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 4 Issue 7 APRIL 2012 Rs. 25

चिंतन

महर्षी कृष्णानंद, अनुवाद : जयंत देशपांडे

मागच्या वर्षी चैतन्यात घडलेल्या मुख्य स्थित्यंतरांबद्दल आपल्याला माहीत आहे. या नूतन वर्षाच्या पहिल्या दिवशी आणि २० फेब्रुवारी, शिवरात्रीला सुद्धा चैतन्यात स्थित्यंतर घडले. नव्या ऊर्जा सोडण्यात आल्या. पुष्कळशा प्रकाश कार्यकर्त्यांनी ह्याची नोंद घेतली नाही. अर्थात तो एक वेगळा मुद्दा आहे. बरेच प्रकाश कार्यकर्ते ऋषींच्या नेटवर्कशी जोडलेले नाहीत, त्यामुळे साहजिकच त्यांना या स्थित्यंतरांबद्दल कल्पना नाही.

या ऊर्जांचा प्रभाव मी लोकांमध्ये जास्त जागृतीच्या रूपात पाहू शकतो. निवडणुकीच्या निकालांमध्ये मी या ऊर्जांचा प्रभाव पाहू शकतो. मते देतांना लोकांनी त्यांच्या इच्छेचा वापर स्वतंत्रपणे व विवेकाने केला. नेत्यांच्या भाषणांनी आणि त्यांच्या आश्वासनांनी लोक फसले नाहीत. मी इथे राजकारणाबद्दल चर्चा करत नाहीये. त्यासाठी संपूर्ण मीडिया दिवस–रात्र काम करते आहे. मी या घटनांकडे एका आध्यात्मिक दृष्टीने पाहत आहे. निवडणुका म्हणजे एक आध्यात्मिक प्रक्रिया होती. मी नव्या ऊर्जांना इथे कार्य करताना पाहू शकलो. नव्या ऊर्जा संपूर्ण जगभर कार्यरत आहेत. कोणतेच नाट्यमय बदल आपल्याला दिसत नाही आहेत. या आध्यात्मिक क्रांतीचे फळ पूर्णपणे मिळालेले नसले तरी क्रांती सुरू आहे. क्रांती असफल झालेली नाही. भ्रष्टाचाराविरुद्ध लढा अद्याप संपलेला नाही. तो निष्फळ ही झालेला नाही. मी, या ऊर्जांचा प्रभाव सर्वच व्यवस्थांवर पाहत आहे. लवकरच आणखी मोठ्या प्रमाणात ऊर्जा सोडण्यात येतील. आणखी मोठ्या प्रमाणावर ऊर्जांचा प्रभाव पडेल. सर्वच पातळ्यांवर आणखी जास्त प्रमाणात सुखद किंवा कटु सत्ये प्रकाशात येतील. हे वैयक्तिक आणि जागतिक अशा दोन्ही पातळ्यांवर घडेल.

प्रकाशात येत असलेल्या सत्यांना सुज्ञपणे सामोरे जाण्यासाठी आणि आध्यात्मिक प्रगतीसाठी, या पातळीवर लोकांची मदत करणे, हा माझ्या कामाचा केंद्रबिंदु आहे. जेव्हा आपण गांभीर्यपूर्वक एक मूल्य–व्यवस्था पाळतो, तेव्हा सर्व समस्या सोडवता येतात असा माझा विश्वास आहे. इथे सफलता किंवा असफलता यापैकी काहीच असणार नाही. हे आपण आपल्या विचारांचा आणि जगण्याचा दर्जा वाढवून पुढील पातळीवर जाणे आहे. या समाजाला प्रेम आणि शांतीयुक्त अशा पुढील स्तरावर नेणे ही आपली जबाबदारी आहे.

ही आध्यात्मिक चळवळ खूप काळ चालेल आणि भ्रष्ट व्यवस्थांचा त्रास आपल्याला भोगावा लागेल, असे साहजिकच कोणालाही वाटू शकते. अशा विश्वासामागील तर्काशी आणि अशा समजूतीशी मी असहमत होऊ शकत नाही. पण या सुंदर धरेच्या प्रत्येक नागरिकाला मला आश्वस्त करायचे आहे की, नव्या ऊर्जांमुळे आणि कार्यरत असलेल्या वेगवेगळ्या आध्यात्मिक प्रक्रियांमुळे, यापुढील सर्व बदल खूप लवकर घडतील. खूप खूप लवकर घडतील. आपण हे लक्षात ठेवायला हवे की, लवकरच आपण एका नव्या काळात प्रवेश करू.

नवयुग प्रचारक (न्यू एजर्स) म्हणतात की आपण सह–निर्माते आहोत. ते खरे आहे. आपण आपल्यासाठी आणि या जगासाठी नव्या नियती निर्माण करू शकतो. आपण नारेबाजी आणि बॅनररहित, राजकारण आणि नेतेरहित एका महान क्रांतीला शांतपणे वाढवू शकतो. कसे? मी म्हणतो की, फक्त प्रकाश प्रवाहित करा. आपल्याच खोलीतील किंवा घरातील एका कोपऱ्यात बसून फक्त प्रकाश प्रवाहित करा.

प्रकाशद्वारा क्रांती ही एक स्पष्ट संभाव्यता आहे. रोज प्रकाश प्रवाहित करून या क्रांतीत सामील व्हा. तसेच ७ मेला होणाऱ्या प्रकाश प्रवहनाच्या कार्यक्रमात, आपआपल्या घरातूनच, जरूर सामील व्हा. त्या दिवशी संध्याकाळी ७.४५ पासून १५ मिनिटांसाठी प्रकाश प्रवाहित करा. ■

मानसा फाउंडेशन (रजि.)
तपोनगर, चिक्कगुब्बि, (ऑफ हेन्नूर–बागलूर रोड) बंगलोर अर्बन ५६० ०७७. इंडिया.
फोन : (०८०) २८४६५२८०, 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. ३००/–
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.

एका साधकाने घेतलेला तपोवनाचा फोटो – एका चक्र मंटपात प्रखर प्रकाश दिसतो आहे

काही ठळक घडामोडी

- आनेकल येथील आपल्या सप्तर्षी ध्यान केंद्राचा चवथा वार्षिकोत्सव सोमवार, २–४–२०१२ रोजी संध्याकाळी ६ वाजता साजरा करण्यात येईल.
- बुधवार, ४–४–२०१२ रोजी सकाळी ११ वाजता तपोनगर येथे विद्यार्थ्यांसाठी ओरिएंटेशन वर्ग आयोजित करण्यात येईल. बाहेरील विद्यार्थ्यांना देखील इंटरनेटवरून प्रत्यक्ष प्रसारणाद्वारे ह्यात भाग घेता येईल. भाग घेण्याची इच्छा असणाऱ्यांनी ३०–३–२०१२ पर्यंत आपले नाव नोंदवावे. सविस्तर माहिती साठी कृपया मानसा कार्यालयाशी संपर्क साधावा.
- ८–३–२०१२ रोजी संध्याकाळी तपोनगरच्या रहिवाशांनी एकत्र जमून गुरुजींच्या मार्गदर्शनाखाली कामदहन तंत्राचा सराव केला.
- दोन महिन्यातून एकदा भेटणाऱ्या शंबला गटाच्या सदस्यांनी ११–३–२०१२ रोजी तपोनगरातील व्याख्यान एवं मेडिटेशन हॉल येथे जमून गुरुजींकडून दीक्षा आणि मार्गदर्शन घेऊन अभ्यास केला.
- १८–३–२०१२ रोजी तपोनगर येथे 'रा' गटाची बैठक झाली आणि सदस्यांनी त्यांच्या तीन तासांच्या ध्यानाबद्दल गुरुजींकडून मार्गदर्शन घेतले.

