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 09 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2020 ರೂ.25

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಫೆಬ್ರುವರಿ 1994ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಯುರೋಪ್ ಮತ್ತು ಅಮೆರಿಕಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಚಾರ ಮಾಡುತ್ತ ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಯೋಗಾಸನಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡುತ್ತಿದ್ದ ಹಿರಿಯ ಯೋಗಿಯೊಬ್ಬರು, ಯೋಗವನ್ನು ಒಲಿಂಪಿಕ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸುವ ತಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಒಮ್ಮೆ ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿದರು! ನಾನು ತಮಾಷೆ ಎಂದುಕೊಂಡು ನಕ್ಕೆನಷ್ಟೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಕೇಳಿದ್ದು ಇದೇ ಮೊದಲಲ್ಲ. ಅನೇಕ ಉತ್ಸಾಹೀ ಯೋಗ ಸಾಧಕರು ಬಹಳ ಬಾರಿ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಆವೇಶದಿಂದ ಮಾತನಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೂ ಒಂದು ದಿನ ನಮ್ಮ ಯೋಗಿಗಳು ಒಲಿಂಪಿಕ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಶರೀರಗಳನ್ನು ತಿರಿಚುತ್ತ ಪರಸ್ಪರರೊಂದಿಗೆ ಸ್ಪರ್ಧಿಗಿಳಿದರೆ ಅಚ್ಚರಿಯೇನಿಲ್ಲ! ಆದರೆ ಯೋಗಿಗಳೇ ಯೋಗವನ್ನು ಅಂಗಸಾಧನೆಯ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಇಳಿಸಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ನನಗೆ ಬಹಳ ದುಃಖವಾಗುತ್ತದೆ. ಅನಿಯಂತ್ರಿತ ಧೋರಣೆಯನ್ನು ನೋಡಿದರೆ, ಯೋಗವು ಆಸನಗಳು ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಬಹುದು ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದು ಯೋಗವೆಂದಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ, ದೈಹಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮದ ಪ್ರದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ಹೆಸರನ್ನು ಯೋಚಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಲಿಂಪಿಕ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಂಗೀತವನ್ನು ಸೇರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೆ? ಆ ಕಲ್ಪನೆಯೇ ಆಘಾತದ ಅಲೆಯನ್ನು ಎಬ್ಬಿಸುತ್ತದೆ. ಒಲಿಂಪಿಕ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಯೋಗವನ್ನು ಸೇರಿಸುವುದು ಕೂಡ ನಿಜವಾದ ಯೋಗಿಗಳಾಗಿರುವ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರುಗಳಲ್ಲಿ ಆಘಾತವನ್ನುಂಟುಮಾಡಬೇಕು. ಯೋಗವು ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ಆಂತರಿಕ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ್ದು. ಅದು ಪಾರಮಾರ್ಥಿಕವಾದುದು. ಅದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಅಥವಾ ಪ್ರದರ್ಶನವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಜನರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆಸನಗಳನ್ನೇ ಯೋಗವೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ! ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಯೋಗಿಯ ಬಾಯಿಯಲ್ಲೂ ಪತಂಜಲಿ ಇರುವಾಗ ನಾವು ಈ ತಪ್ಪು ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಬೆಳೆಯಲು ಬಿಡುವುದು ಹೇಗೆ! ಯೋಗ ಅಂದರೆ ಧ್ಯಾನ, ಅರ್ಥಾತ್ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯ. ಯೋಗಿಗಳು ಮೊದಲು ಇದಕ್ಕೆ ಒತ್ತುಕೊಡಬೇಕು ಹಾಗೂ ಇದನ್ನು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡಬೇಕು.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಇರುವ ಇನ್ನೊಂದು ತಪ್ಪು ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಷ್ಟ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ಧಾರ್ಮಿಕತೆ ಎಂದು ತಪ್ಪಾಗಿ ತಿಳಿಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯು ಒಂದು ವಿಜ್ಞಾನ, ಆದರೆ ಧರ್ಮವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಶ್ರದ್ಧೆ ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾದುದು ಆದರೆ ಧರ್ಮವು ಪ್ರಾದೇಶಿಕ. ಧ್ಯಾನವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ, ಆದರೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಅಥವಾ ಪೂಜೆ ಧಾರ್ಮಿಕತೆಗೆ ಸೇರಿದ್ದಾಗಿರಬಹುದು. ಬುದ್ಧಿಶಾಲಿ ಜನರು ಅದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಮೊದಲು ಅದನ್ನು ವಿವರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೂ ಮುನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮುಖಂಡರು ಮೊದಲು ಅದನ್ನು ತಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಪ್ರಸಾರ ಮಾಡಬೇಕು.

ಯೋಗವೆಂದರೆ ದೈಹಿಕ ಅಥವಾ ಧಾರ್ಮಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲ. ಅದು ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡದ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ವಿಸ್ತರಿಸುವಂತಹ ವಿಜ್ಞಾನ.■

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.

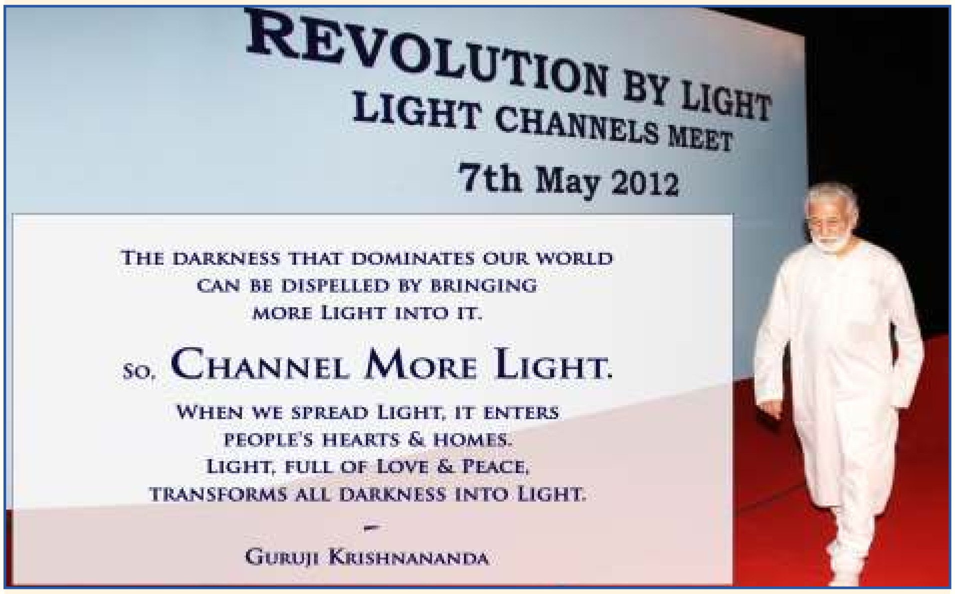
ಭಾನುವಾರದ ತರಗತಿಗಳು ವೆಬ್ ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಆನ್ ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ 11ರವರೆಗೆ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಆನ್ ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳ ಮೊದಲನೆ ಭಾನುವಾರ ಹೊಸ ಬ್ಯಾಚ್ ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ.

