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 10 JULY 2012 Rs. 25

चिंतन

महर्षी कृष्णानंद, अनुवाद : जयंत देशपांडे

आता आषाढ महिना चालू आहे. ह्या महिन्यात सर्वोच्च स्रोतातून महान ऊर्जा थेट आपल्या पृथ्वीवर येतात. प्राचीन ऋषींना हे माहीत होते आणि ते लोकांना या महिन्यातील जास्तीत जास्त वेळ ऐहिक कार्याऐवजी आध्यात्मिक साधनेमध्ये घालवण्यास सांगत असत. म्हणूनच लोक लग्नकार्य, धार्मिक विधी आणि इतर सर्व ऐहिक कार्ये पुढे ढकलून जास्तीत जास्त वेळ ध्यानात घालवीत असत. कालांतराने लोक, या महिन्यात ऐहिक कार्ये पुढे ढकलण्यामागील तत्त्व विसरून गेले आणि हा संपूर्ण महिना अशुभ आहे, असा समज रूढ झाला. लोक विसरून गेले की, या महिन्यातील प्रत्येक क्षण दैवी आहे. पण आता नवयुगात आपला प्रवेश होत असताना ऋषी आपल्याला त्या विस्मृत तत्त्वाची पुन्हा आठवण करून देत आहेत आणि ध्यान करून सर्वोच्च स्रोतातून मिळत असलेल्या ऊर्जांना ग्रहण करण्यात जास्तीत जास्त वेळ घालवण्याचा सल्ला देत आहेत.

महर्षी अमरांनी आम्हाला सांगितले होते की, स्वतः परमेश्वरच आपला गुरू असतो आणि मानवी गुरू, हे त्याचे प्रतिनिधी असतात आणि ते आध्यात्मिक मार्गदर्शक असतात. मी महर्षी अमरांनी सांगितलेल्या या सत्यांवर मनन करत होतो, तेव्हा मला मानवी गुरूच्या भूमिकेची त्यांनी केलेली व्याख्या आठवली. साधकाची खऱ्या गुरूशी म्हणजेच परमेश्वराशी गाठ घालून देणे ही मानवी गुरूची मुख्य भूमिका असते. परमेश्वराला अनुभवण्यात साधकाला मदत करणे, त्यासाठी परमेश्वराकडे नेणारे ज्ञान, ऊर्जा आणि तंत्रे साधकांना पुरवणे हे त्याचे कार्य आहे. आणि हा मुद्दा फार महत्त्वाचा आहे. एकदा का साधक खऱ्या गुरूशी जोडला गेला, की मानवी गुरूचे कार्य संपते कारण, त्या अवस्थेपासून खरा गुरू साधकाचे प्रत्यक्ष मार्गदर्शन करतो आणि त्याला अंतिम बंधमुक्त, समर्पित अवस्थेस नेतो जिला आपण मुक्ती म्हणतो.

महर्षी अमरांचे शब्द मला आठवले: साधकाच्या जीवनातील प्रत्येक छोट्या मोठ्या बाबींवर नियंत्रण करणे किंवा त्याबाबत त्याला आदेश देणे, हे गुरूचे कार्य नाही. गुरूचे कार्य आहे त्याला स्वतंत्रपणे विचार करायला व जगायला शिकवणे; त्याला समर्थ आणि सात्विक बनवणे. जर साधक गुरूच्या नियंत्रणाखाली असेल, गुरूच्या शब्दांवरच निर्भर असेल तर तो कधीच आकाशात भरारी घेऊ शकणार नाही, तो कधीच निर्णय घेण्याचे धाडस करणार नाही. व्यवहारी जगात तो कदाचित असफल होणार नाही पण तो बंधातून मुक्ती मिळवण्यातही सफल होणार नाही, जे आध्यात्मिक प्रवासाचे अंतिम ध्येय आहे. जो माणूस स्वतंत्र नाही तो समर्पण करू शकत नाही, तो मुक्ती मिळवू शकत नाही. स्वातंत्र्य आणि इच्छा-स्वातंत्र्याचा योग्य वापर करणे हे आपल्या दैनंदिन जीवनात सुद्धा फार महत्त्वाचे आहे. पंगु माणूस कधीच चालू शकत नाही.

मला वाटते, सर्व गुरूंनी त्यांची भूमिका समजून घेण्याची आणि त्यांच्या शिष्यांना चालण्यात आणि उंच भरारी मारण्यात मदत करण्याची वेळ आता आली आहे. ■

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.

१७ मे २०१२, मध्यरात्री – गुरुजींच्या वाढदिवसानिमित्त त्यांचे अभिनंदन करण्यासाठी तपोनगर रहिवासी गोळा झाले होते

काही ठळक घडामोडी

- ३–७–२०१२ रोजी दुपारी बारा वाजता तपोनगर येथे गुरू पौर्णिमेनिमित्त विशेष ध्यान आयोजित करण्यात येईल. ह्या कार्यक्रमात भाग घेण्याची इच्छा असणाऱ्यांनी ३०–६–२०१२ पर्यंत मानसा कार्यालयात आपले नाव नोंदवावे.
- ४–६–२०१२ रोजी तपोनगर येथे चंद्र ग्रहणानिमित्त आयोजित केलेल्या विशेष ध्यानात सुमारे १०० लोकांनी भाग घेतला.
- २०–५–२०१२ रोजी तपोनगर येथे झालेल्या गुरुजींच्या वाढदिवस समारंभात ४०० पेक्षा अधिक लोकांनी आणि १९–५–२०१२ रोजी आनेकल येथे १५० पेक्षा अधिक लोकांनी भाग घेतला.
- न्यूजलेटरची वर्गणी सर्व विद्यार्थ्यांसाठी अनिवार्य आहे. कृपया निर्देशित वेळेच्या आत ह्याचे नूतनीकरण करावे.
- बाहेरील विद्यार्थ्यांनी कृपया मार्गदर्शनाची मुदत समाप्तीबद्दल आमच्याकडून पत्र मिळाल्यावर त्वरित मार्गदर्शनाची मुदत वाढवावी म्हणजे साधनेत खंड पडणार नाही.

गुरुजींसोबत अनौपचारिक बैठक शनिवार, १४–७–२०१२ 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.

