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 8 Issue 12 SEPTEMBER 2016 Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद

(सप्टेंबर २०११ या अंकामधून, अनुवाद : जयंत देशपांडे)

मी हे लिहीत असताना संपूर्ण राष्ट्राचे लक्ष अशा एका माणसाकडे वेधलेले आहे, जो भ्रष्टाचाराविरुद्ध लढा देण्यासाठी तुरुंगात उपोषण करीत आहे. संपूर्ण देशात ठिकठिकाणी त्यांचे हजारो समर्थक तुरुंगातून त्यांच्या सुटकेची आणि भ्रष्टाचाराविरुद्ध संघर्ष पुढे नेण्याची आतुरतेने वाट पाहात आहेत. हे जे काही घडते आहे, हा साधा निषेध नव्हे. ही एक चळवळ आहे. कोणीतरी त्यांना मसीहा म्हटले. मी म्हणतो की, त्यांनी, जिथे कमी भ्रष्टाचार असेल अशा एका जास्त चांगल्या समाजाविषयी आशा जागवली आहे. ते लाखो असहाय लोकांचा आवाज आहेत. त्यांनी, नकळत का असेना, पण परिवर्तनाच्या शक्तींना त्यांच्यामार्फत कार्य करू दिले आहे. माझ्या दृष्टीने ते या आशेचे प्रतीक आहेत की, एके दिवशी भ्रष्टाचाराचा लोप होईल. सर्वप्रकारच्या भ्रष्ट व्यवस्था ज्या युगात नाहीशा होतील, अशा नवयुगाच्या शक्ती ऋषी वरील जगांतून आणून या पृथ्वीवर पसरवत आहेत. मला हे माहीत असल्यामुळे माझी आशा अजूनच दृढ होते आहे.

अरबी उठावाचा हा उत्तरार्ध आहे. परिवर्तनाच्या प्रक्रिया सर्व जगभर कार्यरत आहेत. आपण जर आपली जाणीव थोडी उंचावून पाहिले तर आपण संपूर्ण जगभर सुरू असलेले या प्रक्रियांचे कार्य पाहू शकतो.

मी त्या लाखो लोकांचे आणि विशेषकरून त्या शालेय विद्यार्थ्यांचे अभिनंदन करतो, जे मागील दोन वर्षांपेक्षाही जास्त काळापासून प्रकाशाचे प्रवहन करीत आहेत. शुद्धता, शांती आणि प्रेमाच्या शक्ती बाळगणाऱ्या प्रकाशाने ज्या आध्यात्मिक प्रक्रियांना सुरुवात केली आणि बळकटी दिली, अशा प्रक्रियांबद्दल आपणा ध्यानसाधकांना आणि ऋषींच्या मार्गदर्शनाखाली काम करणाऱ्या लोकांना स्पष्ट कल्पना आहे.

प्रकाशाच्या सामर्थ्याची जाणीव मानवजातीतील माझ्या सर्व बांधवांना व्हावी, असे मला वाटते. त्यांना समजावे की, प्रकाश क्रांती घडवून आणतो आणि समाजांना व जगाला बदलतो.

एका माणसाने मला विचारले, "आपण जर प्रकाशाचे प्रवहन केले तर भ्रष्टाचार संपेल का?" मी त्याला सांगितले, "होय, पण पर्यायाने, प्रत्यक्षपणे नाही." प्रकाशाच्या कार्य करण्याच्या स्वतंत्र पद्धती आहेत.

सध्या भ्रष्टाचाराविरुद्ध सुरू असलेल्या संघर्षाला प्रकाशाची मदत मिळते आहे. प्रकाश सूक्ष्म पातळीवर कार्य करतो. तो लोकांना जागृत करतो आणि बंड करण्यासाठी, संघर्ष करण्यासाठी त्यांना सामर्थ्य देतो. परिवर्तनाच्या सर्व प्रक्रियांना प्रकाशाची मदत मिळत असते.

मला वाटते की, लोकांनी प्रकाशाचा उपयोग करून पाहावा आणि प्रकाश सर्वत्र पसरवावा. आपण लवकरच नवयुगात प्रवेश करू. ■

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)
सप्तर्षी ध्यान केंद्र

दर मंगळवारी (सकाळी ६ वाजता)
सप्तर्षी ध्यान केंद्र

दर मंगळवारी (सकाळी ११.३० वाजता, संध्याकाळी ५ वाजता)
श्री. मंजुनाथ शास्त्रींच्या घरी, गांधी सर्कल

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.

तपोनगरात मासिक आध्यात्मिक तपासणी सत्र चालू असताना.

काही ठळक घडामोडी

- श्रीकृष्ण जन्माष्टमी साजरी करण्यासाठी आणि महर्षी अमरांना प्रेम आणि आदर अर्पण करण्यासाठी २५ ऑगस्ट रोजी ध्यानसाधकांनी तपोनगरातील मेडीटेशन हॉलमधे एकत्र जमून ध्यान केले. संध्याकाळी, ध्यानसाधक महर्षी अमरांच्या महासमाधी दिवस कार्यक्रमासाठी आनेकल येथील सप्तर्षी ध्यान केंद्रात पुन्हा एकत्र जमले.
- २८ ऑगस्ट ला तपोनगर येथे महर्षी अमरांच्या महासमाधी दिवसानिमित्त कार्यक्रम आयोजित करण्यात येईल.

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०१	गुरुवार	अमावास्या / सूर्य ग्रहण: सकाळी ११.४३ ते संध्याकाळी ५.३० पर्यंत
०४	रविवार	गौरी देवी पूजन
०५	सोमवार	गणपती पूजन
०९	शुक्रवार	शुक्लाष्टमी
११	रविवार	शुक्ल दशमी
१५	गुरुवार	अनंत पद्मनाभ पूजन
१६	शुक्रवार	पौर्णिमा / चंद्र ग्रहण: रात्री १०.२४ ते उत्तररात्री २.२३ पर्यंत
२४	शनिवार	कृष्णाष्टमी
२९	गुरुवार	शिवरात्री
३०	शुक्रवार	महालय अमावास्या

गुरुजींचे ब्लॉग वाचण्यासाठी व व्हीडियो पाहण्यासाठी कृपया www.speakingtree.in या वेबसाइटला भेट द्यावी.

