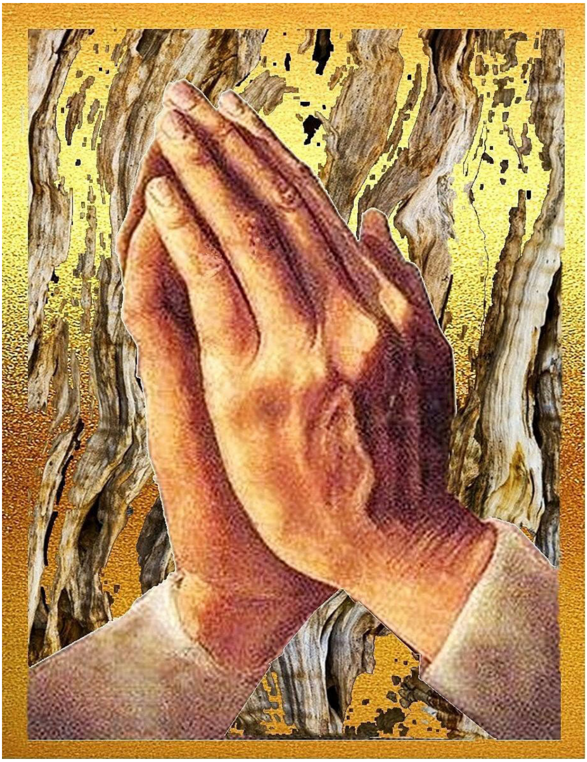
# ಅಖಿಲ ಭಾರತ ಪತ್ರಿಕೆ

ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2026

# ಜಪ

ಬೆಲೆ : 15/-



ಫೋಟೊ: ಇಮೇಜಿಂಗ್ ಸಾವಿತ್ರಿ

# ಅಖಿಲ ಭಾರತ ಪತ್ರಿಕೆ

**ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2026**

ಸಂಪುಟ: 36 ಸಂಚಿಕೆ: 09



**ಸಂಪಾದಕರು:**
ಶ್ರೀ ಪುಟ್ಟು ಕುಲಕರ್ಣಿ
ರಾಘವೇಂದ್ರ ಮಠದ ಹಿಂಭಾಗ,
ಗಿಬ್ ಸರ್ಕಲ್, ಹೆರವಟ್ಟ ರಸ್ತೆ,
ಕುಮಟಾ – 581 332.
ಫೋನ್: 9448774920
mayureshwarkp@gmail.com

**ಪರಿಶೀಲನಾ ಸಮಿತಿ:**
ಡಾ॥ ಆರ್.ಕೆ. ಕುಲಕರ್ಣಿ



**ಪ್ರಕಾಶಕರು:**
ಡಾ॥ ಅಜಿತ್ ಸಬ್ನೀಸ್
ಅಧ್ಯಕ್ಷರು, ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದೋ
ಸೊಸೈಟಿ ರಾಜ್ಯ ಸಮಿತಿ ಕರ್ನಾಟಕ,
ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದ ಮಾರ್ಗ,
ಜೆ.ಪಿ. ನಗರ ಮೊದಲನೇ ಹಂತ,
ಬೆಂಗಳೂರು – 560 078.

**ಪ್ರಾಯೋಜಕರು:**
ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದೋ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್ ಟ್ರಸ್ಟ್ (ರಿ.)
ಜೆ.ಪಿ. ನಗರ ಮೊದಲನೇ ಹಂತ,
ಬೆಂಗಳೂರು – 560 078.
ಫೋನ್: 080 – 2244 9882
https://www.sriaurobindo complex.org/archive.php
http://abp.sirinudi.org

**ಡಿ.ಟಿ.ಪಿ.:**
ಗಣಕಯಂತ್ರ ಕೇಂದ್ರ
ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದೋ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್ ಟ್ರಸ್ಟ್ (ರಿ.)
ಜೆ.ಪಿ. ನಗರ ಮೊದಲನೇ ಹಂತ,
ಬೆಂಗಳೂರು – 560 078.

**ಆಫ್‌ಸೆಟ್ ಮುದ್ರಣ:**
ಶೇಷಸಾಯಿ ಇ ಫಾರ್ಮ್ಸ್ ಪ್ರೈ.ಲಿ.
ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದೋ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್ ಟ್ರಸ್ಟ್ (ರಿ.)
ಜೆ.ಪಿ. ನಗರ ಮೊದಲನೇ ಹಂತ,
ಬೆಂಗಳೂರು – 560 078.


## ಪರಿವಿಡಿ

### ಜಪ

ಜಡತ್ವದಲ್ಲಿ ದೈವತ್ವದ ಆವಿಷ್ಕಾರ. – ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು


**ಜಪ –ಒಂದು ಸ್ಥೂಲ ಪರಿಚಯ** 3
ಅನು: ಶ್ರೀಮತಿ ವಿಶಾಲಾಕ್ಷೀ ಸತ್ಯನ್

**ಜಪ** 19
ಅನು: ಶ್ರೀ ಪುರುಷೋತ್ತಮ ಗಲಗಲಿ

**ಮಂತ್ರ ಮತ್ತು ಜಪ** 26
ಅನು: ಡಾ॥ ಮಹಾದೇವ ಸಕ್ರಿ

**ಪೂರ್ಣ ಯೋಗದ ಮಂತ್ರಗಳು** 37
ಅನು: ನಾಗಜ್ಯೋತಿ ಮಾನ್ವಿ

**ಮಹಾಮಂತ್ರ – ಸಾವಿತ್ರಿ** 44
ಅನು: ಶ್ರೀ ಕಿಶೋರಕುಮಾರ ಕಾಸಾರ

**ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ 'ಸಾವಿತ್ರೀ' ಮತ್ತು 'ಪೂರ್ಣ ಯೋಗದ ಸಮನ್ವಯತೆ'; ಯೋಗಿಕ ಶಬ್ದಾರ್ಥ** 50
ಅನು: ಶ್ರೀ ಪುಟ್ಟು ಕುಲಕರ್ಣಿ

**ಮುಖಪುಟದ ಕವನಗಳು** 57
ಅನು: ಶ್ರೀ ಪುಟ್ಟು ಕುಲಕರ್ಣಿ

**ವಾರ್ತಾಪತ್ರ** 60

## ಸಂಪಾದಕರ ಟಿಪ್ಪಣಿ

ದೇವರ ನಾಮದಲ್ಲಿಯೇ ಅಪ್ರತಿಮವಾದ ಶಕ್ತಿ ಇದೆ. ರೂಪ ಮತ್ತು ನಾಮ ಇವೆರಡೂ ಪರಸ್ಪರ ಸಂವಹನಾತ್ಮಕವಾಗಿದ್ದು, ಇವೆರಡೂ ಆದಿಮೂಲದ ಶಕ್ತಿಯೇ ಆಗಿದ್ದು ಇದೇ 'ಸೃಷ್ಟಿ'ಯಾಗಿ ರೂಹು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ ಪ್ರಕಾಶ ಮತ್ತು ನಾದ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಈ ದೇವನ ನಾಮ ಮತ್ತು ರೂಪಗಳ ಕುರಿತಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವದು/ ಜಪಿಸುವದು ಆ ತುರೀಯಾತೀತ ಋತವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ದ್ವಾರವನ್ನು ಮುಕ್ತ–ಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಇವೆರಡೇ ಶಕ್ತಿಗಳು ಈ ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಮೂಲಕಾರಣವಾಗಿವೆ. ಇವೆರಡೂ ಸೃಷ್ಟಾರನಿಂದ ಉದಿತಗೊಂಡಿರುವ ಪ್ರಪ್ರಥಮ ಶಕ್ತಿಗಳಾಗಿದ್ದು, ಇವೇ ಆ ತತ್‌ಸ್ವರೂಪದ ಪರಮನನ್ನು ಹೊಂದಲು ಸಕ್ಷಮವಾಗಿವೆ. (ಎಐಎಮ್)

# ಜಪ

## ಒಂದು ಸ್ಥೂಲ ಪರಿಚಯ

**– ಅನು: ಶ್ರೀಮತಿ ವಿಶಾಲಾಕ್ಷೀ ಸತ್ಯನ್, ಬೆಂಗಳೂರು**

### ಮತೀಯ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿ ಜಪ

*ಪ್ರಿಯ ಶ್ರೀಮಾತೆ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಚೇತನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರಿಗೆ, ಮತೀಯ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದವೇ?*

ಮತೀಯಾ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು? ನಿನ್ನ ಪ್ರಕಾರ ಮತೀಯ ಅಭ್ಯಾಸಗಳೆಂದರೇನು? ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ.

ಜಪ, ಮುಂತಾದವು, ಓ ಆ ವಿಷಯಗಳು! ಅದು ನಿನಗೆ ನೆರವಾದರೆ, ಒಳ್ಳೆಯದು. ಅದು ನಿನಗೆ ನೆರವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಅದು ಬರೀ... ಇದು ಒಟ್ಟಾರೆ ತುಲನಾತ್ಮಕವಾದ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಇದು ಪೂರಾ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ನಿನ್ನ ಮೇಲೆ ಅದು ಬೀರುವ ಪರಿಣಾಮ ಮತ್ತು ನೀನು ಅದನ್ನು ಎಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ನಂಬುವೆ ಎನ್ನುವದಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಅದರ ಮೌಲ್ಯವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಬಹುದು. ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ಅದು ನಿನಗೆ ನೆರವಾದರೆ, ಒಳ್ಳೆಯದು. ಮೂಢ ನಂಬಿಕೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಸಾಮಾನ್ಯ ಚೇತನವು ಯಾವಾಗಲೂ ಅದನ್ನು ಮಾಡುವದು. ಅದರ ಕಲ್ಪನೆಯೇನಿರುವದೆಂದರೆ, “ನಾನು ಇದನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ, ವಾರದಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆ ನಾನು ದೇವಸ್ಥಾನ ಅಥವಾ ಚರ್ಚಿಗೆ ಹೋಗಿ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿದರೆ, ನನಗೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದೇನೋ ಆಗುವುದು.” ಇದು ಮೂಢ ನಂಬಿಕೆ, ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲೆಲ್ಲಾ ಹರಡಿದೆ. ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ಇದಕ್ಕೆ ಏನೇನೂ ಬೆಲೆಯಿಲ್ಲ.

**CWM (ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 6/193** **– ಶ್ರೀಮಾತೆ**

### ವಿಧಾನಗಳ ಉಪಯುಕ್ತತೆ

ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯನ್ನು ತರುವದರ ಮೂಲಕ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿರುವ ಯಾವುದೇ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅಂತ್ಯಗೊಳಿಸಬಹುದು.

ನಿನಗೆ ಅದರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯಿದ್ದುದರಿಂದ ನೀನೇ ಆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ಜಪದ ವಿಧಾನವನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಂಡೆ. ಚೇತನದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನೋ ಅದು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿತು. ಆದುದರಿಂದ ನಾನು ಅದನ್ನು ಅಂಗೀಕರಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ನಿರಂತರವಾದ ಶ್ರದ್ಧೆ ಮತ್ತು ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಮಾಡಿದರೆ, ಅದು ಎಲ್ಲಾ ದ್ವಾರಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಬಲ್ಲದು. ಆಂತರಿಕ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸತ್ತೆಯನ್ನು ತೆರೆಯುವ ಮತ್ತೊಂದು ವಿಧಾನವೇ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರೀಕರಣ ಮಾಡಿ ಅಭೀಪ್ಸೆಯನ್ನು ಹೊಂದುವದು. ಮತ್ತೊಂದು ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರೀಕರಣ ಮಾಡುವದು. ನಾನು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿರುವೆ. ಅದು ಆಂತರಿಕ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತೆರೆಯುವದು ಅಥವಾ ಉನ್ನತ ಚೇತನಕ್ಕೆ ಬ್ರಹ್ಮ ರಂಧ್ರದ ಮೂಲಕ ದಾರಿಯನ್ನು ತೆರೆಯುವದು. ಈ ವಿಷಯಗಳು ನನ್ನ ಯಾವುದೇ ಅದ್ಭುತ ಸಂಶೋಧನೆಗಳಲ್ಲ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷಿಸದ ಕಟ್ಟು ಕಥೆಗಳೂ ಅಲ್ಲ. ಸಾವಿರಾರು ಜನರು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ಸಫಲತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನೆರವಾದವುಗಳೆಂದು ಈ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಕಂಡಿರುವ ಅನೇಕರು ಇಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಇರುವರು. ಆದರೆ ಯಾವುದೇ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೂ ಪರಿಣಾಮವು ಒಮ್ಮೆಲೇ ಉಂಟಾಗಿ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ; ಅದನ್ನು ಸತತವಾಗಿ, ಸಹಜವಾಗಿ ನೇರವಾಗಿ ಅದರಲ್ಲಿ ವಿಜಯವನ್ನು ಸಾಧಿಸುವವರೆಗೂ ಮುಂದುವರೆಸಬೇಕು. ಸಂಶಯಭರಿತ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಅದನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಅಥವಾ ಪ್ರಯೋಗದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಫಲತೆಯುಂಟಾಗಬಹುದೇ ಎಂದು ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾ ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹೆಜ್ಜೆ ಇಟ್ಟಾಗಲೂ ಆತುರದ ಹತಾಶೆಯಿಂದ ತುಂಬಿ ಒಂದೇ ಸಮನೆ “ಅದೆಲ್ಲವೂ ಉಪಯೋಗರಹಿತ” ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರೆ ಆಗ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯು ಬಹಳ ಕಷ್ಟವಾಗುವುದು. ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಲ ತೆರೆಯುವಿಕೆಗಾಗಿ ಚಲನೆ ಆದಾಗ ಅಡಚಣೆ ಉಂಟಾಗುವದು. ಆದುದರಿಂದಲೇ ನೀನು ಈ ಎರಡು ವಿಷಯಗಳಿಂದ ದೂರ ಸರಿಯಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿರುವದು ಮತ್ತು ಅದನ್ನೇ ಪುನರಾವರ್ತಿಸುತ್ತಿರುವದು. ಏಕೆಂದರೆ ನೀನು ಏನನ್ನು ಅರಸುತ್ತಿರುವೆಯೋ ಅದರ ವಿರುದ್ಧ ಎಷ್ಟು ಬಲವಾಗಿ ಅವು ನಿಲ್ಲಬಲ್ಲವು ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಬಲ್ಲೆ, ಈ ಅನುಭವವು ನನಗೇ ಸ್ವತಃ ಆಗಿರುವದಲ್ಲದೆ ಇತರರು ಸಹ ಅನುಭವಿಸಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ಅರಿತಿರುವೆ. ಈ ಎರಡು ಅಡ್ಡಿಗಳಿಂದ ತೊಂದರೆಗೊಳಗಾಗಿರುವದು ನೀನು ಮಾತ್ರ ಅಲ್ಲ ಬಹುಪಾಲು ಜನರು ಅವುಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಸೆಣಸಬೇಕಾಯಿತು. ಅವುಗಳ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ

ನೀನು ಅವುಗಳಿಂದ ದೂರ ಸರಿಯಬಹುದಾದರೆ ಆವರಣ ರೇಖೆಯ ಮೇಲಿನ ಅವುಗಳ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆಯ ಉಳಿವು ಅಷ್ಟೇನು ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ; ಏಕೆಂದರೆ ಆ ವೇಳೆಗೆ ತೆರೆಯುವಿಕೆಯು ರಚಿಸಲು ಮತ್ತು ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವದೆರಡಕ್ಕೂ ಸಿದ್ಧವಾಗಿರುವದು ಮತ್ತು ಉಳಿದವು ಅನುಸರಿಸಬಹುದು.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 31/729–30**

## ಜಪ ಮತ್ತು ತಪಸ್ಸಿನ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು

ಜಪ... ಮುಂತಾದವುಗಳಿಂದ ಸನ್ಯಾಸ ಅಥವಾ ಯೋಗದ ಜೀವನವನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಷ್ಟವಾದುದೇನನ್ನೋ ಮಾಡಬಹುದು. ಎಷ್ಟು ಕಷ್ಟವಾದುದನ್ನು ಎಂದರೆ ಕರೆಯನ್ನು ಪಡೆದವರಿಗೂ ಕೊನೆಯ ಹಂತ ತಲುಪುವುದು ಸುಲಭವಾಗಿರದೆ ಇರುವದು, ಮತ್ತು ಕರೆಯನ್ನು ಪಡೆಯದೆ ಇರುವವರಿಗೆ ಅದು ಅಸಾಧ್ಯವೆಂದೇ ಹೇಳಬಹುದು. ಆತನಿಗೆ ಪ್ರಿಯವಾಗಿದ್ದರೆ, ಈ ಪಥದ ಕಡೆಗಿನ ಅಭೀಪ್ಸೆಯೊಂದಿಗೆ ಜಪದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಆತನಿಗೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಅನುಭವವಾದರೆ ಆಗ ಕರೆಯನ್ನು ಪಡೆದಿರುವದರ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯು ಗೋಚರಿಸುವದು. ನಂತರ ಆತನ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಪುನರ್ ಪರಿಶೀಲನೆ ಮಾಡಬಹುದು.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 35/554**

## ಯಾಂತ್ರಿಕ ಹಾದಿಯಾಗಿ ಜಪ

ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಮುದ್ರಿತವಾಗಿರುವದನ್ನು ಅಳಿಸಿಹಾಕಬೇಕು. ಸತ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಪಡೆಯುವದರಿಂದ ಮಾತ್ರ ಅಚ್ಚೊತ್ತಿರುವದನ್ನು ಅಳಿಸಬಹುದು. ಇನ್ನಾವುದೇ ಬೇರೆ ಹಾದಿಯು ಇಲ್ಲ. – ಎಲ್ಲಾ ತರ್ಕ, ಎಲ್ಲಾ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ, ಎಲ್ಲಾ ಅರ್ಥೈಸುವಿಕೆಗಳೆಲ್ಲವೂ ಈ ಭೌತಿಕ ಮನಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ಉಪಯೋಗರಹಿತ. ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸುವದು ಮಾತ್ರವೇ ಉಪಯೋಗಕರ. ಅದಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವೇ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಬೆಲೆ ಕೊಡುವದು: ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದಾದ ಸಾಧ್ಯತೆ.

*

**ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಪಡೆಯುವದು**

ಭೌತಿಕ ಹಂತದಲ್ಲಿ, ಜಪವು ಅದಕ್ಕೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದಾಗಿದೆ. ನಿನ್ನ ತಲೆಗೆ ಆಯಾಸವಾಗಿರುವಾಗ, ಹತಾಶೆಯ ಮನೋಭಾವದೊಂದಿಗೆ ಹೋರಾಡಿ ಸಾಕಾಗಿರುವಾಗ, ನೀನು ನಿನ್ನ ಜಪವನ್ನು ಸುಮ್ಮನೆ ಪುನರಾವರ್ತಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ನೀನು ಅಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಪಡೆಯುವೆ. ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಪಡೆಯುವದರ ಬಗ್ಗೆ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಗೆ ವಿಪರೀತವಾದ ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವದು. ಅದೊಂದು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಹಾದಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಮಾನಸಿಕವಾದ ಹಾದಿಯಲ್ಲ. ಅದು ಯಾಂತ್ರಿಕವಾದ ಹಾದಿ. ಅದು ತರಂಗಗಳ ಪ್ರಶ್ನೆಯಾಗಿದೆ.

**– ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಶಿಷ್ಯನೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಣೆ, 10 ಅಕ್ಟೋಬರ್, 1964**

**ಭೌತಿಕ ಬೋಧನಾ ಶಾಖೆಯಾಗಿ ಜಪ**

ಇದೊಂದು ಬಹುಪಾಲು ಭೌತಿಕ ಭೋದನಾ ಶಾಖೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಸುಪ್ತ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮೇಲೆ, ಅತ್ಯಂತ ಕೆಳಗಿರುವ ಪ್ರಜ್ಞಾರಹಿತತೆಯ ಮೇಲೆ, ಭೌತಿಕತೆಯ ಮೇಲೆ, ಜೀವಕೋಶಗಳ ಮೇಲೆ ಜಪವು ವ್ಯವಸ್ಥಿತಗೊಳಿಸುವ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವದನ್ನು ನಾನು ನೋಡಿರುವೆ – ಅದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಬೇಕಾಗುವದು. ಆದರೆ ಸತತವಾಗಿ ಅದನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸುವದರಿಂದ, ದೀರ್ಘ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅದು ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಪ್ರತಿದಿನ ಪಿಯಾನೋ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕ ಸೂತ್ರಗಳ ಅನುಸರಿಸುವಿಕೆ. ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ನೀನು ಅದನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸುತ್ತಿರು. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನಿನ್ನ ಕೈಗಳು ಚೇತನಾಭರಿತವಾಗುವವು – ಅದು ನಿನ್ನ ದೇಹವನ್ನು ಚೇತನದಿಂದ ತುಂಬುವುದು.

**– ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಶಿಷ್ಯನೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಣೆ, 20 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್, 1960**

**ನೇರ ವಿದ್ಯುತ್ಪ್ರವಾಹದ ಉಪಕರಣವಾಗಿ ಜಪ**

ನಿಜಕ್ಕೂ, ಒಂದು ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವರು ಮತ್ತು ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೊಂದಿರದವರ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ನೀನು ತಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಗುರುತಿಸಬಹುದು. ಯಾರಾದರೂ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೊಂದಿರದಿದ್ದರೆ, ಅವರು ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರೀಕರಣದ

ಬಲವಾದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೂ ಅವರು ಸುತ್ತಲೂ ಮಸುಕು ಮಸುಕಾಗಿ ಅಸ್ಪಷ್ಟವಾದುದೇನೋ ಕಾಣಿಸುವದು. ಒಂದು ವಿಧವಾದ ನಿರ್ದಿಷ್ಟತೆ, ಗಂಭೀರತೆ ಮತ್ತು ಕವಚವನ್ನು ಜಪವು ಅದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ನೀಡುವದು.

**– ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಶಿಷ್ಯನೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಣೆ, 19 ಮೇ, 1959**

## ಜಪ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಶರೀರ

ಜಪವು ಧ್ಯಾನದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಕಾರ್ಯಸರಣಿ–ಅತ್ಯಂತ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನ – ಇದರಿಂದ ಶರೀರ ವಸ್ತುವಿಗೆ ದಿವ್ಯದ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯವನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಜೋಡಿಸಬಹುದು. ನೋಡಿ, ಇದೊಂದು ಶಬ್ದದ ಮಾಂತ್ರಿಕತೆ.

ಸಹಜವಾಗಿ, ಅದರ ಹಿಂದಿನ ಕಲ್ಪನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಸಹ ಜಾಗೃತರಾಗಿದ್ದರೆ, ಬಹಳ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾದ ಚೇತನಾಭರಿತ ಆವಾಹನೆಯಾಗಿ ಜಪವನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಅಧಿಕವಾಗುವವು. ಆದರೆ ಶಬ್ದದ ಮಾಂತ್ರಿಕತೆಯೇ ತಳಹದಿ. ಇದೊಂದು ಅನುಭವ ಸತ್ಯ. ಮತ್ತು ಅದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಜ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಓಂ ಶಬ್ದ, ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುವದು (ಅಂತಹದೇ ಇತರ ಶಬ್ದಗಳು ಸಹ ಇವೆ. ಆದರೆ ಅವುಗಳ ನಡುವೆ ಇದು ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಭರಿತ–ವಾದುದ್ದಾಗಿದೆ).

ಇದು ಭೌತಿಕ ವಸ್ತುವನ್ನು ದಿವ್ಯವಾಗಿ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿದೆ.

ಮತ್ತೊಂದರಿಂದ, ಬಹುಪಾಲು ಇಂತಹದೇ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಲ್ಲಿ, ಭೌತಿಕ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ದಿವ್ಯತೆಯ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯದಿಂದ ಅದು ತುಂಬುವದು. ದಿವ್ಯದೊಂದಿಗಿನ ಹೆಚ್ಚು ನಿಕಟವಾದ ಸೌಹಾರ್ದಭರಿತ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಭೌತಿಕ ವಸ್ತುಗಳಿಗೆ ನೆರವಾಗಲು ಮಾಡುವ ಸಮರ್ಪಣೆಯಾಗಿದೆ ಜಪಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ವಿನಿಯೋಗಿಸುವ ಕಾಲ.

ಮತ್ತು ನಾನು ಮಾಡಿದಂತೆ ನೀವು ಇದರ ಜೊತೆಗೆ, ಒಂದು ಮಂತ್ರದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಜೋಡಿಸಿದರೆ, ಅಂದರೆ ಒಂದು ವಿಧದ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಅಥವಾ ಆವಾಹನೆ, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಸಮೂಹಕ್ಕೆ ನೆರವಾಗಲು ಒಂದು

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಆಗ ಅದು ಹೆಚ್ಚು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾದ ಕಾರ್ಯವಾಗುವದು. ನಂತರ ನಾನು "ಬಾಹ್ಯ" ಕೆಲಸವೆಂದು ಕರೆಯುವದು ಸಹ ಇದೆ: ಇತರರೊಂದಿಗಿನ ಸಂಪರ್ಕ, ಪತ್ರಗಳನ್ನು ಓದುವುದು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಿಸುವದು, ಜನರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವದು ಮತ್ತು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಸಂಸ್ಥೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಶ್ರಮದ ಜವಾಬ್ದಾರಿ (ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಈ ಕೆಲಸವು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ವ್ಯಾಪಿಸುವದು, ಆದರೆ ಭೌತಿಕವಾಗಿ, ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಆಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ ಸೀಮಿತವಾಗಿದೆ).

**– ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಶಿಷ್ಯನೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಣೆ, 3 ಫೆಬ್ರವರಿ, 1962**

## ದಿವ್ಯದ ಸೇವೆಯಾಗಿ ಜಪ

ಹೀಗೆ ಗಮನಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ನಾನು "X" ಮತ್ತು ಆವನ ರೀತಿಯ ಇತರ ಜನರ ಸ್ಥಾನದ ಕಡೆಯೂ ಅವಲೋಕಿಸಿದೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಇಡೀ ಜೀವಮಾನವನ್ನು ಜಪ, ಜೊತೆಗೆ ಧ್ಯಾನ, ಪೂಜೆ ಮತ್ತು ಮತೀಯ ಆಚರಣೆಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಕಳೆಯುವರು (ನಾನು ಪ್ರಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಮಾಡುವವರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುವೆ, ವಂಚಕರ ಬಗ್ಗೆ ಅಲ್ಲ). ಒಳ್ಳೆಯದು, ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕಾಗಿ ಅವರು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕೆಲಸದ ರೀತಿಯು ಅದಾಗಿದೆ; ದಿವ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಸೇವೆ, ಮತ್ತು ಅವರಿಗೆ ಅದು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಹಾದಿಯೆನಿಸಿದೆ – ಬಹುಶಃ ಅದೊಂದೇ ಒಳ್ಳೆಯ ಹಾದಿ – ಆದರೆ ಅದೊಂದು ಮಾನಸಿಕ ನಂಬಿಕೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆಯಾಗಿದೆ. ಏನೇ ಆಗಲೀ, ಒಂದೇ ಒಂದು ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ... ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಪೂಜೆ ಅಲ್ಲ, ಆದರೆ ನೀನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿರುವ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಆಚರಣೆ – ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಆಂತರಿಕ ಅವಸ್ಥೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ಸಾಂಪ್ರದಾಯದ ಸಾಂಕೇತಿಕತೆ ಕೂಡ ದಿವ್ಯದತ್ತಲಿನ ಸಮರ್ಪಣೆಗೆ ನೆರವಾಗಬಹುದು, ದಿವ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿತವಾಗಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ಈ ರೀತಿ ದಿವ್ಯದ ಸೇವೆಯಾಗಿರಬಹುದು. ಈ ವಿಧವಾಗಿ ದೃಷ್ಟಿ ಹರಿಸುವದು ಮುಖ್ಯವೆಂಬುದು ನನ್ನ ಭಾವನೆ. – ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ಅಲ್ಲ, ನನಗೆ ಆ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ನಾನು ಅದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವೆ. ಆದರೆ ದಿವ್ಯಕ್ಕೆ ನೈಜ ಸ್ವ–ಸಮರ್ಪಣೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ

ಅದು ತಡೆಯೊಡ್ಡುವಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿದೆ. ನಾನು ಸ್ವ–ನಿರ್ಧಾರಿತ ಜಪ ಮತ್ತು ನಿಯಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುವೆ (ಅಥವಾ ಯಾರಾದರೂ ನಿಮಗೆ ಜಪ ಮತ್ತು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ನೀಡಿದರೆ ಹೃದಯಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನೀನು ಅಂಗೀಕರಿಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮಾಡುವದು). ಈ ಸ್ವ–ಪ್ರೇರಣಾಪೂರ್ವಕ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪ್ರೇಮದ ಗುರುತಾಗಿ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು, ಅಂದರೆ ದಿವ್ಯಕ್ಕೆ "ನಾನು ನಿನ್ನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವೆ" ಎಂದು ಹೇಳುವಂತಿರಬೇಕು, ನಾನು ಹೇಳುತ್ತಿರುವುದು ನಿನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತಿದೆಯೇ? ಅಂದರೆ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೂಗಳನ್ನು ವ್ಯವಸ್ಥಿತಗೊಳಿಸುವಂತೆ, ಧೂಪವನ್ನು ಬೆಳಗಿದಂತೆ, ಇಂತಹ ಅನೇಕ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಸುಮಧುರವಾಗಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಹಾಕಿದಂತೆ – ಇದೊಂದು ತರಹದ ಸ್ವ–ಅರ್ಪಣೆ.

**– ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಶಿಷ್ಯನೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಣೆ, 3 ಫೆಬ್ರವರಿ, 1962**

## ಅಪೇಕ್ಷೆಗಳ ಪೂರೈಕೆಗಾಗಿ ಜಪ ಮಾಡುವುದು

ಈಗ, ಅದರಿಂದ ಏನನ್ನೋ ಪಡೆಯಬೇಕು ಎಂಬ ಅಪೇಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ಜಪ ಮಾಡುವಿಕೆಯು ಅದನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ಕೆಡಿಸಬಹುದು ಎನ್ನುವುದು ನನ್ನ ಭಾವನೆ. ನೀನು ಅದನ್ನು ಕೆಡಿಸುವೆ. ಯಾರಾದರೂ "ನೀನು ಇದನ್ನು ಮಾಡು ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ನಿಮಗೆ ಅದು ಸಿಗುವುದು" ಎಂದು ಹೇಳಿದರೆ ನನಗೆ ಅದು ಪ್ರಿಯವೆನಿಸುವದಿಲ್ಲ – ಅದು ನಿಜವಾದ ಮಾತು – ಅದು ನಿಜವಾದ ಮಾತು – ಆದರೆ ಅದು ಗಾಳಕ್ಕೆ ಮೀನನ್ನು ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಸಿದಂತೆ. ನನಗೆ ಅದು ಪ್ರಿಯವೆನಿಸುವದಿಲ್ಲ.

ಅದು ದಿವ್ಯಕ್ಕೆ ನಿನ್ನದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಸೇವೆಯಾಗಿರಲಿ, ದಿವ್ಯದೊಂದಿಗಿನ ಸಂಬಂಧವಾಗಿರಲಿ, ಆತನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವದಾಗಲಿ, ಆತನನ್ನು ನಿನ್ನ ಭೌತಿಕ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಎಳೆದು ತರುವದಾಗಿರಲಿ, ಆತನ ಸಾಮೀಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಇರುವದಾಗಲಿ ಮತ್ತು ಆತನನ್ನು ನಿನ್ನ ಕಡೆ ಸೆಳೆಯುವದಾಗಿರಲಿ – ಆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅದು ಬಹಳ ಸುಂದರವಾಗಿರುವದು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಲ ನೀನು ಆ ಪದವನ್ನು ಹೇಳಿದಾಗ ಅದೊಂದು ಆವಾಹನೆಯಾಗಿರಲಿ ಪ್ರೇಮ ತುಂಬಿದ ಪದವೊಂದರ ಉಚ್ಚಾರಣೆಯಾಗಿರಲಿ ಆಗ ಅದು ಸುಂದರ.

ನಾನು ಹಾಗೆಯೇ ಅದನ್ನು ದರ್ಶಿಸುವುದು.

ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿಯ ನಿನ್ನ ಗುರಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ, ಈ ಕೆಲಸ ಮತ್ತು ಬಾಹ್ಯದ ನಡುವೆ ಸಮರ್ಪಕವಾದ ಅನುಪಾತವನ್ನು ನೀನೇ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು; ಬೌದ್ಧಿಕ ಅಥವಾ ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಕೆಲಸ; ಮತ್ತು ನಂತರ ದೇಹದ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳಿವೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ಸಹ ಇದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪೂರೈಸಬೇಕು. ಭಗವಂತನಿಗೆ ಅವುಗಳಿಂದ ಸಂತಸ ಉಂಟಾಗುವಂತಿರಬೇಕು. ನಾನು ಅದನ್ನು ಬಹಳ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡಿರುವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಿನ್ನ ಸ್ನಾನವನ್ನು ಒಂದು ಸಂತಸಾನುಭವವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವದು ಅಥವಾ ನಿನ್ನ ಕೂದಲಿನ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವದು ಅಥವಾ ಮತ್ತೇನೇ ಆಗಿರಲಿ (ಸ್ವ–ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಕ್ಷುಲ್ಲಕ ಚಿಂತನೆಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬಹಳ ಕಾಲವೇ ಅಯಿತಲ್ಲವೇ), ಅಲಕ್ಷ್ಯದಿಂದ ಈ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು, ಅಭ್ಯಾಸ ಬಲ ಮತ್ತು ಅವಶ್ಯಕತೆಗಾಗಿಯೂ ಮಾಡಬಾರದು, ಆದರೆ... ಸುಂದರತೆಯ ಒಂದು ಸ್ಪರ್ಶದೊಂದಿಗೆ, ಆಕರ್ಷಣೆಯ ಸ್ಪರ್ಶದೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ಭಗವಂತನಿಗೆ ಆನಂದವಾಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕು.

**– ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಶಿಷ್ಯನೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಣೆ, 3 ಫೆಬ್ರವರಿ, 1962**

## ಜಪದಲ್ಲಿ ಸಫಲತೆ

ಜಪದ ಹಿಂದಿನ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯೇ ಮತ್ತೆ ಆಗಮಿಸಿರುವದರ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಬೇಸರವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಬಹುಶಃ ಪ್ರತಿಫಲಕ್ಕಾಗಿ ಮನಸ್ಸು ಉಪಕರಣವಾಗಿ ಅದನ್ನು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಿದೆ. ಈ ಎರಡರಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದರಿಂದ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜಪವು ಸಫಲವಾಗುವದು – ಅದರ ಗೂಡಾರ್ಥದ ಭಾವದೊಂದಿಗೆ ಪುನರಾವರ್ತನೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಅದು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವ ಪರಮೋತ್ತಮನ ಆಕರ್ಷಣೆ, ಸೌಂದರ್ಯ, ಶಕ್ತಿ, ಸ್ವಭಾವಗಳನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿಸಿದ ಮನಸ್ಸಿನೊಳಗಿನ ನೆಲೆಯನ್ನು ಚೇತನದೊಳಗೆ ತರುವಿಕೆ, ಅಂದರೆ ಮಾನಸಿಕ ಹಾದಿ, – ಅಥವಾ ಅದು ಹೃದಯದಿಂದ ಆಗಮಿಸಿದರೆ ಅಥವಾ ಅದನ್ನು ಜೀವಂತಗೊಳಿಸುವ ಭಕ್ತಿ ಭಾವದಿಂದ ಗುಣುಗುಣಿಸಿದರೆ ಅದು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾದ ಹಾದಿ. ಮನಸ್ಸು ಅಥವಾ ಪ್ರಾಣವು ಅದರ ಉಳಿಯುವಿಕೆಗೆ ಆಧಾರವನ್ನು ನೀಡಬೇಕು. ಆದರೆ ಅದು ಮನಸ್ಸು ಬತ್ತಿ

ಹೋಗಿ ಪ್ರಾಣವು ವಿಶ್ರಾಂತಿರಹಿತವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಿದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ನೆರವು ಸಿಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬಹುದು. ಆದರೆ ಮೂರನೆಯದೊಂದು ಹಾದಿಯಿದೆ. ಮಂತ್ರದ ಶಕ್ತಿಯ ಮೇಲಿನ ಅವಲಂಬನೆ ಅಥವಾ ಅದರಲ್ಲಿರುವ ಹೆಸರಿನ ಮೇಲಿನ ಅವಲಂಬನೆ, ಆದರೆ ಆಂತರಿಕ ಸತ್ತೆಯ ಮೇಲೆ ಆ ಶಕ್ತಿಯು ಸಾಕಷ್ಟು ತನ್ನ ಕಂಪನಗಳ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರುವವರೆಗೂ ಜಪವು ಮುಂದುವರೆಯಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಮುಂದುವರೆದರೆ ಆಂತರಿಕ ಸತ್ತೆಯು ಒಂದು ನಿಶ್ಚಿತ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಸ್ಪರ್ಶಕ್ಕೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವದು. ಆದರೆ ಫಲಿತಾಂಶಕ್ಕಾಗಿ ಒತ್ತಾಯ ಅಥವಾ ತಳಮಳವು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಗ್ರಹಣಶೀಲತೆಯು ಅವಶ್ಯಕವಿರುವ ಈ ವಿಧಾನವು ತೊಂದರೆಗೆ ಒಳಗಾಗುವದು. ಅದರಿಂದಲೇ ನಾನು ಜನರಿಗೆ ಮಾನಸಿಕ ಶಾಂತತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಒತ್ತಾಯಿಸುವದು ಮತ್ತು ವಿಪರೀತವಾದ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಬೇಡವೆನ್ನುವದು – ಅವಶ್ಯಕವಾದ ಗ್ರಹಣಶೀಲತೆಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಚೈತ್ಯಕ್ಕೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಕಾಲಾವಕಾಶವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಡಬೇಕು – ಕಾವ್ಯ ಮತ್ತು ಸಂಗೀತದ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿರುವೆನೇನೋ ಎನ್ನುವಂತಹ ಸಹಜ ಗ್ರಹಣಶೀಲತೆಯು ಬೇಕಾಗುವದು. ಅದೇ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ ಕಾವ್ಯವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಡ ಎಂದು ನಿನಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿರುವದು – ಅದು ಸಿದ್ಧತೆಗೆ ನೆರವಾಗುವದು ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸುವದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಗ್ರಹಣಶೀಲತೆಯ ಸಮರ್ಪಕವಾದ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವ ಒಂದು ಉಪಕರಣವಾಗಿದೆ. ಮತ್ತು ಆಂತರಿಕ ಸತ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಅದು ಹೊರಗೆ ತೆಗೆಯುವುದು. ಜಪ ಅಥವಾ ಧ್ಯಾನಕ್ಕಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವ್ಯಯಿಸುವುದರಿಂದ ಆಯಾಸವಾಗುವದು. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಸಫಲವಾದವರಿಗೆ ಕೂಡ ಈ ಶ್ರಮವನ್ನು ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವದು ಕಷ್ಟವೆನಿಸುವದು – ಊರ್ಧ್ವದಿಂದ ನಿರಂತರವಾದ ಅನುಭವಗಳ ಪ್ರವಾಹವು ಇರುವ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಈ ಕೆಲಸವು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು.

ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಯ ಆಕ್ರಮಣದಿಂದ ನೀನು ಹೊರಗೆ ಬಂದಿರುವದನ್ನು ತಿಳಿದು ಸಂತಸವಾಯಿತು. ಹಾಗಾಗಲು ನಿನಗೆ ಸಹಾಯ ನೀಡಿದುದು ಜಪ. ದುಃಖ ಮತ್ತು ನೀರಸತೆಯೊಂದಿಗೆ ಜಪ ಮಾಡುವದನ್ನು ನೀನು ತೊರೆಯಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಹಿಂದಿನ ಮತ್ತು ಈಗಿನ ಅನುಭವವು ತೋರಿಸುತ್ತಿದೆ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದರೆ

ಸಮರ್ಪಕವಾದ ಚೇತನವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವ ಅದರ ಸಹಜ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಜಪವು ಆಗ ಮಾಡುವದು – ಜಪವು ಅದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕೆಂಬುದೇ ಅಪೇಕ್ಷೆ. ಅದು ಮೊದಲು ಚೇತನದ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವದು. ಸಮರ್ಪಕವಾದ ಅವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅದರೊಳಗೆ ತರುವದು ಮತ್ತು ಸರಿಯಾದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಸಹ ಉಂಟುಮಾಡುವದು ನಂತರ ಶಕ್ತಿಯ ಅಥವಾ ದೈವದ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯವನ್ನು ತರುವದು. ಜಪ ಮಾಡುವದರಿಂದ ಹಳೆಯ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳಿಂದ ಹೊರಬಂದು ಶಾಂತತೆ ಮತ್ತು ಚೇತನದ ಸರಿಯಾದ ನಿಲುವನ್ನು ಪಡೆದಿರುವದಾಗಿ ನೀನು ನನಗೆ ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ಪತ್ರ ಬರೆದಿರುವೆ. ಈಗ ದುಃಖ ಮತ್ತು ನಿರಾಶೆಗಳ ಆಕ್ರಮಣವನ್ನು ಜಯಿಸಲು ನಿನಗೆ ಅದು ನೆರವಾಗಿರುವದು. ಆ ಪ್ರೇರಣೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಈ ಕೊನೆಯದು ಸಹ ತನ್ನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಇಡೀ ಸ್ವಭಾವದಲ್ಲಿ ಸಮಾಧಾನ ಮತ್ತು ಪ್ರಶಾಂತತೆಗಳು ನೆಲಸಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಲೆಂದು ನಾವು ಆಶಿಸೋಣ.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 29/328–29 – ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು**

**ಜಪದ ಫಲಗಳು**

*ಶೇಖರಣೆ ಮಾತ್ರದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಫಲಿತಾಂಶ ಮತ್ತು ಜಪದ ಫಲವೇನೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿಯದು. ನನಗೆ ಹೇಳಲಾಗುವದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಜಪವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ಬಹುಶಃ ಒಂದು ಕೇಂದ್ರೀಕೃತ ಶಕ್ತಿಯು ಇರುವದು. ಅದು ಜಪದಿಂದ ಬರುವದೋ ಅಥವಾ ನಾನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಣ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಬರುವದೋ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಹೇಳಲಾರೆ.*

ಓ, ಜಪದ ಪದಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನೀನು ಹೇಳುತ್ತಿರುವೆ – ಆ ಪದಗಳನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸಿರುವ ಅನೇಕ ಪೀಳಿಗೆಗಳು ನೀಡಿರುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅವು ಹೊಂದಿವೆ.

*(ಮೌನ)*

ಒಂದು ಶಬ್ದವಿದೆ, ನನಗೆ ಅದು, ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಎನಿಸುವದು – ಅದ್ಭುತ ಮತ್ತು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ (ಅದೇ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶ) ಅದು

ನೀನು ಮಾತನಾಡುವ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿಲ್ಲ, ನಿನಗೆ ನೀಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಅದು ಅವಲಂಬಿಸಿಲ್ಲ. ನೀನು ಉಸಿರಾಡುವ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿಲ್ಲ. ಮತ್ತು ಆ ಶಬ್ದ, ಏನನ್ನೂ ಅರಿಯದೆ, ಮಗುವಾಗಿದ್ದಾಗ ನಾನು ಅದನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೆ (ಫ್ರೆಂಚ್ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಹೇಗೆ ಹೇಳುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದು ನಿನಗೆ ಗೊತ್ತು "ಓ!" ಒಳ್ಳೆಯದು ನಾನು "ಓಂ," ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೆ ಏನನ್ನೂ ತಿಳಿಯದೆ!). ನಿಜಕ್ಕೂ ಆ ಶಬ್ದದೊಂದಿಗೆ ನಾನು ಎಲ್ಲಾ ತರಹದ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನೂ ಸಹ ಮಾಡಿದೆ – ಅದು ಅತ್ಯದ್ಭುತವಾಗಿದೆ, ಓ ಅತ್ಯುತ್ಕೃಷ್ಟ! ಅದು ನಂಬಲಸಾಧ್ಯವಾದುದಾಗಿದೆ.

ಆದುದರಿಂದ ಹಾಗಾದರೆ, ನಿನ್ನ ಅಭೀಪ್ಸೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿತವಾದುದೇನನ್ನೋ ನೀನು ಅದರ ಸುತ್ತಲೂ ನಿರ್ಮಿಸಿದರೆ, – ಆತ್ಮದ ಅವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುವ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಶಬ್ದಗಳು ಅಥವಾ ಪದಗಳು – ಅದು ಅತ್ಯುತ್ತಮವೆಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

ಪರಂಪರೆಯ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಸಿಗುವ ಪಾರಂಪರಿಕ ಲಾಭಗಳಾಗಿವೆ ಅವೆಲ್ಲವೂ. ಏನನ್ನೂ ಹೇಳದೆಯೇ ಅವೆಲ್ಲವೂ ಸಿಗುವವು. ಆದರೆ ಅವೆಲ್ಲವೂ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಬಹಳ ಸೀಮಿತವಾದವು – ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಅದು ನನಗೆ ಕುಗ್ಗಿರುವ ಮತ್ತು ಬಾಡಿರುವವದರ ಅನುಭವವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದೆ. ಅದರಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ರಸವನ್ನು ಹಿಂಡಿಬಿಡಲಾಗಿದೆಯೋ ಎಂಬಂತೆ (!) ಆದರೆ ತತ್‌ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ, ನಿನ್ನ ಆತ್ಮದ ಅವಸ್ಥೆಗೆ ಆ ಶಬ್ದಗಳು ಸಂಬಂಧಿಸಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಹಾಗಾಗುವದಿಲ್ಲ.

**– ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಶಿಷ್ಯನೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಣೆ, 23 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್, 1964**

**ಜಪದ ಅಭ್ಯಾಸ**

*ಪ್ರಿಯ ಶ್ರೀಮಾತೆ, ನೀವು ನನಗೆ ನೀಡಿರುವ ಮಂತ್ರದ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಕೆಲವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಬಯಸುತ್ತೇನೆ.*

*1. ಜಪವನ್ನು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕೇ?*

ನೀನು ಅದರಿಂದ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಮಾಡುವುದಾದರೆ ಹಾಗೆ ಮಾಡಬಹುದು.

*2. ಯಾರಾದರೂ ಏನನ್ನೂ ತಿನ್ನದೇ ಮಾಡಬೇಕೇ?*

ಅದಕ್ಕೇನು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಇಲ್ಲ.

*3. ನಡೆಯುತ್ತಾ ಅಥವಾ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಮಾಡಬಹುದೆಂದು ನೀವು ನನಗೆ ಹೇಳಿದಿರಿ. ಇದರ ಅರ್ಥ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಜಾಗದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇಲ್ಲವೆನ್ನುವಿರಾ?*

ಎಲ್ಲೇ ಆದರೂ ಅದನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವಾಗಿ ಪುನರಾವರ್ತಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು.

*4. ಇದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನೀಗ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಪಂಡಿತ್ ಜೀ ಅವರು ನೀಡಿದ 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಸಣ್ಣ ಜಪವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬಹುದೇ?*

ಯಾವುದೇ ವಿರೋಧದ ಅನುಭವವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನೀನು ಅದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸ–ಬಹುದು. ದಿವ್ಯ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಬೇಕೆಂಬುದೇ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಯಾವುದೇ ಅವ್ಯವಸ್ಥೆ, ಬಾಹ್ಯ ಅಥವಾ ಆಂತರಿಕವಾದವು ನಿನ್ನನ್ನು ತೊಂದರೆಗೀಡುಮಾಡುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಾರದು.

ಗಾಢ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಆಶೀರ್ವಾದಗಳು.

**ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಹೊಸ ಪತ್ರ ವ್ಯವಹಾರ–ಎರಡು, ಪುಟ 244**

## ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಹಠಮಾರಿತನ

ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುವದು ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ, ನಿಧಾನವಾಗಿ, ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ, ಮೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಮರಿ ರೂಪಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವಂತೆ, ನೀನು ಕೋಶವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಕಾಣುವೆ, ಒಳಗೇನಿದೆಯೆಂದು ನಿನಗೆ ತಿಳಿದಿರುವದಿಲ್ಲ. ಅದು ಮೊಟ್ಟೆ ಮಾತ್ರವೋ ಅಥವಾ ಮರಿಯೋ ಎಂದು ಗೊತ್ತಿರುವದಿಲ್ಲ (ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಂಬುದು ಮಾತ್ರ ನನ್ನ ಅರ್ಥ – ವಿಶೇಷವಾದ ಉಪಕರಣಗಳ ಮೂಲಕ ನೋಡಬಹುದು) ನಂತರ ಕೊಕ್ಕು, ಪಿಕ್ ಪಿಕ್ (ಹಿಡಿಯಲು ಹೋಗುವದು) ಮತ್ತು ಚೀಪ್ ಎಂದು ಶಬ್ದ ಮಾಡುವದು! ಮರಿಯು ಹೊರಬರುವದು. ಆ ತರಹ ಚೈತ್ಯ ಸತ್ತೆಯೊಂದಿಗಿನ ಸಂಪರ್ಕವು ಸಹ ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆಗುವದು. ತಿಂಗಳಾನುಗಟ್ಟಲೆ, ಕೆಲವೇ ವೇಳೆ ವರ್ಷಾನುಗಟ್ಟಲೆ, ನೀನು ಮುಚ್ಚಿದ ಬಾಗಿಲಿನ

ಮುಂದೆ ಕುಳಿತಿರಬಹುದು. ನೂಕು, ನೂಕು. ನೂಕುತ್ತಿರುವ ಮತ್ತು ಅನುಭವ, ಒತ್ತಡವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವೆ (ಆದ್ದರಿಂದ ನೋವಾಗುತ್ತಿದೆ!), ಮತ್ತು ಏನೂ ಇಲ್ಲ, ಏನೂ ಫಲವಿಲ್ಲ. ನಂತರ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ, ಏಕೆ ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದು ನಿನಗೆ ತಿಳಿಯದೆಯೇ, ನೀನು ಸುಸ್ತಾಗಿ ಕೂರುವೆ! ಎಲ್ಲವೂ ತನ್ನಂತೆ ತಾನೆ ಅಗಲವಾಗಿ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವದು, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ, ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ – ಅದು ಆಗಿಹೋಯಿತು, ನೀನು ಪೂರ್ಣ ಚೈತ್ಯ ಚೇತನದೊಳಗಡೆಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವೆ ಮತ್ತು ನಿನ್ನ ಚೈತ್ಯ ಸತ್ತೆಯೊಂದಿಗೆ ನಿಕಟತೆಯನ್ನು ಹೊಂದುವೆ. ನಂತರ ಎಲ್ಲವೂ ಬದಲಾಗುವದು – ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಬದಲಾಗುವದು – ನಿನ್ನ ಜೀವನವು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಬದಲಾಗುವದು. ಅದೊಂದು ನಿನ್ನ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಒಟ್ಟಾರೆ ಬದಲಾವಣೆ.

ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ, ಬೇಸರವನ್ನು ಹೊಂದದಿರುವದು, ಒದ್ದಾಡದಿರುವದು, ನಿರಾಶೆ ಹೊಂದದಿರುವದು, ಆತುರವನ್ನು ತೋರದಿರುವದು, ಚಿಂತಿಸದಿರುವದು, ದುಃಖಿಸದಿರುವದು (ಇವು ಎಲ್ಲದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಕೆಟ್ಟದು) – ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಇರು ಮತ್ತು ಹೀಗೆ ಹೇಳು, "ಅದು ಯಾವಾಗ ಬರಬೇಕೋ ಆಗ ಬರುವದು," ಆದರೆ ತಗ್ಗದಿರುವ ಹಠಮಾರಿತನದೊಂದಿಗೆ, ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನಿನಗೆ ಅನಿಸುವದೋ ಅದನ್ನು ಮಾಡು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರು, ಅದು ಅತ್ಯಂತ ಉಪಯೋಗರಹಿತ ಎಂದು ಎನಿಸಿದರೂ ಅದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರು.

*ಆದರೆ ನಿಜಕ್ಕೂ ನನಗೊಂದು ವಿಧಾನವು ಗೊತ್ತಾದರೆ!*

ವಿಧಾನಗಳು ಅನೇಕವಿದೆ – ಪುಸ್ತಕಗಳು ಅವುಗಳಿಂದ ತುಂಬಿವೆ. ನಾನು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದನ್ನೂ ನಿನಗೆ ಅನುಸರಿಸು ಎಂದು ಹೇಳುವದಿಲ್ಲ. ಅದು ಯಾವಾಗಲೂ ಲೇಖಕನು ಉಪಯೋಗಿಸಿದ ವಿಧಾನವಾಗಿರುವದು ಅಥವಾ ಆತನು ಎಲ್ಲೋ ಕೇಳಿದ ವಿಧಾನವಾಗಿರುವದು: ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ವಿಧಾನವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ನೀನು ಕೆಲವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು, ನೀನು ನಿನ್ನದೇ ಆದ ವಿಧಾನವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಆದರೆ ನೀನು ನಿನ್ನದೇ... ನೋಡು, ಜಪವೂ ಸಹ ಅದೇ ತರಹ. ನಿನ್ನ ಜಪವನ್ನು ನಿನಗೆ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ, ಅಲ್ಲವೇ? ನೀನು ಅದನ್ನು ಪಡೆದುಕೋ (ನೀನೇ ಅದನ್ನು ಸ್ವಂತವಾಗಿ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ಆದರೆ ಅದು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಷ್ಟ, ಅದಕ್ಕೆ ಮತ್ತೊಂದು ಹಂತದ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವು ಅವಶ್ಯಕವಾಗುವದು); ಅದನ್ನು ನೆರವೇರಿಸಲು ಬೇಕಾದ ಶಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ನೀನು ನಿನ್ನ ಜಪವನ್ನು ಪಡೆಯುವೆ – ಆದರೆ ನೀನು ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಕಲಿಯಬೇಕು, ಗೊತ್ತಾಯಿತೇ? ಬಹಳ ಕಾಲದವರೆಗೂ ನೀನು ಅದರಲ್ಲಿ ಸಫಲನಾಗದೆ ಇದ್ದಾಗ; ಏನೇನೋ ಘಟನೆಗಳು ಸಂಭವಿಸುವವು – ನೀನು ಮಧ್ಯದಲ್ಲೇ ಅದನ್ನು ಮರೆಯುವೆ ಅಥವಾ ನಿದ್ದೆ ಮಾಡಿಬಿಡುವೆ ಅಥವಾ ಆಯಾಸವನ್ನು ಹೊಂದುವೆ, ತಲೆ ನೋವು ಬರುವದು ಎಲ್ಲಾ ತರದ ತೊಂದರೆಗಳು ಉಂಟಾಗುವವು. ಅಥವಾ ಬಾಹ್ಯದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಮಧ್ಯೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ನಿನಗೆ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವವು. ಒಳ್ಳೆಯದು, ಇಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಅದೇ ರೀತಿ ಆಗುವದು; ನಿನಗೆ ನೀನು ಈ ರೀತಿ ಹೇಳು, "ನಾನು ಅದನ್ನು ಮಾಡುವೆ," ಮತ್ತು ನೀನು ಅದನ್ನು ಮಾಡುವೆ, ಏನೇ ಆದರೂ... ನೀನು ಶತ ಮೂರ್ಖನಂತೆ ಅದರ ಕಡೆ ಚಲಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು; ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ನಿನಗೆ ಅಡ್ಡವಾಗಿ ಬರುವದು ಆದರೆ ನೀನು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಲೇ ಇರುವೆ. ಅದನ್ನು ಮಾಡುವೆನೆಂದು ನೀನು ಹೇಳಿರುವೆ ಮತ್ತು ನೀನು ಅದನ್ನು ಮಾಡುವೆ. ಯಾವುದೇ ಫಲವು ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ – ನಾನು ಚಿಂತಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ನನಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿದೆ – ಪರವಾಗಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಮಾಡುವದಾಗಿ ನಾನು ಹೇಳಿರುವೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಮಾಡುವೆ... ನಾನು ಅದನ್ನು ಮಾಡುವದಾಗಿ ಹೇಳಿರುವೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಮಾಡುವೆ... ಮತ್ತು ನಾನು ಅದೇ ರೀತಿ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುವೆ...

ಹಠಮಾರಿತನದಿಂದ, ನೀನು ಬಲಶಾಲಿಯಾಗಿರಬೇಕು – ಬಲಶಾಲಿ, ಬಲಶಾಲಿ, ಬಲಶಾಲಿ, ನೀನು ಎಲ್ಲಾ ಅಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚೇತನಾರಹಿತತೆಯ ವಿರುದ್ಧ ಬಂಡಾಯ ಹೂಡಿರುವೆ, ಎಲ್ಲಾ ಅಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಅಚೇತನದ ಎದುರಾಗಿ ನಿಂತಿರುವೆ – ಅದು ಒಗ್ಗುವದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ದುರಾಗ್ರಹಪೂರಿತವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಅದು ಕಲ್ಲಿನ ಮೇಲಿರುವ ಒಂದು ಹನಿ ನೀರಿನ ಕಥೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇದೆ; ಕಾಲಾನುಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಬಗ್ಗುವರು. ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಕಲ್ಲಿನೊಳಗೆ ನೀರು ಪ್ರವೇಶಿಸುವದು. ಅದಕ್ಕೆ ಧೀರ್ಘ ಕಾಲ ಬೇಕಾಗುವದು, ಆದರೆ ಅದು ಸಫಲವಾಗುವದು, ಏಕೆಂದರೆ

ಅದು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಹನಿ ಹನಿಯಾಗಿ ಬೀಳುತ್ತಿರುವದು. ಮೊದಲು ಅದು ಓಡಿ ಹೋಗುವದು, ಕೊನೆಗೆ ಒಂದು ರಂಧ್ರವನ್ನು ಕೊರೆಯುವದು ಮತ್ತು ಕೆಳಗೆ ಒಂದು ವಿಶಾಲವಾದ ನದಿ ಹರಿಯುತ್ತಿರುವದು. ಪ್ರಕೃತಿಯು ಅನುಸರಿಸಲು ನಮಗೆ ಈ ಅದ್ಭುತವಾದ ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ನೀಡುವದು. ಅದೇ ಅದಾಗಿದೆ: ನಾವು ಕಲ್ಲಿನ ಮೇಲೆ ಬೀಳುತ್ತಿರುವ ನೀರಿನ ಹನಿಗಳ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕು.

ನೀರು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿ, ಕಲ್ಲು ಚೇತನಾರಹಿತತೆ.

**– ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಶಿಷ್ಯನೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಣೆ, 5 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್, 1962**

## ಜೀವರಹಿತ ಪುನರಾವರ್ತನೆ

*ಪ್ರಿಯ ಶ್ರೀಮಾತೆ, ಜಪದಿಂದ ಆಗುವ ಉಪಯೋಗವಾದರೂ ಏನು? ಯಾರಾದರೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಕುಳಿತಾಗ ಮೌನ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತನ್ನೊಳಗೆ ದೃಢಪಡಿಸಲು "ಶಾಂತಿ" ಮತ್ತು "ಮೌನ"ದಂತಹ ಪದಗಳನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತನೆ ಮಾಡುವದು ಉತ್ತಮವಾದ ವಿಧಾನವೇ?*

ಬರೀ ಪದಗಳ ಪುನರಾವರ್ತನೆಯು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವದಿಲ್ಲ.

ಕೆಲವು ಆದರ್ಶಪ್ರಾಯವಾದ ಅಥವಾ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಜಪಗಳು ಸಹ ಇವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಕೆಳಗಿನ ಮನ ಹತೋಟಿಗೆ ತಂದು ಉನ್ನತ ಶಕ್ತಿಗಳು ಅಥವಾ ದೇವತೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಲು ಜಪಿಸಲಾಗುವದು. ಈ ಜಪಗಳನ್ನು ಗುರುಗಳೇ ನೀಡಬೇಕು. ಅವರು ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳ ಒಳಗೆ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತುಂಬುವರು. ಆ ಮಂತ್ರಗಳು ಯಾರು ತೀವ್ರವಾದ ಯೋಗವನ್ನು ಮಾಡಿ ದಿನದಲ್ಲಿ 5 ರಿಂದ 6 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಯೌಗಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಗಳಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿರುವರೋ ಅವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಉಪಯೋಗಕರ.

ನೀನು ವಿವರಿಸುತ್ತಿರುವ ರೀತಿಯ ಜಪವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಬೀರಲಾರದು. ಅದು ತಾಮಸಿಕ ಮಂಕುತನವನ್ನು ಮಾತ್ರ ತರುವದು. ಅದನ್ನು ಮಾನಸಿಕ ಮೌನವೆಂದು ಭಾವಿಸಬಾರದು.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 16/304**

*ಪ್ರಿಯ ಶ್ರೀಮಾತೆ, ಬಾಹ್ಯದಿಂದ ನಮ್ಮ ಒಳಗಡೆಗೆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಸೆಳೆಯುವದು?*

ನಾವು ಯಾವ ವಿಧವಾದ ಶಕ್ತಿ ಸೆಳೆಯಲು ಬಯಸುವೆವು ಎಂಬುದನ್ನು ಅದು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಸತ್ತೆಯ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜಾಗವೂ ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವದು. ಅದು ಭೌತಿಕ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಅದನ್ನು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಉಸಿರಾಟದ ಮೂಲಕ ಎಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಅನುಕೂಲಗೊಳಿಸುವ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸುವದೆಲ್ಲವೂ, ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಭೌತಿಕ ಶಕ್ತಿಯ ಸೆಳೆಯುವಿಕೆಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸುವದು.

ಆದರೆ ಇತರ ಅನೇಕ ವಿಧದ ಶಕ್ತಿಗಳು ಇವೆ. ಅಥವಾ ವಿಶ್ವಾತೀತವಾದ ಒಂದೇ ಶಕ್ತಿಯ ಹಲವಾರು ರೂಪಗಳು ಇವೆ.

ಮತ್ತು ಉಸಿರಾಟ, ಧ್ಯಾನ, ಜಪ ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರೀಕರಣ ಮುಂತಾದ ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಯೌಗಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಮೂಲಕ ಈ ವಿವಿಧ ಶಕ್ತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ನಾವು ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

**CWM (ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 16/222 – ಶ್ರೀಮಾತೆ**

**ನಿನಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲಾವಕಾಶವಿದ್ದಾಗ**

ನೀನು ಮತ್ತೇನನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲದಿರುವಾಗ, ಧ್ಯಾನಾವಸ್ಥೆಗೆ ಹೋಗಿ "ಓಂ" ಅಥವಾ "ಭಗವಂತ" ಅಥವಾ "ಮಾ" ಎಂಬ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪುನರುಚ್ಚಾರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಿರು. ಮತ್ತು ನಿನ್ನ ಹೃದಯದ ಒಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸು ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಆಸರೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೋ, ಏಕೆಂದರೆ ಆತನ ಹೃದಯವು ಬಹಳ ಮೃದುವಾಗಿದೆ, ಬಹಳ ಮಧುರವಾಗಿದೆ, ಬಹಳ ಪ್ರಿಯವಾಗಿದೆ...

ನೀನು ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತವಾಗಿರುವಾಗ ಮತ್ತು ನಿನ್ನನ್ನು ಕೆಟ್ಟ ಅವಸ್ಥೆಗೆ ತಂದಿರುವದರ ಹೊರತಾಗಿ ಬೇರೇನನ್ನೂ ಚಿಂತಿಸಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾದಾಗ ನೇರವಾಗಿ ಒಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಭಗವಂತನನ್ನು ಆವಾಹಿಸು, ನೀನು ತಕ್ಷಣವೇ ಸಫಲವಾಗದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ನೀನು ಸಫಲನಾಗುವೆ.

ಭೌತಿಕ ಕಣ್ಣುಗಳಿಂದ ಭಗವಂತನನ್ನು ನೋಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಮೊದಲಿಗೆ, ನೀನು ಆತನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಇರುವೆಯೇನೋ ಎಂಬಂತೆ ಭಗವಂತನನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಸಹಜವಾಗಿ, ಇದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಬಹಳ ಕಾಲ ಬೇಕಾಗುವದು. ಜನರಿಗೆ ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳಾದರೂ ಇದನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವದಿಲ್ಲ... ಭಗವಂತನೇ ಪ್ರಾರಂಭ ಮತ್ತು ಭಗವಂತನೇ ಅಂತಿಮ ಎಂಬುದನ್ನು ಎಂದೂ ಮರೆಯಬೇಡ. ಈ ಪ್ರಪಂಚವು ಭಗವಂತನನ್ನು ಮರೆತಿದೆ. ಜನರು ಮೂರ್ಖರಾಗಿರುವರು, ಭಗವಂತನನ್ನು ಮರೆತಿರುವದು ಆದುದರಿಂದಲೇ ಎಲ್ಲಾ ದುಃಖಗಳು ಮತ್ತು ಕಷ್ಟಗಳು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಇವೆ.

**ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರು ನುಡಿದಂತೆ, 9.7.1964**

ಓಂ ಆನಂದಮಯಿ ಚೈತನ್ಯಮಯಿ ಸತ್ಯಮಯಿ ಪರಮೆ

## ಜಪ

**– ಅನು: ಶ್ರೀ ಪುರುಷೋತ್ತಮ ಗಲಗಲಿ**

ಜಪವನ್ನು ಕೈಕೊಳ್ಳುವ ರೀತಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜಪ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಬೇಕಾದರೆ ಅದಕ್ಕಿರುವ ಎರಡು ನಿಬಂಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದನ್ನಾದರೂ ಪಾಲಿಸಬೇಕು – ಮಾನಸಿಕವಾದ ರೀತಿ ಹೀಗಿದೆ: ಜಪದ ಅಂತರಾರ್ಥವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಕೈಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅದರ ಸ್ವರೂಪ, ಸಾಮರ್ಥ್ಯ, ಸೌಂದರ್ಯ, ಅದು ಸೂಚಿಸುವ ದೇವ ಪ್ರಮುಖನ ಆಕರ್ಷಣೆ ಇವುಗಳ ಮೇಲೆ ನೆಲೆಸಿದ ಏನೋ ಒಂದು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರಬೇಕು. ಭಾವನಾತ್ಮಕ ರೀತಿ ಹೀಗಿದೆ: ಜಪ ಹೃದಯದಿಂದ ಮೇಲೆದ್ದು ಬರಬೇಕು ಇಲ್ಲವೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಒಂದು ಬಗೆಯ ಭಾವನೆ ಅಥವಾ ಭಕ್ತಿ ಅನುರಣಿಸಿ ಅದನ್ನು ಜೀವಂತವಾದದ್ದನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು. ಮನಸ್ಸು ಇಲ್ಲವೆ ಪ್ರಾಣಿಕ ಅದಕ್ಕೆ ಆಧಾರ ಇಲ್ಲವೆ ಪೋಷಣೆ ನೀಡಬೇಕು. ಅದು ಮನಸ್ಸನ್ನು ನೀರಸವಾಗುವಂತೆ, ಪ್ರಾಣಿಕವನ್ನು ತಳಮಳಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಆಧಾರ ಇಲ್ಲವೆ ಪೋಷಣೆ ದೊರಕಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಸಹಜವಾಗಿ ಮೂರನೆಯ ರೀತಿಯೊಂದಿದೆ, ಅದು ನಾಮದಲ್ಲಿಯೇ ನೆಚ್ಚಿಕೆಯನ್ನು ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿದೆ, ಆದರೆ ಆಗ ಅದರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ತನ್ನ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಆಂತರಿಕ ಸತ್ತೆಯ ಮೇಲೆ

ಸಾಕಷ್ಟು ಅಚ್ಚೊತ್ತುವವರೆಗೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದೊಂದು ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ದೈವೀ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲವೆ ಸ್ಪರ್ಶಕ್ಕೆ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಆಗುವವರೆಗೆ ಮನುಷ್ಯ ಜಪವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಪರಿಣಾಮಕ್ಕಾಗಿ ಹೆಣಗುವಿಕೆ ಇಲ್ಲವೆ ಒತ್ತಾಯ ಇದ್ದರೆ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಆವಶ್ಯಕತೆಗೆ ತಡೆಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಮಾನಸಿಕ ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಮೇಲೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಒತ್ತುಕೊಟ್ಟು ಹೇಳಿದ್ದೆ, ಪ್ರಯಾಸ ಇಲ್ಲವೆ ಪ್ರಯತ್ನದ ಮೇಲೆ ಒತ್ತುಕೊಟ್ಟು ಹೇಳಿರಲಿಲ್ಲ. ಆ ಒತ್ತುಕೊಡುವಿಕೆ ಚೈತ್ಯ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು ಸ್ವೀಕೃತಿಗೆ ಅವಶ್ಯವಾದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಇತ್ತು – ಆ ಸ್ವೀಕೃತಿ ಕಾವ್ಯ ರಚನೆಗಾಗಿ ಇಲ್ಲವೆ ಸಂಗೀತಕ್ಕಾಗಿ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ದೊರಕಿಸುವ ಹಾಗೆ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿಯೇ ನೀನು ಕಾವ್ಯ ರಚನೆಯ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಕೈ ಬಿಡಬೇಡ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದೆ, ಅದು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ, ತಯಾರಿಗೆ ಅಡ್ಡಿ ಉಂಟಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಸ್ವೀಕೃತಿಗಾಗಿ ಸರಿಯಾದ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿರುವ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊರತರಲು ಒಂದು ಸಾಧನವಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಜಪ ಕೈಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ವ್ಯಯ ಮಾಡುವುದು ಹೊರೆಯಾಗುತ್ತದೆ, ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ರೂಢಿಯಿದ್ದವರಿಗೂ ಕೂಡ ಅದನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದು ಕಠಿಣವಾಗುತ್ತದೆ – ಮೇಲ್ಗಡೆಯಿಂದ ತಡೆಯಿಲ್ಲದ ಅನುಭವಗಳ ಪ್ರವಾಹವಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ಕಠಿಣವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

**SABCL (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದೋ ಜನ್ಮ ಶತಾಬ್ದಿ ಸಂಪುಟ) 23/745 – ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು**

*

**ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರದ ಜಪ**

ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ದೇವೀ ಸತ್ಯದ ಪ್ರಕಾಶ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಅದು ಜ್ಞಾನಕ್ಕಾಗಿ ಇರುವ ಮಂತ್ರ.

*

ಸತ್ತೆಯ ಎಲ್ಲ ಸ್ತರಗಳಲ್ಲಿ ದೈವೀ ಸತ್ಯದ ಪ್ರಕಾಶವನ್ನು ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರ ತರುತ್ತದೆ.

*

ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರವನ್ನು, ಸದ್ಯ ನೀನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿರುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಡುವ ಆವಶ್ಯಕತೆ ಇಲ್ಲ. ಹೃದಯ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದು ಒಂದು ವಿಧಾನ, ಶಿರದ(ಅಥವಾ ಶಿರದ ಮೇಲೆ)ಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದು ಇನ್ನೊಂದು ವಿಧಾನ. ಈ ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಇವೆರಡೂ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ. ಮತ್ತು ಮನುಷ್ಯ ಇವೆರಡರಲ್ಲಿ ಯಾವುದು ಅವನಿಗೆ ಸುಲಭವಾದದ್ದು ಎಂದೆನಿಸಿತ್ತದೆಯೋ ಅದನ್ನು ಅವನು ಕೈಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಸಾಧಿಸುವುದರ ಉದ್ದೇಶ ಹೃದಯ ಕಮಲವಿರುವ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ತೆರೆದಿರಿಸುವು–ದಾಗಿದೆ, ದೈವೀ ಮಾತೆಯ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯದ ಭಾವನೆ ತಂದುಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಮನುಷ್ಯ ತನ್ನ ಆತ್ಮದ ಇಲ್ಲವೆ ಚೈತ್ಯ ಸತ್ತೆಯ ಅರಿವು ಪಡೆಯುವುದಾಗಿದೆ. ಶಿರದಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಸಾಧಿಸುವುದರ ಉದ್ದೇಶ ದೈವೀ ಪ್ರಜ್ಞೆಯತ್ತ ಮೇಲ್ಗಡೆ ಸಾಗಿ ಹೋಗುವುದಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಪ್ರಕಾಶ ಇಲ್ಲವೆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಇಲ್ಲವೆ ಆನಂದವನ್ನು ಎಲ್ಲ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಳಗಿಳಿಸಿ ತರುವುದಾಗಿದೆ.

**SABCL (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದೋ ಜನ್ಮ ಶತಾಬ್ದಿ ಸಂಪುಟ) 23/47 – ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು**

*

**ಪ್ರಣವ ಜಪ**

**ಪ್ರಣವ 1**

ಜಪಕ್ಕೆ ಅದರದೇ ಒಂದು ಶಕ್ತಿಯಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗಿದೆ, ಆದಾಗ್ಯೂ ಅದರ ಅರ್ಥದ ಮೇಲೆ ಧ್ಯಾನ ಕೈಕೊಳ್ಳದೆ ಆ ಶಕ್ತಿ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನನ್ನ ಅನುಭವದ ಪ್ರಕಾರ ಈ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಬದಲಾಗದೆ ಇರುವ ಯಾವ ನಿಯಮವೂ ಇಲ್ಲ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನದು ಸಾಧಕನ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮೇಲೆ ಇಲ್ಲವೆ ಅವನ ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದನದ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರ ಮೇಲೆ ಅದು ಯಾವ ಪರಿಣಾಮವನ್ನೂ ಬೀರುವುದಿಲ್ಲ. – ಇನ್ನಿತರರು ಪರಿಣಾಮ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ ಆ ಮಂತ್ರ ಕುರಿತು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಆವಶ್ಯಕತೆ ಇರುತ್ತದೆ.

**SABCL (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದೋ ಜನ್ಮ ಶತಾಬ್ದಿ ಸಂಪುಟ) 23/748**

*

**ಪ್ರಣವ ಜಪ: ರಹಸ್ಯ**

ಪ್ರಣವ ಜಪ: ರಹಸ್ಯಾರ್ಥಕ ಉಚ್ಚಾರಾಂಶ 'ಓಂ'ದ ಜಪ.

