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 7 Issue 8 MAY 2015 Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद
(ऑक्टोबर १९९८ या अंकामधून, अनुवाद : जयंत देशपांडे)

एका व्यक्तीने मला विचारले, की "डोरवेज टु लाइट", या माझ्या पुस्तकाच्या वाचकांकडून मी काय अपेक्षा करतो? माझी अपेक्षा आहे की वाचकाने त्याचा आध्यात्मिक शोध सुरू करावा, उत्तरे मिळवावी आणि प्रत्येक उत्तरासोबत आणखी प्रश्नचिन्हे उभी करावी, सूक्ष्म पातळ्यांबद्दल जाणून घ्यावे आणि सूक्ष्मदेहाने प्रवास करणे शिकावे, ऋषींशी, उच्च लोकांतील प्रकाशजीवांशी संपर्क साधण्याचा प्रयत्न करावा; शांती, प्रेम आणि प्रकाश उत्सर्जित करणे शिकावे... मी खूप जास्त अपेक्षा तर नाही करत आहे ना? होय कदाचित !

या पुस्तकात बरीच प्रवेशद्वारे आहेत.

एक माणूस म्हणाला, "मला समाधी नको. मला मोक्ष नको. मला मानवजातीच्या दुःखांची काळजी वाटते." ते एक उदात्त वक्तव्य होते. पण, ते प्रत्यक्षात उतरवण्यासाठी तो काय करणार होता? मला कळू शकले नाही.

पण मी काय करू शकतो ते मला माहीत आहे. मी सर्व अश्रू पुसू शकत नाही. मी सर्व जखमा बऱ्या करू शकत नाही. पण जो कोणी माझ्याजवळ येतो त्याला मी हसणे, स्वप्न पाहणे आणि आशा करणे शिकवतो. आपल्या अंतरंगातील सामर्थ्य आणि विवेकाचा साठा कसा वापरावा आणि जीवनाला कसे सामोरे जावे, ते मी शिकवतो. ध्यान कसे करावे आणि शांतीचा अनुभव कसा घ्यावा, ते मी शिकवतो.

माझ्यासोबत आल्यानंतर पुष्कळांच्या चेहऱ्यांवर पुन्हा हास्य फुलले. पुष्कळ जण आयुष्य पूर्णत्वाने जगायला शिकले आहेत. पुष्कळांनी समाधीचा अनुभव सुद्धा घेतला आहे. पुष्कळांना मोक्ष मिळेल, याबद्दल मला खात्री आहे. आध्यात्मिक जागृतीच सर्व दुःखाची कारणे दूर करते.

प्रगत योग साधनेसाठी जो विशेष कोर्स मला शिकवायचा आहे, त्यासाठी पुष्कळ ध्यानसाधकांनी अर्ज केला आहे. त्यांचे अर्ज वाचून काढणे हा माझ्यासाठी एक सुंदर अनुभव होता. माझ्या अवतीभोवती असलेले कित्येक ध्यानसाधक खूप प्रामाणिकपणे साधना करीत आहेत ! कित्येकांनी साधनेचे मर्म जाणले आहे आणि कित्येकांना माझ्या आणि ऋषींच्या मार्गदर्शनावर संपूर्ण श्रद्धा आहे ! माझ्या बागेत इतक्या उमलणाऱ्या फुलांना पाहणे किती आनंददायी आहे. आणि माझ्यावर त्यांची निगा राखण्याची किती मोठी जबाबदारी आहे. परमेश्वरा ! मला सामर्थ्य दे आणि... वेळ सुद्धा.

कोणीतरी म्हणताना मी ऐकले की एका माणसाचे चक्र खराब झाले आहे. लोक चक्रांच्या विस्तारण्याबद्दल बोलताना सुद्धा मी ऐकले आहे. अशावेळी मला खूप वाटते की मी जास्त अभ्यास करायला हवा आणि चक्रांबद्दल चांगले समजून घ्यायला हवे. यासाठी माझ्याजवळ खूप वेळ असायला हवा. ध्यान करण्यासाठी आणि जाणिवेच्या खोल स्तरांवर शिरून चक्रांबद्दल जास्त माहिती गोळा करून ती माहिती विचार आणि शब्दांमध्ये उतरवण्यासाठी माझ्याजवळ जास्त वेळ असायला हवा.

माझ्या सध्याच्या आकलनानुसार, चक्रे विस्तारत नाहीत. ती निष्क्रिय राहू शकतात पण ती खराब होत नाहीत.

पण अर्थातच मला जास्त आकलन करायला हवे ! ■

मानसा फाउंडेशन (रजि.)
तपोनगर, चिक्कगुब्बि, (ऑफ हेन्नूर-बागलूर रोड) बंगलोर अर्बन ५६० ०७७. इंडिया.
फोन : (०८०) २८४६५२८०, ९९०००७५२८० (सकाळी १० ते सायं. ५ 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
देवगिरी वेंकटेश्वर मंदिर, बनशंकरी स्टेज २

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.

बंगलोर येथील एका शाळेतील कर्मचारी प्रकाश प्रवहन करताना

काही ठळक घडामोडी

- गुरुजींची ७६ वी जयंती २४-५-२०१५ रोजी तपोनगर येथे साजरी करण्यात येईल. ह्यात भाग घेण्यासाठी साधकांनी २२ मे पर्यंत त्यांची नावे मानसा कार्यालयात नोंदवावीत ही विनंती.
- आनेकल येथील आपल्या सप्तर्षी ध्यान केंद्राचा सातवा वार्षिकदिन १३-४-२०१५ रोजी साजरा करण्यात आला.
- बुधवार, ६ मे २०१५ रोजी सकाळी ११ वाजता तपोनगर येथे ओरिएंटेशन वर्ग आयोजित करण्यात येईल. बाहेरील विद्यार्थी देखील वर्ग चालू असताना इंटरनेटवरून होणाऱ्या प्रत्यक्ष प्रसारणाद्वारे ह्यात भाग घेऊ शकतील. ह्यासाठी विद्यार्थ्यांनी ३० एप्रिल २०१५ पर्यंत त्यांची नावे मानसा कार्यालयात नोंदवावीत ही विनंती.
- ५० पेक्षा जास्त ध्यानसाधक तपोनगरातील मेडिटेशन हॉलमध्ये २० मार्चला झालेल्या सूर्यग्रहण समयी आणि पुन्हा ४ एप्रिलला झालेल्या चंद्रग्रहण समयी एकत्र जमले आणि त्यांनी ग्रहणांच्या पूर्ण कालावधीत संपूर्ण जगास प्रकाश प्रवाहित केला.
- आपले प्रकाश प्रवहनाचे कार्य आणखी जास्त पसरते आहे. आतापर्यंत आम्ही ५००० पेक्षा जास्त शाळांतील २७ लाखांपेक्षा जास्त मुलांना प्रकाश प्रवहन शिकवले आहे.

