ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯದ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ (1919-1982)

ಋಷಿಗಳು ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟಂತೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಳಕು

ಈ ಎಲ್ಲ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಹಿಂದಿರುವ ಮಹಾನ್ ಶಕ್ತಿ. ಬೆಳಕು ಸಾಕ್ಷಾತ್ ದೇವರು.

ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯ

ಎಲ್ಲ ಜೀವಜಾಲಕ್ಕೆ ತನ್ನ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಮೇಲೇರಿಸಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಬದುಕಲು ನೆರವಾಗುವುದು.

ಜ್ಯೋತಿಜೀವಿಗಳು

ಇಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಮೇಲಿನ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತ, ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳ ಬೆಳಕನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಹರಡುತ್ತಿರುವ ಋಷಿಗಳು.

ಸಪ್ತಋಷಿಗಳು

ಎಲ್ಲ ಜೀವಜಾಲಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುವ ದಾರಿ ತೋರಿಸಿ, ಕೊನೆಗೆ ತಮ್ಮ ಮೂಲವಾದ ಬೆಳಕಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಲು ಆಯ್ಕೆಗೊಂಡಿರುವ ಮಹಾತ್ಮರು.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ

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

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರ ನೇರ ಶಿಷ್ಯರು. ಅವರು ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗವಾದ ಧ್ಯಾನಯೋಗವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸಪ್ತಋಷಿಗಳ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು.

ಸಪ್ತಋಷಿ ಧ್ಯಾನಯೋಗ

ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ರೂಪುಗೊಂಡಿರುವ, ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಭಾವನೆ-ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಲೌಕಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬದುಕುಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಜೀವಿಸಲು ನೆರವಾಗುವ ಒಂದು ವಿನೂತನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗ.

ಪ್ರಮಾಣಗಳು

★ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಂದು ಮಹಾ ಜ್ಯೋತಿಯ (ದೇವರ) ಕಣಗಳು.
★ ಪ್ರೀತಿ ನಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವ.
★ ಮೌನ ನಮ್ಮ ಭಾಷೆ.
★ ಧ್ಯಾನ ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗ.
★ ಈ ಪ್ರಪಂಚ ನಮ್ಮ ಆಶ್ರಮ.
★ ಇಡೀ ಸೃಷ್ಟಿಯೇ ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ.

ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂಪುಟ 14 ಸಂಚಿಕೆ 5 ಮೇ 2017 ರೂ.25

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ
ಅನು: ಚಂಪ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಡಿಸೆಂಬರ್ 2008ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ವರ್ಷ ಮುಗಿಯುತ್ತಿದೆ. ಎಷ್ಟು ಬೇಗ! ಹಿಂದಿನ ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಬೇಗ! ಈ ವರ್ಷ ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಇದು ಜಗತ್ತಿಗೆ ಆರ್ಥಿಕ ಹಿನ್ನಡೆ ಮತ್ತು ಒಬಾಮಾರನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿತು. ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ಹೆದರಿಸಿತು, ಆಶಾಭಾವವನ್ನೂ ಹುಟ್ಟಿಸಿತು. ದುಷ್ಟಶಕ್ತಿಗಳು ಕಾರ್ಯನಿರತವಾಗಿದ್ದರೂ ಈ ವರ್ಷವು ಬಹಳಷ್ಟು ಬೆಳಕನ್ನು ತಂದಿತು. ಈ ವರ್ಷದಲ್ಲೇ ಅರಿವಿನ ಸ್ಫೋಟವಾದದ್ದು. ಈ ವರ್ಷದಿಂದಲೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆಂದೋಲನಗಳು ವೇಗೋತ್ಕರ್ಷವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತವೆ.

ಬ್ಲಾಗರ್‌ಗಳು ಒಬಾಮಾರನ್ನು ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರು, ಶೃತಿಗೊಂಡವರು ಹಾಗೂ ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯಕರ್ತ ಎಂದೆಲ್ಲ ಬಣ್ಣಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ನವ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆಂದು, ಚುನಾವಣೆಯ ಮೊದಲು ಒಬ್ಬ ಮತದಾರ ಹೇಳಿದ. ಆದರೆ, ಸಿನಿಕರು, ಅವರು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಬಲ್ಲವರಾದರೂ, ತಾನು ಒಳ್ಳೆಯ ಅಧ್ಯಕ್ಷನೆಂದು ಇನ್ನೂ ರುಜುವಾತುಪಡಿಸಬೇಕಿದೆ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಒಬಾಮಾ ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯಕರ್ತರೆ? ನನಗೆ ಗೊತ್ತು, ತಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಅಲ್ಲ. ಆದರೆ ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ, ಬೆಳಕು ಅವರ ಮೂಲಕ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಇಷ್ಟೊಂದು ನಿರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು, ಭರವಸೆಯನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲದೆ, ಇದು ಅಮೆರಿಕಕ್ಕಷ್ಟೆ ಸೀಮಿತವಲ್ಲ. ಜಗತ್ತಿನೆಲ್ಲೆಡೆ ಹರಡಿದೆ. ಇಡೀ ಜಗತ್ತು ಈ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಬಹಳ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು, ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ಹೊಸ ಕಟ್ಟಳೆಯನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದೆ. ಒಬಾಮಾರಿಗೆ ಇದೆಲ್ಲವನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಅವರು ಆಶಾಭಂಗವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ವಿಫಲರಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ವಿಫಲಗೊಂಡ ಹಳೆಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು, ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ನೋಡಿದ ಜನರು ರೋಸಿಹೋಗಿ, ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಬಯಸಿದಾಗ ವಿಶ್ವವು ಹೊಸ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕಲು, ಹೊಸ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು, ಸೂಕ್ತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ತರುವತ್ತ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ದೋಷಯುಕ್ತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ಪತನದ ಆರಂಭವಷ್ಟೆ. ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಇಸ್ಪೀಟ್ ಎಲೆಗಳಂತೆ ಬಿದ್ದುಹೋಗುತ್ತವೆ, ಕೂಡಲೆ ಅವುಗಳ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಹೊಸ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ತಲೆಯೆತ್ತುತ್ತವೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ದೂರದೃಷ್ಟಿಯಿರುವ ಹಾಗೂ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಶಕ್ತಿಯ ಭಂಡಾರವಿರುವ ಅಸಾಧಾರಣ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತಾರೆ. ನನಗೆ, ಒಬಾಮ ಅಂಥವರಲ್ಲೊಬ್ಬರು ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾನು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಬರೆಯುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಟೀಕೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಒಬಾಮ ಕೇವಲ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲ. ಆತ ಬದಲಾವಣೆಯ ಹರಿಕಾರ. ಹಾಗೂ ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯಕರ್ತರಾದ ನಾವು ಅಧಿಕಾರವುಳ್ಳ ಹಾಗೂ ಅಸಾಧಾರಣ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿರುವ ಗಾಡಿಯ ಚಾಲಕನ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ಕುಳ್ಳಿರಿಸಲು ಬಹಳ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ.

ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಸದಾ ಸವಾಲುಗಳೇ ಹೊರತಾಗಿ ಹೊರೆಗಳಲ್ಲ. ಸಹಜವಾದ ಸವಾಲುಗಳು ಹಾಗೂ ದುಷ್ಟಶಕ್ತಿಗಳು ಒಡ್ಡುವ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿ ಈ ಜಗತ್ತನ್ನು ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನತ್ತ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಲು ಸಹಾಯವಾಗುವಂತೆ ನಾವು ಆತನಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಳಕನ್ನೂ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನೂ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು.

ನನ್ನ ಕೆಲಸವೇನೆಂದರೆ ಜನರು ಬೆಳಕನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಅನುಭವಿಸುವಂತಾಗಲು ವ್ಯಕ್ತಿಗತವಾಗಿ ನೆರವಾಗುವುದು. ಹಾಗೂ ಜನರು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಹರಡುವ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನೆರವಾಗುವುದು. ನನ್ನ ಕೆಲಸವೇನೆಂದರೆ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಲು, ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಬದುಕಿಗೆ ನೆರವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸುವುದು. ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲರೂ ಬೆಳಕಿನ ಚಾನಲ್ ಆಗುವಂತೆ ಸಂಚಲನವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವುದು.

