ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯದ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ (1919-1982)

# ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂಪುಟ 14 ಸಂಚಿಕೆ 3 ಮಾರ್ಚ್ 2017 ರೂ.25

## ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

**ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ**
**ಅನು: ಚಂಪ**

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ನವೆಂಬರ್ 2010ರ ಸಂಚಿಕೆ)

2010ರ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 30ರಂದು ಅಯೋಧ್ಯೆಯ ವಿವಾದದ ಬಗ್ಗೆ ಕೋರ್ಟ್ ತೀರ್ಪು ನೀಡುವ ಮುನ್ನ ಈ ದೇಶವು ಕೋಮು ಗಲಭೆಗೆ ಹೆದರಿ ಉಸಿರು ಬಿಗಿಹಿಡಿದು ನಿಂತಿತ್ತು. ಜನರೆಲ್ಲ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಮುದುರಿಕೊಂಡು ಟೀವಿ ನೋಡುತ್ತ ಕುಳಿತಿದ್ದರು. ತೀರ್ಪು ಹೊರಬಿದ್ದಿತ್ತು. ಎಲ್ಲೆಡೆ ಅತೀವ ಮೌನ. ಏನೂ ಆಗಲಿಲ್ಲ! ಹಿಂಸಾಚಾರವಿರಲಿಲ್ಲ. ದೇಶದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗದಿಂದ ಒಂದು ಪ್ರಕರಣವೂ ವರದಿಯಾಗಲಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲೆಡೆ ದೊಡ್ಡ ನಿಟ್ಟುಸಿರು. ದೇಶ ಮುಂದಕ್ಕೆ ಸಾಗಿತು.

ನಂತರ ಶುರುವಾಯಿತು ಟೀವಿ ಪಂಡಿತರು ಮತ್ತು ಪ್ರೆಸ್‌ಗಳಿಂದ ಕೊನೆಮೊದಲಿಲ್ಲದ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ. ದೇಶ ಮುಂದೆ ಸಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಹೇಳಲಾಯಿತು. ಯುವಕರು ಹೆಚ್ಚು ವ್ಯಾವಹಾರಿಕವಾಗಿದ್ದರು, ಹಿರಿಯರಿಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇತ್ತು. ಇದೆಲ್ಲವೂ ಸತ್ಯ. ಆದರೆ ಮಾಧ್ಯಮಗಳ ಅರಿವಿಗೆ ಬಾರದ, ಬುದ್ಧಿಜೀವಿಗಳು ಓದಲಾರದ ಹಾಗೂ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರು ತಿಳಿಯಲಾರದ ಬೇರೆ ವಾಸ್ತವಗಳೂ ಇದ್ದವು. ಇತ್ತೀಚಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಜಗತ್ತಿನೆಲ್ಲೆಡೆ ಪ್ರಬುದ್ಧ ಕಳಕಳಿಯಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಮಾಡಿದ ಧ್ಯಾನಗಳ ಫಲ ಇದು. ದೇಶದೆಲ್ಲೆಡೆ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಫಲ ಇದು. ಋಷಿಗಳು ಸೂಕ್ಷ್ಮಲೋಕಗಳಿಂದ ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಫಲವೂ ಹೌದು. ಜಗತ್ತಿನೆಲ್ಲೆಡೆ ಹಲವಾರು ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಮಾಡಿದ ಕೆಲಸದ ಫಲವೂ ಹೌದು.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮಲೋಕದ ಋಷಿಗಳು, ಆಗಬಹುದಾಗಿದ್ದ ಯುದ್ಧವೊಂದನ್ನು ತಡೆದರೆಂದು ಒಬ್ಬ ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಹೇಳುವುದನ್ನು ಕೇಳಿಸಿಕೊಂಡೆ. ನನಗೆ ಇಂತಹ ಹಲವಾರು ಸಂಗತಿಗಳು ತಿಳಿದಿವೆ. ಈ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿರುವ ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ಇವೆಲ್ಲವೂ ತಿಳಿದಿದೆ. ಆದರೆ ಪ್ರಪಂಚದ ಜನತೆಗೆ ಎಂದಿಗೂ ಇದರ ಅರಿವು ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ಇಷ್ಟು ಮುಖ್ಯ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಮಾಧ್ಯಮಗಳ ಗಮನಕ್ಕೆ ತಂದಾಗಲೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟ ಮಾಡಲು ಅವು ನೆರವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಬೆಳಕಿನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡಲು ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ನೆರವಾಗಬಹುದೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಒಂದು ಸಾಗರವಿದ್ದಂತೆ, ಅದರಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಕಳಪೆ ವಿಷಯಗಳೂ ಹರಿದಾಡುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಮುಖ್ಯ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಬೆರಳೆಣಿಕೆಯಷ್ಟು ಜನ ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಿದರೂ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು ಇದನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ ಅಥವಾ ಲೇವಡಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನಾನು ನಿರಾಶನಾಗಿಲ್ಲ. 2012ನೇ ಇಸವಿಯ ವಾಸ್ತವಗಳನ್ನು ಕುರಿತಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮಲೋಕದ ಋಷಿಗಳ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ, ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ವಿರೂಪವಿಲ್ಲದ ಸಮಗ್ರವಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಕಷ್ಟಕರ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ (2012ರ ಮಹತ್ತರ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನೂ ಸೇರಿ) ಜನರನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುವಲ್ಲಿ ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯಕರ್ತರಾದ ನಾವು ಏಕಾಂಗಿಗಳಲ್ಲ.

ನಾವೆಂದಿಗೂ ಏಕಾಂಗಿಗಳಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಂತೆ ನಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ, ಕಾರಣ ಇಚ್ಛಾಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ. ■

**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.

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)
ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 560077. ಭಾರತ.
✆ (080) 2846 5280, 99000 75280 (ಬೆಳಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5)
ಇ–ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: www.lightagemasters.com

## ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳು

**ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ**

**ಭಾನುವಾರ** (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 11 ಘಂ.)

**ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದಲ್ಲಿ**

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

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

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

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

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

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

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

**ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ**

**ಸೋಮವಾರ** (ಸಾಯಂಕಾಲ 6 ರಿಂದ 7 ಘಂ.)

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

**ಮಂಗಳವಾರ** (ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 11.30 ರಿಂದ 12.30)
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.

