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.

ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂ. 7 ಸಂ. 9 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2010 ರೂ.15

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

(ಅನು: ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ)

ಪ್ರಪಂಚ ಸಂದಿಗ್ಧ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಬಡತನ, ಹಿಂಸಾಚಾರ, ಅಂಧ ಅಭಿಮಾನ, ಅನ್ಯಾಯ, ಅಜ್ಞಾನ, ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ತಮ್ಮ ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿವೆ. ರಾಜಕೀಯ ಮತ್ತು ಧಾರ್ಮಿಕ ಮುಖಂಡರು ತಾವೇ ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಅವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿಂದ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಹೊರತರುವಲ್ಲಿ ವಿಫಲರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗಾದರೆ, ನಮ್ಮನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸುವವರು ಯಾರು? ಅವರು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮುಖಂಡರು. ಅವರು, ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು.

ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಇದನ್ನು ಮನದಟ್ಟುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಧಾರ್ಮಿಕತೆಯಿಂದ ಬೇರೆಯಾದುದು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎಂದರೆ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವುದು, ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವುದು, ಏಕತೆಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವುದು, ... ಎಲ್ಲ ಮನುಕುಲವನ್ನು ಒಂದುಗೂಡಿಸುವಂತಹ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ತತ್ವವನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವುದು. ಧಾರ್ಮಿಕತೆ ಇದನ್ನು ಮಾಡಲಾರದು. ಧಾರ್ಮಿಕತೆಯಿಂದ ಒಂದುಗೂಡುವಿಕೆ ಆಗಲಾರದು. ಇದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಧಾರ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ತಳ್ಳಿಹಾಕಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾದರೆ, ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮುಖಂಡರಿಗಾಗಿ ಕಾಯಬೇಕು. ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ಇರುವವರಿಗಾಗಿ, ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ದೂರದೃಷ್ಟಿ ಹೊಂದಿರುವವರಿಗಾಗಿ, ಕ್ರಾಂತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡದೆ ಸುಧಾರಣೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುವವರಿಗಾಗಿ, ಧಾರ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ಮನೆಗೆ ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಿ ಹಿಂಸಾಚಾರವನ್ನು ಬದಿಗೊತ್ತುವ, ದುರಾಸೆಯನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕುವ, ಅನ್ಯಾಯಯುಕ್ತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುವಂತಹ, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊರತನ್ನಿ ಎಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡುವ ಮುಖಂಡರಿಗಾಗಿ ಕಾಯಬೇಕು. ಇಂತಹ ಮುಖಂಡರು ಇದ್ದಾರೆಯೇ? ಇದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯ. ಮಾತನಾಡಲು, ತಜ್ಞಸಲಹೆ ನೀಡಲು, ಮತ್ತು ಮುಂದಾಳತ್ವವಹಿಸಲು ಅನುಕೂಲಕರ ಸಮಯಕ್ಕಾಗಿ ಅವರು ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಅಷ್ಟೆ.

ಈ ಮುಖಂಡರು ಸಾಧಾರಣ ಮುಖಂಡರಲ್ಲ. ಅವರು ವಿಶ್ವದ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ವಿಶ್ವದ ವಿವೇಕವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿರುವ ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಅವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಗೊತ್ತಿರದೆ ಕೂಡ ಇರಬಹುದು. ಅವರಿಗೆ ಹಣ, ಅಧಿಕಾರ ಅಥವಾ ಖ್ಯಾತಿಗಳ ಲಾಲಸೆ ಇಲ್ಲ. ಅವರು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅಧಿಕ ಪ್ರಚಾರದಲ್ಲಿರುವ ಯೋಗ-ವೆಲ್‌ನೆಸ್ ವ್ಯಾಪಾರದಲ್ಲಂತೂ ಇಲ್ಲ.

ಅವರು ಯಾವುದಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ? ಸೂಕ್ತ ಸಮಯಕ್ಕಾಗಿ. ಮತ್ತು, ಈಗಿನ ನಾಯಕರು ವಿಫಲರಾಗಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ವಿಫಲವಾಗಿವೆ; ಹೊಸ ನಾಯಕರು ಮತ್ತು ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಹೊರಬರಬೇಕು ಎಂಬ ಜಾಗೃತಿ ಜನರಲ್ಲಿ ಮೂಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಜನರು ಕಣ್ತೆರೆದಾಗ ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಕಿವಿಗಳನ್ನು ತೀಕ್ಷ್ಣಗೊಳಿಸಿದಾಗ, ಅವರು ವಿವೇಚನಾಯುಕ್ತ ಧ್ವನಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಹೊಸಯುಗದ ವಿಷನ್‌ಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲರು. ಆ ಕಾಲ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಜವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮುಖಂಡರುಗಳು ಹೊರಬರಬೇಕು, ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಬೇಕು ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸಬೇಕು.

ಹೊಸ ಮುಖಂಡರುಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಲು ವೇದಿಕೆಯೊಂದು ಸಿದ್ಧವಾದಾಗ, ಈ ಅವಕಾಶದ ಉಪಯೋಗ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು, ಹೆಸರು ಮತ್ತು ಕೀರ್ತಿ ಗಳಿಸಲು ಮತ್ತು ಅವರ ವ್ಯಾಪಾರವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮುಖಂಡನೂ ಮುನ್ನುಗ್ಗುತ್ತಾನೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶಕೊಟ್ಟರೆ, ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಸೋಲು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಜವಾದ ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಗುರುತಿಸಬೇಕು, ಬೆಳಕಿನ ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ಅವರಿಗಿರುವ ಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಬೇಕು. ಅನಂತರ ಅವರು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ಮುನ್ನಡೆಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಿಕೊಡಬೇಕು.

ಇದು ಸುಲಭದ ಕೆಲಸವಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸುವುದು ಸುಲಭದ ಕೆಲಸವೇನಲ್ಲ! ■

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)
ತಪೋನಗರ, 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.

ರವಿಷಾ ಏರ್ಪಡಿಸಿದ್ದ ಕಲಾ ಪ್ರದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಗುರೂಜಿಯವರು ಭೇಟಿ ನೀಡಿದಾಗ, ಆತನ ಬೇಡಿಕೆಯ ಮೇರೆಗೆ, 36 ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಕುಂಚ ಹಿಡಿದ ಗುರೂಜಿಯವರು, ಕೆಲವೇ ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಡಿಸಿದ ಚಿತ್ರ.

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರೀಜಿಯವರ ಹಿರಿಯ ಪ್ರತಿನಿಧಿಗಳಾದ ಶ್ರೀ. ರಾಜನ್ ಮತ್ತು ಶ್ರೀ. ಐ. ವಿ. ರೆಡ್ಡಿಯವರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಬಂದ ಒಂದು ತಂಡ, ಗುರೂಜಿಯವರೊಡನೆ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ 4-8-2010ರಂದು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಮಾಲೋಚನೆ ನಡೆಸಿತು.
- 26-7-2010 ರಂದು ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಗುರುಪೂರ್ಣಿಮೆಯನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.
- 1-8-2010ರಂದು ವಾಲಂಟಿಯರ್‌ಗಳಿಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಕ್ಕಾಗಿ ವಿಶೇಷ ಮೀಟಿಂಗ್-ಅನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿತ್ತು.
- ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳ ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾವನ್ನು ನಿಗದಿತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನವೀಕರಿಸಬೇಕು.
- ದೂರಕಲಿಕೆಯ ಸಾಧಕರು ತಮ್ಮ ಫೀ-ಅನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightagemasters.com ಮೂಲಕ ಪಾವತಿಸಬಹುದು.