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 ದಿನವನ್ನು 30ನೇ ಆಗಸ್ಟ್ 2020ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು. ಪ್ರಸಕ್ತ ಕೋವಿಡ್ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಿಂದಾಗಿ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಜನರು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರುವ ಕಾರಣ, ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ವರ್ಚ್ಯುಯಲ್ ಆಗಿ ವೆಬ್ ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗುವುದು.
- ನಮ್ಮ ಸಲಹೆಯ ಮೇರೆಗೆ, ಅನೇಕ ರೆಗ್ಯುಲರ್ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ದೂರಕಲಿಕೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಕ್ಕೆ (External Guidance) ವರ್ಗಾವಣೆಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಇನ್ನೂ ವರ್ಗಾವಣೆ ಆಗದೆ ಉಳಿದಿರುವವರು ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆ ಮುಂದುವರಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು, ದೂರಕಲಿಕೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಕ್ಕೆ ವರ್ಗಾವಣೆಯಾಗಬೇಕೆಂದು ವಿನಂತಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಏಪ್ರಿಲ್, ಮೇ, ಜೂನ್ ಹಾಗೂ ಜುಲೈ 2020 ತಿಂಗಳುಗಳ ಶುಲ್ಕವನ್ನು ಪಾವತಿಸಿರುವವರು ದೂರಕಲಿಕೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಕ್ಕೆ ವರ್ಗಾವಣೆಯಾಗುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಅವರು ಮುಂದಿನ ಮಾರ್ಚ್ 2021ರ ತನಕ ಶುಲ್ಕವನ್ನು ಪಾವತಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ.
- ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳು ಮುಂದಿನ ಸೂಚನೆಯವರೆಗೆ ರದ್ದಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಭಾನುವಾರದ ವರ್ಚ್ಯುಯಲ್ ತರಗತಿಗಳು ವೆಬ್ ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತವೆ.
- ಪ್ರಾಥಮಿಕ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಈಗ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳ ಮೊದಲನೆ ಭಾನುವಾರ ಹೊಸ ಬ್ಯಾಚ್ ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ 11ರವರೆಗೆ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಆಗಸ್ಟ್ 11, 2020ರಂದು, ಕೃಷ್ಣ ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿಯ ದಿನದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಧ್ಯಾನಿಗಳು ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡು, ತಮ್ಮ ಮನೆಗಳಿಂದಲೇ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನನ್ನು ಆರಾಧಿಸಿ ನಂತರ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರು.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

02	ಬುಧ	ಪೂರ್ಣಿಮ
10	ಗುರು	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
16	ಬುಧ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
17	ಗುರು	ಮಹಾಲಯ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
24	ಗುರು	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
26	ಶನಿ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

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

ಭಾನುವಾರಗಳು	: ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು : ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1
13-9-2020	: ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
20-9-2020	: ರಾ ಗ್ರೂಪ್ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ

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

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

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳಿಂದ ಬಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ನಾನು ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಶುರು ಮಾಡಿದಾಕ್ಷಣ, ಶಾಂತಿ, ಪ್ರೀತಿ, ನಿಶ್ಚಲತೆ, ಶುದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಆರೈಕೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಬೆಳಕು ನನ್ನನ್ನು ಆವರಿಸಿದಂತೆನಿಸಿತು. ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮುಗಿಸಿದ ನಂತರ ನಾನು ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ಸೌಖ್ಯದಿಂದ ಇದ್ದಂತೆನಿಸಿತು. ಬೆಳಕು, ನಿಸ್ವಾರ್ಥದಿಂದಿರುವುದನ್ನು ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದೆ. ನಾನು ಈಗ ಹೆಚ್ಚು ವಿಶ್ವಾಸವುಳ್ಳವಳಾಗಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಮಟ್ಟವು ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ. ನಾನು ಯಾವುದಾದರು ತೊಂದರೆಗೆ ಸಿಲುಕಿಕೊಂಡರೆ, ನನ್ನೊಳಗೆ ಇರುವಂತಹ ಧ್ವನಿಯು ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತದೆ. ನಾನು ಏನಾದರು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದರೆ, ಮುಜುಗರಕ್ಕೆ ಈಡಾಗುತ್ತೇನೆ. ನನಗೆ ಮುಂಚೆ ಅರಿಯದಿದ್ದ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಬೆಳಕು ನನಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುತ್ತಿದೆ. ನಾನು ಕಂಡ ಕನಸುಗಳ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ನನಗೆ ಬೆಳಕು ಧೈರ್ಯವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಸಣ್ಣ ಆಸೆಯನ್ನು ಕೈಗೂಡಿಸಲು ಕೂಡ ಬೆಳಕು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನು ನಂಬಿದ್ದೇನೆ. ಎಲ್ಲ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಮೂಲವಾದ ಬೆಳಕಿಗೆ ನಾನು ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ; ಅದರ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ದೇವರೊಂದಿಗೇ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವ ಭಾವನೆ ಬರುತ್ತದೆ.

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

ನಾನು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ, ಮತ್ತು ನನಗೆ ಒತ್ತಡವೆನಿಸಿದಾಗ ಅಥವಾ ಕೋಪ ಬಂದಾಗ ಕೂಡ, ನನ್ನ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಟೆನ್ಷನ್ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ದಿನ ಪೂರ್ತಿ ನಾನು ಬಹಳ ತಾಜಾತನದಿಂದ ಮತ್ತು ಉಲ್ಲಾಸದಿಂದ ಇರುತ್ತೇನೆ. ಏಕ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಾನು ಅನೇಕ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಲ್ಲೆ.

–ರಾಘವಿ ಜಿ., 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್ ಮೂಥ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಲಮ್, ಚೆನ್ನೈ

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ. ಅದು ನನ್ನ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಿದೆ, ನನ್ನ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡವನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಿದೆ, ನನ್ನ ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ. ನಿಮಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

–ಶ್ವೇತ ಬಾಲಾಜಿ, 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್ ಮೂಥ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಲಮ್, ಚೆನ್ನೈ

ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಹರ್ಷದ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕದ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ಭಾವನೆಗಳಿದ್ದವು. ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿದ್ದ ಸ್ತಬ್ಧತೆಯನ್ನು ನಾನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದಾಗಿತ್ತು. ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆರೆದ ನಂತರ, ನನಗೆ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅನಿಸಿತು ಮತ್ತು ತಾಜಾತನವಿತ್ತು.

–ತನ್ಮಯ್ ರಾಮ್‌ದಾಸ್ ಕಮ್ಕರ್, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ನಾನು ಮೊದಲನೆಯ ಬಾರಿ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಶುರು ಮಾಡಿದಾಗ, ತಾಜಾತನದಿಂದಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತವಾಗಿದ್ದೆ. ಈಗ ಪ್ರತಿ ದಿನ ಬಿಡುವಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನಿದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನನಗೆ ಮೌನದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಕೈಬರಹ ಹಾಗು ಚಿತ್ರಕಲೆ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ. ನಾನು ಕೆಲವು ಗಣಿತದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಬಗೆಹರಿಸುತ್ತೇನೆ.

–ಉತ್ಕರ್ಷ್ ವಿಕಾಸ್ ಶಿಂದೆ, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ನಾನು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ಮುಂಚೆ ಪ್ರತಿ ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬಲ್ಲೆ. ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲ, ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ಕೂಡ, ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ತಾನಾಗಿಯೇ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಕೂಡ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ.

–ನರೇಂದ್ರ ವಿಲಾಸ್ ಜೋಗಿ, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನನಗೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯ ಹಾಗು ತಾಜಾತನದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ನನ್ನ ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಶಕ್ತಿಯೂ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಮುಂಚೆ ಯಾರಾದರೂ ನನ್ನನ್ನು ಕೀಟಲೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಕೋಪ ಬರುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ ಈಗ ನಾನು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ನನಗೆ ಇತಿಹಾಸ ಮತ್ತು ಪೌರನೀತಿ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಭಯವಾಗುತ್ತಿತ್ತು ಆದರೆ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ನನ್ನ ಎಲ್ಲ ಭಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿದೆ.

