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 10 Issue 5 FEBRUARY 2018 Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद

(जानेवारी १९९६ या अंकामधून, अनुवाद : जयंत देशपांडे)

एके दिवशी माझ्या दुचाकीवरून जात असताना मला एक असामान्य दृश्य दिसले. एक कुत्री रक्ताच्या थारोळ्यात निष्प्राण पडली होती. वेगाने जाणाऱ्या एका ट्रकने तिला धडक दिली होती. एक छोटे पिल्लू तिच्या शेजारी बसून तिच्या उठण्याची वाट पाहत होते! त्याला खरंच कळत नव्हते का की त्याची आई आता उठणार नाही? कधीच नाही! किती वेळ ते तिच्या उठण्याची वाट पाहील? त्याच्या मनात आता काय भावना उठत असतील. अशा विचारांनी आणि माझ्या अंतरंगातील खोल पातळीवरून उमळणाऱ्या इतर अनेक विचारांनी माझे मन खूप हळहळले! माझ्या मनात ते चित्र अजूनही तसेच गोठलेले आहे.

इतक्यातच इथे संप झाला आणि सिटी बसेस बंद होत्या. पुन्हा, दुचाकीवरून जात असताना मी बस-स्टॉपवर काही लोकांना बसची वाट पाहत असताना पाहिले. न येणाऱ्या बसची वाट पाहताना! ते कशासाठी बसची वाट पाहत होते? त्यांना माहीत नव्हते का, की बस येणारच नाही? असे काय होते जे त्यांना बसची वाट पाहण्यास लावत होते? ती जर त्यांची आशा होती, तर ती किती विलक्षण होती!

आपल्या अंतरंगात आशा असते, काही वेळा ती वेडी वाटू शकते. पण आशा कधीच मरत नसते. भूकंप, पूर, युद्ध, हत्या, हिंसा इत्यादी सुद्धा या आशेला मारू शकत नाही. या आशेशिवाय भावी संस्कृती आणि जीवनाचे निर्माण करता येत नाही.

जेव्हा मी या गोष्टींचा विचार करत होतो, तेव्हा मला त्या लोकांची आठवण झाली, जे सतत कुरकुर करत असतात, जीवनाला वाईट म्हणत असतात, जीवनाबद्दल तक्रारी करत असतात. शांतीने जीवन जगून जीवनाला उज्ज्वल बनवण्याच्या उत्कृष्ट संधी मिळूनही त्यांच्या चेहेऱ्यांवर आनंद किंवा हसू उमटत नाही. ते दुःख आणि अशांतीच्या जणू शोधातच असतात आणि दुःख त्यांना आवडत असते! कशानेच त्यांना समाधान मिळत नाही, जीवनाच्या उरात असलेले प्रेम आणि आनंदाचे सुंदर क्षण जगण्यासाठी त्यांना कुठल्याच गोष्टी प्रेरित करू शकत नाही.

कुत्र्याचे ते पिल्लू तेथून निघून जाईल आणि तरीही त्याच्या आईची ते वाट पाहील. त्याच्यासाठी माझ्याजवळ केवळ माझे अश्रू आहेत आणि आशा आणि जीवनासाठी आदर आहे.

माझ्या आठवणींमध्ये स्थिरावलेले आणखी एक दृश्य मला आठवते. बैलांची एक जोडी, खूप शिणवणाऱ्या प्रवासानंतर उभे राहून आराम करत होती. त्यांच्यातील एक बैल वळला आणि दुसऱ्या बैलाची मान चाटू लागला, जणू त्याचे दुःख कमी करण्यासाठी. त्याला कसे कळले असेल की, त्याच्या जोडीदाराच्या मानेमध्ये त्रास होतो आहे?! दुसऱ्याने ते त्याला कसे सांगितले असेल? आणि ज्याने चाटून जोडीदाराचे दुःख कमी केले, त्याची ही किती प्रेमळ कृती होती!

जेव्हा लोक इतरांना नावड आणि घृणायुक्त वागणूक देतात, तेव्हा मला ते बैल आठवतात, त्यांचे ते प्रेम आठवते. जिथे प्रेम आहे, तिथे जीवन आहे, दिव्यता आहे. ध्यान आपल्याला प्रेम, जीवन आणि दिव्यतेकडे नेते.

जानेवारी महिना ग्रीटिंग्स, प्रेम आणि स्मित-हास्याने भरलेला होता. आणि श्रीमती अमरांकडून विशेष आशीर्वाद लाभले. त्यांनी मला त्यांच्या मुलासारखे वागवले होते आणि त्यांना ते अजूनही लक्षात होते. ■

मानसा फाउंडेशन (रजि.)

तपोनगर, चिक्कगुब्बि, (ऑफ हेन्नूर-बागलूर रोड) बंगलोर अर्बन ५६० ०७७. इंडिया.

फोन : 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)
देवगिरी वेंकटेश्वर मंदिर, बनशंकरी स्टेज २

आनेकल येथे

दर सोमवारी (संध्याकाळी ६ वाजता)
सप्तर्षी ध्यान केंद्र

दर मंगळवारी (सकाळी ६ वाजता)
सप्तर्षी ध्यान केंद्र

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.

२०१७ मधे महर्षी अमरांच्या जयंतीच्या दिवशी घेतलेल्या फोटो मध्ये एक तेजस्वी सोनेरी-नारंगी रंगाचा प्रकाशाचा गोल दिसला.

काही ठळक घडामोडी

- १ फेब्रुवारीला 'वर्ल्ड चॅनल्स डे' साजरा करण्यात येईल. ह्या दिवशी हजारो शाळांमधून दहा लाखांपेक्षा जास्त मुले प्रकाश प्रवहन करतील असे अपेक्षित आहे. कृपया ह्या दिवशी आपापल्या घरी कोणत्याही सोयीस्कर वेळी ७ मिनिटे प्रकाश प्रवहन करून ह्यात सहभागी व्हावे ही विनंती.
- ४ फेब्रुवारी २०१८ रोजी तपोनगर येथे महर्षी अमर जयंती साजरी करण्यात येईल. ह्या विशेष कार्यक्रमात भाग घेण्यासाठी सर्वांचे स्वागत आहे. ह्या कार्यक्रमात सहभागी होण्यासाठी कृपया आपले नाव २-२-२०१८ पर्यंत मानसा कार्यालयात नोंदवावे ही विनंती.
- २०१८ सालातील शंबला गटातील सदस्यांची पहिली बैठक १४ जानेवारीला आणि 'रा' गटातील सदस्यांची पहिली बैठक २१ जानेवारीला तपोनगरात झाली.

