प्रकाशकार्याचे वृत्तपत्र

महर्षी अमर (१९१९–१९८२)

ऋषींनी शिकवले तसे
आम्ही ध्यान शिकवतो.

प्रकाश

सृष्टीमागील बुद्धिमान शक्ती आहे. प्रकाश म्हणजे स्वतः परमेश्वरच.

प्रकाशकार्य

सर्वोत्तम जीवन जगण्यासाठी, सर्व जीवांना त्यांच्या जाणीवेची आणि अनुभवाची पातळी उंचावण्यात मदत करणे आहे.

प्रकाशजीव

या आणि उच्च जगात राहणारे ऋषी आहेत. ते ज्ञानाचा प्रकाश आणि शक्ती गोळा करतात आणि पसरवतात.

सप्तऋषी

सर्वोच्च आध्यात्मिक अधिकारी आहेत. ते निवडलेले महात्मे आहेत. ते, सर्व जीवांना इथे शांती आणि परिपूर्णतेचे जीवन जगण्यासाठी आणि त्यांचे मूळ म्हणजे प्रकाशाकडे परत जाण्यासाठी त्यांचे मार्गदर्शन करतात.

महर्षी अमर

प्रत्यक्ष सप्तर्षींच्या संपर्कात असणारे एक विशेष महात्मे होते. त्यांनी उच्च जीवनाच्या सत्ययुगासाठी ज्ञान आणि मार्गदर्शक सूचना उच्च जगातून पृथ्वीवर आणल्या.

गुरुजी कृष्णानंद

महर्षी अमरांचे पट्टशिष्य आहेत. त्यांनी ऋषींचा मार्ग, सप्तर्षी ध्यानयोग विकसित केला आणि तपोनगरात सप्तर्षींच्या आध्यात्मिक केंद्राची स्थापना केली.

सप्तर्षी ध्यानयोग

हा लौकिक आणि आध्यात्मिक जीवन योग्य रीतीने जगण्यासाठी ऋषींनी शिकवलेल्या ध्यानाचा आणि भावना आणि विचारांच्या सकारात्मकतेचा एक विशिष्ट मार्ग आहे.

दृढ वचन

- ★ आपण दिव्य प्रकाशाचा (परमेश्वर) एक कण आहोत
- ★ प्रेम हा आपला मूळ स्वभाव आहे
- ★ शांतता ही आपली भाषा आहे
- ★ ध्यान हा आपला मार्ग आहे
- ★ हे जग आपले आश्रयस्थान आहे
- ★ सर्व सृष्टीच आपलं कुटुंब आहे
- ★ परमेश्वर आपला गुरु आहे; ऋषी आपले मार्गदर्शक आहेत.

प्रकाशमार्ग

Volume 1 Issue 7 APRIL 2009 Rs. 15

चिंतन

महर्षी कृष्णानंद, अनुवादः सुनिता देशपांडे

२६ फेब्रुवारी २००९ ला, प्रकाश प्रसारणाचा कार्यक्रम संपन्न झाला. ह्यात, वेगवेगळ्या जागेच्या लोकांनी एकाच वेळी प्रकाशाचे प्रसारण केले. आता यापुढे ही चळवळ सुरु राहील. आपआपल्या जागेवरून प्रकाशाचे प्रसारण सुरु राहील. या सुंदर ग्रहावर प्रेम आणि शांती आणण्यासाठी, या पृथ्वीला बरे करण्यासाठी प्रकाशाचे प्रसारण सुरु राहील. ही चळवळ सुरू राहील.

त्या दिवशी बंगलोरच्या कोरामंगला स्टेडिअम मधे शेकडो लोक जमले आणि त्यांनी सात मिनिटांसाठी प्रकाशाचे प्रसारण केले. त्यांच्यासोबत रशिया, अमेरिका, अरबी राष्ट्र, मोरोक्को, ऑस्ट्रेलिया आणि न्यूझीलंड मधून हजारोंच्या संख्येत लोक या कार्यासाठी सहभागी झाले. प्रकाशाचे प्रसारण सुरु असताना एक प्रचंड शक्ती ह्या पृथ्वीवर अवतरित झाली. तो एक ऐतिहासिक दिवस होता. तो एक ऐतिहासिक क्षण होता.

प्रसार माध्यमांनी साहजिकच या घटनेकडे दुर्लक्ष केले. या जगात घडणाऱ्या पुष्कळशा महत्त्वाच्या गोष्टी प्रसार माध्यम लोकांपर्यंत पोचवत नाही. आपण जे वाचतो किंवा पाहातो त्या काही अति महत्त्वपूर्ण गोष्टी नसतात. ह्यासाठी आपण कोणालाही दोषी ठरवू शकत नाही. दोषी खरंतर ही यंत्रणा आहे. ही यंत्रणा सुद्धा कोसळणार आहे. सर्व भ्रष्ट यंत्रणा कोसळणार आहेत. जे कार्य करण्यास प्रसार माध्यमे असमर्थ ठरली ते कार्य ब्लॉग्ज करत आहेत.

प्रकाश प्रसारणाची ही जागतिक चळवळ आपण जागृत ठेवायला हवी, सर्वत्र पसरावयास हवी. आपल्या भविष्यासाठी आणि आपल्या शांतीसाठी. हे फार महत्त्वाचे आहे.

ज्या लोकांना किंवा ज्या गोष्टीला आपण पाहू शकत नाही, त्यावर आपण कसे काय प्रेम करू शकतो? फारच गंभीर पण प्रामाणिक प्रश्न माझ्यापुढे ठेवण्यात आला. आपण गाईला पाहू शकतो, तिला स्पर्श करू शकतो आणि तिच्यावर प्रेम करू शकतो. गाईकडून मिळालेले दूध आपण प्राशन करू शकतो आणि अर्थात तिला खाऊ पण शकतो! पण प्रकाश, परमेश्वर? आपण प्रकाशाला पाहू शकत नाही, त्याला स्पर्श करू शकत नाही, मग त्याच्यावर प्रेम कसे करणार! आणि अर्थातच आपण त्याला खाऊ किंवा पिऊ पण शकत नाही! माझ्या शास्त्रज्ञ मित्रानी मला हे सर्व मोठ्या गंभीरतेनी विचारले. आणि मी त्याच्याकडे एक मिनिटभर पाहतच राहिलो.

आपण बऱ्याच गोष्टी पाहू शकत नाही, तरी अनुभवाने आपण जाणतो की त्या अस्तित्वात आहेत. दूधातील गोडवा, फुलांतील सुवास, आपल्याला सोडून गेलेले आणि आता इतर पृथ्वींवर राहणारे आत्मे .... ह्या सर्वांवर आपण प्रेम करतो. प्रकाश आहे, परमेश्वर आहे. प्रकाशावर आपण प्रेम का करू शकत नाही?

मला असे वाटते अनुभव फार महत्त्वाचा आहे. म्हणूनच आपण ध्यान केले पाहिजे आणि इतर जगांच्या वास्तविकतेचा प्रत्यक्ष अनुभव घेतलाच पाहिजे. चंद्राला अनुभवणे खूपच सोपे आहे आणि चंद्राच्या संपूर्ण प्रकाशाला अनुभवणे सुद्धा कठीण नाही .

मी काही राजकारणी माणूस नाही. पण राजकारणाच्या क्षेत्रात काय सुरु आहे, ह्याची माहिती मी ठेवतो. आध्यात्मिक दृष्टिकोनातून मला माहिती आहे कि आगामी निवडणूका विशेष राहणार आहेत. जुन्या आणि भ्रष्ट असलेल्या प्रणाली जातील आणि नव्या व अधिक चांगल्या प्रणाली जन्माला येतील. आपण, सर्वकाही चांगले होण्याची, प्रार्थना करू या.

