పరశువేది, కల్పవృక్షము, కామధేనువు
పొందుటకు అంతర్ యాగము

(సర్వ గ్రహ, వాస్తు, దృష్టి దోష నివారణ)

తొలిపరిచయం

పృథ్వీ గ్రహం తిరుగుతూ ఉన్నపుడు అది ఉత్తర దిశగా తిరుగుతోందా దక్షిణ దిశగా తిరుగుతోందా? ఏ కోణంలో మన పృథ్వీ గ్రహం తిరుగుతుంది? ఈ పృథ్వీ గ్రహం ప్రక్కన బలమైనటువంటి గ్రహాలు ఏమున్నాయి? తక్కువ బరువైనటువంటి గ్రహాలు ఏమున్నాయి? ఇది పృథ్వీ గ్రహానికి వాస్తు దోషం. పృథ్వీ గ్రహానికే వాస్తు దోషం నివారించగలిగేటటువంటి ఈ యజ్ఞము మీ ఇంటి వాస్తుని ఎంత సేపటిలో తగ్గిస్తుంది? ఆ రోజుకు ఆ రోజే వాస్తు దోషాలు పోతాయి. అంచేత సకల గ్రహ, వాస్తు, ఇంకో రకమైనటువంటి దోషముంటుంది. దృష్టి దోషం అంటాం. కొంతమంది చెప్తారే ఏడు రాక్షసులు, ఎవరా ఏడు రాక్షసులు? విఠల్ బాబాగారు చెప్తూ మొట్టమొదట మనిషికి ఉండేదేమిటంటే కోపం, ఆ కోపానికి ఇద్దరు భార్యలున్నారట, ఈర్ష్య, ద్వేషం. అక్కడితో సరిపోలేదు. మళ్ళీ ఆ ద్వేషానికి పిల్లలు పుట్టారట, పగ, పంతము. ఈర్ష్యకీ పిల్లలు పుట్టారట, కుతంత్రము, కుట్ర. మొత్తం ఏడుగురు. ఈ ఏడుగురి దోషాలు తగులుతూనే ఉంటాయి. ఎవరికో ఒకరికి మనమీద కోపం ఉండచ్చు. ద్వేషం ఉండచ్చు. అది సహజమే కదా! అంచేత ఈ దోషాలు కూడా పోవాలి. ఈ యజ్ఞానికి మీరు పేరు పెట్టదలచుకుంటే సకల బాధా నివారణా యజ్ఞము అనవచ్చు. కానీ సకల బాధా అంటే మీకు అర్థం కాదు, ఏ బాధలు పోతున్నాయో, అందుచేత ఈ యజ్ఞము సర్వగ్రహ, సకల వాస్తు, సర్వ దోష నివారణా గాయత్రీ యజ్ఞము . అందుచేత గత మూడు లక్షల సం॥ల బట్టి హిమాలయాలలో సజీవంగా ఉన్నటువంటి ఒక వ్యక్తి అందజేసినటువంటిది ఈ క్రొత్త యజ్ఞము. అప్పుడప్పుడూ అలహాబాదులో కుంభమేళా జరుగుతున్నప్పుడు సశరీరంగా ఆయన వస్తూ వుంటారు. ఆయన వయస్సు మూడు లక్షల సం॥లు అని చెబుతారు కాని శుద్ధ అబద్ధము అది. ఆయన వయస్సు నాదృష్ఠిలో 12 కోట్ల సం॥లు. కాని 12 కోట్ల సం॥లు అయితే ఏముంది 3 లక్షల సం॥ అయితే ఏముంది, భావము ఏమిటి అంటే అంత వయస్సు నుంచి భారత దేశాన్నీ కాపాడుకుంటూ వస్తున్నటువంటి ఆ మహనీయున్ని అనేక సంస్థలు అనేక పేర్లతో పిలుస్తూవుంటారు. గాయత్రి పరివార్ సంస్థ ఆయన్ను సర్వేశ్వరానందజీ అని పిలుస్తూవుంటుంది. పరమ హంస యోగానంద సంస్థ, క్రియా యోగ సంస్థ, Sant Realisation Fellowship అని అమెరికాలో, భారతదేశములో Yogoda Satsang Society of India అని వుంది. వారు ఆయన్ని బాబాజీ అని పిలుస్తారు. ఇది ఆ వ్యక్తి అందచేసినటువంటి యజ్ఞము. హిమాలయాలలో కొన్ని కోట్ల సంవత్సరాల బట్టి ఈ యజ్ఞప్రక్రియ నేర్పబడుతుంది. దీనిని ఏప్రిల్ 29 న ఆది శంకరాచార్యులవారి జన్మదిన పర్వదినమున, 30 మరియు మే 1 వ తేదీన మంత్రాలయములో జరిగిన సత్రయాగ మహోత్సవములో హిమాలయాలలోని పరమ గురువుల సందేశంగా డాక్టర్ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణ గారు మూడు రోజుల దీక్షగా మనకు అందజేసినారు.

ఉపాసకుని యొక్క నియమాలు

1. మొదటిగా స్నానమాచరించి, నియమిత స్థానములో, నియమిత సమయంలో, నియమిత జపమును గాయత్రీ ఉపాసనా పద్ధతిలో చేయాలి.

2. కలశంను ఏర్పరచుకొని దానిలో పూలు, అక్షింతలు ఉంచవలయును. పూజా విధానం కొరకు వేరే గ్లాసులో నీటిని అమర్చుకొనవలెను. దీపమును గాని, అగరవత్తులను గాని వెలిగించాలి. నైవేద్యం నివేదించాలి.

3. జపము తరువాత కలశంలోని నీటితో సూర్యార్ఘ్యం చేయాలి.

పంచోపచార పూజ

1. పవిత్రీకరణము :

ఎడమచేతిలో నీటిని తీసుకొని, కుడిచేతితో ఎడమచేతిని మూసి గాయత్రీ మంత్రంతో ఆ నీటికి గంగాజలం యొక్క పవిత్రతను ఆపాదిస్తాం. ఆ జలమును శిరస్సున చల్లుకొనవలెను.

ఓం అపవిత్ర: పవిత్రోవా సర్వావస్థాంగతోపివా ।
య:స్మరేత్పుండరీకాక్షం సబాహ్యాభ్యంతర:శ్శుచి: ॥
ఓం పునాతు పుండరీకాక్ష పునాతు పుండరీకాక్ష పునాతు:

భావన :- నా యొక్క బాహ్య - అంతరంగమందు, నా భౌతిక - స్వప్న - సుషుప్తి స్థితులలో పుండరీ కాక్షుని యొక్క పూర్ణ రక్ష నాకు కలుగుతుంది.

2. ఆచమనం :

వాక్కు, మనస్సు, అంత:కరణ ఈ మూడు శుద్ధికావటానికి మూడుసార్లు మంత్రపూరిత జలంతో ఆచమనం చేయాలి.

ఓం అమృతోపస్తరణమసి స్వాహా

భావన :- నాలోకి సద్భావనలకు ప్రతీకలైన నీలిరంగు కిరణాలు ప్రవేశించుచున్నాయి.

ఓం అమృతాపిధానమసి స్వాహా

భావన :- నాలోకి సమృద్ధికి ప్రతీకలైన పసుపురంగు కిరణాలు ప్రవేశించుచున్నాయి.

ఓం సత్యం యశ: శ్రీర్మయి శ్రీ: శ్రయతాం స్వాహా ॥

భావన :- నాలోకి సత్కర్మలకు ప్రతీకలైన ఎరుపు రంగు కిరణాలు ప్రవేశించుచున్నాయి.

3. శిఖాబంధనము

ఓం చిద్రూపిణి మహామాయే దివ్యతేజ: సమన్వితే ।
తిష్ఠదేవీ శిఖామధ్యే తేజోవృద్ధిం కురుష్వమే ॥

భావన :- కుడిచేతి యొక్క ఉంగరం వ్రేలు, మధ్య వ్రేలు మరియు బ్రొటకన వ్రేలును కలిపి (గోముఖీ ముద్ర)తడిచేసుకొని శిఖమీద ఉంచి, మంత్రోచ్చారణ చేస్తూ నాకూ, గురుదేవులకు సంబంధం ఏర్పడుతున్నది అనే భావన చేయాలి.

4. ప్రాణాయామము

ఓం భూ: ఓం భువ: ఓం స్వ: ఓం మహ: ఓం జన: ఓం తప: ఓం సత్యం ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం

భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోన: ప్రచోదయాత్ ॥
ఓం ఆపోజ్యోతి: రసో అమృతం బ్రహ్మభూర్భువ:స్వ: ఓం ॥
ఈ మంత్రం పఠించిన తరువాత 3 సార్లు శ్వాసను తీసుకుని వదులుతూ ఉండాలి.
భావన :- మొదటి శ్వాస తీసుకుంటూ ఇలా భావించుకోవాలి. నీలిరంగు కిరణాలు నాచుట్టూ ఆవరించి ఉన్నాయి. సద్భావనలు నాలోకి ప్రవేశిస్తున్నాయి.
మొదటి శ్వాసను విడచిపెడుతూ నాలోని దుర్భావనలు బయటకుపోతున్నాయి.
రెండవశ్వాస తీసుకుంటూ భావన :-
పసుపురంగు కిరణాలు నాచుట్టూ ఆవరించి ఉన్నాయి. నాలోకి సమృద్ధి ప్రవేశించుచున్నది.
రెండవ శ్వాసను విడిచిపెడుతూ నాలోని లేమి నన్ను విడిచిపోతున్నది.
మూడవశ్వాస తీసుకుంటూ భావన :-
ఎరుపురంగు కిరణాలు నాచుట్టూ ఆవరించి ఉన్నాయి. నాలోకి సత్కర్మలు ప్రవేశిస్తున్నాయి.
మూడవశ్వాసను విడుస్తూ నాలోని నిరుత్సాహం పోతున్నది అనే భావన చేయవలెను.

5. న్యాసము :

ఎడమచేతిలో నీరు తీసుకుని, కుడి చేతితో దానిని మూసిఉంచి కుడితొడపై ఉంచి గాయత్రీ మంత్రం ఒక్కసారి పఠించాలి. ఆ నీరు పవిత్రమైనదని భావించాలి. ఆ తరువాత కుడిచేతి ఉంగరం వ్రేలు, మధ్య వ్రేలు మరియు బ్రొటకన వ్రేలును కలిపి (గోముఖీ ముద్ర) ఆ నీటిని స్పృశించాలి. ముందు ఎడమవైపు, ఆ తరువాత కుడివైపు అవయవములను స్పృశించాలి.

ఓం వాఙ్మే ఆస్యేస్తు(రెండు పెదవులు)
భావన :- నాయొక్క వాక్కును దుర్వినియోగం చేయను (3 సార్లు)
ఓం నసోర్మే ప్రాణోస్తు (రెండు నాసికా రంధ్రములు)
భావన :- గురువు యొక్క సుసంస్కారాలు నాలోకి ప్రవేశిస్తున్నాయి (3 సార్లు)
ఓం అక్షోర్మే చక్షురస్తు (రెండు నేత్రములు)
భావన :- గురువు యొక్క దివ్యరూపాన్నే నేను దరి&శస్తాను (3 సార్లు)
ఓం కర్ణయోర్మే శ్రోత్రమస్తు (రెండు చెవులు)
భావన :- నా చెవుల ద్వారా గురువు యొక్క దివ్యవాణిని వింటాను . (3 సార్లు)
ఓం బాహ్వోర్మే బలమస్తు (రెండు భుజములు)
భావన :- గురువు గర్వించే పనులే నేను చేస్తాను (3 సార్లు)
ఓం ఊర్వోర్మే ఓజోస్తు (రెండు తొడలు)
భావన :- నా కాళ్ళను ఆయన యొక్క ప్రచార కార్యక్రమం కొరకు వినియోగిస్తాను.
మిగిలిన నీటిని కుడిచేతిలోకి మార్చుకుని శిరస్సునుండి శరీరమంతా చల్లుకోవాలి.
ఓం అరిష్టానిమే అంగాని మమమస్తన్వామే సహసంతు
భావన :- శరీరం అంతా దివ్యశక్తి ప్రసారమైందని భావన.

