తపస్య సంవత్సరము **08.02.2015**

తపస్యా మాసము - 2

1. స్వమానము – నేను జ్వాలాముఖి యోగిని.

– పరివర్తనకు ప్రతీక జ్వాల... శక్తికి ప్రతీక జ్వాల... జ్యోతి ప్రకాశాన్ని ఇస్తే జ్వాల భస్మం చేస్తుంది... జ్ఞానాన్ని జ్యోతి అంటే యోగాన్ని జ్వాల అంటాము. దీని ద్వారా అన్ని వికర్మలు భస్మమవుతాయి... మాయ దరిదాపులకు కూడా రాదు... ఈ జ్వాలాముఖి యోగంతోటే మన సంపన్నత మరియు సంపూర్ణత సమీపిస్తుంది...

2. యోగాభ్యాసం –

1. నేను ఈ దేహంలో విరాజమానమై ఉన్న చైతన్య జ్యోతిని... మహాజ్యోతి అయిన శివబాబా కిరణాలు నాపై పడుతున్నాయి... యోగం యొక్క ఈ ప్రచండ అగ్నితో నా వికర్మలు దగ్ధమవుతున్నాయి... నేను సత్యమైన శుద్ధ బంగారంగా అవుతున్నాను... నా యోగ జ్వాల నలువైపులకు వ్యాపించి ఇతర ఆత్మలకు కూడా శక్తిని ప్రదానం చేస్తుంది మరియు ప్రకృతిలోని పంచ తత్వాలు కూడా శుద్ధమవుతున్నాయి...

2. నేను మాస్టర్ జ్ఞాన సూర్యుడిని... నా ముఖము జ్ఞాన సూర్యుడైన పరమాత్మ వైపు ఉంది... జ్ఞాన సూర్యుని ప్రచండ కిరణాలు నాపై పడుతున్నాయి... వారి ప్రకాశంతో నేను ప్రకాశితమవుతున్నాను... నేను జ్వాలా పుంజముగా అంటే జ్వాలాముఖి యోగిగా అవుతున్నాను... నా ప్రకాశము పూర్తి విశ్వంలో వ్యాపిస్తుంది...

3. ధారణ - అంతర్ముఖత

– జ్వాలాముఖి యోగం కోసం అవసరమైన మొట్టమొదటి ధారణ – అంతర్ముఖత. అంతర్ముఖత మన శక్తులను వ్యర్థంగా పోనివ్వకుండా కాపాడుతుంది... మనల్ని లోతైన యోగంలోకి తీసుకువెళ్ళేందుకు ఉపయోగపడుతుంది... కనుక జ్వాలాముఖి యోగిగా అవ్వడానికి ముందు స్వయం అంతర్ముఖిగా అవ్వాలి...

4. చింతన -

– జ్వాలాముఖి యోగం అంటే ఏమిటి?
– వర్తమాన సమయంలో జ్వాలాముఖి యోగం యొక్క అవసరము మరియు దాని మహత్వము ఏమిటి?
– జ్వాలాముఖి యోగం కోసం ఏ ఏ విషయాలపై శ్రద్ధ పెట్టడం అవసరము?
– జ్వాలాముఖి యోగి యొక్క శబ్ద చిత్రాన్ని తయారు చెయ్యండి.

5. తపస్వీల కొరకు – ప్రియమైన తపస్వీకుల్లారా! తపస్య ద్వారానే మన వికర్మలు వినాశనం అవుతాయి. తపస్య ద్వారానే మన జీవితంలో తేజస్సు వస్తుంది. తపస్యయే ప్రత్యక్షతను సమీపంగా తెస్తుంది. తపస్య ద్వారానే మన జీవితంలోని అన్ని సమస్యలు దూరమవుతాయి. తపస్య ద్వారా ఇతరుల సమస్యలను కూడా హరించగలిగే సమర్థత మనకు వస్తుంది. కనుక ఈ సంవత్సరం మనమంతా ఒక స్లోగన్‌ను గుర్తుంచుకుందాం – తపస్య చేద్దాం, సమస్యను హరిద్దాం. మనం లోతైన తపస్యను, జ్వాలాముఖి తపస్యను చేసి అందరి సమస్యలను దూరం చేద్దాము. అందరి దుఃఖాలను, అశాంతిని మరియు పీడను హరిద్దాం. అందరి మనోకామనలను పూర్తి చేసి సృష్టిని స్వర్గంగా మారుద్దాం. మరి రండి, లోతైన జ్వాలాముఖి తపస్సులో లీనమైపోదాం.