प्रकाशमार्ग

Volume 13 Issue 2 November 2020 Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद

(ऑगस्ट २००५ या अंकामधून, अनुवाद : जयंत देशपांडे)

मान्सून आता सक्रिय आहे. पुष्कळ ठिकाणी पाऊस खूप पडतो आहे. नद्यांना पूर आला आहे. पण इथे मात्र पाऊस नाही. आम्ही पावसाची वाट पाहत आहोत – माणसं, वनस्पती आणि शेतं. आम्हाला माहीत आहे की पाऊस नक्कीच येईल. कदाचित थोड्या दिवसांनी. आमची आशा जिवंत आहे कारण देव आहे. आपल्याला प्रार्थना करायला हवी आणि जास्तं ध्यान पण करायला हवे.

एक माणूस सांगत होता की एका मुलाचा, त्याच्या अंगावर असतानाच कसा प्राण गेला. त्याची मुलाखत घेणाऱ्याने त्याला विचारले, "तुझा देव तेव्हा कुठे होता?" एका वाक्यात अशा प्रश्नांची उत्तरे देता येत नाहीत. पण अशा प्रश्नांनाही उत्तरे आहेत. त्याकरिता एकमेकांशी निगडित असणाऱ्या पुष्कळ वास्तवांना आपल्याला समजून घ्यावे लागेल. काही वास्तव ज्ञात आहेत आणि कित्येक अज्ञात. आपल्याला सखोल चिंतन करून, प्रगाढ ध्यानात सत्यांना जाणावे लागेल. आपल्या अंतःप्रेरणेच्या मदतीने आपल्याला सत्यांना जाणावे लागेल. आपल्याला सत्याचा अनुभव घ्यावा लागेल. आपल्याला परमेश्वराचा अनुभव घ्यावा लागेल, जो निर्मिती आणि विनाशामागील असणारे सत्य आहे, शक्ती आहे. जो जीवन आणि मृत्युमागील सत्य आहे, शक्ती आहे. अनुभव घेण्यासाठी वेळ लागतो.

जीवन आणि मृत्युमागील प्रज्ञेला जाणण्यासाठी आपल्याला मानवी तर्काच्या, मानवी बुद्धीच्या पलीकडे जावे लागेल. आपला शोध आपल्याला प्रगाढ ध्यानात घ्यावा लागेल.

आतापर्यंत आपल्याला महर्षी अमरांच्या जीवनाबद्दल, त्यांच्या शिकवणूकीबद्दल कल्पना आलेली आहे. तेवीस वर्षांपूर्वी त्यांनी त्यांचा देह ठेवला. त्यांच्या विवेकाच्या प्रकाशात आपण जगत आहोत. अंतिम सत्य, म्हणजेच परमेश्वरापर्यंत पोहोचण्याच्या त्यांच्या क्रांतिकारी मार्गाच्या तेजापुढे दिपून जाणे आपण थांबवू शकत नाही.

अंधश्रद्धा आणि रूढींच्या पाशातून मुक्त व्हायला त्यांनी आपल्याला शिकवले. आपण ज्ञानाच्या, आपल्या बुद्धीच्या बळावर मिळवलेल्या ज्ञानाच्या मर्यादांपासून स्वतःला मुक्त करायला हवे. त्यांनी शिकवले की केवळ अनुभवानेच आपल्याला खऱ्या ज्ञानाची प्राप्ती होते.

महर्षी अमरांनी जागृतीचा मार्ग म्हणून ध्यानाला सर्वात जास्त महत्त्व दिले. त्यांच्या वयाच्या फक्त नवव्या वर्षी, महान ऋषींकडून त्यांनी ध्यानाचे शास्त्र मिळवलेले असल्यामुळे, महर्षी अमरांना माहीत होते की ध्यान हा नवयुगाचा मार्ग आहे. ध्यानावर त्यांनी खूप भर दिला. म्हणूनच त्यांनी फक्त ध्यानसाधनेसाठी आणि नवयुगासाठी योग्य अशी प्रगत ध्यानाची तंत्रे शिकवली.

आता त्यांच्या महासमाधीदिनाचा दिवस जवळ येत असताना, मला आपल्या आयुष्यात असणाऱ्या त्यांच्या निरंतर उपस्थितीची आठवण येते आहे. सर्व पातळ्यांवर व्याप्त असलेल्या त्यांच्या प्रकाशाने आपण आपले जीवन प्रकाशित करून लाभ घेऊ शकतो.

प्रत्येक खून, अन्यायाची आणि निष्प्रेमाची प्रत्येक कृती, ओघळलेला किंवा न ओघळलेला प्रत्येक अश्रू आपल्या अंतःकरणाला स्पर्श करत असतो. आपल्याला जास्त ध्यान करावे लागेल आणि आत्म्यांमधील अंधकार काढून टाकावा लागेल. ते आपले कार्य आहे. ■

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

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

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.

नूतनीकरण केलेल्या तपोवनातील गुरुजींच्या समाधी हॉलचे १८ ऑक्टोबर २०२० रोजी उद्घाटन करण्यात आले.

काही ठळक घडामोडी

- गुरुजींचा महासमाधी दिवसानिमित्त २९-११-२०२० रोजी कार्यक्रम आयोजित करण्यात येईल. सध्याच्या कोविड परिस्थितीमुळे ध्यानसाधकांनी तपोनगरात एकत्र जमणे शक्य होणार नाही. विद्यार्थी प्रत्यक्ष होणाऱ्या वेबकास्टद्वारे ह्यात भाग घेऊ शकतील.
- २०२१ वर्षाचे मानसा कॅलेंडर देखील ह्या कार्यक्रमाप्रसंगी प्रकाशित करण्यात येईल. केवळ मागणी करणाऱ्यांसाठी मर्यादित संख्येत प्रती छापल्या जातील. तुमची प्रत राखून ठेवण्यासाठी कृपया १५-११-२०२० पर्यंत मानसा कार्यालयात नोंद करावी.
- 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.

गुरुजींचा महासमाधी कार्यक्रम

२९-११-२०२०, रविवार

सकाळी ११ वाजता	स्वागत
	वरिष्ठ साधकांचे व्याख्यान
	विशेष ध्यान

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०९	सोमवार	कृष्णाष्टमी
१३	शुक्रवार	शिवरात्री
१४	शनिवार	नरक चतुर्दशी / दिवाळी / महालक्ष्मी पूजन
१५	रविवार	अमावास्या
१६	सोमवार	दिवाळी पाडवा
२२	रविवार	शुक्लाष्टमी
२३	सोमवार	गुरुजींचा महासमाधी दिवस
२४	मंगळवार	शुक्ल दशमी
२९	रविवार	गुरुजींचा महासमाधी दिवस कार्यक्रम / शिवदीप
३०	मंगळवार	पौर्णिमा / विष्णूदीप / चंद्र ग्रहण: दुपारी १.०२ ते संध्याकाळी ५.२३ पर्यंत

तपोनगरातील कार्यक्रम

सध्या सर्व कार्यक्रम फक्त वेबकास्टद्वारे आयोजित करण्यात येत आहेत आणि तपोनगरमध्ये कार्यक्रमांसाठी लोकं एकत्र जमत नाही आहेत.