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी	– व्याख्यान सकाळी ११ ते १२ पर्यंत
	– प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
गुरुवार ०१	– सूर्य ग्रहणानिमित्त विषेष ध्यान: सकाळी ११.४३ ते संध्याकाळी ५.३० पर्यंत
रविवार ११	– शंबला गटाची बैठक दुपारी २ वाजता
रविवार १८	– 'रा' गटाची बैठक दुपारी २ वाजता

श्रीकृष्ण जन्माष्टमीसाठी ध्यानाचे विशेष तंत्र

२५ ऑगस्ट, श्रीकृष्ण जन्माष्टमीपासून दहा दिवस आपण आपल्या दैनिक ध्यानाऐवजी ह्या तंत्राचा अभ्यास करू शकता. 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 दहा दिवसात ह्या तंत्राचा सराव कितीही वेळ आणि दिवसातून कितीही वेळा करता येईल.

०१ सप्टेंबर २०१६ रोजी सकाळी ११.४३ ते संध्याकाळी ५.३० पर्यंत सूर्य ग्रहण आहे, आणि १६ सप्टेंबर २०१६ रोजी रात्री १०.२४ ते उत्तररात्री २.२३ पर्यंत चंद्र ग्रहण आहे. कृपया ग्रहणाच्या पूर्ण अवधीत संपूर्ण जगास प्रकाशाचे प्रवहन करावे.

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

संकलन : वैशाली जोशी, अनुवाद : वैशाली नितिन तरे

खेळताना माझ्या पायात खूप वेदना जाणवत होत्या. मी पाच मिनिटे प्रकाशाचे प्रवहन केले व वेदनेपासून मुक्ततेसाठी प्रकाशाला प्रार्थना केली. आणि माझी वेदनेपासून मुक्तता झाली!

– श्रीमती. सुशीला, शिक्षिका, श्री सज्जन राव विद्या संस्थे, बंगलोर

वयोमानानुसार माझी स्मरणशक्ती क्षीण होत चालली होती. प्रकाशाचे प्रहवन करताना मी विनंती केली की माझी स्मरणशक्ती बळकट होऊ दे. आता मला सर्व काही आठवते. रोज संध्याकाळी १५ मिनिटांसाठी मी प्रकाशाचे प्रवहन करते. मला एकदम ताजेतवाने वाटते, अजिबात थकवा जाणवत नाही व माझी प्रकृती सुधारली आहे.

– श्रीमती. माया, शिक्षिका, श्री सज्जन राव विद्या संस्थे, बंगलोर

जेव्हा केव्हाही मला वेळ मिळतो, तेव्हा मी प्रकाशाचे प्रवहन करतो. मी अतिशय रागीट होतो. आता माझा रागीटपणा कमी झाला आहे. मला सतत डोकेदुखीचा त्रास होत असे. प्रकाश प्रवहन केल्यामुळे गोळी घ्यायची किंवा बाम लावायची गरज भासत नाही. शांत आणि ताजेतवाने राहाण्यासाठी कधीकधी मी प्रवास करताना ह्याचा सराव करतो.

– श्री. त्यागराज, शिक्षिक, श्री सज्जन राव विद्या संस्थे, बंगलोर

पाच मिनिटाच्या प्रकाश प्रवहनामुळे सकारात्मक ऊर्जा मिळते आणि दिवसाची सुरुवात सकारात्मकरित्या व शांतपणे करण्याचे बळ मिळते. प्रकाश प्रवहन नेहमी सकाळी होणाऱ्या सभेच्या वेळी आयोजित केले जाते, त्यामुळे विद्यार्थ्यांची मनेही शांत होतात. आम्हाला दिवसभराचे काम योग्य रीतीने करण्यासाठी मार्गदर्शन मिळते.

– श्रीमती. रसना कपूर आनंद, शिक्षिका, इंडियन पब्लिक स्कूल, बेंगलूर

प्रकाश प्रवहन करण्यापूर्वी माझे मन सतत चिंतेने ग्रासलेले असे. प्रकाश प्रवहन करताना माझे मन शांत झाले. नंतर मला अतिशय प्रसन्न वाटले. हे खूप सुंदर आहे.

– दुर्गम्मा, इयत्ता सातवी, शासकीय उच्च माध्यमिक शाळा, पारंगीपाल्या, बंगलोर

एखाद्या उपचार सत्रासारखे मला जाणवले. प्रकाश प्रवहनाचे हे सत्र खूप आराम देणारे आणि ताणमुक्त कारणारे होते.

– विद्यार्थी, इयत्ता आठवी, ऑक्झीलियम् हाई स्कूल, हैद्राबाद

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल, अनुवाद : वैशाली जोशी

मोसमी बदल पावसाळा घेऊन आला आहे. पण तपोनगर भोवतीचे पर्जन्यमान तुरळक आहे. गेली काही वर्षे हवामान त्याचा सामान्य क्रम पाळत नाहिये. कोणत्याही आणि प्रत्येक बदलात जे स्थिर राहते, ते काळाच्या परीक्षेत विजयी होते; मासिक आध्यात्मिक तपासणी सत्र ह्याचे सर्वोत्तम उदाहरण आहे.

प्रत्येक महिन्याच्या तिसऱ्या रविवारी ध्यानसाधक आध्यात्मिक सत्रासाठी पद्धतशीरपणे आवेदन पत्र भरतात आणि दीक्षा ग्रहण करतात. एक महान महर्षी शिक्षकांशी दुवा जोडतात आणि विद्यार्थ्यांना त्यांच्या साधनेत मार्गदर्शन करतात. ध्यानसाधनेच्या प्राथमिक पातळ्यांवर असलेल्यांसाठी देखील ध्यान केंद्रांमधे सारख्याच नियमितपणाने तपासणी सत्रे आयोजित केली जातात. पोस्टाने मार्गदर्शन घेणाऱ्या ध्यानसाधकांना त्यांच्या साधनेचे अहवाल पाठवल्यानंतर काही दिवसातच पुढील सूचना मिळतात. नेहमीप्रमाणे, प्रत्येक ध्यानसाधकाला हवे तेव्हा मार्गदर्शन दिले जाते.

मानसा फाउंडेशन चे मासिक वृत्तपत्र ''डोरवेज्'' हे आणखी एक उदाहरण आहे. १९८८ मधे गुरुजींनी पहिल्यांदा प्रकाशित केल्यापासून हे वृत्तपत्र अविरतपणे प्रकाशित करण्यात आले आहे.