आनेकल येथील कार्यक्रम

सोमवार, १८-५-२०१५ रोजी सकाळी ११ वाजता आपल्या सप्तर्षी ध्यान केंद्रात गुरुजींची जयंती साजरी करण्यात येईल.

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी	–	व्याख्यान सकाळी ११ ते १२ पर्यंत
	–	प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
रविवार १०	–	शंबला गटाची बैठक दुपारी २ वाजता
रविवार १७	–	'रा' गटाची बैठक दुपारी २ वाजता
रविवार २४	–	गुरुजींच्या जयंती निमित्त कार्यक्रम
रविवार ३१	–	अखंड ध्यान (प्रकाश प्रवहन), सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०४	सोमवार	बुद्ध पौर्णिमा
११	सोमवार	कृष्णाष्टमी
१६	शनिवार	शिवरात्री
१८	सोमवार	गुरुजींची जयंती / अमावास्या
२१	गुरुवार	भगवान कल्कींचा वाढदिवस
२४	रविवार	गुरुजींच्या जयंतीनिमित्त कार्यक्रम
२६	मंगळवार	शुक्लाष्टमी
२८	गुरुवार	शुक्ल दशमी

गुरुजींचा जयंती समारंभ
रविवार, २४ मे २०१५

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

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

संकलन व अनुवाद : वैशाली जोशी

थेऊर येथील चिंतामणी शाळेची दैनिक सभा एका मैदानात आयोजित केली जाते. त्याला लागून एक रस्ता आहे ज्यावर दाट वाहतूक चालू असते. तिथे वीज नाही म्हणून माईक नाही. जसजसे प्रकाश प्रवहनाचे सत्र पुढे सरकले, अद्‍भुत ऊर्जाच्या परिणामस्वरूप झालेल्या स्तब्धतेमुळे सूचना सर्वांना ऐकू आल्या आणि सतत चालू असलेल्या वाहतूकीच्या गोंगाटाची पार्श्वभूमी विसरली गेली.

आळंदी म्हातोबा येथील म्हातोबा विद्यालयातील विद्यार्थ्यांना सत्रासाठी भर दुपारी बाराच्या उन्हात क्रीडांगणावर बसवण्यात आले. लख्ख सूर्यप्रकाश होता. सत्र जेव्हा तंत्राच्या टप्प्यावर पोहोचले आणि विद्यार्थ्यांनी त्यांचे डोळे बंद केले, मंद वाऱ्याची झुळूक आली जिने सभोवतालच्या परिसरात गारवा आणला! आणि आम्ही शाळेतून बाहेर जाईस्तोवर तो टिकून राहिला.

आम्हा सर्व स्वयंसेवकांना सर्व सत्रांमधे अपरिमित स्तब्धता जाणवली. महान गुरूंची कृपा आणि त्यांचे अस्तित्व स्पष्टपणे जाणवत होते. सर्व सत्रांच्या आधी आणि नंतर एकंदर सभोवतालच्या परिसरात आणि वातावरणात फरक होता. आम्ही घरी परतत असताना मावळणारा सूर्य आगामी वर्षातील सत्रे, साधना आणि जीवनातील सर्व गोष्टींबाबत आश्वासक आणि आशादायक वाटत होता.

– गीता जोशी, स्वयंसेविका

मी एका शाळेत प्रकाश प्रवहनाचे सत्र आयोजित करण्यासाठी परवानगी मागायला गेले होते पण तेथील मुख्याध्यापक खूप साशंक होते, आणि त्यांनी प्रकाशाबद्दलचे माझे स्पष्टीकरण किंवा मला एक संधी देण्यासाठी माझे निवेदन ऐकले देखील नाही. मी शाळेच्या बाहेर बसून प्रकाश प्रवाहित केला आणि प्रकाशास आणि ऋषींना माझी मदत करण्याची विनंती केली. दोन दिवसांनंतर मला त्या शाळेतून फोन आला आणि त्यांनी मला शाळेच्या दैनिक सभेत प्रकाश प्रवहनाचे आयोजन करायला सांगितले. सभेनंतर मुख्याध्यापकांनी मला सांगितले की त्यांच्या शाळेला अशा अभ्यासाची नितांत गरज होती आणि मला आश्वस्त केले की ते दररोज त्याचा सराव करतील. त्यांनी मला दहावी आणि बारावीच्या वर्गातील विद्यार्थ्यांसाठी आणि शिक्षकांसाठी देखील विशेष सत्रे आयोजित करण्यास सांगितले. प्रकाशाने पुन्हा एकदा चमत्कार केला होता आणि लोकांमध्ये हृदयपरिवर्तन घडवून आणले होते!

– नित्या जेम्स, स्वयंसेविका

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल, अनुवाद : वैशाली जोशी

मार्च महिन्यातील रहिवाशांच्या भेटीच्या रात्री तारका–निरीक्षणाच्या कार्यक्रमाची तयारी करण्यात आली. रहिवाशांना सोबत टॉर्च आणून युटिलिटी ब्लॉकच्या गच्चीवर जमा होण्यासाठी विनंती करण्यात आली. तारकासमूहांचे नकाशे, आणि ताऱ्या–नक्षत्रांबद्दल आणि आंतरतारकीय वस्तूंबद्दल काही माहिती देणारी कागदपत्रे वाटण्यात आली.

ह्या कार्यक्रमासाठी खूप विचार करून योग्य रात्र निवडण्यात आली होती. कार्यक्रमाच्या पूर्वी अनेक दिवस हवामानाच्या पूर्वानुमानाकडे बारकाईने लक्ष ठेवण्यात आले. तारे दृश्यमान राहाण्यासाठी रात्री आकाशात पुरेसा अंध:कार असावा यासाठी अमावास्येच्या पुढचीच रात्र निवडण्यात आली. इतके प्रयत्न करून देखील जशी कार्यक्रमाला सुरुवात झाली तसे अगदी डोक्यावर लहान ढग तरंगायला लागले! शहरातील दिव्यांच्या झगझगीत उजेडाने क्षितिज झाकले होते. वीज पुरवठ्यात अनेक वेळा खंड पडतो, म्हणून काही जणांनी प्रार्थना केली की कार्यक्रमाच्या वेळी चहूकडील प्रकाश कमी होण्यासाठी असे व्हावे. पण तसे घडले नाही. ह्यामुळे फक्त काही मोठे तारेच दिसू शकले. भेट संपल्यानंतर मात्र आकाश निरभ्र झाले.

