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 13 Issue 3 December 2020 Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद

(ऑक्टोबर २००० या अंकामधून, अनुवाद : जयंत देशपांडे)

यू.एन.चे मिलेनियम सत्र, हा एक महान प्रसंग होता; ती एक अद्वितीय संधी होती. संपूर्ण जगाच्या स्वप्नांबद्दल, आकांक्षांबद्दल, तिथे जमलेल्या विविध राष्ट्रांचे अध्यक्ष काय बोलत आहेत, ते मला ऐकायचे होते; जगाच्या भविष्याबद्दल त्यांची काय स्वप्नं आहेत, पुढील सहस्त्राब्दी बद्दल त्यांची काय स्वप्नं आहेत, ते मला ऐकायचे होते. पण माझा अपेक्षाभंग झाला. ते सर्व चांगलेच बोलले. ते आपापल्या देशाचे सच्चे नेते असल्याप्रमाणे बोलले. पण ते या जगासाठी, संपूर्ण जगासाठी बोलले नाहीत.

यू.एन. ही संस्था सामूहिकतेची ठाम अभिव्यक्ती आहे. ती या जगाची सदसद्विवेकबुद्धी आहे. दीडशेपेक्षाही जास्त राष्ट्रांनी यू.एन.ला स्वीकारले आहे, हीच एक सकारात्मक बाब आहे.

यू.एन. ही संस्था राष्ट्रांना आणि लोकांना एकमेकांच्या जवळ आणते आहे. आपण एकमेकांना चांगले, जास्त जवळून ओळखू शकत आहोत. आपल्याला जर हे कळले की, आपण सर्व एकाच प्रकाशाचा कण आहोत आणि आपण जर आपल्या मूळ स्वभावाप्रमाणे, म्हणजे प्रेमाने एकमेकांसोबत वागू शकलो, बोलू शकलो, तर जगात खरोखरंच एकीकरण घडून येईल. सर्वप्रकारचे विभक्तीकरण थांबेल. घृणा व हिंसा नाहीशा होतील. शांती नांदेल आणि नवयुगाचा उदय होईल.

आपण सर्व एकाच स्त्रोतातून, एकाच परमेश्वरातून आलो आहोत, ही जाणीव आपण सर्वदूर पसरवायला हवी. जे ज्ञान मानवजातीचे एकत्रीकरण करते, ते सर्वांपर्यंत पोहोचवायला हवे. हे आध्यात्मिक गुरूंचे कार्य आहे.

यू.एन. द्वारा प्रायोजित धर्मगुरुंच्या बैठकीत एक योजना जाहीर व्हावी अशी माझी अपेक्षा होती, अशा कल्पना प्रत्यक्षात आणण्यासाठी एका व्यावहारिक मार्गाची. पण पुन्हा माझा अपेक्षाभंग झाला. धार्मिक नेत्यांनी छान व्याख्याने दिली आणि नवीन असे काहीच सांगितले नाही; व्यावहारिक असे काहीच नाही.

पण प्रत्येक गोष्टीला सकारात्मक असा एखादा पैलू असतोच. विविध धर्मांची लोकं एका सामाईक व्यासपीठावर एकत्र येतात हीच किती मोठी गोष्टं आहे. या बिंदुवरून आपण नक्कीच पुढे वाटचाल करू शकतो.

जेव्हा एक ध्यानसाधिका म्हणाली की तिचे मन भरकटते, तेव्हा तिला मार्गदर्शन करणारे संत म्हणाले – "ते कुठेही भरकटले तरी ते राहते परमेश्वरातच." जेव्हा मी हे ऐकले तेव्हा अशी अद्भुत गोष्ट कळल्यामुळे मी इतका भारावून गेलो होतो की, ते सतत माझ्या मनात घुमत होते.

आपण जर खरंच ही जाणीव ठेवली की परमेश्वर सर्वत्र आहे, आणि मनाला भरकटू दिले आणि ते जिथे कुठेही भरकटले, तिथे आपण परमेश्वराला अनुभवू शकलो तर आपण एका उच्च साधनेचा अभ्यास करत असू.

पण त्याच्या उपस्थितीची जाणीव ही महत्त्वाची आहे. ही जाणीव त्याला अनुभवण्याने येते, सत्याला प्रत्यक्ष अनुभवण्याने.

परमेश्वराला अनुभवा आणि त्याला आपल्या जीवनात प्रकट करा. हे शब्द महान आध्यात्मिक गुरुंचे आहेत. परमेश्वराला आपण काही अंशी जरी अनुभवू शकलो आणि त्याला आपल्या आचरणातून प्रकट करू शकलो, तर आपले जीवन नक्कीच बदलेल. ■

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

बंगलोर शहरातील केंद्रांमध्ये होणारे ध्यान वर्ग रद्द राहातील. कोरोना विषाणूचा फैलाव आणि लस व औषध उपलब्ध होण्यास लागणारा वेळ लक्षात घेता, असे ठरविण्यात आले आहे की बंगलोर शहरातील केंद्रांमध्ये मार्च २०२१ पर्यंत वर्ग होणार नाहीत. एप्रिल २०२१ पासून पुन्हा वर्ग सुरू करण्याचा निर्णय तेव्हाच्या परिस्थितीनुसार घेण्यात येईल.

रविवारच्या वर्गांच्या वेबकास्टद्वारे ऑनलाईन वर्ग सुरू राहातील. प्राथमिक पातळीचे वर्ग देखील दर रविवारी सकाळी १० ते ११ पर्यंत ऑनलाईन घेतले जात आहेत. प्रत्येक महिन्याच्या पहिल्या रविवारी नवीन बॅच सुरू होते.

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.

True Love
accommodates
everything,
even
imperfections
&
shortcomings.

काही ठळक घडामोडी

- २९-११-२०२० रोजी गुरुजींच्या महासमाधी दिवसानिमित्त कार्यक्रम आयोजित करण्यात येईल. सध्याच्या कोविड परिस्थितीमुळे ध्यानसाधकांना तपोनगरात एकत्र जमणे शक्य होणार नाही. विद्यार्थी प्रत्यक्ष होणाऱ्या वेबकास्टद्वारे ह्या कार्यक्रमात भाग घेऊ शकतील.
- २०२१ वर्षाचे मानसा कॅलेंडर ह्या कार्यक्रमाप्रसंगी प्रकाशित करण्यातयेईल.
- १० जानेवारी २०२१ पासून शंबला गटाची नवीन बॅच सुरू होते आहे. ज्या विद्यार्थ्यांनी चक्र जागृतीकरण पातळीवर साधना पूर्ण केली आहे ते शंबला गटात प्रवेश घेऊ शकतील. ह्यात प्रवेश घेऊ इच्छिणाऱ्या विद्यार्थ्यांनी कृपया ३१ डिसेंबर २०२० पर्यंत मानसा कार्यालयात आपले नाव नोंदवावे. बाहेरील विद्यार्थी देखील ह्यात प्रवेश घेऊ शकतील. सध्या शंबला गटात असलेल्या विद्यार्थ्यांनी देखील ३१ डिसेंबर २०२० पर्यंत मानसा कार्यालयात त्यांचे नाव नोंदवून त्यांच्या सदस्यत्वाचे नूतनीकरण केले पाहिजे.
- ८ नोव्हेंबर रोजी शंबला गटातील ध्यानसाधक वेबकास्टद्वारे ह्या वर्गात सहभागी झाले आणि त्यांनी शंबलातील महान गुरूंकडून विशेष दीक्षा घेण्यासाठी मानसिक दुवा जोडून ध्यान केले.
- 'रा' देवतेकडून विशेष ऊर्जा ग्रहण करण्यासाठी १५ नोव्हेंबरला 'रा' गटातील ध्यानसाधकांनी मानसिक दुवा जोडून ध्यान केले. ■

१४ डिसेंबर रोजी संध्याकाळी ७.०३ ते मध्यरात्री १२.२३ पर्यंत सूर्य ग्रहण आहे. कृपया ग्रहणाच्या पूर्ण अवधीत संपूर्ण जगास प्रकाशाचे प्रवहन करावे.

