# ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂ. 11 ಸಂ. 2 ಫೆಬ್ರವರಿ 2014 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)**

ಧ್ಯಾನಿಗಳು, ವಿವಿಧ ಮಾರ್ಗಗಳ ಸಾಧಕರು, ಜಿಜ್ಞಾಸುಗಳು, ಕುತೂಹಲಿಗಳು, ಈ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಆಕರ್ಷಿತರಾದವರು, ಅಜ್ಞಾತದ ಶೋಧದಲ್ಲಿರುವವರು ಮುಂತಾದವರೆಲ್ಲ ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಇತರ ಎಲ್ಲ ಆಯ್ದ ಪ್ರದೇಶಗಳಂತೆ ತಪೋನಗರಕ್ಕೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ಕನಸುಗಳಿವೆ, ಅಲಿಖಿತ ಕವನಗಳಿವೆ ಹಾಗೂ ತನ್ನ ಸೌಂದರ್ಯ ಮತ್ತು ದೈವತ್ವದಿಂದ ತುಂಬಿಕೊಂಡಂತಹ ಜೀವನದ ಅಪ್ರಕಟಿತ ಸಾರವಿದೆ. ಋಷಿಗಳು ಹಲವಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಬಂದ ತಪೋನಗರದ ರೂಪುರೇಷೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ದೀರ್ಘವಾದ ಮತ್ತು ಆಳವಾದ ಚಿಂತನೆಯೊಂದೇ ನೆರವಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರು ಇಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಗೋಬಿ ಮರುಭೂಮಿಯಲ್ಲಿರುವ ಶಂಬಲದ ಹೊರಜಗತ್ತಿನ ಪ್ರಪ್ರಥಮ ಶಂಬಲವಾದ ಈ ತಪೋನಗರದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಇದು ಸಕಾಲ.

ಇದು ಶಾಂತಿ, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ದಿವ್ಯ ಜೀವನದ ಪವಿತ್ರಸ್ಥಳ. ಧ್ಯಾನವೇ ಇದರ ಆಧಾರ; ಇದರ ಉಸಿರು. ಆದರೆ ಇದು ಆರಂಭ ಮಾತ್ರ; ದಾರಿ ತೋರುವ ಬೆಳಕಿನಂತೆ. ಸೃಷ್ಟಿಯ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ಅಡಗಿದೆ; ಎಷ್ಟೊಂದು ಜೀವಂತಿಕೆ! ಎಷ್ಟೊಂದು ಸೌಂದರ್ಯ! ಎಷ್ಟೊಂದು ದಿವ್ಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ! ಪ್ರತಿ ಆತ್ಮವೂ ತನ್ನ ಬೆಳಕಾದ ಸಂಗೀತ, ಸಾಹಿತ್ಯ, ನೃತ್ಯ ಮತ್ತು ಕನಸುಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತು ತರುತ್ತದೆ. ಈ ಸ್ಥಳವು ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸಾಕಾರವಾಗುವಂತಹ ಮತ್ತು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಸೌಹಾರ್ದತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ಪ್ರದೇಶ.

ಸಂಗೀತಗಾರನೊಬ್ಬ ಇಲ್ಲಿದ್ದುಕೊಂಡು ಸಂಗೀತದ ಆಳವನ್ನು ಅರಿಯಲು ಯತ್ನಿಸಬಹುದು; ಕಲಿಸಲೂ ಬಹುದು, ಗುರುಕುಲವನ್ನು ಕಟ್ಟಿ ತಪೋನಗರದ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಸಂಗೀತದಿಂದ ತುಂಬಿಸಬಹುದು. ಕಲಾವಿದನೊಬ್ಬ ತನ್ನ ಆಸಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಕಲಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ತನ್ನದೇ ಆದ ಗುಂಪನ್ನು ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಚಿಂತಕನೊಬ್ಬ ತನ್ನ ಚಿಂತನೆಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಹಿಂದಿರುವ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಬಹುದು. ಧ್ಯಾನಿಯೊಬ್ಬ ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ ದೀರ್ಘಕಾಲ ಅದೇ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯಬಹುದು. ಅತೀಂದ್ರಿಯ ವಿಜ್ಞಾನಿಯೊಬ್ಬ ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ನಿಕಟ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಿ ಇಲ್ಲಿನ ಮತ್ತು ಹೊರಗಿನ ಜನರಿಗಾಗಿ ಅವರಿಂದ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಕೆಳತರಬಹುದು. ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬ ಶಾಂತಿಯ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಬಾಳನ್ನು ಬದುಕಬಹುದು. ತಪೋನಗರದ ಜೀವನವು ಈ ಎಲ್ಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ಅನ್ವೇಷಣೆಗಳಿಂದ ರೂಪುಗೊಂಡಿದೆ. ಇದು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಜೀವನ. ಇಲ್ಲಿ ಜೀವನದ ನಿರಾಕರಣೆ ಇಲ್ಲ; ಪಲಾಯನವಾದವಿಲ್ಲ; ದೂರಾಗುವಿಕೆಯಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಕ್ಷಣವೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಬದುಕುವುದು ಇದರ ರೀತಿ.

ಋಷಿಗಳು ಇಲ್ಲಿನ ಜನಜೀವನದ ಪೋಷಣೆಗಾಗಿ ಚೈತನ್ಯ ವಲಯಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಶ್ರಮಿಸಿದ್ದಾರೆ. ತಪೋನಗರದ ಕನಸುಗಳನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸಿ ಸಾಕಾರಗೊಳಿಸಲೆಂದು ಅವರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಗೋಚರಿಸದ ಅರ್ಥವಾಗದ ಸಾಕಷ್ಟು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮಲೋಕದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ್ದಾರೆ. ದಿವ್ಯೋದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಮನಃಪೂರ್ವಕ ಚಾನಲ್‌ಗಳಾಗಿರಲು ನಾವು ತಪೋನಗರವನ್ನು ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನವಯುಗದ ಈ ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗಲು ನಾವು ನಮ್ಮ ಸಂಕುಚಿತ ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಬಿಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ನನ್ನನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ಬಂದ ಇಬ್ಬರು ನೆನಪಾಗುತ್ತಾರೆ. ಒಬ್ಬರು ಬುದ್ಧಿಜೀವಿ, ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಅನುಭಾವಿ. ಒಬ್ಬರು ಮಾತನಾಡಿದರು, ಚರ್ಚೆ ಮಾಡಿದರು ಹಾಗೂ ಪುಸ್ತಕಗಳಿಂದ ಗಳಿಸಿದ ಪಾಂಡಿತ್ಯದಿಂದ ಎಲ್ಲರ ಮೇಲೂ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಿದರು. ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮಯಾನದಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾದರು, ಋಷಿಗಳನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದರು ಹಾಗೂ ತಪೋನಗರದ ದೂರದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿಕೊಂಡರು! ಜನರು ತಮ್ಮ ಬೌದ್ಧಿಕ ಶಿಖರದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಮ್ಮೆ ಪಡುವುದನ್ನು ಕಂಡು ನನಗೆ ವಿಷಾದವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೋಟೆ ಕೊತ್ತಲುಗಳೂ ಜೈಲು ಮತ್ತು ನಿರ್ಬಂಧನೆಗಳೇ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅವರು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅದರಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಅವರು ಈ ಸ್ಥಳವು ಕೊಡಲಿಚ್ಛಿಸುವ ಎಷ್ಟೊಂದು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಮತ್ತು ಅನುಭವವನ್ನು ತಮ್ಮದಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಬೋಸ್ನಿಯಾದ ಶಾಂತಿ ಒಪ್ಪಂದದೊಂದಿಗೆ ನಾವು ಹೊಸ ವರ್ಷವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಹೊಸ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಲಿ. ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಎಲ್ಲೆಡೆಯಲ್ಲೂ ಬೆಳಕು ಪ್ರಕಾಶಿಸಲಿ. ■

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.

ಶಾಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುದು.

## ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- 2-2-2014 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ. ನಿಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಈ ವಿಶೇಷ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಆದರದ ಸ್ವಾಗತ. ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು, 31-1-2014 ರೊಳಗೆ ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ನೋಂದಾಯಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.
- 'ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'ವಾದ 31-01-2014ನೇ ಶುಕ್ರವಾರದಂದು, ಸುಮಾರು 8,00,000 ಮಕ್ಕಳು ಸಾವಿರಾರು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅಂದು ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳದಿಂದಲೇ ನಿಮಗನುಕೂಲವಾಗುವ ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ 7 ನಿಮಿಷಗಳಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.
- 12-01-2014ರಂದು ನಡೆದ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂರಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಾಧಕರು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಸುಮಾರು ನೂರಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಾಧಕರು ತಮ್ಮತಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು. ಶಂಬಲ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಇವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ದೀಕ್ಷೆ ನೀಡಿದರು.
- 19-01-2014ರಂದು ಈ ವರ್ಷದ ಮೊದಲ 'ರಾ' ಗ್ರೂಪ್ ಮೀಟಿಂಗ್ ನಡೆಯಿತು.

### ಮಹಾಶಿವರಾತ್ರಿ ತಂತ್ರ

ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ನೀಲಿಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಮಾಡಿದ ಶಿವಲಿಂಗವನ್ನು ನಿಮ್ಮೆದುರು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಒಂದು ಬೆಳಕಿನ ಕಣವಾಗಿ ಈ ಶಿವಲಿಂಗವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಿರುವುದಾಗಿ ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನೀಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಮಹಾಶಿವರಾತ್ರಿಯಿಂದ ಹತ್ತುದಿನಗಳವರೆಗೆ ದಿನನಿತ್ಯದ ಧ್ಯಾನದ ಬದಲಿಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ.

## ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

| | | |
|---|---|---|
| 01 | ಶನಿ | ಅಮರ ಜಯಂತಿ |
| 02 | ಭಾನು | ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಆಚರಣೆ |
| 06 | ಗುರು | ರಥ ಸಪ್ತಮಿ |
| 07 | ಶುಕ್ರ | ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ |
| 09 | ಭಾನು | ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ |
| 14 | ಶುಕ್ರ | ಪೂರ್ಣಿಮಾ |
| 22 | ಶನಿ | ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ |
| 27 | ಗುರು | ಮಹಾ ಶಿವರಾತ್ರಿ |

### ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

| | |
|---|---|
| ಭಾನುವಾರಗಳು: | ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು : ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12<br>ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್:<br>ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1 |
| 02-02-14 | ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಆಚರಣೆ |
| 27-02-14 | ಮಹಾಶಿವರಾತ್ರಿ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ:<br>ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1 |

### ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

**ಭಾನುವಾರ, 02-02-2014**

| | |
|---|---|
| ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ಕ್ಕೆ | ಸ್ವಾಗತ |
| | ಭಾಷಣಗಳು |
| | ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ |
| ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.30ಕ್ಕೆ | ಪ್ರಸಾದ |

### ಆನೇಕಲ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ 01-02-2014ರಂದು ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 11 ಘಂಟೆಗೆ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಭಾನುವಾರದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ DVDಗಳು ಸದಸ್ಯರುಗಳಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿವೆ. ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಮಾನಸ ಆಫೀಸನ್ನು ದಯವಿಟ್ಟು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

## ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ಕಳೆದ ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳುಗಳಿಂದ ನಾನು ಪ್ರತಿದಿನ ಎರಡು ಅಥವಾ ಮೂರು ಬಾರಿ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇದು ನನಗೆ ಸಂತೃಪ್ತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತತೆಯನ್ನು ನೀಡಿದೆ. ವಿವಾಹವಾಗಿ 51 ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ 2013ನೇ ಏಪ್ರಿಲ್ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ನನ್ನ ಪತಿಯನ್ನು ಕಳಕೊಂಡೆ. ಇದು ನನ್ನನ್ನು ತುಂಬ ಬಾಧಿಸಿತು. ನನ್ನ ಮಗಳು ತನ್ನ ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ದೂರ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಿದರೆ, ನಾನು ಬಹಳ ಆತಂಕಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ, ನಾನು ನನ್ನ ಸ್ಥೈರ್ಯ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಪುನಃ ಪಡೆದುಕೊಂಡೆ. ದಿನಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಓದುವ ದುರ್ಘಟನೆಗಳು ಮತ್ತು ಭಯತರುವ ಸುದ್ದಿಗಳು ಕೂಡಾ ನನ್ನನ್ನು ಆತಂಕಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಶಾಂತಿ ದೊರಕುತ್ತದೆ.

– ಶ್ರೀಮತಿ ವಿ. ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಆರ್.ಎಲ್.ಸಿ.ಸಿ., ಸಿದ್ಧಿವಿನಾಯಕ ದೇವಸ್ಥಾನ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಅದು ನನಗೆ, ನನ್ನ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಒಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಅನುಭವವಾಗಿತ್ತು. ಆಗ ನಾನೊಂದು ಶಾಂತತೆಯ ಮಹಾಸಾಗರವೆಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸಿತು. ನಾನು ಬೆಳಕನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋದೆ ಮತ್ತು ಅಂತರಾಳದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಹಗುರವಾಗಿ ಶಾಂತತೆಯಿಂದಿರುವಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಆಳಕ್ಕೆ ಹೋದಂತೆಲ್ಲಾ, ಆಂತರ್ಯದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಹಗುರವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಾಂತತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆನು. ಈ ತಂತ್ರದಿಂದ ಎಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿಕೊಂಡು, ತಾವು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ 100% ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂದು ನನಗೆ ಖಚಿತವಾಗಿದೆ.

– ಶ್ರೀ ಸಂತೋಷ್ ಕುಮಾರ್, ಆಡಳಿತ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು, ನಾರಾಯಣ ಇ-ಟೆಕ್ನೋ ಶಾಲೆ, ಕೋರಮಂಗಲ ಶಾಖೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಈ ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು, ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಾಪಕರು ಪಾಠ ಮಾಡುವಾಗ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಡಚಣೆಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು ಹಾಗೂ ಅವರಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಅಕ್ರಮತೆಗಳಿದ್ದವು. ಆದರೆ ಈಗ ಅದು ಬದಲಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಅಧ್ಯಾಪಕರು ಹೇಳಿದಂತೆ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಈಗ ಕ್ರಮಬದ್ಧರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿರುವುದು ನನ್ನ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಕರ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂದಿದೆ. ಅವರ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ, ಅವರ ನಡವಳಿಕೆ ಸುಧಾರಣೆಗೊಂಡಿದೆ. ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಶಾಂತಿಯೆಡೆಗೆ ತಿರುಗಿಸುವ ತಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಕ್ಕಾಗಿ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ಗೆ ನಾನು ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.

– ಶ್ರೀ. ನಜೀರ್ ಪಾಷಾ, ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು, ಇಂಡಿಯನ್ ಶಾಲೆ, ಫೈಯಾಜಾಬಾದ್, ಬೆಂಗಳೂರು

## ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

**ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್**

ಹೊಸ ವರ್ಷವು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಚಳಿಗಾಲದ ಹವಾಮಾನದಿಂದ ಮುಂದಕ್ಕೆ ಸಾಗಿದಂತೆ, ತಪೋನಗರವು ಬೆಳಕಿನ ಯುಗದ ಅನಂತ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಮನುಕುಲವನ್ನು ಮುನ್ನೂಕಲು ಸಹಕರಿಸುವ ದೈವೀ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ಕಂಪಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಿದೆ. ನಮ್ಮ ಮುಂದಿರುವ ಈ ಮಹತ್ವಪೂರ್ಣ ವರ್ಷಕ್ಕಾಗಿ ದೊರಕಿದ ಭರವಸೆಯು, ಕಳೆದವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಅದರಲ್ಲೂ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕಳೆದ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ಪಡೆದ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿದೆ.

ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಡಿಸೆಂಬರ್‌ನಲ್ಲಿ, ಅದರ ಹಿಂದಿನ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಸಫಲತೆಯ ನಂತರ 2014ರ ಡೆಸ್ಕ್ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆಮಾಡಲಾಯಿತು. ನವೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ತಪೋನಗರಿಗರೆಲ್ಲಾ ಒಂದುಗೂಡಿ ದೀಪಾವಳಿ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಆಚರಿಸಿದರು. ಗುರೂಜಿಯವರು ಅನಂತತೆಯನ್ನು ಸೇರುವ ಕೇವಲ ಒಂದು ವಾರದ ಮೊದಲು ಕೊನೆಯ ಬಾರಿಗೆ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಅವರ ಆಶೀರ್ವಾದವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದ್ದ 2012ನೇ ಇಸವಿಯ ಇದೇ ಹಬ್ಬದ ನೆನಪು ಈ ಬೆಳಕಿನ ಹಬ್ಬದ ಸಂಭ್ರಮವನ್ನು ಕಳೆಗುಂದಿಸಲಿಲ್ಲ. ಜೀವನವನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರು ನೀಡುತ್ತಿದ್ದ ಪ್ರಾಧಾನ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಮಾನಸ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರಾರೂ ಕಣ್ಣೀರು ಹಾಕಬಾರದು ಎಂಬ ಅವರ ಉತ್ಕಟ ನಿರ್ಧಾರ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಸಂಭ್ರಮದಿಂದಿರುವಂತೆ ಮಾಡಿತು.

ಶೂನ್ಯ ಮಾಸದಲ್ಲಿ ತಪೋನಗರಿಗರಿಗೆ, ಏಳು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಗಳ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಒಬ್ಬ ಮಹಾನ್ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾಸ್ಟರ್‌ರವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯು ಪರಿಹರಿಸಿತು. ಅವರ ಜನ್ಮದಿನವಾದ ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್‌ನಂದು ಎಲ್ಲರೂ ಮೌನವಾಗಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡಿ ಸಂತೋಷಿಸಿದರು.

ಡಿಸೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳ ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದಲ್ಲಿ, ತಪೋನಗರ ನಿವಾಸಿಗಳೆಲ್ಲಾ ಒಬ್ಬೊಬ್ಬರಾಗಿ, 2013ನೇ ಇಸವಿಯು ಹೇಗೆ ಅವರನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆಗೊಡ್ಡಿತು, ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಿತು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಹೇಗೆ ಅವರನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಿತು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡರು. ವರ್ಷದ ಕೊನೆಯ ಭಾನುವಾರ, ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ತಪೋನಗರವು ಸತತವಾಗಿ 12ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಈ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಯಥೇಚ್ಛವಾಗಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಿಸಿತು. ■

## 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.

## ಗುರೂಜಿ ಹೀಗೆ ನುಡಿದರು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ.ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಏಪ್ರಿಲ್ 2009

ತಾವು ಕೆಲವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಾದವರು ಮನಗಾಣಬೇಕು. ಒಂದು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅವರು ಅನೇಕವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡರೂ ಬೇರೊಂದು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅವರು ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಋಷಿಗಳಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸವಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ನಾವು ಏನನ್ನೂ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ.

ಕಾಮದಹನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿದಾಗ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳು ಸುಟ್ಟುಹೋಗುತ್ತವೆ ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಆದರೆ ಮುಂದಿನ ವರ್ಷ ಅಥವಾ ಮಾರನೆಯ ದಿನವೇ ನಾವು ಅದನ್ನು ಮರಳಿ ಹೊಂದಿರಬಹುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಬಹು ಸರಳ. ಒಮ್ಮೆ ನಾವು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ಬರಿದಾಗಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಬಾಳಬೇಕು. ಆದರೆ ನಾವು ಹಿಂದಿನ ದಾರಿಯನ್ನೇ ಅನುಸರಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ವರ್ತನೆ, ಆಲೋಚನೆ, ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ಜೀವನಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಒಂದು ವರ್ಷದ ನಂತರ ನಾವು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಅದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡುತ್ತೇವೆ! ನಾವು ಬದಲಾಗುವವರೆಗೂ, ಪ್ರತಿವರ್ಷವೂ ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡುತ್ತಲೇ ಹೋಗಬೇಕು. ಎಂದಾದರೂ ಒಂದು ದಿನ ನಾವು ಬದಲಾಗಲೇಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ, ಈ ಏಳುಬೀಳುಗಳಿದ್ದರೂ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ನಾವು ಎಂದಿಗೂ ಬಿಡಬಾರದು. ನಾವು ಸಜ್ಜಾಗೋಣ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡೋಣ.

ಬದಲಾಗಲು ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ಪರಿವರ್ತನೆಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಸೂಚಿಸಿರುವ ಮುಂದಿನ ಹೆಜ್ಜೆಯೆಂದರೆ, ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಿ ಮತ್ತು ದೇವರನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ. ಆಗ ನಮಗೆ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಸಹಾಯವೂ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ನೀವು ಋಷಿಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿರುವಾಗ, ಬೆಳಕಿನ ಕಿರಣವು ನಿಮ್ಮ ತಲೆಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಿರುವಂತೆ ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ದೇವರಿಂದ ಬರುವ ಈ ಬೆಳಕು ನಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಎಲ್ಲಾ ಸಹಾಯವನ್ನೂ ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿ, ಸಲಹೆ, ಪರಿಹಾರ, ಉತ್ತರಗಳೆಲ್ಲವೂ ಅಡಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಒಂದು ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಎದುರಿಸಿ ಅದರಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಬೇಕಾಗುವಷ್ಟು ಬಲವನ್ನು ಕೊಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅಪಾರವಾದ ಚೈತನ್ಯವು ಆ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಇದರ ಬೆಲೆ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಯಬೇಕಾದರೆ ಅದನ್ನು ನೀವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದರ ಅನುಭವವಾಗಬೇಕು.

ಇದಕ್ಕೆ ಮತ್ತೊಂದು ಭಾಗವಿದೆ – ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಅತಿಯಾದ ಚಿಂತೆ ಅಥವಾ ಫಲಿತಾಂಶದ ಬಗ್ಗೆ ಅತೀವ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳಿರದಿದ್ದರೆ ನಾವು ಸಮಾಧಾನ ದಿಂದಿರುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಋಷಿಗಳ ಮತ್ತು ದೇವರ ಮುಂದಿಟ್ಟಿರುವಾಗ ಮತ್ತು ನಮಗೆ ಋಷಿಗಳ ಸಂಪರ್ಕವಿರುವಾಗ ಫಲಿತಾಂಶ ಉತ್ತಮವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದರಿಂದ ನಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಚಿಂತೆಯೇನಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಫಲಿತಾಂಶ ನಮ್ಮ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಂತೆ ಇರದಿದ್ದರೂ, ನಾವು ಋಷಿಗಳ ಬಳಿಯಿರುವುದರಿಂದಾಗಿ ಅದು ಸರಿಯಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ.

ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನಮಗೆ ಅವಕಾಶವಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ಈ ಭೂಮಿಗೆ ತರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಪಾಲಿಸಬೇಕಾದ ಅನೇಕ ನಿಯಮಗಳು ಮತ್ತು ನಿಬಂಧನೆಗಳಿವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವ ಅಥವಾ ಅವರಿಗೆ ಹಾನಿಯುಂಟುಮಾಡುವ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೇಳತರಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೂ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಮಾತ್ರ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಮುಂಚೆಯೂ ಅಲ್ಲ ನಂತರವೂ ಅಲ್ಲ– ಕೇಳತರಲು ಅನುಮತಿ ಇದೆ. ಟೆಲಿವಿಷನ್ ಜ್ಞಾನ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯೇ ಕೆಳಬರಬೇಕಾಯಿತು, ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಜ್ಞಾನ ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಬರಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಒಂದು ರೀತಿಯ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯಿರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ನಿಯಮಕ್ಕೂ ವಿನಾಯಿತಿ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳಂಥ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಮಾತ್ರ ಈ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಮುರಿಯಬಲ್ಲರು. ಅವರು ಯಾವುದೇ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯಾದರೂ ಕೇಳತರಬಲ್ಲರು.

