



ಮಹರ್ಷಿ ಅವರ (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 ಆಯ್ಕೆಗೊಂಡಿರುವ ಮಹಾತ್ಮರು.

ಮಹರ್ಷಿ ಅವರ

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

ಗುರುಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

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

ಸಪ್ತಋಷಿ ಧ್ಯಾನಯೋಗ

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

ಪ್ರಮಾಣಗಳು

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

ತಪೋವಾಣಿ

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರುಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದು ಭಾಗಗಳು - ಮೇ 1992ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸಕ್ಕಾದರೂ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಹಣ ಬೇಕೇ ಬೇಕು. ಹಣವಿಲ್ಲದೆ ನಾನು ನನ್ನ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಬಾರಿ ಇಕ್ಕಟ್ಟಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿದ್ದೇನೆ. ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಸಾಧಕರನ್ನು ತಲುಪಲಾಗಲಿಲ್ಲ, ಶಿಬಿರಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ, ಬೇರೆ ಸಂಘಟನೆಗಳ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಯೋಜನೆಗಳಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಲಾಗಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ನನ್ನ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಸಡಿಲಿಸಿ, ನನ್ನ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ, ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ, ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ದೊರಕಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಂತಾದವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿ ಜನಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಿದ್ದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಂಪಾದಿಸಬಹುದಿತ್ತು. ಆದರೆ ಆಗ ನಾನು ಋಷಿಗಳ ಜ್ಞಾನದೀವಿಗೆಯ ಧಾರಕನಾಗಿರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಈ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುವ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಯಾವ ದುಃಖವೂ ಇಲ್ಲ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಹಣವಿಲ್ಲದೆಯೂ ನಾವು ಬಹಳಷ್ಟು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಇನ್ನೊಂದು ವಿಧದ ಸಂಪತ್ತು ಬೇಕಾದಷ್ಟಿದೆ, ಅದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಪತ್ತು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಕ್ತಿ. ಅದನ್ನು ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಬೇರೆಯವರ ಲಾಭಕ್ಕಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ನಾನು ಈ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಏಕೆ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲಿಲ್ಲ? ನಾನು ಎಷ್ಟೊಂದು ಸಮಯ ಪೋಲು ಮಾಡಿದೆ! ಅಂತಹ ವಿಚಾರಗಳು ನನ್ನನ್ನು ತಿವಿದಾಗ ನಾನು ಎಚ್ಚರಗೊಂಡು ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯವನ್ನು ತೀವ್ರಗೊಳಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳು ಮಾನಸಿಯನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದರು. ಇದು ಕಾಕತಾಳೀಯವೇ? ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ತಿಳಿದಿದೆ.

ನಾನು ಆಳವಾದ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿರುವ ಬದಲು ಬರೆಯುತ್ತ, ಮಾತನಾಡುತ್ತ, ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತ ವಿನಾ ಕಾರಣ ಕಾಲಹರಣ ಮಾಡುತ್ತಿರುವೆನೆಂದು ನನ್ನ ಹಳೆಯ ಸ್ನೇಹಿತರೊಬ್ಬರು ಹೇಳಿದರು. ನನ್ನ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಾಧನೆಯತ್ತ ನಾನು ಗಮನ ಹರಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದರು. ನಾನು ಪ್ರತಿಭಟಿಸಲಿಲ್ಲ. ಅವರದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಸರಿಯಾಗೇ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ನಮ್ಮದೇ ವಿಧದಲ್ಲಿ ಯೋಚಿಸಿ ಸರಿ ಅಥವಾ ತಪ್ಪು ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ನಾವು ಅನುಮೋದಿಸಲಿ ಬಿಡಲಿ, ಅದನ್ನು ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ಅಮರರವರ ಇಂತಹ ಮಾತುಗಳು ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರಮಾದಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತವೆ.

ನಾನು ಹಿಂತಿರುಗಿ ನೋಡಲೆತ್ತಿಸಿದಾಗ ನನ್ನ ಕೆಲಸವೇ ನನ್ನ ಸಾಧನೆಯಾಗಿತ್ತು ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ. ನಾನು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಬೆಳೆದೆ. ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಹತ್ತಿರವಾದೆ. ಅವರ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಆನಂದ ವರ್ಣನಾತೀತ. ನನ್ನ ಧ್ಯಾನಗಳು ಎಷ್ಟೇ ಅಲ್ಪಾವಧಿಯಾಗಿದ್ದರೂ ಅವು ಆಳವಾಗಿದ್ದು, ಆನಂದ ಮತ್ತು ಪ್ರೇಮದಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತಿದ್ದವು. ಅದೇ ಆನಂದ ಮತ್ತು ಪ್ರೇಮ ನನ್ನೆಲ್ಲಾ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅನುಭವಿಸಲು ಮತ್ತು ವಿಕಾಸವಾಗಲು ಇನ್ನೂ ಬಹಳಷ್ಟಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಆಳವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ, ಕೆಲವೊಂದು ಹಂತಗಳನ್ನು ದಾಟಿ, ಧ್ಯಾನವನ್ನೂ ಮೀರಿ ಹೋಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ!

ಒಬ್ಬ ಸಾಧಕರು, ಬಹಳಷ್ಟು ಜನಗಳ ಗಮನವನ್ನು ಸೆಳೆಯಲು ಮತ್ತು ಹತ್ತಿರವಿರುವ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಅವರು ಸರಿಯಾದ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಲು, ಯಾವುದೋ ಒಂದು ವಿಧವಾದ ಪ್ರದರ್ಶನವನ್ನು ನೀಡಲು ಸೂಚಿಸಿದರು. ಇದೇ ರೀತಿ ನನ್ನ ಗುರುಗಳನ್ನೂ ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಲಾಯಿತು. ಅವುಗಳನ್ನು ಕೇಳಿ ಅವರು ನಕ್ಕುಬಿಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಶಕ್ತಿ ಪ್ರದರ್ಶನ ಅನೇಕರನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತದೆ - ಸಿದ್ಧರಾಗಿರುವವರನ್ನೂ, ಸಿದ್ಧರಾಗಿಲ್ಲದವರನ್ನೂ. ಅಂಕಿಯಾಟ ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ. ಸಿದ್ಧರಾಗಿರುವವರು ಹೇಗೂ ಬಂದೇಬರುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಶ್ರದ್ಧೆ ಅವರನ್ನು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿರಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗೂ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೊರೆಯಬೇಕೆಂದಿದ್ದರೆ ಅವರನ್ನು ತಡೆಯಲು ಯಾರಿಗೂ ಯಾವ ಹಕ್ಕೂ ಇಲ್ಲ. ಅದು ಅವರ ಆಯ್ಕೆ; ಇಚ್ಛಾಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ. ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯ ಪರಿಣಾಮಗಳು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತವೆ. ಅವು ಯಾರಿಗಾದರೂ ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ಅಂದಮೇಲೆ ಪ್ರದರ್ಶನವೇಕೆ ಬೇಕು? ■



ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦)
 ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560077. ಭಾರತ.
 © 99000 75280 (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5)
 ಇ-ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: www.lightagemasters.com

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳು

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 11 ಘಂ.)

ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಲೇಔಟ್

ಸೋಮವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಲೇಔಟ್

ಮಂಗಳವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

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

ಬುಧವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

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

ಹಿಮಾಂಶು, 4ನೆಯ ಮೇನ್, ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ
ಮಾರುತಿ ಮಂದಿರ, ವಿಜಯನಗರ

ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

ದೇವಗಿರಿ ವೆಂಕಟೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ
ಬನಶಂಕರಿ 2ನೆಯ ಸ್ಟೇಜ್

ಶುಕ್ರವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

ಇಂಡಿಯನ್ ಹೆರಿಟೇಜ್ ಅಕಾಡೆಮಿ
6ನೆಯ ಬ್ಲಾಕ್, ಕೋರಮಂಗಲ

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

ದೇವಗಿರಿ ವೆಂಕಟೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಬನಶಂಕರಿ 2ನೇ ಹಂತ

ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ

ಸೋಮವಾರ (ಸಾಯಂಕಾಲ 6 ರಿಂದ 7 ಘಂ.)

ಮಂಗಳವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ರಿಂದ 7 ಘಂ.)

ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ, ರಾಜರಾಜೇಶ್ವರಿ
ಬಡಾವಣೆ

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.



