



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.

ಗುರುಜಿ 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

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರುಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು - ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2003ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಬೇಸಗೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಮಳೆಯಾಗಿಲ್ಲ. ಇನ್ನೂ ಆಗಿಲ್ಲ. ಮುಂದಿನ ಎರಡು ತಿಂಗಳ ಮಳೆ ಬೇಸಗೆಯ ದಿನಗಳಿಗೆ ಸಾಕಾಗಬಹುದೇನೋ ಎನ್ನುವ ನಿರೀಕ್ಷೆ ನಮ್ಮದು. ನಿರೀಕ್ಷೆ ಇದೆ.

ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ನಿರೀಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಕನಸು ಕಾಣುವುದು ನಮ್ಮ ಹಕ್ಕು.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನಾನು ಒಂದು ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗಿದ್ದೆ. ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ನಾನು ಮಕ್ಕಳ ಮತ್ತೊಂದು ಗುಂಪಿನೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿದ್ದು. ಮುಗ್ಧ ಮಕ್ಕಳ ಹೃದಯ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸುಗಳಲ್ಲಿ ದೈವತ್ವವನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುವುದು ಸುಲಭ ಎಂದು ನನಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಮನವರಿಕೆಯಾಯಿತು. ಆ ಮಕ್ಕಳು ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ನಾನು ಅವರಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಂಡೆ.

ಶಿಕ್ಷಕರ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ, ಬದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ತ್ಯಾಗ ಮನೋಭಾವ ಹಾಗೂ ಅವರಿಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯಾಗಿ ನಿಂತು ಮುನ್ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರನ್ನು ಕಂಡು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಕಲಕಿತು. ಆ ನಿರ್ಜನ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಶ್ರಮಿಸಿ ಶಾಲೆಯನ್ನು ಕಟ್ಟಿದ ಅಂತಹ ಜನಗಳ ಕಾಣಿಸುವುದು ಅಪರೂಪ. ಅಂತಹ ಜನಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಪ್ರೇಮಗಳಿರುವ ನವಯುಗದ ಉದಯವನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇನೆ.

ಒಂದು ಕುಟುಂಬವೆಂದರೆ ಒಂದೇ ಸೂರಿನಡಿ ವಾಸಿಸಲೇಬೇಕೆಂಬ ನಿರ್ಬಂಧವಿರುವ ಸಂಬಂಧಿಕರ ಒಂದು ಸಮೂಹವಲ್ಲ. ಅದು, ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತ, ಗೌರವಿಸುತ್ತ, ನಗುವಿನಲ್ಲೂ, ಅಳುವಿನಲ್ಲೂ ಸಮಭಾಗಿಗಳಾಗುತ್ತ ಬದುಕುವ ಒಂದು ಸಮೂಹ. ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರ ಸಾಮೂಹಿಕ ಶಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ರಕ್ಷಣೆಯಿದೆ. ಸಾಮೂಹಿಕ ಕಳಕಳಿಯಲ್ಲಿ ಸೌಹಾರ್ದತೆಯಿದೆ. ಕಿರಿಯರು ಮತ್ತು ಹಿರಿಯರು ಜೀವನದ ಆನಂದಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳ ಪೂರೈಕೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕುಟುಂಬವೆಂದರೆ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಒಂದು ಕೊಡುಗೆ ಇದ್ದಂತೆ.

ಆದರೆ ಈಗೀಗ ನಮಗೆ ಕುಟುಂಬಗಳು ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆಧುನಿಕ ಜೀವನ ಕುಟುಂಬಗಳನ್ನು ಒಡೆದು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹಾಸ್ಟೆಲ್‌ಗಳಿಗೂ ಹಿರಿಯರನ್ನು ವೃದ್ಧಾಶ್ರಮಗಳಿಗೂ ತಳ್ಳುತ್ತಿದೆ. ಪ್ರೀತಿ, ಗೌರವಗಳಿಲ್ಲದ ಜನರು ಸಂಕೀರ್ಣ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಮನೋವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋಗುವಂತಾಗಿದೆ. ಜನರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕಳಾಗದೆ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಜೀವಕಳೆ ಇರಬಹುದೆಂಬ ಭರವಸೆ ನನಗಂತೂ ಇಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಪ್ರೀತಿಸುವುದನ್ನು ಮತ್ತು ಗೌರವಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತದೆ.

ಕುಟುಂಬವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅವಶ್ಯಕತೆ.

ತಮ್ಮ ಗುರುವೊಬ್ಬರೇ ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕ ಹಾಗೂ ತಮ್ಮ ಮಾರ್ಗವೊಂದೇ ಮಾರ್ಗ ಎಂದು ಜನರು ಹೇಳಿದಾಗ, ಅವರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಚಾರಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಬಹು ದೊಡ್ಡ ಅಪಚಾರ ಎಸಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಗುರು ಅದನ್ನು ಸಮ್ಮತಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ■



ಮಾನಸ ಫ್ಲೌಂಡೇಶನ್ (೦)

ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕನುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣುರು-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

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ತರಗತಿ - ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 11

ರೆಗ್ಯುಲರ್ ತರಗತಿ - ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1

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

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/-
ಡಿಡಿ ಯನ್ನು

'Manasa Light Age Foundation'

ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು.

ಮನಿಯಾರ್ಡರ್‌ಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ

ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ತಪೋವಾಣಿಯನ್ನು
ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ಕೊಡಿ. ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ
ದೊಂದಿಗೆ ಅವರ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ವಿಳಾಸವನ್ನು
ನಮಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ.



ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವನ್ನು ತಪೋನಗರ ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆಗಳು

- ದಿನಾಂಕ 29-04-2020, ಬುಧವಾರದಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1 ರವರೆಗೆ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯನ್ನು ನಡೆಸಲಾಗುವುದು. ಈ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಇಷ್ಟಪಡುವ ರೆಗ್ಯುಲರ್ ಮತ್ತು ದೂರಕಲಿಕೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮಾನಸ ಆಫೀಸ್‌ನಲ್ಲಿ ನೋಂದಾಯಿಸ ಬಹುದು. ನೋಂದಾಯಿಸಲು ಕೊನೆಯ ದಿನಾಂಕ 27-04-2020. ದೂರಕಲಿಕೆಯ ಸಾಧಕರು, ಅವರಿಗಾಗಿ ಮಾತ್ರವೇ ಲಭ್ಯವಿರುವ ವೆಬ್‌ಕಾನ್ಸ್ಟನ್ ನೇರ ಪ್ರಸಾರದ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು. ಈ ತರಗತಿಗೆ ನೋಂದಾಯಿಸಿರುವ ರೆಗ್ಯುಲರ್ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಬಂದು ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸ ಬೇಕೆಂದು ಕೋರಲಾಗಿದೆ.

- ಶಂಬಲ ವಾಸ್ಕರ್‌ಗಳಿಂದ ವಿಶೇಷ ದೀಕ್ಷೆ ಪಡೆಯಲು 08-03-2020ರಂದು ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಸದಸ್ಯರು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಅನೇಕರು ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ಅದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು.

- 'ರಾ' ಸದಸ್ಯರು, 15-03-2020 ರಂದು ವಿಶೇಷ 'ರಾ' ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದರು.

- ನಮ್ಮ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು, 5700ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಕಲಿಸಿದ್ದಾರೆ. 30 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಕಲಿತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಸುಮಾರು 5 ಲಕ್ಷ ಮಕ್ಕಳು 1200ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ನಿಯತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನ ಅರಿವನ್ನು ಹರಡಲು, ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಬೇಕಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸೇರಬಯಸುವವರು, ಇದಕ್ಕಾಗಿ ವಾರದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಅರ್ಧ ದಿನ ಕಾದಿರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದರೆ ಮಾನಸ ಆಫೀಸ್‌ನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

01	ಬುಧ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
02	ಗುರು	ಶ್ರೀ ರಾಮ ನವಮಿ
03	ಶುಕ್ರ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
08	ಬುಧ	ಪೂರ್ಣಿಮಾ
10	ಶುಕ್ರ	ಗುಡ್ ಫ್ರೈಡೇ
13	ಸೋಮ	ಸೌರಮಾನ ಯುಗಾದಿ
15	ಬುಧ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
21	ಮಂಗಳ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
22	ಬುಧ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
26	ಭಾನು	ಅಕ್ಷಯ ತೃತೀಯ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು: ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು :

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್:

ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1

12-4-2020 ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಸಭೆ

ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

06-04-2020 ರಂದು ಸಂಜೆ 6 ಘಂಟೆಗೆ ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದ 12ನೇ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು.

