



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 ವಿನ್ಯಾಸಿತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗ.

ಪ್ರಮಾಣಗಳು

- ★ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಂದು ಮಹಾ ಜ್ಯೋತಿಯ (ದೇವರ) ಕಣಗಳು.
- ★ ಪ್ರೀತಿ ನಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವ.
- ★ ಮೌನ ನಮ್ಮ ಭಾಷೆ.
- ★ ಧ್ಯಾನ ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗ.
- ★ ಈ ಪ್ರಪಂಚ ನಮ್ಮ ಆಶ್ರಯ.
- ★ ಇಡೀ ಸೃಷ್ಟಿಯೇ ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ.

ತಪೋವಾಣಿ

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ನಾನು 1994ನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ 1993ರ ಮಧ್ಯಭಾಗದಿಂದ ನನ್ನ ಜೀವನವು ಬಹು ನಾಟಕೀಯವಾಗಿ ಬದಲಾದುದು ನನ್ನ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನ ಧ್ಯಾನಗಳು ನನ್ನನ್ನು ತಪಸ್ಸಿನೆಡೆಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ದಿವೆ. ಅದರಿಂದಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಲವಾರು ಜೀವಮಾನಗಳ ಸಾಧನೆಗಳಿಂದ ದೂರಕಬಹುದಾದ ಜ್ಞಾನಸಂಪತ್ತು ನನಗೆ ಋಷಿಗಳಿಂದ ಈ ಒಂದು ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ದೊರೆತಿದೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮಲೋಕದ ಮಹಾತ್ಮರ ಸಂಪರ್ಕ ನಿಕಟವಾಗಿದೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮಲೋಕದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕನಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ನಾನು ಮಹಾತ್ಮರ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಬೆಳೆದಿದ್ದೇನೆ. ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ತರಬೇತಿ ಹಾಗೂ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಉಪಕರಣಗಳ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಗಳ ಧಾರಣೆ ಮುಂದುವರಿದಿದೆ. ನಾನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯವನ್ನು ಮಾನವರು ಮತ್ತು ಮನುಷ್ಯಲೋಕದ ಸಂಗಕ್ಕಿಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮಲೋಕದ ಮಹಾತ್ಮರೊಂದಿಗೆ ಹಾಗೂ ಸೂಕ್ಷ್ಮಲೋಕದಲ್ಲಿ ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಭೂಲೋಕಕ್ಕೆ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಭೌತ ಪ್ರಪಂಚದ ವಾಸ್ತವತೆಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲ, “ಯಾವುದು ಸತ್ಯ, ಯಾವುದು ಸ್ವಪ್ನ!” ಎಂದು ಅಚ್ಚರಿಪಡುತ್ತೇನೆ. ಹುಸಿ ಮೌಲ್ಯ ಮತ್ತು ಸ್ವಾರ್ಥಿಗಳ ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ವ್ಯವಹರಿಸುವುದು ಬಹಳ ನೋವಿನ ವಿಷಯ.

ಆದರೆ ವಾಸ್ತವತೆಯಿಂದ ನಾವು ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅವುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲೇಬೇಕು; ಎದುರಿಸಿಯೂ ನಿರ್ವಿಹಾರವಾಗಿರಬೇಕು. ಇತರರಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ಏಳಿಗೆಗಾಗಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವುದು ಸುಲಭ ಎಂದು ನನಗೆ ಮನವರಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲೇ ಅದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತು.

ನಾವು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿ ಎಂಬ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನು ಸಚೇತನಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಗೆ ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಅದರ ತರಂಗಗಳು ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹರಡುತ್ತವೆ. ಕಳೆದ ಕೆಲವು ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ನಮ್ಮನ್ನು, ಅಂದರೆ ಮಾನವತೆಯನ್ನು, ಹೊಸಯುಗದತ್ತ ಮುನ್ನಡೆಸುವ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗಾಗಿ ಇನ್ನೂ ಹಲವಾರು ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಕ್ಷೇತ್ರವು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುಚಿಗೊಳಿಸಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಇಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಅದರ ಲಾಭವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಬರುವವರಿಗೆ ಇದರ ನೆನಪಿರಬೇಕು. ಯುಕ್ತವಾಗಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡು ಅದರ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಲೆಂದು ಹೊಸ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ■



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.



30-01-2015ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾದ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು
85ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು 15-02-2015ರಂದು ಸೇರಿದ್ದರು

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- 1-2-2015 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 300 ಜನರು ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.
- 2-2-2015 ರಂದು ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 50 ಜನರು ಸೇರಿದ್ದರು.
- 'ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'ವಾದ 30-01-2015ರಂದು 11 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು ಸುಮಾರು 2350 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರಲು ಮೌನವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್‌ಿಂಗ್ ಮಾಡಿದರು.
- ನಮ್ಮ ಸಾಧಕರಿಗೆ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯನ್ನು ದಿನಾಂಕ 06-05-2015ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1 ರವರೆಗೆ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ದೂರಕಲಿಕೆಯ ಸಾಧಕರು ಕೂಡಾ ಇದರ ನೇರಪ್ರಸಾರದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು. ಆಸಕ್ತರು ಮಾನಸ ಆಫೀಸನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ, ದಿನಾಂಕ 30-04-2015ರ ಮೊದಲು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

05	ಗುರು	ಪೂರ್ಣಿಮಾ ಕಾಮದಹನ
13	ಶುಕ್ರ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
18	ಬುಧ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
20	ಶುಕ್ರ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ಸೂರ್ಯ ಗ್ರಹಣ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1.10 - ಸಂಜೆ 5.20
21	ಶನಿ	ಚಾಂದ್ರಮಾನ ಯುಗಾದಿ
27	ಶುಕ್ರ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
28	ಶನಿ	ಶ್ರೀರಾಮ ನವಮಿ
29	ಭಾನು	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

- ಭಾನುವಾರಗಳು: ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು : ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12 ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1
- 08-03-2015 ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
- 15-03-2015 ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ರಾ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
- 20-03-2015 ಸೂರ್ಯ ಗ್ರಹಣ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1.10 - ಸಂಜೆ 5.20
- 29-03-2015 ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ (ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್): ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 11-1

ಕಾಮದಹನ ತಂತ್ರ

ಮಾರ್ಚ್ 5ನೇ ಗುರುವಾರದಂದು ಚಂದ್ರೋದಯದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಒಂದು ಹೋಮಕುಂಡವಿದೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅಗ್ನಿದೇವನನ್ನು ಆವಾಹಿಸಿ - ಒಂದು ಬಾರಿ 'ಓಂ ಅಗ್ನಿದೇವಾಯ ನಮಃ' ಎಂಬ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಿ ಮತ್ತು ಹೋಮಕುಂಡದಲ್ಲಿ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಅರಿಷಡ್ವರ್ಗಗಳಾದ ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ, ಲೋಭ, ಮೋಹ, ಮದ, ಮಾತ್ಸರ್ಯಗಳನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಕಾಮವು ನಮ್ಮಿಂದ ಒಂದು ಹೊಗೆಯ ಅಥವಾ ಕಪ್ಪು ಚಿಂಡಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹೊರಬರುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಭಾವಿಸಿಕೊಂಡು, ಅದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಹೋಮಾಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ. ಅದು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಭಸ್ಮವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ ಉಳಿದ ಐದನ್ನೂ ಪುನರಾವರ್ತಿಸಿ. ಅಗ್ನಿದೇವನಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿ. ನಂತರ ಸ್ವಲ್ಪಸಮಯದವರೆಗೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ.

ಮಾರ್ಚ್ 20ರಂದು ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1.10 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5.20 ಘಂಟೆಯವರೆಗೆ ಸೂರ್ಯಗ್ರಹಣವಿರುತ್ತದೆ. ಆ ದಿನ ಗ್ರಹಣದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ಕೋರುತ್ತೇವೆ.

ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ ದಿನ

ಮನೋಜ್ ಭೋಪ್ರ; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

5ನೇ 'ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ ದಿನ'ವು ನಮಗಲ್ಲರಿಗೂ ಬಹಳ ಅದ್ಭುತ ಅನುಭವವಾಗಿತ್ತು. ಬೆಳಕಿನ ಅದ್ಭುತ ಕೈಗಳಿಂದ ಬರುತ್ತಿದ್ದ ಅನುಗ್ರಹ ಮತ್ತು ಸಹಾಯವು ಇಡೀ ದಿನ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂತು.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಮೀಟಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ, ಅಮರರವರಿಗೆ, ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿ ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿಕೊಂಡ ನಂತರ, 'ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ ದಿನ'ದ ಯೋಜನೆಯು ಸುಮಾರು ಎರಡು ತಿಂಗಳ ಹಿಂದೆಯೇ ಆರಂಭವಾಯಿತು. ಈ ಮೀಟಿಂಗ್ ನಂತರ ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ತಂಡಗಳ ಮೀಟಿಂಗ್‌ಗಳು ಜರುಗಿದವು. 2000 ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ನಾವು ಹೋಗಬೇಕಿತ್ತು ಮತ್ತು ನಮ್ಮಲ್ಲಿದ್ದ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಸಂಖ್ಯೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿತ್ತು. ತಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯದ ತೊಂದರೆಗಳಿದ್ದರೂ ಕೂಡಾ ಅನೇಕರು ಮುಂದೆ ಬಂದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರು. ನಮ್ಮ ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಸಂಘಟಕರು ಅತ್ಯಂತ ನಿಖರವಾಗಿ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದರು ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನು ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಪ್ರದೇಶಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿದ್ದರು ಹಾಗೂ ಅದರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ಆಯಾ ಪ್ರದೇಶದ ತಂಡದ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ವಹಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದರು.

'ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ ದಿನ'ವು ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯ ಮಾಸ್ಟರ್ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿತವಾಗಿದೆ. ಆ ದಿನ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ, ನಾವು ಅತ್ಯಂತ ವಿನಯಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅಮರರವರಿಗೆ ಅವರ ಜನ್ಮದಿನದ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ನೀಡುತ್ತೇವೆ. ಅನೇಕ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಅಂದು ತಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ರಜೆಹಾಕಿ, ಅವರಿಗೆ ವಹಿಸಿದ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ನೆರವೇರಿಸಲು ಬಳಲಿಕೆ ಇಲ್ಲದೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರು. ಶಾಲೆಗಳ ಆಡಳಿತ ಮಂಡಳಿಯವರಿಂದ ಕೂಡಾ ಅಭೂತಪೂರ್ವ ಸ್ವಾಗತ ದೊರಕಿತು. ನೂರಾರು ಶಾಲೆಗಳು ಮುಂದೆ ಬಂದು, ತಾವಾಗಿಯೇ ಅಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಭರವಸೆ ನೀಡಿದವು. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಡೆಸಿಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಆಯಾ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿನ್ಯಾಸ ಮುಖಂಡರುಗಳನ್ನು ತರಬೇತುಗೊಳಿಸುವುದಕ್ಕೂ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಹೆಚ್ಚಿನ ಶ್ರಮವಹಿಸಿದರು.

5ನೇ 'ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ ದಿನ'ವು ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದಾಗಿ ಅಪೂರ್ವ ಯಶಸ್ಸನ್ನು ಕಂಡಿತು. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ಗಂಟೆಗೆ ಏಕತೆಯ ತಂತ್ರದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಆ ದಿನ ಆರಂಭವಾಯಿತು. ದಿನದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಜೆ 6 ಗಂಟೆಗೆ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಂತರ ನಾವು ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿದೆವು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ತಂಡದಲ್ಲೂ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮತ್ತು ಸಹಕಾರವು ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. 195 ಶಿಸ್ತುಬದ್ಧ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಬಲಿಷ್ಠ ತಂಡವು ಅಸಾಧ್ಯವಾದುದನ್ನು ಸಾಧಿಸಿತು. ಅಂದು 2350 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ 11 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.

ಅನೇಕ ಶಾಲೆಗಳು ನಮಗೆ ಇಮೇಲ್‌ಗಳನ್ನು, ಫೋಟೋಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಫೋನ್ ಮಾಡಿ ತಾವು ಲೈಟ್‌ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವುದನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಿದರು. ಶಾಲಾ ಆಡಳಿತಾಧಿಕಾರಿಗಳ ಸಹಕಾರಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಅತ್ಯಂತ ವಿನಯಪೂರ್ವಕ ಧನ್ಯವಾದಗಳು. ಅವರು ನಮ್ಮ ಈ ಸಂಚಲನದ ಬಹುಮುಖ್ಯ ಮತ್ತು ಅನಿವಾರ್ಯ ಅಂಗವಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಈ 'ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ ದಿನ'ದ ಉದ್ದೇಶವು ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುವುದಾಗಿದೆ. ದಿನಕಳೆದಂತೆ ಹೆಚ್ಚುಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಸೇರಲಿ ಮತ್ತು ಈ ಕನಸನ್ನು ಬೇಗ ನನಸಾಗಿಸಲಿ.

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಪ್ರಪಂಚವು ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಉಭಯ ಲಿಂಗಿಗಳೂ ಸಮಾನವಾದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಮತ್ತು ಗೌರವವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಮುದಾಯದ ಮೂಲಭೂತ ಸಿದ್ಧಾಂತವು ಪರಸ್ಪರ ಗೌರವದಿಂದ ಕೂಡಿದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಾಗಿದ್ದು, ಅದು ಇಲ್ಲಿಯ ಜೀವನದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಷಯದಲ್ಲೂ ಪ್ರತಿಧ್ವನಿಸುತ್ತಿದೆ. ತಪೋನಗರದ ಉದಯೋನ್ಮುಖ ಯುವ ಜನಾಂಗವನ್ನು ಪೋಷಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಅವರು ತಮಗಾಗಿಯೂ ಸಮಯವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ತಪೋನಗರದ ನಿವಾಸಿಗಳಲ್ಲೊಬ್ಬರಾದ ಶ್ರೀಮತಿ ವರ್ಷಾ ಗುರ್ಜರ್ ಅವರು ಇಲ್ಲಿನ ಮಹಿಳೆಯರಿಗಾಗಿ ಯೋಗಾಸನ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇಲ್ಲಿನ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ನಿವಾಸಿಯಾದ ಶ್ರೀಮತಿ ಕವಿತಾ ಕಾನಡೆಯವರು ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಗಾಗಿ ತಮ್ಮ ಮನೆಯ ಭಾಗವೊಂದನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಒದಗಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಇಲ್ಲಿನ ಮಾತೆಯರಿಗೆ ತಮ್ಮಂತೆಯೇ, ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ಎದುರಿಸುವ ದೈನಂದಿನ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡವರೊಂದಿಗೆ ಸಮಯ ಕಳೆಯಲು ಒಂದು ಮನೆಯಂತಹ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಧ್ಯಾನಿಗಳಾಗಿ, ತಪೋನಗರದ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನಗಳೆರಡರಲ್ಲೂ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಒಂದು ಸಂಪೂರ್ಣ ಮತ್ತು ಸಮತೋಲನದ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಉಡುಗೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಆಭರಣಗಳನ್ನು ತೊಡುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಜೀವನವನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸುತ್ತಾರೆ. ಏಕತೆಯ ಪ್ರಕೃತಿಯಿಂದಾಗಿ ಅವರು ಉತ್ತಮ ರಿಯಾಯಿತಿ ದರದ ಮಾರಾಟ ಮತ್ತು ಇತರ ಖರೀದಿಯ ವಿವರಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ! ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಅಂದಿನ ಭೋಜನವನ್ನು ಕೆಲವು ಕುಟುಂಬಗಳು ಪ್ರಾಯೋಜಿಸುವುದರಿಂದ, ಅದು ಇಲ್ಲಿನ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಸಂಜೆಯ ಅಡುಗೆಯಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ನೀಡಿದೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾ, ತಪೋನಗರದ ಪುರುಷರು ಇಲ್ಲಿನ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಜೀವ-ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲು ಒಂದು ಸದೃಢ ಬೆಂಬಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅನೇಕ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಲೇ, ತಮ್ಮ ಪತಿ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದವರು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ತಪೋನಗರದ ಮಹಿಳೆಯರು, ತಮ್ಮನ್ನು ಸಂತೋಷಗೊಳಿಸುವ ಯಾವುದನ್ನೂ ತ್ಯಜಿಸದೇ, ಉನ್ನತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟಗಳನ್ನು ಡಿಸೈನರ್ ಉಡುಗೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಕೂಡಾ ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ! ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ 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. ಅಗ 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 ಬೆಳಸಿ. 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

ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2004

ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ಬುದ್ಧಿಯಿಂದಾಚೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಬೇಕೆಂದು ಎಲ್ಲ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲೂ ನಾನು ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತೇನೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಓದುವುದಷ್ಟೇ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನದಂತಹ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ನಾವು ಮಾಡಬೇಕು.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅನುಭವಕ್ಕೂ, ನೈಜವಾದುದಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ಊಹೆಯಾದಾಗಿರಲಿ, ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಮಾನದ ಛಾಯೆಯಿರುತ್ತದೆನ್ನುವುದು ಒಂದು ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರ ವಿಷಯ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅನುಭವದ ನಂತರ, ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನಮಗೆ ಅನುಭವವಾಯಿತೇ ಅಥವಾ ಅದು ನಮ್ಮ ಊಹೆಯೋ ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ, ಇದಕ್ಕೆ ಯಾವ ಅನುಭವವೂ ಹೊರತಾಗಿಲ್ಲ. ಈ ಸಂದೇಹ ಸಹಜವಾದುದು. ನಮ್ಮ ಅನುಭವದ ಬಗ್ಗೆ ಸಂದೇಹಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದೇ ಆಗಿದೆ. ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ವಿನಮರನ್ನಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು, ನಾವು ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗಿ, 'ನನಗೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅನುಭವವಾಗಿದೆಯೇ?' ಎಂದು ಕೇಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸಂದೇಹಿಸುವುದು, ಸಾಧನೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಒಳ್ಳೆಯದು.

ದೇವರು ಎಲ್ಲೆಡೆಯೂ ಇದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ಮತ್ತು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸುಲಭವೆನ್ನಿಸಿದರೂ, ಅವನು ಪ್ರಜ್ಞೆ ಅಥವಾ ಇರವು ಎಂದು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟವೆಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಆಕಾರವೊಂದಕ್ಕೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುವುದು ಸುಲಭವೆನ್ನುತ್ತದೆ. ನಾವು ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ರಾಮ, ಕೃಷ್ಣ, ಶಿವ ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಆಕಾರವನ್ನು, ಅಂದರೆ ದೇವರ ಸಗುಣಾವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಪೂಜಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳಬಹುದು. ಸಂಪರ್ಕ ಎರಡೂ ಕಡೆಯಿಂದ ಆಗುವಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ತೀಕ್ಷ್ಣಗೊಳಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿದುಬಿಡಬಾರದು. ಆಕಾರವನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗಬೇಕು. ಇದು ತುಂಬ ಮುಖ್ಯ. ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ, ದೇವರನ್ನು ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ ಅಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಆಕಾರವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಿರುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಮರೆಯಬಾರದು.

ಈ ಎಲ್ಲ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಹಿಂದೆ, ದೇವರ ಶಕ್ತಿ, ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳಿವೆ ಎಂಬ ಅರಿವು ಸದಾಕಾಲ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರಬೇಕು. ಆಗ, ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲು ಈ ಅರಿವು ನಮಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇಡೀ ಸೃಷ್ಟಿ, ಜೀವನ, ಇತ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ನಾವು ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಏಕತೆಯ ಅರಿವಿದ್ದಾಗಲೆಲ್ಲ ಮತ್ತು ಏಕತೆಯ ಅನುಭವವಾದಾಗಲೆಲ್ಲ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಪಾರವಾದ ಸಂತೋಷ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು

ಪ್ರೀತಿಯಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅದೇ ಏಕತೆಯನ್ನು, ಅದೇ ದೇವರನ್ನು ಇನ್ನೊಬ್ಬರಲ್ಲೂ ಕಾಣುತ್ತೇವೆ; ಹಾಗಿದ್ದಾಗ ಘರ್ಷಣೆ ಎಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ? ನಾವು ಏಕತೆಯನ್ನು ಮರೆತು ಈ ಪ್ರಪಂಚ ನಮ್ಮಿಂದ ಬೇರೆ ಮತ್ತು ಇಲ್ಲಿನ ಜನರು ನಮ್ಮಿಂದ ಬೇರೆ ಎಂದು ಕಂಡಾಗ ಮಾತ್ರ ಘರ್ಷಣೆಗಳು, ಯಾತನೆ ಮತ್ತು ನೋವುಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯಲ್ಲಿ ನೋವಿರುತ್ತದೆ. ಏಕತೆಯಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿಯಿರುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಮುಂದುವರಿದಾಗ, ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳುಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಕೆಲವು ಮುಖ್ಯ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಹೀಗಿವೆ.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಜೀವನೋತ್ಸಾಹ ತುಂಬುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ, ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ದೈವತ್ವವನ್ನು ನಾವು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ.

ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಮತ್ತು ನಡತೆಯಿಂದ, ಬೇರೆಯವರು ಧ್ಯಾನಾಸಕ್ತರಾಗುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ಸ್ಫೂರ್ತಿಯಾಗುತ್ತೇವೆ, ನಮ್ಮ ಮಾತಿನಿಂದಲೂ.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿ ನೆಲೆಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತದೆ. ಜನರು ನಮ್ಮ ಬಳಿ ಬಂದಾಗ, ಅವರಿಗೆ ಈ ಪ್ರೀತಿಯ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

ಜನರು ನಮ್ಮನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ, ಗೌರವಿಸುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ನಂಬುತ್ತಾರೆ.

ನಮ್ಮ ಒಡನಾಟವನ್ನು ಜನರು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಆನಂದಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಈ ಬದಲಾವಣೆಗಳುಂಟಾದರೂ, ಅದೇಕೋ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವುಗಳು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಕೆಲಸಮಾಡಲು ನಾವು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. "ನಾನು ಒಳ್ಳೆಯವನೆಂದು ಜನರಿಗೆ ತಿಳಿದರೆ, ಅದನ್ನು ಸ್ವಾರ್ಥಕ್ಕಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು!" ಎಂದು ಜನರು ಹೇಳುವುದನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದೇನೆ. ಬದಲಾವಣೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗೆ ಭಯವಿದೆ; ಈ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗೆ ಅವರು ಆಸ್ತದ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ.

"ಅವನು ಧ್ಯಾನಿ, ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಅವನನ್ನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ" ಎಂದು ಜನರು ಹೇಳುವುದನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದೇನೆ. ಈ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ನಂಬಿಕೆದ್ರೋಹ ಮಾಡಬಾರದು. ನಂಬಿಕೆದ್ರೋಹ ಮಾಡಿದರೆ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ದ್ರೋಹವೆಸಗಿದಂತೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನಿ-ಗಳಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಜನರು ನಮ್ಮನ್ನು ನಂಬುತ್ತಾರೆ.

ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಭಾಗವಿದೆ. ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿರುವುದೆಂದರೆ ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿರುವುದು ಎಂದಾದರೂ ಕೂಡ, ಅದು ಶೋಷಣೆ-ಗೊಳಗಾಗದಿರುವುದು ಕೂಡ ಆಗಿದೆ.

ಯಾರು ವಿನೀತರಾಗಿರುತ್ತಾರೋ ಮತ್ತು ಸರಳವಾಗಿರುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಏನಾದರೂ ಅಡಚಣೆಗಳು, ತೊಂದರೆಗಳು ಇದ್ದರೆ ಅವುಗಳು

ತಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಕಾಣೆಯಾಗಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ.

ತೀವ್ರ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ನಾನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಕೆಲಸಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ, ವರ್ಗಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ, ವಿಚ್ಛೇದನಗಳು, ಮದುವೆಗಳು, ಒಳ್ಳೆಯವು, ಕೆಟ್ಟವು ಇತ್ಯಾದಿ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ, ಈ ತೀವ್ರ ಬದಲಾವಣೆಗಳ ಹಿಂದಿರುವುದು ಗ್ರಹಣಗಳ ಪ್ರಭಾವ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಯಿತು.

ಜೈನ್ ಮಾರ್ಗಗಳು ಅಂತರ್ಬೋಧೆಯ ವಿವೇಕವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಒತ್ತುಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ಇದು ತಾನಾಗಿಯೇ ಬರುತ್ತದೆ. ಜೈನ್ ಮಾರ್ಗ ಮತ್ತು ಯೋಗದ ಮಾರ್ಗವಾದ ಧ್ಯಾನ ಯೋಗಗಳ ನಡುವೆ ಮೂಲಭೂತವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಲ್ಲದಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ.

ಹೊಸದಾಗಿ ಸೇರಿದ ಧ್ಯಾನದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಉತ್ಸಾಹವಿರುತ್ತದೆಂದರೆ, ಒಂದೇ ದಿನದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಒಂದೇ ಗಂಟೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ! ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದದೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. 'ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ' ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದಿದರೆ ಕೆಲವು ಉತ್ತರಗಳು ಸಿಗುತ್ತವೆ. 'ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ' ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ಉತ್ತರಗಳಿವೆ. 'ದಿ ಮಾರ್ಸಸ್ ಆನ್ಸ್'ಗಳಂಥ ಬೇರೆ ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ ವಿಷಯಗಳು ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನವಿದೆ. ದಯವಿಟ್ಟು ಅವುಗಳನ್ನು ಓದಿ, ನಂತರ ನಿಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ. ಅವರಿಗೆ ಬಹಳ ವಿಷಯಗಳು ತಿಳಿದಿದ್ದು ಬಹುತೇಕ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಅವರು ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕಠಿಣವಾದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿದ್ದಾಗ, ಶಿಕ್ಷಕರು ನೀಡಿದ ಅಥವಾ ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿನ ವಿವರಣೆ ನಿಮಗೆ ತೃಪ್ತಿ ತರದಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ನನ್ನ ಬಳಿಗೆ ಬನ್ನಿ.

"ತರಗತಿಗೆ ಬರಲು ವಿಸಿಟರ್‌ಗಳಿಗೆ ಏಕೆ ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲ?" ಎಂದು ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೊಬ್ಬರು ಕೇಳಿದರು. ವಿಸಿಟರ್‌ಗಳು ಬರಲು ನನ್ನ ಅಭ್ಯಂತರವೇನೂ ಇಲ್ಲ. ವಿಶ್ವ ಚೇತನ ಮಂದಿರಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ತಪೋವನಕ್ಕೆ ಬಂದವರು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ತರಗತಿಗೆ ಬರಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರು ಗೊಂದಲಗೊಂಡು ಹಿಂದಿರುಗುತ್ತಾರೆ! ಇದು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಭಾಷಣವಲ್ಲ. ಇದು ನಮ್ಮ ತರಗತಿಗಳ ಒಂದು ಭಾಗ. ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿನ ವಿಷಯಗಳು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ಬರುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವಾಗಲಾದರೊಮ್ಮೆ ಬಂದವರು ಗೊಂದಲಗೊಳ್ಳಬಹುದು. ಈ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ಪ್ರವೇಶ ಕೊಡಲು ಹಿಂಜರಿಯುತ್ತೇವೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

04-08-2013

ಇತ್ತೀಚಿನ ಟೈಮ್ಸ್ ಆಫ್ ಇಂಡಿಯ ಪತ್ರಿಕೆಯ ಪ್ರಕಾರ, ಈಗ ನಮಗೆ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿರುವ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿನ ಬದಲಾವಣೆಯ ವೇಗವು, ಈ ಭೂಮಿಯು ಎಂದೂ ಕಂಡಿರದಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿನ ವೇಗವಾಗಿದೆ. ಆ ವರದಿಯ ಪ್ರಕಾರ, ಈ ಶೀಘ್ರ ಬದಲಾವಣೆಯು ಜನರಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಈ ಬದಲಾವಣೆಯು ಹೆಚ್ಚು ಸಂಘರ್ಷವನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ದೌರ್ಜನ್ಯವನ್ನೂ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತಿದೆ.

ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವಂತೆ, ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದೆ. ಭೂಮಿಯ ಯಾವುದೇ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಏನಾದರೊಂದು ಸರಿಯಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಅದು ಇಡೀ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ; ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಮೇಲೂ. ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಒಂದು ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಇಡೀ ದೇಹ ನೋವನ್ನನುಭವಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವಂತೆ, ನಮ್ಮ ಒಟ್ಟಾರೆ ಮಾನವ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು, ವಾತಾವರಣದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ನಡತೆ ವಾತಾವರಣದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಋಷಿಗಳ ಆಶ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಗಾಳಿ ಕೂಡ ಮಂದಗತಿಯಲ್ಲಿ ಬೀಸುತ್ತಿತ್ತೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ. ಋಷಿಗಳ ಆಶ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಕೃತಿ, ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಹಾಗೂ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಸಾಮರಸ್ಯದಿಂದಿರುತ್ತಿದ್ದವು. ಹೊಸ ಯುಗ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಹರಡಿದಂತೆಲ್ಲ ಅದನ್ನೇ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ನಿಧಾನವಾಗಿ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚವೇ ಋಷಿಗಳ ಆಶ್ರಮವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚವು ಶಂಬಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಕೃತಿ ಮತ್ತು ಜೀವರಾಶಿಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸಾಮರಸ್ಯವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಕನಸು. ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ನೆರೆಹೊರೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನಾವು ವಿಶ್ವಶಾಂತಿಯ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತೇವೆ.

