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 आहेत. त्यांनी ऋषींचा मार्ग, सप्तर्षी ध्यानयोग विकसित केला आणि तपोनगरात सप्तर्षींच्या 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 2 Issue 5 FEBRUARY 2010 Rs. 15

चिंतन

महर्षी कृष्णानंद, अनुवाद : जयंत देशपांडे

ही एक आश्चर्यजनक घटना आहे. मी तुम्हाला याबद्दल सांगायलाच हवे.

आज संध्याकाळी मला एक नवे पेन भेट मिळाले. पेन छान आहे. मी या नव्या पेनाने लिहायला सुरुवात केली. लिहिता लिहिता मी विचार केला, "लिहिण्यासाठी आता मी या नव्या पेनचाच वापर करीन आणि क्वचित एखादवेळी किंवा बाहेर जाताना मी जुन्या पेनचा वापर करत जाईन." थोड्या वेळानंतर सहजच आणि अकारण मी लिहिण्यासाठी जुने पेन हातात घेतले. पण पेन मात्र चालेना. मी सर्व प्रयत्न करून पाहिले पण पेन काही केल्या चालले नाही !

मग एकाएकी मला एक कल्पना सुचली. मी पेनला प्रकाश आणि प्रेम पाठवले आणि त्याच्याशी बोललो. मी त्याला सांगितले की, त्याच्याकडे दुर्लक्ष करण्याचा माझा हेतू नव्हता आणि मी जर का त्याला दुखावले असेल तर त्याबद्दल मी दिलगीर आहे. मग मी लिहिण्यासाठी, खूप सांभाळून ते पेन परत हातात घेतले. आता पेन चालू लागले !

माझे डोळे भरून आले.

सृष्टीतील प्रत्येक गोष्ट जिवंत आहे. प्रत्येक गोष्टीला संवेदनशीलता व भावना आहेत! फक्त आपणच त्यांच्या भावनांबद्दल संवेदनशील नाही. संवेदनशील नसल्यामुळे आपल्याला समजत नाही की, आपण किती वेळा, कित्येक अशा विविध चैतन्यमय गोष्टींना दुखावले आहे !

महर्षी अमर जेव्हा दुसऱ्या एका पृथ्वीवर गेले होते, तेव्हा चालता चालता चुकून त्यांचा पाय तेथील गवतावर पडला. वेदनेमुळे गवताने आर्त किंकाळी फोडली आणि त्यासाठी आसपासची सर्व झाडे त्यांच्यावर रागावली. महर्षी अमर अशा कित्येक घटनांबद्दल आम्हाला सांगत असत. आम्ही मात्र त्यांच्या अशा अनुभवांतून काहीच शिकलो नाही आणि असंवेदनशीलच राहिलो.

खरंतर आपण त्यांच्याकडून जास्त काही शिकलोच नाही. आपण जर का शिकलो असतो तर आपल्या वागणुकीत एवढा प्रेमाचा अभाव राहिला नसता.

आणखी एक अमर जयंती. व्याख्यानांसाठी, मिष्टान्नाचा आनंद घेण्यासाठी आणखी एक संधी. शिकण्यासाठी आणि प्रेम आचरणात आणण्यासाठी आणखी एक संधी. आपल्या हृदयात त्यांनी वास करावा, यासाठी महर्षी अमरांचे स्वागत करू या. त्यांची शिकवण आणि त्यांचे प्रेम आपल्या आचरणात आणू या.

कामदहन म्हणजे 'कामा' चे दहन करणे. आपल्या नकारात्मक वृत्तींचे दहन करणे.

कामदहनाच्या दिवशी, जेव्हा चंद्रोदय होतो आणि भगवान शंकराच्या शक्ती वातावरणात असतात, तेव्हा आपण एका काल्पनिक होमकुंडाच्या, अग्निकुंडाच्या समोर बसावे. कल्पना करावी की, कुंडात भगवान शंकराच्या शक्तींची ज्वाला आहे. आपल्या नकारात्मक वृत्ती काळ्या छोट्या गोळ्यांच्या रूपात एकत्रित कराव्यात आणि असे काळे गोळे अग्निला समर्पित करून त्यांचे दहन करावे.

केवळ एक विधी म्हणून हे सोपस्कार करू नये. खरोखरंच आपल्यातील नकारात्मक वृत्तींचे दहन करावे आणि त्यानंतर परत या वृत्ती गोळा करू नये.

रविवारच्या माझ्या व्याख्यानांचे इंटरनेटवरून थेट प्रक्षेपण सुरु झाल्यापासून, मला सर्व साधकांच्या आणखी जवळ गेल्यासारखे वाटते आणि मी त्यांच्याशी संपर्काचा आणि त्यांच्या प्रेमाचा अनुभव घेऊ शकतो.

ज्या उत्कृष्ट लोकांच्या प्रयत्नांनी हे शक्य होऊ शकले, त्यांचे मनापासून आभार. ■

मानसा फाउंडेशन (रजि.)

तपोनगर, चिक्कगुब्बि, बंगलोर अर्बन ५६२ १४९. इंडिया.

फोन : (०८०) २८४६५२८०, २२७१५५०१ (सकाळी १० ते दुपारी १ वाजेपर्यंत)

इ-मेल : info@saptarishis.com वेबसाईट : www.saptarishis.com

ध्यान वर्ग

तपोनगरात फक्त दर रविवारी भरतो

प्राथमिक पातळी – सकाळी १० वाजता

बंगलोर शहरातील केंद्रांमधे वर्ग खालीलप्रमाणे भरतात

दर रविवारी (सकाळी ७ वाजता)
अंजनेय मंदिर, महालक्ष्मी लेआऊट

दर सोमवारी (संध्याकाळी ७ वाजता)
अंजनेय मंदिर, महालक्ष्मी लेआऊट

दर मंगळवारी (संध्याकाळी ७ वाजता)
श्री ऑरोबिंदो कॉम्प्लेक्स, फेज १,
जे.पी. नगर

दर बुधवारी (संध्याकाळी ७ वाजता)
आर्य समाज, सी.एम.एच. रोड, इंदिरानगर
हिमांशु, ४ मेन, मल्लेश्वरम
मारुति मंदिर, विजयनगर

दर गुरुवारी (संध्याकाळी ७ वाजता)
देवगिरी वेंकटेश्वर मंदिर, बनशंकरी स्टेज २

दर शुक्रवारी (संध्याकाळी ७ वाजता)
इंडियन हॅरिटेज अकॅडमी, ब्लॉक६,
कोरामंगला

दर शनिवारी (संध्याकाळी ७ वाजता)
हिमांशु, ४ मेन, मल्लेश्वरम

आनेकल येथे

दर सोमवारी (संध्याकाळी ६ वाजता)
दर मंगळवारी (सकाळी ६ वाजता)

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. २००/– कृपया 'मनी ऑर्डर' ने पैसे पाठवू नये.

वृत्तपत्र

आपल्या मित्राला भेट करावे. वर्गणी सोबत, त्यांचं नाव व पत्ता आमच्याकडे पाठवावा.

तपोवनातील ऑलिव्ह वृक्षाचे हे रोपटे, रोलॅण्ड फेफिंगर यांनी इटली वरून फार प्रेमाने आणले आहे

काही ठळक घडामोडी

- १ फेब्रुवारी २०१० पासून, आपली नवीन वेबसाईट www.lightagemasters.com सुरू करण्यात येईल. इंटरनेटवर या वेबसाईटला कृपया भेट द्यावी आणि आपला प्रतिसाद कळवावा.
- रविवारच्या वर्गांच्या व्यतिरिक्त 'रा' गटाच्या बैठकींचे आणि शंबला गटाच्या बैठकींचे देखील इंटरनेट वर प्रत्यक्ष प्रक्षेपण करण्यात येईल. ह्या गटांचे सदस्य या सुविधेचा उपयोग करू शकतात.
- १०–१–२०१० रोजी नवीन शंबला गटाची सुरुवात झाली.
- १५–१–२०१० रोजी तपोनगर येथे सूर्य ग्रहणानिमित्त विशेष ध्यान आयोजित करण्यात आले होते.

