న్యూఎనర్జీ-అద్వైత సాధన

సృష్టిలో మనకు కనిపించే పదార్థాలు ఎన్నో అసంఖ్యాకంగా ఉన్నట్టు కనిపిస్తాయి, కాని లోతుగా గమనించి చూస్తే ఎన్నో కావు అవి, అన్నీ కలిసి ఒకే ఒక పదార్థం. అది ఏదో కాదు, నా నీ స్వరూపమే. ఇదీ అద్వైతం అనే మాటకు అర్ధం. అనగా ఉన్నది ఒకటే మిగతావన్ని దాని యొక్క ప్రతిబింబాలేనని గ్రహిస్తే అది అద్వైతం. కాని ఒక దాని కంటే ఎక్కువ పదార్థాలు వాస్తవంగా ఉన్నాయని భావిస్తే అది ద్వైతం.

ఇప్పటి వరకూ న్యూఎనర్జీ సాధనలో అనేకత్వంగా కనపడుతున్న ప్రపంచాన్ని త్రిగుణాత్మకంగా చూసి 33.33% సాధన చేసాం. కాని ఇది శాశ్వతమైన ఫలితాన్ని మనకు అందివ్వలేదు. ఎందుకంటే మనము ఇంకా అనేకత్వాన్ని మూడుగా చూస్తున్నామే కాని ఏకంగా దర్శించటం లేదు. కనుక ఇప్పుడు మనం మూడు నుంచి రెండుకు, రెండు నుంచి ఒకటికి, ఒకటి నుంచి నిశ్శబ్ద స్థితికి చేరాలి.

"ఎలాగైతే సినిమా షూటింగ్ అయిన తర్వాత, రోజు డైరక్టర్‌తో సహా పాత్రధారులందరూ తమ తమ వేషాలను తొలగించుకుని సహజ రూపానికి వస్తారో, అలాగే ఇక్కడ కూడా - జీవుళ్ళూ, జగత్తు, ఈశ్వరుడు ఈ ముగ్గురినీ, రోజుకు ఒక్కసారైనా వేషాలు లేని వాస్తవ

సూక్ష్మస్థితిలో మనం గుర్తించాలి. ఎందుకంటే ఇదంతా జగన్నాటకం కనుక. ఈశ్వరుడు - సూత్రధారి, మనం - పాత్రధారులం. ఈ ముగ్గురి వేషాలను తొలగించి చూస్తే మనకు ఇద్దరు ప్రత్యక్షమౌతారు. సాక్షాత్కారం పొందిన వారికే జీవజగదీశ్వరులు దివ్యంగా కనిపిస్తాయి. మిగతా వారికి ఇదంతా మాయా ప్రపంచంగా, లేదా వాస్తవంగా కనిపిస్తుంది. దీని వలన సంసార సాగరంలో చిక్కుకుంటారు. కనుక స్థూలం నుంచి సూక్ష్మం వైపు ప్రయాణం చేసి, అత్యంత సూక్ష్మమైన పరమాత్మ స్థితిని లేదా బ్రహ్మానంద స్థితిని గుర్తించి, అదే నేను అని అనుభవపూర్వకంగా తెలుసుకోవాలి".

ప్రకృతీ-పురుషుల సాధన

ఆ ఇద్దరు ఎవరో కాదు ప్రకృతీ-పురుషులు, సత్-చిత్తులు, చైతన్యం-శక్తి, నేను-ఉన్నాను, శివ-శక్తులు, ఈశ్వరుడు-మాయాశక్తి... ఇలా అనేక పేర్లు వాడుకలో ఉన్నాయి. సాధన చేయడానికి మీకు నచ్చిన ఏదో ఒక జంట పదాలను ఎంపిక చేసుకోండి.

