ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂ. 10 ಸಂ. 9 ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ 2013 ರೂ.25

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 ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು.

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.

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ
ಅನು: ಚಂಪಾ
(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಒಮ್ಮೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ನನಗೆ ಹೀಗೆ ಬರೆದಿದ್ದರು, "ನಾನು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಉಪೇಕ್ಷೆ ಮಾಡಿ ಕೆಟ್ಟೆ." ಆಗ ನನಗೆ ಅಮರರವರ ನೆನಪಾಯಿತು. ಜನರು ಅವರಲ್ಲಿ ಜ್ಯೋತಿಷಿಯನ್ನು, ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಶಕ್ತಿ ಉಳ್ಳವರನ್ನು, ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಸಾಹಸದ ಕಥೆಗಳನ್ನು ಹೇಳುವವರನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದರು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಧ್ಯಾನದ ಬೋಧಕರನ್ನಾಗಿಯೂ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದರು! ಅಮರರವರಲ್ಲಿ ಕೊಡಲು ಬಹಳಷ್ಟಿತ್ತು. ಆದರೆ.....ಅವರನ್ನು ಉಪೇಕ್ಷೆ ಮಾಡಲಾಯಿತು!

ನಾವು ಋಷಿಗಳನ್ನು, ಸಾಧನೆಯನ್ನು, ಭಗವಂತನನ್ನು, ಜೀವನವನ್ನು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಉಪೇಕ್ಷೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ನಾವು ಹೇಗೆ ನಿರ್ಣಯಿಸುತ್ತೇವೆ? ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಹಿಂದೆಯೂ ಬಹಳ ಸಲ ಮಾತನಾಡಿದ್ದೇವೆ. ಆದರೂ ಈ ಪ್ರಶ್ನೆ ಬಂದಾಗಲೆಲ್ಲ, ಹೊಸ ಅಂಶ ಹೊಳೆಯುತ್ತದೆ; ಹೊಸ ಅರ್ಥ ಗೋಚರಿಸುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ನನ್ನ ಅನಿಸಿಕೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ನಾವು ನಮ್ಮ ಸುಖ ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅಲ್ಲದೆ ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಂದಕ್ಕೂ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಬೇಡಿಕೆ ನಿಲ್ಲುವುದೇ ಇಲ್ಲ! ನಾವು ನಮ್ಮ ಹಿತಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿ ಸಣ್ಣ ವಿಷಯಕ್ಕಾಗಿ ಬೇಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದಾಗ ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮ ಪ್ರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಅದೊಂದು ಮೆಟ್ಟಿಲು ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಹೌದು, ನಾವು ಕೇಳುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದಾಗ, ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿನ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಿರುತ್ತೇವೆ. ಭಗವಂತನಿಗೆ ತಿಳಿಯದ್ದು ಏನೂ ಇಲ್ಲ, ನಮಗೆ ಬೇಕಾದುದನ್ನೆಲ್ಲ ನಾವು ಕೇಳದಿದ್ದರೂ ಕೊಟ್ಟುಬಿಡುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಕೊಡುವುದನ್ನೂ, ಅವನ ಆ ಕ್ಷಣದ ನಿರಾಕರಣೆಯನ್ನೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ನಿಜವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿ.

ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯು ಪೀಡನೆಯಾಗದಿದ್ದರೆ ನಾವು ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದೇವೆಂದೇ ಅರ್ಥ.

ಮಗುವು ಹಳೆಯದನ್ನೆಲ್ಲ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲುದು, ಸೂಕ್ಷ್ಮಲೋಕದ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಲ್ಲುದು ಹಾಗೂ ಭಗವಂತನೊಂದಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಬಲ್ಲುದು ಎಂದು ನನ್ನ ಗುರು ಒಮ್ಮೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಅದು ಒಮ್ಮೆ ಮಾತನಾಡಲಾರಂಭಿಸಿದರೆ ಅದರ ಈ ಗ್ರಹಣಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಹಿಂತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನ ಮುಗ್ಧತೆಯನ್ನು ಅಳಿಸಿಹಾಕುತ್ತವೆ. ಹಾಗೂ ನಾಗರಿಕತೆ ಭ್ರಷ್ಟರನ್ನಾಗಿಸುತ್ತದೆ!

ಮುಗ್ಧತೆಗೆ ಮರಳುವುದೇ ಸಾಧನೆಯ ಸಾರ.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬೇರೆಲ್ಲೋ ಕಲಿತ ತಂತ್ರವೊಂದನ್ನು ನನಗೆ ವಿವರಿಸಿದಾಗ, ಅದು ಚೆನ್ನಾಗಿದೆಯೆಂದು ನಾನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಹೇಳಿದೆ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಹೊರಟು ಹೋದರು. "ಆದರೆ ಋಷಿಗಳು ನೀಡಿದ ಇನ್ನೂ ಉನ್ನತ ತಂತ್ರಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿವೆ," ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳಿದ್ದು ಆತನಿಗೆ ಕೇಳಿಸಲೇ ಇಲ್ಲ.

ನಾವು ಇನ್ನೊಬ್ಬರನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಎಷ್ಟೋ ಜನ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ ಆದರೆ ಉತ್ತರಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯುವುದಿಲ್ಲ.

ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ. ■

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)
ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560077. ಭಾರತ.
✆ (080) 2846 5280, 99000 75280 (ಬೆಳಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 4)
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)
ಪ್ರಕಾಶ್‌ಮಾರ್ಗ್ (ಮರಾಠಿ)
ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ ರೂ. 300/- 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.

ಗುರುಪೂರ್ಣಿಮೆಯ ದಿನದಂದು ಧ್ಯಾನಿಗಳು
ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- ಲಿನ್ ಅವರು ಜಪಾನೀಸ್‌ಗೆ ಭಾಷಾಂತರಿಸಿದ "Doorways to Light" ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ದಿನಾಂಕ 3-8-2013 ರಂದು ಜಪಾನ್‌ನಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲಾಯಿತು.
- ಲಿನ್ ಅವರು ಜಪಾನೀಸ್‌ಗೆ ಅನುವಾದಿಸಿದ "Living in Light" ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಈಗ ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ನಿಂದ ಉಚಿತವಾಗಿ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಬಹುದು.
- ಮೊಬೈಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಬಹುದಾದಂತಹ ಆ್ಯಂಡ್ರಾಯಿಡ್ ರೂಪದಲ್ಲಿರುವ "Living in Light" ಪುಸ್ತಕವು, ಗುರುಪೂರ್ಣಿಮಾ ದಿನದಿಂದ ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿದೆ.
- 25-8-2013 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ- "The Book of Reflections (Vol-3)" ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಮತ್ತು 2012ನೇ ಇಸವಿಯ ಆಗಸ್ಟ್ ಮತ್ತು ಸಪ್ಟೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಗುರೂಜಿಯವರೊಂದಿಗಿನ 'ಅನೌಪಚಾರಿಕ ಮಾತುಕತೆ'ಯ DVDಯನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲಾಯಿತು.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ ಈಗ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದನ್ನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಡೆಸಿಕೊಟ್ಟ ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಉಚಿತವಾಗಿ ಹಂಚಲಾಗುವುದು. ಇದು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightchannels.com ನಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿದೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರ ಬ್ಲಾಗ್ ಓದಲು ಮತ್ತು ಅವರ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ನೋಡಲು www.speakingtree.in ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗೆ ಭೇಟಿನೀಡಿ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

02	ಮಂಗಳ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
05	ಗುರು	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
08	ಭಾನು	ಗೌರಿಪೂಜೆ
09	ಸೋಮ	ಗಣೇಶ ಹಬ್ಬ
13	ಶುಕ್ರ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
14	ಶನಿ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
18	ಬುಧ	ಅನಂತಪದ್ಮನಾಭ ವ್ರತ
19	ಗುರು	ಪೂರ್ಣಿಮಾ
27	ಶುಕ್ರ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು:ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು:ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12
ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1