रविवारच्या प्रसादाचे प्रायोजक

वाय. एन. चलपती, माधुरी, बी. सुधाकरन आणि विजय कुमार ०६–१२–२००९

जे. निर्मला, राधा श्रीवत्स, हरिनाथ बाबू आणि वसंतलक्ष्मी के. १३–१२–२००९

राधा कुमार, विजया सोमण आणि भारती के. आर. २०–१२–२००९

विद्या वीरकर, मुरलीधर टी., सुमित्र राव, उषा राव आणि एम. चंद्रण्णा २७–१२–२००९

गुरुजींच्या रविवारच्या व्याख्यानाचे, इंटरनेटवरून प्रत्यक्ष प्रसारण विद्यार्थ्यांकरता ३ जानेवारी २०१० पासून उपलब्ध राहील. सविस्तर माहितीसाठी कृपया मानसा कार्यालयाशी ई–मेल द्वारा संपर्क साधावा.

गुरुजींसोबत अनौपचारिक बैठक शनिवार २० फेब्रुवारी २०१० रोजी सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत आयोजित करण्यात येईल. ह्यात भाग घेण्याची इच्छा असणाऱ्यांनी मानसा कार्यालयात आपले नाव नोंदवावे.

रू. २००० देऊन रविवारच्या प्रसादाचे आणि रू. ५००० देऊन वृत्तपत्राचे प्रायोजक आपण होऊ शकता.

तपोनगरातील कार्यक्रम

दर रविवारी – व्याख्यान सकाळी ११ ते १२ पर्यंत
– विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
दर शुक्रवारी – लाईट चॅनलिंगचे कार्य सकाळी १० ते दुपारी १ पर्यंत
७ फेब्रुवारी – महर्षी अमर जयंती निमित्त कार्यक्रम, सकाळी ११ ते दुपारी १२.३० पर्यंत
१२ फेब्रुवारी – महाशिवरात्री निमित्त विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
२१ फेब्रुवारी – लाईट चॅनल्स गटाची बैठक, दुपारी २ वाजता
२८ फेब्रुवारी – कामदहन सायंकाळी ७ वाजता

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०१	सोमवार	महर्षी अमर यांचा वाढदिवस
०६	शनिवार	कृष्णाष्टमी
१२	शुक्रवार	महाशिवरात्री
१३	शनिवार	अमावास्या
२२	सोमवार	शुक्लाष्टमी
२४	बुधवार	शुक्ल दशमी
२८	रविवार	पौर्णिमा / कामदहन

महर्षी अमर जयंती

कार्यक्रम

रविवार, ७–२–२०१०

११ वाजता	ॐकार
	स्वागत
	वरिष्ठ साधकांचे व्याख्यान
	गुरुजींचे व्याख्यान
	विशेष ध्यान
	ॐकार
	आशीर्वाद
१२.३० वाजता	प्रसाद

भजनांची CD आणि 'महर्षी अमरांचा आवाज' ही 'Voice CD' आता उपलब्ध आहे. ह्यासाठी कृपया मानसा कार्यालयाशी संपर्क साधावा.

महर्षी अमर

श्यामला देवी, अनुवाद : वैशाली जोशी

ते एक महान योगी होते परंतु लोकांच्या दृष्टिआड राहिले. ते त्यांच्या काळाच्या अनेक शतके पुढे होते. लोक त्यांना समजून घेऊ शकले नाहीत कारण योग्य वेळ आलेली नव्हती. तरी देखील त्यांनी आयुष्यभर स्वत:चा कार्यभाग करणे चालू ठेवले. त्यांनी असा संकल्प केला, "जे तयार असतील त्या सर्वांनी यावे." त्यांच्या सभोवती एक समूह जमला. महर्षी अमरांनी उच्च लोकांतून मिळविलेले सर्व ज्ञान त्यांना दिले.

त्यांनी सप्तर्षींचे कार्य केले. ऋषी कार्यकर्त्यांमध्ये त्यांना सर्वात महत्त्वाचे स्थान होते. ते सूक्ष्म जगातील एक श्रेष्ठ प्रवासी होते. त्यांनी भौतिक विश्वातील सर्व लोकांमध्ये व दैवी लोकांमध्ये देखील प्रवास केला. दैवी व्यक्तिंना व देवांना ते भेटले होते. आणि मनुष्यांशी केल्याप्रमाणे ते त्यांच्याशी संभाषण व संवाद करीत असत.

इतके महान कर्तृत्व अंगी असून देखील महर्षी अमर सामान्य माणसाप्रमाणे जगले. ते लोकांमध्ये मिळून मिसळून राहिले आणि आयुष्यात काहीही अनुभवायचे चुकवले नाही. ते चंद्राच्या प्रकाशात, फुलाच्या सौंदर्यात आणि लहान मुलाच्या डोळ्यात असलेल्या निष्पापपणात आनंद मिळवायचे; आणि त्यांच्या सभोवताली असलेल्या लोकांना सांगायचे की ह्या सर्व गोष्टी महत्त्वाच्या आहेत आणि आपण ह्या लोकात असलेल्या सौंदर्याचा अनुभव घेण्याची संधी घालवली नाही पाहिजे कारण आपण ह्याकरताच जन्म घेतला आहे.

ते म्हणायचे, "जो कोणी आध्यात्मिक आहे तो सर्वात बलवान आणि उच्च आहे. केवळ एक आध्यात्मिक व्यक्तिच नम्र, मृदू परंतू खंबीर, सर्वांवर प्रेम करणारा, सोशीक आणि तरी सामर्थ्यवान असू शकतो. तो संपूर्ण जगाचा विचार करतो, त्याला जगाबद्दल सहानुभूती असते आणि तो संपूर्ण जगासाठी कार्य करतो. तो सर्वांचा असतो. केवळ त्याच्याजवळ जगाचे मार्गदर्शन करण्याकरता शहाणपण असते." महर्षी अमरांजवळ ह्या सर्व आणि ह्याहूनही पुष्कळ अधिक गोष्टी होत्या.

ते म्हणायचे, "फक्त ध्यानसाधना केल्याने मनुष्य आध्यात्मिक होत नाही. मनुष्याने जे सर्व दैवी आहे ते प्रत्यक्षात जगले, अनुभवले आणि त्याचे प्रकटीकरण केले तरच तो आध्यात्मिक बनतो. आध्यात्मिकता ही सतत चालू राहाणारी प्रक्रिया आहे, अंतिम फलित नव्हे."

असे महान आणि दुर्मिळ व्यक्तिमत्त्व असलेले महर्षी अमर ह्या पृथ्वीवर होऊन गेले.

सध्याच्या प्रक्षुब्ध काळात महर्षी अमर सर्वांकरता आशेचा किरण आहेत. महर्षी अमर ह्या जगासाठी मार्गदर्शक प्रकाश आहेत. ■

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल, अनुवाद : वैशाली जोशी

वर्षाच्या शेवटच्या महिन्यात ऋषींनी आपल्याला अनेक भेटी दिल्या. ह्याची सुरुवात 'ग्रेट रा मेडिटेशन हॉल'च्या औपचारिक उद्‌घाटनापासून झाली, जे आता सर्वांकरता उघडण्यात आले आहे. सुमारे तीस लोक तेथे जमले होते आणि ध्यानानंतर मास्टर 'व्ही' ह्यांनी परब्रह्माला प्रार्थना केली आणि जमलेल्या साधकांची नव्वद टक्के कर्मे नष्ट केली! ही सर्वात मोठी भेट होती. नंतर ही भेट सर्व विद्यार्थ्यांना आणि इतर त्या सर्व लोकांना सुद्धा देण्यात आली जे प्रकाशाची निवड करायला तयार होते.

