



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

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು - ಜೂನ್ 1991ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ, ಮೇ 18, 1981 ರಂದು ನನ್ನ ಗುರುಗಳು ನನಗೆ ಸಂನ್ಯಾಸ ದೀಕ್ಷೆ ನೀಡಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದರು, “ಕಾವಿ ಧರಿಸಬೇಡಿ. ವಿಶ್ವಾಸ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ.” ನಾನು ಕಾವಿ ಧರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ವಿಶ್ವಾಸವಿದೆ. ದಶಕ ಕಳೆದ ನಂತರ, ನಾನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದದ್ದು ಇಷ್ಟೇನೇ ಎಂದು ಅಚ್ಚರಿಪಡುತ್ತೇನೆ! ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳು ನನ್ನನ್ನು ಕಠಿಣ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸಿದರು. ನನ್ನ ಹೆಸರು, ಹಣ, ಸಂಬಂಧಗಳು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ಒಣ ವೈಭವಗಳನ್ನು ನನ್ನಿಂದ ದೂರಮಾಡಲಾಯಿತು. ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ದೊರಕದ ವಿಷಯಗಳನ್ನೂ ಅವರು ನನಗೆ ಕಲಿಸಿ ಆಶೀರ್ವಾದ ಮಾಡಿದರು. ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಈ ದಶಕವು ಬಹಳ ಮಹತ್ವದ್ದಾಗಿದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ನಿಜವಾದ ಸಾಧನೆ ಮತ್ತು ಕೆಲಸವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಲು ನನ್ನನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿತು.

18 ಮೇ 1991 ರಂದು ನನ್ನ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಸಾಧಕರು, ನನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜನ್ಮ ದಿನವಾಗಿದ್ದ ಈ ದಿನದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿದ ನಂತರ ನನಗೆ ಟೈಪ್‌ರೈಟರ್ ಅನ್ನು ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ನೀಡಿದರು. ನನಗೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ ಅರಿವಿದ್ದಿದ್ದರೆ ಇಂತಹ ದುಂದುಗಾರಿಕೆಗೆ ಅವಕಾಶ ನೀಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಇಂತಹ ಆಳವಾದ ಪ್ರೀತಿಗೆ ನಾನು ಕುರುಡನಲ್ಲ. ಮಾತು ಬಾರದೆ ಮೂಕನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಗಟ್ಟಿ ಪ್ರೀತಿಯ ಮಾದರಿಯು ಅದರ ಹಿಂದಿರುವ ಪ್ರೇಮವನ್ನು ನೆನಪಿಸುತ್ತ ನನ್ನನ್ನೇ ದಿಟ್ಟಿಸುತ್ತಿದೆ. ಇದು, ಭಗವಂತ ಸೃಷ್ಟಿಸಿರುವ ಈ ಭೌತ ಪ್ರಪಂಚದ ಹಿಂದಿರುವ ಪ್ರೇಮದ ಬಗ್ಗೆ ಆಲೋಚಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅವನಿಗೆ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಎಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿ!



ಹಲವಾರು ಯುವಕರು ಆಶ್ರಮ ಸೇರಲು ಬಯಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅದು ಒಳ್ಳೆಯದೇ. ಅವರಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ಅವರ ಮನೆಯವರು ಇದಕ್ಕೆ ಅನುಮತಿ ನೀಡುತ್ತಾರೋ ಎಂದು ನಾನು ಅಚ್ಚರಿ ಪಡುತ್ತೇನೆ. ಕಾದು ನೋಡಬೇಕು! ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವೈಫಲ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ನಿರಾಶೆಗಳು ಜನರನ್ನು ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಸಾಂತ್ವನಕ್ಕಾಗಿ ಆಶ್ರಮ ಸೇರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಈ ಯುವಕರು ನಿಜವಾದ ಅನ್ವೇಷಕರು ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯವನ್ನು ಸೇರಲು ಸೂಕ್ತ ವಯಸ್ಸಿನವರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಈ ಆಶ್ರಮವು ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನು ಅವಕಾಶ ದೊರೆತಾಗಲೆಲ್ಲ ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತೇನೆ. ಈ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ನಮ್ಮೆಲ್ಲ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಅಪೂರ್ಣತೆಯಿಂದ, ಋಷಿ-ಪದವಿಯ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯಡೆಗೆ ಸಾಗುತ್ತೇವೆ. ಋಷಿ-ತತ್ವಾಧಾರಿತ ಸರಳ ಜೀವನ, ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಹಾಗೂ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ನೋಡುವ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ, ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಹಾಗೂ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಜೀವನ, ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ನಿರಾಕರಣೆಯಿಲ್ಲದ ಆದರೆ ಅವುಗಳೆಡೆಗೆ ವ್ಯಾಮೋಹವಿಲ್ಲದ ಜೀವನ, ಅಸೀಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಅವಕಾಶಗಳಿರುವ ಜೀವನ-ಇವೆಲ್ಲವು ಕೇವಲ ಆದರ್ಶಗಳು ಮತ್ತು ಆಕರ್ಷಕ ಘೋಷಣೆಗಳಲ್ಲ ಬದಲಿಗೆ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ಮತ್ತು ಬದುಕಬೇಕಾದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಅಂಶಗಳಾಗಿವೆ. ಇಂತಹ ಅವಕಾಶಗಳು ನಮ್ಮ ಬಾಗಿಲುಗಳನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ತಟ್ಟುವುದಿಲ್ಲ.

ನಾನು ವಾಲಂಟೀರ್ಸ್‌ಗೆ ಶುಭ ಹಾರೈಸುತ್ತೇನೆ ಹಾಗೂ ಅವರು ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸನಿಹರಾಗಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸುತ್ತ ಈಗಿನಿಂದಲೇ ಸಿದ್ಧರಾಗಲಿ ಎಂದು ಹಾರೈಸುತ್ತೇನೆ. ■



ಮಾನಸ ಫ್ಲೌಂಡೇಶನ್ (೦)
 ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕನುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬಿಎನ್ - 560077. ಭಾರತ.
 © 99000 75280 (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5)
 ಇ-ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: www.lightagemasters.com

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳು

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳು

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ತರಗತಿ - ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 11

ರೆಗ್ಯುಲರ್ ತರಗತಿ - ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1

ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ

ಸೋಮವಾರ (ಸಂಜೆ 6 ರಿಂದ 7)

ಮಂಗಳವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ರಿಂದ 7)

ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ

ಕೋವಿಡ್ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಚ್ 2022ರವರೆಗೆ ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ರದ್ದುಗೊಳಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಈಗ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಸುಧಾರಿಸಿರುವುದನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದ ಕೆಲವು ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಏಪ್ರಿಲ್ 2022ರಿಂದ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಪುನರಾರಂಭಿಸುವುದೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗಿದೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಕೇಂದ್ರದ ಶಿಕ್ಷಕರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಅಥವಾ ಮಾನಸ ಕಛೇರಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ಈ ವಿವರಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ರೆಗ್ಯುಲರ್ ತರಗತಿಗಳು ಈಗ ಆರಂಭವಾಗಿವೆ. ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಆನ್‌ಲೈನ್ ತರಗತಿಗಳನ್ನೂ ಕೂಡ ಮುಂದುವರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಏಪ್ರಿಲ್ 2022ರಿಂದ ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 11ರ ವರೆಗೆ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮೂಲಕವೂ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳಿನ ಮೊದಲ ಭಾನುವಾರಗಳಂದು ಹೊಸ ಬ್ಯಾಚ್ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳಿನ ಮೂರನೇ ಭಾನುವಾರ, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ 11-30ರ ವರೆಗೆ, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಲಭ್ಯವಿರುವ, ನಿರ್ದೇಶಿತ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ಕೂಡ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಲಿಂಕ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಿ:

<https://www.facebook.com/lightchannels>

https://www.lightagemasters.com/lc_live

<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/-ಡಿಯನ್ನು
'Manasa Light Age Foundation'
ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು.
ಮನಿಯಾರ್ಡರ್‌ಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ

ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ತಪೋವಾಣಿಯನ್ನು ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ಕೊಡಿ. ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ ದೊಂದಿಗೆ ಅವರ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ವಿಳಾಸವನ್ನು ನಮಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ.