मानसा फाउंडेशन (रजि.)
तपोनगर, चिक्कगुब्बि, बंगलोर अर्बन ५६२ १४९. इंडिया.
फोन : (०८०) २८४६५२८०, २२७१५५०१ (सकाळी १० ते दुपारी १ वाजेपर्यंत)
इ–मेल : info@saptarishis.com वेबसाईट : www.saptarishis.com

ध्यान वर्ग

तपोनगरात फक्त दर रविवारी भरतो

प्राथमिक पातळी – सकाळी १० वाजता

बंगलोर शहरातील केंद्रांमधे वर्ग खालीलप्रमाणे भरतात

दर रविवारी (सकाळी ७ वाजता)
अंजनेय मंदिर, महालक्ष्मी लेआऊट

दर सोमवारी (संध्याकाळी ७ वाजता)
अंजनेय मंदिर, महालक्ष्मी लेआऊट

दर मंगळवारी (संध्याकाळी ७ वाजता)
श्री ऑरोबिंदो कॉम्प्लेक्स, फेज १,
जे.पी. नगर

दर बुधवारी (संध्याकाळी ७ वाजता)
आर्य समाज, सी.एम.एच. रोड, इंदिरानगर
हिमांशु, ४ मेन, मल्लेश्वरम
मारुति मंदिर, विजयनगर

दर गुरुवारी (संध्याकाळी ७ वाजता)
देवगिरी वेंकटेश्वर मंदिर, बनशंकरी स्टेज २

दर शुक्रवारी (संध्याकाळी ७ वाजता)
इंडियन हॅरिटेज अकॅडमी, ब्लॉक६,
कोरामंगला

दर शनिवारी (संध्याकाळी ७ वाजता)
साई मंडली, संपिगे रोड, मल्लेश्वरम

आनेकल येथे

दर सोमवारी (संध्याकाळी ६ वाजता)
दर मंगळवारी (सकाळी ६ वाजता)

बाहेरील विद्यार्थ्यांसाठी पोस्टाद्वारे किंवा ई–मेल द्वारे मार्गदर्शनाची सोय आहे. अधिक माहिती साठी पान ६ वरील पहिले कॉलम वाचावे.

Doorways (इंग्रजीत) /
तपोवाणी (कन्नड) / प्रकाशमार्ग (मराठी)
वार्षिक वर्गणी रू. २००/–

वृत्तपत्र

आपल्या मित्राला भेट करावे. वर्गणी सोबत, त्यांचं नाव व पत्ता आमच्याकडे पाठवावा.

काही ठळक घडामोडी

७–४–२००९, मंगळवार रोजी
गुरुजींची मुंबईस भेट
व्याख्यान : सकाळी ११ वाजता
स्थळ : पु. ल. देशपांडे हॉल,
लोकमान्य सेवा संघ, विलेपार्ले(पू)

रामनवमी

ध्यानासाठी तंत्र

रामनवमीच्या दिवशी ध्यानाच्या या तंत्राचा अभ्यास करावा. निळ्या प्रकाशाच्या एका मोठ्या गोळ्याची कल्पना करावी. कल्पना करावी की आपण त्याच्या आत आहोत आणि ''रामा'' या मंत्राचा जप करत असताना, त्या प्रकाशाचा अनुभव करावा.

अक्षय्य तृतीया

अक्षय्य तृतीया, नव्या प्रकल्पांच्या, ध्येयांच्या सुरुवात करण्याचा दिवस आहे. या दिवशी एक विशेष शक्ती उपलब्ध असते. आपले संकल्प आणि ध्येय पूर्ण करण्यासाठी या शक्तीची मदत होते. या दिवशी आपण आध्यात्मिक आणि लौकिक ध्येयांसाठी संकल्प करू शकतो.

तंत्र

सकाळी किंवा संध्याकाळी ६ वाजता, किंवा दुपारी १२ वाजता, देवाच्या एका रूपाची कल्पना करावी, त्यांना शक्ती अर्पण करावी आणि प्रार्थना करून मनातल्या मनात संकल्प करावा आणि त्यानंतर ध्यान करावे.

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०३	शुक्रवार	श्रीरामनवमी
०४	शनिवार	शुक्लदशमी
०९	गुरुवार	पौर्णिमा
१०	शुक्रवार	गुड फ्रायडे
१७	शुक्रवार	कृष्णाष्टमी
२३	गुरुवार	शिवरात्र
२५	शनिवार	अमावास्या
२७	सोमवार	अक्षय्य तृतीया

रविवारच्या प्रसादाचे प्रायोजक

स्वामीनाथन के.एन.	०१.०२.२००९
स्वामीनाथन के.एन., सनत कुमार आणि सुधा पोफळे	०८.०२.२००९
केतकी एस. तलवलकर आणि रमेश भोसेकर	१५.०२.२००९
सुवर्णम्मा, विजय मेंड्जोगे आणि प्रकाश उल्लारा	२२.०२.२००९

रू. २००० देऊन रविवारच्या प्रसादाचे आणि रू. ५००० देऊन वृत्तपत्राचे प्रायोजक आपण होऊ शकता.

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी	– व्याख्यान सकाळी ११ ते १२ पर्यंत
	– विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
दर शुक्रवारी	– लाईट चॅनलिंगचे कार्य सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत
०३ एप्रील	– श्रीरामनवमी
	– विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
१० एप्रील	– गुड फ्रायडे
	– विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत

गुरुजींच्या व्याख्यानांच्या DVDs एका विशेष ग्रुपच्या सदस्यांसाठी दर महिन्याला उपलब्ध राहतील. सविस्तर माहितीसाठी कृपया मानसा कार्यालयाशी संपर्क साधावा.

ज्या लोकांना, शाळा, कॉलेज इत्यादी ठिकाणी, प्रकाश प्रसारणाचे सत्र घ्यायचे आहेत, त्यांच्यासाठी प्रकाश प्रसारणाचे तंत्र असलेल्या डी.व्ही.डी. उपलब्ध आहेत. त्यासाठी मानसा कार्यालयाशी संपर्क करावा.

तपोनगर डायरी

महर्षी अमरांच्या तपोनगरानी त्यांची जयंती साजरी केली. सतत बांधकामाखाली असलेले धुळीने भरलेले रस्ते, साधकांना उत्सवात सामील होण्यापासून परावृत्त करू शकले नाही. ऋषींच्या निवासाकडे नेणारा हा रस्ता नेहमीच खाच–खळग्यांनी भरलेला व फार कठीण होता. आध्यात्मिक प्रवासावर एखाद्याला शेवट गाठण्यासाठी येणाऱ्या अडचणींचेच जणूकाही तपोनगरचा हा रस्ता प्रतिनिधीत्व करतो.

काही दिवसांपूर्वी, रस्त्याचे पुनर्निर्माण होणार आहे अशा अफवा आम्ही ऐकल्या. आणि आश्चर्य म्हणजे ते खरे होतांना दिसले. खराब रस्त्याच्या जुन्या स्मृती, हसून दूर सारण्यापूर्वीच, सुरु झालेले रस्त्याचे काम थाबूनही गेले. रस्त्यावर वाळू टाकण्यात आली पण त्यावर डांबरीकरण झालेच नाही. त्यामुळे रस्ता पूर्वीपेक्षाही खराब झाला! तरीपण ऋषींच्या या स्थानानी आणि इथल्या रहिवाशांनी हे सगळं शांतपणे स्वीकारलं.

काही लोक तपोनगरच्या ऋषींकडे त्यांना भेटायला आले. पण ते शिकायला नाही, उलट शिकवायला आले होते. ते आध्यात्मिक साधक नसून, प्रवासी निघाले.

बरेच साधक महाशिवरात्री आणि ग्रहणाच्या दिवशी जमा झाले होते. सोलुंट्रा किंगचे वास्तव्य वेगळेच चैतन्य घेऊन आले. ती, आपल्या रविवारच्या वर्गात एकप्रकारचं उत्सवाचं वारं आणत असते.

उन्हाळा, वेळेच्या आधीच जाणवायला लागला आहे. तपोवनावर पाण्याची कमतरता दिसायला लागली आहे.

तपोनगराने फेब्रुवारी २००९ मधे संपूर्ण विश्वात प्रकाशाचा संदेश पसरवला. सगळ्यांनी प्रकाशाला आपला सोबती केले आणि प्रकाशाने सगळ्यांना आपल्यासोबत पुढे नेले.

गुरुजी उवाच

(गुरुजींच्या रविवारच्या ध्यानवर्गातील काही वेचे)
संकलनः राघवेंद्र सोमायाजी, अनुवादः पूर्णिमा परुळेकर

०४.०१.२००९

आपण आपले भविष्य आपल्या विचारांनी आणि स्वप्नांनी निर्माण करून ते सुखाचे बनवत असतो याची आपल्याला जाणीव असली पाहिजे. आपण स्वप्न पाहात राहिले पाहिजे. ही सर्व सृष्टी परमात्म्याचे स्वप्न आहे. त्याने स्वप्न पाहिले, म्हणून आपण इथे आहोत.

वरच्या सूक्ष्म लोकांत अनेक गोष्टी घडत आहेत. तिथे अनेक मोठ्या घटना जन्म घेण्याच्या प्रतीक्षेत आहेत. त्या स्तरावर अख्खं नवीन युग खाली येण्याची वाट पाहाते आहे. त्या सर्वांना प्रवाहित करून इथे आणायचे आहे व त्यांचे मोठ्या प्रेमाने स्वागत करायचे आहे. हे आपणा सर्वांचे अहोभाग्य तर आहेच पण त्याचबरोबर आपल्यापैकी प्रत्येकाची ती जबाबदारी देखील आहे. हा ऐतिहासिक क्षण आहे. हा अतिशय महत्त्वाचा टप्पा आहे जिथे अख्खा भविष्यकाळ, अख्खं नवयुग आपण त्याला जन्म देण्यासाठी प्रतीक्षा करते आहे. आपण ही गोष्ट अतिशय गांभीर्याने घेतली पाहिजे.

