प्रकाशकार्याचे वृत्तपत्र

महर्षी अमर (१९११-१९८२)

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 4 JANUARY 2018 Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद
(एप्रिल १९९७ या अंकामधून, अनुवाद : जयंत देशपांडे)

जेव्हा मी माझ्या विशीत होतो, तेव्हा एका आध्यात्मिक गुरूंसोबत माझी भेट झाली. तत्त्वज्ञानावर असलेले त्यांचे कित्येक प्रबंध फ्रेंच भाषेत भाषांतरित करण्यात आले होते आणि त्यांचे डझनभर विदेशी शिष्य सुद्धा होते. मी त्यांना विचारले, "आत्मा म्हणजे काय?" त्यांनी वेगवेगळ्या अठरा प्रकारे आत्म्याची व्याख्या केली आणि बर्गसन ह्यांनी त्याबद्दल काय सांगितले होते ते सुद्धा सांगितले. मी एक साधासरळ माणूस आहे आणि मी त्यातले काहीच समजू शकलो नाही.

वीस वर्षांनंतर मी अमरांना भेटलो. मी त्यांना विचारले, "आत्मा म्हणजे काय?" अमरांनी लगेच माझ्या प्रश्नाचे उत्तर दिले नाही. त्यांनी क्षणभर माझ्याकडे पाहिले आणि इतरांसोबत चालू असलेल्या वार्तालापात ते व्यस्त होऊन गेले, जणू काही माझ्या प्रश्नाची दखल त्यांनी घेतलीच नाही. पण मी त्यांचा निरोप घेण्यापूर्वी, अभ्यास करण्यासाठी एक साधे तंत्र त्यांनी मला सांगितले.

पुष्कळ महिन्यांनंतर, एके दिवशी, त्यांनी सांगितलेल्या तंत्राचा अभ्यास करताना, मी एकाएकी माझ्या अंतरंगात एक छोटा पण खूप दैदीप्यमान सूर्य पाहिला आणि माझे देहभान हरवले. जेव्हा मी माझा हा अनुभव अमरांना सांगितला, तेव्हा ते म्हणाले, "तोच तुझा आत्मा आहे !"

एक साक्षात्कारी पुरुष जाणत असतो. बुद्धिमान माणूस किंवा तत्त्वज्ञानी तर्क लावत असतो. अमरांनी आम्हाला वेद किंवा उपनिषद समजावून सांगितले नाही. त्यांनी अशी अद्भुत तंत्रे दिली की कोणीही त्यांचा अभ्यास करून सत्य प्रत्यक्ष अनुभवू शकेल.

बोसनिया देशाला पोप यांनी दिलेली भेट माझ्या मनाला स्पर्श करून गेली. त्यांच्या अमूल्य जीवनाला गंभीर धोका असताना सुद्धा, (त्यांच्या तिथे पोहोचण्याच्या काही मिनिटांपूर्वीच पोलिसांनी एका पुलाखालून स्फोटक पदार्थ बाहेर काढले) त्यांचे वृद्ध आणि कमजोर शरीर असूनही, सर्वात शक्तीमान संदेश त्यांनी दिला. तो संदेश होता प्रेम आणि सहिष्णुतेचा.

अशा महान घटनांची दखल घेतली जात नाही. मीडियाने जरी त्या प्रकाशात आणल्या तरी त्यांना खूप महत्त्व दिले जात नाही. ही एक दुर्दैवी बाब आहे.

इतक्यातच एका स्त्रीने तपोनगरला भेट दिली. ती मला भेटली व तिने इथे ध्यान केले. इथून गेल्यानंतर तिने मला लिहून कळवले की, ती इथे फार अस्वस्थ मनःस्थितीत आली होती पण इथून जाताना ती खूप शांती व आशा सोबत घेऊन गेली. तिच्या समस्या दूर झाल्या नाही पण ती त्यांना हसतमुखाने सामोरी जाऊ शकते !

आपल्या अंतरंगातील आध्यात्मिक बळाच्या मदतीने हसतमुखाने जीवनाला सामोरे जाण्यासाठी लोकांची मदत करणे हे आपले कार्य आहे. आपले कार्य, चमत्कारांच्या मदतीने लोकांची दुःखे तात्पुरती दूर करणे नसून, त्यांना बळकट बनवणे, हे आहे, जेणेकरून ते जन्म आणि सृष्टीच्या उद्देशाबद्दल जागरूक होतील. ते जीवनाच्या आव्हानांना जाणीवपूर्वक सामोरे जातील, हे पूर्णपणे ओळखून की, जीवन ही शिकण्याची एक प्रक्रिया आहे आणि आव्हाने सत्याचा धडा आपल्याला शिकवत असतात. "चमत्कार" तर सोपे असतात. ■

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)
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.

तपोनगरातील रहिवासी क्रिकेट खेळताना

काही ठळक घडामोडी

- 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.
- गुरुवार, १ फेब्रुवारी रोजी 'वर्ल्ड चॅनल्स डे' आयोजित करण्यात येईल. ह्या दिवशी शाळांना भेट देऊन प्रकाश प्रवहनांची सत्रे आयोजित करण्यासाठी स्वयंसेवकांची आवश्यकता आहे. जे ध्यानसाधक ह्या एक दिवसासाठी स्वयंसेवक म्हणून काम करायला तयार असतील त्यांनी आपली नावे श्री. मनोज चोप्रांकडे नोंदवावीत 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 ०२-०२-२०१८ पर्यंत मानसा कार्यालयात नोंदवावे ही विनंती.
- २५-१२-२०१७ रोजी ध्यानसाधक येशू खिस्तांना प्रेम आणि आदर अर्पण करण्यासाठी तपोनगरातील मेडिटेशन हॉलमध्ये एकत्र जमले होते आणि त्यांनी संपूर्ण जगास प्रकाश प्रवाहित केला.
- मानसा कॅलेंडर आता एन्ड्रॉइड प्लॅटफॉर्म वर देखील उपलब्ध आहे. एन्ड्रॉइड वापरणारे आमच्या वेबसाईटवरून डाउनलोड करू शकतील किंवा गूगल प्ले स्टोर वरून 'मानसा कॅलेंडर' शोधून डाउनलोड / अद्ययावत करू शकतील.

