తపస్య సంవత్సరము 22.04.2015

అశరీరి, ఆత్మాభిమాని మరియు ఆత్మిక దృష్టి - 4

1. స్వమానము – నేను స్వదర్శన చక్రధారిని.

శివ భగవానువాచ –

– మీరు స్వదర్శన చక్రాన్ని తిప్పినప్పుడు పూర్తి విశ్వానికి సుఖపు వైబ్రేషన్లు లభిస్తాయి.

– సదర్శన చక్రధారులే చక్రవర్తి మహారాజు–మహారాణిగా అవుతారు.

– స్వదర్శన చక్రాన్ని తిప్పడం వలన పాప కర్మలు నష్టమవుతాయి మరియు మాయ దగ్గరకు రాదు.

– స్వదర్శన చక్రధారులకు విజయి చక్రం స్వతహాగానే ప్రాప్తిస్తుంది.

2. యోగాభ్యాసం –

1. స్వదర్శన చక్రాన్ని త్రిప్పుతూ తమ 5 స్వరూపాలను(అనాది–ఆది–మధ్య–బ్రాహ్మణ–ఫరిశ్తా) రోజంతటిలో కనీసం 5 సార్లు లోతుగా అభ్యాసం మరియు అనుభవం చెయ్యండి.
2. స్వదర్శనము అంటే అర్థము స్వయాన్ని దర్శించుకోవడము. కనుక ఈ వారం మనం మన స్వయంలోనే ఉందాము... స్వయాన్నే దర్శించుకుందాము... స్వయాన్ని గురించే చింతన చేద్దాము... మన స్వ స్వరూపంపైనే ఏకాగ్రం చేద్దాము... ఒకవేళ ఇతరులను చూసినా కానీ వారి మస్తకంలో మెరుస్తున్న మణిని చూద్దాము మరియు వారికి సుఖదాయి వైబ్రేషన్లను ఇద్దాము...

3. ధారణ - సుఖము ఇవ్వడము మరియు సుఖమును తీసుకోవడము

– ఎంతగా మనం పరదర్శన నుండి ముక్తులై స్వదర్శన చేసుకుంటామో అంతగా మనకు మన లోపల నుండి సుఖశాంతులు అనుభూతి అవుతాయి. ఎంతగా మనం అతీంద్రియ ఆనందంలో ఉంటామో అంతగా ఇతరులకు కూడా సుఖము మరియు ఆనంద రసాలను ఇవ్వగలుగుతాము.

– మనం సుఖ సాగరుని పిల్లలం. సుఖ సాగరుని పిల్లలుగా అందరికీ సుఖాన్నివ్వడం మన కర్తవ్యం. ఒకవేళ మనం ఇతరులకు దుఃఖాన్ని ఇస్తే మనల్ని సుఖదాత పిల్లలని ఎవరు అంటారు? కనుక మనం అందరికీ సుఖాన్ని ఇవ్వాలి మరియు సుఖాన్ని తీసుకోవాలి. దుఃఖాన్ని ఇవ్వకూడదు, తీసుకోకూడదు.

4. చింతన -

– ప్రయోగిగా ఎవరు అవ్వగలరు?

– యోగ ప్రయోగంలో పూర్తి సఫలత కోసం ఏ ధారణల ఆవశ్యకత ఉంది?

– శారీరక వ్యాధి కోసం యోగ ప్రయోగం చెయ్యాలంటే దాని కోసం ఒక కామెంట్రీ వ్రాయండి.

5. తపస్వీల కొరకు – ప్రియమైన తపస్వీకుల్లారా! తపస్సులో అనంతమైన ఆనందం ఉంది. మీరంతా ఈ ఆనందాన్ని సేవిస్తున్నారని భావిస్తున్నాము. ఎంతగా మనం ఈ ఆనందంలో మునుగుతామో అంతగా ప్రాపంచిక ఆనందాలు చప్పగా అనిపిస్తాయి. ఈ ఆనందాన్నే బాబా మౌలాయి మస్తీ, ఈశ్వరీయ సుఖం లేక పరమానందము అని అంటారు. ఎంతగా మనం ఈ పరమానంద స్థితిలోకి వస్తూ ఉంటామో అంతగా స్వతహాగానే, మన మనసా, వాచ, కర్మణలతో ఈ ప్రపంచానికి సుఖము మరియు ఆనందాల ప్రాప్తి జరుగుతుంది మరియు **'ఇదే–ఇదే'** అన్న ప్రత్యక్షత ఢంకా మ్రోగుతుంది.