అత్యంత ఫలదాయకమైన మాతయొక్క

జ్యోతి అవతరణ సాధన

అత్యంత ఫలదాయకమైన మాతయొక్క
జ్యోతి అవతరణ సాధన

బ్రహ్మవర్చస్సును, బ్రహ్మతేజమును పొందుటకు ఉచ్చస్తరీయ సాధనలు అనేకములున్నాయి. వాటి విధివిధానములు మరియు మాహాత్మ్యములు కూడా వేరువేరుగా వుంటాయి. ఇంత చిన్న వ్యాసంలో వాటినన్నింటిని ప్రస్తావించలేము కానీ సవితయొక్క, సావిత్రి యొక్క, గాయత్రీయొక్క ప్రాణశక్తిని కర్షణ(లాగుకొనుట) చేయుటకు మరియు దానిని మనలో వికసింపజేయుటకు జ్యోతి అవతరణ యొక్క తేజోపుంజ సాధన కూడా ఉచ్చస్తరీయ ధ్యానధారణలలో ఒకటి. ఒకవిధంగా చెప్పాలంటే ఇది పూర్ణమైనది, గాయత్రీ సాధన సిద్ధింపజేసుకొనుటకు అవలంబింపదగినది.

ప్రారంభస్థితిలో చెప్పబడే సాధనలో మాతయొక్క చిత్రపటంతో పాటు పూజ-ఉపకరణముల ఆవశ్యకత వుంటుంది. భావనా వికాశమునకు, శ్రద్ధ-నిష్ఠలను ప్రగాఢము చేసుకొనుటలో దీని విశిష్టత ఎంతో వుంది, కానీ సాధనలో సిద్ధి పొందుటకు మాత్రము ఉన్నతమైన ధ్యాన-ధారణలే ఉపయోగపడతాయి. ఇష్టమైన చిత్రపటము, ప్రతిమలతో చేసిన ఉపాసనవలన ముందుగా అభ్యాస మగుట, మంచి కలల్లో భవిష్యజ్ఞానము, మాతయొక్క దర్శనం, అంత:కరణములో దివ్యభావనలు స్ఫురించడం ద్వారా ఈ సాధన సఫలమైనదనే సంకేతములు లభిస్తాయి.

అయినప్పటికీ సాలోక్య, సామీప్య, సాయుజ్యముల దివ్యమైన అనుభూతులే ఆత్మసాక్షాత్కార భూమికలుగా చెప్పబడుతున్నాయి.

ఈ స్థితి మాతయొక్క తేజోపుంజముతో కలసి మమేకమైపోగలిగే అభ్యాసంతో మొదలవుతుంది. తేజోపుంజముతో సమాధిస్థితిలోకి వెళ్ళగలిగే ప్రగాఢస్థితి చివరగా వస్తుంది. ఈ స్థాయిలో సాధకుడు తనను తాను సవితయొక్క తేజోపుంజములో ఉన్నట్లు, విరాట్ ఆత్మగా ఉన్నట్లు అనుభూతి చెందుతాడు. అందుచేత తేజోపుంజజ్యోతి అవతరణ సాధనను అభ్యసించుట తప్పనిసరి.

ఇందుకు చిత్రపటము మొదలైనవేవీ అవసరము లేదు. రాత్రిపూట మెలకువ వచ్చినపుడు లేచి పక్కమీదనే కూర్చుని కూడా చేసుకోవచ్చు. లేదా పడక్కుర్చీ కూడా వాడవచ్చు. శరీరమును శిథిలావస్థకు చేర్చి, మనస్సును ఏకాగ్రవరచి అనుకూలమైన ఏ సమయంలో నైనా చేసుకోవచ్చు. ఎంత సమయం కేటాయించాలి అనేది వారి వారి సౌకర్యమునుబట్టి నిర్ణయించుకోవచ్చు. కానీ దానిని మూడు భాగములుగా విభజించుకోవాలి. ఒక భాగములో స్థూలశరీరము, ఒక భాగములో సూక్ష్మశరీరము, ఒక భాగములో కారణశరీరము నందు జ్యోతి అవతరణ సాధన చేయాలి. సమయమును ఊహనుబట్టిగానీ, గడియారంతోకానీ నిర్ధారించుకోవచ్చు.

సూక్ష్మజగత్తులో ఈశ్వరీయ దివ్యప్రకాశముయొక్క ప్రేరణాపూర్ణ కిరణములు నిరంతరము జాలువారుతువుంటాయి. ఇందులో చెప్పబడిన విధానములో శ్రద్ధ, ఏకాగ్రత మరియు భావనాపూర్వక ధ్యానవిధానము ద్వారా ఏ సాధకుడైనా గ్రహించవచ్చు. ఈ సాధనలో సంలగ్నమైన

సాధకుల కొరకు 2–2 గంటలతో కూడిన రెండు సమయములు నిర్ధారించడమైనది, ఆ సమయంలో ఏ మహత్తర దివ్యశక్తితో నైనా తమ శక్తిప్రవాహమును జోడించవచ్చు. ఆ సమయంలో ధ్యానం వలన విశేషమైన ఆనందం లభించుటేకాక, విశేష ప్రభావంకూడా ఉంటుంది. ఆ సమయంలో రాత్రి 8 గంటలు; ప్రాత:కాలమున 3 గంటల నుండి 5 గంటల వరకు. ఈ సమయములలో ఎవరి కిష్టమైనది వారు తమ సౌకర్యమునుబట్టి ఎంచుకోవచ్చు.

