प्रकाशमार्ग

Volume 11 Issue 11 AUGUST 2019 Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद

(ऑक्टोबर १९९४ या अंकामधून, अनुवाद : जयंत देशपांडे)

हीलिंग हा एक अद्भुत अनुभव आहे. तो बरेच काही प्रकाशात आणतो. मी पाहिले की हीलिंग मुळे बरेच लोकांना लगेच आराम मिळाला तर काही लोकांच्या बाबतीत परिणाम खूप मंदगतीने झाला. मी जेव्हा याबद्दल समजून घेण्याचा प्रयत्न केला तेव्हा मला खूप रोचक खुलासे झाले.

ज्या लोकांना या हीलिंग पद्धतीवर विश्वास आहे किंवा माझ्यावर विश्वास आहे, त्यांना जलदगतीने मदत मिळाली. ध्यानसाधकांना तर जवळजवळ लगेच मदत मिळाली. ज्यांचा यावर विश्वास नाही, त्यांना पाठवलेल्या ऊर्जा त्यांनी ग्रहण केल्या नाहीत. मी त्यांच्याशी सूक्ष्म पातळीवर बोलण्याचा प्रयत्न केला. त्यांना समजावून सांगण्यात, त्यांचे मन वळवण्यात पुष्कळ तास घालवल्यानंतर त्यांनी हीलिंग ऊर्जा स्वीकारल्या.

जेव्हा दुःखाचे मूळ कारण हे कर्मांच्या प्रभावामुळे नव्हते तेव्हा हीलिंग सोपे झाले. पण जेव्हा ते कर्मांमुळे होते, तेव्हा मला त्यामागील जटिल वास्तवे कळली. ऋषींनी मला त्यांच्या भूतकाळातील गोष्टी दृष्टांतात दाखवल्या आणि त्यांच्या समस्यांवर उपाय सांगून मला मदत केली. कर्मांचे परिणाम आणि दैवी न्याय कसे होते हे दर्शवण्यासाठी मी इथे काही गोष्टींचा उल्लेख करू इच्छितो.

एका व्यक्तीला पोटात जळजळ आणि वेदना होत होत्या आणि डॉक्टर्स त्याचे कारण शोधू शकले नाहीत. दृष्टांतामध्ये मला दिसलं की त्याने त्याच्या मागील जन्मात एका व्यक्तीला पोटात दुखापत केली होती! मी त्या व्यक्तीकडे हीलिंग ऊर्जा पाठवल्या व विशिष्ट कालावधीसाठी एका मंत्राचा जप करण्यास त्याला सांगितले. गोळा केलेल्या ऊर्जा त्या व्यक्तीकडे पाठविण्यात आल्या, ज्याला ह्याने पोटात इजा केली होती. त्याने जन्म घेतला होता आणि ऋषींनी त्याला शोधून काढले होते. मग पोटाचे दुखणे नाहीसे झाले. पण त्यानंतर त्याने ध्यान करणे थांबवले, ज्याचे मला खूप वाईट वाटले. मी त्याला दृष्टांताविषयी आणि सूक्ष्म पातळीवर त्याला मिळालेल्या मदतीबद्दल सांगितले नव्हते. ते आकाशिक नोंदणींमध्ये राहील.

दुसऱ्या एका घटनेमध्ये एक व्यक्ती तीव्र पाठदुखीच्या वेदना घेऊन आली. हीलिंग ऊर्जांनी कुठलीच मदत होत नव्हती. मग समजले की, त्याने त्याच्या मागच्या जन्मामध्ये एका सापाला मारले होते आणि तो साप पूर्णपणे मृत होण्यापूर्वीच त्याला जाळले होते. आम्ही त्या व्यक्तीच्या कर्मांवर उपाय शोधतच होतो, तेव्हा आम्हाला आश्चर्याचा धक्काच बसला. आमच्याकडे एक पाहुणा आला होता. तो सूक्ष्मरूपात होता! तो एक साप होता!

फक्त एक मुद्दा स्पष्ट करायला तो आला होता. त्याला वाटत होते की त्या व्यक्तीने त्रास भोगावा. त्याला वाटत होते की आम्ही त्याला त्याचे कर्म जाळण्यात मदत करू नये! त्याला न्याय हवा होता! सबुरीने आणि चिकाटीने मी प्रयत्न करून अखेरीस त्याची समजूत घातली की आम्ही त्याला सुद्धा शांती आणि मुक्ती प्राप्त करण्यात मदत करू आणि असे केल्यानंतर मग त्या व्यक्तीला दुःख भोगण्याची आवश्यकता नाही. त्याकरीता तो तयार झाला. आणि ऋषींनी दोघांनाही मदत केली.

अशा बऱ्याच गोष्टी आहेत. प्रत्येकच वेगळी आणि विलक्षण आहे. या मानवी तलासाठी अनोळखी आहे. हे अनुभव मला खूप काही शिकवून गेले जे की पुस्तकांमधे सुद्धा मला सापडणार नाहीत. जर आयुष्याने साथ दिली तर मी कधीतरी हे लिहून काढेन.

तपोनगर तयार होते आहे. उच्च लोकांतील ऊर्जांनी ते भरले जात आहे. उच्च लोकांतील उच्च व्यक्तिमत्त्वे नियमितपणे इथे प्रेम आणि ज्ञान घेऊन येतात. आध्यात्मिक पातळीवर दुसऱ्या शंबलेचा पाया रचण्यात आला आहे. ह्याचा पुढचा टप्पा म्हणजे बदलाच्या गतीप्रमाणे शंबलेला भौतिक पातळीवर प्रकट करणे. ते सोपे नाही. प्रेम, निष्ठा आणि शिस्त ह्यांच्या मदतीने सर्वच केवळ शक्यच नाही तर सोपे पण होईल.

येथील कार्य हा एक भाग आहे आणि एका ध्यानसाधकासाठी येथून सोबत नेण्यासाठी, त्याला समृद्ध बनवण्यासाठी बरेच काही आहे.

मानसा फाउंडेशन (रजि.)

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

फोन : ९९००७५२८० (सकाळी १० ते सायं. ५ पर्यंत)

इ-मेल : info@lightagemasters.com वेबसाईट : www.lightagemasters.com

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.

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 शनिवारी (सकाळी ७ वाजता)
इंडियन हॅरिटेज अकॅडमी, ब्लॉक ६
कोरामंगला

दर शनिवारी (संध्याकाळी ७ वाजता)
देवगिरी वेंकटेश्वर मंदिर, बनशंकरी स्टेज २

आनेकल येथे

दर सोमवारी (संध्याकाळी ६ वाजता)
सप्तर्षी ध्यान केंद्र

दर मंगळवारी (सकाळी ६ वाजता)

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.

श्रद्धांजली इंटिग्रेटेड स्कूल येथील शिक्षक आणि पालकांनी, औद्योगिक प्रशिक्षण सदस्यांसह (विकलांग लोकांसाठी असलेल्या संघटने समवेत) बंगलोर येथे १३ जुलै २०१९ रोजी प्रकाश प्रवहन केले.