सोमवार, ७–५–२०१२ रोजी संध्याकाळी ६ वाजता चौडय्या हॉल, व्यालिकावल, बंगलोर येथे लाईट चॅनल्स मीट आयोजित करण्यात येईल.

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०१	रविवार	श्रीरामनवमी
०२	सोमवार	शुक्ल दशमी
०६	शुक्रवार	गुड फ्रायडे / पौर्णिमा
१४	शनिवार	सौरमान युगादी / कृष्णाष्टमी
१९	गुरुवार	महाशिवरात्री
२१	शनिवार	अमावास्या
२४	मंगळवार	अक्षय्य तृतिया
२९	रविवार	शुक्लाष्टमी

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी	–	व्याख्यान सकाळी ११ ते १२ पर्यंत
	–	विशेष ध्यान आणि प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
बुधवार ४	–	ओरियंटेशन वर्ग सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत
शुक्रवार ६	–	गुड फ्रायडे निमित्त विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
रविवार २९	–	अखंड ध्यान सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत

गुरुजींसोबत अनौपचारिक बैठक शनिवार, १४–४–२०१२ रोजी सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत आयोजित करण्यात येईल. ह्यात भाग घेण्याची इच्छा असणाऱ्यांनी मानसा कार्यालयात 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.

"लाईट चॅनल्स वर्ल्ड मूव्हमेंट" बद्दल वृत्तांत

- अधिकाधिक मुले त्यांच्या अभ्यासाच्या पाठ्यक्रमात सुधारणा करण्यासाठी, त्यांच्या वागणुकीचे परिष्करण करण्यासाठी प्रकाशाकडे वळत आहेत आणि काहींनी त्यांच्या हस्ताक्षरात देखील सुधारणा केली आहे. त्यांची निरागसता आणि प्रकाशावर असलेला पूर्ण विश्वास चमत्कार घडवत आहे.
- वीस लाखांपेक्षा अधिक मुलांनी निदान एकदा तरी प्रकाश प्रवाहित केला आहे आणि नऊशे शाळांतील चार लाखांपेक्षा अधिक मुले आता नियमितपणे प्रकाश प्रवाहित करीत आहेत. ■

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

प्रकाश प्रवहन तंत्राचा सराव केल्यानंतर माझ्या हस्ताक्षरात सुधारणा झाली आहे.

– बद्री, वर्ग ४, के. ई. बोर्ड्स प्रायमरी स्कूल, धारवाड

एकदा मला काही कारणामुळे राग आला होता. त्यादिवशी मला पुष्कळ गृहपाठ पूर्ण करायचा होता पण रागामुळे मी लक्ष केंद्रित करू शकत नव्हतो. मी काही मिनिटे प्रकाश प्रवाहित केला आणि माझी मन:स्थिति सुधारली. मी माझा गृहपाठ निपुणतेने पूर्ण करू शकलो. मला पटकन राग येतो. पण प्रकाश प्रवहनामुळे मी माझ्या तापट स्वभावावर ताबा ठेवू शकतो आहे.

– दुर्गेश चौधरी, वर्ग ६, लॉर्ड्स इंग्लिश मिडियम स्कूल, पुणे

पूर्वी मी अर्ध्या तासापेक्षा जास्त वेळ एके जागी बसून अभ्यास करू शकत नव्हतो. आता मी अभ्यास सुरू करायच्या आधी प्रकाश प्रवाहित करतो आणि अडीच–तीन तास माझ्या जागेवरून न उठता एकाग्रतेने अभ्यास करू शकतो.

– कृष्ण कुमार, वर्ग १०, केंद्रीय विद्यालय –२, १०४ एरिया, विशाखापट्टणम

एका संध्याकाळी मला परीक्षेचा खूप ताण आला आणि मी वैतागले. मी प्रकाश प्रवाहित करायला सुरुवात केली. त्या दिवशी मला माझ्या 'रोशनी' ह्या नावाचा खरा अर्थ समजला. मला असे वाटले की मी ढगात होते आणि चकाकणारा प्रकाश माझ्या शरीरात प्रवेश करीत होता. मला असे जाणवले की माझ्याकडे सर्व काही आहे. मला वाटले की मी प्रकाशाची आणि ताऱ्यांची परी आहे. मी "इतिहास" हा माझ्यासाठी अवघड असलेला विषय वाचायला सुरुवात केली आणि माझ्या सर्व लक्षात राहिले. मला वर्गातील परीक्षेत चांगले गुण मिळाले.

– रोशनी, वर्ग ९, केंद्रीय विद्यालय –२, १०४ एरिया, विशाखापट्टणम

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल, अनुवाद : पूर्वा फडके

अमरजींबद्दल प्रेमभाव व आदर व्यक्त करण्याच्या या महिन्यात गुरुजींच्या शिष्यांना त्यांची निष्ठा सिद्ध करण्याचीही संधी मिळाली. १ फेब्रुवारीला म्हणजेच जागतिक प्रकाश प्रवहन दिनी 'तपोनगर' या मध्यवर्ती केंद्रामध्ये भारतभर भेट दिलेल्या शाळांबद्दलची माहिती गोळा करण्यात आली. या दिवशी सहा लाखाहून अधिक साधकांना प्रकाश मिळाला यास तपोनगर साक्षी होते.

अमर महर्षींची जयंती रविवारी ५ फेब्रुवारी रोजी साजरी करण्यात आली. त्या आधी काही दिवसांपासूनच समारंभाची योजना, बांधणी व कार्यवाटप इत्यादी तयारी सुरू झाली होती. भल्या पहाटेच समारंभाच्या दिवसाची सुरुवात झाली. प्रत्येकाने आपले अनुभव मांडल्यामुळे प्रकाश प्रवहन कार्याचे यश अधिकच उजळले. विशेषतः आपल्या प्रयत्नांमुळे गुरुजी खूप आनंदित झाल्याचे जेव्हा सर्वांना समजले, तेव्हा आनंदाचा शतगुणित होण्याचा स्वभाव प्रत्यक्ष दिसला. हा सोहळा दैवी होता. इतर महत्त्वाच्या वक्त्यांप्रमाणेच ई–मार्गदर्शन घेणारे इटलीचे श्री. रोलान्ड यांनीही व्यासपीठावरून आपले विचार व्यक्त केले. त्यावेळी प्रेमाने वारंवार त्यांचा कंठ दाटून येत होता व त्यांच्या बोलण्याची गती मंदावत होती. चार नवीन पुस्तके प्रकाशित करण्यात आली. गुरुजींना ४०० हून अधिक साधकांना आशीर्वाद देताना पाहणे हाही आम्हाला लाभलेला आशीर्वादच होता.

