



ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ (1919-1982)

ಋಷಿಗಳು ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟಂತೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತೇವೆ.

**ಬೆಳಕು**

ಈ ಎಲ್ಲ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಹಿಂದಿರುವ ಮಹಾನ್ ಶಕ್ತಿ. ಬೆಳಕು ಸಾಕ್ಷಾತ್ ದೇವರು.

**ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯ**

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

**ಜ್ಯೋತಿಜೀವಿಗಳು**

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

**ಸಪ್ತಋಷಿಗಳು**

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

**ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ**

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

**ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ**

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

**ಸಪ್ತಋಷಿ ಧ್ಯಾನಯೋಗ**

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

**ಪ್ರಮಾಣಗಳು**

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

# ತಪೋವಾಣಿ

**ಅನಿಸಿಕೆಗಳು**

**ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ**

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು - ಫೆಬ್ರವರಿ 2011ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2011, ಅಮರರವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಆಚರಣೆ, ಅಂದು ಒಂದು ಲಕ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಶಾಲಾಮಕ್ಕಳು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲಿದ್ದಾರೆ. ಆ ದಿನದ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಹನ್ನೆರಡು ಲಕ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಶಾಲಾಮಕ್ಕಳು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಯಾವುದೇ ಪ್ರಚಾರವಿಲ್ಲದೆ, ಮಾಧ್ಯಮಗಳ ನೆರವಿಲ್ಲದೆ ಇದನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತೆಂದರೆ ಇದು ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ವಿಷಯವೇ ಸರಿ. ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಈ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಸೇವೆಯನ್ನು ಬಹಳ ಮೆಚ್ಚಿಕೊಂಡರು ಹಾಗೂ ನಮಗೆ ಬಹಳ ನೆರವಾದರು. ಅವರು ಇದನ್ನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಧಾರ್ಮಿಕವಲ್ಲದ ರಾಜಕಾರಣವಿಲ್ಲದ ಪರಿಶುದ್ಧ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಬೆಳಕು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಂಡಿತು ಹಾಗೂ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಂಡರು.

ಅಮರರವರಿಗೆ ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ. ಅವರ ಕನಸುಗಳೆಲ್ಲವೂ ದಿಟವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಮಾಸ್ಟರ್ ವಿ ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಈ ಕಾರ್ಯದ ಹೊಣೆ ಹೊತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಜಾಗೃತಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳುತ್ತಲೇ ಇದ್ದೇನೆ. ಅದು ನಿಜ, ಅದರಲ್ಲೂ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ, ಕಿರಿಯರಲ್ಲಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಪರಿಶುದ್ಧರು. ಅವರೇ ನಮ್ಮ ಮುಂದಿನ ಭವಿಷ್ಯ. ಅವರು ಕಾಣುವುದನ್ನು ದೊಡ್ಡವರು ಕಾಣಲಾರರು. ದೊಡ್ಡವರು ಅತಿ ಸುಶಿಕ್ಷಿತರು!

ಕಿರಿಯರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ತಲುಪುವಂತೆ ಮಾಡಿದ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರನ್ನು ನಾನು ನೆನೆಯುತ್ತೇನೆ ಹಾಗೂ ಅವರ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಸೇವೆ ಮತ್ತು ಅಪಾರ ಉತ್ಸಾಹಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

ಇಂತಹ ಸುಂದರ ಪುಷ್ಪಗಳನ್ನು ನೋಡಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ನನ್ನನ್ನು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ತೋಟಗಾರ ಎಂದು ಕರೆದರು. ಅತ್ಯುತ್ತಮವೋ ಅಥವಾ ಅತಿ ಕೆಟ್ಟ ತೋಟಗಾರನೋ ಏನೇ ಆದರೂ ನನ್ನ ಉದ್ಯಾನವೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದು. ನನ್ನ ಉದ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಮುಳ್ಳುಗಳಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಕಳೆಗಳಿಲ್ಲ. ಉದ್ಯಾನವನ್ನು ನನ್ನ ಗುರುಗಳಾದ ಅಮರರವರು ನಿರ್ಮಿಸಿದರು. ಮಾಸ್ಟರ್ ವಿ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಬೀಜಗಳನ್ನು ತಂದರು.

ಕಳೆದ ಕೆಲವು ವಾರಗಳಲ್ಲಿ, ನಾನು ಸಾವಿರಾರು ಜನರನ್ನುದ್ದೇಶಿಸಿ ಮಾತನಾಡಿದೆ ಹಾಗೂ ಈ ಭೂಮಿಯ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಜವಾದ ಕಾಳಜಿ ಇರುವ ಹಲವಾರು ಜನರೊಂದಿಗೆ ಸಂವಾದಿಸಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಬದಲಾವಣೆ ಬೇಕಾಗಿತ್ತು, ದೊಡ್ಡ ಬದಲಾವಣೆ, ಅದನ್ನು ನೋಡಿ ನಾನು ಉತ್ಸಾಹಗೊಂಡೆ. ದೊಡ್ಡ ಬದಲಾವಣೆಯೆಂದರೆ ಪ್ರಳಯ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಪ್ರಳಯ ಬೇಕಿತ್ತು. ನನ್ನನ್ನು ನಂಬಿ, ಪ್ರಳಯ ಆಗುತ್ತಿದೆ!

ಎಲ್ಲ ಗೊಂದಲ ಮತ್ತು ಗಲಿಬಿಲಿಗಳು ದೊಡ್ಡ ಬದಲಾವಣೆಯ ಭಾಗಗಳೇ. ಅದೇ ಆರಂಭ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಪರಿಣಾಮಕ್ಕಾಗಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ತಮ್ಮ ದನಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬೇಕು. ಈಗ ಯಾರೂ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಯಾರೂ ಹಿನ್ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ನವಯುಗದತ್ತ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ.

ನಾನು 1988ರಿಂದಲೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕ್ರಾಂತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತ ಬಂದಿದ್ದೇನೆ. ಅದು ಆರಂಭವಾಗಿದೆ.

ಈ ಸಮಯದಲ್ಲೇ ಎಲ್ಲ ಕಾಲಜ್ಞಾನಗಳು ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯವಾಣಿಗಳು ಸುಳ್ಳಾಗುವುದು. ಏಕೆಂದರೆ ಭವಿಷ್ಯ ಈಗ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಜನರಾದ ನಾವು ಈ ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಗೆ ಹೊಸ ನಿಯತಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಹೊಸ ಭೂಮಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತಿದೆ. ಹೊಸ ಯುಗ ಉದಯವಾಗುತ್ತಿದೆ.■



ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦)  
ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೊನ್ನೂರು-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,  
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮೀ ಲೇಔಟ್

ಸೋಮವಾರ (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ.)

ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ,  
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮೀ 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/-  
ಡಿಡಿಯನ್ನು

'Manasa Light Age Foundation'

ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು.

ಮನಿಯಾರ್ಡರ್‌ಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

#### ವಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ

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



ಜ್ಯೋತಿ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್‌ನ ವಾರ್ಷಿಕ ದಿನಾಚರಣೆಯನ್ನು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು

#### ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆಗಳು

- 31-01-2020 ರಂದು 'ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ ದಿನ' ವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು. ಈ ದಿನ ಸಾವಿರಾರು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ದಶಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅಂದು ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳದಿಂದಲೇ ನಿಮಗೆ ಅನುಕೂಲವಾದ ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ನೀವೂ ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕೆಂದು ಕೋರುತ್ತೇವೆ.

- 02-02-2020 ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಜನ್ಮ ದಿನೋತ್ಸವವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು. ನಿಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಈ ವಿಶೇಷ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಆದರದ ಸ್ವಾಗತ. ಭಾಗವಹಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು, 31-01-2020 ರೊಳಗೆ ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ದಯವಿಟ್ಟು ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

- 29-12-2019ರಂದು ಸುಮಾರು 100 ಜನರು, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6ರಿಂದ ಸಂಜೆ 6ರವರೆಗೆ ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.

- 12-01-2020 ರಂದು ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸದಸ್ಯರು ಮತ್ತು 19-01-2020 ರಂದು 'ರಾ' ಗ್ರೂಪ್ ಸದಸ್ಯರು 2020ನೇ ಇಸವಿಯಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಸಂಧಿಸಿದರು.

ಗುರುಜಿಯವರ ಬ್ಲಾಗ್ ಓದಲು ಮತ್ತು ಅವರ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ನೋಡಲು [www.speakingtree.in](http://www.speakingtree.in) ಗೆ ಭೇಟಿನೀಡಿ.

#### ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

|    |       |                                     |
|----|-------|-------------------------------------|
| 01 | ಶನಿ   | ಅಮರ ಜಯಂತಿ<br>ರಥ ಸಪ್ತಮಿ              |
| 02 | ಭಾನು  | ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ<br>ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ |
| 04 | ಮಂಗಳ  | ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ                          |
| 09 | ಭಾನು  | ಪೂರ್ಣಿಮಾ                            |
| 16 | ಭಾನು  | ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ                        |
| 21 | ಶುಕ್ರ | ಮಹಾ ಶಿವರಾತ್ರಿ                       |
| 23 | ಭಾನು  | ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ                           |

#### ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಜನ್ಮದಿನೋತ್ಸವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

##### ಭಾನುವಾರ, 02-02-2020

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ಕ್ಕೆ ಸ್ವಾಗತ  
ಭಾಷಣಗಳು  
ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ  
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.30ಕ್ಕೆ ಪ್ರಸಾದ

#### ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು: ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-12  
ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್:  
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-1  
02-02-2020 ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

#### ಆನೇಕಲ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಜನ್ಮದಿನೋತ್ಸವವನ್ನು ಆನೇಕಲ್‌ನ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ 01-02-2020ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11.30 ಘಂಟೆಗೆ ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

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

**ಜ್ಯೋತಿ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್ - ವಾರ್ಷಿಕ ದಿನದ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆ**

ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ಬೆಳಕಿನ ನಗರವಾದ ತಪೋನಗರವು ವಿವಿಧ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಅಮೋಘವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು, ಜ್ಯೋತಿ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್ ವಾರ್ಷಿಕ ದಿನದ ಆಚರಣೆ. ಗುರೂಜಿ ಈ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್‌ನ್ನು 25 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ವಿದ್ಯೆಕಲಿಸುವುದು, ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲು ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮದ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಉತ್ತಮವಾದ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು - ಇವುಗಳ ಮೂಲಕ ತಪೋನಗರದ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಹಳ್ಳಿಗಳ ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಮೇಲೆತ್ತುವುದು ಗುರೂಜಿಯವರ ಪ್ರಧಾನ ಗುರಿಯಾಗಿತ್ತು. ಮಕ್ಕಳ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪ್ರತಿದಿನ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಚಿಕ್ಕವರು ಮತ್ತು ದೊಡ್ಡವರಿಬ್ಬರಿಗೂ ಸಾಕ್ಷರತೆಯ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಕೂಡ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಚಿಕ್ಕವರಿಗೆ ಭಜನೆ ಮತ್ತು ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಕಲಿಸಿಕೊಡಲು ವಿಶೇಷವಾದ ತರಗತಿಗಳು ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಅವರಿಗೆ, ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಇತ್ತೀಚಿನ ಘಟನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕೂಡ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರದ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಡು, ಚಿತ್ರಕಲೆ, ಮತ್ತು ಕಥೆಗಳಿಗೂ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಅವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನ ಕೂಡ ಕಲಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಗುರೂಜಿಯವರು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ, ಓದಲು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನಿಯತಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸುವ ಮತ್ತು ಹಾಡುವ ಸ್ಪರ್ಧೆಯನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಜ್ಯೋತಿ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್‌ನ ಅಂಗವಾಗಿ, ಗುರೂಜಿಯವರ ಉಪಕಾರ ಮಾಡುವ ಕನಸುಗಳ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಈಗಲೂ ಅನುಸರಿಸಲು ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅವರ ಶಾಲೆಯ ಪ್ರತಿ ದಿನದ ಅಸೈನ್ಮೆಂಟ್ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಅವರಿಗೆ ನೈತಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು (General Knowledge) ಕಲಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ಹಿಂದಿನ ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಾವು ಜ್ಯೋತಿ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್‌ನ ವಾರ್ಷಿಕ ದಿನವನ್ನು ಡಿಸೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸುತ್ತ ಬಂದಿದ್ದೇವೆ. ಮಕ್ಕಳು ಈ ದಿವಸಕ್ಕಾಗಿ ಅತ್ಯಾಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಎದುರು ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ಅವಕಾಶಗಳು ಬಹಳ ಕಡಿಮೆಯಿರುವ ಈ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ, ವಾರ್ಷಿಕ ದಿನದ ಹಬ್ಬಗಳಲ್ಲಿ, ಅನೇಕ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ವಿವಿಧ ಒಳಾಂಗಣದ ಮತ್ತು ಹೊರಾಂಗಣದ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಗೆದ್ದವರು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಎಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳೂ ಉತ್ತೇಜನಕ್ಕಾಗಿ ಕೊಡುವ ಉಡುಗೊರೆಯನ್ನು ಮನೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಾರೆ.

ಈ ವರ್ಷ, ಒಂದು ತಿಂಗಳ ಹಿಂದಿನಿಂದ ನಾವು ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸದ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದವು. ಸೆಷನ್‌ಗಳು ವಿನೋದದಿಂದ, ಸಂತಸದಿಂದ ಹಾಗೂ ತುಂಟತನದಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತಿತ್ತು. ಅತೀವ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದಿದ್ದ ಮಕ್ಕಳು ಹೊಸ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಲಿತರು ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಪ್ರತಿಭೆಯನ್ನು ಹೊರತಂದರು. ವಾರ್ಷಿಕ ದಿನದಂದು ತಮ್ಮ ಪಾತ್ರವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಇಡೀ ತಂಡವು ಕಾಯುತ್ತಿತ್ತು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ದಿನವಾದ ಡಿಸೆಂಬರ್ 22ರಂದು, ಮುಸ್ಸಂಜೆಯಲ್ಲಿ ನವಿರಾದ ರಾತ್ರಿಯು ತಂಗಾಳಿಯೊಂದಿಗೆ ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಮೆಲ್ಲನೆ ಕಾಲಿಟ್ಟಿತು. ಹಾಲ್‌ಅನ್ನು ಅಲಂಕರಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಸ್ವಇಚ್ಛೆಯಿಂದ ಕೆಲವು ತಪೋನಗರ ನಿವಾಸಿಗಳು ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಬಂದಿದ್ದರು. ಆ ಸಂಜೆಯ ತಾರೆಯರಾದ (stars) ಮಕ್ಕಳು, ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧರಾಗಲು ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಬಂದಿದ್ದರು. ಹೊಳೆಯುವ, ಕುತೂಹಲದ ಕಣ್ಣುಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲಾ ಪ್ರದರ್ಶನ ನೀಡಲು ಅಲಂಕರಿಸಿಕೊಂಡರು.

ಏಕತೆಯ(Oneness) ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದರೊಂದಿಗೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು, ನಂತರ ಒಂದು ಸ್ಕಿಟ್‌ನಲ್ಲಿ (skit), ಕುಟುಂಬವೊಂದು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಮುಖ್ಯ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಒಂದು ದಿನದ ಪ್ರವಾಸ ಹೋಗುವುದನ್ನು ಅಭಿನಯಿಸಲಾಯಿತು. ಆ ಸ್ಕಿಟ್‌ನಲ್ಲಿಯೇ ವಿವಿಧ ನೃತ್ಯಗಳನ್ನೂ ಅಳವಡಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಆ ಕುಟುಂಬದ ಪ್ರಯಾಣವು ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಬರುವುದರೊಂದಿಗೆ ಸುಂದರವಾಗಿ ಅಂತ್ಯಗೊಂಡಿತು. ಪಕ್ಕೆಲುಬುಗಳಿಗೆ ಕಚಗುಳಿ ಕೊಡುವಂತಹ ಹಾಸ್ಯಮಯವಾದ ವೀಡಿಯೋ ಸಂಕಲನವೊಂದನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಾವೀಣ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರೊಬ್ಬರು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ್ದರು. ಮುಗ್ಧ ಮಕ್ಕಳ ಅದ್ಭುತ ಪ್ರದರ್ಶನವನ್ನು ತಪೋನಗರದ ನಿವಾಸಿಗಳು ಆನಂದಿಸಿದರು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ಶ್ರೀ ಜಯಂತ ಸರ್‌ರವರ ಕಿರು ಭಾಷಣದೊಂದಿಗೆ ಮುಕ್ತಾಯವಾಯಿತು. ಅವರು ಶಿಕ್ಷಕರನ್ನು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಅವರ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಗಾಗಿ ಅಭಿನಂದಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಸನ್ಮಾನಿಸಿದರು.

ಮಾರನೆಯ ದಿವಸ ಮಕ್ಕಳು ಅದೇ ಕಿರುನಾಟಕವನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಅಭಿನಯಿಸಿದರು. ಈ ಬಾರಿ ಅವರು ತಮ್ಮ ಪೋಷಕರ ಮುಂದೆ ಅತ್ಯಂತ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಪ್ರದರ್ಶನ ನೀಡಿದರು. ಕೊನೆಯ ಭಾಗದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ಪೋಷಕರ ಜೊತೆ ಪರಸ್ಪರ ವಿಚಾರ ವಿನಿಮಯದ ಸೆಷನ್ ಆಗಿತ್ತು. ಅದನ್ನು ನಮ್ಮ ಮ್ಯಾನೇಜಿಂಗ್ ಟ್ರಸ್ಟಿ ಆದ ಶೀಮತಿ ಉಷಾ ವಾಸನ್‌ರವರು ನಡೆಸಿಕೊಟ್ಟರು. ಪೋಷಕರು ಈ ಪ್ರಶಂಸಾರ್ಹವಾದ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್‌ನ ಬಗ್ಗೆ ತಮ್ಮ ಗೌರವ, ಕೃತಜ್ಞತೆ ಮತ್ತು ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ವಂದನಾರ್ಪಣೆ ಹಾಗೂ ನಂತರದ ಭೋಜನದೊಂದಿಗೆ ಮುಕ್ತಾಯಗೊಂಡಿತು.■

**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, ಸಪ್ತಮುಖಿಗಳು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಈ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹರಡಿ.

