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 होते. त्यांनी ऋषींचा मार्ग, सप्तर्षी ध्यानयोग विकसित केला आणि तपोनगरात सप्त ऋषींच्या 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 8 MAY 2013 Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद, अनुवाद : जयंत देशपांडे
(मागील अंकांमधून घेतलेले वेचे)

एका साधकाने मला निरागसपणे विचारले, ''मी जर एखादी चूक केली तर तुम्ही मला माफ कराल का?'' त्या प्रश्नाने मला माझी भूमिका स्पष्टपणे मांडण्यास उद्युक्त केले. मी एक आध्यात्मिक मार्गदर्शक आहे. केवळ एक मार्गदर्शक. मी इतरांना जोखत नाही आणि साधकांबद्दल मत बनवणे मी खूप काळजीपूर्वक टाळतो. मी पण एक साधक आहे, फार तर एक वरिष्ठ साधक; हे स्वीकारण्यात मला कसलाही संकोच वाटत नाही. ऋषी, आध्यात्मिक गुरू आपल्या सर्वांचे मार्गदर्शन करत आहेत. गुरूंच्या आणि स्वामींच्या या पवित्र भूमीवर, कोणीही माझ्याकडे एक गुरू किंवा स्वामी म्हणून बघेल हे साहजिकच आहे. साधारणपणे एखाद्या गुरू किंवा स्वामीवर एखाद्या धर्माचा किंवा पंथाचा शिक्का बसतो. पण मी धार्मिक कार्य करणारा कार्यकर्ता नाही. मी एक आध्यात्मिक मार्गदर्शक आहे.

खरंच किती साधकांना आपल्या या मार्गाची आणि आपल्या प्रयत्नांची कदर आहे, या विषयी मला कुतूहल वाटते. सहसा जेव्हा साधक एखाद्या गुरुकुलात किंवा आश्रमात साधनेसाठी जातात, तेव्हाच त्यांना फक्त सुरुवातीलाच नव्हे तर संपूर्ण साधनेदरम्यान वैयक्तिक मार्गदर्शन मिळते. त्यासाठी त्यांना त्यांचे घर, व्यवसाय आणि इतर गोष्टींचा त्याग करावा लागतो. इथे ध्यान करायला तर आम्ही शिकवतोच पण त्यासोबतच ध्यानाचा अभ्यास व शास्त्र सुद्धा सखोलपणे शिकवतो. साधकावर आमचे बारीक लक्ष असते आणि त्याला सतत वैयक्तिक मार्गदर्शन मिळत असते. आणि साधकाचे सामान्य जीवन विस्कळीत पण होत नाही. त्याच्या जीवनाचा दर्जा कमी होत नाही. त्याउलट ध्यानामुळे जेव्हा मनाचा गोंधळ दूर होतो आणि जीवनाचा ताण कमी होतो, तेव्हा खरं तर साधकाच्या जीवनाचा दर्जा आणखी सुधारतो. इतर मार्गांमध्ये अशा तऱ्हेने प्रगतीचा आढावा घेण्याची सोय नसते. आपल्या साधकांनी कधीतरी ह्याची नोंद घेतली आहे का या विषयी मला कुतूहल वाटते. कदाचित आपल्याला गोष्टी सहजपणे न मिळणेच बरे असे मला वाटते !

त्याशिवाय सुद्धा या मार्गाच्या इतरही काही विशेषता आहेत. आध्यात्मिक उपलब्धींसाठी, सामान्य जीवनापासून दूर पळून जाण्याची आवश्यकता नाही, या मुद्द्यावर इथे पुन्हा पुन्हा जोर दिला जातो. सिद्धींमागे पळणे कसे धोक्याचे आहे हे पुष्कळदा समजावून सांगण्यात येते आणि अशा आकर्षणांपासून दूर राहून योगाची कास धरणे किती महत्त्वाचे आहे, हे समजावून सांगण्यात येते. साधकांना आम्ही सांगितल्याप्रमाणे साधना करण्याशिवाय इतर पूरक साधनेसाठीसुद्धा परवानगी आहे आणि फक्त ह्याच व्यवस्थेशी बांधून ठेवण्यासाठी कोणतेही बंधन साधकावर लादले जात नाही.

जेव्हा साधकांवर या गोष्टींचा प्रभाव पडत नाही आणि ते माझ्या चांगुलपणाला गृहीत धरून चालतात, तेव्हा मला वाईट वाटते. साधकांच्या निष्काळजी वृत्तीमुळे मला दुःख होते.

माझी लोकांना भेटण्याची इच्छा नसण्याबद्दल मी विचार करत होतो. मला खूप काम आहे आणि लोकांसोबत घालवण्यासाठी माझ्याजवळ जास्त रिकामा वेळही नाही ह्यात शंका नाही. माझ्या आयुष्यात कधीही लोकांमध्ये मिसळणे, उठणे बसणे याची मला आवड नव्हती. त्याशिवाय माझ्या असे लक्षात येते की मला भेटायला येणाऱ्या लोकांना एखादे नवीन तंत्र शिकण्याची किंवा माझ्या गुरुंच्या आयुष्यातील एखादी रोमांचक कहाणी ऐकण्याची जास्त उत्सुकता असते. ते ऋषीकार्य किंवा माझ्या गुरुंच्या काळापासून कार्यान्वित होण्याची वाट पाहत असलेल्या आध्यात्मिक योजनांबद्दल क्वचितच बोलतात. त्यांच्या साधनेसाठी मार्गदर्शन ते क्वचितच मागतात.

माझे संपूर्ण जीवन आणि वेळ केवळ मार्गदर्शनासाठी, कामासाठी आणि साधनेसाठी आहे. पण .... ■

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

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 व प्रश्नांची उत्तरं श्री. जयंत देशपांडे 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.

एक पत्र स्वर्गाला

अनुवाद : वैशाली जोशी

प्रिय गुरुजी,

"घेतलेल्या निरोपांनी दु:ख होत नाही, नंतर येणाऱ्या स्मृतींनी होते..."

जसा प्रत्येकाच्या आयुष्यात येतो तसा काळ माझ्या आयुष्यात देखील आला होता जेव्हा मला एकाकी वाटत होते, जीवन अचानकपणे अर्थहीन वाटू लागले होते आणि मी सर्व गोष्टींबद्दल प्रश्न विचारू लागले होते. आयुष्याच्या 'क्रूरते' पासून सुटकेचा मार्ग दिसत नव्हता, आणि तेव्हा तुम्ही ताज्या हवेच्या झुळूकीप्रमाणे माझ्या आयुष्यात पदार्पण केले, आणि जणू जादू झाल्याप्रमाणे, अचानक माझ्या सगळ्या अडचणी अंतर्धान पावल्या. माझे पाऊल हर्ष आणि आत्मविश्वासाने पडू लागले आणि माझ्या चेहऱ्यावर स्मित आले. पुन्हा एकदा मला पक्ष्यांचा किलबिलाट ऐकू येऊ लागला, परत एकदा मी सूर्यास्ताच्या सौंदर्याचा आनंद घेऊ शकू लागले. मला ही खात्री आहे की इतर लाखो लोकांना पण तुमच्याबद्दल असेच वाटत असणार. हे खरेच आश्चर्यकारक आहे परंतु अगदी १००% खरे पण आहे की तुम्ही लाखो लोकांच्या जीवनाला स्पर्श करण्यात यश मिळवले आहे. तुमच्या सहवासात मला नेहमीच निश्चिंत वाटायचे कारण तुम्ही कधीच माझ्याबद्दल ग्रह करून घेत नव्हतात. मी माझ्या आयुष्यातील काही विसरण्यायोग्य क्षणांबद्दल तुम्हाला सांगितले तरी तुमचे माझ्याबद्दलचे मत गढूळ झाले नाही. जेव्हाकेव्हा मला तुमच्याशी बोलायची संधी मिळायची तेव्हा मला असे वाटायचे की मी एका मित्राजवळ आपले मन मोकळे करत आहे. तुम्ही सदा सगळ्यात जिवलग मित्र होता.