या महिन्यात महाशिवरात्रही आली होती. या दिवशी चेतनेत मोठे स्थित्यंतर झाले. या दिवशी तपोनगरवासी विशेष ध्यानासाठी एकत्र आले.

महिना अखेरीस वसंत ऋतुतील प्रकाश व उत्साहाच्या आगमनाबरोबर हिवाळा सरू लागला. ही ऊब जवळपास उन्हाळ्याप्रमाणे भासली तरी तो उन्हाळा नसल्याची साक्ष विविध आकर्षक रंगांत झुलणारे फुलांचे ताटवे देत होते. दोन नवीन कुटुंबे तपोनगरात वास्तव्यास आली. ■

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)

०५-०२-२०१२

आमच्या बोलण्याचा अर्थ जेव्हा लोकांना कळतो तेव्हा बोलण्याचे सार्थक झाल्यासारखे वाटते. एका व्यक्तीने किती छान सांगितले की महर्षी अमर आपल्या करिता एक 'संधी' आहेत.

मला अमरांसारखे दुसरे कोणी भेटले नाही. त्यांनी आपल्याला शंबला तत्त्वे दिली, ध्यानाची अत्यंत प्रगत तंत्रे दिली आणि ध्यानाचे शास्त्र दिले. जीवनात एक शंबला तत्त्व जरी अमलात आणले तरी आपण २०१२ सदृश डझनभर घटनांमधून सहीसलामत पार पडू.

अमरांनी नवयुगीन अध्यात्माची व्याख्या केली, अध्यात्माला एक नवीन आयाम दिला. त्यांनी सांगितले की शरीर पातळीवरील स्वच्छता साहजिकच आपल्या मनाला व विचारांना स्वच्छ करते. त्यांनी आपल्याला पुस्तके वाचण्याचा, टेलिव्हिजन पाहण्याचा व संगीत ऐकण्याचा सल्ला दिला, कारण त्यामुळे आपले व्यक्तिमत्त्व सुसंस्कृत बनते. त्यांनी सांगितले की वक्तशीर असणे म्हणजे आध्यात्मिक असणे होय. त्यांनी आपल्याला सांगितले की आपण चांगले असतो तेव्हा आपण आध्यात्मिक असतो आणि मग आपण जिथे कुठे असू तिथे ईश्वर आपल्यापाशी येईल.

त्यांनी आपल्याला सांगितले की आपण आत्मे असून येथील जीवनाचा अनुभव घेण्यासाठी इथे अवतरलो आहोत. हा फार मोठा उलगडा आहे. संन्यासी कसा असावा याचे ते यथार्थ उदाहरण होते, कारण ते परिपूर्ण योगी आणि परिपूर्ण मानव होते.

त्यांनी एका अतिशय आगळ्यावेगळ्या सत्याचा उल्लेख केला की प्रत्येक युगचक्रात अनेक घटनांची पुनरावृत्ती होते.

त्यांनी आपल्याला सांगितले की ध्यानाने व्यक्तींची आणि राष्ट्रांसह जगाची नियती बदलणे शक्य असते व कर्मांमुळे ठरलेला जीवन मार्ग बदलला जाऊ शकतो.

त्यांनी हे स्पष्ट केले की भौतिक ब्रह्मांडाच्या अवकाशाबाहेर गेला तर आत्मा नष्ट होतो.

कलियुग १९७४ साली संपले असून भगवान कल्कींचा जन्म १९२४ साली झालेला आहे असे सांगणारे ते एकमेव व्यक्ती होते.

अमरांनी ऋषींना आपल्या आयुष्यात आणले. ही पृथ्वी आणि ही सृष्टी कशी अस्तित्वात आली त्याचे ज्ञान त्यांनी आपल्याला दिले. ज्याच्या साह्याने हे जीवन आपण सुज्ञपणे व समग्रपणे जगू शकू असे सर्व ज्ञान त्यांनी आपल्याला दिले.

अमर अजूनही आपल्याला मार्गदर्शन देत आहेत. देहत्यागानंतरही आपल्या अनुयायांना व इतरांना मार्गदर्शन देणारे अन्य कोणी सद्गुरु माझ्या माहितीमध्ये नाहीत. मला वाटते की सद्गुरुंच्या निर्वाणाच्या जवळजवळ सर्वच घटनांमध्ये लोकांचा नंतर त्यांच्याशी संपर्क राहिलेला नाही. असे अमरच एकटे आहेत जे अशा तऱ्हेचा संपर्क ठेवून आहेत आणि ते आपल्याला पुष्कळ नवीन ज्ञान देत आहेत. माझे जीवन व माझे सर्वस्व अमरांमुळे आहे. त्यांचा प्रकाश, ज्ञान व प्रेम धारण करणारे तुमच्या रूपातील अप्रतिम आत्मे हीच माझी अमरांना वाहिलेली गुरुदक्षिणा आहे. सद्गुरुंना अर्पण करण्याजोगी सर्वोत्तम गुरुदक्षिणा कोणती असेल तर ही आहे की सर्वप्रथम त्यांना नीट समजून घ्या, त्यानंतर त्यांचे अनुसरण करा जे फार कठीण असते.

यापुढे, आपण वैयक्तिक विकासावर लक्ष केंद्रित करूया; शुद्धतेच्या वरच्या पातळीवर जाऊया. आपण जास्त प्रकाश प्रवाहित करूया, कारण जास्त लोकांमध्ये जागृती व्हायला हवी व जागृत लोकांमधील जागृती वाढायला हवी. आपण जास्त प्रेम प्रकट करूया, कारण त्यामुळे आपल्याला ऋषींबरोबर संपर्क करता येईल. ज्यांना ऋषींशी संपर्क साधायचा असेल ते माझ्याकडून सूचना घेऊ शकतात.

तुम्ही निवड करताना आत्म्याच्या स्तरावरून केली पाहिजे आणि तुम्ही निवडीच्या त्याच अवस्थेत कायम टिकून राहिले पाहिजे. व्यक्तिगत स्तरावर व सामूहिक स्तरावर संभ्रम उडू शकतो, तेव्हा तुम्ही माझ्याकडे या. मी तुम्हाला मदत करेन.

शंबला किंवा रा गट यापैकी ज्या गटात तुम्ही असाल तिथे तुम्हाला प्राविण्य मिळवले पाहिजे.

अमर जयंतीदिवशी सहा लाख मुलांनी प्रकाश प्रवहन केले. ही सर्वोत्तम गुरुदक्षिणा होय.

