

## “ యోగంలో శక్తిశాలి స్థితి ఎలా తయారవుతుంది? ”

అత్తిక మిలనం జరుపుకోవడానికి వరదాన భూమికి వచ్చారు. అత్తిక మిలనము వాణికి అతీత స్థితిలో స్థితమైతే జరుగుతుందా? లేక వాణీ ద్వారా జరుగుతుందా? వాణికి అతీత స్థితి ప్రియమనిపిస్తుందా? లేక వాక్కులోకి వచ్చే స్థితి ప్రియమనిపిస్తుందా? వాణికి అతీత స్థితి శక్తిశాలిగా ఉంటుంది మరియు సర్కుల సేవకు నిమిత్తముగా తయారు చేస్తుందా లేక వాక్కు ద్వారా సర్కుల సేవ చేసే స్థితి శక్తిశాలిగా అనుభవం అవుతుందా? బేహద్ సేవ వాక్కుకు అతీత స్థితి ద్వారా జరుగుతుందా? లేక వాక్కుతో జరుగుతుందా? అంశిమ సంపూర్ణ స్థితిలో సర్వ శక్తులతో సంపన్నమైన మ్యాగర్ సర్వశక్తివోస్, మ్యాగర్ జ్ఞాన సంపన్న స్థితి (నోల్డ్ ఫుల్) ప్రాక్టికల్ రూపంలో ఉంటుంది. ఇలాంటి సంపూర్ణ స్థితి వాక్కుకు అతీతంగా ఉంటుందా లేక వాక్కులోకి వచ్చినప్పుడు ఉంటుందా? సర్వాత్మల పట్ల విశ్వకళ్యాణకాలీ, మహాదానీ, వరదానీ సర్కుల పట్ల అన్ని కామనలను పూర్తి చేసే స్థితి వాక్కుకు అతీత స్థితి ద్వారా జరుగుతుందా? లేక వాక్కులోకి వచ్చినప్పుడు అవుతుందా? రెండింటి అనుభవీలు, రెండు స్థితుల గురించి తెలుసా? రెండింటిలో ఎక్కువ సమయము ఏ స్థితిలో స్థితము కాగలరు? స్థితి సహజమనిపిస్తుంది? ఏ సెకెండ్ అయినా ఏ స్థితిలో స్థితి కావాలనే డైరెక్షన్ లభించగానే ఆ సమయములో స్వయాన్ని స్థితము చేసుకనేంత ఎవరెడిగా ఉన్నారా? లేక స్థితులవ్వడంలోనే సమయము అయిపోతుందా? ఎందుకంటే సంపన్నంగా అగుటకు సమయము సమీపానికి వస్తున్నది. కనుక సమయము కంటే ముందే స్వయంలో ఈ విశేషతను అనుభవము చేస్తున్నారా? అంశిమ సమయములో ఫుల్ స్టాప్ పెట్టడానికి సర్వ శ్రేష్ఠ సాధనం ఇదే - డైరెక్షన్ లభిస్తుందో దౌని ప్రమాణంగా ఆ క్షణంలోనే, ఆ స్థితిలో స్థితులైపోవాలి. ఈ సాధనం యొక్క అభ్యాసాన్ని చాలా సమయము నుండి నేర్పించారు, ఇంకా నేర్పిస్తూ ఉన్నారు. కానీ ఈ అభ్యాసంతో స్వయాన్ని ఎంతవరకు సంపన్నంగా భావిస్తున్నారు? ఈ సంవత్సరం పూర్తి అయ్యే వరకు స్వయాన్ని ఇలా ఎవరెడిగా తయారు చేసుకోగలరు? తయారుగా ఉన్నారా లేక సమయాన్ని చూస్తూ స్వయం అభ్యాసం చేయుటలో నిర్లక్ష్యము చేస్తున్నారా? ఎప్పుడు వినాశనమవుతుందో అని ఆలోచిస్తూ పురుషార్థంలో సంపన్నంగా కావడానికి బదులు వ్యర్థ చింతన, వ్యర్థ సంకల్పాల బలహీనతలో విశ్రాంతిని ఇష్టపడేవారిగా కాలేదు కదా?

వర్తమానంలో పిల్లలు పురుషార్థ వేగమును చూస్తూ బాప్ దాదా నవ్వుకుంటున్నారు. సర్వాత్మలకు మాటి మాటికి ఇదే సందేశము ఇస్తున్నారు. యోగిగా కండి, జ్ఞానిగా కండి. ఈ సందేశాన్ని ఇచ్చే మీరు స్వయానికి సందేశం ఇచ్చుకుంటున్నారా?