–ಸೌರಭ್ ಎಸ್. ಪವಾರ್, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ನಾನು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಂಜೆ ಪ್ರತಿ ದಿನ 7 ನಿಮಿಷ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಇದನ್ನು ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಆಹ್ಲಾದಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಪ್ರತಿ ದಿನ ಪ್ರಶ್ನೆ ಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ಉತ್ತರಿಸುವ ಮೊದಲು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಶ್ನೆ ಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಓದಲು ಆರಂಭಿಸುವ ಮುಂಚೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸದ ಮೇಲೆ ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

–ಮಹೇಶ್ ಮಾಲಿ, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

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 ವರ್ಷಗಳು ಬಹಳ ಕುತೂಹಲ ಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನು ಭವಿಷ್ಯವಾಣಿ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಡಿ. ಇದು ನನ್ನ ಚಿಕ್ಕ ಆಸೆಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಅಷ್ಟೆ. ಅಜಾಗರೂಕತೆಯ ನೀತಿಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವ ಜನರು ಬಹುಶಃ ಈ ವಿಶ್ವವನ್ನು ಯುದ್ಧದ ಅಂಚಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತಾರೆ, 3ನೇ ಮಹಾ ಯುದ್ಧ. ಆದರೆ 3ನೇ ಮಹಾ ಯುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ನಾನು ಹಾರೈಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಅದ್ಭುತವಾದ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ನನಗೆ ಅದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಜನರು ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಬದಲಾದಾಗ, ಪ್ರಪಂಚವು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಬದಲಾಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಬದಲಾಗುತ್ತೇವೆ; ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಮುಂಚೆ ಹೇಗೆ ಇದ್ದೆವು ಎಂದು ನಮ್ಮನ್ನೇ ಹಿಂದಿರುಗಿ ನೋಡಿಕೊಂಡಾಗ, ನಾವು ಈಗ ಬೇರೆಯೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತೇವೆ, ಬಹುಶಃ ಹೆಚ್ಚು ಸೌಮ್ಯವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ನಮಗೆ ದೊಡ್ಡ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಇದೆ; ದೊಡ್ಡ ಪಾತ್ರವಿದೆ. ಇದು ಅರ್ಥವಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದರಿಂದ ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಮೊದಲನೆಯ ಬಾರಿ ಅನುವಾದಿತವಾದ 3 ಕಿರುಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ – ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ. ಇದು ಒಂದು ಚಿಕ್ಕದಾದ ಕಿರುಪುಸ್ತಕವಾದರೂ ಬಹು ಮೌಲ್ಯವುಳ್ಳ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ; ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕೆಂಬ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಸೂಚನೆಗಳಿವೆ. ಈಗ ನಾನು ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಗುರುಗಳು ಹೇಳಿದರು, 'ಏಕೆ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕದಾದ ಕಿರುಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಹೊರತರಬಾರದು?' ಆ ಕ್ಷಣದಿಂದ ನಾವು ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಈಗ ನಮಗೆ ಅದನ್ನು ಹೊರತರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಾನು ದೊಡ್ಡ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಹೊರತರಲು ಬಯಸಿದೆ. ಋಷಿಗಳು ಹೇಳಿದರು, 'ಈ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಇಷ್ಟು ಸಾಕು'. ಪುಸ್ತಕ ಬರೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ ನಾನು ಋಷಿಗಳ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದೆ; ಶಂಬಲದ ಜನರು ಮತ್ತು ಭಗವಾನ್ ಮೈತ್ರೇಯರಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡಿದ್ದೆ. ತುಂಬಾ ರೋಮಾಂಚನಗೊಳಿಸುವಂತಹ ಮತ್ತು ಹೊಸದಾಗಿ ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಂದ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳು ನನಗೆ ದೊರೆಯಿತು. ಒಂದು ಹಂತದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಸಂಶಯವುಂಟಾಯಿತು. ಆಗ ನಾನು ಅಗಸ್ತ್ಯ ಮಹರ್ಷಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಅವರಿಂದ ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಣ ಪಡೆದೆ. ನಾನು ಇದನ್ನು ಏಕೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆಂದರೆ, ಈ ಚಿಕ್ಕ ಕಿರುಪುಸ್ತಕವು ಅಷ್ಟು ಮೌಲ್ಯವಾದದ್ದು. ನಾನು ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಪುಟದಲ್ಲಿ ಬರೆದಿದ್ದೇನೆ, "ಈ ಕಿರುಪುಸ್ತಕವು ಶಂಬಲದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಮತ್ತು ಅವು ಕಾಗದದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ, ಪದಗಳಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ. ಅವು ಇರುವುದು ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ." ಇದು ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮುದ್ರಿತವಾಗಿದೆ. ನೋಡಿ, ಎಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ ಇರುತ್ತದೆಯೊ, ಅಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಒಳ್ಳೆ ಫಲಿತಾಂಶಗಳಿರುತ್ತದೆ.

ನಾನು ಬಹಳ ಸಾರಿ ನಿಮಗೆ ಹೇಳಿರುವ ಹಾಗೆ, ನನಗೆ ನನ್ನ ಗುರುವಿನೊಂದಿಗೆ ಯಾವ ಕಷ್ಟವೂ ಇರಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಹೇಳುವುದರ ಅರ್ಥವೇನೆಂದರೆ ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನೆಲ್ಲಾ ನಾನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಹೀಗೆ ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಜನರಿಗೆ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರು, "ಋಷಿಗಳು ನೆನ್ನೆ ಬಂದಿದ್ದರು," ಎಂದು ಹೇಳಿದಾಗ ನನಗೆ ಅದು ವಾಸ್ತವದ್ದಾಗಿತ್ತು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನಾನು ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೆ ಟಿಪ್ಪಣಿಯನ್ನು ಬರೆದೆ– ನನಗೆ, ಭೌತಿಕ ವಸ್ತುಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಋಷಿಗಳು ಹೆಚ್ಚು ವಾಸ್ತವಿಕ.

ಅಮರರವರು ಹೇಳಿದ್ದರು, "ನೀವು ಅನುಭವಿಸಿದ್ದನ್ನು ಅಥವಾ ನೇರವಾಗಿ ತಿಳಿದಿದ್ದನ್ನು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ, ಅದು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ." ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಇಲ್ಲಿ ಮಹಾನ್ ಋಷಿಯೊಬ್ಬರು ಕುಳಿತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ನಡುವೆ ಈ ಸೆಷನ್‌ಗೆ ನಿಯತವಾಗಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಎಷ್ಟೊಂದು ಅದ್ಭುತ ಜನರಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ನಾನು ಹೇಳುವುದನ್ನು ಕೇಳುವುದಕ್ಕೆ ಅಲ್ಲ, ಆದರೆ ಋಷಿಗಳ ದರ್ಶನ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಆ ಜನರು ಬರುತ್ತಾರೆ. ಬಹಳ ಜನರು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ಬರುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿರುವುದಕ್ಕೆ ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತದೆಂದು ನಾನು ನಿಮಗೆ ಹೇಳಬೇಕೆಂದು ಅವರು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಅದ್ಭುತವಾದ ಜನರು ಇಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಇದನ್ನು ಆನಂದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನು ನನ್ನದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನೋಡುತ್ತೇನೆ. ಆದರೆ ನಾನು ನಿಮಗೆ ಹೇಳಬಹುದು ಅಷ್ಟೆ, ಸಾಬೀತುಪಡಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವೇ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಸಾಬೀತು ಪಡಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವುದು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟ, ಯಾಕೆಂದರೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀವೊ ಅದನ್ನು ಸ್ಥೂಲ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಋಜುವಾತು ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಎಂದಿಗೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ದೇವರನ್ನು ಯಾವತ್ತೂ ಋಜುವಾತು ಪಡಿಸುವುಕ್ಕೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನನ್ನು ಯಾವತ್ತೂ ಸೆರೆಹಿಡಿಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನಿಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆ ಇರಬೇಕು, ನಿಮ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ ಇರಬೇಕು ಮತ್ತು ನೀವು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಮನದಟ್ಟು ಮಾಡಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಎಂದು ಅಮರರವರು ನಮಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟ ಪಡಿಸಿದ್ದರು. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದವರೆಗೆ ಋಷಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡ ಬಾರದೆಂದು ನಮಗೆ ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದರು, 'ಋಷಿಗಳು ಇದ್ದಾರೆಂದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತು. ಅವರಿರುವುದು ವಾಸ್ತವಿಕತೆಯೆಂದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತು. ಆದರೆ ಈಗ ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುವ ಸಮಯವಲ್ಲ. ಜನರಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ'.

