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.
- ★ ದೇವರು ನಮ್ಮ ಗುರು ; ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಗಳು

ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂಪುಟ 17 ಸಂಚಿಕೆ 08 ಆಗಸ್ಟ್ 2020 ರೂ.25

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಜನವರಿ 2006ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ನಾನು ಒಂದು ದಿನ ಚಿಟ್ಟೆಯೊಂದು ಹೂವಿನ ಮೇಲೆ ಹಾರಾಡುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಿದೆ. ಮತ್ತೊಂದು ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಅದು ಹಾರಿ ಹೋಯಿತು.

ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ವಿಶ್ವ ತನ್ನ ತೋಳುಗಳನ್ನು ಚಾಚಿತು, ಹೊಸ ಆಯಾಮಗಳು ಕರೆಯತೊಡಗಿದ್ದವು. ಅಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಬೆಳಕುಗಳು ಮತ್ತು ರೆಕ್ಕೆಗಳಿದ್ದವು. ನನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ವಿಷಯ ಉನ್ನತ ದನಿಯೊಂದಿಗೆ ವಿಸ್ತಾರಗೊಂಡಿತು. ಆ ಕ್ಷಣಿಕ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ನಾನು ನರ್ತಿಸಿದೆ, ಅತ್ತೆ, ಸಾವಿರ ರೆಕ್ಕೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಹಾರಾಡಿದೆ. ನಾನು ಸಾವಿರ ಕನಸುಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಾವಿರ ಬಾಳನ್ನು ಬಾಳಿದೆ. ದೇವರ ಸಾಂತ್ವನಗೊಳಿಸುವ ಸಾವಿರ ತೋಳುಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಪರಮಾನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜೀವಮಾನಗಳ ನನ್ನ ಅನ್ವೇಷಣೆ ಸಾರ್ಥಕವಾದ ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಸಾಯುವ ಬಯಕೆಯಾಗಿತ್ತು.

ಆ ಚಿಟ್ಟೆಯಂತೆ 2005ರ ಇಸವಿ ಹಾರಿಹೋಯಿತು, ಆಗಲೇ ಮತ್ತೊಂದು ಬಂದಾಯಿತು. ಅದು ಯಾವ ಕನಸುಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತಿದೆಯೋ.

2005ರಲ್ಲಿ ನಾನು ಎಷ್ಟೊಂದು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ನನಗೆ ಸ್ವಲ್ಪವೇ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಚಿಟ್ಟೆಗಳು ಮತ್ತು ಕನಸುಗಳು ಇರುವವರೆಗೆ ನನಗೆ ಅದರ ಚಿಂತೆಯಿಲ್ಲ. ನಾನು ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಕನಸುಗಳನ್ನು ನನಸಾಗಿಸುತ್ತೇನೆ ಹಾಗೂ ಅನೇಕ ಕನಸುಗಳನ್ನು ಇತರ ಜ್ಯೋತಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ಮುಂದುವರೆಸಲು ಬಿಟ್ಟುಹೋಗುತ್ತೇನೆ. ಕನಸು ಕಾಣುವುದು ನಿಲ್ಲುವವರೆಗೂ ಕೆಲಸ ನಿಲ್ಲುವುದಿಲ್ಲ. ದೇವರು ಮಾನವನ ಆತ್ಮದಲ್ಲಿ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಕನಸುಗಳ ಭಂಡಾರವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಅದು ಎಲ್ಲ ಮಾನವ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಮತ್ತು ಯಶಸ್ಸುಗಳ ಹಿಂದಿರುವ ಕೊಡುಗೆ ಹಾಗೂ ರಹಸ್ಯ; ಜೀವನದ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವಾದ ಹೋರಾಟಗಳು, ವೈಫಲ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಮೋಡಗಳು ಇದ್ದಾಗ್ಯೂ.

ಕನಸುಗಳು ಸಾಯುವುದಿಲ್ಲ. ಕನಸುಗಾರರು ಸಾಯಬಹುದು. ಆದರೆ ಒಬ್ಬ ಸತ್ತರೆ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಹುಟ್ಟುತ್ತಾನೆ. ಜೀವನ ಮುಂದೆ ಸಾಗುತ್ತದೆ. ವರ್ಷಗಳು ಉರುಳುತ್ತವೆ. ನಾವೂ ಮುಂದೆ ಸಾಗುತ್ತೇವೆ, ಜಡತ್ವ, ಅಪ್ರಯತ್ನ ಮತ್ತು ಅಪನಂಬಿಕೆ ಇದ್ದರೂ. ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ನಿದ್ರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ, ನಮಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ನಮ್ಮ ಗುರುಗಳು ಮತ್ತು ದೇವರ ಕಾಣದ ಕೈಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಂದಕ್ಕೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತವೆ.

ನಾವು ಚಿಟ್ಟೆಗಳು, ಕನಸುಗಳು ಮತ್ತು ದೇವರ ಕಾಣದ ಕೈಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವುಳ್ಳವರಾಗೋಣ.

ನಾವು ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಗರ್ಭವನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸುತ್ತ ಪ್ರವೇಶಿಸೋಣ, ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತೆ ಹುಟ್ಟಿಬರಲು.■

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

ಕೋವಿಡ್ ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಂಡು, ಸದ್ಯದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲೂ ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ.

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,
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) ಪ್ರಕಾಶ್‌ಮಾರ್ಗ (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.

Namaste. Due to the pandemic, Manasa Foundation will be keeping all the Meditation Halls, in Taponagara & Anekal, closed until further notice.
Our regular Meditators can attend the weekly Sunday Meditation Class via webcast.

We request Meditators to channel Light daily from their own residences, from 12:00 PM to 12:30 PM. Or at anytime as per their convenience.

The Meditation Classes in various Centres in Bengaluru remain cancelled.

Those who wish to learn Meditation may join the External Guidance course through Online or Email correspondence.

Please email your queries to info@lightagemasters.com or Call: 9900075280

ಸುದ್ದಿ–ಸೂಚನೆಗಳು

- ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ದಿನವನ್ನು ಈ ವರ್ಷದ ಆಗಸ್ಟ್ 30ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು. ಸದ್ಯದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಸುಧಾರಿಸಿ, ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಪಾಲುಗೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ನಾವು ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರನ್ನೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತೇವೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಪಾಲ್ಗೊಳುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೈಂಡ್ ಲಿಂಕ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ವೆಬ್–ಕಾಸ್ಟ್ ನೋಡುವ ಮೂಲಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಎಲ್ಲಾ ಕೇಂದ್ರದ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ರದ್ದುಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಪ್ರಸಕ್ತ ಕೋವಿಡ್ ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಂಡು, ಅದಕ್ಕೆ ಲಸಿಕೆ ಅಥವಾ ಔಷಧಿ ಲಭ್ಯವಾಗುವ ತನಕ, ಎಲ್ಲಾ ಕೇಂದ್ರಗಳ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಮಾರ್ಚ್ 2021ರ ತನಕ ನಡೆಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸಲಾಗಿದೆ. ಏಪ್ರಿಲ್ 2021ರಿಂದ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಪುನರಾರಂಭಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ, ಅಂದಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಗನುಗುಣವಾಗಿ ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗುವುದು.
- ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಎಲ್ಲಾ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಮುಂದಿನ ಸೂಚನೆಯವರೆಗೆ ರದ್ದುಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಭಾನುವಾರದ ತರಗತಿಗಳು ವೆಬ್–ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತವೆ.
- ತಪೋನಗರ ಕೇಂದ್ರದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನೊಳ ಗೊಂಡಂತೆ, ಎಲ್ಲಾ ಕೇಂದ್ರದ ನಿಯತ (ರೆಗ್ಯುಲರ್) ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ದೂರ ಕಲಿಕೆಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ (External Guidance) ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ವರ್ಗಾವಣೆ ಮಾಡಲು ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಏಪ್ರಿಲ್, ಮೇ, ಜೂನ್ ಹಾಗೂ ಜುಲೈ 2020ರ ತನಕ ಶುಲ್ಕ ಪಾವತಿಸಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ದೂರ ಕಲಿಕೆಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸ ಲಾಗುವುದು. ಹಾಗೂ ಆ ಎಲ್ಲಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮಾರ್ಚ್ 2021ರ ತನಕ ಮಾಸಿಕ ಶುಲ್ಕ ಪಾವತಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ದೂರ ಕಲಿಕೆಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಗಳನ್ನು ಸದ್ಯದಲ್ಲೇ ಬರೆದು ತಿಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇತರರು ವಿವರಗಳು ಬೇಕಾದಲ್ಲಿ, ಮಾನಸ ಕಛೇರಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

