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 1 OCTOBER 2012 Rs. 25

चिंतन

महर्षी कृष्णानंद, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

एका व्यक्तीने मला विचारले, ''डिसेंबर २०१२ साठी आता फक्त तीनच महिने राहिले आहेत. होणाऱ्या बदलांसाठी तयार होण्यास मला ते पुरेसे आहेत का?'' एकदा एका व्यक्तीने माझ्या गुरुंना विचारले होते, की समर्पण करण्यासाठी किती वेळ लागत असतो? माझ्या गुरुंनी सांगितले होते की त्यासाठी एका मिनिटापेक्षाही कमी वेळ लागतो! त्यांनी स्पष्ट केले की, त्यासाठी तुम्ही प्रामाणिकपणे आणि पूर्णपणे तशी इच्छा करायला हवी. आणि मनात तशी इच्छा करण्यासाठी एका मिनिटापेक्षा जास्त वेळ लागत नाही.

डिसेंबर २०१२ च्या बदलाची तयारी ही एक आध्यात्मिक प्रक्रिया आहे. नवयुगात प्रवेश करण्यासाठी आपल्याला आध्यात्मिक बनावे लागेल. आध्यात्मिक बनणे म्हणजे चांगले बनणे, प्रामाणिक आणि शांतीपूर्ण बनणे होय. आध्यात्मिक बनण्याची निवड करण्यासाठी एका मिनिटापेक्षा जास्त वेळ लागत नाही. निवड करा आणि त्यावर अढळ राहा हेच मी प्रत्येकाला सांगत आलोआहे. लोक ऐकत आहेत आणि त्यासाठी प्रयत्न पण करत आहेत. काहींनी निवड केली आहे आणि काही प्रयत्न करत आहेत. काही निवड करतात आणि पुन्हा जगण्याच्या जुन्या पद्धती आचरतात. आणि पुष्कळ असेही लोक आहेत ज्यांना याबद्दल माहीत सुद्धा नाही.

ज्यांना डिसेंबरच्या घटनांबद्दल व निवडण्याच्या महत्त्वाबद्दल माहीत नाही, त्यांना सूक्ष्मपातळीवरील आपले प्रकाश कार्यकर्ते सूक्ष्मपातळीवर भेटत आहेत आणि तयार होण्यास मदत करत आहेत. जाणिवेच्या या पातळीवर कदाचित ते सूक्ष्मपातळीवरील अशा घटनांबद्दल अजाण असतील. पण, मी म्हणतो, ते तेवढे महत्त्वाचे नाही. कोणत्याही वेळी सूक्ष्म पातळीवरील घटनांबद्दल आपल्याला माहीत नसते. पण आपण सूक्ष्मपातळीवर आणि या पातळीवरही शिकवणूकीचे नकळत अनुसरण करत असतो.

ऋषी सूक्ष्मपातळीवर हजारो ठिकाणी वर्ग घेत आहेत आणि या वर्षाअखेर अपेक्षित प्रचंड बदलांसाठी लोकांना तयार करत आहेत. बरेच जण या नवीन सत्यांबद्दल जागरूक झाले आहेत. पुढारी लोकच असे आहेत की ते या संभाव्य बदलांचा स्वीकार करायला तयार नाहीत. पुढारी आणि सर्व व्यवस्थांची सत्ता ज्या लोकांजवळ आहे ते लोक या बदलांचा सगळ्यात शेवटी स्वीकार करतात. राजकीय, धार्मिक, शैक्षणिक, वैद्यकीय, सामाजिक इत्यादी व्यवस्था जर लवकर बदलल्या तर त्या हा मोठा बदल घडवून आणण्यात मदत करू शकतात. पण सद्य व्यवस्था त्यासाठी तयार नाहीत. असे नेहमीच घडत आले आहे की, सत्तेत असणाऱ्या थोड्या लोकांनीच युद्ध केले किंवा मानवजातीच्या कल्याणासाठी कार्य केले.

मला वाटते की, त्या सर्व व्यवस्था ज्या भ्रष्ट आहेत, त्या कोसळतील. त्या अशा टोकापर्यंत गेल्या आहेत की, आता त्या दुरुस्त होऊ शकत नाहीत. म्हणूनच विनाश टाळल्या जाऊ शकत नाही. व्यवस्थांचा विनाश आणि ज्या लोकांनी या व्यवस्थांना धरून ठेवले आहे त्यांचा विनाश.

२०१२ नंतरच्या जीवनासाठी काम करणाऱ्या आणि देखरेख करणाऱ्या ऋषींना या सगळ्याची जाणीव आहे. त्यांच्याजवळ २०१२ नंतरच्या जीवनाबद्दल योजना आहेत. ते कदाचित अशा योजनांचा उलगडा होऊ देतील किंवा होऊ देणारही नाही. पण हे मात्र नक्की की, ज्यांनी निवड केली आहे त्यांची काळजी घेतली जाईल. ■

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.

काही ठळक घडामोडी

- तपोनगर येथे महर्षी अमरांच्या महासमाधी निमित्त आयोजित केलेल्या कार्यक्रमाप्रसंगी पाच पुस्तकांचे प्रकाशन करण्यात आले – Light Body and Other Realities ह्या पुस्तकाचा कन्नड भाषेतील अनुवाद, Pyramid Revelations, Guruji Speaks Vol-6, Channelled Knowledge from the Rishis Vol-3 आणि iGuruji Vol-7.
- २५-८-२०१२ रोजी आनेकल येथे झालेल्या महर्षी अमरांच्या महासमाधी कार्यक्रमात ७० पेक्षा जास्त लोकांनी आणि २६-८-२०१२ रोजी तपोनगर येथे झालेल्या कार्यक्रमात ३५० पेक्षा जास्त लोकांनी भाग घेऊन गुरुजींकडून आशीर्वाद घेतले.
- गुरुजींच्या रविवारच्या व्याख्यानाचे वेबकास्ट नियमित ध्यान करणाऱ्या आणि अहवाल पाठवणाऱ्या विद्यार्थ्यांसाठी आहे. अहवाल निर्देशित वेळेवर न मिळाल्यास वेबकास्टची सुविधा काढून घेण्यात येईल.
- येथील नियमित विद्यार्थ्यांना सूचना मिळाल्यावर, त्यांनी त्वरित प्रकाशमार्ग आणि डोअरवेजच्या वर्गणीचे नूतनीकरण करावे.
- २० स्वयंसेवकांचा एक गट इंटरनेटवर "प्रकाशाद्वारे क्रांती" पसरवण्यासाठी अतिशय कार्यक्षमतापूर्वक काम करीत आहे.
- त्यांच्या मन:पूर्वक प्रयत्नांमुळे आम्ही फेसबुक, ट्विटर, यूट्यूब आणि इतर ब्लॉग्सद्वारे जेथे आम्ही नियमितपणे पोस्ट करतो, दहा लाखांपेक्षा अधिक लोकांपर्यंत पोहोचण्यात सक्षम झालो आहोत. हे ब्लॉग्स याप्रमाणे आहेत:
  http://lightchannelsworldmovement.wordpress.com
  http://lightchannelsworldmovement.blogspot.in
  http://www.speakingtree.in/swami.krishnananda
  http://www.tumblr.com/blog/lightchannels
- फेसबुक वर पण गुरुजींचे पान आहे आणि इतर पाने देखील आहेत. ती याप्रमाणे आहेत:
  http://www.facebook.com/ExperiencesofLightChannels (Fans Page)
  http://www.facebook.com/QuotesfromtheRishis (Fans Page)
  http://www.facebook.com/groups/lightchannelsworldmovement (Facebook Group)
- गुरुजींच्या रविवारच्या व्याख्यानातील महत्त्वाचे मुद्दे आपल्या ब्लॉग्सवर आठवड्यातून दोन वेळा पोस्ट केले जातात.
- यूट्यूब वर गुरुजींच्या रविवारच्या व्याख्यानातील महत्त्वाच्या मुद्द्यांवर लहान क्लिप्स प्रकाशित केल्या जातात. संपूर्ण जगातून ४०,००० पेक्षा जास्त लोकांनी हे व्हीडियोज् पाहिले आहेत. हे व्हीडियोज् याठिकाणी उपलब्ध आहेत:
  Youtube - Video channel name - ManasaFoundation
  Disclose TV - Video channel name - ManasaFoundation
- आम्ही वारंवार ट्विटरवर संदेश पोस्ट करत असतो. आमचे ट्विटर हॅण्डल @light_channel असे आहे.
- या व्यतिरिक्त आम्ही लिंक्डइन, गूगल+, ऑर्कुट आणि फ्लिकर मार्फत "प्रकाशाद्वारे क्रांती" ची जाणीव पसरवण्याचा प्रयत्न करीत आहोत.

