ ಅಡ್ಡ ಬಂದರೆ, ಆ ಕೈಯನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ಎಸೆದು ಬಿಡಿ". ಆ ರೀತಿ ಮಾತನಾಡಲು ಅವರೊಬ್ಬರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ. ವಿಷಯವೇನೆಂದರೆ, ನಾವು ಸಂಪೂರ್ಣ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ನೋಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಗುರಿಗೆ ಏನೇ ಅಡ್ಡ ಬಂದರೂ ಅದು ನಮಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ, ನಾವು ಅದನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುತ್ತೇವೆ, ಅದನ್ನು ಬಿಸಾಕುತ್ತೇವೆ.

ಇದು ಹೀಲಿಂಗ್ ಬಗ್ಗೆ. ಪರಿಚಿತವಾದ ವಿಷಯಗಳು ಆದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಪ್ರಕರಣವನ್ನು ನಾನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಋಷಿಗಳು ಹೇಳಿದರು, "ಜನರು ಹೀಲಿಂಗ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮುಂಚೆ ಅವರು ಅದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು". ಬಹಳ ವಿಷಯಗಳ ಅಲೆಗಳಿವೆ. ಹೀಲಿಂಗ್ ಅಲೆ ಕೂಡ ಇದೆ. ಜನರು ಹೀಲಿಂಗ್ ಕಲಿಯಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಹೀಲಿಂಗ್ ಮಾಡಲು ಶುರು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ ಒಂದು ವಿಷಯವೆಂದರೆ, ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶಗಳನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಹೀಲಿಂಗ್ ಒಂದು ಸೇವೆ. ಇದು ಸತ್ಯ. ಆದರೆ ಹೀಲಿಂಗ್ ಅಪಕಾರವನ್ನು ಕೂಡ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹೇಗೆ? ಅದನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಕೆಲವನ್ನು, ನಾವು ಹೀಲ್ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಕೆಲವನ್ನು ನಾವು ದೇವರಿಗೆ ಬಿಡಬೇಕು. ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪ್ರಕರಣವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೀಲಿಂಗ್ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ಮಾಡುವಂತಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನೇ ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಯಾವ ಪ್ರಕರಣವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೀಲಿಂಗ್ ಮಾಡಬೇಕು, ಯಾವುದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು ಎಂದು ನಮಗೆ ಹೇಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ? ಇಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲೇ ಧ್ಯಾನವು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಒಳಅರಿವಿನಿಂದ ಇದು ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದ ಈ ಮೆಟ್ಟಲುಗಳನ್ನು, ನಾವು ಹತ್ತುವ ಪ್ರತಿ ಮೆಟ್ಟಲನ್ನು, ಬಹಳ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕೆಲವನ್ನು ಹೀಲ್ ಮಾಡಬೇಕು, ಕೆಲವನ್ನು ಹೀಲ್ ಮಾಡಬಾರದು, ಯಾಕೆಂದರೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಪಾಠವನ್ನು ಕಲಿಯುವ ಅವಕಾಶದಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಮತ್ತೊಂದು ಭಾಗವೆಂದರೆ, ನೀವು ಹೀಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕರ್ಮದಲ್ಲಿ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ. ಸಹಜವಾಗಿ ಅದರ ಒಂದು ಭಾಗವನ್ನು ನೀವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಿರಿ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ಬಹಳಷ್ಟನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಿರಿ. ನೀವು ಹೀಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ 24 ಗಂಟೆಯೊಳಗೆ ಸರಿಯಾದರೆ, ಸಹಜವಾಗಿ ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, "ನಿಮಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು, ನೀವು ಮಹಾನ್ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಿದ್ದೀರ." ನಿಮಗೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಬಹಳ ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು. ನಿಮಗೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಾಯುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಂಶಯವಿಲ್ಲ. ಇದರಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.

ನಾವು ಮಧ್ಯಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಅದನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದ್ದ ಕರ್ಮವು ನಮಗೆ ಪೆಟ್ಟು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಅವನ ತಲೆ ನೋವು ಹೋಗಿರುವುದರಿಂದ ನನಗೆ ತಲೆ ನೋವು ಬಂದಿರಬಹುದೆಂದು ನಾವು ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆ ರೀತಿ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಪಾದದಲ್ಲಿ ನೋವು ಕೂಡ ಆಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಯಾವುದೇ ನೋವು ಆಗಿರದಿರಬಹುದು. ಅದು ಮತ್ತೇನೋ ಆಗಿರಬಹುದು. ಅದು ಏನು ಬೇಕಾದರೂ ಆಗಿರಬಹುದು. ಆರ್ಥಿಕ ನಷ್ಟ ಇರಬಹುದು, ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದ ಹಾಗೆ ನಷ್ಟವಾಗಬಹುದು. ಕರ್ಮಗಳಿಗೆ ಬಹಳ ಬುದ್ಧಿ ಇರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಬಾಗಿಲಿನಿಂದ ಬರಬಹುದೆಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿದರೆ, ಅವು ಕಿಟಕಿಯ ಮೂಲಕ ಬರುತ್ತವೆ! ಇದನ್ನು ನೀವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ನೀವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡದೆ ಇದ್ದರೆ, ನಿಮಗೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಬರುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವು ಗುಂಪುಗಳು ಹೀಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಹಣವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಾವು ಹಣವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ, ಏನನ್ನೂ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಒಮ್ಮೆ ನೀವು ಹಣವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ, ನೀವು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಹಾಗಾಗಿ, ಇವೆಲ್ಲವೂ ಹೀಲಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ ಇರುವ ಮುಖ್ಯ ಅಪಾಯಗಳು. ಹೀಲಿಂಗ್ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತುಂಬಾ ಸೆಳೆಯುವ ವಿಷಯ. ನಾವು ನಿರುತ್ಸಾಹಗೊಳ್ಳುವುದು ಬೇಡ. ನಾವು ಹೀಲಿಂಗ್ ಎಂದರೇನು ಎಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸೋಣ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