महाशिवरात्री साठी ध्यानाचे विशेष तंत्र

महाशिवरात्रीला रात्री ऋषी भगवान शंकरांचा एक अंश पृथ्वीवर आणतात. दुसऱ्या दिवशी सकाळी हा अंश एका प्रकाश किरणाच्या रूपात या पृथ्वीवरील प्रत्येक घरात प्रवेश करतो. भगवान शंकरांच्या ऊर्जा दहा दिवस या पृथ्वीवर राहतात. या दहा दिवसांत आपण त्यांच्या विशेष उपस्थितीची जाणीव ठेवू शकतो. त्यांना अनुभवण्यासाठी आणि त्यांच्या ऊर्जा ग्रहण करण्यासाठी, या दहा दिवसांत आपल्या दैनिक ध्यानाऐवजी आपण ध्यानाच्या या विशेष तंत्राचा अभ्यास करू शकतो. आपल्या समोर निळ्या प्रकाशाचे प्रचंड शिवलिंग आहे अशी कल्पना करा. एका प्रकाशकणाच्या रूपात आपण त्या शिवलिंगात प्रवेश करत आहोत अशी कल्पना करा. निळ्या प्रकाशाचा अनुभव घ्या.

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी	-	व्याख्यान, सकाळी ११ ते १२ पर्यंत
	-	प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
रविवार ०४	-	महर्षी अमर जयंती कार्यक्रम
मंगळवार १३	-	महाशिवरात्री निमित्त विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०१	गुरुवार	महर्षी अमर जयंती / वर्ल्ड चॅनल्स डे
०४	रविवार	महर्षी अमर जयंती कार्यक्रम
०८	गुरुवार	कृष्णाष्टमी
१३	मंगळवार	महाशिवरात्री
१५	गुरुवार	अमावास्या
१६	शुक्रवार	सूर्य ग्रहण: १५ च्या मध्यरात्री नंतर १२.२५ ते १६ ला पहाटे ४.१७ पर्यंत
२३	शुक्रवार	शुक्लाष्टमी
२५	रविवार	शुक्ल दशमी

महर्षी अमर जयंती कार्यक्रम रविवार, ४-२-२०१८ रोजी

११ वाजता	स्वागत वरिष्ठ साधकांचे व्याख्यान विशेष ध्यान
१२.३० वाजता	प्रसाद

१५ फेब्रुवारी ला मध्यरात्री नंतर १२. २५ ते १६ फेब्रुवारीला पहाटे ४.१७ पर्यंत सूर्य ग्रहण आहे. कृपया ग्रहणाच्या पूर्ण अवधीत संपूर्ण जगास प्रकाशाचे प्रवहन करावे.

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

संकलन : वैशाली जोशी, अनुवाद : वैशाली नितिन तरे

मला प्रकाशाचे प्रवहन करणे आवडते कारण ते केल्यामुळे मला शांत वाटते. कोणतेही नकारात्मक विचार नसतात. प्रवहन केल्यानंतर शिक्षक जे शिकवितात ते मी अतिशय आवडीने ऐकते. मी माझ्या मित्रपरिवारांबरोबर व शिक्षकांसमवेत आनंदी आहे.

– वंदना, इयत्ता सहावी, श्री शारदा प्राथमिक शाळा, जयनगर, बंगलोर

ज्या शाळेमध्ये मी फक्त एकदाच प्रकाश प्रवहनाचे सत्र घेतले होते, त्या शाळेमध्ये मी परत एकदा गेलो होतो. मला जाणून घ्यायचे होते की त्यांना प्रकाश प्रवहनाबद्दल कितपत कळले आहे म्हणून मी प्रकाशाविषयी मूलभूत प्रश्न विचारण्यास सुरुवात केली. त्यांनी मला अतिशय छान उत्तरे दिली. पण जेव्हा मी त्यांना विचारले, ''जेव्हा आपण प्रकाश पसरवितो तेव्हा नेमके काय घडते? आपण प्रकाश का पसरवितो?'' त्यावेळी एकदमच शांतता पसरली. एक मुलगी उभी राहिली आणि तिने बरोबर उत्तर दिले. नंतर मला कळले की ती मुलगी आंधळी आहे. ती काही आंधळ्या मुलांसाठी असणारी शाळा नव्हती तर ती सामान्य मुलांसाठी असणारी शाळा होती. ती आपला तक्ताही पाहू शकत नव्हती. पण आपल्याकडून जे ऐकले ते तिला बरोबर कळले, तेही फक्त एकदाच घेतलेल्या सत्रामध्ये!

– हेमनाथ, स्वयंसेवक

'वर्ल्ड चॅनल्स डे'च्या अगोदर मी शाळांमध्ये प्रकाश प्रवहनाचे सत्र व्हावे यासाठी भेट देत होते. त्यावेळी चालत असताना मला थकवा जाणवला व अस्वस्थ वाटू लागले. मी एकटीच होते. जेव्हा मी तिसऱ्या शाळेत जायला निघाले तेव्हा ऊन चांगलेच तापले होते आणि मला चालणेही अशक्य झाले. मला अतिशय निराश वाटू लागले. मी गुरुजींना हाक मारली, ''गुरुजी, मी आता काही पुढे चालू शकत नाही, कृपया मला मदत करा.'' आश्चर्य म्हणजे, मला असे वाटले की गुरुजी माझ्या शेजारी उभे आहेत आणि मी त्यांचा आवाजही ऐकला. ते म्हणाले, ''तू ठीक राहशील. काळजी करू नकोस. तू चालायला सुरुवात कर.'' त्यांच्या आवाजासोबत एक प्रकारची ऊर्जा पण मला मिळाल्यासारखी वाटली. ती खूपच आराम देणारी होती. मला अतिशय आनंदी वाटले व मी चालण्यास सुरुवात केली. मी काम पूर्ण केले व दुपारी परत आले.

– शोभना के., स्वयंसेविका

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल, अनुवाद : वैशाली जोशी

परिवर्तन हे एकमेव शाश्वत असताना, कालातीत असणे हा एखाद्या संघाच्या आंतरिक सामर्थ्याचा पुरावा असतो. संघाची प्रणाली, संघाच्या पायाभूत सुविधा, प्रकल्प, इत्यादींची निर्मिती करण्यासाठी आणि त्यांना सुस्थितीत ठेवण्यासाठी संघाची तत्त्वे मार्गदर्शन करतात. तपोवन आणि अंतरवन ही याची उदाहरणे आहेत. चक्रांच्या मौल्यवान ऊर्जा धारण करण्यासाठी आणि महान सप्त ऋषींचे आतिथ्य करण्यासाठी एक हरित क्षेत्र म्हणून गुरुजींनी तपोवन निर्माण केले होते.

