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 14 Issue 1 October 2021 Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद
(फेब्रुवारी २००८ या अंकामधून, अनुवाद : जयंत देशपांडे)

ही १९८० सालाची गोष्ट आहे. मी महर्षी अमरांना विचारले, “आपल्याजवळ इतके ज्ञान आहे. आपण आपल्या कार्याबद्दल लोकांना सांगायला नको का, त्याची प्रसिद्धी करायला नको का, आणि या ज्ञानाचा प्रसार करायला नको का?” महर्षी अमरांनी स्मित केले. तेव्हा मी त्यांच्या स्मितामागील विवेक समजू शकलो नाही. आता, २८ वर्षांनंतर त्यांच्या स्मितामागील गूढ मला कळते आहे! त्यांच्याजवळ जे ज्ञान होते, ते ग्रहण करण्यास, ते समजण्यासाठी लोकं तयार नव्हते, हे त्यांना माहीत होते. आपण तेव्हा नुकताच प्रकाशयुगात प्रवेश केला होता. आता २८ वर्षांनंतर पुष्कळ जरी नाही, तरी काही लोकं तयार आहेत, उत्सुक आहेत. पण, तरीही त्यांच्या चेहेऱ्यावरील स्मित मला तसेच दिसते आहे!

हल्ली मी पुष्कळदा असे सांगत असतो की, आध्यात्मिक साधकांनी दैवी व्यक्ती बनायची आकांक्षा करण्यापूर्वी चांगला माणूस बनायला पाहिजे. महर्षी अमर हे परिपूर्ण माणूस होते. ते स्वतःभोवती संतत्वाचे दिखाऊ वलय न बाळगता, आपल्यापैकीच एक असल्याप्रमाणे हसायचे, खेळायचे आणि जगायचे. लोकं त्यांना प्रकाशाचे कार्य चालवणारे ऋषी म्हणून ओळखत नव्हते. महर्षी अमरांना ते माहीत होते, पण त्यांनी कधीच त्याची काळजी केली नाही. ते स्वतः काय आहेत, हे त्यांनी कधीच लोकांना समजावून सांगितले नाही. ते एका सच्च्या गुरूप्रमाणे प्रकाश सोबत बाळगून जगले.

महर्षी अमर एक निरासक्त जीवन जगले आणि प्रकाशाचा मागोवा घेणाऱ्यांचे मार्गदर्शन करण्यासाठी केवळ त्यांच्यासाठीच उपलब्ध होते. इतरांना त्यांनी त्यांच्या इच्छाबळाने दूर ठेवले. त्यांनी सांगितले की, प्रसिद्धी सर्वप्रकारच्या लोकांना – उत्सुक, निंदक, बुद्धीजीवी आणि सत्य समजण्यासाठी, अनुभवण्यासाठी, ऐकण्यासाठी तयार नसलेल्या लोकांना – आपल्यापाशी आणते. जेव्हा आपण, केवळ भौतिक पातळीवरच नव्हे तर सूक्ष्म पातळीवर सुद्धा ऋषींच्या कार्यासाठी वेळ आणि एकांत मिळवण्यासाठी धडपड करत असतो, तेव्हा प्रसिद्धी आपल्या उद्देशपूर्तीच्या विरुद्ध काम करते. महर्षी अमरांना ते माहीत होते.

जेवढे जास्त आपल्याला हळूहळू अमरांबद्दल समजू लागते, तेवढेच जास्त त्यांना समजण्याचे खरंतर आणखी राहतेच.

जेव्हा लोकांच्या जमावात लोकं तरुण बायकांचा विनयभंग करतात, तेव्हा मला ह्याचे आश्चर्य वाटते की, जी लोकं वैयक्तिकपणे चांगली असतात आणि एरवी सभ्यपणे वागत असतात, ती लोकांच्या जमावात असताना जनावर का बनून जातात! लोकांच्या अशा मानसिकतेबद्दल खरंतर खंड लिहिण्यात आलेली आहेत. पण मुख्यतः माझ्या हे लक्षात आलं आहे की, अशा लोकांमध्ये कशाही परिस्थितीत सभ्य वर्तन करण्याची आंतरिक आध्यात्मिक बळाची कमतरता असते.

आंतरिक आध्यात्मिक बळ इतक्या सहजपणे येत नाही. बौद्धिक ज्ञानाने ते येत नाही. ते केवळ अनुभूतीने येतं – प्रकाशाच्या अनुभूतीने; सत्याच्या अनुभूतीने. जेव्हा आपण प्रकाश अनुभवतो, तेव्हा ब्रह्मांडाचा विवेक आपल्याला लाभतो. हा विवेक आपण आपल्या जगण्यात उतरवायला हवा. मग आपण परिपूर्ण माणूस म्हणून जगू. मग आपल्यासोबत संपूर्ण मानवजात प्रगती करते. आपल्या प्रगल्भतेमुळे युगाचा विकास होतो. संपूर्ण अंधकार दूर होतो, कारण सगळीकडे प्रकाश पसरतो.

प्रकाशाच्या अनुभूतीसाठी आपल्याला ध्यान करावे लागेल. ध्यानाशिवाय पर्याय नाही. ■

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.

२९ ऑगस्ट २०२१ रोजी तपोनगर येथे महर्षी अमरांच्या महासमाधी दिवसानिमित्त कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला.

काही ठळक घडामोडी

- २९ ऑगस्ट २०२१ रोजी महर्षी अमरांच्या महासमाधी दिवसानिमित्त कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला. आपले स्वयंसेवक आणि तपोनगरातील रहिवासी ध्यानसाधक नव्याने नूतनीकरण केलेल्या मेडिटेशन हॉलमधे ध्यान करण्यासाठी आणि ह्या महान गुरूंना आदरांजली अर्पित करण्यासाठी एकत्र जमले होते. इतर ध्यानसाधक लाईव्ह वेबकास्टद्वारे आपापल्या घरून ह्या कार्यक्रमात सहभागी झाले.
- तपोनगर आणि अंतर-मानसातील सर्व वास्तू सकाळी १० ते संध्याकाळी ५ पर्यंत आता ध्यानासाठी उघड्या राहतील.
- विद्यार्थ्यांनी भाग घेण्यासाठी तपोनगरात रविवारी होणारे ध्यान वर्ग अद्याप सर्व विद्यार्थ्यांसाठी उघडण्यात आलेले नाहीत. त्यांना विनंती आहे की त्यांनी वेबकास्टद्वारे होणाऱ्या ऑनलाईन वर्गात भाग घ्यावा.
- बंगलोरमधील वेगवेगळ्या केंद्रांमध्ये होणारे ध्यान वर्ग अद्याप सुरू व्हायचे आहेत.
- शंबला गटातील ध्यानसाधक १२ सप्टेंबर रोजी वेबकास्टद्वारे ह्या वर्गात सहभागी झाले आणि त्यांनी शंबलातील महान गुरूंकडून विशेष दीक्षा घेण्यासाठी मानसिक दुवा जोडून ध्यान केले.
- 'रा' देवतेकडून विशेष ऊर्जा ग्रहण करण्यासाठी १९ सप्टेंबरला 'रा' गटातील ध्यानसाधकांनी वेबकास्टद्वारे ह्या वर्गात भाग घेतला आणि त्यांनी मानसिक दुवा जोडून ध्यान केले. ■