हे खरे आहे की जेव्हा एखादी व्यक्ती आपल्या जीवनात राहात नाही तेव्हा आपल्याला तिचे मूल्य अधिक जाणवू लागते. तुमच्या मार्फत झालेली प्रत्येक कृती आयुष्यातील एखाद्या धड्याप्रमाणे होती. अगदी विपरीत परिस्थितीत देखील तुम्ही स्वत:च्या चेहेऱ्यावर स्मितहास्य ठेवून इतरांना हसवू शकलात. तुम्ही कधीच तक्रार केली नाही आणि शेवटपर्यंत जीवनातील आनंद देणाऱ्या लहान गोष्टींमध्ये आनंद अनुभवला. एका साध्या फुलदाणीतील फुलांचे, ज्यांच्याकडे सहसा लोक दुर्लक्ष करतात, कौतुक करण्यापासून ते संगीतातील रागांना समजून त्यांचा आनंद लुटण्यापर्यंत, राजकारणाबद्दल बोलण्यापर्यंत, हॉस्पिटलमधील एकूण एक कर्मचाऱ्याला नम्रपणे नमस्कार आणि प्रेमळ स्मितहास्य करून अभिवादन करण्यापर्यंत सर्व बारीक सारीक गोष्टींचा तुम्ही आनंद घेतला.

कसे कोण जाणे, प्रत्येक वेळी तुमच्या घरावरून जाताना मला असे वाटते की तुम्ही अजूनही तेथे आत आहात. कधीकधी असे क्षण येतात जेव्हा आम्हाला तुमची उणीव अतिशय तीव्रतेने जाणवते पण तुम्ही आम्हा सर्वांना आमच्या आयुष्यातील विपरीत परिस्थितीस तोंड देण्यासाठी खूप शक्ती दिली आहे. अजूनही तुमची उपस्थिती खूप जाणवते आणि मला माहीत आहे की ती कधीच जाणार नाही...

आदरपूर्वक,
आपली अपूर्वा

एक चिरंतन मार्गदर्शक

वैशाली जोशी

गुरुजींचे छत्र डोक्यावर असणे आणि थोड्या काळासाठी का होईना भौतिक स्तरावर त्यांच्या सोबत काम करण्याची संधी मिळणे, ह्या आयुष्यात घडू शकणाऱ्या सर्वात उत्तम गोष्टी होत्या. ह्याने जीवनात प्रेम, आदर आणि आनंद मिळाला. त्यांच्या ह्या दैवी निवासस्थानास येण्याची उत्कंठा नेहमीच इतर कोणत्याही गोष्टीसाठी असलेल्या उत्कंठेपेक्षा जास्त प्रबळ ठरली आहे.

त्यांचे व्यक्तिमत्त्व इतके प्रबळ आणि आकर्षक होते की केवळ त्यांच्या उपस्थितीत असणे देखील इतर सर्व गोष्टी आणि सर्वांचा विसर पाडण्यास पुरेसे होते. त्यांनी उच्चारलेला प्रत्येक शब्द अमृताप्रमाणे होता आणि त्यांचे स्मितहास्य पाहून असीमित आनंद व्हायचा.

भौतिक स्तरावर जगत असताना कोणत्याही समस्येसाठी ते नेहमीच व्यावहारिक उपाय सांगायचे, आणि जीवनातील उतार-चढावांतून सुखरूप पार पडण्यासाठी प्रेम आणि ऊर्जांचा वर्षाव करायचे. त्यांच्या देहत्यागानंतर देखील सूक्ष्म स्तरावरून आपले मार्गदर्शन करणे त्यांनी चालू ठेवले आहे, आणि क्षितिजसमांतर स्तराच्या पलीकडे जाऊन उच्च स्तरावर जीवन जगण्याच्या आपल्या धडपडीत आपल्याला वर उचलून धरले आहे. ■

गुरुजी तुम्ही कुठे आहात ?

जया बी, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

गुरुजी, **तुम्ही कुठे आहात**? आम्हाला माहीत आहे तरी पण आमच्या रक्तबंबाळ हृदयाला अजूनही तुमच्या भौतिक उपस्थितीची आस आहे. आम्ही हे जाणतो की, तुम्ही प्रत्येक श्वासात आहात, केवळ मानसा कुटुंबातील तुमच्या मुलांच्याच नाही तर पृथ्वीवरील व त्याही पलीकडील सर्व सृष्टीच्या श्वासात पण तुम्ही आहात, कारण तुमचे प्रेम इतके उदात्त आहे की ते सर्वांपर्यंत पोचते. म्हणूनच तुम्ही विस्तीर्ण आकाशाला इतक्या सहजतेने आपल्या कवेत घेऊ शकत होता, ज्या सहजतेने तुम्ही पाण्याचा एकेक घोट घ्यायचात, तो सुद्धा इतक्या काळजीपूर्वक की जसे काही पाणी घटाघटा गिळल्याने त्या पाण्याला सुद्धा त्रास झाला असता.

जिने एका छोट्याशा पेनाला आपले दुःख व्यक्त करायला लावले, जेव्हा तुम्ही त्याला कमी वापरण्याचा विचार मनात आणला ती तुमची श्रद्धा, तुमच्या अमर्याद प्रेमाची विस्तीर्णताच तर होती. त्याशिवाय दुसरे काय असू शकते ! जेव्हा तुमची कार विकण्याचे ठरले, तेव्हा कसे त्या कारने आपले दुःख दर्शवले आणि त्याबदल्यात पुष्कळ पटीने तुमचे प्रेम मिळवून आपले दुःख हलके करून घेतले. इतकेच काय खिळखिळया झालेल्या टॅक्सीने सुद्धा, प्रवासावर नेण्याच्या जिच्या कार्यक्षमतेबद्दल तुम्ही साशंक होता, बिघाड आणून तिचे दुःख व्यक्त केले आणि स्वतःची दुरुस्ती करून घेण्यासाठी तुम्हाला तेथून जाणाऱ्या एका विशिष्ट वाहनाला थांबविण्यास सांगितले.

गुरुजी ! आम्ही कदाचित चुकलो असू, आमच्या अज्ञानामुळे मर्यादित होऊन दृष्टीहीन झाल्यामुळे आम्ही तुमचे उज्ज्वल तेज पूर्णपणे पाहू शकलो नाही. पण आम्ही तुमच्यावर सच्चे प्रेम करतो आणि वाऱ्यामुळे पानांच्या सळसळण्यातून, पक्षांच्या प्रत्येक किलबिलाटातून, प्रत्येक सूर्योदय आणि सूर्यास्तामधून तुमचे अस्तित्व जाणवते आणि आम्हाला दिलासा देते. तुम्ही जे सर्व शिकवले आहे, ते आठवून आचरणात आणण्यासाठी जेव्हा आम्ही तुमची पुस्तके पुन्हा वाचतो, तेव्हा तुमचा प्रत्येक शब्द आमच्या कानात पडसाद देतो जणू एखादा सुप्त ज्वालामुखी जागृत झाला असावा.

