प्रकाशमार्ग

Volume 2 Issue 9 JULY 2010 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 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.

चिंतन

महर्षी कृष्णानंद, अनुवाद : जयंत देशपांडे

मान्सूनने हजेरी लावली आहे आणि त्याच्या बरोबर आशेने परत जन्म घेतला आहे.

एका ध्यानसाधकाला दृष्टांत झाला. काळोखाने पृथ्वीला झाकले होते आणि ध्यानसाधकाच्या आतून प्रकाश चमकू लागला.

आपण अर्थ लावू शकलो तर या दृष्टांतात आपल्याला वाचण्यासाठी लाखो शब्द आहेत. दुःखाची गोष्ट आहे की, आपण अशा दृष्टांतांतील शब्द वाचू शकत नाही आणि न वाचले गेलेले शब्द आपल्याला अज्ञानाच्या गाढ गुंगीत तसेच सोडून त्यांच्या गर्भात परत निघून जातात. मी स्वतःशीच विचार करतो की, असे किती दृष्टांत आपल्यावर परिणाम न करता परत गेले असावेत आणि अशा किती बोधांना आपण मुकलो असू ! पण मला खात्री आहे की, नवे शब्द आणि संदेश घेऊन दृष्टांत परत येतात. जो पर्यंत आपण त्यांचा अर्थ लावून जागे होत नाही, तो पर्यंत ते परत परत येत राहातात. मला हे माहीत आहे. असे नाही की, मी फक्त आशावादी आहे आणि जेव्हा लोक जागे होत नाही तेव्हा मला पश्चात्ताप होत नाही, पण जो अशा दृष्टांतांतून आपल्यासाठी हे संदेश पाठवत असतो, तो मात्र यथायोग्य आशावादी आहे! तो आशा करतो की, कोणत्या न कोणत्या दिवशी लोक जागे होतील.

काळोख या पृथ्वीला झाकोळण्याचा प्रयत्न करेल, पण जो प्रकाश माझ्यात आहे आणि आपल्या सर्वांमध्येच आहे, तो जेव्हा बाहेर पडेल तेव्हा सर्व जगाला प्रकाशित करेल. आपल्यातील प्रकाशाला बाहेर काढण्याची प्रक्रिया आता सुरू झाली आहे. लवकरच हे संपूर्ण जग प्रकाशमय होईल.

ही कविकल्पना नाही किंवा भाकीत ही नाही. काळाच्या भिंतीवर कोरलेल्या लेखांचे हे फक्त साधे वाचन आहे.

या दृष्टांताचा मला असा अर्थ वाटतो की, लोक ध्यान करायला सुरुवात करतील, त्यांच्यातील प्रकाशाला बाहेर आणतील आणि २०१२ हे वर्ष सहज पार करतील. २०१२ च्या पलीकडे असलेले सोनेरी प्रकाश युग मला दिसते आहे. नव्या युगाने उदार हस्ते दिलेल्या भेटींचा स्वीकार करताना लोकांची तारांबळ उडालेली मी पाहतो आहे.

आता आपण आणखी वेळ वाया घालवायला नको. आपण सर्व अशा दृष्टांतांचा अर्थ लावूया आणि प्रकाशाच्या व प्रकाशयुगाच्या सर्व देणग्यांचा उपयोग करून घेऊ या.

काळाच्या या नवीन चक्रात आपल्याला अभूतपूर्व फायदे होत आहेत. आपल्याला 'रा' लोकातून नव्या शक्ती प्रथमच प्राप्त झाल्या आहेत. आम्ही १८ मे २००९ पासून 'द ग्रेट रा मेडिटेशन हॉल' च्या खाली या शक्ती प्रस्थापित केल्या आहेत. नव्या 'रा' शक्ती ग्रहण करून स्वतःमध्ये बदल करून घेण्यास आपल्याला मदत करण्यासाठी 'रा' लोकातून काही प्रकाश गुरु दाखल सुद्धा झाले आहेत.

सर्व ध्यानसाधकांना ध्यान करताना या शक्ती मिळतील. नवी जागृती होऊन नव्या गोष्टींचा आरंभ होईल. ध्यानसाधक शांती आणि प्रेमाची कंपने प्रसृत करतील. ते प्रेमाची कंपने पसरवतील. या कंपनांमुळे शक्तीची कित्येक क्षेत्रे तयार होतील. या शक्ती-क्षेत्रांमुळे सत्ययुगात आपल्या प्रवेशासाठी होत असलेल्या शुद्धीकरणाच्या प्रक्रियांशी निगडित विनाश आणि वेदना टळू शकतील.

आपण पहिले पाऊल उचलू या. ध्यान करू या. ■

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.

गुरुजी, २५ मे रोजी पिरॅमिड व्हॅली ध्यान केंद्रात व्याख्यान देताना आणि ब्रह्मर्षी पत्रीजी, व्याख्यानाचा अर्थ तेलुगू भाषेत समजावून सांगताना.

काही ठळक घडामोडी

- २३–५–२०१० रोजी झालेल्या गुरुजींच्या वाढदिवस समारंभात ४०० पेक्षा अधिक लोकांनी भाग घेतला.
- पिरॅमिड व्हॅली ध्यान केंद्र येथे २५–५–२०१० रोजी झालेल्या बुद्ध पौर्णिमेच्या वार्षिक समारंभ प्रसंगी गुरुजींनी ३००० ध्यानसाधकांना उद्देशून भाषण केले.
- २७–५–२०१० रोजी तपोनगर येथे दुपारी १२ ते १ पर्यंत बुद्ध पौर्णिमेनिमित्त सामूहिक ध्यान करण्यात आले.
- तपोनगर येथे दर शुक्रवारी होणारे प्रकाश प्रसारणाचे सत्र ४–६–२०१० पासून रद्द करण्यात आले आहे.

