प्रकाशमार्ग

Volume 1 Issue 5 FEBRUARY 2009 Rs. 15

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.

चिंतन

महर्षी कृष्णानंद, अनुवाद: जयंत देशपांडे

गुरुवार २६–०२–२००९ या दिवशी आम्ही बंगलोर येथे प्रकाश चॅनल करण्यासाठी किंवा प्रसारित करण्यासाठी एका मोठ्या कार्यक्रमाचे आयोजन करीत आहोत. त्या कार्यक्रमासाठी गोळा होणाऱ्या लोकांनाच नाही तर जगातील सर्व लोकांना आम्ही प्रार्थना करतो की सर्वांनी त्या दिवशी एकाच वेळी प्रकाशाचे चॅनलिंग करावे. आमचे ध्येय खूप महान आहे पण साधने मात्र मर्यादित आहेत. उपलब्ध साधनांचा वापर करून आम्हाला शक्य तितका प्रचार आम्ही या कार्यक्रमाबद्दल करण्याचा प्रयत्न करू. वर्तमानपत्रांतून, टी.व्ही. चॅनल्समधून, एस.एम.एस., ई–मेल इत्यादी द्वारे आम्ही प्रचार करू. सर्वांनाच आमची विनंती आहे की, लाखोंच्या संख्येत लोकांनी त्या संध्याकाळी ७.३० वाजता प्रकाश चॅनलिंग करावे आणि हा निरोप त्यांनी जास्तीत जास्त लोकांपर्यंत पोचवावा.

प्रकाश म्हणजे काय आहे? प्रकाश म्हणजे शक्ती. प्रकाश म्हणजे सृजनात्मक बुद्धिमत्ता. प्रकाश म्हणजे तो स्त्रोत आहे जिथून सर्व सृष्टी जन्माला आली.

प्रकाश वरून पृथ्वीवर आणून सर्वत्र पसरवणे किंवा प्रकाश चॅनल करणे ह्याचा हेतू काय? हील करण्यासाठी. मुंबईला हील करण्यासाठी, गाझाला हील करण्यासाठी, हिंसा आणि घृणेमुळे झालेल्या कुठल्याही जखमांना हील करण्यासाठी प्रकाशाचे चॅनलिंग करायला हवे. प्रत्येक व्यक्तिला, देशाला आणि जगाला हील करण्यासाठी हे करणे आवश्यक आहे. जगात शांती आणण्यासाठी आपण प्रकाश चॅनल करायला हवा. सत्ययुगाच्या नव्या शक्ती आणण्यासाठी आपण प्रकाश चॅनल करायला हवा. आपल्या जागृतीसाठी, आपल्यात परिवर्तन घडवण्यासाठी आणि या पृथ्वीला मानवांच्याच हातून नष्ट होण्यापासून वाचवण्यासाठी प्रकाशाचे चॅनलिंग आवश्यक आहे.

प्रकाश कसे कार्य करतो? प्रकाश प्रत्यक्ष कार्य करत नाही. आपण प्रकाश चॅनल केल्यानंतर अगदी दुसऱ्याच दिवशी युद्ध थांबणार नाही. चमत्कारिक असे बदल लगेच दिसणार नाहीत. प्रकाश हा आपल्याच पद्धतीने कार्य करतो. बदल जरूर होतील. लोकांना आणि या जगाला त्याचा फायदा होईल हे नक्की.

जर प्रकाश आहे, आणि त्याच्याजवळ बुद्धिमत्तापण आहे तर त्याला चॅनल करणे आवश्यक का आहे? तो चॅनल न करता सुद्धा हे कार्य का करत नाही? हा एक आध्यात्मिक कायदा आहे की लोकांनी प्रकाश चॅनल करायला हवा तरच तो पृथ्वीवर येऊन पसरू शकतो आणि कार्य करू शकतो. जर जास्त लोकांनी प्रकाश चॅनल केला तर त्याचा परिणाम मोठ्या प्रमाणावर दिसून पडेल आणि जर जास्त लोकांनी एकाच वेळी प्रकाश चॅनल केला तर त्याच परिणाम मोठ्या प्रमाणावर तर होईलच पण तो लवकर सुद्धा होईल.

हा कार्यक्रम अगदी अद्वितीय असेल. कोणीच उपदेश देणार नाही आणि कोणीच लोकांना सदस्य बनवण्यासाठी कोणाच्या मागे लागणार नाही. उत्तम जीवन आणि भविष्यासाठी हा कार्यक्रम सर्वांसाठी एक अद्वितीय संधी आहे. या तीन दशकांमधील ही सर्वात महत्त्वाची आध्यात्मिक घटना असेल.

हा कार्यक्रम ''लाईट चॅनल्स वर्ल्ड मूव्हमेंट'' चाच एक भाग आहे.

१८–०५–१९८१ या दिवशी महर्षी अमरांनी मला त्यांच्या मनोवतीच्या घराची किल्ली दिली आणि विचारले, ''तुला माहिती आहे का की हे काय आहे?'' मला समजले होते.

ती फक्त एक किल्ली नव्हती, ती एक जबाबदारी होती. ती एक संधी होती आणि तो एक वारसा पण होता. महर्षी अमरांनी मला पुष्कळ गोष्टी दिल्या पण मी त्या तेव्हा समजू शकलो नाही. आता मला कळतं की त्यांनी मला तेव्हा प्रकाश आणि प्रेम दिले होते. त्यांच्याच प्रकाशाच्या, प्रेमाच्या आणि आशीर्वादाच्या साह्याने मी कार्य करीत आहे.

जेव्हा आपण आपल्या गुरुंच्या संपर्कात असतो, तेव्हा काळ आणि अंतर नाहीसे होतात. म्हणूनच त्यांचे इथे प्रत्यक्ष नसणे मला जाणवत नाही. ते सतत इथेच माझ्याजवळ आहेत. खरी नाती कायम राहतात. खोटी नाती विरून जातात.

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.

जपानमधून आलेल्या चार साधकांनी "आयगुरुजी" निमित्त गुरुजींसोबत सहज चर्चेत भाग घेतला.

काही ठळक घडामोडी

- ०१–०२–२००९ ला तपोनगरात महर्षी अमरांचा जन्मदिवस साजरा करण्यात येईल. त्याच दिवशी संध्याकाळी ६ वाजता आनेकल येथे सुद्धा जन्मदिवस साजरा करण्यात येईल आणि तेथील सप्तर्षी ध्यान केंद्राच्या ग्रंथालयाचे आणि नव्या इमारतीचे उद्‌घाटन करण्यात येईल.
- महर्षी अमरांच्या जन्मदिवसाचे औचित्य साधून तपोनगरात सौ. पूर्णिमा परुळेकर यांनी केलेल्या "चॅनल्ड नॉलेज फ्रॉम द रिशीज" या पुस्तकाचा मराठी अनुवाद "ऋषींकडून मिळालेले ज्ञान" आणि श्री शिवप्रकाश यांनी केलेल्या "आयगुरुजी" या पुस्तकाचा कन्नड अनुवाद, अशा दोन पुस्तकांचे प्रकाशन करण्यात येईल.
- ३१–१२–२००८ या दिवशी तपोनगरात सकाळी ६ ते संध्याकाळी ६ वाजेपर्यंत अखंडध्यानाचे आयोजन झाले आणि त्यात १५० साधकांनी भाग घेतला. त्याच रात्री १२ वाजता तपोनगरातील रहिवाशांनी गुरुजींसोबत मिळून नूतन वर्षाचे स्वागत केले.

