



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: ಚಂಪ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು - ನವೆಂಬರ್ 2011ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ನಾನು ನನ್ನ ಜನರಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ: ನಿಮ್ಮ ಈ ಜನ್ಮದ ಜೀವಿತೋದ್ದೇಶವನ್ನು, ಆದೇಶವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಆಳವಾಗಿ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ನಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ವಿಶ್ವದತ್ತ, ಬೆಳಕಿನತ್ತ ತಿರುಗಿಸಿದಾಗ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಒಂದೇ ಬಾರಿಗೆ, ಒಂದೇ ದಿನದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳದಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಒಂದು ವರ್ಷದಲ್ಲೂ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳದಿರಬಹುದು. ನಮಗೂ ವಿಶ್ವಕ್ಕೂ ಮಧ್ಯೆಯಿರುವ ಹಾಟ್‌ಲೈನನ್ನು ನಾವಿನ್ನೂ ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಿಲ್ಲ! ಆದರೂ ನಾವು ವಿಶ್ವದಿಂದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಪಡೆದುಕೊಂಡಾಗ ಅದು ವಿಶ್ವದಿಂದ ಬಂದುದು ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಜೀವಿತೋದ್ದೇಶವನ್ನು, ಆದೇಶವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡಮೇಲೆ ಅದರತ್ತ ನಮ್ಮ ಸಂಪೂರ್ಣ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ ಕಾರ್ಯಾರಂಭ ಮಾಡಬೇಕು. ನಂತರ ಬೇರೆ ವಿಷಯಗಳತ್ತ ಗಮನಹರಿಸಬಾರದು. ನಮ್ಮ ಜೀವಿತೋದ್ದೇಶಕ್ಕೆ ನಾವು ಬದ್ಧರಾಗಿದ್ದರೆ ವಿಶ್ವವು ನಮಗೆ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ಸಹಕಾರ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸತ್ಯ. ನನಗೆ ಇದರ ಅರಿವಿದೆ.

ನನ್ನ ಗುರುವಿನ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುವುದೇ ನನ್ನ ಜೀವಿತೋದ್ದೇಶವೆಂದು ನಾನು ಕಂಡುಕೊಂಡೆ. ಜೀವನದ ಆದೇಶ: ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸುವುದು, ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಜ್ಞಾನ ಪ್ರಸಾರ, ಬೆಳಕಿನ ಪ್ರಸಾರ ಹಾಗೂ ಹೊಸ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೆಳತರುವುದು. ನಾನು ಇವುಗಳಿಗೆ ಬದ್ಧನಾಗಿದ್ದೆ. ಶಾಲೆಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಲು ಹಾಗೂ ವೃದ್ಧಾಶ್ರಮಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲು ನನಗೆ ಸಹಕಾರ ನೀಡುತ್ತೇವೆಂದು ಬಂದವರನ್ನು ನಾನು ನಯವಾಗಿ ತಿರಸ್ಕರಿಸಿದೆ. ನಂತರ ಒಳ್ಳೆಯ ಜನರ ಮೂಲಕ ವಿಶ್ವವು ನನಗೆ ಸಹಾಯ ನೀಡಿತು. ಜನರು ನನಗೆ ಹಣ ನೀಡಿದರು, ಕೆಲವರು ನನ್ನ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಕೈಸೇರಿಸಿದರು. ನಾವು ಮೌನವಾಗಿ ಅದ್ಭುತ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಆದೇಶಕ್ಕೆ ಬದ್ಧರಾಗಿದ್ದೇವೆ.

ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರದ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡುವವರು ತಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕೆ ಬದ್ಧರಾಗಿರಬೇಕು, ಅದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ರಾಜಕಾರಣದ ನೆರಳಿಗೂ ಹೋಗಬಾರದು. ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಳ್ಳುವವರು ದೊಡ್ಡ ಮೊತ್ತದ ಶುಲ್ಕ ವಸೂಲಿಗಾಗಿ ಕಾಲೇಜುಗಳನ್ನು ನಡೆಸಬಾರದು. ನಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಬೇರೆಡೆಗೆ ಹರಿಸಿದರೆ ನಾವು ಭ್ರಷ್ಟರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಆಗ ಭ್ರಷ್ಟರು ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರದ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ವಿಶ್ವವು ನಮ್ಮ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅಧ್ಯಾತ್ಮದಿಂದ ದೂರ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ.

ನಮಗಿಂತ ಮೇಲೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮಲೋಕವೆಂಬ ಒಂದು ಲೋಕದ ಅಸ್ತಿತ್ವವಿದೆ, ನಾವು ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಮಗ್ರತೆಯಿಂದ ಸಂತೋಷವಾಗಿ ಬಾಳಲು ನಮ್ಮ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಕಾತರದಿಂದ ಕಾಯುತ್ತಿರುವ ಋಷಿಗಳು ಅಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಮುಂದಿನ ಯುಗದ ಪಯಣಕ್ಕೆ ಅವರು ನೆರವಾಗಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಎಂದೋ ಒಂದು ದಿನ ನಾವು ಅರಿಯಲೇ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಹಳೆಯ ಅಂಧಕಾರ ಯುಗದ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರವನ್ನು ಈ ಭೂಮಿಯಿಂದ ತೊಡೆದು ಹಾಕಲು ಅವರು ನಮಗೆ ಹೊಸ ಅರಿವನ್ನು ಮತ್ತು ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಅವರಿಂದ ನೆರವು ಪಡೆಯಲು ಕಲಿಯಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಭ್ರಷ್ಟಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಅವರು ನಮಗೆ ನೆರವಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶವು ನಾವು ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಪರಿಶುದ್ಧವೂ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವೂ ಆಗಿರಬೇಕು.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮುಖಂಡರು ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡು ತಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ಮೊದಲು ತಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶದತ್ತ ಹರಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ಅವರು ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರದ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡುವವರನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಬೇಕು. ■



ಮಾನಸ ಪ್ಲಾಂಡೇಶನ್ (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

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.



ಅಕ್ಟೋಬರ್ ತಿಂಗಳಿನ ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದಲ್ಲಿ ನವರಾತ್ರಿಯನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ದಿನವನ್ನು 07
23-11-2016 ರಂದು ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ
ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು ಮತ್ತು
27-11-2016 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ
ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು.
- 2017ನೇ ಇಸವಿಯ ಡೆಸ್ಕ್ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್ ಮತ್ತು
ಗುರೂಜಿಯವರ ಅಪ್ರಕಟಿತ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ-
ನ್ನೊಳಗೊಂಡ 'Thus Spoke Guruji
Krishnananda, Vol -1' ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ದಿನಾಂಕ
27-11-2016 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ
ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ದಿನದ
ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸಲಾಗುವುದು.
ಅವುಗಳನ್ನು ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಿಂದ
ಖರೀದಿಸಬಹುದು.
- 8-01-2017 ರಂದು ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಹೊಸ
ಬ್ಯಾಚ್ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್
ಸೇರಬಯಸುವ ಸಾಧಕರು, 31-12-2016 ರೊಳಗೆ
ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ರಿಜಿಸ್ಟರ್
ಮಾಡಬಹುದು. ದೂರಕಲಿಕೆಯ ಸಾಧಕರು
ಕೂಡ ಸೇರಬಹುದು. ಈಗಿನ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್
ಸಾಧಕರು ಕೂಡಾ ತಮ್ಮ ನೋಂದಣಿಯನ್ನು
ನವೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು 31-12-2016
ರೊಳಗೆ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕು.