ಮಹಾ ಶಿವರಾತ್ರಿ ದಿನದಂದು, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಮಹಾ ಶಿವನನ್ನು ಪೂಜಿಸಲು, 1 ಮಾರ್ಚ್ 2022ರಂದು ಧ್ಯಾನಿಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದರು.

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆಗಳು

- ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಭೌತಿಕ ತರಗತಿಗಳು ಈಗ ಆರಂಭವಾಗಿವೆ. ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ತಪೋನಗರ ಕೇಂದ್ರದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ಸೇರಬಹುದು..
- ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದ ಕೆಲವೊಂದು ಕೇಂದ್ರಗಳು ಏಪ್ರಿಲ್ 2022ರಿಂದ ಆರಂಭವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಕೇಂದ್ರದ ಶಿಕ್ಷಕರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಅಥವಾ ಮಾನಸ ಕಛೇರಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ಈ ತರಗತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರಿಸಬಹುದು.
- 04 ಮೇ 2022ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1ರ ವರೆಗೆ ಓರಿಯಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿ ಜರುಗಲಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮಾನಸ ಕಛೇರಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ತಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಹೆಸರನ್ನು ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕೊನೆಯ ದಿನಾಂಕ 02 ಮೇ 2022. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಈ ತರಗತಿಯನ್ನು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದ ಆನ್ ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ತಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ನಮಗೆ ತಿಳಿಸಲು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಕೋರುತ್ತೇವೆ.
- 13 ಮಾರ್ಚ್ 2022ರಂದು, ಶಂಬಲ ಮಾರ್ಸರ್‌ಗಳಿಂದ ವಿಶೇಷ ದೀಕ್ಷೆ ಪಡೆಯಲು, ಶಂಬಲ ಗುಂಪಿನ ಹಲವಾರು ಸದಸ್ಯರು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಬೇರೆ ಹಲವು ಸದಸ್ಯರು ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮೂಲಕ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡರು.
- ರಾ ಗುಂಪಿನ ಸದಸ್ಯರು ರಾ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು 20 ಮಾರ್ಚ್ 2022ರಂದು ಪಡೆದರು. ■

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

01	ಶುಕ್ರ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
02	ಶನಿ	ಚಂದ್ರಮಾನ ಯುಗಾದಿ
09	ಶನಿ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
10	ಭಾನು	ಶ್ರೀರಾಮ ನವಮಿ
11	ಸೋಮ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
14	ಗುರು	ಸೌರಮಾನ ಯುಗಾದಿ
15	ಶುಕ್ರ	ಗುಡ್ ಫ್ರೈಡೆ
16	ಶನಿ	ಪೂರ್ಣಿಮೆ
24	ಭಾನು	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
29	ಶುಕ್ರ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
30	ಶನಿ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳಂದು: ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು:

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್:

ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1

ಗುರುಜಿಯವರ ಬ್ಲಾಗ್ ಓದಲು ಮತ್ತು ಅವರ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಲು ದಯವಿಟ್ಟು www.speakingtree.in 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 ಈಗ ತಾನೇ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದೆ. ಅದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ ಅನ್ನಿಸಿತು. ಬೆಳಕು ಬಳಗ ಬರುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾಗವನ್ನು ತುಂಬುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಂದು ಸುಂದರವಾದ ಆನಂದದಾಯಕ ಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿತ್ತು. ಅದು ಅದ್ಭುತವಾಗಿತ್ತು.

-ಓಂಕಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ಬಹಳ ವಿಶ್ರಾಂತಿದಾಯಕವಾಗಿತ್ತು. ಸೆಷನ್ ಆದ ನಂತರ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಬೇರೆಬೇರೆ ಕಡೆ ಸುತ್ತಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ನನಗೆ ಹಗುರವೆನಿಸಿತು.

-ಸುಜಾತ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳು ತುಂಬಾ ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದವು, ಮತ್ತು ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ತಾವೇ ಸ್ವತಃ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಅಮೃತಸರದ ಅಜಿತ್ ವಿದ್ಯಾಲಯದ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರಾದ ಶ್ರೀಮತಿ ರಮಾ ಮಹಾಜನ್‌ರವರು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನೀಡಿದರು. ಪ್ರತಿ ದಿನ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಈ ತಂತ್ರದ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ವಿದಿಯೋವನ್ನು ಕಳುಹಿಸಬೇಕೆಂದು ನನ್ನನ್ನು ವಿನಂತಿಸಿಕೊಂಡರು.

-ಅಲ್ಪ ಸಿಂಗ್, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ಆನ್-ಲೈನ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸುವುದಕ್ಕೆ ನನ್ನನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದ ಪುಣೆಯ ಕಲ್ಯಾಣಿ ಪ್ರೌಢ ಶಾಲೆಯ ಶಿಕ್ಷಕಿಯೊಬ್ಬರು, ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಿದ ನಂತರ, ಸೆಷನ್ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದೆಂದು ತಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು. ಪ್ರತಿ ಮೂರನೆಯ ಭಾನುವಾರದಂದು ಜಯಂತ್ ಸರ್‌ರವರು ನಡೆಸುವ ಲೈವ್ ಆನ್-ಲೈನ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ತಪ್ಪದ ಭಾಗವಹಿಸುವುದಾಗಿಯೂ ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ತಮ್ಮ ತರಗತಿಯ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಪೀಡಿತ ಜನರನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಬೆಳಕನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ, ಅವರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಕೂಡ ಹೆಚ್ಚು ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದಾಗಿ ಆಶಿಸಿದರು.

-ಸಂತೋಷ್ ಕೋರೆ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು

ಪುಣೆಯ ವಿಬೆ ಪಾಟೀಲ್ ಮೆಮೋರಿಯಲ್ ಸ್ಕೂಲ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾಗಿತ್ತು. ಹುಷಾರಿಲ್ಲದ ಶಿಕ್ಷಕಿಯೊಬ್ಬರು ಕೂಡ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಸೆಷನ್ ಮುಗಿದ ನಂತರ, ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಬೇಕಾಗಿದ್ದ ಹೆಚ್ಚು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ, ಪ್ರಶಾಂತತೆ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳ ಅನುಭವವಾಯಿತೆಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕೂಡ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಮಾಧಾನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರು.

-ಪ್ರತಿಭಾ ಓಕ್ ಮತ್ತು ಪದ್ಮಜ ಬಾಜ್‌ವೈ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತುಂಬಾ ಚೆನ್ನಾಗಿತ್ತು. ಈಗ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿದ್ದೇನೆ.

-ಮಂಗಲ್ ಕಾರ್ಪೆ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿತ್ತು. ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದೆ. ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

-ವಸುಮತಿ ಪರಂಧಾಮನ್, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ಅದ್ಭುತವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರಕ್ಕೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು. ಈಗ ಹೆಚ್ಚು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

-ಹೇಮ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ಅದ್ಭುತವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಾಗಿ ನಿರ್ಮಲರವರಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನಾನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದೆ.

-ಗೌರವ್, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ಅದ್ಭುತವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಾಗಿ ಧನ್ಯವಾದಗಳು. ಅದು ನನ್ನನ್ನು ಆಲೋಚನೆಗಳಿಲ್ಲದ ಅರಿವಿನ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಿತು ಮತ್ತು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ನಾನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿದ್ದೆ. ಈಗ ನಾನು ಆರಾಮವಾಗಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದೇನೆ.

-ನಿಲಾಕ್ಷಿ ಜೋಶಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತುಂಬಾ ಸಹಾಯಕವಾಗಿತ್ತು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೆಲಸದ ಒತ್ತಡದಿಂದ ನಿರ್ದೆ ಮಾಡಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ನನ್ನ ಮಗುನಂತೆ ನಾನು ನಿರ್ದೆ ಮಾಡಿದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಿಮಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

-ದರ್ಶನ್, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನೊಂದಿಗೆ ದಿನವನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವುದು ಅದ್ಭುತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಾನು ಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿರುತ್ತದೆ.

