प्रकाशमार्ग

Volume 2 Issue 6 MARCH 2010 Rs. 15

चिंतन

महर्षी कृष्णानंद, अनुवाद : जयंत देशपांडे

कोणीतरी मला सांगितले की, जेव्हा एका प्रकाश गुरुंनी इतर गुरुंशी संवाद साधण्याचा प्रयत्न केला, तेव्हा ते संवाद साधू शकले नाहीत कारण इतर गुरु अजूनही पुरातन ज्ञान आणि शक्तींनी संपृक्त आहेत आणि त्यांनी नवे ज्ञान व शक्ती अद्ययावत संपादन केलेल्या नाहीत. प्रकाश गुरु गप्प राहिले. माझे गुरु सुद्धा कित्येक अशा प्रसंगी मौन पाळत असत. मौन पाळणे हा आता, कितीतरी लोकांशी माझ्या संवादाचा, एक भागच झाला आहे.

जुनं ते सोनं हे जरी खरं असलं तरी काही काळानंतर त्यालासुद्धा उजाळा हा द्यावाच लागतो.

ज्ञान हे सीमित नसतं. आपण जेवढं जास्त शिकतो, त्याहीपेक्षा जास्त पुढे शिकण्यासाठी उरतंच. अलीकडच्या काही दशकांत नव्या वास्तवांबद्दल पुष्कळ नवे ज्ञान प्रकाश कार्यकर्त्यांनी वरील लोकांतून आणले आहे. शास्त्रज्ञांनी अद्याप अशा ज्ञानाचे विश्लेषण करून ते आत्मसात केलेले नाही. सध्यातरी साहजिकच ते या ज्ञानाचा स्वीकार करणार नाहीत. पण आध्यात्मिक नेते मात्र या ज्ञानाबद्दल अनभिज्ञ आहेत. त्यांच्याजवळ असलेल्या जुन्या ज्ञानावरच ते संतुष्ट आहेत. नव्या गोष्टींचा स्वीकार करण्यासाठी ते तयार नाहीत. असे असताना ते नव्या सत्य परिस्थितींना सामोरे जाण्यासाठी, सद्य आणि पुढील पिढ्यांना मार्गदर्शन कसे करू शकतील?

प्रकाश गुरु साहजिकच त्या गुरुंशी संवाद साधू शकले नाहीत आणि गप्प राहिले.

या भौतिक पातळीवर सुद्धा संभाषणाच्या पुष्कळ पातळ्या आहेत. उच्च आणि निम्न अशा या पातळ्या आहेत. अज्ञानाच्या आणि हट्टीपणाच्या विविध पातळ्या आहेत आणि त्याचप्रमाणे जाणीव असलेल्या, दूरदृष्टी असलेल्या लोकांच्या वेगवेगळ्या पातळ्या आहेत. एक महान राजकीय नेत्याचे शब्द मला आठवतात, “मी संपूर्ण जगाबद्दलची माझी स्वप्ने घेऊन एका नेत्याकडे गेलो पण ते मात्र फक्त त्यांच्या स्वतःच्या देशाच्या दृष्टिकोनातूनच बोलत होते. मी त्यांच्याशी संवाद साधू शकलो नाही”.

मी माझ्या लोकांना, माझ्यासोबत मिळून इंद्रधनुष्यांचा शोध घेण्याच्या आणि स्वप्नांचा पाठलाग करण्याच्या अशा सर्वोच्च पातळीवर माझ्यासोबत देवाणघेवाण करण्यासाठी प्रवृत्त करतो. आपण साहस करायला हवे, धाडस करायला हवे. त्याशिवाय आपण प्रगती करू शकत नाही. मला कल्पना आहे की, पुष्कळ लोक मला समजू शकत नाहीत. पण मी वाट पाहेन. मी त्यांच्या पंखांत बळ येण्याची वाट पाहेन. मी त्यांचे डोळे उघडण्याची आणि प्रकाशाच्या चमकण्याची वाट पाहेन.

शांतपणे वाट पाहणे हा माझ्या कार्याचा एक भागच आहे.

श्रीधर आणि मनोज यांच्या नेतृत्वाखाली पन्नास पेक्षाही जास्त ध्यान–साधकांनी इतिहास घडवला आहे. त्यांनी पुष्कळ शहरांमधे पुष्कळ शाळांना भेट दिली आणि हजारो विद्यार्थ्यांना प्रकाश प्रवाहित करायला लावले. हे शब्द लिहित असताना (११ फेब्रुवारी) प्रकाश प्रवाहित करणाऱ्या मुलांची संख्या ३५००० पेक्षाही जास्त झाली आहे! मला कळत नाही, या अद्भुत आत्म्यांचे आभार कसे मानावेत.

पुष्कळ लहान मुले प्रकाश पाहू शकली आणि त्याचा अनुभव घेऊ शकली. ही मुले निरागस आणि पवित्र असल्यामुळे त्यांच्या प्रवहनामुळे या जगाला जास्त प्रकाश प्राप्त झाला आहे. ह्याचा या जगावर नक्कीच चांगला परिणाम होईल. ■

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.

मानसा फाउंडेशन (रजि.)
तपोनगर, चिक्कगुब्बि, (ऑफ हेन्नूर–बागलूर रोड) बंगलोर अर्बन ५६२ १४९. 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
डिस्नी किड्स मॉन्टेसरी स्कूल, ६ क्रॉस, ज्योति नगर, चंद्रा 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.

सूर्यास्तानंतर तपोनगरातून घेतलेला फोटो

काही ठळक घडामोडी

- कर्नाटक, तामिळनाडू आणि आंध्रप्रदेश येथील ३०,००० पेक्षाही अधिक विद्यार्थ्यांनी, श्रीधर आणि मनोज ह्यांच्या नेतृत्त्वाखालील स्वयंसेवकांच्या एका गटाने १–२–२०१० या दिवशी आयोजित केलेल्या प्रकाश प्रवहनाच्या कार्यक्रमात भाग घेतला.
- १–२–२०१० रोजी आपली नवीन वेबसाईट www.lightagemasters.com सुरू करण्यात आली.
- १–२–२०१० रोजी तपोनगरच्या रहिवाशांकरता एक वाचनालय उघडण्यात आले.
- ७–२–२०१० रोजी तपोनगर येथे झालेल्या महर्षी अमर जयंती समारंभात ५०० पेक्षाही अधिक लोकांनी भाग घेतला.

