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 11 Issue 7 APRIL 2019 Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद

(एप्रिल २००४ या अंकामधून, अनुवाद : जयंत देशपांडे)

उन्हाळा चालू आहे, खरा उन्हाळा. प्रलयाच्या प्रक्रिया चालू आहेत, तीव्रतेने. निवडणुकीच्या घडामोडी चालू आहेत. जगात विविध क्षेत्रांत आणि जीवनाच्या विविध स्तरांवर मंथन चालू आहे. आणि आपण एका नवीन वर्षात, एका नवीन टप्प्यात प्रवेश करत आहोत आणि अशावेळी ऊर्जांच्या प्रवाहात बदल घडून येईल. अशा सर्व गोष्टी आपल्याला एका अविचल आणि चांगल्या भवितव्याकडे घेऊन जातील.

हे वृत्तपत्र लोकांच्या घरी पोहोचेपर्यंत कॉस्मिक टॉवर चे उद्घाटन झालेले असणार; ते सर्वांसाठी उघडले गेले असणार. कॉस्मिक टॉवरचे उद्घाटन करण्यासाठी आम्ही बंगलोर येथील रामकृष्ण मठातील श्रीमत् स्वामी हर्षानंदजी महाराज यांना आमंत्रित केले आहे. जेव्हा आम्ही बांधकाम सुरू केले तेव्हाच मी स्वामीजींना आमंत्रित करण्याचे ठरवले होते. महर्षी अमरांच्या नंतर तेच आहेत ज्यांच्यामध्ये मी विनम्रता, विद्वत्ता आणि एक प्रकारचा विस्तार पाहिला आहे, जो मला मी भेटलेल्या इतर कोणातही आढळला नाही. ह्या अद्वितीय इमारतीचे, ह्या मानवी पातळीवर, अशा सन्मानित आध्यात्मिक गुरूंच्या हस्ते उद्घाटन होणे हेच योग्य आहे.

लोकं अशा आध्यात्मिक मार्गांची आणि तंत्रांची निवड करतात, जी आपल्याला सहजपणे रोमांचित करतात, जी सकारात्मक होण्यासाठी, आपल्यात परिवर्तन घडवून आणण्यासाठी जोरदार प्रयत्नांना तेवढे महत्त्व देत नाहीत. प्रारंभिक रोमांचानंतर, एक गंभीर साधक खडतर साधनेसाठी तयार होतो, आणि ध्यानसाधनेच्या मार्गाकडे वळतो. योग्य मार्ग सापडेपर्यंत तंत्रे आणि मार्ग बदलण्यात काहीही चुकीचे नाही.

आपण कोणत्याही बिंदूपासून आणि कोणत्याही मार्गापासून सुरुवात करू शकतो. सरतेशेवटी आपण आपल्या ध्येयापर्यंत पोहोचतो. म्हणून प्रत्येक मार्ग आवश्यक आहे. प्रत्येक मार्ग हा परमेश्वराकडे नेणारा मार्ग आहे.

जेव्हा आम्ही सौम्यपणे शिस्तीची आठवण करून देतो, तेव्हा लोकांना राग का येतो? शिस्त आणि सुव्यवस्थेशिवाय कोणतीही संस्था कार्य करू शकत नाही, कोणतीही साधना शक्य नाही आणि कोणतीही आध्यात्मिक प्रगती होऊ शकत नाही. क्रोध हा अहंकारापासून येतो. आणि साधनेमध्ये अहंकार हा आपला मित्र नाही!

मला त्या शांत लोकांचे आभार कसे मानावेत हे कळत नाही ज्यांनी मोठ्या प्रमाणात निधी देऊन आम्हाला मदत केली, ज्याच्या शिवाय कॉस्मिक टॉवर आणि तपोवन ही फक्त स्वप्ने राहिली असती.

मी त्यांना माझ्या हृदयात ठेवतो आणि परमेश्वराच्या जवळ घेऊन जातो.

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.

तपोनगरमध्ये रहिवाशांच्या भेटीत महर्षी अमरांची शंभरावी जयंती साजरी करण्यात आली.

काही ठळक घडामोडी

- बुधवार, १ मे २०१९ रोजी सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत तपोनगर येथे ओरिएंटेशन वर्ग आयोजित करण्यात येईल. वेबकास्टची सवलत असलेल्या बाहेरील विद्यार्थ्यांना देखील वर्ग चालू असताना होणाऱ्या प्रत्यक्ष प्रसारणाद्वारे ह्यात भाग घेता येईल. भाग घेण्याची इच्छा असणाऱ्यांनी कृपया २९ एप्रिल २०१९ पर्यंत मानसा कार्यालयाशी संपर्क साधून आपले नाव नोंदवावे.
- महाशिवरात्रीच्या प्रसंगी ध्यानसाधक विशेष ध्यान करण्यासाठी आणि भगवान शिव यांची उपासना करण्यासाठी तपोनगरातील मेडिटेशन हॉलमध्ये एकत्र जमले होते.
- १० मार्च २०१९ रोजी शंबलाच्या महान गुरूंकडून विशेष दीक्षा घेण्यासाठी शंबला गटाचे सदस्य तपोनगरात एकत्र जमले आणि इतर अनेक सदस्य आपापल्या घरून सहभागी झाले.
- 'रा' देवतेकडून विशेष ऊर्जा ग्रहण करण्यासाठी १७ मार्च २०१९ रोजी 'रा' गटातील सदस्यांची बैठक झाली.
- आपल्या प्रकाश प्रवहन स्वयंसेवकांनी ५६०० पेक्षा जास्त शाळांमधे प्रकाश प्रवहन करण्यास शिकवले आहे. २९ लाखांपेक्षा अधिक मुले प्रकाश प्रवहन करण्यास शिकली आहेत आणि १२०० पेक्षा जास्त शाळांतील ५ लाखांपेक्षा जास्त मुले नियमितपणे प्रकाश प्रवहन करीत आहेत. प्रकाश प्रवहनाची जाणीव पसरविण्यासाठी आणखी स्वयंसेवकांची आवश्यकता आहे. ह्या कार्यात भाग घेऊ इच्छिणारे, जर आठवड्यातून अर्धा दिवस वेळ देऊ शकत असतील, तर त्यांनी कृपया मानसा कार्यालयाशी संपर्क साधावा.