08-09-2013 ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ

15-09-2013 ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ರಾ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ

29-09-2013 ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-1

ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿಯ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನದ ತಂತ್ರ: ಒಂದು ನೀಲಿ ಬಣ್ಣದ ದೊಡ್ಡ ಗೋಲವನ್ನಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಆಕೃತಿಯನ್ನಾಗಲಿ ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ಗೋಲ ಅಥವಾ ಆಕೃತಿಯನ್ನು ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಬೆಳಕಿನ ಕಣದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನೀವು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ. ನೀವು ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಒಳಗೆ ಇರುವಿರಿ. ಅವನನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಬೇಕಾದರೂ, ಒಂದು ದಿನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಬಾರಿಯಾದರೂ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಬಹುದು. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಹತ್ತುದಿನಗಳವರೆಗೆ ದಿನನಿತ್ಯದ ಧ್ಯಾನದ ಬದಲಿಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ಜುಲೈ 18 ರಂದು ನಾನು ಬಸ್ ನಿಲ್ದಾಣವನ್ನು ತಲುಪಿದಮೇಲೆ, ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್ ಬಿಟ್ಟು ಬಂದಿರುವುದರ ಅರಿವಾಯಿತು. ಮನೆಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಹೋಗುವುದರಿಂದ ಈ ಮೊದಲೇ ನಿರ್ಧರಿಸಿದಂತೆ ನಾನು ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಕಾರ್ಯಕರ್ತನನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಅಂದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಾಗಿ ಶಾಲೆಗೆ ತಲುಪುವುದಕ್ಕೆ ತಡವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇತ್ತು. ಆ ದಿನದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಸ್ಥಳ, ಸಮಯ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಪೂರ್ವ ನಿರ್ಧಾರಿತವಾಗಿದ್ದರೂ, ನಮ್ಮಿಬ್ಬರಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಯಾವುದೇ ಸಾಧನವಿಲ್ಲದಿದ್ದುದರಿಂದ ಗೊಂದಲವುಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿತ್ತು.

ಸಮಯದ ಅಭಾವದ ಕಾರಣ, ಬೆಳಕಿನ ಮೇಲೆ ಭಾರ ಹಾಕಿ, ಬೆಳಕಿನ ಮೂಲಕ ನಾನು ಆತನನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದೆಂದು ಬಸ್ಸನ್ನೇರಿದೆ. ಒಂದು ಬೆಳಕಿನ ಗೋಲದ ಮುಖಾಂತರ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಆತನಿಗೆ ಕಳಿಸಿದೆ. ನಾವು ಎರಡು ಬಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕಾಗಿಬಂದರೂ, ನಾವಿಬ್ಬರೂ ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿ ತಲುಪಿದೆವು! ಆತನಿಗೆ ನನ್ನ ಸಂದೇಶದ ಅರಿವಿರಲಿಲ್ಲ. ಆತ ಕೂಡಾ ತಾನು ತಲುಪಬೇಕಾದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ತಲುಪುವಂತೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದ್ದರಿಂದ ತಡವಾಗಿ ಬಂದರೂ ಆತ ಗಾಬರಿಗೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ನೆರವೇರಿತು.

ಋಷಿಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಅನುಗ್ರಹಿತನಾಗುವುದು ನನ್ನ ಜೀವನದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾದುದರ ಜೊತೆಗೆ ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿಯೇ ನಾವು ಹೆಮ್ಮೆಪಡುವಂತೆಯೂ ಮತ್ತು ವಿನಮ್ರರಾಗುವಂತೆಯೂ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸ ಬಹುಶಃ ಇದೊಂದೇ ಇರಬಹುದು.

– ಮನೋಜ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ, ಕಾರ್ಯಕರ್ತ

ನನ್ನ ಕೆಲಸದ ಒತ್ತಡದಿಂದಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ನನಗೆ ದುಃಖವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಆದರೂ ಪ್ರತಿ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಸೆಷನ್ ಇದ್ದಾಗ ರಜೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದೆ. ಅಂತಹ ಒಂದು ಸಂದರ್ಭ ತಾನಾಗಿಯೇ ಒದಗಿ ಬಂತು. ಅಂದು ನಾನು ಸೆಷನ್‌ಗೆ ಹೋಗಲು ಅತ್ಯಂತ ಕಾತುರಳಾಗಿದ್ದೆ. ಅದೇ ದಿನ ಆಫೀಸ್‌ನಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಪ್ರಸಂಟೇಶನ್ ಇದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದೂ ನಾನು ರಜೆ ಕೇಳಬೇಕೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿದೆ. ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಮೌನವಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿಕೊಂಡೆ. ನಂತರ ನಾನು ರಜೆ ಕೇಳುವ ಮೊದಲೇ, ನನ್ನ ಮೇಲಧಿಕಾರಿ ಒಂದು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಸಲುವಾಗಿ ಅಂದು ರಜೆಯನ್ನು ಘೋಷಿಸಿದರು! ಆಗ ನನಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷ ಎರಡೂ ಒಟ್ಟಿಗೇ ಆಯಿತು. ಆ ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಚಿಂತೆಯಿಲ್ಲದೆ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದುದಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಂತ ಅನುಗ್ರಹಿತಳಾದಂತೆ ಅನಿಸಿತು.

– ನಿತ್ಯಾ ಜೇಮ್ಸ್, ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್ ಸೋಮಯಾಜಿ; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ತಪೋನಗರವು ಸದಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನ್ವೇಷಕರು ದೈವತ್ವವನ್ನು ಸಂಧಿಸುವ ತಾಣವಾಗಿದೆ. 2013ರ ಜುಲೈ ತಿಂಗಳು ಆಷಾಢ ಮಾಸವಾಗಿದ್ದು, ಗುರು–ಶಿಷ್ಯರ ನಡುವಿನ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಸಂಬಂಧದ ಆಚರಣೆಯ ದಿನವಾದ ಗುರುಪೂರ್ಣಿಮೆಯಿಂದಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಆ ತಿಂಗಳು ವಿಶೇಷವಾಗಿತ್ತು. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚ ನಮ್ಮ ಮೂಲವಾದ ಪರಬ್ರಹ್ಮನ ಚೈತನ್ಯದಿಂದ ತುಂಬಿ ತುಳುಕುತ್ತಿದ್ದರೂ ಋಷಿಗಳ ಕೇಂದ್ರವಾದ ಇಲ್ಲಿ ಅದು ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಸೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಅಂದು ಒಂದು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಮೆಡಿಟೇಶನ್ ಹಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ಸಾಧಕರ ಭಕ್ತಿಯ ಸೆಳೆತವು ದೈವೀ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯವನ್ನು ದ್ವಿಗುಣಗೊಳಿಸಿತು.

ನಮ್ಮ ತಪೋನಗರ ನಿವಾಸಿಯೂ ಆದ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರೊಬ್ಬರು ಐದು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಧ್ಯಾನಮಾಡಿದ್ದು ಹಾಗೂ ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಹನ್ನೆರಡು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ್ದು ಆ ದಿನದ ವಿಶೇಷತೆಯಾಗಿತ್ತು. ತಪೋನಗರವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಗಾಢವಾದ ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಸ್ಥಳ.

ಇದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಹೊಂದಿದ ನಂತರದ ಮೊದಲ ಗುರುಪೂರ್ಣಿಮೆಯಾಗಿತ್ತು. ಆ ದಿನ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಭಾವುಕರಾಗಿದ್ದರು. ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ಹಾಗೂ ಅವರ ಅನುಗ್ರಹವನ್ನು ನಾವು ಅನುಭವಿಸಿದರೂ, ಅವರ ಭೌತಿಕ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯ ಕೊರತೆ ಕಂಡುಬರುತ್ತಿತ್ತು. ಗುರೂಜಿಯವರ ಆಶೀರ್ವಾದಕ್ಕಾಗಿ ಸಾಲಿನಲ್ಲಿ ನಿಂತಿರುತ್ತಿದ್ದ ಆ ದಿನಗಳ ನೆನಪು ಕಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಕೆಲವು ಸಾಧಕರು ಗುರೂಜಿಯವರು ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ ವೇದಿಕೆಯ ಬಳಿ ಹೋಗಿ, ಅವರ ಆಶೀರ್ವಾದ ಪಡೆಯಲು ತಲೆಬಾಗಿ ನಮಸ್ಕರಿಸಿದರು. ಬಹಳ ಜನರು ತಪೋವನದಲ್ಲಿರುವ ಗುರೂಜಿಯವರ ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿ ಅವರ ದೈವೀ ಚೈತನ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಲೀನವಾಗಲು ಕುಳಿತಿದ್ದರು.

ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಲ್ಲಿಯೂ ಇದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿರುವುದು ಎಂದರೆ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಆಂತರ್ಯದಲ್ಲಿ ಹೊಂದಿರುವುದು. ■

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.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.

ಗುರೂಜಿ ಹೀಗೆ ಮಾತನಾಡಿದರು

(ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ.ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್)

26–10–2003

ನೀವು ತಿಳಿಯ ಬಯಸಿದ ವಿವಿಧ ವಿಷಯಗಳು ಮತ್ತು ಕೇಳಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಮಾತನಾಡುತ್ತೇನೆ. ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಣಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ನಾವು ಮಾಡೋಣ. ಆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸೋಣ. ಜ್ಞಾನ ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯ. ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅದು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅಂಥ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ನಮಗೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ, ವಿವೇಕವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ; ಯಾವುದು ಸರಿಯೆಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯ ಮತ್ತು ಇದನ್ನು ಉತ್ತಮಪಡಿಸಲು ಜ್ಞಾನ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನಾನು ಒಂದು ಆತ್ಮ ಮತ್ತು ನಾನು ದೇವರ ಒಂದು ಭಾಗ ಎಂಬ ಅರಿವುಂಟಾಗುವುದೇ ಜ್ಞಾನೋದಯ. ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟದ ಈ ಅರಿವಿನಿಂದಲೇ ನಾವು ತೃಪ್ತಿ ಪಡಬಾರದು. ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ದಾಟಿ, ನೇರ ಅನುಭವದಿಂದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ವಲಯವನ್ನು ತಲುಪಲು ನಾವು ಧ್ಯಾನಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಅತಿಮುಖ್ಯ ವಿಷಯ. ನೇರ ಅನುಭವದಿಂದ ಪಡೆಯುವ ಜ್ಞಾನವೇ ನಿಜವಾದ ಜ್ಞಾನ. ಈ ಅರಿವು ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹಂತಹಂತವಾಗಿ ಉಂಟಾಗಬೇಕೆಂದೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನದ ಮೊದಲ ದಿನವೇ, ಮೊಟ್ಟಮೊದಲ ಹಂತದಲ್ಲಿಯೇ ಅಥವಾ ಮತ್ತಾವುದೇ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಈ ಅರಿವುಂಟಾಗಬಹುದು; ಕೊನೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿಯೇ ಉಂಟಾಗಬೇಕೆಂದೇನೂ ಇಲ್ಲ.

ಸಾಧನೆ ಎಂದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಿಯಮಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಬಾಳುವುದು. ಈ ಜೀವನವನ್ನು ಗೌರವಿಸುವುದು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ ಅನೇಕ ನಿಯಮಗಳಿವೆ. ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಮಾಡಬಾರದು ಎನ್ನುವುದು ಕೂಡಾ ಒಂದು ನಿಯಮ. ಸಾವಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಬುದ್ಧಿಹೇಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಹೇಳುವುದು ಸುಲಭ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು ಕಷ್ಟ! ಏಕತೆಯ ಅನುಭವ ನಮಗಾಗಬೇಕು. ಅದು ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಮೊದಲಿಗೆ ನಮ್ಮ ನೆರೆಹೊರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು, ನಂತರ ಅದನ್ನು ವಿಸ್ತಾರಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇಡೀ ಮನುಕುಲದೊಂದಿಗೆ ಹಾಗೂ ಇಡೀ ಸೃಷ್ಟಿಯೊಂದಿಗೆ ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಆಗ ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನವನ್ನೂ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ನಮಗೆ ಪಾಠ ಕಲಿಸುವುದಕ್ಕೆಂದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಸಮಸ್ಯೆಯ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ನಾವು ಮಾಡಿದಾಗ, ಬಹುಶಃ ನಮ್ಮದೇ ಸೋಲುಗಳು, ಇತಿಮಿತಿಗಳು ಮತ್ತು ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿನ ಅಸಮರ್ಥತೆಯ ಅರಿವು ನಮಗುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಈ ಅಸಮರ್ಥತೆಯನ್ನು ಮೀರಬೇಕು. ಆಗ ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯೇ ನಾವು ಬೆಳೆಯಲು ಒಂದು ಅವಕಾಶವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಮಗೆ ಇದು ತಿಳಿಯದೇ ಇರುವುದರಿಂದ ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಪರಿಣಾಮದಿಂದಾಗಿ ಬಳಲುತ್ತೇವೆ.

ಏಳು ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳು, ಯಮ–ನಿಯಮಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ ಅನೇಕ ನಿಯಮಗಳಿವೆ. ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ನಿಯಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸವಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸೋಣ. ಜ್ಞಾನದೊಂದಿಗೆ ನಾವು ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಆ ಒಂದು ನಿಯಮವು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮಿಕ್ಕೆಲ್ಲದರೆಡೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪಾತ್ರ ಅಥವಾ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಉದ್ದೇಶವಿರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರು ಈ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಅವರು ಜನ್ಮತಳೆಯುವ ಮುನ್ನವೇ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ನನ್ನ ಗುರುಗಳು ಮೊದಲೇ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರು, ಏಸು ಕ್ರಿಸ್ತ ಮೊದಲೇ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರು, ಕೆಲವರು ತಾವು ಹುಟ್ಟಿದ ಮೇಲೆ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ನಾವು ಮಾಡದಿದ್ದಾಗ ಅದೊಂದು ದುಃಖಕರ ಸಂಗತಿ.

ನಾಲ್ಕು ಯುಗಗಳ ಒಂದು ಕಾಲಚಕ್ರದ ಸುಮಾರು 51,000 ವರ್ಷಗಳ ಅವಧಿ ಮುಗಿದು ಹೊಸಯುಗವು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಂದು ವಿಶೇಷ ಅವತಾರದ ಜನ್ಮವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಮಹಾವಿಷ್ಣುವಿನ 10ನೇ ಅವತಾರವಾದ ಕಲ್ಕಿ ದೇವರಲ್ಲ. ಬಹಳ ಹಿಂದೆ ಋಷಿಗಳು ಒಂದು ಅತ್ಯಂತ ವಿಶೇಷವಾದ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಪರಬ್ರಹ್ಮಲೋಕದಿಂದ ಕೆಳತಂದರು. ಈ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಹಿಡಿದಿಡುವ ಬಹಳ ಕಷ್ಟಸಾಧ್ಯವಾದ ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ಮಹಾವತಾರ ಕೆಳಬಂದು, ಈ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಜನ್ಮ ತಳೆದು ವಾಸಮಾಡಿದರು. ಹಿಂದಿನ ಕಾಲಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಶಿವ ಈ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರು. ಶಿವ ಮತ್ತು ಮಹಾವಿಷ್ಣು ಒಬ್ಬರ ನಂತರ ಒಬ್ಬರು ಈ ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಅವತರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮಹಾವತಾರ ಅವರು ಈಗ ಅವತರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಕಿರಣ್ ಎಂಬ ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದ ಒಬ್ಬ ಬಾಲಕ. ಅವರು ಈ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮಹಾವತಾರ ಅವರು ಸತ್ಯಯುಗದಲ್ಲಿ 20,000 ವರ್ಷಗಳು ಒಬ್ಬ ಬಾಲಕನಾಗಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನು ನಂಬಲು ಕಷ್ಟ. ಅವರು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಎಲ್ಲ ಕಾಲಕ್ಕೂ ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಯಾರಾದರೂ ಯೋಚಿಸಿದರೆ ಸಾಕು, ಅವರು ಆತನೊಡನಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿಯೇ ಮಿಲಿಯಾಂತರ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಇರಬಲ್ಲರು. ತ್ರೇತಾಯುಗದಲ್ಲಿ 15,000 ವರ್ಷಗಳು ಅವರು ಪ್ರೌಢ ವಯಸ್ಕರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ತ್ರೇತಾಯುಗದಲ್ಲಿ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ಕುಸಿದಾಗ ಅವರು ಒಂದು ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ನೆಲಸಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಲು ಜನರು ಅಲ್ಲಿಗೇ ಹೋಗಬೇಕು. ನಂತರದ 10,000 ವರ್ಷಗಳ ದ್ವಾಪರಯುಗದಲ್ಲಿ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಮತ್ತೂ ಹೆಚ್ಚು ಕುಸಿಯುತ್ತವೆ. ಆಗ ಅವರು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸುಲಭದಲ್ಲಿ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗಲು ಜನರು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕು. ಮಹಾವತಾರರವರು 45,000 ವರ್ಷಗಳು ಲಭ್ಯರಿರುತ್ತಾರೆ. ಪರಬ್ರಹ್ಮಲೋಕದ ಈ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯವು ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಸುಪ್ತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ.

