



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

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು - ಜೂನ್ 2011ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಅಹಿತಕರವೆನಿಸಿದರೂ, ಹಗರಣಗಳು, ಭಯೋತ್ಪಾದಕರ ಅಡಗುತಾಣಗಳು ಮುಂತಾದ ನಿಜಾಂಶಗಳು ಹೊರಬರುತ್ತಿವೆ. ನಿಜಾಂಶಗಳು ಹೊರಬರಲು ಇದೇ ಸಕಾಲ ಎಂದು ನಾನು ಬಹು ಸಮಯದಿಂದ ಹೇಳುತ್ತಲೇ ಬಂದಿದ್ದೇನೆ. ನವಯುಗಕ್ಕೆಡೆ ಮಾಡಿಕೊಡುವ ಕ್ಷಣಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಭಾಗವಾಗಿರುವ ಇದು, ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುವ ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಒಂದು ಭಾಗವಷ್ಟೆ. ನವಯುಗವು ಶುದ್ಧತೆಯ, ಸತ್ಯತೆಯ ಯುಗವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಶುದ್ಧ, ಅಸತ್ಯವಾದವುಗಳಿಗೆ ಉಳಿಗಾಲವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವುಗಳನ್ನು ಸಂಕ್ರಮಣ ಕಾಲದಲ್ಲಿಯೇ ನಿರ್ಮೂಲನೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮೊದಲು ಅವು ಹೊರಬರುತ್ತಿವೆ.

ಈ ಹೊರಬರುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಎಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ, ಜಾಗತಿಕ, ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹಾಗೂ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತಿದೆ. ನಮಗೆ ಅವುಗಳ ಅರಿವಿರಬೇಕಷ್ಟೆ. ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಹಲವಾರು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಅರಿವುಂಟಾಗಬೇಕು.

ಈಗ ಈ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಚೈತನ್ಯಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿವೆ. ಶಂಬಲದ ಚೈತನ್ಯಗಳು, ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್‌ನ ಪ್ರಭಾವಳಿಯಿಂದ ಬರುತ್ತಿರುವ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳು 'ರಾ' ಮೂಲದಿಂದ 2009ರಲ್ಲಿ ಕೆಳತಂದ ಚೈತನ್ಯಗಳೇ ಮೂರು ಮುಖ್ಯ ಚೈತನ್ಯಗಳು. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಕಾರ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದಾಗಿಯೇ ನಿಜಾಂಶಗಳು ಹೊರಬರುತ್ತಿರುವುದು.

ನಿಜಾಂಶಗಳು ಹೊರಬಂದು ನಮಗೆ ನಮ್ಮ ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಮತ್ತು ಅಸತ್ಯಗಳು ಅರಿವಿಗೆ ಬಂದಾಗ ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಮೊದಲು ತಿರಸ್ಕರಿಸಿ, ನಮ್ಮದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕೇವಲ ಮತದಾರರೂ ಅತ್ಯಂತ ಅಸಹಾಯಕರೂ ಆದ ನಾವು, ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅಸಹಾಯಕರಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಚೈತನ್ಯಗಳ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬಹುದು, ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬಹುದು. ಇಂತಹ ಕಾರ್ಯಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಪರಿವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ತರುತ್ತವೆ. ಜಗತ್ತಿನೆಲ್ಲೆಡೆ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರ ಫಲವೇ ನಾವು ಕಾಣುತ್ತಿರುವ ಕ್ರಾಂತಿಕಾರಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳು.

ಜನರಿಗೆ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯಿರಲಿ ಇಲ್ಲದಿರಲಿ, ಇವು ವಾಸ್ತವ ಸಂಗತಿಗಳು. ಇಂತಹ ಸತ್ಯಸಂಗತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುವ ಹಾಗೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಪ್ರಚಲಿತಗೊಳಿಸುವ ಕಾಲ ಈಗ ಬಂದಿದೆ. ಮಾಧ್ಯಮಗಳು ಈ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅವುಗಳಿಗೆ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಹಿತಾಸಕ್ತಿಗಳಿರುತ್ತವೆ.

ನಾವೀಗ ಉತ್ತೇಜಕ ಸಮಯದಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ. ಹಲವರು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು, ನವ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತ ಜಗತ್ತು ನವಯುಗದತ್ತ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಸಿದ್ಧತೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಸತ್ಯಗಳು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ಹಲವಾರು ನವಯುಗಗಳು ಉದಯವಾಗುವುದನ್ನು ಹಾಗೂ ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ಫೋಟಾನ್ ವಲಯವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದನ್ನು ಈ ಮೊದಲು ನೋಡಿರುವ ಶಂಬಲದ ಜನರು ತಮ್ಮ ಅನುಭವ ಮತ್ತು ವಿವೇಕಗಳೊಂದಿಗೆ ನಮಗೆ ನೆರವಾಗಲು ಸಿದ್ಧರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಿ ನೆರವು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಲೋಕ ಹಾಗೂ ಇತರ ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲರೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಲು ನಾವು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹಲವಾರು ಸಮೂಹಗಳು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಿ ನಮಗೆ ನೆರವಾಗಲು ಕಾಯುತ್ತಿವೆ.

ಪ್ರಸ್ತುತದ ವಾಸ್ತವಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡು, ಜಾಗೃತರಾಗಿ, ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವ ಸಮಯ ನಮಗಿಲ್ಲರಿಗೂ ಈಗ ಒದಗಿ ಬಂದಿದೆ. ■



ಮಾನಸ ಫ್ಲಾಂಡೇಶನ್ (ರಿ)
 ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560077. ಭಾರತ.
 ☎ (080) 2846 5280, 99000 75280 (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5)
 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

ದೇವಗಿರಿ ವೆಂಕಟೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಬನಶಂಕರಿ 2ನೇ ಹಂತ

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.



ಅಕ್ಟೋಬರ್ ತಿಂಗಳಿನ ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಾ ಮತ್ತು ದಾಂಡಿಯ ನೃತ್ಯಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿ ತಪೋನಗರದ ಎಳೆಯ ನಿವಾಸಿಗಳು ನವರಾತ್ರಿಯನ್ನು ಆಚರಿಸಿದರು.

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ದಿನದ 03 ಗುರು ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು 23-11-2015 ರಂದು 09 ಬುಧ ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ 11 ಶುಕ್ರ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು ಮತ್ತು 29-11-2015 ರಂದು 17 ಗುರು ಶೂನ್ಯಮಾಸ ಆರಂಭ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಿದ್ದೇವೆ. ಇದರಲ್ಲಿ 18 ಶುಕ್ರ ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು 20 ಭಾನು ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ ದಿನಾಂಕ 27-11-2015 ರೊಳಗೆ ಮಾನಸ ಕಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.
- 2016ನೇ ಇಸವಿಯ ಡೆಸ್ಕ್ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್ ಅನ್ನು 29-11-2015 ರಂದು 27 ಭಾನು ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸಲಾಗುವುದು. ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- 2016ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಹೊಸ ಬ್ಯಾಚ್‌ಗೆ ಸೇರಬಯಸುವ ಸಾಧಕರು, 31-12-2015 ರೊಳಗೆ ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ. ದೂರಕಲಿಕೆಯ ಸಾಧಕರು ಕೂಡ ಸೇರಬಹುದು. ಈಗಿನ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸಾಧಕರು ಕೂಡಾ ತಮ್ಮ ನೋಂದಣಿಯನ್ನು ನವೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು 31-12-2015 ರೊಳಗೆ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

03	ಗುರು	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
09	ಬುಧ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
11	ಶುಕ್ರ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
17	ಗುರು	ಶೂನ್ಯಮಾಸ ಆರಂಭ
18	ಶುಕ್ರ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
20	ಭಾನು	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
24	ಗುರು	ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಮುನ್ನಾದಿನ
25	ಶುಕ್ರ	ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಪೂರ್ಣಿಮೆ
27	ಭಾನು	ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು: ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12
ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1
25-12-2015 ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ:
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1
27-12-2015 ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ(ಸಾಮೂಹಿಕ ಧ್ಯಾನ):
ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6ರಿಂದ ಸಂಜೆ 6ರವರೆಗೆ

ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ

27-12-2015 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ
ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 6 ರವರೆಗೆ. ಇದರಲ್ಲಿ
ಭಾಗವಹಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು
ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ತಾವು ಭಾಗವಹಿಸುವ
ಸಮಯದೊಂದಿಗೆ 25-12-2015 ರೊಳಗೆ
ನೋಂದಾಯಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

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

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

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ನಾನು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಕೆಲವು ದಿನಗಳು ನನಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ನನ್ನ ಆ ದಿನವು ಅಪೂರ್ಣವೆಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಒಂದು ತೆರನಾದ ಶೂನ್ಯತೆಯ ಅನುಭವವಿರುತ್ತದೆ. ನಾನು ಆ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ, ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮೀರಿ ಹೋಗಿ ವಿಶ್ವದೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಹೊಂದುತ್ತೇನೆ.

