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 18 ಸಂಚಿಕೆ 04 ಏಪ್ರಿಲ್ 2021 ರೂ.25

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2010ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಪ್ರಪಂಚ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಬಡತನ, ಹಿಂಸಾಚಾರ, ಮತಾಂಧತೆ, ಅನ್ಯಾಯ, ಅಜ್ಞಾನ ಮುಂತಾದವುಗಳು ಜಗತ್ತನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿವೆ. ರಾಜಕೀಯ ಹಾಗೂ ಧಾರ್ಮಿಕ ಮುಖಂಡರು ತಾವು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ಅವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿಂದ ಜಗತ್ತನ್ನು ಹೊರತಂದು ಮುನ್ನಡೆಸುವಲ್ಲಿ ವಿಫಲರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗಾದರೆ ಯಾರು ನಮ್ಮನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ? ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮುಖಂಡರು. ಲೈಟ್ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಇದನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲಿ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯು ಧರ್ಮಕ್ಕಿಂತ (Religion) ಭಿನ್ನವಾದುದು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಅಂದರೆ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು, ಶಾಂತಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು, ಏಕತೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು... ಇಡೀ ಮನುಕುಲವನ್ನು ಒಂದುಗೂಡಿಸುವಂತಹ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ತತ್ವವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು. ಧರ್ಮದಿಂದ ಈ ಕೆಲಸ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಧರ್ಮದಿಂದ ಏಕೀಕರಣ ಸಂಭವಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಆದರೆ ಧರ್ಮವು ದೂರವಿರಲಿ ಎನ್ನಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾದರೆ, ನಾವೇನು ಮಾಡಬೇಕು?

ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಾಯಕರಿಗಾಗಿ ಕಾಯಬೇಕು. ಕ್ರಾಂತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡದೆ, ಸುಧಾರಣೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುವವರಿಗಾಗಿ, ಧರ್ಮವನ್ನು ಮನೆಯೊಳಗೆ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳಿ, ಹಿಂಸಾಚಾರವನ್ನು ಅಳಿಸಿಹಾಕುವಂತಹ, ದುರಾಸೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವಂತಹ ಹಾಗೂ ಅನ್ಯಾಯದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸುವಂತಹ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊರತರಲು ಹೇಳುವವರಿಗಾಗಿ, ಜಾಗತಿಕ ಕಾಳಜಿ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರಿಗಾಗಿ ನಾವು ಕಾಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಅಂತಹ ನಾಯಕರು ಇದ್ದಾರೆಯೇ? ಇದ್ದಾರೆ ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವರು, ಮಾತನಾಡಲು, ಸಲಹೆ ನೀಡಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸಲು ಸೂಕ್ತ ಸಮಯಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಈ ನಾಯಕರು ಸಾಮಾನ್ಯ ನಾಯಕರಲ್ಲ. ಅವರು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಪ್ರೇಮ ಮತ್ತು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅರಿವಿರಲಿ ಇಲ್ಲದಿರಲಿ, ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿರುವ ಲೈಟ್ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್‌ಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಅಧಿಕಾರ, ಸಂಪತ್ತು ಅಥವಾ ಕೀರ್ತಿಯ ಹಿಂದೆ ಬಿದ್ದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಭರಾಟೆ ತುಂಬಿದ ಯೋಗ-ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ವ್ಯವಹಾರದಲ್ಲೂ ಇಲ್ಲ.

ಅವರು ಯಾವುದಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ? ಸಮಯಕ್ಕಾಗಿ. ಹಾಗೂ ಪ್ರಸ್ತುತ ನಾಯಕರು ಮತ್ತು ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ವಿಫಲವಾಗಿವೆ, ಹೊಸ ನಾಯಕರು ಮತ್ತು ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಹೊರಹೊಮ್ಮಬೇಕಾಗಿದೆ ಎಂಬ ಜನಜಾಗೃತಿ ಉಂಟಾಗುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಜನರು ತಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಹರಿತಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಅವರಿಗೆ ಹೊಸಯುಗದ ವಿವೇಕದ ಧ್ವನಿಗಳು ಮತ್ತು ದರ್ಶನಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಸಮಯ ಈಗ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಿಜವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಾಯಕರು ಹೊರಬಂದು, ಒಗ್ಗಟ್ಟಾಗಿ ಜಗತ್ತನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸಬೇಕು.

ಹೊಸ ನಾಯಕರನ್ನು ಒಂದುಗೂಡಿಸುವ ವೇದಿಕೆಯು ರಚಿತವಾದಾಗ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ನಾಯಕನೂ ಅವಕಾಶದ ಲಾಭವನ್ನು ಪಡೆಯಲು, ಹೆಸರು ಮತ್ತು ಖ್ಯಾತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಲು ಹಾಗೂ ತನ್ನ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಕುದುರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅದರತ್ತ ಧಾವಿಸುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗಾಗಲು ಬಿಟ್ಟರೆ ಮತ್ತೆ ವೈಫಲ್ಯ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಜವಾದ ಲೈಟ್ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್‌ಗಳನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಗುರುತಿಸಬೇಕು, ಬೆಳಕಿನ ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ಅವರಿಗಿರುವ ಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಬೇಕು, ನಂತರ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಹಾಗೂ ಮುನ್ನಡೆಸಲು ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಬೇಕು.

ಇದು ಸುಲಭದ ಕೆಲಸವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಜಗತ್ತನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸುವುದೂ ಸುಲಭದ ಕೆಲಸವೇನಲ್ಲ. ■

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)
ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560077. ಭಾರತ.
✆ 99000 75280 (ಬೆಳಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5)
ಇ-ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: www.lightagemasters.com

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳು

ಕೋವಿಡ್ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಮಾರ್ಚ್ 2021ರ ವರೆಗೆ ರದ್ದುಪಡಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಪಿಡುಗು ಇನ್ನೂ ನಿಂತಿಲ್ಲದಿರುವುದನ್ನು ಮತ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಇನ್ನೂ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಾ ಮುಂದಿನ ಸೂಚನೆಯವರೆಗೆ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಯಾವಾಗ ಪುನರಾರಂಭಿಸಬೇಕೆನ್ನುವುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಭಾನುವಾರದ ತರಗತಿಗಳು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತವೆ. ಬೇಸಿಕ್ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಕೂಡ, ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 11ರ ವರೆಗೆ 'ಆನ್‌ಲೈನ್'ನಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳಿನ ಮೊದಲನೇ ಭಾನುವಾರ ಹೊಸ ಬ್ಯಾಚ್ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹಾಗೂ, ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು 3ನೇ ಭಾನುವಾರ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿತ ನೇರ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತೆರೆದಿರುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಳಗಿನ ಲಿಂಕ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಿ:

https://www.lightagemasters.com/lc_live

https://www.facebook.com/lightchannels

https://youtube.com/RevolutionByLight

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.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವನ್ನು 7–2–2021ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.