2018, ಮೇ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಗುರುಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬಕ್ಕಾಗಿ ಹೂವಿನ ಅಲಂಕಾರ ಮಾಡಲಾಗಿತ್ತು

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆ

- ನಮ್ಮ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳಾದ -
ಗೋಖಲೆ ನಗರ, ಪುಣೆ; ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಲೇಔಟ್, ಬೆಂಗಳೂರು; ಮಾರುತಿ
ಮಂದಿರ, ವಿಜಯನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು; ಮತ್ತು
ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮಿನಾರಾಯಣ ದೇವಸ್ಥಾನ, ಕೆಂಗೇರಿ,
ಬೆಂಗಳೂರು; ಇವು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್
ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ 7 ವರ್ಷಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿವೆ.
ವಾರಕ್ಕೆ ಒಮ್ಮೆ ಈ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಜನರು ಸೇರಿ
ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಸದಸ್ಯತ್ವ
ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಭಾಗವಹಿಸಲು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸ್ವಾಗತವಿದೆ.
- ಗುರುಜಿಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದು ಭಾಗಗಳನ್ನು,
"ದೈನಿಕ ಭಾಸ್ಕರ್" ಎಂಬ ಹಿಂದಿ ದಿನ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ,
"ಜೀವನ್ ಯಾತ್ರಾ" ಎಂಬ ಕಾಲಂ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ
ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಈ ಲೇಖನಗಳನ್ನು
ಓದಲು epaper.bhaskar.comಗೆ ಭೇಟಿ
ನೀಡಬಹುದು.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

06	ಶುಕ್ರ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
11	ಬುಧ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
13	ಶುಕ್ರ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ಸೂರ್ಯ ಗ್ರಹಣ: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7:18 ರಿಂದ 9:43
14	ಶನಿ	ಆಶಾಢ ಮಾಸ ಪ್ರಾರಂಭ
17	ಮಂಗಳ	ದಕ್ಷಿಣಾಯಣ ಪ್ರಾರಂಭ
20	ಶುಕ್ರ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
22	ಭಾನು	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
27	ಶುಕ್ರ	ಗುರು ಪೂರ್ಣಿಮಾ ಚಂದ್ರ ಗ್ರಹಣ: ರಾತ್ರಿ 10:44 ರಿಂದ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 4:58

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು:	ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12 ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1
08-7-2018	ಶಂಬಲ ತಂಡ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಸಭೆ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2.30ಕ್ಕೆ
15-7-2018	ರಾ ತಂಡ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
27-7-2018	ಗುರು ಪೂರ್ಣಿಮಾ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1
29-7-2018	ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ (ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್): ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1

ಜುಲೈ 13ರಂದು, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7:18 ರಿಂದ 9:43 ರವರೆಗೆ
ಸೂರ್ಯ ಗ್ರಹಣವಿದೆ ಮತ್ತು ಜುಲೈ 27ರಂದು
ರಾತ್ರಿ 10:44ರಿಂದ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 4:58 ರವರೆಗೆ
ಚಂದ್ರ ಗ್ರಹಣವಿದೆ. ದಯವಿಟ್ಟು ಗ್ರಹಣಗಳ ಪೂರ್ತಿ
ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್
ಮಾಡಿ.

ಜುಲೈ 14ರಂದು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ಆಷಾಢ
ಮಾಸದಲ್ಲಿ ಅದ್ಭುತವಾದ ಮತ್ತು ಮಹಾನ್
ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನಾವು ನೆರವಾಗಿ ಪರಬ್ರಹ್ಮ
ಲೋಕದಿಂದ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಈ ತಿಂಗಳು
ಪೂರ್ತಿ ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು
ಪಡೆಯಬಹುದು. 27-7-2018ರ ಗುರು
ಪೂರ್ಣಿಮೆಯ ದಿನದಂದು ಅವು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು
ಇರುತ್ತವೆ. ಆ ದಿನದಂದು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು
ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ
ಮಲಗುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ, ಮೇಲಿನಿಂದ ಬೆಳಕು
ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಇಡೀ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು
ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತುಂಬುತ್ತದೆಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈ
ರೀತಿ 7 ನಿಮಿಷಗಳು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿ. ಇಡೀ ರಾತ್ರಿ
ನಾವು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ.

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

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ನನ್ನ ಮಗ ಇಂಟರ್‌ಮೀಡಿಯಟ್ ಎರಡನೆಯ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಸ್ಟೇಟ್ ಬೋರ್ಡ್ ನಡವಿದ ಇಂಟರ್‌ಮೀಡಿಯಟ್ ಮೊದಲನೆಯ ವರ್ಷದ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಶೇಕಡಾ 98 ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪಡೆದು ಪಾಸಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಎಲ್ಲ ಪರೀಕ್ಷೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಪತ್ರಿಕೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸುವ ಮೊದಲು, ಅವನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದ್ದಾನೆ. ಪ್ರತಿ ದಿನ ನಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ, ಅವನು ಅದೇ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಬಂದಿದ್ದಾನೆ. ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದಲೇ ಉತ್ತಮ ಫಲಿತಾಂಶ ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಅವನಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಗುರೂಜಿಯವರ ಆಶೀರ್ವಾದಕ್ಕಾಗಿ, ನಾನು ವಿನೀತಳಾಗಿದ್ದೇನೆ.

- ಜಯಶ್ರೀ ವಾಸುದೇವ್, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ಕಳೆದ ತಿಂಗಳು ನನಗೊಂದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಕೆಲಸ ಇತ್ತು. ಆ ಮೀಟಿಂಗ್‌ಗೆ ಫೋಗಲು ನನ್ನ ಮೋಟಾರ್ ಬೈಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸಿದೆ. ನಾನು ಹೊಸೂರು ರಸ್ತೆಯ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹೆದ್ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ರಸ್ತೆಯ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿಯೇ ಮೋಟಾರ್ ಬೈಕ್ ತಕ್ಷಣ ಕೆಟ್ಟು ನಿಂತಿತು. ನಂತರ ರಸ್ತೆಯ ಬದಿಗೆ ಮೋಟಾರ್ ಬೈಕ್‌ಅನ್ನು ತಳ್ಳಿಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ಏನಾಗಿದೆ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ. ಸುಮಾರು 20 ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೂ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ನಾನು ಜ್ವರದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದೆ, ನಾನು ಆಫೀಸ್ ಕೆಲಸ ಕುರಿತಾಗಿ ಚಿಂತೆಗೆ ಒಳಗಾದೆ. ಹತ್ತಿರದ ಗ್ಯಾರೇಜ್‌ಗೆ ಅಥವಾ ಮುಂದಿನ ಹಳ್ಳಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾದರೆ 3 ಕಿಲೋಮೀಟರ್‌ಗಳಷ್ಟು ತಳ್ಳಿಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತು. ನಾನು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಸುಮಾರು 50 ಮೀಟರ್‌ಗಳಷ್ಟು ದೂರ ಮೋಟಾರ್ ಬೈಕ್‌ನ್ನು ತಳ್ಳಿಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ನನ್ನ ಮುಂದೆ ಬಂದು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರು. ಯಾವುದೇ ಉಪಕರಣವಿಲ್ಲದೆ ರಿಪೇರಿ ಮಾಡಿದರು. ನನ್ನ ಮೋಟಾರ್ ಬೈಕ್ ಸ್ವಾರ್ಜ್ ಆಗಿ ಸಲೀಸಾಗಿ ಓಡುವಂತಾಯಿತು. ಸ್ವಲ್ಪ ದೂರ ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ನನ್ನ ಅರಿವಿಗೆ ಬಂತು - ರಸ್ತೆ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಯಾರೂ ಇರಲಿಲ್ಲ, ನನ್ನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ನಂತರ ಎಲ್ಲಿಂದಲೋ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬಂದು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರು! ನಿಗದಿತ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ನಾನು ಹೋಗಬೇಕಾದ ಸ್ಥಳ ಸೇರಿದೆ.

- ರಾಜನ್ ಆರ್.ಎಸ್.ಡಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ವೈ-ಫೈ ಸೌಲಭ್ಯ ಎರಡು ತರಂಗಾಂತರಗಳಲ್ಲಿ - 2.4Ghz ಮತ್ತು 5Ghz ಸಿಗುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನ ಮನೆಯ ವೈ-ಫೈ ರೂಟರ್ ಕೇವಲ 2.4Ghz ತರಂಗಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ ಸ್ಪಂದಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಬ್ಯಾಟರಿ ಬದಲಾಯಿಸಿದ ನಂತರವೂ, ನನ್ನ ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್ 2.4Ghz ವೈ-ಫೈ ಸಿಗ್ನಲ್ ಪಡೆಯುವುದರಲ್ಲಿ ವಿಫಲವಾಗಿತ್ತು. ಇದರ ಅರ್ಥ ನಾನು ಹೊಸ ಫೋನ್ ಖರೀದಿಸಬೇಕೆಂದಾಗಿತ್ತು. ನಾನು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ನನ್ನ ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್‌ಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳಿಸಿದೆ, ಕಾರಣ ನನಗೆ ಮತ್ತೇ ಹೊಸ ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಫೋನ್ ಖರೀದಿಸುವ ಆಸೆ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಸಹಾಯ ಕೇಳಿದೆ. ಮರುದಿನವೇ ನನ್ನ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಸೇವಾದಾರರು ನನಗೆ ಕರೆಮಾಡಿ, ನನ್ನ ಮನೆಯ ಬ್ರಾಡ್‌ಬ್ಯಾಂಡ್ ಪ್ಲಾನ್‌ಅನ್ನು ಉನ್ನತಿಗೊಳಿಸಬೇಕೆಂದೆಯಂದು ಹೇಳಿದರು. ಈ ಉನ್ನತೀಕರಣದಲ್ಲಿ ಹೊಸ ರೂಟರ್ ಅಳವಡಿಯೂ ಸೇರಿದೆ, ಹೀಗಾಗಿ ನನಗೆ 5Ghz ಸಿಗ್ನಲ್ ಉಚಿತವಾಗಿ ಸಿಕ್ಕಿತು!