2017ರ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದ ಯಶಸ್ಸನ್ನು ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಆಚರಿಸಿದರು

## ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- 5-2-2017 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 200 ಜನರು ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.
- 1-2-2017 ರಂದು ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 60ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಸೇರಿದ್ದರು.
- 'ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'ವಾದ 01-02-2017ರಂದು, ಸುಮಾರು 200 ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಅತ್ಯಂತ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ವಿವಿಧ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿದರು. ಒಂದು ಮಿಲಿಯನ್‌ಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು ಸುಮಾರು 2400 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರಲು ಮೌನವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದರು.
- ಮಹಾಶಿವರಾತ್ರಿಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ತಪೋನಗರದ ಮೆಡಿಟೇಶನ್ ಹಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೇರಿ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಿ ಭಗವಾನ್ ಶಿವನನ್ನು ಪೂಜಿಸಿದರು.
- ದಿನಾಂಕ 03-05-2017, ಬುಧವಾರದಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1 ರವರೆಗೆ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯನ್ನು ನಡೆಸಲಾಗುವುದು. ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ದೂರಕಲಿಕೆಯ ಸಾಧಕರು ಕೂಡಾ ನೇರಪ್ರಸಾರದ ಮೂಲಕ ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು. ಆಸಕ್ತರು ದಿನಾಂಕ 30-04-2017ರ ಒಳಗೆ ಮಾನಸ ಆಫೀಸನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ನೊಂದಾಯಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

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

## ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

| | | |
|---|---|---|
| 05 | ಭಾನು | ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ |
| 07 | ಮಂಗಳ | ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ |
| 12 | ಭಾನು | ಪೂರ್ಣಿಮಾ ಕಾಮದಹನ |
| 20 | ಸೋಮ | ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ |
| 26 | ಭಾನು | ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ |
| 28 | ಮಂಗಳ | ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ |
| 29 | ಬುಧ | ಚಾಂದ್ರಮಾನ ಯುಗಾದಿ |

## ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

| | |
|---|---|
| ಭಾನುವಾರಗಳು: | ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12 ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ12-1 |
| 12-3-2017 | ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ |
| 19-3-2017 | ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ರಾ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ |

## ಕಾಮದಹನ ತಂತ್ರ

ಮಾರ್ಚ್ 12ನೇ ಭಾನುವಾರದಂದು ಚಂದ್ರೋದಯದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಒಂದು ಹೋಮಕುಂಡವಿದೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅಗ್ನಿದೇವನನ್ನು ಆವಾಹಿಸಿ - ಒಂದು ಬಾರಿ 'ಓಂ ಅಗ್ನಿದೇವಾಯ ನಮಃ' ಎಂಬ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಿ ಮತ್ತು ಹೋಮಕುಂಡದಲ್ಲಿ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅರಿಷಡ್ವರ್ಗಗಳಾದ ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ, ಲೋಭ, ಮೋಹ, ಮದ, ಮಾತ್ಸರ್ಯಗಳನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಕಾಮವು ನಮ್ಮಿಂದ ಒಂದು ಹೊಗೆಭರಿತ ಅಥವಾ ಕಪ್ಪು ಚೆಂಡಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹೊರಬರುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಭಾವಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಅದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಹೋಮಾಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ. ಅದು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ದಹಿಸಿಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ ಉಳಿದ ಐದನ್ನೂ ಪುನರಾವರ್ತಿಸಿ. ನಂತರ ಅಗ್ನಿ ದೇವನಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿ. ನಂತರ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದವರೆಗೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ.

## ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ

ಮನೋಜ್ ಕುಮಾರ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಪ್ರತಿ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನವೂ ವಿಭಿನ್ನ ಮತ್ತು ವಿಶೇಷ. ಆದರೆ, 7ನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನವು ಅಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿತ್ತು. ಅದು ಏಕೆ ಅಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿತ್ತೆಂದರೆ, ನಂಬಲಸಾಧ್ಯವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಉತ್ಸಾಹಭರಿತ ಯುವ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಭಾಗವಹಿಸಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ತಂಡಕ್ಕೆ ನವನವೀನ ಹುರುಪನ್ನು ತುಂಬಿದರು.

ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನವು ನಮಗೆ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ದಿನ. ಇದು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹರಡುವ ದಿನ. ಇದು ಆನಂದ ಹಾಗೂ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸುವ ದಿನ ಕೂಡಾ.

ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಈ ದಿನದ ಬಗ್ಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಉತ್ಸುಕರಾಗಿದ್ದರು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ತಂಡದಲ್ಲೂ ಇದ್ದ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಯ ತರಂಗವು ನಮ್ಮ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಿತ್ತು. ಒಂದೂವರೆ ತಿಂಗಳ ಮೊದಲಿನಿಂದಲೇ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ, ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡಲಾರಂಭಿಸಿದ್ದರು. ತಮ್ಮ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ತಾವೇ ನಡೆಸಲು ಅನೇಕ ಶಾಲೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಮುಖಂಡರನ್ನು ಅವರು ತರಬೇತುಗೊಳಿಸಿದರು. ನಮ್ಮ ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಸಂಘಟಕರು ನೂರಾರು ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟರು. ಅವರು ಸುಮಾರು 2000 ಶಾಲೆಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದ್ದರು. ಅವರ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಮತ್ತು ನಿಸ್ವಾರ್ಥತೆಯು ಸದಾ ಶಾಲಾ ಆಡಳಿತ ಮಂಡಳಿಯವರ ಮನಮುಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಅನೇಕ ಶಾಲೆಗಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಡೆಸಲು ನಮ್ಮನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಿದವು ಮತ್ತು ಇನ್ನು ಕೆಲವು ಶಾಲೆಗಳು ತಾವಾಗಿಯೇ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಲು ಕೂಡಲೆ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡವು.

ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದಂದು, ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಕೆಲವೊಂದು ತಂಡಗಳು ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ 50–60 ಕಿ.ಮೀ., ದೂರದ ಊರುಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಡೆಸುವ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಅಂದು ತಾವು ಹೋಗಬೇಕಾದ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ತಲುಪಲು ಅನೇಕ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಬೆಳಗಿನ ಜಾವ ಬಹು ಬೇಗನೇ ತಮ್ಮ ಮನೆಗಳಿಂದ ಹೊರಟರು. ಅಂದಿನ ಮೊತ್ತಮೊದಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ದಿಲ್ಲಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 8 ಗಂಟೆಗೆ ಅತಿಯಾದ ಚಳಿ ಮತ್ತು ಮಂಜಿನ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಸಮಾಚಾರ ಬಂದಿತು. ನಂತರ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬೆಳಕಿನ ತರಂಗವು ಭಾರತದೆಲ್ಲೆಡೆ ಹರಡಲು ಆರಂಭವಾಯಿತು ಮತ್ತು ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಭೂತಾಯಿಯ ಮೇಲೆ ಸುರಿಯಲಾರಂಭಿಸಿತು. ಬೆಂಗಳೂರು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಮೈಸೂರು, ಹೈದರಾಬಾದ್, ವಿಶಾಖಪಟ್ಟಣಂ, ಮಧುರೈ, ಚನ್ನೈ, ಪೂನಾ, ಮುಂಬಯಿ, ಅಮರಾವತಿ, ಸಾಂಗ್ಲಿ, ಮೊಹೊಲ್ ಹಾಗೂ ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರ ಮತ್ತು ತಮಿಳುನಾಡಿನ ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಡೆಯಿತು. ರಾಜಸ್ಥಾನ, ಉತ್ತರ ಪ್ರದೇಶ, ಮಧ್ಯ ಪ್ರದೇಶ ಮತ್ತು ಗುಜರಾತಿನ ಅನೇಕ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡಾ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಡೆಯಿತು.