[www.lightchannels.com](http://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 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

ಏಪ್ರಿಲ್ 2006 (ಮುಂದುವರಿದದ್ದು)

ನನಗೆ ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟನ್ನು ಓದುತ್ತೇನೆ. ನನಗೆ ಸಮಯವಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಓದಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಸಂತೋಷ. ನೀವು ಓದಿರೆಂದು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಲಹೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಓದುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಡಿ. ಎಷ್ಟೊಂದು ಅದ್ಭುತ ಬರಹಗಾರರಿದ್ದಾರೆ, ಎಷ್ಟೊಂದು ಹೊಸ ಜ್ಞಾನ ಸೇರುತ್ತಿದೆ. ಹಳೆ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಸ ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಹೊಸ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ, ವಿವರಣೆಗಳಿವೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. 'ದಿ ಮಾಂಕ್ ಹೂ ಸೋಲ್ಡ್ ಹಿಸ್ ಫೆರಾರಿ' ಮತ್ತು 'ಆಲ್ಫೆಮಿಸ್ಟ್' ನಂತಹ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ನೀವು ಓದಬೇಕು. ಎಕಾರ್ಟ್ ಟೋಲ್ ಅವರು ಬರೆದ 'ದಿ ಪವರ್ ಆಫ್ ನೌ' ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ನೀವು ಓದಬೇಕು, ಅವರಿಗೆ ಹೊಸದೊಂದು ಪುಸ್ತಕವನ್ನೂ ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಗಮನಿಸುತ್ತಿರಿ. ಹೆಸರಾಂತ ಯೋಗಿಯೊಬ್ಬರ ಬಗ್ಗೆ ಎಲ್ಲಿಯೋ ಓದಿದೆ. ಅವರು ಸಮಾಧಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ! ಅಮರರವರಿಂದ ಪಡೆದ ಜ್ಞಾನ ಎಷ್ಟೊಂದು ಮಹತ್ವದ್ದೆಂದು ನನಗೆ ಆಗ ಅರಿವಾಯಿತು. ಅಮರರವರು ತರಗತಿಗಳನ್ನು, ನಾವು ಈಗ ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಹಾಗೆಯೇ ಎಲ್ಲರೊಡನೆ ಕುಳಿತು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ನನ್ನ ಬದುಕಿನ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯವನ್ನಷ್ಟೇ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಕಳೆದೆ. 1977ರಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದೆ, 1982ರಲ್ಲಿ ಅವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅಗಲಿದರು. ನಾವು ಅವರನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಭೇಟಿಮಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರೊಂದಿಗೆ ಕಳೆದ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯೇ ಅಪಾರ ಜ್ಞಾನ ಕೊಟ್ಟರು. ಸಮಾಧಿ, ಮನಸ್ಸಿನ ಮಟ್ಟದ ಅನುಭವವಲ್ಲವೆಂದು ನನಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿದಿದೆ, ನಿಮಗೂ ಅದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದೆ. ಆ ಯೋಗಿಯನ್ನು ಕಿರಿದಾಗಿರುವುದು ನನ್ನ ಉದ್ದೇಶವಲ್ಲ. ಅಮರರವರ ಕೃಪೆಯಿಂದಾಗಿ ನಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಉನ್ನತ ಜ್ಞಾನ ಲಭಿಸಿದೆ. ನಾವು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು; ನಾವು ಯಾರನ್ನೂ ತೆಗಳಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ನಾನು ನಿಮಗೆ ಹೇಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವುದೇನೆಂದರೆ, ಅಮರರವರು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದಾಗಿ ನಮಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ವಿಷಯಗಳು ತಿಳಿದಿವೆ.

ನಾವು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಯೋಗವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ಉದಾಹರಣೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಪ್ರತಿದಿನ 3 ಬಾರಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿನೋಡಿ, ಅದ್ಭುತ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೀರಿ. ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನದ ತಂತ್ರಗಳು ಅದ್ಭುತ, ಬಹುಶಃ ಅತ್ಯುತ್ತಮ. ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಬಹಳ ಹಿಂದೆ ನಾವು ಮುದ್ರಿಸಿದ್ದ ಕರಪತ್ರವೊಂದು ಮಹಾನ್

ಸ್ವಾಮೀಜಿಯೊಬ್ಬರ ಕೈಸೇರಿತು. ಅದನ್ನು ಓದಿದ ನಂತರ ಅವರು ಈ ರೀತಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರೆಂದು ಕಾಣುತ್ತದೆ, "ಎರಡು ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಸಮಾಧಿಯೇ? ಇದು ಹಾಸ್ಯಾಸ್ಪದವಾಗಿದೆ." ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದು ಸರಿಯಾಗಿದೆ, ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ ನೀವು ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವಿರಿ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಭಂಡಾರವೇ ಇದೆಯಾದರೂ ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಮೊದಲಿಗೆ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಸಮಾಧಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅನುಭವವಾಗುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ನಿಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಅದು ಮನಸ್ಸನ್ನೂ ಮೀರಿದ್ದು. ಇಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಜನರು ಇರಬಹುದಾದ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ನಾನು ಹಿಂದೆ ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ಮೌನವನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಮೌನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಿ ಮೇಲೇರುತ್ತದೆ. 'ಪ್ರಜ್ಞೆ' ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ಗಮನಿಸಿ, ಅದು 'ಶುದ್ಧ ಚೈತನ್ಯ' (Consciousness) ಅಲ್ಲ; ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಗೊಂದಲಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಈ ಗೊಂದಲಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಈ ಪದಗಳ ಅರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿಸುವವರಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಮೊದಲು ಮಾಡಲಿರುವುದು ಇದನ್ನೇ. ಪದಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಪದಗಳ ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥವೇನು? ಪ್ರಜ್ಞೆಯೆಂದರೆ ಶುದ್ಧ ಚೈತನ್ಯವಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮೌನದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಿ ಮೇಲೇರುತ್ತದೆ. ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ. 'ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮೀರಿ' ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡಿ. ಈ ಮಟ್ಟಗಳನ್ನು ಮೀರಿಹೋದ ನಂತರವಷ್ಟೇ ಅದು ವಿಸ್ತಾರಗೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯ. ಮೇಲೇರಿ ಶುದ್ಧ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ. ಶುದ್ಧ ಚೈತನ್ಯದೊಳಗೆ ವಿಸ್ತಾರತೆಯ ಅನುಭವ ನಮಗಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕ್ಷಣದ ನಂತರ ನಾವು ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಅರಿವು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋದಾಗ ನಾವು ಸಮಾಧಿ ಅನುಭವಿಸಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ, ಅದು ಮನಸ್ಸಿನ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲ.

ಇದು ಪ್ರಳಯದ ಕಾಲ. ಈ ಪ್ರಳಯದ ಕಾಲ ನಾವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಕಾಲ. ಎಲ್ಲ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳೂ ನಮಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ತುಂಬುತ್ತವೆ, ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಿದರೆ, ಅವು ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಕಟಕ್ಕೆ ಸಿಕ್ಕಿಸುತ್ತವೆ. ನಾವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೆ ಇರಲಾಗದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಮ್ಮ ಒಳಗೆ ಮತ್ತು ಹೊರಗೆ ಅವು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತವೆ. "ಹೀಗೆ ಮಾಡಿ, ಹಾಗೆ ಮಾಡಬೇಡಿ," ಎಂದು ಪ್ರಳಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಾಗಲೀ ಋಷಿಗಳಾಗಲೀ ಎಂದಿಗೂ ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ, ಸರಿಯಾದುವು

ಗಳನ್ನೇ ನಾವು ಮಾಡಬೇಕೆನ್ನುವುದನ್ನು ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿ ಅರಿಯುತ್ತೇವೆ. ನಮಗೆ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಿರುವುದು, 'ಶರಣಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವೇ'; ನಮಗೆ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಿಲ್ಲವೆನ್ನುವುದನ್ನು ಅರಿತು ಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವೇ, ಎನ್ನುವುದು ವಿಪರ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಸತ್ಯ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಸರಿಯಾದವುಗಳನ್ನೇ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪ್ರಳಯದ ಪೂರ್ಣಾವಧಿಯು ಆಯ್ಕೆಗಳು ಮತ್ತು ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಅವಧಿ. ಈ ಒಂದು ಜನ್ಮಾವಧಿಯಲ್ಲಿಯೇ ನಾವು ಮಹಾತ್ಮರುಗಳಾಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸಂತರಾಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ನಾವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಸಾಕು, ಆ ಕ್ಷಣದಿಂದಾಚೆಗೆ ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದು ಸತ್ಯಯುಗದೊಳಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. 'ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ನಾಳೆ ಮಾಡೋಣ', ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ತುಂಬ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸಿ, ಸುಮ್ಮನಾಗುತ್ತೇವೆ! ನಾವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲೇ ಬೇಕು. ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಅದು ಬೇರೆಯೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಾನು ಹೆದರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದ ಜನರಿಗೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಮಯ ಯಾವಾಗ? ಇದೇ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಮಯ; ಈ ದಿನವೇ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಮಯ; ಈ ಕ್ಷಣವೇ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಮಯ. ಇದರ ಅರಿವು ನಮಗಿರಬೇಕು.