- ವಿನಮ್ರ ಲೋಂಗಾನಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ನಾನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯ ಶಕ್ತಿ ನನಗೆ ವೇದಿಕೆ ಮೇಲೆ ನಿಂತು ಮಾತನಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿತು. ಇದರಿಂದ ನನಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗಿದೆ, ಮತ್ತು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ ಮೂಡಿಸಿದೆ.

- ಮಧು, ಹತ್ತನೇ ತರಗತಿ, ದಯಾನಂದ ಸಾಗರ್ ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಷನಲ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಕುಮಾರಸ್ವಾಮಿ ಲೇಔಟ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ತಪೋನಗರ ಡೈರಿ

ಸೀಮಾ ಅಲ್‌ಮೇಲ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಗುರೂಜಿಯವರ 79ನೇ ಹುಟ್ಟಿದ ದಿನದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವನ್ನು ಮೇ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು. ಸುಮಾರು 200 ಜನರು ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು. ಇಂಥಹ ವಿಶೇಷ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿನ ಋಷಿಗಳ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯು ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರನ್ನು ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಸೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಈ ದಿನ, ಅವರ ಕೊನೆಯಿಲ್ಲದ ಅನುಗ್ರಹಕ್ಕಾಗಿ ನಮ್ಮ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುವ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ನವೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ದಿನವಾಗಿತ್ತು.

ಪ್ರತಿ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವು ಸಾಧಕರನ್ನು ತಮ್ಮ ನೆನಪಿನ ಆಳಕ್ಕೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಆತ್ಮಾವಲೋಕನಕ್ಕೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಗುರೂಜಿಯವರು ನಿಗದಿಪಡಿಸಿರುವ ಗುರಿಗಳು, ಅವರು ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟ ವಿಧಾನಗಳು ಮತ್ತು ಈ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿರಬೇಕಾದ ಮನೋಭಾವ, ಗಹನವಾದ ಆತ್ಮಾವಲೋಕನಕ್ಕೆ ಎಡೆಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ತುಂಬಿದ್ದ ಭಾವನೆಗಳು ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತಿದ್ದವು. ಗುರೂಜಿಯವರು ಭೌತ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಅವರ ಜೊತೆ ವಿಶೇಷವಾದ ಸಂಬಂಧದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿತ್ತು, ಅವರ ಅಗಲಿಕೆ ಈ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ತೀವ್ರಗೊಳಿಸಿತಷ್ಟೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಮುನ್ನಡೆಯುವ ದಾರಿಯನ್ನೇ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಹಿಂದಿನ ಸವಾಲುಗಳು, ಯಾರದೇ ಮುಂದಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗಲು ಅವರು ಅವಕಾಶ ನೀಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರ ಧೈರ್ಯ ತುಂಬಿದ ವಿವೇಕದ ಮಾತುಗಳು ಈ ಮಾರ್ಗದ ನಿರ್ದೇಶನವಾಗಿದೆ.

ಇಲ್ಲಿನ ಮೂಲ ಸೌಕರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿಯತವಾಗಿ ಸುತ್ತಿಯಲ್ಲಿಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿರುವ ಚಿಕ್ಕ ಗಣಪತಿ ದೇವಸ್ಥಾನದ ಎದುರಿಗಿರುವ ಅಶ್ವತ್ಥ ಕಟ್ಟೆಯನ್ನು ದುರಸ್ತಿ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ವಾಹನ ನಿಲುಗಡೆ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿನ ಶೌಚಾಲಯಗಳನ್ನು ನವೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ. ■

ತಪೋವಾಣಿ, ಜುಲೈ 2018

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

ಇದೊಂದು ಆತ್ಮಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಸಂಚಲನ. ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಬೆಳಕು, ಶಾಂತಿ ತುಂಬುವ 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 ಯೌವನದಲ್ಲಿಯೇ, ಬದುಕಿದ್ದಾರೆ.

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

ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2005

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ನಿರ್ದ ಬರುತ್ತದೆ. ಅಂಥ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ನಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳದಂತೆ ಎಚ್ಚರವಹಿಸಬೇಕು. ಅರಿವು ಕಳೆದು ಹೋಗಬಾರದು, ಅರಿವು ಮತ್ತೊಂದಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಬಾರದು. ಮಂತ್ರೋಚ್ಚಾರಣೆ ಮಾಡುವಾಗ ಕೂಡ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಹುತೇಕ ಜನರಿಗೆ ಇದರ ಅನುಭವವಾಗಿರಬಹುದು. ಮಂತ್ರವನ್ನು 108 ಬಾರಿ ಮಾತ್ರ ಪುನರುಚ್ಚರಿಸಬೇಕು ಆದರೆ 8 ಬಾರಿಯೇ 50 ಬಾರಿಯೇ ಎಣಿಸುವಷ್ಟರಲ್ಲಿಯೇ ನಾವು ಅರಿವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಂತರ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದ ಹಾಗೆ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ಕಳೆದುಹೋಗಿರುವುದರ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ, ನಾವು ನಮ್ಮ ಎಣಿಕೆಯನ್ನು ಮರೆತುಹೋಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಈ ರೀತಿ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಇನ್ನೇನು ನಿಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ಕಳೆದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ ಎನ್ನುವಾಗ, ನಿಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅದನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬಹುದು? ನಾನು ಸರಳ ವಿಧಾನವೊಂದನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೇನೆ:

ನಿಮ್ಮ ಶ್ರಾಟಕವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿ ಕೆಳಗೆ ಬಂದಿರಬಹುದು. ಅದನ್ನು ಮೇಲೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಉತ್ತಮ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ತಂತ್ರಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡಿ. ಮಂತ್ರವನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಮಂತ್ರಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡಿ. ಇಡೀ ದೇಹ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಕಂಪಿಸಲಿ. ತಂತ್ರವನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ಅರಿವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯ.

ಸಮಾಧಿಯ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಹೋದಾಗ ನಮ್ಮ ಅರಿವು ಮೇಲೇರುತ್ತದೆ. ಅದು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಏರುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲಿಂದ ಮುಂದುವರಿದು ನಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಏರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆಗ ನಮಗೆ ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದ ಅರಿವಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಅರಿವು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿದ್ದು. ಆದರೆ ನಾವು ಅರಿವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಿಮ ಸಮಾಧಿಯಾದ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲದರ ಅರಿವೂ ನಮಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದೇ ಪೂರ್ಣ ಅರಿವು. ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸಮಾಧಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣ ಅರಿವಿರುತ್ತದೆ. ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದ ಅರಿವೂ ಇರುತ್ತದೆ, ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಅರಿವೂ ಇರುತ್ತದೆ, ಎಲ್ಲದರ ಅರಿವೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದೊಂದು ಅದ್ಭುತ ಸ್ಥಿತಿ. ಆದ್ದರಿಂದ, ನಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳದಿರೋಣ.

ಗ್ರಹಣಗಳ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಧ್ಯಾನಮಾಡಬೇಕು. ಅದರಿಂದ ನಮಗೆ

ಪ್ರಯೋಜನವಾಗುತ್ತದೆ, ನಾವು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಗ್ರಹಣದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಬಹು ಮುಖ್ಯ ಏಕೆಂದರೆ ಋಷಿಗಳು ಎಷ್ಟೋ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಅವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಅವರು ನಮಗೆ ತಿಳಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಮುಂದೊಮ್ಮೆ ಬಹುಶಃ ಅವರು ತಿಳಿಸಬಹುದೇನೋ. ಕೆಲವು ಪರಿಣಾಮಗಳಿಂದ ನಮಗೆ ರಕ್ಷಣೆ ಬೇಕು, ರಕ್ಷಣೆಯ ಜೊತೆಗೆ ನಮಗೆ ನಿರ್ದೇಶನವೂ ಬೇಕು. ನಾವು ಮುಂದೆ ಹೋಗಬೇಕಿದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳು ಅಡಚಣೆಗಳಾಗಿ ಬರುತ್ತವೆ. ಕರ್ಮಗಳು ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಅಡಚಣೆಗಳಾಗಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುತ್ತವೆ. ಅದು ಇದೇ ರೀತಿಯದ್ದು ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಒಂದು ವ್ಯಾಮೋಹವಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಬೇರೇನೇ ಆಗಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮ ಮಾರ್ಗದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ಬೇರೆ ದಾರಿಗೆ ಸೆಳೆಯಲು ಅನೇಕ ಶಕ್ತಿಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಮಗೆ ರಕ್ಷಣೆ ಬೇಕು. ಭೂಕಂಪ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಯುವವರು ಅದೃಷ್ಟವಂತರು, ಆದರೆ ಬದುಕುಳಿದವರು ಅನೇಕ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕು. ಅದು ಪ್ರಳಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದೇ ಆಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ಅದು ಬೇರೆ ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳಿಗೂ ಆಗಿರಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿಯೇ ಅನೇಕ ಕ್ಷಿಪ್ರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಜನರನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಇಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆ ನಿಮಗೆ ಎದುರಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ತಿಳಿಸುತ್ತೇನೆ. ಹಾಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡ, ಅದೇನೋ, ಜನರ ಕರ್ಮಗಳು ಅವರು ಹೆಚ್ಚು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇರದಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಬೇಡ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಿದರೆ ಜನರು ಅದನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಪ್ರಳಯದ ಒತ್ತಡದಿಂದಾಗಿ. ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ಋಷಿಗಳು ತಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಅವರಿಂದ ಸಹಾಯ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಷ್ಟೆ.

