

ద్వంద్వం=శూన్యం=ఏకత్వం

మనం త్రిడైమెన్షన్ ద్వంద్వ ప్రపంచంలో జీవిస్తున్నాం. ఇక్కడ ఉన్న ప్రతీది వ్యక్తులతో, వస్తువులతో, ప్రదేశాలతో మరియు సమయంతో రూపొందించబడింది. ఇది చాలా వరకు కణాలు మరియు పదార్థాలతో ఉన్న డైమెన్షన్. కన్ను, ముక్కు, చెవి, నాలుక మరియు చర్మం అనే ఈ ఐదు ఇంద్రియాల ద్వారా - మనం ఈ పదార్థాలను రూపంగా (form), నిర్మాణంగా (structure), ద్రవ్యరాశిగా (mass) మరియు సాంద్రతగా (density) అనుభవిస్తున్నాం. ఇంద్రియాలు లేకుండా ఈ భౌతిక వాస్తవంలోని వస్తువులను దేనినీ మనం అనుభవించలేం.

అన్ని వస్తువులు ఎత్తు height, వెడల్పు width మరియు లోతును depth కలిగి ఉంటాయి. మనం వీటిని చూడగలం, వినగలం, రుచి చూడగలం, వాసన చూడగలం మరియు అనుభూతి చెందగలం. మనం ఈ ఐదు ఇంద్రియాలను కోల్పోయినా, లేదా అవి ఏకకాలంలో తొలగించబడినా, మనం ఈ భౌతిక వస్తువులను అనుభవించలేం, ఎందుకంటే వాటి గురించి మనకు ఎరుక

ఉండదు. నిజంగానే ఈ వస్తువులు
మనకు అందుబాటులో ఉండవు,
ఎందుకంటే ఈ త్రీడైమెన్స్ వాస్తవంలో
మనం ఇంద్రియాలు లేకుండా వాటిని
అనుభవించలేము.

ఆకాశము శాశ్వతమైనది. దానికి
ఆదీ అంతం లేదు, అది ఎప్పటికీ
ఉంటుంది. కానీ సమయం గురించి
ఏమిటి? మీరు మరియు నేను
సాధారణంగా సమయాన్ని అనుభవించే
మార్గం - మన శరీరాలను ఆకాశంలో
లేదా ఖాళీలో కదలించడం ద్వారా.
ఉదాహరణకు, మీరు హాల్లో కూర్చుని
ఒక పుస్తకం చదువుతున్నప్పుడు, ఆ
పుస్తకాన్ని పక్కనపెట్టి, వంటగదికి నడిచి
వెళ్ళి, ఒక గ్లాసు నీరు త్రాగి, తిరిగి
రావడానికి మీకు 5 నిమిషాలు
పట్టవచ్చు. మీ మనస్సులో ఉద్భవించిన
ఆలోచన కారణంగా ఇది జరుగుతుంది.
మీరు వంటగదిలో ఏమి
చేయబోతున్నారనే దాని గురించి ఒక
ఊహను సృష్టించి, మీరు ఆ ఊహకు
తగ్గట్టు పని చేసి, ఆకాశం ద్వారా ఒక
పాయింట్(ఒకచోటు) నుండి మరొక
చోటుకి వెళ్లడం ద్వారా మీరు
సమయాన్ని అనుభవించారు.

మీరు కూర్చున్న ప్రదేశం
 మరియు వంటగది, ఈ రెండు
 పాయింట్లకు సంబంధించిన చైతన్యాల
 మధ్య విభజనను అనుభవించారు.
 చైతన్యం యొక్క ఆ రెండు పాయింట్ల
 మధ్య గ్యాప్‌ను పూడ్చడానికి, మీరు మీ
 శరీరాన్ని ఖాళీలో కదిలించారు, దీనికి
 మీకు సమయం పట్టింది. రెండు
 పాయింట్ల మధ్య దూరాన్ని బట్టి
 సమయం పడుతుంది. ఎంత ఎక్కువ
 వేగంతో ప్రయాణిస్తే, అంత తక్కువ
 సమయం పడుతుంది.

ఇక్కడ మరొక ఉదాహరణ: నేను
 ఈ టాపిక్‌ని వ్రాస్తున్నాను మరియు
 నేను ఈ అధ్యాయాన్ని పూర్తి
 చేయాలనుకుంటే, దానికి సమయం
 పడుతుంది. ఇప్పుడు నేను నా శరీరాన్ని
 ఆకాశంలో ఎక్కువగా కదిలించాల్సిన
 అవసరం లేకపోవచ్చు, అయినప్పటికీ
 నేను సమయాన్ని అనుభవిస్తున్నాను.
 ఎందుకు? ఎందుకంటే నేను ప్రస్తుతం ఈ
 అధ్యాయాన్ని వ్రాసే ప్రక్రియలో ఉన్న
 చోట చైతన్యంలో ఒక పాయింట్‌ను
 సూచిస్తుంది మరియు అధ్యాయాన్ని
 పూర్తి చేయడం మరొక పాయింట్‌ను
 సూచిస్తుంది. ఈ అధ్యాయం పూర్తి
 చేయడం అనేది ప్రస్తుత క్షణం నుండి

వేరుగా ఉన్న భవిష్యత్-క్షణాన్ని
సూచిస్తుంది. ఇలా పనిని చేయడం
ద్వారా సమయాన్ని అనుభవిస్తాము.

అధ్యాయం పూర్తి చేయాలని నేను
పెట్టుకున్న లక్ష్యాన్ని సాధించడానికి,
నేను ఏదో చేయవలసి ఉంటుంది.
సమన్వయంతో కూడిన ప్రవర్తనలతో
నేను పనులు చేయడానికి, ఆకాశంలో
కదలడానికి నేను నా ఇంద్రియాలను
ఉపయోగించాల్సిన అవసరం ఉంది. మళ్లీ
దీనికి సమయం పడుతుంది. నేను
పెట్టుకున్న లక్ష్యాన్ని పక్కనపెట్టి వేరే
ఏదైనా పని చేస్తే, లక్ష్యం నెరవేరడం
ఆలస్యమౌతుంది. అందువల్ల, లక్ష్యాన్ని
సాధించడానికి, లక్ష్యానికి సరిపోయేలా
నా చర్యలు ఉండాలి.

త్రీడైమెన్షన్ భౌతిక ప్రపంచంలో,
ఆకాశంలో కదలడానికి మన
ఇంద్రియాలను ఉపయోగిస్తాం కాబట్టి;
మనం ఎక్కువ దృష్టిని - వ్యక్తులు,
వస్తువులు మరియు ప్రదేశాల వంటి
భౌతిక విషయాలపై ఉంచుతాం. ఇవన్నీ
పదార్థంతో తయారు చేయబడ్డాయి
మరియు పదార్థాలు, స్థలం మరియు
సమయంలో ఒక స్థానాన్ని ఆక్రమిస్తాయి.
పదార్థాలు మనం విభజనను
అనుభవించే చైతన్యం యొక్క

పాయింట్లను(ప్రదేశాలను లేదా స్థలాలను) సూచిస్తాయి. ఉదాహరణకు, మీ ఇంటి వాకిలిలో పార్క్ చేసి వున్న మీ కారును చూసినప్పుడు, మీకు మరియు మీ కారుకి మధ్య ఖాళీని మీరు గుర్తిస్తారు. ఫలితంగా, మీరు దాని నుండి వేరుగా దూరంగా విభజింపబడి ఉన్నానని అనుభూతి చెందుతారు.

మీకు కలలు మరియు లక్ష్యాలు ఉంటే, మీరు ప్రస్తుత క్షణంలో ఉన్న ప్లేస్ మరియు మీ భవిష్యత్తులో మీ కలలు వాస్తవంగా ఉన్న ప్లేస్, ఈ రెండింటి మధ్య కూడా విడిపోయి ఉన్నాము అనే అనుభవం మీకు కలుగుతుంది. కనుక ఇప్పటి వరకు మనం తెలుసుకున్న జ్ఞానం ద్వారా వీటిని గ్రహించవచ్చు:

* ఈ త్రీడైమెన్షన్ వాస్తవంలో ప్రయాణించడానికి మనకు మన ఇంద్రియాలు అవసరం.

* వాస్తవాన్ని వివరించడానికి ఇంద్రియాలను ఎంత ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తామో, అంత ఎక్కువగా విభజనను మనం అనుభవిస్తాం.

* అన్ని వస్తువులు స్థలం మరియు సమయంలో ఒక స్థానాన్ని ఆక్రమిస్తాయి.

* ఈ త్రేడైమెన్స్ వాస్తవంలో
ఎక్కువ భాగం ఇంద్రియ ఆధారితమైనది.
ఇక్కడ స్థలం మరియు సమయం అనేవి
మిగతా అన్నింటి నుండి మనం
విడిపోయి ఉన్నాము అనే అనుభవాన్ని
సృష్టిస్తాయి.

ద్వంద్వ ప్రపంచంలో ఎక్కువ
సమయం గడిపితే ఏమౌతుంది

భౌతిక వాస్తవికతను
గమనించడానికి మనం మన
ఇంద్రియాలను ఉపయోగిస్తాము కాబట్టి,
మనల్ని మనం శరీరంగా గుర్తించుకుని,
శరీరంలోనే ఉన్నానని భావిస్తూ, శరీరం
వరకే పరిమితమై ఉంటాము. దీని వలన
ఈ ప్రపంచంలో ఉన్నవన్నీ మనకంటే
వేరుగా విడిగా ఉన్నాయనే అనుభవం
కలుగుతుంది. ఇలా జీవించడం వలన
మనకు ఎన్నో అనుభవాలు మరియు
జ్ఞాపకాలు ఏర్పడతాయి. ఈ గత
జ్ఞాపకాలనే ఆధారం చేసుకుని
భవిష్యత్తును సృష్టించుకుంటున్నాం.
ఇలా కేవలం ఈ భౌతిక ప్రపంచంలోనే
జీవించడం వలన, దీనికే పరిమితం
అయ్యాం మరియు దీనిచే
బంధించబడ్డాం. ఎందుకంటే మనల్ని
మనం శరీరంగా నిర్వచించుకుని, ఈ
సమయంలో ఈ వాతావరణంలో

జీవిస్తున్నామని భావిస్తున్నాం. అలాగే
మన దృష్టి పదార్థంపై ఎక్కువగా
మరియు నిరాకార శక్తి పై తక్కువగా
ఉంచుతున్నాం. ఈ విధంగా మనం ఈ
త్రీడైమెన్షన్ వాస్తవంలో లీనమైపోతాము.

మనం అనుకున్నది
సాధించడానికి సమయం పడుతుంది
మరియు ఇతరులతో పోలిక పోటీతత్వం
వలన మనకు ఒత్తిడి ఏర్పడుతుంది.
ఒత్తిడి రసాయనాలను ఉత్పత్తి
చేయడానికి కావాల్సిన వాటిని, శరీరం
మన చుట్టూ ఉన్న అదృశ్య
విద్యుదయస్కాంత-శక్తిక్షేత్రం నుండి
గ్రహించడం ప్రారంభిస్తుంది. ఒత్తిడి
యొక్క ప్రీక్వెన్సీ మరియు వ్యవధి ఎంత
ఎక్కువ ఉంటే, అంత ఎక్కువ మన
శరీరం ఒత్తిడికి కావలసిన శక్తిని
గ్రహిస్తుంది. ఈ రసాయనాలకు
ఇంద్రియాలను ఆమోదించే స్వభావమే
ఉంటుంది, కాబట్టి మనం పదార్థం
మరియు తెలిసిన వాటి పైనే శ్రద్ధ
చూపుతాం.

దీని వలన మన శరీరం చుట్టూ
ఉన్న శక్తి క్షేత్రం కుచించుకుపోతుంది.
అంటే మొదటి గేర్లోనే వాహనాన్ని
నడిపిస్తే ఎలాంటి పరిస్థితి వస్తుందో
అలాంటి స్థితి శరీరంలో నెలకొంటుంది.

మనం మెల్లిగానే వెళ్లగలుగుతాము కాని స్పీడ్ గా వెళ్ళలేము, ఎందుకంటే మనం మిగతా గేర్లను వాడటం లేదు కనుక. ఇక్కడ మొదటి గేర్లు పదార్థానికి సంబంధించినవి, చివరి గేర్లు శక్తికి సంబంధించినవి అనుకోండి. మొదటి గేర్ను మాత్రమే ఉపయోగించడం వలన మనం ఆకారాలనే గుర్తిస్తాం, కాని ఆకారం లోపలా-బయటా ఉన్న నిరాకార శక్తులను గుర్తించలేం.

మనం దేని మీద ఎంత దృష్టి పెట్టాలో అంతే పెడితే సత్యం అనుభవంలోకి వస్తుంది. క్వాంటం ఫిజిక్స్ ప్రకారం అణువులో ఉన్న ఎలక్ట్రాన్ మరియు ప్రోటాన్కు మధ్య దూరం 2 miles లేదా 3.2 Km, మిగతా అంతా ఖాళీగా ఉండటం. అలాగే క్వాంటం ఫిజిక్స్ ప్రకారం, ఈ అణువు 1% మాత్రమే రూపంగా(particle) ఉంది, 99% నిరాకారంగా(wave) ఉంది. అంటే ప్రతీ అణువు ద్వంద్వం ప్రవృత్తితో ఉంటున్నాయి, అనగా ఒకే సారి రూపంగా మరియు నిరాకారంగా ఉంటున్నాయి. కాని మనం 1% మాత్రమే ఉన్న రూపం మీద ఎక్కువ దృష్టిపెట్టడం వలన ఎక్కువ పదార్థం లాగా లేదా ఆకారంలాగా మరియు తక్కువ శక్తిలాగా

లేదా నిరాకారలాగా అనుభూతి
చెందుతున్నాము.