ಪಿಯುಸಿ ಓದುತ್ತಿರುವ ಯುವಕನೊಬ್ಬ ನನಗೆ ಪತ್ರ ಬರೆದ. ಅವನು ಹೇಳಿದ, "ನಾನು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಗುರುವನ್ನಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ, ಆದರೆ ಏನೂ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿಲ್ಲ". ಅವನು ನನ್ನನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ನನಗೆ ಉಪಕಾರವೆಸಗಿದ್ದಾನೆ! ಅವನಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪತ್ರ ಬರೆದೆ - "ನೀನು ಒಂದು ಕಾಲೇಜನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಸಾಲದು, ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕು, ಕಲಿಯಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರವೇ ನಿನಗೆ ಪದವಿ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ". ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನಾವು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತೇವೆ, ಮಾರ್ಗವೊಂದನ್ನು ಸೇರುತ್ತೇವೆ, ಅದಷ್ಟೇ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು, ಅದರಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸವಾಲಿರುವುದು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿಯೇ. ನಾವು ಮಾಡುವ ಈ ಸಾಹಸದ ಭಾಗ ನನಗೆ ಬಹಳ ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರ. ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಪಡೆದದ್ದು ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ ಯಾದರೂ, ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಕೂಡಾ ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪುಸ್ತಕವೊಂದನ್ನು ಓದಿದಾಗ ಹೋರಾಟಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ. ಹೋರಾಟಗಳಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಪಾಠಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಹೋರಾಟದಲ್ಲೂ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಆನಂದವಿರುತ್ತದೆ. ನಾವದನ್ನು ಆನಂದಿಸಬೇಕು.■

**ಶ್ರೀ ಜಯಂತ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು**

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

22-12-2019

ಈ ವರ್ಷವು ಪ್ರತಿಭಟನೆಯ ವರ್ಷವಾಗಿತ್ತು ಎಂದು ಈ ಮೊದಲು ಹೇಳಿದ್ದೆ. ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಪ್ರತಿಭಟನೆಗಳಿದ್ದವು. ಅನ್ಯಾಯ, ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ವಿರುದ್ಧ ವ್ಯಾಪಕ ಕೋಪವಿದೆ. ಯುವಕರು ಈ ಪ್ರತಿಭಟನೆಯ ಮುಂದಾಳತ್ವ ವಹಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದು. ಯುವ ಪೀಳಿಗೆಯು ಹೊಸ ಯುಗದ ಪೀಳಿಗೆ ಎಂದು ಗುರುಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಹೆಚ್ಚು ವಿಕಾಸಗೊಂಡಿದ್ದಾರೆಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು. ಇದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮುಂದುವರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯ ವಿಲ್ಲವೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಿರುವುದು ಈ ಯುವ ಪೀಳಿಗೆಯೇ. ನಾವು ಸುಭದ್ರವಾದ, ಶಾಂತಿಯುತವಾದ ಉತ್ತಮ ಬದುಕಿಗೆ ಅರ್ಹ ರಾಗಿದ್ದೇವೆಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅರ್ಥವಿಲ್ಲದ ಈ ದುರಾಸೆ ಮುಂದುವರೆಯಲಾರದು. ಸ್ವಾರ್ಥಕ್ಕಾಗಿ ಅಧಿಕಾರದ ದುರುಪಯೋಗ ಮುಂದುವರೆಯಲಾರದು. ನಾನು ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಪ್ರತಿಭಟನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ, ಒತ್ತಾಯಾಗಿ ಅನ್ಯಾಯ ಮತ್ತು ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಕೋಪವಿದೆಯೆಂದಷ್ಟೇ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಯುವಜನರು ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆಯೆಂದು ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಅವರು ಯಾವುದೋ ಒಂದು ದೇಶದ ಪ್ರಜೆಯಂತಲ್ಲದೆ, ವಿಶ್ವದ ಪ್ರಜೆ ಎಂಬಂತೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಅವರ ಯೋಚನೆಗಳು ಅವರ ಧರ್ಮ ಅಥವಾ ಜನಾಂಗದ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಒಳಪಟ್ಟಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಲೆಬನಾನ್ ಯುವಕನೊಬ್ಬನು, ಅಲ್ಲಿ ಈಗ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಕ್ರಾಂತಿಯು ಎಲ್ಲ ಧರ್ಮಗಳನ್ನೂ ಒಗ್ಗೂಡಿ ಸುತ್ತಿದೆಯೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ಪತ್ರಿಕೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಓದಿದೆ. ಈ ಯುವಜನತೆಯ ಆಲೋಚನೆಯು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನಾ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆಂದು ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ಈ ಶಕ್ತಿಯು ಹೆಚ್ಚು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಂತೆಲ್ಲಾ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯು ನಿರ್ನಾಮವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ರಾತ್ರೋರಾತ್ರಿ ಆಗುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಮಯ ಬೇಕು. ಇದು ಜನರನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ.

ಎಲ್ಲ ಕ್ರಾಂತಿಗಳೂ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತವೆಂದು ಗುರುಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಹರಡಲು ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಇದನ್ನು ಗುರುಜಿಯವರು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಯುವತಿಯೊಬ್ಬಳ ಬಗ್ಗೆ ಪತ್ರಿಕೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಗುರುಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದ ಮಾತುಗಳನ್ನು ನೆನಪುಮಾಡಿಕೊಂಡೆ. ಆಕೆಗೆ ಈಗಿನೂ ಹದಿಹರೆಯದ ವಯಸ್ಸು ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ದಿನ ಆಕೆ ಪ್ರತಿಭಟನೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದಳು. ಅದು ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾವಣೆ ಬಗ್ಗೆ. ಅವಳು ಒಬ್ಬಳೇ ಸ್ಟೀಡನ್ನಿನ ಸಂಸತ್ತಿನ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತಳು. ಪ್ರತಿಭಟನೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ದಿನ ತಾನು ಒಬ್ಬಂಟಿಗಳಾಗಿದ್ದೆನೆಂದು ಆಕೆ ಹೇಳುತ್ತಾಳೆ. ಆದರೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣದಲ್ಲಿ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದಿದ್ದಳು. ಮರುದಿನ ಒಬ್ಬ ಅಗಂತುಕ ಅವಳನ್ನು ಸೇರಿದ. ಅದರ ಮರುದಿನ ಅನೇಕ ಜನರು

ಬಂದು ಅವಳನ್ನು ಸೇರಿದರು, ಮಾಧ್ಯಮದವರು ಬಂದರು, ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳು ಬೆಂಬಲಿಸಿದವು. ಈಗ ಒಂದೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲ ಕಡೆಗಳಿಂದ ಮಿಲಿಯಾಂತರ ಜನರು ಅವಳ ಜೊತೆಗೊಡಿದ್ದಾರೆ. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ಅತಿವೇಗವಾಗಿ ಆಗಲೇಬೇಕಾಗಿದೆಯೆಂದು ನನ್ನ ಅನಿಸಿಕೆ. ಹಿಂದೆ ಪ್ರತಿಭಟನೆಗಳು ಆಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲವೆಂದಲ್ಲ. ಕಳೆದ ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳಿಂದ, ಬಹುಶಃ ದಶಕಗಳಿಂದ ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾವಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರತಿಭಟನೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಲೇ ಇವೆ. ಜನರು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಧ್ವನಿಯೆತ್ತುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲವೆಂದಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಅದು ಹೇಗೋ ಈಗ ಎಲ್ಲವೂ ಬಹು ವೇಗವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ. 16 ವರ್ಷದ ಈ ಯುವತಿ, ಗ್ರೇಟಾ ತರ್ನರ್, ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದ ಹಾಗೆ ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾವಣೆಯ ಕ್ರಾಂತಿಯ ಪ್ರಮುಖ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದಾಳೆ. ಅವಳ ಬಗ್ಗಿನ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಓದಲು ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರವಾಗಿದೆ. ಅವಳು ತನ್ನ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಳೆ. ಅವಳು ಸಸ್ಯಾಹಾರಿಯಾಗಿದ್ದಾಳೆ. ನನಗೆ ತಿಳಿದ ಹಾಗೆ, ಕೆಲವು ರೀತಿಯ ಆಹಾರಗಳ ಸೇವನೆ ಪ್ರಪಂಚದ ತಾಪಮಾನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆಂದು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಕೂಡ ಈಗ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಸೇವನೆಯಿಂದಲೇ ಎಂದಲ್ಲ, ಆದರೆ ಕೆಲವು ರೀತಿಯ ಆಹಾರ ಶಯಾರಿಕೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಿಂದಲೂ ತಾಪಮಾನ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಅದೇನೇ ಇರಲಿ ಅವಳ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಆ ರೀತಿಯ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಳೆ. ಯೂರೋಪಿನವಳಾದ ಅವಳಿಗೆ ಅದು ಕಷ್ಟ. ಅವಳು ವಿಮಾನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಮಿಲಿಯಾಂತರ ವಿಮಾನಗಳು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಎಷ್ಟೊಂದು ಮಾಲಿನ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತಿವೆಯೆಂದು ಆಕೆಗೆ ಗೊತ್ತು. ಅದರಿಂದಾಗಿ ವಿಶ್ವದ ತಾಪಮಾನ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ನಾವು ಯೋಚಿಸಿದರೆ, ಇಂಥವುಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು ಎಷ್ಟೊಂದು ಕಷ್ಟವೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಯೂರೋಪಿನಿಂದ ಅಮೇರಿಕೆಗೆ ಹಡಗಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಿದ್ದು ಮತ್ತೊಂದು ಮಟ್ಟದ ನಿರ್ಧಾರವೇ ಆಗಿತ್ತು. ಏಕೆಂದರೆ ವಿಮಾನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ತನಗೆ ತಾನೇ ಪ್ರಮಾಣಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಳು. ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಹೇಳುವುದನ್ನು ಸ್ವತಃ ಪಾಲಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆಕೆ ಗಾಂಧಿವಾದಿಯಾಗಿದ್ದಾಳೆ. ಯೂರೋಪಿನ ಅನೇಕ ಜನರು ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಒಂದು ಅಚ್ಚರಿಯ ಸಂಗತಿ. ಸಾಧ್ಯವಾದಾಗಲೆಲ್ಲ ವಿಮಾನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವುದನ್ನು ಅನೇಕರು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ವಿಮಾನದ ಬದಲಿಗೆ ರೈಲನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಹೇಗೇ ಆದರೂ, ಪ್ರಪಂಚದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬೆಳಕಾಗುವುದರೊಳಗೆ ಪರಿಹರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಮುಂದಾಳುಗಳು ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಲಾರದಂಥ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಅವರೇನಾದರೂ ಮಾಡಲೇಬೇಕು. ಅಧಿಕಾರದ ದುರಾಸೆ ಅಪಾಯಕರವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿಯಲಾರದು. ಇದನ್ನು ನಾವು ಗಮನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಎಲ್ಲವೂ ಪಾರದರ್ಶಕವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ವಂದನೆಗಳು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಎಲ್ಲವೂ ಕಾಣುತ್ತಿದೆ. ಅನ್ಯಾಯ, ಹಿಂಸಾಚಾರ, ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಧ್ವನಿಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಎಷ್ಟೇ ಬಲ

