प्रकाशकार्याचे वृत्तपत्र

महर्षी अमर (१९१९–१९८२)

ऋषींनी शिकवले तसे आम्ही ध्यान शिकवतो.

प्रकाश

सृष्टीमागील बुद्धिमान शक्ती आहे. प्रकाश म्हणजे स्वतः परमेश्वरच.

प्रकाशकार्य

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

प्रकाशजीव

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

सप्तऋषी

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

महर्षी अमर

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

गुरुजी कृष्णानंद

महर्षी अमरांचे पट्टशिष्य होते. त्यांनी ऋषींचा मार्ग, सप्तर्षी ध्यानयोग विकसित केला आणि तपोनगरात सप्त ऋषींच्या आध्यात्मिक केंद्राची स्थापना केली.

सप्तर्षी ध्यानयोग

हा लौकिक आणि आध्यात्मिक जीवन योग्य रीतीने जगण्यासाठी ऋषींनी शिकवलेला ध्यानाचा आणि भावनांना व विचारांना सकारात्मक बनविण्याचा एक अद्वितीय मार्ग आहे.

दृढ वचन

- ★ आपण एकाच दिव्य प्रकाशाचे (परमेश्वराचे) कण आहोत.
- ★ प्रेम हा आपला स्वभाव आहे.
- ★ शांतता ही आपली भाषा आहे
- ★ ध्यान हा आपला मार्ग आहे
- ★ हे जग आपले आश्रयस्थान आहे
- ★ सर्व सृष्टीच आपलं कुटुंब आहे
- ★ परमेश्वर आपला गुरु आहे; ऋषी आपले मार्गदर्शक आहेत.

प्रकाशमार्ग

Volume 13 Issue 11 August 2021 Rs. 25

चिंतन

गुरुजी कृष्णानंद

(जून २००४ या अंकामधून, अनुवाद : जयंत देशपांडे)

जोरदार पावसामुळे तहानलेल्या मनाला उमेद मिळाली आहे. पावसाविना आणि ध्यानाशिवाय जीवनामधे आशा व जगण्यास उमेद मिळत नाही.

डॉक्टर मालुर, अमेरिकेतील एक भारतीय डॉक्टर, ह्यांनी येथील कुंडलिनी मंदिरात २५ तास ध्यान केले. त्यांच्या या असाधारण कृतीची आपल्या ध्यानसाधकांनी खूप प्रशंसा केली, पण कोणीच त्यांचे अनुसरण करण्याचे धाडस केले नाही, अगदी कमी काळासाठी सुद्धा नाही!

लोकांची प्रशंसा करून आपले समाधान होते आणि आपण आत्मसंतुष्ट होतो. फार थोडेच सीमा पार करण्याचा प्रयत्न करतात.

जेव्हा पुष्कळ लोकं एकाच वेळी बिनमहत्त्वाच्या आणि संबंध नसलेल्या विविध विषयांवर बोलत असतात, तेव्हा परिस्थितीने बाध्य, स्वतःला मुक्त न करता येण्यासारख्या सामाजिक बंधनांमुळे, त्यांच्यामध्ये नाइलाजाने बसलेला मी, माझ्या अस्तित्वाबद्दल विचार करू लागतो की, मी इथे काय करतो आहे! मी माझ्या जन्माच्या आणि या सृष्टीच्या उद्देशाची पूर्ती करत आहे का?

मी, गिळंकृत करणाऱ्या अशा काळापासून स्वतःला मुक्त करण्यासाठी धडपड करतो आहे, ध्यान आणि तादाम्याच्या माझ्या जगात जगण्यासाठी. म्हणूनच मला एकांत हवा आहे.

सृष्टीच्या उद्देशाला सोडून जगणे म्हणजे हळूहळू मरणे होय.

ज्ञानापेक्षा अनुभव जास्त महत्त्वाचे असतात. आपल्याला आपल्या अंतरंगात स्तब्धता अनुभवावी लागेल, जाणिवेचा विस्तार अनुभवावा लागेल. आपल्याला देवाचा अनुभव घ्यावा लागेल. त्याला अनुभवण्यासाठी आपल्याला ध्यान करावे लागेल. त्याला अनुभवल्याशिवाय आपली प्रगती होऊ शकत नाही. वर्षानुवर्ष साठवलेले बौद्धिक ज्ञान व आयुष्याला जोडलेली वर्षं केवळ आकडेवारी असते आणि त्याने आपल्याला विवेक मिळत नाही किंवा आपल्या आचरणात प्रेम येत नाही.

ध्यान ही पुरातन गुरूंकडून, ऋषींकडून मानवतेला मिळालेली सर्वात मोठी भेट आहे.

जी लोकं आध्यात्मिकतेची वाट एकव्यानेच चालत असतात, त्यांनासुद्धा कधीतरी एखाद्या टप्प्यावर आश्वासनाची, मार्गदर्शनाची गरज पडतेच. केव्हाही, कोठूनही आलेल्या साधकाला प्रेरणा देण्याची, त्याच्या संरक्षणाची, त्याचे मार्गदर्शन करण्याची जबाबदारी गुरूंची असते.

बी.बी.सी.वर परमेश्वराच्या अस्तित्वावर एक चर्चा झाली. याबद्दल एक ओपीनियन पोल सुद्धा घेण्यात आले. शेवटी, ब्रिटिशांनी मत दिले की डेव्हिड बेकहॅम हा परमेश्वरापेक्षा जास्त प्रभावी आहे.

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.

पावसामुळे तपोनगरातील हिरवळीला आणखी टवटवीतपणा आला आहे.

काही ठळक घडामोडी

- २९ ऑगस्ट २०२१ रोजी महर्षी अमरांच्या महासमाधी दिवसानिमित्त कार्यक्रम आयोजित करण्यात येईल. तपोनगरमध्ये एकत्र जमण्यासाठी परिस्थितीमध्ये जर सुधारणा झाली तर आम्ही विद्यार्थ्यांना तशी आगाऊ सूचना देऊ. तपोनगरमध्ये जमणे जर शक्य होणार नसेल तर विद्यार्थी मानसिक दुवा जोडून आणि वेबकास्टद्वारे ह्या कार्यक्रमात सहभागी होऊ शकतील.
- लॉकडाउन संपल्यानंतर तपोनगरातील मेडिटेशन हॉलच्या नूतनीकरणाचे काम पुन्हा सुरू झाले आहे.
- विद्यार्थी २४ जुलै रोजी परब्रह्माकडून मिळणाऱ्या ऊर्जा ग्रहण आणि प्रवाहित करून गुरू पौर्णिमा साजरी करण्यासाठी लाईव्ह वेबकास्टद्वारे सहभागी झाले. ■

श्रीकृष्ण जन्माष्टमीसाठी ध्यानाचे विशेष तंत्र

आपल्या समोर निळ्या प्रकाशाच्या एका प्रचंड गोलाची किंवा निळ्या प्रकाशरूपी भगवान श्रीकृष्णांची कल्पना करा. एका प्रकाशकणाच्या रूपात त्या प्रकाशगोलात किंवा प्रकाशमय भगवान श्रीकृष्णांच्या शरीरात प्रवेश करून त्यांचा अनुभव घ्या. ह्या तंत्राचा सराव कितीही वेळ आणि दिवसातून कितीही वेळा करता येतो. श्रीकृष्ण जन्माष्टमीपासून दहा दिवस आपण आपल्या दैनिक ध्यानाऐवजी ह्या तंत्राचा अभ्यास करू शकता.

