

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 सप्तऋषींच्या 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, सप्तऋषी ध्यानयोग विकसित केला आणि तपोनगरात सप्त ऋषींच्या आध्यात्मिक केंद्राची स्थापना केली.

सप्तऋषी 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 10 Issue 3

DECEMBER 2017

Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद

(ऑगस्ट १९९७ या अंकामधून, अनुवाद : जयंत देशपांडे)

महर्षी अमरांनी त्यांच्या गटाचे नाव 'विश्वमैत्री' असे ठेवले होते. विश्वमैत्रीचा शब्दशः अर्थ आहे वैश्विक मित्रता. आम्हाला नंतर समजले की विश्व म्हणजे सृष्टी - व्यक्त झालेली आणि अद्याप प्रकट न झालेली सृष्टी. ही कल्पनाच आपल्याला किती पुलकित करते ! अशी असते महान गुरूंची दृष्टी ! त्यांच्याकडून एखाद्या सत्याचा जेव्हा उलगडा होतो, तेव्हा ते इतके विलक्षण असते की त्या क्षणी आपल्याला ते आत्मसात करता येत नाही आणि जसजसे आपण आपल्या अंतरंगातील उन्नतीच्या शांत प्रवासात पुढे वाटचाल करतो, तेव्हा ते नव्या जाणिवेच्या क्षितिजांमध्ये आपल्याला ज्ञात होते. अशाप्रमाणेच महान गुरूंची शिकवण सतत जिवंत राहते. महान गुरू कधीच सोडून जात नसतात; फक्त त्यांच्या शरीराचा मृत्यू होत असतो. विश्वमैत्री ही साधनेची अंतिम अवस्था आहे. जेव्हा आपण आपली जाणीव आणि प्रेम प्रकट आणि अद्याप अप्रकट असलेल्या संपूर्ण सृष्टीपर्यंत विस्तारित करू शकू, तेव्हा आपण आपल्या अहम्, अज्ञान आणि नकारात्मकतेच्या सर्व मर्यादा ओलांडू शकू आणि आपल्या सर्व भावना, विचार आणि जगण्याला सकारात्मक बनवून समाधी अनुभवू शकू.

एक व्यक्ती मला नेहमी विचारत असते - "मी या जगाला का सहन करावे?" माझी उत्तरे आणि विस्तृत खुलासे तिने अर्थातच मान्य केलेले नाहीत. आपल्याला उमगलेली व्यक्तिगत सत्ये आणि आपल्याला जे कळले आहे ते सर्व इतरांना पटवून देणे कठीण असते. आणि मी ते पटवून देण्याचा प्रयत्नही करत नाही. त्याची आवश्यकता नाही.

लोकांनी आपल्या मनाला दिलेले दुःख, त्यांनी केलेला विश्वासघात, वैयक्तिक आवडीनिवडी आणि मतमतांतरांमुळे उद्भवलेल्या समस्या इत्यादींच्या अनुभवांवरून मला कळून चुकले आहे की शांती आणि प्रेम अनुभवण्यासाठी, जाणिवेचा विस्तार करण्यासाठी, समाधीचा अनुभव घेण्यासाठी आपण अशा गोष्टींच्या पलीकडे जायला हवे. या गोष्टींमुळे खरं तर आपल्याला जीवनाचे महत्त्व कळते. मानवी पातळीवरील अशा क्षुल्लक तपशिलांच्या वर, जर का आपल्याला उठता आले नाही, तर साहजिकच आपण उच्च पातळ्या गाठू शकत नाही. दुःख आणि समस्या खरोखरीच आपले शिक्षक असतात. आपल्याला काही शिकवण्यासाठीच त्या येतात ! आपण जेव्हा धडे घेतो आणि पुढे वाटचाल करतो, तेव्हा त्या नाहीशा होतात.

जोपर्यंत आपण या भौतिक पातळीवर असतो, तोपर्यंत या न त्या समस्या आपल्याला भेडसावत असतात. सर्व समस्यांवर तोडगा असतो. तोडगा हा सामान्य मार्गाने - आपण त्याला लौकिक मार्ग म्हणूया का? - किंवा आध्यात्मिक मार्गाने काढता येतो. आध्यात्मिक तोडगा हा कायम स्वरूपाचा असतो. लौकिक मार्गाने काढलेल्या तोडग्यामुळे इतर समस्या उद्भवू शकतात !

माझ्या भोवतीचे जग परिपूर्ण नाही, पण मीही परिपूर्ण नाही. मी या जगाला परिपूर्ण बनवण्याचा प्रयत्न करण्यापूर्वी स्वतःला सुधारायला हवे ! ही माझी पद्धत आहे. मला हे योग्य वाटते. ■



मानसा फाउंडेशन (रजि.)

तपोनगर, चिक्कगुब्बि, (ऑफ हेन्ऱूर-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, ब्लॉक ६,
 कोरामंगला

दर शनिवारी (संध्याकाळी ७ वाजता)

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)

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 दिवाळी आणि नवरात्रोत्सव साजरा करण्यात आला.

काही ठळक घडामोडी

- २३-११-२०१७ रोजी आनेकल येथील आपल्या सप्तर्षी ध्यान केंद्रात आणि २६-११-२०१७ रोजी तपोनगर येथे गुरुजींच्या महासमाधी दिवसानिमित्त कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला.
- २०१८ वर्षाचे मानसा कॅलेंडर २६-११-२०१७ रोजी तपोनगर येथे गुरुजींच्या महासमाधी दिवसानिमित्त झालेल्या कार्यक्रमाप्रसंगी प्रकाशित करण्यात आले व ते मानसा कार्यालयात खरेदीसाठी उपलब्ध राहिल.
- १४ जानेवारी २०१८ पासून शंबला गटाची नवीन बॅच सुरू होते आहे. ज्या विद्यार्थ्यांनी चक्र जागृतीकरण पातळीवर साधना पूर्ण केली आहे ते ह्यात प्रवेश घेऊ शकतील. प्रवेश घेण्याची इच्छा असलेल्या विद्यार्थ्यांनी कृपया ३१ डिसेंबर २०१७ पर्यंत मानसा कार्यालयात आपले नाव नोंदवावे. बाहेरील विद्यार्थी देखील ह्यात प्रवेश घेऊ शकतील. सध्या शंबला गटात असलेल्या विद्यार्थ्यांनी देखील ३१ डिसेंबर २०१७ पर्यंत मानसा कार्यालयात त्यांचे नाव नोंदवून त्यांच्या सदस्यत्वाचे नूतनीकरण केले पाहिजे.

रविवारच्या व्याख्यानाचे, इंटरनेटवरून प्रत्यक्ष प्रसारण विद्यार्थ्यांकरता उपलब्ध राहिल. सविस्तर माहितीसाठी कृपया मानसा कार्यालयाशी ई-मेल द्वारे संपर्क साधावा.