26 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2021

ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಂಡಾಗ, ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ನಾನು ಕಳೆದ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದೆ. ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಂಡಾಗ, ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಬೆಳಕು ಪ್ರಕಟವಾಗುವುದನ್ನು ತನಗೆ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತೆಂದು ಒಬ್ಬಾಕೆ ನನಗೆ ಬರೆದಿದ್ದರು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಮೀರಿದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯವೆಸಗುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಆಕೆ ಹೇಳಿದರು. ಆಕೆಯ ಅವಲೋಕನ ಬಹಳ ಸುಂದರ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸಿತು. ನಾವು ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮೀರಿ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಭವ್ಯವಾಗಿ ವರ್ತಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ನಾವು ಪ್ರತಿ ಬಾರಿಯೂ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದೇ ಇರಬಹುದು. ಹೀಗೆ ತುಂಬಾ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ, ತುಂಬಾ ಭವ್ಯವಾಗಿ, ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮೀರಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ನಮಗೆ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು, ಪ್ರತಿ ಬಾರಿಯೂ, ನಮಗೆ ನೀಡಿದ ಪ್ರತಿ ಅವಕಾಶದಲ್ಲಿಯೂ ಹೀಗೆ ನಡೆದುಕೊಂಡರೆ, ಅದೇ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆ. ನಮ್ಮ ಕಡೆಯಿಂದ ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಪ್ರಯತ್ನ ಅದೇ. ನಾವು ಹೀಗೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬಹುದಾದರೆ, ಆಗ ನಾವು ಸದಾ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ. ಆಗ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಆಗ ಅದು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ವಿಧಾನವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ, ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು ನಮಗೆ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಬರುತ್ತದೆಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು.

ಹಾಗಾದರೆ, ಸ್ಫೂರ್ತಿಯು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಕೇವಲ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ, ಭವ್ಯವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ, ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗಿರುವ ನಂಬಿಕೆ, ವಿವೇಕ ಕೂಡ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದು ಎಂತಹ ಸುಂದರವಾದ ವೀಕ್ಷಣೆ. ಗುರೂಜಿಯವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಅನೇಕ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು ಇಲ್ಲವಾದರೆ ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹಿಂದೆ ಕೂಡ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಹೇಳಿದ್ದು ನೆನಪಿದೆ. ಅವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಿದ್ದ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ವ್ಯತ್ಯಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಬೆಳಕು ನಮಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ನೀಡುವುದೇ ಹಾಗೆ. ನಾವು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಈ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ ಮತ್ತು ಈ ವಿವೇಕದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ನಡೆದುಕೊಂಡರೆ, ಆಗ ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸಬಹುದು.