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

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

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

07	ಬುಧ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
09	ಶುಕ್ರ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
12	ಸೋಮ	ಶಿವದೀಪ
13	ಮಂಗಳ	ಪೂರ್ಣಿಮಾ
14	ಬುಧ	ವಿಷ್ಣುದೀಪ
16	ಶುಕ್ರ	ಶೂನ್ಯಮಾಸ ಆರಂಭ
21	ಬುಧ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
24	ಶನಿ	ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಮುನ್ನಾ ದಿನ
25	ಭಾನು	ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ
27	ಮಂಗಳ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
29	ಗುರು	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು: ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12 ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1
25-12-2016 ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ (ಸಾಮೂಹಿಕ ಧ್ಯಾನ) : ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 6ರವರೆಗೆ
ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1

ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ

25-12-2016 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ
6 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 6 ರವರೆಗೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ
ಭಾಗವಹಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು
ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ತಾವು ಭಾಗವಹಿಸುವ
ಸಮಯದೊಂದಿಗೆ 23-12-2016 ರೊಳಗೆ
ನೋಂದಾಯಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿದ ಏನೋ ಒಂದು ನನ್ನೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಅದು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಾಗ ಅದೊಂದು ಪವಾಡದಂತಿತ್ತು. ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆಯೇ ನನಗೆ ಶಾಂತತೆಯ ಅನುಭವವಾಗಿ, ನನ್ನೆಲ್ಲಾ ಒತ್ತಡಗಳು ದೂರ ಸರಿದವು. ಕ್ಷಣಮಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಇದೆಲ್ಲಾ ಹೇಗೆ ಸಂಭವಿಸಿತೆಂದು ನನಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು!

- ನಾಡಿಯಾ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿ, ಟರ್ನ್ ಕಮ್ಯುನಿಟಿ ಕಾಲೇಜು, ಫ್ರೇಜರ್ ಟೌನ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಿಯಮಿತವಾಗಿಯಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಕಳೆದ ವರ್ಷ ನಾನು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಹೊಸ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಂಡಾಗಿನಿಂದ, ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿದ್ದರೂ ದಿಟ್ಟತನದಿಂದಿರಲು ಮತ್ತು ಒಂದು ಹಂತದಿಂದ ಕೆಳಗೆ ಹೋಗದೇ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

- ಮಾರ್ಟಿನಾ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿ, ಟರ್ನ್ ಕಮ್ಯುನಿಟಿ ಕಾಲೇಜು, ಫ್ರೇಜರ್ ಟೌನ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಸಹೋದರಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಅದು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ವಿಶ್ರಾಂತಿಗೊಳಿಸಿ, ನನ್ನಲ್ಲಿ ದೃಢ ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ತುಂಬಿದೆ. ನನಗೀಗ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಏಕಾಗ್ರಗೊಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಾನು ಯಾವಾಗಲಾದರೂ ಧೈರ್ಯಗಟ್ಟರೆ, ಕೋಪಗೊಂಡರೆ ಅಥವಾ ದುಃಖದಿಂದಿದ್ದರೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಈಗ ನನಗೆ ಅಧೀರತೆಯ ಭಾವನೆಯಿಲ್ಲ. ನನಗೀಗ ಭಯವಿಲ್ಲ. ನಾನಿದನ್ನು ಹೆತ್ತವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿದಾಗ ಅವರು ಅತ್ಯಂತ ಸಂತಸಗೊಂಡರು. ನಾನು ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ನನ್ನ ನೆರೆಹೊರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಕೂಡಾ ಇದನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

- ನವನಿಫಾ, 9ನೇ ತರಗತಿ, ಬಸವೇಶ್ವರ ಪ್ರೌಢ ಶಾಲೆ, ಬ್ಯಾಟರಾಯನಪುರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾವು ಪ್ರತಿದಿನ ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ತರಗತಿಗಳು ಆರಂಭವಾಗುವ ಮುನ್ನ, ಅದರಲ್ಲೂ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಬೇಗ ತರಗತಿಗಳು ಆರಂಭವಾಗುವ ಶುಕ್ರವಾರದಂದು ಕೂಡಾ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ, ನಾವು ಶಿಕ್ಷಕರು ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಕೆಲಸದ ವೇಳೆ ನಾವು ಅತ್ಯಂತ ಲವಲವಿಕೆ ಹಾಗೂ ಶಾಂತತೆಯಿಂದಿರುತ್ತೇವೆ, ಇದು ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿಯಲ್ಲೂ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾನು ಕೂಡಾ ಒತ್ತಡಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾದಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ದಿನವಿಡೀ ಅತ್ಯಂತ ಹುರುಪಿನಿಂದಿರುತ್ತೇವೆ.

- ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯಿನಿ, ಸರ್ಕಾರಿ ಉರ್ದು ಹೈಯರ್ ಪ್ರೈಮರಿ ಶಾಲೆ, ದೊಮ್ಮಸಂದ್ರ, ಆನೇಕಲ್

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಜಗನ್ಮತೆಯು ತನ್ನ ಮಕ್ಕಳು ಆಹ್ವಾನಿಸಿದಾಗ ಬರುತ್ತಾಳೆ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಈ ವರ್ಷದ ಅಕ್ಟೋಬರ್ ತಿಂಗಳು ಸಾಕ್ಷಿಯಾಯಿತು. ನವರಾತ್ರಿಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ದೇವಿ ಆದಿಶಕ್ತಿಯ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಪಡೆದರು ಹಾಗೂ ಹಬ್ಬ ಮುಗಿದ ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ನಂತರ ನಡೆದ ಅಕ್ಟೋಬರ್ ತಿಂಗಳ ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದಲ್ಲಿ ದೇವಿಯ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಅನುಭವಿಸಿದರು.

ಕೂಟದ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ, ಶ್ರೀಮತಿ ಪ್ರಿಯಾಂಕಾ ಮಿಶ್ರಾರವರು ಅಂದಿನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ನಿರೂಪಕಿಯಾಗಿ, ದೇವಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯೊಂದಿಗೆ ಆಹ್ವಾನಿಸಿ ಅಂದಿನ ಕೂಟದ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆಯನ್ನು ವಹಿಸಲು ಕೇಳಿಕೊಂಡರು. ಕು|| ಶ್ರೀಯುಕ್ತಾ ಮನಮೋಹಕವಾದ ಭರತನಾಟ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ನೀಡಿದಳು. ಆಕೆಯ ದೇವಿಯ ಪಾತ್ರದ ಅಭಿನಯ ಸಭಿಕರನ್ನು ಮಂತ್ರಮುಗ್ಧಗೊಳಿಸಿತು. ಮಹಿಳೆಯರ ಸಣ್ಣ ಗುಂಪೊಂದು 'ಅಯಿಗಿರಿ ನಂದಿನಿ' ಎಂಬ ಸಂಸ್ಕೃತ ಭಜನೆಯನ್ನು ಹಾಡಿದರು. ಹಾಡಿನ ಲಯಕ್ಕಿಂತ, ಅದರಿಂದೂತಾದ ಕಂಪನಗಳು ನಿವಾಸಿಗಳನ್ನು ಆನಂದಮಯ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಿತು. ಅದರ ಪ್ರಭಾವ ಎಷ್ಟಿತ್ತೆಂದರೆ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು ಸಹಜ ಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ದೇವಿಯ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ತಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿದರು. ಕಳೆದ ವರ್ಷದಂತೆ, 7 ರಿಂದ 14 ವಯಸ್ಸಿನ ತಪೋನಗರದ ಎಳೆಯ ಬಾಲಿಕೆಯರು ದೇವಿಯ ಗೌರವಾರ್ಥವಾಗಿ ಗರ್ಭಾ ಮತ್ತು ದಾಂಡಿಯಾದ ಸಂಗೀತಕ್ಕೆ ನರ್ತಿಸಿದರು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಈ ಚಿಕ್ಕ ನೃತ್ಯಗಾರ್ತಿಯರು ತಮ್ಮ ಶಾಲೆಯ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯೇತರ ಕೆಲಸ ಕಾರ್ಯಗಳ ಒತ್ತಡಗಳ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಹತ್ತು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಅಭ್ಯಾಸ ನಡೆಸಿದರು. ಈ ನೃತ್ಯದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಕೇಕ್ ಕತ್ತರಿಸುವ ಮುನ್ನ ಉಡುಗೊರೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿ ಪೋಷಿಸಲಾಯಿತು.

