



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.

ಗುರುಜಿ 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

ಗುರುಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು - ಮಾರ್ಚ್ 2011ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ನಾನೊಬ್ಬ ಧ್ಯಾನಿಯೆಂದು ಹೇಳಿದಾಗ ಕೌಂಟರ್‌ನಲ್ಲಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು, “ಹಾಗಾದರೆ ನಿಮಗೆ ತುಂಬಾ ತಾಳ್ಮೆ ಇರಬೇಕು!” ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ನಾನು ನಸುನಕ್ಕೆ. ಆಕೆ ಕೇಳಿದರು, “ನಿಮಗೆ ಕೋಪ ಬರುವುದಿಲ್ಲವೆ?” ನಾನು ಮತ್ತೆ ಮುಗುಳ್ಳಗೆ ಬೀರಿದೆ. ನನಗೆ ಕೊಡಬೇಕಾದ ಪೊಟ್ಟಣವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಮೇಲೆ ಆಕೆಯು ಸುಂದರವಾದ ಮೆಚ್ಚುಗೆಯ ನಗುವನ್ನು ಬೀರಿದರು. ಆಕೆಯ ನಿರೀಕ್ಷೆಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಬದುಕಬೇಕು ಎಂದು ನಾನಂದುಕೊಂಡೆ. ಆಕೆಯ ನಗುವಿಗೆ ನಾನು ಅರ್ಹನಾಗಬೇಕು.

ನಮ್ಮಂಥ ಧ್ಯಾನಿಗಳಿಂದ ಜನರು ಸಹಜವಾಗಿ ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚಿನದನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದು ನ್ಯಾಯವೂ ಹೌದು. ಯಾರೂ ನಿರಾಶರಾಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯ. ತಾಳ್ಮೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿ ಕಾಣುವಂತಿದ್ದು ಅವು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಸೋಗು ಹಾಕಬಾರದು. ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ತಾಳ್ಮೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರಬೇಕು. ನಾವು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ, ಧ್ಯಾನದ ಪ್ರಭಾವವು ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಲು ನಾವು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟರೆ, ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ವಾಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸುಲಭವಾಗಿ ಆಗಬೇಕು. ಅದು ಎಂದಿಗೂ ಕಷ್ಟಕರ ಅಥವಾ ಹೊರ ಎನಿಸಬಾರದು.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ತಾಳ್ಮೆಯ ಭಂಡಾರವಿರಬೇಕು, ಅಲ್ಲದೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಹಲವಾರು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂಪತ್ತುಗಳಿರಬೇಕು, ಅವುಗಳನ್ನು ಇತರರು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆಂಬ ಕಾರಣದಿಂದಲ್ಲ, ಹೊವುಗಳಲ್ಲಿರುವ ನಗುವಿನಂತೆ ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಹೊಂದಿರುತ್ತೇವೆ ಎಂಬ ಕಾರಣದಿಂದ.

ಈಜಿಪ್ಟಿನ ಜನತೆ ತಮ್ಮ ಅಧ್ಯಕ್ಷನನ್ನು ಕೆಳಗಿಳಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಫಲರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅಧಿಕಾರದಲ್ಲಿರುವವರು ಜನತೆಯ ದನಿಗೆ ಓಗೊಡಲೇಬೇಕಾಯಿತು. ಮನುಕುಲದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಇದು ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾದ ಹಾಗೂ ವಿಶೇಷವಾದ ಬೆಳವಣಿಗೆ. ಆ ಜನರನ್ನು ಅಭಿನಂದಿಸಬೇಕು. ರಸ್ತೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ಜನರ ಗುಂಪು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಮನೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ಮೌನ ಧ್ವನಿಗಳನ್ನೂ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅವರು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಜಗತ್ತಿನೆಲ್ಲೆಡೆಯಿಂದ ಲಕ್ಷ ಲಕ್ಷ ಜನರು ಮೌನವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಸೂಚಿಸಿದರು. ಸಾಮೂಹಿಕ ಯೋಚನಾಶಕ್ತಿಗೆ ತನ್ನದೇ ಆದ ಪ್ರಭಾವವಿತ್ತು, ಬದಲಾವಣೆ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಯಿತು. ಅದನ್ನು ಯಾರಿಗೂ ತಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿರಲಿಲ್ಲ.

ಇದು ಈಗಾಗಲೇ ಆರಂಭವಾಗಿರುವ ಹೊಸಯುಗದ ರೀತಿ. ಹೊಸಯುಗದ ಚೈತನ್ಯಗಳು, ಪೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್‌ನ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಹಾಗೂ ನಾವು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಕೆಳತಂದ ಮಹಾನ್ ರಾ ಚೈತನ್ಯಗಳೆಲ್ಲ ಸೇರಿ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕಾರ್ಯದಿಂದ ಭ್ರಷ್ಟ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಪತನಹೊಂದಲಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ಆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಆಗಲೇ ಆರಂಭವಾಗಿದೆ. ಬದಲಾವಣೆ ಆರಂಭವಾಗಿದೆ. ಅದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಕಾಣುವಂತಿದೆ.

ಧ್ಯಾನಿಗಳಾದ ನಮಗೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿವೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಜಗತ್ತಿನೆಲ್ಲೆಡೆಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದು ನಮ್ಮ ಕೆಲಸ. ಇದರಿಂದ ಪ್ರಳಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಪ್ರಬಲವಾಗುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾದಾಗ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಮಹತ್ತರವಾದ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಹೊಸಯುಗದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ಸಂಸ್ಥಾಪನೆಗೆ ನಾಂದಿಯಾಗುತ್ತವೆ.

2009ರ ಫೆಬ್ರವರಿ 26ರಂದು ನಾವು ಒಂದು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿದ್ದೆವು, ಅದರಲ್ಲಿ ಜಗತ್ತಿನೆಲ್ಲೆಡೆಯಿಂದ ಸಹಸ್ರಾರು ಜನರು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೃಹತ್ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಭೂಮಿಗೆ ತರಲಾಯಿತು. ಭವಿಷ್ಯದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಕಾರ್ಯಗತಗೊಳಿಸಲು ಇತರ ಚೈತನ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಈ ಚೈತನ್ಯವೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ■



ಮಾನಸ ಪ್ಲಾಂಡೇಶನ್ (ರಿ)
ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹಣ್ಣೂರು-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,
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಲೇಔಟ್

ಸೋಮವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಲೇಔಟ್

ಮಂಗಳವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

ಶ್ರೀ ಅರಬಿಂದೊ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್, 1ನೇ ಫೇಸ್,
ಜಿ.ಪಿ. ನಗರ

ಬುಧವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

ಆರ್ಯ ಸಮಾಜ, ಸಿ.ಎಂ.ಹೆಚ್. ರೋಡ್,
ಇಂದಿರಾನಗರ

ಹಿಮಾಂಶು, 4ನೆಯ ಮೇನ್, ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ
ಮಾರುತಿ ಮಂದಿರ, ವಿಜಯನಗರ

ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

ದೇವಗಿರಿ ವೆಂಕಟೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ
ಬನಶಂಕರಿ 2ನೆಯ ಸ್ಟೇಜ್

ಶುಕ್ರವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

ಇಂಡಿಯನ್ ಹೆರಿಟೇಜ್ ಅಕಾಡೆಮಿ
6ನೆಯ ಬ್ಲಾಕ್, ಕೋರಮಂಗಲ

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

ಹಿಮಾಂಶು, 4ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ,
ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ

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 12 ರಿಂದ 1 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.



ಆನೇಕಲ್ ಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿರುವ ಶ್ರೀ ಮಂಜುನಾಥ ಶಾಸ್ತ್ರಿಯವರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ
ಹೊಸ ಧ್ಯಾನ ತರಗತಿಗಳ ಉದ್ಘಾಟನಾ ಸಮಾರಂಭ 12-4-2016ರಂದು ಜರುಗಿತು.