रविवारच्या प्रसादाचे प्रायोजक

अपूर्वा देशपांडे आणि फिरोजा पांडे	०३–१–२०१०
राकेश मिश्रा	१०–१–२०१०
के. एच्. प्रभूदेव	१७–१–२०१०
हरेश शेट्टी	२४–१–२०१०
प्रमिला मिश्रा	३१–१–२०१०

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

गुरुजींसोबत अनौपचारिक बैठक शनिवार २० मार्च २०१० रोजी सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत आयोजित करण्यात येईल. ह्यात भाग घेण्याची इच्छा असणाऱ्यांनी मानसा कार्यालयात आपले नाव नोंदवावे.

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

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी	– व्याख्यान सकाळी ११ ते १२ पर्यंत – विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
दर शुक्रवारी	– लाईट चॅनलिंगचे कार्य सकाळी १० ते दुपारी १ पर्यंत
रविवार १४ मार्च	– शंबला गटाची बैठक दुपारी २ वाजता
रविवार २१ मार्च	– 'रा' गटाची बैठक दुपारी २ वाजता लाईट चॅनल्स गटाची बैठक दुपारी २.३० वाजता
बुधवार २४ मार्च	– श्रीरामनवमी निमित्त विशेष ध्यान दुपारी १२ ते १ पर्यंत

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०८	सोमवार	कृष्णाष्टमी
१४	रविवार	शिवरात्री
१५	सोमवार	अमावास्या
१६	मंगळवार	गुढीपाडवा
२३	मंगळवार	शुक्लाष्टमी
२४	बुधवार	श्रीरामनवमी
२५	गुरुवार	शुक्ल दशमी
३०	मंगळवार	पौर्णिमा / हनुमान जयंती

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

भजनांची CD आणि 'महर्षी अमरांचा आवाज' ही 'Voice CD' आता उपलब्ध आहे. ह्यासाठी कृपया मानसा कार्यालयाशी संपर्क साधावा.

१ फेब्रुवारी २०१० या दिवशी वेगवेगळ्या शाळांमधे विद्यार्थ्यांनी प्रकाशाचे प्रवहन केले

बी बी एम् पी जुनियर कॉलेज, बंगलोर

चैतन्या हाय स्कूल, बंगलोर

सरकारी मॉडेल प्रायमरी स्कूल,, बंगलोर

आर. पी. ई. आय. कॉलेज, बंगलोर

साउथ ईस्ट एशिया एजुकेशनल इन्स्टिट्यूशन, बंगलोर

सी ई एस्, बंगलोर

सेंट मीरास् हाय स्कूल, बंगलोर

एम्. एस्. कॉन्व्हेंट, आर्. टी. नगर, 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 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)

०३–०१–२०१०

हे वर्ष नितांत सुंदर व नाविन्यपूर्ण आरंभांचे वर्ष आहे. याची सुरवात एका ग्रहणाने झाली. ग्रहणांमुळे नेहमीच आपल्याला नवीन शक्ती मिळतात, ज्यांच्यामुळे नवीन आध्यात्मिक प्रक्रिया सुरू होतात आणि आधीच्या प्रक्रियांना बळ मिळते. तसेच, या शक्ती आपल्याला इतर अनेक तऱ्हेने मदत करतात. आपण खुलेपणाने त्या ग्रहण केल्या पाहिजेत आणि आध्यात्मिक प्रक्रिया सक्रिय व बळकट होऊ दिल्या पाहिजेत. ह्या शक्तींजवळ बुद्धी असते. जेव्हा जेव्हा आपण त्यांचा स्वीकार करून परिवर्तनाला नकार देतो तेव्हा त्या अशी परिस्थिती निर्माण करतात की आपल्याला बदलाचा स्वीकार करावाच लागतो. अशा तऱ्हेने आपण शिकण्याच्या विशिष्ट अनुभवातून जातो.

आपण आता फोटॉन बेल्टच्या एका थरात प्रवेश केला आहे. त्यामुळे आपल्या मध्ये व जगामध्ये पुष्कळ सकारात्मक बदल घडून येणार आहेत. या बदलांची नांदी सभोवताली माजलेल्या गोंधळातून दिसते आहे. हा गोंधळ शमेल तेव्हा जुन्या व्यवस्था कोलमडतील आणि नवीन व्यवस्थांचा उदय होईल.

आपण एक गोष्ट निःसंदिग्धपणे जाणून घेऊया की ह्या जगाचा अंत होणार नाही. कृती योजनेचे आध्यात्मिकरीत्या पालन करा पण तुमच्या भौतिक जीवनात टोकाचे बदल करू नका. मी पुढे दिल्याप्रमाणे कृती योजना सुचवतो आहे, जी तुम्ही तशीच स्वीकारू शकता किंवा त्यात काही फेरफार करू शकता.

१: रोज सात वेळा सप्तर्षी प्राणायम करा; कमीतकमी एक तास तरी आपापल्या टप्प्याचे ध्यान करा. त्यानंतर कमीतकमी सात मिनिटे निळा प्रकाश प्रवाहित करा. पहिल्या शंबला तत्त्वाचे आचरण करा आणि नेहमी शांत राहा.

२: तुमची सर्व कर्तव्ये आणि जबाबदाऱ्या पार पाडा. सर्वच जीवन आध्यात्मिक आहे.

३: आपण जीवनाचा 'संपूर्ण' अनुभव घेतला पाहिजे. नाही तर आपल्या ह्या पृथ्वीवर अवतरण्याचा आपण उपयोग केला असे आपण म्हणू शकणार नाही.

४: हे विश्व, ही सृष्टी आणि आपले इथे येणे इ. ह्या सर्वांच्या पाठीमागचे सत्य आपण जाणून घेतले पाहिजे. २०१२, फोटॉन बेल्ट इ. बद्दलच्या ज्ञानाने आपण स्वतःला सुसज्ज केले पाहिजे. तसेच, आपल्या सभोवताली, संपूर्ण जगात घडणाऱ्या गोष्टींची माहिती आपल्याला असली पाहिजे.

