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 5 Issue 3 DECEMBER 2012 Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद; अनुवाद: पूर्णिमा परुळेकर
(पूर्वीच्या वृत्तपत्रांमधील वेचे)

एके दिवशी मी एका फुलावर घुटमळणारे फुलपाखरू पाहिले. दुसऱ्या क्षणी ते दूर उडून गेले.

अचानक, विश्वाने आपले बाहू पसरले. नवे आयाम मला खुणावत होते. तिथे नवीन प्रकाश आणि पंख होते. आणि हळूहळू वाढत जाणाऱ्या तीव्र गतीने माझ्या अंतर्यामी काहीतरी विस्तार पावले. त्या निसटत्या क्षणात मी नाचलो, रडलो आणि सहस्र पंखांनी उडालो. सहस्रावधी स्वप्नांसह सहस्रावधी आयुष्ये मी त्या क्षणात जगलो. ईश्वराच्या सहस्र आरामदायी बाहूंमध्ये विसावून मी परमानंदाचा अनुभव घेतला. माझ्या अब्जावधी आयुष्यांच्या शोधकार्याची परिपूर्ती करणाऱ्या त्या क्षणीच मरण यावे असे मला वाटले.

दूर, ढगांच्या पलीकडे बसून मी जेव्हा माझ्या पृथ्वीला शांतपणे फिरताना पाहतो आणि माझ्या माणसांना त्यांच्या मार्गांमध्ये व सापळ्यांमध्ये कायम व्यस्त असलेले पाहतो तेव्हा मनात उठणाऱ्या माझ्या मानवी भावना व्यक्त करण्यास शब्द सहजी सापडत नाहीत. काळापाशी विधीलिखितांचा कार्यक्रम तयार असतो आणि अज्ञात भविष्यकाळाचा पट हळूहळू उलगडत तो वर्तमानातील सर्व धडपडी व स्वप्ने आपल्या हृदयात गिळंकृत करत असतो. मला माहीत आहे की भविष्याच्या उदरात खूप खळबळजनक आश्चर्ये तसेच भयभीत करणारे अनुभव देखील दडलेले आहेत. मला हे देखील माहीत आहे की काळाने अनेक संधीरूपी जहाजे आणून उभी केली आहेत. परंतु, माझे बांधव अंधारात चाचपडत आहेत. त्यांना ही जहाजे दिसत नाहीत. अनेक जण मशाली घेऊन त्यांना मदत करण्याचा व मार्ग दाखवण्याचा प्रयत्न करीत आहेत. पण मदतीसाठी पुढे आलेले प्रेमाचे हात लोक पकडत नाहीत. ते संधीला मुकतात व प्रवाहाबरोबर वाहत जातात.

माझ्या भावना व्यक्त करायला शब्द सहजी सापडत नाहीत.

ही अचंबित करणारी घटना आहे. मला तुम्हाला ती सांगायलाच पाहिजे.

आज संध्याकाळी मला नवे पेन मिळाले. ते छान आहे. मी नवीन पेनाने लिहिण्यास सुरुवात केली. लिहिता लिहिता मी विचार केला, "आता नियमितपणे मी हेच पेन वापरत जाईन आणि जेव्हा कधीतरी मी बाहेर जातो तेव्हा जुने पेन वापरीन" काही वेळाने मी सहजच जुने पेन लिहिण्यासाठी घेतले. ते काही लिहिना. त्याने लिहावे यासाठी मी सर्व प्रयत्न करून पाहिले. पण, छे! ते कुठले लिहायला!

नंतर, अचानक मला एक कल्पना सुचली. मी त्या पेनाकडे प्रकाश पाठवला, प्रेम पाठवले व त्याच्याशी बोललो. त्याला सांगितले की त्याच्याकडे दुर्लक्ष करण्याचा माझा हेतु नव्हता व मी त्याला दुखावले असल्यास मी दिलगीर आहे. त्यानंतर मी अत्यंत काळजीपूर्वक ते पेन उचलले व लिहायला सुरुवात केली. आणि काय आश्चर्य! ते लिहू लागले.

त्या प्रसंगाने मला इतके हेलावून सोडले की मी अश्रू विसरलो.

या सृष्टीतील प्रत्येक वस्तू चेतन आहे व तिला भावना आणि संवेदना असतात. आपणच त्यांच्याशी संवेदनशीलतेने वागत नाही. आपल्या असंवेदनशीलतेमुळे आपण कितींदा, किती चैतन्यमय वस्तूंना दुखावले आहे ते आपल्याला ठाऊकही नसते.

एकदा अमर महर्षी दुसऱ्या पृथ्वीवर गेले होते. तिथे चालत असताना चुकून त्यांनी गवतावर पाय दिला. ते गवत वेदनांनी विव्हळले आणि सभोवतीच्या सर्व झाडांनी त्या चुकीबद्दल त्यांच्यावर कोरडे ओढले. असे अनेक प्रसंग ते आम्हाला सांगायचे. त्यांच्या अनुभवातून आम्ही काहीही शिकलो नाही व असंवेदनशीलच राहिलो.

वास्तविक पाहता आपण त्यांच्याकडून फारसे काहीच शिकलो नाही. जर शिकलो असतो तर आपण इतके प्रेमविरहित व कोरडे राहिलो नसतो. ■

मानसा फाउंडेशन (रजि.)
तपोनगर, चिक्कगुब्बि, (ऑफ हेन्नूर–बागलूर रोड) बंगलोर अर्बन ५६० ०७७. इंडिया.
फोन : (०८०) २८४६५२८०, ९९०००७५२८० (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.

तपोनगरातील रहिवाश्यांनी गुरुजींसोबत तपोनगर येथे फटाके उडवून दिवाळी साजरी केली

काही ठळक घडामोडी

- ११ नोव्हेंबरला शंबला गटाची आणि १८ नोव्हेंबरला 'रा' गटाची ह्या वर्षातील शेवटची बैठक झाली. ह्या दोन्ही गटातील सदस्यांना गुरुजींच्या सूक्ष्म उपस्थितीत यथाक्रम शंबलातील महान गुरूंकडून आणि 'रा' लोकातील ऋषींकडून दीक्षा मिळाली.
- १४-११-२०१२ रोजी तपोनगरातील रहिवाशांनी तेथील लेक्चर कम मेडिटेशन हॉल मधे एकत्र जमून संपूर्ण ग्रहणसमयी ध्यान केले.
- १४-११-२०१२ रोजी तपोनगरातील रहिवाशांनी एकत्र जमून गुरुजींच्या उपस्थितीत फटाके उडवले आणि दिवाळी साजरी केली.