आणि तरीदेखील कार्यक्रम खूप यशस्वी झाला. का? कारण रहिवासी नम्रपणे स्वीकार करण्याची कला गुरुजींकडून शिकले आहेत. अनुत्तरित प्रार्थनांकरता काही कारण असते जे अनेकदा मानवी आकलनाच्या पलीकडे असते. देवाने घेतलेल्या निर्णयांसाठी त्याच्या विवेकावर श्रद्धा ठेवणे आणि जे मिळेल त्याचा भरपूर आनंद घेणे ह्या शिकवणी रहिवाशांना खूप चांगल्या माहीत आहेत. गुरुजींच्या शिकवणींमुळे कार्यक्रम यशस्वी झाला. गुरुजींच्या शिकवणींना अनुसरून जीवन जगण्यासाठी शक्य असेल ते सर्व करणे ही सर्वात मौल्यवान भेट रहिवाशांनी दर वर्षी गुरुजींना देणे चालू ठेवले आहे. ■

प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ

ही आपल्या अंत:करणाची 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 अंध:काराला 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 स्वत:हून आपल्या लौकिक गरजांची मर्यादा ठरवा.

गुरुजी उवाच

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर

नोव्हेंबर २००४

आपल्याला माहीत आहे की प्रत्येक चक्र म्हणजे आपल्या ह्या पृथ्वीवरील अवतरणाच्या दरम्यान एका विशिष्ट लोकातून येत असताना आपल्याला मिळालेले एक उपकरण आहे. प्रत्येक चक्र हे त्या त्या विशिष्ट लोकात किंवा मितीमध्ये जाण्याचे प्रवेशद्वार असते. आपण चक्रजागृती साधनेच्या पातळीवर अधिक वेळ घालवू शकत नाही. आपण प्रलयप्रक्रियेमध्ये आहोत त्यामुळे आपल्याला भराभर पुढच्या पायऱ्यांवर गेले पाहिजे. जेव्हा आपण समाधीच्या स्थितीपर्यंत प्रगती करू तेव्हा इतर मिती आणि इतर लोक यांना जाणून घेण्यासाठी पुष्कळ संधी मिळतील. आपण ध्यान करतो तेव्हा अर्थातच आपल्याला त्याचा फायदा होतो. नीट लक्ष देऊन पाहिले तर आपल्या लक्षात येईल की आपल्या आजूबाजूच्या माणसांना आणि आपल्या कुटुंबियांना सुद्धा आपल्या ध्यानाचा फायदा होतो. आपले ध्यान जर जास्त चांगले झाले तर आपल्या सभोवतालीच्या संपूर्ण परिसराला व जागेला त्यापासून फायदा मिळतो. आपण ध्यानाच्या प्रभावाचा हा परिघ जास्त नेटाने ध्यान करून वाढवू शकतो. पण ह्या गोष्टी सहसा आपल्या लक्षात येत नाहीत. आपण ध्यानसाधना केली व अंतःकरणपूर्वक परिवर्तनाची इच्छा केली तर सर्व अडथळे दूर केले जातील; साऱ्या समस्या, साऱ्या अडचणी हळूहळू अदृश्य होतील.

ह्या सृष्टीत अनेक जगे आहेत ज्यापैकी थोडी आपल्याला माहीत आहेत व बरीच माहीत नाहीत. तथ्ये अनेक आहेत काही आपण समजू शकतो आणि बरीच समजू शकत नाही. काही जगांमधले जीवन ह्या पृथ्वीप्रमाणे अपूर्ण, अशुद्ध आणि वेदनांनी भरलेले आहे. काही जगांमधले जीवन संपूर्ण, पवित्र आणि चिरंतन आनंदाने भरलेले आहे. आपल्या पृथ्वीप्रमाणे काही जगांमध्ये काळ अस्तित्वात आहे तर काहींमध्ये काळ जवळपास थांबलेला असतो. मी ह्या गोष्टींचा उल्लेख अशासाठी करतो आहे की जेव्हा आपली ध्यानात प्रगती होईल, जेव्हा आपण सत्ययुगात पुरेसे पुढे जाऊ तेव्हा ह्या इतर पृथ्व्यांबद्दल जाणून घेण्यासाठी तिथवर प्रवास करणे आपल्याला शक्य होईल. त्यासाठी आपण आपली साधना वाढवली पाहिजे; सध्याची साधना पुरेशी नाही.

कोणत्याही परिस्थितीला दुसरी बाजू असते. जसा एक दृष्टिकोन असतो तसाच आणखी एक असतो – त्याला तिसरा दृष्टिकोन किंवा ईश्वरी दृष्टिकोन म्हणता येईल. आपण मनुष्य पातळीच्या वर उठून या ईश्वरी दृष्टिकोनातून जीवनाकडे पाहण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. तेव्हा आपल्याला अनेक गोष्टी अत्यंत मूर्खपणाच्या असल्याचे दिसते. त्यावेळी आपल्याला समजते की आपल्या आयुष्याचा बहुधा मोठा भाग आपण क्षुल्लक गोष्टींची चिंता करण्यात फुकट घालवला. हे समजण्यासाठी आपल्याला स्वतःच्या मानवी पातळीच्या वरच्या उच्च पातळीवर जावे लागेल. आपण हे बुद्धीच्या साह्याने करू शकतो. आपण दररोज जरी नाही तरी मधूनमधून नियमितपणे चिंतन केले पाहिजे. आपण एखाद्या कोपऱ्यात जाऊन शांत बसावे, एकटे बसावे, स्वतःच्या आयुष्याचा, आपल्या आयुष्यातील अग्रक्रमांचा विचार करावा. मला वाटते की तेव्हा आपल्याला ठरवता येईल की यापैकी आपण काय टाकले पाहिजे कारण, प्रत्येक गोष्ट महत्त्वाची नसते. आपण मौल्यवान वस्तू मिळवण्याच्या पाठी लागले पाहिजे. अशाप्रकारे आपण प्रगती केली पाहिजे. आपण हे स्वतःचे स्वतः करू शकतो आणि विषयांचे दर्शन स्पष्टपणे होण्याच्या कामी ध्यानाची मदत होते.

जेव्हा लोक ध्यान किंवा कोणतीही साधना सुरू करतात तेव्हा त्यांचे हेतु निराळे असतात. माझ्या दृष्टीने, सुरुवात होणे महत्त्वाचे आहे. एकदा सुरुवात केल्यावर त्या मार्गात पुष्कळ प्रवास होतो. त्यानंतर उद्दिष्टे बदलतात. माझ्या मते, परिपूर्णतेचे उद्दिष्ट ठेवले तर आपण ईश्वरापाशी पोहोचतो. परिपूर्णता हे साधनेचे लक्ष्य असले पाहिजे. आपण परिपूर्ण झाल्यावर आपल्या भावना योग्य प्रकारे व्यक्त करतो, विचार योग्य रीतीने करतो व आयुष्य यथार्थतेने जगतो. संपूर्ण जीवन परिपूर्ण बनते. परिपूर्णता ईश्वरी आहे आणि ईश्वर परिपूर्ण आहे.

