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 ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ್ದಾರೆ.

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 ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರು.

ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂ. 7 ಸಂ. 2 ಫೆಬ್ರವರಿ 2010 ರೂ.15

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಇದೊಂದು ಆಶ್ಚರ್ಯಕರ ಘಟನೆ. ನಾನು ಇದನ್ನು ನಿಮಗೆ ಹೇಳಲೇ ಬೇಕು.

ಈ ಸಂಜೆ, ನನಗೊಂದು ಹೊಸ ಪೆನ್ ಬಂದಿತು. ಅದು ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ನಾನು ಹೊಸ ಪೆನ್‌ನಿಂದ ಬರೆಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ನಾನು ಬರೆಯುತ್ತಿರುವಂತೆಯೇ, "ಇನ್ನುಮುಂದೆ ಈ ಹೊಸ ಪೆನ್‌ನಿಂದಲೇ ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಬರೆಯೋಣ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗಾದರೊಮ್ಮೆ ಅಥವಾ ನಾನು ಹೊರಗೆ ಹೋದಾಗ ಹಳೇ ಪೆನ್ ಉಪಯೋಗಿಸೋಣ," ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದನಂತರ, ಕಾರಣವೇ ಇಲ್ಲದೆ, ಹಳೇ ಪೆನ್ ಬರೆಯಲು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಂಡೆ. ಅದು ಬರೆಯಲಿಲ್ಲ. ಅದು ಬರೆಯುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಎಲ್ಲ ರೀತಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ. ಆದರೆ, ಇಲ್ಲ, ಅದು ಬರೆಯಲಿಲ್ಲ!

ಆಗ, ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ, ನನಗೊಂದು ಯೋಚನೆ ಹೊಳೆಯಿತು. ನಾನು ಪೆನ್ನಿಗೆ ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಗಳನ್ನು ಕಳಿಸಿದೆ, ಮತ್ತು ಅದರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿದೆ. ಅದನ್ನು ಅಲಕ್ಷ್ಯ ಮಾಡುವುದು ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಾನು ಅದನ್ನು ನೋಯಿಸಿದ್ದರೆ, ವಿಷಾದಿಸುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದೆ. ಅನಂತರ, ಹೆಚ್ಚು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಆ ಪೆನ್ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಬರೆಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಆಗ, ಪೆನ್ ಬರೆಯಲಾರಂಭಿಸಿತು!

ಆಗಿನ ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳು ಕಣ್ಣೀರಿಗೂ ಮಿಗಿಲಾಗಿದ್ದವು.

ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ಜೀವಂತವಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಸೆಂಟಿಮೆಂಟ್ಸ್ ಇವೆ. ಅವುಗಳಿಗೆ ಕೇವಲ ನಾವು ಮಾತ್ರ ಸಂವೇದನಾಶೀಲರಾಗಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಅಸಂವೇದನೆಯಿಂದ, ನಾವು ಎಷ್ಟೊಂದು ಸಾರಿ, ಎಷ್ಟೊಂದು ಚೇತನಗಳನ್ನು ನೋಯಿಸಿದ್ದೇವೋ!

ಅಮರರವರು ಬೇರೊಂದು ಭೂಮಿಯನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದಾಗ, ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಅಕಸ್ಮಾತ್ತಾಗಿ ಹುಲ್ಲಿನ ಮೇಲೆ ಹೆಜ್ಜೆಯಿಟ್ಟರು. ಹುಲ್ಲು ನೋವಿನಿಂದ ಚೀರಿತು ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಸುತ್ತಲಿನ ಎಲ್ಲ ಮರಗಳೂ ಅವರನ್ನು ಆಕ್ಷೇಪಿಸಿದವು. ಅವರು ಇಂಥ ಅನೇಕ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರ ಅನುಭವಗಳಿಂದ ನಾವು ಏನನ್ನೂ ಕಲಿಯಲಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅಸಂವೇದನಾಶೀಲರಾಗಿಯೇ ಉಳಿದೆವು.

ನಿಜ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಅವರಿಂದ ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಕಲಿತಿಲ್ಲ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾವು ಕಲಿತಿದ್ದರೆ, ಇಷ್ಟೊಂದು ಅ-ಪ್ರೀತಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ.

ಮತ್ತೊಂದು ಅಮರ ಜಯಂತಿ. ಮತ್ತೊಂದು ಸುತ್ತು ಭಾಷಣಗಳು ಮತ್ತು ಸಿಹಿ ಹಂಚಿಕೆ. ಪ್ರೀತಿಸಲು ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಬಾಳುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತೊಂದು ಅವಕಾಶ. ನಮ್ಮ ಹೃದಯಗಳ ಒಳಕ್ಕೆ ಅಮರರನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸೋಣ. ಅವರ ಬೋಧನೆಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸೋಣ.

ಕಾಮದಹನವೆಂದರೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಕಾಮವನ್ನು ಸುಡುವುದು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರ ಗುಣಗಳನ್ನು ಸುಡುವುದು.

ಈ ದಿನ, ಚಂದ್ರ ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ಮತ್ತು ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಶಿವನ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಇದ್ದಾಗ, ನಾವು ಒಂದು ಊಹಾ ಹೋಮಕುಂಡದ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆ ಹೋಮಕುಂಡದಲ್ಲಿ ಶಿವನ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಬೆಂಕಿಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಊಹಿಸಿಕೊಂಡು, ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಚಿಕ್ಕ ಕಪ್ಪು ಗೋಳಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ, ಈ ಕಪ್ಪು ಗೋಳಗಳನ್ನು ಬೆಂಕಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಬೇಕು ಮತ್ತು ಅವು ಸುಡಲು ಬಿಡಬೇಕು.

ಇದನ್ನು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಧಾರ್ಮಿಕವಿಧಿ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸದೆ ಇರೋಣ. ನಾವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟುಹಾಕೋಣ ಮತ್ತು ಪುನಃ ಅವನ್ನು ಶೇಖರಿಸದೆ ಇರೋಣ.

ಈಗ, ಭಾನುವಾರಗಳಂದು, ನನ್ನ ಲೆಕ್ಚರ್‌ಗಳು ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಆಗುತ್ತಿದ್ದು, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹತ್ತಿರವಾಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು, ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರಿಂದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬಾಂಧವ್ಯಗಳನ್ನು ನಾನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ಇದನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿಸಿದ ಜನರ ತಂಡಕ್ಕೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು. ■

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಷನ್ (ರಿ)
ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ 562 149. ಭಾರತ.
✆ (080) 2846 5280, 2271 5501, 93420 30250 (ಬೆಳಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1)
ಇ-ಮೇಲ್: info@saptarishis.com ವೆಬ್-ಸೈಟ್: www.saptarishis.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 ಫ್ಲೇಸ್,
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

ಆನೇಕಲ್ಲಿನಲ್ಲಿ (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.200/-
ಮನಿಯಾರ್ಡರ್‌ಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ

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

ಇಟಲಿ ದೇಶದ ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಿ ರೊಲ್ಯಾಂಡ್ ಫ್ಲೀಫ್ಲಿಂಗರ್ ಅವರು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ತಂದ ಆಲಿವ್ ಸಸಿಯನ್ನು ತಪೋವನದಲ್ಲಿ ನೆಡಲಾಗಿದೆ.

ಸುದ್ದಿ–ಸೂಚನೆ

- 1–02–2010 ರಂದು ನಮ್ಮ ಹೊಸ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightagemasters.comನ್ನು ಲಾಂಚ್ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ.
- ಭಾನುವಾರದ ಉಪನ್ಯಾಸದ ಜೊತೆಗೆ ರಾ–ಗ್ರೂಪ್ ಮತ್ತು ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಮೀಟಿಂಗ್ ಕೂಡಾ ವೆಬ್ ನೇರಪ್ರಸಾರ ಮಾಡಲಾಗುವುದು. ಈ ಅವಕಾಶದ ಸದುಪಯೋಗವನ್ನು ಈ ಗ್ರೂಪ್ ಸದಸ್ಯರು ಪಡೆಯಬಹುದು.
- 10–01–2010 ರಂದು ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಹೊಸ ಬ್ಯಾಚ್ ಆರಂಭವಾಯಿತು.
- 15–1–2010 ರಂದು ಸೂರ್ಯಗ್ರಹಣದ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿತ್ತು.

