प्रकाशमार्ग

Volume 10 Issue 8 | MAY 2018 | Rs. 25

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.

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद

(जून १९९५ या अंकामधून, अनुवाद : जयंत देशपांडे)

सात वर्षांपूर्वी मी ध्यानवर्गांना सुरुवात केली आणि तेव्हांपासून शेकडो लोकांना अध्यात्मातील गूढ प्रवासात मार्गदर्शन केले आहे. माझ्या कार्याचा एक टप्पा पूर्ण झाला आहे. माझ्या कार्याचा दुसरा टप्पा सुरू होत असताना, मी मागे वळून माझ्या संघर्षांकडे, अपयश आणि यशांकडे पाहतो. हा नेहमीच एक फायद्याचा अभ्यास ठरतो. आपण नेहमीच आपल्या अपयशांकडून बरेच काही शिकू शकतो.

या सात वर्षांमध्ये बऱ्याच गोष्टी बदलल्या आहेत. काळ बदलला आहे. आपण नवयुगात पाऊल टाकले आहे आणि आपल्याला आपल्यात परिवर्तन घडवून आणणाऱ्या ऊर्जा मिळत आहेत. या ऊर्जांमुळे आपल्या शरीर–प्रणालीत बदल घडत आहेत आणि त्यामुळे ध्यानाच्या तंत्रांमध्ये बदल करणे, नवी तंत्रे विकसित करणे गरजेचे आहे. मी हे सर्व, मार्गदर्शक ऋषींच्या मदतीने साध्य करू शकत आहे. ऋषी आध्यात्मिक शास्त्रात पारंगत आहेत. त्यांचे अनुभव आणि त्यांच्या दूरदृष्टीचा फायदा आपल्या विद्यार्थ्यांना मिळतो आहे.

या सात वर्षांनी माझ्या आणि माझ्या कामाबद्दल खूप काही उलगडा केला आहे. मी केवळ साधकांना ध्यानात मार्गदर्शन करण्यापासून ते त्यांच्या आध्यात्मिक समस्या समजण्यापर्यंत आणि त्यांच्यावर तोडगा काढण्यापर्यंत, माझ्या क्षमता वाढवू शकलो. मी हे ऋषींच्या मदतीने करू शकलो. तसेच जेव्हा महर्षी अमर या भौतिक तलावर उपलब्ध होते, तेव्हा त्यांच्याकडून जे आध्यात्मिक शास्त्राचे ज्ञान मी मिळवले होते, केवळ ते ज्ञान लोकांपर्यंत पोहोचवण्यापासून ते नवे ज्ञान मिळवण्यापर्यंत, प्रत्यक्ष उच्च लोकांत वास्तव्य करणाऱ्या ऋषींकडून नवे ज्ञान मिळवण्यापर्यंत, मी माझ्या क्षमता वाढवू शकलो. मी अर्थातच हे ऋषींच्या मदतीने करू शकलो.

दोन वर्षांपूर्वी जेव्हा मी तपोनगरात आलो, तेव्हा खूप लवकर बदल झाले आणि ते विलक्षण होते. मी नव्या ऊर्जा प्रवाहित करू शकलो, आध्यात्मिक ऊर्जांची कित्येक क्षेत्रे बनवू शकलो आणि सूक्ष्म कक्षांमध्ये विशेष ऊर्जा साठवू शकलो. आम्ही येथे जगण्याच्या आवश्यक स्थिती निर्माण करून पुष्कळ उच्च जीवांना इथे राहण्यासाठी सामावून घेऊ शकलो. तपोनगर हे सूक्ष्म प्रवाशांचे केंद्रबिंदु आणि सूक्ष्म प्रकाशाच्या जाळ्याचे एक केंद्र बनले. भौतिक पातळीवरही सर्व जगात पसरलेल्या कित्येक प्रकाश गटांसोबत आम्ही संपर्क स्थापित करू शकलो.

ऋषींनी मला उच्च आध्यात्मिक अवस्थेमध्ये दीक्षित केले आणि नंतर माझे स्थान पुष्कळ पटीने वाढवले, मला पुष्कळ लोकांमध्ये कार्य करण्यासाठी, मार्गदर्शक, हीलर, अवकाशात संदेशवाहक म्हणून, प्रलय ऊर्जा पसरवण्याचे कार्य करणारा, आध्यात्मिक परिषदेचा सदस्य इत्यादी अशा वेगवेगळ्या भूमिकेमध्ये कार्य करण्यासाठी प्रशिक्षण दिले. त्यांच्या कृपेने आणि प्रेमाने, ऋषींनी मला आणखी पुष्कळ मार्गांनी – ज्याचा उलगडा करण्याची मला परवानगी नाही – कार्य करण्यासाठी उच्च लोकांमध्ये प्रशिक्षण दिले. आता जेव्हा मी मागे वळून पाहतो, तेव्हा मला खूप आनंद होतो आणि मला माझ्या ऋषींबद्दल खूप कृतज्ञता वाटते.

सात वर्षांपूर्वी, जेव्हा मी ध्यानवर्गांना सुरुवात केली, तेव्हा सहजीवन सुरू करण्याची माझी कल्पना होती, आश्रम किंवा गुरुकुल सुरू करण्याची माझी कल्पना होती. मी यासाठी काही काळ काम केले. पण कार्यक्षम सहयोगी कार्यकर्त्यांच्या अभावामुळे माझ्या उत्साहाला मी नियंत्रित केले. पण आता मला वाटते की एका दृष्टीने ते बरेच झाले. अशा प्रकारचे इतर पुष्कळ गट आहेत आणि त्यांचा भौतिक व्याप असूनही, का कुणास ठाऊक तिथे आध्यात्मिकतेवर विशेष जोर दिला जात नाही. मला अशा प्रयोगाची पुनरावृत्ती करायची नाही आहे.

माझ्या लक्षात आले आहे की, भौतिक पातळीवर काम करून, लोकांना जागृत करून परमेश्वराशी तादात्म्य साधण्यात त्यांची मदत करणे, हे प्रत्येक प्रकाश कार्यकर्त्याचे सर्वात महत्त्वाचे जीवितकार्य असते. एका माणसाच्या अंतरंगातील प्रकाशातून, प्रेम आणि शांती पसरते. व्यक्तिविशेषाची भूमिका, इतिहासातील कोणत्याही काळी इतकी महत्त्वाची आणि आवश्यक नव्हती, जेवढी आता आहे. वैयक्तिकपणे लोकं आणि छोटे गट, शांतपणे, नवयुगासाठी योग्य वातावरण निर्माण करत आहेत.

माझ्या अवतीभोवती असलेल्या ध्यानसाधकांना त्यांची भूमिका समजेल, त्यांना देण्यासाठी जे ज्ञान आणि ऊर्जा आम्ही जतन करत आहोत, त्यांना ते ग्रहण करतील आणि आपल्या अंतरंगात नवयुग प्रथम स्थापित करून जगात पसरवतील, असे मला खूप वाटते आणि मला तशी आशा वाटते. मी अर्थात, त्यासाठी वाट पाहेन! ■

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.