03	ಸೋಮ	ಪೂರ್ಣಿಮಾ
11	ಮಂಗಳ	ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿ
18	ಮಂಗಳ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
19	ಬುಧ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
21	ಶುಕ್ರ	ಗೌರಿ ಪೂಜೆ
22	ಶನಿ	ಗಣೇಶ ಪೂಜೆ
25	ಮಂಗಳ	ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ದಿನ
26	ಬುಧ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
28	ಶುಕ್ರ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
30	ಭಾನು	ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ
31	ಸೋಮ	ಅನಂತ ಪದ್ಮನಾಭ ಪೂಜೆ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಸದ್ಯದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ವೆಬ್ ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಮಾತ್ರವೇ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದು, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಸೇರುವ ಯಾವುದೇ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಭಾನುವಾರಗಳು	:ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ 12 ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ : ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1
11–08–2020	ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿಯ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1
30–08–2020	ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ವಿಶೇಷ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.30

ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿಯ ದಿನದ ಧ್ಯಾನದ ವಿಶೇಷ ತಂತ್ರ

ಒಂದು ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಗಾತ್ರದ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನ ಗೋಳ ಅಥವಾ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಮಾಡಿದ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನ ರೂಪವನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆ ಗೋಳ ಅಥವಾ ರೂಪವನ್ನು ಒಂದು ಬೆಳಕಿನ ಬಿಂದುವಾಗಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ. ನೀವು ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನ ಒಳಗಿರುವಂತೆ ಭಾವಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆತನ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ದಿನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಹೊತ್ತು ಬೇಕಾದರೂ, ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ಬೇಕಾದರೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು, ನಿಮ್ಮ ನಿಯತ ಧ್ಯಾನದ ಬದಲು, ಹತ್ತು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳಿಂದ ಬಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ನಮ್ಮ ಕಚೇರಿಯಲ್ಲಿ 3–4 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಇತ್ತು. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಸಲ ಕಂಪನಿಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದರೂ ಅವರಿಗೆ ಅದನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ಆಗಿರಲಿಲ್ಲ. 1ನೇ ಫೆಬ್ರವರಿಯಂದು, ಶಾಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನಾನು ಕಚೇರಿಗೆ ಹೋದೆ. ನಾನೇ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ. ಸಮಸ್ಯೆ ಬಗೆಹರಿಯಿತು ಮತ್ತು ಅದು ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು. ಈ ಸುಂದರ ಕೊಡುಗೆಗಾಗಿ, ಅಮರ ಮಹರ್ಷಿಯವರಿಗೆ, ನಮ್ಮ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಮತ್ತು ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಗೆ ನಾನು ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.

– ಸಾಮವೇದಮ್ ಪದ್ಮಶ್ರೀ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು.

ನಾನು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ನಾನು ಬೇರೆ ಯಾವುದೋ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಇದ್ದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಬಳಿಕ ಓದಿನ ಕಡೆ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು ಮತ್ತು ನನಗೆ ಯಾವುದೇ ತೊಂದರೆಗಳಿರಲಿಲ್ಲ.

– ಝುಹೀರ್ ಬಾಶಾ, 8ನೇ ತರಗತಿ. ಸರ್ಕಾರೀ ಪಿಯೂ ಕಾಲೇಜು (ಹೈ ಸ್ಕೂಲ್ ವಿಭಾಗ), ಕಡುಗೋಡ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತುಂಬಾ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುತ್ತದೆ. ಅದು ನನ್ನ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ.

– ರಮೇಶ್ ವಿ., 10ನೇ ತರಗತಿ, ಹೋಲಿ ಕ್ರಾಸ್ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಬಹಳ ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಏನು ಬೇಕಾದರೂ ಮಾಡಬಲ್ಲೆ ಎಂಬ ವಿಶ್ವಾಸವಿದೆ.

– ಪ್ರಿಯ, 10ನೇ ತರಗತಿ, ಮದಪತಿ ಹನುಮಂತ ರಾವ್ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಹೈ ಸ್ಕೂಲ್, ಹೈದರಾಬಾದ್

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ, ಬಂಗಾರದ ಕಮಲವೊಂದನ್ನು ನೋಡಿದೆ ಮತ್ತು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಆ ಕಮಲದ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿದ್ದ.

– ಸುಬಾನ್, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಆರ್‌ಎಲ್‌ಸಿಸಿ, ಚೆಲ್‌ಪಿಳ್ಳೆಯಾರ್ಕುಲಂ, ತಿರುನೆಲ್ವೇಲಿ ಜಿಲ್ಲೆ

ನಾನು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನಾನೀಗ ಗಣಿತದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ತಿ ಅಂಕವನ್ನು ಗಳಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

– ಸ್ವಪ್ನಿಲ್, 4ನೇ ತರಗತಿ, ಸರಸ್ವತಿ ಮಾಡೆಲ್ ಸ್ಕೂಲ್, ದ್ವಾರಕಾ

ನೂತನ ಸಹಜತೆ

ಕಾರ್ತಿಕ್ ಎನ್; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ವಿಭಿನ್ನ ಮಾಧ್ಯಮಗಳಾದ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಲೇಖನಗಳು, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮ, ದೂರದರ್ಶನ ಮತ್ತು ಜನರೊಡನೆ ಮಾಡುವ ಸಂಭಾಷಣೆಗಳಿಂದ ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆಂದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಕಳೆದ ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಭಾರಿ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಪಡೆದಿವೆ. ಹಿಂದೆ ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಕೋಚ ಪಡುತ್ತಿದ್ದು ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಗೌಪ್ಯತೆ ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು, ಹಾಗೆಯೇ ಮತ್ತೆ ಕೆಲವರು ತಾವು ಧ್ಯಾನಿಗಳೆಂದು ಹೆಮ್ಮೆಪಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಯುವ ಪೀಳಿಗೆ ಅದನ್ನು ಬೆಡಗಿನ ವಿಷಯವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದೆ. ಧ್ಯಾನದ ಜೊತೆ ಸಂಯೋಜಿಸಲಾದ ಈ ಗುರುತು ಪಟ್ಟಿಗಳು (label) ಈಗ ಕಳೆಗುಂದುತ್ತಿವೆ! ಈಗ ಧ್ಯಾನವು ಒಂದು ಸಹಜ ಚಟುವಟಿಕೆಯಾಗಿ ಕಂಡುಬಂದಿದೆ!

ಈ ಗ್ರಹದ ಮೇಲೆ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಅಲ್ಪಸಂಖ್ಯಾತರಾಗಿರುವುದು ಸತ್ಯವಾದರೂ, ಆ ಅಲ್ಪಮತವು ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತಿದೆ! ಧ್ಯಾನಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಈ ಶೀಘ್ರ ಗತಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವುದು ಉತ್ತಮವೇ ಹಾಗೂ ಈ ಸಮಸ್ತ ಗ್ರಹ ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲಾ ವರ್ಗದ ಜೀವಿಗಳ ಯೋಗಕ್ಷೇಮಕ್ಕಾಗಿ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ. ಸರಳ ರೂಪದ ಧ್ಯಾನಗಳು ಕೂಡ ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿದ್ದು, ಸಂವೇದನಾಶೀಲತೆ, ಸಮತೋಲನ ಮತ್ತು ಪ್ರೌಢತೆಗಳನ್ನು ತರುತ್ತವೆ. ಅವು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ. ಹಾಗೂ, ಧ್ಯಾನದ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿದ್ದಾರೆ; ಅವರ ಸಂಖ್ಯೆಯೂ ಕೂಡ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಅವರುಗಳು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಸ್ತರಗಳಿಂದ ಉನ್ನತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಕೆಳಗೆ ತರುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲ ಧ್ಯಾನಿಗಳಿಗೂ ಋಷಿಗಳಿಂದ ಹಾಗು ಬೆಳಕಿನ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಂದ ಮೌನವಾಗಿ ಸಹಾಯ ದೊರೆಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ತಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಅವತಾರಗಳಲ್ಲೂ, ಭೌತಿಕ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನವಕುಲವನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುವ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರು. ಅವರು ಹಲವಾರು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದರು, ಅವು ಅನೇಕ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ವಾಸ್ತವವಾಗುವುದಕ್ಕೆ ದಾರಿಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿವೆ. ಅವರು ಆರಂಭಿಸಿದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಶಕ್ತಿ ಗಳಿಸುತ್ತಿವೆ ಹಾಗು ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮಟ್ಟಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತಿವೆ.

