



ಮಹರ್ಷಿ ಅವರ (1919-1982)

ಋಷಿಗಳು ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟಂತೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಳಕು

ಈ ಎಲ್ಲ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಹಿಂದಿರುವ ಮಹಾನ್ ಶಕ್ತಿ. ಬೆಳಕು ಸಾಕ್ಷಾತ್ ದೇವರು.

ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯ

ಎಲ್ಲ ಜೀವಜಾಲಕ್ಕೆ ತನ್ನ ಆರಿವು 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 ಅವರ

ಸಪ್ತಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ನೇರಸಂಪರ್ಕವಿದ್ದ, ಹೊಸ ಯುಗದ ಉನ್ನತಬದುಕಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಕೆಳತಂದ ಒಬ್ಬ ಮಹಾನ್ ಗುರುವಾಗಿದ್ದರು.

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಮಹರ್ಷಿ ಅವರ 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.

ತಪೋವಾಣಿ

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ
ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

14.03.1993ರಂದು ಶ್ರೀ ಎಂ.ಪಿ. ಪಂಡಿತರು ತಮ್ಮ 75ನೆಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ವಿಧಿವಶರಾದರು. ಈ ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ಮಾಧ್ಯಮಗಳು ಕಡೆಗಣಿಸಿದವು. ಅವರೊಬ್ಬ ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರು. (ನಮ್ಮ ಮಾಧ್ಯಮಗಳಿಗೆ ರಾಜಕಾರಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಿನಿಮಾ ನಟರ ಗೀಳು.) ಅರವಿಂದರು ಹಾಗೂ ಮದರ್ ನಂತರ ಇವರು ಪಾಂಡಿಚೆರಿಯ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಬೆಳಕಾಗಿದ್ದರು. ಅರವಿಂದಾಶ್ರಮವು ತತ್ವಜ್ಞಾನಿ, ಲೇಖಕಿ, ಯೋಗಿ ಅಲ್ಲದೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾನವನಾಗಿದ್ದ ಶ್ರೀ ಪಂಡಿತರ ಮೂಲಕವೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಂಡಿತು. ನಾನು ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಿಯೇ ಇಲ್ಲ, ಆದರೂ ಅವರ ಸಾವಿನ ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ಓದಿ ನನ್ನ ಕಣ್ಣು ತುಂಬಿಬಂತು.

ಶ್ರೀ ಪಂಡಿತರನ್ನು 1989ರಲ್ಲಿ ನಾನೊಂದು ಸಮಾಲೋಚನೆಗೆ ಆಹ್ವಾನಿಸಿದ್ದೆ. ಅದು ನನ್ನ ಮೊದಲ ಸಂಪರ್ಕವಾಗಿತ್ತು. ಅವರು ಬರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಾವು ಬಹುಕಾಲದ ಸ್ನೇಹಿತರೋ ಎಂಬಂತೆ ಅವರು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ಹಾಗೂ ಬಹು ಆತ್ಮೀಯವಾದ, ಒಂದು ಪತ್ರ ಬರೆದರು. ಅವರ ಸರಳತೆ ನನ್ನನ್ನು ಮೂಕನನ್ನಾಗಿಸಿತು. ನಾವು ಪರಸ್ಪರ ಪತ್ರ ಬರೆದಿದ್ದು ಕಡಿಮೆ, ಆದರೆ ನಮ್ಮ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿಕೊಂಡವು ಹಾಗೂ ಶಬ್ದಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸದಿದ್ದರೂ ಭವ್ಯ ಭವಿತವ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ಕಲ್ಪನೆ ಮತ್ತು ಭರವಸೆಗಳು ಒಂದೇ ಆಗಿದ್ದವು. ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ಅವರು ಸಂಪ್ರದಾಯವಾದಿಯಾಗಿರಲಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಧರ್ಮಗ್ರಂಥಗಳ ಚೌಕಟ್ಟನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಬಲ್ಲವರಾಗಿದ್ದರು. ಬಹುಶಃ ಅದರಿಂದಾಗಿಯೇ ನಾನು ಅವರಡೆಗೆ ಆಕರ್ಷಿತನಾಗಿದ್ದೆ. ಅದರಿಂದಾಗಿಯೇ ಪ್ರಾಯಶಃ ಅವರೂ ನನ್ನ ಕಾರ್ಯವನ್ನೂ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನೂ ಮೆಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದರು; ನನ್ನ ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರೇ ಅವುಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ.

ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮಡಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಕಾರ್ಯಗಳು ಹಾಗೂ ಸರ್ವಜನಹಿತದ ದೂರದೃಷ್ಟಿಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವಂತವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಶ್ರೀ ಪಂಡಿತರು ಬಹುಕಾಲ ಜೀವಂತವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ಮುಂಬಯಿಯ ಬಾಂಬ್ ಸ್ಫೋಟದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಜನ ಸಾವಿಗೀಡಾದರು. ಪ್ರತಿದಿನ ಒಂದಲ್ಲ ಒಂದು ಕಡೆ ಜನರು ಜನರಿಂದಲೇ ಸಾಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಮಗೆ ಸಾವು ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿ ಹೋಗಿದೆ, ಅದು ನಮಗೀಗ ಅಪಾತಕಾರಿಯೇ ಅಲ್ಲ. ಕಣ್ಣೀರು ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ.

ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸಿದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹತ್ತಿಗೆ ದ್ವೇಷ, ದುರಾಸೆ, ಅಸಹಿಷ್ಣುತೆ, ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ಅನಾದರ, ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ ಮುಂತಾದ ಮಾನವ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳೇ ಕಾರಣ ಎಂದು ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಇಲ್ಲಿ ದೂರದೃಷ್ಟಿಯಿಲ್ಲದೆ, ತತ್ತ್ವಜ್ಞದ ಲಾಭದ, ತತ್ತ್ವಜ್ಞ ಸಿಗುವ ಸುಖದ ಗುರಿಯಿದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅಥವಾ ಒಂದು ಸಮೂಹದ ಅಪ್ಪಟ ಸ್ವಾರ್ಥವು ಮನುಷ್ಯನ ಪಶುವೃತ್ತಿಯು ಹೊರಬರಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಜನ ಸಾಯುತ್ತಾರೆ. ಬೇರೆಯವರಿಗಾಗಿ ಯಾವ ಭಾವನೆಗಳೂ ಇಲ್ಲ; ಇತರರ ಒಳಿತಿಗಾಗಿ, ಮನುಕುಲದ ಒಳಿತಿಗಾಗಿ ಯಾವ ಆಲೋಚನೆಯೂ ಇಲ್ಲ. ಜನರು ಕ್ಷುಲ್ಲಕವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅಲ್ಲರಂತೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅಲ್ಲ ಮಾನವರಂತೆ ಬದುಕುತ್ತಾರೆ. ನಾಳೆಗಲಿದೆ ಭರವಸೆ? ಯಾವುದೂ ಗೋಚರಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಆದರೆ...

ಮನುಷ್ಯನು ಭವಿಷ್ಯ, ಭರವಸೆಗಳು ಕಾಣದಂತಾಗುವವರೆಗೆ ಶ್ರಮಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ಜೀವ ಶಕ್ತಿಗಳು ಪ್ರೀತಿಯ ಹಾಗೂ ಭರವಸೆಯ ದೀಪಗಳನ್ನು ಬೆಳಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅಸ್ತಿತ್ವವು ವಿದ್ವಂಸಕ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ನಾಶಮಾಡಿ ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ತನ್ನ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಹತ್ಯಾಕಾಂಡದ ನಂತರ ಮುಂಬಯಿಯ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಜನರು ಅಪಾರ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಆಫೀಸುಗಳಿಗೆ ರಜೆ ಹಾಕಿ ಬಂದು ರಕ್ತದಾನಕ್ಕಾಗಿ ಗಂಟೆಗಟ್ಟಲೆ ಕಾಯುತ್ತಿರುವ ಸತ್ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ಆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದೆ. ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಮನುಕುಲದ ಭವಿಷ್ಯ ಅಡಗಿದೆ. ಈ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರ ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ನವಯುಗದ ಅರುಣೋದಯವಿದೆ.