ಕೇವಲ ಬೆಳಕು ಮಾತ್ರ ಮುಂದಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಬರಲಿರುವ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ನೆರವಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್‌ನತ್ತ, ಸುವರ್ಣಯುಗದತ್ತ ಒಯ್ಯಬಲ್ಲುದು. ■

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.

ತಪೋನಗರ ಮತ್ತು ಅದರ ನಿರ್ಮಾತೃ

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- 21-5-2017 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರ 78ನೇ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು. ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲಿಚ್ಚಿಸುವವರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ದಿನಾಂಕ 20-5-2017 ರೊಳಗೆ ನಮ್ಮ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬಹುದು.
- ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳದಿರುವ ಗುರೂಜಿಯುವರ ಭಾಷಣಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ, 'Thus Spoke Guruji, Vol -2' ಪುಸ್ತಕವನ್ನು 21-05-2017 ರಂದು, ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವದ ಸಮಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆಮಾಡಲಾಗುವುದು.
- ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದ 9ನೇ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವನ್ನು 17-4-2017 ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.
- ದಿನಾಂಕ 03-05-2017, ಬುಧವಾರದಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1 ರವರೆಗೆ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ದೂರಕಲಿಕೆಯ ಸಾಧಕರು ಕೂಡಾ ನೇರಪ್ರಸಾರದ ಮೂಲಕ ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು. ಆಸಕ್ತರು ದಿನಾಂಕ 30-04-2017ರ ಒಳಗೆ ಮಾನಸ ಆಫೀಸನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.
- Android ಮತ್ತು IOS ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನಸ ಕ್ಯಾಲಂಡರ್ ಲಭ್ಯವಿದೆ. Android ಬಳಕೆದಾರರು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ನಿಂದ ಮತ್ತು iPhone ಬಳಕೆದಾರರು 'Manasa Calendar'ಗಾಗಿ App Store ನಲ್ಲಿ ಹುಡುಕಿ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

18-5-2017 ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11.30 ಘಂಟೆಗೆ ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ 'ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ'ದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

03	ಬುಧ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
05	ಶುಕ್ರ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
10	ಬುಧ	ಬುದ್ಧ ಪೂರ್ಣಿಮಾ ಪೂರ್ಣಿಮಾ
18	ಗುರು	ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬ
19	ಶುಕ್ರ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
21	ಭಾನು	ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ
24	ಬುಧ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
25	ಗುರು	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
28	ಭಾನು	ಭಗವಾನ್ ಕಲ್ಕಿಯವರ ಜನ್ಮದಿನ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು:	ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12 ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1
14-5-2017	ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
21-5-2017	ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ
	ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ರಾ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ

ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಭಾನುವಾರ, 21-05-2017

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ಕ್ಕೆ	ಸ್ವಾಗತ ಭಾಷಣಗಳು ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.30ಕ್ಕೆ	ಪ್ರಸಾದ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ನಾನು ನನ್ನ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾಡುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಕಾಳಜಿಯಿರುವ ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾದ ಅಹಂ ಇತ್ತು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ನಾನು ಮಾತ್ರ ಉತ್ತಮನಾಗಿರಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ನಂತರ ಇದು ಸರಿಯಲ್ಲವೆಂದು ಅರಿತೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನ ಅಭ್ಯಾಸವು ನನ್ನನ್ನು ತೃಪ್ತಿಕರ, ಶಾಂತ ಹಾಗೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನಾಗಿಸಿದೆ. ಅದು ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ತೊಲಗಿಸಿ, ನಮ್ಮನ್ನು ಸರಳ ಹಾಗೂ ಸಂಪೂರ್ಣರನ್ನಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ನಾನು ಮನೆ ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳೆರಡರಲ್ಲೂ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನಮ್ಮೆಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನೀಗಿಸಿ ಅದರಿಂದ ಸುಲಭವಾಗಿ ಹೊರಬರಲು ಸಹಕರಿಸಿದ ಲೈಟ್‌ಗೆ ನನ್ನ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

– ಇಂದುಜಾ, 9ನೇ ತರಗತಿ, ಬಸವೇಶ್ವರ ಪ್ರೌಢ ಶಾಲೆ, ಬ್ಯಾಟರಾಯನಪುರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ನನಗೆ ಸಂತೋಷದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕು ನನ್ನ ಶರೀರವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಶರೀರವು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿರುವ ಹಾಗೂ ನಾನೆಲ್ಲೋ ಹೋಗುತ್ತಿರುವ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ಬೆಳಕಿನೊಡನೆ ಆಟ ಆಡುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ಸ್ನೇಹಿತರು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದಾಗ, ನನಗೆ ಹಿತವಾದ ಮತ್ತು ಸಮಾಧಾನದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

– ಮೊನಿಕಾ ಕೆ.ಎಂ., 6ನೇ ತರಗತಿ, ಶ್ರೀ ಶಾರದಾ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲೆ, ಜಯನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನನ್ನ ತಂಡದ ಕೆಲವು ಮಹಿಳೆಯರು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಬೆಳಕನ್ನು ತಮ್ಮ ಸಹವರ್ತಿ ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ನನ್ನ ಗೆಳತಿಯಾದ ಶ್ರೀಮತಿ ಜಾಗೃತಿ ಕೊರ್ಡೆಯವರಿಗೆ ರಾತ್ರಿ 11 ಗಂಟೆಗೆ ಅತಿಯಾದ ಬೆನ್ನುನೋವು ಉಂಟಾಯಿತು. ಆಕೆಗೆ ತನ್ನ ಕೈಗಳಿಂದ ಬೆನ್ನಿಗೆ ಮುಲಾಮನ್ನು ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಆಕೆ ಮಲಗಿಕೊಂಡೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು. ಐದು ನಿಮಿಷಗಳೊಳಗೆ ನೋವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಇಲ್ಲವಾಗಿ ಆಕೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡಿದರು. ಒಮ್ಮೆ ಆಕೆ ಒಬ್ಬ ರೋಗಿಗೆ ಸೊಂಟದ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಆಕ್ಯುಪ್ರೆಷರ್ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಅತಿಯಾದ ನೋವಿದ್ದ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಕೈಗಳಿಂದ ನೀರಿನ ಹನಿಯಂತೆ ಬೆಳಕಿನ ಹನಿಯೊಂದು ಬೀಳುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಹಾಗೂ ಅದು ಸೊಂಟದ ಭಾಗವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಅವರು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಂಡರು!

ಶ್ರೀಮತಿ ವೈಶಾಲಿ ಮೊತೆಯವರು ಬೆಳಕು ನೀಡಿದ ರಕ್ಷಣೆಯ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರು. ಅವರು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಓದುತ್ತಿದ್ದಾಗ ದೀಪ ಹಾಕಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆಯೇ ಅದರ ಬಲ್ಬು ಸ್ಫೋಟಗೊಂಡಿತು, ಒಡೆದ ಗಾಜಿನ ಚೂರುಗಳು ಇಡೀ ಕೊಠಡಿಯ ತುಂಬೆಲ್ಲಾ ಚೆಲ್ಲಾಪಿಲ್ಲಿಯಾಗಿ ಹರಡಿತ್ತು. ಅವರು ಕುಳಿತಿದ್ದ ಸೋಫಾದ ಕೆಳಗೆ ಕೂಡಾ ಗಾಜಿನ ಚೂರುಗಳಿದ್ದವು, ಆದರೂ ಒಂದೇ ಒಂದು ಗಾಜಿನ ಚೂರು ಅವರ ಮೇಲಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಸೋಫಾದ ಮೇಲಾಗಲಿ ಬೀಳಲಿಲ್ಲ! ನಾವು ಬೆಳಕಿಗೆ, ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಕೃತಜ್ಞರು.