6. పృథ్వీ పూజనము

ఓం పృథ్వీత్వయా ధృతాలోకా దేవిత్వం విష్ణునా ధృతా
త్వంచ ధారయ మాం దేవి పవిత్రం కురుచాసనమ్ ॥

ఈ మంత్రం చదివి పృథ్వీపై పూలు, అక్షింతలు, నీరు ఉంచాలి.

భావన : మానవులందరూ పూవులవలె ఎపుడూ నవ్వుతూ ఉండాలని పువ్వులను, అన్ని వనరులు సమకూరవలెనని అక్షింతలు, ప్రతి ఒక్కరు పవిత్రంగా జీవించాలని నీటిని సమర్పిస్తాము.

7. చందన ధారణ

ఓం చందనస్య మహత్పుణ్యం పవిత్రం పాపనాశనం ।
ఆపదాం హరతే నిత్యం లక్ష్మీస్తిష్ఠతి సర్వదా ।

కుడిచేతి ఉంగరం వేలితో చందనం తీసుకుని నుదుట ధరించాలి.

భావన :- 1. పై నుండి వచ్చే 3 శక్తి ధారలు, క్రిందనుండి పైకి వచ్చే 3 శక్తి ధారలు భృకుటి వద్ద కలుస్తున్నాయని భావించాలి.

2. చందనము ఎలాగైతే తన సంపర్కములో ఉన్నవారికి తన సుగంధాన్ని అందచేస్తుందో అలాగే నేను, గురుదేవుల కార్యక్రమములను సమాజానికి అందచేస్తాను.

8. గురుపూజనము

గురువు, పరమాత్మ యొక్క దివ్యచేతనతో సాధకునికి మార్గదర్శనము, సహకారము అందించే శక్తి.

ఓం గురుర్బ్రహ్మా గురుర్విష్ణు: గురుర్దేవో మహేశ్వర: ।
గురుస్సాక్షాత్ పరబ్రహ్మా తస్మై శ్రీ గురవేనమ: ॥
అఖండమండలాకారం వ్యాప్తంయేన చరా చరమ్ ।
యత్పదం దర్శితం యేన తస్మై శ్రీ గురవేనమ: ॥

ఓం శ్రీ గురవేనమ: ఆవాహయామి, స్థాపయామి, ధ్యాయామి, పూజయామి.

భావన :- గురువు సశరీరంగా మీ ఎదుట ఆశీనులైనారు.

9. గాయత్రీ పూజనము

వేదమాత, దేవమాత, విశ్వమాత, సత్‌జ్ఞానము, సద్భావములకు అధిష్ఠాత్రి, సృష్టికి అధికారిణి గాయత్రీమాత.

ఓం ఆయాతు వరదేదేవి అక్షరే బ్రహ్మావాదినీం
గాయత్రీ ఛందసాం మాత: బ్రహ్మాయోనే నమోస్తుతే ॥

ఓం శ్రీ గాయత్ర్యై నమ:, ఆవాహయామి, స్థాపయామి, ధ్యాయామి, తతో నమస్కారం కరోమి.

ఓం స్తుతామయా వరదా వేదమాతా ప్రచోదయన్తాం పావమానీ ద్విజానాం
ఆయు: ప్రాణం, ప్రజాం, పశుం, కీర్తిం ద్రవిణం బ్రహ్మావర్చసమ్
మహ్యాం దత్వా వ్రజత బ్రహ్మాలోకమ్ ॥

భావన :- గాయత్రీ మాత ఆశీనులై మిమ్ము చూస్తున్న భావన.

ఈ యజ్ఞకుండము నిర్మించుకోబోయేటటువంటి విధానములో ఒక ఇటుక తీసి పైన పెట్టుకోండి. ఇక్కడ ఒక కోణముంది. ఇక్కడ ఒకటుంది, ఇక్కడ ఒకటుంది. నాలుగు కోణాలున్నాయి. ఇటువైపు నాలుగుకోణాలున్నాయి. ఇటొకటి, ఇటొకటి మూడు కోణాలు కనిపిస్తాయి. అంచేత ప్రతి ఎనిమిది కోణాలకి ఒక్కొక్కదానికి మూడున్నాయి, 8×3=24. ఇది గాయత్రీ మంత్రము. మూర్తీభవించినటువంటి గాయత్రీ మంత్రము. అంచేత ఇప్పుడు గాయత్రీ మంత్రాత్మక మైనటువంటి ఇటుకలను మీరు పెట్టుకోబోతున్నారు. ఇది పెట్టుకోవటంలో జరిగేది ఏమిటి అంటే, గురువు అనుగ్రహంవల్ల గ్రహాలన్ని కూడా శాంతించిపోతాయి. కాని క్రిందన ఆరు పెట్టివున్నాయి కదా, ముందుగా వాటి మీద చెయ్యి పెట్టండి. గురువు యొక్క అనుగ్రహము గ్రహాలకంటే చాలాగొప్పది. అందుచేత ఇప్పుడు ఇటుకల్లో తొమ్మిది గ్రహాల శక్తిని గురువు యొక్క ప్రార్థనతో మనము ప్రవేశ పెడుతున్నాము.

ఓం బ్రహ్మమురారి స్త్రిపురాంత కారీ...

ఇక్కడ మూడు చెప్పాము. బ్రహ్మ, మురారి, త్రిపురాంతకారి. బ్రహ్మ అంటే బ్రహ్మ, మురారి అంటే విష్ణువు, త్రిపురాంత కారి అంటే శివుడు. ఇవే కదా మూడింటికి కారణము.

ఓం బ్రహ్మమురారి స్త్రి పురాంతకారీ
భానుశ్శశి భూమిసుతౌ బుధశ్చ

భాను అంటే సూర్యుడు, శశి అంటే చంద్రుడు, భూమి సుతుడు కుజుడు, బుధుడు.

గురుశ్చ శుక్ర శని రాహు కేతవ:

శని, శుక్రుడు, రాహువు, కేతువు -

సర్వే గ్రహా శాంతి కరాభవంతు ।

అంటే ఈ శ్లోకంతో , ఒక్కొక్క ఇటుకలో తొమ్మిది గ్రహాలను ప్రవేశపెడుతున్నాము. ఎంచేతంటే ఒకేసారి తొమ్మిది గ్రహాలు మీ మీద పడతాయి. ఒక్క క్షణం ఒక గ్రహము, ఒక్క క్షణము ఒక గ్రహము పడదు. అన్నీ ఒకే సారి పడతాయి. అందుకని అన్నిగ్రహాలు శాంతించాలి అనే కోరికతో మొదటి ఇటుకమీద చెయ్యి పెట్టండి.

గురువు యొక్క అనుగ్రహము వల్ల, గాయత్రి మంత్రాత్మకము ఐన ఆ ఇటుక గ్రహదోషాలను అన్నిటిని కూడా శాంతింప చేస్తుంది.

ఓం బ్రహ్మమురారి స్త్రి పురాంతకారీ భానుశ్శశి భూమిసుతౌ బుధశ్చ
గురుశ్చ శుక్ర శని రాహు కేతవ: సర్వే గ్రహా శ్శాంతి కరాభవంతు ॥

రెండవ ఇటుక మీద చేయిపెట్టండి, మళ్ళీ అన్ని గ్రహాలని ప్రార్థన చేస్తున్నాము.

ఓం బ్రహ్మమురారి స్త్రిపురాంతకారి భానుశ్శశి భూమిసుతౌ బుధశ్చ

గురుశ్చ శుక్ర శని రాహు కేతవ: సర్వే గ్రహా శ్శాంతి కరాభవంతు॥

మళ్ళీ మూడవ ఇటుక

ఓం బ్రహ్మమురారి స్త్రిపురాంతకారి భానుశ్శశి భూమిసుతౌ బుధశ్చ

గురుశ్చ శుక్ర శని రాహు కేతవ: సర్వే గ్రహా శ్శాంతి కరాభవంతు॥

నాల్గవ ఇటుక

ఓం బ్రహ్మమురారి స్త్రిపురాంతకారి భానుశ్శశి భూమిసుతౌ బుధశ్చ

గురుశ్చ శుక్ర శని రాహు కేతవ: సర్వే గ్రహా శ్శాంతి కరాభవంతు॥

ఐదవ ఇటుక

ఓం బ్రహ్మమురారి స్త్రిపురాంతకారి భానుశ్శశి భూమిసుతౌ బుధశ్చ

గురుశ్చ శుక్ర శని రాహు కేతవ: సర్వే గ్రహా శ్శాంతి కరాభవంతు॥

ఆరవ ఇటుక

ఓం బ్రహ్మమురారి స్త్రిపురాంతకారి భానుశ్శశి భూమిసుతౌ బుధశ్చ

గురుశ్చ శుక్ర శని రాహు కేతవ: సర్వే గ్రహా శ్శాంతి కరాభవంతు॥

ఆరు ఇటుకలు అయిపోయాయి కదా! ఇప్పుడు మీరు ఏమిచేశారు క్రింద నున్న ఆరు ఇటుకలు మీరు స్థాపించుకున్నారు. ఇప్పుడు ప్రక్కనున్న ఒక ఇటుక తీసికోండి, రెండు చేతులతో పట్టుకోండి. ఇప్పుడు దాంట్లోకి గురువు యొక్క అనుగ్రహాన్ని గ్రహశాంతికి ఆవాహన చేసుకుంటున్నాము.

అదే మంత్రముతో ఇది ఏడవ ఇటుక.

ఓం బ్రహ్మమురారి స్త్రిపురాంతకారి భానుశ్శశి భూమిసుతౌ బుధశ్చ

గురుశ్చ శుక్ర శని రాహు కేతవ: సర్వే గ్రహా శ్శాంతి కరాభవంతు॥

ఎనిమిదవ ఇటుక

ఓం బ్రహ్మమురారి స్త్రిపురాంతకారి భానుశ్శశి భూమిసుతౌ బుధశ్చ

గురుశ్చ శుక్ర శని రాహు కేతవ: సర్వే గ్రహా శ్శాంతి కరాభవంతు॥

తొమ్మిదవ ఇటుక

ఓం బ్రహ్మమురారి స్త్రిపురాంతకారి భానుశ్శశి భూమిసుతౌ బుధశ్చ

గురుశ్చ శుక్ర శని రాహు కేతవ: సర్వే గ్రహా శ్శాంతి కరాభవంతు॥

తొమ్మిదవ ఇటుక పెట్టేయండి.

ఇంక మూడు ఇటుకలు మిగిలివున్నాయి. ముందుగా ఈ తొమ్మిది ఇటుకలు అర్థంచేసికోండి. మనము మనశరీరాన్ని యజ్ఞకుండంగా మార్చుకుంటున్నాము. మన శరీరంలో కూడా ఈతొమ్మిది ఇటుకలు వున్నాయి. ఈ తొమ్మిది గ్రహాలు మనకూ వున్నాయి. గ్రహము అంటే గ్రహించేది అని అర్థము. ఇక్కడ తొమ్మిది ఇటుకలను మనము పెట్టుకున్నాము. తొమ్మిది గ్రహాలకు సంబంధించినవి. మరి మనశరీరంలో ఎక్కడ వున్నాయి గ్రహాలు, గ్రహించేవి ఇవి రెండు, ఇవేం గ్రహిస్తాయి, ధ్వని గ్రహిస్తాయి. రెండు ఏం

గ్రహిస్తాయి, ఇవి దృష్టి-రూపాన్ని గ్రహిస్తాయి. ఇవి ధ్వనిని, ఇవి రూపాన్ని గ్రహిస్తాయి. మొత్తము ఎన్ని ఇటుకలు అయ్యాయి, నాలుగు ఇటుకలు అయ్యాయి. దాని తర్వాత ఇంకొక రెండు ఇటుకలు వున్నాయి, నాసికా రంధ్రాలు. మొత్తము ఎన్ని ఇటుకలు అయ్యాయి-ఆరు. ఇంకో ఇటుక వుంది, చాలా ప్రమాదకరంగా వాడతాం దాన్ని, నోరు కదా ! రెండు-ధ్వనికి, రెండు-రూపానికి, రెండు-శ్వాసకి. ఇంకోటి మాట్లాట్టానికి లేకపోతే తినటానికి. ఇవిగ్రహించేటటువంటివి-ఏడు. ఇవి ఋషులు. వీటిని సప్తఋషులు అంటాము మనము. సప్తఋషులు కూడా మనదగ్గరే వున్నారు.

