## 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.

# ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂ. 11 ಸಂ. 5 | ಮೇ 2014 | ರೂ.25

## ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ
ಅನು: ಚಂಪಾ
(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ನಾವು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಬಹುಭಾಗ ಇತರರನ್ನು ಹಾಗೂ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ನಮ್ಮದೇ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲದವರಂತೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ಬದುಕುತ್ತೇವೆ. ಅದರಿಂದಾಗಿಯೇ ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದ ಅತ್ಯಂತ ಕ್ಷುಲ್ಲಕ ವಿಷಯವೂ ನಮಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖ ಘಟನೆಯಂತೆ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ನಾವು ತಣ್ಣಗಿನ ಪ್ರತ್ಯೇಕತಾ ಗೂಡಿನಾಳಕ್ಕೆ ಇಳಿಯುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ಕ್ರಮೇಣ, ವಾಸ್ತವಿಕತೆ ಹಾಗೂ ಬದುಕಿನಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ದೂರವಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಎಂದಾದರೊಂದು ದಿನ ನಾವು ಗುಂಪಿನ ಒಂದು ಭಾಗ, ಪೂರ್ಣತೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಅರಿಯಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ವ್ಯಕ್ತಿಗತ ವಿವರಗಳು ಮತ್ತು ಅಭಿರುಚಿಗಳು ಪರಿಷ್ಕರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಯೋಚನೆ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳಲ್ಲಿ ಇತರರನ್ನು, ಸಮಾಜವನ್ನು ಹಾಗೂ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಆಸಕ್ತಿಗಳು ವಿಶಾಲವಾದಂತೆಲ್ಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗತ ಆಸಕ್ತಿಗಳು ಬಣ್ಣ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಕ್ರಮೇಣ, ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅಸ್ತಿತ್ವ ಮತ್ತು ವಿಕಸನದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ಜೀವರಾಶಿಯ ಉಗಮ, ಸೃಷ್ಟಿಯ ಉದ್ದೇಶ, ನಮ್ಮ ಹುಟ್ಟು ಸಾವಿನ ಮರ್ಮ ಹಾಗೂ ಇವೆಲ್ಲವುಗಳ ಹಿಂದಿರುವ ಮಹಾ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯ ವಾಸ್ತವತೆಗಳ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ಕರೆತರುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ಇತರರೊಂದಿಗೆ, ಜೀವನದೊಂದಿಗೆ ಹಾಗೂ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಪೂರ್ಣತೆಯ ಅನುಭವವು ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಬದುಕಿನ ಉನ್ನತ ಉದ್ದೇಶಗಳತ್ತ ಹೊರಳಿಸುತ್ತದೆ. ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿ ಇದೇ ಆಗುವುದು. ನಾವು ಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು, ವೈಶಾಲ್ಯತೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ಬದುಕನ್ನು, ಯೋಚನೆಯನ್ನು, ಭಾವನೆಯನ್ನು, ನಡೆನುಡಿಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಬದಲಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯಿಂದ ಏಕತೆಗೆ ಆಗುವ ಬದಲಾವಣೆಯು ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಘರ್ಷದಿಂದ ಸಾಮರಸ್ಯದೆಡೆಗೆ, ನೋವಿನಿಂದ ಶಾಂತಿಯೆಡೆಗೆ ಹಾಗೂ ಗೊಂದಲದಿಂದ ಜ್ಞಾನೋದಯದೆಡೆಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ.

ನಾವು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಏಕೆ ಸೇರುತ್ತೇವೆ? ಅದರ ಉದ್ದೇಶವೇನು? ನಾವು ನಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ದೃಢೀಕರಿಸಲು ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಗಾಗ್ಗೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡುತ್ತ, ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ನಾವೇ ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಾಗಲು ಇಲ್ಲಿ ಸೇರುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ನಗರವಾದ ಶಂಬಲವನ್ನು ಕಟ್ಟುತ್ತ, ಆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ನಾವೇ ಆ ಶಂಬಲದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಲೆಂದು ಇಲ್ಲಿ ಸೇರುತ್ತೇವೆ. ನಮಗೇ ಪ್ರಥಮ ಅವಕಾಶ. ಅದನ್ನು ನಾವು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಬೇರೊಬ್ಬರು ಬರುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಮೇಲಕ್ಕೇರಲಿ, ಬಿಡಲಿ, ಸುಮಾರು ಐವತ್ತು ಸಾವಿರ ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯ ಸ್ತರಗಳಡಿಯಲ್ಲಿರುವ ಶಂಬಲವು ಮೇಲಕ್ಕೆದ್ದೇ ಏಳುತ್ತದೆ.

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಬದುಕನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಸಾಧನೆಯು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಎರಡಕ್ಕೂ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧವಿದೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕಗೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು ಹಾಗೂ ನಾವು ನಮ್ಮ ಬದುಕನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ■

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.

ಹೊಸ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ಆಫೀಸಿನ ನಿರ್ಮಾಣ ಕಾರ್ಯ ಏಪ್ರಿಲ್ 14ರಂದು ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು.

### ಸುದ್ದಿ–ಸೂಚನೆ

- 18–5–2014 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರ 75ನೇ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು. ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲಿಚ್ಛಿಸುವವರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ದಿನಾಂಕ 15–5–2014 ರೊಳಗೆ ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬಹುದು.
- ಅಂದಿನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ "Experiences of Meditators - Volume 2" ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲಾಗುವುದು.
- ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದ 6ನೇ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವನ್ನು 14–4–2014 ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.
- 14–4–2014 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್‌ನ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳಿಗಾಗಿ ಒಂದು ಹೊಸ ಆಫೀಸ್ ಮತ್ತು ಒಂದು ಮೀಟಿಂಗ್ ಹಾಲ್‌ನ ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕಾಗಿ ಗುದ್ದಲಿಪೂಜೆಯನ್ನು ನೆರವೇರಿಸಲಾಯಿತು.
- ನಮ್ಮ ಸಾಧಕರಿಗೆ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯನ್ನು ದಿನಾಂಕ 07–05–2014 ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1 ರವರೆಗೆ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ದೂರಕಲಿಕೆಯ ಸಾಧಕರು ಕೂಡಾ ಇದರ ನೇರಪ್ರಸಾರದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು. ಆಸಕ್ತರು ದಿನಾಂಕ 04–05–2014 ರೊಳಗೆ ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬಹುದು.

### ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

19–5–2014ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ಘಂಟೆಗೆ ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ 'ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ'ದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ.

### ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

| | | |
|---|---|---|
| 02 | ಶುಕ್ರ | ಅಕ್ಷಯ ತೃತೀಯ |
| 07 | ಬುಧ | ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ |
| 09 | ಶುಕ್ರ | ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ |
| 14 | ಬುಧ | ಬುದ್ಧ ಪೂರ್ಣಿಮಾ |
| 18 | ಭಾನು | ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬ |
| 22 | ಗುರು | ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ |
| 27 | ಮಂಗಳ | ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ |
| 28 | ಬುಧ | ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ |
| 31 | ಶನಿ | ಭಗವಾನ್ ಕಲ್ಕಿ ಜನ್ಮದಿನ |

### ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ
**ಭಾನುವಾರ, 18–05–2014**

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

### ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

| | |
|---|---|
| ಭಾನುವಾರಗಳು: | ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು : ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11–12<br>ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12–1 |
| 11–05–14 | ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ |
| 18–05–14 | ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ |
| 18–05–14 | ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ರಾ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ |

## ಒಂದು ಅನಂತ ಜ್ಯೋತಿ

**ದೀಕ್ಷಾ ಸುರೇಶ್; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್**

"ಕೇಳಿದೆವು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ನಾವು – ನಕ್ಕು, ನಗುತ್ತಲೇ ಇರುವಿರಿ ನೀವು
ಮೀರಿ ಸಮಸ್ತ ಜ್ಞಾನವನು. ಅತ್ಯುನ್ನತ ಶಿಖರವು
ನಕ್ಷತ್ರಗಳಿಗೆ ತೆರೆದು ತೋರಿತು ತನ್ನ ಘನತೆಯನು
ತನ್ನ ಪಾದವನು ಸಮುದ್ರದಲಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ನೆಲೆಗೊಳಿಸಿ–"

– ಮ್ಯಾಥ್ಯೂ ಅರ್ನಾಲ್ಡ್

ಗುರೂಜಿಯವರ ಮುಗುಳ್ನಗೆ, ಅವರ ಉದಾರತೆಗೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ಅವರ ವಿನಮ್ರತೆ, ಅವರ ಶ್ಲಾಘನೀಯ ಸಹನೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಅನಿರ್ಬಂಧಿತ ಪ್ರೀತಿ, ಎಲ್ಲವೂ ಉದಾತ್ತವಾಗಿದ್ದವು. ಆದರೂ ಈ ವಿಶೇಷಣಗಳು ಕೂಡಾ, ಅವರನ್ನು ಮತ್ತು ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಸಮಗ್ರ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ತಿಳಿಸುವಲ್ಲಿ ಕಳೆಗುಂದುತ್ತವೆ. ಬಹುಶಃ ಅದು ಸದಾ ಅವರ ಆಕರ್ಷಕ ನಡಿಗೆ, ಸಂದರ್ಭಕ್ಕನುಸಾರವಾಗಿ ಅವರಲ್ಲಿದ್ದ ಜಾಣತನದ ಹಾಸ್ಯಪ್ರಜ್ಞೆ ಅಥವಾ ಸಣ್ಣಸಣ್ಣ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಬೆಲೆಕೊಡುವ ಅವರ ಸ್ವಭಾವಸಿದ್ಧವಾದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಕೂಡಾ ಆಗಿರಬಹುದು. ಯಾವುದೇ ನುಡಿಗಟ್ಟುಗಳಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಪದಗುಚ್ಛಗಳಾಗಲಿ ಅವರನ್ನು ವರ್ಣಿಸಲಾರವು. ಆದರೆ ಎಲ್ಲಾರೀತಿಯಲ್ಲೂ ನಾವು ಅವರೆಡೆಗೆ ಆಕರ್ಷಿತರಾದೆವು, ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ದಟ್ಟವಾದ ಕಾರ್ಮೋಡದೆಡೆಯಿಂದ ತೂರಿ ಬಂದ ಒಂದು ಬೆಳಕಿನ ಕಿರಣದ ಹಾಗೆ ಅಪರಿಮಿತ ಭರವಸೆಯೊಡನೆ ಬಂದಿದ್ದರು.

ಜೀವನವೆಂದರೆ ಒಂದು ಕಡಿದಾದ ಇಳಿಜಾರನ್ನು ಹತ್ತುವುದಾದರೂ ಅದರ ತುತ್ತತುದಿಯಲ್ಲಿನ ದೃಶ್ಯವು ಅದ್ಭುತವಾಗಿ ಕೂಡಾ ಇರುವುದೆಂದು ಅವರು ನಮಗೆ ಅರ್ಥೈಸಿದರು. ನಾವು ತುದಿಯನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ ಅವರು ಅಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು, ಅದರ ಬದಲು ನಾವು ನಮ್ಮ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವಾಗ ನಮ್ಮ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಇರುವರೆಂಬ ವಿಷಯವನ್ನು ನಮಗೆ ಮನಗಾಣಿಸಿದರು. ಅದೇಕೋ ರೂಪಕಗಳಾಗಲಿ, ಉಪಮಾನಗಳಾಲಿ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೂಪವನ್ನು ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಅರ್ನಾಲ್ಡ್, ಶೇಕ್ಸ್‌ಪಿಯರ್‌ನನ್ನು ವಿವರಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಕೂಡಾ ಅರಿಯಲಸಾಧ್ಯ. ಗುರೂಜಿಯವರ ಆಳ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರಿಯಲಸಾಧ್ಯವಾದುದು. ಇಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿಷಯಗಳಿರುತ್ತವೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಅವರೊಂದು ಜೀವಂತ ಸಾಕ್ಷಿ.

ಗುರೂಜಿಯವರ ಉದಾತ್ತತೆಯನ್ನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ವಿವರಿಸಲು ಯಾವುದೇ ಪದಗಳಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ನಾನೊಂದು ದುರ್ಬಲ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಬಹುಶಃ ಸಾಧ್ಯವಿರುವ ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಒಂದೇ ಒಂದು ಪದವೆಂದರೆ, ಅನಂತ. ಅದು ಅಕ್ಷರಶಃ ನಿಜ ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರೊಳಗೆ ಜೀವಂತವಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಒಂದುಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣಿನ ರೆಪ್ಪೆಗಳಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದ್ದ ಅವರ ಚಿತಾಭಸ್ಮವು ಈಗ ನಮ್ಮ ಹೃದಯಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿತವಾಗಿದೆ. ಅವರು ನಮಗೆ ನಶ್ವರತೆಯಲ್ಲಿ ಶಾಶ್ವತತೆಯ ಉಡುಗೊರೆಯನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ; ನಿರಂತತೆಯನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ನಾವಿಲ್ಲಿದ್ದ ಅಲ್ಪಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದ ಅನಂತತೆಯನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಎಷ್ಟು ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿದ್ದರೂ ಸಾಲದು. ■

## ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

**ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್**

ತಪೋನಗರವು ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತಂದೆಯಾದ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರ 75ನೇ ಜನ್ಮದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಿದೆ. 18ನೇ ಮೇ 1939ರಂದು ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಆರಂಭವಾದ ಅವರ ಪಯಣ, ತಾನು ಸೇರಬೇಕಾದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಕೊಂಡಿತು. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಅವರ ಪಯಣ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ಪರಿಣಾಮಬೀರುವ ದೈವೀ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕ್ರಾಂತಿಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕಿದ್ದಾರೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರು ಪುರಾತನ ಋಷಿಗಳು ಮನುಕುಲಕ್ಕೆ ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಾಗುವಂಥ ಯುಗದ ಉದಯಕ್ಕೆ ನಾಂದಿ ಹಾಡಿದರು. ಅವರು ತಪೋನಗರವನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ದೈವೀಕ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಗಳಿಂದ ಕಟ್ಟಿದರು ಹಾಗೂ ಈ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಋಷಿಗಳ ನೆಲೆಯಾಗಿಸಿದರು; ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಭಂಡಾರದೊಂದಿಗಿನ ಸೌಹಾರ್ದತೆಗೆ ಒಂದು ಪವಿತ್ರ ಸ್ಥಳವನ್ನಾಗಿಸಿದರು. ಅವರು ಋಷಿಗಳಿಂದ ಪಡೆದ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಹರಡುವ ಒಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಸ್ಥೆಯೊಂದನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕಿದರು. ಅವರು ಸಾಧಕರನ್ನು ಸರ್ವೋತ್ಕೃಷ್ಟತೆಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುವ ಸಪ್ತಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು.

