ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂಪುಟ 16 ಸಂಚಿಕೆ 12 ಡಿಸೆಂಬರ್ 2019 ರೂ.25

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಡಿಸೆಂಬರ್ 1992ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಶುಭಾಶಯಗಳು.

ಹೊಸ ವರ್ಷದ ತೆರೆದ ಬಾಹುಗಳತ್ತ ನಾನು ಕುಳಿತು ದಿಟ್ಟಿಸಿ ನೋಡಿದಾಗ, ಕಳೆದ ವರ್ಷದ ಹೋರಾಟಗಳು, ಸಾಧನೆಗಳು, ವೈಫಲ್ಯಗಳು ನನ್ನ ಗಮನ ಸೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ಜಾಗತಿಕವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಹಿಂಸಾಚಾರ, ನಗ್ನ ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ ಮತ್ತು ದುರಾಸೆಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಹೋದ ವರ್ಷ ಆಧ್ಯಾತ್ಮ ಜಾಗೃತಿಯ ಉಲ್ಲಾಸಗೊಳಿಸುವ ಅಂತಃಪ್ರವಾಹವಿತ್ತು. ಕಿರಿಯರು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಿದರು, ಜೀವನ ಮತ್ತು ಸೃಷ್ಟಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರು. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅನೇಕರು ಉನ್ನತ ವಾಸ್ತವಗಳನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಅಂತರಂಗದ ಆಳದಲ್ಲಿ ಅರಸಿ ಅನುಭವಿಲೆಂದು ತಮ್ಮನ್ನು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡರು. ಪತ್ರಿಕೆಗಳು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಬೊಬ್ಬೆಯಿಡದಿರಬಹುದು, ಇತರ ಮಾಧ್ಯಮಗಳು ಉದ್ರೇಕಕಾರೀ ಸುದ್ದಿಗಳಲ್ಲಿ ನಿರತವಾಗಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ನನಗೆ ಜಗತ್ತಿನೆಲ್ಲೆಡೆಯಿಂದ ಬರುವ ಪತ್ರಗಳು ಈ ಅಂತರಂಗದೆಡೆಗಿನ ಪಯಣವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ. ಅದು ನನಗೆ ನಾಳೆಯ ಭರವಸೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಒಂದಲ್ಲಾ ಒಂದು ದಿನ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿಯ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾಗುತ್ತದೆ; ಪ್ರೇಮ, ಸಾಮರಸ್ಯ ಹಾಗೂ ಸಮೃದ್ಧಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಹರಡುತ್ತದೆ.

ಒಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತಂಡವಾಗಿ ನಾವು ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ನನ್ನ ಕೆಲವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಉನ್ನತ ಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಲು ಸಮರ್ಥರಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ದೊಡ್ಡ ಆಯಾಮಗಳ ಪ್ರೇಮವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಮರ್ಥರಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಅನೇಕರು ಬೆಳೆಯಲು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಜನರಲ್ಲಿ ಜಾಗೃತಿ ಉಂಟಾಗಿದೆ.

ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಸುಂದರ ಕ್ಷಣಗಳಿದ್ದರೂ, ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ನಿಕಟ ಸಂಪರ್ಕವಿದ್ದರೂ ನಾನು ಅನೇಕ ಅಮೂಲ್ಯ ಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ವ್ಯರ್ಥಮಾಡಿರುವೆನೆಂಬ ಭಾವನೆ ಬರುತ್ತದೆ. ನಾನಿನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಹುದಿತ್ತು, ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಸಮಾಧಿ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕಳೆಯಬಹುದಿತ್ತು, ಕೆಲವೊಂದು ಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಇನ್ನೂ ಉತ್ತಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸಬಹುದಿತ್ತು. ಆದರೆ ನನಗೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಬೇಸರವಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಎಲ್ಲ ಕ್ಷಣಗಳೂ ಮುಂದೆ ನಡೆಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಏನೋ ಒಂದನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ಷಣದಲ್ಲೂ ಅದರದೇ ಆದ ಪಾಠಗಳಿರುತ್ತವೆ; ಅದರದೇ ಆದ ಘನತೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ನಾನು ಹಂತ ಹಂತವಾಗಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ನೋವು ನಲಿವುಗಳನ್ನು ಜಯಾಪಜಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸಾಧನೆ ಹಾಗೂ ನಿರಾಶೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತ ಜೀವನದ ಹರಿವಿನೊಂದಿಗೆ ಚಲಿಸುವುದು ಎಷ್ಟು ಮುಖ್ಯ ಎಂದು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಜೀವನ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಬೋಧಕ. ಅದು ಸಾವಿರ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಕಲಿಸದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತದೆ. ಗುಹೆಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಅರಣ್ಯಗಳಿಗೆ ಪಲಾಯನ ಮಾಡುವುದು ಸುಲಭ. ಯೋಗಿಯು ಎಲ್ಲ ಕಾಲಕ್ಕೂ ಯಾವುದರಿಂದಲೂ ಪ್ರಭಾವಿತನಾಗದೆ ಬಾಳುತ್ತಾನೆ. ಅಂಥ ವಿಚಾರಗಳು ಬಂದಾಗ, ನನಗೆ ಅಮರರವರ ಜೀವನ ನೆನಪಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ಎಲ್ಲವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿಯೂ ವಿರಕ್ತನಂತೆ ಇದ್ದರು. ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಆಡಿದರು, ಭಗವಂತನೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿದರು.■

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.

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)

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

✆ 99000 75280 (ಬೆಳಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5)

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

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳು

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರ

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ತರಗತಿ – ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 11

ರೆಗ್ಯುಲರ್ ತರಗತಿ – ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮದ್ಯಾಹ್ನ 1

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

ಶನಿವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)
ಇಂಡಿಯನ್ ಹೆರಿಟೇಜ್ ಅಕಾಡೆಮಿ
6ನೆಯ ಬ್ಲಾಕ್, ಕೋರಮಂಗಲ
(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 ಚಂದಾದೊಂದಿಗೆ ಅವರ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ವಿಳಾಸವನ್ನು ನಮಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ.

ಕೆಲವು ತಪೋನಗರಿಗರು ಪೈಠಣ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಸಂತ ಏಕ್‌ನಾಥ್‌ರ ಮನೆಗೆ ಮತ್ತು ಅವರು ತಪಸ್ಸು ಮಾಡಿದ ಶುಲಿ ಭಂಜನ್ ಬೆಟ್ಟಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದರು.

ಸುದ್ಧಿ–ಸೂಚನೆಗಳು

- ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ದಿನವನ್ನು 23–11–2019 ರಂದು ಆನೇಕಲ್ಲಿನ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು 24–11–2019 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.
- ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ, "Thus Spoke Guruji Krishnananda – Vol 4" ಪುಸ್ತಕ ಮತ್ತು 2020ನೇ ವರ್ಷದ ಮಾನಸ ಡೆಸ್ಕ್–ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್ ಅನ್ನು 24–11–2019 ರಂದು ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಅವುಗಳನ್ನು ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ಖರೀದಿಸಬಹುದು.
- 12–01–2020ರಂದು ಹೊಸ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಚಕ್ರ ಚಾಲನೆಯ ಹಂತದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ಅನ್ನು ಸೇರಬಹುದು. ಹೊಸ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ಗೆ ಸೇರಲು ಬಯಸುವವರು 31–12–2019ರ ಒಳಗೆ ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ದೂರಕಲಿಕೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕೂಡ ಸೇರಬಹುದು. ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ಸದಸ್ಯರಾಗಿರುವವರು ಕೂಡ 31–12–2019ರ ಒಳಗೆ ತಮ್ಮ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ಸದಸ್ಯತ್ವವನ್ನು ನವೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

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

ಭಾನುವಾರದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ನೇರ ಪ್ರಸಾರವು ವೆಬ್‌ನಲ್ಲಿ ಮೆಂಬರ್‌ಗಳಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಇದರ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಇ–ಮೇಲ್ ಮುಖಾಂತರ ಮಾನಸ ಆಫೀಸ್‌ಅನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

04	ಬುಧ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
06	ಶುಕ್ರ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
10	ಮಂಗಳ	ಶಿವ ದೀಪ
12	ಗುರು	ವಿಷ್ಣು ದೀಪ ಪೂರ್ಣಿಮಾ
16	ಸೋಮ	ಶೂನ್ಯ ಮಾಸ ಆರಂಭ
19	ಗುರು	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
24	ಮಂಗಳ	ಕ್ರಿಸ್ಮಸ್ ಈವ್ ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
25	ಬುಧ	ಕ್ರಿಸ್ಮಸ್
26	ಗುರು	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ಸೂರ್ಯ ಗ್ರಹಣ: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7:59ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1:35
29	ಭಾನು	ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು :	ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ 12 ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1
25–12–2019	ಕ್ರಿಸ್ಮಸ್ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1
29–12–2019	ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ (ಸಮೂಹ ಧ್ಯಾನ): ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 6

ಡಿಸೆಂಬರ್ 26ರಂದು, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7:59 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1:35 ರವರೆಗೆ ಸೂರ್ಯ ಗ್ರಹಣವಿದೆ. ದಯವಿಟ್ಟು ಗ್ರಹಣದ ಪೂರ್ತಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ.

ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ

29–12–2019 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 6 ರವರೆಗೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು, 27–12–2019ರಂದು ಅಥವ ಅದಕ್ಕೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ, ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಸಮಯದೊಂದಿಗೆ ಮಾನಸ ಅಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ನೊಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಪೈಠಣ್ ಯಾತ್ರೆ

ಶೋಭ ಕೆ ರಾವ್; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ತಪೋನಗರದ ನಿವಾಸಿಗಳು, ಪೈಠಣ್ ಯಾತ್ರೆಯನ್ನು ಅತ್ಯಾಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಎದುರು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಅಕ್ಟೋಬರ್ 1ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 2.45 ಗಂಟೆಗೆ ನಾವು ಪುಣೆಯನ್ನು ತಲುಪಿದೆವು. ಮತ್ತು, ಪುಣೆ ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣದಿಂದ ಮೊದಲೇ ಕಾಯ್ದಿರಿಸಿದ್ದ ಬಸ್ಸನ್ನು ನಾವು ಕೂಡಲೆ ಹತ್ತಿದೆವು. ಬೆಳಗ್ಗೆ, ರುಚಿಕರವಾದ ಉಪಹಾರದ ನಂತರ, ನಾವು ಪೈಠಣ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಏಕ್‌ನಾಥ್ ಮಹಾರಾಜರ ಮನೆಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸಿದೆವು.

ಏಕ್‌ನಾಥ್‌ಜಿಯವರ ಪುರಾತನ ಮನೆಯ ಮಧ್ಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ತೆರೆದ ಪ್ರದೇಶವಿದೆ, ಬಾಲ್ಕನಿಯ ಸುತ್ತಲೂ ಮರದ ರೈಲಿಂಗ್ ಇದೆ, ಅದು ಆಗಿನ ಕಾಲದ ಮಾದರಿಯಾಗಿತ್ತು. ಮನೆಯೊಳಗೆ ಒಂದು ಬದಿಯಲ್ಲಿ 'ವಿಜಯಿ ಪಾಂಡುರಂಗ' ಅಥವ ಕೃಷ್ಣನ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ದೇವಾಲಯವಿದೆ. ಏಕ್‌ನಾಥ್‌ಜೀಯವರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಒಬ್ಬ ಚಿಕ್ಕ ಬಾಲಕನಾಗಿ ವಾಸವಾಗಿದ್ದು 12 ವರ್ಷ ಅವರ ಸೇವೆ ಮಾಡಿದನೆಂದು ನಂಬುತ್ತಾರೆ! ಸಂತ್ ಏಕ್‌ನಾಥ್‌ರವರಿಗೆ ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಜೊತೆಗಿದ್ದ ಸಂಬಂಧ ಅಷ್ಟೊಂದು ಹತ್ತಿರವಾದದ್ದು ಹಾಗೂ ಮನಸ್ಪರ್ಶಿಸುವಂಥದ್ದು! ಆ ಬಾಲಕನು ನೀರು ತುಂಬಿಸುತ್ತಿದ್ದ ನೀರಿನ ತೊಟ್ಟಿಯನ್ನು ಈಗಲೂ ನೋಡಬಹುದು! ಏಕ್‌ನಾಥ್ ಮಹಾರಾಜರ ಚೈತನ್ಯಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಆಶೀರ್ವಾದವನ್ನು ನಾವು ಪಡೆದಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು. ಏಕ್‌ನಾಥ್‌ಜೀಯವರ 14ನೇ ತಲೆಮಾರಿನ ವಂಶಸ್ಥರೊಬ್ಬರು ನಮ್ಮ ಜೊತೆಸೇರಿ, ಮರಾಠಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತಿದ್ದರು.

'ನಾಗೇಶ್ವರ್ ಘಾಟ್'ನಲ್ಲಿ, ಕೆಳಗಡೆ, ಪ್ರಶಾಂತವೂ ಸುಂದರವೂ ಆದ ಗೋದಾವರಿ ನದಿ ಹರಿಯುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಬಹುದು. ಈ ಜಾಗದಲ್ಲೇ ಜ್ಞಾನೇಶ್ವರ್ ಮಹಾರಾಜರು ಕೋಣವೊಂದರಿಂದ ವೇದ ಪಠಣ ಮಾಡಿಸಿದ್ದು! ನಾವು ಭೇಟಿಮಾಡಿದ ಎಲ್ಲಾ ಜಾಗಗಳೂ ತಾಜಾತನದಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು, ಸೊಂಪಾಗಿ ಹಸಿರಿನಿಂದ ಕೂಡಿ ತುಂಬಾ ಮನೋಹರವಾಗಿದ್ದು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತಣಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಊಟದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಏಕ್‌ನಾಥ್ ಮಹಾರಾಜರ ಸಮಾಧಿ ಮಂದಿರವನ್ನು ತಲುಪಿದೆವು. ಭಾರತದ ಎಲ್ಲ ಕಡೆಗಳಿಂದ ಬಂದ ತೀರ್ಥಯಾತ್ರಿಗಳಿಂದ ಆ ಸ್ಥಳವು ತುಂಬಿ ತುಳುಕುತ್ತಿತ್ತು. ನಾವು ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಗೌರವವನ್ನು ಸಂತರಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿದೆವು. ನಮಗೆ ರುಚಿಕರವಾದ 'ಪ್ರಸಾದ್ ಭೋಜನ್' ಬಡಿಸಿದರು. ನಾವು ಸಂತ್ ಜ್ಞಾನೇಶ್ವರ್ ಹುಟ್ಟಿದ ಜಾಗವಾದ 'ಅಪೇಗಾವ್'ಗೆ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ತೆರಳಿದೆವು. ಎಲ್ಲ ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದ ಸಂತರ ಸ್ಥಳಗಳಂತೆಯೇ ಇದು ಕೂಡಾ ಸರಳವಾಗಿದ್ದು ಶಾಂತತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿತ್ತು. ಮಾರನೆಯ ದಿನ ನಾವು 'ಶುಲಿ ಭಂಜನ್' ತಲುಪಿದೆವು. ಆ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಏಕ್‌ನಾಥ್ ಮಹಾರಾಜ್‌ರವರು ಒಂದು ಕಲ್ಲಿನ ಮೇಲೆ ಅನೇಕ ವರ್ಷ ತಪಸ್ಸನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದರು, ಆ ಕಲ್ಲಿನ ಸುತ್ತಲೂ ಬೇಲಿಹಾಕಿ ಅದನ್ನು ಈಗಲೂ ಸಂರಕ್ಷಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಜಾಗವು ಎತ್ತರದಲ್ಲಿ ಇದ್ದಿದ್ದರಿಂದ ಕೆಳಗೆ ಭವ್ಯವಾದ ಹಸಿರು ಕಣಿವೆ ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು ಮತ್ತು ಏಕ್‌ನಾಥ್‌ಜೀಯವರ ಗುರುಗಳಾದ ಜನಾರ್ಧನ ಮಹಾರಾಜ್‌ರವರು ವಾಸಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ 'ದೇವಗಿರಿ ಬೆಟ್ಟ' ಕೂಡ ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಸುಲಿ ಭಂಜನ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ದತ್ತಾತ್ರೇಯ ದೇವರ ಮಂದಿರವಿದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದೆವು, ದಿವ್ಯ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದೆವು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಮೇಲೇರಿದಂತೆನಿಸಿತು.

ಆಳಂದಿಯಲ್ಲಿ, ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾದ ಸಂತ್ ಜ್ಞಾನೇಶ್ವರ್‌ರವರ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆವು, ಅವರ ಸಮಾಧಿ ಮಂದಿರವು ಸಿದ್ದೇಶ್ವರ ದೇವಾಲಯದ ಕೆಳಗೆ ಇದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದೆವು, ಆ ಸೆಷನ್ ತುಂಬಾ ಆಳವಾಗಿ ಮತ್ತು ತೀವ್ರವಾಗಿತ್ತು!

