ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂ. 8 ಸಂ. 11 ನವೆಂಬರ್ 2011 ರೂ.15

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

(ಅನು: ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ)

ನಾನು ನನ್ನ ಜನರಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತೇನೆ: ನಿಮ್ಮ ಜೀವನ ಧ್ಯೇಯವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಿ; ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪಾಲಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶ ಅಥವಾ ಅನುಜ್ಞೆ ಏನು ಎಂಬುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಿ. ನಾವು ಇವನ್ನು ಆಳವಾದ ಚಿಂತನೆಯಲ್ಲಿ, ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ, ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ವ್ಯಾಪಕಗೊಳಿಸಿದಾಗ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಇವನ್ನು ಒಂದೇ ಬಾರಿಗೆ ಕುಳಿತು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಒಂದು ದಿನದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಒಂದು ವರ್ಷವಾದರೂ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವದ ನಡುವೆ ಇರುವ ನೇರ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ನಾವಿನ್ನೂ ಕಂಡುಕೊಂಡಿಲ್ಲ! ಆದರೆ, ಹೇಗೋ, ನಮಗೆ ವಿಶ್ವದಿಂದ ಈ ಮಾಹಿತಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಮಗೆ ಮಾಹಿತಿ ದೊರಕಿದಾಗ, ಅದು ವಿಶ್ವದಿಂದ ಬಂದುದು ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಧ್ಯೇಯ, ನಮ್ಮ ಅನುಜ್ಞೆ ಏನು ಎಂದು ಮನಗಂಡಾಗ, ನಾವು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರವೇ ನಮ್ಮೆಲ್ಲ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ ಕೆಲಸಮಾಡಬೇಕು. ನಾವು ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಅಥವಾ ಇತರ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ನಾವು ನಮ್ಮ ಧ್ಯೇಯ ಮತ್ತು ಅನುಜ್ಞೆಗೆ ಬದ್ಧರಾಗಿದ್ದರೆ, ನಮಗೆ ವಿಶ್ವ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಒಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸತ್ಯ. ನನಗೆ ಈ ಸತ್ಯ ತಿಳಿದಿದೆ.

ನನ್ನ ಗುರುವಿನ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುವುದು ನನ್ನ ಧ್ಯೇಯ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಮನಗಂಡೆ. ನನ್ನ ಅನುಜ್ಞೆ: ಧ್ಯಾನ ಕಲಿಸುವುದು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡುವುದು, ಮತ್ತು ಹೊಸ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಮೇಲಿನ ಸ್ತರಗಳಿಂದ ಕೆಳತರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದು. ಇವುಗಳಿಗೆ ನಾನು ಬದ್ಧನಾದೆ. ಶಾಲೆಗಳನ್ನು ತೆರೆಯುವುದರಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವುದರಲ್ಲಿ, ಜನ ನನಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡಲು ಮುಂದೆ ಬಂದಾಗ, ನಾನು ವಿನಯದಿಂದ ತಿರಸ್ಕರಿಸಿದೆ. ಆಗ, ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಜನರ ಮೂಲಕ ವಿಶ್ವ ನನಗೆ ಸಹಾಯನೀಡಿತು. ಜನರು ನನಗೆ ಹಣ ಕೊಟ್ಟರು ಮತ್ತು ಕೆಲವರು ನನ್ನ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸೇರಿಕೊಂಡರು. ನಾವು ಒಂದು ಮಹತ್ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮೌನವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಮತ್ತು, ನಮ್ಮ ಧ್ಯೇಯಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಅನುಜ್ಞೆಗೆ ಬದ್ಧರಾಗಿದ್ದೇವೆ.

ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರದ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡುವ ಜನರು ತಮ್ಮ ಧ್ಯೇಯಕ್ಕೆ ಬದ್ಧರಾಗಿರಬೇಕೇ ಹೊರತು ರಾಜಕೀಯದ ಆಸುಪಾಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ತಮ್ಮನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕೆಲಸವನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಳ್ಳುವ ಜನ, ಭಾರೀ ಮೊತ್ತದ ಕ್ಯಾಪಿಟೇಶನ್ ಫ಼ೀ ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಲೇಜುಗಳನ್ನು ನಡೆಸಬಾರದು. ನಮ್ಮ ಧ್ಯೇಯದಿಂದ ನಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ಬೇರೆಡೆ ತಿರುಗಿಸಿದರೆ ನಾವು ಭ್ರಷ್ಟರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಆಗ, ಭ್ರಷ್ಟರು ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರದ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ವಿಶ್ವ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿ ಉಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ.

ಎಂದಾದರೊಂದು ದಿನ, ನಮ್ಮ ಮೇಲಿನ ಸ್ತರದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಲೋಕ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಲೋಕ, ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿದೆ ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ವಾಸವಾಗಿದ್ದಾರೆ, ನಾವು ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯಿಂದ ಸಂತೋಷವಾಗಿ ಬದುಕುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಅವರು ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ನಾವು ಮುಂದಿನ ಯುಗಕ್ಕೆ ಸ್ಥಿತ್ಯಂತರಗೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಅವರು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುವುದನ್ನು ನಾವು ಮನಗಾಣಬೇಕು. ಹಳೆಯ ಕತ್ತಲ ಯುಗದ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರಗಳಿಂದ ಈ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಲು ಅವರು ಹೊಸ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಮತ್ತು ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಂದ ಸಹಾಯ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಲಿಯಬೇಕು. ನಾವು ನಮ್ಮ ಧ್ಯೇಯವನ್ನು ಭ್ರಷ್ಟಗೊಳಿಸಿದರೆ ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಧ್ಯೇಯ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ನಾವು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ಅಥವಾ ಆಜ್ಞಾಪಿತ ವಿಷಯದ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವಾಗಿರಬೇಕು.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮುಖಂಡರು ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಮನಗಾಣಬೇಕು ಮತ್ತು ಮೊದಲಿಗೆ ಅವರ ಧ್ಯೇಯದ ಮೇಲೆ ಅವರ ಗಮನವನ್ನು ಪುನರ್-ಯೋಜಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ಅವರು ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರದ ಸುಧಾರಣೆಗಾಗಿ ಹೋರಾಡುವವರನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಬೇಕು. ■

ಮಾನಸ ಫ಼ೌಂಡೇಶನ್ (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 ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: www.lightagemasters.com

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.

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/- ಡಿಡಿಯನ್ನು 'Manasa Light Age Foundation' ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು. ಮನಿಯಾರ್ಡರ್‌ಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ

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

"2011 ಅಕ್ಟೋಬರ್ 8 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸಾಧಕರೊಂದಿಗೆ 'ಅನೌಪಚಾರಿಕ ಮಾತುಕತೆ' ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರು ಒಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತಿರುವುದು."

