ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂಪುಟ 18 ಸಂಚಿಕೆ 06 ಜೂನ್ 2021 ರೂ.25

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

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಫೆಬ್ರುವರಿ 2004ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ಬಹಳ ಚಳಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಬಹಳ ಸೆಕೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ಸಂತೋಷದಿಂದಿರುತ್ತೇವೆ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ದುಃಖಿಗಳೂ ಹತಾಶರೂ ಆಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಈ ಪ್ರಜ್ಞಾಲೋಕದಲ್ಲಿ ಇದೆಲ್ಲ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ದೈವತ್ವಕ್ಕೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಾಗ, ನಾವು ದ್ವಂದ್ವಾತೀತರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ.

ಯಾವಾಗಲೂ, ಕೇವಲ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ನಾನು ಅರಿತುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಯಾವಾಗಲೂ ಒಂದು ಕ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವುದು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಒಬ್ಬ ಗಾಂಧಿ, ಒಬ್ಬ ಕ್ರಿಸ್ತ ಹಾಗೂ ಒಬ್ಬ ಅಮರ.

ಅಮರರವರ ಕೆಲಸವನ್ನು ನಾವಿನ್ನೂ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಿದೆ. ಅವರು ಕೆಳತಂದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಿದೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಇನ್ನೂ ಅನುಸರಿಸಬೇಕಿದೆ. ಆದರೆ ಜಗತ್ತು ಇದನ್ನು ಕ್ರಮೇಣ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕ್ರಾಂತಿಯು ಜಗತ್ತಿನ ಜೀವನ ಹಾಗೂ ನಿಯತಿಯನ್ನು ಮೌನವಾಗಿ ಬದಲಿಸುತ್ತದೆ.

ಮೌನ, ಗಾಂಭಿರ್ಯ ಮತ್ತು ಅಗಾಧ ಆಂತರಿಕ ಶಕ್ತಿ, ನಾವು ಅವರ ಪದತಲದಲ್ಲಿ ಕಲಿತ ಕೆಲವು ಪಾಠಗಳು. ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಬದುಕಬೇಕು ಹಾಗೂ ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೇಗೆ ಸುಧಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಅವರು ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿದರು. ಸಂಘರ್ಷಗಳು, ವಿವಾದಗಳು ಮತ್ತು ಜಗಳಗಳನ್ನು ನಾವು ದೂರವಿರಿಸಿದ್ದೆವು ಹಾಗೂ ಈಗಲೂ ಅವುಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಕೆಲಸದಿಂದ ದೂರ ಇಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ. ಹಿಂದೆಂದೂ ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಿರದ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಅವರು ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿದರು. ಅಮರರವರು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಬೆಳಕಾಗಿದ್ದರು, ಅವರ ಶಾರೀರಿಕ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯಿಲ್ಲದೆಯೂ ಆ ಬೆಳಕು ಯುಗಯುಗಾಂತರಗಳವರೆಗೆ ಹೊಳೆಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಅಮರರವರು ಸದಾ ಜೀವಂತ.

ಪ್ರಳಯ ಅಂದರೆ ಬದಲಾವಣೆ. ಈಗ ಅದು ವೈಯಕ್ತಿಕ, ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹಾಗೂ ಜಾಗತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತರುತ್ತಿದೆ. ಎಲ್ಲ ಬದಲಾವಣೆಗಳು, ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದವು ಕೂಡ, ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ನವಯುಗಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತವೆ.

ಬೆಳಕು ಬೆಳಗಲಿ. ■

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 ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಮಾರ್ಚ್ 2021ರ ವರೆಗೆ ರದ್ದುಪಡಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಪಿಡುಗು ಇನ್ನೂ ನಿಂತಿಲ್ಲದಿರುವುದನ್ನು ಮತ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಇನ್ನೂ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಾ ಮುಂದಿನ ಸೂಚನೆಯುವರೆಗೆ 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:

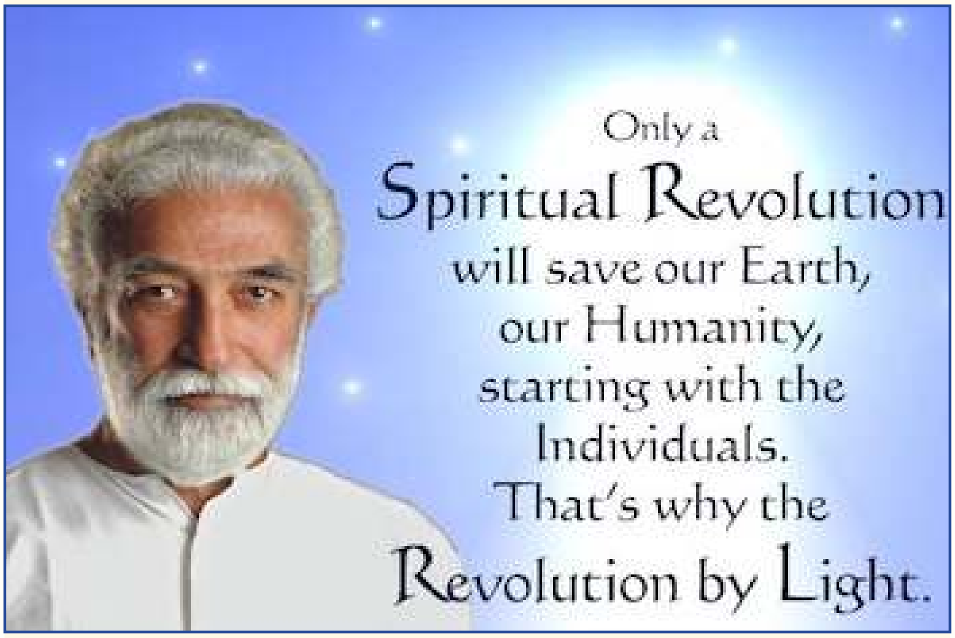
https://www.lightagemasters.com/lc_live
https://www.facebook.com/lightchannels
https://youtube.com/RevolutionByLight

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.



ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆಗಳು

- ದಿನಾಂಕ 23-05-2021ರಂದು ಗುರೂಜಿಯವರ 82ನೇ ಜನ್ಮ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವನ್ನು, ಲಾಕ್‌ಡೌನ್‌ನ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ನೂರಾರು ಧ್ಯಾನಿಗಳು ತಮ್ಮ ಮನೆಗಳಿಂದಲೇ ಜೊತೆಗೂಡಿ ಆಚರಿಸಿದರು. ಈ ವಿಶೇಷ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ನಡೆಸಲಾಯಿತು.
- ಓರಿಯೆಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯನ್ನು ಮೇ 05, 2021ರಂದು ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ನಡೆಸಲಾಯಿತು. ಸುಮಾರು 220 ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಈ ಲೈವ್ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದರು. ಅನೇಕರು ಋಷಿಗಳ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯ ಅನುಭವ ಪಡೆದರು ಮತ್ತು ಆಳವಾದ ಶಾಂತತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರು.
- ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್‌ನ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಮರು-ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿನಂತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇಚ್ಛಿಸುವ ಹೊಸ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕೂಡ ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಶ್ರೀ ಮನೋಜ್ ಛೋಪ್ರಾ ಅವರಿಗೆ ಮೆಸೇಜ್ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ಮಾನಸ ಕಛೇರಿಗೆ ಅಥವಾ ಮನೋಜ್ ಛೋಪ್ರಾ ಅವರಿಗೆ ಇ-ಮೈಲ್ ಕಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ಹೀಲಿಂಗ್ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆಯಲು ಇಷ್ಟಪಡುವ ಹೀಲಿಂಗ್ ಗ್ರೂಪಿನ ಸದಸ್ಯರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಮರು-ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿನಂತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇಚ್ಛಿಸುವ ಹೊಸ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕೂಡ ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಶ್ರೀ ಮನೋಜ್ ಛೋಪ್ರಾ ಅವರಿಗೆ ಮೆಸೇಜ್ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ಮಾನಸ ಕಛೇರಿಗೆ ಅಥವಾ ಮನೋಜ್ ಛೋಪ್ರಾ ಅವರಿಗೆ ಇ-ಮೇಲ್ ಕಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