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು	ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ 12ರವರೆಗೆ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1ರವರೆಗೆ
ಶುಕ್ರವಾರಗಳು	ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 1 ರವರೆಗೆ
01 ಸೋಮವಾರ	ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ ಅಮರ ಜನ್ಮದಿನ
07 ಭಾನುವಾರ	ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.30ರವರೆಗೆ
12 ಶುಕ್ರವಾರ	ಮಹಾ ಶಿವರಾತ್ರಿ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1ರವರೆಗೆ
21 ಭಾನುವಾರ	ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
28 ಭಾನುವಾರ	ಸಾಯಂಕಾಲ 7ಕ್ಕೆ ಕಾಮದಹನ

2010 ಜನವರಿ 3ರಿಂದ ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾನುವಾರದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ನೇರ ವೆಬ್ ಪ್ರಸಾರವು ಮೆಂಬರ್‌ಗಳಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಇದರ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಇಮೇಲ್ ಮುಖಾಂತರ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು.

ಭಾನುವಾರದ ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಜಿಸಿದವರು

06–12–09	ವೈ.ಎನ್. ಚಲಪತಿ, ಮಾಧುರಿ.ಬಿ. ಸುಧಾಕರನ್ ಮತ್ತು ವಿಜಯಕುಮಾರ್
13–12–09	ನಿರ್ಮಲಾ.ಜೆ, ರಾಧಾ ಶ್ರೀವತ್ಸ, ಹರಿನಾಥ್ ಬಾಬು ಮತ್ತು ವಸಂತಲಕ್ಷ್ಮೀ.ಕೆ
20–12–09	ರಾಧಾ ಕುಮಾರ್, ವಿಜಯ್ ಸೋಮನ್ ಮತ್ತು ಭಾರತಿ.ಕೆ.ಆರ್
27–12–09	ವಿದ್ಯಾ ವೀರ್‌ಕರ್, ಮುರಳೀಧರ್.ಟಿ, ಸುಮಿತ್ರಾ ರಾವ್, ಉಷಾರಾವ್ ಮತ್ತು ಚಂದ್ರಣ್ಣ.ಎಂ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

01	ಸೋಮ	ಅಮರ ಜನ್ಮದಿನ
06	ಶನಿ	ಕೃಷ್ಣಾಷ್ಟಮಿ
07	ಭಾನು	ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಆಚರಣೆ
12	ಶುಕ್ರ	ಮಹಾ ಶಿವರಾತ್ರಿ
13	ಶನಿ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
22	ಸೋಮ	ಶುಕ್ಲಾಷ್ಟಮಿ
24	ಬುಧ	ಶುಕ್ಲದಶಮಿ
28	ಭಾನು	ಪೂರ್ಣಿಮಾ/ಕಾಮದಹನ

ಅಮರ ಜಯಂತಿ

7–2–2010

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ಕ್ಕೆ	ಓಂಕಾರ ಸ್ವಾಗತ ಭಾಷಣ ಭಾಷಣಗಳು ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ಆಶೀರ್ವಾದ
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.30ಕ್ಕೆ	ಪ್ರಸಾದ

20–02–2010 ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1ರವರೆಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರೊಂದಿಗೆ 'ಅನೌಪಚಾರಿಕ ಸಭೆ' ಇರುತ್ತದೆ. ಭಾಗವಹಿಸಲು ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವವರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕು.

"ತಪೋವಾಣಿ"ಯ ಮುದ್ರಣಕ್ಕೆ ರೂ. 5000 ಮತ್ತು ಭಾನುವಾರದ ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಜಿಸುವುದಕ್ಕೆ ರೂ. 2000.

ಅಮರ

ಸಂ: ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ; ಅನು: ವರ್ಷ ಗುರ್ಜಾರ್

ಅವರು ಒಬ್ಬ ಮಹಾನ್ ಗುರುವಾಗಿದ್ದರೂ ತೆರೆಮರೆಯಲ್ಲೇ ಉಳಿದರು. ಅವರು ವರ್ತಮಾನಕ್ಕಿಂತ ಅನೇಕ ಶತಮಾನಗಳ ಮುಂದಿನ ಜೀವನವನ್ನು ಜೀವಿಸಿದರು. ಅದು ಸೂಕ್ತ ಸಮಯವಾಗಿರದ ಕಾರಣ, ಜನ ಅವರನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ತಮ್ಮ ಪಾಲಿನ ಕೆಲಸವನ್ನು ಅವರು ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ಮುಂದುವರೆಸಿದರು. ಅವರು "ಸಿದ್ಧರಿರುವ ಜನರೆಲ್ಲ ಇಲ್ಲಿ ಬರಲಿ" ಎಂದು ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿದ್ದರು. ಅದರಂತೆ ಅವರ ಸುತ್ತ ಒಂದು ಗುಂಪು ಸೇರಿತು. ಅಮರ ತಾವು ಉನ್ನತ ಸ್ತರಗಳಿಂದ ಸಂಚಯಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟರು.

ಅವರು ಸಪ್ತಋಷಿಗಳಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಋಷಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಲ್ಲೆಲ್ಲ ಪ್ರಮುಖರಾಗಿದ್ದರು. ಅವರೊಬ್ಬ ಅದ್ಭುತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರಿ ಪ್ರಯಾಣಿಕರಾಗಿದ್ದರು. ಅವರು ಎಲ್ಲಾ ಭೌತಿಕ ಲೋಕಗಳು ಮತ್ತು ದೈವೀ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಲ್ಲಿ ಅವರು ದಿವ್ಯ ಜೀವಿಗಳು ಮತ್ತು ದೇವರುಗಳನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಿ ಮಾನವರೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವರೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು.

ಋಷಿಗಳು ತಪೋನಗರವನ್ನು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಅವರ ಕಾರ್ಯಸ್ಥಾನವಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದರು. ಅಮರರವರು ಈ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಋಷಿ–ಕೇಂದ್ರವಾಗಿ ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಲು ಬಹಳವಾಗಿ ಶ್ರಮಿಸಿದರು.

ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೊಂದಿದ್ದರೂ ಅಮರರವರು ಒಬ್ಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯನಂತೆ ಬದುಕಿದರು. ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯುತ್ತಿದ್ದ ಅವರು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನೂ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಬೆಳದಿಂಗಳು, ಹೂವಿನ ಚೆಂದ, ಮಗುವಿನ ಮುಗ್ಧತೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿ ಆನಂದಿಸುತ್ತಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಇವೆಲ್ಲ ಮುಖ್ಯ ಎಂದು ಅವರ ಸುತ್ತ ಇರುವವರಿಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಈ ಭೂಮಿಯ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿರುವುದರಿಂದ, ನಾವು ಅದನ್ನೆಲ್ಲಾ ಅನುಭವಿಸಬೇಕೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು.

ಅವರು "ಯಾರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರೋ ಅವರು ಅತ್ಯಂತ ಬಲಿಷ್ಠವಾದ ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮಾತ್ರ ನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯ. ಆತ ಸೌಮ್ಯವಾಗಿದ್ದರೂ ದೃಢವಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಎಲ್ಲರ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರೀತಿ ಉಳ್ಳವನಾಗಿದ್ದು, ಸಹಿಷ್ಣುವಾಗಿದ್ದರೂ ಪ್ರಬಲನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಇಡೀ ವಿಶ್ವಕ್ಕಾಗಿ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ, ಮರುಗುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಅವನೊಬ್ಬ ವಿಶ್ವಮಾನವ. ಸಂಪೂರ್ಣ ವಿಶ್ವವನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುವ ವಿವೇಕ ಅವನಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಇದೆ," ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು. ಅಮರ ಇದೆಲ್ಲವೂ ಆಗಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಇದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮಿಗಿಲಾಗಿದ್ದರು.

ಅವರು "ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕನಾಗಲು ಬರೀ ಧ್ಯಾನವೊಂದೇ ಸಾಲದು. ಅವನು ಈ ಬದುಕನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬದುಕಿ ಅದನ್ನು

ಮುಂದುವರೆದಿದೆ...

ಅನುಭವಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ದಿವ್ಯವಾದುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಬೇಕು. ಆಗ ಅವನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಒಂದು ನಿರಂತರವಾದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ, ಅದು ಅಂತಿಮ ಫಲಿತಾಂಶವಲ್ಲ," ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಇಂತಹ ಅಸಾಧಾರಣ ಮತ್ತು ವಿರಳ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಅಮರರವರು ಈ ಭೂಮಿ ಮೇಲೆ ಜೀವಿಸಿದ್ದರು.