रविवारच्या प्रसादाचे प्रायोजक

युतिका चंद्रन आणि लक्ष्मणन्	०२–५–२०१०
युतिका चंद्रन आणि पुंडलिक ढाकोरकर	०९–५–२०१०
युतिका चंद्रन, श्री. वेंकटेश्वरा वर्ग आणि उषा देशपांडे	१६–५–२०१०
लता दिवेकर, युतिका चंद्रन, शारदम्मा, मीरा मल्लापूर, प्रभाकर देशपांडे, मुक्ता त्यागराजन, अजय कुमार, ब्रजबंधू मिश्रा, रूपा, गुरुराज कानाडे आणि विनोद कुमार	२३–५–२०१०
युतिका चंद्रन, अल्का विंझे, माधव मूर्ती, आणि अरुण पोफळी	३०–५–२०१०

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 ११	– शंबला गटाची बैठक दुपारी २ वाजता
रविवार १८	– 'रा' गटाची बैठक दुपारी २ वाजता
रविवार २५	– गुरू पौर्णिमे निमित्त विशेष ध्यान मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०४	रविवार	कृष्णाष्टमी
१०	शनिवार	शिवरात्री
११	रविवार	अमावास्या / सूर्य ग्रहण ११ च्या रात्री १०.३९ पासून १२ च्या पहाटे ३.२७ पर्यंत
१२	सोमवार	आषाढ मासारंभ
१६	शुक्रवार	दक्षिणायन आरंभ
१९	सोमवार	शुक्लाष्टमी
२०	मंगळवार	शुक्ल दशमी
२५	रविवार	गुरूपौर्णिमा

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.

"लाईट चॅनल्स वर्ल्ड मूव्हमेंट" बद्दल माहिती

- दर आठवड्यास नियमितपणे प्रकाश प्रसारणाचे सत्र चालवण्यासाठी जे. एस. एस. पब्लिक स्कूल, एच. आर. बी. आर. लेआऊट, बंगलोर येथे १८ मे रोजी आणि भारती नगर कम्युनिटी हॉल, धारवाड येथे २३ मे रोजी नवीन केंद्रे उघडण्यात आली.
- दक्षिण भारतात आता १९ शाळांतील ७५०० पेक्षाही जास्त विद्यार्थी दैनिक प्रार्थनेचा एक भाग म्हणून प्रकाश प्रसारण करतात. ■

प्रकाश प्रवहनाची सत्रे चालू असताना

केंद्रीय विद्यालय, बंगलोर

आश्रमशाला स्कूल, वसई, मुंबई

तपोनगर डायरी

सीमा आलमेल सोमयाजी, अनुवाद: वैशाली जोशी

गुरुजींचा वाढदिवस अनेक कारणांमुळे विशेष असतो. १८ मे आपल्याकरता केवळ एक आनंदाचा आणि औपचारिकपणे गुरुजींविषयीचे प्रेम व्यक्त करण्याचा दिवस नसून अनेक आध्यात्मिक घटना घडणारा दिवस आहे. गेल्या वर्षी ऋषींनी गुरुजींना 'रा' शक्तींची भेट दिली होती. ह्या महिन्याच्या १८ तारखेला ह्या महत्त्वपूर्ण प्रसंगाचा पहिला वार्षिक दिन होता.

१७ मे रोजी तपोनगरच्या रहिवाश्यांनी मध्यरात्री एकत्र जमून गुरुजींना पार्टी दिली व त्यांच्या ७१व्या वाढदिवसानिमित्त अभिनंदन केले. गुरुजींचा वाढदिवस १८ मे रोजी आनेकल येथील आपल्या सप्तर्षी ध्यान केंद्रात साजरा करण्यात आला. ह्यासाठी तपोनगरहून मोटार गाड्यांचा ताफा निघाला होता. तेथील स्वयंसेवकांनी समारंभाची उत्तम तयारी केली होती. ह्या दिवशी ऋषींची प्रज्ञा पालट करण्याची योजना पुढच्या पातळीवर नेण्यात आली.

१८ मे हा कामाचा दिवस असल्यामुळे तपोनगर येथे गुरुजींचा वाढदिवस आम्ही पुढच्या रविवारी, २३ मे ला साजरा केला. शामियाना, फुले, प्रसाद, इत्यादिंची व्यवस्था सुरळीतपणे पार पडली. सुदैवाने ह्या दिवशी पाऊस पडला नाही. स्वयंसेवक आणि रहिवाश्यांना नेहमीप्रमाणेच जरी कामे नेमून दिली होती तरी त्यांच्या उत्साहाला एक प्रकारचे वेगळेच उधाण आले होते. ह्या दिवशी दोन पुस्तकांचे प्रकाशन करण्यात आले. पुस्तकांच्या दरात विशेष सूट सुद्धा दिली गेली.

बुद्ध पौर्णिमेनिमित्त विशेष ध्यान आयोजित करण्यात आले होते. पिरॅमिड स्पिरिच्युअल सोसायटीज मूव्हमेंट च्या वार्षिक बुद्ध पौर्णिमा समारंभात गुरुजींना अतिथी व्याख्यानासाठी आमंत्रित केले होते. गुरुजींचे चित्तवेधक व्याख्यान ऐकून ह्या वंदनीय आध्यात्मिक मार्गाचे अनेक विद्यार्थी तपोनगराला भेट द्यायला आले.

दर शुक्रवारी नियमितपणे होणारे प्रकाश प्रवहनाचे सत्र बंद करण्यात आले आहे. आपल्याला नेहमीच नवीन संधी दिल्या जातात, पण ही संधी मात्र आपण गमावली आहे. ■

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 आहे: 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)

०२-०५-२०१०

मे महिन्याच्या मध्याला आपल्याला रा शक्ती आणि इतर नूतन शक्ती मिळायला लागून एक वर्ष पूर्ण होईल. तेव्हापासून विकासाचा एक नवीन मोठा टप्पा सुरू होतो आहे. मनापासून ध्यान करा आणि सकारात्मक राहा. आता तुमची प्रगती तुम्ही स्वतःच तपासण्याची आणि आमच्याशी वैयक्तिकरीत्या संपर्क साधण्याची वेळ आली आहे.

चिंतनासाठी काही मुद्दे:

आत्ता इथे, ह्या क्षणी मी कोण आहे, काय आहे ते महत्त्वाचे आहे; पूर्वी मी कोण होतो, काय होतो ते महत्त्वाचे नाही.

आध्यात्मिक प्रगती सावकाश आणि टप्प्याटप्प्याने होते.