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

ಭಾನುವಾರದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ನೇರ ಪ್ರಸಾರವು ವೆಬ್‌ನಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಇದರ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಇ-ಮೇಲ್ ಮುಖಾಂತರ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಶತಮಾನೋತ್ಸವ ಆಚರಣೆ

ಅಪೂರ್ವ ದೇಶಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಸುಜಾತ ರಾಮರಾವ್

2019 ಬಹಳ ವಿಶೇಷವಾದ ವರ್ಷವಾಗಿತ್ತು. ಅದು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಶತಮಾನೋತ್ಸವವಾಗಿತ್ತು. ಅವರ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಪುನರಾವಲೋಕನ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಇದು ಸೂಕ್ತವಾದ ಸಮಯವೆಂದು ತಪೋನಗರ ನಿವಾಸಿಗಳ ಸಮಿತಿ ವಿಚಾರ ಮಾಡಿತು. ಆದ್ದರಿಂದ, 'ಗುರು-ಶಿಷ್ಯರ ಸಂಭಾಷಣೆ' ಪುಸ್ತಕದ ವಿಷಯಗಳು ತಿಂಗಳ ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟಗಳಲ್ಲಿ ಅಭಿನಯದ ಮೂಲಕ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡವು.

ಶ್ರುತಿ ಸುಧಾಕರ್, ಇತರ ನಿವಾಸಿಗಳ ಸಹಾಯದೊಂದಿಗೆ, ನಿವಾಸಿಗಳ ಸಮಿತಿಯ ವಿಷನ್‌ಅನ್ನು ಸಾಕಾರಗೊಳಿಸಲು ನಿಷ್ಠೆಯಿಂದ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರು. ಒಬ್ಬರು ಸರಿಯಾಗಿ ಹೇಳಿದಂತೆ, "ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಿ ಒಂದು ತಂಡದಂತೆ ಜೊತೆಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಗುಣ ಶ್ರುತಿಯಲ್ಲಿದೆ". 60ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ನಿವಾಸಿಗಳು, ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರು ಕಿರುನಾಟಕದ ಸರಣಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಕೆಲವರು ನಟಿಸಿದರು, ಕೆಲವರು ವೇಷಭೂಷಣಗಳ ವಿನ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರು ಮತ್ತು ಬೇರೆಯವರು 'ಗುರು-ಶಿಷ್ಯರ ಸಂಭಾಷಣೆ'ಯ ಅಧ್ಯಾಯಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಸುಂದರವಾಗಿ ಅಲಂಕರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರು.

ಈ ತಿಂಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ಸರಣಿಯ ಅಂತ್ಯ ಭಾಗವಾಗಿತ್ತು. ಗುರುಜಿಯವರು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರನ್ನು ಮೊದಲು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದ ವರ್ಷವಾದ 1977ನೇ ಇಸವಿಗೆ ನಾವು ಹಿಂದಿರುಗಿ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಿದವು. ನಟನೆ, ಪಾಪ್‌ಗಳು ಎಲ್ಲವೂ ಬಹಳ ಅದ್ಭುತವಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ಗುರುಜಿಯವರು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಆಪ್ತವಾಗಿ ಸಮಾಲೋಚಿಸಲು ಸೂಕ್ತವಾಗಿದ್ದ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಡ್ರಾಯಿಂಗ್ ರೂಮ್‌ನಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದಂತೆ ನಮಗೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ನಾಟಕದ ಇನ್ನೊಂದು ಭಾಗವು ನಮ್ಮನ್ನು ಆಂಡ್ರೊಮೆಡಾ ಗ್ಯಾಲಕ್ಸಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ದಿತು. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಸನತ್ ಕುಮಾರ ಮಹರ್ಷಿಗಳನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಿದ್ದನ್ನು ಮತ್ತು ಸೂರ್ಯನರಾಯಣ ದೇವರನ್ನು ಬೇಟಿಯಾಗಿದ್ದನ್ನು ಕೂಡ ಮರುಸೃಷ್ಟಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಶ್ರೀ ಗುರುರಾಜ್ ಕಾನಡೆಯವರು, ಎಂದಿನಂತೆಯೇ, ಧ್ವನಿ ಮತ್ತು ಹಿನ್ನೆಲೆ ಪ್ರದರ್ಶನದ ಅವರ ಅದ್ಭುತ ಸಂಯೋಜನೆಯಿಂದ ನಾಟಕಕ್ಕೆ ಮಾಂತ್ರಿಕ ಸ್ಪರ್ಶವನ್ನು ನೀಡಿದರು.

ನಾಟಕವನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿದಾಗ ಅದು ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಕೆದಕಿತು, ನಗುವಂತೆ ಮಾಡಿತು ಮತ್ತು ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಪಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಅದ್ಭುತವಾದ ಜ್ಞಾನದ ನೆನಪುಗಳನ್ನು ರಿಫ್ರೆಶ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡಂತಾಯಿತು.

ಈ ಎಲ್ಲ ಅದ್ಭುತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿ ಅತ್ಯಂತ ಸಾಮರಸ್ಯದಿಂದ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿರುವುದು ಏಕತೆಗೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಉದಾಹರಣೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಮನೆಯಿಂದ ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ಹೊರಬರುವಾಗಲೂ ವಿಶ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ಭಿನ್ನವಾದ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಹೊತ್ತು ಬರುತ್ತಿದ್ದೆ, ಎಂದು ಗುರುಜಿಯವರು 'ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು' ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ, ಹಾಗೆಯೇ ನಾವು ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದಿಂದ ಹೊರ ಬರುವಾಗ ಪ್ರತಿ ಬಾರಿಯೂ ವಿಶ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಿನ್ನವಾದ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಹೊತ್ತು ಬರುತ್ತೇವೆ. ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳಿಂದ ಬಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ಬೆಳಗಿನ ಅಸೆಂಬ್ಲಿ ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಈ ರೀತಿ ಎಂದೂ ಕುಳಿತಿರಲಿಲ್ಲ. ಇವತ್ತು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಯುವಾಗ ಅವರು ತುಂಬಾ ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಇದ್ದರು.

- ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು, ವೀರ್ ಬಜಿ ಪಾಸಲ್ಕರ್ ವಿಧ್ಯಾ ನಂ. 1, ಸಾಸ್ತಾಡ್, ಪುರಂದರ್, ಪುಣೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ, ನಾನು ತುಂಬಾ ಚಿಕ್ಕವನಂತಾಗಿ ಮೇಲೆ ಹೋಗಿ ನಕ್ಷತ್ರಗಳನ್ನು ತಲುಪಿದ ಅನುಭವವಾಯಿತು.

- ದೀಪಕ್, 4ನೇ ತರಗತಿ, ಶೋಭನ ಮೆಮೋರಿಯಲ್ ಹೈ ಸ್ಕೂಲ್, ಕಾಕ್ಸ್ ಹೌಸ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ತುಂಬಾ ಶಾಂತಿಯುತವಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ನನ್ನಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳು ಹೊರ ಹೋಗುತ್ತಿರುವಂತೆ ಅನ್ನಿಸಿತು.

- ಶಾಂತಿ, 7ನೇ ತರಗತಿ, ಜಿಕೆಎಮ್‌ಪಿ ಶಾಲೆ, ಲಿಂಗರಾಜಪುರಂ, ಬೆಂಗಳೂರು.

ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ಬೆಳಕು ತುಂಬಾ ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾಗಿತ್ತು. ನನಗೆ ಅತೀವ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು.

- ಅಂಜುಮ್, 6ನೇ ತರಗತಿ, ಜಿಕೆಎಮ್‌ಪಿ ಶಾಲೆ, ಲಿಂಗರಾಜಪುರಂ, ಬೆಂಗಳೂರು.

ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಓದುವಾಗ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಏಳುತ್ತವೆ, ನಂತರ ತಲೆನೋವು ಬರುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ತಲೆ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಓದುವುದಕ್ಕೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ.