तपोनगरातील कार्यक्रम

- दर रविवारी - व्याख्यान, सकाळी ११ ते १२ पर्यंत
 - प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
 सोमवार २५ - खिसमस निमित्त विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
 रविवार ३१ - अखंड ध्यान (सामूहिक ध्यान), सकाळी ६ ते संध्याकाळी ६ पर्यंत

ध्यानासाठी विशेष दिवस

- | | | |
|----|---------|---------------------------|
| ०२ | शनिवार | शिवदीप |
| ०३ | रविवार | पौर्णिमा / विष्णूदीप |
| १० | रविवार | कृष्णाष्टमी |
| १६ | शनिवार | शिवरात्री / शून्य मासारंभ |
| १८ | सोमवार | अमावास्या |
| २४ | रविवार | खिसमस ईव्ह |
| २५ | सोमवार | खिसमस |
| २६ | मंगळवार | शुक्लाष्टमी |
| २८ | गुरुवार | शुक्ल दशमी |
| ३१ | रविवार | अखंड ध्यान |

अखंड ध्यान

३१-१२-२०१७ रोजी तपोनगर येथे सकाळी ६ ते संध्याकाळी ६ पर्यंत अखंड ध्यानाचे आयोजन केले आहे. ह्यात भाग घेण्यासाठी २९-१२-२०१७ पर्यंत मानसा कार्यालयात आपल्या उपस्थितीची वेळ कळवून आपले नाव नोंदवावे ही विनंती.

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

संकलन : वैशाली जोशी, अनुवाद : वैशाली नितिन तरे

मानसा फाऊंडेशनच्या स्वयंसेवकांनी आयोजित केलेली प्रकाश प्रवहनाची सत्रे विद्यार्थ्यांसाठी तसेच शिक्षकांसाठीही उत्तम शिक्षण सत्रे होती. जवळपास ३५० विद्यार्थ्यांना त्यांचा लाभ मिळाला. हा आमचा वैयक्तिक अनुभव आहे की प्रकाश प्रवहन तंत्राच्या सरावामुळे अतिशय आनंद मिळतो व एकाग्रता साधण्यासाठीही त्याची मदत मिळते. ह्याचा सराव केल्यानंतर सर्वांनाच ताजेंतवाने व अतिशय उत्साहपूर्ण वाटते. भविष्यात आणखी अशी सत्रे आयोजित करण्याची आमची इच्छा आहे.

– प्राचार्य, आदर्श ग्रुप ऑफ इन्स्टिट्यूशन्स, एस सी पी के आदर्श इंग्लिश प्राथमिक शाळा आणि के एच एस आदर्श उच्च माध्यमिक शाळा, बंगलोर

आमच्या कॉलेजमध्ये आयोजित झालेले प्रकाश प्रवहनाचे सत्र फारच छान होते आणि सत्रानंतर विद्यार्थ्यांना खूपच ज्ञान वाटले. विद्यार्थी ह्या तंत्राचा सराव करतात आणि परीक्षेच्या काळात त्यांना त्यांच्या अभ्यासावर लक्ष केंद्रित करण्यासाठी खरोखरच मदत मिळते.

– श्रीमती पद्मा कंदारकर, प्रशिक्षण आणि प्लेसमेंट अधिकारी, RSSP's महाराष्ट्र कॉलेज ऑफ सायन्स आणि कॉमर्स, पुणे

माझे अनुभव तुम्हाला सांगताना मला खूप आनंद होत आहे. प्रकाश प्रवहनाच्या तंत्रामुळे मन शांत होण्यास मदत मिळते. हे लोकांमध्ये प्रेम, शांती व ऐक्य पसरविते. हे अतिशय सकारात्मक तंत्र आहे, ज्यामुळे आपल्याला उत्तम आरोग्य मिळण्यास मदत होते. जेव्हाकेव्हा मला ताण जाणवतो तेव्हा मी ह्याचा सराव करते. हे खूप आनंद देते आणि यामुळे मला ताणमुक्त वाटते.

आम्ही शाळेत सभेच्या वेळी ७ ते १० मिनिटासाठी ह्याचा सराव करतो. बऱ्याच मुलांनी सांगितले की प्रकाश प्रवहनानंतर अभ्यासावर लक्ष केंद्रित करणे सहज शक्य होते. ह्याच्या सरावाने शाळेत शिस्त, प्रेम व शांती आली आहे. मुले एकमेकांस मदत करण्यास शिकली आहेत, आपले अनुभव एकमेकांबरोबर वाटून घेण्यास शिकली आहेत आणि दिवसभर आनंदात राहायला लागली आहेत. मी त्या गुरूंचे आभार मानते ज्यांनी ही अमूल्य अशी भेटवस्तू सर्व मानवांना देऊ केली आहे.

– श्रीमती पद्मिनी जयराम, मुख्याध्यापिका, RBBPAM उच्च माध्यमिक शाळा, फ्रेझर टाऊन, बंगलोर

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल, अनुवाद : वैशाली जोशी

वादळाचे केंद्रस्थान हे नेहमी शांत असते. ऋषींचे निवासस्थान असलेले तपोनगर, सगळीकडे प्रलयाचा जोरदार वारा वाहत असतानाही अविचल, संयमी आणि शांत आहे. आणि तरीही ते निष्क्रिय नाही; ऋषी, ध्यानसाधक, वैश्विक मनोरा आणि तपोनगरातील सर्व काही शांतपणे जगभरात शांतीची कंपनी उत्सर्जित करत असतात. धैर्य न गमावता किंवा जगातील अन्यायांमुळे आणि हिंसेमुळे निराश न होता, आध्यात्मिक ऊर्जा अंतरंगात साठवून येणाऱ्या काळासाठी प्रचंड आशा बाळगणे हे एक आव्हानात्मक कार्य आहे, ज्यासाठी प्रकाश गुरूंच्या अनुयायांना प्रशिक्षण मिळालेले आहे.

ऑक्टोबर महिन्यातील पाऊस आणि सतत असलेले ढगांचे आच्छादन तपोनगरातील दिवाळी साजरी करण्याचा उत्साह कमी करू शकले नाहीत. फटाके उडवण्यात आले आणि सणानिमित्त दिवे लावण्यात आले. रहिवाशांनी सणासुदीचे कपडे घातले. इशिता चलपती, श्रुती मिश्रा, इशिका शेट्टे, स्वस्तिका, प्रती नेडू, श्रवण, रक्षित मिश्रा, युतिका आणि सायुज्या अयाचित यांच्या गर्बा नृत्याने नवरात्राचा उत्सव साजरा करण्यात आला. याचे नृत्यालेखन सौ. माधवी चलपती आणि सौ. प्रियंका मिश्रा यांनी केले, तर इतर अनेकांनी त्यांना सहाय्य केले. जेवणा आधी वाढदिवसाचा केक कापण्यात आला.