अमराजींच्या मूर्तीचे पवित्र दर्शन घेत आपण पार्किंग मधून आत प्रवेश करतो. उजवीकडे गुरुजींच्या महासमाधीच्या दिशेने जावे की डावीकडे सप्त ऋषींच्या गुहेच्या दिशेने जावे ह्याची काहीशी अवघड निवड केल्यानंतर तपोवन आपले लक्ष वेधते. सदाबहार मोठी हिरवीगार झाडे खालच्या तपकिरी जमीनीला भूषवितात. ऋतूनुसार बहरणारी झाडे चित्रवत निसर्गदृश्याला सुशोभित करतात. आध्यात्मिकतेने प्रभारित असलेल्या जागेला चक्र मंडप त्यांच्या मूक उपस्थितीने रत्नांप्रमाणे सुशोभित करतात. मनात जशी विचारांची खळबळ माजते तसे बेडूक आणि जीव जन्तू सात तळ्यांना ढवळत असतात. तळ्यांमध्ये बहरणारी शुभ्र कमळे साधकाला आठवण करून देतात की विचारांचा गोंधळ असला तरी आध्यात्मिक स्थानी मनात दिव्य विचार उद्‌भवू शकतात.

भोवती वाढलेल्या निवासस्थानांनी आणि रहदारीने तपोवनातील नीरवतेला निष्प्रभ केलेले नाही. स्वयंसेविका, श्रीदेवी बी. व्ही., यांच्या सतत देखरेखीखाली या हरित क्षेत्राला योग्य देखभाल मिळते आहे.

तपोवन आणि अंतरवनातील शांततेत प्रचंड आध्यात्मिक ऊर्जा आहे. आपल्याला तत्काळ स्तब्धतेत झोकून देण्याची क्षमता तिच्यामध्ये 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 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 : वैशाली जोशी

२८-८-२००५

आपल्याला महर्षी अमरांकडून किती मदत मिळाली? आपल्यापैकी प्रत्येकाकडे आपापल्या अनुभवांप्रमाणे उत्तरे आहेत. त्यांनी आपल्या जीवनाला वेगवेगळ्या प्रकारे स्पर्श केला आहे, पण त्यांनी प्रत्येकाच्या हृदयाला स्पर्श केला आहे. आपल्या समस्यांचे निराकरण होत असते. आणि जर एखादी समस्या सुटली नाही तर त्याला सामोरे जाण्यासाठी आपल्याला पुरेशी ताकद आणि विवेक मिळत असतो. आपल्यापैकी प्रत्येकजण, जे सर्व ध्यान करत आहेत आणि जे नियमितपणे ध्यान करत नाहीत ते सुद्धा, कदाचित हळूहळू का होईना पण परिवर्तित होत आहेत. त्याबद्दल काहीच शंका नाही. मला स्वत:ला अपरिमित लाभ झाला आहे. मला समजले आहे की आपण आपल्या कामात कोणत्याही गोष्टीची अपेक्षा करू नये; अगदी परिणामांची सुद्धा नाही. आपले काम आहे अमरांकडून मिळालेले ज्ञान इतरांपुढे मांडणे, आपले काम आहे इतरांना देऊ करणे, इतकेच. ह्यासाठी कोणतीही बक्षीसे नाहीत – असे ऋषी म्हणतात. पण माझा अनुभव असा आहे की आपल्याला नेहमीच बक्षीसे मिळतात. आणि ती असंख्य असतात.

माझ्या लक्षात आले आहे की लोकांमध्ये दैवी परिसीमेपर्यंत प्रगती करण्याची क्षमता आहे. परंतु दुर्दैवाने ते एका बिंदूपर्यंत पोहोचतात आणि त्यानंतर ते प्रगती करत नाहीत. मला कळून चुकले आहे की मी ह्याचा स्वीकार केला पाहिजे. पूर्वीच्या काळी मी घाईत असायचो आणि व्यक्तीला आपल्या बरोबर घेऊन जाण्याचा प्रयत्न करायचो, पण आता मी कोणतीही घाई करत नाही. हे सत्य समजल्यानंतर मी वाट पाहायला शिकलो आहे. मी ऋषींना अनेक जन्म वाट पाहाताना बघितले आहे. तर आपण वाट पाहायला हवी. माझ्या लक्षात आले आहे की आपल्यापेक्षा चांगले लोकं येतील. ते जग सुधारतील. कदाचित, आपण स्वत: आता आहोत त्यापेक्षा चांगले बनून परत येऊ, आणि प्रथम स्वत:त सुधारणा केल्यानंतर जगाला सुधारू. माझ्या लक्षात आले आहे की दुसऱ्यांना शिकवण्यासाठी आपण जास्त, खूप जास्त शिकायला पाहिजे. जगातील अज्ञान दूर करण्यासाठी आपण आधी ते आपल्या अंतर्मनातून दूर केले पाहिजे. आपण जागतिक शांतीबद्दल बोलतो. आपण आधी ती आपल्या अंतरंगात स्थापित केली पाहिजे. देवाच्या राज्याची सुरुवात आपल्यापासून होते आणि आपण त्याची स्थापना आपल्या अंतरंगात केली पाहिजे.

आता माझ्या लक्षात आले आहे की आपण साधनेच्या एका नवीन टप्प्यात प्रवेश करत आहोत. आणि ही साधना तंत्रांच्या पलीकडची आहे. माझ्यासाठी, हा व्यवसाय नाही. हे जीवितकार्य आहे. माझ्यासाठी, तुम्ही विद्यार्थी केवळ व्यक्ती किंवा संख्या नाही, तर आत्मे आहात. माझ्यासाठी माझे काम ही उपासना आहे. मला वाटते की सगळ्या स्वयंसेवकांनी आणि शिक्षकांनी ह्या गोष्टी समजून घ्याव्यात आणि नेहमी ध्यानात ठेवाव्यात की तुमचे तुमच्या कामावर प्रेम असले पाहिजे. तुम्ही त्याचा आदर केला पाहिजे. तरच, आपण योग्य काम करू शकतो. आणि आपल्याला कार्य हाती घेण्यासाठी कोणीही बळजबरी करत नाहिये. इतर सर्वांसाठी मला असे म्हणायचे आहे की तुम्हाला ध्यानसाधनेबद्दल प्रेम असले पाहिजे. तेव्हाच तुम्ही ध्यान करू शकता. तुम्हाला कोणीही बळजबरी करत नाहिये. ध्यानसाधना सुरू करा आणि प्रामाणिकपणे त्याचा सराव करा. जरी तुम्ही नियमित नसलात तरी प्रामाणिकपणे ध्यान करा. जेव्हा आपण एखाद्या कामावर प्रेम करतो, तेव्हा ती उपासना असते. मी गेल्या ३-४ दिवसात हे पाहिले. ३-४ स्वयंसेवक संपूर्ण ३-४ दिवस तासन्‌तास साफसफाई आणि कष्ट करत होते; वास्तवात त्यांच्याबद्दल कुणालाही माहीत नसणार. ते फारसे नियमित नाहीत आणि समोर दिसतही नाहीत. त्यांनी शांतपणे हे काम केले. त्यांना ह्या कामाबद्दल प्रेम आहे; त्यांचे महर्षी अमरांवर प्रेम आहे; त्यांना ह्या जागेबद्दल – तपोनगराबद्दल प्रेम आहे. जेव्हा आपण प्रेम करतो तेव्हाच आपण मन:पूर्वकपणे काम करू शकतो.