- ಶ್ರೀಮತಿ ನೂರ್ ರಹೀಮ್, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯಿನಿ, ಡೈಮಂಡ್ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ, ಬೆಳಕು ನನ್ನನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತುಂಬಿದಂತೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಪರಿಶುದ್ಧಳಾದಂತೆ ಅನಿಸಿತು.

- ಶ್ರೀಮತಿ ಲಾಜವಂತಿ, ಶಿಕ್ಷಕಿ, ಸುಮನ್ಸ್ ಕಾನ್ವೆಂಟ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ನಾನು ವಿಮುಕ್ತನಾದಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಬೆಳಕು ನನ್ನನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ದಿಕ್ಕುಗಳಿಂದ ಆವರಿಸಿ, ನಾನೊಂದು ಸಾಗರದಲ್ಲಿ ತೇಲುತ್ತಿರುವಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಚಾನಲಿಂಗ್ ನನ್ನನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಶಾಂತನನ್ನಾಗಿಸಿದೆ.

- ಆದಿತ್ಯ, 4ನೇ ತರಗತಿ, ಆರ್.ಎಂ.ಎಸ್. ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಶನಲ್ ಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಹಿತವಾದ ಮತ್ತು ಆಹ್ಲಾದಕರವಾದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಈಗ ನನಗೆ ನನ್ನ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಹಿಂದೆ, ನಾನು ನೆಲವತ್ತೈದು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಓದುತ್ತಿದ್ದೆ. ಈಗ ಎರಡು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಓದಬಲ್ಲೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗಿದೆ.

- ಪಲಾಶ್ ಎಸ್. ಲೋಧಾ, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಶಾಲೆ, ಪುಣೆ

ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳ ಮುಂದೆ ನೀಲಿಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿದ ಆಕಾಶವಿತ್ತು. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ನಿಶ್ಚಿಂತೆಯಿಂದಿತ್ತು. ಬೆಳಕು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಬೀಳುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಹಾಗೂ ನಾನು ಭೂಮಿಯಿಂದ ಮೇಲೆ ಇದ್ದಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ವಿಶಾಲವಾಗಿ, ನನ್ನ ಮೆದುಳು ಪರಿಶುದ್ಧವಾದಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಇಡೀ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬೆಳಕು ಬೀಳುತ್ತಿದ್ದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ನನಗೆ ದೃಢತೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ಭಯತೆಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು.

- ಮಸ್ತಾನಾಳಿ ಎ., 9ನೇ ತರಗತಿ, ಸರ್ಕಾರಿ ಪಿಯು ಕಾಲೇಜ್(ಪ್ರೌಢಶಾಲಾ ವಿಭಾಗ), ಕಾಡುಗೋಡಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವು ಅತ್ಯಂತ ಸರಳವಾಗಿದೆ. ನಾನು ಬೃಹತ್ತಾದ ಬೆಳಕಿನ ಗೋಲವೊಂದು ನನ್ನ ಶರೀರವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದನ್ನು ಕಂಡೆ.

- ಅಧಿಧಿ ಸಿರಿ ಬಿ. ಜೆ., 4ನೇ ತರಗತಿ, ಆರ್.ಎಂ.ಎಸ್. ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಶನಲ್ ಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಅಕ್ಟೋಬರ್ ತಿಂಗಳ ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದಲ್ಲಿ ನವರಾತ್ರಿ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು. ಕೆಲವು ಚಿಕ್ಕ ಹುಡುಗಿಯರು ಗುಜರಾತಿನ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಗರ್ಭಾ ನೃತ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಿದರು. ಕೂಟಕ್ಕೆ ಸುಮಾರು ಎಂಟು ದಿನ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಅತಿ ಹುಮ್ಮಸ್ಸಿನ ಈ ತಂಡವು ದಿನಂಪ್ರತಿ ಸಾಯಂಕಾಲ ಸುಮಾರು ಎರಡರಿಂದ ಮೂರು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಕಠಿಣ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ಸೇರುತ್ತಿತ್ತು. ಅತ್ಯಂತ ಕಡಿಮೆ ಕಾಲಾವಕಾಶದಲ್ಲಿ ಅವರೆಲ್ಲ ಮೂರು ನೃತ್ಯ ಪ್ರಕಾರಗಳನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಸಫಲರಾದರು. ಅವರ ಹೆತ್ತವರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹುರಿದುಂಬಿಸಿ, ಸುಂದರವಾದ ಪೋಷಾಕುಗಳನ್ನು ಅವುಗಳಿಗೆ ಸರಿಹೊಂದುವ ಆಭರಣಗಳೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಮಾಡಿದರು.

ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದ್ದುದರಿಂದ, ಈ ಬಾರಿಯ ಕೂಟವನ್ನು ಪ್ರತಿಬಾರಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಜರುಗುವ ಮೊದಲ ಮಹಡಿಯಲ್ಲಿರುವ ಹಳೆಯ ಡೈನಿಂಗ್ ಹಾಲ್‌ನ ಬದಲಾಗಿ ಕೆಳಗಿರುವ ದೊಡ್ಡ ಡೈನಿಂಗ್ ಹಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಅಂದು ಸಂಜೆ 5 ಗಂಟೆಗೆ ನೃತ್ಯಗಾತಿಯರು ತಮ್ಮ ತಾಯಿಯರೊಂದಿಗೆ ಬಂದು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕಾಗಿ ವಸ್ತ್ರಾಂಕಾರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಜೊತೆಜೊತೆಗೆ, ಆಸನ, ವೀಡಿಯೋ ಚಿತ್ರೀಕರಣ, ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಧ್ವನಿಗಳ ಏರ್ಪಾಡು ಮುಂತಾದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳೂ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದವು. ಸಂಜೆ 7 ಗಂಟೆಗೆ ಏಕತೆಯ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ, ಎಳೆಯ ನೃತ್ಯಗಾತಿಯರು ದೈವೀಮಾತೆಯನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸುವ ಮೊದಲನೆಯ ಹಾಡಿನ ಶ್ರುತಿಗೆ ನರ್ತಿಸಲು ವೇದಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದರು. ಎರಡನೆಯದು ವಿಭಿನ್ನ ಹಜ್ಜೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದ ಅತ್ಯಂತ ದೊಡ್ಡ ನೃತ್ಯವಾಗಿತ್ತು. ಕೊನೆಯದಾದ ಕೋಲಾಟದ ಮೊದಲು, ನವರಾತ್ರಿಯ ವಿಷಯವಾಗಿ ರಸಪ್ರಶ್ನೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವೊಂದನ್ನು ಓಂ ನಡೆಸಿಕೊಟ್ಟನು.

ಪಂಡಿತ್ ಜಸ್‌ರಾಜ್‌ರವರು ಹಾಡಿರುವ ದೇವಿ ಆದಿಶಕ್ತಿಯ ಮೇಲಿನ ಒಂದು ಭಕ್ತಿಗೀತೆಯನ್ನು ಕೇಳಿಸಲಾಯಿತು. ನೃತ್ಯಗಾತಿಯರಿಗೆ ಮೆಚ್ಚುಗೆ ಸೂಚಿಸಲು ವಿಶೇಷ ಉಡುಗೊರೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಯಿತು. ಊಟದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಕೆಲವು ಉತ್ಸಾಹಭರಿತ ತಪೋನಗರಿಗರು ಸಮಯಸ್ಫೂರ್ತಿಯಿಂದ ಗರ್ಭಾ ನೃತ್ಯವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ, ಅದು ದೊಡ್ಡದಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಂತೋಷವನ್ನುಂಟುಮಾಡಿತು. ■

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.

ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಫೆಬ್ರವರಿ 2005

ಅಕ್ಷರ್ ಮತ್ತು ಬೀರಬಲ್ ಕಥೆಯೊಂದಿದೆ. ಬೀರಬಲ್ಗೆ ಅಕ್ಷರ್ ಒಂದು ಕಡ್ಡಿಯನ್ನು ತೋರಿಸಿ 'ಇದನ್ನು ಚಿಕ್ಕದನ್ನಾಗಿ ಮಾಡು, ಆದರೆ ತುಂಡು ಮಾಡಬಾರದು' ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಇನ್ನೂ ಉದ್ದವಾದ ಕಡ್ಡಿಯೊಂದನ್ನು ಅದರ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ತಂದು, 'ಈಗ ಕಡ್ಡಿ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿದೆ' ಎಂದು ಬೀರಬಲ್ ಹೇಳಿದನು. ಇದರಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಪಾಠವಿದೆ. ನಾವು ಇನ್ನೊಬ್ಬರೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಜನರ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಯೋಚಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಬೇಕು ಹಾಗೂ ಬೆಳೆಯಬೇಕು. ನಾವು ಬೆಳೆಯುತ್ತಲೇ ಹೋಗಬಹುದು. ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ನಾವು ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ಆಗ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಹಳ ತೃಪ್ತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯಿರುತ್ತದೆ.

ಭಾವನೆಗಳಿರುವ, ಭಾವನೆಗಳು ಮಾತ್ರವೇ ಇರುವ ಜನರನ್ನು ನಾನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಭಾವನೆಗಳು ಜೀವನದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿವೆ, ಅವುಗಳು ಮುಖ್ಯ ಸರಿಯಾಗಿಯಾಗಲೀ ಅಥವಾ ತಪ್ಪಾಗಿಯಾಗಲೀ ನಾವು ಭಾವುಕರಾಗಲೇಬೇಕು ಹಾಗೂ ಭಾವುಕರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಬಹುತೇಕ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಭಾವುಕತೆ ಸರಿಯಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಬುದ್ಧಿಯೂ ಇದೆ. ಭಾವನೆಗಳು, ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಮುಂತಾದವುಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಮನುಷ್ಯರನ್ನಾಗಿಸುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ನಮಗೆ ಭಾವನೆಗಳು ಮಾತ್ರವಿದ್ದರೆ, ಭಾವನೆಗಳಿಂದಲೇ ನಾವು ಬಾಳುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಭಾವನೆಗಳ ಮೂಲಕ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಸಂಬಂಧಗಳು ಭಾವನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರವೇ ನಿಂತಿದ್ದರೆ, ಅದು ಗೊಂದಲಮಯ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಗೆ ಎಡೆಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಭಾವನೆಗಳ ನಿಯಮ-ವೆಂದರೆ 'ಏರಿಳಿತಗಳು' ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಮರೆೆಯಬಾರದು. ಅದು ಗಂಭೀರವಾದುದು. ಜನರು ನನ್ನನ್ನು ದೇವರು, ಮಹರ್ಷಿ ಎಂದೆಲ್ಲ ಕರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಈ ನಿರೂಪಣೆಗೆ ನಾನು ಆಹಾರ ಒದಗಿಸುತ್ತಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ! ತಪೋನಗರದ ಯಶಸ್ವೀ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ನಾನು ಹೇಳುವುದನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಭಾವುಕತೆಯನ್ನು ಮಾತ್ರವೇ ಹೊಂದಿರುವ ಜನರು ಅನುಸರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಸಂಬಂಧಗಳು ಆತ್ಮದಿಂದ ಆತ್ಮಕ್ಕೆರಬೇಕು. ಆತ್ಮದಿಂದ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧ ಕಲ್ಪಿಸುವುದು ಯಾವುದು? ಅದು ಪ್ರೀತಿ. ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಬೇಡಿಕೆಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಸಂಬಂಧಗಳು ಅನೇಕ ಜೀವಿತಾವಧಿಗಳವರೆಗೆ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತವೆ. ಭಾವನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರವೇ ನಿಂತಿರುವ ಸಂಬಂಧಗಳು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಮತ್ತು ಹಾಸ್ಯಾಸ್ಪದವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಆ ರೀತಿಯ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಿದರೆ ನಿಮಗೆ ಕಷ್ಟವೆನಿಸುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಹಾಸ್ಯ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದರೆ ನಿಮಗೆ ಕಷ್ಟವಾಗಲಾರದು.

ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಆಚರಣೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಸೇರಿದಾಗ, ನಾನು ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೂ ಉತ್ತರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕೆಲವು ಮಾಹಿತಿಗಳು ಬಹಳ ಅಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಕೇಳಿದ ಅನೇಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಹೀಗಿತ್ತು - "ಅದೇಕೆ ನೀವು ಹಿಂದು ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಬೌದ್ಧ ಧರ್ಮಗಳನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಮತ್ತೆ ಧರ್ಮಗಳನ್ನು ಖಂಡಿಸುವಿರಿ?". ನಾನು ಯಾವ ಧರ್ಮವನ್ನೂ ಖಂಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ನಮ್ಮ ರೀತಿ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಾರ್ಗವೂ ಒಂದು ಮಾರ್ಗ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಈ ಸುಂದರ ಜೀವನದ ಒಂದು ಭಾಗ. ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಅವಶ್ಯಕ, ದುಷ್ಕೃತನ ಕೂಡ ಅವಶ್ಯಕ.

ಅಂತರ್ಮಾನಸವು ಅನೇಕ ನೆನಪುಗಳು ತುಂಬಿರುವ, ಚೈತನ್ಯ ತುಂಬಿರುವ, ಸಾಹಸಗಳಿಂದ ತುಂಬಿರುವ ಹಾಗೂ ರೋಮಾನ್ಸಿನಿಂದ ತುಂಬಿರುವ ತಾಣವೆಂದೂ ಹೇಳಬಹುದು. ರೋಮಾನ್ಸಿನ ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥ ಜನರಿಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ವಯಸ್ಸಾಗಿದ್ದ, ಹೆಚ್ಚು ಓದಿದ್ದ ಕುತೂಹಲಕರ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರಾಗಿದ್ದರು. "ನನಗೆ ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತ ಕೈಗಡಿಯಾರಗಳೆಂದರೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ" ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಗ ಅವರು ತಮ್ಮ ಕೈಗಡಿಯಾರಕ್ಕೆ ಕೀಲಿ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದರಲ್ಲಿ ರೋಮಾನ್ಸು ಇದೆ ಎಂದು ಅವರನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು! ಅದೇ ರೀತಿ ಅಂತರ್ಮಾನಸದಲ್ಲೂ ಗಿಡಮರಗಳಿವೆ, ಹಕ್ಕಿಗಳಿವೆ, ಬಹಳಷ್ಟು ಕೋತಿಗಳೂ ಇವೆ! ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರಕೃತಿಯಿದೆ ಮತ್ತು ರೋಮಾನ್ಸು ಕೂಡಾ ಇದೆ.

ಮಾರ್ಚ್ 2005

ಪುಣೆಯ ಪ್ರವಾಸ ಅದ್ಭುತವಾಗಿತ್ತು. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಮಾತನಾಡಬೇಕೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ತಿಳಿಸುತ್ತೇನೆ. ಏಕನಾಥ್ ಮಹಾರಾಜ್ ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲೆಂದು ನಾನು ಹೋಗಿದ್ದೆ. ಅವರು ಬದುಕಿದ್ದ ಸ್ಥಳವಾದ ಪೈರಣ್ಗೆ ಹೋದೆವು. ಅವರು 12 ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ತಪಸ್ಸು ಮಾಡಿದ್ದ ಮತ್ತೊಂದು ಸ್ಥಳಕ್ಕೂ ಹೋದೆವು. ಪೈರಣ್‌ನಲ್ಲಿ ಅವರು ಜೀವಿಸಿದ್ದ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅವರ ವಂಶಜರಿದ್ದರು. ಅವರ ಸ್ವಂತ ಹಸ್ತಾಕ್ಷರದಲ್ಲಿ ಬರೆದಿರುವ ಪುಸ್ತಕವೊಂದು ಅಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಇದೆ. ಅಲ್ಲಿ ನಾನು ಹೋದಾಗ, ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಪಯಣಿಸಿ ಹಿಂದಿನ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಹೋದೆ ಮತ್ತು ಆಗಿನ ಅನೇಕ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ನೋಡಿದೆ. ಅನೇಕ ಅನುಭವಗಳಾದವು. ಅವುಗಳನ್ನು ನಂತರ ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಅವರ ವಂಶಜರಲ್ಲಿ ನಾಲ್ವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದೆ, ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮದಿಂದಿದ್ದು ಏಕನಾಥರ ಬಗ್ಗೆ ಗೌರವಾದರಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿದರು ಮತ್ತು ಅವರ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಯೇ ಬಾಳುತ್ತಿದ್ದರು. "ಅವರಿಂದ ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ದೊರಕಿದೆಯೆಂದೆನಿಸುತ್ತದೆಯೇ?" ಎಂದು ನಾನು ಅವರಲ್ಲೊಬ್ಬರನ್ನು ಕೇಳಿದೆ. "ನೀವೆಂತಹ ಪ್ರಶ್ನೆ

ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದೀರಿ, ನನ್ನ ಇಡೀ ಜೀವನವೇ ಅವರ ಕೃಪೆಯಿಂದಾಗಿದೆ!" ಎಂದವರು ಹೇಳಿದರು. ಇಂತಹ ಜನರನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡಲು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಂತೋಷವೆನಿಸುತ್ತದೆ, ಅದು ಯಾವಾಗಲೂ ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕ. ಈ ಪ್ರವಾಸ ತುಂಬ ಫಲಪ್ರದವಾಗಿತ್ತು. ಏಕನಾಥರು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯರಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಒಬ್ಬ ಮಹಾನ್ ತಪಸ್ವಿ ಹಾಗೂ ಸಮಾಜ ಸುಧಾರಕರಾಗಿದ್ದರು; ಇದನ್ನು ಅನೇಕರು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ವಿನಯವಂತರಾಗಿದ್ದರು. ಏಕನಾಥರ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳು ಅಮರರವರಿಗೆ ಹೋಲುತ್ತಿದ್ದವು.

ಋಷಿಯೊಬ್ಬರು ತಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷರಾಗಬೇಕೆಂಬ ತಮ್ಮ ಆಸೆಯನ್ನು ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರೊಬ್ಬರು ಅಮರರವರಿಗೆ ಅರುಹಿದರು. ಅದು, ನಾವು ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಬರುವ ಮುಂಚೆ ಅಮರರವರೊಂದಿಗಿನ ಕೊನೆಯ ಭೇಟಿಯಾಗಿತ್ತು. "ಅವರು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷರಾದಾಗ ನೀವೇನು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ?" ಎಂದು ಅಮರರವರು ಅವರನ್ನು ಕೇಳಿದರು. ಅವರಿಗೆ ನಮಸ್ಕರಿಸುವುದಾಗಿ ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಅದೇ ರೀತಿ ನಾವು ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹೋದರೆ ನಾವೇನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ? ನಾವು ಪೂಜೆ, ಅರ್ಚನೆ, ಅಭಿಷೇಕಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇವೆ ಕೂಡಾ. ಅವುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪೇನಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಸತ್ಯಯುಗದೊಳಕ್ಕೆ ನಾವು ಸಾಗಿದಂತೆಲ್ಲ ಇವುಗಳು ಸಾಲದಾಗುತ್ತವೆ. ಸತ್ಯಯುಗದಲ್ಲಿ ಪೂಜೆಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಪೂಜಾರಿಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಅಲ್ಲಿ ವಿಗ್ರಹಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಕಲ್ಲಿನ ವಿಗ್ರಹಗಳನ್ನು ನಾವು ಆರಾಧಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ನಿರಾಕಾರ ಪರಬ್ರಹ್ಮನನ್ನು ಆರಾಧಿಸುತ್ತೇವೆ. ದೇವಸ್ಥಾನಗಳೇ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಂಡು ನಾವು ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಒಳಗೆ, ನಮ್ಮ ಹತ್ತಿರ, ನಮ್ಮ ಮುಂದೆ, ನಾವೆಲ್ಲಿದ್ದೇವೆಯೋ ಅಲ್ಲಿಂದಲೇ ದೇವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು, ನಾವು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಬಹುದು. ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುವ ಮೂಲಕ ನಾವು ಪೂಜಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪೂಜಿಸುವ ಗುಣಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಈಗಿನಂತಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಉತ್ತಮ ಜನರಾಗಿದ್ದೇವೆ, ಅದರಲ್ಲಿ ಅನುಮಾನವಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಸತ್ಯಯುಗದಲ್ಲಿ ನಾವು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಹಾಗೂ ಜಾಗೃತಗೊಂಡ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗುತ್ತೇವೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಪೂಜೆಯನ್ನು ನಾವಾಗಲೇ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿರುವುದು ಮೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ವಿಷಯ. ಇಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಗುರುವಿಗೆ ನಾವು ಮಂಗಳಾರತಿ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಅಭಿಷೇಕ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಅವರ ವಿಗ್ರಹವಿಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳು ಬಂದಾಗ ನಾವು ತೆಂಗಿನಕಾಯಿಯನ್ನು ಒಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ, ನೀವದನ್ನು ನಂಬಬೇಕು. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

28-09-2014

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ದೂರ ಕಲಿಕೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಬ್ಬರಿಂದ ನನಗೆ ಪತ್ರಗಳು ಬಂದವು. ಪ್ರತಿಬಾರಿ ಅವರು ಅಭ್ಯಾಸ ವರದಿಯನ್ನು ಕಳಿಸಿದಾಗಲೂ, ಅದೇ ಹಂತದಲ್ಲಿಯೇ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. “ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ಹೀಗೆಯೇ ಆಗುತ್ತಿದೆಯೇ? ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿಲ್ಲವೇ?” ಎಂದು ಅವರು ತಿಳಿಯಬಯಸಿದ್ದರು. ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಹಂತಗಳು ತುಂಬ ಮುಂದುವರಿದ ಹಂತಗಳಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಗಳು ತುಂಬ ಸರಳವಾಗಿವೆ ಆದರೆ ಅತ್ಯಂತ ಮುಂದುವರಿದವುಗಳಾಗಿವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ತಂತ್ರಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಬಾಳನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ ನಾವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು; ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಬಹುಶಃ ಆಗ ಮಾತ್ರವೇ ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಂದಿನ ಹಂತಕ್ಕೆ ವರ್ಗಾಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಹೇಗೆ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು? ಧ್ಯಾನದ ಪೂರ್ತಿ ಸಮಯ ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಇದು ಸುಲಭವಲ್ಲ ಆದರೆ ಸಾಧ್ಯವೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಹಾಗೆಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಋಷಿಗಳು ಇಂತಹ ಹಂತಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಅಪಾರವಾದ ಪ್ರಯತ್ನ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಭಾಗಗಳಲ್ಲಿಯೂ ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕಗೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಧ್ಯಾನದ ಹಂತದ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸದೆ ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಕಡೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಹರಿಸೋಣ. ಈ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಳೆಯಬೇಕಾಗಬಹುದು ಆದರೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಅದೇ ಹಂತದಲ್ಲಿಯೇ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ನಮಗೆ ತಿಳಿಸಿರುವುದರಿಂದ ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂಬ ನಿರ್ಧಾರಕ್ಕೆ ಬರಬಾರದು, ಅದು ತುಂಬ ಮುಖ್ಯ. ನಾವು ಧ್ಯಾನಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಸಂಗತಿಯೇ - ನಿಯಮಿತವಾಗಿಯಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಕೂಡ - ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವಿಲ್ಲಿರುವ, ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿರುವ, ಚಿಕ್ಕ-ಅಪ್ಪಗಳಿಗೆ ಬರುತ್ತಿರುವ, ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ವರದಿ ಕಳಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಂಗತಿಗಳೇ ನಾವು ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ. ಅದು ನಾವು ಮುಂದಿನ ಹಂತಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು ಸಾಕಾಗುವಷ್ಟಲ್ಲದಿರಬಹುದು ಆದರೆ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಾವು ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗಿರುವುದನ್ನೂ ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ, ಅದು ತುಂಬ ಮುಖ್ಯ.

ನಮ್ಮ ಹಂತದ ಧ್ಯಾನದ ಜೊತೆಗೆ ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ರೀತಿಯ ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು

ನಮಗೆ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳು ತುಂಬ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ತಂತ್ರಗಳು; ಒಂದು ನಿಯಮ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೂ ಕೂಡ ನಾವು ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ನಂತರ, ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಅದಂತೂ ತುಂಬ ಮುಂದುವರಿದ ತಂತ್ರವಾಗಿದೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲ ಹಂತದಲ್ಲಿರುವವರಿಗೂ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಯಾವುದೇ ಹಂತದಲ್ಲಿರಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಅವಕಾಶದಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವುದೇ ಹಂತದಲ್ಲೂ ನಾವು ಅತ್ಯುನ್ನತವಾದುದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿರುವಾಗ ಏಕೆ ಚಿಂತೆ ಮಾಡಬೇಕು? ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯ ಹಂತವನ್ನು ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಬಿಟ್ಟು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಕಡೆಗೆ ನಮ್ಮ ಗಮನವಿಡೋಣ.

