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 07 ಜುಲೈ 2022 (Kannada Monthly) ರೂ.25

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 1992ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಬಹಳ ಸುಂದರ ಮುಂಜಾನೆ. ಹಿಂದಿನ ರಾತ್ರಿಯ ಮಳೆ ತಂಪಾದ ತಾಜಾತನ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಸೇರಿಸಿತ್ತು. ಆಗ ನಾನು ಯೋಚಿಸಿದೆ, "ಈ ಸಿಮೆಂಟ್ ಬ್ಲಾಕ್‌ಗಳಿರುವ ಮತ್ತು ಹೊಗೆಯುಗುಳುವ ವಾಹನಗಳ ನಗರದಲ್ಲಿ ನಾನೇನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ!" ನನಗೆ ಆ ಕ್ಷಣವೇ ಹಳ್ಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡೋಣವೆನಿಸಿತು; ಇಷ್ಟೊಂದು ಸೌಂದರ್ಯ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಮತ್ತು ನನಗಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿರುವ ದೈವತ್ವವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು. ನನಗೆ ಅದರೊಳಗೆ ಹೊಕ್ಕು ಕೊನೆತನಕ ಅದರೊಳಗೇ ಇದ್ದುಬಿಡುವ ಮನಸ್ಸಾಯಿತು.

ಆಗ ನನಗೆ ನನ್ನ ಕೆಲಸ, ಬದ್ಧತೆಗಳು ಮತ್ತು ನಾನಿತ್ತ ವಾಗ್ದಾನಗಳ ನೆನಪಾಯಿತು. ಇವುಗಳನ್ನು ನಾನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಲಾರೆ. ಹಳ್ಳಿಗೆ; ಆಶ್ರಮಕ್ಕೆ. ಅಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಬೇರುಗಳಿವೆ, ಅದಕ್ಕೂ ಮುನ್ನ ನಾನು ಕೆಲವು ಜನರನ್ನು ಉನ್ನತ ಜೀವನ ಮತ್ತು ಭಗವಂತನೆಡೆಗೆ ತಿರುಗಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ನನಗೆ ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾರಾದರೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಹಿಡಿದು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ—ಆದರೆ ಅಂತಹ ವಿವರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುವುದು ಮೂರ್ಖತನ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ದೈವಕ್ಕೆ ತನ್ನದೇ ಆದ ಯೋಜನೆಗಳಿವೆ. ನೆಟ್‌ವರ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಇತರರೂ ಇದ್ದಾರೆ. ಜೀವನವು ತಾನಾಗಿಯೇ ಬೆಳಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಕೇವಲ ನೆಪಮಾತ್ರರಷ್ಟೆ.

"ನಾನು ನಿಮ್ಮ ಶಿಷ್ಯ," "ನಾನು ನಿಮ್ಮ ಪಾದದ ಬಳಿ ಇದ್ದೇನೆ, ನನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ರೂಪಿಸಿ," "ನಾನು ನಿಮ್ಮ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತೇನೆ, ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ," ಎಂದು ಮುಂತಾಗಿ ಜನಗಳು ಹೇಳುವುದು ನನಗೆ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿ ಹೋಗಿದೆ. ಉದ್ದೇಶಗಳು ನಿಜವಾದವು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಆಳದಿಂದ ಬಂದವು. ಆದರೆ ಸಮಯ ಕಳೆದಂತೆ ಸಾಧನೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ, ಪರಿವರ್ತನೆ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ, ಶ್ರದ್ಧಾವಂತ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಇರುಸುಮುರುಸಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ವಿರೋಧಿಸುತ್ತಾರೆ. "ಇದು ನನ್ನ ಸ್ವಭಾವ. ನಾನು ಬದಲಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ನನಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಬೇಕು, ನಾನು ಕೇವಲ ಮನುಷ್ಯಮಾತ್ರನು! ನನ್ನದು ತಪ್ಪು ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ," ಎಂದು ಮುಂತಾಗಿ ಅವರು ಉದ್ಗರಿಸುತ್ತಾರೆ. ನನಗೆ ನಗೆ ಬರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಜ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ನಾನು ಇವುಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿರುತ್ತೇನೆ. ಹಾದಿ ಸುಲಭವಲ್ಲ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನನ್ನ ಕೆಲಸವು ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದು ಇಲ್ಲಿಯೇ.

ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ ನ್ಯೂನತೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿ ನಾನು ನಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವೆಲ್ಲ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ. ನಂತರ ಅವುಗಳನ್ನು ಜಯಿಸಲು ನಾನು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಇಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಚೋದನೆ ಎಲ್ಲ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ದಾಟಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನವು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಪರಿವರ್ತನೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಆಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ನಂಬಿಕೆ ಇರಬೇಕು; ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಂಬಿಕೆ. ಅವನು ನನ್ನ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಮಣ್ಣಾಗಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರ ನಾನು ಆಕಾರ ಕೊಡಲು ಸಾಧ್ಯ. "ನಿಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬಯಸುವವರಿಗೆ ನೀವೇಕೆ ನೆರವಾಗಬಾರದು?" ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಇದು ಉತ್ತರ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಂಡು, ಬೆಳೆಯಬೇಕೆಂದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು. ಶರಣಾದ ನಂತರವೇ ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ: ಸಂಪೂರ್ಣ ಶರಣಾಗತಿ. ■

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

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 (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7 ರಿಂದ 8 ಘಂ)
ಇಂಡಿಯನ ಹೆರಿಟೇಜ್ ಅಕಾಡೆಮಿ,
6ನೆಯ ಬ್ಲಾಕ್, ಕೋರಮಂಗಲ

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.

ಮೇ 22, 2022ರಂದು, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರ 83ನೇ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.

ಸುದ್ದಿ–ಸೂಚನೆಗಳು

- ಶಾಲೆಗಳು ಆರಂಭವಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ನಮ್ಮ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲು ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅನೇಕ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಪಿಡುಗಿನ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುವುದನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರೆಲ್ಲರೂ ನವೀಕೃತ ಹುರುಪಿನೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.
- ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಮೂರನೇ ಭಾನುವಾರಗಳಂದು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿತ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ಅನ್ನು ನಡೆಸಲಾಗುವುದು. ತಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ, ಈ ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಯಾರು ಬೇಕಾದರೂ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು. ಅವರು ನಮ್ಮನ್ನು www.lightagemasters.com/lc_live ಇಲ್ಲಿ ಸೇರಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಅಥವಾ ಕುಟುಂಬದವರನ್ನು ಇದರಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಲು ಆಮಂತ್ರಿಸಿ, ಜಗತ್ತಿನ ಶಾಂತಿಗಾಗಿ ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ಈ ಮೌನವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಆಂದೋಲನಕ್ಕೆ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಿ. ಮುಂದಿನ ಸೆಷನ್ ಜುಲೈ 17ರಂದು ಜರುಗುತ್ತದೆ. ■

ಜೂನ್ 30ರಿಂದ ಆರಂಭವಾಗುವ ಆಶಾಢ ಮಾಸದಲ್ಲಿ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಲೋಕದಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ಅದ್ಭುತವಾದ ಮತ್ತು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಇಡೀ ಮಾಸದಲ್ಲಿ ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಗುರು ಪೂರ್ಣಿಮಾ ದಿನವಾದ 13–7–2022ರ ಹುಣ್ಣಿಮೆಯ ದಿನದಂದು, ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಗರಿಷ್ಠ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಆ ದಿನ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವಷ್ಟೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ಮೊದಲು, ಮೇಲಿನಿಂದ ಬೆಳಕು ನಿಮ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ, ನಿಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತುಂಬಿಕೊಂಡ ಹಾಗೆ ಊಹೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದನ್ನು 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ. ಇಡೀ ರಾತ್ರಿ, ನಾವು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