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- ಗುರೂಜಿಯವರ 77ನೇ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬವನ್ನು ದಿನಾಂಕ 22-5-2016 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ದಿನಾಂಕ 18-5-2016 ರಂದು ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.
- ಅದ್ಭುತವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಮತ್ತು ಪಡೆಯುವ ಒಂದು ವಿಶೇಷ ಅವಕಾಶವಾದ ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯು ದಿನಾಂಕ 04-05-2016ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಿತು. ಅಂದು ಸುಮಾರು 125 ಜನ ಸಾಧಕರು ತಪೋನಗರದ ಮೆಡಿಟೇಷನ್ ಹಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಸುಮಾರು 80 ಜನ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು.
- 'ರಾ' ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಸದಸ್ಯರು 15-05-2016 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿ 'ರಾ' ಲೋಕದ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದರು.
- ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ನಮ್ಮ ಇತರ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಹಾಜರಾಗುವ ಸಾಧಕರು ತಮ್ಮ ಮಾಸಿಕ ಫೀಯನ್ನು ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಎರಡನೇ ತರಗತಿಯೊಳಗೆ ಪಾವತಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ. ದೂರಕಲಿಕೆಯ ಸಾಧಕರು ಕೂಡಾ, ತಮ್ಮ ದೂರಕಲಿಕೆ ಧ್ಯಾನದ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಷನ್‌ನ ನವೀಕರಣವನ್ನು ಅದು ಕೊನೆಗೊಂಡ ನಂತರದ 15 ದಿನದೊಳಗಾಗಿ ಪಾವತಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ. ಇದರಿಂದ, ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ಯಾವ ತಿಂಗಳೂ ತಡೆಹಿಡಿಯದಂತೆ ಅಂಚೆ ಮೂಲಕ ರವಾನಿಸಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

- ಶಂಬಲದ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಂದ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಮತ್ತು ಅನುಭವಿಸುವ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನವು ದಿನಾಂಕ 08-05-2016 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಿತು. ಈ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಸುಮಾರು 125 ಜನ ಸಾಧಕರು ತಪೋನಗರದ ಮೆಡಿಟೇಷನ್ ಹಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಸುಮಾರು 70 ಜನರು ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುವುದರ ಮೂಲಕ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

03	ಶುಕ್ರ	ಮಾಸಶಿವರಾತ್ರಿ
05	ಭಾನು	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
07	ಮಂಗಳ	ಭಗವಾನ್ ಕಲ್ಕಿ ಜನ್ಮದಿನ
12	ಭಾನು	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
14	ಮಂಗಳ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
20	ಸೋಮ	ಪೂರ್ಣಿಮಾ
28	ಮಂಗಳ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

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

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

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

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಕಳೆದ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ನಿಯತವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಬೆಳಗಿನ ಆಸೆಂಜಿಯಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಸೆಷನ್‌ಗಳು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಈ ಮೊದಲೇ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಯೋಚನೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಆಯಾದಿನದ ಒಳ್ಳೆಯತನವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಮನಸ್ಸನ್ನು ತಯಾರುಮಾಡುತ್ತವೆ. ನವಚೈತನ್ಯಗೊಂಡ ಮನಸ್ಸು ದೇಹವನ್ನು ಕೂಡ ಚೈತನ್ಯಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ತಮ್ಮ ದಿನವು ಅತ್ಯಂತ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಆರಂಭಗೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದ ಇರುವುದನ್ನು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು ಗಮನಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಒಟ್ಟಾರೆ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನವಚೈತನ್ಯ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ, ಉಲ್ಲಾಸ ತುಂಬುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಬೋಧನೆ ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಒಂದು ಆನಂದದಾಯಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನಾಗಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳಬಹುದು. ಅದು ನಮ್ಮ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಹರಡುತ್ತದೆ.

- ಶ್ರೀಮತಿ ಶಾಂತಿ ಮುರುಗೇಶ್, ಶಿಕ್ಷಕಿ, ಕೆನಾನ್ ಕ್ರೈಸ್ಟ್ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಸಭೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಓರ್ವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಮೈಕ್ ಹತ್ತಿರ ಬಂದು ತಾನು ಪ್ರತಿದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದಾಗಿಯೂ, ಮತ್ತು ಅದರಿಂದಾಗಿ ತಾನು 9ನೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ 85% ಅಂಕ ಗಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತೆಂದೂ ಹೇಳಿದ. ಹುಡುಗ ವೇದಿಕೆ ಮೇಲೆ ಬಂದು ಮಾತನಾಡಿದುದನ್ನು ನೋಡಿ ನನಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ನ ದಿನ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇತರ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಆಸೆಂಜಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿರುವುದು ಬಲು ಅಪರೂಪ.

- ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರು, ರೌಂಡ್ ಟೇಬಲ್ ಶಾಲೆ, ರೂಪೇನ ಅಗ್ರಹಾರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಬೆಳಕಿನ ಉತ್ತಮ ಗುಣಗಳಾದ ಶಾಂತಿ, ನೆಮ್ಮದಿ, ಶುದ್ಧತೆ ಹಾಗೂ ಸತ್ಯತೆಯಂಥವುಗಳು ನನ್ನ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂದಿವೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ಸಂತೋಷಭರಿತಳಾಗಿದ್ದೆ.

- ಜೆನಿಫರ್, 7ನೇ ತರಗತಿ, ಸೈಂಟ್ ಆಂಟನೀಸ್ ಹೈಯರ್ ಪ್ರೈಮರಿ ಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಪರಿಚಯಿಸುವ ಮುನ್ನ, ನನ್ನ ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಾನು ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಮರೆಯುತ್ತಿದ್ದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಐದು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಲಾರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ, ನನ್ನ ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ.

- ಶಬನಿಠಾನ್ ಎಸ್., 7ನೇ ತರಗತಿ, ಚೆನ್ನೈ ಮಾಧ್ಯಮಿಕ ಶಾಲೆ, ಟ್ರಸ್ಟ್‌ಪುರಂ, ಚೆನ್ನೈ

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಬೇಸಿಗೆಯ ಬಿಸಿ ತೀವ್ರವಾಗಿದೆ. ಇದು ಮನುಕುಲ ಎದುರಿಸುವ ಕಷ್ಟಕಾಲದ ಒಂದು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯಂತಿದೆ. ತಪೋನಗರವು ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ತನ್ನ ಸಂಯಮವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದಿದೆ; ಅದು ಕೆಲವು ಹೂವುಗಳನ್ನು ಸತತವಾಗಿ ಅರಳಿಸುತ್ತಾ, ಹವಾಮಾನ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುವ ಭರವಸೆಯನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ತಪೋನಗರವು ತನ್ನದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅದೇ ಪಾಠವನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತದೆ - ಬಾಹ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸದೆ ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿದ್ರಷ್ಟು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಸಮಯಗಳನ್ನು ಎದುರನೋಡುವುದು.