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०८	सोमवार	कृष्णाष्टमी
१४	रविवार	शिवरात्री
१५	सोमवार	महालय अमावास्या
१६	मंगळवार	नवरात्रारंभ
२०	शनिवार	सरस्वती देवीचे पूजन
२२	सोमवार	दुर्गाष्टमी
२३	मंगळवार	महानवमी / आयुध पूजा
२४	बुधवार	यादशमी
२९	सोमवार	पौर्णिमा

तपोनगरातील कार्यक्रम

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

गुरुजींसोबत अनौपचारिक बैठक शनिवार, १३-१०-२०१२ रोजी सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत आयोजित करण्यात येईल. ह्यात भाग घेण्याची इच्छा असणाऱ्यांनी मानसा कार्यालयात आपले नाव नोंदवावे.

"लाईट चॅनल्स वर्ल्ड मूव्हमेंट" बद्दल वृत्तांत

- एका शाळेचे मुख्याध्यापक त्यांच्या शाळेतील विद्यार्थ्यांना प्रकाशाचे प्रवहन शिकवण्याबाबत फारसे इच्छुक नव्हते, परंतु एका सत्रासाठी त्यांनी कशीबशी परवानगी दिली. प्रकाश प्रवहनाच्या सत्रानंतर त्यांनी आपल्या स्वयंसेवकांना त्याच आठवड्यात आणखी तीन वेळा प्रकाश प्रवहनाचे सत्र आयोजित करण्याची विनंती केली! आणखी एका शाळेत, एका विशिष्ट वर्गातील विद्यार्थ्यांची खूप खोडकर आणि उपद्रवी म्हणून ख्याती होती पण जेव्हा आपल्या स्वयंसेवकांनी भेट देऊन त्यांना प्रकाश प्रवहनाबद्दल सांगितले तेव्हा त्यांनी शांतपणे ऐकले आणि प्रकाशाचे प्रवहन देखील केले!
- आपले स्वयंसेवक सोबत प्रकाश बाळगत असतात आणि हा प्रकाश इतर लोकांना कसा न कसा स्पर्श करतो आणि ते त्या प्रकाशाचा स्वीकार करत असतात.
- ऑगस्ट महिन्यात आपले स्वयंसेवक शेकडो शाळांना भेट देण्यात खूप व्यस्त होते. त्यांनी ५०० सत्रे आयोजित केली ज्यात १.७५ लाख मुलांनी प्रकाश प्रवाहित केला. ह्याशिवाय जवळजवळ दररोज चार लाख मुले त्यांच्या शाळेतील दैनिक प्रार्थनेच्या समयी नियमित प्रकाशाचे प्रवहन करत असतात. ■

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

मला माझ्यात खूप सकारात्मकता भरत असल्याचे आणि बहरत असल्याचे जाणवते. जेव्हाही मी प्रकाशाचे प्रवहन करते तेव्हा माझ्या डोक्यात तेजस्वी प्रकाश मी अनुभवते. मला ज्या अडचणींना तोंड द्यावे लागते त्या तशाच आहेत पण आता मला त्या खूप छोट्या वाटतात, आणि नकारात्मकतेचा किंवा इतरांनी माझ्याबद्दल केलेल्या आलोचनेचा माझ्यावर परिणाम होत नाही. मी परमानंदात असते.

– श्रीकला, बी. बी. एम. विद्यार्थिनी, शेषाद्रीपुरम कॉलेज, यलहंका

आम्हाला वर्गात खूप असाइनमेंट्स दिल्या होत्या. माझ्या सभोवतालचे लोक खूपच चांगले स्पर्धक होते. वित्तीय प्रणाली वरील एका प्रॉजेक्टवर आम्हाला प्रेझेंटेशन द्यायचे होते. मला कंप्यूटर ग्राफिक्स व इतर सिस्टम्सची फार माहिती नव्हती. मी प्रकाशास माझ्या अडचणीबद्दल सांगितले आणि प्रेझेंटेशनसाठी स्लाईड्स तयार केल्या. मी वेगवेगळ्या ठिकाणांहून माहिती गोळा केली, उदाहरणे दिली, आणि माझा आत्मविश्वास खूप वाढला. मी जेव्हा मंचावर उभी राहिले तेव्हा मी एक मिनिट प्रकाशाचे स्मरण केले आणि सारे काही व्यवस्थित पार पडले! माझे प्रेझेंटेशन अतिशय चांगले झाले! माझ्या शिक्षकांनी आणि मित्रांनी माझे कौतुक केले. हा एक चमत्कार होता! माझे प्रकाशावर प्रेम आहे. त्याने मला प्रचंड स्फूर्ती आणि आधार दिला आहे आणि तो माझ्या जीवनातील एक अनिवार्य भाग आहे.

– काव्याश्री आर., बी. कॉम.ची विद्यार्थिनी

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल सोमायाजी, अनुवाद : वैशाली जोशी

जन्माष्टमीच्या दिवशी भगवान श्रीकृष्णांचा अंश तपोनगरात, आणि त्याचबरोबर संपूर्ण जगात देखील पृथ्वीवर उतरला. जन्माष्टमीनिमित्त विशेष ध्यान आयोजित करण्यात आले आणि नंतर रात्री, रहिवासी आणि अनिवासी अशा दोन्ही तपोनगरकरांना सूक्ष्मदेहाने भगवान श्रीकृष्णांचा आशीर्वाद घेण्यासाठी वृंदावनात नेण्यात आले.

