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 4 | January 2022 | Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद

(जानेवारी २०११ या अंकामधून, अनुवाद : जयंत देशपांडे)

एका व्यक्तीने मला लिहिलेले पत्र मी वाचत होतो. ती व्यक्ती अशा एका अद्भुत आध्यात्मिक अवस्थेत होती, ज्या अवस्थेत लोकांना आणखी जास्त काहीही नको असते, ते सगळ्या गोष्टींपासून पूर्णपणे अलिप्त असतात, अगदी समाधीचा अनुभव घेण्याच्या मोहापासून देखील ते मुक्त असतात. अशा अवस्थेचे वर्णन करणे कठीण आहे. अशी लोकं प्रकाशात जगत असतात, जिथे संपूर्ण समाधान असते आणि कशाचाही मोह त्यांना स्पर्श करू शकत नाही. फक्त या जन्मातील आपल्या साधनेने आपण अशी उच्च आध्यात्मिक अवस्था गाठू शकत नाही. जन्मजन्मांतरांच्या साधनेनंतर आणि ऋषींच्या संगतीमुळे अशी अवस्था प्राप्त होत असते.

मी त्या व्यक्तिला सांगितले, "या अशा अवस्था देखील कायम टिकत नाहीत. कोणतीच गोष्ट कायम टिकत नाही."

आपण घोटाळे, लीक्स आणि लोकांचा दुटप्पीपणा उघडकीस येताना पाहत आहोत. तसेच नेतृत्वाचा आणि वंचितांबद्दल काळजीचा अभाव पण आपण पाहत आहोत. साहजिकच नैराश्याने आपल्याला वेढले आहे. ही स्थिती सुद्धा कायम राहणार नाही.

हे माझे तत्त्वचिंतन नव्हे. मी एका उच्च दृष्टिकोनातून पाहत आहे. कोणत्याही गोष्टी कायम राहत नसतात. आपण वेगवेगळ्या स्थितींतून जात असतो, त्यांना अनुभवतो आणि त्यातून शिकत असतो.

या वर्षाने हाव, लबाडी आणि मानवी मूल्यांबद्दल बेफिकीरीची कित्येक कृत्ये उघडकीस आणली. मी म्हणतो, छान झाले! जेव्हा अशा गोष्टी उघडकीस येतात, तेव्हाच काही कारवाई करता येते, तेव्हाच त्यांचा नायनाट करता येतो. अर्थात नेत्यांच्या हातून यासाठी काहीही होणे शक्य नाही, कारण ते सुद्धा या न त्या मार्गाने अशा कृत्यांमध्ये सामील आहेत. आपण असहाय सामान्य माणसे सुद्धा काहीच करू शकत नाही. या मानवी पातळीवर तर नाहीच नाही.

पण आपण मूक क्रांती घडवून आणू शकतो. हे लक्षात घेऊन आपण जागृत व्हायला हवे. नवे भवितव्य आपण घडवू शकतो. आपण ध्यान करू शकतो आणि ध्यानातून निर्माण झालेली कंपने सर्वत्र पसरवू शकतो. आपण सर्व जगात प्रकाश पसरवू शकतो.

प्रकाशाचा नक्कीच परिणाम होतो. त्याच्याजवळ प्रज्ञा आणि सामर्थ्य आहे. या पूर्वीही प्रकाशाने नेहमीच आपली मदत केली आहे. सध्याची राजकीय, आर्थिक, आध्यात्मिक आणि पर्यावरणाची स्थिती जशी खालावली आहे, त्याप्रमाणेच यापूर्वीही जेव्हा जेव्हा आपण चुका करून या पृथ्वीवरील जीवनस्तर खालावून टाकले होते, तेव्हा तेव्हा प्रकाशाने मदत केली होती. प्रकाश सर्वज्ञ आहे. आपण परिवर्तन मागावे, बदल मागावा, याचीच तो वाट बघत आहे. परिवर्तनाचा ध्यास आपल्याला लागायला हवा. परिवर्तन आपल्यावर लादले जाणार नाही.

आशा आणि नव्या प्रारंभांच्या नव्या वर्षात आपण प्रवेश करीत आहोत. नवे वर्ष आपला अपेक्षाभंग करणार नाही. या नव्या वर्षात आपण खूप प्रकाश आणि प्रेम पाहू.

माझ्याकडून सर्वांना नूतन वर्षाच्या शुभेच्छा. ■

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.

२८ नोव्हेंबर २०२१ रोजी तपोनगर येथे गुरुजींच्या महासमाधी दिवसानिमित्त कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला.

काही ठळक घडामोडी

- आपल्या आनेकल येथील केंद्रात २३ नोव्हेंबर रोजी आणि तपोनगर येथे २८ नोव्हेंबर रोजी गुरुजींच्या महासमाधी दिवसानिमित्त कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला.
- आनेकल केंद्रातील विद्यार्थी आनेकल येथील सप्तर्षी ध्यान केंद्रात कार्यक्रमासाठी एकत्र जमले.
- २८ नोव्हेंबर रोजी तपोनगरातील रहिवासी व मानसाचे स्वयंसेवक तपोनगरात एकत्र जमले आणि इतर विद्यार्थी लाईव्ह वेबकास्टद्वारे कार्यक्रमात सहभागी झाले. मानसाचे २०२२ सालाचे कॅलेंडर आणि महर्षी अमर यांच्यावर एक कॉमिक, "Little Amara's Adventures", ह्या कार्यक्रमाप्रसंगी प्रकाशित करण्यात आले.
- ९ जानेवारी २०२२ 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 २०२१ पर्यंत मानसा कार्यालयात आपले नाव नोंदवावे. बाहेरील विद्यार्थी देखील ह्यात प्रवेश घेऊ शकतील. सध्या शंबला गटात असलेल्या विद्यार्थ्यांनी देखील ३१ डिसेंबर २०२१ पर्यंत मानसा कार्यालयात त्यांचे नाव नोंदवून त्यांच्या सदस्यत्वाचे नूतनीकरण केले पाहिजे.
- मंगळवार, १ फेब्रुवारी २०२२ रोजी 'वर्ल्ड चॅनल्स डे' आयोजित करण्यात येईल.
- ६ फेब्रुवारी २०२२ रोजी महर्षी अमर जयंती साजरी करण्यात येईल. सध्याच्या कोविड परिस्थितीमुळे तपोनगरात एकत्र जमणे शक्य होणार नाही, त्यामुळे कार्यक्रम वर्चुअली वेबकास्टद्वारे आयोजित करण्यात येईल.
- २५–१२–२०२१ रोजी ध्यानसाधकांनी आपापल्या घरून तपोनगराशी मानसिक दुवा जोडून येशू ख्रिस्तांना प्रेम आणि आदर अर्पण केले आणि संपूर्ण जगास प्रकाश प्रवाहित केला.
- २०२२ सालाच्या मानसा कॅलेंडरच्या प्रती उपलब्ध आहेत. तुमची विकत घेण्याची इच्छा असल्यास कृपया मानसा कार्यालयाशी संपर्क साधावा.
- २०२२ सालाचे मानसा कॅलेंडर आता एन्ड्रॉइड प्लॅटफॉर्मवर देखील उपलब्ध आहे. एन्ड्रॉइड वापरकर्ते गूगल प्ले स्टोर वरून 'मानसा कॅलेंडर' शोधून डाउनलोड / अद्ययावत करू शकतील.

