प्रकाशमार्ग

Volume 2 Issue 8 MAY 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

यापूर्वी कधीच असे ज्ञान, अशा शक्ती आणि अशी मदत आपल्याला प्रकाश गुरुंकडून आणि सूक्ष्म जगांकडून मिळालेली नाही. यापूर्वी कधीच अशा संधी आणि असे मार्गदर्शन आपल्याला मिळालेले नाही. पण यापूर्वी कधीही सध्या जशा आहेत तशा परिस्थितींमध्ये सुद्धा आपण नव्हतो. वेगाने पुढे जाणारा काळ किंवा काळाचा संकोच, तीव्र प्रलय आणि २०१२ सालामधे होणाऱ्या मोठ्या बदलांची शक्यता, या सर्व गोष्टींमुळे हा काळ असामान्य परिस्थितींचा काळ आहे. या परिस्थितींना सामोरे जाण्यासाठी आपल्याला असामान्य पद्धतींनी स्वतःला तयार करण्याची गरज आहे. पण तसे घडत मात्र नाही आहे.

"२०१२" हा चित्रपट प्रदर्शित झाला आणि स्थानिक दूरदर्शन वाहिन्यांनी या जगाच्या शेवटाबद्दल काही कार्यक्रम दाखवले, तेव्हा काही काळासाठी काही लोकांमध्ये भीती निर्माण झाली, तर काही लोक काळजीत पडले आणि कित्येक लोकांच्या मनात खूप प्रश्न उत्पन्न झाले. तो काळ आता मागे पडल्यासारखा वाटतो आहे. नव्या सनसनाटी गोष्टी टी.व्ही. चॅनल्स वर येऊ लागल्या आणि नवे चित्रपट प्रदर्शित होऊ लागले!

आपण सतत एका तणावाखाली असायला हवे असे मी म्हणत नाही. आपण शांतपणे व सावकाश स्वतःला तयार करायला हवे. आपण नवे ज्ञान आत्मसात करायला हवे, नव्या शक्ती ग्रहण करायला हव्यात आणि प्रेम, चांगुलपणा आणि वैराग्य बाळगून २०१२ नंतर सत्ययुगात प्रवेश करण्यासाठी स्वतःला तयार करायला हवे.

यापूर्वी कधीच एवढी मोठी उडी घेण्यासाठी आपल्याजवळ इतका थोडा वेळ नव्हता!

सिद्धी की नीतीमूल्ये? मी म्हणतो, सिद्धी मिळोत किंवा न मिळोत नीतीमत्ता हवी. नीतीमत्ते शिवाय सिद्धी असणे चांगले नाही. सिद्धी मिळवणे कठीण नाही. कोणीही त्या मिळवू शकतो. पण चांगले असणे, शुद्ध असणे, प्रामाणिक असणे सोपे नाही.

मी पुष्कळदा याबद्दल बोललो आहे, याबद्दल लिहिले आहे. मी सिद्धी प्राप्त असलेल्या लोकांना भेटलो आहे. नीतीतत्त्वे आचरणात न आणल्यामुळे अशा लोकांचे शीघ्र आणि निश्चित अधःपतन झालेले मी पाहिले आहे. मी हजार वेळा म्हटले आहे की, चांगले असणे हीच आध्यात्मिकता आहे. तुमच्या जवळ सिद्धी असण्याची आवश्यकता नाही. तुम्ही फक्त चांगले असाल, शतप्रतिशत चांगले असाल तर तेवढेच पुरेसे आहे. सृष्टीतील सर्व शक्ती तुमचे संरक्षण करतील, तुमची मदत करतील.

१८ मे २००८ या दिवशी प्रकाश प्रवहनाच्या जागतिक चळवळीला (लाईट चॅनल्स वर्ल्ड मूव्हमेंट) सुरुवात झाली. २६ फेब्रुवारी २००९ या दिवशी एका विशेष कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले होते, जेव्हा जगातील निरनिराळ्या ठिकाणातील हजारो लोकांनी एकाच वेळी प्रकाशाचे प्रवहन केले. आता स्वयंसेवकांचा एक गट आणि त्यांच्यासोबत इतर पुष्कळ लोक शाळांमधे जाऊन, तेथील विद्यार्थ्यांना प्रकाशाचे प्रवहन करण्यात मदत करीत आहेत. ६०००० पेक्षाही जास्त विद्यार्थ्यांनी आतापर्यंत प्रकाश प्रवाहित केला आहे.

अशाप्रकारे शांतपणे होत असलेले प्रकाशाचे प्रसारण या पृथ्वीला शांतपणे प्रकाश युगाकडे नेत आहे.

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
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.

ब्रह्मर्षी पत्रीजी, तपोनगरात, गुरुजींसोबत आध्यात्मिक चर्चा करताना

काही ठळक घडामोडी

- २३–५–२०१० रोजी गुरुजींच्या वाढदिवस समारंभाच्या प्रसंगी "Channelled Knowledge from the Rishis (Vol. II)" आणि "Guruji Speaks (Part III)" ह्या दोन पुस्तकांचे प्रकाशन करण्यात येईल.
- १–४–२०१० रोजी पिरॅमिड स्पिरिच्युअल सोसायटीज् मूव्हमेंट चे संस्थापक ब्रह्मर्षी सुभाष पत्रीजी यांनी त्यांच्या अनुयायांच्या एका गटासोबत तपोनगरला भेट दिली.
- २२–४–२०१० रोजी आयोजित केलेल्या ओरिएंटेशन वर्गात सुमारे २०० विद्यार्थ्यांनी भाग घेतला. पहिल्यांदाच इतर राज्यातील विद्यार्थ्यांनी तपोनगरला येऊन वर्गात भाग घेतला आणि बाहेरील विद्यार्थी सुद्धा इंटरनेटवर प्रसारणाद्वारे ह्यात भाग घेऊ शकले.