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- 18-11-2011 ರಿಂದ 27-11-2011ರವರೆಗೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಅರಮನೆ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ 'ಬೆಂಗಳೂರು ಪುಸ್ತಕೋತ್ಸವ'ದಲ್ಲಿ ಸತತವಾಗಿ 5ನೇ ವರ್ಷ ನಾವು ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಧ್ಯಾನಿಗಳೆಲ್ಲರೂ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.
- 5-10-2011ರಂದು ಆಯುಧಪೂಜೆಯ ಪ್ರಯುಕ್ತ ತಪೋನಗರ ನಿವಾಸಿಗಳ ವಾಹನಗಳಿಗೆ, ತಪೋವನದ ಪಾರ್ಕಿಂಗ್ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ವಾಹನಗಳನ್ನು ಚೈತನ್ಯೀಕರಿಸಲಾಯಿತು.
- ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ಗೆ ಹೊಸದಾಗಿ ಸೇರಬಯಸುವ ಸಾಧಕರು ತಮ್ಮ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ವಿವರಗಳಿಗೆ 30-12-2011ರೊಳಗೆ ಮಾನಸ ಆಫೀಸನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ. ದೂರ ಕಲಿಕೆಯ ಸಾಧಕರು ಕೂಡ ಸೇರಬಹುದು.

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು:	ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12 ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ & ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1
13-11-11	ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
20-11-11	ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ರಾ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
25-11-11	ಸೂರ್ಯಗ್ರಹಣ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 9.53-ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1.47

ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾನುವಾರದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ನೇರ ಪ್ರಸಾರವು ವೆಬ್‌ನಲ್ಲಿ ಮೆಂಬರ್‌ಗಳಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಇದರ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಇ-ಮೇಲ್ ಮುಖಾಂತರ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

03	ಗುರು	ಶುಕ್ಲಾಷ್ಟಮಿ
05	ಶನಿ	ಶುಕ್ಲದಶಮಿ
10	ಗುರು	ಪೂರ್ಣಿಮಾ
18	ಶುಕ್ರ	ಕೃಷ್ಣಾಷ್ಟಮಿ
23	ಬುಧ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
25	ಶುಕ್ರ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ಸೂರ್ಯಗ್ರಹಣ : ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 9.53 - ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1.47

25-11-2011ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯಗ್ರಹಣದ ಪ್ರಯುಕ್ತ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು 23-11-2011ರೊಳಗೆ ನೋಂದಾಯಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ಈಗ www.lightagemasters.com ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಮೂಲಕ ಹೊರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ನಮ್ಮ ಸಾಧಕರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಕ್ರೆಡಿಟ್ ಕಾರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಣ ಕಳುಹಿಸುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಲಾಗಿದೆ.

12-11-2011 ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1ರವರೆಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರೊಂದಿಗೆ 'ಅನೌಪಚಾರಿಕ ಸಭೆ' ಇರುತ್ತದೆ. ಭಾಗವಹಿಸಲು ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವವರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕು.

ಈಗ ಗುರೂಜಿಯವರು 'Speaking Tree' ಯ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಸಾಲಿಗೆ ಸೇರ್ಪಡೆಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಗುರೂಜಿಯವರ ಬ್ಲಾಗ್ ಓದಲು ಮತ್ತು ಅವರ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ನೋಡಲು www.speakingtree.in ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗೆ ಭೇಟಿನೀಡಿ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ವಿಶ್ವಸಂಚಲನದ ಇತ್ತೀಚಿನ ಸುದ್ದಿ

- ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ಮೌನವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸತತವಾಗಿ ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತಿದೆ. ನಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿರುವುದು ಸಹಾಯಕವಾಗಿದೆ.
- 2.5 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಸುಮಾರು 500 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿದಿನದ ಶಾಲಾಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ನೂರಾರು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿನ ಸಾವಿರಾರು ಮಕ್ಕಳು ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಸೇರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.
- ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ವಿಶಾಖಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ ತೆರೆಯಲಾಗಿದೆ. ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ಒಮ್ಮೆ ನಾನು ಅಂಗಡಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ನಾಯಿಯೊಂದನ್ನು ಕಂಡು ಹೆದರಿದೆ. ಆಗ ನಾನು ನಾಯಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಅದು ದೂರಹೋಯಿತು! ನನಗಾಗ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು.

– ಪೂಜಿತಾ ಎಂ.ಕೆ., ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿ

ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಪ್ರಯತ್ನಗಳ ನಂತರವೂ ಕಳೆದ ಐದು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಾವೊಂದು ಮನೆಯನ್ನು ಕಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ನಾವು ಸತತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ಈಗ ಮನೆಕಟ್ಟಲು ಆರಂಭಿಸಿದ್ದೇವೆ!

– ಶ್ರೀಮತಿ ಆರ್.ಶಾಂತಾ, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯಿನಿ, ನ್ಯಾಷನಲ್ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಶಾಲೆ, ಬೀರೇಶ್ವರನಗರ, ಚುಂಚಘಟ್ಟ

ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದ ಮೂಲಕ ಪುರಾತನ ಕಾಲ ಪುನಶ್ಚೇತನಗೊಳ್ಳುವುದು ನನಗೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲ ತಪ್ಪದೆ ಶಾಲೆಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ನಡವಳಿಕೆ ಮತ್ತು ಮನೋಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಹತ್ತರ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿವೆ. ಅವರು ಹೆಚ್ಚು ಸೌಮ್ಯವಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯ ಮಕ್ಕಳು ಈಗ ಗಂಭೀರ ಮತ್ತು ಘನತೆಯಿಂದ ತುಂಬಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅವರು ಈಗ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದಾರೆ. ಮಕ್ಕಳು ನನ್ನೊಡನೆ ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಬರುತ್ತಾರೆ. ಇದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅದ್ಭುತ. ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯ ಹಳೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಸಿಸುವ ಈ ತಂತ್ರ ಮತ್ತು ಅದರ ಉಪಯೋಗದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದು, ಅವರು ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತರಾಗಿ ಬಂದು ಇದನ್ನು ನಮ್ಮಿಂದ ಕಲಿತುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

– ಶ್ರೀಮತಿ ಪಸುಮತಿ ಎಸ್., ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯಿನಿ, ನ್ಯೂ ಹೋಲಿಕ್ರಾಸ್ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ವೇಲ್ ಸೋಮಯಾಜಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಮುಂಜಾನೆಯ ನವಿರಾದ ಬೆಳಕು ಹೊಸದಿನದ ಉದಯಕ್ಕೆ ನಾಂದಿ ಹಾಡುತ್ತಿದೆ. ಪಕ್ಷಿಗಳು ತಮ್ಮ ಕಲರವದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಸುತ್ತಿವೆ. ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಮಂಜು ಮುಸುಕಿದ ವಾತಾವರಣ. ಹೆಚ್ಚಿನ ತಪೋನಗರ ನಿವಾಸಿಗಳು ತಮ್ಮ 3 ಘಂಟೆಗಳ ಧ್ಯಾನ ಮುಗಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಖಾಸಗಿ ಶಾಲಾವಾಹನಗಳು ತಮ್ಮತಮ್ಮ ಶಾಲೆಗಳನ್ನು ತಲುಪಲು ಆತುರಾತುರವಾಗಿ ಚಲಿಸುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ನಂತರ ಕಛೇರಿಗೆ ಹೋಗುವವರ ಸರದಿ. ತಪೋನಗರದ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ಘಂಟೆಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಆರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲವರು ನಗರದಿಂದ ಬರುತ್ತಾರೆ.

ಸಂಜೆಯಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ಮಕ್ಕಳು ಶಾಲೆಗಳಿಂದ ಹಿಂತಿರುಗಿ, ಪಾರ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಸೇರಿ ಆಟವಾಡುತ್ತಾರೆ. ಪಾರ್ಕ್‌ಗೆ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲೇ ಇರುವ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪುಸ್ತಕದ ರಾಶಿಯ ನಡುವೆ, ತಮ್ಮ 'ಬ್ಲಾಕ್‌ಬೆರ್ರಿ'ಗೆ ಬರುವ ಕರೆಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರು ತಮ್ಮ 'ಆ್ಯಪಲ್ ಮ್ಯಾಕ್'ನಲ್ಲಿ ಮೌನವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾ, ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ಸ್ವಲ್ಪ ದೂರದಲ್ಲಿ ತಪೋನಗರದ ಮಗುವೊಂದು ವೀಡಿಯೋ ಗೇಮ್‌ನೊಂದಿಗೆ, ಹದಿಹರೆಯದವರು ಫೇಸ್ ಬುಕ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ಚಿಕ್ಕ ಮಗುವಿನ ತಾಯೊಬ್ಬಳು ತನ್ನ ಮಗುವಿಗೆ ಹೋಮ್‌ವರ್ಕ್ ಮಾಡಿಸುವುದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಸನಿಹದಲ್ಲೇ ಇರುವ ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿನ ಸದಸ್ಯರು ಹೊಸ ವಿಷಯಗಳ ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳ ಅನ್ವೇಷಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ಗೃಹಿಣಿಯರು ತಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದರೆ, ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ತಪೋನಗರದ ಆಫೀಸಿನಿಂದ ಹಿಂದಿರುಗಿ, ತಮ್ಮ ಅತ್ಯಾಧುನಿಕ ಅಡುಗೆಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ಮುಸ್ಸಂಜೆಯಲ್ಲಿ ಹಕ್ಕಿಗಳ ಸುಂದರ ಚಿಲಿಪಿಲಿ ಶಬ್ದದೊಂದಿಗೆ ಬಾತುಕೋಳಿಗಳ ಗದ್ದಲವೂ ಕೇಳಿಬರುತ್ತದೆ. ಕುರುಬ ತನ್ನ ಕುರಿಮಂದೆಯೊಂದಿಗೆ, ದನಗಾಹಿ ತನ್ನ ದನಕರುಗಳೊಂದಿಗೆ, ತಮ್ಮ ಮನೆಯ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಆಗಾಗ ಇರುವ ವಿದ್ಯುತ್ ಕಡಿತ. ಸಾಯಂಕಾಲದ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ತಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಗಳನ್ನು ಮುಗಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ, ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವವರು, ಧ್ಯಾನದ ನಿಶ್ಚಲತೆಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಇದು ತಪೋನಗರದ ದಿನಚರಿಯಾಗಿದೆ. ■

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.com ಗೆ 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)

04–09–2011

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಋಷಿಗಳು ಮಿತಿ ಮೀರಿ ಶ್ರಮಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಅವರ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಪ್ರಾರಂಭಿಕರ ಅನುಕೂಲಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಪುನಃ ಹೇಳಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ.

ಒಬ್ಬ ಋಷಿ ಜ್ಞಾನೋದಯ ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಬೆಳಕಾಗಿರುತ್ತಾರೆ; ಯಾವಾಗಲೂ ಬೆಳಕಿನೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ ಪಡೆದಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಬಲ್ಲರು. ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಈ ಬೆಳಕನ್ನು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ, ದೇಶ ಅಥವಾ ವಿಶ್ವಕ್ಕೇ ಪ್ರಸರಣ ಮಾಡಬಲ್ಲ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವುಳ್ಳವರು.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಋಷಿತ್ವ ಪಡೆದ ನಂತರ ಅವರು ದೇವರಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಬಹಳಷ್ಟು ಬಾರಿ ಸಪ್ತಋಷಿಗಳಡಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವು ಸಲ, ಋಷಿಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಶಕ್ತಿಶಾಲಿಗಳಾಗಿದ್ದರೆ, ಅವರು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಋಷಿಗಳು ಲೌಕಿಕ ಸಂಪತ್ತು ಅಥವಾ ಈ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಮೋಹಗೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಮುಕ್ತರು ಮತ್ತು ನಿರ್ಮೋಹಿತರು.

ಸಪ್ತರ್ಷಿಗಳು ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು, ದೇವರ ಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವನಿಂದ ಆಯ್ಕೆಗೊಂಡವರು. ಅವರು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಮತ್ತು ಭೂಲೋಕದಂತಹ ಕೋಟಿಗಟ್ಟಲೆ ಭೂಮಿಗಳ ಮೇಲಿನ ಬದುಕನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭೂಮಿಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಒಬ್ಬೊಬ್ಬ ಋಷಿಯನ್ನು ನೇಮಕ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇವರ ಅವಧಿ 60 ವರ್ಷಗಳು. ವಿವಿಧ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳಲ್ಲಿ ದುಡಿಯುತ್ತಿರುವ, ವಿಶ್ವದ ಎಲ್ಲ ಕಡೆ ಇರುವ 1,44,000 ಋಷಿಗಳ ಜಾಲವೊಂದು ಈ ಋಷಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಕೇಂದ್ರ 1,44,000 ಋಷಿಗಳ ಒಂದು ಕೇಂದ್ರವಲ್ಲ. ಕಲಿಯುಗದಿಂದ ಮುಂದಿನ ಯುಗಕ್ಕೆ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗುವಾಗ, ನೇರವಾಗಿ ಸಪ್ತರ್ಷಿಗಳ ಕೈಕೆಳಗೆ 51,000 ವರ್ಷಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಈ ಏಕೈಕ ಕೇಂದ್ರ ತೆರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಈ ಯುಗಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಈ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ನಿರ್ವಹಿಸಿ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಪ್ತರ್ಷಿಗಳೊಡನೆ ಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಸಪ್ತರ್ಷಿಗಳಿಂದ ಆಯ್ಕೆಗೊಂಡಿರುವ ಈ ಕೇಂದ್ರದ ಪ್ರಮುಖ ಉದ್ದೇಶವೆಂದರೆ 51,000 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಋಷಿಗಳ ಜೊತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದವರನ್ನು ಮತ್ತು ಜಾಗೃತಗೊಂಡವರನ್ನು ಒಂದು ಕಡೆ ಸೇರಿಸುವುದು. ಋಷಿಗಳು ಜನರನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ ಇಲ್ಲಿಗೆ ಕರೆತರುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಒಂದು ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿರಲು ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಮುಕ್ತರು. ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಋಷಿಗಳಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ಪಡೆದ, ವಿಕೃತಗೊಳ್ಳದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಅಪರೂಪದ ಮತ್ತು ಹೊಸ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡಲು ಪರಿಶ್ರಮಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮ ಬಹಳಷ್ಟು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನಾವು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಅದು ಪ್ರಳಯದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುವುದಕ್ಕೆ, ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಪಡೆಯಲು ಜನರನ್ನು ತರಬೇತಿಗೊಳಿಸುವುದು, ಅವರನ್ನು ಋಷಿಗಳಾಗಲು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವುದು.