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०५	मंगळवार	शिवरात्री
०६	बुधवार	महालय अमावास्या
०७	गुरुवार	नवरात्रारंभ
१२	मंगळवार	सरस्वती देवी पूजन
१३	बुधवार	दुर्गाष्टमी
१४	गुरुवार	महानवमी / आयुध पूजा
१५	शुक्रवार	दसरा / विजयादशमी
२०	बुधवार	पौर्णिमा
२९	शुक्रवार	कृष्णाष्टमी

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

नवरात्र – ध्यानाचे विशेष तंत्र

७ ऑक्टोबर पासून सुरू होणाऱ्या नवरात्रीच्या काळात आपल्याला आदिशक्तीच्या उपस्थितीचा आशीर्वाद लाभेल. आपण जास्त वेळ ध्यान करून अधिक प्रमाणात तिच्या ऊर्जा ग्रहण करू शकतो. आपण तिच्या उपस्थितीची जाणीव देखील बाळगू शकतो. नवरात्रीच्या सुरुवातीपासून दहा दिवस आपण ह्या विशेष तंत्राचा वापर करून ध्यान करू शकतो – निळ्या प्रकाशाच्या एका प्रचंड गोलाची कल्पना करा. त्या गोलात प्रवेश करा. प्रकाशगोलाचा, आदिशक्तीच्या ऊर्जांचा अनुभव घ्या. कोणत्याही मंत्राचा जप करण्याची आवश्यकता नाही. नवरात्रीतील प्रत्येक दिवशी आपण आपल्या दैनिक ध्यानाऐवजी ह्या तंत्राचा अभ्यास करू शकतो.

प्रकाश प्रवहनाविषयी शाळांचे अभिप्राय

संकलन : वैशाली जोशी, अनुवाद : वैशाली नितीन तरे

हे पत्र मी अतिशय कृतज्ञतेने लिहीत आहे. हे नक्कीच आमचे भाग्य आहे की तुमच्या संस्थेने आमच्या मुलांना प्रकाश प्रवहनाचे प्रशिक्षण देण्यासाठी एक सत्र आयोजित करण्याचा प्रस्ताव घेऊन आमच्याशी संपर्क साधला. आम्ही आमच्या शाळेत नुकतेच ध्यान सुरू केले आहे आणि तुमची सत्रे दोन्ही समयोचित आणि फलदायी ठरली आहेत. लहान वयोगटासाठी ते किती प्रमाणात फायदेशीर ठरेल याबाबत आम्हाला सुरुवातीला शंका असली तरी आम्हाला तुम्हाला हे सांगताना आनंद होत आहे की हा वयोगट सर्वात जास्त ग्रहणशील आहे. आम्ही आमच्या शाळेत प्रकाश प्रवहन करणे हा नित्यक्रम बनविला आहे आणि भविष्यात हा उपक्रम असाच सुरू ठेवण्याची आशा करतो. या अमूल्य संधीसाठी पुन्हा एकदा धन्यवाद.

– मिस. देवयानी, मुख्याध्यापिका, चेट्टीनाड हरी श्री विद्यालयम, चेन्नई

प्रकाश प्रवहन हे नक्कीच एक अतिशय उपयोगी तंत्र आहे. यामुळे विद्यार्थ्यांचे बाल व कोमल मन सतेज राहते. हे त्यांची स्मरणशक्ती व एकाग्रता सुधारण्यास मदत करते. त्यांनी चिंतामुक्त रहावे म्हणून त्यांच्या परीक्षेच्या वेळी आम्ही त्यांच्याकडून याचा सराव करून घेऊ इच्छितो. धन्यवाद.

– मिस. स्वीटी, मुख्याध्यापिका, सलमा मॅट्रिक उच्च माध्यमिक शाळा, उडानगुडी, जिल्हा तूथुकुडी

आम्ही आमच्या शाळेत दररोज वर्ग सुरू करण्यापूर्वी प्रकाश प्रवहनाचा सराव करतो, आणि विशेषत: शुक्रवारी सकाळी जेव्हा शाळा सकाळी लवकर सुरू होते. आजकाल, आम्ही शिक्षिकांनी दररोज सकाळी किमान दहा मिनिटांसाठी प्रकाश प्रवहनाचा सराव सुरू केला आहे. याचा सराव केल्याने आम्हाला प्रसन्न व शांत वाटते आणि स्मरणशक्तीसाठी देखील याचा उपयोग होतो. मला स्वत:ला सर्व चिंतांमधून मुक्त झाल्यासारखे वाटते. आम्हाला सर्वांना दिवसभर खूप सक्रिय वाटते.

– मुख्याध्यापिका, सरकारी उर्दू उच्च प्राथमिक शाळा, दोम्मसंद्रा, आनेकल तालुक

आमच्या विद्यार्थ्यांना उर्जेविषयी आणि प्रकाशाच्या शक्तीद्वारे उन्नती साधण्यासाठी प्रबोधन दिल्याबद्दल, ज्याचा विद्यार्थ्यांच्या आयुष्यात आणि त्यांच्या भविष्यातही एक विशेष प्रभाव राहील, आम्ही व्यवस्थापन, कर्मचारी व विद्यार्थ्यांच्या वतीने तुमच्या संस्थेचे आभार मानतो.

– मिस. ललिता टी. ए., मुख्याध्यापिका, बेथेसडा एन टी एम स्कूल, बंगलोर

आमच्या शाळेत येऊन सातवी ते दहावीच्या विद्यार्थ्यांना प्रकाश प्रवहन शिकविल्याबद्दल आम्ही तुमचे आभारी आहोत. हे त्यांना त्यांची स्मरणशक्ती व आरोग्य सुधारण्यास मदत करते आणि शांती आणते.

– श्रीमती. साधना सुनील परब, मुख्याध्यापिका, गांधी बालमंदिर उच्च माध्यमिक शाळा, कुर्ला, मुंबई

प्रकाश प्रवहन हा कार्यक्रम आश्चर्यकारक आहे. हे विद्यार्थ्यांना छान एकाग्रता व मानसिक संतुलन मिळवून सकारात्मक प्रगती साधण्यासाठी मदत करते. हे कर्मचारी वर्गाकरिता देखील खूप उपयोगी आहे. आमच्या शाळेचे व्यवस्थापन, कर्मचारी आणि विद्यार्थी प्रकाशाविषयी मनापासून आभार व कृतज्ञता व्यक्त करतात. आमची अशी इच्छा आहे की संपूर्ण विश्वासाठी आणि आपल्या देशाच्या प्रगतीसाठी हे असेच चालू रहावे.

