ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯದ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ (1919-1982)

ಋಷಿಗಳು ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟಂತೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಳಕು

ಈ ಎಲ್ಲ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಹಿಂದಿರುವ ಮಹಾನ್ ಶಕ್ತಿ. ಬೆಳಕು ಸಾಕ್ಷಾತ್ ದೇವರು.

ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯ

ಎಲ್ಲ ಜೀವಜಾಲಕ್ಕೆ ತನ್ನ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಮೇಲೇರಿಸಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಬದುಕಲು ನೆರವಾಗುವುದು.

ಜ್ಯೋತಿಜೀವಿಗಳು

ಇಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಮೇಲಿನ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತ, ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳ ಬೆಳಕನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಹರಡುತ್ತಿರುವ ಋಷಿಗಳು.

ಸಪ್ತಋಷಿಗಳು

ಎಲ್ಲ ಜೀವಜಾಲಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುವ ದಾರಿ ತೋರಿಸಿ, ಕೊನೆಗೆ ತಮ್ಮ ಮೂಲವಾದ ಬೆಳಕಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಲು ಆಯ್ಕೆಗೊಂಡಿರುವ ಮಹಾತ್ಮರು.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ

ಸಪ್ತಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ನೇರಸಂಪರ್ಕವಿದ್ದ, ಹೊಸ ಯುಗದ ಉನ್ನತಬದುಕಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಕೆಳತಂದ ಒಬ್ಬ ಮಹಾನ್ ಗುರುವಾಗಿದ್ದರು.

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರ ನೇರ ಶಿಷ್ಯರು. ಅವರು ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗವಾದ ಧ್ಯಾನಯೋಗವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸಪ್ತಋಷಿಗಳ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು.

ಸಪ್ತಋಷಿ ಧ್ಯಾನಯೋಗ

ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ರೂಪುಗೊಂಡಿರುವ, ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಭಾವನೆ-ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಲೌಕಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬದುಕುಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಜೀವಿಸಲು ನೆರವಾಗುವ ಒಂದು ವಿನೂತನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗ.

ಪ್ರಮಾಣಗಳು

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

ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂಪುಟ 13 ಸಂಚಿಕೆ 8 ಆಗಸ್ಟ್ 2016 ರೂ.25

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2011ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಇದನ್ನು ನಾನು ಬಹಳ ಸಮಯದಿಂದ ಗಮನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ನಾವು ಭಾವಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಯೋಚಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬಹಿರಂಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಆನಂದವಿದ್ದರೆ ಹೊರಗೂ ಆನಂದವಿರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಶಾಂತತೆಯಿದ್ದರೆ ಹೊರಗೂ ಶಾಂತತೆಯಿರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೋಪವಿದ್ದರೆ ಹೊರಗೆ ಕ್ಷೋಭೆ ಇರುತ್ತದೆ. ನಾವು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಅತಿಯಾದ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಅದರಿಂದಾಗಿ ಬಾಹ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಪಘಾತವಾಗುವ ಸಂಭವವೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕಾದರೆ, ನಾವೇ ನಮ್ಮ ವಿಧಿಲಿಖಿತವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳ ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ವಿಧಿಲಿಖಿತಗಳು ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನಗಳಿಂದ ಹಾಗೂ ಈ ಶಕ್ತಿರೇಖೆಗಳನ್ನು ಅಳಿಸಿಹಾಕುವುದರಿಂದ ಇವುಗಳನ್ನು ಬದಲಿಸಬಹುದು. ದಿನನಿತ್ಯದ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ನಾವು ಹೊಸ ರೇಖೆಗಳನ್ನು, ಹೊಸ ವಿಧಿಲಿಖಿತಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕುತ್ತೇವೆ.

ನಾವು ಏಕಾಂಗಿಯಲ್ಲ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ನಾವು ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಸಂಬಂಧವುಳ್ಳವರಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಅದು ಕೇವಲ ಇತರ ಮಾನವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಕೂಡ. ನಿಸರ್ಗ, ಪರಿಸರ ಹಾಗೂ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲಾ ಚೈತನ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿಗತ ವಿಧಿಲಿಖಿತಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕುತ್ತಿರುವಾಗಲೇ ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿನ ಸಾಮೂಹಿಕ ವಿಧಿಲಿಖಿತಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಹಿಮಾಲಯದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಇನ್ನಿತರ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಅರಿವಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಅವರು ತಮ್ಮ ಇಡೀ ಜೀವನವನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತ, ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸೌಹಾರ್ದವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಕಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅಧಿಕಾರದಲ್ಲಿದ್ದು ವಿವಿಧ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಜನರು ದುರಾಸೆ ಮತ್ತು ಹಿಂಸಾಚಾರದ ಹಿಂಬಾಲಕರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಸಂಕಷ್ಟ ಮತ್ತು ನೋವುಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಈ ಬಳುವಳಿ ಎಷ್ಟು ದೊಡ್ಡದೆಂದರೆ ಎಲ್ಲ ಧ್ಯಾನಗಳೂ, ಕಲ್ಯಾಣ ಗುಣಗಳಿರುವ ಎಲ್ಲ ಚೈತನ್ಯಗಳೂ ಅವುಗಳ ಮೇಲೆ ನಿಷ್ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುವಂತೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದೆ.

ನಾವು ಕತ್ತಲಿನ ಯುಗದಿಂದ ಬೆಳಕಿನ ಯುಗದತ್ತ ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದರ ಅರಿವು ನಮಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಜಾಗೃತರಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಸಂಕ್ರಮಣದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಸಶಕ್ತಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹೊಸ ವಿಧಿಲಿಖಿತಗಳು ರೂಪು ತಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನವಯುಗಕ್ಕಾಗಿ ಭಾವಿಸುವುದು, ಯೋಚಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸೂಕ್ತ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕುವುದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ನಾಗರಿಕನ ಆದ್ಯ ಕರ್ತವ್ಯ. ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಮೃದ್ಧಿಯತ್ತ ನಮ್ಮನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಅರಿವುಂಟಾಗಬೇಕು ಹಾಗೂ ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಬೇಕು.

ಇದು ನಮ್ಮ ಭೂಮಿ, ನಮ್ಮ ಆಶ್ರಯತಾಣ. ನಾವು ಇದನ್ನು ಶಾಂತಿಯುತವಾಗಿಟ್ಟು, ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಬಾಳಬೇಕು. ನಂಬುವುದಕ್ಕೆ ಕಷ್ಟವಾದರೂ, ನಾವು ಯುದ್ಧಗಳನ್ನು, ಭೂಕಂಪಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲ ವಿಧವಾದ ಸಂಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂಬುದು ಸತ್ಯ. ಈ ವಾಸ್ತವಕ್ಕೆ ನಾವು ಎಚ್ಚೆತ್ತುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸೌಹಾರ್ದವನ್ನುಂಟುಮಾಡೋಣ. ■

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)

ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560077. ಭಾರತ.

✆ (080) 2846 5280, 99000 75280 (ಬೆಳಗ್ಗೆ 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

ಸೋಮವಾರ (ಸಾಯಂಕಾಲ 6 ರಿಂದ 7 ಘಂ.)
ಮಂಗಳವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ರಿಂದ 7 ಘಂ.)
ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ, ರಾಜರಾಜೇಶ್ವರಿ ಬಡಾವಣೆ

ಮಂಗಳವಾರ (ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 11.30 ರಿಂದ 12.30 ಮತ್ತು ಸಂಜೆ 5 ರಿಂದ 6 ಘಂ.)
ಶ್ರೀ ಮಂಜುನಾಥ ಶಾಸ್ತ್ರಿಯವರ ಮನೆ,
ಗಾಂಧಿ ವೃತ್ತ

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.

ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಸಮಾರಂಭ

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- 28-8-2016 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲಿಚ್ಛಿಸುವ ಸಾಧಕರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ದಿನಾಂಕ 26-8-2016 ರೊಳಗೆ ನಮ್ಮ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.
- ಶಂಬಲದ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು, ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಧ್ಯಾನಿಗಳು 10-07-16 ರಂದು ಸೇರಿದ್ದರು.
- 'ರಾ' ಲೋಕದ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು, ರಾ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಧ್ಯಾನಿಗಳು 17-07-16 ರಂದು ಸೇರಿದ್ದರು.
- ದಿನಾಂಕ 19-07-16 ರಂದು ಸಾಧಕರು ತಪೋನಗರದ ಮೆಡಿಟೇಶನ್ ಹಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೇರಿ, ಇಡೀ ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಪರಬ್ರಹ್ಮನ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಮೌನವಾಗಿ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಗುರು ಪೂರ್ಣಿಮೆಯನ್ನು ಆಚರಿಸಿದರು.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

01	ಸೋಮ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
02	ಮಂಗಳ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
11	ಗುರು	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
12	ಶುಕ್ರ	ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮೀ ಪೂಜೆ
13	ಶನಿ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
18	ಗುರು	ಪೂರ್ಣಿಮಾ
25	ಗುರು	ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ದಿನ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿ
28	ಭಾನು	ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ
30	ಮಂಗಳ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ

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

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು:	ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12 ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ12-1
28-08-16	ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಭಾನುವಾರ, 28-8-2016

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ಕ್ಕೆ	ಸ್ವಾಗತ ಭಾಷಣಗಳು ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.30ಕ್ಕೆ	ಪ್ರಸಾದ

ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ಮ 'ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ'ದಲ್ಲಿ ದಿನಾಂಕ 25-8-2016 ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11.30 ಘಂಟೆಗೆ ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನದ ತಂತ್ರ

ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ನೀಲಿಬಣ್ಣದ ಗೋಳವನ್ನು ಅಥವಾ ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಆಕಾರವನ್ನು, ಯಾವುದಾದರೊಂದನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಒಂದು ಬೆಳಕಿನ ಕಿರಣವಾಗಿ ಈ ಗೋಳವನ್ನು ಅಥವಾ ಆಕಾರವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ. ಈಗ ನೀವು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನೊಳಗೆ ಇದ್ದೀರಿ. ಅವನನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಒಂದು ದಿನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಸಮಯದವರೆಗೆ ಬೇಕಾದರೂ, ಎಷ್ಟು ಬಾರಿಯಾದರೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಹತ್ತುದಿನಗಳವರೆಗೆ ದಿನನಿತ್ಯದ ಧ್ಯಾನದ ಬದಲಿಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು.