మనం ఎక్కువ పదార్థంగా
భావించినప్పుడు, మన శరీరంలో ఉన్న
కణాలు మెల్లిగా కంపిస్తాయి. ఇలా శరీరం
యొక్క ప్రీక్వెన్సీ తగ్గినప్పుడు ఏదో
బరువును మోస్తున్నట్టు మనకు
అనిపిస్తుంది. అంటే పదార్థంగా ఉంటే
మందంగా, శక్తిగా ఉంటే దూదిపింజంలా
లేదా అలలా అనిపిస్తుందని గ్రహించండి.
ఇలా అన్ని భాగాలను ఉపయోగించు
కోకపోవడం వలన మన శరీరాలు
మరింత కుదించబడతాయి.

ప్రమాద సమయంలో లేదా
సంక్షోభ సమయంలో తాత్కాలికంగా
ఒత్తిడితో జీవించడం సరియైనదే కాని,
ప్రతి చిన్న విషయానికి ఒత్తిడితో జీవిస్తే
మాత్రం ప్రమాదమే. ఇలా దీర్ఘకాలికంగా
మనం ఈ ఒత్తిడి రసాయనాలకు
అలవాటు పడితే వాటికి బానిసలై
పోతాము. మనం వాటికి ఎంత ఎక్కువగా
బానిసలైతే, అంతగా మనం కేవలం
శరీరాలమని ఒక నిర్దిష్ట సమయాన్ని
మరియు ఒక నిర్దిష్ట స్థానాన్ని
ఆక్రమిస్తున్నామని భావిస్తాము.
ఫలితంగా మనం నిరంతరం మన దృష్టిని
ఒక వ్యక్తిపై, ఒక సమస్యపై, ఒక

విషయంపై, ఒక ప్రదేశంపైనే ఉంచుతూ
విరామం లేకుండా జీవిస్తాము. మన
బాహ్య వాతావరణాన్ని అసురక్షితంగా
చూస్తాం కాబట్టి, మన దృష్టి అంతా మన
పర్యావరణంపైనే ఉంటుంది. దీని వలన
ఒకప్పుడు సంక్షోభ సమయంలో
మనల్ని రక్షించిన రసాయనాలే, ఎక్కువ
సమయం వాటితో ఉండడం వలన
మనకు వ్యతిరేకంగా పని చేస్తాయి.

బాహ్య ప్రపంచం మన అంతర్
ప్రపంచం కంటే వాస్తవమైనదిగా
కనిపిస్తున్నందున, మనం మన బాహ్య
వాతావరణంలో ఎవరికైనా లేదా దేనికైనా
బానిసలౌతాము. మనం ఈ స్థితిలో
ఎక్కువ కాలం జీవిస్తాము కనుక, మన
మెదడులోని కణాలు మెల్లిగా
కంపిస్తాయి. దీని వలన నొప్పి, ఆందోళన,
భయం, కోపం, నిరాశ, తీర్పు, అసహనం,
దూకుడు మరియు పోటీతత్వం లాంటివి
మనం అనుభవించాల్సి వస్తుంది.
తత్పరితంగా మనం మరియు మన
మెదడు కూడా సమతుల్యతను
కోల్పోతాయి.

మీరు మీ దృష్టిని ఎక్కడ
ఉంచుతారో అక్కడ మీరు మీ శక్తిని
ఉపయోగిస్తారని మీరు అర్థం చేసుకోండి.
మీ సమస్యలకు కారణం బాహ్య

ప్రపంచంలోని వ్యక్తి లేదా విషయం అని
అనుకుని భావోద్వేగంతో ప్రతిస్పందిస్తూ
ఉంటారు. మీరు ఇలా చేసినప్పుడు,
మీరు మీ శక్తిని బాహ్యంగా ఉన్న
ఎవరికైనా లేదా దేనికైనా అనవసరంగా
ఇస్తున్నారు. దీని వలన మీరు నిజంగా
మార్పాలనుకుంటున్న సమస్యకు మీరు
మానసికంగా భావోద్వేగంతో
బంధించబడవచ్చు.

ఇలా మీ శక్తిని సరిగ్గా
ఉపయోగించకపోవడం వలన మిమ్మల్ని
మీరు తెలిసిన ప్రపంచానికే ఖైదు
చేసుకుంటూ, గతం ఆధారంగా
భవిష్యత్తును అంచనా వేయడానికి
ప్రయత్నిస్తారు. మీరు తెలిసిన స్థితిలో
ఉన్నప్పుడు, తెలియనిది లేదా
ఊహించలేనిది భయంకరంగా
అనిపిస్తుంది. కాని మీ జీవితంలో నిజంగా
మార్పు రావాలంటే, మీరు తెలియని
దానిలోకి తప్పకుండా అడుగు పెట్టాలి.
మీరు అలా చేయకపోతే, మీ జీవితంలో
ఏ మార్పు రాదు.

మీకున్న అనుభూతులు
మరియు మనోభావాలు కేవలం గతానికి
సంబంధించిన జ్ఞాపకాలైతే, అలాగే ఆ
భావాలు మీ ఆలోచనలు మరియు
ప్రవర్తనలను నడిపిస్తున్నట్లయితే, మీరు

మీ గతాన్ని పునరావృతం చేస్తూ
 ఉంటారు, అందువలన మీ భవిష్యత్
 చర్యలు ఊహించినట్టుగానే ఉంటాయి.
 అంటే త్రీడైమెన్షన్ ద్వంద్వ ప్రపంచానికి
 మీరు బంధీ అయినారని అర్థం,
 ఎందుకంటే ఇందులో అన్నీ
 ఊహించగలిగినవే ఉంటాయి. మీరు ఎంత
 ఎక్కువ ఒత్తిడిలో జీవిస్తే, మీరు
 పదార్థంగా ఉంటూ పదార్థాన్ని ప్రభావితం
 చేయడానికి ప్రయత్నిస్తారు. పదార్థంగా
 ఉంటూ ఫలితాల కోసం కష్టపడి
 పోరాడుతూ, బలవంతం చేస్తూ, అంచనా
 వేస్తూ, నియంత్రిస్తూ ఉంటారు. ఫలితంగా,
 కోరికలు నెరవేరడానికి చాలా సమయం
 పడుతుంది. ఎందుకంటే ఈ ద్వంద్వ
 ప్రపంచంలో మీకు కావలసిన ఫలితాలను
 సృష్టించడానికి మీరు మీ భౌతిక
 శరీరాన్ని ఖాళీలో కదిలించాలి కనుక.

మీరు ఎంత ఎక్కువ
 ఇంద్రియాలను ఉపయోగిస్తూ ఒత్తిడితో
 జీవిస్తే, కొత్త భవిష్యత్తు మరింత దూరంగా
 ఉన్నట్టు అనుభూతి చెందుతారు. మీ
 స్వంత ఆలోచనలు మరియు భవిష్యత్
 ఊహలను బట్టి, ఫలితాన్ని ఎప్పుడు
 ఎలా పొందాలనేది ఫిక్స్ చేస్తారు. కానీ మీ
 ఊహ-ఆలోచన తెలిసిన వాటిపై
 ఆధారపడి ఉంటే, మీ జీవితంలో

తెలియని లేదా కొత్త అవకాశం కోసం స్థలం ఉండదు. ఉదాహరణకు మీరు ఇల్లు కొనాలనుకుంటే, లోన్ తీసుకొని 30 సంవత్సరాలు డబ్బు ప్రతి నెలా కట్టాలి అని ప్లాన్ చేస్తారు. దీనికి సమయం పడుతుంది, అలాగే ఒత్తిడికి లోనౌతారు. కోరుకున్నది మీరు పొందవచ్చు. కానీ మీరు ఒత్తిడితో ఎంత ఎక్కువ జీవిస్తారో, అంతే ఎక్కువ సమయం అప్పు తీర్చడానికి పడుతుంది. ఎందుకంటే ఒత్తిడి వలన వేరే సమస్యలకు డబ్బు ఖర్చు చేయాల్సిన పరిస్థితి వస్తుంది.

ఇక్కడ మీరు పదార్థంగా ఉంటూ పదార్థాన్ని ప్రభావితం చేయడానికి ప్రయత్నిస్తున్నారు. మీరు తక్కువ ప్రీక్వెన్సీ కలిగిన పదార్థంగానే ఉంటే, మీకు పరిమితమైన శక్తి అందుబాటులో ఉంటుంది కనుక మీ భవిష్యత్తు మీ చేతిలో ఉండదు.

ఈ త్రైడైమెన్షన్ వాస్తవంలో, ప్రతీ దానిని మనము ఫిక్స్ చేసాము. అంటే గ్రహాల కదలికలను, వస్తువుల ప్రవర్తనలను, ప్రయాణ సమయాన్ని, ఇలా ప్రతి దాని భవిష్యత్తును ఫిక్స్ చేస్తున్నాము. అంటే స్థిరమైన గతం, వర్తమానం మరియు భవిష్యత్తు ఉందని

మనము అంగీకరిస్తున్నట్టు. ఇలా అన్నింటినీ ఫిక్స్ చేయడం వలన వాటి ప్రభావం మనపై పడి మన భవిష్యత్తు కూడా ఫిక్స్ అవుతోంది. అంటే మనం మరియు ప్రపంచం ఒకరినొకరం బందీ చేసుకుంటున్నాము. ఎంత భవిష్యత్తును ఫిక్స్ చేసినా మనం అనుకున్నది జరగటం లేదు. ఊహించనివే ఎక్కువగా జరుగుతున్నాయి. ఎందుకంటే మీరు మరియు ప్రపంచం తెలిసిన దానివైపు కాకుండా కొత్తదనంలోకి ప్రయాణిస్తాయి కనుక.

వ్యతిరేకాలు

అలాగే మనం లీనియర్ టైమ్లో నివసిస్తున్నాము. అంటే ఇక్కడ మనకు గతం, వర్తమానం మరియు భవిష్యత్తు వేర్వేరు భిన్నమైన క్షణాలుగా కనిపిస్తాయి. మీరు ఇక్కడ ఉన్నారు మరియు మీ భవిష్యత్తు అక్కడ భిన్నంగా ఉంది. అంటే ఎప్పుడూ కలవని ఉత్తర దక్షిణ ధృవాలలా ఉన్నాయి గతము భవిష్యత్తు. ఇలా దేశ-కాల-వస్తువులు, త్రిగుణాలు, పంచభూతాలు, ముక్కలుగా వ్యతిరేకాలుగా ఉన్నాయి అని మనం ఫిక్స్ చేయడం వలన, వాటి మధ్య సమన్వయం ఏర్పడడం లేదు.

ఇలా మనం ద్వంద్వ ప్రపంచాన్ని
 అర్థం చేసుకుని, మనలో చాలా మంది
 ఏదో ఒక శరీరంగా, ఏదో ఒక వ్యక్తిగా,
 కొన్ని వస్తువులను సొంతం చేసుకుని,
 కొన్ని ప్రదేశాలను సందర్శిస్తూ, ఏదో ఒక
 సమయంలో వస్తువులను అనుభవిస్తూ
 ఇలాగే జీవితాన్ని ఎక్కువ భాగం
 గడుపుతున్నాము. మనకు కావలసిన
 వస్తువులు లేనప్పుడు, మనం లోటును
 అనుభవిస్తాము. లోటు మరియు
 విభజన ఉండడం వలన మనం
 ద్వంద్వత్వంలో జీవిస్తున్నాము.

ఒక వేళ అనుకున్నది సాధించినా
 తాత్కాలిక సుఖమే లభిస్తుంది,
 ఎందుకంటే మళ్ళీ కొత్త కోరికలు పుట్టడం
 వలన లోటు ప్రత్యక్షమౌతుంది కనుక.
 మనం ఈ స్థితిలో జీవిస్తున్నట్లయితే,
 మనం బాహ్య ప్రపంచంలో మార్పు
 రావడానికి ఎదురు చూస్తాము.
 ఎందుకంటే బాహ్యంగా ఎవరో ఏదో
 మారితే తప్ప అంతరంలో మనకు
 కావాల్సిన అనుభూతి రాదు కాబట్టి.

మనం అనుకున్నది బాహ్య
 ప్రపంచంలో జరగనప్పుడు లేదా
 జరగడానికి చాలా సమయం
 తీసుకుంటున్నట్లు అనిపించినప్పుడు,
 మనం మరింత లోటును

అనుభవిస్తాము. ఎందుకంటే మనం
 సృష్టించడానికి ప్రయత్నిస్తున్న దాని
 నుండి మనం మరింత వేరుగా దూరంగా
 ఉన్నామని అనుభూతి చెందుతాము
 కాబట్టి. ఇప్పుడు లోటు, నిరాశ,
 అసహనం మరియు విభజన వలన
 ఏర్పడే మన స్వంత భావోద్వేగ స్థితే,
 మన కలలను మరింత దూరం చేస్తోంది.
 ఎందుకంటే స్థితిని బట్టి గతి ఉంటుంది.

ఇలా అన్నింటినీ ముక్కలుగా
 లేదా వ్యతిరేకాలుగా లేదా అనుకూలంగా
 సహకరించుకునే వాటిలో కూడా కొంతైనా
 తేడాను చూస్తున్నాము కనుక మనకు
 ద్వంద్వనుభవమే కలుగుతోంది. ఈ
 వ్యతిరేకాలలో కొన్ని మనకు నచ్చినవి
 కొన్ని నచ్చనివి ఉంటాయి. నచ్చని
 వాటిని పూర్తిగా నాశనం
 చేయలేకపోవడం వలన మనం సదా
 అశాంతితోనే ఉంటున్నాము.