१२-०२-२०१२

ऋषींनी ईश्वराचे वर्णन ज्योती स्वरूप असे केले आहे. ईश्वर म्हणजे ऊर्जा. देवळातील सर्व ऊर्जा तिथल्या मूर्तीमध्ये सामावलेल्या नसतात. मूर्तीच्या खाली जमिनीत प्रचंड मोठे ऊर्जाक्षेत्र असते. हे समजल्याबद्दल आपण आनंद मानूया कारण हे ज्ञान आपल्याला खऱ्या ईश्वरापर्यंत पोहोचवेल.

स्तब्धतेमध्ये शांततेपेक्षा खूप काही अधिक असते. ध्यानात शांतता प्रस्थापित करणे म्हणजे काहीही न करणे. शांततेमध्ये एखादेवेळी जाणिवेचा अभाव असू शकतो आणि कधीकधी आपल्याला वाटते की आपण झोपलो आहोत. परंतु, निश्चल किंवा स्तब्धतेच्या अवस्थेत आपण पूर्णपणे जागृत असतो. स्तब्धता ही पूर्णत्वाची स्थिती आहे, ती एक अशी अवस्था आहे जी विचारांच्या व भावनांच्या पलीकडे असते, विश्वाशी सायुज्याची अवस्था असते. स्तब्धतेमध्ये निरनिराळे स्तर असतात, जसे खोल, अधिक खोल आणि त्यापेक्षाही अधिक खोल स्तर. व्यक्त तसेच अव्यक्त जगातही स्तब्धता आहे. तुम्ही प्रकाशाच्या महासागरात प्रवेश करता तेव्हा तुम्ही स्तब्धता अनुभवता. भौतिक ब्रह्मांडात अनेक तारामंडळे आहेत व त्यांच्या मधल्या अवकाशात एक प्रकारचा गडद पदार्थ असतो. या गडद पदार्थामध्ये अव्यक्त ब्रह्मांडे सुप्त स्थितीत असतात. खरं तर ही पोकळी काळोखी नाहीच मुळी. जर आपण या अव्यक्त प्रदेशात प्रवेश करू शकलो आणि तिथली निश्चलता अनुभवू शकलो तर मला वाटते आपल्या लक्षात येईल की जी सर्वाधिक प्रगाढ स्तब्धता म्हणता येईल ती हीच होय. अशा वेळीच आपल्याला ईश्वराचा समग्र अनुभव येईल. आपण समाधीच्या सर्वोच्च पायरीवर जो अनुभव घेतो तसेच साक्षात्काराच्या सर्वोच्च अवस्थेमध्ये येणारा ईश्वराचा अनुभव सुद्धा आंशिक असतो; ती संपूर्ण अनुभूती नव्हे.

अनेकजण मला विचारतात की त्यांच्या पूर्वजन्मांमध्ये ते माझ्यासोबत होते का. माझ्याकडे येणाऱ्या लोकांपैकी बहुतेक जण कोणत्या ना कोणत्या जन्मात माझ्यासोबत व ऋषींसोबत होते. मी जे काही बोलतो ते तुम्ही निःशंकपणे स्वीकारता. पूर्व जन्मांतील दीर्घ सहवास, आपल्यामधले प्रेम यामुळे अशा तऱ्हेची श्रद्धा निर्माण होते. तेव्हा तुमच्या आंतरिक स्फूर्तीच्या वा अंतःप्रेरणेच्या आधारे तुम्ही पूर्वायुष्यांमध्ये माझ्या बरोबर होता का ते तपासून पाहा.

आपली शरीरयंत्रणा एक अप्रतिम उपकरण आहे ज्यामध्ये खूप ऊर्जा असतात. एवढ्या ऊर्जा कोणत्याही कलाकृतीत किंवा रुद्राक्षात असू शकत नाहीत. आपल्या आनंदमय कोशात प्रचंड प्रमाणात ऊर्जा असतात.

७ मे रोजी चौडय्या कलाक्षेत्रामध्ये प्रकाश प्रवाहकांची सभा होणार आहे. त्या वेळी प्रकाश प्रवहनांच्या सत्रांतील अनुभव, शाळेतील मुलांचे, शालेय अधिकाऱ्यांचे, शालेय शिक्षकांचे आणि स्वयंसेवकांचे अनुभव यावर आधारित पुस्तक प्रकाशित करण्याचा आमचा मानस आहे.

गुरुजी उवाच

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

अलिकडच्या काळात तपोनगरमध्ये केवळ पाण्याच्याच नव्हे तर कामगारांच्या समस्या सुद्धा वाढल्या आहेत. आमची इथे येणाऱ्या पाहुण्यांना विनंती आहे की काही काळासाठी त्यांनी निवासाची व्यवस्था स्वतः करावी किंवा इथे सूक्ष्म देहाने भेट द्यावी!

१९-०२-२०१२

आपण स्वतःच आपल्या साधनेच्या मार्गातील अडथळे बनतो. आपल्या संघर्षाचे कारण व अपयशाचे धनी आपणच असतो. यावर विचार करा; तुमचे तुम्हालाच समजेल. आपण आपल्या साधनेला प्रेरणा देतो. आपण ब्रह्मांड आहोत; ब्रह्मांडाची छोटी आवृत्ती आहोत. इथे जे जे म्हणून आहे ते सर्व आपणच आहोत.

तुमच्या हातून चूक घडते तेव्हा ती चूक आहे हे समजून घ्या, ती कबूल करा आणि ती चूक पुन्हा करू नका. माफी मागा; मग तो मुद्दा तिथेच संपतो. मात्र, असे करताना स्वतःची निर्भत्सना न करण्याची काळजी घ्या. कारण, जे दैवी स्फुल्लिंग एका ऋषीमध्ये असते, प्रत्येकामध्ये असते तेच तुमच्यामध्ये आहे. लौकरात लौकर मला अतिशय चांगला मनुष्य बनले पाहिजे या विचारांनी स्वतःवर दडपण निर्माण होऊ देऊ नका. त्याचा तुमच्यावर परिणाम होईल. प्रामाणिक राहा व आत्म्याच्या स्तरावरून निवड करा. निवड केल्यानंतर बदल घडून येण्यासाठी थोडा वेळ जाऊ द्या.

ध्यान चांगले न होण्यामागे जशी सुस्ती, कंटाळा यासारखी साधनेला मागे खेचणारी शरीरांतर्गत कारणे असतात तशीच इतरही कारणे असतात. साधना कधीही सोडू नका. कधीकधी आपली कर्मे साधनेच्या मार्गात आडवी येतात. ध्यान उत्तम लागण्यासाठी साह्यभूत होणाऱ्या ऊर्जांच्या पातळ्या कधी बदलतात, ज्यामुळे अडथळे निर्माण होतात. तुमच्या घरातील किंवा तुमच्या शेजाऱ्यांच्या घरातील सुद्धा भांडणांमुळे निर्माण होणारी नकारात्मक कंपने तुमच्या साधनेवर परिणाम करतात. अशी एक ना दोन, हजार कारणे असतील. अशा वेळी थोडे अधिक प्रयत्न करा. देह, मन व बुद्धी या त्रिपुटीयुक्त तुमच्या शरीरयंत्रणेशी संवाद साधा. त्यांना सहकार्य करण्यास विनवा. जेव्हा ईश्वराची अनुभूती प्राप्त करण्याची तुम्हाला खरी ओढ लागते तेव्हा संपूर्ण विश्व तुमच्या मदतीस येते.

