ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂಪುಟ 18 ಸಂಚಿಕೆ 09 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 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 – ಜನವರಿ 2009ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಮೊದಲು, ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಹಾರ್ದಿಕ ಶುಭಾಶಯಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಇದು ಕೇವಲ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕವಲ್ಲ ಅಥವಾ ಸಾಂದರ್ಭಿಕವಾಗಿಯೂ ಅಲ್ಲ, ಕ್ರಮವೆಂದೂ ಅಲ್ಲ. ನಾನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಜೀವನ ಶಾಂತಿ, ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿರಲಿ ಎಂದು ನಾನು ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಅದು ಹಾಗೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದ್ದೇ ಆದರೆ ಅದು ಹಾಗೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇವುಗಳನ್ನು ನಾವು ನಮ್ಮ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ನಾವು ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಆರಿಸಿದರೆ, ಎಲ್ಲರೂ ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರಾದರೂ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಆರಿಸಿದರೆ, ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡವು ಇವುಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ಒದಗಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಂಶಯವಿಲ್ಲ. ಈ ಮಾತುಗಳು ನನ್ನವಲ್ಲ. ಇವು ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿರುವ ಋಷಿಗಳದ್ದು.

ನಾವು ಕೆಲವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದಾಗ, ಕೆಲವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುತ್ತೇವೆ. ಹಿಂಸೆ, ದ್ವೇಷ ಮತ್ತು ಅಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬಾರದು. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಕತ್ತಲನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬಹುದು ಹಾಗೂ ಅದನ್ನು ಹರಡಬಹುದು. ಬೆಳಕೇ ಶಾಂತಿ. ಬೆಳಕೇ ಪ್ರೀತಿ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಹಾಗೂ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡಿದಾಗ, ಎಲ್ಲಾ ಹಿಂಸಾಚಾರ ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ, ಪ್ರೀತಿಯಿರದ ಎಲ್ಲ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ನಾವು 2012 ರಲ್ಲಿ ಫೋಟಾನ್ ಬೆಲ್ಟ್ ಎಂಬ ವಿಶೇಷ ಶಕ್ತಿ ಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವ ಮುನ್ನವೇ ನಾವು ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ನವಯುಗವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತೇವೆ. ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ, ಇವು ನನ್ನ ಮಾತುಗಳಲ್ಲ. ಇವು ಋಷಿಗಳಿಂದ, ಎಲ್ಲ ಚಾನಲ್‌ಗಳಿಂದ ಹಾಗೂ ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಆ ಎಲ್ಲ ಅದ್ಭುತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಬಂದಿವೆ.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬಹುದು ಹಾಗು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬಹುದು ಹಾಗೂ ನವಯುಗವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಬಹುದು

ಮುಂಬಯಿಯ ಭಯೋತ್ಪಾದಕ ದಾಳಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಅನೇಕರು ಬರೆದು ಕೇಳಿದ್ದಾರೆ. ನಾನು ಸಂಕಟ ಪಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ ಹಾಗೂ ನನ್ನಲ್ಲೂ ಕೆಲವೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿವೆ. ಮುಂಬಯಿ ಅನುಭವಿಸಿದ ನೋವಿನ ಕಂಪನಗಳು ನನಗೆ ಆಘಾತವನ್ನುಂಟುಮಾಡಿದವು. ಸಾವರಿಸಿಕೊಂಡು ನನ್ನ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಲು ನನಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯವೇ ಬೇಕಾಯಿತು.

ನಾನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗೈಡ್. ನಾನು ಕೇವಲ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಮಾತನಾಡುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ವಿಫಲ ನಾಯಕರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಲಿಚ್ಛಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಅವರು ರಾಜಕಾರಣಿಗಳಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ಧಾರ್ಮಿಕ ಮುಖಂಡರಾಗಿರಲಿ. ಈ ಮಾನವ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ತಿಳಿದಿರುವ ಏನೊಂದನ್ನೂ ನಾನು ಹೇಳಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನನ್ನೆಲ್ಲ ಸಹಚರರಿಗೆ ಒಂದು ಮಾತನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳಬಯಸುವುದೇನೆಂದರೆ, ಇದು ಎಚ್ಚರಿಸುವ ಮತ್ತೊಂದು ಕರೆಗಂಟೆಯಾಗಿತ್ತು. ಏಕೀಕರಣಗೊಳ್ಳಲು, ಎಲ್ಲಾ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿಂದ ಮೇಲಕ್ಕೇರಲು, ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿನ ಅಂದರೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ, ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹಾಗೂ ಜಾಗತಿಕ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿನ ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡಲು ಎಚ್ಚರಿಸುವ ಮತ್ತೊಂದು ಕರೆಗಂಟೆ. ಆದರೆ ದುರ್ಬಲ ಆಕ್ಷೇಪಗಳಿದ್ದರೂ ಅಂತಹದೊಂದು ಸಂಭವಿಸಲೇ ಇಲ್ಲ. ಇದು ದುಃಖಕರ.

ಮುಖಂಡರುಗಳಿಂದ ನಾನು ಹೆಚ್ಚೇನನ್ನೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಮಟ್ಟಿಗೆ, ಸಾವಿರಾರು ಜನರು ಮುಂಬಯಿಯ ಕಡಲ ತೀರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಕೊಂಡು ಬದಲಾವಣೆಗಾಗಿ ಸುರಿಸಿದ ಮೂಕ ಕಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿದೆ ಭರವಸೆ. ಎಲ್ಲಾ ಹಿಂಸಾಚಾರಗಳನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕೆಂಬ ಕೂಗು ವ್ಯರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇವುಗಳಿಂದ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಇಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಒಂದು ಅಲೆಯಂತೆ ಸಂಗ್ರಹವಾಗುತ್ತಿವೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯದ ಅಲೆಯು ಮೌನವಾಗಿ ವೇಗವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಹಾಗೂ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಎಲ್ಲ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನೂ ತರುತ್ತದೆ.

ಹೊಸ ವರ್ಷ ಎಲ್ಲ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನೂ ತರಲಿ. ■

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.

ತಪೋನಗರದ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರದ ನವೀಕರಣ ಕೆಲಸವು ಪ್ರಗತಿಯಲ್ಲಿದೆ

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆಗಳು

- ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ದಿನವನ್ನು ಆಗಸ್ಟ್ 29, 2021ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಸಕ್ತ ಕೋವಿಡ್ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಿಂದಾಗಿ, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಭೌತಿಕ ಸಭೆ ಸೇರುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವಾದುದರಿಂದ, ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಲೈವ್ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಪ್ರಸಾರ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರದ ನವೀಕರಣದ ಕಾರ್ಯ ಬಹುತೇಕ ಪೂರ್ಣಗೊಂಡಿದೆ. ಹೊಸದಾಗಿ ನವೀಕರಣಗೊಂಡ ಮಂದಿರವು ಆಗಸ್ಟ್ 29ರಂದು ತೆರೆಯಲಿದೆ.