तुमच्या रविवारच्या व्ही.डी.ओ. रेकार्डिंगमधून तुम्ही आम्हाला शिकवता, हसवता, विचार करण्यास शिकवता ह्याबद्दल आम्हाला खूप धन्य वाटते आणि आमचे मन उल्हसित होते ..

आता यापुढे आम्ही विचारणार नाही, "तुम्ही कोठे आहात?" कारण आम्ही केवळ तुमच्या शाश्वत उपस्थितीमुळे जगू शकत आहोत. ■

गुरुजी – एका युगाचा अंत ....

रामचंद्रा के., अनुवाद : सुनिता देशपांडे

हे स्वप्न आहे की वास्तव ?...... गुरुजींनी आपले भौतिक शरीर सोडले आणि आता ते आपल्यात नाहीत, ही वस्तुस्थिती आहे. त्यांची देहरूपातील अनुपस्थिती म्हणजे एका युगाचा अंत आणि आश्चर्य म्हणजे, ते एका वेगळ्या पातळीवर आपल्या सर्वांसाठी उपलब्ध आहेत म्हणून ही एका नवीन युगाची सुरुवात सुद्धा आहे. या वस्तुस्थितीमुळे आपल्याला हे कळते की आपल्याला आता जास्त दक्ष राहावे लागेल, जास्त जबाबदारीने जगावे लागेल आणि इतक्या वर्षांमध्ये त्यांनी जे सर्व शिकवले आहे ते आचरणात आणावे लागेल.

ते एक परिपूर्ण मानव म्हणून जगले आणि त्यांनी अज्ञात जगांचा शोध घेतला. त्यांनी आपल्याला अशा ऊर्जा आणि आध्यात्मिक ज्ञान दिले की जे आत्मसात करण्यासाठी आणि समजण्यासाठी आपल्याला कदाचित कितीतरी जन्म घ्यावे लागतील. त्यांना भेटेपर्यंत, मला ध्यान साधना, ऋषी, देव, सूक्ष्म जगत, पुनर्जन्म, ऊर्जा, आध्यात्मिक ज्ञान, कर्मविपाक, आणि पुष्कळ इतर आध्यात्मिक गोष्टींबद्दल स्पष्ट ज्ञान नव्हते. त्यांच्या सहवासात काढलेल्या काळामध्ये, त्यांनी केलेल्या ज्ञानाच्या वर्षावामुळे आता माझी जाणीव पुष्कळच वाढली आहे. जीवन म्हणजे काय आहे हे समजायला बरीच वर्षे लागली. आपण त्यांना जीवनाच्या सगळ्या पातळ्यांवर जगतांना पाहिले. जीवनाच्या सुंदरतेचा आनंद घेताना, निसर्गाला दाद देताना पाहिले आणि सर्वात महत्त्वाचे हे की इथली प्रत्येक गोष्ट परमेश्वराच्या प्रेमामुळे इथे आहे याची त्यांनी आपल्याला जाणीव करून दिली. प्रेम हाच आपला मूळ स्वभाव आहे हे आपल्याला त्यांनी समजावले. त्यामुळे आपल्याला हे समजले की आपण हे जीवन निरर्थक गोष्टींमध्ये वाया न घालवता जीवनाच्या आध्यात्मिकीकरणाकडे लक्ष द्यायला हवे आणि हे जीवन शांतीपूर्वक जगायला हवे. आपण हे जीवन योग्य रीतीने जगण्यासाठी धडपड करत असताना, त्यांनी आपल्याला या जीवनाच्या लाटांना योग्यपणे तोंड देता यावे आणि धडपड करत असतानाही स्मित करता यावे यासाठी आपल्याला एक अद्भुत साहस आणि सामर्थ्य दिले. त्यांच्यासोबत जीवन अगदी सुरळीत झाले आणि आपण सगळ्यांसोबत जुळवून घेऊ शकलो.

आपल्यात असे परिवर्तन घडवून आणल्याबद्दल आपण त्यांना काय मोबदला देऊ शकतो? आपण फक्त प्रेम देऊ शकतो आणि या धरेवर आणखी चांगले जीवन पाहण्याच्या त्यांच्या स्वप्नांना मूर्त करण्यासाठी आपण दृढ निश्चय करू शकतो. आपल्याला व या धरेला असा गुरु परत परत लाभावा यासाठी मी प्रार्थना करतो. ■

आमची प्रकाशने

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
Higher Communication & Other Realities	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/-
आयगुरूजी (Marathi)	100/-
ध्यान कसे करावे (Marathi)	50/-
ध्यानयोग (Marathi)	50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)	50/-
शंबला तत्त्वांचा अभ्यास (Marathi)	50/-
एका आधुनिक ऋषीचे सूक्ष्मजगातील पराक्रम (Marathi)	50/-
प्रकाशमय जीवन (Marathi)	10/-
प्रकाश (Marathi)	10/-
उच्चस्तरीय संवाद आणि इतर सत्ये (Marathi)	100/-
गुरु-शिष्य संवाद (Marathi)	60/-
ध्यान कैसे करें (Hindi)	50/-
ध्यान-योग (Hindi)	50/-
प्रकाशमय जीवन (Hindi)	10/-
प्रकाश (Hindi)	10/-
प्रकाश की ओर (Hindi)	150/-

ही पुस्तके खालील ठिकाणी मिळतील:

मुंबई: चेतना बुक सेन्टर, फोर्ट (फोन:२२८५१२४३)

मेजस्टिक एजन्सीज, विले पार्ले (पू) (फोन: २६१३२८७९)

गिरि ट्रेडिंग एजन्सी, डोंबिवलि (पू) (फोन: ०२५१-२८६-१८९०/२४४-९५८५)

गिरि ट्रेडिंग एजन्सी, गोरेगाव (प) (फोन: २८७६७२९८)

गिरि ट्रेडिंग एजन्सी, माटुंगा (फोन: २४१२२३१६, २४१४१३४४)

गिरि ट्रेडिंग एजन्सी, नवी मुंबई (फोन:३२५२२४९१)

पुणे: संस्कृती प्रकाशन, आप्पा बळवंत चौक (फोन: २४४९७३४३)

द इंटरनॅशनल बुक सर्विस, डेक्कन जिमखाना (फोन: २५६७७४०५)

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

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

यशवंत प्रकाशन, सदाशिव पेठ (फोन:२४४७०५३३)

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

गुरुजी उवाच

(संकलन : शोभा राव ; अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर)

०४–०५–२००३

आपण जे अन्न ग्रहण करतो त्यातून आपल्याला ऊर्जा मिळते. तसेच ती हवेमधून, नाडीचक्रांच्या जागृतीमधून व उच्च लोकांमधून मिळते. अन्नापासून मिळणारी ऊर्जा मुख्यत्वेकरून जड देहाच्या पोषणासाठी असते. त्यातला काही भाग शुद्ध होतो व मनाकरवी वापरला जातो; काही भाग आणखी शुद्ध होऊन बुद्धीकरवी वापरला जातो. प्राणशक्ती नामक जीवनावश्यक पोषण आपल्याला सूर्यापासून मिळते. त्याचा वापर शरीर, मन व बुद्धी सचेतन ठेवण्यासाठी केला जातो. आपण जेव्हा ध्यान करतो तेव्हा आपल्याला उच्च लोकांतून ऊर्जा मिळतात. केवळ ह्या ऊर्जा आपल्या कर्मांचे दहन करतात, आपली संपूर्ण शरीर व्यवस्था शुद्ध करतात आणि आपली अंत:प्रेरणा धारदार बनवतात. त्या तिसरा डोळा उघडण्याच्या कामातही मदत करतात, जी क्रिया क्रमाक्रमाने होते.