मी लोकांना त्यांच्या व्यवसायात आणि जीवनात यशस्वी होण्यासाठी संघर्ष करताना पाहातो, आणि यशस्वी झाल्यानंतर सुद्धा ते त्यांच्या व्यवसायात आणि जीवनात संघर्ष करत असल्याचे पाहातो. व्यवसायात, यशापलीकडेही काहीतरी असते, जीवनात यशापलीकडेही काहीतरी असते. एक खूप यशस्वी माणसाने – ज्याने नाव, कीर्ती, पैसा, सर्वकाही मिळवले आहे – मला खूप लांबलचक पत्र लिहिले. त्याने लिहिले, "माझ्याकडे ह्या सर्व गोष्टी आहेत; तरीही मला माझ्या जीवनात एक पोकळी असल्यासारखे वाटते. हे काय आहे?" मी त्याला सांगितले, "हा प्रकाशाचा अभाव आहे." ह्या सर्व गोष्टी समाधान देऊ शकतात पण काही काळानंतर आपल्या लक्षात येते की त्या पुरेशा नाहीत. जीवनात यापेक्षा अधिक काहीतरी आहे; कीर्ती आणि नावापेक्षा अधिक काहीतरी आहे. प्रकाशाचा अभाव त्याला पोकळीसारखा जाणवला. मला त्याच्या प्रामाणिकपणाचे कौतुक वाटले. तो म्हणाला, "मी अपयशी झालो आहे. मी जीवनात कशालातरी मुकलो आहे. कृपया मला मदत करा!" आपण भाग्यवान आहोत की आपल्या भोवती खूप प्रकाश आहे. आपण फक्त आपले अंतरंग खुले केले पाहिजे आणि त्याला आपल्या आत प्रवेश करू दिला पाहिजे. त्याला ग्रहण करण्यासाठी आपण कोणताही प्रयत्न करायची गरज नाही; फक्त अंतरंग खुले करा, तो प्रवेश करतो. प्रकाश वाट पाहातो आहे.

एका व्यक्तीने माझ्याविषयी लिहिले की, आमचे गुरुजी एक कूल माणूस आहेत! अशा आधुनिक अभिव्यक्तीचा वापर करून मला माझे गुरू "एक महत्तम गुरू" होते असे म्हणावेसे वाटते.

आज आम्ही एक पुस्तक प्रकाशित करत आहोत – चॅनल्ड नॉलेज फ्रॉम द ऋषीज्. हे प्रश्नांचे आणि उत्तरांचे एक संकलन आहे. हे अतिशय अल्प अवधीत तयार करण्यात आले. मला ह्या गोष्टीचा आनंद आहे की हे फक्त एका व्यक्तीने बसून लिहिले नाही तर यावेळी मी अनेक लोकांना ह्या कामात गुंतलेले पाहिले. ही फार छान गोष्ट आहे. या पुस्तकात त्यांच्या नावांचा उल्लेख आहे. या प्रकारचे पुस्तक – प्रश्न आणि उत्तरांचे पुस्तक – कदाचित बराच काळ येणार नाही, कारण आपण प्रश्न विचारणे बंद केले आहे. ऋषींकडे सर्व उत्तरे आहेत; आपल्याकडे पुरेसे प्रश्न नाहीत. कदाचित जसजशी आपण प्रगती करू तसतसे आपण जास्त प्रश्न विचारायला शिकू. ■

श्री जयंत देशपांडे ह्यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव; अनुवाद : सुनिता देशपांडे

१०–१२–२०१७

वर्तमानपत्र वाचताना, दलाई लामा यांनी दिलेली एक मुलाखत माझ्या वाचण्यात आली. मुलाखतीत ते म्हणाले, ''शांतीमय जगाच्या निर्माणासाठी आपण आधी आपल्या अंतर्मनात शांती जोपासायला हवी.'' अशा महान गोष्टी अगदी सोप्या पद्धतीने सांगणाऱ्या थोर गुरूंची आठवण मला सतत होत असते. सर्व महान गुरूंची भाषा एकसारखीच असते, ते सर्व एकाच सत्याबद्दल बोलत असतात. गुरुजींनी सुद्धा सांगितले होते की, आपण जर शांत असलो तर जागतिक शांती पसरवण्यामध्ये त्याची मदत होईल. ध्यान हा वैयक्तिक शांतीचा आणि अंततः जागतिक शांतीचा मार्ग आहे. मुलाखतीत दलाई लामा यांनी सांगितले की, बळाचा वापर, दमदाटीचा वापर आता उपयोगी ठरणार नाही. बळाचा वापर उलट समस्या निर्माण करतो. गुरुजींनी सुद्धा सांगितले होते की, आपण वाद टाळायला हवा. त्यांनी आपल्याला एक वादरहित शांत चळवळ, प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ उपहारस्वरूप दिली आहे. एका सामान्य माणसाकरिता हा, जगात बदल घडवून आणण्याचा सर्वोत्कृष्ट मार्ग आहे.

दलाई लामा यांनी त्या मुलाखतीत सांगितले की अनुकंपा हा माणसाचा मूळ स्वभाव आहे. ते म्हणाले, ''सततचा राग आणि भीती हे आपली प्रतिकार शक्ती कमी करत आहेत.'' ते एकत्वाबद्दल बोलले आणि त्यांचे स्वप्न आहे की भविष्यात अस्त्र आणि युद्ध ह्यांची आवश्यकता राहणार नाही. त्यांना शंभर टक्के खात्री आहे की आपले जग युद्धरहित आणि चांगले होईल. महान गुरू हे उज्ज्वल जगाचे स्वप्न पाहणारे असतात. आपणही अशा उज्ज्वल जगाचे स्वप्न पाहायला हवे, ह्याची जाणीव ठेवून की कदाचित आपले हे स्वप्न आपण हयात असताना पूर्ण होणार नाही. ते लोकांवर अवलंबून असते. लोकं किती लवकर नव्या ऊर्जांचा स्वीकार करतील, नव्या बदलांचा स्वीकार करतील, त्यावर ते अवलंबून आहे.

गुरुजींनी प्रकाशाची निवड करण्याबाबत पुष्कळदा आपल्याला सांगितले आहे. निवड करणे हे सद्य परिस्थितीत खूप गरजेचे आहे आणि प्रलयकाळ संपेपर्यंत गरजेचे राहील. कदाचित त्यानंतर आपले लक्ष आपल्याला परिपूर्ण बनवण्यात आपण लावू. परमेश्वराच्या राज्यात स्वातंत्र्य आहे. तो आपल्यावर काहीही लादत नाही. आपल्याला प्रत्येक परिस्थितीमध्ये प्रकाशाशी संलग्न होण्याची निवड करायला हवी. आपण जाणीवपूर्वक ती निवड करायला हवी. आपण त्या सर्व गोष्टींची निवड करायला हवी ज्या सकारात्मक आहेत. आपण शांती, प्रेम आणि प्रामाणिकपणाची निवड करायला हवी. आपण निवड केली आहे, हे इतरांना सांगण्याची आवश्यकता नाही. मला वाटते की आपण अशा गोष्टींची आठवण ठेवून त्या आचरणात आणायला हव्या.