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०१	शनिवार	मास शिवरात्री
०२	रविवार	अमावास्या
१०	सोमवार	शुक्लाष्टमी
१२	बुधवार	शुक्ल दशमी
१५	शनिवार	उत्तरायणारंभ / मकर संक्रांती
१७	सोमवार	पौर्णिमा
२५	मंगळवार	कृष्णाष्टमी
३०	रविवार	मास शिवरात्री

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 ०९ – शंबला गटाची बैठक, दुपारी २ वाजता वेबकास्टद्वारे

रविवार १६ – 'रा' गटाची बैठक, दुपारी २ वाजता वेबकास्टद्वारे

महर्षी अमर जयंती कार्यक्रम

रविवार, ६–२–२०२२ रोजी

११ वाजता स्वागत
व्याख्याने
विशेष ध्यान

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

प्रकाश प्रवहनाविषयी शाळांचे अभिप्राय

संकलन : वैशाली जोशी, अनुवाद : वैशाली नितीन तरे

मी दिवसातून दोन वेळा प्रकाशाचे प्रवहन करते. प्रवहनानंतर माझे मन खूप शांत होते आणि मला दिवसभर उत्साही वाटते.

– श्रीमती माने, शिक्षिका, प्रथम फाऊंडेशन, पुणे

मी प्रकाश प्रवहनाचा नियमितपणे सराव करते. एके दिवशी शाळेची वेळ संपल्यावर मला थकवा जाणवत होता आणि कोणीतरी मला घरी पोहोचवून द्यावे अशी माझी इच्छा होती. मी मदतीसाठी प्रकाशाची प्रार्थना केली. मी ४–५ पावलेच चालले असतील, तेव्हा स्कूटीवरून जाणाऱ्या कुणीतरी व्यक्तिने मला विचारले की ती मला लिफ्ट देऊ शकते का, आणि तिने मला घरी आणून सोडले. ती महिला त्याच मार्गाने रोज प्रवास करीत असली, तरी तिने मला त्या दिवशीच लिफ्ट देऊ केली.

– नेहा हिरेगौदर, इयत्ता नववी, सेंट पॉल्स इंग्रजी माध्यमिक शाळा, जयनगर, गंगावती

मी गेल्या सहा महिन्यांपासून रोज प्रकाश प्रवहनाचा सराव करीत आहे. आता माझे मन शांत व चिंतामुक्त झाले आहे. माझा परिस्थिती हाताळण्याचा दृष्टिकोन बदलला आहे. पूर्वी जेव्हा जेव्हा कठीण परिस्थिती उद्भवायची, तेव्हा मी चिंतातुर व्हायचो. परंतु प्रकाश प्रवहनाचा सराव सुरू केल्यानंतर, मी परिस्थितींना सकारात्मकतेने हाताळण्यास सक्षम आहे आणि त्यांचे यशस्वीरित्या निराकरण करू शकतो. मी परिस्थितीचा अधिक हसतखेळत अनुभव घेण्यास समर्थ आहे आणि त्यामुळे माझा आत्मविश्वास वाढला आहे. मी लोकांवर प्रेम करण्यास व त्यांच्याशी दयाळूपणे वागण्यास सक्षम आहे. पूर्वी मला खूप लवकर राग येत असे, पण आता माझा राग एकदम कमी झाला आहे. आता मी निरोगी व शांत जीवन जगू शकत आहे. माझ्या सभोवतालच्या लोकांना माझ्यातील बदल लक्षात आला आणि त्यांनी मला त्याविषयी सांगितले.

खोलीचा दरवाजा बंद करत असताना, माझा हात दरवाज्याच्या फ्रेम आणि दरवाज्यामध्ये आला होता, आणि हाताला खूप दुखापत झाली होती. मला असह्य वेदना होत होत्या. आणखी एके दिवशी मी तीव्र पोटदुखीमुळे आजारी होतो, आणि औषधे घेऊनही माझी पोटदुखी थांबली नाही. दोन्ही वेळेला मी प्रकाशाकडे मदतीसाठी प्रार्थना केली आणि मला वेदनांपासून खूप लवकर आराम मिळाला.

– मदन कुमार, एक प्रकाश प्रवाहक

गेल्या २५ आठवड्यांपासून मी दिवसातून दोन वेळा प्रकाश प्रवहनाचा सराव करीत आहे. मला निवांत व शांत वाटते आणि माझा ताण कमी झाला आहे. आता मी, मोकळ्या मनाने व उत्साहाने सामाजिक व इतर गोष्टींवर लक्ष केंद्रित करण्यास सक्षम आहे.

– अमरनाथ पी.के., एक प्रकाश प्रवाहक

मी रोज १५–२० मिनिटे प्रकाश प्रवहनाचा सराव करते. जरी मी इतक्यातच या तंत्राच्या सरावाला सुरुवात केली असली तरी मी माझ्या जीवनशैली व स्वभावात प्रचंड बदल पाहिला आहे. मी खूप शांत व शांतीमय झाले आहे. माझा आत्मविश्वास खूप वाढला आहे, आणि हा बदल माझ्यासाठी खूप महत्त्वाचा होता.

– बिंदू, एक प्रकाश प्रवाहक

एका वर्षापूर्वी मला डॉ. पद्मश्री यांनी प्रकाश प्रवहनाबद्दल सांगितले. माझं बाळ खूप कुरकुर करायचं, रडायचं. पुष्कळदा डॉ. पद्मश्री त्याच्याकडे प्रकाश पाठवत असत आणि मला लगेच फरक जाणवायचा. या अनुभवामुळे, मी स्वतः प्रकाश प्रवहनाचा सराव सुरू केला आणि मी मागील सहा महिन्यांपासून करत आहे. माझा आत्मविश्वास आता वाढला आहे आणि मी शांत व स्तब्ध राहू शकत आहे.

– सिंधु के., एक प्रकाश प्रवाहक

आमच्या शाळेतील विद्यार्थी दररोज शाळेच्या प्रार्थनेत प्रकाश प्रवहनाच्या सत्राचे संचालन करतात. प्रवहनानंतर जेव्हा मुलं त्यांचे डोळे उघडतात, तेव्हा त्यांच्या डोळ्यांतून मला हे दिसतं की, या तीन मिनिटांमध्ये त्यांच्यामध्ये काहीतरी पवित्र घडले आहे.