ಅಮರ ಈಗಿನ ಗೊಂದಲದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಆಶಾಕಿರಣವಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅಮರ ಈ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುವ ಬೆಳಕು ಆಗಿದ್ದಾರೆ. ■

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸಂ: ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ವೇಲ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಕಳೆದ ಡಿಸೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳು ನಮಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಹಬ್ಬದ ಉಡುಗೊರೆಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಉಡುಗೊರೆಗಳು 'ದಿ ಗ್ರೇಟ್'–ರಾ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರದ ಉದ್ಘಾಟನೆಯಿಂದ ಪಾರಂಭವಾದವು. ಅಂದು ಸುಮಾರು 30 ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಸೇರಿದ್ದರು. ಧ್ಯಾನದ ನಂತರ, ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ನಮಗಾಗಿ ಪರಬ್ರಹ್ಮನನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ಶೇಕಡ 90ರಷ್ಟು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿದರು. ಅನಂತರ ಇದನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ಸಾಧಕರಿಗೂ ಮತ್ತು ಯಾರು ಬೆಳಕನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಿದ್ಧರಿದ್ದಾರೋ ಅವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಕೊಡಲಾಯಿತು.

ಮಾನಸಿ ವಲಯದ ವಿಸ್ತೀರ್ಣವನ್ನು ಇನ್ನೂ 2 ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ಹೆಚ್ಚು ವಿಸ್ತರಿಸಿದ್ದು ಮತ್ತೊಂದು ಕೊಡುಗೆ. ಭೂಮಿ ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್‌ನ ಪ್ರಭಾಮಂಡಲವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ ಡಿಸೆಂಬರ್ 21 ರಂದು ಸಂಜೆ 6 ಘಂಟೆಗೆ ತಪೋನಗರ ನಿವಾಸಿಗಳು ಅಮರ ಸಮಾಧಿ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಸೇರಿ ಆ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರು. ಆಶ್ಚರ್ಯಕರ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ, ಪೂರ್ವ ನಿಯೋಜಿತವಲ್ಲದ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ನಿವಾಸಿಗಳೆಲ್ಲ ಸ್ವತಃ ಬಂದು ಸೇರಿದ್ದು. ತಪೋನಗರದಿಂದ ಹೊರಗಡೆ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹೋದವರೂ ಕೂಡಾ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗ ವಹಿಸಿದ್ದರು. ಇದೆಲ್ಲ ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು? ಬಹುಶಃ ತಪೋನಗರದ ಸಮೂಹ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿರಬೇಕು.

ಮಾಸ್ಟರ್–ವಿ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಗಂಟೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ, ಹೊಸ ವರ್ಷ ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದರ ಮೂಲಕ ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.

ಪ್ರತಿವರ್ಷದಂತೆ ಈ ಸಲವೂ 12 ಗಂಟೆ ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನವಿತ್ತು. ಅಷ್ಟು ಸಮಯ ಇಡೀ ಭೂಮಿಗೆ ನೀಲಿ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹರಡಲಾಯಿತು. ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರಕೃತಿಮಾತೆಯೂ ಸ್ಪಂದಿಸಿ, ತನ್ನ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಮೃದುವಾದ ವರ್ಷ ಧಾರೆಯ ಮೂಲಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಯಿಸಿದಳು. ವರ್ಷದ ಕೊನೆಯ ದಿನ ಗ್ರಹಣವಿತ್ತು. ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಡಿಸೆಂಬರ್ 31ರಂದು ರಾತ್ರಿ ಧ್ಯಾನ ಆರಂಭಿಸಿ, 2010 ಬೆಳಗಿನ 3ಘಂಟೆಯವರೆಗೆ ಧ್ಯಾನಿಸುತ್ತಾ ಹೊಸ ವರ್ಷವನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಲಾಯಿತು. ■

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 ಪರಿವರ್ತನೆಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. 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 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.

ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು

(ಸಂಗ್ರಹ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನುವಾದ: ಶಿವಪ್ರಕಾಶ್ ಎಲ್)

06–12–2009

'ದಿ ಗ್ರೇಟ್'–ರಾ ಅಥವಾ 'ಪ್ರಕಾಶ ಬ್ರಹ್ಮ' ಧ್ಯಾನಮಂದಿರವನ್ನು 2009 ಡಿಸೆಂಬರ್ 5 ರಂದು ತೆರೆಯಲಾಯಿತು. ಇದು ಧ್ಯಾನಿಗಳಿಗಾಗಿ ಪ್ರತಿ ದಿನವೂ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5 ಘಂಟೆ ಯವರೆಗೆ ತೆರೆದಿರುತ್ತದೆ. 18–05–2009 ರಂದು ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡುವ ಕಾರ್ಯ ಈ ದಿನ ಪೂರ್ಣಗೊಂಡಿತು. ಅಂದು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದವರೆಲ್ಲಾ ಒಂದು ಘಂಟೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರು. ನಂತರ ಅವರನ್ನು ಒಳಗಿನ ಸಭಾಂಗಣಕ್ಕೆ ಆಹ್ವಾನಿಸಲಾಯಿತು. ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಬದ್ಧತೆಯ ಪ್ರತೀಕವಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ನಿಷೇಧತೆಗಳೆಲ್ಲವನ್ನು ಶರಣಾಗಿಸುವಂತೆ ಕೇಳಿದರು. ಅವರು ಶರಣಾಗಿಸಿದ ನಿಷೇಧತೆಗಳ ಪ್ರಮಾಣಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟು ಹಾಕಲಾಯಿತು. ಎರಡು ನಿಮಿಷಗಳು ಮೌನವನ್ನು ಆಚರಿಸುವಂತೆ ಹೇಳಿದಾಗ, ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಶೇ.90 ಭಾಗ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಕಳೆದು ಹಾಕಲಾಯಿತು. ಇದೇ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಈಗ ಈ ಲೆಕ್ಚರ್ ಹಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟುಗೂಡಿರುವವರಿಗೆ, ಡಿ.ವಿ.ಡಿ.ಗಳಲ್ಲಿ ಈ ದಿನದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಕೇಳುವವರಿಗೆ ಮತ್ತು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದಲ್ಲಿ ಓದುವವರಿಗೆ ಈ ಅವಕಾಶವನ್ನು ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ವಿಸ್ತರಿಸಬೇಕೆಂದಿದ್ದಾರೆ. ಇವರೆಲ್ಲರೂ ಅದೃಷ್ಟ ವಂತರು. ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದವರಿಗೆಲ್ಲ ಈ ಲಾಭಗಳನ್ನು ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅವರು ತುಂಬ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕರಾಗಿರಬೇಕು.

ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಶೇಖರಿಸಿರುವ ವಿವೇಕ ಅಥವಾ ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಅನುಭವದಿಂದ ಪಡೆದಿರುವುದನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳದೇ ಇರುವುದು ಎಂದೂ ಮುಗಿಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣ ವಾಗಿದೆ. ನಾವು ಗಳಿಸಿರುವುದನ್ನು ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬು ದನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಿ, ಪರಾಮರ್ಶಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಋಷಿಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ನಾವು ಬೆಳೆಯಲು ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಾವು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಅವರ ಪ್ರೇಮ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆದಂತೆ ಹೆಚ್ಚು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಎಷ್ಟೋ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಕೂಡಾ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿ ತಾನೇ ಸ್ವಂತವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ನಾವು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ.

ಈ ಜೀವನ ಬಹು ಪದರವುಳ್ಳದ್ದು ಮತ್ತು ಬಹುಮುಖಿಯಾದುದು. ಜೀವನದ ಎಲ್ಲ ಪದರಗಳನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದೇವೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ಬದುಕನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುವುದರಿಂದ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ. ಜೀವನದ ಇತರ ಪದರಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳನ್ನು ಅರಿಯಲು ನೀವು ಹೆಚ್ಚು ಓದಬೇಕು. ನೀವು ಎಲ್ಲವೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕಾದರೆ ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಹೂವುಗಳೊಡನೆ, ಚಿಟ್ಟೆಗಳೊಡನೆ ಮಾತ ನಾಡಬೇಕು. ಪ್ರೇಮವನ್ನು, ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ಅನುಭವವನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಬೇಕು.

ನೀವು ನನ್ನನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ. ನನ್ನನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೂ ಸರಿ ಆದರೆ ತಪ್ಪಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ.