ఇవి కాక ఇంకో రెండు, గ్రహించం మనము, విసర్జన చేస్తుంటాము. మూత్ర ద్వారము, మలద్వారము. అక్కడేమి గ్రహించేది లేదు. విసర్జన చేసేటటువంటివి. మొత్తము ఆధ్యాత్మికత, ఎలాగైతే కళ్ళుచూడగలవు, ఊహించగలవు, చెవులు ధ్వని వినగలవు, వినేటట్లు చేసుకోగలవు, ముక్కు వాసన చూడగలదు, వాసన తయారు చేయగలదు. నోరు మాట్లాడగలదు, మాటలని ఉత్పత్తి చేయగలదు. ఈ మూత్రేంద్రియము, జననేంద్రియాన్ని కుండలినీ సాధనలో మనము మూలాధార చక్రము, స్వాధిష్ఠాన చక్రము అంటాము. వాటిని మనము ఉపయోగించుకోవటము రాదు. అవి విసర్జిస్తున్నాయి. వాటిని మనము ఉపయోగించుకొనేటట్లు నేర్చుకోవడానికి కావలసినటువంటి సాధన ఇప్పుడు ఈ మూడు ఇటుకల ద్వారా చేయబోతున్నారు. మొదటి ఇటుక తీసికొని, నాభిదగ్గర పెట్టుకోవాలి. శ్వాసపీల్చుకోండి. వదుల్తూ "ఆ" అంటూ ఇటుకను పెట్టేయండి. నాభిదగ్గర ఆ...... ఆ...... కడుపు లోపలికి వెళ్ళేంతవరకు ఇటుక మీదే చేయి ఉంచాలి. సరిగ్గా నాభి దగ్గర పెట్టుకోండి. దీన్ని నిష్ఠ అంటాము. కుండలినీ సాధనలో దీన్ని మణిపూరక చక్రము అంటాము. ఆ శక్తి అక్కడ మనము పెడుతున్నాము. నాభి దగ్గరపెట్టుకున్నప్పుడు గాలి పీల్చుకుంటారు. . ఈ గాలిపీల్చుకున్నపుడు మీరు, మీ బొడ్డు కొంచెము పైకి లేస్తుంది. వదుల్తున్నపుడు బొడ్డు లోపలికి వెళుతుంది. లోపలికి వెలుతున్నప్పుడు, ఆ.....ఆ......అంటున్నప్పుడు చేయి అక్కడ వుండాలి. అక్కడ శక్తిని మనము స్థాపిస్తున్నాము. అక్కడ నాభిచక్రము-మణిపూరక చక్రాన్ని స్థాపిస్తున్నాము. అక్కడ నిష్ఠని స్థాపిస్తున్నాము. అక్కడ శ్రమశీలతను స్థాపిస్తున్నాము. పనిచేసే శక్తి దీనివల్ల వస్తుంది. అందుకే ఏదైనా పని చేయాలి అంటే ఏమిచేస్తాము మనము, నడుము బిగిస్తాము కదా ! నడుము బిగిస్తే వత్తిడి పడుతుంది అక్కడ. దాన్ని ఉపయోగించడమ రాదు, నడుము బిగించుకుంటారు పాపము మచ్చలు పడుతుంటాయి, బట్టమచ్చలు. అంచేత ఇది చాలా జాగ్రత్త. మళ్ళా అర్థంచేసికోండి, చేయకండి. గాలిపీల్చుకుంటున్నప్పుడు, నాభిలోకి గాలి, ప్రాణశక్తి వెలుతుంది. గాలిపేల్చుకొని ఆ .....ఆ..... ఆ.... అంటూ యజ్ఞకుండం మీద ఇటుక ఉంచండి. యజ్ఞకుండము మీద పెట్టేసి చేయి అలాగే వుంచుతూ ఆ......ఆ...... అంటూ చేయి తీసేయండి. ఇప్పుడు మీరు నిష్ఠను ప్రతిష్ఠ చేసికున్నారు. మణిపూరకచక్రాన్ని ప్రతిష్ఠ చేసి కొన్నారు.

తర్వాత మళ్ళీ గాలి పీల్చుకుంటాము కాని ఇప్పుడు హృదయము దగ్గర వుంటుంది. ఇటుక పట్టుకోండి, మీ చేతులు హృదయం దగ్గరకి రావాలి. అక్కడ శ్రద్ధ వుంది, ప్రేమ వుంది, అమృతత్వం వుంది, ప్రేమతత్వముంది. దాన్ని నింపుతున్నాము మనము. దీనిని శ్రద్ధ అంటాము మనము. "శద్ధామయోయం పురుష: ...." 17వ అధ్యాయంలో శ్రీకృష్ణుడు చాలా స్పష్టముగా చెబుతాడు. నీవు ఎవడివి? మయోయం శ్రద్ధ సమేవశ: నీ శ్రద్ధ దేనిమీద వుంటే అదే నీవు, అందుచేత శ్రద్ధ మనం నింపుకుంటున్నాము.

ఇక్కడ ఇటుక పెట్టుకుందాము. మీరు మీ శరీరాన్ని దేవాలయంగా మార్చుకుంటున్నారు. గాలి పీల్చు కుంటాం. ఊ.....ఊ......ఊ...... అనేది శ్రద్ధకు సంబంధించినది. విశుద్ధి, ఆజ్ఞా, సహస్రారము ఈ మూడింటిని కలుపుకోవాలి మనము. అందుచేత ఇటుకని శిరస్సుమీద పెట్టుకుంటాము. గాలి పీల్చుకున్నాక "మ్" ......అంటాము. మ్......మ్.......మ్....... అని పెడతాము. ఇక్కడ చాలా జాగ్రత్తగా గుర్తుంచుకోండి. రెండు ముద్రలు వేయాలి మీరు. ఒకటి నాలుక పైకెత్తి పెట్టుకోండి, పై అంగుటికి తగలాలి నాలుక, దీన్ని ఖేచరీ ముద్ర అంటాము. ఆకాశములో సంచరిస్తూ వున్నవాళ్ళందరి శక్తి ఈ ఇటుకలోకి దిగుతుంది. దేవతలందరు ఆకాశములో వుంటారు. ఆ శక్తి అంతా మీలో దిగుతుంది. ఏ దుష్టశక్తి కూడా ఆకాశములో వుండదు. పాతాళంలో వుంటుంది. దుష్టశక్తులన్నీ కాళ్ళ క్రింద వుంటాయి. అందుచేత ఇటుక నెత్తిమీద పెట్టుకొని ఖేచరీముద్ర వేస్తారో ఆకాశంలో సంచరిస్తున్న దేవతలందరి అనుగ్రహం అంతా మీలో దిగుతుంది. ఎలా దిగుతుంది అంటే, స్విచ్ ఆన్ చేసిన తర్వాత , టి.వి.లో, ఆకాశంలో సంచరిస్తున్న బొమ్మలు అన్నీ మీ దగ్గరికి రావడము లేదా? స్విచ్ నొక్కితేనే వస్తున్నాయి కదా! దాని తర్వాత దవడలు రెండు పళ్ళు నొక్కి పట్టుకోవాలి. పెదిమలు మూసివుంటాయి. దంతాలు నొక్కిపట్టుకోండి, నాలుకపైన వుంటుంది. ఇలా పెట్టేసరికి మొహం కాస్తా tense అవుతుంది కదా. Tension ముఖము పెట్టకండి. కొంత నవ్వు ముఖము పెట్టండి. మ్ ... మ్... మ్.... చెయ్యి క్రింద పెట్టేసుకోండి. ఇది యజ్ఞకుండ నిర్మాణము. ఇప్పుడు యజ్ఞ కుండము మీది అయింది. ఇప్పుడు ఇటుకలన్ని రెడీగా ఉంచుకున్నాం మనము. ఈ ఇటుకలలో గ్రహశాంతి అయిపోయింది.

ఇంకా వాస్తు శాంతి జరగాలి. వాస్తు శాంతికి 12 రాశులనుంచి పుట్టిన వ్యక్తులే దృష్టిదోషంగాని, వాస్తుదోషం కాని కలుగచేస్తారు. మనిషి చూస్తే దృష్టి దోషం అంటాము. వాతావరణం, పృథ్వి, మన కట్టడం వల్ల వచ్చేది వాస్తుదోషం అంటాము. కాని అది మనము తయారు చేసికొన్నది. ద్వాదశ రాశులతో తయారు చేస్తాం మనం. ఇక్కడ కూడా మన శరీరంలో వున్నటువంటి, మన ఇంటిలో వున్నటువంటి, మన కుటుంబంలో వున్నటువంటి, వాస్తు, దృష్టి దోషాలు పోయే పన్నెండు అద్భుతమైన మంత్రాలున్నాయి. శంకరాచార్యులవారు వ్రాసినటులంటి స్తోత్రము ఇది. గురు అనుగ్రహంతో ఈ వాస్తు దోష నివారణ జరుగుతుంది.

ఎప్పుడూకూడా మీ మంత్రాన్ని కానీ మీ గురువును కానీ మార్చుకోవద్దు. అన్ని మంత్రాలు అక్కడికే తీసుకువెళ్తాయి. అందరు గురువులు అక్కడికే తీసుకు వెళతారు. ఇక్కడ ఈ కాలేజీలో ఆ గురువు బి.యస్.యని. చేస్తే అక్కడ ఇంకొక కాలేజీలో ఇంకొక గురువు కూడా బి.యస్.సి ఇప్పిస్తే. ఇక్కడ బియస్.సి డిగ్రీ ఇప్పిస్తే అదే డిగ్రీ ఫారెన్ యూనివర్సిటీ నుంచి కూడా వస్తుంది. అంచేత మీ గురువులను మార్చుకోవద్దు. మీసంస్థని మార్చుకోవద్దు. కానీ మీ ప్రేమ మీ సమయము మీ శ్రమ దానికి ఇవ్వండి. దానికివ్వటానికి ఆధారభూతమైనది ఏమిటీ అంటే మనశరీరములో ప్రతివారికి ఐదు జ్ఞానేంద్రియాలు, ఐదు పంచేద్రియాలు, ఐదు తత్త్వాలు, ఐదు ప్రాణాలు, నలుగైదుల ఇరవై. ప్రతివారికి ఇవే ఉంటాయి, మారవు. కానీ మార్పు ఎక్కడ తెలుస్తుంది అంటే మనస్సు బుద్ధి చిత్త అహంకారాలలో మార్పు వస్తుంది. 20+4=24. అంచేత మనమందరమూ కూడా ఈ అధ్యాత్మిక విద్యలో నేర్చుకోవలసినది వీటిగురించే. ఐదు జ్ఞానేంద్రియాలు ఎలా ఉపయోగించుకోవాలి, ఐదు పంచేద్రియాలు ఎలా ఉపయోగించుకోవాలి, ఐదు తత్త్వాలను

ఎలా ఉపయోగించుకోవాలి, ఐదు ప్రాణాలను ఎలా ఉపయోగించుకోవాలి. అంత:కరణతో ఉపయోగించుకుంటాం. అంత:కరణ అంటే మనో,బుద్ధి, చిత్త, అహంకారాలు. అంచేత మీరు జ్యోతి వెలిగించుకున్న జ్యోతి యజ్ఞకుండములో ఎలా ఉందో మనకు అనవసరము. కళ్ళు మూసుకొని ఈ 24 శక్తులని మనం లాక్కుందాం. దేవతల నుంచి, ఈ 24 శక్తులకి 24 పేర్లున్నాయి మన ఆధ్యాత్మిక విద్యలో అవి గాయత్రీమంత్రముతో లింక్ అప్ అయి ఉంటాయి. విద్మహే, ధీమహీ, ప్రచోదయాత్. విద్మహే అంటే తెలుసుకుంటున్నాను, ధీమహీ అంటే నా బుర్రలో ఉంచుకుంటున్నాను, ప్రచోదయాత్ అంటే కలసిచేసుకుందాము అని అర్థము. అంచేత ఈ దేవతా శక్తులన్నింటినీ కూడా మనమందరమూ కలసి ఉపయోగించుకునేటట్టు, మన శరీరము సకల దేవతా స్వరూపము అయ్యేటట్టు, యజ్ఞం చెయ్యబోతున్నాం. దీన్ని అంతర్ యాగము అంటాం. ఇది లోపల జరుగుతుంది, బయట జరగటం లేదు. కళ్ళుమూసుకోండి.