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०३	मंगळवार	गुरू पौर्णिमा
११	बुधवार	कृष्णाष्टमी
१६	सोमवार	दक्षिणायन आरंभ
१७	मंगळवार	शिवरात्री
१९	गुरुवार	अमावास्या
२६	गुरुवार	शुक्लाष्टमी
२७	शुक्रवार	महालक्ष्मी उपासना
२८	शनिवार	शुक्ल दशमी

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी	– व्याख्यान सकाळी ११ ते १२ पर्यंत – विशेष ध्यान आणि प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
मंगळवार ३	– गुरू पौर्णिमेनिमित्त विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
रविवार ८	– शंबला गटाची बैठक दुपारी २ वाजता
रविवार १५	– 'रा' गटाची बैठक दुपारी २ वाजता
रविवार २९	– सामूहिक ध्यान सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत

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

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

“लाईट चॅनल्स वर्ल्ड मूव्हमेंट” बद्दल वृत्तांत

- अनेक शाळा, जेथे विद्यार्थी नियमित प्रकाशाचे प्रवहन करीत आहेत, त्यांच्या शाळेतील परीक्षांच्या निकालात एकंदरीत सुधारणा होत असल्याचे कळवत आहेत. अनेक विद्यार्थी आणि शिक्षक, त्यांना प्रकाशाकडून लहान, मोठी आणि कधीकधी अद्भुत तऱ्हेने देखील मदत मिळणाऱ्या प्रसंगांबद्दल कळवत आहेत. लोक प्रकाशाला स्वीकारत आहेत आणि त्याची कृपा मिळवत आहेत.
- उन्हाळ्याच्या सुट्ट्यांनंतर शाळा सुरू झाल्या आहेत आणि प्रकाश प्रवहनाच्या कार्याने वेग घेतला आहे. आपले स्वयंसेवक प्रत्येक आठवड्यात हजारो नवीन विद्यार्थ्यांची ओळख प्रकाश प्रवहनाशी करून देत आहेत. ■

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

मी जून २०११ पासून पाठदुखीचा त्रास सहन करीत होतो. नियमितपणे प्रकाश प्रवहन सुरू केल्यानंतर माझे दुखणे नाहीसे झाले आहे.

– अविनाश कुमार, चवथ्या वर्षाचा विद्यार्थी, ॲग्रिकल्चरल कॉलेज, मदुरई

२२ नोव्हेंबर २०११ ला मी विद्यार्थ्यांसोबत कन्याकुमारीला सहलीसाठी गेले होते. आम्ही तेथे सकाळी ११.३० वाजता पोहोचलो. परंतु विवेकानंद रॉक श्राइनला नेणारी बोट–सेवा अशांत समुद्रामुळे बंद असल्याने आमची निराशा झाली. आम्ही एका बागेत जमून दुपारचे जेवण केले. दुपारी प्राथमिक वर्गांतील काही विद्यार्थ्यांनी उत्सुकतेने प्रकाश प्रवाहित केला आणि रॉक श्राइनला जाण्यास मदत करण्यासाठी प्रकाशाची प्रार्थना केली.

संध्याकाळी ४ वाजता आम्ही परत निघण्यासाठी तयार होतो पण विद्यार्थ्यांनी गाईड आणि शिक्षकांना पुन्हा एकदा प्रयत्न करण्याची विनंती केली. खूप लांब चालत जावे लागणार असूनसुद्धा ते तयार झाले आणि लवकरच त्यांनी बोट–सेवा पुन्हा सुरू झाली असल्याचा निरोप पाठवला. आम्ही धावतच गेलो पण पाहिले की तेथे लोकांचा खूप मोठा जमाव होता आणि फाटक बंद होते. तेव्हढ्यात आमचे गाईड तेथील कार्यालयाच्या अध्यक्षांच्या विशेष परवानगीने तिकीटे घेऊन बाहेर आले. आम्हाला शेवटची बोट मिळाली. आम्ही हॉलमध्ये ध्यान केले आणि निरभ्र आकाशात सूर्यास्त पाहिला. आम्ही निघालो तेव्हा खडकावरील पवित्र स्मारक झगझगीत रोषणाईने उजळून निघाले होते. त्याने तेथे अनुभवलेल्या विस्मयकारक शक्तींचा कायमचा ठसा आमच्या मनावर उमटवला.

– सौ. उमा कृष्णमूर्ती, हेडमिस्ट्रेस, ज्ञान बोधिनी स्कूल, शेषाद्रीपुरम, बंगलोर

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल, अनुवाद : वैशाली जोशी

बुद्ध पौर्णिमा, प्रकाश प्रवहनाचा कार्यक्रम, गुरुजींचा वाढदिवस समारंभ आणि एक सूर्य ग्रहण, अशा तऱ्हेने मे महिना नवीन ऊर्जांनी आणि आशीर्वादांनी भरलेला होता. प्रकाश प्रवहन कार्यक्रमाची तयारी जोरात सुरू होती आणि कार्यक्रमानंतर लगेचच गुरुजींच्या वाढदिवस समारंभाच्या दिवशी प्रकाशित होणाऱ्या पुस्तकांच्या कामास गती आली.

गुरुजींच्या वाढदिवस समारंभात चारशे पेक्षाही अधिक ध्यानसाधकांनी भाग घेतला. सर्व काही योजनेप्रमाणे सुरेख पार पडले. तपोनगर आनंदोत्सवाच्या वातावरणाने उजळले होते. १७ मे च्या रात्री रहिवासी एकत्र जमले, आणि मध्यरात्रीच्या ठोक्यास आम्ही गुरुजींना वाढदिवसाच्या शुभेच्छा दिल्या. प्रत्येक रहिवाशाने गुरुजींकरिता असलेले त्याचे प्रेम आणि कृतज्ञता व्यक्त केली. जे बोलले नाहीत त्यांनी मौनात त्यांचा स्नेहभाव प्रकट केला; हे अगदी जाणवत होते. गुरुजींनी आणि मे महिन्यात वाढदिवस असलेल्या इतर सर्व भाग्यवान लोकांनी दोन स्तरी केक कापला. रहिवाशांनी गुरुजींना भेटवस्तू आणि पुष्पगुच्छ दिले.

सूर्यग्रहण समयी तपोनगरवासींनी एकत्र जमून सहा तास जगास प्रकाश प्रवाहित केला. महिन्याचा शेवटचा आठवडा जवळ आला तेव्हा काळ फार वेगाने धावत असल्यासारखे वाटले आणि बघता बघता आम्ही रहिवाशांच्या भेटीसाठी जमलोही.