ಕೂಟವನ್ನು ಮುಗಿಸುವ ಮುನ್ನ, ಒಂದು ಕ್ಷಣದ ಮೌನದ ಮೂಲಕ, ಈ ವಿಶೇಷ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಅನುಗ್ರಹಿಸಿದುದಕ್ಕೆ ದೇವಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿದೆವು. ನವರಾತ್ರಿಯ ನಂತರವೂ ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದಲ್ಲಿ ತಪೋನಗರವು ದೇವಿಗೆ ಆತಿಥ್ಯವನ್ನು ನೀಡಿದಂತಾಯಿತು. ■

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 ಗಮನಕೊಡುವುದು.

ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

18 ಮೇ 2005 (ಮುಂದುವರಿದ ಭಾಗ)

ಜೀವನದ ಬಹುಭಾಗವನ್ನು ಕಳೆದಿರುವ ನಾನು ಇನ್ನು ಮುಂದೆ, ಹೆಚ್ಚು ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದರತ್ತ, ಹೆಚ್ಚು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಅದನ್ನು ಮುದ್ರಣ ರೂಪಕ್ಕೆ ತರುವುದರತ್ತ ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಜನರನ್ನು ತರಬೇತಿಗೊಳಿಸುವುದರತ್ತ ನನ್ನ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲಿಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ.

ನನಗೆ ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಜೀವನದ ಉಳಿದ ಭಾಗವನ್ನು ಕಳೆಯಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಎರಡು ದಿನಗಳ ಹಿಂದೆ ಹಿರಿಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೆ ಹೀಗೆ ಕಾಗದ ಬರೆದೆ - 'ನಾನೊಬ್ಬ ಸ್ನೇಹಿತ ಹಾಗೂ ಒಬ್ಬ ಗುರು. ಗುರುವಿನ ಭಾಗಕ್ಕೆ ನೀವು ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡರೆ, ನಾನು ಬಹಳಷ್ಟನ್ನು ನಿಮಗೆ ಕೊಡಬಲ್ಲೆ.' ಆದರೆ ಜನರು ಈ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ನಾನೊಬ್ಬ ಸ್ನೇಹಿತನಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತೇನೆ. ಸ್ನೇಹಿತನಾಗಿ, ನಿಮ್ಮ ಮಾತುಗಳನ್ನು ತುಂಬಾ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಆಲಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ ಹಾಗೂ ಹಾಸ್ಯಮಾಡುತ್ತಾ ನಕ್ಕು ನಲಿಯುತ್ತೇನೆ ಕೂಡಾ. ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಅಥವಾ ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿರುವ ನನ್ನ ಯಾವುದೇ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳ ಮೂಲಕ ನಿಮಗೆ ಆಸರೆ ನೀಡುತ್ತೇನೆ. ನಿಮಗೆ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಕೂಡಾ ನೀಡುತ್ತೇನೆ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಯಾರು ಬೇಕಾದರೂ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಕೆಲವನ್ನು ಕೇವಲ ಗುರು ಮಾತ್ರವೇ ಮಾಡಬಲ್ಲ.

ನಿಮಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಯಿದ್ದಾಗ, ಯಾತನೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ನೀವು ನನಗೆ ದೂರವಾಣಿಯ ಕರೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಅಲ್ಲಿಯೇ ಇರುತ್ತೇವೆ. ನಿಮ್ಮ ಕಣ್ಣೀರನ್ನು ಒರಸಿ, 'ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಇರುತ್ತೇವೆ' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರತಿಭಾರಿಯೂ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಗುರಿಮುಟ್ಟುವಂತೆ ಮಾಡಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ನಾವು ನಿಮ್ಮ ಬಳಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರುತ್ತೇವೆ. ಅಳುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಅಂತರಾಳದ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಒಬ್ಬರಿದ್ದಾರೆಂದು ತಿಳಿದಾಗ ಅದು ನಮಗೆ ಅಪಾರವಾದ ಸಾಂತ್ವನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಅಮರರವರು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳು ಇರುವಂತೆ, ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಇದ್ದರೆ ಸಾಕು, ಅವರು ಸಾಂತ್ವನ ನೀಡುವುದೂ ಬೇಡ. ನಮಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಯಿದ್ದಾಗಲೆಲ್ಲಾ, ನಮಗೆ ಆಟೋ ರಿಕ್ಸಾ ಸಿಗದಿದ್ದಾಗಲೆಲ್ಲಾ, ಪರೀಕ್ಷೆ ಇದ್ದಾಗಲೆಲ್ಲಾ, ಸಂದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಹೋದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ನಾವು ಋಷಿಗಳನ್ನು ನೆನೆಯುತ್ತೇವೆ! ಅವರಿಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತೇವೆ, ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ನನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಅನೇಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಕಂಡು ನನಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. ಒಂದು ದಿನ ಕುಳಿತು ಅವುಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ನಾನು ಆಸ್ವಾದಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಕೆಲವು ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಅದೇಕೋ ನನಗೆ ಸೇವಿಸಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಕೆಲವು ಸುವಾಸನೆಗಳನ್ನು ಆನಂದಿಸಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ, ಕೆಲವು ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಹೋಗಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ, ನಾನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಸಂವೇದಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇನೆ; ಕೆಲವು ಕಂಪನಗಳನ್ನು ನಾನು ಸಹಿಸಲಾರೆ. ಏಕಾಂತವನ್ನು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮುಗಿಸುವ ಅವಸರದಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ. ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಹೊರೆಯನ್ನು ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಭರಿಸಲಾರೆ, ಇದು ಆಶ್ಚರ್ಯವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ನನಗೆ ಸಂಬಂಧವೆಂದರೆ, ಹಲೋ ಎಂದು ಹೇಳಿ ನಂತರ ಮರೆಯುವಂಥದಲ್ಲ. ನನಗೆ ಸಂಬಂಧವೆಂದರೆ ಹೀಗಿರುತ್ತದೆ - ಎಲ್ಲಿ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಅಥವಾ ನೈತಿಕ ಆಸರೆ ಬೇಕಾಗಿದೆಯೋ ಅಲ್ಲಿ ನಾನಿರಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಆಸರೆ ಕೊಡಲು, ನನಗೆ ಕೊಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿರುವ ಏನನ್ನೇ ಆದರೂ ಕೊಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಅಲ್ಲಿರಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. 'ದೇವರಿದ್ದಾನೆ, ಭರವಸೆಯಿದೆ ಹಾಗೂ ಜೀವನವಿದೆ, ಚಿಂತೆ ಮಾಡಬೇಡಿ. ನಾವು ಬದುಕಬೇಕು ಮತ್ತು ನಗುತ್ತಿರಬೇಕು' ಎಂದು ಹೇಳಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಇದನ್ನು ತುಂಬು ಹೃದಯದಿಂದ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ, ಏಕೆಂದರೆ ನನಗದು ತಿಳಿದಿದೆ. ನನಗೆ ಅನೇಕ ನೋವುಗಳಿವೆ, ಆದರೆ ಅದು ಎಲ್ಲಿಯೋ ಇದೆ. ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ನಗುತ್ತಾ ನಾನಿಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ. ಪ್ರತಿ ಸಂಬಂಧಕ್ಕೂ ನಾನು ಬೆಲೆ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯಾಗಿ, ಸ್ನೇಹಿತರಾಗಿ ನನ್ನಲ್ಲಿಗೆ ಬರುವ ಎಲ್ಲರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನೂ ನಾನು ವಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಆದರೆ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಆಸರೆಗಾಗಿ ಬೇಡಿಕೆಯಿಟ್ಟಾಗ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ನಾನು ಹಿಂಜರಿದೆ - ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳೂ ಇವೆ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಋಷಿಗಳ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳಲಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲದೆ ಅನೇಕ ಅಹಿತಕರ ವಿಷಯಗಳಿದ್ದವು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ನಾನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತೇನೆ. ಯಾರ ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನೂ ಅಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಎಂದು ಜನರು ಹೇಳಿದಾಗಲೂ, 'ಒಳ್ಳೆಯದು, ನಾನು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ, ಬನ್ನಿ' ಎನ್ನುತ್ತೇನೆ!

