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. 8 ಸಂ. 9 ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ 2011 ರೂ.15

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

(ಅನು: ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ)

ಇಡೀ ರಾಷ್ಟ್ರದ ಗಮನ, ಜೈಲಿನಲ್ಲಿ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುತ್ತ, ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರದ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡುತ್ತಿರುವ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವಾಗಿರುವ ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನಾನು ಇದನ್ನು ಬರೆಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಜೈಲಿನಿಂದ ಅವರ ಬಿಡುಗಡೆಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರದ ವಿರುದ್ಧದ ಹೋರಾಟವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ದೇಶದಾದ್ಯಂತ ಸಾವಿರಾರು ಮಂದಿ ಬೆಂಬಲಿಗರು ಕಾತುರದಿಂದ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಪ್ರತಿಭಟನೆ ಅಲ್ಲ. ಇದು ಒಂದು ಸಂಚಲನ. ಯಾರೋ ಒಬ್ಬರು ಅವರನ್ನು ಒಬ್ಬ "ಉದ್ಧಾರಕ" ಎಂದು ವರ್ಣಿಸಿದರು. ನಾನು ಅವರನ್ನು, ಕಡಿಮೆ ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರವನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಉತ್ತಮ ಸಮಾಜದ ಭರವಸೆಯನ್ನು ಉದ್ದೀಪಿಸಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಮಿಲಿಯಾಂತರ ಅಸಹಾಯಕ ಜನರ ಧ್ವನಿ, ಎಂದು ವರ್ಣಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವರಿಗೆ ಅರಿವಿರದಿದ್ದರೂ, ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಅವರ ಮೂಲಕ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂದು ನಾನು ಅವರನ್ನು ವರ್ಣಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನಗೆ ಅವರು, ಎಂದಾದರೊಂದು ದಿನ ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆಂಬ ಭರವಸೆಯ ಸಂಕೇತವಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಎಲ್ಲ ಭ್ರಷ್ಟ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಕೊನೆಗೊಳಿಸುವ ಹೊಸಯುಗದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಋಷಿಗಳು ಕೆಳತಂದು ಹರಡುತ್ತಿರುವ ಬಗೆಗಿನ ಅರಿವು, ನನ್ನ ಭರವಸೆಯನ್ನು ಬಲಿಷ್ಠಗೊಳಿಸಿದೆ.

ಇದು ಅರಬ್ ಪ್ರತಿಭಟನೆಯನಂತರದ ಘಟ್ಟ. ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿವೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಮೇಲೇರಿಸಿದರೆ, ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಣ್ಣಾರೆಕಾಣಬಹುದು.

ಎರಡಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರನ್ನು, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಶಾಲಾಮಕ್ಕಳನ್ನು ನಾನು ಈಗ ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ಧ್ಯಾನಿಗಳಾದ ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳಡಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿರುವ ನಮಗೆ, ಪರಿಶುದ್ಧತೆ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಬೆಳಕು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿರುವ ಮತ್ತು ಬಲಿಷ್ಠಪಡಿಸುತ್ತಿರುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಇದೆ.

ನನ್ನ ಎಲ್ಲ ಮಾನವ ಒಡನಾಡಿಗಳು ಬೆಳಕಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಿ, ಬೆಳಕು ಕ್ರಾಂತಿಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಸಮಾಜಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಿ ಎಂದು ನಾನು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ.

ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರೆ ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆಯೇ, ಎಂದು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ನನ್ನನ್ನು ಕೇಳಿದರು. ನಾನು, ಹೌದು, ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ. ನೇರವಾಗಿ ಅಲ್ಲ, ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿ. ಬೆಳಕಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ತನ್ನದೇ ಆದ ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ. ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರದ ವಿರುದ್ಧದ ಈಗಿನ ಹೋರಾಟಕ್ಕೆ ಬೆಳಕು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಬೆಳಕು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಪ್ರತಿಭಟಿಸಲು ಮತ್ತು ಹೋರಾಡಲು ಶಕ್ತಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೂ ಬೆಳಕು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಜನರು ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಯೋಗಮಾಡಲಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಎಲ್ಲ ಕಡೆ ಹರಡಲಿ ಎಂದು ನಾನು ಆಶಿಸುತ್ತೇನೆ. ಆಗ ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಯುಗವನ್ನು ಬೇಗ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತೇವೆ. ■

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 ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: 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) ಪ್ರಕಾಶ್‌ಮಾರ್ಗ (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.

"ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಮಲ್ಲೇಶ್ವರದಲ್ಲಿರುವ ಸಿದ್ಧಾಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿಕೊಡುತ್ತಿರುವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್"

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- 25-8-2011ರಂದು ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿರುವ "ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ"ದಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ಘಂಟೆಗೆ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.
- ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿರುವ "ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ"ದಲ್ಲಿ 25-8-2011ರ ಅಮರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ "ಹೊಸ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳು" ಕನ್ನಡ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲಾಯಿತು.
- 21-8-2011ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿಯ ಪ್ರಯುಕ್ತ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿತ್ತು.
- ಈಗ ಹೊರದೇಶಗಳಲ್ಲಿನ ನಮ್ಮ ಸಾಧಕರು www.lightagemasters.com ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಮೂಲಕ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಅವರ ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಶನಲ್ ಕ್ರೆಡಿಟ್ ಕಾರ್ಡ್ ಮೂಲಕ ಸಂದಾಯ ಮಾಡುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೊಸದಾಗಿ ಆರಂಭಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ದೂರಕಲಿಕೆಯ ನೋಂದಣಿ ಮತ್ತು ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳ ಚಂದಾ ನವೀಕರಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಜ್ಞಾಪನ ಪತ್ರಗಳು ತಲುಪಿದ ತಕ್ಷಣ ನವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಇದು ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದರಲ್ಲಾಗುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತದೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ಡಿ.ವಿ.ಡಿ.ಗಳು ಈಗ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಲಭ್ಯ ಇವೆ. ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಮಾನಸ ಆಫೀಸನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

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

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

01	ಗುರು	ಗಣೇಶ ಪೂಜೆ
05	ಸೋಮ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
07	ಬುಧ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
10	ಶನಿ	ಅನಂತಪದ್ಮನಾಭ ವ್ರತ
12	ಸೋಮ	ಪೂರ್ಣಿಮಾ
20	ಮಂಗಳ	ಕೃಷ್ಣಾಷ್ಟಮಿ
26	ಸೋಮ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
27	ಮಂಗಳ	ಮಹಾಲಯ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
28	ಬುಧ	ನವರಾತ್ರಿ ಆರಂಭ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು:	ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12 ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ & ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1
11-09-11	ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2 ಘಂಟೆಗೆ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
18-09-11	ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2 ಘಂಟೆಗೆ ರಾ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ

10-9-2011 ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1 ರವರೆಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರೊಂದಿಗೆ 'ಅನೌಪಚಾರಿಕ ಸಭೆ' ಇರುತ್ತದೆ. ಭಾಗವಹಿಸಲು ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವವರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕು.

