ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂ. 11 ಸಂ. 3 | ಮಾರ್ಚ್ 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)

ಇನ್ನೊಂದು ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಹತ್ತಿರವಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ನನ್ನ ಆಲೋಚನೆಗಳು ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಅಮರರೊಂದಿಗೆ ಕಳೆದ ದಿನಗಳತ್ತ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತಿವೆ; ಮಂಜನ್ನು ಸರಿಸಿ ನನ್ನ ಗುರಿಯನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಾಣುವಂತೆ ಮಾಡಿದ ಆ ದಿನಗಳು; ಕಲೆ ಮತ್ತು ಸಾಹಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಗುರಿಯಿಲ್ಲದ ಪಯಣಗಳಿಗೆ ಧ್ಯೇಯೋದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿದ ಆ ದಿನಗಳು. ಆಗಲೇ ನಾನು ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು, ವಾಸ್ತವವನ್ನು ಮತ್ತು ಬದುಕನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡದ್ದು. ಆಗಲೇ ನಾನು ನನ್ನ ತಪ್ಪುಗಳಿಂದ ಪಾಠ ಕಲಿಯಲು, ನನ್ನ ವೈಫಲ್ಯಗಳಿಂದ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಹಾಗೂ ಹಗೆತನ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷಗಳನ್ನೆದುರಿಸಲು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಜಾಗ್ರತಗೊಳಿಸಲು ಕಲಿತದ್ದು. ಆ ದಿನಗಳು ಇಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ನಾನು ಎಡವುತ್ತಿದ್ದೆ, ದಾರಿ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ ಹಾಗೂ ನಾನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ನನ್ನ ಜೀವಿತೋದ್ದೇಶದಲ್ಲಿ ವಿಫಲನಾಗುತ್ತಿದ್ದೆ. ಅಮರರವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ನಾನು ಹೊತ್ತಿಸದ ದೀಪದಂತಾಗುತ್ತಿದ್ದೆ.

ಅಮರರವರು ನನಗೆ ಮೌನವನ್ನು ಕಲಿಸಿದರು ಹಾಗೂ ಅನಂತನಾಗುವುದು ಹೇಗೆಂಬುದನ್ನು ಕಲಿಸಿದರು. ಅವರು ನನಗೆ ಜೀವನ ಮತ್ತು ಅದರ ಭವ್ಯತೆಯನ್ನು ಕಲಿಸಿದರು. ಅವರು ನನಗೆ ಧ್ಯಾನ ವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕಲಿಸಿದರೆಂಬುದನ್ನು ಹೇಳುವುದೇ ಬೇಕಿಲ್ಲ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಕಾಲಾನಂತರವೂ ನನಗೆ ಸಾಧನೆ ಮತ್ತು ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನದ ರಹಸ್ಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನನಗೆ ಅವರ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯ ಅನುಭವವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ನನ್ನ ಜೀವನದ ಭಾಗವಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಉಸಿರಿನಂತೆ.

ಕಳೆದ ವರ್ಷವು ನನ್ನನ್ನು ನನ್ನ ಮಾನವ ಜೀವನದಿಂದ ಅಜ್ಞಾತ ದಿವ್ಯ ಸರಹದ್ದುಗಳಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ದಿತು. ಋಷಿಗಳು ನನ್ನನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಗುಂಪಿಗೆ ಸೇರಿಸಿಕೊಂಡು, ಭೌತ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮತ್ತು ಅತಿಸೂಕ್ಷ್ಮ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲೆಂದು ನನಗೆ ಶಂಬಲ ಮತ್ತು ಇತರ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ತರಬೇತಿ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಇಲ್ಲಿನ ಮಾನವ ಜೀವಿಗಳಿಗಾಗಿ ಸಾವಿರಾರು ಋಷಿಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಬೃಹತ್ ಸಂಘಟನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಒಂದು ರೋಮಾಂಚಕ ಅನುಭವ ಅಲ್ಲದೆ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಫಲಪ್ರದವಾಗಿದೆ. ಕಳೆದೊಂದು ವರ್ಷವು ನನಗೆ ಸಾವಿರ ವರ್ಷಗಳ ಅನುಭವವನ್ನು ನೀಡಿದೆ.

ಅಧ್ಯಾತ್ಮವೆಂದೊಡನೆ ನಾವು ಏಕೆ ಗಂಭೀರರಾಗುತ್ತೇವೆ? ಅಧ್ಯಾತ್ಮವೆಂದರೆ ಕೇವಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಅತ್ಯಂತ ಗಂಭೀರವಾಗಿರುವುದು ಎನ್ನುವುದು ಒಂದು ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ. ಋಷಿಗಳಾಗಿದ್ದ ಅರವಿಂದರು, “ಇಡೀ ಜೀವನವೇ ಯೋಗ” ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅಮರರವರು ಟೀವಿ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರು, ಗಝಲ್‌ಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದರು, ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಆಡುತ್ತಿದ್ದರು ಹಾಗೂ ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರೂ ಒಬ್ಬ ಋಷಿ. ಋಷಿಗಳು ನಮಗೆ ವೇದಗಳನ್ನು, ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನಲ್ಲದೆ ಕಾಮಸೂತ್ರವನ್ನೂ ಕೊಟ್ಟರು! ನಮಗೆ ಅವರು ಸಮತೋಲನದ ಜೀವನವನ್ನು ಬದುಕಲು ಕಲಿಸಿದರು.

ಸಮತೋಲನದ ಜೀವನವೆಂದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನ. ಸುಂದರ ವಿಷಯಗಳಾದ ಸೂರ್ಯಾಸ್ತ, ಹಾಡು, ಕವನ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದೂ ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಜನ್ಮವೆತ್ತಿದ ಉದ್ದೇಶದ ಒಂದು ಭಾಗ. ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುವಂತೆ ಕಾಮನಬಿಲ್ಲಿನಲ್ಲೂ ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು.

ಹೊಸಯುಗದತ್ತ ನಾವು ಚಲಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸುವ ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆಗಳನ್ನು ತೊರೆದು ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ■

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.

31-1-2014 ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾದ ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದ ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು, 90 ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು 16-2-2014 ರಂದು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿದ್ದರು

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- 2-2-2014 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 300 ಜನರು ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.
- 1-2-2014 ರಂದು ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 50 ಜನರು ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.
- 'ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'ವನ್ನಾಗಿ ಆಚರಿಸಿದ 31-01-2014 ನೇ ಶುಕ್ರವಾರದಂದು, ಒಂದು ಮಿಲಿಯನ್‌ಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಎರಡು ಸಾವಿರಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದರು.
- ನಮ್ಮ ಸಾಧಕರಿಗೆ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯನ್ನು ದಿನಾಂಕ 07-05-2014ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1 ರವರೆಗೆ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ದೂರಕಲಿಕೆಯ ಸಾಧಕರು ಕೂಡಾ ಇದರ ನೇರಪ್ರಸಾರದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು. ಆಸಕ್ತರು ದಿನಾಂಕ 30-04-2014ಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ. ವಿವರಣೆಗಾಗಿ ದಯವಿಟ್ಟು ಮಾನಸ ಆಫೀಸನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

01	ಶನಿ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
09	ಭಾನು	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
11	ಮಂಗಳ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
16	ಭಾನು	ಪೂರ್ಣಿಮಾ ಕಾಮದಹನ
24	ಸೋಮ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
29	ಶನಿ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
30	ಭಾನು	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
31	ಸೋಮ	ಚಾಂದ್ರಮಾನ ಯುಗಾದಿ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು:	ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು : ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12 ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1
09-3-2014	ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
16-3-2014	ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ರಾ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
30-3-2014	ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ (ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್): ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1