महर्षी अमर आणि गुरुजी कृष्णानंद – सप्त ऋषी मार्गाचे संस्थापक पिता

काही ठळक घडामोडी

- गुरुजींची ७९ वी जयंती तपोनगर येथे २०–५–२०१८ रोजी साजरी करण्यात येईल. ह्यात भाग घेण्यासाठी साधकांनी त्यांची नावे १९ मे पर्यंत मानसा कार्यालयात नोंदवावी.
- आनेकल येथील आपल्या सप्तर्षी ध्यान केंद्राचा दहावा वार्षिकदिन १६–४–२०१८ रोजी साजरा करण्यात आला.
- बुधवार, २ मे २०१८ रोजी सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत तपोनगर येथे ओरिएंटेशन वर्ग आयोजित करण्यात येईल. वेबकास्टची सोय असलेले बाहेरील विद्यार्थी देखील वर्ग चालू असताना होणाऱ्या प्रत्यक्ष प्रसारणाद्वारे ह्यात भाग घेऊ शकतील. ह्यात भाग घेण्याची इच्छा असलेल्या विद्यार्थ्यांनी कृपया ३० एप्रिल २०१८ पर्यंत मानसा कार्यालयाशी संपर्क साधून आपले नाव नोंदवावे.

गुरुजींचा जयंती समारंभ
रविवार, २० मे २०१८

सकाळी ११ वाजता	–	स्वागत व्याख्यान विशेष ध्यान
दुपारी १२.३० वाजता	–	प्रसाद

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

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०८	मंगळवार	कृष्णाष्टमी
१४	सोमवार	शिवरात्री
१५	मंगळवार	अमावास्या
१८	शुक्रवार	गुरुजींची जयंती
२०	रविवार	गुरुजींच्या जयंतीनिमित्त कार्यक्रम
२२	मंगळवार	शुक्लाष्टमी
२४	गुरुवार	शुक्ल दशमी
२९	मंगळवार	पौर्णिमा

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी	–	व्याख्यान, सकाळी ११ ते मध्यान्ह १२ पर्यंत
	–	प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
रविवार १३	–	शंबला गटाची बैठक दुपारी २ वाजता
रविवार २०	–	गुरुजींच्या जयंती निमित्त कार्यक्रम
	–	'रा' गटाची बैठक दुपारी २ वाजता

आनेकल येथील कार्यक्रम

शुक्रवार, १८–५–२०१८ रोजी सकाळी ११.३० वाजता आपल्या सप्तर्षी ध्यान केंद्रात गुरुजींची जयंती साजरी करण्यात येईल.

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

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

संकलन : वैशाली जोशी, अनुवाद : वैशाली नितिन तरे

"वर्ल्ड चॅनल्स डे"च्या दिवशी, तुमकूर येथील चेतना विद्या मंदिर उच्च माध्यमिक शाळेतील प्रकाश प्रवहनाच्या सत्रानंतर, तेथील एक शिक्षिका, श्रीमती सुमंगला ह्यांनी अश्रुपूर्ण नयनांनी मला सांगितले, "आता जे प्रकाश प्रवहनाचे सत्र आयोजित केले गेले, मी त्याच्यात भाग घेतला होता. त्या सत्रादरम्यान काहीतरी चमत्कारिक घडले आणि मी ह्याचा नियमितपणे सराव करणार आहे." पुढे त्यांनी मला सविस्तरपणे सांगितले, "सहा महिन्यांपूर्वी मी बसमधून पडले व माझ्या गुडघ्यांना मार लागला होता. मी असह्य वेदनांमधून गेले आहे. मी औषधोपचार केला व बरीही झाले परंतु वेदना काही पूर्णपणे नाहीशा झाल्या नाहीत आणि मी सरळ चालू शकत नव्हते. प्रकाश प्रवहनाच्या दरम्यान जेव्हा तुम्ही हीलिंगबद्दल सांगत होता, तेव्हा मी कल्पना केली की भरपूर प्रकाश माझ्या त्या भागामध्ये जात आहे आणि माझी मदत करत आहे. गेल्या सहा महिन्यात आज प्रथमच मी सरळ चालू शकले आणि तिथून सरळ तुमच्याकडे आले." मी अवाक् झालो. मी प्रकाशाचे आभार मानले व पुढे निघालो.

दुसऱ्या एका शाळेत प्रकाश प्रवहनाचे सत्र आयोजित करणे म्हणजे एक आवाहनच होते. अंजली मॅडम त्यांना प्रकाश प्रवहनाचे महत्त्व व फायदे समजावून सांगण्याचा प्रयत्न करीत होत्या. मला वाटले की त्यामध्ये माझे काही काम नाही म्हणून मी तिथेच बसलो व प्रकाशाचे प्रवहन करण्यास सुरुवात केली. मी जेव्हा प्रकाशाचे प्रवहन थांबविले त्यावेळी जो माणूस आम्हाला शाळेच्या व्यवस्थापकांचा निर्णय कळवणार होता, तो आला व म्हणाला की जे प्रकाश प्रवहनाच्या सत्रासाठी परवानगी देणार आहेत त्यांपैकी कुणाशीही त्याचा संपर्क होत नाही आहे आणि तो स्वतःहून काहीच निर्णय घेऊ शकत नाही. त्याच वेळी त्याचा मोबाईल वाजला. व्यवस्थापकांपैकी एकाचा फोन होता व त्यांनी सत्र घेण्याची परवानगी दिली. काही सेकंदातच पूर्ण परिस्थिती बदलून गेली होती. आम्ही सत्र घेतले आणि सर्व विद्यार्थ्यांचा सहभागही वाखाणण्याजोगा होता.

– गुरुराज कानाडे, स्वयंसेवक

"वर्ल्ड चॅनल्स डे"च्या दिवशी सेंट जोसेफ शाळेत प्रकाश प्रवहनाच्या सत्रादरम्यान जेव्हा मी म्हणाले, "आता कल्पना करा की हा प्रकाश तुमच्या संपूर्ण शाळेत पसरत आहे", त्यावेळी प्रकाशाचा पूरच जणू माझ्यामध्ये व माझ्या आजूबाजूला जाणवला, तो अविश्वसनीयपणे जाणवत होता. संपूर्ण परिसरच जणू प्रकाशमय झाला होता. जेव्हा आपण प्रकाश प्रवहनाचा सराव करतो, तेव्हा प्रकाश खरंच सगळीकडे कसा पसरतो, ह्याचा मला आलेला हा प्रथम दर्शनीय अनुभव होता.

– श्रुती सुधाकर, स्वयंसेवक

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल, अनुवाद : वैशाली जोशी

तीस वर्षांपूर्वी, संस्थापक पिता – प्रकाश गुरूंच्या स्वप्नाचे प्रकटीकरण करण्यासाठी, मानसा फाउंडेशन ही आध्यात्मिक संस्था सुरू करण्यात आली. गुरुजी कृष्णानंद यांनी सप्त ऋषी मार्गाची स्थापना करण्यासाठी त्यांना प्रिय असलेल्या सर्व गोष्टींचा त्याग केला. ही संस्था अस्तित्वात येणे सुनिश्चित करण्यासाठी, त्यांनी अकथित वैयक्तिक आघात सहन केले, या हेतूने की प्रामाणिक शोधकासाठी आध्यात्मिक मार्गदर्शन उपलब्ध असावे. कार्यवाहकांच्या प्रयत्नांमुळे गुरुजींनी प्रस्थापित केलेला मार्ग आध्यात्मिक संपत्तीने सुशोभित राहिला आहे.