ఇప్పుడు నిరాకార ప్రకృతి అనేక రూపాలలో కనపడుతోంది. అలాగే దానికి సంబంధించిన ఆలోచనలు లేదా నామాలు మనసులో ఉంటాయి. ఉదాహరణకు నా పేరు శ్రీధర్, ఇది నా శరీరం అనే రూపానికి పెట్టిన పేరు. అంటే

శరీరం ఉంటే కాని పేరు పెట్టలేము. పేరు ఉంటే కాని శరీరాన్ని గుర్తించలేము. కాబట్టి నామ-రూపాలు రెండు వేరు కావు, అవి ఒకే దానిని తెలియజేస్తున్నాయి. ఇలా ప్రతీ దానికి బాహ్యంగా రూపాలు, అలాగే దానికి సంబంధించి మనసులో ఆలోచనలు(నామాలు) ఉంటాయి. ఈ నామ-రూపాలు అనే వేషాలతోనే మనం నిరంతరం వ్యవహరించడం వలన, మన సచ్చిదానంద స్వరూపాన్ని మనం తెలుసుకోలేక పోతున్నాం. కనుక ఇప్పుడు మన లోపల నటనను ఆపివేసి, నామ-రూపాలనే వేషాలను తొలగించి చూడాలి. అప్పుడు నిరాకారంగా ప్రకృతీ-పురుషులు దర్శనమిచ్చి, ఇదే మన నిజస్వరూపం అని గుర్తు చేస్తారు.

మనకు ఎన్నో రూపాలు కనపడుతూ ఉంటాయి. ఆ రూపాలను విశ్లేషించడం మానేయండి. నిరాకార ప్రకృతే అనేక రూపాలలో కనపడుతోంది, కనుక దేనిని చూసినా అది నిరాకార ప్రకృతే అని మనసులో అనుకోండి. అలాగే నిరాకార పురుషుడు ఆలోచనలుగా మారి, వాటి ద్వారా ప్రకృతి రూపాలను గుర్తించి, వాటితో వ్యవహరిస్తున్నాడు. ఇక్కడ నిరాకార పురుషుడే మనకు ఆలోచనల లాగా దర్శనం ఇస్తున్నాడు కనుక, ఆలోచనలు వచ్చిన వెంటనే అది నిరాకార పురుషుడే

అని అనుకోండి. ఇలా బాహ్యంగా ఉన్న రూపాలన్నీ నిరాకార ప్రకృతిగా, మీతో (జీవాత్మతో) సహా లోపల వస్తు-పోతున్న ఆలోచనలను నిరాకార పురుషుడిగా గుర్తిస్తూ సాధనను నిరంతరం కొనసాగించండి.

అప్పుడు ప్రకృతి-పురుషులు విశేషాలుగా కాక, నిరాకార సచ్చిదానంద స్వరూపంలో దర్శనమిస్తాయి. అంటే బాహ్య రూపాలు అణిగి పోయి - ఆకాశం లేదా నిరాకార ప్రకృతి ప్రత్యక్షం అవుతుంది. అలాగే లోపల ఆలోచనలు అణిగి పోయి - చైతన్యం లేదా పురుషుడు ప్రత్యక్షం అవుతాడు. ఇవి రెండూ నిరాకారం కనుక కలిసి ఏకమై చిదాకాశంగా, లేదా అనంతంగా వ్యాపించి ఉన్న ప్రకృతీ-పురుషులుగా అనుభవానికి వస్తుంది.

నేను సాధన

ఇప్పటి వరకు అన్నింటిలో ఉన్న ఇద్దరిని ఎలా గుర్తించాలో చెప్పాను. ఇప్పుడు మరింత సూక్ష్మమైన ఒక్కడిని గుర్తించే సాధన గురించి వివరిస్తాను.

మనల్ని మనం ఇద్దరుగా గుర్తించినప్పుడు, మిగతా అనేకత్వాలు మరియు ముగ్గురు, ఇద్దరిలో గుప్తంగా అవ్యక్తంగా ఉంటాయి. అలాగే నేను ఒక్కడిని చిదానంద స్వరూపుడను అని గుర్తించినప్పుడు - ఇద్దరు(2),

ముగ్గురు(3), అనేకం అనేవి ఒక్కడిలో గుప్తంగా అవ్యక్తంగా ఉంటాయి.

అనేకానికి → ముగ్గురు(సృష్టి-స్థితి-లయ కర్తలు) అధిపతులుగా,

ముగ్గురికి(3) → ఇద్దరు(ఈశ్వరుడు-మాయాశక్తి) అధిపతులుగా,

ఇద్దరికి(2) → ఒక్కడే(అర్ధనారీశ్వరుడు) అధిపతిగా ఉంటాడు.

కాని నిరాకార పరమాత్మ - కేవలం అతీతుడిగానే ఉంటాడు.