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

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಗಣಿತವು ನನ್ನ ಮಗಳಿಗೆ ಕಠಿಣ ವಿಷಯವಾಗಿತ್ತು. ಅವಳು ಹತ್ತನೇ ತರಗತಿಯ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಸಿದ್ಧಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಳು. ಗಣಿತದ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಮುನ್ನ ಅವಳಿಗೆ ಐದು ದಿನಗಳ ರಜೆಯಿತ್ತು, ಆದರೆ ಅವಳು ಅತ್ಯಂತ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದಳು ಹಾಗೂ ಎರಡು ದಿನಗಳ ನಂತರ ತನಗೇನೂ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಏನನ್ನೂ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದು ಅಳಲು ಆರಂಭಿಸಿದಳು. ಆಗ ನಾನು ಆಕೆಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಅವಳಿಗೂ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಹೇಳಿದೆ. ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿತ್ತು. ನಾನವಳಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ಅವಳು ಹಾಗೆಯೇ ಮಾಡಿದ್ದಳು. ಸಿಬಿಎಸ್ಇ ಬೋರ್ಡ್ ಫಲಿತಾಂಶವು ಹೊರಬಿತ್ತು, ಅವಳು ಒಟ್ಟಾರೆ 93% ಅಂಕಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಗಣಿತದಲ್ಲಿ 91 ಅಂಕಗಳನ್ನು ಗಳಿಸಿದ್ದಳು! ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಇದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

– ಕ್ರಾಂತಿ ಧಮ್‌ದೆರೆ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ಉಪನಗರದ ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ತನ್ನ ತಂದೆಯೊಡನೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಹುಡುಗಿ ನನ್ನ ಪಕ್ಕ ಕುಳಿತಿದ್ದಳು ಮತ್ತು ತೀವ್ರವಾದ ಹಲ್ಲುನೋವಿನಿಂದಾಗಿ ಸತತವಾಗಿ ಅಳುತ್ತಿದ್ದಳು. ಅವಳ ತಂದೆ ಮತ್ತು ಸುತ್ತ ಕುಳಿತಿರುವವರೆಲ್ಲರೂ ಅಸಹಾಯಕರಾಗಿದ್ದರು. ಆಕೆ ಎಡೆಬಿಡದೆ ಅಳುತ್ತಿದ್ದುದರಿಂದ ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಚಡಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾನು ಆಕೆಯ ನೋವು ಬಾಧಿತ ಹಲ್ಲಿಗೆ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಅವಳು ನಗುತ್ತಾ, ಕೆಲಸಮಯದ ಹಿಂದೆ ತನಗೆ ಹಲ್ಲುನೋವಿತ್ತೆಂಬುದನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮರೆತು ತನ್ನ ನಿಲ್ದಾಣದಲ್ಲಿ ಇಳಿದಳು. ಅದು ಅವಳ ತಂದೆಗೆ ಕೂಡಾ ಸಂತೋಷವನ್ನು ತಂದಿತು.

ಒಂದು ದಿನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ತೀವ್ರವಾದ ತಲೆನೋವು ಇತ್ತು. ನನಗೆ ಕೆಲಸ ಬಿಟ್ಟು ಮನೆಗೆ ಹೋಗಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾಗಿತ್ತು. ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ತಲೆನೋವಿನಿಂದ ಕ್ಷಣಮಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಮುಕ್ತಿಪಡೆದೆ.

– ರಾಜೇಂದ್ರ ರಂಗ್ನೇಕರ್, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ತೃಪ್ತಿಕರ, ಶಾಂತತೆ, ಉತ್ಸಾಹ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಹೊಸ ದಿನದಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನನಗೀಗ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಪಾಠಗಳ ಮೇಲೆ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

– ನೀತು ಪಿ., 9ನೇ ತರಗತಿ, ಬಸವೇಶ್ವರ ಪ್ರೌಢ ಶಾಲೆ, ಬ್ಯಾಟರಾಯನಪುರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನನ್ನನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಶಾಂತತೆಯಿಂದ ಇರುವಂತೆ ಮಾಡಿದೆ. ನನಗೇನಾದರೂ ಸಮಸ್ಯೆಯಿದ್ದರೆ, ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ, ಅದು ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಮರೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ನನ್ನ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಕಡಿಮೆಮಾಡುತ್ತದೆ.

– ಶ್ರೀಶಾ ಸಿ., 9ನೇ ತರಗತಿ, ಬಸವೇಶ್ವರ ಪ್ರೌಢ ಶಾಲೆ, ಬ್ಯಾಟರಾಯನಪುರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಓರ್ವ ಮಾಸ್ಟರ್‌ರವರ ಪರಂಪರೆಯೆಂದರೆ ಅವರ ಬೋಧನೆಗಳು. ಅವರು ತಮ್ಮ ಜೀವಮಾನದ ಕೆಲಸವನ್ನು ತಾವು ಹುಟ್ಟುಹಾಕಿದ ಸಂಸ್ಥೆಗೆ ವಹಿಸಿಕೊಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅವರ ಅನುಯಾಯಿಗಳಿಗೆ ಸೇರಿದ್ದು. ಗುರೂಜಿಯವರು ಬೋಧಿಸಿದ್ದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಜೀವಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ತಪೋನಗರಿಗರು ಸದಾ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಸಮರ್ಪಣೆ ಮತ್ತು ಸತತ ಪ್ರಯತ್ನವು ಎಲ್ಲಾ ಕೊರತೆಯನ್ನು ಸರಿದೂಗಿಸುವಂತಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಒಂದು ಸಮುದಾಯವಾಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕೆನ್ನುವ ಸಾಮೂಹಿಕ ಸಂಕಲ್ಪವು ಅಷ್ಟೊಂದು ಸುಲಭದ ಕೆಲಸವಲ್ಲ.

ಕಳೆದ ಬಾರಿಯ ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದಲ್ಲಿ, ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬವನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ತಪೋನಗರದ ಹದಿಹರಯದ ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಒಂದು ವಿಶೇಷ ಭಕ್ತಿಪೂರ್ವಕವಾದ ದೀಪಗಳ ಪ್ರದರ್ಶನದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ನಡೆಸಲಾಯಿತು. ಇದರ ಕಲ್ಪನೆಯು ಕು. ಶ್ರುತಿ ಸುಧಾಕರ್‌ರವರದ್ದಾಗಿದ್ದು, ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು 'ಗುರು ಬ್ರಹ್ಮ...' ಶ್ಲೋಕದಿಂದ ಕೊನೆಯಾಯಿತು. ಈ ಶ್ಲೋಕವು ಸಭಾಂಗಣದ ತುಂಬ ಪ್ರತಿಧ್ವನಿಸಿದಂತೆಲ್ಲಾ, ಅಲ್ಲಿ ನೆರೆದಿದ್ದವರೆಲ್ಲರ ಹೃದಯದ ಬಡಿತವು ಗುರೂಜಿಯವರೆಡೆಗಿನ ದೈವೀಕ ಪ್ರೀತಿಯೊಂದಿಗೆ ಮೇಳೈಸಿತ್ತು.