ಸರ್ವರ ಶಾಂತಿಗಾಗಿ ಸತತವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುವ ಮತ್ತು ಶ್ರಮಿಸುವ ಹಾಗೂ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹತ್ತಿಗೆ ಹಾಗೂ ಅಮಾನುಷ ಕೃತ್ಯಕ್ಕೆ ಕಣ್ಣೀರಿಡುವ ಜನ ಜಗತ್ತಿನೆಲ್ಲೆಡೆ ಇದ್ದಾರೆ. ವಿಶ್ವದ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ ಅವರು ಮೌನವಾಗಿ ದುಡಿಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಶಹಾನ್ ಜಾನ್, ಪೀಸ್ ಪಿಲ್ಗ್ರಿಮ್ (ಇಬ್ಬರೂ ಅಮೇರಿಕದವರು) ಮತ್ತು ರೋಜರ್ ಬ್ರೌನ್ (ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯದವರು) ಈ ಹೆಸರುಗಳು ಮೊದಲು ನನ್ನ ನೆನಪಿಗೆ ಬರುತ್ತವೆ, ಇನ್ನೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಜನರಿದ್ದಾರೆ. ಜೀವಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಹೊತ್ತಿರುವ ಈ ಉದಾತ್ತ ಆತ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಜಗತ್ತಿನ ಭವಿಷ್ಯ ಅಡಗಿದೆ. ■



ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦)
ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560077. ಭಾರತ.
© (080) 2846 5280, 99000 75280 (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 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.



ಗುರೂಜಿಯವರ 75ನೇ ಜನ್ಮದಿನದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹೂವಿನಿಂದ
ಅಲಂಕೃತಗೊಂಡಿರುವ ತಪೋನಗರದ ಕಟ್ಟಡಗಳು.

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- ಗುರೂಜಿಯವರ 75ನೇ ಜನ್ಮದಿನದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವನ್ನು 18-5-2014 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು 19-5-2014 ರಂದು ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.
- ಧ್ಯಾನಿಗಳ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳ ಸಂಕಲನಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ "Experiences of Meditators - Volume 2" ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಗುರೂಜಿಯವರ ಜನ್ಮದಿನದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವ ಸಮಾರಂಭದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸಲಾಯಿತು.
- 7-5-2014 ರಂದು ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 170 ಜನರು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಸುಮಾರು 100 ಜನರು ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು.
- 11-5-2014ರಂದು ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ ಶಂಬಲ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ 160ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಾಧಕರು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು 50ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಾಧಕರು ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡು ಭಾಗವಹಿಸಿದರು.
- 18-5-2014ರಂದು 'ರಾ' ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಸದಸ್ಯರು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿ 'ರಾ' ಲೋಕದ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದರು.
- ಆಷಾಢ ಮಾಸ, ದಿನಾಂಕ 28-6-2014ರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಮಾಸದಲ್ಲಿ ಅದ್ಭುತವಾದ ಮತ್ತು ಮಹಾನ್ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಲೋಕದಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಧ್ಯಾನಿಗಳು, ಈ ಮಾಸದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

06	ಶುಕ್ರ	ಶುಕ್ರ ಅಷ್ಟಮಿ
08	ಭಾನು	ಶುಕ್ರ ದಶಮಿ
13	ಶುಕ್ರ	ಪೂರ್ಣಿಮಾ
20	ಶುಕ್ರ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
25	ಬುಧ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
27	ಶುಕ್ರ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
28	ಶನಿ	ಆಷಾಢ ಮಾಸ ಆರಂಭ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು:	ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು : ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12 ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1
29-6-2014	ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ (ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್): ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1

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

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

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

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ನಾನು ಬೆಳಕಿನ ಒಂದು ಚಾನಲ್ ಆಗಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಪ್ರತಿದಿನ 10 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನು 6 ಮತ್ತು 7ನೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಅಸ್ತಮಾ, ಸೈನಸ್‌ಟೈಟ್ ಹಾಗೂ ಧೂಳಿನ ಅಲರ್ಜಿಯಿಂದ ಬಹಳ ತೊಂದರೆಗಳಾಗಿದ್ದವು. ನಂತರ 8ನೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ಇದರಿಂದ ನನ್ನ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಿಸಿ, ನಾನೀಗ ಗುಣಮುಖನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಗೆ ಬಂದು ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿದುದಕ್ಕೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

- ಆಕಾಶ್ ಕೆ., 8ನೇ ತರಗತಿ, ಜವಾಹರ್ ನವೋದಯ ವಿದ್ಯಾಲಯ, ಹೈದರಾಬಾದ್

ಇದು ಅತ್ಯಂತ ಅದ್ಭುತವಾಗಿದೆ. ಅತ್ಯಂತ ಕಡಿಮೆ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆವು. ಅದು ನಾನು ನನ್ನನ್ನೇ ಯಾವುದರಿಂದಲೋ ಎಳೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಇತ್ತು. ನನ್ನ ಕಣ್ಣರೆಪ್ಪಗಳನ್ನು ತೆರೆಯುವುದು ಅಷ್ಟು ದೊಡ್ಡ ಕೆಲಸವಾಗಿತ್ತು.

- ಶ್ರೀಮತಿ ಕವಿತಾ ಜಗತ್‌ಪ್, ಶಿಕ್ಷಕಿ, ಹಿರೇ ಪ್ರೌಢ ಶಾಲೆ, ಪುಣೆ

ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕಳೆದ ಮೂರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ನುರಿತ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್‌ಗಳಾಗಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಅವರಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಅವರು ಈಗ ಉತ್ತಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಸ್ಫೂರ್ತಿಗೊಂಡು ನಾವು ಶಿಕ್ಷಕರೆಲ್ಲಾ ಪ್ರತಿ ಶನಿವಾರ ಒಟ್ಟು ಸೇರಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

- ಶ್ರೀಮತಿ ದೀಪಾ, ಶಿಕ್ಷಕಿ, ಗೋಕುಲ ವಿದ್ಯಾ ಕೇಂದ್ರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಈ ಮೊದಲು ಎಲ್ಲಾ ಕೇವಲ ನಾನು, ನನ್ನದು - ನಾನು, ನಾನು, ನಾನು! ಈಗ, ನನ್ನ ಹೊರತಾಗಿ ಒಂದು ಉನ್ನತವಾದ ಮೂಲವಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಾನೀಗ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅವು ಇರುವಂತೆಯೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಬಿಡುಗಡೆಯ ಮತ್ತು ಸ್ವತಂತ್ರತೆಯ ಭಾವನೆಯುಂಟಾಗಿದೆ.

- ಶ್ರೀ ಅಂಗಪ್ಪನ್, RLCC, ಮಂಚ್‌ಕಿನ್ಸ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನನ್ನ ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರಿಂದ ನನ್ನೆಡೆಗೆ ಹರಿದುಬರುತ್ತಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾನೇ ಎದುರಿಸುವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಸತತ ಪ್ರಯತ್ನಗಳ ನಂತರವೂ ಈ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನನ್ನ ಶಾಂತಿಗೆ ಭಂಗ ತರುತ್ತವೆ. ಎರಡು ವಾರಗಳ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನಿಂದಾಗಿ, ನನ್ನ ಸುತ್ತಲಿನ ಈ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವಬೀರುತ್ತಿಲ್ಲ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಯುತವಾಗಿವೆ!

- ಶ್ರೀ ಶ್ರೀಧರ್, RLCC, ಮಂಚ್‌ಕಿನ್ಸ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ವೇಲ್; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಅತಿಯಾದ ಶಾಖ ಮತ್ತು ದಹಿಸುತ್ತಿರುವ ಬೇಸಿಗೆಯು ತಪೋನಗರವನ್ನು ವ್ಯಾಪಿಸಿದರೂ ಕೂಡಾ, ಅದರಿಂದಂಟಾಗುವ ಬೆವರಿಗೆ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ತುಂಬಿರುವ ಜೀವ-ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಮಾರ್ಚ್ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ವಸಂತಋತುವಿನ ಹೋಳಿಹಬ್ಬವನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ಆಚರಿಸಿದರು. ಶ್ರೀಮತಿ ಕವಿತಾ ಕಾನಡೆಯವರು ತಪೋನಗರದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಅವರ ತಾಯಂದಿರಿಗಾಗಿ ವಿಶೇಷ ಹೋಳಿಹಬ್ಬದ ಕೂಟವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದರು. ಅವರ ಸಂತೋಷಭರಿತ ಉತ್ಸಾಹವು ಹಬ್ಬದ ಬಣ್ಣಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಹೊಳೆಯುತ್ತಿತ್ತು. ಲಘು ಉಪಹಾರ ಮತ್ತು ಸಂಗೀತಮಯ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ತಪೋನಗರದ ಎಳೆಯ ಹೂವುಗಳು ತಮ್ಮ ಮುಗ್ಧತೆಯ ದಿನಗಳನ್ನು ಆನಂದಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅವರ ತಾಯಂದಿರು ತಮ್ಮ ಬಾಲ್ಯದ ದಿನಗಳನ್ನು ಮತ್ತೆ ಅನುಭವಿಸಿದರು. ಕಿಲಕಿಲ ನಗು ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವು ಈ ಋಷಿಗಳ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿನ ಜೀವ-ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಿತು.