काळाचा वारा कसाही वाहात असो, जे न मोडता वाकते आणि झुलते, ते काळाच्या कसोटीत उत्तीर्ण होते. ईश्वराशी अढळ संलग्नता आंतरिक शक्तीचा स्रोत आहे जी, एखाद्या व्यक्तिला, एखाद्या लहान गटाला किंवा एखाद्या मार्गाला, होणाऱ्या बदलांना सामोरे जाताना बळकट ठेवते. संख्या, जाणूनबुजून सनसनाटी उडविण्याचे प्रयत्न आणि वरवर अभिवृद्धि करण्याच्या गरजेने विचलित न होता तपोनगर बदलांतून सहिसलामत बाहेर येत आहे. ■

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 ऋर्षींनी 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 : वैशाली जोशी

मे २००५

"आपण व्याख्याने देतो पण आपण त्यांचे अनुसरण करत नाही." ह्या मुद्याविषयी मला दोन प्रसंग आठवतात जे खूप गमतीशीर आहेत. आमचे गाव, आनेकलच्या जवळ एक समचिकित्सक (Homeopath) राहायचा. पण जेव्हा तो आजारी पडायचा तेव्हा तो एका विषमचिकित्सकाकडे (Allopath) जायचा! रेकी उपचार, ॲक्यूप्रेशर यांची सुरुवात वीस वर्षांपूर्वी झाली आणि ह्या पद्धती देखील भारतात आल्या. आमच्या एका विद्यार्थ्याने ॲक्यूप्रेशर शिकायला सुरुवात केली. कोणत्याही गोष्टीसाठी तो "ॲक्यूप्रेशर" म्हणायचा. जेव्हा त्याला भूक लागलेली असायची तेव्हा सुद्धा आम्ही थट्टेने म्हणायचो, "ॲक्यूप्रेशर का नाही वापरत!?" पण एके दिवशी जेव्हा त्याला तीव्र डोकेदुखी झाली तेव्हा त्याने जाऊन एक औषधाची गोळी घेतली! हे खूप गमतीशीर प्रसंग आहेत पण हेच जीवन आहे.

जेव्हा एखादा मनुष्य ह्या मार्गात साधना सुरू करतो, तेव्हा आपल्याला माहीत आहे की तो लगेच सूक्ष्म स्तरावर ऋषींशी जोडला जातो. जेव्हा तो असा सूक्ष्म पातळीवर जुळलेला असतो तेव्हा त्याच्या साधनेचे निरीक्षण केले जाते आणि त्याचे संरक्षण केले जाते. त्याच्या सर्व समस्यांकडे – ज्यांची माहिती तो देत नाही अशासुद्धा – लक्ष पुरवले जाते. त्याला सूक्ष्म पातळीवर सल्ले आणि ऊर्जा दिल्या जातात. आणि भौतिक पातळीवर आम्ही ऐकतो, सांत्वन करतो, तंत्रे देतो, सूचना देतो आणि सगळ्यात महत्त्वाचे म्हणजे आम्ही एक प्रकारचा आधार देतो. कधीकधी, अत्यंत आवश्यक आणि मूल्यवान आधार भावनिक आधार असतो. आम्ही नेहमी म्हणतो, "काळजी करू नका. आम्ही तुमच्या सोबत आहोत." आमच्या विद्यार्थ्यांबाबत अशा गोष्टी आपोआप घडतात. ह्या सर्व गोष्टींची मागणी करायचा तुम्हाला पूर्ण अधिकार आहे. हा संचाचा एक भाग आहे! तुम्ही ह्या मार्गात प्रवेश घेतला की ह्या सर्व गोष्टी निश्चित आहेत.

कधीकधी, आमचे विद्यार्थी जेव्हा त्यांच्या मित्रांना किंवा नातेवाईकांना समस्या असतात तेव्हा त्यांना घेऊन येतात. तुम्ही सर्वांनी पाहिले असेल की आम्ही ह्या लोकांना सुद्धा ही सगळी मदत देऊ करतो. प्रत्येक व्यक्तिला एकसारखी वागणूक दिली जाते. ह्या लोकांनी आमच्या ध्यानवर्गात प्रवेश घ्यावा किंवा आमच्या वृत्तपत्राची वर्गणी भरावी असा आम्ही आग्रह धरत नाही. आम्ही कधीही त्या दृष्टीने विचार करत नाही. कधीकधी, अनोळखी लोकं येतात आणि मला भेटतात. जेव्हा त्यांना फायद्यांबद्दल समजते – ध्यानाविषयी नव्हे! – ते सुद्धा, ह्या गोष्टींची मागणी नाही पण याचना करतात. आजपर्यंत आम्ही त्यांच्याकडे सुद्धा लक्ष पुरवले आहे. कधीकधी, हीच लोकं जास्त मागण्या करतात. आणि आमच्या निदर्शनास आले आहे की ते ध्यानसाधना सुरू करत नाहीत जे त्यांच्यासाठी अगदी योग्य असेल आणि त्यांना मदत होईल. आणि कधीकधी, ह्यातील बहुतेक लोकांनी हे सर्व लाभ घेतल्यानंतर मला सांगितले आहे की त्यांचा ऋषींवर विश्वास नाही! त्यांनी मला तोंडावर जे सांगितले आहे त्याचा मी आदर करतो आणि दाद देतो! केव्हढा प्रामाणिकपणा! आता, वेळेच्या बंधनामुळे, भौतिक आणि सूक्ष्म पातळीवर खूप कार्य असल्यामुळे, मी विचार करत होतो की मी अशा लोकांकडे लक्ष द्यावे का जे ऋषींचे अस्तित्व मान्य देखील न करता सर्व प्रकारच्या मदतीची मागणी आणि याचना करतात. पण का कुणास ठाऊक ह्या गोष्टींबद्दल माझ्या मनात शंकाकुशंका आहेत. तुम्हाला मागणी करायचा पूर्ण अधिकार आहे.