मला त्राटकच्या अभ्यासाबद्दल सांगायचे होते. पूर्वी जेव्हा आपण त्राटकचा अभ्यास करत होतो, तेव्हा आपण आपली दृष्टी भ्रू–मध्यावर केंद्रित करत होतो. नंतर गुरुजींनी सांगितले की आपण तसे करण्याची आवश्यकता नाही. आपण सरळ समोर पाहून डोळे मिटायला हवेत आणि आपली दृष्टी सरळ ठेवायला हवी. तोच त्राटकचा अभ्यास आहे. त्याने आपल्या शरीरयंत्रणेत शांतता प्रस्थापित होण्यात मदत होते.

२४–१२–२०१७

या वर्षाच्या शेवटाने आपल्याला अति महत्त्वाच्या वर्षाच्या सुरुवातीला आणले आहे. प्रत्येक नवे वर्ष नव्या ऊर्जा, नव्या संधी, नव्या संभाव्यता आणि अर्थातच चांगल्या जीवनासाठी नवी आशा घेऊन येते.

हा तीव्र प्रलयाचा काळ आहे. मला वाटते या तीव्र प्रलयाचा प्रभाव काही ना काही प्रमाणात आपल्या सर्वांनाच स्पर्श करतो आहे. स्वच्छता किंवा शुद्धीकरण हा या प्रलयाचा एक भाग आहे. शुद्धीकरण वैयक्तिक, सामाजिक, राष्ट्रीय आणि जागतिक अशा सर्व पातळ्यांवर घडते आहे. आपल्यासारख्या साधकांसाठी आपले आंतरिक, वैयक्तिक शुद्धीकरण खूप महत्त्वाचे आहे. सत्य उघडकीस येणे, हा या शुद्धीकरणाच्या प्रक्रियेचा एक भाग आहे. आपल्या भावना, आपल्यातील कमतरता प्रकाशात येतात आणि जेव्हा असे घडते, तेव्हा आपण नक्कीच त्यांची दखल घेत असतो. आपण जर या गोष्टींकडे वस्तुनिष्ठपणे पाहिले, तर आपल्या मनात उठणाऱ्या नकारात्मक भावनांपासून आपण स्वतःची सुटका करून घेऊ शकतो. मला जे समजते त्यावरून मी असे म्हणू शकतो की, सत्य उघडकीस आणण्यामागे प्रलय प्रक्रियांचा हेतु, कुणाची निंदा करणे किंवा त्याचा अपमान करणे किंवा कुणाला कमी दाखवणे असा नसतो. कोणत्याही दैवी प्रक्रियेचा उद्देश असा असू शकत नाही. लोकांची मदत करणे हीच त्यामागची भावना असते, जेणेकरून परमेश्वराकडील प्रवासात त्यांना सहज वाटचाल करता येईल. आपला अहम्‌च असतो, जो प्रकाशात येणाऱ्या आपल्यामधील नकारात्मक गोष्टींचे समर्थन करतो. विनम्रता आपल्याला परमेश्वराशी जोडते आणि त्याच्याशी जोडून राहण्यास मदत करते. जे योग्य आहे त्याप्रमाणेच मग आपण वागतो. आणि आपण आपल्यामधील कमतरतांचा स्वीकार करायला लागतो, जे की फार महत्त्वाचे पाऊल आहे. मग आपण बदलण्याच्या प्रक्रियेला सुरुवात करू शकतो. आपण जर का आपल्यामधील कमतरतांचा स्वीकारच केला नाही, तर आपल्या बदलण्याच्या प्रक्रियेला सुरुवात होऊ शकत नाही.

गुरुजींनी सांगितले होते की, २०१८ या वर्षात, हे जग नव्या युगाकडे एक मोठी झेप घेईल. असे घडत असताना, ज्या गोष्टींची आपल्या आध्यात्मिक साधनेत मदत होत नाही, अशा गोष्टींना दूर करणे आवश्यक आहे. गुरुजी नेहमी म्हणत असत, ''जेव्हा आपण पर्वतावर चढत असतो, तेव्हा आपल्यासोबत सर्व सामान घेऊन आपण वर चढू शकत नाही.'' पण आपल्याला इच्छा–स्वातंत्र्य आहे. आपल्याला नियती बदलणाऱ्या ऊर्जांचा स्वीकार करायला हवा, महान गुरूंनी दिलेले मार्गदर्शन आणि ज्ञानाचा स्वीकार करायला हवा, त्यांना आत्मसात करायला हवे आणि आपल्या जगण्यातून त्यांना प्रकट करायला हवे. तेव्हाच आपण बदलू आणि मग हे जग सुद्धा बदलेल.

मला वाटते की, आपण आपल्या साधनेवर जास्त लक्ष केंद्रित करून, स्वतःची तयारी करायला हवी. साधनेचे दोन भाग आहेत: ध्यान आणि सकारात्मक जीवन. ध्यानाच्या अभ्यासासाठी, ध्यानासाठी वेळ काढण्यासाठी आपण शिस्तबद्ध व्हायला हवे, आपल्या कामांचे अग्रक्रम ठरवायला हवे, आपली इच्छा शक्ती वाढवायला हवी. आणि ध्यानाचा दर्जा वाढवण्यासाठी आपण आपल्या ध्यानाभ्यासात जास्त प्रेम ओतायला हवे, परमेश्वरासाठी जास्त ओढ मनात ठेवायला हवी. आणि मला असेही वाटते की, सकारात्मक जीवन जगण्यासाठी आपल्याला जास्त प्रयत्न करायला हवेत, लोकांना सामावून घेण्यासाठी आणि त्यांच्या सकारात्मक बाजूशी जोडण्यासाठी जास्त प्रयत्न करायला हवेत. जेव्हा आपण प्रामाणिकपणे आणि निश्चयपूर्वक पुढे वाटचाल करू, तेव्हा सर्व अडथळे दूर करण्यात येतील.

१ फेब्रुवारीला, 'वर्ल्ड चॅनल्स डे' आहे. प्रत्येक ध्यानसाधकासाठी हा दिवस म्हणजे एक संधी आहे, प्रकाश पसरवण्याच्या या उदात्त कार्यात सामील होण्यासाठी. प्रकाश प्रवहनाचा अभ्यास करून, इतरांना प्रकाश प्रवहन करण्यास शिकवून, प्रकाश प्रवहनाचे सत्र संचालित करून या उदात्त कार्यात सामील होण्याची ही एक महान संधी 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 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 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.