२५ ऑगस्ट ला महर्षी अमरांचे त्यांच्या तपोनगरात पुन्हा एकदा स्वागत करण्यात आले. जरी हा दिवस १९८२ साली पृथ्वीवरून त्यांच्या प्रस्थानाचा दिवस म्हणजेच पुण्यतिथीचा दिवस असला, तरी आता तो त्यांच्या ह्या कायमच्या निवासस्थानास भेट देण्याचा दिवस ठरला आहे. ते एंड्रोमेडा तारामंडलात एका पृथ्वीवर राहात असले तरी त्यांचे येथे देखील तपोनगरकरांच्या हृदयात वास्तव्य आहे. येथील प्रत्येक घरात मोठ्या श्रद्धेने त्यांचा फोटो लावलेला आहे. २६ ऑगस्ट, रविवारी, महर्षी अमरांच्या महासामाधीनिमित्त स्मरणोत्सव करण्यात आला. सर्व तयारी वेळेवर झाली, पाच पुस्तके प्रकाशित करण्यात आली आणि ३५० पेक्षा अधिक ध्यानसाधकांनी गुरुजींकडून वैयक्तिक आशीर्वाद घेतले.

तपोनगराची तहान भागवण्यासाठी पावसाच्या सरी अजूनही येणे बाकी आहेत. तरीही पाण्याच्या टंचाईची समस्या नाही. प्रत्येक कुटुंबास जितके जरूरी आहे तितके जेमतेम पाणी मिळते.

तपोनगरवासियांनी नेहमीप्रमाणे रहिवाशांच्या भेटीनंतर एकत्र रात्रीचे जेवण केले. दुसऱ्या दिवशी श्री. चंद्रन यांच्या गृहप्रवेशानंतर आणि नंतर एक दिवस सोडून श्री. भागवत कुमार यांच्या सुंदर घरी, एकत्र दुपारच्या जेवणाचा आनंद घेतला. या सर्व संस्मरणीय मेळाव्यात गुरुजींसोबत वार्तालाप करताना ऋषींच्या या परियोजनेत आपल्या भूमिकेबद्दल नवीन अंतर्ज्ञान मिळाले. तपोनगर गुरुजींच्या प्रकाशात जगते, आणि त्यांच्या मार्फत महर्षी अमरांच्या प्रकाशात देखील. ■

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: सुनिता देशपांडे)

५–०८–२०१२

एका व्यक्तीने फार उमदे निरीक्षण केले. तो मला म्हणाला की तपोनगरात वास्तव्य करणारे लोक अगदी सर्वसामान्य वाटत असले तरी वरवर पाहता अगदीच सामान्य वाटणारी ही लोक अचानक एखाद्या देवदूतासारखी खूप उदात्तपणे वागतात. आणि अशा लोकांचे आपण कौतुक करायला हवे. असे तपोनगरात आणि संपूर्ण जगात सुद्धा घटत आहे. लोक मला विचारतात, 'मी प्रकाशाची निवड केली आहे हे मला कसे काय समजेल?' जेव्हा लोक, क्वचितच का असेना, असे उदात्तपणे वागतात, तर त्याचा अर्थ आहे की, त्यांनी प्रकाशाला निवडले आहे.

सर्व व्यवस्था कोसळल्यानंतर काय करता येईल याबद्दल विचारणी करणारा एक लांबलचक मेल एका व्यक्तीने मला लिहिला. २०१२ सालानंतर काय, ह्याबद्दल त्याला बरेच काही जाणून घ्यायचे होते. आपण संभाव्यतेबद्दल बोललो आहोत. बऱ्याच गोष्टी अजून ठरायच्या आहेत; जसे कितपत विनाशाला परवानगी द्यायची, विनाश व्हायला हवा किंवा नाही. आपल्याला प्रचंड प्रमाणात ज्ञान, तंत्रे, ऊर्जा आणि २०१२ साला अखेरच्या घटनांना सामोरे जाण्यास सज्ज राहण्याकरिता खूप सोप्या व सुस्पष्ट सूचना दिलेल्या आहेत. आध्यात्मिक होणे आणि चांगुलपणा जोपासणे, इतकेच पुरेसे आहे. आपण तरून जाऊ किंवा आपली काळजी घेतली जाईल. प्रत्येक मनुष्यप्राण्याशी स्वतंत्रपणे संपर्क साधल्या जाईल, अशा परिस्थितीची मी कल्पना करत आहे. ऋषींजवळ बऱ्याच योजना आहेत. कोणत्या योजनेचे ते अनुसरण करतील हे आपल्याला माहीत नाही. आपल्यापैकी किती जण प्रकाशाची निवड करतील आणि बदलतील यावर ते अवलंबून आहे. मी त्या व्यक्तीला लिहिले की त्याने धीर ठेवावा आणि आध्यात्मिक व्हावे. आणखी एक भाग आहे, ज्याचा २०१२ सालाच्या घटनांशी संबंध नाही. सूक्ष्मजगात प्रत्येक दिवसाला प्रत्येक मिनिटाला बऱ्याच गोष्टी घडत असतात. त्यातील कदाचित ९८% गोष्टी आपल्याला कळणार सुद्धा नाहीत. आणि त्याबद्दल आपल्याला खेद पण वाटण्याची आवश्यकता नाही कारण त्या माहिती असण्याची आपल्याकडून अपेक्षा सुद्धा नाही. शरीराला मर्यादा असतात. आपण उच्च पातळीवरील सत्ये आत्मसात करू शकत नाही. फक्त तेव्हाच तुम्हाला ते समजेल जेव्हा तुम्ही अशा लोकांना भेटाल ज्यांनी त्यांचे शरीर सोडले आहे. ते म्हणतात, "अरे बापरे, समजून घेण्यासाठी किती आहे. मी आनंदी आहे की, मी शरीर सोडले." शरीराने आपल्याला पंगु केले आहे, आंधळे बनवले आहे. म्हणूनच आपण सूक्ष्मदेहाने शरीराच्या बाहेर पडणे जरूरी आहे. सूक्ष्म पातळीवर आपल्याला बऱ्याच गोष्टींचे आकलन होत असते पण आपण जेव्हा परत आपल्या स्थूल शरीरात येतो तेव्हा कदाचित त्या गोष्टींचे आपल्याला स्मरण राहत नाही. आणि त्याची आवश्यकता पण नसते. पण, हे लक्षात घेणे पण फार महत्त्वाचे आहे की तिथे आपण जे जाणतो आणि अनुभवतो त्याचा आपल्या या जीवनावर कसा ना कसा प्रभाव पडत असतो.

१९–८–२०१२

इथे बोलल्या गेलेला प्रत्येक शब्द आणि वाक्य आचरणात आणल्या जावे हे अपेक्षित आहे. हे मी फार काळापासून सांगत आलो आहे की आपल्याला काही सांगण्यापूर्वी ऋषी प्रथम त्याचा अभ्यास करतात, त्यावर बराच काळ, कधी कधी तर हजारो वर्षे प्रयोग करतात आणि शक्य तितके सोपे करून मगच आपल्याला सांगतात. इथे जे काही आम्ही बोलतो ते सर्व अभ्यास करण्याजोगे असते. हा मार्ग म्हणजे मानवतेला आतापर्यंत मिळालेली सर्वोत्कृष्ट संधी आहे. मी माझे काम करतो आहे. त्याचा तुम्ही उपयोग करून घेता किंवा नाही त्याची मी काळजी करत नाही. कधी लोक मला प्रश्न विचारतात ज्याचे उत्तर त्यांना माहीत असते. कधी कधी मला वाटते की ही प्रश्न फक्त माझ्या सहनशक्तीची परीक्षा घेण्यासाठी विचारण्यात येतात.