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು	ಉಪನ್ಯಾಸ: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ 12ರವರೆಗೆ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12ರಿಂದ 1ರವರೆಗೆ
1 ಬುಧವಾರ	ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿ ವಿಶೇಷಧ್ಯಾನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12ರಿಂದ 1ರವರೆಗೆ
12 ಭಾನುವಾರ	ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಮೀಟಿಂಗ್, ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2 ಘಂಟೆಗೆ
19 ಭಾನುವಾರ	'ರಾ' ಗ್ರೂಪ್ ಮೀಟಿಂಗ್, ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2 ಘಂಟೆಗೆ

ಭಾನುವಾರದ ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಜಿಸಿದವರು

04-7-10	ಗೋದಾ ಶ್ರೀನಾಥ್
11-7-10	ಪಿ.ಟಿ. ನಾರಾಯಣ್ ಮತ್ತು ಬಾಲಸುಂದರ್ ಜಿ.
18-7-10	ಅಜಯ್ ಕುಮಾರ್ ಮತ್ತು ಮೈತ್ರೇಯಿ
25-7-10	ಸುಬ್ಬಲಕ್ಷ್ಮಿ ನಾಗರಾಜ್ ಮತ್ತು ನಳಿನಿ ಕಾರಂತ್

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

01	ಬುಧ	ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿ
07	ಮಂಗಳ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
08	ಬುಧ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
11	ಶನಿ	ಗೌರಿ ಮತ್ತು ಗಣೇಶ ಪೂಜೆ
15	ಬುಧ	ಶುಕ್ಲಾಷ್ಟಮಿ
17	ಶುಕ್ರ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
21	ಮಂಗಳ	ಅನಂತಪದ್ಮನಾಭ ಪೂಜೆ
23	ಗುರು	ಪೂರ್ಣಿಮಾ

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

11-09-2010ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1ರವರೆಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರೊಂದಿಗೆ 'ಅನೌಪಚಾರಿಕ ಸಭೆ' ಇರುತ್ತದೆ. ಭಾಗವಹಿಸಲು ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವವರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕು.

ಈ ತಿಂಗಳ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಜಿಸಿದವರು ಶ್ರೀಮತಿ ನಿರ್ಮಲ ಬಾಲಕೃಷ್ಣ

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

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ವಿಶ್ವಸಂಚಲನದ ಇತ್ತೀಚಿನ ಸುದ್ದಿ

- ಸುಮಾರು 130ಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ವಾಲಂಟಿಯರ್‌ಗಳು ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಹೆಚ್ಚುಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ತರಲು ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿದ್ದು, ಪ್ರಾಯಶಃ ಅವರ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಎಂದೂ ಬರೆಯದಿರಬಹುದು. ಅವರೆಲ್ಲರ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಪ್ರಯತ್ನ ಹಾಗೂ ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಬೆಂಬಲದಿಂದ 185 ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಸುಮಾರು 90,000ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಾಪಕ ವೃಂದ ಜುಲೈ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.
- ಈ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ವಾಲಂಟಿಯರ್‌ಗಳು ಮೌನವಾಗಿ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅನೇಕ ಅಜ್ಞಾತ ಲೈಟ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸೆಷನ್ ಅದ್ಭುತ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ತುಂಬಿರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- 1–2–2010ರಿಂದ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗಿನಿಂದ ಜುಲೈ 2010ರವರೆಗೆ ಸುಮಾರು 2.1 ಲಕ್ಷಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. 53 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 20,000 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.
- ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಜಯನಗರದ ಎಂ.ಇ.ಎಸ್. ಬಾಲಕಿಯರ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆಯ ಸಭಾಂಗಣ, 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಮೌನವಾಗಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಉದ್ಘಾಟನೆಯಾಯಿತು. ನಮಗೆ ಇದು ಒಂದು ಐತಿಹಾಸಿಕ ಮತ್ತು ಮನಮಿಡಿಯುವ ಸಂದರ್ಭವಾಗಿತ್ತು. ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳು

ಪಂಡಿತ್‌ರಾವ್ ಅಗಾಶೆ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ, ಪುಣೆ

ಕೇಂದ್ರೀಯ ವಿದ್ಯಾಲಯ, ಗಚಿಬೌಲಿ, ಹೈದರಾಬಾದ್

ಶಾಲಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರ ಅನುಭವಗಳು

ಮೊತ್ತಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ನಾನು ಅಗಾಧವಾದ ಸಮಾಧಾನ ಮತ್ತು ಶಾಂತತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ನಾನು ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ಅದೊಂದು ಅದ್ಭುತ ಅನುಭವವಾಗಿತ್ತು. ಬಾಲ್ಡ್‌ವಿನ್ ಶಾಲೆಯ ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲೇ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಇಷ್ಟು ಸಮಯ ಮಕ್ಕಳು ಮೌನವಾಗಿ ಕುಳಿತಿದ್ದರು!

–ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು, ಬಾಲ್ಡ್‌ವಿನ್ ಬಾಲಕರ ಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಕಣ್ಣುಮುಚ್ಚುವ ಮೊದಲೇ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಂಡೆ. ಕಣ್ಣುಮುಚ್ಚಿದ ನಂತರ ನನ್ನ ಶರೀರದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾಗವೂ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿತು. ನಾನು ಕುಳಿತ ಸ್ಥಳದಿಂದ ಭೂಮಿಯು ಬೆಳಕನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿರುವುದು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಸಂತೋಷದಿಂದಿರುವುದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆನು.

–ಕಾರ್ತಿಕ್, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಅಪೋಲೋ ಕಾನ್ವೆಂಟ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಕಣ್ಣುಮುಚ್ಚಿದಾಕ್ಷಣ ನನಗೆ ಸುತ್ತಲಿನ ಅರಿವಿಲ್ಲದಾಯಿತು. ನನ್ನ ಶರೀರದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾಗವೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಪಡೆಯಿತು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಸುತ್ತ ಇದ್ದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಅದನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಇದು ನನಗೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅತ್ಯಂತ ಸೊಗಸಾದ ಅನುಭವ.