1989ರಲ್ಲಿ ನಾವು ನಡೆಸಿದ ಸಮ್ಮೇಳನದ ಬಗ್ಗೆ ಶ್ಯಾಮಲ ಹೇಳಿದಾಗ, ನಾನು ಹಿಂದಿನದನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡೆ. ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬರುತ್ತಿವೆ. ಮದರ್ ತೆರೇಸಾ ಕಳಿಸಿದ ಒಂದು ವಿಶೇಷ ಸಂದೇಶದ ನೆನಪಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ಒಂದು ಪೋಸ್ಟ್ ಕಾರ್ಡ್‌ನಲ್ಲಿ ಕೆಲವೇ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದರು. ಅದರಲ್ಲಿ ಅದೆಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸ್ಫೂರ್ತಿ ತುಂಬಿತ್ತು. ಸಮ್ಮೇಳನ ಅರಮನೆ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ಸಾಧಾರಣ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇತ್ತು. ಶಾಮಿಯಾನವನ್ನು ಹಾಕಿದ್ದೆವು, ಅದರಲ್ಲಿ ಎರಡು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಭಾಗಗಳಿದ್ದವು. ಅಲ್ಲಿ ಭಾಷಣಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನವೂ ಇದ್ದು ವಿಶೇಷವಾಗಿತ್ತು. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 6ರವರೆಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದೆವು. ಜನರು ಬದಲಾದರು, ತಂಡಗಳು ಬದಲಾದವು, ಆದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮುಂದುವರಿಯಿತು. ಅದ್ಭುತ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ಆಹಾರದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ

ಮಾಡಿದ್ದರು. ಆಕೆಯೇ ಆಹಾರವನ್ನು ತಂದು ಬಡಿಸಿದ್ದು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಪರಿಚಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರು, ಅದೊಂದು ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಘಟನೆಯಾಗಿತ್ತು. ಅಮೇರಿಕದ ತಂಡವೊಂದು ನನಗೆ ಹೀಗೆ ಬರೆದರು - "ಅಲ್ಲಿ ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ನಾವು ಅಮೇರಿಕಾದಲ್ಲಿಯೇ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸೇರುತ್ತೇವೆ". ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬರಲು ಅವರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರಿಂದ, ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡರು.

"ಎರಡನೇ ಸುತ್ತಿನ ಮುಖಂಡರನ್ನು, ಕಾರ್ಯಕರ್ತರನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಯೋಚಿಸಬೇಕು," ಎಂದು ನನ್ನ ನನ್ನ ಹಳೆಯ ಆತ್ಮೀಯ ಸ್ನೇಹಿತ ಹೇಳಿದ. "ನಾನು ಮೂರನೇ ಸುತ್ತಿನ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ಈಗಾಗಲೇ ಎರಡನೆಯದು ಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ," ಎಂದು ಅವನಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ. ಜನರು ಇಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿದಾಗ, ಪ್ರತಿ ಬಾರಿಯೂ ಅವರು ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿರುವುದನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅವರ ಆಲೋಚನೆಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯಿದೆ, ಹೆಚ್ಚು ವಿವೇಚನೆಯಿದೆ, ಮಹಾನ್ ಋಷಿಗಳ ಅದ್ಭುತ ಕನಸನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುವ ಬಯಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಇದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಭಾಷಣಕಾರರು ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅದ್ಭುತ ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿದ್ದಾರೆ, ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಲ್ಲ. ಅಂಥದ್ದನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಗೊಂದಲಗಳಿಲ್ಲ; ಗಮನ ಸೆಳೆಯುವುದಕ್ಕೆ, ಅಧಿಕಾರಕ್ಕೆ ಅವಸರವಿಲ್ಲ. ನಾನು ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದೇನೆ.

ಒಬ್ಬ ಸಾಧಕನಿಗೆ ಕೆಲಸ ಸಿಗುವುದರಲ್ಲಿತ್ತು, ಆದರೆ ಆ ಕೆಲಸ ಸಿಗಬೇಕಾದರೆ ಅವನು ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಬೇಕಾದ ಸಂದಿಗ್ಧತೆಯಿತ್ತು. "ನಾನು ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಲೇ?" ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳಿ ನನ್ನಿಂದ ಸ್ಪಷ್ಟ ಉತ್ತರವನ್ನು ಬಯಸಿದ. ನಾನು ಹೇಳು ಎಂದರೆ, 'ಗುರೂಜಿ ಹೇಳಿದರು, ಅದಕ್ಕೆ ನಾನು ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಿದೆ' ಎಂದು ಅವನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ. ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಮೇಲೆ ಹೊರಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಜನರು ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆತ ಅ ಪಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳಬಾರದಿತ್ತು. ಮೊದಲಿಗೆ ಆತನೇ ಆ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರ ಕೊಡಬೇಕಿತ್ತು. ಇಲ್ಲಿ ಕಲಿತದ್ದಾದರೂ ಏನು? ಹತ್ತು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಬೇಕಾದರೆ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲಿ, ಆದರೆ ಸತ್ಯವನ್ನು ಬಿಡಬಾರದು. ಋಷಿಗಳು ನಮಗೆ ಕೆಲಸ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಆ ಪ್ರಶ್ನೆಯೇ ನನಗೆ ಅವಮಾನ ಮಾಡುವಂತಿತ್ತು. ನನ್ನಿಂದ 'ಸುಳ್ಳು ಹೇಳು' ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿದ್ದೆನೇ? ನಾನು ಆತನಿಗೆ ಬುದ್ಧಿ ಹೇಳಿದೆ, ಗದರಿದೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

20-05-2018

ನಾನು ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದಾಗ, ಅವರು ನನಗೆ ಬಹಳ ಹತ್ತಿರವರೆಂದು ಅನಿಸಿತು. ಈ ರೀತಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಆಗಿರಬಹುದೆಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ತಕ್ಷಣದಲ್ಲಿಯೇ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕವೇರ್ಪಟ್ಟು ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಹಲವಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಅವರನ್ನು ಬಲ್ಲವೇನೋ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತಿತ್ತು ಹಾಗೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲ, ಮತ್ತು ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ಅಳೆಯದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಇವರು ಎಂದು ನಮಗೆ ಅನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಈ ಆತ್ಮೀಯ ಭಾವನೆ ಎಲ್ಲಿಂದ ಬರುತ್ತಿತ್ತು? ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳಿಂದ ನಾವು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದವು ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರು ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತಿದ್ದರು ಸಹ ಒಂದು ಕಾರಣವಾಗಿತ್ತು. ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅಂತರವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಂದೇ. ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರು ಎಲ್ಲ ಸಮಯಗಳಲ್ಲೂ ಪ್ರೀತಿಯ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಹೊರಹೊಮ್ಮಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದು, ತಕ್ಷಣದಲ್ಲಿಯೇ ಎಲ್ಲರೂ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಿತ್ತು.

ಅವರು ದೇವರನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದರು. ಅವರು ದೇವರ ಅನುಭವ ಪಡೆದಿದ್ದರು. ಅವರು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗಿದ್ದರೆಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು. ನಾವು ಕೂಡ ದೇವರ ಅನುಭವ ಪಡೆಯಬಹುದೆಂಬ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಅವರು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತುಂಬುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನ, ಚೈತನ್ಯಗಳು, ಮತ್ತು ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟರು. ಇವೆಲ್ಲದರ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದು, ಎಷ್ಟು ಬೇಕಾದರೂ ಬೆಳೆಯುವುದು ನಮಗೆ ಬಿಟ್ಟ ವಿಷಯ. ನಾವು ಒಂದು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿಯೇ ಸಿಕ್ಕಿ ಹಾಕಿಕೊಂಡರೆ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಏನಾದರೊಂದು ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನದ ಹಂತದ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಹೊರಗಿನ ಯಾವುದೇ ಶಕ್ತಿ, ಹೊರಗಿನ ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಮ್ಮನ್ನು ತಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಸಾಧನೆ ಆಂತರಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ. ಅಡಚಣೆಗಳಿದ್ದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲೂ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ ಋಷಿಗಳು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಅನುಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಯಾವುದನ್ನೂ ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಸಾಧನೆಗೆ ಬದ್ಧರಾಗಿದ್ದರೆ, ಅವರು ಎಣೆಯಿಲ್ಲದಷ್ಟು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ನಮಗಿರುವ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಮತ್ತು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯಕ್ಕೆ ಅವರು ಅಡ್ಡ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದೇಕೋ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಬಿಟ್ಟು ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿಯೋ ಅಲ್ಲವೋ ನಾವು ಅವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಇರುತ್ತೇವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ನಾವು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಜ್ಞಾನ, ಚೈತನ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನೂ ನಮಗೆ ಒದಗಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಅಡಚಣೆಗಳು ದ್ವೇಷದಷ್ಟು ಗಂಭೀರವಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಆಳವಾಗಿ

ಬೇರುಬಿಟ್ಟು ಅಸೂಯೆಯಿರಬಹುದು, ಅಥವಾ ನಮ್ಮ ಜಡತ್ವದಷ್ಟು ಸರಳವಾಗಿರಬಹುದು. ಜಡತ್ವ ಕೂಡ ನಮ್ಮನ್ನು ಹಿಡಿದಿಡಬಹುದು. ಧ್ಯಾನ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೂ ಪರಿಹಾರವಿರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ನಾವು ಶ್ರಮಿಸಬೇಕು. ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಮಗಾಗಿ ಬೇರೊಬ್ಬರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ನಾವೇ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು. ಧ್ಯಾನ ನಮ್ಮನ್ನು ದೇವರಲ್ಲಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ದೇವರಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರಗಳಿರುತ್ತವೆ. ದೇವರಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಅಡಚಣೆಗಳು ಕರಗುತ್ತವೆ. ನಾವು ದೇವರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಾಧಿಸಬೇಕಾದುದು, ಪಡೆಯಬೇಕಾದುದು ಇರುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಎಲ್ಲ ಪರಿಹಾರಗಳಿಗೂ ಅತ್ಯುನ್ನತ ವಿಧಾನ, ಪೂರ್ಣತೆಗೆ ಅತ್ಯುನ್ನತ ದಾರಿ ಮತ್ತು ಸಂತೃಪ್ತಿಗೆ ಅತ್ಯುನ್ನತ ದಾರಿ ಧ್ಯಾನವೇ ಆಗಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಅತ್ಯುನ್ನತ ದಾರಿ ಬಹಳ ಸುಲಭವಾಗಿ ದೊರೆತಿದೆ.

ನಾವು ಚಕ್ರ ಚಾಲನೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು ಎಂದು ಗುರೂಜಿ ನಮಗೆ ಹೇಳಿದರು. ಅವರು ಕಲಿಸಿದ್ದನ್ನು ಆಚರಣೆಗೆ ತಂದರೆ ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು ಎಂಬ ಆಶ್ವಾಸನೆಯನ್ನು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟರು. ಇಲ್ಲಿ ಕಲಿತದ್ದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದೇ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯಾಗಿದೆ. ನಾನು ತಿಳಿದಂತೆ, ಸಾಧನೆಯು ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ಜರುಗುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ. ಗುರೂಜಿಯವರು ಅದೊಂದು ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ಜರುಗುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯೆಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದರು.

ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಬೆಳೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ನಿಯಮಗಳಿವೆ, ಎಷ್ಟೊಂದು ತಂತ್ರಗಳಿವೆ ಮತ್ತು ಎಷ್ಟೊಂದು ಸಲಹೆ-ಸೂಚನೆಗಳಿವೆ. ನಿಸ್ಸಂಶಯವಾಗಿ ಮೊದಲ ದಿನದಿಂದಲೇ ಅವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಾವು ಒಂದು ನಿಯಮದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು. ಯಾವುದಾದರೊಂದು ನಿಯಮವನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದಾಗ, ನಿಧಾನವಾಗಿ ಎಲ್ಲ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವೆನ್ನುವುದನ್ನು ಗುರೂಜಿಯವರು ತಿಳಿಸಿದ್ದರು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಪ್ರೀತಿಯ ನಿಯಮ. ಅದನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದಾಗ, ಬೇರೆಲ್ಲ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಲೂ ಅದು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಿಯಮಗಳು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಆಧರಿಸಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಾಧನೆ ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ಜರುಗುವ ಒಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತಾಳ್ಮೆ ಇರಬೇಕು. ರಾತ್ರಿನಿರಾತ್ರಿ ನಾವು ಮಹಾತ್ಮರಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಜನ್ಮಾಂತರಗಳ ಪ್ರಯತ್ನ ಬೇಕು. ಕೇವಲ ಗುರೂಜಿ ಮತ್ತು ಅಮರಾಜಿಯವರಂಥ ಮಹಾತ್ಮರುಗಳು ಮಾತ್ರ, ಹುಟ್ಟುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲೇ ಮಹಾತ್ಮರಾಗಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿ ಬಂದಾಗ, ಅವರುಗಳು ಕೂಡ ಸಾಧನೆಗಾಗಿ ಬಹಳ ಸಮಯ ವಿನಿಯೋಗಿಸಿದರು.

ಅವರ ಸಾಧನೆಯ ತೀವ್ರತೆಯೇ ಬೇರೆಯಾಗಿದ್ದರಿಂದ, ಅವರ ಸಾಧನೆಯೂ ಬೇರೆಯಾಗಿತ್ತು. ಹಾಗಿದ್ದರೂ ಅವರು ಕೂಡ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹೋರಾಟಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿದರು. ಅದೇನೆ ಇರಲಿ, ನಾವು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಲೇ ಹೋಗಬೇಕು.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ನ್ಯೂನತೆಗಳಿದ್ದರೂ, ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಅಳಿಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು, "ಕೊಲೆಗಡುಕನಿಗೂ ಕೂಡ ಬೆಳೆಯಲು ಅವಕಾಶವಿರಬೇಕು." ಈ ರೀತಿ ಮಾತನಾಡಲು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಧೈರ್ಯವಿತ್ತೆಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. "ಯಾರೊಬ್ಬರೂ ನಿರಂತರ ನಿಂದನೆಗೊಳಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ," ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಗುರೂಜಿಯವರ ಈ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ಓದಿದಂತೆಲ್ಲಾ, ಅವರಡೆಗಿನ ಕೃತಜ್ಞತೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. 'ಯಾರೊಬ್ಬರೂ ನಿರಂತರ ನಿಂದನೆಗಳಿಗೆ ಒಳಪಡುವುದಿಲ್ಲ' ಎನ್ನುವುದು ಎಷ್ಟೊಂದು ಮಹತ್ವದ ಸತ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಾವು ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪಿಗೆ ಜೀವನವಿಡೀ ನಿಂದನೆಗೊಳಗಾದರೆ ನಮ್ಮ ಬದುಕು ಹೇಗಾಗಬಹುದೆನ್ನುವುದನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಅದಂಥಾ ಹೊರೆಯಾಗಬಹುದು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಬಲವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅದು ತಪ್ಪಿತಸ್ಥ ಭಾವನೆಗೆ ತಿರುಗಬಹುದು. ಹಾಗೂ ಈ ತಪ್ಪಿತಸ್ಥ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದು ಎಷ್ಟೊಂದು ಕಷ್ಟ. ನಡೆದುಹೋದುದನ್ನು ರದ್ದುಮಾಡಲು ಯಾರಿಂದಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದೇ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮಾಡದಂತೆ ಬೆಳೆಯಲು ನಮಗೆ ಅವಕಾಶಗಳಿವೆ. ಎಂತಹದೇ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದರೂ, ತೀವ್ರ ತಪ್ಪಿನ ನಂತರ ಋಷಿಯಾಗಿ ಬದಲಾದ ವಾಲ್ಮೀಕಿ ಮಹರ್ಷಿಗಳ ನೆನಪಾಗುತ್ತದೆ. ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಅಳಿಯಲಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಬೆಳೆಯಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡಿದರು. ಅವರು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಕೊಂಡೊಯ್ದರು, ಯಾರಿಗೂ ತಿರಸ್ಕೃತರಾದಂತೆನಿಸಲಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ದಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವುದಾದರೂ ಹೇಗೆ? ನಾವು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅವಕಾಶ ಕೊಡಬೇಕು.

ನಮ್ಮ ಜೀವನವೇ ಒಂದು ಪವಾಡವಿದ್ದಂತೆ! ನಾವು ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಇರದಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಜೀವನವೇ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬೇರೆಯಾಗಿರುತ್ತಿತ್ತೆಂದು ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದ ನಂತರ ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಬದಲಾಯಿತು. ಋಷಿಗಳು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲವೆಂದಲ್ಲ. ಅವರು ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿರುವವರಿಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಅವರಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದು ಅದ್ಭುತ ಚೈತನ್ಯಗಳು, ಜ್ಞಾನ, ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ನಾವು ಅತ್ಯಂತ ಭಾಗ್ಯಶಾಲಿಗಳು. ■

ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

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

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

- ★ 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.

ಚಿತ್ರ/ಡಿಡಿಗಳನ್ನು "ಮಾನಸ ಲೈಟ್ ಏಜ್ ಫೌಂಡೇಶನ್(೦)" ಹೆಸರಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರಗಳಿಗೆ 50ರೂ. ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಸೇರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಗುರುಜಿಯವರಿಂದ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಗಳು

- ★ ತಾಳ್ಮೆ ಇರಲಿ. ಮೊದಲನೆಯ ದಿನವೇ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ಪವಾಡಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ನಾವು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ ಪವಾಡಗಳು ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇನಾಸಾಟಗಳನ್ನೆದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಾಧನೆಯ ಮುಂದುವರಿಕೆ ಎಲ್ಲ ಕರಗಿಹೋಗುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಅನುಭವಗಳಿಗಿರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಅವುಗಳ ಕಡೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡಬಾರದು. ಅನುಭವಗಳು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆದರೆ ಅವು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಅಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ.
- ★ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಧ್ಯಾನದ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬಾರದು. ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.
- ★ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಯೋಚನೆಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಆದರಿಂದ ತಲೆಕೆಡಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ಓಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬಾರದು. ಅವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ ಇರುವುದು ಉತ್ತಮ. ಬೇರೆ ದಾರಿಯೇ ಇಲ್ಲ.