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०८	मंगळवार	कृष्णाष्टमी
१३	रविवार	शिवरात्री
१४	सोमवार	अमावास्या / सूर्य ग्रहण: संध्याकाळी ७.०३ ते मध्यरात्री १२.२३ पर्यंत
१५	मंगळवार	शून्य मासारंभ
२२	मंगळवार	शुक्लाष्टमी
२४	गुरुवार	शुक्ल दशमी / ख्रिसमस ईव्ह
२५	शुक्रवार	ख्रिसमस
२७	रविवार	अखंड ध्यान
३०	बुधवार	पौर्णिमा

तपोनगरातील कार्यक्रम

सध्या सर्व कार्यक्रम फक्त वेबकास्टद्वारे आयोजित करण्यात येत आहेत आणि तपोनगरमध्ये कार्यक्रमांसाठी लोकं एकत्र जमत नाही आहेत. विद्यार्थ्यांनी तपोनगराशी मानसिक दुवा जोडून आपापल्या घरून सहभागी व्हावे.

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

शुक्रवार २५ – ख्रिसमस निमित्त विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत

रविवार २९ – अखंड ध्यान (सामूहिक ध्यान), सकाळी ६ ते संध्याकाळी ६ पर्यंत

अखंड ध्यान

२७-१२-२०२० रोजी तपोनगर येथे सकाळी ६ ते संध्याकाळी ६ पर्यंत अखंड ध्यान करण्यात येईल. ह्यात भाग घेण्यासाठी विद्यार्थ्यांनी तपोनगराशी मानसिक दुवा जोडून त्यांना सोयिस्कर असलेल्या वेळी शक्य तितक्या वेळ प्रकाश प्रवहन करावे.

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

संकलन : वैशाली जोशी, अनुवाद : वैशाली नितीन तरे

प्रकाश प्रवहनाच्या मार्गदर्शनासाठी आपले आभार. प्रकाश प्रवहनाच्या अभ्यासामुळे माझा दैनंदिन कामाकडे पाहाण्याचा दृष्टिकोन अधिक सकारात्मक झाला आहे आणि ह्याने मला अधिक उत्साही बनविले आहे. माझ्या सभोवताली असलेल्या प्रत्येक गोष्टीतून मला आनंददायक व सकारात्मक स्पंदने मिळतात.

– लिना विजय शिंदे, एक प्रकाश प्रवाहक

प्रकाश प्रवहन सुरू केल्यापासून मी माझ्यामध्ये खूप सकारात्मकता अनुभवत आहे आणि मला माझ्या कुटुंबामध्ये देखील ती जाणवते. माझ्या व्यवसायामध्ये मला आर्थिक पाठिंबा देखील मिळाला आहे ज्याची मी कधीही अपेक्षा केली नव्हती.

– सुमन विजय परब, एक प्रकाश प्रवाहक

मी रोज प्रकाश प्रवहनाचा सराव करते. जेव्हा आपण प्रकाशाला आवाहन करतो, तेव्हा आपल्यामध्ये एक ऊर्जा, एक चैतन्य निर्माण होते आणि ते जसजसे पसरत जाते तसतसे एक समाधानाची, देण्याची अनुभूती येते. मी एक चित्रकार आहे. माझ्यातील कल्पकतेचे पंख पसरवण्यासाठी ह्याची मला खूप प्रभावीरित्या मदत झाली आहे.

– अस्मिता दाभोळकर, एक प्रकाश प्रवाहक

प्रकाश प्रवहनाचा सराव मी गेल्या अनेक दिवसांपासून करत आहे, आणि जेव्हा मी प्रकाश प्रवहन करते तेव्हा मला शांत वाटते. हे मला माझे विचार शांत ठेवण्यास व एका वेळी एकाच गोष्टीवर लक्ष केंद्रित करण्यास मदत करते.

– सौम्या एस., इयत्ता बारावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, माम्बलम पश्चिम, चेन्नई

जेव्हा मी रात्री प्रकाश प्रवहन करते, आणि पहाटे लवकर उठणार असा विचार करून झोपी जाते, तेव्हा गजर ही न लावता मी पहाटे लवकर उठत असते. प्रकाश मला शांतपणे विचार करण्यास व माझ्या चुका दुरुस्त करण्यामध्ये मदत करीत आहे. मला माझ्यामध्ये शांतता जाणवते. माझा राग मी काही प्रमाणात कमी करून सकारात्मक विचार करू शकते आहे. माझ्यामध्ये हळूवारपणे होणारा बदल मी अनुभवत आहे.

– सेल्वा लक्ष्मी टी., इयत्ता बारावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, माम्बलम पश्चिम, चेन्नई

प्रत्येक वेळी जेव्हा मी प्रकाश प्रवहनाचा सराव करते, तेव्हा मला खूपच शांतता जाणवते. माझ्या सभोवताली एक प्रकारची सकारात्मक ऊर्जा आहे. हे आश्चर्यकारक आहे!

– पूर्वजा एस., इयत्ता बारावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, माम्बलम पश्चिम, चेन्नई

प्रकाश प्रवहनाचा सराव केल्यामुळे, मला वर्गामध्ये छान वाटते. पूर्वी जशी मला झोप येत असे तशी आता येत नाही. प्रवहन करताना मला एक प्रकारचे कंपन जाणवते.

– श्वेता श्रीनिवासन, इयत्ता बारावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, माम्बलम पश्चिम, चेन्नई

प्रकाश प्रवहनाच्या सरावाने माझ्या वागणूकीमध्ये आणि व्यक्तीमत्त्वामध्ये चांगला बदल घडवून आणला आहे. दिवसातून दोनदा याचा सराव केल्याने मला संपूर्ण दिवसाकरिता धैर्य मिळते. माझ्या स्मरणशक्तीमध्ये देखील सुधारणा झाली आहे.

– आरती एम., इयत्ता बारावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, माम्बलम पश्चिम, चेन्नई

प्रकाश प्रवहनाचा सराव केल्यानंतर मला छान व ताजेतवाने वाटते. कधीकधी जेव्हा मला खूप अस्वस्थ वाटते, तेव्हा मी या तंत्राचा सराव करते. यामुळे बरे वाटते.

– कौलिण्या व्ही., इयत्ता बारावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, माम्बलम पश्चिम, चेन्नई

प्रकाश प्रवहनाचा सराव केल्यानंतर मला शांत वाटते. हा सराव कोणत्याही ताणतणावाशिवाय माझा दिवस चांगला करतो.

– आशिका, इयत्ता बारावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, माम्बलम पश्चिम, चेन्नई

मी सतत तणावाखाली व रागावलेली असे आणि मी एका विशिष्ट गोष्टीवर लक्ष केंद्रित करू शकत नव्हते. आजकाल मला ताण येत नाही. प्रकाश प्रवहन मला मन:शांती देते. माझ्यामध्ये अनेक चांगले बदल घडवून आणल्याबद्दल मी प्रकाशाचे खूप आभार मानते.

– श्वेता एस., इयत्ता बारावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, माम्बलम पश्चिम, चेन्नई

प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ

ही ह्या जगाला प्रेम व शांतीने परिपूर्ण अशी सुंदर जागा बनविण्यासाठी, आपल्या अंत:करणातील चळवळ आहे. ही एक अशी चळवळ जिच्यात प्रवचने नाहीत, घोषणा फलक नाहीत, जिच्यामध्ये प्रकाश उच्च जगातून प्रवाहित करून पृथ्वीतलावर आणणे व पसरवणे एवढच पुरेसे आहे. शब्द जे करू शकत नाहीत ते सर्व तो प्रकाश करेल.