–ಪ್ರೇಮಾ, ಅಧ್ಯಾಪಕರು, ಅಪೋಲೋ ಕಾನ್ವೆಂಟ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನನಗೆ ಈ ಮೊದಲೇ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವಾಗಿತ್ತಾದರೂ, ಅದು ಯಾವಾಗಲೂ ಕಿರಣಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿತ್ತು. ಆದರೆ ಈ ದಿನ ಅದು ಭಿನ್ನವಾಗಿತ್ತು. ಬೆಳಕು ಸಣ್ಣಸಣ್ಣ ಬಿಳಿ ಗೋಳಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಕೆಳಗಿಳಿದು, ನನ್ನ ತಲೆಯ ಮೂಲಕ ಪ್ರವೇಶಿಸಿತು. ಇದೊಂದು ಅತಿ ಉತ್ತಮವಾದ ಮತ್ತು ಭಿನ್ನವಾದ ಅನುಭವವಾಗಿತ್ತು.

–ಡಾ॥ ನಗೀನಾ ಸುಲ್ತಾನ್, ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು, ಅಪೋಲೋ ಕಾನ್ವೆಂಟ್, ಬೆಂಗಳೂರು

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

(ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾನುವಾರದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ಸಂಗ್ರಹ)

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

4–7–2010

ನೀವು ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿದಾಗ ಅದರೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರದ ಅನುಭವದಿಂದ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಇದನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಸಾಧಿಸಿರುವ ಮಹತ್ತರ ಪ್ರಗತಿ ಎನ್ನಬಹುದು.

ನಾವು ಬೆಳಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿತಾಗ ಬೌದ್ಧಿಕ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಮಗೆ ನಾವು ಬೆಳಕು ಎನ್ನುವ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ, ನಾವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿತರಾಗುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರಗಳಾಗುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಭೌತಿಕ ಶರೀರಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿಯಲು ಆರಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಬೆಳಕನ್ನು, ಶಾಂತಿಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸಹಜ ವೈರಾಗ್ಯ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ.

ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಮತ್ತೆಮತ್ತೆ ವಿಫಲರಾದಾಗ, ಋಷಿಗಳು ಹೇಳಿರುವ ಈ ಸುಂದರ ಮತ್ತು ಮುಖ್ಯವಾದ ಮಾತುಗಳನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಿ: "ನಿಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ತಡೆ ಉಂಟಾದರೆ ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅಳುವ ಬದಲು, ಮೇಲೇರಿ. ನೀವು ಮೇಲೇರಬೇಕು ಮತ್ತು ಆಕಾಶ ಅಪರಿಮಿತವಾದದ್ದು ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕು." ಇನ್ನೊಂದು ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಬದಲಾಯಿಸುವ ಬದಲು, ಅದರಿಂದಾಚೆ ಇರುವ ಉನ್ನತ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು, ಅನಂತರ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಸತ್ಯವೆನಿಸಿದ ದೇವರನ್ನು ತಲುಪಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರ ನಾವು ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮಹತ್ಕಾರ್ಯ ಇದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿಯುತ್ತೇವೆ.

ಹೊಸದಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಆರಂಭಿಸುವ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಅಭ್ಯಾಸವಿಲ್ಲದ ಕಾರಣ, ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಕೆಲವು ಭಯಗಳಿರಬಹುದು. ತಲೆನೋವು ಬರುವುದು, ತಾಳ್ಮೆ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಹಸಿವಾಗದಿರುವುದು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ದೂರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಧ್ಯಾನಗಳು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಿ, ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ನಮ್ಮ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಲಕ್ಷಿಸಿ. ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ. ಸಾಧನೆ ಎನ್ನುವುದು ಬೇರೆಬೇರೆ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ, ವಿವಿಧ ರೀತಿಗಳಿಂದ ನಿರಂತರ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು. ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಬಿಡಬೇಡಿ.

ಧ್ಯಾನಗಳಲ್ಲಿ ನೀರಸ ಅವಧಿಗಳು ಇರುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಒಪ್ಪಬೇಕು, ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಬಿಡದೆ ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ಧ್ಯಾನಿಯು ಯಾವಾಗಲೂ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಅಗಾಧ ಸಹನೆಯಿಂದ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ.

ದೂರಕಲಿಕೆ ಸಾಧಕರ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಋಷಿಯೊಬ್ಬರು ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದಿಂದ ಮಾಪನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಡಿ.

ಒಬ್ಬ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಹಿಳೆಗೆ ಮೂತ್ರ ಪಿಂಡಗಳು ವಿಫಲವಾಗಿ ಪ್ರಜ್ಞಾಹೀನ(ಕೋಮ) ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪಿದರು. ಆಕೆಯ ಸಹೋದರನು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ನನಗೆ ಪತ್ರ ಬರೆದನು. ಸೂಕ್ಷ್ಮಹಂತದಲ್ಲಿ ಆಕೆ ಯಾರನ್ನೋ ಭೇಟಿಯಾಗಿ, ಹಾನಿಗೊಳಗಾದ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವುದರಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಮನಗಂಡರು. ಆಕೆಗೊಂದು ಆಯ್ಕೆ ಇತ್ತು. ನಾನು ಇನ್ನೊಂದು ಹಂತದಲ್ಲಿ ಆಕೆಯನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದಾಗ: "ನನಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಬರಲು ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲವೆಂಬುದನ್ನು ನನ್ನ ಸಹೋದರನಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ" ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ನನಗೆ ಅದೊಂದು ಹೃದಯಸ್ಪರ್ಶಿ ವಿಚಾರ ವಿನಿಮಯವಾಗಿತ್ತು.

11–7–2010

ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರದ ಅನುಭವವು ಮಾತುಗಳಿಗೆ ಮೀರಿದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಐದು ಶರೀರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ – ಅನ್ನಮಯ, ಮನೋಮಯ, ವಿಜ್ಞಾನಮಯ, ಪ್ರಾಣಮಯ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶರೀರಗಳು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಶರೀರ ಸ್ವತಂತ್ರ ಅಸ್ತಿತ್ವ ಹೊಂದಿದ್ದು, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಡಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿ ಆತ್ಮದ ವಾಣಿಯಾಗಿದೆ. ಆತ್ಮ, ಆನಂದಮಯ ಕೋಶದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಸಲ ನಾವು ಗೊಂದಲದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಆನಂದಮಯ ಕೋಶ ನಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿಯ ವಾಣಿಗೂ ಮತ್ತು ಆನಂದಮಯ ಕೋಶದ ವಾಣಿಗೂ ಇರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿದೆ.

ಸೂಕ್ಷ್ಮಶರೀರವು ಮಾನಸಿಕ, ಬೌದ್ಧಿಕ ಶರೀರಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಆನಂದಮಯ ಕೋಶದಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಭೌತಿಕ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮಶರೀರಗಳು ಒಂದು ಬೆಳ್ಳಿಯ ತಂತುವಿನಿಂದ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸಿದ್ದು, ಅದು ಅನಂತದವರೆಗೂ ಹರಡಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಮನಸ್ಸು ಮೂರು ಪದರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಅವು ಜಾಗ್ರತ, ಸ್ವಪ್ನ, ಸುಷುಪ್ತಿ. ಸುಪ್ತಪ್ರಜ್ಞೆಯ (ಸುಷುಪ್ತಿ) ಮನಸ್ಸು ಎಲ್ಲಾ ಕರ್ಮದ ದಾಖಲೆಗಳನ್ನು, ಎಲ್ಲಾ ಪೂರ್ವಜನ್ಮಗಳ ನೆನಪುಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ವಶೀಕರಣ ವಿದ್ಯೆ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಆಳದಲ್ಲಿರುವ ನೆನಪುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಅರೆಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೂಲಕ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿನಾಳವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಚಕ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಕೇಂದ್ರಗಳು ಕೂಡಾ ಇವೆ.

