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 शिकवलेला ध्यानाचा आणि भावनांना व विचारांना सकारात्मक बनविण्याचा एक अद्वितीय मार्ग आहे.

दृढ वचन
- ★ आपण एकाच दिव्य प्रकाशाचे (परमेश्वराचे) कण आहोत.
- ★ प्रेम हा आपला 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 2 Issue 11 AUGUST 2010 Rs. 15

चिंतन

महर्षी कृष्णानंद, अनुवाद : जयंत देशपांडे

आपण आपल्या जीवनाची दिशा बदलू शकत नाही, विशेष करून तेव्हा, जेव्हा आपल्याला माहीत असते की, ती आपल्या जीवनाचा उद्देश पूर्ण करते आहे. प्रत्येकाच्याच जीवनाचा काही ना काही उद्देश असतो.

असे शक्य आहे की, एखाद्या व्यक्तीला संपूर्ण आयुष्य घालवल्यावरही त्याच्या जीवनाच्या उद्देशाची जाणीव होणार नाही. इतर कोणीही आपल्याला आपल्या उद्देशाबद्दल सांगत नसते. आपले जीवन उद्दिष्ट आपल्यालाच शोधून काढावे लागते. आपल्याला आपल्या अंतर्मनात ते शोधावे लागते. आपल्या अंतःस्फूर्तीच्या साह्याने ते शोधावे लागते.

इथे जन्म घेण्यापूर्वी आपण आपल्या जीवनाचा उद्देश ठरवला असणार. आपण तो आपल्या इच्छा स्वातंत्र्याच्या वापर करून ठरवला असणार. आपल्या उद्देशाची निवड केल्यावर आपण तो पूर्ण करायला हवा. आपण जर तो पूर्ण करू शकलो नाही, तर इतर कोणीही आपले मूल्यमापन करणार नाही. पण असे करणे आध्यात्मिक दृष्ट्या आपले स्वतःचे अपयश ठरेल.

उद्देश पूर्ण करण्यासाठी आपले जीवन नेहमीच सोपे असेल असे नाही. ते खूप खडतर असू शकेल. तरीही आपण आपल्या उद्देशाचा पाठपुरावा करत रहायला हवा. आपण जर जीवनाची दिशा बदलली तर कोणीही त्याला योग्य किंवा अयोग्य असे ठरवणार नाही. वैश्विक बुद्धिमत्ता आपल्या जीवनाचे निरीक्षण आपली मदत करण्यासाठी करत असते, त्याला योग्य किंवा अयोग्य ठरवण्यासाठी नाही. आपण जर मार्गदर्शनाची याचना केली तर ती आपले मार्गदर्शन करते, पण ती आपल्या जीवनाची दिशा ठरवत नाही. जीवनाची दिशा आपण निवडत असतो. निवड बरोबर असो वा चूक, निवड आपणच करत असतो .

जगातील प्रकाश गुरूंनी एकत्र यायला हवे. जेव्हा आपण एकत्र येतो आणि आपल्या आध्यात्मिक ज्ञानाची देवाण घेवाण करतो, तेव्हाच पुढे जाण्याचा मार्ग स्पष्ट दिसत असतो. अशा प्रत्येक गुरूंजवळ त्यांनी स्वतः संपादन केलेले ज्ञान असणार, आध्यात्मिक समस्यांवर स्वतः त्यांनी काढलेले तोडगे असणार, सत्ययुगाकडे नेणाऱ्या या कठीण काळातून सुखरूप तरून जाण्यासाठी त्यांनी स्वतः ठरवलेल्या मार्गदर्शक सूचना व उपाय योजना असणार. या सर्व गोष्टी चांगल्या असतील आणि त्यांच्या अनुयायांचे मार्गदर्शन करण्यासाठी पुरेशा असतील पण संपूर्ण जगाच्या मार्गदर्शनासाठी कदाचित त्या अपुऱ्या पडतील. अशावेळी आपण एकत्र यायला हवे आणि एक वैश्विक आध्यात्मिक व्यवस्था विकसित करायला हवी. आपण एक वैश्विक मूल्य व्यवस्था विकसित करायला हवी. यासाठी आपल्यात ऐक्य असणे फार आवश्यक आहे.

आता अशी वेळ आली आहे की, आपण एक होऊन या मानवतेला मार्ग दाखवायला हवा.

महर्षी अमरांनी, या जगाच्या आध्यात्मिक समस्यांसाठी अशा ऐक्याच्या मार्गाचे स्वप्न पाहिले होते. ते आम्हाला सांगत असत की, हजारो वर्षांपूर्वी, काळाच्या पूर्वीच्या चक्रांमध्ये, संपूर्ण जगात केवळ एकच आध्यात्मिक व्यवस्था होती. संपूर्ण जगासाठी एकच मूल्य-व्यवस्था होती. एके काळी या पृथ्वीवर १३ अब्ज लोक शांततेत आणि आनंदाने नांदत होते. ते प्रेमाने व आनंदाने सर्व गोष्टी आपसात वाटून घेत असत. तेव्हा कशाला काही कमी नव्हते. कोणत्याही समस्या नव्हत्या.

अशा गोष्टींवर विश्वास बसणे कदाचित कठीण जाईल, पण महर्षी अमर त्या काळी या पृथ्वीवर राहिले होते आणि त्यांना ते आठवत होते. त्यांनी आम्हाला सांगितले, "तुम्ही सुद्धा तेव्हा माझ्या बरोबर होता, पण आता तुम्ही ते आठवू शकत नाही आहात."

जसजसे आपण प्रकाशयुगाच्या समीप जाऊ आणि आपल्या सुप्त क्षमता परत जागृत होतील, तेव्हा कदाचित आपल्याला ते आठवेल.

प्रकाश युग सुरू होण्यापूर्वी भ्रष्टाचार आणि हिंसेमुळे निर्माण झालेली ही घाण आधी स्वच्छ करावी लागेल. त्यासाठी आपण ध्यान करायला हवे व प्रकाशाचे प्रवहन करायला हवे. प्रकाश गुरूंनी एकत्र यायला हवे आणि आध्यात्मिक पातळीवर कार्य करण्यासाठी लोकांचे योग्य ते मार्गदर्शन करायला हवे. ■

मानसा फाउंडेशन (रजि.)
तपोनगर, चिक्कगुब्बि, (ऑफ हेन्नूर-बागलूर रोड) बंगलोर अर्बन ५६० ०७७. इंडिया.
फोन : (०८०) २८४६५२८०, २२७१५५०१, ९३४२० ३०२५० (सकाळी १० ते दु. ४ पर्यंत)
इ-मेल : info@lightagemasters.com वेबसाईट : www.lightagemasters.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)
हिमांशु, ४ मेन, 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 पहिला कॉलम वाचावा.

Doorways (इंग्रजीत) / तपोवाणी (कन्नड) / प्रकाशमार्ग (मराठी)
वार्षिक वर्गणी रू. २००/–
कृपया 'मनी ऑर्डर' ने पैसे पाठवू नये.

वृत्तपत्र

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

महर्षी अमरांचा महासमाधी दिवस रविवार, २९–८–२०१० रोजी

११ वाजता	ओंकार
	स्वागत
	वरिष्ठ साधकांचे व्याख्यान
	गुरुजींचे व्याख्यान
	पुस्तकांचे प्रकाशन
	विशेष ध्यान
	ओंकार
	आशीर्वाद
१२.३० वाजता	प्रसाद

काही ठळक घडामोडी

- २९–८–२०१० रोजी महर्षी अमरांचा महासमाधी दिवस कार्यक्रम तपोनगर येथे आयोजित केला जाईल. ह्यात भाग घेण्यासाठी २५–८–२०१० च्या आत नाव नोंदवावे.
- २९–८–२०१० रोजी दोन पुस्तकांचे प्रकाशन करण्यात येईल – iGuruji (Vol.3) आणि निरनिराळ्या आध्यात्मिक विषयांवर अध्ययन केंद्राच्या सदस्यांचे पुस्तक.
- २५–७–२०१० रोजी तपोनगर येथे ध्यानसाधकांनी एकत्र जमून सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत गुरु पौर्णिमेनिमित्त ध्यान केले.
- आम्ही प्रकाशित केलेल्या पुस्तकांसाठी ऑर्डर पाठवताना डिमांड ड्राफ्ट "मानसा लाईट एज फाउंडेशन, बंगलोर" च्या नावाने काढावा.