आपण जेव्हा प्रकाश प्रवाहित करून पसरवतो तेव्हा तो इतरांच्या हृदयांत व घरात प्रवेश करतो आणि त्यांच्या भावना व विचारांतील अंध:काराला दूर करतो. त्यामुळे लोकांमध्ये परिवर्तन घडते. लोकांमधील परिवर्तनामुळे जगात परिवर्तन घडते.

हा चर्मचक्षूंना दिसणारा साधा प्रकाश नसून अतिसूक्ष्म प्रकाश आहे. या मूळ स्रोतातूनच सर्व सृष्टीचा जन्म झाला. ह्या प्रकाशाजवळ सर्व काही आहे: शक्ती, विवेक आणि उज्ज्वल भविष्य, आणि तो दिसत नसला तरी सर्वव्यापी आहे.

आपण चॅनलिंग म्हणजे प्रवहन करून ह्या प्रकाशाला पृथ्वीवर आणून सर्वत्र पसरवूया. रोज सकाळी उठल्यावर आणि रात्री निजण्यापूर्वी ७ मिनिटे आपण हे करून ह्या जगात परिवर्तन घडवूया.

प्रकाश प्रवाहित करून पसरवण्यासाठी, तुमच्या वर प्रकाशाच्या एका महासागराची कल्पना करा. मग कल्पना करा की, ह्या महासागरातून प्रकाशाचा एक झोत खाली अवतरत आहे आणि हा प्रकाश तुमच्या शरीरात प्रवेश करून त्याला पूर्णपणे भरतो आहे. एका मिनिटासाठी या प्रकाशाचा अनुभव घ्या. मग कल्पना करा की, हा प्रकाश तुमच्या शरीराबाहेर पडून हळूहळू तुमच्या घरात, मोहल्ल्यात, देशात आणि संपूर्ण जगात पसरतो आहे.

ह्या जागतिक चळवळीची सुरुवात १८-०५-२००८ रोजी सप्त ऋषींनी गुरुजी कृष्णानंदांच्या मार्फत केली.

हा संदेश सर्वांपर्यंत पोहोचवावा, ही विनंती.

वेब साईट: www.lightchannels.com

शंबला तत्त्वे

ही सात तत्त्वे आहेत ज्यांचे पालन शंबलामध्ये 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 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 ऐहिक गरजांची मर्यादा ठरवा.

गुरुजी उवाच

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : वैशाली जोशी

जून २००६

हे एका प्रमेयासारखे आहे. जेव्हा आपण सत्याच्या शोध घेत असतो, तेव्हा आपल्यामध्ये सीमारेषा ओलांडण्याचे, सीमेच्या पलीकडे जाण्याचे धैर्य असले पाहिजे. सीमा म्हणजे काय? मी समजावून सांगतो. समजा, आपल्याकडे एखाद्या सत्याबद्दल, उदाहरणार्थ चैतन्यासारख्या विषयाबद्दल काही ज्ञान, माहिती आहे. समजा की सध्या उपलब्ध ज्ञान, ती आपली सीमारेषा आहे. जेव्हा आपण सत्याचा शोध घेत असतो, तेव्हा आपण ह्या चैतन्याबद्दल आणखी जाणून घेण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. म्हणजे आपण ज्ञात असलेल्या माहितीच्या पलीकडे गेले पाहिजे. आपण सीमारेषांच्या पलीकडे गेले पाहिजे. इथे, आध्यात्मिक जगात, प्रत्येक सीमारेषा ही ओलांडण्यासाठीच असते. समजा ऋषींनी आपल्याला एखाद्या गोष्टीबद्दल सांगितले, तर केवळ ऋषींनी सांगितले आहे म्हणून आपण ती अंतिम गोष्ट आहे असे समजू नये. खरं तर, ऋषी ह्यासाठी प्रोत्साहन देतात; ते म्हणतात, "तुम्ही धाडस केले पाहिजे, तुम्ही साहस केले पाहिजे, तुम्ही आमच्या पलीकडे गेले पाहिजे." मला ह्या क्षणी जे माहीत आहे ते केवळ मी सांगितले म्हणून तुम्ही त्याच्या पुढे जाणे थांबवू नये. दहा वर्षानंतर, कदाचित एकतर मी त्याची उजळणी करीन किंवा मी त्यात भर घालीन. हे अशाप्रकारे घडते. आपण सत्याचे शोधक आहोत. सर्व साधक सत्याचे शोधक आहेत. म्हणून जेव्हा आपण सत्याचा शोध घेत असतो, तेव्हा आपण सीमारेषा ओलांडल्या पाहिजेत. आपण धाडस केले पाहिजे. आपल्यात हे धैर्य असले पाहिजे.

ऋषींशी संपर्क साधण्यासाठी कशाची आवश्यकता असते? माझा विश्वास आहे की ही अगदी सोपी गोष्ट आहे. तंत्रे विसरून जा. ह्यासाठी फक्त नि:स्वार्थ दृष्टिकोन हवा. आपण काहीतरी नवीन शोधण्यासाठी, काहीतरी नवीन, काहीतरी उच्च खाली आणण्याच्या उद्देशाने इथे जमलो. आपला हेतू नि:स्वार्थ होता आणि जेव्हा आपण ह्या कार्यात गुंतलो होतो, तेव्हा ऋषी आपल्याकडे आले. मी अनेक वेळा उल्लेख केला आहे की, आपण ऋषींशी संपर्क साधण्याची इच्छा करतो, त्यापेक्षा जास्त ते आपल्याशी संपर्क साधण्याची वाट पाहात असतात. आणि जेव्हाकेव्हा आपण अशा कार्यात गुंतलेलो असतो, तेव्हा आणखी काहीतरी सुद्धा घडते. आपण स्वत:ला एका उच्च गोष्टीशी, एका उच्च पातळीशी जोडतो. जेव्हा असे घडते, तेव्हा आपला ऋषींशी संपर्क स्थापित होतो. जी लोकं ध्यान शिकवत आहेत, जी लोकं आध्यात्मिक तपासणीचे काम करत आहेत त्यांच्या हे लक्षात आले असणार. ते ह्याबद्दल स्पष्टीकरण देऊ शकत नाहीत पण कसे न कसे त्यांना समजते की त्यांचा संपर्क झाला आहे. त्यांना माहीत असते की त्यांची एखादी अभिव्यक्ती किंवा निर्णय – जसे 'आणखी एक महिना ह्याच पातळीवर साधना सुरू ठेवावी' – हा त्यांचा निर्णय नाही. तो एका ऋषींनी घेतलेला निर्णय आहे. त्यांना ऋषींच्या उपस्थितीची जाणीव असते. त्यांना ह्या संपर्काची जाणीव असते.