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

ध्यानासाठी विशेष दिवस

०१	रविवार	कृष्णाष्टमी
०७	शनिवार	मास शिवरात्री
०८	रविवार	अमावास्या
१६	सोमवार	शुक्लाष्टमी
१७	मंगळवार	शुक्ल दशमी
२०	शुक्रवार	महालक्ष्मी पूजन
२२	रविवार	पौर्णिमा
२५	बुधवार	महर्षी अमरांचा महासमाधी दिवस
२९	रविवार	महर्षी अमरांचा महासमाधी दिवस कार्यक्रम
३०	सोमवार	श्रीकृष्ण जन्माष्टमी

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 २९	– महर्षी अमरांच्या महासमाधी निमित्त कार्यक्रम, सकाळी ११ ते दुपारी १२.३० पर्यंत
सोमवार ३०	– श्रीकृष्ण जन्माष्टमी निमित्त विशेष ध्यान, मध्यान्ह १२ ते दुपारी १ पर्यंत

महर्षी अमर महासमाधी कार्यक्रम

२९-८-२०२१, रविवार

सकाळी ११ वाजता स्वागत
वरिष्ठ साधकांचे व्याख्यान
विशेष ध्यान

प्रकाश प्रवहनाचे अनुभव

संकलन : वैशाली जोशी, अनुवाद : वैशाली नितीन तरे

प्रकाश प्रवहनाचा नियमित सराव आमच्या विद्यार्थ्यांना निर्णय घेण्यात व त्यांच्या कामाचे नियोजन करण्यात मदत करतो. ते दररोजच्या आव्हानांना तोंड देण्यास आणि योग्य गोष्टींची निवड करण्यास देखील सक्षम झाले आहेत. मी या तंत्राचा सराव करण्यासाठी प्रत्येक संधीचा वापर करते. हे तंत्र खरच छान आहे.

– श्रीमती. विद्या, श्री सरस्वती विद्या मंदिर, चेन्नामनकेरे, आछकट्ट

प्रकाश प्रवहनाचा सराव करून मला भरपूर फायदे मिळाले आहेत. मी चांगल्याप्रकारे अभ्यास करू शकते आहे आणि माझी स्मरणशक्ती वाढली आहे. मला कार्यक्षम व खूप उत्साही आणि छान वाटते. माझा राग कमी झाला आहे. माझे इंग्रजी सुधारले आहे आणि मी अधिक चांगले लिहिण्यास समर्थ झाले आहे.

– वेलाम्मल एस., इयत्ता पाचवी, सेंट जोसेफ झेवियर आर सी माध्यमिक शाळा, कुलसेकरन पट्टिनम्

प्रकाश प्रवहन हा एक अद्‌भुत अनुभव होता. यामुळे माझ्यामध्ये प्रेमळपणा सामावला ज्यामुळे मला दिवसभर शांत व निश्चिंत राहाण्यास मदत मिळाली.

– हर्षा के. पी., इयत्ता दहावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, चेन्नई

प्रकाश प्रवहन करताना मला खूप शांत व आनंददायक वाटले आणि यामुळे माझे मन प्रसन्न झाले. मला शांतता व नीरवता जाणवत होती.

– विद्या एस., इयत्ता नववी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, चेन्नई

जेव्हा मी प्रकाश प्रवहन करते, तेव्हा माझे मन शांत होते. मी सहजपणे याच्याशी संबंध जोडू शकते आहे. यामुळे माझी कुशाग्रता वाढली आहे.

– पद्मा श्री एम., इयत्ता बारावी, एस बी एस मूथा मुलींची उच्च माध्यमिक शाळा, चेन्नई

मी दररोज सात मिनिटांसाठी प्रकाश प्रवहनाचा सराव करतो. आता मी माझ्या अभ्यासावर लक्ष केंद्रित करू शकतो आहे. मला आळस आणि निद्रिस्तपणा जाणवत नाही. मी माझ्या वर्गामध्ये झालेल्या परीक्षांमध्ये पूर्ण गुण मिळविले आहेत.

– निखील सातपुते, इयत्ता आठवी, विश्वकर्मा विद्यालय इंग्रजी उच्च माध्यमिक शाळा, पुणे

महर्षी अमर

वैशाली जोशी

महर्षी अमर ह्या पृथ्वीवर भौतिक देहात राहात असताना आपल्यापैकी अनेकांचा जन्म झाला असणार. पण आपण त्यांना भेटू शकलो नाही. कदाचित आपण त्यासाठी तयार नव्हतो! पण गुरुजींनी त्यांना कायमचे आपल्या आयुष्यात आणले आहे आणि त्यासकट त्यांचे प्रेम, मार्गदर्शन, सरंक्षण आणि कृपा आणली आहे. आपले सर्वांचे त्यांच्यावर प्रेम आहे आणि आपल्याला त्यांच्याशी खूप जवळीकता जाणवते.

त्यांच्या व्यक्तिमत्त्वाची आणि कार्याची गहनता आणि महत्ता आपल्या मर्यादित क्षमतांनी पूर्णपणे समजून घेणे अवघड आहे. त्यांच्या जीवनातील प्रत्येक क्षण हा आपण आपले जीवन कसे जगावे ह्यासाठी एक बोध आहे – विनम्रतेने, ऋषींना पूर्णपणे समर्पण करून आणि त्यांच्यावर पूर्ण श्रद्धा ठेवून. केवळ त्यांच्यासारखे महान गुरूच एकाच वेळी ह्या पृथ्वीवरचे जीवन जगणे आणि वेगवेगळ्या आयामात ऋषींचे कार्य पार पाडणे यात संतुलन ठेवू शकतात.

प्रलयाविषयी महर्षी अमर म्हणाले होते, “जर तुम्हाला समजले की उद्या भूकंप होणार आहे आणि सर्वकाही नष्ट होणार आहे, आणि तुम्ही जर घराचे बांधकाम करत असाल, तर उद्यापर्यंत तुमचे बांधकाम चालू ठेवा.” अर्थात, आपल्याभोवती काहीही घडत असले तरी आपण नेहमीच समंजसपणे राहिले पाहिजे. आपण हार मानू नये किंवा आशा सोडू नये.

ते म्हणाले होते की भगवान कल्की सत्य युगात संक्रमण होण्यासाठी लागणारा बदल घडवून आणण्यास भाग पाडतील आणि ह्यामुळे त्रास आणि विनाश होऊ शकतो. ते महावतारांविषयी देखील बोलले, जो महाविष्णूंचा विशेष अवतार आहे. जेव्हा प्रलयाच्या प्रक्रिया एका उच्च बिंदूला पोहोचतील आणि त्यांचा अंत होण्याची वेळ येईल, तेव्हा महावतार ह्या पृथ्वीच्या कारभाराची जबाबदारी घेतील आणि आध्यात्मिक संतुलनाची पुनर्स्थापना करतील. त्यांच्यात परब्रह्माच्या ऊर्जा असतील. सत्य युग आणण्यासाठी त्यांच्या देहातून निघणारी स्पंदने पुरेशी असतील.

