प्रकाशमार्ग

Volume 3 Issue 10 JULY 2011 Rs. 15

चिंतन

महर्षी कृष्णानंद, अनुवाद : जयंत देशपांडे

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

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

सामान्य परिस्थितींमध्ये जनआंदोलनाला पराभूत करण्यात आले असते आणि भ्रष्ट तानाशाही व्यवस्थेचे शासन सुरू राहिले असते. पण आता काळ बदलतो आहे. आपण प्रकाशयुगात पदार्पण करीत आहोत. २०१२ सालातील घटना त्यांच्या परीने, भ्रष्टाचार, हिंसा आणि असत्यावर आधारित व्यवस्थांना नेस्तनाबूत करतील. बदल आता एक पर्याय राहिलेला नाही. बदल ही आपली नियती आहे.

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

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

अर्धे वर्ष निघूनही गेलं! काळाचा वाढलेला वेग आता प्रत्येकाच्याच लक्षात येत आहे आणि प्रत्येकालाच त्याचे आश्चर्य वाटत आहे. काळाची ही तीव्र गती आपण कशी काय समजावून सांगणार! आपण तरी हे कसे समजू शकणार! ते शक्य नाहीये. पण ही वस्तुस्थिती आहे की, दिवसाच्या तासांचे संकोचन करण्यात आले आहे. काळाचे हे संकोचन आणखी पुष्कळ काळ सुरू राहील; आपण २०१२ साल पार करे पर्यंत.

मानसा फाउंडेशन (रजि.)
तपोनगर, चिक्कगुब्बि, (ऑफ हेन्नूर-बागलूर रोड) बंगलोर अर्बन ५६० ०७७. इंडिया.
फोन : (०८०) २८४६५२८०, २२७१५५०१, ९३४२० ३०२५० (सकाळी १० ते दु. ४ पर्यंत)
इ-मेल : info@lightagemasters.com वेबसाईट : www.lightagemasters.com

---

प्रकाशकार्याचे वृत्तपत्र

महर्षी अमर (१९१९-१९८२)

ऋषींनी शिकवले तसे आम्ही ध्यान शिकवतो.

प्रकाश

सृष्टीमागील बुद्धिमान शक्ती आहे. प्रकाश म्हणजे स्वतः परमेश्वरच.

प्रकाशकार्य

सर्वोत्तम जीवन जगण्यासाठी, सर्व जीवांना त्यांच्या जाणीवेची आणि अनुभवाची पातळी उंचावण्यात मदत करणे आहे.

प्रकाशजीव

या आणि उच्च जगात राहणारे ऋषी आहेत. ते ज्ञानाचा प्रकाश आणि शक्ती गोळा करतात आणि पसरवतात.

सप्तऋषी

सर्वोच्च आध्यात्मिक अधिकारी आहेत. ते निवडलेले महात्मे आहेत. ते, सर्व जीवांना इथे शांती आणि परिपूर्णतेचे जीवन जगण्यासाठी आणि त्यांचे मूळ म्हणजे प्रकाशाकडे परत जाण्यासाठी त्यांचे मार्गदर्शन करतात.

महर्षी अमर

प्रत्यक्ष सप्तर्षींच्या संपर्कात असणारे एक विशेष महात्मे होते. त्यांनी उच्च जीवनाच्या सत्ययुगासाठी ज्ञान आणि मार्गदर्शक सूचना उच्च जगातून पृथ्वीवर आणल्या.

गुरुजी कृष्णानंद

महर्षी अमरांचे पट्टशिष्य 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.

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/–
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.

१२–६–२०११, चिक्कगुब्बि येथील नवनिर्मित मारुती मंदिरात सामूहिक ध्यान

काही ठळक घडामोडी

- १२–०६–२०११ रोजी चिक्कगुब्बी येथे नवीन बांधलेल्या श्री मारुती मंदिरात १५० पेक्षा अधिक लोकांनी जमून ध्यान केले तेव्हा ऋषींनी श्री मारुतीच्या मूर्तीस जागृत केले.
- २–६–२०११ आणि १५–६–२०११ रोजी तपोनगर येथे ग्रहणांनिमित्त झालेल्या विशेष ध्यानासाठी तपोनगरातील रहिवाशांनी एकत्र जमून ध्यान केले.
- गुरुजींच्या वाढदिवस समारंभात भाग घेण्यासाठी २२–५–२०११ रोजी तपोनगर येथे ४५० पेक्षाही जास्त लोक आणि १८–५–२०११ रोजी आनेकल येथे १०० पेक्षा जास्त लोक जमले होते.
- 'Preparing for २०१२' ह्या पुस्तकाचे कन्नड आणि मराठी भाषांतील अनुवाद गुरुजींच्या वाढदिवस समारंभाप्रसंगी प्रकाशित करण्यात आले.
- १५–७–२०११ रोजी दुपारी १२ वाजता तपोनगर येथे गुरुपौर्णिमेनिमित्त विशेष ध्यान आयोजित करण्यात येईल.

रविवारच्या प्रसादाचे प्रायोजक

बीना बेहरे, सुवर्णा पत्की आणि गंगाधरन टी. एस.	०१–५–२०११
युतिका चंद्रन, श्वेता कोसमकर आणि प्रदीप दुबे	०८–५–२०११
सुजाता बी., सीमा अजय आणि पवित्रा	१५–५–२०११
बार्बरा व्हॉन ग्रोटे, रमेश बोरकर, शारदम्मा एल., सुब्बैय्या व्ही. आणि लतिका कुलकर्णी	२२–५–२०११
शोभा दुर्गानंद, विजयकुमार, गंगाधरन टी. एस., किरण कदम, अल्का विंझे आणि लक्ष्मी अभिचंदानी	२९–५–२०११

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 आणि प्रकाश प्रवहन, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
शुक्रवार १	– सूर्य ग्रहणानिमित्त विशेष ध्यान, दुपारी १.२३ ते २.५२ पर्यंत
रविवार १०	– शंबला गटाची बैठक, दुपारी २ वाजता
शुक्रवार १५	– गुरू पौर्णिमेनिमित्त विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत
रविवार १७	– 'रा' गटाची बैठक, दुपारी २ वाजता
रविवार ३१	– अखंड ध्यान, सकाळी १० ते दुपारी १ पर्यंत

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०१ शुक्रवार	अमावास्या सूर्य ग्रहण: दुपारी १.२३ ते २.५२ पर्यंत
०२ शनिवार	आषाढ मासारंभ
०८ शुक्रवार	शुक्लाष्टमी
१० रविवार	शुक्ल दशमी
१५ शुक्रवार	गुरुपौर्णिमा
१७ रविवार	दक्षिणायन आरंभ
२३ शनिवार	कृष्णाष्टमी
२९ शुक्रवार	शिवरात्री
३० शनिवार	अमावास्या

गुरुजींसोबत अनौपचारिक बैठक शनिवार, ९–७–२०११ रोजी सकाळी ११ ते दुपारी १ पर्यंत आयोजित करण्यात येईल. ह्यात भाग घेण्याची इच्छा असणाऱ्यांनी मानसा कार्यालयात आपले नाव नोंदवावे.