ऋषींकडे आल्यावर आपण असा दावा करतो की, सप्त ऋषींच्या थेट खाली असलेले पृथ्वीवरील हे एकमेव केंद्र आहे. त्यांच्याकडे आल्यावर आणि प्रत्यक्ष त्यांच्या खाली साधना सुरू केल्यावर आपण विस्तारित झाले पाहिजे. आता त्याची वेळ आली आहे. आपण विस्तारित झाले पाहिजे. मी पाहिले आहे की लोकं टिप्पणी करतात. जर एखाद्या ध्यानसाधकाचा राग अनावर झाला, तर लगेचच दुसरी व्यक्ती म्हणते, "तुम्ही ध्यानसाधक आहात. तुम्हाला राग कसा येऊ शकतो?" आपण वेगळ्या पद्धतीने वागावे अशी त्यांची अपेक्षा असते. मी म्हणतो हे 'साहजिक' आहे. साहजिक – हा शब्द अधोरेखित करा. कदाचित अनेक वर्ष, कदाचित अनेक महिने, कदाचित फक्त काही दिवस ऋषींसोबत घालवल्यानंतर, त्यांच्यासोबत चालल्यानंतर आपण इतर सामान्य लोकांपेक्षा वेगळे असले पाहिजे; आपण विस्तारित असले पाहिजे. हा विस्तार सर्व पातळ्यांवर झाला पाहिजे; भावनिक, बौद्धिक आणि कृतीच्या पातळ्यांवर. आपली वागणूक वेगळी असली पाहिजे, सुधारलेली असली पाहिजे. जर असा कोणताही विस्तार दिसून आला नाही, तर आपण प्रश्न केला पाहिजे, "जर मी वेगळ्या पद्धतीने, आधिक चांगल्या पद्धतीने वागत नसेन, तर या साधनेचा काय उपयोग आहे, या सर्व ध्यानाचा काय उपयोग आहे?" मला माहीत आहे की हे सोपे नाही. पण इथे आपण जाणीवपूर्वक, जास्त जाणीवपूर्वक प्रयत्न केले पाहिजेत. हे शक्य आहे, माझ्यावर विश्वास ठेवा. लोकं परिवर्तित झाली आहेत. आपल्यात देखील बदल झाले आहेत; आपल्यापैकी प्रत्येकात. हा विस्तार होण्यास मदत करण्यासाठी कदाचित हे बदल पुरेसे नाहीत.

विस्तारास मदत होण्यासाठी मी दोन गोष्टी सुचवतो. ह्या पूर्णपणे नवीन नाहीत. सप्तर्षी प्राणायामाचा जास्त सराव करा. तो आपल्याला शुद्ध करतो. मग शंबला तत्त्वांचा जास्त सराव करा, विशेषकरून एकतर पहिले तत्त्व किंवा दुसरे तत्त्व. याशिवाय, आपण जवळजवळ सर्वकाळ आपल्या अंतरंगात प्रकाशाच्या उपस्थितीची जाणीव ठेवली पाहिजे. आपण याचा प्रयत्न करूया. हा प्रकाश स्वत: परमेश्वर आहे. हा प्रकाश आपल्या आतील आणखी एक व्यक्ती आहे, जी आपले रक्षण करते आणि आपल्यावर लक्ष ठेवून असते. आपल्याला जर आपल्या आत असलेल्या व्यक्तीची, परमेश्वराची जाणीव असली, तर आपण ज्या पद्धतीने वागतो, ज्या पद्धतीने प्रतिक्रिया देतो ती पूर्णपणे वेगळी असेल. आणि मग केवळ योग्य प्रकारेच वागणे हा आपला स्वभाव बनतो. तेव्हा आपण म्हणू शकतो, "आपण दैवी झालो आहोत." दैवीकरण कसे प्राप्त होते? अशाप्रकारे आपण दैवी होतो. मग आपण परमेश्वराचा विचार करण्याची गरज नाही; आपण परमेश्वर बनतो. ही निर्विकल्प समाधीची अवस्था आहे.

सूक्ष्म प्रवसाबद्दल एक मुद्दा – तुम्ही ह्यावर चिंतन करू शकता.

जेव्हा सूक्ष्म प्रवास घडतो, तेव्हा सूक्ष्म देहाचे भौतिक देहापासून विलगीकरण होते. तेव्हा मन कुठे असते? मन हे सूक्ष्म देहात असते. भौतिक देहात मनाचा कोणताही भाग नसतो. संपूर्ण मन सूक्ष्म देहातच असते. ह्या क्षणी हा माझा समज आहे.

आणि ते काय आहे जे सूक्ष्म देहाला आणि भौतिक देहाला एकमेकांशी जोडून ठेवते? त्यांना रुपेरी रज्जू एकत्र जोडत असतो. ही रुपेरी दोरी संप्रेषण करते. प्रसंगवशात आपण हे लक्षात घेऊया की भौतिक देहाला त्याची स्वत:ची प्रज्ञा असते; त्याला त्याची स्वत:ची जाणीव असते. जेव्हा त्याला धोक्याची जाणीव होते, तेव्हा भौतिक देह संकेत पाठवतो. रुपेरी रज्जू हा संकेत मनापर्यंत पोहोचवतो आणि मग सूक्ष्म देह त्वरित भौतिक देहात परत येतो.

आपण आणखी एक मुद्दा लक्षात घ्यायला हवा. सूक्ष्म देहाशिवाय, मन आणि बुद्धीशिवाय, भौतिक देह सक्रिय असू शकत नाही. तो जिवंत राहू शकतो, अस्तित्वात असू शकतो, पण तो सक्रिय असू शकत नाही. ■

श्री जयंत देशपांडे यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : वैशाली जोशी

११-१०-२०२०

हा कठीण काळ आहे. आपण तीव्र प्रलयातून जात आहोत. हा असा काळ आहे जेव्हा आपण खूप गोंधळून जाण्याची शक्यता आहे. मला महर्षी अमरांचे शब्द आठवतात, "आध्यात्मिक छत्रीखाली आश्रय घ्या." मला वाटते की हे आपल्याला मिळालेले सर्वात महत्त्वाचे मार्गदर्शन आहे. हे शब्द - "आध्यात्मिक छत्रीखाली आश्रय घ्या." - हे ह्या आव्हानाच्या काळात आपल्यासाठी मार्गदर्शक प्रकाशासारखे आहेत. जेव्हा ते असे म्हणाले, तेव्हा त्यांच्या म्हणण्याचा नेमका अर्थ काय होता? अर्थातच आपल्या सर्वांना माहीत आहे. आपल्याला इथे समजले आहे त्याप्रमाणे खूप साधा अर्थ आहे. त्यांचा अर्थ होता - चांगुलपणा, प्रामाणिकपणा आणि शांतीला धरून राहा.

हा परीक्षेचा काळ आहे असे मला वाटते. आपली कोंडी होण्याची शक्यता आहे. अशा परिस्थिती उद्‌भवू शकतात, ज्या आपल्याला आध्यात्मिकतेशी संरेखित नसलेल्या गोष्टी करण्यास प्रवृत्त करू शकतात. हे शक्य आहे. पण जर आपण कसेही करून तत्त्वांना धरून राहिलो, तर आपल्याला मदत केली जाते. खरं तर हा असा काळ आहे जेव्हा आपल्याला सर्वात जास्त मदत केली जाते. गुरुजी सांगत असत की प्रलयाच्या ऊर्जा खूप मदत करतात. आपल्या सहनशक्तीची परीक्षा घेतली जाऊ शकते पण शेवटी आपल्याला मदत केली जाते.

ह्या वैश्विक महामारीने बहुविध पातळ्यांवर आव्हाने आणली आहेत. प्रत्येक व्यक्ती कोणत्या न कोणत्या प्रकारे प्रभावित आहे. पण मी म्हटल्याप्रमाणे, आपल्याला मदत केली जाते. आपण विशेष मदत अनुभवत आहोत. आरोग्याच्या गंभीर समस्यांतून चमत्कारिकपणे बरे झाल्याचे लोकांनी कळवले आहे. अगदी अलीकडेच एका व्यक्तीने मला फोन केला आणि सांगितले की त्यांचा भाऊ खूप आजारी आहे आणि कदाचित जगणार नाही. आम्ही प्रार्थना केली आणि हीलिंगच्या ऊर्जा पाठवल्या. दुसऱ्या दिवशी त्यांनी मला पुन्हा फोन केला आणि सांगितले की त्यांच्या भावाच्या तब्येतीत आश्चर्यजनक सुधारणा झाली आहे. तिसऱ्या दिवशी त्यांनी मला पुन्हा फोन केला आणि म्हणाले, "आता माझा भाऊ उठून बसू शकतो आहे आणि तो आहार घेऊ शकतो आहे!" आपल्याला अशी चमत्कारिकरित्या मदत मिळते आहे.