ಸುಮಾರು 190ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಮನಃಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಈ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡು ಕಠಿಣ ಪರಿಶ್ರಮದಿಂದ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರು. ಅನೇಕ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ತಮ್ಮ ಕಛೇರಿಗಳಿಂದ ರಜೆಯನ್ನು ಪಡೆದು, ದಿನವಿಡೀ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರು. ತಮ್ಮ ಕೆಲಸದ ಒತ್ತಡದಿಂದಾಗಿ ಕಛೇರಿಗಳಿಂದ ರಜೆ ದೊರಕದ ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಮುಂಜಾನೆಯ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ತಮ್ಮ ಕಛೇರಿಗಳಿಗೆ ಹೋದರು. ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಅತ್ಯಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದ ಬೆಳಕನ್ನು ತರುವುದು ಅವರ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿತ್ತು. ಶಾಲಾ ಆಡಳಿತ ಮಂಡಳಿ, ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಶಾಲಾ ಮುಖಂಡರ ನೆರವಿನಿಂದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂಡವು ಸುಮಾರು 2400 ಶಾಲೆಗಳು ಭಾಗವಹಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿತು, ಹಾಗೂ ಒಂದು ಮಿಲಿಯನ್‌ಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು. ಅತ್ಯಂತ ತೃಪ್ತಿಕರ ಮತ್ತು ಹೃದಯಸ್ಪರ್ಶಿ ಭಾಗವೆಂದರೆ, ಅನೇಕ ಶಾಲೆಗಳು ಇ–ಮೇಲ್‌ಗಳನ್ನು, ಪತ್ರಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಫೋಟೋಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವ ಮೂಲಕ ತಾವು ಭಾಗವಹಿಸಿರುವುದನ್ನು ದೃಢ ಪಡಿಸಿದವು. ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲದೆ, ನಮ್ಮ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಸಾವಿರಾರು ಜನರೂ ಕೂಡಾ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.

ಮಿಲಿಯನ್ ಜನರು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಬೆಳಕು, ನಮ್ಮ ಭೂತಾಯಿಯ ಮೇಲೆ ಅ–ಪ್ರೇಮ ಮತ್ತು ಹಿಂಸಾಚಾರದಿಂದ ಉಂಟಾದ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಹೀಲ್ ಮಾಡಲಿ. ಇಷ್ಟೊಂದು ಜನರು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಬೆಳಕು, ಕತ್ತಲ ಯುಗದಿಂದ ಹೊಸಯುಗಕ್ಕೆ ಹೋಗಬಯಸುವ ಎಲ್ಲಾ ಆತ್ಮಗಳಿಗೆ ತಂಪನ್ನೆರೆಯಲಿ.

ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಹರಡಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ ಎಲ್ಲಾ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ನಮ್ಮ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ಹಾಗೂ ಈ ಚಳುವಳಿಗೆ ಬೆಂಬಲ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ ಶಾಲಾ ಆಡಳಿತ ಮಂಡಳಿಗಳಿಗೆ, ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಷನ್‌ನ ಪರವಾಗಿ ನಾವು ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ■

## 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

ಜೂನ್ 2005

ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ 3 ಭಾಗಗಳಿವೆ. "ನಾನು ಬೆಳೆಯಬೇಕು, ಸಾಧಾರಣ ಬದುಕು ನನ್ನನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಲಾರದ, ಸಾಧಾರಣ ಬದುಕಿನಿಂದಾಚೆಯಿರುವ ಸ್ಥಳವನ್ನು ನಾನು ತಲುಪಬೇಕು" ಎಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನು ಯೋಚಿಸಿದಾಗ, ಅವನು ಒಂದು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅಥವ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾನೆ. ನಂತರ ಒಂದು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತಲುಪುತ್ತಾನೆ. ಇದು ಕೂಡ ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಭಾಗವೆಂದು ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನಿಗೆ ತಾನು ಬೆಳೆಯಲೇ ಬೇಕು, ಬದಲಾಗಲೇ ಬೇಕು ಎಂಬ ಬಲವಾದ ಆಸೆ ಮೂಡಬೇಕು. ಅಲ್ಲಿಂದ ಸಾಧನೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರು ತಮಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಕೂಡಲೇ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಗುರುವನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದ ಹಾಗೆ ಅವರು ಕೂಡ ತಮ್ಮ ಗುರುವನ್ನು ಕೂಡಲೆ ಭೇಟಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವರು ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ, ಕೆಲವರು ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕೆಲವು ಜನರು ತಾವು ಹೋಗಬಾರದ ಜಾಗವನ್ನು ತಲುಪುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಮೂಡಬಹುದು – ನಾವು ಸರಿಯಾದ ಜಾಗವನ್ನು ತಲುಪುವುದು ಮತ್ತು ಸರಿಯಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗುವುದು ಹೇಗೆ? ಅದರ ವಿಧಾನ ಸರಳವಾಗಿದೆ– 'ಪ್ರಾರ್ಥನೆ'. ಉನ್ನತ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯೊಂದಿದೆ, ದೇವರಿದ್ದಾನೆ. ನೀವು ಬೆಳೆಯಬೇಕು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗವೊಂದಕ್ಕೆ ಅಥವ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನು ಸೇರಬೇಕು ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ. ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅಥವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ತಲುಪುತ್ತೀರಿ. ಹೀಗೆ ಮಾರ್ಗವೊಂದನ್ನು ಅಥವ ಗುರುವನ್ನು ತಲುಪಿದ ನಂತರ, ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎರಡನೆಯ ಭಾಗ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಆರೋಗ್ಯ, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಥವ ಮತ್ತಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಯೊಂದಿಗೆ ನಾವು ಋಷಿಗಳ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಕಳೆದ ನಂತರ ಕೆಲವು ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ನಮಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳುಂಟಾಗಿರುವುದನ್ನು ಅರಿಯುತ್ತೇವೆ. ಮೂಲ ಕಾರಣವಾದ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ದಹಿಸಿದಾಗ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಎಲ್ಲ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕಿದರೂ ಹೊಸ ಕರ್ಮಗಳು ಇರುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಅರಿಯುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಶಾಶ್ವತ ಶಾಂತಿಗಾಗಿ ನಾವು ದೇವರೆಡೆಗೆ ನಡೆಯಬೇಕು, ದೇವರಲ್ಲಿ ಬದುಕಬೇಕು. ಇದರ ಅರಿವುಂಟಾದಾಗ, ನಾವು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆಗ ನಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಗುರಿ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನಮ್ಮ ತಕ್ಷಣದ ಗುರಿಗಳನ್ನು ತಲುಪಲು ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ತಲುಪಿದ ನಂತರ, ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡ ನಂತರ, ಬಿಡದೆ ಅದನ್ನು ಬೆಂಬತ್ತಿ ಹೋಗುವುದು ಮೂರನೆಯ ಭಾಗ. ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಅಡಚಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಚಂಚಲತೆಯುಂಟಾಗುವುದರ ಅನುಭವ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಆಗಿರಬೇಕು. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದಿರುವುದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಾರಣಗಳು ಮತ್ತು ಅವಕಾಶಗಳು ಎಂದಿಗೂ ಇರುತ್ತವೆ. ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಈ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ಜನ್ಮವೆತ್ತಿದರೂ ನಾವು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಬಿಡದೆ ಮುಂದುವರಿಸುವುದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯ. ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಹುಡುಕುವುದು, ತಲುಪುವುದು ಮತ್ತು ಬಿಡದೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು ಸಾಧನೆಯ ಮೂರು ಭಾಗಗಳು.

