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 ಪರಿಪೂರ್ಣತೆ ಗಳೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುವ ದಾರಿ ತೋರಿಸಿ, ಕೊನೆಗೆ ತಮ್ಮ ಮೂಲವಾದ ಬೆಳಕಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಲು ಆಯ್ಕೆ ಗೊಂಡಿರುವ ಮಹಾತ್ಮರು.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ

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

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರ ನೇರ ಶಿಷ್ಯರು. ಅವರು ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗವಾದ ಧ್ಯಾನಯೋಗವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸಪ್ತಋಷಿಗಳ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕೇಂದ್ರ ವನ್ನು 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 3 ಮಾರ್ಚ್ 2016 ರೂ.25

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಜನವರಿ 2010ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಶುಭಾಶಯಗಳು.

ಇದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಹೊಸ ವರ್ಷ. 2009ರ ಡಿಸೆಂಬರ್ 21ರಂದು ನಾವು ವಿಶೇಷ ಶಕ್ತಿಕ್ಷೇತ್ರವಾದ ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್‌ನ ತೇಜೋಮಂಡಲವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದೆವು. ಮನುಕುಲದ ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲಿ ಸಹಸ್ರಾರು ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ನಾವು ಒಂದು ಹೊಸ ಹಂತವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಆರಂಭಿಸಲು ಇದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಒಂದು ಹೊಸ ಹಂತ ಹಾಗೂ ಹೊಸ ವರ್ಷ.

ಸರಿಯಾಗಿ ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಮೊದಲೇ ನಾವು ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್‌ನ ತೇಜೋಮಂಡಲವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ್ದೇವೆ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ನಾವು 2012ರ ಡಿಸೆಂಬರ್ 21ರಂದು ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್‌ಅನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲಿದ್ದೇವೆ.

2012ರ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಲವೊಂದು ಟಿವಿ ಚಾನಲ್‌ಗಳು ಬಹಳ ಭಯ ಮತ್ತು ಕುತೂಹಲಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕುತ್ತಿವೆ. ಅವುಗಳು ವಿನಾಶದ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಿವೆ. ಕೇವಲ ವಿನಾಶದ ಬಗ್ಗೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಭಯ ಸಹಜ. ಅವು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ಹೇಳಿವೆ. ಆದರೆ ಅವು 2012ರಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಬಹುದಾದ ಘಟನೆಗಳ ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾದ, ಆದರೆ ಅತಿ ಸತ್ಯವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಂಶವನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸಿವೆ.

2012ನೇ ಇಸವಿಯು ಒಂದು ಪ್ರವೇಶದ್ವಾರದ ವರ್ಷವಾಗಲಿದೆ.

2012 ನಮ್ಮನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯ, ಪ್ರೀತಿಯ, ಶಾಂತಿಯ ಮತ್ತು ಸತ್ಯದ ಯುಗವಾದ ನವಯುಗಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಲು ನಾವು ಪರಿಶುದ್ಧರೂ, ಪ್ರೀತಿಯುಳ್ಳವರೂ, ಶಾಂತಿಪ್ರಿಯರೂ ಹಾಗೂ ಸತ್ಯವಂತರೂ ಆಗಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಈ ಮೌಲ್ಯಗಳಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಾವು ನವಯುಗದಲ್ಲಿ ಬದುಕಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಈ ಯುಗಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದಿದ್ದವರು ಹಳೆಯ ರೀತಿನೀತಿಗಳಾದ ಅಪರಿಪೂರ್ಣತೆ, ಅಪ್ರೇಮ, ಹಿಂಸೆ ಹಾಗೂ ಅಸತ್ಯಗಳಿಗೆ ಅವಕಾಶವಿರುವ ಇತರ ಭೂಮಿಗಳಿಗೆ ತೆರಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಅವರ ಶರೀರಗಳು ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ. ಏಕೆ ನಾವು ಬದಲಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ? ಬದಲಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಬದಲಾಗಿ ಹೊಸಯುಗದಲ್ಲಿ ಜೀವನವನ್ನು ಸುಖಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ.

ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ವಿನಾಶ ಸಂಭವಿಸುವುದೆ? ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ! ಇದು ಸತ್ಯ.

ಹಲವಾರು ಕಾಕತಾಳೀಯಗಳಿಂದ ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ಅನ್ಯಾಯದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಾದ ನ್ಯಾಯಾಂಗ, ಆಡಳಿತ, ರಾಜಕಾರಣ ಮುಂತಾದವು ಪತನಹೊಂದಬಹುದು. ಆದರೆ ಹೊಸ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ತಲೆಯೆತ್ತುತ್ತವೆ. ಸೌರ ಸ್ಫೋಟಗಳು ದೂರಸಂಪರ್ಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತಗೊಳಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ನಾಶಪಡಿಸಬಹುದು. ಆಗ ನಮ್ಮ ಸಹಜ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಾದ ಟೆಲಿಪತಿ ಹಾಗೂ ಆತ್ಮಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂವಹನದಿಂದ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಅದು ಇನ್ನೂ ಉತ್ತಮ ರೀತಿಯ ಸಂಪರ್ಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತದೆ. ಸಾರಿಗೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಪತನ ಹೊಂದಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಆಹಾರ ದೊರೆಯದಂತಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಮಾನವರು ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರಾಣವನ್ನು ಹೀರಿಕೊಂಡು ಬದುಕುವ ಬಗೆಯನ್ನು ಬಹುಬೇಗದಲ್ಲಿ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಬದುಕುಳಿಯುವ ಕಲೆ ಸದಾ ಮಾನವನನ್ನು ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆ.

ಇವುಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ನಾನೊಬ್ಬನೇ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಇತರ ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಆಶ್ಚರ್ಯವೆಂದರೆ ಜನರು ಇವುಗಳನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಬುದ್ಧಿವಂತರೂ ಈ ಸತ್ಯಗಳಿಗೆ ಕಿವಿಗೊಡುತ್ತಿಲ್ಲ.

ನಾವು ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್‌ನ ತೇಜೋಮಂಡಲವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಬದಲಾಗಬಹುದು ಎಂಬುದು ನನ್ನ ನಿರೀಕ್ಷೆ.

ಹೊಸವರ್ಷವು ಹೊಸಬೆಳಕಿನ ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಲಿ. ■

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)

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

✆ (080) 2846 5280, 99000 75280 (ಬೆಳಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5)

ಇ–ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: www.lightagemasters.com

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳು

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 11 ಘಂ.)

ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)
ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮೀ ಲೇಔಟ್

ಸೋಮವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)
ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮೀ ಲೇಔಟ್

ಮಂಗಳವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)
ಶ್ರೀ ಅರಬಿಂದೊ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್, 1ನೇ ಫೇಸ್,
ಜೆ.ಪಿ. ನಗರ

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

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

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

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

ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ (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.

ಮಹಾ ಶಿವರಾತ್ರಿ ತಂತ್ರ

ಮಹಾ ಶಿವರಾತ್ರಿಯಂದು ರಾತ್ರಿ, ಶಿವನ ಅಂಶವನ್ನು ಋಷಿಗಳು ಕೆಳತರುತ್ತಾರೆ, ಮಾರನೆಯ ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಕಿರಣದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅದು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮನೆಯನ್ನೂ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ. ಅವನ ಚೈತನ್ಯವು 10 ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಇಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಈ 10 ದಿನಗಳು ಅವನ ವಿಶೇಷ ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿ ನಾವಿರಬಹುದು. ಶಿವನನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ಅವನ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಮಹಾಶಿವರಾತ್ರಿಯಿಂದ ಮುಂದಿನ 10 ದಿನಗಳವರೆಗೆ ದಿನನಿತ್ಯದ ಧ್ಯಾನದ ಬದಲಿಗೆ ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ನೀಲಿಬಣ್ಣದ ಶಿವಲಿಂಗವನ್ನು ನಿಮ್ಮೆದುರು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಒಂದು ಬೆಳಕಿನ ಕಿರಣವಾಗಿ ಈ ಶಿವಲಿಂಗವನ್ನು ಪ್ರವೇಶ ಮಾಡಿದ ಹಾಗೆ ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ನೀಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ.