ह्या खळबळीच्या काळात महर्षी अमरांनी दिलेले ज्ञान आपल्याला गोष्टींकडे स्पष्टपणे पाहाण्याची शक्ती आणि विवेक देते, आणि ह्या गोष्टीचे आश्वासन देते की एक गौरवशाली भविष्य आपली वाट पाहात आहे. ते आपल्यासाठी जे सर्व करत आहेत त्यासाठी आपण त्यांचे आभार मानूया. ■

प्रकाश प्रवहनाची जागतिक चळवळ

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

आपण जेव्हा प्रकाश प्रवाहित करून पसरवतो तेव्हा तो इतरांच्या ह्रदयांत व घरात प्रवेश करतो आणि त्यांच्या भावना व विचारांतील अंध:काराला दूर करतो. त्यामुळे लोकांमध्ये परिवर्तन घडते. लोकांमधील परिवर्तनामुळे जगात परिवर्तन घडते.

हा चर्मचक्षूंना दिसणारा साधा प्रकाश नसून अतिसूक्ष्म प्रकाश आहे. या मूळ स्रोतातूनच सर्व सृष्टीचा जन्म झाला. ह्या प्रकाशाजवळ सर्व काही आहे: शक्ती, विवेक आणि उज्ज्वल भविष्य, आणि तो दिसत नसला तरी सर्वव्यापी आहे.

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

प्रकाश प्रवाहित करून पसरवण्यासाठी, तुमच्या वर प्रकाशाच्या एका महासागराची कल्पना करा. मग कल्पना करा की, ह्या महासागरातून प्रकाशाचा एक झोत खाली अवतरत आहे आणि हा प्रकाश तुमच्या शरीरात प्रवेश करून त्याला पूर्णपणे भरतो आहे. एका मिनिटासाठी या प्रकाशाचा अनुभव घ्या. मग कल्पना करा की, हा प्रकाश तुमच्या शरीराबाहेर पडून हळूहळू तुमच्या घरात, मोहल्ल्यात, देशात आणि संपूर्ण जगात पसरतो आहे.

ह्या जागतिक चळवळीची सुरुवात १८-०५-२००८ रोजी सप्त ऋषींनी गुरुजी कृष्णानंदांच्या मार्फत केली.

हा संदेश सर्वांपर्यंत पोहोचवावा, ही विनंती.

वेब साईट: www.lightchannels.com

शंबला तत्त्वे

ही सात तत्त्वे आहेत ज्यांचे पालन शंबलामध्ये राहाणारे लोक करतात. हे लोक चिरतरुण असून शांती व परिपूर्णतेचे जीवन जगतात.

१. तुमच्या अंतरंगातील प्रकाशाचा अनुभव घेऊन सभोवताली पसरवा.

२. प्रेमाचा अनुभव घ्या आणि सर्वत्र पसरवा.

३. प्रत्येक जीवामध्ये आणि प्रत्येक वस्तूमध्ये जीवनाच्या एकात्मतेचा अनुभव घ्या.

४. दैनंदिन कामे करण्याआधी प्रथम त्यांची मनात उजळणी करा, नंतर हळू आवाजात त्यांचे शब्दांकन करा आणि नंतरच ती कृतीत उतरवा.

५. कोणतेही ध्येय पूर्ण होण्याआधी त्याविषयी कमीत कमी बोलून गुप्ततेचा नियम पाळा.

६. नकारात्मकतांशी लढा देण्यासाठी शरीर, मन आणि बुद्धीला चालना द्या.

७. उच्च आध्यात्मिक ध्येये गाठण्यासाठी स्वत:हून आपल्या ऐहिक गरजांची मर्यादा ठरवा.

गुरुजी उवाच

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : वैशाली जोशी

ऑगस्ट २००६

आपल्याला काही सत्ये अगदी साधीसरळ वाटतात, आणि आपण अगदी सहजपणे त्यांना स्वीकारतो, पण इतरांसाठी त्यांना स्वीकारणे खूप अवघड असते. आध्यात्मिक प्रज्ञेच्या मदतीने आपण ही सत्ये समजू शकतो. ही आध्यात्मिक प्रज्ञा अगदी सहजपणे मिळवणे सोपे नाही. त्यासाठी अनेक जन्म साधना करावी लागते. मगच या सत्यांचे आकलन होते, या नवीन शब्दांचा अर्थ समजतो. तोपर्यंत, जुने शब्दच वापरावे लागतील. काही शब्दांचा अर्थ मी समजावून सांगण्याचा प्रयत्न करतो...

नवयुग: आपण त्याला प्रकाश युग म्हणू शकतो. कलीयुगाला अंधार युग म्हटले गेले आहे आणि पुढच्या युगाला प्रकाश युग म्हणणे अगदी योग्य आहे.

ऋषी: जेव्हा लोकं हा शब्द वापरतात, तेव्हा त्यांना वाटते की ऋषींचे अस्तित्व हे फक्त पुराणांमधे आहे. खरं तर ते प्रकाशजीव आहेत, लाइट बीईंग्स आहेत. सध्या आपल्याला इंग्रजी शब्द वापरावे लागतील नाहीतर ही हिंदू संकल्पना आहे असे लोकं म्हणतील.

प्रकाश: प्रकाश म्हणजे सर्वोच्च विवेक आणि सर्वसमावेशक प्रेम असलेली वैश्विक प्रज्ञा आहे. तो परिपूर्ण आहे. त्यात सर्व ज्ञान आणि सामर्थ्य आहे. आपण कधीही प्रकाशाचे पूर्णपणे वर्णन करू शकत नाही. प्रकाश हा परमेश्वर आहे. योगायोगाने, मला आठवते की महर्षी अमर, विश्वामित्र महर्षींना “प्रकाश” म्हणत असत. तसेच योगायोगाने, येशू ख्रिस्तांना सुद्धा प्रकाश म्हणून संबोधले जाते. मी आधी परमेश्वराला प्रकाश असे म्हटले. आपल्यासाठी विश्वामित्र महर्षी आणि परमेश्वर यांच्यात काही फरक नाही. ते ह्या संपूर्ण सृष्टीमध्ये अद्वितीय असे महान व्यक्तिमत्व आहेत.

आश्रम: मला ‘एक कम्यून’ (आध्यात्मिक सहजीवन), किंवा कदाचित आश्रयस्थान असा शब्द वापरायला आवडेल. एखाद्या जागेपेक्षा जास्त, मला आश्रमाचे वर्णन एक विस्ताराची अवस्था असे करायला आवडेल. आश्रमातील व्यक्ती ही प्रत्येक तऱ्हेने – बौद्धिक, भावनिक आणि आध्यात्मिकदृष्ट्या – विस्तारित असते, विश्वाच्या परिसीमेपर्यंत. आश्रम म्हणजे आध्यात्मिक अवस्था आहे, जागा नव्हे.