रविवारच्या प्रसादाचे प्रायोजक

भुवनेश्वर दिवेकर आणि उषा खडके ०७–३–२०१०
चंद्रकला डी., विकास कारंथ, सुदर्शन बी. एन्. आणि सुधा रवी १४–३–२०१०
फिरोजा पांडे, अर्जुन आणि ए. एस्. पाटील २१–३–२०१०
सुनिता राव २८–३–२०१०

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०६	गुरुवार	कृष्णाष्टमी
१२	बुधवार	शिवरात्री
१४	शुक्रवार	अमावास्या
१६	रविवार	अक्षय्य तृतीया
२१	शुक्रवार	शुक्लाष्टमी
२३	रविवार	शुक्ल दशमी
२७	गुरुवार	बुद्ध पौर्णिमा

तपोनगरातील कार्यक्रम

शनिवार ०८ मे – गुरुजींसोबत अनौपचारिक बैठक सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत
रविवार ०९ मे – शंबला गटाची बैठक दुपारी २ वाजता
रविवार १६ मे – रा गटाची बैठक दुपारी २ वाजता
लाईट चॅनल्स गटाची बैठक दुपारी २.३० वाजता
गुरुवार २७ मे – बुद्ध पौर्णिमे निमित्त विशेष ध्यान दुपारी १२ ते १ पर्यंत
रविवार ३० मे – अखंड ध्यान सकाळी १० ते दुपारी १ पर्यंत

गुरुजींचा वाढदिवस समारंभ
रविवार, २३ मे २०१०

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

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

- १ फेब्रुवारी २०१० पासून आतापर्यंत कर्नाटक, आंध्रप्रदेश, तामिळनाडू, केरळ व महाराष्ट्र राज्यातील २०० पेक्षाही अधिक शाळांतील ७०,००० पेक्षाही जास्त विद्यार्थ्यांनी प्रकाशाचे प्रवहन करून ह्या पृथ्वीवर जास्त प्रकाश आणला आहे.
- अनेक शाळांनी आता प्रकाशाचे प्रवहन करणे हा त्यांच्या दैनिक प्रार्थनेतील एक भाग केला आहे.
- ७० पेक्षाही अधिक स्वयंसेवक अनेक शाळांतून प्रकाश प्रवहनाची सत्रे चालवून अतिशय मन:पूर्वक व नि:स्वार्थीपणे प्रकाश प्रवहनाचे काम करीत आहेत. ■

प्रकाश प्रवहनाची सत्रे चालू असताना

आर्मी पब्लिक स्कूल,
बंगलोर

मराठा मंदिर इंजिनियरिंग कॉलेज,
बेळगाव

तपोनगर डायरी

सीमा आलमेल सोमयाजी

मार्च महिन्यातील अमावास्येचा दिवस गुढी पाडव्याचा शुभोत्सव घेऊन आला. त्या दिवशी ध्यानसाधकांनी तपोनगर येथे जमून गुढी पाडव्याच्या देवतेस, म्हणजे युगादि पुरुषास शक्ती अर्पण केल्या. श्री रामनवमीच्या दिवशी देखील सामूहिक ध्यान करण्यात आले. रा गटाचे व शंबला गटाचे विशेष ध्यान आयोजित करण्यात आले.

कचरा फेकण्याची व्यवस्था व सुरक्षा व्यवस्थेबद्दल चर्चा करण्यासाठी तपोनगर रहिवाशांची विशेष बैठक झाली. तसेच तपोनगर रहिवाशांची मासिक भेट व गुरुजींसोबत अनौपचारिक बैठक पूर्वनियोजित योजनेनुसार झाली.

महिन्याचा शेवट पिरॅमिड स्पिरिच्युअल सोसायटीज् मूव्हमेंट चे संस्थापक श्री ब्रह्मर्षी सुभाष पत्रीजी ह्यांच्या स्वागताच्या तयारीत गेला. त्यांच्या व त्यांच्या काही अनुयायांच्या उपस्थितिने तपोनगरास शोभा आली. गुरुजी व पत्रीजी ह्यांचे एकमेकांना भेटणे व आध्यात्मिक गोष्टींवर चर्चा करणे हा अतिशय महत्त्वाचा प्रसंग होता. तपोनगरच्या कार्यालयात काम करणाऱ्यांना पत्रीजींनी आशीर्वाद दिले. ह्या सन्माननीय पाहुण्याची विनयशीलता, शुद्धता, साधेपणा आणि देवपण पाहून तेथे जमलेले सर्वजण भारावले. गुरुजींकरता असलेल्या आदराचे प्रतीक म्हणून त्यांनी काही पूर्वतयारी नसताना आयत्या वेळी मुरली वाजवली आणि तीन भाषांतून भजनाच्या काही ओळी गायल्या.

त्यानंतर सर्व पाहुण्यांना तपोनगर व अंतरमानसा येथील ध्यानाच्या निरनिराळ्या जागा दाखवण्यात आल्या. पत्रीजींच्या एक शिष्येने – ज्यांना तिसऱ्या डोळ्याने बघण्याची क्षमता आहे –काही मिनिटे त्या अमर गुरुंच्या समाधी पाशी बसल्या असता त्यांनी जे दृष्टांत पाहिले त्यांचे वर्णन केले.

पत्रीजींनी गुरुजींना व तिथे जमलेल्या सर्व जणांना त्यांच्या पिरॅमिड ध्यान केंद्राला येण्याचे आमंत्रण दिले. ही खरोखरच एक दुर्लभ घटना होती. दोन्ही गुरुंनी परस्परांकरता असलेल्या कौतुकाचे, प्रेमभावनेचे व आदराचे प्रकटीकरण केले ते खरंच विलक्षण होते. ■

प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ

ही आपल्या अंत:करणाची 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 स्वत:हून आपल्या लौकिक गरजांची मर्यादा ठरवा.

गुरुजी उवाच

(संकलन : शोभा राव, अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर)

१४–०३–२०१०

एका माणसाने मला ईमेल द्वारा विनंती केली की मी त्याला कसे जगावे ते शिकवावे. मला वाटते हे इतक्या सहजपणे शिकवता येत नाही, निदान ईमेल द्वारा तर नाहीच नाही. कसे जगावे ते आपल्यालाच शिकावे लागते. यथार्थपणे जगण्याची जर आपल्याला कळकळीची इच्छा असेल तर आपल्याला मार्ग नक्की सापडतात. आपल्याला प्रश्न पडतात तेव्हा नेहमीच त्यांची उत्तरे मिळतात. केव्हा ती आपल्या गुरुंकडून तर केव्हा एखाद्या पुस्तकातून किंवा कोणाच्या भाषणातून मिळू शकतात. अन्य कुठून सुद्धा मिळू शकतात. आपल्याशी संवाद साधण्याकरिता आणि आपल्याला शिकविण्याकरिता विश्वाकडे अनंत मार्ग आहेत. तुम्ही तुमचे डोळे आणि कान जर उघडे ठेवले तर हे विश्व सहस्र मार्गांनी तुम्हाला शिकवू लागेल. एखाद्या महान गुरुंचा एखादा मुद्दा निवडा आणि अभ्यास सुरू करा. ऋषींच्या कृपेने आपल्या कडे भरपूर ज्ञान आहे. कोणत्याही शंबला तत्त्वाचे आचरण करा मग ते पहिलेच तत्त्व असले पाहिजे असे नाही. निवड करण्यासाठी, शिकण्यासाठी आणि जीवन जगण्यासाठी इतके काही आहे. आपण सुरुवात करण्याचाच काय तो अवकाश आहे.

