తపస్య సంవత్సరము 15.02.2015

లోతైన తపస్య - 3

1. స్వమానము – నేను లైట్ హౌస్ మరియు మైట్ హౌస్‌ను.

– లోతైన తపస్య అంటే లైట్ హౌస్ మరియు మైట్ హౌస్ స్థితి అని బాబా చెప్పారు. ఎలా అయితే లైట్ హౌస్ ఒక స్థానంలో ఉంటూనే నిరంతరం తన ప్రకాశాన్ని వ్యాపింపజేస్తూ ఉంటుందో, దారిని చూపిస్తూ ఉంటుందో, సదా ఎత్తులోనే ఉంటుందో అలాగే మనం కూడా లైట్ హౌస్ మరియు మైట్ హౌస్‌గా అయ్యి పూర్తి ప్రపంచానికి సరైన మార్గాన్ని చూపించాలి. సదా మన ఉన్నతమైన స్థితి అనే ఆసనంపై సెట్ అయ్యి ఉండాలి.

2. యోగాభ్యాసం –

1. నేను లైట్ హౌస్ మరియు మైట్ హౌస్‌ను... నానుండి నలు వైపులకు లైట్ మరియు మైట్ కిరణాలు వ్యాపిస్తున్నాయి... వాటితో ప్రపంచంలోని అంధకారం దూరమవుతుంది... ఆత్మలన్నీ శక్తిశాలిగా అవుతూ ఉన్నాయి...
2. సర్వ శక్తిమంతుడైన శివబాబాతో నేను కంబైన్డుగా ఉన్నాను... పవర్ హౌస్ నుండి అనంత శక్తుల కిరణాలు నాపైకి వస్తున్నాయి... అవి నాలోకి ప్రవేశిస్తూ ఉన్నాయి... మళ్ళీ నా నుండి నలు వైపులకు వ్యాపిస్తున్నాయి...
3. నేను బాబాతో కలిసి ఎత్తైన కొండపై ఉన్నాను... క్రింద మనుష్యాత్మలందరూ ఉన్నారు... మా వైపుకు దాహార్తితో చూస్తున్నారు... బాబా మరియు నేను వారికి సకాశ్‌ను ఇస్తున్నాము... మా దృష్టి నుండి లైట్ మరియు మైట్ వెలువడి వారి వద్దకు వెళ్తున్నాయి...

3. ధారణ - నాది అన్నదాని సమర్పణ

– జ్వాలాముఖి యోగం కోసం నాది అన్నదాని సమర్పణ చాలా అవసరము. నాది అని అనుకోవడమే సర్వ సమస్యలకు జనని. కావున మనం 'నాది' అన్నదాన్ని అర్పించి ఆ స్థానంలో 'బాబాది' అన్న భావన తీసుకువద్దాము.

4. చింతన -

– దేహ అభిమానము మరియు దేహి అభిమాని స్థితిలో ఉండే వారి లక్షణాలు ఏమిటి?

– సూక్ష్మమైన నాది ఎలా ఉంటుంది? దేహాభిమానము లేక నాది అన్న భావన వలన కలిగే నష్టాలు ఏమిటి?

– నాది అన్న భావనను త్యాగం చెయ్యడం ఎలా? దీనికోసం ఎటువంటి అభ్యాసం చెయ్యాలి??

5. తపస్వీల కొరకు – ప్రియమైన తపస్వీకుల్లారా! సాధనకు బీజము అనంతమైన వైరాగ్యము. వైరాగ్యము ఎంత తీవ్రంగా ఉంటుందో అంతగా సాధనలో కూడా తీవ్రత వస్తుంది. రాగము మనల్ని ప్రపంచంతో కట్టిపడేస్తుంది. బుద్ధి కూడా ప్రపంచంలోనే తిరుగుతూ ఉంటుంది. మనము, మన్మనాభవకు బదులుగా తన్‌మనాభవ, ధన్‌మనాభవ మరియు జన్‌మనాభవలో రమిస్తూ ఉంటుంది. కోతివలె మనసు ఇక్కడకు-అక్కడకు ఎగురుతూ-గెంతుతూ ఉంటుంది. ఏమి చెయ్యాలో అది మాత్రం చెయ్యకుండా ఏది చెయ్యకూడదో అదంతా చేస్తూ ఉంటుంది. కావున, ఓ తపస్వీకుల్లారా! ఇప్పుడు అనంతమైన వైరాగ్య వృత్తిని ధారణ చెయ్యండి తద్వారా పరంధామ ద్వారాలు త్వరగా తెరుచుకుంటాయి మరియు ఆత్మలన్నీ తిరిగి తమ ఇంటికి వచ్చి విశ్రాంతి తీసుకుంటాయి.