प्रकाशमार्ग

Volume 7 Issue 12 SEPTEMBER 2015 Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद

(फेब्रुवारी २०१२ या अंकामधून, अनुवाद : जयंत देशपांडे)

माझे गुरु महर्षी अमर यांनी आमच्यापाशी खुलासा केला होता की आपल्याला इच्छा-स्वातंत्र्याचे वरदान लाभलेले आहे. निवड करण्यासाठी आपण स्वतंत्र आहोत. कशाचीही, चुकीच्या गोष्टींची सुद्धा. ते म्हणाले होते की, स्वतंत्र वातावरणात आपली प्रगती होत असते. असे शक्य आहे की, कधी आपण चुकीच्या गोष्टींची निवड करू, चुका करू आणि असफल सुद्धा होऊ. पण त्यातूनच आपण शिकत असतो आणि बदलत असतो. हे एक फार महत्त्वाचे सत्य आहे, जे आपण समजून घ्यायला हवे.

मी स्वातंत्र्याला मानतो. सर्व जागृत लोक स्वातंत्र्याचे महत्त्व मानतात. स्वातंत्र्य हे संस्कृतीचे लक्षण आहे, अध्यात्माचे द्योतक आहे. आपण इतरांना त्यांचे अंतरंग मुक्तपणे व्यक्त करू दिले पाहिजे, त्यांच्या स्वतःच्या पद्धतीने जगू दिले पाहिजे आणि विचार करण्याचे आणि प्रगती करण्याचे नवे मार्ग शोधू दिले पाहिजे. सुसंस्कृत माणसे, इतरांच्या स्वातंत्र्याआड न येता स्वतःच्या स्वातंत्र्याचा उपयोग करतात. ते इतरांना दुखवत नाहीत, इतरांच्या भावना दुखावत नाहीत, त्यांच्या विश्वासाला धक्का लावत नाहीत.

जेव्हा आपल्याला मिळालेल्या स्वातंत्र्याचा उपयोग आपण जबाबदारीने करू लागतो, तेव्हा आपल्या लक्षात येते की आपल्याला काही अलिखित कायद्यांचे आणि अटींचे बंधन असते. आपल्या लक्षात येते की आपण अगदी बेफिकीरीने वागण्यासाठी मुक्त नसतो. आपल्या लक्षात येते की आपण संपूर्णतः मुक्त नसतो. आपल्याला इतरांच्या भावनांचा आणि त्यांच्या स्वातंत्र्याचा आदर ठेवावा लागतो. आपल्याला ब्रह्मांडाच्या कायद्यांचा आदर ठेवावा लागतो. स्वातंत्र्यासोबत जबाबदारी ही ओघाने येतेच असा माझा समज आहे. जबाबदारीयुक्त स्वातंत्र्य हे सर्वोच्च संस्कृतीचे लक्षण आहे.

जेव्हा कधीही एखाद्या पुस्तकावर बंदी घालण्यात येते, एखादा सिनेमा सेंसॉर केला जातो आणि जेव्हा एखाद्या कल्पनेविरुद्ध किंवा अभिव्यक्तीविरुद्ध लोक हिंसक निषेध दर्शवतात; खासकरून लोकशाहीत; तेव्हा मला खूप दुःख होते. जर कोणते पुस्तक, एखादा सिनेमा किंवा अभिव्यक्ती आक्रमक असेल, तर लोक अशा गोष्टींना नाकारतील, त्यांचा अस्वीकार करतील. शासनाने अशा गोष्टींमध्ये लुडबुड करण्याची गरज नाही. जेव्हा शासन अशा गोष्टींविरुद्ध कार्यवाही करते, तेव्हा त्याच्यामागे सहसा त्यांचा राजकीय हेतू असतो. शासनाने हे विसरू नये की, लोकांजवळ प्रज्ञा आहे आणि ते, समाजासाठी अयोग्य असलेल्या गोष्टी स्वतःच नाकारत असतात. पण आपण बघतो की या तत्त्वाचे नेहमीच उल्लंघन केले जाते.

माझ्या दृष्टीने संस्कृती आणि अध्यात्मात फरक नाही. सहनशीलता, शांतीपूर्ण मतभेद आणि निषेध आणि इतरांच्या स्वातंत्र्याचा आदर करणे या गोष्टी परिपक्व लोकशाहीची लक्षणे आहेत. या गोष्टी आध्यात्मिक आहेत. पुढच्या काळात नवयुगाकडे आपली जसजशी वाटचाल होईल, एक नवी संस्कृती विकसित होईल. काही प्रमाणात जागृती घडली देखील आहे, हे मी एका उच्च बिंदुवरून पाहू शकतो. माझी आशा माझ्या वेड्या इच्छेवर आधारित नाही. भविष्याचे जे दर्शन मला घडते आहे, त्यावर माझी आशा आधारित आहे.

आपण सध्या गोंधळाच्या आणि चेतना जागृतीच्या काळात आहोत. महान बदलांच्या प्रक्रियांमधून आपण सध्या जात आहोत. मला कल्पना आहे की, या प्रक्रिया क्लेशकारक आहेत. अशा काळात मनात गोंधळ उडणे आणि नैराश्य येणे साहजिकच आहे. पण आपण आशा सोडू नये. ज्या लोकांजवळ सत्ता आहे, त्यांच्याकडून आपण बदल घडवून आणण्याची अपेक्षा करू नये. त्यांच्याजवळ दूरदृष्टीचा अभाव आहे आणि त्याशिवाय त्यांचा वेगळाच वैयक्तिक हेतू आहे. त्यांच्याबद्दल कुरकुर करण्याऐवजी, आपण आपल्या वैयक्तिक प्रगतीवर लक्ष एकवटायला हवे. आपल्याला उच्च संस्कृती विकसित करायला हवी. आपल्याला जास्त पारमार्थिक बनायला हवे. ध्यान करून व पवित्र इच्छा मनात धरून आपल्याला बदलासाठी ऊर्जा निर्माण करायला हव्या. आपणच भविष्याचे निर्माते आहोत. आपणच भविष्य आहोत.

महर्षी अमर हे, त्यांच्या इतर आध्यात्मिक उपलब्धींशिवाय, एक महान काळ-प्रवासी पण होते. त्यांनी आम्हाला सांगितले होते की, कलियुग संपले आहे आणि आपण नवयुगात आपल्या संक्रमणाच्या प्रक्रियांमधून जात आहोत. नवयुग आता फार दूर नाही. ■

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

---

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.

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.

सांगली येथील सांगली अर्बन को–ऑपरेटिव्ह बँकेतील कर्मचारी प्रकाशाचे प्रवहन करताना

काही ठळक घडामोडी

- ३१ जुलै रोजी तपोनगरात गुरु पौर्णिमा शांतपणे साजरी करण्यात आली. ध्यानसाधकांनी मेडिटेशन हॉलमध्ये एकत्र जमून परब्रह्माच्या ऊर्जा संपूर्ण जगास प्रवाहित केल्या.
- नियमित विद्यार्थ्यांनी त्यांचे मासिक शुल्क प्रत्येक महिन्याच्या १० तारखेपर्यंत भरावे ही विनंती. बाहेरील विद्यार्थ्यांनी आमच्याकडून स्मरणपत्र मिळाल्यानंतर ताबडतोब त्यांच्या रेजिस्ट्रेशनचे नूतनीकरण करावे ही विनंती.

