ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯದ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ (1919-1982)

ಋಷಿಗಳು ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟಂತೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಳಕು

ಈ ಎಲ್ಲ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಹಿಂದಿರುವ ಮಹಾನ್ ಶಕ್ತಿ. ಬೆಳಕು ಸಾಕ್ಷಾತ್ ದೇವರು.

ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯ

ಎಲ್ಲ ಜೀವಜಾಲಕ್ಕೆ ತನ್ನ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಮೇಲೇರಿಸಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಬದುಕಲು ನೆರವಾಗುವುದು.

ಜ್ಯೋತಿಜೀವಿಗಳು

ಇಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಮೇಲಿನ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತ, ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳ ಬೆಳಕನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಹರಡುತ್ತಿರುವ ಋಷಿಗಳು.

ಸಪ್ತಋಷಿಗಳು

ಎಲ್ಲ ಜೀವಜಾಲಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುವ ದಾರಿ ತೋರಿಸಿ, ಕೊನೆಗೆ ತಮ್ಮ ಮೂಲವಾದ ಬೆಳಕಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಲು ಆಯ್ಕೆಗೊಂಡಿರುವ ಮಹಾತ್ಮರು.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ

ಸಪ್ತಋಷಿಗಳೊಂದಿಗೆ ನೇರಸಂಪರ್ಕವಿದ್ದ, ಹೊಸ ಯುಗದ ಉನ್ನತಬದುಕಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಕೆಳತಂದ ಒಬ್ಬ ಮಹಾನ್ ಗುರುವಾಗಿದ್ದರು.

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರ ನೇರ ಶಿಷ್ಯರು. ಅವರು ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗವಾದ ಧ್ಯಾನಯೋಗವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಸಪ್ತಋಷಿಗಳ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು.

ಸಪ್ತಋಷಿ ಧ್ಯಾನಯೋಗ

ಋಷಿಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ರೂಪುಗೊಂಡಿರುವ, ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಭಾವನೆ–ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಲೌಕಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬದುಕುಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಜೀವಿಸಲು ನೆರವಾಗುವ ಒಂದು ವಿನೂತನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗ.

ಪ್ರಮಾಣಗಳು

- ★ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಂದು ಮಹಾ ಜ್ಯೋತಿಯ (ದೇವರ) ಕಣಗಳು.
- ★ ಪ್ರೀತಿ ನಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವ.
- ★ ಮೌನ ನಮ್ಮ ಭಾಷೆ.
- ★ ಧ್ಯಾನ ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗ.
- ★ ಈ ಪ್ರಪಂಚ ನಮ್ಮ ಆಶ್ರಮ.
- ★ ಇಡೀ ಸೃಷ್ಟಿಯೇ ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ.
- ★ ದೇವರು ನಮ್ಮ ಗುರು ; ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಗಳು

ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂಪುಟ 19 ಸಂಚಿಕೆ 08 ಆಗಸ್ಟ್ 2022 (Kannada Monthly) ರೂ.25

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಜನವರಿ 2012ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ನಾವು ಹೊಸ ವರ್ಷವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು 2012ನೆಯ ಇಸವಿಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ್ದೇವೆ. 2011 ಆರಂಭಗಳ ವರ್ಷವಾಗಿತ್ತು. 2012 ಘಟನೆಗಳ ವರ್ಷವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

2011ರಲ್ಲಿ ನಾವು ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಅನೇಕ ಜ್ಞಾನೋದಯಗಳನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ವಾಸ್ತವಗಳ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವಿಕೆಯನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ದಂಗೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೇವೆ. ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಪಲ್ಲಟಗಳಿದ್ದವು. ನಾವು ಹೊಸ ಆರಂಭಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ವ್ಯಕ್ತಿಗತ ಮಟ್ಟದಿಂದ ಜಾಗತಿಕ ಮಟ್ಟದವರೆಗೂ ಸಂಭವಿಸಿದವು. ಯಾವುದೇ ನಾಟಕೀಯ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವುಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿರಲೂ ಇಲ್ಲ. ಪ್ರಳಯ, ಅಂದರೆ ಬದಲಾವಣೆಯು ಹಂತ ಹಂತವಾಗಿ ನಡೆಯುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯೇ ಹೊರತು ಒಂದೇ ಬಾರಿಗೆ ಸಂಭವಿಸುವ ಘಟನೆಯಲ್ಲ. ಅದು ಒಂದು ಸ್ಫೋಟವಲ್ಲ, ಬದಲಿಗೆ ಹಂತ ಹಂತದ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲಾದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು 2012ರಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣಲಿದ್ದೇವೆ. ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಹಾಗೂ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಜ್ಞಾನೋದಯಗಳುಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಇನ್ನಷ್ಟು ವಾಸ್ತವಗಳು ಹೊರಬೀಳಲಿವೆ. ಇನ್ನಷ್ಟು ದಂಗೆಗಳು ನಡೆಯಲಿವೆ. ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಇನ್ನಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪಲ್ಲಟಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಎಲ್ಲ ಹಂತಗಳಲ್ಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಆರಂಭಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಪ್ರಳಯ, ಅಂದರೆ ಬದಲಾವಣೆ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ.

ಈಗಾಗಲೇ ಉದಯಿಸಿರುವ ಹೊಸ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳನ್ನು ನಾವು ಜಾಗೃತಿ ಮತ್ತು ವಿಸ್ತೃತ ಅರಿವಿನೊಂದಿಗೆ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇವೆ, ಹೊಸ ಯುಗವು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಪ್ರೇಮಪೂರ್ವಕ ಕರಗಳಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ತನ್ನ ತೆಕ್ಕೆಯಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ. ನಮ್ಮನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯಲ್ಲಿ ಬದುಕಲು ವಿಶ್ವವು ನೀಡುವ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೂ ನಾವು ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಹೊಸ ಯುಗದ ಜೀವನವನ್ನು ಜಾಗೃತ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

2012ರ ಅಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಘಟನೆಗಳು ಸಂಭವಿಸುವ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಿದೆ. ಸಂಭವನೀಯ ಭಾರೀ ವಿನಾಶದ ಬಗ್ಗೆ ಜನರಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಭಯವಿದೆ. ಕೆಲವು ಘಟನೆಗಳು ನಡೆದೇ ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ವಿನಾಶದ ಬಗ್ಗೆ ಭಯಪಡುವುದು ಬೇಡ. ನಾವು ಬದಲಾಗಿ, ಹೊಸ ಯುಗವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ಯಾವುದೇ ಕಷ್ಟಗಳಿಲ್ಲದೆ ಸಾಗಿಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮೀಕರಣವೇ ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಹೊತ್ತೊಯ್ಯುವ ರೈಲು. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಷ್ಟೂ ಹೆಚ್ಚು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಜ್ಞಾನವು ನಮಗೆ ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಧೈರ್ಯವನ್ನು ತಂದುಕೊಡುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು, ಸಶಕ್ತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಧ್ಯಾನವು ಒಂದು ಅವಕಾಶ. ನಾವು ನಮಗೂ ಜಗತ್ತಿಗೂ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಸುತ್ತಲೂ ಕಣ್ಣು ಹಾಯಿಸಿದಾಗ, ಅನೇಕರು ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿರುವುದನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಅನೇಕರು ಅಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿಯಾದರೂ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಆಗಲೇ ಕಾರ್ಯನಿರತರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಅನೇಕ ಜ್ಯೋತಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ಹರಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಭೌತ ಬೆಳಕಲ್ಲ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಬೆಳಕು, ಅದರಿಂದಲೇ ಇಡಿ ಸೃಷ್ಟಿಯುಂಟಾಗಿದೆ, ಅದು ಪ್ರೇಮ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಅಗಾಧ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಈ ಬೆಳಕು ಹರಡಿದಾಗ, ಅದು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ತಲುಪುತ್ತದೆ. ಜನಗಳು, ಪ್ರಕೃತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಸ್ತುವೂ ಇದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತವೆ. ನಾವು ಮಹಾನ್ ಹೊಸ ಯುಗದ ಸ್ಥಿತ್ಯಂತರದಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ.

