తపస్య సంవత్సరము **01.04.2015**

అశరీరి, ఆత్మాభిమాని మరియు ఆత్మిక దృష్టి - 1

1. స్వమానము – నేను స్వరాజ్య అధికారి ఆత్మను.

2. యోగాభ్యాసం –

1. నేను ఆత్మను భృకుటి సింహాసనంపై విరాజమానమై ఉన్నాను... నానుండి నలువైపుల దివ్యమైన ప్రకాశము వ్యాపిస్తుంది... నేను ఆత్మను జ్ఞాన స్వరూపాన్ని... సత్య జ్ఞానం నాలోపల నిండి ఉంది... నిజ జ్ఞాన చింతనను చేస్తూ, స్మరిస్తూ నేను ఆత్మను స్వయంలో మగ్నమై ఉన్నాను...
2. ఆది సమయంలో బ్రహ్మబాబా స్వ చెకింగ్ చేసుకుంటూ రోజూ రాత్రి తమ కర్మేంద్రియాల దర్బారును ఏర్పాటు చేసుకునేవారు – 'ఓ మనసు అనే మహామంత్రీ! నీ ఈ నడవడిక మంచిగా లేదు, ఆర్డర్ అనుసారంగా నడుచుకో. ఓ సంస్కారమా! ఆర్డర్ అనుసారంగా నడుచుకో! ఎందుకు అలజడిలోకి వచ్చావు, కారణం చెప్పు, నివారణను పొందు'. ఇలా మీరు కూడా రోజూ తమ స్వరాజ్య దర్బారును ఏర్పాటు చేసుకోండి.
3. ఎంతటి తపనలో మునిగి ఉండాలంటే క్రిందకు చూస్తే నలువైపులా మెరుస్తున్న ఆత్మలే కనిపించాలి, పైకి చూస్తే జ్ఞాన సూర్యుడే కనిపించాలి. ఇవి తప్ప మనుక ఇంకేవీ కనిపించకూడదు.

3. ధారణ - జ్ఞాన మనన చింతన చెయ్యడము మరియు దానిని ధారణ చెయ్యడము

– 'జ్ఞాన సూర్యుడు ఉదయించాడు, అజ్ఞాన అంధకారం తొలగింది' – జ్ఞానము మనలోని చీకటిని హరిస్తుంది... జ్ఞానమే సన్మార్గంలో వెళ్ళమని ప్రేరణను ఇస్తుంది... జ్ఞానవంతులు ఎప్పుడూ దారితప్పి తిరగరు పైగా వారు ఇతరులకూ దారిని చూపిస్తారు, ఆధారాన్ని ఇస్తారు... కావున మనం మన 'జ్ఞాన స్వరూప స్థితి'లో ఉంటూ జ్ఞాన స్మరణను మరియు మనన చింతనను పెంచుకుందాము...

4. చింతన -

- జ్ఞాన మనన చింతన యొక్క ఆవశ్యకత ఏమిటి?
- 'నేను ఆత్మను జ్ఞాన స్వరూపమును' – దీని భావము ఏమిటి? దీనిని స్పష్టం చెయ్యండి??
- జ్ఞాని ఆత్మల లక్షణాలను వ్రాయండి.

5. తపస్వీల కొరకు – ప్రియమైన తపస్వీకుల్లారా! ఎవరైతే తమ స్థూల మరియు సూక్ష్మ కర్మేంద్రియాలపై రాజ్యం చేస్తారో వారే స్వరాజ్యాధికారులు. మనం ఎంత సమయం మరియు ఎంత శక్తితో మన కర్మేంద్రియాలపై ఇప్పుడు అధికారిగా అవుతామో అంతగా భవిష్యత్తులో రాజ్యాధికారం లభిస్తుంది. ఒకవేళ ఇప్పుడు ఒక్క జన్మ సదా అధికారులుగా అవ్వలేకపోతే భవిష్య 21 జన్మలకు రాజ్యాధికారులుగా ఎలా అవ్వగలరు? మరి పరిశీలించుకోండి, నేను సదాకాలిక స్వరాజ్యాధికారిగా ఉన్నానా లేక అప్పుడప్పుడూ ఉన్నానా? మనసు నన్ను నడిపిస్తుందా లేక నేను మనసును నడిపిస్తున్నానా?