प्रकाशमार्ग

Volume 4 Issue 2 NOVEMBER 2011 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

मी माझ्या लोकांना सांगत असतो : ह्या आयुष्यातील तुमचे जीवितकार्य काय आहे, त्याचा शोध घ्या. तुमचे नियत कार्य काय आहे, त्याचा शोध घ्या. या गोष्टींचा शोध आपल्याला गहन चिंतनात किंवा ध्यानामध्ये लागतो. जेव्हा आपण आपली जाणीव वैश्विक पातळीवर नेतो, प्रकाशापर्यंत नेतो तेव्हा या गोष्टींचा शोध लागतो. आपल्याला आपल्या जीवितकार्याचा उलगडा कदाचित एका बैठकीत, एका दिवसात किंवा कधी कधी कदाचित एका वर्षातही होणार नाही. आपल्याला आणि या विश्वाला जोडणारी हॉटलाइन अद्याप आपल्याला सापडलेली नाही ! तरीही, कसे कोण जाणे, विश्वाकडून आपल्याला माहिती मिळते आणि जेव्हा आपल्याला ती मिळते तेव्हा आपल्याला हे पण कळते की ती आपल्याला विश्वाकडून मिळाली आहे.

जेव्हा आपल्याला आपल्या जीवितकार्याचा उलगडा होतो, आपल्या नियत कार्याचा उलगडा होतो, तेव्हा आपण केवळ त्याकडे संपूर्ण लक्ष केंद्रित करून कार्य करायला पाहिजे. आपण त्यापेक्षा जास्त किंवा इतर मुद्द्यांसाठी कार्य हाती घ्यायला नको. आपण जर का आपल्या जीवितकार्याला आणि नियत कार्याला चिकटून राहिलो तर विश्व आपल्याला सर्व प्रकारे मदत करते. हे एक आध्यात्मिक सत्य आहे. मी हे जाणतो.

माझ्या गुरुंचे कार्य पुढे चालवणे, हे माझे जीवितकार्य होते, हे मला समजले. माझे नियत कार्य होते: ध्यान शिकवणे, आध्यात्मिक ज्ञान आणि प्रकाश पसरवणे आणि नवे ज्ञान पृथ्वीतलावर आणण्यासाठी प्रयत्न करणे. मी या कार्यांना चिकटून राहिलो. जेव्हा लोक शाळा सुरू करण्यासाठी आणि वृद्धाश्रम चालवण्यासाठी मला मदत करायला तत्पर होते, तेव्हा विनम्रपणे मी ते नाकारले. त्यानंतर मला विश्वाकडून खूपच छान लोकांच्या मार्फत मदत मिळाली. लोकांनी मला आर्थिक मदत केली आणि काही लोक माझ्या कार्यातही सामील झाले. आम्ही शांतपणे एक महान कार्य करीत आहोत आणि आमच्या जीवितकार्याला व नियत कार्याला चिकटून आहोत.

जे लोक भ्रष्टाचाराविरुद्ध लढा देत आहेत, त्यांनी त्यांच्या कार्याला चिकटून राहायला हवे आणि अगदी काठावरच्या राजनीतीमध्ये सुद्धा त्यांनी ढवळाढवळ करू नये. जे लोक आध्यात्मिक कार्य हाती घेतात, त्यांनी मोठ्या प्रमाणात कॅपिटेशन फी गोळा करण्यासाठी कॉलेजेस चालवू नयेत. जेव्हा आपण आपल्या जीवितकार्यापासून आपले लक्ष वेगळ्या गोष्टींकडे वळवतो तेव्हा आपण भ्रष्ट होतो. एकदा का आपण भ्रष्ट झालो की मग भ्रष्टाचाराविरुद्ध लढा आपण देऊ शकत नाही. विश्व मग आपली मदत करत नाही. आपण मग आध्यात्मिक राहात नाही.

कधी ना कधी, आपल्याला हे जाणून घ्यावे लागेल की, आपल्या वरती अस्तित्वाचे एक तल आहे – सूक्ष्म तल. तिथे आध्यात्मिक गुरू किंवा मास्टर्स राहातात. आपण आनंदाने, शांती आणि परिपूर्णतेचे जीवन जगावे यासाठी ते आपल्याला मदत करण्याची वाट पाहात आहेत. ते पुढील युगातील आपल्या संक्रमणासाठी आपली मदत करण्यास तत्पर आहेत. आपल्याला नव्या ऊर्जा व नवी जाणीव देऊन या पृथ्वीवरून जुन्या काळ्या युगाचा सर्व प्रकारचा भ्रष्टाचार दूर करण्यास ते मदत करीत आहेत. त्यांच्याकडून मदत स्वीकारण्यास आपण शिकायला पाहिजे. आपण जर आपले जीवितकार्यच भ्रष्ट केले तर ते आपली मदत करू शकत नाहीत. आपले जीवितकार्य शुद्ध असायला हवे आणि आपले संपूर्ण लक्ष, आपण निवडलेल्या मुद्द्यांवर किंवा कार्यावर केंद्रित करायला हवे.

आध्यात्मिक गुरूंना या सत्याची जाणीव व्हायला पाहिजे. मग त्यांनी कार्याची पुनर्रचना करून त्यांच्या जीवितकार्यावर प्रथम लक्ष केंद्रित करायला पाहिजे. त्यानंतरच त्यांनी भ्रष्टाचाराविरुद्ध लढा देणाऱ्यांचे मार्गदर्शन केले पाहिजे. ■

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/–
ड्राफ्ट कृपया मानसा लाइट एज फाउंडेशन च्या नावाने काढावा.
कृपया 'मनी ऑर्डर' ने पैसे पाठवू नये.

वृत्तपत्र

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

तपोनगर येथे ८ ऑक्टोबर, २०११ रोजी साधकांसोबत झालेल्या अनौपचारिक बैठकीत गुरुजी एक मुद्दा समजावून सांगताना

काही ठळक घडामोडी

- ५–१०–२०११ रोजी आयुध–पूजेनिमित्त तपोनगरातील रहिवाशांनी तपोवनाच्या पार्किंग मध्ये एकत्र जमून गुरुजींच्या उपस्थितीत वाहनांना प्रकाश प्रवाहित करून ऊर्जित केले.
- १८–११–२०११ ते २७–११–२०११ पर्यंत पॅलेस ग्राऊंड्स, बंगलोर येथे होणाऱ्या 'बंगलोर बुक फेस्टिव्हल' मध्ये सलग पाचव्या वर्षी आम्ही भाग घेणार आहोत. साधकांना विनंती आहे की, त्यांनी आपल्या स्टॉलला भेट देऊन स्वयंसेवकांचा उत्साह वाढवावा.
- जानेवारी २०१२ पासून शंबला गटाचा नवीन वर्ग सुरू होत आहे. ह्यात प्रवेश घेऊ इच्छिणाऱ्या विद्यार्थ्यांनी सविस्तर माहितीसाठी कृपया मानसा कार्यालयाशी संपर्क साधावा. बाहेरील विद्यार्थी देखील ह्यात प्रवेश घेऊ शकतील.

