

జ్వాలాముఖ యోగము - 4

జ్వాలాముఖ యోగం కోసం ఈ వారం మనం విశేషంగా మన మనసు యొక్క బినచర్యపై శ్రద్ధ పెడదాము.

నిరంతర అభ్యాసము మరియు అటెన్షన్ తో యోగాన్ని శక్తిశాలిగా చేసుకుందాం -

- 3.00 నుండి 4.00 - స్వయాన్ని ఆత్మగా చూసుకుంటూ వరదానాలను గుర్తు చేసుకోవాలి.
పరంధామంలో శివబాబాను చూడాలి. పూర్తి ప్రపంచానికి సకాశను ఇవ్వాలి.
- 4.00 నుండి 5.00 - 5 స్వరూపాల అభ్యాసము
- 5.00 నుండి 6.00 - నేను ఫరిశ్తాను.
స్వయాన్ని ఫరిశ్తా రూపంలో చూసుకోవాలి.
బాబాతో ఆత్మిక సంభాషణ చెయ్యాలి.
బ్రాహ్మణ పరివారానికి వైభ్రేషన్లు ఇవ్వాలి.
- 6.00 నుండి 6.30 - నేను విజయి రత్నామును.
- 6.30 నుండి 7.30 - బాబా నన్ను చదివించడానికి వచ్చారు
ఈ చదువుతో నేను విశ్వ మహారాజుగా అవుతాను.
- 7.30 నుండి 8.00 - నేను జ్ఞాన స్వరూపమును.
- 8.00 నుండి 9.00 - నేను కల్పవృక్షానికి మాస్టర్ బీజమును.
నేను బీజరూపుడైన బాబాతో కంటెన్టుగా ఉన్నాను.
క్రింది వైపుకు ఉన్న కల్పవృక్షంపై కూర్చుని ఆకు ఆకుకు శక్తిని ఇవ్వాలి.
- 9.00 నుండి 9.30 - నేను ప్రేమ స్వరూప ఆత్మను.
- 9.30 నుండి 10.00 - నేను సుఖ స్వరూప ఆత్మను.
- 10.00 నుండి 10.30 - నేను శాంత స్వరూప ఆత్మను.
- 10.30 నుండి 11.00 - నేను పవిత్ర స్వరూప ఆత్మను.
- 11.00 నుండి 11.30 - నేను శక్తి స్వరూప ఆత్మను.
- 11.30 నుండి 12.00 - నేను ఆనంద స్వరూపమును.
- 12.00 నుండి 1.00 - సాక్షీ భావము మరియు సమర్పణత
- 1.00 నుండి 3.00 - జ్ఞాన సూర్యుని కిరణాల క్రింద ఉన్నాను.
- 3.00 నుండి 4.00 - కల్పవృక్షం క్రింద కూర్చుని పూర్తి వృక్షానికి సకాశను ఇవ్వాలి
- 4.00 నుండి 5.00 - స్వయం యొక్క సంస్కార పరివర్తన
- 5.00 నుండి 6.00 - 5 స్వరూపాల అభ్యాసము
- 6.00 నుండి 7.00 - నేను బాబా సమానంగా ఉన్నాను
- 7.00 నుండి 8.00 - నేను ప్రకృతికి యజమానిని... ప్రతి ఒక్క తత్వానికి సకాశను ఇవ్వాలి..
- 8.00 నుండి 9.00 - బాబా చిత్రచాయ కింద ఉండాలి
- 9.00 నుండి 10.00 - చార్డ్స్ను పరిశీలించుకోవాలి (బాబాకు ఉత్తరం)