शरीराचे स्वास्थ्य आपल्या भावनांच्या आणि विचारांच्या स्वास्थ्यावर अवलंबून असते.

आम्ही सांगितले होते की आपल्या साधकांची ९०% कर्मे नष्ट करण्यात आली आहेत. काही जणांना ते जाणवले देखील आहे आणि त्याबद्दल त्यांना कृतज्ञता आहे. त्यांना मोकळेपणाचा अनुभव येतो आहे आणि त्यांनी काही विशेष प्रयत्न न करताही त्यांना जीवनात एक प्रकारे सुधारणा अनुभवण्यास येते आहे.

एक माणूस म्हणाला की तो घरात एकटा असताना त्याला भीती वाटते. आपण जेव्हा परमेश्वराशी एकरूप असतो आणि आपल्यातील परमेश्वरी अंशाच्या जाणिवेत असतो तेव्हा भीती विरून जाते.

आपण जाणिवेच्या वेगवेगळ्या स्तरांवर आणि वेगवेगळ्या आध्यात्मिक अवस्थांमध्ये जगत असतो कारण आपल्या श्रद्धांचे, तत्त्वांचे आणि समजूतींचे आपापले स्वतंत्र संच असतात. त्यामुळे स्वाभाविकपणेच आपण एकमेकांपेक्षा वेगळे असतो. ह्याच कारणामुळे पुष्कळदा जेव्हाजेव्हा मी लोकांना काही देऊ इच्छितो तेव्हा काहींना ते मिळत नाही कारण शक्ती त्या व्यक्तीपर्यंत पोहोचत नाहीत. कधी एखाद्या दिवशी कदाचित आपण एकरूप होऊ आणि तेव्हा तुम्ही मला समजू शकाल. त्यासाठी तुम्ही जाणिवपूर्वक प्रयत्न करून अंतर्मनाचे दरवाजे उघडायला हवे.

सर्व शंबला तत्त्वे व्यवहारात वापरली पाहिजेत. सर्वात महत्त्वाचा मुद्दा जो विश्वामित्र महर्षींनी पहिल्या शंबला तत्त्वा सोबत दिला होता तो असा आहे की कोणत्याही परिस्थितीत शांत राहणे. दुसरा एक मार्मिक मुद्दा असा आहे की आपण इतरांच्या आयुष्यात ढवळाढवळ करू नये आणि इतरांनाही आपल्या आयुष्यात ढवळाढवळ करू देऊ नये.

तिसरे शंबला तत्त्व एकत्व अनुभवण्याविषयी सांगते. सहावे तत्त्व सुद्धा ह्या मुद्दयाला स्पर्श करते. एकत्वाचा अनुभव घेण्याची सुरुवात आपण आपल्या आत्म्यापासून करून हळूहळू त्याची व्याप्ती वाढवत नेऊन संपूर्ण सृष्टीला त्यात सामावून घेऊया.

वसिष्ठ महर्षींनी सांगितलेले गुप्ततेचे व एकांताचे तत्त्व आपण पाळले पाहिजे.

ऋषी सांगतात, "संचय करू नका, परंतु वायाही घालवू नका." आपण विवेक वापरला पाहिजे. आपल्यापैकी प्रत्येकात जी एक प्रकारची परिपक्वता असते तिचा वापर करून सीमारेषा आखल्या पाहिजेत, गोष्टी एकदाच्या धसाला लावल्या पाहिजेत आणि सर्व प्रश्न सोडवले पाहिजेत कारण २०१२ साल आता फार दूर नाही.

०९-०५-२०१०

आपल्यापैकी प्रत्येकाच्या आत एक लहान मूल असते. त्या मुलाला जिवंत आणि सक्रिय ठेवा. त्याला मोठे होऊ देऊ नका. ते जर मोठे झाले तर तेही आपल्या सारखेच तर्कशुद्ध विचार करू लागते. ह्या आपल्या आतल्या बाळाची काळजी घेणे, त्याला क्रियाशील ठेवणे हा साधनेचा एक भाग आहे.

कोणालाही तुम्हाला दुखवू देऊ नका. जेव्हा तुमचे बरोबर असते तेव्हा तुम्ही तीव्र विरोध केला पाहिजे. जेव्हा तुमचे बरोबर नसते तेव्हा सुद्धा दुसऱ्या माणसाला तुम्हाला दुखविण्याचा अथवा यातना देण्याचा काही हक्क नसतो. विश्वामित्र महर्षींनी आपल्याला सूचना दिल्या आहेत की, जेव्हा कोणाला अन्याय्य पद्धतीने दुःख दिले जात असेल आणि त्याला विरोध किंवा तक्रार करता येत नसेल तर आपण विश्वामित्र महर्षींशी संपर्क साधावा.

पत्रांमध्ये आणि ईमेलमध्ये काहीजण त्यांच्या शैक्षणिक पात्रते विषयी आणि हुद्द्यांविषयी लिहितात. बऱ्याचदा हा मजकूर लांबलचक असतो. मी ते वाचतो, त्याला दादही देतो आणि त्याचा आदर करतो. परंतु, ह्या पदव्या आणि हुद्दे इथे अप्रस्तुत आहेत.

माझ्याकडे मदतीसाठी अनेक विनंत्या येतात. कधीकधी त्या फार क्षुल्लक असतात. त्यांना ऋषींपर्यंत नेण्यासाठी काहीतरी समर्थन असायला हवे. तुम्ही अशा पीडित व्यक्तींना ध्यान करण्यास का बरे सांगत नाही अथवा 'प्रकाशमय जीवन' हे पुस्तक तुम्ही त्यांना भेट देऊन त्याप्रमाणे आचरण करण्यास का सांगत नाही? आपण ह्या अशा विनंत्यांना चाळणी लावायला हवी आणि प्रत्येकाला मदत करायला हवी. असे करणे शक्य आहे.

