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 10 ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2020 ರೂ.25

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಏಪ್ರಿಲ್ 1992ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರೊಬ್ಬರು ನನ್ನನ್ನು, ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ದೇಶಾಟನೆ ಮಾಡಿದ ಒಬ್ಬ ಖ್ಯಾತ ಸ್ವಾಮೀಜಿಯ ಉಪನ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ದರು. ನಾನು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಚೀಲದೊಂದಿಗೆ ಹೋಗಿ ಬರಿಗೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಂದಿರುಗಿದೆ. ನಾನು ಗಾಢ ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ನನ್ನ ನಿರಾಶೆಗೆ ಮೂಲವನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತ ಒಬ್ಬನೆ ಕುಳಿತೆ. ಆ ಸ್ವಾಮೀಜಿಗೆ ಬಹಳ ಜ್ಞಾನವಿತ್ತು, ಒಳ್ಳೆಯ ಅನುಭವಗಳಾಗಿದ್ದವು ಹಾಗೂ ಅವರು ಅನೇಕ ಗುರುಗಳನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಿದ್ದರು.

ಅವರು ಬಹಳ ದೊಡ್ಡ ವ್ಯಕ್ತಿಯೆಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದ ಜನರು ಬಹಳ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಅಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಅವರು ಅವಕಾಶ ದೊರೆತಾಗಲೆಲ್ಲ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಿಗೆ ತಾನೆಷ್ಟು ದೊಡ್ಡವನೆಂದು ನೆನಪಿಸುತ್ತ, ಒಬ್ಬ ನಟನಂತೆ ಕಂಡುಬಂದರು! ನಟಿಸುತ್ತ; ಸೋಗುಹಾಕುತ್ತ! ಅವರು ಕೆಲವೊಂದು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದರು, ಅಲ್ಪ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಎಲ್ಲಿಂದಲಾದರೂ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವಂಥ ವಿಷಯಗಳು!

ಸಹಜವಾಗಿ ನನ್ನ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಅಮರರವರತ್ತ ತಿರುಗಿದವು. ಅವರು ತುಂಬಿದ ಕೊಡದಂತಿದ್ದರು, ಅವರಲ್ಲಿ ಕೃತಕತೆ ಇರಲಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಎಂದಿಗೂ ಯಾರನ್ನೂ ಮೆಚ್ಚಿಸಲು ಯತ್ನಿಸಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಮಹಿಮಾನ್ವಿತರಾಗಿದ್ದರು ಹಾಗೂ ಅವರು ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವೂ ಅಂತಹ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಗೆ ಸಹಜವಾದ ಘನತೆಯಿಂದ ಬಾಳಿದರು. ಒಂದು ಪಕ್ಷಿ, ಒಂದು ಗುಲಾಬಿ, ಒಂದು ಮಗು, ಸಾಗರ ಹಾಗೂ ಸೂರ್ಯ ಚಲಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಜೀವಿಸುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಅವು ನಟಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ನಾನು ಅಮರರವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಿರದಿದ್ದರೆ, ನಾನೂ ಚಪ್ಪಾಳೆ ತಟ್ಟಿ ಅವರನ್ನು ಹಾಡಿ ಹೊಗಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಾನು ದೊಡ್ಡ ಅಹಂ ಅನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ.

ನನಗೊಂದು ಅದ್ಭುತ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಒಂದು ವಿಶೇಷ ತರಗತಿಗಾಗಿ ನನಗೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿ ಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿದ್ದದ್ದು ಸಾಲುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಕೆಲವೊಂದು ವಿರೂಪಗೊಂಡ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಆಗಲೇ ಸರಿಪಡಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಏರ್ಪಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ, ಆಗ ಎಂದೂ ಸಿಗದಿದ್ದಂತಹ ಅತ್ಯಂತ ಯಶಸ್ವೀ ಸಂಪರ್ಕ ಉಂಟಾಯಿತು. ನನಗೆ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಮಾಹಿತಿ ದೊರಕಿತು, ನಾನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ವೇಗವಾಗಿ ಬರೆದುಕೊಳ್ಳಲಾರಂಭಿಸಿದೆ.

ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳ ನಂತರ ನನ್ನ ತಲೆ ಭಾರವಾದಂತೆನಿಸಿತು, ತಲೆನೋವು ಹೆಚ್ಚಾಗತೊಡಗಿತು. ನನಗೆ ಅದರ ಕಾರಣ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗಿದ್ದರಿಂದ ಗಾಬರಿಯಾಗಲಿಲ್ಲ. ತಲೆನೋವು ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ ಎಲ್ಲ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನೂ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲೇ ನಾನು ಸಂಪರ್ಕ ಕಡಿದುಕೊಂಡೆ. ಆಗ ನನಗೆ ಮಾನವನ ಇತಿಮಿತಿಗಳ ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳ ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಿಂದ ಬಂದಂತಹ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಹಾಗೂ ಅರಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಶರೀರ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯ ಅರಿವಾಯಿತು. ನನ್ನ ಗುರು ಹೇಳಿದ್ದರು, "ಋಷಿಗಳು ಸದಾ ಸಿದ್ಧರು. ಸಿದ್ಧರಾಗಿರಬೇಕಾದವರು ನೀವು."

ಆಗಬೇಕಾದ ಕೆಲಸ ಇನ್ನೂ ಬಹಳಷ್ಟಿದೆ, ಸಮಯ ಓಡುತ್ತಿದೆ. ಯಾರೂ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಕೆಲಸವನ್ನು ಹೇರುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದೂ ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಕೆಲಸವನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಳ್ಳುವವರು ನಾವು, ಅದರಲ್ಲಿ ಭಾಗಶಃ ಮುಗಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೂ ಯಾರೂ ಆಕ್ಷೇಪಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ಎಲ್ಲ ಆತಂಕಗಳೂ ಮಾನವ ಲೋಕಕ್ಕೇ ಸೀಮಿತ. ಅಲ್ಲಿನ ವಿಷಯವೇ ಬೇರೆ. ಅವರು ಅವಕಾಶ ಒದಗಿಸಿಕೊಟ್ಟು ನಾವು ಬೆಳೆಯುವವರೆಗೆ ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಕಾಯುತ್ತಾರೆ! ಕೆಲಸ ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ. ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮುಖ್ಯ!

ಇಚಿತಹ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನನ್ನ ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರೊಂದಿಗೆ ನಾನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ಎಂತಹ ಆನಂದವಿದೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಪತ್ತನ್ನು. ■

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

ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದ ಎಲ್ಲಾ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ರದ್ದುಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕೋವಿಡ್ ಹರಡುವಿಕೆ ಹಾಗೂ ಅದರ ಲಸಿಕೆ ಅಥವಾ ಔಷಧಿ ಲಭ್ಯವಾಗಲು ಬೇಕಾಗಬಹುದಾದ ಸಮಯವನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಂಡು, ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಮಾರ್ಚ್ 2021ನೇ ಇಸವಿಯವರೆಗೆ ನಡೆಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಏಪ್ರಿಲ್ 2021 ರಿಂದ, ಅಂದಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅವಲೋಕಿಸಿ, ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಪುನರಾರಂಭಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

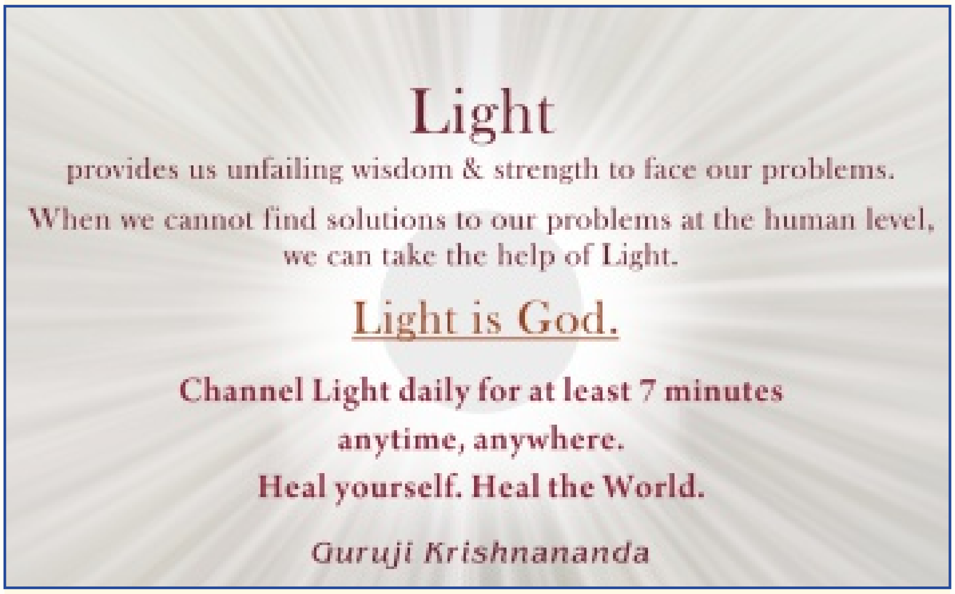
ಭಾನುವಾರದ ತರಗತಿಗಳು ವೆಬ್ ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಆನ್ ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ 11ರವರೆಗೆ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಆನ್ ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳ ಮೊದಲನೆ ಭಾನುವಾರ ಹೊಸ ಬ್ಯಾಚ್ ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೊರಗಿನ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಅಂಚೆ ಮತ್ತು ಇ-ಮೇಲ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳು ಲಭ್ಯವಿವೆ. ಹೆಚ್ಚು ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಆರನೇ ಪುಟದ ಮೊದಲನೇ ಕಾಲಂ ನೋಡಿ.