ఇక్కడ పరమాత్మ అధిపతిగా ఉండడు, ఎందుకంటే ఆయన అధికారం చెలాయించడానికి ఆయన డైమెన్షన్‌లో రెండవది ఏదీ ఉండదు కనుక. అంతా తానే కనుక. తాను నిశ్చలం కనుక. అర్ధనారీశ్వరుడు, ఈశ్వరుడు-మాయాశక్తి, రూపాలతో ఉన్నప్పటికీ, నిరాకారాన్ని ఎప్పుడూ పట్టుకునే ఉంటారు.

నేను-సాధన చేస్తున్నప్పుడు, అన్నింటిలో కేవలం నేనునే గుర్తించాలి. అంటే నిరాకార పురుషుడినే (చైతన్యాన్నే లేదా సాక్షినే) గుర్తించాలన్నమాట. ఎలాగైతే సంపూర్ణమైన వెలుగులో చీకటి కనపడదో, అలాగే ప్రకృతి లేదా మహాకాళి అనేది - మహాకాలుడులో లేదా పురుషుడి స్వయం-ప్రకాశంలో ఏకమై గుప్తంగా ఉంటుంది. పురుషుడి ప్రకాశం తగ్గుతున్నా కొద్దీ ప్రకృతి దర్శనమిస్తుంది.

అంటే ఈ మాయా ప్రపంచం అంతా చీకటే. ఇందులో నిశ్చలమైన దివ్య ప్రకాశం మనకు దర్శనం ఇవ్వటం లేదు. అంటే మాయా ప్రపంచంలో పురుషుడు లేదా చిదానంద స్వరూపుడు గుప్తంగా ఉన్నాడని గ్రహించండి. అలాగే ఇప్పటి వరకు ప్రపంచంలో మనం మునిగిపోయి మనల్ని మనం కోల్పోయామనీ, ఇప్పుడు మనం నేను-శక్తిని పెంచుకుని అన్నింటినీ మనలో కలుపుకోవాలి గ్రహించండి.

అందువలన ఆలోచనలతో సహా బాహ్యంగా ఉన్న అన్నింటినీ, అంటే అన్ని నామ-రూప-క్రియలను నేనుగా గుర్తించండి. అంటే అది నేనే, ఇది నేనే, నేను నేనే, నువ్వు నేనే; లేదా నేను పూర్ణమే, నువ్వు పూర్ణమే, అది పూర్ణమే, ఇది పూర్ణమే; లేదా నేను అక్షయ-పాత్రని, నువ్వు అక్షయ-పాత్రవే, అది అక్షయ పాత్రయే, ఇది అక్షయ పాత్రయే... అని అనుకుంటూ సాధనను కొనసాగించాలి. ఇలా నేనే పరమాత్మను అని అనుభవంలో తెలుసుకునేంత వరకూ సాధనను నిరంతరం కొనసాగించండి. ఇక్కడ "నేనులో : శక్తితో సహా మిగతా ప్రపంచమంతా కూడా, నిరాకారంగా గుప్తంగా అవ్యక్తంగా ఉన్నాయి" అనే భావనలో ఉండి, "నేను-సాధన"ను కొనసాగించాలని గ్రహించండి.

పూర్ణం గురించి మరింత సమాచారం కోసం పూర్ణం టాపిక్ చదవండి.

అలాగే ఈ నేను అనేది రూపంతో కూడిన నేను కాదు కనుకనే, అన్నింటినీ నేను నేను అనుకోగలదు. రూపంతో కూడిన నేను అయితే ముందు కరిగిపోయి నిరాకార-నేను కావాలి. ఆ తర్వాతే పైన చెప్పిన నేను-సాధన చేయాలి. కరిగిపోవడం ఎలా అనే విషయం తెలుసుకోవడానికి, క్రింద ఇచ్చిన website లో ఉన్న కరిగిపోండి అనే టాపిక్ చదవండి.

కనుక ఇప్పటి నుంచి నటనను చూస్తూ అక్కడే ఆగిపోకుండా, ఎవరు నటిస్తున్నారో ఆ నటించే వాడిని గుర్తించడానికి ప్రయత్నించండి. అలాగే రూపాలను చూస్తూ అక్కడే ఆగిపోకుండా, ఆ రూపాలను ఎవరు ధరించారో, ఆ ధరించిన వాడిని గుర్తించడానికి ప్రయత్నించండి. అలాగే ఆలోచనలను చూస్తూ వాటితోటే తృప్తి పడకుండా, ఆలోచిస్తున్నవాడిని కూడా గుర్తించండి. అంటే అన్నింటిలో ఉన్న 'నేను'ను లేదా చిదానంద స్వరూపుడిని అంటే పరమాత్మను గుర్తించాలని గ్రహించండి. కాని ఇలా అన్నీ పరమాత్మ అని గుర్తిస్తే పరోక్ష-అనుభవం కలుగుతుంది. ఎందుకంటే పరమాత్మ అన్నప్పుడు అది ఎక్కడో ఉన్నట్టు మనకు అనిపిస్తుంది కనుక. అలా కాకుండా అన్నింటిలో