ನಾವು ಜನರೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವಾಗ, ಅವರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ, ನಾವು ನಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕೂಡ ಆಕೆ ಹೇಳಿದರು. ಇದು ಅವರನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಿದಂತಲ್ಲವೇ(judging)? ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಇನ್ನಷ್ಟು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಜನರೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವಾಗ, ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ರೂಪುಗೊಳ್ಳಲು ಆರಂಭವಾಗುವುದು ನಿಜ. ಆದರೆ, ನಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಿಕೊಂಡು ನಂತರ ನಾವು ನಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳ ಪ್ರಭಾವದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿದರೆ, ಆಗ ನಾವು ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ಣಯಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಅವಸರದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ನಿರ್ಧಾರಕ್ಕೆ ಜಿಗಿಯದೇ ಇರುವುದು ಉತ್ತಮ. ಖಂಡಿತವಾಗಿ, ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗುವುದನ್ನು ನಾವು ತಪ್ಪಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಈ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಿ ಅದನ್ನು ಅಲ್ಲಿಯೇ ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುವುದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಎಂದು ನಾನು ತಿಳಿಯುತ್ತೇನೆ. ನಮಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಚಿತ್ರಣ ದೊರೆಯದೇ ಇರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ನಾವು ತೀರ್ಮಾನಿಸಲು, ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಮಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಮಾಹಿತಿ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ತಪ್ಪಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಇದೆ. ನಮಗೆ ಒಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಸಹ ಇರಬಹುದು ಆದರೆ ನಾವು ಕೇವಲ ತೆರೆದ ಮನಸ್ಸು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಸಾಕು. ನಾವು ಅದನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನ ತಿಳುವಳಿಕೆಗಾಗಿ ತೆರೆದಿಡಬಹುದು. ಆಗ ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವ ಹೊಂದುವುದಿಲ್ಲವೆಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಒಂದು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅಭಿಪ್ರಾಯದೊಂದಿಗೆ ಮುಕ್ತಾಯ ಮಾಡುವುದು ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಕುಚಿತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಬೆಳಕನ್ನು ಗಮನಿಸುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ನಾವು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಅಭಿಪ್ರಾಯವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿದ್ದರೆ ಆಗ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ, ಅಲ್ಲಿ ಏನೂ ತೊಂದರೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಬೆಳಕಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಪರಸ್ಪರ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಒಬ್ಬ ಅದ್ಭುತವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಬಹಳ ಶುದ್ಧ ಎಂಬುದನ್ನು ಮನಗಂಡರೆ ಅಲ್ಲಿ ಏನೂ ತೊಂದರೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ನಾವು ಇದನ್ನೂ ಸಹ ಒಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ಣಯಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದಾದರೂ, ಅದು ಪರವಾಗಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ನಿರ್ಣಯಿಸಿದರೆ ಆಗ ತೊಂದರೆ ಎದುರಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಾವು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿಬಿಂಬವನ್ನೇ ನೋಡುತ್ತಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಇದೆ, ಯಾರಿಗೆ ಗೊತ್ತು? ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಇದನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿ ಪ್ರಕರಣವನ್ನೂ ನಾವು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅಂಶಗಳು ಇರುತ್ತವೆಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅವು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಸತ್ಯವೇ. ನಾವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮಲ್ಲೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಛಾಯೆಗಳು ಇರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ. ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗುವುದು ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಛಾಯೆಗಳನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕುವುದೂ ಕೂಡ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯೇ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವೆಲ್ಲರೂ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು, ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಲು, ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಲು ಇಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ.

"ನಾವು ಒಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಧನಾತ್ಮಕ ಭಾಗದ ಕಡೆ ಸಂಬಂಧ ಕಂಡುಕೊಂಡಾಗ, ಆತನ ಅಥವಾ ಆಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ಬೆಳಕಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಯಾವಾಗ ನಾವು ಆ ಬೆಳಕಿನ ಸಂಬಂಧ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆಯೋ ಆಗ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ನಾವು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ," ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ನಾನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿರುವ ದೈವತ್ವವು ನಮ್ಮನ್ನು ದೇವರಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿಸುತ್ತದೆ. ಅದೇ ರೀತಿ, ಅದರ ವಿರುದ್ಧವಾದುದು ಆದಾಗ, ನಾವು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದಾಗ, ನಾವು ಆ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದುತ್ತೇವೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ನಿರ್ಣಯವು ನಮಗೆ ಸಂತೋಷವನ್ನು ತರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ನಮಗೆ ಭಯಾನಕ, ಶೋಚನೀಯ ಭಾವವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ತರಗತಿಗಳೊಂದರಲ್ಲಿ, ಗುರೂಜಿಯವರು ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದ್ದನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದೆವು. ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಬೇರೆ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಕೂಡ, ನಾವು ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಾವು ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ, ಅದು ಸಹಾಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಸಮಯ ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಆ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಹಿಂದೆ ತಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅದು ಸಹಾಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಅರಿವು ಆ ಮಟ್ಟದಲ್ಲೇ ಸ್ಥಗಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ತಡೆಹಿಡಿಯುವುದರಲ್ಲೇ ತನ್ನನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡುಬಿಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸಹಾಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಆಚೆಗೆ ಹೋಗಬೇಕು. ಹಾಗಾಗಿ, ಅದನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ತಂತ್ರದ ಮೇಲೆ ಗಮನ ಕೊಡುವುದು ಉತ್ತಮ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು. ಭಾವನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಉಸಿರಾಟದ ಮೇಲೆ ನೇರವಾದ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಗಾಬರಿಗೊಂಡಾಗ, ನಮ್ಮ ಉಸಿರಾಟವು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ, ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ■

ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿರು – ವವರಿಗೆ 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 ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕಗಳು ಸೇರಿದೆ.

ನಂತರ, ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್‌ನ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫೀ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2000), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 900). ಭಾರತ ದೇಶದಿಂದ ಹೊರಗೆ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್‌ನ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫೀಯು ರೂ. 3500. ಈ ಫೀನಲ್ಲಿ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಸೇರಿದೆ.

- ★ 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.

ಚೆಕ್/ಡಿಡಿಗಳನ್ನು 'Manasa Light Age Foundation' ಹೆಸರಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಂಗಳೂರೇತರ ಚೆಕ್‌ಗಳಿಗೆ 50ರೂ. ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಸೇರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಗಳು

- ★ ತಾಳ್ಮೆ ಇರಲಿ. ಮೊದಲನೆಯ ದಿನವೇ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ಪವಾಡಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ನಾವು ಶ್ರದ್ಧೆ ಯಿಂದ 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 ತಲೆಕೆಡಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ಓಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬಾರದು. ಅವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ ಇರುವುದು ಉತ್ತಮ. ಬೇರೆ ದಾರಿಯೇ ಇಲ್ಲ.