आणखी एक वर्ष संपवण्यासाठी काळ वेगाने धावत असताना, खोल आत्मपरीक्षण, आपण आपल्या आध्यात्मिक प्रवासाच्या कोणत्या टप्प्यावर आहोत, हे दाखवते. प्रकाश युगाचे आगमन होत असताना तपोनगर पुढे येणाऱ्या आव्हानांसाठी तयार आहे. सर्वोत्तम काळ येण्याच्या आधी सर्वात कठीण काळ येत असतो. तपोनगर काळाच्या पुढच्या टप्प्याचे खुल्या बाहूंनी स्वागत करते. ■

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 चर्मचर्क्षूना 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 जगताने.

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

ऑगस्ट २००५

काल सूक्ष्म देहाने प्रवास करणे माझ्यासाठी थोडे कठीण झाले. जरी मी गोष्टींची व्यवस्थितपणे योजना करण्याचा प्रयत्न करतो, तरी कधीकधी असे घडते की मला जागे राहावे लागते आणि ध्यानवर्गासाठी तयारी करावी लागते. काल सुद्धा असेच झाले. कधीकधी मी ऋषींची स्तुती करतो. मी काल त्यांना सांगितले, 'तुम्ही खूप दयाळू आणि महान आहात. मी जागा असताना देखील तुम्ही मला सूक्ष्म देहाने घेऊन जाता.' मी जागा होतो आणि एका क्षणी मी पाहिले की ऋषी सोनेरी प्रकाश पसरवत होते. निःसंदेह, सर्वप्रथम मी आपला देश पाहिला. पण ऋषींवर ह्या संपूर्ण जगाची जबाबदारी आहे आणि त्यांना अमेरिकेत जास्त प्रकाश पसरवायचा होता! ते हा प्रकाश पसरवत असलेले मी पाहिले आणि मला माहीत होते की हा प्रकाश प्रलयाच्या प्रक्रिया जलद करण्यासाठी आणि लोकांमध्ये खूप विवेक, इत्यादी आणण्यासाठी होता. पण मी खूप लोकांना पाहिले - सूक्ष्म देहात असलेल्या लोकांना, आपल्या लोकांना. मी त्यांना ओळखले नाही आणि निरीक्षण करायचा प्रयत्न केला. ऋषी त्यांच्याशी बोलत होते आणि मला समजले की ऋषी ह्या लोकांना प्रशिक्षण देण्याचा प्रयत्न करत होते. सर्वप्रथम ते पाहतील की, ही लोकं कशाप्रकारे हे कार्य करतात. प्रवहन कसे करायचे हे आपल्याला माहीत आहे, पण ऋषी म्हणाले की इतर पद्धती देखील आहेत. ते म्हणाले की काही ठिकाणी आपण जास्त प्रकाश प्रवाहित करायला हवा. महासागराच्या आत पाणबुडीमध्ये सात लोकं अडकलेली आहेत. कदाचित आपण तिथे जास्त प्रकाश पसरवायला हवा. ती मानवी प्रवृत्ती आहे. कुणी कदाचित मला हसेल, पण मी खूप चिंतित आहे की उद्या सकाळी जेव्हा 'डिस्कवरी' पृथ्वीच्या वातावरणात प्रवेश करेल तेव्हा काय घडेल. मागच्या वेळी कोलंबियामध्ये आपण कल्पना चावलाला गमावले होते. याबद्दल मला काळजी असली पाहिजे का? होय, असली पाहिजे. नायजेरियामध्ये दुष्काळ आहे. आपल्याला त्याबद्दल चिंता वाटली पाहिजे. आपण ह्या जगात राहात आहोत आणि ह्याचा आपल्यावर परिणाम होतो. आपण याबद्दल जाणून घेण्याचा प्रयत्न करो किंवा नाही, याचा आपल्यावर परिणाम होतो. जागृत पातळीवर आपल्याला त्याचा फटका बसतो. मुंबईतील महापुराचा आपल्याला फटका बसतो मग आपले कुणी तिथे असो किंवा नसो. आपण असे म्हणू शकत नाही की मला त्याच्याशी काही घेणेदेणे नाही. एक आध्यात्मिक व्यक्ती असे म्हणू शकत नाही, 'मी ठीक आहे, माझे कुटुंब ठीक आहे आणि मला कुठलीही समस्या नाही.'

समस्या नेहमीच असते. म्हणूनच, ह्या पृथ्वीवरील शेवटचा अश्रू पुसला जाईपर्यंत तुम्ही विश्रांती घेऊ शकत नाही, आणि तोपर्यंत ऋषींचे कार्य संपणार नाही.

मी पाहिले की ह्या व्यक्तींना अद्भुत गोष्टी समजावून सांगितल्या जात होत्या. हे ऊर्जा ग्रहण करण्याबाबत होते - एक विशिष्ट ऊर्जा ग्रहण करणे आणि एका विशिष्ट प्रांतास एका विशिष्ट तीव्रतेने पाठवणे. आपण अधिक ऊर्जा देखील पसरवू शकत नाही. आणि त्याबद्दल आपण कसे ठरवू शकतो? मी समजू शकलो नाही. मला आठवत नाही आणि ते अशा प्रकारचे प्रशिक्षण देत होते. आपल्यापैकी अनेक जण तिथे होते. आजकाल, सूक्ष्म देहाने केलेले प्रवास हे प्रशिक्षणासारखे ठरत आहेत आणि ही खूप छान गोष्ट आहे. भौतिक पातळीवर आपण प्रगती करत आहोत, आणि सूक्ष्म पातळीवर आपल्याला प्रशिक्षण दिले जाते आहे.

एक कायदा आहे - आध्यात्मिक कायदा. तो म्हणजे, 'जे काही आपण बाहेर पाठवतो, ते अनेक पटीने आपल्याकडे परत येते.' आणखी एक गोष्ट आहे - प्रत्येक विचार, प्रत्येक भावना कंपन पावतात. असे नाही की आपण प्रत्येक भावना व्यक्त केली पाहिजे, प्रत्येक विचार बोलून दाखवला पाहिजे - ह्याची आवश्यकता नाही. माझ्या मनात एक विचार आहे, तो कंपित होण्यास सुरुवात होते आणि ही कंपनी बाहेर जातात. आध्यात्मिक कायदानुसार जे काही बाहेर जाते ते अनेक पटीने परत येते. माझा विचार जर चांगला असेल, तर अनेक पटीने चांगल्या गोष्टी किंवा चांगले परिणाम परत येतात; आणि साहजिकच, जेव्हा आपला विचार चांगला नसतो तेव्हा तो देखील अनेक पटीने आपल्याकडे परत येतो. आपल्या शरीरप्रणालीमध्ये दररोज हजारो विचार आणि भावना उत्पन्न होतात. आपण फक्त ह्यांचे विश्लेषण करण्यास सुरुवात केली पाहिजे - काळजी नाही - फक्त विश्लेषण. ते करण्यासाठी जाणीव पुरेशी आहे. दुसऱ्या दिवशी, आपल्या लक्षात येईल की हा विचार चांगला नाही आणि आपल्याला समजेल की आपण त्याला दुर्लक्षून त्याला आपल्या मनात जागा द्यायला नको. माझ्यावर विश्वास ठेवा, एक दिवस येईल जेव्हा एकही नकारात्मक विचार आपल्यात प्रवेश करणार नाही किंवा आपल्या मनात जन्म घेणार नाही. आपण जे फक्त चांगले आहे तेच कंपित करू. तेव्हा साधना एका टप्प्यावर पोहोचते. आपल्या विचारांनी आपण आपली नियती निर्माण करतो. मी एक चांगला विचार पाठवला, तर मला सर्वकाही चांगले परत मिळते. मी जे पाठवतो आणि मला जे