मानसी क्षेत्राची त्रिज्या दोन किलोमीटर वाढवून ऋषींनी आणखी एक भेट दिली. २१ डिसेंबरला संध्याकाळी ६ वाजता आपल्या पृथ्वीने फोटॉन बेल्टच्या प्रभामंडळात प्रवेश केला. त्याचवेळी तपोनगर वासी महर्षीअमरांच्या समाधी जवळ जमले आणि सर्वांनी मिळून फोटॉन बेल्टचे स्वागत केले. आश्चर्याची गोष्ट म्हणजे सर्व तेथे त्याचवेळी सहज एकत्रित झाले. कोणीच त्यांना आमंत्रित केले नव्हते किंवा सर्वांनी मिळून फोटॉन बेल्टचे स्वागत करावे ह्याचे कोणीच पूर्वनियोजन केले नव्हते. जे काही लोक त्या दिवशी शहरात गेले होते, ते सुद्धा काही कारणांमुळे सहज परतले होते आणि वेळेवर तेथे जमले होते. असे कसे काय झाले असावे? बहुतेक हे तपोनगरच्या एकत्वाच्या सामूहिक जाणिवेमुळे झाले असावे.

खिसमसची विशेषता होती मास्टर 'व्ही' ह्यांची उपस्थिती. तपोनगरला ध्यानसाधकांनी मिळून एक तास ध्यान केले आणि मास्टर 'व्हीं'च्या आशीर्वादाने नवीन वर्षात प्रवेश करण्याच्या तयारीला सुरुवात केली.

प्रत्येक वर्षअखेरीस ध्यानसाधक मिळून १२ तास अखंड ध्यान करत असतात. या वर्षी सर्वांनी मिळून १२ तासांसाठी निळ्या शक्ती पृथ्वीवर प्रवाहित केल्या. आणि जणू काही तिचे प्रेम व्यक्त करण्यासाठी प्रकृती माईने एका सौम्य, प्रेमळ पावसाच्या सरीने त्यास प्रतिसाद दिला. वर्षाच्या शेवटच्या दिवशी ग्रहण होते. तपोनगराने ध्यानात नवीन वर्षाचे स्वागत केले. ग्रहणानिमित्त ध्यानाची सुरुवात २००९ च्या रात्री होऊन अंत २०१० च्या पहिल्या दिवशी पहाटे ३ वाजता झाला.

जे विद्यार्थी तपोनगरमधे होणाऱ्या रविवारच्या वर्गांना भेट देऊ शकत नाहीत ते आता इंटरनेटवर गुरुजींच्या व्याख्यानाचे प्रत्यक्ष प्रसारण बघू व ऐकू शकतात आणि प्रवहन सत्रांत सहभागी होऊ शकतात. 'रा' गटाचे आणि शंबला गटाचे सदस्य देखील इंटरनेटवर प्रत्यक्ष प्रसारणाद्वारे आपापल्या सत्रात भाग घेऊ शकतात. बाहेरील विद्यार्थ्यांकरता ही तपोनगरकडून नवीन वर्षाची भेट आहे. ■

प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ

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

आपण जेव्हा प्रकाश प्रवाहित करून पसरवतो तेव्हा तो इतरांच्या हृदयांत व घरात प्रवेश करतो आणि त्यांच्या भावना व विचारांत असलेल्या अंध:काराला दूर करतो. त्यामुळे माणसांत परिवर्तन घडते. माणसांमधील परिवर्तनामुळे जगात परिवर्तन घडते आणि ते प्रकाशमय बनते.

हा चर्मचक्षूंना दिसणारा साधा प्रकाश नसून शक्तीच्या गाभ्यापासून येणारा अतिसूक्ष्म प्रकाश आहे. या मूलस्त्रोतातूनच सर्व सृष्टीचा जन्म झाला. ह्या प्रकाशाजवळ सर्व काही आहे: शक्ती, शहाणपण आणि भवितव्य. आणि तो अदृश्यपणे सर्वत्र वास करून आहे.

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

ह्या जागतिक चळवळीची सुरुवात १८–०५–२००८ रोजी तारामंडळीय परिषदेने म्हणजेच सप्तर्षींनी गुरुजी कृष्णानंदांच्या मार्फत केली.

हा संदेश सर्वांपर्यंत पोहोचवा.

वेब साईट : www.lightchannels.com

शंबला तत्त्वे

ही प्राचीन ऋषींनी दिलेली सात तत्त्वे आहेत ज्यांचे पालन शंबला या पृथ्वीवरील प्रकाशाच्या नगरीत 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 प्रेम 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 लौकिक गरजांची मर्यादा ठरवा.

गुरुजी उवाच

(संकलन : शोभा राव, अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर)

०६-१२-२००९

महान 'रा' ध्यानमंदिर ५ डिसेंबर २००९ रोजी सर्वांसाठी खुले करण्यात आले. सकाळी १० ते संध्याकाळी ५ या वेळेत ते सर्वांसाठी खुले राहील. १८ मे २००९ रोजी सुरू झालेली शक्तीसंचय करण्याची प्रक्रिया त्या दिवशी पूर्ण झाली. तेथे उपस्थित असलेल्या लोकांनी एक तास ध्यान केले आणि नंतर त्यांना आतल्या कक्षात आमंत्रित करण्यात आले. त्यांना विश्वामित्र महर्षींनी निवड करण्यास सांगितले आणि एक प्रकारची निष्ठेने त्यांच्या सर्व नकारात्मकतांचा त्याग करण्यास सांगितले. जितक्या प्रमाणात त्या व्यक्तींनी नकारात्मकतांचा त्याग केला तितक्या प्रमाणात त्या जाळून टाकण्यात आल्या. नंतर त्यांना दोन मिनिटे स्तब्ध राहाण्यास सांगण्यात आले. ह्या वेळात त्यांची नव्वद टक्के कर्मे तिथल्या तिथे नष्ट केली गेली. विश्वामित्र महर्षींची इच्छा आहे की अशीच संधी आज इथे जमलेल्या लोकांना द्यावी. तसेच ही व्याख्याने जे लोक डीव्हिडी वर ऐकतील आणि जे लोक ती मासिक पत्रिकेत वाचतील त्यांनाही ती संधी द्यावी असे त्यांना वाटते. प्रत्येक जण सुदैवी आहे. जे योग्य निवड करतात त्यांना हे लाभ देण्यात येतात. मात्र त्यांनी अतिशय प्रामाणिक असायला हवे.

आपल्या समस्या कधी संपतच नाहीत कारण आपण इथे प्राप्त केलेल्या शहाणपणाचा किंवा आपल्या स्वतःच्या अनुभवातून मिळविलेल्या शहाणपणाचा उपयोग करत नाही. आपण चिंतन केले पाहिजे, इथे आपण काय मिळविले त्याची व्यवस्थित नोंद केली पाहिजे आणि त्यातील किती गोष्टी आपण आपल्या जीवनात प्रत्यक्षात लागू करतो ते पाहिले पाहिजे. अशा रीतीने वागून आपण उन्नती करतो आणि ऋषींना समजून घेतो. जेव्हा आपण अनुभव घेतो तेव्हाच आपल्याला त्यांचे प्रेम समजते. जेवढे आपण वर जाऊ आणि प्रगती करू तेवढे ऋषी आपल्याला जास्त समजतील आणि तसेच अनेक सत्ये समजतील; आपल्या स्वतःबद्दलची सत्ये सुद्धा समजतील.

आध्यात्मिक प्रवास हा ज्याचा त्याने किंवा तिने वैयक्तिकरीत्या करायचा असतो. आम्ही आमचे काम करतो, शांत राहतो आणि तुमच्यावर लक्ष ठेवतो.

हे जीवन बहुस्तरीय आणि बहुअंगी आहे. आपल्या जाणिवेचा विस्तार करून आणि सर्वंकष अनुभव घेऊन जीवनाचे सर्व थर अनुभवण्यासाठी आपण ह्या पृथ्वीवर अवतरलो आहोत. जीवनाचे इतर थर व इतर पैलू जाणून घेण्यासाठी, तुम्ही वाचले पाहिजे. तुम्ही निसर्गाचा अनुभव घेतला पाहिजे, फुलांशी बोलले पाहिजे, फुलपाखरांशी बोलले पाहिजे. हे जाणले पाहिजे की प्रत्येक गोष्ट **आध्यात्मिक** आहे. तुम्ही प्रेम अनुभवले पाहिजे, ईश्वराला अनुभवले पाहिजे. त्यानंतर ह्या **अनुभवाची** आपल्या वागण्यातून प्रचिती दिली पाहिजे.

