# పవిత్రత యొక్క పరిరక్షకులు

## మాస్టర్ సన్నిధిలో మరియు పవిత్ర ప్రదేశాలలో మనం ప్రవర్తించవలసిన తీరును సూచించే హృదయ మార్గదర్శిని

"భగవంతుని రాజ్యంలో ఒక పెద్దపులిలాగా ఉండండి. అప్పుడు పురోగతి అనేది నిశ్చయంగా ఉంటుంది."

—బాబూజీ

# పవిత్రత యొక్క పరిరక్షకులు

మాస్టర్ సన్నిధిలో మరియు పవిత్ర ప్రదేశాలలో మనం ప్రవర్తించవలసిన తీరును సూచించే హృదయ మార్గదర్శిని

## పరిచయం

పవిత్ర స్థలం అనేది కేవలం ఒక సాధారణ ప్రదేశం కాదు. ఆ క్షేత్రము దివ్యశక్తితో పూర్తిగా నిండి ఉంటుంది. అది ఆధ్యాత్మిక పరివర్తన సంభవించే క్షేత్రం. ఒక ధ్యాన మందిరం, ఒక పుణ్యక్షేత్రం లేదా మాస్టర్ సన్నిధి వంటి ప్రదేశాలకు వెళ్ళినప్పుడు, ఆధ్యాత్మిక శక్తి నిండిన ఒక సజీవ స్థలంలోకి ప్రవేశిస్తున్నామని మనం గుర్తుంచుకోవాలి. అక్కడ మనం ప్రవర్తించే తీరు మన స్వీయ ఆధ్యాత్మిక స్థితినే కాకుండా, ఆ పవిత్ర ప్రదేశాన్ని సైతం ప్రభావితం చేస్తుంది.

## లోపలికి వెళ్లేముందు సంసిద్ధులు కండి

### 1. అంతరంగ సంసిద్ధత

ఏదైనా పవిత్ర ప్రదేశానికి వెళ్లే ముందు కొన్ని క్షణాలు మౌనంగా కూర్చోండి. నిశ్చలమైన జలాల్లో మురికి అడుగునకు చేరినట్లుగా, మీ మనసుని స్థిరపడనివ్వండి. మీరు ప్రవేశించబోయే ప్రదేశం దివ్యకార్యం ఎల్లప్పుడూ జరిగే స్థలమని గుర్తుంచుకోండి. మీ హృదయంలో ఇలా ప్రార్థించండి. “ఓ మాస్టర్! ఈ పవిత్ర ప్రదేశంలో ప్రసాదించబడే దివ్యానుగ్రహానికి నన్ను అర్హుడిని చేయండి. మీ కార్యానికి అడ్డుగా నిలిచే వాటన్నింటిని తొలగించండి.”

## 2. శారీరక పరిశుభ్రత

శరీరం ఆత్మకు దేవాలయం వంటిది. మరి ఒక పెద్ద ఆలయంలోనికి అడుగుపెట్టేముందు మీరు సిద్ధంగా ఉండవలసిన అవసరముంది. వీలైతే స్నానం చేయండి. లేనప్పుడు కనీసం మీ చేతులు, పాదాలు, ముఖం కడుక్కోండి. పరిశుభ్రమైన, సాధారణ లేత రంగుల, వదులైన వస్త్రాలు ధరించండి. బాగా బిగుతైనవి, ఇతరులను ఆకర్షించే దుస్తులు ఆధ్యాత్మిక ప్రసారానికి అవరోధమవుతాయి. ముఖద్వారం చేరడానికి చాలా ముందు, దూరంలోనే మీ పాదరక్షలను తీసివేసి, వాటిని కుప్పగా కాకుండా చక్కగా ఒక పక్కన పెట్టండి.

## 3. ఆరోగ్య సమస్యలు

జలుబు, దగ్గు, ఫ్లూ వంటి వ్యాధులున్నప్పుడు పవిత్ర స్థలంలో ప్రవేశించకుండా వీలైనంతగా మీ కదలికలను తగ్గించుకోండి. మీ కదలికలను పరిమితం చేసుకోండి. ఇంటి వద్దనే ఉండడం వల్ల మీ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడమే కాక, ఇతరుల ఆరోగ్య విషయంలో కూడా శ్రద్ధ వహించినవారవుతారు. తెలిసి తెలిసీ, కావాలని ఒక ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమంలో ఇతరులకు అనారోగ్యం, అసౌకర్యం కలగజేయడం అనేది ప్రేమ సూత్రానికి విరుద్ధం. మాస్టర్ అంతటా ఉన్నారు కనుక మీరు ఆయన కృపను ఇంటి వద్దనుండే పొందవచ్చు. ఇతరుల పట్ల గౌరవంతో మీరు తాత్కాలికంగా గైర్హాజరు అవడం అనేది, దానంతటదే ఒక ఆధ్యాత్మిక బహుమతిగా పరిగణించబడుతుంది.

## 4. మానసిక పరిశుభ్రత

మీ ప్రాపంచిక చింతలన్నింటినీ పాతచెప్పుల్ని వదిలేసినట్లు  ద్వారం బయటనే వదిలివేయండి. చెడు ఆలోచనలు పునరావృతం అవుతుంటే వాటిని గది బయట అగోచరమైన ఒక పెట్టెలో వదిలిపెట్టినట్లు ఊహించుకోండి. ఒకవేళ మీకు అవసరమైతే వాటిని తర్వాత తిరిగి తీసుకోవచ్చు. భగవంతుని నుండి బహుమతులు స్వీకరించడానికి మనసు ఒక ఖాళీ పలక వలె ఉండాలి.