दर रविवारी	– व्याख्यान सकाळी ११ ते १२ पर्यंत
	– प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
रविवार ०८	– शंबला गटाची बैठक दुपारी २ वाजता वेबकास्टद्वारे
रविवार १५	– 'रा' गटाची बैठक दुपारी २ वाजता वेबकास्टद्वारे
रविवार २९	– गुरुजींच्या महासमाधी दिवसानिमित्त कार्यक्रम वेबकास्टद्वारे

३० नोव्हेंबरला दुपारी १.०२ पासून ५.२३ पर्यंत चंद्र ग्रहण आहे. कृपया ग्रहणाच्या पूर्ण अवधीत संपूर्ण जगास प्रकाशाचे प्रवहन करावे.

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

संकलन : वैशाली जोशी, अनुवाद : वैशाली नितीन तरे

प्रकाश प्रवहन हे खूपच प्रभावी तंत्र आहे. हे मला विचारपूर्वक कृती करण्याकरिता मदत करते. जेव्हा मला काहीच विचार किंवा कल्पना सुचत नाहीत, तेव्हा मला हे शांत ठेवते, आणि मी थोडा वेळ विचार करून चांगला व योग्य निर्णय घेते.

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

जेव्हा मी प्रकाश प्रवहन करते, तेव्हा मी अगदी सहजपणे त्याच्याशी संबंध जोडू शकते. मला प्रकाशाची व शांततेची कंपने जाणवतात. ह्यामुळे माझ्यामधील काटेकोरपणा वाढला आहे.

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

पूर्वी मी माझ्या मैत्रिणींबरोबर भांडत असे आणि सतत रागावलेली व दु:खी असे. पण प्रकाश प्रवहनाचा सराव करण्यास सुरुवात केल्यापासून मला खूप छान, निश्चिंत व आनंदी वाटते. जेव्हाही मी थकलेली किंवा गोंधळलेली असते, तेव्हा मी प्रकाशाशी संपर्क साधते. त्यानंतर मला ताजेतवाने वाटते जणू काही एक प्रकारची शक्ती माझ्यामध्ये शिरली आहे.

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

प्रकाश प्रवहनाच्या सरावामुळे माझा राग कमी झाला आहे आणि माझी एकाग्रता वाढली आहे. मी कधीच एका जागेवर शांतपणे बसत नव्हते परंतु आता मला ते जमू लागले आहे. तसेच, प्रकाश एक जिवलग मित्र बनला आहे. मला पाहिजे तेव्हा, आणि जेव्हा मला काही समस्या असते, तेव्हा मी प्रकाशाला मदतीसाठी हाक मारते. मला प्रकाशापासून ऊर्जा मिळते जी मला दिवसभर ताजेतवाने राहाण्यासाठी मदत करते. माझे विचार मी प्रकाशाला सांगते आणि मला वाटते की काय चांगले आहे व काय वाईट आहे हे सांगून तो मला प्रतिसाद देतो.

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

द्वारे

उषा सतीशचंद्र, अनुवाद : वैशाली जोशी

"जेव्हा एक दरवाजा बंद होतो, तेव्हा अनेक दरवाजे उघडतात." गुरुजी अनेकदा आम्हाला आश्वासन देत असत. गुरुजींनी देह सोडल्यामुळे आणि त्यांच्याशी भौतिक सान्निध्याच्या सीमा नाहीशा झाल्यामुळे, ते काळ आणि अवकाशाच्या मर्यादांच्या पलीकडे गेले आहेत. आपण फक्त त्यांचा विचार करण्याची गरज आहे आणि ते आपल्या जवळ असतात, अगदी मूर्त आणि वास्तविक. आम्ही दर रविवारच्या वर्गात त्यांच्या भव्य उपस्थितीची वाट बघायचो, ते वहन आणि निर्माण करत असलेल्या दैवी वातावरणासाठी. पण ते नेहमीच आमच्यापेक्षा जास्त आतुरतेने वाट पाहायचे, त्यांचे मन आमच्यासमोर मोकळे करण्यासाठी, ऋषींच्या दृष्टिकोनातून जीवनाचे बोध सांगण्यासाठी.

गुरुजींनी आमचा अनुभव अशा प्रकारे वर्धित केला आहे की, आम्ही एखाद्या सूर्योदयाच्या, एखाद्या सूर्यास्ताच्या, एखाद्या सुंदर गाण्याच्या, आकाशाच्या विशालपणाच्या, आणि एखाद्या उमलणाऱ्या फुलाच्या सौंदर्यात त्यांचे अस्तित्व अनुभवू शकतो. त्यांनी आपल्या जीवनातील सर्व पैलूंना स्पर्श केला आहे. त्यांचे वर्णन करण्यासाठी शब्द कमी पडतात. त्यांना अनुभवले पाहिजे. रेस्टॉरंटमध्ये त्याच्या प्रेमळ स्मितहास्याने आणि मृदुतेने सेवेसाठी असलेल्या सद्‌गृहस्थाचे चित्र अजूनही मनात रेंगाळत आहे. मी त्यांच्या प्रेमाचा अनुभव घेऊ शकले. मी गुरुजींची अभिव्यक्ती अनुभवू शकले!

तशा प्रकारे, गुरुजींचा प्रत्येक अनुयायी आध्यात्मिक शास्त्रज्ञ बनतो. आपण गुरुजींचे शब्द आणि जगणे यांची आपल्या जीवनात, आणि आपल्या साधनेत तपासणी करतो. आपण त्यांचा प्रकाश बाळगतो. त्यांनी त्यांच्या ज्ञानाने आणि अनुभवाने आपल्याला इतके संपन्न केले आहे की त्यांनी आपल्या जीवनाचे विशाल चित्रफलक व्यापले आहे. ते आपले जग आहेत. जीवनाच्या सर्व तपशीलांमध्ये त्यांचे नवयुगाचे स्वप्न पूर्ण करण्याचा ध्यास घेतल्याशिवाय आपण राहू शकत नाही. तरीही त्यांचे जग पुन:निर्मित करण्यासाठी आपण आपल्या कृती नवयुगाशी सुसंगत करणे आवश्यक आहे. त्यांना धारण आणि प्रकट करण्यासाठी आपले जाणीवपूर्वक प्रयत्न, आपले ध्यान आणि सकारात्मक बनण्याच्या प्रयत्नांद्वारे सुरू आहेत. मोठ्या प्रेमाने आणि पूर्ण विनम्रतेने आपण आपल्या गुरूंचे द्वार बनण्याची निवड करू शकतो, ज्यातून आपल्याला त्यांची स्वप्ने, त्यांचा प्रकाश इतरांपर्यंत पोहोचवता येईल. ■

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

तुम्ही ह्या मुद्द्यावर चिंतन करावे अशी माझी इच्छा आहे: कधीकधी लोकं आम्हाला सल्ला विचारतात आणि तो त्यांना देण्यात आल्यानंतर ते कुठल्यातरी ज्योतिषाकडे जातात. मी तुम्हाला सांगतो की ह्यामुळे आमचे मन अजिबात दुखावले जात नाही. आम्हाला फक्त कधीकधी ह्याची गंमत वाटते आणि कधीकधी वाईट वाटते. मी असे माझ्या गुरूंच्या बाबतीत देखील घडताना पाहिले आहे.