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०२	सोमवार	रथसप्तमी
०३	मंगळवार	शुक्लाष्टमी
०५	गुरुवार	शुक्लदशमी
०९	सोमवार	पौर्णिमा, चंद्रग्रहण संध्याकाळी ६.०८ ते १०.०७ पर्यंत
१७	मंगळवार	कृष्णाष्टमी
२३	सोमवार	महाशिवरात्री
२४	मंगळवार	अमावस्या

रविवारच्या प्रसादाचे प्रायोजक

स्मिता गिरी आणि ब्रजबंधु मिश्रा	०७.१२.२००८
मुंबई आणि अमेरिकेतील दोन शुभचिंतक	१४.१२.२००८
एम. चंद्रशेखर आणि सुरेश तेंडुलकर	२१.१२.२००८
एल.व्ही. सत्यभामा, उमेश एस.के. आणि भारती के.आर.	२८.१२.२००८

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

तपोनगरातील कार्यक्रम

१ फेब्रुवारी	–	महर्षी अमर जयंती समारंभ, सकाळी ११ वाजता
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
२३ फेब्रुवारी	–	महाशिवरात्री निमित्त विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत

महर्षी अमर जयंती समारंभ

सकाळी ११ वाजता	ओंकार
	स्वागत
	व्याख्यान
	गुरुजींचे व्याख्यान
	पुस्तकांचे प्रकाशन
	विशेष ध्यान
	गुरुजींकडून आशीर्वाद
दुपारी १२.३० वाजता	प्रसाद

तपोनगर डायरी

डिसेंबर वर्षाचा शेवटचा महिना आनंदाने भरलेला होता. या महिन्यात गुरुजींनी सर्वांना जास्त प्रेम आणि प्रकाश दिला. तपोनगरातील बालोद्यानाचे उद्‌घाटन गावातील लहान मुलांनी खुद्द आपले आपणच केले. बालोद्यानातील त्यांच्या गोंगाटाने तपोनगर आनंदाने भरून जाते.

जपानमधील चार साधकांनी तपोनगराला भेट दिली. त्यांच्या साधेपणाने, विनम्रतेने, सखोल ज्ञानाने आणि गुरुजींवरील अतूट भक्तीने आम्हा सर्वांचे मन जिंकून घेतले. गुरुजींनी आजपर्यंत जे काही शिकवले आहे, ते त्यांच्या आचरणात सहज दिसून आले. दोन भिन्न संस्कृतींमधील, भाषांमधील अंतर, गुरुजींच्या प्रेमात विरघळून गेले. आत्मिक संबंधांमधे खरंच अंतर नसते.

अंतरमानसा येथे एका मोठ्या गटासाठी "आयगुरुजी" सत्र झाले. आम्ही सर्व विश्वामित्र महर्षींच्या मूर्तीजवळ गुरुजींभोवती बसलो होतो. त्यावेळी विश्वामित्र महर्षींनी गुरुजींच्या मार्फत नवे ज्ञान आम्हाला दिले.

शून्य मासाला सुरुवात झाली आणि ऋषींच्या नव्या बॅचने नव्या शक्ती येथे आणल्या. ही खेदजनक बाब आहे की जगाला या गोष्टींबद्दल काहीच माहिती नाही. मात्र असे असूनही ऋषी शांतपणे सर्वांसाठी कार्य करतच राहतात.

३१ तारखेला अखंड ध्यानाच्या आयोजनामुळे साधकांना लागोपाठ १२ तास ध्यान करण्याची संधी मिळाली. यावर्षी आम्ही सर्वांनी सतत १२ तास प्रकाश पसरवला. तपोनगरातील रहिवाशांनी गुरुजींसह नव्या वर्षाचे स्वागत केले.

अद्‌भुत महर्षी अमर

श्यामला देवी, अनुवाद : जयंत देशपांडे

महर्षी अमर फार कमी बोलत असत. अगदी सहज बोलतांनाही ते जे काही बोलत असत ते जणू वेदवाक्यच राहत असत. त्यांनी कधी वेद वाचले नाही, तरी त्यांच्या जीवनातून, आचरणातून वेद प्रकट होत असत. ते म्हणत, "वेदांमधील बहुतांश ज्ञान नष्ट झालं आहे. थोडंफार जे ज्ञान उरलं आहे, त्याला पुजाऱ्यांनी स्वतःच्या स्वार्थासाठी विकृत रूप दिलं आहे. गमावलेलं सर्व ज्ञान परत मिळवणे, ज्ञानाची विकृत अभिव्यक्ती सुधारून त्याला मूळ शुद्ध स्वरूप देणे आणि त्यात नवीन ज्ञानाची भर घालणे, ही आता आपली जबाबदारी आहे."

त्यांनी कधीच वेदाभ्यास केला नाही तरी इतक्या अधिकाराने ते त्याबद्दल कसे काय बोलत असावेत? वेद परत लिहून काढण्याबद्दल ते कसे काय बोलत असावेत? कारण ते एक थोर आध्यात्मिक महात्मा होते. या सृष्टीची काळजी घेणाऱ्या प्रत्यक्ष सप्तर्षींशी त्यांचा संपर्क होता. प्रत्यक्ष परमेश्वराचेच प्रतिनिधी असणाऱ्या सप्तर्षींसोबत ते कार्य करत असत.

त्यांनी संपूर्ण आयुष्यभर अविरत, शांतपणे कार्य केले. अद्‌भुत शक्ती आणि खूप काही मिळवून सुद्धा ते नेहमी अत्यंत साधे आणि विनम्रच राहिले. ते प्रसिद्धीपासून दूरच राहिले. या पृथ्वीवर ऋषींचे केंद्र स्थापित करण्यासाठी त्यांनी सर्व तयारी केली आणि त्यांच्या जवळील खजिना देऊन ऋषींच्या कार्याची जबाबदारी त्यांनी आपल्या गुरुजींवर सोपविली. महर्षी अमरांचे कार्य पुढे ज्यांना चालवायचे होते, ते म्हणजे आपले गुरुजी मात्र या भौतिक पातळीवर विचित्र परिस्थितीत होते. त्यांच्याजवळ राहायलासुद्धा जागा नव्हती. तो खजिना तेव्हा कुठे होता? तो गुरुजींच्या संपूर्ण व्यक्तिमत्वात होता. तो गुरुजींजवळ असलेल्या संपूर्ण ज्ञानाच्या स्वरूपात होता, भौतिक आणि सूक्ष्मपातळीवरील मोठ्या शक्तिक्षेत्रांच्या स्वरूपात होता. महर्षी अमरांनी शांतपणे केलेल्या कार्यांची भव्यता गुरुजींच्या विशाल व्यक्तिमत्वातून तसेच मानसा आणि अंतरमानसा येथील त्यांच्या प्रचंड मोठ्या कार्यांतून प्रकट होते.

या विश्वातील हा थोर महात्मा एक मानव सुद्धा होता. एक माणूस म्हणून त्यांनाही लोकांबद्दल काळजी वाटणे, भविष्याबद्दल हुरहुर अशा भावना होत्याच. त्यांनी त्या जोपासल्या आणि या पृथ्वीतलावरील सर्व नियमांचे काटेकोरपणे पालन त्यांनी केले. ते सर्वज्ञ होते, तरीही त्यांनी सृष्टीच्या प्रक्रियांमधे ढवळाढवळ न करता, सगळ्या गोष्टी नैसर्गिकरित्या होऊ दिल्या. महर्षी अमर खरंच अद्‌भुत होते!