ಡೋರ್‌ವೇಸ್ (ಇಂಗ್ಲಿಷ್)/ತಪೋವಾಣಿ (ಕನ್ನಡ)
ಪ್ರಕಾಶ್‌ಮಾರ್ಗ್ (ಮರಾಠಿ)
ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ ರೂ. 300/-ಡಿಡಿಯನ್ನು
'Manasa Light Age Foundation'
ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು.
ಮನಿಯಾರ್ಡರ್‌ಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ

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



ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆಗಳು

- ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಮಹಾ ಸಮಾಧಿ ದಿನವನ್ನುಆಗಸ್ಟ್ 30, 2020 ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು. ಪ್ರಸಕ್ತ ಕೋವಿಡ್ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಪ್ರಯುಕ್ತ ಭೌತಿಕ ಸಭೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ ಕಾರಣ, ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ವರ್ಚುವಲ್ ಆಗಿ ಸಂಯೋಜಿಸಲಾಗಿತ್ತು ಹಾಗೂ ಸಾಧಕರು ತಮ್ಮ ಮನೆಗಳಿಂದಲೇ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು.
- ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಮುಂದಿನ ಸೂಚನೆಯವರೆಗೂ ರದ್ದುಗೊಳಿಸಲಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಭಾನುವಾರದ ತರಗತಿಗಳು ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ವರ್ಚುವಲ್ ಆಗಿ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ.
- ಧ್ಯಾನದ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಈಗ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ತಿಂಗಳ ಪ್ರತಿ ಮೊದಲನೆ ಭಾನುವಾರದಂದು ಹೊಸ ತಂಡವು ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ 11ರ ವರೆಗೆ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಶಂಬಲ ಗುಂಪಿನ ಸದಸ್ಯರು ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 13ರಂದು ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಅವರು, ಶಂಬಲ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಂದ ದೀಕ್ಷೆ ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರು.
- ರಾ ಗುಂಪಿನ ಸದಸ್ಯರು ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 20ರಂದು, ರಾ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರು.

ಗುರೂಜಿಯವರ ಬ್ಲಾಗ್ ಓದಲು ಮತ್ತು ಅವರ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಲು ದಯವಿಟ್ಟು www.speakingtree.inಗೆ ಭೇಟಿ ಕೊಡಿ.

ಭಾನುವಾರದ ತರಗತಿಗಳ ನೇರಪ್ರಸಾರ ವೆಬ್ ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಧ್ಯಾನಿಗಳಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಇದರ ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ದಯವಿಟ್ಟು ಇ-ಮೇಲ್ ಮೂಲಕ ಮಾನಸ ಕಛೇರಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

01	ಗುರು	ಪೂರ್ಣಿಮಾ
10	ಶನಿ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
15	ಗುರು	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
16	ಶುಕ್ರ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
17	ಶನಿ	ನವರಾತ್ರಿ ಆರಂಭ
23	ಶುಕ್ರ	ಸರಸ್ವತಿ ದೇವಿ ಪೂಜೆ
24	ಶನಿ	ದುರ್ಗಾಷ್ಟಮಿ
25	ಭಾನು	ಮಹಾ ನವಮಿ ಆಯುಧ ಪೂಜೆ
26	ಸೋಮ	ವಿಜಯ ದಶಮಿ
31	ಶನಿ	ಪೂರ್ಣಿಮಾ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಸದ್ಯದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಮಾತ್ರವೇ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದು, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಸೇರುವ ಯಾವುದೇ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಈಗ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಭಾನುವಾರಗಳು : ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು :
ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12
ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್:
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1

ನವರಾತ್ರಿಯ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ ತಂತ್ರ

ಅಕ್ಟೋಬರ್ 17ರಿಂದ ಶುರುವಾಗುವ ನವರಾತ್ರಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆದಿ ಶಕ್ತಿಯ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ನಾವು ಆಶೀರ್ವದಿಸಲ್ಪಡುತ್ತೇವೆ. ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಆಕೆಯ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಪಡೆಯಬಹುದು. ನಾವು ಆಕೆಯ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯ ಅರಿವನ್ನೂ ಹೊಂದಿರಬಹುದು. ನವರಾತ್ರಿಯ ಮೊದಲನೇ ದಿನದಿಂದ 10 ದಿನಗಳ ಕಾಲ ನಾವು ಈ ವಿಶೇಷ ತಂತ್ರವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬಹುದು – ನೀಲಿ ಬಣ್ಣದ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಬೆಳಕಿನ ಗೋಳವನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆ ಗೋಳವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ. ಆ ಬೆಳಕಿನ ಗೋಳವನ್ನು, ಆದಿ ಶಕ್ತಿಯ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ಯಾವುದೇ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ನಿತ್ಯದ ಹಂತದ ಧ್ಯಾನದ ಬದಲಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳಿಂದ ಬಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ ನಾನು ರಿಲ್ಯಾಕ್ಸಾಗಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ ನನಗೆ ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಓದಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

–ಓಂಕಾರ್ ಎಸ್. ಲೊಖಾಂಡೆ, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗ ನನಗೆ ಫ್ರೆಶ್ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ದಿನದಲ್ಲಿ ನಾನು ಎರಡು ಬಾರಿ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ, ಬೆಳಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಓದುವಾಗ. ಈಗ ನಾನು ಓದಿನ ಕಡೆ ಗಮನ ಹರಿಸಬಲ್ಲೆ. ಮುಂಚೆ ನಾನು 45 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಓದುತ್ತಿದ್ದೆ. ಈಗ ಎರಡು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಓದಬಲ್ಲೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದ್ದೇನೆ.

–ಶಿವರಾಂ ರಾವಲ್, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಂತರ ನಾನು ನನ್ನ ತರಗತಿಗೆ ಹೋದಾಗ ಮತ್ತು ಪಾಠ ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ ನನಗೆ ಶಿಕ್ಷಕರು ಬೋಧಿಸಿದ್ದೆಲ್ಲಾ ಅರ್ಥವಾಗಿತ್ತು. ನೀವು ನಮಗೆ ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕಲಿಸಿದ್ದಕ್ಕೆ ನಾನು ನಿಮಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತೇನೆ.

–ತೇಜಸ್ ರಾಜು ನಾನವರೆ, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ಮುಗಿದ ನಂತರ ನಾನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆರೆದಾಗ, ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅನಿಸಿತು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ನಿರ್ಮಲವಾಗಿತ್ತು. ನಾನು ನನ್ನ ತರಗತಿಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬಂದಾಗ ಶಿಕ್ಷಕರು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನೆಲ್ಲಾ ನನಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಮತ್ತು ಬೇಗ ಗ್ರಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು.

–ಪ್ರಸಾದ್ ಕಾರಂಜೆ, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ನಾನು ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿದಾಗ ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ನನ್ನ ದೇಹದೊಳಗೆ ಬರುವಂತೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದಾಗ ನನ್ನ ದೇಹದ ಉಷ್ಣಾಂಶ ಹೆಚ್ಚಿದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಮತ್ತು ಸೆಷನ್ ಮುಗಿದನಂತರ ನನಗೆ ತುಂಬಾ ತಾಜಾತನದ ಅನುಭವವಾಯಿತು ಮತ್ತು ಒಳ್ಳೆಯದೆನಿಸಿತು.