मी एक विशिष्ट उदाहरण देतो. एक दिवस माझे गुरू म्हणाले की त्यांना एका प्रकल्पाविषयी बोलायचे आहे. ते आम्हाला त्याबद्दल खुलासा करून सांगणार होते. मी एका गृहस्थांच्या हातात, जे त्यावेळी एक ज्येष्ठ सदस्य होते, कागदाची एक प्रचंड गुंडाळी पाहिली, जो एक प्रकारचा प्लॅन होता. आम्ही पाहिले की माझे गुरू आणि ते एकत्र होते आणि चर्चा करत होते. आम्हाला निश्चिती होती की भविष्यातील प्रकल्पाचे ब्लू प्रिंट तयार करण्यात येत आहे. पण जेव्हा ते गृहस्थ खोलीतून बाहेर आले, तेव्हा आम्हाला समजले की ते त्यांच्या घराच्या प्लॅनबद्दल चर्चा करण्यासाठी आले होते! अर्थातच माझे गुरू नंतर आमच्याशी प्रकल्पाविषयी बोलले. गोष्ट अशी आहे की कोणीही त्यांना गंभीरपणे घेतले नाही. तो दुःखद भाग आहे. इथे अर्थातच लोकं मला खूप गंभीरपणे घेतात. माझे गुरू तितके भाग्यवान नव्हते. लोकांना माहीत होते की ते ऋषींच्या फक्त संपर्कातच नव्हते, तर ऋषींना भेटत देखील असत, ते दैवी लोकांत जात असत, दैवी व्यक्तिमत्त्वांना भेटत असत; आयुष्यभर त्यांनी ऋषींच्या कार्यात भाग घेतला होता. लोकांना ते सर्व माहीत होते. तरी देखील लोकं त्यांना, आध्यात्मिक गोष्टींमध्ये खूप चांगली व्यक्ती, पण लौकिक बाबतीत हुशार नसलेली व्यक्ती, अशी वागणूक देत असत. पण माझ्या गुरूंकडे सर्वात उत्तम तोडगे, सर्वात उत्तम उत्तरे होती.

एखाद्या समस्येचे निराकरण शोधण्यासाठी, आपण कमीतकमी ध्यान केले पाहिजे आणि सकारात्मक बनण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. कधीकधी हे देखील पुरेसे नसते. कधीकधी फक्त ध्यान केल्याने आपल्या समस्या सुटत नाहीत. सकारात्मक झाल्यानंतर सुद्धा, सर्व तत्त्वांचे पालन केल्यानंतर सुद्धा कधीकधी काही समस्या आपल्याला त्रस्त करत राहातात. अशा वेळी आपण परमेश्वराची कृपा भाकली पाहिजे. ह्यासाठी कोणतेही तंत्र नाही. आपण फक्त प्रार्थना केली पाहिजे. आपण विश्वास, श्रद्धा आणि खूप सबुरी बाळगली पाहिजे. मग मला वाटते, जसे मी पाहिले आहे, चमत्कार घडतात. चमत्कार शक्य आहेत. ते निश्चितच घडतात. हे चमत्कार आपल्यापैकी अनेकांच्या बाबतीत घडले आहेत. चमत्कार हे प्रत्येकाच्या बाबतीत घडू शकतात, फक्त काही लोकांच्या बाबतीतच ते घडतात असे नाही. ह्यासाठी अध्यात्म हा मार्ग आहे. आपण ध्यान केले पाहिजे, सकारात्मक बनले पाहिजे आणि परमेश्वराच्या कृपेची याचना करून प्रतीक्षा केली पाहिजे. त्याची कृपा आपल्यापैकी कोणालाही आणि प्रत्येकाला मिळू शकते. लोकांना मदत मिळते, फायदा होतो. मी १९८८ पासून ध्यान शिकवतो आहे. मी त्या काळापासून पाहात आहे की फायदा घेतल्यानंतर, आयुष्य सुरळीत झाल्यानंतर, सर्व काही ठीक होते आणि मग परमेश्वर हा स्वर्गात असतो. हा दुःखद भाग आहे. मग आपण ध्यान करणे थांबवतो. इथे आपण सावध असले पाहिजे. ध्यान करणे हे श्वास घेण्यासारखे आहे. आपण कोणत्याही टप्प्यावर ध्यान करणे थांबवू नये. आपण जर ते थांबवले तर आपण पुन्हा त्या टप्प्यावर परत जातो जिथुन आपण सुरुवात केली होती. कदाचित त्याच समस्या पुन्हा उद्भवणार नाहीत, पण आपल्याला नवीन समस्यांना सामोरे जावे लागेल. ह्या जगात कितीतरी समस्या आहेत; काही आपल्याकडे येतील.

मी पाहिले आहे की मग लोकांना लगेच ध्यानाची आणि गुरुजींची आठवण होते आणि ते परत येतात! अर्थातच त्यांचे स्वागत आहे, कारण काहीही असो. गोष्ट अशी आहे की, ते ध्यानसाधनेकडे परत आल्यामुळे, लगेच पुढच्या क्षणी चमत्कार होणार नाही. आपल्याला पुन्हा सुरुवात करावी लागेल, काम करावे लागेल, ध्यान करावे लागेल आणि वाट पाहावी लागेल. म्हणून, आपण जोखीम घेऊ नये आणि सतत साधना सुरू ठेवावी.

एका व्यक्तीला दोन अद्भुत अनुभव आले. एक इंडोनेशियाबद्दल होता. तिला तिथे एक भूकंप झालेला दिसला. ह्या व्यक्तीने इंडोनेशिया कोसळत असल्याचे पाहिले. आणि आता ह्या व्यक्तीने दक्षिण भारतात मोठ्या प्रमाणात विनाश पाहिला आहे. कृपया घाबरू नका. आणि ह्या विनाशाची सुरुवात दक्षिणेपासून झाली आणि जेव्हा तो बंगलोरच्या जवळ आला, तेव्हा तो थांबला. तर तुम्ही निश्चिंत राहू शकता. तिला ह्या भविष्यात होणाऱ्या घटना म्हणून दिसल्या.

