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 10 July 2021 Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद
(जुलै २०११ या अंकामधून, अनुवाद : जयंत देशपांडे)

ऋषी वरील जगातून नव्या ऊर्जा या पृथ्वीवर आणत आहेत आणि सर्वत्र पसरवत आहेत. या जगातील प्रकाश कार्यकर्ते सुद्धा नव्या ऊर्जा प्रवाहित करीत आहेत. आपल्याला शंबलाकडून, रा ब्रह्माकडून आणि फोटॉन बेल्टकडून ऊर्जा मिळत आहेत. कितीही शक्तीशाली असल्या तरी, आपल्याजवळ इच्छास्वातंत्र्य असल्यामुळे, या ऊर्जा आपल्यात परस्पर बदल घडवून आणू शकत नाहीत. आपण बदलावे यासाठी, या ऊर्जा संधी निर्माण करतात आणि आपल्याला संधी मिळवून देतात. आपण जर बदलण्याची निवड केली तर त्या आपल्या निश्चयाला बळकटी देतात.

या देशातील आणि जगातील इतर सर्व भागातील भ्रष्ट आणि जुलमी व्यवस्थेला दुरुस्त करण्यासाठी लोकांचा जो संघर्ष सुरू आहे, त्याचे कारण हेच आहे की, परिवर्तनाच्या ऊर्जांनी मिळवून दिलेल्या संधींचा उपयोग करून घेण्याची निवड लोकांनी केली आहे. सत्ताधारी मात्र बदलत नाहीत आणि बदलायला तयारही नाहीत. आता काय होईल? जनआंदोलनांचे काय होईल? लोकांच्या स्वप्नांचे आणि आकांक्षांचे काय होईल?

सामान्य परिस्थितींमध्ये जनआंदोलनाला पराभूत करण्यात आले असते आणि भ्रष्ट तानाशाही व्यवस्थेचे शासन सुरू राहिले असते. पण आता काळ बदलतो आहे. आपण प्रकाशयुगात पदार्पण करीत आहोत. पुढील काळातील घटना त्यांच्या परीने, भ्रष्टाचार, हिंसा आणि असत्यावर आधारित व्यवस्थांना नेस्तनाबूत करतील. बदल आता एक पर्याय राहिलेला नाही. बदल ही आपली नियती आहे.

आपल्याला जर सूक्ष्म जगात डोकावून बघता आले तर आपण पाहू शकू की बदल आधीच घडलेले आहेत. सूक्ष्म जगात घडलेले हे बदल या भौतिक जगात अवतरावे लागतील. थोड्या काळाचाच काय तो अवकाश आहे. जागतिक व वैयक्तिक अशा दोन्ही पातळ्यांवरील घटनांची ही वास्तविकता आहे.

भ्रष्टाचाराच्या विरुद्धची लढाई नाट्यमयता आणि दुर्दैवापासून मुक्त नाही. वैयक्तिक हेतू साध्य करण्यासाठी, आंदोलनाच्या स्पष्ट मार्गात घोळ उत्पन्न करण्यामुळे या लढाईला थोडी खीळ बसेल, पण परिवर्तनाच्या ऊर्जांनी दिलेली दिशा आता बदलता येणार नाही. प्रकाशगुरुंनी निवडलेले दैवी ध्येय आता बदलता येणार नाही. त्याचीच आम्हाला आशा आहे.

अर्ध वर्ष निघूनही गेलं! काळाचा वाढलेला वेग आता प्रत्येकाच्याच लक्षात येत आहे आणि प्रत्येकालाच त्याचे आश्चर्य वाटत आहे. काळाची ही तीव्र गती आपण कशी काय समजावून सांगणार! आपण तरी हे कसे समजू शकणार! ते शक्य नाहीये. पण ही वस्तुस्थिती आहे की, दिवसाच्या तासांचे संकोचन करण्यात आले आहे. काळाचे हे संकोचन आणखी पुष्कळ काळ सुरू राहील. ■

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

कोविड परिस्थितीच्या पार्श्वभूमीवर बंगलोर शहरातील केंद्रांमध्ये होणारे ध्यान वर्ग मार्च २०२१ पर्यंत रद्द करण्यात आले होते. ही वैश्विक महामारी अद्याप संपलेली नाही आणि परिस्थिती पूर्णपणे नियंत्रणात नाही हे लक्षात घेता पुढील सूचनांपर्यंत हे वर्ग रद्द राहतील. आम्ही परिस्थितीचे आकलन करत राहू आणि वर्ग पुन्हा केव्हा सुरू करायचे याचा निर्णय घेऊ.

तोपर्यंत 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.

तसेच, दर महिन्याचा तिसऱ्या रविवारी सकाळी ११ ते ११.३० पर्यंत प्रकाश प्रवहनाचे मार्गदर्शित ऑनलाईन सत्र आयोजित करण्यात येईल, जे सर्वांसाठी खुले असेल. खाली दिलेल्या लिंक्सद्वारे ह्या सत्रात सहभागी होता येईल:

https://www.lightagemasters.com/lc_live
https://www.facebook.com/lightchannels
https://youtube.com/RevolutionByLight

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.

२३ मे २०२१ रोजी गुरुजींची ८२वी जयंती साजरी करण्यात आली.

काही ठळक घडामोडी

- दर महिन्याचा तिसऱ्या रविवारी सकाळी ११ वाजता लाईव्ह वेबकास्टद्वारे प्रकाश प्रवहनाचे मार्गदर्शित ऑनलाईन सत्र आयोजित केले जात आहे. www.lightagemasters.com/lc_live वर कोणीही हे सत्र पाहू शकतात. या साठी लॉगिन करण्याची आवश्यकता नाही. पुढील सत्र १८ जुलै रोजी आयोजित करण्यात येईल. कृपया ही माहिती आपल्या कुटुंबातील सदस्यांसह व मित्रांसह सामायिक करावी.
- २३ मे २०२१ रोजी गुरुजींच्या जयंती समारंभादरम्यान "Guruji Speaks Vol–I" या पुस्तकाची ई–आवृत्ती प्रकाशित करण्यात आली. ■

१० जुलै पासून आषाढ महिन्याचा आरंभ होत आहे. ह्या महिन्यात आपल्याला प्रत्यक्ष परब्रह्मलोकातून अद्भुत आणि महान ऊर्जा मिळत असतात. आपण ह्या संपूर्ण महिन्यात जास्त ध्यान करून ऊर्जा ग्रहण करू शकतो. गुरु पौर्णिमेच्या दिवशी या ऊर्जा अधिकतम असतात. गुरु पौर्णिमा २४-७-२०२१ ला आहे. ह्या दिवशी जास्तीत जास्त ध्यान करण्याचा प्रयत्न करावा आणि रात्री झोपण्यापूर्वी अशी कल्पना करावी की प्रकाश वरून तुमच्यात प्रवेश करतो आहे आणि तुमच्या शरीरप्रणालीत पूर्णपणे भरतो आहे. ७ मिनिटे ह्याचा सराव करावा. असे केल्याने संपूर्ण रात्र आपल्याला ऊर्जा मिळतील.