ಜ್ಞಾನದ ಬೆಳಕು ಇದ್ದರೆ ಜನರು ನಮ್ಮಲ್ಲಿಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಶುದ್ಧ ಬೆಳಕಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಜನರು ಬರುತ್ತಾರೆ. ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಉದಾಹರಣೆಯೆಂದರೆ ನನ್ನ ಗುರುಗಳು; ಜನರೇ ಅವರಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದರು, ಅವರು ಎಲ್ಲಿಯೂ ಹೋಗಲಿಲ್ಲ. ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಅವರ ಜೀವನಪೂರ್ತಿ ತಿರುವಣ್ಣಾಮಲೈನಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದರು. ಆದರೆ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚವೇ ಅವರಲ್ಲಿಗೆ ಬಂತು. ಇದು ಸಹಜ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಒಂದು ಹಂತದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಒಂದು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಸತ್ಯವನ್ನರಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಅನ್ವೇಷಣೆ ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯಾದರೂ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಬಹುದು. ಅದು ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿರಬಹುದು. ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲಿಯೇ ಇರಲಿ ಅವರು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಗೋ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಡನೆ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅವರ ಅಂತಸ್ತು ಮತ್ತು ಜೀವನದಲ್ಲಿನ ಅವರ ಸ್ಥಾನಮಾನವನ್ನು ಮರೆತುಬಿಡಿ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಮಾನವರು. ನಿಷ್ಕಪಟ ಪ್ರೀತಿಯಿರುವವರು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಆಕರ್ಷಿತರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಈ ಸ್ಥಳ ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿಕೊಂಡು, ಅದನ್ನು ಹೊರಸೂಸುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಮೇಲೆ ಬಹಳ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿವೆ. ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ತುಂಬಬೇಕು. ನಮ್ಮ ನಗು ನಿಷ್ಕಪಟವಾಗಿರಬೇಕು.

ಋಷಿಗಳ ಕೃಪೆಯಿಂದಾಗಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಇಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಮರೆಯಬಾರದು. ಕಣ್ಮುಚ್ಚಿ ನನ್ನನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ. ಗೊಂದಲಗಳಿರುತ್ತವೆ ಆದರೆ, ನೀವು ಗೊಂದಲಕ್ಕೊಳಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅರ್ಥೈಸಬೇಡಿ. ಅದು ಕಷ್ಟವೇನಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ದಾರಿಗೆ ಅಡ್ಡಬರುವುದು ಅಹಂ ಮಾತ್ರ. ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗ ವಿಶೇಷವಾದುದು, ಅದನ್ನು ನಾವು ಅನುಸರಿಸೋಣ.

ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕು ಎಂದು ಬಯಸುವುದಾದರೆ, ಜನರು, ಘಟನೆಗಳು, ಕೊನೆಗೆ ವಿಚಾರಗಳು ಅಥವಾ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿಗೆ ಕೂಡ ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳು ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಳ್ಳದಂತೆ ನಾವು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಭಾವನೆಗಳ ಈ ಸುಳಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಸಿಲುಕಿದಾಗ, ಅದು ಒಂದಲ್ಲಾ ಒಂದು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಸಂತೋಷವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ರೀತಿಯ ಕೊಡುಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವುದು ಭಾವನೆಗಳ ಗುಣ. ಅದಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ನಿರಾಶರಾಗುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅಸಂತೋಷಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಸಂಬಂಧವೆಂದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಬಂಧ, ಅದು ಎರಡು ಆತ್ಮಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧ. ಇಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಒತ್ತಾಯಗಳಿಲ್ಲ, ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಕೋಪವಿಲ್ಲ. ಈ ಸಂಬಂಧಗಳು ನಿಜವಾದ ಸಂಬಂಧಗಳು. ಇವು ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಸಂಬಂಧದ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ತರುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ನಾನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಗುರು, ಯಾವಾಗಲೂ ಜನರನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಅತಿ ಹತ್ತಿರ ಹಾಗೂ ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಅತಿ ದೂರ ಇಟ್ಟಿರುತ್ತಿದ್ದರು.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ನಮ್ಮ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಅಥವಾ ದುರ್ಬಲತೆ ಮೂಲಕಾರಣವಾಗಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣಬಹುದು. ಅದನ್ನು ನಾವು ತೆಗೆದುಹಾಕಬೇಕು. ನಾವು ದೇವರಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ದೇವರು ನಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯಾಗಿದ್ದಾಗ ನಾವು ಎಂದಿಗೂ ತಪ್ಪು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ■

## ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಹಠಾತ್ತಾದ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳು ವೈಯುಕ್ತಿಕ ಮಟ್ಟ ಹಾಗೂ ಇನ್ನಿತರ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಅವನತಿಗಳನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತಿವೆ ಎಂದು ನಾನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಬೆಳಕಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳದಿರುವಂಥದನ್ನು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬಿಡದಿದ್ದರೆ, ಅವನು ತುಮುಲ ಹಾಗೂ ನೋವುಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲೇಬೇಕು, ಅದು ಹೆಚ್ಚುಕಡಿಮೆ ಅವನತಿಗೊಂಡಂತೆಯೆ ಇರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಒಂದು ನಿಲುವನ್ನು ತಳೆಯಲೇಬೇಕಾದಂಥ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ನಾವು ಹಾದು ಬರುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಸರಿತಪ್ಪುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕಾಗಿದೆ. ನಾವು ಅದನ್ನು ಮುಂದೂಡುವ ಅಥವಾ ದೂರದಿಂದ ವೀಕ್ಷಿಸುವ ಕಾಲ ಮುಗಿದಿದೆ. ಸರಿಯಾದುದನ್ನು ಆರಿಸುವುದೆಂದರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಆರಿಸುವುದು. ಈಗ ಅದು ತುಂಬ ಮುಖ್ಯವೆನ್ನಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಬೆಳಕಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುವುದೆಂದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಕ್ಷಮೆಯನ್ನು ಆಧರಿಸಿರುವ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

ದ್ವೇಷದಂತಹ ಯಾವುದೇ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ನಾವು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗೆ ನಾವು ಚಾನಲ್ ಆಗುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು ಆದರೆ, ನಮಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದೆಯೆ ಅದರ ಚಾನಲ್ ಆಗುತ್ತೇವೆ.

ಈಗ ನಾವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ, ಕ್ಷಮಿಸುತ್ತಾ ಮುಂದೆ ಸಾಗುವ ಅವಕಾಶಗಳಿರುವ ಕಾಲಘಟ್ಟದಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಕೆಲವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಸ್ಥಾನ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ನಮ್ಮ ಅಹಂಕಾರ ಕುಸಿಯಬಹುದು, ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ನಾವು ಬಹುದೊಡ್ಡ ಹೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನಿಡುತ್ತೇವೆ. ಅಪರಿಮಿತ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನೂ ಕಲ್ಕಿದೇವರು ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತಾರೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಯಾವುದು ಸರಿ ಮತ್ತು ಯಾವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅವರು ನಮಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತೊಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮುಖಾಂತರ ಮಾನವ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ನಮಗೆ ತಿಳಿಸಬಹುದು, ಆದರೆ ಏಕೋ ಏನೋ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕೆಲವು ಜನರು ಇದಕ್ಕೆ ಕಿವಿಗೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಬುದ್ಧಿ ಮಾತನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಅವರು ಅದರ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು, ಅರಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರಬಹುದು. ಅದೂ ಕೂಡ ಅವನತಿಯಂತೆಯೆ. ಆದರೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಈ ಅವನತಿಯಿಂದ ಮೇಲೆ ಎದ್ದೇಳಬಹುದು ಮತ್ತು ಪುನಃ ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ಅವಕಾಶಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತವೆ.

ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚವು ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ತುಂಬಿರುವ ಈಗಿನ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ, ಅಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಆಧರಿಸಿರುವ ತಪ್ಪು ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಬೆಂಬಲ, ಶಕ್ತಿ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅನ್ಯಾಯದ ಕೆಲಸಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಅಪಾರವಾದ ಕೋಪವಿದೆ. ಅಪ್ರೀತಿಯನ್ನಾಧರಿಸಿದ ಕೆಲಸಗಳು ಬಹಿರಂಗವಾಗುತ್ತಿವೆ. ಕೆಲವು ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಪತನಗೊಳ್ಳುವ ಹಂತದಲ್ಲಿವೆ. ಪ್ರಳಯ ತೀವ್ರಗೊಳ್ಳುವುದು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿರುವಂತಿದೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಅತ್ಯಾಶ್ಚರ್ಯಕರವಾಗಿ ಸಹಾಯದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಈ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಋಷಿಗಳ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿರುವ ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚ ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ನೋವನ್ನು, ವೇದನೆಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು.

ಈ ಪ್ರಪಂಚ ನಾವು ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಇರುವ ಒಂದು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದಂತೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ವಿವಿಧ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು ನಾವು ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶಗಳು ಹಾಗೂ ಪರೀಕ್ಷೆ ಕೂಡ. ನಾವು ಪರೀಕ್ಷೆಗೊಳಗಾದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಬೆಳೆದಿದ್ದೇವೆಯೋ ಇಲ್ಲವೋ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ನಾವು ಬಿಕ್ಕಟ್ಟಿನಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಅದನ್ನು ಎದುರಿಸಲು, ಹಲವಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಗಳಿಸಿದ ವಿವೇಕವನ್ನು ಬಳಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಬೆಳೆದಂತೆಲ್ಲಾ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಕಠಿಣವಾಗುವುದೂ ಸತ್ಯ, ಅದು ಸಹಜ.

ನಮ್ಮ ಜೀವನಗಳಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳುಂಟಾದರೆ ಅದು ನಾವು ಬೆಳೆಯಲು ಒಂದು ಸಾಧನವೆಂದು ತಿಳಿದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮ; ನಾವು ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರಲು ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತವೆ. ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ಸಾಧ್ಯ, ಆದರೆ ನಮಗೇ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಏನು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅದನ್ನು ಆಗಗೊಡುತ್ತಾರೆ. ಪರಿಹಾರ ನೀಡುತ್ತಾರೆ, ಅದನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಬೇಕಾದ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ವಿವೇಕವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಯಾವುದೇ ಸನ್ನಿವೇಶವು ಕೈಮೀರಿ ಹೋಗಲು ಅವರು ಎಂದಿಗೂ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿ.

ಅಮರಾಜಿಯವರು ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೊಸಯುಗದ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಅದು ಎಷ್ಟೊಂದು ಆಕರ್ಷಣೀಯವಾಗಿದೆ! ಹೊಸಯುಗದಲ್ಲಿ ಚಕ್ರಗಳಿಂದ ಬರುವ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನಮಗೆ ಬೇಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಯುತ ಚೈತನ್ಯವಾದ ಬೆಳಕು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಜ್ಞಾನಿಗಳಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಕಪ್ಪುಚೈತನ್ಯಗಳ ಬದಲಿಗೆ ಬಿಳಿಚೈತನ್ಯಗಳು ಸ್ಥಾಪಿತವಾಗುತ್ತವೆ. ಸ್ಪರ್ಧೆಯಿಲ್ಲದ, ದ್ವೇಷವಿಲ್ಲದ ಮತ್ತು ಅಸೂಯೆಗಳಿಲ್ಲದಂಥ ಜೀವನವನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಕಾಯಿಲೆಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಮುಳ್ಳುಗಳೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಕ್ರೂರಮೃಗಗಳೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಬೇಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಬೆಳಕೇ ನಮಗೆ ಆಹಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ದೂರಸಂವೇದನೆ ಮೂಲಕ ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದರಿಂದ ಸಂಪರ್ಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಬೇಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರಕೃತಿ ವಿಕೋಪಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸಾಮರಸ್ಯವಿರುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಅನಿರ್ಬಂಧಿತ ಪ್ರೀತಿಯಿರುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕಿನ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುವ ಜನರ ಎಲ್ಲ ಸಹಜ ಶಕ್ತಿಗಳೂ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಜನರಿಗೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದ ಪ್ರಯಾಣ, ಸಮಯದಲ್ಲಿನ ಪ್ರಯಾಣ ಹಾಗೂ ಆತ್ಮದ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಋಷಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು, ಅವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಲು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ದೇವರೊಂದಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಲು ಮತ್ತು ದೇವರಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನಪಡೆಯಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಗಡಿಗಳು, ಸೈನ್ಯಗಳು, ಪೋಲೀಸು, ನ್ಯಾಯಾಲಯಗಳು ಅಥವಾ ಮಾನವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚ ಒಂದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಒಂದು ದೈವೀ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿರುತ್ತದೆ.

ಈ ರೀತಿಯ ಸುಂದರ ಜೀವನವನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಏಕೆ ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ? ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಜನರಿಗಿರುವ ಇಚ್ಛಾಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ. ಅವರು ಈಗಿನ ಜೀವನಕ್ಕೆ ತುಂಬಾ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಅದೇಕೋ ಕಪ್ಪುಚೈತನ್ಯಗಳಿಗೆ ದಾರಿಮಾಡಿಕೊಡುವ ಭಯ ಮತ್ತು ಅಭದ್ರತೆಗಳನ್ನು ಬಿಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅರಿವಿನ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದೆ. ಅದೊಂದನ್ನು ಮಾಡಲು ಮಾತ್ರ ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯ. ನಾವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಕಾಯಬೇಕು. ಜನರ ಇಚ್ಛಾಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ಅವರ ಇಚ್ಛಾಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಗೌರವಿಸುವುದು ಕೂಡಾ ಬೆಳಕಿನಿಂದಲೇ ಬಂದಿದೆ. ಬೆಳಕಿನ ಯುಗದ ಕಡೆಗೆ ಪ್ರಪಂಚ ಸಾಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡರೆ ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಯುಗದಲ್ಲಿಯೇ ಜೀವಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ, ಆಗ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಯಾವ ಯುಗವಿದೆ ಎನ್ನುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ■

## 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 ಶ್ಲೀನಲ್ಲಿ 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.

## ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ

**ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್**

ಅಮರರವರ ಜೀವನ ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ಮುಡಿಪಾಗಿತ್ತು. ಅವರ ಜೀವನ ಮತ್ತು ಅವರ ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಬಹುಭಾಗ ಯಾರಿಗೂ ತಿಳಿಯದೆ ಹಾಗೆಯೇ ಉಳಿದಿದೆ. ಅಮರರವರಿಂದಾಗಿ ನಾವು ಋಷಿಗಳ ಇರುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಅವರಿಗೆ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿರುವ ಅಪಾರ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕಾಳಜಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿಯುವಂತಾಯಿತು. ನಮ್ಮ ಸತ್ಯದ ಅನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಇಲ್ಲಿನ ಜೀವನದ ಸುಧಾರಣೆಯ ಹೋರಾಟಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಒಂಟಿಯಲ್ಲ ಎಂದು ನಾವು ಅರಿಯುವಂತೆ ಅವರು ಮಾಡಿದರು. ಋಷಿಗಳು ಇಲ್ಲಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಳವಾಗಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಅನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಹೋರಾಟಗಳಲ್ಲಿ ಭರವಸೆ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತುಂಬುತ್ತಾರೆ.