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी	– व्याख्यान सकाळी ११ ते १२ पर्यंत
	– विशेष ध्यान आणि प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
रविवार १३	– शंबला गटाची बैठक दुपारी २ वाजता
रविवार २०	– 'रा' गटाची बैठक दुपारी २ वाजता
शुक्रवार २५	– सूर्य ग्रहणानिमित्त विशेष ध्यान सकाळी ९.५३ ते दुपारी १.४७ पर्यंत

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

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०३	गुरुवार	शुक्लाष्टमी
०५	शनिवार	शुक्ल दशमी
१०	गुरुवार	पौर्णिमा
१८	शुक्रवार	कृष्णाष्टमी
२३	बुधवार	शिवरात्री
२५	शुक्रवार	अमावास्या
		सूर्य ग्रहण: सकाळी ९:५३ ते दुपारी १:४७ पर्यंत

शुक्रवार, २५–११–२०११ रोजी ग्रहण समयी तपोनगर येथे सामूहिक ध्यान आयोजित करण्यात येईल. ह्यात भाग घेऊ इच्छिणाऱ्यांनी २३–११–२०११ पर्यंत आपले नाव नोंदवावे.

स्पीकिंग ट्री वर मास्टर्सच्या सूचीत गुरुजींचे नाव आले आहे. त्यांचे ब्लॉग वाचण्यासाठी व व्हीडियो पाहण्यासाठी कृपया www.speakingtree.in या वेबसाइटला भेट द्यावी.

गुरुजींसोबत अनौपचारिक बैठक शनिवार, १२–११–२०११ रोजी सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत आयोजित करण्यात येईल. ह्यात भाग घेण्याची इच्छा असणाऱ्यांनी मानसा कार्यालयात आपले नाव नोंदवावे.

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

प्रकाश प्रवहन कार्याबद्दल वृत्तांत

- प्रकाश प्रवहनाचे कार्य शांतपणे पण नियमितपणे पसरते आहे. आपण या कार्यासाठी आपले लक्ष फक्त शाळांवरच केंद्रित केल्याचा फायदा होतो आहे.
- ५०० पेक्षा अधिक शाळांतील अडीच लाखांपेक्षा जास्त मुले आता त्यांच्या शाळांतून दैनिक प्रार्थनेसमयी प्रकाश प्रवाहित करीत आहेत. दर महिन्याला शेकडो शाळांतील हजारो मुले ह्या चळवळीत सहभागी होत आहेत.
- सप्टेंबर महिन्यात आपण विशाखापटणम येथे आणखी एक नियमित प्रकाश प्रवहन केंद्र सुरू केले. ■

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

गेली पाच वर्षे पराकाष्ठेचे प्रयत्न करून देखील आम्ही घर बांधू शकलो नव्हतो. ह्या तंत्राचे अंगीकरण करून नियमित सराव करू लागल्यानंतर आम्ही बांधकामास सुरुवात केली आहे!

– श्रीमती आर. शांता, मुख्याध्यापिका, नॅशनल पब्लिक स्कूल, बीरेश्वरनगर, चुंचगट्टा

मी पाहाते आहे की प्रकाश प्रवहनाच्या नियमित सरावाने प्राचीन काळाचे पुनरुज्जीवन होत आहे. विद्यार्थी आता शाळेला नियमितपणे येत आहेत. त्यांच्या वागणुकीत आणि प्रवृत्तीत आमूलाग्र बदल झाला आहे. ते खूप सौम्य झाले आहेत. त्यांचे खोटे बोलणे बंद झाले आहे. माझ्या लक्षात आले आहे की काही मुले जी आक्रमक होती आता त्यांची चाल दिमाखदार आणि भारदस्त झाली आहे. ती आता खूप प्रेमळ, शांतताप्रिय आणि उद्वेग रहित झाली आहेत. मुले पुष्कळदा येऊन मला त्यांचे अनुभव सांगतात. हे खरंच आनंददायक आहे. काही माजी विद्यार्थ्यांना शाळेतील प्रकाश प्रवहनाच्या ह्या अभ्यासाबद्दल कळले. ह्याचे फायदे कळल्यानंतर ते आपण होऊन माझ्याकडे आले आणि हे तंत्र शिकले.

– श्रीमती पसुमती एस., मुख्याध्यापिका, न्यू होली क्रॉस इंग्लिश स्कूल, बंगलोर

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल, अनुवाद : पूर्वा फडके

पहाटेचा कोवळा सूर्यप्रकाश ताज्यातवान्या नव्या दिवसाच्या आगमनाची वर्दी देतो. निसर्गाचं घड्याळ म्हणजेच कोंबडा आरवतो आणि पक्ष्यांच्या किलबिलाटास सुरुवात होते. जळणारे लाकडाचे ओंडके व गुरं–ढोरं यांच्यामुळे खेड्याचा असा एक खास आगळा वेगळा वास वातावरणात दरवळतो. पहाटेचे धुके विरते. गवळी दादा गायीचं ताजं धारोष्ण दूध घराघरात पोहोचवत असताना बाजूने शेतीचा ट्रॅक्टर धडधडत जातो. अनेक तपोनगरवासी त्यांचं तीन तासांचं ध्यान संपवतात तोच शाळेच्या बस लगबगीने हॉर्न वाजवत येतात आणि गावच्या शाळेपाशी विद्यार्थ्यांची धावपळ चालू होते. शहरात कामाला जाणारे कर्मचारीही लांबचे अंतर पार करण्यासाठी घरातून लवकर निघतात. तपोनगराच्या कार्यालयातील कर्मचारी प्रकाश प्रवहन करुन १० वाजता कामकाजास सुरुवात करतात, त्यातील काही शहरातून प्रवास करून येतात.

दुपार संपताना मुलं शाळांमधून परत येतात आणि घोळक्यांनी बागेत खेळायला येतात. जवळच्याच घरात शेकडो पुस्तकांनी घेरलेल्या एका खोलीत गुरुजी शांतपणे त्यांच्या ॲपल मॅकवर कामकाज पाहतात. अधूनमधून त्यांच्या ब्लॅकबेरी फोनवर आलेले कॉल्स घेतात. त्यांच्या घरासमोरच एका शेतापलीकडे एका गावकऱ्याचा गाईचा गोठा आहे.

