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, ತಪೋವನಗರದಲ್ಲಿ 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.

ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂ. 7 ಸಂ. 11 ನವಂಬರ್ 2010 ರೂ.15

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

(ಅನು: ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ)

2010 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 30ರಂದು ಅಯೋಧ್ಯೆ ವಿವಾದದ ಬಗ್ಗೆ ನ್ಯಾಯಾಲಯದ ತೀರ್ಪಿಗೆ ಮುನ್ನ, ಮತೀಯ ಹಿಂಸಾಚಾರಗಳಿಗೆ ಹೆದರಿ, ಇಡೀ ದೇಶ ಉಸಿರು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಸ್ತಬ್ಧವಾಗಿತ್ತು. ಎಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ, ಟಿವಿ ಪರದೆಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡು ಒಟ್ಟೊಟ್ಟಾಗಿ ಕುಳಿತಿದ್ದರು. ತೀರ್ಪು ಹೊರಬಿತ್ತು. ಆಗ, ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ನೀರವತೆ ತುಂಬಿತು. ಅನಂತರ, ಏನೂ ಆಗಲಿಲ್ಲ! ಯಾವುದೇ ಹಿಂಸಾಚಾರ ನಡೆಯಲಿಲ್ಲ. ದೇಶದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಒಂದು ಹಿಂಸೆಯ ಘಟನೆ ಸಂಭವಿಸಿದ ಸಮಾಚಾರವಿರಲಿಲ್ಲ. ಅನಂತರ ದೇಶ ನೆಮ್ಮದಿಯ ಉಸಿರು ಬಿಟ್ಟಿತು. ದೇಶ ಮುಂದೆ ಸಾಗಿತು.

ಅನಂತರ, ಟಿವಿ ಪಂಡಿತರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಣ ಮಾಧ್ಯಮಗಳಿಂದ ಕೊನೆಯಿಲ್ಲದ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ನಡೆಯಿತು. ದೇಶ ಮುಂದೆ ಸಾಗಿದೆ, ಯುವಜನಾಂಗ ಹೆಚ್ಚು ವಾಸ್ತವಿಕ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯುಳ್ಳದ್ದಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಹಳಬರು ಹೆಚ್ಚು ವಿವೇಚನಾಶೀಲರಾಗಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ಪದೇಪದೇ ತಿಳಿಸಿ ಹೇಳಲಾಯಿತು. ಅದೆಲ್ಲವೂ ಸತ್ಯ. ಆದರೆ, ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು ಕೂಡ ಇದ್ದವು. ಆ ವಾಸ್ತವಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಧ್ಯಮಗಳಿಗೆ ಗೊತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ, ಬುದ್ಧಿಜೀವಿಗಳಿಗೆ ಗೊತ್ತಾಗಲಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಎಳ್ಳಷ್ಟೂ ಅರಿವಿರಲಿಲ್ಲ. ಕಳಕಳಿ ಜಾಗ್ರತವಾಗಿರುವ ಈಗಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ, ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಇರುವ ಧ್ಯಾನದ ಪರಿಣಾಮ ಇದಾಗಿದೆ. ದೇಶದಾದ್ಯಂತ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಶಾಲಾಮಕ್ಕಳು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಪರಿಣಾಮ ಇದಾಗಿದೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪ್ರಪಂಚಗಳಲ್ಲಿರುವ ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು, ಋಷಿಗಳು, ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಚಾನಲ್‌ಮಾಡಿರುವ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಪ್ರಭಾವ ಕೂಡ ಇದಾಗಿದೆ. ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಅನೇಕ ಬೆಳಕಿನ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕೆಲಸದ ಫಲಿತಾಂಶ ಕೂಡ ಇದಾಗಿದೆ.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಸಂಭವಿಸಬಹುದಾಗಿದ್ದ ಒಂದು ಯುದ್ಧ ಆಸ್ಟ್ರಲ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಂದ ತಪ್ಪಿತು ಎಂದು ಒಬ್ಬ ಬೆಳಕಿನ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಹೇಳಿದುದನ್ನು ನಾನು ಕೇಳಿದೆ. ಅಂಥ ಹಲವಾರು ಘಟನೆಗಳು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿವೆ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಬೆಳಕಿನ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ಇವುಗಳ ಅರಿವಿದೆ. ಆದರೆ, ಇದು ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಪ್ರಜೆಗಳಿಗೆ ಎಂದೂ ಗೊತ್ತಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ಇವುಗಳನ್ನು ಪ್ರಚಾರಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಮಾಧ್ಯಮಗಳು ಸಹಾಯಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಬಹುಮುಖ್ಯ ವಾಸ್ತವಗಳನ್ನು ಮಾಧ್ಯಮಗಳ ಗಮನಕ್ಕೆ ತಂದರೂ ಕೂಡ ಅವು ಸಹಾಯಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಬೆಳಕಿನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಪ್ರಚಾರಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನು ಯೋಚಿಸಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಒಂದು ಸಾಗರದಂತೆ, ಮತ್ತು ಅದರಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಕ್ಷುಲ್ಲಕ ವಿಷಯಗಳು ತೇಲುತ್ತಿವೆ. ಮುಖ್ಯವಾದ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು, ಅತ್ಯಲ್ಪ ಸಂಖ್ಯಾತರು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಿದರೂ ಕೂಡ, ಅವು ಅಲಕ್ಷಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ ಅಥವಾ ತಮಾಷೆಗೆ ಗುರಿಯಾಗಿವೆ. ಆದರೆ ನಾನು ನಿರಾಶೆಗೊಂಡಿಲ್ಲ. 2012ಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಾಸ್ತವಗಳು ಮತ್ತು ಆಸ್ಟ್ರಲ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಹರಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದರ ಅರಿವು ನನಗೆ ಇದೆ.

ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ವಿರೂಪಗೊಳ್ಳದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು 2012ಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಮಹತ್ತರ ಬದಲಾವಣೆಗಳೂ ಒಳಗೊಂಡಂತೆ, ಕಷ್ಟಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಮನುಕುಲವನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುವ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ, ಬೆಳಕಿನ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಾದ ನಾವು ಒಬ್ಬರೇ ಇಲ್ಲ.

ನಾವು ಎಂದೂ ಒಬ್ಬರಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಎಲ್ಲ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲೂ ಅನುಸರಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ನಮಗೆ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ ಇದೆ. ■

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)
ತಪೋವನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ 560 077. ಭಾರತ.
✆ (080) 2846 5280, 2271 5501, 93420 30250 (ಬೆಳಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1)
ಇ-ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com ವೆಬ್-ಸೈಟ್: www.lightagemasters.com

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳು

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 11 ಘಂ.)

ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದಲ್ಲಿ

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

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

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

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

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

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

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

ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ (ರಾಜರಾಜೇಶ್ವರಿ ಬಡಾವಣೆ)

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

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

ಡೋರ್‌ವೇಸ್ (ಇಂಗ್ಲಿಷ್)/ತಪೋವಾಣಿ (ಕನ್ನಡ)
ಪ್ರಕಾಶ್‌ಮಾರ್ಗ್ (ಮರಾಠಿ)
ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ ರೂ.200/-
ಮನಿಯಾರ್ಡರ್‌ಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ

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

30 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2010ರಂದು ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಜಾಗತಿಕ ಮಹಾಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯಸಂದೇಶ ನೀಡುತ್ತಿರುವುದು.

