



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.

ಗುರುಜಿ 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

ಗುರುಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು - ಜೂನ್ 2003ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಆಗೊಮ್ಮೆ ಈಗೊಮ್ಮೆ ಬರುವ ಮಳೆಯು, ಸಮೀಪಿಸುತ್ತಿರುವ ಮಳೆಗಾಲವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಶೀಘ್ರದಲ್ಲೇ ಬೇಸಿಗೆ ಮುಗಿಯುವ ಭರವಸೆ ಇದೆ. ಭಗವಂತನ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸದಾ ಭರವಸೆ, ಬದಲಾವಣೆ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ.

ಧರ್ಮವು ಮೌಲ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಎತ್ತಿ ಹಿಡಿಯುತ್ತದೆ. ಧರ್ಮ ಬೇರೆ, ರಾಜಕಾರಣ ಬೇರೆ. ಧರ್ಮವು ರಾಜಕಾರಣದಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು. ಧಾರ್ಮಿಕ ಮುಖಂಡರು ರಾಜಕೀಯದಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಧರ್ಮವನ್ನು ರಾಜಕೀಯ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ತರುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಮುಖಂಡರಿಂದ ಮೌಲ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ದುರ್ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಧರ್ಮವು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಒಬ್ಬ ಅಂತಃಪ್ರವೃತ್ತಿ ಹರಿಯುತ್ತಿದೆ. ಧಾರ್ಮಿಕ ಆಚರಣೆಗಳಿಗಿಂತ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಮುಖ್ಯ ಎಂಬ ಅರಿವು ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದೆ. ಕ್ರಮೇಣ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯು ಧರ್ಮದಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಧರ್ಮವು ಕಾಲಾನುಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಮರೆಯಾಗಿ ಕೇವಲ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಬೇಕು ಅಷ್ಟೆ. ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಪ್ರಕಾಶವು ಮುಗಿದುಹೋಗುತ್ತಿರುವ ಕಲಿಯುಗದ ಕತ್ತಲೆಯನ್ನು ದೂರಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ತನ್ನ ಹಾಸ್ಟೆಲ್ ರೂಮಿನಲ್ಲಿ ಏಸುವಿನ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದ. ಹಾಸ್ಟೆಲ್‌ನ ಉಸ್ತುವಾರಿ ವಹಿಸಿದ್ದ ಸ್ವಾಮೀಜಿಯೊಬ್ಬರು ಇದು ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್ ದೇವರ ಚಿತ್ರ ಎಂದು ತೆಗೆಸಿಹಾಕಿದ್ದರು. ತೀವ್ರವಾಗಿ ನೊಂದು ಪ್ರತಿಭಟಿಸಿದ ಹುಡುಗ ಹಾಸ್ಟೆಲನ್ನು ತೊರೆದು ದೇವರನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತ ಹಿಮಾಲಯಕ್ಕೆ ಹೋದ.

ನನಗೆ ಆ ಹುಡುಗನ ಪರಿಚಯವಿತ್ತು. ಅವನು ಧ್ಯಾನಿಯೂ ನನ್ನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೂ ಆಗಿದ್ದ. ಅವನಿಗೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ದೇವರು ಸಿಕ್ಕೇ ಸಿಗುತ್ತಾನೆ.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ನನ್ನನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಲು ಬಂದಿದ್ದರು. ಅವರು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರು. ಅವರು ಇಲ್ಲಿದ್ದ ಅಲ್ಪ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯೇ ಇಲ್ಲಿನ ಕಟ್ಟಡಗಳಲ್ಲಿನ ಹಲವಾರು ದೋಷಗಳನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸಿದರು ಹಾಗೂ ಧ್ಯಾನವೂ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವು ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಿದರು. ಈ ಸ್ಥಳ ಅಥವಾ ಮಾರ್ಗದ ಬಗ್ಗೆ ಅವರು ಒಂದೇ ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನೂ ಕೇಳದಿದ್ದು ಸೋಜಿಗವೆನಿಸಿತು!

ಇತರರ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆ ಜನರು ತುಂಬಾ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮ ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಅವರು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಶ್ರೀಮಂತರು.

ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ನೋವು ಮತ್ತು ಸಂಕಟವನ್ನು ನಾವು ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸಬೇಕು?

ನಮ್ಮಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಪರಿಹಾರವನ್ನು ದೊರಕಿಸುವುದು. ನಂತರ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು. ಧ್ಯಾನವು ಜನರಲ್ಲಿ ಅರಿವಿನ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ, ಆಗ ಜನರು ಕಷ್ಟಗಳು ಮುಂದುವರಿಯದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಋಷಿಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡವರು ದೊಡ್ಡ ತ್ಯಾಗಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಮತ್ತೆ ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಹಾಗೂ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ■



ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (೦)

ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕನುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರೋಡ್) ಬೆಂಗಳೂರು ಅರ್ಬನ್ - 560077. ಭಾರತ.

© 99000 75280 (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5)

ಇ-ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: www.lightagemasters.com



ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಗಳು

ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಭಾನುವಾರಗಳಂದು

ಬೇಸಿಕ್ ತರಗತಿ - ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 11

ರೆಗ್ಯೂಲ್ ತರಗತಿ - ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1

ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರದಲ್ಲಿ

ಮಂಗಳವಾರಗಳು (ಸಂಜೆ 7 ರಿಂದ 8)

ಶ್ರೀ ಅರಬಿಂದೋ 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)

ಇಂಡಿಯನ್ 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 11 ರಿಂದ 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.

ಡೋಲ್‌ವೇಸ್ (ಇಂಗ್ಲಿಷ್)/ತಪೋವಾಣಿ (ಕನ್ನಡ)
ಪ್ರಕಾಶ್‌ಮಾರ್ಗ್ (ಮಾಠಿ)
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.



12ನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ ದಿನದ ಯಶಸ್ಸನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಮಾರ್ಚ್ 13, 2022ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನೆರೆದಿದ್ದರು.

ಸುದ್ದಿ-ಸೂಚನೆಗಳು

- ಗುರೂಜಿಯವರ 83ನೇ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವನ್ನು 22-05-2022 ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಸಾಧಕರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಮೇ 21ರ ಒಳಗೆ ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ಓರಿಯಂಟೇಷನ್ ತರಗತಿಯು ಮೇ 4, 2022ರಂದು ಬುಧವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1 ರವರೆಗೆ ನಡೆಯಲಿದೆ. ಈ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು, ಮಾನಸ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನೋಂದಾಯಿಸಲು ಕೊನೆಯ ದಿನಾಂಕ ಮೇ 2, 2022. ಈ ಓರಿಯಂಟೇಷನ್ ತರಗತಿಗೆ ಆಫ್‌ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಆನ್‌ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮದೇ ಸ್ವಂತ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದ ಹಾಜರಾಗುವ ಆಯ್ಕೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗಿದೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ದಯವಿಟ್ಟು ತಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ನಮಗೆ ತಿಳಿಸಬೇಕು.
- ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಕಾರ್ಯ-ಕರ್ತರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಮರು-ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಬಯಸುವ ಹೊಸ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ-ಗಳು ಕೂಡ ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಶ್ರೀ ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ ಅವರಲ್ಲಿ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಹೀಲಿಂಗ್ ಗ್ರೂಪ್‌ನ ಸದಸ್ಯರುಗಳು ಸಹ ಹೀಲಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆಯಲು ಬಯಸುವುದಾದರೆ ತಮ್ಮ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಮರು-ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕೋರುತ್ತೇವೆ. ಈ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಬಯಸುವ ಹೊಸ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕೂಡ ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಶ್ರೀ ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ ಅವರಲ್ಲಿ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ■

ಮೇ 1 ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 0.15 ರಿಂದ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 4.08 ರವರೆಗೆ ಸೂರ್ಯ ಗ್ರಹಣವಿದೆ ಮತ್ತು ಮೇ 16 ರಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7.02 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.21 ರವರೆಗೆ ಚಂದ್ರ ಗ್ರಹಣವಿದೆ. ದಯವಿಟ್ಟು ಈ ಗ್ರಹಣ ಕಾಲದ ಪೂರ್ತಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