ಕಾಮದಹನ ತಂತ್ರ

ಮಾರ್ಚ್ 16ನೇ ಭಾನುವಾರದಂದು ಚಂದ್ರೋದಯದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಒಂದು ಹೋಮಕುಂಡವಿದೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅಗ್ನಿದೇವನನ್ನು ಆವಾಹಿಸಿ – ಒಂದು ಬಾರಿ ಓಂ ಅಗ್ನಿದೇವಾಯ ನಮಃ ಎಂಬ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಿ ಮತ್ತು ಹೋಮಕುಂಡದಲ್ಲಿ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅರಿಷಡ್ವರ್ಗಗಳಾದ ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ, ಲೋಭ, ಮೋಹ, ಮದ, ಮಾತ್ಸರ್ಯಗಳನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಕಾಮವು ನಿಮ್ಮಿಂದ ಒಂದು ಹೊಗೆಭರಿತ ಅಥವಾ ಕಪ್ಪು ಚೆಂಡಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹೊರಬರುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಭಾವಿಸಿಕೊಂಡು, ಅದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಹೋಮಾಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ. ಇದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ ಉಳಿದ ಐದನ್ನೂ ಪುನರಾವರ್ತಿಸಿ. ನಂತರ ಅಗ್ನಿದೇವನಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿ. ನಂತರ ಸ್ವಲ್ಪಸಮಯದವರೆಗೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ.

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

ನಾಲ್ಕನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದ ವರದಿ

ಮನೋಜ್ ಕುಮಾರ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಈ ವರ್ಷ 'ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ' ಬಹಳ ವಿಶೇಷವಾಗಿತ್ತು. ಅಂದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಿಂದ ದೊರಕಿದ ದೈವೀಕ ಸಹಾಯವನ್ನು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರು. ಉನ್ನತ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ನೋಡಿದರೆ, ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ನಿಯೋಜಿಸಿದಂತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂಡ ಕೇವಲ ಅದರಂತೆ ನಡೆದುಕೊಂಡರೇನೋ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ.

ಒಂದು ಮಿಲಿಯನ್ ಜನರಿಂದ ಒಂದೇ ದಿನದಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿಸಬೇಕೆಂಬುದು ನಮ್ಮ ಗುರೂಜಿಯವರ ಕನಸು ಕೂಡಾ ಆಗಿತ್ತು. ಆ ಕನಸು ಈಗ ನನಸಾಯಿತು. ಇದು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ 95ನೇ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಒಂದು ಸೂಕ್ತ ಉಡುಗೊರೆ. ನಾವು ವಿನೀತರಾಗಿ ಈ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಅವರ ಪದತಲದಲ್ಲಿ ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರತಿ ವರ್ಷದಂತೆ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಅದ್ಭುತವಾದ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರು ಮತ್ತು ಅವರು ಈ ಅವಕಾಶವನ್ನು ತಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿರುವಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಬಳಸಿಕೊಂಡರು. ಈ ಬಾರಿ 'ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'ದ ಯೋಜನೆಯು ಒಂದೂವರೆ ತಿಂಗಳ ಮೊದಲಿಂದಲೇ ಆರಂಭವಾಯಿತು. ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಸಂಯೋಜಕರ (Area Coordinators) ಸಭೆ ನಂತರ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಸಭೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಹಂತದ ಸಭೆಗಳು ಸತತವಾಗಿ ದಿವ್ಯ ಸನ್ನಿಧಿ ಮತ್ತು ಆಶೀರ್ವಾದಗಳಿಂದ ನಡೆದವು. ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಈ ದಿನವನ್ನು ಒಂದು ಅವಿಸ್ಮರಣೀಯ ದಿನವನ್ನಾಗಿಸಲು ಹೆಚ್ಚಿನ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದರು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಕಾರ್ಯಕರ್ತನೂ ಒಬ್ಬ ನಾಯಕನಂತೆ ಕೆಲಸಮಾಡಿ, ನಿಗದಿತ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಮೊದಲೇ ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮುಗಿಸಿದರು. ಅನೇಕ ತಂಡದ ಸದಸ್ಯರುಗಳು ತಾವಾಗಿಯೇ ಮುಂದೆ ಬಂದು ತಮ್ಮ ಸಹಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ, ಅವರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡರು. ಅವರು ಪರಸ್ಪರರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಕಾಣುತ್ತಾರೆ. ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಒಂದೇ ಹಾರದ ಮುತ್ತುಗಳಿದ್ದಂತೆ. ತಂಡದ ಸದಸ್ಯರಲ್ಲಿದ್ದ ಏಕತೆಯೇ ಯಶಸ್ಸಿನ ಮಂತ್ರವೆಂದು ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ.

ಈ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನಕ್ಕೆ ಶಾಲೆಗಳ ಆಡಳಿತ ಮಂಡಳಿಯವರಿಂದ ಅಮೋಘವಾದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ದೊರಕಿತು. ಅವರು ನಮ್ಮನ್ನು ವಿಶೇಷ ಗೌರವದಿಂದ ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರು. ಅವರು ತಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯ ಮಳೆಗರೆದು, ನಮ್ಮ ಕನಸು ಸಾಕಾರಗೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾದರು. ನೂರಾರು ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಮುಖಂಡರು ಸ್ವಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ಅವರಾಗಿಯೇ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲು ಮುಂದೆಬಂದರು. ಇದರಿಂದ ಅವರು, ನಮ್ಮ ತಂಡವು ಹೆಚ್ಚು ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ಕೊಡಲು ಹಾಗೂ 'ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'ದಂದು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರು.

160ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಮತ್ತು ಸಮರ್ಪಣಾ ಭಾವದ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ತಮ್ಮ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಕನಸಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರು. ಅನೇಕ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಆಗಲು, ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ತರಬೇಕೆಂಬ ಅವರ ದೃಢವಾದ ಉದ್ದೇಶವಷ್ಟೇ ಸಾಕು ಎಂದು ನಾನು ನಂಬಿದ್ದೇನೆ. ಸುಮಾರು 2100 ಶಾಲೆಗಳ ಒಂದು ಮಿಲಿಯನ್ ಮಕ್ಕಳು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಬೆಳಕು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಳವನ್ನಾಗಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಋಷಿಗಳ ಈ ಸುಂದರವಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಹೊಸಯುಗವು ಉದಯವಾಗುವವರೆಗೆ ಮುಂದುವರೆಸೋಣ.

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಸೋಮಯಾಜಿ ಅಲ್‌ಮೇಲ್; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಯೋಜನೆಯ ಸಾಕಾರರೂಪವಾದ ತಪೋನಗರವು, ಫೆಬ್ರವರಿ 2 ರಂದು ಅವರ 95ನೇ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬವನ್ನು ಆಚರಿಸಿತು. ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದಂದು, ಒಂದು ಮಿಲಿಯನ್‌ಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು. ಇದು ಅಮರರವರಿಗೆ ಅವರ ಜನ್ಮದಿನದ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿತ್ತು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ತಿಂಗಳ ಹಿಂದಿನಿಂದಲೇ ಕೆಲಸದ ತಯಾರಿ ನಡೆಸಲಾಗಿದ್ದು 31ನೇ ಜನವರಿಯಂದು ಅದನ್ನು ಕಾರ್ಯರೂಪಕ್ಕೆ ತರಲಾಯಿತು.