भगवान कल्कींनी सर्वांसाठी दिलेला संदेश एका साधकाला मिळाला. त्या संदेशाचे सार असे आहे: शंबला, फोटॉन बेल्ट, 'रा' अशा निरनिराळ्या स्रोतांपासून ऊर्जा मिळविण्याचे प्रयत्न करू नका. कारण, त्यासाठी आवश्यक ते योग्य तंत्र अजून तुम्हाला दिलेले नाही. केवळ शंबला व 'रा' वर्गात देण्यात आलेली तंत्रेच वापरायची आहेत. जेव्हा ऋषींनी दिलेले तंत्र वापरण्यास तुम्ही सुरवात करता तेव्हा तुमच्यावर त्यांची देखरेख राहते. हा सर्वात महत्त्वाचा मुद्दा आपण लक्षात घेतला पाहिजे. जेव्हा तुम्ही स्वतःहून ऊर्जा मिळविण्याचे प्रयत्न करता तेव्हा कधीकधी वाईट व्यक्तित्वे सोंग घेऊन तुम्हाला फसवतात आणि अंततः तुम्ही चुकीच्या स्रोतातून ऊर्जा मिळवाल किंवा तशा प्रकारच्या ऊर्जा प्रवाहित कराल. असे झाल्यास तुमच्या संकटांना पारावार राहणार नाही.

आपले स्वयंसेवक ऋषींचे व ऋषीकार्याचे प्रतिनिधित्व करतात. त्यामुळे तुमचे वर्तन आदर्श असले पाहिजे. तुम्ही क्रोधाच्या आहारी जाता कामा नये. खरं तर आपल्यापैकी कोणालाच क्रोध येता कामा नये.

२६-०२-२०१२

इथे देण्यात येणारी सर्व तंत्रे प्रकाशाचा अनुभव घेण्यावर बेतलेली आहेत. लक्षात ठेवा की जेव्हा तुम्ही विस्तारित होण्याचा अनुभव घेता किंवा जेव्हा एखादी भावना तुम्हाला आनंद देते तेव्हा तुम्ही प्रकाशाचा अनुभव घेत असता किंवा तुम्ही प्रकाशाचा अनुभव घेतलेला असतो.

जर तुम्ही खरोखरीच सात्विक असाल, आध्यात्मिक किंवा पारमार्थिक असाल, तर दुसऱ्या कोणाला विशेष अनुभव येतो तेव्हा तुम्हाला आनंद होतो कारण आपण सारे एक आहोत. जर तुम्हाला मत्सर वाटला तर स्वतःला सावरा. पारमार्थिक जगतात मत्सराला जागा नाही.

एक साधिका सोनेरी रंगाची प्राणशक्ती ग्रहण करण्याच्या तंत्राचा अभ्यास करत होती. तेवढ्यात फोन वाजला. फोन घेण्यासाठी ती उठली. पलीकडून बोलणाऱ्या बाईंजवळ दिव्य दृष्टी होती. त्यांना प्राणशक्ती ह्या साधिकेच्या शरीरात प्रवेश करताना दिसत होती, जरी हिने फोन घेण्यासाठी उठण्याआधी प्राणशक्ती ग्रहणाचे तंत्र थांबविले होते. ही फार सुंदर घटना आहे. असे प्रथमच घडले आहे असे नाही. बऱ्याच पूर्वीच्या काळापासून मी हे सांगत आलो आहे. तुम्ही ध्यानाला सुरवात करता तेव्हा काही विशिष्ट प्रक्रिया कार्यान्वित होतात. ध्यानादरम्यान कोणाशी बोलण्यासाठी काही मिनिटे तुम्ही उठलात तरी ह्या प्रक्रिया थांबत नाहीत. त्यामध्ये खंड पडत नाही. कदाचित जेव्हा आपण क्षुब्ध होतो तेव्हा ह्या प्रक्रिया खंडित होत असाव्या. म्हणून कधीही क्षुब्ध होऊ नका, शांत राहा.

जेव्हा म्हणून तुम्ही तंत्रांचा अभ्यास करता तेव्हा तेव्हा त्यांच्याशी संबंधित ऊर्जा तुमच्या देहात असतात. तुम्हाला त्या दिसाव्या हे अपेक्षित नसते. जेव्हा तुम्हाला ऊर्जा मिळतात तेव्हा त्यांच्या अस्तित्वाची जाणीव करून घ्या. तुम्हाला ते जाणवू शकते.

शिवरात्रीला एक परिषद झाली. त्यामध्ये सप्त ऋषी, विश्वामित्र महर्षी, महादेव, 'फोटॉन बेल्ट' पुरुष, 'रा'पुरुष सामील होते आणि काही तज्ज्ञ लोक होते जे गेल्या वेळेच्या सूर्यमालेच्या फोटॉन बेल्ट प्रवेशाच्या वेळी विद्यमान होते. या वेळी महादेवांनी प्रलयाच्या प्रक्रिया घडविणाऱ्या व त्यावर देखरेख ठेवणाऱ्या भगवान कल्कींना भरपूर शक्ती दिल्या. त्यांनी पुढच्या युगचक्रात काम करण्यासाठी लोकांची निवड करण्यास सुरवात केली. संपूर्ण जगातून त्यांनी १४४ लोकांची निवड केली ज्यात मानसा कुटुंबातील काही सदस्य सुद्धा होते.

भगवान शिवांनी सांगितले की ज्यांना ऋषींच्या कार्यातून बाहेर पडायचे असेल त्यांना सरळच मुक्ती देण्यात येईल. असे असल्यास तुम्ही वर्गात येण्याची आवश्यकता नाही. आपण ह्याकडे फार गांभीर्याने पाहूया, कारण हे साक्षात भगवान शिवांचे बोल आहेत.

ह्या शिवरात्रीपासून आपण एका निराळ्या टप्प्यात प्रवेश केला आहे जिथे निष्प्रेमाला जागा नाही. तुमच्या व्यवस्थेमधून ते जाणीवपूर्वक काढून टाका. तुमची साधना अधिक प्रखर करा. प्रेमाच्या प्रकटीकरणावर अधिक भर असला पाहिजे. २०१२ सालातून तरून जाण्यासाठी व २०१२ सालानंतर जगण्यासाठी स्वतःला तयार करा. त्यासाठी दृढ निश्चय करा, स्वतःचे संपूर्ण परिवर्तन करा, जे करणे शक्य आहे.

आपल्याला सांगण्यात आले आहे की प्रकाश प्रवहनाचा कालखंड दोन भागांमध्ये विभागण्यात यावा. पहिल्या भागात तुमचे घर व परिसर प्रकाशाने भरून टाका. पुढच्या भागात प्रकाश संपूर्ण जगात पसरवा. जास्त प्रकाश प्रवाहित करा, निदान तुमच्या स्वतःच्या घरात तरी जास्त वेळ प्रकाश प्रवाहित करा. तुम्हाला शक्य असेल तर प्रकाश प्रवहनाच्या कार्यात सहभागी व्हा.