गुरुजींसोबत अनौपचारिक बैठक आता दर महिन्याच्या दुसऱ्या शनिवारी होईल. पुढील बैठक १४–८–२०१० रोजी सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत आयोजित करण्यात येईल. ह्यात भाग घेण्याची इच्छा असणाऱ्यांनी मानसा कार्यालयात आपले नाव नोंदवावे.

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

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी	– व्याख्यान सकाळी ११ ते १२ पर्यंत
	– विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
रविवार २९	– महर्षी अमरांचा महासमाधी दिवस कार्यक्रम सकाळी ११ ते १२.३० पर्यंत

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०३	मंगळवार	कृष्णाष्टमी
०८	रविवार	शिवरात्री
१०	मंगळवार	अमावास्या
१७	मंगळवार	शुक्लाष्टमी
२०	शुक्रवार	महालक्ष्मीची उपासना
२४	मंगळवार	पौर्णिमा
२५	बुधवार	महर्षी अमरांचा महासमाधी दिवस

रविवारच्या प्रसादाचे प्रायोजक

श्रवण श्रीवत्सन आणि पुष्पलता	०६–६–२०१०
अलका जालान आणि राम मुरली	१३–६–२०१०
विद्या वीरकर	२०–६–२०१०
ई. जे. कुलकर्णी आणि दुबई येथील एक हितचिंतक	२७–६–२०१०

गुरुजींच्या रविवारच्या व्याख्यानाचे, इंटरनेटवरून प्रत्यक्ष प्रसारण विद्यार्थ्यांकरता उपलब्ध राहील. सविस्तर माहितीसाठी कृपया मानसा कार्यालयाशी ई–मेल द्वारा संपर्क साधावा.

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

आमचा पिन कोड आता बदलला आहे. नवा पिन कोड आहे ५६००७७. ह्यापुढे पत्रव्यवहार करताना हा पिन कोड वापरावा.

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल सोमयाजी

जून महिन्यात गुरुजींनी विद्यार्थ्यांना एक विशेष भेट दिली – प्रकाशाच्या महासागराशी संबंध जोडण्याचे तंत्र. या तंत्राचा सराव करताना काही जणांनी तर परब्रह्माचा अनुभव घेतला.

तपोनगरातील रहिवासी श्री. जयंत देशपांडे यांच्या नवीन वास्तुच्या गृहप्रवेश समारंभाच्या निमित्ताने एकत्र जमले. पुरातन धार्मिक विधींच्या ऐवजी नव युगाच्या तंत्राप्रमाणे प्रकाश प्रसारण करून आणि ऋषींद्वारे शक्तींची स्थापना करून हा शुभ प्रसंग साजरा करण्यात आला. जयंत यांच्या समर्पणाबद्दल प्रशस्ती दाखवण्यासाठी ऋषींनी स्वतः हजर राहून घरास आशीर्वाद दिले. इतर विद्यार्थ्यांना पुढच्या रविवारी आमंत्रित केले होते. नवीन वास्तुने केव्हाच जयंत यांचे व्यक्तिमत्व आत्मसात केले आहे – परिशुद्धतेची अत्युच्च पातळी आणि विनयशीलतेची श्रीमंती.

रहिवाश्यांची बैठक श्री. स्वामिनाथन यांच्या घरी झाली. सैन्यात भरती होण्याऱ्या त्यांच्या दुसऱ्या मुलास निरोप देणे हे अजून एक निमित्त होते. ह्या वेळेची बैठक विलक्षण अंतर्मुख करणारी ठरली.

जून महिन्यापासून स्वयंसेवकांना गुरुजींसोबत काही काळ व्यतीत करण्याची व त्यांचे मार्गदर्शन मिळविण्याची आणखी एक संधी मिळाली आहे. गुरुजींनी स्वयंसेवकांच्या भेटी साठी दर महिन्याच्या चौथ्या रविवारी दुपारची वेळ ठेवली आहे.

महिन्याची अखेर चंद्र ग्रहणाच्या ध्यानाने झाली. ■

"लाईट चॅनल्स वर्ल्ड मूव्हमेंट" बद्दल माहिती

- जून मधे शाळा सुरू झाल्यापासून आपले स्वयंसेवक अतिशय प्रेमाने आणि उत्साहाने मुलांचा परिचय प्रकाश प्रवहनाशी करून देण्यात गुंतले आहेत. त्यांच्या कठोर परिश्रमाचे फळ विस्मयकारक आहे. संपूर्ण भारतभर पसरलेल्या १२० संस्थांतून ३३,००० हून जास्त मुलांनी, शिक्षकांनी आणि वृद्ध माणसांनी जून महिन्यात प्रकाशाचे प्रवहन केले.
- १ फेब्रुवारी , २०१० रोजी शाळांतून प्रकाश प्रवहनाची सत्रे सुरू केल्यापासून जून २०१० पर्यंत १,२०,००० हून अधिक मुलांनी प्रकाश प्रवहन केले आहे. दररोज आधिकाधिक मुले ह्यात सहभागी होत आहेत.
- अनेक नवीन शाळांनी प्रकाश प्रवहन करणे त्यांच्या दैनिक प्रार्थनेचा भाग केला आहे.
- होसकोटे आणि शिमोगाच्या ब्लॉक एजुकेशन अधिकाऱ्यांनी ६११ शाळांतून प्रकाश प्रवहन करण्याची परवानगी दिली आहे.
- आरुम्बक्कम, चेन्नई येथे प्रकाश प्रवहनाची साप्ताहिक सत्रे चालवण्यासाठी नवीन केंद्र उघडण्यात येत आहे. ■

प्रकाश प्रवहनाची सत्रे चालू असताना

एम. ई. एस. हाय स्कूल, बंगलोर

सरकारी प्राथमिक शाळा, शिमोगा

शालेय विद्यार्थ्यांचे अनुभव

आधी मी फक्त लक्षपूर्वक आणि आवडीने सर काय म्हणत आहेत ते ऐकत होतो. नंतर जेव्हा मी डोळे बंद करून प्रतीती घ्यायला सुरुवात केली तेव्हा मी जगभर प्रेम आणि शांती प्रसारित करणाऱ्या प्रकाशाचा अनुभव घेतला. माझे शरीर पूर्णपणे तणावमुक्त आणि माझे मन पूर्णपणे शुद्ध होते. मला असे वाटले की मी म्हणजे हे शरीर नाही. मी हे मन आहे. मी सर्वमय चैतन्य आहे. –यक्षा व्ही., सनराईज पब्लिक स्कूल, बंगलोर

मी जेव्हा प्रकाश प्रवहन करीत होतो तेव्हा मी केवळ प्रकाशाचे निरिक्षण करीत होतो. सुरुवातीला प्रकाश माझ्या शरीरात प्रवेश करीत होता आणि हळूहळू बंगलोर शहरात, नंतर कर्नाटक राज्यात, आपल्या देशात आणि अखेरीस संपूर्ण विश्वात पसरत होता. प्रकाशाच्या सुनामी ने एक मिनिटं आपल्याला झाकले होते. –कमलेश कुमार, सनराईज पब्लिक स्कूल, बंगलोर