ध्यानामध्ये जे प्रकाश दिसतात किंवा कधीकधी वाऱ्याचे आवाज ऐकू येतात ते सूक्ष्मजगातील असतात. सूक्ष्मजग भौतिक जगाच्या पलीकडे आहे. सूक्ष्मजगाच्या पलीकडे कारण जग आहे, ज्या ठिकाणी मन नसते व सर्व संवाद विचारांच्या देवाणघेवाणीतून होतात. ह्या जगात अतिशय दैदीप्यमान प्रकाश असतात. कारण जगाच्या पलीकडे दिव्य लोक असतो जिथे विचार नसतात व आवाजही नसतात. या ठिकाणी एका आत्म्याचा दुसऱ्याशी संवाद थेट घडतो आणि इथे आपण कल्पनाही करू शकणार नाही असा तेजस्वी प्रकाश असतो जो आपल्याला दिसत नाही. पाहणे, ऐकणे अशा सारखे अनुभव खालच्या लोकांमध्ये येतात. दिव्य लोकात आपल्याला प्रकाशाचा अनुभव येतो. आपण तुरीया अवस्थेमध्ये प्रवेश करतो तेव्हा आपल्याला अशा प्रकाशांचे अनुभव येतात.

ह्या प्रकाशांच्या माध्यमातून आपल्याला ज्ञान, चातुर्य आणि विशेष ऊर्जा मिळतात. दिव्य लोकात म्हणजे अत्युच्च लोकात जेव्हा आपण दिव्य प्रकाशाचा अनुभव घेतो तेव्हा आपण प्रत्यक्षात दिव्य बनतो. सर्व क्षमता, ज्ञान आणि सर्व ईश्वरी शक्ती आपल्याला प्राप्त होतात. ह्या पदाला पोचलेले लोक अशा गोष्टींचे प्रदर्शन करीत नाहीत कारण त्यांच्याजवळ महान विवेकबुद्धी असते.

आपल्या मनाचे तीन थर असतात. ते म्हणजे जागृत अवस्था, अर्धजागृत अवस्था किंवा स्वप्नावस्था आणि अजागृत अवस्था किंवा सुषुप्ती. लौकिक जगातील अधिकांश किंबहुना सर्वच अनुभव आपण मनाद्वारेच घेत असतो. लौकिक जगाचे अनुभव आपण मनाच्या जागृत स्तरावर व स्वप्ने आणि कल्पनासृष्टीचा अनुभव आपण मनाच्या अर्धजागृत थरामध्ये घेतो. अजागृत स्तरामध्ये आपण सूक्ष्मदेहाने बाहेर पडून सूक्ष्मजगातील प्रवासाचा अनुभव घेतो.

तुरीया ही जाणिवेची उच्च अवस्था मनाच्या पलीकडे असते.

जाणीव ही आत्म्याची शक्ती आहे. ती मनाच्या वेगवेगळ्या स्तरांवर वेगवेगळ्या तऱ्हेने कार्य करते. जागृत पातळीवर आपली जाणीव भौतिक लोकापुरती मर्यादित असते व अर्धजागृत स्तरावर ती त्या पातळीपुरती मर्यादित असते. मनाच्या अजागृत पातळीवर आपली जाणीव सूक्ष्मजगापुरती मर्यादित असते. ह्या सर्व स्तरांमध्ये किंवा पातळ्यांवर आपल्याला सृष्टीची आणि संपूर्ण सृष्टीमधील वैविध्याची जाणीव होते. परंतु, आपली जाणीव जेव्हा तुरीया अवस्थेत प्रविष्ट होते तेव्हा आपल्याला फक्त संपूर्ण सृष्टीच्या पाठीशी असणारी शक्ती दिसते; आपल्याला भिंती, वृक्ष, इमारती दिसत नाहीत कारण आपली जाणीव मायेचा पडदा भेदून पलीकडे जाते. आपल्याला फक्त प्रकाश दिसतो, 'ज्योती स्वरूप' दिसते आणि आपण ईश्वराचा अनुभव घेतो. मनाच्या आणि तुरीया अवस्थेच्या पलीकडे चैतन्याचा महासागर आहे. आपली जाणीव जेव्हा या प्रांतात जाते तेव्हा ती अनंतापर्यंत विस्तारत जाते. विस्ताराबरोबरच ती अमर्याद तत्त्वाचा, ईश्वराचा अनुभव घेते.

आपल्या सर्व गतजन्मांच्या स्मृती व आपल्या सर्व कर्मांचा लेखाजोखा मनाच्या अजागृत स्तरामध्ये साठवलेला असतो. आपला गतकाळ जाणणे फार अवघड असते आणि भविष्यकाळाची द्वारे जाणूनबुजून बंद ठेवलेली असतात. हेतु हा की त्यांनी जीवनाच्या प्रवाहामध्ये लुडबूड करू नये. परंतु, कधीकधी आपल्या आध्यात्मिक प्रगतीसाठी आवश्यक असेल तेव्हातेव्हा ऋषी आपल्या गतायुष्यातील काही विशिष्ट प्रसंग उलगडून दाखवतात.

११–०५–२००३

सत्याचा साक्षात्कार, सत्याचे दर्शन आणि मुक्ती हे आध्यात्मिक यात्रेतील टप्पे आहेत. जेव्हा आपण गंभीरतापूर्वक मूर्तीच्या पलीकडील ईश्वराबद्दल विचार करू लागतो, आपण कोण आहोत ते समजण्याचा प्रयत्न करतो व स्वत:ला ओळखण्यास सुरवात करतो; ही सृष्टी कुठून निर्माण झाली ते जाणण्यास सुरवात करतो तेव्हा आपण म्हणू शकतो की आपण जागृत झालो आहोत. जागृतीबरोबर आध्यात्मिक यात्रेला आरंभ होतो, ज्याकरिता आपण हजारो जन्म खर्ची घातलेले असतात. एकदा जागृत झाल्यावर आपण पुस्तकांतून वगैरे ज्ञान गोळा करू लागतो. आपण आत्मे आहोत, प्रकाशकण आहोत या सारख्या अनेक गोष्टी आपल्या लक्षात येतात. योग्य मार्गदर्शक किंवा गुरुंच्या मदतीने आपण बौद्धिक पातळीवरील ज्ञानापलीकडे गेले पाहिजे. त्यावेळी आपल्याला प्रत्यक्ष अनुभवाने कळते की आपण प्रकाशाचे कण आहोत आणि ईश्वर चैतन्याचा महासागर आहे. हा सत्यदर्शनाचा टप्पा आहे जिथे आपली सर्व कर्मे नष्ट होतात आणि आपण खरोखर ईश्वराकडे परत जातो. आपण ईश्वरात विलीन होतो व मुक्ती प्राप्त करतो. पण, सत्यदर्शनानंतर सुद्धा आपण पार्थिव शरीर सोडू शकत नाही कारण, आपला जीवनकाल संपेपर्यंत आपल्याला थांबावे लागते. अशी व्यक्ती जिला सत्यदर्शन झाले आहे व जी ईश्वराकडे परत जाण्यासाठी मृत्युची प्रतीक्षा करत आहे तिला 'जीवनमुक्त' म्हणतात.