५: अंतःप्रेरणा आणि तिसरा डोळा यासारख्या आपल्या अंतःस्थ शक्तींचा वापर करायला आपण सुरुवात केली पाहिजे. तिसऱ्या डोळ्याने पाहण्यासाठी तीन वेळा सप्तर्षी प्राणायम करा आणि तिसऱ्या डोळ्याने पाहण्याचा प्रयत्न करा.

६: आपण ऋषींबरोबर थेट संपर्क प्रस्थापित केला पाहिजे आणि ते आपले संरक्षण करतात आणि जीवनाच्या प्रत्येक लहान सहान तपशीलात सुद्धा ते आपले मार्गदर्शन करतात याविषयी परत परत दिलासा मिळवला पाहिजे.

तुमच्या साधनेत निळ्या प्रकाशाचा उपयोग करा. निळ्या प्रकाशाची छटा कोणती असावी इ. तपशीला विषयी चिंता करू नका.

ज्या ज्या वेळी आम्ही अखंड ध्यान करतो तेव्हा ह्या जागेशी फक्त संलग्न व्हा आणि तुम्ही जिथे असाल तिथून आमच्या ध्यानात सहभागी व्हा.

माझ्या तोंडातून बाहेर पडणाऱ्या शब्दांच्या पाठी ऋषींकडून मिळणाऱ्या महान शक्ती असतात. तुम्ही जेव्हा माझे बोलणे ऐकता, डीव्हीडी पाहता किंवा वेबकास्ट पाहता तेव्हा ह्या शक्ती तुम्हाला मिळतात.

१०–०१–२०१०

एका व्यक्तीने चूक केली, यातना भोगल्या, स्वतःची चूक ओळखून चुकीबद्दल मनापासून पश्चात्ताप केला आणि वेदनेपासून सुटका मिळविण्यासाठी तासन्तास ध्यान केले. तिला दिलासा मिळाला. 'श्रद्धेमुळे जखमा भरतात आणि पश्चात्तापाचा परिणाम होतो.'

ऋषींच्या मार्गाचे वैशिष्ट्य हे आहे की ते कधीही आपल्या कार्याचे व्यापारीकरण वा विक्री करत नाहीत किंवा त्यातून फायदा उकळत नाहीत.

कोणीही तयारी करून मनाची कवाडे उघडू शकतो आणि प्रकाश ब्रह्म लोकातून आणि नील ब्रह्म लोकातून नवीन शक्ती आणि ज्ञान थेटपणे मिळवू शकतो. आपल्यात प्रवेश करण्यासाठी ते प्रतीक्षा करीत आहेत.

जेव्हा तुम्ही तुम्हाला जे स्वीकारार्ह आणि सत्य वाटते त्या सर्वांचे तुमच्या जीवनात प्रत्यक्ष आचरण करता, तेव्हा आध्यात्मिक जगाचे दरवाजे तुमच्यासाठी उघडतात. पहिल्या शंबला तत्त्वाचे आचरण करा. शांतीमधून स्तब्धता मिळते आणि आपण आपोआपच दिव्यत्वाशी जोडले जातो. त्यामुळे आपले आयुष्यच बदलून जाते. शांत राहण्याने आणि शांततेच्या मार्गावर प्रगती केल्याने आपल्याला समाधीचा अनुभव मिळतो.

ध्यानाच्या दरम्यान किंवा ध्यानानंतर किंबहुना ध्यान करत नसताना देखील मस्तकात जाणवणारा जडपणा शक्तींच्या विपुलतेमुळे येतो. अशा वेळी पाच मिनिटे आराम करा. प्रेमाचे संरक्षक कवच आणि परमेश्वर व ऋषींची कृपा आपले सदैव रक्षण करते.

आपल्याला येणाऱ्या अनुभवांवरुन आपल्या आध्यात्मिक प्रगतीचे मोजमाप ठरत नसते. मनाच्या स्तरावर येणारे अनुभव खरे अनुभव नसतात. समाधीचा अनुभव, शांतीचा आणि विशालतेचा अनुभव असे आत्म्याला येणारे अनुभव खरे अनुभव असतात.

ध्यानामध्ये नेहमीच तळ आणि शिखरे असतात. काळजी करू नका. दोन्हीचाही स्वीकार करा. कोणत्याही क्षेत्रात चढ उतार होत असतात. ऋतू बदलतात. त्याचप्रमाणे शक्तीची पातळी बदलते.

आपण लक्षात ठेवले पाहिजे की सर्व पातळ्यांवर ऋषी ज्ञान, आधारभूत तंत्रे आणि नवीन शक्तींच्या साह्याने आपल्याला मार्गदर्शन देत असतात. त्यामुळे आपल्याला आत्मविश्वास मिळतो व अतिशय सुरक्षित वाटते.

आपण अंतःप्रेरणेचा वापर आणि प्रयोग केल्याने ती खूप सक्रिय बनते. तिसरा डोळा उघडण्यासाठी ५ ते ७ वेळा सप्तर्षी प्राणायम करा आणि भ्रूमध्यात तिसऱ्या डोळ्याची कल्पना करा आणि त्यातून पाहण्याचा प्रयत्न करा. नियमित सराव व चिकाटीच फक्त आपली मदत करू शकते.

लहान मुले प्रगत परमार्थ निष्ठा घेऊनच जन्माला आली आहेत. ऋषी त्यांची काळजी घेतील आणि २०१२ सालातून सुखरूप पार पडण्यासाठी त्यांची मदत करतील. पालकांना काळजी वाटणे साहजिक आणि मनुष्य स्वभावाला धरून आहे. ज्या ज्या वेळी तुम्ही मनुष्य असायला हवे त्यावेळी देव बनायचा प्रयत्न करू नका.

विस्मय वाटणे ही मानव जातीला मिळालेली सर्वोच्च देणगी आहे. दर वेळी चंद्राकडे पाहताना आपल्याला त्याच्या सौंदर्याचे आश्चर्य वाटले पाहिजे.

तुम्ही रा–मंदिरात सलग तीन तास ध्यान करू शकता. जेव्हा जेव्हा तुम्हाला मस्तकात जडपणा जाणवेल तेव्हा तुम्ही थोडा आराम करा.