ಚಿಕ್ಕುಬ್ಬಿ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ನೂತನವಾಗಿ ನಿರ್ಮಿಸಲಾದ ಎರಡು ಹೊಸ ಬಸ್‌ನಿಲ್ದಾಣಗಳು, ಹೆಚ್ಚುತ್ತಲೇ ಇರುವ ದೈನಂದಿನ ಪ್ರಯಾಣಿಕರ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳ ಉದ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಜೋಕಾಲಿಗಳು ಮತ್ತು ಜಾರುಬಂಡೆಗಳ ಬದಲಿಗೆ, ಆ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕರ ಉಪಯೋಗಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ಕೊಠಡಿಯನ್ನು ಗ್ರಾಮಸ್ಥರು ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅನೇಕ ವಿಲ್ಲಾಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಒಂದು ಸಂಪೂರ್ಣ ಬಡಾವಣೆಯು ಜನರ ವಾಸಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚೂಕಡಿಮೆ ಸಿದ್ಧವಾಗಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸುವ ಹಳ್ಳಿಯ ರಸ್ತೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯು ಇನ್ನೂ ಹದಗೆಟ್ಟಿದೆ. ಏನೇ ಆದರೂ ಬದಲಾವಣೆಯು ಒಂದು ನಿರಂತರ ಕ್ರಿಯೆ; ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಅನುಕೂಲಕರವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಉಳಿದವುಗಳು ಅಷ್ಟೊಂದು ಇಷ್ಟವಾಗದಿರಬಹುದು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸಹಜವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಾ ತಪೋನಗರಗಿರು ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಡೆಗೆ ತಮ್ಮ ಗಮನವನ್ನು ಹರಿಸಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಹಿತ ಅಥವಾ ಅಹಿತವಾದುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ನಂಬಿಕೆ ಇರುವವರಿಗೆ ಭರವಸೆಯು ಒಂದು ಯಥಾರ್ಥತೆಯಾಗಿದೆ. ಇಡೀ ವಿಶ್ವಕ್ಕಾಗಿ ಮಹಾನ್ ಋಷಿಗಳು ಒಂದು ಬೃಹದ್ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ತಪೋನಗರವನ್ನು ಮುಂಬರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅದು ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾಗಿರುವ ಪಾತ್ರಕ್ಕಾಗಿ ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ತಪೋನಗರಗಿರು ಈಗಿನ ಪೀಳಿಗೆಯು, ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಕಾಲವು ಒಡ್ಡುವ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ತಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯದಡೆಗೆ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಬೇಕು. ■

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

ಮೇ 2005

ತಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಜನರು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಸಹಜ. ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕಾದರೆ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಕಾರಣ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಮುರಿಯಲಾರರು ಅಥವಾ ಮುರಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ, ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಅಷ್ಟು ಸಾಕು. ಕೆಲವರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಹಿಂಜರಿಯುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಮಂತ್ರವನ್ನಾದರೂ ಜಪಿಸಿ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ಅದರ ನೆಪದಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಬಹಳ ತೊಂದರೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕೊಟ್ಟೆವು. ಸುಮಾರು ಎರಡು ತಿಂಗಳ ನಂತರ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದ ಹಾಗೆ ಅವರು, ಇಂತಹ ಒಂದು ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದಾಗಿ ನನಗೆ ಹೇಳಿದರು. ಏಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೀರೆಂದು ನಾನು ಕೇಳಿದೆ. ಅವರೆಂದರು, “ಪೂರ್ಣಿಮೆಯ ದಿನದಂದು ಬೆಟ್ಟವೊಂದರ ಸುತ್ತಲಿನ 16 ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ಪರಿಕ್ರಮೆ ಮಾಡಿದರೆ ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ದೂರವಾಗುತ್ತವೆ.” ನಾವಿಲ್ಲಿ ಹೇಳುತ್ತೇವೆ, “ನೀವು ಧ್ಯಾನಮಾಡಿ, ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರವಾಗುತ್ತದೆ.” ಅಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರವಾಗಬಹುದೇನೋ. ಅವರ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರವಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಆಗದಿರಲಿ ಅವರ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಂತೂ ಅದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆಂದು ನಾನು ಯೋಚಿಸಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಸ್ವಲ್ಪ ದಪ್ಪಿದ್ದಾರೆ! ಧ್ಯಾನದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಜನರು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ. ಅದು ಸಹಜ ಕೂಡ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಈ ಘಟನೆಯನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನಮ್ಮ ಮನೋಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ನಾವಿನ್ನೂ ಹೊರಬರಬೇಕಿದೆ. ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ನಡೆದರೆ ದೇವರು ಸಂತುಷ್ಟನಾಗುತ್ತಾನೆಂದು ನಾವು ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ದೇವರು ಸಂತುಷ್ಟನಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ದೇವರು ತೃಪ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ!

ಇದರ ಅರಿವುಂಟಾಗಲು ಜನರಿಗೆ ಸಮಯ ಬೇಕು. ನಾವು ಉರುಳುಸೇವೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಮೂಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಭಾಷಿಸಬಹುದು, ಭಾವಾತಿರೇಕದಲ್ಲಿ ಅವನನ್ನು ಅಪ್ಪಬಹುದು. ಅಷ್ಟು ಸಾಕು. ನೀವು ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ನಡೆಯಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಅಂತಹ ಬೇರೇನನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಅಮರರವರು ಜೀವಂತವಾಗಿದ್ದಾಗ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೊಬ್ಬರು ಪರಿಹಾರವೊಂದನ್ನು ಕೇಳಿದರು. ಅಮರರವರು ಪರಿಹಾರವೊಂದನ್ನು ಕೊಟ್ಟರು ಹಾಗೂ ಅನೇಕ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿ ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರು. ಆದರೂ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಜ್ಯೋತಿಷಿಯೊಬ್ಬರ ಬಳಿ ಹೋದರು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರು ಹೀಗೆಯೇ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲಾರಂಭಿಸಿದ ನಂತರವೂ ಅವರು ಜ್ಯೋತಿಷಿಗಳ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ! ಜ್ಯೋತಿಷಿಯೊಬ್ಬರು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದರು, “ಮೈಸೂರಿನಲ್ಲಿ ನೀವು ಚಾಮುಂಡಿ ಬೆಟ್ಟವನ್ನು ಹತ್ತಬೇಕು ಹಾಗೂ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮೆಟ್ಟಿಲಿನಲ್ಲೂ ಒಂದು ತೆಂಗಿನಕಾಯಿಯನ್ನು ಒಡೆಯಬೇಕು.” ಅವರು ಹಾಗೆಯೇ ಮಾಡಿದರು! ಅಮರರವರಿಗೆ ಆ ವಿಷಯ ತಿಳಿದಾಗ, ಅವರೆಂದರು, “ಒಳ್ಳೆಯದೇ ಆಯಿತು, ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ ವ್ಯಾಪಾರಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ವ್ಯಾಪಾರವಾಯಿತು!” ಉತ್ಕೃಷ್ಟವಾದುವುಗಳೂ ಇರುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಡಲು ಈ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಭೌತಿಕ ಆಚರಣೆಗಳನ್ನು ದೂರವಿಡಬಹುದು. ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿಂದಲೇ ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಬಹುದು. ಇವು ಮುಂದಿನ ಯುಗದ ವಿಧಾನಗಳಾಗಿವೆ. ಕಾಲಕಳೆದಂತೆ ಎಲ್ಲರೂ ಜಾಗೃತಗೊಂಡು ಇವುಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾರೆಂದು ನನಗೆ ಖಚಿತವಾಗಿ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಮ್ಮ ಕೆಲಸವೆಂದರೆ, ಜನರು ಸಿದ್ಧರಾಗುವವರೆಗೆ ಕಾಯುವುದು, ನಂತರ ಅವರಿಗೆ ಹೊಸ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುದು ಹಾಗೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಅವರಿಗೆ ವಿವರಿಸುವುದು. ವಿಶ್ವದ ಕೊನೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿ ಜಾಗೃತಗೊಳ್ಳುವವರೆಗೂ ನಮ್ಮ ಕೆಲಸ ಅಂತ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಈ ಕೆಲಸ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ನಾವು ಅತ್ಯಂತ ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದಿರಬೇಕು. ಜನರು ಸುಲಭವಾಗಿ ಇವುಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು, ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆಂದು ನಾವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವಂತಿಲ್ಲ. ಜನರು ತಪ್ಪು ಮಾಡುವುದನ್ನು, ಅಪಾರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು, ಅಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗುವುದನ್ನು ಅಥವಾ ಬೇರೊಂದರ ಮೊರೆಹೋಗುವುದನ್ನು ನಾವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಗತ ಸಾಧನೆಯು ಎಂದಿಗೂ ಸುಗಮವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಸುಲಭವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನೇರವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ಸೇರುವ ನಾವು, ಇಲ್ಲಿನ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಅಥವಾ ಮುಂದೆ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಾಗುವ ಅಥವಾ ಆಗದಿರುವ ಬೇರೆಲ್ಲರೂ, ಯಾವುದಾದರೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇತರರಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತೇವೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಈ ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿಯೇ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ನೀವದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿದರೂ ನಿಮ್ಮಿಂದ ಹೊರಹರಡುವುದು ಅದರ ಸಹಜ ಗುಣವಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ನೀವು ತುಂಬ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದಿರಬೇಕು, ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ ಸಮಯ ಬೇಕು.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಕನಸು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಎಚ್ಚರಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ನಂತರ ಪುನಃ ನಿದ್ರೆಗೆ ಜಾರಿದಾಗ ಕನಸು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ, ಅದು ಹೇಗೆ?