एक माणूस, जो ध्यानसाधक नाही, एक व्यापारी आहे, त्याने मला सांगितले की त्याचे हृदय परमेश्वराबद्दल कृतज्ञतेने भरले आहे, कारण परमेश्वराने त्याला व्यवस्थित ठेवले आहे. तो म्हणाला की त्याच्या व्यवसायावर ७०-८०% परिणाम झाला आहे, पण तो त्याचे जीवन सुरळीतपणे जगू शकतो आहे. तो म्हणाला, "अशी अनेक लोकं आहेत जी माझ्यापेक्षा वाईट परिस्थितीत आहेत. परमेश्वराने मला खूप चांगले ठेवले आहे." लोकांना ह्याची जाणीव आहे आणि त्यांना एक प्रकारची कृतज्ञता आहे. एकीकडे आपण अशी चांगली लोकं पाहातो आणि दुसऱ्या पातळीवर, आपण भ्रष्टाचार निसंकोचपणे चालू असल्याचे पाहातो. मला वाटते की ही वैश्विक महामारी लोकांनी हे समजून घेण्याची संधी होती की भ्रष्टाचाराने आता त्याच्या मर्यादा ओलांडल्या आहेत आणि हा विश्वाकडून मिळालेला एक प्रकारचा संकेत आहे की भ्रष्टाचार ताबडतोब थांबला पाहिजे. पण, मला असे वाटत नाही की लोकांना हे उमजले आहे. जेव्हा तसे घडेल, जर तसे घडले, जर लोकांना साक्षात्कार झाला आणि भ्रष्टाचार थांबला, तर ह्या जगातील चैतन्याची पातळी खूप उंचावलेली असणार.

मी आशा करतो की बदल घडण्याची आवश्यकता आपल्या लक्षात येण्यासाठी आपल्याला आणखी अशा प्रकारच्या वैश्विक महामाऱ्या आणि आपत्ती पहाव्या लागणार नाहीत. म्हणूनच कधीकधी जेव्हा लोकं मला विचारतात, "तुम्हाला काय वाटते? हे आणखी किती काळ चालू राहील?", मी प्रामाणिकपणे कबूल करतो की मला माहीत नाही. अर्थातच हे खरे आहे की, मला माहीत नाही. मानवजात म्हणून आपण ह्या आव्हानाला कसा प्रतिसाद देतो, त्यावर हे अवलंबून आहे. ह्या जगातील लोकांना जर अचानक साक्षात्कार झाला, तर ही वैश्विक महामारी, आत्ता ह्या क्षणी संपू शकते. महर्षी अमरांनी सांगितल्याप्रमाणे, "जर ह्या जगातील बहुसंख्य लोकांनी मनापासून इच्छा केली की आत्ता नवयुगाचे आगमन व्हावे, तर त्याचे आगमन आत्ता होईल." आणि ही वैश्विक महामारी देखील संपू शकते. ते आपल्यावर अवलंबून आहे. म्हणूनच, आपण कधी ह्या आव्हानातून मुक्त होऊ, ह्याचे भाकीत करता येत नाही. आपल्याला माहीत नाही पण आपल्याला आशा आहे, मला आशा आहे की हे लवकरच घडेल.

२५-१०-२०२०

जेव्हा आपण मागे वळून काही दशकांपूर्वीच्या किंवा काही वर्षांपूर्वीच्या जीवनाकडे पाहातो, तेव्हा आपल्या लक्षात येते की आयुष्य खूपच बदलले आहे. काही बदल अद्‌भुत, खूप सकारात्मक आहेत आणि काही बदल फारसे सकारात्मक नाहीत. त्याकाळी जीवन साधे आणि वेगळे होते. आपल्याला असलेले पर्याय मर्यादित होते. आता अनेक पर्याय आहेत. संधी वेगाने वाढल्या आहेत. पण जीवन खूपच गुंतागुंतीचे झाले आहे. ही गुंतागुंत स्वत:ची आव्हाने आणते आणि गोंधळ देखील निर्माण करते. जर आपण लोकांमध्ये जागृतीच्या पातळ्यांची तुलना केली, तर त्यांच्यात खूप फरक आहे. आता लोकं अधिक जागरूक आहेत. आता आपल्या बोटांच्या टोकावर खूप माहिती उपलब्ध आहे. आणि त्यामुळे जागृती जगातील कानाकोपऱ्यात पसरण्यास मदत झाली आहे. ही खूप चांगली गोष्ट, खूप सकारात्मक गोष्ट आहे. तर, ही एक प्रकारची जागृती आहे.

आणि आणखी एका प्रकारची जागृती आहे - आध्यात्मिक जागृती. ती देखील आता सर्वत्र पसरली आहे. मला वाटते की आध्यात्मिकदृष्ट्या देखील लोकं आता अधिक जागरूक आहेत. आध्यात्मिक साधनेबद्दल अधिक स्पष्टता आहे. काही दशकांपूर्वी आपल्याला असे वाटत असे की ध्यानसाधना ही फक्त काही ठराविक प्रकारच्या लोकांसाठी आहे, आपल्यासाठी नाही. आता ध्यान सहज स्वीकारले जाते. खरं तर ध्यान आता आपल्या जीवनाचा एक भाग बनत चालले आहे. हा एक खूप मोठा बदल आणि खूप सकारात्मक बदल आहे. धार्मिक आणि आध्यात्मिक पद्धतींबद्दलचे अनेक गैरसमज नाहीसे झाले आहेत. अर्थात, अज्ञान अजूनही आहे पण जागृती अधिक प्रमाणात आहे.

पण, इतर प्रकारचे बदल देखील आहेत, जे तितके सकारात्मक नाहीत. मागे त्याकाळी, भ्रष्टाचार सगळीकडे इतका पसरलेला नव्हता. आता त्याने एक प्रकारचे विशालकाय स्वरूप गाठले आहे. पण मला वाटते आणि मी आशा करतो की, तो आता इतका प्रचंड वाढला आहे की, तो त्याचा अंत होण्याच्या मार्गावर आहे आणि आशा आहे की तो पूर्णपणे नष्ट होईल. एकदा असे घडले की, मग - मी मागच्या वेळी सांगितल्याप्रमाणे - मानवजातीने नवयुगाच्या दिशेने एक मोठी झेप घेतलेली असेल.

(पुढे पृष्ठ ६ वर)

बाहेरील विद्यार्थ्यांसाठी मार्गदर्शन

जे प्रत्यक्षात ध्यान वर्गात येऊ शकत नाहीत, त्यांच्यासाठी पोस्टाद्वारे किंवा ई–मेल द्वारे मार्गदर्शनाची सोय आहे. इंग्रजीतून मार्गदर्शनासाठी नोंदणी शुल्क २५०० रू. व कन्नड, मराठी आणि हिंदीतून मार्गदर्शनासाठी १३०० रू. आहे. भारताबाहेर राहाणाऱ्या विद्यार्थ्यांसाठी नोंदणी शुल्क ४५०० रू. आहे. ह्या शुल्कात मासिकासाठी वार्षिक वर्गणी आणि पाठ्यपुस्तकांची किंमत समाविष्ट आहे.

त्यानंतर, वार्षिक नूतनीकरण शुल्क, इंग्रजीतून मार्गदर्शनासाठी २००० रू. व कन्नड, मराठी आणि हिंदीतून मार्गदर्शनासाठी ९०० रू. आहे. भारताबाहेर राहाणाऱ्या विद्यार्थ्यांसाठी वार्षिक नूतनीकरण शुल्क ३५०० रू. आहे. ह्या शुल्कात मासिकासाठी वार्षिक वर्गणी समाविष्ट आहे.

