



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 ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು 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

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ವರ್ಷಗಳು ಅತಿ ವೇಗವಾಗಿ ಉರುಳುತ್ತಿವೆ ಎಂದು ಬಹಳ ಜನರು ಉದ್ಗರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. 2006ನೆಯ ಇಸವಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಮುಗಿಯುತ್ತಾ ಬಂತು. ಅದು ನಿನ್ನೆಯಷ್ಟೇ ಆರಂಭವಾದಂತಿದೆ!

ಕಾಲವು ವೇಗವಾಗಿ ಉರುಳುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ತರ್ಕಬದ್ಧವಾಗಿ ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಪ್ರಳಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮುಗಿಯುವ ಮುಂದಿನ ಹಲವು ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಕಾಲವು ಹೀಗೆಯೇ ವೇಗವಾಗಿ ಉರುಳುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ನಂಬಲಸಾಧ್ಯವಾದ ಈ ವೈಚಿತ್ರ್ಯ ಉಂಟಾಗಲು ಯಾರು ಕಾರಣ? ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ, ನೇರವಾಗಿ ದೈವದ ಕೆಳಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಋಷಿಗಳು. ಸಾವುನೋವುಗಳಿಂದ ಕೂಡಿರುವ ಪ್ರಳಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಪಾರುಮಾಡಲು ಹೀಗೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಯಿತ್ತು: “ನಿಮ್ಮನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿಡುವ ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ಏಕೈಕ ಅಂಶವೇನು?” ಉತ್ತರವನ್ನು ಅರಿಯಲು ನನಗೆ ಒಂದು ಕ್ಷಣವೂ ಯೋಚಿಸಬೇಕಾಗಲಿಲ್ಲ: “ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗಿನ ಸಂಪರ್ಕ”. ನಮಗೆ ಈ ಸಂಪರ್ಕದ ಅರಿವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಇರಲಿ ಇಲ್ಲದಿರಲಿ, ಅದು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ದಿವ್ಯ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹರಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನಮ್ಮ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿಟ್ಟಿರುತ್ತವೆ. ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಅರಿತಿರಬೇಕೆಂಬುದು ನನ್ನ ಇಚ್ಛೆ. ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗಿನ ಸಂಪರ್ಕವು ದೈವದೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಆರೋಗ್ಯ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಉಳಿದೆಲ್ಲವೂ ದೊರಕುವಂತಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಿ ಅದನ್ನು ಸದಾಕಾಲ ಹೇಗೆ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತನೆ ನಡೆಸಿದ್ದಾಗ, ಆಲೋಚನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ಅಂತರಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಯ ಮೂಲಕ ತಿಳಿಯಿತು. ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ನಡೆಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಹಾಗೇ ಮುಂದುವರಿದರೆ ಅವು ನಮ್ಮನ್ನು ಮೆಲ್ಲನೆ ತಮ್ಮ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಅನುಭವದ ಜಗತ್ತಿಗೆ ನೂಕಿಬಿಡುತ್ತವೆ. ಆಳವಾದ ಚಿಂತನೆಯು ಸಮಾಧಿಗೆ ಹಾದಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸೇ ಪ್ರಬಲವಾದುದು ಎಂಬುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ನಂಬಿಕೆ. ಆದರೆ ಅದು ಹಾಗಲ್ಲ. ಬುದ್ಧಿಯೇ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಬಲ. ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸುತ್ತವೆ. ಏನನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲೂ ನಮಗೆ ಆಲೋಚನೆ ಅಗತ್ಯ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿಡುತ್ತವೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಆಳುತ್ತವೆ.

ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿರುವ ಯಾವುದೇ ಧ್ಯಾನಿಗೇ ತನ್ನಿಂದ ಬಿಡಿಸಲಾಗದ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಮಸ್ಯೆ ಅಥವಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂದಿಗ್ಧತೆ ಇದ್ದರೆ, ಅವರಿಗೆ ನಾನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಲಿಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ. ಈ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಈ ವರ್ಷದಿಂದ ತೀವ್ರಗೊಳಿಸಬೇಕೆಂದಿದ್ದೇನೆ. ಇದರ ಉದ್ದೇಶ, ಧ್ಯಾನಿಯ ಕಷ್ಟವನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿ ಅವರು ಸಾಧನೆಯತ್ತ ಗಮನ ಹರಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಲೌಕಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ತಾವಾಗಿಯೇ ದೂರವಾಗುತ್ತವೆ. ಹಾಗೂ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ದೂರವಾದ ಮೇಲೆ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ತಮ್ಮನ್ನು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಆಸಕ್ತಿ. ■



ಮಾನಸ ಫ್ಲಾಂಡೇಶನ್ (ರಿ)
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,
ಜಿ.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.



ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ತಮ್ಮ ತ್ರೈಮಾಸಿಕ ಸಭೆಯನ್ನು ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 14 ರಂದು ನಡೆಸಿದರು ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡರು.

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ದಿನದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು 25-8-2014 ರಂದು ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು 31-8-2014 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿತ್ತು. 50ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಜನ ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಸುಮಾರು 275 ಜನ ತಪೋನಗರದ ಧ್ಯಾನಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿ ತಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಗೌರವಗಳನ್ನು ಅಮರರವರಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿದರು.
- ಗುಜರಾತಿ ಬಾಷೆಗೆ ಬಾಷಾಂತರಿಸಿದ 'ಲೈಟ್' ಪುಸ್ತಕದ ಇ-ಪುಸ್ತಕವನ್ನು 31-8-2014ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸಲಾಯಿತು. ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಿಗಳಾದ ಶ್ರೀ ಆಶೀಶ್ ದೇಸಾಯಿ ಮತ್ತು ಶ್ರೀಮತಿ ಪಲ್ಲವಿ ದೇಸಾಯಿಯವರು ಬಾಷಾಂತರ ಗೊಳಿಸಿರುವ ಈ ಇ-ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightagemasters.com ನಿಂದ ಉಚಿತವಾಗಿ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಬಹುದಾಗಿದೆ.

ದಿನಾಂಕ 08-10-2014 ರಂದು ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 01.45 - ರಾತ್ರಿ 07.03ರವರೆಗೆ ಚಂದ್ರಗ್ರಹಣ ಮತ್ತು ದಿನಾಂಕ 24-10-2014 ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 01.07 - ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 05.21 ರವರೆಗೆ ಸೂರ್ಯಗ್ರಹಣವಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಗ್ರಹಣಗಳ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಇಡೀ ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಕೋರುತ್ತೇವೆ.

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

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

- | | |
|----------|--|
| 01 ಬುಧ | ಸರಸ್ವತಿ ಪೂಜೆ |
| 02 ಗುರು | ದುರ್ಗಾಷ್ಟಮಿ |
| 03 ಶುಕ್ರ | ಮಹಾನವಮಿ/ಆಯುಧ ಪೂಜೆ |
| 04 ಶನಿ | ವಿಜಯ ದಶಮಿ |
| 08 ಬುಧ | ಪೂರ್ಣಿಮಾ |
| | ಚಂದ್ರಗ್ರಹಣ:
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 01.45 - ರಾತ್ರಿ 07.03 |
| 16 ಗುರು | ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ |
| 22 ಬುಧ | ನರಕ ಚತುರ್ದಶಿ, ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ |
| 23 ಗುರು | ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ, ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಪೂಜೆ |
| 24 ಶುಕ್ರ | ದೀಪಾವಳಿ |
| | ಸೂರ್ಯಗ್ರಹಣ:
ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 01.07 - ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 05.21 |
| 31 ಶುಕ್ರ | ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ |

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

- ಭಾನುವಾರಗಳು: ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು :
ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12
ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್:
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1
08-10-2014 ಚಂದ್ರಗ್ರಹಣ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ :
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 01.45-ರಾತ್ರಿ 07.03

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

ನಮ್ಮನ್ನು ಉಲ್ಲಾಸಗೊಳಿಸುವ ಮತ್ತು ಶಾಂತಗೊಳಿಸುವ ಈ ರೀತಿಯಾದ ಒಂದು ತಂತ್ರ ಇರುವುದು ಸಂತೋಷ ತಂದಿದೆ. ನಮಗೆ ಸಂತ್ಯಕ್ತಿಯ ಮತ್ತು ಮೌನದ ಉಡುಗೊರೆ ಸಿಕ್ಕಿದೆ.