श्रीकृष्ण जन्माष्टमीसाठी ध्यानाचे विशेष तंत्र

आपल्या समोर निळ्या प्रकाशाच्या एका प्रचंड गोलाची कल्पना करा. प्रकाशगोलाऐवजी आपण निळ्या प्रकाशरूपी भगवान श्रीकृष्णांची पण कल्पना करू शकता. एका प्रकाशकणाच्या रूपात आपण त्या प्रकाशगोलात किंवा प्रकाशमय भगवान श्रीकृष्णांच्या शरीरात प्रवेश करून त्यांचा अनुभव घ्या. ह्या तंत्राचा सराव कितीही वेळ आणि दिवसातून कितीही वेळा करता येतो. श्रीकृष्ण जन्माष्टमीपासून दहा दिवस आपण आपल्या दैनिक ध्याना‌ऐवजी ह्या तंत्राचा अभ्यास करू शकता.

१३ सप्टेंबर २०१५ रोजी सकाळी १०.११ ते दुपारी २.३६ पर्यंत सूर्य ग्रहण आहे, आणि २८ सप्टेंबर २०१५ रोजी सकाळी ५.४१ ते १०.५२ पर्यंत चंद्र ग्रहण आहे. कृपया ग्रहणाच्या पूर्ण अवधीत संपूर्ण जगास प्रकाशाचे प्रवहन करावे.

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०५	शनिवार	श्रीकृष्ण जन्माष्टमी
०६	रविवार	कृष्णाष्टमी
११	शुक्रवार	शिवरात्री
१३	रविवार	अमावास्या / सूर्य ग्रहण: सकाळी १०.११ ते दुपारी २.३६ पर्यंत
१६	बुधवार	गौरी देवी पूजन
१७	गुरुवार	गणपती पूजन
२१	सोमवार	शुक्लाष्टमी
२३	बुधवार	शुक्ल दशमी
२७	रविवार	अनंत पद्मनाभ पूजन
२८	सोमवार	पौर्णिमा / चंद्र ग्रहण: सकाळी ५.४१ ते १०.५२ पर्यंत

तपोनगरातील कार्यक्रम

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

रविवार १३ – सूर्य ग्रहणानिमित्त विषेष ध्यान: सकाळी १०.११ ते दुपारी २.३६ पर्यंत
– शंबला गटाची बैठक दुपारी २ वाजता

रविवार २० – 'रा' गटाची बैठक दुपारी २ वाजता

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

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

संकलन व अनुवाद : वैशाली जोशी

मे २०१३ मध्ये नोकरीच्या मुलाखतीपूर्वी, मला मदत करावी, अशी मी प्रकाशास प्रार्थना केली. माझ्या मुलाखतीवर मी संतुष्ट नव्हतो तरी मला नोकरी मिळाली. ग्रामीण क्षेत्रात ॲग्रिकल्चर ॲण्ड फायनान्स ऑफिसर म्हणून काम करणे हे माझ्यासाठी आव्हानात्मक ठरले आहे. सुरुवातीला मला खूप त्रास सोसावा लागला. प्रकाश प्रवहनाने मला माझे काम करताना दररोज समोर येणाऱ्या आव्हानांना धैर्याने तोंड देण्याचे साहस दिले आहे. त्याने माझ्या आजूबाजूची नकारात्मकता दूर केली आहे. मी अवघड परिस्थिती शांतपणे हाताळू शकतो आहे. ध्यानसाधना आणि आध्यात्मिक प्रगतीस मदत होईल अशा सकारात्मक वातावरणात मी राहू शकत आहे. प्रकाशाने नेहमी माझ्यावर लक्ष ठेवले आहे आणि माझे संरक्षण केले आहे. त्याच्याकडे माझ्या सर्व प्रश्नांची उत्तरे आणि सर्व समस्यांसाठी उपाय आहेत.

– अविनाश कुमार, एक प्रकाश प्रवाहक

प्रकाश प्रवहन केल्यानंतर माझे मन खूप निःसंदिग्ध झाले आहे आणि मला खरच शांतीमय वाटते आहे. प्रवहन करताना प्रकाश माझ्या शरीरातून गेला आणि मला बरे वाटले. हे अद्‌भुत तंत्र शिकवल्याबद्दल आपले आभार.

– रक्षित आर., ई १०, क्राइस्ट स्कूल, काग्गळीपुरा, बंगलोर

आमच्या शाळेत प्रकाश प्रवहन शिकवलेल्या दिवसापासून दररोज सकाळी आणि संध्याकाळी मी ते करतो आहे. मला हे तंत्र खूप आवडते. हे केल्याने माझा अभ्यास चांगल्याप्रकारे होतो आहे. मी आनंदी राहू शकतो आहे.

– सुरेश के., ई ७, चेन्नई मिडिल स्कूल, ट्रस्टपुरम, चेन्नई

एका विशिष्ट दिवशी मला खूप उदास वाटत होते. प्रकाश प्रवहन केल्यानंतर माझे सर्व औदासिन्य दूर झाले आणि मला खूप चांगले वाटले.

– मिस. लक्ष्मी, शिक्षिका, किंग्स हाई स्कूल, बंगलोर

जगताप क्लासेस मधे प्रकाश प्रवहनाचे सत्र चालू असताना मी खूप ऊर्जा अनुभवल्या ज्या मी माझ्या अगोदरच्या सत्रांतून कधीच अनुभवल्या नव्हत्या. विद्यार्थ्यांनी शांतता अनुभवली आणि प्रवहनानंतर ते तरतरीत होते.

– संतोष कोरे, स्वयंसेवक

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल, अनुवाद : वैशाली जोशी

तपोनगरवासीयांची पुढची पिढी मानसी ऊर्जा क्षेत्रातील आध्यात्मिक वातावरणात छान बहरते आहे. ध्यानसाधकांच्या पोटी जन्माला आल्याने ह्या मुलांना आध्यात्मिक संकल्पना आणि शिकवणी सहजपणे समजून घेण्यात निश्चितच फायदा आहे. हे स्पष्ट झाले जेव्हा तीन मुलांनी त्यांनी लिहिलेली लघुकथा कळसूत्री बाहुल्यांच्या खेळाच्या रूपात सादर केली. ओम, एक बुद्धिमान तरूण मुलगा, त्याची बहीण स्वस्तिका, कलात्मक ओढ असलेली एक हुषार मुलगी आणि त्यांची मैत्रीण उपासना, भारतीय शास्त्रीय गायनाची विद्यार्थिनी ह्यांनी त्या कळसूत्री बाहुल्यांना पार्श्व आवाज आणि ध्वनिपरिणाम दिले. त्यांनी स्वतःच चौकटीचे आणि कळसूत्री बाहुल्यांचे संकल्पन केले आणि पटकथा देखील लिहिली.