ಕೃಷ್ಣ ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿ ದಿನದ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನದ ತಂತ್ರ

ನೀಲಿ ಬೆಳಕಿನ ಒಂದು ಬೃಹದಾಕಾರವಾದ ಗೋಲವನ್ನು ಅಥವಾ ನೀಲಿ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಮಾಡಿದ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನ ಆಕೃತಿಯನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ಗೋಲವನ್ನು ಅಥವಾ ಆಕೃತಿಯನ್ನು, ಒಂದು ಬೆಳಕಿನ ಕಣದ ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ. ನೀವು ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನ ಒಳಗೆ ಇದ್ದೀರಿ. ಅವನ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ದಿನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಕಾಲ ಬೇಕಾದರೂ ಅಥವಾ ಎಷ್ಟು ಬಾರಿಯಾದರೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ರೆಗ್ಯುಲರ್ ಧ್ಯಾನದ ಬದಲಾಗಿ ಹತ್ತು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು.

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.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

05	ಭಾನು	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
07	ಮಂಗಳ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
09	ಗುರು	ಗೌರಿ ದೇವಿಯ ಪೂಜೆ
10	ಶುಕ್ರ	ಗಣಪತಿಯ ಪೂಜೆ
14	ಮಂಗಳ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
16	ಗುರು	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
19	ಭಾನು	ಅನಂತ ಪದ್ಮನಾಭನ ಪೂಜೆ
20	ಸೋಮ	ಪೂರ್ಣಿಮೆ
29	ಬುಧ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ

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
12-09-2021	ಶಂಬಲ ಗುಂಪಿನ ಸಭೆ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2 ಗಂಟೆಗೆ- ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ
19-09-2021	ರಾ ಗುಂಪಿನ ಸಭೆ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2 ಗಂಟೆಗೆ- ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ

ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಭಾನುವಾರ, 29-08-2021

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ಗಂಟೆ	ಸ್ವಾಗತ ಮಾತುಗಳು ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ

ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕ ವಿಷಯಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

- ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನ ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ, ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಪಡೆದ ಜ್ಞಾನವು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಾವಿನೊಂದಿಗೆ ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆತ್ಮದಿಂದ ಪಡೆದ ಜ್ಞಾನವು ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಬಹಳ ಸಮಯದವರೆಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮಕ್ಕೂ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಬಹುದು.
- ನಮ್ಮ ಪಂಚೇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದ ಬಂದ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು ಹಾಗು ಬುದ್ಧಿಯಿಂದ ಬಂದ ಅನುಭವಗಳು, ನಮಗೆ ಸಂತೋಷ ಅಥವಾ ಖುಷಿ ನೀಡುತ್ತವೆ, ಆದರೆ ಇವೆಲ್ಲ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾದವು. ಆತ್ಮದಿಂದ ಅನುಭವಿಸಿದ ಆನಂದವು ಬಹಳ ಕಾಲ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.
- ಗುರುವು, ದೇವರ ಅನುಗ್ರಹ, ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳ ಚಾನಲ್ ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ.
- ಪ್ರೀತಿ ನಮ್ಮನ್ನು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು.
- ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯೆಂದರೆ ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿರುವುದು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯೆಂದರೆ ದೇವರನ್ನು ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸುವುದು. ಅದು, ನಮ್ಮ ಇಡೀ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು, ನಮ್ಮ ಇಡೀ ಜೀವನವನ್ನು, ದೇವರಿಂದ ತುಂಬುವುದು.
- ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಚಿಂತನೆಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಸರಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ, ಯಾವಾಗಲೂ ಪಕ್ವವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.
- ನಮಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಸೆ ಇರಬೇಕು. ಬೇರೆಯವರ ಜೊತೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು, ಬೇರೆಯವರ ಜೊತೆ ನಮ್ಮ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಿರಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಸೆ ಇರಬೇಕು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ದೈವತ್ವವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸುವ ಆಸೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರಬೇಕು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆಸೆಗಳಿರಬೇಕು.
- ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ನಮಗೆ ವಿವೇಕ ಬರುತ್ತದೆ. ಈ ವಿವೇಕವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು, ಈ ಬದುಕನ್ನು ಸುಂದರವಾಗಿ ಮತ್ತು ವಿವೇಚನೆಯಿಂದ ಜೀವಿಸಬಹುದು. ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯೆಂದರೆ, ಅತಿರೇಕಕ್ಕೆ ಹೋಗದೆ, ಈ ಬದುಕನ್ನು ವಿವೇಚನೆಯಿಂದ ಜೀವಿಸುವುದು.
- ಧ್ಯಾನಿಯೊಬ್ಬನು, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಕಂಪಿಸುವ ವಲಯ. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಸಾಕು; ನಾವು ಕಂಪಿಸಿದರೆ ಸಾಕು, ಹೊಸ ಯುಗ ತಂತಾನೆ ಬರುತ್ತದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಲಾಗದ್ದನ್ನು ಈ ವಲಯ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು ಬೇಗ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಕಂಪನದ ನೇರ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ನಾವು ಅನೇಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತರಬಹುದು.
- ಪ್ರೀತಿ, ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಸತ್ಯವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾ ಬದುಕುವುದು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ.
- ದೇವರೆಡೆಗೆ ಚಲಿಸುವುದು, ದೇವರಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ.
- ಈ ಬಾಳನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ, ಬಹಳ ವಿವೇಕದಿಂದ ಮತ್ತು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಬದುಕುವುದು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ.
- ನಾವು ಬೇರೆ ಜನರಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ದೇವರನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದಾಗ, ಅದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನವೆನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.
- ನಾವು ಎಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದರೂ, ನಾವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು. ಅದು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ. ನಾವು ಲೌಕಿಕ ಜೀವನ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನಗಳೆರಡನ್ನೂ ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಬಹಳ ವಿವೇಚನೆಯಿಂದ ಈ ಬಾಳನ್ನು ಬದುಕಬೇಕು.
- ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬಹಳ ವಿವೇಕವುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಲೌಕಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ಯಾವತ್ತೂ ತ್ಯಜಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಗೊಂದಲವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದಿಲ್ಲ.
- ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಯಾವುದರಿಂದಲೂ ದೂರ ಓಡಿಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ, ಅವನು ತನ್ನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿಂದ ದೂರ ಓಡಿಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ.
- ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ಅಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿಯೇ ಚಾನೆಲ್ ಆಗುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಅನೇಕ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಹರಿದು ಹೋಗುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಅಪಾರ ಪ್ರೀತಿಯು ಮೇಲಿನಿಂದ ಕೆಳಗೆ ಹರಿದು ಬರುತ್ತದೆ.
- ಬೆಳಕು ಕೇವಲ ಬೆಳಕಲ್ಲ, ಅದು ಚೈತನ್ಯ, ಅದು ಪ್ರೀತಿ, ಅದು ಸ್ವತಃ ದೇವರೇ. ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾ ಈ ಭೂಮಿಯ ಸುತ್ತಲೂ ಈ ಕಂಪನಗಳು ಆವರಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ಒಂದು ದಿನ ನಾವು ಅಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಳಿಸಿಹಾಕುತ್ತೇವೆ. ಹೊಸ ಯುಗ ಆರಂಭವಾಗುವುದು ಆಗಲೇ.
- ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದೆ ಇದ್ದರೆ, ನಮಗೆ ಅನುಭವಗಳು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ, ನಾವ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಮಗೆ ಬೆಳೆಯಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅನುಭವ ಮಾತ್ರವೇ ನಮಗೆ ವಿವೇಕವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ.
- ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ತಾನೇ ಮಾಡಿದಾಗ, ಅದು ಅವನಲ್ಲಿ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನೇ ಆದರೂ ಬಲವಂತವಾಗಿ ಹೊರಿಸಿದರೆ ಅದು ಅವನಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಅವಧಿಯವರೆಗೆ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ■