आपल्यावर निवड करण्याची वेळ आली आहे. प्रलय म्हणजे निवडणे. हे प्रत्यक्षात परिवर्तित होणे किंवा देव, ऋषी बनणे नाही. ह्या सर्व गोष्टींना खूप वेळ लागतो. प्रलय म्हणजे योग्य गोष्टीची निवड करणे आहे; भली व्यक्ति बनण्याची निवड करणे आहे. हा अहम् आणि सदसद्‌विवेकबुद्धी पैकी एकाची निवड करणे आहे. मला वाटते की जाणीवपूर्वक ह्या गोष्टींची निवड करण्याची वेळ आली आहे. आपण जाणीवपूर्वक अहंकाराचे निवारण केले पाहिजे. जर आपण असे केले नाही तर काय होते? आपल्याला समस्या येतील. मी तुम्हाला घाबरविण्याचा प्रयत्न करत नाहियं! मी तुम्हाला फक्त सांगत आहे कारण जेव्हाकधी लोकं येतात आणि मला भेटतात, मला त्यांचा भावी काळ दिसतो. मला खूप अशांतता आणि उठाठेव दिसते. मी म्हणतो, ऋषींकडे आल्यानंतर एकाही व्यक्तिने दु:खात जगले नाही पाहिजे. आपण सर्वांनी आनंदात जगले पाहिजे. जे सर्व विद्यार्थी इथे आहेत, जे इथे नाहीत, जे लोकं आमच्यापासून दूर गेले आहेत आणि जे आमच्या सोबत आहेत, हे सगळे मिळून एक अंग बनते. शरीराच्या कोणत्याही भागात दुखणे असेल तर संपूर्ण शरीर अस्वस्थ होते. मी कधीही सुखात राहू शकणार नाही. आपण अहम्‌ची निवड करायला नको. अहम् नेहमी म्हणतो, "मी बरोबर आहे आणि तो चूक आहे." आपण चुका शोधणे बंद करूया. जेव्हा आपण तसे करतो तेव्हा अनेक गोष्टी घडतात. आपण प्रत्येकाकडे खूप प्रेमाने पाहूया. आपण प्रयत्न करूया. म्हणून, आपण अहम्‌ची निवड करायला नको; आपण परमेश्वराची निवड करूया. ती प्रलयाची अट आहे.

जेव्हाजेव्हा तुम्ही येता आणि इथे बसता मी जाणूनबाजून ह्या गोष्टींचा सोप्या शब्दांमधे खुलासा करून सांगतो. माझी इच्छा आहे की तुम्ही आचरणात आणण्यासाठी काहीतरी परत घेऊन जावे. कधीकधी, आपण व्याख्याने ऐकतो आणि व्याख्यानाच्या शेवटी आपण टाळ्या वाजवतो आणि म्हणतो, "ते खूप छान बोलले." महत्त्वाची गोष्ट ही की मी जीवनात अंमलात आणण्यासाठी काय घेऊन जाऊ शकतो? खूप काही असू शकते. ऋषींनी ह्या गोष्टींमधे विशेषज्ञता प्राप्त केली आहे. ते सर्व काही सुलभ करतात आणि सर्वांसमोर मांडतात, या हेतूने की त्यांना वेचता आणि आचरणात आणता येईल. मी कित्येकवेळा एका ८० वर्षे वय असलेल्या संन्यासींचा उल्लेख केला आहे जे माझ्या गुरूंकडे आले होते. ते माझ्या गुरूंसोबत बराच वेळ होते आणि जेव्हा ते खोलीतून बाहेर आले तेव्हा आम्ही त्यांच्या डोळ्यात अश्रू पाहिले. नंतर, जेव्हा आम्ही जेवत होतो, मी माझ्या गुरूंना त्या संन्यासींच्या भावनिक अस्वस्थतेविषयी विचारले. माझे गुरू म्हणाले की त्या संन्यासींच्या ध्यानात आले होते की त्यांनी त्यांची संपूर्ण ८० वर्षे वाया घालवली होती; ते खूप काही करू शकले असते, ते खूप साधना करू शकले असते, खूप काही साध्य करू शकले असते आणि भगवी वस्त्रे परिधान केली तरी त्यांना योग्य मार्गदर्शन मिळाले नाही. पद्धतशीरपणे गोष्टी करणे, योग्य मंत्र घेणे आपल्याला वेगाने प्रगती करायला मदत करते. हे संन्यासी बहुतकरून एका मंत्राचा जप करत होते, पण ते खूप काही करू शकले असते. आपण ऋषींच्या मार्गदर्शनाखाली पद्धतशीररीतीने साधना करूया. मी आश्वासन देतो की आपण ह्या जन्मातच सर्वोच्च ध्येय आणि सर्व काही साध्य करू. ■

श्री जयंत देशपांडेंच्या व्याख्यानातील उतारे

(संकलन : शोभा राव; अनुवाद : सुनिता देशपांडे)

०७-१२-२०१४

मला एका ध्यानसाधकाने विचारले, ''नकारात्मकतेने भरलेल्या ठिकाणी जर आपण गेलो तर त्याचा परिणाम आपल्यावर होत असतो का?''

खरे तर ते आपल्यावर अवलंबून असते. साधारणपणे नकारात्मकतेने भरलेल्या ठिकाणी आपण जाणार नाही. पण, जर काही कारणास्तव आपले जाणे घडले तर त्याचा परिणाम आपल्यावर होईलच असे नाही. आपण मजबूत असायला हवे. आपण जर मजबूत असलो तर आपल्यावर परिणाम होणार नाही. आपण जर दृढपणे आपल्या ध्येयाशी संलग्न असलो तर आपण अशाच ठिकाणी ओढले जातो, जी ठिकाणे ध्येयाच्या दिशेने आपल्या प्रवासात आपली मदत करतात. माझ्या मते असे आपोआप घडत असते. जर आध्यात्मिकरीत्या प्रगती करण्याचे आपले ध्येय असेल तर आपोआपच आपण सकारात्मक ठिकाणांकडे, सकारात्मक लोकांकडे खेचले जाऊ. कदाचित आपली परीक्षा घेण्यासाठी, आपल्याला अशा परिस्थितीत टाकण्यात येते की, आपल्याला अशा ठिकाणी जावे लागते, जिथे – हा मनुष्य म्हणतो आहे त्याप्रमाणे – पूर्णतः नकारात्मकता आहे. पण प्रकाशासोबत असणारी आपली संलग्नता, आपल्यावर काहीही परिणाम होणार नाही, ह्याची काळजी घेईल. माझ्या मते तर आपण मजबूत बनणे हाच त्यासाठी मूलमंत्र आहे. आपण ध्यान करून, आध्यात्मिकता म्हणजे काय हे पूर्णपणे समजून घेऊन, प्रकाशाशी संलग्न होऊन मजबूत बनू शकतो. नकारात्मकतेला सामोरे जाण्यासाठी तो सर्वोत्तम मार्ग आहे.