ప్రారంభంలో దీనిని అరగంటకంటే ఎక్కువ చేయకూడదు. మెల్లిమెల్లిగా సమయమును ఒక గంటవరకు పెంచవచ్చు. రాత్రికి ముందు, రాత్రి తరువాత రెండు సమయాలలో ఈ సాధన చేయాలి. రెండుసార్లు కలిపి ఒక గంట లేదా రెండు గంటలు పడుతుంది. 24 గంటలలో 2 గంటల సమయం చాలా తక్కువ. అధిక తేజమును గ్రహించుటలో కష్టముంటుంది. అందుచేత ఎంత జీర్ణించుకోగలమో అంతే గ్రహించుకోవాలి. ఎవరు ఏ సమయం ఈ సాధన చేయాలి, ఎంతసేపు చేయాలి, ఏ ప్రకారం కూర్చొని చేయాలి అనేది సాధకుని ఇష్టమే. తన పరిస్థితులకు అనుగుణంగా దాని వ్యవస్థ అతనే చేసుకోవాలి. ఏ సమయంలో, ఏ పద్ధతిలో నిర్ధారించుకున్నాడో దానిని అదేవిధంగా పాటించాలి. సమయం మరియు స్థితి ఒకే క్రమంలో నడవడమే సాధనలో సఫలతను పొందటానికి ఆవశ్యకమైనది, అవసరమైనది.

జ్యోతి అవతరణ సాధన ఈవిధంగా చేయాలి

శరీరమును పూర్తిగా శిధిలము చేయాలి. మన మనస్సు, శరీరం మరియు ఆత్మ పూర్తి శాంతంగా, నిశ్చింతతతో మరియు ప్రసన్నంగా ఉన్నాయనే భావన చేయాలి. ఇలా ఐదు నిముషములు భావన చేయుట వలన ధ్యానమునకు అవసరమైన శాంతి మనస్సులో ఉత్పన్నమౌతుంది.

ధ్యానం చేయండి. నలువైపులా ప్రకాశపుంజము ఆవరించివుంది. ముందు–వెనుక, పైన–క్రింద, సర్వత్రా ప్రకాశము దాగివుంది. భగవతి ఆదిశక్తి యొక్క వెలుగు సూర్యమండలం నుండి వెలువడి నేరుగా మీ వరకు వస్తున్నది మరియు మీరు ఆ ప్రకాశంతో పాటు నాలుగువైపులా చుట్టబడివున్నారు.

మెల్లిమెల్లిగా ఈ ప్రకాశ కిరణములు మీ శరీరంలోకి, చర్మరంధ్రములలోకి, ప్రవేశించి ప్రత్యేక అవయువములలోకి చొచ్చుకుపోతున్నాయి. హృదయం, ఊపిరితిత్తులు, అమాశయము, ఆంత్రము, మస్తిష్కం, చేతులు, కాళ్ళు మరియు అన్య అంగములు ఆ ప్రకాశపుంజంలో తమ లోపల ధారణ చేసి పరిపుష్టి చెందుతున్నాయి. జిహ్వ, గుహ్యేంద్రియములు, నేత్రములు, చెవులు, ముక్కు మొదలైన ఇంద్రియములన్నీ ఈ ప్రకారం ఆలోకితమై పవిత్రమౌతున్నాయి, వాటి యొక్క అసంయమన వృత్తులన్నీ కాలిపోతున్నాయి. పవిత్రత యొక్క జ్యోతి శరీరంలోని కణ–కణమును పవిత్రం చేయుటలో సంలగ్నమై వుంది.

స్థూలశరీరంలోని రక్తం, మాంసం, అస్తి మొదలైనవాటితో నిర్మితమైన అవయవములను ప్రకాశపుంజములుగా మార్చి పరిపుష్టము, పవిత్రము, స్ఫూర్తివంతములుగా, జ్యోతిర్మయ స్వరూపములుగా ధ్యానించిన తరువాత సూక్ష్మశరీరంపైన ధ్యానం కేంద్రీకరించాలి. సూక్ష్మశరీర స్థానం మస్తిష్కం.