संन्यासी: एक परिपूर्ण व्यक्ती. मी हे अनेक वेळा स्पष्ट केले आहे. मी तपशीलात जात नाही. संन्यासी हा एक विवाहित मनुष्य असू शकतो. माझे गुरू महर्षी अमर हे संन्यासी असल्याचे सर्वोत्तम उदाहरण होते.

मॉक किंवा भिक्षु: जेव्हा मी हा शब्द वापरला, तेव्हा लोकं घाबरले. मॉक म्हणजे असा मनुष्य ज्याने स्वत:ला प्रकाशाच्या कार्यासाठी, प्रकाश कार्यासाठी समर्पित केले आहे. एखादा विवाहित मनुष्य देखील मॉक असू शकतो.

अनासक्ती: ह्याबद्दल खूप गैरसमज आहे. लोकांना वाटते की अनासक्तीचा सराव करण्यासाठी आपण स्वत:ला सर्व गोष्टींपासून तोडून टाकले पाहिजे. विशेषकरून जे लोकं आमच्या कार्यात सहभागी झाले आहेत, त्यांनी जगापासून दूर होण्याची गरज नाही. त्यांनी त्यांच्या कुटुंबाशी संबंध तोडण्याची गरज नाही. ऋषींनी अनासक्तीचे वर्णन खूप सुंदरपणे केले आहे. अनासक्ती म्हणजे आपल्या प्राथमिकता वरच्या पातळीवर नेणे. कार्य ही जर आपली प्राथमिकता असेल, तर दुसऱ्या गोष्टीचे प्राधान्य कमी होईल. लक्षात ठेवा की कोणत्याही गोष्टीकडे दुर्लक्ष व्हायला नाही पाहिजे कारण ती देखील प्राथमिकता असते. अनासक्ती अशी असते की आपल्याला एक उच्च ध्येय असते. एव्हढेच. आपण आपल्या नातेवाईकांना घरी बोलवू शकतो. आपण त्यांना भेटायला जाऊ शकतो. जुन्या काळी जी समजूत होती, आपण त्याप्रकारचे संन्यासी नाही.

भविष्यातील धर्म हा कोणताही विशिष्ट धर्म नसणार. भविष्यातील धर्म हा वैश्विकता असेल. मला ह्यापेक्षा चांगला शब्द सापडत नाहिये. ही वैश्विकता प्रेम आणि सत्य यावर आधारित राहील. सत्यावर आधारित नसलेली जर कोणतीही गोष्ट असेल तर भविष्यात ती अस्तित्वात राहाणार नाही. ती कोसळेल. जे सत्यावर आधारित असेल, ते कायमसाठी राहील. मी पाहिले आहे की एकच खोटे बोलणे सुद्धा एखाद्या व्यक्तीला मोठ्या आध्यात्मिक उंचीवरून खाली आणते. सत्य खूप महत्त्वाचे आहे. आपण सत्य आचरणात आणले पाहिजे. जीवनातील आपले उपक्रम सत्यावर आधारित असले पाहिजेत. भविष्यातील धर्म हा प्रेम आणि सत्य यावर आधारित असलेली वैश्विकता असेल. धर्म म्हणजे काय? तो जगण्याचा एक मार्ग आहे.

वर सांगितलेल्या मुद्द्यांमुळे स्पष्ट अर्थबोध झाला पाहिजे आणि गैरसमज दूर झाले पाहिजेत, जसे की, ज्या लोकांनी कार्य करणे निवडले आहे, त्यांनी कुटुंबापासून दूर जाण्याची, समाजापासून दूर जाण्याची, जगापासून दूर जाण्याची गरज नाही. जेव्हा मी माझ्या गुरूंच्या कार्यात सहभागी झालो, तेव्हा मला वाटले की आम्हाला एकांतात राहावे लागेल. मी वृत्तपत्र वाचू शकतो का असे मी त्यांना विचारले. त्यांनी आम्हाला जास्त वाचन करा असे सांगितले. जगभरात काय घडते आहे हे आपल्याला माहीत असले पाहिजे. जेव्हा आपण प्रकाशाच्या कार्याची निवड करतो, तेव्हा आपण एका मोठ्या कुटुंबात प्रवेश करतो, एव्हढेच. आणि ह्या मोठ्या कुटुंबात आपले कुटुंब समाविष्ट असते. आपल्या कुटुंबाच्या चिंता आपण अबाधित ठेवल्या पाहिजेत, आणि त्या सोडवल्या देखील पाहिजेत. तिथे एखादी लहानशी समस्या जरी असली, तरी मदतीसाठी आपण धावून गेले पाहिजे. असा विचार करू नका की आपण इथे आहोत म्हणून आपल्याला ह्या जबाबदाऱ्यांपासून मुक्ती मिळाली आहे. कार्याची निवड केलेल्या या लोकांनी ‘लग्न करायचे नाही’ अशी अट नाही. लोकं लग्न करू शकतात. लग्न न करणे ही पूर्णपणे एखाद्या व्यक्तीची स्वत:ची निवड असेल. ह्यात व्यावहारिक अडचणी असतात. आपली पहिली प्राथमिकता काम आहे.

सर्व नाती प्रेम, परस्पर आदर आणि परस्पर विश्वास यावर आधारित असतात. ती खूप महत्त्वाची आहेत. जेव्हा आपल्याला आदर असतो, तेव्हा आपण दुसऱ्या व्यक्तीला आणि त्याच्या समस्यांना समजून घेतो. स्वातंत्र्य हा आपल्या जगण्याचा एक भाग आहे. स्वातंत्र्याशिवाय प्रगती होत नाही. असहमत असण्याचे स्वातंत्र्य, नाकारण्याचे स्वातंत्र्य असले पाहिजे. जे लोकं विवेकशील आहेत, ते विनाकारण वादविवादात पडत नाहीत. ते चर्चा करतील पण कधीही भांडणार नाहीत. मतभेद असण्याचे स्वातंत्र्य असलेच पाहिजे. हे पूर्णपणे आवश्यक आहे आणि माझा ह्या स्वातंत्र्यावर विश्वास आहे. ■