भगवान कल्कींचा जन्म १९२४ साली शंबला नगरीत झाला. भगवान परशुराम शंबला नगरीत राहतात. त्यांनी भगवान कल्कींना विद्या दिली आहे. भगवान कल्की प्रलयाच्या प्रक्रियांवर देखरेख ठेवून आहेत. या प्रक्रिया १९८७ साली सुरू झाल्या आणि ४९ वर्षे सुरू राहतील.

ध्यान करण्यास शिकवणे व ऋषींकडून प्राप्त झालेले शुद्ध ज्ञान लोकांपर्यंत पोचविणे हे आपले कार्य आहे. यामुळे लोकांना नवयुगात प्रवेश करण्याच्या दृष्टीने स्वत:ची तयारी करण्याच्या कामी मदत मिळेल. ध्यानामुळे आपल्याला शहाणपण लाभते. अनेक गुंतागुंतीने युक्त अशा ह्या जीवनाशी कसे जुळवून घ्यावे हे समजण्यासाठी ते आपल्याला मदत करते व आपल्याला बळ देते.

कालांतराने आपण प्रत्यक्ष अनुभव घेतो व उच्चस्तरीय सत्य आपल्याला कळते आणि ही

गुरुजी उवाच

(संकलन : शोभा राव ; अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर)

जाणीव आपण इतरांपर्यंत पोचवू शकतो. हेच आपले मुख्य कार्य आहे. सर्व शंकांचे निरसन करणे व सर्व प्रश्नांची उत्तरे देणे हे आपले काम आहे. प्रेम, शांती व दिव्यत्व यांनी युक्त असे जीवन स्वतःच्या उदाहरणातून जगून दाखवणे हे आपले काम आहे. बाकी सर्व तपशीलाच्या गोष्टी आहेत. जेव्हा शंबला आपल्या हृदयात वसली असेल तेव्हा ह्या ठिकाणी शंबला वसविणे सोपे जाईल.

२५–०५–२००३

लोक म्हणतात की संकटसमयी त्यांना माझा आवाज ऐकू येतो, काहींना तर माझी आकृती दिसते, जेव्हा ते मदतीसाठी हाक देतात. लोकांचे संदेश मला अजागृत पातळीवर मिळतात. त्या पातळीवरून मी अजाणता ऊर्जा संक्रमित करतो ज्या त्या त्या व्यक्तीपर्यंत पोचतात. या ऊर्जा प्रज्ञावान असल्यामुळे त्या व्यक्तीकडे आवाजाच्या माध्यमातून पोचायचे की आकृतीच्या माध्यमातून ते या उर्जाच ठरवतात. त्यानुसार लोकांना तसतसे अनुभव येतात व त्यांच्या समस्यांवर तोडगा मिळतो. जरी जागृत पातळीवर मला ह्या गोष्टींची जाणीव होत नसली तरी कधीही अजागृत पातळीवर जाऊन मला ते समजू शकते.

जेव्हा जेव्हा तुम्ही मला भेटता तेव्हा तुम्ही न मागता सुद्धा मी नेहमीच तुमच्याकडे ऊर्जा पाठवत असतो. या ऊर्जा तुमच्या बरोबर बराच काळ राहतील. तुम्ही ध्यान करणे थांबवेपर्यंत किंवा तुम्ही हा मार्ग सोडेपर्यंत त्या तुमच्या सोबत असतील. प्रत्येक वेळी तुम्हाला आवाज ऐकू येईल किंवा आकृती दिसेलच असे नाही. परंतु, या ऊर्जा स्वतःहून कृती करतात व बऱ्याचदा तुमच्या विनंतीशिवाय देखील त्या तुम्हाला मार्गदर्शन व मदत करतात. त्यामुळेच ध्यानाच्या द्वारे लोकांशी जोडले जाणे इतके छान असते.

मी माझा देह ठेवल्यानंतर माझ्या ऊर्जा मागे तपोनगरात ठेवीन. पिढ्यान्‌पिढ्या त्या इथे राहतील. लोकांना त्या ऊर्जा, त्यांचे फायदे, मागदर्शन, मदत आणि संरक्षण नेहमीच मिळेल. माझे गुरु आज इथे हयात नाहीत पण आपल्याजवळ समाधी मंदिरात त्यांच्या ऊर्जा आहेत. जेव्हा कधीही तुम्ही तिथे जाऊन मदत मागाल तेव्हा त्या तुम्हाला मार्गदर्शन करतील. लोकांनी मला सांगितले आहे की त्यांनी माझ्या गुरुंचा आवाज ऐकला आहे आणि त्यांची आकृती पाहिली आहे आणि निश्चितच त्यांना त्यांची मदत मिळाली आहे.

सर्व देवळांमध्ये, सर्व पवित्र स्थानांमध्ये ज्या ऊर्जा असतात त्या तिथे कार्य करत असतात. हजारो वर्षांपूर्वी भगवान शिवांचे कैलास पर्वतावर बराच काळ वास्तव्य होते. त्यांनी जाताना त्यांच्या ऊर्जा मागे ठेवल्या. जे लोक तिथे जातात त्यांना या ऊर्जांमुळे भगवान शिवांचा अनुभव येतो.

लोकांना जेव्हा वाईट शक्ती, वाईट व्यक्तित्वे किंवा प्रेतात्मे पछाडतात तेव्हा त्यांना त्यांच्या शरीर व्यवस्थेत अडथळ्यांचा अनुभव येतो. १९८८ सालापासून अशी अनेक प्रकरणे माझ्या पाहण्यात आली आहेत. अशा गोष्टींबाबत सर्वसाधारण विधान करणे कठीण आहे, परंतु काही उदाहरणांमध्ये खरोखरच सत्यत्व होते. बऱ्याच प्रकरणांमध्ये ते सर्व त्या व्यक्तीच्या मनाचे खेळ होते कारण, मन हे फार सामर्थ्यशाली साधन आहे. काही वेळा ते आपल्याला मदत करते पण, काही वेळा नकारात्मक चित्र उभे करून ते आपल्याला मदत करत नाही.

अहंकार म्हणजे शरीर, मन व बुद्धी यांची सामूहिक प्रज्ञा होय. आत्मा हा केवळ मनावरच नव्हे तर संपूर्ण अहंकारावर नेहमीच वर्चस्व मिळवू शकतो. आपण आत्म्याला तसे करण्याची मुभा द्यावी लागते. हे वरकरणी सोपे दिसले तरी व्यवहारात आणणे कठीण असू शकते. ध्यान करून, प्रेमाचा प्रसार व प्रेमाचे प्रकटीकरण ह्या शंबला तत्त्वांचे आचरण करून आपण आत्म्याला आपल्या शरीर व्यवस्थेचा ताबा घेण्याची आणि हे आयुष्य शांतीपूर्वक जगण्यासाठी आपल्याला मदत करण्याची मुभा देतो.