ಕೆಲವು ಮಹಿಳೆಯರು ಸೇರಿ ಗುರೂಜಿಯವರು ರಚಿಸಿದ್ದ ಎರಡು ಭಜನೆಗಳ ಸಹಗಾಯನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ನೀಡಿದರು. ಎರಡೂ ಭಜನೆಗಳು ಗುರೂಜಿಯವರ ವಿಷನ್ ಆದ ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ಏಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆಯಾಗಿತ್ತು. ನಂತರ ಸಭಿಕರೆಲ್ಲಾ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯಿಂದ ಒಂದು ಭಜನೆಯ ಸಹಗಾಯನದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡರು. ಪ್ರತಿ ನಿವಾಸಿಯೂ ಹೃದಯಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಹಾಡಿದರು; ಇದರ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪದವೂ, ಇದರಲ್ಲಿ ಅಡಗಿದ್ದ ಗುರೂಜಿಯವರ ವಿಷನ್, ಅವರ ಗುರಿ ಹಾಗೂ ಅವರ ಅಪೇಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡ ತಪೋನಗರ ನಿವಾಸಿಗಳ ಒಂದು ವಾಗ್ದಾನದಂತೆ ಮತ್ತು ಒಂದು ಶಕ್ತಿಯುತ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ನಿವಾಸಿಗಳು ತಾವು ಏನನ್ನು ಹಾಡುತ್ತಿದ್ದರೋ ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದರು; ಅದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕಿರುವ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಗಟ್ಟಿಧ್ವನಿಯಲ್ಲಿ ದೃಢೀಕರಿಸಿದಂತಿತ್ತು. ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಜನೆಯನ್ನು ಜೀವಿತೋದ್ದೇಶದ ಉಲ್ಲೇಖದಂತೆ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ತಪೋನಗರದ ಸ್ಥಾಪನೆಯ ಹಿಂದಿನ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಶಬ್ದಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಅವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿತ್ತು. ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್
ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

ಇದೊಂದು ಆತ್ಮಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಸಂಚಲನ. ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಬೆಳಕು, ಶಾಂತಿ ತುಂಬಿರುವ ಒಂದು ಸುಂದರ ಪ್ರದೇಶವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವ ಸಂಚಲನ. ಇಲ್ಲಿ ಭಾಷಣಗಳು, ಬಾವುಟಗಳಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಮೇಲಿನಿಂದ ತಂದು ಸುತ್ತಲೂ ಹರಡಿದರೆ ಅಷ್ಟೇ ಸಾಕು. ಉಳಿದ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸವನ್ನೂ ಬೆಳಕೇ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ತಂದು ಹರಡಿದಾಗ, ಅದು ಬೇರೆಯವರ ಹೃದಯಗಳು ಮನೆಗಳನ್ನು ತುಂಬಿ, ಅವರ ಭಾವನೆ–ವಿಚಾರಗಳಲ್ಲಿರುವ ಕತ್ತಲನ್ನು ಬೆಳಕನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಪ್ರಪಂಚ ಪರಿವರ್ತಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ತುಂಬುತ್ತದೆ.

ಈ ಬೆಳಕು ಸಾಧಾರಣ ಬೆಳಕಲ್ಲ. ಯಾವ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಇಡೀ ಸೃಷ್ಟಿ ಬಂದಿದೆಯೋ ಆ ಮೂಲ ಬೆಳಕು. ಈ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಇದೆ – ಶಕ್ತಿ, ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯ. ಈ ಬೆಳಕು ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಇದೆ.

ನಾವು ಪ್ರತಿದಿನ ಏಳುವಾಗ ಮತ್ತು ಮಲಗುವಾಗ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಈ ಬೆಳಕನ್ನು ತಂದು ಹರಡೋಣ. ಹರಡಿ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ತರೋಣ.

ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು 18–5–2008 ರಂದು, ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರ ಮೂಲಕ, ಸಪ್ತಋಷಿಗಳು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಈ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಹರಡಿ. ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ. ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightchannels.comಗೆ ಬನ್ನಿ.

ಶಂಬಲದ ತತ್ವಗಳು

ಶಂಬಲದ ಈ ಏಳು ತತ್ವಗಳನ್ನು ಪುರಾತನ ಋಷಿಗಳು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡು ಶಂಬಲದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುವ ಜನ ಶಾಂತಿ–ಪೂರ್ಣತೆಗಳಿಂದ, ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಬಾರದೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಯೌವ್ವನದಲ್ಲಿಯೇ, ಬದುಕಿದ್ದಾರೆ.

1. ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ, ಹೊರಗೆ ತಂದು ಹರಡುವುದು.
2. ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ ಸುತ್ತಲೂ ಹರಡುವುದು.
3. ಎಲ್ಲರಲ್ಲಿಯೂ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲದರಲ್ಲಿಯೂ ಇರುವ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು.
4. ದಿನ ನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮೊದಲು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆದು, ಅನಂತರ ಪಿಸುಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಹೇಳಿ ಅನಂತರ ಕಾರ್ಯಗತ ಮಾಡುವುದು.
5. ಯಾವುದೇ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಮೊದಲು, ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಮಾತನಾಡದೆ ಗುಟ್ಟಾಗಿಡುವುದು.
6. ಧ್ಯಾನದಿಂದ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಗಳ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟುಮಾಡಿ ಅರಿಷಡ್ವರ್ಗವನ್ನು ಗೆಲ್ಲುವುದು.
7. ನಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಲೌಕಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವೇ ನಮ್ಮ ತೃಪ್ತಿಯ ರೇಖೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನಕೊಡುವುದು.

ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಮೇ 2005

ಋಷಿಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ರೀತಿಯನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ, ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಸಂತೋಷವಿದೆ. ಸಂಕಷ್ಟ ಉಂಟಾದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಅವರನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಕಳೆದವಾರ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ, ತಾನು ಸಂಕಷ್ಟದಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ ಎಂಬ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದ್ದರು. ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಿತ್ತು. ಋಷಿಗಳನ್ನು ನಾನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಋಷಿಗಳು ಹೇಳಿದರು, 'ನಮಗಾಗಲೇ ಅದು ತಿಳಿದಿದೆ.' ಸಹಜವಾಗಿಯೇ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿರಬಹುದು. ಅವರು ಹೇಳಿದರು, 'ನಾವು ಈಗಾಗಲೇ ಆ ಸಂಕಷ್ಟವನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿದ್ದೇವೆ!' ಈ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಹೀಗೆಂದು ಮಾರುತ್ತರ ಬರೆದೆ, 'ಋಷಿಗಳು ಅದನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುತ್ತಾರೆ, ಚಿಂತಿಸಬೇಡಿ.' ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಉತ್ತರ ಬಂದಿತು, 'ಹೌದು, ದೇವರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು, ಅದು ಅಂತ್ಯವಾಯಿತು!' ಈ ಸಂಕಷ್ಟ ಯಾವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದೇ ಇಲ್ಲ! ನನ್ನದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಊಹೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಅಂತರ್‌ಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೇನೆ. ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಒಂದು ಭಾಗ. ನಾವು ಅವರನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯು ತಕ್ಷಣವೇ ಪರಿಹಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ಋಷಿಗಳನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಿದೆ. ನಾವು ಅವರನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಿರುವುದು ಇನ್ನೂ ಬಹಳಷ್ಟಿದೆ.

ಋಷಿಗಳು ಕೂಡಾ ಕೆಲವು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ಸತ್ಯಾಂಶವೆಂದರೆ, ಅವರು ಎಲ್ಲಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಿಯಮಗಳನ್ನೂ ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ಈ ನಿಯಮಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕವು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಜನರು ನಮ್ಮಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದು, ಅವರಿಗೆ ಇಂತಹುದೇ ಕೆಲಸ ಸಿಗುತ್ತದೆಯೇ ಎಂದು ಕೇಳಿದಾಗ, ಋಷಿಗಳಿಗೆ 'ನೀವು ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ' ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. 'ಈ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಿಮ್ಮ ಆತ್ಮಸಂಗಾತಿ' ಎಂದು ಋಷಿಗಳು ಎಂದಿಗೂ ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ದೇಹ ತ್ಯಜಿಸುವವರೆಗೂ ನಮ್ಮ ಆತ್ಮಸಂಗಾತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಆತ್ಮಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಸಂಧಿಸುತ್ತೇವೆ, ಆದರೆ ಪ್ರತಿಬಾರಿಯಲ್ಲ. ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗುತ್ತೇವೆ. ಋಷಿಗಳು ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವ ದಿನ ಮತ್ತು ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ದೇಹ ಬಿಡುತ್ತಾರೆಂದು ಋಷಿಗಳು ಎಂದಿಗೂ ತಿಳಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವ ಯಾವ ದಿನಗಳಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ಅಪಘಾತಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಋಷಿಗಳು ಎಂದಿಗೂ ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅವರು ಸಾಕಷ್ಟು ಮಾಹಿತಿ, ಮುನ್ಸೂಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, 'ನಿನಗೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಾಗಲಿದೆ, ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿರು.' ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಅಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯ. ಮತ್ತೊಂದು ಅಂಶವಿದೆ – ಈ ಮಾನವ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಕೆಲವು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು, ಕೆಲವು ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಾದು ಹೋಗಬೇಕು. ಹತ್ತಾರು ಸಂದರ್ಶನಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ಅದರ ಅನುಭವ ಪಡೆಯುವುದು ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೆ ಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ನಮ್ಮಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಾಗ ಅವರನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಿ ಕಳುಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅವರಿಗೆ ಕೆಲಸ ಸಿಗುವುದೋ ಅಥವಾ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲವೋ ಎನ್ನುವುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಮದುವೆಯ ಮತ್ತು ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಇದೇ ರೀತಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸವನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ನಿಮಗೆ ನಂಬಿಕೆ ಇದ್ದು ಅವರನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ, ಅವರು ತಪ್ಪದೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಾರೆ. 'ನೀನು ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊ; ನೀನು ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು ಬಿಡು; ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗು; ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗಬೇಡ' ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳಿರುವ ನಿದರ್ಶನಗಳೂ ಇವೆ. ಆದರೆ ಪ್ರತಿಬಾರಿಯೂ ನಾವು ಈ ರೀತಿ ಹೇಳಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳು ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಗಮನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನೀವು ತಿಳಿದಿರಬೇಕೆಂದು ನಾನು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಅವರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ–ಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಎಂದಿಗೂ ಯಾವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನೂ ಅವರು ಕೈಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ.