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- 7-2-2016 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 250 ಜನರು ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.
- 1-2-2016 ರಂದು ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 80ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಸೇರಿದ್ದರು.
- 'ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'ವಾದ 01-02-2016 ರಂದು 1 ಮಿಲಿಯನ್‌ಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು ಸುಮಾರು 2370 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರಲು ಮೌನವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದರು.
- ದಿನಾಂಕ 04-05-2016, ಬುಧವಾರದಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1 ರವರೆಗೆ, ನಮ್ಮ ಸಾಧಕರಿಗೆ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ದೂರಕಲಿಕೆಯ ಸಾಧಕರು ಕೂಡಾ ಇದರ ನೇರಪ್ರಸಾರದ ಮೂಲಕ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು. ಆಸಕ್ತರು ದಿನಾಂಕ 30-04-2016ರ ಒಳಗೆ ಮಾನಸ ಆಫೀಸನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

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

07-03-2016 ಮಹಾಶಿವರಾತ್ರಿ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1

13-03-2016 ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ

20-03-2016 ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ರಾ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ

23-03-2016 ಚಂದ್ರ ಗ್ರಹಣ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ : ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 3.09 - ರಾತ್ರಿ 7.24

ಮಾರ್ಚ್ 9ರಂದು ಬೆಳಗಿನ ಜಾವ 4.49 ರಿಂದ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10.04 ಘಂಟೆಯವರೆಗೆ ಸೂರ್ಯಗ್ರಹಣ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಚ್ 23ರಂದು ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 3.09 ರಿಂದ ರಾತ್ರಿ 07.24 ಘಂಟೆಯವರೆಗೆ ಚಂದ್ರಗ್ರಹಣವಿರುತ್ತದೆ. ಗ್ರಹಣದ ಸಮಯವಿಡೀ ಪೂರ್ತಿ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

02	ಬುಧ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
07	ಸೋಮ	ಮಹಾಶಿವರಾತ್ರಿ
09	ಬುಧ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ಸೂರ್ಯ ಗ್ರಹಣ: ಬೆಳಗಿನ ಜಾವ 4.49 - ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10.04
16	ಬುಧ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
18	ಶುಕ್ರ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
22	ಮಂಗಳ	ಕಾಮದಹನ
23	ಬುಧ	ಪೂರ್ಣಿಮಾ ಚಂದ್ರಗ್ರಹಣ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 3.09 - ರಾತ್ರಿ 7.24
25	ಶುಕ್ರ	ಗುಡ್ ಫ್ರೈಡೆ
31	ಗುರು	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ

ಕಾಮದಹನ ತಂತ್ರ

ಮಾರ್ಚ್ 22ನೇ ಮಂಗಳವಾರದಂದು ಚಂದ್ರೋದಯದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಒಂದು ಹೋಮಕುಂಡವಿದೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅಗ್ನಿದೇವನನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಿ - ಒಂದು ಬಾರಿ 'ಓಂ ಅಗ್ನಿದೇವಾಯ ನಮಃ' ಎಂಬ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಿ ಮತ್ತು ಹೋಮಕುಂಡದಲ್ಲಿ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅರಿಷಡ್ವರ್ಗಗಳಾದ ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ, ಲೋಭ, ಮೋಹ, ಮದ, ಮಾತ್ಸರ್ಯಗಳನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಕಾಮವು ನಿಮ್ಮಿಂದ ಒಂದು ಹೊಗೆಭರಿತ ಅಥವಾ ಕಪ್ಪು ಚೆಂಡಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹೊರಬರುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಭಾವಿಸಿಕೊಂಡು, ಅದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಹೋಮಾಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ. ಅದು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ದಹಿಸುತ್ತದೆ. ಇದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ ಉಳಿದ ಐದನ್ನೂ ಪುನರಾವರ್ತಿಸಿ. ನಂತರ ಅಗ್ನಿದೇವನಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿ. ನಂತರ ಸ್ವಲ್ಪಸಮಯದವರೆಗೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ.

6ನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ

ಮನೋಜ್ ಕುಮಾರ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತನಿಗೂ, 'ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'ವು ಒಂದು ಅವಿಸ್ಮರಣೀಯ ದಿನವಾಗಿದೆ. ಅವರಿಗೆ ಅದೊಂದು ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಹರ್ಷಭರಿತ ಮತ್ತು ಅತ್ಯಮೂಲ್ಯ ಕ್ಷಣಗಳ ದಿನವಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಇಡೀ ಜನವರಿ ತಿಂಗಳನ್ನು ಈ ಮಹೋನ್ನತ ಆಚರಣೆಯ ಪೂರ್ವಸಿದ್ಧತೆಯಲ್ಲಿ ಕಳೆದರು. ಈ ವಿಶೇಷ ಆಚರಣೆಗೆ ಪ್ರತಿಯೋರ್ವ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ವಿಶೇಷವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ನೀಡಬಯಸಿದ್ದರು. ಅವರಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಈ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳ ಬಯಸಿದ್ದರು.

ಆ ದಿನವು ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯ ಮಾಸ್ಟರ್ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರೆಡೆಗಿನ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಭಾವುಕತೆಯ ದಿನವಾಗಿದೆ.

ತಂಡಗಳೊಳಗಿನ "ಏಕತೆ"ಯು 'ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ'ದ ಯಶಸ್ಸಿಗೆ ಕೀಲಿಕೈಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಸದಾಕಾಲ ನಂಬಿದ್ದೇನೆ. ನಾವು ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಮೈಲಿಗಲ್ಲನ್ನು ತಲುಪಿದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ತಂಡದ ಏಕತೆ ಮತ್ತು ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಅನುಗ್ರಹಗಳೇ ಕಾರಣ. ಏಕತೆಯು ಭಯವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿ, ಧೈರ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಧೈರ್ಯ ಮತ್ತು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ತಂಡವು ಏನನ್ನಾದರೂ ಸಾಧಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದರೆ, ಅದು ಅಸಾಧ್ಯವಾದುದನ್ನು ಕೂಡಾ ಸಾಧಿಸಬಹುದು.

2015ನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಅನೇಕ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ವೃತ್ತಿಪರ ಸವಾಲುಗಳೊಂದಿಗೆ, ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನೂ ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನವೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳ ಕೊನೆಯವರೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ ದಿನದ ಕೇವಲ 21ದಿನಗಳ ಮೊದಲು, ನಾವು ನಮ್ಮ ತ್ರೈಮಾಸಿಕ ಮೀಟಿಂಗ್‌ಗಾಗಿ ಸೇರಿದಾಗ, ಅಲ್ಲಿ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಏರಿಕೆಯಾಯಿತು. ನಮ್ಮ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಿದಂತೆ ನಮಗನಿಸಿತು. ಎಲ್ಲಾ ತಂಡಗಳು ತಮ್ಮ ವೇಗವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ, ಈ ಮಹೋನ್ನತ ದಿನಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧಗೊಳ್ಳಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು.