ತಪೋನಗರವು, ಮನುಕುಲದ ಉದ್ಧಾರಕ್ಕಾಗಿ ದೈವೀ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ಆವರಿಸಿರುವ ಅನೇಕ ಧ್ಯಾನಮಂದಿರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೈವೀ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸೂಕ್ತವಾದ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಕೂಡ ಕಲ್ಪಿಸಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಧ್ಯಾನಿಯೂ ಉನ್ನತಮಟ್ಟದ ತರಂಗಗಳ ವಾಹಕನಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತಾನೆ. ಒಬ್ಬನ ವಿಕಾಸದ ವೇಗ ಎಷ್ಟೇ ಇರಲಿ, ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನಿಗೂ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳಲು ಅವಕಾಶವಿದೆ. ನಿರಂತರ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನೂ, ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನಗಳಿಂದ ತುಂಬಿಕೊಂಡು ದೈವತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದಿ ಹೊರಸೂಸುತ್ತ ಸಾಧಕನಿಗೆ ಸಹಾಯ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಹಾಗೂ ಸಾಂತ್ವನ ನೀಡುವ ಮೆಡಿಟೇಶನ್ ಹಾಲ್‌ನ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಲು ಇಲ್ಲಿ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ.

ಒಬ್ಬ ಸಾಧಾರಣ ಲೌಕಿಕ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಪವಿತ್ರೀಕರಿಸಿದ ಇಲ್ಲಿನ ಧ್ಯಾನಮಂದಿರಗಳು ಅರ್ಥಶೂನ್ಯ ಅನಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಯಾರು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಅನುಭವಿಸಲು ಶಕ್ತರೋ ಅವರು ಅವ್ಯಕ್ತ ಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಬಲ್ಲರು. ಇಲ್ಲಿನ ಧ್ಯಾನಮಂದಿರಗಳು, ನಾವು ನಮ್ಮನ್ನು ಅಹಂಕಾರದಿಂದ ಬರಿದಾಗಿಸಿಕೊಂಡು, ದೈವಿಕತೆಯಿಂದ ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬ ಅತಿಮುಖ್ಯವಾದಂತಹ ಪಾಠವನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡುತ್ತವೆ.

ಉತ್ಸಾಹ, ಮೌನ ಮತ್ತು ಗಂಭೀರತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರಗಳ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಸಾಧಕರನ್ನು ಉನ್ನತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನಾಗಿಸಲು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ತಪೋನಗರ ಹೊಂದಿದೆ. ■

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 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

ಮೇ 2004

ನನ್ನಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ದೀಕ್ಷೆ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಎಲ್ಲರೂ ಇಷ್ಟಪಡುವುದು ಸಹಜ. ನನ್ನ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ಮೂಲಕ ದೀಕ್ಷೆಕೊಡುವವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಒಬ್ಬ ಋಷಿ ಎಂದು ನೀವು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ, ನಿಮಗೆ ನಿರಾಶೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮತ್ತೊಂದು ವಿಷಯವೆಂದರೆ, ಅನೇಕ ಮಿತಿಗಳಿರುವ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾದ ನಾನಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಮಿತಿಗಳಿಲ್ಲದ ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕನಾದ ನಾನೂ ಇದ್ದೇನೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಈ ದೇಹದ ಮೂಲಕ ನಿಮಗೆ ದೀಕ್ಷೆ ಕೊಡಬಲ್ಲೆ ಅಥವಾ ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ದೇಹದ ಮೂಲಕವೂ ದೀಕ್ಷೆ ಕೊಡಬಲ್ಲೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನೀವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತಂತ್ರಗಳು ನಿರ್ಧರಿತವಾಗಿವೆ. ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಬೇರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಬೇಡಿ ಎಂದು ಜನರಿಗೆ ನಾವು ಸೂಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಿಮಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ತಂತ್ರ ನಿಮಗಾಗಿ ಮಾತ್ರ. ನೀವು ತಂತ್ರವನ್ನು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿದರೆ ಮತ್ತು ಅದರಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡರೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಗೊಂದಲವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಾಗ ನಿಮಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಂಬಿಕೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಶ್ನಿಸದಿರುವ ವಿಧೇಯತೆ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮನುಷ್ಯರು ತಪ್ಪುಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಋಷಿಗಳಲ್ಲ, ಋಷಿಗಳು ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು.

ನಾವು ದೊಡ್ಡ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದಾಗಿ ಅಥವಾ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸಣ್ಣ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಪದೇಪದೇ ಮಾಡುವುದರಿಂದಾಗಿ ಮತ್ತು ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪನ್ನೇ ಪುನರಾವರ್ತಿಸುವುದರಿಂದಾಗಿ ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ನಾವು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಆತ್ಮಾವಲೋಕನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ನಾವು ಜೀವಿಸುವ ರೀತಿ, ಪ್ರಪಂಚದೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯುವ ರೀತಿಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ತಪ್ಪುಗಳಾಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಎಷ್ಟು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ವೈರಾಗ್ಯವಿದೆ ಎನ್ನುವುದು ದೇವರೆಡೆಗಿನ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣದ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲಾಗದಿದ್ದರೆ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆ ವ್ಯರ್ಥ. ಪ್ರೀತಿ ನಮ್ಮನ್ನು ದೇವರ ಅಂಚಿನವರೆಗೆ ಬೆಳೆಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮೊಳಗೆ ನಿಶ್ಚಲತೆಯಿದೆ, ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲಕ ಅದನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು. ನಿಶ್ಚಲತೆ ದೇವರ ಒಂದು ಭಾಗ. ಅದರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡಾಗ ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡಂತೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ವಿವೇಕವನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಇದ್ದರೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಎದುರಿಸುತ್ತೇವೆ.

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಬರಲಿರುವ ಸಮುದಾಯದ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವುದು ಹೀಗಿದೆ – ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರುಗಳು ತಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿ, ಸಂಪತ್ತು, ವಿವೇಕ, ಶಾಂತಿ, ಕನಸುಗಳು ಮತ್ತು ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ತಮ್ಮೊಳಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಇವುಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಹತ್ವ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ನನ್ನ ಗುರುಗಳು ಧ್ಯಾನಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು, ಧ್ಯಾನ ಸರಿಯಾದ ಪದವಲ್ಲ – ಅವರು ತಿಂಗಳುಗಟ್ಟಲೆ ತಪಸ್ಸನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ತಮ್ಮ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಹೊರಗಿನಿಂದ ಬೀಗ ಹಾಕಲು ಮತ್ತು ಬಾಗಿಲನ್ನು ತೆರೆಯಬೇಕಾದ ದಿನವನ್ನು ತಮ್ಮ ಅನುಯಾಯಿಗಳಿಗೆ ಸೂಚಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದರ ಪ್ರಚಾರವನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಅವರು ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಬೇರೊಂದು ದರ್ಜೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರು. ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಧ್ಯಾನಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಋಷಿಗಳಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಈ ರೀತಿಯ ಧ್ಯಾನ ಸುಲಭವಲ್ಲ. ನಾವು ಪ್ರತಿದಿನ ಒಂದು ಗಂಟೆಯಾದರೂ ಧ್ಯಾನಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡೋಣ.

ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕ ನಿಯಮವೊಂದು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಅದು ಸಾಧಕರಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತದೆ; ಕಷ್ಟದಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದರ ಅರಿವು ನನಗಿದೆ. ಈ ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕ ನಿಯಮವು ನನ್ನಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡಲು ನಾನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅದೇ ನನ್ನ ಸಾಧನೆಯಾಗಿರಬಹುದೇನೋ. ಈ ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕ ನಿಯಮದಿಂದ ಜನರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅನೇಕರಿಗೆ ಇದರ ಅರಿವಿದೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವರಿಗೆ ಇದರ ಅರಿವಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಇದರ ಅರಿವಿಲ್ಲದವರು ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕ ನಿಯಮವು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಅರಿವು ನನಗಿರುವುದರಿಂದಾಗಿ ನನ್ನ ಅಹಂ ಅನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಗುರುವಿನಿಂದ ನಾನು ಕಲಿತ ಅತಿದೊಡ್ಡ ಪಾಠವೆಂದರೆ ಅಹಂ ಅನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡುವುದು. ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ತಾವೇ ದೊಡ್ಡವರೆಂದುಕೊಳ್ಳಲಿ!! ಅಂಥ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಂಘರ್ಷಣೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ನನ್ನ ಗುರು ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದ ಏಕನಾಥ್ ಮಹಾರಾಜ್ ಅವರಾಗಿದ್ದರು. ಏಕನಾಥ್ ಅವರು ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸರಳಗೊಳಿಸಿ ಮರಾಠಿ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ತರುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಿದರು. ಅದೇ ರೀತಿ, ಅಮರರವರು, ನಾವು ನಮ್ಮ ಮೂಲದಿಂದ ಅವರೋಹಣಗೊಂಡ ಜ್ಞಾನವನ್ನು 'ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣ'ದಲ್ಲಿ ನಮಗಾಗಿ ಕೆಳತಂದರು. ಆದ್ದರಿಂದ, ಸರಳೀಕರಣಗೊಂಡ, ಸುಲಭವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುವ ಹಾಗೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಆಚರಣೆಗೆ ತರಬಹುದಾದ ಈ ಜ್ಞಾನವು ನಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಇರುವುದರಿಂದ ನಾವು ಸಂತೋಷಪಡೋಣ, ಹೆಮ್ಮೆಪಡೋಣ.

'ಯಮ-ನಿಯಮಗಳನ್ನು ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೆ ನಮಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ.' ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಿ.

ಪ್ರತಿಸಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗಲೂ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿ. ನಿಮಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಯಿದ್ದಾಗ ಅಥವಾ ಮನಸ್ಸು ಕಳವಳಗೊಂಡಿದ್ದಾಗ ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿ. ಇದು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಮಾಧಾನಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಉಪಶಮನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇದು ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಕೆಳತಂದು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ತುಂಬುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ನಾವು ಪ್ರಪಂಚದೊಂದಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯವಹರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ನನ್ನ ಪುಣೆ ಪ್ರವಾಸ ಅವಿಸ್ಮರಣೀಯವಾದುದು. ಜನರು ಮರಾಠಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿದರೂ, ಅದರ ಬಹುಭಾಗ ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಯಿತು. ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿದರು. ನಾನು ಇಂಗ್ಲೀಷ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿದೆ. ಅದು ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರವಾಗಿತ್ತು. ಅವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಮಾಡಲು ಹೇಳಿದೆ. ಅವರಿಗೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಇರಲಾರದು ಎಂದು ನಾನಂದುಕೊಂಡೆ. ಆದರೆ ಅವರಾರೂ ಎದ್ದು ಹೋಗದೆ ಅಲ್ಲಿಯೇ ಕುಳಿತು ಧ್ಯಾನಮಾಡಿದರು. ನಂತರ ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಜರುಗಿತು. ಅದು ತುಂಬ ಅದ್ಭುತವಾಗಿತ್ತು! ಕೆಲವರು ನನ್ನ ಬಳಿ ಬಂದು ಅತ್ತರು. 'ಈ ದಿನ ನನ್ನ ಜನ್ಮದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ದಿನ' ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು.

'ಫಲ ಪೂರ್ಣಿಮೆ'ಯನ್ನು ಒಂದು ಶುಭದಿನವನ್ನಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆ ದಿನದಂದು, ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಏನನ್ನಾದರೂ ಸಾಧಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ನಿರ್ಣಯಿಸಿದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಈಡೇರಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕೂಡಾ ಇದು ಬಹುಮುಖ್ಯವಾದ ದಿನ. ನಾವು ಧ್ಯಾನಮಾಡಿದಾಗ ಏನನ್ನೂ ಕೇಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ದೇವರು ನಮಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಕೊಡುತ್ತಾನೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಈ ವರ್ಷವು ಅಪಾರ ಕೊಡುಗೆಗಳ ಮತ್ತು ಅಗಾಧ ಭರವಸೆಯ ವರ್ಷದಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿದೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ಚುನಾವಣೆಗಳು ಮತ್ತು ನಂತರದ ಭಾರತದ ರಾಜಕೀಯ ವಲಯದಲ್ಲಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಬಹಳ ಭರವಸೆಯನ್ನು ತಂದಿದೆ. ನಾವು ಹೊಸಯುಗದ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಹಾಗೂ ಮುಂದೆ ಒಳ್ಳೆಯ ದಿನಗಳು ಬರುತ್ತವೆ ಎಂದು ಋಷಿಗಳ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿರುವ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಬೆಳಕಿಗೆ ಬರುತ್ತಿರುವ ಇಷ್ಟೊಂದು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯಿಂದಾಗಿ ಹಾಗೂ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ವಿಕೃತಗೊಂಡ ಇಷ್ಟೊಂದು ವಿಷಯಗಳಿಂದಾಗಿ ಈಗ ಜೀವನ ತುಂಬ ಜಟಿಲವಾಗಿರಬಹುದು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಜ್ಞಾನವಿದೆ, ಆದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರಿಗೆ ಇದು ಕಂಗೆಡಿಸುವ ಹಾಗೂ ಗೊಂದಲದ ಕಾಲವಾಗಿರಬಹುದು. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆಲ್ಲ ಜೀವನವು ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅದು ಹೇಗಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ನಮಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಈಗ ಒಬ್ಬ ನಾಯಕರು ಎಲ್ಲಿಂದಲೋ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಿಂದ ಬಹಳಷ್ಟನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ; ಭರವಸೆ ಮೂಡುತ್ತಿದೆ. ಅಧಿಕಾರದಲ್ಲಿರುವ ಜನರಿಂದ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯನ್ನು ಜನರು ಒತ್ತಾಯ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹೊಸ ಜೀವನದ ರೀತಿನೀತಿ, ನಾಯಕತ್ವ ಮತ್ತು ಆಡಳಿತಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಆದರ್ಶವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುತ್ತಿರುವ ಕೆಲವು ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಈಗ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಬೇರೆಯವರು ಈ ಆದರ್ಶವನ್ನು ಪಾಲಿಸಲೇಬೇಕಾದ ಸ್ಥಿತಿ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಜನರು ಅವರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಜನರು ಇನ್ನೆಂದೂ ಮೂಕ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಾಗಿ ಉಳಿಯುವ ಮನಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಲ್ಲ. ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿವೆ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತಿವೆ. ಬಹಳ ವೇಗವಾಗಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳುಂಟಾಗುತ್ತಿವೆ. ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಗಾಗಿ ನಾಯಕರುಗಳನ್ನು ಒತ್ತಾಯಿಸುವ ಹಾಗೆಯೇ ಇವುಗಳಿಗಾಗಿ ನಮ್ಮೊಳಗನ್ನೂ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಒಳ್ಳೆಯತನ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಆಯ್ದು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಬೇಕು. ಅದೊಂದೇ ಸರಿಯಾದ ದಾರಿ. ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಮಗೆ ಅತಿ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋಗಲು ಉತ್ತಮ ಅವಕಾಶಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರು ಸ್ಥಾಪಿಸಿರುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತಾ ಹೋಗುವುದಷ್ಟೇ ನಮ್ಮ ಕೆಲಸ. ಜನರು ಇಲ್ಲಿ ಬಂದು ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಾವು ಈ ಸ್ಥಳದ ಮತ್ತು ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಉಸ್ತುವಾರಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವವರಿದ್ದಂತೆ. ನಮ್ಮ ಕೆಲಸ ದೊಡ್ಡದೇನಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅದು ಬಹುದೊಡ್ಡ ಕೆಲಸದ ಒಂದು ಭಾಗ; ಅದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಕೊಡುಗೆ ಸಣ್ಣದಿದ್ದರೂ ಬಹುಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಶಿಕ್ಷಕರು, ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಹಾಗೂ ನಿಯತವಾಗಿ ತರಗತಿಗೆ ಹೋಗುವ ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಂದಾಗಿ ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರವೂ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕೆಲಸವೂ ಮುಖ್ಯ. ಈ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಅವರಿಗೆ ಪ್ರೇರಣೆ ಯಾವುದು? ಅದು ಗುರೂಜಿಯವರ ಮೇಲಿನ ಪ್ರೀತಿ!

ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಹಾಗೂ ಶಿಕ್ಷಕರೊಬ್ಬರು, ಅವರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತಪೋನಗರಿಗರ ಸಾಮೂಹಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಡೆಯಬೇಕಾದ ದಿನದಂದು, ಆನೇಕಲ್‌ಗೆ ಹೋಗಿ ಅಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ತರಗತಿಯನ್ನು ನಡೆಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದರಿಂದ ಅವರ ಕುಟುಂಬದವರು ಆ ಕೆಲಸವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿದರು. ಇದು, 'ಮೊದಲಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮತ್ತೆಲ್ಲವೂ ನಂತರ' ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆ.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರಿಗೆ ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಕೆಲಸಮಾಡಲು ಆಗದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ಇರವಿನ ಮೂಲಕ, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅನುರಣಿಸುತ್ತ, ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುತ್ತ, ಬೆಳೆಯುತ್ತ ಹೋದರೆ ಋಷಿಗಳು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ನಮ್ಮನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ, ಹೆಚ್ಚು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ನಮ್ಮವರು ಮತ್ತು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಬಹುದೊಡ್ಡ ಹಾಗೂ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಿಸ್ವಾರ್ಥ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಹಾಗೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಕೆಲಸವು ಎಲ್ಲಿಯೇ ನಡೆದರೂ ಅದರಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳು ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದು ನನ್ನ ಅನಿಸಿಕೆ. ಅದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೆಲಸವೇ ಆಗಬೇಕೆಂದೇನಿಲ್ಲ ಬೇರೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಸಮಾಜಕಲ್ಯಾಣ ಚಟುವಟಿಕೆಯಾಗಿರಬಹುದು. ಅವರು ಅದ್ಭುತ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಶುದ್ಧ, ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿರುವವರಿಗೆ ಋಷಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಆದರೂ ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಇರವು ಮುಖ್ಯ.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ, ತಾನು ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಬಹಳ ಸಾಧನೆಮಾಡಿ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದಿರುವುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದರು. ಇದು ಬಹಳ ಉದಾತ್ತ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ, ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಯಾವುದೇ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಮಗೆ ಯಾರೊಬ್ಬರ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನೂ ನೇರವಾಗಿ ಪರಿಹರಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಾಗಿ ಸಂಕಲ್ಪಿಸಲು ಅಥವಾ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲು ನಮ್ಮ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆಯೇ? ಹೌದು, ದೇವರಿಗೂ ಒಬ್ಬ ಚಾನಲ್ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ನಾವು ಸಂಕಲ್ಪಿಸಿದಾಗ ಒಂದು ಚಾನಲ್ ಆಗುತ್ತೇವೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಾಗಿ ದೇವರೇ ರಚಿಸಿರುವ ಒಂದು ಸುಂದರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ. ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅತಿ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯಲು ಎಲ್ಲಾ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನೂ ಇಲ್ಲಿ ಒದಗಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಶಂಬಲ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆಯಲು ಬಹಳ ಜನರು ಬಯಸಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇವೆ. ನೀವು ಚೆಕ್-ಅಪ್‌ಗಳಿಗೆ ಹಾಜರಾಗದಿದ್ದರೆ ಶಂಬಲ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆಯಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ದೂರಕಲಿಕೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸವರದಿಯನ್ನು ಕಳುಹಿಸದಿದ್ದರೆ, ಅವರು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗುವುದು ಮತ್ತು ಅವರು ಶಂಬಲ ಗುಂಪಿನ ಸದಸ್ಯರಾಗಿ ಮುಂದುವರೆಯುವಂತಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಯತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲ ಆದ್ಯತೆ ಕೊಡಿ.

ದಾರುಣ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಕೆಲವರೊಂದಿಗೆ ನಾನು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಅವರ ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗೆ ಚಿಂತೆಯಿತ್ತು. ಆಗ ಅಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರೊಬ್ಬರು ಈ ರೀತಿ ಹೇಳಿದರು, 'ನಾವು ಋಷಿಗಳ ಸಾಂಗತ್ಯದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಅವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವುದೆಂದರೆ, ಗೊತ್ತಿದ್ದೂ ತಪ್ಪುಮಾಡದಿರುವುದು ಅಷ್ಟೆ.' ಅವರು ಹೊಸದೇನನ್ನೂ ಹೇಳದಿದ್ದರೂ, ಅವರು ಹೇಳಿದ ರೀತಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿತ್ತು. ಅವರನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಆಲಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಶೇಕಡ 100ರಷ್ಟು ಅವರನ್ನು ನಂಬಿದರು. ತಕ್ಷಣದಲ್ಲೇ ಅವರಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸಮಾಧಾನ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿತು. ಸತ್ಯಕ್ಕೆ ತನ್ನದೇ ಆದ ಶಕ್ತಿಯಿದೆ ಮತ್ತು ಜನರು ನಮ್ಮ ಬಳಿ ಬಂದಾಗ ಅವರಲ್ಲಿ ಭರವಸೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ತುಂಬಬೇಕು ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಸತ್ಯವನ್ನು ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ತಲುಪಿಸುವುದು, ನಾವು ಬಳಸುವ ಪದಗಳಲ್ಲ ಆದರೆ ಆ ಪದಗಳ ಹಿಂದಿರುವ ಚೈತನ್ಯ. ■