- ಅಂತರ ಅಂಕುಶ್ ಕಾಕಡೆ, 9ನೇ ತರಗತಿ, ಅಹಿಲ್ಯದೇವಿ ಹೈ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ನಾನು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ನನಗದು ಬಹಳ ಇಷ್ಟವಾಗಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲೂ ಅದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚಿದೆ.

- ವೈಶಾಲಿ ಸಾಳುಂಕೆ, 9ನೇ ತರಗತಿ, ಅಹಿಲ್ಯದೇವಿ ಹೈ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

ಇದು, ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಬೆಳಕು, ಶಾಂತಿ ತುಂಬಿರುವ ಒಂದು ಸುಂದರ ಪ್ರದೇಶವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಆತ್ಮಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಒಂದು ಸಂಚಲನ. ಭಾಷಣಗಳು, ಬಾವುಟಗಳಲ್ಲದೆ, 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 ಪ್ರಪಂಚವು 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, ಗುರುಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರ ಮೂಲಕ, ಸಪ್ತಾಹಿಷ್ಠಿಗಳು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಈ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹರಡಿ.

www.lightchannels.com ಗೆ 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 ನೆನದು, ನಂತರ ಅವುಗಳನ್ನು ಪಿಸುಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಹೇಳಿ ಅನಂತರ ಕಾರ್ಯಗತ ಮಾಡುವುದು.
5. ಯಾವುದೇ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಮೊದಲು, ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ವಾತನಾಡದೆ 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: ಸುಜಾತ ವಿ

ಏಪ್ರಿಲ್ 2006 (ಮುಂದುವರೆದದ್ದು)

ನಾನು ಒಂದು ಅಂಶವನ್ನು ಹೇಳುವುದಕ್ಕೆ ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ನಾವು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕುಂಡಲಿನಿ ಮೇಲೆ ಏರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತೇವೆ, ಅದು ಸಮಯಕ್ಕೂ ಮುಂಚೆ ಏರಿದರೆ, ನಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹಾನಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅದನ್ನು ಕುಂಡಲಿನಿ ಎಂದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರಶ್ನೆ ಏನೆಂದರೆ, ಅದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಕುಂಡಲಿನಿಯಾ? ಇದನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಯಾವುದೇ ಚೈತನ್ಯವಿದ್ದರೆ, ಮೂಲಾಧಾರದ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಚಲನೆ ಇದ್ದರೆ, ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಅದನ್ನು ಕುಂಡಲಿನಿ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಅಂತಹ ಶಕ್ತಿಯು ನಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡಿದ ಅಪರೂಪದ ಪ್ರಕರಣಗಳನ್ನು ನಾವು ಕೆಲವು ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತೇವೆ, ಆದರೆ ಅದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೂ ಅಂಥ ಶಕ್ತಿ ಮೇಲಕ್ಕೆ ಏರುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಧ್ಯಾನ ಕಾರಣವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ಈ ಅಂಶವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಧ್ಯಾನವು ಕುಂಡಲಿನಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರವೇ ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಬೇರೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಶಕ್ತಿ ಜಾಗೃತಗೊಂಡರೆ, ಅದು ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಅಲ್ಲ. ಜನರು ಅನೇಕ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಪುಸ್ತಕಗಳಿಂದ, ಯಾವುದೋ ಮಾರ್ಗಗಳಿಂದ ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ತಂತ್ರಗಳು, ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧವಾದ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಆಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಕುಂಡಲಿನಿಯನ್ನು ಮೇಲೇರಿಸಬೇಕು, ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅವು ಹಾನಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ಹಾಗಾಗಿ, ನಾವು ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡುವಾಗ ಅಥವಾ ಯಾವುದಾದರೂ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಸೇರುವಾಗ ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರಬೇಕು.

ನೀವು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಓದಬಹುದು, ಆದರೆ ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ಅದನ್ನು ನಮ್ಮ ಹತ್ತಿರ ಪರಿಶೀಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮ, ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳುವುದು ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ.

ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ನಿಮ್ಮ ಕುಂಡಲಿನಿಯು ಬಹಳ ಸಲ ಮೇಲೇರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಹುತೇಕ ಎಲ್ಲರ ವಿಷಯದಲ್ಲೂ ಸತ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಿಮಗೆ ಅದರ ಅರಿವು ಕೂಡ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶಕ್ತಿ, ಅದು ಯಾವ ಸದ್ದನ್ನೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ಧ್ಯಾನದ ಯಾವುದೇ ಹಂತದಲ್ಲಿದ್ದರೂ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ನಿಮಗೆ ಸಂತೋಷವಾದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಕುಂಡಲಿನಿಯು ಸಹಸ್ರಾರವನ್ನು ಮುಟ್ಟಿರುವುದೇ ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶ, ನೀವು ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಾಸ್ತವಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಜ್ಞಾನವಿದೆ ಎಂದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತಿಳಿದಿರುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಹಳ ತಪ್ಪಾದ ಮತ್ತು ವಿರೂಪಗೊಂಡ ಜ್ಞಾನ ಕೂಡ ಇದೆ! ನಮಗೆ ಮತ್ತು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಜನರಿಗೆ, ಸರಿಯಾದ

ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ, ಹೊಸ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೆಳತರುವುದಕ್ಕೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಾಸ್ತವಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾದ ಸಮಯ ಬಂದಿದೆ.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದೆ. ಅವರಿಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ವಯಸ್ಸಾಗಿತ್ತು, ವಯಸ್ಸು ಅರವತ್ತರಲ್ಲಿ ಇರಬಹುದು. ಅವರು ನನ್ನ ಗೆಳೆಯ. 50 ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ನಾವು ಭೇಟಿಯಾದೆವು. ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ, “ನನ್ನ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಬನ್ನಿ”. ನಂತರ ಅವರು ಕೇಳಿದರು, “ನಿಮ್ಮ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ದೇವಸ್ಥಾನ ಇದೆಯಾ? ಅಲ್ಲಿ ವಿಗ್ರಹವಿದೆಯಾ? ನೀವು ದೇವರನ್ನು ಪೂಜಿಸುತ್ತೀರಾ? ನಾನೂ ದೇವರನ್ನು ಪೂಜಿಸಬೇಕಾ?” ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ, “ನೀವು ಏನೂ ಮಾಡುವುದು ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನೀವು ಉದ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡಬೇಡಿ, ಅಷ್ಟೆ.” ಅವರು ಹೇಳಿದರು, “ನಾನು ದೇವರನ್ನು ನಂಬುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ, ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಹೇಳಿದ್ದು ನನಗೆ ನಮ್ಮದಿ ತಂದಿದೆ.” ನಾನು ಹೇಳಿದೆ, “ನನಗಿದು ರೂಢಿಯಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಗುರುವಿನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಇದನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದೀನಿ.” ನಾನು ಮುಂದುವರಿದು ಹೇಳಿದೆ, “ಅದು ನಿಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆ. ನಾನು ಒತ್ತಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ; ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬನ್ನಿ, ಸಮಯ ಕಳೆಯಿರಿ”. ನಾನು ಅವರ ಜೊತೆ ಕಾಲ ಕಳೆದೆ, ಮತ್ತು ಹಲವಾರು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಸಲ ನಾವು ಪರಸ್ಪರ ಮಾತನಾಡಿದಾಗ ಅವರೊಬ್ಬ ಅದ್ಭುತ ವ್ಯಕ್ತಿಯೆಂದು ಕಂಡುಕೊಂಡೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ಅನುಕಂಪ, ಪ್ರೀತಿ ಇತ್ತೆಂದರೆ ಅವರು ದೇವರನ್ನು ನಂಬಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನ್ನಿಸಿತು. ಅವರಲ್ಲಿ ಸಿನಿಕತೆ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಹೇಳಿದರು, “ಇಲ್ಲ, ನನ್ನ ಮಟ್ಟಿಗೆ ದೇವರು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿಲ್ಲ.” ಅಷ್ಟೆ. ಅಲ್ಲಿಗೆ ಮುಗಿಯಿತು; ಇದು ಅಥವಾ ಅದು. ಆದರೆ ಅವರು ಒಳ್ಳೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರು, ಅವರಲ್ಲಿ ದೈವತ್ವವಿತ್ತು. ಅದು ಉತ್ತೇಜ್ಜೆಯಾಗಿ ರಬಹುದು. ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿರುವ ಜನರು, ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವ ಜನರು, ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿಯೇ ವಾಸಿಸುವ ಜನರು, ಬಹುಶಃ ದೇವರನ್ನು ನಂಬುವುದಿಲ್ಲ! ನಾವು ಇದು ಅಥವಾ ಅದು ಆಗಿರಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ ಇಲ್ಲ ಅದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ. ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಇರಿ ಇಲ್ಲವೇ ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗಿ. ನಿಮ್ಮ ಗುರುವಿನಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇಡಿ ಅಥವಾ ಇಡಬೇಡಿ. ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಸಿನಿಕತೆ ಅಸ್ಥಿರತೆಯುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಎಲ್ಲ ಸತ್ಯಗಳು ಸರಳ. ಆದರೆ ನಾವು ಜಟಿಲವಾದ ವಿವರಣೆಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಮ್ಯಾನ್‌ಜೆಮೆಂಟ್ ಗುರುಗಳು ಹೀಗೆಯೇ ಬಹಳ ಹಣ ಮಾಡುವುದು. ಸರಳವಾದ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಕ್ಲಿಷ್ಟವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ, ಜನರನ್ನು ಗೊಂದಲಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ! ಬಹುಶಃ: ನಾನು ಸೂಟ್ ಧರಿಸಿಕೊಂಡು ವಿವರಿಸಬೇಕೇನೋ, ಆಗ ಜನರು ಸತ್ಯವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು

ಗೌರವಿಸುತ್ತಾರೆ! ಸರಳ ಸತ್ಯವೇನೆಂದರೆ, ಸತ್ಯ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ. ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯೇ ದೇವರು. ದೇವರು ಸತ್ಯ. ಅವನನ್ನು ಮೂರು ಸುಂದರ ಪದಗಳಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ - ಸಚ್ಚಿದಾನಂದ, ಸತ್-ಚಿತ್-ಆನಂದ. ಸತ್ ಅಂದರೆ ಸತ್ಯ, ಚಿತ್ ಅಂದರೆ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಆನಂದ ಅಂದರೆ ಪರಮಾನಂದ. ಹಾಗಾಗಿ ಸತ್ ಅಂದರೆ ದೇವರು, ಪರಿಪೂರ್ಣತೆ ದೇವರು. ಆದುದರಿಂದ ಹುಸಿತನ ನಮ್ಮನ್ನು ಅಪರಿಪೂರ್ಣನಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಿದರೆ ನಾನು ಪರಿಪೂರ್ಣನಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಅಪರಿ ಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೇನೆ. ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾರೊಬ್ಬರಾದರೂ ಬಂದು ನಿಮ್ಮ ಮುಂದೆ ನಿಂತು, “ನೀವು ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಿದ್ದೀರಿ, ನೀವು ಹುಸಿತನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ್ದೀರಿ ಮತ್ತು ನೀವು ಇಂಥದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡಿದ್ದೀರಿ,” ಎಂದು ಹೇಳಿದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ನಾವೇ ಕನ್ನಡಿಯೊಳಗೆ ನೋಡಿಕೊಂಡು ಈ ಹುಸಿತನವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಏಳಿಗೆ ಕಾಣಬೇಕಾದರೆ ಇದನ್ನು ದೂರವಿಡಲೇಬೇಕು.

ಮೇ 2006

ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ, ಈ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗಿರುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳು ಬಹಳ ಸರಳ ಆದರೆ ಅವು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟವನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಂಡಿದ್ದೇವೆ- ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಅಹಂ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು, ಸಂಪೂರ್ಣ ನಂಬಿಕೆ, ಬದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿ.

ಮೊದಲಿಗೆ ನೀವು ಮಾನವ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಇಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಅರ್ಹತೆ ಪಡೆಯಬೇಕು. ನಂತರ ಬೇರೆ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಅದೇ ಸತ್ಯ.

ಜನರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವಾಗ, ಜನರು ನನ್ನನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲವೆಂದು ನನಗೆ ಅನೇಕ ಸಲ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಆಲಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುವುದು ಒಬ್ಬ ಗುರುವಿನೊಂದಿಗೆ, ಋಷಿಗಳ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಎಂಬ ಅರಿವು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನೀವು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ಆಲಿಸುತ್ತೀರಿ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯ, ಏಕೆಂದರೆ ಸಾಧನೆಗೆ ನಾವು ಸಜ್ಜಾಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರವೇ ನಾವು ಮುಂದೆ ಹೋಗಲಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಎಂದಿಗೂ ಖಂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯು ನಮ್ಮಲ್ಲಿಯೇ ಸುಪ್ತವಾಗಿದೆ. ಪರಿಪೂರ್ಣತೆ ನಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವ. ಮೇಲೋಟದಲ್ಲಿ, ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಅಪರಿಪೂರ್ಣ. ಆದರೆ ನಾವು ಪರಿಪೂರ್ಣರು, ದೈವತ್ವವುಳ್ಳವರು. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಅನುಮಾನವೇ ಇಲ್ಲ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಿಮ್ಮ ಏಳಿಗೆಗಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಿ.■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

02-02-2020

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು 101 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಜನ್ಮವೆತ್ತಿದ್ದರು, ಹಾಗಿದ್ದರೂ ಅವರ ಬದುಕು ಇಂದಿಗೂ ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ಅನೇಕ ತಲೆಮಾರುಗಳಲ್ಲೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ ಬೆಳಕಾಗಿರುತ್ತದೆ. ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಅವರಿಗೆ ಅಮರ ಎಂದು ಹೆಸರಿಟ್ಟಿದ್ದು ಎಷ್ಟೊಂದು ಸಮಂಜಸವಾಗಿದೆ.

ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರತಿಬಾರಿ ಜನ್ಮವೆತ್ತಿದಾಗಲೂ ಅವರು ತಮ್ಮ ಕಿರು ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಕೆಲಸ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸವೇ ಅವರ ಕೆಲಸ. ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧರಾಗಲು ಅವರು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರಂಥ ಮಹಾತ್ಮರುಗಳು ಸಮಯ ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡದೆ ಅತಿ ಬೇಗ ಸಿದ್ಧರಾಗುತ್ತಾರೆಂದು ಗುರುಜಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದುದು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ 9ನೇ ವರ್ಷದ ಎಳೆಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಅವರು ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ಸಿದ್ಧರಾದರು. ಅವರು ಸಂತ ಏಕನಾಥ್ ಆಗಿ ಬಂದಿದ್ದಾಗಲೂ ಸೂಕ್ತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸಪ್ತಋಷಿಗಳನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆಂದು ಗುರುಜಿ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದಲ್ಲಿ ಸಂತ ಏಕನಾಥ್‌ರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುವ ಜನರಿಗೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಾರದು. ಆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೋ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಈ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಬಹಿರಂಗ ಪಡಿಸಲಿಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳ ಕಾರ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೀಗ ಎಷ್ಟೊಂದು ಗೊತ್ತಿದೆ.

ಅವರು ಪ್ರೌಢಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಶಾಲೆಗೆ ಎರಡು ವಾರಗಳ ಕಾಲ ರಜೆ ಹಾಕಿ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಕಬ್ಬನ್ ಪಾರ್ಕಿನ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಕಾಯಲು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಲಾಯಿತು. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವರು ಎಷ್ಟೊಂದು ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನವರಾಗಿರಬಹುದೆಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ! ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ವಿಧೇಯ ರಾಗಿದ್ದರು. ಅವರು ಕಬ್ಬನ್ ಪಾರ್ಕ್‌ಗೆ ಹೋಗಿ ಅವರಿಗೆ ಕಾಯಲು ಆದೇಶಿಸಿದ್ದ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದರು. ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದು ಅವರನ್ನು ಖಾಸಗಿ ವಿಮಾನವೊಂದರಲ್ಲಿ ಹಾಂಗೆ ಕಾಂಗೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ದರು. ಅಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬಂದು ಅವರನ್ನು ದೋಣಿಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ದರು. ನಂತರ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ನಡೆದು ಮರಗಿಡಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದ ಕಣಿವೆಯೊಂದನ್ನು ತಲುಪಿದರು. ಅಲ್ಲಿ ಒಂದು ಗುಹೆ ಇತ್ತು. ಆ ಗುಹೆ ಮತ್ತೊಂದು ಕಡೆಗೆ ತೆರೆದುಕೊಂಡಿತ್ತು. ಅವರು ಗುಹೆಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಮತ್ತೊಂದು ಕಡೆಯಿಂದ ಹೊರಬಂದರು. ಅಲ್ಲಿ ಜನರನ್ನು ಮತ್ತು ಕಟ್ಟಡಗಳನ್ನು ಕಂಡು ಆಶ್ಚರ್ಯಗೊಂಡರು. ಅಲ್ಲಿ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು, ಮಹಾಭಾರತ ಕಾಲದ ಮಹಾನ್ ಕೃಪಾಚಾರ್ಯರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದರು! ಅವರು ನಲವತ್ತು ವಯಸ್ಸಿನವರಂತೆ ಕಂಡರು! ಇದು ಅದ್ಭುತ