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी – व्याख्यान सकाळी ११ ते १२ पर्यंत
– विशेष ध्यान आणि प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत

२५ मंगळवार – ख्रिसमस निमित्त विशेष ध्यान मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत

३० रविवार – अखंड ध्यान सकाळी ६ ते संध्याकाळी ६ पर्यंत

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

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०६	गुरुवार	कृष्णाष्टमी
११	मंगळवार	शिवरात्री
१३	गुरुवार	अमावास्या
१६	रविवार	शून्य मासारंभ
२०	गुरुवार	शुक्लाष्टमी
२२	शनिवार	शुक्ल दशमी
२४	सोमवार	ख्रिसमस पूर्व संध्याकाळ
२५	मंगळवार	ख्रिसमस
२८	शुक्रवार	पौर्णिमा
३०	रविवार	अखंड ध्यान

३०-१२-२०१२
अखंड ध्यान
तपोनगर येथे
सकाळी ६ ते संध्याकाळी ६ पर्यंत
सर्वांचे स्वागत आहे.
ह्यात भाग घेऊ इच्छिणाऱ्यांनी
२५-१२-२०१२ पर्यंत
मानसा कार्यलयात वेळेसह
आपले नाव नोंदवावे ही विनंती.

१६-१२-२०१२ ते १५-१-२०१३ शून्य मास आहे. ह्या काळात जास्त वेळ ध्यान केल्याने अनेक अज्ञात मार्गांनी मदत मिळते.

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

- आता हजारो शाळांतील जवळपास ५ लाख मुले नियमितरीत्या प्रकाशाचे प्रसारण करत आहेत. स्वयंसेवकांच्या लहानशा चमूची निस्वार्थता, त्यांचे अथक परिश्रम आणि शाळाअधिकारी, शिक्षक आणि मुलांचे प्रचंड सहकार्य यामुळे हे शक्य झाले.
- बंगलोरच्या कूकटाऊन भागातील एका मंदिराने दर शुक्रवारी प्रकाश प्रसारण सत्राचे आयोजन करण्याची परवानगी आम्हाला दिल्यामुळे त्या भागात एक नियमित नवीन प्रकाशप्रसारण केंद्र उघडण्यात आले. ■

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

मी कन्याकुमारीला शनिवारी गेलो असताना, आकाश झाकोळून आले होते. आणि लोकांना मागील दोन दिवसांपासून सूर्यदर्शन झालेले नाही हे मला समजले. रविवारी रात्री त्या शहराने मुसळधार पावसाचा अनुभव घेतला. मी थोडा चरकलो, कारण दुसऱ्या दिवशी सकाळी मी प्रकाशप्रसारण सत्राचे आयोजन निश्चित केले होते. मी ऋषींना आणि गुरुजींना आळवले.

आश्चर्य म्हणजे, जेव्हा मी जागा झालो तेव्हा मी स्वच्छ निरभ्र आकाश पाहिले. मी ऋषींना व गुरुजींना मनात धन्यवाद देत शाळेत सत्राचे आयोजन करण्यासाठी गेलो.

– स्वामिनाथन सी., स्वयंसेवक

रिओ डे जनेरिओ मधील रेन फॉरेस्ट माउंटन मधल्या गावात मी राहते. १–११–२०११ ला आम्ही ब्राझीलचा सर्वात भीषण असा भूमिपात पाहिला. लोक हजारोनी मृत्युमुखी पडले. शहर अजूनही नाजूक स्थितीत आहे कारण कितीतरी पहाडांवर अजूनही वनस्पती उगवलेल्या नाहीत आणि ते भेगांनी भरलेले आहेत.

आज (३०–१०–१२) मोठा गडगडाट आणि विजांसह वादळी पाऊस सुरू झाला. मी माझ्या नवीन भाग्यवान मित्राशी, मनोज देशपांडेशी संपर्क साधला आणि त्याला या बाजूला प्रकाश पाठवण्याची विनंती केली. लगेचच माझे दुसरे नवे मित्र आदित्य वरूण, हेमंत शर्मा आणि दीप्ती राघवेन्द्रा इंटरनेटवर आले आणि आमच्याकडे प्रकाश आणि प्रेम पाठवू लागले.

एका तासानंतर वाऱ्याने मोठ्या ढगांना पांगवले आणि वादळ शमले. सूर्य बाहेर आला आणि आकाश पुन्हा निळे दिसू लागले. मी आत जाऊन देवाशी आणि ऋषींशी बोलले. माझ्या डोळ्यात अश्रु होते. माझ्या गळ्यात आवंढा होता. माझ्या शहराला आणि लोकांना मिळालेल्या आशीर्वादाबद्दल मी प्रेमाने आणि कृतज्ञतेने नतमस्तक झाले.

– मिस. नॅन्सी रोजेरिया, ब्राझील, फेसबुकवर

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल सोमायाजी, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

उत्सवाचा मोसम ऑक्टोबरमध्ये पण सुरू राहिला. तपोनगरात तर या विशेष दिवसांमागील आध्यात्मिक वैशिष्ट्यांकडे नेहमीच खास लक्ष पुरवले जाते. नवरात्री दरम्यान, ध्यानाचे एक विशेष तंत्र आचरणात आणले गेले. या काळादरम्यान बऱ्याच जणांना सुंदर आध्यात्मिक अनुभव आले.

आयुध पूजेमागील आध्यात्मिक उद्देश आहे दैनंदिन वापरातील महत्त्वाची साधन सामग्री जसे आपली वाहने, यंत्रसामग्री इत्यादींना आध्यात्मिक शक्ती देऊन त्यांना ऊर्जित करणे. तपोनगरात प्रत्येक वर्षी गुरुजींच्या मार्फत एक सामूहिक ऊर्जा सत्र आयोजिले जाते. आयुध पूजेच्या पूर्व संध्येला तपोनगरवासी दुसऱ्या दिवशीच्या सकाळसाठी आपापल्या कार आणि दुचाकी वाहने साफ करून ठेवण्यात व्यस्त होते. नुकताच रंगवल्यामुळे बगिच्यासाठी वापरण्यात येणारा ट्रॅक्टर चमकत होता. दोन लहानग्या मुलांनी त्यांच्या स्वतःच्या तीनचाकी सायकली पण आशीर्वाद ग्रहण करण्यासाठी आणल्या होत्या. अगदी व्यवस्थितपणे लावलेल्या व झेंडूच्या फुलांच्या माळांनी सुशोभित केलेल्या गाड्यांनी तपोवनातील पार्किंगची जागा खच्चून भरून गेली होती. गुरुजींच्या आगमनानंतर, तिथे जमलेल्या सर्वांनी आपले डोळे मिटून सर्व वाहानांकडे दैवी प्रकाश पाठवला. मिठाई वाटण्यात आली आणि रोजंदारीवर काम करणाऱ्या मजूरांना भेटवस्तु देण्यात आल्या. नंतर ऑफिस मधील इतर साधनसामग्री आणि संगणकांना [कंप्युटर्सना] शक्ती देऊन ऊर्जित करण्यात आले.