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी	–	व्याख्यान, सकाळी ११ ते १२ पर्यंत
	–	प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
रविवार १४	–	शंबला गटाची बैठक, दुपारी २ वाजता
	–	लाइट चॅनल्स वॉलंटीयर्स मीटिंग, दुपारी २.३० वाजता
रविवार २१	–	'रा' गटाची बैठक, दुपारी २ वाजता

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०२	मंगळवार	पौर्णिमा
०९	मंगळवार	कृष्णाष्टमी
१५	सोमवार	उत्तरायणारंभ / मकर संक्रांती / शिवरात्री
१६	मंगळवार	अमावास्या
२४	बुधवार	रथसप्तमी
२५	गुरुवार	शुक्लाष्टमी
२७	शनिवार	शुक्ल दशमी
३१	बुधवार	पौर्णिमा / चंद्र ग्रहण: संध्याकाळी ४.२१ ते ९.३८ पर्यंत

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

११ वाजता	स्वागत व्याख्याने विशेष ध्यान
१२.३० वाजता	प्रसाद

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

संकलन : वैशाली जोशी, अनुवाद : वैशाली नितिन तरे

प्रकाश प्रवहनाच्या सरावानंतर, मला वाटले की माझी अंतर्दृष्टी सुधारली होती. मी माझ्या सभोवती सगळीकडे प्रकाश पाहू शकत होते. हा खूपच छान अनुभव होता. आता मी सकारात्मक व्यक्ती बनले आहे. माझा विश्वास आहे की जर आपण चांगले केले तर आपल्याकडे चांगलेच येते आणि प्रकाशाचे प्रवहन आपल्याला सकारात्मक होण्यासाठी मार्गदर्शन करते.

– शालिनी मल्होत्रा, आर्मी पब्लिक स्कूल, ABC केंद्र, व्हिक्टोरिया रोड, बंगलोर

आमच्या शाळेत रोज प्रकाशाचे प्रवहन केले जाते. गेल्या तीन वर्षांपासून मी विद्यार्थ्यांबरोबर व शिक्षकांबरोबर प्रकाशाचे प्रवहन करतो आहे. मला खूप छान, आनंदी व सुखद वाटते. माझी सहनशीलता व आत्मविश्वास वाढला आहे. ह्यांमुळे मला माझ्या कार्यालयात खूप मदत होते. माझ्या भाषेमध्ये सुधारणा झाली आहे आणि माझ्या बोलण्यामध्येही मृदुता आली आहे. आता मी कोणत्याही परिस्थितीला सामोरे जाऊन शांतपणे तोंड देऊ शकतो.

– श्री. हेमंत गुलाब शिंदे, मदतनीस, दरोडे उच्च माध्यमिक शाळा, पुणे

२०१० सालापासून आमच्या शाळेत प्रकाशाचे प्रवहन केले जात आहे. आमच्या विद्यार्थ्यांना ह्यामुळे खूपच फायदा होत आहे. निश्चितपणे त्यांची स्मरणशक्ती, एकाग्रता इ. मध्ये सुधारणा झाली आहे. ह्या अभ्यासाने कित्येक जणांना नैराश्येच्या खोल डोहातून बाहेर काढले आहे. मी स्वतः ही ऊर्जा अनुभवत आहे. लोकांसाठी मी जे काही प्रकाशाला मागितले आहे, ते त्यांना मिळाले आहे. माझा ह्या सुंदर तंत्रावर विश्वास आहे. माझे कुटुंब देखील आनंदी व समाधानी झाले आहे. "माझी शाळा सुंदर असावी" ही माझी इच्छा पूर्ण झाली आहे. हे तंत्र आम्हाला शिकवल्याबद्दल, मी कृष्णानंद गुरुजींचे व मानसा फाऊंडेशनचे अगदी मनापासून आभार मानते.

– श्रीमती विजयश्री महाडिक, शिक्षिका, एस एन डी टी शाळा, पुणे

संपूर्ण मे महिना आम्ही प्रकाश प्रवहनाचा सराव केला. त्याचा आम्हाला अनेक प्रकारे फायदा झाला. जे आम्हाला वर्गात शिकविले जाते ते आमच्या लक्षात राहते. आमची मने शांत झाली आहेत आणि आमच्या मनात विचार येणे कमी झाले आहे. आमची भीती कमी झाली आहे. आमच्या न्यूनगंडावर मात करण्यासाठी देखील याची आम्हाला मदत झाली आहे.

– व्यंकटेश्वरा क्लासचे विद्यार्थी, पुणे

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल, अनुवाद : वैशाली जोशी

तपोनगराच्या पुढच्या पिढीतील किशोरवयीन युवती, स्वस्तिका कानाडे हिने रहिवाशांसाठी क्रिकेटचे सामने आयोजित करण्याबद्दल सुचविले. ह्या संकल्पनेला सर्वांकडून मोठ्या प्रमाणात समर्थन मिळाल्यानंतर, विख्यात सुधाकर, विनय एन. आणि श्रुती सुधाकर यांनी काटेकोरपणे त्यांचे संयोजन केले. खेळाच्या प्रत्येक पैलूचा खूप तपशीलात जाऊन विचार करण्यात आला; सामन्यांचे नियम, धावांची नोंद ठेवणे, बसण्याची व्यवस्था, चहापाणी इत्यादी. काही दिवस अगोदर विचारपूर्वकपणे सरावासाठी सामन्यांची व्यवस्था करण्यात आली आणि क्रीडा उपकरणे उपलब्ध करून देण्यात आली. जवळच्या एका मैदानात क्रीडास्थल तयार करण्यात आले.

२ डिसेंबर रोजी, खेळाचे पोषाख घालून रहिवासी उत्साहाने एकत्र जमले. प्रकाश प्रवहन केल्यानंतर, अगदी योग्य असे नाव दिलेल्या, तपोनगर प्रिमियर लीगच्या सामन्यांची सुरुवात करण्यासाठी नाणीफेक करण्यात आले. लहान मुले खेळाडूंना प्रोत्साहन देण्यासाठी पॉम–पॉम्स हातात धरून हालवत असताना त्यांचे प्रेमळ आई–वडील तात्पुरत्या उभारलेल्या शामियान्यातून त्यांच्यावर लक्ष ठेवून होते. नुकत्याच चालू लागलेल्या लहान मुलांना सुद्धा बॅट कशी फिरवायची हे शिकवण्यात आले.

ह्या आनंदी दिवसाला संस्मरणीय बनवण्यासाठी निसर्गाने पावसाला थांबवून ठेवले आणि ढगांचे चांगले आच्छादन दिले. कार्यक्रम इतका प्रचंड यशस्वी झाला की धावफलक, विजेता आणि पराभूत झालेल्यांना वेगळे करू शकला नाही कारण प्रत्येक खेळाडूला विजेता असल्यासारखे वाटत होते. बक्षीसे सुद्धा देण्यात आली.