पावसाच्या तुरळक सरींनी तपमान खाली आणले आहे पण तपोवनात अजूनही पुष्कळ झाडे सुकलेली आहेत. त्याचे निर्मल सौंदर्य मात्र कणभर देखील कमी झालेले नाही. ह्यात एक गहन संदेश आहे – आंतरिक आध्यात्मिक सौंदर्य बाह्य स्वरूपाने बाधित होत नाही. ■

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)

०६-०५-२०१२

भ्रष्टाचार सर्वत्र आहे, प्रत्येक स्तरावर आहे. ज्या कोणत्या व्यवस्थेचा विचार करावा, ती भ्रष्ट आहे आणि आपण ह्या अशा व्यवस्थांचा भाग आहोत. आपल्याला एका क्रांतीची गरज आहे, एक अशी क्रांती जी समग्र असेल, जी सर्व व्यवस्थांमधून भ्रष्टाचार व सर्व प्रकारचे दोष निपटून काढून त्यांना स्वच्छ करेल. आपण यात भाग घेतला अथवा न घेतला तरी अशी क्रांती होणारच. ती समग्र आणि अंतिम क्रांती असेल. जर व्यवस्थांमध्ये परिवर्तन घडले नाही, जर लोकांमध्ये परिवर्तन घडले नाही तर व्यवस्था कोलमडतील.

अनेक प्रकारे जागृती होत आहे. मी अशी एक महान जागृती बर्माच्या ऑंग सान स्यू की यांच्यात पाहिली. त्यांनी स्वतःच्या आदर्शांना तिलांजली दिली. कदाचित व्यापक जनहितासाठी त्यांनी शपथ घ्यायचा निर्णय घेतला. त्यांनी शपथ घेतली नसती तर निर्बंध उठवले गेले नसते. ती अत्यंत उदात्त कृती होती. जगातील या अशा माणसांची आपण कदर केली पाहिजे. आपण त्यांच्या सारखे जगू लागले पाहिजे. क्रांतीची आस धरणाऱ्या आपल्या सारख्या साधकांनी या गोष्टी समजून घेतल्या पाहिजेत. क्रांतीची सुरवात आपल्यापासून व्हायला पाहिजे. तसे झाले नाही तर ती होणार नाही. कदाचित आपण उन्मळून पडू.

"गुरु संगमम्" आणि तत्सम समूह आकार घेत आहेत. त्यांच्याजवळ व्यवस्थित विषय असावे, सामाईक कार्यक्रम असावे. जगातील आध्यात्मिक नेत्यांनी एकत्र येऊन प्रत्येक मनुष्याने पाळण्याकरिता एक सामाईक मूल्यव्यवस्था बनवावी जी यथावकाश सर्व धर्मांची जागा घेईल. मी ऋषींच्या बरोबर काम करणारा मनुष्य आहे. आमची स्वतंत्र उद्दिष्टे आहेत. आमची स्वतःची स्वप्ने आहेत. आमची इच्छा आहे की अनेक लोकांनी आम्हाला सामील व्हावे. तुम्ही सर्वांनी या गोष्टींचे निरीक्षण करावे असे मला वाटते.

ईश्वर हा शब्द वापरायला मी कधीही कचरत नाही कारण, माझ्यासाठी ईश्वर म्हणजे सत्य होय. आध्यात्मिकतेच्या बुरख्याआड अनेक गोष्टी चाललेल्या आहेत. मोठा बाजार चाललेला आहे. मग मी नवयुगीन आध्यात्मिकता असा शब्द वापरतो. आपण इथे आहोत ते ऋषींकडून मिळालेले ज्ञान इतरांपर्यंत पोचविण्यासाठी. आणि आपण इथे आहोत ते संपूर्ण मनुष्यजातीला २०१२ सालातून तरून जाण्यास मदत करण्यासाठी. ऋषी महान गुरु आहेत. ते प्रकाश कार्यकर्ते नव्हेत. ऋषी आणि प्रकाश कार्यकर्त्यांमध्ये फार मोठा फरक आहे.

१३-०५-२०१२

६ मेच्या बुद्धपौर्णिमेच्या रात्री भगवान बुद्धांनी आपल्या पृथ्वीवर नवीन ऊर्जा आणल्या. ७ मेला आपण एकत्र जमलो असताना हजारो लोकांनी त्या ऊर्जा प्रवाहित केल्या. या ऊर्जा धीम्या गतीने पुन्हा प्रवाहित होत आहेत. या ऊर्जा आपल्याला अनेक प्रकारे मदत करतात. त्या व्यक्तिस्तरावर प्रलयाच्या प्रक्रिया गतिमान करतात, मनुष्यांना तयारी करण्यास, परिवर्तनास मदत करतात. प्रथम त्या व्यक्तिगत स्तरावर आपल्याला मदत करतात कारण, प्रकाशाद्वारे होणारी क्रांती व्यक्तिंपासून सुरू होते. माणसे बदलतात तेव्हा व्यवस्थादेखील बदलतात, कारण व्यवस्था माणसांनीच बनतात. या ऊर्जा व्यक्तिमध्ये अधिक जागृती होण्यास साह्यभूत होतात कारण आपल्याला वरच्या स्तरावर जागृत होणे आवश्यक आहे. त्यांच्यामुळे आपल्या बऱ्यावाईट कर्मांची फळे लौकर पक्व होतात. ऋषी ह्या ऊर्जा धारण करून जागतिक पुढाऱ्यांना देत आहेत कारण ते जगाची नियती बदलतात. ह्या ऊर्जांकडे जास्त हीलिंग शक्ती असते. तुम्ही जाणीवपूर्वक ह्या ऊर्जांचे स्मरण करून तुम्हाला अथवा तुमच्या मित्राला बरे करण्याविषयी त्यांना प्रार्थना करू शकता. ह्या ऊर्जा आपल्याला अध्यात्माची निवड करण्यास मदत करतात. आध्यात्मिक असणे म्हणजे चांगले, प्रामाणिक, साधे व प्रशांत असणे. ध्यान वगैरे न करतासुद्धा मनुष्य भला असू शकतो. त्याला ध्यानाची गरज नसते. तुम्ही आध्यात्मिक होणे पसंत करता तेव्हा तुम्ही नवयुगाची निवड करत असता. त्यामुळे तुम्ही इतरांना दुखवत नाही. तुमचे स्वतःचे वर्तन तपासून पाहा. निवडणे ही फक्त एकदा करण्याची प्रक्रिया नसते. तुम्ही निवड करून तिला धरून राहिले पाहिजे. ह्या ऊर्जा आपल्याला निवड करण्यास आणि निवडीवर कायम राहण्यास सुद्धा मदत करतात.