-ಸದಸ್ಯ, ಹೆಚ್.ಐ.ಎಫ್.ಇ.ಎನ್ ಕ್ಲಬ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಮೊದಲನೇಯ ಸಾರಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಸೆಷನ್‌ಗೆ ಸೇರಿದೆ. ಬೆಳಿಗಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಶಾಂತತೆಯ ಅನುಭವವಾಗುವುದರಿಂದಾಗಿ, ದಿನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಇದೊಂದು ಉತ್ತಮ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿದೆ. ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

-ಗೋಪಿನಾಥನ್ ಕೆ.ಪಿ., ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

ಇದು, ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಬೆಳಕು, ಶಾಂತಿ ತುಂಬಿದವು 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.com ಗೆ 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 ವಾತನಾಡದೆ 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

ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2006 (ಮುಂದುವರೆದದ್ದು)

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಉತ್ತರಗಳಿವೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಪರಿಹಾರಗಳು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಇವೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲತೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಶ್ಚಲತೆಯಲ್ಲಿ, ದೇವರು ನಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ, ಇದು ಸರಿ, ಇದು ತಪ್ಪು ಎಂದು ಅವನೇ ನಮಗೆ ಹೇಳುವುದು. ಇದು ನಮಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದಿದೆ ಆದರೆ, ನಾವು ಬಹುಶಃ ಇದನ್ನು ಅನುಷ್ಠಾನಕ್ಕೆ ತರಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ, ಇಲ್ಲಿ ನಾನು ನಿಮಗೆ ನೆನಪಿಸಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ, ನಾವು ಮಾತನಾಡುವುದೆಲ್ಲವೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಆಗಿದೆ. ಇದು ಲೇಖನ ಬರೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಇದೆ. ನಾವು ಯಾವುದೇ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಮಾತನಾಡಿದಾಗ, ಅದರ ಹಿಂದೆಯೇ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಒಂದು ತಂತ್ರವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗಾಗಿ, ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಲಾಭ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ.

ಕೆಲವೊಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ನಾವು ಇದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಬೇಕಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಹೇಳಬಲ್ಲೆ, ಕೆಲವೊಂದು ವಿಷಯಗಳು ತಿಳಿಯಬಾರದು. ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ನಾನು ವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಿಸುತ್ತೇನೆ. ವಿಷಯವೇನೆಂದರೆ, ಇವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯದಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ನಾವು ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ದೇಹದೊಳಗೆ ಬಹಳ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಿವೆ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆ. ನಮಗೆ ಜೀರ್ಣವಾಗುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಅರಿವಿರುವುದಿಲ್ಲ ಆದರೂ ಅದು ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಈ ರೀತಿಯ ಅನೇಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಅರಿವು ನಮಗೆ ಸದಾಕಾಲ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೂ ಅವು ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ನಮಗೆ ತಿಳಿಯದಿರುವ, ಮನುಕುಲ ಇನ್ನೂ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿರುವ ಕೆಲವೊಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಿವೆ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಂದಕ್ಕೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಇದು ಒಂದು ಪ್ರವಾಣ (affirmation) ಎಂದು ನಮಗೆ ಅರಿವಾಗಬೇಕು.

ನಾವು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಒಂದು ರೀತಿಯ ದುಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಕೂಡ ದೇವರ ಕೊಡುಗೆ ಎಂದು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸೋಣ. ಯಾವುದೇ ಕಷ್ಟಕರವಾದ ಅನುಭವ, ಯಾವುದೇ ಆಪತ್ತಿನ ಸ್ಥಿತಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ. ದೇವರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿ. ದೇವರು ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹೊರಗೆ ತರುತ್ತಾನೆ. ಮೊದಲು ಕತ್ತಲು ಇರುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಬೆಳಕು ಬರುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಬೆಳಕು ಯಾವಾಗಲೂ ಇರುತ್ತದೆ, ನೆನಪಿರಲಿ. ನಾವು ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕೆಂದೇನೂ ಇಲ್ಲ, ನಮ್ಮ ಇಡೀ ಜೀವನವನ್ನು ನರಳುತ್ತಾ ಕಳೆಯಬೇಕೆಂದೇನೂ ಅಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಅವಶ್ಯವಿರುವಷ್ಟು ಮಾತ್ರವೇ ನಾವು ನರಳುತ್ತೇವೆ. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಒಂದು

ನಿಮಿಷ ಕೂಡ ನರಳಲು ದೇವರು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ಪಾಠ ಕಲಿತು ಮುಂದೆ ಸಾಗುವುದಷ್ಟೇ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು.

ನಾವು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಜೊತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಜೀವಿಗಳ ಜೊತೆ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಮೂರ್ತಿಯ ದರ್ಶನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ದೇವರು ಒಂದು ಚೈತನ್ಯ ವಲಯ. ಅದು ಮೂರ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವು ಜಾಗಗಳಲ್ಲಿ ನನಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಹಾಗೆ ಪೂರ್ತಿ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಆವರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಚಾಮುಂಡಿ ಬೆಟ್ಟ - ಪೂರ್ತಿ ಬೆಟ್ಟವೇ ದೇವಿ. ನಂದಿ ಬೆಟ್ಟ, ಪೂರ್ತಿ ಬೆಟ್ಟವೇ ಶಿವ ದೇವ.

ನಾನು ನಿಮಗೆ ಇದನ್ನು ಬಹಳ ಸಲ ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ. ಒಮ್ಮೆ ನಾನು ಒಂದು ಕಾರಿನ ಜೊತೆ ಮಾತನಾಡಿದೆ. ಈ ಸಲ ನಾವು ನಂದಿ ಬೆಟ್ಟಕ್ಕೆ ಹೋದಾಗ, ನಾವು ಒಂದು ಗುಹೆ ಒಳಗೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆವು. ನಾನು ಗುಹೆಯ ಜೊತೆ ಮಾತನಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ; ನಾನು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸಿದೆ. ನನ್ನ ಹತ್ತಿರ ಕೆಲವು ಮಾಹಿತಿಗಳಿವೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾಗವನ್ನು ನಾನು ನಿಮಗೆ ಹೇಳಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಅದು ನನಗೆ ಹೇಳಿತು, “ಸಾವಿರ ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಇಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಮಹಾನ್ ಋಷಿಗಳು ತಪಸ್ಸನ್ನು ಆಚರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈಗಲೂ ಆ ಬಂಡೆಯ ಆಳವಾದ ಟೊಳ್ಳು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಋಷಿಗಳು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರನ್ನು ಎಲ್ಲ ಕಡೆಗಳಿಂದಲೂ ಬಂಡೆಯಿಂದ ಮುಚ್ಚಲಾಗಿದೆ. ಒಂದು ದಿನ ಅವರು ಹೊರಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಶಿಷ್ಯರನ್ನು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಬನ್ನಿ, ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ, ನಾನು ನಿಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಕೊಡುತ್ತೇನೆ”. ರಾಮ ದೇವರ ಮತ್ತು ಸೀತಾದೇವಿಯ ಕ್ಷಣಿಕ ದರ್ಶನವನ್ನು ನನಗೆ ಆ ಗುಹೆ ಕೊಟ್ಟಿತು. ನಾನು ಗುಹೆಯನ್ನು ಕೇಳಿದೆ, “ಅವರು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದರಾ?” ಅದು ಹೇಳಿತು, “ಈಗ ಅಲ್ಲ. ನಿಮಗೆ ನಂತರ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ.”

ನಾನು ದೃಶ್ಯಗಳನ್ನು ಕಾಣುವುದರಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮನಲ್ಲ. ಕೆಲವರಿಗೆ ದೃಶ್ಯಗಳು ಕಾಣಿಸುತ್ತವೆ. ಹೇಗೋ, ದೃಶ್ಯಗಳನ್ನು ಕಾಣದೆಯೇ ನನಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ದರ್ಶನವಾಯಿತು, ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಆಕಾರದಲ್ಲಿದ್ದ ಬೃಹತ್ ಬೆಳಕನ್ನು ನೋಡಿದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಒಂದು ದ್ವಾರವೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತು. ನಾನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ನನಗೆ ಹೇಳಲಾಯಿತು, “ಈಗ ಅಲ್ಲ, ಕಾಯಿರಿ”.