“ನನ್ನ ನ್ಯೂನತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸಿ” ಎಂದು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ ಅಥವಾ ಬರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ತುಂಬ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ನಿಜಸ್ಥಿತಿಯೇನೆಂದರೆ, ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡುವುದರಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿರುವ ನಮಗೆ, ಅವರ ನ್ಯೂನತೆಗಳು ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವಿಲ್ಲಿರುವುದು ಗುಣಾವಗುಣಗಳನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಲು ಅಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳಂತೂ ನಮ್ಮ ನ್ಯೂನತೆಗಳ ಕಡೆಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ನ್ಯೂನತೆಗಳು ನಮಗೇ ತಿಳಿದಿರುತ್ತವೆ. ನಮಗದು ತಿಳಿದಿರುವಾಗ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆಂದು ಕೂಡ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅದೊಂದು ಸವಾಲಾಗಬಹುದು. ಅದೇ ನಮ್ಮ ಹೋರಾಟ. ಅದೇ ಸಾಧನೆ. ನಮ್ಮ ನ್ಯೂನತೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಲು ನಮಗೆ ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ಸಹಾಯ ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

“ನಾನಿರುವುದೇ ಹೀಗೆ, ನಾನೇನು ಮಾಡಲಿ?” ಎಂದು ಜನರು ಹೇಳುವುದನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದೇನೆ. ತುಸು ಹೆಮ್ಮೆಯಿಂದಲೂ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರು ಹಾಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಹೇಗಿದ್ದೇವೆಯೋ ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆದರೆ ನಾವು ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದಾಗ, ನಾವು ಬದಲಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ನಮಗೆ ಬದಲಾಗಲು ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ನಮ್ಮ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ, ಎಂಬ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ವಾಸ್ತವವೇನೆಂದರೆ ನಾವು ಬಯಸಿದರೆ ಬದಲಾಗಬಹುದು. ಅದು ಕಷ್ಟವಿರಬಹುದು. ನಾವು ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕಾಗಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದು ಸಾಧ್ಯ. ನಾವು ಯಾವುದೇ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರಲಿ, ಅಲ್ಲಿಂದ ಮೇಲೇರಬಹುದು. ಯಾವುದೇ ಹಂತದಲ್ಲೂ ನಾವು ಬೆಳೆಯುವ ಅವಕಾಶಗಳಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ನಮ್ಮ ನ್ಯೂನತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಋಷಿಗಳು ನಮಗೆ ತಿಳಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಯಮಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಮುಂದಿಡುತ್ತಾರೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ

ಮಾಡಬೇಕೆಂದೂ ತಿಳಿಸುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಬಲವಂತ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಋಷಿಗಳ ವಿಶೇಷತೆ.

ನಮ್ಮ ತರಗತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ಥಳೀಯ ಪತ್ರಿಕೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಜಾಹೀರಾತೊಂದನ್ನು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನಾವು ನೀಡಿದ್ದೆವು. “ನಾವು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತೇವಲ್ಲ” ಎಂದು ಕೆಲವರು ಟೀಕಿಸಿದರು. “ನಾವು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಸಂಖ್ಯೆ ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ” ಎಂದು ತುಸು ಹೆಮ್ಮೆಯಿಂದಲೇ ನಾವು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ಅದು ವಾಸ್ತವ ಕೂಡ. ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಜಾಹೀರಾತು ಏಕೆ? ಅದೊಂದು ಸಮಂಜಸವಾದ ಪ್ರಶ್ನೆ. ನೀವು ಜಾಹೀರಾತನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ನಾವು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದು ನಿಮಗೇ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಅದೊಂದು ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾವಚಿತ್ರವನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಒಂದು ಸರಳ ಜಾಹೀರಾತು. ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತೇವೆ, ಆಸಕ್ತಿಯುಳ್ಳವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು, ಎಂದು ನಮ್ಮ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ದೂರ ಸಂಪರ್ಕ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನೂ ನೀಡುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರಪಂಚದ ಯಾವುದೇ ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿರುವವರೂ ನಮ್ಮಿಂದ ಕಲಿಯಬಹುದು. ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡುತ್ತೇವೆಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಯುವುದು ಹೇಗೆ? ಈ ಜಾಹೀರಾತು ಅದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಉದ್ದೇಶ ಅದಾಗಿತ್ತು. ಅದು ಪ್ರಚಾರಕ್ಕಾಗಿ ಅಲ್ಲ. ಹಾಗೂ ‘ಸ್ವೀಕಿಂಗ್ ಟ್ರೀ’ ಅವರಿಂದ ಅದೊಂದು ವಿಶೇಷ ಅವಕಾಶವಾಗಿತ್ತು. ಅವರು ದೊಡ್ಡ ರಿಯಾಯಿತಿಯೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದ್ದರು. ಅದರ ಸದುಪಯೋಗ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಆಲೋಚನೆ ಮಾಡಿದೆವು.

ಒಬ್ಬರ ಸುಂದರ ಅನುಭವದೊಂದಿಗೆ ನನ್ನ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೊನೆಗೊಳಿಸುತ್ತೇನೆ. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಸ್ತು ಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಆದರೆ ಸಂಕೋಚ ಸ್ವಭಾವದವರಾಗಿದ್ದರಿಂದ ಆಕೆಗೆ ತನ್ನ ಅಭಿಲಾಷೆಯನ್ನು ಯಾರೊಂದಿಗೂ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಲಿಲ್ಲ. ಆ ಆಸೆಯನ್ನು ತನ್ನೊಳಗೇ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡರು. ನಂತರ, ಅದೇ ಕಂಪನಿಯ, ಅದೇ ವಿನ್ಯಾಸದ, ಅದೇ ವಸ್ತುವನ್ನು ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಖರೀದಿಸಿ ಆಕೆಗೆ ಅದನ್ನು ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ಕೊಟ್ಟರು! ಈ ಸಂಪರ್ಕ ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು? ಅದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದು ಎಷ್ಟೊಂದು ಮನಮುಟ್ಟುವಂತಿದೆ! ದೇವರಿಗೆ ಮಿಲಿಯಾಂತರ ಚಾನೆಲ್‌ಗಳಿವೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದುದು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ. ನಾವು ಒಂದು ಚಾನೆಲ್‌ನಿಂದ ಪಡೆಯಬೇಕಾಗಿದ್ದುದನ್ನು ಪಡೆಯದಿದ್ದರೆ, ದೇವರು ಮತ್ತೊಂದು ಚಾನೆಲ್ ಮುಖಾಂತರ ಅದರ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಮಾನವರು ಚಾನೆಲ್‌ಗಳಷ್ಟೇ. ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಕೊಡುವುದು ದೇವರೇ. ■

ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿರುವವರಿಗೆ ಅಂಚೆ ಮತ್ತು ಇ-ಮೇಲ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಧ್ಯಾನ ಕಲಿಸಲಾಗುವುದು. ಇಂಗ್ಲೀಷ್‌ನಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2500), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 1300) ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲಾಗುವುದು. ಭಾರತ ದೇಶದಿಂದ ಹೊರಗೆ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ವಾರ್ಷಿಕ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ಫೀಯು ರೂ. 4500. ಈ ಫೀನಲ್ಲಿ 14% ಸೇವಾ ತೆರಿಗೆ, ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕಗಳು ಸೇರಿವೆ.

ನಂತರ, ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫೀ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2000), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 900). ಭಾರತ ದೇಶದಿಂದ ಹೊರಗೆ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫೀಯು ರೂ. 3500. ಈ ಫೀನಲ್ಲಿ 14% ಸೇವಾ ತೆರಿಗೆ ಮತ್ತು ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಸೇರಿವೆ.