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

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०२	शुक्रवार	कृष्णाष्टमी
०८	गुरुवार	शिवरात्री
०९	शुक्रवार	अमावास्या
१०	शनिवार	आषाढ मासारंभ
१६	शुक्रवार	दक्षिणायनारंभ
१७	शनिवार	शुक्लाष्टमी
१९	सोमवार	शुक्ल दशमी
२४	शनिवार	गुरू पौर्णिमा

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 ११ – शंबला गटाची बैठक, दुपारी २ वाजता वेबकास्टद्वारे

रविवार १८ – 'रा' गटाची बैठक, दुपारी २ वाजता वेबकास्टद्वारे

शनिवार २४ – गुरु पौर्णिमेनिमित्त विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत

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

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

संकलन : वैशाली जोशी, अनुवाद : वैशाली नितीन तरे

प्रकाश प्रवहनाने माझे मन चिंतामुक्त करून मला खूपच मदत केली आहे. माझी डोकेदुखी देखील कमी झाली आहे. मी धीरोदात्त होण्यास शिकत आहे पण त्याच्यासाठी आणखी काही काळ जावा लागेल. यामुळे मला अवांछित विचारांपासून मुक्त होण्यास मदत झाली आहे.

मी गेल्या एका महिन्यापासून वेदनेमधून जात आहे. औषधाचाही काही उपयोग झाला नाही. पण मी प्रकाश प्रवहन करण्यास सुरुवात केल्यापासून वेदना कमी झाल्या आहेत. पूर्वी मला दुखण्यामुळे व्यवस्थित झोप येत नसे, परंतु आता मी शांतपणे झोपू शकते आहे. आमचा प्रकाश प्रवहनाशी परिचय करून दिल्याबद्दल मी शाळेचे आभार मानते.

– अपूर्वा साक्षी, इयत्ता दहावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, चेन्नई

प्रकाश प्रवहन हा एक सुंदर अनुभव होता जो शब्दांमधे व्यक्त करता येत नाही. मला दिव्यत्व जाणवले. भारावून टाकणारी शांतता होती.

– श्वेता अय्यर, इयत्ता दहावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, चेन्नई

प्रकाश प्रवहनाचा सराव सुरू केल्यानंतर माझे आयुष्य पूर्णपणे बदलले आहे. मी खूप अहंकारी आणि अतिशय शीघ्रकोपी होते पण आता जेव्हाकधी मी चिडते किंवा रागावते, तेव्हा मी प्रकाश प्रवहनाचा सराव करते आणि शांत होते. मी भावनाप्रधान व्यक्ती आहे आणि मी खूप लवकर दुखावलीही जाते. पण आता मी सशक्त होते आहे व मला कशाचीही भीती वाटत नाही. मी भाग्यवान आहे की मला प्रकाश प्रवहनाबद्दल शिकण्याची संधी मिळाली.

– काजल भंडारी, इयत्ता दहावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, चेन्नई

प्रकाश प्रवहनामुळे माझ्यामध्ये शांतता निर्माण होण्यास मदत झाली आहे. मला शांततेची ताकद समजली आहे. ती व्याख्याने, बोलणे, सल्ले देणे, भाषणे आणि प्रवचने यांच्यापेक्षा अमर्यादितपणे मोठी आहे. यामुळे मी स्वत:ला अधिक चांगले समजून घेतले आहे. मी अकल्पनीय हर्ष आणि अवर्णनीय आनंद अनुभवला आहे.

– वेदालक्ष्मी एस., इयत्ता दहावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, चेन्नई

प्रकाश प्रवहन आनंददायी तसेच आरामदायी आहे. मला वाटते की मी दैवी प्रकाशाने वेढलेली आहे. मी गेल्या काही दिवसांपासून प्रकाश प्रवहनाचा सराव करीत आहे आणि मला खूप शांत आणि निश्चिंत वाटत आहे. ह्यामुळे मला चांगले व सकारात्मक वाटते की मी आपल्या धरती मातेसाठी थोडेसे काहीतरी करीत आहे. मी याचा सराव चालू ठेवणार आहे आणि चांगली व्यक्ती बनण्याचा प्रयत्न करणार आहे.

– रोमा बैद, इयत्ता दहावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, चेन्नई

मी दररोज सकाळी उठल्यावर व रात्री झोपण्यापूर्वी प्रकाश प्रवहनाचा सराव करीत आहे. मी शीघ्रकोपी आहे आणि जर कोणाशी लहानसे भांडण झाले किंवा जर कोणी मला चिडवले, तर मी लगेच हिंसक व्हायचे. परंतु आता मी माफी मागते व विनम्रपणे त्यांना सांगते की मला चिडवू नका.

– सोफिया सी., इयत्ता दहावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, चेन्नई

प्रकाश प्रवहन करताना मला वाटले की मी वजनरहित झालो आहे आणि प्रवहन केल्यानंतर मी खूप शांत व आनंदी झालो.

– अजित कुमार, इयत्ता दहावी, सिटिझन्स उच्च माध्यमिक शाळा, पिलाना गार्डन्स, बंगलोर

आम्ही आमच्या शाळेत दिवसातून दोन वेळा ७ मिनिटांसाठी प्रकाश प्रवहनाचा सराव करीत आहोत. एक दिवस मी माझ्या वडिलांबरोबर खूप दूरवर चालत गेलो. त्या दिवशी रात्री मला खूपच थकल्यासारखे वाटत होते आणि माझे पायही दुखत होते. माझ्या आईने मला देवाला प्रार्थना करायला सांगितले जेणेकरून मला चांगली झोप लागली असती. मला प्रकाश प्रवहनाबद्दल आठवले आणि मी दहा मिनिटांसाठी याचा सराव केला. नंतर मी छान झोपलो.