–ಪ್ರಜ್ವಲ್ ಪ್ರದೀಪ್ ಗೌರ್, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನಾನು ಬಹಳ ಉಲ್ಲಾಸದಿಂದಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ನನ್ನೊಳಗೆ ಪ್ರಶಾಂತತೆ ಇರುತ್ತದೆ, ಇದರಿಂದ ಪಠ್ಯ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ನನಗೆ ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಯೋಚನೆಗಳು ತುಂಬಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಉತ್ಸಾಹಿಯಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ನನಗೆ ನಿದ್ದೆ ಬರುವಂತಾದಾಗ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಚೇತನಶಕ್ತಿ ಇದ್ದಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನಲ್ಲಿ ತಾಜಾತನ ಮೂಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದಿನ ಪೂರ್ತಿ ನನಗೆ ಸುಸ್ತಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

–ಅಕ್ಷಯ ಬಿ., 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್ ಮೂಥ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಲಮ್, ಚೆನ್ನೈ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವಾಗ, ನನ್ನ ಯೋಚನೆಗಳು ಬಹಳ ಅಲೆದಾಡುತ್ತಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಿದ್ದೆ ಬರುವಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯ ಅನುಭವಗಳಾಗಿವೆ. ನನಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಮೌನದಿಂದ ಇರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ದಿನ ಪೂರ್ತಿ ಶಾಂತಿಯುತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಓದಿನಲ್ಲಿ ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗಮನವನ್ನು ಕೊಡಬಲ್ಲೆ ಹಾಗು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಗಣಿತದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಗಮನಕೊಟ್ಟು ಬಿಡಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಕೋಪವನ್ನು ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿಡಬಲ್ಲೆ.

–ಶ್ರುತಿ ವರ್ಮ, 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್ ಮೂಥ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಲಮ್, ಚೆನ್ನೈ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನನ್ನನ್ನು ರಿಫ್ರೆಶ್ ಮಾಡಲು ದೊಡ್ಡ ಮಾರ್ಗವೆಂದು ನನಗೆ ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಅದು ನನ್ನ ಅಲೆದಾಡುವ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಏಕಾಗ್ರತೆಯೂ ಅಪಾರವಾಗಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ. ನಮ್ಮ ಯೋಚನೆಗಳಿಂದ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತವೆಂದು ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಪರಿಶುದ್ಧ ಮನಸ್ಸು ಮುಖ್ಯವೆಂದು ತಿಳಿದಿದೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಕಠಿಣ ಕೆಲಸವೆಂದು ನಾನು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ ಆದರೆ ಅದು ಆ ರೀತಿ ಅಲ್ಲವೆಂದು ನನಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಲು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ.

–ಶ್ರೀನಿಧಿ ಎಂ.ಆರ್., 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್ ಮೂಥ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಲಮ್, ಚೆನ್ನೈ

ನಾನು ಪ್ರತಿದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅದರಿಂದ ನನಗೆ ಬಹಳ ಉಪಯೋಗವಾಗಿದೆ. ನನಗೆ ಶೀಘ್ರ ಕೋಪ ಬರುತ್ತದೆ ಆದರೆ ಈಗಿನ ದಿವಸಗಳಲ್ಲಿ ಕೋಪವನ್ನು ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನನಗೆ ಕಿರಿಕಿರಿಯಾದರೆ ಅಥವಾ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಗೊಂದಲಕ್ಕೀಡಾದರೆ, ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನಂತರ ನಾನು ರಿಫ್ರೆಶ್ ಆಗುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ.

–ದುರ್ಗಲಕ್ಷ್ಮಿ ವಿ., 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್ ಮೂಥ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಲಮ್, ಚೆನ್ನೈ,

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)

ಕೆಲವು ಮಾರ್ಗಗಳು ಕುತೂಹಲಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ನಗುವುದು, ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ಅಳುವುದು, ಅಥವಾ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ನರ್ತನ ಮಾಡುವಂತಹ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ! ಬಹುಶಃ ಹೆಚ್ಚು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊರಹಾಕುವುದರಿಂದ ಜನರು ಒಂದು ರೀತಿಯ ನೆಮ್ಮದಿಯನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಿರಬಹುದು. ಅದು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು. ಟೀಕೆಮಾಡಲು ನನಗೆ ಹಕ್ಕಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ, ಯಾಕೆಂದರೆ ನಾನು ಆ ರೀತಿ ನರ್ತನ ಮಾಡಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಆ ರೀತಿ ಅತ್ತಿಲ್ಲ. ನಾನು ನನ್ನ ಗುರುವಿನ ಜೊತೆ ಕೇವಲ ಧ್ಯಾನಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ ಅಷ್ಟೆ. ನನ್ನ ಅನುಭವಗಳು ಸೀಮಿತವಾಗಿವೆ. ಆದರೆ ನಿಮಗೆ ಅದರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇದ್ದರೆ, ಅದರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರಿ. ನೀವು ಗುರಿ ತಲುಪುತ್ತೀರಿ. ಇದು ಒಂದು ಭಾಗ. ಇದು ತುಂಬಾ ಆಸಕ್ತಿಕರವಾಗಿದೆ.

ಸ್ವಲ್ಪ ಹಾಸ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಹೇಳುವೆ. ಅದೇನೆಂದರೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಕೆಲವೊಂದು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಟಿಪ್ಪಣಿಯನ್ನು ಬರೆದೆ. ಅವರು ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನಿಯೊಬ್ಬರ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ಕೇಳಿದರು, “ಇದನ್ನು ಓದಿ ಈ ಟಿಪ್ಪಣಿಯಲ್ಲಿ ಅಡಗಿರುವ ಅರ್ಥ ಏನೆಂದು ಹೇಳಿ.” ಅದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಅಡಗಿರುವ ಅರ್ಥ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಅದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿತ್ತು, “ದಯವಿಟ್ಟು ಕಾಯಿರಿ ನಾನು ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆ ಬಳಿಕ ಮಾತನಾಡುತ್ತೇನೆ”. ಅದರಲ್ಲಿ ಯಾವ ಅರ್ಥವೂ ಅಡಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಎಲ್ಲವನ್ನು ಶಂಕಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಿಮಗೆ ಸಂವಹನ ಬಂದಾಗ, ನನ್ನಿಂದ ಸಂದೇಶ ಬಂದಾಗ, ಅದರಲ್ಲಿ ಯಾವ ಅರ್ಥವು ಅಡಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಈಗಲೂ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ, “ನೀವು ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದಿರಾ?” ನಾನು ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ಏನಾದರೊಂದನ್ನು ವಿವರಿಸಿದರೆ, ಅವರು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ, “ಹೋ, ಅವರು ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆಯೇ!?” ತುಂಬಾ ಜನರು ನನ್ನನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಒಮ್ಮೆ ನಾನು ಹೇಳಿದೆ, “ಹೌದು, ನಿಜ ನಿಮ್ಮನ್ನೆ ನಾನು ಉದ್ದೇಶಿಸಿದ್ದು”. ನಾನು ಹೇಳುವುದೇನೆಂದರೆ ಇದು ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಖಂಡಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅಥವಾ ಟೀಕಿಸಲು ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ನಾವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅದರಿಂದ ಪಾಠ ಕಲಿಯಬೇಕು, ಅಷ್ಟೆ. ಇಲ್ಲಿ ಯಾವ ಅರ್ಥವನ್ನು ಮರೆಮಾಡಲಾಗಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ವಿಷಯಗಳು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿವೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಸತ್ಯಾಂಶವೆಂದರೆ ನಾವು ಖಚಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿಸಲು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪರಿಣತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೇವೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಬರೆಯುವಾಗ, ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿರುತ್ತೇನೆ. ಮಾತನಾಡುವಾಗ, ಬಹುಶಃ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾನು ತುಂಬಾ ಮಾತನಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಬರೆಯುವಾಗ, ಕೆಲವೇ ಪದಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೇನೆ. ಈ ಅಂಶವನ್ನು ಬಹಳ ಮಂದಿ ಮೆಚ್ಚಿದ್ದಾರೆ. ನಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕ 'ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ'ದ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ಈ ಅಂಶವನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತಾರೆ – ನಾವು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿದ್ದೇವೆ. ನಾನು ಬಹಳ ಸರಳವಾದ ಮನುಷ್ಯ. ಅಡಗಿದ ಅರ್ಥಗಳಿಲ್ಲ.

ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದು ಅಂಶವನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಲು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಾವೇ ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳಿದಾಗ ಅದು ತಪ್ಪಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಸ್ವಲ್ಪ ಕ್ರೂರವೆನಿಸಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದು ವಾಸ್ತವ. ನಾನು ನಿಮಗೆ ನಗುತ್ತಾ ಹೇಳಬಹುದು ಅಷ್ಟೆ, ಆದರೆ ಅದೊಂದೇ ರಿಯಾಯತಿ ನಮಗೆ ಇರುವುದು – ಕಿರುನಗೆ ಮತ್ತು ಬೆನ್ನುತಟ್ಟುವುದು. ನನಗಿದ್ದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಅವು ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ಸೃಷ್ಟಿ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳಬೇಕು. ಈ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಗೋ ನಾವು ಇವುಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲೇ ಎಲ್ಲ ಪರಿಹಾರಗಳು ಇವೆ ಎನ್ನುವುದು ಕೂಡ ಸತ್ಯ. ಅದು ದೇವರಿಂದ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಸ್ವರ್ಗದಿಂದ ಅದು ಕೆಳಗೆ ಇಳಿದು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ನಮ್ಮಲ್ಲೇ ಇವೆ. ಯಾವುದು ಪರಿಹಾರ? ಪ್ರಾಯಶಃ, ಅದನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ಅದನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಸಾರಿ ಕಾರಣವನ್ನು ಹುಡುಕಿದರೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡಿದರೆ, ನಾವು ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಕಾರ್ಯಪ್ರವೃತ್ತರಾಗಬಹುದು. ಅದನ್ನು ಕೇವಲ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅದರ ಮೇಲೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಯಾರು ಅವನ ಸ್ವಂತ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಅವನೇ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೋ ಅವನೇ ಬಹಳ ಸಂತೋಷವಾಗಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳಿಗೆ ಹೋದಾಗ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಕಳೆದರೆ, ಎಲ್ಲ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಉತ್ತರಿಸಬಹುದೆಂದು ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನೂ ಉತ್ತರಿಸಬಹುದು.

ಹಿಂದಿನದು ಮತ್ತು ಮುಂದಿನದು ವರ್ತಮಾನದ ಒಂದು ಭಾಗ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ವರ್ತಮಾನವನ್ನು ಎದುರಿಸುವಾಗ ಹಿಂದಿನದು ಮತ್ತು ಮುಂದಿನದು ಇವೆರಡನ್ನು ಹೊರಗಿಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹಿಂದಿನದ್ದು ನಮಗೆ ವಿವೇಕವನ್ನು ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಭವಿಷ್ಯವು ನಮಗೆ ನಿರ್ದೇಶನವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಗುರಿಯನ್ನು ಕೂಡಾ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಹಿಂದಿನದು ಮತ್ತು ಮುಂದಿನದು ಇಲ್ಲದೆ ವರ್ತಮಾನಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ಅರ್ಥವಿಲ್ಲ. ನಾವು ಇವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡೋಣ.

ಋಷಿಗಳು ಬದುಕುವುದಕ್ಕೆ ನಮಗೆ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವು ಸಾಲದೆಂದು ನಮಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವಾಗ ಅಥವಾ ಹೊಸ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಈ ನಿಯಮಗಳು ನಮಗೆ ಪೂರ್ತಿ ಉತ್ತರ ಅಥವಾ ಸರಿಯಾದ ಮತ್ತು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲವೆಂಬಂತೆ ನಮಗೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವೇ ಸ್ವಂತವಾದ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾಕೆಂದರೆ ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಒಂದು ವಿಶ್ವವಿದ್ದಂತೆ. ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಅನನ್ಯವಾಗಿರುತ್ತಾನೆ, ಬೇರೆಯಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗಾಗಿ, ಈ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಆಧಾರವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಸನ್ನಿವೇಶವೊಂದನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ತನ್ನದೇ ಆದ ಹಾದಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಈ ತರಹದ ಹಾದಿಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನೂ ಕೂಡ. ಮತ್ತು ಈ ರೀತಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುವುದಾದರೆ, ಹೊಸ ಮತ್ತು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಬಯಸುವುದಾದರೆ, ಋಷಿಗಳನ್ನು ನೆನೆಯಿರಿ, ನಿಮಗೆ ಅವರ ಸಂಪರ್ಕ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ನೀವು ಒಂದು ದಾರಿಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ, ನಿಮಗೆ ದಾರಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಋಷಿಗಳು ದಾರಿಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರ ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ನಾನು, ಅಂತಹ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಸಜ್ಜುಗೊಂಡಿದ್ದೇನೆಂದು ಹೇಳಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ನಾನು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡಬಲ್ಲೆ. ಜನರು ನನ್ನ ಬಳಿ ಬಂದಾಗ, ನನ್ನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಮತ್ತು ನನ್ನಲ್ಲಿರುವ ವಿವೇಕವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಇದು ಜನರನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ದೇವರು ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟ ಉಡುಗೊರೆಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಗುರು ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದನ್ನೆಲ್ಲಾ ನೀವು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬಹುದು. ಅಥವಾ ನೀವು ಕೇಳುವ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬಹುದು. ಬಹುತೇಕ ಸಮಯ ಅವು ಸಾಮಾನ್ಯದ್ದಾಗಿರುತ್ತವೆ ಆದರೂ ನಾನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನಗೆ ಏನು ಗೊತ್ತಿದೆಯೊ ಅದನ್ನು ಉತ್ತರಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಉತ್ತರ ಇಲ್ಲದೆ ಇರುವಾಗ ನೀವೇ ಉತ್ತರವನ್ನು ಹುಡುಕಿ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ನಿಮಗೆ ನಿರ್ಧಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ನಿಮಗೆ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

30–08–2020

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಸತ್ಯ ಯುಗದ ಬಗ್ಗೆ ಇಷ್ಟೊಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅಧಿಕಾರದಿಂದ ಮಾತನಾಡಿದ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಗುರುಗಳು. ಎಷ್ಟಾದರೂ ಅವರು ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಗ್ರಹಿಕೆಯಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ತಿಳಿದಿದ್ದರು. ಅವರು ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಅನುಭವದಿಂದ ಗಳಿಸಿದ ಅಥವಾ ಋಷಿಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ದೈವೀ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಪಡೆದ ಎಲ್ಲಾ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಮಗೆ ರವಾನಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಅವರಿಗೆ ಸಪ್ತ ಋಷಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತು ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದ್ದರು. ಅದನ್ನು ಪುಸ್ತಕಗಳಿಂದ ತಿಳಿಯುವ ಅಗತ್ಯ ಅವರಿಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಸೂರ್ಯನೊಳಗಿರುವ ಪ್ರದೇಶದ ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತು ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ತಮ್ಮ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸಿ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದ್ದರು.

ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಅಕ್ಷರಶಃ ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಕಲ್ಕಿ ಭಗವಾನರು ಆಗಮಿಸಿದ್ದಾರೆ, ಆತ ಜನ್ಮ ತಾಳಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಘೋಷಿಸಿದ ಋಷಿ ಅವರು. ಅವರು ಕಲ್ಕಿ ಭಗವಾನರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದ್ದರು! ಅದು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ವಿಶೇಷತೆ. ಅವರಲ್ಲೇನೋ ಒಂದು ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವಿದೆ. ಇವರನ್ನು ಬೇರೆ ಗುರುಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸುವ ಉದ್ದೇಶ ನನ್ನದಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಗುರುವೂ ಅವರದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಇಂದಿನವರೆಗೂ, ನಾವು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಂದ ಕಲಿತ ಅನೇಕಾನೇಕ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು, ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ಗುರುಗಳು ಹೇಳಿದ್ದರ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಮಗೆ ಮಹಾವತಾರರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಷ್ಟು ಅಧಿಕಾರದಿಂದ ಮಹಾವತಾರರ ಬಗ್ಗೆ ಬೇರೆ ಯಾರಾದರೂ ಮಾತನಾಡಿರುವುದು ನನಗೆ ತಿಳಿದು ಬಂದಿಲ್ಲ.