నిరాకారంగా నేనే ఉన్నాను, అన్నీ నేనే అని గుర్తిస్తూ సాధనను నిరంతరం కొనసాగిస్తే, అనంతంగా వ్యాపించి నేనున్నాను అని అనుభవపూర్వకంగా తెలుసుకుంటారు. ఇదే అపరోక్షానుభవం లేదా ప్రత్యక్షానుభవం అంటే.

నిశ్శబ్దం

తర్వాత ఆ నేను అని అనుకోవడాన్ని కూడా వదిలేసి నిశ్శబ్దంగా, నిరాకారంగా ఉండిపోండి. మీరు "నేను" అని అనుకోకున్నా, మీరున్నారనే అనుభూతి లేదా స్ఫురణ లేదా ఎరుక మీకు ఉంటుంది. అప్పుడు "మీలో - ప్రకృతి పురుషులతో సహా మిగతావన్నీ గుప్తంగా, అవ్యక్తంగా, నిరాకారంగా, నిశ్చలంగా ఉండిపోతాయి". ఆ ఏకత్వ స్థితిలోనే బ్రహ్మానందాన్ని అనుభూతి చెందుతారు, ఎందుకంటే అక్కడ రెండవది ఏదీ లేదు కనుక. అప్పుడు అనంతంగా వ్యాపించి నేనున్నాను అని అనుభవపూర్వకంగా తెలుసుకుంటారు. ఇక్కడ శరీరం మరియు బాహ్య ప్రపంచం: అనేకత్వానికి,

మనసు: త్రిగుణాలకు,

హృదయం: ఈశ్వరుడు-మాయాశక్తి,

ఆత్మ - అర్ధనారీశ్వర స్థితికి,

పరమాత్మ - నిశ్శబ్దానికి(అన్నీ ఉన్న ఏమీలేని శూన్యం) సంకేతమని గ్రహించండి.

కనుక నిశ్చలంగా ఉంటూనే సత్య సంకల్పంతో,

నిశ్శబ్దం నుంచి → ఆత్మకి → హృదయానికి → మనసుకి → అనేకత్వానికి కదలండి.

అప్పుడే మీ సమస్యలకు దివ్యమైన పరిష్కారం లభిస్తుంది. ఇలా అనేకత్వం నుంచి ఏకత్వానికి(అతీతానికి), మళ్ళీ ఏకత్వ చూపుతో ఉంటూనే అనేకత్వం వైపు కదులుతూ, అటూ-ఇటూ ప్రయాణించే సాధనను నిరంతరం కొనసాగించండి. కొంత కాలం తర్వాత ఈ ప్రయాణాన్ని ఆపివేస్తారు, ఎందుకంటే మీరు ఎక్కడ ఉంటే అక్కడే మీరు ఏకత్వాన్ని లేదా ముక్త స్థితిని లేదా బ్రహ్మానందాన్ని అనుభవించగలుగుతారు. అంటే ద్వైతాన్ని-అద్వైతాన్ని ఒకే సారి అనుభూతి చెందగలుగుతారని అర్థం.

అలాగే మీకు తెలిసిన విషయాలలో కొన్నింటికి పొంగుతూ ఉంటారు, కొన్నింటికి కుంగుతూ ఉంటారు, కొన్నింటిలో స్థిరంగా ఉంటారు. పొంగుతూ-కుంగుతూ ఉన్నప్పుడు, ముందు న్యూఎనర్జీ-త్రిగుణాల 33.33% సాధన చేసి స్థిరత్వాన్ని సాధించండి. ఆ తర్వాత పైన చెప్పిన సాధనలు చేయండి. అలాగే మీరు స్థిరంగా ఉన్న విషయాలలో డైరెక్టుగా పైన చెప్పిన సాధనలు చేయండి. మీరు ముందు ప్రకృతి-

పురుషుల సాధన చేసిన తర్వాతనే, 'నేను-సాధన' చేయాలనే నియమం ఏమీ లేదు. మీరు ఆ సమయంలో ఏ సాధనకు ఆకర్షితులైతే ఆ సాధన చేయండి. ఇలా అన్ని విషయాలలో ముందు మీరు నిశ్చలంగా ఉండడానికి ప్రయత్నించండి.