2012ರಲ್ಲಿ ಜನರು, ಬೆಳಕು, ಅನುಭವ ಮತ್ತು ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಅರಿವುಳ್ಳವರಾಗುತ್ತಾರೆ. ನಾವು 2008ರಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವರ್ಲ್ಡ್ ಮೂವ್‌ಮೆಂಟನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದೆವು. ಅನೇಕರು ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಶಾಲೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದೆವು, 18 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು ಹಾಗೂ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಮಕ್ಕಳು ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಜನಗಳ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಅವರ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಅದ್ಭುತ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ನಾವು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ಬೆಳಕೇ ನಮ್ಮ ಭರವಸೆ, ನಮ್ಮ ಶಕ್ತಿ ಮತು ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯ. ■

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

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಭಾನುವಾರಗಳಂದು

ಬೇಸಿಕ್ ತರಗತಿ – ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 11
ರೆಗ್ಯುಲರ್ ತರಗತಿ – ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1

ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದಲ್ಲಿ

ಮಂಗಳವಾರಗಳು (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8)
ಶ್ರೀ ಅರಬಿಂದೊ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್ 1ನೇ ಫೇಸ್, ಜೆ ಪಿ ನಗರ
ಶ್ರೀ ವಿಘ್ನೇಶ್ವರ ಸೇವಾ ಸಮಿತಿ ಚಾರಿಟಬಲ್ ಟ್ರಸ್ಟ್,
1 N ಬ್ಲಾಕ್, ರಾಜಾಜಿನಗರ
ಇಂಡಿಯನ ಹೆರಿಟೇಜ್ ಅಕಾಡೆಮಿ,
6ನೆಯ ಬ್ಲಾಕ್, ಕೋರಮಂಗಲ

ಬುಧವಾರಗಳು (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ)
ಆರ್ಯ ಸಮಾಜ, ಸಿ ಎಂ ಹೆಚ್ ರೋಡ್,
ಇಂದಿರಾ ನಗರ
ಹಿಮಾಂಶು, 4ನೇ ಮೇನ್, ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ
ಮಾರುತಿ ಮಂದಿರ, ವಿಜಯ ನಗರ

ಗುರುವಾರಗಳು (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ)
ದೇವಗಿರಿ ವೆಂಕಟೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಬನಶಂಕರಿ, 2ನೆಯ ಸ್ಟೇಜ್

ಶನಿವಾರಗಳು (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ)
ದೇವಗಿರಿ ವೆಂಕಟೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಬನಶಂಕರಿ 2ನೇ ಹಂತ

ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ

ಸೋಮವಾರಗಳು (ಸಂಜೆ 6 ರಿಂದ 7 ಘಂ)
ಮಂಗಳವಾರಗಳು (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ರಿಂದ 7 ಘಂ)
ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ, ರಾಜ ರಾಜೇಶ್ವರಿ ಬಡಾವಣೆ

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/–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.

ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬವನ್ನು ಮೇ 2022ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ನಿವಾಸಿಗಳ ಕೂಟದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.

ಸುದ್ದಿ–ಸೂಚನೆಗಳು

- ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ದಿನವನ್ನು 28 ಆಗಸ್ಟ್ 2022ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವವರು ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು, ದಯವಿಟ್ಟು 26 ಆಗಸ್ಟ್ 2022ರೊಳಗೆ, ಮಾನಸ ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ನೊಂದಾಯಿಸಿ.
- ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ, Master Pupil Talks – Vol 1 ಪುಸ್ತಕದ ತಮಿಳು ಅನುವಾದಿತ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಇ–ಪುಸ್ತಕ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.
- 13 ಜುಲೈ 2022ರಂದು ಗುರು ಪೂರ್ಣಿಮೆಯ ದಿನವನ್ನು ಆದರಿಸಲು, ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಧ್ಯಾನಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದರು ಹಾಗೂ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಲೋಕದಿಂದ ದೊರೆತ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದರು.
- 10 ಜುಲೈ 2022ರಂದು ಶಂಬಲ ಗುಂಪಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು, ಶಂಬಲದಿಂದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು, ತಪೋನಗರದ ಧ್ಯಾನಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದರು.
- 17 ಜುಲೈ 2022ರಂದು 'ರಾ' ಗುಂಪಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು, 'ರಾ'ದಿಂದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು, ತಪೋನಗರದ ಧ್ಯಾನಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದರು. ■

ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿಯ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನದ ತಂತ್ರ

ಒಂದು ಬೃಹದಾಕಾರದ ನೀಲಿ ಬೆಳಕಿನ ಗೋಲವನ್ನು ಅಥವಾ ನೀಲಿ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಮಾಡಿದ ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನ ಆಕಾರವನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಆ ಗೋಲವನ್ನು ಅಥವಾ ಆ ಆಕಾರವನ್ನು ಒಂದು ಬೆಳಕಿನ ಕಣದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ. ನೀವು ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನ ಒಳಗೆ ಇದ್ದೀರಿ. ಅವನನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ದಿನದ ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಬೇಕಾದರೂ, ದಿನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ಬೇಕಾದರೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು, ರೆಗ್ಯುಲರ್ ಧ್ಯಾನದ ಬದಲಿಗೆ, ಹತ್ತು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

05	ಶುಕ್ರ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
07	ಭಾನು	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
12	ಶುಕ್ರ	ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಪೂಜೆ ಪೂರ್ಣಿಮ
19	ಶುಕ್ರ	ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿ
25	ಗುರು	ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ದಿನ ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
27	ಶನಿ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
28	ಭಾನು	ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ದಿನದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ
30	ಮಂಗಳ	ಗೌರಿ ದೇವಿ ಪೂಜೆ
31	ಬುಧ	ಗಣೇಶ ಪೂಜೆ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳಂದು: ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು:
ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12
ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್:
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1

19–08–2022	ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿಯ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1
28–08–2022	ಅಮರ ಮಹರ್ಷಿ ಮಹಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ – ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.30

ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಭಾನುವಾರ 28–08–2022

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11	ಸ್ವಾಗತ ಭಾಷಣಗಳು ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12–30	ಪ್ರಸಾದ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳಿಂದ ಬಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ನಾನೊಬ್ಬ ಉದ್ಯಮಿ. ಕರೋನ ಅವಧಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಬಹಳ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿದ್ದವು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ. ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2021ರಲ್ಲಿ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಕಲಿತೆ, ಮತ್ತು ತುಂಬ ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ ಪ್ರತಿದಿನ ಅದನ್ನು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ನನಗೆ ಅದ್ಭುತವಾದ ಅನುಭವಗಳಾದವು. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದ್ದರಿಂದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಪ್ರಯೋಜನವೆಂದರೆ, ನನ್ನ ಕ್ಷುಲ್ಲಕವಾದ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾದದ್ದು. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಬಹಳ ಪ್ರಶಾಂತವಾಯಿತು, ಹಾಗಾಗಿ ನಾನು ಸರಿಯಾದ ನಿರ್ಣಯಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಷೇರು ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ತೇರ್ಗಡೆಯಾಗಲು ನಾನು ಬಹಳ ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ ಆದರೆ ಫಲಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಡಿಸೆಂಬರ್ 2021ರಲ್ಲಿ ಆ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಪಾಸು ಮಾಡಿದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್‌ಗೆ ಪೂರ್ತಿ ಶ್ರೇಯಸ್ಸನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೇನೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಈಗ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಬಹಳ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಜನರ ಜೊತೆ ನನ್ನ ಸಂವಹನವು ಈಗ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ, ಹಾಗಾಗಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷದ ವಾತಾವರಣವಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಉಪಯೋಗವೇನೆಂದರೆ ನನ್ನ ಉದ್ಯಮಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ದೊರೆಯುತ್ತಿದೆ. ಒತ್ತಡಗಳು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳು ಕಡಿಮೆ ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿದ್ದೆ ಮಾಡಬಲ್ಲೆ. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಜೀವನವನ್ನು ಆನಂದಿಸಬಲ್ಲೆ.

–ಆಶೀಷ್ ಭುಜ್‌ಬಲ್, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವವು ಪದಗಳಿಂದ ವರ್ಣಿಸಲಾರದಷ್ಟು ಸುಂದರವಾಗಿದೆ. ನಾನು ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇರುತ್ತೇನೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿ, ಅದು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಮ್ಯಾಜಿಕ್ ಮಾಡಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಈಗ ಬೇರೆಯವರ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಹಾನುಭೂತಿಯುಳ್ಳವಳಾಗಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಕುಂದು ಕೊರತೆಗಳಿದ್ದರೂ ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಮತ್ತು ನನ್ನನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈ ಅನುಭವವನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ವಿಶೇಷ ತಂತ್ರವನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಲಭ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಿರುವುದಕ್ಕೆ ನಿಮಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

–ಅರ್ಚನ ಕಣ್ಣನ್, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳು ನನಗೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇದು, ನಾನು ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂಬ ಒಳ್ಳೆಯ ಭಾವನೆ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಶ್ರಮ ಪಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಸೋಫ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತೇ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ!