ಅವರು 'ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಕ್ರಾಂತಿ'ಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಬೆಳಕಿನ ಯುಗವನ್ನು ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ತಂದರು. ಈ ಕ್ರಾಂತಿಯು ಮಿಲಿಯಾಂತರ ಜೀವಗಳನ್ನು ತನ್ನ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಬೆಳಗಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತದೆ. ಅದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿದ ಪೀಳಿಗೆಯ ನಾಗರಿಕರ ಯುಗವೊಂದಕ್ಕೆ ಜನ್ಮನೀಡುತ್ತದೆ.

ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಧ್ಯಾನಿಗಳ ಒಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಮುದಾಯವೊಂದನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕಿದರು. ಅವರಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಗುರೂಜಿಯವರ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರು ಅವರ ಬೋಧನೆಯಲ್ಲಿ, ಅವರ ಗುರಿಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಅವರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ. ■

## 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

ಜುಲೈ 2004

ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಮೌನ ನೆಲೆನಿಂತಾಗ ನಮಗೆ 'ಶೂನ್ಯತೆ'ಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಶೂನ್ಯತೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು, ಸಂತೋಷ, ಪ್ರಯತ್ನಗಳಾವುವೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಶೂನ್ಯತೆ ಎನ್ನುವುದು ಇಲ್ಲ. ಶೂನ್ಯತೆಯಲ್ಲಿ ದೇವರಿದ್ದಾನೆ. ಶೂನ್ಯತೆಯ ಅನುಭವವಾದಾಗ ನಮಗೆ ಅರಿವಿರುತ್ತದೆ. ಶೂನ್ಯತೆಯಲ್ಲಿ ಚೈತನ್ಯವಿರುವುದನ್ನು ನಮ್ಮ ಆತ್ಮ ಗಮನಿಸುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಚೈತನ್ಯವು ಹೆಚ್ಚು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿರುತ್ತದೆ, ಪ್ರೀತಿಯಿರುತ್ತದೆ, ವೈಶಾಲ್ಯದ ಭಾವನೆಯಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಲ್ಲಿ ಏನೂ ಇಲ್ಲ ಎಂದು ನಾವಂದುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ಇದೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ತೃಪ್ತಿ ಅಥವ ಸಮಾಧಾನ ಉಂಟಾದಾಗ ನಾವು ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತೇವೆ, ನಮ್ಮ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವಂಥ ಉನ್ನತ ಹಂತಗಳನ್ನು ಕೆಲವರು ತಲುಪಿದಾಗ, ಅಲ್ಲಿ ಅವರು ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರೂ ಕೂಡ ಅದನ್ನೂ ಮೀರಿ ಮುಂದೆ ಹೋಗಲು ಬಯಸಬಹುದು.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಅನೇಕ ವೇಳೆ ಜನರು ಪೂಜೆ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲೇ ತೃಪ್ತಿಹೊಂದುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆ ಪೂಜೆಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳಬಾರದು. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ, ಓದುವುದು ಮತ್ತು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯನ್ನು ಆರಾಧಿಸುವುದಷ್ಟೇ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಗೀತೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು ಹಾಗೂ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆಗ ಪ್ರಗತಿಹೊಂದುತ್ತೇವೆ. ಇತರೆ ಉದಾಹರಣೆಗಳೆಂದರೆ, ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದು, ಪ್ರವಚನಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು, ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದು, ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವುದು. ಇವುಗಳು ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಇನ್ನೂ ಮುಂದೆ ಹೋಗಬೇಕು.

ಬಿಳಿ ವಸ್ತ್ರ ಧರಿಸುವುದು, ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಬಳಸುವುದು ಅಥವ ಅಮರರವರ ಭಾವಚಿತ್ರ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ ಸಂಕೇತ ಸೂಚನೆಗಳಲ್ಲಿಯೇ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳಬಾರದು. ಸಾಧನೆಯು ಉನ್ನತ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡಿದೆ. ಅದನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಹಗುರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಬಾರದು. ಸಾಧನೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಮುಂದಣ ಪಯಣ.

ವ್ಯಾಮೋಹ ಎಂದರೆ ಒಂದು ವಸ್ತುವಿನ ಅಥವ ಒಂದು ಗುರಿಯ ಹಿಂದೆ ಹೋಗುವುದು, ಸ್ವಾಮ್ಯ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯಿರುವುದು ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನ ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿರುವುದು. ನಿರ್ಮೋಹ ಅಥವ ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆ ಎಂದರೆ ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿಯ ನೆನಪು ಸದಾ ನಮ್ಮಲ್ಲಿದ್ದು ಅದನ್ನು ಬಿಡದೆ ಬೆನ್ನಟ್ಟುವುದು. ಲೌಕಿಕ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ನಾವು ಅಲಕ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನುವುದು ಇದರ ಅರ್ಥವಲ್ಲ. ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆ ಒಂದು ಮನೋಭಾವ, ಅದು ಜೀವನವನ್ನು ಅಥವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತೊರೆಯುವುದಲ್ಲ. ಬಹುಶಃ ಅದು ಅಹಂ ಅನ್ನು ತೊರೆಯುವುದಾಗಿರಬಹುದು. ಅದು ಜೀವನವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಈ ಪ್ರಪಂಚ ಅಶಾಶ್ವತ ಎಂಬ ಅರಿವಿನಿಂದಿರುವುದು; ಈ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅಂತ್ಯವಿದೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಆನಂದಿಸುತ್ತಿರುವುದೆಲ್ಲವೂ ಅಶಾಶ್ವತ ಎಂಬ ಅರಿವಿನಿಂದಿರುವುದು. ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆಯೆಂದರೆ ಜೀವನದಿಂದ ದೂರವಿರುವುದಲ್ಲ. ಅದು ವಿವೇಕದಿಂದ ತುಂಬಿರುವ ಜೀವನದ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಹಾದಿ. ಅದು ಭೌತಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ಸರಿದೂಗಿಸುವುದು.

ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಭೌತಿಕ ದೇಹದ ಅರಿವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದೆ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವ ಎನ್ನುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ತಿಳಿವಳಿಕೆ. ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿ ಭೌತಿಕ ದೇಹದ ಅರಿವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅರಿವಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಅರಿವು ಪ್ರಜ್ಞಾವಸ್ಥೆ, ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ತುರಿಯಾವಸ್ಥೆಗಳಿಗೂ ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತದೆ. ಭೂತ, ವರ್ತಮಾನ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನ ಅರಿವಿರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟವಿದೆ. ಸಮಾಧಿಯೆಂದರೆ ಭೌತಿಕ ದೇಹದ ಅರಿವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಸಂಪೂರ್ಣ ಅರಿವಿನಿಂದಿರುವುದು.

ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಅನುಸರಣೆಮಾಡಿದ ನಂತರವೂ ಜನರಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುತ್ತವೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಪಡೆಯುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಕೆಲವು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅಂಶಗಳನ್ನೂ ಅವರು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ನೋವುಗಳೆರಡನ್ನೂ ಹೊಂದಿರುವ ಸರಕಿನಂತೆ. ಈ ಕಷ್ಟಗಳು ಪರೀಕ್ಷೆಯಿದ್ದಂತೆ. ಆದರೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೇ ಇಲ್ಲದೆ ಜೀವಿಸಬೇಕಾದರೆ ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನಮಾಡಿ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟುಹಾಕಬೇಕು.

ಸ್ವತಃ ದೇವರೇ ನಮ್ಮ ಗುರು. ಮಾನವ ಗುರು ದೇವರ ಪ್ರತಿನಿಧಿ. ಗುರು ಒಂದು ನಿಯಮ. ಅವನು ಪ್ರಜ್ಞೆ, ಅವನು ಚೈತನ್ಯದ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಸಾಗರ. ಗುರು ಅಜರಾಮರ. ಅನೇಕ ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ, ಅನೇಕ ದೇಹಗಳಲ್ಲಿ ಅವನು ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾನೆ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಾನೆ. ಗುರು ದೈವಾಂಶ ಸಂಭೂತ. ಗುರು ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ಪ್ರೀತಿ, ಪ್ರಜ್ಞೆ, ನಾವು ಅವನಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅವನನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಅವನು ನಮ್ಮೊಳಗಿದ್ದಾನೆ ಹಾಗೂ ನಾವು ಅವನಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಅಮರರವರು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾದರೂ, ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಅವರು ಒಂದು ತತ್ವ, ಚೈತನ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿ. ಸಂಪೂರ್ಣ ನಂಬಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ನಾನು ಅಮರರವರನ್ನು ಸೇರಿಕೊಂಡೆ. ಮನೋವತಿಯಿಂದ ನಾನು ಹೊರಬಂದಾಗ ಅಮರರವರೂ ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಬಂದರು. ಇದನ್ನೇ ನಾನು ನಿಮಗೆ ಹೇಳಬಯಸಿದ್ದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಗುರುವನ್ನು ನಂಬಿ, ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗಿರುತ್ತಾರೆ, ಎಂದೆಂದಿಗೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ.

ನಾವು ಮಾತನಾಡುವ ಉದ್ದೇಶ ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುನ್ನಡೆಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ; ಅದು ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೂ ಅಲ್ಲ, ವ್ಯಕ್ತಿಗತ ಟೀಕೆಗೂ ಅಲ್ಲ.

'ಸತ್ಯ' ತನ್ನ ಆಕಾರವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವ ಮೋಡದಂತೆ, ಎಂದು ಅಮರರವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ತನ್ನ ಆಕಾರ ಏನೇ ಆಗಿದ್ದರೂ ಮೋಡ ಮೋಡವಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ, ಅದೇ ರೀತಿ ಸತ್ಯ ಎಂದಿಗೂ ಸತ್ಯವಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ಅದು ಬದಲಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದರ ಬಳಸುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ.

ಜೀವನದ ವಿವಿಧ ಘಟ್ಟಗಳಾದ ಗೃಹಸ್ಥಾಶ್ರಮ, ವಾನಪ್ರಸ್ಥಾಶ್ರಮ, ಸನ್ಯಾಸಾಶ್ರಮಗಳನ್ನು ಹಾದುಹೋಗುವಾಗ ಆ ಘಟ್ಟಗಳನ್ನು ಗೌರವಿಸುತ್ತಾ ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟ ಆಚರಣೆಗಳು, ಈಗಿನ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಅನ್ವಯಿಸದಿರಬಹುದಾದ್ದರಿಂದ ಗೊಂದಲ ಸಹಜ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಒಂದು ಗುಂಪನ್ನುದ್ದೇಶಿಸಿ ಮಾತನ್ನಾಡಿರುತ್ತಾರೆ, ಅಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಸೂಚನೆಗಳು ಆ ಗುಂಪಿಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಆಗಿನ ಕಾಲಮಾನಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತ್ರ.

ಸಾಧನೆಯಿರುವುದೆಲ್ಲ ಜೀವಿಸುವುದರ ಬಗ್ಗೆ. ವಿವೇಕಯುಕ್ತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಯಥೋಚಿತವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವುದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎಂದು ಅಮರರವರು ವಿವರಿಸಿದ್ದರು. ಅದಕ್ಕೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ವ್ಯವಹಾರ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಅಂತರ್‌ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಳಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

'ಯಾರಲ್ಲೇ ಆಗಲಿ ಯಾವುದರಲ್ಲೇ ಆಗಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಗುಣವನ್ನು ನೋಡಿ. ಆಗ ದೇವರಿಗೆ ಪ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ಏಕೆಂದರೆ ದೇವರೇ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ' ಎಂದು ಅಮರರವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ■

# ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

23–02–2014

ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲೊಬ್ಬರು ‘ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು ಹೇಗೆ?’ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಿದ್ದರು. ಬೆಳಕನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೊಂದಿರಿ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ಇದೆ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು, ಬೆಳಕು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇದೆ ಎಂದು ದೃಢೀಕರಿಸಿಕೊಂಡಂತೆ. ನಾವು ಉದ್ದೇಶಿಸಿದಾಗ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲೂ ಬೆಳಕು ಇದೆ ಎಂಬ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಸದಾ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಸರಿಯಾದ ಕೆಲಸವನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುತ್ತೇವೆ.

‘ಬೆಳಕಿನ ಬದಲಿಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರ ಆಕೃತಿಯನ್ನು ನನ್ನ ಹೃದಯ–ದಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದೆ?’ ಎಂದು ಒಬ್ಬರು ಕೇಳಿದರು. ಹೌದು, ಅದು ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿದಂತೆಯೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ಮಟ್ಟದಲ್ಲೂ ನಾವು ಶಾಂತರಾಗಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಶಾಂತವಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯ. ಇಂಥ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ದೇವರಿಗೆ ಅಥವ ಬೆಳಕಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ, ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಶಂಬಲ ನಿಯಮ ಒಂದರ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು, ನಾವು ಸದಾಕಾಲ ಶಾಂತರಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ.

ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುವುದರಿಂದ, ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದರಿಂದ, ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿಂದ ಹೊರಗಿಡಬಹುದು. ನಮಗೆ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗದ ಅಥವ ನಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗದ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿದಾಗ ಏನಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಗಮನಿಸೋಣ. ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ಗಮನಿಸಬೇಕು. ನಮ್ಮೊಳಗೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂದರೆ ಹೇಗಾದರೂ ಮಾಡಿ ಅದರ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ನಾವು ಸಮರ್ಥಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೂಲಕ ಅವುಗಳು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿಯಲು ಒಪ್ಪಿಗೆ ಸೂಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅಂಥ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಬಿಡಿಸಿಕೊಂಡು ದೂರ ಸರಿದು ದೇವರಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಉನ್ನತ ಗುರಿಗಳನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ಬಿಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸುವ ಮೂಲಕ ಆ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ದಾಟಿ ನಾವು ಮುಂದೆ ಹೋಗಬೇಕು. ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಇಂಥ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ಕಂಡುಬಂದರೆ ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಬಹುದು, ಹಾಗೆಯೇ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ತುಂಬಿಕೊಂಡು ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬಹುದು. ಇದು ಕೂಡ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಮಾಣಮಾಡಿದಂತೆ, ಇಚ್ಛೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದಂತೆ. ನಾವು ಇಂಥ ಹಾದಿಯನ್ನು ಹಿಡಿದಾಗ, ಎಲ್ಲ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು, ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಪರಿವರ್ತಿಸಲು ಬೆಳಕು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

‘ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಏನಾದರೂ ತಪ್ಪನ್ನೆಸಗಿದರೆ, ನಾವು ಆ ತಪ್ಪನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಬೇಕು, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನಲ್ಲ’ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಗುರೂಜಿಯವರ ನಿಕಟವರ್ತಿಗಳಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಗುರೂಜಿಯವರು ಅದನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಗಮನಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ತರುತ್ತಿದ್ದರು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರು ಅರಿತುಕೊಂಡರೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅನೇಕ ವೇಳೆ ಜನರು ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಅಪಾರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಆದರೂ ಕೂಡ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಅವರ ಮೇಲಿನ ಪ್ರೀತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅದು ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆಯಿರುವ ವಿಶೇಷ ಸಂಬಂಧದಂತೆ ಇರುತ್ತಿತ್ತು. ಮಕ್ಕಳು ಹೇಗಿದ್ದರೂ ನಾವು ಅವರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರ ಸಂಬಂಧ ಆ ರೀತಿಯಿತ್ತು.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ನಮ್ಮದೇ ಆದ ಖಾಸಗಿ ವಲಯವಿರುತ್ತದೆ, ಅದನ್ನು ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ಅದರಲ್ಲಿ ತುಂಬ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ಪವಿತ್ರ ವಿಷಯಗಳಿರುತ್ತವೆ, ಅದನ್ನು ಬೇರೆ ಯಾರೂ ಅತಿಕ್ರಮಿಸಲು ಬಿಡಬಾರದು. ಅದೇ ರೀತಿ, ನಾವು ಕೂಡ ಬೇರೆಯವರ ಖಾಸಗಿ ವಲಯವನ್ನು ಅತಿಕ್ರಮಿಸಬಾರದು. ಐದನೇ ಶಂಬಲ ನಿಯಮಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಈ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಯನ್ನು ನಾವು ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ಬೇರೆಯವರ ಖಾಸಗಿ ವಲಯವನ್ನು ನಾವು ಅತಿಕ್ರಮಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ, ನಾವು ಅವರ ಆಂತರಿಕ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕದಡಬಹುದು, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ನೋವುಂಟುಮಾಡಬಹುದಾದ ವಲಯಗಳಿಗೆ ನಾವು ಪ್ರವೇಶಿಸಬಹುದು. ಅದರ ಬದಲು ನಮ್ಮೊಳಗೇ ಯಾಕೆ ಹುಡುಕಬಾರದು? ನಮ್ಮೊಳಗೇ ಎಲ್ಲವೂ ಇದೆ. ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳಲ್ಲೊಂದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಮತ್ತೊಂದು ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಯೆಂದರೆ, ‘ಬೇರೆಯವರ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಮಾಡಬೇಡಿ.’

ಗುರೂಜಿಯವರು ಎಂದಿಗೂ ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ಒಳಹೊಕ್ಕುನೋಡುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ಜನರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಅಪಾರವಾದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಲಕ್ಷ್ಯದಿಂದ ಗುರೂಜಿಯವರು ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು, ಆದರೆ ಎಂದಿಗೂ ಅವರ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅನುಕಂಪ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು, ಸಂತಯಿಸುತ್ತಿದ್ದರು, ಅವರಿಗೆ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದೆಲ್ಲವೂ ಜನರಿಗೆ ಅಪಾರವಾಗಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತಿತ್ತು.

‘ದೇವರು, ಬೆಳಕು ಅಥವ ನಿರಾಕಾರ ಪರಬ್ರಹ್ಮನು, ನಮಗೆ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣ, ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಲಭ್ಯನಿದ್ದಾನೆ’ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ಷಣವೂ ಅವನ ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವಿನಿಂದಿರುವುದು ನಿಜವಾದ ಜಾಗರಣೆ, ಅಂದರೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು.

23–03–2014

ತಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಅಥವ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ರಾತ್ರೋರಾತ್ರಿ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಸಲುವಾಗಿ ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಸೇರುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಆಗದಿದ್ದಾಗ ಅವರು ನಿರಾಶೆಗೊಂಡು ಹಿಂದಿರುಗುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದಿದ್ದು ಕೆಲವು ಸಮಯ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಬೇಕು. ಅವರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಒಂದೇ ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಯವಾಗದಿದ್ದರೂ, ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅವರು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಉಪಶಮನವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬರುವುದು ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳಿಂದಾಗಿ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಅನುಭವಗಳಿಂದ ನಾವು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡ ನಮ್ಮ ವರ್ತನೆಗಳು ಕೂಡ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತವೆ. ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ತಕ್ಷಣವೇ ತೆಗೆದುಹಾಕಬಲ್ಲರು, ಆದರೆ ನಮ್ಮ ವರ್ತನೆಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತಂದುಕೊಳ್ಳುವತನಕ ಹೊಸ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುವುದನ್ನು ನಾವು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತೇವೆ.

ಹಾಗೂ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ನಮ್ಮ ನಡತೆಯಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಯೇ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಂಥ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಯಾರೂ ಸಹಾಯಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಾವೇ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿಯೇ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪರಿವರ್ತನೆಗೆ ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಒತ್ತು ಕೊಡುವುದು. ನಾವು ಬದಲಾದಾಗ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಾಗ ನಮಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಾವುವೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಒಂದು ಪಾಠ ಕಲಿಯಲು ಒಂದು ಜೀವನಾವಧಿ ಪೂರ್ತಿ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅಪಾರವಾಗಿ ನೋವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಕಲಿಕೆಯ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಾದುಹೋಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಒಂದು ಪಾಠವನ್ನು ನಮಗೆ ಕಲಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬಹು ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಣೆ ತರಬೇಕಾದ ಮುಖ್ಯವಾದೊಂದು ಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆ: ದುರಹಂಕಾರವನ್ನು ನಿರ್ಮೂಲವಾಡುವುದು. ಮೊದಲಿಗೆ ಅದು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಇದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಹಾಗಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಅದರ ಮೇಲೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಅದರಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ಮತ್ತೊಂದು ಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನು ನಾವು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ. ■

## ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

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

ವಾರ್ಷಿಕ ಫೀನಲ್ಲಿ ಪಠ್ಯ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಮತ್ತು ವಾರ್ತಾಪತ್ರಿಕೆಯ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾ ಸೇರಿರುತ್ತದೆ.

- ★ ಎಲ್ಲಾ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಅಥವಾ ಇ–ಮೇಲ್ ಮೂಲಕ (ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದಂತೆ) ಆಯಾ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಿಕೊಡಲಾಗುವುದು.
- ★ 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.