ಮನೋಮಯ, ವಿಜ್ಞಾನಮಯ, ಪ್ರಾಣಮಯ ಶರೀರಗಳು ನೇರವಾಗಿ ಅವುಗಳ ಮೂಲಗಳಿಂದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಲ್ಲವು.

ಪ್ರಾಣಮಯ ಶರೀರವು ಪ್ರಾಣವನ್ನು ಕೊಂಡೊಯ್ಯುವ 72,000 ನಾಡಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಪ್ರಾಣವು ಪ್ರಾಣಮಯ ಶರೀರದಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೂಲಕ ಭೌತಿಕ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಹರಿಯುತ್ತದೆ. ಮೂರು ವಿಶೇಷ ನಾಡಿಗಳು – ಇಡ, ಪಿಂಗಳ ಮತ್ತು ಸುಷುಮ್ನ ಮೂಲಾಧಾರದಿಂದ ಏಳುತ್ತವೆ. ಇಡ ಮತ್ತು ಪಿಂಗಳಗಳು ಚಕ್ರಗಳ ಮೂಲಕ ಹಾದುಹೋಗುತ್ತವೆ.

ಅತ್ಯಂತ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯ ಕುಂಡಲಿನಿ ಮೂಲಾಧಾರದಲ್ಲಿದೆ. ಧ್ಯಾನಗಳು ಸುಷುಮ್ನದ ಮೂಲಕ ಕುಂಡಲಿನಿ ಏರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅದು ಸಹಸ್ರಾರವನ್ನು ತಲುಪಿ, ಮೆದುಳಿನ ಹೊಸ ಕಣಗಳು ತೆರೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಅಹಂ ಎನ್ನುವುದು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಗಳ ಸಂಗ್ರಹಿತ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ. ಅದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಸ್ವತಂತ್ರವಾದ ಅಸ್ತಿತ್ವವಿದೆ. ಅಹಂ ತಾನಾಗಿಯೇ ದುರಹಂಕಾರ ಅಥವಾ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದು ತೀವ್ರ ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಬಲ್ಲದು.

ಛಾಯಾಪುರುಷ, ಆನಂದಮಯ ಕೋಶದಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ಮ ದೈವಿಕತೆಯ ಸಾರವಾಗಿದೆ. ಅದು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಲ್ಲದು, ಒಂದು ರೂಪವನ್ನು ಕೂಡಾ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಕ್ತಿಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಅದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಬಲ್ಲದು, ಇತರರೆಲ್ಲರಿಗಿಂತ ಚೆನ್ನಾಗಿ

ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು

(ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾನುವಾರದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ಸಂಗ್ರಹ)

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

ನಮ್ಮನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲದು. ಆದರೆ ನಾವು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದಾಗ ನಮ್ಮನ್ನು ತಿದ್ದಲು ಹಿಂಜರಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯ ಉನ್ನತ ಹಂತಗಳನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ, ನಾವು ಆ ಹಂತಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇಂಥ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗ ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಭಾಮಂಡಲ ಮನಸ್ಸಿನ ವಿಸ್ತರಿಸಿದ ಭಾಗ. ಅದನ್ನು ನೋಡಬಹುದು. ಇದರಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಬಣ್ಣಗಳಿದ್ದು, ಇವು ಮನಸ್ಸಿನ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ.

ಜಾಗೃತಿ ಆತ್ಮದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಾಗಿದೆ. ಮೂರನೆಯ ಕಣ್ಣು ಆತ್ಮದ ವಿಶೇಷ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಾಗಿದ್ದು, ಜಾಗೃತಿಯಿಂದ ಆಚೆಗೆ ನೋಡಬಲ್ಲದು. ಜಾಗೃತಿ ಮತ್ತು ಮೂರನೆಯ ಕಣ್ಣುಗಳಿಗಿರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಬಹಳ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿದೆ. ಅಂತರ್–ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವ ಆತ್ಮದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಾಗಿದೆ. ಅತಿಸೂಕ್ಷ್ಮ–ಗ್ರಹಿಕೆಯೂ ಕೂಡಾ ಆತ್ಮದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಾಗಿದೆ. ಅಂತರ್–ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಗ್ರಹಿಸಲಾಗದುದನ್ನು ನಾವು ಅತಿಸೂಕ್ಷ್ಮ–ಗ್ರಹಿಕೆಯ ಸಹಾಯದಿಂದ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ಸೂಕ್ಷ್ಮಪ್ರಯಾಣ – ಸೂಕ್ಷ್ಮಶರೀರ ಭೌತಿಕ ವಲಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಬಲ್ಲದು. ಅದು ಯಾವಾಗಲೂ ಭೌತಿಕ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಬೆಳ್ಳಿಯ ತಂತುವಿನ ಮುಖಾಂತರ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮ ಪ್ರಯಾಣ ಭೌತಿಕ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಇತರ ಆಯಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮವು ಯಾವಾಗಲೂ ಭೌತಿಕ ಶರೀರದೊಡನೆ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮುಖಾಂತರ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.

ಜಾಗೃತಿಯ ವಿಸ್ತಾರದಿಂದ ನಾವು ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳ ಮತ್ತು ವಾಸ್ತವಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿಯುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಆತ್ಮ ಪ್ರಯಾಣಿಸಿದಾಗ ಅದು ಅರಿಯುವುದಲ್ಲದೇ ಅನುಭವಿಸುತ್ತದೆ ಕೂಡಾ.

ಮೂರು ಗ್ರಂಥಿಗಳು ಉನ್ನತ ಹಂತಗಳ ಅನುಭವಗಳಿಗೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ದ್ವಾರ ಪ್ರದೇಶಗಳಾಗಿವೆ. ಈ ಸುಂದರವಾದ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನರಿಯಲು ಹೆಚ್ಚಿನ ಕಾಲಾವಕಾಶ ಅಗತ್ಯ.

18–7–2010

ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಒಂದು ಗುಂಪಿನ ಸದಸ್ಯರೊಬ್ಬರು ಭಾರಿ ಅಪಘಾತಕ್ಕೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ದರ್ಶನ ನನಗೆ ಉಂಟಾಯಿತು. ಅಪಘಾತದ ದಿನ, ದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಕಂಡ ವ್ಯಕ್ತಿ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ವಾಹನಕ್ಕೆ ಗುದ್ದಿದರು, ನನ್ನ ಕಾರು ಇನ್ನೊಂದು ವಾಹನಕ್ಕೆ ಮೆಲ್ಲಗೆ ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿತು, ಇನ್ನಿಬ್ಬರು ಇಂಥದೇ ರೀತಿ ಸಣ್ಣ ಅಪಘಾತಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿದರು. ಯಾರಿಗೂ ಗಾಯಗಳಾಗಲಿಲ್ಲ. ಅಪಘಾತ ಭಾಗವಾಗಿ, ಹಂಚಿಹೋಯಿತು. ನಾವು ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರೆ ನಿಷೇಧಾತ್ಮಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಕೂಡಾ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಮೂಲಭೂತ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರಿಯುವಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಪುನರಾವರ್ತನೆಯನ್ನು ಮಾಡೋಣ. ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗವು ಎರಡು ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶ ಅಥವಾ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಅವು ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳು.

