प्रकाशकार्याचे वृत्तपत्र

महर्षी अमर (१९१९–१९८२)

ऋषींनी शिकवले तसे
आम्ही ध्यान शिकवतो.

प्रकाश

सृष्टीमागील बुद्धिमान शक्ती आहे. प्रकाश म्हणजे स्वतः परमेश्वरच.

प्रकाशकार्य

सर्वोत्तम जीवन जगण्यासाठी, सर्व जीवांना त्यांच्या जाणीवेची आणि अनुभवाची पातळी उंचावण्यात मदत करणे आहे.

प्रकाशजीव

या आणि उच्च जगात राहणारे ऋषी आहेत. ते ज्ञानाचा प्रकाश आणि शक्ती गोळा करतात आणि पसरवतात.

सप्तऋषी

सर्वोच्च आध्यात्मिक अधिकारी आहेत. ते निवडलेले महात्मे आहेत. ते, सर्व जीवांना इथे शांती आणि परिपूर्णतेचे जीवन जगण्यासाठी आणि त्यांचे मूळ म्हणजे प्रकाशाकडे परत जाण्यासाठी त्यांचे मार्गदर्शन करतात.

महर्षी अमर

प्रत्यक्ष सप्तर्षींच्या संपर्कात असणारे एक विशेष महात्मे होते. त्यांनी उच्च जीवनाच्या सत्ययुगासाठी ज्ञान आणि मार्गदर्शक सूचना उच्च जगातून पृथ्वीवर आणल्या.

गुरुजी कृष्णानंद

महर्षी अमरांचे पट्टशिष्य आहेत. त्यांनी ऋषींचा मार्ग, सप्तर्षी ध्यानयोग विकसित केला आणि तपोनगरात सप्तर्षींच्या आध्यात्मिक केंद्राची स्थापना केली.

सप्तर्षी ध्यानयोग

हा लौकिक आणि आध्यात्मिक जीवन योग्य रीतीने जगण्यासाठी ऋषींनी शिकवलेला ध्यानाचा आणि भावनांना व विचारांना सकारात्मक बनविण्याचा एक अद्वितीय मार्ग आहे.

दृढ वचन

★ आपण एकाच दिव्य प्रकाशाचे (परमेश्वराचे) कण आहोत.
★ प्रेम हा आपला स्वभाव आहे.
★ शांतता ही आपली भाषा आहे
★ ध्यान हा आपला मार्ग आहे
★ हे जग आपले आश्रयस्थान आहे
★ सर्व सृष्टीच आपलं कुटुंब आहे
★ परमेश्वर आपला गुरु आहे; ऋषी आपले मार्गदर्शक आहेत.

प्रकाशमार्ग

Volume 3 Issue 5 FEBRUARY 2011 Rs. 15

चिंतन

महर्षी कृष्णानंद, अनुवाद : जयंत देशपांडे

१ फेब्रुवारी २०११, या महर्षी अमरांच्या जन्मदिनी १ लाखांपेक्षाही जास्त शालेय विद्यार्थी प्रकाशाचे प्रवहन करणार आहेत. या दिवसापर्यंत बारा लाखांपेक्षाही जास्त विद्यार्थ्यांनी प्रकाशाचे प्रवहन केलेले असेल. ही खरंच एक अद्भुत घटना आहे. विशेषकरून यासाठी की कोणत्याही प्रकारच्या प्रसिद्धीशिवाय किंवा मीडियाच्या मदतीविना हे साध्य झाले. या निस्वार्थ व फायदेशीर असलेल्या सेवेचे शालेय अधिकाऱ्यांनी स्वागत केले आणि त्यांची आपल्याला सर्वात जास्त मदत झाली. त्यांनी हे जाणले की, प्रकाशाचे प्रवहन हे खरोखरीच धर्म निरपेक्ष आणि अराजनैतिक असून निव्वळ पारमार्थिक आहे. खाली अवतरण्यासाठी प्रकाशाने मुलांना निवडले आणि शालेय अधिकाऱ्यांनी प्रकाशाची निवड केली.

महर्षी अमर आनंदात आहेत. त्यांचे एक स्वप्न पूर्ण होते आहे. मास्टर व्ही देखील आनंदात आहेत. ते या कार्याचे प्रमुख आहेत.

मी म्हणत आलेलो आहे की जगात एक प्रकारची जागृती घडते आहे. हे खरे आहे. विशेषतः लहान मुलांमध्ये ही जागृती जास्त प्रमाणात दिसते आहे. कारण ती शुद्ध आहेत. ती या जगाचे भविष्य आहेत. ती जे पाहू शकतात ते मोठी माणसे पाहू शकत नाहीत. मोठी माणसे शिष्टाचाराच्या जरा जास्तच आधीन झालेली व म्हणूनच असंवेदनशील बनली आहेत!

लहान मुलांपर्यंत प्रकाश घेऊन जाणाऱ्या सर्व स्वयंसेवकांचा विचार माझ्या मनात येतो आणि त्यांच्या निस्वार्थ सेवेबद्दल आणि अखंड उत्साहाबद्दल मी त्यांचे मनापासून आभार मानतो.

एका व्यक्तीने म्हटले की, अशी सुंदर फुले असणाऱ्या बागेचा मी सर्वोत्कृष्ट माळी आहे. मी सर्वोत्कृष्ट असेन वा सर्वसाधारण माळी असेन, पण माझी बाग मात्र सर्वोत्कृष्ट आहे. माझी फुलं सर्वोत्कृष्ट आहेत. माझ्या बागेत काटे नाहीत आणि तण सुद्धा नाही. या बागेची निर्मिती माझ्या गुरुंनी, महर्षी अमरांनी केली आणि मास्टर व्हींनी त्यासाठी सर्वोत्कृष्ट बियाणे आणली.

मागील काही आठवड्यांमधे, मी हजारो लोकांना संबोधिले आणि या पृथ्वीच्या भविष्याबद्दल खरोखरच काळजी करणाऱ्या पुष्कळ भल्या माणसांना भेटलो व त्यांच्याशी बोललो. या गोष्टीचा मला खूप आनंद वाटला की, प्रत्येकालाच बदल हवा आहे, एक महान बदल! हा महान बदल म्हणजेच प्रलय होय. प्रत्येकाचीच अशी इच्छा होती की प्रलय व्हायला हवा. आणि विश्वास ठेवा, प्रलय होतो आहे!

सध्या चाललेला अनागोंदीचा कारभार आणि गोंधळ, त्या महान बदलाचाच एक भाग आहेत. त्याची सुरुवात आहेत.

मोठ्या प्रमाणावर परिणाम होण्यासाठी आपल्यापैकी आणखी पुष्कळ जणांनी आपला आवाज बुलंद करायला हवा, आपली आशा दृढ करायला हवी. आता कोणीच या प्रक्रियेला थांबवू शकत नाही. कोणीच या प्रक्रियेला उलट दिशा देऊ शकत नाही. ही प्रक्रिया आपल्याला शेवटी नवयुगाकडे घेऊन जाईल.