ಸುದ್ದಿ–ಸೂಚನೆಗಳು

- ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿತ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಅನ್ನು ಭಾನುವಾರ 21ನೇ ಮಾರ್ಚ್ 2021ರಂದು ನಡೆಸಲಾಯಿತು. ಪ್ರಪಂಚದ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳಿಂದ ಅನೇಕ ಜನರು ಪಾಲ್ಗೊಂಡರು. ಅಂತಹ ಮುಂದಿನ ಸೆಷನ್ 18ನೇ ಏಪ್ರಿಲ್ 2021ರಂದು, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ 11–30ರ ವರೆಗೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ.
- ಓರಿಯೆಂಟೇಷನ್ ತರಗತಿಯನ್ನು ಬುಧವಾರ, 5ನೇ ಮೇ 2021ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1 ರವರೆಗೆ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಲು ಇಚ್ಛಿಸುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ದಯವಿಟ್ಟು ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನೋಂದಾಯಿಸಲು ಕೊನೆಯ ದಿನಾಂಕ 03ನೇ ಮೇ 2021. ಪ್ರಸ್ತುತ ಕೋವಿಡ್ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಿಂದಾಗಿ, ಧ್ಯಾನಿಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸೇರುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ಲೈವ್ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು.
- ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಸದಸ್ಯರು ಶಂಬಲ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಂದ ವಿಶೇಷ ದೀಕ್ಷೆ ಪಡೆಯಲು 14ನೇ ಮಾರ್ಚ್ 2021ರಂದು ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ಸೇರಿದರು.
- ರಾ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಸದಸ್ಯರು 'ರಾ'ದ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು 21ನೇ ಮಾರ್ಚ್ 2021ರಂದು ಪಡೆದರು.
- ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿರುವ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರದ ನವೀಕರಣ ಕಾರ್ಯವು ಆರಂಭವಾಗಿದ್ದು, ಏಪ್ರಿಲ್ 2ನೇ ವಾರದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣಗೊಳ್ಳುವ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಿದೆ. ಕೋವಿಡ್ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ನಮಗೆ ನಿಗದಿತ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಆರಂಭಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ, ದೂರಕಲಿಕೆಗೆ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದ್ದ ರೆಗ್ಯುಲರ್ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಈಗ ತಮ್ಮ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಷನ್ ಅನ್ನು ನವೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನವೀಕರಣದ ಹಣವನ್ನು ನಿಗದಿತ ತರಗತಿಗಳು ಆರಂಭವಾದ ನಂತರ ರೆಗ್ಯುಲರ್ ತರಗತಿಯ ಶುಲ್ಕಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

02	ಶುಕ್ರ	ಗುಡ್‌ಫ್ರೈಡೆ
05	ಸೋಮ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
10	ಶನಿ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
11	ಭಾನು	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
13	ಮಂಗಳ	ಚಾಂದ್ರಮಾನ ಯುಗಾದಿ
14	ಬುಧ	ಸೌರಮಾನ ಯುಗಾದಿ
20	ಮಂಗಳ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
21	ಬುಧ	ಶ್ರೀ ರಾಮ ನವಮಿ
22	ಗುರು	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
27	ಮಂಗಳ	ಪೂರ್ಣಿಮಾ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಸದ್ಯದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ವರ್ಚುವಲ್ ಆಗಿ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಭೌತಿಕ ಸಭೆಗಳು ಇಲ್ಲ.

ಭಾನುವಾರಗಳು	: ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು : ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1ರವರೆಗೆ
11–04–2021	ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಸಭೆ, ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ

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

ಧ್ಯಾನಿಗಳಿಗೆ ಭಾನುವಾರದ ತರಗತಿಗಳ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ನೇರಪ್ರಸಾರ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಇದರ ವಿವರಗಳಿಗೆ ದಯವಿಟ್ಟು ಇ–ಮೇಲ್ ಮೂಲಕ ಮಾನಸ ಕಛೇರಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್ಸ್ ದಿನದ ಬಗ್ಗೆ ಬಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ಫೆಬ್ರವರಿ 1ರಂದು ಆಚರಿಸಿದ ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್ಸ್ ದಿನ ಅದ್ಭುತವಾಗಿತ್ತು, ತುಂಬಾ ಚೆನ್ನಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದ ದಿನವಾಗಿತ್ತು. ಫೆಬ್ರವರಿ 3ರ ವರೆಗೂ ನಾನು ಆನಂದದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದೆ. ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಈ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ.

–ಪದ್ಮಿನಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ಈ ಬಾರಿ ನಾನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆಂದರೆ, ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್ಸ್ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸಲು ನಾವು ಮಾಡಿದ ವಿಶೇಷವಾದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ತಿಳಿದ ನಂತರ ಜನರು ಆ ದಿನದಂದು ಭಾಗವಹಿಸಲು ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ಸುಕರಾಗಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಮನಸಾರೆ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡರು. ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ತಲುಪುವುದು ಕಷ್ಟವಿದ್ದರೂ ಕೂಡ, ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಊಟದ ಪೊಟ್ಟಣಗಳ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಸಂದೇಶ ಕಳಿಸುವಂತಹ ಚತುರತೆಯ ಮೂಲಕ ಅವರನ್ನೆಲ್ಲಾ ತಲುಪಲು ಶಿಕ್ಷಕರು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದರು!

ಪಿಡುಗು ಇನ್ನೂ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿರುವಾಗ, ನೆಮ್ಮದಿ ತರುವಂತಹ ಇಂತಹ ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಜನರಿಗೆ ಬೇಕೆನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಅನೇಕ ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರು/ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯಿನಿಯರು ಈ ಉದಾತ್ತವಾದ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಕೆಲಸವನ್ನು ಬಹಳ ಪ್ರಶಂಸಿದರು. ನಾವು ಅವರನ್ನು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಭೇಟಿಯಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೂ, ಅವರ ಧ್ವನಿಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಆತ್ಮೀಯತೆ, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಗೌರವಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸದಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿರಲಿಲ್ಲ.

RLCC ಕೇಂದ್ರಗಳು ಹತ್ತು ತಿಂಗಳಿಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಮುಚ್ಚಿದ್ದರೂ, ಅಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಮಹಿಳೆಯರು, ತಾವು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದಾಗಿಯೂ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್ಸ್ ದಿನದಂದು ಭಾಗವಹಿಸುವುದಾಗಿಯೂ ಹೇಳಿದರು.

ಈಗಿನ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಒಂದು ವರವಾಗಿದೆ. ನನಗೆ ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿಕೊಡುವ ಅವಕಾಶ ತಪ್ಪಿದ್ದರೂ ಕೂಡ, ಜನರಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಬಗ್ಗೆ ಆಳವಾದ ಅರ್ಥ ಮೂಡಿದೆ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಕಡೆಗಿನ ಮನೋಭಾವದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಾಗ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅಪರೂಪದ ತೃಪ್ತಿ ನೆಲೆಸಿತು.

ಈ ಅದ್ಭುತವಾದ ಅವಕಾಶದ ಮೂಲಕ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಜನರನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ತಲುಪುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳೆಯಬೇಕೆಂಬ ಆಸೆ ಇದೆ.