ಅಮರರವರು ಧ್ಯಾನದ ವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೆಳಗೆ ತಂದು ನಮ್ಮ ಜೀವನಗಳಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಪೋಷಿಸಿದರು. ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಉತ್ತಮ ಹಾಗೂ ಉನ್ನತವಾದ ಜೀವನ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿತ್ತು. ಅವರ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ, "ಬೆಡಗಿನ ಚಟುವಟಿಕೆ" ಆಗಿದ್ದ ಧ್ಯಾನವು "ಜೀವನ ವಿಧಾನ"ವಾಗಿ ಪದವಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿದೆ.

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: ಸುಜಾತ ವಿ

ಮೇ 2006 (ಮುಂದುವರೆದದ್ದು)

ಮುಂದಿನ 25 ವರ್ಷಗಳಿಗೆ ಟಾರ್ಗೆಟ್‌ಗಳು: ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಋಷಿಗಳಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ನಗಬೇಡಿ. ನಾವು ಋಷಿಗಳಾಗಲೇ ಬೇಕು. ಅದು ಕಷ್ಟಕರವೇನಲ್ಲ. ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವುದೇನೆಂದರೆ, ನಮ್ಮನ್ನು ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಋಷಿಗಳಿಗೆ ನಾವು ಶರಣಾಗುವುದು ಅಷ್ಟೆ. ನಾವು ಎಂದಿಗೂ ಅವರನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸಬಾರದು, ಅವರನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ನಿರ್ಣಯಿಸಬಾರದು, ಮತ್ತು ಎಂದಿಗೂ ಅವರನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗಬಾರದು. ಈ ತರಹದ ಸರಳವಾದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಾವು ಅನುಸರಿಸೋಣ. ಇದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ, ನಾವು ಶರಣಾಗತರಾದರೆ ಸಾಕು, ನಾವು ಸುಮ್ಮನೆ ಅವರನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ ಸಾಕು. ಆದರೆ ಅವರನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸದಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. “ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡಬೇಡಿ,” ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳುತ್ತೇನಾದರೂ ನಾವು ಕೊನೆಯಿಲ್ಲದೆ ಮಾತಾಡುತ್ತೇವೆ. “ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಿ,” ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ ಆದರೂ ನಾವು ಅ–ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮಗೆ ಇದರ ಅರಿವಿದೆ, ನಮಗೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ ಎಲ್ಲ ಸರಳ ವಿಷಯಗಳು ‘ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ’ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ನಾವು ಎಲ್ಲ ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳನ್ನಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ನಿಯಮವನ್ನಾದರೂ ಅನುಸರಿಸಿದರೆ, 25 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಋಷಿಗಳಾಗುತ್ತೇವೆ! ನಾನು ಏನು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ನಾವು ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಬೇಕು. ‘ನಮಗೆ ಈ ಟಾರ್ಗೆಟ್‌ಗಳಷ್ಟೇ ಸಾಕು, ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ. ಒಂದು ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಕಟ್ಟಿ’. ನಾನು ಅಮರರವರ ಮಾತುಗಳನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದೇನೆಂದರೆ ನಾವು ಕಟ್ಟುವ ಸಮುದಾಯವನ್ನು ನೋಡಲು ಪ್ರಪಂಚದ ಬೇರೆಬೇರೆ ಭಾಗಗಳಿಂದ ಜನರು ಬರುತ್ತಾರೆ. ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ! ಅವರು ಬದುಕಿದ್ದಾಗ ಈ ಟಾರ್ಗೆಟ್‌ಗಳ ಬಗ್ಗೆಯೇ ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದುದು. ಅವರು ಈ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನನ್ನ ಹತ್ತಿರ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಆದರೆ, ಇದು ನನ್ನಂತಹ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಡಿ. ಇದು ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಜವಾಬ್ದಾರಿ. ನೀವೆಲ್ಲರು ಬೆಳೆಯಬಲ್ಲಿರಿ. ಬೇರೆ ಅನೇಕ ಟಾರ್ಗೆಟ್‌ಗಳು ಇವೆ. ಆದರೆ, ನೀವು ಇದೊಂದನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದರೆ, ಅಷ್ಟು ಸಾಕು. ನೀವು ಋಷಿಗಳಾಗದೆ ಇರಬಹುದು ಆದರೆ ನೀವು ಋಷಿಗಳಾಗುವ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ನೀವು ಬೇರೆ ಎಲ್ಲ ಟಾರ್ಗೆಟ್‌ಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತೀರಿ. ಋಷಿಗಳು ಹೇಳಿದ್ದರು, “ನೀವು ಸತ್ಯಯುಗವನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬೇಕು. ನೀವು ಋಷಿಗಳಾದಾಗ, ಯಾವುದೇ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೂ ಕೂಡ, ನೀವು ಸತ್ಯ ಯುಗವನ್ನೇ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಿರಿ. ನೀವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಿರಿ. ಆ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನ, ವಿವೇಕ, ಚೈತನ್ಯಗಳು... ದೈವಿಕವಾದ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಅದರಲ್ಲಿದೆ, ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿನ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದೆಲ್ಲವೂ ಅದರಲ್ಲಿದೆ. ನೀವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಿರಿ. ನೀವು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಿರಿ. ನೀವು ಹೀಲಿಂಗ್ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಿರಿ”. ಪ್ರೀತಿಯ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗಿಂತ ಪ್ರೀತಿಯ ಕಂಪನಗಳಿಗಿಂತ, ಹೀಲಿಂಗ್ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಬೇರೆ ಅಲ್ಲ. ಈ ತರಹದ ಅನೇಕ ಟಾರ್ಗೆಟ್‌ಗಳಿವೆ ಆದರೆ ನಾನು ಹೇಳಿದ ಹಾಗೆ, ನಾವು ಈ ಎಲ್ಲ ಟಾರ್ಗೆಟ್‌ಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟುತ್ತೇವೆ. ಇದು ದೊಡ್ಡ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮವಾದ ಅವಕಾಶ ಕೂಡ. ಆದುದರಿಂದ, 25 ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ –ನಾನು ಈ ಭೌತಿಕ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆ ಇಲ್ಲದೆ ಇದ್ದರೂ, ನಾನು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇನೆ!

ನಾವು ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು. ಎಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿ ಕೊನೆಯಾಗುತ್ತದೋ ಅಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಆ ಕ್ಷಣದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು. ನಂಬಿಕೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ನಮಗೆ ಋಷಿಗಳೇ ಮೂಲ. ಋಷಿಗಳಿಲ್ಲದೆ ನಾವು ಏನೂ ಅಲ್ಲ, ನಾವು ಶೂನ್ಯ. ಇದರ ಅರಿವು ನಮಗೆ ಇದೆ. ಋಷಿಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸ ಇಡುತ್ತಾ, ನಾವು ನಮ್ಮ ಕೆಲಸ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಾಸವಿಲ್ಲದೆ ಏನು ಮಾಡಲೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ– ಸಾಧನೆಯೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ, ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.

ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಈ ನಂಬಿಕೆ ಇದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ನಾನು ನನ್ನ ಗುರುಗಳನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದಾಗ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಈ ನಂಬಿಕೆ ಇತ್ತು. ನಾನು ಇದನ್ನು ಸಾಕಷ್ಟು ಬಾರಿ ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ, ಸಾವಿರಾರು ಬಾರಿ ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ– ಅವರು ಹೇಳಿದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಾತು ನನಗೆ ವೇದವಾಗಿತ್ತು. ನನಗೆ ಈಗ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ, ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಈ ವಿವರಗಳು ಗೊತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ನಾವು ಮುಂಚೆ ಭೇಟಿಯಾಗಿದ್ದೆವು, ನಾವು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದ್ದೆವು. ನನ್ನ ಗುರು ಮತ್ತು ನಾನು ಅವಳಿ ಆತ್ಮಗಳು ಇದ್ದ ಹಾಗೆ, ಇದನ್ನು ಹೇಳಲು ನನಗೆ ಹೆಮ್ಮೆ ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಆ ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ನಾವು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾನು ಒಮ್ಮೆ ಕೂಡ ಅವರನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿರಲಿಲ್ಲ, ಒಂದು ಬಾರಿ ಕೂಡ ಇಲ್ಲ! ನನ್ನ ಗುರುಗಳನ್ನು ಜನರು ವಿಮರ್ಶೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಮತ್ತು ಟೀಕೆಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಕೂಡ ಆ ಜನಗಳಿಗಾಗಿ ನಾನು ವಿಷಾದಪಟ್ಟೆನೇ ಹೊರತು ಮಾತನಾಡಲಿಲ್ಲ... ನಾನು ನನ್ನ ಗುರುಗಳನ್ನು ಯಾವತ್ತೂ ಪ್ರಶ್ನಿಸಲಿಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಇಂತಹ ನಂಬಿಕೆ ಋಷಿಗಳಲ್ಲಿದ್ದರೆ, – ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ – ಅಷ್ಟು ಸಾಕು. ನಾವು ಎಲ್ಲ ಟಾರ್ಗೆಟ್‌ಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಬಹುದು – ಋಷಿಗಳಿಂದ ಕೊಡಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ ಟಾರ್ಗೆಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ನಮಗೆ ನಾವೇ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವಂತಹ ಟಾರ್ಗೆಟ್‌ಗಳು. ಹೇಗಾದರೂ, 25 ವರ್ಷಗಳು ಕಡಿಮೆ ಅವಧಿಯೇನಲ್ಲ.