ನಮ್ಮ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವೋದ್ರೇಕಗಳನ್ನು ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ ವಿರುದ್ಧದ ಆಂದೋಲನದಂತಹ ಆಂದೋಲನಗಳನ್ನು ಹಾನಿಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಯಾವಾಗಲೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಹರಡುವುದು ಮುಖ್ಯ.

ನಾವು ಋಷಿಗಳಿಂದ ಸಂಪರ್ಕಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ವಿಕೃತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ಸಂಪರ್ಕದ ಅರಿವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮೌನಗೊಳಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯ ಮಟ್ಟಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬೇಕು.

11–09–2011

ನನ್ನಿಂದ ಬರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪದ ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದವುಗಳಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು, ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು.

ಮುಕ್ತಿ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿ. ಅದಕ್ಕೆ ಅವ್ಯಾಹತ, ಅಗಾಧ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಯತ್ನ ಅಗತ್ಯ. ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸವನ್ನು ನಾವು ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಮೇಲೆ ಮುಕ್ತಿ ನಿಶ್ಚಿತ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಗುರಿಗಳೂ ಇವೆ. ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಗುರಿಯೆಂದರೆ ಜೀವನವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುವುದು, ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬಂದಿರುವುದೇ ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವುದು ಕೂಡಾ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಗುರಿ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಮತ್ತು ಇಡೀ ಮನುಕುಲದ ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಗುರಿ. ಪೈಂಟಿಂಗ್, ಸಂಗೀತ, ಕವಿತೆಯ ರಚನೆ ಮತ್ತು ಸೃಜನಾತ್ಮಕವಾಗಿರುವುದು ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ. ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ತಮ್ಮ ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳಿಂದ ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಅನೇಕ ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಶಾಂತಿ, ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹರಡುವುದು, ಬೆಳಕನ್ನು ರವಾನಿಸುವುದು ಕೂಡಾ ಉತ್ತಮ ಗುರಿ.

ತಕ್ಷಣದ ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನ ಸಮಯಗಳು ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ, ಕಾರಣ, ಅವು ಭಯ ಮತ್ತು ಅಭದ್ರತೆಗಳನ್ನುಂಟುಮಾಡಿ ಅವು ನಮ್ಮನ್ನು ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಗುರಿಮಾಡಿವೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಬೇರೂರುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಒಮ್ಮೆ ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯಲ್ಲಿ, ಋಷಿಗಳಲ್ಲಿ, ಧ್ಯಾನಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪನೆಗೊಂಡರೆ ಯಾವ ವಿಷಯಕ್ಕೂ ಭಯಪಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಯಾರೋ ಒಬ್ಬರು ಇದ್ದಾರೆ, ನನ್ನ ಹಿಂದೆ ಋಷಿಗಳು, ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ಧ್ಯಾನಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ವತಃ ದೇವರೇ ಇದ್ದಾರೆ, ಅವರೆಲ್ಲರನ್ನೂ ನಾನು ಅವಲಂಬಿಸಬಹುದು ಎಂಬ ಭರವಸೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಅನೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅವು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಬಂದಿರುತ್ತವೆ. ಅನುಭವಗಳು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯ ಅಳೆತೆಗೋಲಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಹತ್ವ ಕೊಡಬಾರದು. ಆದರೆ ಕಲ್ಪಿತ ಅನುಭವ ಕೂಡಾ ತನ್ನದೇ ಆದ ಪ್ರಭಾವ ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ಅನುಭವಗಳೂ ಮುಖ್ಯ. ಆದರೆ ಅನುಭವವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮಾಡಬೇಡಿ, ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ನೀವು ಒಂದು ಅನುಭವ ಪಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮಾಡಬೇಡಿ.

ಸ್ವಲ್ಪ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಇರುವುದು ಮಾನವ ಸಹಜ ಗುಣ ಮತ್ತು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಕೂಡಾ, ಕಾರಣ ನಾವು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಇದ್ದೇವೆ. ಆದರೆ ಬಲಿಷ್ಠವಾದ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು. ಅದನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ, ಕಾರಣ ಅದು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಅಡಚಣೆಯುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅವರೊಡನೆ ನೇರ ಸಂಪರ್ಕ ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು, ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಮುಂಬರುವ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ, ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

ಧ್ಯಾನಗಳಿಂದ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಇತರ ಮಾರ್ಗಗಳಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಶುದ್ಧೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕೆಲವು ಸಲ ಕಪ್ಪು ಚೈತನ್ಯಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಅನಾಹುತಕ್ಕೆ ಈಡುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಎಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಇರುತ್ತದೆಯೋ ಅಲ್ಲಿ ಅವು ಬರುತ್ತವೆ. ಋಷಿಗಳ ಹಾಗೆ ಸೋಗು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯಿಂದ ದೂರ ತಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ, ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು

ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು

(ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾನುವಾರದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ಸಂಗ್ರಹ)

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

ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸದಿರುವ ಜನರ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ನಾವು ಬರುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಅತ್ಯಂತ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು.

18–09–2011

ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಒಂದು ಸಂದೇಶ ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ: ಬೆಳಕನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಹರಡಿ, ಏಕೆಂದರೆ ಬೆಳಕೊಂದೇ ಈ ವಿಶ್ವವನ್ನು ಭ್ರಷ್ಟತೆ, ಹಿಂಸೆ, ಎಲ್ಲ ಕೆಡಕುಗಳಿಂದ ಸಂರಕ್ಷಿಸಿ ಹೊಸಯುಗಕ್ಕೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ನಮ್ಮಿಂದ ಏನನ್ನೂ ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅದು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಕೊಡುತ್ತದೆ: ಶಾಂತಿ, ಅಭಿವೃದ್ಧಿ, ಪರಿಪೂರ್ಣತೆ. ಯಾವಾಗಲೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ.