02	ಬುಧ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
08	ಮಂಗಳ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
10	ಗುರು	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
		ಸೂರ್ಯಗ್ರಹಣ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1.42 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 6-41
13	ಭಾನು	ಕಲ್ಕಿ ಭಗವಾನರ ಜನ್ಮ ದಿನೋತ್ಸವ
18	ಶುಕ್ರ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
20	ಭಾನು	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
24	ಗುರು	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 1

ಜೂನ್ 10ರಂದು ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1-42 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 6-41ರವರೆಗೆ ಸೂರ್ಯಗ್ರಹಣ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಗ್ರಹಣದ ಪೂರ್ಣ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ದಯವಿಟ್ಟು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿ.

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

ಭಾನುವಾರದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ಲೈವ್ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ವಿವರಗಳಿಗೆ ಮಾನಸ ಕಛೇರಿಗೆ ಇ-ಮೇಲ್ ಮೂಲಕ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳಿಂದ ಬಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ನಾನು ಒತ್ತಡಕ್ಕೊಳಗಾದಾಗ ಅಥವಾ ಸುಸ್ತಾಗಿರುವಾಗ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಅದು ನನಗೆ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ.

–ಶುಭ ಎಮ್., 10ನೇ ತರಗತಿ, ಸೇಂಟ್ ಫಿಲೋಮಿನ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಈಗ ನನಗೆ ಸಮಾಧಾನ, ನಿಶ್ಚಲತೆ ಮತ್ತು ತುಂಬಾ ಶಾಂತಿಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನನ್ನ ಬಹಳಷ್ಟು ಕೆಟ್ಟ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಹೊರಟು ಹೋದವು.

–ಡಯಾನ ಫ್ಲಾತಿಮಾ, 10ನೇ ತರಗತಿ, ಸಿಟಿಝುನ್ ಹೈ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರ್

ನಾನು ರಾತ್ರಿ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ತಾಜಾ ಆಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಾನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿದ್ದೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಪ್ರತಿ ರಾತ್ರಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಕೋಪಗೊಂಡಾಗಲೆಲ್ಲ ಬೆಳಕನ್ನು ನೆನಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಅದು ನನ್ನನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಧಾನವಾಗಿ ಅದು ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ.

ನಿಧಿ ಬೈಡ್, 9ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್ ಮೂಥ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಲಮ್, ಚೆನ್ನೈ

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಅದು ನನ್ನನ್ನು ಫ್ರೆಷ್ ಮತ್ತು ಚುರುಕಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ನನ್ನನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕಲ್ಪನಾ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ.

–ಕಲ್ಯೆ ಸೆಲ್ವಿ ಇ., 8ನೇ ತರಗತಿ, ತಾಯಮ್ಮಾಳ್ ಮಿಡಲ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಕುಲಸೇಕರನ್ ಪಟ್ಟಿನಮ್

ನಾನು ಕಳೆದ ಐದು ದಿನಗಳಿಂದ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಐದು ದಿವಸಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ ವಿಷಯಗಳು ನಡೆದು ಹೋದವು ಮತ್ತು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಮೌನ ಆವರಿಸಿದೆ. ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳಿದ್ದವು. ನನ್ನ ಸಹೋದರ ಕ್ಷೇಮವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮನೆಗೆ ಬರಬೇಕೆಂದು; ಅನಾರೋಗ್ಯದ ಕಾರಣದಿಂದ ರಜೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ನನ್ನ ತಾಯಿ ಮತ್ತೆ ಕಛೇರಿ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸೇರಬೇಕೆಂದು; ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ತೊಂದರೆಯಾಗುತ್ತಿರುವ ತಂದೆಯ ಪ್ರಕರಣ ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ಬರಬೇಕೆಂದು; ನನ್ನ ಸಹೋದರಿ ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು, ನಾನು ಬಯಸಿದ್ದೆ. ನನ್ನನ್ನು ನಂಬಿ, ಅವೆಲ್ಲಾ ಸಫಲವಾಯಿತು ಮತ್ತು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದೇನೆ.

–ಎಸ್. ಜನನಿ, 10ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್ ಮೂಥ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಲಮ್, ಚೆನ್ನೈ

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ನನ್ನ ಕೋಪವನ್ನು ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಶಾಂತಳಾಗಿರಬಲ್ಲೆ. ನಾನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಏನೇ ಮಾಡಿದರೂ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಯಾವುದೇ ಭಯ ಇಲ್ಲದೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

–ಪ್ರಿಯಾಂಕ ಕೆ., 10ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್ ಮೂಥ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಲಮ್, ಚೆನ್ನೈ

ನಾನು, ನನ್ನ ಸಹೋದರ ಮತ್ತು ಸಹೋದರಿಯ ಜೊತೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಜಗಳವಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ, ನನ್ನ ತಾಯಿ ನನಗೆ ಹೇಳಿದರು, “ನಿನ್ನ ನಡವಳಿಕೆ ಬದಲಾಗಿದೆ. ಈಗ ನೀನು ನಿನ್ನ ಸಹೋದರ ಮತ್ತು ಸಹೋದರಿಯ ಜೊತೆ ಮೃದುವಾಗಿರುವೆ.” ನನಗೆ ಖುಷಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಚುರುಕಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಕಲಿಸಿದ್ದಕ್ಕೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

–ನಂದಿನಿ ಆನಂದ್ ಎಸ್., 9ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್ ಮೂಥ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಲಮ್ ಚೆನ್ನೈ

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ನನಗೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ. ನನಗೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅಸಮಾಧಾನವಾದಾಗ ಅಥವಾ ಅಳಬೇಕು ಅನಿಸಿದಾಗ, ನಾನು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿರಬೇಕೆಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸುವೆ. ಅದು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಬೇರೆ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಬೃಹತ್ತಾದ ಚೈತನ್ಯವೂ ನನ್ನೊಳಗೆ ಬರುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ.

ಒಮ್ಮೆ, ನಾನು ನನ್ನ ತಂದೆಯ ಜೊತೆ ವಾದ ಮಾಡಿದೆ. ನಂತರ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಲು ಶುರು ಮಾಡಿದೆ. ನಾನು ಅದರೊಳಗೆ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಮುಳುಗಿಹೋಗಿದ್ದೆ, ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ತುಂಬಾ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ನನಗೆ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ತೆರೆಯಲು ಆಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಎಲ್ಲಿದ್ದೀನಿ ಎಂಬುದನ್ನೇ ನಾನು ಪೂರ್ತಿ ಮರೆತು ಹೋಗಿದ್ದೆ. ನನಗೆ ಸಮಾಧಾನವೆನಿಸಿತು ಮತ್ತು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿತ್ತು.

–ಸಾಯಿ ಶ್ರೀಜಾ ಎಮ್., 10ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್ ಮೂಥ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಲಮ್ ಚೆನ್ನೈ

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ ಹೋದ ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಈ ವರ್ಷ ನನ್ನ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿಯು ಹೆಚ್ಚಿದೆ.