– मिस. रजनी सी. व्ही., मुख्याध्यापिका, के व्ही व्ही उच्च माध्यमिक शाळा, बंगलोर

कोरोनाच्या वैश्विक महामारीनंतर परत येणाऱ्या विद्यार्थ्यांची मन:स्थिती ठीक वाटत नाही. मला वाटते की हे तंत्र त्यांना दिलासा देईल आणि त्यांची मन:स्थिती सुधारण्यास मदत करेल.

– मिस. शैलजा, समन्वयक, द असोसिएशन ऑफ पिपल विथ डिसेबिलिटी, लिंगराजपुरम, बंगलोर

प्रकाश प्रवहनाच्या सत्रानंतर मला प्रसन्न वाटले. मला कसलाच ताण नव्हता. माझे मन निश्चिंत होते.

– नवनिता कृष्णन, इंडस्ट्रियल ट्रेनिंग विद्यार्थीनी, ए पी डी., लिंगराजपुरम, 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 राहणारे 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

सप्टेंबर २००६

परंपरा ही किती सुंदर गोष्ट आहे. आपण ह्या गोष्टी नाकारू शकत नाही. अनेक खुळचट गोष्टी सुद्धा परंपरेचा भाग असतात. आपण आता हा भाग समजून घेत आहोत; आपले व्यवहारज्ञान आपल्याला ह्याबद्दल सांगते, आणि आपण ह्या खुळचट गोष्टी सहज सोडून देऊ शकत आहोत. एक नवीन जागृती होत आहे, त्यामुळे हे शक्य झाले आहे. ही जागृती एक वाढत असलेले वास्तव आहे. आपण हे समजून घेतले पाहिजे. १९८८ मधे, जेव्हा मी माझा पहिला वर्ग सुरू केला, तेव्हा मला ह्या व्याख्याने सुरुवात करावी लागली होती, “मी ऋषींच्या परंपरेचा एक भाग आहे. माझ्यासाठी, ते एक वास्तव आहेत, आणि तुम्ही त्यांचा स्वीकार करण्याची गरज नाही.” मला वाटले, अगदी त्या विशिष्ट वर्गानंतर जरी नाही, तरी काही काळानंतर, लोकं मला त्यांच्याबद्दल विचारतील, त्यांच्याबद्दल बोलतील आणि हसतील. विचित्र म्हणजे, कोणीही असे केले नाही. काहींनी ऋषींच्या अस्तित्वाचा लगेच स्वीकार केला नसणार. पण हळूहळू कसेतरी, लोकांनी स्वीकारले की ऋषी येथे आहेत. इंटरनेटचे आभार. आता तुम्ही पाहू शकता की प्रकाशाच्या कार्यात बरेच लोक गुंतलेले आहेत, जे सूक्ष्म जगातील लोकांच्या संपर्कात आहेत. आपण त्यांना ऋषी, प्रकाश जीव किंवा देवदूत म्हणू शकतो. पण ही व्यक्तिमत्वे अस्तित्वात आहेत. ह्या नवीन जागृतीमुळे हे शक्य झाले आहे.

प्रसारमाध्यमे, प्रिंट आणि इलेक्ट्रॉनिक माध्यमे देखील, स्वाभाविकपणे खळबळजनक गोष्टींच्या मागे लागतात. हे साहजिक आहे कारण त्यांना टिकून राहायचे आहे. त्यात चमकधमक आहे, सनसनाटीपणा आहे, जो ह्या माध्यमांना स्वाभाविक वाटतो. आपण सुद्धा त्यांचा आनंद घेतो, स्वीकार करतो. मुद्दा हा आहे की, त्यांच्याकडे ह्या पृथ्वीवर इतरही अनेक गोष्टी आहेत हे शोधण्यासाठी आणि जाणून घेण्यासाठी वेळ आणि संयम नाही. अनेक अद्भुत गोष्टी घडत आहेत, ज्या देखील बातम्यांचा भाग असल्या पाहिजेत. त्या सुद्धा जगासमोर मांडल्या पाहिजेत, पण कसेतरी, त्यांच्याकडे दुर्लक्ष केले जाते. ह्या गोष्टी मोहक नाहीत, सनसनाटी नाहीत. ह्या कोणत्या घटना आहेत हे आपल्याला माहीत आहे. ह्या घटना प्रकाश कार्ये, प्रकाश जीव, सूक्ष्म जगांशी संबंधित आहेत. त्या खूप महत्त्वाच्या आहेत कारण ह्या ज्ञानाचा खूप मोठा परिणाम होणार आहे. ह्याचा आपल्या दैनंदिन जीवनावर प्रभाव पडणार आहे आणि म्हणून ते महत्त्वाचे आहे. पण सध्या प्रसार माध्यमे ह्याकडे दुर्लक्ष करीत आहेत. मग, ह्या ज्ञानाचा प्रसार करण्यासाठी काय केले पाहिजे. सुदैवाने आणखी एक पर्याय आहे – इंटरनेट. पुस्तके प्रकाशित करणे हा एक पर्याय आहे पण बरेच जण पुस्तके वाचत नाहीत. आपल्याकडे इंटरनेट आहे, मानवजातीला मिळालेली एक महान भेट. आपल्याकडे तो पर्याय आहे आणि इंटरनेटमुळे अनेक लोकांना ह्या गोष्टींची माहिती होत आहे. पण ऋषी सांगतात की आणखी एक मार्ग आहे. ते म्हणतात की आणखी एक मार्ग, सर्वात वेगवान आणि सर्वात प्रभावी मार्ग म्हणजे ‘सूक्ष्म स्तरावर संप्रेषण’ करणे. सूक्ष्म स्तरावर आपण हे ज्ञान पसरवू शकतो. सूक्ष्म स्तरावर दिलेले हे ज्ञान कदाचित प्रत्येकाला लगेच समजणार नाही. त्याने काही फरक पडत नाही; त्यांच्या सखोल मनात त्याची नोंद होते आणि ते खूप परिचित वाटते, आणि अचानक जेव्हा एखादा प्रसंग येतो, तेव्हा ते ह्या गोष्टींचा स्वीकार करतात. लोकांना हे ज्ञान समजून घेणे आणि स्वीकारणे सोपे होते. म्हणून, सूक्ष्म स्तरावर आपल्याला हे ज्ञान आणि ही सत्ये पसरवत राहावी लागतील.