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- 30-9-2010ರಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಬೆಂಗಳೂರು ದಕ್ಷಿಣದಲ್ಲಿರುವ ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ '3ನೇ ಜಾಗತಿಕ ಮಹಾಸಭೆ'ಯನ್ನು ಉದ್ಘಾಟಿಸಿ, ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಸಂದೇಶವನ್ನು ನೀಡಿದರು.
- ತಪೋನಗರದ ಸಾಧಕರ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಕಾರಣ, ದೊಡ್ಡದಾದ ಡೈನಿಂಗ್ ಹಾಲ್ ನಿರ್ಮಾಣದ ಹಂತದಲ್ಲಿದೆ.
- 12-11-2010 ರಿಂದ 21-11-2010ರವರೆಗೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಅರಮನೆ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ 'ಬೆಂಗಳೂರು ಪುಸ್ತಕೋತ್ಸವ'ದಲ್ಲಿ ಸತತವಾಗಿ ನಾಲ್ಕನೇ ಬಾರಿಗೆ ನಾವು ಭಾಗವಹಿಸಲಿದ್ದೇವೆ. ಧ್ಯಾನಿಗಳೆಲ್ಲರೂ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ.
- 'ಐ-ಗುರೂಜಿ' ಲೇಖನಗಳು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಲಭ್ಯವಿದೆ.
- ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ದೂರಕಲಿಕೆಯ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ಮತ್ತು ಮರುನೋಂದಣಿಯ ಜೊತೆಗೆ ದೇಣಿಗೆಯನ್ನು ಕೂಡಾ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮುಖಾಂತರ ಮಾಡಬಹುದು.

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು	ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು
	ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ 12ರವರೆಗೆ
	ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್:
	ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1ರವರೆಗೆ
14 ಭಾನುವಾರ	ಶಂಬಲಗ್ರೂಪ್ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2 ಘಂಟೆಗೆ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
21 ಭಾನುವಾರ	'ರಾ' ಗ್ರೂಪ್ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2 ಘಂಟೆಗೆ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ

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

ಭಾನುವಾರದ ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಜಿಸಿದವರು

05-9-10	ನಾಗಮ್ಮ ಎ. ಮತ್ತು ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ ಆರ್.
12-9-10	ವಿಲಾಸ್ ಪಾಂಡೆ, ದಕ್ಷ ವಿಜಯರಾಘವನ್ ಮತ್ತು ಗುರುಪ್ರಸಾದ್
19-9-10	ರಮೇಶ್ ವಿ.ಡಿ ಮತ್ತು ಆಶಾ ಹೊಸಕೊಪ್ಪ
26-9-10	ಅಜಯ್ ಕುಮಾರ್, ಡಾ॥ ನಾಗರಾಜ್ ಮತ್ತು ಪದ್ಮಾವತಿ

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

04	ಗುರು	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
05	ಶುಕ್ರ	ನರಕ ಚತುರ್ದಶಿ ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಪೂಜೆ
06	ಶನಿ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
07	ಭಾನು	ದೀಪಾವಳಿ
14	ಭಾನು	ಶುಕ್ಲಾಷ್ಟಮಿ
16	ಮಂಗಳ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
21	ಭಾನು	ಪೂರ್ಣಿಮಾ ಶಿವ ದೀಪ
22	ಸೋಮ	ವಿಷ್ಣು ದೀಪ
29	ಸೋಮ	ಕೃಷ್ಣಾಷ್ಟಮಿ

ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾನುವಾರದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ನೇರ ಪ್ರಸಾರವು ವೆಬ್‌ನಲ್ಲಿ ಮೆಂಬರ್‌ಗಳಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಇದರ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಇಮೇಲ್ ಮುಖಾಂತರ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು.

13-11-2010ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1ರವರೆಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರೊಂದಿಗೆ 'ಅನೌಪಚಾರಿಕ ಸಭೆ' ಇರುತ್ತದೆ. ಭಾಗವಹಿಸಲು ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವವರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕು.

ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಇಂಗ್ಲೀಷ್, ಕನ್ನಡ ಹಾಗೂ ಮರಾಠಿ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ 'ಐ-ಗುರೂಜಿ' (ಎರಡು ಲೇಖನಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ) ಕಿರುಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಹೊರತರಲು ಉದ್ದೇಶಿಸಿದೆ. ಇದನ್ನು ಪಡೆಯಲಿಚ್ಛಿಸುವವರು ಕೂಡಲೇ ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕು.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ವಿಶ್ವಸಂಚಲನದ ಇತ್ತೀಚಿನ ಸುದ್ದಿ

- ನಾವು 1–2–2010ರಂದು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಕಲಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ, ಅತಿಶೀಘ್ರದಲ್ಲೇ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಶಾಲಾಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನಾವೆಣಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿಸಲು ನಮ್ಮ ವಾಲಂಟಿಯರ್‌ಗಳು ಪಟ್ಟ ಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು. ನೀವು ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ಓದುವ ಹೊತ್ತಿಗೆ 5 ಲಕ್ಷಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ದೇಶದಾದ್ಯಂತ ನೂರಾರು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳೊಂದರಲ್ಲೇ 1.4 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಸುಮಾರು 250 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ.
- ತಮ್ಮ ವಯಸ್ಸನ್ನೂ ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ಹತ್ತಿರದ ಊರುಗಳಿಗೆ ಸತತವಾಗಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವ ನಮ್ಮ ಒಬ್ಬ ಹಿರಿಯ ಸಾಧಕರನ್ನು ಅಲ್ಲಿಯ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ 'ಲೈಟ್ ಮಾಸ್ಟರ್' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.
- ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಪ್ರಸಾರ ಮಾಡಲು ನಮ್ಮ ವಾಲಂಟಿಯರ್‌ಗಳು ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ದೂರದ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಅಂಥ ಒಂದು ತಂಡ ಮೈಸೂರಿನಲ್ಲಿ, ಅಲ್ಲಿಯ ಸ್ಥಳೀಯ ತಂಡದೊಂದಿಗೆ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 17 ರಂದು ಒಂದೇ ದಿನದಲ್ಲಿ 26000 ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ನಡೆಸಿಕೊಟ್ಟರು. ■

ಶಾಲಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಅನುಭವಗಳು

ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಶಾಲೆಯ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ಖಚಿತವಾಗಿ ಒಂದು ನಿಮಿಷ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಅದರ ನಂತರ ನಾನು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆರೆದಾಗ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಉತ್ಸಾಹ ಹಾಗೂ ಉಲ್ಲಾಸದಿಂದ ತುಂಬಿರುವುದು ನನಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಉಲ್ಲಾಸ ಸ್ಥಿತಿಯು ದಿನವಿಡೀ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಬಹು ಅಚ್ಚರಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡಿದೆ. –ದೀಕ್ಷಾ ಸುರೇಶ್

ನಾನು ಎಷ್ಟೇ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೂ, ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಗಳಿಸಲಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದ ಮೇಲೆ, ಅದನ್ನು ಮಾಡಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದೆ. ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಐದು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನಾನು ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನಂಬಲಸಾಧ್ಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮುಂದಿನ ಯೂನಿಟ್ ಟೆಸ್ಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಪಠ್ಯ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪವಾಡ ಸದೃಶವಾಗಿ ಪಡೆದೆನು. ನನ್ನಂಥ ಸಾಧಾರಣ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಇದು ಒಂದು ವಿಸ್ಮಯ ! –ಸಮೀಕ್ಷಾ ವಾಗರೆ, ಕಲ್ಮಾಡಿ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ, ಪುಣೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳ ಮುಂದೆ ಒಂದು ಬಿಳಿ ಬೆಳಕಿನ ಗೋಲವು ಚಲಿಸುವುದು ಕಾಣಿಸಿತು. ಈ ಸುಂದರವಾದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ ನಿಮಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು. –ಕು. ಸಮೀರಾ, ಅಧ್ಯಾಪಕಿ, ರಿಲಯನ್ಸ್ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು.