07	ಗುರು	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
09	ಶನಿ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
13	ಬುಧ	ಗುರು ಪೂರ್ಣಿಮಾ
17	ಭಾನು	ದಕ್ಷಿಣಾಯಣ ಆರಂಭ
21	ಗುರು	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
27	ಬುಧ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
28	ಗುರು	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳಂದು:	ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12
	ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1
10–7–2022	ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಧ್ಯಾನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ
13–7–2022	ಗುರು ಪೂರ್ಣಿಮಾ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 – 1
17–7–2022	ರಾ ಗ್ರೂಪ್ ಧ್ಯಾನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ಕ್ಕೆ
31–7–2022	ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ (ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್) : ಬೆಳಿಗ್ಗ 11 – ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1

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

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

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳಿಂದ ಬಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ಕೆಲ ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ, ನಾನು ಸಂಜೆ ತಡವಾಗಿ ಕಛೇರಿಯಿಂದ ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ಇನ್ನೇನು ಹೊರಡಬೇಕೆಂದಿರುವಾಗ ಹೊರಗಡೆ ಜೋರು ಮಳೆಯಿಂದ ನನಗೆ ಹೊರಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಹೇಗೋ ಚಾಲಕನು ಕಛೇರಿಯ ಆವರಣದಿಂದ ಕಛೇರಿಯ ಮುಖ್ಯ ದ್ವಾರದವರಗೆ ಓಡಿಸಿದನು. ಒರೆಸುವ ಯಂತ್ರ (wipers)ಮಧ್ಯದಲ್ಲೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿದ್ದರಿಂದ ಮತ್ತು ಸರಿಯಾಗಿ ಕಾಣಿಸದೇ ಇದ್ದಿದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಮುಂದೆ ಹೋಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಬೆಳಕಿಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿದೆ ಮತ್ತು ಕಾರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದೆ. ಚಾಲಕನಿಗೆ ಮತ್ತು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ. ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ, ಒರೆಸುವ ಯಂತ್ರ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿತು ಮತ್ತು ನಾವು ಚಲಿಸಿದೆವು. ಇದು ಒಂದು ಪವಾಡವಾಗಿತ್ತು. ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದ ಹೇಳಿದೆ. ನಾವು ಪಟ್ಟಣ ತಲುಪಿದಾಗ, ಮಳೆ ಬಹುತೇಕ ನಿಂತಿತ್ತು, ಮತ್ತು ಒರೆಸುವ ಯಂತ್ರ ಕೂಡ ನಿಂತಿತು! ಚಾಲಕನು ಒರೆಸುವ ಯಂತ್ರವನ್ನು ಬಳಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ಅದು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಬೆಳಕಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದ ಹೇಳಿದೆ.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ನಾನು ಕಛೇರಿ ಬಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಆ ಬಸ್‌ನಲ್ಲಿಯೇ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದ ನನ್ನ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಯೊಬ್ಬರು, ಅವರಿಗೆ ತೀವ್ರ ಬೆನ್ನು ನೋವು ಇರುವುದಾಗಿ ನನಗೆ ಒಂದು ಸಂದೇಶ ಕಳಿಸಿದರು. ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದೆ. ನಂತರ ನೋವು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅವರಿಂದ ಇನ್ನೊಂದು ಸಂದೇಶವನ್ನು ಪಡೆದೆ.

–ಹರಿಕೃಷ್ಣನ್ ವಿ., ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ಸಾಂಗ್ಲಿಯ ಟಕಾರಿನಲ್ಲಿರುವ ನನ್ನ ರೈತ ಗೆಳೆಯ ಶ್ರೀ ವಿಲಾಸ್ ಪಾಟಿಲ್‌ಗೆ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕಲಿಸಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೆ. ಇವತ್ತು ಅವರು ತಮ್ಮ ಅನುಭವವನ್ನು ಹೇಳಿದರು. ಎಮ್ಮೆಗಳಲ್ಲೊಂದು ಕಳೆದ 2–3 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಗರ್ಭಧರಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಅನೇಕ ಪಶುವೈದ್ಯರಿಂದ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರು ಆದರೆ ಅದು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲಿಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ಚಿಂತೆಯಾಗಿತ್ತು ಏಕೆಂದರೆ ಎಮ್ಮೆಯು ಕೆಲ ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಗರ್ಭಧರಿಸದಿದ್ದರೆ, ಅದು ಬಂಜೆತನವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹಾಲು ಉತ್ಪತ್ತಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದ ನಂತರ ಅವರು ಎಮ್ಮೆಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಲಾರಂಭಿಸಿದರು. ಈಗ ಅವಳು ಗರ್ಭ ಧರಿಸಿದ್ದಾಳೆ. ಇದು ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯದಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತೆಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಅಂತಹ ಅಸಾಧಾರಣ ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಬೆಳಕು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ಬಂಜೆಯಾದ ಪ್ರಾಣಿಗೆ ಸಂತಾನ ನೀಡುತ್ತದೆ.

–ಸಂತೋಷ್ ಕೋರೆ, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತ

ಪುಣೆಯಲ್ಲಿರುವ ಎನ್.ಎಂ.ವಿ. ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸ್ಕೂಲ್‌ನ 7ನೇ ತರಗತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಆನ್ಲೈನ್ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಲಾಗಿತ್ತು. 39 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ತಾಳ್ಮೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಈ ತಂತ್ರವು ಉಪಯೋಗವಾಗುತ್ತದೆ.

–ಶ್ರೀಮತಿ. ನೀತ ಮದನೆ, ಶಿಕ್ಷಕಿ, ಎನ್.ಎಂ.ವಿ. ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ಪುಣೆಯಲ್ಲಿರುವ ಎನ್.ಎಂ.ವಿ. ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸ್ಕೂಲ್‌ನ 9ನೇ ತರಗತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಆಫ್ಲೈನ್ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಲಾಗಿತ್ತು. ಅವರಿಗೆ ಬಹಳ ವಿಭಿನ್ನವಾದ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ಅನುಭವವಾಯಿತೆಂದು ಅವರು ಸೆಷನ್ ಆದ ನಂತರ ಹೇಳಿದರು.

–ಮಿಸ್ ಸ್ಮಿತ ಕಾನಡೆ, ಶಿಕ್ಷಕಿ, ಎನ್.ಎಂ.ವಿ. ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ನಮ್ಮ ಕೋರ್ಸ್ ಸ್ವಲ್ಪ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮುಗಿಯುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಕೆಲಸ ಸಿಗುವ ಬಗ್ಗೆ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಭಯವಿತ್ತು. ಈಗ, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ನಂತರ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಭರವಸೆಯಿದೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯಿಂದಿದ್ದೇನೆ.

–ಪ್ರಿಯಾಂಕ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ದಿ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್ ಆಫ್ ಪೀಪಲ್ ವಿಥ್ ಡಿಸೆಬಿಲಿಟಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನನ್ನ ಕುಟುಂಬದ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಚಿಂತೆ ಇತ್ತು. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ನಂತರ ನೆಮ್ಮದಿ ದೊರೆಕಿದೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಶಾಂತಿಯಿಂದಿದ್ದೇನೆ.

–ವಿಶ್ವನಾಥ್, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ದಿ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್ ಆಫ್ ಪೀಪಲ್ ವಿಥ್ ಡಿಸೆಬಿಲಿಟಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

ರಾಯಗಡದ ದಿವೆಗರ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಲಿಮಯೆ ವಿದ್ಯಾ ಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ನಾವು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಿದೆವು. ಶಾಲೆಯ ಮುಖ್ಯಸ್ಥೆಯಾದ ಶ್ರೀಮತಿ. ಅಧುಲ್‌ಕರ್ ಮತ್ತು ಅವರ ಪತಿ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಸೆಷನ್ ಆದ ನಂತರ ಶ್ರೀ ಅಧುಲ್‌ಕರ್ ನಮಗೆ ಹೇಳಿದ್ದೇನೆಂದರೆ ನಾವು ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವ ಮುಂಚೆ, ಅವರು ಸಮಸ್ಯೆಯೊಂದನ್ನು ಚರ್ಚೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದುದರಿಂದ ಅವರು ಉದ್ವಿಗ್ನಗೊಂಡಿದ್ದರಂತೆ. ಆದರೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಂತರ ಅವರಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅನಿಸಿತಂತೆ. ಅವರು ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಇದ್ದು ಯಾವುದೇ ಯೋಚನೆಗಳು ಇರಲಿಲ್ಲ.