कधीकधी, लोकांच्या विचित्र मागण्या असतात. मी त्यांना सत्य समजावून सांगण्यासाठी आणि ध्यान आणि साधनेशी संबंधित त्यांच्या प्रामाणिक प्रश्नांची उत्तरे देण्यासाठी त्यांना भेटतो. कधीकधी, खूप गमतीशीर परिस्थिती असते, आणि कधीकधी खूप विचित्र मागण्या सुद्धा असतात. एकदा, एका व्यक्तीला सतत २४ तास माझ्यासोबत राहायचे होते. ह्याने त्याला कोणत्याही प्रकारे मदत होणार नव्हती. ह्यामुळे मला आणि कदाचित त्यालाही संकोच वाटला असता. अशा प्रकारचे अज्ञान आपल्याला दूर करावे लागेल, अर्थातच हळूहळू, शक्य तितक्या वेदनारहितपणे. मला वाईट वाटते, जेव्हा लोकं खूप दुरून येतात आणि मला सांगतात, “मला फक्त तुम्हाला भेटायचे होते, तुमचे दर्शन घ्यायचे होते, एवढेच.” आपण तिथून पुढे गेले पाहिजे. आमच्याकडे तुम्हाला देऊ करायला इथे एक खजिना आहे. लोकांना माहीत नाही की ते हा खजिना सोबत नेऊ शकतात. आणि फक्त दर्शन घेणे हा एक प्रवर्तक बिंदू असू शकतो, मी पूर्णपणे सहमत आहे, पण आपल्याला त्यांना अधिकाधिक शिक्षण द्यावे लागेल. मला त्याच व्यक्तीची ही असामान्य विनंती मान्य करावी लागली. जेव्हा ते इथे एक आठवडा राहिले होते, तेव्हा आम्ही तासंतास बोललो होतो. गोष्ट अशी आहे की, आपण तिथेच थांबू नये. आपण पुढे गेले पाहिजे, ध्यान करणे सुरू केले पाहिजे, हे ज्ञान मिळवले पाहिजे, प्रगती केली पाहिजे, इत्यादी. ह्या गोष्टीला तीन वर्षे झाली आणि ही व्यक्ती आता मला म्हणते, “तुम्हाला माझ्यात श्रद्धा निर्माण करावी लागेल!” हे खूप मजेशीर आहे! मी त्याला रोखठोकपणे सांगितले, “मी कधीही श्रद्धा निर्माण करण्याचा प्रयत्न करणार नाही. ते माझे काम नाही. जर तुमची श्रद्धा असेल, तर इथे राहा, जर तुमची श्रद्धा नसेल, तर तुम्ही निघून जा.” अनेक वेळा आपल्याला ह्या गोष्टी स्पष्टपणे बोलाव्या लागतात!

मी तुम्हाला खूप गोष्टी सांगू शकतो, अर्थातच खूप मनोरंजक. मुद्दा हा आहे की आपण एका बिंदूपासून पुढे गेले पाहिजे. मुद्दा असा आहे की, आपण औचित्य दूर ठेवण्याची आणि गोष्टी स्पष्टपणे आणि रोखठोकपणे सांगण्याची वेळ आता आली आहे.

होणारी दोन ग्रहणे आणि घडणारे बदल यांच्याबद्दल जाणून घेतल्यावर, आता कृती करण्याची, हालचाल करण्याची वेळ आली आहे. संक्रमण होते आहे, प्रलय चालू आहे. आपण किती काळ लोकांना खूष ठेवण्याचे काम करू शकतो आणि खेळत राहू शकतो? मी हा मुद्दा मांडण्याचा प्रयत्न करीत आहे. आम्ही प्रगती करण्याच्या, वरच्या पातळीवर जाण्याच्या संधी दिल्या; त्यापैकी बहुतेकांचा वापर केला जात नाही आहे. कदाचित मी खूप महत्वाकांक्षी आहे आणि खूप जास्त अपेक्षा करतो. पण प्रत्येकाकडून खूप जास्त अपेक्षा करणे हेच गुरुचे काम आहे. लोकांमध्ये गंभीरता आणणे, त्यांना साधना म्हणजे काय हे समजावून देणे ही त्यामागील भावना आहे. ■

श्री जयंत देशपांडे यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

२९-०८-२०२१

जेव्हाकेव्हा आपण महर्षी अमरांना आठवतो, तेव्हा आपल्याला त्यांच्या मायेची ऊब जाणवते. महर्षी अमरांबद्दल आपल्याला एक निराळीच जवळीक वाटते. त्यांना आपण भेटलो सुद्धा नाही आहोत आणि तरीही आपल्याला असे वाटते. त्यांच्यापुढे आपण आपले मन मोकळे करू शकतो, मदतीसाठी कधीही त्यांच्याकडे जाऊ शकतो. आपल्याला हा विश्वास आहे की ते आपल्याला समजून घेतील, आपली मदत करतील, आपल्याला समस्येतून बाहेर काढतील. हे आपण अनुभवलेले सुद्धा आहे.

मी विचार करत होतो की, आपल्याला महर्षी अमर इतके जवळचे का वाटतात. त्यांच्या प्रेमामुळे बहुतेक तसे घडत असावे. कदाचित ते आपल्या मागील जन्मांमधील संबंधांमुळे असेल. आपण कित्येक जन्म त्यांच्यासोबत आहोत. मला असंही वाटतं की आपल्याला ते खूप जवळचे वाटतात कारण ते परमेश्वराचे प्रतिनिधित्व करतात. ते एक प्रवेशद्वार आहेत, परमेश्वराकडे नेणाऱ्या वाटेचे. मला वाटते प्रवेशद्वार सुद्धा परमेश्वरच असतो. शेवटी परमेश्वरच प्रवेशद्वारातून व्यक्त होत असतो. प्रवेशद्वाराशिवाय आपण परमेश्वरापर्यंत कसे पोहोचू शकतो?

तर ते प्रवेशद्वार आहेत; ते परमेश्वरासारखेच आहेत; परमेश्वरच आहेत. म्हणूनच ते आपल्याला खूप जवळचे वाटतात.

गुरुजींनी सांगितले होते की, महर्षी अमर सत्य आहेत आणि सत्य शाश्वत असते. महर्षी अमर हे शाश्वत आहेत, अमर आहेत. आणि गुरुजी म्हणाले होते की, ते शाश्वतच नाही तर ते आपल्यासाठी शाश्वत आशा आहेत. महर्षी अमर ती आशा आहेत, जी आपल्याला अशा परिस्थितीतही मिळते, ज्या परिस्थितीत साधारणपणे आशा मिळणे शक्य नसते. मी हे स्वतः अनुभवले आहे. मी लोकांना अशा अडचणींमधून बाहेर येताना पाहिले आहे, जिथे आशेचा किरणही दिसत नव्हता. त्यांच्या कृपेशिवाय अशा गोष्टी शक्य नाही. खूप अडचणीत असताना जेव्हाही लोकं फोन करतात, मला सांगतात, तेव्हा मी त्यांना हेच सांगत असतो, कारण मी हे पाहिलेले आहे, अनुभवलेले आहे. मी त्यांना खूप आत्मविश्वासाने सांगू शकतो, “काळजी करू नका. सर्व चांगले होईल, कारण महर्षी अमर आपल्यासोबत आहेत.”