मासिक तपासणी दरम्यान स्वतंत्रपणे देवाण घेवाण किंवा वैयक्तिक मूल्यमापन ही आपल्या या मार्गाची अद्वितीयता आहे. त्याचा आपण फायदा करून घेतला पाहिजे. सर्व विद्यार्थी साधकांना पूर्व नियोजित वेळेनुसार नियमितपणे ह्या तपासण्या द्याव्या लागतात. तुमची तपासणी एक ऋषी करतात आणि तपासणी दरम्यान तुम्हाला शक्तीसंभार दिला जातो. तपासणीची प्रत्येक वेळ ही नव्याने दीक्षा प्राप्त करण्याप्रमाणे असते. म्हणून तुम्ही हे सर्व गांभीर्याने घेतले पाहिजे.

१६-०५-२०१०

फोटॉन बेल्टने आपल्या सर्वांसाठी एक आनंददायी संदेश दिला आहे. तो म्हणाला, भयभीत होऊ नका. ऋषींच्या सूचनांप्रमाणे वागा. फोटॉन बेल्ट हर तऱ्हेने आपल्याला मदत करतो आहे.

प्रभामंडळ हा मनाचा विस्तार असतो आणि ते दृश्यमान असते. हा एक नवीन साक्षात्कार आहे. प्रभामंडळाचा आकार व्यक्तीच्या आध्यात्मिक शक्तीवर आणि त्या व्यक्तीमध्ये असलेल्या प्रेमावर अवलंबून असतो. सहसा तो साधारण एक ते दोन इंच असतो. तसेच काहींमध्ये तो त्याहीपेक्षा मोठ्या लांबीचा असू शकतो.

प्रभामंडळांना रंग असतात. ते त्या व्यक्तीमध्ये त्या वेळी प्राधिक्याने असलेल्या भावनेचे निदर्शक असतात. आपण इतर माणसांच्या प्रभामंडळांचा अर्थ लावू शकतो. आपण इतर माणसांच्या प्रभामंडळांना स्पर्श करू शकतो आणि त्यांच्याकडे चांगली कंपने पाठवू शकतो. प्रभामंडळे बाहेर कंपने प्रसृत करतात जी आसपासच्या माणसांना स्पर्श करतात आणि त्यांच्याकडून प्रतिक्रिया आकर्षित करतात. तसेच प्रभामंडळे सर्व तऱ्हेच्या ऊर्जा मिळवू शकतात आणि न गाळता शोषून घेऊ शकतात. सर्वच शक्ती स्वागतार्ह नसतात. त्यासाठीच आपल्याजवळ संरक्षक कवच असण्याची आवश्यकता असते.

सर्व जीवांना प्रभामंडळे असतात. सर्व निर्जीव वस्तूंना देखील प्रभामंडळे असतात.

गुरुजी उवाच

(संकलन : शोभा राव, अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर)

आपल्या सर्वांचे उत्पत्तीस्थान एकच नसते. त्यामुळे आपल्याला निरनिराळ्या नियमांचे संच लागू असतात. आपल्यातील काहीजण कर्माच्या कायद्याने बांधलेले नसतात. वेगवेगळ्या स्थानांपासून उत्पन्न झालेल्या आत्म्यांसाठी ज्ञानाचा प्रसार करण्यासाठी आणि नवीन ऊर्जा पुरवण्यासाठी यंत्रणांची वेगवेगळी जाळी असतात.

वेगवेगळी उत्पत्तीस्थाने असलेल्या माणसांना वाटून दिलेली कामे वेगवेगळी असतात आणि त्यांच्यासाठी ध्यानाची तंत्रे वेगवेगळी असतात. कोणत्याही उत्पत्ती स्थानातून उत्पन्न झालेले आत्मे या पृथ्वीवर कोठेही जन्म घेऊ शकतात. आपण प्रकाशाचा मार्ग हा आपला मार्ग म्हणून स्वीकारला आहे. प्रकाशमार्ग हा वैश्विक मार्ग आहे. कोणत्याही देशातील कोणीही व्यक्ती इथे येऊ शकते, ध्यानमार्ग स्वीकारू शकते, जाणू शकते, ज्ञान प्राप्त करू शकते आणि आध्यात्मिक प्रगती करू शकते.

ध्यान यशस्वीपणे होण्यासाठी आपण पाठीला फार ताण न देता किंवा शरीर अथवा मस्तक न वाकवता ताठ बसले पाहिजे. याची झोप टाळण्यासाठी सुद्धा मदत होते. तंत्रावर लक्ष केंद्रित न करता प्रकाशाला अनुभवण्यावर लक्ष केंद्रित करा. ध्यानाच्या संपूर्ण प्रक्रियेमध्ये जाणीव जागृत ठेवण्यासाठी आणि निद्राधीन न होण्यासाठी तुम्ही विचार पक्का केला पाहिजे. समाधी म्हणजे संपूर्ण जाणिवेची अवस्था. तुमचे त्राटक योग्य प्रकारे स्थिर करा.

नेहमी, विशेषतः पौर्णिमेच्या व अमावास्येच्या दिवशी शक्य तितके मौन पाळा. इतर वेळी पाळलेल्या मौनाचा ध्यानाला फायदा होतो. शक्य असेल तर एखादा दिवस मौनासाठी राखून ठेवा. मौनाचा अर्थ नुसते न बोलणे असा नाही. तुम्ही खरोखरीच अंतर्बाह्य निःशब्द असायला हवे.

एकाग्रता म्हणजे शरीर, मन आणि बुद्धी एकाच क्रियेवर एकवटणे. ध्यान म्हणजे एकाग्रता नव्हे. जर तुम्हाला एकाग्रता चांगली जमत असेल तर तुम्ही ध्यान चांगले करू शकाल. जर तुमचे ध्यान चांगले होत असेल तर तुम्ही एकाग्रता जास्त चांगली साधू शकाल.

नियमित तपासण्या टाळू नका, विशेष करुन आजपासून. जर तुम्ही तपासण्या टाळणार असाल तर कृपया पुढच्या वेळेपासून ध्यान वर्गांना येऊ नका.

विकृतीला दूर ठेवा. विकृती म्हणजे चोरपावलांनी प्रवेश करणारा अंधार असतो. तुम्ही साधेभोळे असाल तर तुम्ही स्वतःच एक देऊळ असता.

तुमच्या दैनंदिन जीवनात एक नाद निर्माण करा. त्यामुळे मदत होईल.