ಸಾಧನೆಯ ಗುಣಮಟ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸರಳವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆಯೆಂದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗುವುದು. ಎಷ್ಟು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಎಷ್ಟು ಸಕಾರಾತ್ಮರಾಗಬೇಕು? ಕೆಲವರಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಹಾಯ ಸಾಕು, ಅವರು ಬಹಳ ಬದಲಾಗುತ್ತಾರೆ ಬಹಳ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಸಾಧಾರಣ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸ ಸಾಕು. ಪರಿವರ್ತನೆ ಅಥವ ಬದಲಾವಣೆ ಕಷ್ಟವಾದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಹುತೇಕರು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ.

---

ನನಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರಿಂದ ಬಹಳ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಲಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನು ನಾನು ಬಲ್ಲೆ. ತಂತ್ರವೊಂದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ್ದರಿಂದ ತನ್ನ ಮೂರನೆಯ ಕಣ್ಣು ತೆರೆಯಿತು ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಆ ತಂತ್ರವನ್ನು ಆಕೆಗೆ ಕೊಟ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಯೇ ಅದನ್ನು ನನಗೆ ಕೂಡ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದರು. ಇದನ್ನು ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ್ದೆ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ ಸುಮಾರು 48 ರಿಂದ 60 ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮೂರನೆಯ ಕಣ್ಣು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. 60 ದಿನಗಳ ನಂತರ ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ದೃಶ್ಯಗಳು ಕಾಣಲಾರಂಭಿಸಿದವು. ಅವರು ಈ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಇನ್ನೊಂದು ಸ್ತರದಲ್ಲಿ ದೃಶ್ಯಗಳನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಲ್ಲಿ ಜನರನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದರು, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಆ ಜನರು ಇವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಈ ರೀತಿಯ ಅನೇಕ ತಂತ್ರಗಳಿವೆ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ನಂತರ ವರದಿ ಮಾಡುವಂತೆ ಅಮರರವರು ನನಗೆ ತಿಳಿಸಿದರು. ನನ್ನ ಮೂರನೆಯ ಕಣ್ಣು ತೆರೆಯಿತು ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ. ಅವರು ನಕ್ಕರು! ಅವರು ಹೇಳಿದರು, 'ಇದು, ಅತ್ಯಂತ ಹತ್ತಿರದ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದ ದೃಶ್ಯಗಳನ್ನು ನೋಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ.' ಇದು ಕಷ್ಟವೇನಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಈ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಸಂಭಾಷಿಸುವುದು ಬಹಳ ಸುಲಭ. ಈ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸ್ಪಿರಿಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಏಂಜಲ್‌ಗಳು ಓಡಾಡುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಏಂಜಲ್‌ಗಳನ್ನು ಸಂಧಿಸಿದರೆ ಸಂತೋಷ, ಏಂಜಲ್‌ಗಳನ್ನು ಸಂಧಿಸಲಾಗದಿದ್ದರೆ ಅದಂತೂ ಸಂತೋಷದ ಸಂಗತಿಯಲ್ಲ!! ನಾವು ಗೊಂದಲಕ್ಕೀಡಾಗುತ್ತೇವೆ. ಈ ಸ್ತರದಲ್ಲಿ ಗೊಂದಲಕ್ಕೊಳಗಾಗುವ ಹಾಗೂ ತಪ್ಪುದಾರಿಗೆ ಎಳೆಯಲ್ಪಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಋಷಿಗಳು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ, ಆದರೆ ಅದು ಬಹಳ ಬೆಲೆಯುಳ್ಳದ್ದು. ಇದನ್ನು ತಿಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೇನೆಂದರೆ, ಇಂತಹ ತಂತ್ರಗಳು ಅನೇಕ ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿವೆ. ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಿ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಎಲ್ಲ ಸಮಯಗಳಲ್ಲೂ ಸರಿ ಎನ್ನಲಾಗದು.

---

ವರ್ಷಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಬರುವ ಈ ದಶಮಿ ಬಹಳ ವಿಶೇಷವಾದುದು. ಇದನ್ನು 'ದಶಪಾಪಹರ ದಶಮಿ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಈ ದಿನದಂದು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಹತ್ತು ರೀತಿಯ ಪಾಪಗಳು ಪರಿಹಾರವಾಗುತ್ತವೆ. ಕಡೆಯ ಪಕ್ಷ ಹತ್ತು ರೀತಿಯ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಈ ದಿನ ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಈ ಪೂರ್ಣಿಮೆಯನ್ನು 'ಫಲ ಪೂರ್ಣಿಮೆ' ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಬಹುಶಃ ಈ ದಿನದಂದು ನಾವು ದೇವರಿಗೆ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿರುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಸಂಕಲ್ಪಗಳು ಈಡೇರುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಲೌಕಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕೋರಿಕೆಗಳು ಈಡೇರುತ್ತವೆ. ಜನರು ಈ ದಿನದಂದು ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ, ಅಕ್ಷರಶಃ ಸತ್ಯನಾರಾಯಣನನ್ನು ಆರಾಧಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಎಲ್ಲ ದಿನಗಳ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ನಾವು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ■

# ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

**1–1–2017**

2017ನೇ ಇಸವಿ ಈಗಾಗಲೇ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿದೆ. ಸಮಯ ಎಷ್ಟೊಂದು ಬೇಗ ಚಲಿಸುತ್ತಿದೆ. ಬಹುಶಃ, ಈ ಪ್ರಳಯದ ಕಷ್ಟದ ದಿನಗಳು ಬೇಗ ಕಳೆಯಲೆಂದು ಋಷಿಗಳು ಬಯಸಿರಬಹುದು. ಆ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿಯೇ ಅವರು ಸಮಯವನ್ನು ಸಂಕುಚಿತಗೊಳಿಸಿರಬಹುದೇನೋ.

ಮಾನಸ ಕುಟುಂಬದ ಪರವಾಗಿ ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಶುಭಾಶಯಗಳನ್ನು ಹಾರೈಸುತ್ತೇನೆ. ಹೊಸ ವರ್ಷ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ಬಾರಿಯೂ ಏನಾದರೂ ವಿಶೇಷತೆಯಿರುತ್ತದೆಯೆಂದು ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ಹೊಸ ವರ್ಷ ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಹೊಸ ಪ್ರಾರಂಭಗಳಿರುತ್ತವೆ. ನಾವು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಗಮನಿಸಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಬಾಳಿನ ಸಣ್ಣ ವಲಯದಲ್ಲಿ ಹೊಸ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದ ಮೇಲೆ ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಜೀವನವನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಇಷ್ಟೊಂದು ಸುಂದರವಾಗಿ ಜೀವನವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿರುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಮೆಚ್ಚಬೇಕು! ಇಂತಹ ಜೀವನದ ಕನಸನ್ನು ದೇವರು ಹೇಗೆ ಕಂಡ ಎಂದು ಕೂಡ ನಾನು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡುತ್ತೇನೆ! ಆಗಿಂದ್ದಾಗ್ಗೆ ಪುನರಾವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳುವ ಸುಂದರ ಘಟನೆಗಳಿವೆ. ನಾವು ಅವನ ಕನಸಿನ ಭಾಗವಾದರೂ, ಈ ಕನಸಿಗೆ ಕೂಡ ರೂಪ ಕೊಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗಾದರೂ ನಮಗಿದೆ. ಕೊನೆಯ ಪಕ್ಷ ನಾವದಕ್ಕೆ ಬಣ್ಣ ಸೇರಿಸಬಹುದು. ಆ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಅವನು ನಮಗೇ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ನಾವೇ ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಅದರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಪಂಚದ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನೂ ರೂಪಿಸಬಹುದು. ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಾವು ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ತಿಳಿದೆವು. ದೇವರು ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ನಾವು ಶರಣಾದರೆ, ಅವನ ಕನಸಿನಲ್ಲಿನ ನಮ್ಮ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಬಹುದು. ಬದುಕಿನ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗಳಿಗೆಯೂ ಅತ್ಯಂತ ಸುಂದರ.