मिळते ते कदाचित समान नसेल. ते कोणत्याही प्रकारे परत येऊ शकते - कदाचित एक मदत, एक चांगला विचार, एक आर्थिक मदत, चांगले आरोग्य, इत्यादी असू शकते. नकारात्मक विचारांमुळे पुष्कळ समस्या ओढावतात; आर्थिक पासून ते आरोग्यापर्यंत कोणतीही समस्या असू शकते. हा साधनेचा सर्वात महत्त्वाचा भाग आहे कारण हा आपल्याला परिवर्तित होण्यास मदत करतो किंवा भाग पाडतो. सकारात्मक आचरणाशिवाय कितीही तास ध्यान केले तरी त्याचा फारसा उपयोग होणार नाही.

आपण म्हणतो की १,४४,००० ऋषी किंवा ऋषींचे कार्यकर्ते संपूर्ण जगभर पसरलेले आहेत. ते त्यांच्या सभोवती असलेल्या लोकांना शिकवत असतात आणि आध्यात्मिकदृष्ट्या त्यांचे मार्गदर्शन करत असतात. एका व्यक्तीने आम्हाला विचारले, 'इथल्या योगींनी का अमेरिकेला जावे आणि केंद्रे स्थापन करण्यास सुरुवात करावी; ह्याची आवश्यकता आहे का?' हा खूप चांगला प्रश्न आहे. व्यक्तिः मला वाटते की ह्याची आवश्यकता नाही. इथे असलेल्या एका व्यक्तीने, इथे असलेल्या एका ऋषींनी जर येथील त्यांच्या प्रांतात कार्य केले तर ते पुरेसे आहे. त्यांनी इतर कोणत्याही प्रांतात जाण्याची आवश्यकता नाही. विविध देशांच्या विविध संस्कृती, विविध परंपरा असतात, त्यांची मते भिन्न असतात. ज्या व्यक्तीने तिथे जन्म घेतला आहे ती त्यांना त्यांच्या स्वतःच्या पद्धतीने सांगू शकेल. व्यक्तीला आध्यात्मिकदृष्ट्या वरच्या पातळीवर नेणे हा हेतू आहे. धार्मिक विधी, इत्यादी काढून टाकणे किंवा त्यांचे पालन बंद करणे हा हेतू नाही. पूजा करणारी लोकं चांगली असू शकतात, आणि ते महान गुरू सुद्धा असू शकतात. तर मग इथली लोकं अमेरिकेला का जातात? स्वामी विवेकानंद अमेरिकेला कशासाठी गेले? माझ्या गुरूंनी ह्या प्रश्नाचे उत्तर दिले होते. ते म्हणाले, 'स्वामी विवेकानंद तिथे शिकवण्यासाठी गेले होते! इथली लोकं नेहमी आयात केलेल्या गोष्टी स्वीकारतात!' म्हणून स्वामी विवेकानंदांना तिथे जावे लागले आणि मग लोकं त्यांची दखल घेऊ लागले! परमहंस योगानंद आणि महर्षी योगी यांच्या बाबतीत देखील अशाच गोष्टी घडल्या. एकदा मला बाहेर जाण्यासाठी प्रस्ताव मिळाला होता. मी ऋषींना विचारले. ते म्हणाले, "तुम्ही जाण्याची आवश्यकता नाही. इथे राहा. तिथे खूप लोकं आहेत." आपले कार्य एका वेगळ्या आयामात आहे. आपण ह्या कार्याला धरून राह्या. ■

श्री जयंत देशपांडे ह्यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव; अनुवाद : सुनिता देशपांडे

०८-१०-२०१७

एकदा ध्यानवर्गात बोलताना गुरुजींनी जे सांगितले होते, ते मला आठवते. ते म्हणाले होते, 'प्रत्येक क्षणी आपण काहीतरी करत असतो. आपण कोणत्यातरी कृतीत गुंतलेलो असतो, आपण विचार करत असतो किंवा आपल्या मनात विविध भावनांचे तरंग उठत असतात आणि या सर्वांवर प्रतिक्रिया होत असते. हाच कर्माचा नियम आहे. पण योगी किंवा आध्यात्मिक गुरूंना कर्माचे नियम लागू होत नसतात. एक योगी सुद्धा प्रत्येक क्षणी काही ना काही करत असतो. जोपर्यंत आपल्याला हे शरीर आहे आणि आपण या जगात राहत आहोत, आपण काही ना काही करत असतो. पण योगी कोणतेही काम एकप्रकारच्या अलिप्तपणाने करत असतो. तो एका साक्षीभावाने ते करतो. तो म्हणतो की हे काम माझे शरीर करते आहे, मी नाही करत आहे. तो नेहमीच त्याची जाणीव त्याच्या शरीर, मन आणि बुद्धीच्या वर ठेवत असतो. एकप्रकारची अनासक्ती त्याच्यासाठी सहज असते. आणि जेव्हा आपण आपली जाणीव वरच्या पातळीवर ठेवतो, तेव्हा आपण असे काहीच करत नाही जे योग्य नाही. आणि अशा कृतींवर जी प्रतिक्रिया होते, ती आपल्या साधनेच्या किंवा आपल्या आध्यात्मिक प्रगतीच्या आड येत नाही. अशाप्रकारे साक्षीभाव ठेवून जगणे शक्य आहे.

गुरुजींनी जे सांगितले होते ते मी नमूद केले कारण या मुद्द्यावर मला एक प्रश्न विचारण्यात आला होता. आपण योगीसारखे कसे जगावे? आपल्याला आपली जाणीव शरीर, मन आणि बुद्धीच्या पलीकडे ठेवावी लागेल. पण आपण ते कसे करू शकतो? एका योग्याच्या वतीने बोलण्याचा माझा अधिकार नाही. त्यासाठी आधी मला एक योगी बनायला हवे. अर्थात आपण त्या प्रयत्नात आहोत. मी त्या प्रयत्नात आहे, आपण सर्व त्या प्रयत्नात आहोत. पण त्यापूर्वी, सत्य बनण्यापूर्वी आपण सत्य समजून घ्यायला हवे. आणि माझा हा विश्वास आहे की काही समजून घेण्यासाठी आपल्याला बुद्धीची मदत घ्यावी लागते आणि त्याशिवाय आपले सखोल अंतरंग आपल्याला समजून घेण्यात मदत करते. गुरुजी आध्यात्मिक प्रज्ञेबद्दल बोलत असत. मला वाटते की ती आपल्याला एखादा मुद्दा समजून

घेण्यासाठी, आत्मसात करण्यासाठी मदत करते.