అంటే మీకు 50% పరమాత్మకు సంబంధించిన ఆలోచనలు, 50% ప్రపంచానికి సంబంధించిన ఆలోచనలు మనసులో ఉండాలి. అలాగే ఇక్కడ పరమాత్మకు సంబంధించిన 50% ఆలోచనలలో - 16.66% జీవాత్మగా ఉన్న నాకు సంబంధించిన ఆలోచనలు, 16.66% నా ఆత్మకు సంబంధించిన ఆలోచనలు, 16.66% పరమాత్మకు సంబంధించిన ఆలోచనలు ఉండాలని; అలాగే ప్రపంచానికి సంబంధించిన 50% ఆలోచనలలో - 16.66% పాజిటివ్ ఆలోచనలు, 16.66% నెగెటివ్ ఆలోచనలు, 16.66% న్యూట్రల్ ఆలోచనలు ఉండాలని గ్రహించండి. ఇలా లోపలా-బయటా, ప్రపంచం మరియు పరమాత్మకు సంబంధించిన అనుభూతులు, ఎల్లప్పుడూ అనుభవంలో ఉండాలని ఆకాంక్షించండి. అలాగే 33.33% న్యూఎనర్జీ సాధన చేసి ప్రశాంత స్థితికి వచ్చిన తర్వాతనే, 50%-50% సాధన చెయ్యాలని గ్రహించండి. కనుక ఒకేసారి బ్రహ్మానంద స్థితిలో స్థిరంగా ఉంటూనే కర్మలను కూడా

చేయగలుగుతారు. అలా ఉంటూ- చేయగలిగినప్పుడే మీరు ముక్త స్థితిలో ఉన్నట్టు.

న్యూఎనర్జీ-అద్వైత-ఆహారం

మనం నిత్య జీవితంలో మూడు గుణాలకు సంబంధించిన ఆహారాలను తీసుకోవాలి, ఆలాగే పరమాత్మకు కూడా అవకాశం ఇవ్వాలి. అంటే మీరు ఎంత తినగలుగుతారో దానిలో సగమే అంటే 50% మాత్రమే ఆహార రూపంలో తీసుకోవాలి, మిగతా 50% ఖాళీగా ఉంచి నిరాకారానికి అవకాశం ఇవ్వాలి. ఉదాహరణకు మీరు ఒక పూట కిలో ఆహారం తింటారని అనుకుందాం. అప్పుడు మీరు 166.66gms సత్వగుణ ఆహారం, 166.66gms, రజోగుణ ఆహారం, 166.66gms తమోగుణ ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి. మిగతా పొట్టను ఖాళీగా ఉంచాలి. అప్పుడే 50 శాతం శరీరం, దివ్యమైన శక్తులతో నిండి ఉంటుంది.

ఆహారాన్ని తీసుకునేటప్పుడు, అందులో ఉన్న పాజిటివ్-న్యూట్రల్-నెగిటివ్-ఆత్మ-పరమాత్మలు మరియు నాలో ఉన్న పాజిటివ్-న్యూట్రల్-నెగిటివ్-ఆత్మ-పరమాత్మల మధ్య కలయిక ఏర్పడాలి అనే భావన పెట్టుకుని, దైవ ప్రసాదాన్ని ఎలా స్వీకరిస్తారో అలా దివ్యమైన భావనతో తినండి. ఇలా ఎన్ని సార్లు అయినా మీరు తినవచ్చు.

త్రిగుణాల గురించి మరింత సమాచారం కోసం న్యూఎనర్జీ-త్రిగుణాల-ఆహారం అనే టాపిక్‌ని చదవండి.