चिंतनासाठी वचने :

मी मासिकात वाचले : सर्वात आनंदाचे क्षण हे सर्वात शांततेचे असतात.

माझ्या समजूतीप्रमाणे जेव्हा आपण खरोखरीचे शांत असतो तेव्हा आपण फक्त ईश्वराचा आवाजच ऐकत नसतो तर त्याला अनुभवत सुद्धा असतो.

खलील गिब्रान – तो म्हणतो, आपण डोंगरमाथ्यावर पोचल्यानंतर चढण सुरू होते.

आपण माथ्यावर पोचल्यावर आणखी चढण्यासाठी काय उरते?

मला याचा अर्थ असा वाटतो : आपण एका पातळीवरचा आपला प्रवास संपवला आहे आणि निराळ्या पातळीवर प्रवास सुरू करायचा आहे.

कैवल्य म्हणजे ईश्वराशी ऐक्य. कैवल्य ही आपल्या अस्तित्वाची स्थिती आहे. आपण ईश्वराकडे परत गेल्यावर हे घडते. आपण इथे असतानासुद्धा कैवल्याचा अनुभव घेऊ शकतो पण ते केवळ ध्यानावस्थेत घडू शकते. समाधीच्या वरच्या अवस्थेमध्ये आपण ऐक्याचा कैवल्याचा अनुभव घेतो.

अमर म्हणाले होते, 'आपण ध्यान करतो तेव्हा आणखी काही निराळे करण्याची गरज नसते. कारण, ध्यानावस्थेमध्ये आपण ईश्वराच्या खूप सन्निध जातो.' परंतु, लोकांना विशिष्ट उपचारांची, धार्मिक विधींची सवय झालेली असते व हे सर्व अचानक सोडून देणे त्यांना शक्य नसते. त्यामुळे तुमची इच्छा असल्यास तुम्ही कोणतीही पूजा पद्धती चालू ठेवू शकता. ते निषिद्ध नाही व त्यात काही चुकीचे नाही. पण तथ्य हे आहे की ध्यान ही उपासनेची सर्वोच्च पद्धती आहे.

जे जे काही दिव्य आहे ते ते ईश्वर आहे ! माझ्याकरिता प्रेम ईश्वर आहे. प्रेमाच्या साह्याने व प्रेमात सर्व काही शक्य आहे. ही सृष्टी प्रेमातून उत्पन्न झाली. प्रेमासारख्या आणखीही कित्येक गोष्टी सांगता येतील. पण मला वाटते की प्रेम सर्वात महत्त्वपूर्ण आहे.

दीक्षा वेळोवेळी दिली जात असते. साधनेच्या पुढच्या पायरीवर जाताना आपल्याला दीक्षा मिळणे आवश्यक असते. हे घड्याळाला किल्ली देण्याप्रमाणे आहे. प्रत्येक टप्प्यावर जाणिवेचा विस्तार करत करत आपल्याला बळ वाढवावे लागते व योग्य दिशेने जावे लागते. यासाठी दीक्षा आवश्यक असते.

प्रारंभी आपण साधना सुरू करण्यासाठी तयारी करतो. ज्ञान गोळा करून व तंत्राचा अवलंब करून आपण तयारी करतो. त्यानंतर शुद्धीकरण होते. साधना ही परिपूर्णतेच्या दिशेने करायची वाटचाल आहे. आपण पवित्र असल्याशिवाय परिपूर्ण होऊ शकत नाही. म्हणून शुद्धीकरणाची प्रक्रिया चालू होते. आपण खूप लौकर शुद्ध होऊ असे नाही, परंतु त्या दिशेने प्रक्रिया सुरू होते. ■

श्री जयंत देशपांडे यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर

२८-०७-२०१३

एका साधकाने त्याच्या साधनेचे परीक्षण करणाऱ्या शिक्षकाला विचारले, 'साधकाला ध्यानाच्या पुढच्या पातळीवर पाठविण्यास पात्र ठरविण्याकरिता कोणती कसोटी लावली जाते?' आपण प्रकाशाचा अनुभव घेतला का आणि आपण आपल्या जीवनात प्रकाश प्रकट करतो का ही पात्रतेची कसोटी आहे. गुरुजींनी आपल्याला सांगितले होते की आत्मनिरीक्षणाच्या साह्याने आपण स्वतःच स्वतःची आध्यात्मिक प्रगती तपासू शकतो. आणि या ठिकाणी साधकाची पुढच्या पायरीवर जाण्याची पात्रता ऋषी ठरवतात, ते शिक्षकाला त्याच्या अंतर्ज्ञानामार्फत निर्देश देतात व शिक्षक त्यांचा निर्णय साधकाला कळवतो. या सर्व प्रक्रियेमध्ये शिक्षक एक साधन मात्र असतो. हे सर्व त्या साधकाला समजावून सांगण्यात आले पण काही केल्या त्याचे समाधान होईना व तो वाद घालू लागला. ज्या ठिकाणी चाचण्या घेतल्या जातात त्या पवित्र व उदात्त आध्यात्मिक वातावरणात असे घडणे अतिशय दुःखद व व्यत्ययकारी होते. तो साधक वाद घालत होता ही गोष्टच दाखवून देते की पुढच्या पायरीवर जाण्यास तो अजून पात्र झाला नव्हता. ज्याने प्रकाश अनुभवला आहे तो माणूस वाद घालेल का? तुमचा शिक्षकांवर किंवा माझ्यावर विश्वास असला पाहिजे हे आवश्यक नाही. आम्ही विद्यार्थी आहोत, महान गुरु नाही. पण तुम्ही व्यवस्थेवर विश्वास ठेवायलाच हवा.

दस्तुरखुद्द ऋषी व गुरुजींनी ही व्यवस्था लावून दिली आहे. जर तुमचा व्यवस्थेवर विश्वास नाही, ऋषींवर विश्वास नाही, तर तुम्ही अजूनपर्यंत कशाच्या आधारावर ह्या मार्गात राहिला आहात याचे मला आश्चर्य वाटते. शिक्षकांची निवड स्वतः ऋषींनी केली आहे. चाचणी प्रक्रियेमध्ये शिक्षकांना ऋषी मार्गदर्शन करतात. ऋषी साक्षात ईश्वराप्रमाणे आहेत. ते कोणत्या ना कोणत्या रीतीने आम्हाला मार्गदर्शन करतात.