01	ಭಾನು	ಸೂರ್ಯ ಗ್ರಹಣ: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 0.15 - 4.08
03	ಮಂಗಳ	ಅಕ್ಷಯ ತೃತೀಯ
09	ಸೋಮ	ಶುಕ್ಲ ಅಷ್ಟಮಿ
11	ಬುಧ	ಶುಕ್ಲ ದಶಮಿ
16	ಸೋಮ	ಬುದ್ಧ ಪೂರ್ಣಿಮೆ ಚಂದ್ರ ಗ್ರಹಣ: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7.02 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.21.
18	ಬುಧ	ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವ
22	ಭಾನು	ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವ ಸಮಾರಂಭ
23	ಸೋಮ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
28	ಶನಿ	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
30	ಸೋಮ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳಂದು: ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು:

	ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12
	ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್:
	ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1
08-05-2022	ಶಂಬಲ ಗ್ರೂಪ್ ಸಭೆ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2 ಗಂಟೆಗೆ
15-05-2022	ರಾ ಗ್ರೂಪ್ ಸಭೆ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2 ಗಂಟೆಗೆ
22-05-2022	ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವ ಸಮಾರಂಭ
29-05-2022	ಅಖಂಡ ಧ್ಯಾನ (ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್): ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1

ಗುರೂಜಿಯವರ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

22-05-2022, ಭಾನುವಾರ

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ಕ್ಕೆ	ಸ್ವಾಗತ ಮಾತುಗಳು ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.30ಕ್ಕೆ	ಪ್ರಸಾದ

ಮಾಸ್ಟರ್‌ರವರ ಕನಸು

ಸುಜಾತ ರಾಮ್ ರಾವ್

ಗುರೂಜಿ

ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್
ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

ಗುರೂಜಿಯವರು ಒಬ್ಬ ಋಷಿ, ಒಬ್ಬ ಲೈಟ್ ಮಾಸ್ಟರ್ ಆಗಿದ್ದರು. ಪುರಾಣದ ಋಷಿಗಳು ನಮ್ಮ ಜೀವನಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸ್ತವವಾಗಿದ್ದರು. ಅಮರರವರ ಕನಸುಗಳನ್ನು ಈಡೇರಿಸಲು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಇದ್ದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಅವರ ದೃಢವಾದ ಸಮರ್ಪಣಾ ಭಾವ ಆದರ್ಶಪ್ರಾಯವಾಗಿತ್ತು; ದೇವರು, ಬೆಳಕಿನ ಜೀವಿಗಳು, ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ತಪೋನಗರಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಅದು ದಿವ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ನಿವಾಸವಾಯಿತು. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅವರು ಮಾಡಿದ ಕೆಲಸಗಳು, ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನ ಶಂಬಲವು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅವರು ದಿವ್ಯ ಲೋಕಗಳಿಂದ ಕೆಳಗೆ ತಂದ ಚೈತನ್ಯಗಳು, ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳು ನಮ್ಮ ಬೌದ್ಧಿಕ ಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನು ಮೀರಿವೆ ಹಾಗೂ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯರಿಂದ ಅಂದಾಜು ಮಾಡಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅವರು ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತಿದ್ದರು.

ಗುರೂಜಿ, ವಿಮೋಚಕರು ಹಾಗೂ ಪರಿವರ್ತಕರಾಗಿದ್ದರು. ಅನ್ವೇಷಕರ ಮೇಲಿದ್ದ ಅವರ ಷರತ್ತುಗಳಿಲ್ಲದ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಳೆಯಲಾಗದು. ಸವಾಲುಗಳಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಜನರು ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಭರವಸೆಗಳನ್ನು ಪಡೆದು ಇದನ್ನು ಗುರೂಜಿಯವರ ಸರ್ವವ್ಯಾಪ್ತಿ ಹಾಗೂ ಅವರ ಅನುಗ್ರಹವೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಪ್ರೀತಿಯ ಪ್ರತಿರೂಪವಾಗಿದ್ದರು. ಗುರೂಜಿ ಎಲ್ಲ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತಿದ್ದರು - ಚಿಕ್ಕವರು ಹಾಗೂ ವಯಸ್ಸಾದವರು. ಅವರು ಜನರಿಗೆ ಆಂತರಿಕ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಲು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರ ಮೂಲಸ್ಥಾನವಾದ ದೇವರ ಬಳಿ ಹೋಗಲು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯು ಆ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಚೈತನ್ಯದಿಂದ ತುಂಬುತ್ತಿತ್ತು. ಹಾಗೂ ಅವರ ಜೀವದುಂಬಿದ ಮತ್ತು ಹಾಸ್ಯಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮಾತುಗಳು ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕವಾಗಿಸುತ್ತಿತ್ತು.

ಸದ್ದಿಲ್ಲದ ಕ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ತರಲು ಅವರು 'ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್' ತಂತ್ರವನ್ನು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಪರಿಚಯಿಸಿದರು. ಒಂದು ಬೀಜವನ್ನು ಬಿತ್ತಿ ಅದಕ್ಕೆ ನೀರು ಹಾಕಿದಾಗ ಅದು ಒಂದು ಹೊಸ ಗಿಡವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ, ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಬೆಳೆಸಿದಾಗ ಶಾಂತಿಯಿಂದ, ಋಷಿಯಿಂದ ಹಾಗೂ ತೃಪ್ತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿದ ಒಂದು ಹೊಸಯುಗ (ಸತ್ಯಯುಗ) ಜನಿಸುತ್ತದೆ. ಸತ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿ ಆಧಾರಿತವಾದ ಇಂತಹ ಹೊಸ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಲು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಒಂದು ಬೆಂಬಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದೇ ಗುರೂಜಿ ಮತ್ತು ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಕನಸು.

ನಾವು ಈ ಭೂಮಿಯ ನಾಗರಿಕರಾಗಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬೇಕು. ಋಷಿಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ನಾವು ಚಾನಲ್‌ಗಳಾಗುವ ಈ ಅದ್ಭುತ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಲೈಟ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ನಮಗೆ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ಡೇರ್ ಏಂಜಲ್ಸ್ ಆಗುವುದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಜವಾಬ್ದಾರಿ. ■

ಗುರೂಜಿ ಮಹಾನ್ ಋಷಿಗಳಾಗಿದ್ದರು, ಅವರ ಉನ್ನತ ಆತ್ಮವು ಸತ್ಯಲೋಕದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ನಿರ್ಬಂಧವಿಲ್ಲದ ದೈವೀ ಪ್ರೀತಿ ಹೇಗಿತ್ತೆಂದರೆ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಕಲಿಯುವುದಿಲ್ಲದ ಸತ್ಯಯುಗದವರೆಗಿನ ಪರಿವರ್ತನಾ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗಾಗಿ ಕರೆಕೊಟ್ಟಾಗ, ಅವರು ಸ್ವಇಚ್ಛೆಯಿಂದ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಮುಂದೆ ಬಂದರು. ಅವರನ್ನು ವಿಶೇಷವಾದ ಭೂಮಿಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಲಾಯಿತು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸಕ್ಕೆಂದು 5000 ವರ್ಷ ತರಬೇತಿ ನೀಡಲಾಯಿತು. ತಮ್ಮ ನಿಯೋಜನೆ (assignment) ಪೂರೈಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಅವರು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾನವರಂತೆ ಹುಟ್ಟಿದರು ಮತ್ತು ಮಾನವ ಜೀವನದ ವೇದನೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರು. ಬಹುಶಃ ತಾವು ಬದುಕುವ ರೀತಿಯು ನಮಗೆ ಉದಾಹರಣೆಯಂತಾಗಬೇಕೆಂದು ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಮಾನವ ಜೀವನದ ಪ್ರತಿ ನಿತ್ಯದ ಹೋರಾಟಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಅವರು ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸಿದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅನುಭವವು ನಮಗೆ ಪಾಠಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಅವರು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದಾಗ ಅವರಿಗೆ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಕಷ್ಟಗಳಿದ್ದವು, ಆರ್ಥಿಕ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿದ್ದವು. ಕಷ್ಟಗಳ ಹೊರೆ ಎಷ್ಟಿತ್ತೆಂದರೆ ಒಂದು ದಿನ ಅವರು ಅಮರ ಮಹರ್ಷಿಯವರಿಗೆ ತಾನು ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದಿರುವುದಾಗಿ ಹೇಳಿದರು. ಋಷಿಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ನಂತರವೂ ಅವರು ಕಠಿಣ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗಿತ್ತು.