एका माणसाने सूचना केली की एक समूह बनवून त्यांनी तपोनगरात एकत्र भेटावे व "आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण" या पुस्तकात उल्लेखलेल्या काही सूक्ष्म मुद्द्यांवर चर्चा करावी, जेणेकरून त्या मुद्द्यांचे जास्त चांगले आकलन होईल. कल्पना फार छान आहे. परंतु, मी म्हणतो की आपण तसे करूया नको. त्याची मदत होईल पण, काही प्रमाणातच होईल. त्यापेक्षा ध्यान करा, "आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण" वाचा, त्यावर शांत, एकांत कोपऱ्यात बसून चिंतन करा. तुम्हाला कितीतरी अधिक आकलन होईल.

२०-०५-२०१२

काल आनेकल येथे त्यांनी असाच वाढदिवसाचा कार्यक्रम फार सुंदर रीतीने व अत्यंत प्रेमाने आयोजित केला होता. तुम्ही माझ्याविषयी हे जे प्रेम व्यक्त केले आहे त्याबद्दल तुमचे कोरडे आभार मानण्याऐवजी मी माझे उर्वरित जीवन तुम्हाला हर प्रकारे मदत करण्यास वाहून घेईन.

मी ऋषींप्रती कृतज्ञ आहे कारण, त्यांनी माझी जीवनरेखा १९९८ च्या पुढे वाढवली. माझ्याकरिता हा फार मोठा बहुमान आहे, कारण त्यांनी मला ह्या रोचक व रोमांचक काळात कार्य करण्याची संधी दिली, जेव्हा आपण वेगाने २०१२ च्या अंताकडे चाललो आहोत.

मला कल्पना आहे की हे कार्य हाती घेतल्यानंतर मी अनेकांच्या हृदयांना स्पर्श केला आहे. ते माझ्याशी जोडलेले आहेत, जरी त्यातल्या काहीजणांनी ध्यान करणे सोडले असेल किंवा काहीजण तर दुसऱ्या मार्गावर देखील गेले असतील.

मला महर्षी अमरांकडून मिळालेले व नंतरच्या काळात ऋषींकडून मिळालेले बरेचसे ज्ञान मी लोकांना देऊ शकलो याचा मला आनंद होतो. जेव्हा केव्हाही मी लिहितो तेव्हा साह्य केल्याबद्दल मी ऋषींचे आभार मानतो. आपल्याजवळ सर्वंकश ज्ञान आहे. आपली सर्व पुस्तके सोपी आहेत. सत्य समजून घेणे ही त्यामागची कल्पना आहे.

मला आनंद वाटतो की इथे असलेल्या प्रत्येकाची तसेच, जे आता वेबकास्ट पाहात आहेत आणि जे आता इथे आपल्याबरोबर नाहीत त्यांचीही मी ऋषींबरोबर ओळख करून देऊ शकलो.

तुमच्या हातून चूक झाली तर मनापासून माफी मागा आणि पुन्हा ती चूक करू नका. तुमची चूक माफ केली जाते. हा दृष्टिकोन व ही समज आपल्याला ऋषींकडून मिळाली. अनेक वेळा लोक आत्मविश्वास गमावून बसले असताना मी आरशाचे काम केले व त्यांचा आत्मविश्वास पुनरुज्जीवित करू शकलो याचे मला फार समाधान वाटते. अशा प्रकारच्या देवाणघेवाणीतून व शिकवण्यातून माझा विकास होऊ लागला. माझे ज्ञान समृद्ध होते आहे व माझे व्यक्तिमत्त्व

गुरुजी उवाच

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

प्रगल्भ होते आहे. यासाठी मी तुमचे आभार मानतो. तुम्ही एक प्रकारे माझे गुरु आहात !

मला एका गोष्टीचा फार आनंद होतो की मी एक अशी व्यवस्था उभारली आहे जिने ऋषींचे हे कार्य सुरू ठेवले आहे. हे मी जाणीवपूर्वक केले. ह्या क्षणी मला फार समाधान व आनंद आहे की मी काहीतरी करू शकलो. अर्थात, हे सर्व इथेच संपत नाही. अजून खूप कार्य बाकी आहे आणि ते आपल्याला करायचे आहे. आता मला अतिशय आत्मविश्वास व आशा वाटते की अचानक एखाद्या दिवशी जरी मी इथे नसलो तरी सुद्धा हा प्रकाश पुढे नेला जाईल.

आतापासून ऋषींच्या कार्यात व माझ्या आयुष्यातही नवीन टप्पा सुरू होत आहे. मला सूक्ष्म स्तरावर अजून जास्त कार्य अंगावर घ्यावे लागेल. पण, आता करीत असलेल्या कार्याकडे मी कधीही दुर्लक्ष करणार नाही. यासाठी मला काही गोष्टी सोडाव्या लागतील. मला संगीत आवडते; मला आठवत नाही मी शेवटी संगीत केव्हा ऐकले होते. मला काही पुस्तके, काही लेखकांचे लिखाण वाचायला आवडते. मला माहीत आहे की या जीवनकाळात आता परत ते वाचन होणे नाही. मला माहीत आहे की बाहेर सुंदर आकाश आहे, विलोभनीय सूर्यास्त आहेत, मनोहारी पक्षी आहेत. मी तर क्वचित कधीतरी घराबाहेर पडतो. परंतु, मला त्याचे दुःख नाही. कारण, मी काम करत असतो. याला मी त्याग वगैरे म्हणणार नाही पण, उच्च ध्येये साध्य करण्यासाठी आपल्याला काही गोष्टी सोडाव्या लागतात. मी कार्याच्या ह्या टप्प्यात प्रवेश करेन तेव्हा तुमच्यापैकी काहीजण जे माझ्या जवळ आहेत त्यांनासुद्धा काही त्याग करावे लागतील. तुम्हाला करावे लागणारे त्याग व्यक्तिसापेक्ष बदलतील आणि मला माहीत आहे की तुम्ही ते आनंदाने कराल कारण, ते कार्याच्या प्रेमाखातर, ऋषींच्या प्रेमाखातर असेल.