आपण जेव्हा अशा परिस्थितीत असतो की नकारात्मक लोकांबद्दल विचार करणे आपण थांबवू शकत नाही, मला वाटते की अशा वेळी आपण आपले लक्ष आपल्या ध्येयाकडे पुन्हा केंद्रित करायला पाहिजे. खरे पाहता आपण लोकांना नकारात्मक म्हणायला नको, पण हा मुद्दा समजण्यासाठी आपण या शब्दांचा वापर करत आहोत. जर का आपण आपल्या सभोवती असणाऱ्या लोकांच्या वागणुकीमुळे आलेल्या नैराश्याच्या भावनेला टाळू शकलो नाही तर मला वाटते अशा वेळी आपण आपले लक्ष पुन्हा आपल्या ध्येयाकडे केंद्रित करायला हवे. मग कदाचित आपण त्यांना नकारात्मक म्हणून पाहणार नाही. कदाचित प्रकाश म्हणून आपण त्यांना पाहू शकू. आपल्याला ध्येय नसेल तर मला वाटते आपण ध्येय ठरवण्यापासून सुरुवात करू शकतो. आणि आध्यात्मिक प्रगती हे जर आपले ध्येय असेल तर आपण आपला वेळ लोकांच्या वर्तणूकीबद्दल विचार करण्यात वाया घालवणार नाही. लोकं कदाचित खरोखरंच आपल्याशी वाईट वागत असतील, पण जर आपल्याला पुढे सरकायचे असेल, तर आपल्याला या लोकांना मागे सोडावे लागेल. मी अक्षरशः असे करा असे म्हणत नाही. त्यांना मागे सोडून आपण पुढे जाऊ शकत नाही. त्यांना सोबत घेऊन आपल्याला चालावे लागेल. आपले चैतन्य जेव्हा आध्यात्मिक ध्येयाने व्यापलेले असेल तेव्हा आपण अशा गोष्टींचा विचार करणार नाही, ज्यांची आपल्या आध्यात्मिक प्रवासात मदत होत नाही.

०४-०१-२०१५

ह्या वर्षाचा हा पहिला वर्ग आहे, आणि तुम्हा सर्वांना नववर्ष आनंदाचे आणि भरभराटीचे जाओ अशी मी इच्छा करतो. २०१४ हे वर्ष सरले आणि नववर्षातील आणखी एक आठवडा पण उलटला यावर विश्वासच होत नाही आहे. काळ खूप वेगाने धावतो आहे. आपण सर्वच ते अनुभवू शकतो.

आपल्या आजूबाजूच्या जीवनाचे अवलोकन केले तर, आपण ओळखू शकतो की, तीव्र प्रलय सुरू आहे. गुरुजींनी आपल्याला समजावले होते की, प्रलय म्हणजे परिवर्तनाची प्रक्रिया आहे, बदल घडवून आणण्याची प्रक्रिया आहे, अर्थात चांगल्यासाठी बदल होण्याची, उन्नतीच्या दिशेने बदल होण्याची प्रक्रिया आहे. या प्रक्रियेत एकप्रकारची घुसळण समाविष्ट आहे. आणि जेव्हा घुसळण होते तेव्हा सत्य समोर येते. सर्व काही प्रकाशात येते – चांगले आणि वाईट. आपल्याला ओळखावे लागेल की काय चांगले आहे आणि काय चांगले नाही. आणि जे चांगले आहे त्याला आपण स्वीकारायला हवे आणि जे चांगले नाही ते नाकारायला हवे. हे सर्व गुरुजींचे शब्द आहेत. त्यांनी आपल्याला हे सांगितले होते.

ही घुसळण वैयक्तिक पातळीवरही होत असते. वैयक्तिक पातळीवर जे घडते ते आपल्यासाठी फार महत्त्वाचे आहे कारण आपल्या परिवर्तनात त्याची मदत होते. आपल्याला अशा परिस्थितीतून जावे लागते, जिथे आपल्याला निवड करणे भाग पडते. आपल्याला निवडावेच लागते. आपल्याला भेडसावणाऱ्या काही वास्तवांबद्दल, समस्यांबद्दल काही निर्णय आपल्याला घ्यावेच लागतात. मला वाटते, आता वेळ आलेली आहे की आतापर्यंत जे काही आपण शिकलो आहोत, त्याचा प्रामाणिकपणे उपयोग करून आपल्याला निवड करावी लागेल. जे ज्ञान आपल्याला देण्यात आले आहे, योग्य निवड करण्यात त्याचा आपल्याला फायदा होईल. आणि आपल्याला प्रकाशाकडून पण मदत घ्यायला हवी. प्रकाश आपली मदत करेल. तो आपले मार्गदर्शन करेल.

मला असे वाटते की आपल्या निवडी, जागतिक संदर्भातही बिनमहत्त्वाच्या नाहीत. जरी आपण वैयक्तिक पातळीवर निवड करतो, तरी आपल्या निवडी मानवतेच्या सामूहिक आध्यात्मिक अवस्थेवर परिणाम करतात. सरतेशेवटी, आपण मानवजातीचा हिस्सा आहोत. आणि सामूहिक आध्यात्मिक अवस्था या पृथ्वीच्या नियतीला आकार देते. आपल्या निवडी फक्त आपल्या स्वतःच्या नियतीला आकार देत नसतात तर त्या पूर्ण जगाच्या नियतीवर पण परिणाम करत असतात.

बघा, आपल्या कृती किती महत्त्वाच्या आहेत! आपल्यावर खूप मोठी जबाबदारी आहे. अर्थातच या मोठ्या जबाबदारीचे आपल्याला दडपण वाटायला नको. पण त्याची जाणीव मात्र आपण ठेवायला हवी. आणि इथे ऋषींच्या या मार्गात हे अवघड असायला नको. सरतेशेवटी सर्व काही आपल्याला खूप सोप्या आणि सहज रीतीने सांगण्यात आले आहे.

मला वाटते की नवीन वर्षात काहीतरी दडलेले असते. ते कसे, हे समजणे आणि समजावणे अवघड आहे, पण प्रत्येक नवीन वर्ष जास्त आशा घेऊन येत असते. कसे कोण जाणे, पण आपण आशा करतो की, जीवन सुधारेल. या जगाची स्थिती काहीही असो, आता आपण कोणत्याही परिस्थितीत असलो तरी अशा प्रसंगी, कसे कोण जाणे, आपण उत्तम भविष्याची आशा करतो. अर्थात आपण नेहमीच आशा करत असतो, तेव्हाच आपण जगणे सुरू ठेवू शकतो, पण नववर्ष आपली आशा दृढ करत असते. नवीन वर्ष प्रगतीसाठी, जीवनात श्रेष्ठत्व मिळवण्यासाठी नव्या संधी घेऊन येते.