# పవిత్ర ద్వారం దాకా వెళ్ళడం

## 5. నడక విధానం

లక్ష్యసాధనకై పవిత్ర స్థలం వైపు తొందరపాటుతో కాకుండా, నెమ్మదిగా నడవండి. మీరు వేసే ప్రతి అడుగు మీ ఆధ్యాత్మిక సాధనలో ఒక భాగమని గుర్తుంచుకోండి. సిగ్గు వల్ల కాకుండా, వినమ్రత మరియు ఆత్మపరిశీలనా భావంతో మీ కళ్లను కొద్దిగా క్రిందకి వాల్చి చూస్తూ ముందుకు సాగండి.

## 6. ద్వారం వద్ద

ద్వారం వద్ద ఒక క్షణం ఆగండి. ప్రాపంచికత, పవిత్రతల మధ్య ఉన్న ఈ దూరాన్ని గుర్తించండి. ఆ ప్రదేశానికి, మీ మాస్టర్ కు అంతరంగంలోనే నమస్కరించండి. మార్పు దిశగా నడవబోతున్నారనే విషయం మీకు తెలుసన్నట్లుగా మీ కుడి చేతిని హృదయంపై ఉంచండి.

## 7. తొలి అడుగు

కుడికాలు ముందుగా లోపల పెట్టండి. ఇది మీ శుభకర ప్రవేశానికి సంకేతం. ద్వారబంధం పైనుండి లోనికి అడుగులు వేస్తున్నపుడు మీరు ఒక ప్రపంచాన్ని వదిలి వేరొక ప్రపంచంలోనికి, స్థూలత్వం నుండి సూక్ష్మత్వం వైపుగా, చీకటి నుండి వెలుతురు వైపుగా ప్రయాణిస్తున్నట్లు భావిస్తారు.

# పవిత్ర ప్రదేశంలో ప్రవర్తన

## 8. శరీర భంగిమ మరియు కదలిక

ఎటువంటి శబ్దం చేయకుండా, హఠాత్తు కదలికలు లేకుండా, నెమ్మదిగా, జాగ్రత్తగా నడవండి. ఆ ప్రదేశంలో నడవాల్సివస్తే, గోడ అంచులో ఒక ప్రక్కగా నడవండి.

మాస్టర్ కూర్చునే కుర్చీకి అభిముఖంగా గాని, ప్రధాన పీఠం ముందు గానీ ఎప్పుడూ నడవకండి. మీ వెన్నును నిటారుగా విశ్రాంతిగా, ఒక పువ్వు  యొక్క కాడ ఉన్నట్లు, బిగుసుకుపోయినట్లు కాకుండా, నిటారుగా ఉంచండి.

## 9. ఎక్కడ కూర్చోవాలి

కూర్చోవడానికి ఒక ప్రదేశం ఎంచుకునే విషయంలో జాగ్రత్తగా ఆలోచించండి. మాస్టర్ ఆసనం కంటే ఎత్తైన ప్రదేశంలో కాని లేదా ఆసనానికి సమీపంలో, మీకంటే ఎక్కువ కాలం సాధన చేస్తూఉన్నవారి కన్నా, దగ్గరగా గాని కూర్చోవద్దు. మీకు స్పష్టత లేనప్పుడు గదిలో వెనుక గాని లేదా గోడ ప్రక్కనగానీ ఎత్తు తక్కువ ప్రదేశాన్ని ఎంచుకోండి. ఒకసారి కూర్చున్నాక స్థిరంగా, ఎక్కువ కదలికలు లేకుండా ఉండే విధంగా కూర్చోండి.

## 10. మౌనం ఎంతో బాగుంటుంది

ఎవరైనా మీతో మాట్లాడితే బదులు ఇవ్వడం తప్ప, మీరు మౌనంగానే ఉండండి. మౌనం అంటే కేవలం మాటలు లేకపోవడం కాదు; అది ఒక స్వీకార స్థితి. మనసు చేసే సంభాషణని సైతం ఆపేయండి. మాట్లాడాల్సి వస్తే సంజ్ఞలతో కానీ, లోగొంతుకతో కానీ అత్యవసరమైన వాటినే మాట్లాడండి.

## 11. హృదయపూర్వక సంభాషణ

ఇతరులతో మాట్లాడవలసి వచ్చినా, లాలాజీ మహరాజ్ చెప్పినట్లుగా, అది హృదయపూర్వకంగా ఉండాలి. మన సంభాషణ ప్రేమతో, గౌరవంతో నిండి హృదయం నుండి వచ్చేలా ఉండాలి. ఆ చిన్న, మౌన సంభాషణలు సైతం దైవ స్మరణా సౌరభాన్ని కలిగి ఉండాలి. మీ సంభాషణ క్లుప్తంగా, నిజాయితీగా, ఉత్తేజపరిచేదిగా, ఒక ప్రార్థనలా ఉండాలి. దాన్ని ఒక పుకారు, ఫిర్యాదు లేదా నిరర్థకమైన వ్యర్థ ప్రసంగంగా మార్చకూడదు. పవిత్ర ప్రదేశంలో మాట్లాడే ప్రతి మాట కూడా ఆ స్థల పవిత్రత పెంచే విధంగా ఉండాలి తప్ప తగ్గించకూడదు.

