ತಪೋವಾಣಿ

ಸಂಪುಟ 19 ಸಂಚಿಕೆ 10 ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2022 (Kannada Monthly) ರೂ.25

ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯದ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ (1919-1982)

ಋಷಿಗಳು ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟಂತೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಳಕು

ಈ ಎಲ್ಲ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಹಿಂದಿರುವ ಮಹಾನ್ ಶಕ್ತಿ. ಬೆಳಕು ಸಾಕ್ಷಾತ್ ದೇವರು.

ಜ್ಯೋತಿಕಾರ್ಯ

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

ಜ್ಯೋತಿಜೀವಿಗಳು

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

ಸಪ್ತಋಷಿಗಳು

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

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ

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

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

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

ಸಪ್ತಋಷಿ ಧ್ಯಾನಯೋಗ

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

ಪ್ರಮಾಣಗಳು

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

ಅನಿಸಿಕೆಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಚಂಪಾ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಫೆಬ್ರುವರಿ 1995ರ ಸಂಚಿಕೆ)

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನಾನು ಟಿವಿಯಲ್ಲಿ ಕೇಳಿದೆ: “ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸ್ಥಳಕ್ಕೂ ಒಂದು ಕನಸು ಇರುತ್ತದೆ.” ಆ ಹೇಳಿಕೆ ಹಾಗೂ ಅದರಲ್ಲಿರುವ ಸತ್ಯ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಆಳವಾದ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಿದವು. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದಾಗ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೂ ಒಂದು ಕನಸು ಇದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡೆ, ಅದು ಒಳಗೇ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಿಕೊಂಡಿರುವುದಾದರೂ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರಿಗೆ ಇದರ ಅರಿವಿಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಇದರ ಅರಿವು ಉಂಟಾದಾಗಲೂ, ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ದ್ರವೀಕರಿಸುವುದು ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೂ ನಮಗೆ ಪ್ರಮುಖ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ನೀಡಿದಾಗಲೂ ಕನಸುಗಳ ತಿಜೋರಿಯನ್ನು ತೆರೆಯಲೂ ಆಗದಷ್ಟು ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಅಂತ್ಯವಿಲ್ಲದ ಹುಡುಗಾಟಗಳಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿಬಿಡುತ್ತೇವೆ. ಕನಸುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲಾಗದಷ್ಟು ನಾವು ಕಾರ್ಯನಿರತರಾಗಿದ್ದೇವೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸ್ಥಳ, ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವೂ ಕೂಡ ದಿವ್ಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಅದನ್ನು ಪ್ರಕಟಪಡಿಸುವುದೇ ಜೀವನದ ಉದ್ದೇಶ. ಇದು ಕೇವಲ ಒಳಗಿನಿಂದ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಇತರರಿಂದಲೂ ಕೂಡ. ಅದನ್ನು ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳಲ್ಲಿ ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುವುದೇ ಸಾಧನೆಯ ಉದ್ದೇಶ. ಸಾಧನೆ ಎಂದರೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿಕಸನದ ಪ್ರಯತ್ನ ಎಂದು ತಪ್ಪಾಗಿ ಭಾವಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ವಿಕಸನವು ಎಂದಿಗೂ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಪ್ರಯತ್ನವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಜನಗಳು, ಪ್ರಕೃತಿ ಹಾಗೂ ಇಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುವ ಸೃಜನಶೀಲ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಗತವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಇತರ ಜನಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಸ್ವಾರ್ಥ ಹಾಗೂ ಸಂಕುಚಿತ ಗ್ರಹಿಕೆಗಳ ಮೇಲೆ ಬೆಳೆದ ನಮಗೆ ನಮ್ಮ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಕೂಡಲೇ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಕಲಿಯಲು ಇಷ್ಟವಿರದಿದ್ದರೂ ಮುಂಬರುವ ಸಮಯಗಳು ನಮಗೆ ಪಾಠ ಕಲಿಸುತ್ತವೆ.

ನಮ್ಮ ಜೀವನವು ಸಮಾಜ, ಪ್ರಕೃತಿ ಮತ್ತು ಸೃಷ್ಟಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿದೆ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಅರಿತು ನಮ್ಮ ದೊಡ್ಡ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ಹಾಗೂ ಇತರರಲ್ಲಿರುವ ದೈವತ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ನೆನಪಿಸಲು ಮಹಾನ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ಭೂಮಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಅದನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುವ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನೂ ಅವರು ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿದ್ದಾರೆ. ನಮ್ಮನ್ನೂ ಇತರರನ್ನೂ ಇಲ್ಲಿರುವ ಇಡೀ ಜೀವರಾಶಿಯನ್ನೂ ದೈವತ್ವಕ್ಕೇರಿಸುವ ಒಂದು ಮಾರ್ಗವಾದ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅವರು ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿದರು.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರು ನನಗೆ ಈ ರೀತಿಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ– “ನನಗೆ ಈ ಕೆಲಸ ಸಿಗುವುದೇ!” “ನಾನು ಈ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತೀರ್ಣನಾಗುವೆನೆ?” ಇತ್ಯಾದಿ. ಇವುಗಳನ್ನು ನಾನು ಉತ್ತರಿಸಲಾರೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತವೆ–“ನನಗೆ ಈ ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಯಾತನೆ ಏಕಿದೆ?” “ನನ್ನ ಸಾಧನೆ ಏಕೆ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ?” ಇತ್ಯಾದಿ. ಇವುಗಳನ್ನು ನಾನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಬಲ್ಲೆ. ಋಷಿಗಳು ಕೂಡ ಅವರ ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ದರ್ಶನಗಳು ಮತ್ತು ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ನೀಡುವ ಮೂಲಕ ನನಗೆ ನೆರವಾಗುತ್ತಾರೆ. ಋಷಿಗಳು ಅವರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಸಮಾಧಾನವನ್ನೂ ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಕೆಲವನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಪರಿಹರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಋಷಿಗಳು ಸಾಧನೆಗೆ ಮತ್ತು ಆಧಾತ್ಮೀಕರಣಕ್ಕೆ ನೆರವಾಗುತ್ತಾರೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬೆಳೆಯಲು ಸಿದ್ಧನಾದಾಗ ಎಲ್ಲ ನೆರವನ್ನೂ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಿದ್ಧಿಗಳು ಹಾಗೂ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಿರುವುದು ಉನ್ನತ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗಾಗಿ.

ನಮ್ಮ ಜನ್ಮದ ಉದ್ದೇಶವನ್ನೇ ನಾವು ಮರೆತಾಗ, ನಮಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೂ ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಹಾಗೂ ನಾವು ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ, ಎಲ್ಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೂ ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಎಲ್ಲ ನೆರವೂ ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಧ್ಯಾನವು ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಎಲ್ಲ ರೋಗಗಳಿಗೆ ರಾಮಬಾಣ. ಆದರೆ ಇದು ಅರ್ಥವಾಗುವುದು ಕೆಲವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ, ಉಳಿದವರು ತ್ವರಿತ ಪರಿಹಾರಗಳು ಮತ್ತು ಪವಾಡಗಳಿಗಾಗಿ ಬಾಹ್ಯದಲ್ಲಿ ಹುಡುಕುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೂ ಅವರ ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ದುರುಪಯೋಗಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ನೀಚ ಮಟ್ಟದ ನಿಗೂಢ ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ತಮಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗವು ಶುದ್ಧವಾದುದು ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಭರಿತವಾದುದು. ■

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.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಮಹಾ ಸಮಾಧಿ ದಿನವನ್ನು ಆಗಸ್ಟ್ 28, 2022ರಂದು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.