ನಾವು 66 ವರ್ಷಗಳನ್ನು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಬದುಕಿ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿತಾಗ, ನಮ್ಮ ಸೋಲುಗಳಿಂದ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿತಾಗ, ನಮ್ಮ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿರುವ ಜನರಿಂದ, ನಮ್ಮೊಂದಿಗಿಲ್ಲದ ಜನರಿಂದ, ಪುಸ್ತಕಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ನಮ್ಮದೇ ಅನುಭವಗಳಿಂದ ನಾವು ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿತಾಗ,

ನಮಗೇ ತಿಳಿಯದಂತೆ ಕೆಲವು ರೀತಿಯ ವಿವೇಕ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ದುರಂತವೆಂದರೆ, ಬೇರೆಯವರು ನನ್ನ ವಿವೇಕವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರರು, ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಈ ವಿವೇಕವನ್ನು ತಾನಾಗಿಯೇ ಗಳಿಸಬೇಕು. ಏಕೆ? ಏಕೆಂದರೆ ಅದುವೇ ಜೀವನ! ಅದು ವಿಚಿತ್ರವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಬಹುಶಃ ಈ ವಿವೇಕವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಜನರಿಗೆ 66 ವರ್ಷಗಳಾಗಬೇಕೇನೋ!!

ನಾನೊಬ್ಬ ಬುದ್ಧಿಜೀವಿ, ನಾನೊಬ್ಬ ಅನುಭಾವಿ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಾನೊಬ್ಬ ಕನಸುಗಾರ. ನನ್ನ ಗುರು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳ ಅನುಗ್ರಹದ ಚಾನಲ್ ನಾನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಜ್ಞಾನದ ಚಾನಲ್ ಆಗಿದ್ದೇನೆ. ಮಾನವರಿಗಿರುವ ಎಲ್ಲ ಅಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಳಿದ್ದರೂ ನಾನು ಇವೆಲ್ಲವೂ ಆಗಿದ್ದೇನೆ. ನಿಮಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಬಲ್ಲೆ. ನಾನು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ, ಅವೇ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ನೀವು ಮಾಡಬೇಡಿ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಹೇಳಬಲ್ಲೆ. ಆದರೆ ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ, ನೀವು ಅವೇ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ಆ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಡಿ ಎಂದು ಬೇರೊಬ್ಬರಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತೀರಿ. ಅದೇ ಜೀವನ! ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ನಾನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಬಲ್ಲೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಗುರುವಿನಿಂದ ಪಡೆದ ಬೆಳಕನ್ನು ನಿಮಗೆ ನೀಡಬಲ್ಲೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡಬಯಸುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಇವುಗಳ ಮೇಲೆ ನನ್ನ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಬಹುತೇಕ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿನ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ವಹಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಕೆಲಸದ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಬೇಕೆಂದಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಮೆರುಗು ತಂದ ಇಲ್ಲಿರುವ ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಮತ್ತು ಇಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದವರಿಗೂ ನಾನು ಕೃತಜ್ಞತೆ ಸೂಚಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಜನರನ್ನು ಮರೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಜೀವನದ 66 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಎದುರುಗೊಂಡ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ನನ್ನ ಜೀವನದ ಮೆರುಗನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಬೇರೆ ಆಯಾಮಗಳನ್ನು, ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಿದ್ದಾರೆ, ನನಗೆ ಬಹಳಷ್ಟನ್ನು ಕಲಿಸಿದ್ದಾರೆ. ನಿಮಗಾಗಿ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ದಿನ ಬದುಕಿರಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ, ಏಕೆಂದರೆ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ದಿನ ಬದುಕಿದಷ್ಟೂ ನಿಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ನೀಡಬಲ್ಲೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

14-09-2014

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ವಿಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ವಿಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯಿದ್ದರೆ, ಸ್ಪಷ್ಟ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಲ್ಲ, ಅದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಹಾಗಿಲ್ಲದ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಬಹಳ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬಾರದು, ಬಹಳ ಚಿಂತಿಸಬಾರದು. ಅದನ್ನು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆಟ್ಟು ನಾವು ಆ ವಿಷನ್ ಅನ್ನು ದಾಟಿಹೋಗಬೇಕು. ಬಹುಶಃ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ವಲಯಗಳಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟತೆ ಬರಬಹುದು. ನಾವು ಸ್ವಲ್ಪ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿರಬೇಕು. ವಿಷನ್‌ಗಳನ್ನು ಹೆಣೆಯಬಲ್ಲ ಅದ್ಭುತ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗಿದೆ. ಆದರೆ, ಎಲ್ಲ ವಿಷನ್‌ಗಳೂ ಮನಸ್ಸಿನ ಕಲ್ಪನೆಯಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ನಾನು ಹೇಳುತ್ತಿರುವುದಿಷ್ಟೇ, ವಿಷನ್‌ನ ಸಾರವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿ ಮುಂದೆ ಹೋಗಿ. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಯೋಚಿಸದೆ ಅದನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗಿ.

04-01-2015

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ಸರಿಯಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಒಬ್ಬರು ಹೇಳಿದಾಗ ಅದು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತಟ್ಟಿತು. ನಾವಿಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತೇವೆ, ಅಂದರೆ ಧ್ಯಾನಾಧಾರಿತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ನಾವು ಪಾಲಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. 'ನಾನು ಅದನ್ನು ಕೆಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಅಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಗೊಂದಲವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದಿಲ್ಲ' ಎಂದೂ ಅವರು ಹೇಳಿದರು.

ಈ ವ್ಯಕ್ತಿ ಒಬ್ಬ ಧ್ಯಾನಿ, ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ. ಅವರು ಜ್ಯೋತಿಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಅವರು ಗಾಢಾನುರಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಅದನ್ನು ಸೇವಾರ್ಥವಾಗಿ ವ್ಯಾಪಾರೀಕರಣವಿಲ್ಲದೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಕೂಡಾ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಗೌರವವಿದೆ. ಅವರು ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಹೇಳಿದಾಗ, 'ನಿಮ್ಮ ಮೇಲಿನ ನನ್ನ ಗೌರವ ಅನೇಕ ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ' ಎಂದು ನಾನವರಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ. 'ಈ ರೀತಿ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನೀವು ಶಂಬಲ ನಿಯಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ, ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೂ' ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ. ಅದರ ಅರಿವು ಅವರಿಗಿರಲಿಲ್ಲವೇನೋ. ಗುರುಜಿಯವರು ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. 'ಒಂದು ಸ್ಥಳದ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಡೆಬೇಡಿ; ಒಂದು ಸ್ಥಳದ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಕಡೆಬೇಡಿ' ಎಂದು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು.

ನಾವು ಒಬ್ಬರ ಮನೆಗೆ ಹೋದರೆ, ಅಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಅಲ್ಲಿನ ಎಲ್ಲ ಕುಂದುಕೊರತೆಗಳ ನಡುವೆಯೂ, ಅವರು ಹೇಗಿದ್ದಾರೋ ಹಾಗೆಯೇ ಎಲ್ಲವೂ ಸರಿಯಿರುತ್ತದೆ. ಕುಂದುಕೊರತೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಗಮನಿಸಬಾರದು, ಅಲ್ಲಿನ ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕೆ, ಅಲ್ಲಿನ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗೆ ನಾವು ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು

ಗುರುಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು.