जर तुम्ही ह्या सर्व गोष्टींचे पालन केले तर मी तुम्हाला खात्री देतो की एका वर्षाच्या आत तुम्ही समाधीचा अनुभव घेऊ शकाल.

एका माणसाने आम्हाला सांगितले की, त्याने सूक्ष्म शरीराने दुसऱ्या व्यक्तीच्या शरीरात प्रवेश केला. कृपया असे करू नका.

आजपासून आम्ही अभ्यासक्रमात लहान बदल केले आहेत. लोकांना साधनेसाठी वेळ मिळत नाही हे लक्षात घेऊन आम्ही ध्यानाचा काळ कमी केला आहे.

प्रकाशाचा समावेश करून नवीन संजीवक तंत्रे देण्याचा आमचा प्रयत्न चालू आहे.

अक्षय तृतीयेच्या दिवशी ठरवलेली उद्दिष्टे आणि केलेले संकल्प पूर्ण होतात कारण त्या दिवशी महान शक्ती उपलब्ध असतात. त्या दिवशी ध्यान करण्याच्या आधी तुमचा स्वतःचा संकल्प सोडा किंवा मनोकामनांची यादी बनवा.

२३-०५-२०१०

आध्यात्मिक गुरु असण्याचा दावा न करणारा एक अतिशय साधा माणूस टेलिव्हिजन वर बोलत होता. तो म्हणाला की हवनामध्ये भाग घेण्यासाठी तुम्ही धोतर आणि उपरणे इ. पारंपारिक वेषभूषा करण्याची आवश्यकता नाही आणि तुम्ही पादत्राणे घालून सुद्धा भाग घेऊ शकता. कदाचित आपण भूतलावर आणलेल्या शक्ती त्याच्या माध्यमातून बोलत असाव्या. यावरुन हेच दिसते की बदल झाले आहेत.

इथे उपस्थित असलेल्या प्रत्येकाचे, हे प्रक्षेपण पाहत असलेल्या प्रत्येकाचे आणि मला इतक्या सुंदर शुभेच्छा आणि प्रेम पाठवणाऱ्या प्रत्येकाचे मी आभार मानतो.

तुमचे प्रेम ही अर्थातच तुम्ही मला देऊ शकत असलेली सर्वोत्तम भेट आहे. माझी इच्छा आहे की तुमच्यापैकी प्रत्येकाने २०१२ सालातून सहजपणे तरून जावे. ह्या प्रक्रिये दरम्यान तुम्ही इतरांना मदत केली पाहिजे, मार्ग दाखवला पाहिजे. त्यांना प्रकाश, शहाणपण, प्रेम आणि आशा दिली पाहिजे.

मला जे द्यायचे आहे ते घेण्याची जेव्हा लोकांची तयारी नसते तेव्हा मला विषाद वाटतो. जेव्हा गोष्टी आपल्याला इतक्या विनासायास उपलब्ध असतात तेव्हा आपल्याला त्यांची किंमत कळत नाही.

मी ज्या पातळीवर आहे त्या पातळीवर लोक माझ्याशी संबंध जोडत नाहीत तेव्हा मला वाईट वाटते. ते त्यांच्या पातळीवरुन माझ्याशी संबंध जोडू पाहातात. मी एकप्रकारे फूटपट्टीने मोजता न येणाऱ्या शिखराप्रमाणे आहे. मी एकटा नाही. हे संपूर्ण आकाश माझ्या सोबतीला आहे. माझी इच्छा आहे की प्रत्येकाने मोठे व्हावे, प्रगती करावी आणि उंच शिखर बनावे.

दोन मित्रांप्रमाणे समोरासमोर बसून, गोष्टी वाटून घेत आध्यात्मिक शिक्षण घडावे लागते. त्याकरता आपल्याला दोघांमधले सर्व अंतर मिटवायला हवे.

माझ्यामध्ये जे सर्व काही आहे ते लोकांना समजू शकत नाही, तेव्हा मी दुःखी होतो. माझ्या करता माणूस असणे ही फार महत्त्वाची गोष्ट आहे. आपण जर प्रथम माणूस नसलो तर नंतर कधीही देव बनू शकणार नाही.

मला माहीत आहे की, एखाद्याचे शहाणपण आणि अनुभव पूर्णपणे इतरांना समजावून देता येणार नाहीत. आपण त्यातला एखादाच भाग इतरांना सांगू शकतो. बराचसा भाग आपल्या पाशीच राहतो.

नवीन शक्तींमुळे आपल्याला जाणीव होते आहे की ईश्वर म्हणजे प्रकाश आहे, शक्ती आहे, चैतन्य आहे. तो सर्व अस्तित्व व्यापून आहे. 'रा' शक्तींची जाणीव ठेवा. शक्य झाल्यास प्रत्येक वेळी ध्यान करतांना महान 'रा' ध्यान कक्षाशी संलग्न व्हा.

काही भल्या माणसांच्या प्रयत्नांमुळे एक लाखाहून अधिक विद्यार्थ्यांनी विविध शाळांतून प्रकाशाचे प्रवहन केले. दोन वर्षांपूर्वी सुरू केलेली ही चळवळ प्रेमाच्या साह्याने अशा रीतीने पसरत राहिली पाहिजे. तशी ती नक्की पसरेल.

ही व्याख्याने वेबकास्ट करणे आम्हाला शक्य होते आहे. ह्या वेबकास्ट द्वारा नुसतेच शब्द प्रसारित होत नाहीत, तर शक्ती प्रसारित होते. यामुळे लोकांपर्यंत पोचणे आणि संपर्काचा आवाका वाढवणे आम्हाला शक्य झाले आहे.

इथून पुढे मी व्यक्तीगणिक जास्त लक्ष देणार आहे. माझ्याशी न अडखळता संपर्क साधा, पण असे करताना विवेक वापरा. तुम्हाला माझ्याकडून काहीतरी चांगले मिळायला पाहिजे.

मला ज्ञान प्रवहनासाठी अधिक माध्यमे हवी आहेत. मी त्यांना प्रशिक्षण देईन. माध्यम बनण्यासाठी तुम्ही पवित्र असले पाहिजे. तुमचा हेतू शुद्ध असला पाहिजे.