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

ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2006

ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಇದ್ದುಕೊಂಡು, ಬಹಳ ಕಾಲದಿಂದ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ ಇರುವಾಗ, ಈ ದಿನ ನನಗೆ ಅರಿವಾದುದೇನೆಂದರೆ ನಮ್ಮನ್ನು 'ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರನ್ನಾಗಿ' ಮಾಡುವುದು ತಂತ್ರಗಳಲ್ಲ, ಬದಲಿಗೆ ವಿಸ್ತರಣೆ ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾವು ವಿಸ್ತರಿಸಬೇಕು. ವಿಸ್ತರಿಸಬೇಕಾದರೆ, ತಂತ್ರಗಳು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂಶಯವಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನಷ್ಟೇ ಮಾಡುತ್ತಾ ನಾನು ಹೆಚ್ಚಿನದೇನನ್ನೋ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆಂದು ಆಲೋಚಿಸುವುದು, ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಮೂರ್ಖರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಂತೆ. ನಾವು ವಿಸ್ತರಿಸಲೇ ಬೇಕು. ನಾವು ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಪ್ರೀತಿಯ ಅಂಶವನ್ನು ಸೇರಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಜೀವನವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಬೇಕು. ಜೀವನ ಎಂದರೆ, ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಒಳಗೊಂಡ ಜೀವನ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವು ಕಳೆದ 2–3 ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಸನ್ಯಾಸಿಗಳಲ್ಲ ಎಂದು ವಿವರಣೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದೆವು; ಪ್ರಪಂಚವು ಸಂನ್ಯಾಸಿಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ರೀತಿ ಅಲ್ಲ. ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು. ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಬದುಕು ಬಂದಿದೆ. ನಾವು ಬದುಕಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ನಮಗೆ ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವಿದೆಯೋ ಅಷ್ಟು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುತ್ತೇವೆ. ಬದುಕಿನ ಎಲ್ಲ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಮತ್ತು ವೈಭವವನ್ನು ನಾವು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಬೇಕು. ಆ ಉದ್ದೇಶ ಈಡೇರಿಸಲು, ಎಷ್ಟು ವಿಸ್ತರಿಸಿದರೂ ಅದು ಸಾಲದು. ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳಲ್ಲಿ, ಆಲೋಚನೆಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಬಾಳುವ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ನಾವು ವಿಸ್ತರಿಸಬೇಕು. ನಾವು ವಿಸ್ತರಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರವೇ ದೈವತ್ವವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅನುಭವ ಮಾತ್ರವೇ ನಮಗೆ ಸರಿಯಾದ ವಿವೇಕವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಆಗ ಮಾತ್ರವೇ, ನಾವು ಈ ಬದುಕನ್ನು ತಿಳುವಳಿಕೆಯಿಂದ ಜೀವಿಸಬಹುದು; ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿಯೇ ತಿಳುವಳಿಕೆಯಿಂದ ಜೀವಿಸಬಹುದು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳ ಜೊತೆ ಜೀವಿಸುತ್ತೇವೆ, ಅದನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುತ್ತೇವೆ, ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುತ್ತೇವೆ, ಅವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೋರಾಡುತ್ತೇವೆ, ಆದರೆ ನಾವು ವಿವೇಕದಿಂದ ಜೀವಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ತೃಪ್ತಿಕರವಾದ ಜೀವನವನ್ನು ಸಾಗಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಚಕ್ರಗಳನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆಂದು ನಾವು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಮಣಿಪುರ ಚಕ್ರವನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿದಾಗ, ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮದ ಕರ್ಮಗಳು ತೆರವುಗೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ಅದು ನಿಜ. 2 ಅಥವಾ 3 ತಿಂಗಳ ನಂತರ, ಮುಂದಿನ ಚಕ್ರವನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳ ಎಲ್ಲ ಕರ್ಮಗಳು ತೀರಿಹೋಗಿವೆಯೆಂದಲ್ಲ. ಅವು ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಹಾಗೇ ಇರುತ್ತವೆ. ನಾವು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದಾಗ, ಕರ್ಮಗಳು ತೆರವುಗೊಳ್ಳುವುದು ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ. ಅದು ಬಹಳ ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ನಿಶ್ಚಲತೆ ಇದೆ – ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ನಿಶ್ಚಲತೆ ಅಥವಾ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡದ ನಿಶ್ಚಲತೆ. ನಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದುತ್ತೇವೆ. ಆಗ ಅದು ಸಮಾಧಿಯ ಆರಂಭ. ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಹಂತಗಳಿವೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, "ಈ ನಿಶ್ಚಲತೆ ನನಗೆ ಘನ ವಸ್ತುವಿನಂತೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ." ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಬಹಳ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದು ಒಂದು ವಸ್ತುವೇ? ಅದು ದ್ರವ್ಯವೇ? ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಈ ಮಹಿಳೆ, ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಘನರೂಪವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಾರೆ. ಆಕೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಈ ಹಂತದ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಅವರಿಗೆ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತದೆ. ಪುನಃ ನಾನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ, ನಾವು ಈ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಸ್ಥಾಪಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ಸಹಜವಾಗಿ ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದುತ್ತೇವೆ. ಆಗ ವಿಸ್ತರಣೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ನಿಶ್ಚಲತೆ ಇಲ್ಲದೆ ವಿಸ್ತರಣೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಶ್ಚಲತೆಯೊಂದಿಗೆ ವಿಸ್ತರಣೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಸ್ತರಣೆಯ ಅನುಭವವು ನಮಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಒಂದು ಬಾರಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಿದರೆ, ಅದು ಒಂದು ಜನ್ಮಾವಧಿಗೆ ಸಾಕು. ಆದರೆ ಇದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ನೀವು ಇದನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಅನುಭವಿಸಿದರೆ, ಆಗ ಅದೇ ಜ್ಞಾನೋದಯ. ನೀವು ಇದನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಿದರೆ, ಅದು ಸಾಕು. ನಾವು ಬುದ್ಧರಾಗುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅದೇ ಜ್ಞಾನೋದಯ. ನಾವು ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಆ ಕಡೆಗೇ. ಈ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲ, ಆದರೆ ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಶ್ಚಲಗೊಳಿಸುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಕಷ್ಟದ ಕೆಲಸ. ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು; ಇಡೀ ಸಾಧನೆಯೆಂದರೆ ಅದೇ.