–ಸಂತೋಷ್ ಕೋರೆ ಮತ್ತು ಸುಚಿತ್ರ ಕೋರೆ, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು

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

ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಆದಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇವೆಂದು ಹೋದ ಬಾರಿ ನಾವು ಹೇಳಿದ್ದೆವು.

ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ, ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡು ಅಂಶಗಳನ್ನು ಎತ್ತಿತೋರಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ. ಈ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ನೀವು ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಬೇಕು.

ಆದಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬಹುದು? ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು. ನಾವು ಕೆಲವು ಅಡಚಣೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯಬಹುದು. ಹಿಂದಿನ ನಮ್ಮದೇ ಸ್ವಂತ ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ಈ ಅಡಚಣೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಕರ್ಮಗಳಿಗೆ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗೆ, ಎಲ್ಲ ಕಂಪನಗಳಿಗೆ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಸ್ವಂತ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಕರ್ಮಗಳೇ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಆಟವಾಡುತ್ತವೆ. ಅವು ನಮ್ಮ ಮಧ್ಯೆ ಬರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವು ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ನಿರುತ್ಸಾಹ ಮೂಡಿಸುತ್ತವೆ, ಧ್ಯಾನವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತವೆ. ಆದುದರಿಂದ, ಋಷಿಗಳು ಈ ಕರ್ಮಗಳ ಪ್ರಭಾವಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಜನರು ಸಾಧನೆ ಮಾಡಲು ಕಷ್ಟ ಪಡುತ್ತಿರುವಾಗ, "ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ನಿಮ್ಮ ಗಮನವಿರಲಿ. ಕೆಲಸದೊಂದಿಗೆ ಗೊಂದಲ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ," ಎಂದು ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ನೇರವಾಗಿ ಏನನ್ನು ಹೇಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆಂದರೆ – "ನೀವು ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಬಾಗವಹಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನದ ಮೇಲೆ ಗಮನಕೊಡಿ. ನಿಮಗೆ ಕೆಲಸದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇಲ್ಲ. ನೀವು ಧ್ಯಾನದ ಕಡೆ ಗಮನ ಕೊಡಿ." ಇದೇ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತಾ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ನೀವು ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣವನ್ನು ಓದಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನೀವು ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ಓದಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. (ಸಹಜವಾಗಿ, ಈ ಸಲಹೆಯನ್ನು ನಾನು ಕೊಡುವುದು ಬೇಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ನೀವು ಈಗಾಗಲೇ ಪಾಲಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರ!) ನೀವು ಏನನ್ನೂ ಮಾಡುವುದು ಬೇಡ. ಸುಮ್ಮನೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ. ಅಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಂದೆ ತಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನೀವು ಕನಿಷ್ಠ ಪ್ರಯತ್ನವಾದರೂ ಮಾಡಬೇಕು. ನಿಮಗೆ ಆದನ್ನು ಮಾಡಲೂ ಆಗದಿದ್ದರೆ, ನಾನು ಹೇಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, 'ದೇವರೇ ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಿ.' ಕನಿಷ್ಠ ಪ್ರಯತ್ನವಂತೂ ಬೇಕೇ ಬೇಕು. ಕನಿಷ್ಠ ಪ್ರಯತ್ನವೆಂದರೆ, – "ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು," ಎಂಬ ಉದ್ದೇಶವಷ್ಟೇ ಆಗಬಹುದು. ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ – "ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು". ಅಷ್ಟೇ ಸಾಕು. ಋಷಿಗಳು, ಮಿತಿಯನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗಿ ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀವು ತಿಳಿಯಬಾರದೆಂದು ಅಥವಾ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಾರದೆಂದು ನಾನು ನಿಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಹೇಗೆ ಅನುಕೂಲಕರವಾಗಿರುತ್ತದೋ ಹಾಗೆ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ವಾರ್ತಾಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ಓದಬಾರದೆಂದು, ಅಥವಾ ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣವನ್ನು ಓದಬಾರದೆಂದು ನಿಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ನಾನು ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ಋಷಿಗಳು ಕೊಟ್ಟ ಎಲ್ಲ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀವು ತಿಳಿದಿದ್ದರೆ ಉತ್ತಮ. ನೀವು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದರೆ ನಿಮಗೆ ಇದನ್ನು ಮಾಡಲಾಗದಿದ್ದರೆ, ಕನಿಷ್ಠ ಪಕ್ಷ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುವ ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು ಮಾಡಿ. ಕನಿಷ್ಠ ಇಷ್ಟನ್ನಾದರೂ ನೀವು ಮಾಡಬೇಕು.

"ನಾವು ಯಾರು. ನಾವು ಏಕೆ ಇಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ? ನಮ್ಮ ಗುರಿ ಏನು?" ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ನಮಗೆ ನಾವೇ ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಮಗೆ ಬಹಳ ಸಲ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಮೂರನ್ನೂ ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಕೊನೆಯ ಪಕ್ಷ ನಾವು ಯಾರು ಎಂದು ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ನಾವು ಯಾವ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ವ್ಯರ್ಥವಾಗಿ ಕಾಲಹರಣ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೋ ಆ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ನಾವು ಕಾಲಹರಣ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಈ ದೇಹಗಳಲ್ಲ, ನಾವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ರೀತಿಯ ಜನರು ನಾವಲ್ಲ. ನಾವು ಆತ್ಮಗಳು. ನಾವು ಋಷಿಗಳು. ನಾವು ಈ ಸತ್ಯಗಳ, ಜ್ಞಾನೋದಯದ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ–ವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಮರ್ಥರಾಗಿರುವುದು ಅಲ್ಲದೆ ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಕೂಡ ಈ ಸತ್ಯಗಳ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಮಹತ್ತರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಮಹತ್ತರ ಗುಣಗಳಿವೆ. ಹೇಗೋ, ನಾವು ಅದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅಸಹಾಯಕ ಜನರೆಂದು ಅಥವಾ ನಿಷ್ಪ್ರಯೋಜಕರೆಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಹಾಗೆ ಅಲ್ಲ. ನಾವು ಬೆಳಕು, ನಾವು ದೇವರು. ಇದನ್ನು ನಾವು ನಮ್ಮ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರ ಅರಿವೊಂದೇ ಬಹು ದೊಡ್ಡ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತದೆ, ನನ್ನನ್ನು ನಂಬಿ. ನೀವು ಇದನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕೆಂಬ ಉದ್ದೇಶ ಮತ್ತು ನಿಜವಾದ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಡುವೆ, ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಆಸೆ ಮತ್ತು ನಿಜವಾದ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಡುವೆ, ಅಂತರವಿದೆ. ಈ ಅಂತರವನ್ನು ಹೇಗೆ ತುಂಬಿಸಬೇಕು? ನಮಗೆ ಈ ದಿನ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಇರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ನಮಗೆ ಹೇಗೋ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಏಕೆ ಈ ಅಂತರ ಇರುತ್ತದೆ? ಮತ್ತು ಈ ಅಂತರವನ್ನು ನಾವು ಹೇಗೆ ತುಂಬಬಹುದು? ಇದನ್ನು ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಮಾತ್ರವೇ ತುಂಬಬಹುದೆಂದು ನನಗೆ ಅರಿವಾಗಿದೆ. ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕು – ಭೌತಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಅಥವಾ ಬೌದ್ಧಿಕ. ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ದೇಹವನ್ನು ಅದರ ಇಚ್ಛೆಯ ವಿರುದ್ಧ ಎಳೆಯಿರಿ, ಅದನ್ನು ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳಿ. ದೇಹವು ಯಾವಾಗಲೂ ವಿರೋಧಿಸುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಒತ್ತಾಯಿಸಿ. ನಾವು ದೇಹಕ್ಕೆ ಆಜ್ಞೆಯನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು. ಅರಿವಿರಲಿ, ಈ ದೇಹ ನೀವಲ್ಲ. ನೀವು ಆತ್ಮ. ಈ ದೇಹ ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಅಧೀನತೆಯ ಘಟಕ. ಹಾಗಾಗಿ, ದೇಹದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಈ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಿ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ಬಳಿಕ ಮನಸ್ಸು ಕೂಡ ಸೇರುತ್ತದೆ; ಬುದ್ಧಿ ಕೂಡ ಸೇರುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನವು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಗುತ್ತದೆ. ದೇಹವು ಮೊದಲನೆಯ ಬಾರಿ ಪ್ರತಿಭಟಿಸಬಹುದು, ಮೊದಲನೆಯ ದಿನ, ಮೊದಲನೆಯ ವಾರ. ಆದರೆ ಅದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಿಡಬೇಡಿ. ನೀವು ಈ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಮಾಡಬಹುದು. ಮನಸ್ಸು ಅಂದರೆ ಅನಿಸಿಕೆಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು. ನೀವು ಭಾವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ, "ಹೌದು, ನಾನು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು". ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕೆಂಬ ಒಂದು ಬಲವಾದ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ದಿನ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಈ ಬಲವಾದ ಆಲೋಚನೆ ಇದೆ, ಅದನ್ನು ಮಾರನೆಯ ದಿವಸ ಕೂಡ ಬಲಪಡಿಸಿ. ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿ, ಈ ಎಲ್ಲ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಹೇಗೋ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ನೀವು ನೋಡುವಿರಿ.

ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಗರಿಷ್ಠಗೊಳಿಸಲು, ನಾವು ಕೂಡ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಸರಳಗೊಳಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಈಗಾಗಲೇ ಅವು ಸರಳವಾಗಿವೆ. ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಇನ್ನೂ ಸರಳಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅದರ ಮೇಲೆ ನಾವು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಮತ್ತೆ, ನಮಗೆ ಏಳು ಹಂತಗಳಿವೆ. ಚಕ್ರ ಚಾಲನೆಯ ನಂತರ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಹಂತಗಳಿವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಸರಳ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ, ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಸತ್ಯ ಯುಗದೊಳಕ್ಕೆ ಮುನ್ನಡೆದಿದ್ದೇವೆ. ಹಾಗಾಗಿ, ನಾವು ಮುನ್ನಡೆದಂತೆ, ತಂತ್ರಗಳು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತವೆ, ಹಂತಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ. 1974ಕ್ಕೆ ಮೊದಲು, ಜನರು ಪ್ರತಿ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಒಂದುವರೆ ವರ್ಷಗಳು ಅಥವಾ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯವನ್ನು ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದರು. ನನ್ನ ಗುರು ಹೇಳಿದ್ದೇನೆಂದರೆ 1974ರ ನಂತರ, ಸತ್ಯ ಯುಗ ಆರಂಭವಾದಾಗ, ಮೂಲಾಧಾರ ಚಕ್ರಕ್ಕೆ ಅವರು ಆರು ತಿಂಗಳಿಗೆ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದರು. ಈಗ ನಾವು ಕೇವಲ ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಗೆ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದೆವು. ನಾವು ಚಕ್ರ ಚಾಲನೆಯ ಹಂತವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಬಹುದು ಕೂಡ. ಆದರೆ ಈ ಹಂತಗಳ ಮೂಲಕ ಹೋಗುವುದರಿಂದ ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆಂದು ನಮಗೆ ಕಂಡು ಬಂದಿದೆ. ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ನೇರವಾಗಿ ಸಮಾಧಿ ಯೋಗದ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ, ಇವೆಲ್ಲ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ನಾವು ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಸರಳಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಹಂತಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಸಹಾಯವನ್ನು ಗರಿಷ್ಠಗೊಳಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

22-05-2022

ಋಷಿಗಳ ಈ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವ ಮೊದಲು ಗುರೂಜಿಯವರು ಅಷ್ಟೊಂದು ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು, ಅಷ್ಟೊಂದು ಯಾತನೆಯನ್ನು ಏಕೆ ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಯಿತು ಎಂದು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ನಾನು ಅಚ್ಚರಿಗೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಅದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅಗತ್ಯವಿತ್ತೇ? ಅದು ವಿಧಿಯೇ? ನನ್ನ ವಿವೇಚನೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಅದು ವಿಧಿ ಅಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅವರು ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಿತ್ತು. ಅದು ಒಂದು ವಾಸ್ತವ. ಋಷಿಗಳ ಈ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿ ಅವರು ಜನ್ಮವೆತ್ತಿದರು. ಅದು ಅವರ ಜೀವಿತದ ಉದ್ದೇಶ – ಋಷಿಗಳ ಈ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವುದು – ನಂತರ, ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಈ ಕೇಂದ್ರದ ಮೂಲಕ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಜ್ಞಾನವನ್ನು, ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಜಗತ್ತಿಗೆ ರವಾನಿಸುವುದು. ಆದರೆ, ಈ ಕಷ್ಟಗಳ ಅಗತ್ಯವಿತ್ತೇ? ಅವರು ಇದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿರಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಅವರ ವ್ಯಯಕ್ತಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಇದರ ಅಗತ್ಯ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಆಗಲೇ ಮಾಸ್ಟರ್ ಆಗಿದ್ದರು. ಅವರು ಹುಟ್ಟಿನಿಂದಲೇ ಮಾಸ್ಟರ್. ಕಷ್ಟ ಅವರಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರಲಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾದರೆ, ಇದು ಏಕೆ ಆಯಿತು? ನನ್ನ ಅನಿಸಿಕೆಯ ಪ್ರಕಾರ, ಕೆಲವೊಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಇವರೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೂಡದಿರುವುದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಇವರೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳಬಹುದಾಗಿದ್ದ ಜನರು, ಇವರ ಜೀವನೋದ್ದೇಶದೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೂಡದಿರುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರು. ಆದುದರಿಂದಲೇ, ವಿಧಿಯು ಅನೇಕ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮಂತಹ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರಿಗೆ, ಅದು ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ನಾವು ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಅದರೆ, ಅವರಂತಹ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಗೆ, ಇತರರು ಮಾಡುವ ಆಯ್ಕೆಗಳ ಮೇಲೂ ಅದು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಕೇಂದ್ರದ ಮೂಲಕ ಎಷ್ಟೊಂದು ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಅದು ಈಗಲೂ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ದಿನದಿಂದ ದಿನಕ್ಕೆ ಅದು ಶಕ್ತಿಯುತವಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಈ ಕೇಂದ್ರದ ಮೂಲಕ, ಋಷಿಗಳು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಅನೇಕ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಬಲ್ಲರು. ಅಂತಹ ಒಂದು ಚೈತನ್ಯ, ಮಹಾಕುಂಡಲಿನಿ ಚೈತನ್ಯ. ಅದೊಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಘಟನೆ. 1996ನೇ ಇಸವಿಯಲ್ಲಿ, ಯುಗಾದಿ ಹಬ್ಬದ ದಿನದಂದು ಬೆಳಗಿನ ಜಾವದಲ್ಲಿ, ಗುರೂಜಿಯವರು ಪೂಜೆ ಆರಂಭ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಅವರ ಅರಿವು ದೇವಿ ಲೋಕದೆಡೆಗೆ ಎಳೆಯಲ್ಪಟ್ಟಿತು. ಅವರು ಒಂದು ಬೃಹದಾಕಾರವಾದ ದೇವಿಯ ಆಕಾರವನ್ನು ನೋಡಿದರು. ಆಕೆಯು ಲಕ್ಷಾಂತರ ಸೂರ್ಯಗಳ ಪ್ರಕಾಶದಿಂದ ಹೊಳೆಯುತ್ತಿದ್ದಳು. ನಂತರ ಗುರೂಜಿಯವರು ವಿಸ್ತರಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಅದ್ಭುತ ವಿವೇಕ, ಅದ್ಭುತ ಜ್ಞಾನ, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಮಹಾನ್ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದರು. ಆ ನಂತರ ಅವರ ಅರಿವನ್ನು ಈ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಎಳೆಯಲಾಯಿತು ಮತ್ತು ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಅವರ ಮೂಲಕ ಹರಡುತ್ತಿದ್ದು ತಪೋನಗರವನ್ನು ತುಂಬುತ್ತಿದ್ದುದರ ಅರಿವು ಅವರಿಗಾಯಿತು. ಇಂತಹ ಘಟನೆಗಳು ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿರುವ ಜನರಿಗೆ ಎಂದಾದರೂ ತಿಳಿಯುತ್ತವೆಯೋ ಎಂಬುದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಕೇವಲ ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಅಥವಾ ತಪೋನಗರದ ಜನರಿಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ಇವು ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿಗಾಗಿ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗಾಗಿ ಇವೆ. ಬಹುಶಃ, ಭವಿಷ್ಯದ ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಘಟನೆಗಳು ದಾಖಲಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ಜನರು ಇವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಇರಲಿ, ಅವರ ಅರಿವು ಈ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬಂದಾಗ, ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಹರಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಮೂಲವು ಒಂದು ರೂಪ ಪಡೆದದ್ದನ್ನು ಅವರು ಗಮನಿಸಿದರು. ಆ ರೂಪವನ್ನು ಋಷಿಗಳು ಮಹಾಕುಂಡಲಿನಿ ಎಂದು ಹೆಸರಿಸಿದರು. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ, ಮಹಾ ಕುಂಡಲಿನಿ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಈ ಭೂಮಿಗೆ ತರಲಾಯಿತು. ನಂತರ, ಋಷಿಗಳು ಒಂದು ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟದ ಅಂಗಣವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿ ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅಲ್ಲಿ ಶೇಖರಿಸಿಟ್ಟರು. ಆದರೆ, ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಇತರರಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಇತರರಿಗೆ ಹೇಗೆ ಕಳುಹಿಸುವುದು? ಖಂಡಿತವಾಗಿ, ಗುರೂಜಿಯವರ ಮೂಲಕ ಅವುಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಬಹುದು. ಜನರು ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದಾಗ, ಚೈತನ್ಯಗಳು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿ ಅವರ ಮೂಲಕ ಜನರನ್ನು ತಲುಪುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರ ಶರೀರವು ಒಂದು ಪರಿವರ್ತಕದಂತೆ (ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಫಾರ್ಮರ್) ವರ್ತಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಅದರೆ ಋಷಿಗಳು ತಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದಲ್ಲಿ, ತಮ್ಮ ಯೋಚನಾ ವೈಖರಿಯಲ್ಲಿ, ತಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸದಾ ವಿಶಾಲವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಲಭ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಲು, ಈ ಕುಂಡಲಿನಿ ಕಟ್ಟಡವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲಾಯಿತು. ಈ ಅದ್ಭುತವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ರೂಪದಲ್ಲಿವೆ ಮತ್ತು ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಲಭ್ಯವಾಗಲು, ಒಂದು ಕಟ್ಟಡವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲಾಯಿತು. ಆ ಕಟ್ಟಡವು ಒಂದು ಪರಿವರ್ತಕದಂತೆ (ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಫಾರ್ಮರ್) ವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಸ್ಥೂಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಕಟ್ಟಡದೊಳಗೆ ಕುಳಿತು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳಲು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಜರುಗುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕಾರ್ಯದ ಹಿಂದೆಯೂ ಬಹಳಷ್ಟು ಆಲೋಚನೆಯಿರುತ್ತದೆ. ಕಟ್ಟಡವು ಚೈತನ್ಯಗಳ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಲು ಕೂಡ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಜನರು ಕಟ್ಟಡದೊಳಗೆ ತಾವು ಕುಳಿತಿರುವ ಹಾಗೆ ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಮತ್ತು ಅವರು ಅಲ್ಲಿಂದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಂತರ ಅವರ ಮೂಲಕ, ಚೈತನ್ಯಗಳು ಇತರರಿಗೆ ಹರಡುತ್ತವೆ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಸದಾ ಪಸರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತವೆ.