ಉಸಿರಾಟದ ನಿಯಂತ್ರಣದೊಂದಿಗೆ ಜಪ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ನಾನು ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡಲಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಬಹಳ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಪೂರ್ಣವಾದ ವಿಷಯ, ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೈಕೊಂಡರೆ ಅಡೆತಡೆಗಳು ಮೇಲೆದ್ದು ಬರುವಂತಾಗಬಹುದು. ಉತ್ಕಟ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ದೇಹ ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಕೂಡ ಈಡಾಗಬಹುದು.

**SABCL (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದೋ ಜನ್ಮ ಶತಾಬ್ದಿ ಸಂಪುಟ) 23/747**

*

ಗೀತೆಯ ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಜಪ ಗೀತೆಯಲ್ಲಿಯ ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಜಪಕ್ಕಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು, ಹಾಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರ ಉದ್ದೇಶ ಆ ಶ್ಲೋಕಗಳು ಒಳಗೊಂಡ ದೈವೀ ಸತ್ಯವನ್ನು ಸಿದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿರಬೇಕು. 'ಕ್ಷ' ನ ತಂದೆ, ಆ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ, ಬೋಧನೆಯ ಹೃದಯವಿರುವ ಪ್ರಧಾನ ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಆಗ ಅದು ಸರಿಯಾದದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೇಲೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಅವಲಂಭಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಗೀತೆಯ ಸುಸಂಬದ್ಧವಾದ ಸಾರಾಂಶವನ್ನು, ಕೆಲವೊಂದು ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗಿರಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ, ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅದು ಪ್ರಧಾನವಾದ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗಿರಿಸುವ ಈ ಬಗೆಯ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಅವಶ್ಯವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಅದನ್ನು ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸಬಾರದು, ಆದರೆ ಜಪದ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಸಿದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು. ನಾನು ಆ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಆದ್ಯಂತವಾಗಿ ಓದಿಲ್ಲ, ಹಾಗಾಗಿ ಅದು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಆ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಈಡೇರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ.

**SABCL (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದೋ ಜನ್ಮ ಶತಾಬ್ದಿ ಸಂಪುಟ) 24/748**

*

## ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನ ನಾಮದ ಜಪ ಪ್ರಶ್ನೆ

ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನ ನಾಮ ಜಪ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ನಾನು ಯಾವ ಹಾನಿಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅವನ ಸತ್ತೆಯೇ ದೈವೀ ಪ್ರಭು ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ರೂಪ ತಾಳಿದೆ, ಮತ್ತು ಅವನ ಪರಾಶಕ್ತಿಯೇ ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ರೂಪ ತಾಳಿದೆ.

ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು: ಅದರಲ್ಲಿ ಯಾವ ಹಾನಿಯೂ ಇಲ್ಲ. ಅದು ಈ ಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಅಸಂಬದ್ಧವಾಗಿಲ್ಲ, ಅಸಮಂಜಸವಾಗಿಲ್ಲ.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 35/827**

*

ಜಪದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮಂತ್ರ ಜಪ ಮೇಲ್ಗಡೆಗಿರುವ ದೈವೀ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ತೆರೆದಿರಿಸುತ್ತದೆ. ಭೌತಿಕ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಮಂತ್ರ ಬದಲು ಮಾಡಬಹುದೆಂಬುದರಲ್ಲಿ ನನ್ನ ನಂಬಿಕೆ ಇಲ್ಲ. ಮಂತ್ರ ಜಪ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದಾಗ ಅದು ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ತೆರೆದಿರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದರಲ್ಲಿ ಮಂತ್ರ ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಒಳಗೆ ತರುತ್ತದೆ.

*

ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೈಕೊಂಡ ಮಂತ್ರ ಜಪ ಮೇಲ್ಗಡೆಗಿರುವ ಜ್ಞಾನ, ಪ್ರಕಾಶ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಸಾಧನವಾಗುತ್ತದೆ, ಅದಕ್ಕೆ ತೆರೆದುಕೊಂಡ ನಂತರ ಮಂತ್ರ ಜಪ ನಿಂತುಹೋಗುತ್ತದೆ.

*

ನೀನು ಮಂತ್ರ ಜಪದ ಸಹಾಯದಿಂದ ಆಕ್ರಮಣವನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕಲು ಶಕ್ತನಾದೆ ಎಂಬ ವಾರ್ತೆ ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯದಾದದ್ದು. ಇದು ಮತ್ತು ಗತಕಾಲದ ಅನುಭವ ತೋರಿಸಿಕೊಡುವುದೇನೆಂದರೆ ಜಪದೊಂದಿಗಿದ್ದ ಹಳೆಯ ಶುಷ್ಕ ಹಾಗೂ ದುಃಖದಾಯಕ ಒಡನಾಟದ ಮೇಲೆ ಜಯ ಸಾಧಿಸಿದಾಗ ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವ ಅದರ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ಕೈಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂಬುದಾಗಿದೆ – ಏಕೆಂದರೆ ಅದನ್ನೇ ಕೈಗೂಡಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು

ಜಪ ಹೊಂದಿದೆ. ಅದು ಮೊದಲಿಗೆ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಬದಲು ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಅದರಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಸ್ಥಿತಿ ಮತ್ತು ಸರಿಯಾದ ಸ್ಪಂದನಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಂತರ ದೇವತೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಇಲ್ಲವೆ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯವನ್ನು ಒಳಗೆ ತರುತ್ತದೆ. ಹಿಂದೆ ಹಲವಾರು ಸಲ ನೀನು ಬರೆದು ತಿಳಿಸಿದ್ದು ಹೀಗಿದೆ: ಜಪ ಕೈಕೊಂಡುದುದರಿಂದ ನೀನು ಹಳೆಯ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕಲು ಶಕ್ತನಾಗಿದ್ದಿ, ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಸರಿಯಾದ ಹೊರಳುವಿಕೆಯನ್ನು ಮರಳಿ ಪಡೆಯಲು ಶಕ್ತನಾಗಿದ್ದಿ ಮತ್ತು ಈಗ ಆ ಜಪ ವೇದನೆಯ ಆಕ್ರಮಣವನ್ನು ಮತ್ತು ನಿರಾಶೆಯನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿರುವಿ. ಪ್ರಚೋದನೆಯ ಹಾಗೆ ಈ ಕೊನೆಯದೂ ಕೂಡ ತನ್ನ ಬಲವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲಿ ಮತ್ತು ಸ್ಥಿರತೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರಶಾಂತತೆ ಇವು ಇಡೀ ಸ್ವಭಾವದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿತಗೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ಆಶಿಸೋಣ.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 35/827–29 – ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು**

*

ಯಾಂತ್ರಿಕ ಜಪವೂ ಕೂಡ ಅವಚೇತನದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.

*ಪ್ರಶ್ನೆ: ಸಮಗ್ರ ಸಿದ್ಧಿಯನ್ನು ಬಯಸುವಂತಹ ನಮಗೆ ಈ ಎಲ್ಲ ಮಂತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಈ ದೈನಂದಿನ ಜಪ ಇವೆಲ್ಲ ನಿಜವಾಗಿ ಸಹಾಯಕವಾಗಿವೆಯೆ ಇಲ್ಲವೆ ಅವು ಕೂಡ ನಮ್ಮನ್ನು ಒಳಗೆ ಮುಚ್ಚಿಹಾಕುವವೆ?*

ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಅದು ಶಿಸ್ತನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ಅವಚೇತನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಶಿಸ್ತು, ಯೋಚನೆಗಾಗಿ ಇರುವುದಕ್ಕಿಂತ ಚಾರಿತ್ರ್ಯವನ್ನು ಕುರಿತಾದ ಶಿಸ್ತು. ಅದು ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ಶಾರೀರಿಕ ಶಿಸ್ತು. ಅಲ್ಲದೆ ಅವಚೇತನ, ಅಚೇತನ ಮತ್ತು ಭೌತದ್ರವ್ಯ, ದೇಹದ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಇವುಗಳನ್ನು ಸಂಘಟಿಸುವ ಪರಿಣಾಮವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ನೋಡಿದ್ದೇನೆ. – ಅದಕ್ಕೆ ಸಮಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಪಟ್ಟು ಹಿಡಿದು ಪುನರುಚ್ಚರಿಸುವುದರಿಂದ ದೀರ್ಘಕಾಲದ ನಂತರ ಅದರ ಪರಿಣಾಮ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಪಿಯಾನೋ ಬಾರಿಸುವುದನ್ನು ದಿನನಿತ್ಯ ಕೈಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಆಗುವಂತಹ

ಪರಿಣಾಮ. ನೀವು ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಅದನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಕೈಕೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತೀರಿ, ಕೊನೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳು ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿರುತ್ತವೆ – ಅದು ದೇಹವನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ.

**– ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಶಿಷ್ಯನೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಣೆ, 20 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್, 1960**

*

*ಪ್ರಶ್ನೆ: ದೊಡ್ಡ ಧ್ವನಿಯಿಂದ ಕೀರ್ತನೆ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ?*

ಶ್ರೀಮಾತೆ: ನಿಮಗೆ ಯಾವ ಬಗೆಯ ಸಹಾಯ ಬೇಕಾಗಿದೆ ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಅದು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ದಿವ್ಯಾನಂದದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಬಯಸಿದರೆ ದೊಡ್ಡ ಧ್ವನಿ ತೆಗೆಯುವುದು ಮತ್ತು ನೃತ್ಯ ಮಾಡುವುದು ಅದನ್ನು ಸಿದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುವುದು. ಮನುಷ್ಯ ಯೋಗ್ಯನಾಗಿದ್ದರೆ ಇವುಗಳ ಮೂಲಕ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಸಿದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ, ಸರ್ವ ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಇವು ಪ್ರಾಣಿಕ ಚಲನೆಗಳು ಮತ್ತು ಹೀಗೆ ಎರಡು ತುದಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ – ಬಹಳಷ್ಟು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಳಮುಖವಾದ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಇರುತ್ತದೆ. (ಅನುಯಾಯಿಯೊಂದಿಗೆ ಮಾತುಕತೆ)

*

ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಗಾಯತ್ರಿ "ತತ್ ಸವಿತುರ್ವರಮ್ ರೂಪಮ್ ಜ್ಯೋತಿಃ ಪರಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ, ಯನ್ನ ಸತ್ಯೇನ ದೀಪಯೇತ್." ಪರಮೋಚ್ಚನ ದೈವೀ ಪ್ರಕಾಶವಾದ ಸಾವಿತ್ರಿಯ ಅತ್ಯಂತ ಮಂಗಳಕರ ರೂಪವನ್ನು ಕುರಿತು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡೋಣ, ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ದೈವೀ ಸತ್ಯದಿಂದ ಬೆಳಗುವುದು. ಋಗ್ವೇದದಲ್ಲಿರುವ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರಕ್ಕೆ ಹೊಸ ರೂಪಕೊಟ್ಟು ಬರೆದ ಇದು ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರ. ಅದು ಅತಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಅಥವಾ ದೈವೀ ಸತ್ಯ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಹೊಸ ಸಿದ್ಧಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳಿಸಲು ಇದೆ.

**ಶ್ವೇತ ಗುಲಾಬಿಗಳು, ಪುಟ 232** **– ಶ್ರೀಮಾತೆ**

# ಮಂತ್ರ ಮತ್ತು ಜಪ

**– ಅನು: ಡಾ॥ ಮಹಾದೇವ ಸಕ್ರಿ, ವಿಜಯಪುರ**

## ಮಂತ್ರ

ಓಂ ಅಸತೋ ಮಾ ಸದ್ಗಮಯ ।
ತಮಸೋ ಮಾ ಜ್ಯೋತಿರ್ಗಮಯ ।
ಮೃತ್ಯೋರ್ಮಾ ಅಮೃತಂಗಮಯ ।
ಓಂ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ ॥

ನನ್ನನ್ನು ಅಸತ್ಯದಿಂದ ಸತ್ಯದ ಕಡೆಗೆ ನಡೆಸು,
ನನ್ನನ್ನು (ಅಜ್ಞಾನದ) ಕತ್ತಲೆಯಿಂದ (ಜ್ಞಾನದ) ಬೆಳಕಿನ ಕಡೆಗೆ ನಡೆಸು,
ನನ್ನನ್ನು ಮೃತ್ಯುವಿನಿಂದ ಅಮೃತತ್ವದ ಕಡೆಗೆ ನಡೆಸು,
ಓಂ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ ॥

ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಶಿಷ್ಯರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಬೃಹದಾರಣ್ಯಕ ಉಪನಿಷತ್ತಿನಿಂದ (I.3.28) ಮೇಲಿನ ಮಂತ್ರವನ್ನು ತನ್ನ ನೋಟ್ ಬುಕ್ನಲ್ಲಿ ಬರೆದಿದ್ದನು. ಅದರ ಕೆಳಗಡೆ ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು ತಥಾಸ್ತು: "ಹಾಗೇ ಆಗಲಿ!" ಎಂದು ಬರೆದರು.

(ಓಂ ಆನಂದಮಯಿ ಚೈತನ್ಯಮಯಿ ಸತ್ಯಮಯಿ ಪರಮೆ)
(ಓಂ ತತ್ ಸತ್ ಜ್ಯೋತಿರ್ ಅರವಿಂದ)
(ಓಂ ಸತ್ಯಂ ಜ್ಞಾನಂ ಜ್ಯೋತಿರ್ ಅರವಿಂದ)

*

(ತತ್ಸ ವಿತುರ್ವರಂ ರೂಪಂ ಜ್ಯೋತಿ: ಪರಸ್ಯಧೀಮಹಿ)

**ಬೆಂಗಾಲಿ ಬರಹಗಳು**

## ಶಬ್ದವು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ

ಶಬ್ದವು ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ಒಂದು ಧ್ವನಿಯಾಗಿದೆ. ಅದಿಭೌತಿಕ ಸ್ತರದಲ್ಲಿ ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ಸಾಕಾರಗೊಳಿಸಬೇಕಾದಾಗ, ಅದರ ಶಬ್ದ-ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು

ಪುನರಾವರ್ತಿಸುವ ಮೂಲಕ, ಕಲ್ಪನೆಯ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ನಾವು ಉಂಟು ಮಾಡಬಹುದು. ಅದು ಮಂತ್ರ ಮತ್ತು ಜಪದ ತತ್ವವಾಗಿದೆ. ನಾವು ಪರಮಾತ್ಮನ ಹೆಸರನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಕಂಪನಗಳು ಪರಮಾತ್ಮನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಅಣಿಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಇದೇ ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ಬೈಬಲ್‌ನಲ್ಲಿಯೂ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ, "ದೇವರು ಹೇಳಿದ, ಬೆಳಕು ಇರಲಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕು ಅಲ್ಲಿತ್ತು" ಎಂದು. ಇದು ಶಬ್ದದ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿದೆ.

ಶಬ್ದವು ಪ್ರಭಾವ/ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ – ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬರೆಯಲ್ಪಟ್ಟ ಶಬ್ದವೂ ಸಹ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಅದು ಪ್ರೇರಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಶಬ್ದವಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಯಾವ ರೀತಿಯ ಶಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಏತಕ್ಕಾಗಿ ಶಕ್ತಿ ಎನ್ನುವುದು ಸ್ಫೂರ್ತಿಯ ಸ್ವರೂಪ ಮತ್ತು ವಿಷಯದ ಮತ್ತು ಅದು ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವ ಜೀವಿಯ ಭಾಗವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ಸ್ವತಃ ಶಬ್ದವಾಗಿದ್ದರೆ, – ಶ್ರೇಷ್ಠ ಗ್ರಂಥಗಳಾದ ವೇದ, ಉಪನಿಷತ್ತು, ಗೀತೆಯ ಕೆಲವು ಹೇಳಿಕೆಗಳಂತೆ – ಇದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಂತಃಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು, ಮೇಲ್ಮಟ್ಟಕ್ಕೇರಿಸುವ, ಕೆಲವು ರೀತಿಯ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಸಹ ಹೊಂದಿರಬಹುದು. ಇದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವವನ್ನು ವಿರೋಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

*

**ಧ್ಯಾನಕ್ಕಾಗಿ ಮಂತ್ರಗಳು**

ವೇದ ಕವಿಗಳು ತಮ್ಮ ಕಾವ್ಯವನ್ನು ಮಂತ್ರಗಳೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಿದ್ದರು, ಅವುಗಳು ಅವರ ಸ್ವಯಂ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದ ಮಾಧ್ಯಮಗಳಾಗಿದ್ದವು ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೆ ಅವುಗಳು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದ ಮಾಧ್ಯಮಗಳಾಗಬಹುದಿತ್ತು. ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ, ಇವುಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಜ್ಞಾನದೀಪ್ತಿಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ, ಯೋಗದ ಗುರಿಯಾದ ನೆಲೆಗೊಂಡ ಮತ್ತು ಶಾಶ್ವತವಾದ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಲ್ಲ – ಆದರೆ ಅವು ಆ ಪಥದಲ್ಲಿ ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಕೊನೆಪಕ್ಷ ಅವುಗಳು ಆ ಪಥದಲ್ಲಿ ದೀಪಗಳಾಗಿರಬಹುದು. ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳು ಅಥವಾ ಗೀತೆಯ ಶ್ಲೋಕಗಳ ಬಗ್ಗೆ

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಅನೇಕರು ಇಂತಹ ಪ್ರಕಾಶವನ್ನು (ಜ್ಞಾನ), ಆರಂಭಿಕ ಅರಿವನ್ನು ಕೂಡ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಪದವನ್ನು, ಅದರಲ್ಲಿರುವ ಬೆಳಕನ್ನು (ಮಾತು ಅಥವಾ ಬರಹ) ಸಾಗಿಸುವ ಯಾವುದೇ ಸಂಗತಿಯಾಗಿರಲಿ, ಅದು ಈ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಒಳಗೆ ಬೆಳಗಿಸಬಹುದು, ಆಕಾಶವನ್ನು ತೆರೆಯಬಹುದು, ಅದು ಪದವು ದೇಹವಾಗಿರುವ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಯುಗಗಳಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನ್ವೇಷಕರು ತಮ್ಮ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಅವರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಕಾವ್ಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಅದು ಅವರಿಗೂ ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಅಂತಹ ಕಾವ್ಯಕ್ಕೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಥವಾ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಮೌಲ್ಯವನ್ನು ಮತ್ತು ಚೈತ್ಯ ಅಥವಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ವಭಾವದ ಕಾವ್ಯಕ್ಕೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿತ್ವವನ್ನು ನಾನು ನಿಗದಿಪಡಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಅಸಂಬದ್ಧತೆ ಎನ್ನುವುದು ಏನೂ ಇಲ್ಲ.

*

**ಮಂತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ**

ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಜನರಿಗೆ ಮಂತ್ರಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ತಾವು ಸತ್ಯದ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ದರ್ಶನ ಮತ್ತು ಸ್ಫೂರ್ತಿಯಿಂದ ಹೊಂದಿದ್ದೆವು ಎಂದು ಋಷಿಗಳು ವೇದದಲ್ಲಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, "ಸತ್ಯವನ್ನು–ಆಲಿಸುವ ದಾರ್ಶನಿಕರು", ಕಾವ್ಯಃ ಸತ್ಯಶ್ರುತಃ – ವೇದವು ಆಂತರಿಕ ಶ್ರವಣದಿಂದ ಪಡೆದ ಶ್ರುತಿಯಾಗಿದೆ.

*

ನಾವು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಒಂದು ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಉಚ್ಚರಿಸಿದಾಗ, ಆಗಾಗ್ಗೆ ಅದು ತನ್ನೊಳಗೆ ಪುನರಾವರ್ತಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ, ಅಂದರೆ ಅದು ಆಂತರಿಕ ಪುರುಷನಿಂದ ಸ್ವೀಕರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅದು ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

*

ಅದು (ಜಪದ ಪರಿಣಾಮ) ಜಪವನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವದರ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ.

ಅದನ್ನು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದರೆ, ಮಂತ್ರವು ಬೆಳಕು, ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ಮೇಲಿನಿಂದ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಒಂದು ಸಾಧನವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಮುಗಿದ ತಕ್ಷಣ ಅದು ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ.

*

**ಮಂತ್ರ ಶಕ್ತಿ**

ಒಂದು ಮಂತ್ರವು ಭೌತಿಕ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಬದಲಾವಣೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾನು ನಂಬುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದರೆ ಅದು ಏನನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು, ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ತೆರೆಯುವುದು ಮತ್ತು ಮಂತ್ರವು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಅದರಲ್ಲಿ ತರುವುದು.

*

ಮಂತ್ರ–ಶಕ್ತಿ ಎನ್ನುವ ಸಂಗತಿಯೊಂದಿದೆ; ಆದರೆ ಇದು ಕೆಲವು ಷರತ್ತುಗಳ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ.

**ಓಂ ಒಂದು ಮಂತ್ರ**

ಓಂ ಎನ್ನುವುದು ಒಂದು ಮಂತ್ರವಾಗಿದ್ದು, ಅದು ತುರೀಯದಿಂದ ಬಾಹ್ಯ ಅಥವಾ ಭೌತಿಕ ಸ್ತರದವರೆಗೆ ಅದರ ನಾಲ್ಕು ಪ್ರಭಾವ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಬ್ರಹ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಶಬ್ದ–ಪ್ರತೀಕ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದೆ. ಮಂತ್ರದ ಕಾರ್ಯವೆಂದರೆ ಆಂತರಿಕ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದು; ಈ ಕಂಪನಗಳು, ಆ ಮಂತ್ರವು ಯಾವುದನ್ನು ಸಂಕೇತಿಸುತ್ತದೆಯೋ ಮತ್ತು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ತನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಯಾವುದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆಯೋ, ಅದನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಆ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಆದುದರಿಂದ, 'ಓಂ' ಎಂಬ ಮಂತ್ರವು ಎಲ್ಲಾ ಭೌತಿಕ ಸಂಗತಿಗಳಲ್ಲಿ, ಆಂತರಿಕ ಪುರುಷನಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಅತಿ ಭೌತಿಕ ಪ್ರಪಂಚಗಳಲ್ಲಿ, ಈಗ ನಮಗೆ ಅತೀಂದ್ರಿಯವಾಗಿರುವ ಮೇಲಿನ ಕಾರಣ ಸಂಬಂಧ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಸಮಸ್ತ ವಿಶ್ವ–ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನೂ ಮೀರಿದ ಆ 'ಪರಮ ಮುಕ್ತ ಅತೀತ ಸ್ಥಿತಿಯ ದರ್ಶನ ಮತ್ತು ಅನುಭವಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ

ಮಾಡಬೇಕು. ಕೊನೆಯದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಬಳಸುವವರಿಗೆ ಮುಖ್ಯವಾದ ತನ್ಮಯತೆಯಾಗಿದೆ.

*

**ಜಪದ ಬಗ್ಗೆ ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಸಲಹೆ**

ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದೋ ಅವರು ನನಗೆ ಆನಂದಮಯವಾದ ಎರಡು ದಿನಗಳನ್ನು ನೀಡಿದರು. ಆದರೆ ಎರಡನೇ ದಿನದ ಅಂತ್ಯದ ವೇಳೆಗೆ ನಾನು ಅಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾನು ಅರಿತುಕೊಂಡೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಕೆಲಸವು ಮುಂದೆ ಸಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಕೆಲಸವನ್ನು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕು; ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ, ಈ ಭೌತಿಕ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸಾಧಿಸಬೇಕು, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅದು ಅಪೂರ್ಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಆ ಲೋಕದಿಂದ ಹಿಂದೆ ಸರಿದು ಮತ್ತೆ ಇಲ್ಲೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಹೊರಟೆ.