## ಗುರೂಜಿ

**ವೈಶಾಲಿ ಜೋಷಿ; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್**

ತಮ್ಮ ಜೀವನೋದ್ದೇಶವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡ ಗುರೂಜಿಯವರು ಋಷಿಗಳ ಎಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟದ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗಾಗಿ ತಮ್ಮನ್ನು ಋಷಿಗಳ ಕೈಯಲ್ಲಿನ ಒಂದು ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಾಧನವಾಗಿಸಿಕೊಂಡರು. ಉನ್ನತ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಈಡೇರಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ತಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಆಸೆ–ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಡಲು ಈ ಮಾಸ್ಟರ್ ಹಿಂಜರಿಯಲಿಲ್ಲ. ತಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಋಷಿಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಲಭ್ಯವಾಗಿರಿಸಿಕೊಂಡು ಸಂಪೂರ್ಣ ಶರಣಾಗತಿಯ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಿದರು.

ಮನುಕುಲವು ಹೊಸಯುಗವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳಲು ಬೇಕಾದ ವಿರಳವಾದ ಮತ್ತು ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಮತ್ತು ಹರಡಲು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅವಿರತವಾಗಿ ಅವರು ಶ್ರಮಿಸಿದರು. ಋಷಿಗಳ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅವರು ಎಲ್ಲ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲೂ ಕೆಲಸಮಾಡಿದರು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಓದುವ, ಸಂಗೀತ ಕೇಳುವ ಇತ್ಯಾದಿಯಾದ ತಮ್ಮ ಹವ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಲಾಗದಿದ್ದಾಗಲೂ ಕೂಡ ಅವರು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಚಿಂತೆಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ನಮಗೆ ಅವರು ಏಕ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತಿದ್ದರು.

ಸಮಯಾ–ಸಂದರ್ಭಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ, ನಮಗಾಗಿ, ಅವರು ಸ್ನೇಹಿತ, ದಾರ್ಶನಿಕ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ, ಪಿತೃ, ಗುರು ಇತ್ಯಾದಿ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನೂರಾರುಕೋಟಿ ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಋಷಿಗಳು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ವಿವೇಕಗಳು ಅವರ ಮೂಲಕವಾಗಿ ನಮಗೆ ಲಭ್ಯವಿವೆ. ನಮಗೆ ಬೇಕಾದಾಗಲೆಲ್ಲ ಅವುಗಳನ್ನು ಪಡೆದು ನಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಲೌಕಿಕ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ತೃಪ್ತಿಯ ಗೆರೆಯನ್ನೆಳೆಯಲು ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ದಾಹವನ್ನು ಹೊಂದಿರಲು ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿದರು. ಈ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಮತ್ತು ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಶೋಷಣೆಗೊಳಗಾಗದಿರಲು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನೂ ಅವರು ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿದರು. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಮುತ್ತಲಿನ ಆಗುಹೋಗುಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಗಮನಿಸಲು, ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸಿಕೊಂಡು ಉತ್ತಮ ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಸರಣೆ ಮಾಡಲು ಹಾಗೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮತ್ತು ಉಚಿತ ರೀತಿಯಲಿ ಬಾಳುವುದು ಹೇಗೆಂದು ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿದರು. ಅವರ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ್ದಾರೆ, ಅವು ನಮ್ಮನ್ನು ನಮ್ಮ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ಜೀವನವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು, ಸಕಾರತ್ಮಕವಾಗಿ ಎದುರಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ■

## ಗುರೂಜಿ, ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯ ಹೊಸ ಯುಗದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ

**ಜಯಾ ಬಾಲಸುಬ್ರಮಣ್ಯನ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್**

ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ಬಂದು ಆ ಕಾಲದ ಜನರಿಗೆ ಉಪದೇಶ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಆಗ ಪ್ರಸ್ತುತವಾಗಿದ್ದವುಗಳು, ನಾವು ಸತ್ಯ ಯುಗದ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಈಗ ಪ್ರಸ್ತುತವಾಗದಿರಬಹುದು ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಅನೇಕ ಸಲ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಅನುಯಾಯಿಗಳು ಅವರ ಉಪದೇಶದ ಸಾರವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸದೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯದಿರುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ಅವರು ದೇಹ ತ್ಯಾಗಮಾಡಿದ ನಂತರ ಅನುಯಾಯಿಗಳು ಅವರ ಹಳೆಯ ಮತ್ತು ಸ್ವಪ್ರತಿಷ್ಠೆಯ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಕೂಡ ಹಿಂದಿರುಗುವುದರಿಂದ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಪದೇ ಪದೆ ಜನ್ಮವೆತ್ತಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕೂಡ ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು.

ಇವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರ ಇತರೆ ಉಪದೇಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಚಿಂತಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ಅವರ ಉಪದೇಶಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳಿಗೆ ನಿಜಕ್ಕೂ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು, ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸವನ್ನು ಈಗಲಾದರೂ ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ನಾವು ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ ಸಾಂತ್ವನಗೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಕಲಿಯುಗದಿಂದ ಸತ್ಯಯುಗಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗುವ ಮತ್ತು ತೀವ್ರ ಪ್ರಳಯದ ಈ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮಾಸ್ಟರ್ ಎಂದು ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿ ಹೇಳಬಹುದು. ಈ ಕಾಲ ಮಹಿಮೆಯ ಕಾರಣ ಅವರ ಕಾರ್ಯ ಬಹಳ ಸವಾಲಿನದಾಗಿದೆ. ಹಾಗಿದ್ದರೂ, ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗಾಗಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಭರವಸೆಹೊಂದಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಈಗಲೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಗುರೂಜಿಯವರು ತಮ್ಮ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದು ಅಲ್ಲಿಂದ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೂ ತಪೋನಗರ ಮತ್ತು ಅಂತರ್ ಮಾನಸದ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳ ಮೇಲುಸ್ತುವಾರಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೇನೋ ಅನ್ನಿಸುವ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಆಸಕ್ತಿ, ಬದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಇಲ್ಲಿನ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರು ತುಂಬ ಸರಳ ಮತ್ತು ವಿಶಾಲ ಹೃದಯವುಳ್ಳವರಾಗಿದ್ದರು. ಅವರು ಕೆಲವು ಸಾಧಕರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕುಶಾಗ್ರಮತಿಯನ್ನು ಕೂಡಲೇ ಗುರುತಿಸಿ ಅಂಗೀಕರಿಸಿದರು ಹಾಗೂ ಅವರುಗಳು ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಅವರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಉತ್ತುಂಗಕ್ಕೇರಲು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಿದರು.