'प्रकाश परमेश्वर आहे' हे सत्य साधे सरळ, पण उमजायला कठीण आहे. कृपया यावर चिंतन करा आणि याचा पूर्ण अभ्यास करण्याचा प्रयत्न करा. तुम्हाला याहून मोठी सत्ये सापडतील आणि सर्व गोष्टी अतिशय स्पष्टपणे समजतील.

जगाच्या उद्धारासाठी आपण किमान एक गोष्ट करू शकतो आणि ती म्हणजे प्रकाश प्रवाहित करणे. आध्यात्मिक असणे म्हणजे जाणिवेच्या कक्षा विस्तारणे आणि प्रेमाचे प्रकटीकरण करणे.

१७–०१–२०१०

सृष्टीतील प्रत्येक वस्तूला वैयक्तिक चैतन्य असते जे प्रतिसाद देते. त्याला भावना असतात आणि संवेदना असतात.

शांत राहण्या बद्दलचे तत्त्व आपल्याला विश्वामित्र महर्षींनी दिले आहे. स्वस्थ असा. त्यामुळे तुम्ही त्यांच्याशी जोडले जाल आणि कोणीही तुमचा गैरफायदा घेऊ शकणार नाही.

गुरुजी उवाच

(संकलन : शोभा राव, अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर)

मी जे काही बोलतो ते सर्व व्यवहार्य आहे आणि ते आयुष्यात लागू होऊ शकते. तुम्ही ह्या मार्गाची निवड केली आहे. इकडे तुम्ही जे शिकता ते सर्व जर तुम्ही आयुष्यात लागू करायचे ठरवले आणि त्यामुळे तुमचे थोडे नुकसान झाले तर ते नुकसान सार्थ असेल. प्रगती करण्यासाठी आपण साधना अंगीकारतो. हे अतिशय साधे सत्य आहे.

ग्रहणाच्या दरम्यान दोन प्रकारच्या शक्ती मुक्त केल्या जातात. एक म्हणजे भौतिक शक्ती जसे की किरणोत्सर्ग वगैरे. या शक्तींना वैज्ञानिकांच्या सल्ल्याप्रमाणे हाताळावे लागते.

दुसऱ्या प्रकारच्या शक्ती अतिशय सूक्ष्म, आध्यात्मिक शक्ती असतात ज्या, आपण त्यांना आमंत्रित केल्याशिवाय आपल्या शरीरात प्रवेश करत नाहीत. आपण ध्यान करतो आणि त्यांना आपल्या शरीरात प्रवेश करू देतो. त्या आपली कर्मे जाळतात आणि आपल्याला निरोगी करतात. त्या आपल्याला प्रचंड सामर्थ्य देतात.

हैती येथे झालेल्या भूकंपाबद्दलच्या प्रश्नांची उत्तरे आमच्या जवळ नाहीत. ह्या विश्वाचे काम कसे चालते ते आपल्याला पूर्णतः समजलेले नाही. सृजन आणि विनाश हातात हात घालून चालतात. आपत्तीग्रस्त जागेकडे किंवा नैसर्गिक अरिष्टाच्या वेळी आपण आपल्या प्रार्थना, आपल्या शक्ती पाठवल्या पाहिजेत.

मी लोकांना प्रत्यक्ष भेटणे थांबवले आहे. परंतु, पत्र किंवा ईमेल पाठवायला आणि कोणत्याही प्रकारचे मार्गदर्शन मागायला संकोचू नका.

प्रश्नांना आम्ही देत असलेली उत्तरे व्यक्तिसापेक्ष बदलतात आणि वेळेनुसारही बदलतात. हे त्या प्रश्नकर्त्याच्या आध्यात्मिक पातळीवर अवलंबून असते. एकाच प्रश्नाला आम्ही किंचित निराळ्या पद्धतीने उत्तर देतो कारण तेव्हा विशिष्ट वास्तवे बदललेली असतात आणि लोक सुद्धा प्रगत झालेले असतात. एकदा सहज बोलता बोलता मी म्हणालो, 'नीती नियम मनुष्य निर्मित आहेत.' मी असे कधीही म्हणालो नाही, 'नीती नियम चुकीचे आहेत.' कसे कोण जाणे पण काही लोकांना ते समजले नाही. लोक परिपक्व होण्याची मला वाट पाहावी लागेल.

साधना आणि ध्यान करण्यामध्ये गांभीर्य असायला हवे. इथे ध्यान करणाऱ्या लोकांना मिळत असलेले सगळे फायदे ऋषी प्रत्येक साधकाला देतात. कोणत्याही दिवशी ध्यान करण्याची नुसती खरीखुरी इच्छा सुद्धा पुरेशी असते.

रविवारच्या ध्यान वर्गाचे वेबकास्ट म्हणजे निव्वळ एकाच वेळी पाहणे व ऐकणे नव्हे. त्यामध्ये एकप्रकारचा संलग्नपणा असतो, जो मी इथे बसून ते चेहरे न पाहताही अनुभवू शकतो. मला त्याचा फार आनंद होतो. यासाठी ज्यांनी मेहनत घेतली त्या उत्कृष्ट संघाचे लोकांनी आभार मानले आहेत.

प्रकाश प्रवहन गटातील (Light Channels Group) लोकांनी शाळांमध्ये जाऊन शेकडो मुलांना प्रकाश प्रवाहित करायला लावले. सांगण्याचा मुद्दा असा की जर आपल्याला काम करण्याची इच्छा असेल तर आपण काम करतो, नाही तर आपण टाळाटाळ करतो, कामापासून पळून जातो किंवा दुसऱ्याला मूर्ख बनवतो.

२४-०१-२०१०

हैती येथील भूकंपग्रस्त लोकांना होत असलेल्या यातना व दुःखातून येत असलेली कंपने ऋषींनी ५०% हून अधिक कमी केली आहेत. इथे प्रकट झालेला मुद्दा असा आहे की उरलेला बराचसा भाग ह्या पृथ्वीवरच्या प्रत्येक माणसाने वाटून घ्यायचा आहे आणि त्यावर तोड सुद्धा काढायची आहे. आपण हे अधिक ध्यान करून व अधिक प्रकाश प्रवाहित करून करतो.

आपल्याला अनेक सत्ये, अनेक वास्तवे जाणून घ्यायची आहेत आणि अनेक अज्ञानमूलक गोष्टींबाबत जागृत व्हायचे आहे.