मला वाटते की लोक मला नीट समजून घेत नाहीत. तुम्ही मला समजून नाही घेतले तरी चालेल, पण मला चुकीचे समजू नका!

मी ७० वर्षांचा आहे. ही वर्षे मी वाया घालवलेली नाहीत. मी बरेच संकलन केले. मी बराच अनुभव घेतला. माझ्याशी संवाद साधण्यासाठी तुम्ही माझ्या अधिक जवळ यायला पाहिजे आणि मनमोकळे व्हायला हवे. जेव्हा आपण स्वतःला खुले करतो तेव्हाच आपल्याला गोष्टी मिळतात.

तुम्ही प्रगती करायला हवी आणि माझ्यापेक्षाही उंच जायला हवे, माझ्यापेक्षाही जास्त प्रगती करायला हवी. सूक्ष्म स्तरावर मला अनेक सदिच्छाधारी माणसे सापडतात जी ह्या पृथ्वीवरील लोकांना २०१२ सालाला तोंड देण्यासाठी मार्गदर्शन देण्याचा प्रयत्न करीत आहेत. दुःखाची बाब ही आहे की त्यांच्यात एकजूट नाही. प्रत्येक जण स्वतःचा अहंकार जोपासतो आहे. जर ह्या पृथ्वीवरचे सर्व प्रकाश कार्यकर्ते एकत्र आले तर ते भरघोस मदत करू शकतात. त्यांच्याकडे थोडेफार ज्ञान आहे आणि त्याच्या जीवावर ते संपूर्ण मानवजातीला मार्ग दाखवण्याचा प्रयत्न करीत आहेत. ते महान प्रकाश गुरुंना भेटत नाहीत आणि त्यांचे मार्गदर्शन घेत नाहीत. बऱ्याचदा मला गोंधळ उडालेला दिसतो. ह्या गोंधळाच्या परिस्थितीचा खोडसाळ व्यक्ती म्हणजेच काळे लोक पूर्ण फायदा उठवतात. ते गोंधळ निर्माण करण्यासाठी सूक्ष्म स्तरावरून बरेच संदेश मुद्दामच पाठवत असतात. म्हणून आपण फार जागरूक राहिले पाहिजे.

२६-११-२००९ रोजी रात्री ९ वाजून ४० मिनिटांनी लाखो लोकांनी दोन मिनिटांसाठी स्तब्धता पाळली, कारण मुंबईत गेल्या वर्षी त्याच वेळी दहशतवाद्यांकडून पहिली गोळी झाडली गेली होती. अशा वेळी आपण पुष्कळ शक्ती संक्रमित करू शकतो. त्या लाखो सुंदर आत्म्यांच्या माध्यमातून विश्वामित्र महर्षींनी शक्ती संक्रमित केल्या.

ह्या वर्षी २६ फेब्रुवारीला जेव्हा आम्ही एका कार्यक्रमाचे आयोजन केले होते तेव्हा आम्हाला हिंसेचा अव्हेर करणाऱ्या व शांतीचा अनुनय करणाऱ्या लाखो लोकांचा सहभाग हवा होता. आपण दिव्य प्रकाशरूपी शक्ती प्रवाहित करत आलो आहोत. मला भौतिक व सूक्ष्म अशा दोन्ही स्तरांवर बदल दिसत आहेत. सूक्ष्म पातळीवर आपण हलकासा का होईना पण प्रकाश पाहू शकतो आहोत, जो जागृतीचा सूचक आहे. भौतिक पातळीवर लोक हिंसाचाराचा अतिशय नेटाने विरोध करत आहेत. भ्रष्टाचार व हिंसाचार यांच्या विरोधात लोकांकडून उत्स्फूर्तपणे होणाऱ्या निषेधाच्या घटना वाढत आहेत. शक्ती त्यांचे कार्य करीत आहेत आणि आपल्याला ह्या शक्तींसोबत अधिक कार्य करायचे आहे.

चक्र जागृती अवस्थेत तीन महिने ध्यान केल्यानंतर विद्यार्थी साधकाला एक सुरक्षा कवच देण्यात येते. त्याने दर दिवशी अर्धा तास हे कवच बळकट करायचे आहे.

१३-१२-२००९

तुम्ही जर साधनेबाबत गंभीर असाल तर काय करायचे ते तुमचे तुम्हालाच समजेल. साधना करणे म्हणजे आध्यात्मिक मार्गात प्रगती करणे, प्रगती करून स्वतःमध्ये सकारात्मक बदल आणि परिवर्तन घडविणे.

सकारात्मक बनण्यापूर्वी आपण ध्यान करून आपल्या भावना आणि विचारांना उदात्त बनविले पाहिजे. त्यासाठी दररोज, दर तासाला, दर क्षणाला प्रयत्न केले पाहिजेत.

सदासर्वदा श्वासाबरोबर फिका निळा प्रकाश आत घ्या. तुम्हाला तुमच्या शरीरात आश्चर्यकारक बदल होतांना दिसतील.

तुम्ही प्रकाशावर श्रद्धा ठेवली पाहिजे आणि प्रकाशाला अनुसरले पाहिजे. विश्वामित्र महर्षींना सुद्धा **'प्रकाश'** असे संबोधतात. त्यांच्यावर श्रद्धा ठेवा. चोखंदळपणा न करता ते सांगतात ते सर्व ऐका.

आपण प्रकाश, परमेश्वर, आकाश आणि निसर्ग या सर्वांशी **एकात्मता** अनुभवली पाहिजे. संपूर्ण मानवजातीशी एकात्मता अनुभवणे एकवेळ सोपे आहे, पण लहान गटाशी एकात्मता अनुभवणे सोपे नाही. जर आपल्या स्वतःच्या कुटुंबातील सदस्याशी एकात्मता अनुभवणे आपल्याला जमले तर मग आपण म्हणू शकतो की आपण अंतिम टप्पा पार केला.

आपण एक मूल्य प्रणाली पाळली पाहिजे.

गुरुजी उवाच

(संकलन : शोभा राव, अनुवाद : पूर्णिमा परुळेकर)

भविष्यात संपूर्ण मानवजात एकाच धर्माचे पालन करेल आणि ही मूल्य प्रणाली त्या धर्माचे सार असेल. तिच्यामध्ये **प्रेम, शांती, सत्य** आणि **परिपूर्णता** ही मूल्ये समाविष्ट आहेत. सर्व विद्यमान धर्म लोप पावतील, सर्व व्यवस्था मोडकळीस येतील व कोलमडून पडतील. उदयास येण्याच्या प्रतीक्षेत असलेल्या दैवी व्यवस्थांना आपण ओळखले पाहिजे, त्यांचे स्वागत केले पाहिजे आणि त्यांचा स्वीकार केला पाहिजे. २०१२ सालाबद्दल बरीच भीती निर्माण करण्यात आली आहे. परंतु जगाचा अंत होणार नाही. आपण सुरक्षित राहू. जेव्हा आपण ऋषींसोबत राहण्याची निवड करतो, ईश्वराशी आणि प्रकाशाशी एकरूप होतो तेव्हा हे घडते. हे संदेश समजून घ्या आणि त्यांच्यावर विश्वास ठेवा कारण ते ऋषींकडून आणि प्रकाशाकडून येतात. जर तुम्हाला कोणी गोंधळलेल्या वा घाबरलेल्या स्थितीत आढळला तर त्याला सांगा, 'घाबरू नकोस. प्रकाशाच्या सान्निध्यात तू अगदी सुरक्षित आहेस.' ती आपली जबाबदारी आहे.

जेव्हा एखादी समस्या हटत नाही तेव्हा तिचे मूळ कारण शोधण्याचा प्रयत्न करा. ते आपल्या आतच असते. एकदा का ते तुमच्या लक्षात आले की त्याला दूर करा. केव्हा केव्हा हे आरोग्य विषयक समस्यांना देखील लागू होते.