– शिवराज, इयत्ता दहावी, सेंट रोहिथ उच्च माध्यमिक शाळा, बंगलोर

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

ऑगस्ट २००६

एका व्यक्तीने मला एक असाधारण पत्र लिहिले. त्याला खूप समस्या आहेत. तो शारीरिकदृष्ट्या अपंग आहे आणि त्याला सर्व प्रकारचे आजार आहेत. पत्राच्या शेवटी त्याने लिहिले, “मी तुमच्याकडे यापैकी कुठलाही रोग बरा करा अशी मागणी करत नाही. मला या रोगांपासून आराम द्या असे देखील मी तुम्हाला मागत नाही. मला फक्त हे जाणून घ्यायचे आहे की मला इतक्या यातना का भोगाव्या लागत आहेत. मला माझा भूतकाळ जाणून घ्यायचा आहे.” मी इथे दोन मुद्दे सांगू इच्छितो. एक – ह्या व्यक्तीकडे पहा – तो आजारांपासून सुटका करा अशी मागणी करत नाही आहे – त्याला फक्त हे जाणून घ्यायचे आहे की तो इतका पीडित का आहे. तो म्हणतो, “तुमची कृपा पुरेशी आहे.” केव्हढी श्रद्धा आहे पहा. तो म्हणतो, असे का आहे हे त्याला जाणून घ्यायचे आहे. साधारणत: लोकं त्यांच्या भविष्याविषयी विचारतात. दहा वर्षानंतर काय घडणार हे त्यांना जाणून घ्यायचे असते; माझ्या मुलीला MBBS मधे सीट मिळणार का? इत्यादी. लोकांना साहजिकच भविष्य जाणून घेण्यासाठी उत्सुकता असते. पण लोकं भूतकाळाबद्दल विचारतात. का? मला बऱ्याच प्रसंगात हे आढळते. मग ऋषींनी मला सांगितले – जेव्हा मी मुद्द्यांची नोंद करत होतो तेव्हा – की ह्याने हे सूचित होते की आपण नवयुगाच्या दिशेने पुढे सरकत आहोत. आपण प्रश्न विचारण्यास सुरुवात करतो, “मी इथे का आहे?” मग आपल्या लक्षात येते की आपण इथे फक्त अनुभूती घेण्यासाठी आलो आहोत. आपण इथे पाहुणे आहोत. मग लोकं परत जाण्यासाठी खूप प्रामाणिकपणे प्रयत्न करतात. मी याबद्दल खूप आनंदी आहे. मी ही प्रक्रिया, अशा प्रकारच्या आध्यात्मिक चळवळी ३० वर्षांपेक्षा जास्त काळ पाहात आहे आणि त्यांचे निरीक्षण करत आहे. मला मोठे बदल झालेले दिसत आहेत. मी माझ्या स्वत:च्या अनुभवावरून विश्वास ठेवू शकतो की आपण सत्य युगात प्रवेश करत आहोत. मी ह्यापेक्षा जास्त स्पष्टीकरण देऊ शकत नाही.

कृपया ह्याबद्दल विचार करा आणि चिंतन करा. ध्यान करताना, कधीकधी, आपण अनुलंब काळात (व्हर्टिकल टाईम) प्रवेश करतो; तेव्हा आपण लीनियर वेळेची म्हणजे ह्या पातळीवरील वेळेची जाणीव गमावतो. असे झाले की अचानक आपल्याला नवीन गोष्टींची जाणीव होते. आणि जेव्हा आपली जाणीव ह्या पातळीवर परत येते, तेव्हा आपण त्या गोष्टींचा संबंध येथील जीवनाशी जोडण्याचा प्रयत्न करतो, पण आपल्याला ते करता येत नाही. मग आपल्याला वाटते की हा एक विचित्र अनुभव आहे. आपल्याला आलेले सर्व अवर्णनीय अनुभव हे फक्त दिवास्वप्न किंवा आपल्या कल्पना आहेत असा निष्कर्ष काढू नका. नाही; ज्या सर्व गोष्टींचे आपण स्पष्टीकरण देऊ शकत नाही त्या गोष्टी सुद्धा वास्तवे आहेत. आपण ह्या चौकटीत राहून आणि तर्कशक्तीने हे समजू शकत नाही. पण ती वास्तवे आहेत. कधीतरी आपल्याला ती समजतील आणि कधीतरी आपण जाणीवपूर्वक त्या क्षेत्रांमध्ये प्रवेश करू आणि जाणीवपूर्वक नवीन विश्वे जाणून घ्यायचा प्रयत्न करू. मला वाटते की असे साहस करण्याची वेळ आता आली आहे आणि आम्ही त्यांना समजून घेण्याचा आणि त्यांना कसे हाताळावे हे जाणून घेण्याचा प्रयत्न करत आहोत. जेव्हा आमच्याकडे ह्याची माहिती असेल, तेव्हा आम्ही ती तुमच्यासोबत सामायिक करू.

मी हे पुन्हा सांगत आहे, “साधना ही फक्त आपल्या समस्या सोडवण्यासाठी नसते.” आपल्याला ते माहीत आहे. पण समस्या खऱ्या असतात. आपल्याला त्यांना तोंड द्यावे लागते. पण जेव्हा आपण आपल्या साधनेचे लक्ष स्वत:च्या परिवर्तनाकडे आणि त्यासारख्या ध्येयांकडे वळवतो, तेव्हा आपल्या सर्व समस्या सुटतात. मी एका व्यक्तीशी बोलत होतो जी माझ्याशी सहमत नव्हती आणि मला समजू शकत नव्हती. ती एक पत्रकार होती. मी तिला सांगितले, “तू ध्यान करणे सुरू कर, मग तुझ्या बाबतीत सर्व काही चांगले घडेल.” तिने विचारले, “ह्या हत्या थांबतील का?” मी तिला सांगितले, “अंतत:, होय थांबतील.” मुद्दा हा आहे की आपण उच्च ध्येयांवर आपले लक्ष केंद्रित करूया, मग इतर सर्व गोष्टींची काळजी घेतली जाईल. आपण नेहमी हे लक्षात ठेवले पाहिजे की आपल्या पाठीशी खूप अनुकंपा आणि प्रेम असलेली एक महान शक्ती, एक थोर प्रज्ञा आहे. ती म्हणजे खुद्द परमेश्वर आणि ऋषी आहेत. आपण परमेश्वर आणि ऋषींमध्ये फरक करू शकत नाही. जेव्हाजेव्हा मी ऋषींबद्दल बोलतो, तेव्हा जणू मी खुद्द परमेश्वराबद्दलच बोलत असतो. तर आपल्याला अशा गोष्टींची जाणीव आहे म्हणून आपण आपले लक्ष अशा उच्च गोष्टींवर केंद्रित करूया, आपण स्वत:मध्ये परिवर्तन घडवून आणूया. मग आपल्या सभोवतालची प्रत्येक गोष्ट परिवर्तित होईल; आपल्या सर्व समस्या सुटतील.

कधीकधी, आपण पुस्तकांतून तंत्रे निवडतो आणि त्यांचा सराव करतो. उत्सुकतेपोटी आपण असे करतो. जेव्हा मी म्हणतो, “असे करू नका”, तेव्हा नेमकं तेच करून पाहाण्याची प्रवृत्ती असते. ही नैसर्गिक मानवी प्रवृत्ती आहे. बहुतेक वेळा, आपल्याला कोणत्याही समस्या येत नाहीत. समस्या येण्यामागचे एक कारण असे आहे की, जर तुम्ही एखादे तंत्र निवडले, आणि त्याचा भरपूर सराव केला, तर तुम्हाला समस्या येतात. कोणत्याही तंत्राचा, जेव्हा आपण जास्त सराव करत नाही, तेव्हा आपण सुरक्षित भागात, सुरक्षित क्षेत्रात असतो. कधीकधी, जर आपण कमी प्रमाणात सराव केला, तरी त्याने नुकसान होते. ह्याचे एक महत्त्वाचे कारण हे आहे की – पुस्तकांमध्ये छापलेली सर्व तंत्रे, पद्धती नेहमीच देवासाठी कार्य करणाऱ्या गटांकडून आलेली नसतात. म्हणजे काळ्या शक्ती देखील आहेत. त्या पण खूप हुशार आहेत. त्या सूक्ष्म पद्धतीने काम करतात. त्या अनेक गोष्टींबद्दल खूप छानपणे सांगतात आणि तंत्रे देखील देतात, जी कधीकधी आपले नुकसान करतात. तुम्हाला वाटेल की तंत्र कशा प्रकारे नुकसान करते. आपण ध्यान करून मोठ्या कष्टाने थोडीफार ऊर्जा गोळा करतो, ती ऊर्जा नष्ट होते. आपल्याकडे कवच आहे, जे आपण ऋषींच्या मदतीने स्वत: निर्माण केले आहे. ह्या कवचाला छिद्र पडतात, आपले नुकसान होते. मग आपल्याला पुन्हा पहिल्यापासून सुरुवात करावी लागते. त्यासाठी ऋषींना आपल्यावर खूप काम करावे लागते. म्हणून आपण त्यांना हा त्रास होणार नाही हे पाहूया.