ಆ ಕಾಲಘಟ್ಟದಿಂದ 25 ರಿಂದ 30 ವರ್ಷಗಳನ್ನು ಈಗಾಗಲೆ ಕಳೆದಿದ್ದೇವೆ. ಈಗ, ನಾವು ಸತ್ಯ ಯುಗಕ್ಕೆ ಮುಂದುವರೆದಿದ್ದೇವೆ. ಜನರು ಋಜುವಾತುಗಳನ್ನು ಕೇಳದೆ ಈ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನಾನು ಇದನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಏಕೆಂದರೆ, ನಾವು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಮನಗಾಣಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರು ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪದಿದ್ದಾಗ ನಾವು ಎದೆಗುಂದಬಹುದು. ಮಾನವನ ಸ್ವಭಾವವೇ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಉತ್ಸುಕರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ನನ್ನ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಬೇರೆಯವರ ಜೊತೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಸೆ ಪಡುತ್ತೇನೆ – ಚಲನಚಿತ್ರವನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುವುದಾಗಲಿ, ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದುವುದಾಗಲಿ... ಯಾವುದೇ ಇರಲಿ. ಅಸಾಧಾರಣವಾದುದನ್ನು ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ನೋಡಿದಾಗ, ನಾವು ಕೂಡಲೇ ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ, "ಬನ್ನಿ, ಬನ್ನಿ ನಾವು ನೋಡೋಣ". ಅದು ಮನುಷ್ಯನ ಸ್ವಭಾವದಲ್ಲೇ ಇದೆ. ಅದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದಷ್ಟೇ ನಮ್ಮ ಕೆಲಸ ಆದರೆ ಎಲ್ಲರೂ ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕೆಂದು ನಾವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬಾರದು. ಅವರು ಒಪ್ಪಬೇಕೆಂದೇನಿಲ್ಲ.

ಮಾರ್ಗಗಳಿಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಗುರುಗಳಿಗಾಗಿ ಜನರು ಹುಡುಕುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಹುಡುಕಲೇಬೇಕು. ನಾನು ಬಹಳ ಅದೃಷ್ಟಶಾಲಿಯಾಗಿದ್ದೆ, ನಾನು ಹುಡುಕಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಹಾಗೆಯೇ ನೇರವಾಗಿ ಅಮರರವರ ಹತ್ತಿರ ಹೋದೆ. ಅವರು ಅಲ್ಲಿ ನನಗಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದರು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ಹುಡುಕುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ತಲುಪುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆಯಂತೆ ಮತ್ತು ಇಷ್ಟಪಡುವ ಜಾಗಕ್ಕೆ ತಲುಪುತ್ತೇವೆ. ನಂತರ ಹುಡುಕಾಟವು ಮುಗಿಯುತ್ತದೆ.

ಒಂದು ಹಂತದಲ್ಲಿ ನಾವು ಹುಡುಕಾಟವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು. ಇಲ್ಲವಾದರೆ ನಾವು ಕೊನೆಯ ತನಕವೂ ಹುಡುಕುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತೇವೆ. ನಿಮಗಿದು ಗೊತ್ತಿರಬೇಕು; ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಾರ್ಗವೂ ನಮ್ಮನ್ನು ದೇವರ ಕಡೆಗೆ ಮುನ್ನಡೆಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನೂ ನೀವು ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ಎಂದಿಗೂ ಟೀಕೆಮಾಡಬಾರದು; ಎಂದಿಗೂ ತೀರ್ಮಾನಿಸ ಬಾರದು.

ನಾವು ಈ ಹುಡುಕಾಟವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು. ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ನೀವು ಇನ್ನೂ ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಇಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾ ಬೇರೆಲ್ಲಿಂದಲೋ ಪಡೆದ ಕೆಲವು ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅದು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ತಪ್ಪೆಂದು ನಾನು ಹೇಳಲಾರೆ, ಆದರೆ ನನ್ನ ಅನುಭವ ಹೇಳುವುದೇನೆಂದರೆ ನಾವು ಗೊಂದಲಕ್ಕೀಡಾಗುತ್ತೇವೆ. ಅಂತಿಮವಾಗಿ ನಾವು ಏನನ್ನೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ, ತುಂಬಾ ಹುಡುಕಾಟ, ತುಂಬಾ ತಾರ್ಕಿಕತೆ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕದ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತರ್ಕವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಸಮೀಪಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯಬೇಕಾದರೆ ತರ್ಕದಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು. ನಾವು ತರ್ಕಬದ್ಧರಾಗಿ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಲಾರೆವು. ನೀವು ತರ್ಕದಿಂದ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಲಾರಿರಿ. ಆದುದರಿಂದ, ನಿಮ್ಮ ಒಳಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆಯಿರಿ. ನೀವು ಯಾವುದೇ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಸೇರಬಹುದು, ನಾನು ಈ ಮಾರ್ಗವೆಂದೇ ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ನನ್ನನ್ನು ನಂಬಿ, ಯಾವುದೇ ಮಾರ್ಗವಾದರೂ ದೇವರ ಕಡೆಗೇ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

26-07-2020

ಇದೊಂದು ಅತ್ಯಂತ ಸವಾಲಿನ ಅವಧಿ, ಮಾನವ ಜನಾಂಗಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಂತ ಕಷ್ಟದ ಅವಧಿ. ಸಹಜವಾದ ಭಯವಿದೆ, ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಇನ್ನಿತರ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅನಿಶ್ಚಿತತೆ ಇದೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಮುಂದೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಯಾರಿಗೂ ಹೇಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮಕ್ಕಳ ಭವಿಷ್ಯ. ಅವರು ಎಂತಹ ಜೀವನ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ? ಅವರ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ, ಉದ್ಯೋಗ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ಆರ್ಥಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ವ್ಯಾಪಾರ ಹಾಗೂ ನೌಕರಿಗಳು ಏನಾಗುತ್ತವೆ? ಮತ್ತು ಈಗ ತಕ್ಷಣದ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಚಿಂತೆಯೆಂದರೆ, ನೀವು ತೀವ್ರವಾದ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಕ್ಕೊಳಗಾದರೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳ ದೊರಕುವುದೇ ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ. ಅದು ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಸವಾಲಿನಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿದೆ. ನಾವು ಬಹುಶಃ ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಂದಿಗೂ ಇಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಎದುರಿಸಿರಲಿಲ್ಲವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗೂ ನಾವು ಇದರಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಸಂಪರ್ಕ ಇಲ್ಲದಿರುವಂತಹ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಓಡಿ ಹೋಗಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಾವು ಹೋಗಲು ಯಾವುದೇ ಸ್ಥಳವಿಲ್ಲ. ನಾವು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸಲೇಬೇಕು.