ನಾನು 70 ವರ್ಷಗಳು ಈ ಜೀವನವನ್ನು ಬದುಕಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಈ ವರ್ಷಗಳನ್ನು ವ್ಯರ್ಥವಾಗಿ ಕಳೆದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಬಹಳಷ್ಟು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಹೆಚ್ಚು ಅನುಭವ ಪಡೆದಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಜೊತೆ ವಿಚಾರ ವಿನಿಮಯ ಮಾಡಲು ನೀವು ನನ್ನ ಹತ್ತಿರ ಬರಬೇಕು. ನಾವು ನಮ್ಮನ್ನು ತೆರೆದಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನದನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ.

ನೀವು ಬೆಳೆಯಬೇಕು ಮತ್ತು ನನ್ನನ್ನೂ ಮೀರಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕು. 2012ನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಅನೇಕ ಸದುದ್ದೇಶ ಹೊಂದಿದ ಜನರು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಜನರಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿ ಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಅವರಲ್ಲಿ ಏಕತೆ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು ದುಃಖಕರ ಸಂಗತಿ! ಪ್ರತಿ ಯೊಬ್ಬರಲ್ಲಿ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಅಹಂ ತುಂಬಿದೆ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿರುವ ಬೆಳಕಿನ ಕಾರ್ಯ ಕರ್ತರೆಲ್ಲ ಒಂದಾಗಿ ಸೇರಿದರೆ, ಅವರು ಹೆಚ್ಚಿನ ಕಾಣಿಕೆ ನೀಡಬಹುದು. ಅವರು ತಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಸ್ವಲ್ಪ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಇಡೀ ಮಾನವ ಕುಲಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗ ದರ್ಶಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಬೆಳಕಿನ ಮಹಾಗುರುಗಳನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ; ಅವರಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಅನೇಕಬಾರಿ ಅವರಲ್ಲಿ ಗೊಂದಲವಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ನೋಡಿದ್ದೇನೆ. ಇಂಥ ಸಂದರ್ಭಗಳ ದುರ್ಲಾಭ ಪಡೆಯಲು ಕಿಡಿಗೇಡಿಗಳು, ಕಪ್ಪು ಜನರು ಕಾಯುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಕೂಡ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಉದ್ದೇಶ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ, ಗೊಂದಲ ಉಂಟುಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಸಂದೇಶ ಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಅತ್ಯಂತ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು.

26–11–2009 ರಂದು ರಾತ್ರಿ 9.40ಕ್ಕೆ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ಎರಡು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಮೌನವನ್ನು ಆಚರಿಸಿದರು, ಕಾರಣ ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿ ಅದೇ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಭಯೋತ್ಪಾದಕನ ಮೊದಲ ಗುಂಡು ಹಾರಿತ್ತು. ಇಂಥ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹರಡಬಹುದು. ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಈ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಅದ್ಭುತ ಆತ್ಮಗಳ ಮೂಲಕ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಾಸ್ ಮಾಡಿದರು.

ಇದೇ ವರ್ಷ ಫೆಬ್ರವರಿ 26 ರಂದು ಏರ್ಪಡಿಸಿದ್ದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಿ, ಶಾಂತಿ ಬಯಸುವ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಬೆಳಕನ್ನು ತಂದು ಹರಡಿದರು. ನಾವು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು, ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಾನು ಭೌತಿಕ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಆಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನೋಡು ತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಮಂಕಾದರೂ, ಬೆಳಕನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಇದು ಜಾಗೃತಿಯ ಸೂಚನೆ. ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಜನರು ಬಲವಾಗಿ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಭ್ರಷ್ಟತೆ ಮತ್ತು ಹಿಂಸೆಯ ವಿರುದ್ಧ ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತ ಪ್ರತಿಭಟನೆಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿವೆ. ಚೈತನ್ಯಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿವೆ. ನಾವು ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು.

13–12–2009

ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ನೀವು ಪರಿಗಣಿಸಿದರೆ ನಿಮಗೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂಬುದು ತಿಳಿಯುವುದು. ಸಾಧನೆ ಎಂದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದು – ಬೆಳೆದು, ಬದಲಾಗಿ, ಪರಿವರ್ತನೆಹೊಂದುವುದು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಗುಣಾತ್ಮಕವಾಗುವ ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ಭಾವೋದ್ವೇಗ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಉನ್ನತೀಕರಿಸಬೇಕು. ತಿಳಿ ನೀಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಎಲ್ಲ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಉಸಿರಾಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಅದ್ಭುತವಾದ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಕಾಣುವಿರಿ.

ನೀವು ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸವಿಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳನ್ನು 'ಬೆಳಕು' ಎಂದು ಸಹ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸವಿಡಿ. ಅವರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪಾಲಿಸಿ. ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ, ದೇವರೊಂದಿಗೆ, ಆಕಾಶ–ಪ್ರಕೃತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಏಕತೆಯನ್ನು ನಾವು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಇಡೀ ಮನುಕುಲದೊಂದಿಗೆ ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಸುಲಭ, ಆದರೆ ಸಣ್ಣ ಗುಂಪಿನೊಂದಿಗೆ ಸುಲಭವಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ನಾವು ಪರಮಾ ಗತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಎಂತಹ ಮೌಲ್ಯಾಧಾರಿತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕೆಂದರೆ ಅದು ಏಕೈಕ ಧರ್ಮದ ಸಾರವಾಗಿರಬೇಕು. ಇಡೀ ಮಾನವ ಕುಲ ಅದನ್ನು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಅನುಸರಿಸುವಂತಾಗಬೇಕು. ಅದು

ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು

(ಸಂಗ್ರಹ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನುವಾದ: ಶಿವಪ್ರಕಾಶ್ ಎಲ್)

ಪ್ರೇಮ, ಶಾಂತಿ, ಸತ್ಯ ಮತ್ತು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ಧರ್ಮಗಳು ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತವೆ, ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಕುಸಿದು ಬೀಳುತ್ತವೆ. ಹೊರಚಿಮ್ಮಲು ಕಾಯುತ್ತಿರುವ ದೈವಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಗುರುತಿಸಿ, ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. 2012 ನೇ ವರ್ಷದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಭಯ ಹುಟ್ಟಿದೆ. ಪ್ರಪಂಚ ಕೊನೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳೊಡನೆ ಇರಲು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ದೇವರು ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನೊಡನೆ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಹೊಂದಿಸಿಕೊಂಡರೆ ನಾವು ಸುರಕ್ಷಿತರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಈ ಸಂದೇಶಗಳು ಬೆಳಕಿನಿಂದ, ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಅರಿಯಬೇಕು ಮತ್ತು ನಂಬಬೇಕು. ಯಾರಾದರೂ ಗೊಂದಲದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಭಯಗೊಂಡಿದ್ದರೆ ಅವರಿಗೆ ಆಶ್ವಾಸನೆ ನೀಡಿ, "ಹೆದರಬೇಡಿ. ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗಿದ್ದರೆ ನೀವು ಸುರಕ್ಷಿತರಾಗಿರುತ್ತೀರಿ" ಎಂದು ಹೇಳಿ. ಜನರಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುವುದು ನಮ್ಮ ಜವಾಬ್ದಾರಿ.

ಯಾವುದಾದರೂ ಸಮಸ್ಯೆ ತಲೆದೋರಿದರೆ ಅದರ ಮೂಲ ಕಾರಣವನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಅದು ನಮ್ಮೊಳಗೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ ಕೂಡಲೆ, ಅದನ್ನು ನಮ್ಮಿಂದ ಹೊರಹಾಕಬೇಕು. ಇದು ಕೆಲವು ಸಲ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ.

ನೀವು ಯಾರನ್ನಾದರೂ ನೋಯಿಸಿದರೆ, ನಿಮಗೂ ನೋವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ಹಿಂತಿರುಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅದನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಬೇಕು. ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಕಠೋರವಾಗಿ ತೀರ್ಮಾನಿಸಬೇಡಿ.

ಕೆಲಸ, ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಗಳಿಗಿಂತ ದೊಡ್ಡದು. ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕರಾಗಿರಬೇಕು. ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ನನ್ನೊಂದಿಗಿರಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಅವಕಾಶ ನೀಡುತ್ತೇನೆ. ಅದು ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತ, ಪ್ರೀತಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿರಬೇಕು. ಅದು ಪ್ರಶಂಸನೀಯ ಮತ್ತು ಸ್ವೀಕಾರಾರ್ಹ. ಆದರೆ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಹೀಗೆಯೇ ಮುಂದೆ ಸಾಗಬೇಕು.

ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದಾಗ ನಾವು ಕೃಪೆಯನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಕೃಪೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಅದರ ವಿಸ್ತಾರವನ್ನರಿಯಲು ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಬೇಕು. ಒಮ್ಮೆ ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರೆ, ಆ ಅನುಭವದ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕಲು ಕಲಿಯುವಿರಿ. ನಾವು ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕರಾಗಿಲ್ಲವಾದರೆ ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಕೆಳಗಿಳಿಯುತ್ತೇವೆ. ಕೆಲವು ಸಲ ಕುಸಿಯುತ್ತೇವೆ. ಎಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಇದೆಯೋ ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರೇಮವಿರುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವರು ಮುಖಂಡರನ್ನು, ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಒಂದು ಸಮಾನ ವೇದಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಸೇರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಾನು ಕೂಡಾ ಮಾನವ ಶರೀರದಲ್ಲಿರುವ ಬೆಳಕಿನ ಮಹಾಗುರುಗಳನ್ನು ಒಂದೆಡೆ ಸೇರಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಮಾನವ ಕುಲದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕ ಬೆಳಕು, ಮುಂದಿನ ಧರ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಾಧಾರಿತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಘೋಷಣೆಯನ್ನು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ತರಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಇಲ್ಲಿ ಏಕತೆ ಲೋಪವಾಗಿರುವುದು ವಿಷಾದನೀಯ. ಈಗ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಪ್ರೇಮ ತುಂಬಿದೆ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಸಂಚಲನ, ಒಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚಳುವಳಿ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ಈ ಭೂಮಿಯನ್ನು, ಮಾನವಕುಲವನ್ನು, ಎಲ್ಲ ಜನರನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.

ಮುಂದೆ ನಿರಾಶೆ, ಗೊಂದಲ ಮತ್ತು ಕಂಗಾಲಾಗುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಸಂಕಷ್ಟಕ್ಕೆ ಸಿಕ್ಕಿದವರ ಬಳಿಗೆ ಧಾವಿಸಲು ಸಜ್ಜಾಗಿರುವ ಬೆಳಕಿನ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಜಾಲವೊಂದನ್ನು ಸಿದ್ಧ ಪಡಿಸಲು ನಾನು ಬಯಸಿದ್ದೇನೆ. ಸೂಕ್ತ ಕಾಲಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಕಾಯುತ್ತೇನೆ.

ಭವಿಷ್ಯದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮುಖಂಡರು, ಹೊಸಯುಗದ ಸತ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿರಲೇಬೇಕು. ಅವರು ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿರುವ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದ್ದು ನಮ್ಮನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುವಂತಿರಬೇಕು. ಅವರು ವ್ಯಾಪಾರಿ ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿಲ್ಲದೇ ಹೋದರೆ ಮಾತ್ರ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ನಾಯಕತ್ವ ವಹಿಸಬಹುದು.

ಆನೇಕಲ್ಲಿನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರದ ಹಿಂದೆ ಇರುವ ಮರದಲ್ಲಿ ಸಾವಿರಾರು ಕಂಬಳಿ ಹುಳುಗಳು ಹೊಚ್ಚ ಹೊಸ ಚಿಗುರೆಲೆಗಳನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದವು. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅವುಗಳನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡಲು ಕೀಟನಾಶಕವನ್ನು ತಂದನು. ನಾನು ಮರವನ್ನು ಕೇಳಿದೆ, 'ನಾವು ಕೀಟನಾಶಕವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದೇ?' ಅದು ಹೇಳಿತು, 'ಇಲ್ಲ ಈ ಕಂಬಳಿ ಹುಳುಗಳು ಎಲೆಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಲಿ ಎಂದು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಎಲೆಗಳನ್ನು ಹೊಮ್ಮಿಸುತ್ತೇನೆ.'

20–12–2010

ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಮತ್ತು ಧರ್ಮ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರಿತಿರಬೇಕು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯು ಎಲ್ಲ ಧರ್ಮಗಳ ಸಾರವಾದರೆ, ಧರ್ಮವು ಧಾರ್ಮಿಕ ವಿಧಿಗಳ ಆಚರಣೆಯಾಗಿದೆ. ಕೆಲವು ಸಲ ಆಚರಣೆಗಳು ಸ್ವಾರ್ಥಪರ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗಾಗಿ ಸೇರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುತ್ತವೆ ಅಥವಾ ವಿಕೃತವಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಕೂಡಾ ಧ್ಯಾನಕ್ಕಿಂತ ಉನ್ನತ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಹಾಗೂ ಅದನ್ನು ಮೀರಿದ ವಿಷಯಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಅದು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿರುವುದು. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಿಜವಾಗಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕನಾಗಿದ್ದರೆ ಆತ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಶಕ್ತಿಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಾರವು. ಒಮ್ಮೆ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತಾಗ ಉತ್ಪಾದನೆಯಾಗುವ ಚೈತನ್ಯಗಳು ವಾಮಾಚಾರದ ಪ್ರಭಾವಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ನಾಶ ಮಾಡಬಲ್ಲವು. ನಾನು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ಕೇಳಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ಜನರು ಸ್ವತಃ ತಾವೇ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಏಕೆಂದರೆ ಈಗ ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಸಹಜ ವಿವೇಕ ಹುಟ್ಟುತ್ತಿದೆ. ಹೊಸಯುಗ ಅಂತರಂಗದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೊಸಯುಗದ ಸತ್ಯಕ್ಕೆ ಇದು ಉತ್ತಮ ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿದೆ.

ನಾವು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಕಾರ್ಯಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಕಾರ್ಯಯೋಜನೆ ಎಂದರೆ ಧ್ಯಾನಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅಂತರ್‌ವೀಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ನಿಮ್ಮ ಅಂತರ್‌ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿಷೇಧತೆಗಳೆಲ್ಲವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ.

ನಾವು ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿರುವ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ, ಪ್ರಾಣವನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಬೇಕಾಗುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮಪ್ರಾಣ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಸ್ಥೂಲಪ್ರಾಣವಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಈ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ, ಗುಣಾತ್ಮಕ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕಪ್ಪು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಅಂತರ್‌ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಚುರುಕುಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ದೀರ್ಘಕಾಲದವರೆಗೆ ಅಂದರೆ ಒಂದು ಸಲಕ್ಕೆ 15 ರಿಂದ 30 ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ. ಆಗ ಅದ್ಭುತಕರ ಘಟನೆಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ.

ಡಿಸೆಂಬರ್ 21ರಂದು, ಇಡೀ ಸೂರ್ಯ ಮಂಡಲವು ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್‌ನ ಪ್ರಭಾವ ಲಯವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಸಂಜೆ 6ಗಂಟೆಗೆ ನೀವಿರುವ ಸ್ಥಳದಲ್ಲೇ ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್ ಅನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿ, ಅದನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಿ, ಆದರದಿಂದ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಮತ್ತು ಅದರ ಸುಂದರ ಪ್ರಭಾವಲಯವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ. ನಾಳೆಯಿಂದ ಸತ್ಯಯುಗ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ■

ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿರುವವರಿಗೆ ಅಂಚೆ ಮತ್ತು ಇ–ಮೇಲ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಧ್ಯಾನ ಕಲಿಸಲಾಗುವುದು. ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 1000/–), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 700/–) 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 ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಸಂದೇಹಗಳಿಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರೇ 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 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.