आपण इथे एकत्र आलो आहोत ते केवळ ध्यान शिकण्यासाठी व ज्ञान मिळविण्यासाठी नाही. त्याहीपेक्षा मोठा हेतु त्यामागे आहे. आणि तो आहे ऋषींसाठी काम करणे, इतरांना मदत करणे. आत्ताच्या क्षणी आपले काम आहे की 'प्रकाशाद्वारे क्रांती' कोणावरही न लादता, सावकाशपणे पसरवणे. आपण मेणबत्त्यांप्रमाणे आहोत. मेणबत्तीचे काम असते फक्त जळणे व प्रकाश देणे, त्याहून जास्त नाही. सर्वात महत्त्वाची गोष्ट ही आहे की २०१२ वर्षाच्या अखेरीस भरपूर बदल घडणार आहेत हे समजून घेणे. या बदलांच्या अनुषंगाने होणारा विनाश आध्यात्मिक मार्गाने टाळला जाऊ शकतो, निदान कमी होऊ शकतो. आजपासून आपण आपल्या कृतींची जबाबदारी घ्यायला लागू. तुमच्या सदसद्विवेकबुद्धीचा आसरा घ्या. वास्तवाचा स्वीकार करा व बदला. आपण तक्रार करणे थांबविले पाहिजे. ते फार महत्त्वाचे आहे. निवड करण्यासाठी व बदलण्यासाठी आपल्याला जास्त साह्य, जास्त प्रोत्साहन मिळेल. प्रकाश प्रवहन हा त्यासाठी सर्वोत्तम व एकमेव मार्ग आहे. आपण काळाच्या नव्या चौकटीत प्रवेश करीत आहोत. त्यासाठी आध्यात्मिक पूर्वतयारी आवश्यक आहे.

७ मे रोजी ऋषींनी माझ्या माध्यमातून संपूर्ण मानवजातीला संदेश दिला. प्रकाश कार्यकर्त्यांविषयी माझ्या मनात नितांत प्रेम व आदर आहे. पण, ते जर ऋषींच्या संपर्कात आले तर त्यांना जास्त ज्ञान मिळेल. ते त्यांच्या अनुयायांना अधिक स्पष्टपणे व आत्मविश्वासाने मार्गदर्शन करू शकतील.

प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ १८ मे, २००८ ला सुरू झाली. २० लाख मुलांनी, त्या पवित्र आत्म्यांनी आतापर्यंत प्रकाश प्रवहन केले आहे. आपण हे कार्य चालू ठेवू. हे काम करण्यासाठी तुमच्या कुटुंबाकडे कधीही दुर्लक्ष करू नका.

याच १८ मेच्या दिवशी २००९ साली 'रा' ऊर्जा पृथ्वीतलावर आणण्यात आल्या. 'रा' लोकातील लोक व आपले ऋषी पुष्कळ काम करीत आहेत. १८ मेच्या रात्री ऋषींनी ह्या ऊर्जांच्या मात्रा विशिष्ट ठिकाणी पाठविल्या.

मी माझ्या भोवती असणाऱ्या लोकांवर व व्यक्तिस्तरावर जयंतवर जबाबदाऱ्या सोपविल आहे. तीन वर्षांपूर्वी स्थापलेली आध्यात्मिक समिती अजूनही अस्तित्वात आहे. तिच्यामध्ये श्यामला देवी, जयंत आणि सोमायाजींचा समावेश आहे. त्याशिवाय आपल्याकडे चांगली माणसे असलेले विश्वस्त मंडळ आहे जे सर्व व्यवस्थापकीय बाबींची धुरा वाहेल.

२७-०५-२०१२

एका माणसाच्या कुटुंबाने त्याच्या प्रकाश प्रवहनाच्या कार्यात भाग घेण्याला हरकत घेतली. त्यामुळे तो फार उदास झाला. अशा वेळेस माझा सल्ला असतो, "कुटुंबाच्या इच्छेविरुद्ध काही करू नका." ऋषी या विश्वातील सर्वात सुज्ञ व्यक्ती आहेत. आपण नेहमी सत्य बोलले पाहिजे. परंतु, कधीकधी आपण सत्य बोलू शकत नाही. तोच सुज्ञपणा आहे. ही वेळ जगाशी शत्रुत्व घेण्याची नाही. ही वेळ आहे सर्व ऊर्जा संकलित करण्याची व वैयक्तिक प्रगतीवर लक्ष केंद्रित करण्याची. वादविवादात, कुटुंबात विनाकारण विसंवाद निर्माण करण्यात आपल्या ऊर्जांचा व्यय करणे आपल्याला परवडणारे नाही. तडजोड करण्याची व आपले आयुष्य बदलण्याची तुम्हाला गरज नाही. शक्य असेल तितके प्रवाहाबरोबर चाला. ऋषींकडून तशी स्पष्ट सूचना मिळाली आहे.

इंटरनेटच्या माध्यमातून एका माणसाने कोणते तरी ऊर्जायुक्त पाणी विकत घेतले. या ऊर्जायुक्त पाण्याबद्दल जाहिरातीत बरेच काही सांगण्यात येते. उदा. ते आरोग्य सुधारायला आणि इतरही अनेक प्रकारे मदत करते. असेही सांगण्यात येते की ऊर्जासंवर्धन करण्यास व चक्रजागृती करण्यासही ते मदत करते. त्या माणसाने विचारले, "हे खरे आहे का?" तुम्ही कोणते पाणी पिऊन तुमची चक्रे जागृत करू शकत नाही. लोकांना जेव्हा काही विकायचे असते तेव्हा ते पुष्कळ गोष्टी सांगतात. साधनेसाठी मेहनत करावी लागते, प्रामाणिक परिश्रम घ्यावे लागतात. ध्यान करावे लागते.

आधीचे ग्रहण व ४ जूनला होणारे ग्रहण यांच्या मधला काळ फार महत्त्वाचा आहे. हा काळ परिवर्तनाची निवड करण्याचा आहे. चांगल्या व सकारात्मक गोष्टी साध्य करण्याचा तुम्ही संकल्प सोडा आणि तो सिद्धीस जाईल. आता सर्व ऊर्जा कार्यान्वित झाल्या आहेत. मोठमोठे बदल घडत आहेत. ह्या काळात उच्च स्तरावरील जागृती होईल. आपण या ऊर्जांना काम करू देऊ तेव्हा आपल्याला गोष्टी जास्त स्पष्टपणे कळतील. आपण खूप सौम्य होऊ आणि आपल्याला अशांत करणाऱ्या व गोंधळवून टाकणाऱ्या जगापासून आपोआपच अनासक्त होऊ. याचा अर्थ असा नव्हे की आपण जगाशी नाते तोडून टाकू. पण, आपल्याला गोष्टींचे मूल्य समजेल, ज्यामुळे आपण योग्य गोष्टींची निवड करू, योग्य नात्यांची निवड करू, आपण अधिक परिपक्व, शांत व सुप्रतिष्ठित होऊ. आपल्यातला बदल लोकांच्या लक्षात येईल आणि लोक आपल्याकडे मार्गदर्शनासाठी येतील. हा काळ लहान मूल होण्याचा, निरागस होण्याचा, शांत होण्याचा व जास्त ऊर्जा मिळविण्याचा आहे. शक्य असेल तर जास्त ध्यान करा. नकारात्मकता काढून टाका व तुमच्या सभोवती असणाऱ्या प्रकाशाचे, ईश्वराचे अवधान ठेवा. तुम्ही द्वारे खुली करायचा काय तो अवकाश आहे, मग विश्वाने तुमच्यामध्ये प्रवेश केलाच समजा. ■