## 12. ఎటువైపు చూడాలి

మీ దృష్టిని, ధ్యాసను మృదువుగా మాస్టర్ వైపు లేదా పవిత్ర కేంద్రం వైపుగా ఉంచండి. తదేకంగా చూసినట్లు కాకుండా, సున్నితంగా, విస్తృతమైన ఎరుక గలిగి చూడాలి. ధ్యానించనప్పుడు మీ చూపును కొద్దిగా క్రిందకి ఉంచండి. ఇతరుల వైపు చూడడం లేదా ఆ ప్రదేశపు అలంకరణపై మీ మనసు పరిభ్రమింప చేయడం వంటివి చేయకండి.

## 13. ధ్యానస్థితిలో కొనసాగడం

ధ్యాన స్థితిలో కొనసాగుతూ ఎవరైనా మిమ్మల్ని ధ్యానించమని అడిగినప్పుడే చురుగ్గా ధ్యానం చేయండి. వీటి మధ్య తేడా తెలుసుకోవడం ముఖ్యం. ధ్యాన స్థితి అంటే ఆకాశాన్ని ప్రతిబింబించేటటువంటి నిశ్చలంగా ఉండే ఒక సరస్సు వలె అంగీకార ధోరణిలో, స్వీకరణాత్మక ఎరుకతో ఉండడం. మాస్టర్ మిమ్మల్ని ఆదేశించినప్పుడు లేదా నిర్ణీత ధ్యాన సమయంలో మాత్రమే చురుకుగా ధ్యానించండి.

మీరు మాస్టర్ తో ఉన్నప్పుడు సూర్యుని వైపు సహజంగా తిరిగి ఉండే ఒక పువ్వు వలే ఉండండి. అయితే దానికై బలవంతంగా ప్రయత్నించకండి. ఈ ప్రశాంతత మన నుండి ఎటువంటి ఆటంకం లేకుండా, గురువర్యుల కార్యం మనపై జరిగేందుకు సహకరిస్తుంది. మీరు చేయవలసిందల్లా అందుబాటులో ఉండటమే తప్ప ఆధ్యాత్మిక సాధనలు చేయడం కాదు! మనం ఏమీ చేయకుండా ఉన్నప్పుడే, ఆ దివ్యతకు అత్యంత సానుకూలంగా ఉంటాము.

# మాస్టర్ సమక్షంలో

## 14. మాస్టర్ సమీపంలోకి వెళ్ళినప్పుడు

మాస్టర్ ను చూసేందుకు మీరు పిలవబడినప్పుడు, వినమ్రపూర్వక గౌరవంతో దగ్గరకు వెళ్ళండి. అత్యుత్సాహంతో పరిగెత్తకండి; అలాగే మిథ్యా నిరాడంబరతతో వెనుకనే

ఆగిపోకండి. ప్రేమించే తల్లిదండ్రుల వద్దకు చిన్నబిడ్డ వెళ్ళినట్లు నమ్మకంతో, గౌరవంతో, తెరచిన హృదయంతో నా వద్దకు రండి.

## 15. అభివాదం

సాంప్రదాయక ప్రణామం - చేతులు జోడించి, వంగి నమస్కరించడం అనేది కేవలం ఒక శారీరక భంగిమ కాదు. అది హృదయం నుండి రావాలి. అలా వంగినప్పుడు మానసికంగానే మీ అహాన్ని మాస్టర్ కు సమర్పించాలి. ఎంతవరకు ఒంగామనే దానికన్నా ఎంత నిజాయితీగా ఉన్నామనేది ముఖ్యం.

## 16. ఆశీర్వాదం పొందడం

ఆశీర్వాదం లేదా ప్రాణాహుతి అందుకునే సమయంలో అప్రమత్తమైన ప్రశాంత స్థితిలో ఉండండి. దివ్య శక్తిని లాక్కొనేందుకు లేదా పట్టుకునేందుకు ప్రయత్నించకండి. అలాగని దాన్ని ప్రతిఘటించకండి. మీరొక పరిశుద్ధమైన ఖాళీ పాత్రలా, అందులో ఏమి పోసినా స్వీకరించేందుకు సిద్ధంగా ఉండాలి.

## 17. మాస్టర్ తో సంభాషించడం

మాస్టర్ మీతో మాట్లాడినప్పుడు, మీరు నిజాయితీగా, స్పష్టంగా సంభాషించండి. అనవసరమైన మాటలు వాడవద్దు. ఇది మీ జ్ఞానాన్ని ప్రదర్శించడానికి, వారిని ఆకట్టుకునేందుకు సమయం కాదు. మీరు అడిగే ప్రశ్నలు నిజమైన ఆధ్యాత్మిక అవసరార్థమే ఉండాలి. అంతేగాని కుతూహలం వల్లనో, పరీక్షిద్దామనే కోరికతోనో ఉండరాదు.

## 18. మాస్టర్ దృష్టి అనే బహుమతి

మాస్టర్ మీకేసి చూడడం జరిగినప్పుడు, అది మీకు లభించిన అత్యుత్తమ వరమని భావించండి. కపట వినయంతో చూపు త్రిప్పుకోకండి. లేదా అతి విశ్వాసంతో తదేకంగా

వారికేసి చూడకండి. కృతజ్ఞతతో వారి పవిత్ర దృష్టిని స్వీకరించి, దానిని మీ అంతరంగపు లోలోతుల్లోకి చేరనివ్వండి. గంటల కొద్దీ చేసే సంభాషణ కన్నా, క్షణకాల మౌనంలోనే ఎక్కువ తెలియజేయబడుతుంది.