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०३	बुधवार	शिवरात्री
०५	शुक्रवार	अमावास्या
०६	शनिवार	चंद्रमान युगादी / गुढीपाडवा
१३	शनिवार	शुक्लाष्टमी / श्रीराम नवमी
१४	रविवार	शुक्ल दशमी / सौरमान युगादी
१९	शुक्रवार	गुड फ्रायडे / पौर्णिमा
२७	शनिवार	कृष्णाष्टमी

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी – व्याख्यान सकाळी ११ ते १२ पर्यंत
– प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत

रविवार १४ – लाइट चॅनल वॉलंटीयर्स मीटिंग, दुपारी २ वाजता

आनेकल येथील कार्यक्रम

१५ एप्रिल २०१९ रोजी संध्याकाळी ६ वाजता आनेकल येथील आपल्या सप्तर्षी ध्यान केंद्राचा अकरावा वार्षिक दिन साजरा करण्यात येईल.

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

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

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

संकलन : वैशाली जोशी, अनुवाद : वैशाली नितीन तरे

आमच्या शाळेत ५ जानेवारी २०१९ रोजी सभेच्या वेळी प्रकाश प्रवहनाचे सत्र आयोजित करण्यात आले होते. ह्या अद्‌भुत क्षणांचा अनुभव घेण्यासाठी जमलेल्या जमावापैकी मी देखील एक होते. त्या काही क्षणांमध्ये मायेची ऊब मला जाणवली आणि पक्ष्यांचा किलबिलाट, पानांची सळसळ मला ऐकू आली. मला वाटले जणू वाळूची टेकाडे मागे टाकत मी वाळवंटातून जात आहे आणि सर्वत्र निरव शांतता आहे. एकूणच दिवसाची सुरुवात छान झाली आणि नियमित सरावामुळे आमच्या शाळेतील प्रत्येकाला प्रकाश प्रवहनाचे सगळे फायदे मिळतील अशी आशा करते.

– श्रीमती. वेदा ब्यासनी, मुख्याध्यापिका, द पॅराडाइज रेसिडेन्शियल स्कूल, होसूर रोड, बंगलोर

जेव्हापासून मी कॉलेजमध्ये प्रवेश घेतला व वसतीगृहात रहायला गेले, तेव्हापासून स्वत:ला प्रकाश प्रवहन किंवा ध्यान करण्यासाठी प्रेरित करणे कठीण होऊन गेले आहे. बऱ्याच काळानंतर आज मी व्यवस्थितपणे प्रकाशाचे प्रवहन केले. मला माझे डोळे उघडावेसे वाटत नव्हते! माझ्या डोळ्यांच्या पापण्यांच्या खाली पांढऱ्या प्रकाशाच्या लाटा नाच करताना मी पाहिल्या. त्या क्षणी मी पूर्ण शांतता आणि परिपूर्ण निरवता अनुभवली. प्रकाश नेहमीच सगळीकडे आहे, आपण फक्त त्याला बोलाविले पाहिजे.

– ऐश्वर्या विश्वामित्रा, एक प्रकाश प्रवाहक

९व्या वर्ल्ड चॅनल्स डे च्या दिवशी मी सकाळी उठलो तेव्हा मला मळमळ आणि अर्धशिशीचा त्रास सुरू झाला. अशा आजारी अवस्थेत प्रकाश प्रवहनाचे सत्र घेण्यासाठी मी तुमकुरचा प्रवास करू शकेन का ह्या संभ्रमात पडलो होतो. तुमकुर येथे प्रकाश प्रवहनाचे पहिले सत्र संपल्यानंतर, मळमळीचा त्रास नाहीसा झाला. दुसरे सत्र संपल्यानंतर अर्धशिशीचा त्रासही नाहीसा झाला.

कालिदास उच्च माध्यमिक शाळेतील तिसऱ्या सत्रानंतर, सत्रामध्ये सामील झालेल्या मुख्याध्यापिकांनी सांगितले, "प्रकाश प्रवहन करताना माझे विचारच नाहीसे झाले, मन शांत झाले आणि थोड्या वेळाकरिता झोप लागली. माझ्या माहितीतल्या इतर कुठल्याही मार्गाने मला कधीच इतक्या सहज झोप येणे शक्य झाले नाही." सत्रादरम्यान मुले प्रवहनात किती गुंगून गेली आहेत हे पाहून त्यांनी आश्चर्य व्यक्त केले, ज्याची त्यांनी अपेक्षाही केली नव्हती आणि शाळेत होणाऱ्या इतर कार्यक्रमादरम्यान असे कधी पाहिलेही नव्हते.

दिवस संपता संपता मला निरोगी, उत्साही आणि ताजेतवाने वाटू लागले. प्रकाशाने व ऋषींनी माझी काळजी घेतली, मला बरे केले आणि मला नेमून दिलेले सर्व सत्र घेण्यासही मदत केली.

– मनोज देशपांडे, स्वयंसेवक

RBBPAM शाळेच्या मुख्याध्यापिकांनी सांगितले की बंगलोरमधील मुख्याध्यापिकांच्या नुकत्याच झालेल्या बैठकीत त्या उपस्थित होत्या. वर्षानुवर्षे नंदीदुर्गा रोड वरील गुलाबी शाळेचा बोर्ड परीक्षेचा निकाल उत्तमच लागत होता. त्यांना ह्या मागचे रहस्य काय आहे असे विचारले असता, त्यांनी उत्तर दिले की हे सर्व प्रकाश प्रवहनामुळे शक्य झाले, ज्याचा ते रोज दिवसातून दोन वेळा सराव करतात. त्यांनी असा ही दावा केला की आता विद्यार्थी व शिक्षकांमध्ये काहीच अंतर राहिले नाही आणि विद्यार्थी कोणताही संकोच न बाळगता त्यांच्या समस्यांवर चर्चा करण्याकरिता शिक्षकांना भेटतात आणि त्यांच्या शंका दूर करतात. हेच त्यांच्या यशाचे मुख्य कारण आहे.

