प्रकाशमार्ग

Volume 4 Issue 12 SEPTEMBER 2012 Rs. 25

चिंतन

महर्षी कृष्णानंद, अनुवाद : जयंत देशपांडे

जर कोणी मनात प्रेम बाळगत असेल पण जाणीवपूर्वक ते पसरवत नसेल, तरी मी न कचरता ठामपणे म्हणेन की, तो प्रकाशाद्वारे क्रांतीला पुढे नेत आहे. प्रेम, शांती, दया.... हे सर्व प्रकाशाचाच एक भाग आहेत. लोक ह्यांना नकळत स्पंदित करत असतात आणि ही स्पंदने सर्वांपर्यंत पोहोचत असतात. या खूपच सोप्या वाटणाऱ्या तंत्रामागे हजारो वर्षांचे प्रयोग आहेत. ऋषींनी माणसाला ध्यान कसे करावे, ते शिकवले. त्यानंतर प्रकाश प्रवहनाचे खूपच महत्त्वाचे व मौल्यवान तंत्र त्यांनी आपल्याला दिले आहे.

प्रकाशाद्वारे क्रांतीच्या या जगावर पडणाऱ्या प्रभावांवर बारकाईने लक्ष ठेवणे हा माझ्या कार्याचा एक भाग आहे. ही क्रांती काम करते आहे. हे कदाचित खूप प्रकर्षाने दिसून येत नसेल पण या क्रांतीने पुष्कळ लोकांच्या अंतःकरणाला स्पर्श केला आहे. लोक आता प्रकाशाची निवड करू लागले आहेत आणि बदलू लागले आहेत. इतर कोणत्याही प्रकारची क्रांती विझून जाऊ शकते किंवा पूर्णपणे विकृत होऊ शकते पण आध्यात्मिक क्रांतीचे तसे होत नाही. आध्यात्मिक क्रांतीमध्ये थोडी विकृती जरी आली तरी ती शतकानुशतके जिवंत राहते. जगातील सर्व धर्मांमध्ये आपल्याला हे पाहायला मिळते.

आध्यात्मिक क्रांती कधीच मरत नाही. म्हणूनच मी म्हणत आलो आहे की, क्रांतीला राजकारणाशी जोडू नये. मी हे समजावून सांगत असतानाच काही चळवळींना असफल होताना बघतो आहे. स्पष्ट ध्येयाचा अभाव, सत्ताधारी लोकांशी असलेल्या वैयक्तिक संबंधांना यामध्ये आणणे आणि सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे एक राजकीय विकल्प देण्याचा प्रयत्न केल्यामुळे ही चळवळ फसली.

ज्या लोकांना या जगात परिवर्तन घडवून आणायचे आहे, त्या सर्वांना, डिसेंबर २०१२ मध्ये घडण्याची शक्यता असलेल्या महान बदलांबद्दल माहीत असायलाच हवे, असे मला वाटते. त्यांना हे कळायला हवे की हे बदल लोकांमधील आध्यात्मिक पातळीच्या उंचावण्यावर निर्भर असतात. या बदलांमागे आध्यात्मिक कारण आहे. नेत्यांनी आणि सर्वसामान्य लोकांनी या आध्यात्मिक कारणांकडे दुर्लक्ष करू नये.

आपण एका अशा नव्या काळात प्रवेश करत आहोत जिथे चांगुलपणा, प्रामाणिकपणा आणि शांतीचे राज्य आहे. जे लोक या गोष्टींचे पालन करत नाहीत ते नव्या युगात जगू शकणार नाहीत. सर्वांना हे कळायला हवे. या क्रांतीची गती आपण वाढवायला हवी.

आपण सर्व ध्यानसाधक, मुख्यतः गूढवादी असतो. आपण गूढ जगांत शिरण्याचा प्रयत्न करून ज्ञान मिळवण्याचा प्रयत्न करत असतो. गूढवाद्यांना सामान्यतः असे वाटत असते की, त्यांना वाचन करण्याची किंवा चिंतन करण्याची गरज नसते. मला वाटते की हे सर्वस्वी चुकीचे आहे. बौद्धिक पातळीवर आपण ज्ञान संपादन करायला हवे आणि त्यानंतर त्याबद्दल अधिक जाणण्यासाठी पुढील म्हणजे गूढ पातळीवर प्रयत्न करायला हवेत. ज्ञान संपादन करण्यासाठी फक्त बौद्धिक किंवा गूढ अशा एकाच पातळीला चिकटून राहण्याचा फायदा होत नाही. गूढ पातळी ही ज्ञान आणि सत्याचा पाठपुरावा करण्याची पुढील पातळी आहे, हे कळणे महत्त्वाचे आहे. ■

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.

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.

३१ जुलै २०१२ – तपोनगर रेसिडेंट्स मीटिंगच्या दरम्यान
तपोनगरातील रहिवासी गुरुजींसोबत अनौपचारिक चर्चा करताना

काही ठळक घडामोडी

- २५–८–२०१२ रोजी आनेकल येथील आपल्या सप्त ऋषी ध्यान केंद्रात महर्षी अमर यांच्या महासमाधी दिवसानिमित्त कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला. ह्या प्रसंगी “Light Body & Other Realities” ह्या पुस्तकाचा कन्नड भाषेतील अनुवाद प्रकाशित करण्यात आला.
- २६–८–२०१२ रोजी तपोनगर येथे महर्षी अमर यांच्या महासमाधी दिवसानिमित्त कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला आणि ह्या प्रसंगी चार पुस्तके प्रकाशित करण्यात आली – “Pyramid Revelations”, “Guruji Speaks - Vol.6”, “iGuruji - Vol. 7” आणि “Light Body & Other Realities” या पुस्तकाचा कन्नड भाषेतील अनुवाद.
- ९–८–२०१२ रोजी श्रीकृष्ण जन्माष्टमी निमित्त आयोजित केलेल्या विशेष ध्यानात १०० पेक्षा अधिक लोकांनी भाग घेतला.

तपोनगरातील कार्यक्रम

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

रविवार ९ – शंबला गटाची बैठक दुपारी २ वाजता

रविवार १६ – ‘रा’ गटाची बैठक दुपारी २ वाजता

रविवार ३० – सामूहिक ध्यान, सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०८	शनिवार	कृष्णाष्टमी
१४	शुक्रवार	शिवरात्री
१६	रविवार	अमावास्या
१८	मंगळवार	गौरी देवी पूजन
१९	बुधवार	गणपती पूजन
२३	रविवार	शुक्लाष्टमी
२५	मंगळवार	शुक्ल दशमी
२८	शुक्रवार	अनंत पद्मनाभ पूजन
३०	रविवार	पौर्णिमा

गुरुजींसोबत अनौपचारिक बैठक शनिवार, ८–९–२०१२ 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.