మెజారిటీ ఆత్మలు విశేష సజ్జెక్టులైన స్మృతి యాత్రలో లేక యోగిగా అయ్యే స్థితిలో బలహీనంగా కనిపిస్తున్నారు. మాటి మాటికి బాప్ దాదా ముందు నిమిత్తమైన ఆత్మల ముందు యోగం ఎందుకు కుదరటం లేదు లేక నిరంతరం యోగము ఎందుకు ఉండటం లేదు. యోగము యొక్క శక్తిశాలి స్థితి ఎలా తయారవుతుంది? అని ఒకటే ఫిర్యాదు చేస్తున్నారు. అనేకసార్లు అనేక యుక్తులు లభిస్తున్నా మాటి మాటికి ఇదే లెటర్లు బాప్ దాదాకు లభిస్తున్నాయి. దీనితో ఏమి అర్థము చేసుకోవాలి? సర్వశక్తివంతుని

పిల్లలుగా అయ్యి శక్తిహీన ఆత్మలై స్వయాన్ని అదుపులో ఉంచుకోలేకపోతున్నారు. వారు విశ్వ రాజ్యాన్ని ఎలా కంట్రోల్ చేయగలరు? కారణం ఏమిటి? యోగం అయితే నేర్చుకున్నారు. కానీ యోగయుక్తులుగా ఉంటే యుక్తులను ప్రయోగించడం రావడం లేదు. యోగం - యోగం చేస్తున్నారు కానీ ప్రయోగంలోకి తీసుకొచ్చే అటెన్షన్ ఉంచడం లేదు.

వర్తమాన సమయములో విశేషించి ఒక అల కనిపిస్తున్నది. ఏదైనా విషయము ఎదురుగా వస్తే తండ్రి ద్వారా లభించిన ఎదుర్కొనే శక్తిని ప్రయోగించడం లేదు. కానీ తండ్రిని ఎదురుగా ఉంచుకొని మీ జతలో తీసుకెళ్లాని కదా! మాకు శక్తినివ్వండి. సహాయం ఇవ్వడం మీ పని. మీరు చేయకపోతే ఇంకెవరు చేస్తారు? కొద్దిగా ఆశీర్వాదాలు ఇవ్వండి. మీరు సాగులు కదా! మాకు కొద్దిగా సహాయం చెయ్యండి అని అంటున్నారు. స్వయాన్ని ఎదుర్కొనే ధైర్యం వదిలేస్తారు. అంతేకాక ధైర్యహీనులైన కారణంగా సహాయం నుండి కూడా వంచుతుంటున్నారు. బ్రహ్మ జీవితానికి విశేష ఆధారం “ ధైర్యము. ” ఏ విధంగా శ్వాస లేకపోతే జీవితం లేదో అలాగే ధైర్యం లేకపోతే బ్రాహ్మణులు కారు. తండ్రి కూడా ప్రతిజ్ఞ చేశారు. “ ధైర్యం పిల్లలది సహాయం బాబాబి. ” కేవలం ఏదీ చేయకుండా సహాయం చెయ్యరు. వర్తమాన ప్రభావాన్ని బట్టి తండ్రి పైన వదిలేసి స్వయం నిర్లక్ష్యముగా ఉండిపోతారు. ఇప్పుడు ఏమి చేయాలి? ప్రతి శక్తిని ప్రతి జ్ఞానం యొక్క యుక్తిని వింటూ, లభిస్తున్న వాటిని స్వయం పట్ల ఉపయోగించడం