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 01 ಜನವರಿ 2021 ರೂ.25

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಫೆಬ್ರುವರಿ 2006ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಇಸವಿ 1988. ಫೆಬ್ರುವರಿ ಒಂದನೇ ತಾರೀಖು ಬೆಳಗ್ಗೆ 10 ಗಂಟೆ. ಒಂದು ಜಮೀನಿನ ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಸಣ್ಣ ಗುಡಿಸಲಿನ ತಣ್ಣಗಿನ ಜಾಗ, ಆ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಈಗ ಅಂತರ್‌ಮಾನಸ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಏಳು ಜನರು. ಮುಂದೆಂದೂ ಭೇಟಿಯಾಗದ ಸ್ನೇಹಿತರು, ಈಗ ಒಂದು ಹಳೆಯ ಚಾಪೆಯ ಮೇಲೆ, ಅರಿಯದ ನಿಯತಿಯನ್ನು ಈಡೇರಿಸಲು ಒಂದುಗೂಡಿ ಕುಳಿತಿದ್ದೆವು.

ನಾನು ಸುತ್ತಲೂ ನೋಡಿದಾಗ ಎಲ್ಲರೂ ಮೌನದಿಂದ ಒಪ್ಪಿಗೆ ಸೂಚಿಸಿದರು. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಏಳು ಬಾರಿ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಓಂಕಾರ ಹೇಳಿದೆವು ಹಾಗೂ ಅಮರ ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಮೌನವಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆವು. ಒಂದು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ವಿರಾಮದ ನಂತರ, ನಾನು, ಅಮರ ಹಾಗೂ ಅವರ ಕನಸಿನ ಬಗ್ಗೆ ರಾತ್ರಿಯಿಡೀ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ್ದ ಒಂದು ಚೀಟಿಯನ್ನು ಓದಿದೆ. ನಮ್ಮ ನಿಯತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನೆನೆದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರ ಕಣ್ಣುಗಳು ಹನಿಗೂಡಿದವು. ಅವರ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡೆವು. ಧ್ಯಾನದ ನಂತರ ಅವರೆಲ್ಲರೂ ಹೊರಟರು.

ನಾನಿರುತ್ತಿದ್ದ ಗುಡಿಸಲಿನಲ್ಲಿ ನಾನೊಬ್ಬನೇ ಆದಾಗ, 'ಮಾನಸ'ವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದೆ, ಅದೀಗ 'ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಷನ್' ಆಗಿದೆ.

ಹೀಗೆ 1988ರಲ್ಲಿ 'ಅಮರ ಜಯಂತಿ'ಯಂದು 'ಮಾನಸ' ಜನ್ಮ ತಾಳಿತು.

ಒಮ್ಮೆ ನಾವು ಬೆಳೆಯಲು, ಬದಲಾಗಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ ಮೇಲೆ, ಇಡೀ ವಿಶ್ವ ನಮ್ಮ ನೆರವಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ, ನೆರವು ಮತ್ತು ಸಹಾಯ ಅಜ್ಞಾತ ಮೂಲೆಗಳಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಗಮನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವುಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಹಾಗೂ ಅನೇಕ ಬಾರಿ ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ವಿವಿಧ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗಾಗಿ ಬಳಸಲು ಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆಗ, ನಾವು ಪುನಃ ಸಿದ್ಧರಾಗುವವರೆಗೆ, ವಿಶ್ವವು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಸರಿದು ಕಾಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಮಗೆ ನೆರವು ಸಿಗುವ ಮುನ್ನ ನಮ್ಮನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ತೀವ್ರವಾಗಿ. ದೊಡ್ಡ ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನಾವು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತೀರ್ಣರಾಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ವಿಶ್ವವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅದು ಭಗವಂತನೇ. ನಾವು ಅವನ ರೀತಿನೀತಿಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಅರ್ಹರಲ್ಲದ ಹೊರತು, ಜೀವನದ ಒಳ್ಳೆಯ ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಅವನು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು, ನಾವು ಅವನಲ್ಲಿ ಅಪರಿಮಿತ ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು.

ಭಗವಂತ ಪರಿಪೂರ್ಣ. ಅವನು ಯಾವಾಗಲೂ ಸರಿ.

ಚಳಿಗಾಲದ ಚಂದ್ರ ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾಗಿಯೂ ತಂಪಾಗಿಯೂ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಅಮರರಿರುವಾಗ, ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಸದಾ ಬೆಳದಿಂಗಳಿನಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ. ■

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

- ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಹೊಸ ತಂಡವು 10ನೇ ಜನವರಿ 2021ರಿಂದ ಆರಂಭವಾಗಲಿದೆ. ಚಕ್ರ ಚಾಲನೆಯ ಹಂತದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನ್ನು ಸೇರಬಹುದು. ಈ ಗ್ರೂಪ್‌ಗೆ ಸೇರಬಯಸುವವರು 31ನೇ ಡಿಸೆಂಬರ್ 2020ರ ಒಳಗೆ ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಮಾನಸ ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ನೊಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ದೂರಕಲಿಕೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೂ ಕೂಡ ಸೇರಬಹುದು. ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ಇರುವ ಸದಸ್ಯರು ಕೂಡ ಮಾನಸ ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು 31ನೇ ಡಿಸೆಂಬರ್ 2020ರೊಳಗೆ ನೊಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಸದಸ್ಯತ್ವವನ್ನು ನವೀಕರಿಸಬೇಕು.
- ಫೆಬ್ರವರಿ 01, 2021ನ್ನು "ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ" ಎಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಜಯಂತಿಯನ್ನು ಫೆಬ್ರವರಿ 07, 2021ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಕೋವಿಡ್ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಭೌತಿಕ ಸಭೆ ಸೇರುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವಾದುದರಿಂದ, ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ವರ್ಚುವಲ್ ಆಗಿ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
- 25ನೇ ಡಿಸೆಂಬರ್ 2020ರಂದು ಸಾಧಕರು ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡು ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ಕ್ರಿಸ್ತನಿಗೆ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಗೌರವವನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಇಡೀ ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.
- 2021ರ ಮಾನಸ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಖರೀದಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು ಮಾನಸ ಕಛೇರಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು.
- ಮಾನಸ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್ Android platform ನಲ್ಲೂ ಲಭ್ಯವಿದೆ. Android ಬಳಸುವವರು 'ಗೂಗಲ್ ಪ್ಲೇ ಸ್ಟೋರ್'ನಿಂದ 'Manasa Calendar' ಅನ್ನು ಹುಡುಕಿ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್/ಅಪ್ಡೇಟ್ ಮಾಡಬಹುದು.

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

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

06	ಬುಧ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
11	ಸೋಮ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
13	ಬುಧ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
14	ಗುರು	ಉತ್ತರಾಯಣ ಪ್ರಾರಂಭ ಮಕರ ಸಂಕ್ರಾಂತಿ
21	ಗುರು	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
23	ಶನಿ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
28	ಗುರು	ಪೂರ್ಣಿಮಾ

ಅಮರ ಜಯಂತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

07-02-2021, ಭಾನುವಾರ

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-00	ಸ್ವಾಗತ
	ಮಾತುಗಳು
	ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

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

ಭಾನುವಾರಗಳು	: ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು : ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1ರವರೆಗೆ
10-01-2021	: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ
17-02-2021	: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ರಾ ಗ್ರೂಪ್ ಸಂಧಿಸುತ್ತದೆ

ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಈಗ ಸ್ಪೀಕಿಂಗ್ ಟ್ರೀ ನಲ್ಲಿ ಮಾಸ್ಟರ್ ಎಂದು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಅವರ ಬ್ಲಾಗ್ ಓದಲು ಮತ್ತು ಅವರ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಲು ದಯವಿಟ್ಟು www.speakingtree.inಗೆ ಭೇಟಿ ಕೊಡಿ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳಿಂದ ಬಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ನಾನು ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಂದ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಯೋಚನೆಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಓದುವ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗಮನ ಹರಿಸಬಲ್ಲೆ.