ಒಂದು ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶ ಗಮನಿಸಬೇಕು. ನಾವು ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳೆಲ್ಲವೂ ತೊರೆದು ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಒಂದು ಬಾರಿ ಅನುಭವಿಸಿದರೆ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಲೆಕ್ಕಾಚಾರಗಳೂ ಇತ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತವೆ. ನಂತರ ನೀವು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬೇರೆಯೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗುವಿರಿ.

ಎರಡು ಗ್ರಹಣಗಳಿವೆ. ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕಾಗಿ ದೊಡ್ಡ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುವುದೇ ಈ ಗ್ರಹಣಗಳಿಂದ ಮುಖ್ಯವಾದ ಲಾಭಗಳು. ಯಾವುದೇ ತೀವ್ರ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಸಾಮೂಹಿಕವಾಗಿ ನಮಗೆ ತುಂಬಾ ಒಳ್ಳೆಯದು. ನಮಗೆ ಭೌತಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕದ ಎಲ್ಲ ಲಾಭಗಳೂ ದೊರೆಯುತ್ತವೆ.

ಗ್ರಹಣಗಳು ನಮಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ, ಇದು ನೆನಪಿರಲಿ. ಜನರು ಗ್ರಹಣಗಳಿಗೆ ಹೆದರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅವುಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇವು ಅವಕಾಶಗಳು. ಪ್ರತಿ ಗ್ರಹಣವು ನಮ್ಮನ್ನು ಬೆಳಕಿನ ಕಡೆಗೆ ಅಥವಾ ಹೊಸ ಯುಗದ ಕಡೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಗ್ರಹಣಗಳು ತೀವ್ರವಾದ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಇಲ್ಲಿ ಇದ್ದಕ್ಕಿದಂತೆಯೇ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿವೆ. ಮಾನಸದಲ್ಲಿ ಅಕಸ್ಮಾತ್ತಾದ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳು ಇವೆ. ಆದರೆ ಇವೆಲ್ಲಾ ಗ್ರಹಣದ ಉಡುಗೊರೆಗಳು. ಹಠಾತ್ ಬದಲಾವಣೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಲು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ, ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ.

ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಮೌಲ್ಯಾಧಾರಿತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಅದೇ ಎಲ್ಲಾ ಧರ್ಮಗಳ ಸಾರ. ಮೌಲ್ಯಾಧಾರಿತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ; ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಬೇಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿ, ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಬೇಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ, ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುತ್ತೀರ. ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾ ಮೌಲ್ಯಾಧಾರಿತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ, ಎಲ್ಲ ಗ್ರಹಣಗಳು, ಅಕಸ್ಮಾತ್ತಾದ ತೀವ್ರ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಲಾಭಗಳನ್ನು ತರುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳು ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಒಳಿತಿಗಾಗಿಯೇ. ನಾವು ಹಾಗೆ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ನಾವು ವಿರುದ್ಧ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರೆ, ಅವು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹಾನಿ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನೆ ನಾನು ಮೊದಲಿಂದಲು ಹೇಳುತ್ತಿರುವುದು. ಯಾರೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ದೇವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವೇ ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಕಂಪನಗಳಿಂದ ಇದರ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾನು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕಂಪಿಸುತ್ತೇನೆ, ನಾನು ಒಳ್ಳೆಯ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಭೇಟಿಮಾಡಿದ ಎಲ್ಲರೂ ನನ್ನ ಜೊತೆ ಗೌರವದಿಂದ, ಶಾಂತಿಯಿಂದ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಭಾವಾವೇಶದಿಂದ ಆಲೋಚಿಸಿದರೆ ಅಥವಾ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಕಂಪನಗಳಿದ್ದರೆ, ಅವು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತವೆ. ಇದೇ ಕರ್ಮಗಳ ನಿಯಮದ ಸಾರ. ಹೇಗಾದರೂ, ನಾವು ಪ್ರತಿ ಗ್ರಹಣಗಳಿಂದ ಉಪಯೋಗ ಪಡೆಯೋಣ.

ಜನರು ಸಮಸ್ಯೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ, ಪ್ರತಿ ಸಮಸ್ಯೆಯೂ ಸಮಸ್ಯೆಯೇ, ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯ ದಾರಿಗೆ ಅಡ್ಡ ಬರುವ ನಿಜವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಾವು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತೇವೆ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುತ್ತೇವೆ, ಮತ್ತು ಮಾನವ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಚಿಕ್ಕ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೇವೆ, ಅವರಿಗೆ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸಲು ಹೇಳಬಹುದು, ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ, ಅದನ್ನು ನಾವು ತಿಳಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ವಿವರಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

04–07–2021

ನಾನು ನನ್ನ ಗೆಳೆಯನೊಡನೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಚರ್ಚೆಯು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದತ್ತ ಹಾಗೂ ನಾವು ನಮ್ಮ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಹೇಗೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎನ್ನುವತ್ತ ಹೊರಟಿತು. ಆತ ಹೇಳಿದರು, "ನನಗೆ ಸಂಬಂಧ ಪಟ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ನನ್ನಿಂದಾಗಿ, ನನ್ನ ಆರೋಗ್ಯದಿಂದಾಗಿ, ಯಾವುದೇ ಅನಾನುಕೂಲವಾಗದಂತಹ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಭವಿಷ್ಯದ ಪೂರ್ವ ಸಿದ್ಧತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗುಳಿಯಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ."

ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಆ ರೀತಿ ಇರಬೇಕೆಂದೇ ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳಿದೆ. ನಾವು ಇನ್ನೊಬ್ಬರನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಬೇಕಾಗದ ಹಾಗೆ ಅಥವಾ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವು ಇತರರ ಬದುಕಿನ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರದಂತೆ ಆಗಲಿ ಎಂದು ನಾನು ಆಶಿಸುತ್ತೇನೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಸಿದ್ಧರಾಗಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಬದುಕು ನಾವು ಆಯೋಜಿಸಿಕೊಂಡಂತೆಯೇ ಅಥವಾ ನಾವು ಇಷ್ಟ ಪಟ್ಟಂತೆಯೇ ನಿಖರವಾಗಿ ನಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಯೋಜನೆ ಮಾಡುವುದು ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿದೆ, ಪರಿಶ್ರಮ ಹಾಕುವುದು ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿದೆ ಆದರೆ ಫಲಿತಾಂಶ ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ. ಫಲಿತಾಂಶ ಏನೇ ಇದ್ದರೂ, ಅದನ್ನು ನಾವು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ಅಲ್ಲದೇ, ಒಂದು ಅಂಶವೆಂದರೆ, ನಮಗೆ ಬೇರೆ ಆಯ್ಕೆ ಎಲ್ಲಿದೆ? ಇನ್ನೊಂದು ಅಂಶವೆಂದರೆ, ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ನಾವು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದಾಗ, ಬದುಕು ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ನಿರಂತರವಾದ ನಿರಾಸೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಜೀವಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ನಿರಂತರವಾದ ದುಃಖದಲ್ಲಿಯೇ ಜೀವಿಸಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಪರಿಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಭಗವಂತನು ಏನು ಅನುಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾನೋ ಅದೇ ನಮಗೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಆಯ್ಕೆ. ನಾವು ಬೇರೆ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ, ಆದರೆ ನಮಗೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಆಯ್ಕೆ ಯಾವುದೆಂದು ಅವನಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ, ಅದನ್ನು ನಾವು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನಮ್ಮ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು, ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸುವುದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರಬೇಕು. ಮಾನವ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಲೌಕಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲೂ ಸಹ ನಾವು ಸತತವಾಗಿ ಪರಿಶ್ರಮ ಹಾಕುತ್ತಲೇ ಇರಬೇಕು. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ದೈವದ ಇಚ್ಛೆಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಮೂಲಕ ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪರಿಶ್ರಮ ಹಾಕಬೇಕು. ನಾವು ಈ ರೀತಿಯ ಜೀವನ ನಡೆಸಿದರೆ, ನಾವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಂತೋಷ ಹಾಗೂ ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದಿರಬಹುದು.