ಅದೇ ರೀತಿ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲೂ ಈ ರೀತಿಯ ಸಮತೋಲನವಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಕುಂದುಕೊರತೆಗಳಿರಬಹುದು; ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಅಪರಿಪೂರ್ಣರೇ. ಆದರೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ಅಥವಾ ಆ ಸ್ಥಳದ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಾರದು. ನಾವು ಹಾಗೇನಾದರೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ, ಆ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿನ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಭಂಗಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಇರುವಿಕೆ ಅಲ್ಲಿನ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬೇಕು, ಕಡೆಬಾರದು. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಈ ನಿಯಮವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಅವರಿಗೆ ಗುರುಜಿಯವರ ಬಗ್ಗೆ ಗೌರವವಿದೆ. ಗುರುಜಿಯವರು ಸ್ಥಾಪಿಸಿರುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸ್ಥಳದ ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗೆ ಗೌರವವಿದೆ. ಇದು ಬಹಳವಾಗಿ ನನ್ನ ಮನಕಲಕಿತು.

11-01-2015

ಜನವರಿ 15 ರಂದು ಮಕರ ಸಂಕ್ರಾಂತಿಯ ದಿನ, ಉತ್ತರಾಯಣ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಉತ್ತರಾಯಣದ ಈ ಆರು ತಿಂಗಳಿನ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ಉತ್ತಮಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಮಗೆ ಅನೇಕ ಅವಕಾಶಗಳಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಉಳಿದ ಆರು ತಿಂಗಳ ದಕ್ಷಿಣಾಯನದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಲೌಕಿಕ ಭಾಗಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಗುರುಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಉತ್ತರಾಯಣದಲ್ಲಿನ ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿ ಮತ್ತು ನಾವು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ವಿವೇಕ ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಆ ಮತ್ತೊಂದು ಭಾಗವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ.

25-01-2015

ಒಬ್ಬ ಯುವಕನಿಗೆ ಒಂದು ಸ್ವಾರಸ್ಯವಾದ ಕನಸು ಬಿತ್ತು. ಅದನ್ನು ನಿವೃತ್ತಿಯಿಂದ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬಯಸುತ್ತಾನೆ. ಅವರು ಒಂದು ಜನಸಮೂಹವನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾರೆ, ಅಲ್ಲಿ ಬೆಂಕಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಬೆಂಕಿ ಹರಡುತ್ತದೆ, ಎಲ್ಲವೂ ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತಾವು ಆ ಬೆಂಕಿಯಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಅವರು ಕಂಡರು. ಗೊಂದಲಗೊಂಡು ಅನೇಕ ಬಾಗಿಲುಗಳ ಮುಖಾಂತರ ತಾವು ಓಡುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಕಂಡರು. ಈ ಬಾಗಿಲುಗಳ ಮೂಲಕ ಹೋಗಲು ಅವರು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದ ಹಾಗೆ ಅನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಅಂತಿಮವಾಗಿ, ಅತ್ಯಂತ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಒಂದು ಸ್ಥಳವನ್ನು ಅವರು ತಲುಪಿದ್ದನ್ನು ಕಂಡರು. ಸುಂದರವಾದ ರಸ್ತೆ, ಸುಂದರವಾದ ಕೊಳ, ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಹಚ್ಚಹಸಿರು ಮತ್ತು ಹಿಮಾಚ್ಚಾದಿತ ಶಿಖರಗಳಿರುವ ಪರ್ವತಗಳನ್ನು ಅವರು ಕಂಡರು. ಅವರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಜನರನ್ನು ಆ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಕಂಡರು. ನಂತರ ಒಂದು ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರ

ಘಟನೆ ನಡೆಯಿತು, ಟೀಬಲ್ ಒಂದರ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ಅವರು ಕಂಡರು. ಆ ಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಂಡು ನೋಡಿದರು, ಅದರ ಮೇಲೆ '2010ನೇ ವರ್ಷ' ಎಂದು ಬರೆದಿತ್ತು. ಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ತಿರುಗಿಸಿದರು, ಹಿಂಬದಿಯಲ್ಲಿ '2018ನೇ ವರ್ಷ' ಎಂದು ಬರೆದಿತ್ತು.

ಅದೊಂದು ಕನಸಾಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡಾ, ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಲು ಅದು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿತ್ತು ಎಂದು ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ಪ್ರಳಯವು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ತೀವ್ರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅದು ತಿಳಿಸುತ್ತಿರಬಹುದು. ಅವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು, ಗೊಂದಲಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ, ಅದನ್ನು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿಯೇ ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಹೇಗೋ ನಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಸಿಗುತ್ತದೆ, ಹೇಗೋ ಈ ಅವಧಿಯನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗಿ ಶಾಂತಿಯುತವಾದ ಕಾಲವನ್ನು ತಲುಪುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಕೂಡಾ ಈ ಕನಸು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. 2018ರ ನಂತರ ಶಾಂತಿಯುತ ಕಾಲ ಬರಬಹುದೇ? ಈ ಕನಸು ನಮಗೆ ಆ ಭರವಸೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಈ ಕನಸು ಕೆಲವು ಭರವಸೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಅಂದಹಾಗೆ, ಪ್ರಳಯ ಪತ್ರಿಕೆಯೆಗಳು ತೀವ್ರಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅದು 2018ರ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಪೂರ್ಣಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗುರುಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಇದು ಶುದ್ಧೀಕರಣದ ಅವಧಿ. ಬಹುಶಃ 2018ರ ನಂತರ, ಮನುಕುಲವು ಹೊಸಯುಗದೊಳಕ್ಕೆ ದೊಡ್ಡ ಹೆಜ್ಜೆಯಿಡಬಹುದು. ವಿಪರೀತ ಅವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಗೊಂದಲಗಳಿಲ್ಲದೆ ಶಾಂತಿಯುತ ಸಮಯವನ್ನು ತಲುಪುತ್ತೇವೆಂಬ ಆಶಾಭಾವನೆಯನ್ನು ಹೊಂದೋಣ. ಈ ಕನಸು ನಮಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಭರವಸೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.



ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರು ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ, ಎಂದು ನಮ್ಮ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದೆ. ಅವರು ನಮ್ಮ ಬದುಕನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ, ನಾವು ಕೆಲವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, 'ನೀವು ಇದನ್ನು ಏಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಾರದು' ಎಂದು ಸಲಹೆಯೊಂದನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. 'ನಿಮಗೆ ಗ್ರಹದೋಷವಿದೆ, ಇಂತಹ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಸಿ, ಅದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ' ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಕೇಳದಿದ್ದರೂ, ಇಂತಹ ಅನೇಕ ಸಲಹೆಗಳು ನಮಗೆ ಬರುತ್ತವೆ. ನಾವಾಗಿಯೇ ಧ್ಯಾನದ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಉನ್ನತ ವಿಧಾನದ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ, ಹಾಗಿದ್ದೂ ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ನಾವಿನ್ನೂ ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅದು ಋಷಿಗಳ ವಿಧಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ನಂಬಿಕೆ ಇಲ್ಲವೆನ್ನುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಅದೇಕೋ, ನಮ್ಮದೇ ಆಯ್ಕೆಯ ಮೇಲೆ ನಮಗೇ ನಂಬಿಕೆ ಇಲ್ಲವಾಗಿದೆ. ಹಾಗಿದ್ದಾಗ ನಾವು ಬೆಳೆಯುವುದಾದರೂ ಹೇಗೆ? ■

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 ಫೋನ್ ಅಥವಾ ಇ-ಮೇಲ್ ಮೂಲಕ (ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದಂತೆ) ಆಯಾ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಿ ಕೊಡಲಾಗುವುದು.
- ★ ಸೂಕ್ತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳು ದೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ.
- ★ ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು.
- ★ ಅಭ್ಯಾಸದ 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 ಸೇನಾಟಗಳನ್ನೆದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. 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

