యోగ జీవన తరంగిణి

June 2021 ISSUE 2 Vol 5

Sri Vedavyasa Gurupoornima 24–Jul–2021

మార్కండేయునితపస్సు

రంగనాయకమ్మ/విజయవాడ/గుంటూరు

కేవలం కాదిదిసాధన
అద్భుతమౌఈశ్వరారాధన

ఇదిమార్కండేయునితపస్సు
తొలగు అజ్ఞానపు తమస్సు

ఉదయించు ఉజ్వల ఉషస్సు
మురిసి శాంతిస్తుంది ప్రతి మనస్సు

ఊర్ధ్వదిశగా ప్రాణజ్యోతి
ప్రసరించే ప్రణవగీతి

ఇదే నాదానుసంధానమూ
ఇదే దివ్య యోగసందేశమూ

ఒళ్ళంతా వ్యాపించి న ఈవేడి
తృళ్ళింతై మనసవుతుందివాడి

వీడిపోతుంది కఫం
అన్ని రోగాలకు నెపం

తొలగుతుంటే భ్రాంతి
వెలుగు ముఖ కాంతి
మనసు నిండా శాంతి
దేశమంతటా క్రాంతి

ఈ చైతన్యం సూపర్
అన్నింటికంటే ఊపర్(ऊपर)

ఇది ప్రణవ నాదం
ఇది పరమ మోదం

కనిపిస్తుంది క్కడ కొత్త కోణం
ఆధ్యాత్మిక రంగంలో రామబాణం

ఇది ఉపనిషత్తుల వాణి
ఈదివ్యయోగమేమహారాణి

భగవద్గీత లో ని భవ్య సందేశం
అందుకుంటూ భారతదేశం

ఎన్నింటినో పరీక్షించాం
దీని కోసమే నిరీక్షించాం

గురు దేవులతో ఇష్టాగోష్టి
జిజ్ఞాసువులకు జ్ఞాన వృష్టి

గురు దేవుల సలహాలు
చేయు కోట్ల వరహాలు

దక్షగురువు లు ఇస్తుంటే రక్ష
ఎదుర్కుంటామీ కాలపరీక్ష

రంగనాయకమ్మ/విజయవాడ/గుంటూరు

నేనంటే ఆత్మను

Nagababu, Hyderabad

నేనంటే ఆత్మను

ఆ శ్రీకృష్ణుడే పరమాత్మ

నా సాయినాతుడే పరమాత్మ

ఆ అల్లా యే పరమాత్మ

ఆ పరమాత్మే నా సద్గురు అంతర్ముఖానంద

నాకు ఆధ్యాత్మిక జన్మ నిచ్చిన తండ్రి

నేనే ఆత్మ,...పరమాత్మ

తెలుసుకోవడానికి వెళ్ళే మార్గ సాధన గురు

రూపంలో పొందిన వరం.

నేను వేరు కాదు అని తెలుసు కోవడమే

కాదు అనుభవం కావాలంటే , ఏకైక మార్గం

మన గురుదేవుల నిర్దేశించిన సాధన

మార్గం. మనమంతా గురు కృపా

భాగ్యవంతులం, సౌబాగ్యవంతులం.

సాధన చేద్దాం , పరమార్థం పొందుదాం..

ఓం శ్రీ గురుభయోన్నమః

చల్లందనాల హిమనీనదాలు

...Rachabattula Nageswara rao

ప్రణతులివే అంతర్ముఖ ప్రణతులివే .

సన్నుతులివె అంతర్ముఖ సన్నుతులివె .