ಪತ್ರಗಳು

ಸಂಗ್ರಹ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿ ಈ ದಿನ, (3ನೇ ಜನವರಿ 2010) ನಿಮ್ಮ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಕೇಳಿದೆ. ನಿಜವಾಗಿ ಅದೊಂದು ಸುಂದರ ಅನುಭವ. ದೂರಕಲಿಕೆ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಭಾನುವಾರದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ವೆಬ್ ಮೂಲಕ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ಅನುಕೂಲ ಕಲ್ಪಿಸಿದ್ದಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. –ಗೌರವ್ ಪಾಠಕ್

ನಿಮ್ಮ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ನೇರಪ್ರಸಾರಕ್ಕೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ ದೂರವಿರುವ ನಮ್ಮಂಥಹ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಉಪಯೋಗವಾಗಿದೆ. ನಾವು ಕೂಡಾ ತಪೋನಗರದ ಧ್ಯಾನ ಸಭಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಇದ್ದೇವೇನೋ ಎಂಬಂಥ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಅನಂತರ ನಾವು ಕೂಡಾ ಸಮೂಹ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದೆವು. –ವಿಲಾಸ್ ಖೇಡೇಕರ್

ವೆಬ್ ನೇರಪ್ರಸಾರ ತಪೋನಗರವನ್ನು ನಮ್ಮ ಸನಿಹಕ್ಕೆ ತಂದಿದೆ. ಅದು ನನ್ನ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಹತ್ತಿರವಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಭಾನುವಾರದ ಉಪನ್ಯಾಸ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಭಾಗವಹಿಸದಿದ್ದರೂ ಎಲ್ಲಾ ಧ್ಯಾನಿಗಳ ಮಧ್ಯದಲ್ಲೇ ನಾನೂ ಇದ್ದೇನೆ ಎಂಬ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. –ನವೀನ್

ಭಾನುವಾರದ ತರಗತಿಗಳ ವೆಬ್ ನೇರಪ್ರಸಾರಕ್ಕೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. ದೂರದ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ನಿಮ್ಮ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೇಳಲು ಆಗಿದ್ದಕ್ಕೆ ನಾನು ಧನ್ಯನಾದೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಕೂಡಾ ಸಮೂಹ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದುದಕ್ಕೆ ನನಗೆ ಸಂತೋಷವೆನಿಸಿತು. –ಅಶೋಕ ಶೇಷನ್

ವೆಬ್ ನೇರಪ್ರಸಾರ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ಅನುಭವವಾಗಿತ್ತು. ದೂರದ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ಮಂಥ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಇದೊಂದು ಅಮೂಲ್ಯ ಕೊಡುಗೆ. 'ಆಡಿಯೋ' ದಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ತರಗತಿ ನಡೆಸಿಕೊಡುತ್ತಿರುವ ದೃಶ್ಯವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಿತ್ತು. ಇಂಥಹ ಅನುಕೂಲವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಟ್ಟ ಉತ್ಸಾಹಿ ತಂಡಕ್ಕೆ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು. –ನಂದಿನಿ ಬೋಂಡಾಲೆ

ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ನನಗೆ ಕುಣಿದು ಕುಪ್ಪಳಿಸುವಂತಾಯಿತು. ಅಂದು ನಾನು ನಿಮ್ಮಿಂದ ಪಡೆದುಕೊಂಡ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನನ್ನಲ್ಲಿ ನೈತಿಕ ಬಲವನ್ನು ಮೂಡಿಸಿವೆ, ಜೊತೆಗೆ ನನ್ನ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ. ಮಾನಸದ ಸಮಸ್ತ ತಂಡಕ್ಕೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. –ಮೋಹನ್ ಖೇಡೇಕರ್

ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸದ ವಿಸ್ತಾರತೆ ಬಹಳ ದೊಡ್ಡದು. ಹಾಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸಮಯ ಕೂಡಾ ಅತ್ಯಮೂಲ್ಯ. ನನ್ನ ಕಷ್ಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನೀವು ನೀಡಿದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಕ್ಕಾಗಿ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಲು ನನಗೆ ಪದಗಳೇ ದೊರಕುತ್ತಿಲ್ಲ.

ಗುರೂಜಿಯವರ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಮೂಲಕ ನಮಗೆ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಟ್ಟ ಮಾನಸ ತಂಡದ ಎಲ್ಲಾ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. –ಗೀತಾ ಜೋಶಿ

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಹಂತದ ಅಭ್ಯಾಸದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಸಾಧನೆಯು ಹೆಚ್ಚು ತೃಪ್ತಿಕರವಾಗಿತ್ತು. ಕೆಲವೊಂದು ಸಲ ನನ್ನೊಳಗಿರುವ ಮೌನದ ಗಾಢತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಆಗಾಗ ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅಥವಾ ತಪೋನಗರವನ್ನು ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಂಡಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಆಳವಾದ ಶಾಂತತೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ನನಗೆ ಅತಿ ಹತ್ತಿರದ ಸಂಬಂಧವಿದೆ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ಸ್ಪಂದಿಸುವಾಗ ಕೂಡಾ ಇದು ನನ್ನ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಂದಿದೆ. –ಆರ್. ನರಸಿಂಹಮೂರ್ತಿ

2009 ರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ಮಾನಸದೊಂದಿಗಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಹಿಂತಿರುಗಿ ನೋಡಿದಾಗ ನಾನು ಅಸಾಧಾರಣವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಹಿಂದೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯಗಳು, ಅತೃಪ್ತಿ, ಕೆಲವು ಸಾರಿ ಭಯ ಮತ್ತು ಹೊಸ ಘಟನೆಯ ಉದ್ವಿಗ್ನತೆಗಳು ಇದ್ದವು. ಕಾಲಕಳೆದಂತೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿವೆ. ನೀವು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳು ಅಗಾಧವಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದೀರಿ ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ಸಾಧನೆಯ ಮೂಲಕ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ದಿದ್ದೀರಿ. –ರಾಕೇಶ್ ಮಿಶ್ರಾ

ನಿಮ್ಮ ಕೃಪಾಶೀರ್ವಾದಗಳಿಂದ 2009ನೇ ವರ್ಷ ಯಾವ ಕಷ್ಟ ಕಾರ್ಪಣ್ಯಗಳಿಲ್ಲದೇ ಕಳೆದಿದೆ. ಮಾನಸದ ಹೊಸ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವುದು, ಅದರಲ್ಲಿರುವ ಅನೇಕ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಅರಿಯುವುದು ನನಗೆ ಒಂದು ಮಹತ್ವದ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿದೆ. ಇವು ನಾನು ಸೃಷ್ಟಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿವೆ. ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ "ಸಿದ್ಧರಾಗಿ ಮತ್ತು ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗೆ ತಯಾರಾಗಿ." ಎಂದು ಹೇಳುವ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಈಗ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನಾನೀಗ ನನ್ನ ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಹಳಷ್ಟು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. –ಜಯಶ್ರೀ ವಾಸುದೇವ್

ನಿಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕಗಳು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ವ್ಯವಹಾರ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತಂದುಕೊಟ್ಟಿವೆ. ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಇದ್ದ ಅನುಮಾನಗಳನ್ನು ಅವು ಬಗೆಹರಿಸಿವೆ. ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡದ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕೆನ್ನುವವರಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಅಮೂಲ್ಯ. –ಸ್ವಾಜು ಜಕೋಬ್

ನಾನು ಆಗಾಗ ಅನುಭವಿಸುವ ನಿಶ್ಚಲತೆ ನನ್ನ ದಿನನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನದೇ ಆದ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ನನಗೆ ನಾನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕನಾಗಿರಬೇಕು ಎಂಬ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನನ್ನಲ್ಲಿರುವ ನಿಶ್ಚಲತೆಯಿಂದ ತಿಳಿದಿದ್ದೇನೆ. –ಶಶಿಕಲಾ ಸಾಯಿನಾಥ್

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

(ಸಂಗ್ರಹ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್, ಅನು: ಉಷಾ ವಾಸನ್)

ಪ್ರ: ಪ್ರಸ್ತುತ ಧಾರ್ಮಿಕ ಮುಖಂಡರು ನಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಲು ಅರ್ಹರಲ್ಲ ಎಂದು ನೀವು ಹೇಗೆ ಹೇಳುವಿರಿ?

ಉ: ಧಾರ್ಮಿಕ ಮುಖಂಡರ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಉಪನಿಷತ್ ಮತ್ತು ಧರ್ಮಗ್ರಂಥಗಳು ಆಧಾರವಾಗಿದೆ. ಇದು ಸಾಲದು. ಅವರು 2012ರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಆಗ ಮಾತ್ರ ಅವರು ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಲು ಅರ್ಹರಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರ: ಧಾರ್ಮಿಕ ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ನೀವು ಹೇಳುವುದಕ್ಕೆ ಆಧಾರ ಯಾವುದು?

ಉ: ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳ ಸೂಚನೆಗಳೇ ಇದಕ್ಕೆ ಆಧಾರ. ನನಗೆ ಅವರು ದೇವರು. ನಾನು ಅವರನ್ನು ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳಿಂದ ಬಲ್ಲೆ. ಅವರು, ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಅಸಾಮಾನ್ಯರು. ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಅತಿ ಶ್ರೇಷ್ಠರಾದವರು ಮತ್ತು ದೇವರಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಹತ್ತಿರವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಅವರಿಗೆ ತಾನೇನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ ಎನ್ನುವುದರ ಅರಿವಿದೆ. ಅವರು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಯಾವುದನ್ನೂ ಕುರುಡಾಗಿ ಹೇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ನಮಗೆ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರೇ ಹೇಳುವಂತೆ ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳ ಅಧೀನದಲ್ಲಿರುವ ಕ್ರಿಯಾ ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಹಿಂದೆ ಮುಂದೆ ನೋಡದೆ ಬಿಟ್ಟು ಬಿಡಬೇಕು.