నేను-నాది-సాధన

నేను అంటే నిరాకారం లేదా స్వచ్ఛమైన చైతన్యం స్వచ్ఛమైన శక్తి యొక్క కలయిక, నాది అంటే లోపల బయట ఉన్న అన్ని నామ-రూప-క్రియలు; నేను అంటే వ్యాపకం, నాది అంటే పరిమితాలు పంచభూతాలు; నేను అంటే నిశ్చలం, నాది అంటే చలనాలు; నేను అంటే నిర్గుణం, నాది అంటే త్రిగుణాలు; నేను అంటే నిశ్శబ్ధం, నాది అంటే శబ్దాలు; నేను అంటే బ్రహ్మానందం, నాది అంటే కష్టసుఖాలు; నేను అంటే పరమాత్మ లేదా ఆత్మ, నావి అంటే ప్రపంచంలో ఉన్నవన్నీ లేదా అనాత్మ; నేను అంటే ఏకత్వం, నాది అంటే ద్వంద్వం; నేను అంటే అఖండం, నాది అంటే ఖండం; నేను అంటే శాశ్వతం సత్యం, నాది అంటే అశాశ్వతాలు మాయ మిధ్య; నేను అంటే ఈ విశ్వమంతా వ్యాపించి ఉన్న చైతన్యశక్తి, నాది అంటే విశ్వ శరీరం విశ్వ మనసు విశాల హృదయం విశ్వ బుద్ధి విశ్వాహంకారం.

* కనుక నేను చేయట్లేదు నా శరీరం చేస్తోంది అని అనుకోండి; నేను ఆలోచిస్తున్నాను అని అనకండి, నా మనసు ఆలోచిస్తూ ఉంది అని అనండి; నేను కష్టసుఖాలను అనుభవించటం

లేదు, నేను అంటీ-ముట్టనట్టుగా ఉంటూ సాక్షిగా గమనిస్తూ ఉంటే నా శరీరం మనస్సు హృదయం అహంకారం కష్టసుఖాలను అనుభవిస్తున్నాయి అని అనండి; నేను ఏమీ చేయటం లేదు ఆశించడం లేదు, నా అహంకారం కర్తనని భావిస్తూ కర్మలను చేస్తూ ఫలితాన్ని ఆశిస్తూ ఉంది అని అనండి; నా శరీరం నిద్రిస్తున్నప్పుడు కూడా నేను దానిని గమనిస్తూనే ఉంటాను అని అనుకోండి; నేను శరీరంలో బందీయై లేను, నాలో శరీరం ఉంది, నేను శరీరం లోపల బయట విశ్వంలోని ప్రతి అణువులో వ్యాపించి ఉన్నాను అని అనుకోండి.

* నేను-నాది అనే విభజనను సరిగా అర్థం చేసుకోకపోవడం వల్లనే మనకు అనేక రకాల సమస్యలు ఉత్పన్నమవుతున్నాయి కనుక, బ్రహ్మానందాన్ని ఏకత్వాన్ని వ్యాప్తిని అనుభూతి చెందేంత వరకు ఇలా నిత్య జీవితంలో చేసే ప్రతి పనిలో నేను-నాది, ఆత్మ-అనాత్మ అనే వివేచన సాధనను కొనసాగించండి.

* అలాగే నేను లేదా ఆత్మ ఆకాశంకంటే సూక్ష్మమైంది కనుక ఆత్మను అస్త్రాలు ఛేదింప లేవు అగ్ని దహించ లేదు నీరు తడప లేదు వాయువు ఆర్ప లేదు. కనుక ఇక్కడే ఉన్న నాదిని వదిలేసి ఇక్కడే ఉన్న

నేనుతో రోజూ వీలైనంత సమయం గడపడానికి ప్రయత్నించండి.

ఏకత్వ-సాధన

1. ద్వైతం duality లోని అనేక రూపాలకు (అంటే ఆడ-మగ, ఆరోగ్యం-అనారోగ్యం, తప్పు-ఒప్పు, మంచి-చెడు, పాపం-పుణ్యాలకు) మూలకారణం అద్వైతం oneness కనుక, అనేకత్వానికి కారణమైన ఏకత్వం నా అనుభవంలోకి రావాలి అని అనుకుంటూ ఉంటే, అలాగే నేను-నాది సాధన చేస్తూ ఉంటే, ప్రపంచమే కాక ప్రపంచంతో పాటు దానికి కారణమైన ఆత్మ తత్వం కూడా మన మనసులో తళుక్కున మెరుస్తుంది.

2. తర్వాత ఏకత్వ దృష్టితో ప్రపంచాన్ని చూస్తే, అనేకం ఏకంగా, సాకారం formed నిరాకారం formless గా కనిపిస్తుంది. దీనివలన మన బుద్ధి ఈ ప్రపంచంలోని అనేక రూపాలలో చిక్కుకుని కుంగిపోకుండా, తేలికపడి అంటీముట్టకుండా పైపైన సంచరిస్తుంది.