ವಿಶೇಷ ಜನರು ಜೀವಿಸುವ ‘ಪಿತೃಲೋಕ’ ಎಂಬ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಸ್ಥಳವೊಂದಿದೆ. ಅವರಿಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು ವಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅಗಲಿ ಹೋಗಿರುವ ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರ ಸಂಬಂಧಿಕರು ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಕಳಿಸಲು ಬಯಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಅರ್ಪಣೆಗಳನ್ನು ಈ ವಿಶೇಷ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಅವರಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತಾರೆ. ಅಗಲಿದ ಆತ್ಮಗಳು ಎಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದರೂ ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳು ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮೂಲಕ ಅವರಿಗೆ ತಲುಪುತ್ತವೆ.

ಋಷಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವ ಸರಳ ತಂತ್ರ: ಉತ್ತರಕ್ಕೆ ಮುಖಮಾಡಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಲು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನ ಕಿರಣವೊಂದು ಮೇಲಿನಿಂದ ಬಂದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಿರುವಂತೆ ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅದು ನಿಮ್ಮ ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳ ನಡುವೆ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು

ಗುರೂಜಿ ಹೀಗೆ ಮಾತನಾಡಿದರು

(ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ.ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್)

ಕಲ್ಪಿಸುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಕೇಳಿ, ಉತ್ತರಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯಿರಿ. ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ. ಆದರೆ ನಿರಾಶೆಗೊಳ್ಳದೆ ವರ್ಷಾನುಗಟ್ಟಲೆ ನಾವು ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಬೇಕು. ಕಾಲಾಂತರದಲ್ಲಿ ನಾವು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಬಹುದು. ನಾವು ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವಾಗ ತಂತ್ರಕ್ಕಿಂತ ಪ್ರೀತಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರೀತಿಯಿದ್ದಲ್ಲಿ ತತ್‌ಕ್ಷಣ ಸಂಪರ್ಕವೇರ್ಪಡುತ್ತದೆ.

2–11–2003

ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿಯುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ, ತಿಳಿಯಬೇಕಾದುದು ಮತ್ತು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದುದು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಉಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಬಹುಶಃ ದೇವರನ್ನು ನಾವು ಎಂದಿಗೂ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ, ನಮ್ಮ ಸೀಮಿತ ಬುದ್ಧಿಯ ಮುಖಾಂತರ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅನುಭವಿಸುವುದರಿಂದ ಮಾತ್ರ ಅವನನ್ನು ಅರಿಯಲು ಸಾಧ್ಯ; ಅದು ಬುದ್ಧಿಯಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹಾಗಿದ್ದರೂ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಅವನ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿಯುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ದೇವರು ಸರ್ವಾಂತರ್ಯಾಮಿ. ಅವನು ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿಯೂ ಇದ್ದಾನೆ. ಅವನ ಸಮಸ್ತ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಎಲ್ಲೆಡೆಯಲ್ಲೂ ಅವನು ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ. ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ದೈವೀ ವಸ್ತುವಾಗಿದ್ದು ಅದರಿಂದಲೇ ಸೃಷ್ಟಿ ಹೊರಬಂದಿದೆ. ಅವನ ಎಲ್ಲ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಹಿಂದೆ ಅವನಿದ್ದಾನೆ. ಸೃಷ್ಟಿಯು ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿದೆ. ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಈ ಭೂಮಿ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿದೆ, ಇದೇ ಸೃಷ್ಟಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮತ್ತು ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲೂ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿದೆ. ಈ ಮೂರೂ ಮಟ್ಟಗಳ ಹಿಂದೆ ಸ್ವತಃ ದೇವರೇ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳ ಅರಿವು ಅವನಿಗಿರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ನಮ್ಮ ಅರಿವು ಭೌತಿಕ ವಾಸ್ತವಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಸೀಮಿತಗೊಂಡಿರುವುದರಿಂದ, ಅವನು ನಮ್ಮೊಳಗೆ, ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲೆಡೆಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೂ ಅದು ನಮಗೆ ಅರಿವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮ, ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮತ್ತು ನಂತರದ ಮಟ್ಟಗಳಿಗೆ ವಿಸ್ತರಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನಮಾಡುವುದು ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಅರಿವು ಎಲ್ಲ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟಗಳಿಗೆ ವಿಸ್ತಾರಗೊಂಡು ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಗಳು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಆದರೆ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳು ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಹೆಣೆದುಕೊಂಡಿರುವುದರಿಂದ, ಅವುಗಳು ಬೇರೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುವುದು ಕಷ್ಟ. ಎರಡು ಬೇರೆ ಮೂಲಗಳಿಂದ ಅವು ಜನ್ಮತಳೆದಿವೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯುವುದು ಕಷ್ಟ. ಆದರೆ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾದ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಿ ಒಂದು ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ, ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳ ಮೂಲಗಳು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಎಂದು ನಾವು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತಾಗ ಯಾವಾಗಲೂ ಅನೇಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಮುತ್ತುವುದರಿಂದ, ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಬಿಡದೆ ಮುಂದುವರೆಸಿ, ಒಂದು ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ ಒಂದೇ ಒಂದು ಆಲೋಚನೆಯೂ ಸುಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಒಂದು ಆಲೋಚನೆ ಬಂದಾಗ ಅದು ಬುದ್ಧಿಯಿಂದ ಬರುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಬುದ್ಧಿ, ಮನಸ್ಸಿಗಿಂತ ವಿಭಿನ್ನ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಬಹುದು.

'ಧರ್ಮ–ಅರ್ಥ–ಕಾಮ–ಮೋಕ್ಷ'ದ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ. ಇವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅನೇಕ ಪುಸ್ತಕಗಳಿವೆ. ಹಾಗೂ ಅನೇಕ ಜನರು ಇವುಗಳನ್ನು ಸುಂದರವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಅನೇಕ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದ್ದಾರೆ.