ಕಥೆಯಂತೆ ಅಥವಾ ಜೇಮ್ಸ್ ಬಾಂಡ್ ಚಿತ್ರದ ಒಂದು ಸನ್ನಿವೇಷದಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇದು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ನಿಜ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಿತು. ಅವರ ಮಹತ್ವ ಎಷ್ಟೊಂದು ಇತ್ತು, ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಜೀವನ ಅಂತಹ ಎದೆಗಾರಿಕೆಯ ಮತ್ತು ಅಪಾಯಕಾರಿ ಸಾಹಸ ಕಾರ್ಯಗಳಿಂದ ತುಂಬಿತ್ತು. ಅವರು ಹೇಗಿದ್ದರೂ ಋಷಿಗಳ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರು. ಅವರನ್ನು ಕಲ್ಪಿ ದೇವರು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಭೇಟಿಯಾದುದನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ! ಅವರಿಗಾಗಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷನಾಗುತ್ತಿದ್ದ!

ನಾವು ಅಂತಹ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಮಹಾತ್ಮರೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ನಾವೆಷ್ಟು ಭಾಗ್ಯವಂತರು! ಹಾಗಿದ್ದರೂ, 'ಅವರು ವಿನಯವೇ ಮೂರ್ತಿ ವೆತ್ತಂಡಿದ್ದರು,' ಎಂದು ಗುರುಜಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಋಷಿಗಳಿಗಾಗಿ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಕೆಲಸಮಾಡಲು ಯಾವಾಗಲೂ ಅವರನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು.

ಮತ್ತೊಂದು ಘಟನೆಯನ್ನು ಹೇಳಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಅದು ಅಪಾರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಹತ್ವವಿದ್ದ ಬಹು ದೊಡ್ಡ ಗಾತ್ರದ ಒಂದು ವಜ್ರದ ಬಗ್ಗೆ. ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಭೂಮಿಯ ಆಳದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಇಡಲಾಗಿತ್ತು. ಊಹಿಸಲಾರದಷ್ಟು ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿದ್ದ ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಕರೆಸಲಾಯಿತು. ಅವರು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೂ ಭೂಮಿಯ ಆಳದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಆ ವಜ್ರ ಅಲುಗಾಡಲಿಲ್ಲ. ನಂತರ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಸಹಾಯ ಕೋರಲಾಯಿತು. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಗೆ ಊಹಿಸಲಾರದಷ್ಟು ಶಕ್ತಿಗಳಿದ್ದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ, ಅವರು ಸುಲಭವಾಗಿ ಆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಹುದಿತ್ತು. ಆದರೆ ಅವರದು ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಮಾರ್ಗೋಪಾಯಗಳು. ಅವರು ಭೂದೇವಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದರು. ಅವರ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗೆ ಭೂದೇವಿ ಹೇಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿದಳೆನ್ನುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರವಾಗಿದೆ! ಭೂತಾಯಿಯು ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಭೂಕಂಪವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದಳು! ಅದು ಯಾವುದೇ ಆಸ್ತಿ ಅಥವಾ ಜನರಿಗೆ ಹಾನಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡಲಿಲ್ಲ! ಮಲ್ಲೇಶ್ವರದಲ್ಲಿ ವಾಸವಾಗಿದ್ದ ಜನರಿಗೆ ಕಂಪನದ ಅನುಭವ ವಾಯಿತು. ಸಿಕ್ಕಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಸ್ಥಳದಿಂದ ವಜ್ರವು ಹೊರದೂಡಲ್ಪಟ್ಟಿತು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಭೂಮಾತೆ ಯಂತಹ ಉನ್ನತ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ಶಕ್ತಿಗಳಿರಬಹುದು ಎಂದು ನಾವು ಆಶ್ಚರ್ಯ ಪಡುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರ ಘಟನೆ ಇದಾಗಿದೆ.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟೊಂದು ಜ್ಞಾನವಿದ್ದರೂ ಕೂಡ, ಅಷ್ಟೊಂದು ದೈವೀ ವಿವೇಕವಿದ್ದರೂ ಕೂಡ, ಅವರು ತಮ್ಮ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ಮೇಲೆ ಹೇರಲಿಲ್ಲವೆಂದು ಗುರುಜಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಎಂದಿಗೂ ವಾದ

ಮಾಡಲಿಲ್ಲ, ಬೇರೆಯವರ ವಿಚಾರ ಧಾರೆಯನ್ನು ತಡೆಯಲಿಲ್ಲ... ಅವು ತಪ್ಪಾಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡ. ಅವರು ಎಂದಿಗೂ ಯಾರನ್ನು ಕೂಡ ಖಂಡಿಸಲಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಅವರ ದೋಷಪೂರಿತ ವಿಚಾರಧಾರೆಯನ್ನೂ ಖಂಡಿಸಲಿಲ್ಲ. ಗುರುಜಿಯವರು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಂತೆಯೇ ಇದ್ದುದನ್ನು ನಾನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಇಂಥ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಾವು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಯೋಚಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ಇತರರನ್ನು ಎಷ್ಟೊಂದು ಸುಲಭವಾಗಿ ಜಡ್ಡು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಖಂಡಿಸುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನುವುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಅದು ಹೇಗೋ, ಅವರಲ್ಲಿನ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುವ ಬದಲು ಸುಲಭವಾಗಿ ಅವರ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತೇವೆ.

ನಾವು ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಮತ್ತು ಗುರುವಿನ ಎಲ್ಲ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನೂ ಪಾಲಿಸಿದರೆ, ಎಲ್ಲಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿಗಳನ್ನೂ, ಅತ್ಯುನ್ನತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿಯನ್ನು ಕೂಡಾ ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿಯೇ ಸಾಧಿಸಬಹುದೆಂದು ಗುರುಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದಕ್ಕೆ ಅಮರರವರು ಜೀವಂತ ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿದ್ದರು.

ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳು ವಿರೂಪ ಗೊಂಡಿದ್ದು ದುರದೃಷ್ಟಿ. ವಿರೂಪಗೊಳಿಸುವುದನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದು ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಮಾಸ್ಪರ್‌ಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ, ನಿಧಾನವಾಗಿ ಈ ವಿರೂಪಗಳನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆದಂತೆ ಎಲ್ಲ ವಿರೂಪಗಳನ್ನೂ ತೊಡೆದುಹಾಕಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈಗ ನಾವು ನೋಡುತ್ತಿರುವ ಹಿಂಸಾಚಾರ ಮತ್ತು ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರಗಳು ಕೂಡ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಗುರುಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು, "ಇದು ಮೂರ್ಖರ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲ. ಇದು ಬುದ್ಧಿವಂತರ ನಿರೀಕ್ಷೆ, ಮುಂದೆ ಬೆಳಕು ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತದೆ." ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಇಂತಹ ಆಶಾಭಾವನೆಯನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಮೂಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಮೂರ್ಖರ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲವೆಂದು ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನವು ಸಾಬೀತು ಪಡಿಸಿದೆ.

ಮಾಸ್ಪರ್‌ರನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದಾಗಲೇ, ಅವರ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಆಚರಣೆಗೆ ತಂದಾಗಲೇ ಅದು ನಿಜವಾದ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ, ಎಂದು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ದೇವರ ದಯೆ, ಗುರುಜಿಯವರು ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಇಷ್ಟೊಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನಮಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಪೂಜೆ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ, ಆರತಿ ಬೆಳಗುತ್ತಿಲ್ಲ ... ನಾವು ಮಾಸ್ಪರ್‌ಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ, ಅವರು ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿದ್ದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

6ನೇ ಪುಟದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿದಿದೆ

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 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 ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ 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.