– ಸರೋಜ್ ಸವಾಲೆ

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಗುರೂಜಿಯವರು ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿಗೆ ಸ್ಥಳ ಬದಲಾವಣೆಮಾಡಿದಾಗ, ಧ್ಯಾನದ ಹಾಲ್‌ನ ಕೆಳಗಡೆ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ವಾಸ ಮಾಡಿದರು. ಈ ಸಣ್ಣ ಕಟ್ಟಡದಿಂದ ತಪೋನಗರ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಸಮಯ ಸರಿದಂತೆಲ್ಲ ಧ್ಯಾನದ ಹಾಲ್ ಹಿಂದೆ ಇದ್ದುದಕ್ಕಿಂತ ಎರಡರಷ್ಟು ವಿಸ್ತರಿಸಿತು. ಈಗಿರುವ ಮೊದಲನೆಯ ಮಹಡಿಯಲ್ಲಿರುವ ಆಫೀಸ್ ಮೊದಲಿಗೆ ಲೈಬ್ರರಿಯಾಗಿತ್ತು, ನಂತರದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಯುಟಿಲಿಟಿ ಕಟ್ಟಡಕ್ಕೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲಾಯಿತು. ಕೆಳ ಅಂತಸ್ತಿನ ಆಫೀಸಿನ ಒಂದು ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಶೇಖರಿಸಿ ಇಡಲಾಗಿತ್ತು. ಪುಸ್ತಕಗಳು ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ ಅದನ್ನು ಕೂಡ ಯುಟಿಲಿಟಿ ಕಟ್ಟಡಕ್ಕೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲಾಯಿತು. ಅಮರ ಸಮಾಧಿಯು ತೆರೆದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿತ್ತು; ನಂತರದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಕೊಠಡಿಯಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುವ ಮೊದಲು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಅದಕ್ಕೆ ಹುಲ್ಲಿನಿಂದ ಮಾಡಿದ ಚಾವಣಿಯನ್ನು ಹೊದಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಕುಂಡಲಿನೀ ಗೋಪುರದಲ್ಲಿ ಮೇಲ್ಭಾಗದ ಕಟ್ಟಡವನ್ನು ಕಟ್ಟುವ ಮೊದಲಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ನೆಲಮಾಳಿಗೆ ಮಾತ್ರವಿತ್ತು. ಈ ಕಟ್ಟಡವನ್ನು ಕಟ್ಟುವ ಮೊದಲಿಗೆ ಇದ್ದ ಖಾಲಿ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಹುಲ್ಲಿನ ಹೊದಿಕೆಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಅದನ್ನು ಊಟದ ಸ್ಥಳವನ್ನಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಕಾಸ್ಮಿಕ್ ಟವರ್ ಇರುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಕಲ್ಲು ಮಣ್ಣಿನಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದ ಖಾಲಿ ನಿವೇಶನವಿತ್ತು, ಅದರ ಮುಂದಿನ ಜಾಗವನ್ನು ವಾಹನ ನಿಲುಗಡೆಗಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಚಕ್ರ ಮಂಟಪಗಳು, ಸಪ್ತ ಋಷಿಗಳ ಗುಹೆ, ಅಮರರವರ ಗುಹೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ತಪೋವನ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಬಂದನಂತರ ಅದೊಂದು ಪವಿತ್ರ ತಾಣವೆನಿಸಿತು. ಅಂತರ ಮಾನಸ, ರಾ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ಕಟ್ಟಡ ಮತ್ತು ಕೊಠಡಿಗಳ ಸೇರ್ಪಡೆಯೊಂದಿಗೆ ತಪೋನಗರ ಬೆಳೆಯಿತು. ಧ್ಯಾನಮಾಡಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ಸಾಧಕರಿಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಸೌಕರ್ಯಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಧ್ಯಾನದ ಹಾಲ್‌ಅನ್ನು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಹವಾನಿಯಂತ್ರಣಗೊಳಿಸಿರುವುದು ಕೂಡ ಅದೇ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟಿರುವ ಹೆಜ್ಜೆಯಾಗಿದೆ. ತಪೋನಗರವು ಅದರ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತರಾದ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಶುಭಾಶಯವನ್ನು ಕೃತಜ್ಞತೆಯೊಂದಿಗೆ ಕೋರುತ್ತದೆ. ■

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

ಒಬ್ಬಾಕೆ ದೊಡ್ಡ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರುವೊಬ್ಬರ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ಕುಳಿತಾಗ, ಅವರು ಆಕೆಯನ್ನು ದೃಷ್ಟಿಸಿ ನೋಡಿದರು. ಆಕೆಗೆ ಭಯವಾಯಿತು, ಅವರಿಗೆ ತನ್ನ ಮೇಲೆ ಕೋಪ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿಕೊಂಡರು. ನಂತರ ತನ್ನದೇ ಆದ ಮಾನಸಿಕ ಸಂಕೀರ್ಣತೆಯನ್ನು (complexes) ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಹೊಂದಲಾರಂಭಿಸಿದರು. ಅವರು ಕೋಪದಿಂದ ದೃಷ್ಟಿಸಿದ ದಿನದಿಂದ ತಾನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಸೋಲುಂಟಾಗಿದೆಯೆಂದು ಆಕೆ ಭಾವಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದರು. ಆಕೆಗೆ ಸೋಲುಗಳೇ ಎದುರಾದವು, ಎಲ್ಲ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂಕೀರ್ಣತೆಗಳನ್ನು ಬೆಳಸಿಕೊಂಡರು. ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರುವಿಗೆ ಆಕೆಯ ಮೇಲೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಕೋಪವೇಕೆ ಎಂದು ನಾನು ತಿಳಿಯಬಯಸಿದೆ. ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಋಷಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಗುರುವನ್ನೂ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದೆ, ಅವರ ಪರಿಚಯ ನನಗಿದೆ. ಋಷಿಗಳ ಒಪ್ಪಿಗೆ ಪಡೆದು ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾಸ್ಟರ್‌ರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದಾಗ ಅವರು ನಕ್ಕು ಹೇಳಿದರು, 'ಜನರು ನಮ್ಮನ್ನು ಹೇಗೆ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ನೋಡಿ!'. ಅವರು ಹೇಳಿದರು, 'ಆಕೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಏನೋ ಒಂದನ್ನು ಸುಟ್ಟು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಲು, ಅವರ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಆಕೆಯ ಸುತ್ತಲಿನ ಪ್ರಭೆಯನ್ನು (aura) ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಲು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ದೃಷ್ಟಿಸಿ ನೋಡಿದೆ, ನನಗೆ ಕೋಪವಿರಲಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಆಕೆ ಏಕೆ ಆ ರೀತಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರು?' ಏನೆಂದರೆ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯವೇನೋ ಒಳ್ಳೆಯದು, ಆದರೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮತ್ತು ನಿರಂತರ ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಣ ಉಪಯುಕ್ತ. ಯೋಚನೆ ಮಾಡಿ, ಸುಮಾರು 8–10 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಅವರಲ್ಲಿ ಈ ಸಂಕೀರ್ಣತೆಯಿತ್ತು ಮತ್ತು ಆಗಿನಿಂದಲೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರು ನಕ್ಕರು ಅಷ್ಟೆ. ನಾನೊಬ್ಬನೇ ಇದ್ದಾಗ ಯೋಚಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಅವರು ಅಥವ ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ನಿಜವಾದ ಮಾಸ್ಟರ್ ತಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಅಥವ ಶಿಷ್ಯನಿಗೆ ನೋವುಂಟುಮಾಡಿರುವ ಒಂದೇ ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನೂ ನಾನು ಕಂಡಿಲ್ಲ, ಅವರು ಹಾಗೆಂದಿಗೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ! ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಳೆದವರು ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ, ನಾನು ಪದೇ ಪದೇ ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತೇನೆ – ಋಷಿಗಳು ಅತ್ಯಂತ ದಯಾಳುಗಳು, ಅವರೆಂದಿಗೂ ನಮಗೆ ನೋವುಂಟುಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳದಿದ್ದಾಗ ಅಥವ ಕೆಲವೊಂದು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಉಲ್ಲಂಘಿಸಿದಾಗ ನಾವು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆಯೇ ಹೊರತು ಅವರು ಕೋಪಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಅಥವ ನಮ್ಮನ್ನು ನೋಯಿಸಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಅಲ್ಲ.

ಬೇರೆಯವರು ಮಾತನಾಡುವುದಕ್ಕೆ 3ನೇ ಭಾನುವಾರಗಳಂದು ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ನನಗೆ ಸಂತೋಷವಿದೆ. ಈ ಸದವಕಾಶವನ್ನು ಜನರು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಆದರೆ ಇದನ್ನು ಕೂಡ ಇನ್ನೂ ಉತ್ತಮಪಡಿಸಬಹುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಕೆಲವು ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತೇನೆ:

ನಾವು ತುಂಬ ತಿಳುವಳಿಕೆಯಿರುವ ಸಭಿಕರನ್ನುದ್ದೇಶಿಸಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಭಿಕರನ್ನಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದರ ನೆನಪು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರಲಿ. ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದು ಅವರಿಗೂ ತಿಳಿದಿದೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಹೊಸದೇನನ್ನಾದರೂ ಮಾತನಾಡೋಣ.

ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಲೂ ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತೇನೆ, ನಾವು ತುಂಬ ಓದಬೇಕು. ಎಂದಿಗೂ ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳಿಗಷ್ಟೇ ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬೇಡ. ನಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ಅತಿ ವಿರಳವಾದ ಜ್ಞಾನವಿದೆಯೆಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆಯಾದರೂ ಹೊರಗೆ ಕೂಡ ಜ್ಞಾನವಿದೆ. ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಕಿವಿಗಳನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ತೆರೆದಿಡಬೇಕು. ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾದ ಘಟನೆಗಳು ಜರುಗುತ್ತಿವೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಗುಂಪೊಂದು ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ವಿಷಯದ ಮೇಲೆ ಚರ್ಚೆ ನಡೆಸಿದರೆಂದರೆ ನಂಬುತ್ತೀರಾ?! ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾವು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು, ಹೆಚ್ಚು ಓದಬೇಕು. ಒಬ್ಬರು ಹೇಳಿದರು, 'ನಾನು ಟಿವಿ ನೋಡುವುದಿಲ್ಲ, ನಾನು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವುದಿಲ್ಲ'. ನಾನು ಹೇಳಿದೆ, 'ಒಳ್ಳೆಯದು, ಅದು ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು ಆದರೆ ಅದು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ'. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಲಯದಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಜರುಗುತ್ತಿವೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮಯಾನ ಮಾಡಿದ್ದೇವೆ ಎನ್ನುವ ಅನೇಕರು ಹೊರ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ. ನಾನೊಂದು ಅದ್ಭುತ ಪುಸ್ತಕ ಓದುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ನಂತರ ಮಾತನಾಡುತ್ತೇನೆ. ನೀವು ಓದಿದಾಗ ಹೊಸ ಜ್ಞಾನ ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆಗಲೇ ಇರುವ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಣ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜ್ಞಾನವಿದೆ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ, ಅದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಓದಿ ನಂತರ ಇಲ್ಲಿ ಬಂದು ಮಾತನಾಡಿದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಅದರದೇ ಆದ ಬೆಲೆಯಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ವ್ಯಯಿಸಬೇಕು. ಹಿಂದಿನ ರಾತ್ರಿ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದರೂ ಅದು ಒಳ್ಳೆಯ ಭಾಷಣ ಎನಿಸಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಇನ್ನೂ ಉತ್ತಮಪಡಿಸಬಹುದು. ಇದು ಸಲಹೆ ಮಾತ್ರವೇ ಹೊರತು ಟೀಕೆಯಲ್ಲ.

ಜುಲೈ 2005

ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾದ ಹೊಸ ವಿಷಯವೊಂದು ನನಗೆ ಹೊಳೆಯಿತು. ಪ್ರಾಣ ಸೂರ್ಯನಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ಪ್ರಾಣಗಳೂ ಸೂರ್ಯನಿಂದಲೇ ಬರುತ್ತವೆ. ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದಲ್ಲೂ ಉನ್ನತವಾದ ಅಥವ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಪ್ರಾಣವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಷಯವೆಂದರೆ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಾಣಗಳೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ದೇಹವನ್ನು ಚೈತನ್ಯೀಕರಿಸುತ್ತವೆ. ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸುಗಳೆರಡೂ ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಬೆಸೆದುಕೊಂಡಿರುವುದರಿಂದ ದೇಹವನ್ನು ಮುಟ್ಟಿದ್ದು ಮನಸ್ಸನ್ನೂ ಮುಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಾಣಗಳೂ ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನೂ ಮುಟ್ಟುತ್ತವೆ. ಪ್ರಾಣದಿಂದಾಗಿ ಮನಸ್ಸು ವಿಶ್ರಮಿಸುತ್ತದೆ, ಪ್ರಾಣವು ಮನಸ್ಸನ್ನು ತುಸು ಹೆಚ್ಚು ಚುರುಕಾಗಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವೇ ಕೆಲವು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಲು ನೆರವಾಗುತ್ತವೆ ಅಷ್ಟೆ. ಮನಸ್ಸು ಬ್ರಹ್ಮ ಲೋಕದ್ದು. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸುವ ಮತ್ತು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟು ಹಾಕುವ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮ ಲೋಕದಿಂದ ಬಂದ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಅವುಗಳನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮ ಲೋಕದಿಂದ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಧ್ಯಾನ ಅಷ್ಟೊಂದು ಮುಖ್ಯ.

ನಾವು ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ ಅಥವ ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ವಿಸ್ತರಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಕೂಡ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಲು ಮತ್ತು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟುಹಾಕಲು ಬೇಕಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಬುದ್ಧಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಇನ್ನೂ ಮೇಲಿನ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಅಂದರೆ ಶಕ್ತಿ ಲೋಕದಿಂದ ನಾವು ಪಡೆಯಬೇಕು. ಅವುಗಳನ್ನು, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ ಅಲ್ಲದೆ ಅಲೋಚನೆಯನ್ನು ಅದರ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮಟ್ಟಕ್ಕೇರಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಕೂಡ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಆತ್ಮವು ನೇರವಾಗಿ ಪರಬ್ರಹ್ಮನಿಂದಲೇ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾತ್ರ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಸಮಾಧಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಬೇಕು; ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವೇ ನಾವು ಪರಬ್ರಹ್ಮನಿಂದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯ ನಮಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೇನಂದರೆ, ಬೆಳಕು ದೇವರು ಮತ್ತು ಬಹುತೇಕ ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ನಾವು ಅವನಲ್ಲಿ ಅಥವ ಅವನ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತೇವೆ. ಮೊದಲಿಗೆ ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಬೆಳಕಿನ ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವನ್ನುಂಟುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಂತರ ಮುಂದಿನ ಹಂತದಲ್ಲಿ, ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯಾಗುತ್ತದೆ, ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕ–ನಾಗುತ್ತದೆ; ಗುರುವಾಗುತ್ತದೆ; ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ಗುರು ಅವನೇ. ಮೂರನೆಯ ವಿಷಯವೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಗುರುವಾದ ಈ ಬೆಳಕಿನ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು, ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಒಳಗಿನಿಂದ ನಾವು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಅನುಸರಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ನೋವುಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ; ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ, ಅದ್ಭುತಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಬೆಳಕನ್ನು ನಾವು ಸಂಗಾತಿ –ಯನ್ನಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು – ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

5ನೇ ಮಾರ್ಚ್ 2017

ಇತರ ಅನೇಕ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಂತೆ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಷನ್ ವ್ಯಾಪಾರೀಕರಣಗೊಂಡಿಲ್ಲವೆಂದು ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರುಗಳ ಜೊತೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಅರಿವಾಯಿತು, ಎಂದು ಹಿಂದಿನ ವಾರ ನನ್ನನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ಹೇಳಿದರು. ಈ ನಿಜಾಂಶವು ಕಾರ್ಯಕರ್ತರುಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಮ್ಮೆಯೆನಿಸಿತು. ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ; ಅವರು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹರಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮತ್ತೊಂದು ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಇನ್ನೊಂದು ನಗರದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿಸಬಾರದೆಂದು ನಮಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರು ಬಹಳ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಇದೊಂದೇ ನಮ್ಮ ಕೇಂದ್ರ. ನಾವು ಆಂತರಿಕವಾಗಿ ವಿಸ್ತರಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳೆದಾಗ ಮಾತ್ರವೇ ಹೆಚ್ಚು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಲು ಶಕ್ತರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಅನ್ವೇಷಕರಿಗೆ ಇಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನ, ಎಲ್ಲ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಲಭ್ಯವಿವೆ, ಅವರು ಇವುಗಳ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದುಕೊಂಡು ನೇರವಾಗಿ ದೇವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು. ನಾವು ಮಾನವ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಗುರೂಜಿಯವರು ಅತಿ ಸುಂದರವಾಗಿ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಿರುವ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹಸ್ತಾಂತರಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹೇಳಿದರು, 'ದಯವಿಟ್ಟು ನನ್ನ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ. ನಾನು ಎಲ್ಲಿ ತಪ್ಪು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆಂದು ತಿಳಿಸಿದರೆ, ಅದು ನನಗೆ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ.' ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ಆಕೆಗೆ ತಿಳಿಸಿದೆ. ನಾವು ನಿಮ್ಮ ನ್ಯೂನತೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ನಿಮ್ಮ ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮುಂದಿಡುತ್ತೇವೆ ಅಷ್ಟೆ. ನಿಮಗೆ ಈ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಎಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ಅನುಸರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಆತ್ಮಾವಲೋಕನ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದೇ ಋಷಿಗಳ ವಿಧಾನ, ಇದೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ವಿಧಾನ. ಅವರು ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಅತ್ಯಂತ ಜ್ಞಾನಿಗಳು.

ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ಪತ್ರ ಬರೆದು, ಆಕೆಗೆ ಯಾರಿಂದಲೋ ಸಂದೇಶ ಬರುತ್ತಿರುವ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು. ಆಕೆಯನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಸುವುದಾಗಿ ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಲು ಹೇಳುತ್ತಿರುವ ಹಾಗೆ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇಂತಹ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಲು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಋಷಿಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ತಮ್ಮ ಮಾನವ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಸತ್ಯವು ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುವ ತೀವ್ರ ಪ್ರಳಯದ ಕಾಲವನ್ನು ನಾವು ಹಾದುಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಒಳ್ಳೆಯದು ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಕೂಡ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ. ಈ ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಒಂದೇ ಒಂದು ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದು. ನಮ್ಮ ರಕ್ಷಾಕವಚಗಳನ್ನು ನಿತ್ಯವೂ ಬಲಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ನಾವು ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವ ಮುಂಚೆ, 'ಓಂ ನಂದಾತ್ಮಜಾಯ ನಮಃ' ಮಂತ್ರವನ್ನು 7 ಸಲ ಉಚ್ಚರಿಸಲು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಈ ಮಂತ್ರವು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಒಂದು ವಿಧದ ರಕ್ಷಣೆಯ ಕವಚವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ಈ ಮಂತ್ರವು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತದೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನ, ನಮ್ಮ ಒಳ್ಳೆಯತನ, ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಿತಿ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಆದರೆ, ಈ ಮಂತ್ರ ನಮಗೆ ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಕೊಡುಗೆ. ನಾವಿದರ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

26-03-2017

ಜೀವನದ ಸವಾಲುಗಳ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ, ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಿಯೊಬ್ಬರಿಗೆ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಕಷ್ಟವೆನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ತಪೋವನದ ಚಕ್ರ ಮಂಟಪಗಳಲ್ಲಿ, ಋಷಿಗಳು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಚಕ್ರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅದ್ಭುತ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಇಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಮೂಲಾಧಾರ ಚಕ್ರದ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ತರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರತೆಗಾಗಿ ಋಷಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಅವರು ಬಂದಾಗಲೆಲ್ಲ ವಾರಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಮಾತ್ರ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಮೂಲಾಧಾರ ಚಕ್ರ ಮಂಟಪದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರು. ಈಗ ಅವರ ಧ್ಯಾನ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ.

ಇದೇ ರೀತಿ ಸ್ವಾಧಿಷ್ಠಾನ ಚಕ್ರವು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ; ನಮ್ಮ ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ; ಎಲ್ಲ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ.

ಮಣಿಪೂರ ಚಕ್ರವು ಚಾಲನೆಗೊಂಡಾಗ ಹಳೆಯ ಕರ್ಮಗಳ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಅನಾಹತ ಚಕ್ರವು ಚಾಲನೆಗೊಂಡಾಗ ನಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಕರ್ಮಗಳ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಕರ್ಮಗಳನ್ನೇ ಪಡೆಯದಿರುವಂತಹ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಲು ಧ್ಯಾನ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ.

ವಿಶುದ್ಧಿ ಚಕ್ರವು ಚಾಲನೆಗೊಂಡಾಗ ಅದು ನಮ್ಮ ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಉನ್ನತ ಅನುಭವಗಳ ಅನ್ವೇಷಣೆಯನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಆಜ್ಞಾ ಚಕ್ರವು ಚಾಲನೆಗೊಂಡಾಗ ಮೂರನೆಯ ಕಣ್ಣನ್ನು ತೆರೆಯಲು ಸಹಾಯ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಹೊಸ ಅರಿವುಂಟಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನ್ವೇಷಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಲವಾಗಿ ಬೇರೂರುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತೇವೆ.

ಸಹಸ್ರಾರ ಚಕ್ರವು ಚಾಲನೆಗೊಂಡಾಗ ನಾವು ಸಮಾಧಿಯ ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಮಟ್ಟವನ್ನು ತಲುಪುತ್ತೇವೆ. ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ತೃಪ್ತಿ ನೆಲೆಸುತ್ತದೆ.

ಚಕ್ರಗಳ ಹಂತದ ನಂತರದ ಸಾಧನೆಯು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಕಷ್ಟವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಹಿಂದೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಚಕ್ರದಲ್ಲಿಯೂ ನಾವು ತಿಂಗಳುಗಟ್ಟಲೆ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ವರ್ಷಗಟ್ಟಲೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿರಬಹುದು. ನಾವು ಹೊಸ ಯುಗದ ಕಡೆಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಾಗಿರುವುದರಿಂದ ನಮಗೆ 'ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ' ಹಂತಗಳಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ ದೀಕ್ಷೆ ಕೊಡಬಹುದೆಂದು 2011ರಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ನಮ್ಮ ಚಕ್ರಗಳೆಲ್ಲವೂ ಚಾಲನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಚಕ್ರ ಚಾಲನೆಯ ಮಟ್ಟಗಳು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಲ್ಲೂ ಬೇರೆಯಿರಬಹುದು ಆದರೆ ಚಕ್ರ ಚಾಲನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಕೆಲವೊಂದು ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಾದಾಗ, ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಕ್ರಮವಾದ ಚಕ್ರ ಮಂಟಪದಲ್ಲಿ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬಹುದು.

ಏಳು ಚಕ್ರಗಳಲ್ಲದೆ ಅನೇಕರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರದ ಇನ್ನೂ ಮೂರು ಚಕ್ರಗಳಿವೆಯೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ತಿಳಿಸಿದ್ದರು. ಅವುಗಳು: ನಿರಂತರಿ, ಪರಿಹಾರಿ ಮತ್ತು ಅನಂತ. ನಿರಂತರಿ ಚಕ್ರವು ಆಜ್ಞಾ ಮತ್ತು ಸಹಸ್ರಾರ ಚಕ್ರಗಳ ನಡುವೆ ಇದೆ. ಅದಕ್ಕೆ 108 ದಳಗಳಿದ್ದು ವರ್ತುಲಾಕಾರದಲ್ಲಿದೆ. ಇದು ಚಾಲನೆಗೊಂಡಾಗ ವಯಸ್ಸಾಗುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಆ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು, ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಶುದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಅರ್ಹರಿಗೆ ಮಾತ್ರವೇ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪರಿಹಾರಿ ಚಕ್ರವು ತಲೆಯ ಮೇಲಿದೆ. ಅದು ಪಿರಮಿಡ್ ಆಕಾರದಲ್ಲಿದೆಯೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಈ ಚಕ್ರವು ಚಾಲನೆಗೊಂಡರೆ ಎಲ್ಲ ವ್ಯಾಮೋಹಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಬಂಧನಗಳಿಂದ ನಾವು ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಿ ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಪರಿಹಾರಿ ಚಕ್ರದ ಮೇಲೆ ಅನಂತ ಚಕ್ರವಿದೆ. ಇದು ತಲೆಕೆಳಗಾದ ಪಿರಮಿಡ್ ಆಕಾರದಲ್ಲಿದ್ದು ಇದು ಚಾಲನೆಗೊಂಡಾಗ ನಾವು ಅನಂತತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಚಕ್ರ ಚಾಲನೆಯ ಹಂತದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ನಾವು ಮುಗಿಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಚಕ್ರಗಳೆಲ್ಲವೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಚಾಲನೆಗೊಂಡಿವೆ ಎಂದು ಅರ್ಥವಲ್ಲ. ಚಾಲನೆಗೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಉನ್ನತ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದಂತೆಲ್ಲ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ■

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 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.