प्रकाशाला प्रसारित (चॅनल) करून आपण नवे युग प्रकट करू शकतो. आपण हे लक्षात घेतले पाहिजे की फक्त एक माणूस किंवा एक अवतार नवीन युगाची स्थापना करणार नाही. नवीन युगाची स्थापना या पृथ्वीवरील आपण सर्वांनी केली पाहिजे.

जर आपण विश्वास ठेवला की प्रकाश अस्तित्वात आहे आणि त्याला खाली येण्याची विनंती केली, तर प्रकाशाचे प्रसारण (चॅनलिंग) फार सोपे आहे. कोणत्याही प्रयत्नाशिवाय तो आपल्या माध्यमातून वाहू लागेल. यासाठी आपल्याला कोणत्याही तंत्राची जरूरी नाही. तंत्रे त्यांच्यासाठी असतात जे प्रेम करू शकत नाहीत.

प्रकाश बरे करतो. इलाजाची गरज प्रत्येक व्यक्तिला आहे आणि संपूर्ण जगालाही आहे. आपल्याला असहाय्य वाटते कारण आपला असा समज आहे की आपण फक्त मतदान करू शकतो आणि त्रास भोगू शकतो. परंतु आपल्याला खूप मोठे सामर्थ्य उपलब्ध आहे. प्रकाश केवळ आपल्याला बरे करतो असे नाही, तर, संपूर्ण मानवजातीला खोटेपणापासून शुद्ध करून तिला योग्य बनवतो. मनुष्यनिर्मित यंत्रणा जेव्हा कोलमडतील तेव्हा प्रकाश त्यांच्या जागी दैवी यंत्रणा आणेल. आपल्या स्वसामर्थ्याची व अव्यक्त क्षमतांची जाणीव करून घेण्याची ही वेळ आहे.

११.०१.२००९.

शक्य तितके विनम्र होऊन मी हे बोलत आहे. परमेश्वराशी बोलणे फार सोपे आहे. इतर कोणापेक्षाही ईश्वर आपल्या अधिक जवळ आहे. आपल्याला वाटते की त्याच्याकडे पोहोचण्यासाठी आपल्याला श्लोक, होम इत्यादी तंत्रांची गरज लागेल. आपली खात्री असते की देव तिकडे दूर कोठेतरी आहे आणि मी इतका लहान माणूस आहे की मी त्याच्यापर्यंत पोहोचू शकणार नाही. या गोष्टी खऱ्या नाहीत. तंत्रे कठीण असतात पण देव नाही. सर्व तंत्रे विसरून सच्च्या प्रेमाने त्याचा नुसता विचार करा, तो नक्की प्रतिसाद देईल. मी प्रत्येकाला कळकळीने विनवतो की असा प्रयत्न करा. देवाशी संवाद हा सर्वात अनोखा अनुभव आहे. आपण एकटे असताना त्याच्याशी बोलू शकतो, तसेच गर्दीत असताना बोलू शकतो. आपण त्याच्याशी कोठेही बोलू शकतो.

२५.०१.२००९

जाणिवेचा विस्तार अनुभवाकडे नेतो. आपल्या जाणिवेचा विस्तार करण्यासाठी आपल्याला शरीर, मन व बुद्धीची स्तब्धता लागते. हेच साधनेचे मर्म आहे. ध्यान करा आणि स्तब्धता प्रस्थापित करा. मग जाणीव सहजपणे, आपोआपच व्यापक होते. जेव्हा आपण ध्यान करत नसतो, त्यावेळी सुद्धा बऱ्याच प्रमाणात स्तब्धता प्राप्त होऊ शकते. त्याकरिता सर्व स्तरांवरील सर्व अनावश्यक पाशातून निवृत्ती घेतली पाहिजे, जो खऱ्या अर्थाने प्रत्याहार आहे. सर्वसाधारण समज आहे, त्याप्रमाणे प्रत्याहार म्हणजे गुहेत जाऊन राहाणे नव्हे. आपल्याला या जगात राहायचे आहे. आपल्या निवृत्तीमुळे आपण आपल्या जबाबदाऱ्यांकडे दुर्लक्ष करता कामा नये.

शुद्धतेमुळे देखील निःस्तब्धता येते. जेव्हा आपण शुद्धतेचा अनुभव घेतो तेव्हा अपार स्थिरता, शांती आणि निःस्तब्धता लाभते, जी आपल्याला प्रकाशाशी संलग्न करते. आणि जेव्हा आपली जाणीव प्रकाशापर्यंत पोहोचते, तेव्हा आपण स्तब्ध होतो आणि जाणीव विस्तार पावत पावत प्रकाशाच्या सागरापर्यंत पसरते. ह्याला परम समाधीची अवस्था म्हणता येईल. हे सारे फार साधे आहे पण प्रत्यक्षात उतरवणे सोपे नाही. महत्त्वाचा मुद्दा हा आहे की आपण ह्या गोष्टी करण्याचा कधी प्रयत्नच केलेला नाही. ▪

प्रकाश प्रसारणाची जागतिक चळवळ

ही आपल्या अंतःकरणातील चळवळ आहे. आपल्या या जगात सर्वांना शांती आणि प्रेमाचे जीवन जगता यावे त्यासाठी ही चळवळ आहे. व्याख्यानं, उपदेशं आणि पताका नसलेली ही अशी वेगळीच चळवळ आहे. वरील उच्च जगांतून फक्त प्रकाश पृथ्वीवर आणावा आणि सर्वत्र प्रसारित करावा, एवढेच पुरेसे आहे. शब्द जे करू शकत नाही, ते सर्व हा प्रकाशच घडवून आणू शकतो.

जेव्हा आपण हा प्रकाश सर्वत्र पसरवतो, तेव्हा तो इतरांच्या घरात व त्यांच्या हृदयात प्रवेश करतो. त्यांच्या भावना आणि विचारांमधे असलेल्या अंधःकाराला हा प्रकाश दूर करतो आणि अशाप्रकारे वैयक्तिक बदलाव होतात. वैयक्तिक बदलावांमुळे सर्व जगच बदलायला सुरुवात होते आणि प्रकाशमय होते.

हा प्रकाश म्हणजे आपल्या डोळ्यांना दिसत असलेला प्रकाश नसून हा अस्तित्वाच्या गाभ्यातील अतिसूक्ष्म प्रकाश आहे. अस्तित्वाच्या ह्या गाभ्यातूनच सर्व सृष्टीचा जन्म झाला. ह्या प्रकाशाजवळ सर्वकाही आहे; ताकद आहे, शहाणपण आहे आणि सृष्टीचे भवितव्य पण आहे. तो अदृश्य आहे पण सर्वत्र पसरलेला आहे.

आपण दर रोज ७ मिनिटांसाठी हा प्रकाश वरून पृथ्वीवर आणून सर्वत्र पसरवू शकतो. झोपून उठल्यावर सकाळी आणि रात्री झोपण्यापूर्वी आपण ह्याचा अभ्यास करू शकतो आणि या जगात बदल घडवून आणू शकतो.

या जागतिक चळवळीची सुरुवात १८–५–२००८ ला तारामंडलीय परिषदेनी, सप्तर्षींनी, गुरुजी कृष्णानंदांच्या मार्फत सुरु केली.

ही माहिती जास्तीत जास्त लोकांपर्यंत पोहोचवावी.

वेब साईट : www.lightchannels.com

शंबला तत्त्वे

प्राचीन ऋषींनी दिलेली ही सात तत्त्वे आहेत. आपल्या पृथ्वीवर असलेले प्रकाशाचे शहर शंबला येथे राहणारे लोक या तत्त्वांचा अभ्यास करतात. शंबलातील लोक चिरतरुण आहेत आणि ते शांती आणि परिपूर्णतेचे जीवन जगत असतात.