ಪ್ರಯೋಗಿಸಿದರೂ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಲು ಕೂಡಾ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಬೆಳಕಿನ ಶಕ್ತಿಗಳು ತಮ್ಮ ಗುರಿಯಾದ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಹೊಸಯುಗವನ್ನು ತಲುಪುವವರೆಗೂ ನಾವು ಈ ಹೋರಾಟಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತೇವೆ. ಈ ಅವಧಿ ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಈ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿ ಸೋಲುವುದಿಲ್ಲ. ಅದರ ಉಳಿವಿಗಾಗಿ ಅದು ತನ್ನ ಹೋರಾಟವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತನ್ನ ದುಷ್ಟ ಮಾರ್ಗಗಳಾದ ಪ್ರಾಬಲ್ಯದ, ಹಿಂಸಾಚಾರದ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ನಾವು ಸಾಕಷ್ಟು ಹಿಂಸಾಚಾರವನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಈ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ನೋಡುವುದು ಬಹಳ ನೋವಿನ ಸಂಗತಿ. ಆದರೆ ಯಾವ ಕಾರಣದಿಂದಲೋ ನಾವು ಈ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾವು ನೋಡಲೇ ಬೇಕಾಗಿದೆ, ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಭಾಗದಿಂದ ನಾವೇನು ಮಾಡಬಹುದು? ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಅದನ್ನೇ ನಾವಿಲ್ಲಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವುದು. ನಾವು ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ? ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ, ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ, ಬದಲಾವಣೆ ಹೊಂದುವ ಮೂಲಕ, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ನಾವಿಲ್ಲಿ ಕಲಿತುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಆಚರಿಸುವ ಮೂಲಕ. ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಇವುಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅದೇ ನಮ್ಮ ಕೆಲಸ. ಅದೇ ನಮ್ಮ ಜವಾಬ್ದಾರಿ.

ನೀವು ಗುರುಜಿಯವರ 'ಅನಿಸಿಕೆಗಳು' ಓದಿದರೆ, ಗುರುಜಿಯವರು ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ 1990ರ ದಶಕದಲ್ಲಿಯೇ ಹೇಳಿದ್ದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಅಧರ್ಮ, ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ ಮತ್ತು ದುಷ್ಟತೆಯ ಕೆಲಸಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಜನರಲ್ಲಿ ಕೋಪವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅವು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆಲ್ಲಾ ಈ ಕೋಪಗಳೂ ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ಹೆಚ್ಚು ಜಾಗೃತಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ಸತ್ಯಗಳು ಬಯಲಾಗುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಈ ಕ್ರೋಧ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ನಾವು ನೋಡುತ್ತಿರುವ ಈ ಪ್ರತಿಭಟನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಈ ಕ್ರೋಧವು ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲಿ ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸದಿರಲಿ, ಇದರ ಕಂಪನಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಕ್ರೋಧದ ಜೊತೆಗೆ, ಹರಡುತ್ತಿರುವ ಕ್ರೋಧದ ಜೊತೆಜೊತೆಗೆ ಈ ಕ್ರೋಧದ ಕಂಪನಗಳು ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ, ಅವು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಈ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಅದುಮಿ ಹಾಕಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಭಟನೆಯನ್ನು ಅದುಮಿ ಹಾಕಬಹುದು, ಜನರನ್ನು ಕೊಲ್ಲಬಹುದು ಆದರೆ ಈ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಅದುಮಿ ಹಾಕಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಬಹುಶಃ ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಗುರುಜಿಯವರು ಹೇಳಿರಬಹುದು. ಪ್ರತಿಭಟನೆ ಮಾಡಬೇಡಿ, ಒಂದು ಕಡೆ ಕುಳಿತು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ, ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ಕಂಪನಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆಲ್ಲಾ ಅವು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಅಧರ್ಮವನ್ನು ಮತ್ತು ದುಷ್ಟತೆಯನ್ನು ಅಳಿಸಿಹಾಕುತ್ತವೆ. ■

## 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 ವಾರ್ಷಿಕವಾದ 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 ವಾರ್ಷಿಕವಾದ 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.

ಚಿಕ್ಕ/ಡಿಡಿಗಳನ್ನು 'Manasa Light Age Foundation' ಹೆಸರಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಂಗಳೂರೇತರ ಚಿಕ್ಕಗಳಿಗೆ 50ರೂ. ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಸೇರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

### ಗುರುಜಿಯವರಿಂದ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಗಳು

- ★ ತಾಳ್ಮೆ ಇರಲಿ. ಮೊದಲನೆಯ ದಿನವೇ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ಪವಾಡಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ನಾವು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ ಪವಾಡಗಳು ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇನಾಸಾಹಿಗಳನ್ನೆದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಾಧನೆಯ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲ ಕಠಿಣವಾಗುತ್ತವೆ.
- ★ 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.

## ಅಮರಾಜಿ - ನಮ್ಮ ಭರವಸೆ

ಹೇಮಲತ ಪ್ರಮೋದ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ನಾವು ಕಷ್ಟದ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಮತ್ತು ಯಾರ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದು ಗೊತ್ತಾಗದಿದ್ದಾಗ, ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹೊಳೆಯುವುದು ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳು. ಪ್ರೀತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿ ಅಥವಾ ಆನಂದವನ್ನು ಕಳಿಸುವುದರಷ್ಟಿರದೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಹಗುರವೆನಿಸಿ ಸಮಾಧಾನ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅಂಥ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿಯೂ ನಾವು ಬಲಿಷ್ಠರಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ.

ಕಲಿಯುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಶಂಬಲವು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಮುಚ್ಚಲ್ಪಟ್ಟಿರುವುದಾದರೂ, ಶಂಬಲದ ಜ್ಞಾನ, ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಟೆಕ್ನಿಕ್‌ಗಳು ನಮಗೆ ಲಭ್ಯವಿವೆ. ಅವು ಸರಳವಾಗಿದ್ದರೂ ಆಳವಾಗಿವೆ. ಇದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿರುವುದು ಅಮರರವರಿಂದ. ಇದನ್ನು ಅಮರರವರು ಗುರುಜಿಯವರಿಗೆ ಕೊಟ್ಟರು, ಅವರು ಅದನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡು ಬಂದು, ಅದನ್ನು ತಿರುಚಿದೇ ಸರಿಯಾದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡರು. ಅನೇಕ ಧ್ಯಾನಿಗಳಿಗೆ ತಮ್ಮೊಳಗೇ ಶಂಬಲವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿರುವ ಅಶುದ್ಧತೆ, ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳ ನಡುವೆಯೂ, ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯಿಂದ, ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕೇವಲ ಅಮರರವರಂಥ ಮಾರ್ಸ್ಟರ್‌ಗೆ ಮಾತ್ರ, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಶಂಬಲ ನಿರ್ಮಿಸುವ ಕನಸು ಕಾಣುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯ. ಈ ಧ್ಯಾನಿಗಳೇ ನಮಗೆ ಪ್ರೇರಣೆ. ಅವರು, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಸಹ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಶಂಬಲ ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದೆಂಬ ಭರವಸೆ ಮೂಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಜ್ಞಾನ, ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಶಂಬಲ ಟೆಕ್ನಿಕ್‌ಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅಮರರವರಿಗಿದ್ದ ಗಾಢನಂಬಿಕೆಯಿಂದಾಗಿ, ಶಂಬಲವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಕನಸು ಕಾಣಲು ಅವರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಮತ್ತು ಗುರುಜಿಯವರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಗುರುವಿನಲ್ಲಿ ಇರುವ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಂಬಿಕೆಯಿಂದಾಗಿ ಈ ಕನಸನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಪ್ರತಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಾಯಕರು ಪ್ರೀತಿ ಕುರಿತು ಮಾತನಾಡುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊರತಂದು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ತಂತ್ರ ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಇದೆಯೆಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಅಲ್ಪ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಹಾದುಹೋಗುತ್ತಿರುವಾಗ ಮತ್ತು ಎಷ್ಟೋ ವೇಳೆ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬಿಡೋಣವೆಂಬ ಯೋಚನೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಗುರುಜಿ ಮತ್ತು ಅಮರಾಜಿ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಹೆಜ್ಜೆಗಳಲ್ಲೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಅಮರರವರ ನೇರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವಿಲ್ಲದೆ ಗುರುಜಿಯವರು ಒಬ್ಬಂಟಿಗರಾಗಿದ್ದಾಗ, ಅಮರರವರ ಸಂಪರ್ಕ ಸ್ಥಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಅವರಲ್ಲಿದ್ದ ದೃಢವಾದ ನಂಬಿಕೆ ಅವರನ್ನು ಮುಂದುವರಿಯುವಂತೆ ಮಾಡಿತ್ತು. ಆನಂತರ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆಯೆಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತು. ನಮಗೆ ಕೂಡಾ ಅಮರರವರೇ ಭರವಸೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಅಂತಿಮ ಗುರಿಯೆಡೆಗೆ ಸಾಗಲು ಗುರುಜಿಯವರೇ ನಮಗೆ ದಾರಿ ದೀಪ.

ಬಹಳ ಸರಳವಾದ ಆದರೆ ಬಲಿಷ್ಠವಾದ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿರುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಷರತ್ತುರಹಿತ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ನಿರಂತರವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಸಹಾಯಹಸ್ತವನ್ನು ಚಾಚುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಅಮರಾಜಿಯವರಿಗೆ ಅವರ ಜನ್ಮ ದಿನದಂದು ನಮ್ಮ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ■

## ಅಳಿಯದ ಶಾಶ್ವತ ಕೃಪೆ

ಅಪೂರ್ವ ದೇಶಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ಒಂದು ಶನಿವಾರ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ನಾನು ಕಿಟಕಿಯ ಬಳಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಮೃದುವಾದ ಗಾಳಿಯು ನನ್ನ ಕೂದಲನ್ನು ಮುದ್ದಾಡಿದಂತೆನಿಸಿತು. ನಾನು ಸೋಮಾರಿಯಾಗಿ ಕಾಲಹರಣ ಮಾಡುತ್ತಾ ಅರ್ಧವಿಲ್ಲದ ಗೂಗಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಅಮರ ಪದದ ಅರ್ಥವೇನೆಂದು ನಾನು ನೋಡಿದೆ. ಗೂಗಲ್ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾದುದನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿರಲಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲೂ ಅಮರ ಅಂದರೆ ಕೃಪೆ, ಶಾಶ್ವತ, ಅಳಿಯದ ಎಂಬ ಅರ್ಥವಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಾಗ ನನಗೆ ಅಪ್ರಾಯಮಾನವಾದ ಆಶ್ಚರ್ಯ ಕಾದಿತ್ತು. ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾಷೆಯೂ ಮಹಾನ್ ಮಾರ್ಸ್ಟರ್‌ರವರ ಮೂಲತತ್ವಗಳನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ನಾನು ನಗುತ್ತಾ ಯೋಚಿಸಿದೆ.

ಆವರಿಸುತ್ತಿರುವ ಕಡು ಮೋಡಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಕಳೆದು ಹೋದ ವರ್ಷದ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಯೋಚಿಸಿ ತೊಡಗಿದೆ, ಹೋದ ವರ್ಷದ ಕೊನೆಯ ಭಾಗದ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಿದೆ. ಕಡೇಪಕ್ಷ ಅದು 'ವರ್ಣರಂಜಿತವಾಗಿತ್ತು' ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಎಳೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವ ಟ್ರಕ್ನ ಹಿಂದೆ ನನ್ನ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನುಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ನಾನು ಓಡುವುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ದಿನ ಬಿಟ್ಟು ದಿನ ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿದ್ದಾಗ ಅಪಘಾತಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಿದ್ದೆ. ಹೇಗೋ ಈ ದುರದೃಷ್ಟಕರ ಘಟನೆಗಳು ನನ್ನನ್ನು ಬಿಡದೆ ಕಾಡುತ್ತಿದ್ದವು ಮತ್ತು ನನ್ನನ್ನು ಪೊಳ್ಳುಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದವು.

ನಾನು ಒಂದು ದಿವಸ ನನ್ನ ದೇವರ ಕೊಠಡಿಗೆ ಹೋಗಿ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಪ್ರತಿಮೆಯ ಎದುರು ಕುಳಿತು ತಡೆಯಿಲ್ಲದೆ ಅತ್ತೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಅನೇಕಸಲ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಶರಣಾಗುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದರು ಎಂದು ನಾವು ಗುರುಜಿಯವರಿಂದ ತಿಳಿದಿದ್ದೇವೆ. ಆ ದಿವಸ ನನ್ನ ದುರ್ಬಲ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ, ನಾನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಗೆ ಶರಣಾದೆ. ನಾನು ಏನೂ ಹೇಳಲಿಲ್ಲ ಆದರೆ ನನ್ನನ್ನು ಕೇಳಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಅನಿಸಿತು; ರಕ್ಷಣೆಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು; ಮಮತೆಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು; ಮತ್ತೆ ಜೀವ ಬಂದಂತಾಯಿತು!

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಕೃಪೆ ಯಾವಾಗಲೂ ನನ್ನ ಜೊತೆ ಹೇಗೆ ಇರುತ್ತಿತ್ತು ಎಂಬ ಅರಿವಾಯಿತು. ನನಗೆ ಅಪಘಾತವಾದಾಗ, ನನಗೆ ಏನು ಆಗಿದೆಯೆಂದು ತಿಳಿಯುವ ಮೊದಲೇ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ನನ್ನ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಅಲ್ಲಿದ್ದರು. ನನ್ನ ದೇವರೇ ಕಳಿಸಿದ ಡಾಕ್ಟರ್ ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಿದರು ಆದರೆ ನಾನು ಆ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಅವರ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗಿಯೇ ಇರಲಿಲ್ಲ! ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ನನಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬರುವ ಮುಂಚೆಯೇ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತಿದ್ದರು ಎಂದು ಅರಿವಾಯಿತು ಆದರೆ ಸ್ವ-ಅನುಕಂಪದಲ್ಲಿಯೇ ಮುಳುಗಿದ್ದ ನನಗೆ ಅವರ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಸಮಯವೇ ಇರಲಿಲ್ಲ.

ಆಕಾಶವು ಗುಡುಗಿ ನನ್ನ ಆಲೋಚನಾ ಸರಪಳಿಯನ್ನು ತುಂಡುಮಾಡಿತು. ನಾನು ನಗುತ್ತಾ ಮೌನವಾಗಿ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಮಳೆ ಶುರುವಾಯಿತು. ■

**ಅಮರ ಆಧುನಿಕ ಋಷಿ**

**ಸ್ವಸ್ತಿಕಾ ಕಾನಡೆ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ**

“ಆಧುನಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಆಧುನಿಕ ಪರಿಹಾರಗಳು ಬೇಕು”. ಇದು ಈಗಿನ ಯುವಕರ ಧ್ಯೇಯವಾಕ್ಯವಾಗಿದೆ; ಈಗಿನ ಪೀಳಿಗೆಯವರು, ಅವರ ಅಜ್ಜಿ-ಅಜ್ಜರ ಕಾಲದ ನೈತಿಕ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರುವ ಹಾಗೂ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಸಂಮೋಹನಗೊಂಡಿರುವ ಪೀಳಿಗೆಯವರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಕಾಲಘಟ್ಟಗಳ ನಡುವೆ ಭಾರಿ ಅವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿರುವಾಗ, ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ನಿಶ್ಚಿತವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಮಗೆ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ, ನಮ್ಮ ತಕ್ಷಣದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಶೀಘ್ರ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುವುದಲ್ಲದೆ ಶಾಶ್ವತವಾದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನೂ ಕೂಡ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. “ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯು ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮಕ್ಕಿಂತ ಈ ಜನ್ಮಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಬೇಕಾಗಿದೆ” ಇದನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಪ್ಪಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ, ಎಂದು ಮಾರ್ಸ್ಟರ್ ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆದುದರಿಂದ, ಆಧುನಿಕ ಕಾಲದ ಕಾವ್ಯ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಅವರು ಎಲ್ಲ ಕಾಲಕ್ಕೂ ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿ (GOAT- Greatest Of All Time).