ನಾವು ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸಬೇಕು? ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ, ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಎರಡು ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತೇವೆ – ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟ. ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು – ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸುವುದು, ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಜನಗಳ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಶಾರೀರಿಕ ಅಂತರ ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಇತ್ಯಾದಿ. ವೈದ್ಯರೂ ಸಹ ನಮ್ಮ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ವೃದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದೆಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು, ಸಾಧ್ಯವಾದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬಹುದು. ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬಹುದು. ಮತ್ತು ಅತಿ ಮಹತ್ತರವಾದ ವಿಚಾರವೆಂದರೆ, ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ತಂದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದವುಗಳನ್ನು – ಒಳ್ಳೆಯತನ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಗಳನ್ನು ಹೊರತರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಮೂಲಕ ಶಾಂತಿಯ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಹೊರಹೊಮ್ಮಿಸಲು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬಹುದು.

ಗುರೂಜಿಯವರು ಕೇವಲ ಇದರ ಬಗ್ಗೆಯೇ 25 ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಮಾತನಾಡಿದ್ದಾರೆ – ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿ. ಆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನೋಡಿದರೆ, ನಾವು ಹೊಸದಾಗಿ ಏನನ್ನೂ ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಬೆಳಕಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡು ಜೀವಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಅನಿಸಿಕೆ. ಈಗ ಒಂದು ರೀತಿಯ ತುರ್ತು ಸ್ಥಿತಿ ಇದೆ. ನಾವು ಹೀಗೆ ಮಾತನಾಡಿದಾಗ ಬಹುಶಃ ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾರೂ ನಂಬುವುದಿಲ್ಲ. ಬಹು ಪಾಲು ಜನರು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ, ಒಳ್ಳೆಯತನ ಹಾಗೂ ನೆಮ್ಮದಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇ ಆದರೆ, ಈ ಕೋವಿಡ್‌ನ ಸವಾಲು ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ನಾನು ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿರುವವರ ಕುರಿತು ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ನಮಗಿದು ಗೊತ್ತಿದೆ ಹಾಗೂ ನಾವಿದನ್ನು ನಂಬುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ನಾವಿಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ. ಮತ್ತು ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿರಬೇಕು. ಈ ವಿಚಾರವನ್ನು ನಂಬುವ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಜಾಗೃತಗೊಂಡ ಅನೇಕ ಜನರೂ ಇರಬಹುದು. ಆದರೆ, ಈ ವಿಚಾರವನ್ನು ನಂಬುವ ಜನರ ಸಂಖ್ಯೆ ಸಾಕಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಸಾಕಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಈ ಸವಾಲು ನಮಗೆ ಎದುರಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ.

ಜನರು ಬಹುಶಃ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಕೇವಲ ಭೌತಿಕ ಕೋನದಿಂದಷ್ಟೇ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಕೇವಲ ಆರೋಗ್ಯದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ಅಥವಾ ಕೇವಲ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಕೋನದಿಂದ ಮಾತ್ರ ನೋಡುತ್ತಿರ ಬಹುದು. ಇದರ ಹಿಂದಿರುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಜನರು ಅರ್ಥಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳುವರೋ ಇಲ್ಲವೋ ನನಗೆ ತಿಳಿಯದು. ಇದು ಏಕೆ ಆಗುತ್ತಿದೆ? ಇದರಲ್ಲಿರುವ ಸಂದೇಶವೇನು? ಎಂದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುವಂತಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನೇ ಸ್ವತಃ ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ. ಬಹುಶಃ ಜನರಿಗೆ ಅತಿ ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇದರ ಅರಿವು ಇರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವ ಇಚ್ಛೆ ಇಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಅದೇನೇ ಆಗಿರಲಿ, ಈ ಯೋಚನೆಯನ್ನು ಅವರು ಪಟ್ಟು ಹಿಡಿದು ಮುಂದುವರೆಸಿದರೆ, ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಕುರಿತು ಸತತವಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸಿದರೆ, ಅವರು ಎಂದಾದರೊಂದು ದಿನ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರಿಯುವರು ಎಂದು ನನಗೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಆದರೆ, ಈ ಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಬಹುತೇಕ ಜನರು ಅರಿತುಕೊಂಡು ಜೀವನ ಶೈಲಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆಯನ್ನು ನಾವಿನ್ನೂ ತಲುಪಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ, ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆ ಎಂದರೆ, ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಕೆಲವಷ್ಟು ಮಂದಿ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೀತಿಯ ಬದುಕನ್ನು ಶುರು ಮಾಡುವುದು. ತದನಂತರ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಅವರ ಮೂಲಕ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ಇದನ್ನು ಈ ರೀತಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ನಮಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನು ಅಧಿಕಾರ ಯುತವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಇದು ಕೇವಲ ಭೌತಿಕ ವಿದ್ಯಮಾನ ಅಲ್ಲವೆಂಬುದು ಮಾತ್ರ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಮ್ಮ ಈ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಒಂದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಟ್ಟದ್ದಾಗಿರಬಹುದು, ಮೂಲಭೂತ ಮಟ್ಟದ್ದಾಗಿರ ಬಹುದು, ಆದರೆ ಈ ಮೂಲಭೂತ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದುದು ಎಂದು ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ.

ಈ ಜಗತ್ತಿನ ಜನರಾದ ನಾವು, ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ, ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಜವಾಬ್ದಾರರು ಎಂದು ಬಹುಶಃ ಭಾವಿಸಿಲ್ಲ. ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ನಾವು ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಜವಾಬ್ದಾರರಾಗಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿತು ಕೊಂಡರೆ, ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಾದರೂ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಂಶವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಅದು ಬಹಳಷ್ಟು ಸಹಾಯಕ ವಾಗುತ್ತದೆ, ಆದರೆ, ಮತ್ತೊಂದು ಭಾಗವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಭಾಗವನ್ನು ಕೂಡ ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಏಕೆಂದರೆ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ತೊಡೆದು ಹಾಕಲು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ಇದೇ. ಗುರೂಜಿಯವರು ಇಂಥಾ ಸಮಯದ ಬಗ್ಗೆ, ಪ್ರಳಯದ ಬಗ್ಗೆ, ನಮಗೆ ಬಹಳ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದ್ದುದರಿಂದ ಮಾತ್ರ, ನಾನು ಇದನ್ನೆಲ್ಲಾ ಹೇಳಬಲ್ಲವನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು, ಭೌತಿಕ ಹಾಗೂ ಪಾರಮಾರ್ಥಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಿಭಾಯಿಸುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಿದವರು ಅವರೇ. ಎರಡೂ ಮುಖ್ಯ. ಶುಚಿತ್ವವು ಮುಖ್ಯ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದೆ ನಾನು ಎಲ್ಲಿ ತಿರುಗಾಡಿ ಬಂದರೂ ಕೂಡಾ ನನಗೇನೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಗುರೂಜಿಯವರು ಅವರ ದೇಹದ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂಶದ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಸ್ವತಃ ಅವರೇ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು ಎಂಬುದು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ. ಹಾಗೂ ಅವರ ಔಷಧಗಳನ್ನು ನಿಯತವಾಗಿ ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ, ಹಾಗಾಗಿ ನಾನು ಮಧುಮೇಹದ (ಡಯಾಬಿಟಿಸ್) ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತೆ ಮಾಡುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅವರು ಎಂದಿಗೂ ಹೇಳಲಿಲ್ಲ. ಏನೇ ಆದರೂ, ನಮ್ಮ ಶರೀರವೂ ಕೂಡ ಒಂದು ದೈವೀ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿದ್ದು, ಭೌತಿಕ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುತ್ತದೆ. ದೈವಿಕ ನಿಯಮ ಎಂದೂ ಸಹ ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು. ಭೌತಿಕ ದೇಹ ಕೂಡ ಒಂದು ವ್ಯವಸ್ಥೆ – ಒಂದು ಸುಂದರವಾದ ಭೌತಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ; ಒಂದು ದೈವಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ. ದೇಹವು ಪಾಲಿಸಬೇಕಾದ ಭೌತಿಕ ನಿಯಮಗಳಿವೆ. ಅದಲ್ಲದೆ, ಇದು ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶರೀರ ಹಾಗೂ ಆತ್ಮದೊಂದಿಗೆ ಸಂಯೋಜಿತವಾಗಿದೆ. ಇತರ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಏನಾಗುತ್ತದೋ, ಅದು ದೇಹದ ಮೇಲೆಯೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಇದೂ ಸಹ ಸತ್ಯ. ಆದುದರಿಂದ ಶಾರೀರಿಕ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು, ಎರಡೂ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