ನಾವೊಂದು ಕಷ್ಟದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದೆವು, ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರೊಂದಿಗೆ ನಾವು ಮಾತನಾಡಬಯಸಿದೆವು. ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಳಿಗೆ ನಾನು ಮತ್ತು ಅಮರರವರು ಹೋದೆವು. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರೂ, ಅವರಲ್ಲಿ ಅಪಾರ ಅಹಂಕಾರವಿದ್ದುದನ್ನು ಕಂಡು ನನಗೆ ಆಘಾತವಾಯಿತು. ಅವರು ಅಮರರವರೊಂದಿಗೆ ವಾದಕ್ಕಿಳಿದರು! ಋಷಿಗಳು ಅಮರರವರಿಗೆ ಒಂದು ಸ್ಟೂಲಿನ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳಿದಾಗಿನ ಘಟನೆಯನ್ನು ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅದೆಷ್ಟು ತಮಾಷೆಯಾಗಿದೆ. ಅವರು ಸ್ಟೂಲ್ ಮೇಲೆಯೇ ಕುಳಿತಿದ್ದುದನ್ನು ನೋಡಿ ಮನೆಯವರೆಲ್ಲರೂ ನಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅವರೂ ಅದರಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗಿ ಸಂತೋಷಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರೇಕೆ ಸ್ಟೂಲ್‌ನ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತಿರಬೇಕಾಯಿತೆಂದು ಅವರಿಗೆ ಋಷಿಗಳು ತಿಳಿಸಲಿಲ್ಲ. ದಿನಪೂರ್ತಿ ಸ್ಟೂಲ್‌ನ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತಿರುವುದನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ! ಋಷಿಗಳನ್ನು ನಾವು ಕಣ್ಣುಮುಚ್ಚಿ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಅಮರರವರಿಗೆ ಯಾವುದು ಉತ್ತಮವೆಂದು ಯಾವಾಗಲೂ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಅವರು ಏನಾದರೂ ಹೇಳಿದರೆ, ಸುಮ್ಮನೆ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಹಂ ತುಂಬಿರುವುದನ್ನು ಅದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಅಹಂ ಇದ್ದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನು ಎಷ್ಟೇ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಅದು ಅವನನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಇಳಿಸುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬನು ಹಿಮಾಲಯದ ಶಿಖರವನ್ನು ತಲುಪಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಅಹಂ ಅವನನ್ನು ನೆಲಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಇಳಿಸುತ್ತದೆ. ನನಗೆ ಕೊಂಚ ದುಃಖವಾಗಿತ್ತು. ನಂತರ ಅಮರರವರಿಂದ ಒಪ್ಪಿಗೆ ಪಡೆದು – ಎಂದಿಗೂ ಅವರ ಒಪ್ಪಿಗೆಯಿಲ್ಲದೆ ನಾನೇನನ್ನೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ – ಮಾರನೆಯ ದಿನ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅವರ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗಿ, ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿದೆ. ಅವರು ಮೂಲತಃ ಒಳ್ಳೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿರು–ವುದರಿಂದ, ನಾನು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರು. ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ, 'ಗುರುವಿನೊಂದಿಗೆ ಎಂದಿಗೂ ವಾದಕ್ಕಿಳಿಯಬೇಡಿ. ನಾನು ನಿಮ್ಮ ಗುರು. ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಎಂದಿಗೂ ವಾದಮಾಡಬೇಡಿ! ನೀವು ಮಾತಿನಲ್ಲೆ ಟೀಸ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಿರಿ.' ಅದು ಏನೇ ಇರಲಿ, ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೆಂದರೆ ಇಂತಹ ಎಲ್ಲ ಉದಾಹರಣೆಗಳೂ, ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನನಗೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನು ವಾದಮಾಡುತ್ತಾನೋ ಅಥವ ಕೇಳಿಸಿ–ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೋ ಎನ್ನುವುದು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ. ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನು ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಾನೆಯೇ ಎನ್ನುವುದು ನನಗೆ ಮುಖ್ಯ. ನನ್ನ ಕಾಳಜಿ ಅದೊಂದೇ. ನೀವು ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗಿದ್ದರೆ, ನೀವು ವಾದಕ್ಕಿಳಿದರೂ ಕೂಡ, ಧ್ಯಾನವನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಮಾಡದಿದ್ದರೂ ಕೂಡ, ಹೇಗಾದರೂ ನೀವು ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತೀರಿ, ಹೇಗಾದರೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತೀರಿ.

'ಅಕ್ಷಯ ತೃತೀಯ' ವರ್ಷಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದೊಂದು ಶುಭ ದಿನ. ಈ ದಿನದಂದು, ಜನರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಚಿನ್ನವನ್ನು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ! ಅವರು ಚಿನ್ನವನ್ನೇ ಕೊಳ್ಳಲಿ, ನಾವು ಚಿನ್ನಕ್ಕಿಂತ ಅತ್ಯಮೂಲ್ಯವಾದುದನ್ನು ಪಡೆಯೋಣ. ಈ ದಿನ ನಾವು ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡುವದಿನ. ಬೆಳಗಿನ ಜಾವದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಲೌಕಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡೋಣ. ನೀವು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಗ, ದೇವರ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತು, ಋಷಿಗಳನ್ನು ನೆನೆದು ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು ಮಾಡಿ, ಸಮಯವಿದ್ದರೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಿ. ನಾನು ನಿಮಗೆ ಶುಭ ಕೋರುತ್ತೇನೆ, ಏಕೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಸಂಕಲ್ಪಗಳೆಲ್ಲವೂ ನಿಜವಾಗುತ್ತವೆ.

ಋಷಿಗಳಿಗೆ ನಾವು ಲಭ್ಯವಾಗಿರುವುದೇ, ಸಾಧನೆ. ಋಷಿಗಳಿಗೆ ನಾವು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳೋಣ, ಆಗ ಅವರು ಬಹಳಷ್ಟನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

07-12-2014

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ತಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದು ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೊಬ್ಬರು ಹೇಳಿದರು. ಅವರ ದೇಹದ ಮೇಲ್ಭಾಗ ಅಲುಗಾಡುತ್ತಿತ್ತು. ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನುವುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಆಸನವೊಂದರಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ದೇಹವನ್ನು ಸ್ಥಿರವಾಗಿಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಂತರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೌನ ನೆಲೆಸಲು ನಮಗೆ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಮೌನಗೊಳಿಸಲು ಧಾರಣವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಧಾರಣದ ಅಭ್ಯಾಸಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಯಾವುದಾದರೊಂದರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಬೇಕು, ಬೆಳಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳೋಣ; ಅದು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಮೌನಗೊಳಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಸಂಪೂರ್ಣ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ನಾವು ಮೌನಗೊಳಿಸಿದಾಗ ನಮ್ಮ ಅರಿವು ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಉನ್ನತ ಸ್ತರಗಳಿಗೆ ಮೇಲೇರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಉನ್ನತವಾದುದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ದೇಹವನ್ನು ಸ್ಥಿರವಾಗಿಡಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಡಚಣೆಗಳುಂಟಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನಮಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ, ಅವರ ದೇಹವು ಅವರಿಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದಂತೆ ಅಲುಗಾಡುತ್ತದೆ. ಅವರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ದೇಹವು ಅಲುಗಾಡಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಅವರ ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮದ ಅಥವ ಈ ಜನ್ಮದ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿರಬಹುದೆಂದು ನಾವು ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ಕಲಿತದ್ದನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಅರಿತುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ, ನಿರಂತರವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಋಷಿಗಳು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕರಾಗಿದ್ದಾಗ, ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿನ ಎಲ್ಲಾ ಅಡಚಣೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಈಗ ಇಲ್ಲವೆಂದು ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಹಿಂದೆ ತಿಳಿಸಿದರು. ಅವರು ಬಿಡದೆ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರು ಹಾಗೂ ಮತ್ತೊಂದು ಮಟ್ಟದಿಂದ ಋಷಿಗಳು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿರಬೇಕು. ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಮತ್ತು ಬಿಡದೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ನಮಗೆ ಸಹಾಯಕ ಎಂದು ಈ ಅದ್ಭುತ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅನುಭವದಿಂದ ನನಗೆ ಅರಿವಾಯಿತು.