एकदा एका गृहस्थांनी महर्षी अमरांना त्यांना आलेल्या अनुभवाचे वर्णन सांगितले. ते म्हणाले, "मल्लेश्वरम मार्केटमध्ये खूप उपद्रव होईल, गोळीबार इत्यादी होईल." त्यांना दहशतवाद्यांच्या एका गटाने केलेला हल्ला दिसला. हे वर्णन १९७७ साली करण्यात आले होते. महर्षी अमर म्हणाले, "ही भविष्यातील घटना आहे." ती अद्याप घडलेली नाही. लोकं भविष्यातील अशा घटना पाहण्यास सक्षम आहेत.

मला ह्याबद्दल आणखी हे सांगायचे आहे की, ही घटना जशी ह्या गृहस्थांनी त्यांच्या अनुभवात पाहिली, ती कदाचित त्याप्रमाणे घडणार नाही. कारण आपण मानवजात, आपण ध्यानसाधक फरक पाडू शकतो. आपली ध्यानसाधना नियती बदलू शकते. आपली ध्यानसाधना खूपसे दुःख, खूपसा विध्वंस थांबवते. असे समजू नका की ध्यान करणारे फक्त आपण आहोत. जगात अनेक चांगली लोकं आहेत. म्हणूनच ह्या वेळी तिसरे महायुद्ध झाले नाही. ते होईल असे वाटत नाही, पण आपल्याला माहीत नाही.

मी प्रलयाच्या प्रक्रियांबद्दल बोलत होतो आणि हे की अनेक नवीन चळवळी जन्म घेतील. मला आठवते, आम्ही याविषयी बोलत होतो की लोकं त्यांचा निषेध व्यक्त करतील. असे लोकप्रिय निषेध प्रलयाचा एक भाग आहेत. भविष्यात आपल्याला अनेक लोकप्रिय निषेध पाहायला मिळतील.

मी नेहमी म्हणतो, "तुमच्या अनुभवांबद्दल जास्त लोकांशी चर्चा करू नका." तुम्हाला मला सांगावे लागते; तुम्ही तुमच्या जवळच्या मित्रांना, पारिवारिक मित्रांना सांगू शकता. पण तुम्ही ह्या अनुभवांबद्दल बोलत राहू नये. मी आणखी स्पष्टीकरण देऊ शकत नाही. मला आठवते, एकदा एका व्यक्तीने त्याचा अनुभव सांगितला आणि तो त्या व्यक्तीला आलेला शेवटचा अनुभव होता. त्यानंतर त्याला कधीही कोणताही अनुभव आला नाही. हे १९८९ मध्ये घडले. मग तो यायचा आणि एक प्रकारे रडायचा, "काय झाले? मला अनुभव का येत नाही आहेत?" आपल्याला माहीत नाही. ह्या मानसिक देणग्या कधीकधी अनन्य असतात. त्या देणग्या आहेत. आपण ह्या गोष्टींबद्दल सावध असले पाहिजे. आपण कधीही बोलू नये आणि त्याचा दिखावा करू नये. ■

श्री जयंत देशपांडे यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

१३-०९-२०२०

एका व्यक्तीने मला हायरसेल्फबद्दल विचारले होते. आणि मी त्याला वचन दिले होते की मी त्याविषयी माहिती गोळा करून, पुढच्या ध्यानवर्गात समजावून सांगेन. म्हणून मी गुरुजींच्या व्याख्यानांमधून हायरसेल्फबद्दल माहिती गोळाकरून काही नोंदी तयार केल्या आहेत. ही माहिती खूप रोचक आहे.

गुरुजी म्हणाले होते की आपण या लोकामध्ये आणि एका उच्च लोकामध्ये सह-अस्तित्वात असतो, म्हणजे इथे तर आपले अस्तित्व आहेच, पण एका उच्च लोकातही आपले अस्तित्व आहे. उच्च लोकामधील आपले अस्तित्व म्हणजेच आपले हायरसेल्फ होय. आणि गुरुजी म्हणाले होते की, महर्षी अमरांसारखे महान गुरूंचे तर वरील सातही लोकांमध्ये सह-अस्तित्व असते. म्हणजे त्यांचे या भूतलावर भौतिक शरीर असेल आणि त्याशिवाय वरील प्रत्येक लोकात त्यांचे एक शरीर, असे त्यांचे सहा इतर शरीर असतात. प्रत्येक लोकातील त्यांचे अस्तित्व हे त्या महान गुरूंचे हायरसेल्व्स असतात. उदाहरणार्थ आपल्याला माहीत आहे की, गुरुजींना सत्यलोकामध्ये महर्षी आलोक म्हणून ओळखले जाते. त्यांनी त्यांच्या "डोअरवेज टू लाइट" या पुस्तकात नमूद केले आहे की, महर्षी आलोक म्हणून ते सत्य लोकाच्या एका गुहेत तप करीत आहेत. तर, महर्षी आलोक हे गुरुजींचे हायर सेल्फ आहेत.

त्यांच्या एका व्याख्यानात गुरुजींनी हायरसेल्फबद्दल अतिशय सुंदर वर्णन केले होते. ते म्हणाले होते की, साधनेत आपण जसजशी प्रगती करतो, आपली स्पंदने सूक्ष्म आणि पुढे अति सूक्ष्म होत जातात. आणि जेव्हा आपण आपला भौतिक देह सोडतो, तेव्हा आपण या सूक्ष्म कंपनांच्या सूक्ष्म शरीरात राहतो. पुन्हा आपण जेव्हा इथे जन्म घेतो, तेव्हा आपण या सूक्ष्म शरीरात स्वतंत्रपणे अस्तित्वात राहत असतो. मला हे समजले. कदाचित मी चुकीचा पण असू शकतो परंतु मी साध्या तर्काच्या मदतीने असे बोलत आहे. आपल्या साधनेमुळे आपल्याला एका तऱ्हेने भेट म्हणून मिळालेले हे उत्तम सूक्ष्म शरीर हे वरील एका लोकामध्ये अस्तित्वात असेल आणि इथे या भूतलावरही आपण आपल्या शरीरात जगत असू. जेव्हा आपण साधनेत आणखी जास्त प्रगती करू, तेव्हा आपल्याला आणखी एक सूक्ष्म शरीर प्राप्त होईल, जे आणखी सूक्ष्म कंपनांनी भरलेले असेल. अशाप्रकारे आपण जसजशी प्रगती करू, आपल्याला इतर सूक्ष्म शरीरही देण्यात येतील आणि अशाप्रकारे आपण एकूण सात शरीरांमध्ये, येथील भौतिक शरीराला धरून, एकाच वेळी अस्तित्वात असू.