ನಮಗೆ ಇವೆಲ್ಲಾ ಗೊತ್ತಿದೆ, ನಾವೇಕೆ ಈ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡಬಾರದು ಎಂದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕರು ಯೋಚಿಸಬಹುದು. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಅದನ್ನು ಈಗಾಗಲೇ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಈ ಜ್ಞಾನವು ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ನಮಗೆ ನಮ್ಮದೇ ಆದ ಮಿತಿ ಕೂಡ ಇದೆ. ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಸಿದ್ಧರಾಗಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಇಂಟರ್ ನೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ವೆಬ್ ಸೈಟ್‌ನಲ್ಲಿ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಒದಗಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಅಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ಇದೆ. ಇವೆಲ್ಲಾ ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿಗಾಗಿಯೇ.

(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 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.

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

(ಪುಟ 5ರಿಂದ ಮುಂದುವರೆದಿದೆ)

ನಾನು ಹೇಳಿದಂತೆ, ನಮಗೆ ಈ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮಿತಿಗಳಿವೆ. ಆದರೆ ಋಷಿಗಳು, ಇಂತಹ ಮಿತಿಗಳಿರದ ಬೇರೊಂದು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತಿದ್ದಿರಬೇಕು. ಆದರೆ ಸೋಜಿಗದ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ, ನಮಗೆ ಈ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಎಂಬುದಿದೆ. ಇದು ಭಗವಂತನಿಂದ ದೊರಕಿರುವ ವರ. ನಾವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲು ಸ್ವತಂತ್ರರು. ಹಾಗಾಗಿ, ನಮಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಬದುಕುವ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲು ಅಥವಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಲ್ಲದ ಬದುಕಿನ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲೇ ಮುಂದುವರೆಯುವ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಇದೆ. ಹೊಸ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಕ್ತಿಗಳು ಭೂಮಿಗೆ ಮಹಾಪೂರ ಹರಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಲ್ಲದ ಬದುಕಿನ ಹಾದಿ ಹಿಡಿದು ನಿಂತರೆ, ಅನೇಕ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು, ಅನೇಕ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗಬಹುದು; ಶಕ್ತಿಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದಲ್ಲ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿಗಳು ಬಹಳ ಕರುಣಾಮಯಿ: ಆದರೆ ನಾವು ನಮ್ಮದೇ ಕರ್ಮಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಈಗ ವೇಗವಾಗಿ ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಇದು ಜೀವನ ಮತ್ತು ಮರಣದ ಬಗ್ಗೆ, ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವುದು ಅಥವಾ ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗದೇ ಇರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಅಲ್ಲ ಎಂದು ನಾನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನಾವು ಎಲ್ಲಾ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಬಳಿಕವೂ, ಏನು ಬೇಕಾದರೂ ಆಗಬಹುದಾದ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಇವೆ. ಕೆಲವು ವೈದ್ಯರು, ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಪೈಕಿ ಕೆಲವರು ಮೃತ ಪಟ್ಟಿರುವುದೂ ಸಹ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವ ಉಳಿಸಲೋಸುಗ ತಮ್ಮ ಜೀವ ತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿದ ಅಂತಹ ಮಹಾನ್ ಚೇತನಗಳು ಪ್ರಶಂಸನೀಯರು. ಹಾಗಾಗಿ, ನಾನು ಬದುಕುಳಿಯುವ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಾನು ಈಗ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿರುವ ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ನಾವೆಲ್ಲರು ಮತ್ತು ಲಕ್ಷಾಂತರ ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳು ಮಾಡಿದ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ವ್ಯರ್ಥವಾಗಿ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡದಿದ್ದಿದ್ದರೆ ಏನಾಗುತ್ತಿತ್ತೋ ನಮಗೆ ತಿಳಿಯದು. ಆದ್ದರಿಂದ, ಅನೇಕರು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ, ಆಗಬಹುದಾಗಿದ್ದ ಆಘಾತ, ಅಡಚಣೆಗಳು ಕಡಿಮೆ ಇದೆ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು.

ಮತ್ತು ಇಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಂದು ಅಂಶವಿದೆ, ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ಕೂಡ, ಬೆಳಕು ಜನರ ಮೇಲೆ ತನ್ನ ಅಧಿಕಾರವನ್ನು ಹೇರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಈ ಮೊದಲೇ ಹೇಳಿದಂತೆ, ಜನರಿಗೆ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಇದೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕು ಈ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಗೌರವಿಸುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೇ ಬೆಳಕೇ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ನೀಡಿದೆ. ಹಾಗೂ, ಕಲಿಗಾಲದ ರೀತಿಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಲು ಇನ್ನೂ ತಯಾರಿಲ್ಲದ ಜನರೂ ಇದ್ದಾರೆ. ಇಂಥಾ ವಿಷಮ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೂ ಸಹ ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ ಇನ್ನೂ ಇದೆ. ಇಂಥಾ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಮ್ಮ ಲಾಭಕ್ಕಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಜನರಿದ್ದಾರೆ. ಜನರಲ್ಲಿರುವ ಭಯವನ್ನು, ಅಸಹಾಯಕತೆಯನ್ನು ದುರುಪಯೋಗಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಜನರಿದ್ದಾರೆ. 'ಹೀಗೆ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ, ಕೋವಿಡ್ ಹೋಗುವುದಾದರೂ ಹೇಗೆ?!' ಎಂದು ಒಬ್ಬ ಧ್ಯಾನಿ ಉದ್ಗರಿಸಿದರು. ನಾನು ಅವರ ಮಾತನ್ನು ಅನುಮೋದಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಿಜವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಯೆಂದರೆ, ನಾವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಬಹಳವಾಗಿ ಸರಳೀಕರಿಸುವುದರಿಂದಾಗಿ ಮತ್ತು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಸರಳವಾದ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸುತ್ತಿರುವುದರಿಂದಾಗಿ, ನಮ್ಮನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸದಿರಬಹುದೇನೋ.

ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಬಹಳ ನಿರಾಶಾದಾಯಕವಾಗಿದೆಯೆಂದೇನಲ್ಲ. ಹಾಗೇನೂ ಆಗಿಲ್ಲ. ಭರವಸೆ ಇದೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಬಹು ಪಾಲು ಜನರು ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಋಷಿಗಳಿಂದ ಹಾಗೂ ವಿಶ್ವದಿಂದ ನೆರವು ದೊರೆಯುತ್ತಿದೆ. ಲಸಿಕೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಕಾರ್ಯ ತ್ವರಿತ ಗತಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಗುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಭರವಸೆ ಇದೆ. ಹಾಗೂ ನನಗೆ, ಲಸಿಕೆ ಹೊರಬರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ, ಪರಿಹಾರ ಹೊರಬರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಂಬಿಕೆ ಮತ್ತು ಮಹತ್ತರವಾದ ಭರವಸೆ ಇದೆ. ಮತ್ತು ಇಂಥಾ ವಿಷಯಗಳು, ಋಷಿಗಳ ಸಹಾಯವಿಲ್ಲದೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಾರದು. ಪರಿಹಾರದ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ ಋಷಿಗಳು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಾನು ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಲಸಿಕೆ ದೊರೆಯುವುದೆಂಬ ಭರವಸೆ ಹೊಂದಿರುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಜನರೂ ಸಹ, ದೈವಿಕ ಪ್ರೇಮದಿಂದ ಕೂಡಿದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವರೆಂಬ, ಮಾನವೀಯತೆಯ ಅರಿವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತಾರೆಂಬ ಭರವಸೆಯನ್ನೂ ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ.■

ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ
ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ಒಂದು ವೇಳೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರ ತರುಣಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ ಅದು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹೊಂದಿದೆ ಎಂಬ ಅರ್ಥವೇ?