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 ಫ಼ೀನಲ್ಲಿ 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 ರಾಘವೇಂದ್ರ ಸೋಮಯಾಜಿಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ.ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಬೇರೊಬ್ಬರನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಬೇಕಾದ ಮುಖ್ಯ ಅಂಶವೆಂದರೆ ಕ್ಷಮಾಗುಣ. ನಾವು ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಕ್ಷಮಿಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಶೇಖರಣೆಯಾಗಿದ್ದ ಅಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಕ್ಷಮಿಸುವುದೆಂದರೆ ಬೇರೊಬ್ಬರಿಗೆ ಕರುಣೆ ತೋರಿಸುವುದಲ್ಲ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ವಿವರಿಸಿದ್ದರು. ಅದು ಶರಣಾಗುವ ಒಂದು ಕ್ರಿಯೆ, ಅಂದರೆ ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸದೆ, ಅಸಮಾಧಾನ ಅಥವಾ ಹಗೆತನವನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳದೆ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮತ್ತು ಬೇಷರತ್ತಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಶರಣಾಗತಿ ಬೇಷರತ್ತಾದುದೆಂದರೆ ಕ್ಷಮಾಪಣೆ ಕೂಡಾ ಬೇಷರತ್ತಾಗಿರಬೇಕು. ನಮಗೆ ದೈವೀ ನ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಂಬಿಕೆಯಿರಬೇಕು ಆದರೆ ದೈವೀ ನ್ಯಾಯದ ಜಾರಿಗಾಗಿ ಕಾಯಬಾರದು. ದೈವ ಅಥವಾ ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ನ್ಯಾಯದ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸದೆ ನಾವು ಕ್ಷಮಿಸಬೇಕು.

ದೇವರಲ್ಲಿ ನಾವು ಕ್ಷಮೆಯಾಚಿಸಿದಾಗ, ಅವನು ನಮ್ಮ ತಪ್ಪಿಗಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸಬಾರದೆಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ದೇವರು ಎಂದಿಗೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಕರ್ಮಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳಿರುವುದು ಕೂಡಾ ನಮ್ಮನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುವುದಕ್ಕಲ್ಲ. ಕರ್ಮದ ನಿಯಮವು ಏಕತೆಯ ತತ್ವದ ಸಂಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಂದೇ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಇದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ನೋವುಂಟುಮಾಡಿದರೆ ನಮಗೂ ನೋವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸದಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ಕರ್ಮದ ನಿಯಮಗಳು ಚಾಲನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿಯೇ, ಎಲ್ಲ ಆತ್ಮಗಳು ಒಂದೇ ಎಂದು ನೋಡುವ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಕರ್ಮದ ನಿಯಮಗಳು ಅನ್ವಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ನಾವು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದಾಗ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪಡುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ದೇವರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ದೇವರು ನಮಗೆ ಇಚ್ಛಾಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿರುವುದರಿಂದ, ನಾವು ಮಾಡುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಅವನು ಸಿಟ್ಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಬೇಕು.

‘ಅಪರಾಧ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷೆ’ ಎಂಬ ವಿಚಾರ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಒಟ್ಟಾರೆ ಅಂತಃಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಆಳವಾಗಿ ಬೇರೂರಿದೆ. ದುರದೃಷ್ಟವೆಂದರೆ, ಇಂದಿನ ಸಮಾಜ ಶಿಕ್ಷೆಕೊಡುವುದಕ್ಕಷ್ಟೇ ಶಕ್ತವಾಗಿದೆ ಎಂದೆನಿಸುತ್ತಿದೆ. ಅದು ತನ್ನ ಅಪರಾಧಿಗಳನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಶಕ್ತವಾಗಿಲ್ಲ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನ ಮೇಲೆ ಘೋರ ಅಪರಾಧ ಎಸಗಿದಾಗ, ಇಡೀ ದೇಶವೇ ಕ್ರೋಧಗೊಂಡಿತು; ಅವರೆಲ್ಲರೂ, ಅಪರಾಧಿಗೆ ಶೀಘ್ರವೇ ವಿಚಾರಣೆ ನಡೆಸಿ ಅತಿ ಉಗ್ರ ಶಿಕ್ಷೆಯನ್ನು ನೀಡಬೇಕೆಂದು ಬಯಸಿದರು. ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ದಲೈಲಾಮಾರವರು, ಹಾನಿಗೊಳಗಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಹಾನಿಮಾಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಬ್ಬರ ಪರವಾಗಿಯೂ ಅಪಾರ ಅನುಕಂಪದಿಂದ ಮಾತನಾಡಿದರು. ‘ಅಪರಾಧಿಗಳಿಗೆ ನೇಣು ಹಾಕುವುದರ ಬದಲಿಗೆ ಸಮಾಜವು ಹೇಗಾದರೂ ಅವರಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಣೆಯನ್ನು ತರಬೇಕು’ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು.

ಜೀಸಸ್ ಕ್ರೈಸ್ಟ್‌ರನ್ನು ಶಿಲುಬೆಗೇರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಜನರಿಗೆ ತಾವೂ ಕೂಡಾ ದೇವರ ಒಂದು ಕಣ ಎಂಬ ವಾಸ್ತವದ ಅರಿವಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಜ್ಞಾನಿಗಳಾಗಿದ್ದರೆ, ಕ್ರೈಸ್ಟ್‌ರನ್ನು ಶಿಲುಬೆಗೇರಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅದರ ಬದಲಿಗೆ ಅವರನ್ನು ಆರಾಧಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ಅವರು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೋ, ಅದರ ಅರಿವು ಅವರಿಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಕ್ರೈಸ್ಟ್‌ರನ್ನು ಗಲ್ಲಿಗೇರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ, ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಜೀಸಸ್ ದೇವರನ್ನು ಕೇಳಿಕೊಂಡರು, – “ಅವರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಿ, ಅವರಿಗೆ ತಾವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲ.” ಅವರು ಮಹಾತ್ಮರಾದ್ದರಿಂದ ಕ್ಷಮಿಸುವುದು ಅವರಿಗೆ ಸುಲಭ ಎಂದು ಕೆಲವರು ಹೇಳಬಹುದು. ಆದರೆ, ಜೀಸಸ್‌ರಂತೆಯೇ ನಾವು ಕೂಡಾ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಕ್ಷಮಿಸಬೇಕೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು.

ಅರಿವಿಲ್ಲದೆ ಅಕೃತ್ರಿಮವಾಗಿ ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿದರೆ, ಜನರು ಗೊತ್ತಿದ್ದೂ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಹಿಂಜರಿಯುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು.

ಎರಡು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಹಲವಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಾನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಒಂದು ಕಡೆ ಒಬ್ಬ ಮಾಸ್ಟರ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ‘ಅವರು ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ’, ಇನ್ನೊಂದು ಕಡೆ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಮಾಸ್ಟರ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ‘ಅವರು ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದೆಲ್ಲದರ ಅರಿವು ಅವರಿಗಿದೆ.’ ಇವೆರಡೂ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಂದ ಬಂದಿರುವುದರಿಂದ ಎರಡೂ ಹೇಳಿಕೆಗಳು ಸರಿ ಇವೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಇವೆರಡೂ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ತುಂಬ ಮುಖ್ಯ.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಮ್ಮ ವಿರುದ್ಧ ಅಪರಾಧವೆಸಗಿದಾಗ ಅಥವಾ ನೋವನ್ನುಂಟುಮಾಡಿದಾಗ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ತನ್ನ ದೈವೀಗುಣಗಳನ್ನರಿಯದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂದು ನೋಡುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ನಾವು ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಅವನ ಅಜ್ಞಾನಕ್ಕಾಗಿ ಅವನನ್ನು ಮನ್ನಿಸಬೇಕು. ವಯಸ್ಕರನ್ನು ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವಯಸ್ಕನನ್ನೂ ಮಗುವಿನಂತೆ ಕಾಣಬಹುದು ಹಾಗೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಕ್ಷಮಿಸಬಹುದು. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ.ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ಸ್ವತಃ ನಾನೇ ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿರುವಾಗ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಓರ್ವ ಗುರುವಿನ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗಬೇಕೆ?