ನಾನು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಅತ್ರಿ ಮಹರ್ಷಿಯವರನ್ನು ಕೇಳಿದೆ. “ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯ (sub-conscious) ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಕನಸು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ, ನಮ್ಮ ಕನಸು ತುಂಬ ದೊಡ್ಡದಿದ್ದಾಗ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ಎಚ್ಚರಗೊಂಡ ನಂತರವೂ ಅದು ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ನಾವು ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಎಚ್ಚರಗೊಂಡು ಪುನಃ ನಿದ್ರೆಗೆ ಜಾರಿದಾಗ ಕನಸು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಅದು ನಿಲ್ಲುವುದಿಲ್ಲ,” ಎಂದು ಅವರು ವಿವರಿಸಿದರು. ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನದನ್ನು ಮುಂದೆ ವಿವರಿಸುವುದಾಗಿ ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ನನಗೆ ಗೊತ್ತಾದಾಗ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಭಾನುವಾರಗಳಂದು ಮಾತನಾಡುವ ಸಾಧಕರ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಬಹಳ ಸಂತೋಷವಿದೆ. ಕಳೆದ ಎಲ್ಲ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ವಿವರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದ ವಿಷಯಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಅವರು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೂ ಅವುಗಳು ಅವರಲ್ಲಿ ಬೇರೂರಿವೆ. ಋಷಿಗಳು ನನ್ನ ಮೂಲಕ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೆಲ್ಲವೂ ಈ ಸಾಧಕರ ಮೂಲಕ ಇತರರಿಗೆ ತಲುಪುತ್ತದೆ ಎಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಸಾಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಇಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಮಾತನಾಡುತ್ತೇವೆ, ಬದಲಾಗುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ, ಯಾವುದರಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು, ಏನನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು, ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ. ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಒಂದು ಪದವನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಎರಡು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬಹುದು. ವೈಚಾರಿಕವಾಗಿ ಮಹತ್ತರ ಭಾಷಣಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರಬಹುದು, ಅವುಗಳನ್ನು ಹಲವಾರು ಸಂಪುಟಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಒಂದು ವ್ಯಾವಹಾರಿಕವಾದ ಸೂಚನೆಯು ಹಲವಾರು ಭಾಷಣಗಳ ಸಂಗ್ರಹಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚೆಂದು ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ವ್ಯಾವಹಾರಿಕವಾದ ಸಾಧನೆಗೆ ಮಹತ್ವ ಕೊಟ್ಟು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

26-10-2014

“ಕುಟುಂಬವೊಂದರಲ್ಲಿ ನಾನು ಬಾಳುವಾಗ ನನ್ನದೇ ಸ್ವಂತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಾಳಬಹುದೇ, ಅದು ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಸಾಮರಸ್ಯದಿಂದಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಕೂಡ?” ಎಂದು ನನ್ನನ್ನು ಕೇಳಲಾಯಿತು.

ತನ್ನ ಕುಟುಂಬವರ್ಗದವರು ಜೀವನದ ಉನ್ನತ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾರರು ಎನ್ನುವುದು ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅನಿಸಿಕೆ. ತನ್ನ ಮಾರ್ಗ ಉನ್ನತವಾದುದು, ಆದರೆ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ಅದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾರದಾದ್ದರಿಂದ ಸಾಮರಸ್ಯ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದು ಅವರಿಗೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರ ಆ ಪ್ರಶ್ನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇದೆ.

ಸಂಸಾರವೊಂದರಲ್ಲಿ ಬಾಳುವಾಗ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸಾಮರಸ್ಯದಿಂದ ಬಾಳಬೇಕು. ಅದು ಉನ್ನತ ಮಾರ್ಗದ ಜೀವನದ ಒಂದು ಭಾಗ. ಅದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗ. ಈಗ ತಾನೆ ನಾವು ಜೀವಶಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಅದು ಆನಂದ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹಂಚುವುದಾಗಿದೆ. ಹಾಗಿರುವಾಗ ಅಸಾಮರಸ್ಯ ಹೇಗೆ ಸರಿಯೆನಿಸುತ್ತದೆ? ಆದರೆ, ನಾನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿದ ಆತ್ಮವಾಗಿದ್ದು ಇತರರು ಅಷ್ಟೊಂದು ಮುಂದುವರಿಯದಿದ್ದಾಗ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ವಾಸ್ತವವೆಂದರೆ, ಇತರ ಆತ್ಮಗಳ ಸ್ಥಿತಿ ಏನೇ ಇದ್ದರೂ, ನಾವು ಮುಂದುವರಿದ ಆತ್ಮವಾಗಿದ್ದರೆ ಅಸಾಮರಸ್ಯದಿಂದ ಬಾಳಲಾರವು. ಅಲ್ಲಿ ಅಸಾಮರಸ್ಯವಿದ್ದರೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಂದುವರಿದ ಆತ್ಮವೆಂದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?

ನಾವು ಕುಟುಂಬದವರ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಇಳಿದು ಅವರ ದಾರಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವ ಬದಲು, ನಮ್ಮ ಉನ್ನತ ದಾರಿಗೆ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮವಲ್ಲವೇ? ನನಗನಿಸುವುದೇನೆಂದರೆ, ಅವರು ಮೇಲೇರಲು ನಾವು ಕಾಯಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಉನ್ನತ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅವರು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ಕಾಯಬೇಕಾಗಬಹುದು. ನಾವು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಹಳ ತಾಳ್ಮೆ ಇರಬೇಕು. ನಾವು ಕೆಳಮಟ್ಟದ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ಆದರೆ ನಮ್ಮ ವಿಧಾನಗಳನ್ನೂ ಅವರ ಮೇಲೆ ಹೇರುವ ಹಾಗಿಲ್ಲ. ಉನ್ನತ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅವರು ಇನ್ನೂ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ-ವೆಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಅವರನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವಾಗ ಕಾಣುವಂತಿಲ್ಲ. ನಾವು ಕೂಡ ಅವರಂತೆಯೇ ಇದ್ದ ಕಾಲವೊಂದಿತ್ತು. ಹಿಂದೆ ನಮಗೆ ತಿಳಿಯದೇ ಇದ್ದ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಈಗ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ, ಇದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಈ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿರಬೇಕು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ

ಅಜ್ಞಾನಿಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವಾಗ ಕಾಣುವುದೇ ಸರಿಯಾಗಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಲು ಋಷಿಗಳು ಹುಟ್ಟಿಬರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ, ಉನ್ನತ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ನಾವು ಎಂದಿಗೂ ಕಲಿಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನಿಗೆ, ತನ್ನ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಜನರ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಗಳು ಏನೇ ಇದ್ದರೂ, ಯಾವುದೇ ತೆರನಾದ ಸಂಘರ್ಷಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಲ್ಲಿರುವ ಅಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಸರಿಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಅಸಾಮರಸ್ಯ ಉಂಟಾಗದಿರುವ ಹಾಗೆ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಗೆ ಸಮಯವನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ನಮಗೆ ಜೀವಿಸುವ ಉನ್ನತ ಮಾರ್ಗವು ತಿಳಿದಿದ್ದರೂ ಕೂಡ, ನಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಬಾಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಜೀವಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುತ್ತಾ ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಬದುಕಬೇಕು.

09-11-2014

ದೇವರ ಪ್ರೀತಿ ಇಲ್ಲಿಯೇ, ನಮ್ಮೊಳಗೇ ಇದೆ, ಆದರೆ ಅದು ಹೇಗೋ, ಯಾವುದೋ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ದುಷ್ಟ ಅಥವಾ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಗಳು ಹರಡುವ ಭಯದ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶಕೊಟ್ಟು, ಅದನ್ನು ಅದುಮಿಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ. ಅದರ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ತಿರಸ್ಕರಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಮತ್ತೆ ಪ್ರೀತಿಯು ಹರಿಯಬಲ್ಲದು. ಅದು ದುಷ್ಟತೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾರ್ಗ. ಈ ಮಟ್ಟದ ನಮ್ಮ ಇತಿಮಿತಿಗಳನ್ನು ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಆದರೆ ಮತ್ತೊಂದು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಇತಿಮಿತಿಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಮತ್ತೊಂದು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ದೇವರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಅವಕಾಶ ಕೊಡದಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಯ ಅಥವಾ ಕಾರ್ಯದ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೇ ಶಕ್ತಿಯೂ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಲಾರದು.

ಈ ಶಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಬಲ ಬರುವುದು ಎಲ್ಲಿಂದ? ಅವು ಬಲ ಪಡೆಯುವುದು ಜನಗಳಿಂದಲೇ. ಜನರು ದುಷ್ಟತೆಯ ತರಂಗಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತರಾದರೆ ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಿದರೆ, ಅವರು ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಬಲಗೊಳ್ಳುವುದು ಇದೇ ರೀತಿ. ಆದರೆ ನಾವು ಪ್ರಭಾವಿತರಾಗಲು ನಿರಾಕರಿಸಿದರೆ, ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಶಕ್ತಿಹೀನಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ; ಅದು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯ, ಏಕೆಂದರೆ ಆ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವ ಪೂರ್ಣ ಅಂತಸ್ತತ್ವವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿದೆ. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚದ ಮೇಲಿನ ಅನ್ಯಾಯವನ್ನು ನಾವು ತೊಡೆದುಹಾಕಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚದ ಮೇಲಿನ ಹಿಂಸಾಚಾರವನ್ನು ನಾವು

ತೊಡೆದುಹಾಕಬಹುದು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ದೊಡ್ಡ ವಿಚಾರಗಳೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ, ಆದರೆ ಈ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಇವುಗಳು ಸಾಧ್ಯವಿವೆ. ಅದು, ನಮಗೆ ಮಾಸ್ಕರ್‌ಗಳು ತೋರಿಸಿರುವ ದಾರಿ. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಗಳು ಹರಡುವ ಭಯಗಳಿಗೆ ನಾವು ಬಲಿಯಾಗಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತಗೊಂಡ ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ, ದುಷ್ಟತೆಗೆ ಹರಡಲು ಹೆಚ್ಚು ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ನಾವು ಕಲ್ಪಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಒಂದು ವಿಧದಲ್ಲಿ, ಈ ರೀತಿ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ದುಷ್ಟತೆಗೆ ನಾವು ಚಾನಲ್ ಆಗುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ನಮ್ಮ ಪಾತ್ರ ಬಹು ಮುಖ್ಯ.

ನಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆಯ ಅನುಸಾರವಾಗಿ, ದೇವರ ಚಾನಲ್ ಆಗುವುದು ಮತ್ತು ದುಷ್ಟತೆಯ ಚಾನಲ್ ಆಗುವುದು, ಇವೆರಡರ ನಡುವೆ ಹೊಯ್ಯಾಡುತ್ತೇವೆ. ಈ ಹೊಯ್ಯಾಟವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದೇ ಸಾಧನೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವಿಲ್ಲಿ ಸೇರುತ್ತೇವೆ. ಅದನ್ನೇ ನಾವಿಲ್ಲಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವುದು - ಹೊಯ್ಯಾಟವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ, ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಮಾತ್ರವೇ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ. ನಾವು ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ನೆಲೆನಿಲ್ಲಬೇಕು. ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ನೆಲೆನಿಲ್ಲುವುದೇ ಸಾಧನೆಯೆಂದು ಗುರುಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಆಗ ಯಾವುದೇ ಹೊಯ್ಯಾಟವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಆಗಲೇ ಹೇಳಿದ ಹಾಗೆ, ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಪ್ರಭಾವಗೊಂಡ ಜೀವನವನ್ನು ನಾವು ಆಯ್ದುಕೊಂಡರೆ, ಬೆಳಕಿಗೆ ಹರಡಲು ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲೂ, ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣದಲ್ಲೂ ಹೀಗೆ ಮಾಡಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಆಗ ನಾವು ದೇವರ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಚಾನಲ್ ಆಗುತ್ತೇವೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾಸ್ಕರ್‌ಗಳು ಬಹಳ ವಿವೇಕಿಯುಕ್ತರು. ಅನ್ಯಾಯದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ನಾವು ನೇರವಾಗಿ ಹೋರಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಮಗೆ, ನಮ್ಮದೇ ಆದ ಕರ್ತವ್ಯಗಳು ಹಾಗೂ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಹೋರಾಟವಾಡುವ ಜನರಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಅಸಾಮಾನ್ಯರು. ಭೌತಿಕವಾಗಿ ನಾವು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಬಹುದು.

ಅನ್ಯಾಯದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಮತ್ತೊಂದು ಮಾರ್ಗವೂ ಇದೆಯೆಂಬುದನ್ನು ನಮ್ಮಂತಹ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದೆ. ಆ ದಾರಿಯಿಂದರೆ ಅಂತರಾಳದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಹೋರಾಡುವುದಾಗಿದೆ; ಅದು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಅನೇಕರು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಕಾರ್ಯಸಾಧ್ಯವಾದ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಮಾಡಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಬೆಳಕಿನ ಅಥವಾ ಹೊಸ ಯುಗದ ಚಾನಲ್ ಆಗುವ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ನಾವು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ■

ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

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

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

- ★ ಎಲ್ಲಾ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಅಥವಾ ಇ-ಮೇಲ್ ಮೂಲಕ (ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದಂತೆ) ಆಯಾ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಿ ಕೊಡಲಾಗುವುದು.
- ★ ಸೂಕ್ತ 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.

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 ಸದ್ವಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇನಾಟಗಳನ್ನೆದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಾಧನೆಯ 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

“ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹೊಂದಬಹುದಾದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಆಸ್ತಿ ಯಾವುದು?” ಎಂದು ಕೇಳಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ, ಗುರುಜಿಯವರ ಉತ್ತರ, “ಜೀವನದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮತ್ತು ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ಆಸ್ತಿಯೆಂದರೆ ಜ್ಞಾನ.” ಎಂಬುದಾಗಿತ್ತು.

ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನವನ್ನು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಲೌಕಿಕ ಅಥವಾ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜ್ಞಾನವೆಂದು ಸ್ಥೂಲವಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು. ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಬದುಕುಳಿಯಲು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜ್ಞಾನ ನಮಗೆ ಬೇಕು. ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಬದುಕಿದ್ದಾಗಲೇ, ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಲು ನಮಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜ್ಞಾನ ಬೇಕು. ನೇರ ಅನುಭವದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನೇ ಕಂಡುಕೊಂಡಾಗ ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯ. ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಸಾಧನೆಯು, ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಜ್ಞಾನೋದಯ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಗುರುಜಿಯವರು ಬಹಳ ಒತ್ತುಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ನಮ್ಮ ನೈಜ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ನೆನಪಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊರತಂದ ಪ್ರತಿ ಬಾರಿಯೂ ನಮ್ಮ ಅಂತರಾಳಕ್ಕೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ದೈವೀ ಗುಣದ ನೆನಪಾಗುತ್ತದೆ. “ನಿನ್ನನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಿ” ಎನ್ನುವುದರ ಮತ್ತೊಂದು ಅರ್ಥ ನಮ್ಮ ನ್ಯೂನತೆಗಳ, ನಮ್ಮ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳ, ನಮ್ಮ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಬಲಗಳ, ನಮ್ಮ ಮೂಢ ನಂಬಿಕೆಗಳ, ನಮ್ಮ ಬಗೆಗಿನ ಎಲ್ಲ ಸಣ್ಣ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಇದಕ್ಕೆ ನಾವು ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕರಾಗಿರಬೇಕು, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳುವ ಕ್ರಮವನ್ನು ಜಾರಿಗೊಳಿಸಲಾರವು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲಾರವು.

ನನಗೆ ತಿಳಿದಂತೆ ಜ್ಞಾನೋದಯ ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಆತ್ಮ ದೇವರದೇ ಕಿಡಿಯೆಂದು ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದಿದೆ. ಆದರೆ ಇದು ನಮಗೆ ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ತಿಳಿದಿದೆ. ಇದನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದು ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ ಮಾತ್ರ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು, ವಿಚಾರಗಳು, ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಲೌಕಿಕ ಸ್ವತ್ತುಗಳೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಮ್ಮ ದೇಹ, ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಜ್ಞಾನೋದಯ- ಕ್ಷಿರವು ಬಹುದೊಡ್ಡ ಅಡಚಣೆ.

ಇಂತಹ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಪ್ಪಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಕೋಶಗಳನ್ನು, ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗುವುದರಿಂದ ನಾವು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಅಶುದ್ಧಗೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ಈ ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಪೂರ್ಣಗೊಂಡಾಗ ನಾವು ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಅಹಂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಆತ್ಮವು ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಇದ್ದರೂ, ಇದು, ಎರಡು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿರುವ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಮೂಡಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂತರಾಳದ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಮತ್ತು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಂಡ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಗಳೆರಡೂ ಒಂದೇ ಆಗುತ್ತವೆ. ಹೀಗೆ ಆಗುವುದು, ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ. ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವವರೆಗೆ ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅಥವಾ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಿಳಿಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ, ಏಕೆಂದರೆ ನಾವೇ ನಿಶ್ಚಲತೆ.

ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ನಿಜವಾದ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವು ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದಡೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಜ್ಞಾನೋದಯವು ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು, ವಿಚಾರಗಳು ಮತ್ತು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಮಾತ್ರ ನಿಶ್ಚಲತೆ ಸಾಧ್ಯ. ಆಗ ನಾವು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಹೊರಗಿನ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಹುಡುಕುತ್ತೇವೆ, ಆದರೆ ನಿಜವಾದ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನದ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಮಾತ್ರವೇ ಕಾಣಬಹುದು. ಇದೇ ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ, ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನದ ಮೂಲಕ ದೈವದೊಂದಿಗೆ ಸಂಯೋಗ. ಧ್ಯಾನವು ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿ ಅಂತಿಮ ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವಾದ 'ಅಹಂ ಬ್ರಹ್ಮಾಸ್ಮಿ'ಯ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದೊಂದಿಗೆ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದು ಇಡೀ ಸೃಷ್ಟಿಯೊಂದಿಗೆ ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ದಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ, ಬೇರೆ ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೂ ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸುತ್ತದೆ.

ಜ್ಞಾನೋದಯಗೊಳ್ಳದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅರಿವು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿಯೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಜ್ಞಾನೋದಯಗೊಂಡ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅರಿವು ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿದ್ದು ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಆನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳೂ ಮೇಲ್ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾವೇ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದು ಅದಕ್ಕಿವನು ಕೇವಲ ಸಾಕ್ಷೀಭೂತನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಈ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ದೈವೇಚ್ಛೆಯು ಸ್ವಾಮ್ಯ ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲವೂ ತಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾವೇ ಜರುಗಲಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ, ನಮ್ಮತೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕಾದುದು ಷರತ್ತುಬದ್ಧ ನಿಯಮವೇ?

ಉ: ಹೌದು. ಕೇವಲ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಇತರ ಯಾವುದೇ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೂ ನಮ್ಮತ ಅವಶ್ಯಕ.

ಪ್ರ: ಹೂಗಳನ್ನು ಕೀಳುವುದರಿಂದ ಕೆಟ್ಟ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂಬ ಮಾತು ನಿಜವೇ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. ಇದು ಯಾವ ಕೆಟ್ಟ ಕರ್ಮಗಳನ್ನೂ ಆಕರ್ಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಸೂರ್ಯಾಸ್ತಮದ ನಂತರ ಗಿಡಗಳಿಗೆ ತೊಂದರೆ ಮಾಡಿದರೆ, ನೀವು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಸೂರ್ಯಾಸ್ತಮದ ನಂತರ ಪ್ರಕೃತಿ ನಿದ್ರಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನಿಮ್ಮಿಂದ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನಾವು ಶಾಂತವಾಗಿ ಇರಬೇಕು. ನಾವು ಶಾಂತತೆಯಿಂದ ಇರದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲವೇ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. ನಾನು ಸಂದೇಶ ಕಳುಹಿಸುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನೀವು ತಳಮಳಗೊಂಡಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ತಳಮಳಗೊಂಡ ಮನಸ್ಸು ತೆರೆದುಕೊಂಡಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ಮನಸ್ಸು ಯಾವುದನ್ನೂ ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಸಹ ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ಆಗ ಈ ಸಂದೇಶಗಳು ಏನಾಗುತ್ತವೆ?

ಉ: ಈ ಸಂದೇಶಗಳು 48 ಘಂಟೆಗಳವರೆಗೂ ನಿಮ್ಮ ಹತ್ತಿರ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲೂ ಇರುತ್ತವೆ. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಇರುವ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಬಹುಶಃ ನಿದ್ರಿಸುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಸಂದೇಶಗಳು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತವೆ. ಆಗ ನಮಗೆ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ 48 ಘಂಟೆಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಈ ಸಂದೇಶಗಳು ವಿಭಜನೆಗೊಂಡು ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಸೇರುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: ನಾನು ಟೆಲಿಪತಿ ಮೂಲಕ ನಿಮಗೆ ಕಳುಹಿಸಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಯೊಂದಕ್ಕೆ ನಿಮ್ಮಿಂದ ಬಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯು ನನ್ನನ್ನು ತಲುಪಿದೆಯೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿಯುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ನೀವು ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಕಳುಹಿಸಿ ನನ್ನ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯು ನೀರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಆಗ ನೀವು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ, ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಕಾಯಬೇಕು. ತತ್ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ನೀವು ಉತ್ತರವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡುವ ಮೊದಲ ವಿಚಾರವೇ ನನ್ನಿಂದ ಕಳುಹಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದಾಗುತ್ತದೆ. ಬಹಳಷ್ಟು ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ, ಇದು ನನ್ನ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲವೆಂದು ನೀವು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರುತ್ತೀರಿ, ಕಾರಣ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾನು ನಿಷ್ಕರವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ವಿಚಾರಗಳು ನನಗೆ ಒಪ್ಪಿಗೆಯಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಂತರ ನೀವು

ಕಾಯುತ್ತೀರಿ. ಆಗ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸಂತೋಷಪಡಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನೀಡುತ್ತದೆ, ಅದನ್ನು ನೀವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ನನ್ನಿಂದ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಾಗಲಿ ಕಷ್ಟವೇನಲ್ಲ. ಆದರೆ ನೀವು ಅದನ್ನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರ: ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನು ಒಳ್ಳೆಯ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ಯಾವುದೇ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬಿಡುವಿಲ್ಲದೆ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಆತ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ-ರುತ್ತಾನೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಉ: ಧ್ಯಾನ ಅಂದರೆ ಮೌನಗೊಳಿಸುವುದು. ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲಿಗೆ ಮನುಕುಲಕ್ಕೆ ಧ್ಯಾನ ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟ ಋಷಿಗಳೇ ಹೇಳಿದ ಧ್ಯಾನದ ಅರ್ಥವಿದು. ಆದರೆ ಯಾವುದೇ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಒಳ್ಳೆಯ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ಮಾಡಿದರೆ ಅದು ಧ್ಯಾನವಲ್ಲ. ಎಂದೂ ಗೊಂದಲಕ್ಕೊಳಗಾಗಬೇಡಿ. ನಿಶ್ಚಲತೆ ಮತ್ತು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನವೇ ಧ್ಯಾನ.