ಉ: ನನಗೆ ಹಾಗೆ ಅನಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೂ ಮತ್ತು ವಯಸ್ಸಿಗೂ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ. ವಯಸ್ಸಾದಂತೆ ನಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಅನುಭವಗಳಾಗಬಹುದಾದರೂ ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲೇಬೇಕೆಂದೇನೂ ಇಲ್ಲ. ವಯೋ ವೃದ್ಧರು ಬಹಳ ಬೇಗ ಕೋಪ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನಾನು ನೋಡಿದ್ದೇನೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಆಧರಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಕೇವಲ ತಮ್ಮ 12ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಒಬ್ಬ ಋಷಿಯಾಗಿದ್ದರು.

ಪ್ರ: ನಂಬಿಕೆ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು, ಅಹಂ ತಡೆಯುತ್ತದೆಯೋ ಅಥವಾ ಬುದ್ಧಿ ತಡೆಯುತ್ತದೆಯೋ?

ಉ: ನನಗನಿಸುವ ಹಾಗೆ, ಅಹಂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನುಮಾನಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಬಲ್ಲದು. ಬುದ್ಧಿ ಯಾವಾಗಲೂ, ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮತ್ತು ತಾರ್ಕಿಕ ಚಿಂತನೆ ಮತ್ತು ಇನ್ನಿತರ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ತೊಡಗಿಸುತ್ತದೆ. ನಂಬಿಕೆ ಅನ್ನುವುದು ತರ್ಕಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ಮೀರಿದ್ದು. ಅದು, ನೇರ ಅನುಭವದ ಮೂಲಕ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ ಅಥವ ಅಂತಃಗ್ರಹಿಕೆಯ ಮೂಲಕ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾವು ನೇರವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ ನಮ್ಮ ಅಹಂ ಅಥವ ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿಯಾಗಲೀ ನಾವು ನಂಬಿಕೆ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲಾರದು. ನೇರವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ, ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಪ್ರ: ದೈವೀ ಇಚ್ಛೆ ಎಂದರೇನು?

ಉ: ದೈವೀ ಇಚ್ಛೆ ಎಂದರೆ ದೇವರ ಇಚ್ಛೆ.

ಪ್ರ: ಈ ಜನ್ಮದ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಅಥವ ಕೆಟ್ಟ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಈ ಕರ್ಮಗಳ ಹೊರೆಯನ್ನು ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮಕ್ಕೂ ಒಯ್ಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಸಾಗುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಿರುವಾಗ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದನ್ನು ನಾವು ಹೇಗೆ ತಡೆಯಬಹುದು?

ಉ: ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಲಾರಂಭಿಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ನಿಧಾನಗತಿಯಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವಂತೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಅಂದರೆ ಒಳ್ಳೆಯತನ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಮತ್ತು ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಇರುವುದು. ಹೀಗಾಗಿ, ನಾವು ಬದಲಾಗುತ್ತಾ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಕೆಟ್ಟ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದನ್ನು ನಾವು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತೇವೆ. ಬಹುಶಃ ನಾವು ಒಳ್ಳೆಯ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ನಾವು ಶರಣಾಗತರಾಗುವ ಹಂತವನ್ನು ಮುಟ್ಟುತ್ತೇವೆ. ನಂತರ ಶರಣಾಗುತ್ತೇವೆ, ನಮ್ಮ ಒಳ್ಳೆಯ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಕೂಡ ದೇವರಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಕೇವಲ ದೇವರ ಮಾಧ್ಯಮಗಳು ಮತ್ತು ದೇವರೇ ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾನೆಂದು ನಾವು ಅರಿಯುತ್ತೇವೆ. ದೇವರ ಜೊತೆಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡು ಬದುಕಲಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಒಳ್ಳೆಯ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಕೂಡ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಆಕಸ್ಮಿಕ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಸಾವನ್ನಪ್ಪಿ ಇಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿದಿರುವ ಆತ್ಮಗಳು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ತೊಂದರೆ ಕೊಡಬಲ್ಲವೇ?

ಉ: ಇದು ಆ ಆತ್ಮವನ್ನೇ ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ನನಗೆ ಅನಿಸುವಂತೆ ದುಷ್ಟ ಆತ್ಮಗಳು ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದು ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಾವು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಯಾರೂ ನಮಗೆ ತೊಂದರೆ ಕೊಡಲಾರರು. ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುದು ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಅನೇಕ ನಿಯಮಗಳಿವೆ. ರಕ್ಷಣೆ ಇದೆ. ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿ ನಮಗೆ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬಲಿಷ್ಠನಾಗಿದ್ದು, ಆತ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದೇ ಇದ್ದರೂ, ದುಷ್ಟ ಆತ್ಮ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತೊಂದರೆ ಕೊಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ವ್ಯಂಗ್ಯವಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವುದು ಸುಳ್ಳುಗಳನ್ನು ಹೇಳುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆಯೇ?

ಉ: ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳುವುದಕ್ಕೆ ಕೇಳಿದಾಗ, ಅವರು ಬಹಳ ಸುಂದರವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳಿದರು. ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ವ್ಯಂಗ್ಯವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿದಾಗ, ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ಆತ ಬಳಸಿದ ಪದಗಳಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಅರ್ಥವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಅರ್ಥೈಸುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ವ್ಯಂಗ್ಯವಾಡುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಆತ ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರಬಹುದು. ಸಂಹವನವೆಂದರೆ (communication) ಕೇವಲ ಪದಗಳಲ್ಲ. ಅದು ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನದು. ಆದರೆ, ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತಿರುವಂತೆ ಈ ರೀತಿ ಮಾತನಾಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯ ಅಭಿರುಚಿಯಲ್ಲ.

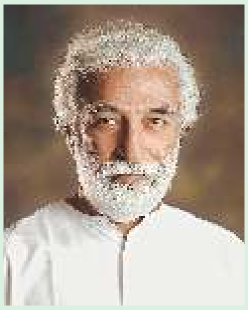
ಪ್ರ: ದೈವೀ ಚೈತನ್ಯವು ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯವು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಹೇಗೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಲು ಸಾಧ್ಯ?