१. आपल्या अंतरंगात, गाभ्यात असलेल्या प्रकाशाचा अनुभव करावा आणि सभोवताली पसरवावा.
२. प्रेमाचा अनुभव करावा आणि हे प्रेम सर्वत्र पसरवावे.
३. सर्व जीवांमधे आणि सर्व निर्जीव वस्तुंमधे जीवनाच्या एकत्वाचा अनुभव करावा.
४. दिवसाची सुरुवात करतांना, त्यादिवशी जी कामं करायची आहेत, ती आधी मनात ठरवावी, मग ती हळू आवाजात स्वतःशीच पुटपुटावीत आणि मग ती कामं प्रत्यक्ष करावीत.
५. आपले ध्येय पूर्ण होण्याआधी त्याबद्दल कमीत कमी बोलून, गुप्ततेच्या नियमाचे पालन करावे.
६. आपल्यातील नकारात्मक शक्तींशी लढा देण्यासाठी मन, बुद्धी आणि शरीर यांना एकजूट करावे.
७. उच्च आध्यात्मिक ध्येय गाठण्यासाठी आपण स्वतःहून आपल्या लौकिक गरजांची मर्यादा ठरवावी.

प्रकाश प्रसारणाची जागतिक चळवळ – २६–०२–२००९ (सोलुंट्रा किंगचे व्याख्यान)

संकलनः श्यामला देवी, अनुवादः जयंत देशपांडे

आपण आता एका निर्णायक क्षणावर येऊन पोचलो आहोत. आपण जर प्रकाशाची निवड केली तर आपले जीवन शांती आणि आनंदाने प्रकाशित होईल, प्रेममय होईल आणि आपण सत्ययुगाचे स्वागत करत असताना सर्वांना भरभराट लाभेल. सत्ययुग म्हणजे एकोप्याचे युग आहे, सर्वांना सोबत घेऊन चालण्याचे युग आहे, प्रकाशमय जीवनाचे, समानतेचे, विश्वास आणि प्रेमाचे युग आहे. हे प्रकाशाचे युग आहे.

प्रकाश आपल्याला स्त्रोतापासून, सृष्टीच्या निर्मात्यापासून मिळतो. प्रकाश म्हणजेच जीवन आहे आणि प्रकाशाविना जीवनच नाही. प्रकाश सर्वांमधे आहे, तरी या भौतिक पातळीवर प्रकाशाचे आकलन कठीण आहे. ध्यान केल्याने किंवा इतरांना बरे करण्यासाठी प्रकाशाचे प्रसारण केल्याने आपल्याला त्याचा अनुभव घेता येतो.

जेव्हा आपण प्रकाशाचे प्रसारण करतो, तेव्हा नकळतच आपण सुद्धा प्रकाशित होतो. जेथे कोठेही आपण जातो, वावरतो, तेथे हा प्रकाश सर्वांपर्यंत पोचतो, सर्व जीवांपर्यंत पोचतो आणि त्यांनासुद्धा त्यांच्यातील देवत्वाची जाणीव करून देतो आणि त्यांच्यातील प्रकाश प्रकट करण्याची संधी त्यांना देतो. आपण सर्व एकच प्रकाश आहोत, एकच श्वास, एकच हृदय आहोत आणि संपूर्ण सृष्टीशी एकरूप आहोत. आपण इथे युगपरिवर्तनाच्या काळाच्या एका महान टप्प्यावर येऊन पोचलो आहोत.

आज रात्री जो प्रकाश आपण प्रसारित करणार आहोत, तो थेट स्त्रोतापासून मिळणारा प्रकाश आहे. ऋषींच्या आणि प्रकाशजीवांच्या कृपेमुळे आणि प्रेमामुळे हे शक्य झाले आहे. आपण जर प्रकाशाचा स्वीकार करायला तयार असलो तर ते सतत आपल्याला मार्गदर्शन करून आपली मदत करतात. जेव्हा आपण प्रकाशाचे प्रसारण करतो तेव्हा ऋषींशी आणि प्रकाशजीवांशी आपला संपर्क प्रस्थापित होतो. त्याप्रमाणेच, प्रकाश प्रसारित करणाऱ्या, पृथ्वीवरील इतर लक्षावधी आत्म्यांच्या संपर्कातही आपण येतो. प्रकाशाच्या माध्यमाने एकमेकांशी हा संपर्क प्रस्थापित होतो. अशाप्रकारे हळूहळू संपूर्ण मानवजातिची जाणीवच चैतन्याच्या अतिसूक्ष्म तरंगांपर्यंत उंचावते. लोकांच्या जाणिवेत अशाप्रकारच्या बदलावानंतरच मानवता, घृणा आणि भीतीच्या पलीकडे जाऊ शकेल; अभाव आणि नकारात्मकतेच्या पलीकडे जाऊन विपुलतेकडे वाटचाल करू शकेल.

ही प्रकाशयुगाची पहाट आहे. दाट काळोखाच्या काळातून आता आपण बाहेर पडलो आहोत. पहाटेच्या प्रकाशात आता आपल्याला हे स्पष्ट दिसतंय की काळे लोक कसे त्यांचे कार्य चालवीत आहेत. काळ्या युगाच्या प्रभावात येऊन आपण आपले देवत्व विसरलो. दूर–गमन, दूर–संवाद, एकाच वेळी दोन ठिकाणी असणे अशा कित्येक क्षमता आपण गमावून बसलो. आपण आत्मकेंद्रित झालो आणि त्यामुळे या पृथ्वीवर लोभ आणि भ्रष्टाचाराचे थैमान माजले. आपण अगदी साध्या पण अतिशय महत्त्वाच्या गोष्टीला विसरलो, तो म्हणजे प्रकाश. प्रकाशच आपल्याला जीवन देतो, आपले संरक्षण करतो.

आपली संपूर्ण सूर्यमालाच प्रकाश वलयात प्रवेश करणार आहे. प्रकाश वलय म्हणजे, आपल्या मध्यवर्ती सूर्यापासून (Central Sun) निघणाऱ्या अतिसूक्ष्म तरंगांच्या प्रकाश कणांने बनलेले वलय आहे. आपल्या आकाशगंगेच्या केंद्रात एक कृष्ण विवर (Black Hole) आहे. त्यातून निघणारा प्रकाश आपली जाणीव विस्तारतो, उंचावतो. आपल्यातील प्रकाश आपल्याला प्रकाशमय बनवतो.

जेव्हा आपण प्रकाशाचे प्रसारण करतो तेव्हा तो आपल्याला प्रकाशित करतो आणि एवढा प्रकाश पृथ्वीत सामावतो की आपली पृथ्वी प्रकाशाच्या उच्च तरंगांकडे, उच्च आयामाकडे वाटचाल करते. आपण आपल्या आकाशगंगेचे आणि या ब्रह्मांडाचे नागरिक होतो. हे सर्व काही आपल्या स्वप्नांमधे किंवा पुढील युगातच शक्य आहे असे नाही. हे सर्व आत्ताच घडते आहे. २०१२ मधे जे काही घडणार आहे त्याला सामोरे जाण्याच्या तयारीसाठी आपण आत्ताच प्रकाश वलयातून जात आहोत.

तुमच्यापैकी प्रत्येकजण, या कार्यात, महत्त्वाचा आहे. जेवढा जास्त प्रकाश आपण प्रसारित करू तेवढेच पुढील प्रकाश युगात प्रवेश करणे आपल्यासाठी सोपे होईल. प्रकाश आपल्यातून वाहतो आणि आपल्या तीव्र इच्छेमुळे तो सर्वत्र पसरतो. हे सर्व आपण न जोखता व अनासक्त भावाने करायला हवे. प्रकाशाजवळ स्वतःची बुद्धिमत्ता आहे त्यामुळे जिथे इलाजाची गरज आहे, जिथे जाणिवेच्या जागृतीची गरज आहे तिथे तिथे तो पसरतो आणि कार्य करतो.

मी अशी कामना करते की तुम्ही नेहमीच प्रकाशासाठी आपले द्वार उघडे ठेवाल आणि संपूर्ण सृष्टीवर त्याला पसरवाल. तुम्हाला मनःशांती आणि प्रकाशाचे तेज लाभो.

दीप प्रज्वलित करून सोलुंट्रा किंगने कार्यक्रमाला सुरुवात केली

सोलुंट्रा किंग, व्याख्यान देतांना

२६ फेब्रुवारी २००९–एक अभूतपूर्व कार्यक्रम

२६ फेब्रुवारी २००९ या दिवशी गुरुजी कृष्णानंदांसोबत, सर्व सामान्य लोक एक असामान्य कार्य करण्यासाठी गोळा झाले होते. आपल्या पृथ्वीला नव्या जाणिवेत घेऊन जाण्यासाठी सर्वोच्च स्त्रोतातून विशेष शक्ती पृथ्वीवर घेऊन येणे असे ते असामान्य कार्य होते. या कार्यक्रमामुळे, प्रकाश प्रसारणाच्या जागतिक चळवळीला एका मोठ्या प्रमाणावर सुरुवात झाली.