१९८८ सालापासून मी ज्या आध्यात्मिक क्रांती बद्दल बोलत आलो आहे, त्याची सुरुवात आता झाली आहे.

हा असा काळ आहे जेव्हा सर्व भाकीते चूक ठरतील, वर्तविलेले सर्व भविष्य चूक ठरेल. कारण भविष्य आता आकार घेते आहे. आपण, या पृथ्वीवरील माणसे, आपल्या या पृथ्वीसाठी, नव्या नियतींचे निर्माण करीत आहोत. एक नवी पृथ्वी उदयास येते आहे. नवयुगाची पहाट होते 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

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.

२१ डिसेंबर रोजी आंध्रप्रदेशातील अमरावती गावात झालेल्या 'ध्यान महाचक्रम्' या कार्यक्रमाचे उद्घाटन गुरुंजीच्या हस्ते झाले

काही ठळक घडामोडी

- २१–१२–२०१० रोजी आंध्र प्रदेश राज्यातील अमरावती येथे गुरुजींनी ५०,००० पेक्षा अधिक ध्यानसाधकांना उद्देशून व्याख्यान दिले.
- ४–१–२०११ रोजी गुरुजींच्या अध्यक्षतेखाली श्री. एम यांच्या "Apprenticed to a Himalayan Master" ह्या पुस्तकाचे वाचन विद्या वीरकर यांच्या स्ट्रॅण्ड बुक हाउस येथे करण्यात आले.
- ६–२–२०११ रोजी तपोनगरात होणाऱ्या महर्षी अमर जयंती समारंभाच्या प्रसंगी "iGuruji, Volume 4" हे पुस्तक प्रकाशित करण्यात येईल.
- २९–१–२०११ रोजी मुंबई येथे "Higher Communication & Other Realities" ह्या पुस्तकाचा मराठी अनुवाद प्रकाशित करण्यात येईल.
- लाईट चॅनलिंग टीम ला मदत करण्यासाठी आणखी स्वयंसेवकांची गरज आहे. ह्या कार्यात भाग घेण्याची इच्छा असणाऱ्यांनी नाव नोंदणीसाठी मानसा कार्यालयाशी संपर्क साधावा.
- रविवारच्या वर्गात उपस्थित राहण्यासाठी तपोनगराव्यतिरिक्त इतर केंद्रांतील विद्यार्थ्यांनी आपले नाव नोंदवणे जरुरी आहे.

रविवारच्या प्रसादाचे प्रायोजक

अलका सिंदिया, बानू रामदास आणि राम मुरली	०५–१२–२०१०
रामचन्द्रा के. आणि प्रद्युम्न, अजय कुमार आणि सीमा अजय	१२–१२–२०१०
जयलक्ष्मी के., यशोदा सी. आणि राधा कुमार	१९–१२–२०१०
मल्लिका गणेशन आणि चंद्रसाकी	२६–१२–२०१०

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 आणि प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत

रविवार ६ फेब्रु – महर्षी अमर जयंती कार्यक्रम

महर्षी अमर जयंती कार्यक्रम तपोनगर येथे रविवार, ६–२–२०११ रोजी

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

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०१	मंगळवार	शिवरात्री
०२	बुधवार	अमावास्या
०६	रविवार	महर्षी अमर जयंती समारंभ
१०	गुरुवार	रथसप्तमी
१३	रविवार	शुक्ल दशमी
१८	शुक्रवार	पौर्णिमा
२५	शुक्रवार	कृष्णाष्टमी

मानसा आणि अंतर–मानसा चे विशेष फोटो असलेले डेस्क कॅलेंडर आता उपलब्ध आहे. सविस्तर माहितीसाठी कृपया मानसा कार्यालयाशी संपर्क साधावा.

गुरुजींसोबत अनौपचारिक बैठक आता दर महिन्याच्या दुसऱ्या शनिवारी होईल. पुढील बैठक १२–२–२०११ रोजी सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत आयोजित करण्यात येईल. ह्यात भाग घेण्याची इच्छा असणाऱ्यांनी मानसा कार्यालयात आपले नाव नोंदवावे.

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

"लाईट चॅनल्स वर्ल्ड मूव्हमेंट" बद्दल वृत्तांत

- १८ डिसेंबर हा दिवस लाईट चॅनलिंगसाठी खूप विशेष होता. ह्या दिवशी शंभराहून अधिक शाळांतून पन्नास हजार पेक्षाही अधिक मुलांनी प्रकाशाचे प्रवहन केले. साठपेक्षा अधिक स्वयंसेवक मैसूर व त्याच्या सभोवतालच्या गावांतून एकत्र जमले आणि त्यांनी शांतपणे, एकमताने काम करून ही असामान्य घटना घडवून आणली.
- डिसेंबर २०१०, ह्या फक्त एका महिन्यात २९० पेक्षा जास्त शाळांतून १,७०,००० विद्यार्थ्यांनी प्रकाश प्रवाहित केला. त्यामुळे २०१० या वर्षामध्ये प्रकाश प्रवहन करणाऱ्या विद्यार्थ्यांची एकूण संख्या ८ लाखांपेक्षा जास्त झाली.
- शाळांकडून मिळणारा हा अपूर्व प्रतिसाद आम्हाला ह्या प्रकाश पसरवण्याच्या स्वार्थरहित कार्यासाठी सर्वात जास्त प्रेरणा देतो. ■

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

मी जेव्हा प्रकाश प्रवहनाच्या तंत्राचा सराव केला तेव्हा शांतता अवतरली. मी केवळ शांतताच नव्हे तर निरामयता देखील अनुभवली आणि माझ्या भोवतालची जाणीव विसरले. –मिस. अबीदा बेगम, शिक्षिका, गव्हर्मेंट उर्दू हायर प्रायमरी स्कूल, कैवार

प्रकाश प्रवहन केल्यानंतर माझी कार्यक्षमता वाढली. या कार्यामुळे मला संपूर्ण विश्व प्राप्त झाले, जेथे अजिबात हिंसा नव्हती व स्वार्थीपणा नव्हता. – हिमांशू, वर्ग १०, स्वामी विवेकानंद रुरल इंग्लिश मीडियम स्कूल, चन्दापुरा, आनेकल

२८ डिसेंबरला आम्ही 'सरकारी प्रौढशाले, तलग्वारा' येथे जेव्हा प्रकाश प्रवहनाचे सत्र चालवले तेव्हा एका विद्यार्थिनीने आम्हाला सांगितले की, आम्ही जेव्हा २२–१०–२०१० रोजी गव्हर्मेंट हाय स्कूल, चिंतामणी येथे सत्र घेत होतो तेव्हा ती तेथे हजर होती. तिने आम्ही तिच्या तलग्वारातील शाळेला भेट देऊन तेथील विद्यार्थ्यांना हे तंत्र शिकवावे अशी मनात प्रार्थना केली. तिची प्रार्थना सात दिवसाच्या आत मान्य झाली. – मुकेश परमार, स्वयंसेवक