ಧರ್ಮ ನಮ್ಮ ಗುಣ; ಅರ್ಥ ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಭೌತಿಕ ಭಾಗ; ಕಾಮ ನಮ್ಮ ಬಯಕೆಗಳು; ಮೋಕ್ಷ ಅಂತಿಮ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದನ್ನೂ ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಬಾರದು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಮುಖ್ಯ. ನಮ್ಮ ಧರ್ಮ ಪ್ರೀತಿ, ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದಲೇ ಬಾಳಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಎಲ್ಲ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನೂ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು, ಈ ಪ್ರಪಂಚದಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಂಡು ಪಲಾಯನ ಮಾಡಬಾರದು. ಈ ಪ್ರಪಂಚ ನಮ್ಮ ಪಾಠಶಾಲೆಯಿದ್ದಂತೆ.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಯಕೆಗಳಿರಲೇಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ, ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಬಯಕೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಬಯಕೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರಬೇಕು. ನಮ್ಮೊಳಗೇ ಇರುವ ದೈವತ್ವವನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗೊಳಿಸುವ ಬಯಕೆ ಇರಬೇಕು. ಇಂಥ ಬಯಕೆಗಳು ಪ್ರಶಂಸನೀಯ.

ಮೋಕ್ಷ ಎಂದರೆ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ. ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಬಂಧನಗಳಿಂದ ನಾವು ಬಿಡುಗಡೆ ಪಡೆಯಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಮತ್ತು ಹತ್ತಿರದವರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವುದು ಬಂಧನವಲ್ಲ. ಇದು ಸಹಜ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಗೊಂದಲಬೇಡ. ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಗೆ ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸುವಂಥವು ಬಂಧನಗಳು. ದೇವರೆಡೆಗಿನ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವಂಥವು ಬಂಧನಗಳು. ನಮ್ಮನ್ನು, ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವಂಥವು ಬಂಧನಗಳು. ನಾವು ದೇವರ ಬಳಿ ಇದ್ದಾಗ, ಸ್ವತಂತ್ರರಾಗಿದ್ದೆವು. ಕೆಳಗೆ ಬಂದಿರುವುದರಿಂದ ಹೇಗೋ ಏನೋ ನಾವು ಇಲ್ಲಿಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಇಲ್ಲಿಯೇ ಜೀವಿಸುತ್ತಾ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಮಹತ್ತರವಾದ ವಿಷಯ.

ದೇವರು ಯಾವಾಗಲೂ ನಮ್ಮೊಂದಿಗಿದ್ದಾನೆ, ನಾವು ಎಂದಿಗೂ ಒಂಟಿಯಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ದೇವನಿದ್ದಾನೆ, ಆದರೆ ನಮಗೆ ಅದರ ಅರಿವಿಲ್ಲ. ನಮಗೆ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ದೇವರಿರುವ ಅರಿವುಂಟಾದ ಕ್ಷಣದಿಂದಲೇ ನಾವು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ದಾಪುಕಾಲನ್ನಿಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಮಗೆ ಅರಿವುಂಟಾಗುವುದು ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯವಾದ ಒಂದು ಹೆಜ್ಜೆ. ನಾವು ಅವನನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರೆ ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಂತೆ.

"ನಾನು ಧ್ಯಾನಮಾಡಿದರೆ ಸಿಂಹದಂತೆ ಗರ್ಜಿಸಬಲ್ಲೆನೆ?" ಎಂದು ವಿವೇಕಾನಂದರನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತಾ ಒಬ್ಬರು ಕೇಳಿದರು. "ನೀವು ಧ್ಯಾನಮಾಡಿದಾಗ ಆತ್ಮಬಲವನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ವಿವೇಕವನ್ನು ಕೂಡಾ ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ; ಆಗ ನೀವು ಸಿಂಹದಂತೆ ಗರ್ಜಿಸಬಲ್ಲಿರಿ" ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳಿದೆ. ನೀವು ಧ್ಯಾನಮಾಡಿದಾಗ ಅತ್ಯುನ್ನತವಾದುದನ್ನು, ಅಂದರೆ ದೈವವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀರಿ. ವಿವೇಕವನ್ನು ತಂದುಕೊಡಲು ಅಲ್ಪಪ್ರಮಾಣದ ಅನುಭವ ಕೂಡ ಸಾಕು. ಆದರೆ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇವುಗಳಿಗೆ ಬೆಲೆ ಕೊಡದೆ ಹಳೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದರ ಅರಿವುಂಟಾದರೆ ವಿವೇಕವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಸುಂದರವಾದ ಮತ್ತು ವಿವೇಕಯುತವಾದ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಬಹುದು. ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯೆಂದರೆ ಅತಿರೇಕಗಳಿಗೆ ಹೋಗದೆ ವಿವೇಕಯುತ ಜೀವನವನ್ನು ಸಾಗಿಸುವುದು. ■

ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿರುವವರಿಗೆ ಅಂಚೆ ಮತ್ತು ಇ–ಮೇಲ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಧ್ಯಾನ ಕಲಿಸಲಾಗುವುದು. ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2000/–), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 1000/–) 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 ಪ್ರಶ್ನೆ – ಸಂದೇಹಗಳಿಗೆ ಜಯಂತ್ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರು 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.

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್
ಜುಲೈ 2013

ತಾನು ಒಬ್ಬ ಆಕ್ರಮಣಶೀಲ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂದು ತನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ ಮತ್ತು ಬದಲಾಗಲು ತಾನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವುದಾಗಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹೇಳಿದಾಗ, ಅದು ನನ್ನನ್ನು ಬಹಳವಾಗಿ ತಟ್ಟಿತು. ನಮ್ಮ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದಿರುವುದೇ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆ. ಒಮ್ಮೆ ಅದನ್ನು ನಾವು ಗುರುತಿಸಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಾಗ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ನಿಶ್ಚಿತ.

ನಾವು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಪರಿಪೂರ್ಣರಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಒಂದು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಪ್ಪನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗ ಆ ಮಾರ್ಗವೇ ಸರಿಯಿಲ್ಲ ಎಂದು ಜನರು ತೀರ್ಮಾನಿಸಬಾರದು. ಸ್ವಂತ ಅನುಭವದಿಂದ ಅದನ್ನು ತಾವೇ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಮಾಡುವ ತಪ್ಪಿನಿಂದಾಗಿ ಮಾರ್ಗ ತನ್ನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಇನ್ನೂ ಸಾಧಕರು, ಅವರಿನ್ನೂ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಬೇಕಿದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಗುರೂಜಿಯವರು, ಅಮರರವರು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳು ಕೆಳತಂದ ಅಪಾರವಾದ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗೆ ಈ ಮಾರ್ಗ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಗುರೂಜಿಯವರ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಮಾತುಗಳಿಂದ ಹಾಗೂ ಹಿರಿಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಗಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರಿಂದ ಕೂಡ ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಸಿಗುತ್ತದೆ.

ಮತ್ತೊಂದು ಅಂಶವಿದೆ, ಅದೇನೆಂದರೆ, ಧ್ಯಾನಿಗಳಾದ ನಮ್ಮಿಂದ ಜನರು ಬಹಳಷ್ಟನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಸಹಜ. ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗದ ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಸಹಪಾಠಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಅವರ ನ್ಯೂನತೆಗಳನ್ನು ಅರಿತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಹೊಸ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಇನ್ನೂ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಬಹಳವಿದೆ. ನಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ನೋಡಿ ಅವರು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೀರ್ಮಾನಿಸಬಹುದು. ಅದು ತಪ್ಪೆಂದು ಹೇಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವುದರಿಂದ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಮೇಲೂ ಅಪಾರವಾದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿದೆ. ನಾವು ತೆರೆದ ಬಾಗಿಲಾಗುತ್ತೇವೆಯೋ ಅಥವಾ ಮುಚ್ಚಿದ ಬಾಗಿಲಾಗುತ್ತೇವೆಯೋ, ಅದು ನಮಗೆ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದು.

ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಿಯೊಬ್ಬರು ವೀಸ ಪಡೆಯಲು ಹೋಗಿದ್ದಾಗ, ಅವರಿಗೆ ಅದು ಅತ್ಯಂತ ಸುಲಭವಾಗಿ ದೊರೆತ ಅತಿ ಸುಂದರ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಅತ್ಯಂತ ವಿಶೇಷವೆಂದರೆ, ಅದೇ ಸುಂದರ ಅನುಭವ ಆ ಸಾಲಿನಲ್ಲಿಯೇ ನಿಂತಿದ್ದ ಇತರರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಆಯಿತು. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ವೀಸ ತುಂಬ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಿಕ್ಕಿತು. ಇದೊಂದು ಉತ್ತಮ ವೀಕ್ಷಣೆಯಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಧ್ಯಾನಿಯು ಬೇರೊಂದು ದೇಶದಲ್ಲಿ ವಾಹನ ಚಾಲನೆಯ ಪರವಾನಿಗೆಗಾಗಿ ಕೋರಿಕೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದಾಗ ಅವರಿಗೆ ಇದೇ ರೀತಿಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ತಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳ ಅನುಗ್ರಹವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ, ಅದು ಅವರ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಅವರ ಹತ್ತಿರವಿರುವ ಎಲ್ಲರ ಮೇಲೂ ಪ್ರವಹಿಸುತ್ತದೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರು ತಮ್ಮ 'ಅನಿಸಿಕೆಗಳು' ಲೇಖನಮಾಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ವಿಷಯವನ್ನು ಹೀಗೆ ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ – "ನಾವು ಈಗ ಆಕ್ರಮಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಮಾನವ ದೇಹಗಳು ಒಂದೇ ಜೀವಕೋಶದಿಂದ ಮಿಲಿಯಾಂತರ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ವಿಕಾಸಗೊಂಡಿವೆ. ಈ ದೇಹಗಳಿಗೆ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳೂ ಇರುತ್ತವೆ. ಈ ದೇಹಗಳನ್ನು ಆಕ್ರಮಿಸಲು ನಾವು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಇಳಿದು ಬಂದಾಗ, ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಿಂದ ಪಡೆದ ಮೇಲ್ಮಟ್ಟದ ದೇಹಗಳಾದ (ಕೋಶಗಳು) ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಾವಾಗಲೇ ಹೊಂದಿದ್ದೆವು. ಅವುಗಳನ್ನು ಇನ್ನೂ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವಿಕಾಸಗೊಂಡಿರದ ಮಾನವ ದೇಹದೊಳಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಸಬೇಕಿತ್ತು. ಹಾಗಾಗಿ ಈ ದೇಹದ ಮುಖಾಂತರ ನಾವು ಹೊಂದುವ ಅನುಭವಗಳು ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೀಮಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ನಮಗೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಮೊದಲೇ ತಿಳಿದಿತ್ತು. ನಂತರ ಋಷಿಗಳು ನಮಗೆ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸಿದರು. ಧ್ಯಾನದ ಮುಖಾಂತರ ನಾವು ಈ ಮಾನವ ದೇಹಗಳಿಂದ ಹೊರಬಂದು, ನಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ಉನ್ನತ ಪ್ರಜ್ಞಾವಲಯಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಬಹುದು ಮತ್ತು ಕೊನೆಯಿಲ್ಲದ ವಿಸ್ತರಣೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು; ನಮ್ಮ ಉನ್ನತ ಜೀವನದ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರಬಹುದು". ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಮಾನವ ದೇಹಗಳ ಮುಖಾಂತರದ ಅನುಭವಗಳು ಹೊಸದು ಮತ್ತು ಭಿನ್ನವಾದವುಗಳು. ನಾವು ಇಲ್ಲಿಯ ಪರಿಮಿತಿಯನ್ನು, ಸೆಣಸಾಟಗಳನ್ನು, ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಇಲ್ಲಿಯ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸೊಬಗನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದೇವೆ. ಮಾನವರಾಗಿರುವುದು ಕೂಡ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವೇ, ಅದು ಅನಾಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವೇನಲ್ಲ. ಮಾನವೀಯ ಅಂಶವನ್ನು ಅಮಾನವೀಯ ಅಂಶಗಳಾದ ದುಷ್ಟತನ, ಅ–ಪ್ರೀತಿ, ಮತ್ತು ಹಿಂಸಾಚಾರಗಳಿಂದ ನಾವು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಬೇಕು. ಕೆಲವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಉಲ್ಲಂಘಿಸಿ ಅದರ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಿರುವುದರಿಂದಾಗಿ ನಾವು ಇಲ್ಲಿಯೇ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಧ್ಯಾನಮಾಡಿ ಆ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಂಡು ನಮ್ಮ ದೈವೀ ನೆಲೆಗೆ ನಾವು ಹಿಂದಿರುಗಬೇಕು" ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದರು. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ.ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆಗೆ ಮಾತನಾಡಬಹುದೇ?

ಉ: ಧ್ಯಾನದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. 'ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ' ಪುಸ್ತಕ ಓದಿ. ಧ್ಯಾನವೆಂದರೆ ಮೌನಗೊಳಿಸುವುದು. ಮೌನ ಧ್ಯಾನದ ಮೊದಲ ಹಂತ ಮತ್ತು ನೀವು ಮೌನದಲ್ಲಿರುವಾಗ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ಧ್ಯಾನಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲರಾಗಿರುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಆಗ ಮಾತ್ರ ನಾವು ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಸಾಗರವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಅರಿವು ವಿಸ್ತಾರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ವಿಮರ್ಶಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ. ಒಂದುವೇಳೆ ನಿಮಗೆ ಯಾವುದೇ ಅನುಭವವಾದರೆ, ಸುಮ್ಮನೆ ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ ಸಂತೋಷಪಡಿ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ, ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ ನೀವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಬಹುದು. ನನಗೆ ತಿಳಿದಹಾಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆ ವಿಚಾರವಿನಿಮಯಕ್ಕೆ ಅದೇ ಸೂಕ್ತಸಮಯ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ಈ ಮೂರೂ ರೀತಿಯ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಜೊತೆಜೊತೆಗೆ ಮಾಡಬಹುದು.

ಪ್ರ: ಚೈತನ್ಯ ಒಂದೇ ಆದರೂ ನಾವು, ರಾ ಚೈತನ್ಯ, ಫೊಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್ ಚೈತನ್ಯಗಳೆಂದು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಹೆಸರುಗಳಿಂದ ಏಕೆ ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ?

ಉ: ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಉದಾಹರಣೆ ನಿಮಗೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಶಾಖ ಭೌತಿಕಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೂಪದ ಚೈತನ್ಯವಾಗಿದೆ. ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುತ್ ಕೂಡ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಚೈತನ್ಯ. ಇದೇ ರೀತಿ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚೈತನ್ಯ ಕೂಡಾ ಒಂದೇ ರೀತಿಯದ್ದಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಚೈತನ್ಯಗಳಿವೆ. ಬೆಳಕು ಒಂದು ಚೈತನ್ಯ. ಪ್ರಜ್ಞೆ ಒಂದು ಚೈತನ್ಯ. ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಚಕ್ರಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸುವ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿದ್ದು, ಮೂಲಾಧಾರ ಚಕ್ರದ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಹಾಗೂ ಮಣಿಪೂರ ಚಕ್ರದ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಕೂಡ ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಆದಕಾರಣ ಸಹಜವಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಹೆಸರುಗಳಿಂದ ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರ: ನಿಮಗೆ ಪರಬ್ರಹ್ಮನ ಬಗ್ಗೆ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಸಮಯ ಬೇಕಾಯಿತೆಂದು ನೀವು ಹೇಳಿದ್ದೀರಿ. ನೀವು ಅದನ್ನು ನಮಗೆ ವಿವರಿಸುತ್ತೀರಾ?