అంజలులివె అంతర్ముఖ అంజలులివె

చందనాల మలయానిలాలు

చల్లందనాల హిమనీనదాలు

తియ్యందనాల శ్రీగురు అమృతవాక్కులు

కామన్నవలసను శ్రీ గురుచరణములు

అవే మన కైవల్యమునకు అగును సత్కారణములు

అంతర్ముఖసాధనతో అచిరమునే చేరెదము., ఆతురీయము

నిత్యసాధనతో నిలుపుకొందము చేరిన ఆ స్థానము

మన గురుదేవుల,

పరమగురువుల ఆశీర్వచనాలు అందుకొందము

అద్వైతానికి అసలు భావము తెలుసుకొందము

అంతేవాసిగా నిరతము అతనికడ మసలుకొందము

జై గురు దేవ

గురుదేవ మీ మహిమ

Bhagyamma, Mangalagiri

ఓం శ్రీ గురుభ్యోనమః

తెలిసిందిలే తెలిసిందిలే గురుదేవా మీ మహిమ తెలిసిందిలే

కురిసిందిలే కురిసిందిలే మీ దయావృష్టి మా పైన కురిసిందిలే .. తెలిసిందిలే

విలువైన సాధనను సులువు చేసి మా పైన దయతోటి అందిస్తిరి .. విలువైన

మాతో చేయిస్తిరి మళ్లీ సవరిస్తిరి .. మాతో చేయిస్తిరి

మీ కరుణ ఎంతని పొగడేదము, పొగడాలేము .. తెలిసిందిలే

సాధనయే ఇహ పర సౌఖ్యమని అది చేస్తూ ఉండాలి నిత్యమని .. సాధనయే

తెలిపారులే, మమ్ము నిలిపారులే .. తెలిపారులే

మాలోకి మమ్మల్ని నడిపారులే, జంట కలిపారులే .. తెలిసిందిలే

బాహ్యమున మీరేమో గురుదేవులు,

మా ఆంతర్యమున మీరే మహదేవులు .. బాహ్యమున

గురు మహిమేమిటో దైవ మహత్తేమిటో .. గురు

అది తెలుసుకుంటే మా కథ కంచికి మేమింటికి .. తెలిసిందిలే

ఓం తత్సత్

జై గురుదేవ్

వనమాల భాగ్యమ్మ, మంగళగిరి, AP, India

ఏది దైవం, ఏది దైవం కాదు

Nagababu, Hyd

ఏది దైవం , ఏది దైవం కాదు

ఏది సనాతనం ఏది ప్రస్తుతం

నీకు తెలిసి పుట్టలేదు తెలిసి చావు లేదు

నీకు తెలిసి నీ ఇష్ట మైన మతంలో పుట్టవు కులంలో పుట్టవు

అసలు నీ రూపం నీవు అనుకున్నట్టు రాదు

నీ చిటికిన గోరు ను కూడా నువ్వు సృష్టించ లేవు

నీ మరణం ఆపలేవు

ఇంక ఎందుకు ఈ తాపత్రయం

మనం ఒకరి సృష్టి, ఒక్కడే అది.

అంతా వాడిష్టం, ఇంకా మనమేదో చేసేద్దాం, చేసేసాం అంటే మన భ్రమ....

చీమ,దోమ ,రామ,భామ, రాయీ,

రప్ప,కొండ,కప్ప,బలపం,కల్పం,అమ్మ,నాన్న,నువ్వు,నేను....అంతా సర్వం పరమాత్మ మయం....

పరమాత్మే మన పరమార్థం...

గురువు గారు ఇచ్చిన స్ఫూర్తి ఈ పదాల రూపంలో వచ్చాయి...తప్పుకున్న సరిదిద్దమని గురువు

గారిని అర్థిస్తున్నాను....   నాగ బాబు.

ఇవే నా పుష్పాంజలి

సుధేష్ణ, Australia

ఓం శ్రీ గురుభ్యోన్నమః గురుదేవులకు ఆత్మనమస్కారములు .

నేను గురుపరంపరంగా వస్తున్న మీ పాదపద్మములకు నమస్కరిస్తూ వ్రాస్తున్నాను .

నాకు యోగమార్గాన్ని చూపించి ఈ జననమరణ చక్రం నుండి బయటపడే అతి సూక్ష్మమైన విద్యను ప్రసాదించి నన్ను కృతార్ధురాలుని చేసిన గురువుగారూ మీకు ఇవేనా సాస్టాంగ ప్రణామాలు ...

మనిషిగా జన్మించడానికి కారణం యోగం చేయడానికే అనే ప్రధమ కర్తవ్యం మీ ద్వారానే తెలిసినది ...

మానవ జన్మ కడు దుర్లభం అని చాలా ఆధ్యాత్మిక వేత్తలు చెప్పడం విన్నా కాని ఎందుకు ఆ మానవ జన్మ దొరకటం దుర్లభమో ,ఈ మానవ జన్మ ని ఏలా సార్ధకత చేసుకోవాలో అని చెప్పటం లో విఫలమైన తరుణం లో సరైన సమాధానం చెప్పగలిగిన ఏకైక సద్గురువు మీరే అని ఘంటా పదంగా చెప్పగలిగే ధైర్యాన్ని ఇచ్చిన మీ దయకు ఇవే నా నమస్కారములు ....

నా జీవిత లక్ష్యాన్ని ఈ విద్య ద్వార నిర్దేశించగల్గిన మీ అనుగ్రహానికి ఆనందిస్తూ మీ గురు కృపతో నేను సాధన చేయగల్గుతున్నందులకు చాలా అదృష్టం గా భావిస్తున్నాను ....