जेव्हा गुरुजींनी सांगितले की आपण आपली जाणीव, बुद्धी, मन आणि शरीराच्या पलीकडे ठेवू शकतो, तेव्हा त्यांना असे म्हणायचे होते की आपल्याला परमेश्वराच्या उपस्थितीबद्दल जाणीव असावी. जेव्हा आपण कामात गुंतलेलो असतो, तेव्हा आपल्याला कामाकडे लक्ष ठेवावेच लागेल आणि त्या बरोबरच आपण परमेश्वराच्या उपस्थितीची जाणीव सुद्धा ठेवायला हवी. गुरुजींनी दिलेले एक उदाहरण मला आठवते. त्यांनी सांगितले की, जेव्हा आपण घरी असतो, तेव्हा घरात इतरही लोक असू शकतात. आपले आई वडील किंवा आजूबाजूची घरी असू शकतात. ते जर वेगळ्या खोलीत असले तर आपण त्यांना सतत पाहू शकणार नाही. घराच्या वेगळ्या भागात जर का आपण काही करत असलो तर आपण कामात गुंतलेलो असलो तरीही आपल्याला ही जाणीव राहिल की, घरात आपले आजूबाजू आहेत. तसेच आपल्याला कामात गुंतलेले असताना सुद्धा परमेश्वराच्या उपस्थितीची जाणीव ठेवता येईल. परमेश्वर आहे, तो पाहतो आहे, आपल्याला बरेवाईट ठरवण्यासाठी नाही किंवा आपल्याला दंड देण्यासाठी नाही, तर फक्त आपली मदत करण्यासाठी. जेव्हा आपल्याला अशाप्रकारे परमेश्वराच्या उपस्थितीची जाणीव राहिल, तेव्हा आपण नेहमीच जे योग्य असेल तेच करू. आपल्या भावना, आपले विचार सकारात्मक राहतील. आणि आपला हेतु शुद्ध राहिल, उदात्त आणि निस्वार्थ असेल आणि जरी आपण काहीतरी करण्यात गुंतलेले असलो, तरी आपण कर्म आकर्षित करणार नाही.

जेव्हा आपल्याला परमेश्वराच्या उपस्थितीची जाणीव असेल, तेव्हा आपण कोणतेही काम आपल्या क्षमतेप्रमाणे उत्तमरीत्या करण्याचा प्रयत्न करू. आपण कोणतेही काम योग्य पद्धतीने करण्याचा प्रयत्न करू. आपल्या कामाची इतरांनी नोंद घ्यावी आणि आपले कौतुक करावे यासाठी नाही, तर आपल्याला ह्याची जाण राहिल की आपण परमेश्वराच्या कार्यात गुंतलेलो आहोत. जेव्हा असे होईल, जेव्हा आपण त्या जाणिवेत काम करू, तेव्हा परमेश्वर आपल्या मार्फत कार्य करू लागेल. आपण परमेश्वराचे परिपूर्ण माध्यम बनू शकू. आणि अशाप्रकारे आपण एक योगी बनू

शकू. हे शक्य आहे, असे मला वाटते. आपण सर्वच त्या दिशेने प्रयत्न करत आहोत. म्हणूनच आपण इथे जमलो आहोत.



आपल्या ध्यानाचा दर्जा कसा सुधारावा? आपल्याला हे समजले आहे की ध्यान करताना आपण ध्यानाच्या तंत्राचा सराव करतो आणि उच्च शक्तींना शरणागत होतो. पण आणखी एक गोष्ट आपण करू शकतो. आपण खूप प्रेमाने तंत्राचा सराव करू शकतो. गुरुजी या विषयी आपल्याला नेहमी सांगत असत की ध्यानात आपण परमेश्वराला भेटण्याचा प्रयत्न करत असतो. त्याला अनुभवण्यासाठी आपण त्याला भेटण्याचा प्रयत्न करत असतो. आणि आपण जर का त्याच्याप्रती उत्कट प्रेम बाळगले, त्याला भेटण्याची ओढ ठेवली, तर कदाचित आपल्या ध्यानाचा दर्जा उंचावण्यात त्याची मदत होईल. त्यानंतर जेव्हा आपण ध्यान करत नसतो, जेव्हा आपण जीवनात व्यस्त असतो अशा इतर वेळी आपण जास्त सकारात्मक राहायला हवे, जास्त प्रेम आचरणात आणायला हवे. अशा आपल्या सकारात्मक जगण्याचा आपल्याला ध्यानात फायदा होतो.

आपल्या ध्यानाचा दर्जा आपण कसा काय ओळखू शकतो? जेव्हा आपले ध्यान चांगले लागेल, तेव्हा आपल्याला ते कळेल. ध्यानात किती प्रमाणात आपण परमेश्वराला अनुभवू शकलो, त्याच्यावरून आपल्या ध्यानाचा दर्जा आपल्याला ठरवता येईल. जेव्हा आपण परमेश्वराला अनुभवू, तेव्हा साहजिकच आपण दिव्य शांती अनुभवू. आपण जाणू शकतो की, ध्यानात किती प्रमाणात प्रेम, विस्तार आणि सकारात्मकता आपण अनुभवू शकलो. त्याच्यावरून आपल्या ध्यानाचा दर्जा ठरतो. आपण स्तब्धता अनुभवू शकलो का? स्तब्धतेत आपण परमेश्वराला अनुभवत असतो.

फक्त ध्यानाच्या तंत्राच्या योग्य सरावावरच ध्यानाचा दर्जा अवलंबून नसतो पण इतर वेळी आपण कसे जगतो, त्यावरही ध्यानाचा दर्जा अवलंबून असतो. मला वाटते की, ते फार महत्वाचे आहे. ध्यान आपल्याला अनुभवण्याच्या सर्वोच्च बिंदुवर घेऊन जाते, पण साधना मात्र २४ तास सुरू असते. ■

बाहेरील विद्यार्थ्यांसाठी मार्गदर्शन

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

त्यानंतर, वार्षिक नूतनीकरण शुल्क, इंग्रजीतून मार्गदर्शनासाठी २००० रु. व कन्नड, मराठी आणि हिंदीतून मार्गदर्शनासाठी ९०० रु. आहे. भारताबाहेर राहाणाऱ्या विद्यार्थ्यांसाठी वार्षिक नूतनीकरण शुल्क ३५०० रु. आहे. ह्या शुल्कात 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 विद्यार्थ्यांने 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 जयंत देशपांडे ह्यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव; अनुवाद : वैशाली जोशी