ಕಾಲ, ಚಕ್ರದಂತೆ ತಿರುಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಈ ಹೊಸ ವರ್ಷ! ಹೊಸ ವರ್ಷವು ಹಿಂದಿನದನ್ನು ಹೊರಗೆ ಎಸೆದು ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಬದುಕುವ ಒಂದು ಅವಕಾಶ. ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಹೊಸ ಜೀವನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಅವಕಾಶ.

ಪ್ರಳಯದ ಈ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹೊಸ ವರ್ಷವೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಹೊಸ ಯುಗದ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. 2018 ಮತ್ತೊಂದು ಮುಖ್ಯ ಮೈಲಿಗಲ್ಲು ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. 2018 ಮುಗಿಯುವುದರೊಳಗೆ ಪ್ರಳಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುವ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಿದೆ. ಅದರಂತೆ ನಡೆದರೆ, ಈ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ತೀವ್ರವಾದ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣಬಹುದು. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅದರ ಜೊತೆಯಲ್ಲೇ ಇರಬೇಕು. ತೀವ್ರತರದ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದ್ದರೂ, ಅವುಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಹೊಸ ಯುಗದೆಡೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುವುದರಿಂದ ಅವು ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕೇ ಆಗಿರುತ್ತವೆ. ಬದಲಾವಣೆಯ ವೇಗಕ್ಕೆ ನಾವೂ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಸಹಕರಿಸಬೇಕು.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಸಾಮೂಹಿಕ ಜಾಗೃತಿಯುಂಟಾಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದೇವೆ, ಅದು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ. ಉತ್ತಮ ಬದುಕಿನ ಆಸೆಯೊಂದಿಗೆ ನೋಟಿನ ಅಮೌಲ್ಯೀಕರಣವು ಸಾಮೂಹಿಕ ಒಪ್ಪಿಗೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಿತು. ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ ಮತ್ತು ಯುದ್ಧಗಳಿಂದ ಜನರು ಸಾಕಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಅವರಿಗೆ ಶಾಂತಿ ಬೇಕಾಗಿದೆ. 2018ರಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧೀಕರಣದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಡೆದರೆ, ನಂತರದ ಬದುಕು ಎಷ್ಟು ಸುಂದರವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆಗ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ರಚನಾತ್ಮಕ ಕಾರ್ಯಗಳ ಕಡೆಗೆ ಹರಿಸಬಹುದು. ಒಳಗೆ ಮತ್ತು ಹೊರಗೆ ಕೂಡ ಸಂಯೋಜನೆಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಅತ್ಯಂತ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಹೊಸ ತಾಂತ್ರಿಕತೆಗಳಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಲಯದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಹೊಸ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸುಂದರ ಬದುಕು ನಮಗಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿದೆ. ನಮ್ಮ ಭಾಗದ ಕಾರ್ಯವಾದ ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಬದಲಾಗುವುದು ಮತ್ತು ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ನಾವು ಮಾಡಬೇಕು. ಅದನ್ನು ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಮಾಡೋಣ.

ನಮ್ಮ ಬ್ರಜಬಂಧು ಮಿಶ್ರ ಅವರು, ಮಾನಸ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್ ಅನ್ನು ನಮ್ಮ ಮೊಬೈಲ್‌ಗೆ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ನೀವು ಅದನ್ನು ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಮೊಬೈಲ್‌ನಿಂದಲೇ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆಯಲು ಅದನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

**8–1–2017**

ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಚಿಂತೆಗೊಳಗಾಗುವ ಸಮಯಗಳಿರುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಆತ್ಮೀಯರ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅವರನ್ನು ನಾವು ಪ್ರೀತಿಸುವುದರಿಂದ, ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿಯಿರುವುದರಿಂದ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆಯೂ ನಾವು ಚಿಂತೆಗೊಳಗಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಕಳೆದ ಕೊನೆಯ ದಿನಗಳು ನೆನಪಾಗುತ್ತವೆ. ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು, "ದೇವರು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಬಳಿ ಇರುವುದನ್ನು ನಾನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಎಲ್ಲರ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನೂ ಅವನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಯಾರನ್ನೂ ಹೊರತುಪಡಿಸಿಲ್ಲ." ನಮ್ಮ ಹತ್ತಿರದವರು, ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ, ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗ್ಗೆ ಕೂಡ, ನಮ್ಮ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ನಾವು ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಭಾಗದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಮಾಡೋಣ. ಆದರೆ ಚಿಂತೆಯನ್ನು ಖಿನ್ನತೆಯ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಹೋಗದಂತೆ ನಾವು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಶಕ್ತ್ಯಾನುಸಾರ ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟನ್ನು ಮಾಡೋಣ, ನಂತರ ಮುಂದಿನದನ್ನು ಅವನಿಗೆ ಬಿಡೋಣ. ಅವನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ನಾವು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಚಿಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋದರೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ನಾವು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ದೇವರ ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಚಿಂತಿಸುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ನಾವು ನಂಬಿಕೆ ಇಡಬೇಕು.

ಸಂಕಷ್ಟದಲ್ಲಿರುವ ಮತ್ತು ತುಂಬ ಕಷ್ಟಕರ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರಪಂಚದ ಜನರಿಗಾಗಿ, ನಾವು ಭಾವುಕರಾಗಬೇಕೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾವು ಕೊನೆಯ ಪಕ್ಷ ಅವರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನಾದರೂ ಕಳಿಸಬಹುದು. ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುವ ಅವಕಾಶವಿರುವವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳು ಮುಟ್ಟಬಹುದು ಮತ್ತು ಯಾವುದಾದರೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಒದಗಿಸಬಹುದು. ಈ ಜನರಿಗಾದ ಅನ್ಯಾಯದ ವಿರುದ್ಧದ ಈ ಬಲಗೊಂಡ ತರಂಗಗಳು ವಿಶ್ವದಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತವೆ, ಅದು ಅನ್ಯಾಯವನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕುವುದಕ್ಕೆ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಉಪೇಕ್ಷಿಸಬಾರದೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾವು ಪ್ರಪಂಚದ ಜೊತೆಗಿರಬೇಕು. ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದೆಲ್ಲವೂ ನಮ್ಮನ್ನೂ ತಲುಪುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿರುವ ಜನರ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಯೋಚಿಸಬೇಕು. ಅವರ ಕಷ್ಟಕ್ಕೆ ಸಹಾನುಭೂತಿ ತೋರಬೇಕು. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬೇಕು.

ಮನುಕುಲದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಉನ್ನತಿಗಾಗಿ ನಾವು ಕೆಲಸಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದರ ಅರ್ಥ, ಅತಿ ಸಾಧಾರಣ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾದ ನಮ್ಮಂಥವರು ಕೂಡ ನಮ್ಮದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಮನುಕುಲದ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಹುದು. ನಾವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು ಸಹಾಯವಲ್ಲ, ಅದು ನಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ನಾವು ಮನುಕುಲದ ಭಾಗ. ನಾವು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕು.