अनेक मार्गांमध्ये लोक आयुष्यभर एकच तंत्र पाळतात. तिथे साधनेचे टप्पे नसतात. ह्या मार्गात साधनेचे टप्पे व तंत्रे यांची सुस्पष्ट व्याख्या केलेली आहे. जे लोक प्रकाश अनुभवण्याच्या वरच्या टप्प्यांमध्ये ध्यान करत आहेत त्यांनी लक्षात घेतले पाहिजे की ही तंत्रे जरी खूप साधी दिसली तरी अत्यंत सामर्थ्यशाली आहेत. ही तंत्रे आपल्याला प्रकाशाचा अनुभव घेण्यात मदत करतात. साधनेच्या एकाच टप्प्यामध्ये आपल्याला कदाचित दीर्घ काळ किंवा एखादे वेळेस संपूर्ण आयुष्यभर ध्यान करावे लागू शकेल. आपण प्रकाश अनुभवू शकतो. मला आठवते की अनेक वर्षांपूर्वी गुरुजींनी उल्लेख केला होता की आधीची २० वर्षे ते एकाच तंत्राचा अभ्यास करत होते. आपण साधनेचे टप्पे ठरविल्यामुळे असेल कदाचित, पण लोक साधनेच्या पुढच्या टप्प्यामध्ये बढती मिळण्याची अपेक्षा करतात आणि तसे न झाल्यास ते वाद घालू लागतात. परंतु मला माहीत आहे की तुमच्यापैकी अधिकांश जणांना चाचण्यांची प्रक्रिया कळली आहे.

२५-०८-२०१३

शालेय विद्यार्थ्यांना प्रकाश प्रवहन शिकवून आपण प्रकाशाच्या माध्यमातून क्रांतीची चळवळ पसरवत आहोत व बळकट करत आहोत. आपल्या स्वयंसेवकांची विनम्रता व प्रामाणिक प्रयत्न शाळांच्या अधिकाऱ्यांना स्पर्शून जातात आणि ते मोठ्या आदराने व कौतुकाने प्रतिसाद देतात. तुम्हाला इथल्या कार्यात सहभागी व्हायचे असेल तर तुम्ही प्रकाश प्रवहनाचे हे महत्त्वाचे कार्य अंगावर घेऊ शकता.

हे खरे आहे की या कार्यात आपल्याला मदत करण्यासाठी ऋषी एका निराळ्या स्तरावर कार्य करतात. स्वयंसेवकाचे भौतिक स्तरावरचे कार्यसुद्धा खूप महत्त्वपूर्ण आहे कारण, हे कार्य करण्याचा निर्णय तो मोठ्या प्रेमाने, प्रामाणिकपणे व विनम्रतापूर्वक घेतो. पुण्यातील एका स्वयंसेवकाने एका सुरेख निरीक्षणाविषयी सांगितले की जेव्हा संस्थाचालक किंवा शाळेचे मुख्याध्यापक प्रकाश प्रवहनात खरा रस घेतात तेव्हा शाळेतील सर्व मुले सुद्धा प्रकाश प्रवहन कार्यात एकदिलाने सहभागी होतात. तेव्हा मुख्याध्यापक ही फार महत्त्वाची व्यक्ती आहे व तिचा मुलांवर मोठा प्रभाव पडू शकतो. याच रीतीने देशाचे नेतेसुद्धा दृढ इच्छाशक्ती असेल तर मोठा फरक घडवू शकतात.

प्रत्येक माणूस फार महत्त्वाची व्यक्ती आहे. महर्षी अमर अशी व्यक्ती आहे जिने आपल्या आयुष्यांमध्ये व संपूर्ण जगामध्ये खूप मोठा अर्थपूर्ण बदल घडवला. जगाला कदाचित आता ते कळणार नाही पण गुरुजींनी आपल्याला सांगितले होते की येणाऱ्या पिढ्या त्यांच्या योगदानाचे मोल जाणतील. आपल्यापैकी प्रत्येकजण महत्त्वाची व्यक्ती आहे आणि प्रेम प्रकट करून आपण ह्या जगावर सकारात्मक प्रभाव टाकू शकतो. महर्षी अमरांनी व गुरुजींनी तसा मोठा प्रभाव आपल्या आयुष्यावर टाकला आहे.

गुरुजींनी महर्षी अमरांचे कार्य पुढे चालू ठेवले आणि २५ वर्षांपूर्वी ध्यान शिकविण्यासाठी ह्या मार्गाची स्थापना केली. ह्या २५ वर्षांमध्ये गुरुजींनी प्रचंड कार्य केले. त्यांनी महर्षी अमरांकडून मिळालेले ज्ञान तर इतरांना दिलेच पण स्वतःही पुष्कळ नवीन ज्ञानाची भर घातली. 'डोअरवेज' (प्रकाशमार्ग) मध्ये त्यांनी २५ वर्षे सातत्याने 'चिंतन'पर लेख लिहिले. आज 'The Book of Reflections' चा तिसरा भाग प्रकाशित करताना आम्हाला अतिशय आनंद होतो आहे. ह्या पुस्तकात त्यांनी जानेवारी २००८ ते नोव्हेंबर २०१२ पर्यंत लिहिलेले 'चिंतन'पर लेख समाविष्ट आहेत. तसेच ते रविवारच्या वर्गात सतत २५ वर्षे बोलत होते. त्यांच्या व्याख्यानांमधून त्यांनी अपरंपार ज्ञान दिले. आम्ही आतापर्यंत 'Guruji Speaks' चे ७ भाग प्रकाशित केले आहेत. आणि अजूनही खूप काही प्रकाशित करायचे बाकी आहे. ते जे जे बोलले ते आमच्यासाठी खरे भांडार आहे व ते सर्व प्रकाशित करण्याचे आम्ही प्रयत्न करू. महर्षी अमरांप्रमाणे गुरुजींनीही प्रचंड प्रमाणात आध्यात्मिक ऊर्जा पृथ्वीतलावर आणल्या. ह्या ऊर्जा आपल्याला मदत करतात व येणाऱ्या पिढ्यांनाही मदत करतील. गुरुजींसोबत अनेकदा अनौपचारिक गप्पा झाल्या ज्यावेळी त्यांनी ऋषींच्या मदतीने पुष्कळ मौलिक ज्ञान पृथ्वीवर आणले. 'आयगुरुजी' च्या ७ भागांतून हे ज्ञान संकलित करण्याचे मोठे कार्य सीमाने केले आहे. गुरुजींनी सूक्ष्मस्तरावर केलेल्या कार्याविषयी आपल्याला माहीत नाही. कदाचित आपण आपल्या जीवनाच्या मानवी भागाला सुधारण्यावर व परिवर्तनावर लक्ष केंद्रित करावे अशी त्यांची इच्छा असावी. तीच काळाची गरज आहे. ■

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.
- 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.