ತಮ್ಮ ಗುರುವಿನಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳಲ್ಲಿ ಅವರಲ್ಲಿದ್ದ ದೃಢ ನಂಬಿಕೆಯ ಬಲದಿಂದ ಎಲ್ಲ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಜಯಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಋಷಿಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಏರಿದರು. ಅವರ ಜೀವನವು ಸರಳತೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿತ್ತು. ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸಲು ಅವರು ತಪೋನಗರವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು, ಮತ್ತು ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿದರು. ಊರ್ಧ್ವ ಲೋಕಗಳಿಂದ ಕೆಳಗೆ ತಂದ ಹೊಸ ಮತ್ತು ವಿರೂಪಗೋಳಸದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತಪೋನಗರದ ಕಟ್ಟಡದ ಗೋಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಸಾಧಕ ಇದನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಂಡಿರುವ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸಾಧಕನೊಬ್ಬನು ಎಲ್ಲಿಂದ ಬೇಕಾದರೂ ಅವುಗಳಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಳ್ಳುವಷ್ಟಿರಲೇ ಅವುಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಋಷಿಗಳು ಕೆಳಗೆ ತಂದಾಗಲೆಲ್ಲ, ಈ ಭೂಮಿಯ ಜನರ ಪರವಾಗಿ ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಗುರೂಜಿಯವರು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರು ಮತ್ತು ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಿಯಮದ ಪ್ರಕಾರ ಬರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಅವರು ಸ್ವಇಚ್ಛೆಯಿಂದ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದರು.

ಅವರು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾಗ, ಅವರ ಬಳಿ ಯಾರೇ ಬಂದರೂ ಅವರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮತ್ತು ಲೌಕಿಕ ವಿಭಾಗಗಳೆರಡರಲ್ಲೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಈಗಲೂ ನಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ ಬೆಳಕಾಗಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ■

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.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 ನೆನಪು, 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(ಮುಂದುವರೆದಿದ್ದು)

ಇಡೀ ಜಗತ್ತೇ ನಮ್ಮ ಆಶ್ರಮ. ಅಮರರವರು ಹೇಳಿದ್ದು ಅದನ್ನೇ. ಅವರು ಹಾಗೆಯೇ ಮಾತಿನ ಮಧ್ಯೆ ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು.



ಸರಾಗವಾದ ಸಾಧನೆಗೆ, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಕಷ್ಟಗಳಿಲ್ಲದೆ ಮುಂದೆ ಹೋಗಲು, ವಿಶ್ವ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದೇ ಪ್ರಮಾಣ(affirmation). ನಾವು ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಲು ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕು. ನೀವು ತುಂಬಾ ಪ್ರಯಾಣಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಕೇವಲ ಉದ್ದೇಶ ಸಾಕು, ದೇವರು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಒದಗಿಸುತ್ತಾನೆ. ಜಗತ್ತೇ ದೇವರು.

ಬೇರೆ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ತಯಾರಾಗೋಣ. ಈ ಅಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಬೇಕು. ನಾನು ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ.



ಮೊದಲನೇ ಗುರಿಯ ನಂತರ, ನಾವು ಗುರಿಯನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ವಿಶ್ರಾಮ ಪಡೆಯಲು, ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಹೊರಬರಲು ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿರಬಹುದು. ಮನಸ್ಸಿನ ಶಾಂತಿಗಾಗಿ ಬಹುತೇಕ ಜನ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಾರಂಭಕ್ಕೆ ಅದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಅದು ನಮ್ಮ ಮೊದಲನೆಯ ಗುರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಬಂದಾಗ, ನಮಗೆ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ, “ಓ ದೇವರೇ! ಎಷ್ಟೊಂದು ವಿಷಯಗಳಿವೆ! ನಾವು ಸಾಧಿಸಬೇಕಾದ್ದು ಎಷ್ಟೊಂದು ಇದೆ.” ಆದ್ದರಿಂದ, ಈ ಗುರಿ ವಿಸ್ತಾರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನೀವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಗುರಿಯನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಬೇಕು. ನೀವು ಗುರಿಯನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಿಕೊಂಡು ಮುಂದೆ ಹೋದರೆ, ನಿಮಗೆ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ, “ಓ ದೇವರೇ! ಇದು ಬಾನಂಚಿನ ತರ ಇದೆ.” ನೀವು ಮುಂದೆ ಹೋದಂತೆ, ಬಾನಂಚು ಕೂಡ ಮುಂದೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದಂತೆ, ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಉನ್ನತವಾದ ಗುರಿಗಳು ಇವೆ ಎಂಬ ಅರಿವು ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಈ ವಾಸ್ತವವನ್ನು ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅರಿಯಬೇಕು ಮತ್ತು ಈ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗಬೇಕು.



ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ? ಒಂದು, ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಅದರ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಮೂಲಕ. ನಾವು ನರಳುತ್ತೇವೆ ಅಥವಾ ಸಂತೋಷಪಡುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಕರ್ಮದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಎರಡನೆಯದು, ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಿ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಾವು ಧ್ಯಾನದಿಂದ ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟುಹಾಕಬಹುದು. ಇನ್ನೊಂದು ಮಾರ್ಗ ಇದೆ. ಋಷಿಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಅನುಕಂಪವುಳ್ಳವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ದೊಡ್ಡ ಕರ್ಮದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸಲು ನಮಗೆ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಬೇರೆ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಮುಕ್ತಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಅವರು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ತಮಗೆ ದುಃಸ್ವಪ್ನವಾಯಿತೆಂದು ಮತ್ತು ಸುಮಾರು ದಿನಗಳಿಂದ ಅವರು ಭಯದಿಂದ ನಡುಗುತ್ತಿದ್ದರೆಂದು ನನಗೆ ಬರೆದಿದ್ದರು. ಅವರ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಕರ್ಮ ಕಳೆಯಿತೆಂದು ನಾನು ಆಕೆಗೆ ಹೇಳಿದೆ. ದೇವರು ಕೆಟ್ಟ ಅನುಭವದ ಮೂಲಕ ಅದನ್ನು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಿದರು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ತುಂಬಾ ನೋವಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ, ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಯಾತನೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅವುಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿ ಹೋದಂತೆ. ಕರ್ಮವೊಂದು ಕಳೆಯುತ್ತದೆ. ನೀವು ಅದನ್ನು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಋಷಿಗಳ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದರೆ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತಿತ್ತು. ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ಈ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯವನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಅಮರರವರ ಹೇಳಿಕೆಗಳನ್ನು ನಿಮಗೆ ಜ್ಞಾಪಿಸುತ್ತೇನೆ. ಒಮ್ಮೆ ದೇವಿ ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿಯು ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಅಮರರವರು ದೇವಿಯನ್ನು ಪೂಜಿಸಿದರು. ಅವರು ಸ್ವಲ್ಪ ದುಃಖಿತರಾಗಿದ್ದರು. ಇವು ದೈವಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ನಾವು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಪದಗಳಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅದು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅಮರರವರು ಅವರನ್ನು ಕೇಳಿದರು, “ನಿಮಗೆ ಏಕೆ ದುಃಖವಾಗಿದೆ?” ಅವರು ಹೇಳಿದರು, “ನಾನು ಎಷ್ಟೊಂದು ಜನರಿಗೆ ಕೊಡಬೇಕೆಂದು ಆಶಿಸುತ್ತೇನೆ, ಆದರೆ ನಾನು ಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಅವರಿಗೆ ಹೇಗೆ ಕೇಳಬೇಕೆಂದು ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಒಂದು ನಿಯಮ ಇದೆ. ನಾನು ಬರೀ ಭೌತಿಕ ಲಾಭಗಳನ್ನು ಕೊಡಲಾರೆ. ಜನರು ಆ ಲೌಕಿಕ ಭಾಗದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರತಿರೋಧವನ್ನು ಕೂಡ ಕೇಳಬೇಕು”. ನಾವು ದೇವಿ ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿಯೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ, ನಾವು ಬರಿ ಹಣ, ಸಂಪತ್ತು ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ನೀವು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲ, ಭೌತಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳೆರಡಕ್ಕೂ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ.