–ಮನೋಜ್ ಡಿ., 9ನೇ ತರಗತಿ, ಸೇಂಟ್ ಫಿಲೋಮಿನ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನನಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಲು ಇಷ್ಟ ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತಾಜಾ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನನಗೆ ಏನೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದ್ದರೆ, ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ, ಆ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರವಾಗುತ್ತದೆ.

–ಅರ್ಪಿತ ಬಿ.ಪಿ., 9ನೇ ತರಗತಿ, ಸೇಂಟ್ ಫಿಲೋಮಿನ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಮೊದಲನೇಯ ಬಾರಿ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ತಲೆಯಿಂದ ಕಾಲು ಬೆರಳಿನವರಗೂ ಅದರ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ.

–ಚಿದಂಬರ ಗಣಪತಿ ವಿ., 4ನೇ ತರಗತಿ, ಪಿ. ಎಸ್. ಮಿಡಲ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಕುಲಶೇಕರನ್ 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

ಜುಲೈ 2006

ನನಗೆ ಜನರು ಮೇಲ್‌ಗಳನ್ನು ಕಳಿಸುತ್ತಾರೆ, ಪತ್ರಗಳನ್ನು ಬರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಹೊಸದಾಗಿ ಸೇರಿರುವವರು, ಸಾಧನೆಯ ಅರಂಭದ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿರುವಾಗ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೀಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಕಳೆದ ವಾರ ಇಂತಹವು ಬಹಳವಿದ್ದವು. ಅವು ಈಗಲೂ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿದಿವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರು ಜೀವನದ ಎಲ್ಲ ಕ್ಷೋಭೆಗಳಿಗೂ ಧ್ಯಾನವನ್ನೇ ಕಾರಣವಾಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, "ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದ ಮೇಲೆ, ನನಗೆ ತಲೆ ನೋವು ಬಂದಿದೆ; ನನಗೆ ಗೊಂದಲಗಳುಂಟಾಗಿವೆ," ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯವೂ ಕೂಡ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರು ಇವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಇದನ್ನು ಏಕೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆಂದರೆ ಜನರಿಗೆ ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಅದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ದೇವರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆಯಿರುವುದು ದೇವರ ಬಗ್ಗೆಯೇ! ಅದು ತುಂಬಾ ದುಃಖದ ಸಂಗತಿ. ಇಲ್ಲವಾದರೆ ನಾವು ಬರಿ ವಿಗ್ರಹಗಳನ್ನು ಪೂಜಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ದೇವರು ನಮ್ಮೊಳಗೇ ಇರುವನು, ನಮ್ಮ ಹೃದಯದೊಳಗೆ. ಅಮರರವರು ಹಾಸ್ಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು, "ದೇವಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವ ದೇವತೆಗಳು, ಭಕ್ತರುಗಳ ಹೆದರಿಕೆಯಿಂದ, ಪೂಜಾರಿಗಳ ಹೆದರಿಕೆಯಿಂದ, ಎಲ್ಲೊ ಬಚ್ಚಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ!"

ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆಯಿರುವುದು ದೇವರ ಬಗ್ಗೆಯೇ. ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಜನರು ಹೆದರಿದ್ದಾರೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿನ ಎಲ್ಲಾ ಸಂತೋಷವನ್ನು, ಜೀವನದಲ್ಲಿನ ಎಲ್ಲ ಲಾಭಗಳನ್ನು ಧ್ಯಾನ ತರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ದಿನದ ಧ್ಯಾನ ಕೂಡ ಲಾಭವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಅದು ಹೇಗೋ ಜನರು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಟಕ್ಕೆ, ತಾಂತ್ರಿಕರಿಗೆ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಾನು 1988ರಲ್ಲಿ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ, ಬಹಳ ಉತ್ಸುಕನಾಗಿದ್ದೆ. ಮೊದಲನೆಯ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿಯೇ, ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯೇ, ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಕೊಡಬೇಕೆಂದು ಬಯಸಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಉತ್ಸುಕತೆ ಇತ್ತು. ಆದ್ದರಿಂದ ಮುಂದಿನ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪ್ರಯಾಣದ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕೊಟ್ಟೆ. ಆ ವಿಶೇಷವಾದ ತಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪುನರುಚ್ಚರಿಸಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಂಡ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅದನ್ನು ಬಹಳ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರು. ಅವರು ಒಂದು ತಪ್ಪನ್ನು ಮಾಡಿದರು. ಮನೆಯಲ್ಲಿ, ಅವರು ಮಂತ್ರವನ್ನು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಪುನರುಚ್ಚರಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಜನರಿಗೆ ಹೆದರಿಕೆಯಾಯಿತು ಮತ್ತು ಅವರು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಬೆದರಿಸಿದರು. ಅವರುಗಳು ಅದು ಮಾಟ, ಆತ್ಮಗಳನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸುವುದು ಮುಂತಾಗಿ ಯೋಚಿಸಿದರು.

ಹೇಗೇ ಆಗಲಿ, ಇವುಗಳೆಲ್ಲ ತಪ್ಪು ತಿಳಿವಳಿಕೆಗಳು. ಜನರು ನಮ್ಮ ಬಳಿ ಬಂದಾಗ, ಅವರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ನಾವು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಬಹುದು, ನಮಗೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಈ ರೀತಿಯ ಅನುಭವಗಳಾಗಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಬಹುದು – ಧ್ಯಾನವು ಸಂತೋಷಕ್ಕೆ ಬಾಗಿಲು. ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕೆ ಅದು ಬಾಗಿಲು. ಧ್ಯಾನವು ಎಂದಿಗೂ ಕೆಡಕನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ನೋವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನೀವು ಯಾವ ತಪ್ಪನ್ನೂ ಮಾಡಲಾರಿರಿ. ಇಲ್ಲಿ ನೀವು ಒಂದು ತಂತ್ರವನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ತಪ್ಪಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೂ ಕೂಡ, ನಿಮಗೆ ಏನೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ತಾಂತ್ರಿಕರ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಒಂದು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದರೂ ಶಿಕ್ಷೆಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತೇವೆ. ಕುಂಡಲಿನಿಯೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಯೋಗ ಅಥವಾ ಕುಂಡಲಿನಿಯನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸುವ ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡುವ ಜನರು, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಮೆದುಳಿನ ಕೋಶಗಳಿಗೆ ಹಾನಿ ಆದಾಗ ಜೀವನ ಪರ್ಯಂತ ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯುವಿಗೆ ತುತ್ತಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇವೆಲ್ಲ, ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಮಾರ್ಗಗಳು. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ, ದೇವರು ಮತ್ತು ದೈವತ್ವ ಮಾತ್ರವೇ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆ. ನಾವು ಬದಲಾಗಲು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ, ವಿಸ್ತರಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರಪಂಚದ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದನ್ನು, ಅದೆಲ್ಲವೂ ದೇವರೇ, ಅನುಭವಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ. ಇಲ್ಲಿ ನೀವು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೂ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಾ ಸಂತೋಷವಾಗಿರಬಹುದು. ಅದು ಯಾವತ್ತಿಗೂ ಹಾನಿ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಈಗಾಗಲೇ ಗುರುವೊಬ್ಬರ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಜನರು ಅದು ಹೇಗೋ ನಮ್ಮ ಬಳಿಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ, ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಎಲ್ಲಿ ಸಾಧ್ಯವೊ ಅಲ್ಲಿ ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಉತ್ತರಿಸುತ್ತೇನೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಗೊಂದಲದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಅವರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು ನನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯ. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಅಂಶವಿದೆ. ನೀವು ಒಂದು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಒಬ್ಬ ಗುರುವಿನ ಕೆಳಗಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಮೊದಲಿಗೆ ಅವರ ಬಳಿ ಮಾತನಾಡಬೇಕು. ಗುರು ನಮ್ಮ ಪೋಷಕರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಏನೇ ತೊಂದರೆಗಳಿದ್ದರೂ, ಏನೇ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿದ್ದರೂ, ನೀವು ಯಾರ ಬಳಿ ಹೋಗುವಿರಿ? ಮೊದಲು ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಪೋಷಕರ ಬಳಿ ಹೋಗುವಿರಿ. ನೀವು ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮ ಗುರುವಿನ ಬಳಿ ಹೋಗಬೇಕು. ನೀವು ಅವರ ಬಳಿ ಹೋಗದೆ ಬೇರೊಬ್ಬರ ಬಳಿ ಹೋದರೆ, ಅವರಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ನಂಬಿಕೆಯ ಕೊರತೆ ಇದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಅವರನ್ನು ನಾವು ನಂಬುವುದಿಲ್ಲ, ಅಥವಾ ಅವರನ್ನು ನಾವು ತನಿಖೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆಯೇ? ಹಿಂದಿನ ಎರಡು ಮೇಲ್‌ಗಳಿಗೆ ನಾನು ಪ್ರತ್ಯುತ್ತರಿಸಿದಾಗ, ಉತ್ತರ ಪಡೆದ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ, ಬಹುಶಃ ಸಂತೋಷವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. 'ನಿಮ್ಮ ಗುರುವನ್ನು ಕೇಳಿರಿ, ನಿಮ್ಮ ಗುರುವಿನ ಬಳಿ ಹೋಗಿ,' ಎಂದು ನಾನು ಬರೆದಿದ್ದೆ. ಈಗಿರುವ ಗುರುವಿನ ಬಳಿ ಹೋಗುವುದು ಮುಖ್ಯ. ನಂತರ ಅವರನ್ನು ಮೀರಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕು, ಆದರೆ ಅವರನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಬಾರದು. ಅದು ಗುರುವಿನಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇಲ್ಲದಿರುವುದನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.