सुधाकर सरांनी आता एका ध्यानसाधिकेचा अनुभव आपल्याला सांगितला. त्या साधिकेने महर्षी अमरांना या वर्षीचा ओरिएंटेशन वर्ग घेताना पाहिले होते! आणि या वर्षीचा ओरिएंटेशन वर्ग विशेषच होता. खरंतर दरच वर्षी हा वर्ग विशेष असतो आणि दरच वर्षी आपण म्हणतो की, या वर्षी वर्ग जास्त विशेष होता. लोकांनी मला सांगितले की, वर्गानंतर त्यांनी त्यांच्यामध्ये प्रचंड बदल अनुभवले आहेत. एका व्यक्तीने सांगितले, “असे वाटले जणू माझ्या डोक्यावरील खूप मोठे ओझे कमी झाले आणि मला हलके तर वाटतच आहे पण जीवनाचा एक नवीन अर्थ पण कळतो आहे.” मला वाटते, अशाप्रकारे आपण जागृत होतो, अर्थात हळूहळू, पण आपल्यामध्ये अशाप्रकारे जागृती घडते. ती व्यक्ती म्हणाली की ती आता खूप मनःशांती अनुभवते आहे. महर्षी अमरांच्या कृपेमुळेच अशा गोष्टी शक्य आहेत.

महर्षी अमरांच्या महानतेबद्दल आपल्याला खूप आश्चर्य आणि कौतुक वाटते. त्यांच्या मोठ्यापणाबद्दल, त्यांच्या क्षमतांबद्दल, कितीतरी आश्चर्यचकित करणाऱ्या गोष्टी करू शकण्याच्या त्यांच्या क्षमतेबद्दल, त्यांच्या विनम्रतेबद्दल, त्यांच्या विशालतेबद्दल, वेगवेगळ्या वाद्य यंत्रांवर असलेल्या त्यांच्या प्रभुत्वाबद्दल, गाण्याच्या त्यांच्या कौशल्याबद्दल ... आपल्याला खूप आश्चर्ययुक्त कौतुक वाटते. जेव्हा त्यांनी एक राग गायला सुरुवात केली तेव्हा पाऊस पडू लागला! त्यांच्या सुसंस्कृत माणुसकीबद्दल आपल्याला कौतुक वाटते. या सर्वांशिवाय आणखी कितीतरी गोष्टी आहेत पण त्यांच्या व्यक्तित्वाचे वर्णन करण्यासाठी शब्द कमी पडतात. आपण जरी त्यांना आपल्या जीवनातून पूर्णपणे व्यक्त करण्यास संघर्ष करत असलो, तरी ते आपल्यात जगत आहेत. माझा या गोष्टीवर विश्वास आहे कारण गुरुजींनी तसे सांगितले होते आणि गुरुजींचे शब्द हे वेदवाक्यांसारखे होते. महर्षी अमर हे आपल्यात जगत आहेत. गुरुजी एकदा म्हणाले होते, “त्यांना जर आपल्या आयुष्यातून काढले, तर आपले अस्तित्व शून्य आहे.” महर्षी अमरांना आपल्या आयुष्यातून काढले तर आपण अगदी साधारण लोकं आहोत. जेव्हा ते आपल्या आयुष्यात आहेत, तेव्हा आपण प्रकाशमान आहोत – त्यांच्या प्रकाशाने प्रकाशमान – कारण ते आपल्यात आहेत. आपल्यापैकी काही, एका विशिष्ट प्रमाणात प्रकाशमान असू शकतील, काही जास्त प्रमाणात, तर इतर काही आणखी मोठ्या प्रमाणात प्रकाशमान असू शकतील. त्याला हरकत नाही. खरं हे आहे की ते आपल्यात आहेत. केव्हातरी आपण सर्वच खूप दिव्यतेने प्रकाशित होऊ. माझी ही श्रद्धा आहे कारण गुरुजींनी तसे सांगितले होते. नवयुगात, जे की आता जास्त दूर नाही, आपण पूर्णपणे महर्षी अमरांच्या प्रकाशाने चमकू लागू.

गुरुजींनी सांगितलेला आणखी एक मुद्दा मला सांगावासा वाटतो. त्यांनी सांगितले होते की, आपल्या सर्वांचा आपल्या मागील जीवनापासून संपर्क तुटलेला आहे. मागील जन्मांमध्ये आपण कोण होतो, हे आपल्याला माहीत नाही. अर्थात आपले गत जीवन आपल्याला न कळणे हे एका दृष्टीने चांगलेच आहे. आपल्या गतजीवनातील आठवणींना सामोरे जाण्यासाठी आपण आध्यात्मिकदृष्ट्या तेवढे प्रगल्भ नाही आहोत. गुरुजी म्हणाले की, फक्त अवतारांनाच त्यांचे गतजीवन माहीत असते. त्यांना माहीत असते की ते देव आहेत. त्यांना माहीत असते की ते महाविष्णू किंवा भगवान शिव किंवा देवीचा अवतार आहेत. अवतारांशिवाय इतर कोणालाच त्यांच्या मागील जन्मांबद्दल माहीत नसते. पण गुरुजींनी सांगितले होते की, विश्वामित्र महर्षी व महर्षी अमर या कायद्याला अपवाद आहेत. जेव्हाकेव्हाही ते जन्म घेतात, तेव्हा त्यांना माहीत असते की ते मागील जन्मांमध्ये कोण होते. आणि अर्थातच त्यांना आपल्या मागील जन्मांबद्दल – हजारो, लाखो जन्मांबद्दल – माहीत असते. त्यांना आपले भविष्यही माहीत असते. आणि असे असूनही ते आपल्याला बरेवाईट ठरवत नाहीत. कदाचित ते आपल्यातील योग्यतेकडे पाहत असतात. आपल्या सर्वांमध्येच दैवी योग्यता आहे, सर्वांमध्ये एकसारखीच योग्यता आहे.