तपोनगर कॉंक्रिट जंगलने अधिकाधिक वेढले जात आहे. परिसराभोवतीच्या वाढलेल्या सोयींनी त्यांच्यासोबत आवाज, प्रदूषण आणि जनसंख्येचे ओझे आणले आहे. एकसमयावच्छेदेकरून, ऊर्जा क्षेत्रांची कंपने देखील वाढली आहेत. प्रकाश गुरू वेळोवेळी ह्या पवित्र स्थानाला नवीन आणि तीव्र ऊर्जांनी प्रभारित करतात. जी लोकं यशाचे समीकरण जनसमुदायाला आकर्षित करण्याशी करतात, त्यांना गर्दीच्या अभावामुळे हा मार्ग निष्प्रभ वाटू शकतो, पण सखोलता असलेले जाणतात की चकाकी झिजून जाते तर शांत भव्य साधेपणा कायम राहातो.

रहिवासी किंवा ध्यानसाधकांवर कठोर नियम लादले जात नाहीत, तरीही मार्गाच्या व्यवस्थेची शिस्तबद्धता टिकून राहिली आहे. इच्छास्वातंत्र्याचा नेहमीच आदर केला जातो. धार्मिक विधी आणि मंत्रांशिवाय, ऋषींच्या ध्वजाखाली, थेट ऊर्जा वापरण्याच्या नवयुगाच्या पद्धती अनेकांना विचित्र वाटू शकतात. पण काळ अशा नवीन संकल्पना सर्वांसाठी स्वीकारार्ह करतो. आमचे प्रिय प्रकाश गुरू, गुरुजी कृष्णानंद यांच्या जयंतीच्या दिवशी आम्ही आत्मपरीक्षण करतो आणि त्यांच्या स्वप्नासाठी असलेल्या आमच्या वचनबद्धतेचे नूतनीकरण करतो. त्यांचे स्वप्न आता आमच्या जीवनाचे ध्येय 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

सप्टेंबर २००५

आपण सर्व हे जाणतो की मृत्यूनंतर जीवन आहे आणि त्यानंतर सुद्धा एक जीवन आहे. इतकेच नाही तर त्या सारखी अनेक जीवने आहेत कारण अस्तित्वाच्या अनेक पातळ्या आहेत. ह्या सर्व तात्कालिक आहेत. येथील जीवन तात्कालिक आहे कारण एक दिवस आपल्याला निघून जायचे आहे आणि पुढील जीवनात प्रवेश करायचा आहे. ते जीवन सुद्धा चिरकालीन नाही आणि त्यानंतर पुन्हा आपल्याला अजून पुढच्या जीवनात प्रवेश करायचा आहे. ह्या पातळीनंतर अस्तित्वाच्या पातळ्यांची कितीही संख्या असली तरी प्रत्येक पातळी ही तात्कालिक आहे. पण अस्तित्वाची एक पातळी आहे जी शाश्वत आहे आणि तिथे आपले अस्तित्व परमेश्वरासोबत असते. म्हणून, इथे या पृथ्वीवर जीवन जगत असताना आपण तेथील परमेश्वरासोबतच्या जीवनासाठी तयारी करायला हवी. ही तयारी आपण कशी करायची? स्वत:ला शुद्ध करून, ह्या शरीरप्रणालीला स्वच्छ करून, सर्व नकारात्मकता जाणीवपूर्वकपणे काढून टाकून, आणि हर तऱ्हेने, भावनिकदृष्ट्या, बौद्धिकदृष्ट्या आणि आध्यात्मिकदृष्टव्या विस्तारित होऊन.

आपण नवयुगाकडे वाटचाल करीत आहोत. आपण हे खूप सहजपणे समजू शकत आहोत. तुम्ही जर ह्या अतिशय साध्या सत्यांविषयी आधीच्या पिढीतील वयोवृद्ध लोकांशी बोललात तर त्यांना हे समजणे कठीण आहे. तुम्ही पुढच्या पिढीकडे लक्ष देत असाल आणि त्यांचे निरीक्षण करीत असालच. ते खूप छान, खूप हुषार आहेत आणि त्यांना सत्य लगेच समजते जणू काही त्यांना सुरुवातीपासूनच ते माहीत आहे. मुद्दा हा आहे की आपण नवयुगाकडे वाटचाल करीत आहोत आणि आपल्यासाठी हे समजून घेणे आणि स्वीकार करणे शक्य आहे की आपण हे जीवन परिपूर्णतेने जगू शकतो आणि दुसऱ्या जीवनासाठी सुद्धा जगू शकतो. इतके दिवस आपल्याला वाटायचे की एखाद्याला आध्यात्मिक होण्यासाठी त्याच्या कुटुंबाला सोडून संन्यासी बनावे लागते, आणि लोकं कुटुंबाला सोडून जायचे सुद्धा! आता आपल्याला माहीत आहे की या सर्व गोष्टी आवश्यक नाहीत. त्या वेळी आपल्याला कोणत्यातरी उद्देशाने सांगण्यात आले होते की आध्यात्मिक भाग हा जीवनातील सर्वात महत्त्वाचा भाग आहे. आता सुद्धा तो महत्त्वाचा आहे. ते कोण नाकारतो? ऋषी आणि अमरांनी अपल्याला शिकवले आहे की ऐहिक जीवन देखील महत्त्वाचे आहे. आपण याचा अनुभव घेण्यासाठी खाली आलो आहोत. आपण जर याचा अनुभव घेतला नाही तर आपण अपयशी ठरू. येथील सर्व जीवन अनुभवणे आध्यात्मिक आहे. पण सर्वसाधारणपणे आपण इथल्या जीवनातील अजिबात महत्त्वाच्या नसलेल्या तपशिलांमध्ये हरवून जातो. आपण असे म्हणू या की येथील जीवनाचे दोन पैलू आहेत. एक खूप महत्त्वाचा आहे, दुसरा खूप खूप महत्त्वाचा आहे. कोण असे म्हणते की अन्न महत्त्वाचे नाही? ते महत्त्वाचे आहे. वेशभूषा महत्त्वाची आहे, दैनंदिन जीवनातील तपशील महत्त्वाचे आहेत. मी कदाचित अत्याधिक जोर देऊन सांगतो आहे की आपण कधीही असा विचार करू नये की हे महत्त्वाचे नाहीत. आपण सृष्टीच्या विविधतेचा, निसर्गातील विविधतेचा अनुभव घेण्यासाठी खाली आलो आहोत. निसर्गाचा अनुभव घेणे महत्त्वाचे आहे. संगीताचा अनुभव घेणे महत्त्वाचे आहे, केवळ ऐकणे नाही, अनुभव घेणे. तुम्ही कवितेची अनुभूती घेतली पाहिजे, जीवनातील सर्व सुंदर गोष्टींची अनुभूती घेतली पाहिजे. आपण जर याकडे दुर्लक्ष केले आणि फक्त दैनिक नित्यक्रमाला महत्त्व दिले, तर जीवनात आपण काहीतरी मुकत आहोत. हे खूप महत्त्वाचे आहे. फक्त तेव्हाच आपण उच्च जीवनात प्रवेश करू शकतो. हे शक्य आहे. महान गुरूंच्या बाबतीत आपण हे पाहिले आहे; मी अमरांना पाहिले आहे – त्यांच्यासाठी महत्त्वाचे नाही असे काहीच नव्हते. मी त्यांना मुलांसोबत खेळताना पाहिले आहे. मला आश्चर्य वाटायचे, ते इतके मग्न व्हायचे, ते लहान मुलाच्या स्तरावर जायचे आणि त्या मुलाशी समानुभूत व्हायचे आणि ते तितक्याच मोकळेपणाने देवांशी सुद्धा बोलायचे! असे महान गुरू तुम्हाला मिळणार नाहीत. मला वाटते की तुमच्यापैकी प्रत्येकाने त्यांना भेटायला हवे होते. पण किमान माझ्यामुळे तरी तुम्ही त्यांना जाणता. असो, कोणत्याही गोष्टीकडे दुर्लक्ष करू नका. अन्न महत्त्वाचे आहे; ध्यानसाधना महत्त्वाची आहे. अन्न हे भौतिक शरीरासाठी आहे आणि ध्यानसाधना ही आध्यात्मिक शरीरासाठी आहे – आत्म्यासाठी – आणि प्रत्येक गोष्ट महत्त्वाची आहे.