- ★ ಎಲ್ಲಾ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಅಥವಾ ಇ-ಮೇಲ್ ಮೂಲಕ (ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದಂತೆ) ಆಯಾ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಿ ಕೊಡಲಾಗುವುದು.
- ★ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಋಷಿಗಳು ದೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ.
- ★ ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು.
- ★ ಅಧ್ಯಾಸದ ವರದಿಗಳನ್ನು ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ತಲುಪಿಸಬೇಕು. ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ವರದಿ ಬಾರದಿದ್ದರೆ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

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

ಗುರುಜಿಯವರಿಂದ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಗಳು

- ★ ತಾಳ್ಮೆ ಇರಲಿ. ಮೊದಲನೆಯ ದಿನವೇ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ಪವಾಡಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ನಾವು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ ಪವಾಡಗಳು ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇನಾಪತಿಗಳನ್ನೆದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಾಧನ 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

ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ಕೊಡುವುದು, ನಂತರದಲ್ಲಿ ಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಿ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತನನ್ನೇ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವ ಆಸೆಯನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸುವುದು ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಉದ್ದೇಶ. ಯಾವುದೇ ಗುರಿ ಅಥವಾ ಆಸೆಯನ್ನು ಈಡೇರಿಸಲು ನಾವು ಹೊರಟ ಕ್ಷಣವೇ ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅದು ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನ ಅಂತರಾಳದಿಂದ ಮೂಡಿಬರಬೇಕು. ಈ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿಯೇ ಅದರ ಅರಿವಿರಲಿ ಇಲ್ಲದಿರಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾರೆಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

ಲೌಕಿಕ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಅದ್ಭುತ ಯಶಸ್ಸನ್ನು ಗಳಿಸಿ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಆ ಸಾಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಜೀವನದ ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಾ ಹಿಮಾಲಯಕ್ಕೆ ತೆರಳಿದವರ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಓದಿದ್ದೇನೆ. ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ನೋವು, ಕಷ್ಟಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಕಡೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಬಲ್ಲವು. ಕಷ್ಟಗಳಿಂದಾಗಿ ವಿನಯವಂತಿಕೆಯನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಕಷ್ಟದ ಹಾದಿಯೂ ಅಷ್ಟೇ ಒಳ್ಳೆಯದು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಕಡೆಗೆ ಒಲವಿದ್ದರೆ ಕಷ್ಟವು ನಮಗೆ ಬೆಳೆಯಲು ಸಹಾಯವನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅದು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಷ್ಟವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ.

ಮತ್ತೊಂದು ದಾರಿಯೆಂದರೆ, ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗವೊಂದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ನಂತರ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ನಮ್ಮ ಲೌಕಿಕ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಈಡೇರಿಸಿಕೊಂಡು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ತೀವ್ರವಾದ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗುತ್ತೇವೆ. ಇದೊಂದು ರೀತಿಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪಕ್ಷಪಾತ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪಕ್ಷಪಾತದ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಿದೆಯೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ಅರಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರೆ, ಅದು ನಮಗೆ ಸಿಕ್ಕಿದರೂ ನಾವು ನಿಜವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಲಾರವು.

ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಅನ್ವೇಷಕನಿಗೂ ಹಲವಾರು ಅಡಚಣೆಗಳಿವೆ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ವಿಷಯಗಳೇ ದೊಡ್ಡ ಅಡಚಣೆಯಾಗಬಹುದು. ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ ಕೆಲವು ಸಾಧಕರಿಗೆ ಅನುಭವ ಗಳಾಗದಿರುವುದು ನಿರಂತರ ನಿರಾಶೆಯ ಕಾರಣವಾಗಿ, ಅದೇ ಒಂದು ಅಡಚಣೆಯಾಗಬಹುದು.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೋಪ ಮತ್ತು ನಿರಾಶೆಯ ಜೀವನ ನಡೆಸಿದರೆ, ಅವನು ಬಹು ಸುಲಭವಾಗಿ ಕೋಪಗೊಳ್ಳುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ. ಒಂದು ಜೀವನಾವಧಿಯಲ್ಲಿನ ಲೋಲುಪತೆಯು ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲಾಗದ

ಆಸೆಗಳಾಗಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅತಿಯಾಸೆ, ಈರ್ಷ್ಯೆ, ಕ್ರೂರ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲೂ ಹೀಗೇ ಆಗಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಾಮಾನ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನು ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳಿಂದ ಇಂತಹ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ವಾಸನೆಗಳನ್ನು (impressions) ತನ್ನಲ್ಲಿ ಹೊಂದಿರಬಹುದು, ಅವುಗಳು ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾದ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳೇನೋ ಅನ್ನಿಸುವಂತೆ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಈ ವಾಸನೆಗಳ ಪರದೆಯ ಮೂಲಕ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾನೆ. ಹೊರಗಿನ ಘಟನಾವಳಿಗಳಿಗೆ, ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಹುತೇಕ ಎಲ್ಲ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳೂ ಈ ವಾಸನೆಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವಾಸನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಅಡ್ಡಬರುವುದರಿಂದಾಗಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ಕರಗಿಸುವ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಈ ಜ್ಞಾನ ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ವಾಸನೆಗಳನ್ನು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೆಂದು ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸದೆ ನಾವು ಬಂಧವಿಮುಕ್ತರಾಗಲು ಅಥವಾ ಮುಕ್ತ ಜೀವನವನ್ನು ಸಾಗಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದು.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಕ್ತಿಗಾಗಿ ಆಸೆಪಡುವುದು ಅತಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಅಡಚಣೆಗಳಲ್ಲೊಂದು. ಅದು ನಮ್ಮ ಅಹಂಅನ್ನು ಹೆಚ್ಚುಮಾಡಲು ಸಹಾಯಕವಷ್ಟೆ. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆಲ್ಲ ಅಹಂ ಸೂಕ್ಷ್ಮಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಾವು ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆಲ್ಲ, ಹೆಚ್ಚು ಜಾಗೃತರಾಗಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಅಹಂಅನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯ. ಈ ವೀಕ್ಷಣೆಯು ತುಂಬ ಸಹಕಾರಿ ಏಕೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಅಹಂಅನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿದಾಗ ಅದನ್ನು ನಾವು ನಮ್ಮ ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅಹಂ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ವೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರದು.

ಸಾವು ಜೀವನದ ಅಂತ್ಯವಲ್ಲ. ನಮ್ಮೆಲ್ಲ ಹೊರೆಗಳನ್ನು ಕ್ಷಣಮಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಕಿತ್ತೊಗೆಯುವ, ನಮ್ಮೆಲ್ಲ ವ್ಯಾಮೋಹಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮತ್ತು ಅಹಂಅನ್ನು ಮೀರುವ ಒಂದು ಹೊಸ ಅವಕಾಶದ ಪ್ರಾರಂಭ ಅದಾಗಿದೆ. ಇದರ ಅರ್ಥ, ಈ ಅವಕಾಶಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಕೊನೆಯ ದಿನದವರೆಗೆ ಕಾಯಬೇಕು ಎಂದಲ್ಲ. ವಾಸ್ತವವೆಂದರೆ, ಪ್ರತಿಬಾರಿ ಅಹಂ ತನ್ನ ತಲೆಯೆತ್ತಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ಅದನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಜಯಿಸಲು ಅದೊಂದು ಅವಕಾಶ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅಡಚಣೆಯನ್ನೂ ಅದೊಂದು ಅವಕಾಶವೆಂದು ನಮಗೆ ಗುರುತಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಅದು ಅವಕಾಶವೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ನನ್ನ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಬೇರೆಯವರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆಯೇ? ನನ್ನ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಬೇರೆಯವರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆಯೇ? ಹಾಗಿದ್ದರೆ, ರಕ್ಷಾಕವಚ ಅದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಲ್ಲದೇ?

ಉ: ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಬೇರೆಯವರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿಯೇ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ತೀವ್ರತೆಯಿಂದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನೀವು ಗಾಢವಾದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ರಕ್ಷಾಕವಚವು ದುರ್ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮೂಡಿದರೆ ನೀವು ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಬೇರೆಯವರಿಂದ ಹೊರಬಂದ ಅಂಥ ಆಲೋಚನೆಗಳು ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಇರುವುದರಿಂದ, ಅವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ. ನಿಮಗೆ ಒಂದು ಆಲೋಚನೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾದುದು ಎಂದು ತಿಳಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ಅದನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಿ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಗಮನ ಕೊಡಬೇಡಿ. ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ರಕ್ಷಾಕವಚ ಭದ್ರವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಬೇರೆಯವರು ಸಹ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರ: ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ತಡೆಹಿಡಿಯಿರಿ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮೊಳಗಿನ ಕೋಪ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷಗಳನ್ನು ಹೊರಹಾಕಿ. ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ. ಮೊದಲನೆಯ, ಎರಡನೆಯ ಅಥವಾ ಮೂರನೆಯ ಶಂಬಲ ನಿಯಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ. ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಿರಿ.