ನನಗೆ ಎಷ್ಟೋ ಅನುಭವಗಳಾದವು. ದೃಢೀಕರಣ (affirmation) ಎಂದರೆ ಏನು? ದೃಢೀಕರಣ ಅಂದರೆ, ನೀವು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಜೊತೆ ಮಾತನಾಡಬಲ್ಲರಿ, ನೀವು ಒಂದು ಮರದ ಜೊತೆ ಮಾತನಾಡಬಲ್ಲರಿ. ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಇದೆ, ದೇವರು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಇದ್ದಾನೆ. ಎಲ್ಲಾ ವಸ್ತುವಿನಲ್ಲೂ, ನಿರ್ಜೀವ ವಸ್ತುವಿನಲ್ಲೂ ಕೂಡ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಇದೆ ಎಂಬ ಮನವರಿಕೆ ಆದಾಗ ಪ್ರತಿ ವಸ್ತುವಿನಲ್ಲೂ ದೇವರು ಇದ್ದಾನೆಂಬ ಅರಿವು ನಮಗೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಗೌರವ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ

ಬರುತ್ತದೆ. ಪ್ರೀತಿ ಸಹಜವಾಗಿ ಹರಿಯುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ಜೀವನ ತುಂಬಿದೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲವೂ ತುಂಬಾ ಜೀವಂತವಾಗಿದೆ, ಎಂಬ ಮನವರಿಕೆ ಆದಾಗ ಅಗಾಧವಾದ ಸಾಮರಸ್ಯ ಇರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಏನು ಇದೆಯೋ ಅದು ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಇದೆ ಎಂಬ ಅರಿವಾದಾಗ ಸಾಮರಸ್ಯ ಮತ್ತು ಗೌರವ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಯೋಗಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದು ಏನಾದರೂ ಇದೆಯೇ? ಇದೆ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಅದು ಯಾವುದು? ಅದು ಕೆಲಸ. ನಾನು ವಿವರಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಯೋಗ ಎಂದರೆ ಸಂಯೋಗ (communion). ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು. ನಾನು ಸಂಯೋಗಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತೇನೆ. ಸಂಯೋಗದಲ್ಲಿ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ, ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ, ನಾವು ಅನಂತವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನು ನಾವು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಯೋಗಕ್ಕಿಂತ ಕೆಲಸವೇ ದೊಡ್ಡದು. ಈ ಸಂಯೋಗವನ್ನು ಮೀರಿದ ವಿಷಯಗಳು ಇವೆ. ಸಂಯೋಗವು ಕೇವಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಪಟ್ಟದ್ದು. ಆದರೆ ನೀವು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ, ನೀವು ದೇವರಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಿರಿ, ನೀವು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚದ ಜೊತೆ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದುವಿರಿ. ನೀವು ಯಾವ ತರದಲ್ಲಾದರೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಹುದು. ನೀವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸಿದರೆ ಅಥವಾ ಕೊಳಚೆಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಮಾಡಿದರೆ, ನೀವು ದೈವವನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವಿರಿ. ಕೆಲಸವು ಯೋಗಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದು.

ಮತ್ತು ಸರಿಯಾಗಿ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ, ನಿರ್ವಾರ್ಥವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿಯ ಶಕ್ತಿ, ಪ್ರೀತಿಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಇರಬೇಕು. ಇದನ್ನು ನಾವು ಅನುಭವಿಸದಿದ್ದರೆ ನಾವು ಪಡೆಯಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಯೋಗವು ಮುಖ್ಯ. ಸಂಯೋಗವು ಮುಖ್ಯ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಧ್ಯಾನವು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

ಇದು ಒಂದು ದೃಢೀಕರಣ, ಒಂದು ಪ್ರವಾಣ. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಇದು ಮನವರಿಕೆ ಆಗಲೆಂದು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ನೀವು ನಮ್ಮನ್ನು ಸೇರಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಬಿಳಿ ಉಡುಪನ್ನು ಧರಿಸಿ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನೀವು ಬೇರೆ ಎಲ್ಲಾದರೂ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಸಂಸಾರದೊಂದಿಗೆ ಇರಿ. ನೀವು ಎಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತೀರೋ, ಅಲ್ಲಿಂದಲೇ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು. ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದರೆ ಸಾಕು. ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿ, ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ತಹೋನಗರಕ್ಕಷ್ಟೇ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಬೇಡಿ, ಈ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಇಡೀ ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿ. ಅದೇ ನಮ್ಮ ಕೆಲಸ. ನಮ್ಮ ಕೆಲಸವು ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ ಸೀಮಿತಗೊಂಡಿಲ್ಲ. ತಪೋನಗರ ಆರಂಭದ ಹಂತ ಅಷ್ಟೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

6 ಫೆಬ್ರವರಿ 2022

ನಾವು ಅಮರ ಮಹರ್ಷಿ ಅವರನ್ನು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಭೇಟಿ ಮಾಡದೇ ಇದ್ದರೂ, ಅವರಿಗೆ ಬಹಳ ಆಪ್ತರು ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಕೇವಲ ನನ್ನ ಅನುಭವ ಅಲ್ಲ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಇದರ ಅನುಭವ ಆಗುವುದನ್ನು ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ. ನಮಗೆ ಅವರಷ್ಟು ಆಪ್ತರೆನಿಸುತ್ತಾರೆಯೆಂದರೆ, ನಮಗೆ ಅವರು ಅತಿ ದೀರ್ಘಕಾಲದಿಂದಲೂ ಪರಿಚಯವಿದ್ದವರೇನೋ ಅನ್ನುವ ಹಾಗೆ. ಅವರು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿರುವುದು, ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ದೇವರು ಇದ್ದ ಹಾಗೆ. ಅದು ನಮಗೆಷ್ಟೋ ಭರವಸೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಸವಾಲಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ನಾವು ಅವರನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ಅವರಿಂದ ಸಹಾಯವನ್ನು ಅರಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಆಗ ಅವರಿಂದ ನಮಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಶಕ್ತಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಕೆಲವು ಬಾರಿ ಕುಂದಿದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ, ಒಂದು ರೀತಿಯ ನಿರಾಶಾಭಾವ ನಮ್ಮನ್ನು ಆವರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಾವು ಅವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತೇವೆ, ಅವರ ಕುರಿತು ಆಲೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅವರಿಂದ ನಮಗೆಷ್ಟು ಭರವಸೆ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ, ಎಷ್ಟೊಂದು ಭದ್ರತೆ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿದಾಗ, ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ ಮತ್ತು ಅವರು ನಮಗೆ ಅವರ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಬಹುಶಃ ಅದರಿಂದಲೇ ಒಂದು ರೀತಿಯ ತಕ್ಷಣದ ಪರಿಹಾರ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯು ನಮಗೆ ಒಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಅನುಗ್ರಹ. ಸದಾಕಾಲ ನಾವು ಇದರ ಅರಿವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಅದು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಅದು ದೇವರು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಸದಾ ಇರುವ ಅರಿವನ್ನು ಹೊಂದಿದಂತೆ.

ಸಾಧನೆಯ ಒಂದು ಹಂತದಲ್ಲಿ, ದೇವರು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಸದಾ ಕಾಲ ಇರುವ ಅರಿವು ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಆಗ ಸಾಧನೆಯು ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು, ಕೇವಲ ಅರಿವು ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ನಾವೇ ದೇವರಾಗುವ, ಬೆಳಕು ಆಗುವ ಹಂತವು ಬರುತ್ತದೆ. ಅದೇ ಜ್ಞಾನೋದಯ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ದೇವರು ಸದಾ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಇರುವ ಅರಿವು ನಮಗಾದಾಗ, ಅವನಿಗೆ ಶರಣಾಗುವುದು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಶರಣಾಗತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಮಾತನಾಡುವಾಗ, ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬರುವ ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ಉದಾಹರಣೆ ಎಂದರೆ ಅಮರ ಮಹರ್ಷಿಯವರು. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು, ದೇವರಿಗೆ, ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಶರಣಾದ ಅದ್ಭುತವಾದ ಉದಾಹರಣೆ ಆಗಿದ್ದರು - ವಿಷವನ್ನು ನೀಡಿದಾಗ ಅದನ್ನು ಕುಡಿಯುವಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ. ನಮಗೆ ಅದನ್ನು ಹೇಳಿದಾಗ, ಅದೊಂದು ಕಥೆಯ ಹಾಗೆ

ಕೇಳುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಇದು ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಜರುಗಿದಾಗ, ಅವರು ಎಂತಹ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು, ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿರಬಹುದು ಎಂದು ನಾನು ಅಚ್ಚರಿ ಪಡುತ್ತೇನೆ! ಎಷ್ಟಾದರೂ ಅವರು ಒಂದು ಮಾನವ ಶರೀರದಲ್ಲಿದ್ದರು. ವಿಷವನ್ನು ಸೇವಿಸಿದರೂ ಅವರಿಗೆ ಏನೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲವೆಂಬುದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತೇ? ಅವರ ಖಾಸಗಿ ಜೀವನದ ವಿವರಗಳು ಮಾಸ್ಕೋಗಳಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆಯೇ ಅಥವಾ ವಿವರಗಳನ್ನು ಅವರಿಂದ ಹೊರಗೆಟ್ಟಿರಲಾಗಿರುತ್ತದೆಯೇ? ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಅವರು ಶರಣಾಗತಿಯಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಿದ್ದ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಅವರು ವಿಷವನ್ನು ಸೇವಿಸಿದರು ಎಂದು ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ಅವರು ದೇವರ ಇಚ್ಛೆಯನ್ನು ಸಮಗ್ರವಾಗಿ, ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ್ದರು. ಹಾಗೂ, ವಿಷ ಸೇವಿಸಿ ಮರಣಿಸಬೇಕಾಗಿದ್ದರೆ, ಅವರು ಅದಕ್ಕೂ ಸಿದ್ಧರಾಗಿದ್ದರು. ನಮ್ಮನ್ನು ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ - ಅವರು ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಮಾಡಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿತ್ತೇ? ಅದು ಎಷ್ಟು ಕಷ್ಟಕರವಾದದ್ದು.

ಉನ್ನತ ಹಂತಗಳಿಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಅರ್ಹರನ್ನಾಗಿಸುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಎಷ್ಟೊಂದು ಕಠಿಣವಾದುದು. ಆದರೆ, ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿಲ್ಲದೆ ನಾವು ಮುಂದಿನ ಹಂತಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದು ಹೇಗೆ? ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ಪ್ರತಿಕೂಲತೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವಾಗ, ನಾವು ಗೋಣಗುತ್ತೇವೆ, ದೂರುತ್ತೇವೆ. “ನಿಯತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ, ನನ್ನ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯ ಮತ್ತು ಒಳ್ಳೆತನದ ಹೊರತಾಗಿಯೂ, ನಾನೇಕೆ ಇದನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ” ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ಇದು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಆಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಆದರೆ, ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಇದೊಂದು ಪರೀಕ್ಷೆ ಎಂದು ನಾನು ಈಗ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ನಮಗೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಅದು ಅರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇದೊಂದು ಪರೀಕ್ಷೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ಹೇಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪರೀಕ್ಷೆಯು ಕೇವಲ ಹಾಗೆಯೇ ಬರುತ್ತದೆ. ಅದು ಪರೀಕ್ಷೆ ಇರಬಹುದು ಅಥವಾ ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಆಯ್ಕೆಯ ಪರಿಶಾಂತ, ನಮ್ಮ ಕ್ರಿಯೆಗಳು, ನಮ್ಮದೇ ನಡವಳಿಕೆಗಳ ಫಲಿತಾಂಶವೂ ಆಗಿರಬಹುದು. ಅದೇನೇ ಆದರೂ, ನಾವು ಅದರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಹೊರಬೇಕು.

“ನಿಮ್ಮ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ವೈಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ. ನೇಣುಗಂಬದ ಕಡೆಗೆ ನಡೆಯಿರಿ,” ಎಂದು ಅಮರ ಮಹರ್ಷಿಯವರೇ ಹೇಳಿರುವುದು.

ಇರಲಿ, ಈ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರುವುದಾದರೆ - ಯಾವುದೇ ಪ್ರತಿಕೂಲತೆಯೂ ಒಳ್ಳೆಯದೇ ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಬರುವ ಅಡಚಣೆಗಳನ್ನು ತೆರವುಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ

ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ಒಂದು ಪರೀಕ್ಷೆಯಾದರೆ, ನಾವು ಆ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತೀರ್ಣರಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ಹಂತಕ್ಕೆ ಸಾಗಬಹುದು. ಅದು ಪರೀಕ್ಷೆ ಅಲ್ಲದೇ ಹೋದರೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಕಾರ್ಯದ ಫಲಿತಾಂಶವಾದರೆ, ಆಗ ಅದು ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು, ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಕಳೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕೂಲತೆಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ, ನಾವು ಬೆಳೆಯುತ್ತೇವೆ, ಹೆಚ್ಚು ಬುದ್ಧಿವಂತರಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಎಂದಿಗೂ ದೂರಲ್ಲಿಲ್ಲ, ಗೋಣಗಾಡಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರನ್ನು ಅನ್ಯಾಯವಾಗಿ ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ಎಳೆದಿದ್ದರೂ, ಮೊಕದ್ದಮೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಹಾಜರಾಗುತ್ತಿದ್ದರು. ಅತಿ ತೀವ್ರವಾದ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ ಮಧ್ಯೆಯೂ, ಅವುಗಳ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೊಳಗಾಗದೆ, ವಿಚಲಿತರಾಗದೇ, ಒಂದು ಪರ್ವತದಂತೆ ಇರುತ್ತಿದ್ದರು. ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಅವರು ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಮಟ್ಟದ ಅಪಾಯಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಅವರಿಗೆ ಏನು ಬೇಕಾದರೂ ಆಗಬಹುದಿತ್ತು. ಬಹುಶಃ ಅವರು ಯಾವುದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷಿಯು ಬೆಳೆಯಬಹುದಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮದ ಔನ್ನತ್ಯವನ್ನು ಅಳೆಯುವ ಅಂತಿಮ ಮಾನದಂಡವಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಹಾಗಿದ್ದೂ, ‘ನನ್ನನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಿ’ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನಮ್ಮತೆಯಲ್ಲೂ ಅವರೊಂದು ಮಾನದಂಡವಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಋಷಿಗಳು ಏಕೆ ಇಷ್ಟೊಂದು ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು, ಏಕೆ ಇಷ್ಟೊಂದು ಕಷ್ಟಪಡಬೇಕು? ಎಂದು ನಾನು ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಅವರು ಕೇವಲ ಶ್ರಮ ಪಡುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಅವರು ಬಹು ದೊಡ್ಡ ತ್ಯಾಗಗಳನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅತೀವವಾದ ಯಾತನೆಯನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲಸಗಳು ಏಕೆ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಜರುಗುವುದಿಲ್ಲ? ಮುಖ್ಯವಾದ ಕಾರಣಗಳು, ನನಗೆ ಅನಿಸುವಂತೆ, ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಒಡ್ಡುವ ಸವಾಲುಗಳು. ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಸದಾ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಅಡಚಣೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಋಷಿಗಳು ಸದಾ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರ ಒಳಿತಿ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಅವರ ಪ್ರಮುಖ ಉದ್ದೇಶ - ಜನಸಾಮಾನ್ಯರ ಕಲ್ಯಾಣ, ಜನಸಾಮಾನ್ಯರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಲು ಬೇಕಾದ ಸಹಾಯ ನೀಡುವುದು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅರಿವಿನ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು. ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಇದಕ್ಕೆ ತಡೆಬೀದುವಾದ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುತ್ತವೆ. ಹಾಗೂ ಕತ್ತಲಿನ ಯುಗಗಳಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಈ ಕೆಲಸವು ಬಹಳ ಕಷ್ಟಕರವಾಗುತ್ತದೆ.

(6ನೇ ಪುಟದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿದಿದೆ)

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 ಸೇರಿವೆ.

ನಂತರ, ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫೀ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2000), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 900). ಭಾರತ ದೇಶದಿಂದ ಹೊರಗೆ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫೀಯು ರೂ. 3500. ಈ ಫೀನಲ್ಲಿ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಸೇರಿವೆ.