ద్వంద్వ ప్రపంచం నుంచి

శూన్యంలోకి

ఒక వేళ మనం
 వ్యతిరేకాలన్నింటినీ సమన్వయంతో ఏక
 త్రాటి పై నడిపించగలిగితే, మనము
 హాయిగా ఉంటాము. దృష్టిని బట్టి సృష్టి
 కనుక, ద్వంద్వ దృష్టిని వదిలేసి ఏకత్వ
 దృష్టితో అన్నింటినీ చూస్తేనే, ఈ ప్రపంచం

సమన్వయంతో ఏకంగా మనకు కనిపిస్తుంది. అంటే ఒక డైరెక్టర్ సినిమాలోని పాత్రలను చూసినట్టు, మనం ఈ ప్రపంచంలో ఉన్న పాత్రలను చూడాలి. ఇలా చూడాలంటే మనకు ఏకత్వ దృష్టి ఉండాలి. దీని కోసం ముందు మనం ద్వంద్వ ప్రపంచం నుండి శూన్య ప్రపంచంలోకి ప్రవేశించాలి, ఆ తర్వాతనే ఏకత్వ ప్రపంచంలోకి ప్రవేశించగలుగుతాము.

కళ్ళు మూసుకుని ధ్యానంలో కూర్చుని మనం బాహ్య ప్రపంచంలో ఉన్న వస్తువుల నుంచి, వ్యక్తుల నుంచి మన దృష్టిని తొలగించినప్పుడు, దృష్టిని మన శరీరం మీద లేనప్పుడు, సమయం మరియు భవిష్యత్ ప్రణాళికల గురించి ఆలోచించడం మానినప్పుడు - మనం ఏదో ఒక రూపానికి, ఏదో ఒక పాత్రకు, ఏదో ఒక వస్తువుకు, ఏదో ఒక ప్రదేశానికి, ఏదో ఒక సమయానికి చెందని వారిగా ఉంటాము.

మనం పరిమితమైన ఆకారం నుంచి నిరాకారంగా మారిపోతాం. (From Somebody → NoBody). అంటే శరీరంతో, నొప్పితో, ఆకలితో మనకు తాత్కాలికంగా సంబంధం ఉండదు. పాత్రల నుంచి ఏ పాత్ర లేని వారిగా

ఉంటాము. (From SomeOne → NoOne). అంటే భాగస్వామిగా, పేరెంట్‌గా మరియు ఉద్యోగిగా మన గుర్తింపు నుండి దృష్టిని మళ్లిస్తాము. వస్తువుల నుంచి వస్తువులు లేని స్థితికి మన దృష్టిని మళ్లిస్తాము. (From SomeThing → NoThing). అంటే మనకున్న వస్తువులను పనులను ప్రణాళికలను మరిచిపోతాము. ఏదో ఒక చోటు నుంచి ఏ చోటూ లేని స్థితికి మన దృష్టిని మళ్లిస్తాము. (From SomeWhere → NoWhere). అంటే ధ్యానం చేస్తున్న కుర్చీ ఉన్న ప్రదేశం గురించి, లేదా ఈ రోజు సాయంత్రం వెళ్లబోతున్న ప్రదేశం గురించి ఎలాంటి ఆలోచనలు చేయము. ఏదో కాలం నుంచి కాలం లేని స్థితికి దృష్టిని మళ్లిస్తాము. (From SomeTime → NoTime). అంటే గతం మరియు భవిష్యత్తుకు సంబంధించిన ఆలోచనలు జ్ఞాపకాలు లేని స్థితిలో ఉంటాము. క్లుప్తంగా చెప్పాలంటే మీకు మరియు ఈ ద్వంద్వ-ప్రపంచానికి ఉన్న నామరూప క్రియలను వదిలేసి శూన్య స్థితిలో ఉంటామన్న మాట.

మీరు మీ దృష్టిని మీ శరీరం నుండి తీసివేసినప్పుడు, మీరు శరీరం

కాదు, అలాగే మీకు ఇంద్రియాలతో సంబంధం ఉండదు, లేదా మీకు ఇంద్రియాలతో ఏ ఉపయోగమూ ఉండదు. మీరు మీ జీవితంలోని వ్యక్తుల నుండి మీ దృష్టిని తీసివేసినప్పుడు, మీరు ఎవరూ కారు. కనుక తల్లిదండ్రులతో, భాగస్వామితో, తోబుట్టువులతో, స్నేహితులతో, వృత్తితో, మతంతో, సంస్థతో, రాజకీయ పార్టీలతో లేదా జాతీయతతో మీ గుర్తింపు తొలగిపోతుంది. మీకు జాతి భేదము, లింగ భేదము, మరియు వయస్సు ఉండదు. మీరు భౌతిక ప్రపంచంలోని వస్తువులు మరియు ప్రదేశాల నుండి మీ దృష్టిని తీసివేసినప్పుడు, మీరు కొన్ని వస్తువులకు లేదా కేవలం ఏదో ఒక ప్రదేశంలో పరిమితమై ఉండరు. చివరగా, మీరు గతం భవిష్యత్తు విడివిడిగా కలిగి ఉన్న సమయం నుండి మీ దృష్టిని తొలగిస్తే, మీరు సమయాన్ని అనుభూతి చెందలేరు.

ఎరుకలో ఉండి ఇలా అన్నింటినీ తాత్కాలికంగా మరచిపోయినప్పుడు, మీరు శూన్య స్థితిలో ఉంటారు. అక్కడ అంతా చీకటిగా ఉంటుంది. దీని వలన మీకు భయం కలగవచ్చు. ఇక్కడ మీరు గ్రహించ వలసినది ఏమిటంటే, అక్కడ

చీకటి తప్ప ఇంకేమీ ఉండదు. మీకు భయం కలిగిందంటే మీరు రూపంగానే ఉండి శూన్య స్థితిలోకి ప్రవేశించారు. అంటే మీకు మరియు ద్వంద్వ ప్రపంచానికి ఉన్న నామరూపక్రియలను మీరు పూర్తిగా వదలలేదన్నమాట. అలాగే రూపంగా ఉంటూనే ఏకత్వ ప్రపంచం ప్రత్యక్షమవడం కోసం ఎదురు చూడడం వలన కూడా అసహనం నిరాశ అసంతృప్తి మొదలగు అసంపూర్ణమైన అనుభవాలు కలుగుతాయి.

ఎప్పుడైతే మీరు అన్నింటినీ పూర్తిగా వదిలేస్తారో మీరు స్వచ్ఛమైన చైతన్యంగా శూన్యంలోకి ప్రవేశించి శూన్యంతో ఏకమౌతారు. అప్పుడు అంతా నిరాకారమే మిగిలి ఉంటుంది కాబట్టి ప్రశాంతత నెలకొంటుంది. మామూలుగా కళ్ళు మూస్తే మనకు లోపల చీకటి కనబడుతుంది. మీరు చీకటిని చూడడం కొంత సమయం కొనసాగిస్తే, ఆ చీకటి వెలుగుగా మారుతుంది. ఎందుకంటే చూసే మీరే చైతన్యం లేదా వెలుగు కనుక. ఎప్పుడైతే మీరు నామరూపక్రియలను వదిలేసి మౌనంగా అచలంగా ఉంటారో, మీరే స్వయం ప్రకాశం అని తెలుసుకుంటారు. ఎప్పుడైతే మీ వెలుగు చీకటిగా ఉన్న

ఆకాశం మీద పడుతుందో, అప్పుడు
 ఆకాశం అంతా దేదీప్యమానంగా
 వెలిగిపోతూ అన్ని పొటెన్షియల్స్ కలిగి
 ఉన్న క్వాంటం ఫీల్డ్ లేదా దివ్యమైన
 ఏకత్వ ప్రపంచం దానంతట అదే
 ప్రత్యక్షమౌతుంది. అంటే అక్షయపాత్ర
 లాంటి అన్నీ ఉన్న శూన్యం
 ప్రత్యక్షమౌతుంది. ఇలా మనం మన
 చైతన్యాన్ని బాహ్య భౌతిక ప్రపంచం
 నుండి శూన్య స్థితి ద్వారా ఏకత్వ క్షేత్రం
 యొక్క అభౌతిక అంతర్ ప్రపంచం వైపు
 మరలిస్తున్నామన్నమాట.

ఇక్కడ శూన్యం అన్నా, ఖాళీ
 అన్నా, ఆకాశం అన్నా ఒకటే అర్థం.
 నిరాకారం, నిశ్చలం, అంటిముట్టనట్టుగా
 అంతటా వ్యాపించి ఉండడం అనేవి ఆకాశ
 లక్షణాలు. ఆకాశం అంతటా వ్యాపించి
 ఉంది కాని నేను ఆకాశాన్ని, అంతటా
 వ్యాపించి ఉన్నాను అని అనుకోలేదు.
 మనకు పరిమితమైన రూపం
 ఉన్నప్పటికీ, నేను శ్రీధర్ని అని
 అనుకోగలుగుతాను.

అంటే ఆకాశం జడమైనది, దానికి
 అనుభవంలో చైతన్యం లేదు కాని వ్యాప్తి
 ఉంది, మనకు అనుభవంలో చైతన్యం
 ఉంది కాని వ్యాప్తి లేదు. ఎప్పుడైతే మీరు
 నిశ్చలంగా మౌనంగా అంటి-

ముట్టనట్టుగా శరీరంలో తగినంత సమయం ఉంటారో, అప్పుడు మీరు నిరాకార నేనుగా మిగిలి ఉంటారు. అప్పుడే మీరు ఆకాశంతో ఏకమౌతారు. అంటే మీకున్న చైతన్యం ఆకాశానికి, ఆకాశానికి ఉన్న వ్యాప్తి మీకు ప్రసరించడం వలన, చైతన్యంతో కూడిన ఆకాశం అంటే చిదంబరం లేదా దివ్యమైన ఏకత్వ ప్రపంచం ప్రత్యక్షమౌతుంది.

అంటే మనకు నామరూపక్రియలు అలాగే ద్వంద్వ ప్రపంచానికి కూడా నామరూపక్రియలు ఉండడం వలన, ఇద్దరం అసంపూర్ణంగానే ఉన్నాం. ఇలా జీవ-జగత్తులు అసంపూర్ణంగా, ఒకరిమీద మరొకరం ఆధారపడే-తత్వంతోనే(interdependent) ఉన్నాం, పూర్ణంగా స్వతంత్రంగా (independent) లేమని అర్థం చేసుకుని, ఒకరినొకరు అదుపు చేసుకోవాలని చూడకుండా, ఒకరు స్వచ్ఛమవ్వడానికి మరొకరు సహకరిస్తూ, ఇద్దరూ పరమాత్మకు సరెండరై పరమాత్మ సహాయం కూడా తీసుకుని, ఇద్దరూ స్వచ్ఛమైన చీకటి స్వచ్ఛమైన వెలుగుగా పరివర్తన చెందాలి. ఈ చీకటి మరియు వెలుగు లేదా ఖాళీ-ఖాళుడు, శివ-శక్తులు స్వచ్ఛంగా నిరాకారంగా ఉన్నాయి కాబట్టి

సంపూర్ణంగా కలిసి ఏకమై పోయి
స్వయం ప్రకాశమే మిగిలి ఉంటుంది.
అంటే రెండూ రూపంగా ఉంటే
ఏకమవ్వడం అసాధ్యం కనుకనే ముందు
మనం రెండింటికీ ఉన్న
నామరూపక్రియలను వదిలేయాలని
ఇక్కడ గ్రహించండి.

ద్వంద్వ ప్రపంచం మరయు

శాశ్వత అద్వైత ప్రపంచం మధ్య తేడా

ద్వంద్వ ప్రపంచం లేదా క్లాసికల్
ఫిజిక్స్, లేదా ఓల్డ్ ఫిజిక్స్ లేదా
న్యూటోరియన్ ఫిజిక్స్ అనేది బాహ్య
స్థూల ప్రపంచానికి (Material, matter)
సంబంధించినది. కాని శాశ్వత అద్వైత
ప్రపంచం లేదా క్వాంటం ప్రపంచం అనేది
అంతర్ సూక్ష్మ ప్రపంచానికి
(Immaterial,
Antimatter)సంబంధించినది. ద్వంద్వ
ప్రపంచం చూడబడే బాహ్యమైన
వస్తువులకు సంబంధించినది. ఇక్కడ
మనస్సు మరియు పదార్థం వేరు వేరుగా
ఉంటాయి. కాని శాశ్వత అద్వైత ప్రపంచం
లేదా క్వాంటం ప్రపంచం చూసే కర్తకు
సంబంధించినది. ఇక్కడ మనస్సు
మరియు పదార్థం శక్తి ద్వారా
ఏకమౌతాయి. ఇంకా స్పష్టంగా

చెప్పాలంటే మనస్సు మరియు పదార్థం
రెండూ ఎంతగా ఏకమై ఉంటాయంటే
వాటిని విడదీయడం అసాధ్యం.

ద్వంద్వ ప్రపంచంలో గతం మరియు
భవిష్యత్తు మధ్య విభజన ఉంటుంది.
అద్వైత ప్రపంచంలో గతం మరియు
భవిష్యత్తు మధ్య విభజన ఉండదు.
అన్నీ వర్తమాన క్షణంలో జరుగుతూ
ఉంటాయి.