- ಶ್ರೀಮತಿ ಕಲ್ಪನಾ ಪೋತೆ, ಅಧ್ಯಾಪಕಿ, PMC ಶಾಲೆ, ಪುಣೆ

ನನಗೆ ತಲೆಸುತ್ತುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಅಸ್ವಸ್ಥತೆ ಉಂಟಾಗಿತ್ತು. ವೈದ್ಯರು ಕೆಲವು ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು ಬರೆದುಕೊಟ್ಟರು ಮತ್ತು ಉಪ್ಪು ರಹಿತ ಆಹಾರಕ್ರಮದ ಸಲಹೆ ನೀಡಿದರು. ನಾನು ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಆರಂಭಿಸಿದೆ, ಆದರೆ ಅವರು ತಿಳಿಸಿದಂತಹ ಉಪ್ಪು ರಹಿತ ಆಹಾರಕ್ರಮವನ್ನು ಪಾಲಿಸಲು ಆಗಲಿಲ್ಲ. ಅದರ ಬದಲಾಗಿ, ನನ್ನ ನಿಯಮಿತ ದೈಹಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳ ಜೊತೆಗೆ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ನಂತರ ನಾನು ನನ್ನ ನಿಯತಕ್ರಮದಂತೆ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆಗೆ ಹೋದಾಗ, ನನ್ನ ಆರೋಗ್ಯ ಸಾಮಾನ್ಯಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡು ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. ಅವರ ಸೂಚನೆಯಂತೆ ಉಪ್ಪಿನ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿರುವೆನೆ ಎಂದು ಅವರು ವಿಚಾರಿಸಿದರು. ನಾನು ಇಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿಸಿದೆ. ಆದರೆ, ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯು ಪರಿಹಾರವಾಗಲು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕಾರಣ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನನಗೀಗ ಬಹಳಷ್ಟು ನೆಮ್ಮದಿ ದೊರಕಿದೆ.

- ಶ್ರೀ ರಾಮಕೃಷ್ಣ, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರು, Y. A. S. ನ್ಯಾಷನಲ್ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಕಳೆದ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಇದನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನನಗೆ ಅನೇಕ ಪ್ರಯೋಜನಗಳಾಗಿವೆ. ನಾನಿದನ್ನು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದಕೂಡಲೇ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಇದರಿಂದ ಇಡೀ ದಿನ ನಾನು ಚುರುಕಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಕೂಡಾ ನಮ್ಮ ದಿನವು ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಆರಂಭಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಇದು ಪಾಠವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಕೇಳಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿಯೂ ಸಹ ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿದೆ.

- ಆಯುಷ್, 9ನೇ ತರಗತಿ, ಕಾರ್ಡಿಯಲ್ ಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಕಳೆದ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅಂದಿನಿಂದ ನನ್ನ ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಮಟ್ಟ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ. ನಾನೀಗ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಗಳಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

- ಕೇದಾರ್ ಹೆಗ್ಡೆ, 9ನೇ ತರಗತಿ, ಕಾರ್ಡಿಯಲ್ ಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಯಾವುದೇ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಶಾಂತತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ.

-ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ವಿನೋದ್ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಜೀವನ ಒಂದು ಪಯಣ. ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಮಾರ್ಗದ ಏರಿಳಿತಗಳು, ನಮ್ಮ ಬಲ ಮತ್ತು ಬಲಹೀನತೆಗಳು, ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಮಿತಿಗಳು ನಮ್ಮ ಪಯಣವನ್ನು ಸುಗಮ ಅಥವಾ ಕಷ್ಟವಾಗಿಸುತ್ತವೆ. ಒಂದು ಸಮುದಾಯದವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಹೋಗಿ ಸೇರಬೇಕಾದ ಜಾಗ ಒಂದೇ ಆಗಿದ್ದಾಗ, ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಪಯಣಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಬುದ್ಧತೆ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ, ನಡೆಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕೆನ್ನುವುದು ಗುರಿಯಾಗಿದ್ದಾಗ, ಈ ಪ್ರಬುದ್ಧತೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು, ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯರು ಮಾಡುವ ಒಂದು ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಪ್ರಯತ್ನ.

ಹೊಂದಾಣಿಕೆ, ತಾಳ್ಮೆ ಮತ್ತು ಇತರರ ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ವಿಮರ್ಶಿಸದಿರುವುದು, ಇವುಗಳೆಲ್ಲವೂ ಏಕತೆಯನ್ನು ಆಚರಿಸುವುದರ ಭಾಗಗಳಾಗಿವೆ ಎಂದು ತಪೋನಗರಿಗರು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ತಮ್ಮ ಲೋಪದೋಷಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಬೆಳೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಬೇಕಾಗಿರುವ ಸಮಯಾವಕಾಶವನ್ನು ನೀಡುವುದು, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರೀತಿಯ ನಿಯಮಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿದೆ. ಗುರೂಜಿಯವರ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಭುಜವೂ ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ಆಸರೆ ನೀಡುವಷ್ಟು ಬಲಯುತವಾಗಿರಬೇಕು, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹೃದಯವೂ ಪೂರ್ಣ ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಪಡೆಯುವಷ್ಟು ವಿಶಾಲವಾಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮುಗುಳ್ಳೆಗೆಯೂ ಸಂಕಷ್ಟದಲ್ಲಿರುವ ಆತ್ಮವು ತನ್ನ ಶಿಲುಬೆಯನ್ನು ಹೊರಲು ದೈರ್ಯ ಪಡೆಯುವಷ್ಟು ಆಳವಾಗಿರಬೇಕು. ಒಂದು ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಸಾಮೂಹಿಕ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಗುರಿಯಾಗಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಓರ್ವ ಸದಸ್ಯನ ಶಕ್ತಿಯು ಇನ್ನೊರ್ವ ಸದಸ್ಯನ ಅಶಕ್ತತೆಯನ್ನು ಸರಿದೂಗಿಸುತ್ತದೆ; ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಸಮಗ್ರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಎತ್ತಿ ಹಿಡಿಯಬಹುದು.