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

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

"लाईट चॅनल्स वर्ल्ड मूव्हमेंट" बद्दल वृत्तांत

- प्रकाशाचे प्रवहन करून जगात सकारात्मक बदल घडवून आणण्याचा शुद्ध हेतू शालेय अधिकाऱ्यांच्या लक्षात येत आहे आणि ते या कार्याचे कौतुक करीत आहेत. हा सकारात्मक प्रतिसाद आणि त्यांचा सहभाग आम्हास वेगवेगळ्या ठिकाणच्या अधिकाधिक शाळांचा परिचय प्रकाश प्रवहनाशी करून देण्यासाठी जास्त काम करण्यास प्रोत्साहन देतो.
- जुलै महिन्यात या कार्याने खूप जोर पकडला. या महिन्यात शाळांमध्ये ५५० प्रकाश प्रवहनाची सत्रे आयोजित करण्यात आली. प्रकाश प्रवहनच्या या सत्रांमध्ये दीड लाखांपेक्षा अधिक मुलांनी भाग घेतला. या महिन्यात १५० नव्या शाळांतील ४८,००० मुलांचा परिचय प्रकाश प्रवहनाशी करून देण्यात आला. ■

प्रकाश प्रवहनाच्या कार्याबद्दल लोकांची मते

आमचे ट्रस्ट उपेक्षित वर्गातील व्यक्तिंना आत्मनिर्भर बनवण्याच्या हेतूने आम्हाला जमेल तशा पद्धतीने लहान प्रमाणावर शिबिरे आयोजित करून स्वास्थ्य सेवा पुरवते आणि शिक्षण देते. परंतु मानसा फाऊंडेशन एक समाज निर्माण करत आहे. प्रकाशाचे प्रवहन लोकांना अधिक चांगले होण्यात आणि अधिक चांगला समाज निर्माण करण्यास मदत करेल. हा एक खूपच सुंदर कार्यक्रम आहे. लोकांना आश्चर्य वाटत असेल की स्वखुशीने केलेल्या या कार्याने तुम्हाला काय फायदा होतो. मला वाटते की तुम्हाला खूप समाधान मिळत असणार. मी कामना करतो की तुमचे हे चांगले कार्य पुढे चालू रहावे आणि आणखी अनेकांनी ह्यात सहभागी व्हावे.

– असलम, व्यवस्थापक, वी–केअर प्रायमरी स्कूल, कनकनगर, बंगलोर

आमच्या मुलांच्या वागणूकीत खूपच सुधारणा झाली आहे. आम्ही पुढे देखील अशाच मदतीची अपेक्षा करतो. आपण आपल्या व्यस्त वेळापत्रकातून आमच्यासाठी वेळ काढलात त्याबद्दल आम्ही आपले आभारी आहोत.

– मिस. अनुशा एन. आर. रमेश, फाऊंडर आणि मॅनेजिंग ट्रस्टी,
बेळकू स्कूल फॉर चिल्ड्रन विथ स्पेशल नीड्स, येलहंका न्यू टाउन, बंगलोर

आम्ही सगळे अशा कशाच्यातरी शोधात होतो, ज्याने शांती आणि प्रेमाने भरलेले जग निर्माण करता येईल. प्रकाश प्रवहन हे त्यासाठी एक उत्कृष्ट तंत्र आहे. मला ते मनापासून आवडते. नवनव्या शाळांचा शोध घेणारे आणि लोकांच्या ह्रदयात घर करणारे मानसा फाऊंडेशनचे स्वयंसेवक वास्को–डा–गामा सारखे आहेत.

– मिस. सिराज उन्निसा, मुख्याध्यापिका, बीबी फातिमा पब्लिक स्कूल, इल्यास नगर, बंगलोर

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल सोमायाजी, अनुवाद : वैशाली जोशी

जेथे शिष्य त्याच्या गुरूस भेटू शकतो आणि त्याहून जास्त गुरुपौर्णिमेच्या दिवशी गुरूचा आशीर्वाद घेऊ शकतो ती भूमी धन्य आहे. तपोनगर हे असे एक पवित्र स्थान आहे जेथे गुरू तत्त्वाचे भौतिक स्तरावर प्रकटीकरण होते. गुरुपौर्णिमेनिमित्त झालेल्या विशेष ध्यानानंतर साधक गुरुजींकडून वैयक्तिक आशीर्वाद घेत असताना वातावरण भावपूर्णतेने भारित झालेले स्पष्ट जाणवत होते.

आषाढ महिन्याचा शेवट हा एका मंगल कालावधीच्या सुरू होण्याचा संकेत होता जेव्हा दैवी व्यक्तित्वे प्रत्येकी दहा दिवसांसाठी पृथ्वीस भेट देतात. जणू या दैवी व्यक्तित्वांच्या स्वागतास तपोनगराला तयार करण्यासाठी, येथील रहिवाशांनी एका शनिवारी सकाळी एकत्र जमून इथे पसरलेला प्लास्टिकचा व इतर केरकचरा साफ केला. तपोनगरवासियांच्या वैशिष्ट्याप्रमाणे या संमेलनाचे स्वरूप देखील नेहमीप्रमाणे कामापेक्षा मौजमजेचे जास्त होते. ते हास्य आणि आनंदोल्हासात इतके मग्न होते की कपाळावरून निथळणाऱ्या घामाकडे देखील त्यांचे लक्ष नव्हते. तेथून जाणाऱ्या इतर लोकांना हातमोजे घालून चिंध्या उचलणाऱ्यांच्या चेहेऱ्यावर हसू कसे काय आहे, ते उमगत नव्हते.

जुलैच्या चवथ्या आठवड्यात देवी महालक्ष्मींच्या ऊर्जा मिळाल्या.