–ರವಿಚಂದ್ರನ್ ಎಂ. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವ ಕನಿಷ್ಠ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳಾದರೂ ಯೋಚನೆಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುತ್ತೇನೆಂದು ಸಂತೋಷಪಡುತ್ತೇನೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಾಗೂ ದೇಹಕ್ಕೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ.

–ಚಾರುಮತಿ ಆರ್., ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿದೆ. ಇದು, ನನ್ನಲ್ಲಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಒಂದು ಸುಲಭವಾದ ಮಾರ್ಗ. ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

–ಭುವನ, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವ ಅನುಭವವು ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ನಾನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲ, ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಿದ್ದೆ ಬರುವ ಹಾಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಅಲೆದಾಡುವುದು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ.

–ವಿಜಯ ಶ್ರೀರಾಮ್, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವಾಗ, ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಆನಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನಗೆ ನೆನೆಪಿರುವಾಗಿನಿಂದಲೂ ನಾನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದೇನೆ, ಮತ್ತು ಅಂದಿನಿಂದಲೂ ಸಾಧಕಳಾಗಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಎಂದಿಗೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿರದಿದ್ದರೂ, ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಹೊಸದೇನೂ ಅಲ್ಲ. ನಾನು "ಮೈತ್ರಿ"ಯನ್ನು ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ, ಅಂದರೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಹಾರೈಕೆಗಳು, ಅನುಗ್ರಹಗಳು, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸೌಹಾರ್ದಗಳನ್ನು ನಾವು ಧ್ಯಾನದ ನಂತರ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಬಹಳ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳಾಗಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್ಸ್ ದಿನದಂದು ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದೆ, ಮತ್ತು ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಆನಂದಿಸಿದೆ. ಅವತ್ತಿನಿಂದ, ನಾನು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇದರ ಮೂಲ, ನೇರವಾಗಿ ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್‌ಗಳಿಂದ ಬಂದದ್ದರಿಂದ ಅದು ನನ್ನನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸೆಳೆಯಿತು. ನನ್ನ ಅನುಭವವನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ನನಗೆ ಪದಗಳ ಕೊರತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅದು ಒಳ್ಳೆಯ ಹಾರೈಕೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಸಮ್ಮಿಲನ. ಅದು ಸರಾಗವಾಗಿ ಹರಿಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಈ ಸುಂದರವಾದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನನಗೆ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

–ಲಕ್ಷ್ಮಿ ವಿಶ್ವನಾಥ್, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

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

ನವೆಂಬರ್ 2006(ಮುಂದುವರೆದಿದ್ದು)

ಜನರು ಆಶೀರ್ವಾದವನ್ನು ಕೋರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸಹಜವಾಗಿ ನನ್ನನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಗತ್ಯವಿರುವಾಗ ನಾನು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನೀವು ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಬೇಡಿ. ಅಪಾರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ನಾನು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡದಿದ್ದಾಗ ಬೇಜಾರು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಾನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ ಅಂದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ, ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಲಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಪದೇಪದೇ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡದೆ ಇರುವ ಉದ್ದೇಶವೇನೆಂದರೆ, ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಜನರು ನನ್ನನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸದೆ ಇರುವ ಉದ್ದೇಶವೇನೆಂದರೆ ನೀವು ನನ್ನನ್ನು ಬೇರೆ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಭೇಟಿ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ. ನಿಮಗೆ ಇದು ಅರ್ಥವಾಗದಿದ್ದರೆ, ನಿಮಗೆ ಏನೂ ಅರ್ಥವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ನಾನು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ಅದು ಪ್ರೀತಿ ಇಲ್ಲದ ವರ್ತನೆ ಎಂದು ಯೋಚಿಸಬೇಡಿ. ಕೆಲವು ತಿಂಗಳ ಹಿಂದೆ, ಅಮರರವರ ಜೊತೆಯಲಿದ್ದ ವಯಸ್ಸಾದ ಮಹಿಳೆಯೊಬ್ಬರು ನನ್ನನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದರು. ಆ ದಿನದಂದು ನನಗೆ ಸಮಯದ ಮಿತಿ ಇತ್ತು. ಮತ್ತು ಅವರು ಮುನ್ಸೂಚನೆಯಿಲ್ಲದೆ ಬಂದಿದ್ದರು. ಅವರು ಆತುರದಲ್ಲಿದ್ದರು. ಆಕೆ ಹೇಳಿದರು, "ನಿಮ್ಮ ಗುರು ಬಹಳ ಕ್ರೂರಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅಮರರವರು ನನ್ನನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು." ಸಹಜವಾಗಿ, ಇಂತಹ ಟೀಕೆಗಳಿಗೆ ನಾನು ನಕ್ಕು ಬಿಡುತ್ತೇನೆ. ಮತ್ತು ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ಅಮರರವರು ಜನರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲವೆಂಬುದು ಆಕೆಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ವಿಷಯವೇನೆಂದರೆ ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಅದೇ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಮೊದಲನೇ ತರಗತಿಯಿಂದ ಉತ್ತೀರ್ಣರಾಗಿ ಎರಡನೆಯ ತರಗತಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕು. ನಾವು ಇವುಗಳನ್ನು ಎಷ್ಟು ಕಾಲ ಬಯಸುತ್ತಾ ಹೋಗುವುದು, ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಸುಮ್ಮನೆ ಭೇಟಿಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಅದೇ ವಿಚಾರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ ಇರುವುದು? ನಾವು ಬೇರೊಂದು ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಏರೋಣ. ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಸಮ್ಮತಿಗಳಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮುಂದಕ್ಕೆ ತಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನವೇ ನನ್ನ ನಿಜವಾದ ಕೆಲಸ. ಅದನ್ನು ನಾನು ಅಪಾರ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅದನ್ನು ನೀವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಂದು ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪುವುದಕ್ಕೆ ನಾನು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕೆಂದಿರುವೆ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿರುವಾಗ ನೀವು ಬಂದು ನನ್ನನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಬೇಕು; ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸಬೇಕು, ನನ್ನ ಜೊತೆ ಮಾತನಾಡಬೇಕು. ನಾನು ನಿಮಗೆ ವಿವರಿಸುವೆ; ನಂತರ ನೀವು ಹೋಗುವಿರಿ. ಮತ್ತು ನೀವು ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮಾಡುವಿರಿ. ಆಗ ನೀವು ಈ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಬರಬೇಕಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಭೇಟಿ ಮಾಡುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅಲ್ಲಿಗೆ ತಳ್ಳಬೇಕೆಂದಿರುವೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ನಾನು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಜನರು ಆಶೀರ್ವಾದವನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ಆಶೀರ್ವಾದಗಳು ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ನನ್ನಿಂದ ಅಲ್ಲ. ನಾನು ಬರೀ ವಾಹನ ಅಷ್ಟೆ; ನಾನು ನೆಪ ಮಾತ್ರ. ನೀವು ಬಂದು ನನ್ನ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತಾಗ, ನಿಮಗೆ ಆಶೀರ್ವಾದ ಸಿಗುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಇವತ್ತು ನೀವು ನನ್ನನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ, ಹಾಗಾಗಿ ಇವತ್ತು ನೀವು ಆಶೀರ್ವಾದವನ್ನು ಪಡೆಯಲಿಲ್ಲವೆಂದು ಯೋಚಿಸಬೇಡಿ. ನೀವು ಆ ಭಾಗವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ನಾನು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ನೀವು ಆಶೀರ್ವಾದವನ್ನು ಕೇಳಿದ ಕ್ಷಣವೇ ಆಶೀರ್ವಾದವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ಈ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇವುಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕಾದ ಸಮಯ ಬಂದಿದೆ. ಇದು ಧ್ಯಾನಿಗಳ ಮತ್ತಾವುದೋ ಗುಂಪಲ್ಲ. ನಾವು ಮಹಾನ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಾದ ಸಪ್ತ ಋಷಿಗಳ ಕೆಳಗೆ ಇರುವ ವಿಶೇಷವಾದ ಜನರು. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಸಪ್ತ ಋಷಿಗಳು ನೇರವಾಗಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಿರುವ ಕೇಂದ್ರವೆಂದರೆ ಇದು ಒಂದೇ. ನಾವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಾವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಮುಂದುವರೆಯಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಬೇರೆ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಮೇಲೇರುವುದು ಯಾವಾಗ? ಅದಕ್ಕೆ ಇದೇ ಸಮಯ. ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಇಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ. ನಿಮಗೆ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳಲು ನಾನು ಇಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ. ನೀವು ಹೆಚ್ಚು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾನು ಮತ್ತೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ, ಆಶೀರ್ವಾದವು ಅನುಗ್ರಹದ ಕ್ರಿಯೆ. ನಿಮಗೆ ಬೇಕೆನಿಸಿದ ಕ್ಷಣವೇ ಅದನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ಆಶೀರ್ವಾದವನ್ನು ಕೇಳಬೇಡಿ. ನೀವು ಕೇಳದೇನೆ ನಿಮಗೆ ಆಶೀರ್ವಾದ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಇವೆಲ್ಲ ಕೇವಲ ಪದಗಳಲ್ಲ. ನಾವು ಸುಮ್ಮನೆ ಹಾಗೆಯೇ ಮಾತನಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅರ್ಥವಿಲ್ಲದ ಪದಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ರಾಜಕೀಯದ ಸಭೆ ಅಲ್ಲ, ಅಲ್ಲಿ ಜನರು ತಾವು ಕೊಡುವ ವಾಗ್ದಾನಕ್ಕೆ ತಾವೇ ಬೆಲೆ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಮಾತನಾಡುವ ಪ್ರತಿ ಪದಗಳು, ನನ್ನ ಹೃದಯದಿಂದ ಬರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಇಲ್ಲಿರುವ ಮಹಾನ್ ಋಷಿಯು ನನ್ನ ಈ ಮಾತನ್ನು ಸರಿಯೆಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನಾನು ಬೇಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ ಮಾತನಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ದಯವಿಟ್ಟು ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಕುಂಡಲಿನಿಯನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆ ಏರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಒಂದು ಮಾರ್ಗ. ಕುಂಡಲಿನಿಯನ್ನು ಏರಿಸುವುದಿರಲಿ, ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡದೆ ಕೂಡ ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ನೀವು ಅನುಭವಿಸಬಹುದೆಂದು ಋಷಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, "ನೀವು ಧ್ಯಾನಮಾಡದಿದ್ದರೂ ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ." ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಬೇಕು. ಅಷ್ಟೆ ಸಾಕು. ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಶಂಬಲ ನಿಯಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೆ, ನೀವು ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀರಿ. ಜನರು ಸಮಯವನ್ನು ಈ ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಕುಂಡಲಿನಿಯನ್ನು ಏರಿಸುವ ರೋಮಾಂಚಕರವಾದ ಭಾಗ ಅಥವಾ ಭಾವಪರವಶನಾಗುವ ಭಾಗವೇ ಬಹು ಮುಖ್ಯವೆಂದು ಅವರು ಯೋಚನೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಅದು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ, ಕುಂಡಲಿನಿಯೂ ತಂತಾನೆ ಏರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಯಾವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವುದೇನೆಂದರೆ ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಕುಂಡಲಿನಿಯೂ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆಂದು ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ನಾವು ನಿಮಗೆ ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ ಅದು ನಿಮಗೆ ಬಹುಶಃ ಗೊತ್ತಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಪರವಾಗಿಲ್ಲ. ನಾವು ಕುಂಡಲಿನಿಯನ್ನು ಏರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಯಾವುದನ್ನೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅದು ಬೇಕಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಇದು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಉನ್ನತವಾದ ಸಾಧನೆ. ಅನೇಕರಿಗೆ ಈ ತರಹದ ಸಾಧನೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಗೊತ್ತಿದೆ, ಯಾಕೆಂದರೆ ಅವರು ಬಹಳ ಸಾರಿ ಈ ಭೂಮಿ ಸತ್ಯ ಯುಗಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನೋಡಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, "ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ, ನಾವು ಸತ್ಯ ಯುಗದೊಳಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದರೆ, ಯಾವ ಸಾಧನೆಯೂ ಬೇಕಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ." ಯಾವ ಸಾಧನೆಯೂ ಬೇಕಾಗಿರುದಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ನೀವು ಬೆಳಕೆಂದು ನಿಮಗೆ ಅರಿವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಿದ್ದರೆ, ಏಕೆ ಪ್ರಯತ್ನ? ಸಾಧನೆಯೇ ಪ್ರಯತ್ನ. ಯಾವ ಪ್ರಯತ್ನವೂ ಬೇಕಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ನೀವು ಬೆಳಕಾಗುತ್ತೀರ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇವತ್ತು ನನ್ನ ಒಂದು ಏಕೈಕ ಗಮನವೆಂದರೆ: ಈಗಿನ ತಿಳುವಳಿಕೆಯ ಮಟ್ಟಕ್ಕಿಂತ, ಈಗಿನ ಬೇಡಿಕೆಯ ಮಟ್ಟಕ್ಕಿಂತ, ನಾವು ಬೆಳೆಯಬೇಕು. ಇಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ರಿಯೆ, ನಾವು ಕಠಿಣವಾಗಿದ್ದಾಗ ಕೂಡ, ಅದು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಮಾಡಿದ ಕ್ರಿಯೆ. ನೀವು ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯಲಿ ಎಂದು ನಾವು ಕಠಿಣವಾಗಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೆಲ್ಲ ನೀವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ನಾನು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಇಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ, ಪ್ರೀತಿ ಒಂದೇ ಇರುವುದು.