सर्वांची पांगापांग होण्याआधी आयत्या वेळी ठरवून झटदिशी एक फोटो पण काढण्यात आला. तपोनगरातील आणखी एक अप्रतिम क्षण आमच्या हृदयांत कायमचा टिपला गेला. ■

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)

१४–१०–१०१२

गेल्या रविवारी मी इथे नव्हतो. माझ्या वतीने जयंत बोलले. मला सांगण्यात आले की ते फार छान बोलले. मला वाटते तुमच्यापैकी प्रत्येकाने हे समजून घ्यावे की मी बोललो काय किंवा जयंत बोलले काय किंवा कोणीही जरी बोलले नाही तरीही हा दोन तासांचा काळ दैवी असतो. या दोन तासात आपली ऋषींसोबत जणूकाही पूर्वनियोजित भेट घडत असते. त्यांची उपस्थिती पुरेशी आहे. अनेक लोक व सूक्ष्म देहधारी पाहुणे सुद्धा ऋषींना भेटण्यासाठी व त्यांच्या सल्ल्यासाठी आणि मार्गदर्शनासाठी इथे येतात. वेबकास्ट पाहणारे सर्व लोक इथे जोडले जातात. वेबकास्ट पाहू न शकणारे लोकही मनाने संबंध साधून या दोन तासात ध्यान करू शकतात आणि तसेच फायदे मिळवू शकतात.

काहीवेळा लोक स्वतःविषयी बोलताना म्हणतात, "मी वाईट आहे." काही लोक म्हणतात, "मी खूप चुका करतो." तुम्ही करत असलेल्या चुकीची अशा तऱ्हेने तुम्हाला जाणीव होणे चांगले आहे. ह्या जाणिवेचा उपयोग करून तुम्ही चुका करणे थांबवले पाहिजे. तुम्हाला जर वाटत असेल की तुम्ही वाईट आहात तर वाईट वागणे थांबवले पाहिजे. तुम्ही कदाचित चुका करत असाल पण त्यामुळे तुम्ही वाईट ठरत नाही. परंतु तुम्ही जर आपण वाईट आहोत असा विचार सारखा करत राहिलात तर मात्र तुमच्यात एक प्रकारची नकारात्मकता वाढीस लागते व तुम्हाला आच्छादून टाकते आणि तुम्ही वास्तविकपणे वाईट बनता. असे कधी करू नका. नाही तर तुम्ही स्वतःचा नाश कराल.

लोक मला पत्र लिहितात आणि डिसेंबर २०१२ शी संबंधित अनेक बाबींविषयी मार्गदर्शन व सूचना मागतात. त्यांचे प्रश्न अशापैकी असतात : 'मी बँकेत थोडे पैसे ठेवले आहेत. त्याचे मी काय करावे? मी ते पैसे काढून खर्च करू का?' मी सतत सांगत आलो आहे की तुम्ही नेहमीप्रमाणे जीवन जगत राहा. जग नष्ट होणार नाही. जे काही घडायचे आहे ते घडूदे. आपण त्याला तोंड देऊ. चिंता करू नका. कोणत्याही परिस्थितीला तोंड देण्यासाठी पुरेशी आध्यात्मिक शक्ती व विवेक आपल्यापाशी आहे. तेव्हा आपण प्रतीक्षा करू. पण आपल्याला आध्यात्मिक दृष्ट्या तयारी करावी लागेल. सत्प्रवृत्त व्हा. सचोटीने वागा. नेहमी भरपूर प्रकाश सोबत ठेवा. आपल्याला ऐहिक पातळीवर नव्हे तर आध्यात्मिक पातळीवर तयारी करायची आहे. आम्ही याविषयी पुस्तके लिहिली आहेत आणि या विषयावर पुष्कळ बोललो देखील आहोत. मला वाटते २०१२ सालाच्या अंताविषयी आम्ही जवळपास सर्व ज्ञान दिले आहे. याहून अधिक ज्ञान केवळ जास्तीच्या तपशीलांबद्दल असेल. आपल्या जवळ तंत्रे आहेत. आपल्या जवळ ऊर्जा आहेत आणि मुख्यतः ऋषी आहेत. पण आपण ह्या सर्व गोष्टींचा उपयोग करून घेतला पाहिजे.

२१–१०–१०१२

ऋषींकडून स्पष्ट संदेश मिळाला आहे. त्यात म्हटले आहे : १४ नोव्हेंबरपर्यंत हृदयाच्या पातळीवरून निवड करा. निवड करण्याविषयी मी पुष्कळ काळापासून बोलत आलो आहे. काहींनी निवड केली आहे. काहींना वाटते आहे की त्यांनी निवड केली आहे, परंतु ती केवळ वरवरची निवड आहे. मी ज्या निवडीविषयी बोलतो आहे ती आत्म्याच्या पातळीवरून करायची आहे. ऋषी म्हणतात, 'तुम्ही निवड करा, आम्ही तुमची कर्मे नष्ट करू.' मला वाटते ही फार मोठी संधी आहे. आपण २०१२ सालामधून सहीसलामत पार पडावे यासाठी ऋषी शक्य ते सर्व प्रयत्न करीत आहेत. गोंधळ, खळबळ तर सुरू झालेलीच आहे. त्यात अजून संभ्रमही निर्माण होईल. हा संभ्रम तुम्ही नीट हाताळला पाहिजे. व्यक्ती व्यक्तीमधील संघर्ष तुम्हाला नीट हाताळावा लागेल, मग त्या व्यक्ती कुटुंबातील सदस्य असोत वा इतर कोणी. तुम्ही हिला एक प्रकारची कसोटी मानू शकता. तुम्ही सावध राहा. कधीही भयभीत होऊ नका. तुम्ही ऋषींच्या हाती सुरक्षित आहात. तुमच्यामध्ये जरी काही न्यून असले तरीही ते म्हणतील, 'या, चिंता करू नका.' परंतु, आपण निवड करायला हवी आणि बदलायला हवे. ही खरंतर खूप साधी गोष्ट आहे. पण कधीकधी तीच फार कठीण वाटते जेव्हा आपण आपल्या अहंकाराला आपल्याशी खेळ करू देतो. कदाचित आपल्या अहंकाराला ठणकावून सांगण्याची ही सर्वात मोठी संधी आहे, 'बाबारे, तू मला मदत जरूर कर पण माझ्यासाठी निर्णय घेऊ नकोस.' एकदा का आपण आपला हेतु स्पष्ट केला की नंतर अहंकार आपल्याला मदत करतो. आपली दुष्कर्मे सुद्धा आपल्याला मदत करतात.