श्री जयंत देशपांडे यांच्या व्याख्यानातील उतारे

संकलन : शोभा राव, अनुवाद : सुनिता देशपांडे

१३-०६-२०२१

मी हीलिंगबद्दल बोलेन असे मी नमूद केले होते. हीलिंग, आपल्याला जे इथे समजले आहे त्यानुसार, एक बिनशर्त प्रेमाचे उदात्त काम आहे. आपल्यासाठी असणाऱ्या उदात्त प्रेमामुळे ऋषींनी आपल्या मदतीसाठी इथे हीलिंग ऊर्जा गोळा केल्या आहेत. त्यांनी विविध प्रकारच्या हीलिंग ऊर्जांचा संग्रह करून ठेवला आहे आणि देवी संतोषी या ऊर्जांच्या प्रभारी आहेत. गुरुजी आम्हाला सांगत असत की तपोनगरातील भूमिगत सूक्ष्म चेंबर्समध्ये विविध प्रकारच्या हीलिंग ऊर्जा साठवून ठेवलेल्या आहेत. जेव्हा आपण हीलिंग ऊर्जेची आवश्यकता असलेल्या लोकांकडे या ऊर्जा पाठवतो तेव्हा आपण एक माध्यम किंवा चॅनल बनतो, पण त्या ऊर्जा खरंतर देवी संतोषी पाठवत असते. एखाद्या विशिष्ट व्यक्तीला कोणत्या प्रकारच्या ऊर्जेची किती प्रमाणात आवश्यकता आहे, ते तिला निश्चितपणे माहीत असते. आपण हीलिंग प्रक्रियेत जरी सहभागी होत असलो, तरी या तपशिलांची आपल्याला माहिती नसते. आपले योगदान जरी महत्त्वपूर्ण असले तरी ते मर्यादित असते. प्रत्यक्षात संपूर्ण प्रक्रिया सांभाळणारी तीच आहे. ऋषी या प्रक्रियेचे निरीक्षण करतात आणि ती ऋषींचा सल्ला घेत असते. आपण विचार केला तर आपल्या लक्षात येईल की खरोखरी ही एक सुंदर प्रक्रिया आहे. ऋषींना आपल्याविषयी असणारे अतोनात प्रेम आणि काळजी यात दिसून येते. अर्थात इतरांना हीलिंग ऊर्जा पाठवण्यामध्ये असणारा आपला सहभाग ही सुद्धा एक प्रेमपूर्ण कृती आहे.

हीलिंग कसे काम करते? हे अनेक प्रकारे काम करते. एखाद्या व्यक्तीला औषध देणे आणि बरे करणे अशी ती एकच प्रक्रिया नाही, असे गुरुजी समजावून सांगत असत. यात एकाधिक प्रक्रिया समाविष्ट आहेत. कोणताही आजार येण्यामागे एक आध्यात्मिक मूळ कारण असते. सामान्यतः कर्मं ही आजारपणाच्या स्वरूपात प्रकट होतात, असे आपण म्हणतो. काहीवेळा आजारपण हे पूर्णपणे शारीरिक कारणांमुळे सुद्धा असू शकते, जसे की हंगामी आजार. आपण अशा हंगामी आजारांबद्दल बोलत नाही आहोत. आपण थोडे गंभीर स्वरूपाच्या आजारांबद्दल बोलत आहोत, जे कर्मांमुळे उद्‌भवलेले असतात.

कोणत्याही आजाराला त्याची स्वतःची ऊर्जा असते. गुरुजी म्हणत असत की आपल्या शरीर व्यवस्थेतील ऊर्जेचे असंतुलन हे आपल्या आजारपणाला कारणीभूत असते. आपण असे म्हणू शकतो की, रोगाच्या ऊर्जांमुळे आपल्या शरीरसंस्थेमध्ये ऊर्जांचे असंतुलन होते. जेव्हा आपण हीलिंग ऊर्जा पाठवतो, तेव्हा या हीलिंग ऊर्जा, त्या विशिष्ट आजाराच्या ऊर्जांचे रूपांतरण करतात. त्यामुळे रुग्णाला आराम मिळतो.

कोणामध्येही हीलिंग ऊर्जा प्रवेश करण्यापूर्वी त्या व्यक्तीची परवानगी घेत असतात. ती ऊर्जांचा स्वीकार करू शकते किंवा त्यांना नाकारू शकते. ती जर ऊर्जांचा स्वीकार करत नसेल, तर हीलिंग प्रक्रिया तिथेच थांबते. परंतु जेव्हा ती ऊर्जांचा स्वीकार करते, तेव्हा, तिच्यामधून ऊर्जांचे असंतुलन काढून टाकण्यात येते आणि तिला खूप मोठ्या प्रमाणावर आराम मिळतो. ऊर्जेतील असमतोल सुधारला जाऊन आराम दिला जाऊ शकतो, पण मला वाटते की हे असंतुलन कायमस्वरूपी दूर होण्यासाठी, त्या व्यक्तीने तिच्या आध्यात्मिक प्रगतीसाठी स्वतः प्रयत्न करायला हवेत. ऊर्जा, परमेश्वर, देवी संतोषी आणि महान ऋषी तिला दुखण्यापासून आराम मिळवून देऊ शकतात, ते तिचे मार्गदर्शन करू शकतात, तिला दिशा देऊ शकतात, परंतु त्यानंतर तिला स्वतःला प्रयत्न करावे लागतील. कदाचित तिला ध्यानसाधना सुरू करावी लागेल. ध्यानाची नेहमीच मदत होते. ऊर्जा व्यक्तीला शिकवतात सुद्धा. ते त्या व्यक्तीशी सखोल स्तरावर बोलून, तिला विशिष्ट समस्येतून का जावे लागत आहे, हे सांगतात. ते तिला स्वतःमध्ये बदल घडवून आणण्यास सांगतात. कदाचित ते तिला आध्यात्मिक साधना करण्यास सांगतात. जर त्या व्यक्तीने सकारात्मक प्रतिसाद दिला तर ती लवकर बरी होते. खरे हीलिंग तेव्हा होते, जेव्हा व्यक्ती स्वतः साधना करणे सुरू करते. जरी ध्यानसाधना नाही, तरी कमीतकमी तिने स्वतःला सकारात्मक बनवण्यासाठी प्रयत्न करायला हवेत.

हीलिंग ऊर्जांमुळे काही कर्म नष्ट होतात. ऋषी त्यांच्या पद्धतीने कर्म नष्ट करतात. दुखण्यापासून थोडा आराम देण्यासाठी ते आवश्यक आहे. हीलिंग ऊर्जा पाठवून उपचार प्रक्रियेत सहभागी होत असलेल्या लोकांना त्या व्यक्तीच्या कर्मांचा एक भाग स्वीकारावा लागतो. तो एक छोटासा भाग असतो. ध्यान करून आपण तो भाग नष्ट करू शकतो. म्हणूनच आम्ही म्हणतो की तुम्ही हीलिंग करू इच्छित असाल तर तुम्ही नियमितपणे ध्यान केले पाहिजे. पेशंट जेव्हा स्वतः आध्यात्मिकरित्या प्रगत होण्याचा निर्णय घेतो, तेव्हा त्याच्या अशा निर्णयामुळेच थोडे कर्मं नष्ट होण्यात मदत होते. प्रयत्नामधील सातत्याने, चिकाटीने अशी व्यक्ती स्वतःला कायमस्वरूपी बरे करू शकते.

हीलिंग ऊर्जा पाठवून आपण मृत्यूपासून बचाव करू शकतो का? हीलिंग ऊर्जा पाठवून आपण ही खात्री ठेवू शकतो का की ती व्यक्ती पूर्णपणे बरी होणार आहे? आपण अशी खात्री ठेवू शकत नाही. याचा अर्थ असा नाही की हीलिंग ऊर्जा प्रभावी नाहीत. याचा अर्थ असा पण नाही की आपण हीलिंग करण्यात कार्यक्षम नाही. आणखी इतरही काही वास्तव आहेत. आपण मृत्यू टाळू शकत नाही. जर आपण कोणाला पूर्णपणे बरे करू शकत नाही तर मग हीलिंग तरी का करावे? आपण ते यासाठी करायला पाहिजे कारण त्यामुळे त्या व्यक्तीला आराम मिळतो आणि त्यामुळे तिला दिशा मिळते. बऱ्याचदा जेव्हा मृत्यूची वेळ जवळ येते, या हीलिंग ऊर्जा त्या व्यक्तीला, आत्म्याला, भीतिशिवाय, संघर्षाशिवाय, सहजगत्या शरीर सोडण्यात मदत करतात.