“ನೀನು ಎಲ್ಲಿದ್ದೀಯೋ ಅಲ್ಲಿಂದ ಮುಂದಕ್ಕೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಹೊಂದು” ಎಂಬುದನ್ನು ಗುರೂಜಿಯವರು ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಸಾಧನೆಯೆಂದರೆ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯೆಡೆಗೆ ಬೆಳೆಯುವುದು; ಅದಕ್ಕಾಗಿ ತಾನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಹೊಂದಬೇಕಾದ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹು ಮುಖ್ಯ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ತಮ್ಮ ಅಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡು ಬೆಳೆಯಲು ಸಮಯ ಮತ್ತು ಅವಕಾಶವನ್ನು ನೀಡುವುದೇ ತಪೋನಗರದ ತತ್ವವಾಗಿದೆ. ■

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 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 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

ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2004

ಜನರು ಯಾವುದೇ ಸೂಚನೆಯನ್ನು ನೀಡದೆ ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ಎಲ್ಲ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಮಾತ್ರ ನನಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಬಿಡಲು ನನಗೆ ಅನುಮತಿ ಕೊಡಿ ಹಾಗೂ ನನ್ನನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಿ ಎಂದು ಹೇಳಿದ!! ಇಂಥ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದರೆ ಜನರು ಬಿಟ್ಟುಹೋಗುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಮೂರು ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಸೇರಿಕೊಂಡು ಧ್ಯಾನದ ಅದೇ ಹಂತದಿಂದ ಮುಂದುವರಿಯಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. 'ಮೂರು ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷಗಳು ಬಹಳ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ, ನೀವು ಕೆಳಗಿನ ಹಂತದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭ ಮಾಡಬೇಕು' ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಿದಾಗ ಅವರು ಕೋಪಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆಗುವ ಅನುಭವ.

ಚೆಕ್-ಅಪ್ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಧ್ಯಾನದ ಮುಂದಿನ ಹಂತವನ್ನು ನಾವು ಕೊಡದಿದ್ದಾಗ ಅವರು ಕೋಪಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರು ನನ್ನ ಬಳಿಗೆ ಬಂದು, ಶಿಕ್ಷಕರು ಮುಂದಿನ ಹಂತವನ್ನು ಕೊಡಲಿಲ್ಲವೆಂದು ದೂರುತ್ತಾರೆ! ನನಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುವ ಅದೇ ಋಷಿ ಅಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿರುವವರಿಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತಾರೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಏನೂ ಬದಲಾವಣೆ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಜನರು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಾನು ಅದನ್ನು ವಿರೋಧಿಸುತ್ತೇನೆ ಹಾಗೂ ಅದರಿಂದ ದೂರ ಉಳಿಯುತ್ತೇನೆ. ಜನರು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅವಲಂಬಿತರಾಗದೆ ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ಇದು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾನು ಹೀಗೆ ದೂರ ಉಳಿಯುತ್ತಿರುವುದು ಜನರಿಗೆ ತಿಳಿದಾಗ, ಅವರು ಕೋಪ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಏನೇ ಆಗಲಿ, ಕೋಪ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಲ್ಲ.

ಲಕ್ಷಾಂತರ ಪ್ರತಿಗಳು ಮಾರಾಟವಾಗಿರುವ ಒಂದು ಜನಪ್ರಿಯ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ನಾನು ಓದುತ್ತಿದ್ದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಾಲು ಹೀಗಿತ್ತು 'ಎರಡು ಆಲೋಚನೆಗಳ ನಡುವೆ ಮೌನವಿದೆ. ಇಂಥ ಮೌನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ.' ಹೌದು ಅಲ್ಲಿ ಅಂತರವಿದೆ, ಎರಡು ಆಲೋಚನೆಗಳ ನಡುವೆ ಮೌನವಿದೆ. ಈ ಮೌನದ ಅವಧಿಯನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಬಹುದು. ಇದೊಂದು ಬಹು ಸುಂದರವಾದ ಅವಲೋಕನ. ಆದರೆ, ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವಾಗುವುದು ಆಲೋಚನೆಗಳ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲ, ಅದಾಗುವುದು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ದಾಟಿದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಎಂದು ಋಷಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ಭಾಗ ಆಲೋಚಿಸುವ ಭಾಗ ಎಂದು

ಆ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ, ಆದರೆ ಮನಸ್ಸು ಆಲೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಬುದ್ಧಿ ಆಲೋಚಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅದೊಂದು ಅತಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸತ್ಯ. ಋಷಿಗಳಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಪಡೆದಿದ್ದೇವೆ, ಅದನ್ನು ನಾವು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಹತ್ತಿರವಾಗುವ ಸದವಕಾಶವನ್ನು ನಾವು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ನಾವು ಋಷಿಗಳ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತು ಕಲಿಯುತ್ತಿರುವುದು ಇದೇ ಮೊದಲ ಸಲವಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದಿರೋಣ. ಮುಂಚೆ ಅನೇಕ ಸಲ ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದ್ದೇವೆ.

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ತೇಲುತ್ತಿದ್ದ ಒಂದು ಸುಂದರ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಅಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯಿತ್ತು ಎಂದು ಈ ಅನುಭವವನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನನಗೆ ತಿಳಿಸಿದರು. ಇದರ ಮೇಲೆ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಎಲ್ಲಿ ಜೀವನವಿದೆಯೋ ಅಲ್ಲಿ ಹೋರಾಟವಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬ ವಿಷಯ ಹೊಳೆಯಿತು. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಜೀವನವಿದೆ, ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ರಾಜಕೀಯವಿದೆ, ಅಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಜೀವನ ಎಲ್ಲಿದೆಯೋ ಅಲ್ಲಿ ಅಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯಿದೆ ಹಾಗೂ ಸಂತೋಷ, ನೋವು, ಹುಟ್ಟು, ಸಾವು, ಸೋಲು ಮತ್ತು ಗೆಲುವುಗಳಿವೆ. ಸೋಲು, ಗೆಲುವು ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಜೀವನದ ಸಹಜ ಹಂತಗಳು. ಅವುಗಳನ್ನು ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಹಾಗೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಜನರಿಗೆ ಅನುಭವಗಳಾಗುತ್ತವೆ; ಕೆಲವರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಅನುಭವಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಈ ಅನುಭವಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಿಂತುಹೋಗಬಹುದು ಕೂಡ. ಆಗ ಜನರು ಚಿಂತೆಗೊಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳು ಏಕೆ ನಿಂತುಹೋದವು ಎಂದು ಕೇಳುವ ಇ-ಮೇಲ್‌ಗಳು ನನಗೆ ಬರಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತವೆ. ಆತ್ಮದ ಅನುಭವಗಳಾದ ಆನಂದ, ವಿಸ್ತಾರತೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಪ್ರಾರಂಭವಾದಾಗ, ವಿಷನ್‌ಗಳಂತಹ ಮಾನಸಿಕ ಅನುಭವಗಳು ನಿಲ್ಲಬಹುದು. ಆ ರೀತಿಯಾದಾಗ ನಾವು ನಿಜಕ್ಕೂ ಸಂತೋಷಪಡಬೇಕು; ಬೆಳವಣಿಗೆಯುಂಟಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರೂ ನಿಜ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಜನರು ಮನಸ್ಸಿನ ಅನುಭವಗಳನ್ನೇ ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಅಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಹಾತೊರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಋಷಿಗಳು ಈ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಮತ್ತೆ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ, ನಾವು ಅದನ್ನು ಆನಂದಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿನ ಹಂತಕ್ಕೆ ಮರಳುತ್ತೇವೆ. ಹೀಗೆ ನಾವು