०१–०६–०२००३

इथल्या कामाचे पुनर्घटन करण्याचा व तदनुषंगाने निरनिराळे समूह तयार करण्याचा मी प्रयत्न करीत आहे. हेतु हा की लोकांना भौतिक कार्याची नाही तर सूक्ष्म जगात करावयाच्या अनेक कार्यांची चांगली ओळख व्हावी. हे भविष्यातील कार्य आहे. हे ‘कार्य’ हाती घेण्यासाठी आपल्याला स्वतःची खूप तयारी करायची आहे. आपण कितीही प्रेम केले, कितीही प्रमाणात इतरांना सांभाळून घेतले आणि प्रेमाचे प्रकटीकरण केले तरी ते पुरे पडणार नाही. कारण, प्रस्तुत कार्याचा आवाकाच तसा आहे. त्यासाठी आपल्याला संपूर्ण जगाच्या दृष्टीने, ह्या संपूर्ण विश्वाच्या दृष्टीकोनातून विचार करावा लागेल.

आपण कोणते ‘कार्य’ हाती घेतो तेव्हा तपशीलात अडकून पडतो. अशा गोष्टींसाठी वेळ लागतो. कार्यकर्त्यांना माझ्यासोबत बसावे लागेल, माझ्याबरोबर विचार करावा लागेल आणि माझ्यासोबत असावे लागेल. माझ्याजवळचे शहाणपण इतरांना देणे सोपे नाही. त्यांना माझ्याप्रमाणे विचार करावा लागेल व माझ्याप्रमाणे कृती करावी लागेल. हे कार्य हाती घेण्यासाठी आपल्याला ते सुसंघटित करावे लागेल. त्याची आपण सुरवात करूया.

मला एका पत्रकाराने विचारले “चालू शतकातील एकमेव शोकांतिका कोणती?” मी अमरांशी मानसिक संपर्क केला. ते म्हणाले “आपण ऋषींपासून तुटलो आहोत ही शोकांतिका आहे.” आपण ऋषींबरोबर पक्का संपर्क प्रस्थापित केला पाहिजे. असे करणे अवघड नाही. त्यासाठी आपल्याला लहान मुलासारखे झाले पाहिजे, निरागस झाले पाहिजे. आपण ऋषींच्या सूचनांपैकी फक्त एखाद दुसरी सूचना पाळतो. कसेही करून संपर्कासाठी आपण पुढाकार घेतला पाहिजे. जर आपण ऋषींबरोबर संपर्क स्थापित करू शकलो तर आपल्याला नष्टप्राय झालेले आध्यात्मिक ज्ञान तसेच नवीन ज्ञान मिळविण्याचा फायदा होईल. नवीन ज्ञान पृथ्वीवर येऊन आपल्याला दिले जाण्याच्या प्रतीक्षेत आहे. त्यासाठी आपणा मनुष्य प्राण्यांची अजून तयारी झालेली नाही. आपल्या जवळील तुटपुंज्या किंवा अर्धवट ज्ञानाच्या बळावर आपण या जगाच्या साऱ्या समस्यांचे समाधान शोधण्याचा प्रयत्न करतो. आपण आध्यात्मिक विकास साधून परिपक्व होऊ तेव्हा आपण हे ज्ञान मिळवायला योग्य बनू.

वैयक्तिक समस्यांवर तोडगे शोधणे महत्त्वाचे नाही. आपण वैयक्तिक मुक्तीच्या शोधार्थ इथे आलेलो नाही. आपण इथे इतरांना केवळ मदत करण्याच्या हेतुने आलो नसून इतरांची सेवा करण्याच्या हेतुने आलो आहोत, जो आपला पहिला प्राधान्यक्रम आहे. जेव्हा कधीही आपण ऋषींचे कार्य अंगावर घेतो तेव्हा आपण मनाशी एक खूणगाठ बांधली पाहिजे की सेवा महत्त्वाची आहे. आपण एकोप्याने कार्य केले पाहिजे. ■

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 २ 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.

आनेकल येथील नवीन वास्तू, जेथे गुरुजींची पवित्र रक्षा ठेवली आहे

काही ठळक घडामोडी

- १९–५–२०१३ रोजी तपोनगरात गुरुजींचा वाढदिवस साजरा करण्यात येईल. ह्या कार्यक्रमात भाग घेण्यासाठी कृपया १६–५–२०१३ पर्यंत आपले नाव नोंदवावे.
- ह्या प्रसंगी "Guruji Speaks (Vol-7) आणि "Channelled Knowledge from the Rishis (Vol-4)" ह्या पुस्तकांचे प्रकाशन करण्यात येईल.
- १५–४–२०१३ रोजी आनेकल येथील आपल्या सप्तर्षी ध्यान केंद्राचा पाचवा वार्षिक दिन साजरा करण्यात आला.
- तेथे बांधलेल्या नवीन वास्तूत गुरुजींची प्रवित्र रक्षा ठेवण्यात आली आहे. ह्या प्रसंगी सुमारे ८० लोकांनी प्रकाश प्रवाहित करून ह्या वास्तूस ऊर्जित करण्याच्या कार्यक्रमात भाग घेतला.

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी	–	व्याख्यान सकाळी ११ ते १२ पर्यंत
	–	विशेष ध्यान आणि प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
रविवार १२	–	शंबला गटाची बैठक दुपारी २ वाजता

बुधवार, ८–५–२०१३ रोजी सकाळी ११ वाजता तपोनगर येथे विद्यार्थ्यांसाठी ओरिएंटेशन वर्ग आयोजित करण्यात येईल. बाहेरील विद्यार्थ्यांना देखील इंटरनेटवरून प्रत्यक्ष प्रसारणाद्वारे ह्यात भाग घेता येईल. भाग घेण्याची इच्छा असणाऱ्यांनी ५–५–२०१३ पर्यंत आपले नाव नोंदवावे. सविस्तर माहिती साठी कृपया मानसा कार्यालयाशी संपर्क साधावा.

गुरुजींचा वाढदिवस समारंभ
रविवार, १९ मे २०१३

सकाळी ११ वाजता	–	स्वागत
		व्याख्यान
		पुस्तकांचे प्रकाशन
		विशेष ध्यान
दुपारी १२.३० वाजता	–	प्रसाद

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०३	शुक्रवार	कृष्णाष्टमी
०८	बुधवार	शिवरात्री
०९	गुरुवार	अमावास्या
११	शनिवार	सूर्यग्रहण: सकाळी २.५५ ते ८.५५ पर्यंत
१३	सोमवार	अक्षय्य तृतिया
१८	शनिवार	गुरुजींचा वाढदिवस प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ – पाचवा वार्षिक दिन शुक्लाष्टमी
१९	रविवार	गुरुजींचा वाढदिवस समारंभ
२०	सोमवार	शुक्ल दशमी
२५	शनिवार	बुद्ध पौर्णिमा चंद्र ग्रहण: सकाळी ९.२३ ते ९.५६ पर्यंत

आनेकल येथील कार्यक्रम

१८–५–२०१३ रोजी सकाळी ११ वाजता आपल्या सप्तर्षी ध्यान केंद्रात गुरुजींचा वाढदिवस साजरा करण्यात येईल.