ह्या उपनगरीय क्षेत्रात मोलमजूरी करणाऱ्या कामगारांची टंचाई झाली आहे. पण आता यापुढे रहिवाशांच्या मासिक भेटीतील जेवणानंतर डायनिंग हॉल झाडून पुसून स्वच्छ करण्याची कामे अनिश्चितपणे उपलब्ध असणाऱ्या कामगारांवर अवलंबून नाहीत. श्री. स्वामीनाथन यांच्या काटेकोर नियोजनाखाली तपोनगरवासियांनी हे काम स्वतःच करायचे ठरवले आहे. रहिवाशांच्या उत्साहामुळे हे शारीरिक श्रम देखील मजेत केले जातात. ■

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 ह्रदयांत 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)

०१–०७–२०१२

आपण ऊर्जा प्रवाहित करत असताना आपल्याला सुद्धा ऊर्जा मिळत असतात व आपण त्या शोषून घेत असतो. आपण जाणीवपूर्वक या ऊर्जा अनुभवल्या पाहिजेत. ही क्रिया पूर्णत्वास नेण्यासाठी आपण आपल्या आचरणातून प्रेम आणि शांती व्यक्त करून या ऊर्जा प्रकट केल्या पाहिजेत. असे केल्याने काही विशिष्ट कर्मे कमी होतात; काही मोठी कर्मे विशेष करून गुरुपौर्णिमेच्या दिवशी नष्ट केली जातात.

मे महिन्यातील दोन ग्रहणे व नोव्हेंबर महिन्यातील दोन ग्रहणे यांच्या मधला काळ महत्त्वाचा आहे. हा व्यक्तिगत स्तरावर किंबहुना सर्वच स्तरांवर अचानक उद्‌भवणाऱ्या व खोलवर ढवळून काढणाऱ्या परिस्थितींमुळे गोंधळ माजवणारा काळ आहे. त्यातून कोणाचीच सुटका नाही कारण हा प्रलयाच्या प्रक्रियेचा भाग आहे. आपण आध्यात्मिक बनून या परिस्थितीला सामोरे जाण्यासाठी स्वतःची तयारी केली पाहिजे. वरवर लहान दिसणाऱ्या बिघाडातून अत्यंत गुंतागुंतीची परिस्थिती उद्‌भवू शकते. आपल्यात कोणती नकारात्मकता फोफावते आहे का, कोणती नकारात्मकता आपल्यावर हल्ला चढविते आहे का, किंवा नुसती आपल्या आत नकळत वावरते आहे का याविषयी आपण नेहमी दक्ष राहिले पाहिजे. विशेष ऊर्जा व आपल्याला मिळालेल्या मुबलक ज्ञानाच्या रूपात लाभलेल्या ईश्वरी कृपेची आपण जाणीव ठेवली पाहिजे. ह्या ऊर्जा कोणत्याही परिस्थितीवर मात करण्यास आपल्याला मदत करतात. 'मी ह्या परिस्थितीत का आहे?' या प्रश्नावर आपण चिंतन करून अनेक गोष्टी समजून घेतल्या पाहिजेत. योग्य गोष्टीची निवड करा व योग्य कृती करा. उच्चस्तरीय वास्तवांची जाण आपल्याला असली पाहिजे. या समस्या नसून २०१२ च्या शेवटी होणाऱ्या घटनांच्या रूपात आपल्याला ज्या विशिष्ट वास्तवांना तोंड द्यायचे आहे त्यांना समजून घेण्यासाठी मिळालेल्या संधी आहेत. जेव्हा तुम्हाला ध्यान करणे कठीण जात असेल तेव्हा सावध व्हा. ध्यान चुकवू नका. ऋषींची मदत घ्या. ते नेहमी मदतीस तत्पर असतात.

'आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण' हे पुस्तक परत परत वाचा. तुम्हाला सृष्टीनिर्मितीचा हेतु, निर्मितीची प्रक्रिया व आपल्या जन्माचा उद्देश समजेल. महर्षी अमर म्हणाले होते की हे पुस्तक भगवद्‌गीतेसारखे आहे. जेव्हा केव्हाही तुमच्या समोर समस्या असेल, तुम्ही हे पुस्तक एकदा वाचा. या पुस्तकामध्ये परम ऊर्जा आहेत ज्या तुम्हाला मदत करतात व मार्गदर्शन देतात.

मृत्युपश्चात मनुष्य शरीर सोडतो तेव्हा एकाएकी त्याला ज्ञानाचा मार्ग खुला होतो व तो भविष्य पाहू शकतो. जेव्हा अशी व्यक्ति किंवा आत्मा एखाद्या माणसाच्या शरीरात प्रवेश करतो तेव्हा तो बतावणी करू शकतो की तो अमका तमका देव आहे आणि बहुधा तिथे येणाऱ्या लोकांना तो सल्ले द्यायला सुरुवात करतो. आपण अशांना कधीही चुकीने देव समजू नये. ते आपल्याला ऐहिक जीवनात एका ठराविक मर्यादेपर्यंतच मार्गदर्शन देऊ शकतात. परंतु ते आपल्याला आध्यात्मिक जीवनासाठी मार्गदर्शन कधीही देऊ शकत नाहीत. असे मार्गदर्शन ऋषी व देवच देऊ शकतात. आपण स्वतः स्वतःला मार्गदर्शन देऊ शकतो. आपण साधना करू लागलो की उच्च ज्ञानाचे व ऊर्जांचे दरवाजे आपल्यासाठी उघडतात. आपल्याला आत्मविश्वास येईपर्यंत आपण मानवी गुरुंकडे जातो. खरं तर, आपले गुरु आपणच असतो.

तुम्हाला माझ्याशी नाते जोडायचे असेल तर ध्यान करा, शंबला तत्त्वांची साधना करा, प्रेम प्रकट करा, सज्जन व्हा. आपण चैतन्याच्या महासागरात भेटू आणि हे नाते चिरंतन ठेवू. सर्वात निकटचे आध्यात्मिक नाते गुरुंबरोबर व देवाबरोबर असते.

०८–०७–२०१२

मी जे वर्गात बोलतो ते सारे ज्ञान ऋषींकडून येते. आम्ही जे सांगतो ते समजून घ्या व शक्य तितके आमच्या सांगण्यानुसार वागा. तुमच्या आतील देवत्व प्रकट करणे महत्त्वाचे आहे, तंत्र तितके महत्त्वाचे नाही. जेव्हा आत्म्याच्या पातळीवरून प्रत्येकाशी संबंध जोडला जातो तेव्हा तुमच्या व तुमच्या सभोवतालच्या लोकांच्या चेहऱ्यावर हास्य फुलते. आपल्यापैकी प्रत्येकाने आनंदी व शांतीपूर्ण असणे फार महत्त्वाचे आहे कारण त्याचा परिणाम मानव समाजावर होतो, जागतिक शांतीवर होतो.