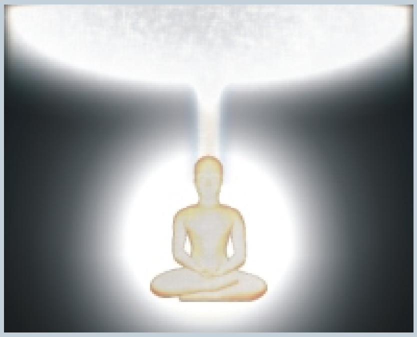
महान महर्षी अमर

शोभा के. राव, अनुवाद : प्रभाकर आपटे

महर्षी अमर वयाच्या अवघ्या ९ व्या वर्षी ऋषीपदाला पोचले, आणि शेवटच्या श्वासापर्यंत ते सप्तर्षींसाठी कार्यरत राहिले. असे होते महर्षी अमर. त्यांनी मानवजातीसाठी ध्यानाचे शास्त्र आणि इतर आध्यात्मिक ज्ञान सूक्ष्मपातळीवरील गुरूंकडून आणले. महर्षी अमरांनी समाधी घेतल्यानंतर गुरुजी कृष्णानंद सतत त्यांच्या संपर्कात आहेत आणि त्यांचे माध्यम आहेत. सध्या सोनेरी युगाकडे जी आपली वाटचाल चालू आहे, त्या संबंधीचे ज्ञान व शक्ती आपल्याला त्यांच्याकडूनच मिळत आहे. हे काम आणखी सुमारे ४०० वर्ष चालणार आहे. महर्षी अमर आणि इतर ऋषींच्या मार्गदर्शनाखाली हे कार्य तेव्हापर्यंत चालेल जो पर्यंत प्रत्येक आत्मा सत्ययुगात प्रवेश करत नाही. हे खूप कष्टाचे व कठीण काम आहे कारण बरेचसे मानव नवीन युगाप्रमाणे बदलायला तयार असत नाहीत.

महर्षी अमर हे एक अद्वितीय व्यक्ती होते. ते म्हणत, "जीवनातील सर्वच पैलूंना, अगदी पैशाला सुद्धा महत्त्व द्यायला हवे." ते एक महर्षी होते आणि त्यांनी भौतिक व आध्यात्मिक जीवनामधे समतोल साधण्यावर भर दिला. त्यांनी जीवनातील प्रत्येक स्तरावर परमेश्वरी अंश प्रकट करण्यावर भर दिला. ते जसे बोलत तसेच वागत.

प्रलयाच्या या कठीण काळात, वेळोवेळी महर्षी अमर व इतर ऋषी मानवजातीला नव्या शक्ती आणि ज्ञान पुरवतात. लोकांमधे आवश्यक ते बदल होण्यासाठी हे फार जरूरी आहे. या वेळेला त्यांचा संदेश आहे, "**आपण प्रकाशासोबत राहायला हवे, त्याचा अनुभव घ्यायला हवा, त्याला आपला सोबती बनवायला हवे. प्रकाश सर्वांचीच काळजी घेतो कारण प्रकाशच परमेश्वर आहे.**" महर्षी अमरांचा प्रत्येक शब्दच प्रकाशमय आहे कारण महर्षी अमर स्वतःच प्रकाश आहेत.



लाईट चॅनल्स वर्ल्ड मुव्हमेंट

(प्रकाश प्रसारणाची जागतिक चळवळ)

दिनांक २६-०२-२००९, गुरूवार,
सायंकाळी ६.३० वाजता
कोरामंगला इंडोर स्टेडिअम,
बंगलोर
येथे आयोजित **लाइट चॅनलिंगच्या**
एका भव्य कार्यक्रमात सहभागी व्हावे.
आणि
सायंकाळी ७.३० वाजे पासून ७ मिनिटांसाठी प्रकाशाचे चॅनलिंग करावे.

प्रत्येक जण आणि कोणीपण ह्या प्रसारण कार्यात त्यांच्या जागेवरूनच सहभागी होऊ शकतात.
अशामुळे लाखो जण एकाच वेळी प्रकाशाचे चॅनलिंग किंवा प्रसारण करू शकतात.

२६.०२.२००९ या दिवशी
सायंकाळी ठीक ७.३० वाजता
तुमच्या घरात, शाळांमधे किंवा
एखाद्या हॉल मधे
लोकांचे समूह जमवून या
चळवळीला मदत करावी.

प्रकाश चॅनलिंग करण्याचे तंत्र

आपल्या वरती प्रकाशाच्या एका समुद्राची कल्पना करावी. कल्पना करावी की तो प्रकाश खाली येत असून तुमच्या शरीरात प्रवेश करत आहे. नंतर अशी कल्पना करावी की प्रकाश तुमच्या शरीरातून बाहेर पडून पूर्ण जगात पसरत आहे.

०१-०२-२००९ पासून गुरुजी
lightdivine.blogspot.com वर
एक व्यक्तिगत ब्लॉग सुरु करीत आहेत.
या ब्लॉगवर आपले स्वागत आहे.

गुरुजी उवाच

(गुरुजींच्या रविवारच्या ध्यानवर्गातील काही वेचे)
संकलनः राघवेंद्र सोमायाजी, अनुवादः गुरुराज कानाडे

०२–११–२००८

सृष्टी निर्मितीच्याही आधी फक्त स्तब्धता होती. या स्तब्धतेतूनच प्रकाश प्रकटला आणि प्रकाशापासून चैतन्य प्रकटले. चैतन्यातून मग सृष्टीचा जन्म झाला. या सृष्टीत देखील स्तब्धता आहे. या स्तब्धतेतूनच प्रथम ध्वनी 'ॐ' प्रकटला. जेथे जेथे 'ॐ' प्रकटला तेथे तेथे तारमंडळांचा जन्म झाला. स्तब्धतेचा महासागर आजही अस्तित्वात आहे. ही स्तब्धता आपल्या आनंदमय कोशात साठवलेली आहे. आपण ध्यान करून या पातळीवर स्तब्धता प्रस्थापित करतो. त्यामुळे आपण आपल्या आतील स्तब्धतेशी जोडले जातो. जेव्हा आपण आपल्या आतील स्तब्धतेशी जोडलेले असतो तेव्हा आपण या सृष्टीतील स्तब्धतेशी जोडले जातो. या स्तब्धतेत, संपूर्ण जाणीव व पूर्णत्व आहे. अशा अवस्थेत परमेश्वराशी किंवा ऋषींशी संबंध जोडण्यासाठी विशेष प्रयत्न करण्याची गरज नाही. ते आपोआपच घडते.

आपल्याला स्तब्धतेचा, प्रकाशाचा व प्रेमाचा अनुभव घेतला पाहिजे. फक्त अनुभवच खरे ज्ञान देऊ शकतो. अनुभवाशिवाय आपण पोकळ आहोत.

ही निवड करण्याची वेळ आहे. ही फार मोठी आणि कदाचित शेवटचीच संधी आहे. कशाची निवड आपल्याला करायची आहे? आपल्याला प्रकाशाची निवड करायला हवी. प्रकाशात सामावलेल्या प्रेमाची, सत्याची, वैराग्याची आणि शरणागती अशा सारख्या प्रत्येक गोष्टीची निवड करायला हवी. आता आपण प्रकाशयुगात प्रवेश करीत आहोत म्हणून प्रकाशाची निवड आपण केली पाहिजे. जेव्हा आपण प्रकाशाची निवड करतो तेव्हा आपल्याला सृष्टीकडून सर्व मदत मिळते, संरक्षण मिळते, प्रत्येक बारीक सारीक गोष्टीमध्ये देखील मार्गदर्शन मिळते आणि आपण अवघड परिस्थितीतून सहज तरुन जातो. आपण प्रकाशाची निवड करतो तेव्हा ज्या गोष्टी प्रकाश नाहीत त्या आपण आपोआपच नाकारतो.