ನಮ್ಮನ್ನು ಅಪಾರವಾಗಿ ಪ್ರೀತಿಸುವ ಒಂದೇ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ, ಜೀವನ್ಮುಕ್ತರಾದ ನಮ್ಮ ಋಷಿಗಳು ಅಪಾರವಾದ ಅಪಾಯವನ್ನೆದುರಿಸುತ್ತಾ ಈ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಜನ್ಮವೆತ್ತುತ್ತಾರೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಭೌತಿಕಮಟ್ಟದಲ್ಲೂ ಅಮರರವರ ಜೀವನವು ಇಂಥ ಅಪಾಯ ಮತ್ತು ಸಾಹಸಗಳಿಂದ ತುಂಬಿತ್ತು. ಒಮ್ಮೆ ಪಾನೀಯದ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ವಿಷವನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿತ್ತು. ಅದನ್ನು ಹಿಂದುಮುಂದು ನೋಡದೆ ಅವರು ಕುಡಿದರು, ಆದರೆ ಅವರಿಗೆ ಏನೂ ಆಗಲಿಲ್ಲ! ಒಮ್ಮೆ ಎರಡನೇ ಮಹಾಯುದ್ಧದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಜನರ ಸೇವೆಗಾಗಿ ಹದಿನೆಂಟು ದೇಹಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದರು!

ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿರುವ ಋಷಿಗಳೊಡನೆ ಅವರು ಮಾತನಾಡಬಲ್ಲವರಾಗಿದ್ದರು. ಅವರ ಸಹಾಯದಿಂದ ಮತ್ತು ತಮ್ಮದೇ ನೇರ ಗ್ರಹಿಕೆಯಿಂದ ಹೊಸಯುಗದ ಬಗೆಗಿನ ಮತ್ತು ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣದ ಬಗೆಗಿನ ಅಪಾರವಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅವರು ಕೆಳತಂದರು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೊಸ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ತಂದರು ಹಾಗೂ ಅದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರಿಗೆ ಎಟುಕುವಂತೆ ಮಾಡಿದರು.

ಇಂಥ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಿದ್ದರೂ, ದೇವರನ್ನು ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ಅವರು ಮಾನವ ಜೀವನವನ್ನು ಗೌರವಿಸುತ್ತಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಮಾನವಮಟ್ಟದ ಈ ಜೀವನವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಜೀವಿಸಿದರು. ಜೀವನವನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯೆಡೆಗೆ ಸಾಗುವ ಮಾರ್ಗ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಬಂದಿರುವುದು ಮನುಷ್ಯ ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಎಂದು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹೇಳುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಮೂಲಕವೂ ಅದನ್ನು ತೋರಿಸಿಕೊಟ್ಟರು.

ಅವರ ಇಡೀ ಜೀವನವೇ ಸತ್ಯಾನ್ವೇಷಕರೆಲ್ಲರೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದಾದ ಒಂದು ಕಾರ್ಯರೂಪದ ಪಾಠ. ■

## ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ

**ವೈಶಾಲಿ ಜೋಷಿ; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್**

95 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ, ಸಪ್ತ ಋಷಿಗಳ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಬೆಳಕೊಂದು ಈ ಧರೆಗೆ ಇಳಿದು ಬಂತು. ಅದು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು. 12 ವರ್ಷದವರಾಗಿದ್ದಾಗಲೆ ಅವರು ತಮಗೆ ವಹಿಸಿದ ವಿವಿಧ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತ ಸಪ್ತ ಋಷಿಗಳ ಸಶಕ್ತವಾದ 1,44,000 ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ತಂಡದ ಭಾಗವಾದರು. ಅವರದು ತ್ಯಾಗಿಯ, ವಿಧೇಯತೆಯ ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶರಣಾದ ಜೀವನವಾಗಿತ್ತು.

ಋಷಿಗಳ ಸೂಚನೆಯ ಮೇರೆಗೆ, ಧ್ಯಾನಮಾಡುತ್ತಾ ಮತ್ತು ಅವರು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಚೈತನ್ಯೀಕರಿಸುತ್ತಾ, ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಸಪ್ತ ಋಷಿಗಳ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವ ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಹಂತದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಅವರು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. ಆ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕಾಗಿ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಬೀಜವನ್ನು ಬಿತ್ತಿದ ನಂತರ ಅದನ್ನು ಗುರೂಜಿಯವರ ಮೂಲಕ ಪೋಷಿಸಿದರು. ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ತಪೋನಗರವು, ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಯವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುವ ಅಪರೂಪದ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯುತ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಭಂಡಾರವಾಯಿತು.

ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅಮರರವರು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ನೀಡಿದರು. ಅವರು ಕೊಟ್ಟ ಮೌಲ್ಯಾಧಾರಿತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಬೋಧನೆಗಳು ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟ ದಿಕ್ಕನ್ನು ನೀಡುವಂತಹ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಗಳಾಗಿವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಅವರ ಮೊದಲ ಸೂಚನೆಯಾದ ಸುತ್ತಲಿನವರೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹದಿಂದಿರುವ ಹಾಗೂ ಸೌಹಾರ್ದದಿಂದಿರುವ ಸೂಚನೆಯು ಈ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಮೂಲ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳಾಗಿವೆ.

ಅವರನ್ನು ನಾವು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿರದಿದ್ದರೂ ಗುರೂಜಿಯವರ ಮೂಲಕ ನಮಗೆ ಅವರ ಪರಿಚಯವಾಗಿದೆ. ಅವರಿಗೆ ಸಲ್ಲಿಸುವ ಒಂದು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯು ನಮಗೆ ಎಲ್ಲ ವಿಧವಾದ ನೆರವು ಮತ್ತು ಹೊಸ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ದೊರಕಿಸಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ನಮಗಿಂತ ಅವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಅರಿವಿದೆ. ಸೃಷ್ಟಿಯ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಭಾಗದಲ್ಲಿ ದೈವಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿದ್ದರೂ ಅವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಸರ್ವಕಾಲಕ್ಕೂ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ■

# ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ.ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

**ಪ್ರ: ಯೋಗದ ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥವೇನು ?**

ಉ: ಇದರ ಅರ್ಥ ವಿಶ್ವದ ಜೊತೆಗೆ, ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಿಗಳೊಂದಿಗೆ, ಎಲ್ಲ ಹಂತಗಳಲ್ಲೂ ಮತ್ತು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಎಲ್ಲ ಲೋಕಗಳೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿರುವುದು. ಯೋಗವೆಂದರೆ ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲದರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಾಮರಸ್ಯದಿಂದಿರುವುದು. ಧ್ಯಾನಿಗಳೆಲ್ಲರೂ ಯೋಗಿಗಳು. ಆದರೆ ಆ ಮಟ್ಟದ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ ಇಲ್ಲವಾದರೆ, ನಾವು ಯೋಗಿಗಳು ಎಂದು ಹೇಳುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಉದ್ದೇಶದೊಂದಿಗೂ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುವುದು ಅವಶ್ಯಕ. ಯೋಗ ಕೇವಲ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಅಥವಾ ಸಾಧನೆ ಅಲ್ಲ. ಅದು ಹೊರಗಿನ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲೂ ಬೇರೆಯುವರೊಡನೆ ಸದಾಕಾಲ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವುದು. ಯೋಗವು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಶರಣಾಗತಿಯಾಗಿದೆ. ಒಬ್ಬ ನಿಜವಾದ ಯೋಗಿಯು ಬೇರೆಯಯವರು ಅನುಸರಿಸುವ ಎಲ್ಲ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ತಾನೂ ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾನೆ, ಆದರೆ ಆ ಯೋಗಿಯು ಕೆಲವೊಂದು ವಿಶೇಷವಾದ ಅಥವಾ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ರೀತಿ ನೀತಿಗಳಿಗೆ ಕೂಡಾ ಬದ್ಧನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಯೋಗವೆಂದರೆ ವಿಸ್ತೃತ ಅರಿವಿನೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುವುದು.