१८ मे पासून नवीन बदल झाले आहेत. इथून पुढे बदलांची गती वाढेल. आपल्या व्यक्तिगत जीवनात तसेच जागतिक जीवनात आपल्याला अनेक गोष्टी जलद घडताना दिसतील. ■

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.

गुरुजींना आलेल्या पत्रांतील काही वेचे

संकलनः वैशाली जोशी, अनुवादः सुनिता देशपांडे

कबीर म्हणतात, "जरी मी संपूर्ण धरेला कागदात, सर्व वृक्षांना लेखणीत आणि सर्व सागरांना शाईत परिवर्तित केले तरी मी गुरूंचे वर्णन करू शकत नाही." असा गुरू मला तुमच्यात सापडला आहे!! –नित्या जेम्स

आपल्या जन्मदिवस समारंभात झालेल्या तीन्ही भाषणांमुळे मी भारावून गेले आणि जयंतचे हे शब्द, "गुरूजींनी जे काही केले आहे ते आपल्याचसाठी केले आहे", संपूर्ण कल्पना देऊन गेले. आपले भाषण आत्म-जागृती करणारे होते. आपल्याला ऐकण्यापेक्षा दुसरे काहीही एवढे आनंददायी नाही. आपल्याकडून मिळालेल्या प्रकाशाच्या भेटीला स्वीकारून आम्ही धन्य झालो. –पद्मजा बालाजी

मी जेव्हापासून स्वतःत बदल घडवून आणण्याचे ठरवले तेव्हापासून सकारात्मक बनणे मला सोपे झाले आहे. माझी जाणीवक्षमता सुधारली आहे. मागील काही दिवसांपासून जेव्हा जेव्हा मी तुमची पुस्तकं वाचते आणि तुमची भाषणं ऐकते तेव्हा माझ्या असे लक्षात येते की, "प्रेमाचे आविष्करण करा आणि निष्प्रेमाचा त्याग" हे शब्द मी पुन्हा पुन्हा वाचते आहे आणि ऐकते आहे. आजकाल एखाद्या गोष्टीवर प्रतिक्रिया देताना प्रत्येकवेळी माझ्या मनामध्ये, 'निष्प्रेमाचा त्याग आणि प्रेमाची निवड' या शब्दांचा गजर होत असतो. मला असं वाटतं की, मी स्वतःशी जास्त जोडली गेले आहे. तुमच्या सर्व मार्गदर्शनाबद्दल मी तुमची आभारी आहे. –अंजलि मेहता

ध्यान करत नसतानासुद्धा मी स्तब्धतेच्या जगात वावरत असते. सर्व परिस्थिती मी सकारात्मकतेने हाताळते. –शुभदा लिमये

जेव्हापासून ध्यान करणे सुरू केले, तेव्हा पासून मी खोटेपणा सहन करूच शकत नाही. जिथे कुठे चुकीच्या गोष्टी होतांना मी पाहते, त्या सुधारण्यासाठी मी प्रयत्न करते. –अलका जालान

जेव्हाजेव्हा माझे मन अस्वस्थ असते तेव्हा मी प्रकाशाला आवाहन करते आणि मग मला बरे वाटते. माझ्या चित्तवृत्तीने माझ्यावर ताबा मिळवू नये म्हणून मला प्रकाशाशी जोडण्याची सतत आठवण ठेवावी लागते. –गीता बाळकृष्णन्

दर रोज तुम्ही आमच्या प्रत्येक हालचालीत डोकावून बघता आणि आम्हाला भौतिक व सूक्ष्म पातळ्यांवर मार्गदर्शन करता. तुम्ही व्यक्तिशः आमच्या प्रत्येकासोबत आहात, असे आम्हाला वाटते. आमच्या सर्वांप्रती असणाऱ्या तुमच्या प्रेमाची आणि काळजीची आम्हाला कृतज्ञतापूर्वक आठवण असते. आम्ही सर्वांनी तुमचे अनुकरण करावे असे आदर्श व्यक्तिमत्त्व तुम्ही आहात पण आमच्यापैकी बरेच जण तुमच्या अपेक्षेपेक्षा कमी पडलो आहोत. असे असूनही आमच्या कमतरतांना, चुकांना तुम्ही मोठ्या उदारतेने सांभाळून घेता. –टी. नागराज

मी मागील तीन वर्षांपासून ध्यान करते आहे आणि सकारात्मकता अनुसरते आहे. त्यामुळे मी माझ्या औदासीन्यातून बाहेर पडले आहे व भरभक्कम आध्यात्मिक आधार मला लाभला आहे. मी एकाकी असल्याचा मला खूप फायदा झाला आहे आणि एकटेपणा मला फार पूर्वीपासूनच जाणवत नाही. मी सतत देवत्वाची उपस्थिती अनुभवते. –गीतासरस्वती

आजकाल मला माझ्या विचारांची व वर्तणूकीची पूर्णपणे जाणीव असते; जणू मी लांबून स्वतःचे निरीक्षण करते आहे आणि जेव्हा आवश्यक आहे तेव्हा स्वतः ला सुधारते आहे. मला हे लक्षात आले आहे की, मी जास्त शांत असायला हवे, जास्त प्रेम जोपासायला हवे आणि माझ्या अंतःस्फूर्तीवर माझा विश्वास असायला हवा. –विद्या अरोरा

मी किरकोळ बाबींसाठी मेल पाठवत असे आणि मदत मागत असे. पण तुमच्या खंबीर उत्तरांमुळे आज मी जास्त परिपक्व झाले आहे. मी माझे स्वतःचे निर्णय घेण्यास शिकले आहे आणि मी माझी आत्म शक्ती वाढवली आहे. माझ्या प्रगतीसाठी मला मदत केल्याबद्दल मी मनापासून आपली आभारी आहे. –प्रगती राज

मनन-चिंतन आणि आत्म निरीक्षण हा आता माझ्या नित्य-कर्माचा एक भाग झाला आहे. आता सगळ्या गोष्टी स्पष्ट होत आहेत आणि मी जीवनाचा जास्त आनंद घेते आहे. जीवनातील चढ-उतारांसोबत मी जीवनाचा आनंद घेते आहे आणि माझ्या हे लक्षात आले आहे की, जोपर्यंत मी स्वतःत बदल घडवून आणत नाही तोपर्यंत दुसरे पण बदलत नाहीत. कधी कधी मला प्रकाशाची उपस्थिती जाणवते आणि मला असे वाटते की, माझ्या सर्व मनोकामना पूर्ण होत आहेत. सर्व गोष्टींसाठी आपले मनापासून आभार. –दीप्ती राघवेंद्रा

प्रश्नोत्तरे

संकलन: शोभा राव, अनुवाद: सुनिता देशपांडे

प्र. समृद्धी म्हणजे काय?