- ★ 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 ಸದ್ವಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇನಾಪತಿಗಳನ್ನೆದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಾಧನೆ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲ ಕರಗಿಹೋಗುತ್ತವೆ.
- ★ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಅನುಭವಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಅವುಗಳ ಕಡೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡಬಾರದು. ಅನುಭವಗಳು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆದರೆ ಅವು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಅಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ.
- ★ 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 ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ಕೆ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

(5ನೇ ಪುಟದಿಂದ ಮುಂದುವರಿದಿದೆ)

ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ದಾಳಿ ಮಾಡಲು, ಅವರ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಭಂಗ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಾವು ಧರ್ಮಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಓದಿರಬಹುದು. ಈ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಜಯಿಸಲು, ಋಷಿಗಳು ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ಹೆಚ್ಚು ತ್ಯಾಗಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಬ್ಯಾಪ್ಟಿಸ್ಟ್ ಜಾನಾರವರನ್ನು ಬಂಧಿಸಿ ಕೊಲ್ಲಲಾಯಿತು; ಸಾಕ್ರಟೀಸ್ ಅವರಿಗೆ ವಿಷ ಕೊಟ್ಟು ಕೊಲ್ಲಲಾಯಿತು.

ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಗಾಡಾಂಧಕಾರದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇವರಲ್ಲ ಏಕೆ ಅವತರಿಸಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ? ನಮ್ಮ ವಿಧಿನಿಯಮಕ್ಕೆ ಅವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಬಿಡಬಹುದು. ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಇದ್ದೇವೆಂದರೆ, ನಾವು ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅದು ನಮ್ಮದೇ ಕಾರ್ಯಗಳಿಂದ. ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಅವರು ಏಕೆ ಬರಬೇಕು? ವಾಸ್ತವ ಏನೆಂದರೆ, ಅವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ತ್ಯಜಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅವರನ್ನು ಶಪಿಸಬಹುದು - ಅನೇಕ ಬಾರಿ ನಮ್ಮ ಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಶಪಿಸುತ್ತೇವೆ - ಆದರೆ ಋಷಿಗಳು ಮತ್ತು ದೇವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಪರಿತ್ಯಾಗ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗಿರುವ ಪ್ರೀತಿ, ನಮಗಾಗಿ ಭಾರಿ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗೂ ಅವರು ಗಾಢವಾದ ಅಂಧಕಾರ ತುಂಬಿರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಂದಾಗ, ನವ ಯುಗದ ಮೌಲ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ, ಜನರಿಗೆ ಹೊಸ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತಾರೆ, ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹರಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಜನರಿಗೆ ತಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ಅವರ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಜನರು, ತಮ್ಮ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಸಮರ್ಥರಾಗಿ, ತೊಂದರೆಯ ಚಾನೆಲ್ ಆಗುತ್ತಾರೆ. ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಇಂತಹ ಅವಕಾಶಗಳಿಗಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಈ ಚಾನೆಲ್‌ಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ಅವರು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ತೊಂದರೆ ಉಂಟು ಮಾಡಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮ್ಮತೆಗೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಮಹತ್ವ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾವು ನಮ್ಮರಾಗಿದ್ದರೆ, ನಾವು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುತ್ತೇವೆ. ಆಗ, ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳು ಕೆಲಸ ಹಾಳು ಮಾಡಲು ನಮ್ಮನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ, ನಾವು ಅವರ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸೇರಬೇಕಾದರೆ, "ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ತಯಾರು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ" ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾವು ಹೇಗೆ ತಯಾರಾಗಬೇಕು? ಎಷ್ಟೇ

ಪ್ರಮಾಣದ ತಯಾರಿಯೂ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಒಂದು ವಾಸ್ತವ. ಅಂತಿಮವಾಗಿ, ನಾವು ನೆಪಮಾತ್ರ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ನಾವು ಕೇವಲ ಚಾನೆಲ್‌ಗಳು. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡುವುದು ಋಷಿಗಳು. ಆದರೂ, ಆಗಲೂ ಸಹ ನಾವು ಸನ್ನಿಧರಾಗಿರಬೇಕು. ಮೊದಲು ನಮ್ಮತೆಯೊಂದಿಗೆ. ಆನಂತರ, ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಆದ್ಯಂತವಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ತಯಾರು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಬಳಿ ಯಾರದರೂ ಬಂದರೆ, ಈ ಮಾರ್ಗದ ಪ್ರಮುಖವಾದ, ಮೂಲಭೂತ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಹೇಳಬಲ್ಲವರಾಗಿರಬೇಕು. ಇರಲಿ, ನಾನು ಹೇಳಿದಂತೆ, ಎಷ್ಟೇ ಪ್ರಮಾಣದ ತಯಾರಿಯೂ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ.



ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ನಾವು ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ, "ಇದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್ ದಿನ" ಎಂದು. ಅದು, ಹೇಗೋ ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್ ದಿನದಂದು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಹೆಣೆಯುವ ಒಂದು ಜಾದೂ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಶಾಲೆಗಳಿಂದ ದೊರೆತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ವಿಸ್ಮಯಕಾರಿಯಾಗಿತ್ತು. ನಮಗೆ ಇಂತಹ ಒಂದು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ದೊರೆಯಬಹುದೆಂದು ಯೋಚಿಸಿರಲಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ಕಳೆದ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಾವು ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಲಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಇದು, ನಾವು ಕೇವಲ ನೆಪ ಮಾತ್ರ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಸ್ಟರ್ಸ್ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಅಂಶವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದೃಢೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜಗತ್ತು ವಿರೋಧಾಭಾಸಗಳಿಂದ ತುಂಬಿಹೋಗಿದೆ. ನಾವು ನೆಪಗಳೇ ಆದರೂ ಸಹ, ನಮ್ಮ ಪಾತ್ರ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಮಾರ್ಸ್ಟರ್ಸ್ ಚಾನೆಲ್‌ಗಳ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.

ನಾನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಮನೋಜ್ ಮತ್ತು ಅವರ ತಂಡವನ್ನು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರನ್ನೂ ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರೂ, ನಾವು ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿರಬಹುದು, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಂದೇ. ನಾವು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ, ಕಚೇರಿ ಸಂಬಂಧಿತ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ, ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಾಹಕ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರಬಹುದು, ಅದು ಪ್ರಸ್ತುತವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಂದೇ. ಪ್ರತಿ ಕೆಲಸ, ಅದು ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಕೆಲಸ ಎನಿಸಬಹುದು, ಅದೂ ಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳನ್ನು ಲಕೋಟಿಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸುವ ಒಂದು ಸರಳ ಕೆಲಸವಾಗಿರಲೂಬಹುದು. ಅದೂ ಸಹ ಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದೂ ಕೂಡ, ನಮ್ಮ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅರಿವನ್ನು ಜಗತ್ತಿಗೆ ಹರಡುವ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ■

ಪ್ರಶೋತ್ತರಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶಪಾಂಡೆ

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ಕ್ಷಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ? ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ನಿರಾಸೆಗೊಂಡಿಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ದುರ್ಬಲರಾಗಿರುವ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ನಮಗೆ ನಾವೇ ಕ್ಷಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬ ಪ್ರಬಲನಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕ್ಷಮಿಸುತ್ತಾನೆ. ನಮಗೆ ನಾವೇ ಕ್ಷಮಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೂ ಸಹ ಶಕ್ತಿ ಬೇಕು. ಹಾಗೇ ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಲೂ ನಮಗೆ ಶಕ್ತಿ ಬೇಕು. ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡೋಣ. ಬಲಶಾಲಿಗಳಾಗಿ ಬೆಳೆಯೋಣ. ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ನಿರಾಸೆಗೊಳ್ಳುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ನಾವು ಋಷಿಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಹಾಗೂ ನಂಬಬೇಕು. ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮಂತೆ ಅಲ್ಲ. ಅವರು ನಮ್ಮ ವಿರುದ್ಧ ಯಾವುದೇ ಅಸಮಧಾನ ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ನಮ್ಮ ತಂದೆ ತಾಯಿಯಂತೆ. ಅವರು ದೇವರಂತೆ. ಕ್ರಿಸ್ತರು ಹೇಳಿರುವಂತೆ, 'ಅವರು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ.' ಪ್ರೀತಿ, ದಯೆ ಮತ್ತು ವಿವೇಚನೆಯ ಸಾಗರದಂತೆ ಇರುವ ಅವರು ಮಹಾನ್ ಋಷಿಗಳು. ಅವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾವು ಬದಲಾಗದಿದ್ದರೆ, ಅನೇಕಾನೇಕ ಅಪಕಾರಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟರೂ ನಮ್ಮ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದೇ ತಿರಸ್ಕರಿಸಿದರೆ, ಆಗ ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ನಿರಾಸೆಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ತಪ್ಪುಗಳಿಗೆ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪಟ್ಟಾಗ, ದೇವರಡೆಗೆ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಕಡೆಗೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಲು ಸಿದ್ಧರಾದಾಗ, ಎಲ್ಲಾ ಸಹಾಯ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಭೌತಿಕ ಶರೀರವನ್ನು ಹಾನಿಗೊಳಿಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರವೂ ಹಾನಿಗೊಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆಯೇ?