ಅವರು, ಈ ಲೋಕದ ಜನರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಉನ್ನತಿಯ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಅವರು ಮಾಡಿರುವ ಕೆಲಸಗಳು ಎಷ್ಟೆಂದರೆ, ಅವರ ಕಾರ್ಯಗಳ ಅಗಾಧತೆಯನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ಮತ್ತು ಅವರ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಗಳೂ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಹಾಗಿದ್ದರೂ, ಗುರೂಜಿ ಅವರನ್ನು ಒಮ್ಮೆ "ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದ ಉದ್ದೇಶವೇನು?" ಎಂದು ಕೇಳಿದಾಗ, ಅವರು "ಅದು, ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ಕೇವಲ ಜನರನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸುವುದು ಮಾತ್ರ," ಎಂದು ಉತ್ತರಿಸಿದ್ದರು. ಅದು ಅವರ ನಮ್ರತೆ.

ಅವರು ತಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ, ತಮ್ಮ ಈ ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನದೊಂದಿಗೆ ಜನಗಳ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗಲಿಲ್ಲ. ತಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರಿಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿದರು. ನಾವು ಈಗಲೂ ಕೂಡ ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡದಿದ್ದರೂ, ಅವರು ನೀಡಿದ ಜ್ಞಾನ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ತಲುಪುತ್ತಿದೆ. ನಮಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಾವು ಜನರ ಮುಂದೆ ಇಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಅಷ್ಟೆ. ನಾವು ಕೇವಲ ಅದು ಲಭ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಲಭ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಿರುವುದು ಗುರೂಜಿಯವರ ಅತಿ ಮುಖ್ಯ ಸಾಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿತ್ತೆಂಬುದು ನನ್ನ ಭಾವನೆ. ಮತ್ತೆ, ಈ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಗುರೂಜಿಯವರ ಕೊಡುಗೆ ಕೂಡ ನಮ್ಮ ಗ್ರಹಿಕೆಗೆ ಮೀರಿದಷ್ಟು ಬೃಹತ್ತಾಗಿದೆಯೆಂದು ನಾನು ಹೇಳಲೇಬೇಕು. ಆದರೆ, ಈ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ನನ್ನ ಸೀಮಿತ ತಿಳುವಳಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ, ತಮ್ಮ ಗುರು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಂದ ಲಭಿಸಿದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು, ಅದರ ಪವಿತ್ರತೆಯನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡು, ಹರಡಿರುವುದು ಗುರೂಜಿಯವರ ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ಸಾಧನೆ ಎಂದು ನನ್ನ ಅನಿಸಿಕೆ. ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರೂ ಕೂಡ ಬಹಳಷ್ಟು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸೇರಿಸಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಾವು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಹಾಗೆ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ, ಅದು ಸುಲಭವಾಗಿ ವಿರೂಪಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅದರ ಸಂಪೂರ್ಣತೆ ಮತ್ತು ಶುದ್ಧತೆಯೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲು ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಗುರುವಿನ ಅಗತ್ಯವಿತ್ತು; ಅದನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ವರ್ಗಾಯಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಆ ಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಬದುಕುವ, ಆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕಂಪಿಸುವ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಗುರುವಿನ ಅಗತ್ಯವಿತ್ತು ಎಂದು ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ಆ ಗುರು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಗುರೂಜಿಯವರಾಗಿದ್ದರು.

ಗುರೂಜಿಯವರು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಬಗ್ಗೆ ಹಲವಾರು ಅಂಶಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದರು; ಕೇವಲ ಅವರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರದ ಸಾಹಸಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಆದರೆ ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಇತರ ಅಂಶಗಳನ್ನೂ ಸಹ. ಅವರು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಂದ ಪಡೆದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ – ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಧ್ಯಾನದ ವಿಜ್ಞಾನ. ಒಬ್ಬ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧಕನಿಗೆ ಇವುಗಳೆಲ್ಲ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದವುಗಳು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧಕನಿಗೆ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಬದುಕೇ ಒಂದು ಮಹಾನ್ ಕಲಿಕೆಯಾಗಿದೆ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಹಾಗೂ ಅವರ ಜೀವನದ, ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಸೆರೆ ಹಿಡಿದು ಅವನ್ನು ನಮಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿದ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ವಂದನೆಗಳು.

ನಮಗೆ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿರು ಸಾಧಕನಿಗೆ ಇದು ಬಹಳ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಉತ್ತಮ ಮಾನವನಾಗಿ ಬಾಳುವುದು. ಇದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಮಗದು ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ. ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ನಮಗೆ ಇದು ತಿಳಿಯದೇ ಹೋಗಿದ್ದರೆ, ಬಹುಶಃ ಮಾನವ ಜೀವನ ಭಾಗ ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ, ಕೇವಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾತ್ರ ಮುಖ್ಯ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿರುತ್ತಿದ್ದೆವು.

ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಭೇಟಿಯಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲೇ ಅವರು ಒಬ್ಬ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾನವ ಎಂದು ಗುರೂಜಿ ನಮಗೆ ಆಗಾಗ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಜನರಿಗೆ ಅವರು ತುಂಬಾ ತುಂಬಾ ಹತ್ತಿರದವರಂತೆ ಭಾಸವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಏನೋ ಒಂದು ಅಂಶ ಅವರಲ್ಲಿತ್ತು. ನಾವು ಮೊದಲೇ ಹೇಳಿದಂತೆ, ಕೇವಲ ಜನರಿಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ದಿವ್ಯ ಪುರುಷರು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳಿಗೂ ಸಹ ಅವರು ಹತ್ತಿರದವರಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ನಮಗಾಗಲೀ, ಇತರ ಜನರಿಗಾಗಲೀ, ಅವರಿಗೆ ಹತ್ತಿರದವರಂತೆ ಭಾಸವಾಗುವ ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದ್ದು ಏನು? ಅವರ ಪ್ರೀತಿಯೇ? ಅವರ ಸರಳತೆಯೇ? ಅವರಲ್ಲಿದ್ದ ದೈವತ್ವವೇ? ಅವರ ನಮ್ರತೆಯೇ? ಅವರಲ್ಲಿದ್ದ ಒಳ್ಳೆಯತನವೇ? ಅಥವಾ ಅವರಲ್ಲಿದ್ದ ಮಾನವೀಯತೆಯೇ? ಯಾವುದು ಅದು? ಅಥವಾ ಇತರರಿಗಾಗಿ ಅವರು ಮಾಡಿದ ತ್ಯಾಗವೇ? ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟ. ನಾನು ಹೇಳಿದಂತೆ, ಜನರನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಿದ ಮತ್ತು ಅವರಿಗೆ ಹತ್ತಿರ ತಂದ ಅವರ ಆಕರ್ಷಣಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ. ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅವರು ಅದ್ಭುತವಾದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ, ನಾವು ಅವರಿಗೆ ಬಹಳ ಹತ್ತಿರದವರೆನ್ನುವ ಭಾವನೆಯನ್ನು ತರಲಾರದೆಂದು ನನ್ನ ನಂಬಿಕೆ. ಅವು ಮನುಷ್ಯರನ್ನು ನಮ್ಮ ಬಳಿ ಕರೆತರಬಹುದು, ಜನರನ್ನು ನಮ್ಮತ್ತ ಸೆಳೆಯಬಹುದು ಆದರೆ ಅವು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಜನರಿಗೆ ಹಿತಕರವೆನ್ನಿಸುವ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬೇಕೆಂದೇನಿಲ್ಲ. ಭಗವಾನ್ ಕೃಷ್ಣನು ಅವರಿಗಾಗಿ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ದರ್ಶನ ನೀಡಿದನು. ನಮಗೆ ಅವರ ಹಿಂದಿನ ಜೀವನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಸಂತ ಏಕನಾಥರ ಜೀವಮಾನದಲ್ಲಿ, ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನು ಒಬ್ಬ ಬಾಲಕನ ರೂಪ ತಳೆದು ಅವರೊಂದಿಗೆ 12 ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದನೆಂದು ತಿಳಿದಿದೆ.

ಅವರು ಅಷ್ಟು ಶ್ರೇಷ್ಠರಾದ್ದರಿಂದ, ಊಹಿಸಲಸಾಧ್ಯವಾದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಹಾಗೂ ಶಕ್ತಿಗಳು ಇದ್ದುದರಿಂದ, ಸಮಾಜ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಅದ್ಭುತವಾದ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿದ್ದರು, ಬಹುಶಃ ಆ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿಯೇ ಅವರ ನಮ್ರತೆ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಎದ್ದು ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಗಮನ ಸೆಳೆಯುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅವರಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ದೈವೀ ಅಂಶಗಳಿದ್ದರೂ ಬಹುಶಃ ಅದು ಜನರನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ನಿಕಟವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಿತ್ತು.