ಉ: ದೈವೀ ಚೈತನ್ಯವು ನಮ್ಮನ್ನು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ ನಮಗೆ ರಕ್ಷಾ ಕವಚವನ್ನು ಕೂಡಾ ಕೊಟ್ಟಿರುತ್ತಾರೆ, ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾವು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ಬಿಡದಿದ್ದರೆ, ನಾವೇ ನಮಗೆ ಕೊಡಲಾಗಿರುವ ರಕ್ಷಾ ಕವಚದಲ್ಲಿ ರಂಧ್ರವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿ ಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಈ ರಂಧ್ರದಿಂದ ಪ್ರವೇಶಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ನಮಗೆ ತೊಂದರೆ ಕೊಡಬಹುದು. ಈ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗುತ್ತಾ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಇರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಹೊರದೂಡಬೇಕು.■

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

ಅನಾರೋಗ್ಯದ ಕಾರಣ ಕಳೆದ ಆರು ತಿಂಗಳಿನಿಂದ, ನನ್ನ ಸಾಧನೆ ತುಂಬ ಕಷ್ಟವಾಗಿತ್ತು. ಈಗ ನನ್ನ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಿಸುತ್ತಿದೆ. ಗುರೂಜಿ, ಅಮರಾಜಿ ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದಲೇ ಈ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿದೆ. ದೈವ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಎಲ್ಲಾ ತೊಂದರೆಗಳೂ ನಿವಾರಣೆಯಾಗಿ ನಾನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನನ್ನ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ವಂದನೆಗಳು. ನಾನು ಖಂಡಿತ ಈ ಸುಧಾರಣೆಯನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ತೊಂದರೆಗಳು ಹಾಗು ಹಿನ್ನಡೆಗಳಿಗಾಗಿ ನಾನು ಯಾರನ್ನೂ ದೂರುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಸಲ ಮುಂದಿನ ಹೆಜ್ಜೆ ಇಡುವಾಗಲೂ ದೇವರು ನನ್ನೊಡನಿರುವನೆಂಬ ನಂಬಿಕೆಯಿದೆ. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾನು ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಸ್ವೀಕರಿಸುವೆ.

– ಸತ್ವಜಯ ತೋಕಲ್

ನಾನು ಮನೆಯಿಂದಲೇ ಆಫೀಸ್ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತ ನನ್ನ ಸಂಸಾರದೊಂದಿಗೆ ಈ ಸಮಯವನ್ನು ಆನಂದಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ವಿನಮ್ರತೆಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವುದರಿಂದ ಹಿಡಿದು ನನ್ನ ಪುನಶ್ಚೈತನ್ಯಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವವರೆಗೆ ಅನೇಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಎದುರಾಗಿವೆ. ಪುನಶ್ಚೈತನ್ಯಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶಾಂತವಾಗಿಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಹೊಸ ಅನುಭವಗಳಿಗೆ ನಾನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಸಪ್ತಋಷಿಗಳು ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರ ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗು ರಕ್ಷಣೆಯಿಂದಾಗಿ ಈ ಎಲ್ಲಾ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲೂ ಸುಲಲಿತವಾಗಿ ಜಯಗಳಿಸುವೆನೆಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಇದೆ.

– ಸ್ಮಿತಾ ಶೆಟ್ಟಿ

ಇದು ಒಂದು ಅನುಗ್ರಹಿತವಾದ ಹಾಗು ವಿಶೇಷವಾದ ಪಯಣ ಮತ್ತು ನನಗೆ ಆಳವಾದ ಸಂಪರ್ಕದ ಅನುಭವವಾಗಿದೆ. ನಾನು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಮಂತ್ರ ಉಚ್ಚರಿಸಿದ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯೆಮಧ್ಯೆ ಮಂತ್ರ ನಿಂತುಹೋಗಿ ನಂತರ ಪುನಃ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇನೆ.

– ಸುಮಿತ್ ವಿ. ಗುಪ್ತ

ಈ ಕ್ಲಿಷ್ಟಕರವಾದ ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಧೈರ್ಯವಾಗಿ ಎದುರಿಸಲು ನನಗೆ ನನ್ನ ಧ್ಯಾನ ಸಹಾಯಮಾಡಿದೆ. ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವ ಸುಧಾರಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟೂ ಸಮಯ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಈ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ನನ್ನ ಜೀವನದ ಎಲ್ಲಾ ಗುರಿಗಳಲ್ಲೂ ಸಮತೋಲನ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಗುರೂಜಿಯವರ ದಯೆ ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಿಂದ ಸುಧಾರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಆದರೂ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸುಧಾರಿಸಲು ಇನ್ನೂ ಸಮಯ ಬೇಕು.

– ಮೋಹನಚಂದ್ರ ಬಾನು

ಅಂತರ್ ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ನನ್ನ ಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆಯಲು ಸಿಗುತ್ತಿರುವ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. ಧ್ಯಾನ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಎಲ್ಲ ಬದಲಾವಣೆಗೂ ಮೂಲ ಕಾರಣ.

– ಸುಲೋಚನಾ ರಾಮಸ್ವಾಮಿ

ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಹೋಗದಂತೆ ನಿರ್ಬಂಧಿಸಿರುವ ಈ ಲಾಕ್‌ಡೌನ್ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ನಾನು ಯಾವುದೇ ಚಡಪಡಿಕೆಯಿಲ್ಲದೆ ಸಂತೃಪ್ತಿಯಿಂದಿದ್ದೇನೆ. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುವ ವಿಶಾಲತೆ ಹಾಗು ಅನಂತತೆಯೇ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೆಂಬುವುದು ಅರಿವಾಗಿದೆ; ಎರಡೂ ದೈವೀ ಲಕ್ಷಣಗಳೇ. ನಮ್ಮ ದೇಹ ಮನೆಯಲ್ಲಿರಲು ಸೀಮಿತವಾಗಿದ್ದರೂ, ಆತ್ಮ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಅದ್ಭುತ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ!

– ವಿದ್ಯಾ ವೀರ್‌ಕರ್

ನನಗೆ ಒಂದು ದುರಭ್ಯಾಸವಿದ್ದು ಅದರಿಂದ ಹೊರಗೆ ಬರಲು ವರ್ಷಾನುಗಟ್ಟಳೆ ಕಷ್ಟ ಪಡುತ್ತಲೇ ಇದ್ದೆ. ಅನೇಕ ರೀತಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೂ ತಿರುಗುಬಾಣದಂತೆ ಅದು ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರುತ್ತಿತ್ತು. ಒಂದು ತಿಂಗಳ ಹಿಂದೆ, ನನ್ನ ಈ ದುರಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಹೊರ ಬರಲು ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಂತೆ ಋಷಿಗಳು ಹಾಗು ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಚಮತ್ಕಾರವೇನೋ ಎನ್ನುವಂತೆ ಅದು ನನ್ನಿಂದ ಮಾಯವಾಯಿತು! ಇದು, ಯಾರೋ ಹಡಗಿನ ಲಂಗರನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ಹಡಗನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿಸಿದಂತಿತ್ತು. ಅದು ಮತ್ತೆ ಬರಬಹುದೇನೋ ಎಂದು ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಕಾದು ನೋಡಿದೆ. ಆದರೆ ಅದರ ಲವಲೇಷವೂ ಇಲ್ಲ. ನನ್ನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೃಪ್ತಿ ಮೂಡಿದೆ. ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ನನ್ನ ಅನಂತಾನಂತ ವಂದನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.

– ಎಸ್. ಪ್ರೇಮ್ ಆನಂದ್

ನನ್ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿದೆ. ಈ ಮೊದಲು ನಾನು ಬಹಳ ಬೇಗ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಒಂದು ತೀರ್ಮಾನಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಧ್ಯಾನ ಶುರುಮಾಡಿದ ನಂತರ ಅವರು ಹೇಳುವುದನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಕೇಳುತ್ತೇನೆ ಹಾಗೂ ನಾನು ಯಾರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ತೀರ್ಮಾನಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

– ಗೀತಾ ಶರ್ಮ

ನಾನು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ, ನನ್ನ ಇಡೀ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕು ತುಂಬಿಕೊಂಡಿರುವ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಬೆಳಕಿನ ಚೈತನ್ಯದಿಂದಾಗಿ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಪ್ರತಿ ಚಕ್ರದಲ್ಲೂ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವಾಗಿ ಧ್ಯಾನದ ಕಾಲಪರಿಮಿತಿ ತಿಳಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ನಾನು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಬೆಳಕಿನಿಂದಾಗಲಿ ಅದು ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಅವರುಗಳಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಕೃತಜ್ಞನಾಗಿದ್ದೇನೆ.

– ಕಾರ್ತಿಕ್ ಶರ್ಮ

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