स्पीकिंग ट्री वर मास्टर्सच्या सूचीत गुरुजींचे नाव आले आहे. त्यांचे ब्लॉग वाचण्यासाठी व व्हीडियो पाहण्यासाठी कृपया www.speakingtree.in या वेबसाइटला भेट द्यावी.

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

निरनिराळ्या छटा

प्रगती राज, अनुवाद : वैशाली जोशी

सकाळच्या आकाशाकडे ओझरता दृष्टिक्षेप टाका. ते एका सुरेख निळ्या कॅन्व्हास सारखे असते ज्याला अंत किंवा आरंभ नसतो आणि ज्याच्या पूर्वेला सगळीकडे नारिंगी रंगाच्या छटा उडविलेल्या असतात. सकाळच्या हवेत डोळे बंद करून श्वास घ्या, की हृदयात आनंद उभरतो. गवतावरील दवबिंदू असे दिसतात की जणू काही तुम्ही त्यांना गोळा करू शकाल आणि त्यांचे दागिने बनवू शकाल. एकदा खळखळून हसा आणि पाहा आनंद कसा उसळून वर येतो ते. किती मनोहारी क्षण हा!

सभोवतीच्या हिरव्या रंगाकडे पाहा. कधीकधी आश्चर्य वाटते की, देव हिरव्या रंगाच्या इतक्या अनेक सुंदर छटा सर्वत्र कशा रंगवू शकतो? असे वाटते की जणू काही देव एक कलाकार आहे. नक्कीच असला पहिजे!

आपल्या अवतीभोवती सर्वत्र त्याचे अस्तित्व अनुभवा. ह्यापेक्षा अधिक आध्यात्मिक काय असू शकते? वाऱ्याच्या झुळुकीची तिच्या स्वतःच्याच भाषेत सुरू असलेली कुजबुज आणि लक्षावधी सुंदर थेंबांनी खाली येणाऱ्या पावसाकडे कान देऊन ऐका. जणू काही लक्षावधी पाण्याच्या थेंबांच्या मार्फत पृथ्वीला भेटण्याची आकाशाची ही रीत आहे.

ह्या सर्वामध्ये आध्यात्मिकतेचे गहन सार आहे. रात्री काळे वस्त्र परिधान केलेल्या आकाशात सर्वत्र पसरलेले तारे असे दिसतात जसे आकाशाने दिवसाअखेरी त्याची दागिन्यांची पेटी उघडली आहे.

तुमचे आवडते गीत ऐका. 'तुम्ही गाणं ऐकताना समाधीचा अनुभव घेऊ शकता' हे आध्यात्मिक गुरुंचे सांगणे किती खरे आहे. किती अप्रतिम हा उलगडा!

आणि हे किती खरे आहे की, हे विश्व म्हणजे निसर्ग, संगीत, सिनेमे आणि अगणित गोष्टींच्या रूपात आपल्यासाठी निर्माण केलेली माया आहे. इतके सर्व फक्त आपल्यासाठी केवढ्या प्रेमाने निर्माण केले आहे. आपल्या आचरणातून प्रेम प्रकट करा आणि निखळ आनंदातून तुमच्या हृदयाचा लक्षावधी रंगात स्फोट होताना पाहा.

सभोवताली एवढ्या सौंदर्याची उधळण होत असताना योगी रामकृष्ण परमहंस, पक्ष्यांना आकाशात उडताना पाहून समाधी अवस्थेत पोहोचले यात नवल ते काय! ■

तपोनगर डायरी

सीमा अलमेल, अनुवाद : पूर्वा फडके

हृदयात गुरुजींचा वास असणाऱ्या प्रत्येकासाठी मे महिना वर्षातील सर्वात महत्त्वाचा महिना असतो. यावेळी त्यांचा वाढदिवस मे महिन्यात तीनदा साजरा करण्यात आला. १८ मे रोजी आनेकल येथे सकाळी व त्याच दिवशी संध्याकाळी येथील रहिवाशांनी वाढदिवस साजरा केला तर २२ मे च्या रविवारी गुरुजींच्या शिष्यांनी मोठ्या प्रमाणात उत्सव साजरा केला. सर्वांच्या मनातून गुरुजींसाठी पाझरणाऱ्या प्रचंड प्रेमाने अक्षय तृतीयेच्या शक्तींनाही बाजूला सारल्यासारखे वाटले.

दरवर्षी येथील रहिवासी १७ मे ला मध्यरात्री वाढदिवस साजरा करतात. परंतु यावेळी बुद्धपौर्णिमेच्या विशेष मुहूर्तावर सूक्ष्मदेहाने प्रवास करायचा असल्यामुळे हा उत्सव १८ मे वर ढकलण्यात आला. भोजनगृहाजवळ काही स्त्रियांनी अतिशय कलात्मक पद्धतीने रांगोळी व फुलांची आरास केली होती. गुरुजींनी केक कापल्यावर त्यांना अनेकांनी भेटवस्तू व पुष्पगुच्छ दिले. मे महिन्यात वाढदिवस असलेल्या श्रीमती उषा वासन व इतर काही भाग्यवान लोकही गुरुजींना सामील झाले.

यावेळी नेहेमी प्रमाणे प्रश्नोत्तरांचा तास घ्यायचा नाही हे आम्ही पूर्वनियोजित केले होते. त्याऐवजी आपल्या आयुष्यातील गुरुजींच्या बहुमूल्य अस्तित्वाबद्दलच्या भावना व्यक्त करण्याचे ठरले. अनेकजण आपल्या अंतःकरणापासून बोलले व गुरुजींनीही प्रतिसाद दिला. गिटारच्या माध्यमातून 'हॅपी बर्थ डे' हे गाणे वाजविण्याचा प्रयत्न झाला.

२२ मे रोजी प्रेम व पावित्र्याचे प्रतीक असलेल्या पांढऱ्या व गुलाबी रंगाच्या फुलांनी तपोनगर सजवण्यात आले. वक्त्यांनी आपल्या भाषणातून अनेकांच्या भावना व अनुभवांना शब्दरूप दिले. गुरुजींनी त्यांच्या भाषणानंतर प्रत्येकाला शुभाशीर्वाद दिले. साधक मोठ्या रांगांमधून त्या एका विलक्षण क्षणाची वाट पाहत होते. या क्षणी त्यांच्या मूक व शब्दांपलीकडच्या भावनांना काहीजणांनी अश्रूंमार्फत वाट करून दिली तर काहींच्या चेहेऱ्यावर स्मित उमटले. काहींनी गुरुजींशी बोलून त्यांच्या प्रश्नांची उत्तरे मिळवली. गुरुजींनी सर्वांनाच मोठ्या प्रमाणात दैवी शक्ती प्रदान केल्या. गुरुजींच्या सर्व जाणणाऱ्या स्मितहास्याने किंवा प्रेमाने भरलेल्या कटाक्षाने सर्वांच्या मनावरील ओझे दूर झाले.