उ. समृद्धी म्हणजे आत्म्याची श्रीमंती, हृदयाची संपन्नता. जो प्रकाश आपण धारण करतो त्याची संपन्नता आणि आपण जे प्रेम प्रगट करतो त्याची संपन्नता.

प्र. आपण जाणिवेचा विकास कसा करू शकतो?

उ. जाणिवेचा विकास करता येत नाही. जाणिवेचा फक्त विस्तार आपण करू शकतो.

प्र. आपण कठीण परिस्थितीचा स्वीकार कसा करावा?

उ. प्रत्येक व्यक्ती आपआपल्या परीने मार्ग शोधते. जेव्हा आपण संकटावर मात करण्याचा प्रयत्न करतो तेव्हा देव आपल्याला त्याच्या शहाणपणाशी, सामर्थ्याशी जोडण्यास मदत करतो आणि त्यातून बाहेर पडण्यासाठी मार्ग नेहमीच सापडतो.

प्र. ध्यानाच्या दर्जामध्ये चढ-उतार का होत असतात ?

उ. आपण अशा जगात राहतो जेथे सर्वच गोष्टींमध्ये चढ-उतार होत असतात. ह्या गोष्टींमुळे आणि आपली मन:स्थिती, आपला प्रामाणिकपणा व अवधान अशा इतर अनेक अज्ञात गोष्टींमुळे आपल्या ध्यानाच्या दर्जावर परिणाम होत असतो.

प्र. चांगल्या व्यक्तीला सुद्धा ध्यान धारणा करणे आवश्यक आहे का ?

उ. हे त्या व्यक्तिच्या चांगुलपणाच्या आणि शुद्धतेच्या पातळीवर अवलंबून असते. कोणालातरी ह्या पातळीचे मूल्यमापन करावे लागते. जर त्याच्या शुद्धतेची पातळी उच्च दर्जाची असेल तर त्याने प्रत्यक्ष ध्यानधारणा न करता सुद्धा, काही विशिष्ट प्रक्रिया त्याच्या शरीरात घडत असतात. पण त्याच्या पवित्रतेची पातळी जर विशेष उच्च नसेल तर त्याला ध्यान धारणा करावी लागेल आणि इतर तंत्रांचा अभ्यासही करावा लागेल.

प्र. आपण ध्यान का करतो?

उ. हे जीवन परिपूर्णपणे, शांतीपूर्वक आणि शहाणपणाने जगण्यासाठी; शेवटी मुक्ती मिळवण्यासाठी, प्रकाशमय होऊन देवाकडे परत जाण्यासाठी आपण ध्यान धारणा करतो.

प्र. काळाचे संकोचन का करण्यात आले आहे?

उ. प्रलयाच्या संघर्षमय, वेदनामय काळातून आपल्याला लवकर बाहेर पडता यावे यासाठी ऋषींनी आपल्यावरील प्रेमापोटी काळाचे संकोचन केले आहे.

प्र. यापूर्वीही असे घडले होते का?

उ. होय. असे होण्याची ही काही पहिली वेळ नाही.

प्र. ऋषींसाठी कार्य करण्याचे ठरवल्यानंतर आपण माघार घेऊ शकतो का?

उ. होय. आपल्याला नेहमीच इच्छा-स्वातंत्र्य आहे. आपण माघार घेऊ शकतो.

प्र. असे केल्याने आपले कर्म तयार होते का?

उ. नाही.

प्र. आपल्या शरीराचे प्रकाश शरीरात रूपांतर कसे होते?

उ. जेव्हा आपण प्रकाश शरीरात घेतो तेव्हा प्रकाश आपल्या प्रत्येक पेशीत प्रवेश करतो. प्रत्येक पेशी शुद्ध होते, स्वच्छ होते आणि प्रकाशमय बनते. अशाप्रकारे हळू हळू संपूर्ण शरीरच प्रकाश शरीर बनून जाते.

प्र. मी प्रकाशाचे प्रवहन केल्याने मी निरोगी सुद्धा होईन का?

उ. आपण जेव्हा प्रकाशाचे प्रवहन करतो तेव्हा इतर अनेक गोष्टी देखील होत असतात. आपले हीलिंग सुद्धा आपोआप होत असते.

प्र. आपल्याला कित्येक नव्या शक्ती मिळाल्या आणि त्यांचे प्रहवन पण करण्यात आले. त्यांचा काय प्रभाव पडला?

उ. अन्याय, भ्रष्टाचार आणि हिंसा चालवून न घेण्याविषयी आता सर्वत्र एकप्रकारची जागृती आली आहे. या जगाचे काहीतरी चुकते आहे आणि आपलेही काहीतरी चुकते आहे, आपण बदलायला हवे, हे जग बदलायला हवे, अशी जाणीव लोकांमध्ये पसरते आहे. शक्तिंचा प्रभाव पडतो आहे.

प्र. आपल्या आध्यात्मिक अनुभवांबद्दल एकमेकांना सांगणे चुकीचे आहे का?

उ. मी, ते चुकीचे आहे, असे म्हणणार नाही. पण आपले अनुभव एकमेकांना सांगणे आणि त्यावर चर्चा करणे आपण टाळले तर ते जास्त योग्य होईल.

प्र. शक्ती, पुरुष किंवा स्त्री अशा प्रकारच्या असतात का?