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

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯದ ಇತ್ತೀಚಿನ ಸುದ್ದಿ

- ಒಂದು ಮಗುವಿಗೆ ರಸ್ತೆ ಅಪಘಾತವಾಗಿ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಳಗಾಗಬೇಕಿತ್ತು. ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಶಾಲೆಯ ಮಕ್ಕಳು ಆ ಮಗುವಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು. 2 ಗಂಟೆಗಳ ಆ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೇವಲ 20 ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಕೊನೆಗೊಂಡಿತ್ತು! ತಮ್ಮ ಸಹಪಾಠಿಗಾಗಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ನಂಬಿಕೆ!
- ಇಂತಹ ಮನಮಿಡಿಯುವ ಅನುಭವದೊಂದಿಗೆ 1.5 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಸುಮಾರು 300 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಈಗ ಪ್ರತಿದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಜುಲೈ ತಿಂಗಳೊಂದರಲ್ಲೇ 130 ಹೊಸ ಶಾಲೆಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ, ಒಟ್ಟು 520 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಡೆಸಿದ್ದಾರೆ.
- ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಹೊಸದಾಗಿ ಎರಡು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಸೇರ್ಪಡೆಯಾಗಿವೆ. ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯು ಅನುಸರಿಸಿದ ಗ್ರೂಪ್ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರದಿಂದ ಅತಿ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೊಬ್ಬ ಸೌಮ್ಯಗೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ಇಂತಹ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ನಾವು ಮೂಕವಿಸ್ಮಿತರಾಗಿದ್ದೇವೆ.

– ಶ್ರೀಮತಿ ಆರ್.ಕೆ.ಇಂದಿರಾ, ಅಧ್ಯಾಪಕಿ, ಸ.ಮಾ.ಹಿ.ಪ್ರಾ.ಶಾಲೆ, ಯಡಿಯೂರು, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂದ ಬದಲಾವಣೆ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ. ಕೆಟ್ಟ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯೊಬ್ಬಳು ಸರಿದಾರಿಗೆ ಬಂದುದಲ್ಲದೆ ತನ್ನ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಕೂಡಾ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಳೆ. ಅತ್ಯಂತ ತುಂಟರಾಗಿದ್ದ ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲರೂ ಶಾಂತರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಮಕ್ಕಳ ಗ್ರಹಣಶಕ್ತಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ. ಪರಸ್ಪರ ಮಕ್ಕಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧದ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಕೂಡಾ ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕಾಳಜಿ ಕೂಡಾ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ.

– ಶ್ರೀಮತಿ ಕೋಮಲ, ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು, ಗುಡ್ ಅರ್ಥ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಆಶ್ಚರ್ಯಕರವಾಗಿ, ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥೆ ಕಳೆದ 28 ವರ್ಷಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಈ ಬಾರಿ 2010–11 ರಲ್ಲಿ ಅದ್ಭುತವಾದ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ತಂದಿತು. ನಿಮಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

– ಹನೀಶ್ ಆರ್.ಪಿ., ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರು, ಇಂಡಿಯನ್ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ವೇಲ್ ಸೋಮಯಾಜಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಒಂದು ಸಮುದಾಯ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲು ಕಾರಣಗಳೇನು? ದೃಢವಾದ ಮೂಲಭೂತ ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ನಿವಾಸಿಗಳ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ, ಶಾಂತ ಪರಿಸರ, ಆರೋಗ್ಯಕರ ವಾತಾವರಣ, ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯಗಳೇ? ಖಚಿತವಾಗಿ ಇವೆಲ್ಲವೂ. ಆದರೆ ನಂಬಿಕೆಗಳಲ್ಲಿಯ ವಿವಿಧತೆ ನೆರೆಹೊರೆಯವರ ಜೊತೆಗಿನ ಏಕತೆಗೆ ಅಲ್ಪ ಅವಕಾಶ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಮುದಾಯ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನದು ಬೇಕು, ಏಕೆಂದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಒಟ್ಟಾರೆಯಾದ ಮಹತ್ತರ ಉದ್ದೇಶವಿದೆ. ಅಂಥ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ವಿವಿಧತೆಗಳು ಯಾವ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ಏಕತೆಗೆ ಭಂಗ ತರಲಾರವು. ಇದಕ್ಕೆ ತಪೋನಗರ ಮಾದರಿಯಾಗಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ನಿವಾಸಿಯೂ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ವೈಯಕ್ತಿಕ ನಿಲುವು, ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ, ಭಾಷೆ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಟ್ಟುಪಾಡುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಒಂದು ಸುಂದರವಾದ ಕಸೂತಿಯ ಹೆಣಿಗೆಯಲ್ಲಿರುವ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಪೂರ್ಣ ದಾರದಂತೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ದಾರ ತನ್ನ ವೈಯಕ್ತಿಕತೆಯನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ, ಕಸೂತಿ ರಂಗುರಂಗಾಗಿ ಮೈನವಿರೇಳಿಸುವಂತಿರುತ್ತದೆ.

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಸಮುದಾಯ ಚಿಕ್ಕದಿದ್ದರೂ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕರು, ಪ್ರಗತಿಪರರು, ಸಮಕಾಲೀನ ನವ್ಯತಾವಾದಿಗಳು, ಒಬ್ಬಿಬ್ಬರು ಮುಂಚೂಣಿಗರೂ ಸಹ ಇದ್ದಾರೆ. ದೇವರ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವಂತೆ ಈ ಋಷಿಗಳ ಬೀಡಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಜನರೂ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಬಾಳಲು ಅವಕಾಶವಿದೆ.

ಇದು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಆಗಲಿಲ್ಲ. ಈ ಸಮುದಾಯವನ್ನು ರೂಪಿಸಿ ಬೆಳೆಸಲು ಒಬ್ಬ ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್ ಬೇಕಾಯಿತು. ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚೈತನ್ಯ ವಲಯವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಅವರು ಅನೇಕ ವರ್ಷ ಶ್ರಮಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಿಂದಾಗಿ ಇಲ್ಲಿನ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಇಟ್ಟಿಗೆ, ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಕೂಡ ದೈವೀ ಚೈತನ್ಯದ ವಲಯಗಳಾಗಿವೆ.

ಹೆಚ್ಚುಹೆಚ್ಚು ದಾರಗಳು ಹೆಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿಕೊಂಡು ಚಿತ್ರವಿನ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಮೆರುಗು ತರುತ್ತಿವೆ. ಕೆಲವು ಸಡಿಲವಾದ ದಾರಗಳು ಪ್ರಳಯದ ನೇಯ್ಗೆ ಮಗ್ಗದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಕೊಂಡು, ನಂತರ ಹೊರಬಂದರೂ ಕೂಡ ಸಮಗ್ರತೆಯ ಶಕ್ತಿ ದುರ್ಬಲತೆಯ ಭಾಗವನ್ನು ಮೀರಿ ನಿಂತಿದೆ.