त्यांच्या वाढदिवशी त्यांना जे मिळाले त्याहून कितीतरी अधिक त्यांनी आम्हाला दिले. ■

प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ

ही आपल्या अंतःकरणाची 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 अंधःकाराला 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, विवेक आणि उज्वल भविष्य. 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 स्वतःहून आपल्या लौकिक गरजांची मर्यादा ठरवा.

गुरुजी उवाच

(गुरुजींच्या रविवारच्या व्याख्यानातील वेचे)
(संकलन: शोभा राव; अनुवाद: पूर्णिमा परुळेकर)

०१–०५–२०११

लोक नवीन प्रश्न विचारत नाहीत कारण कोणत्यातरी कारणामुळे ते विशिष्ट पायरीशी अडलेले असतात, जिथे त्यांच्याजवळचे सर्व प्रश्न संपलेले असतात. एखाददोन तासांच्या ध्यानाने किंबहुना आमची सर्व पुस्तके वाचून झाल्यावर देखील तेवढ्यावर समाधान मानू नका. ज्ञान महासागरासारखे अपरंपार आहे. जेव्हा तुम्ही जास्त वाचाल तेव्हा तुम्हाला जास्त ज्ञान मिळेल आणि तुमच्या मनात नवीन प्रश्नचिन्हे उभी राहतील. जेव्हा तुम्ही वरच्या पायरीवर जरी नाही तरी किंचित वरच्या पातळीपर्यंत प्रगती कराल तेव्हा तुम्हाला नवीन अनुभव येतील, नवे प्रश्न व नव्या शंका समोर येतील. त्या सर्वांची उत्तरे मिळाल्यावर तुम्ही नवीन किंवा पुढच्या पायरीवर जाल. अशा रीतीने तुमची प्रगती होत असते.

आत्मा प्रकाशाचा कण असतो, त्याला ना आकार असतो ना वजन असते. आत्मा आनंदमय कोशात राहतो. आनंदमय कोश सूक्ष्म देहात असतो. मृत्युनंतर आत्मा स्वतःहून शरीराबाहेर पडत नाही. विशेष मार्गदर्शक आत्म्याला मार्गदर्शन करून विश्रांतीच्या ठिकाणी जाण्यास मदत करतो. मृत्युच्या वेळेस सूक्ष्म देह पार्थिव देहापासून वेगळा होतो. जोपर्यंत रुपेरी धागा जोडलेला असतो तोपर्यंत सूक्ष्म देह आकाराने वगैरे तंतोतंत पार्थिव देहासारखाच दिसतो. मृत्युपश्चात तो लहान गोलाकार चेंडूसारखा होतो.

एका विद्यार्थ्याने मला पत्रातून विचारले, 'मला गुरु कधी भेटतील?' मला त्याचा रागही आला नाही की मी दुखावलो गेलो नाही. मानवी गुरु केवळ मार्गदर्शक असतो. स्वतः परमेश्वरच खरा गुरु असतो. मी तुम्हाला मार्गदर्शन करतो, मुक्तहस्ते ऊर्जा देतो. माझ्या बाजूने तुमच्या माझ्यात अंतर नसतं. आपल्यातलं नातं तुम्ही निश्चित करायला पाहिजे. तुम्ही माझे विद्यार्थी आहात, शिष्य आहात की अनुयायी आहात ते तुम्ही ठरवा.

'द स्पीकिंग ट्री' ह्या वेबसाईटवर आध्यात्मिक गुरुंच्या यादीत माझे नाव समाविष्ट केले आहे. आम्ही ही वेबसाईट तपासल्यावर आमच्या लक्षात आले की तेथे मला साधारणतः २४० अनुयायी आहेत. त्यापैकी काही थोडेच माझे विद्यार्थी आहेत. यावरून मला एक समजले की माझे सर्व विद्यार्थी माझे अनुयायी नाहीत!

दुष्ट शक्तींच्या पाशापासून दूर राहण्यासाठी आपण आपल्याबरोबर प्रकाशाला ठेवले पाहिजे, तसेच प्रकाश पसरवला पाहिजे. प्रकाशापेक्षा शक्तीमान दुसरं काहीच नाही. प्रकाश प्रत्यक्ष ईश्वरच आहे. ही साधी सत्यं तुम्हाला समजली तर तुम्ही तांत्रिकांकडे किंवा दुसरीकडे कुठेही जाणार नाही.

इथून पुढे आपल्याला पुष्कळ प्रकाश प्रवहन करावे लागेल. बरेच शुद्धीकरण आणि पुनर्निर्माण करायचे आहे. केवळ या गोष्टींच्या साहाय्यानेच नवयुगाचे निर्माण होईल.

०८–०५–२०११

पारमार्थिक प्रगतीसाठी आणि विशेषकरून २०१२ मधील घटनांना तोंड देण्यासाठी ध्यान करणे पुरेसे नाही. रविवारची व्याख्याने चुकवू नका, मासिक वृत्तपत्रिका वाचत जा, आम्ही प्रकाशित केलेली पुस्तके पूर्ण समजून घ्या. विशेषतः अभ्यास केंद्राच्या पुस्तकांत अप्रतिम, अधिकृत, अतिशय सोप्या भाषेत, सुस्पष्ट व प्रत्यक्ष माहिती मिळते. आपल्या सभोवती घडणाऱ्या गोष्टींकडे आपण कधीही दुर्लक्ष करता कामा नये. शक्य तितके ज्ञान आपण मिळविले पाहिजे, ते समजून घेतले पाहिजे आणि अर्थातच ध्यान केले पाहिजे व सकारात्मक बनले पाहिजे.

एका माणसाने मला विचारले की ईश्वर, चैतन्य, ऊर्जा हे सर्व एकच आहे का? ही फारच खेदाची गोष्ट आहे. लोकांना वाटतं की ईश्वर म्हणजे केवळ ऊर्जा, उष्णता किंवा वीज आहे. ईश्वराला संपूर्णपणे जाणणे कठीण आहे. ईश्वर सर्वोच्च प्रज्ञा आहे. ईश्वर मूर्तिमंत प्रेम आहे. संपूर्ण सृष्टी, चैतन्य आणि ऊर्जा यांचा स्रोत ईश्वर आहे. आपल्याला वाटते त्यापेक्षा तो अजून खूप काही आहे.