गुरुजींच्या वाढदिवसाच्या आणि मातृदिवसाच्या घटनांना प्रकाशाची ताकद आणि आंतरिक शक्ति अनुभवण्याच्या एका गाथेत गुंफले होते. तपोनगरात बसवलेल्या ह्या गोष्टीच्या सुरुवातीला लहान मुले त्यांच्या खेळण्याच्या वेळात मौज करत असतात. ज्वर निर्माण करू शकणारा एक दैत्य हा सर्व आनंद भंग करण्याचे नियोजन करतो. ह्यामुळे मुले आजारी पडतात. जेव्हा चिंताग्रस्त माता ह्या परिस्थितीवर उपाय विचारायला गुरुजींजवळ जातात तेव्हा गुरुजी त्यांना प्रकाश प्रवहनाचा व स्वतःच्या आंतरिक शक्तीचा वापर करण्याचा सल्ला देतात. त्या माता ह्या सल्ल्याचे अनुसरण करतात आणि एक सशक्त दल बनवतात. त्यानंतर झालेल्या युद्धात त्या दैत्याचा पराभव करतात. गुरुजींच्या कृपेने शेवटी सर्वकाही चांगले होते. मुलांनी आभार मानण्यासाठी एक शानदार भाषण देखील केले आणि जमलेल्या सर्वांना तीन मिनिटे प्रकाश प्रवहन करायला लावले. नंतर तपोनगरातील आमची बुलबुल असलेल्या उपासनाने भजन गायले व वातावरण भक्तीरसाने भारून टाकले.

गुरुजींच्या शिकवणीत रुजलेल्या ह्या तरूण तपोनगरवासीयांच्या रूपात उज्ज्वल भविष्याचे आश्वासन दिसते. ■

प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ

ही आपल्या अंतःकरणाची चळवळ आहे. ह्या जगाला प्रेम व शांतीने परिपूर्ण अशी सुंदर जागा बनविण्यासाठी ही चळवळ आहे. एक अशी चळवळ जिच्यात प्रवचने नाहीत की घोषणा फलक नाहीत. एक अशी चळवळ जिच्यामध्ये प्रकाश उच्च जगातून प्रवाहित करून पृथ्वीतलावर आणणे व पसरवणे एवढेच पुरेसे आहे. प्रकाशाला प्रवाहित करा. मग शब्द जे करू शकत नाहीत ते सर्व तो प्रकाशच करेल.

आपण जेव्हा प्रकाश प्रवाहित करून पसरवतो तेव्हा तो इतरांच्या हृदयांत व घरात प्रवेश करतो आणि त्यांच्या भावना व विचारांत असलेल्या अंधःकाराला दूर करतो. त्यामुळे माणसांत परिवर्तन घडते. माणसांमधील परिवर्तनामुळे जगात परिवर्तन घडते आणि ते प्रकाशमय बनते.

हा चर्मचक्षूंना दिसणारा साधा प्रकाश नसून शक्तीच्या गाभ्यापासून येणारा अतिसूक्ष्म प्रकाश आहे. या मूलस्त्रोतातूनच सर्व सृष्टीचा जन्म झाला. ह्या प्रकाशाजवळ सर्व काही आहे: शक्ती, विवेक आणि उज्वल भविष्य. आणि तो अदृश्यपणे सर्वत्र वास करून आहे.

आपण चॅनलिंग म्हणजे प्रवहन करून ह्या प्रकाशाला पृथ्वीवर आणून सर्वत्र पसरवूया. रोज सकाळी उठल्यावर आणि रात्री निजण्यापूर्वी ७ मिनिटे आपण हे करून ह्या जगाचे परिवर्तन करूया.

ह्या जागतिक चळवळीची सुरुवात १८–०५–२००८ रोजी तारामंडळीय परिषदेने म्हणजेच सप्तर्षींनी गुरुजी कृष्णानंदांच्या मार्फत केली.

हा संदेश सर्वांपर्यंत पोहोचवा.

वेब साईट : www.lightchannels.com

शंबला तत्त्वे

ही प्राचीन ऋषींनी दिलेली सात तत्त्वे आहेत ज्यांचे पालन शंबला या पृथ्वीवरील प्रकाशाच्या नगरीत राहाणारे लोक करतात. हे लोक चिरतरुण असून शांती व परिपूर्णतेचे जीवन जगतात.

१. तुमच्या अंतरंगातील प्रकाशाचा अनुभव घेऊन सभोवताली पसरवा.

२. प्रेमाचा अनुभव घ्या आणि प्रेम सर्वत्र पसरवा.

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

४. दैनंदिन कामे करण्याआधी प्रथम त्यांची मनात उजळणी करा, नंतर हळू आवाजात त्यांचे शब्दांकन करा आणि नंतरच ती कृतीत उतरवा.

५. कोणतेही ध्येय पूर्ण होण्याआधी त्याविषयी कमीत कमी बोलून गुप्ततेचा नियम पाळा.

६. नकारात्मकतांशी लढा देण्यासाठी शरीर, मन आणि बुद्धीला चालना द्या.

७. उच्च आध्यात्मिक ध्येये गाठण्यासाठी स्वतःहून आपल्या लौकिक गरजांची मर्यादा ठरवा.

गुरुजी उवाच

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर

जानेवारी २००५

जेव्हा जेव्हा लोकांना त्यांची कुंडलिनी जागृत करावीशी वाटे तेव्हा माझे गुरु नेहमी विचारायचे, 'तुम्हाला तुमची कुंडलिनी जागृत का करायची आहे?' अर्थातच सिद्धी वगैरेच्या प्राप्तीसाठी लोकांना कुंडलिनी जागृती हवी असते. परंतु, अमर सांगत की ध्यानाद्वारे आपली शुद्धी झाल्याशिवाय कुंडलिनी जागृत करणे इष्ट नसते.

फेब्रुवारी २००५

सूर्य रोज उगवतो, पण प्रत्येक सूर्योदय निराळा असतो. आपण रोज त्याच मुलाबरोबर जरी खेळलो तरी प्रत्येक वेळेचा आनंद वेगळा असतो. आपल्या प्रत्येक ध्यानातील अनुभव निराळे असतात. आपण जर ध्यानवर्गाला येणे बंद केले व पुन्हा सुरू केले तर अशा प्रत्येक वेळी ध्यानाची पायरी निराळी असते. दर अमर जयंतीला आपण इथे जमतो पण प्रत्येक अमर जयंती निराळी असते. प्रत्येक वेळी नव्या ऊर्जा असतात. नवे अवसर असतात. तुमच्या मध्ये बसलेल्या सूक्ष्मदेहधारी पाहुण्यांमध्ये नेहमी नव्या व जास्त मंडळींची भर पडलेली असते. तसेच व्यासपीठावर महान गुरु विराजमान असतात. कार्यक्रम त्याच प्रकारचा असू शकतो, गुरु तेच असतात, पण प्रत्येक अमर जयंती वेगळी असते. अमर 'शाश्वत तत्त्व' आहेत. ते चिरंतन आहेत.