सामन्यांचे आयोजन खूप प्रतिभेने, कौशल्याने आणि मनःपूर्वकपणे करण्यात आले. सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे, गुरुजींवरच्या, ह्या मार्गाबद्दलच्या आणि स्थानाबद्दलच्या प्रेमाने संयोजकांना सर्वोत्तम प्रयत्न करायला लावले. आठवड्याअखेर भेटणारा सायकलिंग प्रेमींचा गट आता तपोनगराच्या सहलीचे आयोजन करण्याचा विचार करू शकतो. ■

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

महर्षी अमर इथे आहेत. ते माझ्यातला एक भाग आहेत – माझ्या श्वासोच्छ्वासाप्रमाणे. ह्या गोष्टीची जाणीव थोडेसे दु:खी करते की जेव्हा ते जिवंत होते तेव्हा अनेकजण त्यांना समजू शकले नाहीत. खरं म्हणजे, ते खूपच भोळे आहेत, व्यवहारी नाहीत, असे काही प्रमाणात त्यांच्या बाबतीत गैरसमज होते. आणि आता, इथे माझ्याकडे इतके लोकं आहेत ज्यांनी त्यांना, पूर्णपणे जरी नाही, तरी बऱ्याच प्रमाणात समजून घेतले आहे. जेव्हा ते जिवंत होते तेव्हा त्यांच्या भोवती पुष्कळ लोकं जमले नाहीत. ती संख्या खूप कमी होती आणि अनेकजण त्यांनी दाखवलेल्या मार्गाला चिकटून राहिले नाहीत. आता माझ्या लक्षात आले आहे की हे असे होते कारण महर्षी अमरांना तसेच हवे होते. ते आम्हाला खूप स्पष्टपणे सांगायचे की त्यांना कुठल्याही अडथळ्याशिवाय कार्य करायचे होते. मी अनेक वेळा त्यांचे कार्य, त्यांचे योगदान इत्यादींबद्दल बोललो आहे. पण तरीही नवगतांच्या फायद्यासाठी मी काही मुद्द्यांची पुनरुक्ती करू इच्छितो.

त्यांनी आपल्याला ध्यानसाधनेचे शास्त्र दिले. त्यांनी आपल्याला ऋषींबद्दलचे ज्ञान, सूक्ष्म देहाने प्रवास, प्रलय, सूक्ष्म जग, सृष्टी आणि अनेक आध्यात्मिक सत्यांबद्दलचे ज्ञान दिले. आपल्याला हे सुद्धा माहीत आहे की त्यांनी आपल्याला काही विकृतींपासून आणि काही 'फतव्यां'पासून मुक्त केले. एक 'फतवा' असा होता की – स्त्रीयांनी गायत्री मंत्राचा जप करू नये. आणि अगदी अलीकडे मी एका खूप शिकलेल्या स्त्रीकडून असे ऐकले की तिच्या गुरूंनी तिला 'ॐ' मंत्राचा जप न करण्यास सांगितले होते! मी पुन्हा सांगतो – महर्षी अमरांनी आपल्याला अशा सगळ्या 'फतव्यां'पासून मुक्त केले. मला हे कळत नाही की फक्त स्त्रीयांनाच का लक्ष्य बनवले जाते?!! त्यांनी वाहन चालवू नये, निवडणुकींसाठी उभे राहू नये, मतदान करू नये, श्वास घेऊ नये, इत्यादी. महर्षी अमरांनी आपल्याला, पूजा आणि भजनांचे अवमूल्यन न करता, त्याच्या पलीकडे नेले. ते म्हणाले की, पूजा आणि भजन महत्त्वाचे आहेत, पण आपण साधना त्याच्या पलीकडे नेऊ शकतो. त्यांनी कशाचीही चेष्टा केली नाही किंवा कशाचाही उपहास केला नाही. ते त्यांचे वैशिष्ट्य होते. ते म्हणायचे, "छान, पण आपण या मुद्द्याच्या पलीकडे जाऊ या." त्यांनी आपल्याला शिकवले की आध्यात्मिकता म्हणजे केवळ रुद्राक्ष घालणे नाही आणि फक्त ध्यान करणे सुद्धा नाही. आध्यात्मिकता म्हणजे प्रामाणिक असणे होय. आध्यात्मिकता म्हणजे सत्यवादी असणे, एक सभ्य मनुष्य असणे, एक परिपूर्ण मनुष्य असणे होय. आध्यात्मिकता म्हणजे सर्व जीवनांविषयी आदरयुक्त असणे होय. मला आणखी पुढे सांगावेसे वाटते की ते आपल्याला ध्यानसाधनेच्या सुद्धा पलीकडे घेऊन गेले. आपण जेव्हा साधनेच्या उच्च टप्प्यांवर पोहोचू तेव्हा हे आपल्या लक्षात येईल.