ಬೆಳಕು ದೇವರು. ಬೆಳಕು ಮೂರು ಪ್ರಧಾನ ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಬೆಳಕು ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿ, ಸರ್ವಜ್ಞ, ಸರ್ವಶಕ್ತ. ನಾವು ಸರಳ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ಬೆಳಕನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ ಕರ್ಮಗಳು ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ, ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ತೆರೆಯುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಹರಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಬೆಳಕಿನೊಡನೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ನಾವು ಒಂದು ಸಣ್ಣ ತಂತ್ರವನ್ನು ರೂಪಿಸಿದ್ದೇವೆ. ನಿಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಒಂದು ಫುಟ್‌ಬಾಲ್ ಗಾತ್ರದ ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಬಿಳಿ ಬೆಳಕಿನ ಗೋಳವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅದನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ. ನಿಮಗೆ ಬೇಕಾದುದನ್ನು ಬೇಡಿರಿ. ನಂತರ ಎಲ್ಲ ದಿಕ್ಕುಗಳಿಂದ ಬೆಳಕು ಬಂದು ಸೇರುತ್ತಿದೆ ಎಂದು 7 ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಗೋಳವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಿ. ನೀವು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಕಾಯಬೇಕು. ಮಾನವ ಹಂತದಲ್ಲಿ ನೀವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಬೆಳಕಿಗೆ ಅವಕಾಶ ಕೊಡಬೇಕು.

ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಎರಡನೆಯ ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶ ಅಥವಾ ಸತ್ಯವೆಂದರೆ ಋಷಿಗಳು. ಋಷಿಗಳು ಬೆಳಕಿನ ಪರವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಸಹಾಯ ನೀಡುತ್ತಾರೆ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸಪ್ತಋಷಿಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಒಂದು ಸಮಿತಿ ಇದೆ. ಅದನ್ನು ಬೆಳಕಿನ ಕೌನ್ಸಿಲ್ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಸಪ್ತಋಷಿಗಳಡಿ ನೇರವಾಗಿ ಕಲಿಯುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಹೆಮ್ಮೆ ಪಡಬೇಕು.

ನಮ್ಮ ತತ್ವಸಿದ್ಧಾಂತ: ನಾವು ಆತ್ಮಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಈ ಭೂಮಿಗೆ, ಇಲ್ಲಿಯ ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಮತ್ತು ಹಿಂದಿರುಗಿ ಹೋಗಲು ಬಂದೆವು. ನಾವು ಕೆಲವು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಮುರಿದುದರ ಕಾರಣ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಗಳಿಸಿ ಇಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿದೆವು. ಕರ್ಮಗಳು ಕಳೆದ ಮೇಲೆ ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ್ಕೆ ಹೋಗಬಹುದು. ಧ್ಯಾನಗಳು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಕಳೆದು ಹಾಕುತ್ತವೆ. ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, 'ಜೀವನ–ಶಕ್ತಿ'ಗೆ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿರುವಂತೆ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಬೇಕು. ಯಾವಾಗಲೂ ಭರವಸೆ, ಸಂತೋಷಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು, ನಮ್ಮ ಸಹಜ ಸ್ವಭಾವವಾದ ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ, ಸತ್ಯಪಾಲನೆಗಳನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಚರಣೆಗೆ ತರುವ ಮೂಲಕ 'ಜೀವನ–ಶಕ್ತಿ'ಯನ್ನು ನಾವು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಬೇಕು. ನಮ್ಮೆಲ್ಲ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ, ಜೀವನದ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಬೇಕು.

ನಮ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತ ದೈವಿಕತೆಯೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಅ–ಪ್ರೇಮವನ್ನು, ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಕಂದಾಚಾರಗಳನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದು, ಸ್ವತಂತ್ರ ಮತ್ತು ಏಕತೆಯಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು ಹಾಗೂ ಬೇರೆಯವರು ಸ್ವತಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಬಾಳಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುವುದು. ನಾವು ಇನ್ನೊಬ್ಬರನ್ನು ತಿದ್ದುವ ಮೊದಲು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಪರಿಪೂರ್ಣರಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈಗಾಗಲೇ ನಾವು ಹೊಂದಿರುವ ಬೆಳಕಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಳಕನ್ನು ಸೇರಿಸುವುದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗಿದೆ.

ಭೌತಿಕ ಶರೀರ ಸತ್ತನಂತರ, ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಶೇಖರವಾಗಿದ್ದ ಬೆಳಕು, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಎಂದಾದರೊಂದು ದಿನ ನಾವು ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ವಾಪಸ್ಸು ಕೊಡುತ್ತೇವೆ. ಆಗ ಬೆಳಕು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶರೀರದೊಳಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಾಗ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶರೀರವನ್ನು ಕೂಡಾ ವಾಪಸ್ಸು ಕೊಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ದೇವರಲ್ಲಿಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ಶೇಖರಿತವಾದ ಎಲ್ಲ ಬೆಳಕು ಆತ್ಮದೊಡನೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಶೇಖರವಾದ ಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗ ತಿದ್ದುಪಡಿಗಳು ಅಥವಾ ಪುನರ್–ಪರಿಶೀಲನೆ ಇರುತ್ತದೆಯೋ ಆಗ ನಾವು ಹಳೆಯ ಅರ್ಥ ಗ್ರಹಿಕೆಗಳನ್ನು ಹಿಂಜರಿಕೆ ಇಲ್ಲದೆ ತಿರಸ್ಕರಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಹಳೆಯದಕ್ಕೇ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಏನನ್ನೂ ಕಲಿಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ■

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 ಕಳುಹಿಸಿಕೊಡಲಾಗುವುದು.
- ★ 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 ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ಓಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬಾರದು. ಅವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ ಇರುವುದು ಉತ್ತಮ. ಬೇರೆ ದಾರಿಯೇ ಇಲ್ಲ.