७ मे रोजी मोठे संमेलन होणार असल्यामुळे खूप कामे आहेत. त्यामुळे तोपर्यंत कृपया व्यक्तिगत मुलाखतीसाठी वेळ मागू नका. ■

बाहेरील विद्यार्थ्यांसाठी मार्गदर्शन

जे प्रत्यक्ष ध्यानवर्गात येऊ शकत नाहीत, त्यांच्यासाठी पोस्टाद्वारे किंवा ई–मेल द्वारे मार्गदर्शनाची सोय आहे. इंग्रजीतून मार्गदर्शनासाठी वार्षिक शुल्क २००० रू. व कन्नड, मराठी आणि हिंदीतून मार्गदर्शनासाठी वार्षिक शुल्क १००० 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

शोभा राव, अनुवाद : एकनाथ कुलकर्णी

महर्षी अमर जयंतीच्या दिवशी मी आपल्याला म्हटले की मला आपल्या स्नेहास पात्र बनवावे. जेव्हा मला माझ्या मुलाच्या अपघाताची बातमी कळली, तेव्हा मी प्रकाशाचे प्रवहन सुरू केले आणि आपले शब्द माझ्या मनात गुणगुणले, "या पुढील आयुष्यामध्ये कठीण प्रसंगांना तोंड द्यावे लागेल, ऋषींवर अढळ श्रद्धा ठेवा." जरी माझा मुलगा साधक नसला, तरी माझ्या मुलाला आपण वाचवलेत! आपले अत्यंत आभार.

– जाना सुमती

माझ्या डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार आरोग्याच्या सुधारणेसाठी मी ध्यान वर्ग चालू केला. मला सर्वच बाबतीत मार्गदर्शन मिळाले. ज्या चुका मी करीत होते, तसेच काही चुकीच्या गोष्टी करीत होते, ते सर्व माझ्या लक्षात आले. आता मला अतिशय शांत वाटते. मला मदत केल्याबद्दल आभार.

– सिमरन गाडगीळ

ध्यान करण्याने खचितच अनेक मार्गांनी मला मदत होत आहे. आता माझ्याजवळ कशालाही आणि कुणालाही तोंड देण्यासाठी विशेष सामर्थ्य आहे. पूर्वी मी चटकन हार मानीत असे, परंतु आता मी खूप मोकळेपणाने वागते आणि मला माझा मार्ग मिळतो. माझे रोजचे ध्यान करताना मला आनंदी आणि उत्साहित वाटते. हा आनंद शब्दातीत आहे.

– शालिनी

शांती ढळू न देता मी अवघड परिस्थिती हाताळू शकते. मी स्वतःमध्ये संपूर्ण आगळीवेगळी शांती अनुभवत आहे, जी मी पूर्वी कधीही अनुभवली नव्हती. माझ्या कुटुंबाचे सर्व सदस्य जरी आपल्या मार्गामध्ये नसले तरी माझा विकास होण्याकरिता सर्व प्रकारे मदत करीत आहेत. माझ्या आयुष्यातील सर्व सकारात्मक बदलांकरिता मी आपली आभारी आहे.

– नंदिता पटेल

माझ्या कामाच्या ठिकाणी मला एका अडचणीस तोंड द्यावे लागत होते. मी आत्मपरीक्षण केले. माझे पूर्वग्रह झडून जावेत आणि मी अधिक नम्र व्हावे यासाठी मी प्रकाशाची कळकळीने प्रार्थना केली. याचा फायदा झाला आणि माझ्या ऑफिसमधील परिस्थिती सुधारली. मी आनंदी आहे आणि ज्यांच्याशी माझा सूर जुळू शकतो त्या लोकांशी मी मोकळेपणाने बोलते.

– नलिनी राजशेखर

माझ्या सासूबाईंशी वागताना मी नकारात्मक भावना बाळगत असे. परंतु आता काहीतरी घडले आहे. अवघडलेपणाची जागा प्रकाशाने घेतली आहे. आणि मला वाटते आता माझ्यामध्ये एक प्रकारची समर्पणाची भावना आहे. मला परिवर्तनाची संधी दिल्याबद्दल सर्व ऋषी, गुरुजी आणि माझ्या आयुष्यातील लोकांबद्दलच्या कृतज्ञतेने मी भरून गेले आहे. स्वतःमध्ये सुधारणा करणे ही माझी गरज आणि माझ्या उद्दिष्टाचा भाग बनला आहे. अजून खूप अंतर जायचे आहे. आपल्या सहनशीलतेबद्दल, प्रेमाबद्दल आणि मला स्वीकारल्याबद्दल आपले आभार.

– दीप्ती

५ फेब्रुवारीच्या माझ्या गेल्या वेळच्या भेटीमध्ये, अचानक अंतःस्फूर्तीने मी आपल्या कुटीतील पान उचलले. कोठे पडावे या निवडीमुळे एक पडलेले पान सुद्धा किती पवित्र बनते हे पाहून मी सद्गदित झाले. काही दिवसात आपल्या प्रेमळ मार्गदर्शनाखाली माझ्या साधनेची तीन वर्षे पूर्ण होतील. माझ्या आयुष्यातील त्या आधीचा काळ हा गतजन्मातील स्मृतींप्रमाणे वाटतो. मी आज जी काही आहे, त्याबद्दल माझ्या हृदयामध्ये या मार्गाबद्दल, ऋषींच्या बद्दल आणि सर्वाधिक स्नेहाने आपल्याबद्दल कृतज्ञता आणि प्रेम आहे.

– पद्मजा बालाजी

७ फेब्रुवारी २०१२ रोजी ध्यान करीत असताना मला तेजस्वी प्रकाश जाणवला. त्या क्षणी आपण आमच्याकडून गुरुदक्षिणा म्हणून काय अपेक्षा करीत आहात याची मला आंतरिक स्फूर्तीने जाणीव झाली. आम्ही महर्षी अमरांप्रमाणे जगावे असे आपल्याला वाटते. मी त्यांना फक्त आपल्याद्वारे, आपल्या नजरेतून पाहिले आहे. अतिशय थोड्या प्रमाणातच त्यांच्या गुणांना बाणवणे हीच आमच्यासाठी फार मोठी गोष्ट आहे. हजारदा असफल झाले तरी पुन्हा प्रयत्न करण्याचे मी आपल्याला वचन देते.

– राजलक्ष्मी

प्रथमतः या मार्गावर येणे आणि नंतर आपल्याला भेटणे ही एक दुर्मिळ संधी होती आणि आम्ही खरोखर भाग्यवान आहोत. इथल्या वास्तूंमधून जणू काही ऊर्जा आमच्याशी बोलत होती. मी 'मानसा' संस्थेच्या लोकांमधून आणि वस्तूंमधूनही जाणवणारे प्रेम आणि आपलेपणा पाहून चकित झाले. आम्ही सर्वजणच गुरू अमरांप्रती आपली गुरुदक्षिणा आहोत, हे आपले उद्गार ऐकून आमच्यापैकी अनेकांच्या डोळ्यांमध्ये अश्रू आले. हे अश्रू आनंदाचे, कृतज्ञतेचे आणि प्रेमाचे होते.