मी तुम्हाला हे सांगू इच्छितो – इतरांची मदत करण्यासाठी किंवा इतरांची सेवा करण्यासाठी आपल्याकडे कोणती साधने आहेत हे महत्त्वाचे नाही. सेवा करण्याची इच्छा असणे महत्त्वाचे आहे, तयारी असणे महत्त्वाचे आहे, प्रेम प्रकट करणे महत्त्वाचे आहे. इतरांना मदत करण्यासाठी ऐहिक संपत्तीची गरज नसते, आध्यात्मिक संपत्तीची गरज असते.

मला स्वत:बद्दल थोडीशी बढाई मारू द्या. मी जेव्हा अंतर–मानसा मध्ये राहत होतो, तेव्हा मला कधीच असं वाटलं नाही की माझ्याकडे पैसे नाहीत. माझ्याकडे पैसे नव्हते, माझ्या खिशात एकही पैसा नव्हता तरीही मी राजा सारखा राहिलो. मी तुम्हाला पूर्वी सांगितले आहे की मी आठवडाभर फक्त टोमॅटो खाऊन राहिलो! नाश्ता– टोमॅटो, दुपारचे जेवण – टोमॅटो, रात्रीचे जेवण...! त्या वेळी सुद्धा मला राजा असल्यासारखे वाटले. एकदा माझ्याकडे एक लहान नोट (रुपया) होती. तेव्हा कोणीतरी मला भेटले आणि मी पाहिले की तो खूप दयनीय अवस्थेत होता, त्याला मदतीची गरज होती, मी ती नोट त्याला देऊन टाकली आणि मला असे वाटले नाही की मी त्यास मुकतो आहे. मी म्हटल्याप्रमाणे, "मी थोडी बढाई मारतो आहे!" म्हणून, तुमच्याकडे किती आहे हे महत्त्वाचे नाही, तर तुमच्या अंतरंगात किती आहे हे महत्त्वाचे आहे.

असो, हे सर्व आपल्याला आपली जीवने जगण्यासाठी आणि हे जीवन खूप खूप समजूतदारपणे आणि आध्यात्मिकरित्या जगण्यासाठी मदत करेल. आपण तेच करणे अपेक्षित आहे. आपण सर्व हे लक्षात ठेवूया की आपण इथे फक्त काही तंत्रे शिकण्यासाठी, सराव करण्यासाठी आणि त्यांच्याबद्दल विसरून जाण्यासाठी नाही आहोत. आपण भावी ऋषी आहोत! तुम्ही भविष्यात इतरांचे मार्गदर्शन करणारी लोकं आहात, मग तुम्हाला त्याची जाण असो, मान्य असो किंवा नसो. तुमची भूमिका परिभाषित आहे. तुम्ही कदाचित ती स्वीकारणार नाही. जाणीवपूर्वकपणे कदाचित तुम्ही म्हणू शकता, "नाही, नाही, मी ते करणार नाही." पण नकळत तुम्ही ते करत असाल कारण तुमच्यातील ज्ञान तुम्हाला गप्प राहू देणार नाही. तुम्ही नेहमीच दुसऱ्या व्यक्तीचे मार्गदर्शन कराल – जसे की मी नेहमी म्हणतो, जेव्हा तुमच्यात प्रकाश असतो, तेव्हा तुम्ही त्याला तुमच्या तळहातांनी झाकण्याचा प्रयत्न करा; प्रकाश दोन बोटांच्या मधून बाहेर येईल – ती आपली भूमिका आहे, जी खूप खूप महत्त्वाची आहे. आपण हे लक्षात घेऊ या. ■

श्री जयंत देशपांडे ह्यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव; अनुवाद : सुनिता देशपांडे

११-०३-२०१८

हल्ली या ध्यानवर्गांमध्ये लोकांची संख्या कमी होत चालली आहे. गुरुजींची प्रत्यक्ष उपस्थिती खूप लोकांना या वर्गांमध्ये जणू खेचून आणत असे. त्यांचे मोहक व्यक्तिमत्त्व, त्यांचे प्रेम लोकांना आकर्षित करत असे. तुम्ही सर्व इथे येत असता. कशामुळे तुम्ही अजूनही इथे आहात? अर्थातच गुरुजींमुळे, त्यांच्या प्रेमामुळे. त्यांचे प्रेमच आहे, जे तुम्हाला या ऋषीकार्यात गुंतवून ठेवते. ते प्रेम आणि जीवनाचे मूर्तस्वरूप होते. त्यांनी जगण्यासाठी आपल्याला किती व्यावहारिक मार्गदर्शन दिले. आणि कसे जगावे, हे त्यांनी आपल्याला शिकवले. त्यांनी सर्वोच्च किंवा परमेश्वराला अनुभवण्यासाठीसुद्धा पूर्णपणे लोकांचे मार्गदर्शन केले. त्यांनी साधनेसाठी इथे सुंदर सुविधा निर्माण केल्या. ध्यानासाठी येथे सुंदर ध्यानमंदिरांचे निर्माण केले. त्यांनी येथे अति मौल्यवान अशा ऊर्जा गोळा केल्या. आपल्याला अशा मौल्यवान ऊर्जा हजारो वर्षे तपश्चर्या करूनही कदाचित – आपण खरंच तप केले तर – मिळणार नाही. मला खूप असे वाटते की, इथे उपलब्ध असलेल्या या ऊर्जांचा आणि अति मौल्यवान, दोषरहित शुद्ध ज्ञानाचा उपयोग करून घेण्यासाठी, या सर्व सुविधांचा फायदा उचलण्यासाठी जास्त लोकं इथे यावेत.

असो. मी म्हणत होतो की मला या गोष्टीचे दुःख आहे, पण ते यासाठी नाही, की मला येथे येणाऱ्या लोकांच्या संख्येची काळजी आहे. आपल्या गुरूंनी आपल्याला स्पष्टपणे सांगितले होते की आपण इथे येणाऱ्या लोकांची संख्या वाढवण्याचा प्रयत्न करू नये. पण या मानवी पातळीवर आपल्याला वाईट वाटते. किती लोकं या अद्भुत ऊर्जांचा व या शुद्ध ज्ञानाचा उपयोग करून घेऊ शकतात. संपूर्ण जगाला ह्यांचा फायदा होऊ शकतो. असो. आपण आपले काम सुरू ठेवू, एवढेच.