ನಾನು ಒಂದು ಬರಹವನ್ನು ಓದುತ್ತಿದ್ದೆ, ಅದೊಂದು ಚಿಕ್ಕ ಬರಹ. ಬ್ಲಾಗ್‌ಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಚರ್ಚೆಗಳಿವೆ ಮತ್ತು ಬ್ಲಾಗ್‌ಗಳಿಗೆ ತಡೆಗಳಿವೆ. ಬ್ಲಾಗ್ ಬರಹಗಾರರೊಬ್ಬರು ಬರೆದಿದ್ದರು, 'ಉದ್ಯಾನಗಳಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಅವರ ಸೊಸೆಯರ ಬಗ್ಗೆ ದೂರು ಹೇಳುತ್ತಾ ಅವರ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೊಗಳುತ್ತಾ ಸಮಯವನ್ನು ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡುವ ನಿವೃತ್ತರಾದ ಜನರನ್ನು ನೋಡಿದೆ. ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ, ನಾನು ಅಂತಹ, ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಾರದವುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ.' ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಮರಳಿ ಬರೆದೆ, "ಜನರು ಜೀವನಪೂರ್ತಿ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಾರದವುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ, ಯಾಕೆಂದರೆ ಅವರು ನಕ್ಷತ್ರಗಳ ಕಡೆ ನೋಡುವುದಿಲ್ಲ." ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ರಸ್ತೆಯ ಮೇಲಿರುವ ಕಸವನ್ನು ಬಗ್ಗಿ ನೋಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಕಸವನ್ನೇ ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ, ಮೇಲೆ ಅಕಾಶದ ಕಡೆಗೆ ನೋಡಿ, ಅಲ್ಲಿ ನಕ್ಷತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ಬಹಳಷ್ಟು ಇವೆ. ನಾವು ನಕ್ಷತ್ರಗಳನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ, ಕಸವನ್ನು ದೂರ ಎಸೆಯುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ, ನಾವು ವಿಸ್ತಾರಗೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಹೇಳುವುದು. ಹೇಗೆ ವಿಸ್ತಾರಗೊಳ್ಳುವುದು? ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಮೇಲ್ಮುಖವಾಗಿ ನೋಡಬೇಕು.

ಸಪ್ತ ಋಷಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ನಿತ್ಯ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ. 7 ಸುತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ. ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು, ನಿಧಾನವಾಗಿ ಉಸಿರೆಳೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಉಸಿರೆಳೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಉಸಿರಿನ ಜೊತೆ ದಯವಿಟ್ಟು ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕನ್ನು ಕೂಡ ಒಳಕ್ಕೆಳೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ನಂತರ, ನಿಮಗೆ ಯಾವುದೆ ತೊಂದರೆ ಅಥವಾ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆ ಉಂಟಾಗದಂತೆ, ನಿಮಗೆ ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು ಸಮಯದವರೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಉಸಿರನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಉಸಿರನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವಾಗ, ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕು ಸಂಪೂರ್ಣ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಹರಡಲಿ. ನಾನು ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದಾಗಲೆಲ್ಲ, ಅದರ ಅರ್ಥ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನೊಳಗೊಂಡ ವ್ಯವಸ್ಥೆ. ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ, ಅದನ್ನು ಹೇಳಿದಾಗ, ನಿಮ್ಮ ಇಡೀ ದೇಹ, ಇಡೀ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಇಡೀ ಬುದ್ಧಿ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ, ಎಂದು ನಿಮಗೆ ನೆನಪಿರಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿ ಚೈತನ್ಯಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನೀವು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ನಂತರ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಅಥವಾ ಉಸಿರನ್ನು ಹೊರಬಿಡಿ. ಬೆಳಕು ನಿಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ಇದು ಒಂದು ಸುತ್ತು. ಈ ರೀತಿಯ ಏಳು ಸುತ್ತುಗಳನ್ನು ನೀವು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

25–04–2021

ಏನಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಏಕೆ ಜರುಗುತ್ತಿದೆ? ಪ್ರಕೃತಿ ನಮಗೆ ಏನು ಹೇಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದೆ? ವಿಶ್ವವು ನಮಗೆ ಏನು ಹೇಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದೆ? ವೈರಾಣು ನಮಗೆ ಏನು ಹೇಳುತ್ತಿದೆ? ಮತ್ತು ಪ್ರಸ್ತುತ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಋಷಿಗಳು ಏನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ?

ಮಾನವ ಕುಲವು ಸತ್ಯ ಯುಗದ ಮೌಲ್ಯಗಳಿಗನುಗುಣವಾಗಿ ಜೀವಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿರುವ ನಮಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿದಿದೆ ಮತ್ತು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಸಾವಿರಾರು ಬಾರಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನೇ ನಾವು ಕಳೆದ ಹಲವಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಹೇಳುತ್ತಾ ಬಂದಿರುವುದು. ಸತ್ಯ ಯುಗದ ಮೌಲ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುವುದು ಎಂದರೆ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನೂ ಒಂದೇ ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಸಂತನಾಗಬೇಕು ಎಂದಲ್ಲ, ಎಂದು ಅತಿ ಸುಂದರವಾಗಿ ಗುರೂಜಿಯವರು ವಿವರಿಸಿದ್ದರು. ಅದು ನಿರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲ. ನಿರೀಕ್ಷೆಯಿರುವುದು – ನಾವು ಒಳ್ಳೆಯತನವನ್ನು, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯನ್ನು ಆಚರಿಸುವುದು; ನಾವು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರುವುದು; ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊರ ತರುವುದು. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಕಾಲದಿಂದಲೂ, ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಇದನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಿರುವುದು. ಧ್ಯಾನವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಜೀವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಧ್ಯಾನವು ಅಷ್ಟು ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುವುದು.

ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳ ಹಿಂದೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂವಾದ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಅವರು ಒಂದು ಕುತೂಹಲಕಾರಿ ಅಂಶವೊಂದನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದರು. ಅವರು ಹೇಳಿದರು, “ಈ ವೈರಾಣುವು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.” ನಾನು ಅದರ ಕುರಿತು ಯೋಚಿಸಲು ತೊಡಗಿದಾಗ, ವೈರಾಣುವು ಚೈತನ್ಯದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲೂ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮನಗಂಡೆ. ಚೈತನ್ಯಕ್ಕೆ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯಿದೆ ಮತ್ತು ಆ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯು ನಮಗೆ ಏನನ್ನೋ ಹೇಳಬಯಸುತ್ತಿದೆ. ಅದು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಸಂಭಾಷಿಸುತ್ತಿದೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯವು ಎಲ್ಲಿಂದ ಬಂದಿದೆ? ವೈರಾಣುವು ಮೊದಲು ಚೈತನದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಜನ್ಮ ತಳೆಯಬೇಕು. ಚೈತನ್ಯದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಂತರ ಅದು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಇಳಿದು ಬರಬೇಕು. ಹಾಗಾಗಿ, ಮೊದಲು ಚೈತನ್ಯ ನಂತರ ಭೌತಿಕ ವೈರಾಣು.

ಈ ಚೈತನ್ಯವು ನಮ್ಮದೇ ಸೃಷ್ಟಿ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದೇ? ನಮ್ಮ ಸೃಷ್ಟಿ ಎಂದು ಹೇಳುವಾಗ, ನಾನು ಅದನ್ನು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗುಂಪನ್ನು ಕುರಿತು ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ನಾನು ಮಾನವ ಕುಲದ ಬಗ್ಗೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಈ ವೈರಾಣು ಅಥವಾ ಈ ವೈರಾಣುವಿನ ಹಿಂದಿರುವ ಚೈತನ್ಯವು, ಒಂದು ಮಾನವ ಜನಾಂಗವಾಗಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತಿರುವ ಕಂಪನಗಳಿಂದ ಆದ ಸೃಷ್ಟಿ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಕಂಪನಗಳ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಏರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದರೆ, ನಾವು ಮಾನವರಾಗಿ ಶುದ್ಧತೆಯೊಂದಿಗೆ ಏಕಸ್ಥಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಪಿಸಿದರೆ, ಆಗ ವೈರಾಣುವಿನ ಹಿಂದಿರುವ ಈ ಚೈತನ್ಯವು ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಹಾಗೆ ಆದಾಗ, ವೈರಾಣು ಕೂಡಾ ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದೇ ಇಂದು ನಾವು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸವಾಲಿಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಿಹಾರ. ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಯಾರು ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು? ಅವಶ್ಯವಾಗಿ ನಾವೇ ಇದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಮಾನವ ಕುಲ ಇದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿ, ನಾವೂ ಈ ಮಾನವ ಕುಲದ ಭಾಗ. ನಮ್ಮ ಪಾಲಿನದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಹಾಗಾಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವಿದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಂತರ ಮಾನವ ಕುಲವಾಗಿ ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲೂ ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು, ಏಕೆಂದರೆ ಕಂಪನಗಳು ಶಕ್ತಿಯುತವಾಗಿ ವೈರಾಣುವನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ತಲುಪಿಲ್ಲ. ಕಂಪನಗಳು ಆ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ತಲುಪದೇ ಇರುವುದರಿಂದ, ನಾವು ಮನುಷ್ಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದುದು. ನಾವು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು.

ನಾನು ಮೊದಲೇ ಹೇಳಿದಂತೆ, ಆರೋಗ್ಯ ತಜ್ಞರು ನೀಡಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಲಸಿಕೆ ಪಡೆಯಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಬಲವಾಗಿ ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ಲಸಿಕೆ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ, ನಾನು ಸ್ವಲ್ಪ ವಿಷಯಾಂತರ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಅನೇಕ ಜನರು ಚರ್ಚೆಯಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದು ಅಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವೈದ್ಯರು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದ ವಿಡಿಯೋ ಒಂದನ್ನು ನನಗೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕಳಿಸಿದರು. ಆ ವೈದ್ಯರು ಲಸಿಕೆಯು ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಮತ್ತು, ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಅನೇಕ ಜನರು ಲಸಿಕೆಯು ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ ಎಂದು ನಂಬಿದ್ದಾರೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನನಗೆ ವಿಡಿಯೋ ಕಳಿಸಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಕೇಳಿದರು. ನಾನು ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನೀಡಿದ್ದೇನೆ ಹಾಗೂ ನಾನು ಸ್ವತಃ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯವು ಬಹಳ, ಬಹಳ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದೆ. ಮತ್ತು, ಅನೇಕರು ನನಗೆ ಸಹಮತ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಾನು ಋಷಿಗಳಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿತನಾಗಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ, ಆದರೆ, ಋಷಿಗಳೂ ಕೂಡ ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನೆಲ್ಲಾ ನೀವು ಒಪ್ಪಲೇಬೇಕೆಂದು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ.