गेल्या काही वर्षांपासून तामिळनाडू येथील कुलासेकरन पट्‌टीनम ह्या छोट्याशा गावातील PSM शाळेत नियमितपणे प्रकाश प्रवहनाचा सराव केला जातो. श्री. सुभाष, मुख्याध्यापक यांनी सांगितले की सरकारकडून त्यांच्या शाळेची एक हुशार शाळा म्हणून निवड झाली आणि आणखी काही सवलती प्रदान करण्यात आल्या. तसेच संस्थेला नवीन इमारत बांधण्याकरिता अचानकपणे निधी मिळाला, ज्याच्यासाठी ते संघर्ष करीत होते, आणि बांधकाम सुरुही झाले. त्यांचा विश्वास आहे की हे सर्व शक्य झाले ते प्रकाश प्रवहनामुळे.

– निर्मला बाला, स्वयंसेवक

प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ

ही आपल्या अंत:करणाची 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 अंध:काराला 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 स्वत:हून आपल्या लौकिक गरजांची मर्यादा ठरवा.

गुरुजी उवाच

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : वैशाली जोशी

डिसेंबर २००५

जेव्हाकेव्हा मी कार्याबद्दल बोलतो, तेव्हा मला असे म्हणायचे नसते की तुम्ही इथे येऊन राहिले पाहिजे, येथील कार्यात सामील होऊन काही काम केले पाहिजे. मला असे म्हणायचे नाही. परमेश्वराला कंपित करणे हेच आपले कार्य आहे. त्याचे प्रेम, त्याच्या ऊर्जा तुमच्या मधून प्रवाहित होऊ द्या. जेव्हा तुम्ही त्यांना ग्रहण करता, तेव्हा त्या तुमच्यातून बाहेर जातात. ते आपले कार्य आहे. तुम्ही इतर कोणत्याही प्रकारचे काम करण्याची आवश्यकता नाही. आम्ही त्या कार्याविषयी बोलत आहोत. त्यासाठी खूप दृढनिष्ठेची आवश्यकता आहे. आपण कधीही इथे येणाऱ्या लोकांच्या संख्येचा विचार नको करूया.

जेव्हाकेव्हा एखादी व्यक्ती एखाद्या मार्गात, आध्यात्मिक मार्गात साधना सुरू करते, तेव्हा लोकं तिला भाषण देण्यास सुरुवात करतात की, तिने प्रामाणिक असले पाहिजे, सत्यवादी असले पाहिजे इत्यादी. जेव्हा मी माझ्या गुरूंच्या संबंधात आलो, तेव्हा माझ्या मनात पहिला प्रश्न हा आला की, "आपण प्रामाणिकपणाने राहून ह्या जगात कसे जगू शकतो! प्रामाणिक राहून सुद्धा ह्या जीवनात आणि जगात कसे यशस्वी होता येते!" महर्षी अमरांनी याची उत्तरे दिली. ते म्हणाले, "तुम्ही बघाल. प्रयत्न करून पहा." पण १९७७ पासून मी पाहातो आहे की ते शक्य आहे. एखादा प्रामाणिक राहू शकतो, मूल्यांचे पालन करू शकतो आणि तरीही ऐहिकदृष्ट्या यशस्वी होऊ शकतो. माझ्या समोर काही उदाहरणे आहेत पण मी त्यांची नावे घेणार नाही. लोकं अगदी प्रामाणिक, साधे, शुद्ध आणि सरळमार्गी राहून त्यांच्या व्यवसायात यशस्वी होतात. कधीकधी जगातील इतर चलाख लोकं आपल्याला मागे टाकू शकतात! त्यावेळी, तुम्ही काळजी करण्याची गरज नाही; तुम्ही सशक्त असले पाहिजे आणि हा विचार बाळगला पाहिजे की तुम्ही नेहमी परमेश्वराशी जोडलेले आहात. परमेश्वर आपल्याला निराश करणार नाही आणि काही काळानंतर आपल्याला दिसून येईल की आपण सुद्धा यशस्वी होऊ. फरक हा आहे की अशाप्रकारे प्रामाणिक राहून मिळालेल्या यशामुळे आपल्याला खूप समाधान मिळते. आपल्याला शांती लाभते, जी अत्यंत मौल्यवान आहे.

मी फोनवर एका व्यक्तीला एक मुद्दा समजावून सांगत होतो. तो मृत्यूबद्दल होता. मी समजावून सांगत होतो, बोलत होतो आणि माझे बोलणे चालू होते, अचानक लख्ख प्रकाश चमकला आणि मी भगवान शिव यांना पाहिले! आणि जेव्हा अशी एखादी गोष्ट घडते, तेव्हा आपण प्रतिक्रिया देऊ शकत नाही, आपण अवाक होतो. सामान्यत: आपण आदर, इत्यादी अर्पण करतो. मग भगवान शिवांनी मला काही गोष्टी सांगितल्या. त्यांनी मला सूचना दिल्या. त्यांनी मला अत्यंत विलक्षण गोष्टी सांगितल्या. ते म्हणाले, "तू जे सर्व मागशील, ते तुला देण्यात येईल." मी सुद्धा गोष्टी मागत असतो! असे समजू नका की मला इच्छा नाहीत; मला पुष्कळ इच्छा आहेत. माझ्या सर्व इच्छा मानसा, हे केंद्र, तुम्ही सर्व, इत्यादींभोवती केंद्रित आहेत. वैयक्तिकदृष्ट्या मला काहीही नको आहे, मी संतुष्ट आहे आणि माझ्याकडे जे काही आहे त्याने मी आनंदी आहे. पण मला इच्छा आहेत. ते मला म्हणाले, "पुन्हा विचार कर, हे सर्व तुला देण्यात येईल. ह्याचा काय परिणाम होईल, त्याचा विचार कर." मग मला थोडीशी भीती वाटली! काय करावे हे मला समजले नाही; मी त्यांना म्हणालो, "तुम्ही देव आहात. सर्वात उत्तम काय आहे हे तुम्ही जाणता. माझ्याकडे सांगण्यासारखे काहीही नाही." ते हसले. मग त्यांनी मला इतर काही सूचना दिल्या. अर्थातच मी त्यांचे पालन केले.