जरी आपण त्यांच्या सगळ्या शिकवणुकी आचरणात आणल्या नसल्या तरी, आपल्याला त्या माहीत आहेत आणि आपण निश्चितच काही गोष्टी आचरणात आणल्या आहेत. त्यांचे महत्तम योगदान आहे, विनम्रतेची ताकद, प्रेमाचे सामर्थ्य, समाधीच्या अवस्थेत जीवन जगणे आणि जगण्याला शिकवण्याची पद्धत बनवणे आणि जो कुणी तयार आहे त्याला शिकवणे. इतरांवर गोष्टी लादणे नाही, तर जे कुणी तयार आहेत त्यांना शिकवणे आणि जितके ते समजू शकतील किंवा ग्रहण करू शकतील तितकेच शिकवणे. कोणत्याही प्रश्नाचे ते उत्तर द्यायचे. तोच प्रश्न जर पुन्हा विचारण्यात आला, कदाचित एखाद वर्षानंतर, तर ते नक्कीच पुन्हा ते उत्तर द्यायचे, पण त्यात माहिती किंवा ज्ञानाची आणखी थोडी भर घालायचे. नंतर माझ्या लक्षात आले की, ते उत्तर नेहमीच अंशाअंशाने द्यायचे आणि मला समजले की जर त्यांनी संपूर्ण उत्तर एकाच वेळी दिले असते तर कदाचित आम्हाला ते समजले नसते. म्हणून जसजशी आम्ही प्रगती करत गेलो तसतसे त्यांनी ज्ञानाची भर घालण्यास सुरुवात केली. ते म्हणाले, "जगाच्या अपरिपूर्णतेचा स्वीकार करणे सोपे नाही; आपण नेहमीच जगाला पारखत असतो आणि त्याची निंदा करतो. आपण जगाच्या अपरिपूर्णतेचा स्वीकार करायला हवा." त्यांनी ऊर्जांच्या कंपनसंख्येत बदल करून बदल घडवून आणण्याचा मार्ग निवडला. इतर मार्ग कार्यक्षम नाहीत असे नाही, पण त्यांनी हा मार्ग निवडला. माझा विश्वास आहे की हा मार्ग सर्वात प्रभावी आहे. बदल घडवून आणण्यासाठी कोणी निषेध दर्शवण्याचा मार्ग, क्रांतीचा मार्ग निवडू शकतो. एखादा धावू सुद्धा शकतो! आपण धावतो, कुठेतरी सुनामी आली तरी आपण इथे धावतो! पण त्यांच्या पद्धती अतिशय प्रयोगजन्य आहेत. त्यांनी आपल्याला लोकांशी आणि एखाद्या विचारधारेशी सुद्धा अविरोधी मार्ग पत्करण्यास शिकवले. त्यांनी आपल्याला गोष्टींकडे उच्च दृष्टिकोनातून पाहाण्यास शिकवले. त्यांनी आपल्याला शिकवले की कधीकधी आपल्याला उच्च कायद्यांचे पालन करावे लागते. एखाद्या परिस्थितीत, एका विशिष्ट वेळी एक उपाय 'अ' च्या रूपात असतो. त्याच परिस्थितीसाठी एका वेगळ्या वेळी, उपाय 'अ' नाही तर 'ब' असतो. पण आपण या बद्दल कसे ठरवू शकतो? सारखी परिस्थिती आणि भिन्न उपाय! कधीकधी आपल्याला क्षमा करावी लागते आणि कधीकधी आपल्याला कडक असावे लागते. येथील शिक्षकांनो, तुम्ही ह्या गोष्टींची स्पष्टपणे नोंद केली पाहिजे – तुम्ही ह्या गोष्टी खूप स्पष्टपणे समजून घेतल्या पाहिजेत. त्यांनी आपल्याला प्रत्यक्ष अनुभव घेण्याचा आणि आपली जाणीव सर्वोच्च बिंदूला नेण्याचा मार्ग दिला. हा तंत्रांचा आणि सिद्धांतांचा मार्ग नाही. हा प्रत्यक्ष अनुभव घेण्याचा आणि जाणिवेचा मार्ग आहे. त्यांनी आपल्याला सामर्थ्याचा मार्ग दिला. जिथे सामर्थ्य असते, तिथे संयम असतो आणि घाई नसते. म्हणून आम्हाला ही संस्था वाढवण्याची घाई नाही. हिमालय जगाचा दौरा करत नसतो, जग हिमालयाकडे येते! ज्ञान थोडे वेगाने पसरवण्याचा प्रयत्न करताना नेहमीच त्याचे विरलीकरण आणि कधीकधी ते विकृत होण्याचा देखील धोका असतो. हे आम्हाला टाळायचे आहे. ऋषींच्या मार्गात लक्षात घेण्याची सर्वात महत्त्वाची गोष्ट म्हणजे आध्यात्मिक ज्ञानातील सर्व विकृती काढून टाकणे आणि विकृतींची भर न घालणे. म्हणूनच, जोपर्यंत योग्य ज्ञान योग्य पद्धतीने दिले जाते आहे, तोपर्यंत आपल्यासोबत एक लाख लोकं असो किंवा शंभर लोकं, त्याने काही फरक पडत नाही. म्हणूनच आम्ही नवीन केंद्रे उघडण्यास उत्सुक नाही. यासाठी आम्ही थोडा वेळ घेऊ. आम्ही फक्त एखादे तंत्र शिकवत नाही. इथे आम्हाला लोकांना एक स्वप्न सोपवायचे आहे; त्यांना आम्हाला प्रकाश द्यायचा आहे; म्हणून येथील कार्य खूप बिकट बनते. आपण जबाबदार असावे लागते. ■

श्री जयंत देशपांडे ह्यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव; अनुवाद : सुनिता देशपांडे

२६-११-२०१७

मला वाटते की आता आपण गुरुजींना हळूहळू अधिक समजू शकतो आहोत. त्यांचे कार्य आपण पुढे चालवू शकत आहोत कारण गुरुजींनी खूप सुंदर आणि परिपूर्ण व्यवस्था प्रस्थापित केली होती आणि त्या व्यवस्थेचे फक्त पालन करणे आपल्यासाठी सोपे आहे. त्यांचे कार्य आपण पुढे चालवू शकत आहोत ह्याचा मला आनंद आहे.

गुरुजी आपल्याला सांगत असत की, अशा विशिष्ट दिवशी महान गुरू आपल्यासाठी भेट किंवा बक्षीसे घेऊन येतात. पुष्कळ लोकांच्या आयुष्यातील त्यांना मिळालेली ही बक्षीसे मला दिसत आहेत. हे बक्षीस म्हणजे काही लोकांसाठी पुष्कळ काळ वाट पाहिल्यानंतर मिळालेली नोकरी आहे, तर काही लोकांसाठी ते चांगले स्वास्थ्य आहे, काही लोकांसाठी ते त्यांच्या दीर्घकालीन समस्यांचे निराकरण आहे, काही लोकांसाठी ते त्यांच्या स्वप्नातील प्रिय वाहन मिळणे आहे, तर काही लोकांसाठी ते महत्त्वाची परीक्षा पास करणे आहे. आणि अर्थात आपल्या सर्वांसाठीचे बक्षीस म्हणजे आपल्या आध्यात्मिक साधनेत पुढे जाण्यासाठी त्यांनी दिलेला प्रेमळ धक्का आहे.

प्रत्येकासोबत आणि प्रत्येक गोष्टीशी गुरुजींचे उत्कृष्ट नाते होते. त्यांचे नाते बिनशर्त प्रेमावर आधारित असे. त्यांचे गुरू, महर्षी अमरांसोबत त्यांचे नाते असे आहे की, जेव्हाकेव्हाही महर्षी अमर या पृथ्वीवर ऋषीकार्यासाठी जन्म घेतात, तेव्हा त्यांचे कार्य पुढे चालवण्यासाठी गुरुजी सुद्धा त्यांच्यासोबत जन्म घेतात. आपल्यापैकी फक्त काही लोकच जरी त्यांना वैयक्तिकरीत्या या मानवी पातळीवर कामासाठी भेटू शकत असले, तरी सर्वांनाच त्यांच्याबद्दल विशेष आपुलकी आणि खूप घनिष्टता जाणवत असे. ते स्वतःच म्हणाले होते की सर्वच त्यांना जवळचे आहेत, सर्व त्यांच्यापासून समान अंतरावर आहेत.

गुरुजींनी "डोरवेज टु लाइट" या त्यांच्या पुस्तकात मनोवती येथील बॉबी नावाच्या कुत्र्याचा उल्लेख केला आहे. बॉबी गुरुजींना खूप प्रिय होता. गुरुजींना मनोवतीच्या बाहेर यावे लागले आणि गोलाहल्ली येथे एका झोपडीत राहावे लागले. एकदा जेव्हा गुरुजी गोलाहल्लीवरून बाहेर जाण्यासाठी बसमध्ये चढणारच होते, तेव्हा बॉबी तिथे पोहोचला आणि तो त्यांचा कुर्ता ओढायला लागला. गुरुजींना काहीतरी सांगण्याचा तो प्रयत्न करत होता. नाइलाजाने गुरुजींना बसमधे चढावे लागले आणि बॉबीकडे विशेष लक्ष त्यांना देता आले नाही. नंतर गुरुजींना समजले की बॉबी राहिला नाही. बॉबीने कसे कोण जाणे गुरुजींना गोलाहल्लीमध्ये शोधून काढले आणि तो जणूकाही शेवटचा निरोप घेण्यासाठी तिथे आला होता ! असे होते गुरुजींचे बॉबीसोबत नाते ! त्यांचे नाते प्रत्येकाशी आणि प्रत्येक वस्तूसोबत सुद्धा, त्यांच्या कारसोबत, अगदी त्यांच्या पेनसोबत सुद्धा असेच खूप जवळचे होते. आणि अर्थात तितकेच जवळचे नाते देवतांसोबत आणि महान गुरूंसोबतही होते. त्यांनी समजावून सांगितले होते की, या सृष्टीमधील सर्वकाही चैतन्याने बनलेले आहे. चैतन्य हा एक दैवी पदार्थ आहे. प्रत्येक वस्तूला एक गाभा असतो. कोणत्याही वस्तूच्या गाभ्याशी आपण खूप प्रेमाने बोलू शकतो. प्रेम आपल्याला कोणत्याही वस्तूच्या गाभ्याशी जोडू शकते आणि आपण त्याच्यासोबत बोलू शकतो.