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್ ಸೋಮಯಾಜಿ;
ಅನು: ವರ್ಷಾ ಗುರ್ಜರ್

ಜುಲೈ ತಿಂಗಳು ಆಷಾಢಮಾಸವಾಗಿದ್ದು, ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಪರಿಶುದ್ಧ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನೇರವಾಗಿ 'ಮೂಲ'ದಿಂದ ಪಡೆಯಬಹುದಾದುದರಿಂದ ಈ ತಿಂಗಳು ಶುಭದಾಯಕವಾಗಿದೆ. ಗುರುಪೂರ್ಣಿಮೆಯ ದಿನ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಅತ್ಯಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುತ್ತವೆ. ಅದೃಷ್ಟವಶಾತ್ ಈ ಬಾರಿ ಗುರುಪೂರ್ಣಿಮೆ ಭಾನುವಾರದಂದು ಇದ್ದುದರಿಂದ ಧ್ಯಾನಿಗಳೆಲ್ಲಾ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರು. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಗುರುವಾದ ಭಗವಂತನನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತಿರುವ ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ನಾವೆಲ್ಲ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಆಶೀರ್ವಾದಗಳನ್ನು ಪಡೆದೆವು. ಮರುದಿನ ಆನೇಕಲ್ ನಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ಮ 'ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ'ದಲ್ಲಿ ಗುರುಪೂರ್ಣಿಮೆಯನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡು ವುದರೊಂದಿಗೆ ಆಚರಿಸಿದೆವು.

ಜೋಡಿ ಗ್ರಹಣಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡನೇ ಗ್ರಹಣ ಜುಲೈನಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಿತ್ತು. ಅಂದು ಐದು ಗಂಟೆಗಳ ದೀರ್ಘವಾದ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಅನೇಕರು ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.

ತಪೋನಗರ ನಿವಾಸಿಗಳಾದ ಶ್ರೀ. ಕಲ್ಯಾಣ್ ಕುಮಾರ್ ದಂಪತಿಗಳು ತಮ್ಮ ನವೀಕರಿಸಿದ ಮನೆಯ ಉದ್ಘಾಟನೆಗಾಗಿ ನಿವಾಸಿಗಳೆಲ್ಲರನ್ನೂ ಆಹ್ವಾನಿಸಿದ್ದರು. ಗುರೂಜಿಯವರು ಆಗಮಿಸಿ ಅವರ ಮನೆಯನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಉಳಿದವರೆಲ್ಲ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು. ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರೊಂದಿಗೆ ಪೂರ್ವನಿಯೋಜಿತವಲ್ಲದ ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ಸೆಷನ್ ನಡೆಯಿತು.

ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಭಾರಿಮಳೆ ಜೀವನವನ್ನು ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತಗೊಳಿಸಿದೆ. ಇಲ್ಲೂ ಕೂಡಾ ಮಳೆಯಾದರೂ, ಇಲ್ಲಿನ ಅಂತರ್ಜಲ ಪುನಶ್ಚೇತನಗೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ತಪೋವನದ ಬಳಿ ತೆಗೆಸಲಾದ ಇನ್ನೊಂದು ಕೊಳವೆಬಾವಿ ಫಲಕಾರಿಯಾಗಲಿಲ್ಲ.

ಹೆಣ್ಣೂರು ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಅತೀ ಎತ್ತರದ ಗಗನಚುಂಬಿ ಕಟ್ಟಡವೊಂದು ಮೇಲೇಳುತ್ತಿದೆ. ಇದು ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಬರುವ ಪ್ರಮುಖ ರಸ್ತೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ತಪೋನಗರ ಈ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆಯಿಂದ ದೂರವಿರುವುದರಿಂದ, ಇಲ್ಲಿರುವ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಈ ಕಟ್ಟಡದ ವಾಣಿಜ್ಯ ಸಂಕೀರ್ಣಗಳು ಭಂಗಗೊಳಿಸಲಾರವು.

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಹೊಸ ಅಂತರ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣಕ್ಕೆ ಪರ್ಯಾಯ ರಸ್ತೆಯಾದ ಹೆಣ್ಣೂರು ಜಂಕ್ಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಮೇಲ್ಸೇತುವೆ ಬರುತ್ತಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸುವ ಆರು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ಉದ್ದದರಸ್ತೆ ವಿಸ್ತಾರಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ. ನಗರ ತಪೋನಗರದತ್ತ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದೆ. ಆದರೂ ಅದು ತಪೋನಗರವನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಲಾರದು. ■

ಪತ್ರಗಳು

ಸಂಗ್ರಹ: ವೈಶಾಲಿಜೋಶಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ನಾನು ಆತಂಕಕ್ಕೊಳಗಾಗಿದ್ದಾಗ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದ ನಂತರ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ, ಧ್ಯಾನ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಂದಿದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಂದಲೂ ಕಲಿಯುವುದಿದೆ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಅಹಂ–ಅನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಬೇಕು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಪಾಲಿಗೆ ಬರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ಸಮಚಿತ್ತದಿಂದ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಒಂದೇ ಒಂದು ಆಸೆ.

ನನ್ನ ಒಳದನಿ ಪ್ರತಿಕ್ಷಣ ವಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅನೇಕ ವೇಳೆ 'ನಾನು' ಎಂಬುದು ನುಸುಳಿ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಬಣ್ಣವನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತದೆ. –ದೀಪ್ತಿ ರಾಘವೇಂದ್ರ

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ನನ್ನ ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡವನ್ನು ನೋಡಿ ಡಾಕ್ಟರ್ ಕೂಡ ಆತಂಕಗೊಂಡರು. ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಕುಳಿತಿರಲು ಹೇಳಿದರು. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ಕಣ್ಮುಚ್ಚಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ನನ್ನ ಸುತ್ತ ಇರುವ ರಕ್ಷಾಕವಚವನ್ನು ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಂಡೆ. ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದಾಗ ಅದು ಸಹಜ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದು, ಅವರಿಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯ ಉಂಟುಮಾಡಿತ್ತು. ಮಾನಸ ಧ್ಯಾನಿಗಳೆಲ್ಲರಿಗೂ ನಾನು ಹೇಳುವುದೇನೆಂದರೆ, "ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುವ ಎಲ್ಲವೂ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ." ಇದು ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ಅನುಭವ. –ವಿಶ್ವಾಸ್ ದೀಕ್ಷಿತ್

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ ನನ್ನ ಕೋಪ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದ ನನ್ನ ಹಿರಿಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು, ಇಲಾಖೆಯ ಮುಖ್ಯಸ್ಥಳಾಗಿ ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು ನನ್ನಿಂದ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿ, ನನಗೆ ಕೆಲಸ ಬಿಡುವಂತೆ ಹೇಳಿದರು. ನನ್ನ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಸಿದಾಗ, ನೀವು ನನಗೆ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವುದಾಗಿ ಬರೆದಿರಿ. ಇದರ ಫಲವಾಗಿ ನನಗೆ ಬೇರೆ ಕೆಲಸ ಸಿಕ್ಕಿತು, ಜೊತೆಗೆ ನಾನು ಮೊದಲಿದ್ದ ಕಂಪನಿಯಲ್ಲಿ, ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಹೊಸ ತಿರುವು ಉಂಟಾಯಿತು. ನನ್ನ ಈಗಿನ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ನನಗೆ ಸರಿಹೊಂದುವ ಕೆಲಸ ಕೊಟ್ಟು, ನಾನು ಹೊಸ ಕಂಪನಿಯನ್ನು ಸೇರಿದ್ದಲ್ಲಿ ಕೊಡಬಹುದಾಗಿದ್ದ ಸಂಬಳವನ್ನೂ ಸಹ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಕಾಳಜಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಗೆ ನಾನು ಕೃತಜ್ಞಳಾಗಿದ್ದೇನೆ. –ಸ್ವರ್ಣಪ್ರಿಯ

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

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

ಪ್ರ: ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಿಜವಾಗಿ ಶರಣಾಗುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ನಾವು ದೇವರ ಮೇಲೆ ಅತೀವ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಶರಣಾಗತಿಯ ಮಾರ್ಗಗಳು ತನ್ನಿಂದ ತಾನೇ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: ಶರಣಾಗತಿಯ ನಂತರ ನಾವು ನಮ್ಮ ಇಚ್ಛಾಸ್ವಾತಂತ್ರದ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಬೇಕೇ?