क्रांती किंवा परिवर्तन घडते आहे. कदाचित सर्वजण प्रकाश प्रवहन करीत नसतील पण त्यांच्या बाबतीत काहीतरी घडते आहे जे त्यांच्यासाठी व आपल्यासाठी अज्ञात आहे. कधी बदल जलद व संपूर्ण असतात तर कधी तसे नसतात. पण बदल जरी सावकाश व अपुरे झाले तरीही ती क्रांती म्हणावी लागेल.

मी माझ्यासकट सर्वांमध्ये बदलांची अपेक्षा करतो आहे. बदल होतही आहेत पण ते पुरेसे नाहीत. आपण जास्त प्रयत्न केले पाहिजेत. व्यक्तींमध्ये बदल झाला की व्यवस्थाही बदलतात. जर व्यवस्था अचानक कोसळून पडल्या तर एकच गोंधळ माजेल. आध्यात्मिक क्रांती नेहमी अहिंसक व मूक असते; ती संघर्ष किंवा आक्रमकता टाळून होते. तिथे फक्त प्रेम व आशा असते. आणि तशा गोष्टी घडताना मला आढळताहेत. याचे सर्वोत्तम उदाहरण आहे प्रकाश प्रवहन ज्यामध्ये कोणताही व्यापार अनुस्यूत नाही. आहे ते फक्त शुद्ध प्रेम.

जेव्हा आपल्याला कळून येते की जगात अजून चांगले मार्ग आहेत, अजून उच्च दर्जाच्या आचारपद्धती आहेत तेव्हा आपण त्या आचरण्यास सुरुवात करतो. पुष्कळ लोकांना जाणीवपूर्वक माहीत असते की ध्यान ही उच्च दर्जाची पूजा आहे. पण कुटुंबातील व्यक्तींची नाराजी टाळण्यासाठी ते पूजा करतात. हा संघर्ष टाळण्याचा मार्ग आहे. प्रकाशाला सोबत घ्या, त्याला अनुभवा. तुमच्यात क्रांती घडू लागेल. सध्याचा काळ हा प्रचंड गोंधळाचा, उलथापालथीचा आणि अनेक आव्हानांचा अत्यंत महत्त्वाचा काळ आहे. तुमच्या आध्यात्मिक उद्दिष्टावर जास्त लक्ष केंद्रित करा.

क्रांती तेव्हा घडते जेव्हा आपण केवळ रूढ संस्कारांच्याच नव्हे तर आपल्या स्वतःच्या समजूतींच्या आणि आपल्या स्वतःच्या तत्त्वांच्याही पलीकडे जातो. तुम्ही दृढपणे पुढे जात राहिले पाहिजे कारण ही कधीही न संपणारी क्रांती आहे. तेव्हा 'पलीकडे जाणे' हा मंत्र आहे, हीच गुरुकिल्ली आहे. ध्यान हा मुळी क्रांतीचाच भाग आहे. आपण रूढ आचारविचारांच्या पलीकडे जातो व अशा आचारपद्धती उचलतो ज्या आपल्याला सरळ ईश्वराशी जोडतील, ज्या आपले आयुष्य बदलून टाकतील व आपल्याला अतिशय शांतीपूर्ण व प्रेमास पात्र बनवतील. त्याचवेळी क्रांती यशस्वी होईल. आपण मेणबत्तीसारखे व्हावे. ती जाहीर करत नाही पण फक्त आपला प्रकाश देत राहते.

जीवनाचे आयाम अधिक विस्तृत आहेत. पण ऋषींच्या थेट कृपाछत्राखाली असलेल्या आपल्यासारख्या ध्यानसाधकांनी प्रगती करायला हवी. ध्यानाच्या पलीकडे जा, समाधीच्या पलीकडे जा आणि साक्षात्काराच्याही पलीकडे जा कारण, साधना कधीही संपत नाही.

गुरुजी उवाच

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

ऋषींनी काही लोकांची निवड केली असून त्यांना सूक्ष्म पातळीवर प्रशिक्षण देण्यात येत आहे. त्या लोकांना याची कल्पना नाही. प्रगती करून स्वतःला तयार करा जेणेकरून या विशेष प्रशिक्षणासाठी ऋषी तुमची सुद्धा निवड करतील.

१५–०७–२०१२

नेहमी लक्षात ठेवा की प्रत्येक तपासणी दीक्षाप्राप्ती प्रमाणे असते. नियमित ध्यान करणे तुम्हाला जमत नसले तरीही कृपया तपासणी करून घ्या व तपासणी टाळण्याचा निर्णय स्वतःच घेऊ नका. अन्यथा तुम्ही अनेक गोष्टींना मुकाल. बाहेरील विद्यार्थ्यांनी त्यांचे तपासणी अहवाल वेळेत पाठवावे. जरी ते वेबकास्ट पाहात असले तरी त्यांचे अहवाल वेळेत सादर न झाल्यास त्यांना यापुढे विद्यार्थी मानले जाणार नाही. तुम्हाला ध्यान करणे कठीण जात असेल तेव्हा चिकाटीने प्रयत्न करत राहा. शरीर, मन व बुद्धीयुक्त तुमच्या यंत्रणेला मदतीचे आवाहन करा. तुमच्या कर्मांना, ह्या विश्वाला व अर्थातच ऋषींनाही तुम्हाला ध्यान करण्यात मदत करण्याची विनंती करा. ध्यान करणे सोडू नका अथवा थांबवू नका.

एका माणसाने २० प्रश्न विचारले. तुम्हाला गोष्टी माहीत करून घ्याव्याशा वाटतात हे जाणून फार चांगले वाटले. पण मला या गोष्टीची जास्त उत्सुकता आहे आणि मी हे लक्षपूर्वक पाहत असतो की यापैकी किती गोष्टी अंमलात आणल्या जातात. सर्व उत्तरे समजल्यावर तुमचा क्रोध किती कमी झाला ते मला जाणायचे आहे. मी जेव्हा निरीक्षण करतो तेव्हा मला दिसते की तुमच्यात काहीसुद्धा फरक पडत नाही. लोक केवळ कुतूहलापोटी किंवा माहितीसाठी प्रश्न विचारतात. जर तुम्ही उत्तरे नुसतीच ऐकली व त्यानुसार कृती केली नाही तर त्यांचा तुम्हाला उपयोग होणार नाही. मी तुम्हाला प्रश्न विचारण्यापासून परावृत्त करत नाही. प्रश्न जरूर विचारा. खरं तर मला त्याची मदत होते.