–ನಿರ್ಮಲ ಬಾಲ, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ಈ ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್ಸ್ ದಿನದಂದು ಅಮರರವರ ಮತ್ತು ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಅಗಾಧವಾದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ವಾತ್ಸಲ್ಯವನ್ನು ಪದಗಳಲ್ಲಿ ಜೋಡಿಸುವುದರ ಒಂದು ಪ್ರಯತ್ನ ಇದು. ನಾವು ಶಾಲೆಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದಂತೆ, ಬಹಳ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಬಂದವು. ಕೆಲವು ಶಾಲೆಗಳು ಕೂಡಲೆ ಒಪ್ಪಿದರು, ಹಾಗೆಯೇ ಬೇರೆಯವರು ನಂತರದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಒಪ್ಪಿದರು. ಶಾಲೆಯ ಶಿಕ್ಷಕರು, ಸಂಸ್ಥೆಯ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು ತಮ್ಮ ಬಿಡುವಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಕರೆಮಾಡಿ, ನಾವು ಹಿಂದೆ ಮಾಡಿದ್ದ ಕರೆಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿದ್ದು ನಮ್ಮ ಮನಮುಟ್ಟಿತು. ಪುಣೆಯ ಅಂಧರ ಶಾಲೆ ಕೂಡ ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿತು. ಆ ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆಯಿಂದಲೂ ಆನಂದಮಯವಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ಅವರೋಹಣವನ್ನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅನುಭವಿಸಿದೆ.

"ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಆರ್ಥಿಕ, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಗಳ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಈಗಿನ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಈ ತಂತ್ರದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ," ಎಂದು ಮಷಾಲ್ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನ ನಿರ್ದೇಶಕರಾದ ಶ್ರೀ ಶಾರದ್ ಮಹಾಜನ್‌ರವರು ಹೇಳಿದರು.

"ಈ ತಂತ್ರವು ತುಂಬಾ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ನನಗೆ ತಕ್ಷಣವೇ ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು," ಎಂದು ಭಾಗಶಃ ದೃಷ್ಟಿಹೀನರಾಗಿರುವ ಸುನಂದ ಜೋಷಿಯವರು ಹೇಳಿದರು.

–ಗೀತಾ ಜೋಷಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು

ನಾನು ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಾಗ, ಇಂದಿನ ಮತ್ತು ನಾಳೆಯ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಸುಲಲಿತವಾಗಿ ಎದುರಿಸಬಹುದು. ಎಲ್ಲ ಶಾಲೆಗಳೂ ಇದನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಿದ್ದನ್ನು ಈ ವರ್ಷ ನಾನು ಕಂಡೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಇನ್ನೂ ಮುಂದುವರೆದು ತಮ್ಮ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್ಸ್ ದಿನದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನೂ ಆಯೋಜಿಸಿದರು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವರ್ಷದಂತೆ ಈ ವರ್ಷ ಕೂಡ WCD ಸಿದ್ಧತೆಗೆ ಬಹಳ ಸವಾಲುಗಳಿದ್ದವು. WCDಗೆ 15 ದಿವಸ ಇದೆ ಎನ್ನುವಾಗ ನಾನು ಹುಷಾರು ತಪ್ಪಿದೆ, ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಕರೆಯನ್ನೂ ಮಾಡಿರಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಏನೂ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದು ದುಃಖಿತಳಾಗಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ನಿರಾಶಳಾಗಿದ್ದೆ. ಒಂದು ಪವಾಡದಂತೆ, ನನ್ನ ಪ್ರದೇಶದ ಸಂಯೋಜಕರು ನನಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ನನ್ನ ಜೊತೆ ಸದ್ಭಾವನೆಯಿಂದ ಮಾತನಾಡಿದರು ಮತ್ತು ಕೆಲವು ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಕೊಟ್ಟರು. ಆಶ್ಚರ್ಯವೆಂಬಂತೆ ಮಾರನೆಯ ದಿವಸವೇ ಗುಣಹೊಂದಿದೆ ಮತ್ತು ಕೆಲಸವನ್ನು 3 ದಿವಸದೊಳಗೆ ಮುಗಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಇದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಪವಾಡವಾಗಿತ್ತು.

–ಅನುಷ, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

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

ಜುಲೈ 2006 (ಮುಂದುವರೆದದ್ದು)

ನಾವು ಅಪರಿಪೂರ್ಣವಾದ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುತ್ತಿದ್ದೇವೆಂದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಜನರು ಅಪೂರ್ಣರು, ಅಜ್ಞಾನಿಗಳು. ನಾವು ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಕೋಪವಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಥವಾ ವ್ಯಥೆಪಡುವುದರಲ್ಲಿ ಅರ್ಥವಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಅತಿ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿರುವವರಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಇವೆಲ್ಲಾ ಇದ್ದರೂ ನಮಗೆ ವಿನೋದವೆನಿಸಬೇಕು. ಜನರು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇವೆಲ್ಲಾ ಬದಲಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ ಎಂಬ ತೀರ್ಮಾನಕ್ಕೆ ಬರುವಂತಾಗುತ್ತದೆ. ರಾಜಕೀಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು, ಧಾರ್ಮಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ದೇವಾಲಯಗಳಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಯಾವತ್ತೂ ಬದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ನಮಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಅವು ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಸ್ಥಿತಿಗಳು ಹೀಗಿವೆಯೆಂಬ ಒಂದೇ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬಾರದು. ನಾವು ನಗುತ್ತಾ ಬೆಳೆಯೋಣ. ನೀವು ಚಿಕ್ಕ ಮಗುವಿನೊಂದಿಗೆ ಏನು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ? ನಗುತ್ತಾ, ಅವನ ಬೆನ್ನು ತಟ್ಟುತ್ತಾ, ಅವನಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತೀರಿ, “ಇದನ್ನು ಮಾಡಬೇಡ”, ಹಾಗು ಮಗುವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆಯಲ್ಲೇ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತಿರುತ್ತೀರಿ. ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಾಧನೆಯ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಈ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸುವುದು ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಾವು ಈ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸುವುದು ಬೇಡ. ನಾವು ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದಾಗ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕು ಇರುತ್ತದೆ, ಹೆಚ್ಚು ಅರಿವು ಇರುತ್ತದೆ. ನಂತರ ನಾವು ಏನೂ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರು, ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಬದುಕು, ಉನ್ನತಗೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನೋಡಲು, ನಾವು ಉಪನ್ಯಾಸ ಕೊಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಬೋಧಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಯಾವುದೇ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಸುಮ್ಮನೆ ಹಾಗೆಯೇ ಇರಿ, ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋಗಿ. ನನ್ನ ಗುರು ಹಾಗೆಯೇ ಉಳಿದಿದ್ದರು. ಅವರು ಬೆಳಕು. ಅವರ ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರು ಅವರ ಮಾತುಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತಗೊಂಡರು, ಅವರ ಇರುವಿಕೆಯಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತಗೊಂಡರು. ನಾವು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಅಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗೆ ಸಂಬಂಧ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದಾಗ, ನಾವು ಅದರಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದಾಗ, ನಾವು ಬೆಳೆಯುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನವರೂ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಏರಲು ಮತ್ತು ಬೆಳೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಬಹಳ ನಿಧಾನವಾದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ. ಆದರೆ ಇದು ಖಚಿತವಾದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.