ಅಮರರವರ ಮಂತ್ರಮುಗ್ಧಗೊಳಿಸುವಂತಹ ನಿರೂಪಣೆಗಳು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮದ ಕೌಶಲತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಆಧುನಿಕ ಋಷಿಯು, ಈಗಿನ ಅವಸರ ಹಾಗೂ ಗಲಿಬಿಲಿಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ದೈವಿಕ ವಾಸ್ತವತೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಮಭಾವ ಮತ್ತು ಸಮತೋಲನವನ್ನು ತಂದಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವುದೆಂದರೆ, ಅವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವುದು ... ಆಗ ನೋಡಿ ಮುಂದಿರುವ ಮಾರ್ಗವು ಎಲ್ಲಾ ಗೊಂದಲಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಅವರ ಹೃದಯವೈಶಾಲ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಬರೀ ಪದಗಳು ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವ ಕವಿಯೂ ಅವರನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪ್ರಶಂಸಿಸುವ ಪದ್ಯಗಳನ್ನು ರಚಿಸಲಾರ; ಅವರಿಗೆ ಅಮರರವರ ಅಸಾಧಾರಣ ಭವ್ಯತೆಯನ್ನು ಸೆರೆಹಿಡಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಪದಗಳೇ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮಹಾನ್ ಕಲಾವಿದ ಕೂಡ ಅವರ ಗೌರವಾರ್ಹ ಘನತೆಯ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಭಾಯಿಗಳನ್ನು ಚಿತ್ರಿಸಲು ವಿಫಲನಾಗುತ್ತಾನೆ. “ನಾನು ಅಮರರವರ ಬಗ್ಗೆ ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾ ಹೋಗಬಹುದು, ಆದರೆ ಅವರನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬಣ್ಣಿಸಲು ವಿಫಲನಾಗುತ್ತೇನೆ” ಎಂದು ಒಮ್ಮೆ ಗುರುರಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ ಮಾತು ಯುಕ್ತವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸತ್ಯಗಳ ಅಕ್ಷಯ ಪಾತ್ರೆಯನ್ನು ನಮಗೆ ದತ್ತಿ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ; ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದ ಪ್ರಭೆಯು ಈ ಅಮೋಘವಾದ ಬಳುವಳಿಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಮತ್ತು ಅವರ ದಿವ್ಯವಾದ ಪರಂಪರೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ನಮಗೆ ಕರೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಈ ಪರಂಪರೆಯು ಭಯಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆಳವಾದ ಕೃತಜ್ಞತಾ ಭಾವವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಶಾಶ್ವತಪುರುಷರ ಸರಳತೆ, ವಿನಮ್ರತೆಯ ವೈಭವ ಮತ್ತು ಅಗಾಧವಾದ ಜ್ಞಾನದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು, ಅವುಗಳನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ನೀಡುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಮತ್ತು ನಂತರದ ಯಶಸ್ಸು ಹೊಸಯುಗದ ಉದಯವನ್ನು ನಮಗೆ ಕರುಣಿಸುತ್ತದೆ, ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಸ್ವಾರ್ಥದಿಂದ ಅವರು ನಮಗೆ ಮಾಡಿರುವುದೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ನಾವು ಏನಾದರೂ ಅವರಿಗೆ ಕೊಡಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ■

**ಪ್ರಶೋತ್ತರಗಳು**

(ಶ್ರೀ ಜಯಂತ ದೇಶಪಾಂಡೆ)

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

**ಪ್ರ: ಕೆಲವು ಜನರು, ಗೊತ್ತಿದ್ದೂ ತಮಗೆ ತಾವೇ ಹಾನಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಸಕ್ಕರೆ ಖಾಯಿ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತಾನು ಪಕ್ಕದ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗರೂಕನಾಗಿರಬೇಕೆಂದು ಗೊತ್ತಿರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅವನು ಅದನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತಾನೆ. ಇದು ಏಕೆ ಹೀಗಾಗುತ್ತದೆ?**

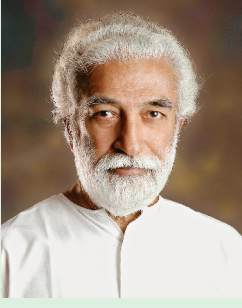
ಉ: ಇದಕ್ಕೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯೇ ಉತ್ತರಿಸಬೇಕು. ಗುರುಜಿ ನಮಗೆ ಹೇಳಿದರು-ನಾವು ಜೀವಿಸಿರುವ ಈ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸಹಜವಾದ ಪ್ರತಿರೋಧದ ಗುಣವಿದೆ. ಇದು ಜಡತ್ವ ಅಥವಾ ಆಲಸ್ಯ, ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಅಂದುಕೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆಯೋ ಅವುಗಳನ್ನು ಮಾಡದಂತೆ ಪ್ರಚೋದಿಸುವ ಶಕ್ತಿ. ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಅಂದುಕೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆಯೋ, ಅದನ್ನು ಮಾಡುವ ಸಂಕಲ್ಪ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಈ ಪ್ರತಿರೋಧ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಜಯಿಸಬೇಕು. ಗುರುಜಿಯವರು, ಜನರಿಗೆ ತಮಗೆ ತಾವೇ ಎರಡು ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಚಿಕ್ಕನೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ ದೇಹದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರು ಹೇಳಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಔಷಧಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು; ಪಠ್ಯ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗೃತೆ ವಹಿಸಬೇಕು. ಎರಡನೆಯದಾಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಸ್ವ-ಹೀಲಿಂಗ್ ಟೆಕ್ನಿಕ್‌ನ ಸಹಾಯದಿಂದ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ಗುಣಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಕೂಡಾ ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಧ್ಯಾನ ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಭಸ್ಮ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ತೀರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಖಾಯಿಲೆಯ ಮೂಲ ಕಾರಣವನ್ನೇ ನಿರ್ಮೂಲ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ.

**ಪ್ರ: ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ತಂತ್ರ ನಾವು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಇದು ನಿಜವೇ ಅಥವಾ ಎಲ್ಲ ಮಾರ್ಗಗಳೂ ಸಹ ಅಷ್ಟೇ ಶೀಘ್ರತೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆಯೇ?**

ಉ: ನಾನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವಂತೆ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿಯಿದೆ, ನಮಗೆ ಎಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ ಎನ್ನುವುದು ನಾವು ಎಷ್ಟು ಶೀಘ್ರತೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾರ್ಗ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತಂತ್ರ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ವಾಸ್ತವ ಸಂಗತಿ. ಮಾರ್ಗ ನಮಗೆ ದಾರಿ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ ಆದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಯಾವುದೇ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಬಹುದು, ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾವು ಬೆಳೆಯಲೇಬೇಕೆಂಬ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾದ ತೀವ್ರ ಆಸೆ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದರೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನಾವು ಬೆಳೆಯುತ್ತೇವೆ. ■

**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/-       |
| iGurujī Vol 1,3,4 & 7                          | each 150/- |
| iGurujī - Vol 2                                | 120/-      |
| iGurujī - Vol 5                                | 100/-      |
| iGurujī - 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/- |
| Gurujī Speaks Part - I & II                    | each 200/- |
| Gurujī Speaks (Vol 3)                          | 150/-      |
| Gurujī Speaks (Vol 4)                          | 250/-      |
| Gurujī 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 Gurujī Krishnananda - Vol 1 & 4     | each 200/- |
| Thus Spoke Gurujī Krishnananda - Vol 2 & 3     | each 250/- |
| ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು                              | 150/-      |
| ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ                             | 150/-      |
| ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ - ಭಾಗ 2                     | 150/-      |
| ಗುರು-ಶಿಷ್ಯರ ಸಂಭಾಷಣೆ                            | 60/-       |
| ಐ-ಗುರುಜಿ ಭಾಗ 1                                 | 150/-      |
| ಐ-ಗುರುಜಿ ಭಾಗ 2                                 | 120/-      |
| ಪ್ರೌಢ 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/-       |
| ಗುರುಜಿ ನಾ ಕಂಡಂತೆ                               | 30/-       |
| ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು                           | 10/-       |
| ಬೆಳಕು  | 10/-       |
| ದೈವಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ        | 250/-      |
| ಕಾವ್ಯಕಂಠ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಪರಿಚಯ ಮತ್ತು ಮನಿಷ್ಯ          | 100/-      |
| ಅನೇಕರ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು                        | 120/-      |
| ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು                | 100/-      |
| प्रकाशवाट (Marathi)                            | 150/-      |
| आयुगुरुजी (Marathi)                            | 100/-      |
| ध्यान कसे करावे (Marathi)                      | 50/-       |
| ध्यानयोग (Marathi)                             | 50/-       |
| आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)             | 50/-       |
| शंबला तत्वांचा अभ्यास (Marathi)                | 50/-       |
| एका आधुनिक ऋषीचे                               |            |
| सुक्ष्मजगतील 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/-       |
| தரியானம் செய்து எப்படி                         | 50/-       |
| ஒளியின் வாயில்கள்                              | 200/-      |
| தரியான யோகம்                                   | 50/-       |
| ஆத்மாவின் அவரோகணம்                             | 50/-       |
| நவீன ரிஷி ஒருவரின் சூಕ್ಷ்ம் சாசகங்கள்          | 50/-       |
| சம்பலா நியமங்களின் அப்பியாசங்கள்               | 50/-       |
| ಧ್ಯಾನಂ ವೈಯ್ಯಂ ಎಲ್                              | 50/-       |
| ಕಾಂತಿಕೆ ದ್ವಾರಮುಲು                              | 100/-      |



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

### ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦)

1988ರಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರಿಂದ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾದ ಈ ಸಂಸ್ಥೆ ಜ್ಯೋತಿರ್ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಮೀಸಲಾಗಿದ್ದು, ತಪೋನಗರ ಮತ್ತು ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತದೆ.