శరీరం, ఇంద్రియాలతో మనం
ద్వంద్వ ప్రపంచాన్ని అనుభవిస్తాము.
కాని అద్వైత ప్రపంచాన్ని మనం
ఇంద్రియాలతో కూడిన శరీరంతో
కాకుండా, చైతన్యంగా ఉంటూ ఎరుకతో
అనుభవిస్తాము. ఈ ప్రపంచం
ఇంద్రియాలకు అతీతంగా ఉంటుంది.
మీరు పూర్తిగా ప్రస్తుత క్షణంలో
ఉన్నప్పుడు దీనిని అనుభూతి
చెందుతారు. ఇందులో గతం లేదా
భవిష్యత్తు ఉండదు అంటే వర్తమానమే
కొనసాగుతూ ఉంటుంది.

ద్వంద్వ ప్రపంచంలో మనం తెలిసిన
ఊహించిన ఆకార ప్రపంచంలో ఉన్న
పదార్థాల (Narrow focus) మీదనే దృష్టి

పెడతాం; ఏకత్వ ప్రపంచంలో ఒకేసారి అన్నింటి మీద మన దృష్టిని (Open focus) అంటే నిరాకార ప్రపంచంలో ఉన్న శక్తి, జ్ఞానం, కాంతి, ప్రీక్వెన్సీ మరియు సామర్థ్యాల మీద కేంద్రీకరిస్తాము. ద్వంద్వ ప్రపంచంలో మన శక్తిని తెలిసిన(known)

ఊహించగలిగిన(Predictable) ప్రపంచం మీద, ఏకత్వ ప్రపంచంలో తెలియని(Unknown)

ఊహించలేని(Unpredictable) అద్వైత ప్రపంచం మీద పెడతాము.

ద్వంద్వ ప్రపంచంలో మనకు కొన్ని సామర్థ్యాలే(limited possibilities) అందుబాటులో ఉంటాయి. ఏకత్వ ప్రపంచంలో అనంతమైన సామర్థ్యాలు(Unlimited possibilities) అందుబాటులో ఉంటాయి. ద్వంద్వ ప్రపంచంలో మనకు అనంతమైన ఆకాశం (eternal space) ఉంటుంది. ఏకత్వ ప్రపంచంలో అనంతమైన సమయం (eternal time) ఉంటుంది.

కాంతి వేగం(approximately

300,000 kilometres per second)

ద్వంద్వ ప్రపంచంలో ఉన్న ఆకారాలు పదార్థాలు ఘనమైనవి. ఇవి మందంగా ఉండడం వలన అతి తక్కువ ప్రీక్వెన్సీతో కంపిస్తాయి. మీరు పదార్థాన్ని వేగంగా కంపించేలా చేయడం ద్వారా, దాని ప్రీక్వెన్సీని పెంచినప్పుడు, పదార్థం శక్తిగా పరివర్తన చెందుతుంది. ప్రీక్వెన్సీ పెరిగిన కొద్దీ, శక్తి మరింత క్రమబద్ధంగా మరియు పొందికగా మారుతుంది. మీరు పదార్థం మీద తక్కువ ఖాళీ లేదా నిరాకారం మీద ఎక్కువ దృష్టి పెట్టినప్పుడు, ఖాళీలో ఉన్న శక్తి పదార్థానికి సరఫరా అవడం వలన, పదార్థంలో ఉన్న అణువుల యొక్క వేగం, ప్రీక్వెన్సీ పెరుగుతుంది. ఫ్యాన్ యొక్క నెంబర్ పెంచినా కొద్ది కరెంట్ ఎక్కువ సరఫరా అవ్వడం వలన ఫ్యాన్ వేగం పెరిగినట్టు.

ఉదాహరణకు మీకు అనారోగ్యం ఉంది. మీరు అనారోగ్యం మీద తక్కువ, అనారోగ్యంలోనే ఉన్న నిరాకారం మీద ఎక్కువ దృష్టి పెట్టినప్పుడు, ఖాళీలో ఉన్న శక్తి అనారోగ్యానికి సరఫరా అవడం వలన అనారోగ్యంలో ఉన్న అణువుల యొక్క వేగం, ప్రీక్వెన్సీ పెరుగుతుంది.

దీని వలన అనారోగ్యం ఆరోగ్యంగా ఆ
తర్వాత దివ్యమైన శక్తిగా పరివర్తన
చెందుతుంది. ఇలా కష్టసుఖాలన్నింటిలో
ఉన్న నిరాకారాన్ని కూడా అనుభవిస్తూ
అన్నింటినీ దివ్యమైన శక్తులుగా
పరివర్తన చేయండి. అంటే మీకు ఎలాంటి
సమస్య ఉన్నా సరే, మీరు
చేయవలసింది కేవలం ఆ సమస్యతో
పాటు అక్కడే ఉన్న ఆకాశాన్ని కూడా
అనుభవించడం. ఇంతకంటే సులభమైన
పరిష్కారం ఉండదు. మీరు ఇలా నేను
చెప్పినట్టు అనుభవిస్తే మీ జీవితంలో
అద్భుతాలు జరుగుతాయి. అలాగే
పిల్లలకి ఇప్పటి నుంచే ఆకారంతో పాటు
నిరాకారాన్ని కూడా అనుభవించే విద్యను
నేర్పించండి.

ఇలా ఆకాశాన్ని కూడా
అనుభవించడం వలన, శారీరక మానసిక
బాంధవ్య ఆర్థిక మొదలైన సమస్యలకు
అద్భుతమైన పరిష్కారాలు
లభించాయని క్వాంటం డాక్టర్లు
చెబుతున్నారు. వీటి గురించి
తెలుసుకోవడానికి Breaking the habit
of being yourself అనే పుస్తకాన్ని
చదవండి. అలాగే ఇప్పుడు మనం

అనుభవిస్తున్న మోడ్రన్ టెక్నాలజీ
అంతా (mobiles, laptops etc..)
క్వాంటం ఫిజిక్స్ను ఉపయోగించుకునే
తయారు చేస్తున్నారని ఇక్కడ
గ్రహించండి.

కాంతి వేగం కంటే ఎక్కువ వేగంతో
పదార్థం కంపించినప్పుడు ఆ పదార్థం
నిరాకారంగా మారి దానిలో ఉన్న
ద్వంద్వ శక్తులైన ఎలక్ట్రాన్ ప్రోటాన్
మొదలైనవి ఏకమౌతాయి. ఈ ఏకశక్తినే
మనం ప్రీమ లేదా సంపూర్ణత్వం
మొదలైన పేర్లతో పిలుస్తున్నాం,
ఎందుకంటే ఏకశక్తిలో ఎలాంటి విభజన
ఉండదు కనుక. ఇక్కడ పాజిటివ్
మరియు నెగెటివ్ కలిసిపోతాయి; ఇక్కడ
మగ మరియు ఆడ ఏకమౌతాయి;
ఇక్కడ గతం మరియు భవిష్యత్తు
కలిసిపోతాయి; ఇక్కడ మంచి మరియు
చెడుకీ ఉనికే ఉండదు; ఇక్కడ తప్పు-
బప్పులు వర్తించవు; ఇక్కడ అన్ని
వ్యతిరేకాలు ఏకమౌతాయి.

అంటే మీరు ద్వంద్వ పదార్థాల
నుండి విభజన నుండి కాంతి వేగంకంటే
ఎక్కువ వేగంతో ప్రయాణించినప్పుడు

మీరు అధికమైన ప్రేమను శాంతిని
 ఆనందాన్ని పూర్ణ స్థితిని అనుభూతి
 చెందుతారు. మీరు ఆకాశాన్ని
 అనుభవిస్తూ అందులో ఉన్న
 అనంతమైన శక్తిని ఉపయోగించుకుంటే
 మీరు కాంతి వేగంతో ప్రయాణిస్తారు. లేదా
 మీరు ప్రశాంతంగా స్వచ్ఛంగా ఉండి
 స్వచ్ఛమైన ఆలోచనను
 పట్టుకున్నప్పుడు కాంతి వేగం కంటే
 ఎక్కువ వేగంతో ఏకత్వ క్షేత్రంలోకి
 ప్రయాణిస్తారు. మీరు కాంతి వేగంతో
 ప్రయాణిస్తే, క్షణ-కాలంలోనే ద్వంద్వ
 ప్రపంచంలో మాయమై ఏకత్వ క్షేత్రంలో
 ప్రత్యక్షమౌతారు.

ఇక్కడ స్వచ్ఛమైన ఆలోచన లేదా
 నిరాకార ఆలోచన అంటే ఏదో ఒక చోటు
 పరిమితమై ఉండకుండా ఆకాశంలాగా
 అంతటా వ్యాపించి ఉండడం. ఇక్కడ
 స్వచ్ఛమైన ఆలోచన అంతటా వ్యాపించి
 ఉంది కాబట్టి, ఎక్కడ అంటే అక్కడ
 క్షణకాలంలోనే మాయమై ప్రత్యక్షం
 అవుతుంది లేదా అసలు ప్రయాణించ
 వలసిన అవసరమే లేదు ఎందుకంటే
 ముందు నుంచే అంతటా వ్యాపించి ఉంది
 కనుక.

మనం మామూలుగా స్వచ్ఛమైనవి
 ఏకత్వ క్షేత్రంలోనే ఉంటాయని
 నమ్ముతాము కనుక, స్వచ్ఛమైనవి
 ఏకత్వం నుండి ద్వంద్వానికి
 కదలుతున్నాయని అనిపిస్తుంది. కాని
 ఎప్పుడైతే మీరు స్వచ్ఛమౌతారో, నేను
 అంతటా ఉన్నానని మీరు
 తెలుసుకుంటారు. అప్పుడు స్వచ్ఛమైన
 ఆలోచనలు అనుభూతులు మొదలైనవి
 కూడా అంతటా ఉన్నాయని గుర్తిస్తారు.
 అంటే ఇప్పుడే ఇక్కడే అన్ని
 ఉన్నాయని, కొన్ని ప్రత్యక్షంగా మిగతా
 వన్ని గుప్తంగా ఉన్నాయని
 తెలుసుకుంటారు. దీనిని మీరు
 అనుభూతి చెందితే మీరు ద్వంద్వ
 ప్రపంచంలో ఉన్నా కూడా అనుకున్నది
 ఏదైనా వెంటనే ప్రత్యక్షమౌతుంది.
 స్వచ్ఛమైన ఆలోచన గురించి మరింత
 సమాచారం కోసం సచ్చిదానంద
 స్వరూపం మరియు క్వాంటం సంకల్ప
 ధ్యానం అనే టాపిక్లో ఉన్న సంకల్పం-
 కోరిక అనే సబ్‌టాపిక్‌ని చదవండి.

ప్రతీదీ ఒక చైతన్యవంతమైన
 ఆలోచన నుండి మొదలవుతుంది.
 చేతనాలోచన యొక్క ప్రీక్వెన్సీ

తగ్గినప్పుడు, దాని శక్తి నెమ్మదించి,
చివరికి అది రూపాన్ని పొంది
పదార్థంగా(మంచి-చెడు) మారుతుంది.
కాంతి వేగం వద్ద నిరాకారం అనేది
ఎలక్ట్రాన్ ప్రోటాన్ మొదలైన ద్వంద్వ
శక్తులుగా విభజింపబడుతుంది. కాంతి
వేగం కంటే ఎక్కువ వేగంతో పదార్థం
ప్రయాణించినప్పుడు, ఆ పదార్థం
నిరాకారంగా మారి దానిలో ఉన్న
ద్వంద్వ శక్తులైన ఎలక్ట్రాన్ ప్రోటాన్
మొదలైనవి సమతుల్యతను
సంతరించుకుని ఏకమౌతాయి.

కనుక ఇక్కడ కాంతి వేగం అనేది
కీలకమైనది. ఎందుకంటే ఇక్కడ ఏకత్వం
ద్వంద్వంగా, ద్వంద్వం ఏకత్వంగా
పరివర్తన చెందుతుంది కనుక. ఇక్కడ
నిరాకార శక్తి ముక్కలై రూపంగా
ఎందుకు మారి కనిపిస్తున్నదో
తెలుస్తుంది. ప్రతీ అణువు ఒక క్షణానికి
7.8 సార్లు మాయమై నిరాకార శక్తిగా
ఉండి, మళ్ళీ తాజా అణువుగా
ప్రత్యక్షమౌతున్నది. అంటే ప్రతీ అణువు
అంతటా వ్యాపించి ఉంటూనే క్షణానికి
7.8 సార్లు మాయమై
ప్రత్యక్షమౌతున్నది.

అలాగే శక్తిలో ఉన్న అణువులు
 సమతుల్యంగా మిత్రులుగా
 సహకరించుకుంటూ
 ప్రయాణించినప్పుడు నిరాకారంగా
 ఉంటున్నాయి. కాని అణువులు మనకు
 కేవలం రూపంగా మాత్రమే
 కనిపించడానికి కారణం వాటిని మనం
 రాగ-ద్వేషాలతో చూడడమే. ఎప్పుడైతే
 మనం అణువులను రాగ-ద్వేషాలతో
 చూస్తామో అప్పుడు మన చూపులోంచి
 వచ్చిన ఫోటాన్లు(photon)
 అణువులను తాకడం వలన, అణువు
 యొక్క సమతుల్యత చెడిపోతుంది. ఇలా
 అసమతుల్యమైన అణువులు కలవడం
 వలన రూపం ఏర్పడుతుంది.