ह्याला अजूनही एक दुसरी बाजू आहे. एकदा निवड केल्यावर तुम्ही मागे फिरू नका. ही सर्व कर्मे एकदाची नष्ट झाल्यानंतर आपण पुन्हा नवीन कर्मे वाढवूया नको. दैनंदिन कर्मे नष्ट करण्यासाठी रोजचे ध्यानकर्म पुरेसे आहे. ऋषी सांगतात की सर्वकाळ प्रेम व शांती प्रकट करा. आपली सर्व कर्मे संपल्यावर भगवान कल्की आपले आयुष्य त्यांच्या हातात घेतील. ते सूक्ष्म पातळीवरून मार्गदर्शन करतील आणि सर्व स्तरांवर आपले रक्षण करतील. ते आपल्याला आपण काय करावे ते सांगतील. मी आतापर्यंत समजावून सांगितलेल्या साध्या गोष्टींचे पालन केलेत तरी पुरेसे आहे. तुम्ही एकांतात बसून भगवान कल्कींची प्रार्थना केली तर तुम्हाला सर्वकाही स्वच्छ दिसेल. या सर्व गोष्टी आपल्याला अवलंबाव्या लागतील.

जीवनशक्ती ही महाविष्णूंकडून मिळणारी अतिशय विशेष ऊर्जा आहे. या भौतिक ब्रह्मांडात सर्वत्र, सर्व पृथ्व्यांवर ही ऊर्जा आहे. ह्या भौतिक ब्रह्मांडाच्या निर्मितीनंतर निरनिराळ्या दैवी लोकांमधल्या ऊर्जा आणून इथे ठेवण्यात आल्या. जीवनशक्ती ही अशीच एक महान ऊर्जा आहे. आपल्या सर्वांकडे ती असते. परंतु, आपल्याला ते माहीत नसते. जेव्हा ती स्वतःला प्रकट करण्याचा प्रयत्न करते तेव्हा आपण तिकडे दुर्लक्ष करतो. कधीकधी आपण तिला दाबून सुद्धा टाकतो. आपल्याला या जीवनशक्तीची जाणीव व्हायला पाहिजे. आपण नेहमी गाण्याच्या, नाचण्याच्या व जगण्याच्या मनःस्थितीत असले पाहिजे. फक्त त्याच वेळेस आपण ते अनुभवू जे आपण अनुभवायला हवे आहे. ते म्हणजे वैविध्यातून प्रकट झालेला ईश्वर. तुम्हाला मदत करायला, मार्ग दाखवायला, प्रोत्साहन व प्रेरणा द्यायला संपूर्ण विश्व तुमच्या सोबत असेल.

शुद्ध प्रेम व चांगल्या हेतुमुळे बहुतेक सर्व समस्या सोडवता येतात. पण आपण तसा प्रयत्न करायला हवा. त्याऐवजी आपण आपापल्या पवित्र्यांवर ठाम राहतो व भांडत

गुरुजी उवाच

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

राहतो. प्रत्येक मनुष्य वेगळा आहे. आपण दुसऱ्या व्यक्तीचा आहे तसा स्वीकार केला तर बेबनाव होणारच नाही. आपण अतिशय गांभीर्याने व प्रामाणिकपणे तसा प्रयत्न करायला पाहिजे. प्रत्येक गोष्ट देवाची देणगी मानून आपण तिचा स्वीकार करायला पाहिजे. सहसा आपण असा स्वीकार करत नाही.

मुक्ती ही मोठी, लांबलचक व सातत्यपूर्ण प्रक्रिया आहे. सर्वप्रथम आपल्याला आपल्या चुकीच्या भावना, नकारात्मक विचार आणि पूर्वग्रह यांच्यापासून मुक्ती मिळवावी लागते. असे करणे सोपे नाही. आपण उच्च स्तरावर जगण्याचा प्रयत्न करतो तेव्हाच ते शक्य होते. मुक्तीची सुरवात आतून होते; आपण ती सुरू राहू दिली पाहिजे. इथले हे क्षितिजाशी समांतर जगणे अपरिपूर्ण आहे. आपल्यामध्ये आणि इतरांमध्ये उणीवा आहेत. ह्या सर्व गोष्टी समजल्यानंतर व अनुभवल्यानंतर आपण वरच्या स्तरावर जगायला पाहिजे. केवळ त्याच वेळी आपण खालच्या पातळीच्या भावना व विचारांपासून मुक्त होऊ शकू. वरच्या स्तरावर गेल्यानंतर तिथून पुन्हा अजून वरच्या स्तरावर जाण्याचा प्रयत्न तुम्हाला करायला पाहिजे. आणि त्यानंतरच सध्याच्या या खालच्या पातळीतून सुटका होईल. अशा खूप पातळ्या आहेत. जिन्याच्या पायऱ्यांची कल्पना करा. तुम्ही जेव्हा पुढच्या पायरीवर पाऊल ठेवता तेव्हाच तुम्ही वर चढू शकता. नाहीतर, तुम्ही खालच्या पायरीवरच अडकून राहता. मुक्ती फार सोपी प्रक्रिया आहे. कधीकधी जेव्हा लोक माझ्या जवळ येतात तेव्हा त्यांच्यामध्ये ती घडत असताना मी पाहिली आहे. जेव्हा त्यांना समजून चुकते की परिस्थितीपासून सुटका होऊ शकणार नाही तेव्हा ते तिचा स्वीकार करतात. लोक बदलताहेत. भीती, असुरक्षिततेची भावना इत्यादींपासून ही एक प्रकारची मुक्ती आहे. जेव्हा तुम्ही ईश्वरासोबत आहात, जेव्हा तुमच्यापाशी प्रकाश आहे तेव्हा तुम्हाला कोणत्याही गोष्टीची भीती का वाटावी? प्रकाशाला स्वीकारा. प्रकाश ईश्वर आहे. ईश्वर तुमचा सांगाती आहे. एका स्तरावरून मुक्त होऊन वरच्या स्तरावर जात जात अखेरीस तुम्ही ईश्वरापाशी पोहोचता. तुम्ही प्रकाशाजवळ पोचल्यावर त्यामध्ये विलीन होत नाही. परंतु, तुम्ही आता प्रकाशाबरोबर, ईश्वराबरोबर राहता. तेव्हा तुम्ही म्हणू शकता की ही अंतिम मुक्ती आहे. त्या वेळेपर्यंत जी चालू असते ती मुक्तीची प्रक्रिया असते. तुम्ही गंभीरतेने प्रयत्न करून मुक्त व्हायलाच हवे. त्यानंतर तुमच्या जगण्याची अवस्था अतिशय सुंदर व विलक्षण असेल. तेव्हा तुम्ही निरंतर ईश्वराचा अनुभव घेऊ शकाल.