महर्षी अमरांसारख्या महान गुरुंशी संबंध असणे हा एक मोठा आशीर्वाद आहे. गुरुजी म्हणाले होते की, सत्य नव्याने समजावून सांगण्यासाठी महर्षी अमर परत येतील. आपण मानव जसजशी प्रगती करतो, तसतसे लोकांना जास्त समजावून सांगण्याची आवश्यकता असते, जास्त ज्ञान, जास्त ऊर्जांची आवश्यकता असते. महर्षी अमर आपल्या मदतीसाठी परत येतील, आपल्याला आणखी ऊंच पातळीवर नेण्यासाठी. आणखी एक आध्यात्मिक चळवळ सुरू करण्यासाठी ते परत येतील. त्यांचे खूप आभार की आपल्याजवळ इतके आध्यात्मिक ज्ञान आहे, नवयुगाबद्दलचे उच्च ज्ञान, प्रलयाबद्दल, आपल्या उगमाबद्दल, आपण कोण आहोत आणि इथे कशासाठी आहोत, या महत्त्वाच्या प्रश्नांबद्दल उच्च ज्ञान आपल्याजवळ आहे.

(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 : सुनिता देशपांडे

(पृष्ठ ५ वरून पुढे)

महर्षी अमरांनी समजावून सांगितले होते की, प्रलयाची सुरुवात १९८७ साली झाली आणि ह्याचे सात टप्पे आहेत. प्रत्येक टप्पा हा सात वर्षांचा आहे. म्हणजे आपण जर १९८७ पासून ४९ वर्षे मोजली, तर प्रलय हा २०३६ सालापर्यंत असेल. प्रलय म्हणजे बदल, हे महर्षी अमरांनी सांगितले. त्यांनीच प्रलयाची व्याख्या एका नव्या पद्धतीने केली. आपल्याला वाटत होते की प्रलय म्हणजे संपूर्ण विनाश. त्यांनी समजावून सांगितले की, प्रलय म्हणजे आपल्या आंतरिक जगातून आणि बाह्य जगातून सुद्धा अंधकार काढून टाकणे होय.

आपल्या अंतरंगातून अंधकार कसा काढला जाईल? ते आपल्यालाच करावे लागेल, पण त्यासाठी आपल्याला मदत मिळेल, या काळात त्यासाठी विशेष मदत मिळेल. प्रलय ऊर्जांकडून ती विशेष मदत मिळते. त्या आपल्याला शुद्ध होण्यात मदत करतात. त्यासाठी आपण या ऊर्जांना आपल्यातून काम करू दिले पाहिजे. जेव्हा आपण आपले आंतरिक जग स्वच्छ करू, तेव्हा बाहेरील जग सुद्धा स्वच्छ बनेल. मला वाटतं की ही शुद्धीकरणाची तीव्र प्रक्रिया लोकांच्या अंतरंगात आणि बाहेर सुद्धा सुरू राहील आणि आणखी तीव्र होईल.

महर्षी अमरांनी खूप काम केले. त्यांनी मोठ्या प्रमाणात ऊर्जा आणि ज्ञान या पृथ्वीवर आणले. हे सर्व त्यांनी जगकल्याणासाठी केले. त्यांच्या प्रत्येक अवतारात त्यांनी आध्यात्मिक चळवळीची सुरुवात केली होती. या आध्यात्मिक चळवळींनी पिढ्यान्पिढ्यांचे मार्गदर्शन केले आहे आणि अजूनही करत आहेत. संत एकनाथांना आठवा, गोरा कुंभाराला आठवा आणि पाश्चात्य जगात महर्षी अमरांच्या इतर अवतरांना आठवा. हजारो वर्षांनंतर त्यांच्या शिकवणुकी आजही आध्यात्मिक साधकांचे मार्गदर्शन करीत आहेत. महर्षी अमरांनी त्यांच्या या जन्मकाळात नवयुगीन आध्यात्मिक चळवळीची सुरुवात केली. नवयुगाबद्दल, सत्ययुगाबद्दल बोलणारे ते पहिले व्यक्ती होते. त्यांच्या प्रत्यक्ष अनुभवाने मिळालेले ज्ञान त्यांनी लोकांपर्यंत पोहोचवले. ते पुस्तकातील ज्ञान लोकांना सांगत नसत. त्यांनी दिलेले ज्ञान पुस्तकांतून नव्हते पण त्यांनी दिलेल्या ज्ञानापासून पुस्तकं लिहिली जाऊ शकतात. गुरुजींनी खरंतर ते कार्य केले आहे आणि त्यांच्या ज्ञानाच्या प्रकाशनाचे कार्य अजूनही सुरुच आहे.

आपल्याला माहीत असल्याप्रमाणे महर्षी अमर हे या जगातील आध्यात्मिक आणि जनकल्याणाशी निगडित कार्यांशी संबंधित सर्वात महत्त्वाचे व्यक्तित्व आहेत. म्हणूनच या पृथ्वीवरील अवतार त्यांच्यासोबत काम करीत असत. सर्वात कठीण कामे ते करत असत – जोखिमांनी भरलेली कामे. त्यांना काहीही होऊ शकले असते – त्यांच्या भौतिक शरीरालाच नाही तर त्यांच्या सूक्ष्म शरीराला सुद्धा. त्यांचे साहस अप्रतीम आहे, ऋषींवर त्यांची श्रद्धा किती प्रचंड असेल आणि ऋषींच्या कार्याप्रती त्यांची वचनबद्धता किती बळकट असेल! ऋषींसाठी ते काहीही करायला तयार असत.

त्यांचे जीवन हे खूप प्रेरणा देणारे आहे. गुरुजी सांगत असत की महर्षी अमर सत्यांना सहजपणे सरळ पद्धतीने नमूद करत असत. त्यांनी लोकांना पटवून देण्याचा प्रयत्न केला नाही आणि गोष्टींना नाटकीयपणे ते कधीच सांगत नसत. त्यांनी ह्याची पण कधी काळजी केली नाही की, त्यांचे म्हणणे लोकांनी स्वीकारले किंवा नाही. त्यांच्यासारखे गुरू हे मोठ्या प्रमाणावर जनसामान्यांमध्ये, लोकांमध्ये जागृती घडवून आणतात, पुढील पिढ्यांमध्ये जागृती घडवून आणतात. जेव्हा मी जनसामान्यांमध्ये म्हणतो आहे, तेव्हा कदाचित तुम्हाला नवल वाटेल, कारण या मार्गात लोकांकडे आपले लक्ष व्यक्तिगतपणे असते. आपण इथे जनसामान्याला संबोधून बोलत नसतो, साधकांना संबोधून बोलत असतो. जेव्हा या जगात ते प्रत्यक्ष वावरत होते, तेव्हा लोकं महर्षी अमरांना ओळखत देखील नव्हते. काही लोकंच त्यांना ओळखत असत. प्रसिद्धी त्यांनी जाणीवपूर्वक टाळली. आणि असे असूनही या जगातील खूप लोकांसाठी ते आज प्रेरणास्त्रोत आहेत. आणि अशा लोकांची संख्या आता वाढतच जाईल. त्यांच्या मागील अवतारांबद्दल विचार करा. आज लाखो करोडो लोकं त्यांच्यापासून प्रेरणा घेत आहेत. पुढेही असेच घडेल. पुढील पिढ्यांना त्यांच्या प्रकाशामुळे मार्गदर्शन लाभेल. वेगळ्या पातळीवर, म्हणजे सूक्ष्म पातळीवर ते लाखो लोकांचे मार्गदर्शन करत असावेत. त्यांनी ज्या ऊर्जा इथे आणून साठवून ठेवल्या आहेत, त्या लोकांचे सखोल पातळीवर, आध्यात्मिक पातळीवर मार्गदर्शन करत असतात. महर्षी अमरांच्या या पृथ्वीवर वास्तव्यानेच एक आध्यात्मिक लाट निर्माण होते. ही आध्यात्मिक लाट लोकांमधे जागृती घडवते आहे. ■