మస్తిష్కము లోపల వెన్న వలె వెదజల్లబడి వున్న లెక్కింపలేనన్ని కణములలో అనేకములైన మానసికశక్తులు మరియు ఆలోచనల కేంద్రములు దాగివున్నట్లుగా ధ్యానించాలి. ఆదిశక్తి యైన మాత యొక్క ప్రకాశధారలు ప్రవహిస్తున్నట్లు వాటిద్వారా ఆ కణములన్నీ రత్నకణముల వలె జ్యోతిర్మయమై, చక్కగా ప్రకాశించుచున్నట్లుగా భావించాలి.

ప్రకాశకిరణములు ప్రవేశము వలన మనస్సులో దాగియున్న అజ్ఞానాంధకారం, అసంయమనం, స్వార్థం, మోహం, భయం మరియు భ్రమ వంటి ఝంఝాటములు నాశనమైపోయి మానసిక సంస్థానములోని కణకణం వివేకం, ఉచ్ఛవిచారము, సంతులనం మరియు సురుచి వంటి విభూతులతో నిండి మెఱుస్తున్నట్లుగా భావించాలి. గాయత్రీమాత యొక్క ఈ జ్యోతిద్వారా మన మనోభూమి మహాపురుషుల స్థాయితో నిర్మితమౌతున్నట్లు మరియు ఆ ప్రకాశ కిరణములను శ్రద్ధాపూర్వకంగా అధికపరిమాణములో మస్తిష్క కణములు గ్రహించి ధారణ చేస్తూవున్నట్లుగా భావించాలి.

ఆకాశములో అనంత ప్రకాశము యొక్క వెలుగు అవతరించి మన హృదయస్థానంలో ఆత్మయొక్క అంగుష్ఠమాత్ర ప్రకాశపుంజము నందు ప్రవేశించుచున్నట్లుగా ధ్యానించాలి. దానియొక్క హద్దులు, సంకీర్ణతలను, తుచ్ఛతలను అధిగమించి తన వలె తయారు చేస్తున్నది అని భావించాలి. లఘు మరియు మహత్తుల ఈ కలయిక అణుజ్యోతి యొక్క ఆలింగనం పరస్పరం అత్యంత మహత్వపూర్ణమైన ఇచ్చిపుచ్చుకునే విధానంలోకి పరిణతి చెందుతున్నది అని ధ్యానించాలి.

జీవాత్మ యొక్క లఘు ప్రకాశం పరమాత్మ యొక్క పరమప్రకాశములో కలసిపోయి, దీపంలో పడి జ్వలించే కీటకం వలె, యజ్ఞకుండంలోపడే ఆహూతుల వలె తమ అస్తిత్వమును హోమం వలె సమర్పించుచున్నట్లుగా భావించి ఆహ్లాదపడుతూ, అనంత ఆనందం అనుభవించుచున్నట్లు భావించాలి. ఈ కలయిక ఫలితముగా, అంత:కరణములో సద్భావనాతరంగములు ఎగసిపడుచున్నట్లుగా భావించాలి. ఈశ్వరీయ సందేశములు మరియు ఆదర్శములపై చరించే నిష్ఠ పరిపక్వమగుచున్నది. విశ్వంయొక్క కణ-కణములో పరబ్రహ్మ ఓతప్రోతమగుచున్నట్లుగా చూస్తూ 'వసుధైకకుటుంబకమ్' అనే భావన బలపడుచున్నది మరియు సేవా-ధర్మమును అవలంబించి ఈశ్వరభక్తి యొక్క మధుర రసాస్వాదన చేయాలనే కోరికలు చెలరేగుతున్నాయి. ఆత్మ యొక్క

మహిమకు అనుగుణంగా తమ విచారణను, కార్యపద్ధతిని ఉంచుకోవాలనే నిశ్చయం ప్రబలమగుచున్నది.

అనంత ప్రకాశంయొక్క ఆనందమయ సముద్రంలో స్నానము చేస్తూ, ఆత్మ తనను తాను ధన్యముగా మరియు కృతకృత్యురాలైనట్లుగా అనుభవం పొందాలి.

ఈ ప్రపంచంలో మానవ జీవనమును సఫలము నొందించుకొనుటకు అన్నింటికన్నా గొప్ప శక్తి ఆధ్యాత్మము. దానిద్వారానే మనిషి తనను తాను గుర్తించుకుంటాడు మరియు సమస్త ప్రాణులను ఒకే మహాశక్తియొక్క అంశములుగా గుర్తించి వాటిలో తననుతాను కనుగొంటాడు. ఈవిధమైన భావనలు మన శక్తిని అనేకరెట్లు పెంచుతాయి. 'జ్యోతి అవతరణ సాధన'తో మనిషి సర్వవ్యాపకమైన ఆత్మతత్త్వం యొక్క వాస్తవికతను ఎంతోకొంత అనుభవించగులుగుతాడు. ఈ అనుభూతి ఎంత ప్రగాఢమౌతుందో, ఆత్మానుభూతి, ఆత్మసాక్షాత్కారం మరియు తన ఆత్మమయమయ్యే భావన కూడ అంత దృఢమౌతుంది.

॥ శుభం భూయాత్ ॥