ಒಂದು ಗುಂಪಿನ ಜನರು, ಹೆಚ್ಚು ಅಪರಾಧಗಳಾಗುತ್ತಿದ್ದ ಕೆಲವು ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಿದ್ದ ಒಂದೆರಡು ಉದಾಹರಣೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಬಹಳ ಸಲ ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದಲೇ, ಅಪರಾಧಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಅವರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿತ್ತು. ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಆ ರೀತಿಯದ್ದನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆಂದು ಹೆಮ್ಮೆ ಪಡೋಣ. ಇಲ್ಲಿನ ರಸ್ತೆಯ ಆ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಹಳ್ಳಿ ಇದೆ. ಅದು ಬೇರೆಯೇ ಜಗತ್ತು. ಇಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡ, ಹಿಂದಿನ 25 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಕೆಲವು ಸುಧಾರಣೆಗಳನ್ನು ನಾನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಇದು ಬಹಳ ಚಿಕ್ಕ ಅವಧಿ, ಆದರೆ ನಾನು ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಜನರು ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಮೃದುವಾಗಿ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ, ನಮ್ಮನ್ನು ಗೌರವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಯಾರಾದರೂ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿರುವ ಬಸ್ ನಿಲ್ದಾಣದಿಂದ ನಡೆದು ಬರುತ್ತಿದ್ದರೆ, ವಾಹನದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಜನರು, ನಿಮ್ಮನ್ನು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಕರೆತರುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿರುವ ಬಹಳ ಜನರಿಗೆ ಇಂತಹ ಅನುಭವಗಳಾಗಿರಬಹುದು. ಅಂತಹ ಪ್ರೀತಿ ನಮಗೆ ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? ಇದು ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನದ ಕೊಡುಗೆ ಆಗಿದೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಹೆಚ್ಚು ಜನರು, ಹೆಚ್ಚು ಗುಂಪುಗಳು, ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಬೇಕಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಹೊಸ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ, ಬೇರೆಯೇ ರೀತಿಯ ಪ್ರಪಂಚ. ಅದೇ ಮುಂದೆ ಆಗುವುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಬಹುಶಃ 100 ಅಥವಾ 200 ವರ್ಷಗಳು, ಅದರೂ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ. ಅದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಇತ್ತೀಚಿಗೆ ಬಹಳ ಮಾತುಗಳಾದವು, ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ, ಅಂಧಕಾರ ಇತ್ಯಾದಿ ಅಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ವಾರಗಳ ಹಿಂದೆ, ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಒಡ್ಡಿದ್ದ ಪ್ರಶ್ನೆ ಮತ್ತು ಉತ್ತರದ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಮಾತನಾಡಿದ್ದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಒಂದು ಅಂಶವನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ. ‘ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಯೋಚನೆಗಳು ಅಥವಾ ಭಾವನೆಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ, ಅದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ ಕ್ಷಣವೇ, ಅದನ್ನು ಆ ಮಟ್ಟದಲ್ಲೆ ತಿರಸ್ಕರಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಆ ಸಮಯದಲ್ಲೆ ತಿರಸ್ಕರಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಎಂದಿಗೂ ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬಾರದು’. ನಾವು ಹೀಗೆ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ಈ ಒಂದು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆ ಅಥವಾ ಒಂದು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಯೋಚನೆ ನಮ್ಮ ಇಡೀ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ವಿಷಮಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಆರಂಭದಲ್ಲೆ ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದು ಒಂದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಷಯ. ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಯತ್ನದ ಅಗತ್ಯ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಇದೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇರುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಸುಲಭವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಬಹುದು. ಅದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ ತಕ್ಷಣವೇ, ತಿರಸ್ಕರಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಎರಡು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕು — ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದು ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ ಮತ್ತು ನಾವು ಅದನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುತ್ತೇವೆಯೋ ಅಥವ ಅದರ ಹಿಂದೆ ಹೋಗುತ್ತೇವೆಯೋ ಎಂದು ನೋಡಲು ಅದೊಂದು ಪರೀಕ್ಷೆ ಕೂಡ. ಯಾವಾಗಲೂ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಪ್ರತಿ ಹೆಜ್ಜೆಗೂ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಇರಬೇಕು. ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಇವೆ ಎಂದು ಖುಷಿಯಾಗಿರಿ, ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಪಟ್ಟಾಗ, ಋಷಿಗಳು ಅಥವಾ ದೇವರು ನಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಕೊಡುತ್ತಾರೆಂಬುದನ್ನು ಅದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ; ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಸುಲಭವಾಗಿ ತೇರ್ಗಡೆ ಹೊಂದುವಿರಿ.

ಈ ಪ್ರಳಯದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಉನ್ನತ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ನಮಗೆ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಇದು ಸರಿ ಮತ್ತು ಇದು ತಪ್ಪು ಎಂದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಗೊತ್ತಿದ್ದೂ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನಾವು ತಪ್ಪನ್ನೇ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ, ಅದು ಬೇರೆ ವಿಚಾರ. ಪ್ರಳಯದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯೂ ಕ್ಷಿಪ್ರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಗುರು ಈ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟಾಗ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಚಕ್ರಗಳನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸುಮಾರು ವರ್ಷಗಳು ಬೇಕೆಂದು ಅವರು ನಮಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಈಗ ಅಷ್ಟು ಸಮಯದ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ, ಯಾಕೆಂದರೆ ನಾವು ಈಗ ಪ್ರಳಯದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಇದ್ದೇವೆ, ಇದು ತುರ್ತು ಸಮಯವಿದ್ದಂತೆ. ಅವರು ಹೇಳಿದರು, “ನೀವು ಚಕ್ರವನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ, ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿ, ಮುಂದಿನ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಹೋಗಬಹುದು. ನಾವು ಪ್ರಳಯದ ಸಮಯದೊಳಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಮುನ್ನಡೆದಿದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ಸತ್ಯ ಯುಗದೊಳಗೆ ಮುನ್ನಡೆದಿದ್ದೇವೆ. ಆದುದರಿಂದ ಪ್ರಳಯದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯೂ ಸುಲಭವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ವೇಗವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ವಿಧಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಪ್ರಳಯವು ಒಂದು ಅವಕಾಶ. ಇದರ ಅರಿವು ನಮಗೆ ಇಲ್ಲ. ಪ್ರಳಯದ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶ ಇದು – ನಾವು ನಮ್ಮ ವಿಧಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು. ಮೂರನೇಯ ವಿಶ್ವಯುದ್ಧ ಈ ವೇಳೆಗೆ ನಡೆಯಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಎಲ್ಲಾ ದೈವಜ್ಞರು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದ್ದರು. ನಾಸ್ಟ್ರಡಾಮಸ್ ಕೂಡ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದ್ದರು. ಯುದ್ಧ ನಡೆಯಲಿಲ್ಲ. ಈ ಮುಂದೂಡಿಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದ್ದು ಯಾಕೆಂದರೆ ಅದ್ಭುತವಾದ ಗುಂಪುಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ. ವಿಧಿಯೊಂದು ಬದಲಾಯಿತು. ಎಲ್ಲ ಗುಂಪುಗಳಿಗೆ ಇದು ತಿಳಿದಿದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