ಉ: ಹೌದು. ಇದು ಹಾನಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ನಿಜವಾದ ಕ್ರಿಯೆ ಅಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ನಿರಂತರ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಬಹುದು. ಬಲವಾದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು ಹಾನಿಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ಗುರುಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ ಮಾತು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ. ಒಮ್ಮೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಧ್ಯಾನದೊಂದಿಗೆ, ಧನಾತ್ಮಕತೆಯೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರೆ ಎಲ್ಲ ಹಾನಿಗಳನ್ನು ಸರಿ ಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಅಂತಹ ಶಕ್ತಿ ಇದೆ. ಧ್ಯಾನ ಮನುಕುಲಕ್ಕೆ ಒಂದು ಮಹಾನ್ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿದೆ. ಋಷಿಗಳಿಗೆ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕೆಂದೆನಿಸಿದರೆ, ಅವರು ಯಾವುದೇ ಮಟ್ಟಕ್ಕಾದರೂ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಗುರುಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ನಾವು ಎಲ್ಲಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನ ವಸ್ತುವನ್ನು (mind matter) ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆಯೋ, ಆ ಮೂಲ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಋಷಿಗಳು ಹೋಗಿ ಮನಸ್ಸಿನ ವಸ್ತುವನ್ನು ತಂದು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸೇರಿಸುತ್ತಾರೆ, ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು

ಮೊದಲಿನಂತೆಯೇ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡೋಣ. ನಾವು ಈ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸೋಣ, ಅಷ್ಟು ಸಾಕು. ನಂತರ ಅದನ್ನು ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಬಿಟ್ಟು ಬಿಡೋಣ. ಋಷಿಗಳು ಎಲ್ಲವನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯ ಸಾಮೂಹಿಕ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯೇ ಅಹಂ. ಇದೇ ಅಹಂ ಅನ್ನು ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳಿಗೂ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಲಾಗುತ್ತದೆಯೇ? ನಾನು ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಅಹಂಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದರೆ, ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಅಹಂಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತೇನೆಯೇ?

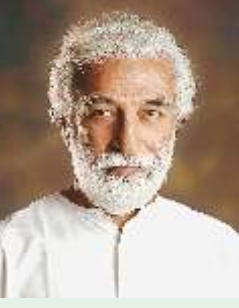
ಉ: ಹೌದು. ನಾವು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಬದಲಾಗದಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಅಹಂಕಾರದಿಂದಲೇ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಯಾವಾಗಬೇಕಾದರೂ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು, ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಬಹುದು, ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಅಹಂ ಅನ್ನು ಮೌನವಾಗಿಸಬಹುದು. ಅಹಂನ ಅಸ್ತಿತ್ವವಾದ, ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು, ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಗಳ ಸಾಮೂಹಿಕ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಅಹಂ ಅನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಒಮ್ಮೆ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಅಹಂ ಅನ್ನು ಮೌನಗೊಳಿಸಿದಾಗ ಅದು ಸ್ನೇಹಿತನಂತೆ ಇರಬಲ್ಲದು. ಅಹಂ ಮೌನಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದು ಆತ್ಮದೊಂದಿಗೆ ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ. ನಂತರ ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಆತ್ಮದ ವಿವೇಕದಿಂದ ನಡೆಸ ಬಹುದು.

ಪ್ರ: ನಾವು ಹೇಗೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆಯಿಂದ ಇರಬಹುದು?

ಉ: ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆ ಅಂದರೆ ಜೀವನದಿಂದ ಕಳಚಿಕೊಳ್ಳುವುದಲ್ಲ ಎಂದು ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಈ ಜೀವನ ತುಂಬಾ ಸುಂದರವಾಗಿದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ವಿಶೇಷ ಆಕರ್ಷಣೆಯಿದೆ. ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ತನ್ನೊಳಗೆ ಸೆಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಾವು ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಜೀವನವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಾವು ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಬದುಕಬೇಕೆಂದು ಪದೇ ಪದೇ ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ಜೀವನದ ಆಗು ಹೋಗುಗಳ ಫಲಿತಾಂಶಗಳಿಂದ ದೂರವಿದ್ದು, ಜೀವನದ ಯಾವುದೇ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ದೇವರ ಇಚ್ಛೆ ಎಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟ. ಆದರೆ ನಾವು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಾಗ, ಅವನ ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ, ಮತ್ತು ದೇವರ ಅನುಗ್ರಹವನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಹುದಾದರೆ, ಜೀವನದ ಯಾವುದೇ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಅವನ ಇಚ್ಛೆ ಎಂದು ಸ್ವೀಕರಿಸಬಹುದು. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ನಾವು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಲೇ ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆಯಿಂದ ಕೂಡ ಇರಬಹುದು. ■

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/-
iGurujii Vol 1,3,4 & 7	each 150/-
iGurujii - Vol 2	120/-
iGurujii - Vol 5	100/-
iGurujii - 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/-
Gurujii Speaks Part - I & II	each 200/-
Gurujii Speaks (Vol 3)	150/-
Gurujii Speaks (Vol 4)	250/-
Gurujii 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 Gurujii Krishnananda - Vol 1 & 4	each 200/-
Thus Spoke Gurujii Krishnananda - Vol 2 & 3	each 250/-
ಬೆಳಕಿನ ಬಾಗಿಲುಗಳು	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ - ಭಾಗ 2	150/-
ಗುರು-ಶಿಷ್ಯ ಸಂಭಾಷಣೆ	60/-
ಐ-ಗುರುಜಿ ಭಾಗ 1	150/-
ಐ-ಗುರುಜಿ ಭಾಗ 2	120/-
ಪೊಸ 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/-
ಗುರುಜಿ 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/-
ಪ್ರಕಾಶಾವಾಡ (Marathi)	150/-
ಆಯ್ಗುರೂಜಿ (Marathi)	100/-
ಧ್ಯಾನ ಕಸೆ ಕಾಗವೆ (Marathi)	50/-
ಧ್ಯಾನಯೋಗ (Marathi)	50/-
ಆನ್ಮಾಚಿ ಪೃಥಿವೀರ ಅವತರಣ (Marathi)	50/-
ಶಾಂತಿ ತತ್ವಾಂಶಾ ಅಭ್ಯಾಸ (Marathi)	50/-
एका आधुनिक ऋषीचे	
ಸ್ವಾಮಿಜಗಾತೀಲಿ ಪರಾಕ್ರಮ (Marathi)	50/-
ಪ್ರಕಾಶಮಯ ಜೀವನ (Marathi)	10/-
ಪ್ರಕಾಶ (Marathi)	10/-
उच्चस्तरिय 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/-
ಶ್ರೀಯಾಣ್ಣಂ ಶಿಷ್ಯವ್ರತ್ತಾ ಉಪದಿಶ್ನು	50/-
ಊಗಿಯಿಡೆನ್ ಊಗಿಯಿಡೆನ್	200/-
ಶ್ರೀಯಾಣ್ಣಂ ಊಗಿಯಿಡೆನ್	50/-
ಆತ್ಮಮಾರ್ಗದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ	50/-
ಉನ್ನತ ಗೋಷ್ಠಿ ಉನ್ನತ ಗೋಷ್ಠಿ ಸಾಹಸಗಳು	50/-
ಸಂಪೂರ್ಣ ಶ್ರೀಯಾಣ್ಣಂ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	50/-
ಧ್ಯಾನಂ ವೈಯ್ಯಡಂ ಎಲ್	50/-
ಕಾಂತಿ ದ್ವಾರಮುಲು	100/-



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦)

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 ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು 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 ಇತರ 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 ಶೋಕಗಳು, 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

ಸರಳವಾದ ಹಾಗೂ ತೃಪ್ತಿಕರವಾದ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯ ಮಾಡಿದುದಕ್ಕೆ ನಿಮಗೆ ವಂದನೆಗಳು. ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಕ್ತಿಯ ಹರಿವು ನನಗಾಗುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ನನ್ನೊಳಗೆ ನಾನು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಇದ್ದೇನೆ.