ನಾವು ಬೇರೆಯವರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಪ್ರೀತಿ ಕಾರ್ಯೋನ್ಮುಖವಾಗುತ್ತದೆ. ಅವು ಗುರೂಜಿಯವರ ಪದಗಳು. ನಾವು ಈ ರೀತಿ ವಿಸ್ತಾರಗೊಂಡಾಗ ಪ್ರೀತಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಮತ್ತೊಬ್ಬರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಪ್ರೀತಿ ವಿಸ್ತಾರಗೊಂಡಿದೆಯೆಂದು ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯೆಂದರೆ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸುವುದು, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವುದು. ■

## 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

ಬಹಳ ಕಾಲದ ಹಿಂದೆ ಫ್ರಾನ್ಸಿನ ತತ್ವಜ್ಞಾನಿ ರೆನೆ ಡೆಕಾರ್ಟ್ ಹೇಳಿದರು, 'ನಾನು ಯೋಚಿಸುತ್ತೇನೆ ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ನಾನು ಇದ್ದೇನೆ' (I think therefore I am). ಅವರು, ನಮ್ಮ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೇ ನಮ್ಮ ಯೋಚನಾ ಶಕ್ತಿ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ್ದರೆ ನಮಗೆ ಈ ರೀತಿ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ, ನಾವು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎನ್ನುವುದೇ ನಮಗೆ ಅರಿವಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ನಾವೇ ಆಲೋಚನೆಯಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಯೋಚಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕಿಂತ ಬಹಳ ಮುಂಚೆಯೇ ನಾವು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿದ್ದೆವು ಎಂದು ಇಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿದಿದೆ. ಯೋಚಿಸುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದಕ್ಕೇ ಈಗ ನಾವು ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಯೋಚಿಸುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರವೆ ನಮ್ಮ ಅಂತರಾಳಕ್ಕೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಯೋಚಿಸುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಾವು ನಮ್ಮ ನಿಜ ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿರುತ್ತೇವೆ, ಅದುವೇ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ. ನಾವೇ ನಿಶ್ಚಲತೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ತತ್ವಜ್ಞಾನಿಯ ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳಬಹುದು – 'ನನಗೆ ಅರಿವಿದೆ ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ನಾನು ಇದ್ದೇನೆ' (I am aware therefore I am) ಅಥವ 'ನಾನಿದ್ದೇನೆ ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ನಾನು ಯೋಚಿಸಬಲ್ಲೆ' (I am, therefore I can think).

ಸರಳವಾಗಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಮೊದಲಿಗೆ 'ನಾವು' ಆನಂತರ ನಮ್ಮ 'ಆಲೋಚನೆ'. ಅರಿವು ಆತ್ಮದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೆಂದು ನಾವು ಹೇಳಿದಾಗ ಅದರ ಅರ್ಥ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿರುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿದೆ ಎಂದು. ಅರಿವು ದೇವರಿಂದ ಬಂದ ಕೊಡುಗೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದಾಗ, ಈ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ತನಕ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಅರಿವು ಇರಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಸತ್ಯವೆಂದರೆ ಆತ್ಮವು ಸದಾಕಾಲ ಅರಿವಿನಿಂದಿದೆ. ಆದರೆ ಆತ್ಮದ ಅರಿವು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾದ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡು ಈ ಮೂರ್ತ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಳೆದುಹೋಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ಆಗ ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುತ್ತೇವೆ.

ನಾವೇ ಅರಿವು ಎಂದು ಈ ಮುಂಚೆ ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ. ಅರಿವು ಅಲೆದಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕೂಡ ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ. ಒಂದು ಆಲೋಚನೆಯಿಂದ ಮತ್ತೊಂದು ಆಲೋಚನೆಗೆ ಅಥವ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಮತ್ತೊಂದು ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ನೆಗೆಯುವುದು ನಾವೇ. ಅದನ್ನು ಅಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ, ಅದರ ಅರ್ಥ ನಾವು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿರುವುದರ ಅರಿವೂ ನಮಗೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಅಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಆಲೋಚನೆಯು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗಲೂ ಮುಂದುವರೆದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಕಷ್ಟ. ಹೀಗೆ ಆದಾಗ ನಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ಯೋಚನೆಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಎಳೆದು ತರಬೇಕು, ಅದರ ಅರ್ಥ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವ ಕಾರ್ಯದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ಎಳೆದು ತರಬೇಕು ಎಂಬ ಅರಿವು ನಮಗೆ ಉಂಟಾಗಬೇಕು. ನಾವು ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆಂಬ ಅರಿವು ಧ್ಯಾನವಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗಲೇ ಉಂಟಾಗಬೇಕು, ನಂತರವಲ್ಲ. ನಂತರ ಅರಿತುಕೊಂಡರೆ ಉಪಯೋಗವಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆಲ್ಲಾ ಆಲೋಚನೆಗಳೂ ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತವೆ, ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಆಗ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುವುದೂ ಕಷ್ಟ.

ಸಂನ್ಯಾಸವೆಂದರೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇರುವುದನ್ನು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ತೊರೆಯುವುದು ಎಂದು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅದು ನಮಗಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ, ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಇರುವಾಗಲೇ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ತೊರೆಯಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳದೆ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆಯಷ್ಟೇ ಚಿಂತಿಸುವಂತಾದರೆ, ನಾವು ಈ ರೀತಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ, ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತೆಮಾಡುವುದರಿಂದ ಏನೂ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಮಗೆ ನಾವೇ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಚಿಂತೆಯು ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಅಡಚಣೆಯುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ, ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯದ ಮೇಲೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು. ಎರಡನೆಯದು, ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ದೈವಕ್ಕೆ ಬಿಟ್ಟು ಶರಣಾಗತಿಯ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದುವುದಾದರೆ ಚಿಂತೆಮಾಡಲು ನಮಗೆ ಯಾವುದೇ ಕಾರಣವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಮೂರನೆಯದೆಂದರೆ, ನಾವು ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕು. ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಈಗಿನ ಕ್ಷಣವೊಂದೇ ವಾಸ್ತವ. ಆದ್ದರಿಂದ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದೆಂದರೆ, ಈ ಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಗಮನವನ್ನೂ ಕೊಡುವುದು. ಆದರೆ, ನಮ್ಮ ಗಮನವೆಲ್ಲವೂ ಭೂತಕಾಲ ಅಥವ ಭವಿಷ್ಯತ್ ಕಾಲದ ಮೇಲಿದ್ದರೆ ವರ್ತಮಾನವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ಹಾಗಾದಾಗ ಇಡೀ ಜೀವನವನ್ನೇ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಹೇಳಿದ್ದರು, 'ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ಷಣವೂ ದೇವರ ಕೊಡುಗೆ'. 'ಕಳೆದುಹೋದ ಕ್ಷಣಗಳಿಗಾಗಿ ದುಃಖಿಸಬೇಡಿ, ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಬದುಕಿ', ಎಂದು ಕೂಡ ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ನಾವು ಬದುಕದಿದ್ದರೆ, ದೇವರ ಈ ಕೊಡುಗೆಗಳು ವ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತವೆ.