ಸುದ್ದಿ–ಸೂಚನೆಗಳು

- ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಮಹಾ ಸಮಾಧಿ ದಿನವನ್ನು ಆನೇಕಲ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ಮ ಸಪ್ತರ್ಷಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಆಗಸ್ಟ್ 25ರಂದು ಮತ್ತು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ಆಗಸ್ಟ್ 28ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.
- ತಮಿಳು ಅನುವಾದಿತ "Master Pupil Talks – Vol 1" ಇ–ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲಾಯಿತು.
- "Doorways to Light" ನ ಮರಾಠಿ ಅನುವಾದಿತ "ಪ್ರಕಾಶ್‌ವಾಟ್" ಮತ್ತು "ಧ್ಯಾನಯೋಗ" ದ ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದಿತ ಇ–ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲಾಯಿತು.
- 11 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2022ರಂದು ಶಂಬಲ ಗುಂಪಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಶಂಬಲ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್‌ಗಳಿಂದ ವಿಶೇಷ ದೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಪಡೆದರು.
- 18 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2022ರಂದು ರಾ ಗುಂಪಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು "ರಾ" ದ ವಿಶೇಷ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆದರು. ■

ಈ ತಿಂಗಳು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ

ಭಾನುವಾರಗಳಂದು:	ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು:
	ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12
	ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್:
	ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ರಿಂದ 1
25–10–2022:	ಸೂರ್ಯ ಗ್ರಹಣದ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2.28 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 6.32

ಅಕ್ಟೋಬರ್ 25ರಂದು ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2-28 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 6-32ರವರೆಗೆ ಸೂರ್ಯಗ್ರಹಣವಿದೆ. ದಯವಿಟ್ಟು ಈ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳು

02	ಭಾನು	ಸರಸ್ವತಿ ದೇವಿ ಪೂಜೆ
03	ಸೋಮ	ದುರ್ಗಾಷ್ಟಮಿ
04	ಮಂಗಳ	ಮಹಾನವಮಿ
		ಆಯುಧ ಪೂಜೆ
05	ಬುಧ	ವಿಜಯದಶಮಿ
09	ಭಾನು	ಪೂರ್ಣಿಮಾ
18	ಮಂಗಳ	ಕೃಷ್ಣ ಅಷ್ಟಮಿ
23	ಭಾನು	ಮಾಸ ಶಿವರಾತ್ರಿ
24	ಸೋಮ	ನರಕ ಚತುರ್ದಶಿ
		ದೀಪಾವಳಿ
		ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಪೂಜೆ
25	ಮಂಗಳ	ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ
		ಸೂರ್ಯ ಗ್ರಹಣ: ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2.28 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 6.32
26	ಬುಧ	ಬಲಿಪಾಡ್ಯಮಿ

ನವರಾತ್ರಿಯ ವಿಶೇಷ ಧ್ಯಾನದ ತಂತ್ರ

ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 26ರಿಂದ ಆರಂಭವಾಗುವ ನವರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ, ನಮಗೆ ಆದಿ ಶಕ್ತಿಯ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯ ಅನುಗ್ರಹವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಆಕೆಯಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ನಾವು ಆಕೆಯ ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವನ್ನೂ ಹೊಂದಿರಬಹುದು. ನವರಾತ್ರಿಯ ಆರಂಭದ ದಿನದಿಂದ 10 ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಈ ವಿಶೇಷ ತಂತ್ರದೊಂದಿಗೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬಹುದು – ಬೃಹದಾಕಾರವಾದ ನೀಲಿ ಬೆಳಕಿನ ಗೋಲವೊಂದನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ಗೋಲವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ. ಈ ಬೆಳಕಿನ ಗೋಲವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ, ಆದಿ ಶಕ್ತಿಯ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ಯಾವುದೇ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪುನರುಚ್ಚರಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನದ ರೆಗ್ಯುಲರ್ ಧ್ಯಾನದ ಬದಲಾಗಿ ಹತ್ತು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳಿಂದ ಬಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ವಿ

ಜುಲೈ 5, 2022 ರಂದು, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲವು ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಹೋದನಂತರ, ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮೊದಲನೆಯ ಬಾರಿಗೆ ನಾನು ಜೀವಂತವಾಗಿದ್ದೇನೆಂದೆನಿಸಿತು. ನನ್ನ ಈ ಉಸಿರು ಸಾರ್ಥಕವೆಂದೆನಿಸಿತು. ಈ ಲೈಟ್‌ಏಜ್ ಮೂವ್‌ಮೆಂಟ್‌ನಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಕ್ಕೆ ನಿಮಗೆ ಪದಗಳನ್ನು ಮೀರಿದ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಅಪಾರವಾದ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಸೋಲಾಪುರದಲ್ಲಿರುವ ಬಿರಾಜ್ದರ್ ಹಿರಿಯ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ, ನಿರ್ವಹಿಸಿದ ಎರಡೂ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರಿಗೆ ಒತ್ತಡಗಳು ಎಷ್ಟೊಂದು ಇರುತ್ತವೆಂದರೆ ಅವರು ನೇರವಾಗಿ ಮನೆಗೆ ಹೋಗಿ ಒತ್ತಡಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವವರೆಗೂ ನಿದ್ದೆಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಸೆಷನ್‌ಗಳ ನಂತರ ಅವರಿಗೆ ಹಗುರವಾಗಿತ್ತೆಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು.

ಸೋಲಾಪುರದಲ್ಲಿರುವ ಸಹಟ್ರಾರ್ಜುನ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಮೀಡಿಯಮ್ ಸ್ಕೂಲ್‌ನಲ್ಲಿ, ಇಬ್ಬರು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ತುಂಬಾ ಆಳವಾಗಿ ಹೋಗಿದ್ದರು. ಒಂದೆರಡು ಬಾರಿ ಘೋಷಿಸಿದ್ದರೂ ಅವರು ಕಣ್ಣು ತೆರೆಯಲಿಲ್ಲ. ಶಿಕ್ಷಕರು ಅವರನ್ನು ಅಲ್ಲಾಡಿಸಿ ಎಚ್ಚರಗೊಳಿಸಬೇಕಾಯಿತು. 4 ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು ನಮ್ಮ ಜೊತೆ 3 ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರು ಮತ್ತು ಅವರು ತಂತ್ರವನ್ನು ಬಹಳ ಇಷ್ಟಪಟ್ಟರು. ಚೇರ್ಮನ್ ಮಿಸ್ಟರ್ ಗುಲಾಬ್ ಬರಡ್ ಅವರು ಈ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ಬಹಳ ಇಷ್ಟಪಟ್ಟರು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ 5–7 ನಿಮಿಷಗಳು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇವೆಂದು ಭರವಸೆಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟರು.

–ನಿಖಿಲ್ ಗಾಂಧಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು

ಜೂನ್ 26ರಂದು ನಾನು ವಿಜಯವಾಡದಿಂದ ವಿಶಾಖಪಟ್ಟಣಂಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ನನಗೆ ಪರಿಚಯವಿದ್ದ ಟಿಕೆಟ್ ಪರೀಕ್ಷಕರ (TT) ಸಲಹೆಯಂತೆ, ರೈಲಿನ B2 ಬೋಗಿಯನ್ನು ನಾನು ಹತ್ತಿದೆ. ನನಗೆ ಪ್ರತ್ಯುತ್ತರ ನೀಡಬೇಕಾಗಿದ್ದ ಟಿಕೆಟ್ ಪರೀಕ್ಷಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ, ನಾನು ಒಂದು ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಟಿಕೆಟ್ ಪರೀಕ್ಷಕ ನನಗೆ ತೊಂದರೆ ಕೊಡದೆ ಇರಲಿ ಎಂದು ಮೌನವಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಾ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದೆ, ನನ್ನನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾನು ಸೀಟು ನಂಬರ್ 28ಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಟಿಕೆಟ್ ಪರೀಕ್ಷಕ ಬಂದರು ಆದರೆ ಅವರು ಏನೂ ಹೇಳಲಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಯ ನಂತರ ಸೀಟು ನಂಬರ್ 28ಅನ್ನು ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟರು! ಅದು ಪವಾಡವಾಗಿತ್ತು.