ನವ ಯುಗದ ಗುರು

ಶ್ರುತಿ ಸುಧಾಕರ್; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತ

ನನ್ನ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ, ನಾನು ಮೊದಲು ಭೇಟಿಯಾಗಿದ್ದ ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿದ್ದ ಒಬ್ಬರು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದೆ. ಅವರ ಸೌಮ್ಯವಾದ ದಿಟ್ಟ ನೋಟ ಮತ್ತು ಅವರ ಪ್ರೇಮದ ಮುಗುಳ್ನಗೆಯು ಒಂದು ದೇವದೂತರ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಪ್ರೀತಿಯ ಆದರಣೆಯಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಆಗ ಅವರೊಬ್ಬ ಋಷಿ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ – ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗೂ ಮೀರಿದ ಒಬ್ಬ ಮಾಸ್ಟರ್! ಕೇವಲ ನಮಗಾಗಿ .... ಕೇವಲ ಈ ಜಗತ್ತಿಗಾಗಿ .... ಬಂದ ಒಬ್ಬ ಮಾಸ್ಟರ್ .... ಇವೆಲ್ಲವೂ ನನ್ನ ಅರಿವಿಗೆ ಬಂದದ್ದು ಮಾತ್ರ ತುಂಬಾ ಸಮಯದ ನಂತರ. ಅವರು ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ ಅಲ್ಲದೆ ಬೇರೆ ಇನ್ನಾರೂ ಅಲ್ಲ.

ಅವರು ಭೂಮಿಗೆ ಬಂದರು ಮತ್ತು ಕೇವಲ ಒಬ್ಬ ನರ ಮಾನವನಂತೆ ಜೀವಿಸಿದರು. ಅವರು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರು, ಅತ್ತರು, ನಕ್ಕರು ಮತ್ತು ತಮಾಷೆ ಮಾಡಿದರು. ಅವರು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಒಂದು ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಬಂದರು – ಮಾನವ ಕುಲದ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು, ನಮ್ಮ ದುಃಖವನ್ನು ಉಪಶಮನ ಮಾಡಲು, ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ನಮ್ಮ ಮೂಲದ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ನೆನಪಿಸಲು – ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗದ ಮೂಲಕ.

ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವ ಪಡೆಯುವುದು ನಮ್ಮ ಗುರಿ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳಿದರು, ಆದಾಗ್ಯೂ ನಾವು ಜೀವಿಸುತ್ತಿರುವ ಈ ಜಗತ್ತಿಗೂ ಮತ್ತು ಅದರಾಚೆಗಿನ ಜಗತ್ತುಗಳಿಗೂ, ಸಮಾನವಾದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡಿದರು. ನಾವು ಯಾರು ಎಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಮೂಲವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಅವರು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರು. ಈ ಜಗತ್ತಿನ ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಬಂದ ಆತ್ಮಗಳು ನಾವು ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ನಾವು ಜೀವನವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಡೆಸಬೇಕಾಗಿರುವುದರ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ನಮಗೆ ವಿವರಿಸಿದರು. ಅವರು ಉತ್ತಮ ಸಂಗೀತ, ಸಿನೆಮಾ, ಸಾಹಿತ್ಯ ಮತ್ತು ಕಲೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದರು. "ಈ ಎಲ್ಲಾ ಅನುಭವಗಳು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಆಳವಾಗಿ ಇಳಿಯಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡೋಣ. ನಾವು ಓದಿದಾಗ, ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಓದಿಗೆ ಧ್ಯಾನದ ನಂತರದ ಸ್ಥಾನ," ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಅವರು ಮುಂದುವರೆದು, "ಅದೇ ರೀತಿ, ಸಂಗೀತದ ಭಾವನಾತ್ಮಕತೆಯ ಭಾಗವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಆಗಲೇ ಸಂಗೀತವು ಆತ್ಮವನ್ನು ಕಲಕುವುದು. ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು; ಆಗ ಜೀವನವು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ." ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಸಂಗೀತ ಮತ್ತು ಚಿತ್ರಕಲೆ ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ವಿವರಿಸಿದರು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಮಗೆ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಅವರು ರಾಜಕಾರಣ ಅಥವಾ ಸಮಾಜದ ಬದಲಾವಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಎಷ್ಟು ತೀವ್ರತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯಿಂದ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದರೋ ಅಷ್ಟೇ ತೀವ್ರತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯಿಂದ ಆಕಾಶ, ಸೂರ್ಯಾಸ್ತ ಮತ್ತು ಹಕ್ಕಿಗಳ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಗುಹೆಗಳಿಗೆ ಓಡಿ ಹೋಗುವುದು ಮತ್ತು ಸಮಾಜದಿಂದ ದೂರವಿದ್ದು ಜೀವನ ಮಾಡುವುದು ಸುಲಭ, ಆದರೆ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಸೌಹಾರ್ದತೆಯಿಂದ ಬದುಕುವುದು ಮತ್ತು ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ; ಅದು ನಿಜವಾದ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನವಯುಗದ ಗುರುವಾಗಿ ಅವರು ನಮಗೆ ಸಾಧನೆ ಮತ್ತು ಜೀವನದ ವಿಸ್ತೃತ ತಿಳುವಳಿಕೆ ನೀಡಿದರು. ■