ಇಂತಹ ಸುಂದರವಾದ ಮತ್ತು ಪವಿತ್ರವಾದ ಯಾತ್ರೆ ನಮ್ಮ ಮೂವರು ಧ್ಯಾನಿಗಳ ಪರಿಶ್ರಮದಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು, ಅದರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಪುಣೆಯವರು. ಅವರು ತುಂಬಾ ಧಾರಾಳತನದಿಂದ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಹೋಗಿ, ಕೆಲವು ಜಾಗಗಳನ್ನು ನೋಡಿ ಊಟ, ವಸತಿ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಎಲ್ಲಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದರು. ನಮ್ಮ ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ನಾವೆಲ್ಲ 'ಏಕತೆ'ಯ ಭಾವನೆಯನ್ನು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಅನುಭವಿಸಿದೆವು. ಧ್ಯಾನವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತಂದಿದೆ! ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದ ಸಂತರುಗಳು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಿರುತ್ತಾರೆ, ಇನ್ನೂ ಅಧಿಕವಾಗಿ! ನಾವು ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಅವರ ಆಶೀರ್ವಾದಗಳಿಂದ ಸಮೃದ್ಧಗೊಂಡು ಮನೆಗೆ ಮರಳಿ ಬಂದೆವು.■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್
ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

ಇದು, ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಬೆಳಕು, ಶಾಂತಿ ತುಂಬಿರುವ ಒಂದು ಸುಂದರ ಪ್ರದೇಶವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಆತ್ಮಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಒಂದು ಸಂಚಲನ. ಭಾಷಣಗಳು, ಬಾವುಟಗಳಿಲ್ಲದ, ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರಷ್ಟೇ ಸಾಕಾಗುವ ಒಂದು ಸಂಚಲನ. ಪದಗಳು ಮಾಡಲಾಗದ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಬೆಳಕೇ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡಿದಾಗ, ಅದು ಬೇರೆಯವರ ಹೃದಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಮನೆಗಳನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ಕತ್ತಲನ್ನು ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಪಂಚವೂ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಇದು ಭೌತಿಕ ಬೆಳಕಲ್ಲ, ಆದರೆ ಇದು, ಯಾವುದರಿಂದ ಇಡೀ ಸೃಷ್ಟಿ ಬಂದಿದೆಯೋ ಆ ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಬೆಳಕು. ಈ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ಇದೆ – ಶಕ್ತಿ, ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯ. ಈ ಬೆಳಕು ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಇದೆ.

ನಾವು ಪ್ರತಿದಿನ ಎದ್ದಾಗ ಮತ್ತು ಮಲಗುವಾಗ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಈ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ಹರಡೋಣ. ಹರಡಿ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ತರೋಣ.

ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರವೊಂದನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ನಂತರ ಈ ಸಾಗರದಿಂದ ಬೆಳಕಿನ ದಪ್ಪ ಕಿರಣವೊಂದು ಕೆಳಬಂದಂತೆ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಈ ಬೆಳಕು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತುಂಬುತ್ತಿದೆಯೆಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಒಂದು ನಿಮಿಷ ಈ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ನಂತರ ಈ ಬೆಳಕು ನಿಮ್ಮ ದೇಹದಿಂದ ಹೊರಬಂದು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಸುತ್ತಲೂ ಹರಡುತ್ತಾ, ನಿಮ್ಮ ಮನೆ, ಪ್ರದೇಶ, ದೇಶ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ತುಂಬುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

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

ಈ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹರಡಿ.

www.lightchannels.comಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ.

ಶಂಬಲದ ನಿಯಮಗಳು

ಈ ಏಳು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಶಂಬಲದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುವ ಜನರು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಶಾಂತಿ–ಪೂರ್ಣತೆಗಳಿಂದ, ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಬಾರದೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಯೌವನದಲ್ಲಿಯೇ ಬದುಕುತ್ತಾರೆ.

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, ನಂತರ ಅವುಗಳನ್ನು ಪಿಸುಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಹೇಳಿ ಅನಂತರ ಕಾರ್ಯಗತ ಮಾಡುವುದು.
5. ಯಾವುದೇ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಮೊದಲು, ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಮಾತನಾಡದೆ ಗುಟ್ಟಾಗಿಡುವುದು.
6. ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ಗೆಲ್ಲಲು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಗಳನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುವುದು.
7. ನಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಲೌಕಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವೇ ನಮ್ಮ ತೃಪ್ತಿಯ ರೇಖೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನಕೊಡುವುದು.

ಗುರೂಜಿಯವರ ನುಡಿಗಳು

ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾಷಣಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು
ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

ಮಾರ್ಚ್ 2006 (ಮುಂದುವರಿದ ಭಾಗ)

ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಹುಸಿತನಗಳನ್ನು ನಾವು ಬಿಡಬೇಕು. ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ನಮ್ಮದೇ ಆದ ವಿಶೇಷತೆಯನ್ನೂ ಮತ್ತು ಹುಸಿತನವನ್ನೂ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ನಾವು ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಏನು ಆಗಿಲ್ಲವೋ ಅದನ್ನು ಬಿಂಬಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಅದರಂತೆ ಆಗಲು ಬೆಳೆಯುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕೇ ಹೊರತು ಬಿಂಬಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬಾರದು. ನಾವು ನಮಗಾಗಿಯೇ ಬದುಕೋಣ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ದೌರ್ಬಲ್ಯವಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಡುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಬೇಡ. ನಾವು ದೌರ್ಬಲ್ಯವನ್ನು ಮೀರಬೇಕು. ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಮೆರಗುಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ತೋರಿಸಬಾರದು. ಹಾಗೇನಾದರೂ ಮಾಡಿದರೆ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಹುಸಿತನವನ್ನೇ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ.

ಉತ್ಪ್ರೇಕ್ಷೆ ಮಾಡುವುದು ಕೂಡ ಹುಸಿತನದ ಒಂದು ಭಾಗವೇ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಜ್ಞಾನದ ಬಗ್ಗೆ, ಋಷಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ, ಈ ಮಾರ್ಗದ ಬಗ್ಗೆ ಉತ್ಪ್ರೇಕ್ಷೆ ಮಾಡುವುದು ಬೇಡ. ನಮಗೇನು ತಿಳಿದಿದೆಯೋ, ನಮಗೇನು ಅನುಭವವಾಗಿದೆಯೋ, ನಾವು ಏನನ್ನು ನಂಬಿದ್ದೇವೆಯೋ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರ ಮಾತನಾಡೋಣ. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವುದು ಬೇಡ. ಇಲ್ಲಿಗೆ ಜನರನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ನಮ್ಮ ಗುರು ಪವಾಡಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದು ಬೇಡ. ಪವಾಡಗಳಾಗುವುದು ನಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ, ನಮ್ಮ ಶಕ್ತಿಯಿಂದಲೇ ಹೊರತು ಅದನ್ನು ಬೇರೆ ಯಾರೋ ಮಾಡುವುದರಿಂದಾಗಿ ಅಲ್ಲ. ನಮಗಿರುವ ದೇವರ ಮೇಲಿನ ನಂಬಿಕೆಯಿಂದಾಗಿ ನಾವು ಅಂತಹ ಅದ್ಭುತ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಋಷಿಗಳು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದಾಗಿ ಸೋಗು ಹಾಕುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸೋಣ ಮತ್ತು ನಾವು ಹೇಗಿದ್ದೇವೆಯೋ ಹಾಗೆಯೇ ಇರೋಣ. ಹುಸಿತನ, ನಾವು ಮುಂದೆ ಹೋಗದಂತೆ ತಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಗುರುವಿನೊಂದಿಗಿನ ಸಂಪರ್ಕ ಅತಿಮುಖ್ಯ. ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಅದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು ಆದರೆ ಸಂಪರ್ಕದ ಅರಿವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರಲಿ. ನನ್ನ ಸಲಹೆಯೆಂದರೆ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ಇದೆ ಎಂದು ನಾವು ಅಂದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಈ ಬೆಳಕಿನ ಇರುವಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅರಿವಿರಲಿ. ಈ ಬೆಳಕು ದೇವರೇ ಆಗಿದೆ. ಇದರ ಅರಿವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ, ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸುವುದು ಅತಿ ಸುಲಭ. ನಾವು ಅವನೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಬಹುದು; ಅವನನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಈ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