ನಮ್ಮ ಮೂಲವಾದ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಲೋಕದಿಂದ ಹೊರಬರುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ, ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಕಣಗಳಾಗಿದ್ದೆವೆಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಈ ಭೌತ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಬರಬೇಕಾದರೆ ನಾವು ಅನೇಕ ಕೋಶಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕಾಯಿತು. ಸ್ಪೇಸ್‌ಸೂಟ್‌ನ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕೋಶವೂ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ರಕ್ಷಣೆ ಕೊಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಆತ್ಮದ ಮೇಲೆ ತನ್ನದೇ ಆದ ಮಿತಿಯನ್ನು ಹೇರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಪಡೆದ ಕೊನೆಯ ಕೋಶವೆಂದರೆ ಭೌತಿಕ ದೇಹ, ಇದು ಆತ್ಮದ ಮೇಲೆ ಅತ್ಯಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಿತಿಯನ್ನು ಹೇರಿತು. ಆದ್ದರಿಂದ, ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಮ್ಮ ಭೌತಿಕ ದೇಹದ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಯ ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಅಪಾರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಿದ್ದರೂ, ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಅದು ಈ ಎಲ್ಲ ಪದರಗಳ ಮೂಲಕ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲೇಬೇಕು. ನಾವು ಹುಟ್ಟಿ ಬಂದಾಗ ಹಿಂದಿನದನ್ನು ನಮ್ಮಿಂದ ಮುಚ್ಚಿಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಆತ್ಮಗಳನ್ನುವುದನ್ನೂ ಮರೆಯುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಭೌತಿಕ ದೇಹಗಳೆಂದೇ ಭಾವಿಸಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇದೇ ನಮ್ಮ ಬಹು ದೊಡ್ಡ ಅಜ್ಞಾನ - ಅಂದರೆ ನಾವು ಯಾರೆಂಬ ವಾಸ್ತವದ ಅರಿವಿಲ್ಲದಿರುವುದು. ಈ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಎಲ್ಲ ಕೋಶಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಭೌತಿಕ ದೇಹವೇ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖವೆನಿಸಿದೆ. ಅದೇ ಆತ್ಮವೇ ಇದ್ದರೂ, ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು ಸುಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದರೂ, ದೇಹ ಕೆಲಸ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ನಾವು ಹೆಚ್ಚಿನದೇನನ್ನೂ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಿಲಿಯಾಂತರ ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ, ದೈವೀ ಆತ್ಮಗಳು ವಾನರ ದೇಹಗಳನ್ನು ಸೇರಿಕೊಂಡಾಗ ಅವರ ದೇಹಗಳನ್ನು ಮಾನವ ದೇಹಗಳಾಗಿ ರೂಪಿಸಲು ಭಾರೀ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಯಿತು. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಇನ್ನೂ ಪೂರ್ಣಗೊಂಡಿಲ್ಲ. ಈ ದೇಹವು ವಿಕಸನಗೊಂಡು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಷ್ಕೃತಗೊಳ್ಳಲು ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ಆಗ, ಆತ್ಮಗಳಾದ ನಾವು ಅದರ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ದೈವತ್ವವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಬಹುದು. ಇದೊಂದು ದೊಡ್ಡ ಜವಾಬ್ದಾರಿ, ಅದರಲ್ಲೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಆರಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಧ್ಯಾನಿಗಳಾದ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿದೆ. ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ಮೆದುಳಿನ ಕೋಶಗಳು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದು ನಮಗಾಗಲೇ ತಿಳಿದಿದೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಕೂಡ ಇದನ್ನಾಗಲೇ ಖಚಿತಪಡಿಸಿವೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಮೆದುಳಿನ ಪಾತ್ರ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈ ದೇಹವನ್ನು ವಿಕಸನಗೊಳಿಸುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಈ ಮಾರ್ಗದ ಧ್ಯಾನಿಗಳಾದ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಇದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ನಮಗೆ ಋಷಿಗಳಿಂದ ಪಡೆದ ಜ್ಞಾನ, ತಂತ್ರಗಳು, ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಬಹಳವಾಗಿ ಇದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡಿದರೆ

ಮತ್ತು ಗುರುಜಿಯವರು ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಅನುಸರಿಸಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆದರೆ, ನಮಗೆ ನಾವೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಈ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಬೆಳಕನ್ನು ತರುವ ದೈವೀ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕೆ ದೊಡ್ಡ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡುತ್ತೇವೆ.

‘ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವೆನೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿಯುವುದಾದರೂ ಹೇಗೆ?’ ಎನ್ನುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೇಳುವ ಪ್ರಶ್ನೆ. ನಮ್ಮ ಅಂತರಾಳದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ ನಮ್ಮ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗಳೆಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಅದು ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲವೆಂದು ನಾವು ಅರಿತುಕೊಂಡರೆ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ನಿಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ನಮ್ಮ ನ್ಯೂನತೆಗಳ ಅರಿವು ನಮಗುಂಟಾದಾಗ ಅದನ್ನು ಮೀರಿನಿಲ್ಲುವ ಶಕ್ತಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ; ನಾವು ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡಬೇಕು ಅಷ್ಟೆ.

ನಮ್ಮ ಅಂತರಾಳದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಅಂದರೆ ನಮ್ಮ ಮೂಲದಿಂದ ಅಥವಾ ನಮ್ಮ ಆತ್ಮದಿಂದ ಬದುಕಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬದುಕಲು ಸಾಧ್ಯ. ಬಾಹ್ಯ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಬದುಕಿದಾಗ, ನಮಗೆ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬಾಳಲೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ, ಜೀವಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾರೊಬ್ಬರಿಗೆ ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಸನ್ನಿವೇಶಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವಾಗ, ಅದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿರಲಿ, ಇಲ್ಲದಿರಲಿ, ಗುರುಜಿಯವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಅಂತರಾಳದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾವು ರೆಕಾರ್ಡ್ ಪ್ಲೇಯರನ್ನು ಚಾಲನೆಗೊಳಿಸಿ ಅದರ ಸಂಗೀತವನ್ನು ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ಆ ಸಂಗೀತವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದವರಿಗೆ ಅಗೌರವ ತೋರಿಸಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗುರುಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಏಕಕಾಲಕ್ಕೆ ಅನೇಕ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಒಂದು ಸಮಯಕ್ಕೆ ಒಂದೇ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಉಪಯುಕ್ತ.

‘ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ಷಣವೂ ದೇವರ ಕೊಡುಗೆ’ ಎಂದು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಹೇಳಿದ್ದರು, ಅದರ ಅರ್ಥ ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ಷಣವೂ ಪವಿತ್ರವಾದುದು, ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ದೇವರು ಕೊಟ್ಟುದು. ಅದನ್ನು ಗೌರವಿಸಬೇಕಾದರೆ ಅಂತರಾಳದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ನಾವು ಬದುಕಬೇಕು; ಆಗ ಇಡೀ ಜೀವನವೇ ಸಾಧನೆ ಎಂಬ ಅರಿವು ನಮಗಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಮಾಡಿದ್ದೆಲ್ಲವೂ ಮುಖ್ಯವಾದುದು ಮತ್ತು ಪವಿತ್ರವಾದುದಾಗುತ್ತದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವೂ ದೇವರ ಕೊಡುಗೆ. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಾಳಿದರೆ ನಾವು ಪೂರ್ಣವಾದ ಬಾಳನ್ನು ಬದುಕುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ನನ್ನ ಆತ್ಮದ ಜೊತೆಗೆ ಹೇಗೆ ಮಾತನಾಡುವುದು?