अप्रकट परमेश्वरातून झालेले प्रकाश हे पहिले प्रकटीकरण आहे. काळोख नंतर बाहेर पडला. काळोख हा प्रकाशाची अनुपस्थिती नव्हे. हे जाणून घेणे फार महत्त्वाचे आहे. काळोख हे एक विशेष अस्तित्व आहे. जसे प्रकाशाचे अस्तित्व आहे तसेच काळोखाचेही अस्तित्व आहे. हा काळोख म्हणजे ऊर्जेचे एक क्षेत्र असते. तुम्ही प्रकाशाच्या मागावर राहा, प्रकाशाचा अनुभव घ्या. अंधार त्याचे काम करेल – तो तुमच्या मनात शंका निर्माण करेल, गोंधळ माजवेल, खास करून तेव्हा, जेव्हा तुम्ही पुस्तकं वाचाल. तो आपल्याला प्रकाशाकडे जाण्यापासून थांबवायचा प्रयत्न करतो, आपल्याला विचलीत करतो.

तुम्ही तुमच्या सभोवती बऱ्याच विचित्र गोष्टी घडतांना पाहताच आहात. हाच टर्ब्युलंस आहे, खळबळ किंवा गोंधळ आहे. कदाचित त्याचा आपल्याला प्रत्यक्षरीत्या तडाखा बसणार नाही पण प्रत्येकालाच त्याचा स्पर्श होईल. आपल्याला ध्यान करून, समजून आणि जास्त विस्तारित होऊन याकरिता सज्ज व्हावे लागेल. तेव्हाच कुठे तुम्ही कोणत्याही परिस्थितीचा स्वीकार करू शकाल, तिला तोंड देऊ शकाल. ही एक परीक्षा आहे हे आपण समजायला हवे. नैतिक दृष्ट्या जर तुम्ही सक्षम असाल तर तुम्ही योग्य निर्णय घ्याल आणि त्याचा पाठपुरावा कराल. याबद्दल जर तुम्ही जागरूक नसाल तर तुम्ही फशी पडाल आणि तुम्हाला दुःखातून जावे लागेल. दक्ष राहण्याचा, जागरूक राहण्याचा व विस्तारित राहण्याचा हा काळ आहे. प्रेमाच्या प्रकाशात जगा. जेव्हा तुमच्यात प्रेम असेल, विवेक असेल, तेव्हाच तुम्ही प्रामाणिक असाल, तुम्ही बरोबर असाल आणि तेव्हाच तुम्ही धाडसी राहून योग्यरीत्या जीवन जगाल.

२६–०८–२०१२

काय बोलायचे किंवा नाही यावर चर्चा करत नसूनही, पाच किंवा जास्त जणांनी इथे भाषण दिले तरी मुद्द्यांची पुनरूक्ती होत नाही. ते वेगवेगळ्या मुद्द्यांवर बोलतात. हे आश्चर्यच आहे. यावरून हे कळते की एक उच्च प्रज्ञा आहे जी आपल्या सर्वांच्या माध्यमातून कार्य करते.

तीस वर्षांपूर्वी महर्षी अमर आपल्याला सोडून गेले. त्या दिवसापासून जेव्हाही मी त्यांच्याशी संपर्क साधला तेव्हा प्रत्येकवेळा त्यांनी मला मार्गदर्शक संकेत किंवा विलक्षण ज्ञान दिले. या सर्व वर्षांमध्ये मला कधीही माझ्या गुरुंची अनुपस्थिती जाणवली नाही कारण ते नेहमीच माझ्या संपर्कातहोते. त्यांच्या ऊर्जा सदैव माझ्यासोबत आहेत. ते मला परिपूर्ण अशा सूचना आणि मार्गदर्शन देत असतात. ते प्रत्येकासाठी उपलब्ध आहेत. एकांतात बसून त्यांच्याशी बोलण्याच्या प्रयत्न करा, त्याची सवय लावण्याचा प्रयत्न करा. हे शक्य आहे.

आपण म्हणतो की ज्ञान म्हणजे शक्ती आहे. ज्ञान म्हणजे विवेक नव्हे. एक नवा मुद्दा ज्याचा मला उलगडा करवण्यात आला, तो म्हणजे, प्रेम ज्ञानाला विवेकात बदलते. जर तुमच्याकडे प्रबळ उत्कट प्रेम असेल तर तुम्ही नकारात्मक निष्पन्नांना सुद्धा विवेकात बदलू शकता. अशाच प्रकारे तुमच्यात परिवर्तन घडत असते. म्हणूनच प्रेम तुमचा गुरू होऊ शकतो. प्रयोग करून बघा आणि आजपासून प्रत्येक क्षण महान प्रेमाला सोबत बाळगून जगायला सुरू करा. प्रेमामुळे सुसंपन्नता येते, प्रेम आपल्या सगळ्या विवंचना सोडवतो.

या पृथ्वीवर, साहजिकच अनेक आध्यात्मिक गट आहेत. काही गट हे लहान आहेत आणि ही दुःखाची बाब आहे की, जेव्हा गुरुंचे देहावसान होते, तेव्हा त्या गटाचे विघटन होते. लोक इतर मार्गांकडे वळतात. आणि गुरुंना लोक विसरतात. पण असेही काही गुरु आहेत ज्यांचे खूप मोठ्या प्रमाणात अनुयायी आहेत. अशा गुरुंच्या देहावसानानंतर पुष्कळदा त्यांचे अनुयायी त्यांची शिकवण अंगी बाणवतात आणि लोकांमध्ये पसरवतात. गुरु अनुयायांच्या माध्यमातून जगत असतात. गुरु त्यांच्या ऊर्जा ठेवून जातात. या

गुरुजी उवाच

(गुरुजींच्या रविवारच्या व्याख्यानातील वेचे)
(संकलनः शोभा राव; अनुवादः सुनिता देशपांडे)

ऊर्जांमध्ये त्यांची शिकवण असते. कधी कधी अशा ऊर्जा शेकडो वर्षांपर्यंत असतात. जरी गुरु कदाचित दुसऱ्या तारामंडळात किंवा पृथ्वीवर असले तरी तुम्ही त्यांच्या ऊर्जांपासून त्यांच्या मूर्त स्वरूपाला आवाहन करू शकता. अशावेळी त्यांचे रूप अवतीर्ण होऊन तुमचे मार्गदर्शन करेल.