ಹಿಂದಿನ 25 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ, ಪ್ರಪಂಚ ಬಹಳ ಬದಲಾಗಿದೆ. ನಾನು ಅವುಗಳನ್ನು ತಪ್ಪದೆ ಗಮನಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅದು ನನ್ನ ಕೆಲಸ. ಈಗ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಹೊಸ ಅರಿವಿದೆ. ಹೊಸ ಧ್ವನಿಯೇಳುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನೀವು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೀರ. ಅದು ಹೇಗೋ, ಜನರು ಅಧರ್ಮದ ವಿರುದ್ಧ ಪ್ರತಿಭಟನೆಯ ಧ್ವನಿಯೆತ್ತಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮತ್ತು ಇದರಲ್ಲಿ ಜನರು ಅತ್ಯಧಿಕ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು, ಸರಿಯಾದುದ್ದನ್ನು ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕಲು ಒತ್ತಾಯಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನೀವು ಇಂತಹ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಹೆಚ್ಚುವುದನ್ನು ನೋಡುವಿರಿ. ಆಗ ಮಾತ್ರವೇ ರಾಜಕೀಯ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುವುದು. ಈಗಲೂ ಕೂಡ ನೀವು ಪ್ರತಿಭಟನೆಗಳನ್ನು ನೋಡಬಹುದು. ಇಂತಹ ಸಾಮೂಹಿಕ ಪ್ರತಿಭಟನೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತವೆ. ಇದು ಪ್ರಳಯದ ಭಾಗ. ನನಗೆ ಇದರ ಅರಿವಿದೆ. ನನಗೆ ಪ್ರಳಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಅರಿವಿದೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಸಂತೋಷವಿದೆ. ಪ್ರಳಯ ಅಂದರೆ ನಾಶ ಅಲ್ಲ. ನಾವು ಇದನ್ನು ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ಹೇಳುತ್ತಾ ಬಂದಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸದೇ ಇದ್ದ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿವೆ. ಯುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆಂದು ಭಾವಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೆವು, ಆದರೆ ಯುದ್ಧವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಫ್ಲ್ಯಾಶ್ ಪಾಯಿಂಟ್‌ಗಳಿವೆ ಆದರೆ ಅವು ಯುದ್ಧಕ್ಕೆ ಪ್ರಚೋದನೆ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅಮೇರಿಕ ಇರಾನ್‌ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಕೊಡುತ್ತಿದೆ, ಇರಾನ್ ಅಮೇರಿಕಾಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಕೊಡುತ್ತಿದೆ! ಆದರೂ ಕೂಡ ನನಗೆ ಯುದ್ಧವಾಗುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತಿದೆ. ಯುದ್ಧವಾದರೂ ಅದು ಸ್ಥಳೀಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ನಾನು ಈ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ಪ್ರಳಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಅದ್ಭುತ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿವೆ. ಹೊಸ ನಾಯಕರಿದ್ದಾರೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಕತೆಯ ಮುಂದಾಳುಗಳಿದ್ದಾರೆ. ’ಗೀತೆ’ ಯನ್ನು ಆಧುನಿಕ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸುವ ಜನರಿದ್ದಾರೆ. ಮತ್ತೆ ಇದಲ್ಲದೆ ಇನ್ನೊಂದು ವರ್ಗದವರಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ತಮ್ಮನ್ನು ಗುರು ಎಂದು ಕರೆದುಕೊಳ್ಳದೇ ಇರಬಹುದು, ಆದರೆ ಅವರೇ ನಾಯಕರು. ನಾನು ಅವರನ್ನು ಹೊಸ ಯುಗದ ನಾಯಕರೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇನೆ. ಅವರನ್ನು ಗುರುಗಳೆಂದು ಕರೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ರೀತಿಯ ಜನರು ಬಹಳವಿದ್ದಾರೆ. ಗಮನಿಸಿ ನೋಡುವ ಜನರು ಅವರನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಬದಲಾವಣೆಗಳು. ಈ 25 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ, ಪ್ರಪಂಚವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಅದ್ಭುತವಾದ ಮುನ್ನಡೆ ಸಾಧಿಸಿದೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

14–06–2020

ಗ್ರಹಣಗಳ ನಡುವಿನ ಅವಧಿಯು ಸಾಧನೆಗೆ ಅದ್ಭುತವಾದ ಸಮಯ. ಇದು, ನಾವು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದಬಹುದಾದ ಅವಧಿ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಂದು ಜನ್ಮಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಸಾಧಿಸಬಹುದಾದಷ್ಟು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು, ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದರೆ ನಾವು ಕೆಲವೇ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಧಿಸಬಹುದು. ಮತ್ತು ಗ್ರಹಣಗಳ ನಡುವಿನ ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಅದ್ಭುತ ಚೈತನ್ಯಗಳಿರುತ್ತವೆ.

ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಬದುಕಿನ ಎಲ್ಲ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲೂ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುತ್ತೇವೆಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ತಾಂತ್ರಿಕ, ವೈದ್ಯಕೀಯ, ವಿಜ್ಞಾನ ಅಥವ ಮತ್ತಾವುದೇ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವರ್ಷಗಳೇ ಬೇಕಾಗಬಹುದಾದ ಹೊಸ ಲಸಿಕೆ (vaccine) ಶೀಘ್ರದಲ್ಲೇ ದೊರಕುವ ಭರವಸೆಯಿದೆ. ಶೀಘ್ರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳೂ ಆಗುತ್ತವೆ. ತಕ್ಷಣದಲ್ಲಾಗುವ ಈ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಬದುಕಿನ ಎಲ್ಲ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ಒಳಿತಿಗಾಗಿಯೇ ಆಗುತ್ತವೆ. ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ ಮತ್ತು ದುರಾಸೆಗಳು ಇನ್ನೂ ಅತಿರೇಕವಾಗಿರ ಬಹುದಾದರೂ ಇದು ಕೆಲವು ಸಮಯವಷ್ಟೇ, ಬೇಗದಲ್ಲೇ ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರಮುಕ್ತ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿರುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ, ಇದು ಎಷ್ಟು ಬೇಗದಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ನಮ್ಮನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ, ಜನರನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ.

ಸತ್ಯ ಬಹಿರಂಗಗೊಳ್ಳುವುದು ಮುಂದು ವರಿಯುತ್ತದೆ. ನೀವು ವಾರ್ತೆಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿರಬಹುದು. ಹೊಸ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಅಸತ್ಯದ ವಿರುದ್ಧ ಕೋಪವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಅಮೇರಿಕದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಭಟನೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಹರಡುತ್ತದೆಂದು ನಾವು ಯಾರೂ ಯೋಚಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ಹಾಗೂ ಅಮೇರಿಕ ದಲ್ಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಈ ಪ್ರತಿಭಟನೆಯು ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಹರಡುತ್ತಿದೆ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ, ಪ್ರತಿಭಟನೆಗಳು ಹರಡುತ್ತವೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹಿಂದೆಯೇ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಅಸತ್ಯಗಳ ವಿರುದ್ಧದ ಕೋಪವು ಜನರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗಿ ಅದು ಎಷ್ಟೊಂದು ಶಕ್ತಿಪಡೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹರಡುತ್ತದೆ ಎಂದರೆ, ಅದರ ಕಂಪನಗಳು ಅಧರ್ಮವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಾಶಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಆಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಾವು ಅಮೇರಿಕದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಿದರೆ, ಕಾನೂನು ಜಾರಿಮಾಡುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುಪಡಿ ಮಾಡಲು ಕಾನೂನು ರಚಿಸುವವರ ಮೇಲೆ ಈಗ ಸಾಕಷ್ಟು ಒತ್ತಡವಿದೆ. ಭ್ರಷ್ಟ ಮತ್ತು ದೋಷಯುಕ್ತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ಬದಲಿಗೆ ದೈವೀ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಉತ್ತಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಾದ ದೈವೀ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ತರಲು ಇದೊಂದು ಸದವಕಾಶ. ಪ್ರತಿಭಟನೆಗಳು ಹಿಂದೆ ಆಗಿರಲಿಲ್ಲವೆಂದಲ್ಲ. ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಭಟನೆಗಳಾಗುತ್ತಿದ್ದವು, ಆದರೆ ಈ ಬಾರಿ ಅದು ಬೇರೆ ರೀತಿಯದಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಭಟನೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಿರುವವರು ಸಮಾಜದ ಒಂದು ವರ್ಗಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಜನರು ಮಾತ್ರವೇ ಆಗಿರದೆ ಸಮಾಜದ ಎಲ್ಲ ವರ್ಗದ ಜನರೂ ಪ್ರತಿಭಟನೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ನಾನು ಎಲ್ಲಿಯೋ ಓದಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ಅನ್ಯಾಯಪೂರ್ಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ವಿರುದ್ಧ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಒಗ್ಗೂಡಿದ ಧ್ವನಿಯಿದೆ.

ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ ಇದೇ ರೀತಿ, ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬೇರೆಲ್ಲಾ ದೋಷಯುಕ್ತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಕೂಡ ಬಹಿರಂಗಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಭಾರತದಲ್ಲಿ, ಹೀಗೆ ಆಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಕಾಣಬಹುದು. ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಬದಲಾಗಬೇಕು. ಅವುಗಳು ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬೇರೆ ಆಯ್ಕೆ ಇಲ್ಲವೆಂದು ತೋರುತ್ತದೆ. ಬೇರೆ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲೂ ಹೀಗೆ ಆಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣಬಹುದು, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ಕ್ಷೇತ್ರ. ಉತ್ತಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು, ಈಗಿನ ದೋಷಪೂರಿತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ಬದಲಿಗೆ ಬರಲೇ ಬೇಕಾಗಿದೆ. ಮತ್ತು ಈಗ ಇದು ಬಹಳ ವೇಗವಾಗಿ ಆಗುತ್ತಿದೆ. ಅನೇಕ ದಶಮಾನಗಳು ಬೇಕಾಗಿದ್ದ ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಈಗ ಕೆಲವೇ ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವ ಕೆಲವೇ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತವೆ.

ಇಂತಹ ಸಂಗತಿಗಳು ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ಸಹಜವಾಗಿಯೇ, "ಇದರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಪಾತ್ರವೇನು? ನಾವೇನು ಮಾಡಬೇಕು? ಈ ಪರಿವರ್ತನಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ನಾನೇನು ಸಹಾಯಮಾಡಬಹುದು?" ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡುತ್ತವೆ. 'ಸಹಾಯ' ಎನ್ನುವುದು ದೊಡ್ಡ ಪದ ಎಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ನಾವೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ಅಂದರೆ ನಮ್ಮ ಬದಲಾವಣೆಯ ಮೇಲೆ ನಾವು ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿದರೆ, ಆಗ ಈ ಪರಿವರ್ತನಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ನಾವು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಬದಲಾಯಿ ಸುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಯೋಚಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಅದು ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸ. ಅದನ್ನವರು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಗಮನ ಹರಿಸಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಬದಲಾವಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಬಹುದು. ನಾವು ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದಾಗ, ಅದು ಪರಿವರ್ತನಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಬಹಳಷ್ಟನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬಹುದು, ಅದ್ಭುತ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬಹುದು, ನಾವು ಋಷಿಗಳ ಕೈಯಲ್ಲಿನ ಅದ್ಭುತ ಉಪಕರಣವಾಗಬಹುದು.

ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಉನ್ನತ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಜನರಿಗೆ ಕೊಡುವ ತಂತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಮಂತ್ರ ಮತ್ತು ಧಾರಣ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಮಂತ್ರ ಮತ್ತು ಧಾರಣಗಳು ಇರುವ ಕೆಲವು ತಂತ್ರಗಳೂ ಇವೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೂ ಮೇಲಿನ ಹಂತದ ತಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಮಂತ್ರ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಉನ್ನತ ಹಂತಗಳ ತಂತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಮಂತ್ರವಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಧಾರಣ ಕೂಡ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಧಾರಣ ಬುದ್ಧಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಶಿಸ್ತು ಎಂದು ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದಿದೆ. ಧಾರಣವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡುವಾಗ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ (imagine Light) ಅಥವಾ ನಮಗೆ ಹೇಳಿದ ಮತ್ತಾವುದೋ ಆಕೃತಿಯನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆ ನಂತರ ಈ ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಇದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದೆ. ನಾವು ಮಂತ್ರ ಮತ್ತು ಧಾರಣಗಳು ಇಲ್ಲದಿರುವ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಬೆಳಕು ಎಂಬ ಅರಿವಿನೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ ನಂತರ ನಾವು ಏನನ್ನೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಶರಣಾಗುತ್ತೇವೆ ಅಷ್ಟೆ. ಆದರೆ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಮಗೆ ಹೇಳುವುದರಿಂದಾಗಿ, ನಾವು ಗೊಂದಲಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅದು 'ಧಾರಣ'ದ ಅಭ್ಯಾಸವೆಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ಪೂರ್ತಿ ಸಮಯ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹೋಗುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹೋದರೆ, ಆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ದಾಟಿಹೋಗಲು ನಮ್ಮ ಅರಿವಿಗೆ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಮಂತ್ರ ಮತ್ತು ಧಾರಣ ಇಲ್ಲದ ತಂತ್ರವನ್ನು ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಂದರೆ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿರುವುದು ಎಂದು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನೀವು ಬೆಳಕು ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಮಗೆ ಹೇಳಿದಾಗ, ಅದರ ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥ, ನೀವು ಬೆಳಕು ಎಂಬ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿರಿ ಎಂದು. ನಮಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಅರಿವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ ನಂತರ ನಾವು ಏನನ್ನೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಶರಣಾಗುತ್ತೇವೆ.

"ನಾವು ಏನನ್ನೂ ಮಾಡದೆ ಸುಮ್ಮನೇ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?" ಎಂದು ಯಾರಾದರೂ ಕೇಳಬಹುದು. ನಾವು ಏನನ್ನೂ ಮಾಡದೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡಾಗ, ನಮ್ಮ ಅರಿವು ಉನ್ನತ ಸ್ತರಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ಆದಾಗ, ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಪೂರ್ಣ ವಾಗಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಭಾಗಶಃವಾದರೂ ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಮತ್ತು ಆ ಅನುಭವವು ತುಂಬಾ ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗಷ್ಟೇ ಅದು ಸಾಧ್ಯವೆಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ■

ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿರು – ವವರಿಗೆ ಅಂಚೆ ಮತ್ತು ಇ-ಮೇಲ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಧ್ಯಾನ ಕಲಿಸಲಾಗುವುದು. ಇಂಗ್ಲೀಷ್‌ನಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2500), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 1300) ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲಾಗುವುದು. ಭಾರತ ದೇಶದಿಂದ ಹೊರಗೆ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ವಾರ್ಷಿಕ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ಫ್ಲೀಯು ರೂ. 4500. ಈ ಫ್ಲೀನಲ್ಲಿ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕಗಳು ಸೇರಿದೆ.

ನಂತರ, ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್‌ನ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫ್ಲೀ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2000), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 900). ಭಾರತ ದೇಶದಿಂದ ಹೊರಗೆ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್‌ನ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫ್ಲೀಯು ರೂ. 3500. ಈ ಫ್ಲೀನಲ್ಲಿ 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 ತಲೆಕೆಡಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ಓಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬಾರದು. ಅವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ ಇರುವುದು ಉತ್ತಮ. ಬೇರೆ ದಾರಿಯೇ ಇಲ್ಲ.

ಶಾಶ್ವತ ಭರವಸೆ

ಕೀರ್ತಿ ಬಿಸರಹಳ್ಳಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಅಮರ – ಹೆಸರೇ ಹೇಳುವಂತೆ ಚಿರಂಜೀವಿ, ಶಾಶ್ವತ. ಅವರ ನಮ್ರತೆ, ಸರಳತೆ, ಋಷಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗಿದ್ದ ಅಚಲವಾದ ನಂಬಿಕೆ, ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸದ ಬಗೆಗಿನ ಭಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಮನುಕುಲ ಕ್ಷೇಮದ ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗಿದ್ದ ಷರತ್ತುರಹಿತ ಪ್ರೀತಿ ಈ ಎಲ್ಲಾ ಗುಣ ವಿಶೇಷತೆಗಳ ಮೂಲಕ ಅವರು ನಮ್ಮ ಹೃದಯಗಳಲ್ಲಿ ನೆಲಸಿದ್ದಾರೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಬಹುಶಃ ಋಷಿಗಳು ಅವರಿಗೆ ಅಮರ ಎಂಬ ಹೆಸರು ಕೊಟ್ಟಿರಬಹುದು.