ನೌಕಾ ಪಟಕ್ಕೆ ಗಾಳಿ

ಸುನಿಲ್ ಬಿಸರಹಳ್ಳಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಈ ಜಗತ್ತನ್ನು ಸಾಗರಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ನೌಕೆಗೆ ಹೋಲಿಸುವುದಾದರೆ, ಜೀವನದ ಅವಕಾಶಗಳು ಮತ್ತು ಸವಾಲುಗಳೆಂಬ ನೌಕಾ ಪಟಗಳು ಸಮುದ್ರಯಾನಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಒಂದು ವೇಳೆ ಗಾಳಿಯೇ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ನೌಕೆ ದಿಕ್ಪಾಪಾಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಗುರೂಜಿಯೇ ಆ ಗಾಳಿ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರು ತಂಗಾಳಿಯಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಾ ಸುರಕ್ಷಿತವಾದ ದಡದೆಡೆಗೆ ಮುನ್ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರು ಬಿರುಗಾಳಿಯಾಗಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಅನುಮಾನ, ಭಯ, ಮತ್ತು ಅಡೆತಡೆಗಳು ಚದುರಿ ಹೋಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಗುರೂಜಿ ಮೃದು ಭಾಷಿ, ಹಾಸ್ಯ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಉಳ್ಳವರು, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ದೃಷ್ಟಿ ಉಳ್ಳವರು, ಸಹಾನುಭೂತಿ ಉಳ್ಳವರು, ಮತ್ತು ಕಠಿಣ ಕ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರು ಆಗಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಕೆಲವು ವೇಳೆ ನಮ್ಮ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿಸಿಕೊಂಡು ಮೌನದಲ್ಲಿಯೇ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಇನ್ನು ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾ ಸಾಧ್ಯವಿರುವ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಗಳಲ್ಲೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ನಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ, ಈಗಿನ, ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ಆಗು ಹೋಗುಗಳನ್ನು ನೋಡಿ, ಸಮಸ್ಯೆಯ ಮೂಲ ಕಾರಣವನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದರು. ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು, ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದರ ಮೂಲಕವೋ ಅಥವಾ ನಮ್ಮ ತಿಳುವಳಿಕೆಗೆ ನಿಲುಕಲಾರದ ಬೇರೆ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ದಾರಿಯ ಮೂಲಕವೋ ಪರಿಹರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು.

ಅವರು ಸ್ವತಃ ಜ್ಞಾನ ಸಾಗರವೇ ಆಗಿದ್ದರು, ಆದರೂ ಗುರೂಜಿ ಋಷಿಗಳ ಮತ್ತು ದೇವರ ಜ್ಞಾನ ಸಾಗರಕ್ಕೂ ಇಳಿಯುತ್ತಿದ್ದರು. ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಕ್ಕಾಗಿ ಮಾಸ್ಟರುಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ದೇವರನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸುವಂತೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತಿದ್ದರಾದರೂ, ಗುರೂಜಿ ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ನಮಗಿರುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಗ್ರಹಿಕೆ ಆಧರಿಸಿ ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯೆಂದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ವ್ಯವಹಾರ ಜ್ಞಾನ ಎಂದು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ನೆನಪುಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು.

ಅವರು ಭೌತಿಕ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಇರದಿದ್ದರೂ, ಅವರ ಚೈತನ್ಯಗಳು, ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ವಿವೇಕ ಈಗಲೂ ನಮ್ಮ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿವೆ. ನಾವು ಯಾವುದೇ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳಿದರೂ, ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ನೇರವಾದ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಈಗಲೂ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಗುರೂಜಿಯವರ ಜೊತೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ, ಅದು ಕೇವಲ ಅವರ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾತ್ರವೇ ಆಗಿದ್ದರೂ.

ನಾವು ಗುರೂಜಿಯವರ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದರೂ, ನಮಗೆ ದೇವರು ಕೊಟ್ಟಂಥ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಅವರನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ, ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿ ಬಲವರ್ಧನೆಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬಹುದು. ಗುರೂಜಿ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ನಾವು ಜೀವನದ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಎದುರಿಸಬೇಕು, ಹಾಗೇ ಫಲಿತಾಂಶಗಳ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನೂ ನಾವೇ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ■

ಗುರೂಜಿಯವರ ಪರಂಪರೆ

ಉಷಾ ಸತೀಶ್ಚಂದ್ರ; ಅನು: ವರ್ಷಾ ದೀಪಕ್

ಪ್ರತೀಬಾರಿಯೂ 'ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು' ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದುವುದು ಒಂದು ವಿಸ್ಮಯಕರ, ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕ ಅನುಭವ. ಗುರೂಜಿಯವರ ಸಾಧನೆ ಮತ್ತು ಸಂಘರ್ಷಗಳು, ಜೀವನ ಹಾಗೂ ಜೀವಿಸುವುದರ ಒಂದು ಉನ್ನತ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳಷ್ಟನ್ನು ಹೇಳುತ್ತವೆ. ಸತತ ಪ್ರಯತ್ನವೇ ಕೀಲಿಕೈ, ಅದೇ ಅವರ ಶಕ್ತಿಯೂ ಆಗಿತ್ತು. ಅನೇಕ ಅನಿಶ್ಚಿತತೆಗಳ ಹೊರತಾಗಿಯೂ, ಗುರೂಜಿಯವರು ಅಮರರವರ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಂಡರು ಮತ್ತು ಅವರ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಆ ಪರಂಪರೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದರು. ಅವರ ಅಂತರಾತ್ಮವನ್ನು ವಿಕಸನಗೊಳಿಸುತ್ತಾ, ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವು ಅವರದೇ ಜೀವನ, ಬದುಕು ಹಾಗೂ ಅವರ ಬೋಧನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ರಕಾಶಿಸಿತು. ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಅವರ ಒಂದೇ ಒಂದು ಕೆಲಸವೆಂದರೆ ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸ. ಈ ನೇರ ಅನುಭವದೊಂದಿಗೆ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಅನಾಯಾಸವಾಗಿ ದೈವೀ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಸುತ್ತ ಹರಡುತ್ತಾ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಆತ್ಮಗಳನ್ನು ತಲುಪಿದರು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಿದರು.

ಇಂತಹ ಮಹಾನ್ ಗುರುವಿನ ಪ್ರತಿ ಜನ್ಮದಿನದಂದು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಹೊಸ ಹಂತ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಗುರೂಜಿಯವರು ತಮ್ಮ ಕನಸುಗಳು ಮತ್ತು ವಿಷನ್‌ಗಳೊಂದಿಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ನಮಗಾಗಿ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ತಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹೊಸದಾದ ಹಾಗೂ ಅತಿ ವಿರಳ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತರುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಸಮೃದ್ಧವಾದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಜೀವ–ಶಕ್ತಿಯ ಮೂಲಕ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಮೀರಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಗುರೂಜಿಯವರು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ದೈವೀಕತೆ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಭಂಡಾರವೊಂದರ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಹಾಗೂ ಕೊರತೆಗಳನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಸುಲಭವಾಗಿ ತೊಲಗಿಸಬಹುದು. ಹಾಗೂ, ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣಿಸದೆ, ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದ್ದು ನಮ್ಮ ಹಿಂದೆಯೇ ಇರುವ ಮಹಾನ್ ಋಷಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಅರಿವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತೇವೆ. ಅಂತಹ ಸಂಪರ್ಕಗಳಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ಪಡೆಯುವ ಅನುಗ್ರಹವು, ಅವರ ಪರಂಪರೆ ಮತ್ತು ಕನಸುಗಳನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಲು ನಮಗೆ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿದೆ.