ಜೀವನ ಎಷ್ಟೊಂದು ಸಂಕೀರ್ಣವಾದುದು. ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಮಾರ್ಗದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವ ಎಷ್ಟೊಂದು ಅಂಶಗಳಿವೆ. ಕರ್ಮ ಒಂದು ಅಂಶ. ಕರ್ಮವು ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೊಂದು ಪ್ರಮುಖವಾದ ಅಂಶವೆಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಮನೋಭಾವ. ನಮ್ಮ ಭಾವನೆ ಸಕಾರಾತ್ಮವಾಗಿದ್ದರೆ, ಆಗ ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಸವೆಸಲು ಪರಿಶ್ರಮ ಹಾಕಬಹುದು. ನಾವು ನಮ್ಮ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಬದಲಿಸಲು ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ಸುಧಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬಹುದು. ನಾವು ನಮ್ಮ ವಿಧಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ, ನಮ್ಮ ಭಾವನೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಗೊಂದಲಮಯವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಮತ್ತು ಆ ಒಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ, ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಕಷ್ಟಕರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಇನ್ನೊಂದು ಅಂಶ, ಜನರು; ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಮುತ್ತ ಜೀವಿಸುವ ಜನರು. ಜನರು ನಾವು ಬಯಸುವಂತೆ ಜೀವಿಸುವುದಾಗಲೀ ಅಥವಾ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಲೀ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಮೇಲೆ ಅಥವಾ ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಯೋಜನೆಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು. ನಾವು ಜನರನ್ನು ಅವರು ಹೇಗಿದ್ದಾರೋ ಹಾಗೆಯೇ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಸದಾ ಗೊಣಗಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ದೂರುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಾವು ನಿರಾಸೆ ಮತ್ತು ದುಃಖದಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿಯಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಅಪೂರ್ಣತೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಲೋಕವೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಇಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಇದರ ಅನುಭವ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಆಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಮತ್ತು ಇತರರಲ್ಲಿರುವ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಮುತ್ತಲಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿರುವ ಅಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಹೇಳಬಹುದು, "ನಮಗೆ ಅನ್ಯ ಆಯ್ಕೆ ಯಾವುದಿದೆ?" ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಬದಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲದಿರುವಾಗ ಇತರರನ್ನು ಹೇಗೆ ಬದಲಾಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ? ನಮ್ಮಿಂದಾಗದು. ಆದರೆ, ನಾವು ಬದಲಾದರೆ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಆಗ ಇತರರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ರೀತಿಯಿಂದ ನಾವು ಇತರರನ್ನು ಪ್ರಭಾವಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ನಮ್ಮದೇ ಆದ ಸಣ್ಣ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಇತರರಿಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಆದರ್ಶಪ್ರಾಯವಾಗಬಹುದು. ಈ ಅಂಶವು ನಮ್ಮನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ, ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳನ್ನಲ್ಲ.

ಕರ್ಮಗಳು ತಮ್ಮ ಪಾತ್ರ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಬಹುದು, ಆದರೆ ಕರ್ಮಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮನೋಭಾವ ದೊಡ್ಡದಾದ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು, ಧ್ಯಾನವು ಎಂತಹ ಅದ್ಭುತವಾದ ಕೊಡುಗೆ. ಧ್ಯಾನವು ಕೇವಲ ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ನಿರ್ಮೂಲ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಅವು ನಮ್ಮ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೂ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು, ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನೂ ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಬಯಸಿದ್ದು ನಮಗೆ ದೊರೆಯಲಿ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲದಿರಲಿ, ನಾವು ಸಂತೋಷವಾಗಿರುವ ಮನಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪುತ್ತೇವೆ. ಆ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪುವುದು ನಿಜವಾದ ಶರಣಾಗತಿಯ ಸ್ಥಿತಿ. ಆ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪುವುದು ಕಷ್ಟ, ಆದರೆ ಅದು ಸಾಧ್ಯ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ನಾವು ಎಲ್ಲರೂ ಇಲ್ಲಿ ಇರುವುದು. ನಾವು ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಶ್ರಮಿಸುತ್ತಿರುವುದು.

ನಾವು ಯಾವಾಗ ಅಸಂತೋಷವಾಗಿರುತ್ತೇವೆಯೋ, ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ, ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರ ಬಗ್ಗೆ ಕಹಿ ಭಾವ ಹೊಂದಿರುತ್ತೇವೆಯೋ, ಆಗ ನಾವು ನಿರಾಸೆಯ, ಕಹಿಯ ಮತ್ತು ಹತಾಶೆಯ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತವೆ. ನಾವು ಯಾವಾಗ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತೇವೆಯೋ, ಆಗ ಜೀವನವು ಹೆಚ್ಚು ಸುಂದರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವರು ಈ ರೀತಿ ಹೇಳಬಹುದು – ಬದುಕನ್ನು ಬಂದ ಹಾಗೆಯೇ ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸೋಲು ಮನೋಭಾವ. ನನಗೆ ಹಾಗೆ ಅನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ, ನಾವು ಬದುಕನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತೇವೆ ಆದರೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಸುಧಾರಣೆಯ ಕಡೆಗೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ನಾವು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಸೋಲು ಮನೋಭಾವ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ನಾನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವುದು. ಇಲ್ಲಿ, ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಯವರು ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಮೊದಲನೆ ಶಂಬಲ ನಿಯಮವನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಅದು ಆನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಹರಡುವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಬಲ್ಲೆವು. ಅದರೊಟ್ಟಿಗೆ ಇನ್ನೊಂದು ವಿಶೇಷ ನಿಯಮವೂ ಜೊತೆಗೂಡಿದೆ. ಅದು, ಸದಾ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿರುವುದು. ಈ ಅಭ್ಯಾಸವು ನಮಗೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಇದು, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒದಗುವ ಸಂದರ್ಭಗಳಿಗೆ, ನಮ್ಮ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವ ಜನರಿಗೆ, ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ. ಸದಾ ಶಾಂತವಾಗಿರುವುದು, ನಾವು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಸದಾಕಾಲ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆಗ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳು ದೇವರಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಇಂದು ಒಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ದಿನ. ಇಂದು ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ದಿನ. ಈ ಮಹಾ ಚೇತನವು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿರುವ ಬಹುತೇಕ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಆತ್ಮವನ್ನೂ, ಒಂದಲ್ಲ ಒಂದು ಅವತಾರದಲ್ಲಿ, ಒಂದಲ್ಲ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಮುಟ್ಟಿದೆ ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವರು ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಒಂದು ಮಹಾನ್ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ಮತ್ತು ಭರವಸೆ. ಅವರು ಈ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರು, ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಬಗ್ಗೆ, ಪ್ರತಿ ಒಬ್ಬರ ಬಗ್ಗೆ, ಎಷ್ಟೊಂದು ಕಾಳಜಿ ಹೊಂದಿದ್ದರು, ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರ ಮೂಲಕ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತು. ನಾವು ನಮ್ಮ ಗೌರವವನ್ನು, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸೋಣ. ■