- ★ सर्व सूचना पोस्टाद्वारे किंवा इ–मेल द्वारे (विद्यार्थ्यांनी निवडल्याप्रमाणे) नियमित पाठवण्यात येतात.
- ★ ऋषी स्वतः सूक्ष्मदेहाने दीक्षा देतात. आपल्या प्रगतीचे निरीक्षण सुद्धा ते सूक्ष्मदेहाने करतात.
- ★ सगळ्या शंका व प्रश्नांची उत्तरं श्री. जयंत देशपांडे देतात.
- ★ मार्ग आणि साधना नीट समजून घेण्यासाठी सर्व विद्यार्थ्यांनी आमच्या पाठ्यपुस्तकांचा आणि आमच्या इतर प्रकाशनांचा सखोल अभ्यास करावा.
- ★ साधनेचा अहवाल आम्ही सांगितलेल्या पद्धतीने वेळेवर पाठवावा. अहवाल जर वेळेवर मिळाला नाही तर विद्यार्थ्याने ध्यान करण्याचे थांबवले आहे असे समजले जाईल.

चेक/ड्राफ्ट "Manasa Light Age Foundation Bangalore" च्या नावाने काढावा.

गुरुजींकडून विशेष सूचना

- ★ विद्यार्थ्यांनी धैर्य ठेवावे. पहिल्याच दिवशी समाधीचा अनुभव होईल, अशी अपेक्षा ठेवू नये! चमत्कारांची अपेक्षा ठेवू नये. जेव्हा आपण प्रामाणिकपणे साधना करतो तेव्हा शांतपणे चमत्कार घडतात, हे सुद्धा मात्र तेवढेच खरे आहे.
- ★ प्रत्येकासाठी अडथळे वेगवेगळे असतात. सतत अभ्यासाने अडथळे नाहीसे होतात.
- ★ प्रत्येकाचेच अनुभव खास असतात. तरी त्यांना खूप महत्त्व देऊ नये. ध्यान करतांना झालेले हे अनुभव छान असतात पण ते आपल्या आध्यात्मिक प्रगतीचे प्रमाण दाखवीत नसतात.
- ★ ध्यान करतांना कार्यान्वित झालेल्या प्रक्रियांचे विश्लेषण करू नये. तसे केल्याने स्तब्धता किंवा शांतता प्रस्थापित करता येत नाही.
- ★ ध्यान करतांना विचारांची गर्दी ही सर्वांचीच समस्या आहे. त्याबद्दल काळजी करू नये. विचारांना दूर करण्याचा प्रयत्न सुद्धा करू नये. फक्त त्यांच्याकडे दुर्लक्ष करावे. दुसरा कुठलाच उपाय नाही.

श्री जयंत देशपांडे यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : वैशाली जोशी

(पृष्ठ ५ वरून पुढे)

भ्रष्टाचाराबद्दल बोलताना, मला गुरुजींनी जे सांगितले होते ते आठवले. ते म्हणाले होते, "आपल्याला वाटते की भ्रष्टाचार म्हणजे लाच घेणे आहे, पण भ्रष्टाचारात अजून खूप काही येते. माझ्यासाठी, भ्रष्टाचार म्हणजे अशुद्ध, कृत्रिम असणे होय. माझ्यासाठी, भ्रष्टाचार म्हणजे मी माझे काम योग्यरीतीने न करणे होय. मी ध्यानसाधक आहे. मी जर नीट ध्यान करत नसेन, तर मला म्हणावे लागेल की मी भ्रष्ट आहे. प्रेम हा आपला स्वभाव आहे. जर आपण निष्प्रेम प्रकट केले, तर आपल्याला असे म्हणावे लागेल की आपण भ्रष्ट आहोत. आपण जर कोणाला एखाद्या गोष्टीचे वचन दिले, आणि जाणीवपूर्वक त्या वचनाचे पालन केले नाही, तर आपल्याला म्हणावे लागेल की आपण भ्रष्ट आहोत. अशाप्रकारे भ्रष्टाचार सर्वत्र आहे."

विशेष म्हणजे, ते म्हणाले की इतरांना आपली चांगली प्रतिमा दाखवण्याचा प्रयत्न करताना, इतरांशी व्यवहार करताना, इतरांशी देवाणघेवाण करताना आपण सावधगिरी बाळगू नये. आपण जसे आहोत तसेच असले पाहिजे. आपण आपल्या नैसर्गिक स्वभावानुसार असले पाहिजे. आपण जर सावधगिरी बाळगली, तर आपण चुकीची प्रतिमा दाखवू. मग आपल्याला म्हणावे लागेल की आपण भ्रष्ट आहोत.

हा भ्रष्टाचार ही एक खूपच नकारात्मक घडामोड आहे, पण मला विश्वास आणि आशा आहे की तो संपण्याच्या वाटेवर आहे.

आणखी एक गोष्ट आहे जी आपण अलीकडे पाहात आहोत. आपल्याला माहीत आहे की इंटरनेटवर माहिती, ज्ञान सहजपणे उपलब्ध आहे. पण आणखी एक घटक आहे. उपलब्ध असलेल्या ज्ञानापैकी किती खरे आहे आणि किती खरे नाही? हे खूप गोंधळात टाकणारे आहे. माझा असा विश्वास आहे की हा गोंधळ काळ्या शक्तींनी चुकीची माहिती पुरवून निर्माण केला आहे. काय खरे आहे आणि काय खरे नाही हे जाणून घेण्यासाठी आपल्याला आपल्या अंत:प्रेरणेचा वापर करावा लागेल. सत्य जाणून घेण्यासाठी आपण ऋषींनी दिलेले जे ज्ञान इथे आपल्याकडे आहे त्याच्या प्रकाशाची मदत घेऊ शकतो.

तर, बऱ्याच सकारात्मक गोष्टी आणि बऱ्याच सकारात्मक नसलेल्या गोष्टी आहेत. ह्याचे कारण हे आहे की काळ्या शक्ती सहजपणे हार मानत नाहीत. त्या संघर्ष करतात, आणि त्या तोपर्यंत लढा देऊ शकतात जोपर्यंत त्यांना मानवी माध्यम मिळत असतात. एकदा त्यांना मानवी माध्यम मिळणे बंद झाले की त्या कमजोर होतील आणि मग साहजिकच त्या इथे अस्तित्वात राहाणार नाहीत. मानवजातीने निवड केली पाहिजे, त्यांनी अंध:कार नाकारला पाहिजे, मग काळ्या शक्तींसाठी कोणतेही माध्यम शिल्लक राहाणार नाही.

आपण मानवजात चांगुलपणाची निवड करून, शांतीची निवड करून, प्रामाणिकपणाची निवड करून प्रकाशाची निवड करू शकतो. जर आपण कसेही करून लोकांना ह्या साध्या वस्तुस्थितीची जाणीव करून देऊ शकलो, की आपण फक्त ह्या पृथ्वीवरून अंध:कार दूर करण्याची निवड केली पाहिजे, तर आपण लगेच नवयुगात असू शकतो.