ಒಚಿದು ಪ್ರಮುಖ ಸುದ್ದಿ ವಾಹಿನಿಯನ್ನು ಆಪ್ ಮೂಲಕ ಓದುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಇಸ್ರೇಲ್ ಮತ್ತು ಯು.ಕೆ. ದೇಶಗಳು ಲಸಿಕೆಯು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ಹೊರ ತಂದಿವೆಯೆಂದು ತಿಳಿಯಿತು. ಇಸ್ರೇಲ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಜನಗಳು ಮಾಸ್ಕ್‌ಗಳನ್ನು ಧರಿಸದೆಯೇ ಹೊರಗೆ ಹೋಗಬಹುದಾಗಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಶೇಕಡಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು ಲಸಿಕೆ ಪಡೆದುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗೂ, ನೆನ್ನೆಯ ದಿನ, ಅನೇಕಾನೇಕ ತಿಂಗಳುಗಳ ನಂತರ, ಇಸ್ರೇಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಕೋವಿಡ್‌ನಿಂದ ಒಂದೇ ಒಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಸತ್ತ ವರದಿ ಇಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಇದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪುರಾವೆಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆಯೇ? ಲಸಿಕೆಯು, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಅದು ಬೇಕಿದೆಯೇ ಅಥವ ಬೇಡವೇ ಎನ್ನುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಅಲ್ಲ, ಎನ್ನುವುದು ನನ್ನ ನಂಬಿಕೆ. ನನಗೆ ಪ್ರಬಲ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಇದೆ ನನಗೆ ಅದರ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳಬಹುದು. ಆದರೆ, ನಾನು ಲಸಿಕೆಯ ಆಂದೋಲನದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡಾಗ, ಯುದ್ಧದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೋರಾಟವಮಾಡುವ ಜಾಗತಿಕ ಪ್ರಯತ್ನವೊಂದರಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುತ್ತೇನೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಇದು ಮುಖ್ಯ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಇದೊಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಗತವಾದ ಆಯ್ಕೆಯೇ ಅಲ್ಲ. ಮನುಕುಲವು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡ ಮಾಡುವ ಸಂಘಟಿತ ಪ್ರಯತ್ನವು ಗೆಲುವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಅದೇಕೋ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಈ ಸಂಘಟಿತ ಮನೋಭಾವ ಇಲ್ಲ. ಇಡೀ ಮಾನವ ಕುಲವನ್ನು ಮರೆತುಬಿಡಿ, ನಾವು ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಗುಂಪನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೂ ಕೂಡ ಜನರು, ಯಾವುದೇ ವಿಷಯದಲ್ಲಾದರೂ ಪರಸ್ಪರ ವಿರುದ್ಧದ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಹೊಂದಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಈ ವಿಭಜನೆ, ಈ ರೀತಿಯ ವಿಭಜನೆ ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳ ಲಾಭಕ್ಕೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದೇ ಅವರ ಉಳಿವಿಗೆ ಮುಖ್ಯ ಅಡಿಪಾಯ. ವಿಭಜನೆ ಅವರ ಉಳಿವಿಗೆ ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಇರಲಿ, “ಇದು ಏಕೆ ಹೀಗಾಗುತ್ತಿದೆ” ಎಂಬ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಬಂದರೆ, ನಾವು ಒಂದು ಮಾನವ ಜನಾಂಗವಾಗಿ, ಅಂತಿಮವಾಗಿ, ಅದರ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ವಿವರಗಳಿರಬಹುದು, “ಇದು ಮೊದಲು ಆರಂಭವಾದುದು ಎಲ್ಲಿ? ಅದನ್ನು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಹರಡಲಾಯಿತೇ? ವೈರಾಣುವನ್ನು ಹರಡುವುದರ ಹಿಂದೆ ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳ ಕೈವಾಡವಿದೆಯೇ?” ಎಷ್ಟೊಂದು ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು ಸುತ್ತಲೂ ತೇಲಾಡುತ್ತಿವೆ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸಾಧ್ಯ. ನಮಗೆ ಇದರ ಹಿಂದಿರುವ ಸತ್ಯ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ.

(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 ಶ್ರದ್ಧೆ ಯಿಂದ 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)

ಆದರೆ, ಸತ್ಯ ಏನೇ ಇರಲಿ, ಮಾನವ ಕುಲದ ಸಂಘಟಿತ ಕಂಪನಗಳು ಶುದ್ಧವಾಗಿದ್ದರೆ, ಬಲವಾಗಿದ್ದರೆ, ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಇದನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಇದರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ನಾವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳು, ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳು, ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಈ ಪಿಡುಗನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದಾಗಿತ್ತು.

ಇರಲಿ, ಈಗ ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬಹುದು? ಪ್ರತ್ಯೇಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿ ನಾವು ಇದನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಆದದ್ದು ಘಟಿಸಿಹೋಗಿದೆ, ನಾವು ಈಗ ಏನು ಮಾಡಬಹುದು? ನಾನು ಹೇಳಿದಂತೆ, ಹಲವಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುವ ಅದೇ ಅಂಶಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರಬೇಕು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸೋಣ, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸೋಣ ಮತ್ತು ಮಾನವ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸೋಣ. ಕೇವಲ ಇಷ್ಟು ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ನಾವು ನಮ್ಮ ಭಾಗವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ, ನಮ್ಮ ಪಾತ್ರವನ್ನು ನಾವು ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅವಶ್ಯವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡಬಹುದು. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾವು ಮಾಡಬಹುದು. ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಶುದ್ಧರಾಗುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ದೃಢವಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಂಪನಗಳುಂಟಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕಂಪನಗಳು ಇತರರನ್ನು ತಲುಪುತ್ತವೆ. ಆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ತರಂಗಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ದೃಢವಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುವುದು. ಹಾಗೆ ಆದಾಗ, ವೈರಾಣುವಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಈ ಚೈತನ್ಯವು ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದೇ ಪರಿಹಾರ. ಈ ಪಿಡುಗಿನ ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನಾನು ಈ ರೀತಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ.

ಇಂದು, ಒಂದು ವೈರಾಣು ಅಥವಾ ಒಂದು ಪಿಡುಗಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಚೈತನ್ಯವು ಪ್ರಕಟಗೊಂಡಿದೆ. ನಾವು ಒಂದು ಮಾನವ ಕುಲವಾಗಿ ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಏಕಸ್ಥಾಯಿಯಾಗಿ ಕಂಪಿಸುವವರೆಗೂ, ಅದು ಇನ್ನೇನೋ ಆಗಿ ನಾಳೆ ಪ್ರಕಟವಾಗಬಹುದು, ಬೇರೆ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿ, ಬೇರೆ ರೀತಿಯ ಪ್ರತಿಕೂಲತೆಗಳಾಗಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಬಹುದು. ಆ ಸಮಯದವರೆಗೂ ಈ ಪ್ರತಿಕೂಲತೆಯು ಒಂದಲ್ಲ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತಿರುತ್ತದೆ.

ಇನ್ನೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ, "ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿ ನಾನೇಕೆ ಇದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ? ನಾನು ಒಳ್ಳೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿ, ನಾನು ಬಹಳ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ, ನಾನು ಒಂದು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ಎಲ್ಲಾ ನಿಯಮಗಳನ್ನೂ ಪಾಲಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ಆದರೂ ನಾನು ಏಕೆ?" ನಾನು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನಷ್ಟೇ ಯೋಚಿಸಬಲ್ಲೆ, "ಇಡೀ ಜಗತ್ತು ಇಷ್ಟೊಂದು ಬಳಲುತ್ತಿರುವಾಗ, ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಇಷ್ಟೊಂದು ಕ್ಷೋಭೆ ಇರುವಾಗ, ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಮಗೆ ತಟ್ಟದಂತೆ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವೇ?" ಇದು ಅಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಈ ಜಗತ್ತಿನ ಒಂದು ಭಾಗ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುತ್ತೇವೆ. ನಾವೂ ಕೂಡ ಈ ಕ್ಷೋಭೆಯ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾಗವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ, ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ನಾವೂ ಬಾಧಿತರಾಗುತ್ತೇವೆ. ನಾನು ಕ್ಷೋಭೆ ಎಂದು ಹೇಳುವಾಗ, ಸೋಂಕಿತರಾಗುವುದರ ಬಗ್ಗೆಯಷ್ಟೇ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ; ಸೋಂಕಿತರಾಗುವುದು ಕೇವಲ ಭೌತಿಕ ಕಾನೂನನ್ನು ಪಾಲಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಸೋಂಕಿಗೆ ತೆರೆದುಕೊಂಡಾಗ ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸೋಂಕಿತರಾಗುತ್ತೇವೆ. ದೇಹವು ಭೌತಿಕ ಕಾನೂನನ್ನು ಪಾಲಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಶುದ್ಧರಾಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡ, ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಪಡಬಹುದು. ನಾನು ಹೇಳುತ್ತಿರುವುದು, ಈ ಪಿಡುಗು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಒಂದಲ್ಲ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮುಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾಗಿ ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿಯಾದರೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಟ್ಟುತ್ತದೆ.