एखाद्या प्रामाणिक साधकाला जर चिरंतन शांती, आनंद व समाधान हवे असेल तर ध्यान करणे आणि सकारात्मक वागणे या व्यतिरिक्त त्याने स्वतःमध्ये कोणत्याही रंगाचा का असेना पण प्रकाश धारण केला पाहिजे, त्याच्या अस्तित्वाचे अवधान ठेवले पाहिजे, त्याच्याशी बोलले पाहिजे आणि परस्पर संबंध ठेवला पाहिजे. तुम्ही प्रकाश धारण करता तेव्हा तो तुमच्या आयुष्याची सूत्रे स्वतःकडे घेतो. तुम्ही त्याला तसे करायला दिले पाहिजे. प्रकाश हे स्वयंपूर्ण व्यक्तित्व आहे. तो प्रत्यक्ष परमेश्वर आहे. प्रकाश हा सर्वोत्तम गुरु, सर्वोत्तम सहचर, सर्वोत्तम सखा आहे ज्याच्यावर तुम्ही डोळे झाकून विश्वास ठेवू शकता. हे साध्य करण्यासाठी फक्त प्रेमाची आवश्यकता आहे. प्रकाशाचे अवधान ठेवा आणि प्रकाशावर प्रेम करा.

सिद्धींमुळे शहाणपण येत नाही. ज्यांच्याकडे खूप सिद्धी असतात असे तांत्रिक आणि तत्सम प्रकारचे लोक आपल्याला भेटतात किंवा त्यांच्याबद्दल आपण ऐकतो. त्यांचा आदर करा परंतु त्यांना जरा दूर ठेवा. कारण ते आपल्याला आध्यात्मिक मार्गदर्शन करू शकत नाहीत. काही वेळा आपली उन्नती करण्या ऐवजी ते आपल्याला गर्तेत नेतात. म्हणून आपण फार काळजी घ्यायला हवी.

तुमच्या आध्यात्मिक प्रगतीची आम्हाला काळजी आहे. तुमची प्रगती होते आहे. परंतु ती पुरेशी नाही. आपण ध्यान करतो आणि आपल्या आचरणातून ईश्वरी तत्त्व प्रकट करतो तेव्हा आपले विश्वाच्या गाभ्याशी आणि ईश्वरी सत्तेशी सायुज्य होते. जेव्हा परमात्म सत्तेशी आपले सायुज्य असते तेव्हा आपल्या हातून चुका घडत नाहीत. एकदा का आपण आपल्या आत प्रकाश धारण करून प्रेम प्रकट करू लागलो की आपण जगाबरोबरच्या व्यवहारात मश्गुल असताना देखील आपल्या मधून प्रेम झिरपतच राहाते. जेव्हा कधीही तुम्ही एकटे असाल तेव्हा तुमच्या अंतरंगातून पाझरणाऱ्या ह्या प्रेमाचे अवधान असूद्या. ईश्वरी सत्तेचे प्रकटीकरण केल्याशिवाय परिवर्तन घडून येणार नाही.

खऱ्या काळजी पोटी लोक मला त्यांच्या चुका दाखवून देण्यास विनवतात जेणेकरुन ते त्यांच्या चुका सुधारू शकतील. मी त्यांच्या चुका दाखवून न देणे पसंत करतो. साधक या नात्याने आपण नियमितपणे आत्म परीक्षण केले पाहिजे. जर तुमची सुधारण्याची प्रामाणिक इच्छा असेल तर तुम्ही जाणीवपूर्वक स्वतःची चूक दुरुस्त केली पाहिजे.

निष्प्रेम आपल्याला ग्रासून टाकते, आपला नाश करते. आपण अवधानपूर्वक निष्प्रेमाला नाकारले पाहिजे. आपण त्याला जाणीवपूर्वक आपल्या शरीर यंत्रणेतून काढून टाकले पाहिजे. आपल्यामध्ये अगदी लहानशा प्रमाणात जरी निष्प्रेम असले तरी ते आपल्या अधःपतनास कारणीभूत होते.

वैयक्तिक, जागतिक आणि विस्तृत स्तरांवर आपल्याला सत्यं सामोरी येतांना दिसत आहेत. हे चांगले असेल किंवा नसेलही कदाचित. पण स्वच्छतेच्या कार्याला सुरुवात झाली आहे. ऋषींनी पृथ्वीवर आणलेल्या नवीन शक्तींची जाणीव आपल्याला होऊद्या. आपण आपल्या प्रेमाच्या कक्षा विस्तारून त्यात संपूर्ण जगाचा, निदान आपल्या भोवताली असलेल्या परिसराचा आणि आपल्या ओळखीच्या माणसांचा समावेश केला पाहिजे. जगाचा स्वीकार करून आपण त्याच्यावर प्रेम केले पाहिजे. सुधारण्याचा आपण आटोकाट प्रयत्न केला पाहिजे. आपण इतरांचे मूल्यांकन करू नये व त्यांची निर्भत्सना करू नये. असे केल्या नंतरच आपण प्रेमाचे प्रकटीकरण करू शकू. ह्या पृथ्वीवरचे जीवन बदलले पाहिजे आणि त्याने प्रकाश युगात प्रवेश केला पाहिजे. केवळ ह्या धरेला प्रकाश युगात नेण्यासाठी ऋषींनी आपल्याला साथ देण्याचे ठरविले. आपण सुद्धा त्यांच्या या कार्यात त्यांना सहकार्य केले पाहिजे.

२१–०३–२०१०

एका माणसाने मला विचारले की सहलीला, सफरीला किंवा परदेश प्रवासाला जाणे आध्यात्मिक दृष्ट्या योग्य आहे अथवा नाही. या बाबतीत आपण आपल्या शहाणपणावर विसंबले पाहिजे किंवा आपल्या अंतर्मनाचा कौल घेतला पाहिजे. अशाच रीतीने आपण प्रगती करतो आणि आपल्यात आत्मविश्वास जागतो. प्रवासात आपल्याला नवीन अनुभव येतात आणि नवीन ऊर्जाही मिळतात. ध्यान ही एकमेव आध्यात्मिक कृती आहे आणि केवळ ध्यान करण्यानेच आपले परिवर्तन होते, ही चुकीची धारणा आहे. ज्ञाताला विसरणे ही अध्यात्म साधनेतील सर्वात महत्त्वाची गोष्ट आहे. निष्प्रेम असणे सहज घडते. परंतु निष्प्रेमाला आपल्या मधून निपटून काढण्यासाठी प्रयत्न करावा लागतो जो आपण करत नाही. आपल्याला समजत असते तरीही आपण अंतःकरणपूर्वक हसत नाही.

