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 1 ಜನವರಿ 2016 ರೂ.25

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ
ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಏಪ್ರಿಲ್ 2009ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಎಲ್ಲರೂ ಏಕಕಾಲಕ್ಕೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವ ಘಟನೆ 2009ರ ಫೆಬ್ರುವರಿ 26ರಂದು ನಡೆಯಿತು. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ನಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವ ಈ ಸಂಚಲನ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಈ ಸುಂದರ ಪೃಥ್ವಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿಗಾಗಿ, ಹೀಲಿಂಗ್‌ಗಾಗಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಗಾಗಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದು. ಈ ಸಂಚಲನ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ.

ಆ ದಿನ ರಷ್ಯಾ, ಅಮೇರಿಕ, ಮಧ್ಯ ಪ್ರಾಚ್ಯ, ಮೊರೊಕ್ಕೊ, ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯ, ನ್ಯೂಝಿಲೆಂಡ್ ಮುಂತಾದ ಜಗತ್ತಿನೆಲ್ಲೆಡೆಯ ದೇಶಗಳಿಂದ ಸಾವಿರಾರು ಜನರು, ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಕೋರಮಂಗಲ ಸ್ಟೇಡಿಯಂನಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದ ನೂರಾರು ಜನರೊಂದಿಗೆ ಕೈಜೋಡಿಸಿ ಏಳು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು. ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ಅದ್ಭುತ ಚೈತನ್ಯವೊಂದು ಈ ಭೂಮಿಗಿಳಿದು ಬಂದಿತು. ಅದೊಂದು ಐತಿಹಾಸಿಕ ದಿನ. ಅದೊಂದು ಐತಿಹಾಸಿಕ ಕ್ಷಣ.

ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಮಾಧ್ಯಮಗಳು ಇದನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಿದವು. ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ನಿಜಕ್ಕೂ ಆಗುತ್ತಿರುವ ಹಲವಾರು ಮುಖ್ಯ ಘಟನೆಗಳು ಮಾಧ್ಯಮಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಾರವಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ನಾವು ಓದುವುದು ಹಾಗೂ ನೋಡುವುದೇ ಅತಿ ಮುಖ್ಯ ಸಂಗತಿಗಳಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಯಾರನ್ನೂ ದೂಷಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಇರುವುದೇ ಹಾಗೆ. ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯೂ ಪತನವಾಗುತ್ತದೆ. ಅನ್ಯಾಯದ ಎಲ್ಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳೂ ಪತನವಾಗುತ್ತವೆ. ಮಾಧ್ಯಮಗಳು ಮಾಡಲಾಗದುದನ್ನು ಬ್ಲಾಗ್‌ಗಳು ಮಾಡುತ್ತಿವೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಈ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವನ್ನು ನಾವು ಜೀವಂತವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಪ್ರಚುರಪಡಿಸಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕಾಗಿ. ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

ನಾವು ನೋಡದಿರುವವರನ್ನು ಅಥವಾ ನೋಡದಿರುವುದನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವುದು ಹೇಗೆ? ಇದು ನನಗೆ ಕೇಳಲಾದ ಬಹಳ ಗಂಭೀರ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಶ್ನೆ. ನಾವು ಒಂದು ಹಸುವನ್ನು ನೋಡಬಹುದು, ಮುಟ್ಟಬಹುದು ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಸಬಹುದು. ಅದರ ಹಾಲನ್ನೂ ಕುಡಿಯುತ್ತೇವೆ, ಅಲ್ಲದೆ ಅದನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತೇವೆ ಕೂಡ! ಆದರೆ ಬೆಳಕು, ಭಗವಂತ? ಬೆಳಕನ್ನು ನಾವು ನೋಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಮುಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಅಂದಮೇಲೆ ಅದನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವುದು ಹೇಗೆ! ಹೌದು, ಅದನ್ನು ನಾವು ಕುಡಿಯಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ತಿನ್ನಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ವಿಜ್ಞಾನಿ ಸ್ನೇಹಿತರೊಬ್ಬರು ಇವೆಲ್ಲ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನೂ ಬಹಳ ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಕೇಳಿದರು. ಆಗ ನಾನು ಅವರನ್ನು ಒಂದು ನಿಮಿಷ ಸುಮ್ಮನೆ ದಿಟ್ಟಿಸಿದೆ!

ನಾವು ಬಹಳಷ್ಟನ್ನು ನೋಡುವುದಿಲ್ಲ ಆದರೂ ಅವುಗಳಿರುವುದನ್ನು ಅನುಭವದಿಂದ ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ. ಹಾಲಿನಲ್ಲಿರುವ ಸವಿ, ಹೂವಿನಲ್ಲಿರುವ ಪರಿಮಳ, ಇತರ ಭೂಮಿಗಳಲ್ಲಿರುವ ಅಗಲಿದ ಆತ್ಮಗಳು..... ಅವುಗಳನ್ನು ನಾವು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇವೆ. ಬೆಳಕಿದೆ, ಭಗವಂತನಿದ್ದಾನೆ. ನಮಗೇಕೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ?

ಅನುಭವವೇ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು ಹಾಗೂ ಇತರ ಲೋಕಗಳ ವಾಸ್ತವಗಳ ಅನುಭವ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಚಂದ್ರನನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಸುಲಭ. ಆದರೆ ಇಡೀ ಬೆಳದಿಂಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಕಷ್ಟವೇನಲ್ಲ.

ನಾನು ರಾಜಕಾರಣಿಯಲ್ಲ. ಆದರೆ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ರಾಜಕಾರಣದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇನೆ. ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ನೋಡುವುದಾದರೆ, ಈ ಬಾರಿಯ ಚುನಾವಣೆಗಳು ವಿಶೇಷವಾದವು ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಹೊಸ ಹಾಗೂ ಉತ್ತಮವಾದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ವಿಕಸನ ಹೊಂದಬೇಕು ಹಾಗೂ ಹಳೆಯ ಮತ್ತು ಅನ್ಯಾಯದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟಬೇಕು. ಒಳ್ಳೆಯದಾಗಲಿ ಎಂದು ನಾವು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸೋಣ. ■

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 ಫ್ಲೇಸ್,
ಜೆ.ಪಿ. ನಗರ

ಬುಧವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)
ಆರ್ಯ ಸಮಾಜ, ಸಿ.ಎಂ.ಹೆಚ್. ರೋಡ್,
ಇಂದಿರಾನಗರ
ಹಿಮಾಂಶು, 4ನೆಯ ಮೇನ್, ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ
ಮಾರುತಿ ಮಂದಿರ, ವಿಜಯನಗರ

ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)
ದೇವಗಿರಿ ವೆಂಕಟೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ
ಬನಶಂಕರಿ 2ನೆಯ ಸ್ಟೇಜ್

ಶುಕ್ರವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)
ಇಂಡಿಯನ್ ಹೆರಿಟೇಜ್ ಅಕಾಡೆಮಿ
6ನೆಯ ಬ್ಲಾಕ್, ಕೋರಮಂಗಲ

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)
ಹಿಮಾಂಶು, 4ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ,
ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ
ದೇವಗಿರಿ ವೆಂಕಟೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಬನಶಂಕರಿ 2ನೇ ಹಂತ

ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ (ರಾಜರಾಜೇಶ್ವರಿ ಬಡಾವಣೆ)

ಸೋಮವಾರ (ಸಾಯಂಕಾಲ 6 ರಿಂದ 7 ಘಂ.)
ಮಂಗಳವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ರಿಂದ 7 ಘಂ.)

ಹೊರಗಿನ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಅಂಚೆ ಮತ್ತು ಇ-ಮೇಲ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳು ಲಭ್ಯವಿವೆ. ಹೆಚ್ಚು ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಆರನೇ ಪುಟದ ಮೊದಲನೇ ಕಾಲಂ ನೋಡಿ.