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

27-05-2018

ಸಾರ್ಟ್ ಫೋನ್ ಮತ್ತು ವಾಟ್‌ಆಪ್‌ಗಳು ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಭಾಗವಾಗಿವೆ. ನನ್ನ ವಾಟ್‌ಆಪ್‌ನಲ್ಲಿ ತಮಾಷೆಯ ಘಟನೆಯೊಂದು ನಡೆಯಿತು. ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಅದು ಕೆಲಸ ಮಾಡದೆ ನಿಂತಿತ್ತು. ಅದರ ಅಪ್ಲಿಕೇಷನ್‌ಅನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಅದು ನನಗೆ ತಿಳಿಯುವುದರೊಳಗಾಗಿ ಒಂದು ದಿನ ಕಳೆದಿತ್ತು. ಸಂದೇಶ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತಲುಪಿದೆಯಾ ಇಲ್ಲವಾ, ಅದನ್ನು ಓದಲಾಗಿದೆಯೇ ಇಲ್ಲವೇ ಎಂಬ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ತಿಳಿಯುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ವಾಟ್‌ಆಪ್‌ನಲ್ಲಿದೆ. 24 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ನನ್ನ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ವಾಟ್‌ಆಪ್ ಕೆಲಸಮಾಡದಿದ್ದ ಕಾರಣ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಸಂದೇಶಗಳು ನನಗೆ ತಲುಪಿಲ್ಲ. ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ನನಗೆ ಕರೆಮಾಡಿ ಬಹಳ ಅಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಕೇಳಿದರು, 'ವಾಟ್‌ಆಪ್‌ನಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನೇಕೆ ತಡೆಗಟ್ಟಿದ್ದೀರಿ?' ನಾನು ತಡೆಗಟ್ಟಿದ್ದೇನೆಂದು ಅವರು ಭಾವಿಸಿದ್ದರು. ಆ ರೀತಿಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆಂದು ನಾನಂದಿಗೂ ಊಹಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ಅದೇಕೋ, ಸಮಸ್ಯೆ ಏನಿದೆಯೋ ಎಂದು ತಿಳಿಯುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನೇ ಮಾಡದೆ, ನಾನು ತಡೆಗಟ್ಟಿದ್ದೇನೆಂದು ಅವರು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿದರು. ಹಲವು ವೇಳೆ ಈ ರೀತಿ ಆಗುತ್ತದೆ, ಹೇಗೋ ನಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ತೀರ್ಮಾನವೊಂದಕ್ಕೆ ಧುಮುಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಜನರನ್ನು ಅಪಾರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಅವರ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆಯೇ ಅವರನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುತ್ತೇವೆ, ಆದರೆ ಅವರ ಕಾರ್ಯದ ಹಿಂದಿರುವ ನಿಜವಾದ ಕಾರಣವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಹಾಗೂ, ನಮ್ಮ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಶಕ್ತಿ ಸೀಮಿತವಾಗಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯು ಪೂರ್ವಗ್ರಹದ ಬಣ್ಣ ಪಡೆದಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಅವರನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದಿರಬಹುದು. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ನಾವು ಜನರನ್ನು ಅಪಾರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ನಾನು ಮತ್ತೊಂದು ಉದಾಹರಣೆ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ. ಇದು ವಾಸ್ತವಿಕ ಉದಾಹರಣೆಯಲ್ಲ, ಒಂದು ಸಂಭಾವ್ಯ ಸನ್ನಿವೇಶ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮಿತಭಾಷಿ, ಯಾರೊಂದಿಗೂ ಬೆರೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂಕೀರ್ಣತೆ ಇರಬಹುದು ಅಥವಾ ಬೇರಾವುದೇ ಕಾರಣಗಳಿರಬಹುದು - ಬದುಕಿನ ಕೆಲವು ಅನುಭವಗಳಿಂದಾಗಿ, ಅವು ವೈಫಲ್ಯಗಳಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಮನೆಯಲ್ಲಿನ ಕೆಲವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಬೇರಾವುದೇ ಆಗಿರಬಹುದು, ಅವುಗಳಿಂದಾಗಿ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗೆ ಭರವಸೆಯಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಆತ ಕಷ್ಟದ ದಿನಗಳನ್ನು ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದು, ಜನರು ಅವನನ್ನು ಅಹಂಕಾರಿ,

ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಸೇರುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ನಿಜವಾದ ಕಾರಣ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬೇರೆಯೇ ಆಗಿದೆ. ಅವರಿಗೆ ಯಾರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಲ್ಲ, ಅವರಿಗಿರುವುದು ಆಂತರಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ. ಇದನ್ನು ಅವರು ಎದುರಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಹೊರಬರಬೇಕು. ಆ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಅವರ ವರ್ತನೆ ನಮಗೆ ವಿಚಿತ್ರವೆನಿಸಬಹುದು.

ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಏಕೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುವವರೆಗೂ ಕಾಯಬೇಕು. ಅವರ ವರ್ತನೆಯ ಹಿಂದೆ ಏನು ಕಾರಣಗಳಿರಬಹುದು?

ಮತ್ತೊಂದು ಅಂಶ ಇರಬಹುದು. ಜನರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ. ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಯದೆ ಇರಬಹುದು. ಅವರಿಗೆ ಅವಕಾಶ ಮತ್ತು ಸಮಯವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಸಹಾಯ ನೀಡಬೇಕೆಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಪ್ರತಿ ಬಾರಿಯೂ ಇದು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರಬಹುದು. ಆಗ ನಾವು ಅವರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿ ಕಾಯಬಹುದು. ಆದರೆ ಕೂಡಲೇ ನಾವೊಂದು ತೀರ್ಮಾನಕ್ಕೆ ಬಂದು ಅದರಂತೆಯೇ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿದರೆ, ನಾವು ಸಂಬಂಧಗಳು ಕೆಡುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣರಾಗಬಹುದು. "ಜನರನ್ನು ನಾವೇಕೆ ಅಳಿಯುತ್ತೇವೆ? ಜನರನ್ನು ಅಳಿಯುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ನಮ್ಮಲ್ಲೇಕೆ?" ಎಂದು ನಾನು ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡುತ್ತೇನೆ. ಆ ರೀತಿಯ ಪ್ರೇರಣೆ ಅಹಂನಿಂದ ಬರುತ್ತದೆಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನಷ್ಟು ಉತ್ತಮನಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅಹಂಗೆ ಸಂತೋಷವೆನಿಸಬಹುದು, ಅಂತಹ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಅಹಂಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಜನರನ್ನು ಅಳಿಯುವುದಕ್ಕೆ ನನಗೆ ತಿಳಿಯದಿರುವ ಬೇರೆ ಕಾರಣಗಳೂ ಇರಬಹುದು. ಜನರನ್ನು ಅಳಿಯುವ ಅಥವಾ ತೀರ್ಮಾನಿಸುವ ಕಾರ್ಯ ಅಹಂನಿಂದ ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಆತ್ಮೀಯತೆಯ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಆತ್ಮದಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ತಾನು ಉತ್ತಮ ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆ ಅಹಂಗೆ ಸದಾಕಾಲ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅದರ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಧಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ನಾನಿದನ್ನು, ಮಹಾನ್ ವಾಸ್ತವ ಏಕೀರ್ಷಣೆ ಟೋಲ್ ಅವರ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲೆಲ್ಲೋ ಓದಿದ ನೆನಪಿದೆ. ಅವರು, ಅಹಂಅನ್ನು ಸವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ, ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ನಾವು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಅಳಿದಾಗ, ನಾವು ಸತ್ಯವೆಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದು ಸತ್ಯವೇ ಆಗಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನ ಕಾರ್ಯದ ಮತ್ತು ನಡತೆಯ ಹಿಂದಿರುವ ನಿಜವಾದ ಕಾರಣವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ನಮ್ಮ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರಗಳು ನಮ್ಮ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ತಲೆಕೆಳಗಾಗಿರುವ ಭಂಗಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ತಲೆಕೆಳಗಾಗಿರುವ ಒಂದು ಪಿರಮಿಡ್ ಇದೆ ಎಂದು ಸಹ ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಇದರ ಹಿಂದೆ ಯಾವುದಾದರೂ ವಿಶ್ವ ವ್ಯಾಪಿ ನಿಯಮವೇನಾದರೂ ಇದೆಯೇ?