एका माणसाने मला सांगितले की एके दिवशी पाऊस पडला कारण तसे होणे त्याच्यासाठी फार महत्त्वाचे होते आणि त्याच्या आयुष्यातील एका घटनेशी संबंधित होते. त्याचे असे विचार करणे बरोबर की चूक त्याची खात्री मी द्यायची होती. मला वाटते की आपल्या आसपास घडणाऱ्या गोष्टींमध्ये आपण वाजवीपेक्षा जास्त अर्थ शोधत असतो. उदा. पाऊस पडतो तेव्हा तो जगासाठी पडतो. तो सर्वांसाठी असतो.

ध्यानामध्ये स्थिरतेची सुरवात शरीरापासून होते. आपण शरीर स्थिर आणि तणाव मुक्त ठेवायला पाहिजे. मन जेव्हा भावना विरहित होते तेव्हा स्थिरता त्यात प्रवेश करते. ही झाली दुसरी पायरी. आपण विचारांकडे दुर्लक्ष करतो तेव्हा बुद्धी विचार मुक्त होते व स्थिरता बुद्धीत प्रवेश करते. अशा रीतीने ध्यान प्रगत होत जाते. त्यानंतर जाणीव आतल्या अवकाशात म्हणजेच स्तब्धतेच्या आयामात प्रवेश करते. त्याठिकाणी आपली जाणीव विस्तारून तशाच स्थितीत कमीतकमी ४८ मिनिटे राहाते. ही जाणिवेच्या विस्ताराची किंवा विस्तारलेपणाची अवस्था म्हणजे समाधी. जेव्हा आपली जाणीव त्या अवस्थेमध्ये जास्त काळ राहाते तेव्हा आपले ईश्वरी शक्तीशी भावैक्य होते. आपण परमात्म्याचा अनुभव घेतो. ह्या अनुभवाचे वर्णन करण्यासाठी आपल्याला शब्द अपुरे पडतात. ध्यानाच्या साधने व्यतिरिक्त असलेला महत्त्वाचा भाग हा आहे की तुम्ही प्रेमाचे वाहक बनले

गुरुजी उवाच

(संकलन : शोभा राव, अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर)

पाहिजे, नपेक्षा योग किंवा ईश्वराशी तादात्म्य घडत नाही.

'मानसा'मध्ये आपल्याला अनेक गोष्टी उपलब्ध आहेत. इथे आपण ध्यान कसे करावे ते शिकू शकतो, शांतीपूर्ण व परिपूर्ण जीवन कसे जगावे ते शिकू शकतो. आपण अंतिम सत्याचा साक्षात्कार प्राप्त करू शकतो. आपण पार्थिव शरीराचे प्रकाश शरीरात रूपांतर करू शकतो. आपण शंबला नगरीचे नागरिक बनू शकतो. ही तर सर्वात मोठी जीवनोपलब्धी आहे. त्यानंतर आपण ऋषी बनू शकतो, ज्याला फार काळ लागतो. आपण प्रवाहक बनू शकतो आणि आपल्या माध्यमातून ज्ञान पृथ्वीवर आणू शकतो. ह्या सर्व गोष्टी एकदम साध्य करणे सोपे नाही. एखाद दोन गोष्टींची निवड करा आणि त्यावर प्रयत्न केंद्रित करा. तसे करणे शक्य आहे.

कार्य साधनेपेक्षा श्रेष्ठ आहे, किंबहुना कार्य हीच साधना आहे. तरीही आपण साधनेकडे दुर्लक्ष करून चालणार नाही. कार्य ही साधनेच्या अतिरिक्त करण्याची गोष्ट आहे जी आपण स्वतःहून निवडलेली असते.

आपल्यामध्ये आणि बाहेरच्या जगामध्ये, सर्व क्षेत्रांत तुम्हाला चांगल्या व वाईट गोष्टी प्रकाशात येताना दिसतील. जर त्यांचे योग्य नियोजन आपण केले नाही तर विश्व त्यांचा बंदोबस्त करील. त्यातून विनाश आणि वेदना अटळ आहेत. २०१२ साली त्या टप्प्यावर आपण पोहोचू.

'तपोनगरातील लोक बाहेरच्या लोकांपेक्षा निराळे नाहीत,' अशी टिप्पणी एका माणसाने केली. लोक तपोनगरात राहात आहेत पण त्यांनी अजून तपोनगराला त्यांच्या अंतरंगात स्थान दिलेले नाही. त्यासाठी थोडा वेळ जावा लागेल. तपोनगरातील लोक हे या जगाचाच भाग आहेत. तेव्हा साहजिकच ते कोणत्याही इतर माणसांप्रमाणेच आहेत.

आपल्याला इथे एक संघजीवन सुरू करायचे आहे. ते आपले बऱ्याच दिवसांचे स्वप्न आहे. एका निराळ्या जगात माझा असा संघ आधीपासूनच अस्तित्वात आहे. जर एखादी व्यक्ती बहुतांश काळ हसत राहात असेल तर ती माझ्या संघाचा हिस्सा आहे. जर एखादा माणूस नेहमी हसत असेल, शांत, सज्जन आणि प्रामाणिक असेल, तर तो पुढे येणाऱ्या प्रकाश युगाचा पहिला नागरिक असेल. सूक्ष्म जगात अशी माणसे आम्हाला दैदीप्यमान प्रकाशाप्रमाणे दिसतात. आपण इथे शंबला निर्माण करावी अशी ऋषींची इच्छा आहे.

तुम्ही विश्वामित्र महर्षींबद्दल अधिक विचार करायला हवा. त्यांना अधिक समजून घ्यायला हवे आणि त्यांचा अधिक अनुभव घ्यायला हवा. मग आपण खूप आध्यात्मिक प्रगती करू. आपण जे बोलतो ते सर्व प्रत्यक्षात जगणे आपल्याला शक्य होईल.

२८-०३-२०१०

आज सकाळी मी वर्तमानपत्रात एक फोटो पाहिला. त्यात एक आंधळा माणूस पाणी पिण्यासाठी नळ उघडण्याचा प्रयत्न करतो आहे. एक माकड त्याला नळ उघडण्यासाठी मदत करीत आहे. आश्चर्य आहे की आपण मनुष्यप्राणी कसे कोण जाणे, पण प्रेम, निष्प्रेम इत्यादी निरनिराळ्या दशांमधून जात असतो. पशू आणि निसर्ग नेहमीच प्रचंड, विपुल आणि विनाअट प्रेम जवळ बाळगतात. हे फोटोतले चित्र आपण मनात जपून ठेवूया. म्हणजे ते ह्या विश्वातील प्रेमाची आठवण आपल्याला सदैव करत राहील.