- ಮೈದಲಾ ಮಾಲ್ಪಾನಿ

ಕಳೆದ ಕೆಲವು ದಿನಗಳು ಬಹಳ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದ್ದವು. ಅವು ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರತಿ ಹಂತದಲ್ಲೂ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿದ್ದುದರಿಂದ ನನಗೆ ದೇಹದ ಸಾಕಾಯಿತು. ಆದರೆ ಪ್ರತಿ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟು ಸಹ ಒಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕಲಿಕೆಗೆ ದಾರಿಯಾಗಿತ್ತು. ಅವುಗಳು ನನಗೆ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಏಕತೆಯನ್ನು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದವು.

- ಅನುಷ ಮಲ್ಲಣ್ಣ

ಗುರೂಜಿ ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳ ತೀವ್ರತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ಕಳೆಯಲು ಶಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆಂದು ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ. ನಾನು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಿದ ನೋವುಗಳನ್ನು ಬೇರೆಯವರಲ್ಲಿ ಕಂಡಾಗ ನನ್ನ ಬೌದ್ಧಿಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗಲ್ಲಾ ಉತ್ತರ ಸಿಕ್ಕಿದೆ. ಋಷಿಗಳಿಗೆ, ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ, ಜಯಂತ್ ಸರ್ ಅವರಿಗೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿಗೆ ಅನಂತ ವಂದನೆಗಳು.

- ಪಲ್ಲವಿ ದೇಸಾಯಿ

ನನ್ನೊಳಗಿರುವ ಬೆಳಕಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ನನ್ನೊಳಗಿನ ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಸುತ್ತ ಮುತ್ತ ಇರುವ ಗುರೂಜಿಯವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿರಬಹುದು, ನನ್ನಲ್ಲಾಗುವ ಬದಲಾವಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಭರವಸೆಯಿಂದ ಆಗಾಗ ನನ್ನನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಸುತ್ತಲೇ ಇವೆ. ನಾನು ಈಗ ಈ ಗುರಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಮನ ಹರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ದಿವ್ಯಾತ್ಮಗಳಿಗೂ, ಅಮರರವರಿಗೂ ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೂ ಅರ್ಪಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಮಾನಸ ಕುಟುಂಬ ಹಾಗೂ ಜಯಂತ್‌ಜೀ ಯವರಿಗೆ ನನ್ನ ವಿಶೇಷವಾದ ವಂದನೆಗಳು.

- ಆಶಿಶ್ ದೇಸಾಯಿ

ಗುರೂಜಿಯವರ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವುದರಿಂದ ನನಗೆ ಬಹಳ ಸಹಾಯವಾಗಿದೆ. ಆ ಪುಸ್ತಕಗಳಿಂದ ನನಗೆ ಸಮರ್ಪಕವಾದ ಸೂಚನೆಗಳು ಸಿಗುತ್ತಿವೆ.

- ಅರ್ಪಣ ಕೊಂಗಾಟ್

ದೈವಿಕ ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಸಪ್ತ ಋಷಿಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ ಕೆಲವು ದಿನನಿತ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಪರಿಹರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

- ಮಾಧವಿ ರಾವುಲ್‌ಪತಿ

ಸಾಗರದ ಆಳದಂತೆ ಜ್ಞಾನದ ಅರಿವೂ ಸಹ ಅತ್ಯಂತ ಆಳವೆಂದು ತಿಳಿಯಿತು. ಇದು ನನ್ನನ್ನು ನಿಶ್ಚಲ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ದಿತು. 'ಮೆಡಿಟೇಷನ್‌ಲ್ ಎಕ್ಸ್‌ಪೀರಿಯನ್ಸ್' ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಅರ್ಧದವರೆಗೆ ಓದಿದ್ದೇನೆ. ಒಮ್ಮೆ ನನಗೂ

ಕೂಡ ಅದೇ ರೀತಿಯ ಅನುಭವ ಆಗಿತ್ತು ಎಂದು ನನಗೆ ಈಗ ಅರಿವಾಯಿತು. ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು 2012ರಲ್ಲಿ ಭೇಟಿಯಾದಾಗ ನಾನು ಪವಿತ್ರವಾದ ಸಂತೋಷದ ಗುಳ್ಳೆಯೊಳಗೆ ಇದ್ದಂತಹ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಅತ್ಯಂತ ಆನಂದದಾಯಕವಾಗಿತ್ತು. ನಂತರದ ಎರಡು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಲು ಮನಸ್ಸೇ ಬರಲಿಲ್ಲ.

- ಗಾಯತ್ರಿ ಅಂಬಾಡಿ ಭಾಟಿಯಾ

ಬೆಳಕು ನನ್ನ ಸುತ್ತ ಇರುವ ರಕ್ಷಾ ಕವಚದಂತಿದ್ದು ನನ್ನನ್ನು ಪೋಷಿಸುತ್ತದೆ, ಹೀಲ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಸಂಕಷ್ಟಗಳನ್ನು, ಅವು ಹೇಗಿರುತ್ತವೆಯೋ ಹಾಗೆಯೇ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಹಂತಗಳಲ್ಲೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಪ್ರಭಾವ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ.

- ವೀಣಾ ಸುರವು

ಜೀವನದ ಸವಾಲುಗಳಿಂದ ಕೆಲವು ಸಲ ತಳಮುಳಗೊಂಡಾಗ ನಾನು ಋಷಿಗಳು, ಅಮರಾಜಿ ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡಾಕ್ಷಣ ಆಶ್ಚರ್ಯಕರವಾಗಿ ಸಮಾಧಾನ ಹೊಂದುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನೊಳಗಿನ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಹಾಗೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳ ನಡುವೆ ಸಮತೋಲನ ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಹೊರಹಾಕಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

- ಮಂಡಲೀಕ ಧಾಕೋರ್‌ಕರ್

ಋಷಿಗಳ ದಯೆಯಿಂದ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಶಾಂತವಾಗಿದ್ದುಕೊಂಡು ಎಲ್ಲಾ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಎದುರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈ ಮೊದಲು ಕೆಲವು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಒತ್ತಡ ತರುತ್ತಿದ್ದವು. ನಾನು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಇನ್ನೂ ಬಹಳಷ್ಟು ಇವೆ. ನಾನು ಸರಿಯಾದ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಹೋಗುವಂತೆ ನನ್ನನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಿರುವ ಮತ್ತು ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಅನುಭವ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಆಗುತ್ತಿದೆ.

- ಕವಿತ ಎಂ.

ರಾತ್ರಿ ಹಗಲೂ ಚಿಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಕಾಲ ಕಳೆದಂತೆ ಪ್ರತಿ ಸಲ ಆತಂಕಗೊಂಡಾಗಲೂ ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ, ಋಷಿಗಳು, ಗುರೂಜಿ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇನೆ. ಬೆಳಕು ನನ್ನೊಳಗೆ ಇದ್ದಂತೆ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡು, ಪ್ರತಿ ಉಸಿರಿನೊಡನೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಒಳಗೆ ಸೆಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಭಯ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಾಶವಾಗದಿದ್ದರೂ, ಆಶ್ಚರ್ಯಕರವಾಗಿ ತೊಂದರೆಗಳು ಬಹಳ ಬೇಗ ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತವೆ! ಕೆಲಸಗಳು ಪೂರ್ಣಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ, ತೊಂದರೆಗಳ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ನಾನು ಧ್ಯಾನದ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಬಹಳ ದೂರ ಪ್ರಯಾಣಿಸಬೇಕಿದ್ದರೂ, ಋಷಿಗಳ ಬೆಂಬಲ ಬಲವಾಗಿದ್ದು ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಶಾಂತಿ ಸಿಕ್ಕಿದೆ.

-ಶ್ರೀಯಾ ಶಶಾಂಕ

ತಪೋವಾಣಿ, ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ : ರೂ.300/-

ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು : ಶ್ಯಾಮಲಾ ದೇವಿ, ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560 077. ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦) ಪರವಾಗಿ.

ಮಾಲೀಕರು : ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560 077

ಪ್ರಕಾಶನ ಸ್ಥಳ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦), 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