ನೀವು ದ್ವಂದ್ವತೆಯನ್ನು ಮೀರಿ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಿದಾಗ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ಷಣ ಅತ್ಯಂತ ಶುಭದಾಯಕ ಕ್ಷಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಾಧ್ಯ, ಏಕೆಂದರೆ ನನ್ನ ಗುರು ಹಾಗೆ ಜೀವಿಸಿದ್ದನ್ನು ನಾನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ.

ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದೆ: 'ನಿಮ್ಮೊಳಗಿರುವುದನ್ನು ನೀವು ಹೊರಗೆ ತನ್ನಿ. ಅದು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ.' ಇದರ ತತ್ವವೇನೆಂದರೆ ನೀವು ಏನನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತೀರೋ ಅದನ್ನು ಹೊರತರುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ಕೋಪ, ಹೊಟ್ಟೆಕಿಚ್ಚು, ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿ, ಸಂಕೋಚ, ಗೊಂದಲಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಾರದು. ಕೆಲವು ಬಾರಿ ಇಂಥ ವಿಷಯಗಳು ತಲೆದೋರಿ ತಪ್ಪುತಿಳುವಳಿಕೆ, ಕಾಯಿಲೆಗಳು, ಅಪಘಾತಗಳು ಕೂಡಾ ಉಂಟಾಗಿ ಜೀವನವನ್ನು ತಲ್ಲಣಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಯಾವಾಗಲೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ. ನಾವು ಯಶಸ್ಸು, ಒಳ್ಳೆಯ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಊಹೆಗೆ ನಿಲುಕುವ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಳಕನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿ. ಪ್ರತಿ ದಿನವು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ರವಾನಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಇರುವ ಜನರನ್ನು ಮತ್ತು ಇಡೀ ವಿಶ್ವವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿ. ನೀವು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್‌ನಂತಹ ವಸ್ತುಗಳು, ವಾಹನಗಳು, ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿ. ವಾಹನ ಸ್ಪಂದಿಸುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವಾಹನದಿಂದ, ನೀವು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಪೆನ್ನಿನಿಂದ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಹೀಗೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ವಿಧಿಬರಹಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಅಥವಾ ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದಿರುವ ಅಪಾರ ಜ್ಞಾನವಿದೆ, ಆದರೆ ದಿನವಹಿ ಬದುಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ಜ್ಞಾನ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ, ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಧ್ಯಾನಿಗಳಾಗಿದ್ದು ಅನೇಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಅದರರ್ಥ ನಾವು ಸರಿಯಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ನಾವು ಸಾಕಷ್ಟು ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು.

ನೀವು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು. 'ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣ' ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದಿ, ನಂತರ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿ. ಕೆಲವು ಸಲ ನಾವು ಮಾಹಿತಿ ಅಥವಾ ಜ್ಞಾನ ಹೊಂದಿರಬಹುದು. ಅದನ್ನು ಈಗಲೇ ಹೇಳಲು ಆಗದಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಕೆಲವು ಬಾರಿ ಗೊಂದಲ ಇರಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ತಡೆಹಿಡಿಯುತ್ತೇವೆ. ನೀವು ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ, ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಭಾಗವನ್ನು ನೀವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

25–09–2011

ನಾವು ಅಪಾರ ಜ್ಞಾನ, ಹೆಚ್ಚು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಜನರಿಗೆ ಉಪದೇಶಿಸುವ ಮೊದಲು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸಿಕೊಂಡು, ಪರಿಪಕ್ವರಾಗಿರಬೇಕು. ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತಿವೆ. ಇದು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಇಂಥ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗೆ ನಾವು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವಂತಾಗಲು ಋಷಿಗಳು ಕಂಪನಗಳ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಅಂತರ್ಗತ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಪ್ರಕಟಪಡಿಸಲು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಸಮರ್ಥರಾಗಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಚೈತನ್ಯದ ಮಟ್ಟದೊಡನೆ ಏರಬೇಕು, ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಅನೇಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಾವು ಕೇವಲ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು, ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡಬೇಕು. ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಷ್ಟೇ ಸಾಕು, ಅದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ.

ಮನಸ್ಸು ನಮ್ಮ ದೇಹದ ತುಂಬ ಹರಡಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದೇಹದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕಣಕ್ಕೆ ಅಂತರ್–ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಶಾಂತಿ, ಸಂಪೂರ್ಣವಾದ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ದೇಹ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾಗ ಮಾತ್ರ ದೇಹದೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಉಳಿದ ಮನಸ್ಸಿನ ಭಾಗ ಭೌತಿಕ ಶರೀರದಿಂದ ಹೊರಗಿರುತ್ತದೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಒಂದು ವಾಹನದಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಚಾಚಿಕೊಂಡಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಶರೀರದೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ ಪಡೆದಿರುತ್ತದೆ. ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡದ ಯಾವ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದರೂ ನಾವು ಹೋಗಬಹುದು ಮತ್ತು ಮೊದಲ ದೈವೀ ಲೋಕವಾದ ಬ್ರಹ್ಮಲೋಕಕ್ಕೆ ಕೂಡಾ ಹೋಗಬಹುದು. ಬ್ರಹ್ಮಲೋಕದಿಂದ ಮುಂದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸಬೇಕಾದರೆ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಡುತ್ತೇವೆ.

ನಿದ್ದೆಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಜಾಗೃತ ಮನಸ್ಸು ನಿದ್ದೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ, ಸುಪ್ತಮನಸ್ಸು ಕಾರ್ಯೋನ್ಮುಖವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಗಾಢ ಮನಸ್ಸಿನ ಆಳಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರತಿ ಸಲ ಭೂಕಂಪವಾದಾಗ ಅಥವಾ ಜ್ವಾಲಾಮುಖಿ ಸ್ಫೋಟಗೊಂಡಾಗ ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಋಷಿಗಳು ವಿಶ್ವದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಹೊಸಯುಗಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ದುರ್ಘಟನೆಗಳಲ್ಲಿ ನಿರಾಶ್ರಿತರಾದ ಜನರಿಗೆ ಅಗಾಧ ಭರವಸೆ ಮತ್ತು ಕೆಚ್ಚೆದೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ಇವು ಆ ಪ್ರದೇಶದ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟು ಹಾಕುತ್ತವೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಕ್ರಮೇಣ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡುತ್ತವೆ.

ನಾವು ಈ ಭೂಮಿಯನ್ನೂ ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ನಮ್ಮ ಉನ್ನತ ಆತ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟಿಗೇ ಏಳು ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಒಂದು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಬಲ, ಜ್ಞಾನ, ಚೈತನ್ಯಗಳು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ನಮ್ಮ ಉನ್ನತ ಆತ್ಮದಿಂದ ಬರುತ್ತವೆ. ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಉನ್ನತ ಆತ್ಮವನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಶರೀರ ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ಸಂಗ್ರಹವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಶೇಖರಿಸಿಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದರೆ, ಅವು ನಮ್ಮ ಉನ್ನತ ಆತ್ಮದಲ್ಲಿ ಶೇಖರವಾಗುತ್ತದೆ.