प्रकाशाची निवड करणेच पुरेसे आहे कारण ते खूप अवघड आहे. आपण किती तास ध्यान करतो हे महत्त्वाचे नाही तर जाणीवपूर्वक प्रकाशाची निवड करणे महत्त्वाचे आहे. ज्यांनी प्रकाशाची निवड केली आहे ते सूक्ष्म पातळीवर एकत्र येत आहेत. म्हणूनच या पातळीवर ध्रुवीकरण घडत आहे. ज्यांनी अजूनही प्रकाशाची निवड केलेली नाही त्यांना मदत दिली जाईल व त्यांच्याकडे जास्त लक्ष दिले जाईल, त्यांना जास्त प्रेम दिले जाईल. त्यांना वेगळे केले जाणार नाही व ते धिक्कारले पण जाणार नाहीत.

०९–११–२००८

परमेश्वराच्या अनेक रूपांपैकी, कृष्णाचेरूप मला खूप प्रिय आहे. मी नेहमी त्यांच्याबद्दल विचार करीत असे व शक्ती अर्पण करुन त्यांची उपासना करीत असे. काहीवेळा त्यांच्याशी माझा संपर्क होत असे. साहजिकच अशावेळी मी खूप भावनामय होत असे व मला एकप्रकारचे पूर्णत्व व समाधान वाटत असे. मला त्यांच्याकडून उत्तरे, निरोप व सूचना मिळत असत. मग एके दिवशी शक्ती अर्पण करीत असताना त्यांचे मूर्तस्वरूप अदृश्य झाले. मला फक्त मूर्तस्वरूपाच्या बाह्यकडाच दिसत होत्या पण ते मूर्तस्वरूप दिसेनासे झाले. त्या बाह्यकडांमध्ये मला फक्त प्रकाशच दिसत होता. तो काही सामान्य प्रकाश नव्हता. तो अतिशय विशिष्ट प्रकाश होता. तो प्रकाश म्हणाला, "मी कृष्ण आहे." तेव्हापासून माझी ही उपासना थांबली. मी उपासना करूच शकलो नाही. मी प्रकाशाचा अनुभव घेतला. त्यावेळी तेथे कोणत्याही प्रकारचा संवाद नव्हता पण मला सर्व उत्तरे मिळाली होती. त्यावेळी मला जे काही ज्ञात व्हावयास हवे होते ते सर्वकाही मला माहिती झाले.

जेव्हा आपल्याला कृष्णाची प्रकाश म्हणून ओळख पटते, तेव्हा आपण त्याची प्रार्थना करीत नाही आणि त्याची उपासना करीत नाही. आपण त्याचा अनुभव घेतो आणि आपण स्वतः कृष्णच बनून जातो. आपल्याला जेव्हा त्याच्या अस्तित्वाची जाणीव राहते, तेव्हा त्याला कृष्ण–चेतना म्हणतात.

आपण देवतांचे रूप मनात साठवतो व मूर्तीची पूजा करतो. आपण मूर्ती म्हणजेच देव असे समजतो. मूर्ती म्हणजे फक्त काही दगड नव्हे. त्यात खूप काही आहे. पण जेव्हा आपण मूर्तीच्या पलीकडे जाऊ तेव्हाच आपण खऱ्या देवाला भेटू शकू.

आपण पूजा, अभिषेक व सर्व प्रकाराने देवाच्या रूपांची उपासना करीत राहू शकतो. त्यात काहीही चुकीचे नाही पण परमेश्वराला भेटण्यासाठी आपल्याला या रूपांच्या पलीकडे गेले पाहिजे. तेव्हाच प्रार्थना थांबते. मग आपण प्रार्थना करीत नाही कारण परमेश्वराला सर्वच माहीत असते. परमेश्वराशी कुठल्याही प्रकारच्या संवादाची गरज उरत नाही कारण आपल्यालाही सर्व गोष्टींचे आकलन होते. त्यानंतर आपण उपासना करीत नाही कारण आपण परमेश्वराशी एकत्वाचा अनुभव करतो. कारण आपण म्हणजे तोच आहे हे आपण अनुभवतो.

२३–११–२००८

प्रकाश आपल्या जीवनातील सर्वात महत्त्वाचा घटक आहे कारण प्रकाश म्हणजेच परमेश्वर. प्रकाशास जाणून घेण्याचा सर्वोत्तम मार्ग म्हणजे प्रकाशाचा अनुभव करणे. जेव्हा आपण खरोखर व पूर्णपणे प्रकाशाचा अनुभव घेतो तेव्हा आपण प्रश्न विचारणे थांबवतो, आपण आपली भटकंती थांबवतो आणि क्षुल्लक गोष्टींसाठी ऋषींना प्रार्थना करणे थांबवतो. जो प्रकाशास जाणतो, तो अशा गोष्टींची मागणी करीत नाही कारण त्याला मागणी न करताच सर्व गोष्टी मिळतात. आपण फक्त प्रकाशाची जाणीव ठेवावी. ज्याने प्रकाशाचा अनुभव घेतला आहे, तो कुरकुरणे, तक्रार करणे, निरर्थक गप्पाटप्पा इत्यादी थांबवतो. आपल्यातील उपहासकवृत्ती व प्रेमाचा अभाव नाहीसे होतात. आपण शांत होतो, शहाणे होतो व दृढ बनतो.

एकदा का आपण प्रकाशाचा अनुभव घेतला की आपल्याकडे वरील सर्वकाही व त्यापेक्षाही खूप काही असेल. आपल्या आयुष्याचा कायापालटच होईल. आपला प्रत्येक शब्द, प्रत्येक हावभाव, प्रत्येक कृती वेगळी असेल. आपली साधना उच्च पातळीवर पोहोचेल. जेव्हा आपण प्रकाशाचा अनुभव करतो, तेव्हा आपली सर्व कर्म नष्ट होतात. आपण सर्व बंधनांतून मुक्त होतो व आपल्याला अंतिम स्वातंत्र्य म्हणजेच मुक्ती प्राप्त होते.

आपण आपल्या बालपणाकडे परतले पाहिजे व निरागस झाले पाहिजे. निरागसता म्हणजे प्रेम व शुद्धता. एक छोटे मूल पूर्णतः आणि प्रत्येक पातळीवर म्हणजे भौतिक, मानसिक, बौद्धिक व आध्यात्मिक अशा सर्व पातळींवर शुद्ध असते, पवित्र असते. निरागसता म्हणजे सत्यता, पुर्वग्रहरहित, इतरांना न जोखणे, हेवा न करणे, आक्रमक नसणे, स्वार्थी नसणे, हेकेखोरपणा नसणे आणि कोणत्याही व्यक्तिशी किंवा जगाशी बेबनाव नसणे होय. निरागसता म्हणजे निर्भीडपणा. निरागसता म्हणजे सृष्टीतील अद्भुत सौंदर्याकडे, अद्भुत गोष्टींकडे पाहून अचंबित होणे होय. जेव्हा कधी आपण निसर्गाच्या सान्निध्यात असतो तेव्हा आपण असे अचंबित व्हावयास हवे की, जणू काही हे सर्व आपण प्रथमच पाहात आहोत. प्रत्येकच वेळी आपण आनंदाने उत्तेजित होऊन उड्या मारायला हव्यात. अचंबित होणे हे निरागसतेचे वैशिष्ट्य आहे आणि निरागसता म्हणजे परमेश्वराशी तादात्म्य साधणे होय.