ಉ: ನೀವು ಹೋಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಾವು ಗುರುವಿನ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗುವುದು ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ.

ಪ್ರ: ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ, ಗುರುವಿನ ಜೊತೆಗಿನ ವ್ಯಾಮೋಹ ಒಂದು ಅಡಚಣೆಯೇ?

ಉ: 'ನನ್ನನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಿ' ಎಂದು ಅಮರರವರು ನಮಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ನಾವು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಗಳಾಚೆ ಹೋಗಬೇಕು. ನಾವು ಗುರುವನ್ನೂ ಕೂಡಾ ದಾಟಿ ಹೋಗಬೇಕು. ಇದರ ಅರ್ಥ, ನೀವು ಗುರುವಿನೊಂದಿಗಿನ ಎಲ್ಲ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ ಎಂದಲ್ಲ. ಈ ಸಂಬಂಧ ವ್ಯಾಮೋಹ ಅಲ್ಲ, ಇದು ಷರತ್ತುಗಳಿಲ್ಲದ ಪ್ರೀತಿಯ ಮೇಲೆ ಆಧಾರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಯಾವಾಗ ಏನನ್ನಾದರೂ ಬೇಕೆಂದು ಒತ್ತಾಯಿಸು – ತ್ತೇವೆಯೋ, ಅದು ವ್ಯಾಮೋಹವೆನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನೀವು ಯಾವಾಗ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಮಾನವ ರೂಪದ ಗುರುವೆಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರೊ, ಆಗ ಅವರ ಜೊತೆ ಒಂದು ವಿಶೇಷ ರೀತಿಯ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಹೊಂದುವಿರಿ, ಅಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಪ್ರತಿದಿನ ಅವರ ಜೊತೆ ಮುಖತಃ ಮಾತನಾಡದಿರಬಹುದು, ಆದರೂ ಅಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣಪ್ರಮಾಣದ ಸಾಮರಸ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಅವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಾರೆ. ಗುರುವಿನ ಜೊತೆಗಿನ ವ್ಯಾಮೋಹ ಒಂದು ಅಡಚಣೆಯಾಗುವುದು, ನೀವು ಯಾವ ರೀತಿಯ ಮತ್ತು ಯಾವ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಾನು ಅಮರರವರ ಜೊತೆ ಮೌನದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಆತ್ಮೀಯವಾದ ಮತ್ತು ಅದ್ಭುತವಾದ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದ್ದೆ. ವ್ಯಾಮೋಹದ ಆಚೆಗಿನ ಸಂಬಂಧ ಸುಂದರ, ಕಾರಣ ಅಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಒತ್ತಡವಿಲ್ಲ, ಬೇಡಿಕೆಗಳಿಲ್ಲ, ಕೇವಲ ಪರಸ್ಪರ ನಂಬಿಕೆ ಮತ್ತು ಗೌರವ ಇರುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರಕ್ಕೆ ವಯಸ್ಸಾಗುವುದನ್ನು ಹಿಮ್ಮುಖಗೊಳಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲ. ಈಗ ಈ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಇದರ ಈ ಜ್ಞಾನ ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲ. ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನಮಗೆ ಸಿಗಬಹುದು.

ಪ್ರ: ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರಕ್ಕೂ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರಕ್ಕೂ ಇರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇನು?

ಉ: ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರದ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೇನೂ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ನನ್ನ ತಿಳುವಳಿಕೆಯ ಪ್ರಕಾರ, ಈ ಭೌತ ಶರೀರ ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರ ಒಂದು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಶರೀರ. ಇದು ಭೌತ ಶರೀರದೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುತ್ತದೆ. ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲೂ, ಭೌತ ಶರೀರ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಎರಡು ಶರೀರಗಳು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಸಾವಿನ ನಂತರ ಭೌತ ಶರೀರ ನಶಿಸುತ್ತದೆ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ನಾವು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಬೇರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಅಂಥ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನಾವೇನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಉ: ಧ್ಯಾನ ಮುಂದುವರಿಸಿ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಅನುಭವಗಳಾಗಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ನನಗೆ ತಿಳಿದಂತೆ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸೇ ಮೂಡಿಸಿದ ಚಿತ್ರಣಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ. ಧ್ಯಾನ ಮುಂದುವರಿಸಿ. ಮೋಸ ಹೋಗಬೇಡಿ. ಕಡೆಗಣಿಸಿ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಬಹಳ ಸಮಯ ಬೇಕು. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ಆಂತರಿಕ ಆಕಾಶ ಅಥವಾ ಆಂತರಿಕ ಪ್ರದೇಶದ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಿಸುತ್ತೀರಾ?

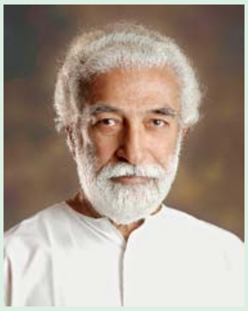
ಉ: ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ, ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತೇವೆ. ನೀವು ಇದನ್ನು ಆಕಾಶ ಎಂದು ಕರೆಯಬಹುದು. ಈ ಆಕಾಶ ಎಂದಿಗೂ ಬರಿದಾದ ಸ್ಥಳವಲ್ಲ. ಆನಂದಮಯ ಕೋಶವನ್ನು ಸುತ್ತುವರಿದಿರುವ ಈ ಸಣ್ಣ ಪ್ರದೇಶವೇ ಚಿದಾಕಾಶ. ಇದನ್ನು ಆಂತರಿಕ ಪ್ರದೇಶ ಅಥವಾ ಆಂತರಿಕ ಆಕಾಶ ಎಂದು ಕರೆಯಬಹುದು. ಪ್ರತಿದಿನ 3 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಈ ಚಿದಾಕಾಶವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ.

ಪ್ರ: ಇದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಜೀವ–ಶಕ್ತಿ ಹೇಗೆ ಜೀವಂತವಾಗಿರುತ್ತದೆ?