–ಪ್ರಥಮೇಶ್ ಕುಲಕರ್ಣಿ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಫರ್ವಾರೆ ಕಾಲೇಜ್, ಪುಣೆ

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ತುಂಬಾ ಆನಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಒತ್ತಡಗಳಿರುತ್ತಿದ್ದವು. ಆದರೆ ಈಗ ಅದು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ. ಲೆಕ್ಕಗಳನ್ನು ಬಿಡಿಸುವಾಗ, ನನಗೆ ಉತ್ತರ ಸಿಗದಿದ್ದರೆ, ಉದ್ವಿಗ್ನಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಮುಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಈಗ ನಾನು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಉತ್ತರ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲವೋ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ.

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

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ, ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಅದರಲ್ಲಿ ಆಳವಾಗಿ ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತೇನೆ. ಅದು ನನಗೆ ಮನಃ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದಿರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಕೋಪವನ್ನು ಜಯಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವಾಗ, ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಅದು ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

–ಧಾರಿಣಿ ಟಿ., 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್ ಮೂಥ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಲಮ್, ಚೆನ್ನೈ

ನನ್ನ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಲು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈಗ ನನ್ನ ಕೋಪವು ಸ್ವಲ್ಪ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕಲಿಸಿದ್ದಕ್ಕೆ ನಿಮಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

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

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನನಗೆ ಬಹಳ ಫ್ರೆಶ್ ಅನಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಾನು ನಿರ್ಮಲವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ.

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

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತಂದಿದೆ.

–ಚಂದ್ರಕಲಾ., 6ನೇ ತರಗತಿ, ಸರ್ಕಾರಿ ಹಿರಿಯ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲೆ, ಇಮ್ಮಡಿಹಳ್ಳಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ರಿಲ್ಯಾಕ್ಸ್ ಹಾಗೂ ಹಗುರವಾಗಿತ್ತು. ದಿವ್ಯ ಶಾಂತಿಯ ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಅನುಭವ ನನಗಾಯಿತು.

–ಸುನೀಲ್ ಬಿ, 10ನೇ ತರಗತಿ, ಹೋಲಿ ಕ್ರಾಸ್ ಸ್ಕೂಲ್, ತಿಪ್ಪಸಂದ್ರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ, ನನಗೆ ರಿಲ್ಯಾಕ್ಸ್ ಆಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ, ನಾನು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಓದಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ವಂದನೆಗಳು.

–ಅಷ್ಫಕ್ ಮೀರ್ ಅಹ್ಮದ್ ಷೇಖ್, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ನಾನು ಬಹಳ ಉಲ್ಲಾಸಗೊಂಡೆ. ಅದೇ ದಿನ ನಾನು ಮನೆಯಲ್ಲೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದೆ. ಆ ನಂತರ, ನಾನು ಎರಡು ಅಥವಾ ಮೂರು ಸಾರಿ ಓದಿದ ಯಾವ ಸಾಲನ್ನಾದರೂ ನೆನೆಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಕೂಡ ರಿಲ್ಯಾಕ್ಸ್ ಆಗಿತ್ತು.

–ನಿಖಿಲ್ ಸಂತೋಷ್ ಚವನ್, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ನಾನು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಈಗ ನನ್ನ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಕೋಪವು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ. ನನಗೆ ಮನಃಶಾಂತಿ ಇದೆ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆಯೂ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ನಾನು ಯಾವುದೇ ಭಯವಿಲ್ಲದೇ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಬಲ್ಲೆ ಮತ್ತು ನನಗೆ ಒಳ್ಳೆ ಅಂಕಗಳು ಕೂಡ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಕುಟುಂಬದವರು ಕೂಡ ಈಗ ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

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

ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಉದ್ವಿಗ್ನಗೊಂಡಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಕೋಪಗೊಂಡಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ವಿಷಯದ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಉದ್ವಿಗ್ನಳಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿರಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತಂದ ಬೆಳಕಿಗೆ ನಾನು ಬಹಳ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತೇನೆ.

– ಎಸ್. ರಾಜೇಶ್ವರಿ, 9ನೇ ತರಗತಿ, ವಲ್ಲಿಅಮ್ಮಾಳ್ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಹೈ ಸ್ಕೂಲ್, ಕುಲಶೇಖರನ್ ಪಟ್ಟಿನಮ್

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

ಜೂನ್ 2006 (ಮುಂದುವರೆದದ್ದು)

ನಾವು ಯಾವುದಾದರೂ ಹೊಸದನ್ನು ಮತ್ತು ಅತ್ಯಾಕರ್ಷಕವಾದದ್ದನ್ನು ಕಂಡಾಗ, ಅದನ್ನು ಬೇರೆಯವರ ಜೊತೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮನುಷ್ಯನ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಆಗಿದೆ. ಇದು ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ಬಹಳ ಸುಂದರವಾದ ವಿಷಯ. ಅದನ್ನು ನಾವು ಜೀವಂತವಾಗಿ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಅದೇ ರೀತಿ, ನಮಗೆ ಮೊದಲನೆಯ ಬಾರಿ ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ, ಋಷಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಇತ್ಯಾದಿ... ತಿಳಿದಾಗ, ಇದನ್ನು ಮೊದಲನೆಯ ಬಾರಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅತ್ಯಂತ ರೋಮಾಂಚಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅಪಹಾಸ್ಯಕ್ಕೀಡಾಗಬಹುದಾದ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ಅದನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ನಮ್ಮ ಗೆಳೆಯರ ಜೊತೆ, ಬಂಧುಗಳ ಜೊತೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಇಷ್ಟ ಪಡುತ್ತೇವೆ! ಇವೆಲ್ಲಾ ನಮಗೆ ಹಳೆಯದಾಗಿದೆ. ನಮಗೆ ಹತ್ತಿರವಾದ ಜನರು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕಷ್ಟಗಳಿಂದ ನರಳುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಇಷ್ಟ ಪಡುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತೇವೆ, "ನೀವು ಯಾಕೆ ಇದರ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಬಾರದು? ನೀವು ನೇರವಾಗಿ ಋಷಿಗಳ ಸಹಾಯ ಯಾಕೆ ಪಡೆಯಬಾರದು?" ಇದರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪೇನೂ ಇಲ್ಲ. ನಾನು ಹೇಳುವೆ, "ಹಾಗೆ ಮಾಡಿ." ಆದರೆ ನಾನು ಅದನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಉತ್ತಮವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವರನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ನನ್ನ ಬಳಿ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಬರುವ ಬದಲು, ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿ, "ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಿ". ನಮಗಿಂತ ಅವರಿಗೆ ಅದು ಜಾಸ್ತಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಾಗ, ಅವನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಅವನಿಗೆ ಬಹಳ ವಿಷಯಗಳು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತವೆ. ಆದುದರಿಂದ, ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ನಮಗಿಂತ ಅದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅವನಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನೀವು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಬಳಿ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಬರುವ ಮುಂಚೆ, ನೀವು ಅವರನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಯಾನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲೇಬೇಕೆಂದು ನಾನು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಾವು ಈ ಸೂತ್ರವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ.