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल, अनुवाद : पूर्वा फडके

डिसेंबर २०१० ला पृथ्वीने फोटॉन बेल्टच्या शक्तीक्षेत्रात प्रवेश केल्याच्या घटनेला एक वर्ष पूर्ण झाले. मागील वर्षाशी तुलना करता आपल्याला जाणवते की नवीन, प्रबळ शक्तींमुळे तपोनगरची कंपनशीलता वाढली आहे. तपोनगरवासी एकात्मतेच्या गूढ ओढीमुळे पहिल्यापेक्षा अजूनच जवळ आले आहेत. यात तेथे राहत नसलेल्या तपोनगरवासीयांचाही समावेश आहे. या जागेला दुसरी शंबला बनविण्याच्या गुरुजींच्या स्वप्नाचे बीज त्यांच्या निरपेक्ष प्रेमाचे, यत्नांचे व अचल संयमाचे खतपाणी मिळल्यामुळे अंकुरू लागले आहे. याची साक्ष रहिवाशांच्या बैठकीतील चर्चेतून मिळाली. त्यावेळी प्रत्येकाने गुरुजींच्या या महान कार्याचा भाग बनल्याबद्दल कृतकृत्यता व्यक्त केली. प्रकाशाने त्यांची मने इतकी सृजनशील बनवली आहेत की शंबला हळुवारपणे त्यांच्या अंतःकरणात उमलू लागली आहे.

नाताळ निमित्त झालेल्या विशेष ध्यानात अनेकजण सहभागी झाले. उजाडणाऱ्या नवीन वर्षातील आव्हानांना सामोरे जाण्यासाठी भगवान येशू ख्रिस्तांनी आम्हाला प्रकाशाने भरून टाकले. अखंड ध्यानाने संपूर्ण जगात मनसोक्त प्रकाश पसरवण्याची संधी प्रत्येकाला उपलब्ध करुन दिली.

३१ डिसेंबरच्या रात्री गुरुजींनी व रहिवाशांनी जल्लोशात व आनंदात नवीन भोजनगृहाचे उद्घाटन केले. शून्यमासाच्या तपस्विनीने सुद्धा आशीर्वाद दिले. एकात्मतेच्या ध्यानपद्धतीचा सराव करुन नवीन वर्षाचे स्वागत करण्यात आले.

२०१० चा अंत व २०११ ची सुरुवात दोन ग्रहणांत गुंफली गेली होती. या दोन्हींनी प्रकाशयुगाचे आगमन सूचित केले. ■

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

(गुरुजींच्या रविवारच्या व्याख्यानातील वेचे)
(संकलन: शोभा राव, अनुवाद: पूर्णिमा परुळेकर)

०५-१२-२०१०

आपल्या स्वतःसाठी एक अंतर्गत जागा निर्माण करणे फार महत्त्वाचे आहे. ती जागा अशी असावी जिथे एकांत व स्तब्धता असेल. त्या जागेमध्ये आपण चिंतन करू शकू, अनुभव घेऊ शकू, ऋषींबरोबर आणि ईश्वराबरोबर संपर्क साधू शकू. तिथे आपण निर्मिती करू शकू जसे – एखादी कविता अगर गाणे रचणे, गाण्याला चाल लावणे. तसेच तिथे आपण ऊर्जा व ज्ञान मिळवू शकू. कदाचित आपल्या नकळत आपण अशी जागा बनवली सुद्धा असेल. तसे असेल तर ह्या जागेची जाणीव करून घेऊन आपण ती जोपासू या. आपल्या ह्या वैयक्तिक जागेत आपण दुसऱ्यांना शिरकाव करायला देता कामा नये. कारण, त्यामुळे घडी बिघडते. तसेच, आपणसुद्धा दुसऱ्यांच्या व्यक्तिगत जागेत घुसखोरी करू नये.

एक विलक्षण सुंदर कल्पना माझ्या पाहण्यात आली. ती अशी आहे: "इथे जर सुव्यवस्था असेल तर ती तशी सर्वत्र असेल." जेव्हा शारीरिक पातळीवर, तसेच आपण राहत असलेल्या खोलीत व आपल्या आसपासच्या परिसरात सुव्यवस्था असते तेव्हा ती भावनिक पातळीवर पोचते, एवढेच नव्हे तर बौद्धिक पातळीवरसुद्धा पोचते. आम्ही पूर्वी उल्लेख केला होता की ध्यानाआधी स्नान करणे आवश्यक नसते. परंतु, आपल्यापैकी प्रत्येकानेच हा अनुभव घेतला असेल की स्नानानंतर आपण ताजेतवाने होतो. त्याची ध्यान जास्त चांगले होण्यास मदत होते. अशा तऱ्हेने शारीरिक पातळीवरील सुव्यवस्था, स्वच्छता, शुचिता अशी प्रत्येक गोष्ट इतर पातळ्यांपर्यंत पोहोचत असते. म्हणून आपण ह्या गोष्टी आचरणात आणायला हव्या.

विश्वामध्ये परिपूर्ण शिस्तबद्धता आणि समज सुद्धा आहे. तारकासमूह एका विशिष्ट पद्धतीनेच परिभ्रमण करतात. ग्रह, तारे आपल्या स्वतःच्या कक्षेत फिरतात. ते एकमेकांवर आदळत नाहीत. आपल्या आयुष्यातील सुव्यवस्था किंवा शिस्त ईश्वराशी एकतान होण्यात आपली मदत करते. समस्त सृष्टीशी आणि संपूर्ण विश्वाशी एकतान होण्यात मदत करते. किती सुंदर उद्‌बोधन आहे हे!

आपण हीही जाणीव ठेवली पाहिजे की प्रत्यक्षात उतरवण्यासाठी विश्वाच्या स्वतःच्या इच्छा व स्वप्ने असतात. आपण आपल्या जीवनात सुव्यवस्था व शिस्तीची सांगड घातली की विश्वाला आपल्या मार्फत स्वतःची स्वप्ने पूर्णत्वास नेणे शक्य होते. तेव्हा आपल्या लक्षात येते की आपण आणि हे विश्व निरनिराळे नसून एकच आहोत. ही फार अप्रतिम अवस्था असते जेव्हा एकत्वाचा अनुभव येऊ लागतो.