ಪ್ರ: ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಕಾರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೆಂದರೆ ಯಾರು?

ಉ: ನನ್ನ ಪ್ರಕಾರ, ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಸತ್ಯದ ಅನ್ವೇಷಕನಾಗಿರಬೇಕು, ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಲು ಸಿದ್ಧನಿರಬೇಕು. ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಒಂದು ಮಗುವಿನಂತೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿಗೆ ಬರಬೇಕು ಮತ್ತು ಸರಳವಾದ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವಂತಿರಬೇಕು. ಅವನು ವಿನಯವಂತನಾಗಿರಬೇಕು, ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ನಂಬಿಕೆ ಇರಬೇಕು ಮತ್ತು ಸಹನಶೀಲನಾಗಿರಬೇಕು. ಅವನಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ ಗುರುವಿನ ಜೊತೆ ಸಂಬಂಧ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬೇಕು ಮತ್ತು ಆತ ಇತರರ ಜೊತೆಗೆ ತನ್ನನ್ನು ಹೋಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ನನ್ನನ್ನೂ ಸೇರಿದಂತೆ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೇ. ನಾವು ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕೇ ಇಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ಕೊನೆಯವರೆಗೆ ನಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧನಾಗಿರಬೇಕು.

ಪ್ರ: ಅನುಯಾಯಿಯು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಿಂತ ಬೇರೆಯಾಗಿರುತ್ತಾನೆಯೇ?

ಉ: ಹೌದು. ಒಬ್ಬ ಅನುಯಾಯಿ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ನಂತರ ಅವನು ತನ್ನನ್ನು ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಗುರುವಿಗೆ

ಬದ್ಧನಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಆತ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಬೇರೆ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಹೋಗಬಹುದು, ಬೇರೆ ಗುರುವನ್ನು ಅರಸಿ ಹೋಗಬಹುದು, ಆದರೆ ಒಬ್ಬ ಅನುಯಾಯಿ ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬ ಅನುಯಾಯಿಯ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ, ಅವನು ಆ ಮಾರ್ಗದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಒಬ್ಬ ನಿಜವಾದ ಅನುಯಾಯಿ ತನ್ನ ಗುರುವನ್ನು ಎಲ್ಲ ಜನ್ಮಾವಧಿಗಳಲ್ಲೂ ಭೇಟಿ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ.

ಪ್ರ: ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರಲು, ಬೆಳಕು ಸಶಕ್ತ ಸಾಧನವೆಂದು ಜನರು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆಯೇ?

ಉ: ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೂ ನಂತರದಲ್ಲಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಬೆಳಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಜಾಗೃತಗೊಂಡಾಗ ಬೆಳಕಿನ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯುತ್ತಾರೆ. ಸಮಯ ಕಳೆದಂತೆ ಜನರು ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿಯೂ, ಪ್ರತಿ ಬಾರಿಯೂ, ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಂದಕ್ಕೂ ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯುವುದನ್ನು ನೀವು ನೋಡುತ್ತೀರಿ.

ಪ್ರ: ಜಾಗೃತಿಗೊಳ್ಳುವುದರ ಸಂಕೇತವೇನು?

ಉ: ಅನೇಕವಿವೇ. ನಮ್ಮೊಳಗೆ 'ನಾನು ಯಾರು?' ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಮೂಡಿದರೆ ಅದು ಆರಂಭ, ಅದೊಂದು ಜಾಗೃತಿ. ಜಾಗೃತಗೊಳ್ಳುವುದು ಒಂದು ನಿರಂತರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ. ಇದೊಂದು ರೀತಿಯ ವಿಸ್ಮರಣೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಖಿನ್ನತೆ, ಅತ್ಯಪ್ಪಿಗಳಿದ್ದರೆ ಅವು ಸಹ ಜಾಗೃತಿಯ ಸಂಕೇತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಾಗಿ ಯೋಚಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ಜಾಗೃತಿಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಜಾಗೃತಿಯು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಬೆಳಕಿನಡೆಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಲೌಕಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸದೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಹರಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

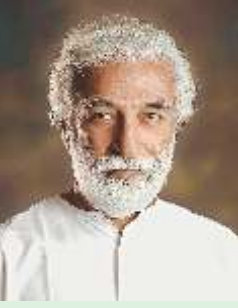
ಉ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನ, ಲೌಕಿಕ ಜೀವನಗಳೆಂಬ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಚಿಸುವುದನ್ನು ಬಿಡಿ. ಗೆರೆ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎಂದರೆ ಜೀವನದ ಎಲ್ಲ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲೂ ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿರುವುದು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕರಾಗಿರುವುದು.

ಪ್ರ: ಬದಲಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಬೇಕೆ?

ಉ: ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು, ಅಥವಾ ಬುದ್ಧಿ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೊಂದರಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ತಂದುಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೂಲಕ ಬದಲಾಗಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು. ಇವು ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಪೂರಕವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಇಡೀ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ನಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಅನುಭವ ಪಡೆಯಲು ನಾವು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಗಳನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ■

ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
Higher Communication & Other Realities	100/-
Light Body & Other Realities	100/-
Master-Pupil Talks	60/-
Master-Pupil Talks - Vol 2	75/-
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/-
ಪೂಜನ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳು	120/-
ಉನ್ನತ ಸಂಕರ್ಷಣೆಗಳು	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 ವಿಸ್ತೃತ ಗಣಪತಿ ಮಂತ್ರಗಳು	100/-
ಅನೇಕಲ್ಲಿನ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	120/-
ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು	100/-
ಪ್ರಕಾಶವಾಡ (Marathi)	150/-
आयुगुरुजी (Marathi)	100/-
ध्यान कैसे करावे (Marathi)	50/-
ध्यानयोग (Marathi)	50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)	50/-
शंबला तत्वांचा अभ्यास (Marathi)	50/-
एका आधुनिक ऋषीचे	
सूक्ष्मजगातील 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/-
ಶ್ರೀಯಾಣಮ್ ಶಿಷ್ಯವ್ರತ ಒಪ್ಪಬಲ್ಲ	50/-
ಊನಿಯಿನ್ ಲಾಯಿಲಕನ್	200/-
ಶ್ರೀಯಾಣ ಯೋಗಮ್	50/-
ಆತ್ಮತಮಾವಿನ್ ಅವಿರೋಹಣಮ್	50/-
ಠವಿನ್ ಗಿಣಿ ಉರುವಗಿನ್ ಕ್ರೂಷ್ಮ ಸಾಕಸುಂಗುನ್	50/-
ಸಂಪಲಗಾ ಶ್ರೀಯಾಣಕನಿನ್ ಅಪಿಪಿಯಾಸುಂಗುನ್	50/-
ಧ್ಯಾನಂ ವಿಯುಡಂ ಎಲ್	50/-
ಕಾಂತಿಕಿ ದ್ವಾರಮುಲ	100/-



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦)

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

ಮಾನಸ

ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ದೂರದ ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ ಹಳ್ಳಿಯ ಬಳಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸಿಗಳ ಬಡಾವಣೆ. 1935ರಲ್ಲಿ ಅಮರಂಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾಗುವ ಬೆಳಕಿನ ನಗರದ ದರ್ಶನವಾಗಿತ್ತು. ವಿಶ್ವಜೀತನ ಮಂದಿರ, ಕುಂಡಲಿನಿ ಗೋಪುರ ಮತ್ತು ತಪೋವನ ಇಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡಲು ರೂಪುಗೊಂಡಿರುವ ವಿನೂತನ ಸ್ಥಳಗಳು. ತಪೋನಗರದ ಸುತ್ತಲೂ '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 ಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸ್ವರ್ಣಲತಾ

ನನ್ನಲ್ಲಿಗೆ ಹೆಚ್ಚುಹೆಚ್ಚು ದಯೆ, ತಾಳ್ಮೆ ಹಾಗೂ ಸಹನೆಯಂತಹ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತಿದ್ದು, ಈಗ ನನ್ನ ಯೋಚನಾಲಹರಿಯು ಬೇರೆ ದಿಕ್ಕನ್ನು ಪಡೆದಿದೆ. ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳಿಂದಾಗುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ನಾನೀಗ ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲೆ. ಈ ಬದಲಾವಣೆ ತಂದ 'ಮಾನಸ'ಗೆ ನಾನು ಚಿರಋಣಿ.