काही ठळक घडामोडी

- २५ ऑगस्ट रोजी तपोनगर येथे महर्षी अमरांच्या महासमाधी दिवसानिमित्त कार्यक्रम आयोजित करण्यात येईल. ह्या कार्यक्रमात सहभागी होण्याची आपली इच्छा असल्यास कृपया २३ ऑगस्ट पर्यंत मानसा कार्यालयात नोंदणी करावी.
- तपोनगरातील ध्यानसाधक रहिवासी २ जुलै रोजी झालेल्या सूर्य ग्रहणादरम्यान आणि १७ जुलै रोजी झालेल्या चंद्र ग्रहणादरम्यान मेडिटेशन हॉलमध्ये एकत्र जमले आणि त्यांनी ग्रहणाच्या ऊर्जा प्रवाहित केल्या.
- १६ जुलै रोजी गुरु पौर्णिमा साजरी करण्यासाठी ध्यानसाधक मेडिटेशन हॉलमध्ये एकत्र जमले आणि त्यांनी परब्रह्माच्या ऊर्जा संपूर्ण जगास प्रवाहित केल्या.
- शंबलातील विशेष ऊर्जा ग्रहण करण्यासाठी शंबला गटातील सदस्य तपोनगरातील मेडिटेशन हॉलमध्ये १४ जुलै रोजी एकत्र जमले.
- 'रा' देवतेकडून विशेष ऊर्जा ग्रहण करण्यासाठी २१ जुलै रोजी 'रा' गटातील सदस्य मेडिटेशन हॉलमध्ये एकत्र जमले.

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी	–	व्याख्यान, सकाळी ११ ते १२ पर्यंत
	–	प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
शुक्रवार २३	–	श्रीकृष्ण जन्माष्टमी निमित्त विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
रविवार २५	–	महर्षी अमरांच्या महासमाधी निमित्त कार्यक्रम

महर्षी अमर महासमाधी कार्यक्रम

२५–८–२०१९, रविवार

सकाळी ११ वाजता	स्वागत
	वरिष्ठ साधकांचे व्याख्यान
	विशेष ध्यान
दुपारी १२.३०वाजता	प्रसाद

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०१	गुरुवार	अमावास्या
०८	गुरुवार	शुक्लाष्टमी
०९	शुक्रवार	महालक्ष्मी पूजन
१०	शनिवार	शुक्ल दशमी
१५	गुरुवार	पौर्णिमा
२३	शुक्रवार	श्रीकृष्ण जन्माष्टमी
२५	रविवार	महर्षी अमरांचा महासमाधी दिवस कार्यक्रम
२९	गुरुवार	शिवरात्री
३०	शुक्रवार	अमावास्या

आनेकल येथील कार्यक्रम

२६–८–२०१९ रोजी आपल्या सप्तर्षी ध्यान केंद्रात संध्याकाळी ६ वाजता महर्षी अमरांच्या महासमाधी दिवसानिमित्त कार्यक्रम आयोजित करण्यात येईल.

श्रीकृष्ण जन्माष्टमीसाठी ध्यानाचे विशेष तंत्र

आपल्या समोर निळ्या प्रकाशाच्या एका प्रचंड गोलाची किंवा निळ्या प्रकाशरूपी भगवान श्रीकृष्णांची कल्पना करा. एका प्रकाशकणाच्या रूपात त्या प्रकाशगोलात किंवा प्रकाशमय भगवान श्रीकृष्णांच्या शरीरात प्रवेश करून त्यांचा अनुभव घ्या. ह्या तंत्राचा सराव कितीही वेळ आणि दिवसातून कितीही वेळा करता येतो. श्रीकृष्ण जन्माष्टमीपासून दहा दिवस आपण आपल्या दैनिक ध्यानाऐवजी ह्या तंत्राचा अभ्यास करू शकता.

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.

एक अद्वितीय सुपरहीरो

अपूर्वा देशपांडे, अनुवाद : वैशाली जोशी

''तो वृद्धींगत झाला पाहिजे, पण मी घटलो पाहिजे.''– जॉन द बॅप्टिस्ट

गेल्या काही आठवड्यात, सुपरहीरोचा अगदी अलीकडे आलेला सिनेमा पाहण्यासाठी चित्रपटगृहांमध्ये लोकांची गर्दी उसळली होती. माझ्या सभोवतालची लोकं सुपरहीरोने केलेल्या प्रत्येक वारासोबत 'ऊह्' आणि 'आह्' असे उद्गार काढत असताना, मी हा विचार करण्यापासून स्वत:ला थांबवू शकले नाही की, कसा प्रत्येक सुपरहीरो महर्षी अमरांच्या तुलनेत निस्तेज आहे.

महर्षी अमरांचे जीवन साहसांनी भरलेले होते. ते प्रकाशापेक्षा जास्त वेगाने प्रवास करू शकत होते आणि ते एकाच वेळी अनेक ठिकाणी प्रकट होऊ शकत होते! त्यांनी आपल्या पृथ्वीपेक्षा अत्यंत वेगळ्या असलेल्या पृथ्व्यांना भेट दिली, काही जास्त प्रगत, तर काही आपल्या पृथ्वी इतक्या प्रगत नसलेल्या. त्यांच्या कार्याने आपल्या कल्पनाशक्तीला त्याच्या चरम सीमेपर्यंत नेले आहे आणि लोकांना कदाचित विश्वास बसणार नाही, अशा त्यांच्या विनम्र स्वभावाने आपल्या अंतरंगाला खोलवर स्पर्श केले आहे. आपल्याला सर्वांना माहीत आहे की ते किती सहजपणे त्यांच्या अनुभवांचे कथन करायचे. ते कोणताही दिखावा करायचे नाहीत.

महर्षी अमर नेहमीच प्रसिद्धीच्या झोतापासून दूर राहिले. त्यांना नेहमी विद्यार्थ्यांची लहान संख्या हवी होती, ज्यांचे ते वैयक्तिकरित्या मार्गदर्शन करू शकत होते. त्यांच्या लक्षाचा केंद्रबिंदू नेहमी ऋषींचे कार्य होते. ऋषींच्या कार्यासाठी त्यांनी दुसऱ्या देशात भारताचे राजदूत होण्याची संधी सोडली!

''प्रेमाद्वारे भक्त देव सुद्धा बनू शकतो. देव आणि त्याचे भक्त, समुद्र आणि त्याच्या लाटांसारखे आहेत.'' – संत एकनाथ

महर्षी अमरांचे महान गुरूंसाठी आणि आपल्यासाठी असलेले प्रेम अतुल्य आहे. आपल्याला नवयुगात प्रवेश करण्यास मदत करण्यासाठी त्यांनी स्वत:ला ऋषींच्या कार्याला समर्पित केले, पण अनेक वेळा त्यांच्या कार्यात धोके असायचे. जेव्हा विश्वामित्र महर्षींनी सत्य युगासाठी महामेरू पर्वताला समायोजित करणे सुरू केले, तेव्हा त्यांनी सांगितले की महामेरू पर्वताची कंपने पूर्णपणे सत्य युगाला अनुकूल होण्यापूर्वी काही प्रारंभिक कंपने ऋषींच्या कार्यकर्त्यांना अंगावर घ्यावी लागतील. त्या समायोजनादरम्यान महर्षी अमरांना हृदयविकाराचा झटका आला आणि ते बरेच दिवस अंथरुणाला खिळलेले होते. त्यांनी आपल्यावर किती नि:स्वार्थपणे प्रेम केले आणि अजूनही प्रेम करत आहेत त्याचे हे सर्वात उत्तम उदाहरण आहे.