मी एकदा उल्लेख केला होता की संधी आणि आव्हाने हातात हात घालून येत असतात. म्हणजे, प्रत्येक आव्हान ही एक संधी असते आणि स्वाभाविकपणे प्रत्येक संधी आव्हाने घेऊन येत असते. तसेच, हे नववर्ष सुद्धा नव्या संधी आणि नवी आव्हाने घेऊन आले आहे. आणि ते आपल्याला या आव्हानांना सामोरे जाण्याकरिता नवीन मार्ग देखील दाखवेल. आपण ज्या नवयुगाची प्रतीक्षा करत आहोत, त्याच्या आणखी जवळ हे वर्ष आपल्याला घेऊन जाईल. ■

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

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : वैशाली जोशी

आपण ह्या जगातील समस्यांसाठी जबाबदारी घ्यायला हवी कारण हे जग, आपल्या अंतरंगात जे आहे, काही प्रमाणात त्याचे, आणि मोठ्या प्रमाणात, सामूहिकपणे आपण सर्वांच्या अंतरंगात जे आहे, त्याचे प्रतिबिंब आहे.

जेव्हा लोकांचे मोठे गट ध्यान करतात आणि स्तब्धता अनुभवतात तेव्हा जे ध्यान करत नाही त्यांच्यात सुद्धा शांती असते हे दाखवण्यासाठी आधीच पुरेसे प्रमाण आहे. हे, ही वास्तविकता स्पष्टपणे सिद्ध करते की आपण तात्विकदृष्ट्या नव्हे तर थेट, जगाच्या अवस्थेसाठी सामूहिकपणे जबाबदार आहोत. आपण जर ह्याची नेहमी जाणीव ठेवू शकलो तर आपली साधना केवळ व्यक्तिगत राहाणार नाही. ती जागतिक असेल. केवळ ह्या दृष्टिकोनातील बदलामुळे आपल्या साधनेत फरक पडेल.

मी असे सुद्धा म्हणालो होतो की आपण समस्या आणि कठीण परिस्थितींना आकर्षित करतो, कारण आपण काही कारणांसाठी, जी आपण आता समजू शकत नाही, खोलवरच्या पातळीवर त्यांची निवड केली असणार. आणि जेव्हा कोणातील नकारात्मक गुणाला आपण तीव्र प्रतिक्रिया व्यक्त करतो, तेव्हा त्याचे कारण हे असते की तो गुण आपल्यात असतो पण आपण तो पाहू किंवा स्वीकारू शकत नाही. आणि जेव्हा तोच गुण आपण दुसऱ्यांमधे पाहतो, आपण तो ओळखतो आणि त्याचा निषेध करतो. हे संभवत: हे सूचित करते की तोच गुण आपल्यात आहे; आपण चिंतन, आत्मपरीक्षण आणि अंत:प्रेरणेद्वारे त्याचा तपास लावू शकतो.

खोल आत्म्याच्या पातळीवर आपल्यात असे नकारात्मक गुण असणे आपल्याला आवडत नाही. पण मनाच्या पातळीवर असा गुण असणे कदाचित आपल्याला सोयीचे वाटू शकते. हे आपल्या अंतरंगात, आपल्यातील सर्वात गहन आणि वरवरच्या पातळीमधे खूप मोठा संघर्ष निर्माण करते. त्यामुळे आपल्या अंतरंगात तणाव निर्माण होतो, आपल्या प्रकृतीत बिघाड होतो आणि आपल्याला दु:ख सहन करावे लागते. अंतरंगातील हा संघर्ष मूलत: आपल्यातील कलीयुग आहे.

जेव्हा आपण आपला आंतरिक स्वभाव पूर्णपणे प्रकट करू शकू तेव्हा आपण म्हणू शकतो की आपण आपल्या अंतरंगात प्रकाश युग स्थापित केले आहे. येशू ख्रिस्तांनी स्पष्टपणे सांगितले, "इतरांची पारख करू नका आणि दुसऱ्यांना अशी वागणूक द्या जशी तुम्ही स्वत:ला द्याल." हे असे सुचविते की इतरांची गैरवाजवी पारख करू नका. ज्याला स्वत:त असलेल्या त्याच नकारात्मक गुणाची पूर्णपणे जाणीव असते, तो पारख करण्याऐवजी समानुभूती बाळगेल.

असे म्हणतात की जेव्हा मास्टर व्ही, येशू ख्रिस्त म्हणून खाली आले होते, तेव्हा ते धनगरामध्ये राजा आणि खूनीमध्ये शिष्य पाहू शकत होते. माणूस गुन्हेगार किंवा संत कशामुळे होतो हे समजून घेण्याचा प्रयत्न आपण केला तर समानुभूती असणे, पारख करायचे टाळणे आणि बिनशर्त क्षमा करणे सुद्धा सोपे होईल. मला वाटते, एखादा मनुष्य ज्या अनुभवांतून गेला असेल तो प्रत्येक अनुभव, त्याला त्याच्या सद्य स्थितीत नेणारी प्रत्येक चूक आणि घेतलेला चुकीचा निर्णय, येशू ख्रिस्त पाहू शकत होते. म्हणून त्यांना सर्वांबद्दल अनुकंपा होती आणि त्यांनी सर्वांना माफ केले. याचा अर्थ हा नाही की त्यांनी चुकीची कृत्ये माफ केली. ते खूप कडक आणि कनवाळू दोन्ही होते. यापासून आपण हे समजू शकतो की गुन्हेगाराचा स्वीकार करावा पण गुन्ह्याचा अस्वीकार करावा. आपण मनुष्यापासून त्याच्या कृत्यांना वेगळे करणे शिकायला हवे. अशाश्वत व्यक्तित्वाच्या मागे असलेल्या आत्म्याला पाहणे आपण विसरायला नाही पाहिजे.

आपण ध्यानसाधक आहोत आणि आपण साधनेच्या शेवटच्या टप्प्यावर असणे अपेक्षित आहे. आपण ऋषींकडून खूप ज्ञान मिळवले आहे. आपण आध्यात्मिकदृष्ट्या प्रगती करण्याची सुद्धा जाणीवपूर्वक निवड केली आहे. आपल्याला स्वत:कडून सर्वोच्च अपेक्षा असतील पण आजच्या जगातील साधारण व्यक्तिकडून आपण त्याच अपेक्षा बाळगू शकत नाही. ऋषींकडून सर्व मदत आणि आधार मिळून देखील आपण अद्याप आपल्या नकारात्मकतांपासून मुक्त नाही. आपल्या आध्यात्मिक प्रगतीने, आपल्याला उच्च नैतिक स्तरावर बसवायला नाही पाहिजे, ज्यामुळे आपण इतरांकडून मोठ्या अपेक्षा बाळगू. खरं म्हणजे, जेव्हा आपण आध्यात्मिकदृष्ट्या प्रगती करतो, तेव्हा ज्यांना आपल्यासारख्या संधी नाहीत, त्यांच्याकडून असलेल्या आपल्या अपेक्षा आपण कमी केल्या पाहिजेत. ■

प्रश्नोत्तरे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

प्र: तुम्ही प्रत्येक वेळी, सर्व पृथ्व्यांवर, तुमच्या आध्यात्मिक प्रकल्पाचे नाव 'मानसा' हेच ठेवत असता का?