ಉ: ಮೂಲಭೂತ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಒಂದು ಆತ್ಮ ನಮ್ಮ ಈ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಆತ್ಮದ ಹೊರತಾಗಿ, ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಗಳ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಗಳಿವೆ ಮತ್ತು ಇವುಗಳ ಸಾಮೂಹಿಕ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯಾದ ಅಹಂ ಇದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿ, ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿ ಮತ್ತು ಅರಿವು ಎಂಬ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಿವೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಇವುಗಳಲ್ಲ, ನಾವು ಆತ್ಮಗಳು.

ಪ್ರ: ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಪ್ರೀತಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ನನಗೆ ಇದನ್ನು ಕಲಿಸಿಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ದೇಹವನ್ನು, ಸ್ವಂತ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ. ಯಾವಾಗ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಿರೋ, ಯಾವಾಗ ನೀವು ಒಂದು ಆತ್ಮವೆಂದು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವಿರೋ, ಆಗ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಹೇಗೆ ಪ್ರೀತಿಸಬೇಕೆಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನನಗೆ ನನ್ನ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಗಾಢತೆಯ ಅನುಭವ ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ನಾನು ಏನಾದರೂ ಮಾಡಬಹುದೇ?

ಉ: ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ. ಬಲವಂತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಬೇಡಿ. ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಬೇಕು. ದೇವರ ಅನುಭವ ಪಡೆಯಲೆಂದೇ ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬುದು ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತಿರಬೇಕು. ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಲೇಬೇಕು. ದೇವರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದು-ಕೊಂಡಿರಲೇಬೇಕು. ಇಂಥ ಸರಳ ವಿಷಯಗಳು ಸಾಕು. ಇವೇ ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನ ತೃಪ್ತಿಕರವಾಗಿರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಒಂದು ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ ಇದೆ - ನಾವು ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಮತ್ತು ಅರಿವುಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಾಗ ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನ ಗಾಢವಾಗಿದೆಯೆಂದು ನಾವು ತಿಳಿಯುತ್ತೇವೆ. ಅನೇಕ ವೇಳೆ ನಾವು ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ; ಇದೇ ಆಳವಾದ ಧ್ಯಾನವೆಂದು ಎಂದೂ ತಪ್ಪು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ನೀವು ಆಳವಾದ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ನಿಮಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅರಿವಿರುತ್ತದೆ, ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವಿಸ್ತಾರಗೊಂಡಿರುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ಪೂರ್ಣತೆಯ ಅನುಭವವೂ ಆಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಹಂತಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ.

ಪ್ರ: ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ನಾನು ಏನು ಮಾಡಲಿ?

ಉ: ನೀವು ಎಂದಿಗೂ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ

ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿಲ್ಲ. ನೀವು ಸರಿಯಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದ್ದೀರೆಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ಮೊದಲನೆ ಅಥವಾ ಎರಡನೆ ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ್ದರೆ, ನಿಮಗೆ ಪ್ರೀತಿ ಏನೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಿತ್ತು. ಬಹುಶಃ, ನಿಮ್ಮನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ಯಾರನ್ನೂ ನೀವು ಪ್ರೀತಿಸಿಲ್ಲ. ನೀವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಪ್ರೀತಿಸಿದರೆ, ನೀವದನ್ನು ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಿಂದಲೇ ಮಾಡುವಿರಿ. ಯಾವುದೇ ಮಟ್ಟದಿಂದಾದರೂ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಪ್ರೀತಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ, ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದಲೇ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಲಿ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಸಮಯಗಳಲ್ಲೂ ನಾವು ನಿರ್ದಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆಯೇ ಅಥವಾ ಈ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಯಾರು ಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೋ, ಅವರನ್ನು ಮಾತ್ರ ನಿರ್ದಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆಯೇ?

ಉ: ಬಹಳಷ್ಟು ಚೈತನ್ಯಗಳು ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಿವೆ. ಅವು ಇಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿವೆ, ಆದರೆ ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗೆ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯಿದೆ. ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವ ಮೊದಲು ಅವು ನಮ್ಮ ಅನುಮತಿಯನ್ನು ಕೇಳುತ್ತವೆ. ಕೆಲವರು 'ಬೇಡ' ಎಂದು ಹೇಳಿ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಾಗ, ಹೇಗೋ ಅವು ನಮ್ಮನ್ನು ನಿರ್ದಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅಂಥ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿರ್ದಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡಿ. ನಿರ್ದಿಸಿದಾಗ ನಾವು ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಮೈಗೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆದಕಾರಣ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ನಿರ್ದಿಸುವಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಬೇರೆಯವರು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಎಚ್ಚರವಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರ: ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆಯೇ?

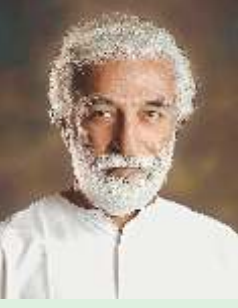
ಉ: ಹೌದು, ಅವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅವು ಭೌತಿಕ ಶರೀರದಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ, ಅಮೂರ್ತ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ, ಪ್ರೇತಾತ್ಮಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದ ಎಲ್ಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ, ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ, ಪಕ್ಷಿಗಳಿಗೆ, ಪ್ರಕೃತಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಂದಕ್ಕೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ದುಷ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಕೂಡ ವಿಕಾಸ ಹೊಂದುವರೇ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. ದುಷ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ವಿಕಾಸ ಹೊಂದುವುದಕ್ಕೆ ಇಚ್ಛಿಸದಿರುವುದರಿಂದಾಗಿ ಅವರು ವಿಕಾಸ ಹೊಂದುವುದಿಲ್ಲ. ■

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-ಗುರುಜಿ ಭಾಗ 1	150/-
ಐ-ಗುರುಜಿ ಭಾಗ 2	120/-
ಪೊಸ 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/-
ಗುರುಜಿ ನಾ ಕಂಡಂತೆ	30/-
ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು	10/-
ಬೆಳಕು	10/-
ದೈವಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ	250/-
ಕಾವ್ಯಕಂಠ ವಿಸ್ತೃತ ಗಣಪತಿ ಮಂತ್ರಗಳು	100/-
ಅನೇಕಳಲ್ಲಿನ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	120/-
ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು	100/-
ಪ್ರಕಾಶವಾಡ (Marathi)	150/-
आयुर्गुरुजी (Marathi)	100/-
ध्यान कैसे करावे (Marathi)	50/-
ध्यानयोग (Marathi)	50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)	50/-
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 ಶಿಷ್ಯವತ್ಸಲ ಉಪದೇಶ	50/-
ಊಗಿಯಿಲಿನ್ ಲಾಯಿಲಿಕನ್	200/-
ಶ್ರೀಯಾಣ ಯೋಗಮ್	50/-
ಆತ್ಮತಮಾವಿನ್ ಅವಿರೋಹಣಮ್	50/-
ಠವೀನ್ ಗಿಣಿಫಿ ಉಠುವಗಿನ್ ಕ್ರೂಢಮ್ ಸಾಕಸಾಹುಕನ್	50/-
ಸಮ್‌ಲಲಾ ಠ್ರಿಯಾಹುಕಣಿನ್ ಅಪಿಪಿಯಾಸಾಹುಕನ್	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 ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸಿಗಳ ಬಡಾವಣೆ. 1935ರಲ್ಲಿ ಅವರರಿಗೆ 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 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

ಸೂರ್ಯ ಗ್ರಹಣದ ದಿನ, ಗುರೂಜಿಯವರ ಸಮಾಧಿಯ ಬಳಿ ನನ್ನಲ್ಲೂ ಕೋರಿಕೆಗಳು ಈಡೇರಲೆಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಆಗ ಅವರು ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಸದಾ ಇರುತ್ತಾರೆಯೆಂದು ಮೌನವಾದ ಸ್ವಪ್ನ ಸಂದೇಶವೊಂದು ನನಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ದೊರಕಿತು ಮತ್ತು ಅವರು ನನ್ನನ್ನು ಹರಸಿದರು. ನಂತರ ಅಮರರವರ ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಒಂದು ಸುಂದರವಾದ ಹೂವನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಿದಾಗ ನನ್ನನ್ನೇ ನಾನು ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಿಕೊಂಡಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ನಂತರ ಅಮರರವರಿಂದ, "ಚಿಂತಿಸಬೇಡ, ನಾನು ನಿನ್ನೊಡನೆ ನಿನ್ನನ್ನು ಹರಸುತ್ತೇನೆ" ಎಂಬ ಸಂದೇಶ ಕೇಳಿಸಿತು. ಅದೊಂದು ಅತ್ಯಂತ ಸುಂದರ ಹಾಗೂ ಉತ್ಕೃಷ್ಟವಾದ ಅನುಭವವಾಗಿದ್ದು, ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅದು ಬಹುಕಾಲ ಉಳಿದಿತ್ತು.