(6ನೇ ಪುಟದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆದಿದೆ)

ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

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

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

- ★ ಎಲ್ಲಾ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಅಥವಾ ಇ–ಮೇಲ್ ಮೂಲಕ (ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದಂತೆ) ಆಯಾ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಿ ಕೊಡಲಾಗುವುದು.
- ★ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಋಷಿಗಳು ದೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ.
- ★ ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು.
- ★ ಅಭ್ಯಾಸದ ವರದಿಗಳನ್ನು ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ತಲುಪಿಸಬೇಕು. ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ವರದಿ ಬಾರದಿದ್ದರೆ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಚೆಕ್/ಡಿಡಿಗಳನ್ನು 'Manasa Light Age Foundation' ಹೆಸರಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಂಗಳೂರೇತರ ಚೆಕ್‌ಗಳಿಗೆ 50ರೂ. ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಸೇರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಗಳು

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

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

(5ನೇ ಪುಟದಿಂದ ಮುಂದುವರೆದಿದೆ)

ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಕೂಡ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಈ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಯ ಭಾವವನ್ನು, ಆತ್ಮೀಯತೆಯ ಭಾವವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಅವರ ಶ್ರೇಷ್ಠತೆ ಯಾವುದೇ ಅಂತರವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಅವರು ದುರ್ಲಭರು ಎಂಬ ಭಾವವು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಲಭ್ಯರು. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹೇಳಿದರು, ಅವರ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಆಲಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ – ನಾವು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣದಲ್ಲಿ ಅವರ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದೆವು – ಆಕೆಗೆ ಒಂದು ವಿಶೇಷವಾದ ಆತ್ಮೀಯತೆ, ಒಂದು ರೀತಿಯ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆ, ಒಂದು ನಿಕಟ ಭಾವ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಅದು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ!

ಅವರ ರೀತಿಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಅದ್ವಿತೀಯ, ತುಂಬಾ ವಿಶಿಷ್ಟ. ಅವರ ಹಿಂದಿನ ಅವತಾರಗಳಲ್ಲೊಂದಾದ ಸಂತ ಏಕನಾಥರ ಅವತಾರದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಅವರ ಗುರುಗಳು ಅವರನ್ನು ಆಡಳಿತದ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಕನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದ್ದರು. ಒಮ್ಮೆ ಜಮಾಖರ್ಚಿನ ಲೆಕ್ಕಾಚಾರ ತಾಳೆ ಮಾಡುತ್ತ ಇಡೀ ರಾತ್ರಿ ಕಳೆದರಂತೆ; ಅದೂ ತೀರಾ ಕಡಿಮೆ ಮೊತ್ತ ತಾಳೆಯಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲವೆಂದು. ನನಗೆ ನಿಖರವಾಗಿ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದ್ದೇನೆಂದರೆ, ಅಂದಿನ ಆ ಮೊತ್ತ ಈ ದಿನಗಳಲ್ಲಿನ ಒಂದು ರೂಪಾಯಿ ಅಥವ ಅದಕ್ಕೂ ಕಡಿಮೆ ಮೌಲ್ಯದ್ದಾಗಿತ್ತು! ನಾವು ಅದನ್ನು ಪೂರ್ಣಾಂಕಕ್ಕೆ ತಂದುಬಿಡುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಅವರಲ್ಲ. ಆಗ ಅವರು ಇನ್ನೂ ಯುವಕ ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಕೊನೆಗೂ, ಆಗಿದ್ದ ದೋಷವನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿದಾಗ, ಅವರಿಗೆ ಅತ್ಯಾನಂದವಾಯಿತಂತೆ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಕುಣಿಯುತ್ತಿದ್ದರಂತೆ! ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನನಗನಿಸುವುದು ಅವರ ರೀತಿಗಳು ಬಹಳ ವಿಶಿಷ್ಟ ಎಂದು. ಇವುಗಳು, ಒಬ್ಬ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನ್ವೇಷಕ ಅನುಸರಿಸಬಹುದಾದ ಅದ್ಭುತವಾದ ಉದಾಹರಣೆಗಳು.

ಇನ್ನೊಂದು ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರವಾದ ಘಟನೆ ಅದೇ ಸಂತ ಏಕನಾಥರ ಜೀವನಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಡೆದಿದ್ದು: ಅಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ, ಜನರು ಪವಿತ್ರ ಜಲವನ್ನು ಗಂಗಾ ನದಿಯಿಂದ ರಾಮೇಶ್ವರಂ ತನಕ ಹೊತ್ತುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ಅಲ್ಲಿದ್ದ ಶಿವನಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಬಹುಶಃ ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ನಮಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಲಾಭ ದೊರೆಯುತ್ತದೆಂದು ಅಥವಾ ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಮೋಕ್ಷದೆಡೆಗೆ ಅಥವಾ ಮುಕ್ತಿಯ ಕಡೆಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಆಗಿನ ಕಾಲದ ತಿಳುವಳಿಕೆಯಾಗಿರಬೇಕು. ಅವರು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಜಲವನ್ನು ಹೊತ್ತು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರು. ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಬಾಯಾರಿದ ಕತ್ತೆಯೊಂದನ್ನು ನೋಡಿ ಆ ಜಲವನ್ನು ಅದಕ್ಕೆ ಅರ್ಪಿಸಿದರು! ಅವರು ಮುಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸಲಿಲ್ಲ. ಅದೇಕೋ ಇದರಲ್ಲಿ ಒಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಪಾಠ ಇದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಪಾಠವು ಅಂದಿನ ದಿನಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಇಂದಿಗೂ ಪ್ರಸ್ತುತವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದಕ್ಕಿಂತ ಅಥವಾ ಆ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಸಹ, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಅವರು ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿದ್ದಲ್ಲದೆ, ಕೇವಲ ಜಲವನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುವಂತಹ ರೀತಿಗಳಷ್ಟರಿಂದಲೇ ಮುಕ್ತಿಯು ದೊರೆಯುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ಅವರ ಈ ಕಾರ್ಯದ ಮೂಲಕ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಅಂತಹ ಕಾರ್ಯಗಳಿಂದ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಇರುವುದಾದರೂ, ಕೇವಲ ಅಂತಹ ಕಾರ್ಯಗಳಷ್ಟೇ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರ ಬೋಧನೆ ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿರುತ್ತಿದ್ದವು. ಸಂತ ಏಕನಾಥರಂತೆಯೇ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ರೀತಿಯಿಂದ ನಮಗೆ ಬಹಳಷ್ಟನ್ನು ಕಲಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಅವರು ಒಮ್ಮೆಯೂ ತಳಮಳಗೊಂಡಿದ್ದನ್ನು ನಾನು ನೋಡಿರಲೇ ಇಲ್ಲವೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಸದಾ ಶಾಂತಚಿತ್ತರಾಗಿರುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವಾಗಲೂ ಸಹ ಅವರು ಅನೌಪಚಾರಿಕವಾಗಿ, ಯಾವುದೇ ನಾಟಕೀಯತೆ ಇಲ್ಲದೆ ವಿವರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರ ಜೀವನವು ಸಾಹಸಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದರೂ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜಗತ್ತಿನ ಅದ್ಭುತ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದರೂ, ಮನುಷ್ಯ ಜೀವನವನ್ನು ಬಹಳ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದರು.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಗೆ ನಾವು ಆಭಾರಿಯಾಗಿರಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಅವರ ಬೆಳಕಿನ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಅವರ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಹೊಳೆಯುತ್ತಿದ್ದೇವೆ, ಬಹುಶಃ ವಿವಿಧ ಪ್ರಮಾಣಗಳಲ್ಲಿರಬಹುದು, ಅದು ಮುಖ್ಯ ವಿಷಯವೇನಲ್ಲ. ಒಂದು ದಿನ, ಶುದ್ಧೀಕರಣದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮುಗಿದ ನಂತರ, ನಾವು ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾಗಿ ಹೊಳೆಯುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಮೂಲಕ ಅವರನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಪಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಹೊಳಪಿನ ಮಟ್ಟವನ್ನು ತಲುಪುವುದೇ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆ. ಅವರನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸುವ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪುವುದೇ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆ. ■

ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ನಾವು ಹೇಗೆ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಕ್ಷಮಿಸಬಹುದು?