ವೇದಗಳು ಮತ್ತು ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಪಾದಿಸಿದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸತ್ಯತೆಗಳನ್ನು ತಮ್ಮ ಸರಳವಾದ ಬೋಧನೆಗಳ ಮೂಲಕ ನಮಗಾಗಿ ತಂದರು. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಅದರಂತೆ ಬದುಕಿಯೂ ತೋರಿಸಿದರು. ವೇದಗಳು ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳು, ಪುರಾಣ ಮತ್ತು ಪವಿತ್ರ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಮಹಾಕೃತಿಗಳೆಂದು ಪೂಜ್ಯವಾಗಿಯಷ್ಟೇ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದ ಮಟ್ಟದಿಂದ ದಿನ ನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅನುಸರಿಸುವ ಮಟ್ಟದವರೆಗೆ ತಂದರು. ಅವುಗಳನ್ನು ಶ್ರವಣ, ಪಠಣ ಮತ್ತು ಮನನದಿಂದ ಜೀವನಕ್ಕೆ ತಂದರು. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸತ್ಯ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತತ್ವವನ್ನು ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಭಾಗವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅದರಂತೆ ಬದುಕಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ಅವರು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಅರ್ಥಮಾಡಿಸಿದರು. ಅವೆಲ್ಲವೂ ಅವರ ಜೀವನದ ಭಾಗವಾಗಿತ್ತು. ಅಮರರವರಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ಬೆಸೆದುಕೊಂಡಿತ್ತೆಂದರೆ ಅವರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯಿಂದ ಹೊರತಾಗಿದ್ದರು ಎಂದು ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿರಲಿಲ್ಲ.

ಅಮರವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ, "ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಕೊಡೆಯ ಕೆಳಗಡೆ ರಕ್ಷಣೆ ಪಡೆಯಿರಿ." ಪ್ರತಿದಿನದ ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಪರಿವರ್ತನೆ ಇವುಗಳ ಮೂಲಕ ಕಷ್ಟದ ದಿನಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬಹುದು. ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಹಾದಿಯೊಂದೇ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಭರವಸೆ ಮೂಡಿಸಿ ನಗುವಂತೆ ಮಾಡಬಲ್ಲದು. ನಮ್ಮ ಬೆನ್ನ ಹಿಂದೆಯೇ ಅಮರರವರು ಇದ್ದಾರೆ. ಅವರು ನಮಗಾಗಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಇರುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಪ್ರಯತ್ನವೆಂದರೆ, ಅವರ ಬೋಧನೆಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಜೀವಿಸುವುದು ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸುವ ಸಮಯಗಳಲ್ಲೂ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

ಅಮರರವರು ತಮ್ಮ ಬೋಧನೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ ವ್ಯಾವಹಾರಿಕ ಸ್ವಭಾವವುಳ್ಳವರಾಗಿದ್ದರು. "ದೇವರನ್ನು ನಂಬಿ. ಆದರೂ ನಿಮ್ಮ ವಾಹನವನ್ನು ಲಾಕ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡಿ," ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುವುದು ಅಂದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನದೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುವುದಾಗಿದೆ. ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ, ಹೀಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ನಾವು ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾದಾಗ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯಿರಿ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂತರ ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡು ಸರ್ಕಾರದ ನಿರ್ದೇಶನಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ನಮ್ಮಲ್ಲಿನ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುವಂತಹ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ, ಪ್ರತಿ ದಿನದ ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ, ಪ್ರಸ್ತುತ ಕಷ್ಟದ ಸಮಯಗಳನ್ನು ದಾಟಬಹುದು.

ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚವೇ ಸಂದಿಗ್ಧ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ, ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿಯೂ ಅಮರರವರು ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಇದ್ದಾರೆ ಅನ್ನುವುದೇ ಖುಷಿಯ ವಿಚಾರ. ಅಮರರವರೇ ನಮಗೆ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಭರವಸೆ. ಈ ಭರವಸೆಯನ್ನು ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದವರಿಗೆ, ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ವಿಸ್ತರಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಹೆಮ್ಮೆ.

ಅಮರ ನಮ್ಮ ಶಾಶ್ವತ ಭರವಸೆ.■

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ – ಸ್ವಗೃಹ

ಅಪೂರ್ವ ದೇಶಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಅಮರ ಎನ್ನುವುದು ಕೇವಲ ಒಂದು ಪದ ಆಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ನಿಖರವಾಗಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಒಂದು ನಾಮಪದ ಆಗಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ನನಗೆ "ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ" ಎಂದರೆ ಒಂದು ಭಾಷೆಯ ಎಲ್ಲಾ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಮೀರಿದ್ದು. ನನ್ನ ಪಾಲಿಗೆ, "ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ" ಎಂಬುದು ಒಂದು ಭಾವ, ಒಂದು ಭಾವಪರವಶತೆ.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರನ್ನು ಒಬ್ಬರು ಹೇಗೆ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಬಹುದು? ಅಂತಹ ಮಹಾನ್ ಋಷಿಗೆ ನಾನು ಕೇವಲ ಒಂದು ಭಾವವನ್ನು ಜೋಡಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅನೇಕ ಭಾವನೆಗಳ ಸಮೂಹವೇ ಅಮರ!

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ ಎಂದರೆ ಒಂದು ನಿರಾಳತೆಯ ಭಾವ, ಒಂದು ದಿನವಿಡಿಯ ಬಳಲಿಕೆಯ ನಂತರ ಕಟ್ಟಿದ್ದ ಕೂದಲನ್ನು ಬಿಚ್ಚಿ ಹರಡಿಕೊಂಡಾಗ ದೊರೆಯುವ ನಿರುಮ್ಮಳ ಭಾವ. ನಿಮ್ಮ ಅತಿ ಕಷ್ಟದ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ, ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ತಮ್ಮ ಮಂದಹಾಸದಿಂದ ಮೃದುವಾದ ನಿರಾಳತೆಯನ್ನು ನೀಡುವ ಮರು-ಭರವಸೆಯ ಭಾವ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಒಂದು ಶಾಂತತೆಯ ಭಾವ; ಒಂದು ಸಮುದ್ರ ತೀರದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು, ಸೂರ್ಯನು ಲಕ್ಷಾಂತರ ಬಣ್ಣಗಳಿಂದ ಆಗಸದಲ್ಲಿ ಚಿತ್ತಾರ ಮೂಡಿಸುವುದನ್ನು ನೋಡುವಾಗ ದೊರಕುವ ಶಾಂತತೆಯಂತೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಒಂದು ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಅಪ್ಪುಗೆಯ ಭಾವ; ನಿಮ್ಮ ತಾಯಿಯ ಬಿಗಿ ಅಪ್ಪುಗೆಯ ಅನುಭವ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಒಂದು ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಮತ್ತು ಸಾಂತ್ವನದ ಭಾವ; ಅವರು ಸಮುದ್ರದ ಮೇಲೆ ಬಿರುಗಾಳಿಯ ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ಲೈಟ್ ಹೌಸ್.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಒಂದು ಅನಿರ್ಬಂಧ ಪ್ರೇಮದ ಭಾವ. ಕೇವಲ ಅವರನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಅಥವಾ ಅವರಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಅವರ ಪ್ರೇಮದ ಅನುಭೂತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಒಂದು ಸ್ಥಿರವಾದ ಸ್ನೇಹದ ಭಾವ; ಅತೀ ದುರ್ಬಲ ಮನಸ್ಥಿತಿಯವರಾಗಿದ್ದರೂ ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ನಿರ್ಣಯ ಮಾಡದಂತಹ ನಿರ್ಮಲ ಸ್ನೇಹ. ಅವರೊಂದು ಭವ್ಯತೆಯ ಭಾವ, ನಾವು ಗುರೂಜಿಯವರಲ್ಲಿ ಕಂಡಂತಹ ಒಂದು ಭವ್ಯತೆಯ ಭಾವ. ಅವರೊಂದು ಆನಂದದ ಅನುಭೂತಿ, ಒಂದು ಭಾವೋದ್ರೇಕಗೊಳಿಸುವ ಗೀತೆಯನ್ನು ಕೇಳುವಾಗ ದೊರೆಯುವಂಥ ಆನಂದದ ಅನುಭವ.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು, ಬದುಕಿನ ಸಂಕೋಲೆಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಿದ ಭಾವ ಹಾಗೂ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶ ಕಂಡುಕೊಂಡ ಅನುಭವ. ಯಾವ ಭರವಸೆಯೂ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ, ಅವರೊಂದು ಭರವಸೆಯ ಭಾವ.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಸುಡು ಬಿಸಿಲಿನ ದಿನದಂದು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಬೀಸುವ ಸೌಮ್ಯವಾದ ತಂಗಾಳಿಯಂತೆ, ಆದರೆ ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಒಂದು ಸ್ವಾಮ್ಯತೆಯ ಭಾವ, ಸ್ವಗೃಹದಲ್ಲಿದ್ದಂತೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಒಂದು ನಿವಾಸ.■

ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಸಾಧಿಸಬಹುದೆಂದು ನೀವು ನನಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುವಿರಾ?