ಸುಮಾರು ಹದಿನಾಲ್ಕು ಅಥವಾ ಹದಿನೈದು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಗುರೂಜಿಯವರು ಇದೇ ಹಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿದ ವಿಷಯವನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಓದುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಅದು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತಟ್ಟಿತು. ಆ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರು ಇಂತಹದೇ ಸಮಸ್ಯೆಯಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದ್ದರು. ಇಂತಹದೇ ಸಮಸ್ಯೆಯಿದ್ದ ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಇನ್ನೊಂದು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ 17 ವರ್ಷಗಳು ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದ್ದರು. ಅವರಿಗೆ ತಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ಸ್ಥಿರವಾಗಿಡಲು ಆಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಋಷಿಗಳು ಪರಿಹರಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಈಗ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಲ್ಲದೆ ಅವರು ಧ್ಯಾನಮಾಡಬಲ್ಲರು ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಆ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದರು. ಅಂತಹ ಅನುಭವಗಳು, ಋಷಿಗಳ ಸಹಾಯ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಆಶ್ವಾಸನೆಯನ್ನು ನಮಗೆ ಪದೇಪದೇ ನೀಡುತ್ತವೆ.

ನಾವು ಬೇರೆಯವರ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಬೇರೆಯವರಲ್ಲಿನ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಕಂಪನಗಳು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವುದೇ? ನನಗೆ ತಿಳಿದಂತೆ, ಅದು ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬಲದ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ. ನಾವು ದೃಢವಾಗಿದ್ದರೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಬಹುಶಃ ನಮ್ಮ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಕಂಪನಗಳೇ ಬೇರೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬಲಶಾಲಿಗಳಾಗಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬಲದ ಕವಚ ನಮಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಕವಚವು ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಈ ಕವಚವು ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬಲಶಾಲಿಯಾಗಿರದಿದ್ದರೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತರಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರುತ್ತದೆ.

ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಅಂತಹ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಜನರಿಂದ ನಾವು ದೂರವುಳಿಯಬೇಕೇ? ಮೊದಲಿಗೆ, ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯೆಂದು ನಾವು ಘೋಷಿಸಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? ಅದು ಹೇಗೇ ಇರಲಿ, ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ದೂರವುಳಿಯೋಣ. ಆದರೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ದೂರವುಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರಬಹುದು. ಅಂತಹ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾವೇನು ಮಾಡಬಹುದು? ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು, ಬೆಳಕಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳಬೇಕು, ನಂತರ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸಬಹುದು. ಅವನಲ್ಲಿರುವ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ತನ್ನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅಂಶಗಳೆರಡನ್ನೂ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ. ಜನರು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮಲ್ಲಿ ದೈವತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಅವರಲ್ಲಿನ ದೈವತ್ವಕ್ಕೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಅಂತರವನ್ನು ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಆದರೆ ಅತಿಯಾಗಿ ಇಷ್ಟಪಡದಿರುವುದು ಅಥವಾ ದ್ವೇಷಿಸುವುದು ನಮಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ. ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ತುಂಬಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಈ ಪ್ರೀತಿಯು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿರುವ ದೈವತ್ವಕ್ಕೆ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆಗ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಯಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಅತಿಯಾದ ದ್ವೇಷವಿದ್ದರೆ, ಅವನಲ್ಲಿರುವ ಬೆಳಕಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುವುದು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯ-ವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದರಿಂದ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಮಗೂ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಈ ದ್ವೇಷವಿದ್ದರೆ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯ ಅವರ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಯೋಚಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆಯಾದ್ದರಿಂದ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುತ್ತೇವೆ. ಆ ಸಂಪರ್ಕ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ, ಅದು ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಗೆ ಅಡಚಣೆಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇಂತಹ ದ್ವೇಷವನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗದೆ ನಮಗೆ ಬೇರೆ ದಾರಿಯಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯಲೇಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಇರುವ ಒಂದೇ ದಾರಿಯೆಂದರೆ ನಾವು ಬಲಶಾಲಿಗಳಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದು.

ಇದನ್ನು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ ವಿಶ್ವಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕೂಡಾ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳ-ಬಹುದೆಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಮನುಕುಲದ ಒಟ್ಟಾರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯು ಉತ್ತಮಗೊಂಡರೆ, ಮನುಕುಲವು ಒಂದುಗೂಡಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬಲಿಷ್ಠರಾದರೆ, ಆಗ ದುಷ್ಟಶಕ್ತಿಗೆ ಜನರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ದುಷ್ಟತೆಗೆ ಕೂಡಾ ಚಾನಲ್‌ಗಳು ಬೇಕು, ಅದಕ್ಕೆ ಚಾನಲ್‌ಗಳು ಸಿಗದಿದ್ದಾಗ ಅದು ಬಲ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆಗ ಸತ್ಯಯುಗ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸ್ಥಾಪನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮದೇ ಆದ ಸಣ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ನಾವು ಇದನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು. ಆದರೆ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಇದನ್ನು ವಿಶ್ವಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಉನ್ನತಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡು ನಮ್ಮ ಯಾವುದೇ ಭಾಗವೂ ದುಷ್ಟತೆಯ ಚಾನಲ್ ಆಗಲು ಅವಕಾಶಮಾಡಿಕೊಡದಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮೊಳಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಹೊಸಯುಗವನ್ನು ಮೊದಲು ಸ್ಥಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ■

ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿರು – ವವರಿಗೆ 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 ಫ್ಲೀಯು ರೂ. 4500. ಈ ಫ್ಲೀನಲ್ಲಿ 14% ಸೇವಾ ತೆರಿಗೆ, ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕಗಳು ಸೇರಿದೆ.

ನಂತರ, ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್‌ನ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫ್ಲೀ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2000), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 900). ಭಾರತ ದೇಶದಿಂದ ಹೊರಗೆ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್‌ನ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫ್ಲೀಯು ರೂ. 3500. ಈ ಫ್ಲೀನಲ್ಲಿ 14% ಸೇವಾ ತೆರಿಗೆ ಮತ್ತು ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಸೇರಿದೆ.

- ★ 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.
- ★ ಅಭ್ಯಾಸದ ವರದಿಗಳನ್ನು ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ತಲುಪಿಸಬೇಕು. ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ವರದಿ ಬಾರದಿದ್ದರೆ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಚೆಕ್/ಡಿಡಿಗಳನ್ನು "ಮಾನಸ ಲೈಟ್ ಏಜ್ ಫೌಂಡೇಶನ್(ರಿ)" ಹೆಸರಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಂಗಳೂರೇತರ ಚೆಕ್‌ಗಳಿಗೆ 50ರೂ. ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಸೇರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಗಳು

- ★ ತಾಳ್ಮೆ ಇರಲಿ. ಮೊದಲನೆಯ ದಿನವೇ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ಪವಾಡಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ನಾವು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ ಪವಾಡಗಳು ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೆಣಸಾಟಗಳನ್ನೆದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಾಧನೆ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲ ಕರಗಿಹೋಗುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಅನುಭವಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಅವುಗಳ ಕಡೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡಬಾರದು. ಅನುಭವಗಳು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆದರೆ ಅವು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಅಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ.
- ★ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಧ್ಯಾನದ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬಾರದು. ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.
- ★ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಯೋಚನೆಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಅದರಿಂದ ತಲೆಕೆಡಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ಓಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬಾರದು. ಅವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ ಇರುವುದು ಉತ್ತಮ. ಬೇರೆ ದಾರಿಯೇ ಇಲ್ಲ.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರನ್ನು ನಾವು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಭೇಟಿಯಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಕೂಡಾ ನಾವು ಅವರಿಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಗೊತ್ತಿರುವಂತೆ ಮತ್ತು ತುಂಬಾ ಆತ್ಮೀಯರು ಎನ್ನುವಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಅವರನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವನ್ನಾಗಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಅವರ ಸಂಪೂರ್ಣ ಜೀವನವು, ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಪರಿಪೂರ್ಣ ಮತ್ತು ಸಮತೋಲನದ ಜೀವನವನ್ನು ಹೇಗೆ ಜೀವಿಸುವುದು ಎಂಬುವುದನ್ನು ತಿಳಿಸುವ ಪಾಠವಾಗಿದೆ. ಅವರ ಜೀವನವು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಒಳ್ಳೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಪೂರ್ಣ ಶರಣಾಗತರಾಗಿ, ಅವರ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಬದ್ಧರಾಗಿರುವಂತೆ ತಿಳಿಹೇಳುತ್ತದೆ.

ಅಮರರವರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರು. ಅವರಿಗೆ ದೇವರೊಂದಿಗೆ ನಿಕಟ ಸಂಭಾಷಣೆ ನಡೆಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಾದ ಮೂರನೇ ಕಣ್ಣು, ಸೂಕ್ಷ್ಮಶರೀರ ಪ್ರಯಾಣ, ಇನ್ನೊಂದು ಆಯಾಮಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಅವರು ಪೂರ್ಣಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದರು, 'ಈ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ನಮ್ಮ ಇಲ್ಲಿನ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದು ಹೇಳುವ ಹಾಗಿಲ್ಲ. ಅವು ನಮ್ಮ ಸಹಜವಾದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು. ಇವುಗಳಿಂದ, ನಾವು ಉನ್ನತ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು, ಈ ಜೀವನದ ನಶ್ವರತೆಯನ್ನು ಹಾಗೂ ಅಂತಿಮ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಾದ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಲು ನಮ್ಮೆಲ್ಲ ಇತಿಮಿತಿಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಬೆಳೆಯುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎಂಬುವುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು'. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಈ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಬಳಕೆಗಾಗಿ ಅಲ್ಲವೆಂದು ಅವರು ಎಚ್ಚರಿಸಿದ್ದರು. ಅವುಗಳನ್ನು ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

"ನಾವು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿದಂತೆಲ್ಲಾ, ಧ್ಯಾನವೆಂದರೆ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿನ ಒಂದು ಪಯಣವಾಗಿದೆ. ಅದು ಮೌನಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ, ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಉನ್ನತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತವೆ. ಕ್ರಮೇಣ ನಾವು ನಿಧಾನವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ್ಕೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡು ಎಲ್ಲಾ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ" ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಹೋರಾಟ, ಕಲಿಯುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಮುಂದುವರಿಯುವುದು ಇವೆಲ್ಲಾ ನಮ್ಮ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ದೃಢವಾದ ಬದ್ಧತೆ ಹಾಗೂ ಅವಿರತ ಪ್ರಯತ್ನಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ಬದಲೀವ್ಯವಸ್ಥೆ ಇಲ್ಲವೆಂದು ಅವರು ವಿವರಿಸಿದ್ದರು. ಈಗಲೂ ಕೂಡಾ ದೂರದ ಒಂದು ಗ್ಯಾಲಕ್ಸಿಯಿಂದ ಅತ್ಯಂತ ಸಹನೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮ ಈ ಪಯಣದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಅಂತಹ ಮಹಾನ್ ಗುರುವೊಬ್ಬರ ಸಾಮೀಪ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ನಾವು ನಿಜಕ್ಕೂ ಭಾಗ್ಯಶಾಲಿಗಳು. ಅವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುವ ಒಂದೇ ಒಂದು ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ ಅವರ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬಾಳುವುದು ಮತ್ತು ಅವರು ತೋರಿಸಿದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದೇ ಆಗಿದೆ. ■

ಒಂದು ಅವಕಾಶ

ಸಂ: ಉಷಾ ಸತೀಶ್ಚಂದ್ರ ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

"ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮೂಹಿಕ ವಿಧಿಲಿಖಿತವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಧ್ಯಾನ ಒಂದು ಅವಕಾಶ. ಇದು ಎಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಮೂಲ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ನಿರ್ಮೂಲ ಮಾಡುತ್ತದೆ." "ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಕ್ತಿಯು ಬುದ್ಧಿಮಟ್ಟದ ಜ್ಞಾನದ ಮೂಲಕ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಕೇವಲ ಬೆಳಕಿನ ಮತ್ತು ಸತ್ಯತೆಗಳ ಅನುಭವದಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ." ಅಮರರವರ ಈ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಮಾತುಗಳು ನೇರವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮೈಗೂಡಿಕೊಳ್ಳುವಷ್ಟು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ.

ಅಮರರವರು ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರು ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಪೂರಕವಾಗಿ ಇದ್ದರು. ಅವರ ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷೆಗಳು, ಕನಸುಗಳು ಮತ್ತು ವಿಷನ್‌ಗಳು ವಿಶ್ವದ ವಿಷನ್‌ಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿದ್ದವು. ಅಮರರವರ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಮ್ಮ ಹೃದಯಗಳಿಗೆ ಹರಿಸುವ ಯಾವುದೇ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಗುರೂಜಿಯವರು ಎಂದೂ ತಪ್ಪಿಸಲಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಒಂದು ಪರಂಪರೆಯಂತೆ ಹರಿಸುತ್ತಾ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾವು ಅಮರರವರನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಅದು ಗುರೂಜಿಯವರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ ಮೂಲಕ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅಮರರವರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ನಾವು ಯಾವತ್ತೂ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಗುರೂಜಿಯವರಲ್ಲಿ ಅಮರರವರು ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರು ಅಮರರವರನ್ನು ಷರತ್ತುರಹಿತವಾಗಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದರು!

ಇಂಥ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಬೇರೆಯವರ ಉದ್ಧಾರಕ್ಕಾಗಿ ತಮ್ಮ ಸಂಪೂರ್ಣ ಜೀವನವನ್ನೇ ಮುಡಿಪಾಗಿಡುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ದೈವೀ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಜಾಗೃತಿಗೊಳಿಸಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಓರ್ವ ಋಷಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದೇ ಅವರ ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿದೆ! ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ನಿಜವಾದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಹಂತ ತಲುಪಲು, ನಮ್ಮ ದುರ್ಬಲ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಗದೇ ಇದ್ದಾಗ, "ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ನೋಡುವುದಿಲ್ಲ. ಬದಲಾವಣೆಗಾಗಿ ನಾವು ಸಿದ್ಧರಾಗಿದ್ದೇವೆಯೇ ಎಂಬುವುದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅವರು ನೋಡುತ್ತಾರೆ" ಎನ್ನುವ ಭರವಸೆಯನ್ನು ಅಮರರವರು ಪುನಃ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಯಾವಾಗ ನಾವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆಯೋ, ಬೆಳೆಯಬೇಕೆಂಬ ನಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರವನ್ನು ಅವರು ಬಲಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಅವರ ಕನಸು ಮತ್ತು ವಿಷನ್‌ಗಳನ್ನು ಇಡೀ ಮನುಕುಲಕ್ಕೆ ಹರಡುತ್ತಾರೆ! ಅವರ ಅನುಗ್ರಹದ ಫಲವಾಗಿ ಸಾಧನೆಯ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿನ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದು ಅತ್ಯಂತ ನಿರಾಯಾಸವಾಗಿದೆ. ಕೃತಜ್ಞತೆ ಮತ್ತು ಗೌರವಭಾವದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ಅರ್ಪಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಅಮರರವರು ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ, ನಮಗೆ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನೀಡಿ ಆಶೀರ್ವದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅನಂತತೆಯೆಡೆಗೆ ಮುನ್ನಡೆಯಲು ಇದೊಂದು ಅವಕಾಶ! ಇಂಥ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಅಮರರವರು ನಮ್ಮ ಹೃದಯಗಳಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಳ್ಳಲು ಸ್ವಾಗತಿಸೋಣ ಹಾಗೂ ಕಲಿಯುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅವರಿಂದ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ನಾವು ಋಷಿಗಳ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಆಲಿಸದಿದ್ದಾಗ, ಅವರು ಯಾವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ?

ಉ: ಋಷಿಗಳು ಯಾವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನೂ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚೇನೂ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅವರ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಆಲಿಸದಿದ್ದಾಗ ಅದರ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ನಾವೇ ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಜಗತ್ತಿನ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ದೇವರ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ ಅಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವೇ?

ಉ: ಹೌದು, ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಅಳಿಸಬಹುದು. ಈ ರೀತಿ ಆದರೆ, ನಾವು ಪಾಠ ಕಲಿಯುವುದು ಯಾವಾಗ? ನಾವು ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿತಾಗ, ದೇವರ ಅನುಗ್ರಹ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ದೇವರ ಅನುಗ್ರಹ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್‌ನಿಂದ ನಾವು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆಯೇ?

ಉ: ಹೌದು. ಸೌಮ್ಯವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನಾವು ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್‌ನಿಂದ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಮಧ್ಯ ಪ್ರಾಚ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಹಗರಣಗಳು ಬಹಿರಂಗವಾಗಲು ಮತ್ತು ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರದ ವಿರುದ್ಧ ಚಳುವಳಿಯುಂಟಾಗಲು ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಕಾರಣವಾಯಿತು. ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿಯೂ ಮಂಥನವುಂಟಾಗುವಂತಹ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ನಕಾರತ್ಮಕತೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ಅನೇಕ ಘಟನೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಶಕ್ತಿಯುತ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬಹುದು. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವ ಮೊದಲು, ಯಾವ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎನ್ನುವ ಸ್ಪಷ್ಟತೆ ನಮಗಿರಬೇಕು. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಶುದ್ಧಿಕರಿಸುತ್ತವೆ, ಪವಿತ್ರಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮನ್ನು ಬೆಳಕಿನ ಯುಗಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಕೇಳಬಾರದು.

ಪ್ರ: ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ರಾ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಎರಡೂ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣದಿಂದ ಕೂಡಿವೆ. ಇವೆರಡರಲ್ಲಿ ಇರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇನು?

ಉ: ಬಣ್ಣ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಅಂಶ. ಈ ಎರಡು ಚೈತನ್ಯಗಳ ಮೂಲಗಳು ಬೇರೆ ಬೇರೆ. ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಸಿರಿಯಸ್ ನಕ್ಷತ್ರದಿಂದ ಮತ್ತು ರಾ ಚೈತನ್ಯಗಳು 'ರಾ' ಲೋಕದಿಂದ ಬಂದಿವೆ. ಇವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿ ನಮಗಿಲ್ಲವೆಂಬ ಅರಿವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರಲಿ. ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಸಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ, 'ರಾ' ಚೈತನ್ಯಗಳು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ಸಹಿಸುತ್ತವೆ. ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಕಿತ್ತುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ 'ರಾ' ಚೈತನ್ಯಗಳು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಕಿತ್ತುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಪವಿತ್ರತೆಗಾಗಿ ಒತ್ತಾಯಿಸುತ್ತವೆ. 'ರಾ' ಚೈತನ್ಯಗಳು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಾಗಿ ಒತ್ತಾಯಿಸುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹೇಗೆ ಶರಣಾಗತಗೊಳಿಸಬಹುದು?