ಡೋರ್‌ವೇಸ್ (ಇಂಗ್ಲಿಷ್)/ತಪೋವಾಣಿ (ಕನ್ನಡ) ಪ್ರಕಾಶ್‌ಮಾರ್ಗ್ (ಮರಾಠಿ) ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ ರೂ. 300/- ಡಿಡಿಯನ್ನು 'Manasa Light Age Foundation' ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು. ಮನಿಯಾರ್ಡರ್‌ಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ

ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ತಪೋವಾಣಿಯನ್ನು ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ಕೊಡಿ. ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ ದೊಂದಿಗೆ ಅವರ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ವಿಳಾಸವನ್ನು ನಮಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ.

23-11-2015ರಂದು, ನಮ್ಮ ಜ್ಯೋತಿ ಯೋಜನೆಯಡಿಯಲ್ಲಿ ಕಲಿಯುತ್ತಿರುವ ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ ಗ್ರಾಮದ ಮಕ್ಕಳು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವೊಂದನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವನ್ನು ಆಚರಿಸಿದರು

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯ ಶ್ರೀ ರಾಘವೇಂದ್ರ ಸೋಮಯಾಜಿ ಮತ್ತು ಪುಣೆಯ ಶ್ರೀಮತಿ ಪೂರ್ಣಿಮಾ ಪರುಲೇಕರ್‌ರವರ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾದ ನಿಧನವು ಮಾನಸ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಆಘಾತವನ್ನು ಮತ್ತು ಶೋಕವನ್ನುಂಟುಮಾಡಿದೆ. ನಮ್ಮ ಹೃದಯಗಳಲ್ಲಿ ಕೃತಜ್ಞತೆಯಿಂದ ಅವರುಗಳನ್ನು ಸದಾ ನೆನೆಯುತ್ತೇವೆ.
- 2016ರ ಜನವರಿ ತಿಂಗಳಿನಿಂದ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಹೊಸ ಬ್ಯಾಚ್ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಸೇರಬಯಸುವ ಸಾಧಕರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು 31-12-2015 ರೊಳಗೆ ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ. ದೂರಕಲಿಕೆಯ ಸಾಧಕರು ಕೂಡ ಸೇರಬಹುದು. ಈಗಿನ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಸಾಧಕರು ಕೂಡಾ ತಮ್ಮ ನೊಂದಣಿಯನ್ನು ನವೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು 31-12-2015 ರೊಳಗೆ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ಕೋರುತ್ತೇವೆ.
- 01-02-2016 ನೇ ಸೋಮವಾರದಂದು 'ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'ವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಲು ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಶಾಲೆಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ನಮಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಈ ದಿನದಂದು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಶ್ರೀ ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರಾರವರಿಗೆ ನೀಡಬಹುದು.
- 7-2-2016 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು. ನಿಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಈ ವಿಶೇಷ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಆದರದ ಸ್ವಾಗತ. ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು, 04-02-2016 ರೊಳಗೆ ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ನೋಂದಾಯಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

02	ಶನಿ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
08	ಶುಕ್ರ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
10	ಭಾನು	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
15	ಶುಕ್ರ	ಉತ್ತರಾಯಣ ಆರಂಭ ಮಕರ ಸಂಕ್ರಾಂತಿ
17	ಭಾನು	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
19	ಮಂಗಳ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
24	ಭಾನು	ಪೂರ್ಣಿಮೆ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು:ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12
ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ12-1

10-01-2016 ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ
ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2.30ಕ್ಕೆ
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಸಭೆ

17-01-2016 ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ
ರಾ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ

31-01-2016 ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ
(ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್):
ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11- ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಭಾನುವಾರ, 07-02-2016

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ಕ್ಕೆ ಸ್ವಾಗತ
ಭಾಷಣಗಳು
ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.30ಕ್ಕೆ ಪ್ರಸಾದ

ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ 01-02-2016 ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11.30ಕ್ಕೆ ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಅವರಿಗಾದ ಉಪಯೋಗದ ಬಗ್ಗೆ ಶಾಲೆಯೊಂದರ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ, ಅವರು ಅತ್ಯಂತ ಸುಂದರವಾದ ಅನುಭವವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡರು. "ನಾನೇನು ಹೇಳಲಿ? ನಾನು ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ದೈವಾನುಗ್ರಹವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಈ ತಂತ್ರವು ಅತ್ಯಂತ ಸೊಗಸಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ನೀವು ಕೇವಲ ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ಬೆಳಕನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮುಖಾಂತರ ಹರಿಯಲಷ್ಟೇ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ಅಷ್ಟೊಂದು ನಿಸ್ವಾರ್ಥಿಯಾಗಿ, ನಿಮಗಾಗಿ ಏನೂ ಕೇಳದೆ ಇದ್ದಾಗ, ಅನುಗ್ರಹವು ಕೆಳಗೆ ಇಳಿದು ಬರುತ್ತದೆ! ನನ್ನ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಏನೂ ಕೇಳದಿದ್ದರೂ ನನಗೆ ಬೇಕಾದ ಸಹಾಯ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ಅನುಗ್ರಹವು ಹರಿದು ಬಂದಿರುವ ಅಂತಹ ಅನೇಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ನಾನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಬಲ್ಲೆ," ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು.

– ಶ್ರೀಮತಿ ಉಷಾ ಸತೀಶ್ಚಂದ್ರ, ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ನಾನು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಕುಕ್ಸ್ ಟೌನ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಸಿದ್ಧಿ ವಿನಾಯಕ ದೇವಸ್ಥಾನದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಕಲಿತೆ. ನಾನಿದನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಎರಡು ಬಾರಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಇದೊಂದು ಪ್ರಬಲವಾದ ತಂತ್ರವಾಗಿದೆ. ನಾನೀಗ ಪ್ರಶಾಂತತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಆ್ಯಸಿಡಿಟಿಯು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ನನಗೀಗ ರಕ್ತದೊತ್ತಡದ ಸಮಸ್ಯೆ ಇಲ್ಲವಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದ ನನ್ನ ಕುಟುಂಬವು ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷದಿಂದಿದೆ.

– ಶ್ರೀಮತಿ ಕಾಂತಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ನಾನು ತುಂಬಾ ಜಗಳವಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲಾರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ, ಶಾಂತವಾಗಿರುವುದರ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡೆ ಮತ್ತು ಅದರಿಂದಾಗಿ ನಾನೀಗ ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದೆಂದರೆ ನನಗೆ ಇಷ್ಟ.

– ರೇಣುಕಾ, 9ನೇ ತರಗತಿ, ಮಹರ್ಷಿ ಅಗಸ್ತ್ಯ ವಿದ್ಯಾಲಯ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷದಿಂದಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಶರೀರವೆಲ್ಲಾ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿರುವಂತೆ ಊಹಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ನಾನೊಂದು ಬೆಳಕಿನ ಮಹಾಸಾಗರದಲ್ಲಿ ಇದ್ದೆ. ನಾನು ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇನೆ.

– ಪೂಜಾ ಕೆ., 4ನೇ ತರಗತಿ, ಆರ್.ಎಂ.ಎಸ್. ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಶನಲ್ ಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನೊಂದು ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿದ್ದೇನೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತಿತ್ತು ಮತ್ತು ಅದೊಂದು ವಿಸ್ಮಯಕಾರಿ ಹಾಗೂ ಅದ್ಭುತ ಅನುಭವವಾಗಿತ್ತು. ನಾನು ಇಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು ಇದೇ ಮೊದಲು.

– ಅಮೋಘ್ ಪಿ., 4ನೇ ತರಗತಿ, ಆರ್.ಎಂ.ಎಸ್.ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಶನಲ್ ಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನನ್ನ ಏಕಾಗ್ರತಾ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ. ಈ ಹಿಂದೆ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ವಿಷಯಗಳಿಂದ ವಿಚಲಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತಿತ್ತು, ಆದರೆ ಈಗ ನನಗೆ ಅದರ ಮೇಲೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಹಿಡಿತವಿದೆ.

– ಸಾಕ್ಷಿ ದೀಕ್ಷಿತ್, 12ನೇ ತರಗತಿ, ಟೈನಿ ಟಾಟ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಶಾಲೆ, ಬನ್ಸ್ವಾರಾ

GKVK ಯಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಸೊಗಸಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಸೆಷನ್‌ನ ನಂತರ ಅವರು ತಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಲು ಬಯಸಲಿಲ್ಲ. ತೋಟಗಾರಿಕಾ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಅದರ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು, 300 ವರ್ಷ ಹಳೆಯದಾದ ಅರಳೀಮರದ ಕೆಳಗೆಯೇ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಬೇಕೆಂದು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಒತ್ತಾಯಿಸಿದರು. ಆ ಮರವು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಲಾರಂಭಿಸಿತು! ಆ ಮರದಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತಿದ್ದ ಅಗಾಧ ಪ್ರೀತಿಯು ನಮ್ಮ ಅರಿವಿಗೆ ಬಂದು, ಇದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳು ತೇವಗೊಂಡವು. ಅಲ್ಲಿದ್ದ ಜೇನುನೊಣಗಳು ಕೂಡಾ ನಮಗೆ ತೊಂದರೆ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಎಲೆ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕೊಂಬೆ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊರಸೂಸುತ್ತಿದ್ದವು. ಸುಮಾರು ಹತ್ತು ಜನರು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು, ಆದರೆ ಆ ಮರವು ಅತೀ ಹೆಚ್ಚು ಆನಂದಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ನಾನಾಗ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ರೋಮಾಂಚನಗೊಂಡೆ.

– ಶ್ರೀಮತಿ ಮಾಲಾ ಸುರೇಶ್, ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ನಾನು ವಾಸಿಸಲು ಹೋಗಬೇಕಾಗಿದ್ದ ಮನೆಯ ಹಿಂಭಾಗದಲ್ಲಿ ಎರಡು ದೊಡ್ಡ ನಿವೇಶನಗಳಿದ್ದು ಅದರ ತುಂಬಾ ಕಳೆಗಿಡಗಳು ಮತ್ತು ಬಳ್ಳಿಗಳಿದ್ದವು. ನನಗೆ ಹಾವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿಪರೀತ ಭಯವಿರುವುದರಿಂದ, ಅಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಜೀವನ ನಡೆಸುವುದೆಂದು ಚಿಂತೆಗೊಳಗಾಗಿದ್ದೆ. ನಾನು ಮನಃಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಎರಡು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಅಲ್ಲಿ ಹೋದಾಗ, ಆ ನಿವೇಶನಗಳು ಖಾಲಿಯಾಗಿ ಒಂದು ಮೈದಾನದಂತಾಗಿತ್ತು! ಇದರಿಂದ ಬೆಳಕಿನೆಡೆಗಿನ ನನ್ನ ಪ್ರೀತಿ ಇನ್ನೂ ಆಳವಾಯಿತು ಮತ್ತು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ಸಂಚಲನದೆಡೆಗಿನ ನನ್ನ ಬದ್ಧತೆ ಹಾಗೂ ನಂಬಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಯಿತು.

– ಶ್ರೀಮತಿ ಶೋಭನಾ ಕುಲೋತ್ತುಂಗನ್, ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು, ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಸ್ಥಿರವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು. ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೆ ತಂಗಾಳಿಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಶರೀರದ ತುಂಬೆಲ್ಲಾ ಬೆಳಕು ಹರಡಿತು. ನಂತರ ಅದು ನಮ್ಮ ಶಾಲೆ ಮತ್ತು ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಹರಡಲಾರಂಭಿಸಿತು.

– ಶುಭಾ ಬಿ.ಎಸ್., 7ನೇ ತರಗತಿ, ಸರ್ಕಾರಿ ಹೈಯರ್ ಪ್ರೈಮರಿ ಶಾಲೆ, ಪರಂಗಿಪಾಳ್ಯ, ಬೆಂಗಳೂರು

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 ಗಮನಕೊಡಬೇಕು.

ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಮಾರ್ಚ್ 2005

ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮೂರು ಮುಖ್ಯ ವಿಷಯಗಳಿವೆ:

1. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತೇವೆ. ಧ್ಯಾನದ ನಂತರವೂ ಈ ನಿಶ್ಚಲತೆಯು ಮುಂದುವರೆಯುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಬೇಕು. ಇದು ತುಂಬ ಸರಳ. ಆದರೆ ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡುವುದು? – ತಳಮಳಕ್ಕೀಡಾಗದಿರುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಸದಾಕಾಲ ಸಮಾಧಾನದಿಂದಿರುವ ಮೂಲಕ.

2. ಈ ದಿನದ ಬದುಕನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ, ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸದೆ ಬಾಳಬೇಕು. ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಏನನ್ನಾದರೂ ಮಾಡುತ್ತಿರಲೇಬೇಕು. ಏನನ್ನಾದರೂ ಮಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ನಾವು ಕರ್ಮವನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಯೋಗಿಯಂತೆ ನಾವು ಈ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಿದರೆ ಕರ್ಮವನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಯೋಗಿಯು ಕರ್ಮದ ಎಲ್ಲಾ ನಿಯಮಗಳನ್ನೂ ಮೀರಿರುತ್ತಾನೆ. ಯೋಗಿಯಂತೆ ನಾವು ಬಾಳುವುದು ಹೇಗೆ? ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ದೇವರ ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿ ಸದಾಕಾಲ ನಾವಿರಬೇಕು. ಅದು ಕಷ್ಟ; ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೂ ಸುಲಭವಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಸಮಯವಿದ್ದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ದೇವರ ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿರಬೇಕು. 'ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು' ಕಿರುಹೊತ್ತಿಗೆಯಲ್ಲಿ ನಾವೊಂದು ಸರಳ ತಂತ್ರವನ್ನು ಮುದ್ರಿಸಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮೊಳಗಡೆ ಪ್ರಖರ ಬೆಳಕೊಂದಿದೆಯೆಂಬ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿ ಸದಾಕಾಲ ಇರಬೇಕು. ಆ ಬೆಳಕೇ ದೇವರು, ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ತಪ್ಪು ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಇತರರ ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಲು ಅದು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ದೇವರ ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿರುವುದು ನಾವು ಬೆಳೆಯಲು, ಶುದ್ಧರಾಗಲು ಮತ್ತು ವಿಸ್ತಾರಗೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ವಿಸ್ತಾರಗೊಂಡ ಅರಿವಿನ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಬಾಳುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನಾವು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ.