ನೀವು ಸುಖ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಹತಾಶೆಯ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ಹೊರಬರುವಿರಿ. ಒಂದು ಬಾಗಿಲು ಮುಚ್ಚಿದರೆ, ಹಲವಾರು ಬಾಗಿಲುಗಳು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ನಾವು ಬದುಕಿ ಬಾಳುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ನಾವು ಹೊಂದಿರುವ ಜೀವಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಪಡಿಸಬೇಕು. ಮೊದಲು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ನಂತರ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು, ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ; ಸುಖದಾಯಕವಾಗಿರಲು ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನನ್ನ ಸುಖ, ಸಂತೋಷಗಳು ನನ್ನೊಬ್ಬನನ್ನೇ ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ■

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

ಪತ್ರಗಳು

(ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್)

ನೀವು ನಮಗಾಗಿ ಕನಸು ಕಂಡ ಅದ್ಭುತ ವಿಷಯಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಬಲಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಜೀವಿಸಲು ಮತ್ತು ಇತರರೊಡನೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ವಿವೇಕಗಳನ್ನು ಸಂವೇದಿಸಬಲ್ಲೆವು, ಆದರೂ ನಿಮ್ಮ ಕೈಹಿಡಿದು ನಡೆಯುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇನ್ನೂ ಇದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ದಾರಿ ತಪ್ಪುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಕೇಳದಿದ್ದರೂ ನಮಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಸಿಗುತ್ತಿದೆ. ಕಲಿತಿದ್ದನ್ನು ಬಿಡುವುದು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟದ ಕೆಲಸ ಮತ್ತು ಇದರಿಂದಾಗಿ ನಿಧಾನಗತಿ ಉಂಟಾಗಿದೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ನಿಮ್ಮ ನಿರೀಕ್ಷೆಯ ಮಟ್ಟಕ್ಕೇರಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ. ನಿಮ್ಮ ಕನಸೇ ನಮ್ಮ ಕನಸು!

– ಉಷಾ ಸತೀಶ್‌ಚಂದ್ರ

'2012ಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧತೆಗಳು' ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದಿದ ನಂತರ, ನಾನು ತ್ರಾಸದಾಯಕ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದ ಜನರಿಗೆ, ನನ್ನ ಹೃದಯದಿಂದ ಪರಿಶುದ್ಧ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕು ಕಳುಹಿಸುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅವರುಗಳೊಂದಿಗಿನ ನನ್ನ ಸಂಬಂಧ ಈಗ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ತಾಳ್ಮೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಅನಗತ್ಯ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸದಿರುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

– ಪ್ರತಿಮಾ ವಡ್ಡಾಮಾ

ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿರುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಮಹತ್ತರ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಉಂಟಾಗಿದೆ. ನಾನು ಸರಿಯಾದ ದಾರಿಯಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಮಾನಸ ದೃಢಪಡಿಸುತ್ತಿದೆ. ಮಾನಸಕ್ಕೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಬೆಳವಣಿಗೆ ತುಂಬ ಕ್ಷಿಪ್ರವಾಗಿದೆ, ಹಾಗಿದ್ದರೂ ನಾನು ಅದನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಬಲ್ಲೆ.

– ರಮೇಶ್ ಸೆಗು

ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮೌನ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ; ತೃಪ್ತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿ ನನ್ನಲ್ಲಿ ನೆಲಸಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಜನರು ಮತ್ತು ಪದಗಳು ಕೂಡ ಹೇಗೋ ದೂರವಾಗಿವೆ. ಹಿಂದೆಂದೂ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಷ್ಟು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ನನ್ನ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ. ದಿನನಿತ್ಯದ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಆಸ್ವಾದಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ; ಆದರೂ ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆಯನ್ನು ಕಾಯ್ದುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಜಾಗರೂಕತೆ, ಅಂತರ್-ಗ್ರಹಣ-ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯ ಮಟ್ಟಗಳು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಬಲ್ಲವಳಾಗಿದ್ದೇನೆ.

– ಗೀತಾ ಜೋಶಿ

ನಾನು ಕ್ಲಿಷ್ಟಕರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಅವುಗಳನ್ನು ಮನಃಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಕಲಿತಿದ್ದೇನೆ. ಜನರೊಡನೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವಾಗ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತೇನೆ. ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರು ಬದಲಾಗಲು ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕಗೊಳ್ಳಲು ಬೆಳಕು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯತ್ನವಿಲ್ಲದೆ ನನ್ನೊಳಗಿನಿಂದ ಪ್ರೀತಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ತಲುಪುವುದನ್ನು ನೋಡಲು ನನಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ಬೆಳಕು ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ.

– ಜಾನಾ ಸುಮತಿ

ನಿಮ್ಮ ದೈವೀಪ್ರಭೆಯಿಂದ ಆವೃತವಾಗಿರುವ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸಮಯ ಕಳೆಯುವುದು ನಮಗೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಒಂದು ಅಮೋಘ ಅನುಭವ. ಋಷಿಗಳು, ದಿವ್ಯಪುರುಷರು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮಿಂದ ಪಡೆಯುವ ಚೈತನ್ಯಗಳು, ನಾವು ಮಾನಸದ ದಿವ್ಯ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಆನಂದಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಿಮ್ಮ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಸಮಯವನ್ನು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡು, ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಮೇಲೆ ನಿಮ್ಮ ಅಪಾರವಾದ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹರಿಸಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ನಿಮಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು. ನಿಮ್ಮ ದೈವೀ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿರುವ ಅವಕಾಶ ನಮಗೆ ಸಂದ ಗೌರವ. ನಿಮ್ಮ ದೈವೀ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಭಾಗವಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ ಎಂಬ ಆಶಾಭಾವನೆ ಇದೆ. ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು, ಅಂತಿಮವಾಗಿ ನಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಮನೆಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ.

– ಫಿರೋಜ಼ಾ ಜಮ್‌ಶಿಡ್ ಪಾಂಡೆ

ಈಗ ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಗಳ ಶಕ್ತಿ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಮನಸ್ಸು ಹಗುರವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲವೂ ಸ್ಪಷ್ಟಗೊಂಡಂತೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ನಾನು ಧ್ಯಾನ ತಪ್ಪಿಸಿದಾಗ ಎಲ್ಲವೂ ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತಗೊಂಡಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ಶಾಲಾ ಬಾಲಕ ತನಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಎದುರಾದಾಗಲೆಲ್ಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ, ಎಂದು ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಹಿಂದೆ ನೀವು ತಿಳಿಸಿದ್ದಿರಿ. ನಾನು ಅವನನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಬೆಳಕಿನತ್ತ ತಿರುಗಲು ಯಾವ ಅರ್ಹತೆಯೂ ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರಿತಿದ್ದೇನೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ನನ್ನ ಜೀವನ ಸರಳಗೊಂಡಿದೆ.

