



Sri Prabhakar

జై గురుదేవ్  
ఆనంద ఋషి ఫౌండేషన్  
సహజ ఆనంద యోగ  
**గురువాణి**



సేకరణ : విజయానంద్ జి



✚ ఆధ్యాత్మికం గురించి మూడే మూడు మాటల్లో చెప్పాలంటే ---

1. తనను తాను మరవటం.
2. తనను తాను వెదకటం.
3. తనను తాను జ్ఞప్తికి తెచ్చుకోవడం.

✚ ఆధ్యాత్మిక సాధన అంతా మూడు స్టెప్పుల్లో పూర్తవుతుంది.

1. తాడు పాముగా కనబడింది.
2. తాడుగా ఉన్నదేది? అని విచారించడం.
3. తాడే అని తెలుసుకోవడం.

✚ : సముద్రంలో ఎగసిపడే కెరటాలు, సముద్రంలోనే కలిసిపోతున్నట్లు...

1. తురీయము నుండి లేచిన అలలే ఈ “జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులు”.
2. అవి తిరిగి తురీయంలోనే లయమవుతాయి.
3. తురీయ దశకు చేరుకోవడానికి ప్రత్యేకంగా ఏమీ అవసరం లేదు.