‘ಮಹಾವತಾರ’ ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಶ್ನೆಯೊಂದಿತ್ತು. ಇದನ್ನು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿದ್ದೇನೆ; ಆದರೂ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಹೇಳುತ್ತಿರುವ ಈ ‘ಮಹಾವತಾರ’ ಮಹಾವಿಷ್ಣುವಿನ 11ನೇ ಅವತಾರವಲ್ಲ. ಕಲ್ಕಿ ಅವತಾರವಲ್ಲ. ಇದು 51,000 ವರ್ಷಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಕೆಳ ಬರುವ ಅತ್ಯಂತ ವಿಶೇಷವಾದ ಅವತಾರ. ಸತ್ಯಯುಗ ಪ್ರಾರಂಭವಾದಾಗಲೆಲ್ಲ ಮಹಾವತಾರರ ಆಗಮನವಾಗುತ್ತದೆ. ಮಹಾವಿಷ್ಣು ಅಥವ ಭಗವಾನ್ ಶಿವ, ಇವರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರ ಅಂಶ ಮಹಾವತಾರ ಅವರಾಗಿ ಕೆಳಬರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಕಾಲಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಮಹಾವಿಷ್ಣು ಕೆಳಬಂದರೆ ಮುಂದಿನ ಕಾಲಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಭಗವಾನ್ ಶಿವ ಕೆಳಬರುತ್ತಾರೆ. ಕಳೆದ ಕಾಲಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಮಹಾವತಾರ ಆಗಿ ಭಗವಾನ್ ಶಿವ ಕೆಳಬಂದಿದ್ದರು. ಈ ಬಾರಿ ಮಹಾವಿಷ್ಣು ಈಗಾಗಲೇ ಮಹಾವತಾರರಾಗಿ ಕೆಳಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಸತ್ಯಯುಗವನ್ನು ತರಲು ಮಹಾವತಾರರ ದೇಹದಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವ ತರಂಗಗಳೇ ಸಾಕು. ಅವರು ಈಗಾಗಲೇ ಜನ್ಮ ತಳೆದಿದ್ದರೂ ಅವರಿನ್ನೂ ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿಲ್ಲ. ಅವರು ಎಲ್ಲಿದ್ದಾರೆಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅದು ಋಷಿಗಳಿಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಈ ಅವತಾರವನ್ನು ಕೆಳತರಲು ಋಷಿಗಳು ಬಹಳ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಳಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಉತ್ತುಂಗಕ್ಕೇರಿದಾಗ ಬಹಳ ಗೊಂದಲಗಳಿರುತ್ತವೆ, ಬಹಳ ವಿನಾಶಗಳಿರುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ಕೆಲವು ಜನರಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರತೆಯೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಸತ್ಯಯುಗವನ್ನು ತಲುಪಿದವರ ಮೇಲೆ ಈ ಪ್ರಳಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಕಲ್ಲಿನಂತೆಯೇ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಉಳಿಯುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಹಿಮಾಲಯದಂತೆ ನಿಲ್ಲುತ್ತಾರೆ. ಮುಂದಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ನೀವಿದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಮಹಾನ್ ಪ್ರಬುದ್ಧತೆಯ ಜನರನ್ನು ಮತ್ತು ಅತೀವ ಗೊಂದಲದಲ್ಲಿರುವ ಜನರನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ; ಇವೆರಡನ್ನೂ ನಾವು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರಳಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಲೇ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಕಾಲದ ಮಿತಿಯಿದೆ. ಅವು ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುವ ಕಾಲ ಬಂದಾಗ, ಈ ಭೂಮಿಯ ಆಡಳಿತವನ್ನು ಮಹಾವತಾರ ವಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಪ್ರಜೆಗೂ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಸತ್ಯ ಯುಗ ಪೂರ್ತಿ ಅವರು ಬಾಲಕರಾಗಿಯೇ ಬದುಕುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತಾರೆ. ಯಾರಾದರೊಬ್ಬರು ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿದರೆ ಸಾಕು ಅವರು ಅವರ ಬಳಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ. ಜನರು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಏನನ್ನು ಬೇಕಾದರೂ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅಮರರವರು ನಮಗೆ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು, “ಜನರು ಮತ್ತೊಂದು ಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು ಬಯಸಿದರೆ, ಅವರು ಅವರನ್ನು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತಾರೆ.” ಸತ್ಯಯುಗದಲ್ಲಿನ ಜನರು ಯಾವಾಗಲೂ ಉನ್ನತವಾದುವುಗಳನ್ನೇ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ, ಸಣ್ಣ ವಿಷಯಗಳನ್ನಲ್ಲ. ಉನ್ನತ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಮಹಾವತಾರ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ 20,000 ವರ್ಷಗಳು ಇರುತ್ತಾರೆ. ಈ ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಯು 15000 ವರ್ಷಗಳಷ್ಟು ಅವಧಿಯ ತ್ರೇತಾಯುಗವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಾಗ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಕುಸಿಯುತ್ತವೆ. 15000 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಮಹಾವತಾರರು 24–30 ವರ್ಷದ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಸತ್ಯಯುಗದಲ್ಲಿನಂತೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ, ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಲು ನಾವು ಅವರನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕು. ಮುಂದೆ 10,000 ವರ್ಷಗಳ ಅವಧಿಯ ದ್ವಾಪರ ಯುಗದಲ್ಲಿ, ಎಲ್ಲರೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಭೇಟಿಮಾಡಲಾರದಂತಹ ಸ್ಥಳವೊಂದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತಾರೆ. ಕಳೆದ ಬಾರಿಯೂ ಹೀಗೆಯೇ ಆಯಿತು; ಭಗವಾನ್ ಶಿವ ಕೈಲಾಸ ಪರ್ವತದಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿದರು. ನನ್ನ ಗುರು ಹೇಳಿದ್ದರು, “ಕೈಲಾಸ ಪರ್ವತ ಈಗ ಇರುವಂತೆ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಅದು ವಾಸಮಾಡಲು ಯೋಗ್ಯವಾಗಿತ್ತು. ಭಗವಾನ್ ಶಿವನು ಅಲ್ಲಿಯೇ ವಾಸಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ, ಅವನಲ್ಲಿಗೆ ಜನರು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರು.” ಮೌಲ್ಯಗಳು ಕುಸಿದಿದ್ದ ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ಅವರನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ಆಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಕಲಿಯುಗ ಪ್ರಾರಂಭವಾದಾಗ ಅವರು ದೇಹ ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. 5000 ವರ್ಷಗಳ ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಮಹಾವತಾರ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಹಾವತಾರರು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಈಗ ಇದ್ದಾರೆ ಎನ್ನುವುದು ಬಹುದೊಡ್ಡ ಸಮಾಚಾರ ಮತ್ತು ಬಹುದೊಡ್ಡ ಆಶಾಕಿರಣ. ಯಾರು ಬೇಕಾದರೂ ಅವರನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬಹುದು; ಯಾರು ಬೇಕಾದರೂ ಅವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು; ಅವರು ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಅದನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದಾಗ ಸಣ್ಣ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕೇಳಬಾರದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, “ನಾನು ಒಂದು ಸೈಟ್ ಕೊಳ್ಳಬಹುದೇ?” ಎಂದು ಕೇಳಬಾರದು!