तुम्ही माझा भाग आहात आणि मी तुम्हाला हे सांगतो. सामान्यत: आपण अशा गोष्टींविषयी असेच बोलू नये. हे जाहिरात करण्यासाठी नाही पण तुम्हाला सांगण्यात एक आनंद आहे. मला तुम्हाला हे सांगावेसे वाटले. ह्या अनुभवानंतर आणि घटनेनंतर, माझ्या आत एक विलक्षण शांतता स्थिरावली आहे; मी कशानेही अस्वस्थ होत नाही; कोणीही माझ्याशी भांडू शकत नाही! सर्वसाधारणपणे सुद्धा मी कोणाशी भांडत नाही! हा अनुभव एक क्षणभरासाठी होता. जेव्हा मी ह्या रविवारच्या वर्गासाठी तयारी करत होतो, तेव्हा तुम्हाला हे सांगावे की नाही याबद्दल मला संकोच वाटत होता. तेव्हा ऋषी म्हणाले, "तुम्ही हे सांगू शकता." तेव्हा मला उमगले, "कल्पना करा, देवाशी एक क्षणभराची जवळीक इतकी शांतता आणते, आणि जर तुम्ही त्याच्यात पूर्णपणे तल्लीन, अत्यंत निकट असाल तर शांतीचे प्रमाण किती असू शकते, आणि खरी समाधी कशी असू शकते!!" आपण अशा अनुभवांच्या मागे गेले पाहिजे. सुरुवातीला आपल्याला असे सुद्धा वाटते की आपल्याला अनुभव येत नाही आहेत. आपण इतरांचे अनुभव वाचतो आणि आपल्याला वाटते की आपल्याला कोणतेही अनुभव येत नाहीत! माझे गुरू म्हणायचे, "अनुभव न येणे जास्त चांगले आहे." हे अनुभव एका विशिष्ट पातळीवर घडतात आणि आपण त्यांना कमी लेखू नये. ते महत्त्वाचे आहेत; पण पुन्हा उच्च अनुभव सुद्धा असतात. ते आपल्याला परिवर्तित करतात. आपण जरी न बदलण्याचा निर्धार केला असला, तरी हा एक अनुभव अशा सर्व निर्धारांचा चुराडा करतो; आपल्यात बदल घडवून आणतो आणि आपल्याला वेगळी व्यक्ती बनवतो. ही अद्‌भुत गोष्ट आहे.

माझ्यासाठी समाधी अनुभवणे आणि हे तथाकथित ऐहिक जीवन योग्यप्रकारे जगणे, हे दोन्ही एकाच ध्येयाचे दोन भाग आहेत. समाधी अनुभवणे हे जर आपले ध्येय असेल, तर हे जीवन योग्यप्रकारे जगणे हे ही तितकेच महत्त्वाचे आहे. माझ्यासाठी ते समान ध्येय आहे. जोपर्यंत आपण अगदी अल्पशी का होईना समाधी अनुभवत नाही, तोपर्यंत आपण शांतपणे जगू शकत नाही किंवा हे जीवन योग्यप्रकारे जगू शकत नाही. आणि आपण योग्यप्रकारे जगणे सुरू केल्याशिवाय, समाधी अनुभवू शकत नाही. तर आध्यात्मिक ध्येय एकच आहे – योग्यप्रकारे जगणे आणि समाधी अनुभवणे. म्हणून साधना म्हणजे केवळ काही तंत्रे घेऊन त्यांचा सराव करणे नाही. ती म्हणजे अनुभवणे आहे. म्हणूनच आम्ही सूचना आणि कधीकधी निर्देश देणे चालू ठेवतो; आम्ही पुन्हा त्यांची पुनरुक्ती करत राहातो कारण आपण आपल्या जगण्याच्या दर्जात सुधारणा करणे आवश्यक आहे. सुधारणा केल्याशिवाय आपण समाधी अनुभवू शकत नाही. समाधी अनुभवल्याशिवाय आपण एक इंच सुद्धा पुढे सरकत नाही. तुम्हाला सतत आठवण करून देत राहाणे हे माझे कर्तव्य आहे.

मला आठवते की, काही महिन्यांपूर्वी, मी एक अतिशय महत्त्वाचा मुद्दा समजावून सांगण्याचा प्रयत्न केला होता – जे आपण बाहेर निसर्गात पाठवतो, ते अनेक पटीने आपल्याकडे परत येते. मी जर प्रेम बाहेर पाठवले, तर मला संपूर्ण विश्वाकडून प्रेम परत मिळते. मी निसर्गाकडे प्रेम पाठवले, म्हणून परमेश्वर माझ्याकडे प्रेम परत पाठवतो. हे एका बहुविध परिणाम असलेल्या प्रतिध्वनीसारखे आहे. मी एक चांगला किंवा सुखद विचार पाठवतो आणि तो अनेक पटीने परत येतो. त्याचप्रमाणे, आपण जर नकारात्मक विचार पाठवले, तर त्यांचा सुद्धा सारखाच परिणाम होतो आणि या ना त्या मार्गाने ते आपल्याकडे परत येतात!■

श्री जयंत देशपांडे यांच्या व्याख्यानातील उतारे

(महर्षी अमरांचा शताब्दी जयंती दिवस)

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

०३–०२–२०१९

महर्षी अमरांची अत्यंत विशेष उपस्थिती ह्या दिवसाला विशेष बनवते. त्यांच्या विशेष उपस्थितीत इथे हजर असणे हे मोठे भाग्य आहे. मला वाटते आपण सर्वजण अत्यंत भाग्यशाली आहोत की आपण इथे आहोत. हा क्षण अनेक आशीर्वाद आणि संधी घेऊन आला आहे, समर्पण करण्याच्या, ह्या महान गुरूंना ग्रहण करून त्यांना आपला भाग बनवण्याच्या आणि त्यांना पूर्णपणे प्रकट करण्याच्या संधी घेऊन आला आहे. ते आपल्यापैकी प्रत्येकामध्ये राहातात आणि आपण त्यांना वेगवेगळ्या प्रमाणात प्रकट करतो. येथून पुढे आपण त्यांना पूर्णपणे प्रकट करू शकतो. आपल्यात तेवढी क्षमता आहे. तीच आपली साधना आहे. आपण आपले उद्दिष्ट शुद्ध ठेवून, आणि प्रामाणिकपणे प्रयत्न करून ते करू शकतो.

