



Sri Prabhakar

జై గురుదేవ్
ఆనంద ఋషి ఫౌండేషన్
సహజ ఆనంద యోగ
గురువాణి



సేకరణ : విజయానంద్ జి

బుద్ధ ప్రబోధిత ఆర్య సత్యాలు:-

- ➡ □ అన్ని చోట్లా దుఃఖం విస్తరించి వుంది. -- ఇది మొదటి సత్యం!
- ➡ □ దుఃఖం అన్నది తృష్ణ వలన సంభవం -- ఇది రెండవ సత్యం!
(తృష్ణ అంటే అవసరాలకు మించిన కోరికలు.)
- ➡ □ తృష్ణ అన్నది అవిద్య జనితం -- ఇది మూడవ సత్యం!
(ఆధ్యాత్మిక విద్య లేకపోవడమే 'అవిద్య' అంటాం)
- ➡ □ అవిద్య అన్నది అష్టాంగ మార్గం ద్వారానే పోగొట్టబడుతుంది
-- ఇది నాల్గవ సత్యం .

అష్టాంగ మార్గం అంటే

- సరైన దృక్పథాలు ,
- సరైన కోరికలు ,
- సరైన వాక్కు ,
- సరైన కర్మ ,
- సరైన జీవనోపాయం ,
- సరైన శ్రద్ధ ,
- సరైన ఏకాగ్రత ,
- సరైన ధ్యానం .