# ప్రత్యేక సమావేశాలు (భండారాలు)

## 19. సామూహిక ధ్యానోత్సవాలలో

ధ్యానం చేసే సమయంలో పూర్తి నిశ్చలంగా ఉండండి. బయటకు వెళ్ళవలసిన అవసరం ఉన్నప్పుడు సహజంగా విరామం ఇచ్చేవరకు వేచి ఉండండి. తప్పనిసరైతే గోడ ప్రక్కనుంచి ఒక నీడలా జరుగుతూ, అక్కడి ఆధ్యాత్మిక వాతావరణానికి పెద్దగా భంగం వాటిల్లకుండా కదిలిపోండి. మీరు ఒక సమూహంగా ధ్యానిస్తున్నప్పుడు ఒక ఏకీకృత క్షేత్రాన్ని సృష్టిస్తారు. కనుక ఒకరికొచ్చిన అస్థిరత అందరినీ ప్రభావితం చేస్తుంది.

## 20. సమర్పణ (కానుకలు) గురించి

మీరేమైనా కానుకలు సమర్పించే సమయంలో అవి భగవంతునికి చెందినవిగా, తిరిగి వారికే వాటిని సమర్పిస్తున్నట్లుగా గుర్తుంచుకోండి. కానుకలు సామాన్యమైనవిగా, పరిశుభ్రంగా ఉండాలే గానీ ప్రదర్శనాత్మకంగా ఉండరాదు. వాటిని నిశ్శబ్దంగా, గౌరవంగా సమర్పించండి. బహుమతి యొక్క విలువ కన్నా, సమర్పణా భావమే ప్రధానమైనది.

## 21. పవిత్ర వస్తువులు

పవిత్రమైన వస్తువులను, పుస్తకాలను లేదా సాధనా పరికరాలను అనుమతి లేకుండా తాకవద్దు. ఒకవేళ వాటిని పట్టుకోవలసి వస్తే, రెండు చేతులతో వాటిని మొత్తంగా, పదిలంగా పట్టుకోవాలి. పవిత్ర గ్రంథాలను నేలపై గానీ, అపరిశుభ్ర ప్రదేశాలలో గానీ ఎన్నడూ ఉంచకండి. మాస్టర్ కు ఎంత గౌరవం ఇస్తారో వాటికీ అంతే గౌరవం ఇవ్వండి.

## 22. వ్యక్తిగత ప్రాముఖ్యత కలిగిన వస్తువులు

మీ ఆధ్యాత్మిక డైరీ లేదా ఏదో ఒక గ్రంథం వంటి వాటిని మీరు తెచ్చినట్లయితే, మీరు ఉపయోగించనప్పుడు వాటిని శుభ్రమైన వస్త్రంలో చుట్టి ఉంచండి. వాటిని ప్రదర్శనకు పెట్టవద్దు. అలాగే వాటిని మీకు గర్వకారణంగానూ భావించవద్దు. అవి మీ యొక్క ఆధ్యాత్మిక స్థాయిని సూచించేవి కావు. అవి మీలో స్మరణను పెంపొందింపజేసే సాధనా పరికరాలు మాత్రమే!

# పవిత్ర వాతావరణాన్ని కాపాడటం

## 23. ఇంద్రియ నియంత్రణ

తీవ్రమైన సువాసన కలిగిన పెర్ఫ్యూమ్స్, గలగల శబ్దం చేసే ఆభరణాలు లేదా ఇతరుల ధ్యాసను హరించే వాటికి దూరంగా ఉండండి. మీ మొబైల్ ఫోన్లు, టాబ్ లను పూర్తిగా స్విచ్ ఆఫ్ చేయండి. సాధ్యమైతే బయటే వాటిని వదిలి వేయండి. పవిత్ర ప్రదేశంలో మీరు మీ మొత్తం దృష్టి, శ్రద్ధలను ఆ దివ్యత్వం పైనే కేంద్రీకరించగలగాలి.

## 24. భావోద్వేగ సమతుల్యత

పవిత్ర ప్రదేశాలలో వ్యక్తులు తీవ్ర భావోద్వేగాలను అనుభూతి చెందే అవకాశం ఉంది. ఆనందభాష్పాలు, హర్షాతిరేకాలు అలల్లా వచ్చినప్పటికీ వాటిని మీ అంతరంగంలోనే అనుభూతి చెందండి. బయటకు ప్రదర్శించవద్దు. అలాగే ఏదైనా అసౌకర్యం కలిగినప్పటికీ అది కూడా నిర్మలీకరణలో ఒక భాగమేనని భావించి సహనంతో స్వీకరించండి. మీ ప్రశాంతత ఇతరులకు కూడా ప్రశాంతతనివ్వడంలో తోడవుతుంది.

## 25. ఇతర వ్యక్తులను గౌరవించడం

ప్రతి ఒక్కరూ తమదైన ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో ఉన్నారని తెలుసుకోండి. ఇతరుల ఆధ్యాత్మిక సాధన గురించి తీర్పులను ఇవ్వడం, పోల్చుకోవడం, చింతించడం చేయవద్దు. ఎవరైనా

మర్యాద క్రమాన్ని పాటించకపోతే, ఆ విషయాన్ని అక్కడ బాధ్యత వహిస్తున్నవారికి (ఇన్ ఛార్జ్) వదిలి వేయండి. మీరు ఎలా ప్రవర్తిస్తున్నారనే దానిపైనే దృష్టి పెట్టండి.