त्यांना प्रकट करणे म्हणजे विनम्रता, प्रेम प्रकट करणे होय, ज्याचे ते मूर्तस्वरूप होते. त्यांना प्रकट करणे म्हणजे ऋषींबद्दल आत्यंतिक प्रेम असणे आणि त्यांच्या कार्यासाठी दृढ वचनबद्धता असणे होय. त्यांना प्रकट करणे म्हणजे हे जीवन पूर्णपणे जगणे होय. त्यांना प्रकट करणे म्हणजे जीवन साजरे करणे होय. ते म्हणजे चेहेऱ्यावर नेहमी स्मितहास्य ठेवणे होय. आपण कोणत्याही सकारात्मक गोष्टीचा विचार करू शकतो. आपण जर सकारात्मकपणे जगू शकलो तर आपण त्यांना आपल्या जगण्यातून प्रकट करू.

जेव्हा मी असे बोलतो तेव्हा मी नेहमी स्वत:साठी बोलतो. मला ठाऊक आहे की मी जे काही करतो आहे ते पुरेसे नाही, ते पूर्ण नाही. तर ही माझ्यासाठी एक संधी आहे. आणि जेव्हा ही माझ्यासाठी संधी आहे तेव्हा ही सर्वांसाठी सुद्धा संधी आहे, असे मला वाटते.

त्यांच्या क्षमतांविषयी बोलायचे झाले तर – ते सर्व चिरंजीवींना भेटले होते. चिरंजीवी भौतिक पातळीवर अस्तित्वात आहेत आणि महर्षी अमर त्यांना प्रत्यक्ष भेटले होते. ते इतके महत्त्वपूर्ण व्यक्ती होते.

महर्षी अमर आणि त्यांच्या मित्राबद्दल एक अतिशय रोचक घटना माझ्या वाचनात आली. गुरुजींनी ह्याविषयी 'मानसा पत्र' मध्ये लिहिले होते. जेव्हा महर्षी अमर फक्त १२–१४ वर्षांचे होते, तेव्हा त्यांचा एक मित्र त्यांच्या सोबत खेळायला त्यांच्या घरी आला. जेव्हा तो महर्षी अमरांच्या खोली जवळ गेला, तेव्हा त्याच्या लक्षात आले की खोलीचा दरवाजा आतून बंद होता. त्यांच्या मित्राने खिडकीचे दार उघडले आणि आत डोकावून पाहिले. त्याने पाहिले की आतमध्ये सात उंच, भव्यदिव्य आणि रुबाबदार व्यक्ती महर्षी अमरांसोबत वर्तुळात बसलेले होते. ते सप्त ऋषी होते! ते भौतिक शरीरात महर्षी अमरांना भेटायला आले होते. इतके लहान असताना सप्त ऋषी त्यांना भेटण्यास आले! ते त्यांचे महत्त्व होते. महर्षी अमरांचा हा मित्र सुद्धा खूप महान व्यक्ती असणार, म्हणून तो सप्त ऋषींना प्रत्यक्ष भौतिक स्वरूपात पाहू शकला. ह्या घटनेवरून हे दिसून येते की महर्षी अमरांची पृथ्वीवरील उपस्थिती किती महत्त्वाची होती आणि ते किती महत्त्वाचे आहेत!

एकदा गुरुजींनी त्यांना विचारले, "तुम्ही इतका प्रवास केला आहे, तुम्ही कितीतरी वेगवेगळ्या तारामंडळांना गेला आहात. ह्या प्रवासाचा कधी तुमच्यावर कोणत्या प्रकारे परिणाम झाला आहे का?" महर्षी अमर म्हणाले, "होय, अशा अद्‌भुत प्रवासानंतर जेव्हा मी ह्या पृथ्वीवर परत येतो, आणि मला न्यायालयात कोर्टच्या तारखांना जावे लागते, तेव्हा ते अवघड जाते!" पण, आपल्याला माहीत आहे की महर्षी अमर मानवी पातळीवरील प्रत्येक गोष्टीकडे अगदी योग्यप्रकारे लक्ष पुरवायचे. ते म्हणायचे की येथील जीवन फक्त एक खेळ, एक नाटक असले तरी पण ते महत्त्वाचे आहे. मला वाटते की हे काहीतरी विशेष आहे.

महर्षी अमरांनी अनेक प्रश्नांची उत्तरे दिली आणि त्यांच्या उत्तरांमध्ये खूप स्पष्टपणा होता. त्यांना कोणत्याही विषयाबद्दल सर्वकाही माहीत होते. एकदा त्यांनी उपभोग घेणे आणि अनुभवणे याबद्दल खुलासा केला. ते म्हणाले, "अनुभव आपल्याला संपन्न करतो. उपभोग आधीन करतो." किती गहन विधान आहे हे!

आपले प्रकाश प्रवहनाचे कार्य हे किती उत्कृष्ट कार्य आहे आणि त्यांनी सुरू केलेल्या नवयुगीय आध्यात्मिक चळवळीचा भाग आहे. ह्या चळवळीने आता जोर धरला आहे. अनेक लोकांना आता नवयुगाची जाणीव आहे. त्यांनी खाली आणलेल्या नवयुगीय ज्ञानाचा प्रकाश सरतेशेवटी ह्या पृथ्वीवरून अंधकार दूर करेल. तो पसरला पाहिजे. तो लाखो लोकांनी केलेल्या प्रकाश प्रवहनातून पसरतो; आपल्या माध्यमातून पसरतो, जेव्हा आपण हे ज्ञान जीवनात आचरणात आणतो, जेव्हा आपण त्याला आपल्या जगण्याचा भाग बनवतो. हळूहळू ते अज्ञानाचा अंधकार आणि धर्म व आध्यात्मिक रीतींमध्ये प्रचलित असलेल्या अनेक गैरसमजांचा अंधकार दूर करेल.