ಉ: ನಾವು ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಕ್ಷಮಿಸಿದ್ದೇವೆ ಅಂದರೆ, ನಾವು ಅವರನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕ್ಷಮಿಸಿರುತ್ತೇವೆ. ನಮಗೆ ಭಾಗಶಃ ಕ್ಷಮಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಭಾಗಶಃ ಕ್ಷಮಿಸುವುದು ಕ್ಷಮೆ ಅನಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಸದಾ ಹೇಗೆ ಕ್ಷಮಿಸುತ್ತೇವೆ? ಬೇರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ದೇವರ ಭಾಗವಾಗಿದ್ದಾನೆ ಮತ್ತು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಸಹ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಕಾಸದ ಬೇರೊಂದು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾನೆಎಂದು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾದರೆ, ಆತನನ್ನೋ ಅಥವಾ ಆಕೆಯನ್ನೋ ನಾವು ಸುಲಭವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಮತ್ತು ನಂತರ ಸುಲಭವಾಗಿ ಕ್ಷಮಿಸಿಬಿಡಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಕಾಸಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಕ್ಷಮಿಸಬೇಕು, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯ ಒಂದೇ ಹಂತದಲ್ಲಿಯೇ ನಾವು ಉಳಿದು ಬಿಡುತ್ತೇವೆ, ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಸಹ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕ್ಷಮಿಸುವುದು ಕಷ್ಟವೆಂದು ನಾನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ, ಆದರೆ ಅದು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ನಮಗಾದ ನೋವು ವಾಸ್ತವ, ನಮಗಾದ ನೋವನ್ನು ತಳ್ಳಿ ಹಾಕುವುದಕ್ಕೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಒಂದು ಸಲವಾದರೂ ನೋವಿನ ಅನುಭವ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಅದೇ ನೋವಿನ ಗುಂಗಿನಲ್ಲಿ ಇರುವುದರಿಂದ ನಮಗೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇನ್ನಷ್ಟು ನಾವು ಹಿಂದೆಯೇ ಉಳಿಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಕ್ಷಮಿಸುವುದರಿಂದ ನಾವು ವಿಮುಕ್ತಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಮಯ ಹಿಡಿಯಬಹುದು. ಆದರೆ ನನಗನಿಸುವಂತೆ, ಅಂತಿಮವಾಗಿ ನಾವು ಕ್ಷಮಿಸಲೇಬೇಕು. ಅದರಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗುವುದು ನಮಗೇ. ದೇವರ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ನ್ಯಾಯವಿದೆ. ದೇವರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇಟ್ಟರೆ ಕ್ಷಮಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯ. ನನಗೆ ಅನಿಸುವಂತೆ, ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬಲಿಷ್ಠರಾಗಬೇಕು. ಒಬ್ಬ ಬಲಿಷ್ಠ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕ್ಷಮಿಸುತ್ತಾನೆ. ನಾನು ಭಾವಿಸಿರುವಂತೆ ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬಲಿಷ್ಠರಾಗುವುದೊಂದೇ ಪ್ರತಿಯೊಂದಕ್ಕೂ ಪರಿಹಾರ. ಮತ್ತು ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬಲಿಷ್ಠರಾಗಿದ್ದಾಗ ದೇವರ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುತ್ತೇವೆ, ದೇವರಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಬಲಿಷ್ಠರಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲೇಬೇಕು. ಹಾಗಾದರೆ ನಾವು ಹೇಗೆ ಬಲಿಷ್ಠರಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬಹುದು? ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಧ್ಯಾನ. ಧ್ಯಾನ, ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು.

ಪ್ರ: ಕಲಿಯುಗದಲ್ಲಿರುವ ಯಾವುದೇ ಆತ್ಮ, ಯಾವುದೇ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಮರು ಜನ್ಮ ಪಡೆಯಲು ಇಚ್ಛಿಸದಿದ್ದರೆ, ಅವರ ಇಚ್ಛೆಯನ್ನು ಈಡೇರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದೇ ಅಥವ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಶಕ್ತಿಯೊಂದು ಮರು ಜನ್ಮ ಪಡೆಯುವಂತೆ ಒತ್ತಡ ಹಾಕುವುದೇ, ಮತ್ತು ಸರಿ ಅಥವಾ ತಪ್ಪು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಯಾರು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ?

ಉ: ಇದು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಆದರೆ ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಶ್ರಮ ಪಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು, ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಬೇಕು, ವಿಕಾಸ ಹೊಂದುತ್ತಾ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ತೀರಿಸಿಕೊಂಡು ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಅರ್ಹರಾಗಬೇಕು. ನಮಗೆ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಿದೆ. ಮಾಡಿದ ಕರ್ಮ ಸರಿಯೋ ಅಥವ ತಪ್ಪೋ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಒಂದು ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿದೆ. ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಇಂಥ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಮೌಲ್ಯ ಮಾಪನ ಮಾಡಿ ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಬೇರೆ ಎಲ್ಲೋ ಜನ್ಮ ತಳೆದಂತಹ ಆತ್ಮಗಳಿಗೆ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಕಳಿಸಬಹುದೇ?

ಉ: ಈ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಗುರೂಜಿ ಹಿಂದೆಯೇ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಬಹುದು.

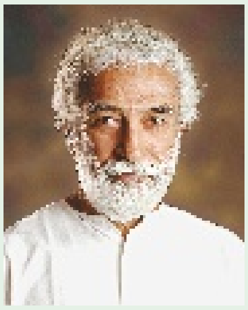
ಪ್ರ: ಮಾಂಸಾಹಾರ ಸೇವನೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಅಡೆತಡೆ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆಯೇ?

ಉ: ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ನಿರ್ಬಂಧಗಳನ್ನು ವಿಧಿಸಲಾಗಿಲ್ಲವೆಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ತಿನ್ನುವುದು, ಕುಡಿಯುವುದು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ನಿರ್ಬಂಧಗಳಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಈ ಎಲ್ಲ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಬಿಟ್ಟುಹೋಗುತ್ತವೆಂದು ನಮಗೆ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ನಮ್ಮ ಅರಿವು ಮನಸ್ಸಿನ ವಿವಿಧ ಸ್ತರಗಳನ್ನು ಹಾದು ಹೋಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರವೇ ನಮ್ಮ ಅರಿವು ಮನಸ್ಸಿನ ಆಚೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅರಿವು ಮನಸ್ಸಿನ ವಿವಿಧ ಸ್ತರಗಳನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗಬೇಕಾದರೆ ಸ್ವಪ್ನ ಮತ್ತು ಸುಷುಪ್ತಿ ಹಂತಗಳ ಮಧ್ಯದ ಸ್ಥಿತಿಯ ಮೂಲಕ ಹಾದು ಹೋಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು 'ಜಡತ್ವ' ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡ ಪ್ರತಿಸಲವೂ, ಉನ್ನತ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಈ ಜಡತ್ವದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗಲೇಬೇಕು. ಗುರೂಜಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ, ನಾವು ಜಡತ್ವದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವವರೆಗೂ ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಸಂಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಜಡತ್ವದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ನಿದ್ರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ತಿನ್ನುವಿಕೆ, ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದ ಕುಡಿತ ಮತ್ತು ಮಾಂಸಾಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ನಮ್ಮ ಅರಿವಿಗೆ ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯನ್ನು ದಾಟಿ ಉನ್ನತ ಸ್ತರಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಬೆಂಬಿಡದೇ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ, ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಅನುಭವ ಪಡೆಯುವ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಏನೇ ಬಂದರೂ ಅವೆಲ್ಲವೂ ನಮ್ಮಿಂದ ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗುತ್ತವೆ. ■

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 சூஷ்ம சாகசங்கள்	50/-
சம்பலா நியமங்களின் அப்பியாசங்கள்	50/-
ధ్యానం చేయ్యడం ఎలా	50/-
కాంతికి ద్వారములు	100/-

Published: 21st of Every Month. RNI. No. KARKAN/2003/13739 Regd. Postal Regn. No. 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

ಕೆಲವು ದಿನಗಳಿಂದ ನನ್ನ ಋಣಾತ್ಮಕ ಗುಣಗಳೆಲ್ಲ ಹೊರಬರುತ್ತಿರುವಂತೆ ಭಾಸವಾಗಿ ನಾನು ಕ್ಷೋಭೆಗೊಂಡಿದ್ದೆ. ಕಡಲನ್ನು ಕಡೆದಾಗ ಅಮೃತ ಹೊರಬರುವ ಮೊದಲು ಬಂದದ್ದು ವಿಷ. ಅದೇ ರೀತಿ ನನ್ನಲ್ಲೂ ಆಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದೆನಿಸಿತು. ಋಣಾತ್ಮಕ ವಿಚಾರಗಳು ಹೊರಬರುತ್ತಿದ್ದರೂ ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಶಾಂತಳಾಗಿದ್ದೆ. ಬೆಳಕು ಹಾಗು ಋಷಿಗಳ ಈ ಕೃಪೆಗೆ ನನ್ನ ಅನಂತ ವಂದನೆಗಳು. ಈ ಸಂಕಷ್ಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತುಕೊಂಡು ಮುನ್ನಡೆಸಿದೆ.