ಉ: ನಮ್ಮ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರವು, ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಲೆಕೆಳಗಾಗಿರುವ ಭಂಗಿಯಲ್ಲಿದ್ದು ಭೌತಿಕ ಶರೀರದೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿರುವುದು ನಿಜ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೇ ಪಿರಮಿಡ್ ಇಲ್ಲ. ಪ್ರತಿ ಸಲ ಪಿರಮಿಡ್‌ವೊಂದನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿದಾಗ ಅಥವಾ ಅದರ ಆಕಾರ ಪಡೆದಾಗ, ಈ ಪಿರಮಿಡ್‌ನ ಕೆಳಗಿನ ಭಾಗ ಮತ್ತು ಮೇಲಿನ ಭಾಗವನ್ನು ಎರಡು ತಲೆಕೆಳಗಾಗಿರುವ ಪಿರಮಿಡ್‌ಗಳು ಆವರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಪಿರಮಿಡ್ ತನಗೆ ತಾನೇ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನೀವು ಭೌತಿಕ ಪಿರಮಿಡ್‌ಅನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಾದರೆ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದ ಪಿರಮಿಡ್‌ಗಳು ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ಕೆಳಗೆ ಇರುತ್ತವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಭೌತಿಕ ವಿಶ್ವ ಅಥವಾ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡ ಮತ್ತು ದೈವೀ ಲೋಕಗಳು ಇದೇ ಆಕಾರದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಇದೇ ಆ ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ನಿಯಮ.

ಪ್ರ: ನಾನು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ, ಅನೇಕ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ರೀತಿಯ ಆಕಾರಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇನೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಏನಾದರೂ ಹೇಳುತ್ತೀರ?

ಉ: ನೀವು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ, ಋಷಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ. ಋಷಿಗಳು ನಿಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಪ್ರಯಾಣ ಕೈಗೊಂಡರೆ ತಪ್ಪೇನು ಇಲ್ಲ, ಆದರೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಿಮಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಎದುರಾಗಬಹುದು, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಚಲಿಸುತ್ತಿರುವ ದುಷ್ಟಶಕ್ತಿಗಳು ನಿಮಗೆ ಅಪಾಯ ತರಬಹುದು. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿರುವವರನ್ನು ಅಪಹರಿಸಿರುವ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ. ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅಮರರವರು ಆಗಾಗ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಒಮ್ಮೆ ಋಷಿಗಳ ಕಾರ್ಯಕರ್ತನನ್ನು ಅಪಹರಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದ ವಲಯ ಬಹಳ ಸುರಕ್ಷಿತ ವಲಯವಲ್ಲ. ಸಾಹಸ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗೆ ಎಂದೆಂದೂ ಸ್ವಾಗತವಿದೆ, ಆದರೆ ನೀವು ಸಹ ಹುಷಾರಾಗಿರಬೇಕು.

ಪ್ರ: ಮಾದಕ ವ್ಯಸನಗಳು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದೇ?

ಉ: ನಿಜಕ್ಕೂ ಧ್ಯಾನ ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಅವರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ, ಅವರಿಗೆ ಸಹಜ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಮರಳಿ ಬರುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಬಹುದು.

ಪ್ರ: ರಾತ್ರಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬಹುದೇ?

ಉ: ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ. ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಯಾವುದನ್ನೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಡಿ.

ಪ್ರ: ನಮ್ಮ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡವಲ್ಲದೆ ಬೇರೆ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡಗಳಿವೆಯೇ?

ಉ: ಕೋಟಿಗಟ್ಟಲೆ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡಗಳಿವೆ.

ಪ್ರ: ಒಂದು ವೇಳೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಆನಂದವನ್ನು ಹರಡಿದರೆ, ಬೆಳಕಿನ ಯುಗ ಸ್ಥಾಪಿತವಾಗುವುದೇ?

ಉ: ಹೌದು. ನೀವು ಬೆಳಕನ್ನಾಗಲೀ, ಆನಂದವನ್ನಾಗಲೀ ಅಥವಾ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನಾಗಲೀ ಹರಡಿದಾಗ, ಪರಿಣಾಮ ಮಾತ್ರ ಒಂದೇ ರೀತಿಯದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆನಂದ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿ, ಇವೆರಡೂ ದೇವರ ಭಾಗವೇ ಆಗಿವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಆನಂದ ಅಥವಾ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹರಡಿದಾಗ, ಸತ್ಯಯುಗ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಬಹು ಪಾಲು ಜನರು ಅಥವಾ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಇದನ್ನು ದಿನಕ್ಕೆ ಒಂದು ಸಲ, ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲದವರೆಗೆ ಮಾಡಿದರೂ ಸಾಕು.

ಪ್ರ: ಈ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ನಾವು ಜೀವಿಸಿರುವವರೆಗೂ, ಯಾರ ಮೇಲೂ ಅವಲಂಬಿತರಾಗದೇ ಇರಬಹುದೇ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. ಸಮಾಜ ನಮಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ಒದಗಿಸಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ನಾವು ಸ್ವತಂತ್ರರಲ್ಲ. ನಾವು ದೇವರ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತರಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಋಷಿಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತರಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಹಾಗೇ ನಾವು ಆನೇಕಾನೇಕ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತರಾಗಿದ್ದೇವೆ.

ಪ್ರ: ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆದ ನಂತರ ಹೆಸರನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಡ್ಡಾಯವೇ?

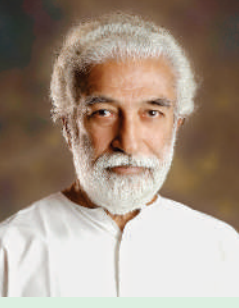
ಉ: ಜ್ಞಾನೋದಯದ ನಂತರ ಹೆಸರು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆನ್ನುವಂತಹ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಚಿಂತಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಹಾಗೂ ಹೇಗೆ ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ?

ಉ: ಸಮಾನ ಪ್ರಮಾಣದ ಬೆಳಕನ್ನು ಈ ಮೂರೂ ಹೊಂದಿವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅಂಶವೂ ಮುಖ್ಯ. ಶರೀರದ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗದಲ್ಲಿಯೂ, ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿ ಕೂಡ ಇರುತ್ತವೆ. ನಿಜ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ, ಈ ಮೂರು ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಹೆಣೆದುಕೊಂಡಿವೆಯೇ ಹೊರತು ಪರಸ್ಪರ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲ. ■

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/-
iGurujii Vol 1,3,4 & 7	each 150/-
iGurujii - Vol 2	120/-
iGurujii - Vol 5	100/-
iGurujii - 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/-
Gurujii Speaks Part - I & II	each 200/-
Gurujii Speaks (Vol 3)	150/-
Gurujii Speaks (Vol 4)	250/-
Gurujii 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 Gurujii Krishnananda - Vol 1	200/-
Thus Spoke Gurujii Krishnananda - Vol 2	250/-
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/-
ಪೋಸ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳು	120/-
ಉನ್ನತ ಸಂಪರ್ಕಗಳು	100/-
ಅನಿಸಿಕೆಗಳು	120/-
ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ	50/-
ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ	50/-
ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣ	50/-
ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ	50/-
ಅಧುನಿಕ ಋಷಿಯೊಬ್ಬರ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಸಾಹಸಗಳು	50/-
ಗುರೂಜಿ ನಾ ಕಂಡಂತೆ	30/-
ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು	10/-
ಬೆಳಕು	10/-
ದೈವಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ	250/-
ಕಾವ್ಯಕಂಠ ವಸಿಷ್ಠ ಗಣಪತಿ ಮುನಿಗಳು	100/-
ಅನೇಕಲ್ಲಿನ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	120/-
ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು	100/-
ಪ್ರಕಾಶಾವಾತ (Marathi)	150/-
ಆಯ್‌ಗುರುಜಿ (Marathi)	100/-
ಝಾನ ಕಸೆ ಕರಾವೆ (Marathi)	50/-
ಝಾನಯೋಗ (Marathi)	50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)	50/-
शंबला तत्वांचा अभ्यास (Marathi)	50/-
एका आधुನिक ऋषींचे	
सुक्ष्मजगातील पराक्रम (Marathi)	50/-
प्रकाशमय जीवन (Marathi)	10/-
प्रकाश (Marathi)	10/-
उच्चस्तरीय संवाद आणि इतर सत्ये (Marathi)	100/-
गुरु-शिष्य संवाद (Marathi)	60/-
ಝಾನ ಕೆಸೆ ಕರೆ (Hindi)	50/-
ಝಾನ-ಯೋಗ (Hindi)	50/-
ಪ್ರಕಾಶ (Hindi)	10/-
ಪ್ರಕಾಶಮಯ ಜೀವನ (Hindi)	10/-
ಪ್ರಕಾಶ की ओर (Hindi)	150/-
आत्मा का अवतरण (Hindi)	50/-
ತ್ರಿಪಾಣಮ್‌ ಡಿಸ್‌ವತ್ರಾ ಂಪುಟ	50/-
ಊಣಿಯಿನ್‌ ಖಾಯಿಲ್‌ಕನ್‌	200/-
ತ್ರಿಪಾಣ ಯೋಗಮ್‌	50/-
ಆತ್ಮತೂವಾನ್‌ ಅಖಿರೋಕಣಮ್‌	50/-
ನಖಿನ್‌ ಗಿಣ್ಣಿ ಉತ್ರೂವಿನ್‌ ಕ್ರೂಢೂ ಸಾಕಸುಕ್‌ಕನ್‌	50/-
ಸುಂಪಲೂ ತ್ರಿಪಾಣುಕ್‌ಕಣಿನ್‌ ಅಪ್ಪಿಯಾಸುಕ್‌ಕನ್‌	50/-
ಧ್ಯಾನಂ ತಿಯ್ಯುಡಂ ಎಲ್	50/-
ಕಾಂತಿಕಿ ದ್ಯಾರಮುಲು	100/-



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦)

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

ಮಾನಸ

ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ದೂರದ ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ ಹಳ್ಳಿಯ ಬಳಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸಿಗಳ ಬಡಾವಣೆ. 1935ರಲ್ಲಿ ಅಮರಂಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾಗುವ ಬೆಳಕಿನ ನಗರದ ದರ್ಶನವಾಗಿತ್ತು. ವಿಶ್ವಜೀತನ 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 ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ದಲ್ಲಿರುವ ಒಂದು ವಿಶೇಷವಾದ ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರ.