कार्यक्रमाचे स्थळ कोरामंगला इन्डोर स्टेडिअम खूप भव्य दिसत होते. व्यासपीठावरील वक्ते सर्वांना व्यवस्थित दिसावेत म्हणून दोन मोठ्या पडद्यांवर प्रक्षेपणाची सोय करण्यात आली होती. तिथे आलेल्या अकराशे पेक्षा जास्त लोकांचेच नाही तर तिथे सूक्ष्मरूपात आलेल्या कित्येक देवी–देवतांचे, ऋषींचे आणि सूक्ष्म जगातील महात्म्यांचे, शेकडो पांढऱ्या शुभ्र फुलांनी स्वागत केले.

नेहमीप्रमाणेच पांढरे कपडे परिधान केलेले गुरूजी हसतमुखाने, अगदी मनापासून बोलले. ह्या कठीण काळात, गुरुजींनी, मानवतेचे प्रतिनिधित्व केले आणि आपल्या खांद्यावर खूप मोठी जबाबदारी उचलून खूप मोठ्या प्रमाणात

प्रकाश प्रसारणाची जागतिक चळवळ – २६–०२–२००९ (संचालन – गुरुजी कृष्णानंद)

संकलनः जयंत देशपांडे, अनुवादः सुनिता देशपांडे

गुरुजी – कार्यक्रमात भाग घेणाऱ्यांसोबत प्रकाशाचे प्रसारण करताना

गुरुजी – प्रकाश प्रसारणाचे महत्त्व समजावून सांगताना

Contd...

प्रचंड शक्ती प्रत्यक्ष मूळ स्त्रोताकडून प्राप्त केली.

व्यासपीठावर गुरुजींच्या शेजारी सोलुंट्रा किंग बसली होती. ती एक प्रकाशकार्यकर्ती आहे. या विशेष कार्यक्रमासाठी, ती सन्माननीय पाहुणी होती. या खास कामासाठी तिची उपस्थिती आवश्यक होती. ती प्रकाशाबद्दल बोलली. कदाचित प्रकाशच तिच्या माध्यमातून बोलत होता. या जागतिक चळवळीत, एक प्रकारे, ती पाश्चात्य जगाचे प्रतिनिधित्व करत होती. गुरुजींसोबत तिने या कार्यक्रमाचे उद्‌घाटन केले.

साधारण साठ उत्साही स्वयं सेवकांमुळे कार्यक्रम–स्थळ फारच जीवंत वाटत होते. प्रत्येकजण गुरुजींचे पूर्णतः प्रतिनिधित्व करत होता. त्यांच्या डोळ्यांतून आनंद ओसंडून वाहत होता आणि त्यांच्या मंद हसण्यामुळे कार्यक्रमाला शोभा आली. ह्यात जराशीही अतिशयोक्ती नाही.

इतका मोठा श्रोतावर्ग असूनही सात मिनिट प्रकाश प्रसारण करताना सर्व स्टेडिअम स्तब्ध झाले. प्रसारण करताना पुष्कळांना दृश्ये दिसली आणि बऱ्याच जणांनी अदृश्य असलेल्या ऋषींना आणि देवांना पाहिले.

कार्यक्रम अगदी व्यवस्थित पार पडला; खूप यशस्वी झाला.

या जगातील नागरिकांनो,

मी जगातील नागरिकांनो असे म्हणालो कारण मी इथे हजर असणाऱ्या आणि नसणाऱ्यांनाही संबोधन करतो आहे. यावेळी जगातील अनेक वेगवेगळ्या जागी लोक जमलेले आहेत. ते प्रकाशाचे प्रसारण करण्यासाठी संध्याकाळच्या साडेसात वाजण्याची वाट पाहात आहेत. हा एक ऐतिहासिक दिवस आहे. हा एक ऐतिहासिक क्षण आहे. आजवर असा कधीच प्रयत्न झालेला नाही. आपण मानवांनी यापूर्वी मोठ्या प्रमाणात एकत्र मिळून ध्यान केले आहे, मोठ्या संख्येत एकत्रित होवून प्रार्थना सुद्धा केली आहे. हे सर्व नेहमीच आपण करत आलो, पण प्रकाशाचे प्रसारण या आधी आपण कधीच केले नाही. खरंतर प्रकाशाबद्दल आपल्याला विशेष माहिती नाही. मला असे वाटते की आपल्याला प्रकाशाबद्दल अधिक माहिती करून घेण्याची वेळ आता आलेली आहे. प्रकाशाला आपला सोबती करण्याची वेळ आणि आपला मार्गद्योतक बनवण्याची वेळ आलेली आहे.

मुख्यत्वे करून मुंबई, पुणे, सोलापुर आणि नागपूर येथे लोकांनी विशेष व्यवस्था केली आहे. तेथील लोक देवळात, ध्यानमंदिरात, त्यांच्या स्वतःच्या घरात एकत्रित होऊन या महान क्षणाची प्रतीक्षा करत आहेत. फक्त मानवच नाही तर सूक्ष्म जगातील खूप खूप लोक इथे आणि हिमालयात जमले आहेत. म्हणूनच मी म्हटले की, हा क्षण साधारण क्षण नाही; हा साधारण दिवस नाही.

प्रकाश म्हणजे काय? ऋषींच्या, देवांच्या, वेद आणि उपनिषदांच्या या तपोभूमीवर राहणाऱ्या आपण लोकांनी हा प्रश्न विचारायला नको. फार फार पूर्वी आपल्या ऋषींनी देवाचे 'ज्योती–स्वरूप' असे वर्णन केले होते. ते म्हणाले : देव प्रकाश आहे . आपण त्याच प्रकाशाबद्दल बोलत आहोत. हा भौतिक प्रकाश नाही. हा डोळ्यांना दिसणारा प्रकाश देखील नाही. ध्यानात मात्र आपण त्याला पाहू शकतो. हा तो प्रकाश आहे ज्यातून ह्या सृष्टीची निर्मिती झाली आहे. हा मूळ स्त्रोतातून आलेला प्रकाश आहे. हा प्रकाश म्हणजेच परमेश्वर.

माझे वय आता सत्तर आहे. मला या सात अमूल्य क्षणांसाठी सत्तर वर्षे वाट पाहावी लागली. माझी ही सात मिनिटे इतकी भव्य आणि गौरवशाली बनवण्यासाठी मी तुमचा आभारी आहे.

प्रकाश प्रसारणाचा मुख्य उद्देश बरे करणे आहे. प्रत्येक शहराला, प्रत्येक जागेला एक सूक्ष्म शरीर असते. जेव्हा केव्हा हिंसाचार होतो, कोणावर हल्ला होतो, तेव्हा हे सूक्ष्म शरीर जखमी होते आणि त्याला खूप वेदना होतात. ह्या वेदना, या जखमा बऱ्या करता येतात. प्रकाशाचे प्रसारण करून त्या सहज आणि लवकर बऱ्या करता येतात.

तुम्ही नक्कीच विचारात पडला असाल कि आम्ही या कार्यक्रमासाठी २६ फेब्रुवारी हीच तारीख का निवडली. तीन महिन्यांपूर्वी २६ तारखेलाच मुंबईवर हल्ला झाला होता, मुंबई शहर जखमी झाले होते, म्हणूनच ही तारीख आम्ही निवडली. ह्या पृथ्वीला आणखी बऱ्याच अशा जखमा झालेल्या आहेत. उदाहरणार्थ – गाझा आणि श्रीलंका. आपल्या पृथ्वीला बरे करण्यासाठी खूप जास्त प्रकाशाचे प्रसारण आपण करायला हवे. ही तर सुरुवातच आहे आणि ही फारच दिव्य सुरुवात झाली आहे. बरे करणे शक्य आहे. ह्या कार्यक्रमाचा उद्देश हाच आहे की जास्तीत जास्त लोकांना बरे करण्याच्या या शक्यतेबद्दल कळावे आणि प्रकाशाबद्दल कळावे.

प्रकाश कोठे आहे? प्रकाश सगळीकडे आहे.

जर प्रकाश सगळीकडेच आहे, तर आपण त्याचे प्रसारण का करायचे?

प्रसारण म्हणजे, अतिसूक्ष्म तरंगांच्या या प्रकाशाला आपल्या शरीरात प्रवेश करू देणे. या प्रक्रियेत आपली शरीरसंस्था एका ट्रान्सफॉर्मर सारखी काम करते; सूक्ष्म शक्तिंना जड शक्तिंमधे बदलवते. आपण त्या पसरवतो. प्रकाश कंपन पावतो. ह्या कंपनांमधे बरे करण्याचे गुण असतात. ह्या कंपनांमधे प्रेम, शहाणपण आणि शांती असते. जेव्हा आपण प्रकाश प्रसारित करतो तेव्हा त्याच्या कंपनांसोबत या सगळ्या गोष्टी लोकांपर्यंत पोचतात; सजीव आणि निर्जीवांपर्यंतही पोचतात. जेव्हा ह्या कंपनांचा लोकांवर परिणाम पडेल तेव्हा नक्कीच बदल होतील. कोणी म्हणेल, 'आपण आता प्रकाशाचे प्रसारण केले, पण काय असे मोठे बदल झाले.' अगदी उद्याच आपल्याला काही बदल दिसणार नाहीत. पण बदल होतील, हे नक्की. ते अगदी हळूवारपणे होतील.