ही खूपच असामान्य व अद्भुत माहिती आहे. जेव्हा येथील भौतिक शरीराचा मृत्यू होईल, तेव्हा सहा उच्च लोकांमधील सहा सूक्ष्म शरीरांमध्ये आपले जगणे मात्र सुरूच राहील. फक्त जेव्हा आपल्याला मुक्ती लाभेल, तेव्हाच अशा सर्व शरीरांचा त्याग करण्यात येईल आणि एक आत्मा म्हणून आपण देवाकडे परत जाऊ.

गुरुजींनी पुढे सांगितले की, जेव्हा आपण या पृथ्वीवर जगत असतो, तेव्हा उच्च लोकांतील आपले एक शरीर किंवा आपला हायरसेल्फ जास्त ज्ञान आणि ऊर्जा मिळवण्यात व्यस्त राहील. कल्पना करा की, जर आपले सात अस्तित्व असतील, तर आपला सातवा देह म्हणजे सत्यलोकात असेल आणि किती मोठ्या प्रमाणावर ऊर्जा आणि ज्ञान त्याच्याजवळ असेल!

एक प्रश्न उठतो - आपण आपल्या हायरसेल्फशी संपर्क साधू शकतो का? गुरुजींनी एकदा या ध्यानवर्गात म्हटले होते की, आपण वरील सातही लोकांमध्ये अस्तित्वात आहोत. पण सध्या आपण हा मुद्दा थोडा बाजूला ठेवू या. आपल्याला माहीत नाही की, खरंच आपल्याला सात शरीर आहेत किंवा नाही, कारण गुरुजींनी सांगितले होते की, त्यासाठी आपल्याला साधनेत एका महान गुरूंसारखी प्रगती करावी लागेल. म्हणून केवळ तर्कावरून मी असे म्हणत आहे की, आपली सात शरीरे आहेत किंवा नाही हे आपल्याला माहीत नाही. कारण आपली साधनेत किती प्रगती झाली आहे, त्यावर ते निर्भर आहे. पण हा मुद्दा समजण्यासाठी आपण असे धरून चलू या की, आपल्याला एकतरी हायरसेल्फ आहे. तर मग आपण आपल्या त्या हायरसेल्फशी संपर्क साधू शकतो का? आपण त्याच्याकडून ऊर्जा मिळवू शकतो का? गुरुजी म्हणाले होते की, ते शक्य आहे, पण त्यासाठी आपल्याला ऋषींची परवानगी घ्यावी लागते. ते म्हणाले की, कधी जेव्हा आपण उच्च आध्यात्मिक ध्येयासाठी काम करत असतो, तेव्हा जर आपल्याला संघर्षांमधून जावे लागत असले, तर मग आपल्याच हायरसेल्फमधून आपोआपच, ऊर्जा, मनोबल आणि ज्ञान आपल्याला मिळते. गुरुजींनी इथे या ध्यानवर्गांमध्ये सांगितले होते की, त्यांनी स्वतःच अशा गोष्टी अनुभवल्या होत्या. त्यांनी सांगितले होते की, तीन वेळा त्यांना त्यांच्या हायरसेल्फकडून ऊर्जा मिळाल्या होत्या. आणि एक फारंच रोचक गोष्ट मला आठवते, एकदा या ध्यानवर्गात - मला माहीत नाही की, तुमच्यापैकी किती लोकं त्या दिवशी या ध्यानवर्गात होता - ते म्हणाले, "माझ्या शेजारी एक व्यक्तिमत्व बसलेले आहे आणि ते खूपच ओळखीचे वाटत आहे." मग त्यांनी सांगितले की, ते व्यक्तिमत्व मीच होतो. ते सत्यलोकातील महर्षी आलोक होते. ते इथे या वर्गात उपस्थित झाले होते. अशा अद्भुत गोष्टी शक्य आहेत.

हायरसेल्फबद्दल आणखी एक रोचक मुद्दा असा आहे. आपण जेव्हा ध्यान करत जातो, तेव्हा साहजिकच आपण ऊर्जा सुद्धा गोळत करत असतो. जेव्हा आपण खूप ध्यान करतो, खूप ऊर्जा गोळा करतो, तेव्हा साहजिकच या ऊर्जा आपल्या शरीरप्रणालीत साठवल्या जातात आणि अतिरिक्त ऊर्जा आपल्या हायरसेल्फमध्ये साठवल्या जातात. जेव्हा कोणीतरी गुरुजींना विचारले, "तुम्ही कुठे ऊर्जा साठवता?", तेव्हा गुरुजी म्हणाले होते, "माझ्या शरीरप्रणालीत, माझ्या आनंदमय कोशात आणि माझ्या हायरसेल्फमध्ये सुद्धा."

आपण आपल्या हायरसेल्फला इथे भूतलावर येऊन मदत करायला सांगू शकतो का? नाही. कारण त्याची परवानगी नाही. पण आपला हायरसेल्फ सतत आपल्या जीवनावर लक्ष ठेवून असतो. आणि जसेकी आपण आधी समजून घेतले, असे आपोआपंच घडते. जेव्हा तशी गरज पडते, हायरसेल्फ स्वतःच इथे येऊन आपली मदत करते. साधारणपणे जे ज्ञान, जो विवेक आणि जे सामर्थ्य आपल्याजवळ इथे असते, त्यांच्या मदतीने येथील जीवन आपण जगू शकतो. पण हायरसेल्फ ठरवतो की, केव्हा मदत करायची. आवश्यक असेल तर तो आपली मदत करतो. ■

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.

गुरुजी – आपले स्थिरक

वैशाली जोशी

गुरुजी म्हणाले की प्रलय हा एक बदल आहे, एक प्रकारचे संक्रमण आहे. प्रलय म्हणजे आपण स्वत:ला चैतन्याच्या एका नवीन पातळीवर नेणे आहे. त्यांनी आपल्याला सांगितले होते की प्रलयाची सुरुवात १९८७ साली झाली. आणि तो ४९ वर्षे चालू राहील. त्यात ७ वर्षांचे ७ टप्पे असतील. सध्या आपण अशा ७ वर्षांच्या ५व्या टप्प्यात आहोत, जो २०१५ पासून २०२२ पर्यंत आहे.

ते म्हणाले होते की प्रलयाच्या प्रभावाचे फक्त क्षेत्रच नव्हे तर त्याची तीव्रता देखील वाढेल. आपण आता ही तीव्रता आपल्या भोवती सर्वत्र अनुभवत आहोत. ह्या प्रलयाचे परिणाम कठोर आहेत आणि आपल्यापैकी प्रत्येकावर त्याचा परिणाम होतो आहे, प्रत्येकाची कसोटी घेतली जात आहे. फक्त त्याचे प्रमाण वेगवेगळे आहे.