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 : प्रेरणा काळे

मागील काही दिवसांत ध्यान करताना मला सतत, मी पूर्वी केलेल्या चुकांची आणि अशा गोष्टींची आठवण येत होती ज्यांची मला खंत वाटते किंवा ज्या गोष्टींबद्दल माझ्या मनात अपराधी भावना आहे. नंतर मला वाटतं २९ एप्रिलला प्रकाशाने मला हे समजण्याची बुद्धी दिली की, पूर्वी केलेल्या चुकांबद्दल मी स्वतःची निर्भर्त्सना करू नये. प्रत्येक गतक्षणाचे आणि माझ्या आयुष्यात घडलेल्या प्रत्येक घटनेचे मी आभार मानतो ज्यांनी माझे आयुष्य घडवले आणि मला तुमच्यापर्यंत आणले. मला सर्व गतकालीन कडवट कंपनांपासून मुक्ती मिळाल्यासारखे वाटते.

– संदीप बॅनर्जी

आयुष्यात काही चांगले दिवस आले आणि काही वाईट. जेव्हा चांगले दिवस होते तेव्हा मला वाटत असे की मला शरीरच नाही आणि मी फक्त प्रकाश आहे. मी आनंदी आणि शांत असे. आताही मी शांत आणि आनंदी आहे आणि मनात शांती अनुभवते आहे. मी माझ्या लहरी स्वभावाला व रागाला आवर घालण्याचा प्रयत्न करते आणि लवकरच माझा राग नाहीसा होतो. जेव्हा मला उदास वाटतं, तेव्हा मी दिवसा प्रकाशाशी जास्त जोडण्याचा प्रयत्न करते आणि त्याच्याकडे मार्गदर्शन आणि मदतीची याचना करते.

– ॲन चॅपमन

जेव्हापासून मी या मार्गात ऋषींनी ठरवून दिलेल्या पद्धतींना अनुसरून चालण्याची निवड केली आहे, तेव्हापासून मला आध्यात्मिक जीवन जगण्याच्या आणि या जगाच्या पद्धतींमध्ये फरक प्रकर्षाने जाणवत आहे. आध्यात्मिक जीवनात आपल्या हेतुला खूप महत्त्व आहे. निष्पन्न काय निघेल हे आपला हेतु बऱ्याच अंशी ठरवत असतो. आपण जे मिळवण्याची आकांक्षा करत असतो त्याचा न संपणारा साठा विश्वाजवळ आहे.

– राकेश मिश्रा

मला नेहमी कुतूहल वाटत असे की, मी एन्लाइटनमेंटसाठी पात्र आहे का. स्वतःला प्रकाश–शरीरात अनुभवल्यापासून मला कळलं आहे की, अशी शंका अहम् मधून येते. मी त्या महान प्रकाशाचा एक भाग असल्यामुळे, तो प्रकाश मला स्वगृही नेईल. मला फक्त प्रकाशाला स्वीकारायचं आहे.

– गीतांजली बालकृष्णन

इतक्यात माझ्या प्रकृतीच्या अस्वास्थ्यामुळे ध्यान करणे फार कठीण झाले होते. पण तरीही मला जमेल तितके ध्यान मी केले. प्रकाशाचा परिणाम मी अनुभवू शकले. मला खूप शांत वाटत होते व योग्य उत्तरे मला सहजपणे मिळत होती असे मला वाटले. माझ्या रोजच्या दीर्घकाळ ध्यानाचा व सतत केलेल्या प्रकाशाच्या विचाराचा हा परिणाम होता असा मला स्पष्ट संदेश मिळाला. मला इतकी सुंदर, सोपी आणि प्रभावी ध्यानाची पद्धत शिकवल्याबद्दल मी या मार्गाची शतशः आभारी आहे.

– लिंडा सॉयर

या मार्गातील ध्यानाबद्दल बोलायला माझ्याजवळ पुरेसे शब्द नाहीत. ध्यान म्हणजे माझ्यासाठी या आयुष्यातलं सर्वात मोठं आणि सूक्ष्म साहस आहे. शांती, प्रेम, तृप्ती आणि कृतज्ञता जाणण्यासाठी मला ध्यानातील सुंदर क्षणांतून जावे लागले. शंबलाच्या दुसऱ्या तत्त्वाचा माझ्यावर वेगळाच परिणाम झाला आहे. त्याने मला मोकळं केलं आहे. आपली, व दयाळू ऋषींची मी आभारी आहे.

– नंदिता विजयन

माझ्या दैनंदिन जीवनात परमेश्वर, गुरुजी आणि ऋषींची कृपा आणि प्रेम मला जाणवलं आणि मी ते अनुभवलंही. आधी मला जाणीव नव्हती आणि मी कृतज्ञही नव्हतो. मला अगदी मनापासून वाटतं की, जर मी रोज देवाकडून मिळणाऱ्या भेटींबद्दल माझी कृतज्ञता व्यक्त केली तर मी आणखी काही मागणार नाही. कृतज्ञ मनाने शांततेत घालवलेल्या काही क्षणांमुळे माझ्या अंतरंगात बदल घडू लागला आहे. मला मदत केल्याबद्दल तुम्हा सर्वांचे अत्यंत आभार.

– आशिश देसाई

कुठल्याही संवादात आता कोणत्याही प्रश्नाचे उत्तर देण्यापूर्वी मी थोडा थांबतो. अप्रिय परिस्थितींमध्ये मी प्रतिक्रिया देऊ शकत नाही. कोणतीतरी शक्ती मला नकारात्मक प्रतिक्रिया देण्यापासून थांबवते. पूर्वी मी खूप वाईट बोलत असे आणि नंतर मला फार अपराधी वाटत असे. आता मी बघतो आहे की, जास्त करून माझी भेट समविचारी आणि सकारात्मक लोकांशी होते आहे. माझी निर्णय क्षमता वाढली आहे आणि माझ्या निर्णयांचे चांगले फळ मिळायला लागले आहे. यामुळे माझा आत्मविश्वास वाढला आहे.