3. తర్వాత మరింత లోతుగా దిగి ప్రతీ విషయం ఉన్నది కనిపిస్తున్నది, ఉన్నది అనిపిస్తున్నది అనే దృష్టితో చూస్తే, అప్పుడు ఈ కార్యాలన్నీ ఆ కారణం లోనే లయమౌతాయి.

* కార్యం లేకుంటే కారణం అనే మాటకు కూడా అర్థం లేదు కనుక రెండూ కలిసి

ఈ చూసే మన దృష్టి లోనే లయమౌతాయి.

* అలాగే దృష్టి(seeing) అనేది ద్రష్ట (seer) కు అవినాభావం inseparable కనుక చివరికి అంతా ఆత్మ స్వరూపంగానే అనుభవానికి వస్తుంది.

నేను-సాధన

* నేను అంటే నిరాకారం, వ్యాపకం, మౌనం, నిశ్చలం, నిర్గుణం, పూర్ణం, అక్షయ-పాత్ర, శాశ్వతానందం.

* నేను అంటే అనంతంగా వ్యాపించి ఉన్న చైతన్యం-శక్తి యొక్క కలయిక, లేదా ప్రకృతీ-పురుషుల యొక్క కలయిక.

* నాలో శరీరం ఉంది. నాలో జీవజగదీశ్వరులు నిరాకారంగా ఉన్నారు.

* విశ్వంలోని అన్నింటి లోపల-బయటా-అణువణువులో వ్యాపించి ఉన్నది నేనే.

* జీవజగదీశ్వరులుగా కనబడుతున్నది నేనే.

* నేనే జగన్నాటక సూత్రధారిని. అలాగే అందులోని అన్ని పాత్రలను పోషిస్తున్నది కూడా నేనే.

* కనుక కేవలం నేను మాత్రమే సచ్చిదానంద స్థితిలో మిగిలి ఉన్నాను. నేనే అంతా-అంతా నేనే; నేనే ఇన్ని రూపాలలో నాకే నిత్యము కనిపిస్తున్నాను అనే స్థితి ఎల్లప్పుడూ అనుభవంలో ఉంటుంది.

* ఇలా పైన చెప్పినట్టు భావిస్తే, 50% పరమాత్మకు సంబంధించిన ఆలోచనలు, 50% ప్రపంచానికి సంబంధించిన ఆలోచనలు మనసులో ఉంటాయి. ఇలా లోపలా-బయటా,

నేనే ప్రపంచం మరియు నేనే పరమాత్మను అనే అనుభూతులు ఎల్లప్పుడూ అనుభవంలో ఉండాలని ఆకాంక్షించండి. అప్పుడు ఒకేసారి సచ్చిదానంద స్థితిలో స్థిరంగా ఉంటూనే కర్మలు కూడా చేయగలుగుతారు.

* పైన చెప్పిన సచ్చిదానంద స్థితిని అనుభవపూర్వకంగా తెలుసుకునేంత వరకు - మిమ్మల్ని మీరు న్యూఎనర్జీ-అద్వైత సాధకుడిగా భావించి, బాహ్యంగా మరియు అంతరంలో దేనిని గుర్తిస్తున్నా, అది నేనే-ఇది నేనే అని భావిస్తూ, బ్రహ్మానంద స్థితి ప్రత్యక్షమయ్యేంత వరకు, సాధనను నిరంతరం కొనసాగించండి.

నిత్య-సాధన

నిత్య జీవితంలో అసలు ఉన్న దశలు నాలుగే. అవి ఏమిటంటే - కదలటం, కదలకుండా ఉండటం, బాహ్య ప్రపంచంతో వ్యవహరించటం, నిద్రించటం. ఇంతే మనం నిత్యమూ చేసే పనులు. ఈ నాలుగు పనులలోనూ మనం నాలుగు దృష్టులతో ఉంటాము. అందులో అనంతంగా వ్యాపించి నిశ్చలంగా బ్రహ్మానంద స్థితిలో ఉన్న మన నిజ స్వరూపమైన ఆత్మదృష్టికి అసలు స్థానమే మనం ఇవ్వటం లేదు. అందుకే సమస్యలకు సరియైన పరిష్కారం లభించడం లేదు. కనుక ఇప్పటి నుంచి ఈ విధంగా ఉండడానికి ప్రయత్నించండి.