**ಪ್ರ: ಜೀವನ್ಮುಕ್ತ ಎಂದರೆ ಯಾರು ?**

ಉ: 'ಜೀವನ್ಮುಕ್ತ' ಒಂದು ಸಂಸ್ಕೃತ ಪದ. ಯಾರು ಜೀವನದಿಂದ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೋ, ಯಾರು ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೋ ಅವರನ್ನು ಜೀವನ್ಮುಕ್ತ ಎಂದು ಕರೆಯಬಹುದು. ಜೀವನ್ಮುಕ್ತನು ತನ್ನ ಎಲ್ಲ ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತನಾಗಿರಬಹುದು, ಆದ್ದರಿಂದ ಅವನು ಸ್ವತಂತ್ರನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಯಾರು ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಪಡೆದಿರುತ್ತಾರೋ, ಅವರು ಎಲ್ಲಾ ಜ್ಞಾನವನ್ನು, ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಜೀವನ್ಮುಕ್ತರು. ಯಾರು ಭಾವೋದ್ವೇಗ, ಭಾವುಕತೆಗಳಂತಹ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಬಂಧನಗಳಿಂದ ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿರುವನೋ ಅವನು ಜೀವನ್ಮುಕ್ತ.

**ಪ್ರ: 'ಸೂರ್ಯ ತಂತ್ರ'ವು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮೂಲನ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಶುದ್ಧಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಅವು ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳದೆ, ಹಾಗೆಯೇ ಶುದ್ಧಿಯಾಗುವವೇ?**

ಉ: ಅವು ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಸೂರ್ಯ ತಂತ್ರವು ಅನೇಕ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು, ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ದಹಿಸಿಹಾಕುತ್ತದೆ. ಇದು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಇಡೀ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸುತ್ತದೆ.

**ಪ್ರ: ಮಕ್ಕಳಿಲ್ಲದ ದಂಪತಿಗಳು ಮಗುವನ್ನು ದತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಸರಿಯೇ?**

ಉ: ಹೌದು. ನೀವು ಒಂದು ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಮಗುವನ್ನು ದತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದರೆ, ಹಾಗೇ ಮಾಡಿ. ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಅನುಮಾನ ಬೇಡ.

**ಪ್ರ: ಮಕ್ಕಳಿಲ್ಲದ ದಂಪತಿಗಳು ಇದು ವಿಧಿಲಿಖಿತ ಅಥವಾ ದೇವರ ಇಚ್ಛೆ ಎಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು, ಯಾವುದೇ ಮಗುವನ್ನು ದತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದೆ ಇರಬಹುದೇ?**

ಉ: ಇದೊಂದು ಅತ್ಯಂತ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿಷಯ. ಇದು ಸರಿ ಹಾಗೂ ತಪ್ಪು ಕೂಡಾ. ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ. ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನು ದೇವರ ಕೊಡುಗೆಯೆಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಒವ್ಮೆ ನೀವು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡರೆ, ಮತ್ತೆ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಹೋಗಲೇಬಾರದು. ಆ ವಾಸ್ತವತೆಯಲ್ಲೆ ನೀವು ಜೀವಿಸಬೇಕು.

**ಪ್ರ: ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾವು ದತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಅಂಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆಯೇ?**

ಉ: ನೀವು ಯಾವುದೇ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಅಂಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನೀವು ಜೀವನಪೂರ್ತಿ ಒಂದು ಆತ್ಮದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಿರಿ. ಒಂದು ಸಲ ನೀವು ದತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ, ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಮಗುವಿನಂತೆ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

**ಪ್ರ: ಆಗ ಕರ್ಮಗಳ ಪಥದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆಯೇ?**

ಉ: ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ ಮಗುವಿನ ಕರ್ಮಗಳ ಜಾಡಿನಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಅದಕ್ಕೆ ನೀವು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ.

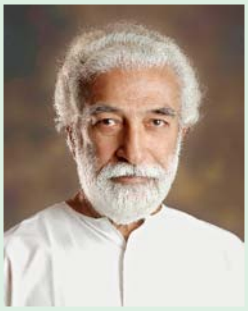
**ಪ್ರ: ನಾವು ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?**

ಉ: ನಾವು ಪೂರ್ಣತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯಿಂದ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿದ್ದು, ಆತ್ಮದ ಪೂರ್ಣ ಸಮ್ಮತಿಯೊಂದಿಗೆ, ಆತ್ಮದಿಂದಲೇ ಬಂದಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ಬಹುತೇಕ ಪ್ರತಿದಿನ ನಾವು ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಿಂದಲೇ ಆಯ್ಕೆವಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಒಬ್ಬರನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡದೆ ಇರುವುದು ಕೂಡಾ ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಿಂದಲೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಕಷ್ಟವೇ ಅಲ್ಲ. ನಾವು ದೃಢಮನಸ್ಕರಾಗಿರಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪಯಣದಲ್ಲಿ, ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ– ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮತ್ತೊಂದು ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶವೆಂದರೆ, ನೀವು ಒಂದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ, ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದೊ ಅಥವಾ ತಿಳಿಯದೆಯೊ ಬೇರಾವುದನ್ನೋ ನಿರಾಕರಿಸುತ್ತೀರಿ. ಅದು ಹಲವು ವಸ್ತು, ವಿಷಯಗಳಾಗಿರಬಹುದು, ಬೇರೆ ಏನಾದರೂ ಆಗಿರಬಹುದು, ಅದು ಈ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದ ಮಹತ್ವದ ವಿಷಯವೇ ಆಗಿರಬಹುದು, ಅದು ಮಾನವ ಸಂಬಂಧದ ವಿಷಯವೇ ಇರಬಹುದು, ಅದು ಜೀವನದ ಸುಖಸೌಕರ್ಯಗಳಿರಬಹುದು. ನೀವು ಒಂದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ, ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಇನ್ನೊಂದನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸಿರುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ನಿಮಗೇ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಈ ಎಲ್ಲ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಅರಿವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಮಾಡಿದ ನಿರಾಕರಣೆಗೆ ಬದ್ಧರಾಗಿರಬೇಕು. ಅದು ದೃಢತೆ. ■

## ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು

| | |
|---|---|
| Doorways to Light | 200/- |
| New Age Realities | 200/- |
| Higher Communication & Other Realities | 100/- |
| Light Body & Other Realities | 100/- |
| 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-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) | 250/- |
| Guruji Speaks (Vol 5 & 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 - Vol 1 & 2 | each 100/- |
| Pyramid Revelations | 100/- |
| 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/- |
| 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/- |
| आत्मा का अवतरण (Hindi) | 50/- |
| 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 | 100/- |

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



**ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)**

## 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 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.)

# ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸ್ವರ್ಣಲತಾ

3–11–2013 ರಂದು ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ನನ್ನ ಸುತ್ತ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಂಡೆ. ನಂತರ, ನಾನೂ ಸೇರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲವೂ ಬೆಳಕೇ ಆಯಿತು. ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ, ಬೆಳಗಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ನನ್ನ ಮಗಳನ್ನು ಬೈಯುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ಆಗ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲುಂಟಾದ ಅಸಾಂಗತ್ಯವನ್ನು, ಅಂದರೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಅಡಚಣೆಯನ್ನು ನಾನು ಕಂಡೆ. ಭಾವನೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿದ್ದ ಅಡಚಣೆ ಕೂಡಾ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿತ್ತು. 'ನಮಗೆ ಬೇಸರವಾದರೆ ಅಥವಾ ಕೋಪ ಬಂದರೆ ಅದು ಇಡೀ ವಿಶ್ವದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ' ಎಂಬ ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಾತು ನೆನಪಾಯಿತು. ಅದೇ ರೀತಿ ಬೇರೆ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಕೋಪ ಬಂದರೆ ಅದರ ಪರಿಣಾಮ ನಮ್ಮ ಮೇಲೂ ಆಗುತ್ತದೆ. ನನಗೆ ಅದರ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ನಂತರ, ನನಗೆ ಎಂತಹ ಕಠಿಣ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನೂ ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳದೆ, ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಎದುರಿಸುವುದು ಸುಲಭವಾಯಿತು.