काही मीटर अंतरावरच तपोनगरातील एखादे लहान मूल व्हिडीओ गेम्सला चिकटून बसलेले असते, पौगंडावस्थेतील मुलगा फेसबुकवर अडकलेला असतो आणि कोण्या तरुण आईची तिच्या मुलाच्या गृहपाठाशी झटापट सुरू असते. जवळच अध्ययन केंद्राचे सभासद तत्त्वज्ञानाच्या संकल्पनांचा अभ्यास करण्यात बुडालेले असतात. आसपासच्या शेतात शेतकऱ्यांचे हात कामात व्यस्त असतात. एखादी गृहिणी त्या दिवसाच्या आध्यात्मिक तंत्राचा सराव करते तर एखादी ऑफिसमधून परतल्यावर तिच्या अत्याधुनिक स्वयंपाकघरात स्वयंपाकास लागते.

सायंकाळच्या सुमारास पक्ष्यांचा चिवचिवाट व कलकलाट टीपेला पोहोचतो. मेंढपाळ व गुराखी त्यांच्या कळपांसोबत घरी परततात. थोड्यावेळासाठी वीज गायब होते. संध्याकाळी ध्यान करणारे साधक साधनेची सांगता करतात तर रात्री ध्यान करणारे साधक ध्यानातील स्तब्धतेचा अनुभव घेण्यास सुरुवात करतात. आणि अशाप्रकारे तपोनगरातील एक दिवस संपतो. ■

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, विवेक आणि उज्वल भविष्य. 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)

०४-०९-२०११

एखाद्याला मदत करण्यासाठी, त्याची वेदना टाळण्यासाठी ऋषी कितीही टोकाचे प्रयत्न करतात. आपण आध्यात्मिक प्रगतीसाठी प्रयत्न करायला हवे व ऋषींबरोबर सायुज्य साधायला हवे.

या मार्गात नव्याने साधना शिकणाऱ्या लोकांच्या माहितीसाठी मला काही गोष्टींचा पुनरुच्चार करावासा वाटतो.

ऋषी ज्ञानी व साक्षात्कारी असतात. ऋषी प्रकाशरूप असून ते प्रकाशाच्या सतत संपर्कात असतात. ते प्रकाश धारण करतात. तसेच, अधिक प्रकाश संपादन करून तो व्यक्ती, देश अथवा जगाला पाठविण्याची क्षमता त्यांच्यापाशी असते.

व्यक्तीला ऋषित्व प्राप्त झाल्यावर ती व्यक्ती नेहमी अधिकांश काळ सप्त ऋषींच्या आधिपत्याखाली ईश्वरासाठी कार्य करते. परंतु, कधीकधी जेव्हा ऋषी खूप सामर्थ्यशाली होतात तेव्हा ते स्वतंत्रपणे कार्य करतात. ऋषींना ह्या जगातील भौतिक संपत्तीचा मोह होत नाही. ते मुक्त व अलिप्त असतात.

सप्त ऋषी हे देवाने आपल्या सृष्टीची काळजी घेण्यासाठी निवडलेले महात्मे आहेत. ह्या पृथ्वीवरील तसेच भूलोकाच्या वर्गात मोडणाऱ्या अब्जावधी पृथ्वीसदृश ग्रहांवरील जीवनाचे ते शास्ते आहेत. प्रत्येक पृथ्वीचा कारभार सांभाळण्यासाठी ते एका ऋषींची नेमणूक करतात, ज्यांचा कार्यकाळ साठ वर्षांचा असतो. त्यांना कारभारात मदत करण्यासाठी यंत्रणा असते, ज्यात १,४४,००० ऋषी असतात, जे जगभर पसरलेले असतात व निरनिराळ्या संस्कृतींमध्ये मिसळून कार्य करीत असतात. तपोनगर हे या १,४४,००० ऋषींच्या केंद्रांपैकी एक नाही. हे एकमेव केंद्र असे आहे जे प्रत्यक्ष सप्त ऋषींच्या आधिपत्याखाली आहे. हे केंद्र ५१,००० वर्षांतून एकदा उघडले जाते जेव्हा आपण कलियुगातून पुढच्या युगात संक्रमण करतो. चालू युगात हे केंद्र विश्वामित्र महर्षींच्या देखरेखीखाली व मार्गदर्शनाखाली आहे. ते कायम सप्त ऋषींचा सल्ला घेतात.

सप्त ऋषींनी निवडलेल्या या केंद्राचे मुख्य कार्य आहे ५१,००० वर्षांपूर्वी ऋषींसोबत कार्य केलेल्या लोकांना, तसेच जागृत झालेल्या लोकांना एकत्र आणणे. ऋषी लोकांची निवड करून त्यांना इथे आणतात. त्यांना कार्याची संधी देण्यात येते. संधी घ्यायची की नाही याची निवड करण्याचे स्वातंत्र्य त्यांना नेहमीच असते. इथे आम्ही सप्त ऋषींकडून प्रत्यक्ष मिळालेले निर्भेळ ज्ञान उपलब्ध करून देतो. दुर्मिळ असे नवीन ज्ञान लोकांना देण्यासाठी आम्ही प्रयत्नशील आहोत. आमचे अधिकांश कार्य सूक्ष्म स्तरावर चालते. प्रलयाच्या प्रक्रियांना बळकटी देणे आणि ऋषींबरोबर संपर्क स्थापित करण्याचे प्रशिक्षण लोकांना देणे, त्यांना ऋषी बनण्यात साह्य करणे हे आमच्या कार्याचे स्वरूप आहे.

आपले नकारात्मक विचार आणि भावना चळवळींवर परिणाम करून त्यांचे नुकसान करतात, जसे सध्या चालू असलेल्या भ्रष्टाचारविरोधी चळवळीचे होत आहे. त्यामुळे सदैव सकारात्मक कंपने पसरविणे महत्त्वाचे आहे.

आपले ऋषींबरोबर दळणवळण होऊ शकत नाही कारण आपले मन संदेशाचा विपर्यास करते. म्हणून आपल्याला मनाला शांत करावे लागते, तसेच संदेश समजण्यासाठी आपल्या शुद्धतेची पातळी वाढवावी लागते.

११-०९-२०११

माझ्या तोंडून येणारा प्रत्येक शब्द ऋषींकडून येतो. तो गांभीर्याने घेऊन, समजून उमजून आचरणात आणायला हवा.

मुक्ती हे सर्वोच्च आध्यात्मिक ध्येय आहे. त्यासाठी खूप, सातत्यपूर्ण व प्रामाणिक प्रयत्न करावे लागतात. आपण ऋषींच्या कार्यात सहभागी होतो तेव्हा आपल्याला मुक्ती खात्रीने मिळते. आयुष्यात इतर उद्दिष्टेही असतात. जीवनाचा परिपूर्ण अनुभव घेणे हे पहिले उद्दिष्ट आहे. कारण, जीवन अनुभवण्यासाठी आपण पृथ्वीवर आलो आहोत. ध्यानसाधना व ऋषींच्या संपर्कात राहणे हे सुद्धा अतिशय महत्त्वाचे ध्येय आहे. आपल्या स्वतःच्या आयुष्याची आणि संपूर्ण समाजजीवनाची गुणवत्ता वाढवणे हे महत्त्वाचे ध्येय आहे. चित्रकला, संगीत, काव्यलेखन आणि सृजनशीलतेमुळे जीवनाची गुणात्मकता वाढते. शास्त्रज्ञ त्यांच्या शोधांद्वारे अनेक प्रकारे जीवनाची गुणवत्ता सुधारतात. शांती व ऊर्जांचे प्रसारण व प्रकाश प्रवहन हेही एक ध्येय आहे.