जर तुम्ही कोणाला दुखवले तर तुम्ही स्वतःलाच दुखवत असता. कारण तुमचे कृत्य बूमरँग प्रमाणे तुमच्यावर उलटते. आम्हाला त्यावर इलाज करावा लागतो. स्वतःच कठोरपणे न्यायनिवाडा करू नका.

साधनेपेक्षा आणि ध्यानापेक्षा काम मोठे आहे. ह्या मार्गात आपण प्रामाणिक असायला हवे. काम करण्याची आणि माझ्यासोबत जाण्याची इच्छा असलेल्या प्रत्येकाला मी कार्यात सामावून घेईन. हे स्वेच्छेने करण्याचे व प्रेमाने परिपूर्ण असे कार्य आहे. त्याची दाद मिळेल व स्वीकार होईल. पण तुम्ही प्रामाणिकपणे व चिकाटीने टिकून राहा.

जेव्हा आपण सच्चेपणाने काम करतो तेव्हा आपण चांगलेपण कमावतो. आपण कृपेस पात्र ठरतो. कृपेचा अनुभव घेण्याचा प्रयत्न करा आणि तिचे परिमाण ओळखा व लाभ घ्या. एकदा का तुम्ही कृपेचा अनुभव घेतला की तुम्ही शिकता आणि कायम त्या अनुभवाच्या प्रकाशात राहायला लागता.

जेव्हा आपण काम करतांना किंवा काहीही करतांना प्रामाणिक नसतो तेव्हा आपण आध्यात्मिक नसतो. आपण खाली घसरतो आणि कधी कधी आपण गर्तेत पडतो. जिथे प्रामाणिकपणा असतो तिथे प्रेम असते.

काही लोक नेत्यांना आणि गटांना एकत्र आणून त्या सर्वांना एकाच व्यासपीठावर आणण्याचा प्रयत्न करीत आहेत. मला देखील मनुष्य शरीरधारी प्रकाश गुरुंना एकत्रित करायचे आहे आणि मानवजातीला पुढील काळात प्रकाश मार्ग दाखविणाऱ्या मूल्य प्रणालीविषयी व भविष्यकालीन धर्माविषयी जगासमोर एक प्रकारची घोषणा करायची आहे. परंतु एकीचा अभाव आहे. ही शोकांतिका आहे. इथे भरपूर ज्ञान आहे, भरपूर प्रेम आहे. जर हे सर्व एकत्र करता आले तर एक मोठी चळवळ, एक आध्यात्मिक क्रांती सहज शक्य आहे जी या पृथ्वीला वाचवेल, मानवजातीला वाचवेल, आपल्याला प्रत्येकाला वाचवेल.

यापुढे खूप घबराट पसरणार आहे, खूप गोंधळ माजणार आहे आणि निराशेने वातावरण झाकोळणार आहे. मला अशा प्रकाश कार्यकर्त्यांचे जाळे उभारायचे आहे जे विपत्तीग्रस्त अशा प्रत्येकापर्यंत पोहोचतील. मी योग्य वेळेची वाट पाहतो आहे.

भविष्यात आध्यात्मिक मार्गदर्शन करणाऱ्या पुढाऱ्यांना नवयुगाच्या वास्तवांबद्दल आणि फोटॉन बेल्ट बद्दल माहिती असणे अनिवार्य आहे. त्यांनी उच्च लोकांतील बुद्धिमान व्यक्तित्वांबरोबर संपर्क ठेवला पाहिजे ज्यामुळे ते आपल्याला मार्गदर्शन करू शकतील. हे करण्यात त्यांचा कोणताही व्यापारी हेतु नसला पाहिजे. तरच ते प्रामाणिकपणे नेतृत्व करू शकतील.

आनेकल येथे आमच्या ध्यानकक्षाच्या पाठीमागे असलेल्या झाडावर हजारो सुरवंट होते जे त्याची नवीन फुटलेली आणि कोवळी पाने खात होते. सुरवंटांचा त्रास दूर करण्यासाठी एका माणसाने जंतुनाशक आणले होते. मी त्या झाडाला विचारले, "आम्ही जंतुनाशक वापरले तर चालेल का?" झाड म्हणाले, "नको. ह्या सुरवंटांनी माझी पाने खावीत असे मला वाटते. मी जास्त पाने निर्माण करेन."

२०–१२–२००९

आपण हे निःसंदिग्धपणे जाणले पाहिजे की आध्यात्मिकता आणि धर्म वेगवेगळे आहेत. आध्यात्मिकता हे सार आहे तर धर्म ही आचार पद्धती आहे. कधी कधी आचार पद्धतींचा विपर्यास केला जातो किंवा स्वार्थी हेतुंसाठी रूढी परंपरा वाढवल्या जातात.

आध्यात्मिक जगतात देखील ध्यानापेक्षा श्रेष्ठ आणि उच्च दर्जाच्या आणि ध्यानाच्या कक्षे पलीकडच्या गोष्टी आहेत. फक्त प्रामाणिक असणे पुरेसे आहे. जर माणूस खरोखरच प्रामाणिक असेल तर त्याला ध्यान करण्याची गरज नाही.

सिद्धींची मदत होत नाही. ध्यानाच्या एका बैठकीत जी शक्ती निर्माण होते ती काळ्या जादूचे सर्व परिणाम नष्ट करण्यास पुरेशी असते.

लोक माझ्याकडून जे ऐकतात त्यापेक्षा खूप जास्त त्यांना कळते कारण आतून शहाणपण उदयास येत आहे. नवीन युग आतून उदयास येते. नवीन युगाच्या सुंदरतेचे हे सर्वोत्तम उदाहरण आहे.

आपल्याजवळ वैयक्तिक कृतीयोजना पाहिजेत. यापुढे आपल्याला स्वयंसिद्ध बनावे लागेल. कृतीयोजना अशी आहे की आपण ध्यान केले पाहिजे आणि अंतर्मुख व्हायला पाहिजे. तुम्ही तुमची अंतःप्रेरणा वापरा, सर्व नकारात्मकतांना विरोध करा आणि काढून टाका.

आपण सप्तर्षी प्राणायाम करत असताना प्रकाशातील बुद्धी प्राणशक्तीतून सूक्ष्म व स्थूल प्राणशक्ती वेगवेगळी करते. सूक्ष्म प्राणशक्ती सूक्ष्म स्तरावरील प्रक्रियांसाठी तर स्थूल प्राणशक्ती स्थूल स्तरावरील प्रक्रियांसाठी जरुरी असते. तसेच हा प्रकाश शुद्धीकरण करतो, सकारात्मक बनवतो आणि काळ्या शक्तींना दूर ठेवतो. त्याहून महत्त्वाचे म्हणजे तो आपल्या अंतःप्रेरणेला धारदार बनवतो. जास्त कालावधीसाठी प्राणायाम करा. एका वेळी १५ मिनिटे ते अर्धा तास प्राणायाम करा. मग विस्मयकारक गोष्टी घडतील.

शेवटच्या संधीचा उपयोग करण्याची आता वेळ आली आहे. तुम्हाला निवड करायची आहे. हे करणे खरोखर अवघड आहे. बाकी सर्व ऋषींच्या आणि परमेश्वराच्या आधीन आहे.

उद्या २१ डिसेंबर आहे. उद्या संपूर्ण सूर्यमाला फोटॉन बेल्टच्या प्रभामंडळात प्रवेश करेल. जर शक्य असेल तर संध्याकाळी ६ वाजता तुम्ही जिथे कुठे असाल तिथून फोटॉन बेल्टचे स्मरण करा, त्याचे स्वागत करा, त्याला आलिंगन द्या आणि त्याच्या सुंदर प्रभामंडळात प्रवेश करा. उद्यापासून सत्ययुगाची सुरवात होते आहे. ■

बाहेरील विद्यार्थ्यांसाठी मार्गदर्शन

जे प्रत्यक्ष ध्यानवर्गात येऊ शकत नाहीत, त्यांच्यासाठी पोस्टाद्वारे किंवा ई–मेल द्वारे मार्गदर्शनाची सोय आहे. इंग्रजीतून मार्गदर्शनासाठी वार्षिक शुल्क १००० रू. व कन्नड, मराठी आणि हिंदीतून मार्गदर्शनासाठी वार्षिक शुल्क ७०० रू. आहे.