आपले गुरू, गुरुजी

शोभा राव, अनुवाद : वैशाली जोशी

गुरुजींच्या क्षमतेचे महान गुरू ह्या पृथ्वीवर क्वचितच अवतरतात. ते एक महर्षी होते पण खूप वेगळे होते कारण ते खूप साधे, प्रेमळ आणि विनम्र होते. गुरुजींची लोकांशी देवाण – घेवाण, त्यांच्या हालचाली इ. त्यांच्या बाबतच्या सर्व गोष्टींतून प्रेम आणि विनम्रता पाझरत असे. त्यागाने, निष्ठेने व ऋषींविषयीच्या प्रेमाने ओतप्रोत भरलेले त्यांचे जीवन सर्वार्थाने अनुकरणीय आहे. आपण खरंच खूप भाग्यवान आहोत की ते आपले गुरू आहेत आणि आपल्या आध्यात्मिक प्रवासात आपल्याला त्यांचे मार्गदर्शन मिळते आहे.

गुरुजींनी ऋषींच्या चरणी पूर्णपणे समर्पण केले होते. ते म्हणायचे, "मी त्यांच्या परवानगी शिवाय काहीही करत नाही." ते त्यांच्यासाठी, त्यांच्या कार्यासाठी जगले. त्यांनी त्यांच्या सूचनांप्रमाणे तपोनगरातील प्रचंड, भव्य वास्तू बांधून घेतल्या. त्या सर्व अगदी शेवटच्या तपशीलापर्यंत अचूक आहेत. त्यांनी तपोनगराला शुद्ध आणि पवित्र, आणि महान सप्त ऋषींचे भावी काळातील मुख्यालय होण्यासाठी योग्य बनवण्यासाठी सर्व स्तरांवर कार्य केले. गुरुजींनी दुर्मिळ ऊर्जांचे भांडार पृथ्वीवर आणले आहे जसे कुंडलिनी ऊर्जा, 'रा' ऊर्जा, उपचारक ऊर्जा इत्यादी. त्यांना तपोनगरात योग्य ठिकाणी जमिनीखाली साठवून ठेवले आहे. तपोनगर आताच ह्या दिव्य ऊर्जांनी कंप पावते आहे. संवेदनशील लोकांना त्या जाणवतात आणि आपण त्यांना असे म्हणताना ऐकले आहे की ते त्या ऊर्जा आत्मसात करायला वेळोवेळी इथे येतात.

गुरुजींनी आपल्याला जाणीव करून दिली की सांप्रतचा तीव्र संक्रमण आणि प्रलयाचा काळ कठीण आहे. आणि भोंदू प्रेषितांकडून किंवा सध्याच्या काळात उपलब्ध असलेल्या विपर्यस्त ज्ञानामुळे आपली दिशाभूल होऊ नये यासाठी आपण सावध राहिले पाहिजे. सत्याच्या शोधासाठी जरुरी असलेले सर्व ज्ञान, ऊर्जा, मदत आणि मार्गदर्शन गुरुजींनी आपल्याला उपलब्ध करून दिले आहे. आणि 'दिव्य धनगर' असलेले गुरुजी नेहमी त्यांच्या कळपासोबत आहेत, प्रत्येकाला मार्गदर्शन करून परत घरी त्याच्या उगमाकडे – प्रकाशाकडे नेण्यासाठी. ■

गुरुजी

वैशाली जोशी

प्रकाशाकडे नेणाऱ्या मार्गावर वाटचाल करताना आपली मदत करण्यासाठी ईश्वराची कृपा आपल्यासाठी आपल्या गुरुजींच्या रूपात प्रकट झाली. त्यांनी त्यांच्या स्वत:च्या उदाहरणाद्वारे आपल्याला शिकवले. अगदी पहिल्या संधीला त्यांनी स्वत:ला ऋषींच्या कार्यासाठी समर्पित केले. त्यांच्या संघर्षाद्वारे त्यांनी आपल्याला दाखवून दिले की जेव्हा अपयश येते तेव्हा आपण असहाय वाटून घेता किंवा निराश होता कामा नये. ऋषी आणि ईश्वरावर असलेली आपली दृढ श्रद्धा आणि विश्वास अगतिक आणि हताश करणाऱ्या सर्व परिस्थितींवर मात करायला आपल्याला शक्ती देते.

गुरुजी त्यांना समर्पित झाले आणि या जगातील अंध:कार आणि अज्ञान दूर करण्यासाठी दैवी प्रकाश उत्सर्जित करणाऱ्या दैदीप्यमान सूर्याप्रमाणे उद्गत झाले. त्यांची उपस्थिती मात्र आपली आध्यात्मिक पातळी उंचावणारी, स्फूर्तिदायक आणि प्रेरणादायक होती. त्यांनी उच्च लोकांतून शुद्ध ज्ञान खाली आणून आपल्याला ज्ञानाचा प्रचलित विपर्यास समजून घेण्यात मदत केली. अनेक दैवी ऊर्जा त्यांच्या माध्यमातून प्रवाहित झाल्या ज्यांना मानसी आध्यात्मिक क्षेत्र तयार करण्यासाठी तपोनगरात जमा करण्यात आले. त्यांनी प्रेमाने, विनम्रपणे, आज्ञाधारकपणे, निष्ठेने, प्रामाणिकपणे आणि जबाबदारीने त्यांच्या जीवनाच्या शेवटच्या दिवसापर्यंत अथक कार्य चालू ठेवले.

प्रेमाचा महासागर असलेले ते अनुकंपेने ओतप्रोत भरलेले होते आणि आपण कोणत्याही स्थितीत असलो तरी आपण ज्या पातळीवर असू तेथून आणि आपल्या समजूतींना धक्का न देता त्यांनी आपल्याला साधनेत प्रगती करायला मदत केली. त्यांनी आपल्याला मार्गातील लपलेल्या खड्ड्यांची आणि अडथळ्यांची जाणीव करून दिली आणि त्यांच्यावर मात करण्यासाठी आपले मार्गदर्शन केले. त्यांचे आपल्याशी असलेले नाते आपल्यातील प्रत्येकाकरता अद्वितीय आहे. आपला त्यांच्याशी असलेला अनुबंध जगातील सर्व प्रलोभने आणि प्रतिकूल शक्तींपासून आपला बचाव आणि संरक्षण करणारे कवच आहे.

ते जरी आता एका वेगळ्या जगात असले तरी आपण मन:पूर्वक केलेल्या प्रार्थना त्यांच्यापर्यंत पोहचतात आणि त्यांना आपल्या गरजा आणि समस्या ठाऊक आहेत. त्यांची कृपा आणि ते आपली घेत असलेली काळजी आपल्याला प्रत्येक पाऊलावर जाणवते. आपल्याला आपला अंतिम मुक्काम असलेल्या प्रकाशापर्यंत पोहोचवणाऱ्या जहाजाचे ते कप्तान आहेत. ■

प्रश्नोत्तरे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

प्र: मोक्ष प्राप्ती आवश्यक आहे का?