ध्यानाच्या निरनिराळ्या पायरीवर असलेल्या लोकांसाठी आम्ही निरनिराळी प्रवचने ठेवू शकत नाही. ही प्रवचने जसे नवशिके साधक ऐकतात तसेच इथे भरपूर काळ साधनेत व्यतीत केलेले जेष्ठ साधक ऐकतात आणि समाधी योगात ध्यान करणारे साधक सुद्धा ऐकतात. या कारणामुळे ह्या वर्गात बऱ्याचदा त्याच त्याच मुद्द्यांची पुनरावृत्ती होते.

परमार्थ निष्ठा ही धर्माहून निराळी आहे. परमार्थ निष्ठा हे सर्व धर्मांचे सार आहे. सर्व धर्म प्रेम, अनुकंपा, क्षमा आणि सहिष्णुते विषयी सांगतात. आध्यात्मिक जगाला नित्य नवे आयाम जोडले जात आहेत व अजून नव्यांचा शोध चालू आहे. आपल्याला हवे असलेले आपल्याला नेहमीच मिळते. सर्वप्रथम आपण या वास्तवाची जाणीव करून घेऊया की कुठे ना कुठे आपली एकजूट होईल. सध्या एकोपा अतिशय महत्त्वाचा आहे. एकात्मता हा भविष्यातील धर्म व्हायला पाहिजे. एकात्मता म्हणजे काय ते आपण समजून घेतले पाहिजे, आपल्याला एकात्मतेची जाणीव व्हायला पाहिजे आणि शक्य असेल तर आपण एकात्मता सदैव अनुभवली पाहिजे. एकात्मतेतून आपल्याला शक्ती मिळते कारण एकात्मतेमध्येच आपला विकास होतो. एकात्मतेमुळे आपल्याला दिशा मिळते. एकात्मतेमुळे आपल्याला अपरिमित आनंद मिळतो. एकात्मतेचा अनुभव हीच समाधी आहे. अशा रीतीने जुन्या सत्यांचे आणि वास्तवांचे नवीन अर्थ आपल्याला सापडतात. तुम्ही यावर चिंतन केले तर नवीन कल्पना, जुन्या वास्तवांचे नवीन पैलू तुमच्या मनात विजेप्रमाणे चमकून जातात. अशाच पद्धतीने ज्ञान पृथ्वीवर अवतरते. ही प्रक्रिया फार सृजनशील आहे. प्रकाशयुग प्रत्येक व्यक्तीमध्ये आतून जन्मते, कुठून तरी बाहेरून नव्हे.

एका माणसाने मला लिहिले की जर तो भरपूर नैसर्गिक प्रकाश असलेल्या खोलीत ध्यानाला बसला तरच त्याला ध्यानाचा आनंद मिळतो. ही एक फारच खरीखुरी समस्या आहे. जेव्हा आम्ही त्याची समस्या समजून घेण्याचा प्रयत्न केला तेव्हा लक्षात आले की त्याच्या पूर्व जन्मांत त्याने उघड्यावर बसून प्रदीर्घ काळ ध्यान साधना केली होती. साहजिकच ध्यानाच्या खोलीत नैसर्गिक प्रकाश नसतो तेव्हा त्याला गुदमरल्यासारखे वाटते. आम्ही त्याला सल्ला दिला की अंतर्मुख व्हावे, तिथला प्रकाश पाहावा आणि त्या आतल्या प्रकाशाचा अनुभव घ्यावा. हाच उपाय आहे.

अनेक लोक मला लिहितात की त्यांना समाधीचा अनुभव येतो. तुम्ही नक्की योग्य दिशेने चालला आहात का याची खात्री करून घ्या. कधीकधी नेणिवेच्या स्थितीला आपण चुकून समाधी अवस्था समजतो. ज्या व्यक्तीने एकदा तरी समाधीचा अनुभव घेतला आहे तिच्यात आमूलाग्र बदल होतो. हा बदल संपूर्ण जगाला हर तऱ्हेने प्रतीत होतो. जाणिवेचा लोप ही चांगली गोष्ट आहे. ती समाधीची पहिली पायरी आहे. समाधीचा अनुभव घेत असताना त्या अनुभवाची संपूर्ण जाणीव तुम्हाला असते. आपल्या जाणिवेचा स्तर उंचावत जाऊन चेतनेच्या अशा वेगळ्याच पातळीवर जातो, जिथे जाणिवेचा विस्तार होतो. ही संपूर्ण समाधी होय.

दैवी व्यक्तित्वाकडून तुमच्याशी काही संपर्क झाला तर सुरुवातीला तुम्ही माझ्याकडून त्याची शहानिशा करून घ्या. तुमच्या अंतःप्रेरणेकडून खातरजमा करून घ्या. अशा तऱ्हेचा संपर्क झाल्यावर जर तुम्ही उत्तेजित झालात तर तुम्हाला तो संदेश ग्रहण करता येणार नाही कारण उत्तेजनेमुळे संदेशवहनाच्या प्रवाहात अडथळा निर्माण होतो. सावधान राहा. ह्या मुद्द्यांवर मी भर देतो आहे कारण आता इथून पुढे आपल्यापैकी बऱ्याच जणांना किंवा आपल्याला सर्वांना असे संदेश प्राप्त होणार आहेत. २०१२ सालाच्या पार्श्वभूमीवर मी हे बोलत आहे. तुम्हाला हे संदेश मिळतील तेव्हा तुम्ही शांत, अव्यग्र आणि शुद्ध असले पाहिजे. कोणत्याही प्रकारच्या अशुद्धतेची फिकटशी निशाणी जरी तुमच्यात असली तरी तो संदेश विपर्यस्त होतो. अस्सल आणि संपूर्ण संदेश मिळविणे फार महत्त्वाचे आहे. ■

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.

प्रकाशमार्गाच्या वार्षिक वर्गणीसाठी रू. २००/– चा चेक/ड्राफ्ट "Manasa Foundation, Bangalore" च्या नावाने काढावा व पोस्टाने मार्गदर्शनासाठी बाकी रकमेचा चेक/ड्राफ्ट "Manasa Light Age Foundation, Bangalore" च्या नावाने काढावा ही विनंती. 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.