#### ತಪೋನಗರ

ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ದೂರದ ಚಿಕ್ಕಗುಟ್ಟಿ ಹಳ್ಳಿಯ ಬಳಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸಿಗಳ ಬಡಾವಣೆ. 1935ರಲ್ಲಿ ಅವರರಿಗೆ ಇಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾಗುವ ಬೆಳಕಿನ ನಗರದ ದರ್ಶನವಾಗಿತ್ತು. ವಿಶ್ವಜೀವನ 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 ಗುಡಿಪುಲ ಮತ್ತು ಇತರ 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 ನಿರೀಮದಡಿ ಆದಾಯ ತೆರಿಗೆಯ ರಿಯಾಯಿತಿ ಇದೆ.)

## ಸಾಧಕರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ. ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸ್ವರ್ಣಲತಾ

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಸಿಗುವ ಆನಂದ ದಿನನಿತ್ಯದ ಅನುಭವವಾಗಿದೆ. ನನಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದ ದಿನ ಬೇಸರವಾಗುತ್ತದೆ. ಬಹಳ ಬೇಗ ಆಳವಾಗಿ ಮೌನಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಮೌನದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ದೈವೀ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯ ಅನುಭವವಾಗಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿದೆ. ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಅರ್ಪಣಾ ಭಾವ ಬಂದಿದೆ. ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾದುದೆಂದರೆ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ನಿರಾಸಕ್ತಿ ಉಂಟಾಗಿದೆ. ಆಸಕ್ತಿಯಿರುವುದು ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿ. ಅವನ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ. ಅವನ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ, ಅವನ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಲ್ಲಿ ನನ್ನೆಲ್ಲವೂ ಅವನಡೆಗೆ ತಿರುಗಿದೆ.

#### -ರೆಬೋನಿ ರೇ

ಋಷಿಗಳು, ಗುರೂಜಿ, ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು, ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರಮಹರ್ಷಿಗಳು ಸದಾ ನನ್ನ ಸುತ್ತಲೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡುತ್ತಾ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಎಲ್ಲರ ಒಳಿತಿಗಾಗಿ, ನಾನು ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು, ಸಹನೆಯನ್ನು, ಬೆಳಕು ಹಾಗೂ ತಾಳ್ಮೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಭರವಸೆಯನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಅತ್ಯಂತ ಸಮೃದ್ಧವಾಗಿ ನನ್ನ ಅನುಗ್ರಹಿತ ಜೀವನ ಸಾಗಿದೆ.

#### -ಗೀತಾ ಜೋಶಿ

ನನ್ನ ಎರಡು ವರ್ಷದ ನಾಯಿಗೆ ಹುಷಾರಿಲ್ಲದೆ ಪ್ಯಾಂಕ್ರಿಯಾಟೈಟಿಸ್ ಇರಬಹುದೆಂದು ಭಾವಿಸಿ ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಪ್ರಾಣಿ ಚಿಕಿತ್ಸಾಹಕ್ಕೆ ಸೇರಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು, ಒಳಗಡೆ ಸೋಂಕಿರುವುದನ್ನು ತೋರಿಸಿದವು. ನಾನು ಸಂತೋಷಿ ದೇವಿಗೆ ಗುಣಪಡಿಸುವಂತೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿದೆ, ನಾಯಿಗೆ ಹೀಲಿಂಗ್ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲಾಯಿತು. ಅಲ್ಟ್ರಾಸೌಂಡ್ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿದಾಗ ದೇಹದ ಒಳ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸೋಂಕಿಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿದು ಬಂದಿತು. ತಕ್ಷಣ ಅವಳು ಹುಷಾರಾಗಲಾರಂಭಿಸಿದಳು. ಆದರೂ ಇದು ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು. ಆದರೆ ಅವಳು ಬಹುಬೇಗ ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುಣಹೊಂದಿದಳು.

ನನ್ನ ಕುಟುಂಬದ ಸ್ನೇಹಿತರೊಬ್ಬರಿಗೆ ಅಪೆಂಡಿಕ್ಸೈಟಿಸ್ ಒಡೆದುಹೋಗಿತ್ತು ಹಾಗೂ ಅವರು ಪೆರಿಟೋನೀಟಿಸ್ ಎಂಬ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರು. ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ ಮನೆಗೆ ಕರೆತಂದ ನಂತರ ದಿನ ದಿನಕ್ಕೆ ಅವರ ಆರೋಗ್ಯ ಕ್ಷೀಣಿಸತೊಡಗಿತು. ಅವರಿಗೆ ಮತ್ತೆ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗ ಬೇಕಿದ್ದರೂ, ಅತ್ಯಂತ ನಿಶ್ಚಕ್ರರಾಗಿದ್ದ ಕಾರಣ ಅದನ್ನು ಕೈಬಿಡಲಾಯಿತು. ನಾನು ಸಂತೋಷಿ ದೇವಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಅವರಿಗೆ ಹೀಲಿಂಗ್

ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಜಾನಲ್ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಎಲ್ಲರೂ ಆಶ್ಚರ್ಯ ಪಡುವಂತೆ ಅವರ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಿಸಲ್ಪಟ್ಟು, ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಕಂಡು ಬರಲಿಲ್ಲ. ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ ಋಷಿಗಳು ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. ನನ್ನ ಹತ್ತಿರದವರೆಲ್ಲ ಈಗ ಇದನ್ನು ನಂಬಲು ಶುರುಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ನನಗೆ ಋಷಿಗಳ ಅನುಗ್ರಹವೇ ಎಲ್ಲವೂ ಸಹ.

#### -ಅನ್ ಜಾಪ್ಸನ್

ನನಗೆ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಆ ದಿನದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಮುಂದಿನ ಕೆಲವು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಕೆಲವು ಘಟನೆಗಳ ದೃಶ್ಯಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ನಾನು ಋಷಿಗಳೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಅವರಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಚೈತನ್ಯ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ.

ಒಂದು ದಿನ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಾನು ಮತ್ತು ನನಗೆ ಹತ್ತಿರದವರು, ಎಲ್ಲಾ ಬಗೆಯ ನೋವುಗಳು, ಕಷ್ಟಗಳು ಮತ್ತು ನಿರಾಶೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಯೋಚನೆಗಳು ಬರಲಾರಂಭಿಸಿದವು. ಇವುಗಳಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಬದಲು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಬಗೆಯ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಕಂಡೆ. ನಾನು ಈ ಜೀವನವನ್ನು ಒಳ್ಳೆಯ ಹಾಗೂ ಕೆಟ್ಟದರ ಅಸ್ತಿತ್ವವೇ ಇಲ್ಲದೆ ಸುಂದರವಾಗಿ ಕಾಣುವ ಒಂದು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದಿಂದ ನೋಡುತ್ತಿರುವಂತೆನಿಸಿತು. ದೇವರು ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಬೇಧ ಭಾವವಿಲ್ಲದೆ ಹೇಗೆ ನೋಡುವನೆಂಬ ಅನುಭವ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಆಯಿತು.

ಋಷಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಇದ್ದ ನನ್ನ ನಂಬಿಕೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಆಳವಾಗಿದೆ. ಅರ್ಪಣೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಹಾಗೂ ಸಂತೋಷವಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಿದೆ. ನನಗೆ ನನ್ನೆಲ್ಲ ಭಯ ಹಾಗೂ ಯೋಚನೆಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ಸಿಕ್ಕಿದೆ. ಈಗ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಅಹಂಕಾರದ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲೆನ್ನಾದ್ದರಿಂದ ಅದನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈಗ ನನಗೆ ಬೇಕಾಗಿರುವುದೆಂದರೆ ಬೆಳಕು ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಹತ್ತಿರವಾಗುವುದು ಮಾತ್ರ. ನನ್ನಲ್ಲಾಗಿರುವ ಈ ಸರಳ ಬದಲಾವಣೆ ಸಂತೋಷ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದೆ. ಯಾವುದಾದರೂ ಕಷ್ಟಕರ ಸನ್ನಿವೇಷದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿದಾಗ, ಯಾವುದು ಮುಖ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನೆದರೆ ತಕ್ಷಣ ನನಗೆ ನೆಮ್ಮದಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ.

#### -ಒಬ್ಬ ಧ್ಯಾನಿ

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

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

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

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

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

ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