उ. परब्रह्माने आदिशक्तीची निर्मिती केली. पण तिच्यातून येणाऱ्या शक्तिंना लिंग नसते. ■

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) - How to Meditate - Dhyana Yoga - Descent of Soul - Practising Shambala Principles - Astral Ventures of A Modern Rishi	250/-
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)

दि. ३०-०४-२०१० रोजी दुपारी विश्रांती घेण्यासाठी मी पहुडले होते. मी ऋषींना प्रार्थना केली की, त्यांना भेटून त्यांचे आशीर्वाद घेण्यासाठी आणि त्यांच्याप्रती माझे प्रेम व्यक्त करण्यासाठी, त्यांनी मला त्यांच्या धामाकडे घेऊन जावे. मला विमानाच्या पंख्यासारखा आवाज व तो गरगर फिरत असल्याची स्पंदने जाणवली. मग लागलीच मी अतिशय वेगाने सूक्ष्मदेहाने प्रवास करू लागले. प्रथम जंगलातून, जेथे खूपसारे प्राणी होते व नंतर अंधाऱ्या भागातून. त्या प्रचंड वेगामुळे व आवाजामुळे मला भीती वाटू लागली व मला परतावेसे वाटू लागले. माझ्या मस्तकात काहीतरी सोडण्यात आले अथवा काढून घेण्यात आले ते मला नक्की समजले नाही पण त्यानंतर मला अगदी ताजेतवाने व प्रसन्न वाटले. –विद्या विश्वामित्र

गुढीपाडव्याच्या दिवशी ध्यान करताना मी स्वत:ला एका होमकुंडासमोर बसलेले पाहिले. तेथे यज्ञ सुरू होता आणि मंत्रोच्चारण चालू होते. नंतर काही वेळाने एका ऋषींनी मला आशीर्वाद दिला. मला डोक्यावर सहस्रार चक्राच्या जागेत झिणझिण्या जाणवल्या व वाटले की डोक्याच्या त्या भागात हजारो पाकळ्यांनी चमकणारे फूल ठेवले आहे. मला असे सतत भासते की सहस्रार चक्रात आकाशवाणी संचा सारखा एक एरीयल बसवला आहे व मला ध्यानादरम्यान सांगण्यात आले की कार्य करताना वापरण्यासाठी असलेले ते प्रवेशद्वार आहे.

मला ध्यानादरम्यान माझ्या सर्व चक्रात अगदी खोल पातळीवर स्पंदने जाणवतात व सर्व चक्रात मला दिवसरात्र प्रकाश जाणवतो. मी स्वत:चे अस्तित्व भौतिक पातळी व्यतिरिक्त वेगळ्या पातळ्यांवर देखील असल्याचे अनुभवते. –सोनाली सगदेव

मी प्रकाशप्रवहनाच्या जागतिक चळवळीत सामील झाले आहे. एके दिवशी मी 'लाईट चॅनल्स' ही वेबसाईट उघडली. तेथे एक चक्र होते, ज्याच्याजवळ एक 'अष्टकोनी' तारा होता. हे पाहून मी अचंबित झाले. त्याने माझ्या शरीरात प्रवेश केला व त्याचा प्रकाश माझ्या खोलीत पसरवला. मला त्या शक्तींची प्रखरता सहन करणे जरी अवघड जात होते पण तरीही मला खूप शांत वाटले. –प्रज्ञा

मला माझ्या पूर्वग्रहांपासून व भूतकाळाच्या ओझ्यांपासून मुक्त झाल्यासारखे वाटते. मला एका नव्या शांतीचा अनुभव येतो आणि माझी जाणीव अधिक संवेदनशील झाली आहे. नकारात्मक विचारांपासून मुक्त अशा नवीन जीवनाची ही सुरुवात असावी असे मला वाटते. – रोलँन्ड फीफिगर

कोणाचे हात माझ्या हृदयातील प्रकाशाचा विस्तार करीत आहेत असा स्वत:शीच विचार करीत असताना, महर्षी अमरांचा चेहरा मला दिसला आणि माझ्या अंतरंगात प्रकाशाने व्याप्त एक छोटा शुभ्र गोल प्रकटला. पुढच्याच क्षणी मला तो प्रकाश आतून पसरत जाऊन माझ्या हातांच्या बोटांपर्यंत पोहचत आहे असे जाणवले. –इकुकू

दि. १३-०४-२०१० रोजी चक्रजागृती ध्यान करणे कठीण जात होते. मी कल्पना केली की, मी महर्षी विश्वामित्रांसोबत 'रा' ध्यान मंदिराच्या आतील कक्षात ध्यान करीत आहे. त्यांची शक्ती अंडाकृती स्वरूपात माझ्यात प्रवेश करीत आहे असे मला जाणवले. काही मिनिटांसाठी गंभीर व भारदस्त आवाजात 'ॐ' चे उच्चारण करताना त्यांना मी ऐकले. त्यानंतर मी अगदी व्यवस्थितपणे ध्यान करू शकले. –पूजाश्री

माझ्या पत्नीला सांधेदुखी व अंगदुखीचा त्रास आहे. तिला खाली जमिनीवर बसून ध्यान करणे अतिशय वेदनादायी होते. सप्तऋषी ध्यानमंदिरात मला तिच्यासाठी फार वाईट वाटले व वसिष्ठ महर्षींना मी तिला या त्रासातून बरे करण्याची प्रार्थना केली. महर्षी वसिष्ठ उठले आणि मी माझ्या पत्नीला त्यांच्यासमोर उभी असलेली पाहिले. त्यांनी तिचे हात आपल्या हातात घेतले व त्या दोघांच्याही आकृत्या प्रकाशमान झाल्या. नंतर ती तिला माझ्या शेजारी बसलेली पाहिले. सर्व ऋषी तिच्याकडे निळा व सोनेरी प्रकाश प्रवाहित करीत होते. –दिलीप परुळेकर

दररोज रात्री मी जेव्हा ध्यान करते, तेव्हा प्रकाश येतो. मी प्रेम, शांती व स्थिरता अनुभवत आरामात लपेटल्यासारखी ध्यानस्थ बसते. या अनुभवाने मी विनम्र झाले आहे व कोठूनही हा संबंध जोडला जात असो, या संबंधासाठी मी कृतज्ञ आहे. –जेनीफर डायनेझ

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