- ವಿಶ್ವನಾಥನ್ ಎಸ್.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ನನ್ನ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಯೊಬ್ಬರಿಗೆ ತೀವ್ರವಾದ ಅಪಘಾತವಾಗಿರುವುದಾಗಿಯೂ ಮತ್ತು ನಾನದನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕೆಂದು ಮುಂಬೈಯಿಂದ ದೂರವಾಣಿ ಕರೆ ಬಂದಿತು. ಆದರೆ ಆಗ ನನ್ನ ಶಾಂತಿಭಂಗವಾಗಲಿಲ್ಲ; ನಾನು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಇಲ್ಲಿಂದಲೇ ಮಾಡಿದೆ, ಆ ಸನ್ನಿವೇಶವು ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಬಂದಿತು. ನಂತರ ಏನೂ ನಡೆದಿಲ್ಲವೆಂಬಂತೆ ನಿರಾಳವಾಗಿ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದೆ.

- ರಾಜೇಂದ್ರ ರಂಗೇಕರ್

ಎಂತಹ ಕಠಿಣ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೂ ನಾನೀಗ ವಿಚಲಿತನಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲವೂ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕೇ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಅಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ, ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿದ್ದು ದೈವೀ ವಿವೇಕದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಪ್ರತಿದಿನ ನಾನು ನನ್ನ ಆತ್ಮವನ್ನು ಸಚೇತನಗೊಳಿಸಿ, ಆತ್ಮದ ಆ ಚೈತನ್ಯದಿಂದ ನನ್ನ ದೇಹವನ್ನು ಚೈತನ್ಯಗೊಳಿಸುತ್ತೇನೆ. ಇದು ನನಗೆ ಇಡೀ ದಿನ ಚೈತನ್ಯದಿಂದಿರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

- ಅನುರಾಗ್ ಸಿಂಗ್

ನಾನೀಗ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಈಗ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸಹಜವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತೇನೆ. ಬಹಳ ದಿನಗಳ ನಂತರ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ನನಗೇ ಪ್ರೀತಿಯುಂಟಾಗಿದೆ. ನಾನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪರೀಕ್ಷೆಯೂ ಈಗ ನನಗೆ ಕಲಿತು ಬೆಳೆಯಲು ಒಂದು ಅವಕಾಶವಾಗಿದೆ.

- ದೀಪ್ತಿ ರಾಘವೇಂದ್ರ

ಒಂದು ದಿನ, ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ಕೆಲಸದ ನಂತರ, ರಾತ್ರಿಯ ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಾನು ಮರೆತೆ. ಆಯಾಸದಿಂದ ಕಣ್ಣುಚ್ಚಿದಾಕ್ಷಣ, ತೀಕ್ಷ್ಣವಾದ ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವಾಗಿ, ತಕ್ಷಣ ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಎದ್ದು ಕುಳಿತೆ. ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕೇ ನನಗೆ ಸಂಚಲನ ಮಾಡಲು ನೆನಪು ಮಾಡಿದ್ದು ಒಂದು ಸುಂದರ ಅನುಭವ.

ಈಗ ನನ್ನ ಜೀವನ ಯಾವುದೇ ನೆರಿಗೆಗಳಿಲ್ಲದ ಇಸ್ತಿ ಮಾಡಿದ ಶರ್ಚನಂತೆ ಇದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿದ್ದರೂ ಎಲ್ಲಾ ಹಂತಗಳೂ ಕ್ಷಣಿಕ ಮತ್ತು ನಾವದನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗಬಹುದೆಂದು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಂಡಿರುವುದರಿಂದ ನಾನು

ನಿಶ್ಚಿಂತೆಯಿಂದಿದ್ದೇನೆ.

- ಪಾಯಲ್ ವರ್ಮಾ

2015ರ ಯುಗಾದಿಯಂದು, ನನ್ನ ಅಂತರಾಳದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಅತ್ಯಂತ ತೀವ್ರವಾದ ಭಯದ ಅನುಭವವಾಯಿತು; ಅದು ನನ್ನ ಆತ್ಮದಿಂದ ಎನ್ನುವಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ನಂತರದ ಕೇವಲ ಒಂದೂವರೆ ಗಂಟೆಗಳ ಧ್ಯಾನ ನನಗೆ ಸಮಾಧಾನ ತಂದಿತು. ಇದು ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ಮುಂದಾಗಬಹುದಾದ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಎಂದು ನನ್ನ ಆಂತರ್ಯದಲ್ಲಿ ಅರಿತರೂ, ಅದಕ್ಕೆ ಸಮರ್ಥನೆ ಬೇಕಿತ್ತು. ಅದರ ಮುಂದಿನ ಭಾಸುವಾರದ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರು, 'ಕೆಲವು ಸಲ ವಿವರಿಸಲಾಗದ ಭಯ ಹಾಗೂ ಆತಂಕವನ್ನು ನಾವು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಅದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಿರುವ ಯಾವುದೇ ವಿಷಯದ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅದು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ' ಎಂದು ವಿವರಿಸಿದರು. ನಂತರದ ಕೆಲವು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನೆಪಾಳದಲ್ಲಿ ಭೂಕಂಪನವಾಯಿತು.

- ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್

ನಾನೀಗ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತೇನೆ ಹಾಗೂ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸುವಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಣೆಯಾಗಿದೆ.

- ಕರಿಷ್ಣಾ ರಾವ್

ನನಗೆ ಅನೇಕ ಅನುಭವಗಳಾಗಿವೆ. ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ವಿನೀತಳಾಗಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಬರೀ ಪದಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ಬೇಕಾದಾಗಲೆಲ್ಲ ಸರಿಯಾದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಸಿಗುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನ ಗಂಡನ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ತೊಂದರೆಗಳೂ ಕೂಡಾ ನಿವಾರಣೆಯಾಗಿದೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ವಂದನೆಗಳನ್ನು ಬೆಳಕಿಗೆ ಹಾಗೂ ಹೀಲಿಂಗ್ ಗ್ರೂಪ್‌ಗೆ ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.

- ಗಾಯತ್ರಿ ಅಂಬಾಡಿ ಭಾಟಿಯಾ

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಸ್ವಚ್ಛ ಬಿಳಿಯ ಉಡುಪಿನಲ್ಲಿ ಉತ್ಪ್ರಾಪ್ತವಾಗಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಅಮರಾಜಿಯವರು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಸಭೆಯನ್ನುದ್ದೇಶಿಸಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ನಾನು ಅದನ್ನು ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವಂತೆ ಒಂದು ಕನಸುಕಂಡೆ. ಅಲ್ಲಿಯ ವಾತಾವರಣ ನಿಶ್ಯಬ್ದತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಶಾಂತತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿತ್ತು ಹಾಗೂ ಮೈನವಿರೇಳಿಸುವಂತಿತ್ತು. ಅವರ ಅಪ್ಪಣೆಯ ಮೇರೆಗೆ ಅವರ ಹತ್ತಿರ ನಾನು ಕುಳಿತುಕೊಂಡೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ, ಅವರು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಣ್ಮರೆಯಾದರು. ತಕ್ಷಣ ನನಗೆ ಎಚ್ಚರವಾದರೂ, ಸಹಜಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಸಮಯ ಹಿಡಿಯಿತು. ಇಡೀ ದಿನ ಅತ್ಯಂತ ಋಷಿಯಾಗಿದ್ದೆ. ನನಗಾದ ಆ ಅದ್ಭುತ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಪದಗಳಿಂದ ವರ್ಣಿಸಲಸಾಧ್ಯ!

- ಶೋಭನಾ ಕುಲೋತುಂಗನ್

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

ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ, ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್)

ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560 077. ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦) ಪರವಾಗಿ.

ಮಾಲೀಕರು : ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560 077

ಪ್ರಕಾಶನ ಸ್ಥಳ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560 077

ಮುದ್ರಣ ಸ್ಥಳ : ಆರ್ಕೆ ಪ್ರಿಂಟ್, 719/ಎ, ವೆಸ್ಟ್ ಆಫ್ ಕಾರ್ಡ್ ರೋಡ್, 2ನೇ ಸ್ಟೇಜ್, ರಾಜಾಜಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-560086. ಫೋನ್: 23359992

ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