माझा असा विश्वास आहे की, संपूर्ण जगाच्या कल्याणासाठी उपयोगात येत असलेल्या सुंदर 'रा' ऊर्जा, गुरुजींमुळेच इथे उपलब्ध आहेत. 'रा' देवासोबत असलेल्या त्यांच्या विशेष नात्यामुळेच ते शक्य झाले आहे. गुरुजींनी आपल्याला सांगितले होते की कुंडलिनी ऊर्जा या ७२ प्रकारच्या असतात. या गोष्टींबद्दल आपल्याला माहीत नव्हते. मला वाटते या जगाला पहिल्यांदाच हे ज्ञान मिळाले आहे. येथील कुंडलिनी मंदिरात या ७२ प्रकारच्या ऊर्जा साठवलेल्या आहेत. इथे शंबलाचे वर्ग भरतात आणि शंबलातील महान गुरू या वर्गांमध्ये आपल्याला दीक्षित करण्यासाठी येतात. गुरुजींमुळे हे सर्व शक्य झाले आहे. जगाला या गोष्टी सध्या माहीत नसतील. या तपशिलांची नोंद कदाचित भविष्यातील पुराणांमध्ये केली जाईल.

गुरुजींची भेट ही आपल्या जीवनातील सर्वात महत्त्वपूर्ण घटना होती. या भेटीमुळे आपली नियती बदलली आणि जीवनाबद्दलचा आपला दृष्टिकोन बदलला. जगण्यासाठी आपल्याला एक उच्च उद्देश मिळाला. आपले पुष्कळ साधक गुरुजींना प्रत्यक्ष भेटले नसतील पण ते गुरुजींना त्यांच्या पुस्तकांमध्ये भेटले आहेत, त्यांनी आपल्याला दिलेल्या ज्ञानाच्या मार्फत, त्यांच्या ऊर्जांमार्फत गुरुजींना भेटले आहेत; या ध्यानवर्गात त्यांना भेटले आहेत, जिथे त्यांच्या ऊर्जा उपलब्ध आहेत. त्यांच्या जीवनावर ह्याचा मोठा प्रभाव पडेल. त्यांना कोणत्याही प्रकारे भेटणे म्हणजे परमेश्वराच्या प्रवेशद्वाराला, प्रकाशाच्या प्रवेशद्वाराला भेटण्यासारखे आहे. परमेश्वर अशा भेटी त्याच्या गूढ आणि अद्भुत पद्धतीने घडवतो. जेव्हाही आम्ही गुरुजींना भेटायचो, तेव्हा त्यांचे प्रेम आम्हाला वेढून घेत असे आणि आम्हाला एका वेगळ्याच उच्च अवस्थेत नेत असे. ती अवस्था म्हणजे परमेश्वराचा अनुभव घेण्यासारखी होती. गुरुजींनीच सांगितले होते की जेव्हा आपल्यात काही शिकण्याची प्रामाणिक ओढ असते, तेव्हा परमेश्वर, कसे कोण जाणे, एका अशा माणसाची व्यवस्था करतो, जो आपल्याला ते शिकवू शकेल. हे किती सुंदर आहे !

त्यांनी समजावून सांगितले की, सत्याची स्वतःची शक्ती किंवा क्षमता असते. आपल्याला फक्त सत्य बोलण्याची गरज आहे, आणि ते इतरांपर्यंत पोहोचते. तसेच त्यांनी सांगितले की शुद्धतेची स्वतःची शक्ती असते, क्षमता असते. आपण जर का शुद्ध असलो तर आपण परमेश्वराशी जोडले जातो. आणि परमेश्वराची शक्ती आपल्यामार्फत काम करू लागते. त्यांनी असे गहन वास्तव अशा साध्या सरळ पद्धतीने आपल्याला सांगितले.

त्यांनी प्रत्येक क्षेत्रातील उत्कृष्ट गोष्टींची आपल्याला ओळख करून दिली. मग ते वाङ्मय असो, संगीत असो किंवा सिनेमा असो. ते एक परिपूर्ण मानव होते. ते म्हणाले, 'आधी मानवता, मग दिव्यता. आपण हे मानवी जीवन अनुभवले पाहिजे. या जीवनात अद्भुत आणि सुंदर गोष्टी आहेत.' ते केव्हाही या जगातील सर्वोत्कृष्ट गोष्टींशी स्वतःला जोडत असत. ते आपल्यातील सुद्धा सर्वोत्कृष्ट भागाशी, आपल्या आत्म्याशी स्वतःला जोडत असत. म्हणूनच त्यांच्या सहवासात आपल्याला पूर्णपणे सकारात्मक वाटत असे. मला असे म्हणावेसे वाटते की, त्यांच्या सहवासात आपल्याला देव बनल्यासारखे वाटत असे, जणूकाही आपण देवच आहोत असे वाटत असे.

त्यांचे एक महत्त्वपूर्ण योगदान म्हणजे या जगाला महर्षी अमरांचा आणि ऋषींचा परिचय करून देणे होय. आपल्याला त्यांच्याबद्दल सांगणे महत्त्वाचे असले तरी पुरेसे नव्हते, त्यांना जगण्यातून व्यक्त करणे आणि त्यांच्यासोबत संपर्क टिकवून ठेवणे जास्त महत्त्वाचे होते. ते केल्याबद्दल आपण गुरुजींचे आभारी असायला हवे.