गुरुजी

(श्यामलादेवी, अनुवाद : एकनाथ कुलकर्णी)

एका अतिशय आदरणीय आणि सुसंस्कृत घरामध्ये जन्म झालेल्या गुरुजींनी सर्व मूल्ये आपल्या लहानपणापासूनच अंगी बाणवली. घरातील शिस्तप्रिय आणि वडीलधारी माणसे त्यांचा आदर्श होती आणि त्यांनी दिलेल्या मोकळीकी मुळे अनेक क्षेत्रांमध्ये गुरुजींचा विकास होण्यास मदत झाली.

कोवळ्या वयातच त्यांना गीते सारखी पुस्तके वाचण्यासाठी प्रोत्साहन देण्यात आले. त्यांच्या कोवळ्या मनावर ते संस्कार कोरले गेले आणि त्यांना खोलवर कुठे तरी "सत्याचा शोध" घेण्याची आस लागली. सत्याच्या या ओढीमुळे जे जे काही सत्याशी फारकत घेणारे होते, त्याच्या विरोधात त्यांनी बंड केले व त्याचा अव्हेर केला. त्यांच्या वडीलांनी सुद्धा या लहान मुलाच्या मतांचा आदर केला आणि त्याला स्वमताचे स्वातंत्र्य दिले.

निसर्गतःच अंतर्मुख आणि लाजऱ्या स्वभावाच्या गुरुजींनी स्वतःला कन्नड आणि इंग्रजी साहित्याच्या अभ्यासात गुंतवून घेतले. त्यांनी कविता आणि कादंबऱ्या लिहिल्या. चित्र काढण्याची आणि रंगवण्याची त्यांना जन्मजात देणगी मिळाली होती. ते तबला वाजवत असत. संगीताचा आस्वाद घेत असत. निसर्गाशी त्यांनी घट्ट नाते जोडले होते. त्यांना जवळचे मित्र असे फार कमी होते. या सर्व गोष्टींमुळे ते प्रगल्भ बनले. जेव्हा जेव्हा तशी गरज निर्माण झाली तेव्हा त्यांनी स्वतःच्या वैयक्तिक महत्त्वाकांक्षांचे बलिदान दिले आणि अनेक जबाबदाऱ्या पेलल्या. प्रत्येक गोष्टीकडे ते वेगळ्या, उच्च दृष्टिकोनातून बघू शकत होते. विशिष्ट जीवितकार्यासाठी त्यांनी मनुष्य जन्म घेतला आहे. अगदी लहान वयापासून त्यांच्याजवळ द्रष्टेपणा आहे.

सत्य शोधण्याच्या प्रवासामध्ये त्यांना अनेक गुरु भेटले आणि अंतिमतः त्यांचे गुरु महर्षी अमर भेटले. महर्षी अमरांनी त्यांना उच्च पातळीवरचे आध्यात्मिक ज्ञान दिले. गुरुजी स्वतः एक अधिकारी पुरुष बनले. परंतु त्यांनी स्वतःचा साधेपणा व विनम्रता कायम ठेवली.

ते प्रकाशाचा मार्ग दाखवणारे एक महान ऋषी आहेत आणि वरील महान आध्यात्मिक गुरुंचे प्रतिनिधी आहेत. सर्व मानवतेला आणि विश्वाला वाचवण्यासाठी त्यांनी प्रकाशाच्या प्रवहनाची जी जागतिक चळवळ सुरू केली, तिच्यातून ह्या पृथ्वीवरील सर्व जीवनाविषयी त्यांना वाटणारे अपार प्रेम आणि संवेदना दिसते. वैश्विक ध्येय असणारे ते एक वैश्विक मानव आहेत. ■

श्री जयंत यांचे भाषण ०७–०३–२०१०

(संकलन: शोभा राव, अनुवाद: एकनाथ कुलकर्णी)

गुरुजींचे आयुष्य हे संघर्ष, कामा वरची निष्ठा, आपल्या गुरुंबद्दलची अपार भक्ती, मूल्यं व आध्यात्मिक तत्त्वांवरची अढळ निष्ठा याचे बहुदा सर्वात महान उदाहरण असावे.

गुरुजींच्या विचारसरणीत आणि आध्यात्मिक म्हणजे काय, या बाबतच्या त्यांच्या धारणेत विलक्षण स्पष्टता आहे. ते सभोवतालच्या जगाकडून प्रभावित होत नाहीत. महर्षी अमर यांचे निर्वाण झाल्यानंतर गुरुजींना अनेक अवघड परिस्थितींशी मुकाबला करावा लागला व कामात खंड पडू न देण्याची काळजी घ्यावी लागली.

अलीकडेच एका व्यक्तीने गुरुजींना विचारले की इतक्या वेळा विश्वासघात झाला, अपमान झाले, लोकांनी निराश केले आणि दुःख दिले तरी सुद्धा त्यातून तगून जाणे त्यांना कसे जमले? बहुदा प्रश्नकर्ती व्यक्ती सुद्धा तशाच परिस्थितीतून जात असावी आणि तिला मार्गदर्शन हवे असावे. गुरुजींनी याचे उत्तर खालील प्रमाणे दिले:

"मी या सर्वांतून जात आहे, कारण मी हा मार्ग स्वेच्छेने स्वीकारला आहे आणि त्या बरोबर जे काही येते– मग ती निराशा असो, दुःख असो किंवा विश्वासघात असो, या सर्वांचा मी स्वीकार केला आहे. या सर्व व्यक्तींचा उद्धार करणे हेच माझे जीवनकार्य आहे. हे करण्यासाठी माझ्याकडे प्रचंड सहनशीलता आणि प्रेम असायला हवे, जे मी माझ्या ध्यानातून मिळवतो. आपले त्या ईश्वरावर अपरिमित प्रेम आहे. आपण त्याचा अपेक्षाभंग होईल असे वर्तन करू नये. परिस्थिती बदलेल. आशेला नक्कीच जागा आहे. मला हे माहीत आहे, कारण मी ईश्वराला ओळखतो."

"जर आपण आपल्या गाभ्याच्या शुद्धतेतून आणि शांततेतून परमेश्वराशी सायुज्य साधले आणि नित्य त्या स्थितीत राहिलो, तर आपल्याला त्याची जाणीव होते आणि सुरक्षित वाटते. परमेश्वर त्याच्या पद्धतीने काम करतो. आपण या पातळीवर आपल्या पद्धतीने काम करणेही आवश्यक आहे. आपण प्रेम करावे परंतु आंधळेपणाने विश्वास टाकण्याची गरज नाही. आपण मदत करावी परंतु कोणाला आपला गैरफायदा घेऊ देऊ नये. आपण दयाळू असावे, परंतु कृती करतांना कठोर व्हावे. धाडस जरूर करावे, परंतु अनावश्यक जोखीम घेऊ नये. स्वप्न जरूर पाहावे, पण आपले पाय भक्कमपणे जमिनीवर रोवलेले असावेत. हे सर्व आध्यात्मिक आहे. मी आशा करतो की या शब्दांतून तुला नवीन मार्ग दिसतील. या शब्दांसोबत मी ऊर्जा पाठवत आहे. हृदयात नित्य प्रकाश बाळग. प्रकाश मदत करतो."