ಉ: ಶರಣಾಗತಿಯ ನಂತರವೂ ನಮಗೆ ಇಚ್ಛಾಸ್ವಾತಂತ್ರದ ಆಯ್ಕೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಮೇ 18ರಂದು ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಬಂದಿರುವ ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಯಾವುವು?

ಉ: ಮೇ 18ರಂದು 'ರಾ' ಲೋಕದಿಂದ ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಬಂದಿವೆ. ಅವು ನಮಗೆ ಒಂದು ತರಹದ ಹೊಸ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತರುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ತಂತ್ರವನ್ನು ಯಾವ ದಿನ ಬೇಕಾದರೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದೇ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. ನಾವು ಹುಣ್ಣಿಮೆ ಅಥವಾ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ಅಥವಾ ಈ ಎರಡೂ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಬೇಕು.

ಪ್ರ: ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳು ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಮೇಲೆ ಹೇಗೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ?

ಉ: ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳು ನೇರವಾಗಿ ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವುದಿಲ್ಲ. ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತವಾದ ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಭಾವಪರವಶತೆ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಗಳು ಪ್ರಪಂಚದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಬಹುದು.

ಪ್ರ: ನಾವು ಕ್ಷಮೆ ಕೇಳಿದಾಗ ನಮ್ಮನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಕರ್ಮಗಳ ಪಾಡೇನು?

ಉ: ನೀವು ತುಂಬಾ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಕ್ಷಮೆಯಾಚಿಸಿದರೆ ಮತ್ತು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತನೆ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ಯಾವ ಕರ್ಮಗಳೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಕಳೆಯಬೇಕಾದರೆ ನೋವುಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕೇ?

ಉ: ಅದರ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಉನ್ನತ ಸ್ತರಗಳಿಂದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಹೇಗೆ? ಅದಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ತಂತ್ರಗಳಿವೆಯೇ?

ಉ: ನಿಮಗೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಅಥವಾ ಜ್ಞಾನದ ಚಾನಲ್ ಆಗಲು ಆಸಕ್ತಿ ಇದ್ದರೆ, ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ನನ್ನ ಹತ್ತಿರ ಬನ್ನಿ. ಹೌದು, ಅದಕ್ಕೆ ತಂತ್ರಗಳಿವೆ.

ಪ್ರ: ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆಯಲು ಸಾವಿಗೆ ಸಮೀಪದ ಅನುಭವದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆಯೇ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. ಇವು ಎರಡೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲದವು.

ಪ್ರ: ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಲು ಯಾವ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಗಳಿವೆ?

ಉ: ನಮ್ಮ ಹತ್ತಿರ ಒಂದೇ ಒಂದು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವಿದೆ. ಅದು, ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಡಿ!

ಪ್ರ: ನನಗೆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಕೆಲವು ತಂತ್ರಗಳು ಗೊತ್ತಿವೆ. ನಾನು ಅದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದೇ?

ಉ: ಬೇಡ.

ಪ್ರ: ಒಬ್ಬ ಅಶುದ್ಧ ಮನುಷ್ಯ ಬೆಳಕನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಬಲ್ಲನೇ?

ಉ: ಹೌದು. ಅಶುದ್ಧತೆ ತೋರಿಕೆಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಇರುತ್ತದೆ. ಅಂತರಾಳದಲ್ಲಿ ನಾವು ಶುದ್ಧರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರ: 2012 ಅಥವಾ 2012ರ ನಂತರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಪತನವಾದಾಗ, ತೀರಾ ಅರಾಜಕತೆ ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲವೇ?

ಉ: ಹೌದು. ಕೆಲವು ಸಮಯದ ತನಕ. ಅದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿದ್ದು ಮತ್ತು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ.

ಪ್ರ: ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಯಾವ ಭಂಗಿಯಲ್ಲಿರಬೇಕು?

ಉ: ನೀವು ಯಾವ ಭಂಗಿಯಲ್ಲೂ(ಆಸನ) ಇರದೆ, ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಬಹುದು.

ಪ್ರ: ನಮ್ಮ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರಗಳನ್ನು ಬಲ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಹೆಚ್ಚು ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಶಂಬಲ ತತ್ವಗಳನ್ನು, ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮೊದಲ ಮೂರು ತತ್ವಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಬೇಕು. ಇದರ ನಂತರ, ಬೇರೆ ತಂತ್ರಗಳಿವೆ.

ಪ್ರ: ನೀವು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುವ ಪಲ್ಲಟಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳೇನು?

ಉ: 27-5-2010ರ ಪಲ್ಲಟದ ಪರಿಣಾಮ - ಸುಳ್ಳು ಅಥವಾ ಸತ್ಯಗಳ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ. ಆಯ್ಕೆಮಾಡಲು, ಬೆಳೆಯಲು ಮತ್ತು ಹೊಸ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ತುಂಬಾ ಅವಕಾಶಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಸ್ವ-ಅರಿವಿನಂಥ ಹೊಸ ತರಹದ ಅರಿವು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮಗೆ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ■

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. 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)

ಜೂನ್ 13ರಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ, ಒಂದು ನಿಮಿಷ ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರದೊಡನೆ ಸಂಬಂಧ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ತಿಳಿಸಿದರು. ನಾನು ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿದಾಕ್ಷಣ ನನ್ನ ತಲೆಯ ತುಂಬಾ ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕು ತುಂಬಿದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ನನಗೆ ಆ ಚೈತನ್ಯದ ಬಿಸಿಯೂ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂತು. ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ನಾನು ಭೌತಿಕ ಶರೀರವಾಗಿರದೆ, ಚಿನ್ನದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿದ ಶಿರವಾಗಿದ್ದೆ. –ನೀಲಿಮಾ ಜೋಶಿ