ಪ್ರ: ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಯುವರ ಕರೆಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸದವರಿಗೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ?

ಉ: ಅವರ ಕರೆಯನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುವುದು ಅಪರಾಧವಲ್ಲ. ಏನೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅವಕಾಶವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ನಮಗೆ ಬೆಳೆಯಲು ಬೇರೆ ಅವಕಾಶಗಳು ಇರುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: 2012ರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬವರ್ಗದವರಿಗೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ?

ಉ: ಬೇರೆ ಎಲ್ಲಾ ಜನರಿಗೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆಯೋ ಅದೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಬೆಳೆಯಬೇಕು, ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನ ಅಥವಾ ಪರಿವರ್ತನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬವರ್ಗದವರನ್ನು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮಗೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಕಾಳಜಿಯಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದವರಿಗೆ ಇದನ್ನು ವಿವರಿಸಿ ಮತ್ತು ಅವರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಂತೆ ತಿಳಿಸಿ. ಅವರು ಬದಲಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿ.

ಪ್ರ: 2012 ಅನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ದಾಟಲು ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಸಾಕೆ?

ಉ: ಧ್ಯಾನ ಒಂದೇ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. 2012ರ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಿಲ್ಲದೆ ಕೂಡಾ ನಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬರಿಯ ಧ್ಯಾನ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು, ಬದಲಾಗಬೇಕು ಮತ್ತು ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಪ್ರ: ನನ್ನ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ನಿಮ್ಮ ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅಶರೀರಿಯಾಗಿ ಬರುತ್ತೀರಾ?

ಉ: ಯಾವಾಗಲೂ ಅಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಋಷಿಗಳು ಬರುತ್ತಾರೆ. ಜನರು ಈ ತರಹದ ಕೋರಿಕೆಯನ್ನು ಮುಂದಿಟ್ಟಾಗ, ನಮ್ಮ ಶರೀರದ ಒಂದು ಅಂಶ ವಿಸ್ತರಿಸಿ ಅಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ನಮ್ಮ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಆ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತವೆ. ಜನರು ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಅಲ್ಲಿ ನಾವು ಇದ್ದೇವೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರ: ಇಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದೇ?

ಉ: ನೀವು ನನ್ನನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು, ಇಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ನಿಮಗೆ ಈ ಸಂಪರ್ಕಗಳ ಅರಿವಿರುತ್ತದೆಯೇ?

ಉ: ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನನಗೆ ಯಾರೋ ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಈ ತರಹದ ಸಂಪರ್ಕ ಬೇರೆ ಸ್ತರದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನಾನು ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ದಯವಿಟ್ಟು ನೀವು ಇದಕ್ಕೆ ದೀಕ್ಷೆ ನೀಡುವಿರಾ?

ಉ: ನೀವು ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ಆಶಿಸಿದ ಕ್ಷಣ ನಿಮಗೆ ದೀಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ಆಶೀರ್ವಾದ ಸಿಕ್ಕಿರುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೆ ಜ್ಞಾನ, ಚೈತನ್ಯ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಣೆ ಸಿಗುತ್ತವೆ.

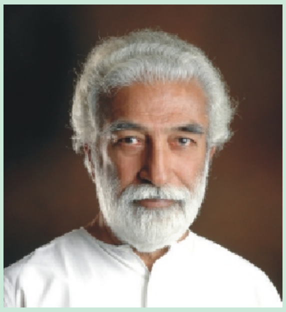
ಪ್ರ: ಆನಂದದ ಹರಡುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ಚಾನಲ್ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇನು?

ಉ: ಇಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿವೆ. ನಮ್ಮ ಆನಂದಮಯ ಕೋಶದಿಂದ ಆನಂದವನ್ನು ಹರಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮ ಮೂಲದಿಂದ ಕೆಳತರುತ್ತೇವೆ. ಅವು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ■

ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
Beyond 2012	80/-
2012 - End or Beginning	100/-
iGuruji - Vol 1	150/-
iGuruji - Vol 2	120/-
Living in the Light of My Guru	220/-
A Package from the Rishis	250/-
(containing 5 Booklets)	
- How to Meditate - Dhyana Yoga	
- Descent of Soul - Practising Shambala Principles	
- Astral Ventures of A Modern Rishi	
The Masters Answer	120/-
Channelled Knowledge from the Rishis	250/-
Guruji Speaks Part - I	200/-
Guruji Speaks Part - II	200/-
The Book of Reflections - Vol 1	200/-
The Book of Reflections - Vol 2	200/-
Meditators on Meditations	75/-
Meditators on Experiences	75/-
Meditational Experiences	150/-
Awareness	60/-
Living in Light	10/-
Light	10/-
ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ	150/-
ಐ–ಗುರೂಜಿ ಭಾಗ 1	150/-
ಐ–ಗುರೂಜಿ ಭಾಗ 2	120/-
ಅನಿಸಿಕೆಗಳು	120/-
2012 ಅಂತ್ಯ ಅಥವಾ ಆರಂಭ	100/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಕೊಡುಗೆ	250/-
(ಐದು ಪುಸ್ತಕಗಳು)	
– ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ – ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ	
– ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣ –ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ	
– ಆಧುನಿಕ ಋಷಿಯೊಬ್ಬರ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಸಾಹಸಗಳು	
ಗುರೂಜಿ ನಾ ಕಂಡಂತೆ	30/-
ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು	10/-
ಬೆಳಕು	10/-
ದೈವಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ	250/-
ಕಾವ್ಯಕಂಠ ವಸಿಷ್ಠ ಗಣಪತಿ ಮುನಿಗಳು	100/-
ಆನೇಕಲ್ಲಿನ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	120/-
ऋषींकडून मिळालेले ज्ञान (Marathi)	200/-
प्रकाशवाट (Marathi)	150/-
२०१२ – अंत की आरंभ? (Marathi)	100/-
आय्गुरूजी (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/-
२०१२ नंतर (Marathi)	80/-
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/-
2012 முடிவா அல்லது தொடகமா	100/-
ஒளியில் வாழ்க்கை	10/-
ஒளி	10/-
தியான யோகம்	50/-
ஆத்மாவின் அவரோகணம்	50/-
நவீன ரிஷி ஒருவரின் சூஷ்ம சாகசங்கள்	50/-
சம்பலா நியமங்களின் அப்பியாசங்கள்	50/-
ధ్యానం చేయ్యడం ఎలా	50/-
వెలుగులో జీవించడం	10/-
కాంతి	10/-
కాంతికి ద్వారములు	150/-

RNI. No. KARKAN/2003/13739 Registered Postal Regn. No. CPMG/KA/CNA-48/2009-11
Date of posting Newsletter-25th of Every Month. No. of Pages-8



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939)

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಷನ್ (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 ಅಂತರ್ಮಾನಸದಲ್ಲಿ 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.

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್

ಪ್ರತಿ ಶುಕ್ರವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 1 ರವರೆಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರೊಂದಿಗೆ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಯಾರಾದರೂ ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು.

ಸಾರ್ವಜನಿಕರು

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

ವಿನಂತಿ

ದಯವಿಟ್ಟು ನಮ್ಮ ಸೇವಾಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ನೆರವಾಗಿ. ('ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಷನ್'ನ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಚೆಕ್/ಡಿಡಿ ಪಡೆಯಬಹುದು.)