ನವೆಂಬರ್ 2006

ಎಷ್ಟು ಸತ್ಯವಾಗಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ, “ನಿಮಗೆ ಸಿದ್ಧಿಗಳು ಏಕೆ ಬೇಕು?” ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ, ಈ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ - ಸಿದ್ಧಿಗಳು, ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು. ನೀರಿನ ಮೇಲೆ ಒಬ್ಬರು ನಡೆಯಬಹುದು, ಎಷ್ಟೊಂದು ಮಾಡಬಹುದು ಆದರೆ ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬರು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದೇ ಸಾಕು. ಪರಿಶುದ್ಧತೆಗೆ ಅದರದೇ ಆದ ಸ್ವಂತ ಶಕ್ತಿ ಇದೆ. ಒಳ್ಳೆತನವಿದ್ದರೆ ಸಾಕು. ಆಗ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಸಿದ್ಧಿಗಳು ಇರುತ್ತವೆ, ಏಕೆಂದರೆ

ದೇವರು ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಇದೇ ಸಾಧನೆಯ ಸಾರ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ನನ್ನ ಗುರುವಿನಂತಹ ಮಹಾನ್ ಮಾಸ್ತರ್‌ಗಳು, ಸಿದ್ಧಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ನನಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಗುರು ಮಾತ್ರವೇ ಬಹುಶಃ ಮಹಾನ್ ಶಕ್ತಿವುಳ್ಳವರಾಗಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯವುಳ್ಳವರಾಗಿದ್ದರು. ಒಂದು ಸರಳವಾದ ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತೇನೆ - “ಅವರು ಇಪ್ಪತ್ತು ಬೇರೆ ಜಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಬೇರೆ ಗ್ಯಾಲಕ್ಸಿಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ಅಲ್ಲಿಂದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತರಬಲ್ಲವರಾಗಿದ್ದರು.” ನೀವು ‘ಆಧುನಿಕ ಋಷಿಯೊಬ್ಬರ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಸಾಹಸಗಳು’ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದಿದಾಗ, ನೀವು ಅವರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಅರಿಯುತ್ತೀರಿ. ಆದರೆ ಅವರು ಸಿದ್ಧಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವತ್ತೂ ಮಾತನಾಡಿಲ್ಲ; ನಮಗೆ ಸಿದ್ಧಿಗಳ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗುವ ಯಾವುದನ್ನು ಅವರು ಕಲಿಸಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಯೋಗ್ಯವಾಗಿ, ಒಳ್ಳೆ ಮನುಷ್ಯರಾಗಿ ಬದುಕುವುದನ್ನು ಅವರು ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿದರು. ಪ್ರೀತಿಗೆ ಅದರದೇ ಆದ ಸ್ವಂತ ಶಕ್ತಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಸತ್ಯಕ್ಕೆ ಅದರದೇ ಆದ ಸ್ವಂತ ಶಕ್ತಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯ ಕೇಂದ್ರ ಬಿಂದುವಾಗಬೇಕು.

ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಈ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ತೀವ್ರಗೊಳಿಸಬಹುದು: ನೀವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಿ-ಬಹುದು, ನೀವು ಆನಂದವನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಬಹುದು, ನೀವು ವೈಶಾಲ್ಯತೆಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಬಹುದು, ನೀವು ವೈರಾಗ್ಯವನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಬಹುದು.

ಇದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಸಾಕು. ಹೀಗೆ ನಾವು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ತೀವ್ರಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ; ಹೆಚ್ಚು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವುದರಿಂದ ಅಲ್ಲ. ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವುದು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅದಷ್ಟೇ ಸಾಲದು.



ಹೊಸಬರೊಬ್ಬರು ಬಂದಾಗಲೆಲ್ಲಾ, ನಮ್ಮ ಗುರುಗಳು ‘ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣ’ವನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ವಿವರಿಸಲು ಅವರು ಒಂದು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ನಮಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು, “ನೀವು ‘ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣ’ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಮತ್ತೆ ಓದಿದಾಗ, ಹೊಸ ಮದುಳಿನ ಕೋಶಗಳು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ; ಅಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಉತ್ತರಗಳಿರುತ್ತವೆ”. ಅವರು ಹೇಳಿದರು, “ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಕಡಡಿದ್ದರೆ, ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣವನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಓದಿ”. ಅದು ಚಿಕ್ಕ ಪುಸ್ತಕವಾದರೂ, ಅದರಲ್ಲಿ ಉಪನಿಷತ್‌ಗಳ ಸಾರ ಇದೆ. ಈ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬಹಳ ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಸೇರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಲ್ಲದೆ, ನನ್ನ ಗುರುಗಳು ಉನ್ನತ ಲೋಕದಿಂದ ಕೆಳಗೆ ತಂದ ಅನೇಕ ವಿವರಣೆಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಇದು ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯವಾದ ಪುಸ್ತಕ. ನೀವು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅಂಶದ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನಾನು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ ದೇಶಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಸುಧಾಕರ್

27-03-2022

2020 ರಿಂದ ಮುಂದೆ ನಾವು ವಿಚಿತ್ರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಬದುಕುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಲಾಕ್‌ಡೌನ್ ಬದುಕನ್ನು ಮತ್ತು ಮನೆಯಿಂದಲೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ನಾವು ಊಹಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ, ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಈಗ ಸಹಜ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳುತ್ತಿರುವಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿದೆ, ಆದರೆ ಪ್ರಪಂಚದ ಇತರೆ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಪಿಡುಗು ಇನ್ನೂ ಜೀವಂತವಾಗಿದೆ. ಹಾಗೂ, ಪ್ರಪಂಚದ ಒಂದು ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಯುದ್ಧ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುವ ಅಪಾಯವಿದೆ. ಅದು ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ಅಶಿಸೋಣ, ಆದರೆ ಅದು ಹೆಚ್ಚಾದರೆ ಅದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ಅದು ಒಂದು ಮಹಾಯುದ್ಧಕ್ಕೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆಂದು ನಾನು ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಎಲ್ಲವೂ ಸಾಧ್ಯ. ನಾವಂತೂ ಆ ರೀತಿ ಆಗುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ಅಶಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು, ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬೇಕು. ಅದನ್ನು ನಾವು ಮಾಡೋಣ. ಜನರು ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿರುವುದನ್ನು, ಸಾಯುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನೋಡುವುದು ಹೃದಯ ವಿದ್ರಾವಕವಾಗಿದೆ. ಬಹಳ ಕಠಿಣ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ನೋಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ. ಅಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಬಹುದು. ಪ್ರಪಂಚದ ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ ನಾಯಕರು ನಮ್ಮನ್ನು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ವಿನಾಶದ ಕಡೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ನಾವು ಅಶಿಸೋಣ.

ಈ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳು ಪ್ರಳಯದ ಭಾಗವೇ? ಹೌದು, ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವಂತೆ, ಈ ರೀತಿಯ ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳು ಪ್ರಳಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಒಂದು ಭಾಗವೇ. ಪ್ರಳಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಉದ್ದೇಶವು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುವುದೇ ಆಗಿದೆ. ಈ ಯುದ್ಧದ ಹಿಂದಿರುವವರು, ಈ ದ್ವೇಷದ ಹಿಂದಿರುವವರು ಕುಸಿಯುತ್ತಾರೆಂದು ನಾವು ಅಶಿಸೋಣ. ಹಾಗೆಯೇ ಆಗಲೆಂದು ನಾನು ಅಶಿಸುತ್ತೇನೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರಳಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಅದನ್ನೇ. ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಬೆಳಕು ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಆಘಾತಕ್ಕೊಳಗಾಗಿರುವ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾಗಿ ಬೆಳಗುತ್ತದೆ.