साधारणपणे जेव्हा गुरु देह ठेवतात, तेव्हा त्यांच्या ऊर्जांमधील प्रेम आणि ज्ञानामुळे आणखी जास्त अनुयायी येतात आणि त्यांची संख्या वाढत जाते. फक्त एका गुरुलाच माहीत असते की, त्यांचे त्यांच्या शिष्यांप्रती किती प्रेम आहे. देहात असताना किंवा देहत्यागानंतर सुद्धा गुरु आपल्याकडे लक्ष ठेवून असतात. पण आणखीही अशा प्रकारचे गुरु आहेत, माझे गुरु महर्षी अमरांसारखे, ज्यांचे नाव पुराणात कोरलेले आहे. ते आपल्याला भेटत राहतात, आपल्या आध्यात्मिक प्रगतीकडे लक्ष ठेवून असतात, आपली मदत करतात आणि लाखो वर्षांपर्यंत आपले नेतृत्व करतात. अमर हे अगदी योग्य नाव आहे. सर्वच ऋषी हे अमर आहेत.

मला आनंद आहे की, माझ्या सोबत असे काही लोक आहेत जे माझ्यापेक्षा जास्त प्रतिभावान आहेत. अशा या लोकांमुळेच आपल्याकडे ही स्ट्रक्चर्स आहेत, या इमारती आहेत. आपण वेबकास्ट करू शकत आहोत. गुरुची कोणतीही अपेक्षा नसते. पण तुम्ही प्रगती करायला हवी – त्वरित किंवा हळू, त्याला हरकत नाही. हीच खरी 'गुरुदक्षिणा'. हे म्हणजे एखाद्या मार्गात प्रवेश करून एका वाहनात बसण्यासारखे आहे. गुरु ते वाहन आहे जे तुम्हाला सुरक्षितपणे मुक्कामापर्यंत पोहोचवते. तुम्ही फक्त त्यांच्या मार्गात सामील व्हा, तेवढेच पुरेसे आहे. प्रेम आणि ध्यान हे काही भिन्न नाहीत. तुम्ही देवावर प्रेम करायलाच पाहिजे आणि तुम्ही तुमच्या गुरुंवर पण प्रेम करायलाच हवे. तुम्ही स्वतःवर पण प्रेम करायलाच हवे. तुम्ही जेव्हा स्वतःवर प्रेम करता तेव्हा तुमच्या ध्यानाचा दर्जा बदलतो. येणाऱ्या सर्व जन्मांमध्ये गुरु तुमच्यावर प्रेम करतच राहतात. 'मी दुसऱ्या गुरुंकडे जातो आहे' असे तुम्ही म्हणेपर्यंत ते तुमची काळजी घेत असतात.

तुम्ही गुरुंना व त्यांच्या व्यक्तिमत्त्वालाही समजून घ्यायला हवे. त्यांची शिकवण समजून घ्यायला हवी आणि शक्य असेल तर, तुमचे जीवन अडचणीत न टाकता त्यांची शिकवण पसरवण्याचा प्रयत्न करायला हवा. कोणत्याही अपेक्षा न ठेवता आणि कोणत्याही अटींशिवाय तुम्ही त्यांचा प्रकाश इतरांपर्यंत पोहोचवा.

साधारणपणे लोक मृत्युबद्दल बोलत नाही, विशेष करून तेव्हा, जेव्हा ते म्हातारे होतात. जेव्हा जन्म आहे तेव्हा मृत्यु पण आहेच. आपण मेल्यानंतरही आपले खोलवर असलेले संबंध तुटत नाहीत. मी पूर्वी हे खूपदा सांगितले आहे की ह्या आधी आपण भेटलो होतो आणि पुढे पण आपण भेटू, ह्याची मला आशा वाटते.

शरीर सोडल्यानंतर आपल्या क्षमता विस्तारित होतात. सूक्ष्म जगातून आपण जास्त पाहू शकतो. कोणत्याही मुद्द्याबद्दल, मृत्युबद्दल सुद्धा आपल्याला जास्त कळते, जास्त समजते. काही लोक, त्यांनी त्यांचे जीवन वाया घालवले, म्हणून पस्तावा करतात. जेव्हा पुन्हा ते जन्म घेतील, तेव्हा परत त्यांना ते सर्व जगण्यासाठी संधी दिल्या जातात, जे त्यांना जगायचे होते. आपला जीवनक्रम आपल्या कार्मिक नोंदींप्रमाणे ठरवण्यात येतो. ऋषींचे म्हणणे आहे की, ते कर्म–विपाकाच्या कायद्यांमधे काही बदल करत आहेत. हा एक विलक्षण उलगडा आहे. एखाद्या व्यक्तिला त्याच्या कर्मांप्रमाणे एका ठराविक जीवनक्रमात चालावे लागणार आहे, पण त्याला उच्च जीवनक्रमाप्रमाणे जगण्याची इच्छा आहे. तो त्यासाठी पात्र नसेल, कारण त्याने चूक केली आहे आणि त्याला वाईट कर्मांच्या परिणामांमधून जावे लागणार आहे, पण परमेश्वर फार दयाळू आहे. एकदा का त्याने ध्यान करणे सुरू केले, जास्त समजून घेतले, तर तो लगेच ऋषींकडे जाऊन काम मागेल. अशा प्रकारचा मार्ग निवडण्याचे सुद्धा बरेच लाभ आहेत.

आध्यात्मिक मार्गावर चालणाऱ्या एखाद्या प्रामाणिक आणि सचोटीवान व्यक्तीला जीवनातील आध्यात्मिक आणि भौतिक भागांमध्ये समतोल राखणे कदाचित कठीण जात असेल. प्रकाश बाळगा; प्रकाश तुम्हाला आजच्या परिस्थितीसाठी सूत्र सांगेल, उद्याचा दिवस वेगळा राहू शकतो. तुम्ही जेव्हा उच्च पातळीवर प्रवेश करता आणि तेथे साधना करण्याचा प्रयत्न करता आणि परत जेव्हा तुम्हाला या पातळीवरील जीवनाला सामोरे जावे लागते तेव्हा दोन्हींमध्ये समतोल राखण्यासाठी संघर्ष आणि अडचणी तर राहतीलच. पण तुम्ही समतोल ठेवू शकता कारण तुमच्याकडे आध्यात्मिक विवेक असते. जसजसे तुम्ही ध्यानात प्रगती कराल, तुम्ही आणखी एका उच्च पातळीला स्पर्श कराल, दुसरी आध्यात्मिक पातळी गाठाल. मग तुम्हाला नवीन प्रकारच्या संघर्षांना सामोरे जावे लागेल. जेव्हा तुम्ही अशा स्थितीत असाल, तेव्हा माझ्याकडे या. तसेच, जेव्हा तुम्ही प्रगती करता, उच्च स्तर गाठता, तेव्हा तुमच्या कुटुंबावर परिणाम न करता सुखी जीवन जगत तुम्हाला सर्व स्तरांशी समतोल राखून जगायला पाहिजे. भविष्यात नवीन आव्हानं असतील आणि खळबळ राहील. ही एक संधी असेल. तुम्ही प्रेम बाळगत असाल, तुमच्यात चांगुलपणा असेल, प्रामाणिकता आणि शांती तुमच्यात असेल तर तुम्ही कोणत्याही समस्याचे निराकरण करू शकाल. चला आपण योग्य रीतीने, शांतीपूर्णतेने, जाणीवपूर्वक एकही चूक न करता जीवन जगू या. जेव्हा तुम्हाला तुमची चूक समजते, तेव्हा ती परत करू नका. नेहमी प्रेम बाळगा, ते प्रेम जे येशू ख्रिस्ताने शिकवले होते. काही महिन्यात आपली आध्यात्मिक गाळणी होईल.