ह्या चळवळीची सर्वात सुंदर बाजू म्हणजे आपणा सर्वांनाच काहीतरी करण्याची संधी मिळणे. आपल्या पैकी प्रत्येकजण शांतपणे या जगात शांती प्रस्थापित करण्यासाठी हातभार लावू शकतो.

या चळवळीला तुमची चळवळ बनवा. ही चळवळ सर्वत्र पसरो अशी मी कामना करतो. आपण सर्व मिळून या चळवळीला यशस्वी बनवू या. धन्यवाद.

बाहेरील विद्यार्थ्यांसाठी मार्गदर्शन

जे प्रत्यक्ष ध्यानवर्गात येऊ शकत नाही, त्यांच्यासाठी पोस्टाद्वारे किंवा इ–मेल द्वारे मार्गदर्शनाची सोय आहे. इंग्रजीतून मार्गदर्शनासाठी वार्षिक शुल्क १००० रू. व कन्नड आणि मराठीतून मार्गदर्शनासाठी वार्षिक शुल्क ७०० रू. आहे.

वार्षिक शुल्कात पाठ्यपुस्तकांची किंमत आणि आमच्या कुठल्याही एका भाषेतील मासिकासाठी वार्षिक वर्गणी समाविष्ट आहे.

- सर्व सूचना पोस्टाद्वारे किंवा इ–मेल द्वारे (विद्यार्थ्यांनी निवडल्याप्रमाणे) नियमित पाठवण्यात येतात.
- ऋषी स्वतः सूक्ष्मदेहाने दीक्षा देतात. आपल्या प्रगतीचे निरीक्षण सुद्धा ते सूक्ष्मदेहाने करतात.
- सगळ्या शंका आणि प्रश्नांची उत्तरं गुरुजी स्वतः देतात.
- मराठीत लिहिलेल्या पत्रांची उत्तरं श्री. जयंत देशपांडे देतात.
- मार्ग आणि साधना नीट समजून घेण्यासाठी सर्व विद्यार्थ्यांनी आमच्या पाठ्यपुस्तकांचा आणि आमच्या इतर प्रकाशनांचा सखोल अभ्यास करावा.
- साधनेचा अहवाल आम्ही सांगितलेल्या पद्धतीने वेळेवर पाठवावा. अहवाल जर वेळेवर मिळाला नाही तर विद्यार्थ्याने ध्यान करण्याचे थांबवले आहे असे समजले जाईल.

चेक/ड्राफ्ट मानसा फाऊंडेशनच्या नावाने काढावा. बंगलोर बाहेरील चेक असल्यास रू. ५० अधिक जोडावे.

गुरुजींकडून विशेष सूचना

- विद्यार्थ्यांनी धैर्य ठेवावे. पहिल्याच दिवशी समाधीचा अनुभव होईल, अशी अपेक्षा ठेवू नये! चमत्कारांची अपेक्षा ठेवू नये. जेव्हा आपण प्रामाणिकपणे साधना करतो तेव्हा शांतपणे चमत्कार घडतात, हे सुद्धा मात्र तेवढेच खरे आहे.
- प्रत्येकासाठी अडथळे वेगवेगळे असतात. सतत अभ्यासाने अडथळे नाहीसे होतात.
- प्रत्येकाचेच अनुभव खास असतात. तरी त्यांना खूप महत्त्व देऊ नये. ध्यान करतांना झालेले हे अनुभव छान असतात पण ते आपल्या आध्यात्मिक प्रगतीचे प्रमाण दाखवीत नसतात.
- ध्यान करतांना कार्यान्वित झालेल्या प्रक्रियांचे विश्लेषण करू नये. तसे केल्याने स्तब्धता किंवा शांतता प्रस्थापित करता येत नाही.
- ध्यान करतांना विचारांची गर्दी ही सर्वांचीच समस्या आहे. त्याबद्दल काळजी करू नये. विचारांना दूर करण्याचा प्रयत्न सुद्धा करू नये. फक्त त्यांच्याकडे दुर्लक्ष करावे. दुसरा कुठलाच उपाय नाही.

गुरुजींना आलेल्या पत्रातील काही वेचे

(संकलनः वैशाली जोशी, अनुवादः ललिता तीर्थ)

रविवारच्या ध्यानवर्गाची डी.व्ही.डी. पाहिल्यानंतर आमच्या आनंदाला खरंच पारावार राहिला नाही. तुमचे व्याख्यान ऐकतांना प्रत्येक वेळी असे जाणवते कि आम्हाला जे प्रश्न विचारायचे होते त्या प्रत्येकच प्रश्नाचे उत्तर तुम्ही दिले आहे.

–फिरोजा

आपले डी.व्ही.डी. वरील व्याख्यान ऐकतांना माझे लक्ष तुमच्या या आदेशाकडे वेधले गेले, “आपण प्रकाशाची निवड करावी.” तेव्हापासून मी रोज सकाळी प्रार्थना करताना तुम्हाला आणि ऋषींना हीच विनंती करते की मला प्रकाशासोबत राहायचे आहे. तेव्हापासून मी माझ्यात एक प्रकारची शांती, एक निराळाच आनंद आणि तृप्तीचा अनुभव करते आहे. माझ्या लक्षात आले की, हा बदल माझ्यातील या प्रकाशामुळे झाला आहे.

एका रविवारी सकाळी, मी तपोनगराशी मानसिक संपर्क साधून आनंदाचे प्रसारण सूरू केले. मी माझे लक्ष मुंबईकडे केंद्रित केले आणि तिथे प्रकाश पसरवला. अचानक मला एक आवाज ऐकू आला “प्रकाश गझाकडे पण पसरव. गाझा–पुरूषाकडे पसरव.” मला त्या जागेची एक झलक पण दाखवण्यात आली. मी तो आदेश अगदी तंतोतंत पाळला. त्यानंतरच्या रविवारी आपल्या भाषणात ह्याच गोष्टीचा उल्लेख झाला आणि मला त्यामागील प्रेमाची आणि काळजीची जाणीव झाली.

–नागश्री

आमच्या घरात बऱ्याच महिन्यांपासून खूप झुरळं झाली होती. अनेक औषधांचा वापर करून सुद्धा त्यांचा त्रास कमी झाला नाही. एकाएकी मला गुरूजींचे वाक्य आठवले, “आपण सजीवांशी किंवा निर्जीव वस्तूंशी मानसिक पातळीवर संपर्क साधू शकतो.” मी झुरळांशी मानसिक पातळीवर संपर्क साधून त्यांना विनंती केली, “तुमची संख्या खूप वाढल्यामुळे आम्हाला जगणे किळसवाणे वाटायला लागले आहे. आम्हाला खूप त्रास होतो आहे पण तुम्हाला मारावे असे पण वाटत नाही कारण आमचे तुमच्याशी काही वैर नाही. कृपा करून तुम्ही स्थलांतर करावे.” आणि आश्चर्याची गोष्ट म्हणजे पुढील दोनतीन दिवसात आमच्या घरातील झुरळं एकाएकी नाहीशी झाली. ह्या गोष्टीला आता एक महिना पूर्ण होत आला आहे पण झुरळं अगदी क्वचितच दिसतात.

–अभिजीत शिंगाडे

सुविचार

(संकलन : नरेंद्रबाबू, अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर)

परमात्म्याकडून मिळणाऱ्या ज्ञानावर प्रत्येक आत्म्याचा अधिकार आहे.

–महर्षी अमर

प्रकाश बरे करतो आणि परिवर्तन घडवतो.

–गुरुजी

हवे असलेले मिळणे म्हणजे यश. जे मिळाले आहे तेच हवे असणे म्हणजे आनंद.

–डेल कार्नेगी

देण्यामुळे घेण्याचा मार्ग मोकळा होतो.

–फ्लॉरेन्स स्कॉवल शिन

विश्वास प्रामाणिक शंकेवर जगतो.

–लॉर्ड आल्फ्रेड टेनिसन

सगळ्या जगात गालिचे अंथरण्यापेक्षा आपल्या पायात चपला घालणे सोपे असते.

–अल् फ्रँकन

तुम्ही जेव्हा स्वतःकडून सर्वोत्तम मिळवू शकता तेव्हाच तुम्ही इतरांकडून सर्वोत्तम मिळवू शकता.