मी जर पुनर्मोजणी केली व माझ्या कार्याचे मूल्यमापन करण्याचा प्रयत्न केला तर अमरांना तुमच्यापर्यंत पोहोचवणे हे सर्वात महत्त्वाच्या कामांपैकी एक ठरेल. अमर माझ्या अंतरंगात राहतात जे स्वाभाविक आहे. मी त्यांना भेटलो, त्यांच्या सोबत राहिलो. अमरांचे वास्तव्य तुमच्यामध्ये देखील आहे. अमर आपल्या जीवनाचा हिस्सा आहेत ही फार आनंदाची गोष्ट आहे. ते आपले गुरु, वडील, मित्र आणि आपला नैतिक आधार आहेत. ते सूक्ष्मजगातील बहुधा सर्वश्रेष्ठ प्रवासी असावेत. त्यांनी सूक्ष्मजगात केलेले कार्य विलक्षण आहे. त्या कामगिऱ्यांची माहिती कदाचित आपल्यापर्यंत पोचणार नाही कारण ती उघड केली जात नाही. ते अतिशय विनम्र होते. हा त्यांचा असामान्यपणा होता. ते फार संयमी होते. लोकांचे बोलणे ऐकून घेत असत. ज्या ज्या वेळी ते काही खुलासा करत, त्यात नेहमी ताजेपणा असायचा. त्यांच्या शब्दांमागे इतकी शक्ती असायची कारण सत्याजवळ स्वतःची ताकद असते. मी त्यांना कधीही कुरकुर करताना पाहिले नाही. त्यांनी कधीही कसली तक्रार केली नाही. मला कोणीतरी सांगितले की एकदा ते जेवत असलेल्या अन्नात मीठ घालायचे राहून गेले होते. ही गोष्ट नंतर इतरांच्या लक्षात आली. सर्वोत्तम प्रयत्न करून देखील आपण नेहमी कुरकुरतो. त्यांनी तसे कधीही केले नाही.

त्यांनी कधीच कोणाची खिल्ली उडवली नाही. ते विनोद करायचे. अगदी लहानग्या मुलाचासुद्धा ते आदर करत. एकदा तर मी थक्कच झालो. माझा मुलगा तेव्हा लहान होता. पण ते उठून उभे राहिले आणि आदराने त्याला म्हणाले, 'या'. ते आम्हाला काहीतरी शिकवत होते.

त्यांना सर्वच जवळचे होते. त्यांनी कधीही कोणावर काही लादले नाही. ते सहजपणे आमच्या समोर तथ्ये मांडत गेले. ती आम्ही स्वीकारली पाहिजेत असा त्यांचा आग्रह नसे. कोणतीही गोष्ट गळी उतरवायचा प्रयत्न त्यांनी केला नाही. त्यांनी आम्हाला पुष्कळ स्वातंत्र्य दिले. त्यामुळे आमचा विकास व्हायला मदत झाली. त्यांच्या उपस्थितीत लोकांना खूप छान वाटायचे. ते बोलत असोत की शांत बसलेले असोत, त्यांच्याशी एका निराळ्या स्तरावर मूक संवाद चालायचा. त्यांनी पृथ्वीवर पुष्कळ ज्ञान आणले. पण आम्हाला सांगितले की त्यातील सर्व ते आमच्यापाशी उघड करू शकत नव्हते कारण ते ज्ञान ग्रहण करण्याइतपत आमची तेव्हा तयारी झाली नव्हती. आध्यात्मिक जगताला त्यांनी दिलेले योगदान खूप मोठे व अद्वितीय होते. त्यांनी आपल्याला सृष्टीविषयी, आपल्या उगमाविषयी, पृथ्वीवरील अवतरणाविषयी ज्ञान दिले आणि जन्म व मृत्युविषयी खुलासा केला. मी नेहमी म्हणतो, 'अमरांनी उपनिषदांच्या सारभूत आशयात अधिक ज्ञानाची भर घातली, तो सोपा केला व आपल्याला भेट म्हणून दिला.' त्यांनी सूक्ष्म शरीराबद्दल, सूक्ष्म जगाबद्दल व सूक्ष्म जगातील प्रवासाबद्दल माहिती दिली. आपल्याला तंत्रे दिली. आपल्याला निराळ्या जगांची सफर घडवली. त्यांचे सूक्ष्म जगातील प्रवास अतिशय रोमांचकारी आहेत. सप्त ऋषींना त्यांनी आपल्या जीवनात आणले. अमरांची भेट होईपर्यंत आपल्यासाठी ऋषी म्हणजे केवळ पुराणातील व्यक्तीरेखा होत्या. सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे आपण ऋषींबरोबर संपर्क साधू शकतो. अमरांनी आपल्याला ध्यानाचे शास्त्र दिले आणि 'आध्यात्मिक' म्हणजे काय ते सांगितले.

संन्यासाचा मूळ अर्थ त्यांनी उलगडून सांगितला. माया नेहमी वाईट मानली जाते. परंतु, त्यांनी खुलासा केला की माया हे वरदान आहे. शेकडो वर्षांची चुकीची माहिती व चुकीचे अर्थ त्यांनी दूर केले. नवयुगाविषयीच्या ज्ञानाच्या गुटीचे पहिले वळसे त्यांनी आपल्याला दिले. त्यांनी आपल्याला शिकवले की प्रथम हे आयुष्य समग्रतेने जगा व नंतर मुक्तीचा विचार करा. त्यांनी आपल्याला आपल्या समस्या सोडवण्याची अत्यंत प्रभावी पद्धत दिली. ते म्हणाले होते की आपल्या बहुतांश समस्या आपल्याच कर्माच्या फळामुळे निर्माण होतात. समस्या पुढे ढकलणे शक्य असते आणि कर्मदहन करून तिचे कायमचे निर्मूलन करणे शक्य असते. ते म्हणायचे की ध्यानामुळे कर्मदहन होते.

आपल्यापैकी बऱ्याच जणांना समस्या असतात. आपण ध्यान करतो तेव्हा चमत्कार झाल्याप्रमाणे आपल्या समस्या सुटतात. त्यांनी आपल्याला सांगितले की ऐहिक संपत्तीपेक्षा आध्यात्मिक संपत्ती जास्त मोलाची आहे. आपण सहजपणे आपल्या उपक्रमांचे अग्रक्रम ठरवू शकतो. त्यांनी आपल्याला प्रेम शिकवले. वैराग्य शिकवले. ते म्हणायचे, 'वैराग्य म्हणजे या जगाचा त्याग करणे नव्हे. वैराग्य म्हणजे प्रत्येक गोष्ट प्रेमाने व अलिप्तपणे करणे. त्यांनी सांगितले की या जगात सुरू असलेले सर्व आध्यात्मिक कार्य एकच आहे व ह्या सर्व कार्यावर एक ऋषी देखरेख करतात.

अमरांचे मोठेपण यात होते की ते वर्तमानकाळातही चपखल बसतात. त्यांनी जे शिकवले ते सर्व ते प्रत्यक्षात जगले. ते म्हणत ह्या जीवनाच्या, सृष्टीच्यापाठी एक थोर प्रज्ञा आहे जिला ईश्वर म्हणतात. तुम्ही ईश्वराला माना वा स्वीकारा असा आग्रह त्यांनी धरला नाही. त्यांनी आम्हाला सांगितले, 'अध्यात्माधिष्टित जीवन जगण्यासाठी आपण ध्यान केले पाहिजे असे नाही. परंतु, गाढ ध्यानावस्थेत आपल्याला ईश्वर नक्की भेटतो.' आपण भाग्यवंत आहोत कारण अमरांसारखे गुरु ह्या पृथ्वीवर क्वचित जन्म घेतात आणि क्वचितच आपला त्यांच्याशी संबंध जुळू शकतो.