०८-१०-२०१७

तुम्ही टेलिव्हिजन वर पाहिले असणार की अमेरिकेत एका व्यक्तीने जनसमूहावर गोळीबार करून अनेक लोकांची हत्या केली. मागच्या वर्गात, टेक्सास मधील पूराबद्दल आणि अमेरिकन लोकांनी पुरामुळे बाधित झालेल्या लोकांची कशा प्रकारे मदत केली, याचा उल्लेख मी इथे केला होता. तेथील लोकं जीवनाला किती महत्त्व देतात आणि त्यांच्या मनात प्रत्येक जीवाबद्दल किती काळजी आहे, हे आपल्याला दिसले. त्यांनी हजारो लोकांचे प्राण वाचवले. एका बाजूला आपण मानवी जीवनाला महत्त्व देणे पाहिले, मानवी जीवनासाठी खूप काळजी असल्याचे पाहिले, आणि दुसऱ्या घटनेत आपण निरपराध लोकांना मारण्याचे हे भयानक कृत्य पाहिले. यासारख्या अनेक घटना आहेत. पोर्तो रिको मध्ये आलेल्या पूराबद्दल तुम्ही वाचले असणार. चक्रीवादळांवरम्यान हे बेट उद्ध्वस्त झाले. तेथील लाखो लोकांना वीज आणि पिण्याच्या पाण्याशिवाय कित्येक दिवस राहावे लागले. आश्चर्य म्हणजे तिथल्या लोकांनी तक्रार केली की त्यांना अमेरिकेच्या अधिकाऱ्यांकडून मदत आणि योग्य सहाय्य मिळाले नाही. टेक्सास मध्ये जे घडले ते पूर्णपणे वेगळे होते. पोर्तो रिको मध्ये जे घडले ते वेगळे होते. जीवन अशा परस्परविरोधी गोष्टींनी भरलेले आहे.

त्यानंतर जगातील दुसऱ्या भागात, आपण पाहिले की लाखो लोकांना त्यांच्या देशातून पिटाळून लावले जात होते. त्यांची घरे जाळून टाकण्यात आली, अनेक मारले गेले आणि लाखो लोकांना त्यांच्या सुरक्षिततेसाठी त्यांची घरे, त्यांचा देश सोडण्यास भाग पाडले गेले. आता प्रथम त्यांना त्यांचा जीव वाचवावा लागेल आणि त्यानंतरच ते सन्मानाने जगण्याचा विचार करू शकतील. त्यासाठी कदाचित बराच काळ लागेल. तुम्ही हे देखील पाहिले असेल की स्पेन आणि इराक मधील काही भागात लोकं स्वातंत्र्यासाठी बंड करण्याच्या मार्गावर आहेत. त्यांना देशांचे वेगवेगळ्या भागात विभाजन करून हवे आहे. आपल्या स्वतःच्या देशात पूर्णमध्ये हजारो लोकं मृत्यूमुखी पडले आहेत. आणि आपल्या

दैनंदिन जीवनात आपण खूप भ्रष्टाचार आणि अन्याय पाहातो.

साहजिकच एखाद्याला आश्चर्य वाटेल की हे सर्व आपल्याला नव युगाच्या दिशेने घेऊन जाईल का? इथे आपल्याला समजले आहे की हा संक्रमणाचा कालावधी आहे. सध्या आपण खूप अनागोंदी पाहात आहोत. कोणतेही संक्रमण सुरळीत किंवा अव्यवस्थित असू शकते. हे संक्रमणाच्या प्रक्रियेत सहभागी असलेल्या लोकांवर अवलंबून असते. लोकांनी जर बदलाला विरोध केला नाही, जर त्यांनी आध्यात्मिक महान गुरू पसरवत असलेल्या नव ऊर्जांचा स्वीकार केला, तर हे दुःख आणि गोंधळ टाळता येतात. ही चक्रीवादळे सुद्धा टाळता येतात. मला जे समजले ते असे आहे. लोकांनी जर नव ऊर्जांचा स्वीकार केला तर ह्या ऊर्जा हा संक्रमणाचा कालावधी शांतपणे पार करण्यासाठी लोकांचे मार्गदर्शन करतात.

गुरुजी आपल्याला सांगायाचे की ऋषींनी ह्या पृथ्वीवर अंधार युगाकडून नव युगाकडे होणारे संक्रमण कित्येक वेळा पाहिले आहे. ह्या मन्वन्तरातच त्यांनी हे २८ वेळा घडताना पाहिले आहे. हा संक्रमणाचा काळ एक तात्पुरता कालावधी आहे. जे दुःख आणि यातना आपण सध्या पाहात आहोत, जी अनागोंदी आपण सध्या पाहात आहोत, ती तात्पुरती आहे. इथे आपल्याला माहीत आहे आणि पूर्णपणे समजते की ह्या अनागोंदीतून एक नवीन व्यवस्था उदयास येईल, एक नवीन यंत्रणा उदयास येईल आणि आपण नव युगाच्या दिशेने झेप घेऊ. हे दुःख टाळता येते. जर बहुसंख्य लोकांनी नव ऊर्जांचा स्वीकार केला तर काळ्या शक्ती दुर्बळ होतात, आणि दुर्बळ झालेल्या काळ्या शक्ती फारसे दुःख किंवा यातना निर्माण करू शकत नाहीत. पण या क्षणी, जरी त्या दुर्बळ होत असल्या तरी अद्याप त्या सभोवताली आहेत. ऋषींना ह्या पृथ्वीची नियती माहीत आहे. त्यांचे प्रयत्न हे संक्रमण सुरळीतपणे करण्यासाठी आहेत आणि म्हणून इतके सारे ज्ञान, आणि ऊर्जा पसरविल्या जात आहेत, इतकी मदत दिली जाते आहे. हा तात्पुरता कालावधी आहे जो लवकरच सरेल. ■

प्रश्नोत्तरे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

प्र: निष्प्रेम म्हणजे काय?

उ: जे आपल्याला परमेश्वरापासून, गुरूपासून दूर नेत असते ते निष्प्रेम होय. निष्प्रेम म्हणजे राग, द्वेष, औदार्याची कमी असणे होय. निष्प्रेम म्हणजे अन्याय्य असणे सुद्धा होय.

प्र: आपल्यामधील प्रेम आपण कसे वाढवावे?

उ: त्यासाठी कुठलेही तंत्र नाही. त्याकरिता शुद्ध हेतू असणे गरजेचे आहे. जर तुम्हाला अधिक प्रेम करावेसे वाटत असेल तर तुम्ही ते कराल. पण ऋषी म्हणतात की एक विशेष मार्ग आहे. तुम्हाला तुमची जाणीव विस्तृत करावी लागेल. आपण ते फक्त ध्यानात साध्य करू शकतो. आपण जर ते करू शकलो तर आपण जास्त प्रेम करू शकू किंवा प्रेमाचा आविष्कार जास्त करू शकू.