ಉ: ನಾನು ಬಾಲಕನಾಗಿದ್ದಾಗ, ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿ ವಿಗ್ರಹಗಳನ್ನು ಪೂಜಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ನನಗೆ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತ ಬ್ರಹ್ಮನ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತು, ಆದರೆ ಪರಬ್ರಹ್ಮನ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ. ಅಮರರವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದ ನಂತರವೇ ಈ ಎಲ್ಲ ವಿಷಯಗಳು ಅರ್ಥವಾದವು. ನಿರಾಕಾರದಿಂದಲೇ ಆಕಾರಗಳು ಮೂಡಿಬಂದಿವೆ ಎಂದು ಅರಿತುಕೊಂಡೆ. ಈ ನಿರಾಕಾರ ದೇವರನ್ನು ಬೆಳಕೆಂದು, ಪ್ರಜ್ಞಾಸಾಗರವೆಂದು ಅಥವಾ ಯಾವ ಹೆಸರಿನಿಂದಾದರೂ ಕರೆಯಿರಿ. ಅವನೇ ಪರಬ್ರಹ್ಮ. ಇದನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ನನಗೆ ಬಹಳ ಸಮಯ ಬೇಕಾಯಿತು. ಬುದ್ಧಿಯಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಂದು ರೀತಿಯಾದರೆ, ಅದರ ಅನುಭವವೇ ಬೇರೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಮರರವರೊಂದಿಗಿದ್ದ ಜನರು ಪರಬ್ರಹ್ಮನನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರು.

ಪ್ರ: ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ದ್ವೀಪಗಳಂತೆ ಎಂದು ಕೆಲವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇದು ನಿಜವೇ?

ಉ: ಇದು ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ನಿಜ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರು ಪ್ರತಿ ಹಂತದಲ್ಲೂ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಮನೆಯ ಕೊಠಡಿಯ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಜಾಗವನ್ನಾದರೂ ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಉಪಯೋಗಕ್ಕಾಗಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಮಾನಸಿಕ, ಭೌದ್ಧಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಹಂತಗಳಲ್ಲೂ ನಮ್ಮದೇ ಆದ ಸ್ಥಳಗಳಿವೆ. ಆ ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ನಾವು ದ್ವೀಪಗಳು ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದುದು ಏನೆಂದರೆ, ಸಹಬಾಳ್ವೆಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಲೆಂದು ನಮ್ಮನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಲಾಗಿದೆಯೇ ಹೊರತು, ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಜೀವಿಸಲು ಅಲ್ಲ. ದ್ವೀಪಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ಅವುಗಳು ಕೂಡಾ ಜಲಮಾರ್ಗದ ಮೂಲಕ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿವೆ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಹೇಗೆ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು?

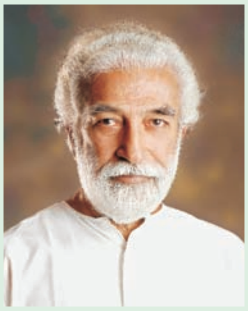
ಉ: ಪೂರ್ಣತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯಿಂದ ಇದು ಸಾಧ್ಯ. ಆತ್ಮದಿಂದ ಬಂದ ಆಯ್ಕೆ ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿದ್ದು ಅದಕ್ಕೆ ಆತ್ಮದ ಅನುಮೋದನೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಮೊದಲಿಗೆ ಇಚ್ಛೆ, ನಂತರ ಆಯ್ಕೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಪ್ರತಿದಿನದ ನಮ್ಮ ಅನೇಕ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಆತ್ಮದಮಟ್ಟದಿಂದಲೇ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಇಷ್ಟ ಪಡದೇ ಇರುವುದನ್ನೂ ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರತೆ ಇರಬೇಕು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪಯಣದಲ್ಲಿ ಇದು ಅತೀ ಮುಖ್ಯ. ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ನೀವೇ ಮಾಡಬೇಕು. ನೀವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಅನೇಕವುಗಳನ್ನು ವರ್ಜ್ಯ ಮಾಡುವಿರಿ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ನೀವು ಈ ಎಲ್ಲ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಎಚ್ಚರದಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಬೇಡದ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಬದ್ಧರಾಗಿರಬೇಕು. ಅದೇ 'ಸ್ಥಿರತೆ'.

ಪ್ರ: ಪರಿಶುದ್ಧ ಆತ್ಮವು ತಪ್ಪು ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಲ್ಲದೇ?

ಉ: ಪರಿಶುದ್ಧ ಆತ್ಮವು ಕೂಡಾ ತಪ್ಪು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬಲ್ಲದು, ಕಾರಣ, ಅದಕ್ಕೆ ಇಚ್ಛಾಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಿದೆ. ಪರಿಶುದ್ಧ ಆತ್ಮವು ಸಹ ಅಹಂನಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತಗೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯ. ■

ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
Higher Communication & Other Realities	100/-
Light Body & Other Realities	75/-
Master-Pupil Talks	60/-
iGuruji Vol 1,3,4 & 7	each 150/-
iGuruji - Vol 2	120/-
iGuruji - Vol 5	100/-
iGuruji - Vol 6	75/-
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/-
Channelled Knowledge from the Rishis-Vol 3 &4	each 200/-
Guruji Speaks Part - I & II	each 200/-
Guruji Speaks (Vol - 3)	150/-
Guruji Speaks (Vol 4, 5, 6 & 7)	each 200/-
The Book of Reflections - Vol 1 & 2	each 200/-
The Book of Reflections - Vol 3	150/-
Meditators on Meditations	75/-
Meditators on Experiences	75/-
Meditational Experiences	150/-
Awareness	60/-
Living in Light	10/-
Light	10/-
Quotes from the Rishis	100/-
Pyramid Revelations	75/-
ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ – ಭಾಗ 2	150/-
ಗುರು–ಶಿಷ್ಯರ ಸಂಭಾಷಣೆ	60/-
ಐ–ಗುರೂಜಿ ಭಾಗ 1	150/-
ಐ–ಗುರೂಜಿ ಭಾಗ 2	120/-
ಹೊಸ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳು	120/-
ಉನ್ನತ ಸಂಪರ್ಕಗಳು	100/-
ಅನಿಸಿಕೆಗಳು	120/-
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/-
ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು	100/-
ऋषींकडून मिळालेले ज्ञान (Marathi)	200/-
प्रकाशवाट (Marathi)	150/-
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/-
गुरु–शिष्य संवाद (Marathi)	60/-
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/-
தியான யோகம்	50/-
ஆத்மாவின் அவரோகணம்	50/-
நவீன ரிஷி ஒருவரின் சூஷ்ம சாகசங்கள்	50/-
சம்பலா நியமங்களின் அப்பியாசங்கள்	50/-
ధ్యానం చేయ్యడం ఎలా	50/-
కాంతికి ద్వారములు	150/-



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

ಮಾನಸ ಫ಼ೌಂಡೇಶನ್ (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 ಅಂತರ್ ಮಾನಸದಲ್ಲಿ 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. ('Manasa Foundation' ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಚೆಕ್/ಡಿಡಿ ಪಡೆಯಬಹುದು. 80–G ನಿಯಮದಡಿ ಆದಾಯ ತೆರಿಗೆಯ ರಿಯಾಯಿತಿ ಇದೆ.)

RNI. No. KARKAN/2003/13739 Registered Postal Regn. No. CPMG/KA/CNA/48/2012-14
Date of posting Newsletter-25th of Every Month. Posted at Bangalore GPO No. of Pages-8

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸ್ವರ್ಣಲತಾ

ನನ್ನಿಂದ ಬಗೆಹರಿಸಲಾಗದ ಅನೇಕ ಸಂಗತಿಗಳಿಂದ ನಾನು ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದೆ. ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಆಚರಣೆಯ ದಿನವಾದ ಮೇ 19ರಂದು ನಾನು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿ, ನನ್ನೆಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅವರ ಮುಂದೆ ಮನಃಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಹೇಳಿಕೊಂಡು, ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ಆಗ ಪ್ರಬಲವಾದ ಚೈತನ್ಯವೊಂದು ನುಗ್ಗಿಬಂದು ನನ್ನನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಆವರಿಸಿತು. ಆಗ ಪ್ರಶಾಂತತೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು ಮತ್ತು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಭರವಸೆ ಮೂಡಿತು. ನಾನು ಒಂದು ರೀತಿಯ ದಿಗ್ಭ್ರಮೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದು ಹಾಗೆಯೇ ನಿದ್ರೆಗೆ ಜಾರಿದೆ. ಎಚ್ಚರಗೊಂಡಾಗ ನಾನು ಬೇರೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೇ ಆಗಿದ್ದೆ! ನನ್ನ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಮುಗುಳ್ನಗೆಯಿತ್ತು. ಏನು ಮಾಡಬೇಕು, ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸಿ ಬಗೆಹರಿಸಬೇಕು ಹಾಗೂ ಯಾವುದನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಬೇಕು ಎಂದು ಅದು ಹೇಗೋ ನನಗೆ ತಿಳಿಯಿತು.