– ಪೂಜಾ. ಬಿ

ಇತ್ತೀಚಿನ ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಜೀವನದ ಅತಿ ಸಣ್ಣ ವಿಷಯುದವರೆಗೂ ಬೆಳಕು ಅನುಗ್ರಹಿಸಿದೆ. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಬೆಳಕಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಿದ್ದಷ್ಟೇ ನಾನು ಮಾಡಿದ್ದು. ಎಲ್ಲವೂ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರನ್ನೂ ಬೆಳಕು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಾಪಾಡುತ್ತಿದೆ. ಬಿರುಗಾಳಿಗೆ ಸಿಕ್ಕ ತರಗೆಲೆಯಂತೆ ಇದ್ದ ನನ್ನ ಜೀವನ ಈಗಿನ ಸ್ಥಿರತೆಯ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗುವ ಕೃಪೆಯಾಗಿದೆ. ನಿರಂತರವಾಗಿ ಆ ಬೆಳಕಿನ ಕೃಪೆಗೆ ಪಾತ್ರಳಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಮಾತ್ರ ಇದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

– ಮೈತ್ರೇಯಿ ಶಶಾಂಕ್

ಇಂತಹ ಕ್ಲಿಷ್ಟಕರವಾದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲೂ ನಾನು ಶಾಂತಳಾಗಿದ್ದೇನೆ, ತೃಪ್ತಿಯಿಂದಿದ್ದೇನೆ. ನನಗೆ ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆಯ ಅರಿವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಇಂದಿನ ಮನಕೆರಳಿಸುವ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲೂ ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಕೋಪದಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದೆ ಶಾಂತವಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

– ಅಮಿತಾ ಪ್ರದೀಪ್

ಈಗ ನಾನೊಬ್ಬ ಹೆಚ್ಚು ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸವುಳ್ಳ ಮನುಷ್ಯನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಮೊದಲು ಅತ್ಯಂತ ಕಷ್ಟವೆಂದು ಭಾವಿಸಿದ್ದ ಕೆಲಸಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಅತ್ಯಂತ ಸುಲಭವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಇವೆಲ್ಲವೂ, ಸಪ್ತಋಷಿಗಳ, ಅಮರಾಜಿಯವರ ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರ ಕೃಪೆಯಿಂದಲೇ ಸಾಧ್ಯವಾದದ್ದು.

– ಕಾರ್ತಿಕ್ ಶರ್ಮ

ಈ ಲಾಕ್‌ಡೌನ್ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಸಹ ಒಂದು ದಿನವೂ ಬೇಜಾರಿಲ್ಲದೆ ಜೀವನ ಸಾಗಿದೆ .. ನನ್ನ ಸಂತೃಪ್ತ ಜೀವನದ ಮಟ್ಟ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದು ನನ್ನ ಅರಿವಿಗೆ ಬಂದಿದೆ. ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಯಾವ ನಿಯಮ ನಿಬಂಧನೆಗಳಿಲ್ಲದ ಈ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಿಯವೆನಿಸಿದೆ. ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಕ್ಷಮಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾನು ಇಲ್ಲಿ ಇರುವೆ ಎಂಬ ಅರಿವುಂಟಾಗುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿರುವ ನಿರ್ಜೀವ ವಸ್ತುಗಳೊಂದಿಗೆ ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಸ್ಪಂದಿಸಿ, ನನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ಸರಳ ಹಾಗೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಮಾಡಿರುವುದಕ್ಕೆ ಅವುಗಳಿಗೆ ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಋಣಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ.

ಒಂದು ದಿನ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನಾನು ಒಂದು ಸಮುದ್ರವಾಗಿ ಬದಲಾದೆ. ಇದು ಒಂದೇ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಆದ ಬದಲಾವಣೆಯಾದರು ಅತ್ಯಂತ ಖುಷಿಯಾಯಿತು. ಆ ಸ್ಥಿತಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದವರೆಗೆ ಮುಂದುವರೆಯಿತು.

– ಭಾವನ ವಿಚ್ಚಿವೋರ

ವಿಶ್ವವನ್ನೆ ವ್ಯಾಪಿಸಿರುವ ಈ ವ್ಯಾಧಿಯು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಹೊಸ ಕಲ್ಪನೆಗಳಿಂದ, ಹೊಸ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಹೊಸ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಿಂದ ನಾವು ಬಾಳಬೇಕು. ಋಣಾತ್ಮಕ (ನಕಾರಾತ್ಮಕ) ಜೀವನವನ್ನನುಸರಿಸಿ ನಾಶವಾಗಬೇಕೋ ಅಥವ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡಬೇಕೋ ಅಥವ ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಬೇರೆ ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಾದರೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಂಡು ಬದುಕಬೇಕೋ ಎನ್ನುವ ಆಯ್ಕೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿಯೇ ಇದೆ. ಪ್ರಳಯ ಎಂಬುದು ಹೊಸ ಶಕೆ, ಹೊಸ ಜೀವನದ ಉದಯವೇ ಹೊರತು ನಾಶವಲ್ಲ. ಇದು ಎಲ್ಲೆಡೆ ಹಸಿರು ತುಂಬಿರುವ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಜೀವನ.

– ರಾಜೇಂದ್ರ ರಂಗ್ನೇಕರ್

ನನ್ನ ಅಸ್ತಿತ್ವ, ಯೋಚನೆಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಚಲನೆಗಳೆಲ್ಲವೂ ನನ್ನನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯೆಡೆಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿವೆ. ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕದಡುವ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾನು ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿಬಿಡುತ್ತೇನೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಫಲಿತಾಂಶಗಳಿಗಾಗಿಯೇ ನನ್ನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ. ಸಾಕಾರಗೊಳ್ಳುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಂಬಿಕೆ ಇರುವುದರಿಂದ, ನಾನು ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಸಮರ್ಪಣೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಯುತ್ತೇನೆ.

– ಗೀತಾ ಜೋಶಿ

ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವದ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕೆಲವು ದಿನಗಳು ಅಭ್ಯಸಿಸಿದ ನಂತರ, ಅಚಲತೆ, ಮೌನ ಹಾಗು ಬೆಳಕನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರಾವುದರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಆಸೆಯೇ ಇಲ್ಲದಂತಹ ಅನುಭವವಾಗಿದೆ.

– ನಂದಿತಾ ವಿಜಯನ್

ಎಚಿತಹ ಸಂದರ್ಭವನ್ನಾದರೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಈಗ ನನ್ನಲ್ಲಾಗಿರುವ ಬದಲಾವಣೆ. ಇದು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿಯೇ ಆಗಿದೆ. ಕೋಪ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಾಶವಾಗಿದೆ. ಯಾರೊಡನೆಯೂ ಒರಟಾಗಿ ವರ್ತಿಸದಂತಹ ಅಂತರ್ ಶಕ್ತಿ ನನ್ನಲ್ಲಿದೆ. ಈ ಹಿಂದೆ ಅತ್ಯಂತ ಕೋಪದಿಂದ ತಿಳಿಸುತ್ತಿದ್ದ ನನ್ನ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಈಗ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಪ್ಪಿಗೆಯಾಗುವಂತೆ ಮಂಡಿಸುತ್ತೇನೆ.

– ನಂದಿತಾ ಪಟೇಲ್

ತಪೋವಾಣಿ, ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ : ರೂ.300/–
ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ, ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 560 077. ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ.) ಪರವಾಗಿ.
ಮಾಲೀಕರು : ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ.), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 560 077
ಪ್ರಕಾಶನ ಸ್ಥಳ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ.), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ – 560 077
ಮುದ್ರಣ ಸ್ಥಳ : ಆರ್ಟ್ ಪ್ರಿಂಟ್, 719/ ಎ, ವೆಸ್ಟ್ ಆಫ್ ಕಾರ್ಡ್ ರೋಡ್, 2ನೇ ಸ್ಟೇಜ್, ರಾಜಾಜಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು–560086. ಫೋನ್: 23359992
ಸಂಪಾದಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