– श्रीमती मीरा, कोऑर्डिनेटर, शांतीनिकेतन इंग्लिश स्कूल, गिरीनगर, बंगलोर

प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ

ही ह्या जगाला प्रेम व शांतीने परिपूर्ण अशी सुंदर जागा बनविण्यासाठी, आपल्या अंतःकरणातील 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 अंधःकाराला 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 स्वतःहून आपल्या ऐहिक गरजांची मर्यादा ठरवा.

गुरुजी उवाच

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : वैशाली जोशी

ऑक्टोबर २००६

मी अनेक वेळा सांगितल्याप्रमाणे, आपण सर्वांनी वाचन करायला हवे असा मी सल्ला देतो. जगात अनेक अद्‌भुत गोष्टी घडत आहेत. साधनेचे अनेक टप्पे, अनेक आयाम आहेत. तेव्हा आपल्या लक्षात येते की साधना म्हणजे फक्त ध्यान करणे नव्हे. ध्यान करणे अर्थातच महत्त्वाचे आहे, पण ध्यानासोबत आणखी अनेक गोष्टी सुद्धा महत्त्वाच्या आहेत. आपण वाचन करून आपले ज्ञान वाढवले पाहिजे. आणि दुसरी गोष्ट म्हणजे, आपण चिंतन केले पाहिजे. आपल्यापैकी अनेक जण हे करत नाहीयेत. आपल्याला महत्त्वाच्या वाटणाऱ्या कोणत्याही मुद्यावर आपण चिंतन केले पाहिजे – ह्या व्याख्यानांतून आपण वेचलेल्या मुद्द्यांवर, पुस्तकांतून आपण वेचलेल्या मुद्द्यांवर. चिंतन आपल्याला अनुभूतीकडे नेते. तुम्ही हे उद्धरण म्हणून वापरू शकता. तुम्ही चिंतन केले पाहिजे. तुम्ही बौद्धिक खजिन्याचा उपयोग केला पाहिजे. बुद्धीचा उपयोग केला पाहिजे. बुद्धीने जितके जास्तीत जास्त आपल्याला मिळू शकते, ते आपण मिळवले पाहिजे. मग त्याच्या पलीकडे जाणे आपल्याला सोपे जाते. तुम्ही बुद्धीला बगल देऊ नये. हे खूप महत्त्वाचे आहे. म्हणूनच चिंतन करणे खूप महत्त्वाचे ठरते. आपल्या ऋषींना हे सर्व माहीत होते. म्हणून त्यांनी – श्रवण, मनन, निदिध्यासन आणि अभ्यास – असे म्हटले होते. हे सर्व आपल्याला व्याख्यानांतून कळते. जेव्हा आपण गांभीर्याने साधना सुरू करतो, फक्त तेव्हाच ह्या सर्व गोष्टी महत्त्वाच्या ठरतात. म्हणून आपण प्रत्येक मुद्दा समजून घेतला पाहिजे, त्यावर चिंतन केले पाहिजे, आणि मग अनुभवले पाहिजे; अनुभवाच्या जगात प्रवेश केला पाहिजे. एकदा का आपण अनुभव घ्यायला सुरुवात केली, की मग आपल्याला सर्वकाही समजते.

आम्ही ध्यानाची तंत्रे परिष्कृत करणार आहोत. मी म्हटल्याप्रमाणे, आपण काळात पुढे जात आहोत. ऋषी महात्मे आहेत. आपण अनेक गोष्टी त्यांना न सांगता देखील त्यांना सर्वकाही समजते. त्यांना माहीत आहे की या आधुनिक जीवनात लोकांजवळ साधनेसाठी फारसा वेळ नाही. जीवनाच्या मागण्या इतक्या आहेत, की त्यासाठी चोवीस तास सुद्धा अपुरे पडतात. त्यामुळे ते तुम्हाला तीन तास ध्यान करा असे सांगू शकत नाही आणि कमी कालावधीसाठी ध्यान करा असेही सांगू शकत नाही. मी असे म्हणू शकत नाही की ध्यानासाठी दहा मिनिटे पुरेशी आहेत. ध्यानास बसून केवळ स्थिर होण्यासाठीच दहा मिनिटे लागतात. आपण कमीतकमी एक तास तरी ध्यान करणे आवश्यक आहे. तर, ऋषी हे लक्षात ठेवणार आहेत. पण पुन्हा, आम्ही जास्त प्रभावी तंत्रे देणार आहोत. आणि ही तंत्रे खूप साधी असतील. ह्या तीन गोष्टी महत्त्वाच्या आहेत – वेळ, तंत्राची परिणामकारकता आणि तंत्रांचे साधे असणे. तंत्र साधे असणे कशासाठी गरजेचे आहे? कारण तुम्ही तंत्राच्या पलीकडे गेले पाहिजे. तुम्ही कधीही तंत्रामध्येच अडकून राहू नये. हे सर्व लक्षात घेऊन ऋषी तंत्रे तयार करीत आहेत.

जेव्हा ही प्रक्रिया चालू होती, तेव्हा ऋषींनी एक टिप्पणी केली. ते म्हणाले, "कदाचित काही तंत्रे आम्ही वेळेच्या खूप आधी दिली असतील." ते सूक्ष्म प्रवास आणि ऋषींशी संपर्क साधण्याच्या तंत्रांविषयी बोलत होते. त्यांनी हे देखील सुचवले की तीन किंवा चार वर्षानंतर (किंवा आणखी काही वर्षांनंतर जे अद्याप त्यांनी ठरवलेले नाही), ते सूक्ष्म प्रवास आणि त्यांच्याशी संपर्क साधण्याची तंत्रे देतील. जेव्हा मी त्यांना ह्याचे कारण विचारले, तेव्हा ते म्हणाले, "लोकं सूक्ष्म प्रवास योग्य प्रकारे करू शकत नाहीत आणि मग ते सहजासहजी निराश होतात." सूक्ष्म प्रवास ही एक रोमांचकारी गोष्ट आहे. म्हणून, आपण त्याचा सराव करण्याचा प्रयत्न करतो, पण आपल्याला मनाजोगते त्याचे परिणाम मिळत नाहीत किंवा केलेला प्रवास आठवत नाही. मग आपण विचार करतो, की आपण तो करू शकत नाही आणि आपण प्रयत्न करणे सोडून देतो. लोकांनी प्रयत्न करणे सोडून देण्याऐवजी, ऋषींनी विचार केला की ही तंत्रे काही काळानंतर देण्यात यावी. हे सर्व साधनेविषयी आहे.