## 26. గౌరవం, ప్రేమలనే పవిత్ర ధర్మసూత్రం

ప్రతి ఒక్కరిలోనూ దివ్య జ్యోతి (డివైన్ స్పార్క్) ఉందనీ, అందువల్ల అందరినీ గౌరవించాలని మాస్టర్లు మనకు బోధించారు. వారు ప్రేమించే అందరినీ ప్రేమించండి. అలాగే ఆయన అందర్నీ ప్రేమిస్తారు కనుక అందరినీ ప్రేమించే, ఆయనను ప్రేమించండి. విశ్వమానవ సోదరత్వానికి ఇదే మార్గం. పవిత్ర ప్రదేశంలో మనం అందరిలోనూ మాస్టర్ ను దర్శించడం నేర్చుకుంటాం.

## 27. విమర్శ అనే విషానికి దూరంగా ఉండడం

పవిత్ర ప్రదేశాలలో విమర్శకు, తప్పులను వెతికే స్వభావానికి తావు లేదు. ఇవి  చెడు సంస్కారాలను మనలో సృష్టించి, మరే ఇతర చెడు ప్రవర్తన కన్నా కూడా ఎక్కువగా ఆధ్యాత్మిక వాతావరణాన్ని చెడగొడతాయి. వ్యవస్థలో ఏమైనా లోపాలు, విధానంలో తప్పులు మీరు గమనిస్తే, అక్కడ వాటిగురించి మాట్లాడకండి. తిరిగి వచ్చిన అనంతరం గౌరవపూర్వకంగా వాటిని ఒక కాగితంపై వ్రాసి సరైన ఛానల్ ద్వారా పంపండి. తద్వారా అనవసర విమర్శలకు తావివ్వని రీతిలో దాన్నొక  ఉపయోగపడే సేవగా రూపుదిద్దవచ్చు.

## 28. శాంతిని నెలకొల్పడం

మీ అస్తిత్వం ఆ ప్రదేశాన్ని మరింత శాంతిమయంగా చేయాలి. సముద్రంలో కలిసిపోయే నీటి బిందువు వలే ఆధ్యాత్మిక వాతావరణంలో మమేకమైపోండి. ఎవరితోనైనా విభేదం ఏర్పడినప్పుడు మౌనంగా ఉంటూ అంతరంగంలో ప్రార్థన ద్వారా తిరిగి ప్రశాంతతను తీసుకురండి.

## 29. పవిత్రమైన సంభాషణా విధానం

కార్యనిర్వాహకులు కానీ ఇతరులు ఎవరైనా గానీ, ముందుగా మీరు చెప్పేదే వినాలని బలవంతం చేయకండి. ఇలాంటి పట్టుదల దైవదూషణ కిందకి వస్తుంది. ఎందుకంటే ఇక్కడ దివ్య క్రమత (డివైన్ ఆర్డర్) కన్నా మీ అహానికి ఎక్కువ ప్రాధాన్యత ఇచ్చినట్లు అవుతుంది. సహనంతో మీ వంతు వచ్చేవరకు వేచి ఉండండి. మీ సమస్య కనుక సంస్థ ఆధ్యాత్మిక ఆరోగ్యానికి ముఖ్యమైనదైతే, దానికి తగిన సమయం వస్తుంది. పవిత్ర ప్రదేశం అనేది భగవంతుని సమయాన్నిబట్టి ముందుకెళ్తుంది కానీ మీ స్వంత సమయాన్నిబట్టి కాదు. ప్రాధాన్యత డిమాండ్ చేయడం అంటే, మన ఆధ్యాత్మిక గురు పరంపర కన్నా మీ అహంకారమే ముఖ్యమని చెప్పడమే! ఇది అత్యంత ప్రమాదకరమైన ఆధ్యాత్మిక తప్పిదం!!

## 30. ఇతరుల ఆధ్యాత్మిక అనుభవాలను గమనించడం

ఎవరైనా లోతైన ఆధ్యాత్మిక అనుభవాలు పొందడం మీరు గమనిస్తే, దూరంగా ఉండి వాళ్ళని గౌరవించండి. వాళ్ళని తదేకంగా చూడడం, విషయాల్లో కలుగజేసుకోవడం, వాళ్ళని తరువాత అడగడంవంటివి చేయకండి. ఆధ్యాత్మిక అనుభవాలనేవి ఆత్మకు, భగవంతునికి మధ్య జరిగే వ్యక్తిగత సంభాషణలు. మీ ఆసక్తిని తృప్తిపర్చుకోవడం మీ పని కాకూడదు. మీ నిశ్శబ్ద సహకారం ద్వారా వాళ్లకి కావాల్సిన గోప్యతను అందజేయడం మీ బాధ్యత.

# పవిత్ర ప్రదేశాన్ని వదిలి వెళ్ళడం

## 31. వెనక్కి తీసుకోవడం

వెళ్లే సమయం వచ్చినప్పుడు ఆ ప్రదేశం నుండి నెమ్మదిగా మీ మనసును వెనుకకు తీసుకోండి. మీరు గ్రహించకపోయినప్పటికీ, మీకు లభించిన వాటి పట్ల మనసులో కృతజ్ఞత కలిగి ఉండండి. లేవడానికి ముందు కొంత సమయం తీసుకోండి.