ह्या महान गुरूंची उपासना करण्याआधी मला एक दोन गोष्टींचा उल्लेख करायचा आहे. ह्या प्रसंगी, लोकांनी प्रारंभी दिलेल्या प्रतिसादाच्या आधारावर महर्षी अमरांची लहानशी अर्धमूर्ती उपलब्ध करून देताना आम्हाला आनंद होतो आहे. 'Thus Spoke Guruji' ह्या पुस्तकाचा तिसरा खंड महर्षी अमरांच्या चरणी अर्पण करताना आम्हाला खूप आनंद होतो आहे. हे गुरुजींनी २००२ साली दिलेल्या व्याख्यानांचे संकलन आहे. मला ह्या पुस्तकात आणि आपल्या सगळ्या पुस्तकांमध्ये खूप प्रकाश आणि ऊर्जा जाणवतात. कृपया ह्याची एक प्रत खरेदी करा आणि शक्य झाल्यास तुमच्या मित्रांना, कुटुंबियांना देण्यासाठी जास्तीच्या प्रती खरेदी करा. ह्याने आम्हाला मदत होईल आणि महर्षी अमरांच्या ज्ञानाचा आणि उर्जांचा प्रसार होईल. 'Thus Spoke Guruji' च्या मागील दोन खंडांच्या ई–आवृत्त्या प्रकाशित करताना देखील आम्हाला आनंद होतो आहे.

शेवटी, १ फेब्रुवारी रोजी कामात सहभागी झालेल्या सर्व प्रकाश प्रवहन स्वयंसेवकांचे मी अभिनंदन करतो आणि माझे आभार व्यक्त करतो. दहा लाख पेक्षा अधिक लोकांनी प्रकाश प्रवाहित केला आणि ह्या महान गुरूंना ही खूप मोठी आदरांजली आहे! गुरुजी, महर्षी अमर आणि ऋषींचे कार्य पुढे चालू ठेवण्यास मला मदत करणाऱ्या सर्व स्वयंसेवकांचे मी आभार मानतो. प्रत्येक वेळी मी सांगतो की मी फक्त एक कार्यवाहक आहे, एवढेच. कार्यवाहक असणे ही सुद्धा खूप मोठी जबाबदारी आहे. अर्थातच ऋषी सर्वकाही करतात, पण आपल्यापैकी प्रत्येकाची उपस्थिती महत्त्वाची आहे. आणि हे देखील खरे आहे की जर आपण इथे उपस्थित नसलो, तर दुसरे कोणेतरी ह्याची काळजी घेईल. महर्षी अमर स्वत: म्हणायचे, ते गायचे – ऋषी कार्य की ज्योती सदा जले. एक जल जाये, दूजा आये!

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.

गुरूंसोबतचा प्रवास

गुरुजी कृष्णानंद

(मानसा पत्राच्या ऑक्टोबर व नोव्हेंबर १९८९ या अंकांमधून, अनुवाद : वैशाली जोशी)

दोन दिवसांनंतरचा दिवस दीक्षेसाठी ठरवण्यात आला.

महर्षी अमर मला वरच्या मजल्यावरील उद्बत्त्यांच्या धुराने भरलेल्या एका खोलीत घेऊन गेले. तिथे एक श्रीकृष्णाची आणि देवीच्या दोन मूर्त्या होत्या, आणि त्याशिवाय देवतांचे फोटो आणि दोन मोठे आरसे होते. मी ऋषींना शोधत होतो. आणि महर्षी अमर हसले.

त्यांनी सावकाशपणे समजावून सांगितले– ध्यानसाधना म्हणजे काय; आपण ध्यान का केले पाहिजे; ह्या मार्गात साधना सुरू करण्याचा आपला काय हेतू आहे, इत्यादी. त्यांचा प्रत्येक शब्द माझ्या मनात खोलवर शिरला. मग त्यांनी ध्यानाचे तंत्र समजावून सांगितले आणि म्हणाले की ते गुप्त ठेवले पाहिजे.

"का सर?"

"हे पहा, प्रत्येक व्यक्ती ही दुसऱ्यांपेक्षा वेगळी असते. मनोवृत्ती, कर्मे आणि बदलण्याची... परिवर्तित होण्याची तयारी. अशा गोष्टी व्यक्तीगणिक वेगळ्या असतात. म्हणून ऋषी व्यक्तींचा अभ्यास करतात आणि त्यांना योग्य अशी तंत्रे सांगतात."

मला समजले आणि मी प्रतीक्षा केली.

त्यांनी पुन्हा सावकाशपणे तंत्र समजावून सांगितले.

"आता ऋषी तुला दीक्षा देतील. दीक्षा देणे म्हणजे फक्त तंत्र सांगणे नव्हे. ती म्हणजे आध्यात्मिक ऊर्जा देणे सुद्धा आहे. आणि एखादा बिंदू, एखादे चक्र सक्रिय करणे... कृपया तुझे डोळे बंद कर. तुझे मन रिक्त ठेव आणि उत्तेजित होऊ नको."

मी माझे डोळे बंद केले, माझे मन रिक्त ठेवण्याचा प्रयत्न केला पण उत्सुकता दूर ठेवू शकलो नाही.

माझे डोळे बंद करत असताना मी पाहिले की महर्षी अमर उठले आणि माझ्या मागे जाऊन उभे राहिले.

त्यानंतर नेमके काय घडले ते मी शब्दात मांडू शकत नाही. मला माझ्या कपाळात प्रकाशाचा एक लाल ठिपका दिसला. प्रथम त्याच्या भोवती अंधार होता. तो लाल ठिपका मोठा झाला नाही. पण नंतर मी त्याच्या भोवती अंधार पाहिला नाही. काही वेळानंतर मला तो ठिपका एका पोकळीत जाताना दिसला आणि मला वाटले की मी त्याच्या मागोमाग जातो आहे. आम्ही अंधार असलेल्या अंतहीन जगांतून अनंत काळ जात राहिलो. मग तो लाल ठिपका निळ्या रंगात बदलला आणि त्यातून एक पांढरा ठिपका बाहेर आला. मला हालचाली दिसल्या. मला गहन आवाज ऐकू आले.

"हे पुरेसे आहे."

महर्षी अमरांच्या आवाजाने मला परत आणले. मी डोळे उघडत असताना माझ्या लक्षात आले की ह्या पूर्ण वेळात मला माझ्या देहाचे भान नव्हते. मी माझ्या घड्याळाकडे बघितले. एक तास उलटला होता! मी एक तास बसलो होतो!

महर्षी अमर त्यांच्या जागेवर परतले. बोलू न शकण्याच्या आणि शांत पण न राहू शकण्याच्या अवस्थेत मी त्यांच्याकडे बघत राहिलो.

महर्षी अमर हसले, पूर्ण चंद्राप्रमाणे.