वार्षिक शुल्कात पाठ्यपुस्तकांची किंमत आणि आमच्या कुठल्याही एका भाषेतील 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 आणि प्रश्नांची उत्तरं गुरुजी स्वतः देतात.
- मराठीत लिहिलेल्या पत्रांची 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 मानसा फाऊंडेशनच्या नावाने काढावा. बंगलोर बाहेरील चेक असल्यास रू. ५० अधिक जोडावे.

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.

गुरुजींना आलेल्या पत्रांतील काही वेचे

संकलनः वैशाली जोशी, अनुवादः एकनाथ कुलकर्णी

आज आयुष्यात प्रथमच मी आपला आवाज ऐकला. हा खरेखरच अत्यंत सुखद अनुभव होता. दूर राहणाऱ्या विद्यार्थ्यांसाठी रविवारच्या वर्गाची इंटरनेटवरुन थेट प्रक्षेपणाची सोय केल्याबद्दल मी आपला आभारी आहे. –गौरव पाठक

आपले भाषण प्रक्षेपित केल्याबद्दल खूप आभार. बँगलोर बाहेरील आम्हा सर्व विद्यार्थ्यांचा यामुळे खूपच फायदा झाला आहे. जणू काही आम्ही तपोनगरातील ध्यानवर्गातच बसलो आहोत, असा अनुभव आला. आपल्या भाषणानंतर आम्ही सुद्धा समूह ध्यानामध्ये भाग घेतला. –विलास खेडेकर

इंटरनेट वरुन प्रक्षेपणामुळे तपोनगर खूप जवळ आणि माझ्या हृदयाच्या समीप आले आहे. मला असे वाटले की मी इतर साधकांसोबत रविवारच्या ध्यानवर्गात जणुकाही प्रत्यक्ष उपस्थित आहे.

–नवीन

रविवारच्या वर्गाचे थेट प्रक्षेपण सुरु केल्याबद्दल धन्यवाद. आपला आवाज ऐकून मला धन्य वाटले आणि समूह ध्यानामध्ये भाग घेतल्यावर खूप प्रसन्नता मिळाली. –अशोक सेशन

इंटरनेट वरील थेट प्रक्षेपण हा एक आल्हाददायक व सुरेख अनुभव होता. आमच्या सारख्या दूरच्या विद्यार्थ्यांकरिता ही एक महान भेट आहे. आपला आवाज ऐकून मी तेथील दृश्याची मनातल्या मनात कल्पना करू शकले. ही सोय उपलब्ध करून देण्यासाठी पुढाकार घेणाऱ्या लोकांचे मी अभिनंदन करते आणि त्यांचे आभार मानते. थेट प्रक्षेपणामुळे मला तपोनगराशी सर्वार्थाने संपर्क प्रस्थापित झाल्याचा अनुभव आला.

–नंदिनी बोंडाले

आपले भाषण इंटरनेट वरुन थेट ऐकायला मिळाल्यामुळे मी खूपच उत्साहित आणि आनंदी झालो. आपल्याकडून मिळालेल्या शक्तीमुळे मला मानसिक आधार मिळून माझ्या कामात माझा आत्मविश्वास वाढला. मी मानसातील सर्व सदस्यांचे आभार मानतो.

–मोहन खेडेकर

आपल्या वेळेचे मोल आणि आपल्या कार्याची महानता खूपच मोठी आहे. माझ्या अडचणीच्या वेळी आपण मला मार्गदर्शन केले आहे. माझी कृतज्ञता व्यक्त करण्यास माझ्याकडे शब्द नाहीत.

गुरुजींचे प्रवचन इंटरनेटद्वारा उपलब्ध करुन दिल्याबद्दल मानसा सदस्यांचे आभार. इंटरनेटवर मी पाहिलेले ध्यानवर्गाचे सत्र माझ्यासाठी खरोखरच महान होते.

–गीता जोशी

प्राथमिक अभ्यासक्रमाच्या शेवटी माझी साधना अतिशय समाधानकारक आणि शांततापूर्ण झाली. मी अतिशय सुखावलो. कधी कधी मी सखोल शांततेचे क्षण अनुभवले आणि मला संपूर्ण दिवस या क्षणांचे स्मरण राहत असे. माझी अवस्था आता शांततेचा सुखद अनुभव घेणारी असून जेव्हा मी आपले किंवा तपोनगरचे स्मरण करतो, तेव्हा एक बंध निर्माण झालेला जाणवतो. कुटुंबियांशी माझ्या वागणुकीत आणि ऑफिसमध्ये माझ्यात झालेला बदल दिसून येतो. –आर. नरसिंहा मूर्ती

२००९ सालामध्ये मानसा कुटुंबाशी माझ्या संबंधांकडे मागे वळून पाहताना माझ्या लक्षात येते की, माझ्यात प्रचंड बदल झाले आहेत. एक काळ असा होता जेव्हा मतभेद, असमाधान, तर काही वेळा भीती आणि नवीन घटनांविषयी उत्सुकता वाटत असे. जसा काही काळ गेला, माझ्यातील नकारात्मक भावनांची जागा सकारात्मक भावनांनी घेतली. ऋषींनी व आपण प्रचंड प्रमाणात माहिती आम्हास या वर्षी दिली आणि आमच्या ध्यानाला नवीन उंचीवर नेले. –राकेश मिश्रा

आपल्या दैवी आशीर्वादामुळेच २००९ वर्ष कोणत्याही मोठ्या अडचणींशिवाय पार पडले. नवनवीन पुस्तके वाचून अनेक सत्यांची माहिती करुन घेणे ही एक मोठी भेट मिळाली. मी निसर्गाबाबत तसेच सर्व सृष्टीविषयी अधिक जबाबदार झाले आहे. आता मला समजते आहे की आपण नेहमी आम्हाला होणाऱ्या बदलांसंदर्भात तयारी करण्यास का सांगता. मी माझ्या आयुष्यातील गोष्टींचा अग्रक्रम बदलण्यासाठी जास्त प्रयत्न करीत आहे. –जयश्री वासुदेव

आपली पुस्तके मला खूप अर्थपूर्ण वाटतात. सृष्टीच्या तत्त्वांबाबत माझ्या ज्ञानातील उणीवा ते भरून काढतात. सृष्टीच्या सत्यांबाबत माहिती प्राप्त करण्यासाठी ज्या लोकांनी वाटचाल सुरु केली आहे, त्यांना तुमच्या पुस्तकांचा खूप उपयोग होईल.

–स्टॅन्जू जेकब

ध्यानात मी स्तब्धतेचे काही क्षण अनुभवते, ज्यांचा मला दैनंदिन व्यवहारामध्ये उपयोग होतो. मला ही जाणीव झाली आहे, की प्रत्येकाचा स्वभाव वेगळा असतो. मी स्वतःशी प्रामाणिक राहिले पाहिजे. –शशिकला साईनाथ

आजकाल मला लोकांशी फार बोलायला आवडत नाही. माझी झोप व जेवण कमी झाले आहे. एक दिवस ध्यान करीत असताना माझ्या शरीरामध्ये मला हालचाल जाणवली. आणखी एके दिवशी मी खूप सोनेरी प्रकाश पाहिला.

–डॉ. चारुशीला बिराजदार

प्रश्नोत्तरे

संकलन: शोभा राव, अनुवाद: सुनिता देशपांडे

प्र. प्रकाशाचा कार्यकर्ता म्हणजे कोण?

उ. जो प्रकाशासाठी कार्य करतो तो म्हणजे प्रकाशाचा कार्यकर्ता. प्रकाशाचा कार्यकर्ता तो आहे, जो स्वतः प्रकाश धारण करतो. तो प्रकाशाशी एकरूप असतो आणि प्रकाशमय जीवन जगतो. आणि तो प्रकाशाशी फक्त एका जन्मासाठी नाही तर जन्मजन्मांसाठी, त्याच्या संपूर्ण अस्तित्वासाठी वचनबद्ध असतो.