ಶರಣಾಗತಿಯೆಂದರೆ ಮಾಸ್ಟರ್‌ರವರ ಉಪದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಂಬಿಕೆಯಿಡುವುದು; ಅಕ್ಷರಶಃ ಅವರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅವರ ಭೌತಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಅಳೆಯದಿರುವುದು. ಹೀಗಾದಾಗ, ನಾವು ಗುರೂಜಿಯವರ ಕೈಗಳಲ್ಲಿ ಸಮರ್ಪಕ ಸಾಧನಗಳಾಗಿ ಉನ್ನತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆಯುವರಂತಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರ 75ನೇ ಜನ್ಮದಿನೋತ್ಸವದಂದು ಈ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಪುನರ್ ಸಮರ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿ ತಲುಪಲು ಗುರೂಜಿಯವರ ಆಶೀರ್ವಾದವನ್ನು ಬೇಡೋಣ. ■

# ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್ ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

**ಪ್ರ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಒಂದು ಅನುಭವವೇ?**

ಉ: ಹೌದು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಆರಂಭವಾಗುವುದು ಅನುಭವಗಳಿಂದ. ಅದು ಆರಂಭಗೊಳ್ಳುವುದು ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಹಂತಗಳಾದ ಓದುವುದು, ಜ್ಞಾನಾರ್ಜನೆ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಂದ. ನಿಜವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವುದು ಸಮಾಧಿ ಮತ್ತು ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಅನುಭವಗಳೊಂದಿಗೆ. ಅನುಭವಿಸುವುದು ಒಂದು ಭಾಗವಾದರೆ, ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳಿಸುವುದು ಇನ್ನೊಂದು ಅತಿಮುಖ್ಯವಾದ ಭಾಗ. ನಮಗೆ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಅನುಭವವಾದರೆ, ಅದನ್ನು ನಾವು ಸರ್ವವಿಧದಲ್ಲೂ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಬೇಕು.

**ಪ್ರ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರು ಅಂದರೆ ಯಾರು?**

ಉ: ಯಾರಿಗೆ ದಿವ್ಯ ಚೇತನದ ಅನುಭವವಾಗಿದೆಯೋ, ಅವರೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರು. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮಟ್ಟದ ದಿವ್ಯ ಚೇತನ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವ ಮಟ್ಟದ ದಿವ್ಯ ಚೇತನಗಳೆರಡೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರುವಿಗೆ ಗೊತ್ತು. ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಆ ದಿವ್ಯ ಚೇತನದೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಮುಕ್ತಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಿದ್ದರೂ ಕೆಲಸ ಮತ್ತು ಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಇಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿದವರು. ಅವರು ಸಹಜ ವಿರಾಗಿ ಅಥವ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿರ್ಮೋಹಿಯಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ.

**ಪ್ರ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆಕಾಂಕ್ಷಿಗಳು ಹಿಮಾಲಯಕ್ಕೆ ಏಕೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ?**

ಉ: ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರು ಹಿಮಾಲಯಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಲು, ಹಿಮಾಲಯದ ಒಬ್ಬ ಮಾಸ್ಟರ್ ಅನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಲು, ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸಿದ್ಧಿಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು.

**ಪ್ರ: ನಾವೊಬ್ಬ ಹಿಮಾಲಯದ ಮಾಸ್ಟರ್ ಅನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ?**

ಉ: ಹಿಮಾಲಯದ ಮಾಸ್ಟರ್ ಎಂದರೆ ಋಷಿಗಳು. ನಮಗೆ ಪ್ರಬಲವಾದ ಆಸೆಯಿದ್ದರೆ, ಈ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ, ಅಥವ ಹಿಮಾಲಯದಲ್ಲಿ ಅಥವ ಬೇರೆಲ್ಲಿಯಾದರೂ ಭೇಟಿಯಾಗಬಹುದು.

**ಪ್ರ: ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಹಿಮಾಲಯದಲ್ಲಿ ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ?**

ಉ: ನಿಜವಾದ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಗಾಢವಾದ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಥವ ತಪಸ್ಸನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಇಲ್ಲಿನ ಜನರು ಅವರಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಾಗ ಇವುಗಳನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಹಸ್ತಾಂತರಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಬಹುಶಃ ಕಾಯುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಸರಿಯಾದ ಜನರು ಅವರಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗದಿದ್ದಾಗ, ನಮ್ಮ ಋಷಿಗಳನ್ನು ಅವರು ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ವಿತರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ತಪಸ್ಸು ಮಾಡಿ ಶಾಂತಿಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಹರಡುವುದರಿಂದ ಯುದ್ಧಗಳು ಸಂಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

**ಪ್ರ: ಏಕತೆ ಅಂದರೇನು?**

ಉ: ನಾವು ಮನುಷ್ಯರು, ಎಲ್ಲ ಸಜೀವಿಗಳು, ಎಲ್ಲ ನಿರ್ಜೀವಿಗಳು, ಪ್ರಕೃತಿ, ನಕ್ಷತ್ರಗಳು, ಗ್ಯಾಲಕ್ಸಿಗಳು ಹೀಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಒಂದೇ ಎಂಬ ಅರಿವಿನಿಂದ ಏಕತೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಪ್ರಜ್ಞೆಯೆಂಬ ಒಂದೇ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ. ನಂತರ, ಈ ಏಕತೆಯನ್ನು ನಾವು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಅನುಭವವಾಗುವ ತನಕ ವಾಸ್ತವತೆ ಅರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಧಾನವಾಗಿ ಈ ಏಕತೆಯನ್ನು ಇಡೀ ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ವಿಸ್ತರಿಸಬೇಕು. ಈ ಏಕತೆಯು ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಯಾವಾಗ ಈ ಏಕತೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆಯೋ ಆಗ ನಾವು ದೈವೀ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಮೀರುವುದಿಲ್ಲ, ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅನಾರೋಗ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಾವು ಸುಲಭವಾಗಿ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ.

**ಪ್ರ: ಚೈತನ್ಯಗಳು ಯಾವ ರೀತಿ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ?**

ಉ: ಚೈತನ್ಯಗಳು ನೇರವಾಗಿ ಉಪಶಮನಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಚೈತನ್ಯಗಳು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತಾ, ಪರಿಪೂರ್ಣ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಬೇಕಾದಂಥ ಸಹಾಯವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ರಕ್ಷಾ ಕವಚದಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ, ದುಷ್ಟ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ, ದುಷ್ಟ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ದುರ್ಘಟನೆಗಳಿಂದ ಕಾಪಾಡುತ್ತವೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮುಂದೆ ಬರಬಹುದಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡುತ್ತವೆ. ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಜಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನೇರವಾಗಿ, ಮತ್ತು ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತರುತ್ತವೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹುದುಗಿರುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ, ನಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಭೂತ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ.

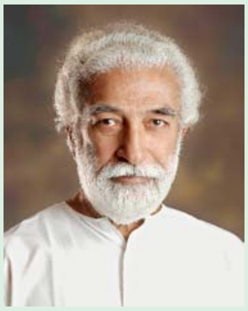
**ಪ್ರ: ಆತ್ಮವು ಸಹ ತಪ್ಪು ಮಾಡುತ್ತದೆಯೇ?**

ಉ: ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಿದೆ. ಅದು ತಪ್ಪು ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಲ್ಲದು. ಅದು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಲ್ಲದು. ■


## 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/- |
| आयगुरूजी (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.)