ಅನೇಕ ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಅಮರರವರು ಹೇಳಿದರು, 'ಅನುಭವಗಳು ಒಳ್ಳೆಯದು ಆದರೆ ಅನುಭವಗಳಲ್ಲದಿರುವುದು ಇನ್ನೂ ಒಳ್ಳೆಯದು.' ಅವರು ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದರು. 'ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಅಥವಾ ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ನನ್ನನ್ನು ತುಂಬಾ ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ' ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. 'ನನ್ನನ್ನೂ ಮೀರಿ ಹೋಗಿ' ಎಂದೂ ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತೇನೆ, ಹಾಗಿದ್ದರೂ ಜನರು ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಭಾವಚಿತ್ರವನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಾಗ ಮತ್ತು ಪೂಜಿಸಿದಾಗ ನನಗೇನೂ ಸಂತೋಷವಾಗುವುದಿಲ್ಲ!! ಅದರಿಂದ ಏನೂ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಬಹಳ ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಮುಕ್ತಿ ಎಂದರೆ ವಿಮೋಚನೆ. ಅದು ಎಲ್ಲ ಬಂಧನಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ. ನಾವು ಮನಗಾಣಬೇಕಾದ ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಷಯವೆಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಯು ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಕ್ತಿಯ ಕಡೆಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಮುಕ್ತಿಯಿಂದ ದೂರಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಅದು, ನಾವು ಧ್ಯಾನಮಾಡಿ ಹೊರಬಂದಾಗ ತಲುಪುವ ಒಂದು ಹಂತವಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳಲ್ಲಿ ದಿನದ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣದಲ್ಲೂ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸುತ್ತೇವೆ ಅಥವಾ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಮುಕ್ತಿಯ ಕಡೆ ಸಾಗುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳಲು ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಅನುಕೂಲಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ಪ್ರಳಯ ನಮ್ಮನ್ನು ತಟ್ಟುತ್ತದೆ; ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಹಾಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಹತಾಶೆ, ನೋವು ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನೂ ನಾವು ಅರಿಯಬೇಕು. ಆದರೆ ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗಾದರೂ ಅನುಸರಿಸಿದರೆ ನಾವು ಸೋಲುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಸೋಲಬಾರದೆಂದು ಋಷಿಗಳು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಮತ್ತು ಆಕ್ರಮಣಮಾಡಲು ಕಾಯುತ್ತಿರುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ನೆನಪಿಡಬೇಕು. ನಮ್ಮ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಅವು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಈ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳಿಗೆ ಜನರು ಬಲಿಯಾದಾಗ ನನಗೆ ದುಃಖವಾಗುತ್ತದೆ, ಅವರು ಸಂಕಟಪಟ್ಟಾಗ ನನಗೆ ವ್ಯಥೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ದುಃಖಿಸುತ್ತೇನೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

22-06-2014

‘ಇಲ್ಲಿಯ ಜೀವನದ ಘಟನೆಗಳು ಪೂರ್ವ ನಿರ್ಧಾರಿತವೇ?’ ಎಂದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೊಬ್ಬರು ಕೇಳಿದರು. ನಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳ ಕರ್ಮಗಳು ನಮ್ಮ ಕರ್ಮದ ಹಾದಿ ಅಥವಾ ವಿಧಿಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ, ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಈ ಕರ್ಮದ ಹಾದಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು. ಧ್ಯಾನವು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ದಹಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಕರ್ಮಗಳು ದಹಿಸಿ ಹೋದಾಗ ಕರ್ಮದ ಹಾದಿಯೂ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನವು ನಾವು ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳಲು ಕೂಡಾ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪರಿವರ್ತನೆಯುಂಟಾದಾಗ ಕರ್ಮಗಳ ಸಂಗ್ರಹಣೆ ಕೂಡಾ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪಡೆಯಬಹುದಾದ ಅನುಭವಗಳು, ಅವಕಾಶಗಳು ಮತ್ತು ಸವಾಲುಗಳನ್ನೇ ನಮ್ಮ ಕರ್ಮದ ಹಾದಿ ಎಂದು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಕರ್ಮಗಳೇನೇ ಇರಲಿ, ನಮಗೆ ಅವಕಾಶಗಳು ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತವೆ, ಅವು ಎಂದಿಗೂ ನಿಲ್ಲುವುದಿಲ್ಲ. ಸವಾಲುಗಳು ಮತ್ತು ಅವಕಾಶಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ ಎಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಹೇಗೆ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ಹೇಗೆ ಅವಕಾಶಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನುವುದು ನಮಗೆ ಸೇರಿದ್ದು. ನಾವು ಹೇಗೆ ಅವಕಾಶಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳು ಅಥವಾ ನಮ್ಮ ವಿಧಿ ನಿರ್ಧರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಸವಾಲುಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಅವಕಾಶಗಳಿಗೆ ಹೇಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತೇವೆಯೋ ಹಾಗೆ ನಮ್ಮ ವಿಧಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಶ್ಚಿತ ವಿಧಿ ಎನ್ನುವುದು ಇಲ್ಲ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು. ನಮ್ಮ ವಿವೇಕ, ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ, ಮನೋಬಲ ಹಾಗೂ ನಂಬಿಕೆಗಳಿಂದ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಧ್ಯಾನಿಯಲ್ಲದವನು ಕೂಡಾ, ಹೇಗೆ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಾನೆ ಹಾಗೂ ಹೇಗೆ ಅವಕಾಶಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನಾಧರಿಸಿ ತನ್ನ ವಿಧಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಅದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವುದು ಕರ್ಮವಲ್ಲ.

ಅತ್ಯಂತ ಕಷ್ಟದಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ತನ್ನ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಬಿಡದಿರಬಹುದು. ಹಾಗೆಯೇ ಅತ್ಯಂತ ಅನುಕೂಲಗಳಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಎಲ್ಲ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಲಾಗದಿರಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ವಿಧಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಮೌಲ್ಯಗಳಿಗೆ ಬದ್ಧರಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ವಿಧಿಯು ಅದಾಗಿಯೇ ಸರಿಹೋಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಸರಿಯಾದ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಚಲಿಸುತ್ತೇವೆ. ಜನರು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನಾನು ಕೇಳಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಿಲ್ಲ. ಜನರು ಬಹಳ ಗಂಭೀರವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು, ತುಂಬಾ ಗಂಭೀರವಾದ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅದು ವಾಸ್ತವ. ಅಂಥ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾಯದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿರುತ್ತದೆ, ಬೆಂಬಲ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಋಷಿಗಳು ನಮಗಾಗಿ ಸದಾಕಾಲ ಇರುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಪತನ ಹೊಂದದಂತೆ ಅವರು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅಂಥ ಸಂದರ್ಭ ಬಂದಾಗ ಅವರು ತಮ್ಮ ಕೈಮೀರಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಕೂಡಾ ವಾಸ್ತವ.

ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಯೋಚಿಸಬಹುದಾದ ಮತ್ತೊಂದು ಉದಾಹರಣೆ ಹೀಗಿದೆ. ನಾವು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಈ ವಿಧಿಯು, ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡುವ ಒಬ್ಬ ಗುರುವಿನ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ನಮ್ಮನ್ನು ತರುತ್ತದೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ನಾವು ಅವರ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೇನೋ ಬರುತ್ತೇವೆ, ಆದರೆ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸೇರುವುದು ಅಥವಾ ಸೇರದಿರುವುದು ನಾವು ಮಾಡುವ ಆಯ್ಕೆ. ಆ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ನಮ್ಮ ವಿಧಿ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ನಾವು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದರೆ, ಅದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತರುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ವಿಧಿಯು ಕೂಡಾ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲಾರಂಭಿಸಿದ ನಂತರವೂ, ಅದನ್ನು ಎಷ್ಟು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಬೇಕು, ನಾವು ಕಲಿತ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಎಷ್ಟು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಆಯ್ಕೆ ನಮ್ಮದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ, ಗುರುಜಿಯವರಿಂದ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿತ ಸಾವಿರಾರು ಜನರನ್ನು ನಾವು ನೋಡಿದ್ದೇವೆ. ಆದರೆ ಈಗ ಎಷ್ಟು ಜನರಿದ್ದಾರೆ. ನೂರಾರು ಜನರಿರಬಹುದು, ಅಷ್ಟೇ. ಜನರು ಬರುತ್ತಾರೆ, ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ, ನಂತರ ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಅವರ ವಿಧಿಯಲ್ಲ. ಅವರು ಬಿಟ್ಟುಹೋಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಅವರು ಮುಂದುವರಿಯ ಬಹುದು. ಆ ಎಲ್ಲ ಸಾವಿರಾರು ಜನರೂ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಮುಂದುವರಿಯಬಹುದಿತ್ತು. ಅದು ಅವರುಗಳು ಮಾಡಿದ ಆಯ್ಕೆ ಅಷ್ಟೆ.

ಗುರುವನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡುವ ಅದೃಷ್ಟವಿಲ್ಲದಿರುವ ಗುಂಪಿನ ಜನರ ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ನೋಡೋಣ. ಇವರು ಕೂಡಾ, ಬೆಳೆಯಲು ಬಯಸಿದರೆ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದರೆ, ಒಬ್ಬ ಗುರು ಅವರ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವಂತೆ ವಿಶ್ವವೇ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದೊಂದು ವಾಸ್ತವ ಸಂಗತಿ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಬೆಳೆಯಲು ಬಯಸಿದರೆ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಅವಕಾಶಗಳಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ವಿಶ್ವದ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಂದು ಅತ್ಯಾಶ್ಚರ್ಯಕರ ಅನುಭವ.

03-08-2014

‘ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ’ಯ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಬರೋಣ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರಾಗಿರುವುದು ಎನ್ನುವುದರ ಅರ್ಥವೇನು? ಗುರುಜಿಯವರು ನೀಡಿದ ಅರ್ಥದ ಪ್ರಕಾರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರಾಗಿರುವುದೆಂದರೆ ಒಳ್ಳೆಯ ವರಾಗಿರುವುದು, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕರಾಗಿರುವುದು ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿಯಿಂದಿರುವುದು. ಅದು ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಿಗೆ

ಹೋಗುವುದು, ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದರ ಬಗ್ಗೆಯಲ್ಲ. ಕೇವಲ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾದ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದಲೂ ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರಾಗ ಬೇಕೆಂದೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಸೇರುವುದರಿಂದ ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರಾಗುತ್ತೇವೆ ಎಂದೇನೂ ಅಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರಾಗಿರುವುದೆಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಗುಣದಂತೆಯೇ, ಅಂದರೆ ನಮ್ಮ ಆತ್ಮದ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಗುಣದಂತೆಯೇ ಜೀವಿಸುವುದು. ನಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಗುಣ ದೇವರಂತಿರುವುದು. ಪ್ರೀತಿ ನಮ್ಮ ಗುಣ ಸ್ವಭಾವ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರಾಗಿರುವುದು ಎಂದರೆ ಸಹಾನುಭೂತಿ ಹೊಂದಿರುವುದು, ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯಿಂದಿರುವುದು, ಕ್ಷಮಾಶೀಲರಾಗಿರುವುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕ್ಷಮಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ. ಮುಯ್ಯಿ ತೀರಿಸಿದಾಗಲೇ ನಮಗೆ ಸಮಾಧಾನ ಸಿಗುವುದು ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸುವಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಇಂಥ ವರ್ತನೆಯೊಂದಿಗೆ ನಾವು ಮುಂದೆ ಸಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅಂಥ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತೇವೆಯೋ ಅಥವಾ ಮುಯ್ಯಿ ತೀರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತೇವೆಯೋ ಎಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಮಗೆ ಪ್ರಯಾಣ ಬೇಡವಾದಲ್ಲಿ, ದೇವರು ಪ್ರಯಾಣಮಾಡಲು ನಮಗೆ ಬಲವಂತ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಇದೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರಾಗಿರುವುದೆಂದರೆ ಸ್ಥಿಮಿತದಲ್ಲಿರುವುದು. ಆಕ್ರಮಣ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯಿಂದಿಲ್ಲದಿರುವುದು. ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಗೆ, ನಮ್ಮ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯಗಳಿಗೆ ಸಮಾನ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾ ಸಮತೋಲನದ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುವುದು. ಜೀವನವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುವುದು. ನಾವು ಕೆಳಬಂದಿರುವ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶವೇ ಅದು.

ಬೇರೆಯವರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿಯದಿರುವುದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ. ನಾವು ಜನರೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತಿರುವಾಗ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಅವರ ನ್ಯೂನತೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಬೇಕೆಂದೇ ತಪ್ಪನ್ನು ಹುಡುಕುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವುದು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಲ್ಲ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರಾಗಿರುವುದೆಂದರೆ ನಿಸ್ವಾರ್ಥಿಗಳಾಗಿರುವುದು; ತೃಪ್ತಿಯ ಗೆರೆಗಳನ್ನೆಳೆಯುವುದು.

ನಾವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದೇವೆಯೇ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂಥ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ, ನಾವೊಂದು ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಇವೆಲ್ಲ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಾವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆಯೇ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ನಡತೆ, ನಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ನಾವು ತೂಗಿ ನೋಡಿಕೊಂಡಾಗ, ನಾವು ಎಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ ಎನ್ನುವುದು ನಮಗೇ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ■

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.

ಚಿತ್ರ/ಡಿಡಿಗಳನ್ನು "ಮಾನಸ ಲೈಟ್ ಏಜ್ ಫೌಂಡೇಶನ್(೦)" ಹೆಸರಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಂಗಳೂರೇತರ ಚಿತ್ರಗಳಿಗೆ 50ರೂ. ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಸೇರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಗಳು

- ★ ತಾಳ್ಮೆ ಇರಲಿ. ಮೊದಲನೆಯ ದಿನವೇ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ಪವಾಡಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ನಾವು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ ಪವಾಡಗಳು ಸದ್ವಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೊಸಾಟಗಳನ್ನೆದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. 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 ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಜನರಿಂದ ಈ ರೀತಿಯ ಅನೇಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿವೆ: "ದಿನ ನಿತ್ಯದ ಜೀವನದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?", "ನಾವು ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಸಂದಿಗ್ಧತೆಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?", "ನಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಸರಿಯಿರುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?", "ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ತಪ್ಪಿಸುವ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ನಾವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದಿರುವುದು ಹೇಗೆ?" ಇತ್ಯಾದಿ. ನಾಗರಿಕತೆ ಹುಟ್ಟಿದಾಗಿನಿಂದಲೂ ಈ ರೀತಿಯ ಸಂದಿಗ್ಧತೆಗಳನ್ನು ಮಾನವ ಜನಾಂಗವು ಎದುರಿಸುತ್ತಾ ಬಂದಿದೆ. ಜಾಗೃತಗೊಳ್ಳಲು ಹೊರಟಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವ ಏಕೈಕ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಯೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದುದು.

ಐತಿಹಾಸಿಕವಾಗಿ, ಜನರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ಮರೆತು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಲೌಕಿಕತೆಯ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಕೃಷ್ಣ, ಬುದ್ಧ, ಯೇಸುಕ್ರಿಸ್ತರಂಥ ಅನೇಕ ಮಹಾನ್ ಮಾಸ್ತರ್‌ಗಳು, ಜನ ಸಮುದಾಯಗಳ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ ಅವರನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸಲು ಜನ್ಮವತ್ತಿದ್ದರು. ಈ ಮಾಸ್ತರ್‌ಗಳು, ಧರ್ಮ ಅಥವಾ ನ್ಯಾಯಪರತೆಯನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟರು.