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

27–06–2021

ಒಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಯು, ತಮಗೆ ಕೆಲವು ಜನಗಳಿಂದ ಆಗಿದ್ದ ನೋವಿನ ಬಗ್ಗೆ ಸತತವಾಗಿ ಬರುತ್ತಿದ್ದ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಂದ ಹೊರ ಬರಲು ಕೆಲವು ಕಾಲ ಹೋರಾಡಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಹೇಳಿದರು. ಆಕೆಗೆ ಆ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ಅವು ಆಕೆಯನ್ನು ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಜಾರುವಂತೆ ಮಾಡಿದ್ದವು. ನಂತರ ಆಕೆ ತನಗೆ ಇರುವ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡರು ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಇಚ್ಛಿಸಿದರು. ಆಕೆ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿದರು ಮತ್ತು ಅವರ ಸಹಾಯ ಕೋರಿದರು. ಆಕೆ ಅದನ್ನು ಅಲ್ಲಿಗೇ ನಿಲ್ಲಿಸಲಿಲ್ಲ, ಆಕೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರು. ಓರಿಯೆಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಕಲಿತ ಒಂದು ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದೆನೆಂದು ಆಕೆ ಹೇಳಿದರು. ಕೇವಲ ಎರಡೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ, ನೋವಿನ ಭಾವದಿಂದ ಆಕೆ ಹೊರಬಂದಿದ್ದರು. ಆಕೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಸಂತೋಷ ಪಟ್ಟರು. ನಾವು ಅಂತಹ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗ, ಉನ್ನತ ಶಕ್ತಿಗಳಿಂದ, ಋಷಿಗಳಿಂದ, ಬೆಳಕಿನಿಂದ, ಸ್ವತಃ ದೇವರಿಂದಲೇ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಎಷ್ಟೇ ಆದರೂ, ನಾವು ಅವನ ಮಕ್ಕಳು, ಅವನ ಒಂದು ಭಾಗ ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ ಇದೆ, ಅವನ ಅಪಾರವಾದ ಪ್ರೀತಿಯು, ಇಂತಹ ಸಂಗತಿಗಳಿಂದ ಹೊರಬರಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಇಂತಹ ಕಷ್ಟಕರ ಸಮಯದಿಂದ ಪಾರು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಮಾಡುವ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಉದ್ದೇಶಗಳು, ನಮಗೆ ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನಾವು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಪಡೆದಾಗ ಎಲ್ಲಾ ಸಹಾಯಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿಗೆ ಬರುತ್ತವೆ.

ಒಂದು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದು ನನಗೆ ನೆನಪಿಗೆ ಬರುತ್ತಿದೆ. ಒಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಒಂದು ವಿಶೇಷ ಲಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರ ಹುಡುಕಿಕೊಂಡು ಬಂದಿದ್ದರು ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ತನ್ನ ಅಧೀರತೆಯು ಸ್ವಭಾವದಿಂದ ಜನರೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಬರೆದರು. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಜಯಿಸಲು ಕೆಲಸದಿಂದ ರಜೆ ಪಡೆದು, ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿ ಕೆಲ ಕಾಲ ಸಮಯ ಕಳೆಯಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದರು. ರಜೆ ಪಡೆದು, ಜನರಿಂದ ಮತ್ತು ಸಮಾಜದಿಂದ ದೂರ ಹೋಗಿ ಅದನ್ನು ಜಯಿಸುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗಬಹುದೆಂದು ಗುರೂಜಿ ಅವರಿಗೆ ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳಿದರು. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಈ ಅಧೀರತೆಯು ಇರುತ್ತದೆಂದು ಗುರೂಜಿ ಆತನಿಗೆ ಹೇಳಿದರು. ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಅದರಿಂದ ಹೊರ ಬರಬೇಕು. ನಾವು ವಾಹನ ಚಾಲನೆ ಕಲಿಯುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಚಾಲನೆ ಕಲಿಸುವ ಶಿಕ್ಷಕ ನಮ್ಮನ್ನು ದಟ್ಟಣೆ ಇರುವ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತಾನೆ, ಖಾಲಿ ಇರುವ ಜಾಗಕ್ಕಲ್ಲ ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ಉದಾಹರಣೆ ನೀಡಿದರು. ನಾವು ಅಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ವಾಹನ ಚಾಲನೆ ಕಲಿಯಲು ಸಾಧ್ಯ. ಅದೇ ರೀತಿ, ಈ ಜಗತ್ತು ನಾವು ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರು ನಮಗೆ ಶಿಕ್ಷಕರು. ನಾವು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಲು ಮತ್ತು ಜನರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯಲು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗ, ಋಷಿಗಳು ನಮಗೆ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಮೂಲಕ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಒಂದು ಪ್ರಮುಖವಾದ ಮತ್ತು ಸುಂದರವಾದ ಅಂಶ. ನಮಗೆ ನಾವು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ, ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗ ಸಹಾಯ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ, ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತೆ ಮಾಡಿದಾಗ ಅಲ್ಲ.

ಮತ್ತೊಂದು ಅಂಶ: ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ರಚಿತವಾಗಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಆತ್ಮವು ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಆತ್ಮವು ದೇವರ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಆತ್ಮವು ಹಿತಕರವಾಗಿರಬೇಕಾದರೆ, ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿದ್ದರೆ, ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಸಂತೋಷ ಹೊಂದುತ್ತೇವೆ, ಆತ್ಮವು ಸಂತೋಷ ಅನುಭವಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಸುತ್ತುತ್ತಿರಲು ಅವಕಾಶ ಕೊಟ್ಟರೆ, ನಮಗೆ ಬಹಳ ಅಹಿತಕರವಾದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅದು, ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನೊಳಗೊಂಡ ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹಾಕುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಇದು ಹಾಗೆಯೇ ಮುಂದುವರೆದರೆ, ದೇಹದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿ, ಬಹುಶಃ ಒಂದು ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಅಥವಾ ದೇಹದ ಯಾವುದಾದರೂ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವಿನ ರೀತಿ ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ರಚನೆಯಾಗಿದ್ದರೆ, ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯೊಳಗೆ ಬರಲು ಆತ್ಮವು ಏಕೆ ಅನುಮತಿ ನೀಡಬೇಕು? ನಮ್ಮ ಹುಟ್ಟಿನ ಹಲವಾರು ಚಕ್ರಗಳ ನಂತರ ಮತ್ತು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ್ದ ಕಾರಣ, ಆತ್ಮವು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದರ ಸಲುವಾಗಿ ಹೀಗೆ ಆಗುತ್ತದೆಯೇ? ಅಥವಾ ಅದರಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಬೆಳಕು ಇಲ್ಲದೆ ಅದು ದುರ್ಬಲವಾಗಿದೆಯೇ?