डिसेंबर २०१२ ला तोंड देण्याकरता आणि त्यामधून सहीसलामत बाहेर पडण्यासाठी मी एक ॲक्शन प्लान दिला होता. आज तुम्हाला एक नवीन, खूपच शक्तीशाली तंत्र दिल्या जाणार आहे. कोणत्याही दिशेकडे तोंड करून बसा. तुम्ही झोपूनही ह्या तंत्राचा अभ्यास करू शकता. डोळे बंद करा आणि स्वस्थ बसा. कल्पना करा तुम्ही सूर्याच्या आत मध्यभागी आहात, आणि सर्व बाजूंनी प्रखर निळ्या रंगाचा प्रकाश तुमच्याकडे येत आहे. त्याला ग्रहण करा. फक्त एकाच गोष्टीसाठी सूर्यदेवतेची प्रार्थना करा, 'माझे शरीर, मन आणि बुद्धी शुद्ध करा, मला तुमच्या सारखे परिशुद्ध बनवा.' इतकेच पुरे आहे. जेव्हा तुम्ही शुद्ध होता तेव्हा तुम्ही महान प्रेम बाळगत असता. तुमचे शरीर निरोगी असेल, तुमचे मन फक्त शुद्ध भावनांना प्रकट करेल आणि बुद्धी फक्त महान विचारांची निर्मिती करेल. दिवसातून केव्हाही कमीत कमी सात मिनिटांसाठी, याचा सराव करा. तुम्ही जास्त काळासाठी – अर्धा ते एक तासापर्यंत पण याचा सराव करू शकता. प्रकाशशरीर बनवण्यासाठी ही पहिली पायरी आहे. ही महर्षी अमरांकडून भेट आहे. हे तंत्र तुम्ही कोणाला पण सांगू शकता. पण तुमच्या विवेकाच्या मदतीने ते ठरवा.

मी माझ्या कामाची पुनर्बांधणी करतो आहे. डिसेंबरशी निगडीत बरीच कामे मला हातावेगळी करायची आहेत. यानंतर, माझ्या वतीने जयंत सर्व ई–मेल्सची उत्तरं देईल. मी वैयक्तिकरीत्या पण जयंतच्या मार्फत इ–मेल्सची उत्तरे देईन. तो माझ्याशी नेहमी विचारविनिमय करेल.

आम्ही पाच पुस्तके प्रकाशित केली. त्यातील पिरॅमिड बद्दलच्या एका पुस्तकात दुर्मिळ माहिती आहे. त्यात विलक्षण नवे मुद्दे आहेत, उदाहरणार्थ – सर्व पिरॅमिड्स एकमेकांना जोडलेले आहेत. तुम्ही वाचून, समजून आनंद घ्या. अभिलाषिताला सूक्ष्मरूपात गीजा पिरॅमिडला जायला, तिथे बसायला आणि पिरॅमिडशी बोलायला सांगितले होते. ती ते करू शकली ! ■

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.

"प्रकाशाद्वारे क्रांती" या आपल्या ब्लॉगवर लोकांच्या टिप्पण्या

संकलन : जयंत देशपांडे, अनुवाद : वैशाली जोशी

"देवाकडून मिळालेल्या भेटी कोणत्या?", या शीर्षकाच्या आपल्या पोस्टवर

सर्व काही, सर्व काही, सर्व काही... खरोखर !

– बेवर्ली पेन्नेल, अॅटलांटा, जॉर्जिया, यु. एस.; फेसबुक वर

प्रत्येक चांगली वस्तू देवाकडून येते, विशेषकरून आपण जे त्याच्या कल्पनेप्रमाणे निर्माण झालो आहोत.

– लिंडा रेनिंगर, ईरी, पेन्सिल्वेनिया, यु. एस.; फेसबुक वर

गुरुजी एक खूपच छान शिक्षक आहेत! ते खरंच किती मृदु आणि कनवाळू शिक्षक आहेत! "प्रत्येक गोष्ट देवाकडून मिळालेली भेट आहे!" होय. हे पोस्ट मला पाठवल्याबद्दल आपले आभार. दिवसाची सुरुवात करण्याची ही फारच सुंदर पद्धत आहे !

आपल्याला दररोज जितका आणता येईल तितका प्रकाश आपल्या ह्या मौल्यवान पृथ्वीसाठी जरूरी आहे! मला हे तंत्र खूप आवडते आणि मी विश्वाच्या हीलिंगसाठी ह्याचा रोज वापर करते आहे!

– रोज विन्स्टॅन्ली ट्रेफ्ज; फेसबुक वर

"या जगात देव दुष्ट शक्तींना का जागा देतो", या शीर्षकाच्या आपल्या पोस्टवर

दुष्ट प्रवृत्तींना आपण जागा देत असतो.

– क्रिस मॅझिल; फेसबुक वर

तो दुष्ट शक्तींना जागा देत नाही. इच्छास्वातंत्र्यामुळे आपण त्यांना जागा देतो. देव म्हणजे फक्त प्रेम आहे. आपण आपल्यातील व इतरांमधील प्रेम वाढवून दुष्टाचा पराभव करू शकतो.

– टेरी मेरी कॉन्ट; फेसबुक वर

द्वैताच्या पूर्तीसाठी एकाच्या अस्तित्वाशिवाय दुसरे राहू शकत नाही. वर्तमान रचनेच्या पलीकडे जाण्यासाठी द्वैताच्या पलीकडे जाणे हेच आपल्या जीवनाचे ध्येय असायला हवे.

– लॅरी डाल्टन; फेसबुक वर

अगदी बरोबर. जीवन हे अनुभवांविषयीच आहे. अनुभवांचे क्रीडाक्षेत्र निर्माण करण्यासाठीच आपल्याला चांगले आणि वाईट, सकारात्मक आणि नकारात्मक ह्या दोन्हींमध्ये निवड करण्याची क्षमता दिली गेली.

– जॉन स्पेक्टर फ्रेजर; फेसबुक वर

दुष्टपणा जर नसता तर तुम्ही चांगल्याचे मोजमाप कसे केले असते?

– रे अॅण्डर्सन; फेसबुक वर

आपण खरंच जर आपल्या आयुष्यातील घटनांकडे पाहिले तर आपल्या लक्षात येईल की, कठीण, अंधारमय आणि त्रासदायक गोष्टींनीच आपल्याला जास्त खंबीर बनवले आहे आणि आपली वृत्ती सुधारली आहे.

– डेल्फाइन एस. पिलर; फेसबुक वर

आपण सर्व देवाची स्फुल्लिंगे आहोत. ही पृथ्वी एक शाळा आहे आणि चांगले आणि वाईट ह्यांमध्ये राहूनच आपण धडे शिकू शकतो. तुमचे आयुष्य जर कठीण गेले असेल तर तुम्ही जास्त खंबीर होता. दु:ख आणि व्यथा आपल्याला धडे शिकवण्यासाठीच असतात.