ನಾನು ನಮ್ರತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅನೇಕ, ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಮಾತನಾಡಿದ್ದೇನೆ. ಯಾಕೆಂದರೆ ಇದು ಬಹಳ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ವಿನಯದಿಂದ ಇದ್ದರೆ ನಾವು ಬೇರೆಯೇ ಆಗಿರುತ್ತೇವೆ. ವಿನಯದಿಂದ ಇದ್ದರೆ ನಮ್ಮನ್ನು ದೇವರ ಹತ್ತಿರ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ವಿನಯದಿಂದ ಇದ್ದರೆ ನಮ್ಮ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕುತ್ತದೆ. ಇದು ಬಹಳ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದೆ, ಆದರೆ ಇದನ್ನು ಹೇಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು? ಇದು ಸುಲಭ ಮತ್ತು ಸರಳ. ದುರಹಂಕಾರ, ಮೊಂಡುತನ ಹಾಗೂ ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳಿಂದ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬೇರೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಗೌರವಿಸಬೇಕು; ಬೇರೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹೇಳುವುದನ್ನು ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಪ್ರೀತಿ ಇದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ, ಜೀವನವನ್ನು ನಾವು ಪ್ರೀತಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಇವೆಲ್ಲಾ ಸಾಧ್ಯ. ನೀವು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿದಾಗ, ನಿಮ್ಮ ತಂದೆತಾಯಿಯರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿದಾಗ, ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ಕೇಳುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಗುರುಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿದಾಗ, ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ಕೇಳುತ್ತೀರಿ. ಹಾಗಾಗಿ ಇವೆಲ್ಲಾ ಸರಳವಾದ ವಿಷಯಗಳು ಮತ್ತು ಇವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಗೊತ್ತು. ನಮ್ರತೆಗೆ ಇನ್ನೊಂದು ಅಂಶವಿದೆ. ನಮ್ರತೆ ಕೇವಲ ದುರ್ಬಲತೆ ಅಲ್ಲ, ದುರ್ಬಲತೆ ಎಂದು ಯಾವತ್ತೂ ತಪ್ಪು ತಿಳಿಯಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಬೇಡ, ಹಾಗೇ ಬೇರೆಯವರಿಗೂ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಬೀಳಲು ಅವಕಾಶ ಕೊಡಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ನಮ್ರತೆಯನ್ನು ಶೋಷಣೆ ಮಾಡಲು ಯಾರಿಗೂ ಅವಕಾಶ ಕೊಡಬೇಡಿ. ನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕೆಂದರೆ ಮಹಾನ್ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಪರಿಪಕ್ವತೆ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ನೀವು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಿ. ವಿನಯದಿಂದ ಇರುವುದು ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ನೀವು ನನ್ನ ಗುರುಗಳನ್ನು ನೋಡಬೇಕಾಗಿತ್ತು – ಅವರಲ್ಲಿ ಹಿಮಾಲಯದಷ್ಟು ಶಕ್ತಿ ಇತ್ತು ಆದರೂ ಅವರು ನಮ್ರತೆಯಿಂದಿದ್ದರು. ಹಾಗಾಗಿ ಇದು ನಮ್ರತೆಯ ಎರಡನೆಯ ಭಾಗ. ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಒಡ್ಡಿದಾಗ, "ನಮ್ರತೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು?", ಎರಡನೆಯ ಭಾಗವನ್ನು ಕೂಡ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಇವೆರಡನ್ನು ಸೇರಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಅಳವಡಿಸಬಹುದೆಂಬುವುದಕ್ಕೆ ನಿಮ್ಮದೇ ಸ್ವಂತ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಹಾಗು ಸಂದರ್ಭಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಅದು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ವಿವೇಕ ಹಾಗು ಪರಿಪಕ್ವತೆ ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ, ಯಾವಾಗ ಸುಮ್ಮನಿರಬೇಕು, ಯಾವಾಗ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಆಕ್ರಮಣ ಮಾಡಲು ಕೂಡ ಅವಕಾಶ ಕೊಡಬೇಕೆಂದು. ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಆಕ್ರಮಣ ಮಾಡಲು ಅವಕಾಶ ಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಧೈರ್ಯ ಮತ್ತು ವಿವೇಕ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಯಾವಾಗ ದೃಢವಾಗಿರಬೇಕು, ಯಾವಾಗ ಸೌಮ್ಯವಾಗಿರಬೇಕೆಂದು ನಾವು ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗಾಗಿ ನಮ್ರತೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು ಸರಳವಲ್ಲ.

ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಬಹು ಭಾಗಗಳಿವೆ. ನಾವು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಸಾಧನೆಯ ಮೂರು ಭಾಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಮೊದಲನೆ ಭಾಗ ಪ್ರಯತ್ನ. ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು – ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಮತ್ತು ಬೇರೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕೂಡ. ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ, "ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗುವುದು". ಇದನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡುವುದು ಸುಲಭ. ಹೌದು, ಇದು ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಮಾಡುವ ಸಾಧನೆ. ನಾವು ಎಲ್ಲ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲೂ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು, ಅಂದರೆ ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಮನಸ್ಸಿನ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ. ಇದು ಒಂದು ಭಾಗ. ನಮ್ಮ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ನಾವೇ ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು ಎರಡನೆಯ ಭಾಗ. ನಮಗೆ, ಅದೇ ಹಂತದಲ್ಲಿಯೇ ಮುಂದುವರಿಯಿರಿ ಎಂದು ಹೇಳುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು, ಇಲ್ಲಿ 3ನೇ ಭಾನುವಾರಕ್ಕಾಗಿ ಅಥವಾ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ 4ನೇ ವಾರಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ! ನಮ್ಮ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ನಾವೇ ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದು. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ನಾವು ಇದನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಮಾಡಬಹುದು. ಈ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು? ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ, ಆದರೂ ನಾನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ನಮ್ಮದೇ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ನಾವು ಪರಿಶೀಲಿಸೋಣ. ಅದು ನಮ್ಮ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ, ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಜೊತೆ ಪರಸ್ಪರ ಮಾತನಾಡುವಾಗ, ಎಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುತ್ತೇವೆಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸೋಣ. ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳು ಎಷ್ಟು ವಿಸ್ತರಿಸಿವೆಯೆಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸೋಣ. ವಿಸ್ತರಣೆಯು ಬಹು ಮುಖ್ಯ. ನಾವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿಸ್ತಾರಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಮತ್ತು ನಾವು ಎಷ್ಟು ದೈವತ್ವವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸೋಣ. ಈ ಮೂರು ಅಂಶಗಳು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆ ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ. ನಮ್ಮ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ನಾವೇ ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಇದು ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಭಾಗವೆನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡೋಣ. ಮೂರನೆಯದು ಮತ್ತು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು ಎಂದರೆ ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಗತಿಯಾಗದಿದ್ದರೆ, ಮತ್ತು ನಾವು ನಿಧಾನಿಗಳಾಗಿದ್ದರೆ, ಬೇರೆಯವರಿಗಿಂತ ನಮಗೇ ಕಾರಣಗಳು ತಿಳಿದಿರುತ್ತವೆ. ನಮಗೆ ಕಾರಣಗಳು ತಿಳಿದಿರುವಾಗ, ನಾವು ಅದನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ನನಗೆ ಬಂದ ಪತ್ರಗಳನ್ನು ಓದುವುದಕ್ಕೆ ಯಾವಾಗಲೂ ವಿನೋದವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮನೋಭಾವ ಹೀಗಿರುತ್ತದೆ – ನಾನು ಸೋಮಾರಿ, ನನಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ, ದಯವಿಟ್ಟು ನನಗೆ ಸಲಹೆಯನ್ನು ನೀಡಿ! ನಾನು ಹೇಳುವೆ, "ಸೋಮಾರಿ ಆಗಬೇಡಿ!" ಪ್ರಶ್ನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಉತ್ತರ ಇದೆ. ನನಗೆ ವಿನೋದವೆನಿಸುತ್ತದೆ, ನಾನು ಕೆರಳುವುದಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಕೋಪಗೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಇದಕ್ಕೆ ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಉತ್ತರಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲೂ, ಒಂದು ಮಗು ಇದೆ, ಮತ್ತು ಈ ಮಗು ಯಾರಾದರೂ ತನಗೆ ಹೇಳುವುದನ್ನು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ಗುರು ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಮಕ್ಕಳಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ನೀವೆಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳಂತೆ. ಹಾಗಾಗಿ ನಾವು ನಿಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತೇವೆ, "ಅದನ್ನು ಮಾಡಬೇಡಿ." ಆದುದರಿಂದ, ನಮಗೆ ಗೊತ್ತು, ಎಲ್ಲಿ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು. ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಈ ಮೂರು ಅಂಶಗಳು, ನೋಡುವುದಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಸುಲಭವಾಗಿದ್ದರೂ, ಅವುಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ವ್ಯತ್ಯಾಸ ತರುವುದು ಇದರ ಬಳಸುವಿಕೆಯೇ, ಸಿದ್ಧಾಂತವಲ್ಲ. ಪ್ರಯತ್ನ, ಆತ್ಮಾವಲೋಕನ ಮತ್ತು ಸರಿಪಡಿಸುವಿಕೆ – ಮೂರು ಸರಳ ಪದಗಳು ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಬದಲಾವಣೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