– ಲಿನ್ ಕರಾಟನಿ

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

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

ಪ್ರ: ಪೂರ್ವಜನ್ಮ ನಿವರ್ತನದ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ನಾವು ನಮ್ಮ ಪೂರ್ವಜನ್ಮದ ನೆನಪುಗಳನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಬಹುದೇ?

ಉ: ನಾವು ಹಾಗೆ ಮಾಡಬಹುದು. ನಾವು ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಕೆಲವು ತಂತ್ರಗಳಿವೆ. ಎಲ್ಲಾ ನೆನಪುಗಳು ಮನಸ್ಸಿನ ಅಪ್ರಜ್ಞಾ ಸ್ತರದಲ್ಲಿವೆ. ನಾವು ಪಕ್ವಗೊಂಡಾಗ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಗತಕಾಲವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಶಕ್ತರಾದಾಗ ಅವುಗಳನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಬಹುದು.

ಪ್ರ: ಪ್ರಪಂಚದೊಂದಿಗೆ ಅಂತರವನ್ನು ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳಲು ಧ್ಯಾನ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದೇ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನವು ನಮ್ಮ ಗುರಿ, ನಮ್ಮ ಮೂಲವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನ ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಅಡ್ಡಬರುವ ಎಲ್ಲದರಿಂದ ಅಂತರವನ್ನು ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನ ಅಂತರಗಳನ್ನು ಅಳಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ನಮಗೆ ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಹತ್ತಿರವಾಗುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುವ ಜನರಿಗೆ ನಾವು ಹತ್ತಿರವಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರ: ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನನಗೆ ಕೆಲಸ ಸಿಗುತ್ತದೆಯೇ?

ಉ: ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಆದರೆ ನೇರವಾಗಿ ಅಲ್ಲ, ಕೂಡಲೇ ಅಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ, ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಬದ್ಧರಾಗಿ, ವಿಶ್ವಾಸವಿಡಿ ಮತ್ತು ಪಟ್ಟುಹಿಡಿಯಿರಿ.

ಪ್ರ: ನಾನು ಬೆಳಕನ್ನು ಏಕೆ ಅನುಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲ?

ಉ: ನಿಮಗೆ ತುಂಬಾ ತಾಳ್ಮೆ, ನಂಬಿಕೆ ಇರಬೇಕು ಮತ್ತು ನೀವು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗ ನಿಮಗೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕಿನ ನಿಜವಾದ ಅನುಭವವಾಗುವ ಮೊದಲು, ನಿಮಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳಾದ ಶಾಂತಿ, ವೈಶಾಲ್ಯತೆಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನೀಲಿ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಹೊಂದಿರುವುದು ಸರಿಯೇ?

ಉ: ಅದರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪೇನಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಾನು ಹೇಳುವುದೇನೆಂದರೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ.

ಪ್ರ: ಪ್ರಳಯ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಕಠಿಣವೇ?

ಉ: ಅವುಗಳು ಹಾಗೆಯೇ ಇರಬೇಕು. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಅವುಗಳಿಗೂ ಕೂಡಾ ತುಂಬಾ ಕರುಣೆಯಿದೆ. ಅವು ನಮಗೆ ಎಲ್ಲಾ ವಿಧದಲ್ಲಿಯೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮತ್ತು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: ವಿಮಾನ ಅಪಘಾತಗಳಂತಹ ಅಪಘಾತದ ಸಾವುಗಳು ವಿಧಿಬರಹವೇ?

ಉ: ಹೌದು.

ಪ್ರ: ಜನರು ಸಾಧನಾ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಏಕೆ ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತಾರೆ?

ಉ: ಅವರು ಬಯಸಿದ್ದು ಅವರಿಗೆ ಸಿಗದಿರಬಹುದು. ನಮಗೆ ಒಂದು ಸಾಧನಾ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿರುವ ಶಿಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಾಗ, ನಾವು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಆ ಸಾಧನಾ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಬಿಡುತ್ತೇವೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರು ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಮೊದಲು ನಮಗೆ ಏನು ಬೇಕು ಎಂದು ನಾವು ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕು; ನಂತರ ಸಾಧನಾ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಹುಡುಕಬೇಕು, ಆರಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಬದ್ಧರಾಗಿರಬೇಕು.

ಪ್ರ: ಭೂಮಿಯ ಒಳಗೆ ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುವ ಜನರಿಗೆ ನಮಗಿರುವಂತೆ ಯುಗಗಳ ಪ್ರಭಾವವಿರುತ್ತದೆಯೇ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. ಅವರು ವಿಭಿನ್ನ ಕಂಪನದಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದರಿಂದ ಅವರ ಮೇಲೆ ಯುಗಗಳು ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ನಾನು ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆ ಮಾನಸಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿ ನೇರವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಬಹುದೇ?

ಉ: ಹೌದು, ನೀವು ಹಾಗೆ ಮಾಡಬಹುದು. ನೀವು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದಾಗ ನಿಮಗೆ ಕೂಡಲೇ ಉತ್ತರ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ನೀವು ಯಾರೊಂದಿಗಾದರೂ ಮಾನಸಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಡಿದಾಗ, ಅದನ್ನು ಓದುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಪ್ರಯತ್ನ ಬಿಡಬಾರದು. ಪಟ್ಟುಹಿಡಿಯಬೇಕು. ಆಗ ನಿಮಗೆ ಓದಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ■

ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
2012 - End or Beginning	100/-
Preparing for 2012	100/-
iGuruji - Vol 1	150/-
iGuruji - Vol 2	120/-
iGuruji - Vol 3	150/-
iGuruji - Vol 4	150/-
iGuruji - Vol 5	100/-
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/-
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/-
Guruji Speaks Vol - 4	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/-
ಹೊಸ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳು	120/-
ಉನ್ನತ ಸಂಪರ್ಕಗಳು	100/-
ಅನಿಸಿಕೆಗಳು	120/-
2012 ಅಂತ್ಯ ಅಥವಾ ಆರಂಭ	100/-
2012ಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧತೆಗಳು	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/-
२०१२ – सालाची तयारी (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/-
उच्चस्तरीय संवाद आणि इतर सत्ये (Marathi)	100/-
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/-
தியான யோகம்	50/-
ஆத்மாவின் அவரோகணம்	50/-
நவீன ரிஷி ஒருவரின் சூஷ்ம சாகசங்கள்	50/-
சம்பலா நியமங்களின் அப்பியாசங்கள்	50/-
ధ్యానం చేయ్యడం ఎలా	50/-
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)