ಆದಾಗ್ಯೂ, ಈ ಪ್ರಪಂಚದಿಂದ ಇನ್ನೊಂದಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು, ಅಥವಾ ಮತ್ತೊಂದು ನಿಜವಾದ ಪ್ರಪಂಚವಾಗಲು, ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಚಿಟಿಕಿ ಹೊಡೆಯುವಷ್ಟು ಸಮಯ ಸಾಕು, ಅಥವಾ ಆಂತರಿಕ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಹಿಂಚಲನೆ ಸಾಕು. ಅದನು ನಾನು ಹೇಗೆ ವಿವರಿಸಲಿ? ... ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಅಗ್ರಾಹ್ಯವಾಗಿದೆ; ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ ಆಂತರಿಕ ಬದಲಾವಣೆ, ಗುಣಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಸಾಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಇದು ಈ ಜಪದಂತೆಯೇ ಇದೆ: ಅಗ್ರಾಹ್ಯವಾದ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಬದಲಾವಣೆ, ಮತ್ತು ಒಬ್ಬರು ಹೆಚ್ಚು–ಕಡಿಮೆ ಯಾಂತ್ರಿಕ, ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಮತ್ತು ನೈಜ ಜಪದಿಂದ ಪ್ರಭಾವ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿದ ನಿಜವಾದ ಜಪಕ್ಕೆ ಹೋಗಬಹುದು. ಈ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನೇ ತಾಂತ್ರಿಕರು ಜಪದ 'ಶಕ್ತಿ' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆಯೇ ಎಂದು ನಾನೂ ಸಹ ಆಶ್ಚರ್ಯಪಟ್ಟೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಒಮ್ಮೆ ನಾನು ಶೀತದಿಂದ ಬಳಲಿದ್ದೆ. ಪ್ರತಿ ಬಾರಿಯೂ ನನ್ನ ಬಾಯಿ ತೆರೆದಾಗ ಗಂಟಲಿನಲ್ಲಿ ಸೆಳೆತ ಉಂಟಾಗಿ ಜೋರಾಗಿ ಕೆಮ್ಮು ಬರುತ್ತಿತ್ತು. ನಂತರ ನಾನು ಜ್ವರದಿಂದ ಪೀಡಿತನಾದೆ. ಈ ಜ್ವರ ಎಲ್ಲಿಂದ ಬರುತ್ತಿದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದೆ, ಮತ್ತು ಅದು ನಿಂತು ಹೋಗಬೇಕೆಂದು ನಾನು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿದೆ. ಎಂದಿನಂತೆ ನನ್ನ ಜಪವನ್ನು ಮಾಡಲು ಎದ್ದೆ, ಮತ್ತು ನಾನು ನನ್ನ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಅತ್ತಿಂದಿತ್ತ ನಡೆದಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ನಾನು ಒಂದು

ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಸಂಕಲ್ಪ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಿಸಬೇಕಿತ್ತು. ಸಹಜವಾಗಿಯೇ, ನಾನು ಗಾಢವಾದ ಧ್ಯಾನಸ್ಥ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಜಪವನ್ನು ಮಾಡಬಲ್ಲೆ; ಜಪವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಅಂತಹ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದಾಡಲೂ ಬಲ್ಲೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಆಗ ದೇಹದ ಯಾವುದೇ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳಾಗಲಿ ಅಥವಾ ತೊಂದರೆಗಳಾಗಲಿ ನಮಗೆ ಅರಿವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆ ಕೆಲಸವನ್ನು ದೇಹದಲ್ಲೇ ಮಾಡಬೇಕಲ್ಲವೇ! ಹಾಗಾಗಿ ನಾನು ಎದ್ದು ಜಪ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಆಗ, ಉಚ್ಚರಿಸಿದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಶಬ್ದದೊಂದಿಗೂ–ಆ ಜ್ಯೋತಿ, ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಗುಣಪಡಿಸುವ ಆ ಪೂರ್ಣ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನಾನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ನಾನು ಆ ಜಪವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ ದಣಿದವನಾಗಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ಅಸ್ವಸ್ಥನಾಗಿದ್ದೆ; ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಮುಗಿಸಿ ಹೊರಬಂದಾಗ ಉಲ್ಲಸಿತನಾಗಿ, ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆದವನಾಗಿ ಹಾಗೂ ಗುಣಮುಖನಾಗಿದ್ದೆ. ಹಾಗಾಗಿ, ಜಪದ ನಂತರ ತಮಗೆ ಸುಸ್ತು, ಸಂಕೋಚ ಅಥವಾ ಬರಿದಾದ ಭಾವನೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳುವವರು, ತಾವು ಅದನ್ನು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದೇ ಅರ್ಥ.

ಕೆಲವು ತಾಂತ್ರಿಕರು ಹೃದಯ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಜಪವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಏಕೆ ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದು ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ. ಒಬ್ಬರು ಒಂದು ಉತ್ಸಾಹವನ್ನು ಬಳಸಿದಾಗ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಶಬ್ದವನ್ನು ತೀವ್ರ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಯಿಂದ ಹೇಳಿದಾಗ, ಆಗ ಎಲ್ಲವೂ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ನಾನು ನನ್ನಲ್ಲಿ, ನನ್ನ ಜಪದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸಬಲ್ಲೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ನಾನು ನನ್ನ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಅತ್ತಿಂದತ್ತ ತಿರುಗಾಡುವಾಗ, ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಪ್ರಪಂಚದಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ – ಅದು ತುಂಬಾ ಅನುಕೂಲಕರವಾಗಿದ್ದರೂ ಸಹ!... ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ವಿಷಯಗಳು ನನಗೆ ಬರುತ್ತವೆ– ಸಲಹೆಗಳು, ಇಚ್ಛೆಗಳು, ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳು. ಆದರೆ ನಾನು ಸ್ವ–ಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ಅರ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮುಂದಾಗುತ್ತೇನೆ: ವಸ್ತುಗಳು ನನ್ನ ಬಳಿಗೆ ಬರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವು ನನ್ನ ತಲೆಯನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ನಾನು ಅವುಗಳನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿಸಿ ಬೆಳಕಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವುಗಳು ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗಾಗಿ, ನಾನು ನನ್ನ ಜಪವನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಯಾರಾದರು ನನ್ನೊಡನೆ ಮಾತನಾಡಿದರೆ, ಅವರು ಏನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ, ನಾನು ಅದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರಿಸಲೂಬಹುದು, ಆದರೆ ಶಬ್ದಗಳು, ಹೊರಗೆ, ತಲೆಯಿಂದ ಕೊಂಚ ದೂರದಲ್ಲಿ ಉಳಿದುಬಿಡುತ್ತವೆ. ಆದರೂ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ಒತ್ತಾಯಿಸುವಂಥ

ಸಂಗತಿಗಳು, ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಬಯಕೆಗಳು ನನ್ನ ಮುಂದೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಸ್ವಲ್ಪ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಜಪದಲ್ಲಿ ವಿರಾಮವಿಲ್ಲದೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ಸಂಭವಿಸಿದಲ್ಲಿ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನನ್ನ ಜಪದ ಗುಣಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿ, ಸಂಪೂರ್ಣ ಬೆಳಕಾಗಿರುವುದರ ಬದಲಾಗಿ, ಅದು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ನೀಡುವ ಸಂಗತಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ಖಚಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ, ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ದೀರ್ಘಕಾಲ ಫಲ ನೀಡುವಂಥವು–ಗಳಾಗಿರುತ್ತದೆ; ಈ ಭೌತಿಕ ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲಾ ವಸ್ತುಗಳಂತೆ ಅದು ಅನಿಶ್ಚಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೂ ಎರಡು ಜಪಗಳ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವು ಅಗ್ರಾಹ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ; ಅದು ಜಪವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಯಾಂತ್ರಿಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಹೇಳುವುದರ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ನಾನು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗಲೂ ಜಪದ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅರಿವಿನಲ್ಲಿಯೇ ಇರುತ್ತೇನೆ – ನಾನು ಅದನ್ನು ಪ್ರತಿ ಪದಾಂಶಕ್ಕೂ ಪೂರ್ಣ ಅರ್ಥವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾ ಪುನರಾವರ್ತಿಸುತ್ತೇನೆ. ಆದರೆ ಅದೇನೇ ಇದ್ದರೂ, ಅಲ್ಲಿ ಒಂದು ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ. ಒಂದು ಸರ್ವಶಕ್ತ ಜಪ; ಇನ್ನೊಂದು, ಬಹುತೇಕ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜಪ... ಅಲ್ಲಿ ಆಂತರಿಕ ಮನೋಭಾವದಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ. ಬಹುಶಃ ಜಪವು ನಿಜವಾಗಲು, ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸಂತೋಷ, ಉಲ್ಲಾಸ, ಉತ್ಸಾಹದ ಬಿಸಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ – ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸಂತೋಷವನ್ನು. ನಂತರ ಎಲ್ಲವೂ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ.

**– ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಶಿಷ್ಯನೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಣೆ, 6 ಅಕ್ಟೋಬರ್, 1959**

## ಪ್ರಣವ ಜಪ

ಅದು (ಪ್ರಣವ ಜಪ) ತನ್ನದೇ ಆದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು ಎಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗಿದೆ, ಆದರೆ ಆ ಶಕ್ತಿಯು (ಪ್ರಣವ ಜಪದ) ಅರ್ಥದ ಮೇಲೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನನ್ನ ಅನುಭವವೆಂದರೆ ಈ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಬದಲಾಗದ ನಿಯಮವಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಾಧಕನಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಇದು ಯಾವುದೇ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವುದಿಲ್ಲ,

ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಸಹ ಇದು ತ್ವರಿತ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯುತ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆ – ಇನ್ನು ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಕಾಣಲು ಧ್ಯಾನವು ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 29/322–24**

ಉಸಿರಾಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆ ಹೆಸರನ್ನು ನಾನು ಹೇಳಲಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವು ಬಹಳ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ ವಿಷಯ, ಆದರೆ ಅಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ಮಾಡಿದರೆ ಅದು ದೇಹದಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ತೀವ್ರತರವಾದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಸಹ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 29/327**

**ಸೋಹಂ ಎಂಬ ಮಂತ್ರ**

ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವದಲ್ಲಿರುವಂತೆ ಒಂದು ದೈವೀ ನಾಮ ಅಥವಾ ಒಂದು ಮಂತ್ರವು (ಸೋಹಂ ಮಂತ್ರದಂತೆ) ಆಧಾರವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಉಸಿರಾಟದಲ್ಲಿ ಚಲಿಸಬಹುದು. ಅದು ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದಾಗ, ನೀವು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ಮಾತನಾಡುವ ಆರಂಭ ಅದು ಅಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅದು ಆಕಾಂಕ್ಷೆಯನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ – ಆ ಆರಂಭವನ್ನು ತಡೆಯುವ ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ತೆಗೆದುಹಾಕುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಅದು ಹೊಂದಿರುವ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಸೋಹಂ ಮಂತ್ರವು ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾವ ಅನುಭವದೆಡೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ ಎಂದರೆ, ಎಲ್ಲೆಡೆ ಒಬ್ಬನೇ ಇರುವ, ಎಲ್ಲರೂ ದೈವೀ ಸ್ವರೂಪರು, ತಾನು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರೂ ಮೂಲಭೂತವಾಗಿ ಆ ದೈವದೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗಿರುವಂಥ ಅನುಭವ. ಇದು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಮೌನವಾಗಿರುವ ಒಬ್ಬರ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಸ್ತಿತ್ವವು ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಷಯವಾಗುವುದನ್ನು ಇಲ್ಲವಾಗಿಸುವ ಒಂದು ಅನುಭವ; ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ದೇಹವನ್ನು ವಿಶಾಲ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಬಿಂದು ಅಥವಾ ಸಣ್ಣ ವಸ್ತುವಾಗಿ, ಪ್ರಜ್ಞೆ ಅಥವಾ ದೈವೀ ಆನಂದ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ತಾನು ಆ ವಿಶಾಲ

ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಹರಡಿಕೊಂಡಂತೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ – ನಾವು ಜಗತ್ತಿನೊಳಗೆ ಅಲ್ಲ, ಜಗತ್ತು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಇದ್ದಂತೆ ಅಥವಾ ಜಗತ್ತು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗಿ ಮತ್ತು ಪರಮಾತ್ಮನೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗಿ ಇದ್ದಂತೆ. ಈ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಬರುವಂಥದ್ದು "ವಿಶ್ವ ಪ್ರಜ್ಞೆ". ನಮ್ಮ ಯೋಗಕ್ಕೆ ಇದು ಕೇವಲ ಆರಂಭ ಮಾತ್ರ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಯೋಗದಲ್ಲಿರುವಂತೆ ಅಂತ್ಯವಲ್ಲ – ಮೋಕ್ಷ, ಸಿದ್ಧಿಯಲ್ಲ.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 29/324–25**

**ಜಪವಾಗಿ ಗೀತೆಯ ಶ್ಲೋಕಗಳು**

ಉದ್ದೇಶವು, ಶ್ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಅಡಕವಾಗಿರುವ ಸತ್ಯವನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿ–ಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿದ್ದರೆ, ಆ ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಜಪವಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು. ಆ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಎಕ್ಸ(X) ಎನ್ನುವವರ ತಂದೆಯು ತತ್ವಬೋಧನೆಯ ತಿರುಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂಥ ಪ್ರಧಾನವಾದ ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಆಗ ಅದು ಸರಿ. ಎಲ್ಲವೂ ಶ್ಲೋಕಗಳ ಆಯ್ಕೆಯ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಗೀತೆಯ ಬೋಧನೆಯ ಸುಸಂಬದ್ಧ ಸಾರಾಂಶವನ್ನು ಕೆಲವು ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸುವ ಮೂಲಕ ಸುಲಭವಾಗಿ ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅದು ಮುಖ್ಯ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸುವ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ– ಬೌದ್ಧಿಕ ಪ್ರತಿಪಾದನೆಗಾಗಿ ಅಲ್ಲ, ಆದರೆ ಜಪದ ಉದ್ದೇಶವಾದಂಥ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದಲ್ಲಿ ಗ್ರಹಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 29/328**

**ಜಪದ ಪ್ರಭಾವ**

ಮಂತ್ರ ಜಪವು ಮೇಲಿನಿಂದ ಬರುವ ಶಕ್ತಿಗೆ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ತೆರೆಯುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಮಂತ್ರವು ಭೌತಿಕ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು ಎನ್ನುವ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ನಾನು ನಂಬುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸವೇನೆಂದರೆ, ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಮಂತ್ರವು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವಂಥ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಅದರಲ್ಲಿ ತರುವುದು.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 35/828**

## ಜಪವು ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಸಂಯೋಜಿಸುತ್ತದೆ

*ಪ್ರಶ್ನೆ: ಆದರೆ ಸಮಗ್ರ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಬಯಸುವ ನಮಗೆ, ಈ ಎಲ್ಲಾ ಮಂತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಈ ದೈನಂದಿನ ಜಪ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಒಂದು ಸಹಾಯವೇ, ಅಥವಾ ಅವು ನಮ್ಮನ್ನು ಒಳಗೆ ಬಂಧಿಸುತ್ತವೆಯೇ?*

ಅದು ಶಿಸ್ತನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಚಿಂತನೆಗಿಂತ ಸ್ವಭಾವದ ಸುಪ್ತಪ್ರಜ್ಞೆಯ (ಬಹತೇಕ) ಒಂದು ಶಿಸ್ತಾಗಿದೆ. ...

ಬಹುತೇಕ ಇದೊಂದು ಭೌತಿಕ ಶಿಸ್ತಾಗಿದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ, ಜಪವು ಸುಪ್ತಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮೇಲೆ, ಅಜಾಗೃತದ ಮೇಲೆ, ವಸ್ತುವಿನ ಮೇಲೆ, ದೇಹದ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಮೇಲೆ ಸಂಯೋಜನಾ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾನು ನೋಡಿದ್ದೇನೆ – ಅದಕ್ಕೆ ಸಮಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅದನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಪುನರಾವರ್ತಿಸುವುದರಿಂದ, ದೀರ್ಘಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಅದು ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಇದರ ತತ್ವವು, ಪಿಯಾನೋದಲ್ಲಿ ದೈನಂದಿನ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ತತ್ವದಂತೆಯೇ ಇದೆ. ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಪುನರಾವರ್ತಿಸುತ್ತೀರಿ, ಮತ್ತು ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳು ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದ ಚಲಿಸಲಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ – ಅದು ದೇಹವನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ.

**– ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಶಿಷ್ಯನೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಣೆ, 20 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್, 1960**

## ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರ

ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರದ ಶಕ್ತಿಯು ದೈವೀ ಸತ್ಯದ ಬೆಳಕಾಗಿದೆ. ಅದು ಜ್ಞಾನದ ಒಂದು ಮಂತ್ರವಾಗಿದೆ.

*

ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರವು, ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಎಲ್ಲ ಸ್ತರಗಳಲ್ಲಿ ಸತ್ಯದ ಬೆಳಕನ್ನು ತರುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಇರುವ ಮಂತ್ರವಾಗಿದೆ. "ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದೋ ಮೀರಾ" ಎನ್ನುವ ಇನ್ನೊಂದು ಮಂತ್ರವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

*

ಗಾಯತ್ರಿ ಜಪವನ್ನು ಅಥವಾ ನೀವು ಪ್ರಸ್ತುತ ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹೃದಯದಲ್ಲಿನ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಒಂದು ವಿಧಾನವಾದರೆ, ತಲೆಯಲ್ಲಿನ (ಅಥವಾ ಮೇಲೆ) ಏಕಾಗ್ರತೆಯು ಇನ್ನೊಂದು ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ; ಈ ಎರಡೂ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಲಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದು ಅತ್ಯಂತ ಸುಲಭ ಹಾಗೂ ಅತ್ಯಂತ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವೆಂದು ತೋರುತ್ತದೆಯೋ ಅದನ್ನು ನಾವು ಮಾಡಬಹುದು. ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಉದ್ದೇಶವು ಅಲ್ಲಿರುವ ಹೃದಯ ಕಮಲ ಅಥವಾ ಕಣ್ಣನ್ನು ತೆರೆಯುವುದಾಗಿದೆ, ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ದಿವ್ಯಮಾತೆಯ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ದಿವ್ಯತೆಯ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿರುವ ನಮ್ಮ ಆತ್ಮನ ಅಥವಾ ಚೈತ್ಯ ಪುರುಷನ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವನ್ನು ಹೊಂದುವುದಾಗಿದೆ. ತಲೆಯಲ್ಲಿನ ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಉದ್ದೇಶವು ದೈವೀ ಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಏರುವುದಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಶ್ರೀಮಾತೆಯ ಅಥವಾ ಅವಳ ಶಕ್ತಿಯ ಅಥವಾ ಆನಂದದ ಬೆಳಕನ್ನು, ಕೆಳಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಕೇಂದ್ರಗಳಿಗೆ ತರುವುದಾಗಿದೆ. ಈ ಆರೋಹಣ ಮತ್ತು ಅವರೋಹಣ ಚಲನೆಯು ನಿಮ್ಮ ಜಪದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಧ್ವನಿತವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಆದ್ದರಿಂದ ಅದನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 29/325 – ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು**

**ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರಿಂದ ಕೊಡಲ್ಪಟ್ಟ ಒಂದು ಮಂತ್ರ/ಪ್ರಾರ್ಥನೆ**

*"ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು, ನನ್ನ ಹೃದಯವನ್ನು, ನನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು*
*ನಿಮ್ಮ ಬೆಳಕಿಗೆ, ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಗೆ, ನಿಮ್ಮ ಶಕ್ತಿಗೆ ತೆರೆಯಿರಿ.*
*ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ನಾನು ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನುನೋಡುವಂತಾಗಲಿ."*

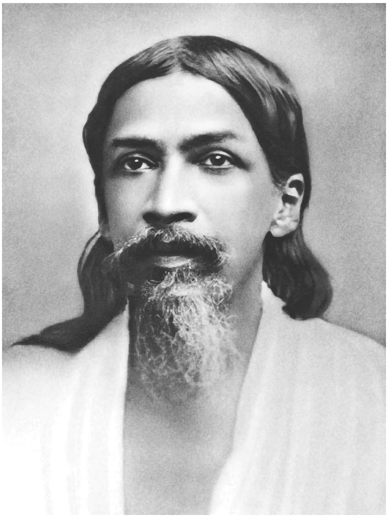
ಮೇಲಿನ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಕಳಿಸುವಾಗ ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದೋ ಅವರು ಹೀಗೆ ಬರೆದರು:

*"ನಾನು ನಿಮಗಾಗಿ ಮಂತ್ರದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹೆಸರುಗಳೊಂದಿಗೆ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದೇನೆ. ಅದು ನಿಮ್ಮ ಕಷ್ಟವನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಮತ್ತು ಒಂದು ಆಂತರಿಕ ಗಟ್ಟಿತನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ."*

ಮಂತ್ರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ ನಂತರ ನಾನು ವಿಚಾರಿಸಿದೆ: “ನಾನು ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಒಂದೇ ಮಂತ್ರವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕೇ?”

“ಹೌದು”, ಎನ್ನುವುದು ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಉತ್ತರವಾಗಿತ್ತು.

**ಸತ್ಯೇಂದ್ರ ಠಾಕೂರ್: ಅವರ ಗಾಢವಾದ ಸಹಾನುಭೂತಿ, 16.7.1938**



(ಓಂತತ್ ಸತ್ ಜ್ಯೋತಿರ್ ಅರವಿಂದ)

## ಪೂರ್ಣ ಯೋಗದ ಮಂತ್ರಗಳು

**– ಅನು: ನಾಗಜ್ಯೋತಿ ಮಾನ್ವಿ**

### ಪೂರ್ಣ ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಲ್ಲ

ಈ ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಸಾಧನವು ಯಾವುದೇ ನಿಶ್ಚಿತ ಮಾನಸಿಕ ಬೋಧನೆಯಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಪೂರ್ವ ನಿರ್ಧಾರಿತ ಧ್ಯಾನದ ರೂಪಗಳಾಗಲಿ, ಮಂತ್ರಗಳು ಅಥವಾ ಬೇರೆಯವುಗಳಿಂದಾಗಲಿ ನಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅಭೀಪ್ಸೆಯಿಂದ, ಅಂತರಂಗ ಅಥವಾ ಉನ್ನತದ ಕಡೆಗೆ ಸ್ವಯಂ ಏಕಾಗ್ರತೆ, ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಇರುವ ದೈವೀ ಶಕ್ತಿಗೆ

ಮತ್ತು ಅದರ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ನಮ್ಮನ್ನು ತೆರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಹೃದಯದಲ್ಲಿರುವ ದೈವೀ ಸಾನಿಧ್ಯಕ್ಕೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹಾಗೂ ಈ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿರುವ ಎಲ್ಲವನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಸ್ವಯಂ ತೆರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯು ಶ್ರದ್ಧೆ, ಅಭೀಪ್ಸೆ ಮತ್ತು ಆತ್ಮ ಸಮರ್ಪಣೆಯ ಮೂಲಕವೇ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 29/30**

## ಪೂರ್ಣ ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಮಂತ್ರಗಳಿಲ್ಲ

ಈ ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಮಂತ್ರವಿಲ್ಲ, ಮಂತ್ರಗಳ ಮೇಲೆ ಯಾವುದೇ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಹತ್ವ ಕೊಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಆದಾಗ್ಯೂ ಸಾಧಕರು ತಮಗೆ ಸಹಕಾರಿಯೆನಿಸಿದರೆ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ತಮಗೆ ಉಪಯೋಗ–ವಾಗುವವರೆಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿನ ಅಭೀಪ್ಸೆ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಸತ್ತೆ ಮನ, ಹೃದಯ, ಸಂಕಲ್ಪದ ಏಕಾಗ್ರತೆಗೆ ಮಹತ್ವ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಮಂತ್ರವು ಸಹಾಯಕ ಎಂದೆನಿಸಿದರೆ ಅದನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. “ಓಂ”ನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿದರೆ (ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಅಲ್ಲದೆ) ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಉನ್ನತಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಬಹಿರಂಗಕ್ಕೆ (ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕ ಪ್ರಜ್ಞೆ), ಅದೇ ರೀತಿ ಅವತರಿಣಿಕೆಗೆ ಬಹಳ ಸಹಾಯಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 29/324**

ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಮಂತ್ರವನು ಕೊಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಅವನು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬರಬೇಕು ಎಂಬ ವಿಚಾರ ಸಂಪೂರ್ಣ ತಪ್ಪಾಗಿದೆ. ಈ ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಅಂತರಂಗದಿಂದ ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರಿಗೆ ತೆರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದೇ ನಿಜವಾದ ದೀಕ್ಷೆಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಕೇವಲ ಅಭೀಪ್ಸೆಯ ಮೂಲಕ ಹಾಗೂ ಮನ, ಪ್ರಾಣದಲ್ಲಿರುವ ಅವಿಶ್ರಾಂತತೆಯನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದರ ಮೂಲಕವೇ ಬರುತ್ತದೆ.