देव नेहमी आपल्याशी बोलण्यासाठी वाट पाहात असतो. त्याचे बोलणे ऐकण्याचा आपण कधी मनापासून प्रयत्नच केला नाही. तुम्हाला जर आत्ता देवाशी बोलायचे असेल तर तो तुमच्याशी बोलेल; कधीही, कुठेही, कशाबद्दलही बोलेल. तो सर्वत्र आहे, आपल्या सभोवताली आहे, आपल्या आतही आहे. पण त्यासाठी प्रथम तुम्ही शांत व शांतीपूर्ण झाले पाहिजे व त्याचे अस्तित्व जाणण्याचा प्रयत्न करायला हवा. त्यानंतर, त्याच्याकडे प्रेम पाठवायला हवे. सुरुवातीला आपण एकतर फार तर्क करत राहतो किंवा सरळ म्हणून टाकतो, 'नाही बुवा, मी नाही देवाशी बोलू शकत.' आपले मन देवाप्रमाणे बतावणी करायचा प्रयत्न करते. पण, तुम्ही जर सावध असलात तर तुम्हाला तुमच्या स्वतःच्या मनाकडून आलेला संदेश व साक्षात देवाकडून आलेला संदेश यामधील फरक कळू शकेल. तुम्ही संयमी, प्रेमळ व शांतीपूर्ण असायला हवे; तुम्हाला यासाठी खूप वेळ द्यावा लागेल. देवाशी बोलणे शक्य आहे, मुळीच अवघड नाही.

२८–१०–२०१२

आमच्या पुस्तकांमध्ये ऊर्जा भरलेल्या असतात. पुस्तक प्रकाशित होताना ऋषी त्याला आशीर्वाद देतात. आतापर्यंत छापलेल्या व यापुढे छापल्या जाणाऱ्या सर्व पुस्तकांना ऋषींचे आशीर्वाद आहेत व असतील. डीव्हिडी व वेबकास्ट यांमध्येसुद्धा ऊर्जा असतात. जेव्हाही तुम्ही वेबकास्ट पाहाता त्यावेळी तिच्यात ऊर्जा असतात. तुम्ही त्या अनुभवू शकता. या ऊर्जांशी सायुज्य साधा म्हणजे जे बोलले जात असते त्याविषयी तुम्हाला जास्त समजेल.

प्रत्येक व्यवस्था तिच्या संपृक्त बिंदूशी पोचली आहे. ती कोलमडलीच पाहिजे. तिच्यात सुधारणा होणे शक्य नाही. अतिशय महत्त्वाचा एक मुद्दा असा आहे की आपल्याला नवयुगातील प्रवेशाची तयारी करायची आहे, कारण अनेक अप्रतिम गोष्टी आपल्याला देण्यात येण्याच्या प्रतीक्षेत आहेत. अर्थात, प्रत्येकजण काही बदलणार नाही. अनेक लोकांना बदलण्याची इच्छा नाही. जे बदलण्याचे ठरवतील त्यांना टेलेपथी, टेलीपोर्टिंग, प्राण शक्तीवर जगणे यासारख्या भेटी देण्यात येतील. प्राणावर जगणे ही मानवजातीला मिळणारी सर्वोत्तम भेट आहे. त्यासाठी एक मार्ग आहे, विशेष तंत्रे मिळविणे व त्यांचा सातत्यपूर्ण अभ्यास करणे. त्यावर प्रभुत्व मिळविण्यासाठी अनेक दशके लागतात. दुसरा मार्ग आहे समर्पणाचा. ईश्वराला फक्त सांगा, 'देवा, मला मनापासून बदलायचे आहे.' मग तुम्हाला या भेटी देण्यात येतील. माझ्या माहितीनुसार अ, ब, क, ड अशा योजना आहेत ज्या लागू करण्यात येतील. आपण सर्वजण भिन्न असल्यामुळे आम्हाला निरनिराळे मार्ग अवलंबावे लागतात. तुम्ही प्रकाश प्रवाहित करा. प्रकाश सोबत ठेवा. प्रकाश तुमच्या आयुष्याचा सर्वात महत्त्वाचा भाग असला पाहिजे. तुमच्या ध्यानाच्या तंत्रात प्रकाशाचा अनुभव घेण्याचा समावेश आहे. तुम्ही आतापासूनच प्रकाशाचा अनुभव घेण्याची सुरुवात करू शकता. ऋषींकडून सूचना मिळण्याची मी प्रतीक्षा करत आहे.

एका बाईंनी मला विचारले, 'केव्हाकेव्हा मला प्रकाशाचे कण दिसतात. ते कसले असतात?' त्या ऊर्जा असतात. त्या विशेष कृपा देखील दर्शवतात. कधीकधी लोकांना अडचणी असतात व ते ध्यान करू शकत नाहीत. अशा वेळी त्यांना मदतीची गरज असते. तेव्हा मदत अवतरते. ती कोणत्या तर्कशास्त्रावर आधारित नसते. अशी मदत जेव्हा येते तेव्हा तुम्हाला हे प्रकाशाचे कण दिसतात. तसेच, ऋषींकडून जेव्हा संदेश येतात तेव्हा तुम्हाला असे प्रकाशाचे कण दिसतात. जेव्हा तुम्हाला असा प्रकाश दिसेल तेव्हा शक्य असेल तर तुमचे डोळे बंद करा, ऐकण्याचा प्रयत्न करा, संदेश ग्रहण करण्याचा प्रयत्न करा. तुम्हाला आवाज ऐकू येणार नाही परंतु, डोक्यात काहीतरी चमकून जाईल व तुम्ही संदेश ग्रहण कराल. त्याचे आकलन करा. स्वीकार करा. त्याचे विश्लेषण करण्याचा प्रयत्न करू 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.