ह्या प्रलयाला सामोरे जाण्यासाठी गुरुजी आपले मार्गदर्शन आणि आपल्याला तयार करत आले आहेत. ते म्हणाले – ध्यान करा आणि सकारात्मक होण्याचा प्रयत्न करा; तुमच्या भावना सकारात्मक करा, तुमचे विचार सकारात्मक करा. ते म्हणाले की आपण बदलले पाहिजे, परिवर्तित झाले पाहिजे. परिवर्तन आपल्याला ह्या प्रलयाच्या प्रभावात टिकून राहाण्यास मदत करते. परमेश्वराला समर्पण करा, त्याला आपल्या जीवनाचे संचालन करू द्या.

आपण सर्व जण तपोनगरमध्ये राहू शकत नाही, ह्या मुद्द्याबद्दल बोलताना ते म्हणाले, "तुम्ही जिथे आहात तिथे, जगाच्या कोणत्याही भागात असलात तरी, तपोनगर तुमच्या मध्ये राहू शकते. तुम्ही नेहमीच तपोनगर तुमच्या सोबत बाळगू शकता." त्यांचे हे शब्द सध्याच्या परिस्थितीत खूपच सुसंबद्ध आहेत. आपण नेहमीच आणि कोणत्याही वेळी तपोनगरशी मानसिक दुवा जोडू शकतो आणि तेथील ऊर्जा मिळवू शकतो.

त्यांचा देह सोडण्यापूर्वी त्यांनी आपल्याला आश्वासन दिले होते, "मी तुमच्यापैकी प्रत्येकाची सूक्ष्म पातळीवरून वैयक्तिकरित्या काळजी घेईन." आपण आपल्या वैयक्तिक जीवनात देखील प्रलयातून जात असताना ते आपल्या सोबत आहेत आणि त्यांनी आपल्याला वर उचलून धरले आहे. आपल्यासाठी कोणत्या वेळी काय चांगले आहे हे त्यांना माहीत आहे आणि ते आपल्या जीवनातील प्रत्येक गोष्टीची शेवटच्या तपशीलापर्यंत काळजी घेतात. हे त्यांचे प्रेम आणि कृपा आहे जे आपले कवच बनते आणि रक्षण करते आणि ह्या प्रलयातून पार पडण्यास मदत करते.

गुरुजी आपल्या जीवनातील स्थिरक आहेत. त्यांच्या महासमाधीच्या दिवशी आपण त्यांच्याबद्दल कृतज्ञता व्यक्त करूया आणि त्यांच्या प्रकाशात जगण्याचा निर्धार करूया. ■

एक परिपूर्ण गुरू

अपूर्वा देशपांडे, अनुवाद : वैशाली जोशी

आठ वर्षे लोटली आहेत. ते नसल्याची जाणीव सरतेशेवटी जेव्हा मनात भिनली, तेव्हा मी शून्यपणे, सर्द होऊन माझ्या फोनकडे टक लावून पाहात राहिले. माझ्या मनात मागे केलेली वाटचाल दडपलेल्या भावना समोर आणते. मी जणू लीन निषेधार्थ छताकडे पाहिले. का?

गुरुजींना भेटणे ही माझ्या बाबतीत घडलेली सर्वात चांगली गोष्ट होती. मी जर गुरुजींना भेटले नसते, तर मी एक खूप वेगळे, परम हेतू नसलेले जीवन जगले असते. गुरुजी, आपल्या सर्वांना माहीत असल्याप्रमाणे त्यांच्या अगोदरच्या सर्व जन्मांमध्ये एक महान व्यक्तिमत्व होते, आणि ते गुण त्यांच्यात त्यांच्या ह्या जन्मात देखील होते. गुरुजी त्यांच्या आधीच्या एका जन्मात इजिप्तचे फारो होते आणि फारोच्या स्वभावाप्रमाणे त्यांच्या पद्धती भव्य होत्या; त्यांच्या चालण्याची पद्धत देखील प्रत्येक अर्थाने दिमाखदार होती!

गुरुजी हे कण्व महर्षी देखील होते, ज्यांनी आपल्याला शंबलाचे दुसरे तत्त्व दिले. गुरुजी प्रेम पाझरत असत. आपण सर्व जण कधी न कधी गुरुजींच्या मुलाखतीच्या खोलीत गेलो आहोत किंवा त्यांना ऐकले आहे आणि आपल्या सर्व समस्यांना तोडगे मिळाले आहेत असे आपल्याला वाटले आहे. आपल्याला लगेचच आपल्या स्वत:मध्ये आणि आपल्या सभोवताली शांती जाणवत असे.

गुरुजींनी प्रत्येकाचे जीवन प्रेम, विवेक आणि रंगाने भरले. हे महान गुरू त्यांच्या वर्गांतून आणि पुस्तकांतून जे सांगायचे ते समजून घेतल्यानंतर जीवन वेगळे दिसत असे.

मी अलीकडे एका डॉक्टरांना भेटले ज्यांच्याकडे गुरुजी अनेक वर्षांपूर्वी अनेक वेळा गेले होते. ते डॉक्टर कदाचित दर महिन्याला शेकडो रुग्ण पाहात असतील, पण तरीही त्यांना गुरुजींची आठवण होती आणि ते त्यांच्याबद्दल खूप आदराने बोलले. ते डॉक्टर आणि गुरुजी यांच्यात झालेली संभाषणे कदाचित कधीही आध्यात्मिक विषयांवर नसावीत, पण कदाचित त्या डॉक्टरांना कोणत्यातरी पातळीवर हे समजले होते की गुरुजी केवळ एका मर्त्य मानवापेक्षा खूप जास्त आहेत. त्यांच्या अबाधित विनम्रतेमुळे त्यांचा दिव्यपणा त्या देवाणघेवाणीतून दिसून आला, आणि ती गोष्ट कदाचित त्या डॉक्टरांना स्पर्शून गेली असावी.

मला हे उमजले आहे की गुरुजींनी त्यांचा भौतिक देह सोडला आहे, आणि त्यांच्या उपस्थितीला आपण सर्व जण खूप मुकतो आहोत, पण त्यांनी आपल्याला वाऱ्यावर सोडलेले नाही. ते अजूनही इथे आहेत, आपल्या सर्वांची काळजी घेत आहेत. त्यांचे आपल्यावर प्रेम आहे आणि ते आपल्यापासून फक्त मानसिक दुवा जोडण्याच्या अंतरावर आहेत! ■

प्रश्नोत्तरे

(श्री. जयंत देशपांडे)

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

प्र: परमात्म्याशी उत्तमरित्या जोडण्यासाठी त्याग आपल्याला अधिक बळ देते का?

उ: त्याग ही एक महान गोष्ट आहे. मला वाटतं एखाद्या मोठ्या कारणासाठी केलेला त्याग, इतरांसाठी केलेला त्याग हा आपल्याला परमात्म्याशी जोडतो. मला वाटतं कोणतेही स्वार्थरहित, उदात्त कार्य आपल्याला परमात्म्याशी जोडत असते.

प्र: देवतांचा अंश हा त्याच्या किंवा तिच्या ऊर्जेपेक्षा कसा वेगळा असतो?