नजिकचा भविष्यकाळ कठीण आहे कारण, तो आपला गोंधळ वाढवेल ज्यामुळे भीती व असुरक्षिततेची भावना निर्माण होईल. अध्यात्मात पाय घट्ट रोवून आपण त्याची तयारी करू शकतो. एकदा का आपले अध्यात्म, ऋषी व साधनेशी सायुज्य झाले की मग आपल्याला कोणत्याही गोष्टीची भीती बाळगायचे कारण उरत नाही. कारण, विश्वास असतो की कोणीतरी माझ्यासोबत आहे, माझ्या पाठीशी आहे, ज्याचा मला कधीही आधार मिळू शकतो. ते कोणीतरी म्हणजे ऋषी, माझी स्वतःची साधना आणि प्रत्यक्ष ईश्वर!

अनुभवांकडे दुर्लक्ष करा कारण, बहुतांश वेळेला ते तुमच्या मनातून प्रक्षेपित झालेले असतात. अनुभव आध्यात्मिक प्रगतीचे मोजमाप करू शकत नाहीत. म्हणून त्यांना फारसे महत्त्व देऊ नका. परंतु, मनाद्वारे प्रक्षेपित होणाऱ्या अनुभवाचा सुद्धा स्वतंत्र प्रभाव हा असतोच. सर्व अनुभव महत्त्वाचे असतात. अनुभवाचे विश्लेषण करण्याचा प्रयत्न करू नका, विशेषकरून त्यावेळी, जेव्हा तुम्ही त्या अनुभवातून जात असता.

मनुष्यात थोडीशी नकारात्मकता असू शकते आणि ती असणे स्वाभाविकही आहे कारण, आपण ह्या पृथ्वीवर आहोत. पण, तीव्र नकारात्मकता असणे चांगले नाही व ती जाणीवपूर्वक टाळली पाहिजे. ती काढून टाकण्यासाठी प्रयत्न करा कारण, ऋषींशी संपर्क साधताना तिचा अडथळा होतो. ऋषींबरोबर प्रत्यक्ष संपर्क साधणे अतिशय महत्त्वाचे आहे, विशेषतः भविष्यकाळात त्याची गरज पडेल.

ध्यानाव्यतिरिक्त अनेक पद्धतींनी आपण स्वतःला लक्षपूर्वक शुद्ध केले पाहिजे. कधीकधी, वाईट शक्ती आपल्या आयुष्यात हाहाःकार उडवतात. जिकडे म्हणून नकारात्मकता असेल तिथे त्या येतात. आपण ऋषी असल्याचे भासवत आपल्याला त्या संदेश देतात. त्या आपल्याला अध्यात्मापासून दूर नेतात. आपण अशा लोकांच्या संपर्कात येतो जे आपल्याला आध्यात्मिक कृतींपासून, साधनेपासून परावृत्त करतात. आपण फार सावध असावे लागते.

एका माणसाने ऋषींचे नाव घेऊन खोटे सांगितले. हे योग्य नाही. अशाने काही साध्य होत नाही व कशा ना कशा रीतीने तुमची आध्यात्मिक अवनती होते.

१८-०९-२०११

ऋषींचा संदेश असा आहे की अधिक प्रकाश पसरवा. कारण, केवळ प्रकाशच या जगाला भ्रष्टाचार, हिंसा व सर्व तऱ्हेच्या दुष्टत्वापासून वाचवू शकतो आणि आपल्याला नवयुगात घेऊन जाऊ शकतो. प्रकाश आपल्याकडून काहीही मागत नाही, उलट

गुरुजी उवाच

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

प्रकाश आपल्याला सर्वकाही देतो शांती, समृद्धी आणि परिपूर्णता. प्रकाश नेहमी बरोबर वागवा.

तुम्ही जेव्हा प्रकाशात म्हणजेच द्वैताच्या वरच्या स्तरात जगता तेव्हा तुमच्या आयुष्यातील प्रत्येक क्षण मंगल असतो. हे शक्य आहे कारण, मी माझ्या गुरुंना तशा तऱ्हेने जगताना पाहिले आहे.

प्रत्येक आत्मा अप्रतिम आहे. प्रत्येक माणूस माझा सुहृद आहे. काही वेळा विशिष्ट गोष्टींवर आपले एकमत होत नाही. काही हरकत नाही. त्यामुळे ती व्यक्ती आपली शत्रू होत नाही किंवा वाईटही ठरत नाही.

गीतेत सांगितले आहे: 'तुझ्या आत जे आहे तेच तू बाहेर प्रकट करतोस. ते स्वाभाविक आहे'. इथे तत्त्व हे आहे की तुम्ही जे स्वतःमध्ये बाळगता तेच प्रकट करता. तुम्ही क्रोध, मत्सर, आक्रमकता, न्यूनगंड, संदिग्धता जवळ ठेवू नका. काही वेळा ह्या आणि अशा गोष्टी तुमच्या आयुष्यात अपयशाच्या रूपात प्रकट होतात. कधीकधी अशा गोष्टी आयुष्यातील बिघाड, गैरसमज, आजार इतकेच नाही तर अपघातांच्या रूपात देखील प्रकट होतात. म्हणून आपण आपल्या शरीरात सतत प्रकाश बाळगूया. मग आपल्या आयुष्यात यश, चांगले आरोग्य आणि आपण ज्याची कल्पना करू ते सर्वकाही प्रकट होईल.

प्रकाशाचा जास्त वापर करीत चला. प्रत्येक दिवशी तुमच्या आजूबाजूच्या लोकांना, संपूर्ण जगाला जास्त प्रकाश, जास्त प्रेम पाठवा. तुम्ही वापरत असलेल्या संगणक, वाहने इ. सर्व वस्तूंना प्रकाश पाठवा. तुमच्या वाहनाशी बोला. कान देऊन ऐका. वाहन प्रतिसाद देईल. वाहनाकडून, तुम्ही वापरत असलेल्या पेनाकडून तुम्हाला प्रत्यक्ष प्रेमाचा अनुभव येतो. अशा प्रकारे आपण नियती घडवली पाहिजे किंवा आपली नियती बदलली पाहिजे. ऋषींकडून आपल्याला पुष्कळ ज्ञान मिळाले आहे. परंतु, दैनंदिन जीवन जगण्याविषयीचे ज्ञान फार महत्त्वाचे आहे कारण, त्यामुळेच मुख्य फरक पडतो.