ಪ್ರ: 'ನಿಮಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವಾಗಿದೆಯೇ?' ಎಂದು ಚಿಕ್ ಅಪ್ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಕೇಳಿದಾಗ, 'ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಬೇರೆ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವಾಗಿದೆಯೇ?' ಎಂಬುದು ಅದರ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆಯೇ. ಇದಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಉತ್ತರ ಏನಿರಬೇಕು?

ಉ: 'ನಿಮಗೆ ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವಾಗಿದೆಯೇ?' ಎಂದು ಕೇಳುವುದು ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶ. ಅದನ್ನು ಗುರುತು ಮಾಡಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಆ ಒಂದು ಘಂಟೆಯ ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಜನರಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ, ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ, ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನದ ಯಾವುದೇ ಹಂತದಲ್ಲಿ, ಧ್ಯಾನದ ಪೂರ್ತಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ 48 ನಿಮಿಷಗಳಷ್ಟಾದರೂ ನಿಮಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವಾಗಬೇಕು ಮತ್ತು ವಾರದ ಎಲ್ಲ ದಿನಗಳಲ್ಲೂ. ಆಗ ಮಾತ್ರ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮುಂದಿನ ಹಂತಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಲಾಗುವುದು. ಇದು ಸುಲಭವಲ್ಲ, ಆದರೆ ಸಾಧ್ಯ. ಧ್ಯಾನದ ಪೂರ್ತಿ ಸಮಯ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಜನರಿದ್ದಾರೆ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಹುಟ್ಟುವಾಗಲೇ ಜ್ಞಾನೋದಯ ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಕೆಲವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇದು ನಿಜವೇ?

ಉ: ಬಹುಶಃ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿದ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಿದವರು ಇರಬಹುದು. ಇದು ನಿಜ. ಆದರೆ ನಾವು ಹುಟ್ಟುವಾಗಲೇ ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರು ಮತ್ತು ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರು ಕೂಡಾ, ಹುಟ್ಟುವಾಗಲೇ ಜ್ಞಾನೋದಯವನ್ನು ಪಡೆದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ■

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	150/-
Channelled Knowledge from the Rishis-Vol 2	each 200/-
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/-

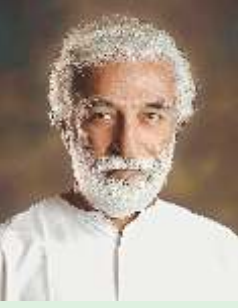
ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ - ಭಾಗ 2	150/-
ಗುರು-ಶಿಷ್ಯರ ಸಂಭಾಷಣೆ	60/-
ಐ-ಗುರುಜಿ ಭಾಗ 1	150/-
ಐ-ಗುರುಜಿ ಭಾಗ 2	120/-
ಪೊಸ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳು	120/-
ಉನ್ನತ ಸಂಕರ್ಷಣೆಗಳು	100/-
ಅನಿಸಿಕೆಗಳು	120/-
ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ	50/-
ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ	50/-
ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣ	50/-
ಶಂಬಲ ನಿರ್ಮಲಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ	50/-
ಆಧುನಿಕ ಋಷಿಯೊಬ್ಬರ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಸಾಹಸಗಳು	50/-
ಗುರುಜಿ ನಾ ಕಂಡಂತೆ	30/-
ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು	10/-
ಬೆಳಕು	10/-
ದೈವಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ	250/-
ಕಾವ್ಯಕಂಠ ವಿಸ್ತೃತ ಗಣಪತಿ ಮಂತ್ರಗಳು	100/-
ಅನೇಕಳಿನ್ 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/-
शंभला तत्वांचा अभ्यास (Marathi)	50/-
एका आधुनिक ऋषीचे	
सूक्ष्मजगतील 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 ಶಿಷ್ಯವ್ರತೃ ಂಪುಟ	50/-
ಊಗಿಯಿನ್ ಲ ಬಾಯಿಲೆಕನ್	200/-
ಶ್ರೀಯಾಣ ಯೋಗಮ್	50/-
ಆತ್ಮತಮಾವಿನ್ ಅಲಗೊಕಣಮ್	50/-
ಠವಿನ್ ಗಿಣಿ ಉಗುವಾಗಿನ್ ಕ್ರೂಢಮ್ ಸಾಕಸಾಂಗ್ಕನ್	50/-
ಸಂಪುಟಲಾ ಶ್ರೀಯಾಣಮ್ ಕಣಿನ್ ಅಂಪಿಯಾಸಾಂಗ್ಕನ್	50/-

ಧ್ಯಾನಂ ವಿಯ್ಯುಡಂ ಎಲ್	50/-
ಕಾಂತಿಕಿ ದ್ವಾರಮುಲ	100/-



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦)

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

ಮಾನಸ

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

ಅಂತರ್ ಮಾನಸ

ಮಾನಸದ ಹುಟ್ಟು ಸ್ಥಳ. ಇದು ತಪೋನಗರದಿಂದ ಒಂದು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ದೂರದಲ್ಲಿರುವ ನಾಡಗೌಡ ಗೋಪುರ ಹತ್ತಿರ ಇದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರು 1987 ರಿಂದ 1992 ರವರೆಗೆ ವಾಸಮಾಡಿದ ಒಂದು ಗುಡಿಮತ್ತು 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

ಮಾರ್ಚ್ 17ರಂದು ರಾತ್ರಿ, ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ವಿಪರೀತ ಬೆವರಲಾರಂಭಿಸಿ, ಹೃದಯದ ಬಡಿತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ಎದೆಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿತು. ಆಗ, ಗುರೂಜಿಯವರು ಇಂತಹದೇ ಒಂದು ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ 'ಅನಂದ'ದ ಹೀಲಿಂಗ್ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ತಮ್ಮನ್ನೇ ಹೀಲ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರ ಬಗ್ಗೆ ನೆನಪಾಯಿತು. ನಾನು ಅಂತರ್ ಮಾನಸದಲ್ಲಿರುವ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಯವರ ಎದುರು ಕುಳಿತಿರುವಂತೆ ಭಾವಿಸಿಕೊಂಡು, ಒಂದನೇ ಶಂಬಲ ನಿಯಮವನ್ನು ಬೆಳಗಿನ ಜಾವ 4.45ರವರೆಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದೆ. ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ನೋವು ನಿವಾರಣೆಯಾಗಿ ಆರಾಮವೆನಿಸಿತು. ಬೆಳಕಿಗೆ, ಸಾಯಿಬಾಬಾರವರಿಗೆ, ಮಾಸ್ತರ್ 'ಎ' ಅವರಿಗೆ, ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಗೆ ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ನನ್ನ ಅನಂತಾನಂತ ವಂದನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿದೆ.

- ಗುರುಪ್ರಸಾದ್ ಎಂ.