हे सर्वकाही शक्य आहे, याकरिता फार मोठ्या प्रयत्नांची आवश्यकता नाही. आपल्याला त्याची निवड केली पाहिजे व प्रयत्न केले पाहिजेत. फक्त मनात तशी इच्छा ठेवल्यानेच आपण निरागस बनू शकतो.

रविवारच्या व्याख्यानांतील काही वेचे

संकलन: देवीलता,
अनुवाद: एकनाथ कुलकर्णी

०२–११–२००८ आनंद जी

हे जग प्रलयाच्या वाढत्या तीव्रतेतून जात आहे. कलियुगातील प्रस्थापित साचे कोसळून पडत आहेत आणि नवीन, अनोळखी परंतु मूल्याधिष्ठीत साच्यांना मार्ग करून देत आहेत.

लोभ आणि चुकीच्या जुगारी वृत्तींवर अवलंबून असलेल्या सध्याच्या आर्थिक व्यवस्थेचे कोसळणे हा प्रलय शक्तिचाच एक भाग आहे. या बाजारामध्ये सक्रिय असलेल्या लोकांना हे लक्षात येत नाही की, प्रलयशक्ती त्यांच्यावर काम करीत आहेत. प्रकाश वलयाच्या (Photon Belt) प्रभावाबद्दल बहुतांश लोक अज्ञात आहेत. आपले नेते व आर्थिक तज्ञ फक्त सद्य परिस्थिती विचारात घेऊन या समस्येला हाताळण्याचा प्रयत्न करत आहेत. त्यांच्या लक्षात येत नाही की, २०१२ साली या सर्व व्यवस्थेचा शेवट होईल, जेव्हा या भौतिक वस्तुस्थितीमध्ये जागतिक पातळीवर बदल होतील.

आणखी एक महत्त्वाचा भाग जो कोलमडून पडत आहे, तो म्हणजे धर्म. बाह्य जगात परमेश्वराचा शोध घेण्यासाठी मानवाने अनेक नियम, बंधने आणि कर्मकांडावर आधारित पद्धती विकसित केल्या, परंतु परमेश्वरापर्यंत पोहोचण्यासाठी त्या सर्व निरूपयोगी ठरल्या. २०१२ साली जे बदल होणार आहेत, त्यासाठी सज्ज होण्यास आपल्याजवळ आता फारसा वेळ शिल्लक राहिलेला नाही. सध्याचा काळ हा ताबडतोब आपल्यात सुधारणा व बदल करण्याचा काळ आहे. आपले आजचे नेते जरी यावेळी नाकाम ठरले तरी आपल्याला ऋषींचा आधार आहे. ते आपल्याशी संबंध प्रस्थापित करतील आणि आपल्याला योग्य ते मार्गदर्शन करतील.

०९–११–०८ जयंत देशपांडे

एका ८० पेक्षाही जास्त वय असलेल्या व्यक्तिला, मी आपली पुस्तके देण्यासाठी गेलो होतो. त्यांनी स्वतः प्रकाशित करत असलेले त्यांचे वृत्तपत्र मला दिले. त्यातील बहुतेक लेख त्यांनी स्वतः लिहीले होते. वृत्तपत्रातून ते आपली मते धीटपणे व्यक्त करत असतात. काश्मीर, कोसीमुळे आलेला महापूर इत्यादी व अशा अनेक समस्यांना आपला देश सध्या तोंड देत आहे, त्याबद्दल आणि या सर्वांवरील उपाय त्याबद्दल ते लिहितात. मी आश्चर्याने विचार करत होतो की त्यांचे लिखाण कोण वाचते, त्या लिखाणाचा काय उपयोग होतो? राजकीय नेतृत्वापर्यंत ते पोहोचेल काय? पोहोचलेच तर ते खरंच यावर अंमल करतील काय?

मी याचा उल्लेख जेव्हा गुरूजींशी सहज बोलताना केला, तेव्हा ते म्हणाले, ''देशावर असणाऱ्या प्रेमापोटी आणि आपल्या लोकांबद्दल असलेल्या काळजीमुळे ते लिहितात.'' त्यांच्या शुद्ध इच्छेची आणि विचारांची स्पंदने लोकांच्या अंत:करणाला स्पर्श करतील. जेव्हा अधिकाधिक लोक या स्पंदनांना सकारात्मक प्रतिसाद देतील, तेव्हा ही स्पंदने शक्तिशाली होऊन प्रत्यक्षात अस्तित्वात येतील. खरोखर असे लोकच समाज, देश आणि जगाबद्दल सकारात्मक भावना बाळगून आणि विचार करून एक मोठी सेवा करीत आहेत.

अमेरिकेच्या अध्यक्षपदाच्या निवडणुकीचा निकाल बाहेर येण्यापूर्वीच एक किशोर वयातील मुलगी म्हणाली "मला ओबामाविषयी प्रेम वाटते. त्याने जिंकावे असे मला वाटते." या मुलीला अमेरिकेतील राजकारणाबद्दल काय कळत असावे, याचे मला आश्चर्य वाटले. तिने त्यांना टी.व्ही.वर काही वेळा पाहिले असेल आणि तिला ओबामा आवडला. हे खरे आहे की, त्यांच्या व्यक्तिमत्वामध्ये काहीतरी विलक्षण असे काही आहे. तो त्यांचा प्रामाणिकपणा असेल किंवा त्यांच्यातील खरेपणा? त्यांच्यामध्ये असे काही तरी आहे, की ज्यामुळे लोकांना वाटते या माणसानेच जिंकावे.

१४–११–२००८ श्यामलादेवी

आपल्या तीव्र आवडी–निवडींमुळे कधी कधी एखाद्या परिस्थितीत आपल्याला अगदी नकोसे होऊन जाते. आपण जर नि:पक्षपातीपणे विचार केला तर अशा आवडी–निवडींमागील उणीवा आपल्याला समजतात. अशा तीव्र आवडी आपण सोडून देण्यासाठी सतत प्रयत्न केले पाहिजेत. तसे पाहिले तर ही आपल्या अहंकाराच्या आणि आत्म्याच्या आवाजाची स्पर्धा आहे. जेव्हा आपण प्रेमाने परिस्थितीचा स्वीकार करतो, तेव्हा सर्व मतमतांतर, प्रवृत्ती आणि दृढ समजूती प्रेमात विलीन होतात. प्रेम आपल्यामध्ये सर्वांचा समावेश करू शकते.

आपल्यामध्ये भावना आणि विचारांचा, कधीही न संपणारा प्रवाह चालू असतो. परंतु आपल्याला कसे बनायचे आहे, ह्याची निवड करणे हे आपल्यावरच अवलंबून असते. हा निर्णयच आपल्याला आध्यात्मिक बनण्यास किंवा न बनण्यास कारणीभूत ठरतो. आध्यात्मिकता म्हणजे अनेक वर्षे करीत असलेल्या अभ्यासाचे फलित नव्हे तर ही प्रत्येक क्षणात परमेश्वराच्या, प्रकाशाच्या जाणिवेत केलेली हालचाल आहे. अगणित आशीर्वाद, प्रेम, सदिच्छा इतक्या प्रचंड प्रमाणात आपल्याला मिळतात की, आपण विनम्र होतो आणि स्वतःलाच प्रश्न विचारतो की, हे सर्व मिळण्याची आपली पात्रता आहे काय? केवळ ऋषींशी संबंध प्रस्थापित करून त्यांनी दाखवलेल्या मार्गाने चालल्याने आपली भरभराट होते. या मार्गावरील भरभराटीच्या शक्ती इतक्या मोठ्या आहेत की, त्या आपल्याला सामावून घेतात आणि आपल्यातील मी–पणा नष्ट करतात. अशा वेळीच आपल्या आयुष्यामध्ये भरभराट येते.