– जसप्रीत कौर

प्रश्नोत्तरे

संकलन: शोभा राव, अनुवाद: सुनिता देशपांडे

प्र. आपण आपल्या विचार आणि भावनांची पातळी कशी वाढवावी?

उ. त्यासाठी कोणत्याही तंत्राचा विचार करू नका. तुमच्या आचरणातून प्रेम प्रकट करा, प्रेम अनुभवा. विचार व भावनांची पातळी आपोआपच वाढेल.

प्र. परमेश्वर माझ्यावर किती प्रेम करतो?

उ. तुम्ही त्याच्यावर, किंवा इतर कोणावरही जेव्हढे प्रेम करत असाल त्यापेक्षा कितीतरी जास्त तो तुमच्यावर प्रेम करतो. परमेश्वराच्या प्रेमाचा आयाम आपण समजू शकत नाही.

प्र. मी माझ्या आयुष्यात व्यवस्थित वागत नाही. तरी पण परमेश्वर माझ्यावर प्रेम करत असेल का ?

उ. तुम्ही जसे आहात तसेच आणि तुम्ही कसेही वागत असलात तरी तो तुमच्यावर प्रेम करत असतो.

प्र. प्रकाशाच्या महासागरात डुबकी मारणे यालाच सोल बाथ (आत्म्याचे स्नान) म्हणता येईल का?

उ. त्याहीपेक्षा पुष्कळ जास्त काही तरी म्हणता येईल. प्रत्येक वेळी जेव्हा आपण असे आत्म्याच्या पातळीवर स्नान करतो, तेव्हा आपला जणू पुनर्जन्म होतो, आध्यात्मिक दृष्ट्या आपण नवीन बनतो. जणू काही आपल्यातील अज्ञानाचा एक थर दूर होतो, नकारात्मकतेचा एक थर दूर होतो आणि आपण ताजेतवाने आणि परिशुद्ध होऊन बाहेर पडतो. आपली कर्मे नष्ट होतात, शुद्धीकरण स्वाभाविकपणे होते. आपल्याला नव्या क्षमता मिळतात. एक नवी जागृती घडते, नवे ज्ञान आणि नव्या ऊर्जा आपल्याला मिळतात आणि आपण उच्च समाधित परमेश्वराला अनुभवू शकतो.

प्र. दोन जन्मांच्या मधल्या काळात, आत्मा इथे म्हणजे या प्रकाशाच्या महासागरात विश्रांती घेत असतो का?

उ. नाही. आपण शरीराचा त्याग केल्यानंतर आपल्याला इतर एका पृथ्वीवर नेले जाते. त्याठिकाणी आपण विश्रांती घेतो आणि आपल्याला योग्य वाटेल तसे ध्यान करण्यात, आनंद उपभोगण्यात आणि आराम करण्यात वेळ घालवू शकतो. तिथे आपण पुढील आयुष्याची वाट पाहत असतो.

प्र. जेव्हा आपण प्रकाशाच्या महासागरात दुसऱ्या एखाद्या आत्म्याशी संवाद साधतो, तेव्हा अंतःप्रेरणेने त्या आत्म्याला अशा संवादाबद्दल कळते का? अशा संवादाचा तपशील त्यांना समजतो का?

उ. सखोल पातळीवर त्यांना ह्याची जाणीव असेल. या पातळीवर त्यांना नेहमीच कळेल असे नाही. काहीवेळेस संवादातील मजकूर त्यांना समजेल. प्राप्तकर्त्याच्या आध्यात्मिक स्थितीवर आणि क्षमतेवर ते अवलंबून असतं. मजकूरावर सुद्धा ते अवलंबून असू शकतं. कधी कधी अगदी खोल पातळीवर सुद्धा आपल्याला ते माहीत असायला नको असते.

प्र. प्रकाश कार्यकर्ता कोण असतो?

उ. प्रकाश कार्यकर्ता ही एक अशी व्यक्ती आहे, जी प्रकाशाला ओळखते, त्याचा अनुभव घेते आणि त्याला पसरवते. प्रकाश कार्यकर्ते त्या त्या काळातील एकाच योजनेसाठी कार्य करत असतात. सध्या ते कार्य आहे – बदलण्यासाठी लोकांना मदत करणे. नवयुगासंबंधी ज्ञान, २०१२ सालात होऊ घातलेल्या घटनांबद्दलचे ज्ञान आपण लोकांना द्यायला हवे. सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे आपण आध्यात्मिक दृष्ट्या बदलायला हवे.

प्र. प्रकाशाला निवडणे इतके कठीण का आहे?

उ. ते कठीण नाही. आपल्यालाच प्रकाश निवडावेसे वाटत नाही. बुद्धीच्या पातळीवर आपण कदाचित प्रकाशाला निवडतो, त्याला स्वीकारतो. पण जर का ही निवड आत्म्याच्या पातळीवरून झालेली नसेल तर आपल्याला सर्व प्रकारच्या अडचणींना तोंड द्यावे लागते. हे खरे आहे.

प्र. आपण जर एखाद्या व्यक्तीला प्रकाश पाठवला तर त्याला ते समजते का?

उ. त्याला या जागृत पातळीवर नेहमीच समजेल असे नाही, पण एका वेगळ्या पातळीवर त्याला त्याची जाणीव होते.

प्र. माझ्या खोलीवर मला एक पिरॅमिड बांधायची इच्छा आहे पण चांगले ध्यान लागण्यासाठी त्याची गरज आहे का?

उ. त्याची गरज नाही. तुम्ही जर कल्पना केली की, तुम्ही एका पिरॅमिडच्या आत बसला आहात आणि ध्यान केले तर तुम्हाला ते सर्व फायदे मिळतील आणि तो संपूर्ण प्रभाव लाभेल, जो एका खरोखरच्या पिरॅमिडमध्ये ध्यान केल्याने लाभेल.

प्र. ध्यान करताना मला असे वाटते की, मी वाढतो आहे आणि सर्वत्र माझे अस्तित्व आहे. हा समाधीचा अनुभव आहे का, की माझ्या मनाने निर्माण केलेला एक अनुभव आहे?

उ. हा मनाने निर्माण केलेला अनुभव नक्कीच नाही. हा एक महान आणि वेगळा अनुभव आहे. ही समाधीची सुरुवात आहे, समाधीचा आंशिक अनुभव आहे.

प्र. आपण प्राणशक्तीवर जगण्याचा सराव करायला हवा का?