ह्या सृष्टीच्या प्रशासनात, एक परिपूर्ण क्रमबद्धता आहे. कारण, ह्या गोष्टींचे खूप प्रभावीपणे प्रशासन केले जात आहे, त्यांची देखरेख होते आहे. प्रशासन करण्यासाठी, एक सर्वोच्च अधिकारी मंडळ आहे. आणि असे मंडळ प्रत्येक संस्थेत किंवा संघटनेत असते. कोणत्याही कार्यालयात एक प्रमुख माणूस असतो, त्याच्या हाताखाली अनेक लोकं असतात ... एक प्रणाली असते. योग्य कार्यविधीसाठी हे महत्त्वाचे आहे, इतकेच. इथे देखील एक अधिकारी मंडळ आहे – सप्त ऋषी. सप्त ऋषींसह विश्वामित्र महर्षी आहेत, महर्षी अमर आहेत. व्यास महर्षी आहेत, जे ह्या जागेचे प्रभारी आहेत. हे सर्व एका पातळीवर आहे. त्यांना ऋषी किंवा महान गुरू असे संबोधले जाते. त्यांच्या खाली ह्या भौतिक पातळीवर मी इथे गुरू आहे. अशा व्यवस्थेची मदत होते, नेहमीच मदत होते. लोकं प्रत्येक गोष्ट माझ्याकडे आणतात, लहानापासून ते सर्वात मोठ्या गोष्टीपर्यंत. त्याशिवाय एक ट्रस्ट आहे. ही एक कायदेशीर संस्था आहे. ती निर्णय घेते आणि हे ट्रस्ट खूप चांगल्या प्रकारे काम करीत आहे.

मी यावर जोर देऊ इच्छितो की तुमच्यापैकी कोणीही – आपल्याकडे शिक्षक, स्वयंसेवक, विद्यार्थी आहेत – इथे सर्वोच्च पदावर पोहोचू शकतो. ते तुमच्यावर अवलंबून आहे. मी नेहमी म्हणतो, तुम्ही सर्व ऋषी होण्याच्या मार्गावर आहात. तर, तुम्ही प्रगती केली पाहिजे. तुमच्यापैकी कोणीही ह्या जागेवर बसू शकतो. तुम्ही उन्नती केली पाहिजे, एवढेच.

आपल्याला भगवद्‌गीता देण्यात आल्यापासून, त्यातील ज्ञान लोकांना पुन्हा पुन्हा सांगण्यात आलेले आहे. कदाचित ही पुनरावृत्ती आवश्यक आहे, कारण आपण काही गोष्टी अंमलात आणल्या पाहिजेत. म्हणून, आपल्याला त्यांची पुन्हा पुन्हा आठवण करून देणे आवश्यक असते.

आम्ही एक लहानसे पुस्तक प्रकाशित केले आहे – Descent of Soul. ही मूलभूत सत्यांच्या ज्ञानाची एक प्रकारची उजळणी आहे आणि एक किंवा दोन ठिकाणी त्यात एक प्रकारचा विस्तार करण्यात आला आहे किंवा भर घालण्यात आली आहे. जेव्हाकेव्हा एखादा नवागत येत असे, माझे गुरू संपूर्ण 'Descent of Soul' त्याला कथन करून सांगत असत. त्यांना एक तास लागत असे. नंतर, जेव्हा नवागतांची संख्या मोठी झाली, तेव्हा ते आमच्यापैकी एकाला ते त्यांना सांगायला लावत असत. त्यांनी आम्हाला सांगितले, "जेव्हाकेव्हा तुम्ही ते पुन्हा वाचता, तेव्हा तुमच्या मेंदूच्या नवीन पेशी उघडतात. तुम्हाला नवीन उत्तरे मिळतात आणि जर तुम्ही व्यथित असाल, तर पुन्हा Descent of Soul वाचा." तुमच्या लक्षात येईल की त्यात सर्व उपनिषदांचे सार आहे. कदाचित इतर कुठेही ह्या विषयाशी संबंधित सर्व ज्ञान इतके पद्धतशीरपणे मांडलेले नाही. आणि माझ्या गुरूंनी त्यात अनेक तपशीलांची भर घातली, जे ज्ञान त्यांनी सर्वोच्च पातळीवरून आणले होते. तर, हे एक अतिशय महत्त्वाचे पुस्तक आहे. ■

श्री जयंत देशपांडे यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

२८-११-२०२१

जसे की आपल्याला माहीत आहे, गुरुजींचे सर्व लोकांशी खूप चांगले संबंध होते. त्यांचे आपल्या सर्वांशी खूप छान संबंध होते. आपल्यात काहीही विशेष नसेल, पण त्यांना मात्र आपल्यात काहीतरी विशेष दिसायचे. हीच त्यांची खासियत होती – दुसऱ्यांमधील वैशिष्ट्य शोधणे! ते इतरांमधील सकारात्मक भागाशी, त्यांच्यातील देवत्वाशी नाते जोडत असत. ते सर्व काही पाहू शकत होते. त्यांना आपला भूतकाळ माहीत होता. आपण आपल्याबद्दल जे काही जाणतो त्यापेक्षा त्यांना आपल्याबद्दल अधिक माहीत होते, आणि तरी सुद्धा ते आपल्यातील विशेष भागाशी संबंध जोडत असत. त्यांचे आपल्याशी असलेले नाते आध्यात्मिक स्वरूपाचे होते. गुरुजींसाठी सर्वकाही आध्यात्मिक होते. ते आध्यात्मिकतेचे मूर्त स्वरूप होते. त्यांचे आपल्याशी असलेले संबंध आध्यात्मिक होते, पण ते सर्व पातळ्यांवर प्रकट होत असे. लोकांकरिता ते भौतिक स्तरावर सुद्धा विशिष्ट गोष्ट करण्यासाठी कसोशीने कष्ट घेत असत. आपल्या कामातील बारीक सारीक तपशीलाबद्दल ते विलक्षण दक्ष राहत असत.