2ನೇ ಜುಲೈ ನನ್ನ ಮಗ ಮತ್ತು ಅವನ ಸ್ನೇಹಿತರು ಹೈದರಾಬಾದ್‌ನಿಂದ ವೈಝಾಗ್‌ಗೆ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿದ್ದರು ಆದರೆ ತಪ್ಪುಸಂವಹನದಿಂದ ಅವರಿಗೆ ರೈಲು ತಪ್ಪಿಹೋಯಿತು. ಅವನಿಗೆ ಚಿಂತೆಯಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ಅವರು ಇನ್ನೊಂದು ರೈಲು ಹತ್ತಲು ಹೇಗೋ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆಂದು ನನಗೆ ಹೇಳಿದ. ಸಮೂಹವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಇನ್ನೊಂದು ರೈಲು ಸಿಗಲೆಂದು ಮತ್ತು ಬರ್ತ್ ಸಿಗಲೆಂದು ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ವೈಝಾಗ್ ಸೇರಲೆಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಆದರೆ ನಾನು ನನ್ನ ಮಗನಿಗೆ ಏನೂ ಹೇಳಲಿಲ್ಲ. ಸೆಷನ್ ನಂತರ ಅವನಿಂದ ನನಗೆ ಒಂದು ಸಂದೇಶ ಬಂತು, ಆ ಸಂದೇಶದಲ್ಲಿ ಅವರು ಡ್ಯುರಾಂಟ್ ಎಕ್ಸ್‌ಪ್ರೆಸ್ ಹತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು ಮತ್ತು ಬರ್ತ್ ಕೂಡ ಸಿಕ್ಕಿದೆ ಎಂದು ಇತ್ತು. ನನಗೆ ಒತ್ತಡಗಳಿಂದ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಯಿತು. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್‌ಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

–ರೇಖ ಮಿಟ್ಟಪಲ್ಲಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ಇವತ್ತು (19–7–2022), ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿರುವ ಸ್ಟೆಲ್ಲ ಮಾರಿಸ್ ಸ್ಕೂಲ್‌ನಲ್ಲಿ ನಾವು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಿರ್ವಹಿಸಿದೆವು. ಅದು ಅದ್ಭುತ ಸಮೂಹ ಕಾರ್ಯವಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ಸೆಂಟ್ರಲ್ ಮೈಕ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮೂಲಕ ಸೆಷನ್ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಶಾಲೆಯೂ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿತು. ಸೆಷನ್ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ಇಡೀ ಶಾಲೆಯೂ ನಿಶ್ಶಬ್ದತೆಯಿಂದ ಇದ್ದಿದ್ದನ್ನು ನಾವು ಗಮನಿಸಿದೆವು. ಸೆಷನ್ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್‌ಎಮ್ ಕೂಡ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದರು.

–ಮೂರ್ತಿ ಕೆ.ಇ., ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನಾನು ಇನ್ನೇನು ಕಣ್ಣು ತೆರೆಯುವುದರಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಬೆಳಕಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದೆ; ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಬೆಳಕು ನನಗೆ ಧನ್ಯವಾದ ಹೇಳುತ್ತಾ ಮುಗುಳ್ನಕ್ಕಿತು.

–ಯಶ್ವಂತ್ ಯು.ಎನ್., 3ನೇ ತರಗತಿ, ದೀಪಶ್ರೀ ಏಯ್ಡೆಡ್ ಹೈ ಸ್ಕೂಲ್, ಹೆಗ್ಗನಹಳ್ಳಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನನಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನಿಂದ ಏನು ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ಎಂದರೆ ನನಗೆ ಖಿನ್ನತೆಯ ಭಾವನೆ ಉಂಟಾದಾಗ ನಾನು ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಮತ್ತು ನಾವು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆಯನ್ನು ಮರಳಿಪಡೆಯಬಹುದು.

–ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಗ್ರೀನ್‌ಉಡ್ ಹೈ ಸ್ಕೂಲ್, ವಾರಂಗಲ್

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)

"ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ", ಎಂದು ಜನರು ಹೇಳಿದರೆ, ನನಗೆ ಅದರ ಫಲ ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಪ್ರಯತ್ನ ಇದ್ದಾಗ ಫಲಿತಾಂಶ ಏನೆಂದು ನಾನು ನೋಡಬೇಕು. ಫಲಿತಾಂಶ ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿದೆ, ನಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆಯಲ್ಲಿದೆ, ನಮ್ಮ ಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿದೆ; ನಮ್ಮ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲ, ನಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲ. ಅನುಭವಗಳು ಒಳ್ಳೆಯದು ಆದರೆ ಅದು ಬಿನ್ನವಾದ ಪಂಗಡಕ್ಕೇ ಸೇರಿರುತ್ತದೆ. ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಹೇಳುವ ಹಾಗೆ, ಅವು ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಅಳತೆಯಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅವು ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾಗಿ ನಾನು ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದೇನೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು ನನಗೆ ಬಹಳ ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ. ನಾವು ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ದಯವಿಟ್ಟು ಅದರ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿರಿ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, "ಇಲ್ಲ, ಇಲ್ಲ. ನಾನು ಹೀಗೇ ಇದ್ದೇನೆ; ನಾನು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ತಪ್ಪಿತಸ್ಥ; ನಾನು ವಿಫಲನಾಗಿದ್ದೇನೆ". ಆದರೆ ನಾವು ಬೇರೆ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಮನುಷ್ಯರು ನೋಡಲಾಗದ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಋಷಿಗಳು ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, "ಇಲ್ಲ, ನೀವು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿದ್ದೀರ". ನೀವು ಹೇಳುವ ವಾಸ್ತವ, "ನಾನು ತಪ್ಪಿತಸ್ಥ", ಇದು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಮನವರಿಕೆ. ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲನೆಯ ಹೆಜ್ಜೆ. ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅದು ಪರವಾಗಿಲ್ಲ. ವಿಷಯಗಳು ಘಟಿಸುತ್ತಿವೆ. ನಾವು ಸತ್ಯಯುಗವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿ-ಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಇಲ್ಲಿರುವ ನಾವೆಲ್ಲರು, ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಅಭಿನಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಡಿಸೆಂಬರ್ 2006

ಜನವರಿಯಿಂದ ಹೊಸ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಆಚರಣೆಗೆ ತರುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಪಠ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾನು ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತೇನೆಂಬುದು ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತು. ನನಗೆ ಏನೂ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ, ಋಷಿಗಳ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಗ್ರಹಣಶಕ್ತಿ ಎಷ್ಟು ಅವಕಾಶಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆಯೋ ಅಷ್ಟನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಮೇಲೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತೇನೆ. ನಾವು ಹೊಸ, ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಆರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆಂದು ನನಗೆ ಅರಿವಾದಾಗ, ಋಷಿಗಳು ಸರಿಪಡಿಸಿದರು, "ಇವು ಹೊಸದಲ್ಲ. ಅವು ನಿಮಗೆ ಹೊಸದು. ಇವು ಬಹಳ ಪ್ರಾಚೀನವಾದ ತಂತ್ರಗಳು". ನಾನು ಆಸಕ್ತಿಕರವಾದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆ ನಂತರ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

ನಮಗೆ ಈಗ ತಿಳಿದಿರುವುದೇನೆಂದರೆ ಭೌತಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸ್ಥಿರವಾಗಿರಬೇಕಾದರೆ ಅಥವಾ ಸುಧಾರಿಸಬೇಕಾದರೆ, ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬೇಕು. ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೆಚ್ಚು ಸಂಶೋಧನೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ನಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿರುವ ಬಹು ಮುಖ್ಯ ಅಸ್ತಿತ್ವವೆಂದರೆ ಮನಸ್ಸು. ಅದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದಿದೆ. ರಾಜ ಯೋಗವನ್ನು ಋಷಿಗಳು ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ, ಅದರಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸೇ ರಾಜ. ನಾವು ಮನಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ನಾವು ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷದ ಜೀವನವನ್ನು ಜೀವಿಸುತ್ತೇವೆ. ರಾಜ ಯೋಗ ಕಲಿಯುಗಕ್ಕೆ ಎಂದು ಋಷಿಗಳು ತಿಳಿಸಿದರು. ಜನರಿಗೆ ಬುದ್ಧಿಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಬುದ್ಧಿಯು ಬಹಳ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ಅಸ್ತಿತ್ವ. ಮತ್ತು ಖಂಡಿತವಾಗಿ, ಉನ್ನತ ಲೋಕದಿಂದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ತಂದು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಬಹುದಾದ ಕೆಲ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ನಾವು ಪರಿಚಯಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಮುಂದುವರೆದಂತೆ, ನಾನು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಪರಿತ್ಯಾಗ (Renunciation) ಎಂದರೆ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬಿಡುವುದೆಂದಲ್ಲ. ನಾವು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಬಿಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಪರಿತ್ಯಾಗ ಎಂದರೆ ಸಮತೋಲನದಿಂದ ಇರುವುದು. ಎಲ್ಲವೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ದಿನದಿಂದ ದಿನಕ್ಕೆ ಬದುಕುವ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುವುದೂ ಕೂಡ ಪರಿತ್ಯಾಗ. ಇವತ್ತು ನಾವೆಲ್ಲಾ ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದು ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಸಮಯವನ್ನು ಕಳೆಯುವ ದಿನ; ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ದಿನ. ನಾಳೆ ನೀವು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬರುವುದಕ್ಕೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕಛೇರಿಗಳಿಗೆ ಹಾಜರಾಗಬೇಕು ಇತ್ಯಾದಿ. ಹಾಗಾಗಿ, ನಿಮಗೆ ನಾಳೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಕುಂದು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆಯೇ? ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಇಲ್ಲ. ಕಛೇರಿಗೆ ಹೋಗುವುದು ಜೀವನದ ಒಂದು ಭಾಗ. ನಾವು ಆದ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತೇವೆ. ನೆನಪಿರಲಿ, ದಿನ ದಿನಕ್ಕೂ; ಕ್ಷಣ–ಕ್ಷಣಕ್ಕೂ ಈ ಆದ್ಯತೆಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಪರಿತ್ಯಾಗ ಎಂದರೆ ವಿವೇಕದಿಂದ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುವುದು; ಸರಿಯಾದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾದ್ದನ್ನು ಮಾಡುವುದು. ಮತ್ತು ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ದೇವರ ಜೊತೆ ಕಳೆದರೆ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪರಿತ್ಯಾಗ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ದೇವರ ಕಡೆಗೆ ಚಲಿಸಿದಂತೆಲ್ಲಾ, ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ನಮಗೆ ಬರುವ ವಿವೇಕವೇ ಪರಿತ್ಯಾಗ.

ಜನರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ ಅವರು ಅನೇಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಲಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಹೊಸಬರಿಗೆ ಹೇಳಲು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳು ಇವೆ. ಬಹುಶಃ ಅದರಲ್ಲಿ ಕೆಲವು, ಹಿರಿಯ ಧ್ಯಾನಿಗಳಿಗೂ ಕೂಡ ಅನ್ವಯಿಸಬಹುದು.

ಮೊದಲು ಓದುವುದಕ್ಕೆ ಕೆಲವು ಪಠ್ಯ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಇವೆ. ನೀವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ, ಅವುಗಳನ್ನು ದಯವಿಟ್ಟು ಓದಬೇಕು. "ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ" ಈ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಓದುವುದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಅಷ್ಟೆ ಸಾಕು. ಈ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಮೊದಲು ಓದಬೇಕು. ಆದುದರಿಂದಲೆ "ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ" ಮತ್ತು "ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ" ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಪಠ್ಯ ಪುಸ್ತಕಗಳೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಮಾಹಿತಿ ಅಡಕವಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಅನೇಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಅವು ಉತ್ತರಿಸುತ್ತವೆ. ನಮಗೆ "ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣ" ಅರ್ಥವಾದರೆ, ಬಹುತೇಕ ವಿಷಯಗಳು ಅರ್ಥವಾದಂತೆ. ಮೊದಲು, ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು ಮತ್ತು ನಂತರ ಬಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಬೇಕು. ನಿಮಗೆ ನೆನಪಿರಲಿ, ಸಾಧನೆ ಎಂದರೆ ಪ್ರಯತ್ನ. ನೀವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವ ಮುಂಚೆ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ನಿಮಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ತಾಳ್ಮೆ ಇರಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ, ಆರಂಭಿಕರಿಗೆ ನನ್ನ ಸಲಹೆ ಹೀಗಿರುತ್ತದೆ, ಮೊದಲು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು. ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಿದ ನಂತರ, ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಎಂದು ನಾನು ಸಲಹೆ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ. ಧ್ಯಾನವು ನಮಗೆ ಉತ್ತಮವಾದ ತಿಳಿವಳಿಕೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ, ಉತ್ತಮವಾದ ಒಳದೃಷ್ಟಿ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ತುಂಬಾ ಜಟಿಲವಾಗಿ ಕಾಣುವ ವಿಷಯಗಳು ನಿಮಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತವೆ. ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ, ನಿಮಗೆ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ, "ಹೊ! ಅವು ಎಷ್ಟು ಸರಳವಾಗಿವೆ". ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಚಾನೆಲ್‌ಗಳನ್ನು ಧ್ಯಾನವು ತೆರೆಯುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ, ಕೆಲವು ತಿಂಗಳುಗಳ ಸಮಯ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ. ನಂತರ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಗುಣಮಟ್ಟ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ನನಗೆ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳಬಹುದು. ನಾನು ಉತ್ತರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ. ಈಗ ಗಂಟೆ ಎಷ್ಟು ಎಂದು ಕೂಡ ನೀವು ನನ್ನನ್ನು ಕೇಳಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರು ಇಂತಹ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ನೀವೇ ಉತ್ತರಿಸಬಹುದು. ಒಳ್ಳೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳೊಂದಿಗೆ ನನ್ನ ಬಳಿ ಬನ್ನಿ. ನೀವು ಒಳ್ಳೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳೊಂದಿಗೆ ನನ್ನ ಬಳಿ ಬಂದರೆ, ಅದು ನನಗೆ ಉತ್ತರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶವಾಗುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ನಾನೂ ಹೆಚ್ಚು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದೇ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ನಾನು ಉತ್ತರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ, ಪ್ರತಿ ಬಾರಿಯೂ ಉತ್ತರ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಇದನ್ನು ಗಮನಿಸಿರಬಹುದು. ಹಳೆಯ ಉತ್ತರಕ್ಕೆ ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಹೊಸ ಅಂಶವನ್ನು ಸೇರಿಸಿರುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದನ್ನು ನಾನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತೇನೆ. ನೀವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಬೇಕು. ಆದರೆ ಉತ್ತಮಮಟ್ಟದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಬನ್ನಿ.

ನಾನು ಆರಂಭಿಕರಿಗೆ ತಪ್ಪದೇ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ, ನಮ್ರತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಇದಕ್ಕೆ ಅತಿಯಾದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡುತ್ತಿರುವ ಹಾಗೆ ಬಹುಶಃ ಎಲ್ಲೂ ಕೊಡುತ್ತಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಅಮರರವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವೇ ವಿನಯತೆ. ಮತ್ತು ಅದರಿಂದಲೇ ಅವರು ದೇವರುಗಳ ಜೊತೆ ಮಾತನಾಡಬಹುದಾಗಿತ್ತು. ■

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

28–08–2022

ಕೃಷ್ಣ ಭಗವಂತನು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಗೋಸ್ಕರ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡನು. ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಅವರಿಗಾಗಿ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡರು. ಅಮರರವರ ಪೀತಿಯೇ, ಇವರಿಗಾಗಿ ಅವರುಗಳು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿರಬಹುದು. ಉನ್ನತ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಇವರು ಬಹುವಾಗಿ ಗೌರವಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಜಗತ್ತಿನ ವಿಧಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸುವಲ್ಲಿ ಇವರು ಬಹಳ ಪ್ರಮುಖ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರು ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನವಯುಗದ ಸ್ಥಾಪನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ಚಾಲನೆ ನೀಡಲು 1974ನೇ ಇಸವಿಯಲ್ಲಿ ಜರುಗಿದ ಒಂದು ಸಮಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಇವರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು. ಇದು ಅವರಿಗಿದ್ದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ. ಅವರು ಎಲ್ಲಾ ಚಿರಂಜೀವಿಗಳನ್ನೂ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಭೇಟಿಯಾಗಿದ್ದರೆಂದರೆ ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ! ಅವರು ಭಗವಾನ್ ಕಲ್ಕಿಯನ್ನು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಭೇಟಿಯಾಗಿದ್ದರು! ಅವರು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಓದುವ ಚಿಕ್ಕ ಬಾಲಕನಾಗಿದ್ದಾಗ ಅವರನ್ನು ಕೃಪಾಚಾರ್ಯರ ಆಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಲಾಗಿತ್ತು. ಅವರು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಭೇಟಿಯಾಗಲು ಯಾವುದೋ ಕಾರಣವಿರಬೇಕು. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಜೀವನದ ವಿಧಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸುವಲ್ಲಿ ಈ ಭವ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಗಳು ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿದ್ದರು.