ಇಷ್ಟೆಲ್ಲಕ್ಕೆ ಕಾರಣರಾದ ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ರವರನ್ನು ಅಭಿನಂದಿಸುವ ಸುಯೋಗ ಗುರುಪೂರ್ಣಿಮೆಯಂದು ದೊರೆಯಿತು. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಗೌರವಿಸಲು ಬೇಕಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ವಿವೇಕಗಳನ್ನು ನೀಡಿರುವ ಅವರಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿದೆವು. ■

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)

3–7–2011

ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಶಾಂತಿ, ಪ್ರೀತಿ, ವಿಶಾಲತೆ ಹಾಗೂ ಸತ್ಯವಾಗಿ ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಾದರೂ ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ದೇವರೆಂದು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಎಲ್ಲ ಕಾಲದಲ್ಲೂ ಹೊಂದಿರಬಹುದು. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಬಯಸಿದರೆ, ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಪಾಲಿಸುವಂತಹ ಯಾವುದೇ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದಾದರೆ, ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಇಲ್ಲಿ ಆಡುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಾತು, ನೀಡುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸೂಚನೆ, ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಚಾರವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರ ಸಾಧನೆ ಪೂರ್ಣವಾಯಿತೆಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

ಋಷಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ನೀಡಲಾಗುವ ತರಬೇತಿಗೆ ಒಂದೇ ಒಂದು ನಿಬಂಧನೆ: ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು ಮತ್ತು ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಕಾಣುವುದು. ಇದನ್ನು ಹೆಚ್ಚುಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ತರಬೇಕು. ನೀವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಿದ್ಧವಾಗಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಮೇಲೆ ಪ್ರೀತಿ ಹೊಂದಿರುವುದಾದರೆ, ಸಂಪರ್ಕ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.

'ಒಳ್ಳೆಯದು, ಕೆಟ್ಟದ್ದು, ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಋಷಿಗಳು ಕರುಣಿಸುತ್ತಾರೆ' ಎಂದು ಯಾರೋ ಒಬ್ಬರು ಹೇಳಿ, ಅವರು ಋಷಿಗಳ ತೀರ್ಪನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿರುವುದಾಗಿ ಹೇಳಿದರು. ನಿಮ್ಮ ತಪ್ಪು ನಿರ್ಧಾರಗಳಿಂದ ಅನೇಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಯಾರನ್ನೂ ದೂಷಿಸುವುದು ಬೇಡ, ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೂಡಾ. ಆದರೆ ಋಷಿಗಳು ಅದನ್ನು ಅನುಮತಿಸಿದರೆಂದು ಎಂದಿಗೂ ಹೇಳಬೇಡಿ.

ಜನರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ಮೊಟ್ಟಮೊದಲು ಅವರು ನನಗೆ ಹೇಳುವುದೇನೆಂದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು. ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ನಾವು ನಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ದೀರ್ಘಕಾಲದವರೆಗೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಒಗ್ಗಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಿಡಬೇಕು. 'ಪ್ರಮಾಣಗಳು' ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ, ಆದರೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪ್ರಮಾಣಗಳು ಅಪಾಯವುಂಟು ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಯಾವಾಗಲೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ. ಆಗ ನಿಮಗೆ ಯಾವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೂ ತಲೆದೋರದು.

ನಾನು ತಿಳಿಸಿದ ಸಬ್‌ಟೆರೇನಿಯನ್ ನಗರ ಟೆಲೋಸ್‌ನ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀವು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು. ಆತನಿಂದ ನೀವೇನಾದರೂ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದರೆ ನನ್ನ ಬಳಿ ಬನ್ನಿ. ನಾನು ನಿಮಗೆ ಅದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ವಿಷಮಸ್ಥಿತಿ ಒದಗಿತ್ತು. ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಿವಾಸಿಗಳೆಲ್ಲ ಒಂದುಗೂಡಿದ್ದರು. ಅವರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗಾಗಿ ಅತ್ಯಂತ ಕಾಳಜಿ ಮತ್ತು ಅಪಾರ ಪ್ರೀತಿ ತುಂಬಿತ್ತು. ಈಗ ನಾವು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಅದನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿ, ಪ್ರಶಂಸಿಸಿ, ಪುರಸ್ಕರಿಸಬೇಕು.

ಅನೇಕ ಸಲ ನಮ್ಮದೇ ಆದ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳು ರಕ್ಷಾಕವಚವನ್ನು ಹಾನಿಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಆಗ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತವೆ; ಗೊಂದಲಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ವಿಚಲನಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ನೀವು ನಿಮ್ಮ ರಕ್ಷಾಕವಚಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಬೇಕು.

ಮನಸ್ಸು ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪ್ರಕ್ಷೇಪಿಸುತ್ತದೆ. ತೆರೆದ ಕಣ್ಣಿನಿಂದ ನೋಡಿದ ಬೆಳಕುಗಳು ಕೂಡ ಮನಸ್ಸಿನ ಪ್ರಕ್ಷೇಪಗಳೇ ಆಗಿವೆ. ನಿಮಗೆ ಯಾವಾಗಲಾದರೂ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಅನುಭವಗಳಾದರೆ, ಸಂತೋಷಪಡಿ, ಆದರೆ ಅದರಿಂದ ಆಚೆಗೆ ಹೋಗಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಬೇಡಿ. ಆ ಅನುಭವವೂ ಮುಖ್ಯ. ಕೆಲವುಸಲ ಜನರು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡು ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಆನಂದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ವಿಷಾದನೀಯ.

ಮೂರು ಗ್ರಹಣಗಳು, ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ, ಸಮೀಪಿಸುತ್ತಿರುವ 2012, ಇವು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಬೀರುತ್ತವೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನಿಗಳಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಅಥವಾ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ವಾಸವಾಗಿರುವ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೆ ರಕ್ಷಣೆ ದೊರೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಒಳ್ಳೆಯ ಹಾಗೂ ಅಷ್ಟೇನೂ ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ, ಪಾತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಎಲ್ಲ ಬದಲಾವಣೆಗಳೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಗುರಿಗಳೆಡೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತವೆ. ಇವು ನಮ್ಮನ್ನು ಬೆಳೆಯಲು, ಪರಿವರ್ತನೆಹೊಂದಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

10–07–2011

ಜನರು ಶಿಬಿರ ಮತ್ತು ವರ್ಕ್‌ಶಾಪ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಒಂದು ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಬಹುಶಃ ದೀಕ್ಷೆ ಕೊಡುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಜನರು ತಮ್ಮ ತಲೆ ಮತ್ತು ದೇಹಗಳನ್ನು ತೂಗಾಡಿಸುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ನೋಡಿದರು. ಸ್ಥೂಲ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದ ಹೀಗಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಬಳಸುವಂತೆ, ಸೂಕ್ಷ್ಮಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಬಳಸಿದರೆ ತೂಗುವುದು ಅಥವಾ ನೋವು ಇರುವುದಿಲ್ಲ; ಕುಂಡಲಿನಿ ಮೇಲೇರಿದಾಗ ಇರಿಯುವಂಥ ನೋವಾಗುವುದಿಲ್ಲ; ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಆನಂದಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರಳಯ ಎಂದರೆ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿಯೂ ಬದಲಾವಣೆ, ವ್ಯಕ್ತಿ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡ ಬದಲಾವಣೆ. ಸತ್ಯಯುಗದೆಡೆಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಬದಲಾವಣೆ ಒಂದೊಂದು ಹೆಜ್ಜೆಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಈ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪದೆ ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದರಿಂದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತವೆ.