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್ ಸೋಮಯಾಜಿ; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿಯ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನದೊಂದಿಗೆ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳು ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಹತ್ತು ದಿನಗಳ ಕಾಲದವರೆಗಿನ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಇರುವಿಕೆ, ಈ ಬಾರಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿತ್ತು, ಏಕೆಂದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪಲ್ಲಟವನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿಸುವುದಕ್ಕೋಸ್ಕರ ಅವನ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಹರಡಿದ್ದವು ಮತ್ತು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಚೈತನ್ಯಗಳು ಶೇಖರಿಸಲ್ಪಟ್ಟವು.

ಗೌರಿ–ಗಣೇಶರನ್ನು ಶಿವ ಮತ್ತು ಕಾರ್ತಿಕೇಯರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಾಗತಿಸುವ ಸಂಭ್ರಮ ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ನಿರ್ಗಮನದ ಖಿನ್ನತೆಯನ್ನು ಮರೆಯುವಂತೆ ಮಾಡಿತ್ತು. ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿದಿಲ್ಲದ ವಿಷಯವೆಂದರೆ, ಈ ಹತ್ತು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಗೌರಿ–ಗಣೇಶರಲ್ಲದೆ ಶಿವ ಮತ್ತು ಕಾರ್ತಿಕೇಯರ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಕೂಡ, ಈ ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಪವಿತ್ರಗೊಳಿಸಿ ಅನುಗ್ರಹಿಸುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದು.

ಶಂಬಲ ಮತ್ತು 'ರಾ' ತರಗತಿಗಳು ಪ್ರತಿಬಾರಿಯಂತೆ ಈ ಬಾರಿಯೂ ವಿಶೇಷವಾಗಿದ್ದವು.

ಈಗಿರುವ ಡೈನಿಂಗ್ ಹಾಲ್‌ನ ಹಿಂದೆ ಒಂದು ಹೊಸ ಡೈನಿಂಗ್ ಹಾಲ್ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತಿದೆ. ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಬರುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ, ಅವರಿಗೆ ಅನುಕೂಲಮಾಡಿಕೊಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನದ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಯುಟಿಲಿಟಿ ಬ್ಲಾಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು, ಇವರು ಗ್ರಂಥಾಲಯದಿಂದಲೇ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಈ ಸಂಚಲನ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಮಾಡಿಕೊಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಮಳೆ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿದೆ. ಅದೃಷ್ಟವಶಾತ್ ಯಾವುದೇ ಅನಾಹುತ ಉಂಟಾಗಿಲ್ಲ. ತಿಂಗಳ ಕೊನೆಯ ದಿನ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸೌಂದರ್ಯ ಅತ್ಯಂತ ಮನಮೋಹಕವಾಗಿತ್ತು. ಮಂತ್ರಮುಗ್ಧರನ್ನಾಗಿಸುವಷ್ಟು ಸುಂದರವಾಗಿದ್ದ ಪೂರ್ಣಚಂದ್ರ ಪೂರ್ವದಲ್ಲಿ ಉದಯಿಸಿದ. ಮೋಡವಿಲ್ಲದ ಆ ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ತಂಪಾದ ಚಿನ್ನದ ಹೊಂಬೆಳಕು ಪರಿಸರವನ್ನು ತುಂಬಿತ್ತು. ■

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 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

(ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾನುವಾರದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ಸಂಗ್ರಹ)

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

05-09-2010

2012ರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ಅತ್ಯಂತ ರೋಮಾಂಚಕ ಅದ್ಭುತ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಅದ್ಭುತ ಕಾಲದತ್ತ ನಾವು ಓಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಆತಂಕಗಳಿರುತ್ತವೆ. ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಒಂದೊಂದು ವಿಶ್ವ. ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನೋಡುವುದರಲ್ಲಿ ನಾವು ನಮ್ಮದೇ ಆದ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣ ಬೇರೆಬೇರೆ ಧೋರಣೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಹೋರಾಟಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಈ ಧ್ಯಾನ-ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಲಾದ ವಿಶಾಲ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ನಮಗೆ ನಾವೇ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮ.

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಮುಖ್ಯ ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು 2012ಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಾಸ್ತವೀಯತೆಗಳಂಥ ಹೊಸ ಜ್ಞಾನದೊಂದಿಗೆ ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಇಲ್ಲವಾದರೆ ನಾವು ಯಾವ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನೂ ಸಾಧಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಭಯ ಪಡಬಾರದು. ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನಾವು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಈಗ ನಾವು ನಮ್ಮ ಸೂರ್ಯನಿಂದ ಪ್ರಾಣವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಕೆಲವು ಸಮಯದ ನಂತರ ಪ್ರಾಣವನ್ನು ಎರಡನೇ ಸೂರ್ಯನಿಂದ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಸಿದ್ಧವಾಗಿರುವ ಜನರು ಹೊಸ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಸರ್ಕಾರಗಳ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆಯನ್ನು ದೇವರು ಅಥವಾ ಅವತಾರ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಅವನು ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ಧ್ಯಾನ ಅನೇಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಶುದ್ಧೀಕರಣವಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ವೈಶಾಲ್ಯತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದರಿಂದ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಪ್ರೀತಿ ಉಕ್ಕಿ ಹರಿಯುತ್ತದೆ. ನಾವು ಜೀವನವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿರಲೇಬೇಕು, ಜೀವನವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಲೇಬೇಕು. ಮೋಡಗಳ ಚಲನೆಯನ್ನು ನೋಡಿ ಆನಂದಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅನುಭವಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ತಾಳ್ಮೆ, ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಪರಿವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ತರುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಧ್ಯಾನಿ, ಒಬ್ಬ ವಿಶ್ವಮಾನವ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕು.

ನಾವು ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಚಾಲನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅವು ಉಂಟಾಗಲು ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಬೇಕು. ಅನಗತ್ಯವಾದ ಹಳೆಯ ರೀತಿಗಳು ಕಣ್ಮರೆಯಾಗಬೇಕು. ನೀವು ಪ್ರತಿಸಾರಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ಒಬ್ಬ ಹೊಸ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗುತ್ತೀರಿ.ಸಾವಿನ ನಂತರದ ಅಸ್ತಿತ್ವ, ಸೃಷ್ಟಿ ಇತ್ಯಾದಿ ಉನ್ನತ ಹೊಸ ವಾಸ್ತವೀಯತೆಗಳಿಗೆ ಧ್ಯಾನಿ ಜಾಗ್ರತನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡರೆ ಅವರಲ್ಲಿ ಹೊಸ ವಿವೇಕ ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಈ ಉನ್ನತ ವಿವೇಕದಿಂದ ಜೀವನದೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸಬೇಕು. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ, ಜಾಗೃತಿ ಇನ್ನೊಂದು ಮುಖ್ಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ. ನಾವು ಅದನ್ನು ಸಂಭವಿಸಲು ಬಿಡಬೇಕು.

12-09-2010

ಒಂದು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದರೆ ಸಾಲದು. ಆ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಜೀವನವಿಡೀ ಅದರಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ನೀವು ಗುರಿಯನ್ನು ಉನ್ನತೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಆದರೆ ನೀವು ದೃಢಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಆಶ್ರಮ ಎಂದರೆ ಒಂದು ಪರಿಸರ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ವಲಯ. ಅದು ಎಲ್ಲಿಬೇಕಾದರೂ ಆಗಬಹುದು. ಆಶ್ರಮವೆನ್ನುವುದು ಲೌಕಿಕತೆ ಅಥವಾ ಸ್ವಾರ್ಥವಿಲ್ಲದೇ ಇರುವ ಜಾಗ. ಅಲ್ಲಿ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಇಚ್ಛಾಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಬಳಸಲು ಸಂಪೂರ್ಣ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಿದೆ. ನಮ್ಮ ನಿಷೇಧತೆಗಳೆಲ್ಲ ಹೊರಗೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ತಾಣ ಆಶ್ರಮ. ಹೀಗಾಗುವುದು ಅವನ್ನು ನಾವು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೆಂದು. ಆಶ್ರಮ ಒಂದು ಅವಕಾಶ.

ಬೇರೆಯವರೊಡನೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವಾಗ ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧ ಕಲ್ಪಿಸುವಾಗ ನೀವು ಅತ್ಯಂತ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇದ್ದರೆ ಅದು ಅವಿಶ್ವಾಸ ಅಥವಾ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲದಿರುವಿಕೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ನೀವು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಡನೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ವ್ಯವಹರಿಸಬೇಕು.

ನಾವು ಧ್ಯಾನಗಳನ್ನು, ಮೂರು ರೀತಿಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಸಾರಭೂತವಾದ ಪುರಾತನ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ವಿವೇಕ, 2012ರ ಪ್ರಸ್ತುತ ವಾಸ್ತವೀಯತೆಗಳ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಎಲ್ಲ ವಾಸ್ತವೀಯತೆಗಳ ಜ್ಞಾನ; ಮತ್ತು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯದ ಜೀವನ ಸಂತೋಷವಾಗಿ ಬದುಕುವ ಮತ್ತು ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಸಂತೋಷವಾಗಿ ಬದುಕಲು ಬಿಡುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಜ್ಞಾನ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು.

ಚಕ್ರಗಳಿರುವುದು ಏಳು ಮಾತ್ರ ಮತ್ತು ಇವು ಸಾಧನಗಳು. ಇತರ ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟ ಚಕ್ರಗಳು, ಚೈತನ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳೇ ಹೊರತು ಚಕ್ರಗಳಲ್ಲ. ಈ ಏಳು ಚಕ್ರಗಳಲ್ಲದೆ ಇನ್ನೂ ಎರಡು ಚಕ್ರಗಳಿವೆ. ಸಹಸ್ರಾರ ಚಕ್ರದ ಮೇಲಿರುವುದು ಪರಿಹಾರಿ. ಇದನ್ನು ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಏಂಜಲಿಕ್ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಅಷ್ಟದಿಕ್ಪಾಲಕ ಲೋಕಗಳಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೊಂದು ಚಕ್ರ, ಈ ಚಕ್ರದ ಮೇಲಿದೆ. ಇದನ್ನು ಅನಂತ ಅಥವಾ ಕಾಸ್ಮಿಕ್ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಈ ಚಕ್ರದ ಸಹಾಯದಿಂದ ದೈವೀ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸಬಹುದು.

ಋಷಿಗಳ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆ ನಮ್ಮ ಬಂಧನಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಲು ಸೂಕ್ತ ಕಾಲವಿದು. ಇದು ಏಕತೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಸರಿಯಾದ ಕಾಲ. ಏಕತೆ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುತ್ತದೆ, ಭದ್ರತೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕಪ್ಪುಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.

19-09-2010

ನಾಡಿಶಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕರ್ಮಾನುಸಾರ ವಿವಿಧ ಜೀವನ ಕ್ರಮಗಳ ಉಲ್ಲೇಖವಿದೆ. ನಾವು ಜನ್ಮವನ್ನು ಪಡೆದಾಗಲೇ ನಮಗೆ ಒಂದು ಕರ್ಮಮಾರ್ಗ ಸಿದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ವಿಧಿಬರಹ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ, ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿಕೊಂಡು ಇನ್ನೊಂದು ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಬಹುದು. ಒಬ್ಬ ಅನುಭಾವಿ ಮಾತ್ರ ಇಂಥ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ, ಬದಲಾವಣೆಯಾದ ಮಾರ್ಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಹೇಳಬಲ್ಲರು. ಕರ್ಮಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡಾಗ, ನಾವು ಯಾವ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿಯೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲದೆ ನಾವು ಯಾವ ಕರ್ಮಗಳ ನಿಯಮಗಳಿಗೆ ಬದ್ಧರಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ನಾವು ಉನ್ನತ ನಿಯಮಗಳಿಗೆ ಬದ್ಧರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಕೆಲವು ನಿಯಮಗಳ ಅಥವಾ ತತ್ತ್ವಗಳ ಅಥವಾ ಮೌಲ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಬದ್ಧರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ.

ಜ್ಞಾನೋದಯ ಎಂದರೆ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ನಾವು ಬೆಳಕಾಗುವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿತಿದ್ದೇವೆ. ಜ್ಞಾನೋದಯದ ಪ್ರಾರಂಭವೆಂದರೆ ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಕಣಗಳೆಂದು ಅನುಭವದಿಂದ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಜ್ಞಾನೋದಯ ಎಂದರೆ ನಾವು ದೇವರಿಂದ ಬಂದಿದ್ದೇವೆ, ನಾವು ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಸಂದರ್ಶಕರು ಮಾತ್ರ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿಯುವುದು. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಎಲ್ಲವೂ ದೇವರಿಂದ ಬಂದಿವೆ ಎಂಬ ಕಾರಣದಿಂದ ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇದನ್ನು ಅರಿತಾಗ ನಮಗೆ ಭಾಗಶಃ ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು, ಜೈವಿಕ ಬಲವನ್ನು

ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು

(ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾನುವಾರದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ಸಂಗ್ರಹ)

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

ಹೊರತರುವುದು, ದೇವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದಾಗಿದೆ, ಇದು ಜ್ಞಾನೋದಯದ ಭಾಗವೂ ಆಗಿದೆ. ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹಾಗೂ ಅನುಸರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಅತಿಕ್ರಮಿಸಿದಾಗ ಎದುರಾದ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಜ್ಞಾನೋದಯದ ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಕ್ಷಮೆ ಕರುಣೆಯ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅದು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸಮರ್ಪಣೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯುವುದು ಜ್ಞಾನೋದಯದ ಭಾಗ. ಹೀಗೆ ಜ್ಞಾನೋದಯವೆನ್ನುವುದು ಕೇವಲ ಒಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲ. ಅದು ಇದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

ಪ್ರತಿನಿತ್ಯವೂ ನಾವು ದೇವರಲ್ಲಿ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅವನಿಗಾಗಿ ಅಂಗಲಾಚಬೇಕು ಮತ್ತು ಕಾಯಬೇಕು. ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ, ದೇವರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪಿಸಿದರೆ ಸದಾ ಹಸನ್ಮುಖಿಗಳಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಆಗ ನಾವು ಹಿಂತಿರುಗಿ ನೋಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ವಾರಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಅಥವಾ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಆಗಾಗ, ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 1 ರಿಂದ 4 ಗಂಟೆಯ ಸಮಯ ಬಿಟ್ಟು, ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ಭೇಟಿ ಕೊಡಿ. ಇದರ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು.

ವಿಶ್ವಚೇತನ ಮಂದಿರಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಅಲ್ಲಿರುವ ದೇವಿ ಮಾಲಿನಿಯನ್ನು ಪೂಜಿಸಿ, ನಿಮ್ಮ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸಿ. ಆಕೆಯಿಂದ ಗೋಪುರದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಕುಂಡಲಿನಿ ಸಭಾಂಗಣಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಅಲ್ಲಿ ಮಹಾಕುಂಡಲಿನಿಯನ್ನು ಆರಾಧಿಸಿ, ಆಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ, ಕುಂಡಲಿನ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ. ಇದೇ ರೀತಿ ಪ್ರಕಾಶಬ್ರಹ್ಮ ಸಭಾಂಗಣಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ಕೊಡಿ. ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಾಶಬ್ರಹ್ಮನನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರಕಾಶಬ್ರಹ್ಮ ಲೋಕದಿಂದ ಬಂದ ಋಷಿಯನ್ನು ಪೂಜಿಸಿ, ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ.

ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಣದ ಮೇಲೆ ಬದುಕಲು ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಈ ದೇಹಗಳನ್ನು ಬೆಳಕಿನ ದೇಹಗಳನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಲು ನಾನು ಎರಡು ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೇನೆ. ಒಂದು, ಸೂರ್ಯನಿಂದ ಹೊಂಬೆಳಕು ಬರುತ್ತಿದೆ, ಅದು ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ದೇಹದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕಣದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಏಳು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿ. ಹೀಗೆ 60 ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಮುಂದುವರಿಸಿ. ನಂತರ ನಿಮಗೆ ಹಸಿವಾದಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ತಿನ್ನಿ. ಈ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ.

ಎರಡು, ಸಾಧ್ಯವಾದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ನಿಮ್ಮ ದೇಹದ ಪ್ರತಿಕಣದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಶುದ್ಧತೆಯ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ. ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಿ, ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ. ಸಿದ್ಧರಾಗಿರಿ ಮತ್ತು ಕಾಯುತ್ತಿರಿ.

ರಾ–ಚೈತನ್ಯಗಳು ದೃಢತೆಯನ್ನು ತರುತ್ತವೆ, ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುವುದಲ್ಲದೆ, ಸರಿಪಡಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಯೋಚನೆಯಿಲ್ಲದ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತವೆ, ಭಾವನೆಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ತರುತ್ತವೆ, ಕೆಳಮಟ್ಟದ ಗುಣಗಳನ್ನು ಉದಾತ್ತೀಕರಿಸಲು ಮತ್ತು ವಿಶಾಲವಾಗಿ ಯೋಚಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಗಾಧವಾದ ಜ್ಞಾನವಿದೆ. ನಿಮಗೆ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗದೇ ಹೋದರೆ ಅಥವಾ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಆಗದೇ ಹೋದರೆ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಬೆಳೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದನ್ನು ಬಿಡಬೇಡಿ.

ಹೀಲಿಂಗ್ ಗ್ರೂಪನ್ನು ಯಾರು ಬೇಕಾದರೂ, ಪ್ರಪಂಚದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗದಿಂದಾದರೂ ಸೇರಬಹುದು. ಸೇರ ಬಯಸುವವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

26–09–2010

ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಲೌಕಿಕ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಬೇಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ತಪ್ಪಲ್ಲವೇ ಅಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಂತರ ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ಹೆಜ್ಜೆ ಇಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಕಡೆಗೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಬೇಕು. ಇದನ್ನು ನಾವು ಮಾಡದೇ ಹೋದರೆ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಯಾವುದೇ "ಒಬ್ಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯ ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಬಾರದೆಂದು ಯೋಚಿಸಿ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದಾಗ, ಅವನಿಗೆ ಅಷ್ಟು ಪರಿವರ್ತನೆ 2012ರನ್ನು ದಾಟಲು ಸಾಕು" ಎಂದು ನಾನು ವಿವರಿಸಿದ್ದೆ. 2012ರಂತಹ ವಾಸ್ತವೀಯತೆಗಳ ವಿಷಯ ತಿಳಿದಿರದವರಿಗೆ ಈ ರಿಯಾಯಿತಿ. ನಂತರ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯನಿಂದ ಧ್ಯಾನಿಯವರೆಗೆ, ಸಂಪೂರ್ಣ ಪರಿವರ್ತನೆ ಸಾಧಿಸಲು ಹೆಚ್ಚಿನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಅನುಭವಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಅವುಗಳ ನೆನಪಿರುತ್ತದೆ. ಇತರರಿಗೆ ನೆನಪಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಅವರ ನೆನಪಿನ ಚಾನಲ್‌ಗಳು ಮುಚ್ಚಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ಕಳೆಯಲು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು, ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಉನ್ನತ ಬುದ್ಧಿಜೀವಿಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದು, ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಯಾವುದೋ ಒಂದು ರೀತಿಯಿಂದ ಜ್ಞಾನ ಅಥವಾ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಪಡೆಯುವಂತೆ ಅವರು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಜನರು ಪ್ಲೇಗ್, ಸಿಡುಬು ಇತ್ಯಾದಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಆ ದೈವಗಳ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟುತ್ತಿದ್ದರು. ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಸಹ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಚೈತನ್ಯಗಳು, ಒಂದು ಕೇಂದ್ರ, ಒಂದು ಅಸ್ತಿತ್ವ ಇದ್ದು ನೀವು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ ಅದರೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡು ಬೇಡಿಕೆ ಸಲ್ಲಿಸಬಹುದು. ಇಂಥ ದೈವಕ್ಕೆ ಬೇಡಿಕೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದ ನಂತರ ಜನರು ವೈದ್ಯರ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬಾರದು.

ಹೀಲಿಂಗ್ ಚೈತನ್ಯಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತಲುಪಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಕಾಯಿಲೆಯ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತವೆ.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ 'ರಾ' ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು 'ರಾ' ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ದೀರ್ಘಕಾಲದ ನಂತರ ಆಕೆ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆರೆದು ಗಡಿಯಾರವನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ, ಅದು ಹಿಂದಿನ ಸಮಯವನ್ನೇ ತೋರಿಸುತ್ತಿತ್ತು! ನಾವು ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲೇ ಇದ್ದು, ಹೇಗೋ ಒಂದು ರೀತಿಯ ವಿಸ್ತರಿಸಿದ ಕಾಲವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ, ಒಂದೆರಡು ಗಂಟೆಯ ಅಥವಾ ಎಷ್ಟು ಹೊತ್ತಾದರೂ ಕಳೆದು, ನಂತರ ಅದೇ ಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರಬಹುದು. ಇದು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಈಗ ಇಂಥ ಎಲ್ಲಾ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಪರಿಶೋಧಿಸುವ ಕಾಲ ಬಂದಿದೆ. ಬಹುಶಃ ನಾವು 2012ರ ನಂತರ ಹೊಸ ಯುಗಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶ ಮಾಡುವ ಘಟ್ಟದಲ್ಲಿರುವಾಗ, ಇದು ಬಹಳ ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಹೀಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ಗುಣಹೊಂದುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ನಾವು ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾಗ ಕರ್ಮ ಗಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ಆ ಕರ್ಮ ಕಳೆಯುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೀಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಯಾವುದೇ ರೀತಿ ಕಷ್ಟಕ್ಕೆ ಗುರಿಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ■

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

ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಗಳು

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

ಪತ್ರಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನ ಹಲವಾರು ಪವಿತ್ರ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆವು. ಬೆಳಕು ತಾನೇತಾನಾಗಿ ಹರಡುತ್ತಿದ್ದ ರೀತಿ ನಮ್ಮ ಊಹೆಗೂ ಮೀರಿ ಆಳವಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ಆ ಅವಧಿಗಳು ತುಂಬಾ ಹರ್ಷಭರಿತವಾಗಿದ್ದವು. ಇದೆಲ್ಲಾ ನಿಮ್ಮ ಆಶೀರ್ವಾದದ ಫಲ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣದ ಕೊನೆಯವರೆಗೂ ಈ ಸಂತೋಷ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತುಂಬಿತ್ತು. ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ದೇವರ ಪ್ರೀತಿಯ ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಇದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ಮನದಟ್ಟಾಗಿದೆ. –ಯಾಸುಜಿ ಯಮಗೂಚಿ

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಪ್ರಯಾಸವೆನಿಸಿದರೂ, ಜನರನ್ನು ಮತ್ತು ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನನಗೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ, ಆದರೆ ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈ ಹಿಂದೆ ಅಹಿತಕರ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಹಿಂಜರಿಯುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಈಗ ನನಗೆ ಅದು ಅನಿವಾರ್ಯ ಎಂದು ತಿಳಿದಿದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸಲು ನಾನು ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. –ಸ್ಮಿತಾ ಶೆಟ್ಟಿ