प्र. २०१२ बद्दल मी इतरांना काय समजावून सांगावे?

उ. २०१२ बद्दल आम्ही काय सांगत आहोत हे जर तुम्हाला व्यवस्थितरीत्या समजले असेल तर तुम्ही विनाशाबद्दल न सांगता २०१२ सालाच्या आध्यात्मिक दृष्टिकोनाबद्दल सांगाल. तुम्ही असे सांगाल की आपण नवयुगात प्रवेश करणार आहोत आणि आपल्याला नियमितपणे ध्यान करून, स्वतःला शुद्ध करून त्यासाठी पात्र व्हावे लागेल आणि आपण जर आपल्यात परिवर्तन घडवून आणले तर आपण सुरक्षित राहू. आपण हे **सांगायलाच हवे की,** जगाचा विनाश होणार नाही आणि आपण जी कामं हातात घेतली आहेत ती न थांबता करत राहायला हवी.

प्र. २०१२ मधे दुसऱ्या जगातील लोक इथे येऊन त्यांच्या अवकाशयानात आपल्याला घेऊन जातील का?

उ. आम्हाला माहीत नाही. पण हे शक्य आहे.

प्र. विविध योगांपैकी कोणते योग २०१२ नंतर कालबाह्य होतील?

उ. सगळेच योग २०१२ नंतर अप्रचलित होतील. २०१२ नंतर आध्यात्मिक साधनेचा सराव करण्याची आवश्यकता राहणार नाही. आपण सहजच सर्व आध्यात्मिक तत्त्वांप्रमाणे जगू. आपण पूर्णतः आध्यात्मिक झालो असू, त्यामुळे साधनेची आवश्यकता उरणार नाही.

प्र. विचार व अंतःप्रेरणा या दोघातील फरक आपण कसा जाणावा?

उ. जो विचार अचानक चमकून जातो तो अंतःप्रेरणेतून आलेला असतो. पहिला विचार अंतःप्रेरणेतून उपजतो. जी तुम्हाला विचार करायला लावते ती अंतःप्रेरणा नव्हे. विश्लेषण हे विचारांतून किंवा चिंतन करून होत असते.

प्र. ह्या प्रगतकाळात आपली आध्यात्मिक प्रगती दर्शवणारी अशी एकमेव कोणती गोष्ट आहे?

उ. एकत्व. आपण एकत्व अनुभवले पाहिजे – आपल्या गटासोबत एकत्व, या पृथ्वीवरील संपूर्ण जीवनासोबत एकत्व, या सबंध सृष्टीशी एकत्व! आपण ह्या संपूर्ण समूहाशी एकत्व अनुभवण्यासाठी कसोशीने प्रयत्न करावयास हवेत. तुम्ही प्रयत्नांबाबत प्रामाणिक असायला हवे. तेव्हाच प्रेमाचा झरा वाहील आणि आपण एकमेकांवर विश्वास ठेवू शकू आणि एकमेकांकडे पाहून मनापासून स्मित करू शकू.

प्र. माझ्यातील नकारात्मकतेचे मी काय करू?

उ. जर तुमच्या लक्षात येते आहे की, तुमच्यात नकारात्मकता आहे तर तिला काढून बाहेर फेका, तिला नाकारा. ध्यान करा, नकारात्मक वृत्तींना जाळून टाका, सकारात्मक बना. नकारात्मकता काढून टाकण्यासाठी जे काही आवश्यक आहे ते ते सर्व करा.

प्र. एखादा आत्मा काळा (दुष्ट) बनू शकतो का?

उ. होय. तसेच एखादा काळा आत्मा सुद्धा प्रकाश आत्मा बनू शकतो. देवाचे त्याच्या सृष्टीवर केवढे प्रेम आहे त्याचे हे प्रतीक आहे.

प्र. एका वेगळ्या पातळीवर प्रकाशाला आपण निवडले आहे, हे आपण कसे ओळखावे?

उ. आपल्या कोणत्याही पातळीवर ज्या कांही गोष्टी होतात त्या आपल्याला कळतात. तरी पण तुम्हाला जर खात्री करून घ्यायची असेल की, वेगळ्या पातळीवर तुम्ही प्रकाशाची निवड केली आहे आणि त्याबद्दल तुम्ही या पातळीवर अनभिज्ञ आहात, तर तुम्ही तुमच्या भावना, विचार आणि कृतींचे निरीक्षण करा. तुम्ही प्रकाशाची निवड केली आहे किंवा कसे ते तुमच्या वर्तणूकीवरून तुमच्या लक्षात येईल.

प्र. आपल्या पूर्वजांना त्यांच्या कर्मांपासून मुक्त करण्यासाठी काही तंत्रे आहेत का?

उ. पुर्वजांना त्यांच्या कर्मांपासून मुक्त करण्यासाठी वेगळी अशी तंत्रे उपलब्ध नाहीत. जेव्हा आपण जन्म घेतो तेव्हा आपल्या मातापित्यांच्या कर्मांचा आणि अप्रत्यक्षरीत्या अशा सात पिढ्यांच्या कर्मांचा काही भाग आपल्याला आनुवंशिकतेने मिळतो. हा कर्मभाग आपल्याला भोगावा लागतो. अशाप्रकारे आपण आपल्या पूर्वजांच्या कर्मांचा एक भाग भोगून, कर्मांच्या त्या भागातून त्यांना मुक्त करत असतो. ■

आमची प्रकाशने

Doorways to Light	200/-
Beyond 2012	80/-
2012 - End or Beginning	100/-
New Age Realities	200/-
iGuruji - Vol 1	150/-
iGuruji - Vol 2	120/-
Living in the Light of My Guru	220/-
A Package from the Rishis (containing 5 Booklets) - How to Meditate - Dhyana Yoga - Descent of Soul - Practising Shambala Principles - Astral Ventures of A Modern Rishi	250/-
The Masters Answer	120/-
Channelled Knowledge from the Rishis	250/-
Guruji Speaks Part - I	200/-
Guruji Speaks Part - II	200/-
The Book of Reflections - Vol 1	200/-
The Book of Reflections - Vol 2	200/-
Meditators on Meditations	75/-
Meditators on Experiences	75/-
Meditational Experiences	150/-
Awareness	60/-
Living in Light	10/-
Light	10/-
ऋषींकडून मिळालेले ज्ञान (Marathi)	200/-
प्रकाशवाट (Marathi)	150/-
२०१२ – अंत की आरंभ? (Marathi)	100/-
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/-
२०१२ नंतर (Marathi)	80/-
ध्यान कैसे करे (Hindi)	50/-
ध्यान-योग (Hindi)	50/-
प्रकाशमय जीवन (Hindi)	10/-
प्रकाश (Hindi)	10/-
प्रकाश की ओर (Hindi)	150/-

ही पुस्तके खालील ठिकाणी मिळतील:

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

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

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

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

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

गिरि ट्रेडिंग एजन्सी, नवी मुंबई (फोन:३२५२२४९१)

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

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

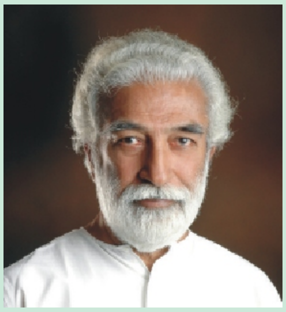
द वर्ड बुक शॉप, कँप (फोन: २६१३३११८, ३०५८००१०/११, ९३७०६७८११३/४)

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

यशवंत प्रकाशन, सदाशिव पेठ (फोन:२४४७०५३३)

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

REGISTERED RNI. No. KARMAR/2008/27314
Date of posting Newsletter-25th of Every Month. No. of Pages-8



गुरुजी कृष्णानंद (१९३९)

मानसा फाउंडेशन (रजि)

प्रकाशाच्या कार्याशी निगडित आहे आणि तपोनगरात आणि बंगलोर शहरात ध्यानवर्ग चालवण्याचे कार्य करते. गुरुजी कृष्णानंदांनी १९८८ मधे ह्या संस्थेची स्थापना केली.