ಧ್ಯಾನಗಳು ಧ್ಯಾನಿಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬೇಕು. ಧ್ಯಾನಿಯ ನಡತೆ ದೋಷಮುಕ್ತವಾಗಿರಬೇಕು; ಅವನು ಒರಟಾಗಿ ವರ್ತಿಸಬಾರದು, ಬೇರೆಯವರನ್ನು ನೋಯಿಸಬಾರದು. ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿಯ ಕನ್ನಡಿ ಮುಂದೆ ನಿಂತುಕೊಂಡು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು: ನಾನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬದುಕುತ್ತಿದ್ದೇನೆಯೇ? ನಾನು ಋಷಿಗಳೊಡನೆ ಇರಲು ಅರ್ಹನೆ? ನನ್ನಲ್ಲಿ ಯಾವ ಕೊರತೆಗಳಿವೆ?

ನೀವು ಈ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನಾನು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ: ಮಾಸ್ಟರ್ 'ವಿ' ಗ್ರೂಪ್ ಏಕಿಲ್ಲ? ಅವರನ್ನು ಏಕೆ ಕಡೆಗಣಿಸಿದ್ದೇವೆ? ಇಷ್ಟೊಂದು ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಇಷ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ಅರ್ಹರೇ? ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ನಿಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಕೋಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಪ್ರಗತಿ ಪಥದಲ್ಲಿ ಚಲಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ನಾವು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ತಮ್ಮ ಪೂರ್ವಜರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರು. ಧ್ಯಾನದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕೆ ಹೊರತು ಬೇರೆ ಏನನ್ನೂ ಮಾಡಬಾರದು, ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಕೂಡಾ ಅರಿಯಲು ಅಥವಾ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಾರದು. ನಾವು ಅಗಲಿದವರಿಗೆ ವಾರ್ಷಿಕ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ಮತ್ತು ಹುಣ್ಣಿಮೆಯ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಗ್ರಹಣದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಇದನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನಾವು ಪಡೆದುಕೊಂಡಾಗ, ಅದರಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾಗ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಿತೃದೇವತೆಗಳ ಮುಖಾಂತರ ನಮ್ಮ ಪೂರ್ವಜರಿಗೆ ರವಾನಿಸಬೇಕು. ಅಗಲಿದವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಾರದು. ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲ. ಈ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಒಂದು ಸಲ ಬಿಟ್ಟ ಮೇಲೆ ನಾವು ಇಲ್ಲಿನ ಜೀವನದಿಂದ ಸಂಪರ್ಕ ಕಡಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಋಷಿಗಳು, ಗುರು ಮತ್ತು ದೇವರಿಂದ ಸಂಪರ್ಕ ಕಡಿದು

ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು

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

ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಸಂಪರ್ಕ ನಿರಂತರ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಎಲ್ಲ ಸಂಬಂಧಗಳೂ ಕಡಿದು ಹೋಗುತ್ತವೆ.

ಕಪ್ಪು ಅಸ್ತಿತ್ವಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಡಿ. ಪ್ರತಿದಿನವೂ ರಕ್ಷಾಕವಚವನ್ನು ಬಲ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿ. ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿರಿ. ನಾವು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಸತ್ಯಯುಗವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತೇವೆ.

17–07–2011

ಎಲ್ಲ ಕನಸುಗಳೂ ಕೇವಲ ಕನಸುಗಳಲ್ಲ. ಕೆಲವು ಸೂಕ್ಷ್ಮಲೋಕದ ಅನುಭವಗಳು. ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಕನಸುಗಳುಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ನಿರ್ಧಾರಗಳು, ಬಯಕೆಗಳು, ಕೆಲವು ಸಲ ಈ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸಲಾಗದ ಗ್ರಹಿಕೆಗಳು, ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ. ಕೆಲವು ಕನಸಿನಂತಹ ಅನುಭವಗಳು, ಕನಸುಗಳೋ ಅಥವಾ ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದ ಅನುಭವಗಳೋ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು.

ಋಷಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವುದು ಕಷ್ಟವಾದರೂ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ಆದರೆ ನೀವು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಋಷಿಗಳ ಚೈತನ್ಯಗಳೊಡನೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು. ಋಷಿಗಳ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೂಡಾ ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ನೀವು ಯಾವ ಋಷಿಯನ್ನು ಬೇಕಾದರೂ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು. ತಪೋನಗರದ ಬಗ್ಗೆ ಆಲೋಚಿಸಿ. ಇಲ್ಲಿನ ಯಾವುದೇ ಕಟ್ಟಡದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ. ನಂತರ ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ನೀವು ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕ ಪಡೆಯುವಿರಿ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತವೆ. ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇದು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದಂತೆಯೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶ.

ಗುರುಪೂರ್ಣಿಮಾ ದಿನ ಋಷಿಗಳು ಬಹಳ ಸುಂದರವಾದ ಅಂಶ ನೀಡಿದರು: “ಇಡೀ ಜೀವನ, ದೇವರು ಕೊಟ್ಟ ಒಂದು ಅವಕಾಶ, ಕೇವಲ ಅನುಭವಿಸಲು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಬೆಳೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಕೂಡಾ” ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಇದೇ ರೀತಿ ಋಷಿಗಳೇ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವಕಾಶಗಳು. ನಿಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಅವರಿಂದ ಜ್ಞಾನ, ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು, ಮಿತಿ ಇಲ್ಲದಷ್ಟು ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ಅವಕಾಶಗಳು ಲಭ್ಯ ಇವೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಕಾಯುತ್ತಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ಅರಿಯಬೇಕು. ಅವು ತಾವಾಗಿ ಬಲವಂತ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಮಾರ್ಗ, ಮಾನಸ, ಒಂದು ಅವಕಾಶ ಮತ್ತು ನಾನೂ ಒಂದು ಅವಕಾಶ. ಈ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಇತ್ತೀಚಿನ ಮುಂಬೈನ ಬಾಂಬ್ ಸ್ಫೋಟಗಳಂತಹ ದುರಂತಗಳನ್ನು ಋಷಿಗಳಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಏನನ್ನೂ ಮಾಡಲಾರೆವು. ಅದು ವಿಷಾದನೀಯ. ನಾವು ಮೌನವಾಗಿ ಅಗಾಧವಾದ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸೋಣ.