त्यांचे दुसरे महत्त्वाचे योगदान म्हणजे आपल्याला 'लाइट चॅनल्स वर्ल्ड मूव्हमेंट' ची भेट देणे. तीस लाखांपेक्षाही जास्त लोक आता प्रकाशाचे प्रवहन करत आहेत आणि या जगाला नवयुगाकडे वाटचाल करण्यासाठी मदत करत आहेत. लाइट चॅनलिंग किंवा प्रकाशाचे प्रवहन हे जन समुदायाने अभ्यास करण्यासाठी आहे. कोणत्याही धर्माचे अनुयायी ह्याचा अभ्यास करू शकतात. ही किती अद्भुत आणि उदात्त कल्पना आहे ! आणि ह्याचा अभ्यास जागतिक पातळीवर बदल घडवून आणेल. शाळेची मुले ह्याचे उत्कृष्ट उदाहरण आहेत. ते खूप प्रामाणिकपणे ह्याचा सराव करतात आणि त्यामुळे त्यांना खूप अद्भुत अनुभव येत आहेत. ■

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.

श्री जयंत देशपांडे ह्यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव; अनुवाद : वैशाली जोशी

२६-११-२०१७

गुरुजींनी अनेक वर्षे अथकपणे कार्य केले. ते एकही वर्ग न चुकवता, जवळजवळ २५ वर्षे प्रत्येक रविवारी ह्या ध्यानवर्गांच्या माध्यमातून बोलले. त्यांची सर्व व्याख्याने अद्याप प्रकाशित झालेली नाहीत. आम्ही त्यांना प्रकाशित करण्याच्या प्रक्रियेत आहोत. 'Thus Spoke Guruji', ह्या त्यांच्या अप्रकाशित व्याख्यानांच्या पुस्तक मालिकेचा पुढचा खंड आम्ही बहुतकरून सहा महिन्यांनंतर प्रकाशित करू. आम्ही यापूर्वी दोन खंड प्रकाशित केले आहेत.

अगदी शेवटच्या दिवसात जेव्हा त्यांना खूप त्रासातून आणि दुःखातून जावे लागले, त्यावेळी सुद्धा त्यांनी आपल्याला बऱ्याच गोष्टी शिकवल्या. दर वर्षी तपोनगरवासी एकत्र जमतात आणि दिवाळी सारखे सण साजरे करतात. २०१२ साली दिवाळीच्या दिवसात गुरुजी खूप आजारी होते. एक व्यक्ती जी ध्यानसाधक नाही पण तपोनगरात राहाते, तिने निरीक्षण केले की गुरुजी इतके आजारी असूनही दिवाळीच्या आनंदोत्सवात आपल्याबरोबर सहभागी झाले. आणि दुसऱ्याच दिवशी सकाळी त्यांना रुग्णालयात दाखल करण्यात आले. ते हा संदेश द्यायचा प्रयत्न करत होते - काहीही झाले तरी जीवन साजरे करणे चालू राहिले पाहिजे. आणि हे सर्वकाही ध्यानसाधक नसलेल्या व्यक्तीच्या सुद्धा लक्षात आले. त्या व्यक्तीशी बोलून मला खूप आनंद झाला.

गुरुजींना इथे 'प्रकाशाचे नगर' पाहायचे होते. त्यांनी त्यांच्याजवळ असलेले सर्वकाही दिले - ज्ञान, ऊर्जा, मार्गदर्शक तत्त्वे, संधी, सर्वकाही. 'प्रकाशाचे नगर' ही कदाचित एक खूप मोठी कल्पना, एक भव्य कल्पना असल्यासारखी वाटेल. पण जेव्हा महान गुरू तशी स्वप्ने आपल्याला सोपवतात तेव्हा ती पूर्ण करणे शक्य असायलाच पाहिजे. नाहीतर ते अशी स्वप्ने आपल्याला का बरे सोपवतील? मला वाटते की तपोनगरातील लोकं प्रगती करीत आहेत. अर्थात त्यांच्यात अपरिपूर्णता आहे. पण इथे 'प्रकाशाचे नगर' स्थापित करण्याचा प्रामाणिकपणे प्रयत्न केला जातो आहे. आपण यशस्वी होऊ किंवा नाही. पण आपण मनःपूर्वक प्रयत्न करणे महत्त्वाचे आहे. ते आपण केलेच पाहिजेत. मी पाहातो आहे की सामाईक उपक्रम, लोकांमधे एक प्रकारचा बंध वाढवण्यास मदत करीत आहेत. कदाचित सुरुवातीला आपण अपयशी ठरू. पण आपण पुन्हा पुन्हा प्रयत्न करत राहू. आपण आपल्या महान गुरूंकडून हेच शिकलो आहोत. गुरुजी नेहमी आपल्याला विश्वामित्र महर्षींबद्दल सांगायचे. ते अपयशी व्हायचे पण ते पुन्हा प्रयत्न करायचे. हजार वेळा किंवा लाखो वेळा प्रयत्न करावे लागतील. आपण प्रयत्न करत राहू आणि इथे आपल्याकडे खूप छान लोकं आहेत. मला खात्री आहे की आपण ह्या स्वप्नाच्या दिशेने वाटचाल करू शकू. नवयुगाकडे संक्रमण करताना आव्हाने समोर येणे अटळ आहे. पण नवयुग ही सुनिश्चित नियती आहे कारण ऋषी त्यासाठी कार्य करीत आहेत. जेव्हा ते त्यासाठी कार्य करतात, तेव्हा ते घडणारच. आपल्याला तिथे राहायचे आहे की नाही याची आपण निवड केली पाहिजे.

ही जागा नीटनेटकी आणि स्वच्छ ठेवण्याचे आणि फुलांची मांडणी करण्याचे काम जे स्वयंसेवक करतात त्यांच्याप्रती मी कृतज्ञता व्यक्त करू इच्छितो. जी लोकं प्रसाद बनवण्याचे काम करतात त्यांच्याप्रती मी कृतज्ञता व्यक्त करू इच्छितो. त्यांना सकाळी खूप लवकर उठून कामाला लागावे लागते. वेबकास्टच्या कार्यात सहभागी असलेल्या आणि आपली ध्वनी प्रणाली कार्यरत आहे हे सुनिश्चित करणाऱ्या स्वयंसेवकांप्रती सुद्धा मी कृतज्ञता व्यक्त करतो. ह्या सर्व लोकांमुळे आपण इथे आरामात बसून ध्यान करू शकतो आहोत. आपल्या कार्यात सहभागी असलेल्या सर्व लोकांप्रती देखील मी कृतज्ञता व्यक्त करू इच्छितो; आणि निश्चितच सर्व विद्यार्थ्यांप्रती - गुरुजींचे हे खूप खूप महत्त्वाचे कार्य पुढे चालू ठेवण्यात त्यांच्या सहभागासाठी आणि समर्थनासाठी. ही एक खूप मोठी जबाबदारी आहे आणि आपल्याला जर प्रत्येकाकडून सहकार्य मिळाले नाही तर हे कार्य पुढे चालू राहू शकत नाही. धन्यवाद. ■

प्रश्नोत्तरे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

प्र: ध्यानात देव आणि ऋषी तुम्हाला दिसतात का?