आपल्यापैकी कोणीही, अगदी मीसुद्धा परिपूर्ण नाही. आपण सर्व थोड्या फार फरकाने चुका करतो. समजून उमजून घडलेले स्खलन मात्र आपल्याला नीचतम आध्यात्मिक पातळीवर घेऊन जाते.

संस्कृतमध्ये 'दि' आणि 'धि' अशी दोन अक्षरे आहेत. समाधि शब्द लिहिताना आपण 'धि' अक्षराचा प्रयोग करतो. माझे गुरु सांगत की तिथे 'दि' अक्षराचा प्रयोग केला पाहिजे. संस्कृतमध्ये 'सम' म्हणजे समान आणि 'आदि' म्हणजे सुरुवात. 'समादि'चा अर्थ होतो : सुरुवातीला ईश्वर आणि आपण आत्मे समान होतो. तो प्रकाश होता व आपणही प्रकाश होतो. हा अर्थ आपल्याला ऋषींनी सांगितला. 'समादि' शब्द त्यांनी निर्मिला.

आपण समादिचा अनुभव घेतो तेव्हा स्वतः प्रकाश होतो, आपण ईश्वराशी एकरूप किंवा त्याच्या समान होतो. आपण ध्यान केले तरच समादिचा अनुभव शक्य होतो. ऋषी सांगतात की, जेव्हा आपण व्यापकता अनुभवतो, प्रकाश जे धारण करतो किंवा प्रकाशाचे सर्व गुण म्हणजे शुद्धता, शांती व प्रेम या सर्वांचा अनुभव घेतो तेव्हा आपण समादिचा अनुभव घेतो. ऋषी म्हणतात की, एका ईश्वरी गुणाशी जरी आपण सायुज्य साधले तरी आपण समादिचा अनुभव घेऊ.

ऋषी सर्वांची परीक्षा घेतात, प्रगतीचे मूल्यमापन करतात, वरच्या पायरीवर नेतात किंवा त्याच पायरीवर ठेवतात. जाता जाता सांगायचे तर, ऋषी आपल्याला खालच्या पायरीवर ढकलत नाहीत; आपण आपले आपणच खाली पडतो. अशी एक मोठी यंत्रणा आहे जिच्यामध्ये अनेक माणसे देखरेखीचे, मूल्यांकनाचे काम करतात. जेव्हाही गरज असेल तेव्हा अडचणींचे निवारण करून, आधार देऊन साधकांना मदत सुद्धा करतात. सर्वांचे, केवळ साधकांचेच नव्हे तर तथाकथित गुरुंचेही मूल्यमापन केले जाते. या यंत्रणेचे मुख्य अधिकारी एक ऋषी आहेत. ते हिमालयातील आमच्या मुख्य कार्यालयात असतात.

अध्यात्म किंवा परमार्थनिष्ठा म्हणजे चांगुलपणा व प्रामाणिकपणा. आपण ध्यान नाही केले तरी चालेल, ऋषींसोबत संपर्क साधला नाही तरी चालेल. आपण शुद्ध, पवित्र असू तर ऋषी येऊन आपल्याशी संपर्क साधतील. ही सत्यं तुम्ही आमूलाग्र समजून घ्या. जगाकडे कुतूहलाने पाहा. तुमचे डोळे व कान उघडे ठेवा. तुमचं हृदय शुद्ध ठेवा व त्याची दारं उघडी ठेवा.

१५–०५–२०११

पूजा करताना आपल्यामध्ये व देवामध्ये नेहमी अंतर असते. आपल्यात काही दुवा नसतो. या उलट, ध्यानात आपण देवाचा अनुभव घेतो. आपल्यामधले अंतर नाहीसे होते आणि आपण त्याच्याशी एकरूप होतो. परिवर्तन होणे फार महत्त्वाचे आहे. पूजा करण्यात काहीही गैर नाही. परंतु आपल्याला पूजेच्या पलीकडे जायला हवे.

गुरुजी उवाच

(गुरुजींच्या रविवारच्या व्याख्यानातील वेचे)
(संकलन: शोभा राव; अनुवाद: पूर्णिमा परुळेकर)

साधनेत प्रगती होऊ लागल्यावर निरनिराळ्या लोकांना निरनिराळे अनुभव येतात. उदा. एकप्रकारची विरक्ती किंवा अस्वस्थता किंवा जीवनाबद्दल आणि खुद्द देवाबद्दलही औदासिन्य वाटू शकते. हे सर्व होणे स्वाभाविक आहे. यामुळे घाबरून जाऊ नका. तुम्हाला कोणती शंका असल्यास तुमचा अनुभव किंवा अडचण मला सांगा.

नेहमी समचित्त असणे महत्त्वाचे आहे. टोकाच्या भावना चांगल्या नाहीत. उत्कट भावना, प्रेम आणि निष्ठा चांगल्या असतात.

आपल्याकडे ३ प्रकारची संरक्षक कवचे असतात. साधारण सुरक्षा कवच सर्व साधकांना दिले जाते. शंबला गटातील मंडळींना शंबलातील सुरक्षा कवच व रा गटातील मंडळींना आणखी एक सुरक्षा कवच देण्यात येते. जेव्हा आपण नकळत, अजाणता नकारात्मक विचार आपल्या शरीरात बराच काळ राहू देतो तेव्हा ते ह्या तीनही कवचांना खिंडार पाडतात. आपण काळ्या शक्तींना आमंत्रण दिले तर त्या आपल्या शरीरात प्रवेश करून आत राहतात आणि त्यांना हवे तसे सर्व तऱ्हेचे नुकसान करतात.

एक सातवीत शिकणारा मुलगा लिहितो, 'जेव्हाही मला अस्वस्थ वाटते तेव्हा मी प्रकाश प्रवाहित करतो.' हा लहान शाळकरी मुलगा मोठ्यांना प्रेरणा देऊ शकतो.

२ जूनपासून ओळीत ३ ग्रहणे आहेत. साधारणतः ग्रहणाचा परिणाम ४८ दिवस आधी सुरू होतो व ग्रहणानंतर ४८ दिवस टिकतो. राष्ट्रीय स्तरासारख्या उच्च स्तरावर फार मोठे बदल घडून आले आहेत. व्यक्तिंमधले चांगले बदल पाहून मला फार आनंद होतो आहे. मला अधिक प्रकाश बाहेर पडताना दिसत आहे. मला वाटते की इतक्या वर्षांचे प्रयत्न सत्कारणी लागले. क्वचित थोड्या उदाहरणांमध्ये उलट घडते आहे. अशांना योग्य मार्गावर परत आणण्यासाठी मी भौतिक व सूक्ष्म स्तरांवर सर्व प्रयत्न करत आहे. तुमच्या आत प्रलय घडू द्या. आपण बदललो की जगही बदलेल.