उ: मी याचे उत्तर पूर्णपणे देऊ शकणार नाही कारण मला आणखी बरेच काही जाणून घ्यायचे आहे, बरेच काही अनुभवायचे आहे. मला जे काही समजते ते मी सांगण्याचा प्रयत्न करतो. अंश हा उर्जास्त्रोताचा एक भाग असतो. मी हे अशाच एका उदाहरणावरून समजावून सांगण्याचा प्रयत्न करतो. जरी ते परिपूर्ण उदाहरण नसले तरी ते हा मुद्दा समजून घेण्यात आपली मदत करू शकेल. उष्णता ऊर्जा आहे. आपण उष्णतेला अनुभवतो परंतु अग्नि हे उष्णतेचे स्त्रोत असते. त्याचप्रमाणे, जेव्हा दैवी व्यक्तिमत्त्वाचा अंश खाली आणला जातो, तेव्हा तिच्या किंवा त्याच्या स्त्रोताचा एक भाग आणला जातो. मला आठवतंय की येथे चिक्कगुब्बीच्या मारुतीच्या मंदिराचे उद्घाटन होत असतांना गुरुजी म्हणाले होते, "ऋषींनी इथे या मंदिरात मारुतीच्या केवळ ऊर्जाच नाही तर त्यांच्या अंशाची स्थापना केली आहे."

प्र: मला हे कसे कळेल की माझे इच्छास्वातंत्र्य मी दैवी इच्छेशी संरेखित करत आहे?

उ: मला हे समजले आहे की आपले इच्छास्वातंत्र्य दैवी इच्छेशी संरेखित करण्यासाठी, आपल्याला समर्पण करणे गरजेचे आहे. जेव्हा जीवनाला, जसे आहे तसे स्वीकारण्यास आपण सक्षम असतो, जेव्हा जीवनातील कोणत्याही परिस्थितीशी, कुठल्याही समस्येशी, कुठलीही कुरकुर किंवा कोणतीही तक्रार न करता आपण जुळवून घेतो, तेव्हा मला वाटते आपण असे म्हणू शकू की आपण स्वतःला दैवी इच्छेशी संरेखित केले आहे.

प्र: दैवी इच्छा ही कितपत आपल्या इच्छास्वातंत्र्याच्या विरुद्ध असते, म्हणजे दैवी इच्छा ही आपल्या इच्छास्वातंत्र्याकडे दुर्लक्ष करत असते का?

उ: माझ्या समजूतीनुसार परमेश्वरी इच्छा आपल्या वैयक्तिक इच्छास्वातंत्र्याविरुद्ध नसते. असे झाले तर इच्छास्वातंत्र्याला इच्छास्वातंत्र्य म्हणता येणार नाही. इच्छास्वातंत्र्य ही देवाची आपल्याला देणगी आहे आणि आपल्याजवळ ती नेहमी असणार आहे, अगदी आपण तिचे समर्पण केल्यानंतर सुद्धा. आणि ज्यांना समर्पण करणे शक्य होते त्यांना महात्मा म्हणता येईल कारण ते नेहमी त्या समर्पणभावातच जगतात. आध्यात्मिक जगाची हीच विलक्षणता आहे. संधी ही प्रत्येकासाठी उपलब्ध असते. आणि प्रत्येकाकडेच क्षमता असते. आध्यात्मिक जगात मार्गदर्शन असते, मदत असते, सर्व काही उपलब्ध असते.

प्र: आपल्या नियमित ध्यानादरम्यान आपल्यातील नकारात्मकता जाळली किंवा कमी का केली जात नाही?

उ: ध्यानात आपण आपली शरीरप्रणाली शांत करण्याचा प्रयत्न करत असतो. मग आपली जाणीव चैतन्याच्या उच्च स्तरावर जाते. आपल्याला मोठ्या प्रमाणावर ऊर्जा आणि विवेक प्राप्त होतो. ही दैवी अनुभूती, जरी पूर्ण अनुभूती नसली, तरी आंशिक अनुभूती सुद्धा आपल्याला सकारात्मकतेकडे, प्रकाशाकडे वाटचाल करण्यासाठी प्रवृत्त करते. आणि ध्यानादरम्यान ज्या ऊर्जा आपल्याला मिळतात त्या खरंच नकारात्मकता नष्ट करतात. परंतु जर आपण नकारात्मकतेला धरून ठेवायचे ठरवले तर आपल्याला काहीच मदत होणार नाही, कारण आपल्याला इच्छास्वातंत्र्य आहे. तर खरं हे आहे की ध्यान मदत करते, परंतु आपण जाणीवपूर्वक नकारात्मकता सोडली पाहिजे.

प्र: समर्पणाच्या स्थितीत राहणे, याचा खरोखर काय अर्थ होतो?

उ: मला वाटते याचा अर्थ आहे आपण प्रकाशाशी आणि आध्यात्मिक तत्त्वांशी संपूर्ण २४ तास सुसंवाद साधून राहणे. जर आपण समर्पणाच्या स्थितीत असलो, तर तसेच कर्म करू, तसेच वागू, तशाच गोष्टींची निवड करू, तसेच प्रेम स्पंदित करू, जसा परमेश्वर स्वतः करेल, जेव्हा तो आपल्या देहात जगत असेल. मग आपण असे म्हणू शकू की आपण पूर्णपणे परमेश्वराशी सुसंवाद साधून आहोत. मग आपण प्रकाशमय होऊ, देवच बनू. मला वाटते थोर महात्मे असेच जगतात. ■

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/-
आय्‌गुरूजी (Marathi)		100/-
ध्यान कसे करावे (Marathi)		50/-
ध्यानयोग (Marathi)		50/-
आत्म्याचे पृथ्वीवर अवतरण (Marathi)		50/-
शंबला तत्त्वांचा अभ्यास (Marathi)		50/-
एका आधुनिक ऋषीचे सूक्ष्मजगातील पराक्रम (Marathi)		50/-
प्रकाशमय जीवन (Marathi)		10/-
प्रकाश (Marathi)		10/-
उच्चस्तरीय संवाद आणि इतर सत्ये (Marathi)		100/-
गुरु–शिष्य संवाद (Marathi)		60/-
ध्यान कैसे करे (Hindi)		50/-
ध्यान-योग (Hindi)		50/-
प्रकाश (Hindi)		10/-
प्रकाशमय जीवन (Hindi)		10/-
प्रकाश की ओर (Hindi)		150/-
आत्मा का अवतरण (Hindi)		50/-

ही पुस्तके खालील ठिकाणी मिळतील:

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

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

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

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

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

गिरि ट्रेडिंग एजन्सी, नवी मुंबई (फोन:३२५२२४९१)

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

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

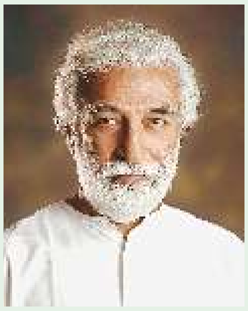
द वर्ड बुक शॉप, कँप (फोन: २६१३३११८, ३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)