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 ಸದ್ವಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇನಾಟಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಾಧನೆ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲ ಕರಗಿಹೋಗುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಅನುಭವಗಳಾಗುತ್ತವೆ. 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 ಅದರಿಂದ ತಲೆಕೆಡಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ಓಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬಾರದು. ಅವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ ಇರುವುದು ಉತ್ತಮ. ಬೇರೆ ದಾರಿಯೇ ಇಲ್ಲ.

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ಕೆ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

5ನೇ ಪುಟದಿಂದ ಮುಂದುವರಿದಿದೆ..

ಜೀವನವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬದುಕುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿರುವುದಕ್ಕೆ ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು, "ನಾವು ಲೌಕಿಕ ಗುರಿಗಳು ಅಥವಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿಗಳ ಹಿಂದೆ ಮಾತ್ರವೇ ಹೋಗಬಾರದು. ನಾವು ಹಣವನ್ನು ಅಗೌರವಿಸಬಾರದು. ಲೌಕಿಕ ಬದುಕನ್ನು ಅಗೌರವಿಸಬಾರದು, ಆದರೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಅವುಗಳ ಹಿಂದೆ ಹೋಗಬೇಡಿ." ಲೌಕಿಕ ಅನುಕೂಲತೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು ಪಾಪವೇನಲ್ಲ. ಅದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾದುದಲ್ಲ. ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ, "ನಿಮಗೆ ವಿಮಾನವನ್ನು ಖರೀದಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯಿದ್ದರೆ, ನಿಮಗೆ ಅದರ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಅದನ್ನು ಖರೀದಿಸಲು ಮುಂದಾಗಬಹುದು, ಅದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಗೆ ವಿರುದ್ಧವಲ್ಲ."

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕೆಲವು ಮಾರ್ಗಗಳು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವಾತನಾಡುತ್ತಾರೆ, ನಮಗದು ಅರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಬಹಳ ಪ್ರಾಕ್ಟಿಕಲ್ ಆಗಿ ವಿವರಿಸಿದರು. ಬೇರೆ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು, ಅತಿ ಮೇಲ್ಮಟ್ಟದ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಜನರು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಈ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ವಾಸಮಾಡುತ್ತಿರುವ ನಾವು ಮೇಲ್ಮಟ್ಟದ ಸತ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲಾರವು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಇಲ್ಲಿನ ಬದುಕಿಗೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರವು. ಅದು ಕಷ್ಟ. ಆದರೆ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಈ ಅಂತರಕ್ಕೆ ಸೇರುವುದಾದರು. ಗುರೂಜಿಯವರು ಕೊಟ್ಟ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಉದಾಹರಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಇದನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತೇನೆ. ಈ ಹಿಂದೆ ಅನೇಕ ಮಾರ್ಗಗಳು ಈ ಪ್ರಪಂಚ ಒಂದು ಭ್ರಮೆ, ಮಾಯೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು, ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಈ ಪ್ರಪಂಚ ಒಂದು ಮಾಯೆ ಎಂದು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಈ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಇಳಿದು ಬಂದಾಗ, ಅದೇ ಜೀವನ, ಈ ಮಾನವ ಜೀವನ ಬಹಳ ವಾಸ್ತವವಾಗಿದೆ. ಅದು ಮಾಯೆಯಲ್ಲ, ಭ್ರಮೆಯಲ್ಲ. ಅದೊಂದು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಅಸ್ತಿತ್ವವೇ ಆಗಿರಬಹುದು, ಆದರೆದು ವಾಸ್ತವ. ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು, "ನಿಮಗೆ ಹಸಿವಾದಾಗ ವಾಸ್ತವದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ." ನಾವು ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಬಹಳ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಮನೋಜ್ಞವಾಗಿ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಯೋಚಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಭಾವಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಬದುಕುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮುಖವಾದುದು ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾವು ಬಹಳ ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿ, ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಬಹುದು, ಆದರೆ ನಾವು ಹೇಗೆ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಬದುಕುತ್ತೇವೆ, ಅವರೊಂದಿಗೆ ಹೇಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನುವುದು ನಾವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿದ್ದೇವೆಯೇ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತದೆ.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಮತ್ತೊಂದು ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರ

ವಿಷಯವನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ್ದರು. ದೇವರು ಮಾತ್ರವೇ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಉಳಿಯುವ ಸಂಬಂಧಿ! ಬೇರೆಲ್ಲಾ ಸಂಬಂಧಗಳು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ. ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಉಳಿಯುವ ಏಕೈಕ ಶಾಶ್ವತ ಸಂಬಂಧಿಯೆಂದರೆ ದೇವರು ಮಾತ್ರವೇ ಎಂಬ ವಾಸ್ತವವನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ನಮಗೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಅವನು ಯಾವಾಗಲೂ ನಮ್ಮೊಂದಿಗಿರುತ್ತಾನೆ. ನಾವು ಒಬ್ಬಂಟಿಗರೆಂದು ಯೋಚಿಸಿದಾಗಲೂ ಅಥವಾ ಭಾವಿಸಿದಾಗಲೂ, ಶಾಶ್ವತ ಸಂಗಾತಿಯಾಗಿ ಅವನು ನಮ್ಮೊಂದಿಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಶಾಶ್ವತ ಸಂಗಾತಿಯೆಂದರೆ ಗುರು, ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ನಾವಾಗಿಯೇ ಗುರುವನ್ನು ಬಿಡಲು ತೀರ್ಮಾನಿಸುವವರೆಗೂ ನಾವು ಭೇಟಿಯಾಗುತ್ತೇವೆ ಇರುತ್ತೇವೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜನ್ಮದಲ್ಲಿಯೂ ಸಂಧಿಸುವುದಾಗಿ ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು.

"ನಾವು ಅವರನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ", ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಮುಂದುವರೆದು ಹೇಳಿದರು. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಿಜ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ನಾನು ಕೂಡ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅದು ನಮಗೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಗಮನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ, ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಅದೇ ಅವರನ್ನು 'ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ'ರನ್ನಾಗಿಸಿರುವುದು, ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಶಾಶ್ವತರು. ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ನಮ್ಮೊಂದಿಗಿದ್ದಾರೆ.

ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ ದಿನದಂದು, ದಶಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಮಾಡಿದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಗೆ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿ ಅರ್ಪಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವಾಗಿರಬೇಕು. ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸದ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗಿರುವ ಪ್ರೀತಿ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ, ಬದ್ಧತೆಯಿಂದಾಗಿ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಗೆ ಸಂತೋಷವಾಗಿರಬೇಕು. ಅವರಿಗೆ ಉತ್ತೇಜನ ಎಲ್ಲಿಂದ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅನೇಕಬಾರಿ ಆಶ್ಚರ್ಯಪಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ. ಅದು, ಅವರಿಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರ ಮೇಲಿರುವ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬದ್ಧತೆಯಿಂದ ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆಯಾದರೂ ಆಶ್ಚರ್ಯಚಕಿತನಾಗುತ್ತೇನೆ. ಈ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾದ ಉತ್ಸಾಹಭರಿತ ಪ್ರಯತ್ನವು ನನ್ನನ್ನು ವಿನೀತನನ್ನಾಗಿಸಿದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಈ ಅದ್ಭುತ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರುಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್‌ಗಳಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತೇನೆ. ಹಾಗೂ ಈ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿರುವ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು, ಹಾಗೂ ಈ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಶುದ್ಧವಾಗಿಟ್ಟು ಸುಂದರವಾಗಿ ಅಲಂಕರಿಸಿ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಒಂದು ಸುಂದರ ಅನುಭವವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಿರುವ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರುಗಳಿಗೂ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತೇನೆ. ಈ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬೆಂಬಲವಾಗಿ ನಿಂತಿರುವ ನಿಮಗಲ್ಲರಿಗೂ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತೇನೆ. ಧನ್ಯವಾದಗಳು. ■

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ರಾತ್ರಿ ಮಾಡುವ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ, ದಿನದ ಬೆಳಕಿನ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮಾಡುವ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಹಜವಾದುದೇ?

ಉ: ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದ ಬೆಳಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಕಣ್ಣಿನಿಂದ ನೋಡಲಾಗದ ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಬೆಳಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಇದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದ ನೀವು ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಿರಿ ಎನ್ನುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ನಾನು ಅಮೇರಿಕಾ ದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ನಾನು ಯಾವ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಮುಖ ಮಾಡಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು? ಅಮೇರಿಕಾ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಹಿಮಾಲಯ ಪರ್ವತ ಉತ್ತರ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಇರದೇ ಬೇರೆ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ.

ಉ: ಅಯಸ್ಕಾಂತೀಯ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗುವಂತೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಉತ್ತರ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಮುಖ ಮಾಡಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ, ಹಾಗೂ ನಮಗೆ ಹಿಮಾಲಯ ಕೂಡ ಉತ್ತರ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿದೆ. ಹಿಮಾಲಯದ ಒಂದು ರಹಸ್ಯ ಮೂಲದಿಂದ ನಾವು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದ ನಾವು ಉತ್ತರ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಮುಖ ಮಾಡಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಅಮೇರಿಕದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಬೇರೆಲ್ಲಾದರೂ ಇರುವಾಗ ಭೂಮಿಯ ಅಯಸ್ಕಾಂತೀಯ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗುವಂತೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಉತ್ತರ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ಮುಖ ಮಾಡಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಪ್ರ: ನಾನೀಗ ಬಲವಂತದಿಂದ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಆದರೆ ಮುಂಚೆ ಹೀಗಿರಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಸರಿಯಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಈಗ ನನಗೆ ಧ್ಯಾನ ಸಂತೋಷವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ನಾನು ಸುಮ್ಮನೆ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ ಅಷ್ಟೆ. ಇದಕ್ಕೆ ನಾನೇನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಉ: ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವಂತೆ, ಸಾಧನದಲ್ಲಿ ಏನು ಪೇರುಗಳು ಸಹಜ. ಈ ಏನು ಪೇರುಗಳನ್ನು ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅದು ದೇವರ ಜೊತೆಗೆ ಒಂದು ಸಮಯವನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸಿಕೊಂಡಂತೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ಅವನನ್ನು ಕಾಣುವ ತವಕದಿಂದಿದ್ದು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಅವನನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಗಾಢವಾದ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.

ಪ್ರ: ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಲ್ಲಿಸಲಿ? ಥಟ್ಟನೆಯೇ ಅಥವಾ ನಿಧಾನವಾಗಿ

ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕವೋ?

ಉ: ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬಹುದು. ನಾವು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆರೆದಾಗ ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಈ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ತರುತ್ತೇವೆ ಅಷ್ಟೆ. ನಾವು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆರೆದಾಗಲೂ ಬೆಳಕು ಚಾನಲ್ ಆಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಗುರುಜಿಯವರು ಹೇಳಿರುವಂತೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತರ ದಿದ್ಯಾಗಲೂ ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಹರಿಯುತ್ತಿರುವ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿರಬಹುದು.

ಪ್ರ: ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ, ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ತೊರೆದು ಕೇವಲ ಸಾಧನಯನ್ನಷ್ಟೇ ಬಿನ್ನಟ್ಟುವುದು ಸರಿಯೇ?

ಉ: ಗುರುಜಿ ಎಂದಿಗೂ ಇದನ್ನು ಅನುಮೋದಿಸಲಿಲ್ಲ. ಈ ರೀತಿ ಮಾಡಿದರೆ ನಾವು ಜೀವನದಿಂದ ಓಡಿ ಹೋದಂತೆ. ಬದುಕು ಕೂಡ ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ. ವಾಸ್ತವ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ, ನಾವು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿರುವ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶವೇ ಈ ಜೀವನವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬದುಕುವುದಕ್ಕಾಗಿ. ಸಮರ್ಪಕ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯುತ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸಾಧನ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಮತ್ತು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳಿಸಲು ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಜೀವನ ಒಂದು ಅವಕಾಶ.

ಪ್ರ: ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ಉತ್ತಮ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ನಾನು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಉ: ಇಂಥ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಗುರುಜಿಯವರು ಏನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರೋ ಅದನ್ನು ಮಾತ್ರವೇ ನಾನು ಪುನಃ ಹೇಳಬಲ್ಲೆ. ನಮಗೆ ಉತ್ತಮ ನಡವಳಿಕೆ ಅಸಾಧ್ಯವೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತೇವೆ. ವಾಸ್ತವ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ ನಮಗೆ ಉತ್ತಮ ನಡವಳಿಕೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಸಾಧ್ಯ. ಅದು ಹೇಗೋ ನಾವು ನಮ್ಮ ನಿಜ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನೇ ಮರೆತಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ದೇವರ ಭಾಗವಾಗಿದ್ದೇವೆನ್ನುವುದನ್ನು ಮರೆತಿದ್ದೇವೆ. ಪ್ರೀತಿಯ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ನಮಗಿದೆ. ಕೆಲವು ವೇಳೆ ನಮಗೆ ನಾವೇ ಕಠಿಣವಾಗಿ ನಿಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮಿಂದ ಬಹಳಷ್ಟನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆತ್ಮವ ಲೋಕನ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಇರುವ ನ್ಯೂನತೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳುವುದು ಕೂಡ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ತಪ್ಪೆಂದು ಅರಿವಾಗಿ ರುವುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ದೂರ ಎಸೆದು ನಾವು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ■

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 & 4	each 200/-
Thus Spoke Gurujii Krishnananda - Vol 2 & 3	each 250/-
ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ - ಭಾಗ 2	150/-
ಗುರು-ಶಿಷ್ಯ ಸಂಭಾಷಣೆ	60/-
ಐ-ಗುರುಜಿ ಭಾಗ 1	150/-
ಐ-ಗುರುಜಿ ಭಾಗ 2	120/-
ಪೊಸ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳು	120/-
ಉನ್ನತ ಸಂಪರ್ಕಗಳು	100/-
ಅನಿಸಿಕೆಗಳು	120/-
ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ	50/-
ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ	50/-
ಆತ್ಮದ ಅವಲೋಕನ	50/-
ಶಂಬಲ ನಿರೂಪಣೆ ಅಭ್ಯಾಸ	50/-
ಆಧುನಿಕ ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನದ ಅತಿಂದ್ರಿಯ ಸಾಹಸಗಳು	50/-
ಗುರುಜಿ ನಾ ಕಂಡಂತೆ	30/-
ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು	10/-
ಬೆಳಕು	10/-
ದೈವಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ	250/-
ಕಾವ್ಯಕಂಠ ವಿಸ್ತೃತ ಗಣಪತಿ ಮುನಿಗಳು	100/-
ಆನೇಕಲಿನ್ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	120/-
ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು	100/-
ಪ್ರಕಾಶವಾಡ (Marathi)	150/-
ಆಯ್ಗುರುಜಿ (Marathi)	100/-
ಧ್ಯಾನ ಕಸೇ ಕಾವೇ (Marathi)	50/-
ಧ್ಯಾನಯೋಗ (Marathi)	50/-
ಆನ್ಮಾಚಿ ಪೃಥಿವಿರ ಅವತರಣ (Marathi)	50/-
ಶಾಂಭಲಾ ತತ್ವಾಚಿ ಅಭ್ಯಾಸ (Marathi)	50/-
ಏಕಾ ಆಧುನಿಕ ಋಷಿಚಿ	50/-
ಸ್ಮರಣಮಯಾಲಿಲ ಪರಾಕ್ರಮ (Marathi)	50/-
ಪ್ರಕಾಶಮಯ ಜೀವನ (Marathi)	10/-
ಪ್ರಕಾಶ (Marathi)	10/-
ಉಚ್ಚಸ್ತರೀಯ ಸಂವಾದ ಆಗಿ ಇತರ ಸತ್ಯ (Marathi)	100/-
ಗುರು-ಶಿಷ್ಯ ಸಂವಾದ (Marathi)	60/-
ಧ್ಯಾನ ಕೇಸೆ ಕೇ (Hindi)	50/-
ಧ್ಯಾನ-ಯೋಗ (Hindi)	50/-
ಪ್ರಕಾಶ (Hindi)	10/-
ಪ್ರಕಾಶಮಯ ಜೀವನ (Hindi)	10/-
ಪ್ರಕಾಶಾ ಕಿ ಆರ (Hindi)	150/-
ಆನ್ಮಾ ಕಾ ಅವತರಣ (Hindi)	50/-
ಶ್ರೀಯಾಣಾಂ ಶಿಷ್ಯಲಕ್ಷ್ಮಿ ಉಪದೇಶ	50/-
ಊಣಿಯಿನ್ ಖಾಯಿಲಿಂಕನ್	200/-
ಶ್ರೀಯಾಣಾ ಯೋಗಕುಲ	50/-
ಆತ್ಮತರಂಗಿಣಿ ಅಖಿಲೋಕಾಣಾಂ	50/-
ಋಷಿಣಿ ಗಿಣಿ ಉಗ್ರವಾಗಿನ್ ಕ್ರಿಯಾ ಸಾಕುಶಂಕನ್	50/-
ಸಂಪದಲಾ ಶ್ರೀಯಾಣಾಂಕಿಣಿ ಅಪ್ರಿಯಾಸಂಕನ್	50/-
ಧ್ಯಾನಂ ವೈಯುಡಂ ಎಲ್	50/-
ಕಾಂತಿಕಿ ದ್ವಾರಮುಲ	100/-