ಯಾವಾಗಲೂ ನೆನಪಿರಲಿ, ನಾವು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಬಹಳ ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತೇವೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ, "ನನಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಯಾವ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯೂ ಉಳಿದಿಲ್ಲ." ಇಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಅಥವಾ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಕೂಡ, ನಾವು ಗೌರವಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಯಾವುದನ್ನೂ ಗೇಲಿ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಯಾವುದನ್ನೂ ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

12-06-2022

ನಾವು ಈ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಇಂದು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಅವಲೋಕಿಸೋಣ. ಭಗವಂತನ ಕೊಡುಗೆಯಾದ ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು 5 ಶರೀರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಈ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಪಯಣವನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು, ನಮ್ಮ ಮೊದಲನೆಯ ಶರೀರವನ್ನು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶರೀರವಾದ, ಆನಂದಮಯ ಕೋಶವನ್ನು ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಪಡೆದೆವು. ಆತ್ಮವು ಆನಂದಮಯ ಕೋಶದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತದೆ. ನಂತರ, ದೈವೀ ಲೋಕವಾದ ಶಿವ ಲೋಕವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವ ಮುನ್ನ, ನಾವು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯನ್ನು ದೇವಿ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಪಡೆದೆವು. ನಂತರ ಭೌತಿಕ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವ ಮೊದಲು, ಬ್ರಹ್ಮ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪಡೆದೆವು. ಆ ನಂತರ ಇಲ್ಲಿ ಜನ್ಮ ಪಡೆದಾಗ, ಈ ಭೌತಿಕ ಶರೀರವನ್ನು ಪಡೆದೆವು. ಮತ್ತೊಂದು ಶರೀರವಾದ ಪ್ರಾಣಮಯ ಕೋಶವನ್ನು ನಾವು ಸೂರ್ಯನಿಂದ ಪಡೆದೆವು.

ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ನಾವು ಈ 5 ಶರೀರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಶರೀರವೂ ಒಂದು ಅಸ್ತಿತ್ವ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಶರೀರವೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಆನಂದಮಯ ಕೋಶವು ನಮ್ಮ ಮುಷ್ಟಿಯ ಗಾತ್ರದಷ್ಟಿದೆ. ಇದು ಎದೆಯ ಮಧ್ಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿದೆ. ಇದು ಅತಿ ಚಿಕ್ಕ ಘಟಕ ಆದರೆ ಇದರೊಳಗೆ ಒಂದು ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡವೇ ಇದೆ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು. ಆನಂದಮಯ ಕೋಶದ ಒಳಗೆ ಒಂದು ಬೃಹತ್ತಾದ ಪ್ರದೇಶವಿದೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಭೌತಿಕ ಶರೀರ ಒಂದು ವಿಭಾಗ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ (ಆಸ್ಟ್ರಲ್) ಶರೀರ ಒಂದು ವಿಭಾಗ. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರವು ಭೌತಿಕ ಶರೀರದಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಲು ಸಾಧ್ಯ ಮತ್ತು ಅದು ಭೌತಿಕ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡದಲ್ಲಿ ಸಂಚರಿಸಬಹುದು. ಬೆಳ್ಳಿಯ ಹುರಿಯು (silver cord) ಭೌತಿಕ ಶರೀರವನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರದೊಂದಿಗೆ ಕೂಡಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಸಂಚರಿಸುವಾಗ, ಈ ಬೆಳ್ಳಿಯ ಹುರಿಯು ಯಾವುದೇ ವ್ಯಾಪ್ತಿಗೂ ಹಿಗ್ಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಮೂರು ಪದರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ – ಜಾಗೃತ ಮನಸ್ಸು, ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಯ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಸುಷುಪ್ತಿಯ ಮನಸ್ಸು. ಸುಷುಪ್ತಿಯ ಮನಸ್ಸು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಉಗ್ರಾಣವಿದ್ದಂತೆ. ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡಬಹುದು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳ ನೆನಪುಗಳನ್ನು ಇದು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏಳು ಚಕ್ರಗಳಿವೆ. ಮೂಲಾಧಾರ ಚಕ್ರವನ್ನು ನಾವು ಭೂಲೋಕದಿಂದ ಪಡೆದೆವು. ಇತರ ಚಕ್ರಗಳನ್ನು ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಿಂದ ಪಡೆದೆವು.