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

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

ज्या वेळी प्रकाश प्रवहनाचे तंत्र शिकवले जात होते तेव्हा मला माझ्यात परिणामकारक बदल झाल्यासारखे वाटले. मी आनंद, शांती, सकारात्मकता आणि आणखी खूप काही अनुभवले. या सत्राच्या आधी माझ्या भावना आणि विचार खूप नकारात्मक होते. मी माझ्या अभ्यासावर लक्ष एकाग्र करू शकत नव्हतो आणि माझा आत्मविश्वास कमी होत चालला होता. पण ह्या सत्रात भाग घेतल्यानंतर माझ्या वृत्तीत बदल झाला. माझे विचार करणे सकारात्मक झाले आणि माझा आत्मविश्वास पुन्हा वाढायला लागला. आमच्या युनिट परिक्षेच्या वेळी मी दररोज अभ्यासाच्या आधी ७ मिनिटे या तंत्राचा सराव करायचो आणि मला खूप चांगले मार्क मिळाले.

– नागार्जुन रामबाबू वट्टी, इयत्ता ८ वी, विश्वकर्मा विद्यालय इंग्लिश सेकण्डरी स्कूल, पुणे

पूर्वी क्षुल्लक गोष्टींसाठी माझी आई माझी कानउघाडणी करायची. आता मी तिला प्रकाश पाठवते आणि ती मला रागवत नाही. प्रकाश प्रवहनाने माझ्या एकाग्रता क्षमतेत सुधारणा झाली आहे आणि मला सकारात्मक विचार जास्त येतात. पूर्वी, पहिल्यांदा वाचले की मला समजायचे नाही पण आता मला समजते.

– ई. मीनाक्षी, इ. बारावी, एस बी एस मूथा गर्ल्स सिनीयर सेकण्डरी स्कूल, वेस्ट माम्बालाम, चेन्नई

माझी लक्ष केंद्रित करण्याची क्षमता आता वाढली आहे, आणि मी कंटाळा न करता आणि एकचित्ततेचा भंग न होऊ देता एका विषयावर जास्त वेळ लक्ष एकाग्र करू शकते. आता मला काही प्रमाणात माझ्या रागावर ताबा ठेवता येतो आहे आणि माझ्या समस्या सोडवण्याच्या सामर्थ्यात सुधारणा झाली आहे.

– आर. जेया, इ. बारावी, एस बी एस मूथा गर्ल्स सिनीयर सेकण्डरी स्कूल, वेस्ट माम्बालाम, चेन्नई

माझ्यामध्ये आणि माझ्या वडिलांमध्ये काही गैरसमज निर्माण झाला होता. ते माझ्या अंगावर नुसते खेकसले आणि त्यांच्या खोलीत निघून गेले. मी खूप अस्वस्थ झाले होते म्हणून मी या तंत्राचा सराव केला. १५ मिनिटांनंतर माझे वडील बाहेर आले आणि मी त्यांची क्षमा मागितली. त्यांना देखील मला रागवल्याबद्दल वाईट वाटले.

– एस. नित्याश्री, इ. बारावी, एस बी एस मूथा गर्ल्स सिनीयर सेकण्डरी स्कूल, वेस्ट माम्बालाम, चेन्नई

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल सोमयाजी, अनुवाद : वैशाली जोशी

गुरुजींचे तपोनगर त्यांच्या येथील दिव्य अस्तित्वाचे मूर्त स्वरूप आहे

कॉस्मिक टॉवरच्या उंच डौलदार अस्तित्वात आणि कुंडलिनी ध्यान मंदिराच्या गर्भात,

सप्तऋषी मंडळासोबत, तपोवनातील नीरव शांततेत,

अंतर मानसाच्या आंतरिक कक्षांमध्ये, तेथील स्वस्तिकातील जीवनशक्तीमध्ये,

तपोनगरवासियांच्या एकत्वात, इतरांचा स्वीकार आणि आचरणातून प्रेम प्रकट करण्याच्या त्यांच्या वचनबद्धतेत,

मंद हास्यामागील त्यांच्या आनंदात, अश्रूंमधील ओढीत, प्रकाश युगासाठी केलेल्या प्रार्थनेतील त्यांच्या श्रद्धेत,

क्रीडांगणात खेळणाऱ्या मुलांच्या हास्यात आणि आनंदात, वर्गांतून त्यांना मिळणाऱ्या ज्ञानात, त्यांचे दिव्य अस्तित्व आहे.

गुरुजींच्या स्वप्नातील तपोनगराचा जन्म त्यांच्या मार्फत झाला आणि त्यांच्या मार्फतच उलगडत आहे तपोनगर म्हणून जे काही प्रकट झाले आहे आणि होणार आहे त्या सर्वांत गुरुजी व्यापले आहेत.

गुरुजी तपोनगराची जीवन-शक्ती आहेत.

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.

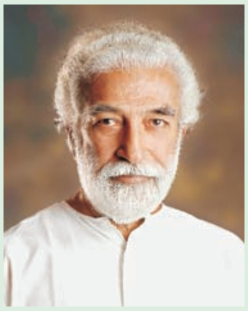
३. प्रत्येक जीवामध्ये आणि प्रत्येक वस्तूमध्ये जीवनाच्या एकात्मतेचा अनुभव घ्या.

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 कृष्णानंद (१९३९ – २०१२)

मानसा फाउंडेशन (रजि)

प्रकाशाच्या कार्याशी निगडित आहे आणि तपोनगरात आणि बंगलोर शहरात ध्यानवर्ग चालवण्याचे कार्य करते. गुरुजी कृष्णानंदांनी १९८८ मधे ह्या संस्थेची स्थापना केली.

मानसा

बंगलोर पासून २० कि.मी. अंतरावर आहे. ही ध्यान करणाऱ्यांची एक उमलती जागा आहे. महर्षी अमरांना १९३५ साली इथे ऋषींच्या कार्यासंबंधी आणि प्रकाशाच्या एका आगामी शहराबद्दल साक्षात्कार झाला होता.

इथे कॉस्मिक टॉवर, कुंडलिनी मंदिर आणि तपोवन या ध्यान करण्यासाठी विशिष्ट जागा आहेत.

इथे "मानसी" नावाचे एक विशेष शक्तीक्षेत्र तपोनगराच्या सभोवताली ऋषींनी प्रस्थापित केले आहे आणि विशेष शक्ती इथे गोळा करून ठेवल्या आहेत.

अंतरमानसा

मानसाचे जन्मस्थान, तपोनगरच्या १ कि.मी. पलीकडे, नाडगौडा गोलाहल्ली नावाच्या गावात आहे. इथे एक झोपडी आणि इतर अशा जागा आहेत ज्यांच्यात गुरुजी १९८७ ते १९९२ पर्यंत राहिले होते.

स्टडी सेंटर

हे अंतरमानसा येथे, ऋषींच्या मार्गदर्शनाखाली आध्यात्मिक सत्यांच्या अभ्यासासाठी असलेले, एक विशेष केंद्र आहे.

ज्योती प्रॉजेक्ट

मुख्यत्वेकरून गावातल्या मुलांसाठी आहे. मुलांना शाळेतल्या त्यांच्या अभ्यासात मदत केली जाते आणि त्यांना श्लोक, भजन, स्वच्छता, सामान्य ज्ञान आणि कंप्यूटरचे प्रशिक्षण दिले जाते. ड्राइंग, पेंटिंग आणि गोष्टी सांगण्याच्या कलेतून व्यक्त करण्यासाठी, त्यांना प्रोत्साहित केले जाते.