श्री जयंत यांच्या व्याख्यानांतील काही वेचे

शोभा राव, अनुवाद : प्रेरणा काळे

गुरूजी म्हणतात, आपण इथे बसलो आहोत, नियमितपणे ध्यान करतो आहोत किंवा वेबकास्ट पाहतो, नियमितपणे आपले चेकअप करून घेतो ह्या गोष्टी आपली आध्यात्मिक प्रगती दाखवतात. आपण आपल्या प्रगतीचा आढावा पुढील प्रश्नांची उत्तरे जाणून घ्यायचा प्रयत्न करून घेऊ शकतो : माझ्या आयुष्यात मी किती प्रेम प्रकट केले आहे? माझ्या हृदयात मी अजूनही राग बाळगून आहे का? मी स्वतःशी आणि इतरांशी प्रामाणिक आहे का? अजूनही मी रागावतो आणि नंतर माझ्या रागाचे समर्थन करतो का?

या मार्गामध्ये आपण स्पष्टपणे मानतो की आध्यात्मिक असणे म्हणजे फक्त अत्यंत सचोटीने वागणे आणि सर्वांशी चांगले वागणे होय. हे खरे तर किती साधे आणि गहन विधान आहे. आपण चांगले असलो तर स्वाभाविकपणेच आपण सचोटीने वागू, प्रेमाने, दयाळूपणे वागू. आध्यात्मिकता म्हणजे जवळ वेगवेगळ्या सिद्धी किंवा शक्ती असणे नव्हे आणि आध्यात्मिक अनुभव येणे सुद्धा नव्हे. आपल्याजवळ कदाचित कोणत्याही शक्ती किंवा सिद्धी नसतील, पण विभू सत्ता आपल्या माध्यमातून कार्य करत असेल. जेव्हा एखादी आध्यात्मिक व्यक्ती कसली इच्छा करते तेव्हा ती इच्छा पूर्ण करण्यासाठी परमात्मसत्ता कामाला लागते. अर्थातच अशी इच्छा नेहमी प्रेमावर आधारित असते.

एखाद्या व्यक्तीला आपला गुरू म्हणून स्वीकारणे व त्यांच्या मागून डोळे झाकून जाणे याचा आपल्याला नक्कीच उपयोग होतो. गुरूजींकडून आपल्याला हे समजले आहे की आध्यात्मिक प्रगतीला व विकासाला सीमा नाही. आपण गुरूजींना वेगवेगळ्या माणसांना अतिशय सुंदरीत्या हाताळताना पाहिले आहे. ते कधीही दुकानदारासोबत घासाघीस करत नाहीत. त्यांचे प्रत्येक व्यक्ती सोबतचे नाते व्यापारा पलीकडचे, व्यवहारा पलीकडचे असते. उत्तरादाखल, त्या व्यक्ती पण त्यांना तशाच पद्धतीने प्रतिसाद देतात.

आपण जेव्हा प्रकाशाची निवड करतो, ऊर्जांना आपल्यावर काम करू देतो, आपल्याला मदत करू देतो, तेव्हा आपल्यात बदल आपोआप घडून येतात. पण जर आपण आपल्या जखमा कुरवाळत बसलो, क्रोध व द्वेष जोपासत बसलो तर त्याचा अर्थ असा होतो की आपण प्रकाशाची निवड केलेली नाही. कारण, जेव्हा आपण प्रकाशाला आपलेसे करतो तेव्हा आपण माफ करतो. आपण वर्मी झालेल्या जखमा, राग आणि द्वेष यांच्या पलीकडे जातो. आपण गुरूजींकडून हेही ऐकले आहे की जेव्हा आपण कोणाविषयी द्वेष किंवा क्रोध बाळगून वावरतो तेव्हा आपण दुष्ट शक्तींचे माध्यम बनतो. आपण स्वतःचे नुकसान करतो व सभोवताली दुःख, ताणतणाव आणि चिंता पसरवतो. आपण जर आपल्या अंतरंगात या गोष्टी बाळगत असलो तर साहजिकच आपण आपल्यामध्ये प्रकाश बाळगू शकत नाही.

अलीकडेच, एका सामान्य माणसाने कावेरी नदीच्या पाण्याच्या प्रश्नावर मत मांडले. त्याचे बोलणे माझ्या हृदयाला भिडले. तो म्हणाला, 'आपण पाणी वाटून का घेऊ नये? आपण सर्व भारतीय आहोत. जर आपण पाणी वाटून घेतले आणि मनापासून देवाची प्रार्थना देखील केली तर देव आपल्याला जरूर पाणी देईल.' शंबलातील लोक अशाप्रकारच्या तत्त्वांचे पालन करतात, त्याग करतात. म्हणूनच देव त्यांच्यावर उच्च दर्जाच्या भेटींचा वर्षाव करतो.

तपोनगरमध्ये आपल्याकडे खूप प्रकारच्या संजीवक ऊर्जा आहेत आणि त्यांच्याबद्दलचे ज्ञान पण आहे. ह्या ऊर्जा कशा काम करतात हे आपल्याला पूर्णपणे माहीत नसेलही, पण हे माहीत आहे की हिलींगमागे खूप प्रेम असते.

आपण प्रचंड खळबळजन्य काळातून जातो आहोत. मला कुठे ना कुठे असे वाटते की नकारात्मकतेला आपणच इंधन पुरवतो. आपण जर तिला ठेवून घेतले नाही तर ती आपोआपच निघून जाईल. आत्मे या नात्याने आपण या सर्व व्यवस्थेचे मालक आहोत. या व्यवस्थेत कोणी राहावे व कोणी राहू नये ते आपण ठरवतो. जेव्हा आपण ठरवतो आणि प्रकाशाला निवडतो, तेव्हा चहूदिशांनी मदत येते; आपली कर्मे सुद्धा आपल्याला मदत करतात.