आम्ही जेव्हा डोळे बंद केले तेव्हा प्रकाश आमच्या शरीरावर पडत होता आणि मला अगदी ताजेतवाने वाटले. –आर. रक्षित, नवोदया विद्या निकेतन, बंगलोर

मला अगदी उत्साहवर्धक वाटले आणि मनात शीतलता जाणवली. मला माझ्या शरीरात तेजस्वी प्रकाश जाणवला. –कार्तिक पी., नवोदया विद्या निकेतन, बंगलोर

आम्ही जेव्हा डोळे बंद केले तेव्हा पहिल्यांदा अंधार होता. नंतर हळूहळू माझ्या डोळ्यांवर सूर्याची किरणे पडली. तुम्ही आम्हाला एक चांगला अनुभव शिकवला आहे. – क्लेमेंट, नवोदया विद्या निकेतन, बंगलोर

१–७–२०१० रोजी झालेल्या प्रकाश प्रवहनाच्या सत्रात, मला असे वाटले की मी पूर्णपणे प्रकाशात बुडाले आहे आणि मी प्रकाशाशी एकत्वाचा अनुभव घेतला. जेव्हा मी डोळे उघडले तेव्हा मला सगळीकडे फक्त प्रकाश दिसत होता. आता मी नियमितपणे प्रकाश प्रवहन करीत आहे. –स्पूर्ती शंकर, सेंट फ्रांसिस हाई स्कूल, बंगलोर

प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ

ही आपल्या अंतःकरणाची चळवळ आहे. ह्या जगाला प्रेम व शांतीने परिपूर्ण अशी सुंदर जागा बनविण्यासाठी ही चळवळ आहे. एक अशी चळवळ जिच्यात प्रवचने नाहीत की घोषणा फलक नाहीत. एक अशी चळवळ जिच्यामध्ये प्रकाश उच्च जगातून प्रवाहित करून पृथ्वीतलावर आणणे व पसरवणे एवढेच पुरेसे आहे. प्रकाशाला प्रवाहित करा. मग शब्द जे करू शकत नाहीत ते सर्व तो प्रकाशच करेल.

आपण जेव्हा प्रकाश प्रवाहित करून पसरवतो तेव्हा तो इतरांच्या हृदयांत व घरात प्रवेश करतो आणि त्यांच्या भावना व विचारांत असलेल्या अंधःकाराला दूर करतो. त्यामुळे माणसांत परिवर्तन घडते. माणसांमधील परिवर्तनामुळे जगात परिवर्तन घडते आणि ते प्रकाशमय बनते.

हा चर्मचक्षूंना दिसणारा साधा प्रकाश नसून शक्तीच्या गाभ्यापासून येणारा अतिसूक्ष्म प्रकाश आहे. या मूलस्त्रोतातूनच सर्व सृष्टीचा जन्म झाला. ह्या प्रकाशाजवळ सर्व काही आहेः शक्ती, शहाणपण आणि भवितव्य. आणि तो अदृश्यपणे सर्वत्र वास करून आहे.

आपण चॅनलिंग म्हणजे प्रवहन करून ह्या प्रकाशाला पृथ्वीवर आणून सर्वत्र पसरवूया. रोज सकाळी उठल्यावर आणि रात्री निजण्यापूर्वी ७ मिनिटे आपण हे करून ह्या जगाचे परिवर्तन करूया.

ह्या जागतिक चळवळीची सुरुवात १८–०५–२००८ रोजी तारामंडळीय परिषदेने म्हणजेच सप्तर्षींनी गुरुजी कृष्णानंदांच्या मार्फत केली.

हा संदेश सर्वांपर्यंत पोहोचवा.

वेब साईट : www.lightchannels.com

शंबला तत्त्वे

ही प्राचीन ऋषींनी दिलेली सात तत्त्वे आहेत ज्यांचे पालन शंबला या पृथ्वीवरील प्रकाशाच्या नगरीत राहाणारे लोक करतात. हे लोक चिरतरुण असून शांती व परिपूर्णतेचे जीवन जगतात.

१. तुमच्या अंतरंगातील प्रकाशाचा अनुभव घेऊन सभोवताली पसरवा.
२. प्रेमाचा अनुभव घ्या आणि प्रेम सर्वत्र पसरवा.
३. प्रत्येक जीवामध्ये आणि प्रत्येक वस्तूमध्ये जीवनाच्या एकात्मतेचा अनुभव घ्या.
४. दैनंदिन कामे करण्याआधी प्रथम त्यांची मनात उजळणी करा, नंतर हळू आवाजात त्यांचे शब्दांकन करा आणि नंतरच ती कृतीत उतरवा.
५. कोणतेही ध्येय पूर्ण होण्याआधी त्याविषयी कमीत कमी बोलून गुप्ततेचा नियम पाळा.
६. नकारात्मकतांशी लढा देण्यासाठी शरीर, मन आणि बुद्धीला चालना द्या.
७. उच्च आध्यात्मिक ध्येये गाठण्यासाठी स्वतःहून आपल्या लौकिक गरजांची मर्यादा ठरवा.

गुरुजी उवाच

(संकलन : शोभा राव, अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर)

०६-०६-२०१०

सद्याच्या कठीण काळामुळे आणि बदलांमुळे आपल्या ध्यान धारणेत अडचणी येत आहेत. प्रत्येक बदल ही एक प्रकारची कसोटी आहे. बदलामुळे होणारे फायदे सुद्धा अनेक आहेत. तुमचे प्रामाणिक प्रयत्न सुरू ठेवा आणि बाकी सर्व काही ऋषींवर सोपवा.

२७ मे पासून म्हणजे बुद्धपौर्णिमेपासून शक्तींमध्ये बदल झाला आहे. त्यामुळे आपल्यासमोर नवीन संधी, उत्तेजक आव्हाने आणि कसोट्या उभ्या ठाकल्या आहेत. आता ऋषींशी संपर्क साधणे जास्त सोपे झाले आहे. २०१२ साल आता फार दूर नाही. ऋषींची सूक्ष्म पातळीवर फार जोमाने तयारी सुरू आहे. आपल्या सभोवताली घडत असलेले बदल पाहण्यासाठी आपण जागरूक असले पाहिजे व त्यांची नोंद करून पुढे मार्गक्रमण केले पाहिजे.

साक्षात्काराच्या अवस्थेला पोचल्यानंतर जर आपण ध्यान साधना सुरू ठेवली तर आपली जाणीव साक्षात्काराच्या अवस्थेपलीकडे जाते आणि मग आपल्या समोर नवीन वास्तवे येतात; आपल्याला नवीन जीव, देवदूत आणि देव भेटतात. त्यानंतर आपल्याला ऋषित्व प्राप्त होते.

ऋषी प्रकाश धारण करतात आणि प्रकाश ऊत्सर्जित करतात. ऋषी ईश्वरासाठी कार्य करणे पसंत करतात कारण त्यांचे ईश्वरावर निस्सीम प्रेम आहे. अमरांनी आम्हाला सांगितले की ऋषींच्या कार्यकर्त्यांच्या शरीरात १०८ साधने बसवण्यात येतात. त्याला प्रशिक्षण देऊन सुरुवातीला एका पृथ्वीवर कार्य करण्याची परवानगी दिली जाते. कालांतराने त्याच लोकातील कोणत्याही दुसऱ्या पृथ्वीवर त्याला हलवण्यात येते. जसजसा तो प्रगत आणि प्रगल्भ होत जातो तशी उच्च लोकांतील इतर पृथ्वींवर कार्य करण्याची त्याला मुभा मिळते.