आपले काम आहे, हे ज्ञान जगणे, हे ज्ञान आचरणात आणणे. आपले काम आहे आपल्या अभ्यासात सुधारणा करत राहणे. अभ्यासाचे दोन भाग असतात – ध्यानाचा अभ्यास आणि सकारात्मकपणे जगण्याचा अभ्यास. आपण अभ्यासाच्या या दोन्ही भागात सुधारणा करत राहू. ते आपले काम आहे. आपले काम आहे प्रयत्न करून ऋषींशी संपर्क स्थापित करणे. आपले काम आहे आपल्या स्वतःमध्ये जास्त प्रगती करणे, अजून मोठ्या प्रमाणावर प्रेम प्रकट करणे आणि वाट पाहणे. मला माहीत आहे की, आपण परिपूर्ण नाही. जेव्हाकेव्हाही मी असे बोलत असतो, तेव्हा मी स्वतःबद्दलच बोलत असतो. मला माहीत आहे की मी परिपूर्ण नाही आणि मी जे करत आहे, ते पुरेसे सुद्धा नाही. पण मला जास्त करण्याची इच्छा आहे. मला परिपूर्ण बनायचे आहे. आपल्या सर्वांनाच परिपूर्ण बनायचे आहे. म्हणूनच तर आपण इथे गोळा झालो आहोत.

कदाचित जेव्हा आपण गुरुजींच्या प्रकाशाने चमकायला लागू, तेव्हा जास्त लोकं इथे भेट द्यायला येतील. आपल्याला हे स्वीकार करावे लागेल की, जर या ध्यानवर्गाला येणाऱ्या लोकांची संख्या कमी होत चालली आहे, तर तो आपल्यासाठी एकप्रकारचा संकेत आहे की, आपण गुरुजींच्या प्रकाशाने पुरेसे चमकत नाही आहोत. ह्याचा आपल्याला स्वीकार करावा लागेल. आपण स्वीकार करू या आणि जास्त प्रकाशाने प्रकाशित होण्याचे आपले प्रयत्नही जोमाने करू या. जितके जास्त लोकं इथे येतील तितक्यांना इथे असलेल्या सर्व गोष्टींचा फायदा मिळेल. पण मला या गोष्टीचा खूप आनंद आहे की, वरिष्ठ साधक गुरुजींवर अढळ श्रद्धा ठेवून त्यांची साधना सुरू ठेवत आहेत. आणि अर्थातच नवे विद्यार्थी सुद्धा येत आहेत. लोकं सत्याच्या शोधात इथे येत आहेत. मागील महिन्यातच आपल्या इथे कित्येक लोकं भेट द्यायला आले होते. ऑस्ट्रेलिया आणि कॅनेडावरून लोकं आले होते. गुरुजींचा प्रकाश जगात सर्वत्र पसरतो आहे, हे सुद्धा खरे आहे. लोकं इथे येतात, वेगवेगळ्या ध्यानमंदिरांमध्ये बसतात, ध्यान करतात, ऊर्जा गोळा करतात आणि परत जातात. कदाचित या ध्यानवर्गांमध्ये ते येत नसावेत. काही हरकत नाही. सगळ्यांनीच या ध्यानवर्गांना येण्याची गरज नाही. या ऊर्जा सर्व जगासाठी आहेत. हे सर्व ज्ञान सर्व जगासाठी आहे. लोकांनी यावे, ऊर्जा ग्रहण कराव्यात, आपली पुस्तकं वाचावीत आणि परत जावे. खरंतर तसे घडते पण आहे.

तसे पाहिले तर, मला आनंद आहे की आपण आपल्या क्षमतांनुसार पूर्णपणे जरी नाही तरी आपल्या गुरूंच्या थोडेफार तरी कामी तर येत आहोत. आणि आपली प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ जगभर पसरते आहे. लाखो लोक प्रकाशाचे प्रवहन करत आहेत आणि त्यापासून त्यांना फायदा मिळतो आहे. आता युगादी किंवा गुढीपाडव्यापासून नव्या वर्षाची सुरुवात होत असताना आपण पुन्हा स्वतःला साधनेला समर्पित करण्याचा दृढनिश्चय करू या.

गुरुजींनी या ध्यानवर्गांमध्ये दिलेल्या व्याख्यानांमधील एक सुंदर मुद्दा मला तुम्हाला सांगावासा वाटतो. आपल्याला माहीत आहे की, ध्यान म्हणजे सर्व पातळ्यांवर – शरीर, मन आणि बुद्धीच्या पातळीवर स्तब्धता स्थापित करणे होय. आपल्याला हे पण माहीत आहे की, शरीराची स्वतःची प्रज्ञा असते. त्याप्रमाणेच मन आणि बुद्धी ह्यांच्याजवळही स्वतःची प्रज्ञा असते. गुरुजींनी सांगितले की, शरीर, मन आणि बुद्धी ह्यांचे स्वतःचे स्वतंत्र व्यक्तिमत्त्व पण असते. त्यांनी सांगितले की, स्तब्धतेत शरीर, मन आणि बुद्धी ह्यांचे स्वतंत्र व्यक्तिमत्त्व आणि त्यांची प्रज्ञा, आपल्या गाभ्याशी एकरूप होतात. आपला गाभा म्हणजेच आपला आत्मा. जेव्हा असे घडते तेव्हा आपण त्याला योग म्हणू शकतो. योग म्हणजे एक होणे. आणि स्तब्धतेत, आपली संपूर्ण शरीरप्रणाली जेव्हा स्तब्ध असते तेव्हा, आपला गाभा हा उच्च, महान गाभ्याशी म्हणजेच परमेश्वराशी एकरूप होतो. ही योगाची पुढची पायरी आहे. याला आपण उच्च योग म्हणू शकतो. आपल्या अंतरंगात, वैयक्तिक पातळीवर जो योग घडतो, त्याशिवाय उच्च योग घडू शकत नाही. आणि उच्च योगात, जेव्हा आपण उच्च गाभ्याशी, परमेश्वराशी एकरूप होतो, तेव्हा आपण परमेश्वरासोबत दुवा साधतो. तेव्हा आपल्याला उच्च गाभ्याचा, परमेश्वराचा विवेक लाभतो. तेव्हा आपल्याजवळ परमेश्वराचा विवेक आणि बळ असेल. मग आपले जीवन केवळ शांतीमय आणि अर्थपूर्ण होईल. मग आपल्याला सर्व गोष्टींचे आकलन होते. कदाचित त्यानंतर आणखी जाणून घेण्यासाठी काहीच उरणार नाही.

गुरुजी जेव्हाही बोलत असत, ते त्यांचे अनुभवाचे बोल असत. गुरुजींचे शब्द केवळ सैद्धांतिक नसत तर प्रत्यक्ष अनुभवांतून मिळालेल्या विवेकापासून ते बोलत असत. जेव्हा आपण योगाची अवस्था अनुभवतो, तेव्हा कोणत्याही परिस्थितीला तोंड देण्याचा विवेक आपल्याजवळ असतो. सर्वांशी आणि सर्व गोष्टींशी दुवा जोडण्याचा विवेक आपल्याजवळ असतो – फक्त मनुष्यप्राण्यांशीच नाही, तर सर्व सजीव आणि निर्जीव गोष्टींशी देखील. हे खूप महत्त्वाचे आहे. असा दुवा जोडणे खूप महत्त्वाचे आहे. अशा सुसंवादी दुव्यांशिवाय आपण शांती मिळवू शकत नाही. म्हणून आपल्याला स्वतः शांतीमय राहण्यासाठी आणि इतरांमध्ये शांती पसरवण्यासाठी, शांतीची ही प्रक्रिया आपल्या अंतरंगातून सुरू करावी लागेल. ■

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.