ಅಲಾಸ್ಕದಲ್ಲಿ ನಾನು ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಸಮುದ್ರದ ಅಲೆಯ ಶಬ್ದ ಮತ್ತು ನಾನು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ 'ಓಂ' ಮಂತ್ರ ಒಂದಾದವು. ಅದು ನನ್ನಲ್ಲಿ ವರ್ಣಿಸಲಸದಳವಾದ ಮಾನಸಿಕ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತಂದಿತು. ಧ್ಯಾನದ ನಂತರವೂ ಸಹ ಸಮುದ್ರದ ಅಲೆಗಳ ಶಬ್ದ ಓಂಕಾರದಂತೆ ಕೇಳಿಬಂದು, ಆ ಶಬ್ದ ನನ್ನಲ್ಲಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತರುತ್ತಿತ್ತು. ಆಗ ನನ್ನಿಂದ ತಡೆಯಿಲ್ಲದ ದೈವಿಕ ಪ್ರೇಮವು ಹರಿದು ಇಡೀ ವಿಶ್ವವೇ ಅದರಿಂದ ತುಂಬಿದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. –ಡಾ॥ ಸುನೀಲ್ ರಥಿ

ಜೂನ್ 6ರಂದು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಕೊಠಡಿಯ ತುಂಬಾ ನೇರಳೆ ಮಿಶ್ರಿತ ಬೂದು ಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕು ಚಿಕ್ಕ ತರಂಗಗಳಾಗಿ ಸುತ್ತುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ನೋಡಿದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ನನ್ನೆದುರು ಗುರೂಜಿ ನಿಂತಿದ್ದರು. ನಂತರ ಅಮರರವರು ನನ್ನ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತು ನನ್ನನ್ನು ಅಭಿನಂದಿಸಿದರು. ನನಗೆ ತುಂಬಾ ನೆಮ್ಮದಿ ಎನಿಸಿತು ಮತ್ತು ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಹತ್ತಿರದವಳೆಂಬ ಭಾವನೆಯುಂಟಾಯಿತು. –ಲಿನ್ ಕರಾಟನಿ

ಧ್ಯಾನದ ಮೊದಲು ಗುರೂಜಿಯವರೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಅವರ ಇರುವಿಕೆಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಇಂಥ ಒಂದು ಅನುಭವವಾಗಬೇಕೆಂಬ ಯಾವ ರೀತಿಯ ನಿರೀಕ್ಷೆ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಬಾರಿ, ಧ್ಯಾನದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವೆನಿಸಿತು. –ಜಿ. ಚಂದ್ರಮೌಳೇಶ್ವರನ್

ಜೂನ್ 8ರಂದು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ನನ್ನನ್ನು ಪಿರಮಿಡ್‌ಗಳಿದ್ದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಲಾಯಿತು. ನಾನು ಭೂಮಿಯೊಳಗಡೆ ಹೋದಾಗ ಗುರೂಜಿ, ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿ, ಅಮರ ಮಹರ್ಷಿ ಹಾಗೂ ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಋಷಿಗಳನ್ನು ನೋಡಿದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದ ಒಂದು ಗುಪ್ತ ಛೇಂಬರ್ ತೆರೆದುಕೊಂಡಿತು. ಆ ಚೈತನ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ ನಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಲಾಯಿತು. ಆ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅಂತರ್‌ಮಾನಸಕ್ಕೆ ತಂದು ಅಲ್ಲಿ ಭೂಮಿಯ ಒಳಗೆ ಒಂದು ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡಲಾಯಿತು. ಅಲ್ಲಿ 'ರಾ ಬ್ರಹ್ಮ' ನಮಗಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದರು. 'ರಾ ಬ್ರಹ್ಮ' ಮತ್ತು ಮಹರ್ಷಿ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರರು ಅದರೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು. –ವಿದ್ಯಾ ಅರೋರಾ

ನಾನು ನನ್ನ ಪತಿಯ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಣೆಗಾಗಿ ಜೂನ್ 7ರಂದು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸೇರಿದೆ. ಪ್ರತಿದಿನ ನಾನು ಮಹರ್ಷಿ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರರನ್ನು, ನನ್ನ ಗಂಡನ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆಯೂ ಮತ್ತು ಅವರೊಡನೆ ಇಡೀ ರಾತ್ರಿಯಿರುವಂತೆಯೂ ಬೇಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಕೆಲವುಬಾರಿ ನನಗೆ ಅವರ ಹಾಸಿಗೆಯ ಸುತ್ತ ಬೆಳಕಿನ ದೊಡ್ಡ ವೃತ್ತ ಸುತ್ತುತ್ತಿರುವಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳೇ ಅವರನ್ನು ನೋಡಿಕೊಂಡು, ಧೈರ್ಯ ನೀಡಿ ಕಷ್ಟದ ಸಮಯವನ್ನು ಶಾಂತವಾಗಿ ಎದುರಿಸಲು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. –ಅಲ್ಕಾ ಸಿಂಧಿಯಾ

ನಾನು ಬೆಂಗಳೂರಿಗೆ ಭೇಟಿಕೊಟ್ಟ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣದ ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ತಕ್ಷಣ ನನಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರ ದಿವ್ಯಪ್ರಭೆಯ ಗಾಢ ಅನುಭವವಾಗಿ, ಇಲ್ಲೇ ಎಲ್ಲೋ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ತಪೋನಗರ ಇದೆ ಎಂಬುದು ಖಚಿತವಾಯಿತು. ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳ ನಂತರ, "Taponagara - Way to Meditation Classes" ಎಂಬ ಫಲಕ ಕಾಣಿಸಿತು. ಆ ಅನುಭವ ಕೆಲವು ಕ್ಷಣಗಳವರೆಗೆ ನನ್ನಲ್ಲಿತ್ತು. ನಂತರ ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತನಲ್ಲಿ ಫೋನಿನ ಮೂಲಕ ಕೇಳಿದಾಗ, ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ತಪೋನಗರವಿರುವ ವಿಷಯ ತಿಳಿಯಿತು. –ನಂದನ್ ಕಲಸ್ಕರ್

ಜೂನ್ 6ರಂದು ನಾವು ವೈಷ್ಣೋದೇವಿ ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹೋಗುವ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಅದೇ ದಿನ ರಾತ್ರಿ ನಿದ್ದೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ವೈಷ್ಣೋದೇವಿ ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹೋಗುವ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿದ್ದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ನಂತರ ನಾನು ವೈಷ್ಣೋದೇವಿ ಮೂರ್ತಿಯಿದ್ದ ಗುಹೆಯನ್ನು ತಲುಪಿದೆ. ಆ ಮೂರ್ತಿಯಿಂದ ಚಿನ್ನದ ಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕು ಹೊರಹೊಮ್ಮಿ ನನ್ನ ಶರೀರವನ್ನು ಸೇರಿ, ನಾನು ಆ ವಿಗ್ರಹದ ಜಾಗದಲ್ಲಿದ್ದುದ್ದನ್ನು ಕಂಡೆ. ನಾನು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿದಾಗ, ಹಿತಕರ ಮತ್ತು ಪರಮಾನಂದಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದ ಒಂದು ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಬೆಳಕು ನನ್ನ ಹಣೆಯಭಾಗದಲ್ಲಿ ಇದ್ದುದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ಅದು ಪದಗಳಿಂದ ವರ್ಣಿಸಲಾಗದ ದಿವ್ಯಪ್ರೇಮವನ್ನು ಹೊಂದಿತ್ತು. –ಜ್ಯೋತಿ ಚಾವ್ಲಾ

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