29–11–2020

ಗುರೂಜಿಯವರಿಲ್ಲದ ಬದುಕನ್ನು ಯೋಚಿಸುವುದೂ ಸಹ ಸಾಧ್ಯವಿರಲಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನಾವು ಬದುಕಿದ್ದೇವೆ, ಅವರ ಭೌತಿಕ ಶರೀರವಿಲ್ಲದೆಯೂ ಈ 8 ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಬದುಕಿದ್ದೇವೆ. ಜೀವನ ಹಾಗೆಯೇ. ಅದು ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ. ಅವರ ಭೌತಿಕ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ನಾವು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಆದರೆ ಅವರು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಒಂದು ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅದೂ ಕೂಡ ಒಂದು ವಾಸ್ತವಾಂಶ. ಅವರು ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಆವರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೂ ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದ ಮೊದಲ ದಿನದಲ್ಲೇ ಅದರ ಅರಿವಾಯಿತೆಂದು ಹೇಳಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ. ಆ ದಿನದಿಂದಲೇ ಅವರು ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಆವರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಆವರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತಾರೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಏನಾಗುತ್ತದೆಂದರೆ, ನಾವು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತೇವೆ. ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲವೆಂದು ನಾನು ಹೇಳಿದಾಗ ಅದರ ಅರ್ಥ, ನಾವು ಅವರನ್ನು ದೈವಾಂಶರೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿರುತ್ತೇವೆ. ಅವರಿಗೆ ಮಾನವ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿರುತ್ತೇವೆ. ಅವರೂ ಸಹ ಮನುಷ್ಯರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆತುಬಿಡುತ್ತೇವೆ. ಮಾನವ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಅವರೂ ಸಹ ಖಾಯಿಲೆಯ ಅಸೌಖ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮಗಾದಾಗ, ನಾವು ದೂರುತ್ತೇವೆ, ಗೊಣಗಾಡುತ್ತೇವೆ, "ಓಹ್ ನನ್ನ ದೇಹ ನೋಯುತ್ತಿದೆ," ಎನ್ನುತೇವೆ. ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಈ ರೀತಿ ದೂರುವುದು ಸಹಜ ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಗುರೂಜಿಯವರು ದೂರುವುದನ್ನು ನಾನು ಎಂದೂ ನೋಡಿಲ್ಲ. ಅವರು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅನ್ನು ದೇವರ ಇಚ್ಛೆ ಎಂದು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ್ದರು. ಅದು ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಅವರ ಸಂಪೂರ್ಣ ಶರಣಾಗತಿ. ಅದನ್ನು ಅವರು ನಿರಾಶೆಯ, ನೋವಿನ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ದೂರಿನ ಕುರುಹು ಕೂಡ ಇಲ್ಲದೆ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ್ದರು. ಅದೊಂದು ನಮಗೆ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಪಾಠ.

ನಾನು ಮೊದಲೇ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದಂತೆ ಅವರು ಎಂದಿಗೂ ದೂರಲಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಅವರು ಕೆಲವು ಬಾರಿ ಕಣ್ಣೀರು ಹಾಕಿದ್ದುಂಟು. ಜೋರಾಗಿ ಅತ್ತಿದ್ದೂ ಉಂಟು. ಒಮ್ಮೆ ಅವರು ನನಗೆ ಹೇಳಿದರು, "ನಾನು ಅಳುತ್ತಿರುವುದು ನನ್ನ ಸಾವಿನ ಬಗ್ಗೆ ವಾಸ್ತವ ತಿಳಿದಿರುವುದಕ್ಕಲ್ಲ, ನಾನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ನೋವಿಗಾಗಿ ಅಲ್ಲ ಆದರೆ ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ನಾನು ಯಾರನ್ನೂ ಶರೀರ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಭೇಟಿ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲವಲ್ಲ ಎಂದು, ಅದು ನನಗೆ ಬಹಳ ನೋಯಿಸುತ್ತಿದೆ." ಅವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆಂದಲ್ಲ. ನಾವೆಲ್ಲಾ, ಅವರಿಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟದ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಬಂಧಗಳು ಶಾಶ್ವತವಾದವು. ಆದರೆ, ಅದು ಮಾನವತೆಯ ಭಾಗ ಮತ್ತು ಅವರು ಪರಿಪೂರ್ಣ ಮಾನವರಾಗಿದ್ದರು.

ಆಗಸ್ಟ್ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಅವರ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಖಾಯಿಲೆ ಪತ್ತೆಯಾದ ನಂತರ, ಅವರು ಒಮ್ಮೆ ನನಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು, "ಇಂದಿನಿಂದ 75 ದಿನಗಳನ್ನು ಎಣಿಸಿಕೊ." ಅದೇಕೋ ನಾನು ಅದನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಲಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ನಾನು ಸತ್ಯವಾಗಿ ವಿಷಾದಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾವೇನಾದರೂ ಗುರೂಜಿಯವರು ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಶಾರೀರಿಕವಾಗಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿದ್ದರೆ, ಬಹುಶಃ ಇನ್ನೂ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ತಯಾರಾಗಿರುತ್ತಿದ್ದೇವೇನೋ. ಆದರೆ, ಅದು ಹೇಗೋ, ಒಂದು ಪವಾಡ ಜರುಗಬಹುದು ಎಂದು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಕೊನೆಯ ಗಳಿಗೆಯವರೆಗೂ ನಂಬಿದ್ದೆವು. ಋಷಿಗಳು ಎಲ್ಲಾ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವವರು ಎಂದು ನಾವು ಮರೆತುಬಿಟ್ಟಿದ್ದೆವು. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಈ ವಿಷಾದಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ಸಾಂತ್ವನವಿಲ್ಲ, ಪರಿಹಾರವಿಲ್ಲ. ಬೆಳೆಯುವುದೊಂದೇ ಪರಿಹಾರ. ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಎಲ್ಲಾ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಇದೆ.