లేదు. అనగా అభ్యాసంలోకి తీసుకొని రావడం లేదు. ఇదే విశేష బలహీనత, కేవలం వర్ణన చేసేంతవరకు తీసుకువస్తారు. కానీ అంతర్ముఖులై ప్రతి శక్తిని ధారణ చేసే అభ్యాసంలోకి వెళ్లండి. ఏదైనా కొత్తది ఆవిష్కరించేవారు రాత్రి - పగలు అదే ఆవిష్కరణలో నిమగ్నమై లీనమై ఉంటారు. అలాగే ప్రతి శక్తిని అభ్యాసం చేయుటలో నిమగ్నమై ఉండాలి. సహన శక్తి లేక ఎదుర్కొనే శక్తి అని దేనినంటారు? సహన శక్తి వలన ఏమి ప్రాప్తిస్తుంది, సహన శక్తిని ఏ సమయములో ఉపయోగించడం జరుగుతుంది? సహనశక్తి లేని కారణంగా ఏ రకమైన విఘ్నాలకు వశీభూతులైపోతారు? ఒకవేళ ఏదైనా మాయ క్రోధం రూపంలో ఎదుర్కోవడానికి వస్తే ఏ పద్ధతిలో విజయిగా కాగలరు? ఎలాంటిలాంటి పరిస్థితుల రూపంలో మాయ సహనశక్తికి పరీక్ష తీసుకుంటుంది? ముందుగానే విస్తారంతో మీ బుద్ధి ద్వారా ఎదురుగా తీసుకు రండి. వ్యోమంగ్ పరిక్షా గురిలోకి వెళ్తానికి ముందే స్వయానికి హాస్టల్ గా అయ్యి స్వయానికి పేపర్ తీసుకోండి. అప్పుడు నిజమైన పరీక్షలో ఎప్పుడూ ఓడివారు ( ఫెయిల్ కారు). ఇలా ఒక్కొక్క శక్తి యొక్క విస్తారంలోకి, అభ్యాసంలోకి వెళ్లండి. అభ్యాసం తక్కువగా చేస్తున్నారు. అందరూ వ్యాసులుగా అయిపోయారు కానీ అభ్యాసం చేయడం లేదు. ఈ విధంగా స్వయాన్ని బిజీగా ఉంచుకోవడం రావడం లేదు. అందువలన మాయ మిమ్ములను బిజీ చేసేస్తుంది. ఒకవేళ సదా అభ్యాసంలో బిజీగా ఉంటే వ్యర్థ సంకల్పాల ఫిర్యాదు సమాప్తమైపోతుంది. దానితో పాటు మీకు అభ్యాసంలో ఉంటే ప్రభావం మీ ముఖం ద్వారా కనిపిస్తుంది. ఏమి కనిపిస్తుంది? “ అంతర్ముఖే సదా హర్షితముఖే ” గా కనిపిస్తారు. ఎందుకంటే మాయను ఎదుర్కోవడం సమాప్తి అయిపోతుంది. ఇలా అనుభవాలను పెంచుకుంటూ వెళ్తే మాటి మాటికి ఒకటే ఫిర్యాదు చేయడం నుండి ముక్తులైపోతారు. ఏ విధంగా సర్వ శక్తుల అభ్యాసం కొరకు వినిపించాను. అలాగే స్వయాన్ని యోగీ ఆత్మలని పిలిపించుకుంటున్నాను కానీ యోగం యొక్క అర్థంను ఇతరులకు అర్థం చేయిస్తున్నారో అలా స్వయంలో అభ్యాసం ఉందా?