08-09-2013

ತೀವ್ರ ಪ್ರಕ್ಷುಬ್ಧತೆಯ ಕಾಲ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಅದು ಕಷ್ಟದ ಸಮಯ, ಆದರೆ ಬೆಳೆಯಲು ದೊಡ್ಡ ಅವಕಾಶಗಳಿವೆ. ಬೆಳಕಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುವ ಮಹತ್ತರ ಅವಕಾಶಗಳಿವೆ. ನಮ್ಮ ಹೊರಗಲಾದ ವಸ್ತು ವಿಷಯಗಳ ಬಗೆಗಿನ ಒಲವುಗಳು, ದ್ವೇಷ, ಅಸೂಯೆ, ಪಟ್ಟು ಬಿಡದೆ ಕಾಯ್ದುಕೊಂಡಿರುವ ನಿಲುವುಗಳು ಮುಂತಾದವು ನಮಗೆ ಅಡಚಣೆಗಳಾಗಿ ಪರಿಣಾಮಿಸಿವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಹೊರಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ಬಿಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಉತ್ತಮ. ಅದರಿಂದ ಈ ಪ್ರಕ್ಷುಬ್ಧತೆಯ ಕಾಲವನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ದಾಟಬಹುದು. ನಮ್ಮ ನಿಲುವುಗಳನ್ನು ಬಿಡಲು, ಕ್ಷಮಿಸಿ ಮುಂದೆ ಹೋಗಲು ನಮಗೆ ಅವಕಾಶಗಳಿವೆ. ಎಲ್ಲವೂ ಬೆಳಕಿಗೆ ಬರುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ, ನಮ್ಮ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು

ಗುರುತಿಸಲು ಮತ್ತು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ನಮಗೆ ಅವಕಾಶಗಳಿವೆ. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಿಷಯಗಳಿಂದ ದೂರ ಉಳಿಯಲು, ಸಂಪರ್ಕಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಮಗೆ ಅವಕಾಶಗಳಿವೆ; ಪ್ರಪಂಚ ಬೇಡವೆನ್ನುವುದಕ್ಕಲ್ಲ, ಆದರೆ ಸಾಧನೆಗೆ ಗಮನ ಕೊಡಲು ಸಹಾಯವಾಗುವುದನ್ನುವುದಕ್ಕಾಗಿ. ಸಾಧನೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಟ್ಟು ನಾವು ಬೆಳೆದಾಗ, ಅದು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೂ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ.

27-10-2013

ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅತಿ ಮುಖ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಗುರು, ಮಾನವ ಗುರು. ಅವನು ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಸಂಬಂಧಗಳಿಗಿಂತ ಉನ್ನತವಾದವನು. ಅವನೊಂದಿಗಿನ ನಮ್ಮ ಸಂಬಂಧ ಅತ್ಯುನ್ನತವಾದ ಸಂಬಂಧ. ಈ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಅದು ಕುಂದದಿರುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ನಾವು ವಿಶೇಷವಾದ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸಬೇಕು. ದೇವರು ನಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಗುರುವೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ. ಆದರೆ ದೇವರನ್ನು ತಲುಪಲು ಮಾನವ ಗುರುವಿನ ಮೂಲಕ ನಾವು ಹೋಗಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಮಾನವ ಗುರುವಿಗೆ ಆ ಹಾದಿ ತಿಳಿದಿದೆ ಮತ್ತು ಅವನು ನಮ್ಮನ್ನು ದೇವರ ಬಳಿಗೆ ಬೇಗ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತಾನೆ. ಮಾನವ ಗುರುವಿನಿಂದ ದೂರ ಹೋದರೆ ದೇವರಿಂದಲೂ ದೂರ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ಮಾನವ ಗುರುವಿನಿಂದ ದೂರ ಹೋದರೂ ದೇವರನ್ನು ತಲುಪುವುದು ಸಾಧ್ಯವೇ? ದೇವರನ್ನು ತಲುಪುವುದಕ್ಕೆ ಮಾನವ ಗುರುವಿನ ಮೂಲಕವೇ ಹೋಗಬೇಕೆಂದೇನಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಗುರುವನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಂಡಮೇಲೆ, ನಮ್ಮ ಅಂತಿಮ ಗುರುವಾದ ದೇವರಿಗೆ ಶರಣಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಗುರುವಿಗೆ ಶರಣಾಗಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳನ್ನೂ, ತತ್ವಗಳನ್ನೂ ತ್ಯಜಿಸಿ ಮಾನವ ಗುರುವಿನಿಂದ ಕಲಿಯಬೇಕು. ಅಹಂಕಾರದೊಂದಿಗೆ ದೇವರ ಬಳಿ ಹೋಗಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ವಿನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಹೋಗಬೇಕು. ಅದೇ ರೀತಿ, ಮಾನವ ಗುರುವಿನ ಬಳಿಗೂ ವಿನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಹೋಗಬೇಕು. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ದೇವರು ಮಾನವ ಗುರುವಿನ ಮೂಲಕ ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾನೆ. ಇದಕ್ಕೆ ನೀವು ಸಮ್ಮತಿಸಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ. ನಿಜವಾದ ಮಾನವ ಗುರುವನ್ನು ನಾವು ಒಮ್ಮೆ ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಂಡ ಮೇಲೆ, ಅವನ ಮೇಲೆ ಕೋಪಗೊಂಡರೆ, ಕೋಪದಿಂದಾಗಿ ಅವನಿಂದ ದೂರ ಹೋದರೆ ನಾವು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿಹೊಂದಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ದೂರ ಹೋಗಲು ನಮಗೆ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಿದೆ. ಮಾರ್ಗ ನಮಗೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯಾಗದಿದ್ದಾಗ ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಕಹಿಭಾವನೆಯಿಲ್ಲದೆ ಗುರುವಿನಿಂದ ದೂರಹೋದಾಗ ಅದರಲ್ಲೇನೂ ತಪ್ಪಿಲ್ಲವೆಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಮತ್ತೊಂದು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಕೋಪದ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ನಾವು ದೂರಹೋದಾಗ, ಯಾವುದೇ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುನ್ನಡೆಯಬೇಕಾದರೆ, ಮೊದಲಿಗೆ ನಮ್ಮ ತಪ್ಪನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು

ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ವರ್ತನೆಗಾಗಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ವಿಷಾದಿಸಬೇಕು.

24-11-2013

ನೇರವಾಗಿ ಅಥವಾ ಇಮೇಲ್ ಮುಖಾಂತರ ಅಥವಾ ಪತ್ರಮುಖೇನ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವುದು ತುಂಬ ತೃಪ್ತಿಕೊಡುತ್ತಿತ್ತು. ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಅವರು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದ ಪದಗಳಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ. ಪದಗಳು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ತಿಳಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಸಂಪರ್ಕದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿನ ಜ್ಞಾನ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರೆಂದರೆ, ಅದರಿಂದಾಗಿಯೇ ಸಂಪರ್ಕವು ಆತ್ಮತ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ತರುತ್ತಿತ್ತು. ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತಿದ್ದ ಶ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸೌಹಾರ್ದತೆಯು, ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹತ್ತಿರದವರಂತೆ, ಆತ್ಮೀಯರಂತೆ, ನಾವು ಸಹಜ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಇರಬಹುದಾದ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಂತೆ ನಮಗೆ ಭಾಸವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದವು. ಅವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಹೃದಯವನ್ನು ತೆರೆದಿಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಬಿಡುವಿನ ಸಮಯವಿರದಿದ್ದರೂ, ಜನರು ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದಾಗ, ಅವರಿಗೆ ಸಮಯ ಇಲ್ಲವೆಂದು ಜನರಿಗೆ ತೋರದಂತೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಗುರೂಜಿಯವರು ಅವಸರದಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ ಅಥವಾ ಅವರಿಗೆ ಸಮಯವಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಜನರಿಗೆ ಎಂದೂ ಬರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ಆಗ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುದೆಂದೇ ಅತಿ ಮುಖ್ಯವೇನೋ ಅನಿಸುವಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿನ ಅತ್ಯಾಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಜನರನ್ನು ಆಲಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದನ್ನು ಎಕಾರ್ಟ್ ಟೋಲ್ ಅವರ 'ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುವುದು' ಎನ್ನಬಹುದು. ಅದನ್ನು ಅವರು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ, ಅದು ಅವರಿಗೆ ಸಹಜವಾಗಿತ್ತು.

ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದೆ ಮುಂದೆ ನೋಡದೆ ನಂಬುತ್ತಿದ್ದರು. 'ಗುರುವನ್ನು ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ನಂಬು' ಎಂದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಅವರೇ ನಮ್ಮ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಗೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು! ಮಾನವ ಮಟ್ಟದ ಜೀವನವನ್ನು ಮಾಸ್ತರ್‌ಗಳು ಎಷ್ಟೊಂದು ಗೌರವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆಂದರೆ, ಜನರ ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಅವರೆಂದಿಗೂ ಜನರ ಒಳಹೊಕ್ಕು ಪರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ, ಜನರು ಹೇಗಿದ್ದಾರೆಯೋ ಹಾಗೆಯೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರ ಈ ನಂಬಿಕೆಗೆ ದೋಹವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಅದು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೂ ಆಗಿತ್ತು. ಆದರೂ ಅವರು ನಮ್ಮನ್ನು ನಂಬುವುದನ್ನು ಅದು ತಡೆಯಲಿಲ್ಲ. ಅಂಥ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ನಮಗೆ ವಹಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ದೊಡ್ಡ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿದಾಗ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಮಗೆ ಭಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿನ ಒಳ್ಳೆಯತನವನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ನಂಬಿದರು, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಹೊಂದಿರುವ ದೈವೀ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ನಂಬಿದರು. ■

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 ಕಳುಹಿಸಿ ಕೊಡಲಾಗುವುದು.
- ★ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಋಷಿಗಳು ದೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ.
- ★ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆ - ಸಂದೇಹಗಳಿಗೆ ಜಯಂತ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರು ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಾರೆ.
- ★ ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು.
- ★ ಅಭ್ಯಾಸದ ವರದಿಗಳನ್ನು ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ತಲುಪಿಸಬೇಕು. ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ವರದಿ ಬಾರದಿದ್ದರೆ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಚಿಕ್/ಡಿಡಿಗಳನ್ನು "ಮಾನಸ ಲೈಟ್ ಏಜ್ ಫೌಂಡೇಶನ್(೦)" ಹೆಸರಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಂಗಳೂರೇತರ ಚಿಕ್‌ಗಳಿಗೆ 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 ಸೋಪಾಟಗಳನ್ನೆದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. 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

ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದಿರುವ ಅಥವಾ ಅಂಗವೈಕಲ್ಯವಿರುವ ಅಥವಾ ಗಂಭೀರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುವ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಾವು ನೋಡಿದಾಗ "ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯೇಕೆ ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ?" ಎಂದು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಥವಾ ಪಕ್ಕದವರನ್ನು ಕೇಳುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ನಿಜವಾದ ಕಾರುಣ್ಯವಿಲ್ಲದೆ ಈ ರೀತಿ ನಡೆದುಕೊಂಡಾಗ, ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದೆಯೇ ಅವನ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಅಥವಾ ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ದೂರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಅದು ತೀರ್ಪುಕೊಟ್ಟಂತಾಗುತ್ತದೆ, ಅದು ಏಕತೆಯ ಕೊರತೆಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಬೇಕಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ದೇವರು ನಮಗೆ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಬಗ್ಗೆ ತೀರ್ಪು ನೀಡುವುದೆಂದರೆ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಮುರಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ದೇವರು ನಮ್ಮ ಯೋಗ್ಯತೆ ನಿರ್ಣಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ವಿಪರೀತ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ದೇವರ ನಿರ್ಣಯವಲ್ಲ ಅಥವಾ ದೇವರು ಕೊಟ್ಟ ಶಿಕ್ಷೆಯಲ್ಲ.

"ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ವಿಮರ್ಶಿಸಿದರೆ, ನಿನ್ನನ್ನು ಯಾರೂ ವಿಮರ್ಶೆ (Judge) ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ" ಎನ್ನುವುದು ಯೇಸುಕ್ರಿಸ್ತರ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಉಪದೇಶ. "ನಿಂದಿಸಬೇಡ, ನಿನ್ನನ್ನು ಯಾರೂ ನಿಂದಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಕ್ಷಮಿಸು, ನಿನಗೂ ಕ್ಷಮೆ ಸಿಗುತ್ತದೆ" ಎಂದು ಕೂಡ ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಏಕತೆಯ ನಿಯಮ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಇದೊಂದು ನಿಯಮವಲ್ಲ; ಇದೊಂದು ಸತ್ಯ. ಆದ್ದರಿಂದ ಯಾರಿಗಾದರೂ ನೋವುಂಟುಮಾಡಿದರೆ, ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ನಮಗೇ ನೋವುಂಟುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಆತ್ಮವು ಅನುಭವವೊಂದನ್ನು ಕೋರಿದರೆ, ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಆ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಒದಗಿಸಲು ವಿಶ್ವವು ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ. ಜೀವನವು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಶಿಕ್ಷಕ, ಏಕೆಂದರೆ ಜೀವನವೇ ದೇವರು; ಅದರಿಂದಾಗಿಯೇ ನಾವು ಜೀವನದಿಂದ ಓಡಿಹೋಗಬಾರದು. ಆದರೆ, ನಮಗೆ ಜೀವನದಿಂದ ಕಲಿಯಲಾಗದಿದ್ದಾಗ, ದೇವರೇನೂ ನಮ್ಮ ಕೈಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ಅವನು, ಮಾನವ ಗುರುವಾಗಿ ಕೆಳಬಂದು ನಮಗೆ ಕಲಿಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಈ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಮೂಲಕ ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾದರೆ, ಆತ್ಮದ ಅರಿವಿನ ಒಂದು ಭಾಗವು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ವಿಲೀನವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತಾನೇ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯೆಂದು ನಂಬಿ ಅದನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ, ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಉಪಯುಕ್ತ.

ಹೊರಗಿನ ಪ್ರಪಂಚದೊಂದಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸದ ಆತ್ಮದ ಅರಿವಿನ ಭಾಗವು ತನ್ನ ಮೂಲ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ದೈವದೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿದ್ದು ಎಲ್ಲದರೊಂದಿಗೆ ಶ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಏಕತೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಆತ್ಮ ಎರಡು ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ, ಹೊರಗಿನ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವಾಗಿ ಮತ್ತು ಆಂತರಿಕ ಶಾಶ್ವತ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವಾಗಿ. ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಸಾಕಾರ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ, ಆತ್ಮವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಳೆದುಹೋಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತದೆ. ಅದರ ಸಹಜ ಗುಣವಾದ ಶ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಏಕತೆಯನ್ನು ಸಾಕಾರ ರೂಪದ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲು ತನಗೆ ಸಾಧ್ಯವೇ ಎನ್ನುವುದು ಆಂತರಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಕಾಳಜಿ. ಮೂಲದ ಆತ್ಮ ಏನನ್ನು ಬಯಸುತ್ತದೋ ಅದಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೊರಗಿನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವು ತೊಡಗಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ಹೀಗಾದಾಗ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ದುಃಖವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ದೇವರು ಹೇಗೆ ನಾವು ಬದಲಾಗಲು ಬಲವಂತಮಾಡುವುದಿಲ್ಲವೋ ಅದೇ ರೀತಿ ಆತ್ಮವು ಕೂಡ ಹೊರಗಿನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಬದಲಾಗಲು ಬಲವಂತಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದು, ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬದಲಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಬಲ್ಲದು.

ನಮ್ಮ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಹೇಗೆ ಇದ್ದರೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಕೂಡ ವಿಮರ್ಶಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ತುಂಬ ಕಟುವಾಗಿರಬಾರದು.