मला सभोवती चुकीच्या गोष्टींविषयी व अन्यायाविषयी असहिष्णुता दिसते आहे. अंधार जर जायला हवा असेल तर अंधाराची कास धरणाऱ्यांना एकतर बदलावे लागेल किंवा मग त्यांना पाठीमागे ढकलावे लागेल. मला वाटते की विनाश अटळ आहे; पण ते सर्व आपल्यावर अवलंबून आहे. व्यक्तिगत पातळीवर आपल्याला अनेक गोष्टींची जबाबदारी घ्यायला हवी. ■

प्रश्नोत्तरे

संकलन: शोभा राव, अनुवाद: सुनिता देशपांडे

प्र: ढगांच्या गडगडाटातून किंवा विजांच्या कडाडण्यातून आपल्याला विशेष ऊर्जा मिळतात का?

उ: होय. भूकंप, त्सुनामी, ज्वालामुखीचा स्फोट इत्यादी निसर्गातील प्रत्येक असामान्य घटना नेहमीच आपल्यासोबत ऊर्जा आणत असते. एवढेच काय तर ढगांचा गडगडाट आणि विजांचा कडकडाट यामधून स्थूल किंवा खूप तरल अशा बऱ्याच प्रकारच्या ऊर्जा मिळत असतात. या ऊर्जा निसर्गाकडून, समुद्रांद्वारे, महासागरांकडून, नद्यांद्वारे, प्राण्यांकडून शोषल्या जातात. जेव्हा गडगडाट होतो आणि वीजा कडाडतात त्यावेळी ध्यानसाधकांना ते त्यावेळी ध्यान करत नसले तरीसुद्धा अतितरल ऊर्जा मिळत असतात. या ऊर्जा बऱ्याच प्रकारे, मुख्यत्वे करून शरीरप्रणाली शुद्ध करून तिला ऊर्जित करण्यास मदत करतात.

प्र: ध्यानसाधनेत भौतिक शरीराचे किती महत्त्व आहे?

उ: जितके मनाचे आणि बुद्धीचे आहे तेवढेच. वास्तविक पाहता भौतिक शरीरापासूनच शांततेची सुरवात होते. म्हणून ते फार महत्त्वाचे आहे.

प्र: आपण आपल्या सूक्ष्म शरीरात ध्यान करू शकतो का? त्यावेळी सुद्धा हेच तंत्र योग्य असेल का?

उ: आपण आपल्या सूक्ष्मशरीरात ध्यान करू शकतो. त्यासाठी हेच तंत्र योग्य असेल.

प्र: आपण सूक्ष्मशरीराने ध्यान केल्याने कर्मक्षालन होईल का?

उ: आपण ध्यान करतो तेव्हा कर्मांचे क्षालन होते. मग तुम्ही सूक्ष्मशरीराने ध्यान करा की स्थूलशरीराने ध्यान करा. त्याने काही फरक पडत नाही.

प्र: आपण सूक्ष्मशरीराने ध्यान केले असता ऋषी आपल्याला मार्गदर्शन करतील का?

उ: या गोष्टी व्यवस्थित समजावून घ्या. ते नेहमीच मदत करतात. प्रत्येक वेळी, कोणत्याही ठिकाणी ते मदत करतात.

प्र: अशी काही कर्मे असतात का जी केवळ आम्ही भौतिक शरीराने ध्यान केल्यानेच जळतील?

उ: नाही. अशी कोणतीही कर्मे नसतात.

प्र: ध्यानातील कलत्या काळावर मात कशी काय करावी?

उ: कधी ध्यान खूप चांगले होते तर कधी ते तितकेसे चांगले होत नाही. त्यावर मात करण्याचे काही उपाय आहेत. एक म्हणजे त्याबद्दल काळजी न करणे. हा कलता किंवा असमाधानकारक काळ आपण बनवलेला नाही. हा नैसर्गिक आहे. चढता आणि उतरता काळ तर असतोच. ते स्वाभाविक आहे. तुम्ही काही करण्याची आवश्यकता नसते. फक्त तुमची साधना नेहमीप्रमाणे सुरू ठेवा. थोड्या काळानंतर पुन्हा तुम्ही उंची गाठाल. त्याला हाताळण्याचा हा एक मार्ग आहे. दुसरा मार्ग म्हणजे तुम्ही अधिक प्रयत्न करायला हवे. तर ध्यान नेहमीच चांगले होईल. तिसरा मार्ग म्हणजे जेव्हा तुम्ही ध्यान करत नसाल त्यावेळी प्रकाशाची जास्त अनुभूती घ्या. आपल्यापैकी बरेच जण हे करत नाहीत. आपण प्रकाशाला प्रसारित करत असतो आणि जेव्हा आपल्याला काही अडचणी येतात तेव्हा आपण प्रकाशाला स्मरतो. तुम्ही प्रकाशाला सतत जवळ बाळगायला हवे. ते शक्य आहे.

प्र: ध्यानासाठी आपल्या प्रामाणिकपणाचा कसा जास्त फायदा होऊ शकेल?

उ: फक्त ध्यानसाधनेतच नाही तर, कोणत्याही कार्यात प्रामाणिकपणाची मदत होते. जर तुम्ही ध्यानसाधना मनापासून केली तर तुम्ही अध्यात्मात वेगाने प्रगती कराल.

प्र: माझ्या मित्राला भरपूर समस्या आहेत पण तो ध्यान करण्यासाठी नकार देतो. मी त्याला मदत कशी करू शकतो?

उ: जर तुम्हाला खरोखरच त्याला मदत करायची असेल तर त्याला एकटे सोडा. प्रत्येकाला कोणतीही गोष्ट शिकण्याच्या प्रक्रियेमधून स्वतः जावे लागते आणि जेव्हा ते ठरवतील तेव्हा ते होईल. म्हणून तुम्ही काहीही करू शकत नाही. तुम्ही त्यांच्याकडे प्रकाश पाठवण्यापेक्षा जास्त काही करू शकत नाही. असा एक आध्यात्मिक नियम सुद्धा आहे की तुम्ही दुसऱ्यांवर काहीही, अगदी चांगल्या गोष्टी पण लादू नयेत. ■

आमची प्रकाशने

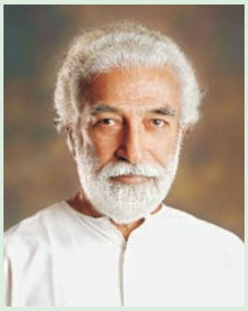
Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
Higher Communication & Other Realities	100/-
2012 - End or Beginning	100/-
Preparing for 2012	100/-
Light Body & Other Realities	75/-
Master-Pupil Talks	60/-
iGuruji Vol 1,3,4 & 7	each 150/-
iGuruji - Vol 2	120/-
iGuruji - Vol 5	100/-
iGuruji - Vol 6	75/-
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/-
Channelled Knowledge from the Rishis - Vol 3	200/-
Guruji Speaks Part - I & II	each 200/-
Guruji Speaks Vol - 3	150/-
Guruji Speaks Vol 4, 5 & 6	each 200/-
The Book of Reflections - Vol 1 & 2	each 200/-
Meditators on Meditations	75/-
Meditators on Experiences	75/-
Meditational Experiences	150/-
Awareness	60/-
Living in Light	10/-
Light	10/-
Quotes from the Rishis	100/-
Pyramid Revelations	75/-
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/-
गुरु-शिष्य संवाद (Marathi)	60/-
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)



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.