- ಅಂಜಲಿ ಪಾಟೀಲ್

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಾನು ಮೊದಲ ದೀಕ್ಷೆ ಪಡೆದ ನಂತರ, ಗುರೂಜಿಯವರು ಅವರ ಸಮಾಧಿಯಿರುವ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಮುಂದೆ ನಿಂತಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ನಾನು ಅವರ ಪಾದಗಳಿಗೆ ನಮಸ್ಕರಿಸಿದೆ. ಆಗ ನನಗೆ ಅವರು ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟರು. ಆ ಗಳಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಆನಂದದಾಯಕವಾಗಿತ್ತು! ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿದ್ದ ನನ್ನ ತಾಯಿಯವರಿಗೆ, 'ಇದು ಅವಳ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ' ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು. ನಂತರ ಸಪ್ತಋಷಿಗಳ ಗುಹೆಯಲ್ಲಿ ಅವರಲ್ಲರೂ ನನ್ನನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಿದರು. ಅವರೆಲ್ಲರ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಿ ಒಂದು ಸುಂದರವಾದ ಬಿಳಿ ಹಾಗೂ ಕೆಂಪು ಹೂಗಳ ಹಾರವನ್ನು ಮಾಡಿ ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟರು; ಅದು ನನ್ನ ಕೊರಳಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಯಿತು!

- ಶ್ರುತಿ ಮಿಶ್ರಾ

ಒಂದು ದಿನ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕು ನನ್ನನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಆವರಿಸಿತು. ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆಯೇ, ನನ್ನ ಮುಂದೆ ಅಜಾನುಬಾಹುವಾಗಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ಹಿರಿಯ ಋಷಿಯು ಮೌನವಾಗಿ ನನ್ನನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ನಿಂತಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ಕಂಡೆ. ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ನಾನು ಈ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಸೇರಿದಾಗಿನಿಂದ, ಅವರು ನನ್ನನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ಅಂತರ್ ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಅರಿತೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ಬಹಳ ಗೊಂದಲಮಯ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದರಿಂದ, ಈ ವಿಷ್ಣು ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವ ಒಂದು ಅತ್ಯಮೂಲ್ಯ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿತ್ತು.

- ರಾಜೇಂದ್ರ ರಂಗೇಶ್

ಗುರೂಜಿಯವರ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು, ಅದರಲ್ಲೂ 'ಗುರೂಜಿ ಸ್ವೀಕ್ಸ್'ನ ಯಾವುದೇ ಭಾಗವನ್ನು ನಾನು ಓದಿದಾಗಲೆಲ್ಲ, ಅದು ಗುರೂಜಿಯವರೊಂದಿಗೆ ನೇರ ಸಂಭಾಷಣೆಯಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಕೇವಲ ಒಂದು ಪ್ಯಾರಾ ಓದುವುದರೊಳಗೆ ಪುಸ್ತಕ ಮರೆಯಾಗಿ, ಗುರೂಜಿಯವರೇ ನನ್ನೆದುರು ಕುಳಿತು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುವಂತೆ

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

ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ, ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬಿ - 560 077. ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦) ಪರವಾಗಿ.

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

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

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

ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ

ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿರುವ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಪದಗಳು ಅಷ್ಟೊಂದು ಜೀವಂತವಾಗಿವೆ! ಅದನ್ನು ಪದಗಳಲ್ಲಿ ವರ್ಣಿಸುವುದು ಅಸಾಧ್ಯ.

ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯದಿಂದ ನನ್ನಲ್ಲಗಿರುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಪದಗಳಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ. ಬೆಳಕು ನನಗೆ ಎಲ್ಲರೊಡನೆ ಮನುಷ್ಯನಂತೆ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ ಹಾಗೂ ನನ್ನ ದಿನನಿತ್ಯದ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲೂ ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯ ಬಹಳಷ್ಟಿದೆ. ಜನರನ್ನು ಮನುಷ್ಯರನ್ನಾಗಿ ಕಾಣದೆ ಕೇವಲ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುವ ಸಾಧನವೆಂದು ಕಾಣುವ ನಿರ್ದಯೀ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ನನ್ನಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ರತೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳದಿರುವಂತೆ ಬೆಳಕು ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ.

- ಪುಷ್ಪರ್ ಪಟ್ಟಿ

ನಾನು ಸಂದರ್ಶನಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ಕಛೇರಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕಿತ್ತು. ಅದು ಒಂದು ಬಹಳ ಕಿರುದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದುದರಿಂದ ಅದನ್ನು ಹುಡುಕುವುದು ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿತ್ತು. ನಾನು ಹೊರಟಾಗ ಮಳೆ ಶುರುವಾಯಿತಾದ್ದರಿಂದ ಬಹಳ ಕಷ್ಟದಿಂದ ಆಟೋರಿಕ್ಷಾವನ್ನು ಹಿಡಿದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಯಾಣ ಅತ್ಯಂತ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಸಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಒಬ್ಬ ಅಂಚೆವೇದಿ ಬಂದು, ಆತನನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸುವಂತೆ ಆಟೋರಿಕ್ಷಾ ಚಾಲಕನಿಗೆ ಹೇಳಿ ನಮ್ಮನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಆ ಕಛೇರಿಗೆ ತಂದು ಬಿಟ್ಟನು. ಇದು ಒಂದು ಚಮತ್ಕಾರವೇ ಸರಿ!

- ಗೀತಾ ಜೋಶಿ

ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತಿವೆ. ನನ್ನ ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರತಿ ಹಂತದಲ್ಲೂ ತಿಮ್ಮಿರುವಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತಿದೆ!

- ರೂಪಾ ರಮೇಶ್

ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಏನು ಕಾದಿದೆಯೋ ಎಂಬ ಆತಂಕದಿಂದ ತುಂಬಿರುವ ಒಂದು ಕಷ್ಟಕರವಾದ ದಿನದಂದು, ನಾನು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದೆ. ತಕ್ಷಣ ನನಗೆ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ಓದಲು ಹೇಳಲಾಯಿತು. ನಾನು ಕೂಡಲೇ ಅದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಓದಿದೆ. ನನ್ನ ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಉತ್ತರ ಅದರಲ್ಲಿತ್ತು! ಅದು, ಗುರೂಜಿಯವರು ನನ್ನನ್ನು ಉತ್ತರದಡೆಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಿದಂತಿತ್ತು.

- ವಿನಮ್ರ ಲೋಗಾನಿ

ನಾನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಬೆಳಕನ್ನು ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡಾಗಿನಿಂದ, ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿದೆ! ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದಿರುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗಿ ಸಾವಿರ ಸಲ ನಾನು ಸೋತಿದ್ದೇನೆ. ಆದರೆ ಸೋಲದ ಆ ಒಂದು ಸಲ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷದಾಯಕವಾಗಿದ್ದು, ಮತ್ತಷ್ಟು ಪರಿಶ್ರಮದಿಂದ ಮುಂದುವರೆಯಲು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತದೆ....!

- ಶ್ರೀಯಾ ಶಶಾಂಕ್