गुरुजींसारखेच महर्षी अमर आपले वडील, आपले गुरू आणि अगदी आपले स्वत:चे सुपरहीरो आहेत! त्यांचे आपल्यासाठी असलेले अविरत प्रेमच आपल्याला नवयुगात घेऊन जाईल!■

महर्षी अमर – एक गूढवादी

सुजाता व्ही., अनुवाद : वैशाली जोशी

महर्षी अमर नेहमीच शांत असायचे आणि कधीही कोणत्याही गोष्टीची तक्रार करायचे नाहीत. महर्षी अमर एक अद्वितीय महान गुरू होते. सत्याच्या शोधकाची तहान भागवण्यास मदत करण्यासाठी, त्यांनी सप्तऋषींकडून मिळालेले ध्यानसाधनेचे शास्त्र मानवजातीला शिकवले. त्यांनी हजारो लोकांना ध्यान शिकवले आणि त्यांना मुक्तीकडे नेले. ते एक गूढवादी होते. त्यांनी ऋषींसाठी सूक्ष्म पातळीवर कार्य केले आणि अत्यंत विनम्र होते. ते इतरांचे लक्ष न वेधता पार्श्वभूमीवर राहिले आणि अनेकांना त्यांच्या क्षमतांची जाणीव नव्हती. त्यांना मानवजातीच्या कल्याणाची काळजी होती. ते अत्यंत कनवाळू होते आणि त्यांना संपूर्ण सृष्टीबद्दल खूप प्रेम होते. ते प्रत्येकामध्ये दैवी अंश पाहायचे.

त्यांच्या आधीच्या एका जन्मात, जेव्हा ते संत एकनाथ होते, तेव्हा काशी येथून गोळा केलेले गंगा नदीचे जल ते भगवान शिव यांना अर्पण करण्यासाठी त्यांच्या मित्रांसोबत रामेश्वरमला जात असताना, वाटेत त्यांनी तहानेमुळे मरायला टेकलेले एक गाढव पाहिले. त्यांच्याकडे असलेले सर्व पवित्र जल त्या गाढवाला पाजून त्यांनी त्याचे प्राण वाचवले. असे होते महर्षी अमर!

महर्षी अमरांनी मानवजातीला शंबलेचा मार्ग दाखवला. शंबला म्हणजे एक सोन्याची नगरी – पृथ्वीवरील नंदनवन – जिथे लोकं शांततेचे आणि परिपूर्णतेचे जीवन जगतात. तपोनगरात शंबलेची स्थापना करणे हे त्यांचे स्वप्न होते. आपण त्यांच्या पावलांवर पाऊल ठेवून चालूया आणि तपोनगरात शंबलेची स्थापना करण्याचे त्यांचे स्वप्न पूर्ण करूया.■

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

जानेवरी २००६

आपल्यापैकी प्रत्येक जण जो इथे आहे आणि जो इथे नाही, तो कधी न कधी दुखावला गेला आहे; कोणीतरी आपल्याला दुखावले असणार; कोणीतरी आपला विश्वासघात केला असणार, इत्यादी. आणि आपण ह्या दुखावल्या जाण्यामुळे आणि विश्वासघातामुळे होणारे दु:ख विसरू शकत नाही. ३० वर्षांनंतर सुद्धा आपण ह्याची आठवण करतो आणि सांगतो, 'ह्या व्यक्तीने मला दुखावले आहे.' ही आठवण आपण टाळू शकत नाही. अर्थात आपल्याला केवळ त्याची जाणीव असल्याकारणाने, आपल्याला त्याची स्मृती असल्याकारणाने, आपली आध्यात्मिक पातळी खालावत नाही. पण मी म्हटल्याप्रमाणे, आपण स्मृती किंवा आठवणी काढून टाकू शकत नाही. आठवणी ह्या आपल्या शरीरप्रणालीचा भाग आहेत. पण गोष्ट अशी आहे की, ह्या दु:खामुळे आपल्या मनात राग असतो. आपल्या मनात राग असतो कारण आपण दुखावले गेलेलो असतो. हा राग आपण काढून टाकला पाहिजे. जेव्हा मी 'आपण' असे म्हणतो, तेव्हा मी आपण ध्यानसाधक किंवा कोणतीही व्यक्ती जिने ध्यानसाधना सुरू केली आहे तिला उद्देशून बोलतो आहे. आपण रागावर विजय मिळवल्याशिवाय, आपल्या आतून ही कटुता काढून टाकल्याशिवाय, आध्यात्मिक प्रगती करू शकत नाही. हे सोपे नाही, पण जेव्हा आपण ध्यान करतो, तेव्हा ते शक्य होते; जेव्हा आपण प्रयत्न करतो, तेव्हा ते शक्य होते. ही लढाई आहे. ही साधना आहे – कटुता आणि राग काढून टाकणे. मी जे सांगतो आहे ती नवीन गोष्ट नाही, पण मी पुन्हा सांगतो आहे कारण हा व्याख्यानाचा वर्ग नाही, हा एक प्रकारचा प्रशिक्षण वर्ग आहे. आम्ही पुन्हापुन्हा सांगतो कारण आपण हे आचरणात आणले पाहिजे. आतापासून आपण हे आचरणात आणण्यास सुरुवात करूया. आपण ह्यातून बाहेर पडले पाहिजे.

आपण जर फार काळ ही कटुता आपल्या आत बाळगली, तर ती नाती नष्ट करते. जेव्हा एक महान अभिनेता हॉस्पिटलमध्ये होता, तेव्हा संपूर्ण जगाने त्याच्यासाठी प्रार्थना केली. ते खूप हृदयस्पर्शी होते! आणि जेव्हा लोकं त्याच्यासाठी प्रार्थना करत होते, तेव्हा आयकर अधिकारी तिथे गेले आणि त्याला नोटीस दिली! कटुता एखाद्या व्यक्तीला खूप नकारात्मक आणि खूप प्राणघातक देखील बनवते. असो, आपल्यात जर ही कटुता असेल तर आपण ती काढून टाकूया.