ಇರಲಿ, ನಾನು ಗುರೂಜಿಯವರು ಕಷ್ಟವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗಿರಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಎಂದಿಗೂ ದೂರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಗೊಣಗಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಕಹಿಭಾವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ದೈವೇಚ್ಛೆ ಎಂದು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಅವರ ಶರಣಾಗತಿ. ಅದು ಅವರ ವಿನಯತೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಅನನ್ಯವಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ರವಾನಿಸಿದರು. ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಿಸಲು, ಸಣ್ಣ ಸುಳಿವುಗಳನ್ನು, ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಚಿಕ್ಕ ಅಂಶಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿದರು. ಅಂತಹ ಒಂದು ಅಂಶ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ, “ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿ” ಎಂಬುದು. ಈ ಚಿಕ್ಕ ಅಂಶಗಳು ಸೂತ್ರಗಳಿದ್ದಂತೆ. ತಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ನಾನು ಸರಿಯಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು ಆದರೆ ಇವು ಸೂತ್ರಗಳಿದ್ದಂತೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ಇದು ಅಗಾಧವಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೆಲವೇ ಪದಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಕ್ಷೇಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲದಿರಬಹುದಾದರೂ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸುಲಭ. ನಾವು ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಸೂತ್ರವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅದರ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಕರಗತ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ನಾವು ದೇವರನ್ನು ತಲುಪಬಹುದು; ನಾವು ನಮ್ಮ ಗುರಿಯನ್ನು ತಲುಪಬಹುದು. ಇನ್ನೊಂದು ಅಂತಹ ಚಿಕ್ಕ ಅಂಶವೆಂದರೆ, “ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿರುವುದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮ”. ನಾವು ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋಗಬಹುದು ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋಗಬಹುದು. ಅಂತಹ ಇನ್ನೂ ಒಂದು ಅಂಶವೆಂದರೆ, “ನಮ್ರತೆ ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯ ಮಾಪನವಾಗಿದೆ”. ಇದು ಎಂತಹ ಅದ್ಭುತವಾದ ಅಂಶವಾಗಿದೆ! ಇದು, ನಮ್ರತೆಯೇ ಮೂರ್ತಿವೆತ್ತಂತೆ ಇದ್ದ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಂದ ಬಂದದ್ದು.

(6ನೇ ಪುಟದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆದಿದೆ)

ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕಲಿಕೆ

ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿರು – ವವರಿಗೆ ಅಂಚೆ ಮತ್ತು ಇ–ಮೇಲ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಧ್ಯಾನ ಕಲಿಸಲಾಗುವುದು. ಇಂಗ್ಲೀಷ್‌ನಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2500), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 1300) ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲಾಗುವುದು. ಭಾರತ ದೇಶದಿಂದ ಹೊರಗೆ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ವಾರ್ಷಿಕ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ಫ್ಲೀಯು ರೂ. 4500. ಈ ಫ್ಲೀನಲ್ಲಿ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕಗಳು ಸೇರಿದೆ.

ನಂತರ, ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್‌ನ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫ್ಲೀ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 2000), ಕನ್ನಡ, ಮರಾಠಿ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ (ವರ್ಷಕ್ಕೆ ರೂ. 900). ಭಾರತ ದೇಶದಿಂದ ಹೊರಗೆ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್‌ನ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫ್ಲೀಯು ರೂ. 3500. ಈ ಫ್ಲೀನಲ್ಲಿ 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

(5ನೇ ಪುಟದಿಂದ ಮುಂದುವರೆದಿದೆ)

"ಬದುಕನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸಿ" ಎಂಬುದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಸಾಕಷ್ಟು ಬಾರಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ ಅಂಶ. ಜೀವನವನ್ನು ಹೇಗೆ ಆಚರಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಗುರೂಜಿಯುವರು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿದ್ದರು. ಅವರು ಸದಾ ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿರುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಅದು ಹೇಗೋ, ಹುಣ್ಣಿಮೆಯ ದಿನದಂದು ಚಂದ್ರನನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಲು ಸಮಯ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಕೆಲಸದ ಪ್ರಯುಕ್ತ ಹೊರಗೆ ಹೋದಾಗ, ಕಾಫೀ ಶಾಪ್ ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಕಪ್ ಕಾಫೀ ಆಸ್ವಾದಿಸಲು ಅದು ಹೇಗೋ ಸಮಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದು ಹೇಗೋ ಸಂಗೀತ ಕಛೇರಿಗಳಿಗೆ ಹೋಗಲು ಸಮಯ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಸಿನೆಮಾಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಸಿನೆಮಾಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಲು ಸಮಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಜೀವನವನ್ನು ಪೂರ್ಣಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಬದುಕುತ್ತಿದ್ದರು. ಹಾಗೂ ಅವರು ಒಬ್ಬ ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ಮನುಷ್ಯರಾಗಿದ್ದರು, ಆದರೂ, ನಾವು ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿ ಆದಾಗ, ನಮಗಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯವನ್ನೂ ಮೀಸಲಿಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರಿಗಾಗಿ ಸಮಯವು ವಿಸ್ತರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೇನೋ ಅನ್ನುವ ಹಾಗೆ!