ಪ್ರತಿ ತಂಡವೂ ಹಗಲು ರಾತ್ರಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ, ಒಂದು ನಿಖರವಾದ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ತಯಾರಿಸಿದರು. ಹಲವು ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ತಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಮಯವನ್ನು ತ್ಯಾಗಮಾಡಿ, ತಮ್ಮ ಸಹ–ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಸಹಕರಿಸಿದರು. ಕೆಲವು ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ನೂರಾರು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ಪ್ರಯಾಣಿಸಿ, ದೂರದ ಶಾಲೆಗಳನ್ನು ಕೂಡಾ ತಲುಪಿದರು ಮತ್ತು ಈ ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕ ಕಾರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರು ರಜೆ ಹಾಕಿ ತಮ್ಮ ಅವಿಶ್ರಾಂತ ಕೆಲಸಗಳಿಂದ ಬಿಡುವು ಮಾಡಿಕೊಂಡರು. ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ನೇತಾರರಂತೆ ಕೆಲಸಮಾಡಿ, ತಮ್ಮ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ನಿಗದಿತ ಸಮಯಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮುಂಚೆಯೇ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದರು.

ನಮ್ಮ ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಸಂಘಟಕರು ಆಪ್ತ ಸಲಹೆಗಾರರಂತಿದ್ದರು. ಅವರು ಅನೇಕ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ದಾಟಿದರು, ಕಠಿಣ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲೂ ಶಾಂತವಾಗಿದ್ದರು. ಅವರು ತಮ್ಮ ತಂಡದ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ಅನುಕರಣೀಯರಾಗಿದ್ದರು.

ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದಂದು, ನಮ್ಮ ದಿನವು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ಗಂಟೆಗೆ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಗೆ ಗೌರವಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಆರಂಭವಾಯಿತು, ನಂತರ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದೆವು. ಇಡೀ ದಿನ ಒಂದು ಅನುಗ್ರಹದಂತಿತ್ತು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಅನುಗ್ರಹವನ್ನು ದಿನವಿಡೀ ಅನುಭವಿಸಿದರು. ನೂರಾರು ಶಾಲೆಗಳು ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತವಾಗಿ ಈ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮೊಡನೆ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಕೆಲವು ನಿವಾಸಿಗಳ ತಂಡಗಳೂ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು. ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿದ ನಂತರ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಆ ದಿನ ಕೊನೆಗೊಂಡಿತು.

6ನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನವು ಅತ್ಯಂತ ಸಫಲವಾಯಿತು. ಒಂದು ಮಿಲಿಯನ್‌ಗೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಕ್ಕಳು 2370 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು. ಅಂದು ಹೃದಯಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಜೊತೆಗೂಡಿದ ಶಾಲಾ ಆಡಳಿತ ಮಂಡಳಿಯವರನ್ನು ಮತ್ತು ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಅಭಿವಂದಿಸಲು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಪದಗಳೇ ಇಲ್ಲ.

ಅಂದು ಕಳತಂದಿರುವ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ಮಿಲಿಯಾಂತರ ಮುಖಗಳಲ್ಲಿ ನಗುವನ್ನು ತರಲೆಂದು ಹಾರೈಸುತ್ತೇನೆ. ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್
ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

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

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

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

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

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

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

ಶಂಬಲದ ತತ್ವಗಳು

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

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

ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಮಾರ್ಚ್ 2005

ಅಶಕ್ತ, ಅಸಹಾಯಕ, ಕಂಗೆಟ್ಟ ಮತ್ತು ನಿರಾಸೆಗೊಂಡ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ನಿಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತಾಗ ನೀವು ಅವರಿಗೆ ಜೀವ ತುಂಬಬೇಕು, ಭರವಸೆಯನ್ನು ತುಂಬಬೇಕು, ಹುಸಿ ಭರವಸೆಯನ್ನಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಹಿಂದೆ ಸದಾಕಾಲ ದೇವರಿದ್ದಾನೆ. ದೇವರಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಬೇಕು. ಈ ಕೆಲಸ ಸುಲಭವೇನಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಅಪಾರ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಮಾಡಬೇಕು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಎಷ್ಟು ಸಿದ್ಧತೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೂ ಅದು ಸಾಲದು.

ಈ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಇಷ್ಟಪಡುವವರು, ಮೊದಲು ಅನುಭವಿಸಲಿ ಹಾಗೂ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಲಿ. ನಾವಿರುವುದು ಅಪರಿಪೂರ್ಣ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ನಾವು ಕೂಡ ಅಪರಿಪೂರ್ಣರು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಎಂದಿಗೂ ಮರೆಯಬಾರದು. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯೆಡೆಗೆ ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಗೆಲುವಿಗಿಂತ ಸೋಲೇ ಹೆಚ್ಚಿರುವುದು ಸಹಜವಾಗಿದೆ. ನಾವು ತೀರ್ಪು ಕೊಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದಾದರೆ ನಮ್ಮನ್ನೇ ಅಪರಾಧಿಯ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ನಿಲ್ಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ತೀರ್ಪು ಕೊಡುವ ಪ್ರಲೋಭನೆ ಹೆಚ್ಚಿರುತ್ತವೆಯಾದರೂ ತೀರ್ಪು ಕೊಡುವುದು ಬೇಡ, ಯಾರನ್ನೂ ನಿಂದಿಸುವುದು ಬೇಡ. ಇದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಪರಿಮಿತ ಪ್ರೀತಿಯಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ಆಕಾಶದೆತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯಬೇಕು, ಆಗ ಮಾತ್ರವೇ ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಕಂಪದಿಂದ ನೋಡಬಲ್ಲಿರಿ, ನನ್ನ ಗುರು ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ನೋಡಬಲ್ಲಿರಿ. ಋಷಿಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ತೀರ್ಮಾನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳ ಈ ದೇಗುಲಗಳು ಮುಚ್ಚುವುದಿಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳೇ ದೇವಾಲಯಗಳು. ಮಾನವರ ದೇವಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸದ ವೇಳೆಗಳು, ಬೀಗ ಮತ್ತು ಹುಂಡಿಗಳಿರುತ್ತವೆ! ಈ ದೇಗುಲಗಳಲ್ಲಲ್ಲ. ಅವು ಯಾವಾಗಲೂ ತೆರೆದಿರುತ್ತವೆ. "ನಾನು ಇಂತಹ ಒಂದು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದರೆ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ತೊಂದರೆಯಾಗುವುದೇ?" ಎಂದು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರು ಕಳಕಳಿಯಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. "ಇಲ್ಲ. ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲು ನೀವು ಸ್ವತಂತ್ರರು! ಅವರು ಕೋಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ," ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಮುಖ್ಯ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನೀವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವುದು ನನಗೆ ಸಂತಸ ತಂದಿದೆ, ಅತ್ಯುನ್ನತ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿರುವ ಈ ಕಾಲಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನೀವಿಲ್ಲಿರುವುದು ನನಗೆ ಸಂತಸ ತಂದಿದೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮದುವೆ ಮಾಡುವುದು, ಇಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಈ ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕಾದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೆ ಅದನ್ನು ಹಸ್ತಾಂತರಿಸಬೇಕೆಂದು ನಾನು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಆ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿಯೇ ಇಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಜನರಿಲ್ಲ. ನಾವಿಲ್ಲಿ ಬೆರಳೆಣಿಕೆಯಷ್ಟಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಈ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿವೆ. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರನ್ನೂ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ 20 ಕಿಮೀ ದೂರದಲ್ಲಿರುವ ಇಲ್ಲಿಗೆ ಭಾನುವಾರಗಳಂದು ನಾವು ಬರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಅಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಾವು ಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಇದರ ಅರಿವು ನಮಗಾದಾಗ, ಬಹಳ ಸಮಯವನ್ನು ವ್ಯರ್ಥಮಾಡಿದುದಕ್ಕಾಗಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಿತಸ್ಥ ಭಾವನೆ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಬಹಳ ಕೆಲಸಗಳು ನಮಗಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿವೆ.