अमरांनी आपल्याला शिकविलेली तत्त्वे प्रत्यक्ष जीवनात जगून आपण त्यांच्याविषयी कृतज्ञता व्यक्त करतो. हे करणे सोपे नाही. ही निवड करून आपण खूप समंजसपणा दाखवला आहे. आपण आपल्या वर्तनातून दिव्यत्व प्रकट केले पाहिजे. ते खूप सोपे आहे. नेहमी हसतमुख राहून आपण कृतज्ञता व्यक्त केली पाहिजे. आपण या कृतीला एक प्रकारे सांसर्गिक बनवू शकतो. आपण प्रेमाने कंप पावले पाहिजे. प्रत्येक क्षण निरामय बनवला पाहिजे. आपण अमरांना निष्ठा वाहिली पाहिजे. ■

श्री जयंत देशपांडे यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर

०२-०६-२०१३

गुरुजींनी खूप सुंदरपणे समजावून दिले की चैतन्य नेहमी सर्वत्र वास करत असते. ते आपल्या आजूबाजूला आहे याची प्रचिती देण्यास ते कधीही चुकत नाही. कोकिळेच्या गाण्यासारख्या अनेक सुंदर प्रकारांतून ईश्वर स्वतःला प्रकट करत असतो. आपण जागरूक राहून अशा गोष्टी पाहतो तेव्हा आपल्याला प्रेरणा व ऊर्जा मिळतात. याचे सर्वात मोठे उदाहरण आकाश आहे. ते नेहमीच अवस्थित असते. त्याच्याकडे नुसते जरी पाहिले तरी आपल्याला जे काही होते त्याचे शब्दात वर्णन करता येत नाही. आपल्याला खूप छान वाटते.

आमचे दोन खूप जेष्ठ विद्यार्थी आपापल्या व्यवसायात जेष्ठ पदांवर काम करतात. त्यांना आकर्षक आर्थिक लाभासह अजून वरच्या अधिकाराच्या जागा देऊ करण्यात आल्या. परंतु, साधनेवर लक्ष केंद्रित करण्याचे निश्चित केल्यामुळे दोघांनीही ते प्रस्ताव नाकारले. त्यांना वाटते की त्यांच्याजवळ जे आहे ते पुरेसे आहे आणि ज्याची आस धरावी व पाठी लागावे असे उच्च ध्येय त्यांच्याजवळ आहे. यावरून मला सातव्या शंबला तत्त्वाची आठवण होते जे सांगते, 'समाधानाची सीमा रेषा आखा.' अशा गोष्टी पाहिल्यावर खूप चांगले वाटते. एका बाजूला आपल्याला असे लोक भेटतात ज्यांना समाधानाची सीमारेषा आखणे जमते आणि दुसऱ्या बाजूला आपण टेलिव्हिजनवर असे लोक पाहतो ज्यांच्याजवळ कोव्यवधीहून जास्त संपत्ती आहे, पण तरीही त्यांना अधिक सत्ता व अधिक धनाची हाव आहे.

आपण ऋषींसोबत आहोत हे आपले भाग्य आहे. समाधानाची सीमा आखणे याचा अर्थ असा होत नाही की आपण आपल्यापाशी असलेली आरामाची साधने फेकून ध्यावी. त्याचा अर्थ असा आहे की आपल्याजवळ आहे ते पुरेसे आहे हे समजणे. व्यवहारी व शहाणे असणे. हे जर आपण करू शकलो तर आपण पुष्कळ शांती मिळवू शकतो. गुरुजींनी आपल्याला सांगितले होते की शहाणे व समंजस असणे हे आध्यात्मिक असणे आहे.

आपण ध्यान करत असतो तेव्हा आपल्या अंतरंगात आपण निराकार ईश्वराचा अनुभव घेतो. आणि ध्यानावस्थेतून बाहेर पडल्यावर जर आपल्याला ईश्वराच्या सृष्टीतील प्रत्येक गोष्टीमध्ये ईश्वराचा अनुभव आला, आपल्याला दिसणाऱ्या प्रत्येक गोष्टीमध्ये त्याची अभिव्यक्ती अनुभवास आली तर तो योग झाला. गुरुजींनी हे आणखी विशद करून अतिशय सुंदर शब्दात सांगितले, 'ऐहिक जीवन यथार्थतेने जगणे हाही योग आहे. प्रत्येक काम उत्कृष्टपणे करणे हा योग आहे.' हे कठीण तर आहे पण अशक्य नाही. नाहीतर ऋषी त्याविषयी बोलले नसते. आपल्या सांप्रत आध्यात्मिक अवस्थेकडे पाहून आपल्याला नाउमेद होण्याची गरज नाही आणि आपल्या ध्येयाच्या प्रचंड आकारमानामुळे दबून जाण्याची गरज नाही. आपण साधक आहोत आणि ऋषी नेहमी आपले प्रयत्न पाहतात, आपण साधनेच्या कोणत्या पायरीवर आहोत ते नाही. तेव्हा आपण योग्य दिशेने प्रयत्न करावे हे आपल्याकडून अपेक्षित आहे.

२३-०३-२०१४

गुरुजींचा जसा उच्च लोकांशी संपर्क होता तसा जर आपण स्थापित करू शकलो तर त्याच्या मदतीने आपण तपोनगरातील ह्या इमारतींबद्दल जास्त जाणून घेऊ शकू. ह्या इमारतींमध्ये खूप गोष्टी आहेत. आता आपण एकच गोष्ट करू शकतो. ती म्हणजे उपलब्ध ज्ञानाचा उपयोग करायचा, जास्त साधना करायची आणि ऋषित्वाच्या दिशेने किंवा नवयुगाचे नागरिक बनण्याच्या दिशेने मार्गक्रमणा करायची. जशी आपली प्रगती होईल तसतसे आपल्याला खूप जास्त माहिती देण्यात येईल. माझी त्याबद्दल खात्री आहे.

२७-०४-२०१४

गुरुजी म्हणत, 'कमी बोला, कंड्या पिकविणाऱ्या गप्पा टप्पा टाळा.' स्वामी विवेकानंदांचे अजून एक वचन माझ्या वाचनात आले. ते म्हणतात, 'खासगीत इतरांविषयी वाईट बोलणे हे पाप जाणा. तुम्ही ते पूर्णतया टाळले पाहिजे.' मला वाटते की आपण हे तत्त्व खरोखरी गांभीर्याने घेतल्यास याचे आचरण करणे कठीण नाही. आपल्याला कंड्या पिकविणाऱ्या गप्पा आवडतात. मला वाटते की इतरांमध्ये चांगल्या गोष्टी शोधणे, त्यांच्या गुणांचे कौतुक करणे ह्यात अधिक आनंद असतो. मी हे म्हणू शकतो कारण मी याचा अनुभव घेतला आहे. दिव्यत्व आपल्या माध्यमातून असे प्रकट होते तेव्हा आपले दर्शन विस्तारल्याचा अनुभव येतो. आपल्याला खूप छान वाटते. पण जर आपल्या माध्यमातून नकारात्मकतेचा आविष्कार झाला तर आपली कुंठा होते व आपण दुःखी होतो.