कधीकधी आपण अशा परिस्थितींमधे असतो जिथे आपण गोंधळलेलो असतो; आपण प्रचंड दबावाखाली असतो, कदाचित कामामुळे, आणि आपल्याला खूप असहाय्य वाटते. आपण जर एखाद्या ज्योतिषीकडे गेलो, तर तो आपल्याला एखादी 'शांती' करण्यास सांगतो. ही लोकं रत्ने देतात. पण ही खूप महाग आणि काही वेळा निरुपयोगी असल्यामुळे आपण त्या मागे जाऊ नये. सर्वात उत्तम सल्लागार आपल्या अंतरंगात आहे. आपण आपल्या अंतरंगाकडे वळूया आणि मार्गदर्शन मिळवूया. आपल्याला नेहमी मार्गदर्शन मिळते आणि फक्त मार्गदर्शनच नव्हे, तर आपल्याला मदत सुद्धा मिळते. जेव्हा मी अशा परिस्थितींमध्ये होतो, तेव्हा मला मानवी पातळीवर मार्गदर्शन मिळाले आहे. मी पूर्णपणे गोंधळलेलोच नव्हतो, तर मी असहाय आणि निराश पण होतो. मग मी असे केले, मी माझ्या गुरूंना प्रार्थना केली, ऋषींशी दुवा जोडण्याचा प्रयत्न केला आणि मी स्वत:ची तयारी केली. मी मानवी पातळीवर देखील प्रयत्न केले. ते सुद्धा महत्त्वाचे आहे. आपण शांतपणे बसून आपली प्राथमिकता ठरवली पाहिजे. हे फार महत्त्वाचे आहे – प्राथमिकता ठरवणे. मला जर दहा समस्या असतील, तर मी सर्व दहा समस्यांकडे आज एकाच वेळी लक्ष पुरवू शकत नाही. तर, ज्या पहिल्या समस्येकडे मला लक्ष पुरवावे लागेल ती माझी पहिली प्राथमिकता असेल. ह्या क्षणी मला माझा एक मित्र आठवतो. मी जेव्हा माझ्या ऑफिसमध्ये रुजू झालो, तेव्हा त्याने मला एक छान गोष्ट शिकवली. त्याने मला सांगितले, "पहिल्यांदा जेव्हा तू एखाद्या काउंटरवर बसशील – एखाद्या बँकेत किंवा एखाद्या पोस्ट ऑफिस मधे – तेव्हा तुला २० लोकं रांगेत उभे असलेले दिसतील आणि तुला भिती वाटेल. ह्या लोकांकडे पाहू नको. एका वेळी तू फक्त एका व्यक्तीकडे लक्ष देणार, ज्याचा अर्थ तुझ्यासमोर फक्त एकच व्यक्ती असणार. तर तू तिच्याकडे लक्ष दे आणि इतरांना विसरुन जा. तर, कोणत्याही वेळी आपण एका व्यक्तीकडे लक्ष देत असतो." तर, तुम्ही प्राथमिकता ठरवा आणि ह्या गोष्टींकडे लक्ष देण्यास सुरुवात करा, आपल्याला मार्ग सापडतील. मी जर असे म्हणालो – तुम्ही जर गोंधळलेले असाल, तुमचे जीवन जर तुम्हाला दिशाहीन वाटत असेल, तर फक्त तुमच्या सभोवतालचा परिसर स्वच्छ ठेवा, त्याने तुम्हाला शक्ती मिळेल – तर तुम्ही मला हसाल. कसे हे मला विचारू नका? असे घडते. तुमचे डेस्क नेहमी नीटनेटके ठेवा, तुमची खोली स्वच्छ ठेवा, वस्तू व्यवस्थितपणे मांडा आणि मग बसा, आणि तुम्ही अनुभवाल की तुम्हाला अद्भुत कल्पना सुचतील आणि गोष्टी घडतील! कदाचित भौतिक जगात एक प्रकारचे संयोजन आहे आणि असा व्यवस्थितपणा आपल्याला कोणतीही परिस्थिती, कोणतीही समस्या हाताळण्यास मदत करतो. ही खुळचट गोष्ट वाटू शकते, पण प्रयत्न करून पाहा, याला काहीच खर्च लागत नाही आणि तुम्हाला ज्योतिषीकडे जावे लागणार नाही.

गेल्या शुक्रवारी, जेव्हा मी 'शुक्रवार–सत्संग' दरम्यान ध्यान करत होतो, तेव्हा मी थोडासा विचलित झालो. मला बाहेर जावे लागले, तिथे वादावादी चालू होती. त्या लोकांमधे आपली लोकं तर नाहीत, हे पाहाण्यासाठी मी बाहेर गेलो. मग मी परत आलो आणि ध्यानाला बसलो. मी बाहेर जाऊन परत आलो तरीही माझे ध्यान छान झाले. मी सभोवताली पाहिले आणि मला खूप लोकं दिसली. संख्या खूप चांगली होती आणि लोकं खूप छान ध्यान करत होते आणि मी विचार केला, हा उपक्रम अधिक समाधानकारक आहे. त्या दिवसाचे ते सर्वात जास्त समाधानकारक दृश्य आणि सर्वात आनंददायक दृश्य होते – लोकं देवांप्रमाणे बसून ध्यान करत होते.

मला एका अनोळखी माणसाकडून फोन आला. तो ध्यानसाधक नाही, पण त्याने आपल्या वृत्तपत्रातील 'चिंतन' वाचले आणि कसेतरी माझ्याशी जोडला गेला. साधारणपणे, लोकांना मी टेलीफोनवर भेटत नाही. तो म्हणाला, "आपण चिंतन किती सुंदरपणे लिहिले आहे." अर्थातच, मला खूप आनंद झाला. मला जास्त आनंद झाला असता जर आपल्या लोकांपैकी कोणाच्या ते लक्षात आले असते. खरं तर मी आपल्याच लोकांचा प्रतिसाद ऐकण्याची वाट पाहात होतो, प्रशंसा नाही, पण नेहमीपेक्षा वेगळी एखादी टिप्पणी.

एक स्पष्टीकरण – जेव्हाकेव्हा आम्ही भौतिक व आध्यात्मिक जगांविषयी बोलतो, तेव्हा आम्ही नेहमीच ह्या गोष्टीवर भर देतो की ह्या दोन्ही जगांना महत्त्व दिले पाहिजे. असे नाही की जर तुम्ही भौतिक जगात अयशस्वी झालात तर तुम्ही निरुपयोगी व्यक्ती आहात; कधीकधी जी लोकं इथे (भौतिक जगात) अयशस्वी होतात, ते आध्यात्मिक जगात यशस्वी होतात. इथे ह्या गोष्टीवर भर स्पष्ट आहे की आपण भौतिक आणि आध्यात्मिक ह्या दोन्ही जगांना महत्त्व दिले पाहिजे. मी पाहिले आहे की, कधीकधी लोकं फक्त ह्या आध्यात्मिक भागाला महत्त्व देतात आणि भौतिक भागाकडे दुर्लक्ष करतात; ही ऋषींची पद्धत नाही.