– ಸುನೀಲ್ ಬಿಸರಹಳ್ಳಿ

ನವರಾತ್ರಿಯ ಒಂದು ದಿನ, ನಾನು ಬಸ್ಸಿನಿಂದ ಇಳಿಯುತ್ತಿರುವಾಗ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆಯೇ ಕಾಲು ಜಾರಿ ಕೆಳಗೆ ಬಿದ್ದೆ. ನಾನು ಆತಂಕಗೊಂಡೆ ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ನನ್ನ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಆಗ ನನಗೆ 'ಗಾಬರಿಯಾಗಬೇಡ' ಎಂದು, ಒಂದು ಹೆಂಗಸಿನ ಧ್ವನಿ ಎರಡುಸಲ ಕೇಳಿಸಿತು! ನನಗೆ ಅದು ಆದಿಶಕ್ತಿಯ ಅಥವಾ ನನ್ನ ಆಂತರ್ಯದಿಂದ ಬಂದ ಧ್ವನಿಯೆಂದೆನಿಸಿ, ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ನನಗೆ ಆಂತರಿಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುವ ಸಲುವಾಗಿ ನನ್ನನ್ನು ಸಂತೈಸುತ್ತಿದೆಯೆಂದೆನಿಸಿತು.

– ಸ್ವರ್ಣಲತಾ

ಈಗ ನನಗೆ ಬೆಳಕು ನಿರಂತರ ಸಂಗಾತಿಯಾಗಿದ್ದು, ನನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಸರಳವಾಗಿಸಿದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯಿದೆ. ನಾನೀಗ ಯಾರಿಂದಲೂ ಏನನ್ನೂ ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

– ರಶ್ಮಿ ರಘುವಂಶಿ

ಒಂದು ಹೌಸಿಂಗ್ ಸೊಸೈಟಿಯಲ್ಲಿನ 7 ಕಟ್ಟಡಗಳಲ್ಲಿ 35 ಅಂತಸ್ತುಗಳಲ್ಲಿನ 90 ಫ್ಲ್ಯಾಟ್‌ಗಳನ್ನು ಕೆಡುವಲು ಮುಂಬೈನ ಅಪೆಕ್ಸ್ ಕೋರ್ಟ್ ಆಜ್ಞಾಪಿಸಿತ್ತು. ಅನೇಕ ನಿವಾಸಿಗಳು ಅಳುತ್ತಾ ಆ ಆಜ್ಞೆಗೆ ಪ್ರತಿಭಟಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ನೀರು ತುಂಬಿ, ಅವರಿಗಾಗಿ ನಾನು ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ಕೆಲವೇ ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ, ದೂರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ 7 ತಿಂಗಳ ಕಾಲದವರೆಗೆ ಆ ಆಜ್ಞೆಯನ್ನು ತಡೆಹಿಡಿಯಬೇಕೆಂದು ಆಜ್ಞಾಪಿಸಿರುವ ಸಮಾಚಾರ ಮೂಡಿಬಂತು. ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು! ಯಾರಿಗಾದರೂ ಸಹಾಯಮಾಡುವ ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ ಅವರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವುದು ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಸದಾ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ನನಗೆ ಅದರ ಅನುಭವವಾಯಿತು.

– ಮೇಧಾ ಕುಲಕರ್ಣಿ

ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿಯ ದಿನದಂದು ಬಿಡುಗಡೆಯಾದ ಎರಡೂ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮೆಚ್ಚುಗೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸದೆ ಇರಲು ನನಗೆ ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅದರಲ್ಲೂ, ತಪೋನಗರದ ಕಟ್ಟಡಗಳ ಬಗೆಗಿನ ಕೈಪಿಡಿ ಅತ್ಯಂತ ಉತ್ಕೃಷ್ಟವಾಗಿ ಬಂದಿದೆ. ಅದನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಾಗ ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದ ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು ಮತ್ತು ಬಹಳ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನನ್ನ ವಂದನೆಗಳು. ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಈ ದಿನ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವಾಗಿ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಮ್ಮೆ ಎನಿಸಿರುವುದಂತೂ ಖಂಡಿತ.

– ಸಂದೇಶ್ ರಾಣೆ

ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ದಿನದಂದು 'ಮಾನಸದ ಕಿರುಪರಿಚಯದ ಹೊತ್ತಿಗೆ' ಹಾಗೂ 'ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನದ ಅನುಭವಗಳು ಭಾಗ–2' ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಕೊಟ್ಟ ಮಾನಸದ ಕುಟುಂಬದವರಿಗೆ ನಾನು ವಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ಆ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ದಿವ್ಯಪ್ರೇಮದಿಂದ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ, ವರ್ಣಿಸಲು ಪದಗಳು ಸಿಗುತ್ತಿಲ್ಲ! ಆ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದಾಕ್ಷಣವೇ ಅದರಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತಿದ್ದ ಚೈತನ್ಯದ ಅರಿವಾಯಿತು!

– ಕಮಲ್

ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ದಿನದಂದು ಎಲ್ಲರೊಡನೆ ಬೆರೆತದ್ದು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆ ತಂದಿತು. ಗುರೂಜಿಯವರು ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಹೊಂದಿದ ನಂತರ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ನಮ್ಮ ಒಂದು ಭಾಗವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಅನುಭವವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ನವೆಂಬರ್ 24ರ ಭಾನುವಾರದವರೆಗೂ ನಾನು ಹಾಗೆಯೇ ಇದ್ದೆ. ಅಂದು ನನಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರ ಚೈತನ್ಯ ಹಾಗೂ ಇರುವಿಕೆಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಅಂದು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಆದ ಭಾವನೆಯ ತರಂಗಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಅಸಾಧ್ಯ. ಈಗ ನನಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರು ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದಾರೆ, ನನ್ನ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ನನ್ನೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಯಾವಾಗಲೂ ಇದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದು ಮನವರಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗಾಗಿ ಜಯಂತ್ ಸರ್‌ರವರು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗಾಗಿ ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಕೃತಜ್ಞಳಾಗಿದ್ದೇನೆ. ನಮಗೆ ಇನ್ನೆಂದೂ ಅಸಹಾಯಕತೆ ಕಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

– ಶ್ರುತಿ ಸುಧಾಕರ್

ಈ ಕಾಲಘಟ್ಟವು ಅನೇಕ ಅಭೂತಪೂರ್ವ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಫಲಪ್ರದವಾಗಿ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದ ಸಾರ್ಥಕತೆಯನ್ನು ತಂದುಕೊಟ್ಟದ್ದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ನನ್ನನ್ನು ನನ್ನ ಅಂತರಂಗಕ್ಕೆ ಇನ್ನೂ ಆಳವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ಊಹಿಸಲಾಗದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಅನುವುಗೊಳಿಸಿದೆ. ಅತ್ಯಂತ ಉತ್ಕೃಷ್ಟವಾದ ಮನುಷ್ಯನ ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಚಿತವಾದ ಯೋಚನೆ ಹಾಗೂ ಕಾರ್ಯಗಳಿಂದ ಕಳೆಯಬಾರದು ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಗುರೂಜಿಯವರ ಧ್ವನಿಯು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕೇಳಿಬರುತ್ತಿದ್ದು, ಕೃತಜ್ಞತೆಯ ಕಂಬನಿ ತುಂಬುತ್ತದೆ.

– ಜಯಂತಿ ನಟರಾಜನ್

ತಪೋವಾಣಿ, ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ : ರೂ.300/–
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, ಡಾ|| ಮೋದಿ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 086. ಫೋನ್ : 2335 9992
ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