महर्षी अमर

सुनील बिसरहळ्ळी, अनुवाद : वैशाली जोशी

बायबल म्हणते, "सुरुवातीला, एक शब्द होता, आणि तो शब्द परमेश्वराबरोबर होता, आणि तो शब्द परमेश्वर स्वतः होता." प्रत्येक गोष्टीची सुरुवात ह्या शब्दापासून झाली, जो इतका चैतन्यपूर्ण ध्वनि होता की त्याने विश्वाची निर्मिती केली. आपण जर मागे, त्या विश्वाच्या इतिहासाकडे वळून पाहिले तर आपल्या लक्षात येईल की, असे फारच कमी शब्द आहेत ज्यांनी यासारखा प्रभाव पाडला आहे. त्यांच्यापैकी एक आहे "अमर". एका व्यक्तीचे स्वप्न काय साध्य करू शकते त्याचे महर्षी अमर एक उज्ज्वल उदाहरण आहेत.

गुरुजी एकदा म्हणाले होते, "महर्षी अमर स्वप्नद्रष्टा होते. आपण आत्ता जे जगत आहोत ते त्यांचे स्वप्न आहे." महर्षी अमरांची विचारशक्ती इतकी प्रबळ होती की तिने एका पिढीला वेगळ्या पद्धतीने, उदारतेने विचार आणि कृती करण्यासाठी प्रभावित केले. प्रत्येक जन्मात, मग तो गोरा कुंभाराचा असो किंवा संत एकनाथांचा, महर्षी अमरांनी लोकांच्या विचारप्रक्रियेवर आणि जगण्याच्या पद्धतीवर आमूलाग्रपणे प्रभाव पाडला आहे. आंधळ्या धार्मिक विधी आणि रूढिबद्ध विचारप्रणालीच्या दबावाखाली न राहाणाऱ्या अमरांनी, नेहमीच सर्वसाधारण समजूती आणि स्वीकृत रूढींना आव्हान दिले. त्यांनी त्या विचारांमधील आणि प्रथांमधील आध्यात्मिक अर्क गोळा केला आणि अवांछित ते फेकून दिले. ते तत्त्वांविषयी बोलले.

जेव्हा गुरुजींनी महर्षी अमरांना पहिल्यांदा पाहिले, तेव्हा गुरुजींना हिमालयाचे स्मरण झाले. ते नेहमीच मोठ्या मनाचे, रूबाबदार आणि महान होते. आकाशाइतके विस्तीर्ण आणि महासागराइतके खोल ज्ञान असूनही ते नम्र होते. ते परिपूर्ण होते.

गुरुजी म्हणाले, "इतर क्षमतांमध्ये, महर्षी अमर दोन प्रमुख गोष्टींमध्ये विशेषज्ञ होते. भौतिक पातळीवर ते शिकवणी आणि धर्मग्रंथ सामान्य माणसापर्यंत पोहोचण्यासाठी समजायला सोपे करून सांगण्यात निपुण होते. ते सूक्ष्म पातळीवर अंतराळात प्रवास करण्यात निष्णात होते. त्यांच्या अंतर्गत एक यंत्रणा होती जी त्यांना योग्य दिशेने आणि प्रचंड वेगाने घेऊन जात असे."

महर्षी अमर फक्त एक शिक्षक किंवा एक प्रवासी नव्हते. ते महर्षी होते. ते जगाच्या इतिहासात वेगवेगळ्या कालावधीत शांतपणे चमकणारे असे स्फुल्लिंग आहेत, ज्याने जगाला परमेश्वराच्या आणि त्याच्या तत्त्वांच्या दिशेने नेण्यासाठी लोकांचे मार्गदर्शन केले आणि जगाला परमेश्वराशी संलग्न केले.

जेव्हाजेव्हा गुरुजी त्यांच्याबद्दल बोलायचे तेव्हा त्यांचे डोळे प्रेम आणि आत्मीयतेने चमकताना मी बघायचो. त्यांचा नेहमीच महर्षी अमरांशी दुवा जोडलेला असायचा. त्यांच्यासाठी महर्षी अमर सर्वकाही होते. ■

महर्षी अमर – सर्वात मोठी भेट

उषा सतीशचंद्र, अनुवाद : वैशाली जोशी

महर्षी अमरांची जयंती केवळ एका व्यक्तीच्या जन्माची नव्हे तर संपूर्ण मानवजातीसाठी असलेल्या स्वप्नाच्या – म्हणजेच नवयुगाच्या – जन्माचे प्रतीक आहे! ऋषींचे स्वप्न हेच महर्षी अमरांचे स्वप्न होते. महर्षी अमरांनी ऋषींच्या आज्ञेचे पूर्णपणे पालन केले आणि सांगितले की जर आपण असे करू शकलो नाही तर आपण देवाला समर्पण करू शकणार नाही. त्यांचा विश्वास होता की, "भगवंतामध्ये आपली पाळेमुळे स्थापित करणे हा साधनेचा शेवटचा टप्पा आहे." ह्या महान स्वप्नाचे जतन करण्यासाठी एक प्रकारची यंत्रणा उभारणे हे महर्षी अमरांचे स्वप्न होते.

महर्षी अमरांच्या ह्या स्वप्नाला पूर्ण करण्यासाठी आपण इथे एकत्र जमत असतो. ह्या प्रक्रियेत आपली वागणूक आणि वृत्ती सुधारून आपण प्रगती करत असतो. अशा प्रत्येक प्रसंगी आपल्या अंतरंगात महर्षी अमरांचे स्वागत करण्यासाठी आपण जाणीवपूर्वकपणे आंतरिक तयारी करत असतो. जेव्हा आपण त्यांच्यापुढे प्रार्थनेसाठी बसतो तेव्हा ते आपल्यातील सुप्त क्षमता आणि प्रेम बाहेर आणू शकतात. आणि आपण अशा पातळीवर पोहोचतो जिथे आपण महर्षी अमरांचे गुणधर्म प्रकट करू शकतो. जरी प्रकटीकरण आपोआप आणि साहजिकपणे होत असल्यासारखे वाटले तरी महर्षी अमरांना ग्रहण करण्याचे आणि त्यांचे स्वप्न जगण्याचे आपल्याला सुद्धा प्रयत्न करावे लागतात. महर्षी अमर नेहमीच आपल्यासाठी अलौकिक भेटवस्तू आणतात. महर्षी अमरांकडून आपल्याला मिळू शकणारी सर्वात मोठी भेट म्हणजे ते स्वतःच आहेत – त्यांची स्वप्ने, त्यांच्या ऊर्जा आणि ज्ञान आणि त्यांचे अनुभव. महर्षी अमरांनी स्वतः प्रत्यक्ष स्रोतातून ज्ञान गोळा केले. ते सर्वात महान सूक्ष्म देह प्रवासी होते. अशा महान गुरूंकडून आपल्याला जे मिळू शकते ते अनाकलनीय आहे!