श्री जयंत देशपांडे यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

जून २०१९

काहीवेळा आपण एकप्रकारच्या आत्मनिंदेच्या मनःस्तिथीतून जात असतो. आपल्या पूर्वकृत्यांमुळे आपल्याला अपराधी वाटते आणि आपण म्हणतो, “मी खूप वाईट माणूस आहे, मी असे करायला नको होते.” गुरुजींनी स्पष्टपणे सांगितले होते की अशी अपराधी भावना बाळगण्याने मदत होत नाही. आपण चुका केल्या असतील. आपण सर्वच अपरिपूर्ण आहोत आणि आपण चुका करतो. त्याबद्दल थोडे अपराधी वाटणे ठीक आहे. मला असे वाटते की एक माणूस म्हणून आपल्याला तसे वाटणे हे स्वाभाविक आहे. याचा अर्थ असा पण होतो की आपले अंतःकरण जागृत आहे. आपल्याला पश्चात्ताप व्हायलाच हवा. परंतु आपण स्वतःला नेहमीसाठी दोष न देत राहण्याची काळजी घ्यायला पाहिजे. आपण कोणत्याही प्रकारचा अतिरेक टाळायला हवा. सर्वात महत्त्वाची गोष्ट म्हणजे आपण आपली चूक स्वीकारायला हवी. जर का आपण आपली चूक स्वीकारू शकलो तर मला वाटते की असे करून आपण एक मोठे पाऊल पुढे टाकू शकू आणि पुढे वाटचाल करू शकू. स्वतःला क्षमा करणे हे पुढचे महत्त्वाचे पाऊल असेल. आणि सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे आपण ती चूक पुन्हा करू नये. हे आणखी एक मोठे पाऊल असेल. जर का आपण परत तीच चूक करत राहिलो तर त्याचा अर्थ असा होतो की आपल्याला आपल्या चुकांची जाणीव नाही. किंवा जाणीव असली तरी आपण त्यांचा स्वीकार केलेला नाही. म्हणून आत्मनिंदा कामाची नाही. आपण देवाचा एक अंश आहोत. आपण पापी नाही.

खरंतर गुरुजींनी सांगितले होते की आपण जर आपली चूक लक्षात घेतली आणि आपल्याला खरोखरीच त्या विषयी दिलगीरी वाटली आणि जर आपण त्या कृत्याची पुनरावृत्ती केली नाही तर त्या चुकी संबंधित असणारे कर्म रद्द केले जाईल, काढून टाकण्यात येईल. या वरून दिसते की देव किती दयाळू आणि कनवाळू आहे! मला असे वाटते की केवळ माणसंच अशी असतात जी कदाचित आपल्या चुकांबद्दल आपल्याला कधीच क्षमा करणार नाहीत. ते कदाचित कायमचा राग बाळगतील. म्हणून जर आपण अशा मनःस्थितीत असू जेव्हा आपल्याला खूपच दोषी वाटत असेल, तेव्हा हे ज्ञान जे ऋषींकडून, महात्म्यांकडून आले आहे ते आपल्याला अशा भावनांना तोंड देण्यास मदत करतील.

एका व्यक्तीने मला विचारले, “आपण ऋषींच्या बरोबर आहोत, आपल्याजवळ इथे उपचारक ऊर्जा देखील आहेत आणि त्यांच्या मदतीने आपण स्वतःला बरे करतो. आपण दुसऱ्यांना सुद्धा उपचारक ऊर्जा पाठवत असतो. तर मग आपल्याला स्वतःच्या उपचारासाठी दुसऱ्या हीलरकडे, एखाद्या रेकी किंवा प्राणिक हीलरकडे किंवा एखाद्या ज्योतिषीकडे जाण्याची आवश्यकता आहे का?” मी अर्थातच तिला सांगितले की आपल्याला कुठल्याही हीलरकडे किंवा ज्योतिषीकडे जाण्याची गरज नाही. मी हे पण सांगितले की या ध्यानमार्गातील कोणी साधक जर दुसऱ्या गुरू किंवा हीलरकडे जात असेल आणि आपल्या जरी ते लक्षात आले तरी आपण त्यावर टिप्पणी करत नाही किंवा त्याला जोखत नाही. साधकाला कोणाहीकडे जाण्यासाठी सर्व पातळ्यांवर स्वातंत्र्य असायला हवे. समस्येच्या निराकरणासाठी, हीलिंगसाठी साधकाजवळ इतर पर्याय शोधण्याचे, इतर मार्ग शोधण्याचे स्वातंत्र्य असायला हवे. जर त्याला हा मार्ग योग्य वाटत असेल तर त्याने या मार्गात साधना करावी. जर का त्याला दुसरा एखादा मार्ग योग्य वाटत असेल तर त्याने तिथे साधना करावी. म्हणून सामान्यतः आम्ही बोलत नाही, पण या व्यक्तीने मला विचारले म्हणून मी त्याला सांगितले आहे की आपल्याला दुसऱ्या हीलरकडे जाण्याची काही आवश्यकता नाही.

आपण ऋषींबरोबर आहोत. ऋषी अगदी देवासारखे असतात. त्यांच्यापेक्षा आणखी कोणती मोठी शक्ती अस्तित्वात आहे का? शक्यच नाही. आपण आपल्या अडचणी त्यांच्या पुढे ठेवायला हव्यात आणि या मानवी पातळीवर आपल्या समस्यांच्या निराकरणासाठी आपले प्रयत्न सुरू ठेवायला हवेत. जर का आपल्याला स्वास्थ्यासंबंधी काही समस्या असतील तर आपण आपली समस्या ऋषींच्या समोर ठेवू शकतो आणि आपले हीलिंग सुद्धा करू शकतो आणि त्या शिवाय आपण डाक्टरकडे जाऊन, औषधं पण घ्यायला हवीत. आपल्याला माहीत आहे की ऋषींनी या जागी अद्भुत हीलिंग ऊर्जा ठेवल्या आहेत. या ऊर्जा आपल्यासाठी उपलब्ध आहेत. आपण या सर्वांची मदत घेऊ शकतो. या सर्व प्रयत्नांचा जो काही परिणाम होतो, त्याचा आपण ईश्वराची इच्छा समजून स्वीकार करू शकतो. अर्थात इतक्यावरच आपण थांबायला नको आणि आध्यात्मिक पातळीवर, तसेच मानवी पातळीवर आपले प्रयत्न सुरू ठेवायला हवेत. हा आध्यात्मिकदृष्ट्या उपयुक्त प्रयत्न राहील, एक संतुलित प्रयत्न राहील.

आधी जसे मी म्हणालो, जर आपण इथल्या हीलिंग ऊर्जांचा वापर करत असू तर आपल्याला इतर कोणत्याही हीलरकडे जाण्याची आवश्यकता नाही. जर आपण उपचारासाठी वेगवेगळ्या डाक्टरांकडे गेलो तर ते वेगवेगळी औषधे सांगतात. आणि त्या सर्वांनी दिलेली वेगवेगळी औषधे आपण एकाच वेळी अर्थातच घेऊ शकत नाही. औषधे जास्त होतील आणि आपल्याला त्यांचा फायदा होणार नाही. त्याचप्रमाणे एकाचवेळी वेगवेगळ्या पद्धतीने हीलिंग करणाऱ्यांकडे उपचारासाठी जाण्याने गोंधळ निर्माण होऊ शकतो. याचा असा ही अर्थ होतो की आपला कोणत्याही एका पद्धतीवर विश्वास नाही. उपचारासाठी श्रद्धा ही खूप महत्त्वाची असते. आपल्या शरीरप्रणालीने उपचारक ऊर्जांना स्वीकारले पाहिजे. जर आपण उपचारक किंवा हीलिंग ऊर्जा स्वीकारल्या नाहीत तर त्या आपल्यामध्ये प्रवेश करणार नाहीत. अगदी हीलिंग ऊर्जा सुद्धा आपल्याला स्वातंत्र्य देतात. आपल्यावर काहीच थोपले जात नाही. गोंधळात असल्यामुळे आपण असे जरी ठरवले की आपण सर्वच ऊर्जांचा स्वीकार करू, तरी मला वाटते की वेगवेगळ्या ऊर्जांना आपण आपल्या शरीरप्रणालीत योग्यरित्या जिरवू शकणार नाही. असा माझा विश्वास आहे. जेव्हा श्रद्धा नसते, तेव्हा आपली पूर्णपणे स्वीकृती नसते. मग ऊर्जा आपल्यात बळजबरीने प्रवेश करू शकणार नाहीत. जर ऊर्जा आपल्या शरीरप्रणालीत योग्यरित्या आत्मसात झाल्या नाहीत तर साहजिकच आपल्याला योग्य परिणाम दिसून येणार नाहीत. म्हणून एका पद्धतीवर विश्वास ठेवल्याने मदत होते, असे मला वाटते.