– ಹೇಮಂತ್ ಶರ್ಮ

ಯಾವಾಗಲೂ ನನ್ನೊಡನೆ ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಕೊಂಡೊಯ್ಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ. ಮರೆತುಹೋಗಿದ್ದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸುವ ಸಂದೇಶಗಳು ನನಗೆ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುತ್ತವೆ; ನನ್ನನ್ನು ಕಾಡುವ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆಲ್ಲಾ ಪರಿಹಾರ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ಅಹಿತಕರ ಮತ್ತು ಕೆಡುಕನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ದೊರಕುತ್ತದೆ.

– ಧನೂ ಖುಸ್ರೋಖಾನ್

ನಾನು ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣ ಶಾಂತಿಯಿಂದಿದ್ದೇನೆ. ನನಗೆ ಕೋಪ ಬಂದಾಗ, ನಾನು ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ, ಆಗ ಕೋಪವೆಲ್ಲ ಕರಗಿಹೋಗುತ್ತದೆ. ಬೇರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವಾಗ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟು ತಲೆದೋರಿದಲ್ಲಿ ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಸಂತೋಷ ಹಾಗೂ ತೃಪ್ತಿಯಿಂದಿದ್ದೇನೆ. ನನಗೆ ನನ್ನ ಸಾಂಗತ್ಯವೇ ಬಹಳ ಇಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

– ಆ್ಯನ್ ಚಾಪ್‌ಮನ್

ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಕೃತಿಯೊಂದಿಗಿನ ಸಂಪರ್ಕ ಬಹಳ ಸುಲಭವಾಗಿದೆ. ಮೌನವಾಗಿ ಆಕಾಶ ಅಥವಾ ಒಂದು ಮರವನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ, ಬೇರೆ ಒಂದು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕವೇರ್ಪಡುವುದು ನನ್ನ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ನನಗೆ ಅದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗದಿದ್ದರೂ ಅದರ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

ಫ಼ೆಬ್ರುವರಿ ತಿಂಗಳಲ್ಲೊಂದು ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ, ನಮ್ಮ ಸಾಧಕರೊಬ್ಬರು ಅವರ ಕುಟುಂಬದವರೊಡನೆ ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ಬೆಳಕನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ನಾನು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆಯೇ ನೋಡಿದೆ. ನಂತರ ಗುರೂಜಿಯವರು, 'ನಾನು ಆತನ ಕುಟುಂಬದವರೆಲ್ಲರನ್ನೂ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ....!, ಎಂದು ಆತನಿಗೆ ಹೇಳು' ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದು ನನಗೆ ಕೇಳಿಸಿತು. ನನಗೆ ಬಹಳ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು ಮತ್ತು ನಂತರ ಅದನ್ನು ನನ್ನ ಆ ಗೆಳೆಯನಿಗೆ ತಿಳಿಸಿದೆ. ಇದಾದ ಎರಡು ಗಂಟೆಯ ನಂತರ ನನಗೆ ಅವರು ದೂರವಾಣಿ ಕರೆಮಾಡಿ, ಅವರು ಮತ್ತು ಅವರ ಹೆಂಡತಿ ತಮ್ಮ ಹಣಕಾಸಿನ ತೊಂದರೆಯಿಂದ ಚಿಂತಿತರಾಗಿ, ಹಿಂದಿನ ರಾತ್ರಿ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದ್ದರೆಂದು ತಿಳಿಸಿದರು! ಇದೊಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಅನುಭವ!

– ಪುಷ್ಕರ್ ಪಟ್ಕಿ

ನಾನು ಸದಾ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಗೆ ನಿರ್ಲಿಪ್ತಳಾಗಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಶಾಂತತೆ ನೆಲೆಸಿರುವ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ಜೀವ ಹಾಗೂ ನಿರ್ಜೀವ ವಸ್ತುಗಳೆಲ್ಲದರೊಡನೆ ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಮಲಗಲು ಹೋದಾಗ, ನಾನು ವಿಸ್ತರಣೆಗೊಂಡು ನನ್ನ ಹಾಸಿಗೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಒಂದಾದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ನಿಧಾನವಾಗಿ ಈ ವಿಸ್ತರಣೆ ಮತ್ತೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಇಡೀ ಕೋಣೆಯನ್ನು ಆವರಿಸಿತು, ನಾನು ನಿದ್ದೆಗೆ ಜಾರಿದಂತೆ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲೇ ಕರಗಿಹೋದೆ...

– ಶುಭದಾ ಲಿಮಯೆ

ನಾನು ಆಳವಾದ ಪ್ರಶಾಂತತೆ ಹಾಗೂ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅನೇಕಬಾರಿ ಧ್ಯಾನ ಮುಗಿಸಿ ಎದ್ದಾಗ, ನಾನು ಬೇರೆಲ್ಲಿಗೋ ಹೋಗಿ ನನಗೆ ವಹಿಸಿದ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದಂತೆ ಅಥವಾ ಹೊಸ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಲಿತಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನಾನು ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದಿರುವಂತೆ ಮತ್ತು ಪುನಶ್ಚೇತನಗೊಂಡಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ; ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಸುತ್ತ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಚೈತನ್ಯವಲಯವಿರುವ ಮತ್ತು ನನ್ನೆಲ್ಲಾ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಸಂಭ್ರಮದಿಂದಿರುವ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

ಅನೇಕ ಜೀವಿತಾವಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುವಷ್ಟನ್ನು ನಾನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದಲ್ಲೇ ಅನುಭವಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಕೆಲವು ಸಲ ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕೇ ಇಲ್ಲದಂತೆ ಅನಿಸಿ, ಜೀವನ ಮುಂದುವರೆಸಲು ಕಾರಣವೇ ಇಲ್ಲವೆಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಜೀವನದ ಆಗುಹೋಗುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿಮರ್ಶೆ ಮಾಡದಿರಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟ ಈ ಅಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಋಣಿ. ಎಲ್ಲ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲೂ ಕಲಿಯಬೇಕಾದ ಪಾಠವಿರುವುದರಿಂದಾಗಿ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲೂ ಆಶೀರ್ವಾದವಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಯಾವಾಗಲೂ ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ಒಂದು ಭಾಗ ಅಚಲವಾಗಿದ್ದುಕೊಂಡು ಇದಾವುದರ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೂ ಒಳಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

– ಸಮಂತ ಸೀಝ್‌ಲ್ಯಾಂಡ್

ತಪೋವಾಣಿ, ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ : ರೂ.300/–
ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ, ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 560 077. ಮಾನಸ ಫ಼ೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ.) ಪರವಾಗಿ.
ಮಾಲೀಕರು : ಮಾನಸ ಫ಼ೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ.), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 560 077
ಪ್ರಕಾಶನ ಸ್ಥಳ ಮಾನಸ ಫ಼ೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ.), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 560 077
ಮುದ್ರಣ ಸ್ಥಳ : ಆರ್ಟ್ ಪ್ರಿಂಟ್, 719/ಎ, ವೆಸ್ಟ್ ಆಫ್ ಕಾರ್ಡ್ ರೋಡ್, ಡಾ॥ ಮೋದಿ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 086. ಫೋನ್ : 2335 9992
ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