*

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಯಾವುದೇ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾರು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರನ್ನು ಕರೆಯಲು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

*

**ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಮಂತ್ರದ ಉಪಯೋಗ**

ನಿಯಮದ ಪ್ರಕಾರ ಈ ಸಾಧನದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಒಂದೇ ಒಂದು ಮಂತ್ರವೆಂದರೆ ಅದು ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಹೆಸರು ಅಥವಾ ನನ್ನ ಮತ್ತು ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಹೆಸರು. ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು, ಈ ಎರಡನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು ಆದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದಕ್ಕೂ ಅದರದೇ ಆದ ಪರಿಣಾಮಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಚೈತ್ಯ ಪುರುಷನು ಅರಿತುಕೊಂಡಿರುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಅದು ಭಕ್ತಿ, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ, ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಜೊತೆಗೆ ಐಕ್ಯತೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ, ನಮ್ಮ ಹೃದಯದ ಆಳದಲ್ಲಿ ಆಕೆಯ ಸಾನಿಧ್ಯ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ನಮ್ಮ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಮೇಲೆ ಆಕೆಯ ಶಕ್ತಿಯ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಮನದ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದರಿಂದ ಆತ್ಮ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾಗುತ್ತದೆ, ಯಾವ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಆಚೆಗಿರುತ್ತದೆಯೋ, ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ದೇಹದ ಆಚೆಗೆ ಆರೋಹಣವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಅವರೋಹಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಅವಶ್ಯವಾಗಿ "ಶಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ" ಯಾವುದೇ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿರುವುದಿಲ್ಲ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಹೆಸರು ಎಲ್ಲಾ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ; ಆದರೆ ಕೆಲ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಇಬ್ಬರ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಜಪಿಸುವದರಿಂದ ವಿಶೇಷವಾದ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 29/326**

**ನಾಮ ಜಪ ಅಥವಾ ನಾಮ ಸ್ಮರಣ**

ದೈವದ ಹೆಸರನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ, ಆರಾಧನೆಗಾಗಿ, ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು, ಅಂತರಂಗದ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ತೆರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು, ದೈವನ ಆ ಅಂಶವನ್ನು

ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಉಪಯೋಗಿಸಲಾಗುವುದು. ನಮ್ಮ ಅವಚೇತನದಲ್ಲಿಯೂ ಅದು ಅವಶ್ಯವಾಗಿ ಕಾರ್ಯಗೈಯಬೇಕೆಂದರೆ ನಾವು ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರಭಾವಶಾಲಿಯಾಗಿ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

*

**ನಾಮ ಜಪದ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿತ್ವ**

ನಾಮ ಜಪದ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿತ್ವವು ವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಆತ ಹೇಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ. ಸರಿಯಾದ ಶ್ರದ್ಧೆ ಮತ್ತು ಸರಿಯಾದ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ಬಳಸಿದಾಗ ದೇವರ ನಾಮಕ್ಕೆ ಅದರಲ್ಲಿಯೇ ಶಕ್ತಿಯಿದೆ.

*

ನಾಮ ಜಪದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಶಕ್ತಿ ಇದೆ.

*

ಹೃದಯದಿಂದ ಮತ್ತು ಆತ್ಮದಿಂದ ಬರುವ ನಾಮೋಚ್ಚಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿಯಿರುತ್ತದೆ; ಕೇವಲ ಮನದಿಂದ ಪುನರುಚ್ಚರಿಸುವದಷ್ಟೇ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

*

ಯಾವುದೇ ನಾಮದಿಂದ ಕರೆದರೂ ಅದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯು ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರೇ ಆಗಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ನಾಮವು ದೈವನ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಅಂಶವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಆ ಅಂಶಕ್ಕೆ ಮಿತಿಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ; ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ಶಕ್ತಿಯು ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಸಹಜವಾಗಿ, ನಾವು ಜಾಗೃತವಾಗಿದ್ದಾಗ, ಯಾವ ನಾಮದ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತೇವೆಯೋ ಅದು ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಪುನರುಚ್ಚರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರನ್ನು ಕರೆಯುವುದು ಅವಶ್ಯವಾಗಿ ಪುನರುಚ್ಚರಣೆಯಾಗಿರಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ – ಕಷ್ಟದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಅಥವಾ ಅವಶ್ಯವಿದ್ದಾಗ ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದ ಸತ್ತೆಯು ಆಕೆಯನ್ನು ಕರೆಯುತ್ತದೆ.

ಉಸಿರಾಟದ ಜೊತೆ ನಾಮ ಜಪ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಾನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ, ಅದು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವು ಶಕ್ತಿಶಾಲಿಯಾದುದೇ

ಆಗಿದೆ, ಆದರೆ ಅದನ್ನು ತಪ್ಪು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದರೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಡೆತಡೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವು ತೀವ್ರವಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ದೇಹಕ್ಕೆ ಅನಾರೋಗ್ಯವನ್ನು ತರಬಹುದು.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 29/327**

**ಜಪದಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ಸು**

ನನ್ನನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಿ ಜಪದ ಬಗ್ಗೆ ನನ್ನ ಹಳೆಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಮರುಕಳಿಸಿದೆ. ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಪರಿಣಾಮಕ್ಕಾಗಿ ಬಹುಶಃ ಮನವು ಅದನ್ನು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಜಪವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ಎರಡು ಸ್ಥಿತಿಗಳ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದರ ಮೂಲಕ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗುತ್ತದೆ – ಜಪದ ಮಹತ್ವದ ಅರಿವಿನಿಂದ ಅದನ್ನು ಜಪಿಸುವುದು, ಯಾವ ದೈವವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆಯೋ ಅದರ ಸ್ವಭಾವ, ಶಕ್ತಿ, ಸೌಂದರ್ಯದ ಆಕರ್ಷಣೆಯಿಂದ ಮನವು ಮನನ ಮಾಡಿ ಅದನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಇಳಿಸಿ ತರಬೇಕು, ಇದು ಮಾನಸಿಕ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ – ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯದಿಂದ ಅದು ಬಂದಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಭಕ್ತಿಯ ಭಾವ ಅಥವಾ ಸಂವೇದನೆಯನ್ನು ತಂದು ಅದನ್ನು ಜೀವಂತಗೊಳಿಸಿದ್ದರೆ, ಇದು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಮಾರ್ಗವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮನ ಅಥವಾ ಪ್ರಾಣವು ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಬೇಕು ಅಥವಾ ಪೋಷಿಸಬೇಕು. ಆದರೆ ನಾಮ ಜಪವು ಮನದಲ್ಲಿ ಬರಡು ಭಾವನೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣದಲ್ಲಿ ಅವಿಶ್ರಾಂತತೆಯನ್ನು ತಂದರೆ, ಮನ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣದ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಅಥವಾ ಪೋಷಣೆಯ ಕೊರತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಮೂರನೆಯ ಮಾರ್ಗವೂ ಸಹ ಇದೆ, ಮಂತ್ರದ ಶಕ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಅಥವಾ ಆ ಮಂತ್ರದ ಮೇಲೆಯೇ ಅವಲಂಬನೆ– ಯಾಗುವುದು, ಆದರೆ ಆ ಶಕ್ತಿಯ ಕಂಪನವು ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದ ಸತ್ತೆಯ ಮೇಲೇ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಿ ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ತಟ್ಟನೆ ಅದು "ಆ ಸಾನಿಧ್ಯ" ಅಥವಾ "ಆ ಸ್ಪರ್ಶಕ್ಕೆ" ತೆರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವವರೆಗೆ ಇದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಹೋರಾಟ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮದ ಬಗ್ಗೆ ಒತ್ತುಕೊಟ್ಟರೆ ಅಲ್ಲಿ ಮನದಲ್ಲಿ ಬೇಕಾಗಿರುವ ಒಂದು ನಿಶ್ಚಲ ಸ್ವೀಕಾರ ಮನೋಭಾವಕ್ಕೆ ಅಡತಡೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಲತೆಗೆ ಮತ್ತು ಆ ಅತಿಯಾದ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡದಿರಲು ಒತ್ತುಕೊಡುತ್ತೇನೆ – ಸ್ವೀಕಾರ ಮನೋಭಾವದ ಅವಶ್ಯಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಲು ಮನ ಮತ್ತು ಚೈತ್ಯ

ಪುರುಷನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಸಮಯವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು – ಸಂಗೀತ ಮತ್ತು ಕಾವ್ಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಸ್ಫೂರ್ತಿಗಳಷ್ಟೇ ಈ ಸ್ವೀಕಾರ ಮನೋಭಾವವು ಸಹಜವಾಗಿ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಆಗಿರಬೇಕು. ಈ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ನೀವು ಬರೆಯುತ್ತಿರುವ ಕಾವ್ಯವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಡಿ ಎಂದು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ – ಇದು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಿದ್ಧತೆಯಲ್ಲಿ ಅಡೆತಡೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ, ಇದರ ಮೂಲಕವೇ ಸ್ವೀಕಾರ ಮನೋಭಾವದ ಸರಿಯಾದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದ ಸತ್ತೆಯಲ್ಲಿರುವ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊರತರುತ್ತದೆ. ಜಪ ಅಥವಾ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಶಕ್ತಿಯನ್ನೂ ವ್ಯಯಿಸುವುದು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಒತ್ತಡವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಮೇಲಿಂದ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಅನುಭಾವಗಳ ಪ್ರವಾಹವು ಹರಿದು ಬರುವ ಅವಧಿಗಳನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಅಭ್ಯಾಸ ಹೊಂದಿರುವವರಿಗೂ ಸಹ ಇದನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಕಷ್ಟಕರವಾಗಬಹುದು.

*

ನೀವು ಆಕ್ರಮಣದಿಂದ ಹೊರಬಂದಿರುವುದು ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಸಮಾಚಾರ ಮತ್ತು ಹೀಗಾಗಲು ಜಪವೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ. ನೀನು ಜಪದ ಜೊತೆಗೆ ಬರಡುತನ ಮತ್ತು ದುಃಖದ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದೆ ಅದನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ ಈಗಿನ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿನ ಅನುಭವವು, ಜಪವು ಸಹಜವಾಗಿ ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ – ಜಪದ ಉದ್ದೇಶವು ಇದೇ ಆಗಿದೆ. ಜಪವು ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಕಂಪನವನ್ನು ಮೊದಲು ಬದಲಿಸುತ್ತದೆ, ಅದರಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಸ್ಥಿತಿ ಮತ್ತು ಸರಿಯಾದ ಸ್ಪಂದನೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಂತರ ಆ ದೇವತೆಯ ಶಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಅನೇಕ ಸಾರಿ ನೀನು ನನಗೆ ಬರೆದಿರುವೆ, ಜಪ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಹಳೆಯ ತುಡಿತಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತನಾದೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಮರುಪಡೆದೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಸರಿಯಾಯಿತು ಮತ್ತು ಈಗ ಹತಾಶೆ ಮತ್ತು ದುಃಖ ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದನ್ನು ಅದರ ಸಹಾಯದಿಂದ ತಡೆದಿರುವೆ. ನಿನ್ನ ಈ ಕೊನೆಯ ಅಂಶವು ಸಹ ತುಡಿತದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಬೇಗನೆ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿ ಪ್ರಸನ್ನತೆಯು ನಿನ್ನ ಇಡೀ ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾಗಲಿ ಎಂದು ಭರವಸೆಯನ್ನು ಇಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 29/328–29 – ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು**

## ದೈವೀ ನಾಮದ ಶಕ್ತಿ

ಅದೇ ನಂಬಿಕೆ ಮತ್ತು ಭರವಸೆಯಿಂದ ದೈವೀ ನಾಮವನ್ನು ಜಪಿಸಿದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಆದ ಅನುಭವದಂತೆ, ನಾಮದ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಅದರ ರಕ್ಷಣೆಯ ಅನುಭವ ನಿಮಗೂ ಆಗಿದೆ. ರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಹೃದಯದಿಂದ ಕರೆಯುವವರಿಗೆ ಅದು ಎಂದಿಗೂ ವಿಫಲವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವುದೇ ಬಾಹ್ಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯೂ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಅಲುಗಾಡಿಸಲು ಬಿಡಬೇಡಿ; ಏಕೆಂದರೆ ನಂಬಿಕೆಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಯಾವುದೂ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ – ಅದರ ಮೂಲಕ ನೀವು ಎಲ್ಲಾ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ದಾಟಿ ಗುರಿಯನ್ನು ತಲುಪಬಹುದು. ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ತಪಸ್ಸು ಎಷ್ಟೇ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿಯಾಗಿದ್ದರೂ, ಅವುಗಳಿಗೆ ಆಧಾರ ನೀಡುವ ಶಕ್ತಿ ಇದಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ; ಸಾಧನದ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ಶ್ರದ್ಧೆಯೇ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿಯಾದ ಊರುಗೋಲಾಗಿದೆ.

ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ರಕ್ಷಣೆ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಸದಾ ಇದೆ ಮತ್ತು ಜಾಗರೂಕ ರೀತಿಯೂ ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗಿದೆ. ಅದರ ಮೇಲೆ ಭರವಸೆ ಇಡಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಅಂತರಂಗವನ್ನು ಅದಕ್ಕೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ತೆರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಬಿಡಿ – ಆಗ ಅದು ಎಲ್ಲಾ ಆಕ್ರಮಣಗಳನ್ನು ದೂರಮಾಡಿ, ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕಾಪಾಡಿ ಎತ್ತಿಹಿಡಿಯುತ್ತದೆ.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 32/308**

## ವಿಶೇಷ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮಂತ್ರದ ಉಪಯೋಗ

ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯ ರೀತಿಯ ಹುಚ್ಚುತನದ ಪ್ರಕರಣವಲ್ಲ; ನಿಮ್ಮ ಸಹೋದರನೇ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವಂತೆ, ಇದು ದುಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳ ಆಕ್ರಮಣವಾಗಿದೆ. ಅವನಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ಇಳಿದಾಗ, ಆ ಅವತರಣಿಕೆಯನ್ನು ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಸಿದ್ಧವಾಗಿರದ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಅಂಶ ಅವನ ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿತ್ತು. ಇದರಿಂದ ಆಕ್ರಮಣಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಅವನ ಮಾನಸಿಕ ಸಮತೋಲನ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಅವಕಾಶ ದೊರೆಯಿತು.

*

ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಭೇಟಿಯಾಗದೆ ಕೂಡ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬಹುದು. ಅವನು ಮೇಲಿರುವ ಚಿಹ್ನೆಯ ಮೇಲೆ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ನೀಡಿರುವ ಕಾಗದದಲ್ಲಿರುವ ಪದಗಳನ್ನು ಮಂತ್ರದಂತೆ ಜಪಿಸಬೇಕು (ಆ ಕಾಗದವನ್ನು ಇತರರಿಗೆ ತೋರಿಸಬಾರದು). ಅವನು ದಿನಕ್ಕೆ ಮೂರು ಬಾರಿ – ಮೂರು ಸಂಧ್ಯಾ ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು ಹನ್ನೆರಡು ಬಾರಿ ಜಪಿಸಬೇಕು; ಆಕ್ರಮಣ ಉಂಟಾದಾಗಲೂ ಜಪಿಸಬೇಕು.

ಅವನ ಸ್ಥಿತಿಯ ಕುರಿತು ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ಮಾಹಿತಿ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 35/828 – ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು**

## ಮಹಾಮಂತ್ರ – ‘ಸಾವಿತ್ರಿ’

**– ಅನು: ಶ್ರೀ ಕಿಶೋರಕುಮಾರ ಕಾಸಾರ, ಕಲಬುರ್ಗಿ**

### ಸಾವಿತ್ರಿ – ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಮಂತ್ರ

ಸಾವಿತ್ರಿ ಎಂಬುದು ಒಂದು ದಿವ್ಯ ಜ್ಞಾನ, ಅದೊಂದು ಧ್ಯಾನ, ಅದು ಅನಂತವೂ–ಅಚಿಂತ್ಯವೂ ಆದ ಅನ್ವೇಷಣೆ, ಚಿರಂತನತ್ವದ ಅಭೀಪ್ಸೆಯಿಂದ ಇದನ್ನು ಓದಿದರೆ ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಚಿರಂತನತ್ವದೆಡೆಗಿನ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುನ್ನಡೆಸುತ್ತದೆ. ಸಾವಿತ್ರಿಯನ್ನು ಓದುವುದೆಂದರೆ ಅದು ದಿವ್ಯತೆಯನ್ನೇ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಂಡಂತೆ. ಯೋಗದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸ್ತರವನ್ನೂ, ಇತರ ಯೋಗಗಳ ರಹಸ್ಯವನ್ನೂ ಇದರಲ್ಲಿ ದಾಖಲಿಸಲಾಗಿದೆ. ಯಾರು ಈ ಕಾವ್ಯದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಾಲುಗಳಲ್ಲಿರುವ ರಹಸ್ಯವನ್ನು ನಿಷ್ಠೆಯಿಂದ ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾರೋ ಅವರ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಆ ‘ಸುಪ್ರಮಾನಸ ಪ್ರಜ್ಞೆ’ಯಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಸುಪ್ರಮಾನಸದೆಡೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುವ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕನಂತೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಔನ್ನತ್ಯದ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಮುನ್ನಡೆಸುತ್ತದೆ. ‘ಸಾವಿತ್ರಿ’ಯಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಾಲುಗಳೂ ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಮರ್ತ್ಯ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಅರಿತ ಸರ್ವ ಜ್ಞಾನಗಳನ್ನೂ ಮೀರಿಸುವಂತಹ ದಿವ್ಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸ್ಫುರಿಸುವ ಮಂತ್ರಗಳಾಗಿವೆ. ನಾನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಕಾವ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪದವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಡಿಸಿದ ಮತ್ತು ಸಾಲುಗಳನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸಿರುವ

ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಅದರ ಲಯಬದ್ಧವಾದ ನಾದವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಯ ಮೂಲ ಮಂತ್ರವಾದ 'ಓಂ'ಕಾರದೆಡೆಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ.

ಮೋನಾ ಸರ್ಕಾರ್ – 'ದಿ ಮದರ್': ಲುಮಿನಸ್ ನೋಟ್ಸ್

## ದಿವ್ಯಮಾತೆಯ ಆರಾಧನೆ

*

ನೀವು 'ಸಾವಿತ್ರಿ' ಸಾಲುಗಳನ್ನು ಮಂತ್ರವಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು – ಅವು ಶಕ್ತಿಯುತವಾಗಿವೆ.

**– ಶ್ರೀಮಾತೆ: ಹೊಸ ಪತ್ರ ವ್ಯವಹಾರಗಳು–2 (ಪುಟ 258)**

"ಯೋಗಿಯ ಕರ್ಣದಂತರ್ಕರ್ಣದಲಿ ಮುಳುಗಿದ ಮಂತ್ರಮಾಲೆಗಳವು,
ಅಂಧತೆಯ ಮುಸುಕಿನೊಳು ಮಬ್ಬಾಗಿಹ ಮಸ್ತಿಷ್ಕದಲಿ ಪ್ರಜ್ಞಾಪದವಿಟ್ಟು
ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು.
ಅವಚೇತನದಾಳದಲಿ ಅಳುತಿರುವ ಅಸ್ಪಷ್ಟನಾದಗಳಿಗೆ ಮೋಹನರಾಗವನುಸುರಿ
ಮಂತ್ರಿಸುವುದು;
ಮುರಲಿಗಾನಕೆ ಮೈಸೋತ ಮಾನುಷರು ಪದಗಳಲಿ ಪವಡಿಸಿಹ
ಪೂರ್ಣರೂಪವನಲ್ಲಿ ಪಾರಣೆಗೈವರು.
ಮಂತ್ರದಲಿ ಮೂಡಿರುವ ಮಾಸಿರಿಯ ಮನನಗೈಯಲೆಂದದನು
ಮಣಮಣಿಸುವರು,
ಮಾನಸದಲೇ ಮಂತ್ರಮಾಲಯವಿದನು ಮೂಡಿಸಲೆಂದದನು ಮಥಿಸುತ
ನುತಿಸುತೊಮ್ಮೆ ಗತಿಸುವರು.
ಬಾನ ಬೆಳಕ ಬಯಲಲ್ಲಿ ಬಿದ್ದಿರುವ ಬುವಿಯ ಬಣ್ಣಗಳನಷ್ಟೇ ಬರಿಗಣ್ಣಿನಿಂದೀಕ್ಷಿಸಿ,
ಆಂತರ್ಯದಲಡಗಿಹ ಅಮೃತವನು ಅಂತಃಚಕ್ಷುವಿನಿಂದರಿಯದೇ ಅರಸುವರು.
ಅಂತ್ಯದಲಿ ಅಂತರಾತ್ಮಾಯನದ ಪವಳಿಯಲಿ ಪಠಿಸುತಿಹ ಪದಪುಂಜಗಳ
ಪಡೆದು ಪುನರುಚ್ಚರಿಸುವರು.

ಅಂದಿನಿಂದ ಅರಿವು, ಅಂತರ್ದರ್ಶನ, ಅನುಭಾವ, ಅಂತರಾತ್ಮಾದಿ
ಅನ್ನಮಯದಲಿ ಅನವತರವದು ಅನುರುಣಿಸುವುದು.
ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಪದವಿಟ್ಟ ಪುರುಷರಿಂತು ಪೂರ್ಣಪಥವ ಪೂರೈಸಿ
ಪೂರ್ಣಾನಂದವನೇ ಪಡೆವರು.
ಅನಂತದಲಿಂತು ಅಂಬೆಗಾಲಿಟ್ಟವರಲ್ಲಿ ಸೃಷ್ಟವೈಶಾಲ್ಯದ ಸೂರೆಗೈವರು,
ಸೃಷ್ಟಿಮೂಲದ ಶಕ್ತಿ ಸೂನಾಗುವರು.
ಕಿನಾರೆಯಲಿ ಕಟೆದಿಟ್ಟ ಕಲ್ಲಮೇಲೆ ಕಡಲು ಕೋಡಿವರೆವಂತೆ, ಸರ್ವಜ್ಞಾನದ
ಸಲಿಲವದು ಸುತ್ತುವರೆದವರ ಸಮೃದ್ಧಗೊಳಿಸುವುದು.
ಆಧ್ಯಾತ್ಮದ ಶ್ವೇತರಶ್ಮಿಯಲಿ ಮಿಂದು ಮರ್ತ್ಯವದು ಶಾಂತಿ–ಆನಂದಗಳ
ದಿಗಂಬರ ಧಾಮವಿಹ ದ್ಯುಲೋಕವನೇರ್ವುದು.
ಪರಮಾತ್ಮನ ಮುಖದಿಂದೊಗಮಿಗುವ ಪರಾತ್ಪರ ವಾಣಿಯನಲ್ಲಿ ಕೇಳಿ
ಕಿವಿದುಂಬಿಗೊಳ್ವುದು

**Savitri, p. (ಸಾವಿತ್ರಿ ಪುಟ) 375**

ನಮ್ಮ ಆಂತರ್ಯದಲ್ಲಿ ಚೈತ್ಯಾಗ್ನಿಯನ್ನು ಹೊತ್ತಿಸಿ ಅಂತರ್ಯಜ್ಞವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ಅಂತರ್ಯಜ್ಞದಲ್ಲಿ ತನ್ನನ್ನು ತಾನೇ ಯಜ್ಞಪಶುವಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮರ್ತ್ಯವು ತನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಒಂದೊಂದು ಅಂಶಗಳಿಗೆ ಒಂದೊಂದು ವೈಶ್ವಿಕ ದೇವತೆಗಳ ನಾಮವನ್ನು ಧರಿಸಿಕೊಂಡು ಆ ಅಂತರ್ಯಜ್ಞದಲ್ಲಿ ಹೋಮಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆಗ ಆಹುತಿಯಾದ ಅಂಶಗಳು ತಮ್ಮ ನಿಮ್ನ ರೂಪವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ ವೈಶ್ವಿಕ ರೂಪವನ್ನು ಧಾರಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವು. ಈ ಯಜ್ಞದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ಅನೃತದ ಅಂಶಗಳು ಸುಟ್ಟು ಬೂದಿಯಾಗುವವು, ಅಳಿದುಳಿದ ಕೆಂಡಗಳಂತಿರುವ ಅಸ್ಥಿರ ಅಂಶಗಳು ತಮ್ಮ ನ್ಯೂನ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಪೂರ್ಣ ರೂಪವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವವು. ಆ ಯಜ್ಞಾಗ್ನಿ, ಯಜ್ಞ ಧೂಮ, ಯಜ್ಞ ಗಂಧದಿಂದ ದಿವ್ಯ ಪ್ರೇಮ–ದಿವ್ಯಾನಂದಗಳೆಂಬ ಯಜ್ಞಫಲವು ದೊರೆಯುವುದು.

**– ಯೋಗ ಸಮನ್ವಯ**

*

## ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ನಾಮ

ಓಂ ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದ ಮೀರಾ

ನನ್ನ ಮನ, ಹೃದಯ, ಜೀವನವನ್ನು ನಿನ್ನ ಪ್ರೇಮ, ಪ್ರಕಾಶ, ಶಕ್ತಿಯೆಡೆಗೆ ತೆರೆದಿಡು. ಆ ಮೂಲಕ ನಾನು ದಿವ್ಯತೆಯನ್ನು ದರ್ಶಿಸುವಂತೆ ಮಾಡು.