ಡೆನ್ಮಾರ್ಕ್‌ನ ಕೆಲವು ಜನರಿಂದ ನನಗೆ ಒಂದು ಇಮೇಲ್ ಬಂದಿತು. ಅಲ್ಲಿನ ಅನೇಕ ಗುಂಪುಗಳು, ಬಹುಶಃ ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯರು, ವ್ಯಾಕ್ಸಿನೇಷನ್ ಸರಿಯಿಲ್ಲವೆಂದು ನಂಬುತ್ತಾರೆಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು.

ಅವರು ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಕೇಳಿದರು. ವ್ಯಾಕ್ಸಿನ್ ಭೌತಿಕ ದೇಹವನ್ನಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ದೇಹಗಳನ್ನೂ ತೊಂದರೆಗೀಡು ಮಾಡುತ್ತದೆಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಜನರು ಸಾಯುವಾಗ ಅನೇಕ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅವರಿಗೆ ಅನೇಕ ತೊಂದರೆಗಳಿರುತ್ತವೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನಾವಿಲ್ಲಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವುದನ್ನು ನಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿದೆ. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ವ್ಯಾಕ್ಸಿನೇಷನ್ ಆಗಿದೆ, ಅದರಿಂದ ನಮಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಆಗಿಲ್ಲವೆಂದು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ.

ನಾವು ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ಮತ್ತು ಘಟನೆಗಳನ್ನು, ವಾಸ್ತವಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದಾಗ, ಅಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ವಿಭಿನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಇರುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಬಹುದು. ಯಾವುದೇ ವಾಸ್ತವಕ್ಕೂ ವಿರುದ್ಧ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಯುದ್ಧದ ಬಗ್ಗೆಯೂ ವಿರುದ್ಧ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿವೆ. ಕೆಲವರು ಯುದ್ಧವನ್ನು ಸಮರ್ಥಿಸುತ್ತಾರೆ, ಮತ್ತು ಅನೇಕರು ಯಾವುದೇ ಯುದ್ಧವನ್ನಾದರೂ ಸಮರ್ಥಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲವೆನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ವ್ಯಾಕ್ಸಿನ್ ಬಗ್ಗೆಯೂ ವಿರುದ್ಧ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿವೆ.

ನಾನು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ನಿವೃತ್ತಿಗಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬಯಸಿದೆ. ವ್ಯಾಕ್ಸಿನೇಷನ್ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತದೆಯೇ ಇಲ್ಲವೋ, ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ಅದನ್ನು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಇಡೋಣ. ನಾನಂತೂ ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದೇನೆ. ವ್ಯಾಕ್ಸಿನ್ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆಂಬ ನಂಬಿಕೆ ನನಗಿದೆ, ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ವ್ಯಾಕ್ಸಿನೇಷನ್ ಪಡೆದಿದ್ದೇವೆ. ನನ್ನ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪಂಗಡಗಳು, ತಮ್ಮ ಅನುಯಾಯಿಗಳಿಗೆ, ವ್ಯಾಕ್ಸಿನ್ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ನಿಮಗೆ ಹಾನಿಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ಬಹಳ ವಿಚಿತ್ರವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗೂ, ಸಾವಿನ ನಂತರ ಅದು ಜನರ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ವಿಚಿತ್ರವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಆತ್ಮಗಳಾದ ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಒಂದು ಭಾಗ. ಯಾವುದೇ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಯೂ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಹಾನಿಮಾಡಲಾರದು. ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಯಾವುದೇ ಶಕ್ತಿಯೂ, ಅದು ಎಷ್ಟೇ ಶಕ್ತಿಯುತವಾಗಿದ್ದರೂ, ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯುಂಟು ಮಾಡಲಾರದು ಎಂದು ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಯು ನಮಗೆ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಹಾನಿಯುಂಟುಮಾಡಬಲ್ಲದು. ಅದನ್ನು ನಾನು ಒಪ್ಪುತ್ತೇನೆ. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಗಳಿಂದ ನಾವು ಪ್ರಭಾವಿತರಾದರೆ ಅದು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಹಾನಿಮಾಡಬಲ್ಲದು. ನಾವು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟರೆ ಮಾತ್ರ ಅದು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ

ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಲ್ಲದು, ಆದರೆ ಆತ್ಮದ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೇ ಹಾನಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡಲಾರದು. ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಕೊಡುವುದರಿಂದ ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಕೆಳಗೆ ಇಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಉಲ್ಲಾಸಗೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಇದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ವ್ಯಾಕ್ಸಿನೇಷನ್ ಪಡೆಯುವುದರ ಹಿಂದಿರುವ ಉದ್ದೇಶ ಬಹಳ ಉದಾತ್ತವಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶವೇನೆಂದರೆ ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನೂ ರಕ್ಷಿಸುವುದು. ಯಾವುದೇ ಕಾರ್ಯದ ಹಿಂದಿರುವ ಉದ್ದೇಶವು ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ಅಥವಾ ಕೆಳಗಿಳಿಯಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕೋಪ, ಕಹಿಭಾವ, ದ್ವೇಷಗಳನ್ನು ನಾವು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಅವು ನಮ್ಮ ಅವನತಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಹಾಗೂ ಪ್ರಬಲ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆ ಅಥವಾ ಪ್ರಬಲ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಬಹಳ ಕಾಲ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇರಲು ಬಿಟ್ಟರೆ ಅದು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೂಡ ಹಾನಿಗೊಳಿಸಬಹುದೆಂದೂ ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಹಾನಿಗೆ ನಾವೇ ಕಾರಣರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ, ಬಾಹ್ಯ ಶಕ್ತಿ ಅಲ್ಲ. ಆ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿಯೇ, ಈ ಜನರು ಎತ್ತಿರುವ ವಾದವನ್ನು ಒಪ್ಪುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ನಾನಂತೂ ನಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿದೆ.

ಹೇಗಾದರೂ, ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿನ ಯಾವುದೇ ವಿಷಯವಾದರೂ ಅದಕ್ಕೆ ಎರಡು ವಿರುದ್ಧ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಎರಡೂ ಬಣಗಳೂ ತಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಯೇ ಸರಿ ಎಂದು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ನಂಬುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಾವು ಇದನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕು? ಇಂತಹ ವಿರೋಧಾತ್ಮಕ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವಾಗ ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು? ನಾವು ಒಂದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬೇಕಾದಾಗ ಯಾವ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು? ಈ ತೀವ್ರ ಪ್ರಳಯದ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ, ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಪ್ರಕೃಬ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಗೊಂದಲಗಳು ಇರುವಾಗ, ನಮಗೆ ಇಂತಹ ವಿರೋಧಾತ್ಮಕ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಎದುರಾಗುತ್ತವೆ. ನನಗೆ ತಿಳಿದಂತೆ ನಾವು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಒಂದೇ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಅಂತಃಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆಯುವುದು. ನಮಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದೂ ಅದನ್ನೇ - ಅಂತಃಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆಯಿರಿ. ಅಂತಃಪ್ರಜ್ಞೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ವಿಫಲಗೊಳಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಅದು ಯಾವಾಗಲೂ ಸರಿಯಾಗಿಯೇ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ■

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 ಸೇನಾಟಗಳನ್ನೆದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. 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.