– बार्बरा जॉन्स, गोल्ड कोस्ट, क्वीन्स्लॅण्ड, ऑस्ट्रेलिया; फेसबुक वर

माझ्या मते सर्वकाही देव आहे, देव सर्वांचा निर्माता आहे.

आपण येथे प्रेमाचा शोध घेण्यासाठी आहोत. आपल्याला जेव्हा प्रेमाचा शोध लागतो आणि आपल्या अंतर्मनातील प्रेमाशी जेव्हा आपण जुळतो, तेव्हा आपल्याला देव देखील मिळतो. प्रेमाद्वारे देवापर्यंत पोहोचता येते आणि देव प्रेमाच्या माध्यमातून बोलत असतो. आपण जेव्हा प्रेमाच्या संपर्कात नसतो तेव्हा देवाशीही आपला संबंध तुटल्यासारखे आपल्याला वाटते.

– राफायल मॅबो; फेसबुक वर

"सत्संगाचा खरा अर्थ काय?", या शीर्षकाच्या आपल्या पोस्टवर

हे किती खरे आहे. एखाद्या आध्यात्मिक समुदायाशी संबंधित असणे हा जरी एक उत्कृष्ट अनुभव असू शकतो तरी आध्यात्मिक प्रगतीसाठी हे नेहमीच आवश्यक नसते. गुरू आणि इतर भक्तांशी आपले नाते, आपल्याला आपला आंतरिक प्रवास समजून घेण्यास मदत करते. कधीकधी एखाद्याचे लक्ष त्याच्या आध्यात्मिक प्रगतीकडे आणि साधनेकडे नसून समुदायाच्या सामाजिक बाजूंकडे जास्त राहू शकते. एकांतात वेळ घालवल्याने कदाचित आंतरिक प्रगतीकडे लक्ष घालण्यास मदत मिळू शकते.

– सिन्थिया डायॅन केरी; फेसबुक वर

प्रश्नोत्तरे

संकलन: शोभा राव, अनुवाद: सुनिता देशपांडे

प्र. फक्त प्रकाश प्रवहन केल्याने आपल्याला मुक्ती मिळू शकते का, की आणखी प्रगत तंत्रांचे अवलंबन आपल्याला करावे लागेल ?

उ: होय. प्रकाशाचे प्रसारण जर तुम्ही योग्यरीत्या केले तर; म्हणजे प्रकाशाला तुमच्या मधून जाऊ देऊन संपूर्ण विश्वभर पसरवले तर. असे करताना तुम्ही प्रकाशाचा अनुभव पण घ्याल. ही फार महत्त्वाची गोष्ट आहे. ह्याचात ध्यान आणि प्रकाश प्रवहन असे दोन्ही होत असते. प्रकाशात शांती, प्रेम, सर्वकाही सामावलेले असते. म्हणूनच जेव्हा प्रकाशाचा तुम्ही अनुभव घेता तेव्हा तुम्ही या सर्वांचा अनुभव घेत असता. आपले कर्म दूर करून आपल्याला मुक्ती मिळवून देण्यात आपली मदत करण्यास हे पुरेसे आहे.

प्र: प्रकाशाचे प्रवहन हे शारीरिक कसरतीच्या आधी करणे चांगले की नंतर ?

उ: तुम्हाला जसे जमेल तसे तुमच्या सोयीने तुम्ही ते करू शकता.

प्र: परीक्षेचा पेपर सोडवण्यासारख्या, मनावर ताण आणणाऱ्या एखाद्या घटनेपूर्वी प्रकाशाचे प्रवहन मी करू शकतो का?

उ: तुम्ही करू शकता. पण तुम्ही प्रकाशाला नेहमी तुमच्या सोबत बाळगू शकता. प्रकाश मदत करतो.

प्र: आपल्या सभोवतालच्या लोकांची आपल्यावर पडलेली छाप आपण कशी काय पुसून काढावी?

उ: तसे घडू देऊ नका. आपण जेव्हा ध्यान करतो तेव्हा आपल्याला आंतरिक शक्ती मिळते. ती आपल्याला सुज्ञ बनवते, आणि बरोबर आणि चूक यांमधील भेद करण्यात आपली मदत करते. मग जर का कोणी आपल्यावर छाप पाडण्याचा प्रयत्न केला तर, ते आपल्या लक्षात येईल. जर ते योग्य नसेल तर आपण छाप पडू देणार नाही.

प्र: आपण वाईट विचारांना कसे काय हाताळावे ?

उ: असे नका समजू की ह्या नकारात्मक किंवा वाईट विचारांचा उगम तुमच्या आत आहे. ते आपले विचार नसतात. आपण त्यांना नाकारायला हवे. आणि तुम्ही सतत तुमच्यासोबत प्रकाशाला बाळगायला हवे. मग काहीच चुकीचे किंवा वाईट तुमच्याजवळ फिरकणार सुद्धा नाही.

प्र: जेव्हा आपण बेशुद्ध असतो तेव्हा आपले मन कुठे जात असते ?

उ: जेव्हा आपण बेशुद्ध होतो, तेव्हा आपले मन कुठेच जात नाही. आपली जाणीव एकतर आपल्या अचेतन किंवा सुषुप्त मनाकडे जाते किंवा ती या सर्वांच्या पलीकडे, मनाच्याही पलीकडे जाते.

प्र: सत्संग म्हणजे काय?

उ: हा एक संस्कृत शब्द आहे. सत म्हणजे सत्य. संग म्हणजे त्याच्या संगतीत असणे. तुम्ही प्रकाशाला सोबत बाळगा. जर तुम्ही प्रकाशाला तुमच्या आत बाळगत असाल तर तुम्ही 'सत'च्या सोबत असाल. तो खरा सत्संग होय. देवत्वाशी संलग्न असणे, एकट्याने किंवा इतरांच्या सहवासात; हरकत नाही. हा सत्संग होय. जर तुम्ही आकाशाकडे पाहिले आणि त्याच्या विस्तीर्णतेचे कौतुक करण्याचा प्रयत्न केला, आकाशाला अनुभवण्याचा प्रयत्न, तर त्याला सत्संग म्हणता येईल. सत्संगचा सर्वोच्च मार्ग किंवा पातळी म्हणजे जेव्हा तुम्ही एकटे असता आणि ध्यान करत किंवा चिंतन करत परमेश्वरासोबत संलग्न राहण्याचा प्रयत्न करता. इतर सत्संग जसे प्रवचनं, भजन हे एका विशिष्ट पातळीचे असतात.

प्र: विपुलता म्हणजे काय ?