–हार्वे एस् फायरस्टोन

सौजन्याने तुम्ही जग हलवू शकता.

–महात्मा गांधी

तुमच्या आयुष्याचे नियंत्रण जर तुम्ही स्वतः केले नाही तर दुसरा कोणीतरी करेल.

–जॉन अटकिंसन

चमत्कार वास्तविकपणे निसर्गाचे नियम तोडत नाहीत.

–सी एस् लुईस

आपण जर क्षणांची काळजी घेतली तर वर्षे स्वतःची काळजी स्वतःच घेतील.

–मारिया एजवर्थ

आशा अपेक्षा करते, श्रद्धा विश्वास ठेवते आणि धैर्य शांतपणे वाट पाहते.

–अज्ञात

जेव्हा कोणीच तुमची साथ देत नाही, तेव्हा सुद्धा जो तुमच्यावर प्रेम करतो, तो खरा मित्र.

–अज्ञात

शंभर चुका केल्याशिवाय कोणीच सत्यापर्यंत पोचू शकत नाही.

–माइस्टर एखार्ट

प्रश्नोत्तर

संकलनः शोभा राव, अनुवादः सुनिता देशपांडे

प्र. आत्मा जेवढा वयस्क असतो, त्या प्रमाणात चक्र सुद्धा आकाराने मोठे असतात का?

उ. वय हे मुख्यत्वे करून शरीराशी संबंधित असते. आत्म्याला वय नसते. चक्रांचा आकार वाढत नसतो; तेवढाच राहातो.

प्र. गेल्या काही दिवसांपासून तुम्ही अप्रेमाबद्दल बोलत असता. अप्रेम म्हणजे प्रेमाचा अभाव आहे का की ती एक वेगळी शक्ती आहे?

उ. अप्रेम ही एक स्वतंत्र बाब आहे; एक वेगळीच गोष्ट आहे. प्रेम बरे करतो तर अप्रेम सगळंकाही नष्ट करतो.

प्र. सर्वसाधारणतः पूजा करण्यामागे संकल्पना काय आहे?

उ. देवाची पूजा म्हणजे त्याबद्दल आपले प्रेम आणि कृतज्ञता व्यक्त करणे. सुरुवातीला लोक देवाशी बोलू शकत होते. देवाबद्दल त्यांना वाटणारे प्रेम आणि कृतज्ञता ते त्याच्याकडे थेट व्यक्त करू शकत होते. पण जसजसा काळ पुढे गेला तेव्हा देवाशी बोलण्याची क्षमता आपण हरवून बसलो. जे देवाशी थेट संवाद साधू शकत होते, त्यांच्या माध्यमाने आपण मग देवाशी संपर्क करू लागलो. कदाचित हीच माणसे पुढे पुजारी म्हणून ओळखली गेली असावी. जसजसा काळ पुढे गेला आणि नीतिमूल्ये आणखी खालावलीत तेव्हा या पुजाऱ्यांनी पूजा आणि धार्मिक विधींना सुरुवात केली. अशाप्रकारे धार्मिकविधी आणि पूजाविधी प्रचलनात आले.

प्र. पृथ्वी आतून पोकळ आहे का? पृथ्वीच्या आत खरोखरच एक सूर्य आहे का?

उ. पृथ्वी आतून पोकळ आहे. विशिष्ट जीवात्मे आत राहतात. पृथ्वीच्या आत सूर्य नाही पण एक प्रचंड केंद्रित शक्ती आहे.

प्र. अहंकार आणि स्वाभिमान यात फरक काय?

उ. उद्दामपणा.

प्र. ध्यान सुरू करण्यापूर्वी जेव्हा आपण कापूर लावतो व त्याच्या ज्योतीकडे पाहातो, तेव्हा त्या ज्योतीच्या नेमक्या कोणत्या भागाकडे आपली नजर केंद्रित करावी?

उ. ज्योतीच्या मध्यभागी किंवा पूर्ण ज्योतीकडेच आपली दृष्टी केंद्रित करावी.

प्र. मंत्रोच्चारणामुळे आपले मन शांत होते की त्या मंत्रात असणाऱ्या शक्तिमुळे आपले मन शांत होते?

उ. मंत्रात असलेल्या शक्तिमुळे नव्हे तर मंत्रोच्चारणामुळे आपले मन शांत होते.

प्र. आपले सूक्ष्म शरीर थकते की भौतिक शरीर?

उ. दोन्ही शरीरे; आपले भौतिक आणि सूक्ष्म असे दोन्ही शरीर थकतात.

प्र. जेव्हा एखाद्या व्यक्तिचा जळण्यामुळे मृत्यू होतो तेव्हा त्याच्या सूक्ष्म शरीरावर पण परिणाम होतो का?

उ. होय, होतो. पण किती प्रमाणात होतो ते आपल्याला माहिती नाही.

प्र. प्रत्येक महायुगानंतर आपल्याला इथे या पृथ्वीवर यावेच लागते का?

उ. नाही. त्याची आवश्यकता नसते.

प्र. मला जर माझ्या पूर्वजन्माबद्दल जाणून घ्यायचे असेल तर त्यासाठी काही उपाय आहे का?

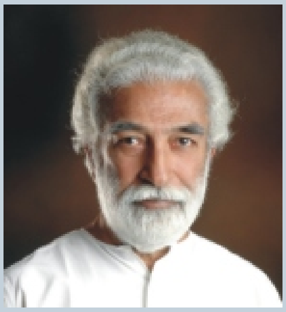
उ. होय आहे. विशिष्ट अभ्यास आणि तंत्रांच्या सरावाने आपण आपल्या पूर्वजन्माबद्दल जाणून घेऊ शकतो. पण आपल्याबद्दल जाणून घेण्यासाठी, भूतकाळात जाण्यापूर्वी ऋषींची परवानगी घ्यावी लागते.

प्र. ध्यान आणि पूजा या मधे फरक काय आहे?

उ. जेव्हा आपण पूजा करतो तेव्हा आपली भक्ती आणि देवाबद्दल वाटणारी कृतज्ञता आपण व्यक्त करतो. आपण देवाची स्तुती करतो आणि त्याला भेटवस्तू अर्पण करत असतो. असे करतांना आपण देवाला आपल्यापासून थोड्या अंतरावरच ठेवतो. पण ध्यानात आपण देवाला प्रत्यक्ष अनुभवतो, त्याला शरण जातो आणि त्याच्यात सामावून जातो. ध्यानाच्या अंतिम पातळीवर तर आपण देवच बनतो. पूजा हे द्वैत कर्म आहे तर ध्यान अद्वैत कर्म आहे. ■

आमची प्रकाशने

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
iGuruji	150/-
Living in the Light of My Guru	220/-
A Package from the Rishis	250/-
(containing 5 Booklets)	
- How to Meditate	
- Dhyana Yoga	
- Descent of Soul	
- Practising Shambala Principles	
- Astral Ventures of A Modern Rishi	
The Masters Answer	120/-
Channelled Knowledge from the Rishis	250/-
Guruji Speaks Part - I	200/-
Guruji Speaks Part - II	200/-
The Book of Reflections - Vol 1	200/-
The Book of Reflections - Vol 2	200/-
Patanjali Yoga Sutra	(out of print)
Meditators on Meditations	75/-
Meditators on Experiences	75/-
Meditational Experiences	150/-
Awareness	60/-
Living in Light	10/-
ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ	150/-
ಐ–ಗುರೂಜಿ	150/-
ಅನಿಸಿಕೆಗಳು	120/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಕೊಡುಗೆ	250/-
(ಐದು ಪುಸ್ತಕಗಳು)	
– ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ	
– ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ	
– ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣ	
– ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ	
– ಆಧುನಿಕ ಋಷಿಯೊಬ್ಬರ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಸಾಹಸಗಳು	
ಗುರೂಜಿ ನಾ ಕಂಡಂತೆ	30/-
ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು	10/-
ದೈವಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ	250/-
ಕಾವ್ಯಕಂಠ ವಸಿಷ್ಠ ಗಣಪತಿ ಮುನಿಗಳು	100/-
ಆನೇಕಲ್ಲಿನ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	120/-
ऋषींकडून मिळालेले ज्ञान (Marathi)	200/-
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/-
ध्यान कैसे करे (Hindi)	50/-
प्रकाशमय जीवन (Hindi)	10/-
தியானம் சைய்வது எப்படி	50/-
ஒளியின் வாயில்கள்	200/-
ஒளீயீல் வாழ்க்கை	10/-
व्ञ्श्ण टश्वत्रि–स्ण य्ष्ट	50/-
"थ्ख्र्ण्टत्र–स्ण	10/-



गुरुजी कृष्णानंद (१९३९)

मानसा फाउंडेशन (रजि)

प्रकाशाच्या कार्याशी निगडित आहे आणि तपोनगरात आणि बंगलोर शहरात ध्यानवर्ग चालवण्याचे कार्य करते. गुरुजी कृष्णानंदांनी १९८८ मधे ह्या संस्थेची स्थापना केली.