ಧರ್ಮವೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ನಿಜ ಸ್ವರೂಪವಾದ ಪ್ರೀತಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡು ಜೀವಿಸುವುದು ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಬೋಧಕರು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನು ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿವೇಕವನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿ; ಆಗ ಬೋಧನೆ ಪೂರ್ಣಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಕಲಿತದ್ದನ್ನು ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬಳಸುವುದು ನಿರಂತರ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಬೇಕು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿವೇಕವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅದು ನಮಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದೇ ಆಗಿದ್ದರೆ, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬಳಸುವಾಗ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆವೆನ್ನುವ ಭಯ ನಮಗೆ ಇರಬಾರದು.

ಯೇಸು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, "ದೇವರು, ನಮ್ಮ ಹೃದಯಗಳ ಮೇಲೆ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದಾನೆ. ಅವನು, ಅವುಗಳನ್ನು ಕಲ್ಲಿನ ಮೇಲೆ ಕೆತ್ತಿಲ್ಲ." ನಮ್ಮ ಹೃದಯಗಳನ್ನು ನಾವು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ದೈವೀ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಆತ್ಮದೊಳಗೂ ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗದಿಂದ ದೂರಸರಿದಾಗ ನಮ್ಮನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುವ ದೇವರ ಧ್ವನಿಯೇ ನಮ್ಮ ಅಂತರೋದ್ದೇಶ.

ಧಾರ್ಮಿಕ ಪಂಥದಲ್ಲಿ ಅದರ ಅನುಯಾಯಿಗಳು, ಆಲೋಚಿಸದೆ ಅಥವಾ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೆ ಧರ್ಮಗ್ರಂಥವನ್ನು ಬಳಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ಅದು ಸುಲಭ ಕೂಡ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬಳಸಬೇಕು ಹಾಗೂ ಅವರ ಸ್ವಂತ ವಿವೇಕವನ್ನೂ ಬಳಸಬೇಕು. ಈ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ವಿಸ್ತಾರತೆ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧ್ಯ. ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು, "ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ರೆಕ್ಕೆಗಳಿಂದ ಮಾತ್ರ ನೀವು ಹಾರಬಲ್ಲೀರಿ. ಎರವಲು ಪಡೆದ ರೆಕ್ಕೆಗಳಿಂದ ಹಾರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ."

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಬಳಸುವುದೆಂದರೆ, ಧರ್ಮವನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದಂತೆಯೇ. ಅದು, ಹಿಂದಿನ ಯುಗಗಳಲ್ಲಿ, ಜೀವನದ ಅತಿ ಮುಖ್ಯ ಭಾಗವಾಗಿತ್ತು. ಅದನ್ನು ಬಳಸುವಾಗ, ಇತರರ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ, ಅದು ಉನ್ನತ ಧರ್ಮವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತರ್ ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಅಂತರೋದ್ದೇಶ ಹಾಗೂ ಧರ್ಮವನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕೆನ್ನುವ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಇಚ್ಛೆಗಳ ಸಹಾಯದೊಂದಿಗೆ ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಸರಿಯಾದ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಖಾತರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ನಮ್ಮ ಅಂತರಾಳದಲ್ಲಿ ನಾವು ಈಗಾಗಲೇ ಹೊಂದಿರುವ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅಂತರ್ ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಯ ಮುಖಾಂತರ ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆಯ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ತರಬಹುದು. ಅಂತರ್ ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಯ ಮುಖಾಂತರ ಆತ್ಮವು ಕೂಡಾ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನೆರವಾಗಿ ಪಡೆಯಬಲ್ಲದು. ಯಾವುದೇ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಸತ್ಯ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಅಂತರ್ ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪರಿಪೂರ್ಣವಾದ ದೈವೀ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನಾಧರಿಸಿ, ಸರಿ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮನಗಾಣಲು ಅಂತರೋದ್ದೇಶಿಯು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು, ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಬಲವಂತ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತರ್ ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಅಂತರೋದ್ದೇಶ ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಇದೆ. ನಾವು ಸದಾಕಾಲ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಇದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಅವುಗಳನ್ನು ನಾವು ಗುರುತಿಸಬಹುದು.

ಜೀವನದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸನ್ನಿವೇಶವೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ಒಂದು ಅವಕಾಶ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲು ನಾವು ಸಿದ್ಧರಾಗಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರದ ಪರಿಣಾಮ ಏನೇ ಇದ್ದರೂ ನಾವು ಅದಕ್ಕೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಾವು ಏನನ್ನಾದರೂ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ ಅಥವಾ ಏನನ್ನಾದರೂ ಕಳಿಯುತ್ತೇವೆ. "ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ನನಗೆ ಬಿಡಿ" ಎಂದು ಭಗವಾನ್ ಕೃಷ್ಣ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ನಾವು ದೊಡ್ಡ ಸಂದಿಗ್ಧತೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ನಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರದ ಫಲಿತಾಂಶದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಚಿಂತಿಸುವುದು ಬೇಡ. ನಮ್ಮ ಪಾಲಿನ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ಮಾಡೋಣ ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸೋಣ. ಹಾಗೂ, ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಫಲಿತಾಂಶ ಬರದಿದ್ದರೂ, ಅದನ್ನು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ನಾವು ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್‌ನ ಪ್ರಭಾವಲಯವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ ನಂತರ, ಏನಾದರೂ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಆಗಿವೆಯೇ?

ಉ: ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅನೇಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸಿದಾಗ ಈ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಒಳ್ಳೆಯತನ ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟತನಗಳು, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಾಗಲೀ ರಾಷ್ಟ್ರ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಾಗಲೀ ಅಥವಾ ಜಾಗತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಾಗಲೀ ಒಂದುಗೂಡಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಮಾನವರ ಅಥವಾ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳ ನೈಜ ಗುಣಗಳು ಬೆಳಕಿಗೆ ಬರುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ದುಷ್ಟತನವನ್ನು ಸಹಿಸಲಾರವು. ಸಾಮೂಹಿಕ ಧ್ವನಿಗಳು ಬಲ ಪಡೆಯುತ್ತಿವೆ. ರಾಜಕೀಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಶಿಥಿಲಗೊಳ್ಳುತ್ತಿವೆ.

ಪ್ರ: ಧ್ಯಾನಿಗಳಲ್ಲದವರಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಒಂದೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದೇ?

ಉ: ಹೌದು. ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಅದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ಹೆಚ್ಚು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ, ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದೇ?

ಉ: ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯಕ್ಕೂ ಕರ್ಮಗಳಿಗೂ ಏನೂ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ಯಾವುದೇ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ನಾವು ಸ್ಪಂದಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ನಾವು ಮಿತವಾಗಿ ಸ್ಪಂದಿಸೋಣ. ಸನ್ನಿವೇಶದ ಅರಿವಿನೊಂದಿಗೆ ಶಾಂತ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಮತ್ತು ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ಅದನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರ: ನಾವು ಯಾವ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಯಾವ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು?

ಉ: ವಿಷನ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಕನಸುಗಳಂಥ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸಬಹುದು. ಆದರೂ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕೆಲವು ವಿಷನ್‌ಗಳು ನಮಗೆ ಕೆಲವು ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತವೆ. ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಮ್ಮ ಅಂತರ್ ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆಯಿರಿ. ಸಮಾಧಿ, ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವ, ಅನಂತತೆಯ ಅನುಭವಗಳಂಥ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕು, ಆಳವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರ: ನಾನು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಧ್ಯಾನಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಶೂನ್ಯತೆ ನನ್ನನ್ನು ಆವರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆಗ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಸ್ಫೋಟಗೊಂಡು, ಎಲ್ಲ ದಿಕ್ಕುಗಳಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಾನು ವಿಸ್ತಾರಗೊಂಡಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವ ಹೀಗಿರುತ್ತದೆಯೇ?