01–02–2021

ನಮ್ಮ ಗುರುಗಳಾದ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ ಮತ್ತು ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ ಪರವಾಗಿ ನಾನು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪವಿತ್ರವಾದ ದಿನವಾದ 11ನೇ ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ದಿನದ ಈ ಸುಂದರವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗೆ ಸ್ವಾಗತಿಸುತ್ತೇನೆ. ಇಂದು ಸಾವಿರಾರು ಶಾಲೆಯ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚದ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಜನರು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನಮಗೆ ಜನರಿಂದ ದೊರಕುತ್ತಿದೆ. ಈ ಎಲ್ಲಾ ಸೆಷನ್‌ಗಳು ನಮ್ಮ ಗುರುಗಳಾದ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ ಮತ್ತು ಅವರ ಗುರು, ನಮ್ಮ ಪರಮ ಗುರು, ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ ಹಾಗೂ ಇನ್ನಿತರ ಲೈಟ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಂದ ಅನುಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ. ಅವರ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವಲಯದ ಉಪಸ್ಥಿತಿ ಹಾಗೂ ಅವರ ಆಶೀರ್ವಾದಗಳು ಈ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿಸಿವೆ. ಈ ದಿನದ ಮೂರೂ ಸೆಷನ್‌ಗಳು ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಂದ ಆಶೀರ್ವದಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ.

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸವು ನಮಗೆ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ ಅವರಿಂದ ದೊರೆತ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿದೆ. ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ ಅವರು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ ಅವರ ನೇರ ಅನುಯಾಯಿಗಳು. ಅವರು ಧ್ಯಾನದ ವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ ಅವರಿಂದ ಕಲಿತು ಅದನ್ನು ಕರಗತ ಮಾಡಿಕೊಂಡರು ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನೋದಯ ಹೊಂದಿದರು. ಅದಾದ ನಂತರ, ಧ್ಯಾನ ಕಲಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಲು ಮತ್ತು ಅವರ ಗುರುಗಳಿಂದ ಪಡೆದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪ್ರಸಾರ ಮಾಡಲು, 1988ನೇ ಇಸವಿಯಲ್ಲಿ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ ಅನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು. ಅವರು ಗುರುಗಳಿಂದ ದೊರೆತ ಬಹಳಷ್ಟು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಮಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿದರು. ಅವರೂ ಸಹ ಬಹಳಷ್ಟು ಹೊಸ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸೇರಿಸಿದರು. ಅವರು ವರ್ಗಾಯಿಸಿದ ಸಾಕಷ್ಟು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಇಡಲಾಗಿದೆ. ಅವರು ಸ್ವತಃ ಅನೇಕ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಬರೆದಿರುವರು ಹಾಗೂ ಅವರ "ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು" (Doorways to Light) ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಲಯದಲ್ಲಿ, ಅತಿ ಪ್ರಮುಖ ಪುಸ್ತಕವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದು ಅನೇಕ ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಇದು ಜಾಪನೀಸ್ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಅವರು ಮೌನವಾದ ಆದರೂ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ "ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಕ್ರಾಂತಿ" (Revolution by Light) ಯನ್ನು 18ನೇ ಮೇ, 2008ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. ಯಾರು ಬೇಕಾದರೂ ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಾಂತಿಗೆ ಸೇರಬಹುದು ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಸೇರಲು, ಜನರು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ನೋಂದಣಿಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ನಮಗೆ ಹೇಳುವುದೂ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ, ಅವರು ಕೇವಲ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದರೆ ಸಾಕು, ಅಷ್ಟೇ.

ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್ಸ್ ದಿನದ ಆಚರಣೆಯು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ ಅವರಿಗೆ ಒಂದು ವಿಶೇಷವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುವುದಾಗಿದೆ. ಇಂದು ಅವರ ಜನ್ಮ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವಾಗಿದೆ. ಅವರು ಮಾನವ ಕುಲದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜಾಗೃತಿಗಾಗಿ ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದಂತಹ ಅದ್ಭುತವಾದ ಮಾಸ್ಟರ್ ಆಗಿದ್ದರು. ಅವರು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜಗತ್ತುಗಳ ಬೆಳಕಿನ ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ (ಲೈಟ್ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್) ನೇರವಾದ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದರು. ಮಾನವನ ಕಲ್ಯಾಣ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಮಾನವನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜಾಗೃತಿ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ, ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜಗತ್ತುಗಳ ಬೆಳಕಿನ ಋಷಿಗಳು ಸದಾಕಾಲವೂ ತಮ್ಮನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ ಅವರು ಅದ್ಭುತವಾದ ಋಷಿ, ಆದರೆ ಅವರು ಪ್ರಚಾರದಿಂದ ದೂರವಿರುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಧ್ಯಾನದ ಪರಿಪೂರ್ಣ ವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ನಮಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿದರು. ಅವರು ಅಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಚಲಿತವಾಗಿದ್ದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಲಯದ ಬಗೆಗಿದ್ದ ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆಗಳನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕಿದರು.

ಗುರೂಜಿ ಮತ್ತು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ ಅವರು ನಮ್ಮ ಈ ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಪಸರಿಸುವ ಹಾಗೂ ಬಲಪಡಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನದ ಹಿಂದಿರುವ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಕಳೆದ 11 ವರ್ಷಗಳಿಂದ, ಸೇವೆಯ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ, ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಕಲಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಸಾವಿರಾರು ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ, ಲಕ್ಷಾಂತರ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಕಲಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮಕ್ಕಳು ಹಾಗೂ ಶಿಕ್ಷಕರು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಅಗಾಧವಾದ ಲಾಭ ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೂ ಆ ಅನುಭವಗಳನ್ನು, Experiences of Light Channels ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ನಮ್ಮ 'ವೆಬ್ ಸೈಟ್' ನಿಂದ ಡೌನ್ ಲೋಡ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಈ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ತಂತ್ರದಲ್ಲಿ ನಾವು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವ ಬೆಳಕು, ಭೌತಿಕ ಬೆಳಕು ಅಲ್ಲ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಬೆಳಕು, ಸೃಷ್ಟಿಯು ಈ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಜನಿಸಿದೆ. ಈ ಬೆಳಕು ಸ್ವತಃ ದೇವರೇ ಆಗಿದ್ದಾನೆ. ನಾವು ಅದನ್ನು ನೋಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ನಾವು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡುವ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವು ನಮಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವ ನೀಡುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಅದನ್ನು ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಹರಡಲು ಸಹಾಯ ಕೂಡ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಬೆಳಕು ಶಾಂತಿ, ಪ್ರೀತಿ, ಅದ್ಭುತ ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಗುಣ ಪಡಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನೂ ಹೊಂದಿದೆ. ಅದು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು. ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವ ಪಡೆದಾಗ, ನಾವು ಸಹಜವಾಗಿ ಆ ಬೆಳಕು ಹೊಂದಿರುವ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ಶಾಂತಿಯುತರಾಗುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕಂಪಿಸಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಶಾಂತಿಯ ಕಂಪನಗಳು ನಮ್ಮಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರನ್ನು ತಲುಪುತ್ತವೆ. ನಂತರ ಒಂದು ಸುಂದರವಾದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಶಾಂತಿ ಸ್ಥಾಪನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಇರುವ ಜನರಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಮಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕಾಗಿ ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನಾವು ತರಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರಬಹುದು.