गेल्या आठवड्यात मला खूप ध्यान करण्याची इच्छा होती. मला माहीत आहे की इथे दहा दिवस देवीच्या ऊर्जा उपलब्ध आहेत आणि मला खूप ऊर्जा आत्मसात करायच्या होत्या. पण, मी फक्त दहा मिनिटे ध्यान करू शकलो. आणि ह्या दहा मिनिटात मला बऱ्याच गोष्टी सांगण्यात आल्या. मग माझ्या लक्षात आले की, आपल्या ध्यानाच्या कालावधीमुळे नाही, ध्यान करण्यासाठीच्या आपल्या प्रयत्नांमुळे देखील नाही, तर हे नेहमी कृपेमुळे घडते. ऋषींची जर बोलण्याची इच्छा असेल, तर ते नेहमीच बोलतील, मग तुमचा त्यांच्याशी संपर्क असो किंवा नसो.

हे अगदी स्पष्ट आहे की आपण एका नवीन युगात, सत्य युगात प्रवेश करत आहोत. ‘नवयुग’ ह्या शब्दाचा खूप गैरवापर केला जातो. कधीकधी, ह्या शब्दाशी बरीच विकृती जोडली जाते. जगात अनेक नवयुगीय गट आहेत. आपण त्यांचा अभ्यास केला पाहिजे आणि त्यांना समजून घेतले पाहिजे. खेदजनक गोष्ट अशी आहे की जेव्हाकेव्हा आपण हा शब्द वापरतो, तेव्हा लोकांना त्याबद्दल फार चांगले वाटत नाही. ह्याचे खूप वाईट वाटते.

जेव्हाकेव्हा आम्ही ‘सत्य युग’ हे शब्द वापरतो, तेव्हा मी लोकांना असे बोलताना ऐकले आहे की ही एक हिंदू संकल्पना, एक हिंदू मान्यता आहे. नवयुग, सुवर्ण युगाचे सत्य स्पष्टपणे सांगण्यासाठी, आणि त्याचे वर्णन करण्यासाठी हे शब्द उपयुक्त नाहीत, किंवा पुरेसे नाहीत. ■

श्री जयंत देशपांडे यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

२३-०५-२०२१

गुरुजींचे जीवन हे बहुधा कोणत्याही आध्यात्मिक साधकासाठी सर्वोत्तम उदाहरण किंवा उत्तम मार्गदर्शक प्रकाश आहे. आपल्याला हे माहीत आहे की त्यांच्या आयुष्याच्या सुरुवातीलाच त्यांना प्रतिकूल परिस्थितींचा सामना करावा लागला होता, परंतु त्याविषयी त्यांच्यात कधीच कडवटपणा आला नाही. त्यांनी "डोअरवेज टु लाईट" मध्ये नमूद केले आहे की या प्रतिकूलतेमुळे त्यांना त्यांचे आंतरिक जीवन समृद्ध बनवण्यात मदत झाली. इथे या मार्गात आपल्याला हे कळलं आहे की प्रतिकूल परिस्थिती ही आपल्या जागृतीसाठी संधी असते, जर आपण तिचा योग्य उपयोग केला आणि परिस्थितीबद्दल कुरकुर किंवा तक्रार करत बसून संधी वाया घालवली नाही तरच! गुरुजींनी कधीच कुरकुर केली नाही वा कशाबद्दल तक्रार केली नाही आणि लोकांबद्दल मनात कधीही कटुता ठेवली नाही.

त्यांनी त्यांचे आंतरिक जीवन समृद्ध बनवण्यासाठी मोठ्या प्रमाणावर इंग्लिश आणि कन्नड साहित्याचे वाचन केले. त्यांनी बरेच लेखन सुद्धा केले. त्यांनी बऱ्याच कादंबऱ्या आणि लघुकथा लिहिल्या. त्यांनी चित्र रंगवण्यात देखील वेळ घालवला. दुर्दैवाने त्यांनी लिहिलेल्या कादंबऱ्या आणि त्यांनी रंगवलेली चित्रे आपल्याकडे उपलब्ध नाहीत. पण आपल्याकडे ते साहित्य उपलब्ध आहे जे महर्षी अमरांना भेटल्यानंतर त्यांनी लिहिले आहे. आपल्याजवळ "डोअर वेज टु लाईट" आहे, आणि त्यांनी लिहिलेली इतर अनेक पुस्तके आहेत. ही पुस्तकं केवळ आपल्यासाठीच नाही तर संपूर्ण मानवतेसाठी एक खजिना आहे.

गुरुजी आम्हाला सांगायचे की त्यांचे जीवन विश्वामित्र महर्षी यांनी आखले होते. त्यांचे आयुष्य असे का आहे, असा प्रश्न त्यांनी एकदाही विचारला नाही. जे काही ऋषींनी त्यांच्यासाठी योजिले, त्याबद्दल एकही प्रश्न न विचारता त्यांनी ते स्विकारले. ऋषींवरील त्यांचा विश्वास अढळ होता आणि ऋषींप्रती त्यांचे समर्पण पूर्ण होते.

जेव्हा लोक त्यांना विचारत, "काही महान आध्यात्मिक गुरु हे गरीब कुटुंबातच जन्म का घेतात, व त्यांना खूप त्रास आणि अपमान सहन करावा लागतो. अशा प्रकारचे आयुष्य ते का निवडतात?" त्यावर ते असे सांगायचे की त्याने सतत देवाची आठवण ठेवण्यात मदत होते. त्यांना नेहमीच देवाशी जोडलेले राहण्यास मदत होते. आव्हानांनी आणि संघर्षांनी भरलेले गुरुजींचे असे जीवन विश्वामित्र महर्षींनी योजिले होते. आणि नक्कीच विश्वामित्र महर्षींनी गुरुजींसाठी असे जीवन निवडण्यामागे काही कारणं असावीत.