ಉ: ಹೌದು. ಇದು ಸಮಾಧಿಯ ಪ್ರಾರಂಭ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಸಮಾನ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಿ, ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆಯುವವರೆಗೆ ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ. ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ಶೂನ್ಯತೆ ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅರಿವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಅನಂತವಾದ, ಬೆಳಕಾದ, ಪ್ರೀತಿಯಾದ, ಅಖಂಡವಾದ ಭಗವಂತನ ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಅಂತಿಮ ಅನುಭವ. ನಮಗೆ ಈ ಅನುಭವವಾದಾಗ, ನಾವು ಅಧ್ಯಾತ್ಮದಲ್ಲಿ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

ಪ್ರ: ಪ್ರಸ್ತುತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಪಾತ್ರವೇನು?

ಉ: ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳು ಬಹಳಷ್ಟು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರ: ಇದರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಪಾತ್ರವೇನು?

ಉ: ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಸಹಾಯಕರಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದೇ ನಮ್ಮ ಪಾತ್ರವಾಗಿದೆ. ನಾವು ಇದನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬಹುದು ಹಾಗೂ ದಕ್ಷತೆಯಿಂದ ಮಾಡಬಹುದು.

ಪ್ರ: ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದೇ?

ಉ: ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಧ್ಯಾನದ ಅರ್ಥವೇ ಮೌನವಾಗಿರುವುದು. ಮೌನದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ನಾವು ಏನನ್ನೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ನಮಗೆ ಯಾವುದು ಅಡ್ಡಿ ಪಡಿಸುತ್ತಿದೆ?

ಉ: ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಜಡತೆ ಅಥವಾ ಉದಾಸೀನತೆ ಅಥವಾ ಗುರಿಯಿಲ್ಲದ ಸ್ವಪ್ನತೆ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿರಬಹುದು. ನಮಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ಗಾಢ ನಂಬಿಕೆಯಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಜೊತೆಗೆ ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಮಾರ್ಗದ ಮೇಲೆ ನಂಬಿಕೆಯಿಲ್ಲದಿರುವುದು ಕೂಡಾ ಒಂದು ಕಾರಣವಾಗಿರಬಹುದು.

ಪ್ರ: ನಾವು ಸ್ವತಃ ಬೆಳಕಿಗೇ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಬಹುದೇ?

ಉ: ಕಳುಹಿಸಬಹುದು. ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ದೇವರ ಕೊಡುಗೆ. ಆದರೆ ಪ್ರೀತಿ ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮ ಸ್ವತ್ತು. ಆದ್ದರಿಂದ ಬೆಳಕಿಗೆ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿ. ■

ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
Higher Communication & Other Realities	100/-
Light Body & Other Realities	100/-
Master-Pupil Talks	60/-
iGurujī - Vol 1, 3, 4 & 7	each 150/-
iGurujī - Vol 2	120/-
iGurujī - Vol 5	100/-
iGurujī - 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/-
Gurujī Speaks Part - I & II	each 200/-
Gurujī Speaks (Vol 3)	150/-
Gurujī Speaks (Vol 4)	250/-
Gurujī 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/-

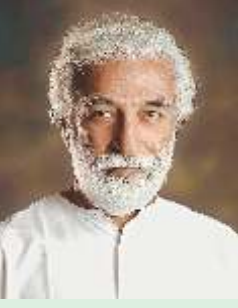
ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ - ಭಾಗ 2	150/-
ಗುರು-ಶಿಷ್ಯರ ಸಂಭಾಷಣೆ	60/-
ಐ-ಗುರೂಜಿ ಭಾಗ 1	150/-
ಐ-ಗುರೂಜಿ ಭಾಗ 2	120/-
ಪೂನ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳು	120/-
ಉನ್ನತ ಸಂಪರ್ಕಗಳು	100/-
ಅನುಭವಗಳು	120/-
ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ	50/-
ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ	50/-
ಆತ್ಮದ ಅಪರೋಹಣ	50/-
ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ	50/-
ಆಧುನಿಕ ಋಷಿಯೊಬ್ಬರ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಸಾಹಸಗಳು	50/-
ಗುರೂಜಿ ನಾ ಕಂಡಂತೆ	30/-
ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು	10/-
ಬೆಳಕು	10/-
ದೈವಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ	250/-
ಕಾವ್ಯಕಂಠ ವಿಸ್ಮಯ ಗಣಪತಿ ಮಂತ್ರಗಳು	100/-
ಅನೇಕಳಲ್ಲಿನ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	120/-
ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು	100/-

ಪ್ರಕಾಶವಾಡ (Marathi)	150/-
आयुर्गुरुजी (Marathi)	100/-
ध्यान कैसे करावे (Marathi)	50/-
ध्यानयोग (Marathi)	50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)	50/-
शुभला तत्वांचा अभ्यास (Marathi)	50/-
एका आधुನिक ऋषीचे	
सूक्ष्मजगतील पराक्रम (Marathi)	50/-
प्रकाशमय जीवन (Marathi)	10/-
प्रकाश (Marathi)	10/-
उच्चस्तरिय 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/-

ತ್ರಿಪಾಣಮ್ ಶಿಶ್ಯವತ್ರ ಂಪಬಲ್	50/-
ಊಗಿಯಿಲಿನ್ ಲಾಯಿಲಕಣ್	200/-
ತ್ರಿಪಾಣ ಯೋಕಮ್	50/-
ಆತ್ಮತಮಾವಿನ್ ಅಲಗೊಕಣಮ್	50/-
ಠವಿನ್ ಗಿಣಿ ಉಠವಗಿನ್ ಕ್ರೂಢಮ್ ಸಾಕಸಾಕಣ್	50/-
ಸಮಲಲಾ ಠ್ರಿಯಮಠಣಗಿನ್ ಅಪಿಪಿಯಾಸಾಕಣ್	50/-

ಧ್ಯಾನಂ ವಿಯುಡಂ ಎಲ್	50/-
ಕಾಂತಿಕಿ ದ್ವಾರಮುಲ	100/-



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦)

1988ರಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರಿಂದ ಸ್ಥಾಪನೆ ಯಾದ ಈ ಸಂಸ್ಥೆ ಜ್ಯೋತಿಷಾರ್ಥಕ್ಕೆ ಮೀಸಲಾಗಿದ್ದು, ತಪೋನಗರ ಮತ್ತು ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತದೆ.

ಮಾನಸ

ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ದೂರದ ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ ಹಳ್ಳಿಯ ಬಳಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸಗಳ 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 'ಮಾನಸ' ಎಂಬ ವಿಭಿನ್ನ ಚೈತನ್ಯವಲಯವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿ, ಅದರಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡಲಾಗಿದೆ.

ಅಂತರ್ ಮಾನಸ

ಮಾನಸದ ಹುಟ್ಟು ಸ್ಥಳ. ಇದು ತಪೋನಗರದಿಂದ ಒಂದು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ದೂರದಲ್ಲಿರುವ ನಾಡಗೌಡ ಗೋಪುರ ಹತ್ತಿರ ಇದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರು 1987 ರಿಂದ 1992 ರವರೆಗೆ ವಾಸಮಾಡಿದ ಒಂದು ಗುಡಿಸಲು ಮತ್ತು ಇತರ 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 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

22-06-2014ರಂದು ನಾನು ಸದ್ಯದಲ್ಲೇ ವಾಸಿಸಲು ಆರಂಭಿಸುವ ಮನೆಯ ಗೃಹ ಪ್ರವೇಶದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಕೆಲವರು ಒಂದು ಹೋಮಕುಂಡದ ಸುತ್ತ ಕುಳಿತು ಹೋಮ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನನ್ನ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಕಂಡೆನು. ಸಪ್ತಋಷಿಗಳು ಅರ್ಧವೃತ್ತಾಕಾರ ದಲ್ಲಿ ಆ ಕುಂಡದ ಪಕ್ಕ ನಿಂತು ಅಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಆಶೀರ್ವದಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಕೂಡಾ ಕಂಡೆನು. ನಂತರ ಆ ಮನೆಯ ಮಾಲೀಕರನ್ನು ವಿಚಾರಿಸಿದಾಗ, ಅವರು ಈ ಮೊದಲು ಅದೇ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಹೋಮ ಮಾಡಿದ್ದುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದರು. ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಆಶ್ಚರ್ಯ ಹಾಗೂ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು!