आपण पाहातो की लोकं अध्यात्माच्या नावाखाली काही वस्तू विकतात. ते क्रिस्टल्स आणि खडे आणि कधीकधी संरक्षक कवच सुद्धा विकतात! त्यांचे म्हणणे असते की ह्या खड्यांमध्ये आणि क्रिस्टल्समध्ये अद्भुत ऊर्जा असतात. आपल्या एका ध्यानसाधकाला एक संरक्षक कवच, एक भौतिक वस्तू देऊ करण्यात आली. त्यासाठी मूल्य द्यावे लागणार होते. लोकं खूप गुंतागुंतीच्या पूजा देखील विकतात. लोकांच्या असहायतेचे शोषण केले जाते. गुरुजींनी सांगितले होते की आपली शरीरप्रणाली मोठ्या प्रमाणात ऊर्जा धारण करू शकते. क्रिस्टल्स आणि खड्यांमध्ये निश्चितच ऊर्जा असते, पण आपण आपल्या शरीरप्रणालीत जेव्हढी ऊर्जा धारण करू शकतो त्याच्या तुलनेत ती काहीच नसते. आपला चांगुलपणा, आपली शुद्धता आपल्याला अधिक ऊर्जा धारण करण्यास मदत करतात. जर आपण प्रेम प्रकट केले, तर आपण अधिक ऊर्जा धारण करू शकतो. आपण ध्यान सुद्धा करण्याची गरज नाही आणि तरी आपण पुष्कळ अद्भुत ऊर्जा धारण करू शकतो. मी खूप चांगल्या लोकांना भेटलो आहे, जे ध्यानसाधक नाहीत, पण त्यांच्यात अद्भुत ऊर्जा आहे. त्यांच्यात प्रामाणिकपणा आणि शुद्धता आहे. हा चांगुलपणा, ही शुद्धता आपले संरक्षण करतात. हे आपल्याभोवती संरक्षणात्मक कवच निर्माण करतात आणि कोणतीही नकारात्मक शक्ती, कोणतीही काळी ऊर्जा आपल्या आत प्रवेश करू शकत नाही. आपल्याला कवच म्हणून कोणत्याही क्रिस्टल्सची किंवा खड्यांची किंवा कोणत्याही भौतिक वस्तूंची गरज पडत नाही.

असो. मी आशा करतो की आपण ह्या आव्हानात्मक आणि गोंधळात टाकणाऱ्या काळातून बाहेर पडू, आणि मी आशा करतो की प्रत्येकाने पाहाण्यासाठी आणि निवडण्यासाठी सत्य प्रकाशमान होईल. आपल्या आजूबाजूला घडत असलेल्या घटना पहाताना आपल्याला असे वाटू शकते की नवयुग खूप दूर आहे. पण जेव्हा आपण प्रामाणिकपणा आणि शुद्धतेला धरून राहाणाऱ्या चांगल्या लोकांना पाहातो, तेव्हा ते आपली ही आशा जिवंत ठेवतात की नवयुग खरंच खूप दूर नाही. ■

प्रश्नोत्तरे

(श्री. जयंत देशपांडे)
संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

प्र: एका वर्षापासून माझे ध्यान चांगले लागत नाही आहे आणि बरेच विचार पण असतात. हे असे का होत आहे?

उ: ध्यान चांगले न लागण्यामागे अनेक कारणे असू शकतात. एक अत्यंत महत्त्वाचे कारण म्हणजे आपल्याला देऊ करण्यात आलेल्या ध्यानतंत्राचा अभ्यास आपण खूप यांत्रिक पद्धतीने करू लागतो. ध्यानाव्यतिरिक्त इतर वेळी आपण आपल्या जीवनात प्रेम किती प्रमाणात आचरणात आणू शकतो? मला वाटते हे पैलू आपल्या ध्यानाच्या दर्जावर परिणाम करत असतात. प्रत्येकालाच विचारांमुळे होणाऱ्या त्रासाची समस्या राहते. मला वाटते की यामागील मुख्य कारणांपैकी एक कारण हे असू शकते की आपण या जगात बऱ्यापैकी गुंतलेलो आहोत. कदाचित आपल्याला जीवनाच्या अनावश्यक तपशिलांमध्ये आपली गुंतवणूक कमी करावी लागेल आणि देवामध्ये आपली गुंतवणूक वाढवावी लागेल.

प्र: जेव्हा काही काळासाठी आपण ध्यान करणे थांबवतो, तेव्हा आपल्या वर्तणूकीतील सर्व नकारात्मक संस्कार आपल्याला पुन्हा का दिसू लागतात?

उ: ध्यान आपल्यात एक प्रकारची स्थिरचित्तता आणते. आपल्या भावना शुद्ध होतात. अतिरेकी किंवा टोकाच्या भावना नाहीशा होतात. या व्यक्तीने असे पाहिले आहे की जेव्हा ती ध्यान करत नसते, तेव्हा तिच्यामध्ये भावनांचा अतिरेक होतो. उपायासाठी आपण प्रकाश सोबत बाळगू शकतो, आपण स्वतःला शांत ठेवू शकतो, आपण प्रकाशाच्या उपस्थितीबद्दल जागरूक राहण्याचा प्रयत्न करू शकतो, आपण देवत्वाशी जोडण्याचा प्रयत्न करू शकतो. आपण जेव्हा ध्यान करण्यास असमर्थ असतो, तेव्हा जर आपण देवत्वासोबत जोडले राहू शकलो तर आपल्यामध्ये अतिरेकी भावना राहणार नाहीत आणि आपल्या वर्तणुकीतून प्रकट होण्यासाठी आपल्यातील नकारात्मक पैलूंना जागा मिळणार नाही.

प्र: मी एखाद्या व्यक्तीला प्रकाश पाठवला तर त्याला मुक्ती मिळेल का?

उ: मुक्ती ही खूप मोठी गोष्ट आहे. इतर लोक काय करतात, यावर आत्म्याची मुक्ती ठरू शकत नाही. आपल्याला कोणी प्रकाश पाठवला म्हणून आपण मुक्त होऊ शकत नाही. आपल्या मुक्तीसाठी आपल्यालाच प्रयत्न करावे लागतील. इतरांकडून मिळालेल्या प्रकाशाचा आपल्यावर प्रभाव मात्र जरूर पडेल. मुक्तीसाठी प्रयत्नांची प्रक्रिया सुरू होण्यात आपल्याला त्याची मदत होईल. परंतु शेवटी आपले प्रयत्न हेच आपल्या मुक्तीसाठी आपल्याला पात्र बनवतील.

प्र: आपण आपल्यावर नकारात्मकतेचा प्रभाव पडण्यापासून स्वतःला कसे वाचवू शकतो? संरक्षणासाठी कोणते कवच आहे का?

उ: होय, आपल्या सर्वांजवळ ऋषींनी आपल्याला दिलेले कवच आहेत. येथे, या मार्गात, जेव्हा एखादा विद्यार्थी प्रकाश अनुभवण्याच्या पातळीवर पोहोचतो, तेव्हा त्याला ऋषींकडून कवच प्रदान केले जाते. हे कवच म्हणजे ऊर्जेचे कवच किंवा प्रकाशाचे कवच आहे, असे आपण म्हणू या, जे आपले काळ्या ऊर्जांपासून संरक्षण करते. जरी असे ऊर्जाकवच दिले गेले नसले, तरी प्रत्येक व्यक्तीच्या आध्यात्मिक स्थितीच्या आधारावर त्याला स्वतःचे एक कवच असते. त्यांच्याजवळ त्यांच्या चांगुलपणाचे आणि सचोटीचे कवच असते. आपण स्वतःला शुद्ध ठेवून आपले हे कवच आणखी जास्त मजबूत करू शकतो.

प्र: देवाबद्दलची तळमळ या विषयी तुम्ही काय विशद कराल? ही तळमळ कुठून येते?

उ: मला वाटते की तळमळ त्याच्याबद्दलच्या प्रेमापोटी येते. जर आपण देवावर मनापासून प्रेम करत असू तर आपल्यात त्याच्या भेटीसाठी तळमळ राहील.

प्र: आपण देवाला निवडत असतो की देव आपली निवड करत असतो?

उ: मला वाटते की आपल्याला देवाची निवड करावी लागेल. देवाच्या बाबतीत म्हणायचे झाले तर, त्याने आपल्याला कधीच निवडले आहे. त्याचे दरवाजे आपल्याकरिता नेहमीच खुले असतात. आपण त्याच्या दिशेने प्रवास सुरू करायला हवा.