ध्यानसाधक या नात्याने जर आपल्याला काही अडचणी येत असतील तर त्याचा अर्थ हा की आपण ध्यान व्यवस्थितपणे केले नाही किंवा आपल्या आत पुरेसा प्रकाश व पुरेसे प्रेम बाळगले नाही.

तुम्हाला ध्यानाच्या वरच्या पायरीवर नेण्याआधी तुम्ही प्रकाशाचा प्रत्यक्ष अनुभव घ्यावा असे मला वाटते. तुम्हाला साधनेच्या पुढच्या पायरीवर पाठवले नसेल तर चिंता करू नका. तुम्ही प्रकाशाचा अनुभव किती घेतला त्यावर लक्ष केंद्रित करा. ते फार महत्त्वाचे आहे.

तुम्ही पुस्तके वाचली पाहिजेत. 'आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण' हे पुस्तक वाचा. ते समजून घ्या व नंतर प्रश्न विचारा. कधीकधी आमच्याजवळ काही माहिती किंवा ज्ञान असते जे या घडीला उघड करणे शक्य नसते. किंवा कधीकधी त्यात संदिग्धता असू शकते. त्यामुळे आम्ही ती माहिती राखून ठेवतो. त्याविषयी जर तुम्ही प्रश्न विचारले तर आम्हाला सांगावे लागते की आम्हाला माहीत नाही. हे तुम्हाला मान्य व्हावे लागेल.

२५-०९-२०११

नवोदितांनी प्रकाश म्हणजे काय ते समजून घ्यायला हवे. आपण ऋषींच्या छत्रछायेखाली आहोत. त्यामुळे आपल्यावर मोठी जबाबदारी आहे. आपण इतरांना मार्गदर्शन करावे असे अपेक्षित आहे. आपल्याला माहीत असलेले व समजलेले सर्व आपण प्रत्यक्ष जगले पाहिजे आणि इतरांसाठी आदर्श घालून दिले पाहिजेत.

आपल्याजवळ खूप ज्ञान आहे व खूप ऊर्जा आहेत. जगाला स्वच्छ करण्याआधी किंवा उपदेश देण्याचा प्रयत्न करण्याआधी आपण स्वतःला शुद्ध व परिपूर्ण करण्याचा प्रयत्न करायला हवा. चेतनेमध्ये अनेक स्थित्यंतरे घडली आहेत व पुढेही घडत राहतील. अशा वेळी ऋषी कंपनांची प्रत उंचावण्यासाठी प्रयत्न करतात जेणेकरून आपल्याला नवीन ऊर्जांशी जमवून घेता यावे. आपल्यापैकी सर्वजण या ऊर्जा ग्रहण करून प्रकट करण्यास सक्षम आहेत. ऊर्जांच्या बरोबरीने आपण आपलीही पातळी वाढवली पाहिजे, अन्यथा आपल्याला अडचणी येतील. यासाठी आपल्याला कोणता विशेष प्रयत्न करायला नको. आपण फक्त प्रकाशाचा अनुभव घ्यायचा व प्रकाश प्रकट करायचा आहे. तशी नुसती निवड करणे सुद्धा पुरेसे आहे. त्यामुळे आपल्यामध्ये वेगळेपण येईल.

मन संपूर्ण शरीरभर पसरलेले असते आणि शरीराच्या प्रत्येक पेशीशी जोडलेले असते. आपले मन जर आपण शांतीपूर्ण व प्रेमाने भरलेले ठेवले तर आपले शरीर आरोग्यवान राहील. मनाचा फक्त एक भाग शरीरात गुंतलेला असतो. बाकीचे मन भौतिक शरीराच्या बाहेर असते. सूक्ष्म जगातील प्रवासात मन वाहनाचे काम करते. मन शरीराबाहेर ताणले जाऊ शकते पण, ते नेहमीच शरीराशी जोडलेले राहते. मनाच्या मदतीने आपण या भौतिक ब्रह्मांडाच्या कोणत्याही भागात जाऊ शकतो आणि पहिल्या दैवी लोकात म्हणजे ब्रह्म लोकात देखील जाऊ शकतो. त्याच्या पुढे जायचे झाल्यास आपण मन ब्रह्म लोकात मागे ठेवतो.

झोपेत आपले जागृत मन झोपलेले असते व अर्धजागृत मन कार्यशील होते. केवळ ध्यानामध्येच आपण मनाच्या खोल स्तरात प्रवेश करू शकतो.

प्रत्येक भूकंपाच्या वेळी किंवा ज्वालामुखीच्या उद्रेकाच्या वेळी नवीन ऊर्जा मुक्त करण्यात येतात. ऋषी या ऊर्जांचा वापर जगाच्या कल्याणाकरिता आणि नवयुगातील प्रवेशाकरिता करतात. उत्पातामध्ये घरे गमावलेल्या लोकांना या ऊर्जा पुष्कळ आशा व धीर देतात. त्या परिसराची कर्मे त्या जाळून टाकतात. हळूहळू त्या जगभर पसरतात.

आपले आपल्या उच्च व्यक्तित्वांसह ही पृथ्वी धरून एकूण सात लोकांमध्ये अस्तित्व असते. आपण जेव्हा उच्च आध्यात्मिक ध्येय निवडतो आणि त्याच्या पूर्तीसाठी प्रयत्न करतो तेव्हा आपल्या उच्चस्तरीय व्यक्तित्वांकडून आपल्याला आपोआपच ऊर्जा, बळ व ज्ञान मिळते. आपण आपल्या उच्च व्यक्तित्वाला जाणीवपूर्वक आजमावू शकत नाही. मिळवलेल्या ऊर्जा आपल्या शरीरात साठवल्या जातात. जर ऊर्जांचा साठा खूपच जास्त झाला तर त्या जास्तीच्या ऊर्जा आपल्या उच्च व्यक्तित्वात साठवल्या जातात.

आनंदाची निवड करून तुम्ही नैराश्य भावनेवर मात करू शकता. आपण याची सुरुवात करूया. एक दार बंद झाले तर अनेक दारे उघडतात. आपण आयुष्य जगत राहिले पाहिजे आणि आपल्यामधून वाहत असलेल्या जीवनशक्तीला प्रकट केले पाहिजे. प्रथम आनंदाची निवड करा. नंतर प्रयत्न करा किंवा जास्त प्रयत्न करा, आनंदी राहण्याच्या युक्त्या शोधा. आपला आनंद फक्त आपल्यावरच निर्भर असतो.

ह्या मार्गात तुम्हाला राहायचे असेल, आमचे मार्गदर्शन हवे असेल तर आम्ही दिलेले तंत्र कोणतेही बदल न करता तुम्ही अभ्यासले पाहिजे. ही तंत्रे अतिशय प्रगत आहेत. ध्येयाप्रत नेणारे हे जवळचे मार्ग 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.