एका व्यक्तीचे पत्र वाचून व तिची परिपक्वता पाहून मी केवळ थक्क झालो. ती लिहिते, "मी वेदनाही गोड मानून घेते व आनंदही गोड मानून घेते. मोठा साधक बनण्याची इच्छा, शक्ती प्राप्त करण्याची इच्छासुद्धा मावळत चालली आहे. आयुष्य जसे आहे तसे छान आहे. आयुष्य सुंदर आहे. प्रत्येक गोष्ट छान आहे. प्रत्येक गोष्ट सुंदर आहे." ह्या ओळींमध्ये असंख्य अर्थछटा आहेत. नुसत्या ध्यानाने आपण ह्या अवस्था प्राप्त करू शकत नाही. ह्या अवस्थांना आपण तेव्हा पोचतो जेव्हा आपण पारमार्थिक दृष्ट्या परिपक्व होतो. त्यावेळी आपण ध्यान करतो किंवा नाही या गोष्टीने काही फरक पडत नाही कारण, तेव्हा आपण परमात्मसत्तेशी तादात्म्य पावलेलो असतो.

विवेकानंदांना निर्विकल्प समाधीचा श्रेष्ठ अनुभव प्राप्त झाल्यानंतर रामकृष्ण परमहंस त्यांना म्हणाले, "हा अनुभव तू पुन्हा घेऊ शकणार नाहीस. आता मी त्याला कुलुपबंद केले आहे व चावी माझ्याजवळ ठेवणार आहे." एका माणसाने विचारले, "ही चावी कोणती?" विवेकानंदांचा जन्म केवळ समाधीचा अनुभव घेण्यासाठी नव्हता तर कार्यासाठी होता. त्याच धर्तीवर ऋषींच्या छायाछत्राखाली एकत्र आलेल्या लोकांनी ऋषींचे कार्य हाती घ्यावे अशी योजना असते. आपण इथे कार्यासाठी जन्मलो आहोत. काही वेळा आपल्याला अनुभव घेण्याची मुभा नसते. जर आपल्याला हे समजले नाही आणि म्हणून आपण या उद्देशाची पूर्ती केली नाही तर आपण जन्म फुकट घालवतो आहोत. आपल्या चाव्या ऋषींपाशी आहेत.

१२-१२-२०१०

आपण एका आठवड्यानंतर भेटतो आहोत. गेला आठवडा हा बनवाबनवी, विकीलिक्स, राडीया टेप्स आणि राजकारणातील दुटप्पीपणाच्या न संपणाऱ्या बातम्यांनी भरलेला होता. ही यादी बरीच मोठी आहे. मी फार निराशाजनक चित्र उभे करण्याचा प्रयत्न करतो आहे असे नाही. पण आपले जग आहे हे असे आहे. आपण प्रकाशाचे प्रवहन करून ह्या डोंगराएवढ्या समस्यांवर मात करायची आहे. त्याचा किती परिणाम होईल ते आपल्याला माहीत नाही. खूप लोकांच्या सहभागाची गरज आहे. आपण पुढाकार घेऊन असे प्रवाहक गट बनविले पाहिजेत.

संजीवक शक्तींपाशी समज असते. त्या फक्त उपचारच करत नाहीत, तर एखाद्या विशिष्ट पद्धतीचे उपचार सुरू करण्याविषयी किंवा निराळ्या डॉक्टरकडे जाण्याविषयी मार्गदर्शन देखील करतात. संजीवक शक्तींच्या बरोबरीने वैद्यकीय उपचार घेतल्याने फायदा होतो. मार्गदर्शन एका निराळ्या स्तरावर मिळत असल्यामुळे लोकांच्या कदाचित ते समजण्यात येत नाही. त्याचबरोबर ह्या शक्ती रोग्याचा थोडा कर्मभारही उचलतात. ही कर्मे संजीवक शक्ती पाठवणाऱ्या व्यक्तीला चिकटण्याची शक्यता नाकारता येत नाही. संजीवक शक्ती व्यक्तिला परिवर्तनात मदत करतात. त्या व्यक्तीशी खोलवर संवाद साधून तिला स्वतःच्या चुकांची, दोषांची आणि उणीवांची जाणीव करून देतात. आपण जर सावध असलो तर आपण कुठे प्रयत्न करायला हवे ते आपल्याला समजते. त्यायोगे आपण शारीरिक व्याधीसुद्धा बरी करू शकतो. अशा तऱ्हेने संजीवक उपचार करणे ही साधी, एकसूत्री प्रक्रिया नाही.

एका माणसाने मला लिहिले की तो फार निराश व दुःखी झाला होता. नोकरी सोडून ह्या जगापासून कुठेतरी लांब निघून जावे असे त्याला वाटत होते. कारण, त्याच्या भोवतालची माणसे फार स्वार्थी होती आणि त्यांची बदलायची तयारी नव्हती. त्यांना कसे सुधारावे ते त्याला समजत नव्हते. इथे एक महत्त्वाचा मुद्दा लक्षात घ्यायला हवा की लोकांना सुधारणे हे आपले काम नाही. माझे काम आहे मला ऋषींकडून मिळणारे ज्ञान व तंत्रे तुमच्या समोर ठेवणे आणि तुम्हाला मार्गदर्शन करणे; सुधारणे नव्हे.

इतरांना सुधारता येत नाही म्हणून कोणी का बरे निराश व्हावे? त्याचे हे वाटणे योग्य आहे का? ते असो. सुधारणेची सुरुवात आपल्या स्वतःपासून करू या. इतरांना सुधारण्याचे काम आपण ऋषींवर आणि ईश्वरावर सोडू या. त्यांचे काम सुरूच आहे. सृष्टीचे काही नियम असतात जे आपण तोडू शकत नाही. समग्र मनुष्यजात शुद्धीकरणाच्या प्रक्रियेतून जात आहे. स्वतःत बदल व सुधारणा करण्याचा निर्णय लोकांनी स्वतः होऊन घेतला पाहिजे. त्यासाठी आपण निराश होणे चुकीचे आहे.

गुरुजी उवाच

(गुरुजींच्या रविवारच्या व्याख्यानातील वेचे)
(संकलनः शोभा राव, अनुवादः पूर्णिमा परुळेकर)

प्रत्येक समस्येचे काही आध्यात्मिक मूळ कारण असते याची आपल्याला कल्पना नसते. आपण ते जाणायचा प्रयत्न केला पाहिजे आणि अंतःप्रेरणेच्या योगे ते शोधून काढले पाहिजे. जर वेदना हटत नसेल तर तुम्ही तुमच्या आंतरतम व्यक्तिगत जागेत एकट्याने बसून चिंतन केले पाहिजे. तुम्हाला ते मूळ कारण शोधून नष्ट करता येईल. त्यानंतर ती वेदना आश्चर्यकारकरीत्या अदृश्य होईल.