प्र: जेव्हा आपल्या सभोवतालचे लोकं कर्मकांडाशी संबंधित धार्मिक विधी पाळतात आणि आपल्या दृष्टिकोनाकडे दुर्लक्ष करतात तेव्हा आपण काय करावे?

उ: मला वाटते यावर आपण काहीच करू शकत नाही. आपल्याला वाट पाहावी लागेल. आपण इथे पूजा इत्यादीच्या उच्च पद्धती शिकण्याचा प्रयत्न करत आहोत. जेव्हा आपल्याला उच्च मार्ग माहीत आहेत, तेव्हा आपण जुन्या क्लिष्ट विधींचे का अनुसरण करायचे, हे सांगायचा आपला प्रयत्न असतो. आपले असे अजिबात म्हणणे नाही की, ते जे करत आहेत ते चूक आहे. परंतु आपल्याला त्यांना हे समजण्यासाठी वेळ द्यावा लागेल. आपल्याला त्यांना पूजा इत्यादीच्या उच्च पद्धती शिकण्यासाठी, समजून घेण्यासाठी आणि त्यांना स्वीकारण्यासाठी वेळ द्यावा लागेल. ■

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 & 4		each 200/-
Thus Spoke Guruji Krishnananda - Vol 2 & 3		each 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)

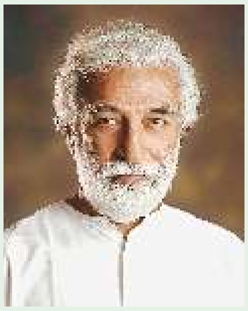
द वर्ड बुक शॉप, कँप (फोन: २६१३३११८, ३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)

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. KRNA/BGE/1125/ 2020-2022
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.

तपोनगर

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

मला एका गोष्टीची खात्री आहे की, माझ्यात प्रगतीचा अभाव असून सुद्धा व माझ्या प्रगतीहीन साधनेचा हा लांबलचक काळ असून सुद्धा, गुरुजी, अमराजी व महात्म्यांकडून मला लाभलेले अनुभव व बक्षिसं, मला ह्या जीवनाच्या वाटचालीत निश्चितच पुढे घेऊन जातील. जीवनात लाभलेल्या प्रत्येक गोष्टीबद्दल मी कृतज्ञ आहे. त्यांचे आशीर्वाद व त्यांनी दिलेल्या ऊर्जांमुळेच मी इतक्या प्रतिकूल परिस्थितीत देखील माझे मानसिक संतुलन टिकवून अजूनही तग धरून आहे. ह्या करिता खूप खूप धन्यवाद.

– सत्वजय ठोकळ

मी म्हणेन की 'डोअरवेज टु लाईट' वाचल्यानंतर जेव्हा मी मानसात सामील झालो, तेव्हापासून माझे जीवन बदलू लागले आहे. गुरुजींची पुस्तकं, त्यांचे मार्गदर्शन व ध्यानसाधना ह्यांच्या सहाय्याने आता मी पूर्णपणे एक नवा माणूस बनलो आहे.

गेल्या सहा महिन्यात, मी गुरुजींची बरीच पुस्तकं वाचली आणि त्यांनी आपल्याला दिलेल्या ज्ञानाची व्याप्ती व गहनता पाहून मी चकित झालो. प्रत्येक पुस्तक वाचून सत्याच्या नवनवीन गहन पातळ्यांबद्दल मी जागरूक झालो आहे. माझ्या भावना व्यक्त करण्याकरिता माझ्याकडे शब्द नाहीत. ह्या मार्गात येण्याची संधी मिळाल्याबद्दल मी मन:पूर्वक आभारी आहे.

– प्रेम आनंद

एके दिवशी मी आपल्या पृथ्वीवर ठीकठिकाणी पसरलेल्या अनागोंदीकडे प्रकाश प्रवाहित करीत होते, तेव्हा एकाएकी मला जाणवले की आपली पृथ्वी छोटी छोटी होत आहे आणि मला संपूर्ण ब्रह्मांडाची अनुभूति झाली. त्यावेळी मला समजले की आपल्या पृथ्वीवरील समस्या किती क्षुल्लक आहेत व दैनंदिन विचार करण्याची आपली पद्धत देखील किती संकुचित आहे. मला वाटले की आपण आपले जीवन भव्य व विस्तारित पद्धतीने जगू शकतो.

माझे मन अगदी गतिमान झाले व मला जाणवले की प्रत्येक विश्व हे अनंत विश्वांच्या या सृष्टीतील एका छोट्याश्या अणू प्रमाणे आहे. ह्याचे आकलन होणे मोठे कठीण होते. मला जाणवले की जणू अनंतत्व हा एक विरोधाभासच आहे, ज्याचे आकलन अशक्यच आहे, पण त्याचे अस्तित्व शाश्वत आहे, आणि आपण प्रत्येकजण देखील जणु छोटी छोटी विश्वंच आहोत. चैतन्याच्या महासागरात व त्याच्या अतिसूक्ष्म ठिणगीत, आपल्यात व परमेश्वरात कोणताच फरक नाही. सर्वकाही हे एका चैतन्याचेच अनंत प्रतिबिंब आहे. आपल्याला आकुंचित किंवा विस्तारीत होण्याची गरज नाही, गरज आहे ती फक्त स्थिर होण्याची. ध्यानतंत्रे ही केवळ मनाला थकवून आपल्याला स्तब्धतेकडे नेण्यासाठी आहेत.

– एक साधक

मी अधिक शांत, विनम्र व समाधानी झाले आहे. मी सतत ऋषींशी जोडलेले असते व दिवसभर त्यांचे रक्षण व मार्गदर्शन मला मिळत असते, असे मला वाटते. मी माझ्या जीवनाच्या उद्देशाबद्दल जास्त जागरूक झाले आहे व ते पूर्ण करण्यासाठी पावलं उचलत आहे.

– तन्वी भट

जीवनात पूर्वी ज्या गोष्टी मला खूप महत्त्वाच्या वाटायच्या, त्या आता बदलल्या आहेत. माझे जीवन जसे आहे ते तसेच स्वीकारण्याची क्षमता आता माझ्यामध्ये वाढते आहे. माझा गुरुजी व प्रकाशावरचा विश्वास दृढ होत आहे. माझ्या धैर्याची कठीण परीक्षा चालू आहे. माझ्या व्यावसायिक जीवनात देखील प्रचंड गोंधळ आहे, पण तरी देखील माझा विश्वास दृढ होत चालला आहे. ह्या सगळ्या अडचणी माझ्या उज्ज्वल भावी जीवनाकरिता संधीचे कार्य करीत आहेत. मी सध्या ज्या अवस्थेतून जात आहे, तिचे वर्णन कसे करावे हे मला कळत नाही. सद्य परिस्थितीत कितीही गोंधळ किंवा त्रास असो, पण ती अप्रतीम आहे!

– पुष्कर पत्की

कोविड महामारीमुळे उद्भवलेल्या परिस्थितीने जीवनात बरेचसे बदल घडवले आहेत. पण आपल्या मार्गामुळे व गुरुजींच्या मार्गदर्शनामुळे, मला परिस्थितीशी जुळवून घेण्यास व सर्वकाही अगदी सहजपणे समजून, जीवन प्रवाहासोबत शांतपणे वाटचाल करण्यास मदत झाली आहे...

सप्त ऋषींचा मार्ग व गुरुजी आणि महर्षी अमरांच्या मार्गदर्शनामुळे आपल्याला हे सत्य समजावून घेण्यास मदत झाली आहे की – जेव्हा आपला उद्देश्य चांगला असतो तेव्हा आपल्याला कोणत्याही आव्हानाची अडचण वाटत नाही, कारण त्यावेळी परमेश्वरच आपले मार्गदर्शन करीत असतो!!

– 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