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 : शोभा राव, अनुवाद : एकनाथ कुलकर्णी

मला स्थिर होण्यास, शक्ती वाढविण्यास आणि आपण ज्या रम्य गोष्टींची आमच्याकरिता स्वप्ने पाहिलीत त्या सर्व गोष्टी इतरांसोबत वाटून घेऊन जगण्यास मदत करावी. आपले सामर्थ्य आणि आपला विवेक आमच्याबरोबर आहे, हे आम्हाला जाणवते परंतु तरीही आम्हाला चालताना आपला हात धरण्याची गरज भासते कारण काही वेळा आम्ही गोंधळून जातो. न मागता सर्व काही आम्हाला दिले गेले आहे. ज्या अयोग्य गोष्टी आपण शिकलेलो आहोत त्या अयोग्य आहेत हे समजणे आणि त्या आचरणात न आणणे, पाटी पुसून कोरी करणे हे अतिशय कठीण काम आहे आणि हेच करताना सुस्ती येते. आपल्या अपेक्षेप्रमाणे प्रगती करण्याची आम्हा सर्वांची इच्छा आहे. आपले स्वप्न हेच आमचे स्वप्न आहे!

– उषा सतीशचंद्रा

"Preparing for 2012" हे पुस्तक वाचल्यानंतर, ज्यांच्याशी माझे संबंध बिघडलेले आहेत त्या सर्वांना मी मनापासून शुद्ध प्रेम आणि प्रकाश पाठवण्यास सुरुवात केली. आता माझे त्यांच्याशी संबंध सुधारले आहेत, हे मी पाहिले आहे. मी सहनशील होऊ शकले आहे आणि ज्याचा विचार करण्याची गरज नाही त्याकडे दुर्लक्ष करण्याचा प्रयत्न करते आहे.

– प्रतिमा वड्गमा

केवळ ध्यानातच नव्हे तर माझ्या आयुष्यामध्ये सुद्धा प्रचंड प्रगती झाली आहे. 'मानसा' म्हणजे, मी योग्य मार्गावर आहे, ह्याची पावतीच आहे. 'मानसाचे' आभार. काही वेळा प्रगती जास्तच वेगाने होते, परंतु मी ती हाताळू शकतो.

– रमेश सेगु

मी अधिक शांत झाले आहे. मी समाधानी आणि स्वस्थ आहे. कसे कोण जाणे पण, अतिरिक्त विचार, लोक आणि शब्द सुद्धा आता टाळले जातात. पूर्वी कधीही नव्हता एवढा माझ्या कामाचा दर्जा निर्दोष झाला आहे. माझ्या रोजच्या कामामध्ये मी रस घेते, सर्व गोष्टींमधील सौंदर्याचा आस्वादही घेते, पण अलिप्तपणे. मला माझ्यातील जागरुकता, अंतःस्फूर्ती आणि शक्तीची पातळी वाढत असल्याचे जाणवत आहे.

– गीता जोशी

आपल्या आचरणातून प्रेम प्रकट करणे, इतरांशी सहनशीलतेने वागणे, प्रकाशाचे सदैव वहन यासारख्या आपल्या साध्या साध्या शिकवणूकींचे पालन केल्याने आमचे अतिशय उदात्त व्यक्तित्वात परिवर्तन होत आहे. ध्यान न करणाऱ्या व्यक्ती सुद्धा आमच्या सहवासामध्ये आनंद पावतात जरी ते ही गोष्ट सांगू शकत नाहीत. परंतु आम्हाला ठाऊक आहे की आपले अविरत प्रयत्न आमच्यामध्ये बदल घडवून आणत आहेत.

– प्रगती राज

जरी मी अवघड परिस्थितीतून जात आहे तरी माझ्या मनाने त्याचा स्वीकार केला आहे. लोकांशी व्यवहार करताना मी माझ्यातील प्रकाशाची जाणीव ठेवते. प्रकाशामुळे माझ्या आजूबाजूच्या लोकांना बदलण्यास आणि सकारात्मक होण्यास मदत होते. एक प्रकारचे सखोल प्रेम सहजपणे माझ्या अंतःकरणातून बाहेर निघून ते प्रत्येकाकडे पोहोचत आहे, हे पाहून मला आश्चर्य वाटते. प्रकाश मला सर्व प्रकारे मदत करीत आहे.

– जाना सुमती

आमच्यासाठी तपोनगरात, आपल्या दैवी प्रभामंडळात वावरणे, हा एक सुरेख अनुभव होता. ऋषींपासून, आपल्यापासून आणि इतर दैवी जीवांपासून मिळालेल्या ऊर्जा, मानसातील दैवी प्रेम आणि परमानंदाचा अनुभव घेण्यास पुरेशा होत्या. आपला मूल्यवान वेळ आमच्या बरोबर घालवल्याबद्दल आणि आमच्यापैकी प्रत्येकावर प्रेमाचा वर्षाव केल्याबद्दल आम्ही आपले आभारी आहोत. आपला दैवी सहवास लाभणे हा आमचा सन्मान होता. आम्ही आशा करतो की, आपल्या दैवी जीवनकार्यात आम्ही सहभागी होऊ शकू. हे कार्य अंतिमतः आपल्या प्रत्येकाला आपल्या स्वगृही परत घेऊन जाईल, जे आपले खरे स्थान आहे.

– फिरोजा जमशीद पांडे

या मार्गामध्ये एक साधक म्हणून आल्यापासून मला खूप चांगले वाटते आहे. इतकी वर्षे मी अस्वस्थ होते. एका मार्गाचा आणि मला करावेसे वाटत होते अशा कार्याचा शोध मी घेत होते. आता मला स्वस्थता वाटते, मी जे काही आयुष्यामध्ये करीत आहे, त्यामध्ये आनंदी आहे. मला आता एक प्रकारचा आधार वाटतो आणि माझ्या आयुष्याला स्थैर्य आले आहे. कशालाही तोंड देण्यासाठी मला अधिक उत्साह वाटतो.

– शालिनी रजनाला

आता ध्यान व प्रवहनाची शक्ती आणखी जास्त तीव्रतेने जाणवते. ध्यान आणि प्रवहन केल्यानंतर मला हलके आणि उल्हसित वाटते, आणि सर्व गोष्टी संभव असल्यासारख्या वाटतात. जेव्हा कधी मी ध्यान करत नाही, तेव्हा सर्व काही विस्कळीत दिसायला लागते. काही दिवसांपूर्वी तुम्ही उल्लेख केला होता की एक लहान शालेय विद्यार्थी जेव्हाकेव्हा एखाद्या अडचणीचा सामना करतो तेव्हा तो प्रकाश प्रवाहित करतो. मी त्याचे अनुसरण करीत आहे. मला समजले आहे की प्रकाशाकडे वळण्यासाठी कोणत्याही अर्हतेची गरज नाही. ह्याने माझे जीवन सोपे झाले आहे.

– लिन करातनी

प्रश्नोत्तरे

संकलन: शोभा राव, अनुवाद: सुनिता देशपांडे

प्र. भ्रष्टाचार विरोधी चळवळींसारख्या चळवळींना ऋषी कशी मदत करतात?