ಧ್ಯಾನದ ನಂತರ ನಾನು ಶವಾಸನದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಹಿಂದೆಂದೂ ಕಾಣದ ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಆವರಿಸಿದ್ದ ಮರಳಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ಒಂದು ಜಾಗವನ್ನು ಕಂಡೆ. ಅಲ್ಲಿಂದ ಬಹಳ ದೂರದಲ್ಲಿ, ಗುಹೆಯಂತಹ, ಬೃಹದಾಕಾರದ ಬಾಗಿಲನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದ ಒಂದು ಕಟ್ಟಡವಿರುವಂತೆ ಕಂಡಿತು, ಅಲ್ಲಿಂದ ರಾಜರಂತಹ ಜನರು ಸಾಲಿನಲ್ಲಿ ನನ್ನದೇ ನಡೆದು ಬಂದರು. ಅವರು ನನ್ನ ಹತ್ತಿರ ಬಂದಂತೆ, ಅವರು ತಮ್ಮ ತಲೆಗೂದಲನ್ನು ನೆತ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಎತ್ತಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದ ಋಷಿಗಳೆಂದು ಒಂದೇ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಅರಿತುಕೊಂಡೆ. ಅವರ ಮುಖಗಳು ಪ್ರಶಾಂತವಾದ ರಾಜಗಂಭೀರ್ಯದಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಭಾವಪೂರ್ಣವಾಗಿದ್ದವು. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನಾನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅತ್ಯಂತ ಒತ್ತಡದ ದಿನಗಳನ್ನು ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಾನು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಸತತವಾಗಿ ಋಷಿಗಳನ್ನು ಬೇಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಈ ವಿಷನ್, ನನಗೆ ಋಷಿಗಳಿಂದ ಸಹಾಯ ಸನಿಹದಲ್ಲೇ ದೂರಕುವುದೆಂಬ ಆಶ್ಚರ್ಯನೆಯಂತೆ ಅನಿಸಿತು.

- ಚಿತ್ರಲೇಖಾ ಶಾಲೋಮ್

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ನನಗೆ ಋಷಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬ ಕಾತುರ ಉಂಟಾಗಿದೆ. ಅವರ ಪ್ರೀತಿಪೂರ್ವಕ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯ ಹಾಗೂ ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿರುವುದರಿಂದಾಗಿ ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದರ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯ ಅರಿವಾಗಿದೆ. ಕುತೂಹಲ ಮನಸ್ಸಿನ ಮನುಷ್ಯಳಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯದಿರುವಂತೆ ನನಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಸಿಗುತ್ತಿದೆ.

- ಲೂಸಿಯಾ ಬ್ಯಾಚ್

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ನನ್ನ ಸಹಸ್ರಾರ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಜುಮ್ಮನಿಸಿದಂತಾಯಿತು. ನಂತರ ಬಹಳ ಹೊತ್ತು ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರಕಾಶವಾನವಾದ ಬೆಳಕು ಸುತ್ತುವರಿದಿತ್ತು. ಧ್ಯಾನದ ನಂತರ, ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಅದರ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಇಡೀ ಹಗಲು ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಚೈತನ್ಯಯುತಳಾಗಿದ್ದೆ. ನಾನು ಇನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಶಾಂತತೆ ಹಾಗೂ ನೆಮ್ಮದಿಯು ನನ್ನ ಗ್ರಹಿಕೆಗೆ ಮೀರಿದ್ದಾಗಿದೆ! ಋಷಿಗಳಿಗೆ

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

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

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

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

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

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

ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ

ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ನನ್ನ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ವಂದನೆಗಳು.

- ನಂದಿತಾ ಪಾಟೀಲ್

ಜನಭರಿತವಾದ ಮಾರ್ಕೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಗಂಡನ ವ್ಯಾಲೆಟ್ ಅನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡೆ. ನಾನು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಸಪ್ತಋಷಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ, ನಂತರ ಮಾರನೆಯ ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಒಬ್ಬ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿ ನನ್ನ ಗಂಡನಿಗೆ ದೂರವಾಣಿ ಕರೆಮಾಡಿ ಆ ವ್ಯಾಲೆಟ್ ತನಗೆ ಸಿಕ್ಕಿರುವುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದರು! ಈ ಅನುಭವದಿಂದ ನಾನು ನಿರ್ಭರಗಾದೆ. ಈ ಧ್ಯಾನಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಸೇರಿದಾಗಿನಿಂದ ನನ್ನ ಜೀವನ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಆಂತರಿಕ ದೃಢತೆ ಉಂಟಾಗಿದೆ. ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ನನ್ನ ವಂದನೆಗಳು.

- ಸೊನಾಲಿ ವಾಗ್ಗೆ

ನಾನು ಒಂದು ಸೋಮವಾರ ಲಂಡನ್‌ನಲ್ಲಿ ಕೆಲಸದ ನಿಮಿತ್ತ ನೆಲದಡಿಯ ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ನನ್ನೆದುರಿಗೆ ಕುಳಿತಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ಗರ್ಭಿಣಿ ಹೆಂಗಸಿಗೆ ಹುಷಾರಿರಲಿಲ್ಲ. ಮುಂದಿನ ನಿಲ್ದಾಣದಲ್ಲಿ ಅವಳು ಇಳಿಯುವುದಕ್ಕೆ ನಾನು ಹಾಗೂ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಮಹಿಳೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದವು. ಆಕೆ ಆಸ್ತಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು ಇಚ್ಛಿಸಿದಳು. ಅವಳಿಗೆ ನಾನು ಮಾತ್ರ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದು, ಅವಳ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಎಲ್ಲವೂ ಕತ್ತಲಾಗಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದಳು. ನಾನು ನನ್ನೊಳಗೆ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಬೆಳಕನ್ನು ನೋಡಲು ಅವಳಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದ್ದನ್ನು ತಿಳಿದು ದಿಗ್ಭ್ರಾಂತಳಾದೆ! ಬೆಳಕು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಅದೊಂದು ಅದ್ಭುತ ವಿಧಾನವಾಗಿತ್ತು. ಅವಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಹರ್ಷವಾಯಿತು.

- ಪ್ರತಿಭಾ ಪಟೀಲ್

ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ನನ್ನ ದೇಹ ನೀಲಿ ಮಿಶ್ರಿತ ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿದ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಚಿಂಡಿನಂತಾಗಿ ಇಡೀ ಕೊಠಡಿಯನ್ನು ಆವರಿಸಿದಂತೆ ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಶರೀರದೊಳಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶೂನ್ಯತೆ ತುಂಬಿದಂತೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನನ್ನ ಅರಿವಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಶರೀರದ ಒಳಗೆ ಅಂಗಗಳಾವುವೂ ಇಲ್ಲದೆ ಬರೀ ಬೆಳಕೇ ತುಂಬಿದಂತೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನದ ನಂತರ ಚಿದಾಕಾಶ ಅಥವಾ ಮೊದಲನೆ ಶಂಬಲ ನಿಯಮದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ಕೂಡಾ ಈ ಶೂನ್ಯತೆಯ ಅನುಭವ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಆನಂದವಾಗಿ ಹಗುರವಾದಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ.

- ಸರೋಜ್ ಸಾವೆಲೆ

ವಂಶಪಾರಂಪರ್ಯವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮನೆತನದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಏರೋತ್ತಡವಿದೆ. ನನಗೂ ಹೆಚ್ಚು ರಕ್ತದೊತ್ತಡದ ಸಮಸ್ಯೆ ಇತ್ತು. ಆದರೆ ನಿಯಮಿತ ಧ್ಯಾನ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನದ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದಾಗಿ ನನ್ನ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಸಹಜ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳಿದೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ಮನೆಯ ವೈದ್ಯರಿಗೂ ಆಶ್ಚರ್ಯಕರವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

- ರಾಜೇಂದ್ರ ರಂಗೇಕರ್