3. ಮಾನವ ಗುರುವಿನಿಂದ ನಾವು ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ ಅಮರರವರಂಥವರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಗುರುವಿನಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಹೇಗೆ ಪಡೆಯುವುದು? ಅವರಲ್ಲಿರುವ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ. ತಮ್ಮ ಸಾಧನೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ ಗುರುವು ಅಪಾರವಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಅನುಭವದಿಂದ ನಮ್ಮ ಅನುಮಾನಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮಿಗಿಲಾಗಿ ನಮಗೆ ಸರಿಯಾದ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕೊಡುವ ಮೂಲಕ, ನಾವು ಮಾಡುವ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸುವ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ವಿವೇಕವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಮೂಲಕ ನಾವು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ನನಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ದುರ್ಬಲವಾದ ಸಂಪರ್ಕ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಗುರುವಿನೊಂದಿಗೆ ಬಲವಾದ ಸಂಪರ್ಕವಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿಷಯ. ನನಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಬಲವಾದ ಸಂಪರ್ಕವಿದೆ, ಅದು ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ. ಒಂದು ದಿನ ಋಷಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಅನಿಯತ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತೆ. ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಅಡಚಣೆ ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತೇನೇನೋ ಎನ್ನುವ ಆಲೋಚನೆ ಬಂತು. ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕಾಗಿ ಯಾರೊಂದಿಗಾದರೂ ಮಾತನಾಡಬೇಕು – ನನ್ನ ಗುರುವಿನೊಂದಿಗೆ ಅಥವ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಕರಾದ ಅತ್ರಿ ಮಹರ್ಷಿಯವರೊಂದಿಗೆ. ನಾನು ಸಂದಿಗ್ಧ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದು, 'ನೀನು ನನ್ನನ್ನು ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲಾದರೂ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು' ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಅವರ ಜೊತೆಗಿನ ನನ್ನ ಸಂಬಂಧ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬೇರೆಯೇ ಆಗಿದೆ ಮತ್ತು ತುಂಬ ವಿಶೇಷದ್ದಾಗಿದೆ. ಬಲವಾದ ಕಾರಣಗಳಿಗಾಗಿ ತುಂಬ ಅನಿಯತ ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದ್ದೇನೆ, ಪ್ರತಿಬಾರಿಯೂ ಅವರು ಅದಕ್ಕೆ ಸ್ಪಂದಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಈ ಸಂಪರ್ಕ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ನಾನು ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗಲೆಲ್ಲ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಂದೆರಡು ಬಾರಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ವಿವೇಕ ಸೀಮಿತವಾದುದಾಗಿದೆ ಆದರೆ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳಲ್ಲಿ ಅದು ಅಧಿಕವಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಈ ಋಷಿಗಳು ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು. ಆದ್ದರಿಂದ, ನಾನು ಏನೇ ಮಾಡಿದರೂ ಏನೇ ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೂ ಅವರ ವಿವೇಕ ಅದರಲ್ಲಿದೆ ಎನ್ನುವುದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ನನ್ನ ಕೆಲವು ಪದಗಳು ನಿಮಗೆ ಗ್ರಹಿಸಲಸಾಧ್ಯವಾಗಬಹುದು. ನೀವು ನನ್ನಲ್ಲಿ ತಪ್ಪನ್ನೂ ಕಾಣಬಹುದು. ಅಮರರವರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಜನರು ಹೀಗೆಯೇ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರಿಗೆ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಿಷಯಗಳು ತಿಳಿದಿಲ್ಲ, ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರಲ್ಲಿ ವಿವೇಕವಿಲ್ಲ ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು! ಅವರೊಮ್ಮೆ ಒಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ವಿವರಿಸಿದರು. "ನಾನು ಹೀಗೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ, ಜನರು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ" ಎಂದು ವಿವರಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. "ನೀವು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದ್ದೀರಿ. ನೀವು ಬುದ್ದು" ಎಂದು ಜನರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನನ್ನನ್ನು ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳಿಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ, ಅನೇಕ ವೇಳೆ ನಾವು ಬೇರೆ ಮಟ್ಟಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅದರಂತೆ ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಿಸಿದರು. ನಂತರ ಅವರು ಹೇಳಿದರು, "ಈ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ಅದನ್ನು ನೋಡಿ ನಂತರ ಅದರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಾಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆಗ ಅದು ತಪ್ಪಾಗಿಲ್ಲವೆಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ." ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಜಡ್ಜ್ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಚರ್ಚಿಸುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ನಿರತರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಉನ್ನತ ಕೋನಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಬೇರೆ ರೀತಿಯಿಂದ ನಾವು ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು.

ಇಲ್ಲಿ ಪಾಠ ಹೇಳಿಕೊಡುತ್ತಿರುವ ಜನರು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ದೂರುವುದಕ್ಕೆ ಏನೂ ಇಲ್ಲ ಆದರೆ ಮೆಚ್ಚುವುದಕ್ಕೆ ಬಹಳಷ್ಟಿದೆ. ಶಿಕ್ಷಕರಾದ ನೀವು ಒಂದು ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಗಮನ ಕೊಡಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ, ಅದೇನೆಂದರೆ, ನಾನು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಗೆಯೇ ಓದುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದನ್ನು ನೀವು ಮಾಡಬಹುದು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆಯೂ ನೀವು ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗ ನಿಮಗೆ ಬಹಳ ವಿಷಯಗಳು ಹೊಳೆಯುತ್ತವೆ. ನಂತರ ನೀವಾಗಿಯೇ ಮಾತನಾಡಬಲ್ಲಿರಿ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಜ್ಞಾನವಿದ್ದಾಗ, ಆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಿಮ್ಮದಾಗಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಅದು ಎಂದೆಂದಿಗೂ ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ನಾನು ಮಾತನಾಡಿದ್ದನ್ನು ಹಾಗೆಯೇ ಹೇಳಿದರೆ, ಮುಂದಿನ ತರಗತಿಯ ವೇಳೆಗೆ ಅದು ಮರೆತು ಹೋಗಿರುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ಭಯಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಸುರಕ್ಷಿತರಾಗಿಲ್ಲವೆಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರಪಂಚದೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ಅಶಕ್ತರೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನೆದುರಿಸಬೇಕಾದಾಗ, ಜೀವನದ ಸವಾಲುಗಳನ್ನೆದುರಿಸಬೇಕಾದಾಗ ಒಂದು ಸರಳ ಉಪಾಯವನ್ನು ಬಳಸಲು ಯಾವಾಗಲೂ ನಾನು ತಿಳಿಸುತ್ತೇನೆ – ದೇವರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಬೇರುಗಳು ಆಳವಾಗಿ ನೆಲೆಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇಂತಹ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಮತ್ತು ಬೇರುಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಗುರುವಿನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಳಿಸುವುದು ಸುಲಭ. ನನ್ನ ಗುರುವಿನೊಂದಿಗೆ ನಾನದನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ್ದೆ. ದೇವರನ್ನು ನಾವು ಕಂಡಿಲ್ಲ. ಅವನನ್ನು ನಾವಿನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಗುರುವನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅವರಿಗೆ ವಿವರಿಸಬಹುದು. ನನ್ನ ಗುರುವಿನೊಂದಿಗೆ ನಾನು ಹಾಗೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅವರ ಮುಂದಿಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಮನೆಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿದಾಗ ನೆಮ್ಮದಿಯಿರುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುತ್ತಿದ್ದುದರಿಂದ ಅವು ಮಾಯವಾಗುತ್ತಿದ್ದವು. ಅವರಿಂದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು, ವಿವೇಕವನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಗುರುವಿಗೆ ವಹಿಸಿದಾಗ, ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬಲ್ಲಿರಿ. ದೇವರಲ್ಲಿ, ಗುರುವಿನಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಅವರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಬೇರುಗಳನ್ನು ನೆಲೆಗೊಳಿಸುವುದು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿನ ಅಂತಿಮ ಘಟ್ಟ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

29–11–2015

ತಪೋನಗರವಿಡೀ ತೀವ್ರವಾದ ಶೋಕದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದೆ. ಸೋಮಯಾಜಿಯವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಅಗಲಿದ ಆಘಾತದ ವಾಸ್ತವಿಕತೆಗೆ ನಾವಿನ್ನೂ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದೆ. ಈ ದಿನದ ಗುರೂಜಿಯವರ ವಿಶೇಷ ಇರುವಿಕೆಯು ನಮಗೆ ಧೈರ್ಯ ಮತ್ತು ಭರವಸೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಗುರೂಜಿಯವರು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಇಲ್ಲಿ ನೆಲಸಿದ್ದಾಗ, ನಮಗೆ ಅವರ ಇರುವಿಕೆಯು ಜೀವನದ ಯಾವುದೇ ಆಘಾತವನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರ ಇರುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿಯ, ಭರವಸೆಯ ಮತ್ತು ಹೀಲಿಂಗ್‌ನ ಅಂಶವಿರುತ್ತಿತ್ತು. ಅದು, ಯಾವುದೇ ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯವಾಡುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರಿದ್ದಾರೆಂಬ ಆಲೋಚನೆಯೇ ನಮಗೆ ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಭಾವನೆಯನ್ನು ತರುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರ ವಿಶೇಷ ಇರುವಿಕೆಯಿಂದಾಗಿ ಈ ದಿನ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನು, ಅಂದರೆ ಪ್ರೀತಿ, ಸುರಕ್ಷತೆ, ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಭರವಸೆಯನ್ನು ನಾವು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ.