ರಾತ್ರಿ 11ರಿಂದ ಬೆಳಗಿನ ಜಾವ 4ರವರೆಗಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬಹುದೆ ಅಥವ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬಾರದೆ ಎನ್ನುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಣ ನೀಡಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಯಾವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಡಿ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದೆವು. ನಾನಿದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳದಿದ್ದರೆ, ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಜನರು ಸುಖವಾಗಿ ನಿದ್ರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೇನೋ! ನಾವಿದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರಿಂದ, ನಾವು ಧ್ಯಾನಮಾಡಲು ಬಯಸುತ್ತೇವೆಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ! ನಿದ್ರಿಸುವುದು ಅಥವ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೇನನ್ನೂ ಮಾಡುವುದು ಬೇಡ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣಗಳಿವೆ, ಅದರ ವಿವರಣೆಗೆ ಹೋಗುವುದು ಬೇಡ. ನೀವು ಎಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಅಲ್ಲಿಯ ಸ್ಥಳೀಯ ಸಮಯವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ.

ಶಿವರಾತ್ರಿಯ ದಿನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12ಕ್ಕೆ ಶಿವನನ್ನು ಪೂಜಿಸುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ಮಧ್ಯರಾತ್ರಿ 12ಕ್ಕೆ ಕೈಲಾಸ ಪರ್ವತಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಶಿವನು ಕೆಳಗಿಳಿದು ಬರುತ್ತಾನೆ. ಅಮೆರಿಕದ ನಿವಾಸಿಗಳು ಸ್ಥಳೀಯ ಸಮಯವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಸಮಯವನ್ನು ಗಮನಿಸಿಕೊಂಡು ಶಿವನು ಕೆಳಗಿಳಿದು ಬರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು. ಎಲ್ಲರೂ ಕೈಲಾಸ ಪರ್ವತದಲ್ಲಿ ಸೇರಬೇಕು. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವರು ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಅಲ್ಲಿನ ಜನರಿಗೆ ಅದು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಋಷಿಗಳನ್ನು ಅವರು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು. ಋಷಿಗಳು ಅವರನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಭಾಗಶಃ ಇಲ್ಲಿಗೆ ಕರೆತರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಆಶೀರ್ವಾದ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಸಾಧ್ಯ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಈ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವಿಭಜನೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂಥವರನ್ನು, ರಾತ್ರಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿದ್ರಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಋಷಿಗಳು ಕೈಲಾಸ ಪರ್ವತಕ್ಕೆ ಕರೆತರುತ್ತಾರೆ, ಆಗ ಇಲ್ಲಿ ಬೇರೆಲ್ಲರೂ ಪಡೆಯುವ ಫಲವನ್ನೇ ಅವರೂ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ.

ನಮಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿದ್ದಾಗ, ನೋವಿದ್ದಾಗ, ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರ ದೊರಕದಿದ್ದಾಗ ಹಾಗೂ ಈ ರೀತಿಯ ಯಾವುದೇ ಭಾರ ನಮ್ಮ ಮೇಲಿದ್ದಾಗಲೆಲ್ಲ, ಆಕಾಶದ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಯೋಚಿಸಬಹುದು. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಹೊರಗಡೆ ಹೋಗಿ ಆಕಾಶವನ್ನು ನೋಡಬಹುದು. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದನ್ನು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದನ್ನು ದೀರ್ಘ ಕಾಲದವರೆಗೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ಆಕಾಶವು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವುದನ್ನು ಕಂಡು ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡುತ್ತೀರಿ. ಇದರಲ್ಲಿ ಉತ್ಪ್ರೇಕ್ಷೆಯಿಲ್ಲ, ನೀವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ನೋಡಬಹುದು. ಆಕಾಶಕ್ಕೆ ಅಪರಿಮಿತ ವಿವೇಕವಿದೆ, ಶಕ್ತಿಯಿದೆ. ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಮಗೆ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಮನಃಶಾಂತಿ ಪಡೆಯಲು, ಜೀವನದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನೆದುರಿಸಲು ಬೇಕಾಗುವ ವಿವೇಕ, ಬಲ, ಸಾಂತ್ವನ, ರಕ್ಷಣೆ ಹಾಗೂ ಬೇಕಾಗುವ ಮತ್ತೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಅದು ನಮಗೆ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಅಷ್ಟಕ್ಕೇ ಅದು ಕೊನೆಗೊಳ್ಳಬಾರದು; ಆಕಾಶದ ಜೊತೆಗಿನ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ನಾವು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ಆಕಾಶವನ್ನು ನಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಆದಾಗ, ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದ್ವೈತ ಮತ್ತು ದ್ವೈತಗಳ ಬಗೆಗಿನ ಗೊಂದಲ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಮುಂದೆಂದೂ ಗೊಂದಲಗಳುಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಆಕಾಶವೇ ದೇವರು. ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಇದೊಂದು ತಂತ್ರ.

ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಅದೇ ಸೂರ್ಯಾಸ್ತಮ, ಅದೇ ಉಪಾಹಾರ, ಅದೇ ಜನರು, ಅದೇ ಕೆಲಸ ಇತ್ಯಾದಿ. ಆದರೆ, ಅದನ್ನು ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ನೋಡಬಹುದು. ಈ ಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ಕ್ಷಣವನ್ನು ಹೊಸದೆಂಬಂತೆ ಕಾಣಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ನಾವು ಪುಳಕಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಅದೆಲ್ಲವೂ ನೆನ್ನೆಯಂತೆಯೇ ಇರಬಹುದು, ಆದರೆ ಹೊಸ ಕ್ಷಣದ ಪುಳಕವನ್ನು ನಾವು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಅದೇಕೋ, ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನಾವು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಇದನ್ನು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಬಾಲ್ಯದ ಅದೇ ಮುಗ್ಧತೆ ನಾವು ಹೊಂದಿರುಗಬೇಕು. ಇದು ಕೂಡ ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ. ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣದಲ್ಲೂ ಇಡೀ ಜೀವನವಿದೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

14-09-2014

'ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಬೆಳಕನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬಲ್ಲವೆ?' ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಯೊಂದನ್ನು ಕೇಳಲಾಯಿತು. ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಬೆಳಕನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರೆ ಅವರು ದುಷ್ಟರಾಗಿ ಉಳಿಯುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ. ಬೆಳಕು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ತರುತ್ತದೆ; ಅವರಲ್ಲೂ ಬದಲಾವಣೆ ತರುತ್ತದೆ. ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಬಹುಶಃ ಬೇರೆ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತವೆ. ಉದ್ದೇಶ ಮುಖ್ಯವೆಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ. ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಒಳ್ಳೆಯದೇನನ್ನಾದರೂ ಮಾಡಬಯಸಿದರೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಬಳಸಲು ಬಯಸಿದರೆ, ಆಗ ಬೆಳಕು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳ ಉದ್ದೇಶವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಸಂತೋಷವನ್ನು ಹರಡುವುದಾಗಿರುತ್ತದೆ, ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ತಮ್ಮ ದುಷ್ಟ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಈಡೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಅವರು ಬಯಸಿದರೆ ಬೆಳಕು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಬೆಳಕು ಕತ್ತಲನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ಕತ್ತಲಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? ನಾವು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಬೆಳಕು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ, ಸರ್ವೋತ್ತಮ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ. ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶ ಅದಕ್ಕೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಅದರ ದುರ್ಬಳಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಬೆಳಕು ಜಾಣರಲ್ಲಿ ಜಾಣ. ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರವೇ ಬೆಳಕು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದವುಗಳೆಲ್ಲವನ್ನು ಹರಡಲು ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಬೆಳಕು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಉದ್ದೇಶ ಹೊಂದಿದ್ದಾಗ ಬೆಳಕಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ಆಗ ಅದು ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಅಥವ ಮತ್ತಾವುದೇ ಅದ್ಭುತ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನಾವು ತೊಡಗಿಕೊಂಡಾಗ ಹೀಗೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ಬಗ್ಗೆ ಪರಿಶುದ್ಧ ಹಾರೈಕೆಯಿದ್ದರೂ ಸಾಕು.

ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗೋಣ – ದುಷ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬದಲಾಗ ಬಯಸಿದರೆ, ಒಳ್ಳೆಯವನಾಗಲು ಬಯಸಿದರೆ, ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಯ ಬಯಸಿದರೆ, ಋಷಿಗಳು ಅವನಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವರೆ? ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಋಷಿಗಳು ಅವನಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಋಷಿಗಳು ಎಂದಿಗೂ ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ನಿಯಮವನ್ನು ಅವರು ಅಕ್ಷರಶಃ ಪಾಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ ಬದಲಾಗುವ ಬದಲು ಅಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹರಡುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನೇ ಮುಂದುವರೆಸಿದರೆ, ಅವನು ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಮುಂದುವರಿಯಲಾರ. ಋಷಿಗಳಿಂದ ದೂರ ಹೋಗುತ್ತಾನೆ. ದೇವರಿಂದ ದೂರಹೋಗುತ್ತಾನೆ.

ಇದೊಂದು ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸಿ ಸ್ನೇಹಿತರೊಬ್ಬರು ಗಮನಿಸಿದ ವಿಷಯ. ನಮ್ಮ ಎರಡು ಪುಸ್ತಕಗಳಾದ 'ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು' ಮತ್ತು 'ಬೆಳಕು' ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಇವೆರಡೂ ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗಿರುವ ತಂತ್ರಗಳು ಬೇರೆಯಾಗಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಈ ವ್ಯಕ್ತಿ ಗಮನಿಸಿದರು. "ನಾನೇನು ಮಾಡಬೇಕು?" ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದರು. ನಾವು ಎರಡೂ ಅಥವ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಬಹುದು. ಬೆಳಕು ಸರ್ವೋತ್ಕೃಷ್ಟ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ. ಅದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಅದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುವುದು ಬೇಡ.

12-10-2014

ನಮಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಿಯಮಗಳಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯಿದ್ದರೆ, ಲಾಭ ಅಥವ ನಷ್ಟಗಳೆಂದು ಲೌಕಿಕವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಿಯಮಗಳಿಗೆ ನಾವು ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿದ್ದು, ಅದರ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಸರಿಯಾದ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಮಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖವಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ನಮ್ಮನ್ನು ನೋಡಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಮತ್ತೊಂದು ಅಂಶವೆಂದರೆ ವಿನಯವಂತಿಕೆ. ವಿನಯವಂತಿಕೆ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಅತಿ ಮುಖ್ಯ, ಏಕೆಂದರೆ ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಯಾವುದೇ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಅಹಂ ತಲೆಯೆತ್ತಬಹುದು ಮತ್ತು ಅದು ನಮ್ಮ ಪತನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ವಿನಯವಂತಿಕೆ ಅಹಂಅನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡುತ್ತದೆ. ಅಹಂಕಾರದೊಂದಿಗೆ ನಾವು ದೇವರ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗಲಾಗುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದುದು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ. ಅಹಂಕಾರವು ದೇವರಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ದೂರವಿಡುತ್ತದೆ.

ಮತ್ತೊಂದು ವಿಷಯವೆಂದರೆ ಶರಣಾಗತಿ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ರಾಜಾ ಹರಿಶ್ಚಂದ್ರರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ. ಅಂತಹ ಮಟ್ಟಗಳನ್ನು ತಲುಪಬೇಕಾದರೆ ನಾವು ಬಹು ಕಷ್ಟಕರ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಸದ್ಯಕ್ಕೆ, ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಬಂದದ್ದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಶರಣಾಗತಿ ಎಂದು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಜೀವನ ಕೂಡ ಸಾಧನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟದ್ದು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಯಾರು ಕೂಡ ಸಂಪೂರ್ಣ ತೃಪ್ತಿ ಹೊಂದುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಬಂದದ್ದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದರೂ ಕೂಡ ದೇವರೆಡೆಗೆ ಸಾಗಲು ಇನ್ನೂ ಪರಿತಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವಿಲ್ಲಿ ಸೇರುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರು, ಜೀವನದ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು, ಸವಾಲುಗಳು, ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಅನುಗ್ರಹ, ಸಮೃದ್ಧಿ ಮುಂತಾದುವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳಬೇಕು. ಆಗ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ದೂರುಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಸಂದರ್ಭಾನುಸಾರವಾಗಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ದುಃಖ ಅಥವ ಸಂತೋಷ ಪಡುವುದನ್ನು ನಾವು ತಪ್ಪಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಕೊಡುಗೆಯೊಂದು ಸಿಕ್ಕಾಗ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಂದು ಗ್ಯಾಡ್ಜೆಟ್ ಸಿಕ್ಕಿದಾಗ, ನಾವು ಉತ್ಸಾಹಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಏನೋ ಒಂದು ಹೊಸದು, ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯಲು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕುತೂಹಲವಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ಮಾನವ ಸಹಜ. ಈ ಸಹಜ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ನಾವು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದರೆ ಅತಿರೇಕಕ್ಕೆ ಹೋಗಬಾರದು. ಅದೇ ರೀತಿ, ಹಿನ್ನಡೆಯುಂಟಾದಾಗ ನಮಗೆ ದುಃಖವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದೂ ಮಾನವ ಸಹಜ. ಅದೇನೋ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ.

ಶರಣಾಗತಿ ಅಥವ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತಾಳ್ಮೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ, ಸಾಧನೆಗೆ ಇದು ಅತ್ಯಾವಶ್ಯಕ. ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಅಪಾರವಾದ ತಾಳ್ಮೆಯಿದೆಯೆಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಋಷಿಯಾಗುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೆಂದು ಸಾಧನೆ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದರೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತಾಳ್ಮೆಯಿರಬೇಕು, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಾವು ನಿರಾಶೆಗೊಂಡು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಬಿಡಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ತಾಳ್ಮೆ, ಒಪ್ಪಿಗೆ, ಶರಣಾಗತಿಗಳು ಸಹಾಯಕ.