ರಾ ಗ್ರೂಪಿಗೆ ಸೇರಬಯಸುವವರು ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲ ಕಾಯಬೇಕು. ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ಅವರು ನಿಯತವಾಗಿ ಮೂರು ಘಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು.

ಅನೇಕರು ಮಾಸ್ಟರ್ ‘ವಿ’ ಗ್ರೂಪ್ ಸೇರಬಯಸಿದ್ದಾರೆ. ಮಾಸ್ಟರ್ ‘ವಿ’ ಅವರ ವಿಶೇಷ ಯೋಜನೆ ಇದಾಗಿದ್ದು, ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿರುವ ಧ್ಯಾನಿಗಳೆಲ್ಲ ಮಾಸ್ಟರ್ ‘ವಿ’ ಗ್ರೂಪಿನಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಧ್ಯಾನಿ ಒಬ್ಬ ಋಷಿಯ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯಬೇಕೆಂಬುದು ನಮ್ಮ ಅಭಿಲಾಷೆ. ನಾವು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯಿಂದ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಮಾಸ್ಟರ್ ‘ವಿ’ ಗ್ರೂಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕಾದರೆ ಒಂದು ಷರತ್ತು. ಅದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಮೇಲೆ ಷರತ್ತಿಲ್ಲದ ನಿರ್ಮಲ ಪ್ರೇಮ. ಈ ವಿಶೇಷ ಗ್ರೂಪಿಗೆ ಸೇರಬಯಸುವವರು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸಬೇಕು, ಕಾರಣವೆಂದರೆ ನಾನು ಅವರನ್ನು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಈ ಗ್ರೂಪಿಗೆ ಸೇರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸೋಣ.

ಇವತ್ತಿನಿಂದ ದಕ್ಷಿಣಾಯನ ಪ್ರಾರಂಭ ವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂಥ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಒಂದು ತಿಂಗಳು ಪೂರ್ತಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಗುರುಪೂರ್ಣಿಮಾ ದಿನದಂದು ಈ ಬಾರಿ ಬಹು ದೊಡ್ಡ ಬದಲಾವಣೆಯಾಯಿತು. ಈ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ನಾವು ಸ್ವಾಗತಿಸೋಣ ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

24–07–2011

ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರವನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬಾರಿ ಅನುಭವಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೂ ಸಾಕು ನಮ್ಮ ಶರೀರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅಪಾರ ಶಾಂತಿ, ನಿಶ್ಚಲತೆ, ಪರಿಶುದ್ಧತೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅದರ ಬಹುಮುಖಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಾವು ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಸುಳಿವು ಕಂಡರೆ, ಮತ್ತೆ ಕುಳಿತು ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು, ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ಕಿತ್ತೊಗೆಯಬೇಕು.

ಪ್ರಳಯದ ಈ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕ್ಷುಬ್ಧತೆ ಇರುವುದರಿಂದ ನಾವು ಪರಿವರ್ತಿತ ಜೀವಿಗಳಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಪ್ರಕ್ಷುಬ್ಧತೆ ಸಂಭವಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಕೊಡಬೇಕು. ಆಗ ಸತ್ಯಾಂಶ ಹೊರಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸೃಷ್ಟಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಸತ್ಯ ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನಗಳು ಮತ್ತು ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಎಂತಹ ಪ್ರಕ್ಷುಬ್ಧತೆಯನ್ನಾದರೂ ನಿರ್ವಹಿಸಬಹುದು, ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ವೈರಾಗ್ಯಗಳನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಪ್ರಕ್ಷುಬ್ಧತೆಯ ಭಾಗವಾಗಬಾರದು. ನಾವು ದೂರ ಸರಿದು, ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ನಿಂತು ಅದು ಸಂಭವಿಸಲು ಬಿಡಬೇಕು. ಆಗ ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದಿಲ್ಲ.

ನಾವು ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮನಗಾಣಬೇಕು. ಕೆಲವು ವಾಸ್ತವತೆಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯ ಕಡೆ ಪ್ರಯಾಣ ಈಗ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿದೆ. ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಮನಗಂಡು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಎದುರಿಸಿ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಅಗಾಧ ಸಹನೆ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ, ಮುಗ್ಧತೆಯಿಂದ ‘ಗುರೂಜಿ ಪೂಜೆಗಳನ್ನು ನಂಬುವುದಿಲ್ಲ’ ಎಂದು ಹೇಳಿದುದನ್ನು ನಾನು ಕೇಳಿದೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಪೂಜೆಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದರಲ್ಲಿ ನನಗೆ ನಂಬಿಕೆ ಇದೆ. ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ ನಂಬಿಕೆಯಿದೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವು ಉನ್ನತ ವಿಷಯಗಳು ತಿಳಿದಿರುವುದರಿಂದ ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತೇವೆ. ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನೀವು ದೇವಾಲಯಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ, ಪೂಜೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ, ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ, ನೀವು ಏನು ಮಾಡಬೇಕಾದರೂ ಮಾಡಲು ಸ್ವತಂತ್ರರು, ಆದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ. ಯಾವುದೇ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪೂಜೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಡಿ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳಿಲ್ಲ. ನೀವು ಪೂಜೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವಿರಿ, ದೇವರ ಕೃಪೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವಿರಿ. ಆದರೆ ಪೂಜೆ ಮಾಡಿದಷ್ಟು ಕಾಲವೂ ನಿಮಗೂ ಮತ್ತು ದೇವರಿಗೂ ಅಂತರವಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ಈ ಅಂತರ ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ದೇವರಾಗುವಿರಿ. ನೀವು ಬೆಳಕಾಗುವಿರಿ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಕೇವಲ ಪೂಜೆಗಳು ಸಾಲದು. ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರ ಪರಿವರ್ತನೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ದಯವಿಟ್ಟು ನನ್ನನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆದರೆ ತಪ್ಪಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ■

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)

ಈ ಹಿಂದೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಬಾರಿ ನನ್ನ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಸಮಯ ವ್ಯರ್ಥವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಸೇರಿದಮೇಲೆ ನಾನು ಅರಿತುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಈಗ ನಾನು ನನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರಿಕರಿಸಬೇಕೆಂದಿದ್ದೇನೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಅಡಿಪಾಯ ಹಾಕಿದ್ದಾಗಿದೆ ಎಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನ ಒಳಧ್ವನಿ ಬಲಗೊಂಡು, ನಾನು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಮುಂಚೆ, ನಾನು ದುರ್ಬಲ ಮನಸ್ಸಿನವಳಾಗಿದ್ದು ಯಾವುದೇ ತೆಗಳಿಕೆಯನ್ನು ಕೇಳಲಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಈಗ ಅದನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ತಾಳ್ಮೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ.