अत्रि महर्षी सप्तर्षींचे प्रतिनिधी आहेत. १९८७ पासून त्यांच्याकडे सर्व सूत्रे असून ती ६० वर्षांसाठी राहतील. तपोनगर व आनेकल केंद्राची सूत्रे व्यास महर्षींजवळ आहेत. तुम्हाला काही विचारायचे असेल अथवा कसली प्रार्थना करायची असेल तर तुम्ही त्यांच्याशी संपर्क साधू शकता.

जिथे प्रकाश प्रवहन केले जाते अशी ऋषींची १४४००० केंद्रे संपूर्ण जगभर पसरलेली आहेत. प्रकाश प्रवहन प्रलयाच्या प्रक्रियांना प्रत्येक बाबतीत मदत करीत आहे. यापुढे वैयक्तिक किंवा त्याहून मोठ्या स्तरावर घडणारा कोणताही बदल चांगल्याकरिता घडावा.

या पृथ्वीवरचे सर्व साधक आणि प्रकाशाचे कार्यकर्ते विनाशाची व्याप्ती बरीच कमी करून पृथ्वीला नवयुगात घेऊन चालले आहेत. जर जास्त लोक प्रकाश प्रवहन करू लागले तर विनाश टाळता येईल. अजून जास्त लोकांनी प्रकाशरूप बनले पाहिजे. गेल्या युगचक्रात फोटॉन बेल्टमध्ये प्रवेश करताना होती त्यापेक्षा ह्यावेळी आपली संख्या अधिक आहे.

२२–०५–२०११

तुमच्याकडून मला मिळत असलेल्या प्रेमाबद्दल व समजूतदारपणाबद्दल माझ्या भावना व कृतज्ञता व्यक्त करण्यासाठी माझ्याजवळ शब्द नाहीत. तुमचे प्रत्येकाचे मी आभार मानतो.

एका माणसाने भाकीत केल्याप्रमाणे काल जगाचा अंत झाला नाही. परंतु काल एक स्थित्यंतर घडले ज्या दरम्यान नवीन ऊर्जा प्रसृत करण्यात आल्या. लोकांना वाटते की २०१२ ही अशीच आणखी एक भविष्यवाणी आहे. पण ते खरे नाही. ती पूर्णपणे वेगळीच गोष्ट आहे.

गतकाळाकडे वळून पाहताना मला वाटते की मी माझं काम पूर्ण केलं आहे, जरी त्या बाबतीत मी पूर्णपणे समाधानी नाही. ऋषींचे कार्य कधीच संपत नाही. ते सुरूच राहते. माझे कार्यसुद्धा माझ्या अखेरच्या श्वासापर्यंत सुरू राहील.

माझ्या कार्याचा मला आनंद आहे कारण अमरांचा वारसा मी पुढे चालवू शकलो. काही गोष्टींच्या आम्ही नवीन व्याख्या केल्या, काहींच्या अर्थाचा विस्तार केला आणि सप्तर्षी मार्गाचे स्वरूप निश्चित केले. आता आपल्याजवळ सुस्पष्ट मार्ग व एक अभ्यासक्रम आहे आणि इथे प्रत्येक गोष्ट अतिशय स्पष्ट आहे.

माझ्या गुरुंनी जे पुष्कळ व नवीन ज्ञान दिले त्याने या मार्गाचा पाया रचला. आम्ही प्रथम तपोनगरच्या ध्यानकेंद्राची व नंतर अंतरमानसाची स्थापना केली. इथल्या सूक्ष्म कक्षांमध्ये ऋषींनी तऱ्हेतऱ्हेच्या ऊर्जा व ज्ञान संकलन करून साठवले आहे. हे सर्व आपल्याला व पुढच्या पिढ्यांना उपलब्ध आहे.

स्त्रियांनी गायत्री मंत्राचा जप करू नये यासारखे अर्थाचे अनेक विपर्यास दूर करण्यासाठी केलेले प्रयत्न हा आमच्या कार्याचा फार आनंददायी भाग होता. ऋषींकडून आम्हाला आमच्या प्रश्नांची अतिशय स्पष्ट, संक्षिप्त, थेट व खरी उत्तरे मिळतात. आम्ही अशी यंत्रणा स्थापित केली आहे जी ऋषींचे कार्य चालू ठेवेल.

तीन वर्षांपूर्वी सुरू केलेली प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ अतिशय जोमाने व वेगाने पसरत चालली आहे. याचे श्रेय ह्या महान कार्याला वाहून घेणाऱ्या सुंदर आत्म्यांना आहे.

आता माझ्या कार्याचा पुढचा टप्पा सुरू होत आहे. २०१२ तील आणि त्यानंतरच्या घटनांशी संबंधित नवीन ज्ञान पृथ्वीवर आणणे हा त्याचा मुख्य भाग आहे. ह्या कामासाठी मला अधिक एकांतवासात राहाण्याची गरज आहे. त्याग केल्याशिवाय आपल्याला पुढे जाता येत नाही.

आपण जर साहित्य वाचले नाही आणि संगीत ऐकले नाही तर आपण त्या अनुभवाला मुकतो एवढेच नाही तर त्यांच्यामुळे आपल्या विचारांना व भावनांना जी सुसंस्कृतता लाभली असती तीही आपण गमावतो.

अमरांची भेट ही माझ्या आयुष्यात घडू शकणारी सर्वोत्तम गोष्ट होती. त्यांनी माझ्यासमोर उलगडलेल्या अनेक जगांमधील प्रकाश व प्रेम मी अनुभवेन आणि ते तुम्हा सर्वांना उपलब्ध करून द्यायला मला आवडेल. केवळ प्रेम व प्रकाश यांच्या साहाय्यानेच आपण नवयुगाची निर्मिती करू शकतो, केवळ प्रेम व प्रकाश यांच्या साहाय्याने आपण २०१२ मधून तरून जाऊ शकतो. आत्ता यावर विश्वास ठेवणे कठीण आहे, परंतु आपण सर्वजण प्रेमाचा आणि प्रकाशाचा अनुभव घेऊ.

ऋषींची कार्यसूची ही माझी एकमेव कार्यसूची आहे. ऋषी आणि त्यांचे कार्य हीच माझी उद्दिष्टे आहेत. मी जगासाठी स्वप्न पाहतो. तुम्ही माझ्या स्वप्नाचा हिस्सा आहात; तुम्ही मला लाभलेल्या देणग्या आहात आणि माझ्या कसोट्याही आहात. कसोट्या आपल्या प्रगतीचा भाग असतात.

तुम्ही आध्यात्मिक झालात, चांगले, प्रामाणिक व साधे असलात तर मला फार आनंद होईल. ■

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 "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.