महर्षी अमरांना एक गुरू आणि एक पालक म्हणून आपल्यापर्यंत आणणे हे गुरुजींचे सर्वात महत्त्वाचे कार्य होते. गुरुजींनी त्यांच्या जीवनात अनेक गोष्टींचा त्याग केला पण महर्षी अमरांचा आणि त्यांच्या स्वप्नांचा मात्र कधीच नाही. 'वर्ल्ड चॅनल्स डे' हा उत्सव म्हणजे महर्षी अमरांचे स्वप्न अबाधित, चैतन्यमय आणि जागृत ठेवण्याचा आमचा नम्र प्रयत्न असतो. या दिवशी स्वर्ग खाली आणण्यासाठी सर्व स्तरांवर आणि सर्व पातळ्यांवर तयारी करण्यात येते! नवयुगाचा संदेश देण्यासाठी वातावरण, स्वतःत निःस्तब्धता आणि शांतता भरण्याची मूकपणे तयारी करत असते. महर्षी अमरांची जयंती एक प्रकारे जीवनाचा वैश्विक महोत्सव आहे! ■

प्रश्नोत्तरे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

प्र: प्रकाशाच्या महासागरामधून चैतन्याचा महासागर उदयास आला. हे चैतन्य काय असते?

उ: चैतन्य म्हणजे खूप सूक्ष्म असा दैवी पदार्थ आहे, जो सर्वत्र आहे पण डोळ्याने दिसत नाही. प्रकाशामधून चैतन्य बाहेर आले. चैतन्य म्हणजे परमेश्वराच्या अभिव्यक्तीचा पुढील स्तर आहे. जिथे कुठे सृष्टी आहे तिथे, सर्व पृथ्व्यांमध्ये, सर्व जिवंत आणि निर्जीव गोष्टींमध्ये चैतन्य आहे. अंतरिक्षात, तारामंडळांमधील अंधाऱ्या अंतरिक्षामध्ये सुद्धा हे चैतन्य असते.

प्र: या पृथ्वीला किती मन्वंतरं देण्यात आली आहेत?

उ: मन्वंतर हे काळाचे एक माप आहे. युगांचे एक कालचक्र सुमारे ५१,००० वर्षांचे असते. युगांच्या प्रत्येक कालचक्रात सत्ययुग, त्रेतायुग, द्वापरयुग आणि कलियुग हे समाविष्ट असतात. या युगांच्या एका कालचक्राला महायुग म्हणतात. अशा ७१ महायुगांपासून एक मन्वंतर बनत असते. एक मन्वंतर म्हणजे ब्रह्मलोकातील दैवी कालगणनेनुसार फक्त एक तास होतो. प्रत्येक मन्वंतराला नाव आहे. आपण आता सप्तम किंवा सातव्या मन्वंतरात आहोत व त्याचे नाव वैवस्वत असे आहे. ७१ महायुगांच्या या मन्वंतरामधील २८ महायुगे आपण व्यतीत केलेली आहेत. आपण आता एकोणतिसाव्या महायुगात प्रवेश करत आहोत. महर्षी अमरांनी आम्हाला सांगितले होते की आपण या पृथ्वीवर दोनशे कोटी वर्षे घालवली आहेत आणि आणखी दोनशे कोटी वर्षांसाठी ह्या पृथ्वीचे अस्तित्व राहील. त्यानंतर ही पृथ्वी नष्ट होईल.

प्र: योग म्हणजे जोड असे वर्णन केले जाते. हा जोड देवासोबत असतो का?

उ: हो हे बरोबर आहे. हा जोड दोन प्रकारे होऊ शकतो. आपण देवाकडे, आपल्या स्रोताकडे परत जातो आणि त्याच्याबरोबर राहतो; त्याच्यात विलीन होत नाही कारण आपले अस्तित्व तिथे कायम राहते. जेव्हा आपण आपल्या स्रोताकडे परत जाण्यासाठी पात्र असतो तेव्हा आपण देवाशी पूर्णपणे तादात्म्य साधून असतो. अजून एक मार्ग आहे जो की अधिक महत्त्वाचा आहे. या जगात राहूनही आपण देवाशी संलग्न राहू शकतो. योग म्हणजे संलग्न होणे. जेव्हा आपण ईश्वराशी जोडलेले असतो तेव्हा आपण त्याच्यासोबत राहत असतो. तेव्हा आपल्याला ध्यान करण्याची गरज राहत नाही, आध्यात्मिक अनुभवांची गरज राहत नाही. एखादी व्यक्ती एकांतात राहून अनेक गोष्टींचा व्यवस्थितपणे सराव करू शकते. आपण जर असे करू शकलो तर कदाचित आपण एक योगी बनू शकतो, पण तरीही आपण केवळ एका स्तरावरच राहतो. त्याहीपेक्षा उच्च पातळीचा योग आहे, तो म्हणजे या जगाशी, या दोषयुक्त जगाशी सुसंवाद साधून जगणे. हे खूप महत्त्वाचे आहे. आपण जर आपल्या सभोवती, या जगासोबत सुसंवाद स्थापित करू शकत नसलो, तर परमेश्वराशी संलग्न होणे शक्य नाही.

प्र: जेव्हा केव्हा लोकांना बरे करण्यासाठी मी हीलिंग ऊर्जा पाठवतो तेव्हा मला पण तशाच रोगलक्षणांचा त्रास होतो. माझे प्रभामंडळ कमकुवत असल्यामुळे असे होते का, की रुग्णाचे कर्म मी घेत असल्यामुळे असे होते? मी कमकुवत व्यक्ती आहे का? आणखी कोणते तंत्र आहे का, ज्याचा अभ्यास मी केला पाहिजे?

उ: हीलिंग विषयी आपल्याला बरेच माहीत करून घ्यावे लागेल. हीलिंगसाठी कुठलेही तंत्र कधीही पुस्तकातून उचलून अभ्यासू नका. हीलर किंवा उपचारक हे जाणत असतो की, काही अंशी कर्म त्याला घ्यावे लागतात. त्यामुळेच तुम्हाला रुग्णाच्या रोगलक्षणांची अनुभूती होते. तुम्ही ध्यान करा. ध्यान सर्व गोष्टींची काळजी घेते – रुग्णाची आणि हीलर किंवा उपचारकाची सुद्धा. हीलिंग करताना नम्रपणे सुरवात करा. हीलिंगमध्ये महान शक्ती, परमेश्वराची शक्ती बरे करत असते. जरी तुम्हाला काही रोगलक्षणं आढळली तरी काळजी करू नका. ती दूर करण्यात येतील. तुम्ही कमकुवत किंवा दुर्बल व्यक्ती अजिबात नाही आहात. आपल्यापैकी कोणीही कमकुवत नाही. हीलिंगमध्ये प्रभामंडळाचा काहीही सहभाग नसतो. हीलिंग हा आपल्या कर्तव्याचा भाग आहे. ही देवाची सेवा आहे. हीलिंग किंवा आध्यात्मिक उपचार करणे कधीही थांबवू नका.

प्र: मरणानंतर आपल्याला नवीन शरीर मिळत असते का?