आपण आणखी एका तत्त्वावर विचार करू – नम्रता. जर आपल्याला खरोखरी मान्य असेल की अंगी नम्रता बाणवणे हे आध्यात्मिक प्रगती करण्यासारखे आहे, तर मला वाटते की नम्रतेचे आचरण करणे अवघड नाही. आपण स्वतःला एक प्रश्न विचारला पाहिजे, 'आध्यात्मिक प्रगतीमध्ये आपणाला खरंच रस आहे का? ते खरंच आपले ध्येय आहे का? त्यासाठी आपण इथे आहोत का?' असे प्रश्न विचारताना व त्यांची उत्तरे मिळविण्याचा प्रयत्न करताना आपण प्रामाणिक असले पाहिजे. जर आध्यात्मिक प्रगती हे आपले ध्येय नसेल तर आपण ह्या मार्गात आपला वेळ फुकट घालवतो आहोत. एका वेळी एक तत्त्व निवडून त्याचा अभ्यास करून आपण आपली साधना अधिकाधिक निर्दोष करू शकतो. आपल्या लक्षात येईल की हळूहळू आपण सगळ्याच तत्त्वांचा अभ्यास करू लागतो.

आपण मधून मधून स्वतःला असे प्रश्न विचारणे महत्त्वाचे आहे, जसे, 'ह्या सर्व ज्ञानाची व ऊर्जांची माझ्या अपेक्षेप्रमाणे पुरेसा विकास करण्यासाठी मला मदत का झाली नाही?' जर आपण ह्या उपलब्धींचा उपयोग करण्यास सुरुवात केली तर आपल्या निदर्शनास येईल की जाणिवेत उत्थान घडत आहे, प्रगती होते आहे. ■

बाहेरील विद्यार्थ्यांसाठी मार्गदर्शन

जे प्रत्यक्षात ध्यान वर्गात येऊ शकत नाहीत, त्यांच्यासाठी पोस्टाद्वारे किंवा ई–मेल द्वारे मार्गदर्शनाची सोय आहे. इंग्रजीतून मार्गदर्शनासाठी नोंदणी शुल्क २५०० रू. व कन्नड, मराठी आणि हिंदीतून मार्गदर्शनासाठी १३०० रू. आहे. भारताबाहेर राहाणाऱ्या विद्यार्थ्यांसाठी नोंदणी शुल्क ४५०० रू. आहे. ह्या शुल्कात १४% सर्व्हिस टॅक्स, मासिकासाठी वार्षिक वर्गणी आणि पाठ्यपुस्तकांची किंमत समाविष्ट आहे.

त्यानंतर, वार्षिक नूतनीकरण शुल्क, इंग्रजीतून मार्गदर्शनासाठी २००० रू. व कन्नड, मराठी आणि हिंदीतून मार्गदर्शनासाठी ९०० रू. आहे. भारताबाहेर राहाणाऱ्या विद्यार्थ्यांसाठी वार्षिक नूतनीकरण शुल्क ३५०० रू. आहे. ह्या शुल्कात १४% सर्व्हिस टॅक्स आणि 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.

श्री. राघवेन्द्र सोमयाजी यांच्या भाषणातील वेचे

शोभा राव, अनुवाद : वैशाली जोशी

माझ्या मते ईश्वराची कृपा कमावता येत नाही. ती नेहमी विद्यमान असते. ती कधीही संपुष्टात येऊ शकत नाही. कृपा मिळण्याची प्रत्येकाची अर्हता असते. गुरुजींनी सांगितले होते की कृपा ही ईश्वराच्या आपल्यावर असलेल्या प्रेमातून उत्पन्न होते. ईश्वर सर्वांवर प्रेम करतो आणि म्हणूनच प्रत्येकाला ईश्वराची कृपा लाभते. ईश्वर आपल्यावर प्रेम करतो मग आपला त्याच्यावर विश्वास असो किंवा नसो, आपले त्याच्यावर प्रेम असो किंवा नसो.

कृपा ही पूर्णत्वाच्या स्तरावरूनअसते आणि ती ईश्वराचे सर्वव्यापी अस्तित्व आणि त्याच्या बिनशर्त प्रेमाप्रमाणेच पूर्ण सत्य आहे, तर चांगले भाग्य फक्त परस्परविरोधी गोष्टींच्या ह्या सापेक्ष स्तरावर अस्तित्वात आहे. सापेक्ष जगात सर्वकाही परिमित, मर्यादित आहे. म्हणून चांगले भाग्य देखील मर्यादित आहे. कृपा पूर्ण सत्य असल्याकारणाने तिच्या विरोधात काहीच नाही आणि ती कमी किंवा जास्त असू शकत नाही. कृपा नेहमी विद्यमान असते आणि ती अपरिमित आहे.

ह्या जगात अनेक लोक आहेत, जास्त करून ते जे दु:खी आहेत, आणि ज्यांचा विश्वास आहे की ईश्वर त्यांच्यावर प्रेम करत नाही आणि म्हणून त्यांना खात्री आहे की त्यांना त्याची कृपा लाभत नाहीये. चांगल्या कर्मासाठी आपल्याला प्रयत्न करावे लागतात पण कृपेसाठी कोणत्याही प्रयत्नाची गरज नाही. एखाद्या मनुष्याच्या दु:खामागील सर्व कारणे आपण समजू शकत नाही पण कृपेचा अभाव हे निश्चितच त्याच्या दु:खाचे कारण नाही.

आपण जाणीवपूर्वक किंवा अजाणतेपणाने ज्या सर्व चुकीच्या निवडी करतो त्या ईश्वराच्या कृपेस आपल्यापासून दूर ठेवतात. ईश्वराचे आपल्यावर प्रेम नाही असा जर आपण समज करून घेतला तर ईश्वराचे प्रेम मिळवण्यास आपण अपात्र आहोत अशी आपण स्वत:ची पारख करतो आणि आपल्याला असा विश्वास वाटू लागतो की त्याची कृपा मिळायची आपली लायकी नाही. अपात्रतेच्या भावनेसह अशी ठाम समजूत आपल्याला कृपा मिळण्यापासून थांबवू शकते. ह्याच कारणासाठी आपण स्वत:वर प्रेम करणे आणि स्वत:स क्षमा करणे अत्यंत महत्त्वपूर्ण आहे. आपण जर असे करू शकलो तर आपल्यासाठी कृपेचे बंद दरवाजे उघडतील. नाहीतर, विश्व आपल्यावर प्रेम करू शकणार नाही कारण आपणच विश्व आहोत.

ईश्वराची कृपा मिळवण्याचा एक खूप महत्त्वपूर्ण आणि परिणामकारक मार्ग आहे. आपल्याला आधीच जे सर्व मिळाले आहे त्यासाठी कृतज्ञ असावे. आपल्यावर जी कृपा आहेच तिच्याविषयी अनभिज्ञ असणे हे त्या धनवान मनुष्याप्रमाणे आहे ज्याला वाटत असते की तो निर्धन आहे. निसर्गातील सर्व सौंदर्य, संगीत, सूर्यास्त, फुले आणि पक्षी कृपेचे प्रकटीकरण आहेत. आपण जर त्यांना ओळखले नाही तर आपण त्यांस पूर्णपणे मुकतो. मग ते नसल्यासारखेच आहेत.