गुरुजींना आलेल्या पत्रांतील काही वेचे

संकलन : वैशाली जोशी, अनुवाद : एकनाथ कुलकर्णी

गेल्या आठवड्याच्या शेवटी मला एका अत्यंत कठीण प्रसंगाला तोंड द्यावे लागले. त्या वेळी माझ्याशी माझा काहीही दोष नसताना अत्यंत कोडगेपणाने व्यवहार करण्यात आला. त्यावेळी मला गुरुजी आठवले, त्यांची शिकवण आठवली. ते सदैव माझ्या सोबत आहेत हे जाणवले. मी स्वतःला वचन दिले आहे की कोणतीही परिस्थिती अगदी शांतपणे आणि सकारात्मक रीतीने हाताळेन. आताशा, मी दुःखावर विरंगुळा शोधत नसून समाधानाच्या अवस्थेतच जगत आहे. सर्वांमध्ये दैवी चांगुलपणा कसा जागवावा ते मला शिकवल्याबद्दल आणि माझ्यातील चांगुलपणा प्रत्यक्षात आणण्यास मला मदत केल्याबद्दल मी गुरुजींची अत्यंत आभारी आहे.

– गीता जोशी

या आपल्या मार्गामध्ये असल्याबद्दल मी अतिशय आनंदी आहे व स्वतःला भाग्यवान समजते. या पूर्वी मी वेगवेगळ्या आध्यात्मिक मार्गात जे अभ्यासत होते ते मला वरवरचे वाटते. मला जीवन व जगण्याशी जोडले गेलेले असे काही तरी सखोल हवे होते. माझी जवळ जवळ अशी भावना झाली होती की कोणताही मार्ग अनुसरण्या इतपत माझी कधीच खात्री होणार नाही आणि त्यामुळे मी संभ्रमात पडले होते. आता माझे पाय जमिनीवर घट्ट रोवले आहेत. माझ्या आतील आणि बाहेरील सर्व सौंदर्याचा जो अनुभव मी घेते आहे त्याबद्दल मी ऋषींचे, गुरुजींचे आणि 'मानसा' कुटुंबियांचे आभार मानते.

– अंजली मेहता

माझ्या लक्षात येत आहे की कसोटीच्या क्षणांनंतर मी खूपच कमी वेळामध्ये माझ्या मूलभूत स्थिरतेकडे परत येते. पूर्वी मी दुखावल्याची बोच किंवा राग अनेक दिवस बाळगला असता. मला एखादी गोष्ट जेव्हा अस्वस्थ करत असे तेव्हा मी ध्यानास बसे. त्यामुळे माझ्या लक्षात आले की अशा प्रकारची परिस्थिती याकरिता माझ्या आयुष्यात आली जेणेकरून मी माझ्या मधील नकारात्मक भावना काढून टाकू शकेन आणि आतापर्यंत वाया घालवलेल्या माझ्या उर्जांचा समतोल राखून प्रकाशाकडे परत येईन.

– गीता बालकृष्णन

अवघड नाते संबंधांमुळे लोक दुःखी होतात हे मी पाहते. परंतु, मी मात्र आनंदी असते कारण आपण दिलेल्या शिकवणुकीमुळे छोट्या छोट्या गोष्टी आता मला अशांत करू शकत नाहीत. मी शांत आणि स्वस्थ राहू शकते. जरी हे आव्हानात्मक असले तरी मी रोज स्वतःला सुधारण्याचा प्रयत्न करते. मला मार्गदर्शन करून माझ्यात परिवर्तन घडवून आणल्याबद्दल मी आपली सदैव ऋणी आहे.

– चारुशीला बिराजदार

मला वाटते आयुष्य ही एक लांबच लांब आनंदयात्रा आहे. आयुष्य पुढे सरकताना आयुष्यातील घटनांकडे, त्यांच्यावर फारशी टीकाटीप्पणी न करता स्वस्थपणे पाहात राहावे. गुरुजींचे, ऋषींचे व इतर मार्गदर्शकांचे, जे आम्हाला निस्वार्थीपणे मार्गदर्शन करून अनेक बाबतीत आम्हाला योग्य प्रकारे जगण्यास मदत करतात, त्यांचे आभार.

– प्रगती राज

निखळ आनंद हा तर आपला स्वभाव आहे. कोणत्याही क्षणी तो प्रकट होऊ देणे आपल्याला सहज शक्य असते. सभोवतीच्या गोष्टींचे आपण वाईट किंवा दुःखद असे मूल्यांकन करू शकतो. परंतु, तेव्हा सुद्धा जर मी माझ्या अंतरंगातील आनंद आणि शांततेचा गाभा बाहेर आणू शकले तर त्याचा कोणत्याही परिस्थितीवर सकारात्मक परिणाम होईल. सध्या मी प्रकाशाच्या महासागराशी संलग्न होण्याचा सराव करून त्याचा आनंद घेत आहे. यामुळे दिवसभर मी आनंदी असते.

– लिंडा स्वायर

माझ्या घशाची अवस्था औषध घेऊन सुद्धा दिवसें दिवस अधिकच खराब होत होती. घसा बरा होण्यासाठी मला पाच दिवस न बोलण्याचा सल्ला दिला होता. "हीलर्स ग्रुप" कडून मिळालेला प्रतिसाद भारावून टाकणारा होता. अनेकांनी मला फोन केला आणि माझ्या प्रकृतीची चौकशी केली. मला एकात्मतेची भावना जाणवली. २४–०२–२०११ ते २८–०२–२०११ या पाच दिवसात माझे जणू परिवर्तन झाले. मी लोकांचे बोलणे ऐकणे, त्यांचे निरीक्षण करणे व त्यांना जास्त चांगल्या रीतीने समजून घेण्यास शिकले. मला वाटते ही मला एक पर्वणीच दिली गेली होती.

– राजश्री पडकी

माझ्या कामाच्या ठिकाणचे वातावरण आणि पद्धत ठीकठाक चालले आहेत. आपले मार्गदर्शी शब्द, आपल्या आठवणी आणि सूचना यांनी नेहमीच माझ्या कामाची जागा भरून टाकलेली असते व त्यांचा सुगंध दरवळत असतो. लोकांना ते जाणवते आणि मलाही त्याचा अनुभव येतो. जीवनाच्या सर्व वाटांवर आपण आणि ऋषी माझ्या सदैव सांगाती असता ही जाणीव अतिशय मोलाची आहे.

– थिमय्या नागराज

प्रश्नोत्तरे

संकलनः शोभा राव, अनुवादः सुनिता देशपांडे

प्र. आपण ध्यानाला इतकं जास्त महत्त्व का देतो?