काही वेळा मोठ्या आशेने लोकं मला लिहितात. ते वेदनांमध्ये असतात आणि खूप कठीण परिस्थितीत असतात. आणि काही वेळा तर गोष्टी जवळ जवळ निराशाजनक असतात. मी त्यांचे सांत्वन करण्याचा प्रयत्न करतो, त्यांना आश्वस्त करतो की ऋषी त्यांची मदत करत आहेत आणि त्यांना ध्यानसाधना सुरू ठेवण्याची विनंती करतो. ध्यानाचे चमत्कारिक परिणाम होतात. कधी कधी वेळ लागू शकतो. आपण धीर ठेवून वाट बघायला हवी. मला माहीत नाही की माझे सांत्वनात्मक शब्द किती काम करत असतील. लोकांना अर्थातच एकप्रकारच्या निराकरणाची, वेदनेपासून थोडातरी आराम मिळण्याची अपेक्षा असते. त्यामुळे माझे शब्द पुरेसे नसतात, हे मला समजते. पण मी काय करू शकतो? माझ्याकडे कुठल्याही चमत्कारिक शक्ती नाहीत. मी इतर सामान्य साधकांसारखाच एक साधारण साधक आहे. पण आपल्यासाठी ऋषी आहेत. जसे तुमच्यापैकी कोणीही करेल, तसे मी सुद्धा खूप प्रामाणिकपणे प्रार्थना करून त्यांना प्रकाश पाठवतो. ती एकच शक्ती आपल्याकडे आहे. पण ती सर्वात मोठी शक्ती आपल्याकडे आहे. प्रत्येकवेळी ती मदत करते. जसे मी म्हणत होतो काही बाबतीत वेळ लागू शकतो पण निश्चितपणे लोकांना आराम मिळतो. ■

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

सहा

(मानसा पत्राच्या मार्च व एप्रिल १९९० या अंकांमधून, अनुवाद : वैशाली जोशी)

मी महर्षी अमरांना भेटल्यानंतर काही महिन्यातच त्यांच्या घर मालकाच्या विनंतीस मान देऊन त्यांना त्यांचे निवासस्थान बदलावे लागले. फार संघर्ष न करता त्यांना आणखी प्रशस्त घर मिळाले. ते घर निश्चित करण्यापूर्वी ते म्हणाले की, त्यांना ऋषींची परवानगी घ्यावी लागेल. ह्याची आवश्यकता आहे का, असे मी त्यांना विचारले.

"अगदी, त्यांच्या परवानगीशिवाय मी काहीही करू शकत नाही. मी त्यांच्या हाताखाली कार्य करणारा एक कार्यकर्ता आहे. माझ्या संपूर्ण जीवनावर त्यांचा अधिकार आहे. आणि ते जसे चालवतात तसे ते चालते."

मला माहीत होते की अमर स्वत: ऋषी होते. मग परवानगी घेण्याची काय आवश्यकता होती?

"आपण ह्या दृष्टिकोनातून पाहू नये. इथे माझी भूमिका एका कार्यकर्त्याची आहे आणि मी शिस्त पाळली पाहिजे."

नंतरच्या प्रसंगी देखील त्यांनी वारंवार हेच सांगितले. ते स्वत:चे वर्णन ऋषींच्या हातातील साधन असे करायचे, आणि पुढे सांगायचे की आपला अहंकार खाली ठेवणे आणि एक साधन बनून राहणे अत्यंत अवघड होते. त्यांनी त्यांच्या अहंकाराला डोके वर करू दिलेले मी कधीही पाहिले नाही. आणि ह्या गोष्टीनेच मला खूप प्रभावित केले. इतके मोठे, सामर्थ्यवान आणि महान असलेले ते, किती नम्र होते! त्यांच्या निधनानंतर मी अनेक लोकांना भेटलो. योगी, संत, गुरू.... पण त्यांच्या तोडीचे कोणीच नव्हते. खरंतर मी ज्या संत म्हणून ओळखल्या जाणाऱ्या लोकांना भेटलो, ते त्यांच्या फुगलेल्या अहंकारामुळे इतके लहान आणि उथळ वाटायचे की त्यांच्याबद्दल मनात फक्त तिरस्कार उत्पन्न व्हायचा.

फक्त नम्रताच नव्हती ज्यामुळे महर्षी अमर अपरूप वाटायचे. त्यांचा लहान मुलासारखा निरागसपणा, दयाळूपणा, कठीण लोकांबाबत सहनशीलता, स्थिर महासागराप्रमाणे असलेली त्यांची भव्य शांतता, प्रत्येकाला जिंकणारे त्यांचे प्रेम, आणि प्रत्येकाला स्वत:मध्ये सामावून घेण्याची त्यांची क्षमता..... मी असेच सांगत जाऊ शकतो आणि तरीही त्यांचे पूर्णपणे चित्रण करण्यात अयशस्वी ठरेन. एखादा अरुणोदय, एखादा सूर्यास्त किंवा चंद्रप्रकाशित बर्फाच्छादित पर्वतांचे चित्रण कोण करू शकेल!

ऋषींच्या परवानगीने महर्षी अमर दुसऱ्या घरात राहायला गेले. त्यांनी सहज केलेले विधान की, ऋषींनी त्यांना इथे आणले आहे कारण सभोवतालची अनेक लोकं ध्यानसाधक असू शकतात, खरे ठरले. आम्ही जवळपास तीस जण होतो आणि नंतर इथे शेकडो जण आमच्यात सामील झाले.

एका संध्याकाळी मी त्यांना त्यांच्या घरासमोर एकटे बसलेले पाहिले. ते चिंतातूर आणि उदास दिसत होते! मला आश्चर्य वाटले. माझ्या मनातले ओळखून महर्षी अमरांनी खुलासा केला.

"हे पहा, आम्ही देवांच्या सगळ्या मूर्त्या इथे आणल्या आहेत. पण त्या मूर्त्यांमध्ये वास करणाऱ्या शक्ती अजूनही जुन्या घरातच आहेत. ऋषींनी अद्याप त्यांना इथे हालवायचे आहे."

त्या रात्री माझ्या मुलाला एक स्वप्न पडले. त्याला सात तारे उत्तरेकडून दक्षिणेकडे जाताना दिसले. सकाळी मी महर्षी अमरांना फोन केला. मागील रात्री शक्ती हालवण्यात आल्याची त्यांनी पुष्टी केली. ते खूप आनंदी होते!