## 32. బయటకు వెళ్లడం

మాస్టర్ అక్కడే ఉన్నప్పుడు, మిమ్మల్ని వెళ్ళమని చెప్పేంతవరకు లేదా సమావేశం సహజంగా ముగిసే వరకూ వేచి ఉండండి. బయటకు వెళ్లే క్రమంలో వెనక్కి తిరగడానికి ముందే కొన్ని అడుగులు వెనక్కు వేసి అప్పుడు తిరగండి. ఈ విధంగా మీరు వారికి దూరంగా వెళుతున్నప్పటికీ, మీ అంతరంగ సంబంధం వారితో బలంగా ఉంటుంది. ద్వారం వద్ద ఒకసారి వెనక్కిచూసి హృదయంలోనే చివరిగా వారికి వీడ్కోలు చెప్పండి.

## 33. బయటకు వెళ్లే క్రమంలో

బయటకు అడుగుపెట్టిన వెంటనే మీరు ఆ పవిత్ర వాతావరణాన్ని మీతో తీసుకుని వెళుతున్నట్లు అనుభూతి చెందుతారు. ఆ పవిత్రతలో కొంతైనా మీ రోజువారీ జీవితంలో స్థిరపరచుకునేందుకై ప్రతిన పూనండి. ప్రపంచానికి ఆధ్యాత్మిక సేవ చేసేందుకై సిద్ధమవుతున్నారా అన్నట్లు, జాగ్రత్తగా మీ పాదరక్షలను ధరించండి.

# పవిత్ర ప్రదేశం నుండి బయటకు వచ్చాక

## 34. స్థితిని పదిలపరచుకోవడం

పవిత్ర ప్రదేశాన్ని వదిలి బయటకు వచ్చాక కొంతసేపు అంతరంగంలో ప్రశాంతంగా ఉండండి. లౌకికమైన సంభాషణలలోకి, పనులలోకి వెంటనే దూకవద్దు. ధరించిన వస్త్రాలపై సుగంధ తైలపు గంధం నిలిచి ఉన్నట్లుగా, సూక్ష్మ ఆధ్యాత్మిక ప్రభావం మీరు బయటకు వచ్చాక కూడా కొనసాగుతుంది.

## 35. మీ అనుభవాలను ప్రోది చేసుకోవడం

మీకు ప్రసాదించబడిన అనుభవాలను, లోతైన అవగాహనలను గమనించండి. అయితే వాటి గురించి అతిగా ఆలోచించ వద్దు. ప్రాణాహుతిని మనసు యొక్క చైతన్య స్థాయిని

దాటి మరింత లోతైన స్థాయిలలో పని చేయనివ్వండి. పవిత్ర ప్రదేశంలో సంభవించే విషయాలు ఒక పువ్వు వికసించినట్లుగా కాలక్రమేణా పెరిగి పరిణామం చెందుతాయి.

## 36. మీరు అనుభూతి చెందిన విషయాలను పంచుకోవడం

పవిత్ర ప్రదేశంలో మీరు అనుభూతి చెందిన ఆధ్యాత్మిక విశేషాలను పంచుకోవడంలో జాగ్రత్త వహించండి. త్వరత్వరగా మాట్లాడటం ఆధ్యాత్మిక శక్తిని హరిస్తుంది. ఇది మరొకరి ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణానికి సహాయపడగలదని మీరు నిజంగా భావించినప్పుడు, మీరు చెప్పే విషయాలను గౌరవంతో అంగీకరించగలిగే వ్యక్తులతో మాత్రమే పంచుకోండి.

## 37. పవిత్ర సమయాన్ని గౌరవించడం

చెప్పిన సమయానికి ముందుగానే రండి. ఆలస్యంగా రావడం అంటే, మీరు మాస్టర్ సమయం లేదా సంఘ సమయం కన్నా మీ సమయానికి మరింత విలువ ఇస్తున్నారని అర్థం. పవిత్ర సమయం అంటే సాధారణమైన సమయం కాదు; అది భగవంతునితో జరిగే సమావేశం. అక్కడికి ముందుగానే చేరుకోవడం మీరు అంతరంగంలో సిద్ధమయ్యేందుకు ఒక అవకాశంగానే కాక మిగిలినవారికి కూడా అందుకు మరింత ఉపయోగపడుతుంది. అలా రావడం వీలుపడని పరిస్థితిలో, తర్వాతి సమావేశం కొరకు వేచి ఉండండి. లేదా అత్యంత నిశ్శబ్దంగా లోనికి ప్రవేశించండి. ఆధ్యాత్మిక విషయాలలో సమయపాలన అనేది మీ ఆత్మ, తన ప్రియతమునితో సమాగమం కోసం పడే తపనను తెలియజేస్తుంది.

# ఆలోచించేందుకై మరిన్ని పవిత్ర విషయాలు

## 38. పవిత్ర ప్రదేశాలలో పిల్లలు

చిన్న పిల్లలను తీసుకువచ్చేట్లయితే ముందుగానే ఆ ప్రదేశం ఎంత పవిత్రమైనదో వాళ్ళకి చెప్పండి. నిశ్శబ్దంగా ఉండలేని మరీ చిన్న పిల్లలు, ప్రత్యేకమైన ప్రదేశాలలో

సంరక్షించబడాలి. వాళ్ళకు సరైన మార్గదర్శకత్వం ఉన్నప్పుడు వాళ్ళ అమాయకత్వపు అస్తిత్వం ఆ ప్రదేశపు పవిత్రతను మరింత పెంచుతుంది.