ನಾನು ಅವರ ಚೈತನ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಸದಾ ಅಚ್ಚರಿಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರವಾಸ ಮಾಡುವ ಅದೃಷ್ಟಶಾಲಿಗಳಾಗಿದ್ದೆವು. ಅವರಿಗೆ ಸಮಯವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡುವುದು ಬೇಕಿರಲಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗಲೂ ಅದು ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯಾಗಿರುತ್ತಿತ್ತು. 70ರ ಹರೆಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಅಂತಹ ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಎಂದೂ ಆಯಾಸಗೊಂಡಿದ್ದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಿಯೇ ಇಲ್ಲ! ನಾವು ಒಮ್ಮೆ ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವೊಂದಕ್ಕೆ ಮುಂಜಾನೆಯ ವಿಮಾನದಲ್ಲಿ ಹೋಗಿದ್ದು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ. ಹಿಂದಿನ ರಾತ್ರಿ ಅವರು ತಡರಾತ್ರಿಯವರೆಗೆ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಅವರು ಕೇವಲ 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನಿದ್ದೆ ಮಾಡಿದ್ದರು. ಆದರೆ, ಮುಂಬಯಿಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ವೇಳೆಯಲ್ಲಾಗಲೀ ಅಥವಾ ಬೆಂಗಳೂರಿಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರುವ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಾಗಲೀ, ಅವರ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಆಯಾಸದ ಯಾವ ಕುರುಹನ್ನೂ ನಾವು ಕಾಣಲಿಲ್ಲ! ನಾವು ಆಯಾಸಗೊಂಡವರಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದೆವು ಆದರೆ ಅವರು ಎಷ್ಟೊಂದು ಆಹ್ಲಾದಕರವಾಗಿ ಮತ್ತು ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದರು. ಖಂಡಿತವಾಗಿ, ಅವರು ಪ್ರತಿ ಒಂದು ಕ್ಷಣವನ್ನೂ ದೇವರ ಸಂಗಡ ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದುದೇ ಅವರ ಚೈತನ್ಯದ ರಹಸ್ಯವಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ನಾನು ಯೋಚಿಸಿದೆ.

ಅವರು ಸದಾ ಶಾಂತಿ, ಪ್ರೀತಿ, ಭರವಸೆ ಮತ್ತು ಜೀವ–ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿ ಆದಾಗ ನಾವು ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಅವರಿಂದ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ, ಜೀವನೋತ್ಸಾಹ ಮತ್ತು ಭರವಸೆಯನ್ನು ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆವು. ನಾವು ಒಂದು ಕಷ್ಟದ ಸಮಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಿರಬಹುದು, ಚಿಂತೆಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ್ದಿರಬಹುದು ಆದರೆ ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಭರವಸೆಯನ್ನು ಪಡೆದಿರುತ್ತಿದ್ದೆವು.

ಆ ಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನಾವು ಪುನಃ ಜೀವಿಸುವಂತಾಗಬೇಕು, ಅವರ ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವನ್ನು ನಾವು ಪುನಃ ಹೊಂದಬೇಕು. ಆ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪುವುದೇ ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆ. ನನಗೆ ನಂಬಿಕೆಯಿದೆ, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಆ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು. ಅವರು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಇದ್ದಾರೇನೋ ಎಂಬ ಅನುಭೂತಿ ಹೊಂದಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಆಗ, ನಾವು ಜಗತ್ತಿನ ಎಂತಹುದೇ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು, ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಇಲ್ಲದೆ, ಎದುರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

"ನಾನು ಅಮರ ಅವರನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿಲ್ಲ," ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದುದು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ. ಅವರು ದಿನದ 24 ಗಂಟೆಗಳೂ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುತ್ತಿದ್ದುದರಿಂದ ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಂತಹ ಒಂದು ಸಂಗತಿ ನಮಗೂ ಆಗಬಹುದೇ? ಅದು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ. ಬಹುಶಃ ಅದು ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆ.

ಈ ದಿನಗಳು ಮತ್ತು ಈ ಘಳಿಗೆಗಳು ಬಹಳ ಪವಿತ್ರವಾದುದು. ದೇವರ ದಯೆ, ಇಂತಹ ಅದೃಷ್ಟದ ಘಳಿಗೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಇದ್ದೇವೆ. ನಾನು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಇರುವವರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಈ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್‌ಅನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿರುವವರೂ ಮತ್ತು ಇದನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದೇ ಮೈಂಡ್‌ಲಿಂಕ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವವರೂ ಸಹ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಇಂತಹ ಪವಿತ್ರವಾದ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಉಪಸ್ಥಿತರಾಗಿರುವುದು ನಮ್ಮ ಅದೃಷ್ಟವೇ. ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಧ್ಯೇಯಗಳಿಗೆ ಪುನರ್ ಮುಡಿಪಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್ ಇಂದ ನಮಗೆ ಅದ್ಭುತವಾದ ಸಹಾಯ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಈ ಮಹಾನ್ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್‌ಗಳ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿರುವುದರಿಂದಲೇ ನಮ್ಮ ಅನೇಕ ಕರ್ಮಗಳು ಸುಡುತ್ತವೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನಂತರ, ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನಾವು, ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಗೆ ದೊರೆತ ಈ ಪುಶ್‌ಅನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಡದಂತೆ ನಮ್ಮಕಡೆಯಿಂದ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಮುನ್ನಡೆಯಲು ಶ್ರಮ ಹಾಕಬೇಕು ಅಥವಾ ಕನಿಷ್ಠ ನಮ್ಮ ಇಂದಿನ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಾದರೂ ಉಳಿಯಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು? ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಬೇಕು ಮತ್ತು ಜೀವನವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಜೀವಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಅದು, ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದ ಮತ್ತೊಂದು ಮಂತ್ರ. ■

ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ನೀವು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಏಕೆ ಕೊಡುತ್ತೀರಿ?

ಉ: ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಧ್ಯಾನ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಸಾಧನೆ. ಧ್ಯಾನ ನಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಆಯಾಮಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಬಾಗಿಲು.

ಪ್ರ: ಆಸನಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಗಳು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲವೇ?

ಉ: ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಇವು ಮುಖ್ಯ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಇವುಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬಿಡಬಹುದೇ?

ಉ: ಯಾವ ಹಿಂಜರಿಕೆ ಇಲ್ಲದೆ, ಬಿಟ್ಟು ಬಿಡಬಹುದು.

ಪ್ರ: ಅವುಗಳಿಂದಾಗುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಏನು ಮಾಡುವುದು?

ಉ: ನೀವು ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ತಾನಾಗಿಯೇ ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ನಾವು ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದ ಸ್ಥೂಲ ಚೈತನ್ಯಗಳಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಅಗತ್ಯವಾಗಿತ್ತು. ಈಗ ನಾವು ಮುಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಕೆಲವು ಸಮಯದ ನಂತರ, ನಾವು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಮುಂದೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸಿದಾಗ, ಧ್ಯಾನದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಕೂಡಾ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ಆಗ ನಾವು ಯಾವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ?

ಉ: ನಾವು ಏನನ್ನೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ! ಏಕೆಂದರೆ, ಆಗ ಸಾಧನೆಯ ಉದ್ದೇಶಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯೇ ನಾವಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಮತ್ತು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಆಗಲೇ ಪಡೆದುಕೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರ: ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಯಾವುದೇ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡದಿದ್ದರೂ, ಸಮಯದ ಆ ಕಾಲಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆ ಮತ್ತು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಇದರ ಅರ್ಥವೇ?