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

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್ ; ಅನು: ಸ್ವರ್ಣಲತಾ

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ನನ್ನಲ್ಲಿ ಚೈತನ್ಯದ ಅಲೆಗಳು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಮೇಲೇರಿದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಎಲ್ಲಾ ವಸ್ತುಗಳೂ, ಎಲ್ಲರೂ ನಾನೇ ಆಗಿದ್ದೇನೆ ಎಂಬ ಅನುಭವವಾಯಿತು; ಬಹುಶಃ ಅದು ಏಕತಾ ಭಾವನೆಯಾಗಿದ್ದಿರಬಹುದು. ನನ್ನ ಕನಸಿನಲ್ಲಾದ ಏಕತೆಯ ಅನುಭವವು ಈ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು ಎಂದು ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಯಿತು. ಆದರೆ ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ಕಂಡ ಅನುಭವದ ತೀವ್ರತೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದು ಈ ಅನುಭವ ಭೌತಿಕ ಶರೀರದ ಮಿತಿಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿತು.

– ಅಮರನಾಥ್

ಜನವರಿ ಹನ್ನೆರಡರಂದು ಮೊದಲಬಾರಿಗೆ ನನಗೆ ಶಂಬಲ ಗುಂಪಿಗೆ ದೀಕ್ಷೆ ಕೊಟ್ಟನಂತರ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಭಾರಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿ, ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಶಾಂತತೆ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿಯುಂಟಾಗಿದೆ. ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ಅದರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಅದರ ಅನುಗ್ರಹ ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನೊಳಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಶ್ಚಲತೆಯಿದೆ. ಕಷ್ಟಕಾಲದಲ್ಲೆಲ್ಲಾ ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯ ಬೇಡಿದಾಗ ಪರಿಹಾರ ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿ ಸಿಗುತ್ತಿದೆ.

– ಮಿನಿ ಪುರಿ

ಒಂದು ದಿನ, ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಪುಸ್ತಕಗಳ ಮಾರಾಟದ ಬಗೆಗಿನ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನಿರತಳಾಗಿದ್ದಾಗ, ತಕ್ಷಣ ನನ್ನ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿದ್ದ ಅಡೆತಡೆಗಳೆಲ್ಲಾ ಕಾಣೆಯಾದವು. ನನ್ನ ದೇಹದ ಮಿತಿ ಇಲ್ಲವಾಗಿ ಅಲ್ಲಿ ಆನಂದಮಯ, ಶಾಂತಿಯುತ ಮತ್ತು ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ವಿಸ್ತಾರತೆಯ ಅನುಭವವಿತ್ತು; ಅವುಗಳ ಕೇಂದ್ರ ನನ್ನ ಆತ್ಮವಾಗಿತ್ತು. ಕೆಲವು ತಿಂಗಳ ನಂತರ ನನಗೆ ಮತ್ತೆ ಅದೇ ಅನುಭವವಾದಾಗ, ಈ ಸ್ಥಿತಿಯ ಬೇರೆ ಮುಖಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ನನಗೆ ಆ ವಿಸ್ತಾರತೆಯ ಅನುಭವದ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಇಷ್ಟಾನಿಷ್ಟಗಳನ್ನು ಮೀರಿದ್ದರ ಅರಿವಿತ್ತು. ಹಾಗಿದ್ದರೂ ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳ ದ್ವಂದ್ವತೆಗಳನ್ನು ನಾನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಡಲು ಸಿದ್ಧಳಿಲ್ಲದಿದ್ದರ ಅರಿವು ಕೂಡ ಇತ್ತು!

– ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್ ಸೋಮಯಾಜಿ

ನಾನು ಮಾನಸ ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗೆ ಸೇರಿ ಇದು ಮೂರನೆಯ ವರ್ಷ. ನಾನು ಇದುವರೆಗೂ ಒಂದು ಬಾರಿಯೂ ಬೆಂಗಳೂರಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ನನಗೆ ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳಿಂದಿರುವಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತಿದೆ. ವರ್ಷಗಳು ಕಳೆದಂತೆಲ್ಲಾ ನನ್ನ ಮತ್ತು ಮಾನಸದ ನಂಟು ಆಳವಾಗುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನ ಜೀವನ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವುದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ.

ನನ್ನನ್ನು ಬೇರೊಬ್ಬರು ಕೆರಳಿಸಿದಾಗಲೂ, ಸಿಟ್ಟಿಗೇಳದೆ ಸಮಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಬಹುತೇಕ ಕಾರ್ಯಗಳು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮುಗಿದಿವೆ. ಅತ್ಯಂತ ಮೊಂಡು ಜನಗಳೊಡನೆಯೂ ಸಹ ಸುಲಭದಿಂದ ಬೆರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

– ನಂದಿತಾ ಪಟೇಲ್

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ ವತಿಯಿಂದ ಧ್ಯಾನದ ದೂರಕಲಿಕೆಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಪಡೆದು ಕೇವಲ ಎರಡು ತಿಂಗಳೊಳಗೆ ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಸುಧಾರಿಸಿದ ಬೇರೆಯೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಪ್ರತಿ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ವರ್ತಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಸಣ್ಣತನ ಮಾಯವಾಗಿದೆ. ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಹಗುರಳಾದಂತೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ನಗುತ್ತಾ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷಳಾಗಿದ್ದೇನೆ.

– ಮುಕ್ತಾ ತರಗಿ

ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ವೆಬ್ ಕಾಸ್ಟ್ ಮುಖಾಂತರ ಮಾನಸದ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನೋಡಿದ ನಂತರ ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಆಗ ನನ್ನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಚೈತನ್ಯದ ಅಲೆಗಳುಂಟಾಗಿ ನಾನು ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ತಕ್ಷಣ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ದೂರಕಲಿಕೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆಲ್ಲ ಈ ವೆಬ್ ಕಾಸ್ಟ್ ಒಂದು ವರವಾಗಿದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಶ್ರಮಿಸುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನನ್ನ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು.

– ಜಯಶ್ರೀ ವಾಸುದೇವ್

ನನ್ನ ಒಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಅನುಭವವೆಂದರೆ ಸ್ವಾರ್ಥರಹಿತ ಸಣ್ಣಸಣ್ಣ ಆಸೆಗಳು ಮೂಡುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ಅವುಗಳು ಸಾಕಾರಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ನನ್ನ ಗಂಡ ಹಾಗೂ ಅವರ ಸಂಬಂಧಿಕರೊಂದಿಗಿನ ಆಸ್ತಿಯ ಜಗಳವು ಸುಲಭವಾಗಿ ಬಗೆಹರಿದಿದೆ. ಅತ್ಯಂತ ಆಶ್ಚರ್ಯಕರ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಅವರವರ ಪಾಲನ್ನು ಪಡೆದು, ಸ್ನೇಹದಿಂದ ಬಗೆಹರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಈಗ ನಾವು ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದಿದ್ದು, ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರ ಕೊಡಿಸಿದ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಋಣಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ.

– ರಮಣಿ ತ್ಯಾಗರಾಜನ್

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಶಾಂತಳಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಜೀವನದ ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಅರಿತು ದಿನ ನಿತ್ಯದ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಬಲ್ಲವಳಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಯಾವ ಭಾವುಕತೆಗೂ ಒಳಗಾಗದೆ, ಸಂಸಾರಕ್ಕೆ ಅಂಟದೆ, ನನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದೇ ನನ್ನ ಏಕೈಕ ಗುರಿ. ಬೇಡದ ಸಂಬಂಧಗಳೆಲ್ಲವೂ ತಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾವೇ ದೂರಸರಿಯುತ್ತಿವೆ.

– ಶಾಂತಾ ಅಂಬಾಡಿ

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