त्या व्यक्तीला गुरुजींनी दिलेल्या ह्या उत्तरात आध्यात्मिकतेचे सार आहे. ■

प्रश्नोत्तरे

संकलन: शोभा राव, अनुवाद: सुनिता देशपांडे

प्र. विचार करण्यासाठी शक्तींचा वापर होतो का?

उ. होय. या शरीरयंत्रणेत होणाऱ्या कोणत्याही क्रियेसाठी शक्तींचा वापर होतो. प्राणशक्ती आपल्या तिन्ही शरीरांना मन, बुद्धि आणि भौतिक शरीराला शक्ती पुरवत असते. जर आपल्या मनाला किंवा बौद्धिक शरीराला अधिक शक्तींची आवश्यकता असली तर त्या त्यांच्या मूळ स्त्रोतातून किंवा उगम स्थानापासून त्यांना मिळू शकतात. मनाचे उगम स्थान आहे ब्रह्मलोक. मनासाठी अधिक शक्ती मिळवण्यासाठी ब्रह्मदेवाला प्रार्थना करा आणि कमीतकमी तीन मिनिटांसाठी आणि जास्तीत जास्त सात मिनिटांसाठी कल्पना करा की, तुम्ही प्रकाश ग्रहण करत आहात. देवी लोक हे बुद्धीचे उगम स्थान आहे. वरील प्रमाणेच आपण देवी आदिशक्तीला देखील प्रार्थना करुन तीन किंवा सात मिनिटांसाठी शक्ती मिळवू शकतो. आवश्यकता असेल तर तुम्ही रोज हे तंत्र वापरू शकता.

प्र. सकारात्मक आणि नकारात्मक विचार किंवा भावना सारख्याच प्रमाणात शक्तींचा वापर करतात का?

उ. नकारात्मक भावना आणि विचारांमुळे जास्त शक्ती खर्च होतात. म्हणून आपण त्यांना टाळायला हवे.

प्र. आपल्या आध्यात्मिक प्रगतीबद्दल जर गुरुंना माहीत असते तर साधनेच्या अहवालाची काय आवश्यकता आहे?

उ. साधनेचा अहवाल ही तुम्हाला तुमच्या प्रगतीचे मोजमाप करण्याची एक संधी असते. अहवाल लिहिताना जेव्हा तुम्ही किती दिवस ध्यान केले किंवा किती दिवस ध्यान केले नाही ह्याबद्दल लिहिता तेव्हा तुम्हाला तुमच्या सरावाची जाणीव होते. गुरुंना एका वेगळ्या पातळीवर त्यांच्या विद्यार्थ्यांच्या प्रगतीची जाणीव असते. पण ह्या पातळीवर या विवरणाची आवश्यकता आपल्या स्वत:साठी असते. त्यासाठी थोडा वेळ काढा आणि सरावाचा अहवाल पाठवत जा.

प्र. एखाद्या ढोंगी किंवा भोंदू गुरुंच्या सान्निध्यात आपली आध्यात्मिक प्रगती होऊ शकते का?

उ. होय. प्रगती ही आपल्या स्वत:वर अवलंबून असते. गुरुंकडून सूचना किंवा ज्ञान मिळाल्यानंतर आपण त्याचे आचरण करण्यास सुरवात करतो. आपली भक्ती आणि साधनेत आपली गुंतवणूक कितपत आहे, त्यावर आपली प्रगती अवलंबून असते. आपण जर प्रामाणिक प्रयत्न केले तर आपला खरा गुरु म्हणजेच परमेश्वर आपले मार्गदर्शन करतो आणि मधले सर्व लोक बाजूला पडतात.

प्र. आपला सर्वोत्तम मार्गदर्शक कोण आहे?

उ. परमेश्वर आपला सर्वोत्तम मार्गदर्शक आहे. आपल्याला माहीत आहे की, निर्गुण परमेश्वर अस्तित्वात आहे. तो सर्वदा, सर्वप्रकारे आपले मार्गदर्शन करू शकतो कारण तो आपल्याला अंतर्बाह्य ओळखतो. तो सतत आपल्या सोबत, आपल्या आतच असतो. तो आपल्यातील गुण–दोष जाणतो. तो भूतकाळ, भविष्यकाळ आणि सर्वकाही जाणतो. परमेश्वराच्या खालोखाल ऋषी हे आपले सर्वोत्तम मार्गदर्शक आहेत.

प्र. जेव्हा आपण ध्यान करू शकत नाही तेव्हा आपण आपल्या छायापुरुषाला आपल्या वतीने ध्यान करण्यास सांगू शकतो का?

उ. नाही आपण असे करू शकत नाही. जेव्हा खरोखरच आपल्याला ध्यान करणे शक्य नसेल तेव्हा कदाचित आपल्या वतीने छाया–पुरुष ध्यान करेल. पण तो असे त्याच्या स्वेच्छेने करेल, आपल्याला वाटते म्हणून नाही.

प्र. आपण ऋषींसोबत असूनही आपले आध्यात्मिक पतन का होते?

उ. आपल्या इच्छा–स्वातंत्र्यामुळे आपण ऋषींहून निराळे असणे पसंत करतो. आपण ऋषींचे पूर्णपणे अनुसरण करत नाही. जेव्हा सोईस्कर असते तेव्हा आपण त्यांचे अनुसरण करतो आणि इतर वेळी ऋषींचे सांगणे आपण विशेष मनावर घेत नाही. आपले अहंकार आड येतात. त्यामुळे स्वाभाविकपणे ऋषींसोबत राहून देखील आपले अध:पतन होते. त्यासाठी आपणच जबाबदार असतो.

प्र. मी त्राटकाचा वेगळा स्वतंत्र अभ्यास करू शकते का?

उ. त्राटकासोबत जर तुम्ही प्राणायामाचा अभ्यास केला तर ते जास्त फायदेशीर ठरेल. त्राटकाला तुम्ही जर ध्यानाची किंवा प्रकाशाच्या प्रवहनाची जोड दिली तर त्याचा जास्त फायदा होईल. त्राटकाच्या वेगळ्या सरावाला प्रतिबंध नाही पण त्याची आवश्यकता पण नाही. ■

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	250/-
(containing 5 Booklets)	
- How to Meditate - Dhyana Yoga	
- Descent of Soul - Practising Shambala Principles	
- Astral Ventures of A Modern Rishi	
The Masters Answer	120/-
Channelled Knowledge from the Rishis	250/-
Guruji Speaks Part - I	200/-
Guruji Speaks Part - II	200/-
The Book of Reflections - Vol 1	200/-
The Book of Reflections - Vol 2	200/-
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.