ಮಾರ್ಚ್ ತಿಂಗಳಿನ ಕಾಮದಹನ ಮತ್ತು ಯುಗಾದಿಯ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಧ್ಯಾನಿಗಳನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಣಗೊಳಿಸಿ, ಏಪ್ರಿಲ್ ತಿಂಗಳ ಜೋಡಿ ಗ್ರಹಣಗಳ ಲಾಭಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಅವರನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಿತು. ಈ ಗ್ರಹಣಗಳ ಸಾಮೂಹಿಕ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಅನೇಕರು ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಆ ತಿಂಗಳು ರಾಮನವಮಿಯ ಮತ್ತು ಗುಡ್ ಫ್ರೈಡೆಯ ಅನುಗ್ರಹಗಳನ್ನು ಕೂಡಾ ತಂದಿತು.

ಇಲ್ಲಿನ ಬಸ್ ನಿಲ್ದಾಣದ ಬಳಿಯಿರುವ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಕಸಾಯಿ ಖಾನೆಯ ದೃಶ್ಯವು ನೋಡಲು ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ. ತಪೋನಗರವು ಇತರರ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಗೌರವಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಇದಕ್ಕೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅವು ಬದಲಾಗುವ ಸಮಯಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತದೆ. ಸಹನೆಯು ಯಾವಾಗಲೂ ಪರೀಕ್ಷೆಗೊಳಪಡುತ್ತದೆ.

ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಚುನಾವಣೆಯ ಗದ್ದಲವು ಇಡೀ ದೇಶವನ್ನು ಅಲುಗಾಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, 'ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಕ್ರಾಂತಿ'ಯ ಕೇಂದ್ರವಾದ ತಪೋನಗರವು ಈ ಎಲ್ಲಾ ಗದ್ದಲದಲ್ಲೂ ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ತನ್ನ ತಲೆಯೆತ್ತಿ ನಿಂತಿದೆ. ಇಲ್ಲಿಂದ ಪ್ರಸರಣಗೊಂಡ ಚೈತನ್ಯಗಳೇ ಉತ್ತಮ ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕೆ ಭರವಸೆಯಾಗಿದೆ. ಚುನಾವಣಾ ದಿನವು ಶಾಂತಿಯುತವಾಗಿತ್ತು ಹಾಗೂ ಅದರ ಫಲಿತಾಂಶ ಏನೇ ಬಂದರೂ ತಪೋನಗರ ನಿವಾಸಿಗಳು ಮತ್ತು ಅನಿವಾಸಿಗಳೆಲ್ಲರಿಗೂ ಬೆಳಕಿನ ಯುಗದ ಉದಯದ ಬಗ್ಗೆ ದೃಢವಾದ ನಂಬಿಕೆಯಿದೆ. ತಾಳ್ಮೆ ಎಂದಿಗೂ ಫಲನೀಡುತ್ತದೆ. ■

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.comಗೆ ಬನ್ನಿ.

ಶಂಬಲದ ತತ್ವಗಳು

ಶಂಬಲದ ಈ ಏಳು ತತ್ವಗಳನ್ನು ಪುರಾತನ ಋಷಿಗಳು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡು ಶಂಬಲದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುವ ಜನ ಶಾಂತಿ-ಪೂರ್ಣತೆಗಳಿಂದ, ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಬಾರದೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಯೌವನದಲ್ಲಿಯೇ, 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 ಓಸುಮಾತಿನಲ್ಲಿ 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

ಜುಲೈ 2004

ನಾವು ಕೆಲಸದ ಒಂದು ಭಾಗವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಹಾಗೂ ಒಬ್ಬರೇ ಎಲ್ಲಾ ಕೆಲಸವನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಸದಾಕಾಲ ಅರಿತಿರಬೇಕು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕೆಲಸವೂ ಮುಖ್ಯ - ಸ್ವಯಂಸೇವೆ, ಬೋಧನೆ, ಅಡುಗೆ ಕೆಲಸ, ಲೆಕ್ಕವನ್ನಿಡುವ ಕೆಲಸ ಇತ್ಯಾದಿ ಕೆಲಸಗಳೆಲ್ಲವೂ ಮುಖ್ಯ. ಏಕೋ ಏನೋ ನಾವು ನಮ್ಮ ಕೆಲಸದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ವಾಂಛಲ್ಯ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ನಮಗೇ ತೃಪ್ತಿಯಾಗುವಂತೆ ದಕ್ಷವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು, ಬೇರೆಯವರು ಕಲಿಯಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡಬೇಕು, ನಂತರ ನಾವು ಹಿನ್ನೆಲೆಗೆ ಸರಿಯಬೇಕು. ನಾವು ಹಿನ್ನೆಲೆಗೆ ಸರಿದಾಗ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತೀರ್ಣರಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ಚೈತನ್ಯೀಕರಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೆ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಯಿದ್ದರೆ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಅದು ಕೆಲವು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮದೇಹದ ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಅಂತರಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಚುರುಕುಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮೂರನೆ ಕಣ್ಣು ತೆರೆಯಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಅಭ್ಯಾಸವೊಂದೇ ಸಾಕಾಗದಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿ, ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಬಹುದು. ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿಯೂ, ನಮಗೆ ಸಮಯ ಸಿಕ್ಕಾಗ ಅದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಬಹುದಾದರೂ, ಯಾವುದೇ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ಸಂಧಿ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡುವುದು ಉಚಿತ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಲಭ್ಯವಿದ್ದು ಈ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಅಥವಾ ಮತ್ತಾವುದೇ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿದಾಗ ಅವುಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಒಮ್ಮೆ ನನ್ನ ಬಳಿಯಿದ್ದ ದೊಡ್ಡ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಅಮರರವರು ಮುಟ್ಟಿದರು. ಆ ನಂತರ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿದ್ದ ಒಂದು ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿದರು. ಮಹಾನ್ ಮಾಸ್ತರ್‌ಗಳು ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿನ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪದ ಅಥವಾ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ಓದುವುದಿಲ್ಲ, ಅವರು ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಮುಟ್ಟುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿನ ಎಲ್ಲ ವಿಷಯವನ್ನೂ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು ಎಂದು ಅವರನ್ನು ನಾನು ಕೇಳಿದೆ. ಆ ಎಲ್ಲ ಪದಗಳು ಮತ್ತು ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಚೈತನ್ಯವನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಲು ಅವರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು ಎಂದು ಅವರು ವಿವರಿಸಿದರು. ಆ ಪೂರ್ಣ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಅವರು ತಮ್ಮ ಒಳಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರು ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಒಂದು ವಾಕ್ಯವನ್ನಾಗಲೀ, ಒಂದು ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನಾಗಲೀ

ಅಥವಾ ಪೂರ್ಣ ಪುಸ್ತಕವನ್ನಾಗಲೀ- ಅವರಿಗೆ ಏನು ಬೇಕೋ ಅದನ್ನು ಹೊರತರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಅದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಆತ್ಮಾಶ್ಚರ್ಯಕರವಾಗಿತ್ತು! ಅವರು ತಮ್ಮ ವಿವರಣೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಾ, ಆಧುನಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿದ್ದ ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳು ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತಿದ್ದುದು ಅಥವಾ ತಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಮತ್ತು ವಿಚಾರವನ್ನು ರವಾನಿಸುತ್ತಿದ್ದುದು ಇದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಅವರು ಸಂಪೂರ್ಣ ವಿಷಯವನ್ನು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ - ಒಂದು ಪುಸ್ತಕ) ಅಂತರ್ಗತ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನಂತರ ಅದನ್ನು ಚೈತನ್ಯವನ್ನಾಗಿ ರೂಪಾಂತರಗೊಳಿಸಿ ಆ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ಕಳುಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಅಷ್ಟೇ ಮಹಾನ್ ಮತ್ತು ದಕ್ಷ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದು ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಸದಾಕಾಲ ದೇವರ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರಬಹುದು ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ ಹೀಗಾಗಿ ಈ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ನಾವು ಎಂದಿಗೂ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಭಾವನೆ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಅಥವಾ ಯೋಚನೆಯ ಮುಖಾಂತರ ಭೌತಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಅಥವಾ ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮಗೆ ಅವನ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗಲು, ಯಾವುದಾದರೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಮುಟ್ಟಲು ಕೂಡ ಆಗಬಹುದು, ಆದರೆ ಅವನೇನೆಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದೇ ಇಲ್ಲ. ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದ ಸಂಪರ್ಕವೇ ನಿಜವಾದ ಅಥವಾ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಂಪರ್ಕ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ನಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ದೇವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕು. ಇದರ ಪ್ರಾರಂಭ ಧ್ಯಾನದಿಂದ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಧ್ಯಾನ ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯ. ಅದು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಮೌನಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮೌನದಲ್ಲಿ ದೇವರಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುವುದು ಸುಲಭ. ನಾವು ದೇವರ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಅವನ ಪ್ರೀತಿ, ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ವಿವೇಕವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಅದು ತುಂಬ ಸಮರ್ಪಕವಾದ, ಶಾಂತಿಯುತವಾದ ಮತ್ತು ವಿವೇಚನೆಯ ಜೀವನವನ್ನು ಸಾಗಿಸಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ದೇವರ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುವುದು ಬಹುಮುಖ್ಯ.

ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಥವಾ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ ನಮಗೆ ಅನೇಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿರುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದು ಅನುಭವದಿಂದ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಮಗೆ ಎದುರಾದ ದೊಡ್ಡ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ದಾಟುವಲ್ಲಿ ನಾವು ಯಶಸ್ವಿಯಾದಾಗ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ನಮಗೆ ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಹೊರೆ ತಗ್ಗಿದಂತೆ ಅನ್ನಿಸಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯ ಸ್ಥಿತಿ ಅಥವಾ ದೈವತ್ವದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಾವು ತಲುಪುವವರೆಗೂ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ನಿಲ್ಲುವುದಿಲ್ಲ

ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಮನಗಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ದೇವರ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿದರೆ, ಎಂಥ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನಾದರೂ ದಾಟಬಹುದು.

ನಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ಜೀವನವನ್ನು ನೋಡುವುದರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪೇನಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಬೇರೆಯವರಿಗೂ ಅವರದೇ ಆದ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿರುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಮರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಬೇರೆಯವರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದಾಗ, ನಾವು ಘರ್ಷಣೆಗಳಿಗೆ ಇಳಿಯುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವುದು ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯ. ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳ ಮಾತನ್ನೂ ನಾವು ಆಲಿಸಬೇಕು. ಆದರೆ ಮತ್ತೊಂದು ದೃಷ್ಟಿಕೋನವಿದೆ, ಅದು ನಮ್ಮ ಅಂತರಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ತಿಳಿಯಬಹುದಾದ ದೈವೀ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ. ಈ ದೈವೀ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ನಾವು ತಿಳಿದಾಗ ನಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು, ಆದರೆ ನಾವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ದೇವರು ಪರಿಪೂರ್ಣನಾದುದರಿಂದ ದೈವೀ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ ಯಾವಾಗಲೂ ಸರಿಯಿರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಸದಾ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕು.

ನಾವು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ, ಈ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ನಾವು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತೇವೆ; ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನವಿಲ್ಲದೆಯೇ ಕೆಲವು ಬದಲಾವಣೆಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿ ಆಗುತ್ತವೆ. ಅನೇಕ ವೇಳೆ ನಾವು ಇದನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಇವುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಇನ್ನೂ ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಸ್ವಲ್ಪ ನಮ್ಮತೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದರೆ ಹೆಚ್ಚು ನಮ್ಮತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು; ಕೋಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡರೆ, ಅದನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೊಡೆದುಹಾಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಆ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಧ್ಯಾನವೊಂದೇ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಈ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಬೇಕೇಬೇಕು. ಇವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ ಮುಂದೆ ಹೋಗುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದರೆ, ನಾವು ಬಲವಂತವಾಗಿ ಬದಲಾಗಲೇಬೇಕಾದಂಥ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಪ್ರಳಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತವೆ. ನಾವು ಬದಲಾಗದಿದ್ದರೆ ಪ್ರಳಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ತೀವ್ರಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲೂ ಬೆನ್ನೆಟ್ಟುತ್ತವೆ! ಮೂರು ಜನ್ಮಗಳ ನಂತರವೂ ನಾವು ಬದಲಾಗದಿದ್ದರೆ ಆಗ ಕಲಿಯುಗ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಮತ್ತೊಂದು ಭೂಮಿಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ವರ್ಗಾಯಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನನ್ನ ಗುರು ಹೇಳಿದ್ದರು.

ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಓದಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ, ಆದರೆ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಅಲ್ಲಿಗೇ ನಿಲ್ಲಿಸದೆ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಅನುಭಾವದ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳನ್ನು ನಾವು ಪ್ರವೇಶಿಸಬೇಕು. ಓದುವುದನ್ನು ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ನಾವು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

9-3-2014

ನಾವು ಜನರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯುವಾಗ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರ ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಹಂ ಪ್ರಧಾನವಾಗಿದ್ದು ಅದಕ್ಕೆ ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಯ ಭಾವ ಬೇಕಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಅದು ತಾನು ಸಂತೋಷಪಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಬೇರೆಯವರಲ್ಲಿ ನ್ಯೂನತೆಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಯ ಭಾವವು, ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಯ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಅಭದ್ರತೆಯನ್ನು ತರುವುದರಿಂದಾಗಿ, ಅದು ಸಂತೋಷದಿಂದಿರಲಾಗದಿರುವುದು ದುಃಖಕರ ಸಂಗತಿ. ಆದರೆ ನಾವು ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಬೆರೆತಾಗ ಅದು ಹೇಗೋ ಅವರ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅವರಲ್ಲಿ ನ್ಯೂನತೆಗಳಿದ್ದರೆ ಅವನ್ನೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನ್ಯೂನತೆಗಳಿರುವುದು ಮೇಲ್ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ. ಮೂಲದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ದೈವೀ ಸಂಭೂತರು. ನಾವು ಗುರೂಜಿಯವರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ನಾವು ವಿಶೇಷ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೆಂದು ಯಾವಾಗಲೂ ಭಾಸವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಇದೇ ಅನುಭವ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಆಗಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ಗುರೂಜಿಯವರ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿಯೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ದೈವತ್ವವು ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳಲು ಉತ್ತೇಜನ ಸಿಗುತ್ತಿತ್ತು; ಅದು ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಆವರಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ದೈವತ್ವವು ಸದಾಕಾಲ ಆವರಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುವುದೇ ಸಾಧನ. ದೈವತ್ವವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಧ್ಯಾನ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ದೈವತ್ವವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ ಎಲ್ಲ ಕಹಿ ಮನೋಭಾವ, ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳೆಲ್ಲವೂ ಹಾಗೆಯೇ ಕರಗಿಹೋಗುತ್ತವೆ.