*

ಅದು ಒಳ್ಳೆಯದು.
ಇವೆಲ್ಲವುಗಳೊಂದಿಗೆ ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?
ಮೊದಲನೆಯದನ್ನು ನವೆಂಬರ್ ದರ್ಶನಕ್ಕಾಗಿ ಸಂದೇಶವಾಗಬಹುದೇ?
ನವೆಂಬರ್, ಹೌದು ಶ್ರೀಮಾತೆ ಅದು ಸರಿಯಾಗಿದೆ.
(ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರು ಪುನರುಚ್ಚರಿಸುತ್ತಾರೆ) “ಆ ಬೆಳಕು ನಮಗೆ ತೀರಾ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿದೆ”
ಎರಡನೆಯದನ್ನು ಫೆಬ್ರವರಿಯ ಸಂದೇಶವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದೇ?
ಅದರಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಹೆಸರಿರುವುದು ನನಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ.
ಅಲ್ಲಿ “ಮೀರಾ” ಬದಲಿಗೆ “ಮಾ”(ಮಾತೆ) ಎಂದು ಹಾಕಿದರೆ ಹೇಗೆ?
ಆದರೆ ಅವರು ಈಗಾಗಲೇ “ಮೀರಾ” ಎಂದು ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ.
ನೀವು “ಮೀರಾ” ಬದಲಿಗೆ “ಮಾ” ಎಂದು ಹಾಕಬಹುದು ಎನಿಸುತ್ತದೆ.
ಇಲ್ಲ, ನನಗೆ ಇದನ್ನು ಮಾಡಲು ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ.
ಸಂದೇಶವನ್ನು ಈಗ ಹೇಗಿದೆಯೋ ಹಾಗೆಯೇ ಇಡೋಣ; ನಂತರ, ನಾವು ಅದನ್ನು ಮಂತ್ರವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಿದಾಗ ಅಲ್ಲಿ “ಮಾ” ಎಂದು ಹಾಕಬಹುದು.
ನಾವದನ್ನು ಫೆಬ್ರವರಿಗೆ ಇದ್ದಂತೆಯೇ ಇಡಬೇಕೆ?
ಹೌದು, ಒಂದು ಇಡಬಾರದು, ಒಂದು ವೇಳೆ ಇಟ್ಟರೆ ಅದು ಹೇಗಿತ್ತೋ ಹಾಗೆಯೇ ಇಡಬೇಕು. ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಬೇಕಾದರೆ, ಅವರು ಬರೆದಂತೆಯೇ ಬರೆಯಬೇಕು. ನಂತರ ನಾವು ಅದನ್ನು ಮಂತ್ರವಾಗಿ ಪಠಿಸಬಹುದು.

*

## ಶ್ರೀಮಾತೆ ಮತ್ತು ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು

ಅರವಿಂದ ಘೋಷ್ ಮತ್ತು ಮೀರಾ ಅವರ ನಡುವೆ ತೀರಾ ಬಲವಾದ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ತೋರುವುದು ತಪ್ಪಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಧನೆಯ ವಿಕಸನಕ್ಕಾಗಿ ಇಬ್ಬರ ಪ್ರಭಾವವೂ ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಅವರಿಬ್ಬರ ಪ್ರಭಾವವು ಸೇರಿದಾಗ ಮಾತ್ರವೇ ಸುಪ್ರಮಾನಸದ ಋತಚೇತನವನ್ನು ಭೌತಿಕ ಸ್ತರಕ್ಕೆ ಇಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅರವಿಂದ ಘೋಷ್ ಅವರು ಪ್ರದೀಪ್ತ ಮಾನಸದ ಮೂಲಕ ಮನೋಮಯ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಮಯದ ಮೇಲೆ ನೇರವಾದ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರುತ್ತಾರೆ. ಆ ಮೂಲಕ ಅವರು ಪುರುಷ ತತ್ತ್ವವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಬಲವು ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಪ್ರದೀಪ್ತ (ಅಂತಸ್ಫುರಿತ ಮಾನಸ, ಸುಪ್ರಮಾನಸ ಅಥವಾ ದಿವ್ಯತೆ) ಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿಯೂ, ಅವರ ಶಕ್ತಿಯು ಈ ಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿಯೂ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಅದೇ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಚೈತ್ಯ ಪುರುಷನು ಈ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗೂ ಅನ್ನಮಯ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಮಯವನ್ನು ಪರಿವರ್ತಿಸಲು ಸಹಕರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಇನ್ನು ಮೀರಾ ಅವರು ತಮ್ಮ ಪ್ರದೀಪ್ತ ಚೈತ್ಯ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮೂಲಕ ಚೈತ್ಯ ಪುರುಷನ ಮೇಲೆ ಹಾಗೂ ಭಾವನಾತ್ಮಕ, ಪ್ರಾಣಮಯ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಸ್ವಭಾವದ ಮೇಲೆ ನೇರವಾದ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರುತ್ತಾರೆ. ಅದೇ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸುಪ್ರಮಾನಸ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಿಂದ ಇಳಿದುಬರುವ ಪ್ರದೀಪ್ತ ಮತ್ತು ಅಂತಸ್ಫುರಿತ ಜ್ಞಾನಗಳು ಅವರಿಗೆ ಅವರ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುವ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ಶಕ್ತಿ ತತ್ತ್ವವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವ ಅವರ ಶಕ್ತಿಯು ನೇರವಾಗಿ ಚೈತ್ಯಮಯ, ಪ್ರಾಣಮಯ ಮತ್ತು ಅನ್ನಮಯದ ಅಂಶಗಳೇ ಆಗಿವೆ. ಹಾಗೂ ಅವರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜ್ಞಾನವು ಪ್ರಯೋಗಶೀಲ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 36/330 – ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು**

*ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾನು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತಾಗ "ಮಾ–ಮಾ–ಮಾ" ಎಂದು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಆ ಕೂಡಲೇ ಸ್ತಬ್ಧತೆಯೊಂದು ಇಳಿದುಬಂದಂತೆ ನಾನು ಪರಮ ಶಾಂತಿಯಲ್ಲಿ ಲೀನನಾಗುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಅಂತರಂಗ–ಬಹಿರಂಗಗಳೆರಡರಲ್ಲೂ ಶಾಂತಿಯು ಬಂದು ನೆಲೆಸುತ್ತದೆ. ಅದೇ ಸಮಯಕ್ಕೆ*

*ನನ್ನ ಸುತ್ತಲಿನ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ "ಮಾ–ಮಾ–ಮಾ" ಎಂಬ ಧ್ವನಿಯು ಕೇಳಿಬರುತ್ತದೆ. ಅದು ನಿಜವಾದ ಧ್ವನಿಯೋ ಅಥವಾ ಬರೀ ಪ್ರತಿಧ್ವನಿಯೋ?*

ನೀವು ನೆಲೆಸಿರುವ ವಾತಾವರಣವೂ ಸಹ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಒಂದು ಭಾಗವೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಆಂತರ್ಯದೊಳಗೆ ಯಾವ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರೋ ಅದೇ ಅನುಭವವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ವಾತಾವರಣವೂ ಸಹ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಯಾವಾಗ ನೀವು "ಮಾತೆ" ಎಂದು ಜಪಿಸುತ್ತೀರೋ ಆಗ ಆ ಧ್ವನಿಯು ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಒಳಹೊರಗುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಧ್ವನಿಸುತ್ತದೆ.

*ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಧಾರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು ಎಂಬ ನನ್ನ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ನೀವು "ಸಮರ್ಪಣೆ" ಎಂದು ಉತ್ತರಿಸಿದ್ದೀರಿ. ಈ ನಿಮ್ಮ ನುಡಿಯನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ವಿವರಿಸುವಿರಾ?*

ನೀವು ಗಳಿಸುವ ಎಲ್ಲ ಫಲವನ್ನೂ, ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಅನುಭೂತಿಗಳನ್ನೂ, ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಗತಿಗಳನ್ನು ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸುವುದು ಎಂದರ್ಥ.

*ಓದುವಾಗ, ಮಾತನಾಡುವಾಗ ಮತ್ತು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಮೌನವನ್ನು ಜಾಗೃತವಾಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾನೇನು ಮಾಡಬೇಕು?*

ಅದೇ ರೀತಿ ಮಾಡಿ – ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಶಾಂತವಾಗಿ ಮಾಡಿ, ನಿಮ್ಮ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ನೀವು ತೊಡಗಿಕೊಂಡಾಗ ಅದರ ಸರ್ವಾಂಗೀಣತೆಯನ್ನು ಶಾಂತವಾಗಿ ಅರಿತು ಮುನ್ನಡೆಯಿರಿ.

**CWSA (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಮಗ್ರ ಸಂಪುಟ) 32/478–79 – ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು**

# ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ 'ಸಾವಿತ್ರೀ' ಮತ್ತು 'ಪೂರ್ಣ ಯೋಗದ ಸಮನ್ವಯತೆ'; ಯೋಗಿಕ ಶಬ್ದಾರ್ಥ

**– ಅನು: ಪುಟ್ಟು ಕುಲಕರ್ಣಿ**

*"ಅಚಲ ಧ್ಯಾನದಲಿ ಅಹಂ–ಕರಗುತಲಿ ಉದ್ದೀಪ್ತ ಜ್ವಾಲೆ–ಮಾಲೆ"*

**('ಸಾವಿತ್ರಿ'; ದಳ 7 ರೇಣು 5 ಪುಟ 524)**

ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ 'ಸಾವಿತ್ರೀ' ಮತ್ತು 'ದಿವ್ಯ ಜೀವನ'ದ ಭಾಷಾ ಸ್ವರೂಪ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆಯಾಮಗಳ ಅವರು ಸೃಷ್ಟಿಸಿರುವ ಅತ್ಯಪೂರ್ವವಾಗಿರುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮತ್ತು ವೈಶ್ವಿಕ ಆಯಾಮದ ಶಬ್ದಗಳ ಬಗೆಗೆ ವಿಶೇಷ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಬೇಕಿದೆ. ಈ ದಿಸೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪುಟ್ಟ ಹೆಜ್ಜೆಯ ಹಾಗೆ ಈ ಸರಣಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಲಿದೆ.

## 1. ನಾಲ್ಕನ್ನು ಬಿಚ್ಚಿ ಐದನ್ನು ತೋರಿಸು

ಶ್ರೀ ಶಂಕರಾಚಾರ್ಯರು ಶೈವ, ಶಾಕ್ತ, ಗಾಣಾಪತ್ಯ, ಕುಮಾರ, ವಿಷ್ಣು ಮತ್ತು ಸೌರ ಪಂಥಗಳನ್ನು ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸಿ "ಷಣ್ಮತ ಸ್ಥಾಪನಾಚಾರ್ಯ'ರೆಂದು ಆರಾಧಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇವರ ಕೊಡುಗೆ ಬಹುತೇಕವಾಗಿ ಬೌದ್ಧಿಕ– ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ– ಹಂತದಲ್ಲಿಯೇ ಇದೆ. ಇದರ ಪ್ರಭಾವದಲ್ಲಿಯೇ ಸ್ವರೂಪ ಮತ್ತು ಆಯಾಮಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡ 'ಕಾಶ್ಮೀರ ಶೈವ ಪಂಥ'ವೂ ಸಹಿತ 'ಶಾಕ್ತ, ಅಘೋರ, ಭೈರವ, ಕಾಪಾಲಿಕ, ಕಾಳಾಮುಖ ಮತ್ತು ವೀರಶೈವ' ಹಂತದಲ್ಲಿ ಭಾರತೀಯ ದೈನಂದಿನ ಬದುಕಿನ ಆಯಾಮಗಳನ್ನು ಹಾಗು ಅವುಗಳ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಅನುಷ್ಠಾನಗೊಳ್ಳುತ್ತ ಪರಂಪರೆಯಾಗಿರುವದನ್ನು ರೂಪಿಸಿದೆ. ಇವೆರಡರ ಸಂಯೋಗದ ಅನುಷ್ಠಾನಗಳಲ್ಲಿ ರೂಪು ತಾಳಿದ ಜ್ಞಾನದ, ಆರಾಧನೆಯ, ಅನುಷ್ಠಾನದ ಪಥಗಳಲ್ಲಿ ಹಠ ಯೋಗ, ಜ್ಞಾನ ಯೋಗ, ಕರ್ಮ ಯೋಗ, ಭಕ್ತಿ ಯೋಗ ಮತ್ತು ರಾಜ ಯೋಗಗಳೂ ಆಯಾಮ ನಿರ್ಮಿಸಿವೆ. ಶ್ರೀ ಶಂಕರಾಚಾರ್ಯರಿಗೂ ಮತ್ತು ಕಾಶ್ಮೀರ ಶೈವ ಪಂಥಕ್ಕೂ ಕನಿಷ್ಠ 7–8 ಶತಮಾನಗಳ ಅಂತರವಿದೆ. ಕಾಶ್ಮೀರ ಶೈವ ಪಂಥದ ವಿಕಾಸವು 12 ನೇ ಶತಮಾನದವರೆಗೂ ಮುಂದುವರೆದು 'ವೀರಶೈವ ಹಂತದಲ್ಲಿ' ಪೂರ್ಣಗೊಂಡಿದೆ. ಈ ವೀರಶೈವ ಹಂತವು ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದ ಅಸ್ಮಿತೆಯೂ ಆಗಿದೆ.

ನಿಯತಿಯ ಪ್ರಕಾರವಾಗಿಯೇ ಮತ್ತೆ 800 ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಇಂತಹದೇ ಒಂದು ಸಮನ್ವಯತೆಯನ್ನು ವಿಕಾಸವು ಬಯಸಿತ್ತು. ಅದನ್ನು ಈಡೇರಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿಯೇ ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ದೃಷ್ಟಾಂತಗಳಿವೆ. ಅಲ್ಲಿ ಆರು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಇದ್ದದ್ದು, ಇಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ನಾಲ್ಕು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸುವ ಪಥವನ್ನು ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು ತೋರಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಯೋಗದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ **'ಭಕ್ತಿ ಯೋಗ, ಕರ್ಮ ಯೋಗ, ಜ್ಞಾನ ಯೋಗ ಮತ್ತು ರಾಜ ಯೋಗ'**ದ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ವಿಕಾಸವಾಗಿರುವ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸಕೊಂಡು **'ಪೂರ್ಣ ಯೋಗ'** ವಾಗುವದನ್ನು ಸಂಕೇತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಇವೆಲ್ಲ ಸಂಗತಿಗಳಿಗಿಂತ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಧಾನ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ **'ಮಹಾಮಾಯಾ, ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮೀ, ಮಹಾಕಾಳಿ ಮತ್ತು ಮಹಾಸರಸ್ವತಿ'** ಎನ್ನುವ ಆಯಾಮದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಪಥವಿದೆ. ಈ ಸ್ತ್ರೀ ಪ್ರಾಧಾನ್ಯತೆಯ ವಿಶೇಷತೆ, ಈ ಹಿಂದೆಯೇ ಅಗಸ್ತ್ಯ ಮಹರ್ಷಿಯಿಂದ 'ಸೂತ್ರಗೊಳಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ' ಅಗಸ್ತ್ಯನ 'ಶ್ರೀ ಲಲಿತಾ ಸಹಸ್ರ ನಾಮ'ದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ, ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ 'ಸಾವಿತ್ರಿ'ಯನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕಿದೆ. ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆಧುನಿಕ ವಿಜ್ಞಾನದ ಖಭೌತ ಶಾಸ್ತ್ರ, ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯೂ ಇಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಾವಶ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಇನ್ನು ಪ್ರಚಲಿತ ಬದುಕಿನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಹಿಂದೂ, ಕ್ರೈಸ್ತ, ಮುಸ್ಲಿಂ ಮತ್ತು ಬೌದ್ಧ ಪರಂಪರೆಗಳ ಸಮನ್ವಯದ ಬದುಕಿನ ಟಂಕಶಾಲೆಯಾಗಿ ಭಾರತ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ. ಈ ನಾಲ್ಕನ್ನೂ ಅವುಗಳ ಅಸ್ಮಿತೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಸಮನ್ವಯ–ಗೊಳಿಸಬೇಕೇ? ಅಥವಾ 'ಪೂರ್ಣ ಯೋಗದ' ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ನವೀನ ವೈಶ್ವಿಕ ಆಯಾಮದ ಸ್ವರೂಪವು ಉದಿತವಾಗುತ್ತಿದೆಯೋ? ಇದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಲಯದಲ್ಲಿ ನಡೆದಿರುವ ವೇಗೋತ್ಕರ್ಷದ ಪ್ರಗತಿಯು, ಮಾನವ ಕುಲವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಆಯಾಮದಲ್ಲಿಯೇ, ಅದರಲ್ಲೂ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಹಂತದ ಚೇತನಾ ವಿಕಾಸದ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಇರುವದನ್ನು ಅವರು ಸಂಕೇತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಕೊಡುಗೆ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಆಧರಿಸಿಕೊಂಡೇ ಇರುವದರಿಂದ, ಅದರಲ್ಲೂ ಕಾಶ್ಮೀರ ಶೈವ ಪಂಥದ ಗ್ರಂಥಗಳಾದ **'ಭೈರವ ತಂತ್ರ,**

**ಪ್ರತ್ಯಭಿಜ್ಞಾ ಹೃದಯ, ಹಾಗೂ ಅಭಿನವ ಗುಪ್ತನ ಎಲ್ಲ ಗ್ರಂಥಗಳ'** ಬಗೆಗೆ ನಾವು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲೇಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಉನ್ನತ ಶಿಕ್ಷಣ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದ ವಿಚಲನಾ ಕ್ರಿಯೆಯು, ಈ ಅಧ್ಯಯನದ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಶೂನ್ಯವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದೆ. ಇಂದು ಕಾಶ್ಮೀರ ಶೈವ ಪಂಥದ ಗ್ರಂಥಗಳ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರು ಸಿಗುವದು ದುರ್ಲಭವಾಗಿದೆ. ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಶಾಕ್ತ ಪಂಥದ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನೂ ಸಹಿತ ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿಯೇ ಆಧ್ಯಯನದಿಂದ ದೂರವೇ ಇಡಲಾಗಿದೆ.

ಈ ಎಲ್ಲ ಸವಾಲುಗಳ ಸುನಾಮಿಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಅನುಸಂಧಾನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಧ್ವನಿಗಳು ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೂ ಕ್ಷೀಣವಾಗಿಯೇ ಇವೆ. ವಿಕಾಸದ ಸೂತ್ರಗಳೆಂದೇ ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ವೇದ ಮತ್ತು ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳಿಗೂ ಕೂಡ ನವೀನ ಆಯಾಮದ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು ರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಈ ಎಲ್ಲ ವಿಷಯಗಳು ಹೊಂದಿರುವ "ಭಾಷಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆ"ಯ ಕುರಿತು ಮೊದಲು ನಾವು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕಾಗಿದೆ. ಭಾರತೀಯ ಮನೋಚೇತನಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಹೃದಯಕ್ಕೆ ನಾದ ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ಸ್ಪಂದಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಈ **'ಶಬ್ದ ಬ್ರಹ್ಮ'**ವು ಪಂಚ ಭೂತಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾದ **'ಆಕಾಶ ತತ್ತ್ವ'** ಎನ್ನುವ ಬಗೆಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಂಶಯವೇ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ಭಾಷಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಚಿಂತದಲ್ಲಿ, ಕೇವಲ ನಾಲ್ಕೇ ನಾಲ್ಕು ತತ್ತ್ವಗಳು ಇವೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಇಂಗ್ಲೀಷಿನಲ್ಲಿಯೂ ಸಹಿತ ಈ ರೀತಿಯ ಆಕಾಶ ತತ್ತ್ವವನ್ನು ರೂಪಿಸಿದ ಶ್ರೇಯಸ್ಸು ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರಿಗೇ ಸಲ್ಲುತ್ತದೆ.

ಇದೀಗ ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಜೀವನದ 150ನೇ ವರ್ಷದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ, ನಾವೆಲ್ಲ ಈ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಸಾಗಬೇಕೆಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವಾಗ ಇರುವ ಪಥದ ಸ್ಥಿತಿ. ಇದು ಯಾರೋ ಓರ್ವ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಮಾತ್ರವೇ ಸಾಧ್ಯವೆನ್ನುವದು ಕಲ್ಪನಾತೀತ. ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಕ್ಷೀಣವಾಗಿದ್ದರೂ ಸಹಿತ ಸ್ಪಂದಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಧ್ವನಿಗಳು ಮೇಳೈಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಲುವಾಗಿ, ಅವಕಾಶವೂ ನಿರ್ಮಾಣ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತಿದೆ. ಇನ್ನುಳಿದಿರುವದು, ಆ ಪಥದಲ್ಲಿ ಸಾಗುವ ಅಭೀಪ್ಸೆ ಮಾತ್ರ.

ಇವುಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿಕೊಂಡ ಚರ್ಚೆ, ಅಧ್ಯಯನ, ಚಿಂತನೆ, ಜಿಜ್ಞಾಸೆ ಪ್ರಾರಂಭಗೊಳ್ಳಬೇಕಿದೆ. ತರ್ಕದ ಪಥದಲ್ಲಿ ಜಿಜ್ಞಾಸೆಯ ಮೂಲಕವೇ ಜ್ಞಾನವು

ಗಮಿಸಲೇಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ತರ್ಕವೇ ಗಮ್ಯವಲ್ಲ ಎನ್ನುವದು ಮುಖ್ಯ ಸಂಗತಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಗಮ್ಯವು ಇನ್ನೂ ಅನೂಹ್ಯವಾಗಿಯೇ ಇದೆ. ಹಾಗೆಂದು ಅಜ್ಞಾತವಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ ಎಂತೇನು ಅಲ್ಲ. ಈ ತರ್ಕ ಸಮ್ಮತ ಪಥದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಯಾನ ಮುಂದುವರೆಸಬೇಕಾಗಿದೆ.

## 2. ಬಾಣಂತಿ ಕೋಣೆಯವಧಿ; 40 ದಿನದ ಮಹತ್ವ

ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ 'ಸಾವಿತ್ರಿ' ಮಹಾಕಾವ್ಯದಲ್ಲಿ ಈ ಅವಧಿಯ ಕರಿತು ಇರುವ ಈ ಅಪ್ರತಿಮ ಪ್ರತಿಮಾ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯು ವಿಶ್ವದ ವಿಕಸನದ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಬರಬಹುದಾದ, ಘಟಿಸಬಹುದಾದ ಉತ್ಪಾತಗಳನ್ನಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದ ಸಾಧನೆಗೆ ನಿಯತಿಯ ಪ್ರಕಾರವೇ ನಿಗದಿಗೊಂಡ ಅವಧಿ ಎಂದರೆ 40 ಭೂಮಾನದ ದಿನಗಳು ಎನ್ನುವದನ್ನು ಸಂಕೇತಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ವೈಶ್ವಿಕ ಕಾಲ ಗಣನಾ ಕ್ರಮಾಂಕದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು (ಅವಧಿ) ಎನ್ನುವದು ಇನ್ನೂ ಸಂಶೋಧನೆಗೊಳ್ಳಬೇಕಿದೆ.

ಸಾವಿತ್ರಿಯ ಪ್ರಥಮ ಸಾಲಿನಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವದು ಇದೇ ಆಗಿರಬಹುದೇ? ಪುಟ 7 ರಲ್ಲಿ ಇರುವ ಸಾಲುಗಳು ಹೀಗಿವೆ;

ಅವಳೆದೆಯ ಭಾವತೀವ್ರತೆಯ ಪ್ರೇಮ– ಭವಿತವ್ಯ ಅವಳ ಕೊಡುಗೆ
ಆಗಿತ್ತು ವ್ಯರ್ಥ, ಪರಿಗಣನೆ ಈಗ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ತ್ಯಾಗದೊಸಗೆ
ದುಂದುಗಾರಿಕೆಯ ತೆರದಲ್ಲಿ ಬೆಸುಗೆ ಅವಳ ಆ ದಿವ್ಯ ಸಮೃದ್ಧಿ
**ತನ್ನಲ್ಲಿ ತಾನು ಅನುಭವಿಸಿ ಅವಳು 'ಬಾಣಂತಿಕೋಣೆಯವಧಿ'**
ಆ ಪರಮಗಂದು ನೆಲೆಗೊಳಿಸಿ ಅವಳ, ಅಸ್ತಿತ್ವ ಭವ್ಯವಾಗಿ
ಮೃಣ್ಮಯದ ಮೇಲೆ ಚಿನ್ಮಯದ ಮೂಲ ವಿಕಸನವು ನಿತ್ಯವಾಗಿ
ಬುವಿಮನದ ಗುಣವ ಬದಲಿಸುವ ಕ್ರಿಯೆಯು ಬಲು ಕಠಿಣ ಯತ್ನವಾಗಿ
ಶಾಶ್ವತದ ಸ್ಪರ್ಶ ಪಡೆಯೆ ನಶ್ವರವು, ಪಲ್ಲಟದಿ ಭಾವವಾಗಿ
ಆಕ್ರಮಿಸಲೆಂದು ಹಾತೊರೆದು ಬಂದ ಅಗ್ನಿ–ಆಕಾಶ ದ್ರವ್ಯ
ಪರಮ ಪಾವನದ ವಳಾವಳಿಯನ್ನು ಸಹಜದಲಿ ಧರಿಸಿಭವ್ಯ
ಸಚ್ಚಿದಾನಂದ ತಲ್ಲೀನದಲ್ಲಿ ಗುನುಗುಡುತ ನಿತ್ಯವಾಗಿ
ಅದು ತಂದ ಬೆಳಕು ನಂದಿಸಿತು ದ್ವೇಷ, ಬಹುತೇಕ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ.