– ದೀಪ್ತಿ ದೇವಾಡಿಗ

ನಾನು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ. ಧ್ಯಾನದ ನಂತರ ಚೈತನ್ಯಪೂರ್ಣಳಾಗುತ್ತೇನೆ, ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷದಿಂದಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಅನೇಕಸಲ ನನ್ನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಪ್ರಬಲ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅಂಥ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ; ಆಗ ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ನೀರು ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನ ನನಗೆ ತೀವ್ರಾಸಕ್ತಿಯ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಕೃತಜ್ಞಳಾಗಿದ್ದೇನೆ.

– ಸೀತಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಎ

ನಾನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದ ಅಂಶಗಳು ಪುನಃ ಮರುಕಳಿಸಿರುವುದರಿಂದ, ನನ್ನಲ್ಲಿ ತುಂಬ ಯಾತನೆ ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇದು ನನ್ನ ಅಂಗೀಕಾರದ, ಪ್ರೀತಿಯ ಮತ್ತು ವಿನಯವಂತಿಕೆಯ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಸವಾಲನ್ನು ಒಡ್ಡಿದೆ. 'ಐ ಗುರೂಜಿ' ಮಾತುಕತೆಯ ವಿಷಯಗಳು ನನ್ನ ಕಣ್ಣು ತೆರೆಸಿವೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಷ್ಟರಿಂದಲೇ, ಕೆಲವು ಕ್ಷಣಗಳಾದರೂ ನಮ್ಮ ನಿಜಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕಾದುದು ಅತ್ಯವಶ್ಯ ಎನ್ನುವುದು ನನಗೆ ಮಹತ್ತರವಾದ ಪಾಠವಾಗಿದೆ.

– ಸ್ಮಿತಾ ಶೆಟ್ಟಿ

ಯಾವುದೇ ಕಾರಣವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಸಹ ನಾನು ಆನಂದದಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತಿದ್ದ ಸಮಯಗಳಿವೆ. ಆಗ, ನೀವು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳು ಅನುಗ್ರಹಿಸಿದ ಕೃಪೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಹಲವಾರು ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ನೀಡಿರುವ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತೇನೆ. ಈಗ ನನ್ನ ಜೀವನ ಒಂದು ನಿರಂತರ ಸಂಗೀತದಂತಿದೆ. ಹೇಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು? ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ನಾನು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು? ಎಂದು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡುತ್ತೇನೆ. ಆದರೆ ನಾನು ಏನೇ ಮಾಡಿದರೂ ಈ ಒಂದು ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದು ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ.

– ಪ್ರಗತಿ ರಾಜ್

ಗುರೂಜಿ, ನಿಮ್ಮ ಆಶ್ರಯಕ್ಕೆ ಬರಲು ನಾನು ತುಂಬ ಅದೃಷ್ಟಶಾಲಿ ಮತ್ತು ದೇವರ ಕೃಪೆಯುಳ್ಳವಳಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಅನೇಕ ಒಗಟಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಗಳು ಸಿಗುತ್ತಿವೆ ಮತ್ತು ಸಮಗ್ರ ಚಿತ್ರಣ ಕಾಣುತ್ತಿದೆ. ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದ ಹಾಗೆ, ಹೊರೆಗಳ ಭಾರವಿಳಿದಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತಿದೆ. ಬಂಧನಗಳು ಮತ್ತು ಮಿತಿಗಳಿಂದ, ಅವಾಸ್ತವಿಕ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಸಿಕ್ಕಿದೆ. ಗುರೂಜಿ, ನಿಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ನೋಡಿದಾಗ, ನಾನು ಹೊಸ ಜಗತ್ತನ್ನೇ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಈಗಷ್ಟೇ ನಾನು ಹೊಸ ಜೀವನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಇದೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ಕಾರಣರಾಗಿರುವ ನಿಮಗೆ ತುಂಬ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

– ಉಷಾ ಸತೀಶ್ಚಂದ್ರ

ನನ್ನಲ್ಲಾಗಿರುವ ಮೂಲಭೂತ ಬದಲಾವಣೆಗಳೆಂದರೆ, ನಾನು ಶಾಂತಳಾಗಿದ್ದೇನೆ, ಬಲಯುತಳಾಗಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಅಂತರ್–ಗ್ರಹಣ–ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಭರವಸೆಯುಂಟಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಕೆಲಸವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ, ನನ್ನ ನೈಜ ಆಶೋತ್ತರಗಳನ್ನು ಅರಸುವ ಆತ್ಮಸ್ಥೈರ್ಯ ಕೂಡಾ ನನ್ನಲ್ಲಿತ್ತು. ಅದು ಕಠಿಣವಾದರೂ ಸರಿಯಾದ ನಿರ್ಧಾರವಾಗಿತ್ತು. ಧ್ಯಾನಗಳೊಂದಿಗೆ ನನ್ನ ಆತ್ಮೀಯ ಋಷಿಗಳು ಮತ್ತು ಬೆಳಕು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಈ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತುಂಬಿದವು. ನನಗೆ ಈ ಮಾರ್ಗ ದೊರಕಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಚಿರಋಣಿ.

– ನಿಕೋಲ ಜೋರ್ಡನ್

ಸಪ್ತಋಷಿ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಾನು ಒಂದು ವರ್ಷ ಕಳೆದಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಒಂದು ವರ್ಷ ನನ್ನ ಜೀವನದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ನಾನು ಆರೋಗ್ಯ, ಐಶ್ವರ್ಯ, ಜ್ಞಾನ, ಭರವಸೆ ಮತ್ತು ಆನಂದಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಋಷಿಗಳು ನನ್ನ ಎಲ್ಲ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳನ್ನು ಈಡೇರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದೆಲ್ಲವೂ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ತೃಪ್ತಿ ತಂದಿದೆ. ನನ್ನ ತಾಯಿ ಕೂಡಾ ಇದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ನನ್ನನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವ ವಿಷಯ ಆಕೆಗೆ ಸಂತೋಷ ತಂದಿದೆ.

– ಮನೋಜ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ

ನಾನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ಮತ್ತು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದ ಸಂಗತಿಗಳಿಗಾಗಿ, ನಾನು ನಿಮಗೆ ತುಂಬು ಹೃದಯದಿಂದ ವಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ಎಲ್ಲೆಡೆಯೂ ನಾವು ಪ್ರಕ್ಷುಬ್ಧತೆಯನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಮುಂಬೈನಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಸ್ಫೋಟ ನಮ್ಮ ಸ್ಥಳದಿಂದ ಕೇವಲ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ದೂರದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಿತ್ತು. ನನ್ನ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಮಂಥನ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಹಾಯ ಬೇಕಾಗಿದೆ, ನೆರವು ನೀಡಿ. ನನಗೆ ನಿಮ್ಮ ನುಡಿಗಳು ಬೈಬಲ್ಲಿನ ನುಡಿಗಳಿದ್ದಂತೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಪದೇಪದೇ ಓದುತ್ತೇನೆ, ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ ಹಾಗೂ ಅವುಗಳನ್ನು ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

– ವರ್ಷಾ ಪಾಲ್ಕೆ

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

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

ಪ್ರ: ಜ್ಞಾನೋದಯವಾದ ಮೇಲೆಯೂ ಅದು ಒಂದು ನಿರಂತರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯೇ?