उ. मानवांनी जरी या चळवळी सुरू केल्या असल्या तरी चळवळींचे नेतृत्व करणारे पुढारी हे ऋषींनीच निवडलेले असतात. त्यांनी काय करायला हवे, हे त्यांना समजावून सांगण्यात येते आणि मोठ्या प्रमाणात ऊर्जा त्यांना देण्यात येतात. ऋषी सूक्ष्मपातळीवर त्यांचे मार्गदर्शन करतात, त्यांना सूचना देतात व त्यांना मदत करतात पण या जगाच्या गोष्टींमध्ये ते प्रत्यक्ष ढवळाढवळ करू शकत नाहीत. असे बरेच कायदे आहेत.

प्र. इंटरनेट वर बरेच नवे ज्ञान उपलब्ध आहे. ते सर्व ऋषींकडून प्रवाहित झालेले आहे का?

उ. उच्च लोकांतून ज्ञान चॅनल किंवा प्रवाहित करणारे प्रकाश कार्यकर्ते भिन्न भिन्न स्रोतांतून, तारामंडळांतून आणि प्रगत पृथ्वींवरून आलेले असतात. ते नेहमी त्यांच्या स्रोतांतून ज्ञान मिळवण्याच्या प्रयत्न करतात. पण ऋषींच्या १,४४,००० कार्यकर्त्यांना आणि आपल्याला मात्र हे ज्ञान थेट ऋषींकडून मिळत असते.

प्र. भगवान कलकी यांची या संक्रमण काळात काय भूमिका आहे?

उ. नवीन युगात प्रवेश करण्यासाठी ह्या पृथ्वीवरील प्रत्येक व्यक्तीला भगवान कलकी हळूहळू शिकवतील. त्यासाठी ते वेगवेगळ्या लोकसमूहांना भेट देऊन त्यांना खूप सूचना देत आहेत. ते नव्या ऊर्जांवर देखरेख करून त्यांना पसरवत असतात. ते प्रलय प्रक्रियेचे कार्यप्रमुख आहेत. ते लोकांना संरक्षण देतील, आणि जे लोक बदलण्यास तयार नाहीत अशा लोकांना काहीवेळा ते दंडही देतील. ते काळ्या किंवा दुष्ट लोकांना सांगतील की, त्यांनी प्रलय प्रक्रियांमध्ये व्यत्यय आणू नये. भगवान कलकी हे या जगातील पुढाऱ्यांना देखील सूचना देत असतात आणि ऋषींच्या कार्याचे मार्गदर्शन करतात.

प्र. या पृथ्वीतलावरील प्रकाश कार्यकर्ते केव्हा संगठित होऊन कार्य करतील?

उ. माझे स्वतःचे असे मत आहे की, ते कधीही असे करणार नाही.

प्र. २०१२ सालानंतर आपण नवयुगात प्रवेश करू का?

उ. आम्ही याबद्दल अनभिज्ञ आहोत. या पृथ्वीला फोटान बेल्टच्या ऊर्जा संपूर्णतः शुद्ध करतील. अनेक प्रचंड बदल होण्याची शक्यता आहे. २०१२ सालापासून आपण संपूर्ण व खऱ्या नवयुगात जरी नाही तरी एका नव्या टप्प्यात किंवा अवस्थेत प्रवेश करू याबद्दल मला निश्चितच खात्री आहे.

प्र. आपली साधना केव्हा संपेल?

उ. जेव्हा आपण स्वगृही परत जाऊ आणि मुक्ती मिळवू. जेव्हा आपण आपल्या आचरणातून खरोखरच आणि नैसर्गिकपणे प्रेम प्रकट करू शकू तेव्हा साधना संपेल. जेव्हा आपण खूप उच्च प्रतीची शुद्धता गाठू, अहंकारशून्य होऊ, खरोखरच विनम्र असू, परमेश्वराशी, प्रकाशाशी संलग्न होऊ, तेव्हा आपली साधना संपेल. जेव्हा आपण परमेश्वराला काहीतरी मागण्यासाठी प्रार्थना करणे व मागे लागणे थांबवू तेव्हा आपली साधना संपेल. जेव्हा आपल्याला ह्याची जाणीव होईल की, आपण घेत असलेला प्रत्येक श्वास ही परमेश्वराची कृपा आहे आणि जेव्हा आपल्या आजूबाजूला असलेल्या सर्व लोकांना देवाची देणगी म्हणून आपण स्वीकारू तेव्हा आपली साधना संपेल.

प्र. ध्यानातून होणारा सर्वात महत्त्वाचा असा कोणता एक फायदा आहे?

उ. परमेश्वराची, आपल्या अवतीभवती असणाऱ्या त्याच्या उपस्थितीची जाणीव होणे हा सर्वात मोठा फायदा आहे. जेव्हा ध्यान करताना आपली जाणीव स्तब्धतेला स्पर्श करते तेव्हा एकाएकी परमेश्वराच्या असण्याची आपल्याला जाणीव होते. इतर वेळी सुद्धा तुम्ही जर तुमची जाणीव थोडी वर नेली तर तुम्हाला परमेश्वराच्या वासाची जाणीव होते. त्याला आपली काळजी आहे, त्याला आपल्याप्रती प्रेम आहे, त्याच्याजवळ शांती आहे, आनंद आहे आणि सर्व काही आहे. ■

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/-
iGuruji - Vol 4	150/-
iGuruji - Vol 5	100/-
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/-
Guruji Speaks Vol - 4	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/-
२०१२ सालाची तयारी (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/-
२०१२ सालाची तयारी (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)

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

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 या ध्यान करण्यासाठी विशिष्ट जागा आहेत.

इथे "मानसी" नावाचे एक विशेष शक्तीक्षेत्र तपोनगराच्या सभोवताली ऋषींनी प्रस्थापित केले आहे आणि विशेष शक्ती इथे गोळा करून ठेवल्या आहेत.

अंतरमानसा

मानसाचे जन्मस्थान, तपोनगरच्या १ कि.मी. पलीकडे, नाडगौडा गोलाहल्ली नावाच्या गावात आहे. इथे एक झोपडी आणि इतर अशा जागा आहेत ज्यांच्यात गुरुजी १९८७ ते १९९२ पर्यंत राहिले होते.

स्टडी सेंटर

हे अंतरमानसा येथे, ऋषींच्या मार्गदर्शनाखाली आध्यात्मिक सत्यांच्या अभ्यासासाठी असलेले, एक विशेष केंद्र आहे.

ज्योती प्रॉजेक्ट

मुख्यत्वेकरून गावातल्या मुलांसाठी आहे. मुलांना शाळेतल्या त्यांच्या अभ्यासात मदत केली जाते आणि त्यांना श्लोक, भजन, स्वच्छता, सामान्य ज्ञान आणि कंप्यूटरचे प्रशिक्षण दिले जाते. ड्राइंग, पेंटिंग आणि गोष्टी सांगण्याच्या कलेतून व्यक्त करण्यासाठी, त्यांना प्रोत्साहित केले जाते.