అందుకే దృష్టిని బట్టి సృష్టి అలాగే
 యద్భావం తద్భవతి అని అన్నారు.
 ఎప్పుడైతే నా చూపు వల్లనే రూపాలు
 ఏర్పడుతున్నాయి, నాకున్న
 కష్టసుఖాలు కూడా నా దృష్టిదోషం వలనే
 ఏర్పడుతున్నాయి అని
 తెలుసుకుంటారో, అప్పుడు మీ దృష్టి
 వస్తువు మీద కాకుండా మీ మీదనే
 ఉంటుంది. అంటే నా దృష్టి దోషం వలనే
 ద్వంద్వాలు వ్యతిరేకాలు

ఏర్పడుతున్నాయని, ఏకమే అనేకంగా
కనబడుతోందని ఎప్పుడైతే
తెలుసుకుంటారో, అప్పుడు మీ చూసే
విధానం మారుతుంది.

మీరు స్వచ్ఛమైన లేదా దివ్యమైన
చూపుతో అన్నింటినీ చూసినప్పుడు, మీ
దివ్యకాంతి అణువులకు తాకడం వలన
అణువుల మధ్య సమన్వయం ఏర్పడి
వ్యతిరేకాలన్నీ దివ్యకాంతితో
వెలిగిపోతాయి. ఇలా మీలో వ్యతిరేకాలు
సమన్వయంతో ఉన్నప్పుడే, కాంతి
వేగంతో ప్రయాణించి తిరిగి మీరు ఏకత్వ
క్షేత్రం లోకి ప్రవేశించ గలుగుతారు.
అప్పుడే మీరు హాయిగా ఆనందంగా
ప్రశాంతంగా ఉంటూ అనుకున్నవి
సృష్టించ గలుగుతారు. ఇలా మీరు
ద్వంద్వ-ప్రపంచంలో ఉన్నప్పుడే,
రాగద్వేషాలకు అతీతంగా ఉండి
వ్యతిరేకాలను సమదృష్టితో చూస్తారో, మీ
జీవితంలో అద్భుతాలు జరుగుతాయి.

కాబట్టి మనం దివ్యదృష్టితో ఎంత
ఎక్కువ ప్రీక్వెన్సీని అనుభవిస్తే, మనకు
అంత శక్తి పెరుగుతుంది; శక్తి ఎంత
ఎక్కువ ఉంటే, అంత ఎక్కువ

సమాచారం లేదా జ్ఞానం మనకు
అందుబాటులో ఉంటుంది; సమాచారం
ఎంత ఎక్కువ ఉంటే అంత చైతన్యం
పెరుగుతుంది; చైతన్యం ఎంత ఎక్కువైతే
అంత ఎరుక పెరుగుతుంది; ఎరుక ఎంత
ఎక్కువ ఉంటే, అంత గొప్ప మనసు
ఉంటుంది; మనస్సు ఎంత గొప్పదైతే,
పదార్థాన్ని ప్రభావితం చేసే సామర్థ్యం
అంత ఎక్కువగా మనకు ఉంటుందని
మదిలో ఉంచుకోండి.

ఏకత్వ-క్షేత్రం

మీ దృష్టిని ఆకారం నుంచి
నిరాకారానికి, పాత్రల నుంచి ఏ పాత్ర
లేని స్థితికి, వస్తువుల నుంచి వస్తువులు
లేని స్థితికి, ఏదో ఒక చోటు నుంచి ఏ
చోటూ లేని స్థితికి, ఏదో కాలం నుంచి
కాలం లేని స్థితికి మళ్లించినప్పుడు,
మీరు శూన్యంలో స్వచ్ఛమైన చైతన్యంగా
ఉంటారు. ఈ స్థితిలో తగినంత సమయం
ఉంటే ఏకత్వ ప్రపంచం
ప్రత్యక్షమౌతుంది. ఇలా చైతన్యం
మరియు శక్తితో తయారైన ఏకత్వ
ప్రపంచం ప్రత్యక్షమైన తర్వాత, మీ

చైతన్యం దానితో ఏకమౌతుంది. అంటే
 మీరు అన్నీ ఆకారాలతో అన్ని పాత్రలతో
 అన్ని వస్తువులతో, అన్ని ప్రదేశాలతో,
 అన్ని సమయాలతో కూడి ఉన్న
 ఏకత్వం లేదా అద్వైత ప్రపంచంతో
 అనుసంధానం అవుతారు. (From
 SomeBody → NoBody →
 Everybody; SomeOne → NoOne
 →EveryOne; SomeThing →
 NoThing → Everything;
 SomeWhere → NoWhere →
 Everywhere; SomeTime →
 NoTime → EveryTime).

ఎలాగైతే రాకెట్ తన భాగాలను
 ఒక్కొక్కటి వదిలేస్తూ అంతరిక్షంలోకి
 ప్రయాణిస్తుందో, అదే విధంగా మీకు
 ఉన్న నామరూపాలను వదిలేస్తూ
 మరింత వేగంగా ప్రయాణించడాన్ని
 కొనసాగించినట్లయితే, చివరికి మీరు
 అచలంగా అంతటా వ్యాపించి ఉన్న
 సంపూర్ణత్వ-స్థితితో లేదా ఏకత్వ-స్థితితో
 ఏకమౌతారు. ఏకత్వ క్షేత్రంలో
 అనంతమైన ప్రీక్వెన్సీలు అనంతమైన
 సామర్థ్యాలు ఉంటాయి. ఇది ఏకత్వ
 దృష్టితో విశ్వం మొత్తాన్ని గమనిస్తూ

ఉంటుంది. డైరెక్టర్లా ఇది అన్నింటినీ
స్వయంగా నడిపిస్తూ అంతా సరిగ్గా
పర్ఫెక్ట్గా జరుగుతోందనే దృష్టితో
చూస్తుంది. దీనిని మీరు పరమాత్మ అని,
దైవ మానసమని, లేదా మూల శక్తి అని,
మూల చైతన్యమని ఇలా ఏ పేరుతో నైనా
పిలవచ్చు. ఈ ప్రదేశంలో అనంతమైన
సామర్థ్యాలు లేదా అవకాశాలు లేదా
పోటెన్షియల్స్ రెడిమేడ్గా ఆలోచనలుగా
ఉంటాయి.

ఏకత్వ క్షేత్రం అనేది అన్నింటినీ
స్వయంగా నడిపించే మేధస్సు, ఇది
ఎల్లప్పుడూ భౌతిక ప్రపంచాన్ని ఇందులో
ఉన్న రూపాలను సమన్వయంతో
నడిపిస్తూ గమనిస్తుంది. మీరు ఏకత్వ
క్షేత్రానికి దగ్గరగా వెళ్లి, ఎంత ఎక్కువ
లోంగిపోతే, దానితో అంతగా
ఏకమౌతారు. అప్పుడు మీరు తక్కువ
విభజనను మరియు లోటును
అనుభవిస్తారు, తద్వారా మీరు మరింత
సంపూర్ణత్వాన్ని అనుభవిస్తారు. మీరు
ఎరుకతో ఈ ఏకత్వ క్షేత్రంలో ఉన్న
అనంతమైన సామర్థ్యాలను
గుర్తించినప్పుడు, మీరు అన్నీ
ఆకారాలుగా, అన్ని పాత్రలుగా, అన్ని

వస్తువులుగా, అన్ని ప్రదేశాలుగా, అన్ని
సమయాలుగా, మీ భవిష్యత్తు కలలతో
సహా ఉన్న చైతన్యంతో కనెక్ట్ అయినట్లు
అనుభూతి చెందడం ప్రారంభిస్తారు.

అయితే ఒక హెచ్చరిక ఉంది.
ఇంతకు ముందు చెప్పినట్లు, స్వచ్ఛమైన
చైతన్యంలోకి ప్రవేశించడానికి ఏకైక
మార్గం మీరు స్వచ్ఛమైన చైతన్యంగా
మారడం. మరో మాటలో చెప్పాలంటే, ఈ
స్వచ్ఛమైన ఆలోచనా రాజ్యంలోకి
ప్రవేశించడానికి ఏకైక మార్గం మీరు
కూడా స్వచ్ఛమైన ఆలోచనగా మారడం.
దీని అర్థం మీరు మీ ఇంద్రియాలను,
నామరూపకీయాలను తప్పకుండా
అధిగమించాలి. అలాగే మీ ఎరుకను
పదార్థం మరియు కణాల నుండి తీసివేసి
దానికి బదులుగా ఎరుకను ఆకాశం లేదా
శక్తి లేదా తరంగంపై ఉంచాలి.

చైతన్యం అనేది ఎరుక కాబట్టి,
అలాగే ఎరుక అనేది శ్రద్ధను చూపడం
కాబట్టి, ఏకత్వ క్షేత్రాన్ని
అనుభవించడానికి మొదటి అడుగు దాని
గురించి తెలుసుకోవడం, ఎందుకంటే
మీకు దాని గురించి తెలియకపోతే, అది

మీ ఉనికిలో ఉండదు. మీరు ఈ అదృశ్యమైన, అభౌతికమైన అనంతమైన రాజ్యంలో ఒక ఎరుకగా ఉన్నప్పుడు, అలాగే మీరు ఒక ఉన్నతమైన ఎరుక సమక్షంలో ఎరుకగా ఉన్నాను అని తెలుసుకుంటే, మీ చైతన్యం ఉన్నతమైన చైతన్యంతో కలిసిపోతుంది.

మీరు పాత మార్గం నుండి బయటపడి (అంటే గతం నుండి భవిష్యత్తుకు ప్రయాణం చేసే అలవాటును వదిలేసి వర్తమానంలో ఉన్న శూన్యం అ తర్వాత ఏకత్వ క్షేత్రానికి ప్రయాణించి), ఈ క్షేత్రంలో చైతన్యంగా లేదా ఎరుకగా ఉండి, మీరు ఈ తెలివైన ప్రేమకు, ఈ విశ్వాన్ని సృష్టిస్తున్న సహజమైన మేధస్సుకు లొంగిపోతే, అది మిమ్మల్ని మింగేస్తుంది. ఈ ప్రేమపూర్వకమైన మనసు వ్యక్తిగతమైనది మరియు సార్వత్రికమైనది. ఇది మీలో మరియు మీ చుట్టూ అంతటా ఉన్నది. ఇది మిమ్మల్ని మింగేసినప్పుడు మీ శరీరంలో సమతుల్యతను సృష్టించడం మరియు పునరుద్ధరించడం జరుగుతుంది, ఎందుకంటే దీని స్వభావం

పదార్థాన్ని మరింత పొందికైన రీతిలో
అమర్చడం కనుక.

మీరు అనుభవించిన పాత
సామర్థ్యాలు కాకుండా ఈ క్షేత్రంలో
అనంతమైన కొత్త పొటెన్షియల్స్,
అపరిమితమైన కొత్త సామర్థ్యాలు
మరియు అనుభవాలు మీ కోసం ఎదురు
చూస్తున్నాయి. మీరు ఒక స్వచ్ఛమైన
ఆలోచనగా, స్వచ్ఛమైన ఆలోచన
యొక్క ఈ క్షేత్రంలో ఉన్నప్పుడు,
మిమ్మల్ని పరిమితం చేసే ఏకైక
విషయం మీ పాత ఊహలు, జ్ఞాపకాలు.

మీరు ఈ ఆలోచనా క్షేత్రంలో
ఉన్నప్పుడు, మీరు గత పాత జీవితం
గురించి మళ్ళీ ఆలోచిస్తే, మీ ఎరుక అనేది
ద్వంద్వ-ప్రపంచంలోకి తిరిగి వస్తుంది.
తెలిసిన పాత ప్రపంచం యొక్క
స్థాయిలోనే మీ శక్తి తిరిగి కంపిస్తుంది.
దీని వలన మీరు మీ వ్యక్తిగత జీవితంపై
తక్కువ ప్రభావాన్ని చూపగలుగుతారు.
మీ జీవితంలో ఏ మార్పు ఉండదు. ఈ
పరిస్థితిలో, మీ కలలు ఏకత్వ క్షేత్రంలో
ఆలోచనలుగా ఉన్నట్లయితే, మీ కలలు
సాకారం కావడానికి చాలా సమయం

పడుతుంది. కనుక మీ పాత ఊహలు,
జ్ఞాపకాల మీద 1% మాత్రమే దృష్టి
పెట్టండి.

మీ శరీరాన్ని హీల్ చేసుకోవడానికి,
మీరు మీ శరీరాన్ని అధిగమించాలి. మీ
జీవితంలో కొత్త దానిని సృష్టించడానికి,
మీరు మీ పాత జీవితాన్ని
తాత్కాలికంగానైనా మరచిపోవలసి
ఉంటుంది. మీ బాహ్య వాతావరణంలో
సమస్యను మార్చడానికి, మీరు మీ
జ్ఞాపకశక్తిని మరియు ఆ సమస్యకు
సంబంధించిన భావోద్వేగాలను
అధిగమించవలసి ఉంటుంది. అలాగే
మీరు మీ భవిష్యత్తులో కొత్త, ఊహించని
ఈవెంట్‌ని సృష్టించాలనుకుంటే, మీకు
తెలిసిన గత జ్ఞాపకాల ఆధారంగా, అదే
తెలిసిన భవిష్యత్తును ఊహించడం మీరు
ఆపివేయాలి. పాత వాటిని సృష్టించిన
చైతన్యం కంటే ఉన్నతమైన చైతన్యంలోకి
మీరు వెళ్లవలసి ఉంటుంది.