ಈ ದಿನ ಬೇರೆಯವರು ಮಾತನಾಡಿದಂತೆ ಸೋಮಯಾಜಿಯವರ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಿಂದಾಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿರುವ ಶೂನ್ಯತೆಯನ್ನು ತುಂಬಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಬದಲಾದ ಘಟನಾವಳಿಗಳು ನಮಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಮಗೆ ನಂಬಲಾಗುವ ಒಂದೇ ವಿಷಯವೆಂದರೆ, ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ಅವರು ಬೇರೆಲ್ಲಿಯೋ ಬೇಕಾಗಿತ್ತು, ಅವರು ಕರೆದಾಗ ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆಯೇ ಅವರು ಹೊರಟು ಹೋದರು. ಅದು ಅವರ ವಿಶೇಷತೆಯಾಗಿತ್ತು. ಯಾವಾಗಲೂ ಅವರು ಸದ್ದುಮಾಡದೆ ಹಾಗೂ ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು.

ಅವರೊಬ್ಬ ಜೀನಿಯಸ್. ಅವರು ತಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ ಮೂರನೆಯ ಭಾನುವಾರಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದುದಾಗಿ ಅನೇಕರು ನನಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಸೋಮಯಾಜಿಯವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಅಗಲಿದ ದಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ನನ್ನನ್ನು ಸಂಜೆ ಭೇಟಿಯಾದಾಗ, ಅವರ ವಿಚಾರಗಳು ನವೀನ ಮತ್ತು ಆಳವಾಗಿರುತ್ತಿದ್ದವೆಂದು ಹೇಳಿದರು. ಅವರೊಬ್ಬ ಮಹಾನ್ ವಿಚಾರವಾದಿಯಾಗಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರು.

ಅವರ ಅನೇಕ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಅವರೊಬ್ಬ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರಂತಿದ್ದರೆಂದು ಆ ದಿನ ನಾನು ಅರಿತುಕೊಂಡೆ. ಅವರು ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವರ ಸಲಹೆಯನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಆಸರೆಯಾಗಿದ್ದರು. ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವರ ಸಲಹೆ ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರ ಒಡನಾಟದಿಂದ ನನಗೆ ಅನೇಕ ಪ್ರಯೋಜನಗಳಾಗಿವೆ. ನಾವು ಮಾತನಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ಅದೊಂದು ಎತ್ತರದ ಅನುಭವವಾಗಿರುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರು ತೀರಿಕೊಂಡ ಹಿಂದಿನ ದಿನ ಕೂಡ ಸುಮಾರು ಎರಡು ಗಂಟೆಯ ಸಮಯ ನಾವು ಮಾತನಾಡಿದೆವು. ಅವರು ಚೆನ್ನಾಗಿಯೇ ಇದ್ದರು. ಅವರೊಂದಿಗೆ ಅದೇ ನನ್ನ ಕೊನೆಯ ಭೇಟಿಯಾಗುತ್ತದೆಂದು ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಕೂಡ ಊಹಿಸಿರಲಿಲ್ಲ.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟೊಂದು ಅಧ್ಯಯನದ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಅನೇಕರು ಸೋಮಯಾಜಿಯವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ್ದರೂ ಅವರೇ ಮುಖ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರು. ಅಧ್ಯಯನದ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಗುರೂಜಿಯವರು ಅತ್ಯವಶ್ಯಕವಾಗಿದ್ದರು, ಏಕೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ತೀರ್ಮಾನಗಳಿಗೆ, ನಾವು ಹೊರತರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ, ನಾವು ಹೇಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದ ನಮ್ಮ ವಿಚಾರಗಳಿಗೆ ದೃಢೀಕರಣ ನೀಡಲು ಗುರೂಜಿಯವರು ಅತ್ಯವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಕಳೆದ ಮೂರು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಆ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ನಮ್ಮಿಂದ ಆಗಲಿಲ್ಲ. ಅಧ್ಯಯನದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಮಾಡಿದ್ದೇವೆ ಆದರೆ ಗುರೂಜಿಯವರಿಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದ ಅಂತಿಮ ತೀರ್ಮಾನಕ್ಕೆ ಬರಲಾಗಲಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲರೂ ಹೇಳಿದಂತೆ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಸೋಮಯಾಜಿಯವರ ಮೇಲೆ ವಿಶೇಷ ಅಕ್ಕರೆ ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಯಿತ್ತು.

ಮಾನಸಕ್ಕೆ ಈ ವಾರ ಕಷ್ಟದ ದಿನಗಳಾಗಿದ್ದವು. ಸೋಮಯಾಜಿಯವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಅಗಲಿದ ಹಿಂದಿನ ದಿನವಷ್ಟೇ ಮತ್ತೊಂದು ದುಃಖದ ವಾರ್ತೆ ನನಗೆ ತಿಳಿಯಿತು. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಾರದು. ನಮ್ಮ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಒಡನಾಡಿಯೊಬ್ಬರು ನವೆಂಬರ್ 20 ರಂದು ನಮ್ಮನ್ನಗಲಿದರು. ಅವರು ಪೂರ್ಣಿಮಾ ಪರುಲೇಕರ್. ಅವರು ಪುಣೆಯಲ್ಲಿ ವಾಸಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ನಮ್ಮ ಅನೇಕ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಮರಾಠಿಗೆ ಅನುವಾದಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರಕಾಶ್‌ಮಾರ್ಗ್ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಕ್ಕೆ ಅನುವಾದಿಸುವ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಪ್ರಕಾಶ್‌ಮಾರ್ಗ್‌ಅನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸುವುದಕ್ಕೆ ನನಗೆ ಅವರು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ನನಗೆ ಅವರು ಬಹಳ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದರು. ಅವರಿಗೆ ಮರಾಠಿ ಹಾಗೂ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಭಾಷೆಗಳ ಮೇಲೆ ಬಹಳ ಪ್ರಭುತ್ವವಿತ್ತು. ಅವರೊಬ್ಬ ಸೂಕ್ತ ಅನುವಾದಕರಾಗಿದ್ದುದಕ್ಕೆ, ಅವರಿಗೆ ಭಾಷೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದಿತ್ತು ಎನ್ನುವುದೊಂದೇ ಕಾರಣವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ, ಅವರು ಗುರೂಜಿಯವರು ಕೊಟ್ಟ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜ್ಞಾನವನ್ನೂ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದುದು ಕೂಡ ಅದಕ್ಕೆ ಮತ್ತೊಂದು ಕಾರಣವಾಗಿತ್ತು. ಅದು ತುಂಬ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿತ್ತು. ಸೋಮಯಾಜಿಯವರಿಗೆ ಮತ್ತು ಪೂರ್ಣಿಮಾ ಪರುಲೇಕರ್ ಅವರಿಗೆ ಈ ದಿನ ನಮ್ಮ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದಾಗಿ ನಾವು ಈ ಎಲ್ಲ ಅದ್ಭುತ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ 'ರಾ' ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ಅನುಗ್ರಹಿತರಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದಾಗಿ ಇದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ 'ರಾ' ದೇವರೊಂದಿಗಿರುವ ಗುರೂಜಿಯವರ ವಿಶೇಷ ಸಂಬಂಧ. ಇವುಗಳು ಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ, ಅವರ ವೈಯಕ್ತಿಕತೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿತ್ತು. ಮಹಾ ಕುಂಡಲಿನಿ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೀಗ ನೆನಪಾಗುತ್ತಿದೆ. "ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಕುಂಡಲಿನಿ ಚೈತನ್ಯ ಎಲ್ಲಿದೆ?" ಎಂದು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅದನ್ನು ನಂತರದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರು ಕೆಳತಂದರು, ಅದನ್ನು ಕುಂಡಲಿನಿ ಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಇಡಲಾಗಿದೆ.

ಅಂತಹ ಮಹಾನ್ ಮಾಸ್ಟರ್ ಅವರ ಒಡನಾಟದಲ್ಲಿರಲು ನಾವು ಅನುಗ್ರಹಿತರಾಗಿದ್ದೇವೆ. ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ಚೈತನ್ಯಗಳಿವೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿಶೇಷ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಇಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೊಡನೆ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಸಂಬಂಧವಿತ್ತು. ಆ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿಯೇ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ. ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ವಿಶೇಷ ಸಂಬಂಧ ಅವರಿಗಿತ್ತು. ತಮಗಾಗಿ ಅವರು ಏನನ್ನೂ ಕೇಳಲಿಲ್ಲವೆಂದು ನನಗೆ ಖಚಿತವಾಗಿ ತಿಳಿದಿದೆ, ಆದರೆ ದೇವರನ್ನು ಅವರು ಅಧಿಕವಾಗಿ ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಿದ್ದುದರಿಂದಾಗಿ ದೇವರ ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ತಮ್ಮನ್ನು ದಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹೋದರು. "ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ" ಎಂದು ನಮಗೆ ಹೇಳಿದರು.

ಅವರ ಮೂಲದಲ್ಲಿ, ಅವರ ಆತ್ಮದಲ್ಲಿ ದೈವೀ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅವರು ಹೊಂದಿದ್ದರು. ಅವರ ಮೂಲದಲ್ಲಿ ಅವರು ಆದಿಶಕ್ತಿಯ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರು, ಅವರ ಆತ್ಮವು ಕೃಷ್ಣ ಭಗವಂತನ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ಸುತ್ತುವರೆದಿತ್ತು. ಅವರೆಲ್ಲರನ್ನು ಅವರು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಿದರು. ಅದರಿಂದಾಗಿಯೇ ಅವರು ಪರಿಪೂರ್ಣ ಮಾಸ್ಟರ್, ಪರಿಪೂರ್ಣ ಮಾನವ ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ಪರಿಪೂರ್ಣರು. ಈ ದೈವೀ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಅವರ ಚಿರಂತನ ಸಂಗಾತಿಗಳೆಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು. ಹಾಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ಅವರೊಬ್ಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯರ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಬದುಕಿದರು ಹಾಗೂ ಜೀವನ ನಡೆಸುವುದು ಹೇಗೆ, ಜೀವನವನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತೋರಿಸಿದರು. ■

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 ಫೀಯು ರೂ. 4500. ಈ ಫೀನಲ್ಲಿ 14% ಸೇವಾ ತೆರಿಗೆ, ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕಗಳು ಸೇರಿದೆ.

ನಂತರ, ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್‌ನ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫೀ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2000), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 900). ಭಾರತ ದೇಶದಿಂದ ಹೊರಗೆ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್‌ನ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫೀಯು ರೂ. 3500. ಈ ಫೀನಲ್ಲಿ 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.

ಶ್ರೀ ರಾಘವೇಂದ್ರ ಸೋಮಯಾಜಿಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ವೈರುಧ್ಯತೆಗಳಿರುವ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ 'ಆರೋಗ್ಯ' ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ಕಾಯಿಲೆ(ಡಿಸೀಸ್) ಇಲ್ಲದಿರುವುದು ಎಂದು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ಅದು ಸಹಜ. ಆದರೆ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ನೋಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ವಿಶಾಲವಾದ ಅರ್ಥವಿದೆಯೆನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಮನಗಾಣುತ್ತೇವೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯವನ್ನು ನಾವು ಸಾಧಿಸಿದರೆ, ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯದಿಂದಿದ್ದೇವೆಯೇ ಇಲ್ಲವೇ ಎನ್ನುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. 'ಡಿಸೀಸ್' ಎಂಬ ಪದವು 'ಡಿಸ್' ಮತ್ತು 'ಈಸ್' ಪದಗಳನ್ನು ಜೋಡಿಸಿ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಅದರ ಅರ್ಥ ಸಮಾಧಾನ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು ಅಥವಾ ಆಂತರಿಕ ಶಾಂತಿ–ಯಿಲ್ಲದಿರುವುದು.

ಕಾಯಿಲೆಯು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಭೌತಿಕ–ಮಟ್ಟದ್ದಾಗಿರಬಹುದು, ಅದು ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿಯಿಂದ ಅಥವಾ ದೈಹಿಕ ಗಾಯದಿಂದಾಗಿರಬಹುದು. ನಾಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಸಮರ್ಪಕವಾದ ಅಥವಾ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದ ಪ್ರಾಣದ ಹರಿವಿನಿಂದಾಗಿ ಕಾಯಿಲೆ ಪ್ರಾಣಮಯ ಕೋಶದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಬಹುದು. ಅತಿರೇಕದ ಭಾವನೆಗಳು ಅಥವ ಒತ್ತಡ ಅಥವ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಕರ್ಮಗಳಿಂದಾಗಿ ಮಾನಸಿಕ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಅದು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಿರಂತರ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಂದಾಗಿ ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಕಾಯಿಲೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಈ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಹಳೆಯ ಚಟಗಳು ಅಥವ ಹವ್ಯಾಸಗಳಿಂದ ಚಾಲನೆಗೊಂಡಿರಬಹುದು, ಅವು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಈ ಭಾವನೆಗಳು ಬಹಳ ಕಾಲದವರೆಗೆ ಬಿಡದೆ ಮುಂದುವರೆದರೆ ಅವು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಕಾಯಿಲೆಯಾಗಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಆತ್ಮದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವರ್ತನೆಯಿಂದಾಗಿಯೂ ಕಾಯಿಲೆಯುಂಟಾಗಬಹುದು. ಆತ್ಮವು ದೈವದತ್ತವಾಗಿದ್ದರೂ ಅದರ ದೈವತ್ವವನ್ನು ಅದು ಮರೆತು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಮತ್ತು ಸೀಮಿತವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದೊಂದಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಅದರ ವರ್ತನೆಯು ನಕಾರಾತ್ಮಕದ್ದಾಗಿರಬಹುದು ಹಾಗೂ ಅದು ಕಾಯಿಲೆಯಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳಬಹುದು.

ನಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಸ್ವಭಾವವಾದ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಎಲ್ಲ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲೂ ನಾವು ಹೀಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿ–ಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಇದರಿಂದಾಗಿಯೇ 'ಪ್ರೀತಿ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ' ಎಂದು ಹೇಳುವುದು. ನಾನು ತಿಳಿದಂತೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿಯಿದ್ದರೆ, ಸರಿಯಾದ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ ಮತ್ತು ಸಾಕಷ್ಟು ವ್ಯಾಯಾಮದಿಂದ ನಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ನಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಕರ್ಮಗಳು ಕಾಯಿಲೆಯಾಗಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಬೇರೆಯೇ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳಬಹುದು, ನಮಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಆರೋಗ್ಯವಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಒಲವಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ನಾವು ನಿಭಾಯಿಸಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಕಳೆದುಹೋದುದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನಕೊಡದೆ ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗೊಳಿಸಲು ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನಮಾಡುವುದರಿಂದ ಬಹಳ ಪ್ರಯೋಜನವಿದೆ.