मला वाटते की, विश्वामित्र महर्षींनी गुरुजींकरिता आयुष्याचा कठीण मार्ग निवडला असला तरी इतक्या कष्टांची अपेक्षा त्यांनी केली नसावी. काही त्रास हा कदाचित अपरिहार्य असेल आणि काही कदाचित टाळता आला नसेल. आता मला असे वाटते. असे लोक होते ज्यांनी कदाचित गुरुजींना त्रास देण्याचे ठरवले. त्यांना तसं करण्याची गरज नव्हती. ते गुरुजींची मदतही करू शकले असते. आपल्याला माहीत आहे की जीवन हा अगणित शक्यतांचा प्रवास असतो. लोकांनी त्यांना त्रास देण्याचे ठरवल्यामुळे, त्यांच्या जीवनात त्यांना, जे आधीच आव्हानात्मक योजण्यात आले होते, अतिरिक्त समस्या आणि संकटांना तोंड द्यावे लागले. हा एक भाग आहे.

मला असे वाटते की सर्वसाधारणपणे कोणत्याही महात्म्याचे जीवन हे आव्हानांनी भरलेले असते. कारण ते चेतनेत बदल, प्रचंड बदल घडवून आणण्याचा प्रयत्न करत असतात. ते अज्ञानाचा अंधकार दूर करण्याचा प्रयत्न करतात, जो समाजात इतका व्यापलेला असतो, की लोकांना नवीन आणि क्रांतिकारक कल्पना स्वीकारणे अवघड जाते. आणि लोकांसाठी त्या स्वीकारणे कठीण झाल्यामुळे ते स्वतःच अडथळा बनतात. महान गुरु जे बदल घडवून आणण्याचा प्रयत्न करीत आहेत, ते लोकांमध्ये प्रकट व्हायला हवे. चेतनेमध्ये बदल म्हणजे आणखी काय? चेतनेतील बदल लोकांमधून व्यक्त झाला पाहिजे. त्यांच्या वागण्यात, त्यांच्या जगण्यात तो आढळला पाहिजे. कधीकधी चांगले लोक, कदाचित नकळत, अजाणतेपणी अडथळा बनतात. म्हणून कार्य हे अवघड होऊन जाते. कधी कधी गुरुजी विनोदाने म्हणायचे, "माझ्यासाठी तुम्ही माझी परीक्षा आहात."

महान गुरु येशू खिस्त किंवा संत एकनाथ यांच्या जीवनाचा विचार करा. त्यांचे जीवन किती कठीण होते! गुरुजी म्हणत की महान गुरु कठीण जीवन निवडतात कारण त्यामुळे त्यांना देवाशी जोडलेले राहण्यास मदत होते.

आपल्याला माहीत आहे की गुरुजींना, कित्येक महिने झोपडीत राहावे लागले होते. झोपडीचे छप्पर गवताने शाकारले होते. एकदा पहडून ते आराम करत होते. त्यांनी आम्हाला सांगितले की, त्यांनी जेव्हा वर छताकडे पाहिले तेव्हा तिथे त्यांना एक साप सरपटतांना दिसला. मानवी पातळीवर असा प्रसंग भयावह आणि मनोबल खच्ची करणारा असतो! जरी गुरुजी नेहमीच ऋषींसोबत जोडलेले होते आणि ऋषी अंतःप्रेरणेने त्यांना नेहमीच मार्गदर्शन करत असले तरी, मला असे वाटते की महान गुरुंना देखील भिन्न जीवन निवडण्याची मोकळीक असते. त्यांच्याकडे सुद्धा जगाकडे परत जाण्याचे इच्छास्वातंत्र्य असते, खास करून जेव्हा परिस्थिती विकोपाला जात असते. पण अर्थातच गुरुजींसारखे महात्मा नेहमीच योग्य निवड करतात. ते जन्मजात महात्मा असतात.

गुरुजींनी नेहमीच ऋषींच्या कार्याची निवड केली. आणि त्यांचे आभार की त्यांच्यामुळे आज आपण या मार्गात आहोत, ऋषींच्या मार्गात आहोत. त्यांना अभिवादन की, आपल्याला अशा महान खजिन्यात प्रवेश आहे, ज्यात ज्ञान, ऋषींची प्रज्ञा आणि ऋषींनी प्रदान केलेल्या ऊर्जा आहेत. त्यांचे आभार की आपल्याकडे एक व्यवस्था आहे, एक भक्कम व्यासपीठ आहे, ज्यावरून आपण ध्यान शिकवणे चालू ठेवू शकतो. जर गुरुजींनी आपल्यासाठी हे केले नसते तर मला नाही वाटत की हे सर्व शक्य झाले असते.

त्यांच्या जगण्यातून त्यांनी आपल्याला ऋषींच्या कार्यासाठी वचनबद्धतेची शिकवण दिली. त्यांनी आपल्याला चिकाटी, श्रद्धा आणि बिनशर्त प्रेम शिकवले. ते खूप व्यावहारिक पण होते. भगवंताने कृपावर्षाव केला आणि गुरुजींना काही सुखसोयी दिल्या व त्यांची राहण्याची परिस्थिती सुधारली. ते आम्हाला सांगायचे, "मी आता चांगल्या परिस्थितीत जगत आहे, मला परत आता झोपडीत राहावे लागले तर ते खरंच खूप अवघड जाईल." अर्थात तशी परिस्थिती उद्भवली असती तर त्यांनी आनंदाने पुन्हा तिचा स्वीकार केला असता.

ते म्हणत असत, "आपण मानव आहोत; आपण हे मनुष्यपण जिवंत ठेवायला हवे. पहिले मानव मग दैवी." माझ्या समजूतीप्रमाणे आपण असे ही म्हणू शकतो की माणूस असणं म्हणजेच देव असणं होय.

(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 राहणाऱ्या 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 राहणाऱ्या 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 : सुनिता देशपांडे

(पृष्ठ ५ वरून पुढे)

ते ज्ञानाचा सागर होते. त्यांना बरेच काही माहीत होते. त्यांचे वाचन प्रचंड होते; त्यांनी कितीतरी चित्रपट, माहितीपट पाहिले होते. विविध विषयांचे त्यांना ज्ञान होते. त्यांच्याशी बोलणे म्हणजे देवाशी बोलण्यासारखे होते. त्यांच्याशी कोणताही आडपडदा न राखता आपण आपले मन मोकळे करू शकत होतो. साक्षात परमेश्वराशी ते बोलत असत. आपल्यासोबत जसे ते बोलायचे, तसेच सहजपणे ते ऋषींशी पण संवाद साधत असत. ते बाळगत असलेले, स्पंदित करत असलेले दैवीप्रेम होते, ज्यामुळे हे सर्व शक्य झाले असावे.