समूहात बसून ध्यान केल्यास ध्यानाचा दर्जा वाढतो. समूहध्यानात सहभागी होणाऱ्या व्यक्तिचे ध्यान नियमित होऊ शकते. इथे ऋषींच्या उपस्थितीत आपण जे समूहध्यान करतो, ते फार फायदेशीर असते. ऋषी प्रत्येकाच्या ध्यानावर देखरेख करतात, आपल्याला वरच्या पातळीवर ओढून घेण्याचा प्रयत्न करतात. तसेच, आपल्याला शक्ती देण्याचा व शरीर व्यवस्थेला संवादी बनविण्याचा प्रयत्न करतात. समूहध्यानासाठी तुम्ही प्रत्यक्ष इथे जमण्याची आवश्यकता नाही. तुम्ही जिथे असाल तिथून इथे मानसिक संपर्क करू शकता. शब्दांपेक्षा ध्यान जास्त महत्त्वाचे आहे. तुम्ही हेही लक्षात घेतले पाहिजे की जेव्हा आपण एकट्याने किंवा समूहात बसून ध्यान करतो तेव्हा आपण एका मूक आध्यात्मिक क्रांतीमध्ये सहभागी होत असतो. ह्या ध्यानांदरम्यान जी कंपने निर्माण होतात ती जगभरात पसरतात व परिवर्तन घडवून आणतात.

आपण सर्वांनी वस्तूंशी बोलण्यासाठी प्रयत्न केले पाहिजेत. ईश्वर प्रत्येक वस्तूमध्ये आहे. प्रत्येक अचेतन वस्तूमध्येसुद्धा चैतन्य आणि व्यक्तित्व असते. तुम्ही झाडांशी, पक्षांशी, वस्तूंशी, तसेच नदीशीसुद्धा बोलू शकता. पुराणांमध्ये अशा घटना आपल्याला पाहायला मिळतात. प्रभू राम समुद्राशी बोलतात. समुद्र त्यांच्याबरोबर बोलतो. असे विलोभनीय अनुभव पाहून आपल्याला नवचैतन्य व प्रेरणा मिळते. आपल्या सभोवती ईश्वरी प्रज्ञा व प्रेम आपल्याशी संवाद साधण्याच्या व मदत करण्याच्या प्रतीक्षेत आहेत या सत्याची जाणीव आपल्या आशा पल्लवित करते. केवळ ह्या जाणिवेच्या बळावर आपल्यामध्ये आशा तग धरून आहे. माझ्या गुरुंची भेट होण्याआधी मला मुळीच आशा नव्हती. मला वाटत होते की या जगाचा ऱ्हास होईल. मला वाटत होते की या जगाचे भविष्य शून्य आहे. पण माझ्या गुरुंनी मला जीवनाच्या ह्या आशादायी पैलूचे दर्शन घडविले.

प्रत्येक ग्रहण संपूर्ण जगावर परिणाम करते. म्हणूनच आपण ग्रहणादरम्यान ध्यान करतो. अशा वेळी मुक्त केल्या जाणाऱ्या नूतन ऊर्जा ग्रहण करण्याचा आपल्याला लाभ होतो. लक्षात ठेवा की प्रत्येक ग्रहण ही सत्ययुगाकडे नेणारी पुढची पायरी असते.

१९-१२-२०१०

ध्यान करणे दिवसेंदिवस अधिकाधिक कठीण होत चालले आहे. कारण आपले प्रयत्न तोकडे पडतात. अतिशय थोड्या वेळात आपल्याला बरीचशी मलिनता स्वच्छ करायची आहे, बरीचशी कर्मे जाळायची आहेत. त्यामुळे आपल्याला जास्त प्रयत्न करणे भाग आहे. आपण प्रयत्न वाढवले तर आपल्याला निश्चित जास्त मदत मिळते. पण आपण थोडे प्रयत्न केले तरीही आपल्याला जास्त मदत मिळते. अशी ऋषीकृपेची किमया आहे.

एक मजेशीर गोष्ट आहे की संजीवक शक्ती पाठवणाऱ्याकडे परत येतात आणि वैद्यकीय व पारमार्थिक दृष्टिकोनातून आजारी व्यक्तिच्या परिस्थितीचा अहवाल देतात. आतापावेतो संजीवक शक्ती पाठवणाऱ्याची भूमिका आपण जाणली आहे. त्याचे काम केवळ आजार बरा करणे हे नाही. आजारी व्यक्तिला बदलण्यास व पारमार्थिक प्रगती साधण्यास मदत करणे हेही त्याचे काम आहे. बरे करणे ही थोर पारमार्थिक कृती आहे. सगळे संजीवक शक्तीचे प्रवाहक या भागाकडे दुर्लक्ष करतात. त्यांना त्याची कल्पनाच नसते.

अलीकडेच मी ज्योतिषांच्या एका गटाला भेटलो. त्यांच्या मनाच्या खुलेपणाच्या दर्शनाने मी चकित झालो. मी जे विवेचन करण्याचा प्रयत्न केला ते सर्व ती मंडळी समजू शकली आणि स्वीकारू शकली. २०१२ सालाबद्दलही त्यांनी विचारणा केली. मी याची अपेक्षा करीत नव्हतो. या पृथ्वीवर पसरवण्यात आलेल्या नूतन ऊर्जांचा हा परिपाक आहे, ज्या निराळ्या स्तरावर लोकांपर्यंत पोहोचून त्यांचे मन वळवतात. त्यामुळे उपदेशाची गरज उरली नाही. अर्थात, मनाची कवाडे खुली ठेवणाऱ्या त्या मंडळींचे मला कौतुक केले पाहिजे. या नूतन ऊर्जांच्या उपस्थितीमध्ये सुद्धा प्रत्येकजण खुल्या मनाचा असेलच असे नाही. परंतु ह्या गटातील माणसे भली होती कारण, त्यांच्या सोबत आलेल्या त्यांच्या अतिविनम्र गुरुंच्या रूपात त्यांना थोर मार्गदर्शक लाभला होता.

प्रकाश प्रवहनाच्या सत्रांत आपण उपदेश देऊ नका. सर्व काही प्रकाशच करेल. प्रकाशाचे प्रवहन करणाऱ्यांना विलक्षण अनुभव येतात. त्यांच्यात विलक्षण बदल घडून येतात. त्यांना अंतरंगाचे यथार्थ ज्ञान होते.

पुष्कळदा लोक कामासाठी आपण होऊन पुढे येतात. मी त्यांना नेहमी सांगतो की त्यांनी प्रथम स्वतःला अथांग प्रेमाने व अपरिमित संयमाने सुसज्ज करावे आणि मगच कामासाठी पुढे यावे. तुमच्यापाशी संयम, ऋषींबद्दल प्रेम व कार्याविषयी आत्मीयता असायला पाहिजे. तुम्ही हृदयापासून बोलायला शिकले पाहिजे. तुम्हाला आमच्या कार्यात नेहमीच स्थान मिळेल.