मी नियमितपणे ध्यानाचा सराव करत होतो. मला त्यात आनंद वाटायचा. पण दीक्षेच्या दिवशी जो अनुभव आला होता तसा इतर कोणताही अनुभव मला आला नाही. महर्षी अमरांनी माझ्या निराशेला हसण्यावारी नेले.

"तू अनुभवांच्या मागे जाऊ नकोस. कधीकधी अनुभव येतात आणि कधीकधी ते येत नाहीत. तुला वाट पहावी लागेल."

"मग माझ्या प्रगतीचे काय!"

"हे अनुभव प्रगती दर्शवत नाहीत. इतर अनुभव आहेत, वाट पहा."

"मी प्रगती करत आहे की नाही हे मला कसे कळणार?"

"तुला कळायची गरज नाही. ऋषींना माहीत असते. ते नेहमी तुमचे निरीक्षण करत असतात."

मी वाद घातला नाही. मी प्रश्न केला नाही. कसे कुणास ठाऊक पण, उगवत्या सूर्यासमोर जसे धुके विरून जाते, त्याप्रमाणे त्यांच्या समोर प्रश्न आणि शंका विरून जायच्या. आणि त्यांनी न मागता पुष्कळ गोष्टी दिल्या. म्हणून मी वाट पाहिली. पण ऋषींना बघण्याची दृढ इच्छा निरंतर वाढतच गेली.

(क्रमशः)

प्रश्नोत्तरे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

प्र: आपण जन्म घेण्यापूर्वी कशाची निवड केली आहे हे आपल्याला कसे कळू शकते?

उ: आपण जन्म घेण्यापूर्वी कशाची निवड केली आहे हे आपल्याला कोणीही सांगणार नाही. आपल्या बालपणाच्या प्रवृत्ती, आवडी आणि छंद आपल्या निवडी सूचित करतात. कदाचित आपल्याला साक्षात्कार होऊ शकतो की आपण एका विशिष्ट कारणासाठी जन्म घेतला आहे आणि मग आपण त्याचा पाठपुरावा करू. आपल्याकडे स्वेच्छेची मोठी देणगी आहे. आपण जन्म घेण्यापूर्वी जी निवड केली होती ती रद्द करू शकतो आणि पूर्णपणे वेगळे असे छंद जोपासू शकतो.

प्र: आपण बाय-लोकेट (एकाच वेळी दोन वेगळ्या ठिकाणी उपस्थित राहणे) कसे करू शकतो?

उ: बाय-लोकेशन म्हणजे एकाच वेळी दोन वेगवेगळ्या ठिकाणी भौतिक शरीरात उपस्थित राहणे. सूक्ष्म देह दुसऱ्या एखाद्या जागी जातो आणि भौतिक देह धारण करतो. तो पंचभूतांपासून भौतिक देह प्राप्त करतो. हा प्राप्त केलेला देह मूळ भौतिक देहापेक्षा वेगळा नसतो. अशाप्रकारे आपण बाय-लोकेट करतो. अद्याप आपल्याला ह्याचे तंत्र माहीत नाही.

प्र: दैवी नीतिनियम असे काही असते का?

उ: प्रत्येक पृथ्वीच्या, अस्तित्वात असलेल्या प्रत्येक जागेच्या स्वत:च्या स्थानिक समजूती, तत्त्वे असतात. नीतिनियम हे मानव निर्मित आहेत. लोकांसाठी काय योग्य आहे हे समाज ठरवतो. दैवी लोकात त्यांचे स्थानिक कायदे इत्यादी असू शकतात. आपल्याला त्याबद्दल माहिती नाही.

प्र: गूढ प्रवास म्हणजे काय?

उ: गूढ प्रवासासारखे काहीही नाही. कोणीही अज्ञात गूढ क्षेत्रात प्रवास करून शोध आणि अनुभव घेऊ शकतो.

प्र: हे खरे आहे का की सूक्ष्म जगात लोकं नेहमी ३० वर्षे वयाचे दिसतात?

उ: सूक्ष्म जगात ते नेहमी तरूण दिसतात. सूक्ष्म देहाचे वय सुद्धा खूप हळूहळू वाढते. व्यास महर्षी हे प्राचीन महर्षी आहेत. मार्कण्डेय महर्षी लाखो वर्ष वयाचे आहेत. ते भौतिक शरीरात आहेत.

प्र: एखादे तान्हे मूल जर मरण पावले आणि सूक्ष्म जगात गेले तर तिथे त्याचे वय काय असते?

उ: त्याच्या सूक्ष्म देहाचे जे वय असेल तेवढे त्याचे वय असते.

प्र: एखाद्या व्यक्तीने ध्यान केले आणि कर्मांचे निर्मूलन केले तर त्याचे आयुमान बदलते का?

उ: सामान्यत: आपण मागील जन्मापासून वाहून आणलेल्या कर्मांच्या प्रमाणाच्या आधारावर आपला जीवनकाल ठरवला जातो. एखाद्या व्यक्तीने जरी तिच्या सगळ्या कर्मांचे निर्मूलन केले असले, तरी तिला इथे खाली येताना नेमून दिलेल्या काळापर्यंत इथे जगावे लागते. हा कायदा आहे. आपण नव्याने गोळा केलेली कर्मे जाळून टाकण्यासाठी आपण दररोज ध्यान करणे आवश्यक आहे.

प्र: मी नियमितपणे ध्यान करतो, तरीही मला खूप हताश वाटते. कृपया सल्ला द्यावा.

उ: आपण ध्यान करणे आणि सकारात्मक होण्यासाठी प्रयत्न करणे आवश्यक आहे. आपण शंबला तत्त्वांचा सराव करणे आणि प्रकाश बाळगणे आवश्यक आहे. तुम्ही आमच्या सूचनांचे पालन केले आहे का? आम्ही सांगितले आहे, "प्रेम प्रकट करा, जीवन-शक्ती प्रकट करा." चमत्कार नक्कीच घडतात. पण आपण प्रयत्न करावे लागतात.

प्र: आपण आपल्यातील नकारात्मकतांवर कशी मात करू शकतो?