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

आध्यात्मिक अनुभव

(संकलन: शोभा राव, अनुवाद: गुरुराज कानाडे)

दि. ३ ऑक्टोबर रोजी मी विमानाची तपासणी संपवली, तितक्यात अचानक पावसाची रिमझिम सुरू झाली. असे वाटू लागले की आता मुसळधार पाऊस पडणार व विमानास ऊशीर होणार. कारण पावसामुळे आम्हाला विमानात सामान चढवणे थांबवावे लागले असते. आम्ही एका शाळेत प्रकाश प्रवहनाचा कार्यक्रम आयोजित केला होता. मी ऋषींची व परमेश्वराची मदतीकरिता प्रार्थना केली. पावसाची रिमझिम थांबली व जोरदार वाऱ्याने काळ्या ढगांना वाहून नेले व काही वेळातच दिल्ली विमानतळावर स्वच्छ निळ्या आकाशाचे दर्शन घडले. मी घरी पोचल्यानंतर विमानतळावर साधारण एक तासभर मुसळधार पावसाची वृष्टी झाली.

– गुलशनकुमार सिंघल

दि. ५ सप्टेंबरला, माझ्या वाढदिवशी मी गुरुजींशी आत्म्याच्या पातळीवर संवाद साधण्याचा प्रयत्न केला. मी गुरुजींकडे आशीर्वाद मागितले. स्मित करीत असलेला गुरुजींचा चेहरा मला दिसला. मला प्रकाशाचा वर्षाव दिसला व मी तो अनुभवला. मी गुरुजींना काही प्रश्न विचारले. त्यांची उत्तरे त्यांनी स्मित करीत दिली. कालांतराने, गुरुजींनी खात्री दिली की तो आत्म्याच्या पातळीवर घडलेला आमचा संवाद होता.

– विशाखा वैद्य

सप्टेंबर महिन्याच्या पहिल्या आठवड्यात कार्यालयात मला खूप अस्वस्थ वाटत होते. माझ्या लक्षात आले की, कोणतीतरी खळबळ माझी बसवलेली घडी विस्कळीत करू पाहत होती. प्रकाशाच्या साहाय्याने मी थोडा शांत झालो. त्या दिवशी दुपारी अर्धजागृत अवस्थेत असताना अचानकपणे मला माझ्या डोक्यात तडतडण्याचा आवाज जाणवला व मी जागा झालो. तेव्हापासून मी माझ्या अंतरंगात जास्त शांतीचा अनुभव घेत आहे. नंतर गुरुजींनी सांगितले की तो एक आशीर्वाद होता, एक अनुभव होता.

– कार्तिक एन

काही महिन्यांपूर्वी संध्याकाळच्या वेळेस मी माझ्या कुत्र्याला सोबत घेऊन फिरायला गेले होते. पक्षी मोठा किलबिलाट करत होते. ते आपापल्या घरट्यात परतत होते. मी त्यांना पाहाण्याचा प्रयत्न करीत होते इतक्यात अचानकपणे मी त्यांच्या किलबिलाटाशी जोडली गेले. त्यानंतर मी माझ्या सभोवताली सर्वत्र प्रकाश पाहिला व मी विस्तारित होऊ लागले. माझे देहाचे भान हरपले. मला माहीत नाही त्या ठिकाणी मी किती वेळ उभी होते. काही क्षणांनी मला जाणवले की मी माझ्या शरीरात परतले होते. मला वाटले की मी काहीतरी अगदी शक्तीशाली गोष्ट घेऊन परतत आहे. मला वाटले की मी जणू प्रकाशाचा डोंगरच आहे.

– राखी चोप्रा

पिरॅमिड बद्दलचे आपले पुस्तक वाचून काही वेळ मी झोपले. मला वाटले की जणू मला एखाद्या भोवऱ्याने आत ओढून घेतले व त्याद्वारे मी पिरॅमिडमध्ये पोचले. मी तेथे गुरुजी व मास्टर 'व्ही' ना पाहिले. तसेच दुसऱ्या दिवशी सकाळी मी जेव्हा उठले तेव्हा असे वाटले की मी कोठून तरी एका मोठ्या प्रवासानंतर परतले आहे.

– जसप्रीत कौर

काही दिवसांपूर्वी मी स्वतःला गुरुजींच्या शेजारी व्यासपीठावर ध्यान करीत असतानाचे दृश्य पाहिले. मी गहन स्तब्धता अनुभवत होते व त्याचवेळी मला सर्व गोष्टींची जाणीव देखील होती. अचानक एक महिला आली व ती मला हळूवारपणे व्यासपीठावरून उठवून खाली जमिनीवर घेऊन गेली. मला असे जाणवले की एक व्यक्ती माझ्या पाया पडण्याचा प्रयत्न करीत होती. हात जोडून मी त्यांना म्हणाले, 'मी कोणीच नाही.' त्यावेळी गुरुजींच्या चेहऱ्यावर मी स्मित पाहिले. ह्या अनुभवानंतर मी खूप शांती अनुभवत आहे.

– संगीता पती

मी महर्षि विश्वामित्रांची शक्ती अनुभवतो. महर्षी अमर व सप्तर्षी ध्याना दरम्यान माझ्या शेजारीच असतात. असे वाटते जणूकाही त्यांच्या स्नेहाने मी नेहमीच वेढलेला असतो. ज्या क्षणी मी माझ्या डोक्याचे अदृश्य झाकण उघडण्याचा प्रयत्न करतो त्याच क्षणी भरपूर प्रकाश माझ्या संपूर्ण प्रणालीत वाहू लागतो ज्यामुळे मला कोणत्याही प्रकारचे कृत्रिम प्रयत्न करण्याची गरज नाही. आवश्यकता आहे ती फक्त प्रकाशाचा आनंद लुटण्याची.

– यासुजी यामागूची

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