ಎಂಥ ರೋಮಾಂಚಕ ಈ ಅನುಭವಗಳು! ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಬದುಕು ಹಾಗಿತ್ತು – ಸಾಹಸ ಮತ್ತು ರೋಮಾಂಚನಭರಿತ. ಋಷಿಗಳ ಕಷ್ಟಕರವಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರು ಭಾರಿ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಿತ್ತು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಋಷಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಬಹು ದೂರ ಸಾಗಿದಾಗ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಭೌತಿಕ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಮರಳದೇ ಹೋಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಇದ್ದುವೆಂದು ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದುದು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಏನಾದರೂ ಆಗಬಹುದು. ಸೈನಿಕನು ಯುದ್ಧ ಭೂಮಿಗೆ ಹೋಗುವ ಹಾಗೆ. ಅವರು ಹಿಂತಿರುಗಿ ಬರುವರೋ ಇಲ್ಲವೋ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ಎಂತಹ ರೀತಿಯ ಧೈರ್ಯವಿರಬಹುದು, ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಬದ್ಧತೆ ಇರಬಹುದು, ಅವರಿಗೆ ದೇವರ ಬಗ್ಗೆ ಎಂಥ ಪ್ರೀತಿ ಇರಬಹುದು, ಏಕೆಂದರೆ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಅದು ಭಗವಂತನ ಕೆಲಸವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಇಂತಹ ಗುಣವಿಶೇಷಣಗಳಿಗೆ – ಬದ್ಧತೆ, ನಂಬಿಕೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಗೆ – ಒಂದು ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ಮಾನದಂಡವಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮಾನದಂಡ; ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಮ್ರತೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನ್ವೇಷಕನು ಯಾವ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯವರೆಗೆ ಬೆಳೆಯಲು ಸಾಧ್ಯ? ಅದರ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಇವರು ತೋರಿಸಿಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೂ, ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅವರು ದಂಡವನ್ನು ಎತ್ತರಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಬೆಳೆಯಲು ಯಾವುದೇ ಪರಿಮಿತಿಯಿಲ್ಲ. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಸಾರ್ವಕಾಲಿಕ ಮತ್ತು ಅನಂತ! ಹಾಗಿದ್ದರೂ ಅವರು ಹೇಳಿದರು, "ನನ್ನನ್ನು ಮೀರಿ ಮುನ್ನಡೆಯಿರಿ"!

ಒಮ್ಮೆ ಒಬ್ಬರು ಗುರೂಜಿಯವರನ್ನು ಹೀಗೆ ಕೇಳಿದ ನೆನಪಿದೆ, "ಗುರುವನ್ನು ಮೀರಿ ಮುನ್ನಡೆಯಲು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಾಧ್ಯವೇ?" ಗುರೂಜಿ ಹೇಳಿದರು, "ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕವಾಗಿ ಹೌದು. ಆದರೆ, ನೆನಪಿರಲಿ, ಗುರು ಕೂಡಾ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ." ಇದೊಂದು ಬಗೆಯ ದಿಗಂತದಂತೆ. ಬಹುಶಃ ಅಮರರಂಥವರು ನಮ್ಮ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಇಳಿದು ಬರುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಅವರ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯಬಹುದು ಎಂದು ನಮಗೆ ತೋರಿಸಿಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಅಲ್ಲಿ ತಲುಪಿದರೆ, ಆಗ ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಬೆಳೆಯುವುದು ಇನ್ನೂ ಇದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಬೆಳೆದಂತೆಲ್ಲಾ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯೂ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ. ಇದೊಂದು ಅಂತ್ಯವಿಲ್ಲದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.

ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಅವರು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ ಅಪಾಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಎರಡನೇ ಮಹಾಯುದ್ಧದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಲು ಅವರು 18 ದೇಹಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡರು! ನಾನು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ದೇಹಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯಾದರೂ, ಅವರಿಗೆ ಹಾನಿಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿತ್ತು. ಎಂತಹ ದೊಡ್ಡ ಅಪಾಯ! ಯುದ್ಧಭೂಮಿಗೆ ತೆರಳಿ ಅಲ್ಲಿ ಜನಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಯುದ್ಧಭೂಮಿಯಲ್ಲಿರುವ ದೇಹಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ಅಪಾಯ ಸಂಭವಿಸಿದರೆ, ಅವರ ಮೂಲ ಶರೀರವೂ ಬಾಧೆಗೊಳಗಾಗುತ್ತಿತ್ತು, ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಆ ಕಾರ್ಯ ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವರಿಗೆ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಪ್ರೇರಣೆಯಾಯಿತು ಎಂದು ನಾನು ಅಚ್ಚರಿಗೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಅದು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಮಾನವಕುಲದ ಮೇಲಿರುವ ಪ್ರೀತಿ.

ಅವರೊಂದಿಗೆ, ನವಯುಗದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆಂದೋಲನವು ಆರಂಭವಾಯಿತು. ಅವರು ಈ ಮೊದಲು ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಪ್ರತಿ ಜನ್ಮದಲ್ಲೂ, ಒಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆಂದೋಲನವು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಆರಂಭವಾಗಿದೆ. ಅವರು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನವಯುಗದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆಂದೋಲನವನ್ನು ಹೆಸರಿಸಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನವಯುಗದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆಂದೋಲನವು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಆರಂಭವಾಯಿತು ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅಂತಹ ಆಂದೋಲನಗಳು, ಅಂತಹ ಕ್ರಾಂತಿಗಳು ಕೇವಲ ನಮ್ಮನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಈ ಪೀಳಿಗೆಯನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಮುಂಬರುವ ಪೀಳಿಗೆಗಳಿಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಇಂದಿಗೂ ನಾವು ಸಂತ ಏಕನಾಥರ ಚರಿತ್ರೆಯನ್ನು ಓದಬಹುದು ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಪ್ರೇರಿತರಾಗಿ, ಅವರಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ನಾವು ಶ್ರೀ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಪರಮಹಂಸರ ಚರಿತ್ರೆಯನ್ನು ಓದಿ ಪ್ರೇರಣೆ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಇನ್ನೊಂದು ಆಂದೋಲನವನ್ನು ಚಾಲನೆ ಮಾಡಲು, ನಮ್ಮನ್ನು ಉನ್ನತ ಪ್ರಜ್ಞೆಯೊಳಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಲು, ನವಯುಗದಲ್ಲಿ ಆಳವಾಗಿ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಮತ್ತೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರುತ್ತಾರೆ.

ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ನಮ್ರತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇಂದು ಕೂಡಾ, ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ, "ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ತಿಳಿಯದು" ಎನ್ನುವ ಮಾತನ್ನು ಸುಧಾಕರ್ ಸರ್ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದರು. ಸಾಕ್ರಟಿಸ್ ಅವರ ಈ ಅದ್ಭುತ ಉಲ್ಲೇಖವನ್ನು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನನಗೆ ಕಳುಹಿಸಿದ್ದರು. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರೇ ಮಹಾನ್ ಸಾಕ್ರಟಿಸ್ ಆಗಿ ಜನ್ಮ ತಾಳಿದ್ದರೆಂದು ಗುರೂಜಿ ನಮಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಆ ಉಲ್ಲೇಖ ಹೀಗಿದೆ: "ನಾನು ಬುದ್ಧಿವಂತನೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ ಏಕೆಂದರೆ ನನಗೇನೂ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ." ಸಾಗರದಷ್ಟು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿದ ಒಬ್ಬ ಜ್ಞಾನಿ ಮಾತ್ರ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿರಲು ಸಾಧ್ಯ ಆದರೂ ಇದು ಕೇವಲ ನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಹೇಳಿದ ಮಾತಲ್ಲ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಭಗವಂತನ ಸೃಷ್ಟಿ ಎಷ್ಟು ಅಗಾಧವಾದುದು, ಎಷ್ಟು ಬೃಹತ್ತಾದುದು ಹಾಗೂ ನಮಗೆ ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಏನೂ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಭಗವಂತನು ಕೇವಲ ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲ. ಅವನು ಈ ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಮೀರಿದವನು. ಅವನಲ್ಲಿ ಅಪ್ರಕಟಿತ ಮತ್ತು ತಿಳಿಯಲಾಗದ ಭಾಗವೂ ಸಹ ಇದೆ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನು ನಾವು ಊಹಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ನಮಗೇನೂ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ ನಂತರ ನಾವು ವಿನಮ್ರರಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಒಮ್ಮೆ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು, ಋಷಿಗಳ ಕೆಲಸದ ಸಲುವಾಗಿ ಸಾಗರದ ಆಳಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಕಾಯಿತು. ಅಲ್ಲಿ ಅವರು, ಕೆಲವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ದೇವತೆಯನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದರು. ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಆಕೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರು ಹಾಗೂ ಆಕೆಯು ತನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಮರಳಿ ಪಡೆದಳು. ನಂತರ, ಆಕೆಯು ಕೃತಜ್ಞತಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ, ಇವರಿಗೆ ವಜ್ರಗಳಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ ಒಂದು ದಂಡವನ್ನು ನೀಡಿದಳು. ಈ ದಂಡವು ಅನೇಕ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿತ್ತು! ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು, ಅದನ್ನು, ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳ ಕಾರ್ಯದ ಉಸ್ತುವಾರಿಯಾಗಿದ್ದ ಮಾರ್ಕಂಡೇಯ ಮಹರ್ಷಿಗಳಿಗೆ ನೀಡಿದರು. ಮಾರ್ಕಂಡೇಯ ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಅದನ್ನು ಅವರಿಗೇ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳಿದರು ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಅವರಿಗೆ ಒಂದು ಬಳುವಳಿಯಾಗಿ ದೊರೆತಿತ್ತು.

(6ನೇ ಪುಟದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆದಿದೆ)

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 ಫೀ ರೂ. 2500. ಹೊರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ಫೀ ರೂ. 4500. ಈ ಫೀನಲ್ಲಿ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕಗಳು ಸೇರಿವೆ.

ನಂತರದಲ್ಲಿ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ವಾರ್ಷಿಕ ನವೀಕರಣದ ಫೀ ರೂ. 2000. ಹೊರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸವಾಗಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ನವೀಕರಣ ಫೀ ರೂ. 3500. ಈ ಫೀನಲ್ಲಿ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾದಾರಿಕೆ ಸೇರಿದೆ.

- ಎಲ್ಲಾ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಅಥವಾ ಇ–ಮೇಲ್ ಮೂಲಕ (ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದಂತೆ) ಆಯಾ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಿ ಕೊಡಲಾಗುವುದು.
- ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಋಷಿಗಳು ದೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ.
- ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗ ಮತ್ತು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು.
- ಅಭ್ಯಾಸದ ವರದಿಗಳನ್ನು ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ತಲುಪಿಸಬೇಕು. ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ವರದಿ ಬಾರದಿದ್ದರೆ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಚೆಕ್/ಡಿಡಿಗಳನ್ನು 'Manasa Light Age Foundation' ಹೆಸರಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಂಗಳೂರೇತರ ಚೆಕ್‌ಗಳಿಗೆ 50ರೂ. ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಸೇರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆಗಳು

- ತಾಳ್ಮೆ ಇರಲಿ. ಮೊದಲನೆಯ ದಿನವೇ ಸಮಾಧಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ಪವಾಡಗಳನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ನಾವು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ ಪವಾಡಗಳು ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುತ್ತವೆ.
- ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೆಣಸಾಟಗಳನ್ನೆದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಾಧನೆ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲ ಕರಗಿಹೋಗುತ್ತವೆ.
- ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಅನುಭವಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಅವುಗಳ ಕಡೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡಬಾರದು. ಅನುಭವಗಳು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆದರೆ ಅವು ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಅಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ.
- ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಧ್ಯಾನದ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬಾರದು. ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.
- ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಯೋಚನೆಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಅದರಿಂದ ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. 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)

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಅದನ್ನು ಋಷಿಗಳ ಬಳಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಇಟ್ಟರು. ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಅದು ನಮಗೇನಾದರೂ ಬಳುವಳಿಯಾಗಿ ದೊರೆತಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಅದನ್ನು ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಲಾಭಕ್ಕೆ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಆದರೆ ಅವರು ಹೇಳಿದರು, "ಎಲ್ಲಾ ಶಕ್ತಿಗಳೂ ದೇವರ ಬಳಿ ಇರಲಿ ಮತ್ತು ದೇವರು ನನ್ನ ಬಳಿ ಇರಲಿ" ಎಂದು. ಕೇವಲ ಅಮರರಂತಹ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಅಂತಹ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯ. ಅವರು ಏನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರೋ ಅದನ್ನು ನಿಖರವಾಗಿ ಪಾಲಿಸುತ್ತಿದ್ದರು ಕೂಡ. ಅವರ ಜೀವನವು ನಾವು ಅನುಸರಿಸಲು ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿದೆ. ಈಗ ಆ ಮಾಂತ್ರಿಕ ದಂಡವು ಋಷಿಗಳ ಬಳಿ ಇದೆ. ಅಂತಹ ಒಂದು ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ ಯಂತ್ರ ಸಾಧನವು ಋಷಿಗಳ ಬಳಿ ಇದ್ದರೆ, ಅದೊಂದು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಆಸ್ತಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಒಂದು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು.

ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದಿರುವಂತೆ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಶಾಶ್ವತ ಎಂದು ಗುರೂಜಿಯರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಸತ್ಯತೆಯನ್ನು ಜೀವಿಸಿದವರು, ಅವರೇ ಸತ್ಯ ಮತ್ತು ಸತ್ಯವು ಶಾಶ್ವತ. ಅವರು ಒಂದು ನಿರಂತರ ಅವಕಾಶವೂ ಹೌದು. ನಾವು ಕೋಟಿ ಬಾರಿ ಬೀಳಬಹುದು, ಹಾಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ಮತ್ತೆ ಎದ್ದು ನಿಲ್ಲಲು ನಮಗೆ ಅವಕಾಶ ನೀಡಲು ಅವರು ಇದ್ದಾರೆ. ನನಗೆ ಮಹಾನ್ ಸಾಕ್ರಟೀಸರ ಉಲ್ಲೇಖವನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದ ಅದೇ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಆಶ್ಚರ್ಯಕರವಾಗಿ ಅವರದೇ ಇನ್ನೊಂದು ಉಲ್ಲೇಖವನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದರು. ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದರು, "ಕೆಳಗೆ ಬೀಳುವುದು ಸೋಲು ಅಲ್ಲ. ಸೋಲು ಬರುವುದು ನೀವು ಬಿದ್ದಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿದುಕೊಂಡಾಗ" ಎಂದು. ಎಷ್ಟು ಗಹನವಾದದ್ದು!

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಶಾಶ್ವತವಾದ ಭರವಸೆ ಕೂಡಾ. ಹಾಗೂ ಇವುಗಳು ಗುರೂಜಿಯವರ ಪದಗಳು, "ಎಲ್ಲಿ ಭರವಸೆ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೋ ಅಲ್ಲಿ ಅವರು ಭರವಸೆಯಾಗುತ್ತಾರೆ." ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಈ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಕೆಲವೊಂದು ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ಇವರ ಸಹಾಯದ ಅನುಭವ ಪಡೆದಿದ್ದೇವೆ. ನಾನು ಕೆಲವರು ಆಶಾರಹಿತ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಆಗ ನಾನು, "ಓಹ್! ದೇವರೇ, ಅವರಿಗೆ ಏನಾಗಬಹುದು" ಎಂದು ಉದ್ಗರಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಎಲ್ಲಾ ಬಾಗಿಲುಗಳು ಅವರ ಪಾಲಿಗೆ ಮುಚ್ಚಿದಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರುಗಳು ಈಗ ಹಸನ್ಮುಖರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಬೆಳಕು ಈಗ ಹರಡುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತಿದೆ. ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿರುವ ಅನೇಕ ಜನರು ಗುರೂಜಿಯವರ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಈಗ ಭೌತಿಕ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಗೌರವಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಜನರಿಗೆ ಅವರ ಮೌಲ್ಯ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅವರು ತಾವಾಗಿಯೇ ತಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯಪಡಿಸಲಿಲ್ಲ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಅವರು ಪ್ರಚಾರದಿಂದ ದೂರವಿರುತ್ತಿದ್ದರು. ಗುರೂಜಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದುದು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ, "ಬೆಳಕನ್ನು ನಾವು ನಮ್ಮ ಕೈಗಳಿಂದ ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟುಕೊಂಡರೂ, ನಮ್ಮ ಬೆರಳುಗಳ ಸಂದಿನಿಂದ ಅದು ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತದೆ."

ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಜೀವಿ. ಅವರ ಜ್ಞಾನ, ಅವರ ಬೆಳಕು ಕೇವಲ ಮಾನಸದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಮೀಸಲು ಅಲ್ಲ. ಅವರು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗಾಗಿ. ಅವರ ಜ್ಞಾನವನ್ನು, ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡಲು ನಮಗೂ ಕೂಡ ಅದ್ಭುತವಾದ ಅವಕಾಶಗಳಿವೆ. ನಾವು ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬಹುದು? ಅದು ಪ್ರವಚನ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ಮಾತುಗಳಿಂದ ಅಲ್ಲ. ಅದು ಅವರನ್ನು ಜೀವಿಸುವುದರಿಂದ, ಅವರನ್ನು ಕಂಪಿಸುವುದರಿಂದ. ಅವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಶ್ರದ್ಧಾಂಜಲಿ ಸಲ್ಲಿಸಲು ಅದು ಒಂದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ರೀತಿ.

ಇಚಿದು ಇವುಗಳನ್ನು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತಿದೆ: ಇಂದು ನಾವು Master Pupil Talks – Volume 1 ಪುಸ್ತಕದ ತಮಿಳು ಅನುವಾದಿತ ಇ–ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಾದ, ತಮಿಳುನಾಡಿನ ಪ್ರೇಮ್ ಆನಂದ್ ಅವರಿಂದ ಅನುವಾದಗೊಂಡಿದೆ. ಉಮಾ ಮಹೇಶ್ವರಿ ಮತ್ತು ರವಿ ಸೆನ್‌ಗೋಡನ್ ಅವರು ಇವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಕಾಂಚನಲತಾರವರು ಈ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಇ–ಪುಸ್ತಕ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹೊರತರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಇನ್ನೂ ಎರಡು ಇ–ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ – ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಅನುವಾದವಾದ ಧ್ಯಾನಯೋಗ ಮತ್ತು ಮರಾಠಿ ಅನುವಾದಿತ Doorways to Light. ಇವೆರಡು ಪುಸ್ತಕಗಳು ಮುದ್ರಿತ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡಿವೆ. ಶ್ರೀದೇವಿ, ಸುಧಾಕರ್ ಸರ್, ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ, ಶ್ರುತಿ ಮತ್ತು ಕಾಂಚನಲತಾರವರು ಒಂದು ತಂಡವಾಗಿ ಈ ಇ–ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಹೊರತರಲು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ■

ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಸಂ: ಶೋಭಾ ಕೆ. ರಾವ್; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಪ್ರ: ನಾವು ಒಂದು ದಿನದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬಹುದು?

ಉ: ಎರಡು ಬಾರಿ, ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ. ಮತ್ತು ಯಾರಾದರೂ ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಬಯಸಿದರೆ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರ: ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಏನಾದರೂ ಹಾನಿಯಾಗಬಹುದೇ?

ಉ: ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಭೌತಿಕ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರಗಳು ಧ್ಯಾನದ ಪ್ರಭಾವನ್ನು ತಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ದಿನ–ನಿತ್ಯದ ಜೀವನದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಾರದು.

ಪ್ರ: ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ಕೂಡ, ನನಗೆ ಎರಡು ಅಪಘಾತಗಳಾದವು. ಏಕೆ?

ಉ: ನೀವು ಧ್ಯಾನಗಳನ್ನು ಅಪಘಾತಗಳೊಂದಿಗೆ ಏಕೆ ಜೋಡಿಸುವಿರಿ? ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ, ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಗಂಭೀರವಾದ ಗಾಯಗಳಾಗುವುದು ತಪ್ಪಿದೆ. ಅಪಘಾತಗಳು ಕರ್ಮಗಳ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ. 'ಧ್ಯಾನ ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ' ಎಂದು ನೀವೇಕೆ ಯೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ?

ಪ್ರ: ಧ್ಯಾನ ಹೇಗೆ ರೋಗವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ?

ಉ: ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಹೊರ ಹೊಮ್ಮುತ್ತವೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನಮ್ಮ ಇಡೀ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಶುಚಿಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಧ್ಯಾನ ಕೇವಲ ಈಗಿನ ಖಾಯಿಲೆಯನ್ನು ವಾಸಿ ಮಾಡುವುದಲ್ಲದೇ, ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮದ ಕಲೆಗಳನ್ನೂ ತೆಗೆದುಹಾಕುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನನ್ನ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಧ್ಯಾನ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ?

ಉ: ಧ್ಯಾನ ಮೆದುಳಿನ ದಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದರಿಂದ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಗ್ರಹಿಸುವ, ಹೆಚ್ಚು ಸಮೀಕರಿಸುವ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊರ ತರುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಮೆದುಳಿನ ಹೊಸ ಕೋಶಗಳು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಎಂದು ನೀವು ಹೇಳುತ್ತೀರಿ. ಹೊಸ ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಮೀಕರಿಸಲು ಇದು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ?

ಉ: ಮೆದುಳಿನ ಹೊಸ ಕೋಶಗಳು, ನೇರವಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸಿದ ಹೊಸ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪರಿಚಿತ ಪದಗಳ ಅಲೋಚನೆಯಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ನಿದ್ರೆಯ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇನು?

ಉ: ನಿದ್ರೆ ಎಂದರೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನವೆಂದರೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮೌನದಲ್ಲಿನ ಶುದ್ಧ ಅರಿವು. ಉನ್ನತ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಅರಿವು ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಆಳವಾದ ಪದರಗಳಿಗೆ ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ: ಉನ್ನತ ಜೀವಿಗಳ ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನು ನಾನು ನಂಬದ ಕಾರಣ, ನನ್ನ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಅಡಚಣೆ ಉಂಟಾಗಿದೆ. ನಾನು ಏನು ಮಾಡಲಿ?

ಉ: ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನೀವು ನಂಬುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಧ್ಯಾನವು ಸ್ವತಂತ್ರ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ. ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಸಾಕು. ಧ್ಯಾನವು ನಿಮಗೆ ಹೊಸ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಪ್ರಕಟಪಡಿಸಿದಾಗ, ನೀವು ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಿರಿ.

ಪ್ರ: ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ. ಏನೋ ನನಗೆ ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸುತ್ತಿದೆ. ನಾನು ಇದರಿಂದ ಹೊರಬರುವುದು ಹೇಗೆ?

ಉ: ಪ್ರಯತ್ನ, ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಯತ್ನ ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ. ತಾಳ್ಮೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಯತ್ನಕ್ಕೆ ಪರ್ಯಾಯವಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ: ನನ್ನ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸುತ್ತೀರಾ?

ಉ: ಇಲ್ಲ. ಇದರ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ತಂತ್ರವನ್ನು ಸೇರಿಸುವುದು ಸಾಧನೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಎಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತೇನೆ.

ಪ್ರ: ದೇವರ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಿಲ್ಲದೆ, ಯಾರು ಬೇಕಾದರೂ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸಬಹುದೇ?

ಉ: ಹೌದು. ಸಿದ್ಧಾಂತ ಮತ್ತು ತಂತ್ರವನ್ನು ಯಾರು ಬೇಕಾದರೂ ಕಲಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರುಗಳು ದೀಕ್ಷೆಯ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹರಿಸುತ್ತಾರೆ, ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ರಕ್ಷಣೆ ಕೊಟ್ಟು ಅದರ ಮೂಲದ ಕಡೆಗೆ ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರ: ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ಜೀವನದಲ್ಲಿ, ಹೊರ ಬರಲು ದಾರಿಯೇ ಕಾಣದಂತಹ ಕೆಲವು ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಧ್ಯಾನ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ?