भेट देणाऱ्यांसाठी

दररोज सकाळी १० ते संध्याकाळी ५ वाजेपर्यंत सर्वांना ध्यानासाठी परवानगी आहे

अपील

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

आध्यात्मिक अनुभव

(संकलन: शोभा राव, अनुवाद: गुरुराज कानाडे)

आता मला स्पष्टपणे उलगडले आहे की परमेश्वरच माझ्या जीवनाचा पाया आहे. आता ध्यान करताना माझी परमेश्वराशी जणू नियोजित भेटच असते. मी जेव्हा परमेश्वरासोबत असते तेव्हा विचार कसे काय अडथळा निर्माण करू शकतील? म्हणूनच आता ध्यानादरम्यान विचार खूप क्षीण झालेले आहेत. ध्यान करताना जेव्हा माझा श्वासोच्छ्वास थांबतो तेव्हा देखील माझ्यात जीवन असतेच आणि तेच श्वास घेत असते. माझ्या सभोवती एक उदात्त उपस्थिती आहे. जेव्हाही मी या उपस्थितीच्या संपर्कात येते तेव्हा त्याच्या माझ्यात वास्तव्याबद्दल असलेली माझी खात्री, विश्वास व जाणीव दृढ होते.

ऋषींशी संपर्क करताना प्रत्येकवेळी माझे हृदय भरून येते. मी विस्तारित अवस्थेत, आईच्या कुशीत असलेल्या बालकाप्रमाणे राहते. माझ्या खांद्यावर एक हळुवार धक्का मला जाणवतो. मी आणखी खोल गहन पातळीत जाते. मला हे स्पष्ट कळते की मी, गुरुजी, ऋषी व या उपस्थित शक्तीचा भाग आहे. हेच ते केंद्र आहे जिथे मला नेहमीच राहावेसे व तेथून कार्य करावेसे वाटायचे. हे केंद्र सकारात्मकता, निडरपणा, आत्मविश्वास, विश्वास, श्रद्धा, समतोल व प्रेम यांनी ओतप्रोत भरलेले आहे.

– विद्या विश्वामित्र

दि. ७ ऑगस्ट रोजी मी मुसळधार पावसाचा आनंद लुटत होते. अचानकपणे मी माझ्या अंतरंगात शिरले. त्यावेळी माझे सत्व, पावसाच्या एका छोट्या थेंबाच्या गाभ्याशी जोडले गेले. त्या पावसाच्या त्या थेंबाचे पांढऱ्या प्रकाशात रूपांतर झाले. तो थेंब जरी छोटासा होता तरी मी त्याच्याशी जोडली गेल्याने, तो अतिशय प्रचंड व प्रकाशाने भरलेला मला जाणवला. नंतर पावसा ऐवजी पांढऱ्या प्रकाश धारा अगदी जोरात खाली कोसळताना पाहून मी आश्चर्यचकित झाले! सर्वत्र प्रकाशच प्रकाश दिसत होता.

– राखी

ध्यान करताना एक दोन वेळा माझ्या अंतरात मला ऊर्जेचा प्रचंड आवेग जाणवला. माझे काळीज फुटते की काय असे मला वाटले ! मला विस्तारित झाल्याचे जाणवले. एकदा ध्यानादरम्यान मला माझ्या शरीराचा पूर्ण विसर पडला व मला फक्त प्रकाशच जाणवत होता. आजकाल मला माझ्या आत्म्याशी संलग्न असल्यासारखे वाटते व मला माझ्याभोवती निळसर पांढऱ्या ऊर्जा जाणवतात.

– गीता बालकृष्णन

जेव्हा मला माझ्या मित्राला सल्ला द्यायचा होता त्यावेळी मी प्रकाशाची मदत मागितली. तेव्हा एक प्रचंड पांढऱ्या प्रकाशाचा गोळा त्या खोलीत अवतरलेला मला दिसला. त्याक्षणी त्या परिस्थितीला कसे सामोरे जावे हे माझ्या लक्षात आले. मला असे वाटले की जणूकाही प्रकाशच माझ्या माध्यमातून कार्य करीत आहे. दररोज रात्री मी उपचारक प्रकाशाचा गोळा माझ्या मित्राकडे पाठवला. त्याची प्रकृती आता ठीक आहे.

– लिंडा सॉयर

शंबला ध्यानादरम्यान, खोलीत मला सतत कोणाची तरी उपस्थिती जाणवत होती. जणूकाही कोणीतरी माझे निरीक्षण करीत होते. माझ्या डोक्यात उष्ण जडपणा जाणवत होता. शेवटी शेवटी माझ्या चहूकडे मंत्रोच्चाराच्या अनुस्पंदना शिवाय दूसरे काहीही जाणवत नव्हते.

– रश्मी रघुवंशी

प्रकाश प्रवहनाच्या प्रत्येक सत्रानंतर, माझ्या अंतरंगात खोलवर एक स्फोट होतो आणि काही कारण नसताना आनंदाच्या लाखो रंगछटा त्यातून बाहेर पडतात. मला याची जाणीव आहे की मुलांनी केलेल्या प्रकाश प्रवहनाचा प्रभाव माझ्यावर पडतो आहे.

– प्रगती राज

माझ्या ध्यानाची गुणवत्ता उंचावली आहे आणि मी खूप शांती अनुभवते. मला प्रकाशाची उपस्थिती जाणवते व असे वाटते की तो माझ्या व्यक्तित्वाचा एक भागच झाला आहे. मी जेव्हा गोंधळलेल्या अवस्थेत असते तेव्हा मी प्रकाशाचा सल्ला घेते व मला उत्तरे मिळतात. मला अगदी हलके हलके वाटते. मी माझ्या वाट्याला येणारी कोणतीही परिस्थिती, त्याबद्दल उगाच काळजी न करता हाताळू शकते. मी आता लोकांना समजू शकते आणि त्यांना प्रेम पाठवू शकते. कधी कधी मात्र हे थोडेसे कठीण होते.

– नलिनी राजशेखर

जेव्हा मी ध्यान करते त्यावेळी मला वाटते की निळा प्रकाश माझ्यात भरतो, मला वेढतो आणि गडद होत जातो. दि. १ सप्टेंबर रोजी ध्यान करताना मला वाटले की गडद निळ्या प्रकाशाने मला पूर्णपणे वेढले आहे व मला माझ्या शरीराचे भान राहिले नाही. मला खूप शांत वाटले. अशा शांतीचा अनुभव यापूर्वी मी कधीच घेतला नव्हता. त्यानंतर प्रकाश माझ्या सभोवताली सर्वत्र पसरला.

– दीपा रघुराम

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