ಆದುದರಿಂದಲೇ ಧ್ಯಾನವು ಅಷ್ಟು ಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಅದು ಆತ್ಮವು ದೇವರೊಂದಿಗಿನ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಪುನಃ ಸ್ಥಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನವು ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯುತವಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಅದರಿಂದ ನಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಬಲಶಾಲಿಯಾದಾಗ, ಆತ್ಮವು ನಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಒಡೆಯನಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ■

ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು

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

ಪ್ರ: ಧ್ಯಾನದ ಗುಣಮಟ್ಟ ಅಂದರೆ ಏನು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ವೃದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು?

ಉ: ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ದೇವರನ್ನು ಎಷ್ಟು ಅನುಭವಿಸಿದೆವು ಎನ್ನುವುದರ ಮೇಲೆ ಧ್ಯಾನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಬಹುದು. ನಮಗೆ ದೇವರ ಅನುಭವ ಆದಾಗ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ನಮಗೆ ಅಪಾರವಾದ ನೆಮ್ಮದಿಯ ಅನುಭವ ಆಗುತ್ತದೆ. ಎಷ್ಟು ನೆಮ್ಮದಿಯ ಅನುಭವ ನಮಗಾಯಿತು? ಎಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿ, ಎಷ್ಟು ವಿಶಾಲತೆ ಮತ್ತು ಎಷ್ಟು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ನಮಗೆ ಅನುಭವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು ಎನ್ನುವುದು, ಬಹುಶ: ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತದೆ. ಎಷ್ಟು ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಅನುಭವ ನಮಗೆ ಆಗುತ್ತಿದೆ? ಧ್ಯಾನದ ಗುಣಮಟ್ಟವು ಕೇವಲ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದರ ಮೇಲಷ್ಟೇ ನಿಂತಿಲ್ಲದೆ ನಾವು ಬೇರೆ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಬದುಕುತ್ತೇವೆನ್ನುವುದರ ಮೇಲೂ ನಿಂತಿದೆ. ನನಗೆ ಅದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವೆನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯವು, ಅನುಭವದ ಉತ್ತುಂಗದ ಅವಧಿ. ಆದರೆ ಸಾಧನೆಯು 24 ಗಂಟೆಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ.

ಪ್ರ: ಹೊರಗಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಮುಂದಿನ ಹಂತಕ್ಕೆ ಹಾಕಲು ಬೇಕಾದ ಮಾನದಂಡವೇನು?

ಉ: ಹೊರಗಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ರೆಗ್ಯುಲರ್ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಒಂದೇ ರೀತಿಯಾದ ಮಾನದಂಡವಿದೆ. ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ ಎನ್ನುವುದೇ ಮಾನದಂಡ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯನ್ನು ಮುಂದಿನ ಹಂತಕ್ಕೆ ವರ್ಗಾಯಿಸುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಋಷಿಗಳೇ ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಅಭ್ಯಾಸ ವರದಿಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿರುವ ಜನರು ಅಥವ ಇಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಚೆಕ್ ಅಪ್‌ಗಳ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿರುವ ಜನರು, ಅದು ಹೇಗೋ ತಮ್ಮ ಅಂತರ್ ಗ್ರಹಿಕೆಯ ಮೂಲಕ ಋಷಿಗಳಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಈ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ನಿಯತವಾದ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸವು ನಾವು ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಮಗೆ ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಯತ್ನವು ಮತ್ತೊಂದು ಮಾಪಕವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ನಿಯತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಂದಿನ ಹಂತಕ್ಕೆ ಹಾಕದಿರಬಹುದು ಆದರೆ ನಾವು ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಒಂದು ಹಂತದಲ್ಲೇ ಅನೇಕ ಉಪ ಹಂತಗಳಿರುತ್ತವೆ, ಅದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನಾವು ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರ: ನಾನು ಧ್ಯಾನಮಾಡಬಯಸುತ್ತೇನೆ, ಆದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಸಮಯ ಸಿಗದಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ನನ್ನ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಇದರ ಅರ್ಥ ನನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿ ನಿಧಾನವೆಂದೇ? ನಾನೇನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಉ: ನಿಯತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅದು ನಾವು ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆಂದು ನಾವು ಸಾಮನ್ಯವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳು ಮತ್ತು ಕರ್ತವ್ಯಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಆದ್ಯತೆಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ನಮಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಸಮಯ ಸಿಗುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗುವಂತಹ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ ನಮಗಿದ್ದಾಗ, ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿರುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ದಾರಿ. ಹಾಗೂ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬ ಗಾಢವಾದ ಬಯಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಆಗ ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಧ್ಯಾನಮಾಡುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ದೇವರು ನಮಗೆ ಒದಗಿಸುತ್ತಾನೆ. ನಮ್ಮ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು, ಆದ್ಯತೆಯ ಆಧಾರದಲ್ಲಿ ಪುನರ್ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅನಾವಶ್ಯಕವಾದುವುಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನದೇ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು, ತನ್ನದೇ ದಾರಿಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಮಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಅಂದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೇ, ನಾವು ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಅರ್ಥವಲ್ಲ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಒಳ್ಳೆಯತನ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ, ಶಾಂತಿ, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ನಾವು ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರ: ಧ್ಯಾನ ನಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಭಸ್ಮ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ಈ ಜನ್ಮದ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಭಸ್ಮ ಮಾಡುತ್ತದೆಯೇ?

ಉ: ಹೌದು, ಧ್ಯಾನ ಎಲ್ಲ ಕರ್ಮಗಳನ್ನೂ ಭಸ್ಮ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಸಕಾರಾತ್ಮರಾಗಬೇಕು. ಎರಡೂ ಮುಖ್ಯ. ನಾವು ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಂಡಾಗ, ನಾವು ಬದಲಾದಾಗ, ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಬದುಕಲಾರಂಭಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದಾಗ, ಎಲ್ಲ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ತೀರಿಸಿ ಬಿಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳು ಹೊಸ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಮಾಡಿದಾಗ, ನಾವು ಕರ್ಮರಹಿತ ಬಾಳನ್ನು ಬದುಕುತ್ತೇವೆ.

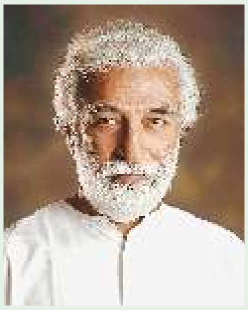
ಪ್ರ: ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ, ತನ್ನ ಆತ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿರುವುದು ಹೇಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ?