सर्व लोकांतील लाखो पृथ्वींवर कार्यरत असलेले सर्व ऋषी सर्वोच्च अधिकारी असलेल्या सप्तर्षींच्या आधिपत्याखाली काम करतात. सप्तर्षी हे एक महान सल्लागार मंडळ आहे. आपले हे केंद्र ह्या महान सप्तर्षींच्या प्रत्यक्ष मार्गदर्शनाखाली चालते.

ऋषींची १,४४,००० केंद्रे या पृथ्वीवर पसरलेली आहेत. ऋषी ह्या संपूर्ण जगतासाठी असलेले प्रकाश गुरु आहेत तर देवदूत हे ब्रह्मदेवाने निर्माण केलेले विशेष जीव आहेत जे अष्ट दिक्पाल लोकात राहतात. ते अनेक रीतीने मदत करण्यासाठी इथे येतात परंतु, ते ऋषींपेक्षा निराळे आहेत. ऋषींजवळ मूलभूत ज्ञान, शहाणपणा आणि सर्व शक्ती असतात.

तुमची समस्या तुम्ही स्वतःच निर्माण केलेली असते. हे सत्य आहे आणि त्यासाठी तुम्ही इतरांना दोष देता कामा नये. आपण खूप रास्त विचार केला पाहिजे.

काही लोक सांगतात की ते ऋषींच्या प्रत्यक्ष संपर्कात आहेत. जर खरोखरच ऋषी तुम्हाला मार्गदर्शन करत असतील तर मला तुमच्या मध्ये विनम्रता दिसायला हवी. ज्याच्याकडे विनम्रता नाही असा माणूस आध्यात्मिक नसतो.

२०१२ हा असा काळ असेल जेव्हा आपल्याला अजिबात दयामाया दाखवली जाणार नाही. ते तसेच घडायला हवे. नवीन युगात प्रवेश करण्यासाठी आपण ह्या क्षणापासून तयारीला लागूया.

१३-०६-२०१०

आपण प्रकाशाच्या सागराशी जोडलेले असतो तेव्हा आपण संपूर्ण आयुष्याला समर्थपणे सामोरे जाऊ शकतो; कोणतीही परिस्थिती किंवा समस्या सहजपणे हाताळू शकतो. प्रकाशामध्ये शहाणपणा अंतर्भूत असतो.

ध्यान साधकांसाठी नियमितपणे ध्यान करणेच अवघड जाते आहे. इतर गोष्टींची साधना करणे तर दूरच राहिले. प्रकाशाचे प्रवहन किंवा शंबला तत्त्वांचे पालन यासारख्या इतर गोष्टी चांगल्या आहेत; परंतु त्या ध्यानाची जागा घेऊ शकत नाहीत. ध्यान हे केलेच पाहिजे.

आपण बदलण्यासाठी आणि शांतीसाठी ध्यानाचा अंगीकार करतो तेव्हा आपल्या समस्यांचे निवारण सुद्धा होत राहाते. कारण संपूर्ण विश्व आपल्या मदतीस येते. ज्यांना साधनेत अगदी साधारण आणि वरवर रस असेल त्यांनी फक्त सप्तर्षी प्राणायम, त्यांच्या टप्प्याचे ध्यान, सुरक्षा आवरणाचे सबलीकरण आणि प्रकाशाचे प्रवहन करावे. परंतु ज्यांना साधनेचे अधिक गांभीर्य वाटत असेल त्यांनी ह्या सर्व नेमांचे नियमित पालन केले पाहिजे. याच्या बरोबरच महत्त्वाचे म्हणजे त्यांनी न चुकता शंबला तत्त्वांचे आचरण आणि प्रकाशाच्या सान्निध्यात राहण्याच्या तंत्राचा सराव केला पाहिजे. प्रकाशाचा अनुभव घ्या. प्रकाशाच्या सागराशी कायम संलग्न राहा. असे लोक जे साधने बाबत अधिक गंभीर आहेत, ते शंबला गट, रा गट वगैरे मध्ये भाग घेऊ शकतात. साधनेविषयी प्रामाणिक तळमळ असणारे लोक वैयक्तिक मार्गदर्शनासाठी माझ्याकडे येऊ शकतात. मदतीचा हात नेहमीच तयार असतो ह्याची तुम्हाला कल्पना असायला हवी.

चिंतनासाठी काही मुद्दे :

एखाद्या व्यक्तिविषयी तीव्र तिरस्काराचा किंचितसा लवलेश देखील आपल्या समाधी अनुभवण्याच्या मार्गातील अडथळा बनतो.

तुमच्या स्वतःच्या विचारांकडे आणि भावनांकडे साक्षी भावाने पाहाण्याचा प्रयत्न करा. त्यांना तुमची ओळख देऊ नका.

ऋषींनी अधिकार वाणीने एका व्यक्तीला काही मुद्दे सांगितले. ते म्हणाले, ''समस्येचा स्वीकार कर. त्यानंतर तिच्यावर उपाय सापडेल. जर तू समस्या मान्य केली नाहीस आणि तुला नैराश्याने ग्रासले तर तुला समस्येवर उपाय काय ते कधीही समजणार नाही. कधीकधी समस्या नीट कळण्यासाठी तुम्हाला ती जगावी लागू शकते.'' ह्या शब्दांवर मनन करा.

तुमच्यासाठी अशी एक जागा बनवा जी तुमची व्यक्तिगत, खासगी जागा असेल. अशा जागेत आपोआपच स्तब्धता विराजमान असेल, कारण त्या ठिकाणी तुम्ही जगापासून, लोकांपासून दूर असता. त्या जागेत बसून तुम्ही सहजपणे वैश्विक चेतनेशी, प्रकाशाशी व ऋषींशी जोडले जाऊ शकता. ह्या जागेत तुम्ही सर्व विस्मयकारक गोष्टी घडताना पाहाल.

आपली ऋषींवर श्रद्धा असते तेव्हा आपण मागण्या करणे बंद करतो. जेव्हा कधी अडचण उद्भवते तेव्हा ते आपणहून ती दूर करतात. ते आपल्याला न मागता सर्व काही मिळवून देतात. आपल्या जवळ थोडा धीर, भरपूर प्रेम आणि नितांत श्रद्धा असायला हवी.

आपण स्वतः बाबत थोडे कडक होऊया. आपण आपले दोष व आपल्या कमतरता शोधण्याचा, तसेच आपल्यातील चांगल्या गोष्टी शोधण्याचा सुद्धा प्रयत्न करूया. आपल्यामध्ये जे वाईट आणि अयोग्य आहे ते फेकून देऊया आणि आपल्यामध्ये जो चांगला भाग आहे तो अधिक बळकट करूया.

२०-०६-२०१०

आपण प्रकाशाच्या सागराशी जेव्हा शक्य तितके जोडलेले असतो तेव्हा आपली वर्तणूक, आपली विचारधारा आणि आपल्या भावना परिपूर्ण असतात.

गुरुजी उवाच

(संकलन : शोभा राव, अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर)

एका स्त्रीला ध्यान करत असताना एक विस्मयकारक अनुभव आला. त्यानंतर तिच्या लक्षात आले की ती तंत्र विसरली होती. ती घाबरली कारण तिला वाटले की तिची चूक झाली. तिने मला पत्र लिहिले. तुम्हाला आध्यात्मिक अनुभव येतो आणि तुम्ही तंत्र विसरलेले असता तेव्हा त्यावरुन असे दिसते की तुम्ही तंत्राच्या पलीकडे पोचला आहात. तुम्ही असेच करावे अशी आमची इच्छा असते. तुम्ही सुरवात तंत्रानेच करा आणि मग त्याच्या पलीकडे जा. खूप आनंद मिळवा. घाबरून अथवा गोंधळून जाऊ नका.