ಈಗ ನನಗೆ ದೇವರೇ ನನ್ನ ಭದ್ರ ಬುನಾದಿ ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿದಿದೆ. ಪ್ರತಿ ಧ್ಯಾನವೂ ನಾನು ಭಗವಂತನನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವ ಸಮಯ. ಭಗವಂತನೊಂದಿಗೆ ಇರುವಾಗ ಯೋಚನೆಗಳಿಗೆ ಅವಕಾಶವೇ ಇಲ್ಲವಾಗಿ, ಅವು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯವಾಗಿವೆ. ನನ್ನ ಉಸಿರಾಟ ನಿಂತಾಗ ಕೂಡ, ನನ್ನೊಳಗೆ ಜೀವಶಕ್ತಿ ಇದ್ದು ಅದು ಉಸಿರಾಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಅದೊಂದು ಸುಂದರವಾದ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯ. ಪ್ರತಿಸಲ ಆ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯದ ಅರಿವಾದಾಗ ಭರವಸೆ, ನಂಬಿಕೆ ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಅರಿವು ಬಲವಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗಿನ ಸಂಪರ್ಕ ಪ್ರತಿಬಾರಿಯೂ ಹೃದಯಸ್ಪರ್ಶಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ತಾಯಿಯ ತೋಳಿನಲ್ಲಿರುವ ಮಗುವಿನಂತೆ, ನಾನು ವಿಶಾಲತೆಯಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುತ್ತೇನೆ. ಇನ್ನೂ ಆಳಕ್ಕೆ ಹೋದಂತೆಲ್ಲ, ಗುರೂಜಿ, ಋಷಿಗಳು ಹಾಗೂ ಚೈತನ್ಯಶಕ್ತಿಯ ಒಂದು ಭಾಗ ನಾನು, ಎಂಬುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಯಾವಾಗಲೂ ಆ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದು, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯೋನ್ಮುಖಿಯಾಗಿರಬೇಕು ಎಂಬುವುದು ನನ್ನ ಬಯಕೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಆ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ, ನಿರ್ಭಯತೆ, ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ, ನಂಬಿಕೆ, ಪ್ರೀತಿಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದೆ.

– ವಿದ್ಯಾ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ

7–8–2011 ರಂದು ಸುರಿಯುತ್ತಿದ್ದ ಮಳೆಯನ್ನು ಆನಂದಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ನನ್ನ ಅಂತರಾಳಕ್ಕೆ ಇಳಿದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಅಂತರಾತ್ಮವು ಮಳೆಹನಿಯ ಆತ್ಮದೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡಿತು. ನಂತರ ಆ ಮಳೆಹನಿಯು ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಂಡಿತು. ಮಳೆಹನಿಯ ಗಾತ್ರ ಸಣ್ಣದಾಗಿದ್ದರೂ, ನಾನೂ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದ್ದರಿಂದ ಅದು ಅತ್ಯಂತ ದೊಡ್ಡದಾದ ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕಿನಂತೆ ನನಗನಿಸಿತು. ನಂತರ ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕೇ ಮಳೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಧಾರಾಕಾರವಾಗಿ ಸುರಿಯುತ್ತಿರುವಂತೆ ಅನಿಸಿತು! ಆಗ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಬೆಳಕು ತುಂಬಿದಂತೆ ಅನಿಸಿತು.

– ರಾಖಿ

ಒಂದೆರಡು ಸಲ ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ನನ್ನ ಹೃದಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಬೃಹತ್ತಾದ ಚೈತನ್ಯದ ಅಲೆಯುಂಟಾದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಎಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಹೃದಯ ಬಿರಿಯುವುದೋ ಎಂದೆನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಆಗ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ವಿಸ್ತಾರತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ಒಂದು ಸಲ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ, ನನಗೆ ದೇಹದ ಅರಿವೇ ಮರೆತು ಬರೀ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ನಾನು ನನ್ನ ಅಂತರಾತ್ಮದೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದಂತೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಸುತ್ತ ನೀಲಿ ಛಾಯೆಯ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಇರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತೇನೆ.

– ಗೀತಾ ಬಾಲಕೃಷ್ಣ

ಒಮ್ಮೆ ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತನಿಗೆ ಸಲಹೆ ಕೊಡಬೇಕಾದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯವನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ, ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕಿನ ಚೆಂಡು ನನ್ನ ಕೊಠಡಿಯೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿತು. ತಕ್ಷಣ ನನಗೆ ಆ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕೆಂದು ಹೊಳೆಯಿತು. ಬೆಳಕು ನನ್ನ ಮೂಲಕ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಪ್ರತಿರಾತ್ರಿ ನಾನು ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತನಿಗೆ 'ಹೀಲಿಂಗ್ ಲೈಟ್' ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಈಗ ಅವನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿದ್ದಾನೆ.

– ಲಿಂಡಾ ಸಾಯರ್

ಒಮ್ಮೆ ನಾನು ಶಂಬಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಸತತವಾಗಿ ಒಬ್ಬ ದಿವ್ಯವ್ಯಕ್ತಿಯ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯ ಅರಿವಾಗುತ್ತಿತ್ತು ಮತ್ತು ಯಾರೋ ನನ್ನನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿರುವಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ನನ್ನ ತಲೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾರವಾಯಿತು. ಧ್ಯಾನದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಸುತ್ತಲೂ ಮಂತ್ರದ ಅನುರಣನೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೇನೂ ಇರಲಿಲ್ಲ.

– ರಶ್ಮಿ ರಘುವಂಶಿ

ನನ್ನ ಧ್ಯಾನ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದ್ದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ನೆಲೆಸಿದೆ. ನನ್ನ ದೇಹದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿ ಬೆಳಕು ನನ್ನಲ್ಲಿ ತುಂಬಿರುವಂತೆ ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಗೊಂದಲದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ಬೆಳಕಿನ ಸಲಹೆಯನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ, ನನಗೆ ಉತ್ತರ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಹಗುರವಾದಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಈಗ ಎಂತಹ ಸಂದರ್ಭವನ್ನಾದರೂ ಚಿಂತಿಸದೆ, ಯಾವ ಆತಂಕವೂ ಇಲ್ಲದೆ ನಿಭಾಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಅವರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

– ನಳಿನಿ ರಾಜಶೇಖರ್

ನಾನು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತಾಗಲೆಲ್ಲಾ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿರುವಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಸುತ್ತಲೂ ಬೆಳಕಿದ್ದು ಅದು ಅತ್ಯಂತ ದಟ್ಟವಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. 1–9–2011ರಂದು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಾನು ನೀಲಿಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಆವೃತವಾಗಿರುವ ಅನುಭವವಾಗಿ, ನನಗೆ ದೇಹದ ಅರಿವೇ ಇಲ್ಲದಂತಾಯಿತು. ಅದು ನನಗೆ ಹಿಂದೆಂದೂ ಅನುಭವಿಸಿರದ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನೀಡಿತು. ನಂತರ ಆ ಬೆಳಕು ನನ್ನ ಸುತ್ತ ಹರಡಿತು.

– ದೀಪಾ ರಘುರಾಮ್

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