ಯಾವಾಗಲೂ ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದ ಗುರೂಜಿಯವರು, ತಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಿಕೊಂಡು ಅವರಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಸಾಧಾರಣವಾದ ನಮ್ರತೆ ಮತ್ತು ಗಾಢನಂಬಿಕೆಯಿಂದ, 'ನನ್ನಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಿವೆ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನನಗೆ ಅವು ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವವುಳ್ಳವು. ನೀವದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಅನುಸರಿಸಿದರೆ ನೀವು ನನ್ನ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುತ್ತೀರಿ' ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯೆಂದರೆ, ಅವರ ಯಾವುದೇ ಅಂಶಕ್ಕೆ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡು ನಮಗೆ ಬೇಕಾದುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಪಡೆಯುವುದು. ಅವರ ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ತಕ್ಷಣವೇ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ದೇವರ ಅನುಭವ ಪಡೆಯುವುದು ಮುಕ್ತಿಗಿಂತ ದೊಡ್ಡದು ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದೇ?

ಉ: ನೀವು ಇವೆರಡನ್ನೂ ಹೋಲಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ದೇವರ ಅನುಭವ ಕ್ಷಣಿಕ. ಆಳವಾದ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನೀವು ದೇವರ ಅನುಭವ ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ಇದು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮುಕ್ತಿಯ ಸ್ಥಿತಿ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ ಅಂದರೆ, ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ದೇವರ ಅನುಭವದಲ್ಲೇ ಇರುತ್ತೀರಿ. ದೇವರಲ್ಲಿ ನೀವು ಜೀವಿಸಿರುತ್ತೀರಿ, ಇದರ ಅರ್ಥ ಅದು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಶಾಶ್ವತ ಅನುಭವ.

ಪ್ರ: ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಕುಸಿತ ಸಂಭವಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ನಿರ್ವಾಣಕ್ಕೊ ಅಥವಾ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ವಿನಾಶ–ಗೊಳಿಸುವುದಕ್ಕೊ?

ಉ: ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಕುಸಿಯುವುದು ಒಂದು ಸುಧಾರಿತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ. ಯಾವುದೇ ಕುಸಿತ ಎಲ್ಲಿಯೇ ಸಂಭವಿಸಿದರೂ ಅದು ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿ ಉತ್ತಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಾಗಿ.

ಪ್ರ: ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ನನಗೆ ಬಹಳ ನಿದ್ದೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಏನಿರಬಹುದು?

ಉ: ಭೌತಿಕಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಶರೀರ ದಣಿದಿರಬಹುದು, ಬಹುಶಃ ಅದಕ್ಕೆ ನಿದ್ರೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿರಬಹುದು. ಆದಕಾರಣ ನೀವು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡಾಗ – ಧ್ಯಾನವು ವಿಶ್ರಾಂತಿಯಿಂದ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ – ಆಗ ನೀವು ನಿದ್ರೆಹೋಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಶರೀರ ತುಂಬಾ ದಣಿದಿದ್ದರೆ ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ನಿದ್ರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಉದ್ವೇಗಗಳು, ಗಾಢ ಭಾವನೆಗಳು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಆಯಾಸಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ, ಆಗ ಅದಕ್ಕೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿರುತ್ತದೆ. ಬಹುಶಃ ಅಂತಹ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ನಿದ್ರೆಗೆ ಜಾರುತ್ತೇವೆ. ಗಾಢವಾದ ಯೋಚನೆಗಳು ಕೂಡಾ ಬುದ್ಧಿ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಆಯಾಸಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಆಗ ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿ ವಿಶ್ರಮಿಸಲೆಳಸುತ್ತದೆ, ಹೀಗಾಗಿ ನಮಗೆ ನಿದ್ದೆ ಬಂದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ, ಅವುಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಮ್ಮ ಶರೀರ ನಿದ್ದೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ಎಲ್ಲೆಡೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ಜಡತ್ವ ಇದೆ ಮತ್ತು ಈ ಜಡತ್ವ ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಕೆಳಹಂತದಲ್ಲಿಯೇ ಇರುವಂತೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ, ನಮಗೆ ನಿದ್ದೆ ಬರಿಸುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ನಿದ್ದೆ ಬರುವಂತೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಕಾರಣವಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳಿರಬಹುದು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಚಿಂತೆ ಬೇಡ. ಅಂಥ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಎದ್ದು ತಣ್ಣೀರಿನಿಂದ ಮುಖ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಿ, ತ್ರಾಟಕ ಸರಿಯಿದೆಯೆ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ತ್ರಾಟಕ ಸರಿಯಿರದಿದ್ದರೂ ನಾವು ನಿದ್ದೆಗೆ ಜಾರುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರ: ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ಅದು ಹೇಗೋ ನಿಮ್ಮ ಅಂತರ್ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೀವು ಇದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಇದನ್ನು ಹೇಳಬಲ್ಲುದು.

ಪ್ರ: ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಪೂಜೆ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇದು ಸರಿಯೇ?

ಉ: ಇದು ಸರಿಯಾಗಿದೆ. ಧ್ಯಾನವು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಪೂಜೆ. ಪೂಜೆಯ ಮುಂದಿನ ಹಂತವೇ ಧ್ಯಾನ.

ಪ್ರ: ಪಾರಾಯಣ ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ?

ಉ: ಪಾರಾಯಣ, ಇದು ಒಂದು ಸಂಸ್ಕೃತ ಪದ. ಪಾರಾಯಣವೆಂದರೆ ಒಂದು ಗ್ರಂಥವನ್ನು ವಿಧಿವತ್ತಾಗಿ ಓದುವುದು. ಇದು ಎಂದಿಗೂ ಒಳ್ಳೆಯದೇ. ಪಾರಾಯಣವನ್ನು ನೀವು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಮಾಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಇದು ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಅಡಕವಾಗಿರುವ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನ ಒಂದು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಚಟುವಟಿಕೆ. ನೀವು ಪಾರಾಯಣ ಮಾಡಬಹುದು ಜೊತೆಗೆ ಧ್ಯಾನವನ್ನೂ ಮಾಡಬಹುದು.

ಪ್ರ: ಒಂದು ಹಂತದವರೆಗೆ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಜನರು ಏಕೆ ಹಠಮಾರಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಣ್ಣ ಬುದ್ಧಿಯವರಾಗುತ್ತಾರೆ?

ಉ: ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾ, ಒಂದು ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಹಠಮಾರಿತನಗಳು ಹೊರಟು ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಯಾವುದೇ ಹಂತವನ್ನು ಮುಟ್ಟದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹಠಮಾರಿಯೂ ಸಣ್ಣ ಬುದ್ಧಿಯವನೂ ಆಗಿಯೇ ಉಳಿದಿರುತ್ತಾನೆ.

ಪ್ರ: ಮುಂಬರುವ ಹೊಸ ಯುಗದ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ಇಡೀ ವಿಶ್ವವೇ ನೋಡುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ ಎಂಬ ಮಾತು ನಿಜವೇ?

ಉ: ಇದು ನಿಜ. ಇಡೀ ವಿಶ್ವ ನೋಡುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಋಷಿಗಳು ಅನೇಕ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಪ್ರಯೋಗಿಸಿ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಮಗೆ ಇವುಗಳ ಅರಿವು ಇಲ್ಲ. ಇದೊಂದು ಮಹತ್ತರವಾದ ವಿಷಯ. ಹೊಸ ಯುಗವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಆಗುವಂಥದ್ದಲ್ಲ. ಇದೊಂದು ಬಹಳ ವಿಶೇಷ ಸಂದರ್ಭ.

ಪ್ರ: ಈ ಮಹಾನ್ ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ನಾವು ಕೇವಲ ಕೈಗೊಂಬೆಗಳೇ?