ಹಾಗಾದರೆ ಏನದು 40 ದಿನದ ಅವಧಿ ಏನನ್ನು ಸಂಕೇತಿಸುತ್ತಿದೆ ಎನ್ನುವದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ, 'ಸೌರ ವ್ಯೂಹದ ಸುರಕ್ಷಾ ಕವಚ'ದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿತವಿರುವ ನಮ್ಮ 'ಭೂ–ಬದುಕು' ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಈ ವೈಶ್ವಿಕ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರನ (ಕಾಲಗಣನೆ)ಯ ಸೂತ್ರದಂತೆಯೇ ಘಟಿಸುತ್ತಿವೆ. ಇದನ್ನೇ ಸ್ಥೂಲವಾಗಿ ನೋಡಿದರೆ ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಸಂಗತಿಗಳು ನಮಗೆ ಈ ಸೂತ್ರವನ್ನು ಸುಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತೋರಿಸುತ್ತಿವೆ.

1) ಗರ್ಭ ಅಂಕರಗೊಂಡ 40 ದಿನಕ್ಕೆ ಭ್ರೂಣಕ್ಕೆ ಕಣ್ಣಿನ ರಚನೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

2) ಮಗುವಿನ ಜನನವಾದಂದಿನಿಂದ 40 ದಿನಗಳವರೆಗೆ ತಾಯಿ (ಬಾಣಂತಿ) ಹಾಗೂ ಶಿಶುವನ್ನು ಒಂದು ನಿಗದಿತವಾದ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರಿಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಹಾಗೂ ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆ ಅಥವಾ ತುಪ್ಪದ ದೀಪವೊಂದನ್ನು ಸದಾ ಅಲ್ಲಿ ಬೆಳಗುವಂತೆ ಇಡಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು.

3) ಜೈನ ಪರಂಪರೆಯಲ್ಲಿ ಪರ್ಯುಶಾನ ಎನ್ನುವ 40 ದಿನದ ಉಪವಾಸದ ಸಾಧನಾ ಕ್ರಮವಿದೆ.

4) ಬುದ್ಧನಿಗೆ (ಎರಡನೆ ಬಾರಿಯ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ) 40 ದಿನಗಳ ಕಠಿಣ ತಪಸ್ಸಿನ ನಂತರದಲ್ಲಿ 'ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ'.

5) ಇಸ್ಲಾಂ ಧರ್ಮದಲ್ಲೂ ಸಹಿತ 40 ದಿನಗಳ ಉಪವಾಸದ ಪದ್ಧತಿ ಇದೆ.

6) ಯೇಸು ಕ್ರಿಸ್ತನನ್ನು ಶಿಲುಬೆಗೇರಿಸಿದ 40 ದಿನಗಳ ನಂತರ 'ಪುನರ್ಜನ್ಮದ ಘಟನೆ'.

7) ಕುಂಡಲೀನಿ ಜಾಗೃತಿಗೆ 40 ದಿನಗಳ ಸಾಧನಾ ಪದ್ಧತಿ ಇದೆ.

8) ಹಾರ್ನಬಿಲ್ (ಕಿರೀಟದ ಪಕ್ಷಿ; ಕರಾವಳಿಯಲ್ಲಿ, ದಾಂಡೇಲಿ ಅರಣ್ಯ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ನಿಗದಿತ ಸಮಯಕ್ಕೆ ವಲಸೆ ಬರುತ್ತವೆ. ಇಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಸಮೃದ್ಧ ಹಲಸು ಅವುಗಳಿಗೆ ತುಂಬ ಪ್ರಿಯವಾದದ್ದು. ಹಲಸು) ಪಕ್ಷಿ 40 ವರ್ಷಕ್ಕೊಮ್ಮೆ 40 ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದು ತನ್ನ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ನವೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ತದನಂತರದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಅದರ ಆಯಸ್ಸು 40 ವರ್ಷ. (ಡಾಕ್ಯಮೆಂಟರೀ ಇದೆ.)

9) ಹನುಮಾನ ಚಾಲೀಸಾ ಇರುವದು 40 ಶ್ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ.

10) ಸಸ್ಯಗಳೂ ಸಹಿತ 40 ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಸ್ಮರಣ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವದು ತೀರ ಇತ್ತೀಚಿಗೆ ಸಿದ್ಧಗೊಂಡ ಸಂಗತಿ.

11) ಆಧುನಿಕ ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರವೂ ಸಹಿತ 40 ದಿನಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಮನೋಭಾವಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾರೆ.

12) ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿಯೂ ಸಹಿತ 40 ದಿನಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆ 'ಮಂಡಲ'ವಿರುತ್ತದೆ.

13) ಸನ್ಯಾಸಾಶ್ರಮವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ, ಆಶ್ರಮವಾಸಿಗಳಾಗಿಯೋ ಅಥವಾ ಮಠ-ಮಂದಿರಗಳ ಪೀಠಾಧಿಪತಿಗಳಾಗಿಯೋ ಕರ್ತವ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಿ, ದೇಹ ತ್ಯಾಗ (ಸಮಾಧಿ) ಮಾಡಿದ ನಂತರ 40 ದಿನಗಳು ಕಳೆದ ಮೇಲೆ 41ನೇ ದಿನ 'ಯತಿ ಪೂಜೆ' ಎಂದು ಆಚರಣೆಯಿದೆ.

14) ಈ 40 ದಿನಗಳ ವಿನ್ಯಾಸವೇ 'ಸಪ್ತ ತತ್ತ್ವ'ಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿಕೊಂಡು 40 x 7 = 280 ದಿನಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಅಂದರೆ 9 ತಿಂಗಳು 10 ದಿನ. ಗರ್ಭಾಂಕುರದಿಂದ ಸರಿಯಾಗಿ ಈ ಸಪ್ತ ತತ್ತ್ವದ ಸೂತ್ರದ ಪ್ರಕಾರವೇ ಶಿಶುವಿನ ಜನನವಾಗುತ್ತದೆ.

15) ಮಹಾಬಲಿಪುರಂದಲ್ಲಿ ಶಿವನ(ಶಿವಲಿಂಗ)ವನ್ನು ನಿಗದಿತವಾಗಿ 40 ವರ್ಷಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ನೀರಿನಿಂದ ಹೊರಗೆ ತೆಗೆದು ಪೂಜಾ ವಿಧಿ-ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿ ಮತ್ತೆ ಅದೇ ಪುಷ್ಕರಣಿಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು 40 ವರ್ಷದ ನಂತರವೇ ಮತ್ತೆ ಹೊರಗೆ ತೆಗೆಯಲಾಗುವದು.

16) ಇದೇ ಪದ್ಧತಿ ಶ್ರೀಲಂಕಾದಲ್ಲಿಯೂ ಇದೆ. ಅಲ್ಲಿರುವ 'ಹನುಮಾನ್ ಮೂರ್ತಿ'ಯನ್ನು ಪ್ರತಿ 40 ವರ್ಷಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ನೀರಿನಿಂದ ಹೊರಗೆ ತೆಗೆದು ಆರಾಧನೆಯ ವಿಧೀ-ವಿಧಾಣಗಳ ನಂತರ ಮತ್ತೆ ಅದನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿಯೇ ಮುಳುಗಿಸಿ ಇಡುತ್ತಾರೆ.

17) ಕೊರೋನಾ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಅನುಸರಿಸಲಾಗಿರುವ ವಿಧಾನ (ಕೊರೋನಾ ಕಾರಣದಿಂದ ರೂಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ (21 + 19 = 40) 'ಬದುಕಿನ' ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಏನಾದರೂ ಒಂದು ನಿಗದಿತವಾದ ಕಾರಣವಿರಲೇಬೇಕಲ್ಲವೇ? ಈ 40 ದಿನಗಳ ವಿಷಯವಾಗಿ ಇಡೀ ಭೂಮಂಡಳದ ದೇಶಗಳೂ ಒಮ್ಮತದ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನೇ ಹೊಂದಿ,

ಅನುಷ್ಠಾನಿಸಿಕೊಂಡು, ಆರಾಧಿಸಿಕೊಂಡು ತಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಹಾಗಾದರೆ ಇದೇ ಸೂತ್ರವು ವೈಶ್ವಿಕವಾಗಿಯೂ ಇದೆ ಎನ್ನುವದನ್ನು, ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು ಈ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಪುರಾವಿಸುವ 'ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ತಥ್ಯ'ವೊಂದು ಈ ರೀತಿ ಇದೆ;

ಸಾವಿತ್ರಿ ಪ್ರಥಮ ದಳದ ಸಾವಿತ್ರಿ ದಳ 1 ರಲ್ಲಿ –

ಅಗಣಿತದ ಸಂಪನ್ನ ದಿವ್ಯತ್ವವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ತನ್ನೊಡನೆ ಅವಳು
ಅದನ್ನು ಅವನಿಗೆ ಲಭ್ಯಗೊಳಿಸದಳು.

**(ಸಾವಿತ್ರಿ; 1–1–ಪುಟ 7 ಸಾಲು 4 ಮತ್ತು 5)**

ಇದರ ಬಗೆಗೆ ಬಲು ದೀರ್ಘವಾದ ವಿವರಣೆ ಇದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಬರೆಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇದನ್ನು ಕಾವ್ಯಾತ್ಮಕವಾಗಿ 'ಬಾಣಂತಿ ಕೋಣೆ ಅವಧಿ' ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದರ ಅವಧಿ ಭೂಮಾನದ ಪ್ರಕಾರ 40 ದಿನಗಳು. (ಈ ವಿಷಯವಾಗಿ ಈ ಹಿಂದೆ ಬರೆದಾಗಿದೆ) ಇಲ್ಲಿ ಇದರ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸತ್ಯಾಸತ್ಯತೆಯ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಸಮರ್ಥನೆಗಾಗಿ ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು ಯಾವುದನ್ನು 'ದೃಷ್ಟಾರ' ಹಂತದಲ್ಲಿ ಕಂಡಿದ್ದಾರೆಯೋ, ಅದನ್ನು ಆಧುನಿಕ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಲಯಗಳು 'ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಉಪಕರಣಗಳ' ಮೂಲಕ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಈ ಬಾಣಂತಿ ಕೋಣೆಯನ್ನು ಖಭೌತೀಯವಾಗಿ 'ಮಹಾವ್ಯಾಧ ನೀಹಾರಿಕೆ ನಕ್ಷತ್ರ'ವೆಂದು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. 1300 ಜ್ಯೋತಿರ್ವರ್ಷ ದೂರದಲ್ಲಿರುವ ಇದು ಅನಿಲಾಣುಗಳ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ದರ್ಶಕೀಯ ಕಣಗಳ ವಿಸ್ತಾರವಾದ ಮೇಘವಾಗಿದೆ. 29–10–1993 ರಂದು 'ಹಬಲ್' ದೂರದರ್ಶಕವು ಇದರ ಸರ್ವೇಕ್ಷಣೇ ನಡೆಸಿದೆ. ಅದರ ಪ್ರಕಾರವಾಗಿ "ಈ ಮಹಾವ್ಯಾಧ ನೀಹಾರಿಕೆ"ಯನ್ನು (ನೂತನ) ನಕ್ಷತ್ರಗಳ "ಪ್ರಸೂತಿ ಗ್ರಹ"ವೆಂದೇ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದು ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯವಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ಒಪ್ಪಿತಗೊಂಡಿದೆ.

ಹೀಗೆ 40 ದಿನಗಳ ವಿಷಯವು ತುಂಬ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಬಯಸುತ್ತದೆ.

(ಸಶೇಷ)

## ಮುಖಪುಟದ ಕವನಗಳು

**– ಅನು: ಪುಟ್ಟು ಕುಲಕರ್ಣಿ**

ದಣಿವರಿಯದಂತೆ ತಣಿಯುತಿಹ ಹೃದಯ, ಕರ್ಮದಲಿ ಮಗ್ನವಾಗಿ
ಸಾನಂದ–ಮುದದ ಸಾಹಸದ ಕರ್ಮ ನಿಯತಿಯಲಿ ಸತತವಾಗಿ,
ಆ ಆತ್ಮತತ್ತ್ವದಾನಂದ ಘನದ ಸಾಮ್ರಾಜ್ಯಗಳಿಗೆ ಈಗ
ಅನಂತತೆಯು ತಾ ನಿರಾಮಯದಲ್ಲಿ ಶಾಶ್ವತದ ತಾಣವಾಗ,
ಪ್ರಣವ ನಾದದಲಿ ಚಿರದ ತಾಣವದು ವಿಕಸನಕೆ ಸಹಜವೆಂದು
ಆ ಏಕ ಬ್ರಹ್ಮಸೌಷಮ್ಯದಿಂದ ಸೂತ್ರಗಳ ತಂತು ಮಿಡಿದು
ಅಗಣಿತದ ನಾದ–ಮೇಳಗಳ ಲಹರಿ ಅನಂತತೆಯಲ್ಲಿ ಈಗ
ಚಿದ್ಘನದ ಶಾಂತಿ ನಿರ್ಮಾಯ ಮೌನದಾಯಾಮ ಪಡೆಯಿತೀಗ

**('ಸಾವಿತ್ರಿ'; ದಳ 2 ರೇಣು 1 ಪುಟ 97)**

ಅವನಾತ್ಮ,ಮನಸು, ಹೃದಯವೇಕತ್ರ ಸೃಷ್ಟಾರ ಸೂರ್ಯನಾಗಿ,
ಭವ ಬದುಕ ಗಸಿಯ ವಲಯವದು ಮಾತ್ರ ಕುಂದಿರುವ ಬೆಳಕಿಗಾಗಿ.
ಸದಾ ಚಂಚಲದ ಜೀವನದಿ ಛಾಯೆಯಲಿ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಸಹಿತ
ಶ್ರಮವಿತ್ತು ಅಲ್ಲಿ, ಜೊತೆಗಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಉಮ್ಮಳದ ಸುಯ್ಲು–ಗೀತ
ಅಂತರಾತ್ಮನಾಂತರ್ಯದೆದೆಯ ಆ ನಿಶ್ಚಲದ ಶಾಂತಿಯದುವು
ಅವಲೋಕದೊಡನೆ ರಕ್ಷೆಯನು ಕೊಡಲು ಉದಿಸಿತ್ತು ದಿವ್ಯ ಮುದವು
ಅಯೋಮಯತೆಯಲಿ ಸಂದಿಗ್ಧಗೊಂಡು ಶಿರದ ಕಪ್ಪರದಿ ಇದ್ಧ
ಆ ದಿವಿಜಭಾವ ತರತರಂಬಿನಲಿ ಕಾರ್ಯದಲಿ ತುಡಿದು ಬದ್ಧ.

**('ಸಾವಿತ್ರಿ'; ದಳ 1 ರೇಣು 3 ಪುಟ 37)**

---

**ಟಿಪ್ಪಣಿ:**

1) ಸೃಷ್ಟಾರ: ಸೂರ್ಯ. ಪಿಂಡಾಂಡದ ಮೇಲಿನ ಭ್ರಾಂತಿ ಮಮತೆಗಳು ಅಳಿದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಕಾಶಿಸುವ ಚಿತ್ಸೂರ್ಯ (ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಶಾಸ್ತ್ರ) – ಅಪ್ಟೆ ಸಂಸ್ಕೃತ ಕೋಶ.
2) ಶಿರದ ಕಪ್ಪರ: ತಲೆಗವಸು / ಸನ್ಯಾಸಿಗಳು ಧರಿಸುವ ಶಿರ ಕವಚ.
3) ತರತರಂಬು: ಆನಂದಾತಿರೇಕದಿಂದ ತೀವ್ರತರದಲ್ಲಿ ಕಂಪಿಸುತ್ತಿರುವ.

# ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದೋ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್ ಟ್ರಸ್ಟ್
## ಪ್ರಕಟವಾಗಿರುವ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಪಟ್ಟಿ

| ಕ್ರಮ ಸಂಖ್ಯೆ | ಕೃತಿ ಹೆಸರು |
|---|---|
| 1 | ಸಮಗ್ರ ಶಿಕ್ಷಣ |
| 2 | ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು ದಿವ್ಯ ಜೀವನ |
| 3 | ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು ಭಾರತೀಯ ಧರ್ಮ ಪರಂಪರೆ ಮತ್ತು ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ದರ್ಶನ |
| 4 | ಶ್ರೀ ಮಾತಾರವಿಂದರ ಪೂರ್ಣಯೋಗ |
| 5 | ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಪದ್ಯಗಳು |
| 6 | ರವಿ ಬೆಳಗಿದ ಪಥ (ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ವಚನವೇದ ಸಂಕಲನ) |
| 7 | ನವೆಂಬರ್ 24, 1926 ಅಧಿಮಾನಸ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಅವರೋಹಣ ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಹಾಗೂ ಶ್ರೀಮಾತೆಯವರ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧಿದಿನದ ಮಹತ್ವ |
| 8 | ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು (ಒಂದು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ಪರಿಚಯ) |
| 9 | ಶ್ರೀಮಾತೆ (ಒಂದು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ಪರಿಚಯ) |
| 10 | ಕೇಂಬ್ರಿಜ್‌ನ ಸುಗಂಧಿತ ಪುಷ್ಪ (ಮಾನವತೆಗೆ ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಕೊಡುಗೆ) |
| 11 | ಅತಿಮಾನಸ ಹಾಗೂ ಹೊಸ ಜಗತ್ತೊಂದರ ಜನನ (ಶ್ರೀಮಾತೆ ಹಾಗೂ ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಬರಹಗಳ ಸಂಕಲನ) |
| 12 | ಭಾರತ ಮತ್ತು ಭರತಮಾತೆಯ ದೈವನಿಯತಿ |
| 13 | ಆದರ್ಶ ಶಿಕ್ಷಕ |
| 14 | ಪೂರ್ಣಯೋಗ |
| 15 | ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಧರ್ಮ ಹಾಗೂ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯತ್ವ |
| 16 | ಶ್ರೀಮಾತೆಗೆ 72 (ಬಾಹತ್ತರ) ಕವನಗಳ ಅರ್ಪಣೆ |

| ಕ್ರಮ ಸಂಖ್ಯೆ | ಕೃತಿ ಹೆಸರು |
|---|---|
| 17 | ಶ್ರೀಮಾತಾ (ದೇಹಧಾರಣ ಮಾಡಿದ ಅವರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನಯಾತ್ರೆ ಹಾಗೂ ದೇಹದ ಯೋಗ) |
| 18 | ಶಿಕ್ಷಣ ಕುರಿತು ಶ್ರೀಮಾತಾರವಿಂದರ ವಿಚಾರಧಾರೆ |
| 19 | ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದ ದರ್ಶನ |
| 20 | ಶ್ರೀಮಾತೆ ಭಾರತಮಾತೆ |
| 21 | ದುರ್ಗಾಸ್ತೋತ್ರ |
| 22 | ಚಿಂತನಗಳು ಮತ್ತು ಸೂಕ್ತಿಗಳು |
| 23 | ಯೋಗ ಸಮನ್ವಯ |
| 24 | ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದಾಶ್ರಮ |
| 25 | ಪ್ರಸೂತಿ ಪೂರ್ವದ ಶಿಕ್ಷಣ ಶೋಭಾಯಮಾನ ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನೆಡೆಗೆ |
| 26 | ಮಗುವನ್ನು ಪೋಷಿಸುವುದು ಹೇಗೆ? |
| 27 | ಸುಪ್ರಮಾನಸದ ಶ್ರೀಮಾತೆ |
| 28 | ಸಾವಿತ್ರಿ (ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಮಹಾಕಾವ್ಯದ ಸಾರಾಂಶ) |
| 29 | ಪೂರ್ಣಯೋಗದ ಪಥದಲ್ಲಿ |
| 30 | ಬೆಳಕಿನ ಕಿರಣಗಳು |
| 31 | 24th November 1926 (Descent of Overmental Consciousness) |
| 32 | ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ಸಾವಿತ್ರಿ |
| 33 | ಮಾನುಷ ಚಕ್ರ |
| 34 | ಚೈತ್ಯ ಪುರುಷ |
| 35 | ಭವಾನಿ ಭಾರತಿ |
| 36 | ಶಿಕ್ಷಣ |
| 37 | ಯೋಗಾರಂಭ |
| 38 | ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರು |
| 39 | ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ ‘ಪ್ರೇಮ ಮತ್ತು ಮೃತ್ಯು’ |

# ವಾರ್ತಾಪತ್ರ

## ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದ ಸಂಕೀರ್ಣ

ಜೆ.ಪಿ.ನಗರ 1ನೇ ಹಂತ, ಬೆಂಗಳೂರು

ದಿನಾಂಕ 15/08/2026 ಶನಿವಾರ ಮೀರಾಂಬಿಕ ಸ್ಕೂಲ್ ಫಾರ್ ನ್ಯೂ ಏಜ್ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ 80ನೇ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆ ಮತ್ತು ಮಹರ್ಷಿ ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ 154ನೇ ಜನ್ಮ ದಿನಾಚರಣೆಯನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯ ಅತಿಥಿಗಳಾಗಿ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಮಹಾಪ್ರಬಂಧಕರಾದ ಶ್ರೀಯುತ ರವಿಶಂಕರ್‌ರವರು ಆಗಮಿಸಿ ಧ್ವಜಾರೋಹಣ ಮಾಡಿ, ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಅಗತ್ಯ ಎಂದು ಹಿತವಚನ ನೀಡಿದರು. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ನೃತ್ಯ, ಗಾಯನ, ಭಾಷಣ, ವಿವಿಧ ಮನೋರಂಜನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ವಂದೇ ಮಾತರಂ ಗೀತೆಯೊಂದಿಗೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಸಮಾಪ್ತಿಯಾಯಿತು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಶಾಲಾ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು ಶಿಕ್ಷಕ ವೃಂದದವರು ಭಾಗವಹಿಸಿದರು.

ದಿನಾಂಕ 15/08/2026 ಶನಿವಾರ ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದರ 154ನೇ ಜನ್ಮ ದಿನಾಚರಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದ ಸಂಕೀರ್ಣದಲ್ಲಿ ಏರ್ಪಡಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10.30 ರಿಂದ 10.50 ರವರೆಗೆ ಸಾಮೂಹಿಕ ಧ್ಯಾನ, ಪ್ರಸಾದ ವಿನಿಯೋಗ ಹಾಗೂ ಸಂದೇಶ ಪತ್ರವನ್ನು ವಿತರಿಸಲಾಯಿತು. ತತ್ಸಂಬಂಧ 11.00 ಗಂ॥ ರಿಂದ 12.45 ರವರೆಗೆ "Journey to The Life Divine" ಎಂಬ ವಿಷಯವಾಗಿ ವೀಡಿಯೋ ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲಾಯಿತು. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಗುರು–ಬಂಧುಗಳು, ಸಾಧಕರು ಮತ್ತು ಇತರರು ಹಾಜರಿದ್ದರು. ಜೂಮ್ ಹಾಗೂ ಯೂಟ್ಯೂಬ್ ಮುಖಾಂತರ ಸಹ ಪ್ರಸ್ತುತ ಪಡಿಸಲಾಯಿತು.

"The Gita" ವಿಷಯ ಕುರಿತು ದಿನಾಂಕ 5ನೇ ಆಗಸ್ಟ್ 2026 ರಿಂದ 15ನೇ ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2026 ವರೆಗೂ ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದ ಸಂಕೀರ್ಣದ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸಭಾ ಭವನದಲ್ಲಿ ಫೋಟೋ ಚಿತ್ರ ಪ್ರದರ್ಶನ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಫೋಟೋ: ಇಮೇಜಿಂಗ್ ಸಾವಿತ್ರಿ

**RNI No. 22511/1971**
No. of Pages **60 + 4 (Cov. Page)**
KAR Reg No.: RNP/KA/BGS/368/2024-2026
Licensed to post without prepayment License No.PMG BG/WPP-409/2024-2026
Kannada Monthly Magazine
Date of Publication on 7th of Every Month
Permitted to Post 10th of Every Month. Reg. Valid till: 31-12-2026
Licensed to Post at BG PSO, Mysuru Road, Bengaluru - 560 026

ಫೋಟೋ: ಇಮೇಜಿಂಗ್ ಸಾವಿತ್ರಿ

Ed. Sri Puttu Parashuram Kulkarni, Pub: Dr. Ajit Sabnis
Ptd. by M/s. Seshaasai e-forms Pvt. Ltd.,
on behalf of Sri Aurobindo Complex Trust, 'Sri Aurobindo Marg',
J.P. Nagar I Phase, Bengaluru - 560 078. Phone: 080 - 22449882.