एका प्रसंगाचा उल्लेख करावा की नाही असा मी विचार करत होतो. त्या प्रसंगी एक माणूस आमच्या एका स्वयंसेवकाशी फार कठोरपणे बोलला. त्याचे मला फार वाईट वाटले. माझे स्वयंसेवक किती निस्वार्थीपणे कार्य करीत आहेत! आणि तुम्ही मात्र त्यांना दुखवता. प्रत्येकाने या गोष्टींबद्दल विचार करावा असे मला वाटते. अशा तऱ्हेचा एक प्रसंगसुद्धा सर्वांचाच उत्साहभंग करतो. हे स्वयंसेवक देवदूतांप्रमाणे काम करत आहेत यात मुळीच अतिशयोक्ती नाही. त्यांच्याशी आपण सगळे प्रेमाने वागू या.

काल साधारण ६० स्वयंसेवकांनी निरनिराळ्या ठिकाणच्या ६०००० पेक्षा जास्त शालेय विद्यार्थ्यांना प्रकाश प्रवहन करायला शिकविले. या कार्यासाठी ते स्वतःच्या पदरचे पैसे खर्च करतात. याचे मला फार वाईट वाटते.

शून्य मास चालू असल्यामुळे आपल्या नेहमीच्या ऋषींच्या जागी आठ ऋषींची नवीन तुकडी आली आहे. त्यांना आपण ऊर्जा वाहू या. ह्या तुकडीचे नेतृत्व कलांगनी नावाच्या एक फार थोर तपस्विनी करीत आहेत. त्या प्रथमच इथे आल्या आहेत. ■

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

(संकलन : वैशाली जोशी, अनुवाद : एकनाथ कुलकर्णी)

गेल्या वर्षी अनेक अनुभव आणि संधी माझ्या वाट्यास आल्या ज्यामुळे मी लीन झाले. सगळ्यात महत्त्वाची घटना म्हणजे अभ्यास गटामध्ये झालेला माझा समावेश! मला अंतःकरणपूर्वक वाटत असलेली कृतज्ञता आणि प्रेम व्यक्त करण्यास माझ्याकडे शब्द नाहीत. आपण माझ्या आयुष्यातील केंद्रबिंदू आहात. "या जगामध्ये शिकण्यासारखे आणि विसरण्यासारखे बरेच काही आहे." हे आपले शब्द लक्षात ठेवून मी माझे आयुष्य कुतूहलपूर्ण वृत्तीने जगेन असे आपल्याला आश्वासन देते. –पद्मजा बालाजी

प्रकाश प्रवहन गटाच्या बरोबर काम करण्याची संधी मिळाल्यापासून मला माझ्यातील विकास जाणवत आहे. मला अगदी शांत वाटते. प्रत्येकाशी मी प्रेमाने वागते. यापूर्वी कधी असे घडले नव्हते. माझ्यातील नको असलेल्या काही नकारात्मक बाबी हळूहळू नष्ट होत असलेल्या मला दिसतात. शालेय विद्यार्थ्यांमध्ये रोज वावरत असल्यामुळे आणि त्यांनी प्रवाहित केलेल्या प्रकाशामुळे माझ्यात बदल होण्यास मदत झाली असावी.

मला आपल्याला आवर्जून सांगायचे आहे की आपली बाग फार सुंदर आहे. तिच्यात निरनिराळ्या प्रकारची फुले बहरलेली आहेत. लकाकणाऱ्या पाण्याप्रमाणे शुद्ध असे त्यांचे स्व:तंत्र, भिन्नभिन्न, आल्हाददायी सुगंध आसमंतात दरवळत असतात. आपण ही बाग १९८८ पासून काळजीपूर्वक जोपासली आहे.

–प्रगती राज

दि. १८ डिसेंबर २०१० रोजी जे मोठे प्रकाश प्रवहन घडले, त्यामुळे आपल्याला अतिशय आनंद झाला. आपले अतिशय मूल्यवान स्मित पाहण्यासाठी आम्ही उत्सुक होतो. परंतु त्याऐवजी स्वयंसेवकांनी या उपक्रमासाठी पदरमोड केली व त्यांना आर्थिक साहाय्य करता आले नाही याबद्दल आपण खेद व्यक्त केला.

आम्हाला जे प्रेम, स्नेहभाव आणि आदर हजारो मुलांकडून व त्यांच्या शिक्षकांकडून मिळत आहे, ते पैशामध्ये मोजता येणार नाही. प्रकाशाच्या प्रवहनाचे काम केल्यामुळे आमची प्रगती होत आहे व आम्ही खूप काही शिकत आहोत. या कामासाठी जे जे आवश्यक आहे, ते सर्व ऋषी आम्हाला उपलब्ध करुन देत आहेत. आपण आम्हाला सर्वांवर प्रेम कसे करावे ते शिकवले. आपण कृपया वाईट वाटून घेऊ नये– त्यामुळे आम्हाला दुःख होते. –मंजुळा व्ही.

प्रकाश प्रवहनाच्या प्रत्येक सत्रात मला नवीन आंतरिक ज्ञान मिळते व बोध मिळतो. या सत्रांदरम्यान मी एकात्मतेचा अनुभव घेत असल्यामुळे मला खूप फायदा होतो आहे. प्रत्येक वेळी मी ऋषींना माझ्या माध्यमातून काम करण्याची विनंती करते. प्रत्येक अनुभव वेगळा असतो आणि त्यावेळी माझ्या तोंडातून बाहेर पडणारे शब्द त्या विशिष्ट सत्रात उपस्थित असलेल्या लोकांच्या गरजांशी संबंधित असतात. आयुष्य ही इतरांना मदत करण्याची सर्वात मोठी संधी आहे आणि स्वतःचा नम्रतापूर्वक व प्रेमपूर्वक विकास करण्याची सुद्धा संधी आहे, हे शिकवल्याबद्दल मी आपले व ऋषींचे आभार मानते. –नित्या जेम्स

जेव्हापासून मी लोकांना बरे करण्यासाठी संजीवक शक्ती पाठवणाऱ्या गटामध्ये सामील झाले आणि प्रकाश प्रवहन करु लागले तेव्हापासून मला खूप ताजेतवाने वाटते आहे. मी इतरांना देत असलेले हीलिंग व रेकीसुद्धा अधिक परिणामकारक झाले असून त्याचे उत्तम परिणाम दिसत आहेत. ऋषी आमच्या बरोबर आहेतच. मला या समूहामध्ये सामील करुन घेतल्याबद्दल मी आपले मनापासून आभार मानते.