ಗುರೂಜಿ – ಒಜಿ(OG)

ಸ್ವಸ್ತಿಕಾ ಕಾನಡೆ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಒಜಿ (OG), ಮೂಲ ದರೋಡೆಕೋರ (Original Gangster) ಎಂಬುದು ಸಹಸ್ರಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದಿರುವ ಒಂದು ಆಡು ಭಾಷೆ, ಒಬ್ಬ ಅಸಾಧಾರಣವಾದ ತಾಳ್ಮೆ ಇರುವ ಮತ್ತು ಅದ್ಭುತ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಆಗಾಗ ಬಳಸುವ ಪದ. ಗುರೂಜಿಯವರು ಒಜಿ, ಎಲ್ಲಾ ಒಳ್ಳೆಯ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಸಂಗತಿಗಳ ಪರ ನಿಂತವರು. ಅವರು ತಂಪಾಗಿ ಕಾಣಲು ಅವರಿಗೆ ತಂಪು ಕನ್ನಡಕದ ಅಗತ್ಯವೇನೂ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಅವರ ಭವ್ಯವಾದ ನಡಿಗೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ಕಚಗುಳಿಯಿಡುವ ಹಾಸ್ಯದಿಂದ ತುಂಬಿದ ತಂಪಿನ ಪ್ರತಿರೂಪವಾಗಿದ್ದರು. ಗುರೂಜಿಯಂತಹ ಒಜಿ ಗಳು ಬೆಡಗಿನ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ ಎನಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಚಿನ್ನದ ಸರ ಮತ್ತು ಬೇಸ್ ಬಾಲ್ ಟೊಪ್ಪಿಗಳ ಬದಲಿಗೆ ಕೇವಲ ಒಂದು ಶುಭ್ರವಾದ ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಕುರ್ತಾ ಸಾಕಾಗಿತ್ತು. ಅವರ 100 ವ್ಯಾಟ್ ಮುಗುಳ್ನಗೆ ಯಾರ ಮನಸ್ಥಿತಿಯನ್ನೂ ಬೆಳಗಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರ ನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಉದ್ಧಟತನವನ್ನು ಭಯೋತ್ಪಾದಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಭಯೋತ್ಪಾದಕ ಅವರು. ನಾವು, ಅವರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಅವರ ಗುಂಪಿನ ಸದಸ್ಯರು ಮತ್ತು ನಾವು ಅವರ ಬೊಕ್ಕಸವನ್ನು ಕೇವಲ ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿಸಬೇಕು. ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಉಡುಗೊರೆಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಲ್ಲದುದರಿಂದ ತಮ್ಮ ಕವಚದಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ಅವರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರು ಒಬ್ಬ ಸೌಮ್ಯ ದೈತ್ಯ. ಗಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲ ಆದರೆ ಅವರ ನಿಲುವಿನಲ್ಲಿ. ಅವರು ಒಬ್ಬ, ಅಗಾಧ ಮೊತ್ತದ ಬೆಳಕು, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ದೈತ್ಯ. ಆಗಸದೆತ್ತರದ ಪರ್ವತದಂತೆ: ಸ್ಥಿರ, ಸದಾ–ಉಪಸ್ಥಿತ ಮತ್ತು ತುಂಬು ಜೀವಂತಿಕೆ. ಅವರು ಅದನ್ನು ಸತತವಾಗಿ ಹೊತ್ತಿರುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಅದನ್ನು ಇತರರಿಗೆ ಅನಂತವಾಗಿ ಹರಡಿದರು. ನಾವು ಅವರನ್ನು ಮುಖತಃ ಭೇಟಿ ಆಗಿದ್ದೇವೋ ಇಲ್ಲವೋ, ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯು ಬೃಹತ್ತಾದದ್ದು ಮತ್ತು ಬೇರೊಬ್ಬರಿಂದ ಭರಿಸಲಾಗದ್ದು. ಅವರು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಇದ್ದಾರೆ, ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದುವುದಷ್ಟೆ ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾದದ್ದು. ಆದರೂ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಅವರ ಭೌತಿಕ ಉಪಸ್ಥಿತಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರುವುದು ಸಹಜ. "ಜೀವನವನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸುವುದು, ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ದೇವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸಿದಂತೆ," ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ ಮಾತನ್ನು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಅನುಸರಿಸೋಣ. ಅವರ ವೈಭವಯುತವಾದ ಜೀವನವನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸಿದರೆ ಅವರ ನಮ್ಮೊಂದಿಗಿನ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸಿದಂತೆ. ನನ್ನನ್ನು ಯಾರಾದರೂ ಕೇಳಿದರೆ: ಹೌದು, ನಾನು ದೇವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ – ಗುರುವನ್ನು, G for Guruji, G for God. ■

ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ
ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ನಾನು ಮೊದಲು ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಈಗ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಿಗೆ ಹೋದಾಗ, ಬೆಳಕನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಬೆಳಕಿನಂತೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆಯೋ ಅಥವ ನನ್ನ ನಿತ್ಯದ ಧ್ಯಾನ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುವ ಅದೇ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆಯೋ?