परिपूर्णता ही गुरुजींमध्ये आपसूकच होती. आपल्यावरील बिनशर्त प्रेमातच त्यांच्या परिपूर्णतेचा उगम असावा. त्यांच्यातील परिपूर्णतेविषयी बोलायचे झाल्यास, मला त्यांचे एकंदरीत वागणे आठवते – त्यांच्या बोलण्याची पद्धत, त्यांचे डौलदार चालणे आणि त्यांच्या लिहिण्याची पद्धत. त्यांच्या प्रत्येक कृतीत एकप्रकारचे सौंदर्य होते. आताही जेव्हा आपण गुरुजींनी लिहिलेल्या नोट्स वाचतो, तेव्हा त्यांचे लिखाण आपल्या अंतरंगाला स्पर्शून जाते. त्यांच्या बोलण्यात, कृतीत, विचारांमध्ये आणि लिखाणात आपल्याला उत्कट सच्चेपणा जाणवतो. स्वतःला इतक्या सुंदर पद्धतीने व्यक्त करण्याची त्यांची क्षमता बघून मला थक्क व्हायला होते. जेव्हाही ते "रिफ्लेक्शन्स" किंवा इतर काही लिहायला बसत, तेव्हा एका बैठकीतच लिहिणे ते पूर्ण करत असत. लिहिलेला मजकूर परत वाचून त्यात फेरबदल किंवा सुधारणा करण्याची आवश्यकता राहत नसे. आपल्यापैकी ज्यांना लिखाणाचे किंवा व्याख्यान इत्यादी देण्याचे काम आहे, त्यांना हे माहीत आहे की आपल्याला आपल्या कामाची समीक्षा आणि उजळणी करावी लागते. पण त्यांच्या बाबतीत जणूकाही असे होते की प्रत्यक्ष देवच त्यांच्याद्वारे लिहीत आहे, आणि त्यात आणखी सुधारणा करण्याची आवश्यकता राहत नसे.

असो, मी त्यांच्या नातेसंबंधांविषयी बोलत होतो. या भौतिक पातळीवर आपल्याला मर्यादा असू शकतात, परंतु एका वेगळ्या पातळीवर ते त्यांच्या सर्व विद्यार्थ्यांच्या खूप समीप होते. जी लोकं व्यक्तिशः त्यांच्यासोबत होती आणि जी लोकं कधीही त्यांना प्रत्यक्षरित्या भेटली नव्हती किंवा ज्यांनी त्यांना कधीही पाहिले नव्हते, ते सर्व त्यांना सारखेच जवळचे होते. शारीरिक आणि भावनिक पातळीवर मर्यादा असतात परंतु आध्यात्मिक पातळीवर कोणत्याही मर्यादा नसतात. कधी कधी, मला आठवते, ते आम्हाला सांगायचे, "मी आणखी जास्त भावनिक भार उचलू शकत नाही." म्हणजे काहीवेळा नवीन लोक एक प्रकारची भावनिक आधाराची अपेक्षा ठेवत असत. अशावेळी ते म्हणायचे की माझ्यासाठी अधिक भावनिक ओझे घेणे कठीण आहे. ते अनेकांना भावनिक आधार देत असत, पण मनाला मर्यादा असतात. आध्यात्मिक पातळीवर मात्र ते सर्वांना बिनशर्त आधार देत असत. कारण आध्यात्मिक स्तरावर, आत्म्याच्या स्तरावर, कोणत्याही मर्यादा नसतात.

गुरुजी जन्मजात महान गुरु होते. ऋषींचे हे केंद्र स्थापित करण्यासाठी त्यांना संघर्ष करावा लागला, पण त्यांच्या वैयक्तिक प्रगतीसाठी त्यांना संघर्ष करावा लागला नाही. महर्षी अमरांना भेटल्यानंतर आध्यात्मिक जीवनात दीक्षा घेण्यापूर्वीच उच्च मूल्यांचे पालन करत परिपूर्ण जीवन ते जगत होते. प्रामाणिकपणा, सत्यवचन, वैराग्य, जीवन समरसतेने जगणे – अशा प्रकारची जीवनमूल्ये त्यांना सांगावी किंवा शिकवावी लागली नाहीत. ते अगदी लहान असतांनाचा, त्यांच्या जीवनातील एक मजेशीर किस्सा मला आठवतो. मी यापूर्वीही हा किस्सा सांगितला आहे. गुरुजी कदाचित तिसऱ्या किंवा चौथ्या वर्गात शिकत असावेत. त्यांच्या वर्गामध्ये घटक चाचणी परीक्षा घेण्यात आली होती. गुरुजींना प्रश्नांची उत्तर माहीत नव्हती. गुरुजी शिक्षिकेचे खूप लाडके होते आणि त्यांच्या लक्षात आले असावे की गुरुजींना उत्तरं माहीत नसल्यामुळे ते लिहीत नाही आहेत. गुरुजींनी नापास होऊ नये असे त्यांना वाटले, म्हणून त्यांनी दुसऱ्या विद्यार्थ्याची उत्तरं पाहून लिहिण्यास गुरुजींना सांगितले. परंतु गुरुजींना हा सल्ला मान्य नव्हता. इतके लहान असून नापास होणे त्यांना मान्य होते पण कॉपी करणे त्यांच्या तत्त्वात बसत नव्हते. त्यांनी त्यांची पाटी कोरी ठेवली. त्यांचे न ऐकल्याबद्दल शिक्षिकेने त्यांना शिक्षा केली, पण गुरुजींच्या रिकाम्या पाटीवर मात्र दहा पैकी सात गुण दिले! गोष्टी योग्यरीत्याच करायचं शहाणपण, इतक्या लहान मुलाजवळ कुठून आलं असेल? म्हणूनच मी म्हणतो की ते जन्मजात महात्मा होते.

आपल्याला माहीत आहे की त्यांचा उच्चात्मा सत्यलोकांत तप करत आहे.

गुरुजींच्या महत्त्वाच्या कार्यांपैकी एक कार्य म्हणजे बहुआयामी महर्षी अमरांची सर्व जगाला ओळख करुन देणे. फक्त ओळख करुन देणे हेच नाही तर जगाकडे त्यांचे ज्ञान आणि ऊर्जा पोहचवणे सुद्धा होते. आणि हे सोपे नव्हते. महर्षी अमरांच्या सूक्ष्म जगातील अद्भुत उपक्रमांबद्दल केवळ बोलणे सोपे होते. परंतु ध्यानसाधना आणि आध्यात्मिक ज्ञानाची भेट इतरांपर्यंत पोहचवण्यासाठी गहन अभ्यासाची, ज्ञानाची गरज होती. फक्त एक थोर गुरुच ते करू शकले असते. लोकांना सांगणे महत्त्वाचे होते की आपल्या सारख्या अतिसामान्य लोकांमध्येही परमेश्वरापर्यंत पोहचण्याची, परिपूर्णत्व मिळवण्याची क्षमता आहे. आध्यात्मिक असणे म्हणजे काय आहे, हे सांगणे महत्त्वाचे होते. माणुसकी बाळगणे म्हणजे आध्यात्मिक असणे होय, हे सांगणे महत्त्वाचे होते. हे जीवन पूर्णपणे जगणे म्हणजे आध्यात्मिकता होय, हे सांगणे गरजेचे होते. ध्यानाची तंत्रे इतरांपर्यंत पोहचवणे महत्त्वाचे होते, जेणे करून त्यांनाही सप्त ऋषींकडून प्राप्त झालेल्या या प्रभावशाली तंत्रांचा अनुभव घेता आला असता. साध्या शब्दात हे सांगणे गरजेचे होते की ध्यानातील अनुभव हे आपल्या आध्यात्मिक प्रगतीचे मोजमाप करत नाहीत. विनम्रता ही आपल्या आध्यात्मिक प्रगतीचे द्योतक आहे. प्रेमाला प्रकट करणे हे आपल्या आध्यात्मिक प्रगतीचे माप आहे. आपली वर्तणूक आपल्या आध्यात्मिक प्रगतीचे निर्देशक आहे.