कधीकधी लोक विचारतात, 'मी कोणा व्यक्तीकडे प्रकाश पाठवू शकतो का?' अडचणीत असलेल्या, समस्येने ग्रासलेल्या किंवा गोंधळलेल्या व्यक्तींना तुम्ही प्रकाशझोताच्या रूपात प्रकाश पाठवू शकता. तुम्ही पूरग्रस्त, दुष्काळग्रस्त तसेच कोणत्याही आपत्तीमुळे क्षतीग्रस्त व दुखःमय झालेल्या जागांना प्रकाश पाठवू शकता. ही क्रिया कमीतकमी ७ मिनिटांसाठी करावी. कोणत्याही चांगल्या हेतुसाठी तुम्ही प्रकाशाचा उपयोग करू शकता.

आपल्या सभोवताली लाजीरवाणी व रक्तलांछित कृत्ये घडत आहेत. त्यांचा विचार करू लागल्यास आपण फार अस्वस्थ होतो. आपण अस्वस्थ व्हायलाच हवे. ह्या व ह्यासारख्या अनेक गोष्टी आपल्या मनात आहेत. हे सर्व माहीत असूनसुद्धा आपण आशा बाळगली पाहिजे कारण येणारा काळ गौरवशाली असेल. सत्ताधारी लोकांनी जर अशा दुष्टांना शासन केले नाही तर उच्च प्रज्ञा अशा लोकांचा समाचार घेईल. आपल्या परीने आपण जास्त प्रकाश प्रवाहित करू.

२२–०७–२०१२

लोकांना कल्पना आहे की ऋषींनी काही लोकांना प्रगत किंवा विशेष प्रशिक्षणासाठी निवडले आहे. साहजिकच लोक मला विचारतात, 'मी त्यात आहे का?' मी तुम्हाला ते सांगू शकत नाही. ही गोष्ट उघड केली जात नाही कारण, मग तुम्ही त्याच धुंदीत राहाल. उंचावर तरंगणे फार घातक असते. काहीतरी होऊन आपण चटकन् खाली येतो. ऋषींनी संपूर्ण जगातून लोक निवडले आहेत तसेच मानसा समूहातूनही निवडले आहेत. ज्यांना असे वाटत असेल की आपली निवड झालेली नाही त्यांच्यासाठी असे आश्वासन आहे की जर तुम्ही आम्हाला सोडले नाही तर तुमच्यापैकी कोणीही पाठी राहणार नाही. काही काळाचाच फक्त अवकाश आहे. स्वतःला तयार करा. आध्यात्मिक बना. महर्षी अमरांनी सांगितले आहे की तुम्ही शंबला तत्त्वांपैकी एकाची जरी साधना केली तरी प्रामाणिक, शांतीपूर्ण व सज्जन असणे अशा इतर सर्व गोष्टींची साधना तुमच्याकडून आपोआप, नकळत होईल. जेव्हा तुमची तयारी पूर्ण होईल तेव्हा तुम्हाला नेण्यात येईल.

काहीजण जन्म घेण्यापूर्वी त्यांच्या आयुष्याचा उद्देश निवडतात. काहीजण तो नंतर निवडतात. डिसेंबर २०१२ पर्यंतच्या कालावधीत तुमच्या आयुष्यात, विशेषतः ऐहिक आयुष्यात मार्ग बदलण्याचा प्रयत्न करू नका. तसे करण्याने तुमचा बराच वेळ वाया जाईल. तुमच्यापैकी ज्यांना हे परवडणार असेल ते मार्ग बदलण्यास मोकळे आहेत. काळाच्या या बिंदूपाशी आपला उद्देश केवळ तयारी करणे, आध्यात्मिक बनणे एवढाच आहे. तुम्ही जिथे कुठे असाल तिथे ह्याला आयुष्याचा केंद्रबिंदू बनवा. तुम्हाला ऋषींचे कार्य करण्याची मनीषा असेल तर ते काम तुम्हाला मिळेल. पण आता तुमच्या आयुष्यात मोठे बदल करू नका किंवा मोठ्या योजना हाती घेऊ नका. तुमचे नेहमीचे आयुष्य आहे तसे चालू ठेवा.

प्रत्येक गोष्ट ईश्वराची देणगी आहे. त्यांची यादी बनविणे केवळ अशक्य आहे. तुम्हाला समजण्यास मदत व्हावी म्हणून मी फक्त काही गोष्टींकडे निर्देश करतो. एकदा मी कठीण परिस्थितीतून जात असताना महर्षी अमर मला म्हणाले, 'तुझे शरीर ही तुला मिळालेली देणगी आहे.' तशीच आरोग्य ही सुद्धा देणगी आहे. निसर्ग देणगी आहे. आकाश देणगी आहे. आकाशाकडे पाहा, तुम्ही काहीही न करता विशाल होता. चांगले नाते ही देणगी आहे. नाते तुटल्यानंतरच त्याची किंमत कळते. आपल्याला ते परत मिळत नाही. बहुधा आपण असा विचका करतो.

ज्ञान, ऊर्जा या देणग्या आहेत. माझ्या गुरुंसारखा खरा गुरु मिळणे ही देणगी आहे. विज्ञान आणि तंत्रज्ञानाच्या सर्व देणग्या या ईश्वराच्या देणग्या आहेत. या सर्व देणग्या, आपण उपभोगत असलेल्या सर्व आधुनिक वस्तू या ईश्वरी देणग्या आहेत. आणि ह्या सर्वांहूनही प्रगती करण्याच्या संधी ह्या श्रेष्ठ देणग्या आहेत. अडचणी देखील देणग्या आहेत. कोणत्या ना कोणत्या रूपात अडचणींची निष्पत्ती एक प्रकारच्या शहाणपणात होते. आपण त्यातून योग्य बोध घेतो आणि आयुष्याची गुणात्मकता वाढवतो.