ಇಲ್ಲಿರುವ ಬಹಳ ಸುಲಭವಾದ ಮತ್ತು ಅತ್ಯಂತ ಕಷ್ಟವಾದ ಭಾಗವೆಂದರೆ, ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಸುಲಭವಾದರೂ ಹೇಗೋ ಅದು ಕಷ್ಟ ಕೂಡ, ಏಕೆಂದರೆ ಈ ಮಾರ್ಗ ಬೇರೆ ಮಾರ್ಗಗಳಿಗಿಂತ ತುಂಬ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ. ಇದು ಅದ್ವಿತೀಯವಾದುದು, ಇದು ವಿಶೇಷವಾದುದು!■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

13–10–2019

ಮುಂಬೈ ನಗರದ ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಿಯೊಬ್ಬರನ್ನು ನಾನು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಭೇಟಿಯಾದೆ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಸುಂದರವಾದ ಅನುಭವವನ್ನು ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡರು. ಅವರಿಗೆ, ಮಾನಸ, ಗುರೂಜಿ ಅಥವ ಅಮರಾಜಿಯವರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಒಂದು ದಿನ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮುಖವನ್ನು ಕಂಡರು ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿ ಯಾರಿರಬಹುದು ಎಂದು ಆಶ್ಚರ್ಯಪಟ್ಟರು! ನಂತರ ಕೆಲವು ತಿಂಗಳು ಕಳೆದ ಮೇಲೆ, ಹೇಗೋ ಅವರಿಗೆ 'Doorways to Light' ಪುಸ್ತಕದ ಮರಾಠಿ ಆವೃತ್ತಿ ಸಿಕ್ಕಿತು. ಅದನ್ನು ತೆರೆದಾಗ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಭಾವಚಿತ್ರವನ್ನು ಅದರಲ್ಲಿ ಕಂಡರು. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಕಂಡಿದ್ದ ಆ ಮುಖ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರದು ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಯಿತು. ಅವರು ರೋಮಾಂಚನಗೊಂಡರು, ದಿಗ್ಭ್ರಾಂತರಾದರು! ನಂತರ ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡಿ ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಸೇರಿದರು ಮತ್ತು ಈಗಲೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಅದ್ಭುತ ಅನುಭವಗಳು ತುಂಬಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವು ಮನಮುಟ್ಟುವ ಮತ್ತು ರೋಮಾಂಚಕ ಅನುಭವಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಮತ್ತೊಂದು ಅನುಭವವನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬಯಸುತ್ತೇನೆ; ಇದು ಬೇರೆ ರೀತಿಯ ಅನುಭವ. ಇದು, ಧ್ಯಾನ ನಮ್ಮ ಯೋಚನೆಯ ಮೇಲೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರಭಾವದ ಬಗ್ಗೆ. ನಾವು ಬದಲಾಗಲು, ನಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಧ್ಯಾನ ನಮಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಜನರನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು, ಅವರೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ಧ್ಯಾನ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹಿಂದೆ ತಾನು, ಹೇಗೆ ತನ್ನಿಂದ ಮತ್ತು ತನ್ನ ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರಿಂದ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ, ಎಂದು ಈ ವ್ಯಕ್ತಿ ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಹೇಳಿದರು. ಒಂದು ರೀತಿಯ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಬದುಕನ್ನು ಆಕೆ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ತನ್ನ ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರು ಕೆಲವು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಕೆಲವು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಚಿಸಬೇಕು, ಎಂದು ಆಕೆ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಬಹುಶಃ ಅವರು ಹೇಗಿರಬೇಕೆಂದು ಆಕೆ ಊಹಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ತಾವು ಪರಿಪೂರ್ಣ ರಾಗಿರುವುದಕ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಬೇರೆಯವರು ಕೂಡ ಪರಿಪೂರ್ಣ ರಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಆಕೆಗೆ ನಿರಾಶೆಗಳು ಎದುರಾಗಿರುತ್ತಿದ್ದಿರಬೇಕು. ಅವರ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಂತೆ ಜನರು ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲವಾಗಿ ಆಕೆ ಬಹಳ ಕಷ್ಟವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರು. ಹೇಗೋ ಆಕೆ ತನ್ನ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಬಿಡದೆ ಮುಂದುವರೆಸಿದರು. ತಾನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದು, ಬಹಳ ನೋವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ ನಂತರ ಮತ್ತು ಬಹಳ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಆಕೆ ಅರಿತುಕೊಂಡರು. ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಆಕೆ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಯಿತು. ತನ್ನಲ್ಲಿನ ಮತ್ತು ಜನರಲ್ಲಿನ ಅಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಆಕೆ ಅರ್ಥವಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಯಿತು. ಆಗ ಎಲ್ಲವೂ ಬದಲಾಗಲಾರಂಭಿಸಿದವು. ಆಕೆ ಬದುಕಿನೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲಾರಂಭಿಸಿದರು. ಬದುಕನ್ನು ಆನಂದಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು, ಮಂದಹಾಸ ಮೂಡಲಾರಂಭವಾಯಿತು. ತಾವು ಹಿಂದೆ ಬಾಳಿದ ರೀತಿಯನ್ನು ನೆನೆದು ಆಕೆಗೆ ನಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಈಗ ಶಾಂತಿ ನೆಲೆಸಿದೆ. ಇದು ಧ್ಯಾನಿಯೊಬ್ಬರ ನಿಜವಾದ ಅನುಭವ.

ನಾನು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಇದು ಸಾಧನೆಯ ನಿಜವಾದ ಪ್ರಭಾವ. ಬದುಕನ್ನು ಮತ್ತು ಜನರನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಜನರೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧನೆ ಹೀಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಂತೋಷದಿಂದಿರಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಹೊರಗಿನ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು ಹೇಗೇ ಇದ್ದರೂ ನಾವು ಸಂತೋಷದಿಂದಿರಲು ಸಾಧ್ಯವೇ? ಶಾಂತಿ ನಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯೆಂದು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ, ಆದರಿದು ಕಾರ್ಯತಃ ಸಾಧ್ಯವೇ? ಅದು ಸುಲಭವಲ್ಲವೆಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ, ಅದರಲ್ಲೂ ಹೊರಗಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಶಾಂತಿಯುತ ವಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅದು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಶ್ರಮಿಸಬೇಕು. ಅಂತಿಮವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಒಳಗೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ಅದರಲ್ಲಿ ಅನುಮಾನವಿಲ್ಲ, ಆದರದು ಸುಲಭವಲ್ಲ.

'ಟೈಮ್ಸ್ ಆಫ್ ಇಂಡಿಯಾ' ಪತ್ರಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಬರುವ 'ದಿ ಸ್ಪೀಕಿಂಗ್ ಟ್ರೀ'ಯಲ್ಲಿ ಈ ದಿನ ಗುರೂಜಿಯವರ ಲೇಖನವೊಂದು ಪ್ರಕಟ ಗೊಂಡಿರುವುದರಿಂದ ನನಗೆ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು. ಅದು ಕೋಪದ ಬಗ್ಗೆ. ಕೋಪವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು ಹೇಗೆ? ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, "ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದ್ದರೂ ತಮಗೆ ಕೋಪವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದು ಜನರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅದು ತಾನಾಗಿಯೇ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು." ಇದೇ ರೀತಿ ಶಾಂತಿಗಾಗಿ ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು. ನಮ್ಮ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳಿಗೂ ಮತ್ತು ಹೊರಗಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಿಗೂ ಅಂತರವಿದ್ದಾಗ, ನಮ್ಮ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳಿಗೂ ಮತ್ತು ಜನರ ನಡವಳಿಕೆಗಳಿಗೂ ಅಂತರವಿದ್ದಾಗ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಅಲ್ಲಿ ನೋವು ಇರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆಮಾಡಿ ಕೊಂಡಾಗ ಅಥವ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳೇ ಇಲ್ಲವಾದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಿ ಜನರನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಒಳಗೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ರೀತಿ ಆದಾಗ, ನಾವು ಅಂಗೀಕರಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ಅಥವ ಸಮಂಜಸ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳಿದ್ದಾಗ ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳೂ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆ ಆದಾಗ, ನಮ್ಮ ಕಡೆಗಿನ, ಪ್ರಪಂಚದ ಮತ್ತು ಜನರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳೂ ಬೇರೆ ಆಗುತ್ತವೆ, ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ಆಗ, ಸಂಘರ್ಷಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ಕಡೆಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇಂತಹ ಮನವರಿಕೆ ಮತ್ತು ವಿವೇಕ, ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ, ಧ್ಯಾನ ಅತಿಮುಖ್ಯ ಎನ್ನುವ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರುತ್ತೇವೆ. ಒಬ್ಬರ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಇದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಘಟಿಸಿದೆ. ಧ್ಯಾನದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಆನಂದಿಸಲು ಆಕೆಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಇದು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಯೋಗ್ಯವಾದ ವಿಷಯವೆಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸಿದ್ದರಿಂದ ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ.