ಉ: ನಾನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವಂತೆ, ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿರುವ ಆ ದೇವರ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅವರು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಯಾವುದೇ ದೈವೀ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ, ಬೆಳಕಿಗೂ ಕೂಡ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ದೈವೀ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವು, ಬೆಳಕಿಗೆ ದ್ವಾರ ಅಥವ ಬಾಗಿಲು ಇದ್ದಹಾಗೆ. ಯಾವುದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚೈತನ್ಯವು ಬೆಳಕಿಗೆ ಒಂದು ಬಾಗಿಲು. ನಾವು ಚೈತನ್ಯದ ಅನುಭವ ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ತಾನಾಗಿಯೇ ಬೆಳಕಿಗೂ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಇವೆರಡನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ, ಇದು ಚೈತನ್ಯ ಅಥವ ಇದು ಬೆಳಕು ಎಂದು ಬೇರ್ಪಡಿಸುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ಹೇಗಿದ್ದರೂ, ಎಲ್ಲವೂ ಬೆಳಕಿನಿಂದಲೇ ಬಂದಿದೆ.

ಪ್ರ: ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭ ಎಂದರೆ ಏನು?

ಉ: ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭವು ಸಂಸ್ಕೃತ ಪದವಾಗಿರಬೇಕು. ನನಗೆ ಸಂಸ್ಕೃತ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭದ ಬಗ್ಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರು ಮಾತನಾಡಿದ್ದರೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ. 'ಹಿರಣ್ಯ' ಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಹಾಗಾಗಿ, ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭವು ಸೃಷ್ಟಿಯ ಗರ್ಭ. ಎಲ್ಲವೂ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದ ಹೊರ ಬಂದಿದೆ. ಪ್ರಜ್ಞೆಯೇ ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ನಾನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಜನರು ಈ ಪದವನ್ನು ಯಾವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆಂದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರು ಬ್ರಹ್ಮನನ್ನು ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಈ ಭೌತಿಕ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡವು ಬ್ರಹ್ಮನಿಂದಲೇ ಹೊರಬಂದಿದೆ. ಭೌತಿಕ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡದ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತ ಅವನೇ. ಅವನೇ ಭೌತಿಕ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡದ ಮೂಲ ಅಥವ ಗರ್ಭ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಬ್ರಹ್ಮನನ್ನು ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಪಡೆದ ಸಂದೇಶ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಂದಲೇ ಬಂದಿದೆ, ನಮ್ಮದೇ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಅಲ್ಲ, ಎಂದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ನಮ್ಮ ಅಂತರ್ಗ್ರಹಿಕೆಯು (intuition) ನಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಈ ಸಂದೇಶವು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಬಂದದ್ದೋ ಅಥವ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಂದ ಬಂದದ್ದೋ ಎಂದು ಅದು ನಮಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳೊಂದಿಗಿನ ನಮ್ಮ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಪರಿಪಕ್ವಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇರುವ ಒಂದೇ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ, ಅಭ್ಯಾಸ, ಅಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಅಭ್ಯಾಸ.

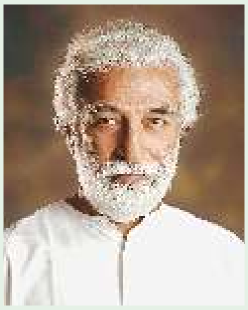
ಪ್ರ: ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ಗೆ ಸೇರಲು ಬೇಕಾದ ಅರ್ಹತೆ ಏನು? ಈ ಗ್ರೂಪಿನಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಸಾಧನೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ?

ಉ: ಈ ತರಗತಿಗಳು ಎರಡು ತಿಂಗಳಿಗೆ ಒಮ್ಮೆ ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಸಾಧನೆಗಾಗಿ ಬೇಕಾಗುವಷ್ಟು ಸಮಯವನ್ನು ಕೊಡಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಬೇಕು. ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯು ಶಂಬಲದ ಜನರಂತೆಯೇ ಬದುಕಲು ನಮ್ಮನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳಿದ್ದು. ಇದು, ಹೊಸ ಯುಗದ ಪ್ರಜೆಗಳಾಗಲು ನಮ್ಮನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಸಹಜವಾಗಿಯೇ, ಇದು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಶಂಬಲಕ್ಕೆ 18 ದ್ವಾರಗಳಿವೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಮತ್ತು ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಶಂಬಲದ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ನಮಗೆ ದೀಕ್ಷೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿ ದೀಕ್ಷೆಯೂ ಶಂಬಲಕ್ಕೆ ಒಂದು ದ್ವಾರವನ್ನು ದಾಟಿದಂತೆ. ಆದಕಾರಣ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೊಬ್ಬನು ಕನಿಷ್ಠ 18 ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕು, ಅದಕ್ಕೆ ಮೂರು ವರ್ಷಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಯಾವುದೇ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಯಾರು ಬೇಕಾದರೂ ಹಿಂದೆ ಸರಿಯಲು ಸ್ವತಂತ್ರರಿದ್ದಾರೆ. ಈ ದೀಕ್ಷೆಗಳು, ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಶಂಬಲ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದ ನಂತರವೂ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತವೆ. ಶಂಬಲದಿಂದ ಬಂದ ಆಸ್ಟ್ರಲ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಉಪಸ್ಥಿತಿ ಈ ತರಗತಿಗಳ ಅತಿ ಮುಖ್ಯ ಅಂಶವಾಗಿದೆ, ಮತ್ತು ಈ ಗ್ರೂಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆಯಲು ಅದೇ ನಮಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರೇರಕ ಅಂಶವಾಗಿದೆ. ಹೊರಗಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು, ಲೈವ್ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಈ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು. ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದವರು, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ತರಗತಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡರೆ ಸಾಕು. ಅವರು, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪಡೆಯುವ ಅದೇ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ■