महर्षी अमर सुद्धा एक मानव होते, हे सांगणे गरजेचे होते. देवांच्या सान्निध्यात राहूनही, अगाध क्षमता अंगी असूनही, त्यांनाही मानवी भावना होत्या. जेव्हा मानवी शरीर सोडण्याची वेळ समीप आली होती, तेव्हा ते सुद्धा भावूक झाले होते.

(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)

महान गुरु, हे ऋषींच्या सांगण्यावरून कधीही शरीर सोडण्यास तयार असतात, हे आपल्याला माहीत आहे, पण भौतिक शरीर धारण केल्यावर त्यांच्यातही मानवी भाग हा असतोच. माझ्या मते भावुक होणे, हे मृत्युमुळे नसून, आपल्या प्रियजनांपासून दूर जावे लागणार, ही एक मानव म्हणून अनुभवलेली वेदना होती. हा मानव असण्याचा भाग आहे आणि अशा भावना आपण दाबायला नको. या भावनांमध्ये उदात्तता आहे. शेवटी अशा भावना या प्रेमातून, आपल्या अतंरंगातील दैवी प्रेमातून उद्भवतात.

ही आपली शरीर प्रणाली – शरीर, मन आणि बुद्धीची ही व्यवस्था दैवी आहे. या शरीर प्रणालीतून प्रकट होणाऱ्या अभिव्यक्तींचा उगम, हा आपल्या अंतरंगाच्या गाभ्यात असतो. या अभिव्यक्ती प्रकट होऊ द्यायला हव्यात. अशा अनेक गोष्टी समजावून सांगण्याचे महत्त्व गुरुजींनी ओळखले होते. ते हे सर्व करू शकले, कारण महर्षी अमर त्यांना समजले होते, कारण त्यांच्या गुरुंकडून मिळालेल्या ज्ञानाचा अभ्यास करून, अनुभव घेऊन त्यांनी ते ज्ञान स्वतःचे बनवले होते. ते लोकांना ते ज्ञान समजावून सांगू शकले कारण त्यांनी परमात्म्याचा स्वतः अनुभव घेतला होता.

ते एक उत्कृष्ट विद्यार्थी, एक उत्तम साधक आणि अर्थातच आपल्यासाठी एक सर्वोत्कृष्ट गुरु होते. एक गुरु म्हणून, त्यांनी आपल्याला सत्यांची जाणीव करून दिली, आणि सत्याचा प्रत्यक्ष अनुभव घेण्यास प्रोत्साहन दिले. त्यांनी त्यांच्या जगण्यातून आपल्याला खूप काही शिकवले. त्यांना भेटला असलेला प्रत्येकजण माझ्याशी सहमत असेल की, ते सतत बिनशर्त दैवी प्रेम स्पंदित करत असत. त्यांना भेटणे ही एक दैवी अनुभूती होती. मला माहीत आहे की लोकांनी गुरुजींसोबतच्या त्यांच्या भेटीच्या आठवणी जपून ठेवल्या आहेत. जेव्हाकेव्हाही त्यांना त्या पवित्र क्षणांची आठवण होते, तेव्हा तो दैवी अनुभव ते पुन्हा जगतात. मी लगेचच हे स्पष्ट करू इच्छितो की जे त्यांना भेटले नाही आहेत, त्यांना वाईट वाटून घेण्याची गरज नाही. गुरुजींना ते त्यांच्या ध्यानात अनुभवू शकतात. आपण ध्यानात जर देवाला अनुभवू शकलो, तर ते गुरुजींना भेटण्यासारखे होईल.

अर्थातच मी हे सत्य नाकारू शकत नाही की त्यांना प्रत्यक्ष भेटणे हा एक मोठा सन्मान होता, मोठे भाग्य होते, एक भव्य अनुभव होता, एक अद्भुत संधी होती. पण ती एक सुरुवात होती. त्यानंतर आपल्याला त्यांच्यासमवेत चालावे लागणार होते. आपल्याकडे निवड करण्याचे स्वातंत्र्य होते. आपण त्यांना सोडून जाण्याचा किंवा त्यांचे अनुसरण न करण्याचा निर्णय घेण्यासाठी स्वतंत्र होतो. माझा विश्वास आहे की आज आपण इथे आहोत, ते हे सूचित करते की, आपण त्यांच्याबरोबर चालणे निवडले आहे.

अशा थोर महापुरुषांचे कार्य चालू ठेवणे, ही खरंच किती मोठी जबाबदारी आहे. मला वाटत नाही की आपल्यात ती क्षमता आहे – मी स्वतःबद्दल बोलत आहे – अशी जबाबदारी पेलण्याची. आपण खूप लहान आहोत. परंतु गुरुजी आपल्याला बळ देतात आणि आपल्या अंतःप्रेरणेच्या माध्यमातून आपले मार्गदर्शनही करतात. आपल्याला खूप काही करायचे आहे आणि मला वाटते गुरुजी आणि महर्षी अमरांना आपल्याकडून खूप अपेक्षा आहेत. माझ्या समजूतीनुसार आपल्याकडून खूप व्हर्टिकल (उभ्या) प्रगतीची अपेक्षा आहे. हॉरिझॉन्टल किंवा आडव्या स्तरावर, या व्यवस्थेची काळजी घेणे ही एक बाब आहे. गुरुजींचे आभार की, आपल्याकडे स्पष्ट मार्गदर्शक तत्त्वे आणि सूचना आहेत. परंतु जास्त समजून घेण्यासाठी, अधिक अनुभवण्यासाठी आणि अधिक आत्मसात करण्यासाठी आपली व्हर्टिकल प्रगती होणे गरजेचे आहे.

आपल्याला मिळालेले ज्ञान आणि प्राप्त झालेल्या ऊर्जांच्या सहाय्याने ही व्यवस्था आपण चालवू शकत आहोत. आपल्याकडे स्पष्ट मार्गदर्शक तत्त्वे आहेत, जी खूप मदत करतात. पण कधी नवी आव्हाने असतात आणि काहीवेळा आपण संघर्ष करतो. पण आपल्याला नेहमीच मदत मिळते, ही सुद्धा वस्तुस्थिती आहे. आपल्याला जास्त अनुभव घ्यावा लागेल आणि आपल्या अनुभवाद्वारे गोष्टी स्पष्ट कराव्या लागतील. त्यासाठी प्रचंड प्रयत्नांची गरज आहे. मी केवळ तुमच्या समोर वस्तुस्थिती ठेवत आहे. आणि हे माझे स्वतःचे मूल्यांकन देखील आहे, की मी पुरेसे काम केलेले नाही. मला त्याची जाणीव आहे.