ಕಾಯಿಲೆಯು ಮಹಾವೈದ್ಯನಾಗಬಹುದು. ಹೌದು, ಕಾಯಿಲೆಯೇ ಗುಣಪಡಿಸಬಲ್ಲದು. ಉದಾಹರಣೆಯೊಂದರ ಮೂಲಕ ವಿವರಿಸುತ್ತೇನೆ. ಮಹಿಳೆಯೊಬ್ಬರು ಅವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಮತ್ತು ದುರಾಚಾರದ ಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದರು ಅಥವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಲ್ಲದ ಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದರೆನ್ನಬಹುದು. ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯವನ್ನು ಅತಿ ಸ್ವೇಚ್ಛಾಚಾರದಲ್ಲಿ ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದ ಮತ್ತು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಅರ್ಥವಿರದಿದ್ದ ಮತ್ತು ಉದ್ದೇಶವಿರದಿದ್ದ ಆಕೆಯಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇರುವುದು ತಿಳಿದುಬಂತು. ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಆಕೆ ಅರಿತಳು, ಜೀವನದ ಬಗೆಗಿದ್ದ ಆಕೆಯ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಬದಲಾವಣೆಯಾಯಿತು. ಆಕೆಯಲ್ಲಿ ಆಂತರಿಕ ಪರಿವರ್ತನೆಯುಂಟಾಯಿತು. ಸಮಗ್ರತಾ ದೃಷ್ಟಿಯ(holistic) ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸಹಾಯದಿಂದ ಆಕೆಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗುಣವಾಯಿತು.

ಆದ್ದರಿಂದ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಹೀಲಿಂಗ್ ಎಂದರೆ ಎಲ್ಲ ಮಟ್ಟದ ಪರಿವರ್ತನೆಯೆಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು. ಈ ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೇಗಿರಬೇಕು? ನಾವು ನಿಜವಾಗಿ ಏನಾಗಿದ್ದೇವೆಯೋ ಅದೇ ಆಗುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಅಂದರೆ ಅತ್ಯಂತ ಉಜ್ವಲರಾಗುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ದೈವತ್ವವು ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡಬೇಕು ಅಷ್ಟೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ.

ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಅಥವ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿದ್ದಾಗ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ದೈವತ್ವವು ಅದಾಗಿಯೇ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಆನಂದ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊರತರುವುದರಿಂದ ಈ ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಇಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿರುವ ಹೀಲಿಂಗ್ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ನೈಜ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

'ನಿಮ್ಮ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಬರುವ ಎಲ್ಲಾ ಅಡಚಣೆಗಳನ್ನು ತುಂಡರಿಸಿ ಎಸೆದುಬಿಡಿ' ಎಂದು ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅದಕ್ಕೆ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತವಾದುದೆಂದರೆ, ಯಾವುದೇ ಕಾಯಿಲೆ ಅಥವ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ಒಂದು ಅವಕಾಶವೆಂದು ನೋಡುವುದು. ನಮಗೆ ಜೀವನವನ್ನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಈ ರೀತಿ ನೋಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಅದು ನಮ್ಮ ಹೀಲಿಂಗ್ ಕಡೆಗಿನ ಒಂದು ಅತಿಮುಖ್ಯ ಹೆಜ್ಜೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ಆನಂದವನ್ನು ಹರಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಹೀಲಿಂಗ್ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವೇ?

ಉ: ಹೌದು. ದೇಹದ ಯಾವ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವು ಇದೆಯೋ, ಆ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಆನಂದವನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿ. ಎಲ್ಲ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗೂ ಹೀಲ್ ಮಾಡುವ ಗುಣವಿದೆ. ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಲೋಕದ ಚೈತನ್ಯವಾದ ಈ ಆನಂದ ಸಹ ಹೀಲ್ ಮಾಡಬಲ್ಲದು.

ಪ್ರ: ಎಲ್ಲ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗೂ ಹೀಲಿಂಗ್ ಶಕ್ತಿ ಇದೆಯೇ?

ಉ: ಎಲ್ಲಾ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗೂ ಹೀಲಿಂಗ್ ಶಕ್ತಿಯಿದೆ, ಕಾರಣ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿಯಿದೆ. ಪ್ರೀತಿ ಅತಿ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ಹೀಲಿಂಗ್ ಚೈತನ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದಾಗ, ಅವು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ?

ಉ: ನಾವು ಪಡೆಯುವ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಶುಚಿಗೊಳಿಸಿ, ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅವು, ಚಕ್ರಚಾಲನೆ, ಕುಂಡಲಿನಿ ಉದ್ದೀಪನ, ಪರಿವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಕರ್ಮಗಳ ನಿವಾರಣೆಗಳಂತಹ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುತ್ತವೆ. ಅವು ಹೀಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಿ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಒಂದು ಸುಂದರವಾದ ಪರಿಸರವನ್ನು ನಿರ್ಮಾಣ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಇನ್ನೂ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಿದೆ. ಚೈತನ್ಯಗಳು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ನಾವು ಪಡೆಯುವ ಜ್ಞಾನದ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಈ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅರಿವಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಬೇರೊಂದು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನ ನಮ್ಮ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಹೊಸ ಬೆಳಕಿನ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಜನರಿಗೂ ಸಮಾನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಿರುತ್ತವೆಯೇ?

ಉ: ಹೌದು. ಆದರೆ ಕೆಲವರು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಹೆಚ್ಚು ಸಾಧಿಸುತ್ತಾರೆ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ತಪಸ್ಸು ಮಾಡುವುದು. ಆದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಸಮಾನ ಅವಕಾಶಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ-ಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಪ್ರತಿ ಯುಗದಲ್ಲೂ ಹೀಗೇ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಇದ್ದುಕೊಂಡು ಧ್ಯಾನಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಅಪಘಾತಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಅಸಾಧ್ಯವೆ?

ಉ: ಕೆಲವು ಅಪಘಾತಗಳು ಘಟಿಸುವುದು ವಿಧಿ ನಿರ್ಧಾರಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ವಿಧಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕು. ಇದು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಆದರೆ ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೂ ಅಪಘಾತಗಳು ಸಂಭವಿಸಿದರೆ ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ದೂಷಿಸಬೇಡಿ. ಎಲ್ಲ ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲೂ ಇದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ, ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳಿಗೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯು ತೀವ್ರತೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ತೀಕ್ಷ್ಣತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತವೆಯೇ?

ಉ: ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ, ನಾವು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ನಾವು ಸದೃಢರಾಗುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ವಿವೇಕಿಗಳು ಕೂಡಾ ಆಗುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರ: ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ದಾಳಿ ಮಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲ, ನಮ್ಮ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆ-ಯಿಂದಿರುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ಕೆಲವು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು, ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆದೋ ಅಥವಾ ತಪ್ಪು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ-ದಿಂದಾಗಿಯೋ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಆಕ್ರಮಣ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು. ಮನುಷ್ಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ಅತಿಯಾಗಿ ಕೋಪ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ಆ ಕೋಪದ ತರಂಗಗಳು ಕೂಡಾ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಅಪ್ಪಳಿಸಬಹುದು. ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ್ದು, ಯಾವಾಗಲೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಬಲಿಷ್ಠರನ್ನಾಗಿ ಮತ್ತು ವಿಶಾಲ ಮನಸ್ಸಿನವರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮಗೆ ಸಮತೋಲನ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆಯಿಂದ ಇರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಮೂಲಕ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಬಹುದೇ? ಅಥವಾ ನಾವು ಕೇವಲ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದರೆ ಸಾಕೇ?

ಉ: ನಾವು ಕೇವಲ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದರೂ ಅದು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗಿದ್ದರೂ ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಅದು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಬೆಳಕಿನ ಮೂಲಕ ಕಳುಹಿಸಿದ ಸಂದೇಶದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವೇ?

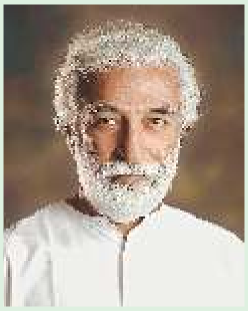
ಉ: ಹೌದು. ಸಂದೇಶದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಓದಲು, ನಾವು ಅತ್ಯಂತ ಸಮಾಧಾನ ಮತ್ತು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು. ನಾವು ವಿಶಾಲಗೊಂಡ ಅರಿವಿನ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರಬೇಕು.

ಪ್ರ: ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಒಂದು ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಧ್ಯಮವನ್ನಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದೇ?