प्रश्नोत्तरे

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

प्र: भगवद्गीतेच्या सहाव्या अध्यायात असा उल्लेख आहे की फक्त तोच योगी बनू शकतो जो त्याचा संकल्प सोडून देतो. हे कसे शक्य आहे कारण आपण आपल्या जीवनात जवळजवळ दररोज संकल्प करत असतो?

उ: मला भगवद्गीतेबद्दल जास्त माहिती नाही आणि मला संस्कृतही येत नाही. पण ह्या प्रश्नाचे उत्तर देण्यासाठी मी संशोधन करण्याचा प्रयत्न केला. मग मला समजले की गीतेतील ह्या विशिष्ट श्लोकात 'संकल्प' या शब्दाचा अर्थ इच्छा असा आहे. योगी होण्यासाठी आपल्याला आपले सर्वस्व समर्पित करावे लागते. जरी गुरुजी सांगत असत की आपण इच्छा करणे सोडून देण्याची गरज नाही, मला जे समजले आहे ते असे आहे. आपण उच्च पातळीच्या इच्छा बाळगल्या पाहिजेत. उदाहरणार्थ, परमेश्वराचा अनुभव घेण्यासाठी, आपल्याला त्याचा अनुभव घेण्याची इच्छा असणे आवश्यक आहे. आपण गीतेतील ह्या श्लोकाचा संदर्भ समजून घ्यायला हवा. आपल्याला परमेश्वरापासून दूर नेणाऱ्या इच्छा आपण सोडून दिल्या पाहिजेत. तर, माझ्या समजूतीनुसार योगी होण्यासाठी आपण आपल्या अशा संकल्पांचे, म्हणजेच इच्छांचे समर्पण केले पाहिजे. पण आपण दररोज संकल्प किंवा निर्धार करू शकतो.

प्र: मुक्ती मिळवण्यासाठी कोणत्या आध्यात्मिक पद्धतींचा अभ्यास केला पाहिजे? आणि मुक्ती मिळाल्यानंतर आपण हे भौतिक जग सोडले पाहिजे का? आणि आपण मुक्तीच्या अवस्थेपर्यंत पोहोचलो आहोत हे आपल्याला कसे कळू शकते?

उ: मुक्तीबद्दल बोलण्यासाठी मी खूप लहान व्यक्ती आहे. मुक्ती ही खूप मोठी गोष्ट आहे. गुरुजींनी सांगितले होते की मुक्ती मिळवण्यासाठी आपल्याला आपली सगळी कर्मे नष्ट करावी लागतात. त्यासाठी आपण ध्यान केले पाहिजे आणि स्वतःमध्ये सकारात्मक परिवर्तन घडवून आणले पाहिजे. आणि जेव्हा आपण मुक्तीच्या अवस्थेत पोहोचू, तेव्हा आपल्याला आपल्या अंतःप्रेरणेने समजेल की आपण मुक्तीच्या अवस्थेत पोहोचलो आहोत. मग त्या अवस्थेत पोहोचल्यानंतर सुद्धा आपल्याला जगणे चालू ठेवावे लागते. जोपर्यंत आपल्याकडे हा देह आहे, तोपर्यंत आपल्याला सर्व तत्त्वांचे, सर्व मूल्यांचे पालन करीत इथे ह्या पृथ्वीवर वेळ घालवावा लागतो.

प्र: मी माझ्या घरात ध्यान करण्यासाठी एका विशिष्ट जागी बसतो. तीच जागा माझ्या कुटुंबातील इतर लोकं ध्यान करण्यासाठी वापरू शकतात का?

उ: मला वाटते की होय ते वापरू शकतात. एका घरात ध्यान करण्यासाठी एक सामान्य जागा असणे ठीक आहे.

प्र: सोलमेट्स जोडीने खाली येतात, तर मग मुक्ती मिळाल्यानंतर परत जाताना, जोपर्यंत आपल्या सोलमेटला मुक्ती मिळत नाही, तोपर्यंत आपण आपल्या स्रोताकडे परतीचा प्रवास करू शकत नाही. हे बरोबर आहे का?

उ: गुरुजींनी सांगितले होते की सोलमेट्स हे एकांग असल्यासारखे असतात. जर एका आत्म्याने मुक्ती प्राप्त केली किंवा मिळवली, तर त्याचा किंवा तिचा सोलमेट आपोआपच मुक्तीसाठी पात्र होतो. म्हणून दोघे एकत्र प्रवास करतात. हे शक्य आहे की एक व्यक्ती आधी देह सोडते. अशा परिस्थितीत, ज्या व्यक्तीने देह सोडला आहे, ती कदाचित एखाद्या उच्च लोकामध्ये तिच्या किंवा त्याच्या सोलमेटने ह्या पृथ्वीवरील तिचे किंवा त्याचे आयुष्य पूर्ण करण्याची वाट पाहाते. आणि एकदा ह्या आत्म्याने त्याचे किंवा तिचे ह्या पृथ्वीवरील जीवन पूर्ण केले, की तो किंवा ती उच्च लोकामध्ये वाट पाहाणाऱ्या व्यक्तीला परत भेटतात. तिथून पुढे, ते एकत्र प्रवास करतात. त्यांना ब्रह्म लोकात मनोमय कोश परत करावा लागतो. त्यानंतर त्यांचा जोडीचा प्रवास संपतो.

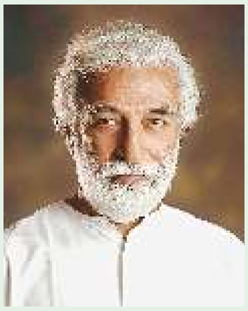
प्र: माझ्या जीवनाचे उद्दिष्ट आणि ध्येय साध्य करण्यासाठी मी ऋषींकडून कसे मार्गदर्शन मिळवू शकतो? ध्यान करताना मी हा संदेश ऋषींपर्यंत पोहोचवला पाहिजे का, किंवा मी हे कसे करावे?