చేతులు పైకి ఎత్తండి. 24 శక్తులను గాయత్రి మంత్రంతో ఆహ్వానం చేసుకుంటున్నాం. ఆ మంత్రం ప్రచోదయాత్ వరకు చదవండి. పైన నుంచి ఆ దివ్యశక్తి ధారలు దిగుతాయి, ఖేచరీ ముద్రలోనే ఉండాలి, నాలికపైన ఉండాలి.

1. **విఘ్న నివారణకు గణేశ గాయత్రి**

ఓం ఏకదంష్ట్రాయ విద్మహే వక్రతుండాయ ధీమహి తన్నో దంతి ప్రచోదయాత్

2. పరాక్రమవృద్ధికి నరసింహ గాయత్రి

ఓం ఉగ్రసింహాయ విద్మహే వజ్ర నఖాయ ధీమహి తన్నో నృసింహ ప్రచోదయాత్

3. **పరిపాలనా దక్షతకు విష్ణు గాయత్రి**

ఓం నారయణాయ విద్మహే వాసుదేవాయ ధీమహి తన్నో విష్ణు ప్రచోదయాత్

4. **మంగళకారిణి శివ గాయత్రి**

ఓం పంచవక్త్రాయ విద్మహే మహాదేవాయ ధీమహి తన్నో రుద్ర: ప్రచోదయాత్

5. **ఆకర్షణ శక్తికి కృష్ణ గాయత్రి**

ఓం దేవకీ నందనాయ విద్మహే వాసుదేవాయ ధీమహి తన్నో కృష్ణ: ప్రచోదయాత్

6. ప్రేమతత్వమునకు రాధా గాయత్రి

ఓం వృషభానుజాయై విద్మహే కృష్ణప్రియాయై ధీమహి తన్నో రాధ: ప్రచోదయాత్

7. సంవృద్ధి కొరకు లక్ష్మీ గాయత్రి

ఓం మహాలక్ష్మై విద్మహే ఓం విష్ణుప్రియాయై ధీమహి తన్నో లక్ష్మీ ప్రచోదయాత్

8. సంకల్ప శక్తికి అగ్ని గాయత్రి

ఓం మహాజ్వాలాయ విద్మహే అగ్ని దేవాయ ధీమహి తన్నో అగ్ని ప్రచోదయాత్

9. మనోవిగ్రహమునకు ఇంద్ర గాయత్రి

ఓం సహస్రనేత్రాయ విద్మహే వజ్రహస్తాయ ధీమహి తన్నో ఇంద్ర: ప్రచోదయాత్

10. విద్యకు సరస్వతి గాయత్రి

ఓం సరస్వత్యై విద్మహే బ్రహ్మ పుత్రాయ ధీమహి తన్నో దేవీ ప్రచోదయాత్

11. సంరక్షణకు, భద్రతకు దుర్గా గాయత్రి

ఓం గిరిజాయై విద్మహే శివప్రియాయ ధీమహి తన్నో దుర్గా ప్రచోదయాత్

12. సేవాతత్పరతకు హనుమాన్ గాయత్రి

ఓం అంజనీసుతాయ విద్మహే వాయుపుత్రాయ ధీమహి తన్నో మారుతి: ప్రచోదయాత్

13. క్షమకు పృథ్వి గాయత్రి

ఓం పృథ్వీ దేవ్యై విద్మహే సహస్రమూర్తై ధీమహి తన్నో పృథ్వీ ప్రచోదయాత్

14. తేజోవృద్ధికి సూర్య గాయత్రి

ఓం భాస్కరాయ విద్మహే దివాకరాయ ధీమహి తన్నో సూర్య: ప్రచోదయాత్

15. సత్యవాక్ పరిపాలనకు రామ గాయత్రి

ఓం దాశరథాయ విద్మహే సీతావల్లభాయ ధీమహి తన్నో రామ: ప్రచోదయాత్

16. ఓర్పుకు సీతా గాయత్రి

ఓం జనక నందిన్యై విద్మహే భూమిజాయై ధీమహి తన్నో సితాదేవే ప్రచోదయాత్

17. చల్లదనమునకు చంద్ర గాయత్రి

ఓం క్షీరపుత్రాయ విద్మహే అమృత తత్వాయ ధీమహి తన్నో చంద్రాయ ప్రచోదయాత్

18. క్రమ శిక్షణకు యమ గాయత్రి

ఓం సూర్యపుత్రాయ విద్మహే మహాకాలయ ధీమహి తన్నో యమ: ప్రచోదయాత్

19. సృజనాత్మక శక్తికి బ్రహ్మ గాయత్రి

ఓం చతుర్ముఖాయ విద్మహే హంసరూఢాయ ధీమహి తన్నో బ్రహ్మ ప్రచోదయాత్

20. పవిత్రతకు వరుణ గాయత్రి

ఓం జలబింబాయ విద్మహే నీలపురుషాయ ధీమహి తన్నో వరుణ: ప్రచోదయాత్

21. రోగనివారణకు నారాయణ గాయత్రి

ఓం నారాయణాయ విద్మహే వాసుదేవాయ ధీమహి తన్నో నారాయణ ప్రచోదయాత్

22. ప్రజ్ఞకు హయగ్రీవ గాయత్రి

ఓం వాణీశ్వరాయ విద్మహే హయగ్రీవాయ ధీమహి తన్నో హయగ్రీవ ప్రచోదయాత్

23. జీవిత పరమార్థము తెలిసికొనుటకు హంస గాయత్రి

ఓం పరమహంసాయ విద్మహే మహాహంసాయ ధీమహి తన్నో హంస: ప్రచోదయాత్

24. రోగనిరోధనకు తులసీ గాయత్రి

ఓం శ్రీ తులసస్యై విద్మహే విష్ణుప్రియయై ధీమహి తన్నో వృందా ప్రచోదయాత్

చేతులు దించేసేయండి.

అగ్ని ప్రజ్వలన

జీవితము దీప్తి వంతము, జ్వలన శీలము, ప్రచండము, ప్రఖరము, ప్రకాశమానము కావాలి. అగ్ని మనము నిరంతరము ప్రజ్వలిస్తూ ఉండాలనే సందేశము ఇస్తుంది. మనలో నిద్రాణమై ఉన్న శక్తులను వెలుగుతో నింపుకుని జాగృతమయ్యేట్టు ప్రేరణని ఇస్తుంది.

ఓం ఉద్‌బుద్యస్వాగ్నే ప్రతి జాగృహి, త్వమిష్టా పూర్తే

న గ్వంగ్ నృజేథామయం చ । అస్మిన్‌త్సథస్తే అధ్యుత్తరస్మిన్, విశ్వే

దేవా యజమానశ్చ సీదత ॥

మెల్లగా చేతులు ధ్యానముద్రలోకి తీసుకురండి. మీరు ఇపుడు జ్యోతి వెలిగించకండి. మీ యజ్ఞకుండం మధ్యలో జ్యోతి ఉంది దాన్ని చూసుకోండి. ఇంతవరకు మనం చేసింది ఏమిటి అంటే, గ్రహశాంతి చేసుకున్నాం. వాస్తుదోష నివారణ చేసుకున్నాం. దృష్టిదోష నివారణ చేసుకున్నాం. ఇది యజ్ఞంలో మొదటి మెట్టు. ఉద్యోగానికి వెళ్ళాలి అనుకున్నపుడు, మెడికల్ టెస్ట్ ఉంటుంది. ఆరోగ్యంగా ఉన్నా కూడ ముందు వాళ్ళకి మెడికల్ టెస్ట్ చేశాకే జాయినింగ్ రిపోర్టు ఇస్తారు. అలాగే ఇపుడు మనకి మెడికల్ టెస్ట్ జరగబోతుందన్నమాట. మీయొక్క గ్రహాలు శాంతించాయి. మీ యొక్క వాస్తుదోషాలు ఇంటినుంచి పోయాయా, మీకు తగిలిన దృష్టిదోషాలు పోయాయా? అవి పోవటానికి 12 అద్భుతమైనటువంటి శ్లోకాలు ఉన్నాయి. మంత్ర, యంత్ర, తంత్ర, సమాధి స్థితి కలిపినటువంటి స్థితిలో శంకరాచార్యుల వారు ఆ స్తోత్రాన్ని మనకి అందచేశారు. దీన్ని గురుపాదుకా స్తోత్రం అంటాం. మీ ముందు యజ్ఞకుండంలో 12 ఇటుకలున్నాయి. క్రింద 6 ఇటుకలు, పైన 6 ఇటుకలు. మొత్తం 12. మన సంవత్సరానికి కూడా 12 నెలలు ఉంటాయి. ఇంగ్లీష్ క్యాలెండరు కావచ్చు, తమిళ క్యాలెండరు అవ్వచ్చు. ముస్లిం క్యాలెండరు అవ్వచ్చు, ఏదైనా కావచ్చు. మాసాల పేర్లు మారతాయి తప్ప ఉండేవి 12 నెలలు. ఒక్కొక్క నెల కాలంతో మన శరీరాన్ని నిర్మిస్తుంది. అందుకని జాగ్రత్తగా ఆ మంత్రాలు విని స్వయంగా గాయత్రీయే మీలోకి వెళుతుంది, బయటికి వస్తుంది. ఒక్కొక్క శ్వాస బయటకు వెళ్ళి లోపలికి వస్తూ ఉంటే ఒక్కొక్క శరీరం నిర్మించబడుతుంది. అందుచేత మొదటిది మేషరాశి. నీ కపాలభాగం నిర్మించబడుతుంది. కపాలంలో ఉన్నటువంటి బాధలు అన్నీ తొలగిపోతున్నాయి. శంకరాచార్యులు వారు వ్రాసిన తాంత్రికమైన మంత్రం ఇది. శిరస్సుమీద చేతులు త్రిప్పకోండి. అలా త్రిప్పుకుంటూ ఉండండి. మంత్రం చదవండి.

మొట్టమొదట మేషరాశిలో పుట్టిన వాళ్ళు, లేకపోతే ఆ మేషరాశిలో ఇల్లు కట్టుకున్నవాళ్ళు, లేకపోతే ఏదో ఒకటి ఆరాశి వల్లే అవుతుంది. స్తోత్రము చదువుతూ వున్నప్పుడు, గురు అనుగ్రహంవల్ల శిరస్సులో వున్నటువంటి దోషాలు తలనొప్పి, మెడనొప్పి, మైగ్రైన్ వంటి నొప్పి, చెవినొప్పి ఇలా శిరస్సుకు సంబంధించిన దోషాలన్నీ పోతాయ్లు. అందుచేత మీ మనస్సు శిరస్సు మీద వుంచుకోండి.

శ్రీ నమంచిత మద్వయం పరమ ప్రకాశమగోచరం

భేదవర్జిత మప్రమేయ మనంతమాద్య మకల్మషం

నిర్మలం నిగమాంత మద్వయ మప్రతర్క్య మబోదకం

ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయే ద్గురుపాదుకాం.

౧

ఆ గురుపాదుకలో మేషరాశివల్ల వచ్చిన దోషాలను తీసివేస్తున్నాము.

క్రింద నయితే ముఖము. దీనితో పంటినొప్పి, సైనస్, మొదలగునవి అన్ని పోతాయి.

దాని తర్వాత వృషభరాశి

ఈ శ్లోకంతో వృషభరాశికి సంబంధించిన దోషాలు పోతాయి. మొహం సర్దుకుంటూ గురుపాదుకాస్తవము తో అనండి.

నాదబిందు కళాత్మకం దశనాద భేద వినోదకం

మంత్రరాజ విరాజితం నిజమండలాంతర్భాసితం

పంచవర్ణ మఖండ మద్భుత మాదికారణ మచ్యుతం

ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయే ద్గురుపాదుకాం.