ಈಗ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೂ ಉತ್ತರ ಸಿಗದಿರಬಹುದು. ಎಲ್ಲಾ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೂ ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ನಮಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಖಂಡಿತ ಅವಕಾಶವಿದೆ ಆದರೆ, ಅರಿಯಬೇಕಾದ ಜ್ಞಾನ ಇನ್ನೂ ಬಹಳಷ್ಟಿದೆ. ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮ್ಮ ಗೂಗಲ್ ಆಗಿದ್ದರು. ಯಾವುದೇ ವಿಚಾರಕ್ಕಾದರೂ ಅವರ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಮತ್ತು ಅವರು ಒಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಉತ್ತರ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಈಗ ಆ ರೀತಿಯ ಅವಕಾಶ ನಮಗೆ ಇಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಬೆಳೆಯಲು ಬೇಕಾದ ಎಲ್ಲಾ ಜ್ಞಾನವೂ ನಮಗೆ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ನಾವು ಅದರಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನೇ ಅವರು ಉಳಿಸಿ ಹೋಗಿರುವುದು. ಅಗತ್ಯವಾದ ಜ್ಞಾನ, ಅಗತ್ಯವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ನಾವು ಬೆಳೆಯಲು ಬೇಕಾಗಿರುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚನ್ನೇ ಉಳಿಸಿ ಹೋಗಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಬೆಳೆಯಬಹುದು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳೊಡನೆ ಮರು-ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಜ್ಞಾನದ ಸಾಗರಕ್ಕೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಪ್ರವೇಶ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಅದೇ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆ ಮತ್ತು ಅದೇ ನಮ್ಮ ಗುರಿ ಕೂಡ.

ಇತ್ತೀಚೆಗಷ್ಟೇ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು, ಕೆಲ ವಾಲಂಟಿಯರ್‌ಗಳು ಮಾತನಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು ಹಾಗೂ ಒಬ್ಬರು ಹೇಳಿದರು, ಈಗ ಗುರೂಜಿಯವರು ಚಿರಪರಿಚಿತರಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ ಚಿರಪರಿಚಿತವಾಗಿದೆ ಎಂದು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಲಯದಲ್ಲಿರುವ ಜನರು ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಬಲ್ಲರು. ಅವರ ಜ್ಞಾನ ಹರಡುತ್ತಿದೆ. ಅವರ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಹರಡುತ್ತಿವೆ. ಗುರೂಜಿಯವರ ಜ್ಞಾನದ ಬೆಳಕೇ ಜನರನ್ನು ಅವರ ಕಡೆಗೆ ಸೆಳೆಯುತ್ತಿರುವುದು. ಅವರು ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಸೇರದೇ ಇರಬಹುದು ಆದರೆ ಅದು ಹೇಗೋ ಅವರನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಪುಸ್ತಕಗಳಿಂದ, ಅವರ ಮಾತುಗಳಿಂದ, ಅವರ ವಿಡಿಯೋಗಳಿಂದ ಕಲಿತದ್ದನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಇತರರು ಗುರೂಜಿಯವರ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಬಗ್ಗೆ, ಅವರ ಜ್ಞಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದ ವಿಡಿಯೋಗಳು ಯುಟ್ಯೂಬ್‌ನಲ್ಲಿರುವುದು ನನಗೆ ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. "ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು" ಪುಸ್ತಕದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದ್ದನ್ನು ನಾನು ಕೇಳಿದ್ದೇನೆ. ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡುವ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಜಾಗೃತ ಪ್ರಯತ್ನ ನಮ್ಮ ಕಡೆಯಿಂದ ಆಗಿರದಿದ್ದರೂ ಅದು ಜರುಗುತ್ತಿದೆ. ಅದು ಅದ್ಭುತವಾದದ್ದು. ಅಂತರ್ಜಾಲಕ್ಕೆ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು. ಅದು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ. ಹಳೆಯ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಿದಾಗ, ಈ ಹೊಸ ಯುಗದ ಜ್ಞಾನವು ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕ್ರಾಂತಿಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದರೂ, ಜನರು ಈ ಜ್ಞಾನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಾಗ, ಅವರಿಗೆ ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾದ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಎರಡೂ ಕೈಗಳಿಂದ ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟರೂ, ಬೆರಳುಗಳ ಸಂದಿನಿಂದಲಾದರೂ ಅದು ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿ ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ನಾನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಅದೇ ರೀತಿ, ಗುರೂಜಿಯವರ ಜ್ಞಾನದ ಬೆಳಕು ಹರಡುತ್ತಿದೆ. ಅಂಧಕಾರ ಇನ್ನೂ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿರುವಾಗಲೂ, ಆ ಜ್ಞಾನ ಹರಡುತ್ತಿದೆ.

ಅವರು ನಮಗೆ ಜೀವನವನ್ನು ಬೇರೆ ಕೋನದಿಂದ, ಉನ್ನತ ಕೋನದಿಂದ, ಋಷಿಗಳು ನೋಡುವ ಕೋನದಿಂದ, ನೋಡುವಂತೆ ಮಾಡಿದರು. ನನಗೊಂದು ಉದಾಹರಣೆ ನೆನಪಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು, ಗುರೂಜಿಯವರು ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿನ, ಒಂದು ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರದ ಹೊರಗೆ ಇರುತ್ತಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ಭಿಕ್ಷುಕನ ಬಗ್ಗೆ. ಗುರೂಜಿಯವರು ಅವನಿಗೆ ಒಂದೆರಡು ರೂಪಾಯಿ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. "ಅವನಿಗೇಕೆ ಹಣ ಕೊಡುತ್ತೀರಿ? ಅವನು ಹೇಗಾದರೂ ಅದನ್ನು ಸೇದಿ ಮುಗಿಸುತ್ತಾನೆ," ಎಂದು ಒಬ್ಬರು ಟೀಕಿಸಿದರು. ಆ ಭಿಕ್ಷುಕ ಬೀಡಿಗಳನ್ನು ಸೇದುತ್ತಿದ್ದ. ಹಾಗಾದರೂ ಗುರೂಜಿ ಅವನಿಗೆ ಹಣ ಕೊಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದರು ಮತ್ತು ನಂತರ ಹೀಗೆ ವಿವರಿಸಿದರು, "ಆ ಭಿಕ್ಷುಕನಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ ಸಂತೋಷ ಪಡುವ ಎಲ್ಲಾ ಹಕ್ಕು ಇದೆ. ನಾನೊಂದು ಕಾಫಿ ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಕಾಫಿ ಸವಿಯಬಹುದು. ನನಗೆ ಆ ಅನುಕೂಲತೆ ಇದೆ. ಅವನಿಗೆ ಏನು ಅನುಕೂಲತೆಗಳಿವೆ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಅವನು ಬೀಡಿ ಸೇದುವುದಾದರೆ, ಅವನಿಗೆ ಈ ಚಿಕ್ಕ ಸಂತೋಷ ಪಡೆಯುವ ಎಲ್ಲಾ ಹಕ್ಕೂ ಇದೆ". ಅದು ಅವರು ಯಾವುದೇ ವಿಚಾರವನ್ನು ನೋಡುವ ಬೇರೆಯೇ ರೀತಿಯ, ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವಾಗಿತ್ತು.