ಉ: ಹೌದು. ಜ್ಞಾನೋದಯವಾದ ಮೇಲೆಯೂ ಅದು ಒಂದು ನಿರಂತರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ. ಇಚ್ಛಾಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ಒಂದು ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ನಿರಂತರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಎಲ್ಲ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಸಾಧನೆ ಎಂದಿಗೂ ಕೊನೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ನಾವು ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಲೀನವಾಗುವವರೆಗೂ ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಹೊಸಯುಗದ ಸತ್ಯಗಳು ಹಿಂದಿನ ಎಲ್ಲಾ ಕಾಲಚಕ್ರಗಳಲ್ಲೂ ಇದ್ದವೇ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. 2012ರಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಅನೇಕ ಘಟನೆಗಳು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಭೂಮಿ ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್ ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದರಿಂದ ಈ ಸಲ ಇದು ಒಂದು ವಿಶೇಷ ಸಂದರ್ಭ.

ಪ್ರ: 2012ರ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಎಷ್ಟು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು?

ಉ: ನಮ್ಮ ಸಾಮಾನ್ಯ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಎಷ್ಟು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆಯೋ ಅಷ್ಟು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಇವುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎಂದರೆ ಯಾವಾಗಲೂ ತುಂಬಾ ವಿವೇಚನೆಯಿಂದ ವರ್ತಿಸುವುದು. ನಾವು ಈ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು, ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ತೀವ್ರ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು, ಅದರಿಂದ ನಂತರ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪಡುವಂತಿರಬಾರದು. ನಾವು ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕರಾಗಿ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಬೇಕು. ಈ ರೀತಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಸಿದ್ಧರಾಗುವುದು ಉತ್ತಮವಾದುದು.

ಪ್ರ: ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿರುವ ವಿವಿಧ ಕಟ್ಟಡಗಳಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ?

ಉ: ನೀವು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿರುವ ಕಟ್ಟಡಗಳಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ, ನೀವು ಅಲ್ಲಿರುವ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದುತ್ತೀರಿ. ಆಗ ನೀವು ಅಲ್ಲಿರುವ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಧ್ಯಾನ, ಗಾಢ ಮತ್ತು ಆಳವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಶಂಬಲ ತತ್ವಗಳು ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ನಡುವಿನ ಭೇದವೇನು?

ಉ: ಎರಡಕ್ಕೂ ಕೆಲವು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿವೆ. ಧ್ಯಾನ ಮೌನದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿ, ನಾವು ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಇದರಿಂದ ಜ್ಞಾನೋದಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಮಾಡುವ ಗಾಢ ಅಭ್ಯಾಸ. ಆದರೆ, ಶಂಬಲ ತತ್ವಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ ಕೇವಲ ಒಂದು ಘಂಟೆಯದಲ್ಲ. ಅದು ಬದುಕಿನ ಒಂದು ಮಾರ್ಗ. ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಶಂಬಲ ತತ್ವಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಮಾಡಬೇಕು, ಆದರೆ ನಾವು ಶಂಬಲ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸವಿಲ್ಲದೆಯೇ ಅಭ್ಯಸಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಅದೇ ತರಹದ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಪ್ರ: ನಾವು ಯಾವಾಗ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನಂಬಬಹುದು?

ಉ: ನಿಮ್ಮ ಅಂತರ್-ಗ್ರಹಣ-ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ. ನೀವು ನಂಬಿಕೆ ಇಟ್ಟು ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದಾಗ, ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ನೀವೂ ಅದನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ಒಬ್ಬ ನಂಬಲನರ್ಹ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕೂಡಾ, ನಾವು ನಂಬಿಕೆಯಿಡುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಅದನ್ನು ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಹಿಂದಿರುಗಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಪ್ರ: ಯಾವ ಒಂದು ಅನುಭವ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ?

ಉ: ಯಾವುದಾದರೂ ಅನುಭವ, ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಅನುಭವ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಅದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಬೇಕು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅನುಭವವನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಂಡು, ವಿಸ್ಮಯಗೊಂಡು, ಪುನಃ ಪುನಃ ಅನುಭವಿಸಿ ಅದರ ಹಿಂದೆ ಹೋಗಬೇಕು. ಆಗ ವಿಸ್ಮಯಕರ ಪ್ರಪಂಚಗಳು ನಮಗೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ವಿಸ್ಮಯಗೊಳ್ಳಲು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಗಾಧವಾದ ತಾಳ್ಮೆ ಮತ್ತು ವಿನಯ ಇರಬೇಕು.

ಪ್ರ: ನಾವು ದೂರದ ಗ್ಯಾಲಕ್ಸಿಯ ಜನರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ಮೊದಲಿಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರವನ್ನು, ಪ್ರಜ್ಞಾಸಾಗರವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ, ನಂತರ ನೀವು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಆಲೋಚಿಸಿ. ಆಗ ನೀವು ಕೂಡಲೇ ಆತನೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳ ಮತ್ತು ಕಾಲ ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ನೋವುಗಳಿಗೆ ಕಾರಣ ನಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಕರ್ಮಗಳೇ?

ಉ: ಅಲ್ಲ. ನಾವು ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ತೀರಿಸಲಾಗದಿದ್ದ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಈ ಜನ್ಮಕ್ಕೆ ಒಯ್ಯುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಎಲ್ಲಾ ನೋವುಗಳು ಅದರಿಂದಾಗಿಯೇ ಅಲ್ಲ. ಕೆಲವು ಭೌತಿಕಮಟ್ಟದ್ದು, ಅದು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ. ಹೆಚ್ಚಿನ ನೋವುಗಳು ಈ ಜನ್ಮದ್ದಾಗಿವೆ. ■

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/-
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/-
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/-
ಉನ್ನತ ಸಂಪರ್ಕಗಳು	100/-
ಅನಿಸಿಕೆಗಳು	120/-
2012 ಅಂತ್ಯ ಅಥವಾ ಆರಂಭ	100/-
2012ಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧತೆ	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/-
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)

24–6–2011 ರಂದು ನಿದ್ದೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಳಗಿನ ಜಾವ ಒಂದು ಅದ್ವಿತೀಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ನಾನು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಒಂದು ಕತ್ತಲೆಯ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನು ಕಂಡೆ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಇಡೀ ದೇಹ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಬಿಳಿ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿತ್ತು. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ನನ್ನ ಪತಿ ಎಂದು ನಾನು ಗುರುತಿಸಿದೆ. ನಿದ್ದೆಯಿಂದ ಎಚ್ಚರಗೊಂಡ ನಂತರವೂ ನಾನು ಆ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಇದು ಅತ್ಯಂತ ಶಾಂತತೆ, ವಿಶಿಷ್ಟತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು, ನನ್ನನ್ನು ಎಷ್ಟು ಸಂತೋಷಗೊಳಿಸಿತೆಂದರೆ, ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ನೀರು ತುಂಬಿತು.