उ: 'आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण' हे पुस्तक वाचा. जेव्हा आपण या भौतिक शरीराचा त्याग करतो, तेव्हा आपल्या मूळ शरीरात, सूक्ष्म शरीरात आपले जीवन सुरू राहते. ■

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/-
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)

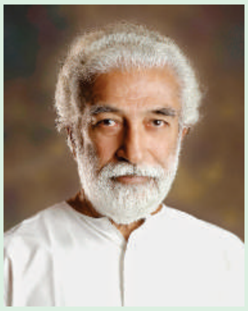
द वर्ड बुक शॉप, कॅंप (फोन: २६१३३११८, ३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)

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

यशवंत प्रकाशन, सदाशिव पेठ (फोन:२४४७०५३३)

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

Published: 21st of Every Month. RNI. No. KARMAR/2008/27314 Regd. Postal Regn. No. KARN/BGE/1125/ 2017-2019
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

अलीकडेच मी जेव्हा कार्यालयात होतो तेव्हा मला हलकासा ताप होता. मी घरी परत येत असताना ताप खूपच वाढला. थंडीतापाने हुडहुडी भरल्याने मला असह्य झाले. असे मी ह्या पूर्वी कधीच अनुभवले नव्हते. मी डोळे मिटले व गुरुजींचा धावा केला. त्याच क्षणी तेथे मला त्यांची उपस्थिती जाणवली. जसे एखाद्या पित्याने आपल्या मुलाच्या कपाळावर हात ठेवावा तसे त्यांनी माझ्या कपाळावर हात ठेवला. नंतर इस्पितळात माझ्यावर उपचार करण्यात आले व मला बरे वाटले.

काही दिवसांनंतर जेव्हा मी आजारातून पूर्ण बरा झालो होतो तेव्हा आपले मासिक माझ्या हाती पडले. त्यात नमूद केले होते की गुरुजी व ऋषी नेहमीच आपली काळजी घेण्याकरिता आपल्या सोबत असतात विशेषकरून आपल्या आजारपणादरम्यान. मी जे काही जीवनात अनुभवले आहे किंवा सध्या अनुभवत आहे त्या संदर्भात काहीना काही तरी माहिती नेहमी आपल्या मासिकात आढळते. जणुकाही गुरुजीच ती माहिती तेथे माझ्यासाठी नमूद करतात!!

– विनम्र लोंगानी

गेल्या वर्षात जीवनात खाली घसरण्याच्या बऱ्याचशा शक्यता होत्या पण प्रकाश व आपल्या ध्यानमार्गाच्या मार्गदर्शनामुळे मी स्वत:चा तोल सावरू शकलो. आता मी नव्या तंत्रज्ञानाचा अभ्यास करून ते आत्मसात करू शकत आहे जे पूर्वी मला जमत नव्हते. गेल्या सहा महिन्याचा काळ माझ्यासाठी अगदी खडतर होता, तरी देखील मी आनंदी आहे व चांगल्या भविष्याची आशा बाळगून आहे.

– नीलमेगम आर

पूर्वी ज्या देशात माझे वास्तव्य होते तेथील माझी प्रॉपर्टी विकण्याकरिता मी तेथे गेले होते. तेथे काही छोट्यामोठ्या अडचणी होत्या, त्यांचे निराकरण अगदी सहजगत्या झाले. मी ऋषींना प्रार्थना केली व त्यांची मदत मागितली. गेल्या सहा महिन्याच्या अनुभवाने मला शिकवले आहे की आपल्या प्रत्येक श्वासात प्रकाश असावा, आपण नेहमी प्रकाशासोबत असावे व प्रकाशासोबत जगावे, सतत प्रकाश अनुभवावा व प्रकाशाच्या सर्वव्यापी अस्तित्वाची जाणीव ठेवावी.

– ॲन चॅपमन

मला दिसतं आणि जाणवतं की माझ्याकरिता आणखी बऱ्याच आध्यात्मिक परीक्षा आहेत. आपल्या मार्गदर्शनाच्या सहाय्याने व गुरुजींच्या आशीर्वादाने मी काही परीक्षांमध्ये उत्तीर्ण झालो तर काहींमध्ये अनुत्तीर्ण झालो. पण काही अज्ञात कारणांस्तव, शिकत राहण्यासाठी व आध्यात्मिक प्रगती करण्यासाठी मी जास्त निग्रही झालो आहे. ह्या परीक्षा मला शिकवितात व जाणीव करून देतात की माझे मुक्काम आणखी पुष्कळ लांब आहे.

– मोहन चंद्रभानु

काही दिवसांपूर्वी मी स्वत:शीच हसत होतो की आता मला किती आश्चर्यकारक मार्गांनी मार्गदर्शन मिळत आहे. अगदी व्यापार व खरेदीच्या व्यवहारात देखील!

– ॲलस्टेअर स्टब्स

दि. २८–१०–२०१७ रोजी झोपलेलो असताना मी स्वत:ला इतर साधकांसोबत तपोनगरात रविवारच्या ध्यानवर्गात उपस्थित असलेले पाहिले. आपले गुरुजी त्यांच्या नेहमीच्या पोशाखात होते. जेव्हा गुरुजींनी ध्यानवर्ग थांबवला तेव्हा मी त्यांना विचारले, "गुरुजी आपण आपला देह ठेवला आहे पण आता आपण तेच शरीर पुन्हा धारण केले आहे. मी गोंधळलो आहे. कृपया माझी शंका दूर करा." त्यावेळी गुरुजींनी स्पष्ट केले, "आपण सर्वांनी ते जीवन पूर्ण केले आहे आणि आता परत पुढील जन्मी एकत्र जमलो आहोत. गोंधळून जाऊ नकोस." मी ताबडतोब जागा झालो. त्यावेळी पहाटेची दोन वाजून त्रेपन्न मिनिटे झाली होती.

– स्वामिनाथन सी

आता प्रकाश माझा सांगाती बनल्याने मी खूप खूष आहे व माझ्यात भयाचा लवलेश देखील नाही. मी अगदी निवांत असते कारण मी परमेश्वरास पूर्णपणे शरण गेले आहे. मी ज्या गोष्टींची कामना करते, इच्छा मनात धरते, त्यांची मी मनातल्या मनात कल्पनाचित्रं रेखाटण्यास सुरुवात करते आणि त्यांच्या पूर्ततेची काळजी स्वत: परमेश्वरच घेतो. मी आता खूप आनंदी व सकारात्मक व्यक्ती झाले आहे. आता मी नेहमी कृतज्ञतेच्या भावाने व परमानंदात जगते. माझ्या जीवनातील सर्व गोष्टी अगदी सहज सुरळीत झाल्या आहेत. सर्वांशी माझे नाते संबंध अगदी छान आहेत आणि त्यांचे माझ्याप्रती असलेले प्रेम व त्यांच्या मनातील आदरही मला जाणवतो.

– अनू सैगल

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