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳು

(ಸಂಗ್ರಹ: ಶೋಭ ಕೆ.ರಾವ್, ಅನು: ಸ್ವರ್ಣಲತ)

ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಹಿಂದೆ ನಾನು ಕಣ್ಣು ತೆರೆದಿದ್ದಂತೆಯೇ, ಒಂದು ಅನುಭವವಾಯಿತು. ನಾನು ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಸುರಂಗದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿ ಹಾಗೂ ಇನ್ನಿತರರೊಡನೆ ತೇಲುತ್ತಿದ್ದೆ. ಸುರಂಗದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ನೌಕೆ ಇತ್ತು. ಅದರೊಳಗೆ ಕೆಲವು ಬೆಳಕಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿದ್ದರು. ನಾನು ಅದರೊಳಗೆ ಹೋದ ತಕ್ಷಣ ಅದು ಅತೀ ವೇಗವಾಗಿ ಮೇಲೆ ಹಾರಿ ಒಂದು ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಗೋಳವನ್ನು ತಲುಪಿತು. ಅದು ಗೋಳದ ಮಧ್ಯಭಾಗಕ್ಕೆ ನೇರವಾಗಿ ಸಾಗಿ ತೆರೆದುಕೊಂಡಿತು. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಆ ಗೋಳದಲ್ಲಿ ಮುಂದೆ ಸಾಗಿದೆವು. ನನ್ನ ಕೈಗಳು ಚಿನ್ನದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಹೊಳೆಯುತ್ತಿದ್ದವು. ಅಲ್ಲಿ ಅಮರರೊಡನೆ ಅನೇಕ ದೇವಮಾನವರನ್ನು ನೋಡಿದೆ. ನಂತರ ನಾನು ಒಂದು ಹೋಮಕುಂಡದ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತು ಕೆಲವು ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಪಠಿಸಿದ್ದನ್ನು ನೋಡಿದೆ. ಅದು ಮುಗಿದ ನಂತರ ಎಲ್ಲರೂ ನನ್ನನ್ನು ಹರಸಿದರು. ನನಗೆ ಅದು ಒಂದು ಪ್ರಮಾಣ ಸ್ವೀಕಾರದ ಸಮಾರಂಭ ಎಂದೆನಿಸಿತು. ನನ್ನ ಸುತ್ತ ಕಣ್ಣು ಕುಕ್ಕುವ ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕು ಹೊರ ಹೊಮ್ಮುತ್ತಿತ್ತು. ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾನು ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ನನ್ನ ದೇಹ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ತೇಲತೊಡಗಿತು. ನಂತರ ನನ್ನನ್ನು ಹಿಮಾಲಯಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ದ ಅನುಭವವಾಯಿತು.

–ರಾಖೀ ಚೋಪ್ರ

9–11–09 ರಂದು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನನಗೆ ತ್ರಾಟಕದಲ್ಲಿ ಬಲವಾದ ಕಂಪನದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಅನಂತರ ಮೂವರು ನೀಲಿ ಬೆಳಕಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ರಾ–ಲೋಕದಿಂದ ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಇಳಿದು ಬಂದುದನ್ನು ನೋಡಿದೆ. ಅವರು ಗುರೂಜಿಯವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ, ಅಂತರ್ ಮಾನಸದಲ್ಲಿರುವ 'ದಿ ಗ್ರೇಟ್' ರಾ–ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರದ ಕೆಳಗಿರುವ ವಿಶೇಷವಾದ ಕೊಠಡಿಗಳಿಗೆ ಹೋದರು. ಅವರೆಲ್ಲ ಅಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿರುವ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಕರು ಎಂದು ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಯಿತು. ಅವರು ಆ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಏಳೂ ಲೋಕಗಳಿಗೆ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುವರೆಂದು ತಿಳಿಯಿತು. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಮತ್ತೆ ಕೆಲವು ನೀಲಿ ಬೆಳಕಿನ ಜೀವಿಗಳು 'ರಾ'–ಲೋಕದಿಂದ ಬಂದುದು ಕಾಣಿಸಿತು. ಅವರೆಲ್ಲ ನಮ್ಮ ಬೆಳಕಿನ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರೊಂದಿಗೆ ಇಲ್ಲಿನ ಜನರು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಬಂದವರು. ಈ ಅನುಭವದ ನಂತರ ನಾನು ಒಂದು ಗಂಟೆಯ ಕಾಲ ಸ್ತಬ್ಧಳಾಗಿದ್ದೆ. ಅಂದಿನ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಭಾರಿ ಅಂಥ ಸ್ತಬ್ಧ–ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದೆ.

–ನಾಗಮಣಿ ಚಂದ್ರಶೇಖರ್

1–11–09 ರಂದು ನಾನು ಒಂದು ಬಲವಾದ ಯೋಚನೆಯಿಂದ ಕ್ಷೋಭೆಗೊಂಡಿದ್ದೆ. ನಂತರ ನಾನು ಅಂತರ್‌ಮಾನಸದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಯವರ ವಿಗ್ರಹದ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತು ಮನಸ್ಸಿನ ಈ ಕ್ಷೋಭೆಯಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ಹೊರ ತರುವಂತೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಆಗ ಅವರು ನಿನಗೆ ಯಾವಾಗಲಾದರೋ ಈ ತರಹ ತೊಂದರೆ ಆದರೆ ನನ್ನನ್ನು ನೆನೆಸಿಕೊ ಎಂದು ಸಮಾಧಾನಿಸಿದರು. ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಮೌನವಾಗಿ ಅಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿದ್ದಾಗ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕು ತುಂಬಿ, ನಾನು ಆ ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರದೊಳಗೆ ಇದ್ದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಈಗ ನಾನು ಅಂತಹ ಯೋಚನೆಗಳಿಂದ ದೂರವಾಗಿದ್ದೇನೆ.

–ಕಿರಣ್ಮಯಿ

13–11–09 ರಂದು ನನಗೆ ಅಪೆಂಡಿಸೈಟಿಸ್ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಆಗುವ ಮೊದಲು ಬಹಳ ಹೆದರಿದ್ದೆ. ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಮೊದಲು ಅರಿವಳಿಕೆ ಮದ್ದನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನನ್ನ ಸುತ್ತ ನೀಲಿ ಬೆಳಕು ಹರಡಿದಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು. ನಂತರ ಗುರೂಜಿಯವರ ಮುಖ ಕಂಡು ಬಂತು. ಇದು ನಾನು ಸುರಕ್ಷಿತಳಾಗಿದ್ದೇನೆ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸಿತು.

–ಡಾ॥ ಸಪ್ನ ಪುರುಷೋತ್ತಮ

ಮೂರು–ಗಂಟೆ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸದ ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ನಂತರ ನನ್ನಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಒಬ್ಬಳೇ ಇರುವುದರಿಂದ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಮೌನಿಯಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ಧ್ಯಾನ ನನ್ನನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಆಳಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇದು ಬಹಳ ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಇದು ನನಗೆ ಸಂಬಂಧವೇ ಇಲ್ಲವೇನೋ ಎಂಬಂತೆ ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿದೆ. ಆ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಪ್ರಭಾವ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಇನ್ನೂ ಆಗಬೇಕಿದೆ.

–ಗೀತಾ ಸರಸ್ವತಿ

ಅಕ್ಟೋಬರ್ 31ರಂದು ಹಿಮಾಂಶು ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನಾನು ಆಳವಾದ ನಿಶ್ಚಲ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪಿ, ವಿಸ್ತರಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದೆ. ನನ್ನೊಳಗಿನ ಆಕಾಶ ವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ಶುಭ್ರವಾಗಿತ್ತು. ಅದು, "ಇಲ್ಲಿ ಎಂದೂ ಮೋಡಗಳೇ ಇಲ್ಲ" ಎಂದು ತಿಳಿಸಿತು. ಇದು ಎಷ್ಟು ನಿಜ!

ರಕ್ಷಾಕವಚದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಅನುಭವ ನನಗಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಆತ್ಮದಿಂದ ಪರಿಶುದ್ಧ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ಹೊರ ಹೊಮ್ಮುತ್ತವೆ. ಅಂತಹ ಒಂದು ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನನ್ನೊಳಗಿನ ಚೈತನ್ಯಗಳೇ ರಕ್ಷಾಕವಚವನ್ನು ಬಲಯುತ ಮಾಡಲು ಸಹಕರಿಸುವುದಾಗಿ ಯಾರೋ ಹೇಳಿದಂತಾಯಿತು.

–ಸಾಧಕ

ತಪೋವಾಣಿ, ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ : ರೂ.200/–
ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ, ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 562 149 ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಷನ್ (ರಿ.) ಪರವಾಗಿ.
ಮಾಲೀಕರು : ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಷನ್ (ರಿ.), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 562 149
ಪ್ರಕಾಶನ ಸ್ಥಳ : ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಷನ್ (ರಿ.), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 562 149
ಮುದ್ರಣ ಸ್ಥಳ : ಆರ್ಟ್ ಪ್ರಿಂಟ್, 719/ಎ, ವೆಸ್ಟ್ ಆಫ್ ಕಾರ್ಡ್ ರೋಡ್, 2ನೇ ಸ್ಟೇಜ್, ರಾಜಾಜಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 086. ಫೋನ್ : 2335 9992
ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