देवाला आपले दोष माहीत आहेत. आपण आपले इच्छास्वातंत्र्य योग्य प्रकारे कसे वापरत नाही ते देवाला माहीत आहे. त्यासाठी तो त्याच्या अत्यंत विश्वासू माणसांना म्हणजेच ऋषींना पाठवतो. ते पृथ्वीतलावर येऊन जन्म घेतात, आपल्या बरोबर राहतात आणि आपल्याला मार्गदर्शन करतात. ते देवाकडून मिळालेल्या देणग्या, किंबहुना सर्वात अनमोल देणग्या आहेत. माझ्या आयुष्यात माझे गुरु ही देवाची सर्वश्रेष्ठ भेट होती. आपण या देणग्यांचा योग्य वापर केला पाहिजे, त्यांचा आनंद घेतला पाहिजे आणि विचका करता कामा नये. ■

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 : सुनिता देशपांडे

प्रकाशरूप बनल्याने आपल्या समस्यांचे संधींमध्ये रूपांतरण होते.

– जेमी वेक अप, फेसबुक वर

बिनशर्त प्रेमाचा प्रकाश, जे प्रेम नाही अशा प्रत्येक गोष्टीचे रूपांतरण करतो, ते काढून टाकतो. तो एक महान समस्या निवारक आहे.

– शारिलिन वूड स्टालिंग, अरकानसास, फेसबुक वर

आपली शस्त्रे या जगातील नाहीत, पण ती शक्तीमान आहेत.

– नोएल गोन्झालेझ, न्यूयॉर्क, यु.एस., फेसबुक वर

खरं तर, ज्याला आपण परमेश्वर म्हणतो, त्याला व्यक्त करणारे किंवा त्याला नाव देण्याचा प्रयत्न करणारे इतर शब्द म्हणजेच प्रकाश आणि प्रेम आहेत. मला जर तुम्ही विचाराल, तर जो कोणी प्रेम पसरवत असतो तो प्रकाशाला पण पसरवत असतो. मी असे ऐकले आहे की आपले खरे स्वरूप म्हणजे 'प्रकाश' किंवा उच्चस्तरीय जाणीव, पवित्र–आत्मा किंवा शुद्ध तत्त्व होय.

– माइकेल डेनिस, लिंक्डइन वर, आध्यात्मिक शिक्षक, "मॉर्निंग कॉफी विथ गॉड" या पुस्तकाचे लेखक

काही लोक हे जाणत नाहीत की परमेश्वर, प्रेम आणि प्रकाश हे सर्व एकच आहेत. ते असा विचार करतात की परमेश्वर म्हणजे एक बाह्य संकल्पना आहे आणि म्हणतात, "माझा परमेश्वरावर विश्वास नाही." त्यांना हे कळत नसते की, ते स्वतःच परमेश्वराची एक अभिव्यक्ती आहेत, कारण परमेश्वरच सर्व काही आहे आणि आपण आपापल्या क्षमतेप्रमाणे वेगवेगळ्या प्रमाणात प्रेम आणि प्रकाशाने स्पंदित होत असतो.

– घैरो डैनियल्स, लिंक्डइन वर

सुंदर चर्चा! परमेश्वरावर विश्वास न ठेवणारा माणूस सुद्धा प्रकाश आणि ऊर्जा प्रवाहित करू शकतो. या संपूर्ण ब्रह्मांडात ऊर्जा वाहत असते आणि ती इतरांकडे आपल्या अंतरंगातून शुद्ध हेतूने आणि प्रेमाने प्रवाहित करता येते.

– विलियम बौरासा, लिंक्डइन वर

तुम्ही जर प्रथम परमेश्वरावर प्रेम करत नसाल तर, तुम्ही लोकांवर किंवा जगावर प्रेम करू शकत नाही कारण परमेश्वरच प्रेम आहे. जेव्हा तुम्ही विश्वास ठेवता की परमेश्वर तुमच्यावर प्रेम करतो, तेव्हा तुम्ही इतरांवर प्रेम करायला सुरुवात करता आणि त्यांना मुक्तपणे प्रकाशित करता.

– अब्दो सलेम, लिंक्डइन वर

अगदी ! मी या ब्लॉगवरच्या वक्तव्याशी सहमत आहे. मी अनुभवले आहे की, मी प्रत्येक परिस्थितीत प्रकाशाची निवड करत असल्यामुळे माझ्या जीवनातून समस्या नाहीशा होत असतात. जेव्हा आपण परवानगी देतो तेव्हा प्रकाश आपल्या जीवनाचा ताबा घेत असतो. जीवन अनुभवायची ही अनोखी पद्धत आहे.

– "इंस्पिरेशन ऑफ द सोल" या चर्चा–गटात एक टिप्पणी

प्रकाश बनण्याने आपल्या सर्व समस्यांचे कदाचित निवारण होणार नाही पण त्या सकारात्मक मनःस्थितीत आपण बळकट असतो, अशा स्तरावर असतो जेथून आपण समस्यांतून मार्ग काढू शकतो किंवा त्यांचा सामना करू शकतो.

– जेम्स रॉजर्स, फेसबुक वर

हे खरेच उत्तम आणि ज्ञानाने भरलेले आहे. तुमचे सर्वच पोस्ट्स हे मौल्यवान आहेत. मी नेहमीच तुमच्या पोस्ट्समधून शिकते आणि प्रेरणा मिळवते.

– राशी बिंडाल, अलाहाबाद, फेसबुक वर

खूप छान ! ही माहिती दिल्याबद्दल आपले आभार. माझाही असा विश्वास आहे की, प्रकाश हाच योग्य मार्ग आहे. मला सुद्धा प्रकाशाने खूप वेळा मदत केली आहे.

– "क्रिएट व्हाट यू वांट," फेसबुक वरील या चर्चा–गटात एक टिप्पणी

मी स्वतः तुमच्या संदेशाचे प्रमाण पाहिले आहे. अतिशय कठीण परिस्थितींमध्ये सुद्धा, मी जेव्हा माझ्या पद्धतीने वस्तुस्थिती सावरायचा प्रयत्न केला तेव्हा मी प्रकाशाची निवड केली आणि प्रत्येक वेळी माझ्या अपेक्षेपेक्षाही जास्त चांगले परिणाम मला मिळाले.

– सिंडी प्युएंटे, ग्वाटेमाला सिटी, फेसबुक वर

जगाच्या अंतकाळी जशी होते तशी २०१२ सालाच्या शेवटी भौतिक पातळीवर काही हानी होईल असे मला वाटत नाही. काही काळापासून ऊर्जेच्या स्तरावर बदल घडत आहेत, हे नक्की. प्रकाश हा चांगुलपणा आणि हीलिंगसाठी आहे. तो आणखी चांगल्या आणि स्वस्थ मार्गावर पुढे वाटचाल करण्यासाठी आहे. तो तेव्हापर्यंत चांगुलपणा आणि हीलिंग पसरवत राहील जोपर्यंत तो सर्वांना प्रकाशित करत नाही.