(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 ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. 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)

ನಾವು ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ, ನಾವು ಬಹಳ ವಿಶೇಷ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ನಮಗೆ ಬರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾವು ನಂಬಲಿ ನಂಬದೇ ಇರಲಿ, ಅವರು ನಮ್ಮಲ್ಲಿದ್ದ ದೈವತ್ವವನ್ನು ನೋಡಬಲ್ಲವರಾಗಿದ್ದರು ಎಂಬುದು ವಾಸ್ತವ. ನಾನು ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಸಂಧಿಸಿದಾಗ, ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬಹಳವಾಗಿ ಮುಟ್ಟಿದ್ದು ಅವರ ಸರಳತೆ. ಅವರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಅಧಿಕಾರಯುತವಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವಾಗ, ಅವರು ಸತ್ಯದ ಅನುಭವವಾಗಿರುವ ಒಬ್ಬ ಗುರು ಎನ್ನುವುದು ನಮ್ಮ ಅರಿವಿಗೆ ಬರುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರು ದೇವರನ್ನು ಅರಿತಿದ್ದರು. ಅವರು ದೇವರನ್ನು ಅರಿತಿದ್ದರು ಹಾಗೂ ಅವರಿಗೆ ದೇವರನ್ನು ತಲುಪುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಿತ್ತು. ದೇವರಿಗೆ ಶರಣಾಗಲು ನಮಗೆ ಕೇವಲ ಒಂದು ಕ್ಷಣ ಸಾಕು ಎಂದು ನಮಗೆ ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾವು ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಶರಣಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ, ಶರಣಾಗತಿಯ ಆ ಒಂದು ಕ್ಷಣವನ್ನು ತಲುಪಲು ನಮ್ಮ ಇಡೀ ಜನ್ಮ ಅಥವಾ ಅನೇಕ ಜನ್ಮಗಳ ತಯಾರಿ ಬೇಕಾಗಬಹುದು.

ಒಂದು ತತ್ವವನ್ನು ವೈಚಾರಿಕವಾಗಿ ಅರಿಯಲು ಸಮಯ ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಾವು ಸತ್ಯವನ್ನು ನುಡಿಯಬೇಕು. ಇದನ್ನು ವೈಚಾರಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅರಿಯಲು ಸುಲಭ ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಆಚರಿಸಲು, ಅದನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು, ಒಂದು ಜೀವಿತಾವಧಿ ಬೇಕಾಗಬಹುದು.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ಜನರು ತಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಷಯಗಳಾದ ನೌಕರಿ ಅಥವಾ ಮದುವೆ ಅಥವಾ ಆರೋಗ್ಯ ಇವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ, ಅವರು ಬಹಳ ನಿಖರವಾಗಿ, "ಹೀಗೆ ಮಾಡು, ಹೀಗೆ ಮಾಡಬೇಡ," ಎಂದು ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಬಹಳ ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿರುತ್ತಿತ್ತು. ನಾನು ಒಳಗಾಗಬೇಕಿದ್ದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೊಂದರ ಬಗ್ಗೆ ಅವರನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ, "ನೀನು ಇದರ ಅನುಭವ ಪಡೆಯಬೇಕಾಗಿದೆ. ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಳಗಾಗು," ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅವರು ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ, "ಅಮರ ಇಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ," ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದು ಸರಳ. ಅದು ದೇವರಿಂದ ಬಂದ ಸಲಹೆಯಂತೆ ಇರುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಸದಾ ಋಷಿಗಳ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾನು ಬಹುಶಃ ಮೊದಲು ಕೂಡ ಒಮ್ಮೆ ಹೇಳಿದ್ದೆ, ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ – ನನ್ನ ನೌಕರಿಗೆ ಸಂಬಂಧವಾಗಿ ಅವರ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಅವರಿಗೆ ದೂರವಾಣಿ ಕರೆ ಮಾಡಿದೆ ಮತ್ತು ಅವರು "ನೀನು ಬಾ" ಎಂದರು. ಆ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಕೋರಮಂಗಲದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಾನು ತಲುಪಲು ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಸಮಯ ಬಹುಶಃ ಒಂದೂವರೆ ಗಂಟೆಗಳಾಗಿತ್ತು. ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದಾಗ ನನಗೆ ಬಹಳ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಿದರು. "ನೀನು ನನಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿದಾಗ ನಾನು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತೆ, ಏಕೆಂದರೆ ನಿನಗೆ ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡಬೇಕಿತ್ತು," ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಅವರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಸದಾ ಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುತ್ತಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಅದು ಅವರ ವಿನಯತೆ. ನಾವು ಯಾವುದಾದರೂ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದಾಗ ಅವರು ಆ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿರುವ ಸೌಂದರ್ಯದ ಕಡೆ ಲಕ್ಷ್ಯವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಹೂವುಗಳನ್ನು ಜೋಡಿಸಿಟ್ಟ ರೀತಿ, ಪೀಠೋಪಕರಣಗಳ ಬಣ್ಣ, ಗೋಡೆಗಳು, ಪರದೆಗಳು ಅಥವಾ ಬಿಡಿಸಿದ ರಂಗೋಲಿ. ಮತ್ತು ಏನಾದರೂ ಸರಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಅದನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಮತ್ತು ಅವರು ಜನರಲ್ಲಿರುವ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತಿದ್ದುದೂ ಸಹ ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲೇ. ಅವರು ಸದಾ ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದರು.

ಅವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಜನರು ಸಮಾಧಾನ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು, ನಿರಾಳವಾಗಿರುತ್ತಿದ್ದರು ಮತ್ತು ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಚಿಂತೆಗಳನ್ನು ಮರೆತುಬಿಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಮತ್ತು ಅವರಲ್ಲೇನೋ ಒಂದು ವಿಷಯ, ನಮಗೆ ಆಗ ಅರ್ಥವಾಗದೇ ಇದ್ದುದು ಒಂದಿತ್ತು; ಅದೇನೋ ನಾವು ಅವರಿಗೆ ಬಹಳ ಸಮೀಪವಿರುವಂತಹ ಭಾವ. ಆದರೆ ಅವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವಾಗ ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿರುವ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿತ್ತು ಎಂದು ಹೇಳಬೇಕು ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತಿದೆ. ಮಾಸ್ಟರ್ ಎಖಾರ್ಟ್ ಟೋಲ್‌ರವರು, "ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು" (living in the now) ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಗುರೂಜಿಯವರೊಂದಿಗಿದ್ದಾಗಲೆಲ್ಲಾ, ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ನಾವು ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಸವಾಲೆಂದರೆ, ಅದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುವುದು, ಅದನ್ನು ನಾವು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಇಲ್ಲದ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲೂ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು. ಒಂದು ದಿನ ನಾವು ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ನನಗೆ ಖಚಿತವಾಗಿದೆ.

ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ, ಯಾವ ಜನರು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೋ, ಯಾವ ಜನರು ಗುರೂಜಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೋ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೋ, ಅದು ಹೇಗೋ ಅವರ ಜೀವನವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರ ಜೀವನದ ಸಂಗತಿಗಳು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಮತ್ತು ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡಿರುವುದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಪದಗಳು – ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮದ ಕೊಡೆಯ ಕೆಳಗೆ ಆಶ್ರಯವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು. ■

ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ಕಳೆದ ಒಂದು ವರ್ಷದಿಂದ ನನ್ನ ಧ್ಯಾನ ಉತ್ತಮವಾಗಿಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಬಹಳಷ್ಟು ಆಲೋಚನೆಗಳು ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸುತ್ತಿವೆ. ಏಕೆ ಹೀಗಾಗುತ್ತದೆ?

ಉ: ಉತ್ತಮ ಮಟ್ಟದ ಧ್ಯಾನ ಆಗದಿರುವುದಕ್ಕೆ ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳಿರಬಹುದು. ಒಂದು ಮೂಲ ಕಾರಣ ನಾವು ಧ್ಯಾನದ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದಾಗಿರಬಹುದು. ನಂತರ, ಬೇರೆ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊರ ಹೊಮ್ಮಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ? ನನಗೆ ಅನಿಸುವಂತೆ, ಈ ಅಂಶಗಳು ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನದ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಆಲೋಚನೆಗಳು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ತೊಂದರೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಾನು ಭಾವಿಸುವಂತೆ ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣ ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪಾಲುಗೊಳ್ಳುವುದು. ನಾವು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅನಾವಶ್ಯಕವಾದವುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು ಮತ್ತು ನಾವು ದೇವರ ಜೊತೆ ಹೆಚ್ಚು ಇರುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರ: ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರದ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಪುನಃ ನಾವು ನಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆಗಳ ಎಲ್ಲ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ಕಾಣಲಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಏಕೆ ಹೀಗಾಗುತ್ತದೆ?

ಉ: ಧ್ಯಾನ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಸಮಚಿತ್ತತೆಯನ್ನು ತಂದುಕೊಡುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನ ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅತಿರೇಕದ ಭಾವನೆಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳಿದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬಹುಶಃ ತಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದೇ ಇರುವಾಗ, ಅತಿರೇಕದ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗಿರಬಹುದು. ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ನಮಗೆ ನಾವೇ ಶಾಂತ ಮನಸ್ಕರಾಗಿರಬಹುದು. ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಬೆಳಕು ಇದೆ ಎಂಬ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವಂತೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು. ನಾವು ದೈವೀ ಚೈತನ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು. ಅಷ್ಟೆ ಅಲ್ಲ, ನಮಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗದೇ ಇದ್ದಾಗ, ದೈವದ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ ನಾವು ಈ ರೀತಿಯ ತೀವ್ರವಾದ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವರ್ತನೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾನು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳಿಸಿದರೆ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ವಿಮೋಚನೆ ಹೊಂದುತ್ತಾನೆಯೇ?

ಉ: ವಿಮೋಚನೆ ಅಥವಾ ಮುಕ್ತಿ ಇವೆಲ್ಲಾ ದೊಡ್ಡ ಪದಗಳು. ಬೇರೆಯವರು ಏನನ್ನಾದರೂ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆತ್ಮದ ವಿಮೋಚನೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಬೇರೆಯವರು ನಮಗೆ ಬೆಳಕು ಕಳಿಸಿದಾಕ್ಷಣ ನಾವು ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಶ್ರಮ ಪಡಬೇಕು. ಆದರೆ ಬೇರೆಯವರು ಕಳಿಸಿದ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಈ ಬೆಳಕು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳೇ ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯಲು ನಮ್ಮನ್ನು ಅರ್ಹರನ್ನಾಗಿಸುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರದಿರುವಂತೆ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ಹೇಗೆ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು? ರಕ್ಷಣೆ ಪಡೆಯಲು ಯಾವುದಾದರೂ ರಕ್ಷಾಕವಚ ಇದೆಯೇ?

ಉ: ಹೌದು, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಋಷಿಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಾಕವಚಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೇವೆ. ಇಲ್ಲಿ ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ, ಋಷಿಗಳು ಆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ರಕ್ಷಾಕವಚವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ರಕ್ಷಾಕವಚ ಚೈತನ್ಯದ ರಕ್ಷಾಕವಚ ಅಥವಾ ಬೆಳಕಿನ ರಕ್ಷಾಕವಚವೆಂದು ಹೇಳೋಣ. ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ದುಷ್ಟ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ರಕ್ಷಾಕವಚ ಕೊಡದೇ ಇದ್ದರೂ, ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ರಕ್ಷಾಕವಚವನ್ನು ತನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಪಡೆದಿರುತ್ತಾನೆ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಒಳ್ಳೆಯತನ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ರಕ್ಷಾಕವಚದಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮನ್ನು ಶುದ್ಧವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಈ ರಕ್ಷಾಕವಚವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಪ್ರ: ದೇವರಿಗಾಗಿ ಹಂಬಲಿಸುವುದನ್ನು ನೀವು ಹೇಗೆ ವಿವರಿಸುತ್ತೀರಿ? ಈ ಹಂಬಲ ಎಲ್ಲಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ?

ಉ: ನನಗೆ ತಿಳಿದಂತೆ ಈ ಹಂಬಲ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಗಾಢವಾಗಿ ಪ್ರೀತಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದರೆ ಅವನಿಗಾಗಿ ಹಂಬಲಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರ: ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆಯೋ ಅಥವಾ ದೇವರೇ ನಮ್ಮನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆಯೋ?

ಉ: ನನಗನ್ನಿಸುವಂತೆ, ನಾವೇ ದೇವರನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ದೇವರ ಕುರಿತಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಈಗಾಗಲೇ ಅವನು ನಮ್ಮನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ನಮಗಾಗಿ ದೇವರ ಬಾಗಿಲು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ತೆರೆದಿರುತ್ತದೆ. ಅವನೆಡೆಗೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ನಾವು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು.

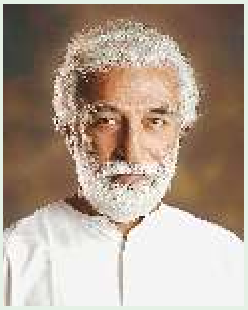
ಪ್ರ: ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಜನರು ಧರ್ಮಾಚರಣೆಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಉ: ನಾನು ಭಾವಿಸಿರುವಂತೆ ನಾವು ಏನೂ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಕಾಯಬೇಕು. ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಏನನ್ನು ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆಯೋ ಅವು ಉತ್ತಮ ದಾರಿಗಳೆಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಮಗೆ ಉತ್ತಮ ದಾರಿಗಳು ಗೊತ್ತಿರುವಾಗ, ಹಳೆಯ ದಾರಿಗಳನ್ನೇಕೆ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವಿಲ್ಲಿ ಹೇಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಹಳೆಯ ಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವವರು ತಪ್ಪು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು ನಾವು ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಬೇರೆಯವರು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಅವಕಾಶ ಕೊಡಬೇಕು. ಕಲಿಯಲು, ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಕಾಲಾವಕಾಶ ಕೊಡಬೇಕು. ■

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/-
ಅನೇಕಲ್ಲಿನ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	120/-
ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು	100/-
प्रकाशवाट (Marathi)	150/-
आयुगुरूजी (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 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

ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆಯಲಾಗದೆ ಬಹಳ ಕಾಲದವರೆಗೂ ಇದ್ದಲ್ಲೇ ಇದ್ದರೂ, ಗುರೂಜಿ, ಅಮರಾಜೀ ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲಾ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಆಶೀರ್ವಾದ ಹಾಗೂ ಚೈತನ್ಯದಿಂದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ ಎಂಬ ಸತ್ಯ ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ದೊರೆತಿರುವ ಎಲ್ಲದ್ದಕ್ಕೂ ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಕೃತಜ್ಞಳಾಗಿದ್ದೇನೆ ನನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ಕ್ಲಿಷ್ಟಕರ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಂಡು ಜೀವನವನ್ನು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿ ಮುಂದುವರೆಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿರುವುದಕ್ಕೆ ಅವರುಗಳ ಅನುಗ್ರಹ ಹಾಗೂ ಚೈತನ್ಯಗಳೇ ಕಾರಣ. ನಿಮಗೆ ನನ್ನ ಅನಂತಾನಂತ ವಂದನೆಗಳು.