23-2-2014

ತಪೋನಗರ ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ವೀಡಿಯೋ ನೋಡಿದೆವು. ಒಬ್ಬಾಕೆ ಗಂಭೀರವಾದ ಅಪಘಾತಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಾಳೆ ಮತ್ತು ಆಕೆ ಸಾವಿನಂಚಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾಳೆ. ಆದರೆ ಆಕೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಅದಮ್ಯ ಚೇತನವು ಆಕೆಯನ್ನು ಜೀವಂತವಾಗಿರಿಸುತ್ತದೆ. ಆಕೆ ಆರು ತಿಂಗಳಕಾಲ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. 'ಇದು ನನಗೇಕಾಯಿತು?' ಎಂದು ಅನೇಕಬಾರಿ ತನ್ನಲ್ಲೇ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ. ಅಂತರಂಗದ ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಆಕೆ ಸಾಗುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಹೆಚ್ಚು ಅರಿತುಕೊಂಡು, 'ಇದು ನನಗೇಕೆ ಆಗಬಾರದು?' ಎಂದು ತನ್ನನ್ನೇ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ. ಆಕೆಯ ಈ ಪದಗಳು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ತಟ್ಟಿತು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರು 'ನನಗೆ ಹೀಗೇಕೆ ಆಗುತ್ತಿದೆ?' ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ 'ನನಗೇಕೆ ಆಗಬಾರದು?' ಎಂದು ಹೇಳುವವರು ಬಹಳ ಅಪರೂಪ. ನಾವು ಇಂತಹ ಕಷ್ಟದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಕಾರಣಗಳು ಹಲವಾರು ಇರಬಹುದು. ಅದು ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮದ ಕರ್ಮ ಅಥವಾ ಈ ಜನ್ಮದ ಕರ್ಮವಾಗಿರಬಹುದು. ಅದು ನಾವು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗಿರುವ ನಮ್ಮ ಅಥವಾ ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ನ್ಯೂನತೆಯೂ ಆಗಿರಬಹುದು. ಅದು

ಒಂದು ಪರೀಕ್ಷೆಯಾಗಿರಬಹುದು. ಅಥವಾ ಬೆಳೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಅವಕಾಶವೂ ಆಗಿರಬಹುದು.

ಅಂಥ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಅಳುತ್ತೇವೆ, ಗೋಣಗುತ್ತೇವೆ. ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದೆ ಪದೇಪದೇ ಪರಿತಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದಾಗ ವಿಚಾರಕ್ಕೆ ತೆರೆದುಕೊಂಡಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಾಗ ಅದು ಹೇಗೋ ಕಷ್ಟಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಮುಕ್ತರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯ. ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದರೂ, ಯಾವುದೋ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲಾಗದಿದ್ದಾಗ ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ದೇವರಿಗೆ, ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಒಪ್ಪಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಋಷಿಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಪರಿಹಾರವಿರುತ್ತದೆ. ಅಂಥ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನಾದರೂ ಎದುರಿಸಲು ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ವಿವೇಕವನ್ನು ಅವರು ನಮಗೆ ಕೊಡುವುದರಿಂದ, ಅಂಥ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನಮಾಡಬಹುದು. ನಾವು ಬೆಳೆಯುವುದು ಹೀಗೆ.

27-4-2014

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ಜ್ಞಾನವಿದೆ. ಬಹಳ ಮುಂದುವರಿದ ವಿಧವಿಧದ ಎಷ್ಟೊಂದು ತಂತ್ರಗಳಿವೆ. ಹಾಗೂ ಅನೇಕ ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುವ ಅತ್ಯಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಶಕ್ತಿಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿವೆ. ನಾವುಗಳು ಋಷಿಗಳಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ಇವುಗಳೆಲ್ಲವೂ ಈಗಾಗಲೇ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿರಬೇಕಾಗಿತ್ತು ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಒಮ್ಮೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅದು ಆಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದು ನಮಗೆ ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯ. ನಾವು ಎಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ. ಬೇರೆಯವರಿಗೂ ಅದು ಸಹಾಯವಾಗಬಹುದಾದ್ದರಿಂದ ನನ್ನ ತಿಳಿವಳಿಕೆಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನಾವು ಸರಿಯಾದ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಕಡೆಗೆ ಪುನಃ ಬದ್ಧರಾಗಲು ಕೂಡಾ ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಬಹಳ ಇದೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ಅಥವಾ ತಾತ್ವಿಕವಾಗಿ ನಾವು ಬಹಳ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಈ ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನವೂ ಗುರೂಜಿಯವರ ಮತ್ತು ಇನ್ನಿತರ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಅನುಭವದಿಂದ ಬಂದಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಅದು ತಾತ್ವಿಕ ಜ್ಞಾನವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಈ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವವರೆಗೆ, ಸತ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ ಅದರ ತಿಳಿವಳಿಕೆಯನ್ನು ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವವರೆಗೆ ನಮಗೆ ಅದು

ತಾತ್ವಿಕದ್ದಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಈ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪುಸ್ತಕಜ್ಞಾನವೆನ್ನಬಹುದು. ತುಂಬ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ನಾನು ಸ್ವಾವಲೋಕನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಬಹುತೇಕ ಸತ್ಯದ್ದಾಗಿವೆ. ಕೆಲವು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ನಾನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಆದರೆ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಮತ್ತು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಆಚರಣೆಗೆ ತರಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಇನ್ನೂ ಬಹಳ ಇದೆ. ಅನುಭವಿಸುವುದು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಷ್ಟೊಂದು ಮುಖ್ಯವಾದರೆ, ಈ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅವಶ್ಯವೇ ಎಂದು ಯಾರಾದರೂ ಕೇಳಬಹುದು. ಅದು ಅವಶ್ಯವಲ್ಲ, ಆದರೆ ನಮ್ಮಂಥ ಸಾಧಾರಣ ಸಾಧಕರಲ್ಲಿ ಆಗುವುದು ಅದೇ ರೀತಿ. ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಗೆ ಅದು ಬೇರೆಯಿರಬಹುದು; ಅವರಿಗೆ ನೇರ ಅನುಭವವಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ನಮಗೆ ಇದೊಂದೇ ದಾರಿ. ಮೊದಲಿಗೆ ನಾವು ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ಅದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ ನಂತರ ವಿವೇಚನೆ ಆಳವಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ಜ್ಞಾನೋದಯವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಎರಡನೆ ಮುಖ್ಯವಾದ ಭಾಗವೆಂದರೆ, ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಚರಣೆಗೆ ತರುವುದಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ದೇವರ ಒಂದು ಭಾಗ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಮೂಲತಃ ದೈವೀ ಸಂಭೂತರು ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ ಆದರೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅದನ್ನು ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆಯೇ? ನಾವು ಜನರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದಾಗ, ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅವರು ದೈವೀ ಸಂಭೂತರು ಎಂಬ ಅರಿವಿನೊಂದಿಗೆ ನಾವು ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತೇವೆಯೇ? ಅದು ತುಂಬ ಕಷ್ಟವೇನಲ್ಲ ಎಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಈ ನಿಯಮವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಮಗೆ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ ನಮಗೆ ಇದನ್ನು ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ನಾವು ದೈವಿಕರು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಹಾಗೂ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ದೈವಿಕವಾದುದು ಎಂಬ ಅನುಭವ ನಮಗಾದಾಗ ಆ ಅರಿವಿನೊಂದಿಗೆ ಜನರನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಸಂಪರ್ಕಿಸುವುದು ನಮಗೆ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಅದು ಏಕೆ ಸಹಜವಾಗಿ ಆಗುತ್ತದೆಯೆಂದರೆ, ಆ ಅನುಭವವು ನಮಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಕಲಿಸಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಮಗೆ ನಿಜವಾದ ಅನುಭವ ಆಗುವವರೆಗೆ, ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಈ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಆಚರಣೆಗೆ ತರಬೇಕು. ಅದೇ ಪ್ರಯತ್ನ. ಅದೇ ಸಾಧನ. ಮತ್ತು ಇದು ಅಂತಿಮ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ದಾರಿಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಈ ರೀತಿ ಬದುಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾ ಧ್ಯಾನಮಾಡಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನವು ಉತ್ತಮವಾಗುತ್ತದೆ, ಆಳವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಾವು ದೇವರ ಹತ್ತಿರ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ■

ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ದಿರುವವರಿಗೆ 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 ಜಯಂತ 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.