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦)

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 ಅಮರಗೆ ಇಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು 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 ಶೋಕಗಳು, ಶುಚಿತ್ವ, ಹಾಡುಗಳು, ಸಾಮಾನ್ಯಜ್ಞಾನ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಕಲಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಕಥೆಗಾಂಕೆ, 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

ಉಪಯೋಗಿಸಿದ ಹಲ್ಲುಜ್ಜುವ ಬ್ರಷ್, ಬಟ್ಟೆಗಳು ಮತ್ತು ಹಳೆಯ ವಿದ್ಯುತ್ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಬೀಸಾಡುವ ಮೊದಲು ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಬೇಕೆನ್ನುವುದು. ಅವುಗಳೊಡನಿದ್ದ ದೈವಿಕ ಸಂಬಂಧ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವದನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಹತ್ತಿರದವರಿಗೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ತೋರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅವುಗಳ ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಬಳಕೆಯ ನಂತರ ಹೊರಹಾಕುತ್ತಿರುವುವಾಗ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ನನ್ನ ಹೃದಯ ತುಂಬಿಬಂದು ಅವುಗಳಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.

- ರಾಜೇಂದ್ರ ರಂಗೇಶ್ಕರ್

ಸಂದರ್ಭಗಳು ಸರಿಯಿಲ್ಲವೆನ್ನಿಸಿದರೂ ಅಲ್ಲಿನ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾಗವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನ ಗೋಣಗಾಟದ ಸ್ವಭಾವ ಬಹಳಷ್ಟು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ.

- ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ ಆರ್

ದಿನಪೂರ್ತಿ, ಅತ್ಯಂತ ಆಳವಾದ ನಿಶ್ಚಲತೆ ಹಾಗೂ ಆಳವಾದ ಮತ್ತು ಸಮೃದ್ಧವಾದ ಆಂತರಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಈ ಅನುಭವ ಅತ್ಯಂತ ಸುಂದರವಾಗಿದ್ದು ಅದನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಇಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ನಾನು ಮೌನವಾಗಿರಲು ಇಷ್ಟ ಪಡುತ್ತೇನೆ. ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಮಾತನಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಜನಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಇದ್ದಾಗ ಮೌನವಾಗಿ ಅವರನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೇಳಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ. ಇದು ನನ್ನಲ್ಲಾಗಿರುವ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಬದಲಾವಣೆ.

- ವಿದ್ಯಾ ವೀರ್ಕರ್

ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಶಾಂತಳಾಗಿದ್ದು ಸುಲಭವಾಗಿ ಬದುಕಿನೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತೇನೆ. ಅನಾವಶ್ಯಕ ವಾದವಿವಾದಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಇಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ಮಾಡುವ ಬೇರೆಯವರ ಬಗ್ಗೆ ಅನುಕಂಪ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಈಗ ನನ್ನ ತೀರ್ಮಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅರಿವುಂಟಾಗಿದೆ.

- ಪ್ರತಿಭಾ ಪಟೇಲ್

ನಾನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಸೌಹಾರ್ದತೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಪ್ರೀತಿಯ ಮೂಲಕ ಜನರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತೇನೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ನನ್ನ ಬದುಕು ಹೆಚ್ಚು ಚೇತನದಿಂದ ಕೂಡಿದೆ.

- ಸುಲೋಚನಾ ರಾಮಸ್ವಾಮಿ

ಯಾವುದೇ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅನುಭವವಾದ ಕೂಡಲೇ, ನನ್ನನ್ನು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಪ್ರತಿ ಸಲವೂ ಇದು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

- ಅಲಸ್ಟೇರ್ ಸ್ಪಬ್ಲೆ

ಈಗ ನಾನು ಬೇರೆಯವರ ದೈವಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ನೋವನ್ನು ಅರಿಯುವಷ್ಟು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಸ್ವಭಾವದವನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಪಡೆದಂತಾಗಿ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಏನೋ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

- ಜಸ್ಟೀಸ್ ಕೌರ್

ಯೋಗಾಸನ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ, ಅನೇಕ ಸಲ ಸುಸ್ವಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಪೂರಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವಂತೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕು ಅನುಗ್ರಹಿಸುತ್ತದೆ! ಅದೊಂದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಷ್ಟೆ. ತೀವ್ರತೆ ಏನೂ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಬೆಳಕು ಅನುಗ್ರಹಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದೇ ವಿನೋದವೆನಿಸುತ್ತದೆ!

ಯಾರಿಂದಲೇ ಆದರೂ ಸಹಾಯ ಪಡೆದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಕೃತಜ್ಞನಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ಈಗ ಅದರ ಭಾವ ಅತ್ಯಂತ ಆಳವಾಗಿದೆ.

- ನಿಖಿಲ್ ಗಾಂಧಿ

ಸೆಲ್ಯುಲಾರ್ ಹೀಲಿಂಗ್ ಕೋರ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ, ಮೊದಲಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್, ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ನಂತರ 20 ವರ್ಷಗಳಿಂದಲೂ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕೋರ್ಸ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದೆ. ನನಗೇ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಕೇವಲ ಒಂದು ವಾರದೊಳಗೆ ನನ್ನ ಮೇದೋಜೀರಕಾಂಗ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಇನ್ನಲಿನ್ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇಲ್ಲದಂತಾಗಿದೆ. ಈಗ ಮಾತೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಸುಮಾರು 15 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಇನ್ನಲಿನ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ಈ ಬದಲಾವಣೆಯಿಂದ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ. ನನಗೆ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ಕಲಿಸಿದ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ಗೆ ಇದರ ಗೌರವ ಸಲ್ಲುತ್ತದೆ.

- ನಸ್ರೀನ್ ಬೇಗಂ

ಎಲ್ಲಾ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲೂ ಈಗ ನಾನು ಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ಕ್ಷಿಪ್ರ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ದಯೆ ತೋರಿದ ಭಗವಂತನಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ. ಈಗ ನಾನು, ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನನ್ನ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನವರ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುತ್ತೇನೆ.

- ಪ್ರಶಾಂತ್ ಸಿ

ಪ್ರತಿನಿತ್ಯದ ಧ್ಯಾನ ನನಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದೆ. ಯಾವಾಗಲೂ ನನಗೆ ದೈವೀ ಶಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಆವಿವಿದೆ. ಈಗ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಧೈರ್ಯವಂತಳಾಗಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿದೆ. ಇದು ಗುರೂಜಿಯವರ ಕೃಪೆ.

- ಕಲಾವತಿ ರವಿಕುಮಾರ್

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 : ಆರ್ಟ್ ಪ್ರಿಂಟ್, 719/ ಎ, ವೆಸ್ಟ್ ಆಫ್ ಕಾರ್ಡ್ ರೋಡ್, 2ನೇ ಸ್ಟೇಜ್, ರಾಜಾಜಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-560086. ಫೋನ್: 23359992

ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