యోగం యొక్క ముఖ్య విశేషతలు - సహజ యోగము, కర్మ యోగము, రాజయోగము, నిరంతర యోగము, పరమాత్మ యోగము. ఏదైతే వర్ణం చేస్తున్నారో వాటన్నిటిని స్వయం అభ్యాసంలోకి తీసుకు వచ్చారా? సహజ యోగము అని ఎందుకు అంటారు? దాని స్వస్థీకరణను చాలా బాగా తెలుసుకున్నారా? దానిని అభ్యాసంలోకి తీసుకు వచ్చారా? జ్ఞాన వంతులుగానైతే అయ్యారు ఇప్పుడు అభ్యాసంలోకి తీసుకు రండి మరియు అన్నీ విశేషతల అభ్యాసం కావాలి అప్పుడే సంపూర్ణ యోగిగా కాగలరు. సహజ యోగం యొక్క అభ్యాసం ఉంటుంది, రజయోగము యొక్క అభ్యాసం లేకుంటే ఫలం వాస్తవం కాదు. అందువలన ప్రతి యోగం యొక్క విశేషత, ప్రతి శక్తి మరియు ప్రతి ఒక్క జ్ఞాన పొందిన యొక్క ముఖ్యమైన పొందిన అభ్యాసం చేయండి. ఇది తక్కువగా ఉన్న కారణంగా మెజారిటీ బలహీనంగా ఉంటున్నారు. అలాగే అభ్యాసం యొక్క లోపం కారణంగా బలహీన ఆత్మగా అయిపోతారు. అభ్యాసం వేసే ఆత్మకు, ఏకాగ్రత(లగ్నము)లో నిమగ్నమైన ఆత్మకు ఎదురుగా ఏ రకమైన విఘ్నము ఎదురుగా ఉంటుంది. లగ్నమనే ఆధారిత విఘ్నము కూడా ఉంటుంది. ఏ విధముగా మీరు మాడల్ తయారుచేస్తారు - శక్తి స్వరూపానిది, శక్తితో అసురులు లేక పంచ వికారాలు భస్మమైనట్లు చూపిస్తారు కదా లేక పాలిపోతున్నట్లు చూపిస్తారు. ఈ మాడల్ ఎవరిది తయారుచేస్తున్నారు? ఇప్పుడేమి చేస్తారు? ప్రతి విషయాన్ని ప్రయోగించే విధిలో నిమగ్నం అయిపోండి. అభ్యాసం యొక్క ప్రయోగశాలలో కూర్చుంటే ఒక్క తండ్రి తోడును మరియు మాయ యొక్క అనేక రకాల విఘ్నాలకు దూరంగా అనుభవం చేస్తారు. ఇప్పుడు జ్ఞాన సాగరుడు, గుణాల సాగరుడు, శక్తుల యొక్క సాగరంలో పై పై అలలలో పిలలాడుతున్నారు. అందువలన అల్పకాలిక తాత్కాలిక అనుభవము చేస్తున్నారు. కాని ఇప్పుడు సముద్రం లోతులోకి వెళ్ళినట్లుగానే అనేక రకాల వివిధ అనుభవాలు వేస్తూ రిజర్వేషన్ ప్రాంతం వేసుకుంటారు. స్వయం కూడా సమర్థులుగా ఉండి, ఇప్పుడే లెటర్స్ వ్రాయకండి. తండ్రికి నవ్వు వస్తుంది. చిన్న చిన్న మాటలు అవే అవే వ్రాస్తారు. వినాశి డాక్టర్ పని కూడా తండ్రి పైన పెడతారు. మీరే రచిస్తారు. కర్మ బంధనాలు మీరే తయారు చేసుకున్నారు. అయితే త్రెంచే బాధ్యత తండ్రి పై పెడతారు. తండ్రి బాధ్యత యొక్క చెప్పడమే లేక స్వయం చేయడమా? తండ్రి చెప్పడానికి నిమిత్తంగా ఉన్నారా? లేక చేయడం కొరకు కూడా నిమిత్తంగా ఉన్నారా? అల్లరి చేసేవారిగా అవుతారు. అల్లరి పిల్లలు అన్నీ తండ్రి పైన వదిలిపెడతారు. చెప్పింది పిల్లలు వినడం లేదు మీరు వీరిని సరి చేయండి అని అంటారు. తండ్రి బాగు చేసే పద్ధతిని వినిపిస్తున్నారు. చేస్తే పొందుతారు. తండ్రిని విశ్వ సేవాధారి అని భావిస్తూ అన్నీ తండ్రి పైన వదిలి పెట్టాలని అనుకుంటారు. అందువలన ఏదైతే డైరెక్షన్ లభిస్తుందో దాని పైన గమనమిచ్చి నిజ జీవితంలోకి తీసుకొచ్చినట్లుగానే విషయాలన్నిటి నుండి ముక్కునైపోతారు. అర్థమయిందా. మంచిది.