ಜ್ಯೋತಿ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್

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

ಸಾರ್ವಜನಿಕರು

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

ವಿನಂತಿ

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

ಸಾಧಕರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸ್ವರ್ಣಲತಾ

ಕಳೆದ ಎಂಟು ತಿಂಗಳುಗಳಿಂದ ನಾನು ವಿಪರೀತವಾದ ಕೆಮ್ಮು, ಮೈಕ್ಕೆ ನೋವು ಮತ್ತು ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದೆ. ಫೆಬ್ರವರಿ 11 ರಂದು ನಿದ್ರೆ ಮಾಡಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಎದೆಯ ಮೇಲೆ ಕೈ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು "ಓಂ ಮಣಿ ಪದ್ಮೇಹಂ" ಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ನಂತರ ನಾನು ನಿದ್ರೆಗೆ ಜಾರಿದೆ. ನನ್ನ ಸುತ್ತಲೂ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಒಡಾಡುತ್ತಿರುವಂತೆ ನನಗೆ ಅನಿಸಿತು. ಸುಮಾರು ಹತ್ತು ಋಷಿಗಳು ನಡೆದಾಡುತ್ತಾ ಆಕಾಶದ ಕಡೆಗೆ ನೋಡುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ನೋಡಿದೆ. ನನ್ನ ಕೊಠಡಿ ಶ್ರೀ ಗಂಧದ ಪರಿಮಳದಿಂದ ತುಂಬಿತ್ತು. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರವಾದಾಗ, ಅಚ್ಚರಿ ಎಂಬಂತೆ ಮೈಕ್ಕೆ ನೋವು, ಕೆಮ್ಮು ಮತ್ತು ಉಸಿರಾಟದ ಸಮಸ್ಯೆ ಎಲ್ಲವೂ ಮಾಯವಾಗಿದ್ದವು! ಅನೇಕ ತಿಂಗಳುಗಳ ನಂತರ ನಾನು ಒಳ್ಳೆಯ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡಿದೆ. ನನಗೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಾದಾಗಲೆಲ್ಲ, ಅದರಿಂದ ಪಾರಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತೇನೆ. ಇದು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ! ಮಾನಸ ಸಂಸ್ಥೆಗೆ, ಮಾಸ್ತರುಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರಿಗೆ ನಾನು ಕೃತಜ್ಞನಾಗಿದ್ದೇನೆ.

- ಶಶಿಕುಮಾರ್ ಕೆ.ಪಿ.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನಾನು ಒಂದು ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಆಪರೇಷನ್ ಥೇಟರ್ ಒಳಗೆ ಹೋದಾಗ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲವೂ ಸುಸೂತ್ರವಾಗಿ ಸಾಗಲೆಂದು ದೇವರು ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದೆ. ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮುಗಿದ ನಂತರ ನಾನು ಕನಸು ಕಾಣುತ್ತಿರುವಂತೆ ಅನಿಸಿತು ಹಾಗೂ ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೇರೊಂದು ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಇದ್ದ ಹಾಗೆ ಭಾಸವಾಯಿತು. ದೇವರ ದಯೆಯಿಂದ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಯಶಸ್ವಿಯಾಯಿತು. ದೇವರಿಗೆ, ಬೆಳಕಿಗೆ ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

- ಗಣೀಮಾ ಶರ್ಮ

ನನ್ನ ಅಂತರ್ಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಕಿವಿಗೊಡಲು ಈಗ ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಕೆಲವು ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಯಾವುದೇ ಆಕ್ಷೇಪಣೆಗಳಿಲ್ಲ; ನನ್ನ ಮನೆಯ ವಾತಾವರಣ ಬಹಳ ಸುಂದರವಾಗಿದೆ.

- ಆರ್ ದೀಪ್ತಿ

ಜಯಂತ್ ಸರ್ ತಿಳಿಸಿದಂತೆ ನಾನು ಮೂರನೆಯ ಶಂಬಲ ನಿಯಮವನ್ನು ನಿಯತವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಶುರುಮಾಡಿದೆ. ಆಶ್ಚರ್ಯವೆನಿಸುವಂತೆ ನನ್ನ ಸ್ವಭಾವದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರ ಬಗ್ಗೆ ನನಗಿದ್ದ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿದೆ. ಬೇರೆಯವರ ಬಗ್ಗೆ ಮೊದಲಿಗಿಂತ ಈಗ ಹೆಚ್ಚು ಸಹಾನುಭೂತಿಯುಳ್ಳವನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಈಗ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿತ್ತಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿ ಸಂತೋಷವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಕಠಿಣಕರ ಸನ್ನಿವೇಶ ಎದುರಾದಾಗ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತೇನೆ. ಯಾರ ಬಗ್ಗೆಯಾದರೂ ನಾನು

ಕೆಟ್ಟದಾಗಿ ಯೋಚನೆ ಮಾಡಿದರೆ, ದೈವೀ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇನೆ ಹಾಗೂ ಆತ್ಮದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಕ್ಷಮೆ ಯಾಚಿಸುತ್ತೇನೆ. ತದನಂತರ ನಾನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶಾಂತನಾಗುತ್ತೇನೆ.

- ಸಚಿನ್.ಕೆ.ಎನ್

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನಾನು ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ನೆನದಾಗ, ಒಂದು ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಬೆಳಕಿನ ಗೋಲದಲ್ಲಿ ಅವರ ರೂಪವನ್ನು ನೋಡಿದೆ. ಆ ದಿನ ನನ್ನ ಧ್ಯಾನ ಅತ್ಯಂತ ಶಾಂತವಾಗಿತ್ತು.

- ಆಶಾ ಪಿರ್ಲಾಕ್

ಕಳೆದ ವಾರ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತೆ. ಗುರೂಜಿ, ಋಷಿಗಳು ಹಾಗೂ ಬೆಳಕಿನ ದಯೆಯಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಧ್ಯಾನಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ಎಲ್ಲವೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಈಗ ನನಗೆ ಅರಿವಾಯಿತು.

- ಸತ್ವಜಯ್ ತೋಕಲ್

ಫೆಬ್ರವರಿ 4ರ ತರಗತಿಯ ವೆಬ್‌ಕಾನ್ಫೆನ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ, ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ಸರ್‌ರವರು ಮಾತನಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ಅವರ ಹಣೆಯ ಮಧ್ಯಭಾಗದಲ್ಲಿ, ಆಚ್ಚಾ ಚಕ್ರದ ಹತ್ತಿರ ಒಬ್ಬ ಋಷಿಯು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಂತೆ ಕುಳಿತಿರುವುದನ್ನು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿ ನೋಡಿದೆ. ಇದು ನನ್ನ ಭ್ರಮೆ ಇರಬಹುದೇನೋ ಎಂದುಕೊಂಡು ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪಕಾಲ ಮುಚ್ಚಿ ಮತ್ತೆ ಕಣ್ಣೆರೆದೆ. ಕುಳಿತು ಧ್ಯಾನಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಋಷಿಯ ಆಕೃತಿ ಅದೇ ಜಾಗದಲ್ಲಿತ್ತು! ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು.

- ನಸೀನ್ ಬೇಗಂ

ಮಾರ್ಚ್ ಹನ್ನೊಂದರ ವೆಬ್‌ಕಾನ್ಫೆನ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನಾನು ತಪೋನಗರದ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರದಲ್ಲಿದ್ದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ನನ್ನ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರಿದ್ದರು. ನಾನು ಭಗವಾನ್ ಕಲ್ಪಿಯವರನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಯಿತು. ಅವರು ನನಗೆ ಕೆಲವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದರು ನಂತರ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಜೊತೆಯೂ ಮಾತನಾಡಿದರು. ನನ್ನನ್ನು ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಿರುವುದಕ್ಕೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು. ಇದು ನನ್ನ ಜೀವನದ ಅತ್ಯಂತ ಸುಂದರವಾದ ಭಾಗವಾಗಿದೆ.

- ನಂದಿತಾ ವಿಜಯನ್

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಮೇಲೆ, ಸುಲಭವಾಗಿ ಭಂಗಗೊಳಿಸಲಸಾಧ್ಯವಾದ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಪ್ರಶಾಂತತೆಯ ಅನುಭವವಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಅರಿವಿನ ಮಟ್ಟ ಸಾಕಷ್ಟು ಮೇಲೇರಿದೆ. ಆಲೋಚನೆಗಳು ನನ್ನ ಮೇಲಿನ ಬಲವಾದ ಹತೋಟಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಕೇವಲ ವೀಕ್ಷಕ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೋಡುವುದರಿಂದ ಅವುಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಲು ಸುಲಭಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

- ರಾಜೇಂದ್ರ ರಂಗೇಕರ್

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

ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ, ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560 077. ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦) ಪರವಾಗಿ.

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

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

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