गुरुजींनी सांगितले होते की आपल्या वैयक्तिक हीलिंगसाठी आपण ध्यान करणे पुरेसे आहे. आपले ध्यान केवळ आपल्यालाच बरे करत नाही तर आपल्या संपर्कात येणाऱ्या लोकांना देखील ते बरे करत असते. हा एक खूपच सुंदर मुद्दा आहे.

गुरुजींनी आपल्याला दिलेले एक तंत्र मी तुमच्यासोबत सामायिक करू इच्छितो. हे तंत्र आपल्या स्वतःला बरे करण्यासाठी आणि आपल्या जवळच्या लोकांना बरे करण्यासाठी सुद्धा वापरले जाऊ शकते. आपण आजच्या वर्गात जे समजलो, त्याप्रमाणे आपण अंधाधुंदपणे हीलिंग करायला नाही पाहिजे. तंत्र असे आहे: प्रकाशाच्या महासागराची कल्पना करा. मग बरे होण्यासाठी प्रकाशाला प्रार्थना करा. मग प्रकाशाच्या महासागरातून प्रकाश ग्रहण करा. प्रकाश तुमच्या संपूर्ण शरीर प्रणालीत पसरू द्या. कल्पना करा की प्रकाश तुमच्या शरीर, मन आणि बुद्धीच्या अणुरेणू मध्ये भरला आहे. त्यानंतर आपण बरे होत आहोत असा पक्का विचार मनात ठेवा; शरीराचा जो भाग व्याधीग्रस्त आहे, तो बरा होत आहे. ही सरावाची एक फेरी झाली आणि ह्याला साधारण २-३ मिनिटे लागतील. आपण एका बैठकीत सात वेळा हा अभ्यास करायला हवा. ■

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.

ज्ञानाचा शोध

कार्तिक एन., अनुवाद : वैशाली जोशी

काही दिवसांपूर्वी मी चालता चालता एका मित्राशी फोनवर बोलत होतो. आम्ही अध्यात्म आणि कर्म यांच्याबद्दल चर्चा करत होतो. गेल्या अनेक वर्षात त्याने प्राचीन आणि आधुनिक गुरू, दोघांची पुस्तके वाचली होती. त्याला जे समजले होते ते त्याने मला समजावून सांगितले. तो गोंधळला असल्याची कबुलीही त्याने दिली आणि त्या विषयांवर त्याला आणखी प्रश्न उभे राहिले होते. त्याचा गोंधळ कमी करण्याच्या आशेने मी त्याला साधारण दहा मिनिटात "Descent of Soul" चा सारांश सांगितला. तो लक्ष देऊन ऐकत होता. मी सांगितलेल्या ज्ञानात स्पष्टता जाणवल्याने तो विस्मित झाला! फोनच्या दुसऱ्या टोकाला तो उद्‌गारला – "इतक्या विशाल आणि गुंतागुंतीच्या संकल्पना तू इतक्या सोप्या शब्दात आणि ते पण इतक्या कमी वेळात कसे सांगू शकतो आहेस?" त्याला अधिक जाणून घ्यायचे होते!

महर्षी अमरांनी खाली आणलेले ज्ञान इतके साधे आणि तरीही गहन होते, की एका व्यक्तीचा वर्षानुवर्षे असलेला गोंधळ देखील सहज चालता चालता झालेल्या संभाषणात दूर होऊ शकला! उच्च ज्ञानाचा उलगडा करण्यात आणि ते सोप्या शब्दात मांडण्यात महर्षी अमर पारंगत होते.

माझ्या मित्राच्या ज्ञानाच्या शोधाबद्दल विचार करत असताना माझ्या लक्षात आले की मी देखील असाच शोध घेत आहे. खरं तर, आपण सर्वच हा शोध घेत आहोत! तथापि, आपल्या मार्गातील ध्यानसाधकांसाठी महर्षी अमर आणि गुरुजींकडून वाहाणाऱ्या विपुल ज्ञानाच्या प्रवाहाने आपली तहान सहज भागवली आहे.

जीवनाचा अर्थ आणि हेतू शोधताना मानवतेने उच्च ज्ञानाचा पाठपुरावा करण्यात हजारो वर्षे घालवली आहेत. ज्ञान आवश्यक आहे, म्हणूनच ऋषींनी खूप ज्ञान गोळा केले आहे आणि पिढ्यान्‌पिढ्या आपल्याला देत आले आहेत. आपल्या मार्गातील ध्यानसाधकांना हा मुख्य मुद्दा समजला आहे.

महर्षी अमरांनी आपल्याला बुद्धीच्या मर्यादेबद्दल सावध केले होते. त्यांनी नेहमीच आपल्याला आपल्या आंतरिक क्षमता विकसित करण्यासाठी आणि सत्य थेट जाणण्यासाठी प्रोत्साहित केले. ह्यासाठी, त्यांनी आपल्याला ध्यानाचे शक्तीशाली साधन शिकवले. ज्ञान थेट कसे मिळवायचे आणि ते आपले स्वतःचे कसे करायचे हे त्यांनी आपल्याला शिकवले.

आपण नवयुगाच्या दिशेने पुढे जात असताना, हा शोध ह्या मार्गातील आपल्या सर्वांमध्ये अंतःप्रवाहासारखा राहिला पाहिजे. ज्ञान सशक्त करते. उच्च ज्ञान मुक्त करते. ■

एक वृक्ष

अपूर्वा देशपांडे, अनुवाद : वैशाली जोशी

जेव्हा मी महर्षी अमरांचा विचार करते, तेव्हा माझ्या मनात शेकडो एकर दूर पसरलेल्या एका भव्य वृक्षाचा विचार येतो.

एखादा वृक्ष जसा त्याच्या खाली वाढणाऱ्या लहान रोपट्यांचे संरक्षण करतो, तसेच महर्षी अमर आपले सरंक्षण करतात. ते आपल्याला वेळ आणि मोकळीक देतात, आणि कधीही आपल्या स्वातंत्र्यावर अतिक्रमण करत नाहीत. हा वृक्ष असलेले महर्षी अमर शांतपणे आपली, रोपट्यांची मदत करतात आणि आपल्याला पूर्वानुमान देखील नसलेल्या समस्या सोडवतात. ह्या भव्य वृक्षाच्या मदतीने रोपे वाढू लागतात. ह्या भव्य वृक्षाप्रमाणेच महर्षी अमर आपल्याला ज्ञानाच्या स्वरूपात पोषक द्रव्य पुरवतात, जे आपल्याला वाढण्यासाठी ताकद देते. ते आपली मुळे मजबूत होण्यासाठी मदत करतात, जेणेकरून आपल्याला स्वतःच्या बलावर वाढता यावे.