–हिला माझदा

एक साधक म्हणून मझ्याकडून चुका होतात. अजूनही कधीकधी माझा संयम सुटतो. पण आपण सदैव पाठीशी असता.... आपला निरपेक्ष व दृढ आधार आहे. मी माझ्या स्वतःमध्ये अशा प्रकारची वृत्ती प्रस्थापित करू इच्छिते की ज्यामुळे समोरच्या व्यक्तीसाठी मी सदैव चांगुलपणाने आधार देत राहीन, भलेही ती व्यक्ती कशाही प्रकारे व्यवहार करो. –गीता जोशी

पृथ्वीवर समग्रतेने परिवर्तन घडवून आणत असलेल्या आपल्या शिकवणीची, शक्तींची आणि प्रेमाची ओळख करून घेण्याची संधी दिल्याबद्दल मी नववर्षाच्या आरंभी आपले आभार मानते. परिवर्तनाच्या प्रक्रियेत आशा, विश्वास आणि चिकाटी ठेवण्यासाठी मला उत्तेजन मिळत आहे. एकाच ध्येयापर्यंत पोहोचविणाऱ्या वेगवेगळ्या साधनांमधील अंगभूत एकता लक्षात येते आहे. आपल्या स्वतःच्या जीवनातून उदाहरण घालून दिल्याबद्दल, मला धैर्य दिल्याबद्दल आणि सहनशीलतेने मार्गदर्शन केल्याबद्दल मी आपली आभारी आहे. –हर्डा ल्यूटन

प्रश्नोत्तरे

संकलन: शोभा राव, अनुवाद: सुनिता देशपांडे

प्र. देवाने माया का बनवली?

उ. आपल्याला येथील जीवनाचा आणि सृष्टीतील विविधतेचा अनुभव घेता यावा म्हणून देवाने माया बनवली. माया ही ईश्वरी देणगी आहे. माया नसती तर आपल्याला सर्वत्र प्रकाशच दिसला असता.

प्र. आपल्या आध्यात्मिक जीवनाला सुरुवात केव्हा होते?

उ. आपल्या आध्यात्मिक जीवनाची सुरुवात आपण रुद्राक्ष किंवा भगवे कपडे घालायला सुरुवात केल्याने होत नसते किंवा जप करायला सुरुवात केल्याने आणि मंदिरांच्या वाऱ्या केल्याने देखील होत नसते. इतकेच काय तर आपण ध्यान करण्यास आरंभ करूनही ती होत नसते. जेव्हा आपण आपल्या आचरणातून प्रेम प्रकट करण्यास सुरुवात करतो तेव्हा आपल्या आध्यात्मिक जीवनाला सुरुवात होते.

प्र. आध्यात्मिक जागृती म्हणजे काय?

उ. आपण परमेश्वराचा एक अंश आहोत, आपण प्रकाशाचे कण आहोत आणि परमेश्वर हा प्रकाशाचा महासागर आहे ह्या वास्तवाची जेव्हा आपल्याला किमान बौद्धिक पातळीवर तरी जाणीव होऊ लागते तेव्हा आध्यात्मिक जागृती घडते.

प्र. वास्तव म्हणजे काय ?

उ. आपल्याला ज्या गोष्टी दिसतात, समजतात व अनुभवास येतात त्या म्हणजे वास्तव. अस्तित्वाच्या अनेक पातळ्या आहेत आणि प्रत्येक पातळीत निरनिराळी वास्तवे आहेत. अशा वास्तवांना किंवा सत्यांना कदाचित आपण चर्मचक्षूंनी पाहू शकणार नाही, पण आपल्या वेगळ्या उच्च क्षमतांच्या मदतीने आपण त्या जाणू शकतो. आपल्या शरीरासारखी आणि या जगासारखी बरीच वास्तवे आहेत जी अशाश्वत आहेत. आकाश आणि प्रकाशासारखी शाश्वत वास्तवे देखील आहेत. प्रत्येक वास्तव महत्त्वाचे आहे.

प्र. माझ्या कर्मांमुळे मला नोकरी मिळत नाही आहे का?

उ. तुमच्या वैयक्तिक परिस्थितीचा अभ्यास केल्यावरच मला याबद्दल खात्रीने काय ते सांगता येईल. सामान्यत: पाहू गेल्यास कर्मांचा केवळ प्रभाव पडतो. कर्मांच्या प्रभावामुळे नोकरी मिळणे कठीण होऊ शकते पण कर्म नोकरी मिळूच देणार नाही असे नसते.

प्र. दुसऱ्यांची कर्मे अंगावर घेण्यासाठी काही तंत्र आहे का?

उ. नाही.

प्र. निस्वार्थीपणा आणि त्याग यात फरक काय?

उ. फक्त आपल्याच फायद्याचा विचार न करणे म्हणजे निस्वार्थीपणा. त्याग म्हणजे त्याच्याही पलीकडे जाणे होय. त्याग म्हणजे इतरांच्या कल्याणासाठी काही गोष्टींना तिलांजली देणे होय. त्याग हे प्रेमाचे प्रकटीकरण असते.

प्र. प्रदर्शन आणि प्रकटीकरण यात काय फरक आहे?

फरक कदाचित हेतूमध्ये असावा. स्वत:च्या कोणत्याही गोष्टीचे प्रदर्शन करण्यात खोटेपणा असतो. प्रकटीकरणात मात्र खरेपणा असतो. जे खरे आहे तेच आपल्या आचरणातून प्रकट होते मग ते प्रेम असो की निव्वळ घृणा असो वा निव्वळ नापसंती असो. पण जे खरे नाही ते आचरणातून प्रकट होत नाही.

प्र. आपल्या सभोवताली घडणाऱ्या हिंसाचार आणि भ्रष्टाचाराविरुद्ध लढा देण्यासाठी मी काय करू शकतो?

उ. या पातळीवर वैयक्तिकरीत्या आपण एकटे काहीच करू शकत नाही. पण, आध्यात्मिक पातळीवर आपण प्रकाशाचे प्रवहन करू शकतो. जेव्हा आपण प्रकाशाचे प्रवहन करतो तेव्हा प्रकाश आपोआपच भ्रष्टाचाराचा नायनाट करतो. पण ह्यासाठी एकट्या व्यक्तीचे प्रयत्न कदाचित अपुरे पडतील. या पृथ्वीवरील जास्तीत जास्त लोकांनी प्रकाशाचे प्रवहन करायला हवे.

प्र. आपल्या अवतीभवती काही स्वच्छता प्रक्रिया सुरू आहे का?

होय. खरे काय आहे ते प्रकाशात येऊ लागले आहे आणि त्याबरोबर शुद्धीकरणाची प्रक्रिया सुरू झाली आहे. आपल्या अवतीभवती लोकांमध्ये, कुटुंबामध्ये, समाजात, देशांत आणि जगात या गोष्टी घडताना आपण पाहू शकतो. लीक्स, टेप्स आणि घोटाळे हे या गोष्टींचे उत्तम निदर्शक आहेत आणि या गोष्टी हळूहळू नामशेष होतील. लोकांमधील नकारात्मकता प्रकाशात येते आहे. प्रत्येक व्यक्तीला जाणीवपूर्वक ही नकारात्मकता काढून टाकावी लागेल.

प्र. आपले खरे अव्यक्त सामर्थ्य कोणते?