ಅದೇ ರೀತಿ, ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆದಾಗ, ಅದು ಹೊಂದಿರುವ ಪ್ರೀತಿಯ ಅನುಭವವನ್ನೂ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಅದು ಅಗಾಧವಾದ ಬೇಷರತ್ತಿನ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಅದು ಹೊಂದಿರುವ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಅನುಭವವನ್ನೂ ನಾವು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ನಂತರ, ನಾವು ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಈ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಕಂಪಿಸಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಕಂಪನಗಳು ಇತರರಿಗೂ ತಲುಪುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಈ ಜನರೂ ಸಹ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಕಂಪಿಸಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಬೆಳಕು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಶುದ್ಧಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಶುದ್ಧತೆಗೆ ಅದರದೇ ಆದ ಶಕ್ತಿಯಿದೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾವು ಶುದ್ಧರಾದಾಗ, ಬಲಶಾಲಿಗಳಾಗುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಶುದ್ಧವಾಗಿ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯುತರಾದಾಗ, ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಅನುಭವ ಆಗಿರಲೇಬೇಕು. ನಾವು ಯಾವುದೇ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಅದನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಅದು ಏನೇ ಆಗಿರಬಹುದು. ಅದು ನಮ್ಮ ಕಛೇರಿಯ ಕೆಲಸವಾಗಿರಬಹುದು, ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸವಿರಬಹುದು, ಅದೊಂದು ನಾವು ಆಡುತ್ತಿರುವ ಕ್ರೀಡೆಯಾಗಿರಬಹುದು, ಅದು ಯಾವುದೇ ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿರುವಂತಹದ್ದಿರಬಹುದು. ಅದು ನಮ್ಮ ಮನೆಯ ಕೆಲಸ ಕೂಡ ಆಗಿರಬಹುದು.

ಬೆಳಕು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮಗೆ ಸರಿಯಾದುದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು, ಸರಿಯಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ವಿವೇಕವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಅದು ನಾವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಬಿಡದಿರಲು ಬೇಕಾದ ಅಂತಃಸ್ಥೈರ್ಯವನ್ನೂ ಸಹ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮಗೆ ಸದಾ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿರಲು, ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಅನುಸರಿಸಿ ಹೋಗಲು ಬೇಕಾದ ವಿವೇಕ ಹಾಗೂ ಅಂತಃಸ್ಥೈರ್ಯವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ.

(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

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

(5ನೇ ಪುಟದಿಂದ ಮುಂದುವರೆದಿದೆ)

ಸದಾಕಾಲ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಇರುತ್ತದೆ, ಅದು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಇತ್ತು ಮತ್ತು ಇನ್ನು ಮುಂದೆಯೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದೇಕೋ, ನಮಗೆ ಅದರ ಅರಿವಿರಲಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅದರ ಅನುಭವ ಪಡೆಯಬಹುದು, ಅದರ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ನಾವು ಕೇವಲ ಅದರ ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿರಬೇಕು, ಅಷ್ಟೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರ ನಮಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳಬಹುದು, "ಬೆಳಕು ಸದಾ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಇರುವಾಗ, ಅದನ್ನು ಹರಡುವ ಅಗತ್ಯವೇನು," ಎಂದು. ಬೆಳಕು ತುಂಬಾ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆಯಲ್ಲು ಉಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ನಾವು ಅದನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಒಂದು ಶುದ್ಧ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದಾಗ ಹಾಗೂ ಆ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಹರಿದಾಗ, ಇತರರು ಅದನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲು ಅದು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಸ್ಥೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ನಡೆದಾಗ, ಅವರುಗಳಲ್ಲೂ ಸಹ, ಶುದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ವಿಶಿಷ್ಟ ತಂತ್ರವು ನಮಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು ದೇವರ ಅನುಭವ ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ತುಂಬಾ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಕಂಪನಗಳು ಹರಡುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಈ ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಾಂತಿಯಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಲು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ, ಈ ಕ್ರಾಂತಿಯು ಬಲವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ಕ್ರಾಂತಿಯು ಹರಡುತ್ತಾ ಬಲವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆಲ್ಲಾ, ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಕಂಪನಗಳೂ ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಈ ಜಗತ್ತು ಯಾವಾಗ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ, ಶಾಂತಿ, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶುದ್ಧತೆಯಿಂದ ಕಂಪಿಸಲು ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೋ, ಆಗ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ತೊಂದರೆಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾವುದೇ ಪಿಡುಗೂ ತಟ್ಟುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಒಂದು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಸಮಾಜವನ್ನು ಹೊಂದಬಹುದು. ಬೆಳಕು ನಮಗೆ ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ನಮಗೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಅನಂತ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ತನ್ನೊಡನೆಯೇ ಹೊತ್ತು ತರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಕೇವಲ ಬೆಳಕನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದರ ಸಹಾಯವನ್ನು ಯಾಚಿಸಬೇಕು.

ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯೊಂದಿಗೆ, ನಾವು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡೋಣ. ನಾನು ನಿಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನಾವು, ನಮ್ಮ ಪರಮ ಗುರುಗಳಾದ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ ಅವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಸಲ್ಲಿಸುವ ರೀತಿ ಇದಾಗಿದೆ. ಇಂದಿನ ಪಿಡುಗಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ ಕೂಡ ಈ ದಿನದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸೋಣ – ವೈದ್ಯರುಗಳು, ಕೋವಿಡ್ ಹೋರಾಟಗಾರರು, ವಿತರಣೆ ಮಾಡುವವರು (delivery boys), ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಮತ್ತು ಖಾಸಗಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿರುವವರು, ಬ್ಯಾಂಕರ್ಸ್, ಸರ್ಕಾರಿ ನೌಕರರು, ಶಿಕ್ಷಕರು, ಅಂಗಡಿಯವರು.....ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ಅನೇಕರಿದ್ದಾರೆ – ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಇಲ್ಲಿ ಹೆಸರಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ.

ನಾವು ಈ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಅವರುಗಳಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸೋಣ. ಈ ಪಿಡುಗಿನಿಂದ ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸವಾಲುಗಳಿಂದ ಜಯ ಸಿಗಲಿ ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸೋಣ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಧಿಕವಾಗಿ ಅವಶ್ಯವಾಗಿರುವ ಶಾಂತಿಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಗುಣಪಡಿಸುವ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹರಡೋಣ.