हा बलाढ्य वृक्ष त्याच्या खाली वाढणाऱ्या रोपांना उन्हाळ्याच्या कडक उन्हापासून सावली देतो. असे अनेक क्षण आहेत जेव्हा केवळ महर्षी अमरांना समर्पण केल्यामुळे आपल्या जीवनातील अनेक त्रासदायक परिस्थितींच्या तडाख्यापासून आपले संरक्षण झाले आहे. जणू काही ते आपल्याला तडाखे हळुवार बसतील हे पाहातात, किंवा ते तडाख्याचा मार स्वतःवर घेतात आणि त्यातील थोडासा भागच आपल्यापर्यंत पोहोचू देतात.

रोपांच्या नाजूक देठांना टिकून राहाता यावे आणि ती सोसाट्याच्या वाऱ्यामुळे तुटू नयेत म्हणून वृक्ष आधार देतो. हा भव्य वृक्ष रोपट्यांना वाढण्यास प्रोत्साहित करतो. तो रोपांना इच्छित दिशेने वाढण्याचे स्वातंत्र्य देतो. त्यांच्यावर कधीही कोणतेही नियंत्रण नसते. फक्त स्वातंत्र्य आणि बिनशर्त प्रेम असते. रोपे त्यांच्या उत्कृष्ट स्वरूपात वाढत आहेत हे पाहाण्याची वृक्षाची इच्छा असते. कधीही त्यांची पारख होत नाही. हा भव्य वृक्ष वाट पाहातो, तो वाट पाहातो आणि रोपांना ह्या भव्य विवेकी वृक्षाच्या उंचीपर्यंत किंवा त्याच्याहीपेक्षा उंच वाढण्यासाठी सर्वप्रकारे आधार देत राहातो. आणि रोपे वाढेपर्यंत हा भव्य वृक्ष त्या रोपांना आधार देणे, संरक्षण करणे आणि त्यांच्यावर प्रेमाचा, निखळ प्रेमाचा वर्षाव करणे चालू ठेवतो. ■

प्रश्नोत्तरे

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

प्र: काळ्या शक्ती प्रकाश वापरू शकतात का?

उ: मला वाटते की जर काळ्या शक्तींनी प्रकाश वापरण्यास सुरुवात केली, तर त्या काळ्या राहू शकणार नाहीत. प्रकाश त्यांचे परिवर्तन करेल. प्रकाश आपल्याला मदत करत आहे. तो आपल्याला परिवर्तित होण्यास मदत करत आहे आणि तो त्यांचे देखील परिवर्तन करेल. प्रकाश हा सर्व–शक्तीशाली आहे. मला वाटते की हेतू महत्त्वाचा आहे. प्रकाश वापरण्याचा आपला हेतू काय आहे? जर काळ्या शक्तींची काहीतरी चांगले करण्याची इच्छा असेल आणि त्यासाठी जर त्यांना प्रकाश वापरायचा असेल, तर मला वाटते की प्रकाश आनंदाने त्यांना मदत करेल. पण काळ्या शक्ती सहसा चांगली कामे करत नाहीत. म्हणून आपण त्यांना काळ्या शक्ती म्हणतो. सामान्यत: त्या सकारात्मक नसलेल्या कार्यांमध्ये गुंतलेल्या असतात. दु:ख, गोंधळ, निष्प्रेम, अन्याय, क्रौर्य इत्यादींचा प्रसार करणे हा सामान्यत: त्यांचा हेतू असतो. प्रकाशाचा वापर करून जर त्यांना त्यांची काळी उद्दिष्टे साध्य करायची असतील, तर प्रकाश त्यांना मदत करणार नाही.

प्र: वैश्विक मन म्हणजे काय?

उ: अशा प्रश्नांचे उत्तर देणे अवघड आहे कारण 'वैश्विक मन' ही अभिव्यक्ती कोणत्या संदर्भात वापरली गेली आहे हे आपल्याला माहीत नाही. आपल्याला माहीत आहे की ब्रह्म लोक हा मनाचा लोक आहे. आपल्याला आपली मने ब्रह्म लोकातून मिळाली आहेत. कदाचित आपल्याला असे म्हणावे लागेल की हा मनाचा लोक म्हणजेच वैश्विक मन आहे. या क्षणी मला जे समजले आहे ते असे आहे. आपली वैयक्तिक मने त्या मनाचा भाग आहेत.

प्र: आपल्या खोल ध्यानात आपण ह्या वैश्विक मनाच्या देखील पलीकडे जातो का?

उ: होय, आपण वैयक्तिक आणि वैश्विक मनाच्या पलीकडे जातो. जेव्हा आपली जाणीव मनाच्या पलीकडे जाते, तेव्हा आपण असे म्हणू शकतो की ती वैश्विक मनाच्या देखील पलीकडे जाते. जेव्हा आपण स्तब्धतेच्या अवस्थेत जातो, तेव्हा आपली जाणीव सर्व गोष्टींच्या पलीकडे गेलेली असते आणि आपण परमेश्वराचा अनुभव घेत असतो.

प्र: मृत्यूला सहज सामोरे कसे जावे? म्हणजे जर आपल्याला काही झाले, तर आपले जीवन वाचवण्यासाठी आपण परमेश्वराला प्रार्थना करतो. पण अशा परिस्थितींमध्ये आपण न घाबरता शांत कसे राहू शकतो?

उ: मला वाटते की हे अवघड आहे. आपली परमेश्वरावर मोठी श्रद्धा असणे आवश्यक आहे. आपल्याला माहीत असले पाहिजे की आपल्या बाबतीत जे काही घडते आहे ते परमेश्वर जाणतो. तो आपल्या बाबतीत हे घडू देत आहे आणि त्याचे आपल्यावर प्रेम आहे. आपल्यासाठी काय चांगले आहे हे त्याला ठाऊक आहे. ही जाणीव आपल्याला शांत राहाण्यास मदत करेल. मला वाटते की प्रार्थना करणे चुकीचे नाही. आपली जगण्याची इच्छा असणे स्वाभाविक आहे. आपण आपल्या जीवनाच्या सुरक्षिततेसाठी प्रार्थना करू शकतो आणि मग पुढचे त्याच्यावर सोडून देऊ शकतो. सर्वात उत्तम काय आहे हे त्याला माहीत असते. मी म्हणतो की हे सोपे नाही. पण होय, हे शक्य आहे. महान गुरू असेच संपूर्ण समर्पणात जगतात.

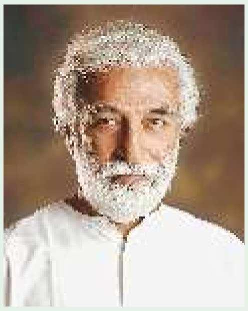
प्र: आपल्या काही अत्यंत पवित्र नद्यांमध्ये खूप पवित्र ऊर्जा आहेत, मग त्या इतक्या प्रदूषित का आहेत?