आपल्याला बऱ्याच वेळा ते सांगायचे की ऋषींशी संपर्क साधण्यासाठी तंत्राची आवश्यकता नाही. जेव्हा आपण खूप प्रेमाने त्यांच्याशी बोलतो, जेव्हा आपण त्यांच्याशी प्रेमाने संपर्क साधण्याचा प्रयत्न करतो, तेव्हा ते नक्की प्रतिसाद देतात. हेच कारण असावे की प्राण्यांशी आणि निर्जीव वस्तूंशी ते संवाद साधू शकत होते. मला आठवते जेव्हाही नवी कार आम्ही घ्यायचो तेव्हा त्यांचे आशीर्वाद मिळावे म्हणून ती कार आपण त्यांच्याकडे न्यायचो. आपण नव्या वाहनला ऊर्जा अर्पण करायचो आणि गुरुजींना विनंती करायचो की त्यांनी कारला ऊर्जेने भारित करावे. अशा प्रत्येक प्रसंगी गुरुजी त्या वाहनाशी संवाद साधत असत आणि आपल्याला सांगत असत की ते वाहन इथे येऊन खूप खूश आहे. आणि ते म्हणायचे, "माझ्यात विशेष असे काहीच नाही, हे तुम्ही पण करू शकता." आपल्याला हे माहीत आहे की ती त्यांच्यातली विनम्रता होती. या अशा पातळ्यांवर पोहोचण्यासाठी आपल्याजवळ खूप प्रेम असणे आवश्यक आहे आणि आपली साधना अशा पातळीवर नेण्याकरिता आपल्याला खूप प्रयत्न करावे लागतील. तीच आपली साधना आहे.

त्यांनी सांगितले होते की आपले निर्णय पुढे ढकलण्याकरिता आता वेळ उरलेला नाही. आपल्या निवडी पुढे ढकलण्यासाठी आता वेळ उरला नाही. आपल्याला आता निवड ही करावीच लागेल. आपल्याला एकतर प्रकाशाची निवड करावी लागेल किंवा नाही करावी लागेल. आपण कदाचित पूर्णपणे बदलू शकणार नाही. काही हरकत नाही. आपल्याला गुरुजींनी किती सुंदरपणे सांगितले आहे, आपल्याला एकाएकी ऋषी बनण्याची आवश्यकता नाही. तसे आपल्याकडून अपेक्षित पण नाही. आपल्याला फक्त बदलायचे ठरवायचे आहे. आपल्याला फक्त प्रकाशाची निवड करायची आहे इतकेच. बदल ही एक प्रक्रिया आहे. त्यासाठी वेळ लागतो. त्याला कितीही वेळ लागला तरी चालेल पण आपल्याला निवड मात्र आताच करावी लागेल. मला वाटते जेव्हा आपण निवड करू, तेव्हा हा प्रलयाचा कठीण काळ संपुष्टात येईल. जेव्हा मोठ्या प्रमाणावर लोकं प्रकाशाशी संलग्न राहण्याचे ठरवतील तेव्हा प्रलयाचा हा कठीण काळ संपुष्टात येईल. मग प्रेम व शांतीच्या सुवर्णकाळाच्या निर्माणाचा टप्पा सुरू होईल. आता आपला बराच काळ आणि ऊर्जा ही आपल्या आतील आणि बाहेरील नकारात्मकतेशी झगडण्यात वाया जात आहे. एकदा का आपण निवड केली की हा झगडा थांबून जाईल. मग आपल्या आतील कुतरओढ थांबेल आणि आपल्या बाहेरील झगडा पण थांबेल. मग नवे युग सुरू होईल. मग नव्या युगाची उभारणी सुरू होईल. आपल्या आत आणि बाहेर नवीन युग उभारण्याच्या एका सुंदर प्रक्रियेची सुरुवात होईल. मी आशा करतो की लवकरच आपण त्या टप्प्यावर पोहोचू.

आज ज्या लोकांनी हीलिंग ग्रुपसाठी आपली नावं दिली आहेत, ज्यांनी हीलिंग ग्रुपमध्ये कायम राहण्यासाठी आणि प्रकाश प्रवहनाच्या कार्यामध्ये कायम राहण्यासाठी नावं दिली आहेत, त्यांना आज दीक्षित करण्यात येईल. दोन्ही गटांना दीक्षित केले जाईल. आपण गुरुजींना प्रार्थना करुयात आणि त्यांचे आशीर्वाद मिळवूयात. ते आपल्याला या गटांमध्ये कामासाठी दीक्षित करतील.

हीलिंग हे समंजसपणाने करायला हवे. सर्वांनाच हील करावे अशी आपली इच्छा असते, पण आपण त्याबद्दल फार व्यावहारिक असायला पाहिजे. हीलिंग हे खूप उदात्त आणि गंभीर स्वरूपाचे कार्य आहे. ज्याला आपण उपचारक किंवा हीलिंग ऊर्जा पाठवत असतो, त्याच्या कर्मांचा थोडा भाग आपल्याला स्वीकारावा लागतो. ध्यान करून आपण या कर्मांपासून मुक्त होतो पण आपल्या क्षमता सीमित आहेत. याबद्दल आपण खूप व्यावहारिक राहायला हवे. जगातील सर्वांना आपण हील करू शकत नाही. ते शक्य नाही. त्यापेक्षा आपण प्रकाशाचे प्रवहन करू शकतो. जेव्हा आपण प्रकाश प्रवाहित करतो, त्या प्रकाशात हीलिंग ऊर्जा असतात. त्या लोकांपर्यंत पोहोचतात. ■

प्रश्नोत्तरे

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

प्र: आपण नकारात्मक लोकांपासून अंतर राखले पाहिजे का?

उ: सर्वप्रथम आपण ठामपणे असे कसे काय म्हणू शकतो की एखादी व्यक्ती नकारात्मक आहे? ते जर शक्य असेल तर आपण अंतर राखू शकतो. पण कधीकधी असे अंतर राखणे शक्य नसते. प्रत्येक वेळी व्यावहारिकदृष्ट्या ते शक्य नाही. अर्थात आपण गुरुजींकडून ऐकल्याप्रमाणे आपण प्रकाश धारण करू शकतो, स्वत:ला प्रकाशाशी जोडू शकतो आणि मग त्या व्यक्तीशी संवाद साधू शकतो, आणि त्याच्या किंवा तिच्यातील सकारात्मक बाजूशी संबंध जोडण्याचा प्रयत्न करू शकतो. प्रत्येक व्यक्तीमध्ये सकारात्मकता आणि नकारात्मकता दोन्ही काही प्रमाणात असतातच. प्रत्येकजण काही पूर्णपणे नकारात्मक नसतो. प्रत्येकात देवत्व हे असतेच. आपण स्वत:ला त्यांच्यातील त्या भागाशी जोडू शकतो. अंतर राखणे ठीक आहे पण त्यांच्याबद्दल तीव्र तिरस्कार किंवा घृणा असणे आपल्याला मदत करत नाही. जर आपण प्रेम बाळगू शकलो, तर हे प्रेम कसेही करून आपल्याला त्या व्यक्तीमधील देवत्वाशी जोडेल आणि मग कुठल्याही प्रकारची समस्या येणार नाही.

प्र: जर आपण नकारात्मकतेने भरलेल्या ठिकाणी गेलो तर त्याचा आपल्यावर परिणाम होऊ शकतो का?