ಉ: ಇದು ಕಷ್ಟ. ನಮ್ಮ ಆತ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಿರುವುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಒಂದೇ ದಾರಿಯೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಅಂತರ್‌ಗ್ರಹಿಕೆ (intuition) ಎಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ಹೇಗೋ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆತ್ಮ ಸಂಗಾತಿಗಳೇ ಮದುವೆಯಾಗುವಂತೆ ದೇವರು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ, ಅದು ಹೇಗೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ■

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

ಬಹುತೇಕ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ನನ್ನ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಸುರಿಯುತ್ತಿರುವ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ಚಕ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಓಂ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸುವಾಗ ಅತೀ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಬೆಳಕನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ದಿನಪೂರ್ತಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತೇನೆ.

ನಾನು ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ದಿನದ ಬೇರೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗಲೂ ಹೊಂದಿರುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಜೀವನ ಈಗ ಹೆಚ್ಚು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿದೆ.

– ವೀಣಾ ಸುರುವು

ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಾನು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟಗಳಿಗೆ ಏರುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಣೆಯನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಬದುಕಿಗೆ ಗಮನಹರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಗೊಂದಲವುಂಟಾಗಿ ಭರವಸೆ ಕಳೆದುಕೊಂಡರೂ, ತಕ್ಷಣ ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಹಾಗೂ ರಕ್ಷಣೆ ಸಿಕ್ಕಿದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

– ಅಭಯ್ ಜೋಶಿ

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಏನೂ ತಕರಾರಿಲ್ಲದೆ ನನ್ನೊಳಗೆ ಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಮತ್ತು ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರಲ್ಲೂ ಕೃತಜ್ಞತಾ ಭಾವ ತುಂಬಿದೆ.

– ರಾಜೇಶ್ ಶೇತ್ಯೆ

2021ರ ಮೇ 21ರಂದು ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ವಿಚಲಿತಳಾಗಿದ್ದೆ. ನೀವು ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಿರಾ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಕೇಳಿದೆ. ಮರುದಿನವೇ ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಸಿಕ್ಕಿತು. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿದ ಗುರೂಜಿಯವರ ಸಮಾಧಿ ಮಂಟಪವನ್ನು ನೋಡಿದೆ. ತಪೋನಗರದ ಆಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ಬಿಳಿಯ ವಸ್ತ್ರ ಧರಿಸಿದ್ದ ಐದು ಜನ ಋಷಿಗಳನ್ನು ನೋಡಿದೆ. ನಾನು ಗುರೂಜಿಯವರ ಸಮಾಧಿ ಮಂದಿರವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಾಗ ನನ್ನ ಬಲಗೈ ಸಮಾಧಿ ಕಟ್ಟಡದ ಮೇಲ್ಭಾಗವನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ತಾನಾಗಿಯೇ ವಿಸ್ತರಿಸಿತು. ನನಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರ ಆಶೀರ್ವಾದದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಜೀವಂತವಾಗಿದ್ದ ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೊಂಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದನ್ನು ಕಂಡೆನು.

– ಮೃದುಲಾ ಮಾಲ್ವಾನಿ

ನಿರಂತರವಾದ ಅಂತರಂಗದ ಸಂತೋಷದಿಂದಾಗಿ ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ಯಾವಾಗಲಾದರೊಮ್ಮೆ ಈ ಸಂತೋಷಕ್ಕೆ ಅಡಚಣೆಯಾದರೆ, ಅದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಮತ್ತೆ ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

– ಅಣ್ಣೆ ಚಾಪ್ಮನ್

ಎಲ್ಲ ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷೆಗಳಿಗೂ ವಿಶ್ವವು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತಿದೆ ಎನಿಸುತ್ತಿದೆ. ನಾನು ಬೆಳಕಿಗೆ ಆಳವಾದ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಪರಿಶುದ್ಧಳಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಸಾಧನವಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಹಾತೊರೆಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಬೇರೆಯವರ ಬಗ್ಗೆ ತೀರ್ಮಾನಿಸುವುದು, ಕಿರಿಕಿರಿಗೊಳ್ಳುವುದು, ಸೋಮಾರಿತನ ಮುಂತಾದ ಅನೇಕ ವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ಆಳವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುತ್ತೇನೆ. ಉದ್ದೇಶದ ಬಗ್ಗೆ ಈಗ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯಿದೆ.

– ದೀಪ್ತಿ. ಆರ್

ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಶುರುಮಾಡಿದ ನಂತರ ನನ್ನ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಸುಧಾರಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ವೇಳೆ ಅದನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ದೈವಿಕ ಶಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆತ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಕರ್ಮಯೋಗಕ್ಕನುಸಾರವಾಗಿ, ಜೀವನದ ಕರ್ತವ್ಯಕ್ಕೆ ಬದ್ಧಳಾಗಿ ನನ್ನ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ದಿನದ ಬಹುತೇಕ ಕಾಲ ನಾನು ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ.

– ಸುಕನ್ಯ ಚೌಧುರಿ

ಈಗಿನ ಕ್ಲಿಷ್ಟಕರ ದಿನಗಳಲ್ಲೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಹಾಗೂ ಬೆಂಬಲ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಸಿಗುತ್ತಿದ್ದು, ಎಂತಹ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನಾದರೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸಹಾಯ ನೀಡುತ್ತಿರುವ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಋಣಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ.

– ಆರ್. ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ

ಸೂರ್ಯ ಗ್ರಹಣದ ದಿನ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಭೂಮಿಯಂತಹ ಗೋಲವೊಂದನ್ನು ನನ್ನ ಮುಂದೆ ಕಂಡೆ. ಅದು ನೇರಳೆ ಮಿಶ್ರಿತ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣದಿಂದ ಕೂಡಿತ್ತು. ಅದು ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶದಿಂದ ತೆಗೆದ ಒಂದು ಛಾಯಾಚಿತ್ರದಂತೆ ಕೆಲವು ಕ್ಷಣ ಗೋಚರಿಸಿತು. ನಂತರ ಅದು ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾಯಿತು. ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸಂತೋಷದ ಅನುಭವ ನನಗಾಯಿತು.

– ವಿರಕ್ತಿ ಸಖಾರೆ

ನಾನು ಒಂದು ಪರಿವರ್ತಕ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದೆ. ಕೋವಿಡ್ 19 ಪಾಸಿಟಿವ್ ಬರುವ ಮೊದಲು, ಅದು ಬಂದರೆ ನಾನೆಷ್ಟು ಭಯಗೊಳ್ಳಬಹುದೆಂದು ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ನಂತರ, ಅದು ಹೇಗೋ ನನಗೆ ಭಯವೇ ಆಗಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಚಿನ್ನದ ಬಣ್ಣದ ಹೀಲಿಂಗ್ ಬೆಳಕು ತುಂಬಿದೆಯೆಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ, ಹಾಗೂ ಔಷಧವನ್ನೂ ಸೇವಿಸಿದೆ. ಆದರೆ, ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಕೃಪೆಯಿಂದಾಗಿ ನಾನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುಣಹೊಂದುವೆನೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತು.

– ಪ್ರಿಯಂವದಾ 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