जरी मानवी दु:खाच्या अनेक लाटांचा त्यांना फटका बसला, तरी मी त्यांना पुन्हा कधीही दु:खी किंवा चिंताग्रस्त पाहिले नाही.

त्यांच्या घरातील बैठकीची खोली सदैव साधकांनी भरलेली असायची, विशेषकरून संध्याकाळच्या वेळी. त्या दिवशी दाटीवाटीने खुर्च्यांवर बसून, आमच्या सर्व समस्या मनापासून दूर ठेवून, आमचे सर्व लक्ष कोपऱ्यात डौलदारपणे बसलेल्या व्यक्तीकडे केंद्रित करून आणि अगदी कान लावून त्यांनी शानदारपणे उच्चारलेला प्रत्येक शब्द ऐकण्याची वाट पाहात आम्ही बसलो होतो.

महर्षी अमरांनी दोनदा सभोवताली दृष्टी फिरवली आणि कधी नव्हे ते विलक्षण मोठ्या आवाजात बोलले.

"एक्कावन हजार वर्षांपूर्वी तुम्ही इथे, ह्याच जागी असेच बसला होता आणि हेच प्रश्न विचारले होते. पुन्हा आज तुम्ही त्याच शंकांसह, त्याच उणिवांसह आणि त्याच अवस्थेत इथे बसला आहात. त्यात काहीही बदल नाही. आणि ही फक्त दुसरी वेळ नाही! प्रत्येक ५१,००० वर्षांच्या कालचक्रात तुम्ही असेच बसला आहात. ह्याचा अंत कधी होणार?"

(क्रमश:)

प्रश्नोत्तरे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

प्र: तुम्ही म्हणता की सुवर्णयुग १९७८ साली सुरू झाले, पण आपल्या अवतीभोवतीचे जग अजूनही कलियुगाच्या अंधकारात बुडलेले आहे असे वाटते. यावर तुमचे काय मत आहे?

उ: सुवर्णयुग हे १९७८ मध्ये नाही तर १९७४ साली सुरू झाले. सत्य सरळ आहे की १९७४ सालापासून आपण नवयुगात आहोत परंतु आपण युगपरिवर्तनाच्या संक्रमण काळामधून जात आहोत. हा बदल अद्याप पूर्ण झालेला नाही, म्हणूनच कलियुगाचा प्रभाव अजूनही दिसतो आहे. परंतु आपल्या चांगल्यासाठी अनेक बदल घडतांना पण आपल्याला दिसत आहेत. १९७४ पासून ध्यानसाधकांची संख्या वाढली आहे. आणि लोकांमध्ये एकप्रकारची जागृती दिसत आहे. भ्रष्टाचाराबद्दल लोकांमध्ये आता असहिष्णुता वाढली आहे, केवळ अर्थव्यवस्था किंवा राजकारणाच्या क्षेत्रातच नव्हे तर कोणत्याही क्षेत्रात भ्रष्टाचाराबद्दल लोकं असहिष्णु झाले आहेत. नवयुगाची ऊर्जा कार्यरत आहे. बऱ्याच चांगल्या गोष्टी घडत आहेत.

प्र: ध्यानसाधना करणारे बरेच लोक सिद्धीप्राप्ती, धनसंचय इत्यादीच्या मागे लागतात. या गोष्टी, खऱ्या आध्यात्मिक ध्येयापासून, मुक्तीपासून आपले लक्ष वळवत नाहीत का? आपले कुठे चुकत आहे?

उ: सिद्धीप्राप्ती महत्त्वाची नाही. आपण हे स्वीकारले पाहिजे की बहुतांनी एकप्रकारच्या प्रचंड मोठ्या उद्योगाला, योग–उद्योगाला वाढू दिले आहे. हे चुकीचे आहे. आपण आध्यात्मिकतेचा व्यवसाय करून ठेवला आहे. आपल्याला यातील व्यापारिक भाग बाजूला करावा लागेल, कारण अजूनही प्रामाणिक लोकं आहेत जे खूप चांगल्या गोष्टी शिकवत आहेत. त्यांचे आवाज दाबले गेले आहेत, त्यांना मागे सारले जात आहे. ते चुकीचे आहे.

प्र: संतुष्टीची अवस्था प्राप्त केल्यानंतर पुढे काय?

उ: ऐहिक पातळीवर संतुष्टी मिळवणे ठीक आहे. पण आध्यात्मिक ध्येय निरंतर विस्तारित होत असतात. जेव्हा आपण एक आध्यात्मिक ध्येय साध्य करतो तेव्हा आणखी एक ध्येय आपली वाट पाहत असते, आपल्याला खुणावत असते. म्हणून आध्यात्मिक क्षेत्रात आपण केव्हाही संतुष्ट व्हायला नको.

प्र: समर्पण करणे म्हणजे निष्क्रिय राहणे होय का?

उ: अजिबात नाही. समर्पण करण्यापूर्वी किंवा केल्यानंतर निष्क्रिय राहणे हे आध्यात्मिकतेला धरून नाही. आपण कार्यशील राहायला हवे. म्हणजे केवळ ध्यान करायला पाहिजे असे नाही तर आपण कोणत्याही प्रकारे आणि सर्वप्रकारे जीवनशक्तीला आपल्या जगण्यातून प्रकट करायला हवे. आपण केव्हाही निष्क्रिय राहायला नको.

प्र: प्राणायाम इत्यादी असे ध्यानापूर्वीचे अभ्यास आणि प्रत्यक्ष ध्यान हे वेगवेगळ्या वेळी करता येतात का?

उ: ध्यानासाठी पूर्वतयारी आणि प्रत्यक्ष ध्यान या दोघांत अंतर असणे गरजेचे नाही. अगदीच अशक्य असेल तर काही मिनिटांचे अंतर आपण ठेवू शकतो.

प्र: जे लोक भयंकर अपराध करतात त्यांना न जोखण्याची वृत्ती आपण कशी विकसित करू शकतो?

उ: उलट मी म्हणेन की अशा लोकांबद्दल मत बनवा. लोकांना बरे वाईट न ठरवणे हे एक तत्त्व आहे. हे मला मान्य आहे. आपण आपल्या मित्रात, शेजाऱ्यात किंवा आप्तसंबंधीमध्ये दोष पाहायला नको, ते चूक असले तरी. पण जर का कोणी दुसऱ्याला फसवत असेल तर आपण अशा कृतीला स्वीकृती देऊ का? कुठल्याही गुन्हेगारी कृतीचा आपण धिक्कार करायला हवा. अशा कृतीला आपण नाकारायला हवे. आपण देवाला प्रार्थना करायला हवी, "कृपया त्याला शिक्षा कर." एकच तत्त्व एकच कायदा सर्व ठिकाणी लागू करता येत नाही.

प्र: कोणाला प्रकाश पाठवण्यापूर्वी आपण प्रकाशाचे प्रवहन करायला हवे का?

उ: ते आवश्यक नाही.

प्र: ध्यान आणि तप यांमध्ये काय अंतर आहे?