09-11-2014

ಭಗವಂತನ ಚಾನಲ್, ಬೆಳಕಿನ ಚಾನಲ್ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಏಕೆಂದರೆ ಭಗವಂತ ಕೆಲಸಮಾಡುವುದು, ಭಗವಂತ ತನ್ನ ಪ್ರೀತಿ ಹರಿಸುವುದು ಅವನ ಮೂಲಕವೆ. ಚಾನಲ್ ಮುಖ್ಯ ಏಕೆಂದರೆ ತನ್ನ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಅವನು ಭಗವಂತನ ಪ್ರೀತಿ ತನ್ನ ಮೂಲಕ ಹರಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಬಿಡಬಹುದು ಅಥವ ಬಿಡದಿರಬಹುದು. ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿರುವ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಬೆಳಕಿನ ಚಾನಲ್‌ಗಳು. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನೂ ಭಗವಂತನ ಚಾನಲ್ ಆಗುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೊಂದಿದ್ದಾನೆ ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನೂ ಭಗವಂತನ ಭಾಗ. ಅವನ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೊಂದು ಸುಂದರ ಬದುಕನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಮಾಡಲು ನಾವು ನೆರವಾಗಬಹುದು. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಜನರು ಭಗವಂತನ ಪ್ರೀತಿಯ ಉತ್ತಮ ಚಾನಲ್ ಆಗಲು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗೆ ಅಥವ ದುಷ್ಟತೆಗೆ ಆಸ್ಪದವೇ ಇರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ■

ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿರು – ವವರಿಗೆ ಅಂಚೆ ಮತ್ತು ಇ–ಮೇಲ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಧ್ಯಾನ ಕಲಿಸಲಾಗುವುದು. ಇಂಗ್ಲೀಷ್‌ನಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2500), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 1300) ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲಾಗುವುದು. ಭಾರತ ದೇಶದಿಂದ ಹೊರಗೆ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ವಾರ್ಷಿಕ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ಫ್ಲೀಯು ರೂ. 4500. ಈ ಫ್ಲೀನಲ್ಲಿ 14% ಸೇವಾ ತೆರಿಗೆ, ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕಗಳು ಸೇರಿದೆ.

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

- ★ ಎಲ್ಲಾ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಅಥವಾ ಇ–ಮೇಲ್ ಮೂಲಕ (ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದಂತೆ) ಆಯಾ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಿ ಕೊಡಲಾಗುವುದು.
- ★ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಋಷಿಗಳು ದೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ.
- ★ ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು.
- ★ ಅಭ್ಯಾಸದ ವರದಿಗಳನ್ನು ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ತಲುಪಿಸಬೇಕು. ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ವರದಿ ಬಾರದಿದ್ದರೆ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

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

ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಗಳು

- ★ ತಾಳ್ಮೆ ಇರಲಿ. ಮೊದಲನೆಯ ದಿನವೇ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ಪವಾಡಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ನಾವು ಶ್ರದ್ಧೆ ಯಿಂದ 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

"ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚ ಈಗಿರುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಬದಲಾವಣೆ ಹೊಂದಿ ಬೆಳಕಿನ ಯುಗವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಅರ್ಹತೆ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆಯೆ? ಅದು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ?" ಎಂದು ಕೆಲಸಮಯದ ಹಿಂದೆ ಒಬ್ಬರು ಕೇಳಿದರು. ಈ ಪರಿವರ್ತನಾ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಾವು ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ತುಂಬುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರೆ ಮತ್ತು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡರೆ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳಲು ಅವು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅವು ನಮ್ಮ ಇಚ್ಛಾಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಗೌರವಿಸುತ್ತವೆ, ನಮ್ಮನ್ನು ಬದಲಾಗಲು ಒತ್ತಾಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಜನ್ಮವೆತ್ತುತ್ತಿರುವ ಹೊಸ ಆತ್ಮಗಳು, ತಮ್ಮ ಉನ್ನತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದಾಗಿ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕಿನ ಯುಗ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಲು ಕಾರಣರಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಕೆಲವು ಆತ್ಮಗಳು ದುಷ್ಟ ಆತ್ಮಗಳಾಗಿದ್ದು, ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ದುಷ್ಟತೆಯನ್ನು ತುಂಬುವುದೇ ಅವುಗಳ ಕೆಲಸವಾಗಿದೆಯೆಂದು ನಮಗಾಗಲೇ ತಿಳಿದಿದೆ. ಒಳ್ಳೆಯ ಆತ್ಮವೊಂದು ದುಷ್ಟತೆಯನ್ನು ಹರಡಿದರೆ ಅದು ಅಧರ್ಮವಾಗುತ್ತದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಅದರ ಗುಣಕ್ಕೆ ಅದು ವಿರುದ್ಧವಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈಗಿನ ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿರುವ ಅಧರ್ಮಕ್ಕೆಲ್ಲ ಒಳ್ಳೆಯ ಆತ್ಮಗಳೇ ಕಾರಣವಾಗಿವೆ.

ಕಲಿಯುಗ ಮುಗಿದ ನಂತರ, ಅಂದರೆ 1974ರ ನಂತರ ಜನಿಸಿದವರೆಲ್ಲರೂ ಮೇಲ್ದರ್ಜೆಯ ಮನಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ಹುಟ್ಟಿದ್ದಾರೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಬೆಳಕಿನ ಯುಗ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವುದನ್ನು ಶೀಘ್ರಗೊಳಿಸಲು, ಅವರು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಜನ್ಮವೆತ್ತಿ ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು, ಚೈತನ್ಯಗಳು ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳು ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಮನಸ್ಸಿನ ವಸ್ತುಗಳ (mind matter) ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ತಮ್ಮ ಮನಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಸುಸಂಸ್ಕೃತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಬದಲಾಗಲು ಬಯಸದಿರುವ ಹಳೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಬದಲಾಗ ಬಯಸುವ ಹೊಸ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಭರ್ತಿಮಾಡುವ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು, ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚ ಬದಲಾವಣೆಗೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖವಾದ ಕೊಡುಗೆ. ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಇದು ಬೆಳಕಿನ ಯುಗ ಹುಟ್ಟುವ ಗತಿಯನ್ನು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರು ಮಾತ್ರ ಬದಲಾಗುತ್ತಾರೆ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು ತಮ್ಮ ಸಮಯ ಬಂದಾಗ ಈ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗುತ್ತಾರೆ, ಬಹು ಕಾಲದವರೆಗೆ ಅವರು ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.

'ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ಅಷ್ಟೇ ಸಾಕು' ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಎಲ್ಲ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲೂ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದೊಂದು ನಿರಂತರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.

ಪ್ರೀತಿಭರಿತ ಆಲೋಚನೆಗಳ ತರಂಗಗಳು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚು ಬಲಶಾಲಿ. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ತುಂಬ ದುರ್ಬಲ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿಯೇ ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹರಡುವ ಶಂಬಲ ನಿಯಮಕ್ಕೆ ಗುರೂಜಿಯವರು ಅಷ್ಟೊಂದು ಮಹತ್ವ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದುದು. ನಾವು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವುದರಿಂದ ಶಿಸ್ತು, ಘನತೆ, ಅರಿವು, ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಮತ್ತು ಸ್ವ–ನಿಯಂತ್ರಣದಿಂದಿರಬೇಕೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಬಯಸುತ್ತಿದ್ದರು.