एक मनुष्य एअरपोर्ट रस्त्याने चालला होता. त्याला प्रकाश दिसला. तेव्हा त्याने त्याच्या मित्राला मुंबईला फोन लावला आणि विचारले, ''तपोनगर इथे कुठे जवळपास आहे का?'' मित्र म्हणाला, ''हो.'' त्याला हे ऐकून फार आनंद झाला.

हा अतिशय विस्मयकारी अनुभव आहे. एअरपोर्ट रस्त्यावरुन जाणाऱ्या लोकांना तपोनगरात प्रकाश दिसतो. जे लोक तपोनगरात राहतात त्यांनी हा प्रकाश पाहण्याचा प्रयत्न करायला पाहिजे.

मी पूर्वी वैयक्तिक लक्ष पुरवण्याविषयी उल्लेख केला होता. बऱ्याच जणांनी त्याबद्दल चौकशी केली. मला वाटते तुम्हा सर्वांना हे माहीत असायला हवे की इथे प्रत्येकाकडे आधीपासूनच वैयक्तिक लक्ष पुरवले जात आहे. जेव्हा तुम्हाला वाटेल की तुम्ही साधनेचा एक विशिष्ट टप्पा गाठला आहे आणि तुम्हाला पुढच्या टप्प्यावर जाण्याकरता मार्गदर्शनाची आवश्यकता आहे तेव्हा विशेष वैयक्तिक मार्गदर्शनासाठी तुम्ही माझ्याकडे या. तुम्हाला माझ्याकडे येण्याची इच्छा असेल तेव्हा ध्यानाची व शंबला तत्त्वांची साधना करा.

कधीकधी दुसऱ्या दिवशीचे थेट प्रक्षेपण पाहण्यासाठी सूचना प्राप्त करायला काही लोक आदल्या दिवशी रात्री फोन करतात. तुम्हाला कोणत्या गोष्टीबद्दल माहिती हवी असेल तर आम्हाला कृपया अगोदर पत्र लिहा किंवा फोन करा.

२७-०६-२०१०

ईश्वराचा अनुभव आपल्याला ज्ञान, अपरिमित शहाणपणा आणि इतर अनेक गोष्टी प्राप्त करून देतो. हे ज्ञान आपल्या शरीर यंत्रणेत एका वेगळ्या स्तरावर राहाते.

मी पूर्वी उल्लेख केला होता की आपण ५१००० वर्षांपूर्वी एकत्र आलो होतो. एका माणसाने विचारले: ''ह्याचा अर्थ असा होतो का की इतक्या वर्षांत आम्हाला मुक्ती मिळालेली नाही?'' उत्तर आहे : ''होय.'' आपल्यासारख्या थोड्या किंवा अनेक जणांनी मुक्ती ऐवजी कार्य करण्यासाठी इथेच राहण्याची निवड केली असणार.

आश्रम ही केवळ एक जागा नसते. ती अस्तित्वाची, किंबहुना आध्यात्मिक अस्तित्वाची एक अवस्था असते. ती अशी गोष्ट आहे जी अतिशय व्यक्तिगत, अतिशय अंतर्गत, अतिशय खासगी असते. आपल्यातील प्रत्येक जण असे आश्रम बनवू शकतो. कोणीही, कोणत्याही काळी हे क्षणार्धात करू शकतो. सर्वप्रथम आपल्याला अंतर्यामी स्तब्धता उभारून ती सुस्थापित करायला पाहिजे. स्तब्धतेमध्ये आपण परिवर्तन पावतो आणि अनुभव घेतो. तेव्हा आश्रमाची पायाभरणी होते. आश्रमात सर्वात महत्त्वाची गोष्ट आहे स्वातंत्र्य. परिवर्तनाचे, निवडीचे आणि इतर अनेक गोष्टी करण्याचे स्वातंत्र्य. जिथे स्वातंत्र्य नाही तिथे आश्रम असू शकत नाही. जिथे स्वातंत्र्य नाही तिथे प्रगती होऊ शकत नाही.

आपण आपल्या कारण देहाने अथवा आनंदमय कोशासह प्रवास करतो तेव्हा आत्म्याचा प्रवास (सोल ट्रॅव्हल) घडतो. आपण बऱ्याचदा आत्म्याचा प्रवास (सोल ट्रॅव्हल) करतो पण त्याची आपल्याला कल्पना नसते. तुम्ही तपोनगरात किंवा या ध्यान मंदिरात येण्याचा प्रयत्न करता तेव्हा तुम्ही सूक्ष्म देहाने नव्हे तर कारण देहाने प्रवास म्हणजे सोल ट्रॅव्हल केलेला असतो. कारण देहाने प्रवास करणे सूक्ष्म देहाने प्रवास करण्यापेक्षा सोपे असते. त्यासाठी तुम्हाला एखाद्या जागी जाण्याची तीव्र इच्छा जागृत करावी लागते. त्या ठिकाणी तुमचा आत्मा जातो, सूक्ष्म शरीर नव्हे. ही अतिशय रंजक माहिती उघड झाली आहे. कारण देहाने आपण इतर मितींमध्ये (डायमेंशन) प्रवास करू शकतो. आपल्या सूक्ष्म देहाने आपण इतर मितींमध्ये प्रवेश करू शकत नाही.

''पूर्वायुष्य प्रतिगमन'' (पास्ट लाईफ रिग्रेशन किंवा गतायुष्यात मागे जाणे) ह्या सिद्धांताचा स्वीकार करून अप्रत्यक्षपणे आपण आत्म्याच्या अमरत्वाचा आणि पुनर्जन्माचा स्वीकार केला आहे. ह्यावरुन असे दिसते की आपण नव युगाकडे आगेकूच करत आहोत. पूर्वायुष्य प्रतिगमनाचा उपचार पद्धती म्हणून उपयोग केला जात आहे. पूर्वायुष्य प्रतिगमनावरुन हे सिद्ध होते की मनापासून क्षमा मागण्याने कर्मांचा परिणाम ताबडतोब नष्ट होतो.

सध्याच्या काळात कर्म ताबडतोब जरी नाही तरी लगेच फळत आहेत. प्रथम ती शारीरिक पातळीवर आजार, वेदना किंवा दुखापतीच्या रूपात प्रकट होतात. त्यानंतर ती मानसिक पातळीवर प्रकट होतात. आपली मानसिक शांती विदीर्ण होते. आपण ती कर्म शोधून काढून मनापासून माफी मागितली पाहिजे. अचानक वेदना, मानसिक क्षोभ नाहीसे होतात. अशा पद्धतीने आपण स्वतःला बरे करू शकतो.

मास्टर 'व्ही' म्हणतात, व्यवस्था आणि माणसे सुद्धा नीतीभ्रष्ट झाल्यामुळे पतन पावतात. वैयक्तिक पातळीवर हे पतन कोणत्याही पद्धतीने होऊ शकते. म्हणून आपल्याला आपली नीतीमत्ता बळकट करायला हवी. आपण शुद्ध असायला हवे आणि प्रेम प्रकट करायला हवे. आपण क्रोध किंवा उतावीळपणा प्रकट करू नये.

तुम्हाला भौतिक पातळीवर जर काही करायचे असेल तर ते लौकर करा. तुमचे प्रकल्प लौकर पूर्णत्वास न्या. दीर्घ कालावधी लागणारा कोणताही प्रकल्प हाती घेऊ नका. सावधान राहा.