परमेश्वर एकच आहे या सत्याची जागृती आपल्यात व्हायला हवी. परमेश्वर म्हणजे प्रकाश आहे. सर्व देव देवता महान परब्रह्म परमेश्वराची प्रकट रूपे आहेत.

लोकांमध्ये ह्या सत्याची जागृती व्हायला पाहिजे की मूर्ती देवाचे अथवा देवतेचे प्रतिनिधित्व करतात. देव किंवा देवता ही शक्ती असते जी त्या मूर्ती खालच्या जमिनीमध्ये साठवलेली असते.

आपण ही वस्तुस्थिती जाणायला हवी की आपल्याला पूजा अर्चाच्या पलीकडे जायला हवे. जोपर्यंत आपण पूजा करू तोपर्यंत आपण परमेश्वरापासून जाणीवपूर्वक दूर आणि वेगळे राहू कारण द्वैत टिकून राहते.

आपण हे जाणणे अनिवार्य आहे की 'पुण्य' आपल्याला स्वर्ग मिळवून देते, मुक्ती नव्हे. देवासमोरच्या दानपेट्यांत पैसे टाकून आपण देवाला संतुष्ट करू शकत नाही.

आपण हे सत्य जाणले पाहिजे की परमेश्वर फक्त देवळांतच नाही तर सर्वत्र आहे. गरज आहे ती फक्त आपल्या पवित्र हृदयातून त्याच्याशी संपर्क साधण्याची.

आपण हे सत्य जाणले पाहिजे की ऋषी अस्तित्वात आहेत. ते आपल्या मदती साठी सदैव तत्पर असतात.

आपल्याला हे सत्य समजले पाहिजे की आपल्या कर्मांवर लक्ष ठेवण्यासाठी व त्यांची व्यवस्था पाहण्यासाठी एक प्रणाली किंवा एक प्रचंड मोठी यंत्रणा आहे.

इथल्यापेक्षा जास्त अथवा कमी प्रकाश असलेल्या सर्व पृथ्वीगोलांवर आपण कदाचित राहिलो आहोत. ह्या सत्यांबद्दल आपल्यात जागृती झाली पाहिजे. हे सर्व जाणल्याने आपण शहाणे बनू.

आध्यात्मिक असणे म्हणजे केवळ चांगले व प्रामाणिक असणे आणि ही आपल्या जगण्याची एक अवस्था आहे जी अंतर्गत व आत्मनिष्ठ असते हे सत्य आपण समजून घेतले पाहिजे. एखादा माणूस ध्यान करत नसूदे, पण तो आध्यात्मिक असू शकतो. ध्यान साधना ही ऋषींकडून मानवजातीला मिळालेली सर्वोच्च देणगी आहे कारण ती आपल्याला देवत्वाकडे नेते.

इतर मार्गात तुमची जास्त जलद व जास्त चांगली प्रगती होऊ शकत असेल तर तुम्ही आनंदाने तिकडे जाऊ शकता. तुमच्या अंतःप्रेरणेला विचारा. ऋषी साधनेच्या निरनिराळ्या मार्गात फरक करत नाहीत कारण सर्वांचे उगमस्थान एकच आहे. ते म्हणतात, 'प्रत्येक मार्ग आमचा आहे.'

ध्यान करण्या बाबत तुम्हाला दिलेल्या सर्व सूचना पाळा. त्यात तुम्ही कोणता रंग वापरायचा आहे त्याचा स्पष्ट उल्लेख असेल.

मी असे जोरकसपणे सुचवतो की साधकांनी, विशेषतः नवशिक्या साधकांनी आमची पुस्तके वाचावी. तुम्ही प्रश्न विचारण्यापूर्वी जाणून घेण्याचा थोडा प्रयत्न करा.

काही अनिवार्य कारणांमुळे जर तुम्ही ध्यान करू शकत नसाल तर प्रकाशाबद्दल विचार करा, प्रकाश धारण करा, प्रकाश अनुभवा. परंतु, जेव्हा तुम्ही ध्यान करता आणि प्रकाश धारण करता तेव्हा तुमच्या सर्व अडचणी दूर होतात. ध्यान करणे सुरू ठेवा.

बाहेरील विद्यार्थ्यांना विनंती आहे की त्यांनी त्यांच्या अभ्यासाचा अहवाल, प्रश्न व त्यांचे अनुभव वेगवेगळे पाठवावे कारण त्यांची व्यवस्था वेगवेगळे लोक पाहतात.

आमच्या एका तपोनगरवासी विद्यार्थीनीची सूचना आहे की आपण सर्वांनी रोज एकाच वेळी रात्री १० वाजता प्रकाशाचे प्रवहन करावे.

ह्या मुद्द्यावर चिंतन करा: 'आपला प्रत्येक विचार, प्रत्येक कृती व प्रत्येक भावना जगावर परिणाम करते.' त्यामुळे आपण सर्वांनी अतिशय जबाबदारीने वागूया.

कोणालाही किंवा उद्भवलेल्या कोणत्याही परिस्थितीला प्रतिक्रिया देण्याआधी क्षणभर थांबून शांत राहण्याने लक्षात येण्याजोगा फरक पडू शकतो. साधना म्हणजे केवळ ज्ञान प्राप्त करणे आणि जाणणे नव्हे तर ते आपल्या आयुष्यात प्रत्यक्षात जगणे होय.

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 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.

तपोनगर डायरी

(सीमा अलमेल सोमयाजी, अनुवाद : वैशाली जोशी)

जानेवारी २०१० हा नवीन आरंभांचा महिना होता. ह्या महिन्याच्या रहिवाशांच्या भेटीत अनेक नवीन कल्पना पुढे आल्या, अगदी गावातील कचरा फेकण्याची व्यवस्था कार्यक्षम करण्यापासून ते घरांच्या सभोवताली हिरवळ वाढविण्यापर्यंत. गुरुजींनी नेहमीच ह्यावर भर दिला आहे की पुस्तके वाचून स्वत:चे ज्ञान वृद्धिंगत करणे महत्त्वाचे आहे. त्यामुळे रहिवाशांकरता एक वाचनालय उघडण्याची कल्पना आकाराला आली.