ಸುಮಾರು 10 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಧರ್ಮದ ನಂಬಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನಲ್ಲಿ ಸಮೀಕ್ಷೆಯೊಂದನ್ನು ನಡೆಸಲಾಯಿತು. ಶೇಕಡ 40ರಷ್ಟು ಜನರು ಧರ್ಮದ ಕಾಲಂ ಅನ್ನು ಖಾಲಿ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದರು, ಅದರ ಅರ್ಥ ಅವರು ಯಾವುದೇ ಧರ್ಮಕ್ಕೂ ಸೇರಿಲ್ಲವೆಂದು. ಅದು ವಿಶ್ವಧರ್ಮವನ್ನು ನೆನಪಿಸುತ್ತದೆ. ಜೂನ್ 16, 1995ರಂದು, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಧರ್ಮವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು, ಅದು ಹೊಸ ಯುಗದ ಧರ್ಮವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಎಲ್ಲರ ಮೇಲಿನ ಪ್ರೀತಿ, ಕರುಣೆ, ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ, ಸತ್ಯ, ಶಾಂತಿ, ಪರಿಪೂರ್ಣತೆ ಮುಂತಾದ ವಿಶ್ವಧರ್ಮದ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಅದನ್ನು ನಾವುಗಳೇ, ಅದರಲ್ಲೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಧ್ಯಾನಿಗಳಾದ ನಾವುಗಳು ಕೆಳತರಬೇಕೆಂದು ಋಷಿಗಳು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಬೇರೆಯವರ ಬಗ್ಗೆ ತೀರ್ಮಾನಿಸದಿರುವುದು, ಪೂರ್ವಗ್ರಹದಿಂದ ಹೊರಬರುವುದು, ಕಾಡುಹರಟೆಯಿಂದ ದೂರವಿರುವುದು, ಅಲ್ಲದೆ ಹುಸಿತನ, ಸೂಕ್ಷ್ಮತೆಯಿಲ್ಲದಿರುವುದು, ಒರಟುತನ, ಬೇರೆಯವರ ಬಗ್ಗೆ ಅನಾದರಣೆ, ತಾರತಮ್ಯ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವುದೂ ಅದರಲ್ಲಿ ಸೇರಿವೆ. ವಾಹನ ನಡೆಸುವುದು, ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು, ಬೇರೆಯವರ ಜೊತೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವುದು ಮುಂತಾದ ಜೀವನದ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲೂ ನಾವು ವಿಶ್ವಧರ್ಮವನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲಾರಂಭಿಸಬಹುದು ಅಥವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲಾರಂಭಿಸಬಹುದು ಹಾಗೂ ಅದನ್ನು ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಗತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಪ್ರ: ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮ ಕೋರಿಕೆಗಳನ್ನು ಈಡೇರಿಸದಿದ್ದಾಗ, ನಾವೇನೆಂದು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು?

ಉ: ಋಷಿಗಳು ತುಂಬ ಬುದ್ಧಿವಂತರು. ಅವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ನಿಜವಾದ ಕಾಳಜಿಯಿದೆ. ಅವರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿದಿರುವುದರಿಂದಲೇ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಕೋರಿಕೆಗಳನ್ನು ಅವರು ಈಡೇರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅವರನ್ನು ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯ ಮಾತಾಪಿತೃಗಳೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರ: ಸಂಬಂಧಗಳು ಸುಂದರವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸಹಜವಾಗಿರುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ನಾವು ಸಂಬಂಧಗಳ ದುರುಪಯೋಗ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸದಿದ್ದಾಗ, ಒತ್ತಾಯಗಳನ್ನು ಹೇರದಿದ್ದಾಗ, ಅಧಿಕಾರ ಚಲಾಯಿಸದಿದ್ದಾಗ, ಸುಗಮವಾದ, ಸುಂದರವಾದ ಮತ್ತು ಸಹಜವಾದ ಸಂಬಂಧಗಳು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಸುಂದರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡಾಗ ಸಂಬಂಧಗಳು ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಆತ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಬ್ಬರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದಾಗ ಸಂಬಂಧಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಸುಂದರವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತವೆ. ನಾವು ಬಹಳ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿರಬೇಕು. ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಸುಂದರವಾಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಕಲಿಯುಗದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಏನು?

ಉ: ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಅವಕಾಶ ಕೊಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ.

ಪ್ರ: ಅಹಂ ಅನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ಅಹಂ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ನೇಹಿತರಂತೆ ನಾವು ಬಾಳಬಹುದು. ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಜೀವನ ನಡೆಸಿದಾಗ, ಅಹಂ ಒಳ್ಳೆಯ ಗೆಳೆಯನಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅದು ನಮಗೆ ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಬೇರೆ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ, ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಸ್ವಾರ್ಥಿಗಳಾಗಿ, ಅಹಂಕಾರಿಗಳಾಗಿ ಬಾಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ, ಅಹಂ ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ನಿಯಂತ್ರಣ ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ನಿಯಂತ್ರಣ ನಮ್ಮಲ್ಲಿಯೇ ಇರಬೇಕು, ಅಹಂಗೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಬಿಡಬಾರದು. ಅದಕ್ಕೆ ಬಿಟ್ಟರೆ, ನಮ್ಮನ್ನು ದೇವರಿಂದ ಮತ್ತು ಒಳ್ಳೆಯದೆಲ್ಲದರಿಂದ ದೂರ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ದೇವರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಅರ್ಪಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ನಮಗೆ ಹೇಗೆ ಬೇಕೋ ಹಾಗೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಅನೇಕ ವಿಧಾನಗಳಿವೆ. ಅವನನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವ ಮೂಲಕ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಅರ್ಪಿಸಬಹುದು. ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಿದಾಗ, ಪ್ರೀತಿ, ಸತ್ಯ, ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿನ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುವ ಒಂದು ರೀತಿ. ಬೇರೆಯವರ ಬಗ್ಗೆ ಕನಿಕರದಿಂದಿರುವ ಮೂಲಕ, ಅವನ ಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವ ಮೂಲಕ, ದೇವರನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ನಾವು ದೇವರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಅರ್ಪಿಸಬಹುದು. ಪ್ರಾಯಶಃ, ಅವನನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಒಂದು ಭಾಗವನ್ನಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನರ್ಪಿಸುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾರ್ಗ.

ಪ್ರ: ತಪಸ್ಸು ಎಂದರೇನು?

ಉ: ತಪಸ್ಸು ಎಂದರೆ ಪ್ರಕಾಶಿಸುವುದು. ನಾವು ಶುದ್ಧರಾಗಿದ್ದಾಗ, ನಮ್ಮ ಶುದ್ಧತೆ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ನಾವು ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತೇವೆ. ಶುದ್ಧೀಕರಣದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ತಪಸ್ಸು ಎನ್ನಬಹುದು. ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕುವುದು ತಪಸ್ಸು. ತಪಸ್ಸು ಎಂದರೆ ಪ್ರಕಾಶಿಸುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಅದು ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಶೇಖರಿಸುತ್ತಾ ಈಗಾಗಲೇ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಬೆಳಕಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಸೇರಿಸುವ ನಿರಂತರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ. ತಪಸ್ಸು ಎಂದರೆ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಆಳಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಅದು ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ, ಎಲ್ಲ ಕ್ಷಣದಲ್ಲೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವುದು.

ಪ್ರ: ಪ್ರಳಯ ಎಂದರೇನು?

ಉ: ಪ್ರಳಯ ಎಂದರೆ ಬದಲಾವಣೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಬದಲಾವಣೆ ಉಂಟಾಗುವುದು ನಮ್ಮ ಒಳಗೆ. ಇದು ಹೊರಗಿನ ಪ್ರಳಯಕ್ಕಿಂತ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವವುಳ್ಳದ್ದು. ಪ್ರಳಯವೆಂದರೆ ಬದಲಾಗುವುದು ಹಾಗೂ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಬದಲಾವಣೆಗಳುಂಟಾಗಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುವುದು. ಬದಲಾವಣೆಯೆಂದರೆ ಅಪಾಯವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸದೆ ಮುನ್ನಡೆಯುವುದು. ಪ್ರಳಯವೆಂದರೆ ಬೇರೆಯವರಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಉಂಟಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು.