प्र: एक साधक वैयक्तिक मार्गदर्शनाकरिता त्याच्या गुरूला आठवण करून देऊ शकतो का?

उ: अर्थातच तुम्ही त्यांना आठवण करून देऊ शकता. पण गुरूंना हे ज्ञात असते की केव्हा मार्गदर्शन करायचे आणि कोणाला मार्गदर्शन करायचे.

प्र: जेव्हा मी तुमच्याशी मानसिक संपर्क साधतो तेव्हा मी तुम्हाला त्रास देत असतो का?

उ: नाही. जेव्हा तुम्ही माझ्याशी मानसिकरीत्या स्वतःला जोडत असता, तेव्हा तो संपर्क एका वेगळ्या पातळीवर होत असतो. कितीही लोक एकाच वेळी त्या पातळीवर माझ्याशी संपर्क साधू शकतात. अनेकदा त्यांना माझ्याकडून प्रतिसादही मिळतो. जर का ते हीलिंगसाठी संपर्क करत असतील तर त्यांना माझ्याकडून त्वरित हीलिंग ऊर्जा मिळतात. ज्या क्षणी तुम्ही काही मदत मागण्यासाठी मला पत्र लिहिण्याचा विचार करता, त्या क्षणीच तो संदेश मला एका वेगळ्या पातळीवर मिळत असतो. आणि त्या विषयी मला या पातळीवर काही माहीत नसते. पण जेव्हा केव्हा मला वाटेल तेव्हा माझ्या अंतरंगातील खोल पातळीवर जाऊन मी त्याबद्दल समजून घेऊ शकतो. काही वेळा संपर्क इतका तीव्र असतो आणि समस्या इतकी गंभीर असते की मला अचानक त्या व्यक्तीची आठवण येते. कधीकधी मी ध्यानात बसतो आणि त्या व्यक्तीचे काय बिघडले आहे हे पाहण्याचा प्रयत्न करतो आणि ते सुरळीत होण्यासाठी ऋषींना प्रार्थना करतो.

प्र: नवयुगाला अनुकूल असणारे मन आणि बुद्धी मिळवण्यासाठी आपल्याला दैवीलोकामधे जावे लागते का?

उ: कलियुगादरम्यान आपल्याकडे एक विशिष्ट प्रकारचे मन असते. जेव्हा आपण सत्ययुगात प्रवेश करतो, तेव्हा ते मन काढून एक नवे मन आपल्याला देण्यात येते. शरीराचा त्याग केल्यानंतर आपण विश्राम करण्याच्या जागांवर जात असतो. अशा ठिकाणी हे मन बदलण्याचे काम केले जाते. केवळ मन बदलले जात असते, बुद्धी नाही. हा खूप महत्त्वपूर्ण आणि सुंदर उलगडा आहे.

प्र: सप्त ऋषी आणि व्हाईट ब्रदरहुड एकच आहेत का?

उ: थिओसॉफिस्टांनी व्हाईट ब्रदरहुडचा उल्लेख केला होता. असे बरेच गट आहेत. सप्त ऋषी हा केवळ आणखी एक गट नाही. सप्त ऋषी हे भूलोक ह्या लोकात असलेल्या लाखो पृथ्व्यांचे प्रशासक आहेत. ते महान गुरू आहेत. या पृथ्वीवर, चांगली किंवा वाईट कोणतीही गोष्ट घडण्यासाठी, त्यांच्या मान्यतेची आवश्यकता असते. अवतार पुरुष ऋषींशी विचार विनिमय करत असतात. आपण ऋषींना समजून घ्यायला हवे.

प्र: भगवान मैत्रेय आणि भगवान कलकी हे एकच आहेत का?

उ: नाही. भगवान मैत्रेय हे शंबलाचे राजा आहेत तर भगवान कलकी हे महाविष्णूंचे दहावे अवतार आहेत. ते शंबलामधे राहतात. ही दोन भिन्न व्यक्तित्वे आहेत.

प्र: पूजा करतांना आपण ऊर्जांना प्रकाशगोलाच्या स्वरूपात न गोळा करता पिरॅमिडच्या स्वरूपात गोळा करू शकतो का?

उ: ते करण्यासाठी तुम्ही स्वतंत्र आहात. तुम्ही ते करू शकता. तुम्ही किती प्रमाणात ऊर्जा वाहता ते महत्त्वाचे नसते. पण किती प्रेम तुम्ही मनात बाळगता, ते महत्त्वाचे असते. तुम्हाला ऊर्जा अर्पण करण्याचीही आवश्यकता नाही.

प्र: ध्यान करण्याच्या आधी कापूर प्रज्वलित करण्यामागे काय विज्ञान आहे?

उ: त्याबद्दल 'ध्यान कसे करावे' या पुस्तकामध्ये आम्ही सांगितले आहे. त्यामुळे ध्यानासाठी सुंदर वातावरण निर्माण होत असते. हे त्यामागेचे विज्ञान आहे. ■

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/-
Thus Spoke Guruji Krishnananda - Vol 1	200/-
Thus Spoke Guruji Krishnananda - Vol 2	250/-
प्रकाशवाट (Marathi)	150/-
आयुर्गुरुजी (Marathi)	100/-
ध्यान कसे करावे (Marathi)	50/-
ध्यानयोग (Marathi)	50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)	50/-
शंबला तत्त्वांचा अभ्यास (Marathi)	50/-
एका आधुनिक ऋषीचे	
सूक्ष्मजातीतील पत्राक्रम (Marathi)	50/-
प्रकाशमय जीवन (Marathi)	10/-
प्रकाश (Marathi)	10/-
उच्चस्तरीय संवाद आणि इतर सत्ये (Marathi)	100/-
गुरु-शिष्य संवाद (Marathi)	60/-
ध्यान कसे 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: २२८५२२४३)

मेजस्टिक एजन्सीज, विले पार्ले (पू)

(फोन: २६३२२७९)

गिरि ट्रेडिंग एजन्सी, डॉंबिवलि (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, कॅम्प (फोन: २६१३३११८,

३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)

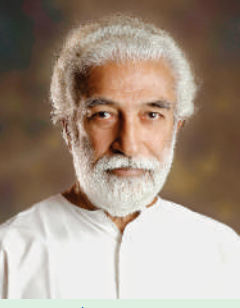
उज्वल ग्रंथ भंडार, आप्पा बळवंत चौक

(फोन: २४४५६९०८, ६५२२६१३७)

यशवंत प्रकाशन, सदाशिव पेठ (फोन: २४४७०५३३)

नागपुर: दिलीप बुक एजन्सी, मेडिकल चौक

(फोन: ६५९५०३२)



गुरुजी कृष्णानंद (१९३९ - २०१२)

मानसा फाउंडेशन (रजि)

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

मानसा

बंगलोर पासून २० कि.मी. अंतरावर आहे. ही ध्यान करणाऱ्यांची एक उमलती जागा आहे. महर्षी अमराना 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, तपोनगराच्या 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

ती वृन्दावनाला सूक्ष्मदेहाने प्रवास करण्याची रात्र होती. तेथे सूक्ष्मदेहाने जाण्याकरिता व तेथील दैवी समारंभाची स्मृती मला राहावी ह्या करिता मी प्रार्थना केली व झोपले. दुसऱ्या दिवशी सकाळी अतिउत्तम दैवी संगीताच्या आवाजाने मला जाग आली. ते संगीत मी प्रत्यक्ष “अनुभवत” होते. माझे डोळे अर्धवट मिटलेले होते व माझे डोळे व उजवा हात त्या संगीताच्या तालावर हालत होते! जेव्हा ही तालबद्ध हालचाल बराच वेळ चालू राहिली तेव्हा माझी पूर्ण खात्री पटली की हाच मला लाभलेला त्या कार्यक्रमाच्या स्मृतीचा आशीर्वाद होता!