उ: ध्यानाच्या प्रभावाला तुमच्यावर कार्य करू द्या, मग कोणतीही नकारात्मकता राहणार नाही. प्रेम अनुभवा, प्रेम प्रकट करा, प्रकाश अनुभवा, मग संपूर्ण दिवस नकारात्मकतांविना आनंदाने भरलेला असेल. नकारात्मकता निष्प्रेमापासून येतात. ■

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)

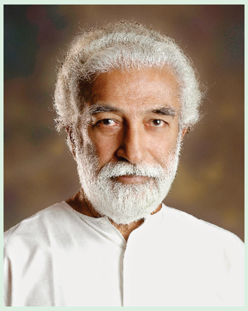
द वर्ड बुक शॉप, कॅंप (फोन: २६१३३११८, ३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)

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

परिस्थिती कशीही असो, जेव्हा माझ्याकडून एखादे पूर्वनियोजित कार्य संपन्न होत नाही, तेव्हा मी स्वत:वर रागावत नाही किंवा निराश होत नाही, जसा मी पूर्वी होत असे. पण आता मी शांत व स्थिरचित्त असतो व स्वत:ला बजावत राहतो की, ठीक आहे, तुला हे करण्यासाठी पुन्हा कधीतरी आणखी एक संधी मिळेल .

मैसूरहून परतल्यानंतर दि. १० नोव्हेंबर २०१८ रोजी, मी जबरदस्त डोके दुखीने त्रस्त अशा अवस्थेत उठलो व वेदना इतक्या तीव्र होत्या की त्यावेळी मी माझे डोके देखील हलवू शकत नव्हतो. काही वेळानंतर मी १५–२० मिनिटांसाठी प्रकाश प्रवहन केले. जेव्हा मी प्रकाश प्रवहनास सुरुवात केली, साधारण ५ मिनिटांनंतर मला वाटले की प्रकाश माझी डोके दुखी हळूहळू बरी करीत आहे. ती जाणीव अगदी विस्मयकारक होती! त्या प्रकाश प्रवहनाच्या सत्रानंतर माझी डोके दुखी पूर्णपणे निघून गेली व मला खूप आनंद झाला. मी प्रकाशाप्रती खूप कृतज्ञ आहे.

–कुमार तुमकूर नागेंद्रा

गेल्या काही महिन्यांपासून जेव्हाही मला प्रश्न पडतात तेव्हा मी डोळे मिटते व गुरुजींचा धावा करते पण त्यावेळी मला जयंतजींचा चेहरा दिसतो. मला माझ्या ९९% प्रश्नांची उत्तरे ऋषींकडून प्राप्त होतात.

जेव्हा मी सलग साडे चार तासांच्या दीर्घ ध्यानसाधनेला बसते तेव्हा मधुमेहाचा त्रास असूनही मला भूक लागत नाही व माझ्या रक्तातील शर्करेचे प्रमाणही अगदी सामान्य राहते.

मला ध्यान करताना गहन स्तब्धतेचा अनुभव येतो व माझ्या शरीरात व शरीरा भोवताली प्रकाशाचे व शक्तीचे जाळे तयार झाले आहे असे वाटते.

मी अनुभवते की जयंतजी माझे निरीक्षण करीत आहेत व माझ्याकडून होणारी प्रत्येक कृती त्यांच्या मार्गदर्शनानुसार घडत आहे. माझ्या जीवनात घडणाऱ्या सर्व उत्तम गोष्टींसाठी मी त्यांची ऋणी आहे. मी त्यांच्याप्रती मन:पूर्वक कृतज्ञता व्यक्त करते.

–गीतिका मेहरोत्रा

शिलॉंग मध्ये जेथे मी सध्या वास्तव्यास आहे तेथे खूपच कडाक्याचा हिवाळा आहे. पण ध्यान करण्यास सुरुवात केल्यापासून मला थंडी वाजत नाही. अगदी जेव्हा वीज पुरवठा खंडित होतो व ऊब देणारे हीटर्स बंद पडतात तेव्हा देखील मला इतका गारठा जाणवत नाही.

–गीतिका मेहरोत्रा

माझा परिवर्तन प्रवास अगदी आव्हानात्मक काळाने व अनावर प्रसंगांनी भरलेला होता. पण जेव्हा महात्म्यांचे आशीर्वाद व त्यांची कृपा आपल्या सोबत असते तेव्हा ह्या विश्वात अशी कोणतीच ताकद नाही जी आपल्याला त्रास देऊ शकते. मला जाणीव आहे की एक फार विशाल शक्ती जी आपल्या आकलन शक्तीच्या पलीकडे आहे ती पावलो पावली आपल्या पाठीशी असते.

गेल्या तीन महिन्यात मला असंख्य अडचणींना सामोरे जावे लागले पण ह्या काळात कोणत्याही मदती शिवाय मला एकटेच सोडून देण्यात आले आहे असे मला कधीच वाटले नाही.

आपल्यासाठी काय उत्तम आहे हे ऋषी जाणतात. गुरुजींनी आणि जयंत सरांनी ह्याचा अनेकदा उल्लेख केला आहे. आता मी माझ्या जीवनात ह्या तत्त्वाचा अंगिकार करण्यास सुरुवात केली आहे. जेव्हाही मी असे करतो, मला कोणत्याही अडचणींना किंवा आव्हानात्मक परिस्थितीला तोंड देण्यास लागणारे आंतरिक बळ ताबडतोब प्राप्त होते व त्यातून माझी सुटका होते.

–सत्वजय ठोकळ

आता माझ्यात घडणाऱ्या बदलांची जाणीव मला होत आहे. आता मी माझ्या सर्व प्रश्नांची उत्तरे माझ्या आत असणाऱ्या आध्यामिक क्षेत्रात शोधण्याचा प्रयत्न करतो.

–पुंडलीक ढाकोरकर

अनुभवांच्या गहनतेची पातळी जशी अनुभवागणिक वाढत आहे तसे माझ्यामधील बदलांचे सातत्यही अगदी प्रकर्षाने जाणवते आहे. आता माझ्यातील शांतता, वैराग्य व क्षमाशीलता वाढली आहे. एखाद्या परिस्थितीतून सावरण्याची माझी क्षमताही आता सुधारली आहे.

–निम्मी जे

मला जरी अवघड परिस्थितींना व आर्थिक अडचणींना तोंड द्यावे लागत आहे तरीही स्वत:ला शांत ठेवून, मला माझे आरोग्य चांगले ठेवणे शक्य झाले आहे. हे फक्त ध्यानामुळेच शक्य झाले आहे.

–जयश्री वासुदेव

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