ಉ: ಅವ್ಯಕ್ತ ಚಿದಾಕಾಶವನ್ನು ನಮ್ಮ ಶರೀರವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಆವರಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ಇದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ, ನೀವು ಒಂದು ರೀತಿಯ ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆಯನ್ನು ಅಥವಾ ಬಹು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ವೈರಾಗ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವಿರಿ. ಇದರಿಂದ ನಾವು ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿದ್ದುಕೊಂಡು, ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಎಲ್ಲಾ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ವಹಿಸಿಕೊಂಡು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಸಹ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ಅವ್ಯಕ್ತ ಭಾಗವಾದ ಆಂತರಿಕ ಆಕಾಶವನ್ನು ಕೇವಲ 3 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಪ್ರತಿದಿನ ನೀವು ಅನುಭವಿಸಿದರೆ, ಇದು ನಿಮಗೆ ಅದ್ಭುತವಾದ ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಧೈರ್ಯವನ್ನು ತಂದು ಕೊಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಇದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಷಯವೆಂದರೆ, ಅದು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿನ ಜೀವ–ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊರತರುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮಗೆ ಭರವಸೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ನಿರಾಸೆ, ಖಿನ್ನತೆ, ಸೋಲು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಮೆಟ್ಟನಿಲ್ಲುವ ವಿವೇಕವನ್ನು ತಂದು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇದು ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ದೇವರ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಸಂಪರ್ಕವು ಎಷ್ಟು ಹತ್ತಿರವೆಂದರೆ ನೀವು ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿದ ಕೂಡಲೇ ದೇವರ ಜೊತೆ ಮಾತನಾಡಬಹುದು. ಆದಕಾರಣ ಆಂತರಿಕ ಆಕಾಶವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ■

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/-



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)

1988ರಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರಿಂದ ಸ್ಥಾಪನೆ ಯಾದ 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 ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ದಲ್ಲಿರುವ 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 ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸ ಲಾಗುತ್ತದೆ.

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

ನನ್ನ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ, ಅನೇಕ ಸಲ ಹೊಂಬಣ್ಣದಿಂದ ತುಂಬಿದ ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ದಾಟಿ ಅತ್ಯಂತ ದೂರ ಹೋಗುತ್ತಿರುವ ಮತ್ತು ಒಂದು ತೆರನಾದ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ಅನುಭವ ನನಗಾಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ದೂರದೂರ ಹೋಗುತ್ತೇನೆ, ಅದು ಎಂದಿಗೂ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳಬಾರದು ಎಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ! ನನಗೆ ಅದನ್ನು ಪದಗಳಲ್ಲಿ ವರ್ಣಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅದು ಅದ್ಭುತವಾಗಿರುತ್ತದೆ!!

ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಚಕ್ರ ಹಾಗೂ ಅಂಗಾಂಗಗಳೊಡನೆ ಅತಿ ಹತ್ತಿರದ ಸಂಬಂಧವೇರ್ಪಟ್ಟು, ನಾನು ಅವುಗಳೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಅಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಮುಗುಳ್ನಗೆ ಬೀರಿದಾಗ, ನನ್ನ ಹೃದಯದಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರೀತಿ ಹರಿಯುತ್ತದೆ. ಕಾರಣವೇ ಇಲ್ಲದೆ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದೊಂದು ಅದ್ಭುತ ಅನುಭವ!

– ಭಾವನಾ ವಿಚ್ಛೆವೋರಾ

ಧ್ಯಾನಮಾಡುವಾಗ, ನೀಲಿಮಿಶ್ರಿತ ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕಿನ ಚೆಂಡೊಂದು ನನ್ನ ಸಹಸ್ರಾರ ಚಕ್ರ ಹಾಗೂ ಮೂರನೆಯ ಕಣ್ಣಿನ ಮೂಲಕ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ, ನನ್ನ ದೇಹದೊಳಗೆಲ್ಲಾ ಸಂಚರಿಸಿ ನನ್ನ ಶರೀರದ ಅಂಗಾಂಗಗಳನ್ನು ಹೀಲ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಅದು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹೊರಬಂದು, ಇಡೀ ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಇದು ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ.....

– ಶಶಿದೇವಿ ಸುಂದರೇಶನ್

ಆಳವಾದ ಶಾಂತತೆ ಮತ್ತು ದಿವ್ಯಪ್ರೇಮದೊಂದಿಗೆ ಬೆಳಕು ನನ್ನೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು ನನ್ನ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಗುರೂಜಿಯವರು ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳ ಆಶೀರ್ವಾದದಿಂದ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಶಾಂತತೆ ತುಂಬಿದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ಅವು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತವಾಗುವ ಮೊದಲೇ ಅರಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಅದಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಹಾಗೂ ಗೌರವವನ್ನು ಸೂಚಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ.

– ರಮೇಶ್. ಕೆ

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಕೇವಲ ಆರು ನಿಮಿಷಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಮಂಡಿಸಬೇಕಾಗಿರುವ ಒಂದು ತಾಂತ್ರಿಕ ವಿಷಯದ ಮಂಡನೆಯನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು ತುರ್ತಾದ ಬೇಡಿಕೆ ಬಂದಿತು. ಅದೊಂದು ದೊಡ್ಡ ಸವಾಲಾಗಿತ್ತು. ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ನನ್ನೊಳಗೆ ಸಾಂತ್ವನ ನೀಡುವ ಬೆಳಕು ಹರಿದುಬರುವುದರ ಅನುಭವವಾಯಿತು, ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ನಾನು ಮಂಡಿಸಬೇಕಾಗಿದ್ದ ವಿಷಯದ ಚಿತ್ರಣವೂ ಕಣ್ಮುಂದೆ ಬರಲು ಶುರುವಾಗಿದ್ದರಿಂದ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. ನನಗೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ನನ್ನ ಮಂಡನೆಯಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ನಂತರ ನನ್ನ ಆ ಸ್ಲೈಡ್‌ಗಳು ಮಂಡನೆಗೆ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿವೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂತು! ನನಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಬಾರಿ ಸಹಕರಿಸಿದ ಬೆಳಕಿಗೆ ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತೇನೆ.

– ಸಚಿನ್ ಎಸ್.ವಿ.ಕೆ

ಫಾರಂ ೪ (ರೂಲ್ ೮)ರಂತೆ

ತಪೋವಾಣಿ ಕನ್ನಡ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಮಾಲೀಕತ್ವ ಮತ್ತು ಇತರ ವಿವರಗಳು

1. ಪತ್ರಿಕೆಯ ಹೆಸರು	ತಪೋವಾಣಿ
2. ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಷನ್ ನಂಬರ್	KARKAN/2003/13739
3. ಪ್ರಕಟಣೆಯ ಸ್ಥಳ	ಬೆಂಗಳೂರು
4. ಪ್ರಕಟಣೆಯ ಅವಧಿ	ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ
5. ಮುದ್ರಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಸಂಪಾದಕರ ಹೆಸರು	ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ
ರಾಷ್ಟ್ರೀಯತೆ	ಭಾರತೀಯರು
ವಿಳಾಸ	ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್– 560077
6. ಮುದ್ರಣವಾಗುವ ಸ್ಥಳ	ಆರ್ಟ್ ಪ್ರಿಂಟ್, 719/A, ಡಾ॥ ಮೋದಿ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ, ಪಶ್ಚಿಮ ಕಾರ್ಡ್ ರಸ್ತೆ, ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿಪುರಂ, ಬೆಂಗಳೂರು–86.
7. ಮಾಲೀಕರ ಹೆಸರು	ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್(ರಿ)

ನಾನು, ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ, ಈ ಮೂಲಕ ತಿಳಿಸುವುದೇನೆಂದರೆ, ಮೇಲ್ಕಂಡ ವಿವರಗಳು ನನ್ನ ತಿಳಿವಳಿಕೆ, ನನ್ನ ನಂಬಿಕೆ ಪ್ರಕಾರ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸತ್ಯವಾಗಿವೆ.

ಸಹಿ

ಬೆಂಗಳೂರು
ತಾ: 25–2–2014

ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ
ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು

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