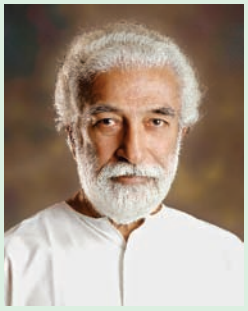
ಪ್ರ: ತಪೋನಗರದ ಕಟ್ಟಡವೊಂದರಲ್ಲಿ ನಾವಿದ್ದೇವೆಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಂಡು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ, ಇದರ ಅರಿವು ಧ್ಯಾನದ ಪೂರ್ಣಾವಧಿಯವರೆಗೆ ಇರಬೇಕೇ?

ಉ: ನೀವು ಎಲ್ಲಿದ್ದೀರೋ ಅಲ್ಲಿಂದಲೇ ತಪೋನಗರದ ಕಟ್ಟಡವೊಂದರಲ್ಲಿ ನೀವಿದ್ದೀರೆಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಂಡು ನಿಮ್ಮ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭ ಮಾಡಿದರೆ ಅಷ್ಟೇ ಸಾಕು. ಪೂರ್ಣಾವಧಿಯವರೆಗೆ ಈ ಅರಿವು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ■

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 చేయ్యుడం ఎలా	50/-
కాంతికి ద్వారములు	100/-

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



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)

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

ಮಾನಸ

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

ಅಂತರ್ ಮಾನಸ

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

ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರ

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

ಜ್ಯೋತಿ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್

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

ಸಾರ್ವಜನಿಕರು

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

ವಿನಂತಿ

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

ಸಾಧಕರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸ್ವರ್ಣಲತಾ

ನಾನು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಲ್ಲಿ ಗಂಭೀರವಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯೊಂದನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವಾಗ, ಅಲ್ಲಿ ನಾನೊಂದು ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದ್ದು, ಅದರಿಂದ ಒಬ್ಬರು ತಮ್ಮ ಕೆಲಸ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದಾಗಿತ್ತು. ನನಗೆ ಆಗ ಸರಿಯಾದ ತೀರ್ಮಾನ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಸಿಕ್ಕಿದಂತೆನಿಸಿತು. ನಂತರ, ಗುರೂಜಿಯವರು ನನಗೆ ಈ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿ, ತಪ್ಪು ತೀರ್ಮಾನ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಂಡರೆಂದು ಅರಿತೆನು.

– ವಿನಮ್ರ ಲೊಂಗಾನಿ

ನಾನಿರುವ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು, ಅದರ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾಗವನ್ನೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆ, ನಾನು ಸಾಧಿಸಿರುವ ಈ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಕೃತಜ್ಞಳಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಬೆಳಕಿನ, ಋಷಿಗಳ ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರ ಸಂಪೂರ್ಣ ಬೆಂಬಲದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲದರೆಡೆಗೆ ನನ್ನ ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಗೌರವವನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ನೆಲೆಸಲು ಸ್ಥಳಾವಕಾಶವಿರುವುದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಾಗಿದೆ.

– ವಿದ್ಯಾ ವೀರ್‌ಕರ್

ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಕೆಲಸದ ಮೇಲೆ ಅಥವಾ ಬೇರೆಲ್ಲಿಗಾದರೂ ನಾನು ನನ್ನ ಸ್ಕೂಟರ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಂಚರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಸಂಚರಿಸುವಾಗ, ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಅನುಪಯುಕ್ತ ಯೋಚನೆಗಳಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೂ ನನ್ನ ಪ್ರಯಾಣ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಿಜಕ್ಕೂ ಅಂತಹ ಮನಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಹೇಗೆ ವಾಹನ ನಡೆಸುತ್ತಿರುವೆ ಎಂದು ನನಗೇ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಬೆಳಕು ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳು ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ನಾನು ನನ್ನ ವಾಹನದಲ್ಲಿ ಹೊರಹೋದಾಗ ನನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಿರುವರೆಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ.

– ವೈ. ಆರ್. ನಾಗೇಂದ್ರ

ನನ್ನ ಧ್ಯಾನ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಗುರೂಜಿಯವರು ಸದಾ ನನ್ನೊಡನಿದ್ದು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಿರುವರೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನನ್ನ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮತ್ತು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಅವರೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಒಮ್ಮೆ ನ್ಯಾಯ ತೀರ್ಮಾನಕ್ಕಾಗಿ ನನ್ನನ್ನು ಕರೆದರು ಮತ್ತು ನಾನು ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ಬಗ್ಗೆ ತೀರ್ಮಾನಿಸಬಾರದೆಂದುಕೊಂಡು ಅದಕ್ಕೆ ಹೋಗಬಯಸಲಿಲ್ಲ. ನಾನಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಹೋಗಲೇಬೇಕಾಯಿತು ಹಾಗೂ ಪ್ರತಿದಿನ ನನ್ನನ್ನು ಆ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಆರಿಸದಿರುವಂತೆ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಅವರ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಆ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ನನ್ನನ್ನು ಆರಿಸಲಿಲ್ಲ!

– ಆ್ಯನ್ ಚಾಪ್‌ಮನ್

ನಾನು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೊಸದೊಂದು ಆಯಾಮವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡೆ. ಈಗ ನಾನು ಸ್ತೋತ್ರ ಹಾಗೂ ಜಪದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಗುರೂಜಿಯವರೊಡನೆ ಮೌನವಾಗಿ ಸಂಭಾಷಿಸುವ ಮಟ್ಟಕ್ಕೇರಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ನಾನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆಂದರೆ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗೆ ಬದ್ಧತೆ, ಇಚ್ಛೆ ಹಾಗೂ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗೊಳಿಸುವ ತವಕಗಳ ಬೆಂಬಲವಿರಬೇಕು.

– ಗೀತಾ ಜೋಶಿ

ಫಾರಂ 4 (ರೂಲ್ 8)ರಂತೆ

"ತಪೋವಾಣಿ" ಕನ್ನಡ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಮಾಲೀಕತ್ವ ಮತ್ತು ಇತರ ವಿವರಗಳು

1. ಪತ್ರಿಕೆಯ ಹೆಸರು	ತಪೋವಾಣಿ
2. ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಷನ್ ನಂಬರ್	KARKAN/2003/13739
3. ಪ್ರಕಟಣೆಯ ಸ್ಥಳ	ಬೆಂಗಳೂರು
4. ಪ್ರಕಟಣೆಯ ಅವಧಿ	ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ
5. ಮುದ್ರಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಸಂಪಾದಕರ ಹೆಸರು	ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ
ರಾಷ್ಟ್ರೀಯತೆ	ಭಾರತೀಯರು
ವಿಳಾಸ	ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್– 560077
6. ಮುದ್ರಣವಾಗುವ ಸ್ಥಳ	ಆರ್ಟ್ ಪ್ರಿಂಟ್, 719/A, ವೆಸ್ಟ್ ಆಫ್ ಕಾರ್ಡ್ ರೋಡ್, 2ನೇ ಸ್ಟೇಜ್, ರಾಜಾಜಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು–560086.
7. ಮಾಲೀಕರ ಹೆಸರು	ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್(ರಿ)

ನಾನು, ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ, ಈ ಮೂಲಕ ತಿಳಿಸುವುದೇನೆಂದರೆ, ಮೇಲ್ಕಂಡ ವಿವರಗಳು ನನ್ನ ತಿಳಿವಳಿಕೆ, ನನ್ನ ನಂಬಿಕೆ ಪ್ರಕಾರ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸತ್ಯವಾಗಿವೆ.

ಸಹಿ

ಬೆಂಗಳೂರು
ತಾ: 25–2–2016

ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ
ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು

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