ಉ: ಮನಸ್ಸೆಂಬುದು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯೆಂಬ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ. ಅದನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಲು ಮತ್ತು ಶರಣಾಗತಗೊಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿ, ಈ ಮೂರನ್ನೂ ನಾವು ಒಟ್ಟಿಗೇ ಶರಣಾಗತಗೊಳಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರ: ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಕೆಳಗೆ ಬಂದಾಗ, ಅದು ಯಾವ ರೀತಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ?

ಉ: ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕು ಕೆಳಗೆ ಬರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕು ಸುತ್ತಲೂ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಇದು ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ಕೇವಲ ಮಕ್ಕಳಿಗಷ್ಟೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಅದು ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಂದಕ್ಕೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದ ಶಾಂತಿ ನೆಲಸುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕು ಎಂದರೆ ಹೆಚ್ಚು ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರೀತಿ.

ಪ್ರ: ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಇರುವ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ಹೀಲ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದೇ?

ಉ: ಆಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಇದು ಅಯಾ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬಿಟ್ಟದ್ದು, ನೀವು ಒಳಗಿನ ಅಥವಾ ಹೊರಗಿನ ಯಾವುದೇ ಬೆಳಕನ್ನಾದರೂ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅದು ಒಂದೇ ಬೆಳಕು.

ಪ್ರ: ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ಗುರುವನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗುವ ಮೊದಲು ಗುರುವಿನ ಜೊತೆಗೆ ಏಕತೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?

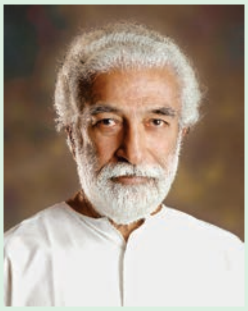
ಉ: ಮಾನವ ಗುರುವಿನ ಜೊತೆಗೆ ಇದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಮೊದಲು ಇದನ್ನು ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಯಾವಾಗ ನಾವು ಗುರುವನ್ನು ನಿಜವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆಯೋ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗ ನಾವು ಗುರುವಿನಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಿಶ್ವಾಸ ಹೊಂದಿರುತ್ತೇವೆಯೋ ಆಗ ಅಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಏಕತೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಯಾವಾಗ ನಾವು ಕೇವಲ ತಂತ್ರಗಳನ್ನಲ್ಲದೆ, ಜೊತೆಗೆ ಅವರ ಎಲ್ಲಾ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನೂ ಪಾಲಿಸುತ್ತೇವೆಯೋ, ಆಗ ನಾವು ಗುರುವಿನೊಂದಿಗೆ ಏಕತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ನಾವು ಮಾನವ ಗುರುವಿನಲ್ಲಿರುವ ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದಾಗ, ಆ ಬೆಳಕನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದಾಗ, ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ ನಾವು ಗುರುವಿನಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಮಾನವ ಗುರುವಿನ ಪರಿಚಯ ನಮಗಿರುತ್ತದೆ; ಹಾಗೆಯೇ, ಗುರುವಿಗೂ ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ, ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಬೇಕುಬೇಡಗಳ ಬಗ್ಗೆ, ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ನ್ಯೂನತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆಯೂ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ ಎಂದೂ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಆದಕಾರಣ ಗುರುವಿನ ಜೊತೆಗೆ ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಲ್ಲ, ಅದು ಕಷ್ಟ. ■

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/-
iGuruji Vol 1,3,4 & 7	each 150/-
iGuruji - Vol 2	120/-
iGuruji - Vol 5	100/-
iGuruji - Vol 6	75/-
Living in the Light of My Guru	220/-
How to Meditate	50/-
Dhyana Yoga	50/-
Descent of Soul	50/-
Practising Shambala Principles	50/-
Astral Ventures of A Modern Rishi	50/-
Channelled Knowledge from the Rishis-Vol 2	150/-
Channelled Knowledge from the Rishis-Vol 3 & 4	each 200/-
Guruji Speaks Part - I & II	each 200/-
Guruji Speaks (Vol 3)	150/-
Guruji Speaks (Vol 4)	250/-
Guruji Speaks (Vol 5 & 7)	each 200/-
The Book of Reflections - Vol 1 & 2	each 200/-
The Book of Reflections - Vol 3	150/-
Meditators on Meditations	75/-
Meditators on Experiences	75/-
Meditational Experiences - 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/-
ಹೊಸ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳು	120/-
ಉನ್ನತ ಸಂಪರ್ಕಗಳು	100/-
ಅನಿಸಿಕೆಗಳು	120/-
ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ	50/-
ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ	50/-
ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣ	50/-
ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ	50/-
ಆಧುನಿಕ ಋಷಿಯೊಬ್ಬರ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಸಾಹಸಗಳು	50/-
ಗುರೂಜಿ ನಾ ಕಂಡಂತೆ	30/-
ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು	10/-
ಬೆಳಕು	10/-
ದೈವಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ	250/-
ಕಾವ್ಯಕಂಠ ವಸಿಷ್ಠ ಗಣಪತಿ ಮುನಿಗಳು	100/-
ಆನೇಕಲ್ಲಿನ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	120/-
ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು	100/-
प्रकाशवाट (Marathi)	150/-
आय्‌गुरूजी (Marathi)	100/-
ध्यान कसे करावे (Marathi)	50/-
ध्यानयोग (Marathi)	50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)	50/-
शंबला तत्त्वांचा अभ्यास (Marathi)	50/-
एका आधुनिक ऋषीचे सूक्ष्मजगातील पराक्रम (Marathi)	50/-
प्रकाशमय जीवन (Marathi)	10/-
प्रकाश (Marathi)	10/-
उच्चस्तरीय संवाद आणि इतर सत्ये (Marathi)	100/-
गुरु–शिष्य संवाद (Marathi)	60/-
ध्यान कैसे करे (Hindi)	50/-
ध्यान-योग (Hindi)	50/-
प्रकाश (Hindi)	10/-
प्रकाशमय जीवन (Hindi)	10/-
प्रकाश की ओर (Hindi)	150/-
आत्मा का अवतरण (Hindi)	50/-
தியானம் செய்வது எப்படி	50/-
ஒளியின் வாயில்கள்	200/-
தியான யோகம்	50/-
ஆத்மாவின் அவரோகணம்	50/-
நவீன ரிஷி ஒருவரின் சூஷ்ம சாகசங்கள்	50/-
சம்பலா நியமங்களின் அப்பியாசங்கள்	50/-
ధ్యానం చేయ్యడం ఎలా	50/-
కాంతికి ద్వారములు	100/-

RNI. No. KARKAN/2003/13739 Registered Postal Regn. No. KRNA/BGE-1124/2014-2016
Date of posting Newsletter-25th or 27th or 29th of Every Month. Posted at Bangalore PSO, Bg-560026 No. of Pages-8



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)

1988ರಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರಿಂದ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾದ ಈ ಸಂಸ್ಥೆ ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಮೀಸಲಾಗಿದ್ದು, ತಪೋನಗರ ಮತ್ತು ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತದೆ.

ಮಾನಸ

ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ದೂರದ ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ ಹಳ್ಳಿಯ ಬಳಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸಿಗಳ ಬಡಾವಣೆ. 1935ರಲ್ಲಿ ಅಮರರಿಗೆ ಇಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾಗುವ ಬೆಳಕಿನ ನಗರದ ದರ್ಶನವಾಗಿತ್ತು. ವಿಶ್ವಚೇತನ ಮಂದಿರ, ಕುಂಡಲಿನಿ ಗೋಪುರ ಮತ್ತು ತಪೋವನ ಇಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡಲು ರೂಪುಗೊಂಡಿರುವ ವಿನೂತನ ಸ್ಥಳಗಳು. ತಪೋನಗರದ ಸುತ್ತಲೂ 'ಮಾನಸಿ' ಎಂಬ ವಿಭಿನ್ನ ಚೈತನ್ಯವಲಯವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿ, ಅದರಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡಲಾಗಿದೆ.

ಅಂತರ್ ಮಾನಸ

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

ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರ

ಇದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸತ್ಯಗಳ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ ಅಂತರ್ ಮಾನಸದಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿರುವ ಒಂದು ವಿಶೇಷವಾದ ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರ.

ಜ್ಯೋತಿ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್

ಇದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಹಳ್ಳಿಯ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮೀಸಲಾದದ್ದು. ಅವರಿಗೆ ಶಾಲೆಯ ಪಾಠಗಳಲ್ಲಿ ನೆರವಾಗುವುದಲ್ಲದೆ ಶ್ಲೋಕಗಳು, ಶುಚಿತ್ವ, ಹಾಡುಗಳು, ಸಾಮಾನ್ಯಜ್ಞಾನ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಕಲಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಕಥೆಗಾರಿಕೆ, ಸಂಗೀತ ಮತ್ತು ಚಿತ್ರಕಲೆಗಳ ಮೂಲಕ ಅವರಲ್ಲಿನ ಸೃಜನಶೀಲತೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾರ್ವಜನಿಕರು

ಎಲ್ಲ ದಿನಗಳಲ್ಲೂ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ 5ರ ನಡುವೆ ಧ್ಯಾನಮಾಡಲು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬರಬಹುದು.