దాని తర్వాత కంఠానికి సంబంధించినది Throat Pain, Tonsils . రకరకాలయిన కంఠ వ్యాధులున్నాయి. అన్నీ కూడ దాంతో పోతాయి. అప్పడప్పుడు మీ చేతులను మెల్లిమెల్లిగా రాసుకుంటూ వుండండి. ప్రేమగా రాసుకుంటూ వుండండి.

వ్యోమవత్ బహిరంతర స్థిత మక్షరం అఖిలాత్మకం

కేవలం నిజశుద్ధమేకమజన్మహి ప్రతిరూపకం

బ్రహ్మతత్త్వ వినిశ్చయం నిరతానుమోద సుబోధకం

ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయే ద్గురుపాదుకాం.

కర్కాటక రాశి

బుద్ధి రూపమ బుద్ధికం త్రితయైక కూట నివాసినం

నిశ్చలం నిరత ప్రకాశకం నిర్మలం నిజమూలకం

పశ్చిమాంతర ఖేలనం నిజ శుద్ధ సంయమి గోచరం

ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయే ద్గురుపాదుకాం.

ఆస్త్మా, శ్వాసకు సంబంధించిన వ్యాధులన్నీ దీంతో పోతాయి. అంచేత మళ్లా అక్కడ శ్వాసకు సంబంధించినవే చేతులు కూడా. అంచేత చేతులు అనుకుంటూ, శ్వాసను అనుకుంటూ అనండి.

సింహరాశి

దీని తర్వాత సింహరాశి, హృదయం దగ్గర చేయి పెట్టుకోండి. కొంచెం రిబ్స్ కు పైన మీ అరచేయి పెట్టుకోండి. మీ గుండె, హృదయం ఎక్కడవుంటుందో అక్కడ చూసుకోండి. ఎక్కడ కెళ్ళాలో అక్కడికి

రండి అని గురువులు అడుగుతున్నారంతే. Heart, Chest Pains, Blood Clots, హృదయానికి సంబంధించిన అన్ని వ్యాధులు దీంతో పోతాయి.

హృద్గతం విమలం మనోజ్ఞ విభాసితం పరమాణుకం

నీల మధ్య సునీల సన్నిభ నాద బిందునిజాంశుకం

సూక్ష్మకర్ణిక మధ్య మస్థిత విద్యుదాది విభాసితం

ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయే ద్గురుపాదుకాం.

కళ్ళుమూసుకొని హృదయములో గురువును దింపు కోండి

కన్యారాశి

ఈ కన్యారాశి Liver, Pancreas, Spleen, కడుపుకు సంబంధించిన వ్యాధులన్నీ పోగొడుతుంది. ముఖ్యంగా Diabetis వున్నవాళ్ళకి ఈ ఏరియాలో కనక చేతులు పెట్టు కుంటూ వుంటే, రోజు ఇలా చేసుకుంటూ వుంటే Diabetis రెండు మూడు నెలలలో తగ్గిపోతుంది.

పంచపంచ హృషీక దేహ మనశ్చతుష్క పరస్పరం

పంచ భూత సకామ షట్క సమీర శబ్దముఖేతరం

పంచకోవ గుణత్రయాది సమస్త దర్మ విలక్షణం

ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయే ద్గురుపాదుకాం.

తులారాశి

తులారాశికి సంబంధించింది, బొడ్డు, బొజ., ఎపెండిసైటిస్ రకరకాలైనటువంటి బాధలు వస్తుంటాయి. అవన్నీ రాకుండా చేస్తుంది. బొడ్డుమీద చేతులు పెట్టుకుని, కాస్త మెల్లిగా కదపండి బొడ్డుని. మణిపూరక చక్రం జాగృతమవుతుందన్నమాట.

పంచముద్ర సులక్ష్య దర్శనభావ మాత్మ నిరూపణం

విద్యుదాది ధగద్ధగిత సుచిర్వినోద వివర్ధనం

చిన్మఖాంతర వర్తనం విలసద్విలాస మమాయికం

ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయే ద్గురుపాదుకాం.

వృశ్చికరాశి

దాని తర్వాత వృశ్చికరాశికి సంబందించినవి మర్మేంద్రియాలు, మర్మావయవాలు. దీనిని మనకు అసలు మనకి ఉపయోగించుకోవటమే రాదు. దానికి బానిసలమైపోయాము. మొత్తం కుండలినీ సాధన దీనిని నిద్రలేపి సహస్రార చక్రం వరకు తీసుకెళ్ళేటటువంటి ప్రక్రియ. అది మనం చేయలేము. గురువు చేయాలి. ఈ మంత్రము ఆ శక్తి మీకు ఇస్తుంది. బొడ్డు కింద చెయ్యి పెట్టుకోండి. దాన్ని కాస్త వీలైతే

మెల్లిగా ఉతికి ఆరేయటం కాదు. మెల్లిగా కదుపుకోండి అక్కడ అంతే.

పంచవర్ణ సుచిర్విచిత్ర విశుద్ధ తత్త్వ విచారిణం

చంద్ర సూర్య చిదాగ్ని మండల మండితం ఘన చిన్మయం

చిత్కళా పరిపూర్ణ మంతరచిత్సమాధి నిరీక్షణం

ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయే ద్గురుపాదుకాం.

ధనస్సు రాశి

దీని తర్వాత తొడలు. సయాటికా చాలా మందికి వస్తూ ఉంటుంది. ముఖ్యంగా లోయర్ బ్యాక్ పెయిన్ అంటాం. సాధారణంగా నిద్ర లేచేటపుడు ఈ బాధ వస్తూ ఉంటుంది వయస్సు వచ్చాక, అదంతా దీంతో పోతుంది. మీరు మీ తొడల్ని నిమురు కోండి. ఎపుడూ గుర్తుంచుకోండి చేతుల ద్వారానే స్పర్శ, గురుస్పర్శ వెళ్తుంది. అది ఎక్కడ బాధగా ఉంటే అక్కడ కాస్త చూసుకోండి.

హంసచార మఖండనాద మనేక వర్ణరూపకం

శబ్దజాలమయం చరాచర జంతుదేహ నివాసినం

చక్రరాజ మనాహతోద్భవ మేక వర్ణ మత: పరం

ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయే ద్గురుపాదుకాం.

మకరరాశి

దానితర్వాత మకరరాశి. అనేక జన్మకర్మలు మిమ్మల్ని బాధ పెడుతూ ఉంటాయి. మీ ప్రారబ్దకర్మలు ఇంక ఉండవు ఈ రోజునుంచి గ్యారెంటీ ఇస్తున్నారు గురువులు, రాసిచ్చారు గురువులు. ఈ రోజు ఎవరైతే దీన్ని చేస్తున్నారో ఇంక వారికి ప్రారబ్దకర్మ ఉండదు, సంచిత కర్మ ఉండదు. మరి మాకు బాధలు ఎందుకు వచ్చాయి, ఈ జన్మలో చేస్తున్నవే. చాలా జాగ్రత్తగా గుర్తుంచుకోండి. హిమాలయాలలో ఉన్నటువంటి గురువులందరూ ఏకస్వరంతో చెప్పేదేంటి అంటే ఈనాటి యుద్ధాలు కాని, ఈనాటి యాక్సిడెంట్లు కాని, ఈనాడు అకాల మృత్యువులన్నీ కూడా మీ ప్రారబ్దకర్మ కాదు, మీ సంచిత కర్మ కాదు, మీరు చేస్తున్న తప్పులు. ఆ తప్పులన్నీ దేనివల్ల చేస్తాం. మనం వేసే అడుగుల వల్ల జరుగుతుంది. దాన్ని కరక్టు చేసుకుందాం. మోకాళ్ళ నొప్పులు ఉన్నవాళ్ళు మెల్లగా రాసుకోండి. ఎక్కడా కూడా గట్టిగా ఏదీ చేయకండి. తేలికగా, సులభంగా ఉండాలి. ఇదేదో అక్కడ, మీ కసి తీర్చుకోకండి. దానిమీద ప్రేమగా నిమురుకోండి. దీన్ని చదవండి.

జన్మకర్మ విలీనకారణ హేతు భూతమబోధకం

జన్మ కర్మ నివారకం రుచిపూరకం భవతారకం

నామ రూప వివర్జితం నిజనాయకం సుఖదాయకం

ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయే ద్గురుపాదుకాం.

చెయ్యి అలా రాసుకుంటూ గురువు యొక్క అనుగ్రహాన్ని, నా ఈ బాధలు రాకుండా ఉండాలి. నేను సన్మార్గం వైపు అడుగులు వేసే శక్తి రావాలి అనే భావనతో చేసుకుంటున్నాం మనం.

తర్వాత పిక్కలు. పిక్కల్ని మెల్లిగా మీరు చూసుకోండి. మీకు రెండు కాళ్ళకి కాస్త బాధ ఉంటే, ఇపుడు మెల్లిగా కాస్త కదుపుకోవచ్చు కాళ్లని. పిక్కల్ని రెండు చేతుల్తో, ఆ స్పర్శ గురుస్పర్శ జరుగుతుంది మీ ద్వారా అన్నది గుర్తుంచుకోండి. మీరు కాదు పెట్టుకుంటున్నది, పైనుంచి దిగింది. అది ఉపయోగించుకుంటున్నాం ఈ యజ్ఞంలో.

కుంభరాశి

తర్వాత కుంభరాశి మడిమలకు సంబందించినది.

తప్త కాంచన దీవ్యమాన మహాణు మాతృక రూపకం

చంద్రి కాంతర తారకైరవ ముజ్వలం పరాస్పదం

నీల నీరద మధ్యమస్థిత విద్యుదాది విభాసితం

ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయే ద్గురుపాదుకాం.

మీనరాశి

దీని తర్వాత మీనరాశి. పాదాలకు సంబంధించింది. గురుపాదాలకి సంబంధించింది. మీ పాదాలు గురువు పాదాలు అని భావించి మీరే నొక్కుకోండి. గట్టిగా నొక్కేసుకుని అమ్మా అనకండి. మెల్లిగా , ప్రేమగా నొక్కుకోండి. ఇది చదవండి.

స్థూలసూక్ష్మ సకారణాంతర ఖేలనం పరిపాలనమ్

విశ్వతైజస ప్రాజ్ఞ చేతనమంతరాత్మ నిజాంశుకం

సర్వకారణ మీశ్వరం నిటలాంతరాళ విహారకమ్

ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయే ద్గురుపాదుకాం.

మీ ముందు ఉన్న యజ్ఞకుండాన్ని మీ శరీరంలో దింపుకున్నారు. 12 ఇటుకలు ఇలా తయారవుతాయి. ప్రతిరోజుకూడ అందుచేత నిజమైనటువంటి యజ్ఞకుండం ఇది కాదు. నిజమైనటువంటి యజ్ఞకుండం ఏంటి? ఇది. 12 ఇటుకలు ఎలా పెట్టుకున్నారో తెలుసు కదా. అది భగవంతుడు మనకు ఇచ్చినటువంటి యజ్ఞకుండం. అందుకే భగవద్గీతలో చాలా స్పష్టంగా బ్రహ్మ చెప్తాడు.