उ: साधारणपणे आपल्याला वाटते की, भरपूर भौतिक संपत्ती असणे म्हणजे विपुलता असते. ते चूक नाही. विपुलता ही भौतिक भागाशी संबंधित नसून आध्यात्मिक भागाशी संबंधित असते. जर तुमच्या मनात शांती आहे आणि तुमच्याजवळ सर्वांसाठी आणि सर्व सृष्टीसाठी महान प्रेम असेल तर तुमच्याजवळ विपुलता असेल. जर तुमचे विचार व भावना विस्तारित असतील तर तुमच्याजवळ विपुलता असेल. विपुलता म्हणजे एकप्रकारचे समाधान असणे सुद्धा आहे. समाधानता हे एक आध्यात्मिक सत्य आहे. एखाद्याजवळ भरपूर पैसा, संपत्ती असेल आणि तरी पण तो संतुष्ट नसू शकतो. जर तुम्ही प्रकाशाला नेहमी सोबत घेऊन चालाल तर तुम्ही विपुलतेने अनुग्रहीत आहात. विपुलता म्हणजे देवत्वाशी एकसूर राहणे. ■

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)

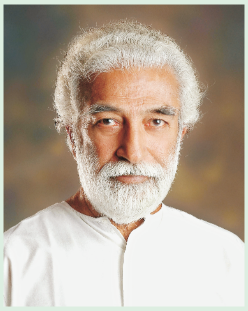
द वर्ड बुक शॉप, कँप (फोन: २६१३३११८, ३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)

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

यशवंत प्रकाशन, सदाशिव पेठ (फोन:२४४७०५३३)

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

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)

मागील दीड महिना माझ्याकरिता फारच कठीण होता. आम्हाला कार्यालयात दररोज, अहोरात्र आणि अगदी सुट्टीच्या दिवशी देखील काम करावे लागत होते. पण मला या गोष्टीचा अजिबात त्रास झाला नाही. या काळादरम्यान, हाती घेतलेली सर्व कामे मी वेळेवर पूर्ण करू शकलो व माझी साधना देखील मी व्यवस्थितपणे केली. कामांचा अग्रक्रम ठरविण्यास व उपलब्ध वेळेचा व्यवस्थित उपयोग करण्यास ध्यानाने मला कशी मदत केली ह्याची नोंद घेणे हा एक अतिशय छान अनुभव होता.

– आकाश मल्लिक

ध्यान करताना पांढरे प्रकाश गोल प्रत्येक चक्रात फिरतात व नंतर ते सर्व एका खूप मोठ्या अंडाकृती प्रकाश गोलात विलीन होतात. ह्या मोठ्या प्रकाश गोलाच्या मधोमध एक नळी असते, ती वर उंच पण जात असते आणि पृथ्वीच्या खालपर्यंतही जाते. ध्यानाच्या शेवटी मला माझे किंवा माझ्या शरीराचे अस्तित्व जाणवत नाही, असतो तो फक्त पांढरा प्रकाश, ज्यात संपूर्ण अस्तित्व सामावलेले असते व सर्वकाही एक आहे असे मला जाणवते. ध्यानानंतर माझा संपूर्ण दिवस खूपच छान जातो. वर्तमान क्षणाची जाणीव आता विस्तारली आहे.

– किरीट पटेल

ज्या दांडीवर कपडे वाळत घातलेले होते, ती मी जेव्हा खाली आणण्याचा प्रयत्न केला, तेव्हा ती एकदम कोसळली आणि त्या दांडीचा मार माझ्या कपाळावर बसला. लागलीच त्या जागी सूज आली. मी स्वत:ला बरे करण्यासाठी प्रकाश प्रवहन करण्यास बसले. अवघ्या दोन तासात सूज उतरू लागली व तेथे आलेला निळसरपणा कमी होऊ लागला. माझी मुलगी पण एक ध्यानसाधक आहे. तिने मला फोन करून सांगितले की, साधारण त्याच वेळी ती ध्यान करीत असताना तिला सांगण्यात आले की माझ्या कवचाने मला मोठी दुखापत होण्यापासून वाचवले! मला वाचवल्याबद्दल व मला बरे केल्याबद्दल मी माझ्या कवचाची व प्रकाशाची आभारी आहे.

– शांता अंबाडी

४ जून रोजी ग्रहणादरम्यान प्रकाश प्रवहनाचा अभ्यास केल्यापासून मी एका नव्या विलक्षण ऊर्जेचा अनुभव घेत आहे. कदाचित त्या दिवशी जाणिवेची पातळी उंचावली असेल. मी ह्या नव्या चैतन्यमय ऊर्जेची नोंद घेते आहे. मला वाटते संपूर्ण जगच या ऊर्जेसारखे चैतन्यमय असावे. माझ्या भावना हळूहळू स्थिरावत आहेत. हे सगळे अगदी अद्‌भुत आहे.

– जस्प्रीत कौर

अलीकडेच मी जेव्हा एका डिपार्टमेंटल स्टोअर मध्ये होते तेव्हा मला असे जाणवले की अचानकपणे माझ्यातून प्रेमाची मोठी लाट उसळली व तिने भोवतालची संपूर्ण जागा भरुन टाकली. मी सर्वांशी एकात्मतेचा अनुभव घेतला. मी खूप आनंदी झाले व त्या दिवशी दिवसभर मला ताजेतवाने वाटत होते! मी या सुंदर अनुभवाबद्दल गुरुजी व ऋषींची आभारी आहे.

– रश्मी रघुवंशी

ध्यान करीत असताना 'रा' ऊर्जा ग्रहण करताना मला थोडे अस्वस्थ वाटत असे. मी प्रकाशब्रम्हास माझा स्वीकार करण्याची प्रार्थना केली. त्यानंतर एक चमत्कार झाला. आता ध्यान करताना संपूर्ण अडीच तास आनंदमय अवस्था टिकून असते. मला एका महान उपस्थितीची स्पष्ट जाणीव होते. हा अनुभव इतका छान आहे की, तो मी शब्दात व्यक्त करू शकत नाही. गुरुजी, ऋषी व परमेश्वराच्या आशीर्वादांमुळे माझ्यावर कृपेचा वर्षाव होत आहे. मी त्यांच्या व त्यांनी वर्षाव केलेल्या या कृपेप्रती कृतज्ञ आहे कारण माझे प्रयत्न हे मला लाभणाऱ्या कृपेच्या तुलनेत नगण्य आहेत.

– शांताकुमारी एच. एस.

कार्यालयात काम करताना अचानकपणे माझे विचार गुरुजींवर केंद्रित झाले. घरी परतल्यावर आपले मासिक पाहून मला विशेष आनंद झाला. विशेष ध्यानानंतर जेव्हा मी आपले मासिक वाचण्यासाठी उघडले तेव्हा एक ऊर्जा माझ्यातून प्रवाहित होताना मला जाणवली, कोणीतरी किंवा काहीतरी दिव्य जणू माझ्याजवळ आहे असे मला वाटले. हा अनुभव थोडा वेळ टिकला. मला एवढेच म्हणावयाचे आहे की, "फक्त मासिकाच्या स्पर्शानेच जर मी ऊर्जा अनुभवली तर जेव्हा मी खरोखरच दिव्य उपस्थितीचा अनुभव घेईन तेव्हा माझी अवस्था काय असेल?"

– शशिकला साईनाथ

ध्यान करताना डोळे मिटून स्वस्थ बसल्याबरोबर मला ऊर्जा व प्रकाश जाणवतो. मला वाटते की माझ्यात प्रकाश व ऊर्जा हळूहळू वर सरकत आहे व ऊर्जेचा स्फोट होऊन ती बाहेर पडत आहेत. काहीवेळा ती ऊर्जा माझ्या डोक्याद्वारे बाहेर पडत आहेत असे मला वाटते.

– गीतांजली बालकृष्णन्

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