ಅಭಿಪ್ರಾಯ ನೀಡುವುದು, ತುಲನೆ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವಾಗ ನಮ್ಮ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನು ಬಳಸುವುದು ವಿಮರ್ಶೆ ಎನಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಅನ್ಯಾಯವನ್ನು ಮತ್ತು ಅಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಗಳನ್ನು ಕಂಡಾಗ ಅವುಗಳನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಹಿಂಸಾಚಾರಗಳಂತಹ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಭಟಿಸಬೇಕೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಹೇಳಿದ್ದರು. ನಮ್ಮ ಸಮಾಜವು ಇಂಥ ಹಿಂಸಾಚಾರದ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಕಾನೂನು ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದೆ. ಅದು, ಇಂಥ ಅಪರಾಧ ಮಾಡುವವರಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಣೆಯನ್ನು ತರುವುದಕ್ಕಾಗಿ.

ಬೇರೊಬ್ಬರನ್ನು ವಿಮರ್ಶಿಸುವ ನಮ್ಮ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು ಸಾಧನೆಯ ಅತಿ ಮುಖ್ಯ ಭಾಗವೆಂದು ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ಏಕತೆಯನ್ನು ನಾವು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ ವಿಮರ್ಶೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ನಾವು ವಿಮರ್ಶಿಸಿದಾಗ ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ಕಷ್ಟವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಹೊತ್ತಿರುವ ಕಷ್ಟಗಳ ತೀವ್ರತೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದಲೇ ವ್ಯವಹರಿಸಬೇಕು. ಇದರ ಹೊರತು ಬೇರೆ ದಾರಿಯಿಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಬೇರೆ ಆಯ್ಕೆಗಳಿಲ್ಲ. ನಾವು ಆಗಾಧವಾದ ಸಹನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಕಷ್ಟವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳಂತೆ ಕಾಣಬೇಕು. ಅವರು ಬದಲಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಬದಲಾಗದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ನೀವು ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುತ್ತೀರಿ. ಆದ್ದರಿಂದ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲಿದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಸಂಬಂಧಗಳು ಮುಂದೆ ಯಾರೊಬ್ಬರೂ ವಿಷಾದ ಪಡಬೇಕಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಚಿರಕಾಲ ಇರುವಂಥ ಬಂಧುಗಳಿದ್ದಾರೆ. ಅವರೇ ದೇವರು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳು.

ಪ್ರ: ಭ್ರಷ್ಟತೆ, ಹಿಂಸೆಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದ ಈ ಜಗತ್ತಿನ ಜೊತೆ ವ್ಯವಹರಿಸಲು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಒಪ್ಪುತ್ತಿಲ್ಲ. ದಯವಿಟ್ಟು ಸಲಹೆ ನೀಡಿ.

ಉ: ನೀವು ದೂರ ಉಳಿಯಬಹುದು ಆದರೆ ಜಗತ್ತನ್ನು ನಿಂದಿಸಬಾರದು. ಇದು ನಮ್ಮ ಜಗತ್ತು. ಈ ಜಗತ್ತು ಅಪರಿಪೂರ್ಣ, ಹಾಗೇ ನಾವು ಸಹ ಅಪರಿಪೂರ್ಣರು. ಒಂದು ವೇಳೆ ಈ ಜಗತ್ತು ನಿಮಗೆ ಅರ್ಹವಾಗಿರದಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಇಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ನಾವು ಮನುಷ್ಯರು. ನಾವು ಮನುಕುಲದ ಜೊತೆಗೆ ಬಾಳಬೇಕು.

ಪ್ರ: ವಾಹನಗಳು ತಮ್ಮ ಮಾಲೀಕರ ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ನೋವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತವೆಯೇ?

ಉ: ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ಅವು ನೋವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಮಾಡುವ ತಪ್ಪುಗಳಿಂದ ನೋವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅನೇಕ ವೇಳೆ ನಾವು ವಾಹನಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿರುವಾಗ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳಿರುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ನಾವು ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಪ್ರಕ್ಷುಬ್ಧಗೊಂಡಿರುವುದರಿಂದ ಅವುಗಳು ನೋವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗೆ ಬುದ್ಧಿ ಶಕ್ತಿಯಿದೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ಹೇಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ?

ಉ: ನೀವು ಚೈತನ್ಯಗಳ ಜೊತೆ ಮಾತನಾಡಿ, ಮತ್ತು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ. ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ, ಚೈತನ್ಯಗಳು ಬುದ್ಧಿ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿವೆಯೆಂದು ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ನಿರ್ಜೀವ ವಸ್ತುಗಳಲ್ಲಿನ ಚೈತನ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಅವು ಸಹ ಬುದ್ಧಿ ಶಕ್ತಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ ಎಂಬುದು ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವ ಪಡೆಯಲು ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ?

ಉ: ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಲ್ಲಿ, ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಮತ್ತು ಬೇರೆ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದರೆ, ಒಂದು ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕರಿಗೆ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವಾಗಿದೆ, ಆದರೆ ಅದು ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವೆಂದು ನಾವು ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ನಮಗೆ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವ ಆಗಿದೆಯೆಂದು ಹೇಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು?

ಉ: ನೀವು ಅನುಭವಿಸುವ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನೀವು ಗಳಿಸಿರುವ ವಿವೇಕದಿಂದ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಾವು ಹೊಂದಿದ ತೃಪ್ತಿಯಿಂದಲೂ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಾವು ಅನಾವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳ ಹಿಂದೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯ ಕಡೆಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಸತ್ಯವನ್ನರಸುತ್ತೇವೆ. ನಮಗೆ ಕ್ಷಣಕಾಲ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವಾದರೂ ಸಾಕು, ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕ್ರಮ ಇರುತ್ತದೆ. ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಜೀವನ ಲಯಬದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಮಗಾಗಿರುವ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವು ನಾವು ಧರಿಸುವ ಉಡುಪುಗಳ ಮೇಲೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆಯು ನಾವು ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿರುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ರೀತಿಗಳಲ್ಲೂ ನಾವು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರ: ನೀವು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಕಳಿಸಿದಾಗ, ಅವುಗಳ ಅನುಭವ ನನಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನೇನು ಮಾಡಬೇಕು?

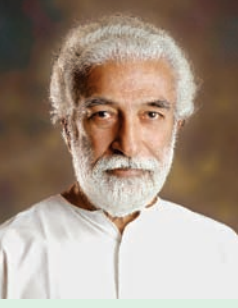
ಉ: ಚೈತನ್ಯಗಳು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದ್ದಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಸಹಜವಾಗಿಯೇ, ಭೌತಿಕಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳ ಅನುಭವ ನಮಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ತಾಳ್ಮೆಯಿರಬೇಕು, ನೀವು ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು, ನೀವು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೀರೆಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಇರಬೇಕು. ಬೇರೊಂದು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀರಿ. ನಿಮಗೆ ಸಂತೋಷದ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಇವೆಲ್ಲ ನೀವು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದೇನನ್ನು ಧ್ಯಾನ ನಮಗೆ ತಂದು ಕೊಡುತ್ತದೆ?