కనుక మీరు తెలిసిన గత జ్ఞాపకాల
ఆధారంగా, తెలిసిన భవిష్యత్తును
సృష్టించే అలవాటును వదిలేసి,
వర్తమానంలోకి ప్రయాణించి, అంటే

ఇప్పుడే ఇక్కడే ఉన్న శూన్యం ఆ తర్వాత ఏకత్వ క్షేత్రంలోకి ప్రయాణించి, అందులో ఉన్న తెలియని కొత్త సామర్థ్యాలను ఎంపిక చేసుకొని కొత్తగా జీవించే అలవాటును పెంపొందించుకోండి.

ఇలా మీరు జీవిస్తే మీ శరీరం దూదిపింజలూ తేలికగా హాయిగా ఉంటుంది. కనుక మీరు 50% అచలంగా ఉన్నప్పుడే దూదిపింజలూ ఉన్న మీ శరీరాన్ని సన్మార్గంలో నడిపిస్తారు. లేకుంటే తెగిన గాలి పటంలా తయారౌతుంది మీ జీవితం. సరైన దిశా నిర్దేశం లేకపోవడం వలన జీవితం గందరగోళంగా ఉంటుంది. కనుక కదలకుండా, చావకుండా, పుట్టకుండా, మారకుండా అంతటా వ్యాపించి ఉన్న ఆకాశంతో లేదా ఏకత్వ క్షేత్రంతో ఏకమై ఉన్న అనుభవం మీకు 50% ఎల్లప్పుడూ తప్పకుండా ఉండాలని ఆకాంక్షించండి.

ఏకత్వ క్షేత్రంలో మీరు ఎక్కడికీ వెళ్ళలేరు, ఎందుకంటే మీరు అంతటా ఉంటారు. దేనినీ కోరుకోవాలని మీకు అనిపించదు ఎందుకంటే మీరు చాలా

సంపూర్ణంగా మరియు మొత్తంగా ఉన్న
అనుభవంతో ఉంటారు, మీకు ప్రతి
వస్తువు ముందు నుంచే ఉన్నట్లు
అనిపిస్తుంది; మీరు అన్ని పాత్రలు నేనే
అనే స్థితిలో ఉంటారు కాబట్టి, మీరు
ఎవరినీ జడ్జ్ చేయలేరు; అలాగే మీరు
అన్ని శరీరాలు నేనే అనే స్థితిలో
ఉంటారు కాబట్టి ఇకపై ఏదో ఒక
శరీరానికి బందీ కావాల్సిన అవసరం
లేదు. అలాగే మీరు అనంతమైన
సమయం ఉన్న క్షేత్రంలో ఉన్నప్పుడు,
సమయం సరిపోవడం లేదని ఆందోళన
చెందరు.

మీరు ఎంత సంపూర్ణత్వాన్ని
అనుభూతి చెందితే, అంత తక్కువ
లోటును అనుభూతి చెందుతారు. దీని
వలన మీకు తక్కువ కావాలని
అనిపిస్తుంది. మీరు సంపూర్ణత్వాన్ని
అనుభూతి చెందుతున్నప్పుడు, మీరు
ఎలా కోరుకుంటారు లేదా ఎలా కొరతతో
జీవిస్తారు? తక్కువ కొరత ఉంటే,
ద్వంద్వత్వం మరియు విభజన నుండి
స్పష్టించాల్సిన అవసరం తక్కువగా
ఉంటుంది.

మీరు సంపూర్ణంగా ఉండి ఏదైనా
సృష్టించాలని అనుకున్నప్పుడు, మీరు
ముందే దానిని కలిగి ఉన్నట్లు మీకు
అనిపిస్తుంది. కోరుకోవడం,
ప్రయత్నించడం, బలవంతం చేయడం,
అంచనా వేయడం, పోరాడడం లేదా
ఆశించడం ఇకపై ఉండవు. మీరు
సంపూర్ణ స్థితి నుండి సృష్టించినప్పుడు,
తెలుసుకోవడం మరియు గమనించడం
మాత్రమే ఉంటుంది. ఏకత్వ క్షేత్రంలో
వాస్తవాన్ని సృష్టించడానికి ఇది కీలకం:
అన్నింటితో విడిగా ఉండకుండా,
అన్నింటితో కలిసి ఉన్న అనుభవంగా
ఉండడం.

త్రి డైమెన్షన్ ద్వంద్వ ప్రపంచంలో
రెండు వస్తువులు లేదా రెండు చైతన్య
బిందువుల మధ్య ఖాళీ ఉన్నట్లు భ్రాంతి
చెందడం వలన సమయం అనేది
ఏర్పడుతుంది. మీరు ఎంత ఎక్కువ
ఏకత్వ క్షేత్రంతో ఉంటే, మీకు మరియు
వస్తువుకి మధ్య అంత తక్కువ దూరం
లేదా విభజన ఉంటుంది. మీ చైతన్యం
ఏకత్వ క్షేత్రంతో, సంపూర్ణత మరియు
ఐక్యత యొక్క క్షేత్రంతో విలీనం
అయినప్పుడు, చైతన్యం యొక్క రెండు

బిందువుల మధ్య విభజన ఉండదు
కనుక సమయాన్ని అనుభూతి
చెందము.

ఇలా విలీనం అయినప్పుడు ఈ
సంపూర్ణత్వం అనేది మీ శరీరం,
హార్మోన్లు, జన్యువులు, గుండె మరియు
మెదడులో ప్రతిబింబిస్తుంది, తద్వారా మీ
మొత్తం వ్యవస్థ పునరుద్ధరించబడి
సమతుల్యత నెలకొంటుంది. మీ స్వయం
నియంత్రితవ్వ నాడి వ్యవస్థ (autonomic
nervous system) లోకి ఉన్నతమైన
శక్తి తరంగాలు ప్రవేశిస్తాయి. వీటి ఎజెండా
సమతుల్యత మరియు క్రమాన్ని
సృష్టించడం కనుక ఇవి మీకు నిరంతరం
ప్రశాంతమైన జీవితాన్ని ఇస్తుంది. అలాగే
ఈ శక్తి సంపూర్ణత్వం యొక్క సందేశాన్ని
కూడా తీసుకువస్తుంది, దీని ఫలితంగా
మీరు మరింత దైవంగా మారుతారు.

మీరు అనుభవించే ప్రీక్వెన్సీ ఎంత
ఎక్కువ ఉంటే, అంత తక్కువ సమయం
పడుతుంది సంకల్పించినది ద్వంద్వ
ప్రపంచంలో వాస్తవ రూపం దాల్చడానికి.
విభజన యొక్క భ్రాంతి మీ అనుభవంలో
అసలే లేనప్పుడు, మీకు మరియు

వ్యక్తులు, వస్తువులు, స్థలాలు,
పదార్థాలు, సంకల్పాల మధ్య తక్కువ
దూరాన్ని గమనిస్తారు లేదా దూరమే
లేనట్టు అనిపిస్తుంది. అందువల్ల, మీరు
ఏకత్వ క్షేత్రానికి ఎంత దగ్గరగా వెళితే,
మీరు ప్రతి ఒక్కరితో మరియు ప్రతి
వస్తువుతో అన్ని సంకల్పాలతో మరింత
చేరువ అయినట్టు అనిపిస్తుంది. ఇలా
మీరు దేశ-కాల-వస్తువులకు అతీతంగా
ఉన్న వెంటనే అనుకున్న సంకల్పం
సులభంగా నెరవేరుతుంది.

మీరు చైతన్యంగా ఏకత్వం యొక్క
రాజ్యంలో ఉన్నప్పుడు, ఇక్కడ విభజన
అనేదే ఉండదు కనుక సమయం
శాశ్వతమైనదిగా ఉంటుంది లేదా
సమయం ఆగిపోతుంది. అలాగే
గుర్తుంచుకోండి: అనంతమైన సమయం
ఉన్నప్పుడు, అనంతమైన ఆకాశాలు,
ఊహకు అందని డైమెన్షన్లు,
లెక్కలేనన్ని వాస్తవాలు
అనుభవించడానికి ఉంటాయి. మీరు
ఎక్కడ ఉండాలని అనుకుంటారో వెంటనే
అక్కడ ఉంటారు. మీరు ఎలా ఉండాలని
అనుకుంటారో అలా ఉంటారు. ఇక్కడ
సృష్టించడానికి ప్రయత్నించాల్సిన

అవసరమే ఉండదు, ఎందుకంటే మీరు
సృష్టించాలని అనుకున్నది రెడిమేడ్ గా
ఒక ఆలోచనగా ముందు నుంచే ఈ
క్షేత్రంలో ఉంది కనుక. మీరు
చేయాల్సిందల్లా దాని గురించి ఎరుక
కలిగి ఉంటూ, దానిని మీ అంతరంలో
గమనిస్తూ అనుభవించడం.

*మీరు ఒక పరిమిత శరీరం నుండి,
శరీరం లేని వారిగా ఉండి, ఆ తర్వాత
అన్ని శరీరాలు నేనే అయి ఉన్నాను అనే
స్థితికి మీ దృష్టి మళ్లినప్పుడు, మీరు ఏ
శరీరానైనా సృష్టించవచ్చు. (From
SomeBody → NoBody →
EveryBody → AnyBody).

*మీరు ఏదో ఒక పాత్రగా జీవించడం
నుండి, ఏ పాత్ర లేనివారిగా ఉండి, ఆ
తర్వాత అన్ని పాత్రలు నేనే అయి
ఉన్నాను అనే స్థితికి మీ దృష్టి
మళ్లినప్పుడు, మీరు ఏ పాత్రగానైనా
మారిపోవచ్చు. (From SomeOne →
NoOne → EveryOne → AnyOne).

*మీరు మీ దృష్టిని ఏదో ఒక వస్తువు
నుండి తీసివేసి, ఏ వస్తువులు లేని
రాజ్యంలోకి వెళ్ళితే, మీరు అన్ని

వస్తువులతో ఏకమై ఉండడం వలన,
మీరు దేనినైనా కలిగి ఉండవచ్చు.
(From SomeThing → NoThing →
EveryThing → AnyThing).

*మీరు మీ ఎరుకను ఏదో ఒక ప్రదేశం
నుండి, ఏ ప్రదేశంలో లేని స్థితికి మళ్ళిస్తే,
మీరు అన్ని ప్రదేశాలలో అంతటా
ఉంటారు కనుక మీరు ఎక్కడైనా
జీవించవచ్చు. (From SomeWhere
→ NoWhere → EveryWhere →
AnyWhere).

*చివరిగా, మీరు మీ చైతన్యాన్ని ఏదో
ఒక సమయం నుండి, సమయం లేని
స్థితికి మార్చినప్పుడు, మీరు అన్ని
సమయాలలో ఉంటారు. దీని వలన
మీరు ఏ కాలంలోనైనా ఉండవచ్చు. (
From SomeTime → NoTime →
EveryTime → AnyTime).

ఏకత్వ క్షేత్రంపై మీ దృష్టిని ఉంచడం
ద్వారా, మీకు దాని గురించి ఎరుక
కలిగినప్పుడు - దానిని గమనించండి,
అనుభవించండి, అనుభూతి చెందండి,
దానితో ప్రతిక్షణం ఉండండి. ఇలా దాని
మీద దృష్టి పెడితే అప్పుడు ప్రతిరోజూ
అది మీ వాస్తవంలో ప్రకటమౌతూనే

ఉంటుంది. అది ఎలా వ్యక్తమౌతుంది?
తెలియని విధంగా: అవకాశాలుగా,
యాదృచ్ఛికంగా, అదృష్టంగా, ఆశ్చర్యంతో
నిండిన క్షణాలుగా, సరైన సమయంలో
సరైన స్థలంలో వ్యక్తమౌతుంది.

ఈ ఏకత్వ క్షేత్రం దైవికమైన,
ప్రేమగల మేధస్సు. ఇది మీ లోపల
మరియు మీ చుట్టూ ఉన్నది. కాబట్టి
మీరు ప్రతిసారీ దానిపై మీ దృష్టిని
కేంద్రీకరించినప్పుడు, మీ లోపల
మరియు మీ చుట్టూ ఉన్న దైవాన్ని
మీరు అనుభూతి చెందుతారు. మీరు
దానిపై మీ దృష్టిని ఉంచినప్పుడు, మీ
జీవితంలో దివ్యత్వం ఎక్కువగా
కనిపిస్తుంది.

చైతన్యం అనేది ఎరుక మరియు
ఎరుక అనేది శ్రద్ధ చూపడం కాబట్టి,
మీరు దాని గురించి తెలుసుకొని దానిపై
శ్రద్ధ చూపినప్పుడు, మీరు దానితో
విలీనం అవుతారు. దాని యొక్క
అనుభవం అక్షరాలా మీరు దానిలా
మారేలా చేస్తుంది. మీరు ఈ ఏకత్వ
క్షేత్రంలో లోతుగా వెళ్ళి మిమ్మల్ని మీరు
అర్పించుకున్నప్పుడు, మీరు

అన్వేషించడానికి మరియు
అనుభవించడానికి ఎల్లప్పుడూ కొత్తది
ఉంటూనే ఉంటుంది.

అనుభూతులు అనేవి అనుభవాల
యొక్క చివరి ఫలితం కనుక, మీరు
ద్వంద్వత్వం లేదా విభజన నుండి
దూరంగా కాంతి వేగంతో ఏకత్వం వైపు
ప్రయాణిస్తే, మీరు ప్రేమను, ఐకమత్యాన్ని
మరియు సంపూర్ణత్వాన్ని మరింత
లోతుగా అనుభవిస్తారు. ఇలా మీరు
అనుభవించినప్పుడు, మీ శరీరంలో
మెదడులో మార్పులు వస్తాయి.