ह्या सर्वातील उत्तम भाग म्हणजे ह्या कल्पनांची ताबडतोब अंमलबजावणी केली गेली. श्री. स्वामीनाथन ह्यांच्या नेतृत्वाखाली एके दिवशी पहाटे रहिवाशांनी एकत्र जमून संपूर्ण परिसराची सफाई केली.

काही दिवसातच मानसा ग्रंथालय वास्तवात आले. सौ. सुनिता देशपांडे आपणहून ग्रंथालयाचे काम सांभाळायला तयार झाल्या. ह्याकरता 'युटिलिटी ब्लॉक' च्या तळमजल्यावर एक खोली तयार करून १ फेब्रुवारीला ग्रंथालयाचे उद्घाटन करण्यात आले.

कदाचित ही नव युगाची खूण असावी की ठरवणे आणि अंमलात आणणे ह्यातील अंतर अगदी कमी झाले आहे. हा ग्रहणांचा परिणाम देखील असू शकतो कारण ती नव्या आरंभांना मदत करतात. ह्या महिन्यात पंधरवड्याच्या अंतराने दोन ग्रहणे झाली. ध्यानसाधकांनी एकत्र जमून संपूर्ण पृथ्वीला निळ्या प्रकाशाचे प्रवहन केले. ऋषींनी तपोनगरात ग्रहणाच्या शक्ती साठवल्या जेणेकरुन त्यांचा उपयोग मानवजातीच्या कल्याणाकरता करता येईल.

१ फेब्रुवारीला होणाऱ्या प्रकाश प्रवहन कार्यक्रमाच्या तयारीत मानसा कार्यालयातील सर्वजण व्यस्त होते. अगदी पहिल्यांदाच ६० स्वयंसेवकांचा समावेश असलेल्या ह्या प्रचंड कार्यास सुरुवात झाली. गेल्या वर्षी दोन स्वयंसेवक श्री. विनय आणि श्री. कविंद्र आपापल्या व्यवसायाचा त्याग करून ऋषींच्या कार्यात सहभागी होण्याकरता तपोनगरला राहायला आले. ह्या महिन्यात, अनेक वर्षे स्वयंसेवक असलेल्या श्री. प्रशांतने हेच केले. हा खरच नवीन आरंभांचा महिना होता. ■

गुरुजींना आलेल्या पत्रांतील काही वेचे

(संकलन: वैशाली जोशी, अनुवाद: एकनाथ कुलकर्णी)

आज (९–२–२०१०) मल्लेश्वरम येथे प्रकाश प्रवहनाचे सत्र संपल्यावर एका शिक्षिकेचे डोळे भरून आले. त्या म्हणाल्या, "मी देव माझ्या अगदी जवळ असल्याचे अनुभवले". –मनोज चोप्रा

मी एक मसाजिस्ट आहे आणि होलिस्टिक पद्धतीने उपचार करते. माझ्यातील प्रकाश आणि स्पंदने उच्च पातळीवर असणे माझ्याकरता अतिशय महत्त्वाचे आहे. प्रकाश प्रवहनाबद्दल कळल्यावर मला खूप आनंद झाला. ११ फेब्रुवारी २०१० रोजी मी अर्धा तास प्रकाश प्रवहन केले. मला सूर्यप्रकाशात नाहून निघाल्यासारखे वाटले. ही अतिशय उत्कृष्ट भावना होती! मी सर्व प्रकाश शोषून घेतला आणि गरज पडली तेव्हा विखरले.
–मारलीन् कास्टेल्युसिओ

मी आपल्या सर्व पुस्तकांना वंदन करते. आपण केलेल्या कामामधून मला स्फूर्ती आणि संवेदना मिळते. जेव्हा मी पहिल्यांदा महर्षी अमरांचे चित्र पाहिले, तेव्हा मी ओळखले की, मी त्यांना पूर्वी माझ्या ध्यानामध्ये पाहिले होते. माझ्या दृष्टांतात मी पांढऱ्या पोशाखामध्ये सात व्यक्ती कार्यमग्न असताना पाहिले होते. त्यापैकी एक दैवी व्यक्ती आपण होता. पृथ्वीच्या मदतीकरता आपले कार्य चालू होते. इतर तारका मंडलातून विशेष शक्तींच्या प्रवहनाद्वारे आपल्या कार्याला मदत मिळत होती.
– ललिता सुब्रमण्यम्

बऱ्याच वेळा मी स्वत:ला आठवण करून देते की, परमेश्वर आणि माझे गुरु सर्वकाळ माझे निरीक्षण करीत आहेत. म्हणूनच त्यांना रुचणार नाही किंवा जे त्यांच्या शिकवणीच्या विरुद्ध आहे असे काहीही करण्याचे मी टाळते. माझी निष्ठा अनेक पटीने वाढली आहे आणि त्यामुळे मला खूप मनोबल मिळाले आहे. –गीता जोशी

नवीन वेबसाईट जी आपण प्रेमपूर्वक अमर महर्षींना अर्पण केली आहे, तिच्यातील सर्वच पैलू अत्यंत आकर्षक आहेत. नवीन विद्यार्थ्यांना विनाशुल्क पुस्तकांची उपलब्धता हे एक वरदानच आहे. आपले नवीन छायाचित्र, खास करुन पांढऱ्या शुभ्र पार्श्वभूमीवर बसलेल्या आपल्या प्रतिमेकडे पाहून माझे डोळे भरून आले. वेबसाईटचे अवलोकन करीत असताना शुचिता, प्रकाश, दैवी स्पंदने आणि आशीर्वाद जाणवला. या उपक्रमा मागील चेहरे आणि हात यांना मी ओळखत नाही, परंतु त्यांची निष्ठा व प्रेम मला जाणवले. सर्वांना माझे नम्र प्रणाम. उत्साह आणि स्फूर्तीने ह्या ध्यानमार्गावर चालण्याची मला त्यांच्या शांतपणे केलेल्या कामामुळे प्रेरणा मिळाली आहे.
–पद्मजा बालाजी

प्रश्नोत्तरे

संकलनः शोभा राव, अनुवादः सुनिता देशपांडे

प्र. इतरांची कर्मे आपण घेऊ शकतो का? एखाद्या व्यक्तीची कर्मे अशाप्रकारे दुसऱ्या व्यक्तीला देता येतात का?