ಈ ಕ್ಷೋಭೆಯು, ನಾವು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಒಳಮುಖರಾಗಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳು, ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳು, ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳ ಮೌಲ್ಯ ಮಾಪನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಒಂದು ಅವಕಾಶವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು, ನಾವು ಒಳಮುಖರಾದಾಗ, ನಮ್ಮನ್ನು ಅವಲೋಕಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಸಾಕಷ್ಟು ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಅರಿಯಬಹುದು. ನಾವು ಬೆಳೆಯಲು ಇದು ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತ್ರವೇ ಈ ರೀತಿಯ ಸ್ವಯಂ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ನನ್ನ ಭಾವನೆ, ನಮ್ಮನ್ನು ಖಂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅಲ್ಲ, ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದು ಬಗೆಯ ಸ್ವ–ಅನುಕಂಪವನ್ನು ಆನಂದಿಸುವ ಬಲೆಯಲ್ಲಿ ಬೀಳಲು ಅಲ್ಲ. ಈ ರೀತಿಯ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಕೇವಲ ನಮ್ಮ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಮಾತ್ರ, ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕು.

ಹಾಗಾಗಿ, ಹೌದು, ನಮಗೆ ವೈರಾಣುವು ಏನನ್ನೋ ಹೇಳಬಯಸುತ್ತಿದೆ. ಇದು, ಕೇವಲ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಜಾಗೃತಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ ಸಾಮೂಹಿಕವಾಗಿ ಜಾಗೃತಿಗೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನೂ ತರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಂದು, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಥವಾ ಸಾಮೂಹಿಕ ಜಾಗೃತಿಗೆ ಈ ಅವ್ಯವಸ್ಥೆ ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಕೂಲತೆಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎಂದಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದು ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಮೊದಲೇ ದೊರೆತಿದ್ದ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಸದುಪಯೋಗಪಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಈ ರೀತಿಯ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ, ನಾನು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಅದೇ ಅಂಶಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ನಾವು, ಅಂತಿಮವಾಗಿ, ಈ ವೈರಾಣುವಿನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ■

ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಗಡಿಯಾರದ ಸಮಯ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಸಮಯದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾರೆ. ಮಾನಸಿಕ ಸಮಯವು, ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವ ನೋವಿನಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ. ಸಮಯದ ಸಂಕೋಚನವು (compression) ಇದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆಯೇ?

ಉ: ನನಗೆ ಹಾಗೆ ಅನಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅವೆರಡೂ ಬೇರೆ ಬೇರೆ. ಸಮಯದ ಸಂಕೋಚನ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ, ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವವರಿಗಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಮಯವಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಅನುಭವವು ಈಗ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಆಗುತ್ತಿದೆ. ಗಡಿಯಾರದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ದಿನದಲ್ಲಿ ಈಗಲೂ 24 ಗಂಟೆಗಳೇ ಇವೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ, ಆದರೂ ಅದು ಹೇಗೋ ನಮಗೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಸಮಯವಿಲ್ಲವೆಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಇದು ಹೇಗೆ ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಿವರಿಸುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ತಾರ್ಕಿಕವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಋಷಿಗಳು ಹೇಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು, ಏನನ್ನು ಬೇಕಾದರೂ ಮಾಡಬಲ್ಲರು. ಅವರು ಸಮಯದ ವೇಗವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಇದರ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಪ್ರ: ಸಂಕುಚಿತಗೊಂಡ ಸಮಯದ ಸದುಪಯೋಗವನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು?

ಉ: ನಾವು ಅನಾವಶ್ಯಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸುವುದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ನಮ್ಮ ಪರಿವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯ ಕಡೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಹರಿಸುವುದನ್ನು ಋಷಿಗಳು ಬಯಸುತ್ತಾರೆಂದು ನಾನು ತಿಳಿಯುತ್ತೇನೆ. ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದುಕಿಗೆ ಗಮನ ಕೊಡುವುದನ್ನು ಅವರು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ನಾವು ಈ ಸಮಯವನ್ನು ಸದುಪಯೋಗ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಪ್ರ: 'ಒಂದು ಮನಸ್ಸು' ಮಾತ್ರವೇ ಇರುವುದರಿಂದ, ನಾವು ಆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಅಥವ ಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವ ಈ ಒಂದು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರಬಹುದಾದ ಯಾವುದಾದರೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯು ನಮ್ಮ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕದಡುತ್ತದೆಯೇ?

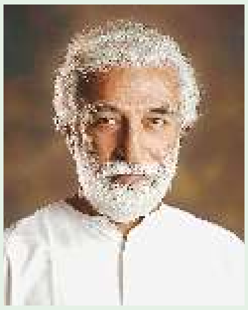
ಉ: ನಾವೆಲ್ಲರೂ ನಮ್ಮದೇ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆಂದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ. ಇದು ಬರುವುದು ಈ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹೇಳುವ ಆ 'ಒಂದು ಮನಸ್ಸಿ'ನಿಂದ. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರುವಂತೆ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಬೇರೆ. ಪ್ರಜ್ಞೆ ಒಂದು ದೈವೀ ವಸ್ತು, ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಈ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದಲೇ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿದೆ, ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ವ್ಯಕ್ತಿ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿರುವ 'ಒಂದು ಮನಸ್ಸು' ಸಹ ಈ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದಲೇ ಬಂದಿದೆ. ಈ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಮನಸ್ಸಿಗಿಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿದೆ. ಅದು ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿದ್ದು ಅತಿ ಉನ್ನತ ತರಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಪಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡರೆ ಸ್ವತಃ ದೇವರಿಗೇ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ. ಯಾವ ಅಡಚಣೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿನ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕದಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ದಿನಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ಓದಿದಾಗ, ದೂರದರ್ಶನವನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ಮತ್ತು ಹಿಂಸಾಚಾರದ ಮತ್ತು ಅನ್ಯಾಯದ ವಾರ್ತೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ, ಅದು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಕೆರಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿರುವ ಹಿಂಸಾಚಾರದ ಮತ್ತು ಅನ್ಯಾಯದ ಕಂಪನಗಳು ಕೂಡ ನಮ್ಮ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕದಡುತ್ತವೆ. ಅವು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ. ನಾವು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಬೇಕು. ನಾವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಾಸ್ತವಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಸಮಯ ವಿನಿಯೋಗಿಸಬೇಕು. ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವೆಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಕಾಲಕ್ಕನುಗುಣವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಈ ರೀತಿಯ ಅವ್ಯವಸ್ಥೆ, ಈ ರೀತಿಯ ಗೊಂದಲಗಳು, ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯು ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಈಗಿನ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದು ತೀವ್ರವಾದ ಪ್ರಳಯದ ಸಮಯಗಳು. ಇವುಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ಇವುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಭವಿಷ್ಯವು ಉಜ್ವಲವಾಗಿದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇವೆಲ್ಲವೂ, ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಸ್ಥಿತಿ ಗತಿಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇದರ ಅರ್ಥ, ನಾವು ಕೇವಲ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಸುಮ್ಮನೆ ಮೂಕ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಾಗಿರಬೇಕೆಂದಲ್ಲ. ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಅಸಹಾಯಕರು. ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಹೆಚ್ಚೇನೂ ಮಾಡಲಾರೆವು ಆದರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬಹುದು. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾ, ನಮ್ಮನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯೋಣ. ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ, ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ, ಹಿಂಸಾಚಾರ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗೋಣ. ಇವೆಲ್ಲವೂ, ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಮತ್ತು ನಾವು ಅಶಾಂತರಾಗದಂತೆ ನಮ್ಮನ್ನೇ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ■

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/-
आय्‌गुरूजी (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

ಕಷ್ಟದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲೂ ಸಹ ನಾನು ಶಾಂತಳಾಗಿರಬಲ್ಲೆ. ಬೇರೆಯವರ ದೂರುಗಳನ್ನು ಬೇಸರವಿಲ್ಲದೆ ಪರಿಹರಿಸಬಲ್ಲೆ. ಜನರನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸುವ ಬದಲು, ನನ್ನನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಸುತ್ತುವರೆದಿರುವ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲೇ ನನ್ನ ಪಾಲಕರನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈಗ ನಾನು ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಲಿತಿದ್ದೇನೆ.