मानसा

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 ध्यान करण्यासाठी विशिष्ट जागा आहेत.

"मानसी" नावाचे एक विशेष शक्तीक्षेत्र इथे 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.

प्रकाशाचे प्रसारण

दर शुक्रवारी १० ते १ वाजेपर्यंत गुरुजींसोबत ध्यान-साधक प्रकाशाचे प्रसारण करतात. ह्यात सामील होण्यासाठी सर्वांचे स्वागत आहे.

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)

चक्र जागृती या ध्यानाच्या टप्प्यावर, महिनाभर ध्यान करताना आलेला अनुभव सुंदर व दैवी होता. ह्यामुळे मला वाटते की मी परमेश्वराच्या जवळ जात आहे. मी ध्यान करताना, स्वत:ला, ढगांच्या कडेने जाणाऱ्या पांढऱ्या वाटेवर चालत, सूर्याकडे जाताना पाहते. तसेच शरीरात सुखद कंपनांचा अनुभव मला येतो व मी ध्यानात पूर्णपणे तल्लीन होऊन जाते. –प्राची खेडेकर

गुरुजींच्या मार्गदर्शनाप्रमाणे मी प्रेमाने फोटॉन बेल्टचे स्वागत केले. तो एक महान व अविस्मरणीय अनुभव होता. गुरुजींच्या नेतृत्वाखाली इतर कित्येक लोकांसोबत मी ती वाटचाल पाहिली. मी फोटॉन बेल्टला विचारले की, त्याला भौतिक शरीर आहे का? धीरगंभीर आवाजात तो उत्तरला, "नाही." त्याने मला सांगितले की आपण सर्वांनी मिळून त्याचे स्वागत केल्यामुळे, तो खूप आनंदी आहे. आम्ही सर्वांनी गुरुजींच्या मागोमाग एका कक्षात प्रवेश केला. तेथे आम्हाला खूप शक्ती प्राप्त झाल्या. –सुदीप्ता सी. के.

का कोण जाणे, दररोज सकाळी माझे पाय आपोआपच 'रा' मंदिराकडे ध्यानास जाण्याकरिता वळतात. मी या प्रवाहाबरोबर अगदी आनंदाने प्रवाहित होत आहे. जेथे माझे स्वत:चे अस्तित्व नाही अशा स्थितीत राहण्यात मला आनंद प्राप्त होत आहे! जाणिवेच्या विविध पातळ्यांत प्रवेश करणे व त्यातून बाहेर पडणे, हे फारच सुंदर आहे. मी एकदा जाणिवेच्या अशा पातळीत प्रवेश केला, जेथे माझे स्वत:चे अस्तित्वच नव्हते व एकही विचार नव्हता, मी एखाद्या वृक्षाप्रमाणे स्तब्ध होते. जरी मी रिक्त स्थितीत होते, तरीही मला ओतप्रोत भरल्या सारखे व समाधानी वाटत होते ! –विद्या विश्वामित्र

प्रकाशाचे प्रवहन केल्यानंतर, मी ध्यान करतो व प्रकाश परमेश्वराशी माझ्या तिसऱ्या डोळ्याच्या माध्यमातून बोलतो. माझ्या आतून व बाहेरून हलक्या निळ्या रंगाचा प्रकाश प्रकटतो व मला शुद्ध करून वेढून घेतो. मी प्रकाश परमेश्वराचे आभार मानतो व एका तान्ह्या बाळाप्रमाणे त्यास शरण जातो. प्रकाश हळूहळू वृद्धिंगत होत जातो व माझ्या हृदयातून बाहेर पडतो. मी आनंदाने व दैवी महत्त्वाकांक्षेने भरुन जातो. मी स्वत:ला देवतांप्रमाणे, गुरुत्वाकर्षणरहित अंतराळात तरंगण्याचा आनंद घेताना पाहतो. –यासुजी यामागुची

काल मला उघड्या डोळ्यांनी एक अनुभव आला. मी स्वत:ला सोनेरी प्रकाशाच्या बोगद्यात तरंगताना पाहिले. गुरुजी व आणखी कोणीतरी माझ्यासोबत होते. त्या बोगद्याच्या शेवटी एक अंतराळयान होते. त्यात काही प्रकाश व्यक्ती होत्या. मी त्यात प्रवेश केला. नंतर ते अंतराळयान अगदी जलदगतीने निघाले. आम्ही सोनेरी प्रकाशाच्या एका गोलावर गेलो. ते अंतराळयान त्या गोलाच्या थेट केंद्रबिंदु पर्यंत गेले. तेथे ते यान उघडले व आम्ही उतरुन त्या गोलात प्रवेश केला. माझे हात सोनेरी प्रकाशाने तेजाळत होते. मी अमरजींना व इतर आध्यात्मिक महात्म्यांना तेथे पाहिले. त्यानंतर मी स्वत:ला एका होमकुंडाजवळ बसून श्लोक म्हणताना पाहिले. हे सर्व संपल्यावर सर्वजण मला आशीर्वाद देत होते. मला वाटले हा शपथग्रहण सोहळा होता. माझ्या सभोवताली पांढरा प्रकाश इतक्या तेजस्वीपणे चमकत होता की मी फार काही पाहू शकले नाही. भौतिक पातळीवर मला शुभ्र पांढरा प्रकाश प्राप्त होत होता आणि माझे शरीर तरंगू लागले. मला वाटले की त्यानंतर मला हिमालयात नेण्यात आले. –राखी चोप्रा

दि. ६-१२-०९ रोजी मी तीन तास ध्यानाभ्यासाचे तीन महिने पूर्ण केले. मी अगदी तेजस्वीतेचा अनुभव घेत व आनंदाने उठले. मी माझ्या पोटात तेजस्वी, प्रकाशमान अशा एका मोठ्या हिऱ्याचा अनुभव घेतला. त्या दिवशी ध्यान करताना मला गुरुजींकडून एक दैवी पतंग प्राप्त झाला. गेल्या तीन महिन्यात माझ्यातील नकारात्मकता निघून गेली आहे. ध्यान मला सकारात्मकतेचा अनुभव देते. मी नेहमी गुरुजींना ध्यान करताना किंवा आकाशात फेरफटका मारण्याचा आनंद घेताना पाहते. –इकुकू

दि. २५-१२-०९ रोजी मी प्रभू येशू ख्रिस्ताच्या पवित्र चरणी शक्ती अर्पण करुन त्यांचे स्वागत केले. सायंकाळी मी पैसे काढण्यासाठी कर्नाटक बँकेच्या ए.टी.एम केंद्रात गेलो. त्यापैकी एका पाचशे रुपयाच्या नोटेवर लिहिले होते 'जीजस लिव्हज २०१०". नंतर गुरुजींनी तो प्रभू येशूचा आशीर्वाद असल्याची खात्री दिली –दीपक दिवाकर

एकदा रा शक्ती प्रवाहित करत असताना मी त्या शक्तीला विचारले, "प्रवहनाच्या क्रिये दरम्यान तू आमच्यावर काय परिणाम करतेस?" शक्तीने उत्तर दिले, "तुमची प्रत्येक पेशी मला शोषून घेते आणि मी पूर्वी साठवलेल्या शक्तीची जागा घेते कारण ती बऱ्याच काळापासून तिथे असते. प्रवहनाच्या माध्यमातून खूप जास्त प्रयत्न करण्याची गरज आहे. मी शुद्ध असल्यामुळे हळूहळू तुमचे विचार आणि एकंदरीत प्रत्येक गोष्टीचे शुद्धीकरण होते." –विद्या अरोरा

PRAKASHMARG An Marathi Monthly Newspaper, Annual Subscription: Rs. 200/-
Printed, Published and Edited by Jayant Deshpande on behalf of Manasa Foundation (R).
Published from Manasa Foundation (R), Taponagara, Chikkagubbi, Bangalore Urban-562 149 and
Printed at M/s. ART PRINT, Dr. Modi Hospital Main, WOC Road, Bangalore-86. Phone : 2335 9992
Owner: Manasa Foundation, Taponagara, Chikkagubbi, Bangalore Urban-562 149.
Editor : Jayant Deshpande