उ: ते आपल्यावर अवलंबून असते. साधारणपणे नकारात्मकतेने भरलेल्या ठिकाणी आपण जाणार नाही. पण, जर काही कारणास्तव आपण अशा ठिकाणी गेलो, तर आपल्यावर त्याचा परिणाम होईलच असे जरूरी नाही. आपण आध्यात्मिकदृष्ट्या सशक्त असले पाहिजे. आपण जर सशक्त असलो, तर आपल्यावर परिणाम होणार नाही. आपण जर दृढपणे आपल्या ध्येयाशी संलग्न असलो, तर आपण फक्त अशाच ठिकाणी ओढले जातो, जी ठिकाणे ध्येयापर्यंत पोहोचण्याच्या आपल्या प्रवासात आपली मदत करतात. असे आपोआप घडते. जर आध्यात्मिकदृष्ट्या प्रगती करणे हे आपले ध्येय असेल, तर साहजिकच आपण सकारात्मक ठिकाणांकडे, सकारात्मक लोकांकडे खेचले जाऊ. कदाचित आपली परीक्षा घेण्यासाठी, आपल्याला अशा परिस्थितीत टाकण्यात येऊ शकते, जेव्हा आपल्याला अशा ठिकाणी जावे लागते, जिथे ही व्यक्ती म्हणते आहे त्याप्रमाणे, पूर्णत: नकारात्मकता आहे. पण प्रकाशाशी असलेली आपली संलग्नता हे सुनिश्चित करेल की आपल्यावर त्याचा काहीही परिणाम होणार नाही. मला वाटते, त्यासाठी आपण सशक्त होणे हाच एकमेव मंत्र आहे. सशक्त होण्यासाठी आपण ध्यान केले पाहिजे, आध्यात्मिकता म्हणजे काय हे पूर्णपणे समजून घेतले पाहिजे आणि प्रकाशाशी संलग्न झाले पाहिजे. नकारात्मकतेला सामोरे जाण्यासाठी तो सर्वोत्तम मार्ग आहे.

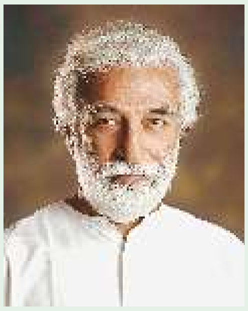
प्र: दुर्बल व्यक्तीचा शाप प्रभावी असू शकतो का? म्हणजे जर ती व्यक्ती दुर्बल असेल आणि जर त्याने आपल्याला शाप दिला, तर त्या शापाचा काही परिणाम होईल का?

उ: माझ्या समजूतीनुसार शाप हा एखाद्या व्यक्तीचा वाईट उद्देश असतो. तिची इच्छा असते की आपल्या बाबतीत काहीतरी वाईट घडले पाहिजे. मला वाटते की दुर्बल व्यक्तीचा देखील दृढ हेतू असू शकतो. ती व्यक्ती दुर्बल आहे की सामर्थ्यवान आहे हे महत्त्वाचे नाही पण त्याला किती तीव्रतेने वाटते हे महत्त्वाचे आहे. तसेच, ज्या व्यक्तीने शाप दिला आहे त्याच्यावर अन्याय झाला आहे का? त्याच्यावर अन्याय झाला आहे का या वास्तवाची पण भूमिका असते. दुसऱ्या व्यक्तीच्या इच्छेला किंवा उद्देशाला एक ऊर्जा असते जी आपल्या दिशेने पाठवली जाते. मला वाटते की आपण जर आध्यात्मिकदृष्ट्या सशक्त असलो, तर आपल्याला सुरक्षाकवच असते, आणि ह्या ऊर्जांचा आपल्यावर परिणाम होऊ शकणार नाही. माझ्या समजूतीनुसार, एखाद्या व्यक्तीच्या शापाला विश्वाची मान्यता असावी लागते. जर तो शाप वैश्विक न्यायाशी संलग्न नसेल, तर तो हेतूप्रमाणे पूर्णपणे प्रकट होऊ शकत नाही. त्याला देवाची मान्यता असावी लागते. आपण, ध्यानसाधकांनी अशा गोष्टींबद्दल काळजी करण्याची गरज नाही. सर्वसाधारणपणे जी लोकं असे वाईट हेतू बाळगतात, ते त्यांच्या कृतींद्वारे, त्यांच्या वागणुकीद्वारे देखील हे हेतू प्रकट करतात, ज्यामुळे आपल्याला मानवी पातळीवर त्रास होतो. आपण त्याला आपल्या स्वत:च्या पद्धतीने सामोरे गेले पाहिजे. अशा लोकांबद्दल दया वाटणे आणि फक्त प्रेमाने प्रतिसाद देणे हे सर्वात चांगले आहे. ■

आमची प्रकाशने

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
Higher Communication & Other Realities	100/-
Light Body & Other Realities	100/-
Master-Pupil Talks	60/-
Master-Pupil Talks - Vol 2	75/-
iGuruji Vol 1,3,4 & 7	each 150/-
iGuruji - Vol 2	120/-
iGuruji - Vol 5	100/-
iGuruji - Vol 6	75/-
Living in the Light of My Guru	220/-
How to Meditate	50/-
Dhyana Yoga	50/-
Descent of Soul	50/-
Practising Shambala Principles	50/-
Astral Ventures of A Modern Rishi	50/-
Channelled Knowledge from the Rishis-Vol 2	150/-
Channelled Knowledge from the Rishis-Vol 3 & 4	each 200/-
Guruji Speaks Part - I & II	each 200/-
Guruji Speaks (Vol 3)	150/-
Guruji Speaks (Vol 4)	250/-
Guruji Speaks (Vol 5 & 7)	each 200/-
The Book of Reflections - Vol 1 & 2	each 200/-
The Book of Reflections - Vol 3	150/-
Meditators on Meditations	75/-
Meditators on Experiences	75/-
Meditational Experiences - Vol 1 & 2	each 150/-
Awareness	60/-
Living in Light	10/-
Light	10/-
Quotes from the Rishis - Vol 1 & 2	each 100/-
Pyramid Revelations	100/-
Thus Spoke Guruji Krishnananda - Vol 1 & 4	each 200/-
Thus Spoke Guruji Krishnananda - Vol 2 & 3	each 250/-
ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ	150/-
ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಜ್ಞಾನ – ಭಾಗ 2	150/-
ಗುರು–ಶಿಷ್ಯರ ಸಂಭಾಷಣೆ	60/-
ಐ–ಗುರೂಜಿ ಭಾಗ 1	150/-
ಐ–ಗುರೂಜಿ ಭಾಗ 2	120/-
ಹೊಸ ಯುಗದ ವಾಸ್ತವಗಳು	120/-
ಉನ್ನತ ಸಂಪರ್ಕಗಳು	100/-
ಅನಿಸಿಕೆಗಳು	120/-
ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ	50/-
ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ	50/-
ಆತ್ಮದ ಅವರೋಹಣ	50/-
ಶಂಬಲ ನಿಯಮಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ	50/-
ಆಧುನಿಕ ಋಷಿಯೊಬ್ಬರ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಸಾಹಸಗಳು	50/-
ಗುರೂಜಿ ನಾ ಕಂಡಂತೆ	30/-
ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕುವುದು	10/-
ಬೆಳಕು	10/-
ದೈವಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ	250/-
ಕಾವ್ಯಕಂಠ ವಸಿಷ್ಠ ಗಣಪತಿ ಮುನಿಗಳು	100/-
ಆನೇಕಲ್ಲಿನ ಅಪರೂಪದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು	120/-
ಬೆಳಕಿನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾಸ್ತವಗಳು	100/-
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/-
தியானம் செய்வது எப்படி	50/-
ஒளியின் வாயில்கள்	200/-
தியான யோகம்	50/-
ஆத்மாவின் அவரோகணம்	50/-
நவீன ரிஷி ஒருவரின் சூஷ்ம சாகசங்கள்	50/-
சம்பலா நியமங்களின் அப்பியாசங்கள்	50/-
ధ్యానం చేయ్యడం ఎలా	50/-
కాంతికి ద్వారములు	100/-