कृतज्ञता व्यक्त करणे हा सकारात्मक बनण्याच्या प्रयत्नांतील एक महत्त्वपूर्ण भाग आहे. प्रत्येक क्षणांत ईश्वराची कृपा ओळखणे हे जीवन पूर्णत्वाने जगण्याचा एक अत्यावश्यक भाग आहे. यातून जास्त कृतज्ञता निर्माण होते जिच्या परिणामस्वरूप आणखी कृपा लाभते आणि अशा तऱ्हेने कृतज्ञतेमुळे अंततः समृद्धी येते. समृद्धी म्हणजे आपल्या गरजा भागविण्यासाठी आवश्यक तेवढे असणे. वैराग्य किंवा अनासक्ती खऱ्या समृद्धीचा एक पैलू आहे. तीव्र अहंकार कृतज्ञता व्यक्त करण्याच्या मार्गात आड येतो आणि या कारणामुळे कृपा आपल्यापर्यंत पोहोचण्यात तो अडथळा आणतो.

कोणतीही गोष्ट मिळवण्याचा एक सोपा मार्ग आहे. तो आहे ती गोष्ट इतरांना बिनशर्त देणे. प्रकाश प्रवहनाच्या संदर्भात आपल्याला हे आधीच ठाऊक आहे.

कृपा मिळवण्याचा आणखी एक मार्ग आहे आध्यात्मिक परिवर्तना मार्फत. गुरुजींनी खुलासा केला होता की जेव्हा आपण एखादी गंभीर स्वरूपाची चूक करतो तेव्हा आपण कर्मसंचय करतो. मनापासून झालेला व प्रामाणिक पश्चात्ताप कर्मे नष्ट करतो आणि आपला कायापालट करतो. जेव्हा आपले परिवर्तन होते तेव्हा आपण देवत्वाशी संलग्न होतो आणि कृपा आपल्याकडे आपोआप प्रवाहित होते.

ईश्वराच्या कृपेप्रमाणे गुरुची कृपा देखील बिनशर्त आणि सतत प्रवाहित होणारी असते. सर्वोच्च आध्यात्मिक अवस्थेला पोहोचायला गुरुची कृपा आवश्यक असते पण ती आपण मिळवू शकतो की नाही हे आपल्यावर अवलंबून असते.

गुरुजींनी सांगितले होते की जेव्हा आपण खऱ्या अर्थाने आपल्या अहंकाराचे समर्पण करतो तेव्हा कृपा पूर्णपणे प्रवाहित होते. ते हे देखील म्हणाले होते, जेव्हा आपल्याला उमजते की आपण घेतो तो प्रत्येक श्वास ईश्वराची कृपा आहे तेव्हा आपली साधना सफल होते. ■

प्रश्नोत्तरे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

प्र: गुरुजी, तुम्हाला कशामुळे आनंद मिळतो?

उ: मी अशा बऱ्याच गोष्टींची यादी बनवू शकतो. तुम्ही जर ध्यान केले तर मला आनंद होईल. मी जे सांगत असतो, ते समोरच्या व्यक्तीला समजले आहे असे जेव्हा मला जाणवते, तेव्हा मला खरेच खूप आनंद होतो. जेव्हा कोणाला सच्चा आध्यात्मिक अनुभव येतो तेव्हा मला खूप आनंद होतो. जेव्हा तुम्ही चांगला प्रश्न विचारता तेव्हा मला आनंद होतो. मला आनंद मिळतो जेव्हा एखाद्या अचेतन वस्तूकडून माझ्याशी एक प्रकारचा संवाद साधला जातो. प्रकाशाच्या महासागरात जेव्हा मी विस्तारतो तेव्हा साहजिकच तुम्हाला सुद्धा होईल तसा मला आनंद होतो. जेव्हा मी माझ्या गुरुंना आठवतो तेव्हा मला खूप आनंद होतो. कधी कधी मला मास्टर व्हींकडून एक प्रकारची सूचना मिळते, तेव्हा मी खूप भावुक होतो आणि साहजिकच मला खूप आनंद होतो. जेव्हाही मी अशा व्यक्तींना भेटतो ज्यांच्याशी माझा गतजीवनात संबंध होता, तेव्हा मला आनंद होतो. जेव्हा मी अशा लोकांशी बोलतो, जे साधे, चांगले व प्रामाणिक आहेत तेव्हा मला खूप आनंद होतो. जेव्हा मी मुलांच्या प्रकाश प्रवहनाबद्दल विचार करतो, तेव्हा मला आनंद होतो. मी खूश आहे की, मी माझ्या गुरुंचे कार्य, हे प्रकल्प, ध्यान शिकवणे आणि त्याचे प्रशिक्षण देणे सुरू ठेवले आहे.

प्र: तुम्हाला दुःख कशामुळे होते?

उ: जेव्हा सकाळी वृत्तपत्रात हत्या, बलात्कार, घोटाळे इत्यादींबद्दल वाचतो तेव्हा मला दुःख होते. जेव्हा मी लोकांना ऋषींपासून दूर जाताना पाहतो तेव्हा मला खूप वाईट वाटते. कधी कधी लोक बेसावधपणे थोडेसे भरकटतात, पण मग जेव्हा त्यांच्या ते लक्षात येते तेव्हा ते परत येतात. अशा सर्व गोष्टींची नोंद घेताना मला खूप आनंद होतो, पण सर्व गोष्टींचे अवलोकन मी साहजिक करतो. असो, अशा बऱ्याच गोष्टी आहेत ज्या मला दुःखी करतात.

प्र: येशू ख्रिस्तांना त्यांच्या काळात परमेश्वराचे जे रूप दिसले ते निराकार स्वरूपाचे होते की साकार होते?

उ: येशू ख्रिस्त या सृष्टीतील महानतम आध्यात्मिक गुरुंपैकी एक होते. त्यांचा निराकार परमेश्वरासोबत नेहमीच संपर्क होता. ते साकार देवांना सुद्धा भेटले होते. पण ते सतत निराकार परमेश्वराला अनुभवत असत. संपूर्ण काळ ते ईश्वराच्या ठायी एकरूप होऊन जगले.

प्र: येशू ख्रिस्त त्यांच्या शिष्यांना कोणते तंत्र शिकवत असत?

उ: त्यांनी हेतुपुरस्सर खूप सोपी तंत्रे शिकवली. उदाहरणार्थ मंत्रांचा जप; मंत्र नाही तर काही शब्द शिकवले जेणेकरून त्यांचे शिष्य इतरांना ते तंत्र शिकवू शकतील. पण तंत्रांपेक्षाही अधिक महत्त्वाचे म्हणजे त्यांनी प्रेम काय आहे, ते शिकवले. कदाचित कोणत्याही इतर गुरुंनी त्यांच्यासारखे प्रेमाबद्दल सांगितले किंवा शिकवले नसेल. त्याचवेळी त्यांनी सूक्ष्म पातळीवर त्यांच्या शिष्यांना विविध गोष्टी शिकवल्या आणि त्यांना प्रशिक्षित केले कारण त्यांना पुढे खूप अवघड कार्य करायचे होते.

प्र: संतोषी देवी कोणत्या लोकातून आली आहे?

उ: संतोषी देवी ही, तपोनगरातील बऱ्या करणाऱ्या ऊर्जांचे आधिपत्य करते. ही देवी शक्तीलोकामधून आलेली आहे.

प्र: कलियुगाच्या आरंभी काळ्या शक्ती पृथ्वीवर नकारात्मक ऊर्जा भरत असतात का?