उ: मला जर निवड करायला मिळाली तर मी तेच नाव देईन. पण नाव महत्त्वाचे नाही. मी तेच नाव देईन जे कोणते नाव ऋषी देतील.

प्र: सीरिअस हा तारा आपल्यासाठी इतका महत्त्वपूर्ण का आहे?

उ: तो महत्त्वपूर्ण आहे कारण त्याच्या ऊर्जा आणि त्याच्यापासून मिळणारे ज्ञान हे सध्या आपल्यासाठी आवश्यक आहे. सीरिअस ताऱ्यावरील बऱ्याच महात्म्यांनी ह्या पृथ्वीवर मानवी रूपात जन्म घेतला आहे. ते खूप मोठ्या प्रमाणावर कार्य करत आहेत. ते ऋषींच्या संपर्कात आहेत आणि ऋषींनी हा उलगडा केला आहे की, पिरॅमिड्स आणि त्यांच्या बांधकामाबद्दल ज्ञान हे आपल्याला सीरिअसमधून मिळाले होते. पिरॅमिड्स जेव्हा सर्वप्रथम बांधण्यात आले होते, तेव्हा सीरिअसमधील महात्म्यांनी सीरिअस ताऱ्यापासून गिझाच्या पिरॅमिड पर्यंत एक मार्ग बांधला होता. अजूनही तो शाबूत आहे, परंतु कोणालाही त्याबद्दल माहीत नाही. या मार्गाच्या माध्यमातून आपण सीरिअसवर सूक्ष्मदेहाने जाऊन ऊर्जा आणि ज्ञान प्राप्त करू शकतो. भविष्यात आपल्याला खूप मोठ्या प्रमाणावर ज्ञान मिळणार आहे पण ह्या मार्गात प्रवेश प्रतिबंधित आहे. केवळ सार्वत्रिक कल्याणासाठीच कोणाला सूक्ष्मदेहाने प्रवास करता येईल.

प्र: हीलिंग ऊर्जा ग्रहण करताना डोक्यामधे जडपणा जाणवणे आणि काहींना हातावर सूज येणे या सर्वसामान्य घटना आहेत का?

उ: जेव्हा तुम्हाला ऊर्जा प्राप्त होतात तेव्हा डोक्यामधे जडपणा जाडवणे ही सामान्य घटना नाही. ही एक विरळी गोष्ट आहे. हे ऊर्जेमुळे होत नसते. जरी हीलिंग ऊर्जा खूप प्रबळ असल्या, तरी त्या नेहमी आल्हाददायी असतात, आपल्याला आराम देतात आणि आपल्याला मदत करतात. डोक्यात जडपणा तेव्हाच जाणवतो जेव्हा व्यक्ती ग्रहणशील नसतो.

तो ध्यानसाधक नसूनही त्याला आराम देण्यात आला, पण त्याच्या कर्मांच्या स्वरूपात बदल झाल्यामुळे त्याच्या हातावर सूज आली पण त्याला वेदना होत नव्हत्या. जेव्हा लोक स्वतः ध्यान करतात तेव्हा हीलिंग हे सोपे होऊन जाते. अशावेळी आजार पूर्णपणे बरा होतो आणि आराम मिळतो. मग अंगावर सूज येत नाही.

प्र: आपल्या ऊर्जांचा निचरा करणारी जागा किंवा एखादी व्यक्ती जर आपण ओळखू शकलो तर आपण तिला टाळायला हवे का?

उ: टाळू नका. तुम्ही लक्षात ठेवा की तुमच्या भोवती सुरक्षा कवच आहे. तुमच्यातील ऊर्जा कोणीतरी काढून घेईल, शोषून घेईल यासाठी का घाबरता? तो ऊर्जा काढून घेईल. काढू द्या. तुम्ही ऋषींशी जोडलेले नाही आहात का? ते ऊर्जेचा साठा आहेत. तुम्ही प्रकाशाशी जोडलेले नाही आहात का? तुम्ही प्रकाशाचे प्रवहन करत नाही का? तुम्ही सोबत प्रकाश बाळगत नाही का? तुम्ही सोबत ऊर्जेचा संपूर्ण साठा घेऊन आहात कारण तुम्ही प्रकाशाशी जोडलेले आहात. कोणीही तुमच्या ऊर्जांचा निचरा करू शकत नाही. तुम्ही स्वतःच तुमच्यातील नकारात्मक विचार आणि भावनांमुळे तुमच्यातील ऊर्जांचा निचरा करू शकता.

प्र: द्रष्टा कोण असतो?

उ: द्रष्टा ही अशी व्यक्ती असते जी जीवनाला परमेश्वराच्या दृष्टिकोनातून पाहू शकते, जी वर्तमानापलीकडील सत्यांना पाहू शकते, जी स्वतःच्या पलीकडील वास्तवांना पाहू शकते. द्रष्टा म्हणजे अशी व्यक्ती जी स्वतःसाठी नाही तर जगासाठी स्वप्न पाहत असते आणि या स्वप्नांना साकार करण्यासाठी काम करते. अशी व्यक्ती काही लोकांनाच नाही, एखाद्या छोट्या गटालाच नाही तर भावी पिढ्यांना प्रेरित करत असते. सर्व महान गुरू हे द्रष्टे होते.

प्र: तुम्ही अज्ञाताबद्दल उल्लेख केला आहे. ते अज्ञात का आहे?