मी सर्वतोपरी प्रयत्न करेन. माझी टीम ही एक अद्भुत टीम आहे. सर्व लोक, एक टीम म्हणून खूप चांगले काम करत आहेत. प्रत्येक सदस्याची गुरुजींवर नितांत श्रद्धा आहे. आम्ही परिपूर्ण नाही, पण आम्ही प्रामाणिक आहोत आणि आमचा हेतू शुद्ध आहे. ही टीम गुरुजींनी फक्त मलाच नाही, तर आपल्या सर्वांना बहाल केलेला एक मोठा आशीर्वाद आहे, मोठा आधार आहे. त्यांच्याशिवाय आपण हे कार्य पुढे चालू ठेवू शकलो नसतो. या अद्भुत लोकांचा मी कायम ऋणी राहीन. धन्यवाद. ■

प्रश्नोत्तरे

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

प्र: नाग दोष किंवा सर्प दोष असे काही असते का? आणि आपण त्यावर कशी मात करू शकतो?

उ: आपण जर ज्योतिषाकडे गेलो तर ते अशा गोष्टींविषयी बोलतात. सर्प दोष म्हणजे नक्की काय ते मला माहीत नाही. पण मला इतके माहीत आहे की जर आपण नियमितपणे ध्यान केले आणि जर आपण सकारात्मक होण्याचा प्रयत्न केला, तर आपण कोणत्याही दोषांची काळजी करण्याची गरज नाही; फक्त सर्प दोषाचीच नव्हे, तर कोणत्याही दोषाची काळजी करण्याची गरज नाही. त्याने सर्व दोष दूर होतात. आणि शेवटी सगळी कर्मे नष्ट होतात. ही ध्यानाची ताकद आहे. आपण अर्थातच आपले प्रयत्न सातत्याने चालू ठेवले पाहिजेत. याचा आणखी एक घटक आहे. ज्योतिषी जन्मपत्रिका वाचतो आणि आपली जन्मपत्रिका आपल्या कर्मांप्रमाणे आपल्या जीवनाचा मार्ग ठरवते. असे म्हणूया की आपले जीवन कोणत्या प्रकारचे असेल, आपल्याला कोणत्या अनुभवांतून जावे लागेल, हे जन्मपत्रिकेवरून समजते. पण, जेव्हा आपण साधना सुरू करतो आणि जेव्हा आपल्यात परिवर्तन होण्यास सुरुवात होते, तेव्हा आपल्या जीवनाचा हा मार्ग, हा कार्मिक मार्ग बदलतो. जन्मपत्रिकेत दर्शविलेल्या अनुभवांतून आपण जात नाही. आपण कदाचित पूर्णपणे वेगळ्या अनुभवांतून जात असू, पण ज्योतिषांना ह्याचे ज्ञान कदाचित असू शकत नाही. असे म्हणूया की त्यांच्याकडे डायनामिक पत्रिकेसारखे काही नसते. त्यामुळे ते आपल्याला बरोबर सांगू शकणार नाहीत. असो, जर आपण नियमितपणे ध्यान करीत असू आणि सकारात्मक होण्यासाठी प्रयत्न करीत असू, तर आपण आपली स्वत:ची नियती बदलत आहोत आणि आपल्याला नक्कीच देवाची मदत मिळते. मग आपण कोणत्याही दोषांची काळजी करण्याची गरज नाही.

प्र: आपण गुरुवर किंवा देवावर आपली श्रद्धा कशी वाढवू शकतो?

उ: अशा प्रश्नांची उत्तरे देणे अवघड आहे पण मी ज्या प्रक्रियेमधून गेलो आहे त्याचा मी विचार केला. कदाचित त्याने मदत होईल. मला जे कळते, ते मी तुमच्या समोर मांडतो. माझ्या समजूतीनुसार, सत्य जाणण्याने श्रद्धा बळावते. माझा असा विश्वास आहे. श्रद्धा ही एकप्रकारच्या आंतरिक ज्ञानातून बळावते. जर आपण सत्य अनुभवले तर साहजिकच आपल्या श्रद्धेची वाढ होण्यात त्याची मदत होते. जर आपण परमेश्वराचा अनुभव घेतला तर आपण जाणतो की परमेश्वर हा सर्व शक्तिमान आहे, तो सर्वोच्च आहे. तो एक सर्वोच्च प्रज्ञा आहे. तो बिनशर्त प्रेमाचा साठा आहे. जेव्हा आपल्याला हे सर्व कळते, तेव्हा साहजिकच आपण परमेश्वरावर श्रद्धा ठेवतो. परंतु हे जाणून घेण्यासाठी आपल्याला त्याचा अनुभव घ्यावा लागेल. त्याचा अनुभव घेण्यासाठी आपल्याला ध्यान करणे आवश्यक आहे. आणि निश्चितच आपण अंत:प्रेरणेच्या मदतीने सुद्धा हे जाणू शकतो. माझा असा विश्वास आहे, परमेश्वराला आपण अंत:प्रेरणेने जाणू शकतो. पूर्णपणे जरी नाही, तरी काही अंशी आपण त्याला जाणू शकतो. आणि त्याने आपली श्रद्धा वाढण्यात मदत होते. जेव्हा आपण आपला आध्यात्मिक प्रवास किंवा आध्यात्मिक साधना सुरू करतो, तेव्हा आपल्याला साधनेच्या प्रक्रियेवर, ज्या साधना पद्धतीचे आपण अनुसरण करीत आहोत, अभ्यास करत आहोत, त्यावर विश्वास ठेवणे आवश्यक असते. जर विश्वास ठेवणे कठीण असेल, तर किमान आपण प्रयत्न करून पाहण्यासाठी, प्रयोग करून पाहण्यासाठी आपले मन खुले ठेवायला पाहिजे. असे म्हणूया की ध्यान करून पाहण्यासाठी आपण आपले मन खुले ठेवायला पाहिजे. जेव्हा आपले मन खुले असते, तेव्हा ध्यान नक्कीच आपल्याला अनुभव घेण्यात मदत करते. आणि मग जसजसे आपण अनुभव घेऊ लागतो, जसजसे आपण जास्त जाणू लागतो, आपली श्रद्धा विकसित होते.