मोजक्या शब्दांचे व्यक्ती

कीर्ती बिसरहळ्ळी, अनुवाद : वैशाली जोशी

गुरुजींनी एकदा म्हटले होते, 'जेव्हा तुम्ही बोलता, तेव्हा ते वेदांप्रमाणे असले पाहिजे." त्यांनी उच्चारलेला प्रत्येक शब्द सामान्य माणसासाठी सरलीकृत वेदांप्रमाणे होता. जेव्हा मी पहिल्यांदा गुरुजींना भेटले, तेव्हा तात्काळ एक नाते जोडले गेले. माझा त्यांच्यावर पूर्णपणे विश्वास बसला. कदाचित त्यांचे त्यावेळचे मोहक स्मितहास्य, स्तिमित करणारी विनोदबुद्धी, त्यांच्या डोळ्यातील चमक आणि बिनशर्त प्रेमाच्या आत्मीयतेमुळे असे घडले असावे.

लांबलचक पत्रांना उत्तर देताना त्यांचे उत्तर साधे 'हो' किंवा 'नाही' असे असायचे किंवा आपल्याच पत्रावर एखादी खूण किंवा संबंधित आशय अधोरेखित करणे असायचे. ते नेहमी एखाद्या शब्दाने किंवा यथाकदाचित एखाद्या वाक्याने आमचे मार्गदर्शन करायचे. त्यांनी आम्हाला स्वत:चे निर्णय घेण्यासाठी प्रोत्साहन दिले. ते आम्हाला आमच्याकडे असलेले पर्याय लिहून काढायला सांगायचे आणि त्यानंतर त्यातील सर्वात योग्य असलेल्या पर्यायाची निवड करून पुढे जायला आणि त्याच्या परिणामांसाठी जगाबदारी स्वीकारायला सांगायचे, आणि अशाप्रकारे आम्हाला सबळ आणि स्वतंत्र बनवायचे.

गुरुजींच्या मोजक्या शब्दांमागे नेहमीच खूप विवेक असायचा कारण ते केवळ शब्द नसून त्या शब्दांसोबत नेहमी ऊर्जा आणि त्यांचे बिनशर्त प्रेम असायचे.

गुरुजी नेहमी आपल्याला तत्त्व आणि ते आपल्या दैनंदिन जीवनात अंमलात आणण्यासाठी सोपे तंत्र द्यायचे. आपण ते आपल्या स्वत:च्या पद्धतीने कसे अंमलात आणायचे ह्याचे तपशील ते आपल्यालाच ठरवू द्यायचे – प्रत्येकाला त्याचे विचार आणि त्याच्या दृष्टिकोनाप्रमाणे. त्यांनी कधीही कोणावरही काहीही लादले नाही. त्यांनी आमच्या सृजनशक्तीचा किंवा दृष्टिकोनाचा कोंडमारा न करता आम्हाला फक्त संकेत दिले आणि योग्य दिशेला वळवले.

त्यांनी टीका आणि उपदेशांद्वारे वैश्विक सत्यांचे विवरण केले नाही तर त्यांना जगून ते केले. त्यांनी दैनंदिन जीवनात आध्यात्मिकता आणली. साधेपणा, स्पष्टता आणि संक्षिप्तपणा हे त्यांच्या शिकवणुकींचे वैशिष्ट्य आहे. आपण आपल्यात सुधारणा करण्यासाठी बाळ पावले उचलत असताना ते शांतपणे आपल्यावर लक्ष ठेवून आहेत आणि आपल्याला अपयश आले तरी कधीही आपल्याला न जोखता त्यांच्या बिनशर्त प्रेमाने आणि पाठिंब्याने प्रोत्साहन देत आहेत.

जरी ते मोजक्या शब्दांचे व्यक्ती होते, तरी ते विवेकाचे शक्तीस्थान आहेत आणि त्यांनी स्पर्श केलेल्या प्रत्येक जीवावर आणि प्राणीमात्रावर त्यांनी आपली छाप पाडली आहे. ■

एक स्वप्न

वैशाली जोशी

तपोनगर हे ऋषींच्या, ह्या पृथ्वीवर सत्य युग स्थापित करण्याच्या, मोठ्या स्वप्नाचा एक भाग आहे. ऋषींनी ह्या स्वप्नाचे अनेक वर्ष संगोपन केले. त्यांनी गुरुजींना ह्या भौतिक पातळीवर भोगाव्या लागणाऱ्या हालअपेष्टा सहन करण्यास तयार करण्यासाठी, त्यांच्या जन्म घेण्या आधीच प्रशिक्षण दिले. ऋषींचे कार्य पुढे चालू ठेवण्याच्या त्यांच्या निर्धाराची कसोटी पाहिल्यानंतर ऋषींनी त्यांना भौतिक, सूक्ष्म आणि कारण पातळ्यांवर आध्यात्मिक कार्य करण्यासाठी प्रशिक्षण दिले. गुरुजींनी ऋषींच्या स्वप्नाचे प्रकटीकरण करण्यासाठी त्यांना सहाय्य केले आणि तपोनगरची स्थापना केली.

त्यांनी आपल्याला ह्या सुंदर स्वप्नाचा भाग बनवले, तपोनगरच्या संकल्पनेची आपल्याला ओळख करून दिली, आणि आपल्याला सांगितले की आपण ह्या स्वप्नात सहभागी झाले पाहिजे. ते म्हणाले, "तपोनगरची स्वत:ची स्वप्ने आहेत, स्वत:चे अलिखित काव्य आहे आणि त्याच्याजवळ दिव्यत्व आणि सौंदर्याने परिपूर्ण असलेले अव्यक्त जीवनाचे मर्म आहे. तपोनगर हे जीवनाचे आश्रयस्थान आहे – शांती, प्रेम आणि उच्च पातळीची परिपूर्णता असलेल्या दैवी जीवनाचे."

तपोनगर वेगवेगळ्या प्रकारच्या लोकांना आकर्षित करते. गुरुजींनी आपल्याला सांगितले होते की आपण इथे एकत्र जमण्यात एक उच्च हेतू आहे. आपण हा हेतू जाणून घ्यावा, एकमेकांवर प्रेम करावे आणि आपल्या अंतरंगापासून स्मित करावे अशी त्यांची इच्छा होती. ते म्हणाले, "प्रत्येक आत्मा त्याचा स्वत:चा प्रकाश घेऊन येतो; त्याचे संगीत, काव्य, नृत्य आणि स्वप्ने घेऊन येतो. ह्या सर्व गोष्टी सजीव होण्याचे आणि इतरांसह शांततापूर्ण सहजीवन संपन्न करणारे हे स्थान आहे. सर्व लोकं आणि त्यांचे छंद मिळून तपोनगरातील जीवनाला आकार देतात. येथील जीवन हे सकारात्मक जीवन आहे. प्रत्येक क्षण पूर्णपणे आणि सकारात्मकतेने जगण्याला इथे महत्त्व आहे. इथे जीवनाचे खंडन नसेल; पलायनवृत्ती नसेल; अंतर ठेवून राहाणे नसेल." ते पुढे म्हणाले, "ऋषींनी इथे अशा जीवनाचे संगोपन करण्यासाठी, तपोनगरच्या स्वप्नांचे जतन करण्यासाठी आणि त्यांना साकार करण्यासाठी ऊर्जा क्षेत्रांची निर्मिती केली आहे."

आपण खरंच भाग्यवान आहोत की आपल्याला ऋषींच्या ह्या स्वप्नाचा भाग होण्याची फारच सुंदर संधी मिळाली आहे. हे स्थान ज्या संधी आणि अनुभव देण्याची वाट पाहते आहे त्यांचे आपण आपले अंत:करण उघड करून शोध घेऊ या. ■

प्रश्नोत्तरे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

प्र: आपली वृत्ती सुधारण्यासाठी किंवा बदलण्यासाठी आपल्याला कोण प्रभावित करते?