ಮಂಥನ ಮತ್ತು ತರಬೇತಿ

ಕಾರ್ತಿಕ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕರಿಗೆ ಗುರೂಜಿಯವರು, ಒಳ್ಳೆಯ ಕಾಲದ ಒಬ್ಬ ಒಡನಾಡಿ, ಹಾಗೆಯೇ ಕಷ್ಟಕಾಲದ ಒಬ್ಬ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ ಮತ್ತು ಭರವಸೆ. ನಾವು ಆರಾಮದಾಯಕ ಮತ್ತು ಅಹಿತಕರ ಹಂತಗಳ ನಡುವೆ ಚಲಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿನ ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರ ಜೀವನ ಅತೀವ ಏರು ಪೇರುಗಳನ್ನು ಕಂಡಿದೆ. ಒಂದು ಕೋನದಿಂದ ನೋಡಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಅವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃಬ್ಧತೆಯು ಅವರಿಸಿದ್ದಂತೆ ಕಂಡಿತು. ಇನ್ನೊಂದು ಕೋನದಿಂದ ನೋಡಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಆಂತರಿಕ ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯ ಕಡೆಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿತ್ತು. ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕೋನದಿಂದ ನೋಡಿದರೆ ತಾಂತ್ರಿಕ ನವೀಕರಣದ ಮೂಲಕ ಜ್ಞಾನವು ಸುಲಭವಾಗಿ ಹರಿದು ಬಂದಿತು. ಪರಿಚಿತ ಕೋನದಿಂದ ನೋಡಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ, ಕೆಲಸ ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿಡುವುದು ಭಯಪಡುವ ಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಿತ್ತು. ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ಕೋನಗಳಿವೆ. ಮಂಥನ ಮುಂದುವರಿದಿದೆ!

ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಹತ್ತಿರದಿಂದ ನೋಡಿದಾಗ, ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಕುಟುಂಬದಿಂದ, ಸ್ನೇಹಿತರಿಂದ, ಮತ್ತು ಸಮಾಜದಿಂದ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಬೇರ್ಪಡಬೇಕಾದುದರ ರುಚಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಅದು ಸಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇರಬೇಕಾಗಿದ್ದುಕೊಂಡು ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಇತ್ತು. ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಹತ್ತಿರದಿಂದ ನೋಡಿದ ಚಿತ್ರಣ ಬಹಳ ಆತಂಕಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ಅದು ಜ್ಞಾನವನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿಸುವಂತಿತ್ತು. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳು ಇನ್ನಷ್ಟು ತೀವ್ರವಾಗಿವೆ. ನಂಬಿಕೆಯ ಹಗ್ಗವನ್ನು ಹಿಡಿದು ಮುಂದುವರಿದವರಿಗೆ ಸಹಾಯವು ಅಪರಿಮಿತವಾಗಿಯೇ ಇದೆ. ಪ್ರಳಯದ ಈ ಗ್ರಹಿಸಲಾಗದ ಅಂಶಗಳು ವಿಸ್ಮಯಕಾರಿಯಾಗಿವೆ!

ಎರಡು ದಶಕಗಳ ಹಿಂದೆಯೇ, ಭವಿಷ್ಯದ ದಿನಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು, ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಪರಿವರ್ತಿತರಾಗಬೇಕೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕರಾಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆಯ ಗುರಿಗೆ ಬದ್ಧರಾಗಿರಬೇಕು. ಋಷಿಗಳಿಂದ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಲು ಇವು ಮಾನದಂಡಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರು ಋಷಿಗಳಿಂದ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದವರು. ಮತ್ತು ನಾವು ಗುರೂಜಿ ಅವರಿಂದ ತರಬೇತಿ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಋಷಿಗಳಿಂದ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ನಾವು ಈಗಾಗಲೇ ತಿಳಿದಿದ್ದೇವೆ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ನಾವು ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳಬೇಕು, ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಸಹಾಯವನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬೇಕು. ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ಪಡೆದ ಈ ತರಬೇತಿ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸುವುದು ಕೂಡ ನಮ್ಮ ಹೋರಾಟ! ನಮ್ಮಿಂದ ಬಹಳಷ್ಟು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರ ಈ ಜನ್ಮದಿಂದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮತ್ತು ಅವಕಾಶಗಳ ಮಹಾದ್ವಾರಗಳು ಮತ್ತೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿವೆ. ನಾವು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸೋಣ ಮತ್ತು ತರಬೇತಿ ಪಡೆಯೋಣ. ■

ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಶಾಶ್ವತ ಬೆಳಕು

ಆಪೂರ್ವ ದೇಶಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

“ದೇವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಅನಾವಶ್ಯಕವಾಗಿ ನರಳಲು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ದೇವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ ನಮಗೆ ಯಾವಾಗ ಕೊಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಯಾವಾಗ ಕೊಡಬಾರದೆಂದು. ನಾವು ದೇವರಿಗೆ ಶರಣಾದಾಗ, ನಾವು ನೋವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲ.” - ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ.

ನಾವು ಬಯಸಿದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಜೀವನದ ಘಟನೆಗಳು ನಡೆಯುವುದು ಅಪರೂಪ. ಯಾವುದೋ ಒಂದು ವಿಷಯ ನನಗೆ ತೊಂದರೆ ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತಿತ್ತು. ಅದನ್ನು ನನಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಒಂದು ದಿನ ನನಗೆ ನಾನೇ ಮನಸ್ಸಿನ ಈ ಹೊಯ್ಯಾಟದ ಜೊತೆಗೆ ಸೇನಾಡದೇ ಶರಣಾಗತಳಾಗಬೇಕೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿಕೊಂಡೆ. ಇದು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ನಾನು ಎಡವಿದ ಕ್ಷಣಗಳಿವೆ. ಆದರೆ ನಾನು ಶರಣಾಗತಳಾಗಿ ಕೆಲವು ಬದುಕಿನ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಗುರೂಜಿಯವರ ಕೈಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಟ್ಟಾಗಲೆಲ್ಲಾ ನನ್ನೊಳಗೆ ಅಪಾರವಾದ ಶಕ್ತಿ ಇರುವುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಹಣೆಬರಹದ ಬರಹಗಾರಳಾಗದಿರಲು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ದೇವರ ಕೈಗಳಲ್ಲೇ ಬಿಡಲು ನಾನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಈ ರೀತಿ ಮಾಡಿದಾಗ, ನನ್ನೊಳಗೆ ಸಮಾಧಾನ ಕಂಡುಕೊಂಡೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರು ತಮ್ಮ ತರಗತಿಯೊಂದರಲ್ಲಿ - ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ಇದೆ ಎಂಬ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿ ಸದಾಕಾಲ ಇರುವಂತೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿರುವಂತೆ, ನಾನು ನನ್ನೊಳಗೆ ಬೆಳಕು ಇದೆ ಎಂಬ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾಗ, ನಾನು ಕೋಪ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಡಿಮೆ ಆಗಿರುವುದು ನನಗೆ ಮನವರಿಕೆ ಆಗಿದೆ. ಈ ಹಿಂದೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಸ್ವಂದಿಸುತ್ತಿದ್ದ ರೀತಿಗಿಂತ, ಈಗ ವಿಭಿನ್ನ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಂದಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿತಿದ್ದೇನೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನಾನು ಕಠಿಣ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಆಡುವಂತಹ ಜನರೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸಬೇಕಾದಾಗ ನನಗೆ ಬಹಳ ದುಃಖವಾಯಿತು, ಆದರೂ ನಾನು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವ ಮೊದಲು, ನನ್ನೊಳಗಿನ ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕ ಪಡೆದಾಗ, ಅವರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದೇ ಇರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದೆಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸಿತು.

ಗುರೂಜಿಯವರ ಬೋಧನೆಗಳಿಂದಾಗಿ, ವರ್ತಮಾನದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಹಿಂದಿನ ನೆನಪುಗಳಿಂದ ಹೊರ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಬೆಳಕಿನ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿರುವ ಮೂಲಕ, ನಿಧಾನವಾಗಿ ನನ್ನನ್ನು ನಾನೇ ಕ್ಷಮಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಬೇರೆಯವರನ್ನೂ ಕ್ಷಮಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಜನರಿಗೆ ಬೆಳಕು ಕಳಿಸಿ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾನು ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಕಳಿಸಿದ್ದ ಜನರಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಿರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಿರುವುದನ್ನು ಸಹ ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ.

ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿಯವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯು ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತಿದೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಶಾಶ್ವತ ಬೆಳಕಾದ ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ನೋಡದೇ ಇದ್ದಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಎಷ್ಟು ಕತ್ತಲುಮಯ ಆಗಿರುತ್ತಿತ್ತು ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿದರೂ ನಾನು ನಡುಗುತ್ತೇನೆ. ■

ಪ್ರಶೋತ್ತರಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶಪಾಂಡೆ

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರೀತಿ ಹೊಂದಿರಬೇಕೆಂದು ಗುರೂಜಿ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಆದರೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಘಾಸೀಗೊಳಿಸಿದವರನ್ನು ನಾವು ಹೇಗೆ ಪ್ರೀತಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯ?

ಉ: ಇದು ಸುಲಭವಲ್ಲವೆಂದು ನಾನು ಒಪ್ಪುತ್ತೇನೆ. ಕೆಲವು ವಾರಗಳ ಹಿಂದೆ, ನಾನು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಭೇಟಿ ಆಗಿದ್ದೆ. ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ರತ್ನದಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ನನಗೆ ಹೇಳಿದರು, “ನಾನು ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಲಾರೆ. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಭಾಷಣ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಕ್ಷಮಿಸುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ನಾನು ಕ್ಷಮಿಸಲಾರೆ.” ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಾನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆ. ಕ್ಷಮಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ, ಆದರೆ ಅದು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಇದನ್ನೇ ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಕಲಿಯುತ್ತಿರುವುದು. ಅದೇ ಸತ್ಯ. ಅದು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಕ್ರಿಸ್ತರಿಗೆ ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ತನಗೆ ನೋವುಂಟು ಮಾಡಿದ ಜನರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಲು ಅವರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಮನುಷ್ಯರಾದ ನಮಗೂ ಸಹ ಅಂತಹದೇ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಇದೆ ಎಂದು ಅವರು ನಮಗೆ ತೋರಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಹೇಗಾದರೂ, ಇಂತಹದೊಂದು ಸಂದರ್ಭದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸೋಣ, ಇದರಿಂದ ನಮಗೆ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗಬಹುದು- ನಮ್ಮ ಈ ಕಡೆಯಲ್ಲಿ ನೋವುಗಳಿವೆ, ಇನ್ನೊಂದು ಕಡೆಯಲ್ಲಿ ದೇವರು ನಿಂತಿದ್ದಾನೆ, ಮತ್ತು ಒಂದು ವೇಳೆ ಅವನು “ನೀವು ಅದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬಿಡಿ. ಒಮ್ಮೆ ನೀವು ಅದನ್ನು ಬಿಟ್ಟಿದ್ದೆ ಆದರೆ, ನೀವು ನಾನು ಇರುವ ಕಡೆಗೆ ದಾಟಿ ಬರುವಿರಿ, ನೀವು ನನ್ನಲ್ಲಿಗೆ ಬರುವಿರಿ,” ಎಂದು ಹೇಳಿದರೆ ನಾವು ಏನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ? ಇದು ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವ ಆಯ್ಕೆ.

ಪ್ರ: ನಮ್ಮ ಹಂತದ (ಸ್ಟೇಜ್) ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಶಂಬಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ರಕ್ತಾ ಕವಚವನ್ನು (ಶೀಲ್ಡ್) ಬಲವರ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕೆ?

ಉ: ನಮ್ಮ ಹಂತದ ಧ್ಯಾನ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಉನ್ನತ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಆಗಲೇ ಸಿದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದಕಾರಣ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ನೇರವಾಗಿ ಶಂಬಲ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಎರಡನೆಯ ಶೀಲ್ಡ್ ಆದ ಶಂಬಲ ಶೀಲ್ಡ್‌ಅನ್ನು ಬಲವರ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಶಂಬಲ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಇರುವವರಿಗೆ ಎರಡು ಶೀಲ್ಡ್ ಗಳು ಇವೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಮೊದಲನೆಯ ಶೀಲ್ಡ್, ‘ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಲೆವೆಲ್ 1’ ದೀಕ್ಷೆ ಪಡೆದಾಗ ಋಷಿಗಳು ನೀಡಿದ ಶೀಲ್ಡ್. ಮತ್ತು ನಾವು ಶಂಬಲ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ದೀಕ್ಷೆ ಪಡೆದಾಗ, ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ವಿಶೇಷ ಶೀಲ್ಡ್‌ಅನ್ನು ಶಂಬಲ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕೋಸ್ಕರ ನಮಗೆ ಎರಡು ಶೀಲ್ಡ್‌ಗಳಿವೆ. ನಾವು ಈ ಎರಡು ಶೀಲ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು

ಚೈತನ್ಯೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದಕಾರಣ ನಮ್ಮ ಹಂತದ ಧ್ಯಾನದ ನಂತರ ಶಂಬಲ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೆ, ನಾವು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಶೀಲ್ಡ್‌ಅನ್ನು ಬಲವರ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಪ್ರ: ನಾವು ವಿಸ್ತರಿಸಿದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವಾಗ, ಆತ್ಮವು ವಿಸ್ತಾರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆಯೇ?

ಉ: ನಾವು ವಿಸ್ತರಿಸಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ಅನಿಸಿದಾಗ, ಹೌದು, ಈ ವಿಸ್ತರಣೆಯು ಆತ್ಮದಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಅರಿವು ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಈ ವಿಸ್ತರಣೆಯು ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಸಂಪೂರ್ಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆ ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ನಮಗಾಗಿ ಮಾತ್ರ, ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬಗಳಿಗಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಯೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ನಾವು ಇತರರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಆಲೋಚನೆಯಲ್ಲಿನ ವಿಸ್ತರಣೆ. ಹಾಗೆಯೇ ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳು ವಿಸ್ತಾರಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ನಾವು ಇತರರಿಗಾಗಿ ಭಾವುಕರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಇತರರಿಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಭಾವಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಂತರದಲ್ಲಿ ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇತರರಿಗಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತೇವೆ, ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ವಿಸ್ತರಣೆಯು ಆತ್ಮದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಅದು ಇಡೀ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹಂತದಲ್ಲೂ ವಿಸ್ತರಣೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಕೋಪಗೊಂಡಾಗ, ಕೋಪಗೊಳ್ಳುವುದು ಆತ್ಮವೇ?

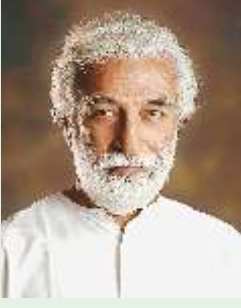
ಉ: ನಾವು ಕೋಪವನ್ನು ಭಾವನೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸು ಅನುಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಕೋಪವು ಮನಸ್ಸಿನ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಆತ್ಮವು ಕೋಪಗೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆತ್ಮವು, ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕೋಪ ಹುಟ್ಟಲು ಅಥವಾ ಕೋಪ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಆತ್ಮವು ಈ ಕೋಪದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಉನ್ನತ ಆತ್ಮವು, ಅದು ಯಾವುದೇ ಲೋಕದಲ್ಲಿದ್ದರೂ, ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆಯೇ?