– एप्रिल मेरी स्लावा

प्रश्नोत्तरे

संकलनः शोभा राव, अनुवादः सुनिता देशपांडे

प्रः माझ्या आयुष्याचा विचका का झाला आहे? माझ्या कर्मांमुळे असे झाले आहे का?

उः चुकीच्या गोष्टींची निवड, चुकीच्या गोष्टींना दिलेला अग्रक्रम आणि चुकीच्या गोष्टींचा मागोवा यामुळे आपण आपल्या आयुष्याचा विचका करतो. यामध्ये कर्मांचा काही संबंध नसतो. आध्यात्मिक दृष्टिकोनातून पाहू गेल्यास खोटं बोलणे, फसवणूक करणे, दिशाभूल करणे अशी कोणतीही क्षुल्लक चूक एखाद्या मोठ्या गोंधळाला कारणीभूत ठरू शकते. त्यामुळे इतर कोणालाही तुम्ही दोष देऊ नका. मी असे सुचवेन की तुम्ही स्वतःच आत्मपरीक्षण करा. वाईट कर्मं ही आपल्याला आध्यात्मिकतेपासून दूर नेण्याकरता आणि चुकीचे निर्णय घेण्यासाठी आपल्याला प्रवृत्त करू शकतात. ते जास्तीत जास्त आपल्याला गोंधळात टाकू शकतात पण जर आपण खरोखरीच आध्यात्मिक प्रगती करू इच्छित असलो, तर वाईट कर्मं सुद्धा आपल्याला मदत करतात.

प्रः मनाच्या अस्वस्थतेशी कसा सामना करावा?

उः ध्यानसाधक कधीही अस्वस्थ होणार नाही. ध्यानामुळे मन शांत होते, मनाला शांती मिळते. आपण शंबला तत्त्वांतील १, २ किंवा ३ या पैकी कोणतेही तत्त्व अभ्यासल्याने आपल्याला शांती मिळते.

प्रः माझ्या शारीरिक व मानसिक स्थितीला माझ्या आध्यात्मिक प्रयत्नांपासून वेगळे करण्याचा काही मार्ग आहे का?

उः तुम्ही कोणत्याही मार्गाने ते करू शकत नाही. आध्यात्मिक बनण्याच्या आपल्या प्रयत्नांमध्ये आपल्या संपूर्ण शरीरप्रणालीचा म्हणजे शरीर, मन आणि बुद्धी ह्यांचा सहभाग असतो. जेव्हा आपले शरीर, मन आणि बुद्धी शांत असते तेव्हाच आपण पुढे जाऊ शकतो, ध्यानात शांतता प्रस्थापित करण्याचे पहिले पाऊल उचलू शकतो. त्यामुळे शरीर आणि मनाला अडथळे समजण्यापेक्षा आपण त्यांच्याकडे आपले मित्र म्हणून पाहू या. ध्यानाच्या वेळी आपण जर या व्यक्तित्वांना सहकार्य करण्याची प्रार्थना केली तर ते जरूर मदत करतात.

प्रः माझ्याकडून जी ध्यानसाधना हुकते त्याची भरपाई मी कशी काय करू शकतो?

उः तुम्हाला इतर दिवशी जास्त वेळ ध्यान करावे लागेल, विशेष करून पौर्णिमा किंवा अमावास्येच्या दिवशी जास्त वेळ ध्यान करावे लागेल.

प्रः "ॐ मणी पद्मेहम्" या मंत्राचा अर्थ काय आहे?

उः पद्म म्हणजे कमळ, मणी म्हणजे हिरा. हे शरीर म्हणजे एका कमळासारखे आहे. आणि आत्मा म्हणजे या कमळाच्या मध्यभागी असलेल्या हिऱ्यासारखा आहे. जेव्हा आपण या मंत्राचा जप करतो तेव्हा आपण आपल्या मनात हे दृढ करत असतो की, या शरीरात मी आत्मा आहे.

प्रः आपल्या अपघाती किंवा स्वाभाविक मृत्यूनंतर आपण आपल्या सूक्ष्म शरीरात राहत असतो का?

उः "आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण" हे पुस्तक वाचा. आपण नेहमीच सूक्ष्म शरीरात वास्तव्य करत असतो. आणि कधी कधी जेव्हा आपण इथे जन्म घेतो, तेव्हा आपण भौतिक शरीर धारण करत असतो. नैसर्गिक किंवा अपघाती मृत्यूनंतर आपण भौतिक शरीरापासून वेगळे होतो आणि त्यानंतर सूक्ष्म शरीरात वास्तव्य करतो.

प्रः आपण आपल्या पूजेची खोली बांधत असताना कोणत्या दिशेची निवड करावी?

उः उत्तर किंवा पूर्व दिशा सर्वसाधारणतः सुचवल्या जातात. आपल्या परंपरेत तसे आहे. देव सर्वत्र आहे, सगळ्या दिशांत आहे अशी माझी समजूत आहे. म्हणून, माझे असे म्हणणे आहे की कोणतीही दिशा चालेल.

प्रः एक गट म्हणून आम्ही प्रगती केली आहे का ?

उः होय. पण ती पुरेशी नाही. त्यामुळे मी खूप खूष आहे असे नाही पण मी नाराजही नाही.

प्रः नवयुग सुरू झाल्यानंतर, आपण आपल्या हृदयाद्वारे काम करू की मन आणि बुद्धी द्वारे कार्य करू ?