उ. आपले खरे अव्यक्त सामर्थ्य अमर्याद आहे. आपण एक ऋषी बनू शकतो. आपण एक तारामंडळ पण बनू शकतो. आपण देव बनू शकतो. गंभीरपणे प्रयत्न करून, प्रेमाने आपण आपले अव्यक्त सामर्थ्य जाणू शकतो आणि उपयोगात आणू शकतो. ■

आमची प्रकाशने

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
2012 - End or Beginning	100/-
iGuruji - Vol 1	150/-
iGuruji - Vol 2	120/-
iGuruji - Vol 3	150/-
Higher Communication & Other Realities	100/-
Living in the Light of My Guru	220/-
How to Meditate	50/-
Dhyana Yoga	50/-
Descent of Soul	50/-
Practising Shambala Principles	50/-
Astral Ventures of A Modern Rishi	50/-
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/-
आयगुरूजी (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/-
उच्चस्तरीय संवाद आणि इतर सत्ये (Marathi)	100/-
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)

गुरुजी कृष्णानंद (१९३९)

मानसा फाउंडेशन (रजि)

प्रकाशाच्या कार्याशी निगडित आहे आणि तपोनगरात आणि बंगलोर शहरात ध्यानवर्ग चालवण्याचे कार्य करते. गुरुजी कृष्णानंदांनी १९८८ मध्ये 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.

RNI. No. KARMAR/2008/27314 Registered Postal Regn. No. L/CNA/68/2010-11
Date of posting Newsletter-25th of Every Month. Posted at Bangalore GPO No. of Pages-8

आध्यात्मिक अनुभव

(संकलन: शोभा राव, अनुवाद: गुरुराज कानाडे)

काही दिवसांपूर्वी माझ्या एका मित्राशी गप्पा मारत असताना, अचानकपणे काही वेळासाठी मला माझ्यात कोणीतरी असल्याची जाणीव झाली. तो मी नव्हतो. त्याला स्वतःच्या आवडी निवडी होत्या व तो मला अशा गोष्टींचा अनुभव घेण्यास सुचवत होता, ज्या मला फार स्वार्थीपणाच्या वाटल्या. एकाएकी मला माझ्या आत कोणीतरी रडत पुन्हा पुन्हा विचारत असल्याचे ऐकू आले, 'मी कोण आहे?' त्यानंतर मला वाटले की मी वितळत आहे, माझ्या भोवतीचे सर्वकाही वितळत आहे. मी अनुभवले की, 'मी प्रत्येकात आहे, मीच सर्वकाही आहे'. ह्या अनुभवाने माझे डोळे भरून आले. नंतर लागलीच मी एका अंधारमय गुहेत आहे असे मला जाणवले. तेथे खूप शांती होती. त्यानंतर डोळे उघडल्यावर काहीवेळासाठी मी पूर्ण रिक्तता अनुभवली. –हेमंत शर्मा

ध्यानवर्गात प्रवेश करताक्षणीच मी गुरुजींशी व ऋषींशी जोडली गेले. शक्तींच्या स्तरामधील बदल मला स्पष्टपणे जाणवला. मी स्तब्ध होते. मी माझ्या अस्तित्वाच्या गहन पातळीतून येणारा आवाज ऐकला, जो प्रेमाने व मायेने ओतप्रोत भरलेला होता. गुरुजी व ऋषी जी माया व प्रेम सर्वांना देतात तीच माया व प्रेम त्या आवाजात होती. –राज्यलक्ष्मी

एका बाळाला एम. आर. आय. स्कॅनिंग साठी नेण्यापूर्वी, तो झोपी जाणे आवश्यक होते. त्याला गुंगीचे औषध देऊनही तो झोपला नाही. त्यामुळे त्याला भूल द्यावी लागणार होती. मी त्या बाळाच्या आत्म्याशी संवाद साधण्याचा प्रयत्न केला. मी त्याला सांगितले, "जर तू आता झोपला नाहीस तर तुला भूल द्यावी लागेल. त्याचा तुला त्रास होईल. म्हणून तू थोड्यावेळासाठी झोपलास तर फार बरे होईल." आणि काही क्षणांतच तो झोपला! –धनश्री कुलकर्णी

काही दिवसांपूर्वी मी प्रकाशाच्या महासागराशी एकरूप होण्याचा प्रयत्न केला. तेव्हा माझे सूक्ष्म शरीर, छोट्या प्रकाश गोळ्यात रूपांतरित झाले व ते प्रकाशसिंधुशी एकरूप झाले. प्रकाशात प्रवेश करताक्षणीच, मला माझ्या जाणिवेच्या पातळीत अचानक बदल झाल्याचे जाणवले. मी चैतन्याच्या खोल थरांमध्ये प्रवेश केला. त्याचवेळी मला माझ्या भौतिक शरीराचे व आजूबाजूच्या सर्व गोष्टींचे पूर्ण भान होते. या अनुभवानंतर मला खूप शांत वाटले व खूप आध्यात्मिक बळ प्राप्त झाल्यासारखे वाटले. –मनोज चोप्रा

गेल्या काही दिवसांपासून दैनंदिन ध्यान धारणे सोबत, मी एकात्मता तंत्र (Oneness) देखील अभ्यासत आहे. माझ्या लक्षात आले की जेव्हा माझ्या अवतीभोवती कोणालाही वेदना होते किंवा अस्वस्थ वाटते तेव्हा मला देखील वेदना होते. पण मला त्याचा त्रास होत नाही. हा अनुभव फक्त माझ्या आप्तांपुरता मर्यादित नाही. –मेधा कुलकर्णी

ध्यानादरम्यान मला दृष्टांत झाला. त्यात मी गुरुजींना कनकदासांच्या रूपात पाहिले. त्यानंतर मला गुरुजींच्या जागी एक तपस्वी दिसले. त्यापाठोपाठ मला उत्तर मिळाले की, गुरुजी अंगीरस महर्षी होते. या दृष्टांताचा अनुभव घेऊन मी विनम्र झालो आहे. –प्रताप किशन

ध्यानादरम्यान माझ्या तिसऱ्या डोळ्यात भेदक कंपनझोत प्रक्षेपित झाला. त्यायोगे मी सूक्ष्म जगातील घटना पाहू लागले व माझ्या अंतर्विश्वात एकाग्र होऊन पाहू शकले. आता मी माझ्या अंतर्विश्वात सरळच बुडी मारते. खरेतर हे परमेश्वरातच वास केल्यासारखे असते. एक वेळ अशी येते की हा अनुभव आपोआपच माझे त्या केंद्रबिंदूशी तादात्म्य घडवतो. माझे माझ्या स्वरूपाशी सायुज्य घडवतो. मला माझ्या प्रत्येक पेशीत प्रकर्षाने स्पंद पावणाऱ्या चैतन्याशी जोडतो, माझ्या नको असलेल्या सर्व विचारांना व भावनांना विरघळवून टाकतो. –विद्या विश्वामित्र

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