ಉ: ಹೌದು.

ಪ್ರ: ಹಾಗಾದರೇ, ನಾವು ಈಗ ಯಾವುದೇ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲವೇ?

ಉ: ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಜಾಗೃತರಾಗುವ ಅವಕಾಶವಿರುವಾಗ ನಾವು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ನಾವು ಅವಕಾಶದಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗಬಾರದು, ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ಸಮಯಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯಬಾರದು. ಈಗ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ಸಮಯಗಳಲ್ಲೂ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಮೊದಲಿಗೇ ಜಾಗೃತಗೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ, ಇತರರಿಗೆ ಅಜ್ಞಾನದ ಕತ್ತಲೆಯಿಂದ ಹೊರ ಬರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು.

ಪ್ರ: ನಾವು ಈಗ ಸಾಧನೆ ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ?

ಉ: ನಿಮ್ಮ ತಪ್ಪೇನೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಸಮಯದ ಗತಿಯೊಂದಿಗೆ ನೀವೂ ಚಲಿಸಬೇಕು. ನೀವು ಹಾಗೆ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬಲವಂತ-ದಿಂದ ಮೇಲೆತ್ತಬೇಕು. ಅದು ನಿಮಗೆ ನೋವುಂಟುಮಾಡಬಹುದು.

ಪ್ರ: ಹೇಗೆ ನೋವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ?

ಉ: ಇದನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ. ಹಿಂದಿನ ವ್ಯಾಮೋಹಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುವುದಕ್ಕೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿನ ಮೊಂಡುತನವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾನೆ ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಅದು ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ನಮಗೆ ಎದುರಾಗಬಹುದು.

ಪ್ರ: ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾವು ವ್ಯಾಮೋಹಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮಾಯ-ವಾಗುತ್ತವೆಯೇ?

ಉ: ಹೌದು. ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬರುವುದು, ನಮಗೆ ಪಾಠ ಕಲಿಸಲೆಂದೇ. ಒಮ್ಮೆ ನಾವು ಪಾಠ ಕಲಿತದ್ದೇ ಆದರೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತವೆ.

ಪ್ರ: ಇದು ತುಂಬಾ ಸರಳವಾಗಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಸತ್ಯವೇ?

ಉ: ಹೌದು. ನೀವೇ ಏಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಾರದು? ನನ್ನಿಂದ ನೀವು ಏನನ್ನೂ ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ಆದರೆ ಸಮಸ್ಯೆಯು ತಿಳಿ ಹೇಳುವ ಪಾಠ ಯಾವುದು ಎಂದು ನನಗೆ ಹೇಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ?

ಉ: ನೀವು ಜಾಗೃತರಾಗಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ತೆರೆದ ಮನಸ್ಕರಾಗಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಅಂತಃಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಆದರೆ ನಾನು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ದೃಢಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ನಿಮ್ಮ ಅಂತಃಪ್ರಜ್ಞೆ ಎಂದಿಗೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ವಿಫಲಗೊಳಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನ ನಿಮ್ಮ ಅಂತಃಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಚುರುಕಾಗಿ ಇಡುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನನಗೆ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ?

ಉ: ಆಗ ನನ್ನ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಿರಿ. ಆದರೆ ನೀವು ಈಗ ಕೇವಲ ಊಹೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ, ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ನೀವು ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಬುದ್ಧಿಜೀವಿಗಳು ವೃತ್ತಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಸುತ್ತುತ್ತಾ ಎಂದಿಗೂ ಸತ್ಯವನ್ನು ತಲುಪದಿರುವುದು ಹೀಗೆಯೇ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ, ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಒತ್ತುಕೊಡುವುದು, ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು, ಕೇವಲ ಓದುವುದು ಮತ್ತು ಮಾತನಾಡುವುದು ಅಲ್ಲ!

ಪ್ರ: ನೀವು ಈ ಎಲ್ಲ ಹಂತಗಳನ್ನು ಹಾದು ಹೋಗಿದ್ದೀರಾ?

ಉ: ಹೌದು. ನಾನು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ, ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಮತ್ತು ನಾನು ಅವುಗಳಿಂದ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಲಿತಿದ್ದೇನೆ.

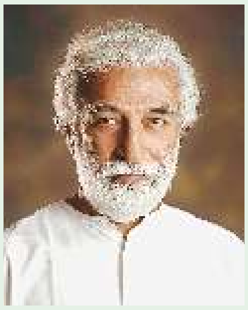
ಪ್ರ: ಹಾಗಾದರೆ, ನೀವು ಪರಿಪೂರ್ಣರಾಗಿದ್ದೀರಾ ಮತ್ತು ಮುಕ್ತರಾಗಿದ್ದೀರಾ?

ಉ: ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಮಾತನಾಡಲಾರೆ. ಆದರೆ ನಾನು ಮುಕ್ತನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ವ್ಯಾಮೋಹಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಕೋಪ, ಕಹಿಭಾವ, ಬಯಕೆ, ಅಸಂತೋಷಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಕೇವಲ ಊಹಾಪೋಹಗಳಲ್ಲಿ ಸಮಯ ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ■

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/-
आयुगुरूजी (Marathi)		100/-
ध्यान कसे करावे (Marathi)		50/-
ध्यानयोग (Marathi)		50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)		50/-
शंबला तत्त्वांचा अभ्यास (Marathi)		50/-
एका आधुनिक ऋषीचे सूक्ष्मजगातील पराक्रम (Marathi)		50/-
प्रकाशमय जीवन (Marathi)		10/-
प्रकाश (Marathi)		10/-
उच्चस्तरीय संवाद आणि इतर सत्ये (Marathi)		100/-
गुरु–शिष्य संवाद (Marathi)		60/-
ध्यान कैसे करे (Hindi)		50/-
ध्यान-योग (Hindi)		50/-
प्रकाश (Hindi)		10/-
प्रकाशमय जीवन (Hindi)		10/-
प्रकाश की ओर (Hindi)		150/-
आत्मा का अवतरण (Hindi)		50/-
தியானம் செய்வது எப்படி		50/-
ஒளியின் வாயில்கள்		200/-
தியான யோகம்		50/-
ஆத்மாவின் அவரோகணம்		50/-
நவீன ரிஷி ஒருவரின் சூஷ்ம சாகசங்கள்		50/-
சம்பலா நியமங்களின் அப்பியாசங்கள்		50/-
ధ్యానం చేయ్యడం ఎలా		50/-
కాంతికి ద్వారములు		100/-

Published: 21st of Every Month. RNI. No. KARKAN/2003/13739 Regd. Postal Regn. No. KRNA/BGE/1124/ 2020-2022
Date of posting Newsletter-25th or 27th or 29th of Every Month. Posted at Bangalore PSO, Bg-560026 No. of Pages-8



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939 - 2012)

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)

1988ರಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರಿಂದ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾದ ಈ ಸಂಸ್ಥೆ ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಮೀಸಲಾಗಿದ್ದು, ತಪೋನಗರ ಮತ್ತು ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತದೆ.

ತಪೋನಗರ

ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ದೂರದ ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ ಹಳ್ಳಿಯ ಬಳಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸಿಗಳ ಬಡಾವಣೆ. 1935ರಲ್ಲಿ ಅಮರರಿಗೆ ಇಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾಗುವ ಬೆಳಕಿನ ನಗರದ ದರ್ಶನವಾಗಿತ್ತು. ವಿಶ್ವಚೇತನ ಮಂದಿರ, ಕುಂಡಲಿನಿ ಗೋಪುರ ಮತ್ತು ತಪೋವನ ಇಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡಲು ರೂಪುಗೊಂಡಿರುವ ವಿನೂತನ ಸ್ಥಳಗಳು. ತಪೋನಗರದ ಸುತ್ತಲೂ 'ಮಾನಸಿ' ಎಂಬ ವಿಭಿನ್ನ ಚೈತನ್ಯವಲಯವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿ, ಅದರಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡಲಾಗಿದೆ.

ಅಂತರ್ ಮಾನಸ

ಮಾನಸದ ಹುಟ್ಟು ಸ್ಥಳ. ಇದು ತಪೋನಗರದಿಂದ ಒಂದು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ದೂರದಲ್ಲಿರುವ ನಾಡಗೌಡ ಗೊಲ್ಲಹಳ್ಳಿಯ ಹತ್ತಿರ ಇದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರು 1987 ರಿಂದ 1992 ರವರೆಗೆ ವಾಸಮಾಡಿದ ಒಂದು ಗುಡಿಸಲು ಮತ್ತು ಇತರೆ ಕಟ್ಟಡಗಳಿವೆ.

ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರ

ಇದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸತ್ಯಗಳ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ ಅಂತರ್ ಮಾನಸದಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ 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

ಇಷ್ಟು ದಿನ ಅದನ್ನು ಬಹಳ ಹಗುರವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಈಗ ಎಲ್ಲವೂ ಹೇಗೆ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎನ್ನುವುದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. 'ನಾನು ಇದನ್ನು ಮಾಡಿದೆ,' ಎಂದು ಹೇಳುವಂತದ್ದು ಏನೂ ಇಲ್ಲ. ದಿನನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಕೂಡ ಅಥವ ಕ್ಷಣ ಕ್ಷಣದ ಉಸಿರಾಟ ಕೂಡ ಎಷ್ಟೊಂದು ನಿಖರವಾಗಿ ತಾನಾಗಿಯೇ ನಡೆಯುತ್ತದೆ, ಅದರ ಮೂಲ ತಿಳಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲವೂ ವಿಸ್ಮಯಕಾರಿಯಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಿವೆ!

– ಶಾಂತ ಕುಮಾರಿ ಹೆಚ್.ಎಸ್.

ನಾನು ಎಲ್ಲರನ್ನು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಕೃತಜ್ಞತಾ ಭಾವವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಪ್ರತಿ ನಿತ್ಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಆದ್ಯತೆ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ಗ್ರಹಣದ ದಿನ ಮಾಡಿದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅದ್ಭುತವಾಗಿತ್ತು! ಗ್ರಹಣದ ನಂತರ, ಧ್ಯಾನದ ಕಂಪನಗಳು ಹೊರ ಸೂಸಿ, ಪ್ರಶಾಂತತೆ ಹಾಗೂ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ತಂದವು!

ಓರಿಯೆಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿ ಸಹ ಅದ್ಭುತವಾಗಿತ್ತು. ಮಾನಸ ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಎಲ್ಲ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ್ದು ಒಂದು ಸುಯೋಗ. ಪ್ರತಿ ಓರಿಯೆಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯಲ್ಲೂ, ಭಗವಾನ್ ಕಲ್ಕಿ ಇಂದ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ತಂತ್ರ ನನಗೆ ಬಹಳ ಇಷ್ಟ. ನಾನು ನನ್ನ ದಿನವನ್ನು ಶುರು ಮಾಡುವುದೇ ಈ ತಂತ್ರದಿಂದ. ಯಾವುದೇ ದರ್ಶನದ ಅನುಭವವಾಗದಿದ್ದರೂ, ಅವರ ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಚೈತನ್ಯದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಕೆಲವು ಕ್ಷಣ ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗುವುದರಿಂದ ಆ ಅನುಭವ ಅತ್ಯಂತ ಆನಂದದಾಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅನೇಕ ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಈ ಅನುಭವ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ.

ಮಾನಸ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ನಾನು ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನಲ್ಲದೆ ಮತ್ತೇನನ್ನೂ ಕೊಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

– ಶ್ರಿಯಾ ಶಂಶಾಂಕ್

ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಓರಿಯೆಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದೆ; ಭಗವಾನ್ ಕಲ್ಕಿಯಿಂದ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಎದೆಯ ಮಧ್ಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಬೆಚ್ಚನೆಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಓರಿಯೆಂಟೇಶನ್ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಜರಾದದ್ದು ಇದೇ ಮೊದಲು. ಇದೊಂದು ಆತ್ಮ ತೃಪ್ತಿ ಕೊಟ್ಟ ಅನುಭವ. ನನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣ–ದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆಯಲು ಬಹಳ ಸಹಾಯವಾಯಿತೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಅದ್ಭುತ ತರಗತಿಯನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ದೂರ ಕಲಿಕೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಟ್ಟು, ಗುರೂಜಿಯವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಂದು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಮಾನಸ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ನನ್ನ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ವಂದನೆಗಳು. ಇಂತಹ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಅನುಗ್ರಹಿಸಿದ್ದಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಪ್ರೀತಿಯ ಗುರೂಜಿ, ಅಮರ ಮಹರ್ಷಿ, ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿ, ಸಪ್ತ ಋಷಿಗಳು ಮತ್ತು ಅತ್ಯಂತ್ರ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಬೆಳಕಿಗೆ ಅನಂತಾನಂತ ವಂದನೆಗಳು.

– ಅಶುತೋಶ್ ಭಟ್.

ಈ ಮಾನಸ ಸಮುದಾಯದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿರುವುದಕ್ಕೆ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ. ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಕಲಿತು ಪರಿಪೂರ್ಣನಾಗಲು ಈ ಪಥದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನಗೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಬೆಚ್ಚನೆಯ ಚೈತನ್ಯದ ಹರಿವು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ನಾನು ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿದ್ದಾಗ ಚೈತನ್ಯದ ಚಿಲುಮೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ. ಹಾಗೂ ಪೂಜ್ಯ ಸಪ್ತ ಋಷಿಗಳ ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರ ಪ್ರೀತಿಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಬೆಳಕಿನೆಡೆಗೆ ಮತ್ತೆ ಕರೆದು ಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಿರುವ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

ನನ್ನ ಮಾತು ಹಾಗೂ ಮಾತಿನ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಕೋಪ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ ಆದರೆ ನನ್ನನ್ನು ಮತ್ತು ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ವಿಶ್ವ ಶಾಂತಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇನೆ. ಕ್ರಿಯೆ–ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಕೆಲವು ನಡವಳಿಕೆಗಳು ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿರುವುದು ನನಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದೆ.

ನನ್ನ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನಗೆ ನೋವು ಮಾಡಿದವರ ಜೊತೆಗೂ ಕೂಡಿ ಬಾಳಲಾರಂಭಿಸಿದ್ದೇನೆ

.

– ಸ್ಮಿತಾ ಶೆಟ್ಟಿ

ಫೆಬ್ರವರಿ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ನಾನು ನನ್ನ ಕಣ್ಣಿನ ಪೊರೆ ತೆಗೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಳಗಾದೆ. ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮೊದಲು ನಾನು ಗುರೂಜಿ, ಋಷಿಗಳು, ಮತ್ತು ಸಂತೋಷಿ ದೇವಿಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡೆ. ತಕ್ಷಣ ಒಂದು ಕೈ ನನ್ನ ಕಣ್ಣಿನಿಂದ ಒಂದು ತೆಳುವಾದ ಪೊರೆಯನ್ನು ತೆಗೆದದ್ದು ಕಂಡಿತು. ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲೇ ಅಂಗೈಯಿಂದ ಆ ಕಣ್ಣಿನ ಮೇಲೆ ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿತು. ಆಗ ಅದು ನನ್ನ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದಂತೆನಿಸಿತು! ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಹಗುರವೂ ತಂಪೂ ಆದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ನಾನು ಋಷಿಗಳಿಗೆ, ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷಿ ದೇವಿಗೆ ಚಿರಋಣಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಅವರೆಲ್ಲರ ಅನುಗ್ರಹ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಇದೆ.

– ಮೃದುಲಾ ಮಲ್ವಾನಿ

ನಾನು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿರಲು ಬೆಳಕು ಸದಾ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ. ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಯೋಚಿಸಿ ಮುಂದುವರೆಯಲೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಎಲ್ಲ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಬಲವನ್ನು ಈ ಬೆಳಕು ದಯಪಾಲಿಸಿದೆ.

– ದೇವದಾಸ್ ಥೋಕರ್.

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