## 39. పవిత్ర ప్రదేశాలలో సేవ

మీకు సేవ చేసే అవకాశం లభిస్తే (శుభ్రపరచడం, ఏర్పాట్లు చేయడం, సహాయపడటం ద్వారా) దాన్ని ఒక ఆధ్యాత్మిక సాధనలా చేయండి. పవిత్ర ప్రదేశాలలో సేవ చేయడం అనేది ప్రత్యేకంగా శుభప్రదం. మీరు చేసే పని నిశ్శబ్దంగా, చక్కగా ఉండి ఏమాత్రం గుర్తింపు పొందాలని ఆశించకుండా జరగాలి. మీరు చేసే సేవ, ఆరాధనకు ఒక మార్గంగా మారిపోవాలి.

## 40. తరచూ హాజరయ్యే వారి కర్తవ్యం

పవిత్ర ప్రదేశాలకు తరచూ హాజరయ్యే వ్యక్తులకు, ఆ ప్రదేశాన్ని పవిత్రంగా ఉంచే విషయంలో మరింత బాధ్యత ఉంటుంది. క్రొత్తవారు దాన్ని గమనించి నేర్చుకుంటారు. పెద్దగా హడావిడి చేయకుండా మంచి ఉదాహరణగా ఉండండి. ప్రశాంతత కలిగిన మీ సమక్షం ఇతరులకూ సౌకర్యం కలిగిస్తుంది.

# ముఖ్యమైన విజ్ఞత

ఈ పరిశీలనలన్నీ కేవలం లాంఛనప్రాయం కాదన్న విషయాన్ని ఎల్లప్పుడూ మనసులో ఉంచుకోండి. హృదయాన్ని తెరవడానికి ఇవి నిజమైన మార్గాలు. ప్రతి భంగిమ, స్వీయ నియంత్రణలోని ప్రతి క్షణం, ప్రతి గౌరవపూర్వక చర్య - ఆధ్యాత్మిక ప్రసారానికి దారులు తెరుస్తుంది. మనం బాహ్యంగా ఎలా కనిపిస్తామనే దానికన్నా, మన అంతరంగ స్థితికే పవిత్ర ప్రదేశం ఎక్కువగా ప్రతిస్పందిస్తుంది.

అన్నిటికన్నా ఉత్తమమైన సభ్యత ప్రేమే! మాస్టర్ పై ప్రేమ, దివ్యత్వంపై ప్రేమ, జరుగుతున్న పవిత్ర కార్యంపై తపన - ఈ ప్రేమనేది ఉన్నపుడు, సముద్రం వైపు నది ప్రవహించినట్లు, సరైన పని చేయడమనేది సహజంగా జరిగిపోతుంది.

పవిత్ర ప్రదేశంలోకి వచ్చే ప్రతి ఒక్కరూ, దివ్య పరివర్తనా కార్యం నిరంతరం జరుగుతూ ఉండే నేలపై తామున్నామని గ్రహించెదరు గాక! వాళ్ళు ఇక్కడున్న పవిత్రతను తగ్గించడం చేయక, దాన్ని పెంచే విధంగా ప్రవర్తించెదరు గాక!

"అక్కడ జరిగే ఆధ్యాత్మిక కార్యమే ఒక ప్రదేశాన్ని నిజంగా పవిత్రంగా చేస్తుంది. ఆ పవిత్రతను మనకు, అలాగే మన అనంతరం వచ్చేవారికి సజీవంగా ఉంచగలగడమే మన ఆచరణల ఉద్దేశం."

ఈ నియమాలను విజ్ఞతతో, తెరచిన మనసుతో మీరు ఉపయోగించండి. కనబడే అక్షరాల కన్నా ఎల్లప్పుడూ అందులోని సారాన్ని గ్రహించండి. మాస్టర్ సంకల్పమే ఎల్లప్పుడూ నియమాలకన్నా ఉన్నతంగా ఉంటుంది. కొన్నిసార్లు నియమోల్లంఘనగా కనిపించే విషయాలు ఆ పరిస్థితి ద్వారా పనిచేస్తున్న భగవంతుని సంకల్పం అయిఉండవచ్చు కూడా. ఎల్లప్పుడూ అప్రమత్తంగా, వినమ్రంగా, నేర్చుకునేందుకు సిద్ధంగా ఉండండి.

హృదయమే అత్యంత పవిత్రమైన ప్రదేశం. ఎక్కడైతే నిజమైన మాస్టర్ శాశ్వతంగా కొలువై ఉంటారో, ఆ అంతరంగ ఆలయాన్ని పవిత్రంగా ఉంచుకునేందుకు పాటించే బాహ్యపరమైన ఆచరణలన్నీ మనం చేసే సాధనలే.

# నిజమైన అభ్యాసి

## బాబూజీ బోధనల ప్రకారం నిజమైన అభ్యాసికి ఉండవలసిన ముఖ్య లక్షణాలు

బాబూజీ బోధనల ప్రకారం శ్రీరామచంద్ర మిషన్ యొక్క నిజమైన సభ్యుడు (అభ్యాసి) ఇలా గుర్తించబడతాడు.