काम करण्याची इच्छा असणे आणि त्यासाठी तयारी करणे हे आपल्या कामाचे दोन भाग आहेत. आपली किती तयारी आहे त्या प्रमाणात आपल्याला काम मिळते. जेव्हा आपल्याला संधी मिळते तेव्हा आपण आपल्यामधील प्रकाशाशी संबंध प्रस्थापित करून स्वतःला त्या कामात झोकून दिले पाहिजे. स्वतःमधील प्रकाशाशी संपर्क न साधता आपण ऋषींचे काम करू शकत नाही. जसा प्रकाश महत्त्वाचा आहे तसेच कामही महत्त्वाचे आहे, कारण काम ही प्रकाशाला प्रकट करण्याची संधी आहे.

२३–११–०८ सुधाकर एल

ती दुर्लक्षित, रोगट आणि निस्तेज वाटणारी गुलाबाची रोपटी, जेव्हा मी त्यांची योग्य निगा राखण्यास सुरूवात केली तेव्हा ती बहरू लागली. याच प्रमाणे आपण जेव्हा या पृथ्वीवर आलो तेव्हा सुरुवातीला आपल्या जवळ एक सुंदर शरीर, मन आणि बुद्धिमत्ता होती. परंतु हळूहळू ते निस्तेज झाले. ज्यांना त्यांच्यातील मूळ भव्यतेची जाणीव असते, ते प्रेमपूर्वक उत्कटतेने साधना सुरू करतात आणि त्यांना त्यात जरूर यश मिळते.

आपले आयुष्य अनेक छोट्या मोठ्या गोष्टींनी, प्रसंगांनी आणि घटनांनी भरलेले आहे. सामान्यतः आयुष्य साजरे करण्यासाठी आपण मोठ्या प्रसंगांची वाट बघत असतो. मोठ्या प्रसंगांची आपण नक्कीच प्रतीक्षा केली पाहिजे, पण छोट्या प्रसंगांकडेसुद्धा आपण दुर्लक्ष करू नये. खरे तर आपण जर अशा छोट्या घटना ओळखू शकलो आणि त्यांच्याकडे पूर्णपणे लक्ष पुरविले तर आपण आनंदी, आणि सुखी होतो. यामुळे आपण परत उत्साहाने भरून जातो आणि मोठ्या गोष्टींच्या प्राप्तीसाठी याची मदत होते.

२०१२ हे वर्ष सुखरूपपणे पार पाडण्यासाठी आपण आपल्या जगण्याच्या पद्धतीमध्ये आमूलाग्र बदल केला पाहिजे. ऋषी असे सांगतात की, थोड्याच प्रयत्नांनी आपण बरेच काही प्राप्त करू शकतो. ही एक मोठी संधी आहे. गुरूजी म्हणतात की, आपल्याला आलेले अपयशसुद्धा स्वतःला सुधारण्याची एक संधीच देत असते. महत्त्वाची गोष्ट म्हणजे प्रकाशाशी तन्मय होऊन प्रकाशमय जीवन जगणे. आपण अशी संधी गमावता कामा नये. आणि हे लक्षात घेतले पाहिजे की अशी संधी महायुगामध्ये फक्त एकदाच मिळते.

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 श्यामला देवी, अनुवादः ललिता तीर्थ)

आपण जितकी मनःशांती टिकवू शकतो तितकीच अधिक आपली अंतःशक्तिही वाढते. आध्यात्मिक शक्तिचा आधार संपूर्णतः मनाच्या समतोलपणावर असतो. म्हणतात ना, सूर्याला कोणीही लपवू शकत नाही. फार तर क्वचित कधीतरी थोडा वेळ ढगांचे थवे त्याला झाकू शकतील एवढेच! पण सरते शेवटी सत्य आणि प्रकाशाचाच विजय होतो असा मला पुरेपूर विश्वास आहे. –शालिनी हैडी

'न्यू एज रियालिटीज्' हे पुस्तक अतिशय आवडण्यासारखे आहे. प्रत्येक लेख एक-दोनदा वाचल्याशिवाय समजणे कठीण जातंय. मला वाटतं कि हे विषय वर्गात शिकवता आले तर ते आपण जास्त चांगले समजू शकतो. पुस्तक वाचून आपल्याला समजेल. नाही असं नव्हे, पण हेच विषयतज्ञांकडून जर समजून घेऊ शकलो तर सर्व शंकांचे निरसन होऊ शकते.

–एस्. के. उमेश

'न्यू एज रियालिटीज्' ने दिलेली माहिती आणि ज्ञान विशाल आहे हे खचित. विषयांची मांडणी वाचकांना सोपी जावी याकडेही परिश्रमपूर्वक लक्ष दिलेले आहे व याची जाणीवही होते. परंतु पुस्तकातील मजकूर वारंवार वाचल्याखेरीज त्याचा मतितार्थ लक्षात घेणे जड जाते. त्यानंतरच कोणालाही या विषयांवर विचार आणि चिंतन करता येईल. –वैशाली जोशी

नुकत्याच प्रसिद्ध केलेल्या 'न्यू एज् रियालिटीज्' आणि 'आय् गुरुजी' या दोन पुस्तकांतील ज्ञानात किती स्पष्टता आहे. इतकेच नव्हे तर हे ज्ञान खूपच नवीन आहे. या अप्रतीम पुस्तकांसाठी अध्ययन केंद्राच्या सर्व साधकांनी खूप मेहनत केली आहे. –शोभा

आपले बी.बी.एफ् चे स्टॉल खूपच सुंदर सजविले होते, नीटनेटके सांभाळले जात होते. तेथील मोकळ्या जागेत मी शांतीचा आणि विशालतेचा अनुभव केला. कदाचित, स्टॉलमधील अधिक मोकळी जागा त्या शांततेच्या आणि विशालतेच्या अनुभवात अधिक भर घालत असावी. प्रत्येक स्वयंसेवकाच्या चेहऱ्यावर शांततेची पसरलेली झळक माझ्या नजरेतून सुटली नाही. ॲनिमेशन तर अगदी अप्रतीमच होते. रेडियो १ वर लाइट चॅनेल्सचा संदेश ऐकून खूप बरे वाटले आणि आनंद झाला. –कार्तिक एन्

सुविचार

(संकलन : नरेंद्रबाबू, अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर)

ध्यान हे धार्मिक कृत्य नव्हे, तर ती शुद्ध आध्यात्मिक कृती आहे. –महर्षी अमर

प्रेम आणि स्वातंत्र्य ही आध्यात्मिकतेची मूलभूत तत्त्वे आहेत. –गुरुजी

स्वतःच्या इच्छेप्रमाणे आयुष्य जगणे हा स्वार्थीपणा नाही; तर स्वतःच्या इच्छेप्रमाणे इतरांना आयुष्य जगायला लावणे हा स्वार्थीपणा आहे. –ऑस्कर वाईल्ड

तुम्ही जे करू शकत नाही, त्याचा, तुम्ही जे करू शकता त्याच्यात अडथळा बनू देऊ नका.