उ. ध्यान ही अध्यात्मातील पहिली पायरी असल्यामुळे आपण ध्यानाला जास्त महत्त्व देतो. ध्यान हे एक असे प्रवेशद्वार आहे जे आपल्याला संपूर्ण विश्वाकडे नेते. सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे ध्यान माणसाला एक खूप चांगला माणूस बनवते. असा माणूस सर्वांना आवडतो. सर्व त्याच्यावर प्रेम करतात. जीवन सर्वार्थाने जगण्यात, या सृष्टीतील नव्या आणि सुंदर गोष्टींचा शोध घेण्यात आणि आपल्यातील संवेदनशीलता तीव्र करण्यात ध्यान आपली मदत करते. या गोष्टी आपल्याला शांतीमय जीवन जगण्यात व देव आणि ऋषींशी संपर्क साधण्यात मदत करतात. आपल्या जाणिवेचा विस्तार करण्यात आणि सत्ये व आपले आध्यात्मिक ध्येय जाणून घेण्यात या गोष्टींची मदत होते.

प्र. ध्यानाने सर्व कर्मांचे निर्मूलन होऊ शकते का?

उ. ध्यानामुळे बऱ्याच मोठ्या प्रमाणात कर्मांचे निर्मूलन होते पण सर्व कर्मांचे होत नाही. ध्यान करत नसूनही जर एखादा माणूस स्वतःमध्ये सकारात्मक बदल घडवू शकला तर त्याच्या काही कर्मांचे निर्मूलन होते. कर्मांच्या निर्मूलनाचे तीन मार्ग आहेत : पहिला आहे कर्मांना भोगून, दुसरा म्हणजे ध्यान करून आणि तिसरा म्हणजे स्वतःमध्ये बदल घडवून.

प्र. आपण आपल्या सर्व कर्मांचे निर्मूलन केवळ एका जीवनकालात करू शकतो का?

उ. तसेच आपल्याकडून अपेक्षित आहे. त्याच प्रमाणात आपला जीवनकाळ ठरलेला असतो; दीर्घ आयुष्याचा अर्थ आहे निर्मूलन करण्यासाठी आपली कर्मे जास्त प्रमाणात आहेत.

प्र. आपण आपल्या सर्व कर्मांचे निर्मूलन केले आहे हे आपण कसे काय जाणू शकतो?

उ. आपल्याला त्यासाठी आपल्या अंतःप्रेरणेचा उपयोग करावा लागेल. कर्मांचे निर्मूलन झाले आहे याचा अंदाज आपण अनुभवत असलेल्या शांतीच्या आणि समाधीच्या दर्जावरून घेऊ शकतो. या दोन्ही किंवा यांपैकी एकावरूनच आपण जाणू शकतो की, आपण आपल्या सर्व कर्मांचे निर्मूलन केले आहे किंवा नाही.

प्र. लोक त्यांचे आध्यात्मिक ध्येय पूर्ण करण्यात अपयशी का ठरतात ?

उ. आपण साधनेबाबत फारसे गंभीर नसतो. आपण साधना सुरू तर करतो पण काही ना काही कारणाने त्यातील स्वारस्य गमावतो. मनापासून आपण साधना करत नाही. आपल्याला दिलेल्या मार्गदर्शक सूचना आपण पाळत नाही आणि आध्यात्मिकता म्हणजे काय, हे आपण समजून घेत नाही. इथे आपल्याकडे प्रचंड ज्ञान आहे, आपण खूप वाचन केले पाहिजे. लोक एकाच वेळी अनेक मार्गांचे अनुसरण करण्याचा प्रयत्न करतात आणि मग गोंधळात पडतात. आपण आपल्या ध्येयांविषयी निःसंदिग्ध असायला हवे.

प्र. सगळ्यात साधे आध्यात्मिक ध्येय कोणते?

उ. चांगुलपणा, चांगले असणे.

प्र. मी सूक्ष्मदेहातून प्रवास न करता सुद्धा समाधी अनुभवू शकतो का?

उ. हो, तुम्ही सूक्ष्मदेहाने प्रवास न करता समाधीचा अनुभव घेऊ शकता.

प्र. सामूहिक समाधी असे काही असते का?

उ. नाही. समाधी हा एक वैयक्तिक अनुभव असतो, सामूहिक नाही. व्यक्ती एकटी ध्यान करताना किंवा समूहात ध्यान करताना, समाधीचा अनुभव घेऊ शकते.

प्र. शांत असणे ह्याचा अर्थ काय?

उ. मनात विचार नसणे, भावना नसणे आणि शरीराची कोणतीही हालचाल नसणे म्हणजे शांत असणे. हे आपण ध्यान करत असतानाच शक्य आहे. व्यावहारिक दृष्ट्या काहीही न करणे, कोणते ही कार्य न करणे व न बोलणे म्हणजे शांत असणे होय.

प्र. महर्षी अमरांकडे सिद्धी होत्या का?

उ. महर्षी अमरांकडे प्रचंड सिद्धी होत्या पण ते कधीही त्याबद्दल बोलत नसत किंवा त्याचे प्रदर्शन पण करत नसत; पण हाती घेतलेल्या कामाच्या दरम्यान ते त्यांच्याकडे असणाऱ्या ह्या सिद्धींचा वापर करत असत.

प्र. माझा ऋषींसोबत संपर्क साधला गेल्यानंतर मी याबद्दल इतरांना सांगू शकतो का?

उ. अशा गोष्टी कोणाला कधीही सांगू नका असेच मी सुचवेन. तुम्ही ऋषींसोबत संपर्क साधू शकलात तर ते तुमच्या वैयक्तिक आध्यात्मिक प्रगतीसाठी आहे. लोक तुमच्यामधून प्रसृत होणाऱ्या स्पंदनांतून, तुमच्याजवळ असलेल्या प्रेम, शांती आणि चांगुलपणावरून कसे न कसे ते ओळखतील. ■

आमची प्रकाशने

Doorways to Light	200/-
New Age Realities	200/-
2012 - End or Beginning	100/-
iGuruji - Vol 1	150/-
iGuruji - Vol 2	120/-
iGuruji - Vol 3	150/-
Higher Communication & Other Realities	100/-
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	250/-
Channelled Knowledge from the Rishis Vol-2	150/-
Guruji Speaks Part - I	200/-
Guruji Speaks Part - II	200/-
Guruji Speaks Vol - 3	150/-
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/-
२०१२ सालाची तयारी (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/-
उच्चस्तरीय संवाद आणि इतर सत्ये (Marathi)	100/-
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)

RNI. No. KARMAR/2008/27314 Registered Postal Regn. No. L/CNA/68/2010-11
Date of posting Newsletter-25th of Every Month. Posted at Bangalore GPO 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.