ಈಗ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭ ಮಾಡೋಣ. ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರ ಇದೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಈ ಬೆಳಕನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಬರುವಂತೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡುವಂತೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸೋಣ. ಬೆಳಕು ಕೆಳಗೆ ಬಂದು ಎಲ್ಲೆಡೆ ಹರಡಲಿ ಎಂಬ ಪ್ರಬಲವಾದ ಉದ್ದೇಶ ಹೊಂದೋಣ. ಈ ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರದಿಂದ ಒಂದು ಬೆಳಕಿನ ಕಿರಣ ನಮ್ಮ ತಲೆಯ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ನಂತರ ನಮ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತುಂಬಿಕೊಂಡಂತೆ ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಆ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವನ್ನು ಹೊಂದೋಣ. ಈಗ ಆ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಶರೀರದಿಂದ ಹೊರ ಹೊಮ್ಮಿ ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಎಲ್ಲಾ ದಿಕ್ಕುಗಳಲ್ಲೂ ಹರಡಿದಂತೆ ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿದ್ದು ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾ ಹೋಗೋಣ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಸುಮಾರು ೭ ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಮಾಡೋಣ. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಾಂತಿಗೆ ಬಲ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ, ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ ಪರವಾಗಿ ನಾನು ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ. ■

ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ದೇವರ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಕರೆದೊಯ್ಯುವಂತಹ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ. ಹಾಗಾದರೆ, ಯಾವುದು ನಮ್ಮನ್ನು ದೇವರ ಹತ್ತಿರ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬಲ್ಲುದು? ನಾವು ಈ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರದ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆಯೋ ಅವು ನಮ್ಮನ್ನು ದೇವರ ಬಳಿಗೆ ಅಥವ ದೇವರಿಂದ ದೂರಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಬಲ್ಲವು. ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ವಿಶಾಲವಾಗಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳು ಒಳ್ಳೆಯವು ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿದ್ದರೆ, ಆಗ ದೇವರು ಇವುಗಳನ್ನು ಮೆಚ್ಚುತ್ತಾನೆ. ಇವು ನಮ್ಮನ್ನು ದೇವರ ಹತ್ತಿರ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಮತ್ತು ಇವು ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಹೊಮ್ಮಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ಒಳಗೆ ಸಮಾಧಾನದಿಂದಿದ್ದು ಹೊರಗಡೆಗೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹರಡಿದಾಗ, ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ದೇವರ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ನಾವು ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಪಾಲಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ. ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು, ಅವನನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕೆನ್ನುವ ನಮ್ಮ ಇಚ್ಛೆಯನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ಅಗಾಧ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಅವನ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಅಪಾರ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಅವನಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡರೆ, ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇವು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಮೌನದ ಅನುಭವವಾಗಬಹುದು ಅಥವ ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ತೇಲಿ ಹೋಗುತ್ತಿರುವಂತೆ ಅನ್ನಿಸಬಹುದು. ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ತೇಲಿಹೋಗುತ್ತಿರುವುದು ಅಂದರೆ ಏನು?

ಉ: ಧ್ಯಾನದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾದ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಮೌನಗೊಳಿಸಲು ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಅರಿವು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಮೇಲೇರುತ್ತದೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನಬಹುದು. ಅದು ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗುವುದರಿಂದಾಗಿ, ನಾವು ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ತೇಲಿ ಹೋಗುತ್ತಿರುವಂತೆ ನಮಗೆ ಅನ್ನಿಸಬಹುದು. ನಾನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವುದು ಹೀಗೆ.

ಪ್ರ: ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನದ ಗುಣಮಟ್ಟವು ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಮಟ್ಟವನ್ನು ತಲುಪದೇ ಇದ್ದಾಗ, ಋಷಿಗಳು ನಿರಾಸೆಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆಯೇ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. ನನಗೆ ಹಾಗೆ ಅನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳು ನಾವು ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾರೆ, ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ ಮಾತು ನನಗೆ ನೆನಪಾಗುತ್ತಿದೆ. ಎಷ್ಟು ಸುಂದರವಾಗಿದೆ ಇದು! ನಾವು ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಅವರು ನೋಡುತ್ತಾರೆ, ನಾವು ಏನನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ್ದೇವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅಲ್ಲ, ನಮ್ಮ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಕೂಡ ಅಲ್ಲ. ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದಾಗ, ಹೇಗಿದ್ದರೂ ಫಲಿತಾಂಶ ಖಚಿತವೆಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರಬಹುದು. ಆದಕಾರಣ ಅವರು ನಿರಾಶೆಗೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ನಾವು ಅಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಿದರೆ, ಅವರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿದ್ದೂ ಅಸಂತೋಷವನ್ನು ಹರಡಿದರೆ, ಅವರು ನಿರಾಶೆಗೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಪ್ರ: ನಾವು ಒಂದು ದೈವೀ ನಿರ್ಣಯದೊಂದಿಗೆ ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬರುತ್ತೇವೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾವು ಋಷಿಗಳ ನಿಯೋಜಿತ ಯೋಜನೆಯ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದ್ದರೆ, ಋಷಿಗಳನ್ನು ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿಯೇ ತೊರೆಯಬೇಕಾಗಿ ಬಂದಾಗ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆಯೇ?

ಉ: ನಾವು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನಾವು ಬೇರೊಂದು ವಿಧಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಮಗೆ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಯಾವಾಗಲೂ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಋಷಿಗಳ ಜೊತೆಯಿದ್ದರೆ, ಇಡೀ ವಿಶ್ವವೇ ನಮ್ಮ ಜೊತೆಗಿರುತ್ತದೆ, ದೇವರು ನಮ್ಮ ಜೊತೆಗೆ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಋಷಿಗಳಿಂದ ದೂರವಾಗಿ ಬೇರೆ ವಿಧಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ, ನಾವು ದೇವರಿಂದ ದೂರವಾಗುತ್ತೇವೆ, ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ನಾವು ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರಲೇ ಬೇಕು. ಆಗಲೂ ಇದನ್ನು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಹೇರಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವಾಗಿಯೇ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರಲು ನಿರ್ಣಯಿಸುತ್ತೇವೆ. ಋಷಿಗಳು ಯಾವುದನ್ನೂ ನಮಗೆ ಒತ್ತಾಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

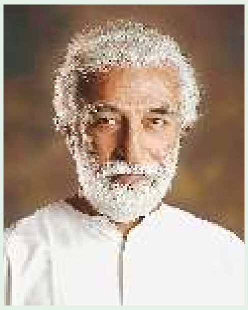
ಪ್ರ: ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜನ್ಮದಲ್ಲೂ ನಾವು ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಇರುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಹೇಗೆ ಖಾತರಿ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು?

ಉ: ಧ್ಯಾನವಷ್ಟೇ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಬೇಕು. ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೇ ಉಳಿಯುವ ಅಥವ ದೂರ ಹೋಗುವ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಕೂಡ ನಮಗೆ ಇದೆ. ಅವರು ಎಂದಿಗೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಎಂದಿಗೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಹೊರ ಕಳಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ನಮಗೆ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ನಮ್ಮ ಕಡೆಯಿಂದ, ಅವರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಇಲ್ಲಿ ಕಲಿಯುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ನಿರಂತರ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ನಮ್ಮದಾಗಬೇಕು. ಋಷಿಗಳು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವರು, ಆದರೆ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಕಲಿಸುವ ನಿಯಮಗಳ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಂಡರೆ, ನಾವಾಗಿಯೇ ದೂರ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಇಂಥ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಭಯ ಪಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಾವು ಋಷಿಗಳ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರುತ್ತೇವೆ. ಸರಳವಾಗಿರುವುದು ಮತ್ತು ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿರುವುದಷ್ಟೇ ನಮಗೆ ಅವಶ್ಯವಾಗಿ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು. ■

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 ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ದಲ್ಲಿರುವ 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 ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸ ಲಾಗುತ್ತದೆ.