సహయజ్ఞా ప్రజా సృష్ట్వా పురోవాజ ప్రజాపతిహి

అనేవ ప్రష్విష్యత్వం ఏష్వో తిష్ట కామతు ॥

నీతోపాటే యజ్ఞకుండం పుట్టింది. పుట్టిందా లేదా? ఈ శిరస్సు కాని, ఈ కళ్ళు కాని, ఈ పాదాలుకాని ఇపుడు వచ్చాయి యజ్ఞకుండం ముందు నుంచి, పుట్టినపుడే ఉంది మీతో. దాన్ని ఉపయోగించుకోవటం రావటం లేదు. ఇపుడు నేను మీరు దాన్ని ఉపయోగించుకునేటటువంటి యజ్ఞవిధానం

నేర్పబోతున్నాను. కల్పవృక్షం, కామధేనువు రెండు ఇపుడు మీకు అందించబోతున్నాను. ఇంతవరకు మనం, మన శరీర నిర్మాణం గురించి మాట్లాడుకున్నాం. యజ్ఞకుండం గురించి మాట్లాడుకున్నాం. ఇపుడు ఈ యజ్ఞకుండాన్ని ఉపయోగించుకోవాలి అంటే దేన్ని ఉపయోగించుకోవాలి? ఈ శరీరాన్ని

ఉపయోగించుకోవాలి. ఈ శరీరంలో 24 శక్తులు మాత్రమే ఉన్నాయి. 25 వ శక్తి లేదు. మీకందరికి

ఉన్నాయి అవి. అవి ఏంటో జాగ్రత్తగా విని అర్థం చేసుకోండి. మొట్టమొదట మనకు ఉండేది ఏంటి అంటే పంచకర్మేంద్రియాలు. కర్మేంద్రియాలు అంటే పని చేసేవి. మనకి పంచకర్మేంద్రియాలు ఉన్నాయి, అయిదు. పంచజ్ఞానేంద్రియాలు ఉన్నాయి, అయిదు. మొత్తం పది. ఈ రెండు, కర్మేంద్రియాలు, జ్ఞానేంద్రియాలు పని చేయడానికి, శక్తి కావాలి, ప్రాణం కావాలి. పంచప్రాణాలు. కాని ప్రాణాలు ఉంటే ఏం లాభం? మెషీన్ యాక్టివ్ గా ఉండాలి. మెషీన్‌కి తత్త్వం ఉండాలి. ఎసెన్స్ ఉండాలి. అది పంచతత్త్వాలు. మొత్తం ఎన్ని అయ్యాయి, నాలుగు అయిదులు ఇరవై. చాలా జాగ్రత్తగా అర్థం చేసుకోండి, గాయత్రీ అందరికి సంబంధించింది అనే దానికి ఋషులు అందచేస్తున్నటువంటి ఇంకొక రహస్యం. నీ శరీరం పని చెయ్యాలి అంటే, యజ్ఞకుండమైన మీ శరీరం పనిచెయ్యాలి అంటే, పంచ కర్మేంద్రియాలు, పంచ జ్ఞానేంద్రియాలు, పంచ ప్రాణాలు, పంచ తత్త్వాలు. మీ అందరికీ ఉన్నాయి. ఇక్కడ కూర్చున్నవాళ్ళందరికీ ఉన్నాయా? లేదా? మరి ఆ బస్ డ్రైవ్ చేస్తున్నవాడికి ఉందా?ఉందికదా. బస్‌లోకూర్చున్నవాళ్లకి? ప్రపంచంలో ప్రతి మనిషికి కూడ. మానవజాతికి మాత్రమే ఉంటాయి. మిగతా జాతులకు లేవు. పక్షులకి, కొండలకి, చెట్లకి ఇవి లేవు. ఇవి మానవుడి యొక్క గొప్పతనం. అయిదు కర్మేంద్రియాలు,5 జ్ఞానేంద్రియాలు, 5 ప్రాణాలు, 5 తత్త్వాలు. కాని ఇవన్నీ మనకి సమానంగా ఉన్న ఒకదానితో ఒకటి పోల్చలేం కదా. మనం మనలా ఉంటాం, వాళ్లు వాళ్ళలాగా ఉంటారు. దానికి అంత:కరణం అని నాలుగు ఇంద్రియాలు లోపల ఉంటాయి. మనో, బుద్ధి, చిత్త, అహంకారం ఇవి మారతాయి. ఈ ఇరవై ఒకేలాగ ఉన్నా, దీన్ని ఉ పయోగించుకునే వ్యక్తి యొక్క మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తం, అహంకారం ఒకలాగ ఉంటుంది. ఇంకొకరిది ఇంకోలాగ ఉంటుంది. నాలుగే ఉన్నాయి. మనోబుద్ధి, చిత్త అహంకారాలు. అందుచేత మనుష్యులందరిలో, ఒకడిలో మనస్సు ఎక్కువగా ఉండి ఉండచ్చు. ఇంకోడిలో బుద్ధి ఎక్కువగా ఉండి ఉండవచ్చు, ఇంకోడిలో చిత్తం ఎక్కువగా ఉండి ఉండవచ్చు. ఇంకోడిలో అహంకారం ఎక్కువగా ఉండవచ్చు. అంతేకదా, నాలుగురకాల వ్యక్తులు ఉంటారు. అందుకని నాలుగు జాతులే ఉన్నాయి. అయిదో జాతి లేదు. బుద్ధి లేనివాడు, ఈ నాలిగింటి గురించి తెలియని వాడు, అయిదో రకం అయినవాడు అవుతారు అంటారు. కాని నాలుగో రకం వాడికంటే ఇంకోరకం వ్యక్తి ఉండగలడా? ఉన్నవే నాలుగు మీకు.

చాతుర్వర్ణ్యం మయాసృష్టం గుణకర్మ విభాగశ: ।

తస్య కర్తారమపి మాం విద్ధ్య కర్తారమవ్యయమ్ ॥

అందుచేత ఈ జాతి, కులాలు వీటికి మీరు ఇవాళ తిలోదకాలు ఇచ్చేయగలిగితే, చాలా ఆనందిస్తారు, ఋషులు. అర్థమయ్యింది వీళ్ళకి మేం చెప్పింది. మీ మనస్సు ఎక్కువగా ఉంటే అది ఒక జాతి. పేరు ఏదో పెట్టుకోండి, పేర్లలో గందరగోళం పడకండి. ఉన్నవి నాలుగే జాతులు మనుష్యులలో. ఒకడికి మనస్సు ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఒకరికి బుద్ధి ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఒకరికి చిత్తం ఎక్కువగా ఉంటుంది.

ఇంకొకరికి అహంకారం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అందుచేత వాటిని పూర్వకాలంలో, బ్రాహ్మణ, వైశ్య, క్షత్రియ, శూద్ర అని చెప్పేవాళ్లు. పురుషసూక్తం మనం చదువుతున్నపుడు, చాలా స్పష్టంగా చెబుతుండే వాళ్లు.నోరును ఎక్కువుగా ఉపయోగించుకుంటే బ్రాహ్మణులు. చేతులను ఎక్కువగా ఉపయోగించుకుంటే క్షత్రియుడు. ఊరువుల్ని ఎక్కువగా ఉపయోగించుకుంటే వైశ్యుడు. పాదాలను ఎక్కువగా ఉపయోగించుకుంటే శూద్రులు. అంటే బ్రాహ్మణునికి పాదాలు ఉండవా? చేతులు ఉండవా? మీకు ఎందుకు ఆ మూర్ఖత్వంలో పడి ఉన్నారు? ఏది మీరు ఎక్కువ ఉపయోగించుకుంటావని. క్షత్రియుడు బాహుశక్తిని ఉపయోగించుకుంటాడు. శూద్రుడు సేవ చేస్తాడు కనుక పాదాలు ఎక్కువ ఉపయోగించుకుంటాడు. బ్రాహ్మణుడు నోటితో మాటలు ఎక్కువ చెబుతారు కనుక, ఆ మాటలు ఉపయోగించుకుంటాడు. ఈ ఊరువులలో ఉన్నది ఏమిటి అంటే ' గ్రోత్ '. తల్లి ఒడిలో పిల్లవాడు పెరుగుతాడు. వైశ్యుడు ఏమి చేస్తాడు? అక్కడ ఉన్న దాన్ని ఇక్కడికి తీసుకొని వచ్చి ఇక్కడ గ్రో చేయిస్తాడు. ఇక్కడ ఉన్నదాన్ని అక్కడికి తీసుకొని వెళ్ళి అక్కడ గ్రో చేయిస్తాడు. అందుచేత, ఈ బ్రాహ్మణ, క్షత్రియ, వైశ్య, శూద్ర అనేటటువంటి అద్భుతమైనటువంటి కర్మేంద్రియాలు, జ్ఞానేంద్రియాల మీద చేయబడినటువంటి వివరణ ఎంత నీచస్థితికి మనం తెచ్చుకున్నామో గుర్తుచేసుకోండి. ఇవాళ మీరు దానికి తిలోదకం ఇచ్చేయండి. మీరు కేవలం ఈ జ్ఞానాన్ని తెలుసుకోండి. మనస్సును ఎలా ప్రోది చేసుకోవాలి. బుద్ధిని ఎలా ప్రోది చేసుకోవాలి. చిత్తాన్ని ఎలా ప్రోది చేసుకోవాలి. అహంకారాన్ని ఎలా ప్రోది చేసుకోవాలి. అహంకారం అంటే అహంకారం అని కాదు. అహం, నేను ఉన్నాను. నేను అంటేనే కదా మిగతావన్నీ వస్తాయి. ఆహారం కాదు అది. "ఐ యామ్ దట్ ఐ యామ్" అని ఇంగ్లీష్‌లో అంటారు. నేను ఉన్నాను కనుక నేను ఉన్నాను. ఆ అహంకారం ఎలా ప్రోది చేసుకుంటాం అనేది మనం నేర్చుకుందాం. అందుచేత 20 ఏమో అందరికి కామన్‌గా ఉన్నాయి. మిగతా నాలుగు వేర్వేరుగా ఉన్నాయి. కాని ఉన్నవి ఈ నాలుగే. మొత్తం ఎన్ని అయ్యాయి. ఇరవై నాలుగు ఏ నాదంతో ఓపెన్ అవుతుందో, ఇరవైనాలుగు శక్తులు ఎలా ఓపెన్ చేసుకోవాలని చెప్పేటటువంటి ఫార్ములా గాయత్రీ మంత్రం. చాలా స్పష్టంగా మీకు అక్కడ యంత్రాలు అవి కనిపిస్తాయి, ఒక్కొక్క అక్షరానికి. తర్వాత జాగ్రత్తగా చూసుకోండి యంత్రము అంటే, గీతలు కావు. యంత్రము అంటే మెషీన్. స్కూటర్ ఒక యంత్రము. ఆ యంత్రం ఉంటే ఏం చెయ్యగలరు మీరు నడిచి వెళ్ళటానికి బదులు ఫాస్ట్‌గా వెళ్ళగలరు. మరి మనం ఆ యంత్రాన్ని చూసి ఇదివరకటి కంటే ఫాస్ట్‌గా వెళ్ళలేకపోతే, ఏది ఫాస్ట్‌గా వెళ్ళాలి? మీరు కాదు, మీ మనస్సు, మీ బుద్ధి, మీ చిత్తం, మీ అహంకారం, చాలా ఫాస్ట్‌గా గ్రో అవటానికి కావలసినటువంటి ఆ 24 శక్తుల యొక్క ఫార్ములా అది. అందుచేత ఇపుడు చేతులు ఇలా పెట్టుకుని, ఆ ఫార్ములాను మీరు స్వీకరించండి. ($E=mc^2$) అనే ఫార్ములా తెలిస్తే న్యూక్లియర్ ఎనర్జీ వచ్చినట్టే. కాని తర్వాత మీరు అధ్యయనం చేసుకోవాలి. పుస్తకాలు చూసి, ఆ శక్తిని ఎలా అదంతా కూడ ఆ ఫ్లెక్సీ లలో వ్రాయబడి ఉన్నాయి. జాగ్రత్తగా చూసుకోండి. కాని ఇపుడు మంత్రదీక్ష తీసుకోండి. నిన్న మొన్న శంకరజయంతి , రామానుజాచార్యుల జయంతి కూడా అయింది. దాని పూర్ణాహుతిగా ఈ అనంతమైనటువంటి, జ్ఞాన సంపద, మొత్తము మానవజాతికి ఉపయోగపడేటటువంటి పంచ కర్మేంద్రియాలు, పంచ జ్ఞానేంద్రియాలు, పంచ ప్రాణాలు, పంచతత్వాలు, మనో, బుద్ధి, చిత్త, అహంకారాలు. ఇంతే ఇరవైనాలుగే మనిషిలో

ఉన్నాయి. దీనిని మీరు ఆ శక్తిని స్వీకరించండి నేను అన్నాక దానిని అనండి. దీక్షగా తీసుకోండి. నావైపు చూడకండి. ఈ గోళ్ళవైపు చూడండి. ఈ బ్రొటకన వేలు అగ్నికి ముఖ్యమైనది. ఆ శరీర శాస్త్రం తెలిసున్న వాళ్లకు తెలుసు. బ్రొటకనవేలు అగ్ని. అందుచేత మీరు ఇలా పెట్టుకుని, దానివైపు చూస్తూ మీరు ఎవరిని చూస్తున్నారు అగ్నిని. అగ్ని ప్రదీపన జరుగుతుంది మీలో. నావైపు చూడకండి. ఆ రెండుగోళ్ళు చూడండి. ఇడ, పింగళ శక్తి ధారలు అందులోంచి, లోపలకి వెళ్తున్నాయి. నావైపు ఎట్టి పరిస్థితులలోను చూడకండి. శక్తి, మీరు పైన చూస్తే, శక్తి మీ లోపలికి రాదు. ఎక్కడ దృష్టి వెళ్తుందో అక్కడ సృష్టి ఉంటుంది. అది ఫార్ముల కనుక, విని నేను ఉచ్ఛారణ చేసింది మాత్రమే మీరు మళ్ళీ ఉచ్ఛారణ చేసింది మాత్రమే మీరు మళ్ళీ ఉచ్ఛారణ చేయండి.