అలాగే అన్ని వ్యాధులకు కారణం -
శక్తుల మధ్య సంబంధాలు సరిగ్గా
లేకపోవడం. దీని వలన సమతుల్యత
లోపించి వాటి ప్రీక్వెన్సీ తగ్గిపోతుంది.
ఎప్పుడైతే శరీరం ఈ కొత్త పొందికైన
ఉన్నతమైన ప్రీక్వెన్సీని అనుభవిస్తుందో,
దాని ద్వారా వచ్చే శక్తి శరీరం యొక్క
ప్రకంపనాన్ని పొందికను మరియు
సమతుల్యతను పెంచుతుంది.

స్వయం-నియంత్రిత్వ నాడీవ్యవస్థ
(autonomic nervous system)
యొక్క ఎజెండా సమతుల్యత మరియు

ఆరోగ్యాన్ని సృష్టించడం. కాబట్టి మీరు
 దానికి అడ్డు తగలకుండా ఉన్నప్పుడు
 అంటే విశ్లేషించడం ఆలోచించడం మానేసి
 పూర్తిగా దానికి లొంగిపోయి
 ఉన్నప్పుడు, ఈ మేధస్సు మీ
 జీవితంలోకి ప్రవేశించి ఆరోగ్యాన్ని
 సృష్టిస్తుంది. అలాగే ఏకత్వ క్షేత్రం నుండి
 ఎక్కువ ప్రీక్వెన్సీతో, మీకు మీరే బాగు
 చేసుకోగలిగే సందేశాన్ని కూడా ఇది
 మీకు అందిస్తుంది. ఈ సమతుల్య శక్తి
 పదార్థం యొక్క ప్రీక్వెన్సీని పెంచుతుంది.
 అంటే ఇది అస్పష్టంగా ఉన్న రేడియో
 స్టేషన్ యొక్క ప్రీక్వెన్సీని, స్పష్టమైన
 ప్రీక్వెన్సీగా స్పష్టమైన సిగ్నల్ గా
 మార్చడం లాంటిది.

ఇలా మీరు మరియు మీ శరీరం
 మరియు సమతుల్యమైన సంకేతాలను
 అందుకున్నప్పుడు, మీరు గాఢమైన
 ప్రేమ, ఉనికి పట్ల గాఢమైన ఆనందం,
 ఉన్నతమైన స్వేచ్ఛానుభూతి,
 వర్ణించలేని ఆనందం, ఆశ్చర్యకరమైన
 జీవితానుభూతి, గాఢమైన
 కృతజ్ఞతానుభూతి మరియు
 వినయపూర్వకమైన శక్తి సామర్థ్యాలను
 అనుభవిస్తారు. ఉన్నతమైన అనుభూతి

రూపంలో ఏకత్వ క్షేత్రం నుండి వచ్చే శక్తి,
మీ శరీరాన్ని కొత్త చైతన్యానికి మరియు
కొత్త మనస్సుకు శృతి చేస్తుంది.
ఉన్నతమైన అనుభూతి అనేది హృదయ
స్పందనలతో, కొత్త జన్మవులకు కొత్త
మార్గాల్లో సంకేతాలను అందిస్తూ, మీ
శరీరాన్ని గతం నుండి బయటకు
లాగడానికి కావలసిన మార్పులను
సృష్టిస్తుంది.

మీరు ఏకత్వ క్షేత్రానికి దగ్గరగా
వెళ్ళినప్పుడు, మీరు జ్ఞానం మరియు
సమాచారాన్ని విభిన్నంగా కొత్తగా
వినడం లేదా అనుభవించడం
ప్రారంభమవుతుంది. ఎందుకంటే మీరు
మీ మెదడు యొక్క సర్క్యూట్లను
మార్చడం వలన, అదే పాత వ్యక్తిలా
ఇకపై ఉండరు. మీరు సరికొత్త స్థాయిలో
సత్యాన్ని కలుస్తారు, అలాగే మీకు
తెలుసిన పాత విషయాలు కూడా
సరికొత్తగా కనిపిస్తాయి. ఇలా మీ
అంతరానుభవం అనేది బాహ్య
ప్రపంచంలో జరుగుతున్న విషయాలను
గమనించే విధానాన్ని మార్చేసింది. మరో
మాటలో చెప్పాలంటే, మీరు
మేల్కొన్నారు.

రోజు ఇలా మీరు అంతర్ ప్రయాణం
 చేసి మూలానికి చేరి దానితో
 సంబంధాన్ని పెట్టుకుని, దానితో
 సంభాషిస్తున్న క్షణంలో: మీ ప్రవర్తన
 దాని ప్రవర్తనలాగే ఉంటుంది, దాని
 స్వభావమే మీ స్వభావం అవుతుంది,
 అలాగే మీ ద్వారా మరింత లోతైన ప్రేమ
 వ్యక్తమౌతుంది. దాని సహజసిద్ధమైన
 లక్షణాలు ఏమిటి? మీరు మరింత
 ఓపికగా, క్షమాగుణంతో,
 అంగీకారభావంతో, ఎరుకతో, చైతన్యంతో,
 అవగాహనతో, బుద్ధిపూర్వకంగా,
 ఇచ్చేగుణంతో, నిస్వార్థంగా, ప్రేమగా,
 ప్రస్తుత క్షణంతో ఉంటారు. ఇలా
 మచ్చుకు కొన్ని లక్షణాలను చెప్పాను.
 అలాగే మీరు వెతుకుతున్నది మిమ్మల్ని
 వెతుకుతున్నదని మీరు గ్రహిస్తారు.
 మీరు దాని లాగా అది మీ లాగా
 తయారవుతారు.

నేను పైన చెప్పినట్టు చేసి
 అనుకున్నది సాధిస్తే పరవాలేదు. కాని
 ఒక వేళ మీరు అనుకున్నది
 సాధించలేకపోతే అర్థం చేసుకోండి, మీరు
 ఒక పదార్థంగా ఉంటూనే పదార్థాలను
 నడిపించాలని చూస్తున్నారని, లేదా ఒక

పాత్రగా ఉంటూనే మిగతా పాత్రలను
నడిపించాలని చూస్తున్నారని. దీనిని
గ్రహించి మీ జీవితాన్ని మీరే
నడిపించాలనే ప్రయత్నాన్ని ఆపి,
మీకున్న నామరూపక్రియలతో
అంటిముట్టనట్టుగా ఉంటూ, మీతో సహా
అందరినీ అన్నింటినీ లయబద్ధంగా
నడిపిస్తున్న దైవానికి సరెండర్ అవ్వండి.

కనుక రోజు మీరు దైవం
సహాయంతో ఏకత్వ క్షేత్రానికి వెళ్ళండి
లేదా మీరు ద్వంద్వ ప్రపంచంలోనే
ఉంటూ శూన్యాన్ని అనుభూతి
చెందుతూ ప్రశాంతంగా ఉండడం ద్వారా
ఏకత్వ శక్తులు ద్వంద్వ ప్రపంచంలోకి
రావడానికి అనుమతించండి. దీని కోసం
రోజూ ఈక్రింది విధంగా క్రమశిక్షణతో
ఉండడానికి ప్రయత్నించండి:

* మీ చైతన్యం ఉన్నతమైన చైతన్యంతో
విలీనం కావడానికి అనుమతించండి;

* తెలివైన ప్రేమకు లోతుగా లొంగిపోండి;

* తెలియని దానిని విశ్వసించండి;

* పరిమిత చైతన్యానికి సంబంధించిన
కొన్ని అంశాలను నిరంతరం ఉన్నతమైన
చైతన్యానికి అప్పగించండి;

* నేనే అంతా అంతా నేనే అని
అనుభవపూర్వకంగా తెలుసుకోవడానికి,
శూన్యంలో మిమ్మల్ని మీరు కోల్పోండి;

* సమతుల్య శక్తితో కూడిన అనంతమైన
లోతైన సముద్రంలో విశ్రాంతి తీసుకోండి;

* తెరిచిన హృదయంతో విచ్చుకుని
లోతుగా మరింత లోతుగా మిమ్మల్ని
మీరు ఏకత్వానికి సమర్పించుకోండి;

* నిరంతరం మీపై మీకున్న అదుపును
వదిలేస్తూ ద్వంద్వ ప్రపంచంలో కూడా
ఆకాశాన్ని అనుభూతి చెందుతూ
ప్రశాంతంగా ఉండండి;

* సంపూర్ణత్వం యొక్క ఉన్నతమైన
స్థాయిలను రోజూ నిత్య నూతనంగా
అనుభవించండి; చివరగా

* చైతన్యంగా ఉంటూ, మీ చుట్టూ ఉన్న
ఈ ఏకత్వ క్షేత్రం గురించి ప్రతి క్షణం
తెలుసుకుంటూ, దాని పట్ల శ్రద్ధ
చూపుతూ, దానితో గడుపుతూ, దానిని

అనుభవించడానికి వీలైనంత
సమయాన్ని కేటాయించండి.

ద్వంద్వం \rightleftharpoons శూన్యం(Zero)

\rightleftharpoons అనంతం(Infinity)

నేనే అంతా అంతా నేనే అని
అనుభవపూర్వకంగా తెలుసుకోవడానికి,
శూన్యంలో మిమ్మల్ని మీరు కోల్పోండి
అని పైన చెప్పాను. ఇక్కడ అద్వైతం
లేదా ఏకత్వం లేదా పూర్ణానుభూతి లేదా
సచ్చిదానంద స్వరూపం అంటే
అనంతం(Infinity) అని; శూన్యం లేదా
ఆకాశం లేదా ఖాళీ అంటే సున్నా (Zero)
అని గ్రహించండి.

పరిమితమైన

నామరూపక్రియలతో ఉన్న మిమ్మల్ని,
ముందు పరిమితాలన్నీ వదిలేసి
సున్నా (Zero) అయిన తర్వాతే
అనంతం(Infinity) అవుతారని చెప్పాను.
ఇలా అనంతానుభూతిని లేదా
అద్వైతానుభూతితో ఉంటూనే కొత్త
సంకల్పంతో ద్వంద్వ ప్రపంచంలోకి వచ్చి
దానిని అనుభవించి మళ్ళీ శూన్యమైన
తర్వాతే అనంతమౌతారు. ఇలా

ద్వంద్వం⇌శూన్యం⇌అనంతానికి రోజు
ప్రయాణాన్ని కొనసాగించండి.

అచలంగా ఉన్న ఆకాశం కదిలితే
వాయువు, వాయువు ఘర్షణ లేదా
రాపిడి చెందితే అగ్ని, ఆ రాపిడి
చల్లబడితే జలము, ఆ జలము గట్టి
పడితే పృథ్వి ఏర్పడ్డాయని
భావనోపనిషత్ చెబుతోంది. కనుక మీరు
అన్నీ వదిలేసుకుంటూ అంటే
భూతత్వానికి, తర్వాత జలతత్వానికి,
తర్వాత అగ్నితత్వాన్ని తర్వాత వాయు
తత్వాన్ని తర్వాత ఆకాశతత్వాన్ని లేదా
శూన్యాన్ని వదిలేసి ఏకత్వ ప్రపంచంలోకి
ప్రయాణం చేయాలి. ఇలా అన్నింటికి
సంబంధించిన ఆలోచనలను
అనుభూతులను వదిలేస్తూ ఏకత్వ
ప్రపంచంలోకి ప్రవేశించండి. కొంత
సమయం ఏకత్వంతో గడిపిన తర్వాత
కొత్త దివ్యమైన స్వచ్ఛమైన సంకల్పంతో
మళ్ళీ తిరిగి ద్వంద్వ ప్రపంచంలోకి
రావాలి.

అంటే మీరు అచలంగా ఉంటూనే,
అక్కడే రెడిమేడ్ గా వాయువులా
కదలుతున్న దివ్యమైన సంకల్పానికి

సంబంధించిన ఆలోచనను గుర్తించి
 మీలో అనుభూతి చెందాలి. తర్వాత ఆ
 ఆలోచన అగ్ని రూపం దాల్చినట్టు మీలో
 అనుభూతి చెందాలి. తర్వాత ఆ
 అగ్నిరూపం చల్లబడి జలరూపాన్ని
 ధరించినట్టు అనుభూతి చెందాలి.
 చివరగా ఆ జలరూపం మరింత గట్టి పడి
 సంకల్పించిన రూపంగా తయారైనట్టు
 అనుభూతి చెందాలి. ఇలా అనుభూతి
 చెందితే అనుకున్న సంకల్పం కొంత
 సమయానికి ఫలిస్తుంది. ఇలా ద్వంద్వ
 ప్రపంచంలో ఫలాన్ని అనుభవించి తిరిగి
 ఏకత్వం వైపు ప్రయాణం చేయాలి.

ఇలా కొన్ని రోజులు సృష్టి-స్థితి-
 లయం-మాయ నుంచి బయటకు
 రావడం-అనంతంలో కలిసిపోవడం అనే
 పంచముఖ సాధనను కొనసాగిస్తే, మీరు
 అటూ-ఇటూ ప్రయాణం చేయడంలో
 నిష్ణాతులౌతారు. మొదట్లో ఇది పైనుంచి
 కిందికి, కింది నుంచి పైకి ఒక స్పైరల్
 లాగా హై-ప్రీక్వెన్సీ నుంచి లో-ప్రీక్వెన్సీకి,
 లో-ప్రీక్వెన్సీ నుంచి హై-ప్రీక్వెన్సీకి
 ప్రయాణిస్తున్నట్టు ఉంటుంది. ఇక్కడ
 నిష్ణాతులవ్వడం అంటే ద్వంద్వ-
 శూన్యం(Zero)-ఏకత్వ(Infinity), ఈ

మూడు స్థితులు మరియు మీరు
ఒకదాని గురించి మరొకటి సంపూర్ణంగా
అర్థం చేసుకుని ఏకమవ్వడం. ఇలా
ఏకమైనప్పుడు ఒకదాని యొక్క
లక్షణాలు మరొకదానికి ప్రసరించి చివరికి
అన్ని ఒకే లాగా తయారౌతాయి.