उ: मोक्ष हा संस्कृत शब्द आहे. मोक्ष म्हणजे एक प्रकारची मुक्ती, आपल्या उगमाकडे परत जाणे. ते महत्त्वाचे आहे. आपण परमेश्वरावर किती प्रेम करतो, त्यावर आपली मोक्षाची निवड अवलंबून असते. ऋषी, परमेश्वरावर प्रेम करतात, म्हणूनच त्याच्या सेवेसाठी, त्याच्या सृष्टीत काम करण्यासाठी त्यांनी इथे थांबायचे ठरवले आहे. मोक्षाचा आणखी एक पैलू आहे. परमेश्वर सर्वत्र आहे. इथे राहून त्याच्या जाणिवेत जगणे, त्याच्यात लीन होऊन जगणे, म्हणजे उच्च मोक्ष होय. आणि ते शक्य आहे. नेहमी, प्रत्येक समयी, प्रत्येक परिस्थितीत प्रेममय राहा, अंतरंगात प्रेम बाळगा; मग तुम्ही परमेश्वराच्या जाणिवेत जगाल, त्याच्यात लीन होऊन जगाल.

प्र: आध्यात्मिक साधना करताना बऱ्याच वेळी आपल्याला कसोट्यांना तोंड द्यावे लागते. यातील काही कसोट्या आपण स्वतःच आपल्यासाठी ठरवल्या असतात का?

उ: आपणच जर आपल्यासाठी कसोट्या ठरवल्या तर आपण स्वतःसाठी खूप सोप्या कसोट्या ठरवू. म्हणून ऋषी अशा रीतीने कसोटी पाहतात की, कोणत्याही पूर्वसूचनेशिवाय आपल्याला त्या परीक्षेला बसावे लागते. एकतर, आपण त्यात नापास होतो किंवा पास.

प्र: आपल्या आध्यात्मिक प्रगती सोबत, नकारात्मकतेवर आपली प्रतिक्रिया तीव्र आणि धारदार होते का?

उ: जसजशी आपली आध्यात्मिक प्रगती होते, तसा आपण नकारात्मकतेला प्रतिसाद मुळी देतच नाही. आपण जास्त कणखर आणि विवेकशील सुद्धा बनतो.

प्र: सूक्ष्म देहाने प्रवास करण्यामागे काय उद्देश असतो?

उ: आपण सूक्ष्म पातळीवरील महात्म्यांना भेटण्याकरिता, ज्ञान, तंत्र आणि ऊर्जा मिळवण्यासाठी सूक्ष्मदेहाने प्रवास करतो. एके दिवशी आपल्याला परत जायचे आहे, म्हणून हा अवकाशात प्रवास करण्याचा एक प्रकारचा सराव पण आहे.

प्र: सूक्ष्म पातळीवरील वर्गांत आपण नेमके काय शिकतो?

उ: आपण बरेच काही शिकतो. आपण इथे, स्थूल पातळीवरील वर्गांमध्ये जे शिकू शकत नाही, ते सूक्ष्म पातळीवरील वर्गांत शिकतो. या शरीराला मर्यादा आहेत. या शरीरसंस्थेला बऱ्याच कल्पना या पातळीवर आत्मसात करता येत नाहीत. सूक्ष्म पातळीवर आपण या सर्व गोष्टी समजू शकतो. काही वेळा विशिष्ट गुप्त गोष्टी आपल्याला शिकवल्या जातात, ज्या भौतिक पातळीवर आपल्याला कळायला नको असतात.

प्र: सूक्ष्म पातळीवर वर्गांचे आयोजन कसे केले जाते?

उ: जसे या वर्गांचे केले जाते. पण फरक हा असतो की संवाद शब्दांच्या माध्यमातून होत नाही, तर एक प्रकारे विचारांच्या आदानप्रदानाने होतो. अशा पद्धतीने अतिशय कमी वेळात जास्त ज्ञान देता येते. जर का वर्गात हजार लोक असतील तर एकाच वेळी प्रत्येकाला हजार प्रकारचे ज्ञान दिले जाते. एक सारखेच ज्ञान लोकांना दिले जाते. परंतु कधी कधी लोक भिन्न माहिती ग्रहण करतात. ही या वर्गाची खासियत आहे.

प्र: सूक्ष्म पातळीवरील हे वर्ग कुठे आणि कोणत्या वेळी भरतात?

उ: हे तुम्हाला सांगता येणार नाही.

प्र: सूक्ष्म पातळीवरील वर्ग हे फक्त मानसा कुटुंबासाठीच आहेत का?

उ: नाही. आपली १,४४,००० केंद्रे आहेत. या सर्व केंद्रांमधून लोक निवडले जातात व त्या सर्व लोकांसाठी हे वर्ग भरतात.

प्र: जाणीव असणे म्हणजे काय?

उ: जाणीव असणे म्हणजे मृत्यु, जन्म, सृष्टी, युगे इत्यादी सर्व प्रकारच्या वास्तवांबद्दल जाणीव असणे होय. आपल्याला आपल्या आत आणि सभोवती प्रकाश स्वरूपात देवाच्या उपस्थितीची जाणीव व्हायला हवी. आपण इथे या भूतलावर जीवन अनुभवण्यासाठी आलो आहोत आणि आपल्याला परत जायचे आहे या वास्तवाची जाणीव आपल्याला व्हायला हवी. आपण ज्या संक्रमण काळामधून सध्या जात आहोत, त्याच्याबाबत आपल्याला कळायला हवे. ऋषींच्या अस्तित्वाची जाणीव आपल्याला असायला हवी. आपल्या जीवनाचा आणि या पृथ्वीवरील जीवनाचा दर्जा उंचावण्याच्या आपल्या क्षमतेची जाणीव आपल्याला व्हायला हवी. आपलेच विचार आणि भावना या जगावर प्रभाव टाकत आहेत, ह्याची आपल्याला जाणीव व्हायला हवी. फोटान बेल्टमध्ये आपण शिरत आहोत, हे आपल्याला कळायला हवे. ■

आमची प्रकाशने

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
Higher Communication & Other Realities	100/-
Light Body & Other Realities	100/-
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-Vol 2	150/-
Channelled Knowledge from the Rishis-Vol 3 & 4	each 200/-
Guruji Speaks Part - I & II	each 200/-
Guruji Speaks (Vol 3)	150/-
Guruji Speaks (Vol 4)	250/-
Guruji Speaks (Vol 5 & 7)	each 200/-
The Book of Reflections - Vol 1 & 2	each 200/-
The Book of Reflections - Vol 3	150/-
Meditators on Meditations	75/-
Meditators on Experiences	75/-
Meditational Experiences - Vol 1 & 2	each 150/-
Awareness	60/-
Living in Light	10/-
Light	10/-
Quotes from the Rishis - Vol 1 & 2	each 100/-
Pyramid Revelations	100/-
प्रकाशवाट (Marathi)	150/-
आयुगुरूजी (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 करे (Hindi)	50/-
ध्यान-योग (Hindi)	50/-
प्रकाश (Hindi)	10/-
प्रकाशमय जीवन (Hindi)	10/-
प्रकाश की ओर (Hindi)	150/-
आत्मा का अवतरण (Hindi)	50/-

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)

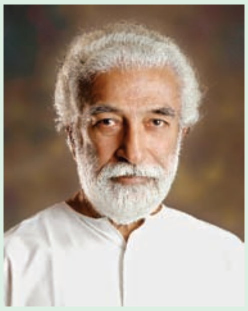
द वर्ड बुक शॉप, कँप (फोन: २६१३३११८, ३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)

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. KRNA/BGE-1125/2014-2016
Date of posting Newsletter-25th or 27th or 29th of Every Month. Posted at Bangalore PSO, Bg-560026 No. of Pages-8



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.