– प्रवीण नुकाला

प्रश्नोत्तरे

संकलन: शोभा राव, अनुवाद: सुनिता देशपांडे

प्र: ज्ञान आणि जाणीव यात काय फरक आहे?

उ: ज्ञान म्हणजे माहिती, माहितीचे भांडार. जाणीव म्हणजे त्या माहितीला जाणून घेण्याची क्षमता.

प्र: भूकंपादरम्यान सोडण्यात येणाऱ्या ऊर्जा आपल्या इच्छास्वातंत्र्याला आवर घालण्यात आपल्याला मदत करतात का?

उ: भूकंपातून आलेल्या ऊर्जा शुद्धीकरण करतात, त्या आपल्याला निवड करण्यात आणि आपल्यात बदल घडवून आणण्यात आपली मदत करतात. पण त्या आपल्या इच्छास्वातंत्र्यावर परिणाम करत नाही. आपल्या इच्छास्वातंत्र्याचे आपण स्वामी आहोत. आपल्या इच्छास्वातंत्र्याला आपण सुज्ञपणे वापरात आणायला हवे.

प्र: २०१२ सालाविषयी आधीच कल्पना देऊन तुम्ही त्या बद्दलचा संदेश पसरवण्यास सुरवात का केली नाही?

उ: प्रकाशाद्वारे क्रांतीबद्दल संदेश तर आम्ही पसरवतच आहोत. आम्ही २००८ साली प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ सुरू केली. २०१२ सालाबद्दल आम्ही फार काळापासून बोलतो आहोत. फक्त तुम्हाला त्याबद्दल माहीत नव्हते. त्यापूर्वी आम्ही यासाठी बोललो नाही कारण तेव्हा लोकांनी आमचे म्हणणे ऐकले नसते. ऋषींना माहीत असतं की केव्हा कोणत्या गोष्टी बद्दल सांगायचे आणि केव्हा कशावर भर द्यावा.

प्र: इतके वर्ष प्रकाश प्रवाहित केल्यानंतर तुम्हाला काही बदल आढळतो का ?

उ: मी अनेक बदल पाहिले आहेत. वैयक्तिक पातळीवर मी लोकांमध्ये जागृती होत असताना पाहिली आहे. जे लोक पूर्वीच जागृत होते त्यांच्यात आणखी जास्त प्रमाणात जागृती घडते आहे. लोक आता नव्या ज्ञानाला आणि बदलाला स्वीकारत आहेत. लोक उच्च गोष्टींचा आदर करत आहेत आणि त्यांची निवड करत आहेत. माझ्या हे लक्षात येत आहे की, लोक दोन वर्षांपूर्वी जसे होते त्यापेक्षा ते आता खूप वेगळे आहेत. इतकेच काय तर वैश्विक पातळीवर पण बदल झालेले आहेत. तुम्ही पाहू शकता की, लोकांमध्ये भ्रष्टाचार, अन्याय इत्यादींप्रती असंतोष वाढतो आहे.

प्र: प्रकाश प्रवहन जर इतके शक्तीशाली आहे तर त्याचा परिणाम व्हायला हवा, पण आपल्याला तर काहीच परिणाम झालेला दिसत नाही. फक्त भ्रष्टाचार आणि विनाशच आपल्याला दिसतो.

उ: प्रकाशाचे प्रवहन हे एक शक्तीशाली तंत्र आहे, एक खूप शक्तीशाली प्रक्रिया आहे. अर्थात जिकडे तिकडे भ्रष्टाचार आहेच. पण भ्रष्टाचाराविरुद्ध लढा, असंतोष पण आहे. विनाश हा यापूर्वी पण होत होता. आता पण तो सुरू आहे. जेव्हा तुम्ही, "एक्स्पिरीएन्सेस ऑफ लाइट चॅनल्स" हे पुस्तक वाचाल, तेव्हा तुम्हाला प्रकाश प्रवहनाचे महत्त्व समजेल. प्रकाशाद्वारे क्रांतीला सुरुवात ही झालेली आहे. तुम्ही स्वतःकडे प्रकाश प्रवाहित करून तुमच्यात काही बदल होतो आहे का, ते का बघत नाही? आपण स्वतः प्रयत्न करून अनुभव का घेऊ नये?

प्र: प्रकाश प्रवाहित करताना आपल्याला काही दृश्य दिसतात का?

उ: नाही. दृश्ये मनात निर्माण होत असतात. जेव्हा आपण योग्य रीतीने प्रकाश प्रवाहित करतो, तेव्हा आपले मन निष्क्रिय राहते, त्यामुळे ते दृश्य प्रक्षेपित करत नाही.

प्र: प्रकाश मला माझ्या ऐहिक महत्त्वाकांक्षा पूर्ण करण्यात मदत करेल का?

उ: हो नक्कीच. प्रकाश प्रत्येक बाबीतच मदत करतो. पण तुम्हाला देखील प्रयत्न करावे लागतील. तुमच्या सर्व महत्त्वाकांक्षा तुम्ही पूर्ण करू शकता, मात्र त्या वाजवी असायला हव्यात.

प्र: हीलिंग ऊर्जा मिळत असताना आपल्याला दृश्ये दिसतात का?

उ: तुम्हाला हीलिंग ऊर्जा मिळत असताना तुमचे मन निष्क्रिय असते, त्यामुळे तेव्हा तुम्हाला दृश्ये दिसणार नाहीत.

प्र: माझे ध्यान निरस असण्याचे कारण काय?

उ: प्रेमाच्या अभावामुळे ध्यान निरस वाटते. कोणत्याही आध्यात्मिक प्रक्रियेत नेहमीच प्रेमाचा सहभाग असतो. तुम्ही ध्यानाप्रती प्रेमभाव ठेवायला हवा. आपण परमेश्वराला अनुभवण्यासाठी ध्यान करतो. परमेश्वर कोण आहे ते जाणून घेण्यासाठी तुम्ही प्रयत्न करायला हवे, त्याच्याविषयी प्रेम व त्याला अनुभवण्याची आस तुमच्यात असायला हवी. मग तुमचे ध्यान उत्तम लागेल. प्रेमाचा अभाव सगळ्या आध्यात्मिक प्रक्रियांना निव्वळ यांत्रिक आणि निरस बनवतो. ■

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	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/-
Guruji Speaks Part - I & II	each 200/-
Guruji Speaks Vol - 3	150/-
Guruji Speaks Vol - 4 & 5	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/-
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 तत्वांचा 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)