उ. सहसा नाही. आपली कर्मे आपल्याला दंड देण्यासाठी नसून आपल्याला शिकवण्यासाठी असतात. काही कायद्यांमुळे आपण इतरांची कर्मे घेऊ शकत नाही. एखाद्या व्यक्तीची कर्मे जर इतर कोणाला देण्यात आली किंवा काढून टाकण्यात आली तर त्याला शिकण्याची संधी मिळू शकणार नाही. काही फारच थोड्या परिस्थितींमधे मात्र असे करणे शक्य असते. यासाठी ऋषींना प्रार्थना करणे हाच एक सोपा आणि उत्तम उपाय आहे.

प्र. या आयुष्यात मिळालेले अपंगत्व आध्यात्मिक मार्गांनी दूर करता येते का?

उ. कर्मांमुळे मिळालेले अपंगत्व ध्यान साधना करून दूर करता येते पण अपघातामुळे मिळालेले अपंगत्व आयुष्यभर भोगावे लागते. ध्यानाबद्दल आपण प्रेम आणि श्रद्धा वाढीस लावायला हवी.

प्र. ओव्हरसेल्फ म्हणजे काय? प्रत्येकालाच ओव्हरसेल्फ असतो का?

उ. ओव्हरसेल्फ म्हणजे आपला स्वतःचा ऊर्वरित मोठा भाग असतो जो आपण इथे जन्म घेण्यासाठी खाली येताना मागे सोडून येतो. परमेश्वर आपला ओव्हरसेल्फ आहे. आपण त्याचा एक भाग आहोत. आपण आपल्या ओव्हरसेल्फ कडून म्हणजेच परमेश्वराकडून केव्हाही ज्ञान, शक्ती आणि आत्मबल मिळवू शकतो.

प्र. मास्टर 'व्हीं'च्या गटाबद्दल आपण जास्त माहिती द्याल का?

उ. मास्टर व्हींनी त्यांचा गटाचे कार्य थांबवायचे ठरवले आहे. पण लोकांना या गटाबाहेर जाण्याचा पर्याय उपलब्ध आहे, कारण मास्टर 'व्हीं'सोबत कार्य करण्यासाठी बराच त्याग करण्याची आवश्यकता असते. आपल्या सर्व वैयक्तिक महत्त्वाकांक्षा बाजूला ठेवून एवढेच नव्हे तर मुक्ती मिळवण्याची महत्त्वाकांक्षा सुद्धा बाजूला सारून आपल्या वैयक्तिक जीवनाचा त्याग करून त्यांच्या कार्याला वाहून घ्यावे लागते. त्यांच्यासोबत पूर्णपणे एकतानता साधून त्यांना अनुसरावे लागते. हे सोपे नाही. आतापर्यंत आपल्याला बऱ्याच गोष्टी समजल्या आहेत पण याही पेक्षा पुष्कळ जास्त आपल्याला समजून घ्यायचे आहे, जाणून घ्यायचे आहे आणि अनुभवायचे आहे. मास्टर 'व्ही' प्रकाश आहेत. 'प्रकाश' म्हणून त्यांचे वर्णन केले जाते. आपल्याला प्रकाश होऊन प्रकाशाचा अनुभव घ्यावा लागेल. त्यांच्यासोबत कार्य करणाऱ्यांसाठी 'कार्य, कार्य आणि कार्य' हाच मंत्र असेल. मास्टर 'व्ही' स्वतः निवड करतील. त्यांच्या या गटात कार्य करणाऱ्यांची नावे आम्ही या वर्गात किंवा या जगाला घोषित करणार नाही पण त्यांच्या कार्यामुळे हे लोक चमकतील.

प्र. ध्यानात मला कित्येक अनुभव येत असून सुद्धा मी सारखा सारखा आजारी का पडतो?

उ. अनुभव आणि स्वास्थ्य यांचा एक-दुसऱ्याशी संबंध आपण लावू नये. या भौतिक पातळीवरील कारणामुळे कोणी आजारी पडू शकतो. कदाचित कर्मांमुळे आजार होऊ शकतो. अशा प्रत्येक गोष्टीचा वेगळा अभ्यास करून मग आपल्याला नेमके काय कारण आहे ते सांगता येईल. अनुभव कर्मे जाळत नाहीत.

प्र. 'पास्ट लाईफ रिग्रेशन' ही पूर्वायुष्यात डोकावून बघण्याची जी चिकित्सा आहे ती 'हिप्नॉसिस' द्वारा किंवा मोहिनी विद्येद्वारा करणे शक्य आहे का?

उ. जेव्हा एखाद्या माणसाला मोहित केले जाते तेव्हा त्याच्या जाणिवेला त्याच्या मनाच्या सुप्त स्तरावर नेले जाते. आपल्या अतृप्त इच्छा आणि कल्पना मनाच्या या सुप्त स्तरात असतात. आपल्या पूर्वजन्माच्या नोंदी मात्र मनाच्या सुप्त स्तरात नसून अजागृत स्तरात असतात. मोहिनी घालून आपण जाणिवेला या अजागृत स्तरापर्यंत नेऊ शकत नाही. फक्त ध्यानाद्वारेच आपण आपल्या मनाच्या खोल स्तरापर्यंत पोहोचू शकतो.

प्र. मानसिक शांतीसाठी मी ध्यान करण्याच्या व्यतिरिक्त आणखी काय करायला हवे?

उ. जीवनातील सत्यं जशी आहेत तसा त्यांचा स्वीकार करा; सर्व पातळ्यांवर. जगातील अपरिपूर्णतेचा स्वीकार करा. तसेच तुमच्या अवती-भवती असलेल्या लोकांमधील अपरिपूर्णतेचा स्वीकार करा. सर्व गोष्टी आपण उच्च दृष्टिकोनातून पाहायला हव्या. शांती आपण काळजीपूर्वक आणि बुद्धिमत्तेचा वापर करून स्थापित करायला हवी. थोडी अनासक्ती आचरणात आणा. थोडा एकांतवास आपल्याला परमेश्वरासोबत एकट्याने राहाण्यास मदत करतो. खूप प्रकाश सदैव सोबत ठेवा आणि सदैव शांत राहा. ■

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/-
Guruji Speaks Part - I	200/-
Guruji Speaks Part - II	200/-
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 तत्वांचा 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/-

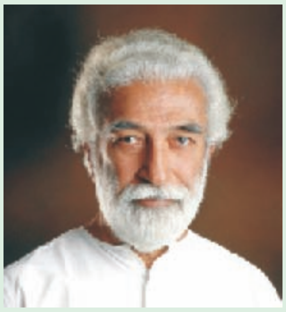
ही पुस्तके खालील ठिकाणी मिळतील:

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.