ಮಾನಸಿಕ, ಬೌದ್ಧಿಕ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಮಯ ಶರೀರಗಳು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಪಡೆಯಬಲ್ಲವು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಮನಸ್ಸು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮಲೋಕದಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಪ್ರಾಣಮಯ ಕೋಶವು ಸೂರ್ಯನಿಂದ ಹಾಗೂ ಬೌದ್ಧಿಕ ಶರೀರವು ದೇವಿ ಲೋಕದಿಂದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಪ್ರಾಣಮಯ ಕೋಶದಲ್ಲಿ ನಾಡಿಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಮೂರು ಮುಖ್ಯವಾದ ನಾಡಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಿವೆ – ಇಡಾ, ಪಿಂಗಳ ಮತ್ತು ಸುಷುಮ್ನ ನಾಡಿಗಳು. ಒಟ್ಟು 72,000 ನಾಡಿಗಳಿವೆ ಮತ್ತು 72 ಬಗೆಯ ಕುಂಡಲಿನಿಗಳು ಇವೆ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಈ 72000 ನಾಡಿಗಳು ಮತ್ತು 72 ವಿಧದ ಕುಂಡಲಿನಿಗಳ ನಡುವೆ ಒಂದು ಸಂಬಂಧವಿದೆ. ಆದರೆ ಇದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಮೂಲಾಧಾರದಲ್ಲಿ ಕುಂಡಲಿನಿ ಚೈತನ್ಯವಿದೆ, – ಅದು ಸುಷುಮ್ನ ನಾಡಿಯಲ್ಲಿ ಮೇಲೇರಿ ಸಹಸ್ರಾರವನ್ನು ತಲುಪುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಆದಾಗ, ಇದು ತಾನಾಗಿಯೇ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಈಗ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶರೀರವಾದ ಆನಂದಮಯ ಕೋಶದ ವಿಚಾರಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರುವುದಾದರೆ, ಅದು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಶೇಖರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲದು. ಅದು ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಲೋಕದ ವಾತಾವರಣವಾದ 'ಆನಂದ'ವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಇದರ ಹೊರತಾಗಿ, ಅದು ಪರಬ್ರಹ್ಮ ದೇವರ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಅವು ಸುಪ್ತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ನಾವು, ಆನಂದಮಯ ಕೋಶದಲ್ಲಿ ಆದಿ ಶಕ್ತಿ, ಮಹಾವಿಷ್ಣು, ಬ್ರಹ್ಮ ಮತ್ತು ಶಿವ ಭಗವಂತರ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು, ಸುಪ್ತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೇ ಹೊಂದಿರುತ್ತೇವೆ. ಇದು, ಭಗವಂತನೂ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ, ಆತ್ಮದೊಂದಿಗೆ ಸಂಚರಿಸುತ್ತಿರುವನೇನೋ ಎನ್ನುವಂತಿರುತ್ತದೆ. ಅವನು ನಮ್ಮ ನಿರಂತರ ಸಂಗಾತಿ. ಆನಂದಮಯ ಕೋಶದಲ್ಲಿರುವ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಮೂಲವಿದೆ. ಈ ಮೂಲವು ಒಂದು ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಕೂಡಾ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಈ ಮೂಲವು ಆತ್ಮ ಅಲ್ಲ. ಆತ್ಮವು ಬೇರೆ. ನಾವು ಆತ್ಮಗಳು. ನಾವು ಅತಿ ಅದ್ಭುತವಾದ ಬೆಳಕಿನ ಒಂದು ಭಾಗ. ಆದರೆ, ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ಆನಂದಮಯ ಕೋಶದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ಮೂಲವಿದೆ. ಈ ಮೂಲಕ್ಕೆ ಧ್ವನಿಯಿದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಅಂತರ್ ವಾಣಿ. ಈ ಅಂತರ್ ವಾಣಿಯು ಭಗವಂತನ ಧ್ವನಿ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು. ಭಗವಂತನ ಈ ಧ್ವನಿಗೆ, ಈ ಅದ್ಭುತವಾದ ವಿವೇಕವಾಣಿಗೆ, ನಮಗೆ ಸದಾ ಪ್ರವೇಶದ ಅವಕಾಶವಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಿದ್ದರೂ, ನಮಗೆ, ಆತ್ಮಗಳಿಗೆ, ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಇದೆ – ಈ ಅಂತರ್ ವಾಣಿಯನ್ನು ಆಲಿಸಲು ಅಥವಾ ಈ ಅಂತರ್ ವಾಣಿಯನ್ನು ಆಲಿಸದೇ ಇರಲು.

ಹಾಗಾಗಿ, ನಾವು ಅವನನ್ನು ಆಲಿಸದೇ ಇರಬಹುದು ಮತ್ತು ಮತ್ತೊಂದು ಧ್ವನಿಯನ್ನು, ಅಹಂನ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬಹುದು. ಅಹಂ ನಮ್ಮ ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಇನ್ನೊಂದು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ. ಇದು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯ ಸಾಮೂಹಿಕ ಜಾಣ್ಮೆ. ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವುದು ನಮ್ಮ ಆತ್ಮ. ಇದು ಎಷ್ಟೊಂದು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಎಷ್ಟೊಂದು ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ ಆದರೆ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಅದೇ ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡಬೇಕು. ಆದುದರಿಂದ, ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ನಾವೇ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದುದರಿಂದಲೇ ನಾವು ಕರ್ಮವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಆದರೆ, ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಮಿತಿಯನ್ನು ಕೂಡಾ ಹೇರುತ್ತದೆ – ಅನೇಕ ಮಿತಿಗಳು. ನಾವು ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುವ ತನಕ, ನಮ್ಮ ಅಂತರ್ ವಾಣಿಯನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯೊಳಗೇ ಇರುವ ಈ ಇನ್ನಿತರ ಧ್ವನಿಗಳ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕುವ ಸಂಭವವಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಾಧ್ಯ.

ಅಹಂ ಬಹಳ ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾದುದು ಎಂದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಂಬಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದು ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಬೇಕಿಲ್ಲ. ಅದು ಒಂದು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾದ ಜಾಣ್ಮೆಯಿದೆ, ಅಷ್ಟೆ. ಅದು ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ.

ನಾನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಗಳ ಹೊರತಾಗಿ, ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳದಿರುವ ಭಗವಂತನ ಅಂಶವೊಂದು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಇದೆ. ಅದು ಆನಂದಮಯ ಕೋಶದ ಸುತ್ತಲೂ ಇದೆ. ಭಗವಂತನ ಈ ಅಪ್ರಕಟಿತ ಅಂಶವನ್ನು ಚಿದಾಕಾಶ ಎಂದೂ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ, ಛಾಯಾಪುರುಷ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುವ ಇನ್ನೊಂದು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಇದೆ. ಇದು ನಾವು ಹೊಂದಿರುವ ದೈವತ್ವದ ಸಾರ ಎಂದು ಗುರೂಜಿ ನಮಗೆ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಛಾಯಾಪುರುಷವು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಬಲ್ಲದು. ಅದು ಒಂದು ಆಕಾರವನ್ನು ಕೂಡಾ ಪಡೆಯಬಲ್ಲದು. ಛಾಯಾಪುರುಷವು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು, ಊಹಿಸಲಾಗದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇದು ನಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಬಲ್ಲದು. ಇದು ನಮಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡಬಲ್ಲದು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಲ್ಲದು. ಈ ಛಾಯಾಪುರುಷವು ಒಂದು ಬೆಟ್ಟವನ್ನು ಹೊತ್ತು ನಮಗೆ ತಂದು ಕೊಡಬಲ್ಲದು ಎಂದು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅದಕ್ಕೆ ಅಷ್ಟು ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಿವೆ. ಆದರೆ ಅದು ಬಹಳ ಸ್ವಾವಲಂಬಿ. ಕೇವಲ ನಾವು ಹೇಳಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಅದು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಆದೇಶಗಳನ್ನು ಹಾಗೆಯೇ ಸುಮ್ಮನೇ ಪಾಲಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಸ್ವಾವಲಂಬಿ. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿರುವವರೆಗೂ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವ ಉದ್ದೇಶ ಹೊಂದಿರುವವರೆಗೂ ನಮ್ಮ ಮಿತ್ರನಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯ ಒಂದು ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ, ಆ ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಿದ್ದಾಗ, ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದರೆ, ಆಗ, ಛಾಯಾಪುರುಷವು ನಮಗೆ ಶಿಕ್ಷೆಯನ್ನೂ ಸಹ ನೀಡಬಹುದು. ಬೇರೆ ಯಾರೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಅರಿಯದಿರುವಷ್ಟು ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಅರಿತಿರುತ್ತದೆ. ■

ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿರುವ–ವರಿಗೆ ಅಂಚೆ ಮತ್ತು ಇ–ಮೇಲ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಇಂಗ್ಲೀಷ್, ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ದೂರಕಲಿಕೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ನೀಡಲಾಗುವುದು. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ಫ್ರೀ ರೂ. 2500. ಹೊರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ಫ್ರೀ ರೂ. 4500. ಈ ಫ್ರೀನಲ್ಲಿ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕಗಳು ಸೇರಿವೆ.

ನಂತರದಲ್ಲಿ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫ್ರೀ ರೂ. 2000. ಹೊರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ನವೀಕರಣ ಫ್ರೀ ರೂ. 3500. ಈ ಫ್ರೀನಲ್ಲಿ 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.

ಅಮರ

ಸುನಿಲ್ ಬಿಸರಹಳ್ಳಿ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಅಮರ. ಆ ಹೆಸರೇ ಒಂದು ಆಳವಾದ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದರೊಂದಿಗೇ, ಹಿತವಾದ, ಒಂದು ಬಗೆಯ ಉದಾತ್ತವಾದ, ಒಂದು ರೀತಿಯ ಭವ್ಯವಾದುದು ಏನೋ ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದಾಳದಿಂದ ಉದ್ಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರೀತಿ, ನಮ್ರತೆ ಮತ್ತು ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು ನಮ್ಮ ಹೃದಯದಿಂದ ನದಿಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹರಿದು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಪ್ರವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಆ ಅನುಭೂತಿಯು ಎಷ್ಟು ಅದ್ಭುತವಾಗಿರುತ್ತದೆಂದರೆ, ಅಮರ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಅವರ ಭವ್ಯತೆಯ ಮುಂದೆ ನಾವು ಅತಿ ಚಿಕ್ಕವರಾಗಿಬಿಡುತ್ತೇವೆ.

ಅವರು ಅಂಬರೀಷ ವರ್ಮ ದೇಸಾಯಿಯಾಗಿ ಜನಿಸಿದ ಒಬ್ಬ ರಾಜಕುಮಾರ. ಅವರು, 9 ರಿಂದ 12ನೇ ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೆ, ಋಷಿಯಾಗುವುದಕ್ಕಾಗಿ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಯವರ ಬಳಿ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದುಕೊಂಡರು. ಅವರ ದೊರೆತನದಿಂದ ಋಷಿಯಾಗುವ ಪಯಣವು ಕಠಿಣವಾದ ತರಬೇತಿ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿತ್ತು. ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಅವರನ್ನು ಅಮರ ಎಂದು ಹೆಸರಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ಒಬ್ಬ ಋಷಿ ಎಂದು ಘೋಷಿಸಿದರು.

ಅಮರ ಎಂದರೆ ಶಾಶ್ವತವಾದದ್ದು, ಅಂತ್ಯವಿಲ್ಲದ್ದು ಎಂದರ್ಥ. ಆಗಸದ ಹಾಗೆ ಅಂತ್ಯವಿಲ್ಲದ್ದು, ಅಂತರಿಕ್ಷದ ಹಾಗೆ ಅಂತ್ಯವಿಲ್ಲದ್ದು. ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲ ಆದರೆ ನಮ್ರತೆ, ಭವ್ಯತೆ, ಪರಿಪೂರ್ಣತೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಗುಣಗಳಿಂದ ಹೊಳೆಯುವ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ. ಅವರು ಕೇವಲ ಅವುಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದು ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮಾಡಿದ್ದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಅವರು ಸ್ವತಃ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಿದರು.

ನಾನು ಒಮ್ಮೆ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಕೇಳಿದೆ, "ನಾವು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ತಮಾಷೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ನಲಿದಾಡುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ನೀವೂ ಕೂಡಾ ಅಮರರವರೊಂದಿಗೆ ಇದೇ ರೀತಿ ಇರುತ್ತಿದ್ದಿರ?". "ನಾವು ಅವರೊಡನೆ ತಮಾಷೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳ ಕುರಿತು ಅವರು ಬಹಳ ಗಂಭೀರವಾಗಿರುತ್ತಿದ್ದರು; ನಾವು ಅವರಿಗೆ ಹೆದರುತ್ತಿದ್ದೆವು" ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. "ಹೆದರಿಕೆಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ನಾವು ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ವಿಸ್ಮಯಗೊಂಡಿದ್ದೆವು," ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. "ಒಂದು ಬೃಹತ್ ಪರ್ವತದ ಮುಂದೆ ನಿಂತ ಹಾಗೆ ಅಥವಾ ಆಗಸದ ವಿಸ್ತಾರವನ್ನು ನೋಡುವ ಹಾಗೆ."

ಅಮರರವರಿಗೆ ಒಂದು ಕನಸಿತ್ತು. ಈ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಸ್ವರ್ಗ ಮಾಡುವುದು. ಇದೇ ಕನಸು ಗುರೂಜಿ ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನು ಅವರ ಬಳಿ ತಂದಿತು. ಇದೇ ಕನಸು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರನ್ನೂ ಈ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಬರುವ ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದ್ದು. ಜನರು ಅವರ ಬಳಿ ಹೇಗೆ ಬರುತ್ತಿದ್ದರು ಎಂದು ಒಮ್ಮೆ ಗುರೂಜಿಯವರು ಅಮರರವರನ್ನು ಕೇಳಿದರು. "ನಾನು ಬಯಸಿದೆ," ಎಂದು ಸರಳವಾಗಿ ಹೇಳಿದರು.

ಅಮರರವರು ಮಾನಸ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಹಿಂದಿರುವ ಬೆಳಕು. ನಾವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಆಗಲೀ, ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಲಿಸುವುದಾಗಲೀ ಅಥವಾ ಧ್ಯಾನವೇ ಆಗಿರಲಿ, ಇವೆಲ್ಲವುಗಳ ಹಿಂದಿರುವ ಶಕ್ತಿ ಅಮರರವರು. ಅವರಿಲ್ಲದೇ, ಇವು ಯಾವುದೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅಮರರವರು ಕೇವಲ ನಮ್ಮ ಪರಮಗುರುಗಳು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಲುಪಲು ಶ್ರಮಿಸುತ್ತಿರುವ ಧ್ಯೇಯ ಮತ್ತು ಮಾದರಿ. ■

ಅಮರ – ಒಂದು ಬೆಳಕು

ಸುಧಾಕರ್ ಕೆ ಎಲ್; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

"ಅಮರರವರು ಈಗ ಎಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ?" ಎಂದು ತಪೋನಗರದ ಒಬ್ಬ ಚಿಕ್ಕ ಬಾಲಕ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಕುತೂಹಲದಿಂದ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದ. ಗುರೂಜಿಯವರು ತಮ್ಮ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಆ ಹುಡುಗನ ಎದೆಯ ಕಡೆಗೆ ತೋರಿಸುತ್ತಾ, "ಅವರು ಇಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾರೆ" ಎಂದು ಹೇಳಿದರು!