२६ जून २०१० रोजी झालेल्या चंद्रग्रहणाच्या शक्तींचा रा शक्तीं बरोबर संयोग करण्यात आला आणि एक नवीन सामर्थ्यशाली शक्ती निर्माण करण्यात आली. ह्या शक्ती आपल्याकडे पाठवण्यासाठी ऋषी प्रतीक्षा करत आहेत. ग्रहणाच्या दिवशी अगदी थोड्या काळासाठी का होईना पण ज्यांनी ध्यान केले त्या सर्वांमध्ये ऋषींनी आध्यात्मिक बदल घडवले. ह्या बदलांमुळे भौतिक पातळीवर फार मोठा दिलासा मिळतो.

ध्यान करणे अवघड होत असेल तर एक आव्हान म्हणून ते स्वीकारा. कर्मच स्वतःहून असे उत्साहभंग घडवून आणतात. त्यामुळे प्रयत्न सोडून देऊ नका.

अचानक कधीकधी आपल्याला मोठा हिसका बसतो. त्याच्या विषयी समजून घेण्यात वेळ वाया घालवू नका तर आध्यात्मिक शक्ती बळकट करा. तुमच्या आत जास्त प्रकाश शोषून घ्या. प्रकाशा बरोबर बोला. हे निश्चित आहे की प्रकाश तुम्हाला मार्ग दाखवेल आणि मदत करेल. ■

बाहेरील विद्यार्थ्यांसाठी मार्गदर्शन

जे प्रत्यक्ष ध्यानवर्गात येऊ शकत नाहीत, त्यांच्यासाठी पोस्टाद्वारे किंवा ई-मेल द्वारे मार्गदर्शनाची सोय आहे. इंग्रजीतून मार्गदर्शनासाठी वार्षिक शुल्क १००० रू. व कन्नड, मराठी आणि हिंदीतून 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 "Manasa Light Age Foundation Bangalore" च्या नावाने काढावा. बाहेरगावचे 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.

योगी अमर

श्यामला देवी, अनुवाद : वैशाली जोशी

योगीपुरुष जीवितकार्यासाठी वेळोवेळी जन्म घेतात. परंतू शरीराचा त्याग केल्यावर त्यांच्या कार्याचा पाठपुरावा करण्यासाठी ते सहसा त्यांच्या गटाशी संबंध ठेवत नाहीत. महर्षी अमर देखील त्यांचे जीवितकार्य पूर्ण करण्यासाठी आले होते. त्यांचे कार्य होते ऋषींची चारशे वर्षाची योजना. महासमाधी घेतल्यानंतर ते त्यांच्या कार्यापासून अलिप्त राहू शकले नाहीत. त्यांचे कार्य पुढे चालू राहील ह्याच्याकडे त्यांनी लक्ष पुरवले.

त्यांचे जीवितकार्य पुढे चालू ठेवण्याची जबाबदारी त्यांनी त्यांच्या जवळच्या सहकाऱ्यावर म्हणजेच आपल्या गुरुजींवर सोपवली आणि त्यांना स्वत:च्या जीवनकाळात एकत्रित केलेले सर्व ज्ञान दिले. गुरुजी जगाला महर्षी अमरांशी जोडणारा दुवा बनले. महर्षी अमरांनी इतर पातळ्यांवरुन कार्य करण्यास सुरुवात केली ते म्हणजे मार्गदर्शन करणे, अधिक शक्ति आणि बदलत्या काळासाठी लागणारे ज्ञान देणे.

जेव्हा निवडलेल्या ठिकाणी ठरवल्याप्रमाणे शिव केंद्र उभारता आले नाही, तेव्हा महर्षी अमरांनी वेगळ्या स्थानी मानसाच्या जवळच अंतर-मानसा येथे ते घडवून आणले. जेव्हा त्यांचे जीवितकार्य त्यांनी पहिल्यांदा सुरू केलेल्या जागी पुढे जाऊ शकले नाही, तेव्हा त्यांनी गुरुजींना पुन्हा नव्याने सुरुवात करण्यासाठी 'मानसा' हे वेगळे स्थान दाखवले. महान योग्यांना त्यांचे कार्य पुढे चालू राहणे जास्त महत्त्वाचे असते. त्यांना योजना, माणसे किंवा स्थानामध्ये अनुरक्ती नसते. मानसा व अंतर-मानसा च्या प्रत्येक महत्कृत्याच्या पाठीशी महर्षी अमरांचा मार्गदर्शक हात आणि त्यांचे प्रगाढ प्रेम आहे.

महर्षी असून देखील ते एक साधारण आयुष्य जगले. धार्मिक ग्रंथांच्या गुंतागुंतीत न पडता त्यांनी सहज आणि साध्या शब्दात महान सत्य सांगितली. जेव्हा ध्यानसाधना आणि परमार्थ निष्ठा केवळ पर्वतावर आणि अरण्यात राहाणाऱ्या थोड्या लोकांसाठी आहे असा लोकांचा समज होता, तेव्हा महर्षी अमरांनी सांगितले आणि दाखवून दिले की ध्यानसाधनेचा सराव आपल्या घरात राहून करता येतो, आणि परमार्थ निष्ठा आपल्या जीवनातील प्रत्येक बारीक सारीक गोष्टीत अंमलात आणायची असते. योगी अमर अनाकलनीय आहेत. ■

गुरुजींना आलेल्या पत्रांतील काही वेचे

संकलन: वैशाली जोशी, अनुवाद : गुरुराज कानाडे

आमच्या समाजात पुष्कळदा विनयशीलता असणे कमजोरीचे लक्षण समजले जाते. परंतु समाजाशी 'जुळण्या' साठी माझी बदलायची तयारी नाही. मला मार्गदर्शन मिळते आहे आणि मला हे माहीत आहे की ही चराचर सृष्टी प्रत्येक गोष्टीची काळजी घेते. मी माझ्या अंतर्मनात संतुष्ट आहे आणि मला मिळालेल्या सर्व आशीर्वादांकरता आभारी आहे, मग ते आशीर्वाद धडे शिकवणाऱ्या अनुभवांच्या रूपात मिळोत किंवा केवळ बक्षीस रूपात. मी बहुमूल्य धडे शिकत आहे. –जेनिफर डायनेज

"निष्प्रेम आपला ग्रास घेते, आपल्याला संपवते. आपण जाणून बुजून निष्प्रेमास नाकारले पाहिजे..." हे आपले मार्च अंकातील शब्द मला खूप आवडले. हे तत्त्व सर्वांचा मूलाधार आहे. मी स्वत:मध्ये कोणत्याही प्रकारची नकारात्मकता तर नाही ना याची तपासणी करण्याकरिता व तसे आढळल्यास त्यातून मुक्त होण्यासाठी प्रयत्न करण्यास प्रेरित झाले. कारण अगदी थोडेसे निष्प्रेम देखील (जीवनात) अनर्थ घडवते. यामुळे प्रत्येक क्षण एक बक्षीसच आहे ह्याची देखील जाणीव मला झाली. –लिंडा स्वायेर

"आत्म्याची पातळी" या शब्दांचा आपल्याला अभिप्रेत असलेला अर्थ मला तपोनगरास भेट दिल्यानंतर कळला. जेव्हाकेव्हा मी दु:खी होते तेव्हा मी माझी जाणीव प्रकाशाकडे वळविते व माझे दु:ख नाहीसे होते. आपण माझे गुरु आहात ह्याबद्दल मी अतिशय ऋणी आहे. –लिन करातनी

आजही घरात व कार्यालयात बऱ्याच गोंधळाच्या परिस्थितीतून मी जाते. पूर्वी अशा प्रसंगांनी माझ्या सहनशक्तीचा अंत पाहिला असता पण आता मी "परिस्थिती स्वीकारण्याचा" व "दुर्लक्ष करण्याचा" प्रयत्न करते. मला शरणागती आचरणात आणण्यासाठी व जे काही अनुभव परमेश्वर मला देत आहे त्यांना साक्षीभावाने अनुभवण्यासाठी बऱ्याच संधी उपलब्ध आहेत. –के गीता बालकृष्णन

मी या मार्गात फक्त गेल्या सहा महिन्यांपासून ध्यान करीत आहे पण मी जेव्हा आपली पुस्तके वाचते तेव्हा मला वाटते की मी फार ज्ञान गमावलेले नाही. मी वाचलेले आपले प्रत्येक पुस्तक अद्वितीय आहे. प्रत्येक पुस्तकाने माझ्या जिज्ञासेचे अगदी योग्यवेळी समाधान केले आहे. अलीकडे नव्याने प्रकाशित केलेली पुस्तके देखील खूप छान आहेत. –नेहा रजनाला

प्रश्नोत्तरे

संकलन: शोभा राव, अनुवाद: सुनिता देशपांडे

प्र. आपण खरोखरीचे समर्पण कसे करायचे?