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/-
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-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)	250/-
Guruji 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 Guruji Krishnananda - Vol 1 & 4	each 200/-
Thus Spoke Guruji Krishnananda - Vol 2 & 3	each 250/-
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/-
प्रकाशवाट (Marathi)	150/-
आयगुरूजी (Marathi)	100/-
ध्यान कसे करावे (Marathi)	50/-
ध्यानयोग (Marathi)	50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)	50/-
शंबला तत्त्वांचा 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/-
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	100/-

Published: 21st of Every Month. RNI. No. KARKAN/2003/13739 Regd. Postal Regn. No. KRNA/BGE/1124/ 2020-2022
Date of posting Newsletter-25th or 27th or 29th of Every Month. Posted at Bangalore PSO, Bg-560026 No. of Pages-8



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)

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

ತಪೋನಗರ

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 ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿರುವ 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

ಗುರೂಜಿ ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ ನನಗೆ ದಿನನಿತ್ಯದ ಬಹುತೇಕ ಎಲ್ಲ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಧ್ಯಾನವು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಪ್ರತಿ ಹಂತದಲ್ಲೂ ಅವರುಗಳು ನನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

– ಸುದೀಪ್ ಜಯರಾಮ ಶೆಟ್ಟಿ

ಪ್ರತಿ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲೂ ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ವರ್ತಿಸದೆ ಒಬ್ಬ ಪ್ರೇಕ್ಷಕನಾಗಿ ವೀಕ್ಷಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿರುವುದರಿಂದ ನನಗೆ ಬಹಳ ಸಹಾಯವಾಗಿದೆ.

– ಸ್ಮಿತಾ ಶೆಟ್ಟಿ

ನನ್ನ ಪ್ರತಿ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ, ಭಾವನೆಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಯೋಚನೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿರುವುದು ನನ್ನ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಂದಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿ ನಿತ್ಯದ ಕೆಲಸಗಳೂ ಸಹ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ, ನನಗೆ ಹೇಗೆ ಬೇಕೋ ಹಾಗೆ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುದು ನನ್ನ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಂದಿದೆ.

– ದಿಲೀಪ್ ಟಿಪ್ನಿಸ್

ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ 48 ನಿಮಿಷಗಳನ್ನು ಕಳೆಯುವುದು, ನಿಜವಾದ ಶಾಂತಿ, ನಿಶ್ಚಲತೆ, ತೃಪ್ತಿ ಹಾಗೂ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಂತೆ.

– ಸ್ವಪ್ನ ತೆಂಬೆ

ಇತ್ತೀಚಿನ ಒಂದು ದಿನ ಧ್ಯಾನ ಮುಗಿಸಿ, ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಒಂದು ಶಿವಲಿಂಗದ ದರ್ಶನವಾಯಿತು. ಅದರ ಮೇಲೆ ಒಂದು ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಮಾಲೆಯಿತ್ತು. ನಾನು ಆ ಶಿವಲಿಂಗವನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ನನ್ನ ಹಿಂದಿನಿಂದ ಬಂದು ತನ್ನ ಎಡಗೈಯನ್ನು ನನ್ನ ಭುಜದ ಸುತ್ತ ಹಾಕಿ, ಬಲಗೈಯಿಂದ ನನ್ನ ಆಜ್ಞಾ ಚಕ್ರವನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿದರು. ತಕ್ಷಣ ನನಗೆ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಚೈತನ್ಯದ ಹರಿವಿನ ಅನುಭವವಾಯಿತು. 3-4 ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಒಂದೇ ಸಮನೆ ನೀಲಿ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೆ 'ಓಂ ನಮಃ ಶಿವಾಯ' ಮಂತ್ರವನ್ನೂ ಪಠಿಸುತ್ತಿದ್ದು, ನನಗೆ ನಿನ್ನ ಪಾದದ ಬಳಿ ಆಶ್ರಯ ಕೊಡು ಎಂದು ಶಿವನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ.