उ: ध्यान करताना आपण काहीच करत नाही. हे आपण गुरुजींकडून शिकलो आहोत. आपण समर्पण करतो आणि फक्त शांतपणे बसून राहातो. माझा विश्वास आहे की जर आपण ध्यान केले, तर आपल्याला अंतःप्रेरणेने मार्गदर्शन मिळते. पण जर आपल्याला ऋषींशी संवाद साधायचा असेल, तर त्यासाठी गुरुजींनी दिलेली काही तंत्रे आहेत, आणि त्यांनी आपल्याला हे देखील सांगितले होते की तंत्रे महत्त्वाची नाहीत. त्यासाठी ऋषींबद्दल प्रेम असणे महत्त्वाचे 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

जेव्हाही नकारात्मक म्हणण्याजोगी एखादी परिस्थिती किंवा काही आव्हानं दैनंदिन जीवनात येतात तेव्हा मी थोडीशी थबकते आणि माझं काही चुकलयं का, ह्याचे अवलोकन करते. ह्या परिस्थितीपासून मला काय शिकलं पाहिजे हे पाहते. जर समजा तसं काहीच आढळलं नाही तर माझ्यात शरणागत भाव आपोआपच येतो. ही न सांगण्यासारखी खूप क्षुल्लक गोष्टं वाटू शकेल, पण जीवनाचा प्रत्येक क्षण जाणीवपूर्वक अगदी जागरुकपणे जगण्यास मला ह्याची बरीच मदत होत आहे. माझ्यासाठी हा फार मोठा बदल आहे पण सध्या तो अर्भकाच्या अवस्थेत आहे असं म्हणायला हरकत नाही. मला ह्या स्थितीत पुढील प्रगती साधायची आहे. आणखी बराच पल्ला गाठायचा आहे पण मला खूप मजा येते आहे. गुरुजींना धन्यवाद! ह्या पेक्षा आणखी जास्त मी काय मागू?

– शांता कुमारी एच. एस.

मला वाटते मी आता नवयुगाच्या ऊर्जांच्या लयीत, नकारात्मक विचारांपासून मुक्त, अंतरंग केंद्रित जीवन जगत आहे. मी ज्या लोकांना भेटतो त्यांच्याबद्दल माझ्या मनात सहानुभूती असते.

– रोलंन्ड पी.

एके दिवशी काही मिनिटे प्रकाशाचे प्रवहन केल्यानंतर मी गहन शांती व स्तब्धतेत प्रवेश केला. मग मी स्वत:ला तपोनगर येथील आपल्या मेडिटेशन हॉलमध्ये प्रिय गुरुजींच्या व महर्षी अमराजींच्या तसवीरी समोर बसलेले पाहिले. त्या तसवीरी फिकट पांढऱ्या रंगाच्या फुलांनी सजवल्या होत्या. काही वेळानंतर त्या तसवीरींच्या बाजूला जयंत सर डोळे मिटून बसलेले दिसले. मग एकाएकी त्या फिकट फुलांच्या माळा तेजस्वी शुभ्र पांढऱ्या दिसू लागल्या व शुभ्र पांढऱ्या प्रकाशाचे झोत आमच्या दिशेने ऊर्त्सजित करू लागल्या. हे मी काही मिनिटे अनुभवले आणि नंतर झोपी गेलो. जेव्हा मी डोळे उघडले तेव्हा साधारणत: २५ मिनिटे होऊन गेली होती. ह्या अनुभवानंतरची जाणीव अगदी अद्भुत आहे!

– स्वामीनाथन सी.

गुरुपौर्णिमे दिवशी माझे ध्यान झाल्यानंतर मी विश्रांती घेण्याकरिता पहुडलो होतो. एकाएकी मी स्वत:ला तपोनगरात गुरुजींच्या समाधी मंदिराजवळ पाहिले. समाधी मंदिर खूप तेजस्वी दिसत होते. मी समाधी मंदिरात शिरलो. गुरुजी तेथे होते. ते स्मित करीत होते. मी त्यांना वंदन केले व त्यांनी मला आशीर्वाद दिला. आम्ही काही बोलल्याचं मला आठवत नाही पण नजरेतूनच आपल्याला सर्व समजते. तिथे खूप दिवे लावलेले दिसत होते. ती दिवाळीची सकाळ असावी. त्यादिवशी दिवसभर मला खूप आल्हाददायक वाटले. असं ह्यापूर्वी मला कधीच जाणवलं नव्हतं. मला माझ्या सर्वांगात खूप ऊर्जा जाणवली... मला हे शब्दात मांडणे अशक्य आहे!

– विक्रम देसाई

प्रकाश प्रवहन करताना मला प्रकाश जाणवतो. तो मला शांती प्रदान करतो व माझे मार्गदर्शन देखील करतो. आता नातेसंबंध मला चांगले कळतात आणि त्यामुळे लोकांशी माझ्या वागणुकीत चांगले बदल होत आहेत. मी नम्र झाले आहे व इतरांची सेवा करण्यास मी तयार असते.

– वीणा सुरुवू

मी जेव्हा प्रकाश प्रवाहित करीत होते, तेव्हा एक हमिंगबर्ड आपले पंख फडफडवत भोवताली घिरट्या घालत होता, जणुकाही त्याला मला काहीतरी सांगायचे होते. मला वाटले की हा दैवी आशीर्वाद आहे व मला खूप आनंद झाला. मी लावलेल्या फुलांचा ताटवा फुलांनी अगदी बहरला आहे जो मी कैक वर्षांपूर्वी लावला होता. तो आता बऱ्याच मधमाश्यांना आकर्षित करतो आहे. त्या मधमाश्यांना मध गोळा करताना पाहून मला खूप समाधान मिळते व अत्यानंद प्राप्त होतो. गुरुजी व सप्त ऋषी माझे जीवन अशा बहुमूल्य क्षणांनी भरून टाकत आहेत त्यामुळे मला धन्य झाल्यासारखे वाटते.

– स्मिता शेटटी

स्थिरचित्त व सकारात्मक मन:स्थितीत राहण्याकरिता जाणीव हा खूप महत्वाचा घटक ठरत आहे. सर्वोच्च विवेकासमोर किंवा प्रकाशासमोर शरणागत होण्याने आव्हानात्मक परिस्थितींना तोंड देताना आपल्याला फार मोठा फरक जाणवतो.

– आशीष देसाई

मला पुष्कळ शांती जाणवते. प्रकाशाने मला जीवनात बरेचसे सकारात्मक परिणाम बहाल केले आहेत.

– सुगंध अवंतिका

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