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)

जेव्हा जेव्हा मला वेळ मिळतो, मी प्रकाशाचे प्रवहन करते. आता प्रकाश माझा सवंगडीच झाला आहे. माझ्या अंतरंगात त्याची उपस्थिती मला सतत जाणवते. मी जेव्हा प्रकाशाचा विचार करते, मी आनंदी होते व शांती अनुभवते. काही वेळा माझ्या भोवतीच्या संरक्षक कवचा व्यतिरिक्त, मला प्रकाशाची आकृती दिसते.

गेल्या २ ते ३ आठवड्यांपासून दूरसंवाद (टेलीपथी) कार्यरत असल्याचे अगदी प्रकर्षाने जाणवत आहे. मी एखाद्या व्यक्तीबद्दल किंवा एखाद्या वस्तुबद्दल विचार करते, अगदी त्याचक्षणी माझे विचार त्यांना समजतात. –अर्चना पिल्लै

ध्यानादरम्यान बऱ्याच वेळा माझे शरीर पृथ्वीपासून अगदी दूर, उंचावर हवेत तरंगत असल्यासारखे मला वाटते. खाली आपली पृथ्वी एक मोठा गोल असल्यासारखी दिसते. मला सूर्यापासून शक्ती प्राप्त होतात. ह्या शक्ती शुभ्र पांढऱ्या, सोनेरी किंवा गुलाबी रंगाच्या असतात, त्यायोगे माझे शरीर तेजःपुंज होते. मग मी या शक्ती पृथ्वीकडे प्रवाहित करतो व आपली पृथ्वी तेजोमय होते. –दिलिप परुळेकर

दोन महिने मी एका चांगल्या पेनाच्या शोधात होते. कारण मला कामानिमित्त विविध परिस्थितीत लिखाणकाम करावे लागते. माझ्या सगळ्या गरजा पूर्ण करेल असे पेन उपलब्ध नव्हते. महर्षी अमरांच्या जन्मदिनी मी एका दुकानात गेले. तेथील बिलकाउंटर जवळ मला हवे होते अगदी तसेच पेन दिसले. मला समजले की माझा देव, माझे गुरु आणि ऋषी माझ्या अगदी सुप्त व छोट्याशा इच्छा देखील जाणतात व ते त्या पूर्ण करतात. आता मला आयुष्यात खरोखरच कोणत्याही गोष्टीची काळजी करण्याचे कारण नाही. –गीता जोशी

दि. १७ जानेवारी २०१० रोजी, ध्यानाच्या पहिल्या दिवशी एक खूप मोठ्या गोलाकार प्रकाशाला माझ्या डोक्याद्वारे चंचुप्रवेश करताना मी पाहिले. त्यानंतरच्या दिवसांत माझ्या शरीरात प्रवेश करणाऱ्या प्रकाशाने छोट्या छोट्या प्रकाश फुलांचे रूप धारण केले. काही क्षणांत त्या फुलांनी माझ्या शरीरात प्रकाश किरण उत्सर्जित केले आणि नंतर माझ्या त्वचेवर तीच प्रकाश फुले प्रकटली. –पूजाश्री

मी ऋषींना प्रार्थना केली की ते जर सूक्ष्मपातळीवरील कार्यात मला सहभागी करणार असतील तर त्यांनी मला सूक्ष्मदेह प्रवासाचा अनुभव द्यावा. साधारणपणे पहाटे २.३५ वाजता मला एका खूप मोठ्या शक्तीने वेढले व मला माझ्या शरीरातून ओढून बाहेर काढले. वास्तविक तो झटका फारच जोराचा होता. मी एका अंधाऱ्या बोगद्यात शिरले. तो बोगदा एखाद्या हवा खेचणाऱ्या पेल्या प्रमाणे भासला. दाब अजूनही प्रचंड होता. मग मी हवाविरहित अशा मोठ्या जागेत प्रवेश केला तेव्हा माझे शरीर पिसासारखे हलके होते. अचानक मला माशांसारखे अतिशय सुंदर रंगीबेरंगी प्राणी हवेत तरंगताना दिसले, असे ठिकाण यापूर्वी मी कधीच पाहिले नव्हते. जेव्हा मी डोळे उघडले तेव्हा एवढेच म्हणू शकले, 'केवळ विलक्षण!'

महाशिवरात्रीपासून माझे ध्यान खूप उत्तमपणे होऊ लागले आहे. माझे शरीर वाढते व ते रबराप्रमाणे ताणले जाते आणि पिसासारखे निसर्गात तरंगते. मला माझ्याभोवतालचे सर्व आवाज व गोंगाट ऐकू येत असतो, पण मला अंतरंगात मात्र खूप सुंदर वाटत असते, जणुकाही मी परमेश्वरात विलीन झाले आहे. इतर वेळी देखील मी परमेश्वरी अंश आहे, याची मला सतत जाणीव असते व प्रत्येक गोष्टीपासून व प्रत्येक व्यक्तीपासुन मी मुक्त असल्याची भावना असते. –विद्या विश्वामित्र

ज्या झाडाची फुले मी शिवपूजेसाठी घेतो, त्याला वाळवी लागली होती. आम्ही वाळवी घालवण्याचा खूप प्रयत्न केला पण व्यर्थ. एके दिवशी प्रकाशाचे प्रवहन करताना मी कल्पना केली की त्या झाडावरची वाळवी नाहीशी झाली आहे. दुसऱ्या दिवशी त्या झाडावर एकही वाळवीची मुंगी नव्हती. काही दिवसांनी ही घटना मी माझ्या सहकाऱ्याला सांगितली. त्याच्या दुसऱ्या दिवशीच झाडावर वाळवी परत दिसली. आपण आपल्या अनुभवांची चर्चा इतरांशी करू नये, या गुरुजींच्या शब्दांचे महत्त्व मला तेव्हा समजले. मी पुन्हा प्रकाशाचे प्रवहन करुन पाहिले पण मला यश आले नाही. नंतर प्रकाशाचे प्रवहन करण्यापूर्वी मी माझ्या चुकीची माफी मागितली व प्रकाशाला शरण गेलो. त्या वाळवीच्या मुंग्या अदृश्य झाल्या! –ए.के. बालकृष्ण मोहन

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