ಮತ್ತೊಂದು ಅದ್ಭುತ ಅನುಭವವನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಇದು ಬೇರೆ ರೀತಿಯ ಅನುಭವ. ತಪೋನಗರದ ಕೆಲವರು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಪೈಠಣ್‌ಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದ್ದರು. ಪೈಠಣ್ ಸಂತ ಏಕ್‌ನಾಥ್ ಅವರು ಬದುಕಿದ್ದ ಸ್ಥಳ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಸಂತ ಏಕ್‌ನಾಥ್ ಆಗಿದ್ದರೆಂದು ನಮಗೆಲ್ಲ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅಲ್ಲಿ, ಸಂತ ಏಕ್‌ನಾಥರ 14ನೇ ವಂಶಸ್ಥರನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡುವ ಕೃಪೆ ನಮಗಿತ್ತು! ಈ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬಹಳ ವಿನಯಶೀಲರು, ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯವರು, ಬಹಳ ಪ್ರೀತಿಯುಳ್ಳವರು ಮತ್ತು ಅನುಕಂಪವುಳ್ಳವರು. ನಮಗೆ ಅವರಲ್ಲಿ ಸಂತ ಏಕ್‌ನಾಥರ ಒಂದು ಮಿಣುಕು ನೋಟವನ್ನು ಕಂಡಂತೆನಿಸಿತು. ಸಂತ ಏಕ್‌ನಾಥರ ಬಗ್ಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ, ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ಓದಿದ್ದೇವೆ. ಆದರೂ, ಪೈಠಣ್‌ಗೆ ಹೋದ ನಂತರ ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಂತೆ ಅನ್ನಿಸಿತು. ಅವರ ಬಗೆಗಿನ ವಿಷಯಗಳು ನಮಗೆ ತಿಳಿದವೇ ಆಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡ, ಅದು ಹೇಗೋ ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಈ ಭೇಟಿಯು ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂತ ಏಕ್‌ನಾಥ್ ಅಥವ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಗೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಹತ್ತಿರವಾಗಿಸಿತು ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸಿತು.

ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಹಿಂದೆ ಹೋಗಿ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಎಲ್ಲ ಹಿಂದಿನ ಅವತಾರಗಳ ಮಹಾತ್ಮೆಯನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದು ನಮಗೆ ಅತೀವ ಸಂತೋಷ ತಂದಿತು. ಅವರ 14ನೇ ವಂಶಸ್ಥರು, ಅಪಾರ ಶ್ರದ್ಧಾಭಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಗೌರವಾದರಗಳನ್ನು ಸಂತ ಏಕ್‌ನಾಥರಿಗೆ ತೋರುತ್ತ ಅವರ ಜೀವನವನ್ನು ನಮಗೆ ವಿವರಿಸಿದರು. ಅವರು ವಿಶೇಷವಾದುದೇನನ್ನೋ ಹೇಳಿದರು. ಅದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತಾದರೂ ಅದನ್ನು ಅವರಿಂದ ಕೇಳುವುದು ವಿಶೇಷವೆನಿಸಿತು. ಅವರು ಹೇಳಿದರು, "ನೀವು ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಬಹುತೇಕ ಸಂತರುಗಳು ದೇವರಂತಾಗುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಭಕ್ತರುಗಳಿಂದ ಪೂಜಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಏಕ್‌ನಾಥ್ ಮಹಾರಾಜ್ ಅವರು ಮಾನವರಾಗಿಯೇ ಉಳಿದರು ಮತ್ತು ದೇವರೇ ಅವರ ಬಳಿಗೆ ಬಂದು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಬದುಕಿದರು."■

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 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 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 ‘Manasa Light Age Foundation’ 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 ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ಓಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬಾರದು. ಅವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ ಇರುವುದು ಉತ್ತಮ. ಬೇರೆ ದಾರಿಯೇ ಇಲ್ಲ.

ಮಾಸ್ಟರ್ ಜೊತೆಗಿನ ಪಯಣ

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ಹತ್ತು

(‘ಮಾನಸ ಪತ್ರದ’ 1990ರ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ ಮತ್ತು ಅಕ್ಟೋಬರ್ ಸಂಚಿಕೆಯಿಂದ)

ಅಮರರವರು ಪ್ರತಿದಿನ ರಾತ್ರಿ ಋಷಿಗಳ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತಿಳಿಸಬಾರದಂತಹ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಋಷಿಗಳು ತಮಗೆ ಕೊಟ್ಟ ಕೆಲಸವನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಕೆಲವು ಸಮಯದ ಕಾಲ ಭೇಟಿಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಒಮ್ಮೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅವರಿಗೆ ಸತ್ಯಲೋಕಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿ ರಾತ್ರಿ ಹೋಗುವಂತೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅಮರರವರ ತಂದೆ–ತಾಯಿ ಸತ್ಯಲೋಕದಲ್ಲಿ ಇದ್ದರು, ಅವರು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಿ ಅವರುಗಳ ಸೇವೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿತ್ತು.

ತಂದೆತಾಯಿಯರ ಇಲ್ಲಿನ ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ, ಅಮರರವರು ಅವರಿಂದ ದೂರವಿದ್ದು ಋಷಿಗಳ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿದ್ದರು. ಅವರ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಡಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈಗ ಅವರು ತಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಇಲ್ಲಿ ಅವರ ದೇಹ ಬಿಟ್ಟನಂತರ, ಅವರು ಇನ್ನೊಂದು ಗ್ಯಾಲಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ಜನಿಸುವುದಾಗಿ ಅಮರರವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಹಾಗು ಈ ಗ್ಯಾಲಕ್ಸಿಯನ್ನು ಬಿಡುವ ಮುಂಚೆ ಅವರು ತಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ತೀರಿಸಿ ಇಲ್ಲಿನ ಲೆಕ್ಕವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಇತ್ಯರ್ಥ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿತ್ತು.

ಸತ್ಯಲೋಕದಲ್ಲಿನ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಉತ್ಸುಕರಾಗಿದ್ದೆವು. ಆದರೆ ಅಮರರವರು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಲು ನಿರಾಕರಿಸಿ, ಅಂತಹ ಮಾಹಿತಿಯಿಂದ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಮ್ಮ ಇಲ್ಲಿನ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗುವುದರಿಂದ ಋಷಿಗಳು ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಮತಿ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿಸಿದರು. ನನ್ನನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸತ್ಯಲೋಕಕ್ಕೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವಂತೆ ಅವರನ್ನು ವಿನಂತಿಸಬೇಕೆಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೆ, ಆದರೆ ಅದೇಕೋ ಕೇಳದಂತೆ ತಡೆದುಕೊಂಡೆ.

ಅಮರರವರು ನನಗೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಕಲಿಸಿದರು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರಿಗೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪ್ರಯಾಣದ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಕೂಡ ಕೊಟ್ಟರು, ಅದು ಸುಲಭದ್ದಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪ್ರಯಾಣಗಳು ನನ್ನನ್ನು ಉನ್ನತ ಸ್ತರಗಳಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತಿದ್ದಹಾಗೆಯೇ ಪ್ರಯಾಣದ ಆರಂಭದ ಥ್ರಿಲ್‌ಗಳು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಅಡಗಿಹೋದವು. ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಅಂತಿಮದಲ್ಲಿ ಏಕೆ ಮೌನಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಯಿತು. ಮಾತು ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿನ ಜೀವನಕ್ಕೂ ಅಲ್ಲಿಯ ಜೀವನಕ್ಕೂ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಅಂತರವಿದ್ದು ಅವೆರಡನ್ನೂ ಸೇರಿಸಿ ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವಂತಹ ಭಾಷೆ ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ.

ಅಮರರವರು ಸತ್ಯಲೋಕದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ಮುಗಿಸಿದರು. “ನನ್ನ ತಂದೆತಾಯಿ ನನ್ನನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಿದರು!” ಎಂದು ಮಂದಹಾಸ ಬೀರಿದರು. ಅವರ ತಂದೆ–ತಾಯಿ ಯಾರಾಗಿದ್ದರು? “ಕಶ್ಯಪ ಮಹರ್ಷಿ ಮತ್ತು ತಾಯಿ ಅದಿತಿ.” ಈ ವಿಷಯ ಬಹಿರಂಗಗೊಂಡಾಗ ನಾವು ಮೂಕರಾದೆವು! ಬಹಳ ಕ್ಷಣಗಳು ನಿಶ್ಯಬ್ದವಾಗಿದ್ದ ನಂತರ ಅವರನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದೆ.

“ನೀವು ಯಾರು ಸರ್?”

ಅಮರರವರು ತಲ್ಲೀನತೆಯಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾ ಹೇಳಿದರು–

“ನಾನು ಋಷಿಗಳ ಕೆಳಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವವನು.”