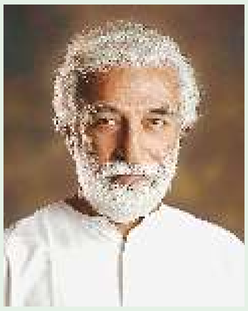
प्र: साधनेत आपण स्वत:ला कसे प्रेरित करावे?

उ: हे सुचवणे माझ्यासाठी खरोखर अवघड आहे. आपण स्वत:ला कसे प्रेरित करू शकतो? मी फक्त एक गोष्ट सांगू शकतो, की आपण देवासाठी अधिक प्रेम बाळगू शकतो. आपल्याला माहीत आहे की ध्यानात आपण त्याचा अनुभव घेतो. आपण असे म्हणू शकतो की आपण ध्यानात त्याला भेटतो. आणि त्याला भेटण्याची आपण एक प्रकारची उत्कंठा बाळगू शकतो. कदाचित देवाला भेटण्याची ती तळमळ, तीच आपली प्रेरणा असू शकते. असे मला वाटते. ■

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

माझ्यावर सतत होणारा कृपेचा वर्षाव, माझ्या जीवनातील अगदी छोट्या छोट्या गोष्टींची देखील काळजी घेत आहे. मी प्रत्येक क्षणी दक्ष राहून, शंबला तत्त्वांचे अनुकरण करण्याचा प्रयत्न करते, ज्यामुळे माझा प्रत्येक क्षण प्रकाशमय होतो. मला जाणवते की सर्वत्र खूप प्रकाश आहे. तुम्ही मागील खेपेला दिलेल्या सल्ल्याचे पालन करण्याचा प्रयत्न मी केला आणि परमेश्वरी कृपेने मला ते जमले. मी अंत:करणापासून गुरुजी, अमराजी व ऋषींना शरण जाते.

– मैत्रेयी शशांक

ग्रहणादरम्यान मी खूप ध्यान केलं. ऊर्जा खूप शक्तिशाली होत्या. जेव्हा मी ग्रहणासाठीचे विशेष तंत्र अभ्यासले तेव्हा मला ऋषींसोबत खोलवर दुवा जोडल्याचे जाणवले. तो अगदी असाधारण दुवा होता; अद्भुत अनुभव होता. मी भावूक झाले.

काही महिन्यांपूर्वी एके दिवशी मी आकाशाची अनुभूति घेतली, विपुलता अनुभवली. माझ्या अंतरंगातही त्याच अवकाशाची निर्मिती झाली आणि मी सर्वकाही माझ्यात सामावून घेत होते.

– नभा बेळे

जेव्हापासून मी कवच बळकट करण्याच्या तंत्राचा अभ्यास करण्यास सुरुवात केली आहे, तेव्हापासून मला खूप सकारात्मकता जाणवते व माझ्या विचारात जास्त स्पष्टता आली आहे. माझ्या दृष्टिकोनात काही बदल झाला आहे, पण तो नेमका काय आहे, ते तंतोतंतपणे मला सांगता येत नाही आहे.

– अश्विनी भागवत

बरेच मोठे प्रश्न / अडथळे कमी होत आहेत, हळुवारपणे नाहीसे झाले आहेत. अतिकठीण परिस्थितीतून आपले जग जात असताना, प्रकाशाच्या व महात्म्यांच्या कृपाछत्राने आमचे खूप छान रक्षण केले आहे. ह्या करिता मी आपल्या मार्गाप्रती, श्री गुरुजी कृष्णानंदजी, अमराजी व ऋषींप्रती मन:पूर्वक कृतज्ञता व्यक्त करतो.

– नीलमेघम आर.

बाह्य जगात वावरताना माझ्या जाणिवेची पातळी उंचावलेली असल्याचे मी अनुभवते आहे. माझ्यात पायाभूत स्थिरचित्तता आणि परमेश्वराशी संलग्नता नेहमी नांदते.

– अमिता प्रदीप

माझा आत्मा खऱ्या पित्यासाठी आक्रोश करतो आहे. मी कधीच एकटी नसते हा विश्वास आता माझ्यात निर्माण झाला आहे. कधी कधी तर दिवसातून दोनदा ध्यान होते. परमेश्वरासाठी, सर्वश्रेष्ठ अस्तित्वासाठी व्याकुळता वाढली आहे, त्यामुळे काही वेळा मी रडू लागते.

– दीपा

ह्या मार्गाची विद्यार्थिनी झाल्यानंतर २ नोव्हेंबर रोजी पहिल्यांदाच मी तपोनगरात आले होते. तेथे ऋषींच्या सान्निध्यात ध्यान करून मी खूप आनंदी झाले व मला धन्य झाल्यासारखे वाटले. मला तेथे महात्म्यांची उपस्थिती व त्यांच्या ऊर्जा जाणवल्या.

– अपर्णा कोंगोट

जीवन जी काही वेगवेगळी वळणं घेत आहे, त्या प्रत्येक वळणावर प्रकाश मला आनंद, स्तब्धता व शांती प्रदान करीत आहे. पर्यायांची निवड करताना तो माझे मार्गदर्शन करीत आहे, जेणेकरून माझी उत्तरोत्तर प्रगती होईल.

– वीणा सुरुवू

एका महिन्यापूर्वी मला बऱ्याच नकारात्मक भावनांनी वेढले होते. मी माझ्या ध्यानाच्या दर्जाबद्दल समाधानी नव्हते व माझा माझ्या ध्येयांवर अजिबात ताबा नाही असे मला वाटत होते. मी माझ्या आध्यात्मिक प्राथमिकतेपासून दूर भरकटत होते. पण ग्रहणांनंतर माझी प्राथमिकता बदलल्याचे मला जाणवले. योग्य पर्यायांची निवड करणे अगदी सोपे झाले आहे व त्याही पेक्षा महत्वाचे म्हणजे जे महत्वाचे नाही ते तेथेच सोडून देणे सोपे झाले आहे. आता मला खूप स्थिरचित्तता जाणवते व मी आनंदी आहे.

रविवारच्या व्याख्यानांची खूप मदत होते! मला माझ्या ध्यानाच्या दर्जात बदल जाणवतो आहे व माझ्या भावना, विचारांच्या पातळीत देखील फरक जाणवतो आहे. अगदी मी माझ्या कामात मग्न असताना देखील मला स्तब्धता जाणवते! असे काहीतरी साध्य व्हावे अशी माझी तीव्र इच्छा होती आणि ही प्रक्रिया अजूनही चालूच आहे. पण ह्याचा ओझरता अनुभव देखील खरोखरच जीवनाची दिशा बदलणारा आहे.

– श्रिया शशांक

आता मी खूपच अनासक्त झाले आहे. माझ्या गरजा, माझ्या इच्छा व आकांक्षा, सगळ्या कमी झाल्या आहेत.

– शांता अंबाडी

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