ಉ: ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರವನ್ನು ಸ್ವತಃ ಗುರೂಜಿಯವರೇ ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಉತ್ತರಿಸಿದ್ದಾರೆ, ನಾನು ಕೇವಲ ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನೇ ಪುನರುಚ್ಚರಿಸುತ್ತೇನೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಮೌನದಿಂದ ಇರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಯಾವಾಗ ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮೌನದಿಂದಿರುವುದೋ, ಆಗ ನಮ್ಮ ಅರಿವು ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾದ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತೇವೆ. ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಸಂಪೂರ್ಣವಾದ ಮೌನವನ್ನು ಸಾಧಿಸಬೇಕಾದರೆ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದೇ ಇರುವ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ನಾವು ನಿಶ್ಚಲರಾಗಿರಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ಆದರೆ ನಾವು ಶಾಂತವಾಗಿರಬಹುದೆಂದು ಗುರೂಜಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಶಾಂತತೆ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಇನ್ನೊಂದು ಭಾಗವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ದೇಹದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕೆಲವೊಂದು ಅನಾವಶ್ಯಕವಾದ ಹಾಗೂ ಹಠಾತ್ತಾದ ಚಲನವಲನಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಚಲನವಲನಗಳು ನಿಧಾನ ಹಾಗೂ ಗಂಭೀರವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ನಂತರ ಮನಸ್ಸಿನ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕ್ಷೋಭೆಗೊಳಗಾಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು. ನಂತರ ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಹಾಗೂ ವೈಶಾಲ್ಯವಾದ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನಷ್ಟೇ ಹೊಂದಿರಬಹುದು. ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗಲು ದೀರ್ಘ ಸಮಯ ಹಿಡಿಯುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ನಿಧಾನವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ಆಲೋಚನೆಯಿಂದಾಚೆಗೆ ಕಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆಲೋಚನೆಗಳು ದೀರ್ಘ ಕಾಲ ಇರುತ್ತವೆ. ಈ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಂದ ಹೊರ ಬರಲು ಅಥವಾ ಅವುಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಲು, ನಾವು ದೀರ್ಘಕಾಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಂದು ಅಂಶವಿದೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ನಮ್ಮ ಅರಿವು ಮನಸ್ಸಿನ ಒಂದು ಪದರವಾದ ಸುಷುಪ್ತಿಯನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಸುಷುಪ್ತಿಯ ಪದರವನ್ನು ಹಾದು ಹೋಗುವಾಗ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ನಿದ್ದೆಗೆ ಜಾರುವ ಸಂಭವವಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ನಿದ್ರೆಗೆ ಜಾರುತ್ತೇವೆ. ಈ ಪದರವನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಬೇಕಾದರೆ, ನಾವು ದೀರ್ಘ ಕಾಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಗುರೂಜಿ ಹೇಳಿದ ಇನ್ನೊಂದು ಅಂಶವೆಂದರೆ, ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಪರಿಶುದ್ಧತೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪಯಣದಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದು ಒಂದು ಮಹತ್ವದ ಮೈಲಿಗಲ್ಲು. ಅದು ಸುಲಭವಲ್ಲ ಆದರೆ ಅಸಾಧ್ಯವೂ ಅಲ್ಲ.

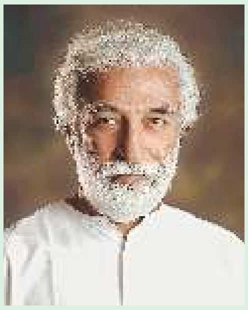
ಪ್ರ: ನಾನು ಅನೇಕ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತೇನೆ. ಅವರು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು. ನಾನು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಉ: ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬಲಿಷ್ಠರಾಗಬೇಕು ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಅನಿಸಿಕೆ. ನಾವು ಬಲಿಷ್ಠರಾದಾಗ, ಯಾವುದೇ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳು ನಮಗೆ ತಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮತ್ತು ಬಲಿಷ್ಠರಾಗಬೇಕಾದರೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು ಹಾಗೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಬೇಕು. ನಾವು ಪದೇ ಪದೇ ಹೇಳುವ ಒಂದು ಮಂತ್ರ ಎಂದರೆ “ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿ”. ಜನರು ನಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ವಾಸ್ತವವೆಂದೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಆದರೆ ಅವರು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಾವು ಬಲಿಷ್ಠರಾಗಿದ್ದಾಗ ಅವರು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತೆಯೇ ನಾವು ಅವರನ್ನು ಪರಿವರ್ತಿಸುವ ಅಗತ್ಯವೂ ಇಲ್ಲ. ಅವರು ಇರುವಂತೆಯೇ ಅವರನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಎಲ್ಲರೂ ಬದಲಾಗುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಅವರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳಿಸಬಹುದು. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬಲಿಷ್ಠರಾಗಿ ಬೆಳೆದಾಗ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಹಾಗೂ ನೆಮ್ಮದಿಯ ಕಂಪನಗಳಿದ್ದಾಗ, ನಾವು ಅವರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ ಕೇವಲ ಬದುಕಿದರೆ ಸಾಕೆಂದು. ನಾವು ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕೆಂದರೆ, ಆಶ್ರಮದ ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ, ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಾಗಿ ಕೆಲಸ ಅಥವ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲೇಬೇಕೆಂದೇನೂ ಇಲ್ಲ, ಕೇವಲ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಬದುಕುವ ಮೂಲಕವೇ ನಾವು ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದಕಾರಣ, ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದರೆ ನಾವು ಬಲಿಷ್ಠರಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕು. ನಾವು ಬಲಿಷ್ಠರಾದಾಗ, ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ. ಹೀಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ಋಷಿಗಳು ಕೊಟ್ಟ ರಕ್ಷಾಕವಚವೂ ನಮ್ಮೊಂದಿಗಿದೆ. ನಾವು ಈ ರಕ್ಷಾಕವಚವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು.■

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 & 4	each 200/-
Thus Spoke Guruji Krishnananda - Vol 2 & 3	each 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/-
आयगुरूजी (Marathi)	100/-
ध्यान कसे करावे (Marathi)	50/-
ध्यानयोग (Marathi)	50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)	50/-
शंबला तत्त्वांचा अभ्यास (Marathi)	50/-
एका आधुनिक ऋषीचे सूक्ष्मजगातील पराक्रम (Marathi)	50/-
प्रकाशमय जीवन (Marathi)	10/-
प्रकाश (Marathi)	10/-
उच्चस्तरीय संवाद आणि इतर सत्ये (Marathi)	100/-
गुरु–शिष्य संवाद (Marathi)	60/-
ध्यान कैसे करे (Hindi)	50/-
ध्यान-योग (Hindi)	50/-
प्रकाश (Hindi)	10/-
प्रकाशमय जीवन (Hindi)	10/-
प्रकाश की ओर (Hindi)	150/-
आत्मा का अवतरण (Hindi)	50/-
தியானம் செய்வது எப்படி	50/-
ஒளியின் வாயில்கள்	200/-
தியான யோகம்	50/-
ஆத்மாவின் அவரோகணம்	50/-
நவீன ரிஷி ஒருவரின் சூக்ஷ்ம 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. KRNA/BGE/1124/ 2020-2022
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

ಗುರೂಜಿಯವರ ಜನ್ಮದಿನದಂದು ನನಗೆ ಒಂದು ವಿಸ್ಮಯಕರವಾದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಗುರೂಜಿಯವರು ಮುಗುಳ್ನಗುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾನು ಅವರಿಂದ ಹೇರಳವಾಗಿ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಪಡೆದೆ. ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಗುತ್ತಾ ನಮ್ಮೊಡನೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಬೆನ್ನು ತಟ್ಟುತ್ತ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ತಾವು ಅಲ್ಲಿರುವ ಅನುಭವ ಕೊಡುತ್ತಾ, ಈ ಜನ್ಮದ ಕೊನೆಯವರೆಗೆ ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲೂ ನಮ್ಮೊಡನೆ ಇರುವೆನೆಂದು ಭರವಸೆ ಕೊಟ್ಟರು. ನಾನು ಈ ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿದ್ದು, ಅವರನ್ನು ಗುರುವಾಗಿ ಪಡೆದಿರುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ನನ್ನ ಭಾಗ್ಯ. ಜೀವನವಿಡೀ ನನ್ನೊಡನಿದ್ದು ನನ್ನನ್ನು ಸಲಹುತ್ತಿರುವ ಗುರೂಜಿ, ಋಷಿಗಳು ಹಾಗೂ ಜಯಂತ್ ಸರ್‌ರವರಿಗೆ ನನ್ನ ಅನಂತಾನಂತ ವಂದನೆಗಳು.