- ಕಾಂಚನ ಲತಾ

ಒಂದು ಶಿವಮಂದಿರದ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದ ಶಾಲೆಗೆ ನಾನು ಜೂನ್ 18 ರಂದು ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನಕ್ಕಾಗಿ ಹೋಗಿದ್ದೆ. ಸೆಷನ್ ನಂತರ ನನಗೆ ಮಂದಿರದ ಬಳಿ ಇದ್ದ ಒಂದು ಮರದ ಬಳಿ ಕೆಲಹೊತ್ತು ಇರಬೇಕೆಂದೆನಿಸಿತು. ಆ ಮರ ಹೊರಸೂಸುತ್ತಿದ್ದ ಪ್ರೀತಿಯ ಪ್ರಭಾವ ಎಷ್ಟಿತ್ತೆಂದರೆ, ನಾನು ಅಲ್ಲೇ ಒಂದು ಗಂಟೆಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಇದ್ದು ಆ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಲೀನವಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ. ನನಗೆ ತೋರಿಸಿದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಅನುಗ್ರಹದಿಂದಾಗಿ ಬಹಳ ಹರ್ಷಿತನಾಗಿದೆ.

- ಹೇಮಾ ಪ್ರಮೋದ್

ನಾನು ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ, ನಾನು ವಿಸ್ಮಯದಂತೆಯೂ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಸುತ್ತಲಿನ ಎಲ್ಲವೂ ನನ್ನೊಳಗೇ ಇದ್ದಂತೆಯೂ ನಾನು ಆ ಎಲ್ಲವೂ ಆಗಿರುವಂತೆಯೂ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಎಲ್ಲವೂ ನನ್ನೊಳಗಿನಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಇದೊಂದು ರೋಮಾಂಚಕ ಅನುಭವ!

- ವಿಶ್ವಾಸ್ ದೀಕ್ಷಿತ್

14-05-2014 ರಂದು, ಅಮರರವರ ಸಮಾಧಿಯ ಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ಮೇಲಿನ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರದಲ್ಲಿ 'ಶಂಬಲ' ತರಗತಿ ನಡೆಯುತ್ತಿತ್ತು. ಆಗ, ಕಣ್ಣು ಕುಕ್ಕುವ ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ತಾವರೆ ಹಿಡಿದು ಎಲ್ಲೆಡೆ ಬೆಳಕು ಹರಡುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ನೋಡಿದೆ!

ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಸಂತ ಜೋಸೆಫ್ ಶಾಲೆಗೆ ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನದ ಒಂದು ಸೆಷನ್‌ಗಾಗಿ ಹೋಗಿದ್ದೆವು. ಆ ಶಾಲೆಯ ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲಾ ಬಡಮಕ್ಕಳು; ಅನೇಕ ವೇಳೆ ಏನೂ ತಿನ್ನದೆ ಶಾಲೆಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಅಲ್ಲಿನ ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರಿಂದ ನಮಗೆ ತಿಳಿಯಿತು. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಏನಾದರೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ ಎಂದು ಆಕೆ ಕೇಳಿದರು. ನಾವು ಬೆಳಕಿಗೆ ಕಳಕಳಿಯಿಂದ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆವು. ಎರಡು ಗಂಟೆಯ ನಂತರ ಆಕೆ ನನಗೆ ಫೋನ್ ಮಾಡಿ, ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಈ ವರ್ಷದ ಊಟದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾಯಿತು ಎಂದು

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 ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦.), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560 077

ಮುದ್ರಣ ಸ್ಥಳ : ಆರ್ಕೆ ಪ್ರಿಂಟ್, 719/ಎ, ವೆಸ್ಟ್ ಆಫ್ ಕಾರ್ಡ್ ರೋಡ್, ಡಾ|| ಮೋದಿ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು - 560 086. ಫೋನ್ : 2335 9992

ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ

ದೂರವಾಣಿಯ ಮೂಲಕ ತಿಳಿಸಿ ಹರ್ಷದಿಂದ ನಮಗೆ ವಂದನೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದರು! ನಮಗೂ ಬಹಳ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು. ಋಷಿಗಳಿಗೆ, ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಹಾಗೂ ಜಯಂತ್ ಸರಾರವರಿಗೆ ನನ್ನ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ವಂದನೆಗಳು.

- ಅಂಜಲಿ ಪಾಟೀಲ್

ನನಗೆ ಸೂಕ್ತ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಬೇಕಾದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ನನ್ನ ಅಂತರಂಗವನ್ನು ಕೋರುತ್ತೇನೆ ಅಥವಾ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡು ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಿದಾಗ, ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಪಷ್ಟತೆ ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ನಂಬಿಕೆ ಮತ್ತು ತಾಳ್ಮೆ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ಅದನ್ನು ನಮ್ಮ ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ನಾನು ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ. ಋಷಿಗಳಿಗೆ, ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಹಾಗೂ ಮಾನಸ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ನಾನು ವಂದಿಸುತ್ತೇನೆ.

- ಆಶೀಸ್ ದೇಸಾಯಿ

ನನ್ನ ಆಲೋಚನೆಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯುಂಟಾಗಿದೆ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಗೊಂದಲಗೊಳ್ಳದೆ, ಯಾವುದೇ ಸಂಘರ್ಷಣೆಗಳನ್ನು ಸಂಬಾಳಿಸಲು ಕೂಡಾ ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲೂ ಸುಧಾರಣೆಯಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಚೈತನ್ಯದಿಂದ ತುಂಬಿರುವಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಆಲೋಚನೆಗಳೆಲ್ಲಾ ಯಾವಾಗಲೂ ಆಶಾದಾಯಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಈಗ ನನಗೆ ಬೆಳಕಿಗೆ ಹಾಗೂ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಅತಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ಶರಣಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

- ಸಚಿನ್ ಎಸ್.

ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಹಿಂದೆ ನನ್ನ ಮಾವನವರು ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಶಾಂತವಾಗಿ ಇಹಲೋಕವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿದರು. ಒಮ್ಮೆ ನಾವು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರ ಬೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಆಳವಾಗಿ ಬೇರೊಂದರೆ ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಶರಣಾದರೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆಂಬುದು ನನಗೀಗ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ. ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. ಈಗ ನಾನು ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಸಮತೋಲನ ತಪ್ಪದೆ ಇರಬಲ್ಲೆ ಮತ್ತು ಬೇರೆಯವರಿಗೂ ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹಾಗೇ ಇರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಲ್ಲವಳಾಗಿದ್ದೇನೆ. ನಿಜಕ್ಕೂ ಈ ಮಾರ್ಗ ವಿಸ್ಮಯಕರ.

- ನಂದಿತಾ ಪಟೀಲ್

ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಆಸಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ. ರಕ್ಷಾ ಕವಚದ ಮಹತ್ವ ಕೂಡಾ ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ.

- ಸಂಧ್ಯಾ ಪಟವರ್ಧನ್