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

यशवंत प्रकाशन, सदाशिव पेठ (फोन:२४४७०५३३)

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

Published: 21st of Every Month. RNI. No. **KARMAR/2008/27314** Regd. Postal Regn. No. **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

एके दिवशी पहाटे सुमारे ५:३० वाजता मी आंघोळीसाठी न्हाणीघरात गेले. तिथे अंधार होता. जेव्हा मी बाहेर आले तेव्हा एकाएकी प्रकाश लखलखला आणि संपूर्ण खोली प्रकाशमान झाली. मला वाटले की माझ्या मुलाने विजेचा दिवा लावला असावा, पण तो तर गाढ झोपलेला होता. तो प्रकाश साधारणपणे २० मिनीटं तेथे होता आणि नंतर एकाएकी अदृश्य झाला. सुरुवातीला मी गोंधळून गेले होते. मग माझ्या लक्षात आले आणि मी अति आनंदी झाले आणि प्रकाश अनुभवला. मी प्रकाशाचा आनंद घेतला. माझ्यासाठी ही महान अनुभूती होती.

– रत्नकला पाकला

मी सर्वकाही गुरुजींना, परमेश्वराला व ऋषींना समर्पित केले आहे, म्हणून जीवनात येणारी प्रत्येक परिस्थिती मी स्वीकारतो. मला वाटते की कोणीतरी माझे सतत मार्गदर्शन करीत आहे. गुरुजींनी व ऋषींनी मला ह्या मार्गात आणल्याचा मला आनंद आहे. ऋषित्वाच्या पातळीपर्यंत उन्नत व्हावे अशी माझी इच्छा आहे.

– प्रेम आनंद

ध्यानानंतर विश्रांती घेत असताना, मी घरच्या बागेत देवपूजेसाठी फुले आणण्यासाठी गेली आहे, असे मला दिसले. लाल गुलाबाची फुले तोडण्यासाठी हात वर केला तर सगळीकडे निळा प्रकाश दिसत होता. बाजूची मोगऱ्याची फुले, जास्वंदीचे झाड, सगळं दिसेनासं होऊन फक्त निळा प्रकाशच होता. मला आश्चर्य वाटले. समोरची बिल्डिंग सुद्धा दिसेनाशी झाली. सगळं प्रकाशमान झालं होतं!

– क्रांती ढमढेरे

२९ ऑगस्टला, ध्यान करताना माझे शरीर दगडासारखे घन झाल्यासारखे जाणवत होते आणि वरून खूप ऊर्जा माझ्या शरीरात शिरत होत्या. मी अजिबात हालचाल करू शकत नव्हतो आणि विचार देखील करू शकत नव्हतो, इतकी ऊर्जा माझ्या शरीरात प्रवाहित झाली होती. माझ्यासाठी हा खूप महान अनुभव होता, जो मी ३० मिनिटे अनुभवत होतो.

– कौस्तुभ वाईकर

जेव्हा मी काळजीत असते, मला एखादी समस्या भेडसावत असते, तेव्हा मी स्वतःला प्रकाशाने पूर्णपणे वेढून घेते. मला खात्री आहे की प्रकाश परमेश्वर आहे व प्रकाशच माझा तारणहार आहे. तोच माझे रक्षण करेल व मला समस्यांतून बाहेर पडण्यास माझी मदत करेल. जेथे इतर कोणीही माझी मदत करू शकणार नाही तेथे प्रकाश माझ्या मदतीला नेहमीच सज्ज असेल. गुरुजींची कृपा व सप्तऋषींचे आशीर्वाद नेहमीच माझ्यासोबत असतील. प्रकाशाच्या ह्या मार्गात असणे हा मला लाभलेला आशीर्वादच आहे – कृपाळू प्रकाश!

– गरिमा शर्मा

मला जाणवते आहे की जगात घडणाऱ्या विविध घटनांचा परिणाम माझ्यावर होतो आहे – वैश्विक महामारी, नैसर्गिक आपत्ती, राजकीय उलथा पालथ इत्यादी. पण मग मी प्रकाशाचा आश्रय घेते व स्वतःला आठवण करून देते की आपण युगपरिवर्तनाच्या काळातून पुढे जात आहोत, जो एक अवघड टप्पा आहे. मग मी स्वतःला शांत करू शकते.

– प्रियंवदा गोडसे

ध्यान करताना मला कधीकधी रिक्त वाटते तर कधी खूप विस्तारित झाल्यासारखे वाटते. एकदा मला वाटले की, मी खोली एवढी मोठी झाले आहे, पण मी जणू अस्तित्वातच नव्हते.

आता मी पूर्वीपेक्षा जास्त शांत झाले आहे आणि मला फारसं बोलावसं देखील वाटत नाही. ध्यानाव्यतिरिक्त इतर वेळी देखील माझ्यातील विचारांची संख्या कमी झाली आहे. आता पूर्वीपेक्षा जास्तवेळा 'मी प्रकाश आहे' ह्याची आठवण मी ठेवत असते.

– पंकजा कडवड

दिवसेंदिवस कोणत्याही परिस्थितीला माझ्याकडून दिला जाणारा प्रतिसाद अगदी सौम्य होत चालला आहे. माझ्या भोवताली घडणाऱ्या घटनांना मी ज्या पद्धतीने प्रतिसाद देते, त्यात झालेले छोटे छोटे बदल माझ्या निदर्शनास येत आहेत. काही वेळा तर माझ्याकडून प्रतिसादच दिला जात नाही.

– राजलक्ष्मी आर

माझ्या काही सवयी माझ्या सुस्तीत भर टाकत आहेत, ह्याची जाणीव माझ्याकडे डोळ्यात डोळे घालून एकटक पाहत आहे. मी त्या सवयींवर अगदी मिलीमीटर वेगाने काम करीत आहे. माझी अंतर्प्रज्ञा विकसित होत आहे पण रात्री उशिरापर्यंत काम करणाऱ्या व्यक्तिपासून दिवसा काम करणाऱ्या व्यक्तिमध्ये मी बदलू शकत नाहीये. मला वाटते की गुरुजी आपल्याला ह्याच बदलाबाबत सतत इशारा देत होते.

पूर्वी ज्या लोकांना मी प्रकाश प्रवहनाविषयी सांगितले होते तेच लोक आता पुन्हा माझ्याकडे येऊन मला प्रकाश प्रवहन शिकवण्याची विनंती करीत आहेत. त्यांच्या मनाचे दरवाजेही बऱ्याच प्रमाणात खुले झाले आहेत. नवीन अनुभवांसाठी स्वतःला तयार करण्याच्या दिशेने माझ्या प्रवासात प्रगती दिसून येते आहे.

– स्मिता शेट्टी

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