ఓం ...... ఇంకా గట్టిగా ఓం భూర్భువ: స్వ: తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోన: ప్రచోదయాత్

అలాగే కళ్ళు మూసుకుని ధ్యానముద్రలో కూర్చోండి. ఇంక మీకు కామధేనువు, కల్పవృక్షం ఎలా అవ్వాలో చెప్పబోతున్నాను. ఏ కోరిక అయినా మీరు తీర్చుకోవచ్చు. అనంతమైనటువంటి, శక్తి సంపన్నులు అయినటువంటి ఋషులు, మన ఈ సత్రయాగం మీద ప్రేమ,అనుగ్రహం ఉన్నటువంటివాళ్ళు, 18 కోట్ల గాయత్రీ మంత్ర జపాన్ని మీకు అందచేసారు. ఈ 18 కోట్ల గాయత్రీ మంత్ర జపం మీలో ప్రతి ఒక్కళ్ళు ఉపయోగించుకోవచ్చు. ఎందుచేత అంటే, గురువు అంటే అంధకారాన్ని పోగొట్టేవాడు. 18 కోట్ల బల్బులు ఉంటే, ఉన్నవాళ్ళందరికి 18 కోట్ల బల్బుల వెలుతురు వస్తుంది. ఆ అనంతమైనటువంటి శక్తిని మీరు ఇపుడు ఉపయోగించుకోబోతున్నారు. కళ్ళు మూసుకుని నిద్రా స్థితిలోకి వెళ్ళిపోండి. ఏ శబ్దము మీకు వినిపించకూడదు. కళ్ళు మూసుకొని ఉండండి. దీన్ని తురియ స్థితి అంటాం. సమాధి స్థితి అంటాం. ఆ స్థితిలో ఉండండి. కళ్ళు మూసుకునే సమాధి స్థితిలో ఉండండి. కల్పవృక్షంగా ఎలా మారాలో నేర్పబోతున్నాను నేను మీకు. టూకీగానే చెప్తాను ఇపుడు. ఎట్టి పరిస్థితులలోను కళ్ళు తెరవకండి. "నిద్రా సమాధి స్థితిహి:" అన్నారు శంకరాచార్యులవారు. అద్వైత సిద్ధాంతము. మీరొక్కరే ఉన్నారు. ఎవ్వరూ లేరు. మీరు గాఢనిద్రలో ఉంటే మీకు ఏం తెలుస్తుంది మీరు ఎక్కడ ఉన్నారో. మీరు ఒక్కళ్ళే ఉంటారు. మీరు కూడ మిమ్మల్ని మర్చిపోవడానికి ప్రయత్నించండి. అలాగే కూర్చొని, మనలో శక్తిని దింపుకుందాం. ఒక జ్యోతిని మూలాధారం దగ్గర వెలుగుతుంది అని భావించుకోండి. జ్యోతి మూలాధారం దగ్గర వెలుగుతుంది. దృష్టి మూలాధారం దగ్గర జ్యోతి. గాయత్రీ మంత్రం ఉచ్ఛరించండి.

ఓం భూర్భువ: స్వ: తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోన: ప్రచోదయాత్

మూలాధారం నుంచి స్వాధిష్టానం మీదకు జ్యోతి తెచ్చుకోండి. వెన్నుపూసమీద. మీ వెన్నుపూస ఎక్కడ నేలకు తగులుతుందో దాన్ని మూలాధారం అంటాం. అక్కడ నుంచి రెండు అంగుళాలు పైన, జ్యోతి, జ్యోతిని చూస్తూ ఉండండి. క్రిందన ఉన్న జ్యోతే పైకి వచ్చింది. మూలాధారం నుంచి స్వాధిష్టానానికి వచ్చింది.

ఓం భూర్భువ: స్వ: తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోన: ప్రచోదయాత్

బొడ్డుకి వెనకాతల భాగం మణిపూరకచక్రం, వెన్నుపూసమీద. జ్యోతి అక్కడికి తీసుకురండి. స్పష్టంగా ఆ జ్యోతిని చూడండి. భగభగ మెరుస్తున్నటువంటి ఆ జ్యోతి ఆ ప్రకాశము, శరీరమంతా వ్యాపిస్తుంది.

ఇందాక బొడ్డుదగ్గర మీకు చెప్పాను,10 చోట్లకి వెళ్తుంది ఆ శక్తి ధారలు. ఒకేసారి రెండు చెవులవైపు, రెండు కళ్ళ వైపు, రెండు నాసికా రంధ్రాల వైపు, కొండనాలుక వైపు, ముఖంవైపు, గుదద్వారం వైపు, మూత్రేంద్రియం వైపు. ఒకేసారి ఆ శక్తి ధారలు ప్రవహించటం చూడండి.

ఓం భూర్భువ: స్వ: తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోన: ప్రచోదయాత్

జ్యోతిని అనాహత చక్రానికి తీసుకురండి. అనాహత చక్రం అంటే హృదయం వెనకాతల ఉన్న వెన్నుపూసమీద భాగం. జ్యోతి అక్కడ చూడండి హృదయం ఏం చేస్తుంది? మొత్తము మన శరీరానికి రక్తాన్ని పంపు చేస్తుంది. మన శరీరంలో 60 వేలమైళ్ళు పొడుగున్నటువంటి రక్తనాళికలు ఉన్నాయి. 60 వేల మైళ్ళ పొడుగు ఉన్న రక్తనాళికలు ఉన్నాయి. ఈ జ్యోతి, ఆ రక్తంతో కలసి మొత్తము శరీరానికి అణువు అణువుకి కూడ వెళ్తుంది. మస్తిష్కంలోకి, చెవులలోకి, కళ్ళలోకి, నోటిలోకి, చేతిల్లోకి, వేళ్ళల్లోకి, బొడ్డులోకి, హృదయంలోకి, శ్వాసలోకి, పిక్కలోకి, మడిమల్లోకి మొత్తం మన శరీరం అంతాకూడ హృదయం నుంచి ఏవిధంగా అయితే రక్తం ప్రసరిస్తుందో, ఈ దివ్యశక్తి, దీనినే ఆత్మశక్తి అని గూడ అంటాం. జ్ఞానశక్తి అని కూడ అంటాం. ప్రజ్ఞాశక్తి అని కూడ అంటాం. ఇచ్ఛాశక్తి అనికూడ అంటాం. ఈ ఇచ్ఛాక్రియ, జ్ఞాన శక్తుల సమ్మేళనం మన హృదయంలోంచి మొత్తం శరీరంలోకి వ్యాపిస్తుంది. మొత్తం శరీరం యొక్క అణువు అణువు జ్యోతిర్మయం అవుతుంది. ఎక్కడెక్కడికి నెత్తురు వెళ్తుందో అక్కడక్కడికి ఈ జ్యోతి వెళ్తుంది. మొత్తం మన శరీరం జ్యోతిర్మయం అయిపోయింది. బంగారు రంగు వర్ణంగా మారిపోయింది. మనమందరము కూడ బంగారు విగ్రహాలమే. ఆ జ్యోతిని శరీరం అంతా వ్యాపింపచేసుకోండి హృదయం నుంచి, అన్ని కోణాలు శరీరంలో ఉన్న ప్రతి అంగ ప్రత్యంగానికి కూడ ఈ జ్యోతి వెళ్తుంది. ముఖ్యంగా మీ శరీరంలో ఏదైనా బాధ ఉంటే, ఆ బాధ వైపు ఈ శక్తిని ఎక్కువ ప్రసరింపచేసుకోండి. మధుమేహం వాళ్ళయితే, పాంక్రియాస్, స్ప్లీన్. డైజెషన్ ప్రాబ్లమ్ఉన్నవాళు ళ్ళ, లివర్, ప్రేగులవైపు. కంటి జబ్బు ఉన్నవాళ్ళు కంటికి, చెవుల వినికిడి కరక్టుగా లేనివాళ్ళు చెవులవైపు, నాసిక కరక్టుగా లేనివాళ్ళు నాసిక వైపు, ఎక్కువగా. మొత్తం ఈ సాధన వలన మీ శరీరం వజ్రం లాగా మారిపోతుంది. కాని కుసుమం లాగా కోమలంగా ఉంటుంది. అందుకేమహా పురుషుడ్ని, '' వజ్రాదపి గరీయసి........'' అంటాం. అందుచేత మీ శరీరం ఏమి గట్టిపడిపోదు, కాని గట్టి ప్రయత్నాలు చేయగలిగేటటువంటి శక్తి జ్యోతి వలన వస్తుంది. హృదయం లాంటి మీమొత్తం శరీరం వైపుకు రక్తం ఎలా ప్రసరిస్తుందో మొత్తం శరీరంలోకి జ్యోతి ప్రసరింపచేస్తుంది.

ఓం భూర్భువ: స్వ: తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోన: ప్రచోదయాత్

విశుద్ధి. కంఠం. శిరస్సును బాడీని కలిపేటటువంటి ఎముకల సమూహం. 7 ఉంటాయి అక్కడ. వాటిని సప్తఋషులు అనికూడ అంటాం. ఋషులందరు అక్కడే ఉన్నారు. ఇది ఎక్కడ అయితే కరక్టుగా ఉంటుందో, హాలాహలం త్రాగినా వాడికి చావు రాదు. శివతత్త్వం ఉన్నవాడు, అందరి క్షేమము కోరేటటువంటి వాక్కు వచ్చేది, ఎవరి వాక్కు ఇతరులకు ప్రేమ అందచేయకలదో, ఎవరి వాక్కు ఎవరికైతే ఉత్సాహం ఇవ్వగలదో అలాంటి వాక్కు ఉన్నటువంటి శక్తి మనలో వస్తున్నది. వాక్కుశుద్ధి అవుతున్నది. వాక్కు శుద్ధి ఉన్నవాళ్ళు అంటే అర్థం ఏంటో తెలుసా మీకు,

వాళ్ళు అన్నది జరుగుతుంది. అందుచేత అన్నది జరుగుతుంది అనేటటువంటి శక్తి మీ వాక్కులోకి వస్తుంది. సప్తఋషులు మీకు, అక్కడున్నటువంటి 7 ఎముకల ద్వారా, మీకు ప్రసరింపచేయబడుతుంది. జ్యోతి కంఠం వద్ద వెలుగుతుంది.

ఓం భూర్భువ: స్వ: తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోన: ప్రచోదయాత్

మెల్లిగా ఆ జ్యోతిని ఆజ్ఞాచక్రం దగ్గరకు తీసుకురండి. ఈ ఆజ్ఞా చక్రాన్ని ఉపయోగించుకొని శివుడు మన్మధుడ్ని కాల్చేసాడు. మన్మధుడు అంటే కోరికలు, శారీరకమైన కోరికలే కాదు. మనసును మధించేది. మీకు ఏ చింత ఉన్న, ఏ ప్రాబ్లమ్ ఉన్నా, మీ మనస్సులో ఏ సమస్య ఉన్నా, దీనిని అవుతే మీరు ఎదుర్కోలేక పోతున్నారు అనుకున్నా కూడా భస్మం అయిపోతాయి. ఆ మన్మధుడ్ని కాల్చేటటువంటి, ఆ ఆజ్ఞాచక్రం దగ్గర జ్యోతిని ఉంచుకోండి.