उ: क्वचितच. मी त्यांना पाहू शकत नाही परंतु मी त्यांना अनुभवतो. आणि ध्यानाच्या वेळीच नाही तर इतरही वेळी मला त्यांच्या उपस्थितीची जाणीव असते.

प्र: जर मी सूक्ष्मदेहाने कृष्णविवर किंवा ब्लॅक होलकडे प्रवास केला तर मी त्याच्यामधे शोषला जाईन का?

उ: सूक्ष्मजगातील प्रवास आणि तो आठवणे हे काही सोपे नाही. फक्त अशा प्रवासाचा आनंद मिळावा म्हणून आपण सूक्ष्मदेहाने कुठेही प्रवास करू शकत नाही. त्यासाठी एका उच्च उद्देशाचे असणे आवश्यक असते – वैश्विक कल्याणाशी संबंधित काही काम किंवा दुसऱ्या कोणत्यातरी तारांमंडळातील ऋषींची भेट घेण्यासाठी किंवा ऋषींच्या कार्यासाठी देवतांची भेट घेण्यासाठी.

प्र: रंगीत स्वप्न म्हणजे सूक्ष्मजगातील प्रवास असतो का?

उ: नाही. बरेचदा स्वप्न हे रंगीबेरंगी असतात. परंतु नेहमीच ते सूक्ष्मजगातील अनुभव नसतात. आपल्याला हे सर्व समजण्यासाठी बराच वेळ साधनाभ्यासात घालवावा लागेल.

प्र: ध्यानात ज्यावेळी आपण स्तब्धता अनुभवत असतो तेव्हा आपले हीलिंग होत असते का?

उ: कदाचित होय. मला माहीत नाही. पण माझा विश्वास आहे की आपल्याला अज्ञात अशा बऱ्याच प्रक्रिया या शरीर प्रणालीत तेव्हा घडत असतात. त्या समजून घेण्यासाठी आपल्याला बरेच संशोधन करावे लागेल.

प्र: प्राण्यांच्या मृत्युपश्चात त्यांचे आत्मे कुठे जात असतात?

उ: ते ब्रह्मलोकाकडे, म्हणजे त्यांच्या स्रोताकडे परत जात असतात. आणि तोच त्यांचा मोक्ष असतो.

प्र: वैद्यकीय तपासणीच्या वेळी, जेव्हा आपला इ.सी.जी. काढत असतात किंवा आपली रक्त परीक्षा होत असते तेव्हा जर आपण प्रकाशाचे प्रवहन केले तर त्याचा वैद्यकीय तपासणीच्या परिणामांवर प्रभाव पडेल का?

उ: नाही. परिणामांमधे तुमच्या रक्तातील साखर जास्त निघेल जर खरोखरीच तुमच्या रक्तात ती जास्त असेल. जरी तुम्ही प्रकाशाचे प्रवहन करत असलात तरी.

प्र: बौद्धिकांच्या संगतीत असताना माझ्यातील हीन भावना मी कशी थांबवू शकतो?

उ: बुद्धिमान लोक निःसंशय छान बोलू शकतात. भाषेवर त्यांचे प्रभुत्व असते आणि ते तार्किक आणि प्रभावी असतात. पण ध्यानसाधक हा एक गूढवादी असतो. तो आपली जाणीव अशा ठिकाणी नेऊ शकतो जिथे बुद्धीवादी पोहोचू शकत नाही. त्यामुळे ध्यान करताना किंवा कोणत्याही गूढ सरावाच्या माध्यमातून जे ज्ञान त्याला मिळते ते अधिक आणि स्पष्ट असते. हे का जर तुम्हाला समजले तर तुम्ही स्वतःला हीन समजणार नाही.

प्र: साधनेमधे समाधी अनुभवणे हे किती महत्त्वाचे असते?

उ: हे खूप महत्त्वाचे असते. समाधीची अनुभूति हे ध्यानसाधकाचे पहिले ध्येय असायला हवे. हे पहिले द्वार किंवा ही पहिली पायरी असते. समाधीच्या अनुभूतिशिवाय आपण पुढे सरकू शकत नाही. जेव्हा आपण समाधी अनुभवतो तेव्हा आपल्याला दिव्यत्वाची पहिली झलक मिळत असते. या पहिल्या झलकेत कदाचित आपल्याला परिपूर्ण शांती, परिपूर्णता, दैवी प्रेम आणि एकत्वाची अनुभूति मिळेल. जेव्हा तुम्ही समाधी अनुभवाल तेव्हा तुम्ही सत्याला जाणाल. समाधी अनुभवल्याशिवाय आपल्याला उच्च सत्यांचे, उच्च वास्तवाचे आकलन होणार नाही. आपले दैनंदिन जीवन आपण योग्यरीत्या जगू शकणार नाही.

प्र: तुमच्या अनुसार वर्तमानात जगणे म्हणजे काय?

उ: आपल्या अंतरंगात आणि आपल्या आजूबाजूला एक उपस्थिती असते. ती उपस्थिति म्हणजे स्वतः देव असतो. तो आपल्या मदतीसाठी, आपल्या संरक्षणासाठी आणि आपल्या मार्गदर्शनासाठी सदोदित असतो. परंतु बहुतेक वेळा आपल्याला त्याची जाणीव नसते. आपल्याला वाटते की देव हा फक्त मंदिरांमधेच असतो. आता साधनेच्या उच्च पातळ्यांवर आपण प्रवेश करत आहोत. आपल्याला या विषयी जागरूक व्हायला हवे. वर्तमानात जगणे म्हणजे, आपल्या दैनंदिन जीवनात आपण व्यस्त असूनही ह्या उपस्थितीची जाणीव ठेवणे. हे म्हणजे नुसते वर्तमानात जगणेच नाही तर त्याच्या उपस्थितीच्या जाणिवेत जगणे होय. ही उपस्थिती आपल्याला परिपूर्ण बनवत असते. ■

आमची प्रकाशने

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
Higher Communication & Other Realities	100/-
Light Body & Other Realities	100/-
Master-Pupil Talks	60/-
Master-Pupil Talks - Vol 2	75/-
iGuruji Vol 1,3,4 & 7	each 150/-
iGuruji - Vol 2	120/-
iGuruji - Vol 5	100/-
iGuruji - Vol 6	75/-
Living in the Light of My Guru	220/-
How to Meditate	50/-
Dhyana Yoga	50/-
Descent of Soul	50/-
Practising Shambala Principles	50/-
Astral Ventures of A Modern Rishi	50/-
Channelled Knowledge from the Rishis-Vol 2	150/-
Channelled Knowledge from the Rishis-Vol 3 & 4	each 200/-
Guruji Speaks Part - I & II	each 200/-
Guruji Speaks (Vol 3)	150/-
Guruji Speaks (Vol 4)	250/-
Guruji Speaks (Vol 5 & 7)	each 200/-
The Book of Reflections - Vol 1 & 2	each 200/-
The Book of Reflections - Vol 3	150/-
Meditators on Meditations	75/-
Meditators on Experiences	75/-
Meditational Experiences - Vol 1 & 2	each 150/-
Awareness	60/-
Living in Light	10/-
Light	10/-
Quotes from the Rishis - Vol 1 & 2	each 100/-
Pyramid Revelations	100/-
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)