ಅಮರರವರು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಒಳಗೆ ಇದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಹಲವಾರು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಮತ್ತು ಅದನ್ನೇ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ ಸರ್ ಅವರು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಪುನರಾವರ್ತಿಸುತ್ತಾ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಅವರ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ನಮಗೆ ನೆನಪು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೂ, ಅವರಿಬ್ಬರಿಂದ, ಅಮರರವರನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸುವುದೇ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆ ಎಂದು ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಅವರನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸಿ–ದಾಗ, ಸತ್ಯ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಬೆಳಕಿನ ಯುಗದಲ್ಲಿ ನಾವು ನೆಲೆಸುತ್ತೇವೆ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಸತ್ಯ ಯುಗ ಇನ್ನೂ ಬಹಳ ಮುಂದೆ ಇರಬಹುದು ಆದರೆ, ಅವರನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸುವ ಮೂಲಕ, ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ನಾವು ಈಗಲೇ ಸತ್ಯ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಲಾರಂಭಿಸಬಹುದು. ಅಂತಹದೊಂದು ವಿಸ್ಮಯಕಾರಿಯಾದ ಸಾಧ್ಯತೆ ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಇದೆ.

ಅಮರರವರು ಮಾಸ್ಟರ್ ವಿ ಅವರನ್ನು 'ಬೆಳಕು' ಎಂದು ಕರೆದರು. ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವನ್ನು 'ಬೆಳಕು' ಎಂದು ಸಂಬೋಧಿಸಿದರು. ಅಮರರವರು ನಮಗೆ ಸದಾ ದಾರಿದೀಪವಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಮಾನವ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಿರುವಾಗ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಬೆಳಕಿನ ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡು ಗುಣಗಳು ಅವರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎದ್ದು ಕಾಣುತ್ತವೆ; ಕ್ರಿಸ್ತರ ಜೀವನವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸಿದ ಹಾಗೆ. ಅವರುಗಳು ಬೆಳಕಿನ ಎಲ್ಲಾ ಗುಣಗಳನ್ನೂ ಹೊಂದಿರುತ್ತಿದ್ದರು ಆದರೆ ಕೆಲವು ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಜೀವನವು ನಮ್ರತೆ ಮತ್ತು ಶರಣಾಗತಿಯನ್ನು ಎತ್ತಿ ಹಿಡಿದಿತ್ತು. ಗುರೂಜಿಯವರು ಅವರನ್ನು ನಮ್ರತೆಯ ಮೂರ್ತರೂಪ ಎಂದು ವರ್ಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಒಬ್ಬ ಮಹರ್ಷಿ ಆಗಿದ್ದರೂ, ತಮ್ಮನ್ನು ಒಬ್ಬ ಋಷಿಗಳ ಕಾರ್ಯಕರ್ತ ಎಂದು ಕರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು! ಸಪ್ತ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಅವರು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶರಣಾಗಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಸಪ್ತ ಋಷಿಗಳ ಎಲ್ಲಾ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಅವರು ಅಕ್ಷರಶಃ ಪಾಲಿಸುತ್ತಿದ್ದರು.

ಅವರು ನಮಗೆ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದ ಎಲ್ಲಾ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಬಹಳ ಸರಳ ಸಾಧ್ಯವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಒದಗಿಸಿದರು. ಕೇವಲ ಒಂದು ಗಂಟೆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಓದಿ ಮುಗಿಸಬಹುದಾದ ಅವರ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಪುಸ್ತಕ 'ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣ'ದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳ ಸಾರವಿದೆ! ಅವರು ನಮಗೆ ಒಂದು ಸರಳವಾದ ಸೂಚನೆಯನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ – 'ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿ'. ಅವರು, ಬೆಳಕಿನೆಡೆಗಿನ ಮಾರ್ಗಗಳು ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ರೀತಿಗಳು ಅತ್ಯಾಶ್ಚರ್ಯಪಡಬಹುದಾದಷ್ಟು ಸರಳವಾಗಿವೆ ಎಂಬ ಅರಿವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮೂಡುವಂತೆ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ■

ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ಧ್ಯಾನವೆಂದರೆ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಎಂದು ಅನೇಕ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಹೇಳುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಧ್ಯಾನವು ಏಕಾಗ್ರತೆ ಅಲ್ಲವೆಂದು ನೀವು ನಮಗೆ ಕಲಿಸುತ್ತೀರಿ. ಯಾವುದು ಸರಿ?

ಉ: ಧ್ಯಾನ ಎಂದರೆ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಅಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಮೀರಿದುದು. ಇದನ್ನು ನನ್ನ 'ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ,' ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಿದ್ದೇನೆ.

ಪ್ರ: ಇದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಮುಂದುವರೆಸಲಿ?

ಉ: ನಾನು ಮಹಾನ್ ಋಷಿಯಾದ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ ಅವರಿಂದ ಕಲಿತಿದ್ದೇನೆ. ಅವರು ನಮಗೆ ಧ್ಯಾನ ವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೊಟ್ಟವರು. ಆದರೆ ನೀವು ನನ್ನ ವಿವರಣೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನೀವೇ ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಿ ಅನುಭವ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಪ್ರ: ಧ್ಯಾನ ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನೀವು ಹೇಗೆ ಹೇಳುತ್ತೀರಿ?

ಉ: ನೀವು ಎಂದಾದರೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದ್ದೀರಾ?

ಪ್ರ: ಇಲ್ಲ.

ಉ: ಹಾಗಾದರೆ ಇದು ಕೇವಲ ಒಣ ಚರ್ಚೆಯಾಗಿದೆ. ಇದು ಹೆಚ್ಚು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಾರದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರು ಭಾವಿಸುವುದು – ಅವರು ನೋಡುವುದನ್ನು ಅವರು ನಂಬಬೇಕು, ಆಗ ಮಾತ್ರವೇ ಅದು ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾದುದು. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು, ಅಜ್ಞಾತ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಆಯಾಮಗಳು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನೇರವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಅವುಗಳನ್ನು ಯೋಗಾಸನಗಳಂತೆ ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನವು ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನದ ಭಾಗವಾಗಿದೆ, ಧ್ಯಾನ ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಪರಿಷ್ಕೃತಗೊಂಡಿದೆ.

ಪ್ರ: ನಮ್ಮ ಧರ್ಮದಂತೆ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. ಧರ್ಮವು ನಂತರ ಬಂದಿತು. ಧ್ಯಾನಕ್ಕೂ ಮತ್ತು ಧರ್ಮಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿದೆ. ಅದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.

ಪ್ರ: ಸಾಧನೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ಉದ್ದೇಶ ಏನು?

ಉ: ಮಿಥ್ಯಾ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸುಟ್ಟು ಭಸ್ಮ ಮಾಡವುದ–ಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ಶುದ್ಧ ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಪಡೆಯಲು ನಮ್ಮನ್ನು ಸಿದ್ಧತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಸಾಧನೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರ: ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಯೋಗ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಹೋದರು. ಮೊದಲು ಯಮ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ, ನಂತರ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಲು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದರು. ಇದು ಸರಿಯೇ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. ಈ ರೀತಿ ಹೇಳಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ನೇರವಾಗಿ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲೇ ಯಮ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಪ್ರಾರಂಭದಿಂದಲೂ ನಾವು ಹೇಳುತ್ತಲೇ ಬಂದಿದ್ದೇವೆ. ನಮಗೆ ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ! ಇದು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ, ಶಕ್ತಿ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ, ನಂತರ ಯಮ ನಿಯಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಈ ಸ್ಪಷ್ಟ ತಿಳುವಳಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ, ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ಪ್ರ: ನಿಗದಿತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರ ಮತ್ತು ಬೇರೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇನು?

ಉ: ನಿಗದಿತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ, ನಮಗೆ ಋಷಿಗಳ ಲಭ್ಯತೆಯ ಅನುಕೂಲವಿದೆ. ಧ್ಯಾನವು ಯಾವಾಗಲೂ ಇಪ್ಪತ್ತನಾಲ್ಕು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ತನ್ನ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ನಿಗದಿತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ಧ್ಯಾನದ ಪ್ರಭಾವವು ನವೀಕರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಲಯ ಬದ್ಧತೆ ಮೂಡುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನನಗೆ ಒಂದು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ನೀವು ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದ ವಿಶೇಷ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪುನರುಚ್ಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇದು ಸರಿಯೇ?

ಉ: ಇಲ್ಲ, ಸರಿಯಿಲ್ಲ. ವಿಶೇಷ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಜಪಿಸಲು ಕೊಡಲಾಗಿತ್ತು.

ಪ್ರ: ಕರ್ಪೂರ ಜ್ಯೋತಿ ಬೆಳಗಿಸಿದ ನಂತರ, ಫ್ಯಾನ್‌ಅನ್ನು ಚಾಲನೆಗೊಳಿಸಲು ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಮೇಲೆದ್ದರೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಲಯ ಶಿಥಿಲಗೊಳ್ಳುವುದೇ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಲಯ ಬಹಳ ಸಮಯದವರೆಗೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಾನು ಏನನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಕು?