ఓం భూర్భువ: స్వ: తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోన: ప్రచోదయాత్

ఇపుడు ఆ జ్యోతిని ఆజ్ఞాచక్రం వద్ద వెలుగుతున్న జ్యోతిని, అలాగే వెలుగుతూ ఉండనివ్వండి. ఇదే జ్యోతితో మళ్ళీ మూలాధారము, స్వాధిష్టానము, మణిపూరకము, అనాహతచక్రము, విశుద్ధి చక్రము, వీటన్నిటిని కూడ వెలుగుతున్నట్టు భావించుకోండి. ఆరు జ్యోతులు మీ శరీరంలో వెలుగుతున్నాయి. మూలాధారం దగ్గర ఒక జ్యోతి వెలుగుతుంది, స్వాధిష్టానం దగ్గర ఇంకొక జ్యోతి వెలుగుతుంది. మణిపూరక చక్రం దగ్గర ఒక జ్యోతి వెలుగుతుంది. పది దిశలు ఆ జ్యోతి వెళ్తుంది. హృదయ చక్రం అనాహత చక్రం దగ్గర ఒక జ్యోతి వెలుగుతుంది. శరీరమంతా ఆ జ్యోతి వెళ్తుంది. విశు ద్ధి చక్రం దగ్గర జ్యోతి వాక్కును శుద్ధి చేస్తుంది. ఆజ్ఞ చక్రం దగ్గర వెలుగుతున్నటువంటి జ్యోతి, మీమనస్సు లోని ఆవేదనలు, బాధలు అన్ని తీసివేస్తుంది. ఇపుడు అన్ని జ్యోతుల వెలుగు శిరస్సులోకి వెళ్తున్నాయి. శిరస్సు ధగధగ జాజ్జ్వల్య మానమవుతుంది. మన మెదడులో ఉన్నటువంటి ప్రతి అణువు కూడ ఒక వజ్రంలాగ మెరుస్తున్నది. మన శిరస్సు చుట్టు కూడ ఒక తేజోవలయం ఏర్పడుతుంది.

ఆ జ్యోతి అంతా శిరస్సు లోకి దూరింది. ఆ జ్యోతి క్రింద మన వెన్నుపూస కాగడాలాగా వెలుగుతుంది. కాగడ పట్టుకునేటటువంటి స్తంభంలాగా, వాటిన్నింటికి కూడ మన శరీరంలో ఉన్నటువంటి శక్తులు, మన సహచరులు, మన బంధువులు, సకల సద్గురు శిష్యసముదాయం అంతా కూడా, ఈ జాజ్జ్వల్యమానంగా ఉన్నటువంటి ఈ జ్ఞానజ్యోతి ప్రకాశం తన ద్వారా నింపుకుని, తను అడుగువేస్తున్న ప్రతి అడుగులో కూడ ఆ జ్ఞాన జ్యోతి వేస్తుంది. మిమ్మల్ని మీరు, ఎదురు కుండా చూసినటువంటి ఆ ఎర్రకాగడాలాగ వెలుగుతున్నారు. మీ వెన్నుపూస కాగడా యొక్క దండం. శిరస్సులో దూరినటువంటి, ఆ ధగ ధగ మెరుస్తున్నటువంటి ఆ జ్యోతి, ఆ జ్ఞానజ్యోతి. మనం అందరం కూడా, ప్రతి ఒక్కళ్ళం కూడా, ఈ కాగడాలు పట్టుకుని ప్రపంచం లోకి వెళ్తున్నాం. ఈ స్థితిలో కళ్ళు ఎవరూ తెరవకండి. కల్పవృక్షం ఎలా ఉపయోగించుకోవాలో చెబుతున్నాను జాగ్రత్తగా వినండి. చాలా జాగ్రత్తగా వినండి. మీ మనస్సులో ఏదో ఒక కోరిక ఉంటుంది. ఆ కోరిక వాక్శుద్ధి పొందినటువంటి వాక్కుతో, మనస్సులో మూడుసార్లు అనుకోండి. ఏదైనా ఒక కోరిక. చాలా కోరికలు కోరుకోకండి. ముందు ఆ కోరిక నెరవేర్చాక, రెండో కోరికకు వెళ్దాం. మీరు జ్ఞానజ్యోతి యొక్క ఎర్రకాగడాగా ఉన్నారు. మీ శిరస్సులో ఉన్నటువంటి బ్రెయిన్లో ఉన్నటువంటి,

మస్తిష్కంలో ఉన్నటువంటి ప్రతి కణం కూడ ధగ ధగ మెరుస్తూ ఉంది. వాక్కు ద్వారా, మనస్సులోనే, పైకి ఏమి అనక్కర్లేదు. పెదిమలు కదపక్కర్లేదు. కోరిక కోరుకోండి. మూడు సార్లు స్పష్టంగా అనుకోండి. సాధ్యమైనంతవరకు తక్కువ మాటలతో అనండి. మూడు సార్లు. వాక్ద్వారా ఉచ్చరించబడినటువంటి ఈ కోరిక, ఈ మస్తిష్కంలో ప్రవేశించింది. ఆ వాక్కుని మీ మస్తిష్కం వినింది. ధగ ధగ మెరుస్తున్నటువంటి ఆ ప్రజ్వల ఋషి సముదాయం యొక్క జ్ఞాన శక్తి మీలో ఉంది. వాళ్ళు అది నెరవేరటానికి కావలసినటువంటి శక్తి మీకు ఇస్తున్నారు. మస్తిష్కంలో ఉంచుకోండి ఆ కోరిక.

మెల్లిగా, ఆకోరికను హృదయంలోకి దింపుకోండి. అనాహత చక్రంలోకి వస్తుంది, ఆ కోరిక. మళ్ళీ ఈ ప్రక్రియ మళ్ళీ చేసుకోండి. వాక్కు ద్వారా ఆ కోరిక స్పష్టంగా కోరుకోండి మూడుసార్లు. ఈ వాక్కు మస్తిష్కంలో చేరింది. మస్తిష్కంలో ఉన్నటువంటి ఆ జాజ్జ్వల్యమానమైనటువంటి, సూర్యుడిలాగా ధగధగ మండుతున్నటువంటి , ఆ శక్తి, మీ వాక్కుకి రూపకల్పన చేస్తుంది. ఆ రూపకల్పన చేస్తున్నటువంటి వాక్కుని క్రిందకి దింపుకోండి. హృదయంలోకి. దింపుకున్న తరువాత హృదయంలో మీరు ఏ కోరికైతే కోరుకొని రూపకల్పన చేశారో, అది మీ అంగ ప్రత్యంగాలకి వెళ్ళిపోతుంది. రక్తం ఎలాగైతే వెళ్ళిపోతుందో, అంగ ప్రత్యంగాలకి వెళ్ళిపోతుంది. మీరు ఈ ధ్యానం చేసుకున్న తర్వాత లేస్తారు. లేచాక మీ కర్మేంద్రియ జ్ఞానేంద్రియాలలో ఏదైతే మీరు నింపుకున్నారో దానికి అనుగుణ్యంగా ప్రవర్తిస్తుంది. ఫలితం వస్తుంది.

సూర్యార్ఘ్యము

యజ్ఞం తరువాత కలశంలోని నీటిని సూర్యునికి అర్ఘ్యంగా సమర్పించాలి.

ఓం సూర్యదేవ సహస్రాంశో తేజోరాశే జగత్పతే ।

అనుకంపయ మాం భక్త్యా గృహాణార్ఘ్యం దివాకర ॥

ఓం సూర్యాయ నమ: ఓం ఆదిత్యాయ నమ: ఓం భాస్కరాయ నమ:

శుభకామన

అందరూ సుఖంగా ఉండాలని శాంతి ప్రార్థన చేద్దాము చేతులు మాత్రము పైకి ఎత్తండి. ఇదొక ముద్ర. “ వ్యాపకాంతిలకంస్తదా ” అని గాయత్రీలో 24 ముద్రలలో ఒక ముద్ర మొత్తం ప్రపంచానికి ఇది విస్తరిస్తోంది. అలాగే ఉంచుకొని ఈ ప్రార్థన చేసుకుందాము.

స్వస్తి ప్రజాభ్య: పరిపాలయంతాం
న్యాయేన మార్గేణ మహీ మహీశా:
గోబ్రాహ్మణేభ్యో శుభమస్తు నిత్యం
లోకా సమస్తా: సుఖినోభవంతు

స్వస్తి ప్రజాభ్య: అందరూ సుఖంగా ఉండాలి. రాజులు న్యాయమైన మార్గముతో ఈ దేశాన్ని పాలించాలి. మంచి సూర్యకిరణాలు బ్రాహ్మణత్వం యొక్క తేజస్సు, గో అంటే సూర్యకిరణాలు బ్రాహ్మణత్వం అంటే ప్రపంచమంతా బ్రహ్మమయమని తెలుసుకున్న బ్రాహ్మణులందరికి కూడా మంచి

కలగాలి. లోకా: సమస్తా: సుఖినోభవంతు లోకమంతా కూడా సుఖంగా మారాలి.

కాలేవర్షతువర్జన్య: పృధ్వీ సస్యశాలినీ

దేశోయం క్షోభరహితో బ్రాహ్మణా సంతు నిర్భయా:

సర్వేభవంతు సుఖిన: సర్వేసంతు నిరామయా:

సర్వేభద్రాణి పశ్యంతు మాకశ్చిత్ దు:ఖమాప్నుయాత్

సకాలంలో వర్షాలు పడాలి. పృధ్వీ సస్యశాలినీ అయిపోవాలి. దేశోయం క్షోభరహిత. ఈ దేశములో ఏవిధమైనటువంటి క్షోభ, బాధలు ఉండకూడదు. బ్రాహ్మణాసంతు నిర్భయా: - ఈ బ్రాహ్మణత్వము బ్రహ్మమయం జగత్తుని తెలుసుకున్నటువంటి మేధావులు అందరూ కూడా నిశ్చింతగా జీవించగలగాలి.

సర్వేభవంతు సుఖిన: సర్వేసంతు నిరామయా:

సర్వేభద్రాణి పశ్యంతు మాకశ్చిత్ దు:ఖమాప్నుయాత్

అందరూ సుఖంగా ఉండాలి. అందరికీ ఏ బాధా ఉండకూడదు. మనస్సులో కూడా వేదన ఉండకూడదు. అందరూ మంచినే చూడాలి. ఎవ్వరికీ ఏవిధమైనటువంటి దు:ఖమూ రాకూడదు.

అపుత్రా: పుత్రిణ: సంతు పుత్రిణ: సంతుపౌత్రిణ:

నిర్ధనా: సధనా: సంతు జీవంతు శరదాం శతం

పిల్లలు లేనివారకికి పిల్లలు కలగాలి. పిల్లలు ఉన్నవాళ్ళకి మనవలు కలగాలి. డబ్బులేనివాళ్ళు డబ్బున్నవాళ్ళుగా మారాలి. సంపద ఉన్నవాళ్ళగా మారాలి. అందరూ శరదాం శతం వందేళ్ళు ఆయురారోగ్యంతో బ్రతకాలి.

శ్రద్ధాం మేధా యశ: ప్రజ్ఞాం విద్యాం పుష్టిం శ్రియమ్బలమ్

తేజమాయుష్యమారోగ్యం దేహిమే హవ్యవాహన

హే అగ్నిదేవా ! నాకు శ్రద్ధ ఇవ్వు మేధస్సు ఇవ్వు. యశస్సు ఇవ్వు. ప్రజ్ఞ ఇవ్వు, విద్య ఇవ్వు, పుష్టి ఇవ్వు, సంపదలు ఇవ్వు, తేజమివ్వు, ఆయుష్షు ఇవ్వు. ఆరోగ్యమివ్వు నువ్వు నాకు ఇవన్నీ ఇవ్వగాక ప్రపంచమునకు కూడా ఈ శాంతిమయ కోరిక వెళ్ళుగాక అని కళ్ళు మూసుకొని ధ్యానముద్రలో కూర్చోండి.