ನಾನು ಯೋಚನೆ ಮಾಡಿದೆ, “ಎಂಥ ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿ! ಅವರಿಗೆ ಅಹಂ ಎಂಬುದೇ ಇಲ್ಲ.” ತುಂಬಾ ಸಮಯದಿಂದ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅಡಗಿದ್ದ ವಿಷಯವೊಂದು ಹೊರಗೆ ಬಂತು.

“ನೀವು ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಪರಮಹಂಸರೇ?”

“ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ.”

ಅವರು ಮುಗಳ್ನಕ್ಕರು. ಅದನ್ನು ನನಗೆ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಲಿಲ್ಲ.

ಅಮರರವರು ಅಸ್ವಸ್ಥರಾದರು; ಹಾಸಿಗೆ ಹಿಡಿದರು. ಅವರ ಶಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಯೋಚಿಸಿದೆ. ಅವರು ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಗುಣಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರರೇ! ಅವರು ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದನ್ನೇ ಆರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆಂದು ನನಗೆ ಅರಿವಾಯಿತು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ಅವರು ನರಳುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲವೆಂದೆನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ನಾನು ಅವರ ಮುಖದಲ್ಲಿ ನೋವನ್ನು ನೋಡಲೇ ಇಲ್ಲ. ಅದೇ ಮೌನವಾದ ನಗು ಯಾವಾಗಲೂ ಆಟವಾಡುತ್ತಿತ್ತು. ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ನೋವುಗಳನ್ನು ಮೀರಿದವರು ಎಂದು ನಂತರ ಅರಿತುಕೊಂಡೆ.

(ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ)

ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ಋಷಿಗಳು ವಿನಾಶಕ್ಕೆ ಕಾರಣರಾಗುತ್ತಾರೆಯೇ?

ಉ: ಮನುಷ್ಯರೇ ವಿನಾಶವನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆಂದು ನಾವು ಈಗಾಗಲೇ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಋಷಿಗಳು ಎಂದೆಂದಿಗೂ ವಿನಾಶಕ್ಕೆ ಕಾರಣರಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ನಮ್ಮನ್ನು ವಿನಾಶದಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ವಿನಾಶವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ಮೂರನೇ ಮಹಾ ಯುದ್ಧವನ್ನು ತಡೆದಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ಮತ್ತು ಬದಲಾಗಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಅವರು ನಮಗೆ ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅದರಿಂದಾಗಿ ನಾವು ವಿನಾಶಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾಗದೇ ಹೊಸ ಯುಗಕ್ಕೆ ದಾಟಿ ಹೋಗಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಸಂಬಂಧಗಳು ಸೋಲುವುದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳು ಕಾರಣಗಳಾಗುತ್ತವೆಯೇ?

ಉ: ಇದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ನಿಂದಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಯೋಜನೆಯಂತೆ ಕೆಲಸ ಕಾರ್ಯಗಳು ನಡೆಯದಿದ್ದಾಗ, ಕ್ಷೋಭೆಗಳುಂಟಾದಾಗ ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾದಾಗಲೆಲ್ಲ ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ದೂಷಿಸುತ್ತೇವೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕರ್ಮಗಳೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಾಗಿ, ತೊಂದರೆಗಳಾಗಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳಬಹುದು, ಆದರೆ ಅವುಗಳೇ ನಮ್ಮ ಸೋಲುಗಳಿಗೆ ಕಾರಣಗಳಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಕರ್ಮಗಳು ಸವಾಲುಗಳಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಬಹುದು. ಸಂಬಂಧಗಳು ಸೋಲುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಅಹಂ ಮತ್ತು ಅಪ್ರೀತಿ. ನಾವು ಜನರನ್ನು ಅವರು ಇರುವಂತೆಯೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಪ್ರ: ಟೆಕ್ನಿಕ್‌ನಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿರುವ ಬೆಳಕಿನ ಬಣ್ಣವನ್ನು ನನಗೆ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಧ್ಯಾನ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆಯೇ?

ಉ: ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವಂತೆ, ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ನೋಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಕಾರಣ ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ನೋಡಲಾರೆವೆಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಈ ಬೆಳಕು ಭೌತಿಕ ಬೆಳಕಲ್ಲ. ಈ ಬೆಳಕು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದ್ದಾಗಿದ್ದು ಬೇರೊಂದು ತರಂಗಾಂತರದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅದರ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿರಬೇಕು ಅಷ್ಟೆ. ಆಗ ಧ್ಯಾನ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ದೇವರಿಗೆ ಅಥವಾ ಉನ್ನತ ಶಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಶರಣಾಗುವ ದಿಕ್ಕಿನೆಡೆಗೆ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆಯಿಡಲು ಇದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಅವರೇ ನಮ್ಮನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರ: ಜನರು ಏಕೆ ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಹಂತದಲ್ಲಿರುವಾಗ ಬಹಳ ಕೆಟ್ಟದಾಗಿ ಜಾರಿ ಬೀಳುತ್ತಾರೆ? ಧ್ಯಾನಿಯ ಯಾವ ಕ್ರಮ ಆತನ ಅವನತಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ?

ಉ: ನಾನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವಂತೆ, ಯಾವಾಗಲೂ ನಮ್ಮ ಅಹಂ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಜೀವನದ ಯಾವುದೇ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ನಾವು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನಮ್ಮ ಅಹಂನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಗತಿಯ ಹಿಂದಿರುವ ಅನುಗ್ರಹವನ್ನು ಮರೆತರೆ, ನಾವು ಏನೇ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಅದರಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವದ ಸಹಾಯ ಪಡೆದಿದ್ದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಯಶಸ್ಸಿನ ಹಿಂದೆ ಇರುವಂಥ ಆಶೀರ್ವಾದವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಅಹಂ ಅನ್ನು ನಾವೇ ಪೋಷಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ನಂತರ ನಾವು ಯಾವುದನ್ನು ಮಾಡಬಾರದಾಗಿದೆಯೋ ಅದನ್ನೇ ಮಾಡುವಂತೆ ಅದು ಮಾಡುತ್ತದೆ, ನಂತರ ನಾವು ಕೆಳ ಬೀಳುತ್ತೇವೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿಯೇ ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮ್ರತೆಗೆ ಬಹಳ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಜೀವನದ ಯಾವುದೇ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿಯೂ ನಮ್ರತೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿರುವಾಗ ವಿನಯಶೀಲರಾಗಿಯೇ ಉಳಿದರೆ ನಾವು ಜಾರಿ ಬೀಳುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ಕಪಟ ಮತ್ತು ಸ್ವಾರ್ಥ ಜನರಿಂದ ಬೇರ್ಪಟ್ಟಾಗ ಇಂತಹ ಅವನತಿಯನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆಯೇ?

ಉ: ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಜನರೊಂದಿಗಿನ ಒಡನಾಟ ಅವನತಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಲ್ಲದು. ಆದರೆ ವಾಸ್ತವ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ ಯಾವಾಗಲೂ ನಮ್ಮ ಅವನತಿಗೆ ನಾವೇ ಕಾರಣರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಅವರ ಒಡನಾಟದಲ್ಲಿದ್ದೇವೆಯೋ ಇಲ್ಲವೋ, ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಅವನತಿಗೆ ಅವರನ್ನು ದೂರುವಂತಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಅವನತಿಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ದೂರಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಪ್ರ: ನಮ್ಮನ್ನು ಸಮರ್ಥಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸುತ್ತೇವೆಯೇ?

ಉ: ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಮರ್ಥಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ಅವನತಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಅವನತಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಸಂದರ್ಭಗಳು ಸಹ ಮೇಲೇಳುವುದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳು ಅವನತಿಗೆ ಕಾರಣಗಳಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವಾಗಲೂ ನಾವೇ ಕಾರಣರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ.