उ: ते अज्ञात आहे कारण त्याच्याबद्दल कोणाला काही माहीत नाही. कधीतरी, जे अप्रकट किंवा अव्यक्त आहे ते थोडे आणखी प्रकट होईल. हा एक खूप महत्त्वपूर्ण मुद्दा आहे. आपण नीट समजून घेऊ या. आविष्करण किंवा प्रकटीकरण हे अद्याप संपलेले नाही. सृष्टीची निर्मिती अद्याप पूर्ण झालेली नाही. अधिक जास्त प्रकट होईल, तर जास्त प्रमाणात लोकांना माहीत होईल. तो पर्यंत ते अज्ञात राहील. ■

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/-
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 करे (Hindi)	50/-
ध्यान-योग (Hindi)	50/-
प्रकाश (Hindi)	10/-
प्रकाशमय जीवन (Hindi)	10/-
प्रकाश की ओर (Hindi)	150/-
आत्मा का अवतरण (Hindi)	50/-

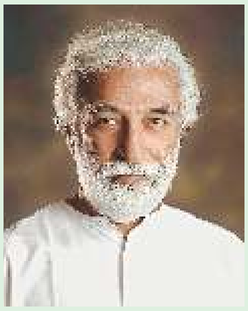
ही पुस्तके खालील ठिकाणी मिळतील:

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

माझ्या घराजवळ कार रिव्हर्स होत असताना झालेल्या हॉर्नच्या मोठ्या आवाजाने मी गाढ झोपेतून गडबडून उठले. मी त्या अर्धवट झोपेच्या स्थितीत असताना मला जाणवले की ज्या व्यक्तीकडे मी जाणीवपूर्वक नियमितपणे प्रकाश पाठवीत असते तिच्याकडे माझे आंतरिक सखोल अस्तित्व प्रकाशाचे प्रवहन करीत होते. आपल्या आंतरिक अस्तित्वाचे असे कितीतरी थर आहेत ज्यांचे आकलन आपल्याला साधारणपणे होत नाही.

– सीमा अलमेल

मी नुकतीच पाठीच्या कण्याच्या दुखण्यातून बरी झाले. त्यानंतर मला जाणवले की मी माझ्या शरीरात बरीच नकारात्मकता साठवली होती जी चिघळून ह्या आजाराच्या रूपात प्रकटली. गहन आत्मपरीक्षणानंतर मी सकारात्मक बनण्याचा निश्चय केला आहे. मला माझ्या अवतीभोवती असलेल्या नकारकत्मकतेला सामोरे जावे लागते पण त्याचा परिणाम मी माझ्यावर होऊ देत नाही. मी त्यापासून स्वत:ला दूर ठेवणे शिकले आहे! आता माझे पाठीचे दुखणे देखील अगदी नगण्य झाले आहे. गुरुजींची व ऋषींची कृपा अनाकलनीय आहे. ह्या कृपेचा वर्षाव आपल्यावर सतत होत असतो.

– प्रतिमा वद्‌गमा

आता माझी साधना जास्त केंद्रित झाली आहे व पुष्कळदा मला वाटते की मला संदेश दिले जात आहेत. ह्यापैकी बहुतांशी संदेश हे माझ्या साधनेच्या अथवा कामा संदर्भात मला जे काही करणे अगदी आवश्यक आहे ते करण्याची आठवण करुन देणारे असतात. माझी साधना हा माझ्या दिवसाचा सर्वात महत्त्वाचा भाग आहे. त्यावर मी जितकं जास्त लक्ष केंद्रित करीत आहे, तितके जास्त मला वाटते आहे की, कोणीतरी माझा हात प्रत्यक्ष धरून, प्रत्येक गोष्टीमध्ये माझे मार्गदर्शन करीत आहे.

– विनम्र लोंगानी

माझा एक मित्र – जो ध्यानसाधक नाही – नेहमीच गुरुजींनी दिलेल्या ज्ञानाशी व तत्त्वांशी त्याची ओळख करून दिल्याबद्दल कृतज्ञता व्यक्त करीत असतो. तो म्हणतो की, गुरुजींच्या शब्दांचे अनुसरण केल्याने त्याला त्याच्या भोवतालच्या लोकांकडून खूप प्रेम व मदत मिळते.

– विनय बी. के.

गेल्या काही आठवड्यांपासून माझ्या ध्यानाची गहनता वाढली आहे व काही कारणास्तव माझ्या ध्यानाला बळकटी आली आहे. दिवसभर मी आनंद अनुभवते व मला वाटते की जणुकाही मी एका उच्च आयामात आहे. पण त्याचवेळी मी ह्या भौतिक पातळीवर देखील अगदी सहजतेने व व्यवस्थितपणे वावरत असते. माझी अंत:प्रेरणा आणखी तीक्ष्ण झाली आहे. त्यामुळे मला माझ्या व लोकांच्या कर्मांचे चांगले व वाईट परिणाम अगदी सहजपणे दिसतात.

बुद्धपौर्णिमेच्या रात्री मला दोन स्वप्नवत दृष्टांत झाले. त्यात मी पाहिले की भगवान बुद्धांना ऊर्जांनी वेढले होते व त्या ऊर्जांचे लोट हळूहळू वर जात होते. ऊर्जांनी वेढलेले भगवान बुद्ध व त्याच ऊर्जांनी त्यांची आराधना होत असल्याचे ते दृश्य अगदी दैवी होते! ते संपूर्ण दृश्य गडद पिवळा, सोनेरी व नारंगी ह्या रंगांच्या विविध छटांनी भरले होते. ते दृश्य पवित्र व अविस्मरणीय होते.

– विद्या वीरकर

ओरिएंटेशनच्या वेबकास्टमध्ये ज्या वेळेला आपण निळ्या प्रकाशाचा अनुभव घेत होतो त्या वेळेस प्रकाशाची जाणीव एकदम आकाशापर्यंत गेली. सर्व शरीर आकाशापर्यंत मोठे होत आहे असे वाटत होते. त्यातून बाहेर येऊच नये असे वाटत होते.

– क्रांती ढमढेरे

मी स्वभावाने खूप संवेदनशील आहे. जेव्हा लोक माझ्याशी व्यवस्थित वागत नसत तेव्हा मला खूप त्रास होत असे. माझ्या एका नातेवाईकाने मला खूप वाईट वागणूक दिली व माझे भाडेकरु देखील घरभाडे न देताच निघून गेले. ह्यामुळे जरी मला वाईट वाटले तरी ह्याचा त्रास मात्र मला झाला नाही. मी अगदी शांतपणे ह्या परिस्थितीचा स्वीकार केला. माझ्यात घडलेल्या ह्या बदलाबाबत मी खूष आहे. हे ऋषींकडून मला मिळालेले अनमोल बक्षीस आहे. मी याबद्दल त्यांची आभारी आहे.

– शोभा हिरेमठ

मी अवघड परिस्थितीचा अगदी शांतपणे स्वीकार करू शकते. जेव्हा परिस्थिती बदलून चांगली बनते तेव्हा अवघड परिस्थिती दरम्यान लाभलेली ऋषींची उपस्थिती व त्यांच्या मार्गदर्शनाप्रती मला कृतज्ञता वाटते.

– राजलक्ष्मी आर

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