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

ಐವತ್ತು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸ್ನೇಹಿತರು ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಉದ್ಯಮದ ಪಾಲುದಾರರಾಗಿದ್ದ ನನ್ನ ಅಂಕಲ್, ನವೆಂಬರ್‌ನಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ದಿನದಂದು ಮೆದುಳಿನ ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯುವಿಗೆ ತುತ್ತಾಗಿ, ಡಿಸೆಂಬರ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿಧನರಾದರು. ಅವರ ನಿಧನ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಮೇಲೆ ಅತ್ಯಂತ ಆಳವಾದ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಿತ್ತು. ಅದರಿಂದಾಗಿ ನನ್ನ ತಂದೆ ತಾಯಿಯರ ಆರೋಗ್ಯ ಕೆಟ್ಟುಹೋಯಿತು. ನನ್ನ ನಿರಂತರ ಧ್ಯಾನ ನನ್ನನ್ನು ಅಂತರಂಗದಿಂದ ಶಕ್ತಿಯುತನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಬದುಕಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿತು.

– ಸುಮಿತ್ ಪ್ರತಾಪ್ ಗುಪ್ತ

ನಾನು ಬರೆದ ಒಂದು ಲೇಖನ ಒಪ್ಪಿಗೆ ಪಡೆದು ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಯಿತು. ಇದು ಭಗವಂತನ ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಗ್ರಹ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಹೌದು. ಆ ಲೇಖನ ಪ್ರಕಟವಾಗಲೆಂದು ಪತ್ರಿಕೆಗೆ ಪ್ರತಿ ದಿನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯೊಂದಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಸಪ್ತಋಷಿಗಳು ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ನನ್ನ ಅನಂತಾನಂತ ವಂದನೆಗಳು.

– ಗರಿಮಾ ಶರ್ಮಾ

ನಾನು ಈಗ ಮೊದಲಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಂಘಟಿತಳಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯ ಹಾಗೂ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ನಿಯೋಜಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ನಾನು ಈಗ ಮೊದಲಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

– ಶಾಂತಾ ಅಂಬಾಡಿ

ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತೆಯ ಯಜಮಾನರು, ಅನಾರೋಗ್ಯದ ಕಾರಣದಿಂದ ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಇರಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಪಾಸಣೆಗೊಂಡು ಔಷಧಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದರು, ಮತ್ತು ಖಿನ್ನತೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದರು. ನಾವು ಅವಳಿಗೆ "ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು" ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಮತ್ತು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ವಿಡಿಯೋವನ್ನು ಕೊಟ್ಟೆವು. ಪುಸ್ತಕ ಹಾಗೂ ವಿಡಿಯೋ ಅವಳನ್ನು ತಲುಪಿದ ಸಮಯದಿಂದಲೂ, ಅವರ ಮನೆಯಲ್ಲಿನ ಚೈತನ್ಯದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿ ಅವರ ಯಜಮಾನರ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಿಸಿ, ಔಷಧದ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುವುದಾಗಿ, ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಬಳಿಕ ತಿಳಿಸಿದಳು. ಈ ಶುಭ ಸಮಾಚಾರವನ್ನು ಹಾಗೂ ವಂದನೆಗಳನ್ನು ಋಷಿಗಳು ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾಳೆ. ಇಂತಹ ಪ್ರಕರಣಗಳು ನಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

– ಗೀತಾ ಜೋಷಿ

ನನ್ನ ಇಡೀ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ, ಸಂತೋಷ, ಸಂಬಂಧಗಳೆಲ್ಲವೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಬದಲಾಗಿವೆ. ಎಲ್ಲೆಡೆ ನನಗೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ, ಸಂತೋಷ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿ ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿವೆ. ನಾನು ಋಷಿಗಳು ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಕೃತಜ್ಞಳಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನ ಜೀವನೋತ್ಸಾಹ ಮತ್ತೆ ಮರುಕಳಿಸಿ, ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಬದುಕಿ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹಂಚಬೇಕೆನಿಸುತ್ತಿದೆ.

– ಮೀನಾ ರಾಣ

ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ, ನಾನು ಒಂದು ಚೈತನ್ಯ ವಲಯವೆಂದು ಅರಿವಾದಾಗ, ನನಗೆ ಚೈತನ್ಯ ವಲಯದ ಅನುಭವವಾಗಿ ಅದು ಹಿಗ್ಗುವ ಮತ್ತು ಕುಗ್ಗುವ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಅದು ಅತ್ಯಂತ ಎತ್ತರಕ್ಕೇರಿದಾಗ, ಈ ಅನುಭವ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳೆದು ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಖಾಲಿ ಜಾಗಗಳುಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ಜಾಗಗಳು ಮತ್ತೆ ವಿಸ್ತರಿಸಿದಾಗ ಧ್ಯಾನದ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಭಗವಂತನೇ ಆಗಿದ್ದು, ಅಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಮಾತ್ರವೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಸ್ಥಿತಿಯು ಯಾವಾಗಲೂ ಇರಬೇಕೆಂಬುದೇ ನನ್ನ ಆಸೆ.

– ವಿದ್ಯಾ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ

ಪ್ರತಿ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲೂ ಪ್ರಶಾಂತತೆ, ಸಮತೋಲನ, ನಿಶ್ಚಲತೆ ಹಾಗೂ ನನ್ನೊಳಗೇ ಆಳವಾದ ಅರಿವಿನ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

– ಸ್ವಪ್ನಾ ತೆಂಬೆ

ನಾನು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ಬಹಳ ಸಂತೋಷದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ದಿನ ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಗೊಂದಲ, ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಹತಾಶೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಗುರೂಜಿಯವರ ಮುಂದೆ ಕಣ್ಣೀರು ಸುರಿಸಿದೆ. ತಕ್ಷಣ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ನನ್ನ ನೋವೆಲ್ಲ ಮರೆತುಹೋಗಿ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಶಾಂತಳಾದೆ. ಇದನ್ನು ನಾನು ಮರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ!

ಪ್ರತಿದಿನದ ಶಂಬಲ ಧ್ಯಾನ ನನ್ನ ಜೀವನವನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸಿದೆ. ನನ್ನ ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ತೃಪ್ತಿ ತುಂಬಿದೆ. ಪ್ರತಿ ಧ್ಯಾನದ ನಂತರ ನನಗೆ ಆಳವಾದ ನಿದ್ದೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ತೃಪ್ತಿಯೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕಿನ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿರುವುದನ್ನೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಶುರು ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ. ಇದು ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಿಯವೆನಿಸುತ್ತಿದೆ.

– ಶ್ರೇಯಾ ಶಶಾಂಕ್

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