उ: शरीर, मन आणि बुद्धी यांची प्रत्येकाची स्वतःची प्रज्ञा किंवा आपली स्वतःची कर्मे आपल्याला आपल्या वृत्तीत सुधारणा करण्यास किंवा बदल करण्यास प्रभावित करतात. पण शेवटी हा निर्णय आत्मा घेत असतो. साधारणपणे आपल्या अहम्‌ला किंवा कर्मांना दोष देण्याची आपली प्रवृत्ती असते. आपण त्यांना दोष देऊ शकत नाही. आपण स्वतःला दोषी ठरवले पाहिजे. आध्यात्मिकदृष्ट्या प्रगती करण्याचा जर आपला प्रामाणिक उद्देश असेल, तर आपल्या शरीरप्रणालीतील सर्व प्रज्ञा सहकार्य करतात. कर्मे देखील मदत करतात. अतिशयोक्ती न करता आपण असे म्हणू शकतो की संपूर्ण विश्व आपली मदत करते.

प्र: कोणी म्हणतात की आपल्यापैकी प्रत्येक जण हा एखाद्या द्वीपासारखा आहे. ते खरे आहे का?

उ: काही अंशी हे खरे आहे. आपल्यापैकी बहुतेक जणांची सर्व पातळ्यांवर स्वतःची अशी खाजगी जागा असते. भौतिक पातळीवर आपली एक खाजगी जागा असते, एखादी खोली किंवा कमीतकमी खोलीचा एखादा कोपरा तरी असतोच. मानसिक, बौद्धिक आणि आध्यात्मिक पातळ्यांवर सुद्धा आपल्या खाजगी जागा असतात. त्या अर्थाने आपण म्हणू शकतो की आपण द्वीपे आहोत. इथे समजून घेण्याचा सर्वात महत्त्वाचा मुद्दा हा आहे की आपली निर्मिती एकल्याने राहण्यासाठी झालेली नसून समूहाने राहण्यासाठी झालेली आहे. द्वीपांबद्दल बोलायचे झाल्यास, द्वीपेसुद्धा जलमार्गांनी एकमेकांशी जोडलेली असतात.

प्र: आध्यात्मिक प्रगती करण्यात एकमात्र मुख्य असा अडथळा कोणता आहे?

उ: तो म्हणजे जन्म, मृत्यू, निर्मिती आणि जगात घडणाऱ्या महत्त्वपूर्ण घटनांविषयी असलेले आपले अज्ञान. आपल्याला जर या गोष्टींची कल्पना नसली तर मी म्हणायला हवे की आपण आध्यात्मिक प्रगती करू शकत नाही. सर्व काही एकमेकांशी जोडलेले आहे. कुठेतरी होणारा भूकंप किंवा राजनैतिक अशांतता प्रत्यक्षरित्या जरी नाही तरी कसे न कसे आपल्यावर परिणाम करतात. ह्या पृथ्वीवर जे काही घडते त्याचा आपल्यावर परिणाम होत असतो. आपल्याला या पृथ्वीवरील कर्मांच्या, दुःख आणि यातनांच्या एका अल्पांशाचा स्वीकार करावा लागतो. आपल्याला त्याबद्दल ठाऊक नसते. ह्या खूप महत्त्वाच्या गोष्टी आहेत. अज्ञान हा अडथळा आहे. आपण ध्यान का केले पाहिजे? आणि ध्यानानंतर काय? जर तुम्ही ध्यान करत असाल आणि ध्यान करताना काही अनुभवत असाल तर ती खूप चांगली गोष्ट आहे; पण मला ते तुमच्या वागणूकीत, विचारांमध्ये आणि भावनांमध्ये प्रतिबिंबित झालेले पाहायचे आहे. जर ते प्रतिबिंबित झाले नाही तर त्याचा अर्थ हा की तुम्ही पुरेशी प्रगती केलेली नाही किंवा तुम्ही मुळीच प्रगती केलेली नाही. योग म्हणजे काय, ध्यानसाधना म्हणजे काय हे तुम्हाला माहीत असले पाहिजे, नाहीतर तुम्ही अंधारात चाचपडत राहाल आणि कदाचित तुम्ही ध्यानसाधक आहात याचा तोरा मिरवाल. मी पाहिले आहे की अज्ञान हा मुख्य अडथळा आहे आणि त्यानंतरचा अडथळा आहे आडमुठेपणा – काय बरोबर आहे हे आपल्याला माहीत असते तरी आपण जे चुकीचे आहे ते करतो. हे आपल्याला कुठेही नेणार नाही.

प्र: आम्हाला असे सांगण्यात आले आहे की जेव्हा आम्ही एकदा ध्यान करतो तेव्हा त्याचा प्रभाव २४ तासांपर्यंत राहातो. हा प्रभाव ६ महिने किंवा एक वर्षापर्यंत राहावा यासाठी आम्ही काय करावे?

उ: असे कोणतेही तंत्र नाही. आपण सातत्याने ध्यान केले पाहिजे. आपण जे ध्यानसाधनेमुळे साध्य करू शकतो ती एकवेळची प्रक्रिया नाही, तर ती सतत चालू राहणारी प्रक्रिया आहे. पण जेव्हा आपण उच्च, प्रगत अवस्थांमध्ये पोहोचतो जिथे आपल्याला समाधीची अनुभूती होते, किंवा आपण एक प्रकारे प्रबुद्ध होतो, तेव्हा आपण नेहमीच त्या स्थितीत असतो. त्याचा प्रभाव सर्वकाळ असतो. समाधी हा २४ तास टिकणारा अनुभव आहे.

प्र: प्रकाश शरीर प्राप्त करणे ही एक आध्यात्मिक प्रक्रिया आहे का?

उ: होय. आपल्या शुद्धतेची पातळी जर उच्च स्तरावर नसेल तर आपण प्रकाश शरीर प्राप्त करू शकत नाही. आपण प्रथम आध्यात्मिक प्रगती करण्यास सुरुवात करायला हवी, आणि पूर्णपणे आध्यात्मिक बनायला हवे. आपले शरीर प्रकाश शरीर बनण्याची ही प्रक्रिया तेव्हा घडण्यास सुरू होते जेव्हा आपण चांगले, प्रामाणिक, शांतीपूर्ण आणि सामावून घेणारे असतो. म्हणून ही एक आध्यात्मिक प्रक्रिया 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/-
आयगुरूजी (Marathi)	100/-
ध्यान कसे करावे (Marathi)	50/-
ध्यानयोग (Marathi)	50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)	50/-
शंबला तत्त्वांचा अभ्यास (Marathi)	50/-
एका आधुनिक ऋषीचे सूक्ष्मजगातील पराक्रम (Marathi)	50/-
प्रकाशमय जीवन (Marathi)	10/-
प्रकाश (Marathi)	10/-
उच्चस्तरीय संवाद आणि इतर सत्ये (Marathi)	100/-
गुरु-शिष्य संवाद (Marathi)	60/-
ध्यान कैसे करे (Hindi)	50/-
ध्यान-योग (Hindi)	50/-
प्रकाश (Hindi)	10/-
प्रकाशमय जीवन (Hindi)	10/-
प्रकाश की ओर (Hindi)	150/-
आत्मा का अवतरण (Hindi)	50/-

ही पुस्तके खालील ठिकाणी मिळतील:

मुंबई: चेतना बुक सेन्टर, फोर्ट (फोन:२२८५१२४३)

मेजस्टिक एजन्सीज, विले पार्ले (पू) (फोन: २६१३२८७९)

गिरि ट्रेडिंग एजन्सी, डोंबिवलि (पू) (फोन: ०२५१-२८६-१८९०/२४४-९५८५)

गिरि ट्रेडिंग एजन्सी, गोरेगाव (प) (फोन: २८७६७२९८)

गिरि ट्रेडिंग एजन्सी, माटुंगा (फोन: २४१२२३१६, २४१४१३४४)

गिरि ट्रेडिंग एजन्सी, नवी मुंबई (फोन:३२५२२४९१)

पुणे: संस्कृती प्रकाशन, आप्पा बळवंत चौक (फोन: २४४९७३४३)

द इंटरनॅशनल बुक सर्विस, डेक्कन जिमखाना (फोन: २५६७७४०५)

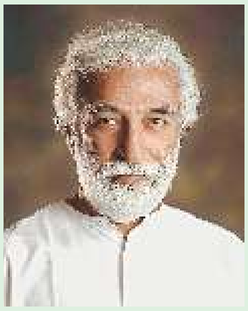
द वर्ड बुक शॉप, कँप (फोन: २६१३३११८, ३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)

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

यशवंत प्रकाशन, सदाशिव पेठ (फोन:२४४७०५३३)

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

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

नित्य नियमित अभ्यासाचा भाग म्हणून आपल्या पुस्तकांच्या वाचनाने माझ्या ध्यानाचा दर्जा उंचावत आहे व नियमित ध्यानसाधनेमुळे ह्या पुस्तकांमध्ये दडलेल्या ज्ञानाचे आकलन हळूहळू मला होत आहे. वाहनाला आवश्यक असणाऱ्या दोन चाकांसारखेच ह्या दोन गोष्टी एकमेकांना पूरक आहेत. ज्या ज्या वेळी मी "डोरवेज् टु लाइट" हे पुस्तक वाचतो त्या प्रत्येक वेळी मला ध्यानाला माझ्या जीवनाचा एक अंग बनवण्यासाठी प्रोत्साहन व प्रेरणा मिळते.

– राजेंद्र रांगणेकर

माझे सतत आंतरिक आनंद अनुभवणे निरंतरपणे चालू आहे. मला नेहमीच शांत वाटते. कोणत्याही परिस्थितीचा सामना करताना मी शांत असते व त्या परिस्थितीच्या सकारात्मक बाजूकडे पाहते, अगदी प्रतिकूल परिस्थितीत देखील. मी नेहमी प्रकाशाकडे व गुरुजींकडे माझे मन वळवते आणि मला खात्री आहे की मी कधीच एकटी नसते.

– ॲन चॅपमन

मी कार्यालयाकडे जाताना कार चालवत होतो व रस्त्यावरील सर्व लोकांचे निरीक्षण करीत होतो. मी एका व्यक्तीला रस्त्यावरून चालताना पाहिले व एकाएकी मला त्याच्यात परमेश्वराचे दर्शन झाले. मी आणखी एका व्यक्तीकडे पाहिले. मला त्याच्यात देखील परमेश्वरच दिसला. त्यानंतर अगदी अचानकपणे मला सर्व लोकं, जनावरे इत्यादी परमेश्वरासारखी दिसू लागली. मी तेथील सर्वांना एकाच वेळी त्यांच्या व्यक्तीगत रुपात व परमेश्वराच्या रुपात पहात होतो. हा अनुभव मी साधारणपणे २ ते ३ मिनिटे घेतला.

अलीकडेच शृंगेरी येथे तिसरा डोळा ह्या विषयावर आम्ही चर्चा करीत होतो. सत्य जाणून घेण्यासाठी ह्या आंतरिक क्षमतेचा कसा उपयोग होतो हा चर्चेचा मुद्दा होता. मी माझे डोळे मिटले व हा मुद्दा समजून घेण्याचा प्रयत्न केला. त्यावेळी एकाएकी मला एका शक्तीशाली उपस्थितीची जाणीव झाली. त्या दैवी उपस्थितीचे अस्तित्व सर्वव्यापी होते – मंदिराच्या आवारात, संपूर्ण शृंगेरी शहरात, आजूबाजूच्या डोंगर व मैदानी प्रदेशात देखील. ती उपस्थिती होती शारदादेवीची! ती उपस्थिती इतकी प्रेमाने व परमानंदाने भरलेली होती की माझे देहभानच हरपले.

– सुनील बिसरहळ्ळी

कधी कधी मी स्वतःला प्रकाशापासून विभक्त करुन, माझ्या शरीरात होणाऱ्या प्रकाश लीला अनुभवतो. जसे एखाद्या त्रयस्त माणसाने निरीक्षण करावे अगदी तसे. तर कधी प्रकाशाशी पूर्णपणे एकरूप होऊन त्याच्याशी एकात्मता अनुभवतो.

– संजय मनोहर

१ जानेवारीला सकाळी मी 'नववर्ष पुरुषा'चे स्वागत केले व मी त्यांच्या हृदयाच्या मध्यात प्रवेश केला. त्यावेळी त्यांचे शब्द माझ्या कानी पडले, "खूप ध्यान कर. हे वर्ष अवघड आहे पण तितकेच सुंदरही आहे." ते पुढे म्हणाले, "ह्या काळात तुला भगवान कल्कींकडून मार्गदर्शन प्राप्त होईल." मी अचंबित झाले व काही क्षणांकरिता माझ्या मनात शंका आली की हा माझ्या मनाचा तर आवाज नव्हे ना! मी मला दिल्या गेलेल्या सूचनांवर लक्ष केंद्रित केले आहे व जास्त वेळ ध्यानसाधना व प्रकाश प्रवहन करण्यास सुरुवात केली आहे. मी ऋषींची आभारी आहे.

– वैशाली तरे

ध्यान करताना मला स्पंदने जाणवतात. मला सातही चक्रांमध्ये ऊर्जा प्रवाह जाणवतो. मी जेव्हा अनाहत, आज्ञा व सहस्रार चक्रांवर लक्ष केंद्रित करतो तेव्हा मला जास्त शांतता जाणवते व वाटते की जणू काही ही शांतता विस्तार पावत आहे.

– गणपती आर

मला वाटते की माझ्या दैनंदिन जीवनातील परिस्थितीचे नियंत्रण कोणी दुसरेच करीत आहे. एक बाह्य शक्ती आहे जी मला मदत करत आहे, माझे मार्गदर्शन करीत आहे व सर्व गोष्टींची काळजी घेत आहे. मी ऋषींप्रती कृतज्ञता व्यक्त करतो.

– निखिल समुद्र

माझे जीवन कठीण आहे व मी नियमितपणे ध्यान करू शकत नाही तरीही माझी परमेश्वराप्रती शरणागती ह्याची खात्री घेते की त्याच्याकडून मला मार्गदर्शन मिळत असते व तो माझी काळजी घेत असतो. जीवन माझ्या पुढ्यात जे काही आणते, त्याच्याशी मी अगदी शांतपणे व स्थिरपणे तडजोड करत असते. परमेश्वर अगदी महान आहे तो गुरुजी व ऋषींच्या माध्यमातून आपले मार्गदर्शन करतो. मी ह्या मार्गात आहे हे माझे भाग्यच आहे.

– प्रतिमा वद्‌गमा

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