–जॉन वूडन

सुखाचा एक दरवाजा जेव्हा बंद होतो तेव्हा दुसरा उघडतो, पण पुष्कळदा आपण इतका जास्त वेळ बंद दरवाजाकडेच बघत राहतो, की उघडलेल्या दुसऱ्या दरवाजाकडे आपले लक्षच जात नाही.

–हेलन केलर

ईश्वराला जाणण्याचा सर्वोत्तम मार्ग म्हणजे अधिकाधिक गोष्टींवर प्रेम करणे.

–विंसेंट वॅन गॉग

शांती तेव्हा असते जेव्हा काळ पुढे सरकत असतानाही त्याची काळजी आपल्याला नसते.

–मारिया शेल

गृहीत धरणे ही नातेसंबंधांना लागलेली वाळवी असते. –हेन्री विंकलर

मला कधीही असा माणूस भेटला नाही, जो मला आवडला नाही. –विल रॉजर्स

आपल्यावर कोणी प्रेम करण्यापेक्षा, आपण दुसऱ्यांवर प्रेम करणे महत्त्वाचे आहे.

–सॉमरसेट मॉम

जग कसे असायला हवे याचा विचार करण्यापेक्षा, ते जसे आहे तसा त्याचा स्वीकार करावा. –शिर्ली लॉर्ड

महत्त्वाकांक्षा जेव्हा थांबते तेव्हा सुखाची सुरुवात होते. –हंगेरियन म्हण

माणसांना स्वतःला बदलण्यापेक्षा रडणे जास्त चांगले जमते –जेम्स बाल्डविन

क्षमाशीलता ही कधीतरी करण्याची कृती नसून ती एक प्रवृत्ती आहे.

–मार्टिन लुथर किंग, ज्युनिअर

प्रश्नोत्तर

संकलन: शोभा राव, अनुवाद: सुनिता देशपांडे

प्र. आपले खरे स्वरूप कोणते?

उ. आपल्यात असणारी प्रकाशाची ठिणगी म्हणजेच आत्मा हे आपले खरे स्वरूप आहे. आत्मा शुद्ध, निष्कलंक आहे आणि कायम प्रकाशाच्या, देवाच्या तादात्म्यात असतो.

प्र. प्रकाशकार्यकर्ते म्हणजे कोण ?

उ. प्रकाशकार्यकर्ता तो आहे ज्याने प्रकाशाला अनुभवले आहे, जो प्रकाशमय जीवन जगतो, जो सर्व वेळ त्याच्या जाणिवेत राहतो आणि जो स्वतः त्याला शरण गेलेला आहे. प्रकाशकार्यकर्ता हा ऋषींच्या नेतृत्वाखाली काम करत असतो.

प्र. आपल्याला मिळालेले मार्गदर्शन ऋषींकडून किंवा प्रकाशाकडून मिळाले आहे ह्याबद्दल खात्री कशी करावी?

उ. जर आपण खरच प्रकाशाला किंवा ऋषींना ऐकत असू तर आपल्यालाच त्याची जाणीव होईल त्याबद्दल आपल्याला कोणी सांगण्याची गरज नाही.

प्र. जर ध्यानसाधक ऋषींच्या संरक्षणाखाली असतात तर मग अपघात का होतात?

उ. संरक्षण हे एक कवचासारखे असते. ते आपल्याला दिलेले असते. आपल्याला ते व्यवस्थित सांभाळावयास हवे. ते बिघडू नये म्हणून आपण त्याची काळजी घ्यावयास हवी. ते मजबूत करण्यासाठी आपण रोज व्यवस्थित ध्यान करावयास हवे व आपल्यातील नकारात्मकता दूर करावयास हवी.

प्र. जर मला माझा पूर्वजन्म जाणून घ्यायचा असेल तर त्या साठी काही मार्ग आहे का?

उ. होय. त्यासाठी विशेष अभ्यास आणि तंत्रे आहेत. पण भूतकाळात जाऊन आपल्या बद्दल जाणून घेण्यासाठी ऋषींची परवानगी घ्यावी लागते.

प्र. आपण आपल्या पूर्वजीवनाकडील प्रतिगमनामुळे (past life regression) किंवा पूर्वजन्मात डोकावून पाहिल्याने खरंच काही शिकतो का?

उ. नाही.

प्र. आपल्या आध्यात्मिक प्रगतीसाठी आपल्याला स्वतःच्या पूर्वजन्माबद्दल माहिती असणं आवश्यक आहे का?

उ. आपल्या आध्यात्मिक विकासासाठी आपल्याला पूर्व जीवनाबद्दल माहिती असण्याची काहीही आवश्यकता नाही.

प्र. एखादी व्यक्ति दुसऱ्या व्यक्तिला केव्हा घाबरते?

उ. सर्वसाधारणपणे जेव्हा एखादी व्यक्ति दुसऱ्यासोबत काही चुकीची वागते, तेव्हा ती त्याला घाबरते.

प्र. असत्य आणि भीती यांचा संबंध असतो का?

उ. अर्थातच त्यांचा संबंध असतो.

प्र. आपल्या आतील देवाचा आवाज कसा काय ओळखावा?

उ. आपल्या प्रत्यक्ष जाणिवेने आपल्याला त्याचे आकलन होते. जेव्हा तुम्ही त्याला ऐकाल तेव्हा तुमच्या लक्षात येईल. जेव्हा केव्हा तुम्ही त्याला ऐकण्याचा प्रयत्न करता तेव्हा नेहमीच त्याला ऐकू शकता.

प्र. शरणागती म्हणजे आंधळेपणानी सर्व काही स्वीकारणे आहे का?

उ. नाही. बंद डोळ्यांनी नाही तर उघड्या डोळ्याने काहीही स्वीकारणे. शरणागती म्हणजे प्रेम आणि विश्वासाने जाणीव पूर्वक केलेली कृती. आपण देवाला शरण जातो.

प्र. मंत्राचे पुनरुच्चारण आपले मन करते कि आत्मा करतो?

उ. मन मंत्राचे पुनरुच्चारण करते पण आत्माच मनाला पुनरुच्चारण करण्यास सांगतो.

प्र. ध्यानाच्या वेळी जेव्हा आपण प्रकाशाची कल्पना करायची असे म्हणतो तेव्हा अशा प्रकारची कल्पना किंवा विचार आत्माच आपल्याला देत असतो काय?

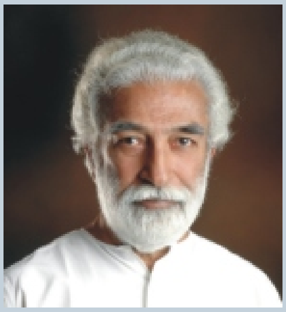
उ. ते खरे आहे. आत्माच आपल्याला अशा प्रकारचा विचार पुरवत असतो.

प्र. आपण विचाराचा अनुभव कसा काय करावा?

उ. आपण विचाराला अनुभवू शकत नाही पण आपण विचारातील गर्भित माहिती अनुभवू शकतो. ▪

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/-
ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ	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/-
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 செய்வது எப்படி	50/-
ஒளியின் வாயில்கள்	200/-
ஒளீயீல் வாழ்க்கை	10/
व्ऊ्रण टश्वित्र्–स्ण य्ष्ट	50/-
ʼथ्ख्व्र् ण्टत्र–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 उभरती 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.

सत्संग

दर शुक्रवारी सकाळी ११ ते १२ वाजे पर्यंत गुरुजींसोबत समूह ध्यान आयोजित केले जाते. ह्या ध्यानात कुणीही सामील होऊ शकतं. सर्वांचे स्वागत आहे.