- विद्या वीरकर

माझी ध्यानसाधना अनियमित असूनही परमेश्वराची व गुरुजींची कृपा मला जीवनाचे माझ्या समोर उभ्या केलेल्या सर्व आव्हानांना अगदी शांतपणे व अविचलितपणे तोंड देण्यास माझी मदत करते. माझे परमेश्वरास शरण जाणे आणि त्याच्या मार्गदर्शनाचा लाभ मला खात्री देतात की प्रत्यक्ष तोच माझी काळजी घेत आहे. परमेश्वर महान आहे व तो गुरुजी व ऋषींच्या माध्यमातून आपले मार्गदर्शन करतो आहे. मी ह्या मार्गात आहे हे माझे भाग्यच आहे.

- प्रतिमा वद्गमा

गेल्या महिन्यात माझ्या मुलाला खूप ताप होता व डेंग्यू हे त्याचे रोग निदान होते! त्याला पुढील २-३ दिवसात अमेरिकेस जावे लागणार होते. मी गुरुजींना प्रार्थना केली. गुरुजींच्या आशीर्वादाने त्याच्या प्रकृतीत बरीच सुधारणा झाली व तो वेळेवर अमेरिकेस जाऊ शकला! अशा बऱ्याच घटना आहेत ज्यावेळी गुरुजींनी माझे मार्गदर्शन केले व परिस्थिती व्यवस्थित झाली. गुरुजींचा व ऋषींचा संरक्षक हात माझ्या मस्तकावर नेहमी असल्याने मला कृपीत झाल्यासारखे वाटते.

- पायल वर्मा

अलीकडे मला जाणवतं की मला माझ्या अडचणीतून बाहेर पडण्याचा मार्ग पटकन मिळतो व माझ्या प्रार्थनांना ताबडतोब प्रतिसाद मिळतो. मी खूष आहे कारण मला कृतकृत्य झाल्यासारखे वाटते.

- पद्मजा बाजापेयी

जेव्हा मी ध्यान करीत असते तेव्हा ऋषी माझ्या निळ्या सुरक्षा कवचाशी एकरूप होताना दिसतात. ते माझ्या अवतीभवती असतात. मला त्यांची प्रेमळ उपस्थिती जाणवते. जेव्हा मी गरजूंना प्रकाश पाठविते तेव्हा मी ऋषींशी दुवा जोडण्याची मागणी करते. मी केवळ परमेश्वराच्या प्रेमळ प्रकाशाचे व बुद्धिमत्तेचे वाहन आहे.

मी प्रकाशास माझा सवंगडी, मार्गदर्शक व गुरू बनविले आहे. मला निर्णय घेताना व जीवनातील

प्रश्नांबाबत विचार करीत असताना प्रकाशच दिशा दाखवतो व उत्तर देतो.

- लुसिंडा बाक

मी प्रकाशाला पाहू शकत नाही. पण प्रकाशाचे प्रवहन करताना माझ्या सर्व हातांच्या व पायांच्या बोटांतून स्पंदन बाहेर पडत असल्याचे मला जाणवते. वेळोवेळी प्रकाशाचा हा पैलू मी अनुभवला आहे.

- विरक्ती साखरे

मी माझ्या स्वप्नात श्रीयुत जयंत देशपांडे व इतर काही साधकांना पाहिले. ते मला कोठेतरी घेऊन गेले. मला ह्याचा अर्थ समजला नाही. माझ्या समोरील सर्व लोक प्रकाशाने भरलेले दिसले.

- विजयकुमार साखरे

ध्यानसाधनेने माझ्याकरिता बऱ्याच नव्या संधी खुल्या केल्या आहेत. ह्यामुळे गेले काही महिने माझ्यासाठी सर्वात्कृष्ट ठरले आहेत. मला हे कळत नाही की मी या मार्गाची निवड केली आहे की या मार्गाने मला निवडले आहे. काहीही असो, हा ‘जीवनाचा कायापालट’ घडविणारा अनुभव आहे.

- लक्ष्मी भट

एक निष्क्रिय व लाचार पीडित म्हणून जगण्याऐवजी जीवनाचा सामना करण्यासाठी आत्म्याच्या पातळीवर मला सामर्थ्य मिळाल्यासारखे वाटते. त्यामुळे माझे जीवन बदलले आहे. माझे विचार सतत प्रकाश व ऋषींशी संलग्न असल्यामुळे मी परिस्थितीला शांतपणे व प्रभावीपणे तोंड देते.

माझी साधना आता गहन पातळीवर गेली आहे आणि मी प्रकाशात, ऊर्जेत घट्ट रोवले गेले आहे, त्यामुळे माझे जीवन बहुतांशी सकारात्मक झाले आहे. शांततेचा उच्चांक मी गाठला आहे. साधनेतील आणखी गहन पातळ्या अनुभवण्यासाठी मी आतुर आहे. माझ्यासाठी व माझ्या बहिणीसाठी जीवनात जे चांगले आहे, त्याची मी आतुरतेने वाट पाहत आहे.

- गीता जोशी

‘यक्षगान’ प्रयोगादरम्यान सादरीकरणकरिता रंगमंचावर जाण्याआधी मला खूप अशक्तता जाणवली. मी ताबडतोब प्रकाशाची प्रार्थना केली व स्वतःला प्रकाशाने भरून घेतले. माझा थकवा पळून गेला! माझे सादरीकरण यशस्वी झाले. मी गुरुजी व परमेश्वराप्रती माझी कृतज्ञता व्यक्त केली.

- प्रकाश उल्लुगा

जे काही घडत आहे त्याप्रती माझ्या मनात शरणागतीची भावना आहे. मी ज्या परिस्थितीत असते त्या परिस्थितीला अगदी संयमाने तोंड देते. ध्यान करताना परमानंदाची स्थिती पूर्वीपेक्षा बराच वेळ राहते.

- जसप्रीत भाटिया