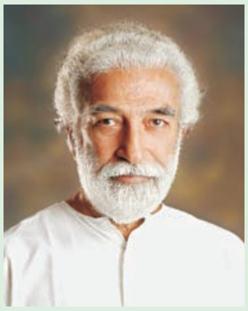
द वर्ड बुक शॉप, कँप (फोन: २६१३३११८, ३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)

उज्वल ग्रंथ भंडार, आप्पा बळवंत चौक (फोन: २४४५६९०८, ६५२२६१३७)

यशवंत प्रकाशन, सदाशिव पेठ (फोन:२४४७०५३३)

नागपुर: दिलीप बुक एजन्सी, मेडिकल चौक (फोन: ६५९५०३२)

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: वैशाली जोशी)

उन्हाळ्यात आमच्या घराजवळ असलेल्या रिकाम्या जागेवरून होणारा डासांचा हल्ला आम्हाला चुकवता येत नाही. एका सकाळी जेव्हा मी ध्यान करायला बसले तेव्हा डास माझ्या कानांभोवती गुणगुण करू लागले आणि मला चावू लागले. काही मिनिटांनंतर जेव्हा मला हे सहन होईनासे झाले तेव्हा मी त्यांना विनंती केली, "कृपया मला ध्यान करू द्या. एक तासानंतर मी तुमच्या स्वाधीन आहे." ते निघून गेले! आणि मला चांगल्याप्रकारे ध्यान करता आले.

– रानी सावदे

आमच्या लाडक्या मुलाच्या आठव्या पुण्यतिथीच्या दिवशी मी संपूर्ण वेळ शांततेत घालवायचे ठरवले. मी प्रकाशाला प्रार्थना केली आणि क्षणातच मी ध्यानाच्या सखोल शांत अवस्थेत पोहोचले. पुण्यतिथी निमित्त झालेल्या विधींच्या अंती मी स्वत:लाच दिव्य अग्नीपर्यंत चालत जाऊन आदरभावाने नमन करताना पाहिले. नंतर माझ्या लक्षात आले, की मी माझ्या जागेवरून अजिबात हलले नव्हते आणि इतर सर्व लोक निघून गेल्यानंतर देखील खूप वेळ मी ध्यान करत बसले होते ! मला समजले की ही संपूर्ण प्रक्रिया एका वेगळ्या स्तरावर घडली होती आणि ह्या अनुभवाने एक निराळाच नवा आयाम माझ्यासाठी उघडला होता.

– फिरोजा पांडे

मी कृषीविद्या शाखेतील विद्यार्थ्यांना शिकवत असतो. २०११ साली, जुलै आणि डिसेंबर मध्ये युनिवर्सिटीच्या परीक्षा सुरू असताना मी विद्यार्थ्यांना पेपर्स सोडवण्यापूर्वी, चांगल्या अंकांनी उत्तीर्ण होण्याची दृढ इच्छा मनात धरून तीन मिनिटे प्रकाश प्रवहन करण्यास सांगितले. दोन्ही वेळेस ह्याचा खूप चांगला परिणाम झाला. सगळे विद्यार्थी फार छान मार्क्स घेऊन पास झाले.

– स्वामिनाथन

मी माझ्या कारची दुरुस्ती चालू असताना जवळ उभा होतो. वडाच्या झाडाचे एक पान गळून कारच्या आत पडले. मी त्या पानाकडे बघितले आणि नंतर त्या झाडाकडे. त्या झाडाशी माझा संपर्क झाला. त्याने प्रतिसाद दिला. मी त्या झाडाशी एकात्मता अनुभवली. त्याच क्षणी मला त्या झाडाशी, परमेश्वराशी आणि सर्व गोष्टींशी जोडल्यासारखे वाटले. परमेश्वराने मला अंतर्बाह्य संपूर्णपणे वेढले होते.

– सुनील बिसराहल्ली

मी माझ्या नवऱ्याबरोबर बाहेर होते आणि माझा मोबाईल फोन रीचार्ज करण्याचा विचार करत होते. पण परिस्थिती पाहून मी गप्प बसले. जेव्हा मला माझ्या मोबाईलवर शंभर रूपयांचा रीचार्ज झाल्याची सूचना देणारा मेसेज मिळाला तेव्हा मला सुखद आश्चर्याचा धक्काच बसला ! हे कोणी केले ह्याची मला अजिबात कल्पना नाही कारण मी रीचार्ज करून घ्यायचा विचार करते आहे हे कोणालाही ठाउक नव्हते. माझ्यावर लक्ष ठेवून मला मदत करण्यासाठी मी ऋषींचे आभार मानते. ही अगदी अविश्वसनीय घटनाआहे!

– नंदिता पटेल

अलीकडे आम्ही एक लहान बाळ असलेल्या परिवारास भेट दिली. ते बाळ पलंगावर खेळत होते. आमचे संभाषण युगांकडे वळले. आपण पुन्हा एकदा सुवर्णयुगात पाऊल टाकत आहोत ह्यावर मी भर देत होते. आणि प्रत्येक वेळी जेव्हा मी अशा कोणत्या गोष्टीचा उल्लेख करायचे तेव्हा ते बाळ खेळायचे थांबवून माझ्याकडे पाहून मंदस्मित करायचे. पहिल्यांदा मला वाटले की हा माझा भ्रम आहे पण मी सत्य युगाबद्दल सांगताना प्रत्येक वेळी असे घडले!

– जस्प्रीत कौर

नुकत्याच झालेल्या ओरिएंटेशन वर्गात मला खूप छान अनुभव आले. फोटॉन बेल्टच्या प्रवासाच्या दरम्यान मी फोटॉन बेल्टच्या गाभ्यात बसले. काही वेळानंतर माझ्या अनाहत चक्रातून सोनेरी प्रकाश बाहेर पडताना दिसू लागला. मला माझ्या अनाहत चक्रावर दाब जाणवला. हा प्रकाश जगभर सगळीकडे पसरला आणि ह्या ऊर्जांमध्ये वसलेल्या प्रेमाची आणि कारुण्याची जाणीव मला झाली. 'रा' ध्यान करताना मी स्वत:ला वरील पिरॅमिडच्या तळात पाहिले. मी ऊर्जा शोषून घेतल्या आणि मला खूप हलके वाटले.

– सरोज सावळे

२१ फेब्रुवारीला शिव चेतनेचे ध्यान करत असताना माझी जाणीव अनेक पटीने विस्तारली. मला माझ्या कामासंबंधित समस्येवर उपायही सुचला आणि तो तंतोतंत लागू पडला. गुरुजींनी नंतर सांगितले की, ही मला परमेश्वराकडून मिळालेली मदत होती.

– रमेश दामोदरन

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