उ: कलियुग सुरू होण्यापूर्वी काळ्या ऊर्जा सुप्त अवस्थेत असतात. जेव्हा कलियुगाला सुरुवात होते तेव्हा या ऊर्जा पृथ्वीवर भरल्या जात नाही तर त्या सुप्तावस्थेतून मुक्त होतात आणि त्या सर्वत्र सहज उपलब्ध असतात.

प्र: सत्ययुगात प्रकाशाची कंपने उच्च श्रेणीची असतात का?

उ: सत्ययुगात सर्वोच्च कंपनांचा प्रकाश जास्त प्रमाणात उपलब्ध असतो.

प्र: हास्य हे आत्म्यापासून येत असते का?

उ: अर्थातच ते आत्म्यापासून येत असते. ■

आमची प्रकाशने

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
Higher Communication & Other Realities	100/-
Light Body & Other Realities	100/-
Master-Pupil Talks	60/-
Master-Pupil Talks - Vol 2	75/-
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/-
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 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)

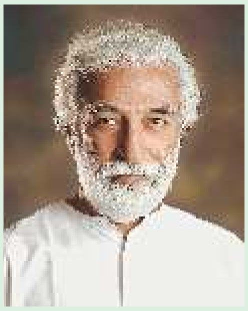
द वर्ड बुक शॉप, कँप (फोन: २६१३३११८, ३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)

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

'मानसा'ने नुकतेच प्रकाशित केलेले पुस्तक 'गुरु शिष्य संवाद – भाग २' आम्ही वाचले. आम्हाला येथे नमूद करावयास आनंद वाटतो की जेव्हाही अशी पुस्तके आम्ही वाचतो तेव्हा गुरुजी व अमराजी पूर्वीपेक्षाही आमच्या जास्त निकट असण्याची प्रकर्षाने जाणीव झाल्याशिवाय राहत नाही. आता आमची पक्की खात्री झाली आहे की आम्हाला सप्तर्षी मार्गाव्यतिरिक्त अन्य कोणत्याही मार्गाची आवश्यकता नाही.

– यासूजी व इकुको यामागूची

अलीकडेच ध्यानानंतर देवी मातेचे विशाल रूप मी पाहिले. एका तान्ह्या बाळाच्या रूपात मी तिच्या मांडीवर होते. थोड्या वेळानंतर संपूर्ण जग एका गोलाच्या रूपात तिच्या हातात मला दिसले. मला जाणवले की ती माझे व विश्वाचे रक्षण करीत आहे.

– आशा राकेश

आजकाल मी अगदी शांत असते व प्रकाशाप्रती माझा विश्वास आणखी दृढ झाला आहे. मला माहीत आहे की, कोणत्याही परिस्थितीत प्रकाश माझी नेहमीच काळजी घेईल. मी प्रकाशाशी संवाद साधते व त्याच्याकडून मिळणाऱ्या उत्तरांची वाट पाहते.

– प्रतिभा पटेल

एकदा मी देवळात ध्यान करत होते. त्यावेळी मला माझ्या डोक्यावर व शरीरात सर्वत्र खूप शक्तीशाली स्पंदने जाणवली. ध्यान झाल्यानंतर मला इतके हलके वाटले की जणू मी ऊर्जेच्या प्रवाहात न्हाऊन निघाले आहे.

– वसंता रामानुजन

एके रात्री मी व माझे पती कारने महामार्गाने घरी परतत होतो. नेहमी जेव्हा माझे पती गाडी चालवत असतात तेव्हा मी झोप टाळू शकत नाही. पण त्या रात्री जणूकाही मला पूर्वसूचनाच मिळाली की मला जागे राहिले पाहिजे. आमच्या समोर सर्व वाहतूक पूर्णपणे थांबली आहे हे माझ्या पतींच्या लक्षात आले नाही. पण मी जागी होते. त्यामुळे मी माझ्या पतींना गाडी थांबविण्यास सांगितले व ते अगदी वेळेत गाडी थांबवू शकले. त्यामुळे एक मोठा अपघात टळला. आम्हाला प्रकाशाकडून प्रत्यक्ष मार्गदर्शन प्राप्त झाल्यामुळे आम्ही स्वत:स अगदी भाग्यवान व नशीबवान समजतो.

– शाल्मली तळवलकर

प्रकाश अनुभवण्याने मी माझ्या जीवनातील अगदी कठीण समयी सहजपणे निभावून गेले. माझी व माझ्या कुटुंबाची नेहमी काळजी घेतल्याबद्दल मी गुरुजी व ऋषींना धन्यवाद देते.

– रश्मी रघुवंशी

माझ्यात घडलेल्या बदलांचे मोजमाप मी करू शकत नाही. असे बऱ्याचदा होते जेव्हा मला आंतरिक शांतता जाणवते. मी पाहू शकते आहे की राग, बेचैनी व नैराश्य ह्या गोष्टी मी अगदी सहजतेने हाताळते व काही क्षणातच त्यांना नियंत्रणात आणू शकते. जवळपास नेहमीच मला भोवताली वावरणाऱ्या 'मूक परमेश्वरी उपस्थिती' कडून भरपूर मदत मिळते व त्याच्या जादूने प्रत्येक वेळेस तोच सर्वकाही माझ्या मनाप्रमाणे घडवून आणतो.

– राजलक्ष्मी आर

बऱ्याचदा माझ्या प्रार्थना सफल होतात व आता माझ्या विचारांमध्ये स्पष्टता आली आहे. मी कृतज्ञ आहे. मी निसर्गातील बहुलता नेहमी अनुभवते. ज्या सर्वांमुळे इंटरनेटच्या माध्यमातून आम्हाला घर बसल्या व आमच्या सवडीनुसार हा प्रवास करणे शक्य झाले आहे त्या सर्वांप्रती या पत्राद्वारे मी माझी कृतज्ञता व्यक्त करू इच्छिते.

– कुसूम नारायण

अलीकडेच एका रविवारी कुंडलिनी टॉवरमध्ये बसून प्रकाश प्रवाहित करत असताना एकाएकी ती जागा पांढऱ्या प्रकाशाने उजळली. त्यावेळी तीन तसबिरी माझ्या दृष्टीस पडल्या. त्यातील एक गुरुजींची होती, दुसरीत अमराजी खुर्चीत बसलेले दिसले पण तिसऱ्या तसबिरीतील व्यक्तीस मी ओळखू शकले नाही. त्या तसबिरींच्या पुढे लालसर तपकिरी रंगाची दोन फुलांच्या माळांनी सजवलेली श्रीगणेशाची मूर्ती होती. मी माझे डोळे काही क्षणांसाठी उघडले व पुन्हा बंद केले, ते दृश्य माझ्या समोर तसेच दिसत राहिले. त्यानंतर माझे मन खूप आनंदी व शांतीमय झाले.

– स्वर्णलता

मागील आठवड्यात ध्यान करीत असताना प्रकाशाने मला त्याच्या दैवी अस्तित्वात पूर्णपणे सामावून घ्यावे म्हणून मी प्रार्थना करीत होते. त्यावेळेस साधारणपणे एका मिनिटभर मला वाटले की मी तरंगत वर वर जात आहे. या अनुभवानंतर मला खूप ऊर्जा मिळाल्यासारखे वाटले.

– हंसा वेंकटरामन

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