ಚಿಕ್/ಡಿಡಿಗಳನ್ನು "ಮಾನಸ ಲೈಟ್ ಏಜ್ ಫೌಂಡೇಶನ್(೦)" ಹೆಸರಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ ಚಿಕ್‌ಗಳಿಗೆ 50ರೂ. ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಸೇರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಗಳು

- ★ ತಾಳ್ಮೆ ಇರಲಿ. ಮೊದಲನೆಯ ದಿನವೇ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ಪವಾಡಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ನಾವು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ ಪವಾಡಗಳು ಸದ್ವಿಧದ ನಡೆಯುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇನಾಪಾಲಗಳನ್ನೆದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಾಧನೆ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲ ಕರಗಿಹೋಗುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಅನುಭವಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಅವುಗಳ ಕಡೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡಬಾರದು. ಅನುಭವಗಳು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆದರೆ ಅವು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಅಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ.
- ★ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಧ್ಯಾನದ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬಾರದು. ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.
- ★ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಯೋಚನೆಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ ಅದರಿಂದ ತಲೆಕೆಡಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ಓಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬಾರದು. ಅವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ ಇರುವುದು ಉತ್ತಮ. ಬೇರೆ ದಾರಿಯೇ ಇಲ್ಲ.

ಶ್ರೀ ರಾಘವೇಂದ್ರ ಸೋಮಯಾಜಿಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ಕೆ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ.ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ನಾವು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಅನೇಕ ಸಾಧನಗಳಿವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು, ಪ್ರಮಾಣಗಳ (affirmations) ಅಭ್ಯಾಸ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದೆಂದರೆ, ಒಂದು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಹಲವಾರು ಸಲ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ನಾವು ಮತ್ತೆಮತ್ತೆ ಅದನ್ನೇ ಹೇಳಿಕೊಂಡಾಗ ಅದು ದೈಹಿಕ ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ತಾನು ರೂಪುಗೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೋ ಅವನಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ವರ್ತಿಸುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯಿರುತ್ತದೆ. ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕಿಂತ ಕಲಿತದ್ದನ್ನು ಬಿಡುವುದು ಕಷ್ಟ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಂಥ ಮತ್ತೆಮತ್ತೆ ಮಾಡುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪ್ರಮಾಣಗಳ ರೀತಿ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತವೆ. ಪ್ರಮಾಣಗಳು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದದ್ದಾಗಿರಲೇ ಅಥವಾ ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾದದ್ದಾಗಿರಲೇ ಅವು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವಬೀರುವುದರಿಂದಾಗಿ, ಅಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪ್ರಮಾಣಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಕಲಿಯಬೇಕು.

ಆಲೋಚನೆ ಮಾಡುವುದು ನಾವು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಮತ್ತೊಂದು ಮುಖ್ಯ ಅಭ್ಯಾಸ; ಇದನ್ನು ನೂರಾರು ಜನ್ಮಗಳಿಂದ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಅದೀಗ ಎಷ್ಟೊಂದು ಬಲಗೊಂಡಿದೆಯೆಂದರೆ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಂದ ಇನ್ನೆಂದೂ ನಾವು ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಮಾಮೂಲಿಯಾದ ಮತ್ತು ಪುನರಾವರ್ತನೆಯನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ್ದಾಗ ಆ ಚಟುವಟಿಕೆಗೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾಗ ಮಾತ್ರ ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಉಳಿದಿರುವ ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಬೇರೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಬಗ್ಗೆಯಾದರೂ ಆಲೋಚಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಮಗ್ನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತವಾಗಿ, ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದ ಹಾಗೆ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟು ಉಂಟಾದರೆ ನಮ್ಮ ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಆ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಸದಾಕಾಲ ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಹೊಂದಿರುವ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಲು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದರು. ಇದು ತುಂಬಾ ಸರಳವಾದ ಆದರೆ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ತಂತ್ರ, ಆದರೆ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದನ್ನು ದಿನಪೂರ್ತಿ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಬೇಕಾದರೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸ್ವ-ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿರಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ಇಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯೇ ಕೀಲಿಕೈ ಇದ್ದಂತೆ.

'ಪ್ರಜ್ಞೆ ಎಲ್ಲಿದೆಯೋ ಅಲ್ಲಿ ನಾವಿದ್ದೇವೆ' ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಆದ್ದರಿಂದ, ಅಗತ್ಯವಿರುವುದೇನೆಂದರೆ ನಾವು

ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಿರುವುದರ ಅರಿವು ನಮಗೆ ಇರಬೇಕು. ಇದು, ಆಲೋಚಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ಪ್ರಜ್ಞೆಗಿಂತ ಉನ್ನತವಾದ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಮೀರಿದ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಬೇಕು ಹಾಗೂ ಬೇರೆ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಎಚ್ಚರದಿಂದಿದ್ದು ಅವುಗಳನ್ನು ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ನಿಂತು ನೋಡಬೇಕು. ನಾವು ಬಾಹ್ಯಮಟ್ಟದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದಾಗ, ನಮ್ಮದೇ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ನಿಂತು ನೋಡಬೇಕಾದರೆ ನಾವು ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನೆಲೆನಿಲ್ಲಬೇಕು ಮತ್ತು ನಮಗೆ ಅದರ ಅರಿವಿರಬೇಕು. ಅಂದರೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಅರಿವು ನಮಗೆ ಸದಾಕಾಲ ಇರಬೇಕು.

ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದನ್ನು ಸಾಧಿಸಬೇಕಾದರೆ, ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಅತಿಕ್ರಮಿಸಲು ಬಿಡಬಾರದು.

ಆತ್ಮದ ಅತಿಮುಖ್ಯ ಅಂಶವೆಂದರೆ ಅದರ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಮಗೆ ಅಸ್ತಿತ್ವವಿಲ್ಲದಂತೆ. ನಾವೇ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿಲ್ಲದಿರುವಾಗ ನಮಗೆ ಬೇರಾವುದೂ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತ್ರಾಟಕ ಅಭ್ಯಾಸದ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಅರಿವಿನ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಳಿಸಿ ಅದು ಅರಿವಿಲ್ಲದ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಜಾರುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯಗಳಲ್ಲೂ ಇರುವ ನಮ್ಮ ಅರಿವಿನ ಮಟ್ಟವು ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯ ಅಳತೆಗೋಲಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಸತ್ಯವು ಎಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿರುವ ವಾಸ್ತವತೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಬಹಳ ಹಿಂದೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಆದ್ದರಿಂದ ಸತ್ಯದಿಂದ ಜೀವಿಸುವುದೆಂದರೆ ಎಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿನ ವಾಸ್ತವಗಳ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುವುದು ಎನ್ನಬಹುದು. ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಲ್ಲಿ ಇದು ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸಮಾಧಿಯೇ ಆಗಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಈ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜೀವನವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ನಡೆಸುತ್ತಿರುವಾಗಲೇ ಎಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟಗಳ ವಾಸ್ತವಗಳ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿರುತ್ತಾನೆ.

ಆತ್ಮಗಳಾದ ನಾವು ಸಮಗ್ರ ಸತ್ಯದ ಒಂದು ಭಾಗ. ನಾವು ಈಗ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಎಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟಗಳ ವಾಸ್ತವಗಳ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಸ್ವಂತ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿರುವುದರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅರಿವಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ.ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ಬೆಳಕಿನ ಯುಗವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು, ಮಾನಸ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಒಪ್ಪಿಸಿರುವ ಆದೇಶವೇ?

ಉ: ನಮಗಿರುವ ಆದೇಶವೆಂದರೆ, ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು. ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಬೆಳಕಿನ ಯುಗ ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದೆಂದು ಬಹು ದೊಡ್ಡ ಜವಾಬ್ದಾರಿ. ಸ್ವತಃ ಋಷಿಗಳೇ ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿರುವವರಿಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಏಕೆ ಬೇಕು?

ಉ: ಸರಳವಾದ ಕಾರಣವೆಂದರೆ, ಅಹಂ ಅನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಡಲು! ನನಗೆ ಅನಿಸುವುದೇನೆಂದರೆ ನಮಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಇದ್ದೇ ಇರಬೇಕು, ಏಕೆಂದರೆ ಈ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ದೇವರ ಇರುವಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಆಗಾಗ ನೆನಪಿಸುತ್ತಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ವಿನಯವಂತರನ್ನಾಗಿಸುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: ನಮ್ಮ ದೇಹಗಳು, ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗೆ ಏಕೆ ಸಿದ್ಧವಾಗಿಲ್ಲ?

ಉ: ಸಿದ್ಧವಾಗಿಲ್ಲದಿರುವುದು ಕೇವಲ ದೇಹಗಳಲ್ಲ, ಅದು ಇಡೀ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೂ ಕಾರಣ ಬೇರೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅಥವಾ ಅಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಾವು ಇನ್ನೂ ಹೊಂದಿರುವ ಅಹಂ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳು ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಒಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ಸ್ವಲ್ಪ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಹೊರಹಾಕಬಹುದು.

ಪ್ರ: ಭೌತಿಕ ಶರೀರವನ್ನು ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರವನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟಕರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆಯೇ?

ಉ: ನಾವು ಅದನ್ನು ಆರಂಭಿಸಬೇಕು. ನೀವು ಸಿದ್ಧವಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದು ಒಂದು ತುಂಬಾ ಹಿತಕರವಾದ ಮತ್ತು ಸುಲಭವಾದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ.

ಪ್ರ: ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ಈ ಭೌತಿಕ ಶರೀರ ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಿವೆಯೇ?

ಉ: ಹೌದು, ಅನೇಕ ಹಂತಗಳಿವೆ. ಈ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ, ನಾವಿನ್ನೂ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಿದೆ. ಆದರೆ ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿರುವಂತೆ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ದೇಹಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿವೆ. ಯಾವಾಗ ನಾವು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುಚಿಗೊಳಿಸಿ ಶುದ್ಧವಾಗಿಸುತ್ತೇವೆಯೋ, ಆಗ ಸಹಜವಾಗಿ ದೇಹ ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಪರಿವರ್ತನೆ ಸುಲಭವಾಗುವುದೇ?

ಉ: ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿ. ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಶೀಘ್ರಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: ಒಂದು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಯೋಚನೆ ಒಂದು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಅಯಾನ್ ಅನ್ನು

ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸುವಂತೆ, ಒಂದು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಯೋಚನೆ ಒಂದು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅಯಾನ್ ಅನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ನಿಜವೇ?

ಉ: ಅಯಾನುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಒಂದು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಯೋಚನೆ ನಾವು ಇಡೀ ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ವಿಸ್ತಾರಗೊಳ್ಳಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಕಾರಣ ಅದು ಸೃಷ್ಟಿಯ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಒಂದು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಯೋಚನೆ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಸಮಾನವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನಮ್ಮ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಬರುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮದೇಹಗಳ ಉಪಸ್ಥಿತಿ ನಮಗೆ ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ?

ಉ: ಅವರು ಬರುವುದು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿ ಒಂದು ಮಹತ್ತರವಾದ ಬದಲಾವಣೆ ತರುತ್ತದೆ. ಕಾರಣ ಅವರಲ್ಲಿರುವ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಅವರು ತರುವ ಜ್ಞಾನ ಸಂಪತ್ತು. ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಈ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಮಗೆ ಹರಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅದು ನಮಗೆ ಈ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಗೊತ್ತಾಗದಿರಬಹುದು ಆದರೆ ಬೇರೆ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಅದರ ಅರಿವಿರುತ್ತದೆ. ಅವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯಷ್ಟೇ ಸಾಕು. ಅದು ನಮಗೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ದೇವಸ್ಥಾನಗಳು, ಕುಂಡಲಿನಿ ಟವರ್ ಮತ್ತಿತರ ಇಂಥ ಸ್ಥಳಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಲು ಕಾರಣಗಳೇನು? ಅದು ಅಲ್ಲಿರುವ ಚೈತನ್ಯಗಳೇ?

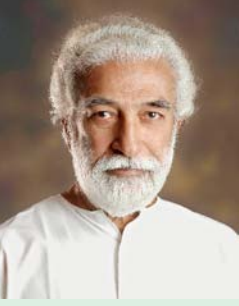
ಉ: ಹೌದು, ಚೈತನ್ಯಗಳು. ಅವು ಸೂಜಿಗಲ್ಲಿನಂತೆ ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿರುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸೆಳೆತವು ಸಿದ್ಧವಾಗಿರುವವರನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತವೆ. ನಾವು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು. ಅನೇಕರು ಈ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡು ಧ್ಯಾನಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಚೈತನ್ಯಗಳು ಅವರಿಗೆ ಹರಿದುಬರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನೂ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರ: ಇದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೂ ಆಕರ್ಷಿತರಾಗುವೆವೇ?

ಉ: ಹೌದು, ಇದು ನಿಜ. ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಇದರ ಅನುಭವವಾಗಿದೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಅಮರ ಅವರನ್ನು ನೋಡಲು ಮುನ್ನುಗ್ಗುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಅವರು ಕೋರಮಂಗಲದ ಒಂದು ನಿರ್ಜನ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ವಾಸವಾಗಿದ್ದರು. ಅವರಲ್ಲಿ ಗಾಢವಾದ ಪ್ರೀತಿ ಇತ್ತು. ಅಗಾಧವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರು. ಇವುಗಳಿಂದಾಗಿಯೇ ನಾವು ಅವರ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಕೇವಲ ಗುರುಗಳು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಕೆಲವು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸಹ ಇಂಥ ಅದ್ಭುತವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಆಕರ್ಷಣೆಗೆ ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳ ಅನುಬಂಧವು ಕೂಡಾ ಕಾರಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ■

ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
Higher Communication & Other Realities	100/-
Light Body & Other Realities	100/-
Master-Pupil Talks	60/-
iGurujii Vol 1,3,4 & 7	each 150/-
iGurujii - Vol 2	120/-
iGurujii - Vol 5	100/-
iGurujii - 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/-
Gurujii Speaks Part - I & II	each 200/-
Gurujii Speaks (Vol 3)	150/-
Gurujii Speaks (Vol 4)	250/-
Gurujii 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 - Vol 1 & 2	each 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-ಶಿಷ್ಯ ಸಂಭಾಷಣೆ	60/-
ಐ-ಗುರೂಜಿ ಭಾಗ 1	150/-
ಐ-ಗುರೂಜಿ ಭಾಗ 2	120/-
ಪೊಸ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳು	120/-
ಉನ್ನತ ಸಂಪರ್ಕಗಳು	100/-
ಅನಿಸಿಕೆಗಳು	120/-
ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ	50/-
ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ	50/-
ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣ	50/-
ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ	50/-
ಆಧುನಿಕ ಋಷಿಯೊಬ್ಬರ ಅತಿಂದ್ರಿಯ ಸಾಹಸಗಳು	50/-
ಗುರೂಜಿ ನಾ ಕುಂಡಲಿ	30/-
ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು	10/-
ಬೆಳಕು	10/-
ದೈವಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ	250/-
ಕಾವ್ಯಕಂಠ ವಸಿಷ್ಠ ಗಣಪತಿ ಮುನಿಗಳು	100/-
ಅನೇಕಲ್ಲಿನ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	120/-
ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು	100/-
ಪ್ರಕಾಶಾವಾಡ (Marathi)	150/-
आयुर्गुरुजी (Marathi)	100/-
ध्यान कैसे करावे (Marathi)	50/-
ध्यानयोग (Marathi)	50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)	50/-
शंभला तत्वांचा अभ्यास (Marathi)	50/-
एका आधुನिक 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/-
திரியானம் செய்வது எப்படி	50/-
ಊನಿಯಿನ್ ಬಾಯಿಲಿಲಕನ್	200/-
திரியான ಯோಗம்	50/-
ஆத்மாவின் அவரோகணம்	50/-
நவீன ரிஷி ஒருவரின் குறும்பு சாகசங்கள்	50/-
சம்பலா திரியானங்களின் அப்பிரியாசங்கள்	50/-
ಧ್ಯಾನಂ ವೈಯುಧಂ ಎಲ್	50/-
ಕಾಂತಿಕೆ ದ್ಯಾರಮುಲು	100/-



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦)

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 ಅಮರಂಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾಗುವ ಬೆಳಕಿನ ನಗರದ ದರ್ಶನವಾಗಿತ್ತು. ವಿಶ್ವಜೀತನ 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 ಗೋಲ್ಡ್‌ಹಳ್ಳಿಯ 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.)

ಸಾಧಕರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಇ-ಮೇಲ್/ಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್ ; ಅನು: ಸ್ವರ್ಣಲತಾ

ನಾನು ಕೆಲಸಮಾಡುವ ಕ್ಯಾಂಪಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಹಸಿರು ಗಿಡಮರಗಳಿವೆ. ಅಲ್ಲಿ ಒಂದು ದಿನ ಸಸ್ಯವೊಂದು ಸಾಯುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದುದನ್ನು ಕಂಡು, ದುಃಖವಾಯಿತು. ನಾನು ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅದು ಮತ್ತೆ ಚಿಗುರಿ, ಹಸಿರಲೆಗಳಿಂದ ಕಂಗೊಳಿಸಲಾರಂಭಿಸಿತು. ನನಗೆ ಆ ಸಸ್ಯವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದಕ್ಕೇ ಕಷ್ಟವಾಯಿತು! ಬೆಳಕು ನಿಜಕ್ಕೂ ಅದ್ಭುತ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ವಿಶ್ವಸಂಚಲನ ದಿನವಾದ ಫೆ.1ರಂದು ಮರೆತು ಕಛೇರಿ ಕೆಲಸದ ಮೇಲೆ ಹೊರಹೋಗಲು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ತಪ್ಪಿನ ಅರಿವಾದಾಗ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ಕಾರ್ಯತಿದ್ದೆ; ಆಶ್ಚರ್ಯವೆಂದರೆ ಅಂದು ನನ್ನ ಬದಲು ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ಆ ಕೆಲಸ ವಹಿಸಿದರು! ಬೆಳಕಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಅರ್ಪಿಸಿದೆ.

- ಆಕಾಶ್ ಮಲ್ಲಿಕ್

ನಾನು ಒಂದು ದಟ್ಟವಾದ ಕಾಡಿನ ರಹಸ್ಯ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಇದ್ದುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ಅಲ್ಲಿ ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಉಡುಪನ್ನು ಧರಿಸಿದ ಜನರ ಒಂದು ಗುಂಪಿತ್ತು. ಆ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ನಾನು ಕೂಡಾ ಇದ್ದೆ. ಅವರೆಲ್ಲರೂ ತಪೋನಗರದ ನಿವಾಸಿಗಳು ಹಾಗೂ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಎಂದು ತಿಳಿದು ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು.

- ಶುಭಾಂಗಿ ಶೆಟ್ಟಿ

ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಿ, ನನ್ನ ಶರೀರ ವಿಪರೀತವಾಗಿ ಬಳಲಿದ್ದ ಕಾರಣ ನಾನು ಒಂದು ರಾತ್ರಿ ನಿದ್ರೆ ಇಲ್ಲದೆ ಒದ್ದಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೂ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ನೋವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿ ಎಂದು ಕೇಳಿ ತೊಂದರೆ ಕೊಡಲು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸೊಪ್ಪಲಿಲ್ಲ. ನೋವಿನಿಂದ ಸಣ್ಣಗೆ ನರಳುತ್ತಾ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಭಗವಾನ್ ಕೃಷ್ಣನ ಜಪ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ, 4ನೇ ಬಾರಿ ಅವನ ಹೆಸರನ್ನು ಜಪಿಸುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ನನ್ನ ನೋವು ನಿವಾರಣೆಯಾಯಿತು! ನನ್ನ ದೇಹ ಮುಗುಳ್ಳುಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ನಾನು ಪ್ರಶಾಂತ ನಿದ್ರೆಗೆ ಜಾರಿದೆ.

- ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್

ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿನ ಕೆಲವು ತೊಂದರೆಗಳಿಂದಾಗಿ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ನಾನು ಬಹಳ ನೊಂದಿದ್ದೆ. ನಾನು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ 'ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ನನ್ನೊಡನಿದ್ದು, ನನ್ನ ಜೀವನದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರಾಗಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ದೃಢೀಕರಿಸಲು, ಈ ದಿನ ನನ್ನ ಕೈಗೆ ಒಂದು ಹೂವನ್ನು ತಂದು ಕೊಡಿ' ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಧ್ಯಾನದ ನಂತರ ನಾನು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಮಗಳು ಬಸ್‌ನಿಲ್ದಾಣ ತಲುಪುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ನನ್ನ ಮಗಳು ಓಡಿ ಒಂದು ಹೂವನ್ನು ತಂದು ನನ್ನ ಕೈಯಲ್ಲಿಟ್ಟು 'ಅಮ್ಮ ಇದು ನಿನಗೆ' ಎಂದು

ಹೇಳಿದಳು. ಏನಾಯಿತು ಎಂದು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಬೇಕಾಯಿತು! ಇದರಿಂದ ನನ್ನ ಮನಮಿಡಿಯಿತು. ನನ್ನ ಬದುಕಿನ ಎಲ್ಲಾ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲೂ ಇರುವ ದೇವರಿಗೆ, ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ನನ್ನ ವಂದನೆಗಳು.

- ಧನ್ಯಾ ಮನೋಜ್

ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಹಿಂದೆ 'Doorways to light' ಪುಸ್ತಕದ ಕೆಲವು ಪುಟಗಳನ್ನು ಓದಿದಾಗ, ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೆಲ್ಲಾ ಗುರೂಜಿಯವರ ಯೋಚನೆಗಳೇ ತುಂಬಿತ್ತು. ನನ್ನ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣುಚ್ಚಿ ಕುಳಿತಿದ್ದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಕಿಟಕಿ ಬಾಗಿಲುಗಳೆಲ್ಲಾ ಮುಚ್ಚಿದ್ದರೂ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ತಣ್ಣನೆಯ ಗಾಳಿ ಬಂದು ನನ್ನ ಮೈದಡವಿತು. ಆಗ ಅಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರು ನನ್ನ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣಿಸದಿದ್ದರೂ, ಗುರೂಜಿಯವರ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯದ ಅರಿವಾಯಿತು. ನನ್ನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಹರುಷ ತುಂಬಿ ಇಡೀದಿನ ಹಾಗೇ ಇತ್ತು. ಒಂದು ತಿಂಗಳ ನಂತರ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಾನು ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಮೊದಲಬಾರಿಗೆ ಕಂಡಾಗಲೂ ಅಂತಹದೇ ಅನುಭವವಾಗಿ ಅದರ ಪ್ರಭಾವ ಸುಮಾರು ಒಂದು ತಿಂಗಳವರೆಗೆ ಇತ್ತು. ಗುರೂಜಿಯವರ ಪಾದಕಮಲಗಳಿಗೆ ನನ್ನ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಣಾಮಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.

- ರಶ್ಮಿ ದೊಯ್ಲೆಡ್

ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನನ್ನ ಹೃದಯದ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ವೈಶಾಲ್ಯತೆಯ ಅನುಭವವಾಗಿ, ಮೊದಲು ಭಯವಾಯಿತು. ನಂತರ ಆ ವೈಶಾಲ್ಯತೆಯು ಬಹಳ ಕಾಲದವರೆಗೆ ಉಳಿಯುತ್ತಿತ್ತು. ನಾನು ಬೆಳಕನ್ನು ಕೂಡ ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ ಹಾಗೂ ನಾನು ಆ ಬೆಳಕಿನೊಳಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿರುವ ಅನುಭವವಾಗಿದೆ.

- ಪ್ರತಿಭಾ ಟಾವರ್ನ್

ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ನೋಡಿಕೊಂಡಾಗ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾನು ಬೇರೆ ಯಾರನ್ನೋ ಗಮನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೇನೋ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ದೇಹವನ್ನು ಬೇರೆ ಯಾರೋ ಆವರಿಸಿ, ಈ ಜೀವನವನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ, ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಹೇಗೆ ಅನುಭವಿಸಬೇಕೆಂಬುದನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಕಲಿಸುತ್ತಿರುವಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನೊಳಗೆ ಹೊಸ 'ನಾನು' ಇರುವುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ, ಕೃಪೆ ಹಾಗೂ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಇಂತಹ ಸುಂದರವಾದ ಹಂತವನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೂ ನನಗೆ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಲು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಪದಗಳೇ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ ಪ್ರೀತಿಯ ದ್ಯೋತಕವಾದ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಶಕ್ತಿಮೀರಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ.

- ಅಭಯ್ ಜೋಶಿ

ತಪೋವಾಣಿ, ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ : ರೂ.300/-

ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ, ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560 077. ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦) ಪರವಾಗಿ.

ಮಾಲೀಕರು : ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560 077
ಪ್ರಕಾಶನ ಸ್ಥಳ : ಆರ್ಟ್ ಪ್ರಿಂಟ್, 719/ಎ, ವೆಸ್ಟ್ ಆಫ್ ಕಾರ್ಡ್ ರೋಡ್, ಡಾ|| ಮೋದಿ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು - 560 086. ಫೋನ್ : 2335 9992
ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