उ. जेव्हा आपल्या मनात ईश्वराप्रती असीम प्रेम दाटून येते तेव्हा समर्पणासाठी मार्ग आपोआप उलगडतात.

प्र. समर्पणानंतर आपण इच्छा-स्वातंत्र्याचा वापर करणे सोडून देतो का?

उ. समर्पणानंतरही आपल्याजवळ इच्छा-स्वातंत्र्याचा पर्याय उपलब्ध असतोच.

प्र. १८ मे ला ज्या नव्या शक्तींचे अवतरण झाले त्या कोणत्या आहेत?

उ. १८मे ला ज्या नवीन शक्ती अवतीर्ण झाल्या त्या "रा" लोकातून आलेल्या शक्ती आहेत. त्या आपल्याला नवीन आध्यात्मिक बुद्धीमत्ता, आध्यात्मिक शहाणपण व त्याचप्रमाणे आध्यात्मिक शक्ती प्रदान करतात.

प्र. कर्मांना जाळण्यासाठी दिलेल्या तंत्राचा आपण कोणत्याही दिवशी सराव करू शकतो का?

उ. नाही. हे तंत्र आपण पौर्णिमेला किंवा अमावास्येला किंवा या दोन्ही दिवशी अभ्यासू शकतो.

प्र. आपल्या कर्मांचा जगावर काय परिणाम होतो?

उ. आपल्या कर्मांचा जगावर प्रत्यक्ष परिणाम होत नाही, पण कर्मांमुळे प्रभावित झालेले आपले विचार, आपल्या भावना आणि आपल्या कृती जगावर परिणाम करू शकतात.

प्र. आपण क्षमा मागितल्यावर आपल्याला माफ केले जाते पण अशा परिस्थितीमध्ये आपल्या कर्मांचे काय होते?

उ. जर तुम्ही मनापासून माफी मागितली आणि तीच चूक परत केली नाही तर कर्म राहणारच नाहीत.

प्र. कर्मांचे क्षालन करण्यासाठी दुःख व यातनांमधून जाणे आवश्यक आहे का?

उ. त्याची आवश्यकता नाही.

प्र. वरील उच्च लोकांतून ज्ञान कसे मिळवावे? त्यासाठी कांही तंत्र आहेत का?

उ. होय. त्यासाठी तंत्र नक्कीच आहेत. जर तुम्ही ज्ञान मिळवण्यासाठी किंवा ज्ञानाचे प्रवाहक होण्यासाठी उत्सुक असाल तर मला स्वतंत्रीत्या भेटा.

प्र. सिद्धींचा वापर करण्यासाठी काही मार्गदर्शक सूचना आहेत का?

उ. आमच्या जवळ फक्त एकच मार्गदर्शक सूचना आहे आणि ती म्हणजे सिद्धींचा वापर करू नका.

प्र. मला अशी काही तंत्र माहीत आहेत की, ज्यामुळे सिद्धी मिळतात. मी त्या तंत्रांचे अवलंबन करू शकतो का?

उ. नाही.

प्र. एखादी अशुद्ध व्यक्ती परिणामकारक रीत्या इतरांकडे प्रकाश पाठवू शकते का?

उ. होय. आपल्यातील अशुद्धता ही फक्त बाह्य स्तरावरच असते. अंतर्मनात किंवा आपल्या अस्तित्वाच्या गाभ्यात आपण परिशुद्ध असतो.

प्र. जेव्हा २०१२ सालात किंवा २०१२ नंतर मनुष्यनिर्मित व्यवस्था कोलमडतील तेव्हा पूर्णपणे गोंधळच असेल नाही?

उ. होय, फक्त थोड्या काळासाठी. ते स्वाभाविक पण आहे आणि अपेक्षित देखील आहे.

प्र. चिंतन-मननासाठी कोणत्या आसनात बसावे?

उ. चिंतन तुम्ही कोणत्याही आसनाशिवाय करू शकता.

प्र. आपल्या सूक्ष्म शरीराचे मजबूतीकरण कसे करावे?

उ. आपल्याला आपल्या प्रत्येक विचाराचे आणि प्रत्येक भावनेचे शुद्धीकरण करावे लागेल. आपल्याला सप्तर्षी प्राणायाम आणि शंबला तत्त्वांचा, मुख्यत्वे करून पहिल्या तीन शंबला तत्त्वांच्या सरावावर जास्त भर द्यावा लागेल.

प्र. ज्या आध्यात्मिक स्तर पालटाबद्दल तुम्ही बोलता, त्याचा काय परिणाम होईल?

उ. २७ मे २०१० रोजी अंमलात आलेल्या स्तर पालटामुळे सत्यता आणि खोटेपणा प्रकाशात येईल. आपल्याला प्रगतीसाठी, निवडीसाठी आणि नव्या आव्हानांना तोंड देण्यासाठी भरपूर संधी मिळतील. एकप्रकारची नवी जाणीवक्षमता आपल्याला मिळेल, एकप्रकारची स्वसंवेदना उदयास येईल जी आपल्याला हर तऱ्हेने मदत करेल. ■

आमची प्रकाशने

Doorways to Light	200/-
Beyond 2012	80/-
2012 - End or Beginning	100/-
New Age Realities	200/-
iGuruji - Vol 1	150/-
iGuruji - Vol 2	120/-
Living in the Light of My Guru	220/-
A Package from the Rishis (containing 5 Booklets)	250/-
- 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/-
Channelled Knowledge from the Rishis Vol-2	150/-
Guruji Speaks Part - I	200/-
Guruji Speaks Part - II	200/-
Guruji Speaks Vol - 3	150/-
The Book of Reflections - Vol 1	200/-
The Book of Reflections - Vol 2	200/-
Meditators on Meditations	75/-
Meditators on Experiences	75/-
Meditational Experiences	150/-
Awareness	60/-
Living in Light	10/-
Light	10/-
ऋषींकडून मिळालेले ज्ञान (Marathi)	200/-
प्रकाशवाट (Marathi)	150/-
२०१२ – अंत की आरंभ? (Marathi)	100/-
आय्‌गुरूजी (Marathi)	100/-
ध्यान कसे करावे (Marathi)	50/-
ध्यानयोग (Marathi)	50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)	50/-
शंबला तत्त्वांचा अभ्यास (Marathi)	50/-
एका आधुनिक ऋषीचे सूक्ष्मजगातील पराक्रम (Marathi)	50/-
प्रकाशमय जीवन (Marathi)	10/-
प्रकाश (Marathi)	10/-
२०१२ नंतर (Marathi)	80/-
ध्यान कैसे करे (Hindi)	50/-
ध्यान-योग (Hindi)	50/-
प्रकाशमय जीवन (Hindi)	10/-
प्रकाश (Hindi)	10/-
प्रकाश की ओर (Hindi)	150/-

ही पुस्तके खालील ठिकाणी मिळतील:

मुंबई: चेतना बुक सेन्टर, फोर्ट (फोन:२२८५१२४३)
मेजस्टिक एजन्सीज, विले पार्ले (पू) (फोन: २६१३२८७९)
गिरि ट्रेडिंग एजन्सी, डोंबिवलि (पू) (फोन: ०२५१-२८६-१८९०/२४४-९५८५)
गिरि ट्रेडिंग एजन्सी, गोरेगाव (प) (फोन: २८७६७२९८)
गिरि ट्रेडिंग एजन्सी, माटुंगा (फोन: २४१२२३१६, २४१४१३४४)
गिरि ट्रेडिंग एजन्सी, नवी मुंबई (फोन:३२५२२४९१)

पुणे: संस्कृती प्रकाशन, आप्पा बळवंत चौक (फोन: २४४९७३४३)
द इंटरनॅशनल बुक सर्विस, डेक्कन जिमखाना (फोन: २५६७७४०५)
द वर्ड बुक शॉप, कँप (फोन: २६१३३११८, ३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)
उज्वल ग्रंथ भंडार, आप्पा बळवंत चौक (फोन: २४४५६९०८, ६५२२६१३७)
यशवंत प्रकाशन, सदाशिव पेठ (फोन:२४४७०५३३)

नागपुर: दिलीप बुक एजन्सी, मेडिकल चौक (फोन: ६५९५०३२)

REGISTERED RNI. No. KARMAR/2008/27314
Date of posting Newsletter-25th of Every Month. No. of Pages-8

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.

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: शोभा राव, अनुवाद: गुरुराज कानाडे)

फोटॉन बेल्ट मला, माझ्या पतींच्या प्रकृती विषयी असलेल्या चिंते संदर्भात म्हणाला, "त्यांचा डोळा बरा होईल. तुझे ह्रदय देखील बरे होईल." मी जेव्हा फोटॉन बेल्टकडे पाहिले, मला भगवान बुद्ध त्याच्याशी एकरूप असल्याचे दिसले. –ईकुकू

ध्यानानंतर दिवसभर मी चिंतनशील स्थितीत वावरत असतो. कधी कधी प्रकाश व शांती माझ्या शरीरात झिरपून सभोवताली प्रवाहित होत असतात. मला असे वाटते की मी जणू काही सतत प्रेम, शांती व दैवी प्रकाशाच्या उन्मादात असतो. मला प्रकाश सहस्रार चक्रातून माझ्यात प्रवेशताना दिसतो. छोटे सोनेरी प्रकाशगोल माझ्या सर्व कोशांमध्ये पसरतात व मला अधिक शांत आणि प्रेमळ बनवितात. –रजनीश देशपांडे

मी ध्यानादरम्यान प्रकाशाचा अनुभव घेण्याचा प्रयत्न करीत होते. माझे शरीर प्रकाशमय बनले व आतून विस्तारित होऊ लागले. मी प्रकाशाच्या अमर्याद स्त्रोताकडे ओढले जात होते. या अनुभवानंतर मला इतके ताजेतवाने वाटले की जणू काही, यापूर्वी मला थकवा कधी आलाच नव्हता. –प्रियंवदा गोडसे

रात्रभर वीज नव्हती आणि उकाडा देखील खूप होता. तरीही माझी खोली अगदी गार होती. त्यामुळे मी रात्रभर अगदी शांतपणे झोपू शकले. तसेच दुसऱ्या दिवशी सकाळी मी माझे काम न थकता करू शकले पण माझ्या इतर कुटुंबियांना मात्र उकाड्याचा बराच त्रास झाला. मला कळले की प्रकाश हर तऱ्हेनी आपली काळजी घेत असतो. –जाना सुमती

ध्यानात मला एका विशाल प्रकाश खांबाची आकृती दिसली, जो पृथ्वी, सूर्य, अलसायवन, सिरीअस, आपल्या आकाशगंगेचा गर्भ व श्वेत विवर यांनी बनला होता आणि त्याने भगवान सूर्यनारायण, पृथ्वी आणि मानवांना कवेत घेतले होते. 'रा' शक्तीच्या साहाय्याने त्या खांबाने फोटॉन बेल्ट सोबत अवाढव्य प्रकाश क्रॉस बनवला होता. तो खांब आपल्या पृथ्वीला व मनुष्या जातीला त्या क्रॉसच्या मध्यभागी ठेवून आपले संरक्षण करत होता. ध्यानादरम्यान मी प्रकाशाच्या त्या अवाढव्य क्रॉसकडून शक्ती मिळवू शकत आहे तसेच मी माझ्या ह्रदयातील प्रकाशाचा विस्तार देखील अगदी सहजपणे करू शकत आहे. ध्यानादरम्यान मी 'आनंदा'ने भरून जातो. –यासूजी यामागूची

दि. २-५-२०१० रोजी सूक्ष्म पातळीवर भरलेल्या एका वर्गाचे दृश्य मला दिसले. त्या वर्गात आपले बहुतेक सर्व स्वयंसेवक व काही तपोनगरवासी गुरुजींभोवती बसले होते. मला सांगण्यात आले की ती सभा आपल्या गटाची प्रगती तपासण्यासाठी व सुधारणा किंवा या गटाची पुनर्रचना करण्यासाठी घेण्यात आली होती.

मी बुद्धपौर्णिमे दिवशी केलेले ध्यान असामान्य होते. भगवान बुद्धांच्या प्रकाशाकृतीत प्रवेश केल्यानंतर मी त्यांच्या प्रकाशात विलीन झालो व बऱ्याच वेळासाठी प्रकाश बनून राहिलो. त्यावेळी मला सुवर्ण सिंहासनावर विराजमान भगवान कल्कींचे दर्शन झाले. काही वेळानंतर मी एका बोगद्यातून प्रवास करत होतो. मी जसजसा त्या बोगद्यातून प्रवास करत गेलो तसतसे माझे ध्यान गहन होत गेले व त्या बोगद्याच्या शेवटी मला प्रखर प्रकाश दिसला. मला वाटले की मी माझ्या अंतरंगात प्रवास केला आहे. –मनोज चोप्रा

बुद्धपौर्णिमे दिवशी मी ध्यानाच्या अगदी गहन पातळीचा अनुभव घेतला. मी ध्यानादरम्यान प्रत्यक्ष चैतन्याच्या लाटांवर पोहत होते. तेव्हापासून प्रगती करून दैवी बनण्याची तीव्र इच्छा माझ्यात उत्पन्न झाली आहे. त्या रात्री मला वाटले की परमेश्वराने माझ्या निदर्शनास आणून दिले की माझ्यात शुद्धता आहे व ती माझ्या सहवासात जे कोणी येतात त्याच्याकडे प्रवाहित होते. ती शुद्धता विभूतीच्या स्वरूपात माझ्या भोवतालच्या प्रत्येकांकडे प्रवाहित झाली. विभूती व चैतन्यात काहीच फरक नव्हता. –विद्या विश्वामित्र

ध्यानास सुरुवात केल्यानंतर काही मिनिटांत प्रकाश माझ्याकडे येत असल्याची जाणीव मला होते. माझ्या आज्ञा चक्रातून शक्तीच्या लाटा उत्सर्जित होतात आणि सहस्रार चक्रापासून नखशिखांत संपूर्ण शरीरात मला त्यांची कंपने जाणवतात. –जेनीफर डायनेज

PRAKASHMARG A 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, (off Hennur-Bagalur Road), Bangalore Urban - 560 077 and
Printed at M/s. ART PRINT, Dr. Modi Hospital Main, WOC Road, Bangalore-86. Phone : 2335 9992
Owner: Manasa Foundation (R), Taponagara, Chikkagubbi, (off Hennur-Bagalur Road), Bangalore Urban - 560 077.
Editor : Jayant Deshpande