## 1. హృదయపూర్వక నిబద్ధత మరియు క్రమబద్ధ సాధన

- సాధనను హృదయపూర్వకంగా, నిజాయితీగా, అంకితభావంతో అనుసరించేవాడు.
- క్రమబద్ధంగా ధ్యానం చేస్తూ సూచించిన పద్ధతిని పాటించేవాడు.
- అత్యున్నత ఆధ్యాత్మిక లక్ష్యాన్ని అందుకోవాలనే దృఢ సంకల్పం కలిగినవాడు.

## 2. నియమాల ప్రకారం జీవనం

- మాస్టర్ యొక్క నియమాల ప్రకారం జీవిస్తూ, ఆదేశాలను అనుసరించేవాడు.
- ఉన్నతమైన గుణాలను కొనసాగిస్తూ తనను తాను మెరుగుపరచుకునేవాడు.

- ఇతరుల పట్ల అంగీకార భావనతో, పక్షపాత రహితంగా, తన పట్ల తాను మాత్రం కఠినంగా వ్యవహరించేవాడు.

## 3. వినమ్రత మరియు నిరాడంబరత

- వినమ్రతను ప్రధాన విషయంగా పెంపొందించుకునేవాడు.
- నిరాడంబరంగా, సామాన్యంగా, వినయశీలంగా జీవించేవాడు.
- స్వీయ ప్రాముఖ్యత కాని అహంకారం కాని లేనివాడు.

## 4. లక్ష్యం పట్ల స్పష్టత

- సాధన యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశం ఆధ్యాత్మిక వికాసం మరియు పరిణామం అని తెలిసినవాడు.
- రాజకీయాలు, ధనం లేదా ఇతర ప్రాపంచిక ప్రేరేపణల వల్ల దారి తప్పనివాడు.
- ఆధ్యాత్మిక వికాసానికి వ్యక్తిగత కృషి అవసరమని అర్థం చేసుకున్నవాడు.

## 5. ప్రేమ మరియు శరణాగతి

- మాస్టర్ పట్ల, సాధన పట్ల నిజమైన ప్రేమను కలిగి ఉన్నవాడు.
- దివ్య మార్గదర్శకత్వానికి శరణాగతితో సమర్పణ చేసుకున్నవాడు.
- ఆధ్యాత్మిక ప్రసారాన్ని (ప్రాణాహుతిని) స్వీకరించడానికి తనను తాను సిద్ధపరచుకున్నవాడు.

## 6. వ్యక్తిగత బాధ్యత

- తన ఆధ్యాత్మిక గతి తన చేతుల్లోనే ఉందని అర్థం చేసుకున్నవాడు.
- తనను తాను మెరుగుపరుచుకునేందుకై నిరంతరం ప్రయత్నించేవాడు.
- నిరంతర ఆత్మ పరిశీలన, ఆత్మాన్వేషణలలో నిమగ్నమై ఉండేవాడు.

"ఇక్కడ ప్రాధాన్యత గల విషయం ఏమంటే హృదయపూర్వకత, క్రమబద్ధమైన సాధన, వినమ్రత మరియు ఆధ్యాత్మిక వికాసం పట్ల అంకిత భావం కలిగి ఉండడమే గానీ సంస్థలోని పదవులు లేదా బాహ్యపరమైన విజయాల గురించి కాదు."

నిజమైన అభ్యాసి హృదయంలో అసలైన శ్రద్ధతో, సరళమైన ప్రవర్తనతో, దైవ సంకల్పానికి శరణాగతితో, ఈ పథంలో ప్రయాణిస్తాడు.

ఈ పవిత్ర ప్రయాణంలో పురోగతికి కొలబద్ద అనేది, బాహ్య గుర్తింపులో కాక, లోతైన అంతరంగ పరివర్తనలో ఉంటుంది.

“మన మిషన్ యొక్క ప్రధాన ఉద్దేశ్యం - ప్రస్తుతం నెలకొన్న ఆధ్యాత్మిక రాహిత్యానికి బదులు సహజమార్గం (హార్ట్‌ఫుల్‌నెస్) ద్వారా ఆధ్యాత్మికతను నింపడం – “నిద్రిస్తున్న ప్రజలారా! మేల్కొనండి. సూర్యోదయవేళ అయింది!” అన్న మాస్టర్ సందేశాన్ని ప్రకటించడం.

మార్పు అనేది నిజానికి ఒక్క రాత్రిలోనే రాదు. మన మిషన్ సభ్యులు కనుక ప్రేమ, సహనం, సహకారాలతో పనిచేస్తే సంస్థయొక్క లక్ష్యాన్ని సాధించడం తప్పక సాధ్యపడుతుంది. మన మిషన్ లో సూర్యునివలే ప్రకాశించే వ్యక్తుల అవసరం నాకు ఉంది. మన పద్ధతి సరైనదని తెలుసుకున్నప్పుడు, ప్రజలే స్వయంగా ఆకర్షితులవుతారు.

వంద గొర్రెల కన్నా ఒక సింహమే మిన్న. అయితే మానవులుగా మనం ఇతరులకు ఆధ్యాత్మిక లబ్ధిని కలిగించడానికి ప్రయత్నించాలి. మాస్టర్ గారి మార్గంలో నిబద్ధతతో చేసే శ్రమ ఎన్నటికీ వృథా కాదు. తథాస్తు!”

—బాబూజీ

heartfulness
purity weaves destiny