అంటే పైన నేను ద్వంద్వ
లక్షణాలు -శూన్యం లక్షణాలు -ఏకత్వ
లక్షణాలు వేరు వేరు గా వర్ణించాను.
అలాగే ద్వంద్వ కంటే శూన్యం(Zero)
గొప్పదని, అలాగే శూన్యం(Zero) కంటే
ఏకత్వం(Infinity) గొప్పదని వర్ణించాను.
కాని అటూ-ఇటూ ప్రయాణం చేయడం
వలన అన్నింటి లక్షణాలు మిగతా
అన్నింటికీ ప్రసరిస్తాయి. కొంత కాలం
ఇలా ప్రయాణం చేసినప్పుడు అన్ని
లక్షణాలు మూడు స్థితులలో ఉంటాయి.
అప్పుడు మూడు స్థితులు
సమానమౌతాయి. అంటే అప్పుడు
ద్వంద్వ = శూన్యం(Zero) = ఏకత్వ(Infinity).


మరొక రకంగా చెప్పాలంటే
పైనుంచి కిందకు ప్రయాణించడానికి
బదులు, మూడు సమానం అవడం

వలన, అనంతాకారంలో (Infinity)



ప్రయాణించడం

మొదలుపెడతాయి. అంటే పాము తన తోకనే తన నోట్లో పెట్టుకున్నట్టు. ఇక్కడ తల అనేది అనంతానికి (Infinity), తోక అనేది ద్వంద్వ ప్రపంచానికి సూచిక. ఇలా అనంతాకారంలో  తల నుంచి తోకకు, తోక నుంచి తలకు మీరు అచలంగా ఉంటూనే శక్తి-చైతన్యంగా కదలుతారు.

అచలంగా అనంతంగా వ్యాపించి ఉంటూనే, అనంతాకారంలో ప్రయాణించడం కొనసాగిస్తే చివరికి ఇది తల, అది తోక అని కూడా గుర్తించలేని స్థితి ఏర్పడుతుంది . అప్పుడే పూర్ణానుభవం పూర్ణంగా అనుభవానికి వస్తుంది. అంటే పూర్ణానుభవమే మిగిలి ఉంటుంది. అంటే ఆదిమధ్యంతరాలు లేని అనంతానుభవమే మిగిలి ఉంటుంది. అంటే నేనే అంతా-అంతా నేనే అనే అనుభవమే మిగిలి ఉంటుంది. అంటే నిరాకారంగా నిశ్చలంగా ఉంటూనే ఒకే సారి అనేక రూపాలను ధరించి అన్ని పాత్రలలో ఒకే సారి నటిస్తున్న మొనో (Mono) యాక్టర్ ను నేనే అనే

అనుభవమే మిగిలి ఉంటుంది. అంటే
అనంతమైన నేను మాత్రమే మిగిలి
ఉంటుంది.

ఇలా తమోగుణం = రజోగుణం =
సత్వగుణం = శుద్ధసత్వం = నిర్గుణం;

పాజిటివ్ = నెగెటివ్ = న్యూట్రల్ =
జీవాత్మ = ఆత్మ = పరమాత్మ;

జాగ్రత్ = స్వప్న = సుషుప్తి =
తుర్యం = తుర్యాతీతం;

భూతాకాశం = చిత్తాకాశం =
చిదాకాశం = బ్రహ్మానందం =
సచ్చిదానంద స్వరూపం;

సృష్టి = స్థితి = లయం = మాయ
నుంచి బయటకు రావడం = అనంతంలో
కలిసిపోవడం.

ఇలా అన్నీ ఎక్కువ-తక్కువ
స్థాయి నుంచి అన్నీ సమాన స్థాయికి
రావాలని గ్రహించండి. అలాగే ఏ పదం
పలికినా ఒకే అర్థం ఒకే అనుభవం
చిన్నపిల్లలకు కలిగినట్టు మనకు
కలిగినప్పుడే పూర్ణానుభవం లేదా,
సచ్చిదానంద స్వరూపం లేదా,


ఏకానుభవం అనేది మిగిలి ఉంటుందని
గ్రహించండి.

మౌనం-అచలం

మీరు మీ చేతిని
చూస్తున్నప్పుడు, చూడబడే చేయి
object, చూసేవారైన మీరు subject.
చూసేవారైన మీరు, చూస్తున్న వస్తువు
నుండి తప్పకుండా వేరుగా ఉండాలి.
అప్పుడే చూడగలుగుతారు. మీరు మీ
శరీరాన్ని బయట నుండి మరియు
లోపల నుండి కూడా చూడవచ్చు. మీరు
కళ్ళు మూసుకుని లోపల నుండి మీ
శరీరాన్ని చూడవచ్చు. లోపల చీకటిగా
ఉండడం వలన అది అస్పష్టంగా
ఉండవచ్చు. అయినప్పటికీ మీరు చాలా
విషయాలను అనుభూతి చెందుతారు.
మీ గుండె కొట్టుకోవడం మీకు
వినబడుతుంది. మీరు నిజంగా చాలా
నిశ్శబ్దంగా ఉంటే, మీ రక్త ప్రసరణ
శబ్దాన్ని కూడా మీరు వినవచ్చు.

అలాగే మీరు మీ మనస్సును
చూడవచ్చు. దాని ఆలోచనలన్నీ మీ
వీక్షణకు అందుబాటులో ఉంటాయి.
మీరు మనస్సు యొక్క సూక్ష్మ

వ్యక్తీకరణను చూడవచ్చు. అలాగే కొద్దిగా
కష్టమైనా మీరు మనోభావాలను
అనుభూతులను కూడా చూడవచ్చు.
అంటే మీరు శరీరం మనసు హృదయం
కాదు, వీటిని గమనించే సాక్షి. ఇది
వీటన్నింటి కంటే అతీతంగా ఉంటుంది.

ఆలోచనలకు అనుభూతులకు
మించి చూడటానికి ఏమీ ఉండదు,
అప్పుడు మౌనం మాత్రమే మిగిలి
ఉంటుంది. ఆ మౌనంలో ఒక గొప్ప
అద్భుతం జరుగుతుంది. చూస్తున్న శక్తి
చూస్తున్న తన వైపే తిరిగి మళ్లుతుంది.
అందుకే చాలా మతాలు పాము తన
నోటితో తన తోకను పట్టుకున్న
బొమ్మను చిహ్నంగా పెట్టుకున్నారు.
ఇది నోరు మరియు తోకతో ఉన్న వృత్తం.
అంటే తన నుంచి బాహ్యం వైపు
ప్రసరించిన శక్తి ఒక వృత్తం(circle) లాగా
లేదా అనంతాకారంలో(Infinity) 
తిరిగి తన వైపే కదులుతుంది.

అలాగే గతంలో మిమ్మల్ని ప్రతీ
విషయంలో పాజిటివ్, నెగెటివ్, న్యూట్రల్,
జీవాత్మ, ఆత్మ, పరమాత్మ అనుకోమని
16% సాధన చెప్పాను. ఇక్కడ పాజిటివ్,

నెగెటివ్, న్యూట్రల్ చూడబడే వస్తువు
object కు సంబంధించినవని; జీవాత్మ,
ఆత్మ, పరమాత్మ చూసే కర్త subject
కు సంబంధించినవని గ్రహించండి. ఇలా
అనుకున్నప్పుడు కూడా వృత్తంలాగా
లేదా అనంతాకారంలో మీ శక్తి బయటకు
వెళ్లి తిరిగి మీ వద్దకు వస్తుందని
గ్రహించండి. దీని వలన అచలం లేదా
మౌనం లేదా సాక్షి లేదా సచ్చిదానంద
స్వరూపం మాత్రమే మిగిలి ఉంటుంది.

ఇక్కడ సాక్షి అంటే తుది లేని
కన్ను. అంటే అచలంగా అంతటా
వ్యాపించి విశ్వం మొత్తాన్ని ఒకే సారి
చూస్తున్న కన్ను. ఆ చూపుకు ఏదీ
అడ్డు పడలేదు. గోడ బయట ఏముందో
చూడగలదు. కనుక మీ శక్తి బయటకు
వెళ్ళి మీ ఆత్మ వరకే లేదా పరిమితమైన
నేను వరకే తిరిగి వస్తే మీరు మాత్రమే
ఆనందానుభూతిని అనుభవిస్తారు.
అలాగే మీ శక్తి బయటకు వెళ్ళి
అనంతంగా వ్యాపించి ఉన్న పరమాత్మతో
ఏకమైతే, మీరు విశ్వం మొత్తాన్ని
బ్రహ్మానందానుభూతితో పూర్ణానుభూతితో
చూడగలుగుతారని ఇక్కడ గ్రహించండి.

ఎంపిక

కనుక పూర్ణానుభవం మీకు కలగాలంటే మీరు కొంతను(limited) కాకుండా మొత్తాన్ని ఎంపిక చేసుకోవాలి. అంటే ఈ సృష్టిలో ఉన్న మీకు నచ్చినవి మాత్రమే కాకుండా, సృష్టిలో ఉన్న అన్నింటినీ ఎంపిక చేసుకుని ముద్దగా అనుభవించినప్పుడు మాత్రమే, పూర్ణానుభూతిని మీరు అనుభవిస్తారని ఇక్కడ గ్రహించండి. అంటే త్రిగుణాత్మకమైన ప్రపంచాన్ని మరియు ఈ సృష్టిని నడిపిస్తున్న పరమాత్మను ఎంపిక చేసుకోవాలి. కనుక మీ ఎంపిక అసంపూర్ణంగా ఉంటే అసంపూర్ణమైన అనుభవం, పూర్ణంగా ఉంటే పూర్ణానుభవం కలుగుతుంది.

నేనే ఇంతకు ముందు 33% 16% సాధనలో మీకు తెలిసిన అన్ని వ్యతిరేకాలను సమపాళ్లలో ఉండాలని ఎంపిక చేసుకుని ముద్దగా అనుభవించమని సూచించాను. దీని గురించి మరింత సమాచారం కోసం ధర్మం అనే టాపిక్‌ను చదవండి. మీరు ప్రతి క్షణం మీ మనసులో వచ్చే

ఆలోచనకు తగ్గట్టు ఇది కావాలని, అది
వద్దని ఇలా ఏదో ఒకటి ఎంపిక
చేసుకుంటూనే ఉంటారు. ఇప్పటి నుంచి
నేను సూచించినట్టు అన్నీ వ్యతిరేకమైన
ఆలోచనలను ఒకే సారి ఎంపిక
చేసుకోండి. కేవలం ఎంపిక చేసుకొని
చూడండి, మీకే తెలుస్తుంది మనసు ఏ
స్థితిలో ఉంటుందో.

అంటే ఆడ-మగ-చెక్క-జీవాత్మ-
ఆత్మ-పరమాత్మ;

కోపం-శాంతం-న్యూట్రల్-జీవాత్మ-
ఆత్మ-పరమాత్మ;

ఆరోగ్యం-అనారోగ్యం-న్యూట్రల్-
జీవాత్మ-ఆత్మ-పరమాత్మ;

డబ్బు-బీదరికం-న్యూట్రల్-
జీవాత్మ-ఆత్మ-పరమాత్మ;

పాపు-పుణ్యం-న్యూట్రల్-జీవాత్మ-
ఆత్మ-పరమాత్మ;

పాజిటివ్-నెగెటివ్-న్యూట్రల్-
జీవాత్మ-ఆత్మ-పరమాత్మ;

డివైన్ బాడి-హ్యూమెన్ బాడి-
న్యూట్రల్ బాడి-జీవాత్మ-ఆత్మ-
పరమాత్మ;

అసంపూర్ణం-పూర్ణం-న్యూట్రల్-

జీవాత్మ -ఆత్మ -పరమాత్మ;

ఇలా అన్నింటినీ ఒకే సారి ఎంపిక చేసుకుని ముద్దగా అనుభవించినప్పుడు మాత్రమే అల్టిమేట్ అనుభవమైన పూర్ణానుభూతిని మీరు అనుభవిస్తారని ఎల్లప్పుడు మదిలో ఉంచుకోండి.

నేను సూచించిన టాపిక్లను చదవడానికి ఈ లింక్ను క్లిక్ చేయండి.

<https://darmam.com/telugutopics.html>

ఈ టాపిక్ గురించి ఆడియో రూపంలో మరింత వివరంగా వినడానికి ఈ లింక్ను క్లిక్ చేయండి.

https://youtube.com/playlist?list=PL7sfndcUtXfm9XBTCaWfoeKcgfkN7wUWi&si=C Agzml4nrCxDw_C5

ఈ క్రింద ఉన్న లింకును క్లిక్ చేసి
అందులో ఉన్న 'కొత్తవారు' అనే లింకును
క్లిక్ చేసి, ఆడియోలు వరుసగా వింటే
మరియు టాపిక్స్ చదివితే, మీకు న్యూ
ఎనర్జీ-అద్వైతం కాన్సెప్ట్ స్పష్టంగా
అర్థమవుతుంది. అలాగే మరింత
సమాచారం కోసం టెలిగ్రామ్, వాట్సాప్,
యూట్యూబ్ గ్రూప్ లలో జాయిన్
అవ్వండి.

[http://darmam.com/important-
topics.html](http://darmam.com/important-topics.html)