ಉ: ಏನೂ ಇಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಮೌನ.

ಪ್ರ: ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನಾದರೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವುದು ತಪ್ಪೇ?

ಉ: ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಅಡ್ಡ ಬರುತ್ತವೆ.

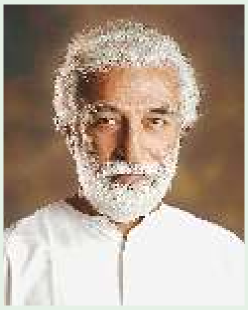
ಪ್ರ: ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನ, ಪ್ರಪಂಚದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆಯೇ?

ಉ: ಹೌದು. ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ನೆಲೆಸಲು ಬೇಕಾದ ಅನೇಕ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ವೇಗಗೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಧ್ಯಾನ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ■

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 ಬೆಳಗ್ಗೆ 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

ನಾನು ಎಲ್ಲ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕಳಾಗಿದ್ದು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಈಗ ನಾನು ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಹಾಗೂ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ದೇವರ ಕೃಪೆ ಇರುವುದು ತಿಳಿದು ಬರುತ್ತದೆ.

– ಆಶಾ ಜಿ

ನನಗೆ ಶಾಂತತೆಯ ಅರಿವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಈಗ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಕ್ಷಮಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಸಮಾಧಿಗೆ ಹೋಗಿ, ಕಾಲದ ಗತಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ತಂತ್ರವನ್ನು ಮರೆಯುತ್ತೇನೆ. ಪ್ರತಿ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ಬೆಳಕಿನೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಿಸಿ, ಬೆಳಕಿಗೆ ಶುಭ ರಾತ್ರಿ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಈಗ ಮೊದಲಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಶಾಂತಳಾಗಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ನಡೆಯುವುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

– ಪ್ರತಿಭಾ ಪಟೇಲ್

ಹನ್ನೊಂದು ವರ್ಷಗಳ ಬಳಿಕ ಮೇ 7ರಂದು ನಾನು ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಬಂದೆ! ಈ ಹಿಂದೆ 2010 – 2011ರಲ್ಲಿ ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಬಂದಿದ್ದಾಗ, ಪೂಜ್ಯ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದ್ದೆ. ಮೊದಲಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕ್ಕಾಗಿ ವಿಶ್ವ ಚೇತನ ಮಂದಿರಕ್ಕೆ ಹೋದೆ. ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತು ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ತಿಳಿ ನೀಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ನೋಡಲಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಸುಮಾರು 15 ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ನೋಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಅಲ್ಲಿ ನಾನು ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಗಳವರೆಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದೆ. ಬೆಳಕಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರ ದರ್ಶನ ನನಗಾಯಿತೆಂದೆನಿಸಿ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು. ಅವರ ಈ ದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಅನಂತಾನಂತ ವಂದನೆಗಳು.

– ಕ್ರಾಂತಿ ಧರ್ಮಧರೆ

ಗುರೂಜಿ ಹಾಗೂ ಜಯಂತ್ ಸರ್ ಅವರ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ, 25.5.2022ರಂದು ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ನಾನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಹರ್ನಿಯ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡೆ. ಆ ದಿನ ಸಂಜೆ ನನ್ನ ಇಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಎಳನೀರು ತರಲು ಹೇಳಿದಾಗ, ಒಬ್ಬಳನ್ನೇ ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗಲು ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಮನಸ್ಸಿಲ್ಲದ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಹೊರ ಹೋದರು. ನಾನು ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆದೆ. ನಾನು ಕಣ್ಣು ತೆರೆದಾಗ ಎದುರಿನ ಕುರ್ಚಿಯ ಮೇಲೆ ಗುರೂಜಿಯವರು ಕುಳಿತಿದ್ದುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ಇಡೀ ಕೊಠಡಿ ಬೆಳಕಿನ ಕಿರಣಗಳಿಂದ ತುಂಬಿ ಹೋಗಿತ್ತು. 20 ನಿಮಿಷಗಳ ನಂತರ ನನ್ನ ಮಕ್ಕಳು ಹಿಂತಿರುಗಿ ಬಂದಾಗ, ನಾನೇಕೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಕೇಳಿದರು. "ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರು ಬಂದು ನನ್ನನ್ನು ಅನುಗ್ರಹಿಸಿ ಹೋದರು," ಎಂದು ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ. ನಾನು ಹೇಳುವುದೇನೆಂದರೆ, ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಇರುತ್ತಾರೆ, ಇದಂತೂ ಸತ್ಯ!

– ಶ್ರೀಲತಾಂಗಿ

ನಾವು ನಮ್ಮ ತಾಯಿಯವರ ಶ್ರಾದ್ಧವನ್ನು ಒಂದು ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಅದರ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಬಹಳವಿದ್ದು ನನಗೆ ಅವರನ್ನು ನೆನೆಯಲೂ ಸಹ ಸಮಯ ಸಿಗಲಿಲ್ಲ. ಶ್ರಾದ್ಧ ಮುಗಿದು ಊಟ ಬಡಿಸುವ ಮೊದಲು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ದೊರೆತಾಗ, ನಾನು ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿ ಕುಳಿತು ಪರಬ್ರಹ್ಮನಿಂದ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಪಡೆದು ನನ್ನ ತಾಯಿಯವರಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಲು ಪಿತೃ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಿದಾಗ ಅತಿ ಸುಂದರವಾದ ಎರಡು ಹಸ್ತಗಳು ಮುಂದೆ ಬಂದವು. ಅವರ ಎಡ ತೋಳನ್ನು ಬಹು ಸುಂದರವಾದ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣದ ಅತಿ ಮೃದುವಾದ ಅಂಗ ವಸ್ತ್ರದಿಂದ ಸುತ್ತಲ್ಪಟ್ಟಿತ್ತು. ಅವರು ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಪಡೆದಾದ ನಂತರ ಆ ಹಸ್ತಗಳು ಕಣ್ಮರೆಯಾದವು.

– ಸುನೀಲ್ ಬಿಸರಹಳ್ಳಿ

ನನಗೆ ಬಹು ದೊಡ್ಡ ನಷ್ಟಗಳಾಗಿವೆ, ಅದರಿಂದಾಗಿ ದುಃಖವಾಯಿತು, ಆದರೆ ಅದರಿಂದ ಭಾವಪರವಶಳಾಗಲಿಲ್ಲ. ಚಿನ್ನ ಬೆಳ್ಳಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಾಗ, ಅದರಲ್ಲೂ ಬಹಳ ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಸೇವೆ ಮಾಡಿದ ನಂಬಿಕಸ್ಥ ಸೇವಕರೇ ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಾಗ, ಅದನ್ನು ಮರೆಯುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲವಾದರೂ, ಅವೆಲ್ಲದರಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಿದ್ಧಳಿದ್ದೇನೆ. ಆದರೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವೆಂದರೆ ನಾನು ಯಾವ ರೀತಿಯಿಂದಲೂ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದೇ ಅವರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸುವಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಜೀವನವನ್ನು ಎಂದಿನಂತೆ ಮುಂದುವರೆಸುವುದರಲ್ಲಿ ಸಫಲಳಾದೆ. ಇದೆಲ್ಲವೂ ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪಾಠದಂತಿತ್ತು. ಜೀವನ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದದ್ದು, ಮತ್ತು ನನಗೆ ಆಗುತ್ತಿರುವುದೆಲ್ಲವೂ ಪೂರ್ವನಿಯೋಜಿತವಾಗಿತ್ತು ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಶಾಂತತೆ ಹಾಗೂ ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ಪ್ರಬಲವಾಗಿದೆಯೆಂದರೆ ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಒಂದು ಮಾತನ್ನೂ ಆಡಲಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಆ ನಷ್ಟವನ್ನು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಆಳವಾದ ಪ್ರಶಾಂತತೆ, ನಿಶ್ಚಲತೆ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿ ತುಂಬಿದೆ.

ವಿಶ್ವ ಚೇತನವು ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆಲ್ಲ ಸರಿಯಾದ ದಾರಿಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಅರಿವಿದೆ. ಆ ವಿಶ್ವ ಚೇತನವೇ ನನ್ನನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಿ ಎಲ್ಲ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲೂ, ಸರಿಯಾದ ಆಲೋಚನೆಯಿಂದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ ನನಗಿದೆ.

– ರೆಬೋನಿ ರೇ

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