ಅಮೇರಿಕಾ ವೀಸಾ ಕಛೇರಿಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಸಂದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಕೆಲವು ದಿನ ಮೊದಲು ನಾನು ಅತಿಯಾದ ಹಲ್ಲುನೋವು ಮತ್ತು ತಲೆನೋವಿನಿಂದ ನರಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ನನ್ನ ಜೊತೆಗೆ ಇದ್ದು ನನ್ನ ನೋವನ್ನು ವಾಸಿಮಾಡುವಂತೆ ನಾನು ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಆಶೀರ್ವಾದಗಳಿಂದ ಯಾವುದೇ ಅಡ್ಡಿಆತಂಕವಿಲ್ಲದೇ ನನ್ನ ಸಂದರ್ಶನವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದೆ. ನನ್ನ ಕಷ್ಟಕರ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಸಹಾಯ ಮತ್ತು ರಕ್ಷಣೆ ಇರುವುದನ್ನು ನಾನು ಮನಗಂಡಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ನಿಮಗೆ ಚಿರಋಣಿ. –ಮೈತ್ರೇಯಿ

ನಾನು ಸುರಿಯುತ್ತಿರುವ ಮಳೆ ಹಾಗೂ ಆಕಾಶವನ್ನು ಗಂಟೆಗಟ್ಟಲೆ ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾ, ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಮ್ಮ ಕೈತೋಟದಲ್ಲಿ ಅಳಿಲು ಮತ್ತು ಬಣ್ಣಬಣ್ಣದ ಚಿಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ನೋಡುವುದರಲ್ಲೂ ನನಗೆ ಆನಂದದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಸುತ್ತಲಿನ ಪ್ರಕೃತಿ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಸವಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಟ್ಟ ಇವುಗಳಿಗೆ ನಾನು ಕೃತಜ್ಞಳಾಗಿದ್ದೇನೆ. –ವಿದ್ಯಾ ಅರೋರಾ

ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ, ಬೇರೆಯವರು ನನ್ನಂತೆ ಯೋಚಿಸಬೇಕೆಂದು ನಾನು ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ. ಬೇರೆಯವರು ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಕೇಳಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಾನು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತೇನೆ. ಇದರಿಂದ ಅನವಶ್ಯಕ ಮಾತುಕತೆಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿವೆ. ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ತಲೆಹಾಕದೆ ನಾನು ಕೇವಲ ಸಾಕ್ಷೀಭಾವದಿಂದ ನೋಡುತ್ತೇನೆ. –ಬಲರಾಮ್ ಪರಾಂಜಪೆ

ನನ್ನೊಳಗೆ ಅಗಾಧವಾದ ಶಾಂತತೆಯಿದೆ. ಯಾವುದೇ ತೆರನಾದ ಉದ್ವೇಗ ಕ್ಷಣಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಬೆಳಕಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. ಒಮ್ಮೆ ಅಂತರ್–ಮಾನಸದಲ್ಲಿರುವ ಮಹರ್ಷಿ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರರ ಮೂರ್ತಿಯ ಮುಂದೆ ನಾನು ಕುಳಿತಾಗ, ಮೊದಲು ಕೆಂಪುಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ನಂತರ ಅದು ಬಂಗಾರದ ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿ, ನನ್ನ ದೇಹವಿಡೀ ಬಿಳಿಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿತು. ನನಗೆ ಅ ಅನುಭವದಿಂದ ಹೊರಬರಲಾಗದೆ, ದಿಗ್ಭ್ರಮೆಗೊಂಡು ಬಲವಂತವಾಗಿ ನಾನು ಅಲ್ಲಿಂದ ಎದ್ದೆ. –ನಳಿನಿ ರಾಜಶೇಖರ್

ಚೆನ್ನೈನಲ್ಲಿ 17–7–2010ರಂದು ನಡೆಸಿದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಣೆ ಕೊಟ್ಟು, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಸೂಚನೆ ನೀಡುವಾಗ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಸಭಾಕಂಪನವಿತ್ತು. ತಕ್ಷಣವೇ ನೀಲಿ–ಹಸಿರು ಮಿಶ್ರಿತ ಬೆಳಕು ನನ್ನನ್ನು ತುಂಬಿ, ಇಡೀ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಸುಂದರವಾಗಿಸಿತು. ಇಂಥ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಟ್ಟ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. –ಮಣಿಕಂಠನ್ ಭಾಸ್ಕರನ್

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನಾನು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಅತ್ಯಂತ ವಿಚಲಿತಗೊಂಡಿದ್ದಾಗ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಮರುದಿನ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಚೈತನ್ಯವು ನನ್ನ ಸಹಸ್ರಾರ ಚಕ್ರದೊಳಗೆ ಇಳಿಯುತ್ತಿರುವಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು ಮತ್ತು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಶಾಂತತೆಯು ನೆಲೆಸಿದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಆಗ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಇದ್ದಹಾಗೆ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು, ಅವುಗಳಿಂದಾಗುವ ನಷ್ಟಗಳನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಮೀರಿಹೋಗಬೇಕೆಂಬ ಅರಿವಾಯಿತು. ಇದರಿಂದ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ವಿನಮ್ರ ಮತ್ತು ಶರಣಾಗತ ಭಾವಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಯೋಚನಾಲಹರಿಯ ದಿಕ್ಕು ಕೂಡಾ ಬದಲಾಯಿತು. –ನಿರ್ಮಲಾ ಬಾಲ

ನನ್ನಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟುವ ಅನೇಕ ಸಂದೇಹಗಳನ್ನು ಋಷಿಗಳು ಬಗೆಹರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈಗ ನಾನು ಯೋಚನೆಗಳ ಕಗ್ಗಂಟಿನಿಂದ ಮುಕ್ತಳಾಗಿದ್ದೇನೆ; ಮನಸ್ಸು ಹಗುರವಾಗಿ, ಸಂತೋಷದಿಂದಿದ್ದೇನೆ. ನಾನೀಗ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಬಹಳ ಸುಲಭವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ತಂದೆತಾಯಿಗಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ನಾನು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅವರು ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದ ಅನುಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ಪಾತ್ರರಾಗಿದ್ದಾರೆ. –ಜಯಂತಿ ನಟರಾಜನ್

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

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

ಪ್ರ: ನಾವೆಲ್ಲರೂ ವಿಭಿನ್ನ ಆದರೂ ನಾವೆಲ್ಲಾ ಒಂದೇ. ಹೇಗೆ?
ಉ: ನಮ್ಮ ಅಹಂ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಇಚ್ಛಾಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದಿಂದ ನಾವು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಆದರೂ, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಂದೇ, ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಒಂದೇ ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ.

ಪ್ರ: ನನ್ನ ಕರ್ಮಗಳು ಯಾವಾಗ ಮುಕ್ತವಾಗುತ್ತವೆ?
ಉ: ನಾವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶರಣಾದಾಗ, ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಕರ್ಮಗಳು ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ; ಏಕೆಂದರೆ ಆಗ ನಾವು ಬೆಳಕಾಗುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಆ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ನಿಯಮಗಳು, ಕರ್ಮಗಳ ನಿಯಮಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ, ನಮಗೆ ಅನ್ವಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿಡಬೇಕೇ?
ಉ: ನಾವು ಅದನ್ನು ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸು ಅಲೆದಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ನಮ್ಮ ಜಾಗೃತಿ ಅಲೆದಾಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಜಾಗೃತಿಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಮಂತ್ರದ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ. ಮುಂದಿನ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪುನರುಚ್ಚರಿಸದಾಗ ನಿಮ್ಮ ಗಮನ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬದುಕು ಯಾವುದು?
ಉ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬದುಕೆಂದರೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿರುವುದು, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕರಾಗಿರುವುದು, ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಶಾಂತಿಯುತವಾಗಿರುವುದು; ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವುದು, ಯಾವಾಗಲೂ ಹಸನ್ಮುಖಿಯಾಗಿರುವುದು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬದುಕೆಂದರೆ ದೇವರೊಂದಿಗೆ, ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಲೀನವಾಗಿರುವುದು.

ಪ್ರ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆಚರಣೆಗಳು ಏಕೆ ಬೇಕು?
ಉ: ನಮ್ಮ ಶರೀರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಶುದ್ಧೀಕರಣಕ್ಕೆ, ಅದನ್ನು ಶ್ರುತಿಗೊಳಿಸಲು ಮತ್ತು ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವಕ್ಕೆ, ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಹೊಂದಲು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆಚರಣೆಗಳು ಬೇಕು. ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು, ನಮ್ಮ ಜಾಗೃತಿಯ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆಚರಣೆಗಳ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ.

ಪ್ರ: ಸಾಧನೆಯ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಜ್ಞಾನೋದಯ ಉಂಟಾಗಬಹುದೇ?
ಉ: ಪ್ರಯತ್ನವಿಲ್ಲದೆ ಯಾವುದೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಸಾಧನೆ ಅಥವಾ ಪ್ರಯತ್ನ ಅತ್ಯವಶ್ಯಕ.

ಪ್ರ: ರಾ–ಬ್ರಹ್ಮ ನಿರಾಕಾರ ಪರಬ್ರಹ್ಮನ ತರಹವೇ? ಅಥವಾ ಅವನು ತ್ರಿಮೂರ್ತಿಗಳ ತರಹವೇ?
ಉ: ರಾ–ಬ್ರಹ್ಮ ಪರಬ್ರಹ್ಮನ ತರಹ. ಅವನು ಬೇರೆಯೇ ಒಂದು ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡ. ಅವನು ಇನ್ನೊಂದು ನಿರಾಕಾರ ದೇವರು.

ಪ್ರ: ಬೆಳಕಿನ ದೇಹಗಳು ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಮ್ಮಿಸುವುವೇ?
ಉ: ಬೆಳಕಿನ ದೇಹಗಳು ಎಷ್ಟು ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅದು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ದೇಹವನ್ನು ಹೊಂದಿದಾಗ ಅದೃಶ್ಯವಾಗುತ್ತೇವೆಯೇ?
ಉ: ನಾವು ಈ ಲೌಕಿಕ ಸ್ತರದಿಂದ ಕಾಣೆಯಾಗಬಹುದು. ಜನರು ತಮ್ಮ ದೈಹಿಕ ಕಣ್ಣುಗಳಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ನೋಡಲು ಆಗದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ನಮಗೆ ಬೇಕೆನಿಸಿದರೆ, ಯಾವಾಗ ಬೇಕಾದರೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಪ್ರ: ನಾವು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆಯೋ ಅಥವಾ ಮಾರ್ಗ ನಮ್ಮನ್ನು ಆರಿಸುತ್ತದೆಯೋ?
ಉ: ಅದು ಎರಡು ವಿಧದಲ್ಲೂ ಆಗುತ್ತದೆ. ಯಾವಾಗಲೂ ನಾವು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಆರಿಸಿಕೊಂಡ ಮೇಲೆ ಮಾರ್ಗ ನಮ್ಮನ್ನು ಆರಿಸುತ್ತದೆ, ನಮ್ಮನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮದ ಪಾತ್ರವೇನು?
ಉ: ನಮ್ಮನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವುದೇ ನಕಾರಾತ್ಮದ ಪಾತ್ರ. ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಚುಡಾಯಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಬಹಿರಂಗ ಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ನಕಾರಾತ್ಮವನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದು, ನಾವು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಶಕ್ತಿಯುತರಾಗಲು, ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಹೋಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಅಧರ್ಮ ದೇವರ ಇನ್ನೊಂದು ಮುಖವೇ?
ಉ: ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವಿಕೆ ಎಂದರೆ ನಮ್ಮೊಳಗಿನದನ್ನು ಹೊರತರುವುದು. ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದು ಎಂದರೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೊಸತನ್ನು ಹೊರತರುವುದು. ಅಧರ್ಮ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿರುವಂಥಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಅದು ದೇವರ ಇನ್ನೊಂದು ಮುಖ ಅಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ದೊಡ್ಡ ದುರಂತಗಳು – ವಿಮಾನ ಅಪಘಾತ, ನೆರೆ, ಇತ್ಯಾದಿ, ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವುದೇ?
ಉ: ಎಲ್ಲಾ ದುರಂತಗಳು ಮತ್ತು ನೋವುಗಳು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ ಏಕೆಂದರೆ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಂದು.

ಪ್ರ: ಸಪ್ತಋಷಿಗಳಲ್ಲಿ ತಪೋನಗರದ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಕರು ಯಾರು?
ಉ: ವ್ಯಾಸ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ತಪೋನಗರದ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಕರು. ಅವರು ಈಗಿರುವ ಸಪ್ತಋಷಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಲ್ಲ. ■

ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
2012 - End or Beginning	100/-
iGuruji - Vol 1	150/-
iGuruji - Vol 2	120/-
iGuruji - Vol 3	150/-
Higher Communication & Other Realities	100/-
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/-
The Masters Answer	120/-
Channelled Knowledge from the Rishis	250/-
Channelled Knowledge from the Rishis-Vol-2	150/-
Guruji Speaks Part - I	200/-
Guruji Speaks Part - II	200/-
Guruji Speaks Vol - 3	150/-
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/-
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/-
ऋषींकडून मिळालेले ज्ञान (Marathi)	200/-
प्रकाशवाट (Marathi)	150/-
२०१२ – अंत की आरंभ? (Marathi)	100/-
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/-
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. Posted at Bangalore GPO No. of Pages-8

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939)

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (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.

ಸಾರ್ವಜನಿಕರು

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

ವಿನಂತಿ

ದಯವಿಟ್ಟು ನಮ್ಮ ಸೇವಾಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ನೆರವಾಗಿ. ('ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್'ನ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಚೆಕ್/ಡಿಡಿ ಪಡೆಯಬಹುದು. 80-G ನಿಯಮದಡಿ ಆದಾಯ ತೆರಿಗೆಯ ರಿಯಾಯಿತಿ ಇದೆ.)

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳು

(ಸಂಗ್ರಹ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸ್ವರ್ಣಲತ)

ನನ್ನ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ ಓಂಕಾರ ಕೇಳಿಬರುತ್ತದೆ. ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ನಾನು ವಿಹರಿಸುತ್ತಾ ಬೆಳಕನ್ನು ಪಡೆದಂತೆ ಹಾಗೂ ಬಿಳಿಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನ ಗೋಲಗಳು ನನ್ನನ್ನು ಸೇರಿದಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಆಜ್ಞಾ ಚಕ್ರದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಬಿಳಿಬೆಳಕಿನ ಗೋಲ ಹೊಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಅನುಭವ ಹೇಳಲಸಾಧ್ಯ. ಅನೇಕ ಬಾರಿ ನಾನು ಒಂದು ಬೆಳಕಿನ ಗುಹೆಯೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ, ಭಾರರಹಿತಳಾದಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ನನ್ನ ಸಂಪೂರ್ಣ ಶರೀರವನ್ನು ತುಂಬಿದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಋಷಿಗಳ ದರ್ಶನವಾಗುತ್ತದೆ. –ಶಶಿಕಲಾ ಜಿ.