उ. सध्या त्याची आवश्यकता नाही. ■

आमची प्रकाशने

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
Higher Communication & Other Realities	100/-
2012 - End or Beginning	100/-
Preparing for 2012	100/-
Light Body & Other Realities	75/-
Master-Pupil Talks	60/-
iGuruji - Vol 1	150/-
iGuruji - Vol 2	120/-
iGuruji - Vol 3	150/-
iGuruji - Vol 4	150/-
iGuruji - Vol 5	100/-
iGuruji - Vol 6	75/-
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 करें (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)

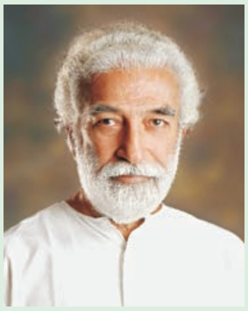
द वर्ड बुक शॉप, कँप (फोन: २६१३३११८, ३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)

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/68/2012-14
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 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 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)

३० नोव्हेंबर २०११ रोजी ध्यान करताना बऱ्याचदा माझ्या मनात आकुंचन व प्रसरण घडले. त्यानंतर एका ऊर्जाक्षेत्राच्या रूपात माझ्या शरीरात देखील आकुंचन व प्रसरण घडले. नंतर बराच वेळ टिकणारा एक विस्तार घडत होता आणि असे वाटले की या विस्ताराला अंतच नाही. त्याबरोबरच माझ्या चेहऱ्यावरील स्मित देखील विस्तारित होऊ लागले...त्यानंतर माझ्या हृदयातून एका पाठोपाठ एक अशा ऊर्जा बाहेर पडल्या व डोक्याच्या वरच्या भागात जाऊ लागल्या. हा एक नितांत सुंदर आणि मन प्रफुल्लित करणारा अनुभव होता.

– विद्या विश्वामित्र

मी परमहंस योगानंदांनी लिहिलेली 'समाधि' ही कविता वाचत होते. अचानकपणे मला प्रकाश दिसला. त्याचा तेजस्वीपणा हळूहळू वाढत होता. हळूहळू माझ्या खिडकीतून दिसणारी झाडे अदृश्य होऊ लागली. त्यानंतर एकामागोमाग एक, माझ्या खोलीच्या खिडक्या, पडदे, भिंती आणि सोफा देखील गायब झाला. मग मीही सोनेरी-पांढऱ्या प्रकाशात विरघळू लागले. जेव्हा फोनची बेल वाजली तेव्हा मी या अनुभवातून बाहेर आले.

– मेधा कुलकर्णी

मी कोठेतरी गुरुजींसोबत चालत होतो. एकाएकी गुरुजींनी विचारले, "तुला काय दिसते आहे?" मी म्हणालो, "मी सोनेरी प्रकाश आहे आणि इतर सर्वकाहीपण सोनेरी प्रकाश आहे." त्यांनी पुन्हा विचारले, "तुझ्या शरीराचे काय?" मी म्हणालो, "माझे शरीरच नाही, सर्वकाही सोनेरी प्रकाशच आहे." मी सोनेरी प्रकाशाचा एक कण होतो आणि इतर सर्वकाही – आकाश, झाडे, पृथ्वी, गुरुजी आणि माझे शरीर सर्वच सोनेरी प्रकाशात रूपांतरित झाले होते. तरी सुद्धा मला स्पष्ट आठवते की, सोनेरी प्रकाशकणाच्या रूपात माझे वैयक्तिक अस्तित्व कायम होते.

– सुनील बिसराहल्ली

ध्यानाने मला गहन शांती व स्तब्धतेकडे नेले आहे. मी जेव्हा निळसर पांढऱ्या प्रकाशगोलाची कल्पना करते, तेव्हा मी स्वतःला त्या प्रकाशगोलात एका निळ्या प्रकाशकणाच्या रूपात विलीन होताना पाहते. त्यानंतर माझ्या स्वतंत्र अस्तित्वाचा मागमूस देखील राहत नाही, असतो तो फक्त निळा शांतीचा महासागर.

– जयंती नटराजन

मागील जनगणनेदरम्यान माझी प्रमुख प्रशिक्षक म्हणून निवड झाली होती. पण माझ्या नेहमीच्या कामाच्या ताणामुळे मला या कामाची तयारी करणे शक्य झाले नव्हते. ह्या भीतीपोटी मी मध्यरात्रीपर्यंत जागीच होते. त्यावेळी मी दोनदा दाराजवळ प्रखर प्रकाशाचा लखलखाट पाहिला. हा आशीर्वाद होता ज्याने मला जाणीव करून दिली की मी कर्ती नसून, प्रकाशच आपल्या माध्यमातून नेहमी कार्य करतो. मी कृतज्ञतेने ऋषींचे आभार मानले.

– स्वर्णलता

"मास्टर-प्यूपिल टॉक" हे पुस्तक वाचताना, मला त्यांच्या उत्तरांतून महर्षी अमरांचा आवाज स्पष्ट ऐकू येत होता. माझ्या वर माझे सूक्ष्म शरीर दिसत होते जे तेजस्वी प्रकाशगोलाशी जोडलेले होते. अचानकपणे मला वाटले की माझ्या आत्म्याने प्रकाशाच्या सोबतीची प्रार्थना केली आहे. तो प्रकाशगोल आणखी तेजस्वी होत होता. त्या गोलातून प्रकाश माझ्या सूक्ष्म व भौतिकदेहांमध्ये अवतरू लागला. माझ्या भोवती प्रकाशाने भरलेला एक पिरॅमिड तयार झाला. मग हळूहळू सर्व मूर्तरूपे अंतर्धान पावली व उरला तो फक्त प्रकाश. मला ह्या संपूर्ण अनुभवाची व त्याचबरोबर गहन शांततेची जाणीव होती.

काहीवेळा 'रा' ध्यान मंदिरात व तपोनगरातील विशेष वास्तूंमध्ये देखील कुजबुजण्याचा आवाज ऐकू येतो. तेथे सूक्ष्म रूपात असलेल्या महात्म्यांना एकमेकांशी बोलताना मी पाहते. आजकाल मी कोणतेही तंत्र अभ्यासत असताना प्रकाशात रूपांतरित होते. माझ्या शरीराचे मला भानच राहत नाही. ऑफिसमध्ये माझे काम करीत असताना देखील मी प्रकाश अनुभवते. जीवन खरोखरच खूप सुंदर झाले आहे.

– राखी

मला झोप येत नसल्यामुळे मी व्यास महर्षींना प्रार्थना केली आणि स्वतःला प्रकाशाने भरून मी प्रकाशाच्या महासागराचा अनुभव घेण्याचा अभ्यास करू लागले. काही क्षणांमध्येच मी बसलेल्या मुद्रेतच आकाशात उडाले. मी स्पष्टपणे पाहू शकत होते. जेव्हा मी माझ्या डावीकडे पाहिले, मला गडद अवकाश दिसले आणि दूरवर चमकणारे तारे दिसले. मला असे वाटले, जणू मला कळले की, मी परमेश्वराच्या अव्यक्त भागात होते. जेव्हा मी माझ्या उजवीकडे पाहिले तेव्हा मला वरून आपली पृथ्वी दिसली.

– अभिलाषिता

PRAKASHMARG A Marathi Monthly Newspaper, Annual Subscription: Rs. 300/-
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