उ: हे खरे आहे की ह्या नद्यांमध्ये अद्भुत ऊर्जा आहेत, ज्या आपल्याला शुद्ध करतात. गुरुजी आम्हाला सांगत असत की आपण गंगा नदीचा विचार जरी केला, तर आपण तिच्याशी जोडले जातो आणि आपल्याला पवित्र ऊर्जा मिळतात, ज्या आपल्याला त्वरित शुद्ध करतात. ते म्हणाले होते की आंघोळ करण्यापूर्वी आपण सात पवित्र नद्यांचे स्मरण करू शकतो. जेव्हा आपण नद्यांचे स्मरण करतो, तेव्हा आपण त्यांच्याशी जोडले जातो आणि आपल्याला सुंदर ऊर्जा मिळतात. मग ह्या नद्या घाण का आहेत? कारण आपण, मानवांनी ह्या नद्यांच्या पवित्रतेचा आदर केला नाही. नदी म्हणजे फक्त पाणी नव्हे. त्यात ऊर्जा, शुद्ध करणाऱ्या सुंदर ऊर्जा असतात. ■

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

या संपूर्ण काळात मला ही गोष्ट अगदी प्रकर्षाने जाणवली की माझ्या कुटुंबात कोणाला दवाखान्यात भरती करावे लागले, सतत तणावाची परिस्थिती होती आणि कोरोनामुळे एका सदस्याचा मृत्यू पण झाला. अशी विपरीत परिस्थिती असूनही मी मात्र ह्या दरम्यान आतून अगदी शांत होते. कारण मी स्वत:मध्ये प्रकाश बाळगू शकले व जवळजवळ सतत मी प्रकाश प्रवाहित करीत होते.

– नंदिता पटेल

जेव्हा मी शंबला तत्त्वांचा अभ्यास करण्यास सुरुवात केली, तेव्हा एकात्मता अनुभवणे ह्या तंत्राचा अभ्यास करणे माझ्यासाठी सर्वात आव्हानात्मक होते. आपले कुटुंबीय व मित्रपरिवारांव्यतिरिक्त इतरांशी एकात्मता अनुभवणे अगदी अवघड काम आहे. पण मार्गदर्शकांच्या सल्ल्याप्रमाणे मी जास्त प्रेमाचा अवलंब करून प्रयत्न करीत राहिले. काही काळानंतर माझ्या भावनांचा विस्तार होत असल्याचे मी अनुभवले व एकात्मता अनुभवणे हे माझे सर्वात आवडते साधना तंत्र बनले.

– सुलोचना रामास्वामी

बुद्ध पौर्णिमेच्या रात्री मी ऋषींना प्रार्थना केली, स्वत:मध्ये प्रकाश भरला व निद्राधीन झालो. सकाळी जेव्हा मी उठलो तेव्हा मला जाणवले की मी अगदी गाढ झोपून उठलो आहे. त्यावेळी बाह्य जगाच्या अस्तित्वाचे पूर्ण भान येण्याकरिता मला बराच वेळ लागला. जेव्हा मी माझा अनुभव आठवण्याचा प्रयत्न केला तेव्हा भगवान बुद्धांची पुसटशी प्रतिमा माझ्या मन:पटलावर उमटली. ती अतिशय तेजस्वी दिसत होती. ते त्यांच्या भौतिक देहात, भगवी वस्त्रे धारण करून ध्यानमुद्रेत बसले होते. ह्या पेक्षा जास्त काही मी आठवू शकलो नाही.

– पुंडलीक ढाकोरकर

एप्रिल महिन्याच्या दुसऱ्या आठवड्यात जेव्हा मी माझ्या नेहमीच्या दिनचर्येप्रमाणे बागेत बसलो होतो तेव्हा एका झाडाकडे पाहून माझ्या मनात कुतूहल उत्पन्न झाले की हे असे ओसाड का झाले आहे. त्या वृक्षावर एकही पान नव्हते. मी त्या झाडाकडे व निशिगंधाच्या एका रोपाकडे प्रकाश पाठविण्यास सुरुवात केली आणि ते झाड परत हिरवे व्हावे व ते निशिगंधाचे रोप छान वाढावे अशी इच्छा मनात धरली. त्यानंतर २० एप्रिलपर्यंत ते झाड पूर्णपणे हिरवेगार झालेले पाहून मी आश्चर्यचकित झालो!

– निखिल गांधी

ओरिएंटेशन वर्गाच्या आदल्या दिवशी रात्री मला ताप होता आणि मी गाढ झोपी जाईन व त्यामुळे मला वर्गास मुकावे लागेल ह्या काळजीमुळे मला रात्रभर सारखी जाग येत होती. पण कसे माहीत नाही, त्या दिवशी मी लवकर उठू शकले, वर्गात सहभागी झाले आणि दिवसभर कार्यालयाचे काम देखील केले. माझी प्रकृती दिवसभर ठणठणीत होती व मी अगदी शांत होते. तापाचा किंवा आजाराचा मागमूस देखील जाणवला नाही. मला वाटले की देशपांडेजी जणूकाही तेजाने चमकत आहेत. असे वाटत होते की काही वाईट शक्ती वर्ग थांबवू पाहत होत्या व ऋषींनी मध्यस्थी करून त्यांना थोपवले होते. त्यामुळे हे सत्र आणखी विशेष ठरले. वैयक्तिक पातळीवर प्रकाश व नकारात्मक शक्तींमधील संघर्ष जास्त तीव्र झाला आहे व वर्गात दिलेली तंत्रे ह्या संघर्षात आपल्या मदतीकरिता देण्यात आलेली गुरुकिल्लीच आहे. हा वैयक्तिक पातळीवर आपल्याला ऋषींनी दिलेला संदेशच आहे, असे मला वाटते. ह्या करिता मी खूप कृतज्ञ आहे.

– गायत्री भाटिया

अलीकडेच मी माझ्या आयुष्यातील सर्वात कठीण अनुभवातून गेले. ह्यामुळे मी खूप हताश झाले. मला दु:ख व यातनांतून जावे लागले. शेवटी माझे मन विचारशून्य झाले आणि मी अगदी स्तब्ध झाले. तेव्हा त्या क्षणात मी काहीतरी अगाध अनुभवले. माझ्या हृदयाची कवाडे एकदम खुली झाली. असे यापूर्वी कधीही घडले नव्हते. मी दिव्य प्रेम अनुभवले. माझ्या अंतरंगातून प्रेम आपोआपच वाहू लागले. मी संपूर्ण सृष्टी अनुभवू लागले आणि प्रत्येक गोष्टीवर प्रेम करू लागले – माझ्या भोवतालची लोकं, सर्व सजीव व निर्जीव वस्तू व संपूर्ण सृष्टी. त्या प्रेमात लहानग्या बालकाची निरागसता होती. मी जेव्हा प्रेम अनुभवत होते, तेव्हा माझ्या जीवनातील अप्रिय घटना व लोकांची आठवण असूनही मला राग येत नव्हता व नकारात्मकता मला स्पर्श करू शकत नव्हती. मी प्रत्येकाला क्षमा केली आणि प्रत्येकावर प्रेम करू लागले.

– एक साधक

माझ्यासाठी व माझ्या कुटुंबियांसाठी गुरुजींचा आधार आहे ह्याबद्दल मी त्यांचे आभार मानते. त्यांच्याशिवाय आणि त्यांच्या आशीर्वादाशिवाय आम्ही गेल्या काही महिन्यात झालेल्या त्रासातून जाऊ शकलो नसतो. माझे संपूर्ण कुटुंब खूप आव्हानांतून जात असूनही गुरुजींचा फक्त विचार केल्यामुळे आम्हाला तणावातून खूपच आराम मिळतो.

– विभा भगत

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