ಈ ಮೇಲ್ಕಂಡ ಅನುಭವ ಊಹೆಗೆ ನಿಲುಕದ್ದು ಮತ್ತು ಅತ್ಯಂತ ಹರ್ಷದಾಯಕವಾದದ್ದು. ಋಷಿಗಳಿಗೆ, ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಹಾಗೂ ಈ ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ನಾನು ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕವಾದ ವಂದನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.

– ನಿನಾದ್ ಸೋಮನ್

ಕೋವಿಡ್‌ನ ಸಮಯಗಳಲ್ಲೂ ನನಗೆ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾದಾಗ ಶರಣಾಗತಿಯ ಅರ್ಥ ನನಗೆ ತಿಳಿಯಿತು. ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ನಾನು ಋಷಿಗಳು ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ ವಿಮಾನವೇರುತ್ತಿದ್ದೆ. ಕಾರಣಾಂತರಗಳಿಂದ ಪ್ರಯಾಣಗಳು ರದ್ದಾದರೂ ಅಥವಾ ವಿಳಂಬವಾದರೂ ನಾನು ಸೇರಬೇಕಾದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಯಾವ ಪ್ರಶ್ನೆಗೂ ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲದಂತೆ ಸೇರಿರುತ್ತಿದ್ದೆ. ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ನಾನು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಇಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿದ್ದು ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾರ್ಗ ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂದಿದೆ.

– ನಂದಿತಾ ಪಟೇಲ್

ನನ್ನನ್ನು ಋಷಿಗಳು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಒಂದು ದಿನ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳನ್ನೂ, ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನನ್ನೂ ಕಂಡೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರುವುದು ನನಗೆ ಬೇಕಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ದೇಹದ ಪ್ರತಿ ಜೀವಕೋಶವೂ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕಂಪಿಸುತ್ತಿದ್ದವು. ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆರೆಯುವ ಬಯಕೆ ನನಗಿರಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಕಣ್ಣು ತೆರೆದಾಗ 15-20 ನಿಮಿಷಗಳಾಗಿರಬಹುದೆಂದು ಭಾವಿಸಿದ್ದೆ ಆದರೆ ಒಂದು ಗಂಟೆಯ ಕಾಲ ಕಳೆದುಹೋಗಿತ್ತು. ನನಗೆ ಈ ಅನುಭವವನ್ನು ಪದಗಳಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಅನುಭವದಿಂದಲೇ ಪಡೆಯಬೇಕು. ಈ ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಸೌಂದರ್ಯವಿದೆ. ಎಲ್ಲವೂ ದೈವಿಕ ಪ್ರೇಮದಿಂದಲೇ ತುಂಬಿತ್ತು. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಾನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿ ಹೋಗಿ ನನ್ನಿಂದ ಅದು ಹೊರಗೆ ಹರಿದು ಹೋದಂತೆನಿಸಿತು. ಬೇರೇನನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕೆನಿಸಲಿಲ್ಲ. ನಾನೇ ಪ್ರೀತಿಯ ಪ್ರತೀಕವಾಗಿ ಅದರಿಂದ ತುಂಬಿ ಹೋಗಿದ್ದೆ. ನನ್ನ ಕಂಪನಾ ತರಂಗ ಅತ್ಯಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದು ಇದನ್ನು ಪದಗಳಲ್ಲಿ ಸೆರೆಹಿಡಿಯುವುದು ಕಷ್ಟ.

ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹರಡುವ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ಅಪಾರವಾಗಿ ಪ್ರೀತಿಯ ಕಿರಣಗಳು ನನ್ನಿಂದ ಹೊರಸೂಸುತ್ತಿದ್ದವು. ನಾನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನೂ ಆ ದೈವಿಕ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದಲೇ ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಾನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದಲೇ ತುಂಬಿದ್ದೆ.

ನಾನು ದೀಕ್ಷೆ (initiation) ಪಡೆಯುವ ದಿನ ನನ್ನ ಧ್ಯಾನ ಅತ್ಯಂತ ಸುಂದರವಾಗಿತ್ತು. ನಾನು ಬಲಯುತಳಾದಂತೆನಿಸಿತು. ನನ್ನ ದೇಹದಿಂದ ಅಪಾರ ಪ್ರಮಾಣದ ಬೆಳಕಿನ ಕಿರಣಗಳು ಹೊರ ಹೊಮ್ಮುತ್ತಿದ್ದವು. ಜ್ವಾಲಾಮುಖಿ ಸ್ಫೋಟಿಸಿದಾಗ ರಭಸದಿಂದ ಹರಿದು ಬರುವ ಲಾವಾರಸದಂತೆ ಬೆಳಕು ನನ್ನಿಂದ ಹೊರಬರುತ್ತಿತ್ತು. ಇಡೀ ದಿನ ನಾನು ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯದ ಅನುಭವದಲ್ಲೇ ಇದ್ದೆ.

– ನಭಾ ಬೇಲೆ

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 : ಆರ್ಟ್ ಪ್ರಿಂಟ್, 719/ ಎ, ವೆಸ್ಟ್ ಆಫ್ ಕಾರ್ಡ್ ರೋಡ್, 2ನೇ ಸ್ಟೇಜ್, ರಾಜಾಜಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು–560086. ಫೋನ್: 23359992
ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