– ಸತ್ವಜಯ್ ತೋಕಲ್

ಮಾನಸ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಸೇರಿದಾಗಿನಿಂದ, "ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು" ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದಿದಾಗಿನಿಂದ, ನನ್ನ ಜೀವನ ಬದಲಾಗತೊಡಗಿದೆ. ಧ್ಯಾನ, ಗುರೂಜಿಯವರ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದ ಮೂಲಕ ನಾನು ಈಗ ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೊಸ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ.

ಕಳೆದ ಆರು ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಗುರೂಜಿಯವರ ಅನೇಕ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಿದೆ ಹಾಗೂ ಅವರು ಹಂಚಿಕೊಂಡ ವಿಚಾರಗಳ ಆಳವನ್ನು ತಿಳಿದು ಬೆರಗುಗೊಂಡೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪುಸ್ತಕ ಓದಿದಾಗಲೂ, ಸತ್ಯದ ಹೊಸ ಆಳಗಳಿಗೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇದನ್ನು ವರ್ಣಿಸಲು ಪದಗಳೇ ಇಲ್ಲ. ಈ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ನಾನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಕೃತಜ್ಞನಾಗಿದ್ದೇನೆ.

– ಪ್ರೇಮ್ ಆನಂದ್

ಒಂದು ದಿನ, ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲಾ ಗೊಂದಲಗಳಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಭೂಮಿಯು ಚಿಕ್ಕದಾಗುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತಿರುವಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು ಮತ್ತು ಅಖಂಡ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿದೆ. ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಯ ತೊಂದರೆಗಳು ಎಷ್ಟು ಕ್ಷುಲ್ಲಕವಾಗಿವೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಚಿಂತನೆಗಳು ಎಷ್ಟು ಸಂಕುಚಿತ ಎಂಬ ಅರಿವುಂಟಾಯಿತು. ನಾವು ಈ ಜೀವನವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಅರ್ಥಗರ್ಭಿತವಾಗಿ, ವಿಶಾಲ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ನಡೆಸಬಹುದು ಎಂದು ಅನ್ನಿಸಿತು.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಶ್ವವೂ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ವಿಶ್ವಗಳ ಒಂದು ಅಣು ಎನಿಸತೊಡಗಿತು, ಅದರ ಆಳವನ್ನು ಅಳೆಯಲು ಅಸಾಧ್ಯವೆಂದೆನಿಸಿ ತಲೆ ತಿರುಗಿದಂತಾಯಿತು. ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಎಂಬುದು ಒಂದು ವಿಪರ್ಯಾಸ ಎಂದೆನಿಸಿತು, ಗ್ರಹಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿದೆ ಮತ್ತು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಸಹ ಒಂದೊಂದು ಸಣ್ಣ ವಿಶ್ವವಿದ್ದ ಹಾಗೆ. ಕಿಡಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಸಾಗರಕ್ಕೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿಲ್ಲ, ನಮ್ಮ ಮತ್ತು ದೇವರಲ್ಲಿ ಕೂಡ; ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಅಂತ್ಯವಿಲ್ಲದ ಪ್ರತಿಫಲನದಂತೆ. ನಾವು ವಿಸ್ತರಿಸುವುದಾಗಲೀ, ಸಂಕುಚಿಸುವುದಾಗಲೀ ಬೇಕಿಲ್ಲ, ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿದ್ದರೆ ಅಷ್ಟೇ ಸಾಕು. ತಂತ್ರಗಳಿರುವುದು ಮನಸ್ಸನ್ನು ದಣಿಯುವಂತೆ ಮಾಡಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ತಲುಪುವಂತೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ.

– ಒಬ್ಬ ಸಾಧಕ

ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿ, ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಮತ್ತು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಂತೃಪ್ತ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ. ನನಗೆ ಋಷಿಗಳೊಡನೆ ನಿರಂತರ ಸಂಪರ್ಕವಿದ್ದು ಅವರಿಂದ ದಿನವಿಡೀ ರಕ್ಷಣೆ ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಸಿಗುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನ ಜೀವನದ ಉದ್ದೇಶದ ಅರಿವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಸಫಲಗೊಳಿಸುವುದರ ಕಡೆಗೆ ಹೆಜ್ಜೆಯಿಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

– ತನ್ವಿ ಭಟ್

ಮೊದಲು ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ಇದ್ದ ಅರ್ಥ ಈಗ ಬದಲಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ಅದು ಇದ್ದಂತೆಯೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ವಭಾವ ಬೆಳೆದಿದೆ ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ನಂಬಿಕೆ ಬಂದಿದೆ. ತಾಳ್ಮೆಯ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ತೀವ್ರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಜಾರಿಯಲ್ಲಿವೆ. ನನ್ನ ವೃತ್ತಿಪರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಅವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿದ್ದರೂ ನನ್ನ ನಂಬಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ಈ ಎಲ್ಲಾ ತೊಂದರೆಗಳೂ ಮುಂದೆ ಬರುವ ಒಳ್ಳೆಯ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶಗಳೆಂದು ತೋರುತ್ತಿದೆ. ನಾನು ಈಗ ಪ್ರಸ್ತುತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸುವುದೋ ತಿಳಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ಈ ಎಲ್ಲಾ ಅವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ನಡುವೆಯೂ ಜೀವನ ಅದ್ಭುತವಾಗಿದೆ.

– ಪುಷ್ಕರ್ ಪಟ್ಕಿ

ಕೋವಿಡ್ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದಾಗಿ ಜೀವನದ ಅನೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಬದಲಾದರೂ ಈ ಧ್ಯಾನ ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಿಂದಾಗಿ ಪ್ರಶಾಂತ ಮನದಿಂದ ಅದಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಮತ್ತು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಸಪ್ತಋಷಿ ಮಾರ್ಗ, ಗುರೂಜಿ ಹಾಗೂ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಗಳಿಂದ, ನಾವು ಸದಾ ಉತ್ತಮ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು ಆಗ ನಮಗೆ ಯಾವುದೇ ತೊಂದರೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಆಗ ದೇವರು ಸದಾ ನಮಗೆ ದಾರಿ ತೋರಿಸುತ್ತಾನೆ ಎಂಬುದು ಅರ್ಥ ಆಗಿದೆ.

– ಪ್ರತಿಮಾ ವಡ್‌ಗಾಮ

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