प्रकाश पसरवणे

दर शुक्रवारी दुपारी १२ ते १ वाजेपर्यंत ध्यानाद्वारे प्रकाश पसरवण्याच्या कार्याचे आयोजन केले जाते.

हीलिंगचे वर्ग

महिन्याच्या पाचव्या रविवारी दुपारी २ ते २.३० पर्यंत हीलिंगचे वर्ग भरतात.

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)

मला पहिल्या शंबला तत्त्वाचा अभ्यास करायचा होता पण मला माझ्या मनोमय शरीरात प्रकाशाची कल्पना करणे अवघड जात होते. त्यावेळी माझ्या संपर्कात असलेल्या ऋषींनी मला काही सेकंदासाठी प्रकाशाची कल्पना करण्यास सांगितले. नंतर मला माझ्या संपूर्ण शरीर यंत्रणेत प्रकाश असल्याचे जाणवले. ऋषींनी मला सांगितले की वातावरणात आनंद नेहमीच भरलेला असतो. मला माझ्या आनंदासोबत बाहेरचा आनंद जोडला गेला आहे ह्याचा फक्त विचार करायला हवा. ते पुढे हे ही म्हणाले कि जर मी माझ्या स्वत:मधील आनंदाचा आधी अनुभव करू शकले तरच बाहेरील आनंद आणि आतील आनंद यांना परस्परांशी जोडणे आणि त्याला पसरवणे माझ्यासाठी फार सोपे होईल .

एकदा मी मला आवडत असणाऱ्या श्रीनगरच्या पर्वतांबद्दल विचार करत होते. मी मनानी त्यांच्याशी संपर्क साधून ते कसे आहेत म्हणून त्यांना विचारले. मधे थोडा वेळ गेल्यानंतर माझा त्यांच्याशी संपर्क झाला आणि ते मला म्हणाले कि ते ठीक आहेत पण तेथील अशुद्धतेमुळे त्यांना तेथे घुसमटल्यासारखे होत आहे. –अर्चना विश्वनाथ

नुकत्याच मला पडलेल्या स्वप्नात मी बऱ्याच लोकांना माझ्यावर हल्ला करण्यासाठी माझ्या घराकडे चवताळून येतांना पाहिले. त्या सगळ्यांनी काळ्या रंगाचे कपडे घातले होते. त्यांना पाहून मी खूपच घाबरले आणि जोराने किंचाळले 'गुरूजी'! काही सेकंदातच मी माझ्या जवळ खूपच उंच आणि दैवी प्रकाशानी भरलेले गुरूजी पाहिले. त्यांच्यातून निघणाऱ्या पांढऱ्या प्रकाशाचा जणू पूरच आला आणि त्या प्रकाशाने मला व्यापून टाकले. प्रकाशामुळे खोली सुद्धा भरून गेली. या प्रकाशाची प्रखरता आणि त्याची ताकद अमर्याद होती. हा प्रकाश वेगाने त्या लोकांकडे सरकला. ते लोक प्रकाशाचे असे तळपणे पाहू सुद्धा शकत नव्हते आणि प्रकाशाच्या ताकदीपुढे त्यांचा टिकाव देखील लागला नाही. ते अक्षरश: त्याच्या वेगाने उडून गेले. त्या प्रकाशाबद्दल सांगायला माझ्या जवळ शब्द देखील नाहीत. जेव्हा सकाळी मी झोपून उठले तेव्हा मला या स्वप्नाचा अर्थ तर लागला नाही पण प्रकाशामुळे मी पूर्णपणे व्यापून गेले आहे हे जाणवत होते. माझ्या प्रेमानी ओथंबलेल्या हृदयानी मी गुरुजींना, ऋषींना आणि महर्षी अमरांना नमस्कार केला.

–अंजली पाटील

मला काही कामे पूर्ण करायची होती आणि त्यासाठी माझ्याजवळ वेळ फारच कमी होता. मी नेहमीच्या पद्धतीनेच कामाला सामोरी जावं असं मला माझ्या आतून कोणीतरी सांगितल्या सारखे वाटले. मी कोणतीही घाई न करता आणि पहिले काम संपल्यावरच दुसरे काम हातात घ्यायचे ठरवून पूर्ण काळजीपूर्वक काम करण्यास सुरवात केली. जेव्हा माझी सगळी कामं हातावेगळी झाली तेव्हा माझ्या लक्षात आले कि सर्व कामं ज्यापद्धतीने करावयाची होती तशी ती व्यवस्थित करून देखील माझ्या जवळ थोडावेळ शिल्लक राहिला होता, जणूकाही काळ विस्तारित झाला आणि त्याने सर्वच कार्यांना सामावून घेतले. मला त्यावरून हे समजवण्यात आले कि जर कोणतेही काम आपण प्रेमानी व दक्षतेनी केले तर वेळेची कमतरता आपल्याला कधीच भासणार नाही.

भगवान कृष्णानी गीतेत सांगितले आहे "तुम्ही तुमचे काम करा, त्याच्या निष्पन्नाची काळजी करू नका". मी ह्याच्या समर्पकतेबद्दल आणि अर्थाबद्दल नेहमीच विचार करत असे. मला असे सांगण्यात आले कि आपण काम जसे करायला पाहिजे त्या पद्धतीने केले तर त्यातून निघणारा परिणाम हा चांगलाच असतो व तो आपल्याला मिळतोच. आपण जेव्हा चुका करतो आणि योग्य प्रकारे काम करत नाही तेव्हा आपण त्याबद्दल काळजी करतो आणि त्याच्यामुळे कामाची प्रगती मंदावते. परिपूर्णता ही आपण पूर्णपणे वर्तमानात असल्यावर साध्य होते; आपण त्या क्षणात पूर्णपणे विद्यमान असल्यावर साध्य होते. अशाप्रकारे कार्य केल्याने आपण कर्म ओढवून घेत नाही. मला हे ही सांगण्यात आले कि भावनासुद्धा महत्त्वाच्या असतात. जेव्हा आपण प्रार्थना करतो, काही म्हणतो किंवा काही करतो त्यांत भावना ओतणे फार आवश्यक आहे. आपण कोणाबद्दल सहानुभूति दर्शवतो तेव्हा ती भावनापूर्ण असावयास हवी. तेव्हाच सगळ्या जगात आपण एकत्वाचा अनुभव करू शकतो.

कृष्णजन्माष्टमीच्या विशेष ध्यानाच्या प्रसंगी भगवान कृष्ण प्रगट झाले आणि म्हणाले कि मी माझ्या शरीरापूरती सीमित न राहता एकात्मता आणि पूर्णता अनुभवण्यासाठी माझ्या शरीराच्या मर्यादेबाहेर जावयास हवे. जेव्हा मी पूर्णता अनुभवीन तेव्हाच माझी प्रगती होईल. ध्यान फारच छान व शांतीपूर्ण झाले.

काही वेळा माझे गुरुजींसोबत संभाषण होत असते. मी सतत बोलतच असते, आणि गुरुजी एखाद्या देवदूतासारखे स्मितहास्य करून मला म्हणतात, "मी आहे". एके दिवशी एका मागून एक आणि एकावर एक अशा सर्व देवतांची चित्रे डोळ्यापुढे आली. गुरुजींचे चित्र पण त्यात होते आणि ते असे दर्शवत होते कि ते सर्व एकच आहेत. –विद्या अरोरा

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, 719/A, West of Chord Road, 2nd Stage, Rajajinagar,
Bangalore-560086. Phone : 2335 9992
Owner: Manasa Foundation, Taponagara, Chikkagubbi, Bangalore Urban-562 149.
Editor : Jayant Deshpande