మహర్షులు దర్శించి అనుభవించి పొందిన జ్ఞానాన్ని ఉపనిషత్తుల రూపంలో పొందుపరిచారు. కొద్ది నెలల సాధన లోనే వాళ్ళు చెప్పిన పదాల అనుభవాన్ని కొద్దిగ అవగాహన కల్గుతున్న నాకు మీరు చెప్పిన ప్రతి మాట లోను ఎంత అనుభవైక జ్ఞానము దాగి వున్నదని అర్ధమౌతున్నది. అటువంటి మహర్షే నాకు గురువుగా దొరకటం నేను ఏమి పుణ్యం చేసుకున్నానో మరి....మీకు ఇవే నా పుష్పాంజలి ...

నేను పొందిన ఒక అనుభవం ఏమనగా ఈ యోగ సాధన ద్వారా మనసు ,దృష్టి ,ప్రాణం ఏకమైనటువంటి అంతర్ముఖ ప్రధమ దశ అనుభూతిని పొందగలిగేటట్లు అనుగ్రహించిన మీ దయకు నా ఆత్మ నివేదనలు ...

ఇటువంటి మహాత్ములైన మహాయోగి నాగురువు గారికి అనేక భక్తిపూర్వక నమస్కారములతో ......

మీ పాద రేణువు సుధేష్ణ, Australia

యోగము పద్యం ఆటవెలది

మోహన్ దాస్ మెరుగుల పాలకొండ

ఓం శ్రీగురుభ్యోనమః

చిత్తవృత్తి నిలిపి
చేసిన సాధన
యోగమనగ బరంగు
జగమునందు
ప్రాణాపానాగతుల
ప్రాపున జీవుడు
ఆదివ్యాధి బాధలొందకుండు

మనసు వెలికి రాక
మసలి శాంతినిపొందు
యోగసాధనమున సాగినపుడు
మనసు వశము గాగ
మానవ జన్మము
సుఖము శాంతి కలిగి
శుద్ధి పొందు

ప్రాణాపానగతి సమానమై నడువగా
నాసికాగ్రమందు
దృష్టినిలుప
మనసు బుద్ధియుక్తి
మను కర్మయోగమై
సాధకునకు యోగ
సమయమందు

మనసు ప్రాణమందు
మంచిగా కలువగా
యోగమనగ బరంగు
జగమునందు
రెండు నుండి ఒకటి
పండిన నద్వైత
మనగ తెలియు యోగ మహిమ చేత

వాయు చలనమందు
వసియించు జీవుడు
క్రిందు మీదు సంచరించుచుండు
క్రిందకొచ్చి లోక
మందున వ్యాపించు
మీదుగతిని నాత్మ
పొందగలుగు

జీవుడు పరమాత్మ
చేరుమార్గము బుద్ధి
యోగమనుచు బుధులు బోధసలుప
ఇంద్రియానుభవము
విడనాడిజీవుడు
బ్రహ్మపదముపొందు
జన్మమందు

...........మోహన్ దాస్ మెరుగుల పాలకొండ

నాదస్వరముతో ఊది పైకి లేపుర దాని నడుము పట్టి ...

Madhu, Hyderabad

ఓం శ్రీ గురుబ్యో నమః

ఎన్నో జన్మలు పుట్టాము ఎన్నో జన్మల్లో మరణించాము.

కంటికి కనపడని సూక్ష్మ క్రిమి నుండి అనేక జంతుజాలాలు మానవ జన్మలు యెత్తి మరణించాము.

కానీ చావు భయము పోలేదు. ఎందుకు పుడుతున్నామో తెలియదు పోయాక ఎక్కడికి పోతామో కూడా తెలియదు. అంతులేని జన్మల జీవ చక్రములో గిరా గిరా కాలమనే మహా మాయ లో పడి తిరుగుతూనే ఉన్నాము. పుట్టాక, తెలియని తనము కి బానిస పెరిగాక, భవబంధాలకు బానిస వార్ధక్యం లో, రోగాలకు, ఎప్పుడొస్తుందో తెలియని మృత్యువుకు బానిస.

కేవలము ఒకే ఒక్క జ్ఞానము అనే తేడా తో జంతుజాలాల నుండి మనము విడి పడ్డాము.

నేను పుట్టి ఊహ తెలిసి ఎంత నేర్చుకున, చదివినా పొట్టకూటి కోసమే అనుకున్నాను. చివరకు రోగాలతో మరణించడమే కదా మళ్లి పుడతాము కదా అనుకున్నాను.