उ: ध्यान म्हणजे आपल्या शरीरप्रणालीत शांतता प्रस्थापित करणे होय. तप म्हणजे शुद्धतेने चमकणे होय. जेव्हा आपण शुद्ध असतो तेव्हा आपण त्याच्या तेजाने चमकतो. आपण ध्यानापासून साधनेला सुरुवात करतो आणि नंतर तपाच्या पातळीवर प्रवेश करतो. ■

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)

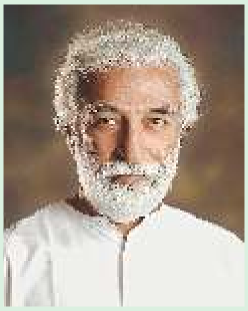
द वर्ड बुक शॉप, कँप (फोन: २६१३३११८, ३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)

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

ओरिएन्टेशन सत्रादरम्यान समाधी अनुभवणे ह्या तंत्राचा अभ्यास करीत असताना माझी जाणीव सोनेरी प्रकाशाकडे विस्थापित झाली आणि अनंतपणे विस्तारत राहिली. मला सर्वत्र फक्त सोनेरी प्रकाशच दिसत होता व असे वाटले की जणू मी त्यात विरघळत आहे. ह्या दिवसानंतर माझ्यातील आनंद द्विगुणीत झाला आहे व मला वाटते की पुढील वाटचाली करिता मला खूप बळ प्राप्त झाले आहे. अशी अद्भुत तंत्रे अनुभवण्याची संधी उपलब्ध केल्याबद्दल मी गुरुजी, ऋषी व जयंतजींची आभारी आहे.

– सुजाता आर.

ओरिएंटेशन सत्रादरम्यान पहिल्या दोन तंत्रांच्या अभ्यासादरम्यान खूप गहनता जाणवली. त्यावेळी जरी तो अनुभव गाढ झोपेसारखा भासला असला तरीही मला खात्री होती की मी झोपलो नव्हतो. समाधीचा अनुभव देखील फारच गहन होता. त्यादिवशी मी पहिल्यांदाच विस्तार अनुभवला. सत्रादरम्यान मिळालेल्या भरपूर ऊर्जांच्या प्रभावामुळे मी त्यानंतर तब्बल चार तास झोपलो!! त्या दिवसानंतर प्रत्येक तंत्र अनुभवणे माझ्यासाठी अधिक सोपे झाले आहे. आता माझे विचार बदलले आहेत आणि जीवनाप्रती माझा दृष्टिकोन देखील बदलला आहे. माझ्या समस्यांचे देखील आपोआपच निवारण होत आहे. मी गुरुजी व सर्व महात्म्यांप्रती माझी कृतज्ञता व्यक्त करतो.

– अभय जोशी

एके रात्री मी जेव्हा झोपले होते तेव्हा एका कीटकाच्या मोठ्या आवाजामुळे मला त्रास होऊ लागला. आवाज खूपच मोठा होता! मी त्या कीटकाला विनंती केली, "कृपया तू आवाज करणे थांबव व मला झोपू दे." नवलच म्हणावे लागेल, तो आवाज थांबला आणि त्याने मला सकाळी उठेपर्यंत पुन्हा त्रास दिला नाही!

– शारदाम्मा एल.

अलीकडेच केलेल्या चाचणीत माझ्या रक्तातील क्रिएटनीनचे प्रमाण खूपच जास्त असल्याचे आढळले, अगदी निर्देशित उच्च मर्यादेपेक्षाही खूप जास्त. पण माझ्या कीडनींना प्रकाश पाठवून, त्यांच्याशी बरे होण्याच्या संदेशायुक्त प्रेमळ संवाद साधून, सुदैवाने मी ते प्रमाण खाली आणू शकलो. आता क्रिएटनीनचे प्रमाण अगदी नियंत्रित पातळीत आहे व डॉक्टर देखील खूष आहेत.

– राजेंद्र रांगणेकर

माझे मार्गदर्शन केल्याबद्दल व माझ्या जीवनाची काळजी घेतल्याबद्दल मी सर्व महात्म्यांचे, ऋषींचे, अमराजी व गुरुजींचे मन:पूर्वक आभार मानतो. गुरुजींचे कार्य पुढे चालू ठेवल्याबद्दल व आम्हा सर्वांना आध्यात्मिक साधनेसाठी सर्व सुविधा व आधार दिल्याबद्दल जयंत सर मी तुमचे मन:पूर्वक आभार मानतो.

– हेमनाथ थोकूर

गेल्या काही दिवसांत माझ्या जवळच्या नाते संबंधात काही कटू प्रसंग आले. मी ऋषींची, अमराजींची व गुरुजींची प्रार्थना केली. माझी ध्यानसाधना नियमितपणे सुरू आहे, त्यामुळे मी त्या परिस्थितींचा स्वीकार करू शकले. पण माझ्या अंतरंगात मात्र काहीतरी खुपत होते. मी ताबडतोब बसले व ३० मिनिटांसाठी शंबलाच्या तिसऱ्या तत्त्वाचा अभ्यास केला. ह्यावर विश्वास ठेवणे कठीण आहे पण काही तासातच मला परिस्थितीत सुधारणा दिसली! मी ऋषींना, अमराजींना, गुरुजींना आणि सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे आपणा सर्वांना धन्यवाद देते, जे आम्हा पत्रव्यवहाराद्वारे मार्गदर्शन घेणाऱ्या विद्यार्थ्यांची नेहमी मदत करतात व त्यांचे मार्गदर्शन करतात.

– नंदिता पटेल

माझ्यात दडलेल्या बऱ्याच भावना व संवेदनांच्या बाहेर पडण्यापासून २०१९ सालाची सुरुवात झाली. त्या माझ्यात दडलेल्या होत्या, पण त्यांची मला अजिबात कल्पना नव्हती. सुरुवातीला मला अगदी अवघडल्यासारखे वाटले पण नंतर लक्षात आले की ह्या प्रलयाच्या काळादरम्यान त्या बाहेर पडणारच जेणेकरून आपले अंतरंग स्वच्छ करण्याची संधी आपल्याला मिळते. म्हणून आता मी शांत राहून साक्षीभावाने त्यांना पाहते.

– प्रियंवदा कुलकर्णी

४० वर्ष वय असलेल्या माझ्या मुलाला मधुमेह झाला आहे. डॉक्टरांनी शर्करेचे प्रमाण कमी होईपर्यंत त्याला सकाळ संध्याकाळ इन्सुलीनची इंजेक्शन्स घ्यायला सांगितली. नंतर डॉक्टरांनी आम्हाला सांगितले की इन्सुलीनची इंजेक्शन्स घेणे थांबवता येणे शक्य नाही! मला खूप वाईट वाटले. मी माझ्या मुलाच्या स्वादूपिंडाला (पॅन्क्रियाझ) खूप प्रकाश पाठवला व त्याच्याकरिता प्रार्थना केली. गुरुजींच्या कृपेने त्याला आता इन्सुलीनची इंजेक्शन्स घेण्याची आवश्यकता नाही व त्याची तब्येतही सुधारली आहे. मी गुरुजींचे व प्रकाशाचे आभार मानते.

– अनुसया बेंद्रे

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