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)

कोलकाता येथील सांस्कृतिक संस्थेत ध्यान करीत असताना मला आठवले की, गुरुजींनी आम्हाला सांगितले होते की, 'रा शक्ती ग्रहण करणे आमच्यासाठी सोपे आहे'. रा शक्तींनी एक जबरदस्त वावटळ बनवत माझ्यात प्रवेश केला. मी त्या वावटळीच्या मध्यात अक्षरशः चिरडली जात आहे असे मला वाटले. त्यावेळी वरून कोठून तरी येणारा एक संदेश मी ऐकला, 'गुरुजी खूप प्रकाश जपानला पाठवीत आहेत, त्याकरिता तू त्यांचे आभार मान!'

– ईकूको

मी स्वतःला गुरुजींसोबत जपान येथे झालेला भूकंप व त्सुनामी पाहत असताना पाहिले. गुरुजी म्हणाले, 'आपण काहीही करू शकत नाही. अशा बऱ्याच घटना घडणार आहेत. जे लोक बदलासाठी तयार आहेत त्यांना मदत करण्यासाठी आपल्याला खंबीर राहायला हवे'. थोड्या वेळानंतर आम्ही अशा एका ठिकाणी गेलो, जेथून आम्ही पृथ्वीतून बाहेर पडणारा व तिच्याभोवती पसरणारा सोनेरी प्रकाश पाहू शकत होतो. त्या शक्ती खूप तीव्र, शुद्ध व त्यांच्या मूळ स्वरूपात होत्या. मी त्या शक्ती अनुभवू शकत होते. गुरुजींनी सांगितले की, त्या शक्ती शुद्धीकरणासाठी आहेत.

– राखी

भ्रष्टाचाराच्या विरोधात झालेले जन आंदोलन पाहत असताना मी भारावून गेलो व माझ्या डोळ्यात अश्रू उभे राहिले. या जन आंदोलनाच्या पाठीशी असलेल्या ऋषींच्या प्रचंड शक्ती, मला सर्वत्र जाणवल्या.

– विश्वास दीक्षित

मागील काही दिवसांपासून प्रकाशाचे प्रवहन करताना, जेव्हा मी फिकट निळ्या प्रकाशाची कल्पना करते तेव्हा अचानकपणे गडद निळ्या रंगाच्या शक्ती त्याची जागा घेतात. तसेच काहीवेळा पहिल्या शंबला तत्त्वाचा अभ्यास करताना, सोनेरी प्रकाशाची जागा निळ्या शक्तींनी घेतली असल्याचे मला जाणवले. दि. ७ एप्रिलच्या रात्री प्रकाशाचे प्रवहन करताना अगदी शाई सारख्या गडद निळ्या रंगाच्या शक्ती मला जाणवल्या. त्यानंतर अचानकपणे माझ्या चेहऱ्यावर स्मित अवतरले आणि मी प्रकाश प्रवहन करीत आहे हे पूर्णपणे विसरले. तेव्हा कोणीतरी म्हणत होते, 'ह्या शक्ती ग्रहण कर व स्वतःमध्ये लवकरात लवकर बदल घडव'.

– प्रगती राज

ध्यान करताना लगेचच मला परमेश्वराशी जवळीक जाणवते. माझे संपूर्ण लक्ष ह्या अनुभवावर आपोआपच इतके एकवटते की त्यावेळी माझ्यासाठी इतर कोणत्याही गोष्टीला महत्त्व राहत नाही. दिवसभर माझे लक्ष माझ्या अंतरंगात मध्यभागी एकवटलेले असते. मला माझ्या अंतरंगातील शांत व समाधानी जगाची आणि बाहेरच्या भौतिक जगाची एकाचवेळी जाणीव असते. ही दोन्ही जगे एकमेकांना समांतर आहेत. दोन्ही जगांमध्ये समतोल साधण्याच्या या अनुभवामुळे जे मला प्रत्ययास येते ते खरोखरंच विस्मयकारक आहे.

– विद्या विश्वामित्र

दि. १८-०४-२०११ रोजी मला एक स्वप्न पडले. त्या स्वप्नात मी व सुनील एका खूप मोठ्या दालनात गेलो. तेथे गुरुजी उभे होते व होमकुंडासमोर लांब रुळणारे पांढरे केस व दाढी असलेले एक ऋषी बसले होते. त्या दालनात प्रवेश करताच तेथील तीव्र शक्तींमुळे, मी भोवळ येऊन खाली कोसळले. मला गुरुजींनी दीक्षा दिली. मी त्यांना वंदन केले. त्यांनी मोत्यांनी बनलेल्या 'ॐ' चिन्हाने माझ्या गळ्याच्या मुळाशी स्पर्श केला.

– कीर्ती बिसराहल्ली

माझे सासरे खूप आवडीने गोल्फ खेळतात. पण दुर्दैवाने सायटिकामुळे (मांडी व पाठीच्या मज्जातंतूंचा आजार), गेल्या काही वर्षांपासून ते आठवड्यातून फक्त एकदाच खेळू शकत होते. मी व माझ्या पतींनी दोन महिन्यांपूर्वी ध्यान करण्यास व त्यांच्याकडे प्रकाश प्रवाहित करण्यास सुरुवात केली. आता ते आठवड्यातून तीन ते चार वेळा गोल्फ खेळू शकतात! हा चमत्कार आहे, कारण ते यापूर्वी १० मिनिटांपेक्षा जास्त चालू देखील शकत नव्हते! प्रकाश बरे करतो. आम्हाला मदत करत असणाऱ्या प्रकाशाचे व सप्तऋषींचे आम्ही आभारी आहोत.

– ज्योती गज्जर

ध्यान करताना, तेजस्वी प्रकाशाचा अनुभव घेण्यासाठी व विश्वाशी एकात्मता अनुभवण्यासाठी, माझी जाणीव विस्तारते. त्यावेळी मला शरीराचे भानच राहत नाही. ध्यानानंतर या जगात परतायला मला बराच वेळ लागतो. पण जेव्हा मी डोळे उघडतो तेव्हा मला खूप समाधान मिळते. मला हलके हलके वाटते व स्मित करणाऱ्या नवजात बाळासारखे वाटते.

– मधुकर शहा

जितका प्रकाश मी पसरविते, तितकीच माझी जाणीव देखील विस्तार पावते व मी विश्वाची विस्तीर्णता अनुभवते.

– सीता गौरी

PRAKASHMARG A 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, (off Hennur-Bagalur Road), Bangalore Urban - 560 077 and
Printed at M/s. ART PRINT, Dr. Modi Hospital Main, WOC Road, Bangalore-86. Phone : 2335 9992
Owner: Manasa Foundation (R), Taponagara, Chikkagubbi, (off Hennur-Bagalur Road), Bangalore Urban - 560 077.
Editor : Jayant Deshpande