ಉ: ಧ್ಯಾನ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆಂತರಿಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಒಳನೋಟವನ್ನು ತೆರೆಯುತ್ತದೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಸದುಪಯೋಗ ಪಡಿಸಿಕೊಂಡು, ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಶ್ರಮ ಪಡಬೇಕು, ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕು. ಧ್ಯಾನ ಪವಾಡಗಳನ್ನು ತರುವುದಿಲ್ಲ.

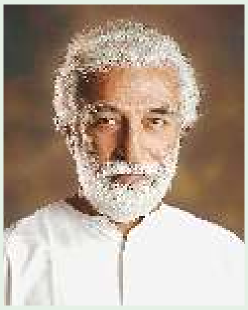
ಪ್ರ: ಆಗ ಕೂಡ ನಾವು ವಿಫಲರಾದರೆ?

ಉ: ನಾವು ಮತ್ತೆ ಶ್ರಮ ಪಡಬೇಕು, ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನ ಮುಂದುವರೆಸಬೇಕು. ಸೋಲುಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಯಶಸ್ಸಿನತ್ತ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತವೆ. ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಯತ್ನ ಮತ್ತು ತಾಳ್ಮೆ ನಮಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ತರುತ್ತವೆ. ■

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/-
ಅನೇಕಲ್ಲಿನ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು		120/-
ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು		100/-
प्रकाशवाट (Marathi)		150/-
आयगुरूजी (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

ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮಿಟುಕಿಸುವುದರಿಂದ ಹಿಡಿದು ಕೈಗಳನ್ನು ಚಲಿಸುವವರೆಗೂ ಎಲ್ಲವೂ ಪವಾಡವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಅಸ್ತಿತ್ವದೊಳಗೆ ನಾನು ಆಳವಾಗಿ ಹೋಗುತ್ತಿರುವೆನೆಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುವುದೇ ಒಂದು ನಿಗೂಢವಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಹೊರ ಪ್ರಪಂಚ ಅತ್ಯಂತ ದೂರದ, ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದ ರಹಸ್ಯ.

– ಶಾಂತ ಕುಮಾರಿ ಹೆಚ್.ಎಸ್.

ನಾನು ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಭಾನುವಾರದ ತರಗತಿಗಳು ಮತ್ತು ಗುರು ಪೂರ್ಣಿಮೆಯ ವಿಶೇಷ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಜರಾದೆ. ಈ ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ ನಂತರ ನನ್ನ ಧ್ಯಾನವು ಹೆಚ್ಚು ತೃಪ್ತಿಕರವಾಗಿದೆ.

– ಪದ್ಮಾವತಿ ಬಿಕ್ಕನಿ.

ಈಗ ನಾನು ಜನರೊಡನೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮಾತನಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಹಿಂದೆ, ಬಹುತೇಕ ಸಮಯ ನಾನು ಒಂಟಿಯಾಗೇ ಇರುತ್ತಿದ್ದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಹಿಂದಿನ ಬಹಳ ನೋವುಗಳಿದ್ದವು. ಆ ನೋವಿನ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಯೋಚಿಸಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಈಗ ನನಗೆ ತಿಳಿಯದಂತೆ ಸುತ್ತ ಮುತ್ತಲಿನವರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆತು ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಅನಂತಾನಂತ ವಂದನೆಗಳು.

– ಹರೀಶ ಯಲ್ಲಾರೆಡ್ಡಿ

ನನ್ನಲ್ಲಾಗಿರುವ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಬದಲಾವಣೆ–ಗಳಿಂದಾಗಿ ನಾನು ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದೇನೆ – ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿದ್ದೇನೆ, ನನ್ನ ಯೋಚನೆ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಅರಿವಿನಲ್ಲಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ನನ್ನನ್ನು ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಮೊದಲು ಎಲ್ಲರೂ ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದಿಸಿ, ಅದರಂತೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಭಾವಿಸಿ ಎಲ್ಲರಂತೆ ವರ್ತಿಸಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ ಅದು ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಈಗ ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಅವರಿದ್ದಂತೆಯೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಪ್ರಶಂಸಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

– ಶ್ರಿಯ ಶಶಾಂಕ್

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದ ಸಮಯದಲ್ಲೂ, ಕೆಲವು ವೇಳೆ ನಿಶ್ಚಲತೆ ಹಾಗೂ ಶಾಂತತೆ ನನ್ನೊಳಗೆ ನೆಲೆಸಿರುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಯತ್ನವಿಲ್ಲದೆಯೂ ಇದು ಹೇಗೆ ಆಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಇದು ನನಗೆ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಹರಿದು ಬರುತ್ತಿರುವ ಅನುಗ್ರಹ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತಿದೆ. ಪ್ರೀತಿಯ ಗುರೂಜಿ, ಅಮರಾಜೀ, ಮಾಸ್ಟರ್ ವಿ, ಋಷಿಗಳು ಹಾಗೂ ಮಹಾನ್ ಬೆಳಕಿಗೆ ವಂದಿಸುತ್ತೇನೆ.

– ಅಶುತೋಷ್ ಭಟ್

ಪ್ರತಿ ನಿತ್ಯ ಮಾಡುವ ಧ್ಯಾನವು, ದೈವತ್ವವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ವಿಸ್ತರಣೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಮತ್ತು ಅಂತರ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಜೀವನದ ಒತ್ತಡ ಹಾಗೂ ಗೊಂದಲಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಸ್ಪಷ್ಟತೆ ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ.

– ಪ್ಯಾಟ್ರೀಷಿಯ ರೂಯಿಸ್

ನನ್ನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ತಾಳ್ಮೆ, ಸಹಿಷ್ಣುತೆ, ಕಡಿಮೆ ಕೋಪದಿಂದಾಗಿ ಋಣಾತ್ಮಕ ಗುಣಗಳಿಂದ ದೂರವಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ದಿನ ನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಭಯವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ನಡೆಸಲು ಕೂಡ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಪೂಜ್ಯ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಹತ್ತಿರವಾಗುತ್ತಿರುವಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತಿದೆ.

– ಗೋವಿಂದ್ ಗೋಪಾಲ್ ಜೈಸ್ವಾಲ್

ನಾನು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿದ್ದು ಎಲ್ಲರೊಡನೆ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಬೇಷರತ್ತಾಗಿ ನಾನು ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಶರಣಾಗಿದ್ದೇನೆ.

– ಮಾಧವನ್ ಅಂಬಾಡಿ

ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿಯ ದಿನದಂದು, ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಕೃಷ್ಣ ಕಾನ್ಷಿಯಸ್‌ನೆಸ್ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗ, ಧ್ಯಾನ ಶುರುಮಾಡಿದಾಗಿನಿಂದಲೂ ನನ್ನ ಆತ್ಮವು ಧ್ಯಾನದ ಪೂರ್ತಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ನೃತ್ಯ ಮಾಡುತ್ತಿತ್ತು! ಆಗಿನಿಂದ ಕೃಷ್ಣನು ಈ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮೊಡನೆ ಇದ್ದವರೆಗೂ ಸಮಯದ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಇದೇ ಅನುಭವ ಪ್ರತಿಬಾರಿಯೂ ಮರುಕಳಿಸುತ್ತಿತ್ತು, ಏಕೆಂದರೆ ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಶಾಂತತೆಯ ಅನುಭವವೂ ಆಗುತ್ತಿತ್ತು.

– ವಿದ್ಯಾ ವೀರ್‌ಕರ್

ನನ್ನ ಪ್ರಗತಿಯ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿದ್ದ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ಋಷಿಗಳು ತಮ್ಮ ಅನುಗ್ರಹವನ್ನು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಹರಿಸಿ ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆನಿಸುತ್ತಿದೆ. ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದ ಇತರ ಸಮಯಗಳಲ್ಲೂ ಪ್ರಶಾಂತತೆಯಿಂದ ಇರುತ್ತೇನೆ. ಕೆಲವು ಸಲ ನನ್ನ ಹೃದಯದ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಸಂತೋಷದ ಅನುಭವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಹೊರ ಹೊಮ್ಮುತ್ತದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಎಲ್ಲ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಬಲವಾಗಿದ್ದೇನೆ.

– ಒಬ್ಬ ಸಾಧಕ

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