मानसा

बंगलोर पासून २० कि.मी. अंतरावर आहे. ही ध्यान करणाऱ्यांची एक उमलती जागा आहे. महर्षी अमरांना १९३५ साली इथे ऋषींच्या कार्यासंबंधी आणि प्रकाशाच्या एका आगामी शहराबद्दल साक्षात्कार झाला होता.

इथे कॉस्मिक टॉवर, कुंडलिनी मंदिर आणि तपोवन ध्यान करण्यासाठी विशिष्ट जागा आहेत.

"मानसी" नावाचे एक विशेष शक्तीक्षेत्र इथे तपोनगराच्या सभोवताली ऋषींनी प्रस्थापित केले आहे आणि विशेष शक्ती इथे गोळा करून ठेवल्या आहेत.

अंतरमानसा

मानसाचे जन्मस्थान, तपोनगरच्या १ कि.मी. पलीकडे, नाडगौडा गोलाहल्ली नावाच्या गावात आहे. इथे एक झोपडी आणि इतर अशा जागा आहेत ज्यांच्यात गुरुजी १९८७ ते १९९२ पर्यंत राहिले होते.

स्टडी सेंटर

हे अंतरमानसा येथे, ऋषींच्या मार्गदर्शनाखाली आध्यात्मिक सत्यांच्या अभ्यासासाठी असलेले, एक विशेष केंद्र आहे.

ज्योती प्रॉजेक्ट

मुख्यत्वेकरून गावातल्या मुलांसाठी आहे. मुलांना शाळेतल्या त्यांच्या अभ्यासात मदत केली जाते आणि त्यांना श्लोक, भजन, स्वच्छता, सामान्य ज्ञान आणि कंप्यूटरचे प्रशिक्षण दिले जाते. ड्राइंग, पेंटिंग आणि गोष्टी सांगण्याच्या कलेतून व्यक्त करण्यासाठी, त्यांना प्रोत्साहित केले जाते.

प्रकाशाचे प्रसारण

दर शुक्रवारी ११ ते १ वाजेपर्यंत गुरुजींसोबत ध्यान–साधक प्रकाशाचे प्रसारण करतात. ह्यात सामील होण्यासाठी सर्वांचे स्वागत आहे.

भेट देणाऱ्यांसाठी

दररोज सकाळी १० ते संध्याकाळी ५ वाजेपर्यंत सर्वांना ध्यानासाठी परवानगी आहे

अपील

कृपया आमच्या सेवेस मदत करावी. (चेक/ड्राफ्ट मानसा फाउंडेशनच्या नावाने काढावा. ८०–जी अंतर्गत आयकरात सूट मिळेल)

आध्यात्मिक अनुभव

संकलन: सुधाकर, अनुवाद: सुनिता देशपांडे

सहस्त्रार चक्रावर ध्यान करताना मला सहस्त्रार चक्रापासून खाली मूलाधार चक्रापर्यंत शक्ती जात आहेत आणि सगळी चक्र जागृत होत आहेत ह्याचा अनुभव येतो. मी माझ्या पाठीत चक्रांच्या जागी स्पंदनांचा अनुभव करतो आणि आज्ञा ते मूलाधारपर्यंत सर्व चक्रांच्या त्रिआयामी असण्याचा अनुभव करतो. पहिल्यांदा मी तंत्रावर लक्ष केंद्रित करतो आणि मग योगनिद्रेत शिरतो.

–के. पी. श्रीनिवासन

जेव्हापासून मी ध्यान करण्यास, शंबला तत्त्वांचा अभ्यास करण्यास आणि प्रकाशाचे प्रसारण करण्यास सुरूवात केली, तेव्हापासून मी शांती आणि समाधान देणारा सुंदर जांभळा प्रकाश अनुभवते. प्रत्येक दिवशी प्रखर होत जाणाऱ्या या प्रकाशाने मला वेढलेले आहे.

–फिरोजा

माझ्या वाढदिवशी, स्वप्नात मी स्वतःला मध्यरात्री तपोनगरात पाहिले. तिथे मी खूप सारे झोके पाहिले. सर्वच झोके झुलत होते पण आश्चर्याची गोष्ट म्हणजे झोक्यांवर कोणीही बसलेले नव्हते.

काहीतरी गैरसमज झाल्यामुळे माझे एक लेक्चरर माझ्यावर रागावले होते आणि हे लक्षात आणून देण्याची एक पण संधी ते सोडत नव्हते. मी वर्ग सुरू असताना त्यांच्याकडे प्रकाश पाठवला. आणि आश्चर्याची गोष्ट म्हणजे लगेचच त्यांच्यात बदल झाला आणि ते खूपच नम्रपणे वागू लागले आणि त्यांनी मला छळल्याबद्दल दिलगीरी सुद्धा व्यक्त केली.

–अर्चना पिल्ले आर.

मी एकदा भारत मातेची प्रार्थना केली आणि तिला विचारले कि जे लोक तिला इजा पोहचवत आहेत आणि रक्तपात करत आहेत त्यांना ती शिक्षा का करत नाही. ती म्हणाली मी एक आई आहे, मला शक्य असेपर्यंत मी सहन करेन. जर का मी काही करण्यासाठी पाऊल उचलले तर चांगल्या लोकांना देखील त्रास होऊ शकेल म्हणूनच मी यावर कुठली कार्यवाही करत नाही.

–प्रियंका मिश्रा

रविवारी, तपोवनात एक विलक्षण अनुभव मला आला. नेहमी आपला ध्यानवर्ग सुरू होतो त्यावेळी आणि ध्यानवर्गाच्या शेवटी आपण सात वेळा ॐ म्हणतो. ध्यानवर्ग सुरू होण्यापूर्वी जेव्हा पाचव्यांदा ॐकार सुरू झाला तेव्हा मला असे जाणवले कि ॐकार थेट तपोवनातील सप्तर्षींच्या गुहेत पाचव्या ऋषींपाशी जाऊन थांबला आहे. पण सुरवातीला मला नक्की खात्री नव्हती कि तो पाचवा ॐकारच आहे जो गुहेतील पाचव्या ऋषींजवळ जाऊन थांबला आहे. पण वर्गाच्या शेवटी जेव्हा पुन्हा ॐकार सुरू झाला तेव्हा माझी खात्री झाली कि पाचवा ॐकार जेव्हा झाला तेव्हा पुन्हा तो गुहेतील पाचव्या ऋषींजवळ जाऊन थांबला. जेव्हा मी माझ्या सासऱ्यांना तपोवन दाखवण्यासाठी घेऊन गेले तेव्हा माझी पूर्ण खात्री झाली कि हेच ते पाचवे ऋषी आहेत ज्यांच्याजवळ बरोबर पाचवा ॐकार येऊन ऊभा राहिला होता.

माझ्या जीवनातील सर्वात आनंदाचा आणि रोचक क्षण तो होता जेव्हा मी तपोनगरातील माहितीकेंद्रात सप्तर्षींच्या फोटोसाठी नाव नोंदवायला गेले होते तेव्हा पाचव्या ऋषींजवळ फोटोत प्रकाश असलेला मी पाहिला. अगदी फोटोत असलेल्या प्रकाशासारखाच, मी पाचवा ॐकार नेमका त्याच ठिकाणी पाचव्या ऋषींजवळ जाऊन थांबताना पाहिला होता!

–कांचनलता सी.

मध्यंतरी मी अहमदनगरला माझ्या मावशी कडे गेलो होतो. तेथील जागृत काळभैरव मंदिरात जाऊन ध्यान करत असताना व देवाला शक्ती अर्पण करून त्यांच्याकडून शक्ती ग्रहण करत असताना मी माझ्या उघड्या डोळ्याने मूर्तिच्या पावलांमधून असंख्य चांदण्या निघून माझ्या शरीरात शिरतांना पाहिल्या.

–अभिजीत शिंगाडे

PRAKASHMARG An Marathi Monthly Newspaper, Annual Subscription: Rs. 200/-
Printed, Published and Edited by Jayant Deshpande on behalf of Manasa Foundation (R).
Published from Manasa Foundation (R), Taponagara, Chikkagubbi, Bangalore Urban-562 149 and
Printed at M/s. ART PRINT, Dr. Modi Hospital Main, WOC Road, Bangalore-86. Phone : 2335 9992
Owner: Manasa Foundation, Taponagara, Chikkagubbi, Bangalore Urban-562 149.
Editor : Jayant Deshpande