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ನನ್ನ ದೇಹ ಹಗುರವಾದಂತೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ, ಎಲ್ಲೆಡೆ ನೀಲಿ ಬೆಳಕು ತುಂಬಿರುವಂತೆನಿಸಿ ಶಾಂತತೆ ಮತ್ತು ಮೌನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಹಲವು ಬಾರಿ ನಾನೂ ಸಹ ಆ ಬೆಳಕಿನೊಡನೆ ಬೆರೆತು, ಎಲ್ಲೆಡೆ ಬರೀ ಬೆಳಕನ್ನೇ ನೋಡುತ್ತೇನೆ. ಒಂದು ಸಾರಿ ನಾನು ಆ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಮೈಮರೆತು ಎಲ್ಲಿಂದಲೋ ಬರುತ್ತಿದ್ದ ಒಂದು ಸುಶ್ರಾವ್ಯ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪಕಾಲ ಆಲಿಸಿದೆ. –ಛಾಯಾ ಕೋಲ್ಪೆ

ಕೆಲವು ಬಾರಿ ಜನಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಅಥವಾ ನಾನೊಬ್ಬನೇ ಇದ್ದಾಗ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಶೂನ್ಯತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಆಗ ನಾನು ಎಲ್ಲಿರುವೆ, ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವೆ ಎಂಬ ಅರಿವೇ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ನನ್ನ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಶಬ್ದಗಳು, ಹಕ್ಕಿಗಳ ಕಲರವ, ಮರದ ಎಲೆಗಳ ಶಬ್ದ, ಜನರ ಮಾತುಗಳು ಎಲ್ಲದರ ಅರಿವಿರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಕಣ್ಣೀರು ತಾನೇತಾನಾಗಿ ಹರಿಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ ತುಂಬಿತುಳುಕುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಅನುಭವದ ನಂತರ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿವೆ. ಬೆಳಕಿನ ಮಹಾಸಾಗರದೊಡನೆ ಬೆರೆಯಬೇಕೆಂಬ ಹಂಬಲ ತೀವ್ರವಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲವೂ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊಮ್ಮುತ್ತಿರುವಂತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಈಗ ನಾನು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಕೂಡಾ ದ್ವೇಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ. –ಹೇಮಂತ್ ಶರ್ಮಾ

ಯಾವುದೇ ಕಾರಣವಿಲ್ಲದೆ, ಯಾವುದೇ ಷರತ್ತಿಲ್ಲದೆ ನನ್ನೊಳಗಿನಿಂದ ಅನಂತವಾದ ಆನಂದ ಸದಾ ಪ್ರವಹಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರಶಾಂತತೆ ಹಾಗೂ ಹಿತವಾದ ಮನೋಭಾವನೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮನೆಮಾಡಿವೆ. ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಹೇಳಬೇಕೋ ನನಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಭಾವನೆಗಳಲ್ಲವೇ ಅಲ್ಲ, ಅದು ಕೇವಲ ನಾನೇ ನಾನಾಗಿರುವುದು, ಕೇವಲ ಆನಂದ ಅಷ್ಟೆ. ಈ ಆನಂದ ಮಿಲಿಯಾಂತರ ಜನರನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ ಅದೆಂಥ ಸುಂದರ ಅನುಭವ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಮನಗಂಡಿದ್ದೇನೆ. –ವಿದ್ಯಾ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ

ನಾನು ಹೈಲ್ಯಾಂಡ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಒಮ್ಮೆ ಒಂದು ಜಲಪಾತವನ್ನು ನೋಡಲು ಅರ್ಧ ಬೆಟ್ಟ ಹತ್ತಿದೆವು. ಆಗ ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ವೇಳೆಯಾಗಿದ್ದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹಸಿವಾಗಿತ್ತು. ನನಗೆ ಮಧುಮೇಹವಿದ್ದುದರಿಂದ, ಹಸಿವಿನ ಪರಿಣಾಮ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿತ್ತು. ನನಗೆ ಸುಸ್ತಾದರೂ ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ನಿರುತ್ಸಾಹ ಉಂಟುಮಾಡಬಾರದೆಂದು, ನನಗೆ ಸೂರ್ಯನಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿ ದೊರಕುವಂತಾಗಲೆಂದು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ಪ್ರಯಾಣ ಮುಂದುವರೆಸಿದೆ. ಅಂದು ಸಂಜೆಯವರೆಗೆ ನಮಗೆ ಏನನ್ನೂ ತಿನ್ನಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಆಶ್ಚರ್ಯವೆಂದರೆ, ಋಷಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದ ನಂತರ ನನಗೆ ಹಸಿವಾಗಲಿ, ಆಯಾಸವಾಗಲಿ ಆಗಲಿಲ್ಲ. –ಪೂರ್ಣಿಮಾ ಪರುಳೇಕರ್

ಒಂದು ಬಸ್ ಜನರನ್ನು ಮನಿಲಾದಲ್ಲಿ ಒತ್ತೆಯಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವ ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ಬಿ.ಬಿ.ಸಿ. ವಾರ್ತೆಯಲ್ಲಿ ನೋಡಿದೆ. ತಕ್ಷಣ ಅವರುಗಳ ಬಿಡುಗಡೆಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ ಬೆಳಕು ಹಾಗೂ ರೇಖಿಯನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಬೆಳಕು ಕಳುಹಿಸುವುದನ್ನು ಮುಗಿಸಿ, ಕಣ್ಣುಬಿಟ್ಟಾಗ ಆ ಒತ್ತೆಯಾಳುಗಳೆಲ್ಲ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಿ ಬಸ್ಸಿನಿಂದಿಳಿದು ಬರುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಿದೆ. –ಹಿಲ್ಲಾ ಮಾರ್ಖ್ವಾ

ನಾನು 'ರಾ' ಲೋಕದ ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ 'ರಾ' ಧ್ಯಾನಮಂದಿರದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಒಂದು ದಾರಿ ತೆರೆದುಕೊಂಡಿತು ಮತ್ತು ಸುಂದರವಾದ 'ರಾ' ಲೋಕದ ಕ್ಷಣಿಕ ದರ್ಶನವಾಯಿತು. ಅದು ಮನಮೋಹಕವಾದ ಬೆಳ್ಳಿ-ಚಿನ್ನದ ಛಾಯೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣದಲ್ಲಿತ್ತು.

ಒಂದು ಸಲ ಋಷಿಗಳನ್ನು ನಾವು ನಾಲ್ಕನೇ ಆಯಾಮದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಹೇಗಿರುವುದೆಂದು ಕೇಳಿದೆ. ಆ ಕೂಡಲೇ ನಾನು ಒಂದು ಕೋಶದೊಳಗೆ ಹೋದೆ. ಅಲ್ಲಿಂದ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚ, ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ಸಮುದ್ರದಡಿ ಎರಡರಲ್ಲೂ ಇದ್ದುದನ್ನು ನಾನು ನೋಡಿದೆ. ನಾನು ಅಲ್ಲಿದ್ದರೂ, ಅವುಗಳಿಂದ ಬೇರೆಯೇ ಆಗಿದ್ದೆ. –ರೂಬಿ ಬಿಲ್ಲಿಮೋರಿಯಾ

ತಪೋವಾಣಿ, ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ : ರೂ.200/-
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, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560 077
ಪ್ರಕಾಶನ ಸ್ಥಳ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ.), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560 077
ಮುದ್ರಣ ಸ್ಥಳ : ಆರ್ಟ್ ಪ್ರಿಂಟ್, 719/ಎ, ವೆಸ್ಟ್ ಆಫ್ ಕಾರ್ಡ್ ರೋಡ್, 2ನೇ ಸ್ಟೇಜ್, ರಾಜಾಜಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು - 560 086. ಫೋನ್ : 2335 9992
ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