ನಮ್ಮ ಕಳೆದುಹೋದ ದಿನಗಳು ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ದಿನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ವೈರಾಗ್ಯ ಅಥವ ನಿರ್ಮೋಹವನ್ನು ಹೊಂದುವುದು ಕೂಡ ಅವಶ್ಯಕ. ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಭೂತ ಅಥವ ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿಗೆ ಅಲೆದಾಡುವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮುರಿಯಬಹುದು. ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿಯೇ ಬದುಕುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಭೂತ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವ ಮೂಲಕ ವರ್ತಮಾನಕ್ಕೆ ಆದ್ಯತೆ ಕೊಡಬೇಕು, ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ನಿರ್ಮೋಹತ್ವ ಮತ್ತು ಶರಣಾಗತಿಯ ಅವಶ್ಯಕತೆಯೂ ಇದೆ. ■

## ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

**ಪ್ರ: ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ಭಾವನೆಗಳ ಪಾತ್ರವೇನು?**

ಉ: ಅತ್ಯಂತ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಪಾತ್ರವಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಪ್ರೀತಿಯ ತೀವ್ರ ಭಾವನೆಯು ನಮ್ಮನ್ನು ದೇವರ ಹತ್ತಿರ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ತೀವ್ರವಾದ ಭಾವನೆಯು ನಮಗೆ ಶರಣಾಗತರಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಗಾಢವಾದ ಭಾವನೆಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಉತ್ತಮ ಸೃಜನಶೀಲತೆಯನ್ನು ಹೊರತರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ತೀವ್ರವಾದ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಅತಿರೇಕದ ಭಾವನೆಗಳ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ನಾವು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅತಿರೇಕದ ಭಾವನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಹಿಡಿತಕ್ಕೆ ಸಿಗದೆ ತರ್ಕರಹಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಅತಿರೇಕದ ಭಾವನೆಗಳು ನಮಗೆ ಸಮಚಿತ್ತತೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿ ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

**ಪ್ರ: ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಚಿತ್ರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಬಯಕೆಗಳನ್ನು ಈಡೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದೇ?**

ಉ: ಹೌದು, ಆದರೆ ನಾವು ಜಾಗರೂಕತೆ-ಯಿಂದಿರಬೇಕು. ಕೆಲವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಿಯಮಗಳಿವೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ನಾವು ಉಲ್ಲಂಘಿಸಬಾರದು. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ಹಣವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಾರದೆಂಬ ನಿಯಮವಿದೆ ಅಂದುಕೊಳ್ಳೋಣ, ಆದರೂ ಒಂದು ವೇಳೆ ಬೇರೆ ಮಾರ್ಗಗಳಿಂದ ಒತ್ತಾಯಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಾನು ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸಿದರೆ, ಆಗ ನಾನು ಒಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಿಯಮವನ್ನು ಉಲ್ಲಂಘಿಸಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ನನಗೆ ಹಣ ಸಿಗಬಹುದು, ಆದರೆ ನನ್ನ ಆರೋಗ್ಯ ಕೆಡಬಹುದು. ದೇವರನ್ನು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಅವರು ಈಗ ಅಥವಾ ಮುಂದೆಂದಾದರೂ ನಮಗೆ ಬೇಕಾದವುಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ, ಅವರ ನಿರ್ಧಾರ ಸರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

**ಪ್ರ: ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ತೀವ್ರಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು?**

ಉ: ಹಿಂದಿನ ಮತ್ತು ಸಮಕಾಲೀನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಹೋರಾಟ ಮತ್ತು ಅವರ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಓದಿ. ಅವರ ಪಯಣದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಪಾಠಗಳು ಸಿಗುತ್ತವೆ. ನಂತರ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ತೀವ್ರಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಧ್ಯಾನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದರೆ, ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ; ಧರ್ಮ-ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿರುವ ಬೆಳಕನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ಓದಿದ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುತ್ತಾ, ನಮ್ಮದೇ ಆದ ತತ್ವವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಮ್ಮ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ತೀವ್ರಗೊಳಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತವೆ.

**ಪ್ರ: ಋಷಿಗಳು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳೇ?**

ಉ: ಅವರೇ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಸಹ. ಅನೇಕ ಮಹಾನ್ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಋಷಿಗಳೇ. ಐನ್‌ಸ್ಟೈನ್ ಒಬ್ಬ ಋಷಿ; ಸರ್ ಸಿ.ವಿ.ರಾಮನ್ ಅವರೂ ಓರ್ವ ಋಷಿ.

**ಪ್ರ: 'ರಾ' ಮಂದಿರದ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಬಲವೇ?**

ಉ: 'ರಾ' ಚೈತನ್ಯಗಳೇ ಬೇರೆ. ನಮಗೆ ಇಂತಹ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಅಭ್ಯಾಸವಿಲ್ಲ, ಈ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ 'ರಾ' ಚೈತನ್ಯಗಳ ಅನುಭವ ತುಂಬಾ ತೀಕ್ಷ್ಣ ಅಥವಾ ತುಂಬಾ ಪ್ರಬಲವಾದುವುಗಳೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಬಹಳ ವಿಶೇಷ ಮತ್ತು ಬಹಳ ಪವಿತ್ರವಾದವುಗಳು. ನೀವು 'ರಾ' ಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿರಲಿ ಅಥವಾ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳಲಿ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ತಕ್ಷಣದಲ್ಲಿಯೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ; ಅವು ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಶುದ್ಧಿಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ, ನಮ್ಮನ್ನು ಪವಿತ್ರಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಆಶ್ಚರ್ಯವೆಂಬಂತೆ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಅನುಮಾನಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುತ್ತವೆ. ಅನೇಕ ಜನರಿಂದ ಅನೇಕ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಸೇರಿಕೊಂಡ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ತಿರುಚುವಿಕೆ ಹಾಗೂ ಹುಸಿತನಗಳನ್ನು ಅವು ನಿರ್ಮೂಲ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ಅವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ವಿನೀತರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

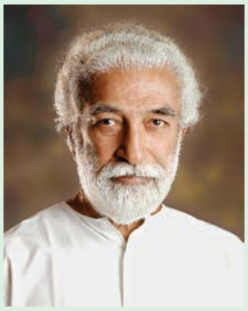
**ಪ್ರ: ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಹನುಮಂತನ ದೇವಸ್ಥಾನವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರಣವಿದೆಯೇ?**

ಉ: ಹೌದು. ಇದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಗ್ರಾಮಸ್ಥರಿಗಾಗಿ. ಈ ದೇವಸ್ಥಾನ ವಿಶಾಲವಾದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದರಿಂದ ಅವರು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿ ಸೇರಬಹುದು. ಹಿಂದೆ ಇದ್ದ ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲ ಗ್ರಾಮಸ್ಥರು ಮತ್ತು ತಪೋನಗರ ನಿವಾಸಿಗಳು ಪ್ರತಿ ಶನಿವಾರದಂದು ಸಾಯಂಕಾಲ ಅಲ್ಲಿ ಸೇರಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನಾನು ಸೂಚಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಗ್ರಾಮಸ್ಥರಿಗೆ ಧ್ಯಾನ ಕಲಿಯಲು ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಇದೊಂದು ಅಪೂರ್ವ ಅವಕಾಶವಾಗಿದೆ. ಇದು ಹನುಮಾನ್ ದೇವರ ವಿಶೇಷ ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಶೇಖರಿಸಿಡುವ ಸ್ಥಳವಾಗಲಿದೆ. ನೀವು ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಪಡೆದು ಹನುಮಾನ್ ದೇವರ ಜೊತೆಗೆ ಮಾತನಾಡಬಹುದು. ಮುಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಕಷ್ಟಕರವಾದ ಸಮಯವನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗಿ ಬಂದಾಗ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ, ನಮಗೂ ಮತ್ತು ಗ್ರಾಮಸ್ಥರಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಿವೆ. ■


## 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/- |
| Thus Spoke Guruji Krishnananda - Vol 1 | 200/- |
| 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/- |
| आयगुरूजी (Marathi) | 100/- |
| ध्यान कसे करावे (Marathi) | 50/- |
| ध्यानयोग (Marathi) | 50/- |
| आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi) | 50/- |
| शंबला तत्त्वांचा अभ्यास (Marathi) | 50/- |
| एका आधुनिक ऋषीचे सूक्ष्मजगातील पराक्रम (Marathi) | 50/- |
| प्रकाशमय जीवन (Marathi) | 10/- |
| प्रकाश (Marathi) | 10/- |
| उच्चस्तरीय संवाद आणि इतर सत्ये (Marathi) | 100/- |
| गुरु-शिष्य संवाद (Marathi) | 60/- |
| ध्यान कैसे करे (Hindi) | 50/- |
| ध्यान-योग (Hindi) | 50/- |
| प्रकाश (Hindi) | 10/- |
| प्रकाशमय जीवन (Hindi) | 10/- |
| प्रकाश की ओर (Hindi) | 150/- |
| आत्मा का अवतरण (Hindi) | 50/- |
| தியானம் செய்வது எப்படி | 50/- |
| ஒளியின் வாயில்கள் | 200/- |
| தியான யோகம் | 50/- |
| ஆத்மாவின் அவரோகணம் | 50/- |
| நவீன ரிஷி ஒருவரின் சூஷ்ம சாகசங்கள் | 50/- |
| சம்பலா நியமங்களின் அப்பியாசங்கள் | 50/- |
| ధ్యానం చేయ్యడం ఎలా | 50/- |
| కాంతికి ద్వారములు | 100/- |

Published: 21st of Every Month. RNI. No. KARKAN/2003/13739 Regd. Postal Regn. No. KARN/BGE/1124/ 2017-2019
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**

ನನಗೆ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಹರಿವಿನ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ದಿನನಿತ್ಯದ ಕೆಲಸದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಸಲ ನಾನು ಯೋಚನಾರಹಿತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತೇನೆ.

ನಾನು ಬಹಳಷ್ಟು ಬದಲಾಗಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಗುರೂಜಿಯವರ ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳ ಉಪದೇಶಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಿಭಾಯಿಸಲು ಕಠಿಣವಾದಂತಹ ಕಷ್ಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನಾನು ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ ಅವರ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನೊಳಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಬೆಳಕನ್ನು ತುಂಬಿಕೊಂಡು ಅದರೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಿಸುತ್ತೇನೆ. ಬೆಳಕು ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

– ಶಿಲ್ಪಾ ರಾಘವೇಂದ್ರ

ನಾನು ಕಡಿಮೆ ಜನಸಂಖ್ಯೆ ಇರುವ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ನನಗೆ ಅಲ್ಲಿ ಹೀಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಹೇಗೆ ನಡೆಸಲಿ ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಸಮನ್ವಯತೆ ಸಂಭವಿಸಿತು ಹಾಗೂ ಅಂತರ್ಜಾಲದಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ದೂರದ ಹೀಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಅವಕಾಶ ನನಗೆ ದೊರಕಿತು! ನಾನು ಈಗ, ಜಾಗತಿಕ ದೂರದ ಹೀಲಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಸ್ವಯಂಸೇವಕಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಹಾಗೂ ನಾನು ಈ ಮೂಲಕ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇರುವವರಿಗೆಲ್ಲಾ ಪ್ರೀತಿಯುತ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತೇನೆ. ಋಷಿಗಳು ನನ್ನ ಸುತ್ತಲೂ ಇರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರ ಸಹಾಯ ಪಡೆದು, ಬಯಸಿದವರಿಗೆ ನಾನು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

– ಲ್ಯುಸಿಂಡಾ ಬಾಷ್

ಒಂದು ಸಲ ನಾನು ಕಛೇರಿಯಿಂದ ಮನೆಗೆ ಹಿಂತಿರುಗುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ನನ್ನ ಕಾರು ರಸ್ತೆಯ ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡು ನಿಂತುಬಿಟ್ಟಿತು. ತಕ್ಷಣ ಎಲ್ಲಿಂದಲೋ ಗೌರವಾನ್ವಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ನನ್ನ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬಂದು, ಕಾರನ್ನು ಹಿಂದೆ ಸರಿಸಿ ರಸ್ತೆಗೆ ತರಲು ನನಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಿ ಸಹಕರಿಸಿದರು. ಎಲ್ಲ ಸರಿಹೋದ ಕೂಡಲೇ ಅವರು, 'ದೇವರು ನಿನಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದು ಮಾಡಲಿ' ಎಂದು ಹರಸಿ ಅಲ್ಲಿಂದ ಹೋದರು. ಅವರು ಒಂದು ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಮಾಯವಾದರು. ಅವರು ಬೇರಾರೂ ಅಲ್ಲದೆ ನಮ್ಮ ಗುರೂಜಿಯವರೇ ನನ್ನ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬಂದಿದ್ದರೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಾಯಿತು.

– ವಿನಮ್ರ ಲೊಂಗಾನಿ

ನನಗೆ ಕೋಪದ ಸಮಸ್ಯೆಯಿತ್ತು. ಆದರೆ ಅದು ನನ್ನೊಳಗಿನಿಂದ ಮೇಲ್ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಎಂದು ನನಗನಿಸಿತು. ಈಗ ನಾನು ಸ್ವಲ್ಪ ಹೆಚ್ಚೇ ಶಾಂತನಾಗಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ನನ್ನೊಳಗಿನ ಎಲ್ಲಾ ಬಲಹೀನತೆಗಳನ್ನು ಆದಷ್ಟು ಬೇಗನೆ ಗೆಲ್ಲಬಲ್ಲೆನೆಂಬ ಭರವಸೆ ಮೂಡಿದೆ. ಈ ಮೊದಲು ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಅನುಗ್ರಹವನ್ನು ಕಂಡರೂ ಅನುಭವಿಸಲಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನನಗೆ ಅನೇಕ ಅನುಗ್ರಹಗಳಾಗಿದ್ದು ನಾನು ಬೆಳಕು, ಋಷಿಗಳು ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಋಣಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಕೈಲಾದಷ್ಟು ಈ ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಾಂತಿಯಲ್ಲಿ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತನಾಗಿ ಖಂಡಿತಾ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

– ಹರ್ಷದ್ ಓಕ್



## 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
ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ
ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು

ಬೆಂಗಳೂರು
ತಾ: 25-2-2017

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