ಉ: ಉನ್ನತ ಆತ್ಮವು ಯಾವುದೇ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಉನ್ನತ ಆತ್ಮವು ಅಲ್ಲಿನ ಕಾನೂನುಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಆತ್ಮದ ಆ ಲೋಕದಲ್ಲಿನ ಜೀವನ, ನಮ್ಮ ಇಲ್ಲಿನ ಜೀವನದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಉನ್ನತ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಉನ್ನತ ಆತ್ಮ ಸದಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವಂತಹ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದು ನಮಗೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿಯೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಇದು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವುದಿಲ್ಲ. ■

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 ಬಾಣಗಳು	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/-
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/-
ಗುರೂಜಿ 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/-
ಪ್ರಕಾಶವಾದ (Marathi)	150/-
ಆಯ್ಗುರೂಜಿ (Marathi)	100/-
ಧ್ಯಾನ ಕಸೆ ಕಾಶಿ (Marathi)	50/-
ಧ್ಯಾನಯೋಗ (Marathi)	50/-
आत्म्याचे पृथीवर अवतरण (Marathi)	50/-
शंबला तत्वांचा अभ्यास (Marathi)	50/-
एका आधुನिक ऋषीचे	
सूक्ष्मजगतील पराक्रम (Marathi)	50/-
प्रकाशमय जीवन (Marathi)	10/-
प्रकाश (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/-
ಶ್ರಿಯಾಣಾಂಟಿ ಸೆಸ್ಯೂಟ್ರಾ ಟ್ರಾಪಿಡ್	50/-
ಊಗಿಯಿನ್ ಲಾಯಿಲಿಗಳು	200/-
ಶ್ರಿಯಾಣಿ ಯೋಗ	50/-
ಆತ್ಮತರಂಗಿನ್ ಆವರೋಹಣಾಂಟಿ	50/-
ಠವಿನ್ ಗಿಣ್ಣಿ ಉಠವಗಿನ್ ಕ್ರೂಢಿಲ ಸಾಕಸುಕುಗು	50/-
ಸಂಪಲೂ ಠ್ರಿಯಾಣುಕುಗಿನ್ ಅಪಿಪಿಯಾಸುಕುಗು	50/-
ಧ್ಯಾನಂ ವೆರ್ಯುಡಂ ಎಲ್	50/-
ಕಾಂತಿ ದ್ವಾರಮುಲ	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. ವಿಶ್ವಜೀತನ 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 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

ನನ್ನ ಯೋಚನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಅರಿವಿದೆ. ಹೊರಗಿನ ಜನರು ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೂ, ನಾನು ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದಿರುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಹಗುರವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಸಹ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಉತ್ಸಾಹಭರಿತನಾಗಿ ಚೈತನ್ಯದಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತೇನೆ.

- ಪ್ರೇಮ್ ಆನಂದ್

ನಾನು ಸತತವಾಗಿ ಆಂತರಿಕವಾಗಿ ಸಂತೋಷದಿಂದಿದ್ದು ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರಶಾಂತಳಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿರುವ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಅತಿ ವಿರಹವಾಗಿ ಕೋಪಗೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಗುರೂಜಿ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕು ಸದಾಕಾಲ ಸ್ನೇಹಿತರಂತೆ ಇದ್ದು, ನನ್ನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾರೆ.

- ಅಣ್ಣೆ ಚಾವಮನ್

ಒಂದು ದಿನ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ದೇಹದ ಜೀವಕೋಶಗಳೆಲ್ಲಾ ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಚದುರಿ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಹಾರಾಡುತ್ತಿರುವಂತೆನಿಸಿತು.

- ನಭಾ ಬೆಲೆ

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಎಲ್ಲವೂ ಉತ್ತಮವಾಗಿದ್ದು, ಯಾವ ತೊಂದರೆಯೂ ಇಲ್ಲದೆ ನನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನನಗೆ ಮನುಕುಲದ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಹಾನುಭೂತಿ ಉಂಟಾಗಿದೆ.

- ರೋಲ್ಯಾಂಡ್ ಫಿಫಿಂಗರ್

ತೊಂದರೆಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಶಾಂತಳಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸದ ವರದಿಯನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವಾಗ ಸುಮಾರು ಸಲ ಇದನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದೇನೆ. ಪ್ರತಿ ಸಲವೂ ನಾನು ಅನುಭವಿಸುವ ಶಾಂತತೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇನೆ.

- ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ ಆರ್.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಶಾಂತತೆಯಿಂದಿದ್ದು, ಕೋಪದ ಮೇಲೆ ಹಿಡಿತ ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಹಿಂದಿನ ವರದಿಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಂತೆ ಎಲ್ಲ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ, ಅವುಗಳ ಉಪಯೋಗ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

- ರಾಜೇಶ್ ಶೇಟ್ಟಿ

ಈಗ ನಾನು ಯಾವ ವಿಷಯಕ್ಕಾದರೂ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವ ಮೊದಲು ಶಾಂತವಾಗಿದ್ದು ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲ ಸುಮ್ಮನಿರುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಪ್ರಬಲ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ತಪ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.

- ಗೌರಿ ಪಾಟೀಲ್

ಜನಗಳ ಜೊತೆ ವರ್ತಿಸುವುದರಲ್ಲಾಗಲೀ, ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವುದರಲ್ಲಾಗಲೀ ಬಹಳಷ್ಟು ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿವೆ. ಇದರಿಂದ ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ.

- ಅರ್ಪಣ ಕೊಂಗಾಟ್

ಆನಂದವನ್ನು ಹರಡುವುದು, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹರಡುವುದು, ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ, ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು - ಈ ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಜೀವನ ಸುಲಭವಾಗಿದೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ನನ್ನ ದಿನ ನಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ನನ್ನ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದ ಎಲ್ಲರೊಡನೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಸಂಬಂಧವಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯವಾಗಿದೆ. ಈ ನಿಯಮಗಳು ನಮಗೆ ದೈವೀ ಬದುಕನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತಿವೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಕನಸುಗಳನ್ನು ಈಡೇರಿಸುತ್ತಿವೆ. ಇಂತಹ ಉಡುಗೂರೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಹಾಗೂ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಷನ್‌ಗೆ ನನ್ನ ಗೌರವಾನ್ವಿತ ವಂದನೆಗಳು.

- ನಸ್ರೀನ್ ಬೇಗಂ

ಈಗ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಶರಣಾಗತಿ ಹಾಗೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವ ಗುಣ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಭಾವನೆ ಹಾಗೂ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರಾಗುತ್ತಿದ್ದು, ಒಂಟಿತನ ಹಾಗೂ ಅಭದ್ರತೆ ಕಾಡುತ್ತಿದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ತಿರುವುಗಳು ಬಂದರೂ ಅವುಗಳಿಂದ ನನಗೆ ನಷ್ಟವೆ ಆಗಿದೆ. ನನ್ನ ಅಂತರಂಗದ ಪ್ರಶಾಂತತೆ ಅತ್ಯಂತ ಬಲವಾಗಿದ್ದು, ಒಂದು ಮಾತಿಲ್ಲದೆ ಈ ಎಲ್ಲ ನಷ್ಟಗಳನ್ನು ಸಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲವೂ ದೈವೇಚ್ಛೆಯಂತೆಯೇ ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಮಯ ಬರುವವರೆಗೂ ನಾನು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕೆಂಬ ಅರಿವು ಮೂಡಿದೆ.

ಅದರೂ, ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಮಕಾಲೀನ ಘಟನೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದು, ಅವುಗಳನ್ನು ನನಗೆ ಅನುಕೂಲ ಆಗುವ ಹಾಗೆ ಬಗೆಹರಿಸುವ ವಿಶ್ವದ ವಿಧಾನದ ಅರಿವು ನನಗಿದೆ. ಆ ವಿಶ್ವ ಚೈತನ್ಯವೇ ನನ್ನನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಿ, ಸರಿಯಾದ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ಕೊಟ್ಟು ತೊಂದರೆಗಳು ನಿವಾರಣೆಯಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು ಕೂಡ ತಿಳಿಯುತ್ತಿದೆ.

- ರೆಬೋನಿ ರೇ

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ನನಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ಕಂಪನಗಳು ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕೆಲ ಸಮಯದ ನಂತರ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ಕಂಪನಗಳ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಸ್ಫೂರ್ತಿಗೊಳಿಸಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದು ಸುಲಭವಾಗಿ ಅಸಮಾಧಾನಗೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ.

- ಕುಮಾರ್ ತುಮಕೂರ್ ನಾಗೇಂದ್ರ

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ಕೆಲವು ಕ್ಷಣಗಳು ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ಹಾಗೂ ಚೈತನ್ಯದ ಅಲೆಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಈ ಅನುಭವ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಆಗುತ್ತದೆ.

- ಅಲ್‌ಸ್ಟೇರ್ ಸ್ಪೈನ್

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