प्रकाशाचे प्रसारण

दर शुक्रवारी १० ते १ वाजेपर्यंत गुरुजींसोबत ध्यान-साधक प्रकाशाचे प्रसारण करतात. ह्यात सामील होण्यासाठी सर्वांचे स्वागत आहे.

भेट देणाऱ्यांसाठी

दररोज सकाळी १० ते संध्याकाळी ५ वाजेपर्यंत सर्वांना ध्यानासाठी परवानगी आहे

अपील

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

आध्यात्मिक अनुभव

(संकलन: शोभा राव, अनुवाद: गुरुराज कानाडे)

दि. २५ जानेवारी २०१० रोजी, मी 'रा' ध्यान मंदिराशी मानसिक संपर्क साधला व ध्यानास बसले. त्यावेळी मला वाटले की मी नखशिखांत निळ्या प्रकाशाने भरून गेले आहे. मी माझ्या शरीराच्या ठिकाणी फक्त निळा प्रकाशच पाहू शकत होते. माझ्या शरीराचा आकार विस्तारला आणि मी माझ्या शरीरात व्यक्त व अव्यक्त परमेश्वरासह संपूर्ण सृष्टी पाहू शकत होते. मला माझ्या आत ढगांचा गडगडाट, लक्षावधी बॉम्बचा स्फोट, हिमवृष्टी इत्यादींचा अनुभव आला. मी थंडी आणि उष्णता या दोहोंचा अनुभव एकाचवेळी घेत होते. मला माझे शरीर प्रकाशमय झाल्याने अगदी हलके वाटत होते पण शक्तींमुळे जडपणा जाणवत होता. हा अनुभव साधारणपणे २० ते २५ मिनिटे टिकला. मी जेव्हा उठले तेव्हा मला जडपणा जाणवत होता आणि मला व्यवस्थितपणे चालवत देखील नव्हते. मी जेवू शकले नाही व मला स्वतःला जबरदस्तीने निद्राधीन करावे लागले.
–प्रियंका मिश्रा

दि. २५ जानेवारी २०१० रोजी ध्यान करताना शेवटच्या ३० मिनिटांत मला एक दृष्टांत झाला. त्यात मी प्रियंकाला सप्तर्षी प्राणायाम करताना पाहिले. प्राणायामाच्या पहिल्या फेरीदरम्यान, मला तिच्या पाठीच्या कण्यात नारिंगी गुलाब दिसला व त्याच्या खाली प्रखर निळा प्रकाश खूप प्रमाणात दिसला. निळा प्रकाश व नारिंगी फूल दोन्ही मूलाधार चक्राकडून सहस्रार चक्राकडे पाठीच्या कण्यालगत वर सरकले. दुसऱ्या व त्यानंतरच्या प्राणायामाच्या फेऱ्यांदरम्यान फक्त नारिंगी गुलाब वर सरकताना दिसला.
–ब्रजबंधु मिश्रा

ध्यान करताना मला एक विलक्षण अनुभव आला. या दरम्यान, माझे शरीर प्रकाशमय झाले, चेहऱ्याची त्वचा चकाकली, डोळे चमकले व माझ्या हृदयात एक गोड जाणीव झाली. यासोबतच मला आनंद, निरोगीपणा व विपुलतेची देखील जाणीव झाली.
'२०१० अंत की आरंभ', 'शंबला तत्त्वांचा अभ्यास' व इतर पुस्तके वाचताना, तसेच सप्तर्षींच्या गुहेस जेव्हा मी प्रथम भेट दिली तेव्हा पुन्हा हाच अनुभव मला आला.
–सौम्या

ग्रहणादरम्यान ध्यान करताना, निळ्या शक्तींनी भरलेले ढग पृथ्वी व इतर ठिकाणाहून अवकाशात जमत असताना मी पाहिले. प्रकाशकार्यकर्ते या ढगांना पृथ्वी, सूर्य, चंद्र व आकाशगंगेतील इतर अनेक ठिकाणी पाठवत असताना मला दिसले. मला वाटले की या शक्तींनी आपल्या पृथ्वीवरील 'ओझोन आच्छादन' दुरुस्त केले व आपल्या पृथ्वीला बरे केले. हे ग्रहण आपण फोटान बेल्टच्या प्रभामंडळात प्रवेश केल्यानंतर घडल्याने, ह्या दरम्यान प्राप्त झालेल्या शक्ती अतिशय आल्हाददायक व विशेष होत्या.
–नागमणी चंद्रशेखर

FORM IV

(नियम ८, प्रेस आणि रेग्युलेशन ऑफ बुक ॲक्ट खाली)

१.	प्रकाशमार्ग	वृत्तपत्राचे शीर्षक
२.	रजिस्ट्रेशन क्र.	KARMAR/2008/27314
३.	प्रकाशन स्थळ	बंगलोर
४.	प्रकाशनाची आवृत्ती	मासिक
५.	संपादक, प्रकाशक व मुद्रकाचे नाव	जयंत देशपांडे
	राष्ट्रीयत्व	भारतीय
	पत्ता	तपोनगर, चिक्कगुब्बि, (ऑफ हेन्नूर-बागलूर रोड), बंगलोर अर्बन ५६२१४९
६.	मुद्रण स्थळ	आर्ट प्रिंट, ७१९/ए, वेस्ट ऑफ कॉर्ड रोड, स्टेज २, राजाजीनगर, बंगलोर ५६००८६
७.	मालकाचे नाव	मानसा फाऊंडेशन (रजि.)

मी, जयंत देशपांडे, हे घोषित करतो की, माझ्या विश्वासाप्रमाणे व माहितीप्रमाणे, वर दिलेली माहिती अगदी खरी आहे.

सही
जयंत देशपांडे
संपादक, प्रकाशक व मुद्रकाची सही

बंगलोर
ता: २५-२-२०१०

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 - 562 149 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 - 562 149.
Editor : Jayant Deshpande