भेट देणाऱ्यांसाठी

दररोज सकाळी १० ते संध्याकाळी ५ वाजेपर्यंत सर्वांना ध्यानासाठी परवानगी आहे

अपील

कृपया आमच्या सेवेस मदत करावी. चेक/ड्राफ्ट मानसा फाउंडेशनच्या नावाने काढावा. ८०–जी अंतर्गत आयकरात सूट मिळेल.

RNI. No. KARMAR/2008/27314 Registered Postal Regn. No. L/CNA/68/2012-14
Date of posting Newsletter-25th of Every Month. Posted at Bangalore GPO No. of Pages-8

श्री. जयंत देशपांडे यांच्या व्याख्यानांतील वेचे

(संकलन: शोभा राव, अनुवाद: सुनिता देशपांडे)
मार्च २०१३

लोक आता अन्याय्य गोष्टींविरुद्ध आपली चीड व्यक्त करत आहेत. गुरुजी म्हणत असत, केव्हाही जन्म होत असताना वेदना ह्या होणारच. हा वेदनामय काळ आपल्याला एका सुंदर काळाकडे, नवयुगाकडे घेऊन जाईल.

खूप चांगल्या गोष्टीही घडत आहेत. सोमालिया या देशात शांती परतते आहे. एच. आय. व्ही. वर औषधाचा शोध लागला आहे. एकप्रकारची आध्यात्मिक जागृती घडते आहे. कमालीच्या संख्येने सेल्फ–हेल्प पुस्तके प्रसिद्ध होत आहेत. अशा सर्व पुस्तकांचा भर सकारात्मकता आणि अफर्मेशन्सवर किंवा ठामपणावर असतो. रशियातील एक व्यक्ती प्रकाशाच्या मदतीने शरीरातील अवयव पुनर्निर्मित करण्याबद्दल बोलते आहे.

एक पुस्तक वाचताना मला एक खूप सुंदर मुद्दा सापडला. तो असा – "जीवनातील घटना खरंतर मानसिक तणावासाठी जबाबदार नसतात पण त्या घटनांवर होणारी आपली प्रतिक्रिया ताण उत्पन्न करत असते. म्हणजे जीवनातील घटना प्रत्यक्ष मानसिक ताण निर्माण करत नाहीत तर आपण जो त्यांच्याबद्दल चांगला किंवा वाईट असा निष्कर्ष काढतो तो ताणासाठी कारणीभूत असतो."

जेव्हा एखादी समस्या खूप जटिल वाटते, तेव्हा आपण उत्तम म्हणजे आपण त्या व्यक्तीकडे प्रकाश पाठवू शकतो. आपण प्रकाशाला प्रार्थना करू शकतो आणि त्या व्यक्तीला मदत मिळावी अशी मनात दृढ इच्छा करू शकतो. प्रकाश नक्कीच मदत करेल. कधी कधी जेव्हा आपण त्या समस्येमागील आध्यात्मिक धडा शिकण्यास असमर्थ असतो, तेव्हा ऋषी आपल्याला मदत करतात.

मनाला होणाऱ्या जखमा टाळता येत नाहीत. म्हणजे आपण मनाचे दुःखावणे टाळू शकत नाही. अशावेळी आपण आपल्यासाठी ठरवलेल्या उच्च ध्येयांचा विचार करावा. त्यामुळे आपली जाणीव वरच्या पातळीवर जाते आणि आपल्या मनातील जखमा बहुधा खालच्या पातळीवरच राहतात आणि आपल्याला त्यांचा त्रास होत नाही. ध्यानादरम्यान होणारा जाणिवेचा विस्तार आपल्याला मनातील जखमांना सामोरे जाण्यास मदत करतो. ध्यान करून व सकारात्मक राहून आपण प्रत्येक समस्येवर तोडगा काढू शकतो.

आपल्यात नकारात्मकता असताना सुद्धा आपण प्रकाश अनुभवू शकतो का किंवा प्रकाश सोबत बाळगू शकतो का? हा प्रश्न तपोनगरवासियांच्या बैठकीत विचारण्यात आला होता. आपण गुरुजींकडून स्पष्टपणे ऐकलेच आहे की, नकारात्मकता बाळगून आपण प्रकाश अनुभवू शकत नाही. त्या प्रश्नाचा दुसरा भाग होता: आपल्या मनात जर प्रकाश अनुभवण्याची तीव्र इच्छा असेल तर नकारात्मकता बाळगून सुद्धा आपण प्रकाश अनुभवू शकतो का? जर इच्छा खरोखरंच खूप तीव्र असेल, आपले प्रेम जर खरोखरंच खूप उत्कट असेल तर कदाचित आपण एका क्षणात प्रकाश अनुभवू आणि आपण सर्व नकारात्मकतेचा त्याग करू. पण आपण त्या पातळीवर पोचायला हवे. तोपर्यंत आपण ध्यान करायला हवे, सकारात्मक व्हायला हवे आणि आपल्या आचरणातून प्रेम प्रकट करायला हवे. आपण प्रगती करत राहायला हवी आणि शेवटी अशी पातळी गाठायला हवी जेव्हा आपण समर्पणासाठी संपूर्णपणे तयार असू.

साधनेबद्दल पुष्कळ गोष्टी आपण बौद्धिक स्तरावर समजतो पण आपण त्या आचरणात आणू शकत नाही. कदाचित आत्म्याच्या पातळीवर त्या गोष्टी आपल्याला समजत नसाव्या. आपल्या आध्यात्मिक प्रगतीबद्दल आपण जर का खरोखरंच गंभीर असलो तर आपण नक्कीच त्या दिशेने प्रयत्न करू. आपल्याला आपले ध्येय ठरवावे लागेल आणि त्यासाठी स्वतःला वाहून घ्यावे लागेल.

या शरीर संस्थेतून प्रकट होत असलेल्या कोणत्याही प्रतिक्रियेचा उगम हा आपल्या आत्म्यात असतो. त्यामुळे आपल्या प्रतिक्रियेचा दर्जा आपल्या आध्यात्मिक स्थितीची पातळी दर्शवतो. ध्यानात आपण परमेश्वराशी जोडले जातो. आपल्याला त्याच्याकडून प्रकाश व ऊर्जा मिळते. त्यामुळे आपल्या आत्म्याची आध्यात्मिक स्थिती उंचावते.

ध्यानामुळे आपली कर्मेच फक्त नष्ट होत नाहीत तर ध्यान आपल्याला नवी कर्मे गोळा न करण्यासाठी तयार करते. ध्यानात आणि सकारात्मक होण्यात प्रचंड शक्ती आहे.

साधनेत केव्हाही एका मार्गाशी एकनिष्ठ राहणे फायद्याचे ठरते. जेव्हा तुम्ही दोन मार्गांचे अनुसरण करण्याचा प्रयत्न करता तेव्हा त्याचा अर्थ असा होतो की तुम्ही दोन्ही मार्गांवर विश्वास ठेवत नाही. मार्ग कधीच आपल्याला असफल करत नाही पण आपणच दोन्ही मार्गांना, दोन्ही गुरुंना असफल ठरवतो. शेवटी हा एक वैयक्तिक मुद्दा आहे. ■

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