ಉ: ನಾವು ಕೈಗೊಂಬೆಗಳಲ್ಲ. ನಾವು ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹಿರಿದಾದ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮಗೆ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ಕೊಡುಗೆಯಿದೆ. ಈಗಾಗಲೇ ನಿರ್ಧರಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ರೀತಿಯನ್ನು ನಾವು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ, ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಮತ್ತು ಜಗತ್ತಿನ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ನಾವು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು. ನಾವು ಊಹಿಸಿದುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ದೊಡ್ಡದಾದ ಪಾತ್ರಗಳು ನಮಗಿವೆ. ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ■

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/-

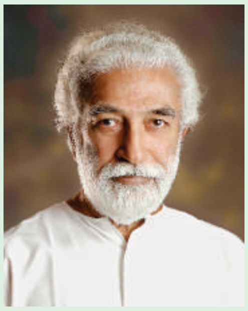
प्रकाशवाट (Marathi)	150/-
आयगुरूजी (Marathi)	100/-
ध्यान कसे करावे (Marathi)	50/-
ध्यानयोग (Marathi)	50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)	50/-
शंबला तत्त्वांचा अभ्यास (Marathi)	50/-
एका आधुनिक ऋषीचे	
सूक्ष्मजगातील पराक्रम (Marathi)	50/-
प्रकाशमय जीवन (Marathi)	10/-
प्रकाश (Marathi)	10/-
उच्चस्तरीय 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

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ನಾನು ಕಾರನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಒಂದು ಕ್ಷಣ ನನ್ನ ಆತ್ಮವು ಪರಮ ಆತ್ಮವಾದ ದೇವರಲ್ಲಿ ಲೀನವಾದ ಅನುಭವವಾಯಿತು! ನಾನು ಅವನಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಗತವಾದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಎಲ್ಲೆಡೆ ಸಂತೋಷದ ಸುರಿಮಳೆಯಾಗಿ ನನ್ನ ಸಂಪೂರ್ಣ ದೇಹವು ಆನಂದದಿಂದ ತುಂಬಿಹೋಯಿತು. ಇದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅದರ ವರ್ಣನೆ ಮಾಡಲು ನನ್ನಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ! ಇದು ಕೇವಲ ಕ್ಷಣಿಕ ಅನುಭವವಾಗಿದ್ದರೂ ಈಗ ನಾನು ಶಾಂತಿ ಮಾತ್ರವೇ ನೆಲೆಸಿರುವಂತಹ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ!

– ಮೇಧಾ ಕುಲಕರ್ಣಿ

ಅಮರರವರ ಜನ್ಮದಿನದ ಆಚರಣೆಯ ಸಮಾರಂಭವನ್ನು ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್‌ನಲ್ಲಿ ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ, ಸುಧಾಕರ್ ಸರ್ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನಾನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದೆ. ಅವರ ಮಾತುಗಳ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ನಾನು ವಿಸ್ತಾರಗೊಂಡು ಧ್ಯಾನಸ್ಥಳಾದೆ. ಇದುವರೆಗೂ ನಾನು ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ಕೊಟ್ಟಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ ಮಾಡುವಾಗ ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಸಂಕಲ್ಪ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡಾಕ್ಷಣ ಅಲ್ಲೇ ಇರುವ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನನ್ನ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ವಂದನೆಗಳು. ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಹರಿಸುತ್ತಿರುವ ಅನುಗ್ರಹ ವರ್ಣಿಸಲಸಾಧ್ಯ ಮತ್ತು ನನಗೆ ಈ ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗ ಸಿಕ್ಕಿರುವುದೇ ಒಂದು ಕೃಪೆ.

– ನಂದಿತಾ ಪಟೇಲ್

ಬೆಳಕು ಅಜ್ಞಾತ, ಅಗೋಚರ ಸತ್ಯವೆಂಬ ಅನುಭವವಾಗಿದೆ, ಇದನ್ನು ನಾನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಂಬಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಾತುಗಳೆಲ್ಲವೂ ಸತ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ.

– ಪುಂಡಲೀಕ ಧಾಕೋರ್‌ಕರ್

ಈಗ ನಾನು ಶಕ್ತಿಯುತಳಾಗಿದ್ದು, ನನ್ನದೇ ಆದ ಒಂದು ಎಲ್ಲೆಯನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಜನರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಭಗವಂತನ ಬಳಿ ಹಿಂತಿರುಗುವ ಮಾರ್ಗದ ಅನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಇರುವಿಕೆಗಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ನನ್ನ ವಂದನೆಗಳು.

– ನಂದಿತಾ ವಿಜಯನ್

ನನ್ನ ಇಡೀ ಜೀವನ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿರುವಂತೆನಿಸುತ್ತದೆ. ನಾನು ಪ್ರತಿದಿನವನ್ನು ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಎದುರುಗೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಯಾವಾಗಲೂ ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಿರುತ್ತೇನೆ. ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯದಿಂದ, ನನಗೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬರುವ ಪ್ರತಿ ಯೋಚನೆಗಳು ನನಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತವೆ. ನಾನು ಈಗ ಹೆಚ್ಚು ಕರುಣಾಮಯಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಭರಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ.

– ಪ್ರಿಯಂವದಾ ಗೋಡ್ಸೆ

ಸತತವಾದ ಅಂತರಂಗದ ಸಂತೋಷದ ನಿರಂತರ ಅನುಭವದಿಂದಾಗಿ ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಶಾಂತತೆಯಿಂದಿರುತ್ತೇನೆ. ಮಾನವನಾದ ನನಗೂ ಕೆಲವು ಸಲ ಕೋಪ ಬರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅದು ತಕ್ಷಣವೇ ಕರಗಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪುನಃ ಶಾಂತತೆ ನೆಲಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರು ನನ್ನ ನಿರಂತರ ಸ್ನೇಹಿತರು ಮತ್ತು ನಾನು ಅವರೊಡನೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುತ್ತೇನೆ. ಎಂತಹ ಸಂದರ್ಭವನ್ನಾದರೂ ಎದುರಿಸಬಲ್ಲೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯಿದೆ.

– ಆ್ಯನ್ ಚಾಪ್‌ಮನ್

ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಎಲ್ಲಾ ತೀರ್ಮಾನಗಳಲ್ಲೂ ಬೆಳಕಿನ ಪ್ರಭಾವವಿದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ನಾನು ಮಾಡುವ ಪ್ರತಿ ಕೆಲಸದಲ್ಲೂ ಬೆಳಕಿನ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಅದು ನನ್ನನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ನನ್ನನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಕೃತಜ್ಞತೆ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದಿರುವಂತೆ ಮಾಡಿದೆ ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕೆಲಸದಲ್ಲೂ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ತಂದಿದೆ.

ನಾನು ಒಂದು ಸಭೆಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾಗಿತ್ತು ಹಾಗೂ ನನ್ನ ತೀರ್ಮಾನ ಸರಿಯೇ, ತಪ್ಪೇ ಎಂಬ ದ್ವಂದ್ವ ನನ್ನಲ್ಲಿತ್ತು. ನಾನು ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯವನ್ನು ಕೋರಿದೆ. ಮನೆ ಬಿಡುವ ಮೊದಲು ನನ್ನ ಸುತ್ತಲೂ ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನ ಕಣಗಳು ಆವರಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದು ಕಾಣಿಸಿತು. ಅದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನನಗೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಮಾಡಲಿರುವ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಅನುಗ್ರಹಿಸಿರುವಂತೆ ಕಂಡಿತು. ನಾನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅನುಗ್ರಹೀತನಾದಂತೆ ಅನಿಸಿತು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಋಷಿಗಳು ನೋಡಿಕೊಂಡರು.

– ವಿನಮ್ರ ಲೊಂಗಾನಿ

ಜನವರಿ 1ರಂದು ನಾನು ಸುಮಾರು 180 ಮೈಲುಗಳ ದೂರದ ಹ್ಯೂಸ್ಟನ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಮೀನಾಕ್ಷಿ ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿದೆ. ನನ್ನ ಕಾರಿನ ಟಯರ್‌ಗಳೆಲ್ಲಾ ಸವೆದು ಹೋಗಿದ್ದು, ಅವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವಂತೆ ನನ್ನ ತಂತ್ರಜ್ಞರು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದ್ದರು. ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ನನ್ನ ಕೆಲಸದಿಂದಾಗಿ ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಕಾರನ್ನು ಚಲಾಯಿಸುವ ಮೊದಲು, ಧ್ಯಾನಮಾಡಿ ದೇವರಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ರಕ್ಷಾಕವಚ ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆಂಬ ನಂಬಿಕೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅಚಲವಾಗಿತ್ತು. ಅದೇ ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಹೋಗಿ ಯಾವುದೇ ತೊಂದರೆಯಾಗದೆ ಮನೆಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಿದೆ. ನಾನು ಈ ಧ್ಯಾನಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿರುವುದೇ ಒಂದು ಅನುಗ್ರಹ.

– ಪ್ರೇಮಾನಂದ ದೀನದಯಾಳ್

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