ಉ: ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ, ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಜಗತ್ತಿನೊಂದಿಗೆ ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಮತ್ತು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

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/-
ಬೆಳಕಿನ 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/-
ಪೊಸ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳು	120/-
ಉನ್ನತ ಸಂಕರ್ಷಣೆಗಳು	100/-
ಅನಿಸಿಕೆಗಳು	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 ವಿಸ್ತೃತ ಗಣಪತಿ ಮಂತ್ರಗಳು	100/-
ಅನೇಕಲ್ಲಿನ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	120/-
ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು	100/-
प्रकाशवाट (Marathi)	150/-
आयुर्गुरुजी (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/-
ಶ್ರಿಯಾಣಮ್ ಶಿಷ್ಯವ್ರತು ಂಪುಟ	50/-
ಊಗಿಯಿನ್ ಲಾಯಿಲಕನ್	200/-
ಶ್ರಿಯಾಣ ಯೋಕಮ್	50/-
ಆತ್ಮತಮಾ ಲಿನ್ ಅಲಿರೋಕಣಮ್	50/-
ಠಲಿನ್ ಗಿರಿಣಿ ಉರುವಗಿನ್ ಕ್ರೂಷಿಮ ಸಾಕಸಾಹುಕನ್	50/-
ಸಮಲಲಾ ಠ್ರಿಯಾಣಹುಕಗಿನ್ ಅಮಪ್ರಿಯಾಸಾಹುಕನ್	50/-
ಧ್ಯಾನಂ ಛಿಯುಡಂ 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 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 ಗೊಲ್ಲಹಳ್ಳಿಯ 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. ಅಮರಂಗಿ 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

ಡಿಸೆಂಬರ್ 6ರ ಶನಿವಾರ ಒಂದು ಚಿತ್ರಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ಸಿನಿಮಾ ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಸುಮಾರು 15 ನಿಮಿಷಗಳ ನಂತರ ನಾನು ತುಂಬ ಪ್ರಶಾಂತಳಾದೆ ಮತ್ತು ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಮತ್ತು ವಿಸ್ತಾರಗೊಂಡ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ನನ್ನ ಅಂತರಾತ್ಮ ಸ್ಥಿರವಾಗಿತ್ತು ಹಾಗೂ ಈ ವಿಸ್ತಾರತೆ ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳಿಗೆ ವಿಸ್ತರಿಸಿತ್ತು. ಎಲ್ಲ ಜೀವರಾಶಿಯ - ಜನರು, ಸಸ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಮಣ್ಣಿನ ಭಾವನೆಗಳು, ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ದುಃಖದ ಅನುಭವ ನನಗಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಕಾಲ ಚಲಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಭೂತ ಮತ್ತು ವರ್ತಮಾನಗಳು ಬೇರೆಯಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ದಿನನಿತ್ಯದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲೂ ಸಹಜವಾಗಿ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಜನರಿಗಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರೀತಿಯಿದೆ, ಆದರೆ ತಟಸ್ಥವಾಗಿರುವ ವಿಶಾಲ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ನಾನಿದ್ದೇನೆ.

- ನಂದಿತಾ ವಿಜಯನ್

ರಾತ್ರಿ ನಿದ್ರಿಸಲೆಂದು ದಿಂಬಿಗೆ ತಲೆ ಇಟ್ಟು ಕ್ಷಣವೇ ನಾನು ಈ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಹೊರಟದ್ದನ್ನು ಕಂಡೆ. ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿದ್ರೆ ಆವರಿಸುವ ಮೊದಲೇ ನನ್ನ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು ಸೆಳೆದು ಕರೆದೊಯ್ದರು. ಮತ್ತೊಂದು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಿ, ನಂತರ ನನ್ನನ್ನು ತರಬೇತುಗೊಳಿಸಿದರು. ಮಾರನೆ ದಿನ ಎಚ್ಚರವಾದಾಗ ತುಂಬ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿ, ಆನಂದದಿಂದ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದಿಂದಿದ್ದೆ. ಹಿಂದಿನ ರಾತ್ರಿಯಷ್ಟೇ ಅನುಭವಿಸಿದ್ದ ಭಯಾನಕ

ಆಘಾತದ ಪರಿವೆಯೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ದಿವ್ಯವಾದ ಋಷಿಗಳಿಂದ ದೊಡ್ಡ ಸಹಾಯವನ್ನು ಪಡೆದೆ.

- ವಿದ್ಯಾ ವೀರ್ಕರ್

ಶಂಬಲದ ಮೊದಲನೆಯ ನಿಯಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ನನ್ನ ಅಂತರಾಳದಿಂದ ಚೈತನ್ಯ ಹೊರಬಂದು ಹರಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾದ ಹಾಗೂ ಹಣಕಾಸಿನ ಘರ್ಷಣೆ ಬಹಳಷ್ಟಿತ್ತು. ಆದರೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಋಷಿಗಳು ಹಾಗೂ ಪೂಜ್ಯ ಗುರೂಜಿಯವರು ಪರಿಹರಿಸಿದರು. ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲಾ ಘರ್ಷಣೆಗಳಲ್ಲೂ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಕಾಣಲು ಸಹಕರಿಸಿತು. ಈಗ ಅವರೆಲ್ಲರ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಎಲ್ಲವೂ ಬಗೆಹರಿಯುತ್ತಿವೆ.

- ದೀಪಕ್ ದಿವಾಕರ್

ನಾವು ಒಂದು ನಿವೇಶನವನ್ನು ಕೊಳ್ಳಬೇಕಿತ್ತು. ಆದರೆ ದುಡ್ಡಿಗೆ ಏನು ಮಾಡುವುದೆಂಬ ಯೋಚನೆ ಕಾಡುತ್ತಿತ್ತು. ಅದೃಷ್ಟವಶಾತ್ ಷೇರು ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಹೊಂದಿದ್ದ ಷೇರುಗಳ ಬೆಲೆ ಗಗನಕ್ಕೇರಿ ನಾನು ಅವುಗಳನ್ನು ಮಾರಿ ಹಣ ಹೊಂದಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು! ಕಳೆದ 5-6 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಆ ಷೇರುಗಳ ಬೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಏರಿಕೆಯೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಇದಾದ ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಷೇರಿನ ಬೆಲೆ ಬಿದ್ದುಹೋಯಿತು!

- ಚಲಪತಿ

ಘಾರಂ 4 (ರೂಲ್ 8)ರಂತೆ

“ತಪೋವಾಣಿ” ಕನ್ನಡ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಮಾಲೀಕತ್ವ ಮತ್ತು ಇತರ ವಿವರಗಳು

1. ಪತ್ರಿಕೆಯ ಹೆಸರು	ತಪೋವಾಣಿ
2. ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಷನ್ ನಂಬರ್	KARKAN/2003/13739
3. ಪ್ರಕಟಣೆಯ ಸ್ಥಳ	ಬೆಂಗಳೂರು
4. ಪ್ರಕಟಣೆಯ ಅವಧಿ	ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ
5. ಮುದ್ರಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಸಂಪಾದಕರ ಹೆಸರು	ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ
ರಾಷ್ಟ್ರೀಯತೆ	ಭಾರತೀಯರು
ವಿಳಾಸ	ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್- 560077
6. ಮುದ್ರಣವಾಗುವ ಸ್ಥಳ	ಆರ್ಟ್ ಪ್ರಿಂಟ್, 719/A, ವೆಸ್ಟ್ ಆಫ್ ಕಾರ್ಡ್ ರೋಡ್, 2ನೇ ಸ್ಟೇಜ್, ರಾಜಾಜಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-560086.
7. ಮಾಲೀಕರ ಹೆಸರು	ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್(೦)
ನಾನು, ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ, ಈ ಮೂಲಕ ತಿಳಿಸುವುದೇನೆಂದರೆ, ಮೇಲ್ಕಂಡ ವಿವರಗಳು ನನ್ನ ತಿಳಿವಳಿಕೆ, ನನ್ನ ನಂಬಿಕೆ ಪ್ರಕಾರ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸತ್ಯವಾಗಿವೆ.	
	ಸಹಿ
ಬೆಂಗಳೂರು	ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ
ತಾ: 25-2-2015	ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು

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

ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ, ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560 077. ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (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 : ಆರ್ಟ್ ಪ್ರಿಂಟ್, 719/ಎ, ವೆಸ್ಟ್ ಆಫ್ ಕಾರ್ಡ್ ರೋಡ್, 2ನೇ ಸ್ಟೇಜ್, ರಾಜಾಜಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-560086. ಫೋನ್: 23359992

ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