आध्यात्मिक अनुभव

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : गुरुराज कानाडे

ध्यान करताना व प्रकाशाचे प्रवहन करताना शांतता व विस्तीर्णतेचा अनुभव मी घेतला आहे. प्रकाशाचे प्रवहन करत असताना हा अनुभव जास्त गहन असतो. मी जे काही करते, ते करीत असताना स्थिरचित्तता अनुभवते. पूर्वी लोकांना व परिस्थितीला स्वीकारणे मला अवघड जात असे, ते आता माझ्यासाठी सोपे झाले आहे.

– अमिता प्रदीप

आता मला कशाचेही भय, कोणतीही काळजी किंवा दबाव वाटत नाही कारण मी जाणते की मार्गदर्शन करण्यासाठी गुरुजी नेहमीच आपल्या पाठीशी आहेत. मी अशा आनंदी मनःस्थितीत यापूर्वी कधीही नव्हते. आता मला उलगडले आहे की आनंद अंतरंगात असतो, असे लोक का म्हणतात! आता मला जीवन खूपच सुंदर वाटते आणि जीवनाचा प्रत्येक क्षण मी आनंदात घालवत आहे. मला वाटते की प्रत्येकाने पांढऱ्या प्रकाशाचे ध्यान करावे कारण आजतागायत मी घेतलेला जीवनातील हा सर्वात सुंदर अनुभव आहे.

– पायल वर्मा

सध्याचा काळ हा माझ्या आजतागायत जीवनातील 'सर्वोत्तमकाळ' आहे. माझ्या जवळच्या दोन नातेवाईकांमधील वीस वर्षांपासून चालत आलेला दुरावा अगदी सहज व विनासायास मिटला. आता परिस्थिती अशी आहे की जणू कधी काही घडलेच नव्हते! असे फक्त ऋषींनीच घडवले असणार, कारण मी तर परिस्थितीचा पूर्ण स्वीकार करून वास्तवासमोर शरणागती पत्करली होती.

आयुष्याच्या या वळणावर ऋषींनी इतकी शांती बहाल केली आहे की त्यांच्याप्रती कृतज्ञ व आभारी असण्याशिवाय माझ्याकडे इतर बोलायला काहीच नाही. मला वाटते की हे प्रकाश, ऋषी, अमरजी व गुरुजींना पूर्णपणे शरण जाण्याचे बक्षीस असावे. मानसा परिवारास धन्यवाद.

– नंदिता पटेल

ध्यानामुळे माझे हृदय समाधानाने व आनंदाने भरून जाते. ध्यानामुळे माझ्या दैनंदिन कार्यक्षमतेत वाढ होण्यात मदत होते. मी खूप नशीबवान असले पाहिजे, कारण ध्यानाचे विविध सकारात्मक परिणाम मला इतक्या स्पष्टपणे अनुभवता येतात. मला असे देखील वाटते की ध्यानामुळे मला आयुष्य पूर्णत्वाने जगण्यास मदत मिळत आहे. जीवनात मी नक्की काय करायला हवे आणि मला काय करण्याची इच्छा आहे हे आता मला पूर्वीपेक्षा जास्त व्यवस्थितपणे कळते. त्यामुळे मला माझे आयुष्य व्यवस्थितपणे आखता येते. मी आपल्याकडून मिळणाऱ्या आधार व मार्गदर्शनाबद्दल आपली आभारी आहे.

– लिन करातनी

१ फेब्रुवारीला, महर्षी अमरांच्या जयंतीदिवशी मी तपोनगरास येऊ शकले नाही. मी घरीच कार्यक्रमाचा वेबकास्ट पाहिला व ध्यान केले. मानसा येथील त्यांच्या समाधीकक्षात मला नेहमी जाणवतो तसाच फुलांचा सुगंध मला त्या दिवशी घरी ध्यान करताना आला! मला वाटले की जणू तेच मला आशीर्वाद देण्याकरिता घरी आले आहेत. हा एक महान अनुभव होता !

– विद्या रवींद्रन

ध्यानोपासना घेतल्यापासून पुढील दोन तासांमध्ये काय घडणार आहे हे मला कळू लागले आहे. मला घटनांबद्दल नव्हे तर त्यांच्या संबंधित खुणा कळतात. चांगल्या घटनांबद्दल काही संकेत मिळत नाहीत पण काही अडथळ्यांबाबत मात्र सांकेतिक खुणा कळतात. उदाहरणार्थ मला कळते की माझ्या मोटारसायकलीचा टायर खराब होणार आहे आणि कार्यालयात कामास सुरुवात करण्यापूर्वीच वरिष्ठांकडून माझी कान उघाडणी होणार आहे !

– चेतन सी.

एके दिवशी ध्यान करीत असताना, मी पांढरी वस्त्रे परिधान केलेल्या ऋषींचे पाय धरून, मला आध्यात्मिक पातळीवर पुढे ढकलावे, अशी त्यांची याचना करीत आहे, असे दृश्य मला दिसले. पण ते काहीच बोलले नाहीत. ते फक्त माझ्याकडे पाहून मंद स्मित करीत होते.

– स्वामीनाथन सी.

यापूर्वी कधीही घडले नव्हते असे सकारात्मक बदल शारीरिक, मानसिक व आध्यात्मिक पातळीवर घडत आहेत. माझी मानसिकता पूर्णपणे बदलली आहे. त्यामुळे माझा जीवनाकडे पाहण्याचा दृष्टिकोन सुद्धा पूर्णपणे बदलला आहे. मला वाटतं की मी आत्ताच सत्ययुगात राहत आहे !

– दुशाल गज्जर

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, Bangalore Urban - 560077 and
Printed at M/s. ART PRINT, 719/A, West of Chord Road, 2nd Stage, Rajajinagar, Bangalore - 560086. Phone : 2335 9992
Owner: Manasa Foundation (R), Taponagara, Chikkagubbi, Bangalore Urban - 560 077.
Editor : Jayant Deshpande