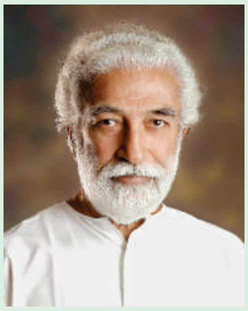
द वर्ड बुक शॉप, कँप (फोन: २६१३३११८, ३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)

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

यशवंत प्रकाशन, सदाशिव पेठ (फोन:२४४७०५३३)

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

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

जेव्हाही ध्यान करताना मी स्वतःचे अस्तित्व विसरतो तेव्हा अनंत विस्तार व सर्व रूपांशी त्या अनंताचे असलेले नाते माझ्या दृष्टीस पडते. प्रत्येक गोष्ट चैतन्यस्वरूपी दिसते. कधी कधी मला वाटते की मी चैतन्याचा एक अतिसूक्ष्म कण आहे तर कधी वाटते की मी संपूर्ण आहे.

– हरीश एम. आर.

गेल्या तीन महिन्यात ध्यान करताना पुष्कळदा मला विस्तार जाणवायचा व त्याच बरोबर प्रचंड धडधडीची संवेदना देखील होत असे. मला सामान्य होण्यास बराच वेळ लागायचा.

प्रलयाचे परिणाम मला सतत जाणवतात, फरक फक्त एवढाच आहे की विशेष करून ज्यावेळी कुटुंबाबाबत महत्त्वाचे निर्णय मला घ्यावयाचे असतात त्यावेळी मी माझ्या क्षमतेने स्वतःवर नियंत्रण ठेवते.

– नंदिता पटेल

ध्यान करण्यास मी नेहमीच इच्छुक असते. ज्या दिवशी मी इतर कामांमध्ये व्यस्त असते त्या दिवशी मी शांत बसून परमेश्वराशी दुवा जोडण्यासाठी वेळ मिळण्याची वाट पाहत असते. कधी कधी तर अगदी काही मिनिटांचा अवधीही मला पुरेसा ठरतो. जोपर्यंत मला ध्यानाकरिता हवा तसा पूर्ण एक तास मिळत नाही तोपर्यंत त्या अल्प अवधीतच गुरुजींनी आणि ऋषींनी दिलेले कोणतेही तंत्र माझ्या अस्तित्वाला उच्च पातळीवर नेण्याचे कार्य पूर्ण करतात !

– विद्या वीरकर

सप्तऋषींच्या मार्गात येण्यापूर्वी मी इतर बऱ्याच मार्गांच्या सत्संगांना भेट दिली आहे. मी ह्या मार्गाप्रती व ऋषींप्रती नेहमीच आस्था, प्रेम व आत्मीयता अनुभवतो. आता माझी खात्री झाली आहे की माझी नियती ऋषींसोबत आहे.

– पुंडलीक ढाकोरकर

मला जाणवते की माझ्या ध्यानसाधने करिता राखून ठेवलेल्या वेळेची मी मनापासून वाट पाहत असते. माझी दैनंदिन कामं करीत असताना मी प्रकाशास माझ्या विचारांमध्ये बाळगते. असा एकही दिवस नसतो की माझ्या कार्यक्षेत्राच्या आणि घराच्या जीवनात प्रकाश माझ्या विचारांमध्ये माझ्यासोबत नसतो. हे जग प्रेम, शांती व एकोप्याने भरलेले आहे असा माझ्या भोवतालच्या जगाबाबत माझा दृष्टिकोन बनला आहे. प्रेम हे या जगाचे आद्य स्पंदन आहे जे नेहमी प्रकाशासोबत असते.

ध्यानसाधनेमुळे माझे डोक्याचे दुखणे देखील बऱ्याच प्रमाणात कमी झाले आहे. माझ्या विचारांत शांतता आली आहे. मी अगदी जाणीवपूर्वक माझे मन नेहमी शांती व एकोप्याच्या भावनांनी भरते.

– लुसिन्डा बाक

मी सूक्ष्म जगत व ऋषींच्या परिवाराचाच एक भाग आहे असे मला खूप तीव्रतेने वाटते. मी त्यांच्याकडे पूर्णपणे आकर्षित होत आहे.

नित्य ध्यानसाधना मला दिवसभर माझ्या नित्यकर्मांतून जाण्यास मदत करते. मी माझ्या भोवतालच्या नकारात्मक लोकांमुळे अजिबात विचलित होत नाही व प्रत्येक गोष्ट मी जास्त चांगल्या प्रकारे हाताळू शकते.

– वसंता रामानुजन

मी माझ्या जीवनाबाबत अगदी समाधानी व आनंदी आहे व मला हे जीवन खूप छान वाटते. अनावश्यक गप्पा किंवा वादविवाद ह्या गोष्टीत आता मला अजिबात रस वाटत नाही. 'चिंता', 'ताण' आणि 'निराशा' हे शब्द आता मला उपरे वाटतात! मला माझ्या भोवताली व माझ्या अंतःकरणात अफाट आनंद व प्रेम जाणवते! जेव्हा माझा मुलगा अमेरिकेला जायला निघाला होता तेव्हा मी हसतमुखाने त्याला निरोप दिला. मी अगदी सहजतेने विरक्ती जीवनात उतरवते आहे. मी माझ्या जीवनातील प्रत्येक क्षणाचा आनंद लुटत आहे!

– पायल वर्मा

जरी गोष्टी माझ्या मनाप्रमाणे घडत नाहीयेत तरीही माझा परमेश्वरावरचा विश्वास कमी झालेला नाही. मी स्वतःला नेहमी सांगत राहते की माझ्यासाठी व माझ्या परिवारासाठी सर्वोत्तम काय आहे हे परमेश्वर जाणतो व तो सर्वात योग्य मार्गाने माझी काळजी घेईल. ही माझ्यासाठी फार मोठी उपलब्धी आहे.

– अनु सैगल

मी नेहमी प्रकाशाबद्दल विचार करते व गुरुजींचे प्रवचन ऐकत असते. मी बहुतांशी शांत असते. मला ऋषींची कृपा जाणवते. शरणागत होऊन परिस्थितीचा स्वीकार करण्यास आता मी शिकले आहे.

– उत्कर्षा मालकर

मी रविवारच्या ध्यानवर्गाची अगदी आतुरतेने वाट पहात असते. गुरुजींची उपस्थिती नेहमीच मला जाणवते. जयंतजी व इतरांमधील सभ्यपणा व शांती माझ्यासाठी नेहमीच प्रेरणादायक ठरतात.

– दिप्ती 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