– ಸುಕನ್ಯ ಚೌಧುರಿ

ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾಗವಾಗಿ, ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಸಹಾನುಭೂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ನನಗೆ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನ ವಿವಿಧ ಸ್ಥಿತಿಗಳ ಮತ್ತು ಅದರ ಏರುಪೇರುಗಳ ಅರಿವು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ. ನನಗಾಗಿ ನಿಖರವಾಗಿ ಗುರಿಗಳನ್ನು ರಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಈ ಅರಿವು ನನಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಇವು ಕಲಿಯಲು ಅದ್ಭುತ ಸಮಯಗಳಾಗಿದ್ದು, ಗುರೂಜಿಯವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ ನಮ್ಮ ನಿಜ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ತೋರಿಸುವ ರಹಸ್ಯ ದರ್ಪಣವನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ಆ ದರ್ಪಣದೊಳಗೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತಾಗುತ್ತಿದೆ ಎನ್ನಿಸುತ್ತಿದೆ.

– ಪುಷ್ಕರ್ ಪಟ್ಕಿ

ನಾನು ಕಳುಹಿಸಿದ್ದ ಅಭ್ಯಾಸ ವರದಿಗೆ ತಾವು ಕೊಟ್ಟ ಉತ್ತರಕ್ಕಾಗಿ ಧನ್ಯವಾದಗಳು. ಅದು ನನ್ನ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಅವಲೋಕಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿತು. ಕಳೆದ ಮೂರು ತಿಂಗಳಿನಿಂದ ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಮೊದಲು ಇದ್ದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದೇನೆ, ಆದರೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಮೂರು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಖುಷಿ ಹಾಗೂ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಈಗ ನಾನು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಹತ್ತಿರದವಳಾದಂತೆನಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಚೈತನ್ಯ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷ ಉಕ್ಕಿ ಬರುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಸಂತೃಪ್ತಿಯ ಭಾವನೆ ಇದೆ.

– ನಿರ್ಮಲ ಜೆ

ಅತ್ಯಂತ ಪರಿಶ್ರಮದ ಫಲದಿಂದಾಗಿ ನಮಗೆ ರೆಸಿಡೆಂಟ್ ವೀಸಾ ಸಿಕ್ಕಿತು. ಆದರೆ ಈ ಪಿಡುಗಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸಲು ಇಷ್ಟವಿರಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ತಂದೆಗೆ 86 ಮತ್ತು ತಾಯಿಗೆ ಸುಮಾರು 80 ವರ್ಷಗಳು. ಈ ಅವಧಿಯ ಪೂರ್ಣ ಸಮಯ ಕೃಪೆಯಿಂದಲೇ ತುಂಬಿತುಳುಕುತ್ತಿತ್ತು. ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳಂತೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಪೋಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಾನು ಬಹಳಷ್ಟು ಕಲಿತೆ. 'ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ' ಮತ್ತು 'ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು'ಗೆ ಬದ್ಧವಾಗಿರುವಂತೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಸಿಕ್ಕಿತು. ಋಷಿಗಳು ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರು ಯಾವಾಗಲೂ ನಮ್ಮೊಡನೆ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲದಕ್ಕಾಗಿ ಜಯಂತ್‌ಜಿ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಕ್ಕೆ ವಂದನೆಗಳು.

– ಮೈತ್ರೇಯಿ ಸಶಾಂಕ್

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಸಂಧಿವಾತ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದಾಗಿ ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋಗಿದ್ದೆ. ನಾನು ಈ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ 8 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರೂ ಓಡಾಡಿಕೊಂಡಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಿ ಅವರಿಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. ನಿಮಗೆ ಯಾವುದರ ಮೇಲೋ ಬಹಳ ನಂಬಿಕೆಯಿರಬೇಕು ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಅವರಿಗೆ ದೇವರ ಮೇಲೆ ನಂಬಿಕೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, 'ನೀವು ಯಾವ ದೇವರನ್ನು ನಂಬುತ್ತೀರಿ?' ಎಂದು ಕೇಳಿದರು. ನಾನು ಗುರೂಜಿಯವರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಿದೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದಾಗಿಯೂ ಹೇಳಿದೆ. ನಿಮಗೆ ಅವರ ಅನುಗ್ರಹ ಯಥೇಚ್ಛವಾಗಿದೆ, ಅದೇ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕಾಪಾಡಿದೆಯೆಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು.

– ಪಲ್ಲವಿ ದೇಸಾಯ್

ನನಗೆ ಮಾರ್ಚ್ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಿದ ಹೀಲಿಂಗ್ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗಾಗಿ, ಋಷಿಗಳಿಗೆ, ಜಯಂತ್‌ಜಿ ಅವರಿಗೆ, ಹೀಲಿಂಗ್ ಗ್ರೂಪ್‌ಗೆ, ಅತ್ಯಂತ ವಿನಮ್ರಳಾಗಿ ವಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿರುವ ಉನ್ನತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು, ನನಗೆ ದಿನನಿತ್ಯದ ಮಾದರಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ.

– ನಂದಿತಾ ವಿಜಯನ್

ನನ್ನ ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಕುಟುಂಬದ ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ವಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ಕಳೆದ ಕೆಲವು ತಿಂಗಳುಗಳನ್ನು ಅವರ ಅನುಗ್ರಹವಿಲ್ಲದೆ ಕಳೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಲೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಅನೇಕ ತೊಂದರೆಗಳು ಎದುರಾದರೂ, ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ನೆನೆದಾಕ್ಷಣ, ಅವರ ಸಹಾಯ ದೊರಕಿ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಕಣ್ಣು ನೀಲಿ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿತ್ತು. ನನಗೆ ಅವಳ ಬಲಗೈ ಮತ್ತು ಬಲಭಾಗದ ಮುಖವಷ್ಟೇ ಕಂಡಿತು. ಧ್ಯಾನದ ಕೊನೆಯವರೆಗೂ ಚಿನ್ನದುಡುಗೆಯ ದೇವಿಯನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಲಿದ್ದೆ.

– ವಿಭಾ ಭಾಗವತ್

ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ, ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಣಗಳಾದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕರುಣೆ, ಹಾಗೂ ಅಷ್ಟೇನೂ ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲದ ಕೋಪ ಹಾಗೂ ಭಯಗಳು ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತಿರುವ ಅನುಭವ ನನಗಾಗುತ್ತಿದೆ. ಕೋಪ ಮತ್ತು ಭಯ, ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ನಾನೆಷ್ಟು ಪ್ರಯತ್ನ ಹಾಕಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಸುತ್ತಿವೆ. ಈ ವಿಷಯಗಳು ನನಗೆ ತಿಳಿದುಬಂದು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ.

– ಪ್ರಿಯಂವದ ಗೋಡ್ಸೆ

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