* ఎక్కడికైనా వెళ్తున్నప్పుడు, నా ఆత్మ చైతన్యం అనే నిశ్చలానంద సాగరంలో

నుంచి పైకి లేచిన ఒక తరంగమే అలా వెళుతూ ఉన్నట్టు భావించండి.

* కదలకుండా ఉన్నచోటనే కూర్చుని ఉన్నప్పుడు, మౌనంగా, నిశ్చలంగా అనంతంగా సచ్చిదానంద స్థితితో వ్యాపించి ఉన్న నా ఆత్మానుభూతి అనే దారంలో కూర్చిన ఒక రత్నంలా ఉన్నట్టు భావించండి.

* ఇంద్రియాలకూ మరియు బాహ్య ప్రపంచానికీ కలయిక ఏర్పడుతున్నప్పుడల్లా, నా అనంత చైతన్య దర్పణంలో నాకు నేనే కనిపిస్తున్నాను అనే భావంతో ఉండండి.

* ఇక నిద్రపోయేటప్పుడు, నేను ఇప్పుడు నా చిదానంద సాగరంలోనే లయమౌతున్నానని భావించండి. ఇలా నేనే అంతా-అంతా నేనే అనే భావనలో జీవించడానికి ప్రయత్నించండి.

దత్త బోధ-సాధన

• నేనే సత్యం, నేనే నిత్యం, నేనే జీవం, నేనే దైవం; నేను అనంతం అమేయం అఖండం, నాదే జగతికి అమోఘ చైతన్యం.

• నేనే సత్యం, నేనే నిత్యం, నేనే జీవం, నేనే దైవం.

• ఆత్మ భువును నేను, స్వయం భువును నేను, ధర్మ దీపకుడను, కర్మ కారకుడను;

• సర్వ కర్తను, సర్వ భర్తను, సర్వ హర్తను, సర్వజిత్తును,

సర్వధారినై ఉన్నాను, సర్వాంతర్యామిని నేను.

• నేనే సత్యం, నేనే నిత్యం, నేనే జీవం నేనే దైవం.

• చతుర్వేదముల ఘోషలు - రచన లేని నా భాషలు, ఉపనిషత్తులు గీతలు - నేను చేసిన బోధలు;

సృష్టిని నేను, స్థితిని నేను, లయం నేను, లాస్యం నేను,

• అహమేవ బ్రహ్మః, అహమేవ విష్ణుః, అహమేవ మహేశ్వరః,

అహమేవహి సచ్చిదానంద స్వరూపః, పరబ్రహ్మ.

విరాళాలు

ఈ న్యూఎనర్జీ-అద్వైత జ్ఞానాన్ని ఆచరించి లబ్ధి పొందినవాళ్ళు, మరెవరైనా విరాళాలు ఇవ్వదల్చుకుంటే, ఈక్రింద చెప్పిన బ్యాంక్ ఎకౌంట్‌లో డబ్బులు వేయగలరు. మీ సహాయం న్యూ ఎనర్జీ జ్ఞానాన్ని చాలామందికి పంచడంలో మాకు ఉత్తేజాన్ని, ప్రోత్సాహాన్ని అందిస్తుంది. A/C Detalis: P.Sreedhar, SBI A/C No: 30603897922, Branch:

Hanumakonda, IFSC Code: SBIN0003422. Mobile No: 9390151912. This number also has googlePay and PhonePe.

ఈ టాపిక్ కు సంబంధించి పూర్తి వివరణ ఆడియో రూపంలో వినడానికి ఈ క్రింది లింకులను క్లిక్ చేయండి.

https://youtube.com/playlist?list=PL7sfndcUtXfk6J2KbYhJnETFk_kXpPNZV&si=j0dH-H-NolRLQs4T

* ఈ క్రింది లింకులను క్లిక్ చేసి ఆడియోలు వరుసగా వింటే మరియు టాపిక్స్ చదివితే, మీకు న్యూ ఎనర్జీ-అద్వైతం కాన్సెప్ట్ స్పష్టంగా అర్థమౌతుంది. ఆ తర్వాత మిగతా ఆడియోలు వినండి మరియు మిగతా టాపిక్‌లు చదవండి.

http://darmam.com/important-topics.html