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

परमेश्वराची व गुरुंची उपस्थिती मला पदोपदी जाणवते. आता मला वैराग्य, स्थिरचित्तता आणि शरणागतीच्या भावने पूर्णपणे वेढले आहे. माझ्यात पुष्कळ शांतता आहे व मी आता खूप चांगल्या रीतीने कामावर लक्ष केंद्रित करू शकते. मला माझ्या पूजेच्या खोलीत शांतपणे बसून ध्यान करायला खूप आवडते.

– रेबोनी रे

माझ्या जीवनातील परिस्थिती आव्हानात्मक आहे पण मी जास्त चिंतीत न होता ध्यानाच्या सहाय्याने ती हाताळते आहे. मला वाटते की रविवारच्या ध्यानवर्गात गुरुजी माझ्या सर्व प्रश्नांची उत्तरे देत असतात.

– नित्या नटराजन

आजच्या ओरिएंटेशन सत्रा दरम्यान मला आलेले अनुभव मागील अनेक सत्रांपेक्षा किंवा आतापर्यंतच्या सर्व सत्रांपेक्षा पूर्णपणे वेगळे होते. मी जेव्हा सूर्यनारायणांचे ध्यान करायला बसले तेव्हा अतिसूक्ष्म ऊर्जा माझ्या शरीरात प्रवेश करून माझी संपूर्ण प्रणाली भरत आहेत असे मला जाणवले. भगवान कल्कींच्या ऊर्जा अनुभवणे हा माझ्यासाठी खूप सुंदर अनुभव होता. त्यावेळी मला वाटले की सोनेरी रंगाच्या ऊर्जेची चक्राकार वलये, सतत माझ्या ऊर्जा व भौतिक शरीरावर तयार होत आहेत. मला जाणवले की सर्व पातळ्यांवर मला रक्षण दिले जात आहे.

'रा' ध्यान करताना मी स्वत:चे भान हरवले; मी फक्त प्रकाश होते. माझ्याकरिता हा आजतागायत आलेला सर्वात गूढ अनुभव होता. जेव्हा मी आनंद ऊर्जा अनुभवण्यासाठी व पसरविण्यासाठी बसले तेव्हा मला गहन स्तब्धता जाणवली. त्यावेळी मला माझा श्वासोच्छवास देखील जाणवत नव्हता. मग मला माझ्या हृदयात भगवान बुद्धांचे दर्शन झाले.

ह्या संकटग्रस्त समयी ओरिएंटेशन सत्राने मला स्थैर्य देणारा अतिशय शक्तिशाली नांगर प्रदान केला आहे.

– जस भाटिया

महर्षी अमर ओरिएंटेशन सत्र घेत होते. मी त्यांच्याशिवाय इतर कोणालाही पाहू शकत नव्हते. मी त्यांना ओरिएंटेशन वर्गात शिकवताना पाहिलं पण आवाज मात्र जयंतसरांचा होता. असे अगदी शेवटच्या तंत्राच्या अभ्यासापर्यंत सुरू राहिले. त्यानंतर मी जयंतसरांना सत्राचं संचालन करताना व बोलताना पाहिलं. कदाचित तांत्रिक अडचणींमुळे महर्षी अमर मदत करण्यासाठी व सत्र पूर्णत्वाला नेण्याकरिता आले असावेत.

एक छोटीशी वैज्ञानिक रोमांचक घटना – ओरिएंटेशन सत्र सुरू होण्यापूर्वी ११ वाजता पल्स ऑक्सिमीटरने मी स्वत:ला तपासले. माझी प्राणवायूची (ऑक्सीजन) पातळी ९८ व माझ्या नाडीची स्पंदने ८४ होती. मी १:३० वाजता ओरिएंटेशन सत्रानंतर पुन्हा स्व:तला तपासले. त्यावेळी माझी प्राणवायूची पातळी १०० व माझ्या नाडीची स्पंदने ६४ भरली!

ह्या सत्राकरिता धन्यवाद, मला प्रथमच महर्षी अमरांचे दर्शन लाभले.

– नंदिता विजयन

एके संध्याकाळी एकाएकी मी भगवान कृष्णांना आकाशातून खाली उतरताना पाहिले. ते आमच्या दारात येऊन उभे राहिले. काही क्षणातच भोवतीचे सर्वकाही प्रकाशात रुपांतरित झाले. माझ्या डोळ्यांतून अश्रूंच्या धारा वाहू लागल्या. मी धावत गेले आणि त्यांना मिठी मारली व मी त्यांच्याशी एकरूप झाले. मला ह्या लौकिक जीवनात परत यावेसेच वाटत नव्हते. तो इतका गहन अनुभव होता आणि मला वाटलं, आता मला कशाचीही आवश्यकता नाही. त्यांनी मला पंढरपूरच्या भगवान पांडुरंगाचे दर्शन घडवले. मला वाटले की जणूकाही मी पंढरपूरातल्या मंदिराच्या गाभाऱ्यातच आहे. त्यानंतर त्यानी त्यांचा हात वर आकाशाच्या दिशेने फिरवला आणि मला अतिशय सुंदर व भव्य सूर्योदयाचे दर्शन घडविले. सूर्यातून प्रकाश किरणे खाली येऊन आपल्या धरतीला वेढून टाकताना मी पाहिली. त्यावेळी भगवान कृष्ण म्हणाले, "नाराज होऊ नकोस. हे सुंदर भवितव्य रुपास येत आहे." मग त्यांचे प्रकाशरूप आणखी विस्तारित होत गेले. मी त्यांचा व प्रकाशाचा पूर्ण अनुभव घेतला. मला वाटतं की तो सूर्योदय, हा लवकरच येऊ घातलेल्या सत्ययुगाचे सूचक आहे. मी खूप आनंदी आहे कारण मला विठोबांचे सर्वत्र दर्शन होते आहे, जणुकाही आमच्या घरात प्रत्येक कणांकणांत त्यांचा वास आहे.

– राखी चोप्रा

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