– ಅಶ್ವಿನ್ ಪಿ.ಬಿ.

ನಾನು ಪ್ರಕೃತಿಯೊಡನೆ ನಿಕಟ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿರುವಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನಾನು ಗಿಡಮರಗಳಲ್ಲಿ ಮೊಗ್ಗಾಗುವುದು ಮತ್ತು ಹಕ್ಕಿಗಳ, ಪ್ರಾಣಿಗಳ, ಜೀವಜಂತುಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನೋಡಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ. ಆಕಾಶವನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತಂಗಾಳಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದನ್ನು ಕೂಡಾ ನಾನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ. ಪ್ರಾಣಿಪಕ್ಷಿಗಳು ಮತ್ತು ಗಿಡಮರಗಳು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಉನ್ನತಮಟ್ಟದ ತರಂಗದೊಂದಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹೊಂದಿಕೊಂಡಿವೆ. ಮಾನವನ ಯೋಚನೆಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು ಹಾಗೂ ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದ ಉಂಟಾದ ಒಂದು ದಟ್ಟವಾದ ಕಪ್ಪುಬಣ್ಣದ ಬಲೆ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಸುತ್ತುವರಿದುದನ್ನು ನಾನು ಕಂಡೆ. ಭೂಮಿಗೆ ನಾವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡಬೇಕಾಗಿದೆ.

– ಲಿಂಡಾ ಸಾಯರ್

28–5–2011ರಂದು ನಾನು ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಗಾಳಿಯೊಂದಿಗೆ ವೇಗವಾಗಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆಗ ನಾನು ಮರಗಳ ಮೇಲೇರಿ, ಅವುಗಳ ಸುಂದರವಾದ ತಿಳಿಹಸಿರುಬಣ್ಣದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿ, ಅವುಗಳ ಸುವಾಸನೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ರುಚಿಯನ್ನು ಕೂಡಾ ಸವಿದೆ! ಆನಂದಭರಿತಳಾಗಿ ನನ್ನ ಕೈಗಳನ್ನು ಚಾಚಿ, ಅನಂತದಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗುವಷ್ಟು ವಿಸ್ತರಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ಅನಂತತೆ ತನ್ನಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನು ಒಂದಾಗಿಸಿಕೊಂಡ ಆ ಅನುಭವ ಅತ್ಯಂತ ಆನಂದದಾಯಕವಾಗಿತ್ತು! ನಾನು ಮತ್ತೆಮತ್ತೆ ಈ ಅನುಭವದ ಸವಿಯನ್ನು ಸವಿದೆ. ಈ ಅನುಭವ ಅಗಾಧ ಜೀವಚೈತನ್ಯ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿತ್ತು.

– ವಿದ್ಯಾ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ

ನಾನು ಹಿಂದೂಸ್ತಾನಿ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಸಂಗೀತವನ್ನು ಆಲಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಕೆಲವು ಕ್ಷಣಗಳ ನಂತರ, ಅದು ನನ್ನ ಅಂತರಾಳವನ್ನು ತಲುಪಿ ನಾನು ಅದರಲ್ಲೆ ಮೈಮರೆತೆ. ಆಗ ಎಲ್ಲವೂ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಕರಗುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ನಾನು ಮತ್ತು ಸಂಗೀತ ಮಾತ್ರ ಇದ್ದು ಅಲ್ಲಿ ಯಾವ ಯೋಚನೆಯೂ ಇರಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಹೊರಬಂದು ಅನಂತವಾದ ನೀಲಿಛಾಯೆಯ ಬಿಳಿಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನೆಡೆಗೆ ಹೋಗಿ, ಆ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲೇ ಒಂದಾದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಇಲ್ಲಿಯ ತನಕ ನನಗೆ ಇಂತಹ ಆಳವಾದ ಅನುಭವವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಆ ಹಾಡು ಮತ್ತು ಸಂಗೀತ ಬಹಳ ಹೊತ್ತಿನವರೆಗೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಉಳಿದಿತ್ತು.

– ರಾಖಿ

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ "The Book of Reflection Vol-2" ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವಿಭಿನ್ನವಾದ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸುವಾಸನೆಯನ್ನು ನಾನು ಗುರುತಿಸಿದೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಗರಬತ್ತಿ ಹಚ್ಚಿರಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲೂ ಆ ಸುವಾಸನೆ ಇರಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಓದುತ್ತಿದ್ದ ಆ ಪುಸ್ತಕದ ಪದಗಳಿಂದ ಆ ಸುವಾಸನೆ ಹೊರಬರುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ನನಗೆ ಅನಿಸಿತು ಎಂದು ಮಾತ್ರ ಹೇಳಬಲ್ಲೆ! ಅದೊಂದು ಅದ್ಭುತ ಅನುಭವ!

– ಜ್ಯೋತಿ ಗಜ್ಜರ್

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈಗ ಕೋಪ ಅಥವಾ ದುಃಖದಂಥ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ಸುಲಭವಾಗಿ ಹೊರಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈಗ ಬೆಳಕು ನನ್ನ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಸ್ನೇಹಿಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಅದು ನನ್ನಿಂದ ಬೇರೆಯಲ್ಲ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ.

– ಶ್ರೀಸರಿತಾ

24–6–2011ರಂದು ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ರಾಮಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಅಲ್ಲಿದ್ದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಇಟ್ಟಿಗೆ ಮತ್ತು ಕಲ್ಲುಗಳೂ ರಾಮನಾಮ ಜಪಿಸುತ್ತಿರುವಂತೆ ನನಗನಿಸಿತು. ಒಂದು ಹಂತದಲ್ಲಿ ಆ ಉಚ್ಛಾರಣೆ ಬಹಳ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿತ್ತು. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಬೇರೆ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಋಷಿಗಳು ಮಂತ್ರೋಚ್ಛಾರಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಯಾಗದ ಅರಿವು ನನಗಿತ್ತು.

– ಬ್ರಜಬಂಧುಮಿಶ್ರಾ

ನಾನು "ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ" ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಯಾರೊಡನೆಯೋ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. 15 ನಿಮಿಷಗಳ ನಂತರ ನನ್ನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಆನಂದ ತುಂಬಿತು. ನಂತರ ಕನ್ನಡಿಯಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಪ್ರತಿಬಿಂಬವನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ನನ್ನ ಚರ್ಮ ಹೊಳೆಯುತ್ತಿತ್ತು. ಈ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪಹೊತ್ತು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡರೆ ಸಾಕು, ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ತಿಳಿದು ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. "ಈ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಶಂಬಲದ ಚೈತನ್ಯಗಳು ತುಂಬಿವೆ. ಅವು ಹಾಳೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಪದಗಳಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ. ಅವು ಇರುವುದು ವಿಷಯದಲ್ಲಿ" ಎಂಬುದಾಗಿ ನಂತರ ಆ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಓದಿದೆ.

– ಸೌಮ್ಯ ಅಜಯ್

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