उः आपण प्रेमामार्फत, प्रकाशाद्वारे कार्य करू शकतो. संपूर्ण शरीरप्रणाली कार्यात समाविष्ट असेल. आपण आपल्या आत्म्याच्या पातळीवरून कार्य करू या. चला, आपण आपल्या सदसद्विवेकबुद्धीच्या मार्गदर्शनाप्रमाणे जगू या, मग आपण या पृथ्वीवरील सर्वांत आनंदी व्यक्ती असू. ■

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/-
आय्‌गुरूजी (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)

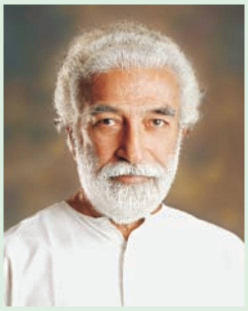
द वर्ड बुक शॉप, कँप (फोन: २६१३३११८, ३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)

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)

ध्यान करताना, अगदी अचानकच मी निळा प्रकाश अनुभवू लागलो. त्या प्रकाशाने माझे सर्वांग भरून गेले होते. संपूर्ण विश्वाचे प्रेम, शांती व स्तब्धता जणू मी अनुभवत होतो. हा अनुभव साधारणपणे १५ ते २० मिनिटे टिकला. त्यानंतर संपूर्ण शांती व खूप शक्तीशाली उर्जा मी अनुभवली.

– सुनिल भारद्वाज

दि. २७ जून २०१२ रोजी शंबला ध्यान करताना काहीतरी अतिशय सुंदर माझ्या हृदयातून हळूच वर सरकल्याचे मला जाणवले. तो अनुभव खूप शांतवणारा होता. माझ्या जाणिवेची पातळी उंचावली. ध्यानानंतर विश्रांती घेत असताना, मी वेगवेगळ्या उच्च पातळ्यांवर स्पंदित होत खोलवर शिरू लागले व शेवटी मी माझ्या गाभ्याजवळ पोहोचले! त्याक्षणी माझ्या गाभ्यात प्रवेश करण्याचा पर्याय माझ्यासमोर होता. मला भीती वाटत नव्हती. मी गुरुजी व ऋषींचे स्मरण केले व त्यांना शरण गेले आणि त्याक्षणीच मी माझ्या गाभ्यात होते. ते अतिशय प्रखर ऊर्जाक्षेत्र होते, ज्याने जवळपास अर्ध्या तासासाठी माझ्या संपूर्ण अस्तित्वाचा ताबा घेतला होता!

– विद्या विश्वामित्र

मी जेव्हा ध्यान करते तेव्हा माझी जाणीव विस्तार पावते व मी प्रकाशाशी एकरूप होते. मी इतर आयामांमध्ये प्रवेश करते. आता मी बंधनमुक्त झाले आहे आणि माझ्या जीवनातील सर्व घडामोडींकडे साक्षीभावाने बघते.

– शुभदा लिमये

ध्यानाच्या सुरुवातीस आदराने मनात ऋषींना आठवल्यानंतर मी लगेच गहन स्तब्धता अनुभवते. ही स्तब्धता संपूर्ण ध्यानादरम्यान कायम राहते. अलीकडच्या ग्रहणादरम्यानच्या ध्यानानंतर ही स्तब्धता आणखी वाढली आहे. कधी कधी असे होते की मी ध्यान करीत नसतानाही माझ्या अंतरंगातील सखोल कशाशीतरी जोडलेली आहे व जणू काही मी एखाद्या तलावाशेजारी आहे असे मला वाटते. मी त्यात सावकाश बुडी मारते व दिव्य शांती, स्थिरता अनुभवते. मी या जागी कधीही जाऊ शकते व तेथून परतू शकते. हा अनुभव खूप शांतीदायक आहे.

– गीता जोशी

माझ्या वडिलांनी बरेच प्रयत्न करून अगदी हळूहळू साधनेचा अहवाल कंप्यूटरवर टाइप केला व इ-मेल द्वारा पाठवण्याचा प्रयत्न केला. पण कंप्यूटरमध्ये बिघाड झाला व तो मेल ते सेव्ह करू शकले नाहीत आणि पाठवूही शकले नाहीत. नाराज होऊन त्यांनी मला फोन केला. मी त्यांना शांत करण्याचा प्रयत्न केला व लगेच मदतीसाठी गुरुजींची व ऋषींची प्रार्थना केली. नंतर, मी माझ्या शाळकरी मुलाला फोनवरून माझ्या बाबांना काही चमत्कारिक सूचना देताना पाहिले आणि दोनच मिनिटांत तो कंप्यूटर दुरुस्त झाला व ईमेल द्वारे अहवाल पाठवला गेला ! ह्या दयाळूपणाबद्दल आम्ही गुरुजी व ऋषींचे आभारी आहोत.

– नंदिता विजयन

मी जेव्हाही गुरुजींची पुस्तकं वाचते तेव्हा मला गहन शांती लाभते. मी जेव्हा केव्हाही ध्यान करते तेव्हा मी स्तब्धता अनुभवते. मला ह्याचे आश्चर्य वाटते की हा अनुभव मला जिममध्ये व्यायाम करताना देखील येतो. गाडी चालवताना देखील मी अगदी स्थिरचित्त असते. काहीवेळा मी इतकी शांत असते की मला असे वाटते की मी स्वयंचलित वाहनात आहे व गाडी दुसरेच कोणीतरी चालवत आहे. मी यासाठी गुरुजी व ऋषींची आभारी आहे.

– स्वप्ना टेंबे

एका आव्हानात्मक प्रॉजेक्टसाठी इंटर्न्सच्या एका समूहाचे मी मार्गदर्शन करीत होतो. वेळ कमी वाटत होता व प्रकल्पाच्या गुंतागुंतीमुळे आम्ही जेरीस आलो होतो. मी मदतीसाठी प्रकाशाची प्रार्थना केली. प्रकल्प पूर्ण करण्याच्या दोन दिवस आधीपर्यंत देखील त्यात बऱ्याचशा त्रुटी होत्या. पण अचानकपणे त्या दिवशी सर्वकाही व्यवस्थित होऊ लागले! मला प्रकाशास केलेल्या प्रार्थनेची आठवण झाली आणि मी पुन्हा ठामपणे स्वत:स सांगितले की प्रकाश आपल्याला कधीही विफल होऊ देत नाही.

– आकाश मलिक

दि. २२ जून २०१२ रोजी मी खोल ध्यानात शिरलो आणि मला जाणवले की माझे मंत्रोच्चारण थांबले आहे. पांढरा पोषाख परिधान केलेली एक वृद्ध व्यक्ती माझ्याकडे आली व तिने माझ्या कपाळावर हात ठेवून आशीर्वाद दिला असा अनुभव मला आला. मला माझ्या कपाळावरच्या त्यांच्या हस्तस्पर्शाची अगदी स्पष्ट जाणीव झाली. मी लागलीच भानावर आलो व ध्यान थांबवले.

– स्वामीनाथन सी

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