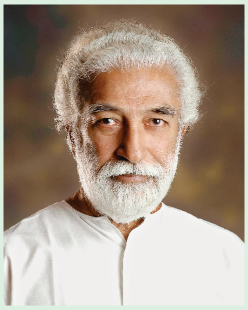
ಪ್ರ: ದುಃಖ ಮತ್ತು ಒತ್ತಡಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ಮೊದಲಿಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು. ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆಲ್ಲಾ, ನಾವು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಜೀವನದ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ದೇವರ ಇಚ್ಛೆ ಎಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೂ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ನಾವು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಅಪಾರ ವಿವೇಕವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ■

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/-
Thus Spoke Guruji 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/-
ಹೊಸ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳು	120/-
ಉನ್ನತ ಸಂಪರ್ಕಗಳು	100/-
ಅನಿಸಿಕೆಗಳು	120/-
ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ	50/-
ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ	50/-
ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣ	50/-
ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ	50/-
ಆಧುನಿಕ ಋಷಿಯೊಬ್ಬರ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಸಾಹಸಗಳು	50/-
ಗುರೂಜಿ ನಾ ಕಂಡಂತೆ	30/-
ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು	10/-
ಬೆಳಕು	10/-
ದೈವಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ	250/-
ಕಾವ್ಯಕಂಠ ವಸಿಷ್ಠ ಗಣಪತಿ ಮುನಿಗಳು	100/-
ಆನೇಕಲ್ಲಿನ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	120/-
ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು	100/-
प्रकाशवाट (Marathi)	150/-
आय्‌गुरूजी (Marathi)	100/-
ध्यान कसे करावे (Marathi)	50/-
ध्यानयोग (Marathi)	50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)	50/-
शंबला 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.

ತಪೋನಗರ

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

ಅಂತರ್ ಮಾನಸ

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

ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರ

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

ಜ್ಯೋತಿ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್

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

ಸಾರ್ವಜನಿಕರು

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

ವಿನಂತಿ

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

ಸಾಧಕರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ. ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸ್ವರ್ಣಲತಾ

ನಾನು ಎಲ್ಲರನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವ ಜನರೊಡನೆ, ಪ್ರಾಣಿ–ಪಕ್ಷಿಗಳೊಡನೆ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಸಂಭಾಷಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಬಾಲ್ಕನಿಗೆ ಬರುವ ಹಕ್ಕಿಗಳೆಲ್ಲವೂ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ನನ್ನೊಡನೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತವೆ. ಕೆಲವು ಸಲ ಒಂದೆರಡು ಕಾಗೆಗಳು ನನ್ನನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಲು ಬಂದು, ನಾನು ಹೊರ ಬಂದು 'ಹಾಯ್' ಹೇಳುವವರೆಗೂ ಕಾಯುತ್ತವೆ. ಹೀಗೆ ಮಾತಾಡಿದಾಗ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಉಕ್ಕಿ ಬರುವ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅವುಗಳು ಅನುಭವಿಸುವಂತೆನಿಸುತ್ತದೆ.

–ವಿದ್ಯಾ ವೀರ್‌ಕರ್

ಕೆಲವೊಂದು ಅಭದ್ರತೆಯ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಕಷ್ಟವೆನಿಸಿ ನಾನು ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಪ್ರತಿ ನಿತ್ಯ ಒಂದೊಂದು ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಶುರುಮಾಡಿದೆ ಮತ್ತು ನಾನಂದುಕೊಂಡಿದ್ದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಆ ಸನ್ನಿವೇಶದಿಂದ ಹೊರ ಬಂದೆ! ಅಭದ್ರತೆಗಳು ಇದ್ದವಾದರೂ ನೋವು ಇರಲಿಲ್ಲ! ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ದೊಡ್ಡ ಚಮತ್ಕಾರಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಒಂದು.

ಇದೊಂದು ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಾರ್ಗ. ಪರಿವರ್ತನೆ ಹಾಗೂ ಮುಕ್ತಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟ ತಂತ್ರಗಳು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಮೇಲೆ ಅದ್ಭುತ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳೇ ಬೇಕಾಯಿತು. ಅನೇಕ ಕಷ್ಟಗಳ ನಡುವೆಯೂ ನಾನು ಬದುಕಿನ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆ ಎಂದು ನಂಬುವುದೇ ಕಷ್ಟವೆನಿಸುತ್ತಿದೆ! ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಲು ಪದಗಳೇ ಸಾಲದು. ನನ್ನೊಡನಿದ್ದು ನನ್ನನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಿರುವ ಗುರೂಜಿ, ಋಷಿಗಳು ಮತ್ತು ಆ ಭಗವಂತನಿಗೆ ನಾನು ಜೀವನ ಪರ್ಯಂತ ಋಣಿಯಾಗಿರುತ್ತೇನೆ.

–ನಿಖಿಲ್ ಗಾಂಧಿ

ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರಶಾಂತತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಸಮಾಧಿಗೆ ಹೋದಾಗ ಸಮಯ ಹಾಗೂ ತಂತ್ರದ ಅರಿವು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಜನರೊಡನೆ ವಾದ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ, ಬದಲಿಗೆ ಅವರಿಗಾಗಿ ಮರುಗುತ್ತೇನೆ. ಈಗ ನನಗೆ ನನ್ನ ತಪ್ಪುಗಳ ಅರಿವಿರುತ್ತದೆ ಆದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸದಂತೆ ಹೆಚ್ಚು ಜಾಗೃತನಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ಕೆಲಸದ ರಜಾ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಧ್ಯಾನ ಹೆಚ್ಚು ನಿಯಮಬದ್ಧವಾಗಿದೆ.

–ಪ್ರತಿಭಾ ಪಟೇಲ್

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನಾನು ಹತ್ತಿರದ ಸಂಬಂಧಿಯೊಬ್ಬರ ಆತ್ಮಹತ್ಯಾ ಪ್ರಕರಣವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಮೃತರ ಹಿರಿಯ ಸಂಬಂಧಿಕರು ಅನೇಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದು ಎಲ್ಲರೂ ಹಿರಿಯ ನಾಗರೀಕರಾಗಿದ್ದರು. ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಸುದೀರ್ಘ ಪೋಲಿಸ್ ವಿಚಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮೀರುತ್ತಿದ್ದುದರಿಂದ ನಾನು ಮಾಸ್ಟರುಗಳಿಗೆ ಸಾಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ವಿನಂತಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದೆ. ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಸೂಕ್ತ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ನನ್ನೊಳಗಿನಿಂದ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವೊಂದು ಸೂಚಿಸಲಾರಂಭಿಸಿತು. ಶೀಘ್ರವೇ ಒಬ್ಬ ಪೋಲಿಸ್ ನನ್ನ ಬಳಿ ಬಂದು, ನಾವು ಹೇಳುವುದನ್ನೆಲ್ಲ ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಕೇಳಿಸಿಕೊಂಡು, ಆ ಕಠಿಣಕರ ಸಂದರ್ಭದಿಂದ ಹೊರ ಬರಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರು!

2019 ಆಗಸ್ಟ್ 15ರಂದು ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಿದ್ದಾಗ ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣದಲ್ಲಿ, ಎಲ್ಲ ಏರ್ ಇಂಡಿಯಾ ಕೌಂಟರ್‌ಗಳಲ್ಲೂ ಗೊಂದಲವುಂಟಾಗಿ ಅತ್ಯಂತ ಉದ್ದವಾದ ಕ್ಯೂ ಇದ್ದುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದೆ. ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ, ಅಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದೆಂಬ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯೊಂದಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಲಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಆಶ್ಚರ್ಯವೆಂಬಂತೆ ಅನೇಕ ಪ್ರಯಾಣಿಕರ ವಿನಂತಿಯ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಏರ್‌ಲೈನ್ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯು ನನಗೇ ಮೊದಲು ಬೋರ್ಡಿಂಗ್ ಪಾಸ್ ನೀಡಿದರು!!

–ರಾಜೇಂದ್ರ ರಂಗ್ನೇಕರ್

ವಿಷಯಗಳು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವುದು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ. ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಅವ್ಯಕ್ತ ಶಕ್ತಿಯು "ಬೆಳಕು ನಿನ್ನನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ನೀನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಶರಣಾಗು, ನೀನು ಒಬ್ಬಂಟಿಯಲ್ಲ," ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ.

–ದೀಪ

ನಾನು ಬದುಕಿನ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣಕ್ಕೂ ಕೃತಜ್ಞಳಾಗಿರುವುದು ನನ್ನಲ್ಲಾಗಿರುವ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಬದಲಾವಣೆ. ಜನರು, ಸಂದರ್ಭಗಳು ಹಾಗೂ ಹೊರ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಬಿಡುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ, ನಾನು ಪದಗಳಿಂದ ವರ್ಣಿಸಲಾರದ ನಿಶ್ಚಲತೆ ಹಾಗೂ ನಿರ್ಮೋಹವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನಗೆ ಅವಶ್ಯವಿದ್ದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ನನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಿರುವ ಋಷಿಗಳಿಗೆ, ಅಮರಾಜಿ ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಚಿರಋಣಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ವಂದನೆಗಳಲ್ಲದೆ ಬೇರೇನನ್ನೂ ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

–ನಂದಿತ ಪಟೇಲ್

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