ಉ: ಹೌದು. ಇದು ದೂರಸಂವೇದನ ಸಂದೇಶ ಕಳುಹಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಬಹಳ ಪ್ರಭಾವಶಾಲಿ ಮತ್ತು ವೇಗವಾದುದು. ನಿಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಒಂದು ಬೆಳಕಿನ ಗೋಲ ಇದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ. ಆ ಗೋಲದ ಒಳಗೆ ನಿಮ್ಮ ವಿಚಾರ ಅಥವಾ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಇರಿಸಿ. ಅದು ಸರಳ, ಶುದ್ಧ ಮತ್ತು ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಸಂದೇಶವಾಗಿರಬೇಕು. ನಂತರ ಈ ಗೋಲವು ನೀವು ಯಾರಿಗೆ ಸಂದೇಶ ಕಳುಹಿಸಬೇಕೆಂದಿರುವಿರೋ ಅವರಿಗೆ ಹೋಗಿ ತಲುಪುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಿಮ್ಮ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ. ■

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 तत्वांचा 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/-



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.)

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

ಸಾಧಕರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸ್ವರ್ಣಲತಾ

ಈಗ ಕೆಲವು ತಿಂಗಳುಗಳಿಂದ ನಾನು ಪ್ರತಿದಿನ ಪ್ರಕೃತಿಯೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕಾಲವನ್ನು ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಆಕಾಶದ ಪ್ರತಿಬಿಂಬ ನನ್ನ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬಂದಾಗಿನಿಂದ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಹಕ್ಕಿಯಂತಾಗಿ ಹಾರಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮೀರಿ ಹೋಗುತ್ತೇನೆ. ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಪ್ರಮಾಣ ಕೂಡಾ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಅನೇಕ ಸಲ ನನ್ನೊಳಗಿನ ಮೌನವನ್ನು ಹೊರಗಿನ ಮೌನದೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ ಮಾಡುವಾಗ, ದೇಹವೇ ಇಲ್ಲದಂತಾಗಿ ಹಗುರವಾದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಆಗ ನಾನು ಬಹಳ ಆಳಕ್ಕೆ ಇಳಿಯುತ್ತಾ ಹೋದೆ. ನಿಧಾನವಾಗಿ ನನ್ನೊಳಗೆ ಪ್ರಶಾಂತತೆಯ ಅಲೆಗಳು ಸಂಚರಿಸಲು ಶುರುವಾಯಿತು ಮತ್ತು ನಾನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮೌನಳಾದೆ. ನನ್ನ ಚರ್ಮದ ಕೆಳಗೆ ಮೌನದ ಒಂದು ದಪ್ಪ ಪದರವಿದ್ದು, ಅದು ನನ್ನ ಸಂಪೂರ್ಣ ಶರೀರವನ್ನು ಬಹಳ ಸಮಯದವರೆಗೆ ಆವರಿಸಿಕೊಂಡಂತಿತ್ತು. ಈ ಮೊದಲು ನಾನು ಅನುಭವಿಸಿದ ಬೆಳಕು ಬರೀ ಬಾಹ್ಯಮಟ್ಟದ್ದೆಂದು ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಯಿತು. ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ನನ್ನ ವಂದನೆಗಳು.

– ಭಾವನಾ ವಿಚ್ಛಿವೋರಾ

ನನ್ನ ತಮ್ಮನನ್ನು ಡೆಂಗೂ ಜ್ವರದಿಂದಾಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಹೀಲಿಂಗ್ ಎನರ್ಜಿಯನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವ ಮೊದಲು ಗುರೂಜಿ ಹಾಗೂ ಸಂತೋಷಿ ದೇವಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ನಂತರ ಅದರ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನನ್ನ ತಮ್ಮನನ್ನು ನಾನು ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನೋಡಿದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಅವನು ಧ್ಯಾನ ನಿರತನಾಗಿದ್ದಂತೆ ಬಹಳ ನಿಶ್ಚಲನಾಗಿದ್ದ. ನನ್ನ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮುಗಿಸಿದ ನಂತರವೂ ನನ್ನ ಒಳಗಣ್ಣಿನಿಂದ ಅವನು ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದ. ಆ ನಂತರ ಅವನು ಬಹಳ ಬೇಗ ಗುಣಮುಖನಾದ.

– ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್

ಪ್ರಸ್ತುತದ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಅಭದ್ರತೆಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅವು ಅಭದ್ರಗೊಳ್ಳದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ ಧ್ಯಾನವಮಾಡಿದೆ. ನಂತರ ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುವಂತಹ ಹೊಸ ದಾರಿಗಳು ಕಾಣಲಾರಂಭಿಸಿವೆ.

– ಗೀತಾ ಜೋಶಿ

ಅನೇಕ ಆದ್ಯತೆಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಧ್ಯಾನ ಈಗ ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮುಂಚೂಣಿಯ ಸ್ಥಾನ ಪಡೆದಿದೆ. ಧ್ಯಾನದ ಅತ್ಯದ್ಭುತವಾದ ತಂತ್ರಗಳು ದೊರಕಿದುದರಿಂದ ನಾನು ಅನುಗ್ರಹಿತಳಾಗಿರುವಂತೆನಿಸಿದೆ. ನನ್ನ ಜೀವನ ಹಾಗೂ ಯೋಚನೆಗಳಲ್ಲಿ ಸರ್ವತೋಮುಖ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗಿರುವುದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಘಟನೆಗಳು ತಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾವೇ ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಜೀವನದೊಂದಿಗೆ ಹಾಗೆಯೇ ಹರಿಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನವಿಲ್ಲದ ದಿನ ಅಪೂರ್ಣವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತಿವೆ.

– ಕೌಶಿಕ್ ಥಾಯ್

ಭಾನುವಾರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಕೆಲಸದ ಹೊರೆ ಜಾಸ್ತಿಯಿದ್ದು, ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಊಟಕ್ಕೆ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 3 ರಿಂದ 4 ಗಂಟೆಯಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ ಇತ್ತೀಚಿನ ಕೆಲವು ತಿಂಗಳುಗಳಿಂದ, ನನ್ನ ಭಾನುವಾರಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿದ್ದು ನನಗೆ ಆರಾಮವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿನ ಶಾಂತಿಯ ಆರಂಭ ಇದು ಎನಿಸುತ್ತದೆ.

– ಆಶಾ ಆರ್. ಪಿರ್‌ಲಾಕ್

ನನಗೆ ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಕರುಣೆಯ ಅನುಭವ–ವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ನನ್ನಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಬೇರೆಬೇರೆ ವಿಧದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕೊಡಬೇಕೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ನಾನೇ ಹೊಣೆ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಕೊಡುವುದು ನನ್ನ ಸ್ವಭಾವ, ಈ ನನ್ನ ಸ್ವಭಾವವು ನನ್ನ ಅಂತರಾತ್ಮವನ್ನು ತಲುಪಲು ಒಂದು ಸೇತುವೆಯಾಗುತ್ತದೆಂದು ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ.

– ರಶ್ಮಿ ಧಾರೋದ್

ಕೆಲವು ವಾರಗಳಿಂದೀಚೆಗೆ ಈ ಧ್ಯಾನದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿನ ನನ್ನ ನಂಬಿಕೆ ಉಚ್ಚಸ್ಥಾನಕ್ಕೇರಿದೆ. ಋಷಿಗಳಲ್ಲಿ ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದ ಬೇಡಿಕೆಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಂತಿವೆ. ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಅವರಿಗೆ ವಂದಿಸುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ನನಗೆ ಏನೇ ಆದರೂ ನನ್ನನ್ನು ಅವರು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವರೆಂಬ ಭರವಸೆ ನನಗಿದೆ. ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಕಷ್ಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ. ಇದು ನನ್ನ ಜೀವನದ ಪರೀಕ್ಷೆಯಾಗಿದ್ದು, ಋಷಿಗಳು ನನ್ನ ಕೈ ಹಿಡಿದು ನಡೆಸಿ ದಾಟಿಸುವರೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ.

– ನಂದಿತಾ ಪಟೇಲ್

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