నీదా తండ్రి యొక్క ప్రతి ఆజ్ఞను పాలన చేసే ఆజ్ఞాకారి, ఒక్క బాబా తప్ప ఎవరూ లేరు అనే పాఠాన్ని పాలన చేసే, నీదా స్వయాన్ని అభ్యాసంలో బిజీగా ఉంచుకునే, సంపూర్ణ జ్ఞాన - యోగాల ప్రతి విశేషతను జీవితంలోకి తీసుకొచ్చే విశేష ఆత్మలకు బాప్ దాదా ప్రియ స్మృతులు మరియు సమస్త.

వీడ్కోలు సమయములో దాటలతో:- మహారథుల వేగం అందరికంటే తీవ్రంగా అనగా స్పీడుగా ఉంది. కానీ జత జతలో బ్రేకు(Break) కూడా అంత శక్తిశాలిగా ఉండాలి. ప్రతి సెకండులో సంకల్పము ద్వారా మొత్తం విశ్వమే కాదు, మూడు లోకాల చక్రాన్ని ఎదురుగా తీసుకొచ్చుకొని మూడు లోకాల చక్రం కూడా తిరగాలి.

ఒకవేళ ఆపేసినట్లయితే పూర్తిగా బుద్ధి బీజరూప స్థితిలో సెకెండులో స్థితమైపోవాలి. ఇలాంటి అభ్యాసం ఉందా? అతి విస్తారం మరియు స్టాప్. బ్రేకు ఎంత పవర్‌ఫుల్‌గా ఉండాలంటే స్టాప్ చేయడంలో సమయము పట్టరాదు. ఏ విధంగా స్థూల మిలటరీ వాళ్ళకు మార్షల్ ఆజ్ఞానుసారము చాలా వేగంగా పరుగెడుతున్నట్లయితే మార్షల్ స్టాప్ అని ఆజ్ఞాపిస్తూనే అదే సెకెండులో నిలబడిపోవాలి. ఒకవేళ ఒక్క సెకెండు కూడా ఆలస్యం చేస్తే షూట్ చేసేస్తారు. ఎలా అది శారీరక అభ్యాసమో అలాగే ఇది సూక్ష్మ అభ్యాసము. మహారథుల పురుషార్థ గతి కూడా తీవ్రంగా ఉండాలి, బ్రేకు కూడా శక్తిశాలిగా ఉండాలి. అప్పుడే అంతిమములో గౌరవనీయముగా పాసవుతారు. ఎందుకంటే ఆ సమయములోని పరిస్థితులు బుద్ధిలో సంకల్పాలు తీసుకొచ్చే విధంగా ఉంటాయి. ఆ సమయములో అన్నీ సంకల్పాలకు అతీతంగా ఒకే సంకల్పములో స్థితమవ్వాలి. పరిస్థితులు ఆకర్షిస్తాయి. అలాంటి సమయములో బ్రేకు శక్తిశాలిగా లేకుంటే పాస్ కాలేరు. అందువలన మహారథుల అభ్యాసం ఎలా ఉండాలంటే, ఏ సమయములోనైనా విస్తారంగా చెదిరిపోయిన బుద్ధినైనా అదే సమయములో స్టాప్ చేసే అభ్యాసం చేయాలి. ఏ విధంగా డ్రైవర్‌కు మోటార్ నడిపించే అభ్యాసం చేయిస్తున్నప్పుడు తెలిసే ఎలాంటి దారిని ఎంచుకుంటే దాని వలన ప్రమాదాలకు దూరంగా ఎంతవరకు ఉండగలరో తెలిసిపోతుంది. అదే విధంగా ఇక్కడ కూడా మొదటి నుండే అభ్యాసం ఉండాలి. స్టాప్ అనడం వెంటనే నిలిచిపోవడం. ఇది అష్ట రత్నాల కానుక. ఒక్క సెకెండు కూడా అక్కడ - ఇక్కడ కాకూడదు. అందుకనే కేవలం అష్ట(8) రత్నాలే బయటపడతారు. ఇలాంటి అభ్యాసం ఉందా? స్థూలమైన చేతులూ మొదలైనవి ఎలా నియంత్రణలో ఉన్నట్లు అలా సూక్ష్మ శక్తులు మరియు సంకల్పాలు కంట్రోల్‌లో ఉండాలి. వాస్తవానికి ఇది విస్తారమైన సంకల్పాలను నియంత్రించుకునే విషయము. కానీ మనుష్యులు శ్వాసను నియంత్రించే సాధనాన్ని తయారు చేసేశారు. ఇక్కడ విస్తారానికి బదులు ఒక్క సంకల్పములో స్థితులవ్వడం. వారు శ్వాసను నియంత్రించే అభ్యాసంను మొదలుపెట్టేశారు. ఇప్పుడు మహారథుల స్మృతి యాత్ర యొక్క సిద్ధి ఇలా కావాలి. ఇలా ఒక్క సంకల్పాన్ని ధారణ చేసేవారిగా ఎంత సమయమైనా బుద్ధిని స్థితము చేసుకునేవారిగా కావాలి. మంచిది.

**వరదానము:-** “ఫలిస్తా స్వరూపములో స్థితమై ఉండి ప్రతి కర్మను ఆచరించే బ్రహ్మభావా

**సమానము అవ్యక్త ఫలిస్తా భవ”**

మాకు బ్రహ్మభావా అంటే చాలా ప్రేమ అని పిల్లలంటారు. ప్రేమ అంటే సమానమగుట. ఎలాగైతే బ్రహ్మభావా ఫలిస్తా రూపములో ఉన్నారో అలా బ్రహ్మభావా సమానము ఫలిస్తా స్వరూపములో స్థితమై ప్రతి పని చెయ్యండి. ఫలిస్తా అనగా లైటు ఆకారము. లైట్ ఆకారములో ఉండి కర్మలు చెయ్యండి. లైటు శరీరాన్ని చూడండి. ఈ ఫలిస్తా స్వరూపముల పై ఎలాంటి విఘ్నమైనా ప్రభావము చూపలేదు. మీ సంకల్పము, వృత్తి, దృష్టి అన్నియు డబల్ లైట్‌గా అవుతాయి.

**స్లోగన్:-** “ఆలోచన, మాట, కర్మలలో సమానంగా ఉండువారే సర్వోత్తమ పురుషార్థులు”