–ಕಾಂಚನಲತಾ

ಓರಿಯೆಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯ ಅನುಭವಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಸೊಗಸಾಗಿತ್ತು. ಇದು ನನ್ನ ಮೊದಲ ಓರಿಯೆಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯಾಗಿತ್ತು. ವಿವರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದ ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ದೈವೀ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಜಯಂತ್ ಸರ್ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಹರಡುತ್ತಿದ್ದರು! ನಂತರದ ಎರಡು ದಿನಗಳೂ ನಾನು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿ ಚೈತನ್ಯಭರಿತಳಾಗಿದ್ದೆ. ಶಂಬಲದ ಮೊದಲ ನಿಯಮವನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಡನೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ್ದು ಬಹಳವೇ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿತ್ತು. ನನ್ನ ಇಡೀ ಮನೆ ಸಂತೋಷ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿಯ ವಾತಾವರಣದಿಂದ ತುಂಬಿ ಹೋಗಿತ್ತು. ನಾನು ಆ ದಿನವನ್ನು ಒಂದು ಹಬ್ಬದ ದಿನವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿದೆ. ನಿಮಗೆ ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮೊಡನೆ ಸಹಕರಿಸಿದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನನ್ನ ವಂದನೆಗಳು.

–ನಸ್ರೀನ್ ಬೇಗಂ

ಒಮ್ಮೆ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ, ಸುಂದರವಾದ ಕೆತ್ತನೆಯುಳ್ಳ ಒಂದು ದೊಡ್ಡದಾದ ಬಾಗಿಲಿನ ಮುಂದೆ ನಾನು ನಿಂತಿದ್ದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಆದರೆ, ನನ್ನ ಕಾಲಿನ ಕೆಳಗೆ ಯಾವುದೇ ಗಟ್ಟಿಯಾದ ಆಧಾರವಿಲ್ಲದ್ದನ್ನು ಹಾಗೂ ಆ ಬಾಗಿಲಿಗೆ ಆಧಾರವಾಗಿ ಯಾವುದೇ ಗೋಡೆ ಇಲ್ಲದ್ದನ್ನು ಕಂಡು ನನಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. ನಾನು ಸಹ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ನಿಂತಿರಲಿಲ್ಲ. ಆ ಬಾಗಿಲು ಅರ್ಧ ತೆರೆದಿತ್ತು. ಆ ಬಾಗಿಲಿನ ಮೂಲಕ ದಟ್ಟವಾದ ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕು ನನಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಬಾಗಿಲಿನಿಂದಾಚೆ ಬೆಳಕಲ್ಲದೆ ಬೇರೇನೂ ಇರಲಿಲ್ಲವೆಂದು ನನಗೆ ಅರಿವಾಯಿತು. ಈ ಅನುಭವ ಅತ್ಯಂತ ಹರ್ಷದಾಯಕವಾಗಿತ್ತು.

–ವಿದ್ಯ ಜೆ. ಹೆಚ್

ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣ ಶರಣಾಗತಿ ಹಾಗೂ ಕೃತಜ್ಞತಾಭಾವವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಇದಕ್ಕಿಂತ ನನಗಿನ್ನೇನು ಬೇಕು? ನಿಜವಾಗಿಯೂ ವರ್ಣಿಸಲಾರದಂತಹ ಪರಮಾನಂದವಾಗಿದೆ.

– ಶಾಂತಕುಮಾರಿ. ಹೆಚ್.ಎಸ್

ಅತ್ಯಂತ ಪರಿಶ್ರಮದಿಂದ ಓರಿಯೆಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯನ್ನು ಸಫಲವಾಗಿ ನಡೆಸಿಕೊಟ್ಟ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಷನ್‌ನ ತಂಡಕ್ಕೆ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ವಂದನೆಗಳು. ತರಗತಿಯ ನಂತರ ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಚೈತನ್ಯ ಭರಿತನಾಗಿದ್ದೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ 'ರಾ' ಚೈತನ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸ ಬಹಳ ಚೈತನ್ಯಯುಕ್ತವಾಗಿತ್ತು. 'ಋಷಿಗಳೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ' ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ತಕ್ಷಣ ಋಷಿಗಳ ಸಂಪರ್ಕ ದೊರೆತಂತೆನಿಸಿತು. ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿದಾಕ್ಷಣ ನನ್ನೆಲ್ಲ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರ ಪಡೆದೆ.

–ನಿಖಿಲ್ ಸಮುದ್ರ

ನನ್ನ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ಬದಲಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನನ್ನ ಸಹೋದರಿ, "ಗುರು-ಶಿಷ್ಯರ ಸಂಭಾಷಣೆ" ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದಿ ಅಮರ ಮಹರ್ಷಿಯವರ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಮಾರು ಹೋಗಿದ್ದಾರೆ. ನನ್ನ ಸಂಬಂಧಿಕರೆಲ್ಲರೂ ಸೇರಿ ಹಳೆಯದಾಗಿದ್ದ ಗ್ರಾಮ ದೇವತೆಯ ದೇವಸ್ಥಾನವನ್ನು ಜೀರ್ಣೋದ್ಧಾರ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಎಲ್ಲದರ ಹಿಂದೆ ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವಿರುವುದು ನನಗೆ ಗೋಚರಿಸುತ್ತಿದೆ.

–ಅರುಣ್‌ಕುಮಾರ್ ತೆಲಪೋಲು

ಕಳೆದೆರಡು ತಿಂಗಳುಗಳಿಂದ ನಾನು ಮಹತ್ತರವಾದ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿದೆ. ನನ್ನ ಕೈಲಿದ್ದ ಕೆಲಸ ಅತ್ಯಂತ ಸರಳವಾಗಿದ್ದರೂ ಮೊದಲೆರಡು ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ವಿಫಲನಾದೆ. ಮೂರನೆಯ ಹಾಗೂ ಕೊನೆಯ ಪ್ರಯತ್ನಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ ಆ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕಾಪಾಡುವ ಅವಕಾಶವಿತ್ತು. ಅವಶ್ಯವಿದ್ದುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾನು ಮಾಡಿದೆ, ನಂತರ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಮಧ್ಯ ಪ್ರವೇಶಿಸುವಂತೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ದೃಢ ನಂಬಿಕೆ ಪರ್ವತಗಳನ್ನೂ ಅಲುಗಾಡಿಸುತ್ತದೆಂದು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ, ಪವಾಡವೊಂದು ನಡೆದು ಅಡೆತಡೆಗಳೆಲ್ಲ ನಿವಾರಣೆಯಾಯಿತು. ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನಾನು ಅವರಿಂದ ಅನುಗ್ರಹಿತನಾಗಿದ್ದೇನೆ.

–ವಿನಮ್ರ ಲಾಂಗೋನಿ

ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಶಾಂತತೆಯನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಹೊಂದಿದ್ದು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಂತೋಷವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ಗುರೂಜಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕು ನಿರಂತರ ಹಾಗೂ ಶಾಶ್ವತದಾದ ನನ್ನ ಜೊತೆಗಾರರು. ಸತತವಾಗಿ ಗುರೂಜಿ ಹಾಗು ಬೆಳಕು ನನ್ನ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವುದರಿಂದ ನಾನು ಒಬ್ಬಂಟಿ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ. ಮೊದಲು ನನಗೆ ಅವರೊಡನೆ ಬಹಿರ್ಮುಖವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಬೇಕೆಂದೆನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ ಈಗ ನನಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಸಾಂಗತ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾದ ಸಮಧಾನ ಸಿಕ್ಕಿದೆ.

–ಅಣ್ಣೆ ಚ್ಯಾಪ್‌ಮನ್

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