ವಿನಂತಿ

ದಯವಿಟ್ಟು ನಮ್ಮ ಸೇವಾಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ನೆರವಾಗಿ. ('Manasa Foundation' ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಚೆಕ್/ಡಿಡಿ ಪಡೆಯಬಹುದು. 80–G ನಿಯಮದಡಿ ಆದಾಯ ತೆರಿಗೆಯ ರಿಯಾಯಿತಿ ಇದೆ.)

ಸಾಧಕರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸ್ವರ್ಣಲತಾ

ನನ್ನ ಹಿಂದಿನ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ರಾಜೀನಾಮೆ ಕೊಟ್ಟ ನಂತರ ಹೊಸ ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಾನು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಧ್ಯಾನ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ ಮಾಡದಿದ್ದರೂ, ಯಾವಾಗಲೂ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ನೆನೆಯುತ್ತೇನೆ. ಒಂದುಸಲ, ಸಂದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಮೊದಲು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ, 'ನಾನು ಬರೀ ದೇಹ. ದೇವರು ನನ್ನ ಮೂಲಕ ಅವನ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ' ಎಂಬ ಆಲೋಚನೆಯು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಬರುತ್ತಿತ್ತು. ಮತ್ತೇಕೆ ಚಿಂತೆ? ಆಶ್ಚರ್ಯವೆಂದರೆ ನಾನು ಆ ಸಂದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಆರಿಸಲ್ಪಟ್ಟೆ! ಯಾವುದೇ ತೊಂದರೆಗಳಿಲ್ಲದೆ ಆ ಹಂತವನ್ನು ದಾಟಲು ಸಹಾಯಮಾಡಿರುವುದು ಗುರೂಜಿಯವರ ಅನುಗ್ರಹ.

– ಧನ್ಯಾ ಮನೋಜ್

ನನ್ನನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆಯೆಂಬ ಭರವಸೆಯು ನನ್ನಲ್ಲಿ ದಿನದಿಂದ ದಿನಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕವಾಗಿ ನನಗೇನು ಬೇಕೆಂಬುದು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ ಹಾಗೂ ನನ್ನೆಲ್ಲ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳನ್ನು ಅವರು ಪೂರೈಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಾವು ದೈವತ್ವದಿಂದ ದೂರವಿರುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯರಾಗಿರುವುದರಿಂದ ನನ್ನ ನಂಬಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಎಂದಾದರೂ ಹೊಯ್ದಾಟವುಂಟಾದರೆ ನಾನು ಮಾಡಬೇಕಾದುದು ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ನೆನೆಯಬೇಕು ಅಷ್ಟೆ.

– ವಿನಮ್ರ ಲೊಂಗಾನಿ

ನಾನು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದಿದ್ದರೂ, ಗುರೂಜಿಯವರು ಯಾವಾಗಲೂ ನನ್ನೊಡನಿದ್ದು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತಿರುವಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುವಂತೆ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಅವರ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿ ಬೇಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಅವಶ್ಯವೆನಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ನನಗೆ ಅವರ ಸಹಾಯ ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಸದಾ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಗುರೂಜಿಯವರು ಹಾಗೂ ಬೆಳಕು ನನ್ನ ಶಾಶ್ವತ ಸಂಗಾತಿಗಳಾಗಿದ್ದು, ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಅವರ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲೇ ಇರುತ್ತೇನೆ.

– ಆ್ಯನ್ ಚಾಪ್‌ಮನ್

ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಮಧ್ಯಂತರದ ಬಿಡುವಿನ ಮೊದಲು ಬಹಳ ಹಿಂದಿನ ನನ್ನ ಸೊಂಟದ ನೋವು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಕಡಿಮೆಯಾದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಸುಮಾರು ಒಂದು ವರ್ಷದಿಂದ ಸತತವಾಗಿ ನನ್ನ ಸಂಗಾತಿಯಾಗಿದ್ದ ಆ ನೋವು ಇಲ್ಲವಾಗಿ ಯಾವುದೇ ಅಡೆತಡೆಗಳಿಲ್ಲದೆ ಓಡಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ನಂತರದ ಮೂರು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅದು ಶೇಕಡಾ 90 ರಷ್ಟು ಗುಣಮುಖವಾಯಿತು. ನನಗೆ ಈ ಸಂತೋಷದ ವಿಷಯವನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆನಿಸಿತು ಸರ್!

– ಪಿ.ಟಿ. ನಾರಾಯಣ್

ನಾನು ಏನಾದರೂ ಹೊಸ ವಸ್ತುವನ್ನು ಕೊಂಡುಕೊಂಡರೆ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಂದು ಮೊಬೈಲ್, ಅದಕ್ಕೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸ ನನಗಿದೆ. ಒಂದು ದಿನ ನನ್ನ ಮೊಬೈಲ್ ಕಾಣೆಯಾಗಿ, ಎಲ್ಲಿ ಹುಡುಕಿದರೂ ಅದು ಸಿಗಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಬೆಳಕು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಬಲವಾದ ನಂಬಿಕೆ ನನಗೆ ಬಂದಿತು. ನಾನು ಬೆಳಕಿನ ಮೂಲಕ ಅದನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ, 'ನನಗೆ ನಿನ್ನ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ, ದಯವಿಟ್ಟು ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬಾ' ಎಂದು ಕೇಳಿಕೊಂಡೆ. ಮಾರನೆಯ ದಿನ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ದೂರವಾಣಿ ಕರೆಮಾಡಿ, ನಾನು ಮೊಬೈಲ್ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರುವೆನೇ ಎಂದು ವಿಚಾರಿಸಿ, ಅದನ್ನು ಬಂದು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವಂತೆ ತಿಳಿಸಿದರು. ಈ ಘಟನೆಯಿಂದಾಗಿ ನನ್ನ ಹೃದಯ ತುಂಬಿ ಬಂದಿತು!

– ಧನಶ್ರೀ ಕುಲಕರ್ಣಿ ಪಟ್ಕಿ

ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಧಿಕ ಚೈತನ್ಯ ನನ್ನೊಳಗೆ ಹರಿಯುತ್ತಿದ್ದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ತರಗತಿಯ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ವೈಫಲ್ಯದಿಂದ ಅಡಚಣೆ–ಯುಂಟಾದರೂ ನಾನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿಯೇ ಇದ್ದೆ. ವಿದ್ಯುತ್ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಿ ನನಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು! ಬೇಗನೆ ಕರೆಂಟ್ ಸರಿಹೋಯಿತು. ನಿಮಗೆ ವಂದನೆಗಳು. ನಾನು ಎಲ್ಲಾ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು.

– ಶಿಲ್ಪಾ ರಾಘವೇಂದ್ರ

ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ, ನನಗೆ ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್‌ನಿಂದ ಕೆಲವೊಂದು ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಪಡೆದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಅದೊಂದು ಅಂತರ್‌ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಯ ಮಾಹಿತಿ: 'ನಾನು ಈಗ ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಕೆಲವು ದ್ವಾರಗಳ ಮೂಲಕ ಬರುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ನನ್ನನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸು. ನಿನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದನ್ನು ಹೊರತರಲು ನಾನು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.' ಅಭ್ಯಾಸದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ, ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಅಲುಗಾಡಿಸಿ ಎಬ್ಬಿಸಿದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಬಲಯುತಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ ವಿಶೇಷವಾದ ಚೈತನ್ಯದ ಹರಿವಿನ ಅನುಭವವಾಯಿತು.

– ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್

ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳ ಹಿಂದೆ, ರಾತ್ರಿ 11.30ರ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೆಕ್ಕು ತನ್ನೆರಡು ಮರಿಗಳು ಕಾಣೆಯಾದುದರಿಂದ ಅತ್ಯಂತ ಜೋರಾಗಿ ಕೂಗಿ ನಮ್ಮನ್ನೆಲ್ಲಾ ಎಚ್ಚರಿಸಿತು. ನಾನು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಜೋಪಾನ ಮಾಡಿ, ಬದುಕಿಸುವಂತೆ ಋಷಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ನಂತರ, ಎಲ್ಲವೂ ಮೌನವಾದಂತೆ, ನನಗೆ ದುರ್ಬಲವಾದ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಬೆಕ್ಕಿನ ಸ್ವರ ಕೇಳಿಸಿತು. ನಾನು ಸಂತೋಷದಿಂದ ನನ್ನ ಸಹೋದರಿಯನ್ನು ಕರೆದೆ; ಒಂದು ಮರಿ ನಮ್ಮ ಹೂತೋಟದಲ್ಲಿ ದೊರಕಿತು ಮತ್ತು ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲೇ ಇನ್ನೊಂದು ಮರಿ ಕೂಡಾ ಸಿಕ್ಕಿತು. ಅವು ಮೂರೂ ಒಂದುಗೂಡಿದ ನಂತರ, ನಾವೆಲ್ಲ ದೈವಕ್ಕೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಹೇಳಿ ನಿದ್ರಿಸಲು ಹೋದೆವು.

– ಗೀತಾ ಜೋಶಿ

ತಪೋವಾಣಿ, ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ : ರೂ.300/–
ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ, ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 560 077. ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ.) ಪರವಾಗಿ.
ಮಾಲೀಕರು : ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ.), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 560 077
ಪ್ರಕಾಶನ ಸ್ಥಳ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ.), 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