ఎన్నో పుస్తకాలూ చదివాను, ఎన్నో సినిమాలు చూసాను, పురాణాలూ రామాయణము మహాభారతము, సాయి చరిత్ర, దివ్య యోగులు, ఒక యోగి ఆత్మ కదా, చదివాను. ఆలా చదివి నప్పిడు అసలు ఇలాంటి మనుషులు దివ్య శక్తులతో ఉంటారా, అసలు ఇదంతా నిజామా అనిపించేది. మా నాన్న గారు పోయాక ప్రాణం ఎక్కడ పోయింది అనిపించింది.

అప్పుడు భగవద్ గీత ని పెట్టారు. గంటసాల గారి గానం చాల మధురం గా ఉంది. అందులో ఎన్నో శ్లోకాలు దాని తాత్పర్యాలు వివరంగా గానం చేస్తూ చెపుతుంటే ఇదేదో చిత్రం గ ఉందే అని భగవద్ గీత పుస్తకమే కొని మొత్తం చదివేసాను. 708 శ్లోకాలు ఉన్నాయనుకుంటా . వొట్టి భావమే చదివాను, ఎందుకంటె సంస్కృత అసలు రాదు హహ అన్ని పుస్తకాలూ కొనడం చదవడము చేశా.

కానీ ఎందుకు చదువుతున్నానో నాకే అర్ధం కాదు. కానీ ఎన్ని చదివిన నాకు కొన్ని మాత్రమే అర్ధమైనాయి. ఇంకా తెలియనిదేదో ఉంది అది ఏమిటో తెలియదు కానీ తెలుసుకోవాలి అనే జిజ్ఞాస మనసు నన్ను ముందుకు తొసేది. ఆలా ప్రయత్నం చేస్తుండగా మహావతార్ బాబాజీ గారి సినిమా చూసాను. ఆ సినిమా నన్ను కొన్నాలు పిచ్చి వాడిని చేసింది అనుకోవాలి. ఎందుకంటె అసలు అలంటి యోగులు ఉన్నారా వాళ్లకి మనకి తేడా ఏంటి యం చేస్తే అంతవాలు అవుతారు ఆలా ఆ సాధనాలు ఈ సాధనాలు చేసి విసుగెత్తి ఊరుకున్నాను .

చివరకి ఎంతో తపస్సు చేస్తే గని ఆలా అవ్వరు అని ఊరుకున్నాను చేసేది లేక ఏమి చేయాలో తెలియక. అసలు ఆలాంటి దివ్య గురువులు ఈ యుగం లోకం లో దొరుకుతార అనిపించింది కూడా ..వారు సత్య యుగానికి చెందినవారు ఈలోకానికి రారు అనుకున్నాను .

ఈలోగా జీవితం నన్ను బాగా ఆడుకుంది,

సరిగా అప్పుడే అనుకున్న ఇంకా చాలు నాకు ఎ జీవితం అని, అప్పుడే మా అమ్మగారు యూట్యూబ్ లో వీడియో చూడు ఈయన చాల గా చెపుతున్నారు అని చెప్పింది.

చూసాను. మనసులో ఒక్కసారి గా కరెంటు పోసినట్టు అనిపించింది .

మహా అద్భుతంగా ఉంది ఒక దివ్యపురుషుని ప్రసంగము.

మీరు చేస్తున్న ప్రాణాయామము అసలు ప్రాణాయామము కాదు అసలైన ప్రాణాయామము ప్రాణాన్ని పట్టుకొని చేయాలి అని చెప్తున్నారు. సూర్యని వెలుగు లా ఉంది దివ్యపురుషుని ప్రసంగము. చుసిన తరువాత కూడా ఆ...ఇలా యెన్తో మంది చెప్తున్నారు వీడియోస్ లో అని తెలీగా తీసుకున్నాను(గురుగారు నన్ను క్షమించాలి).

మళ్లి మూడు నెలాలూ వేస్ట్ చేశాను మళ్లి గురుగారి అన్ని వీడియోస్ చూసాను.

అప్పుడు నా తల గిర్రున తిరిగింది నేను మైకం గా వెతుకుతున్న నాకు తెలియని ఏదో గుప్త జ్ఞానము. ఇదే అని న అంతరాత్మ నొక్కి చెప్పింది.

క్షనము కూడా ఆలస్యము చేయకుండా గురుగారితో మాట్లాడాను. ఆహా ఏమి న జన్మ దన్యము అయింది ఇంతటి గురు గారు నా బోటి వాళ్లతో మాట్లాడుతారా అనుకుంటూనే కాల్ చేశాను . గురుగారు నాకు శివరాత్రికి ముందు దీక్ష ప్రసాదించారు.

ఇక్కడ న అనుభవము. దీక్ష తీసుకున్న తరువాత శివరాత్రి రోజున అర్ధరాత్రి రోజున నేను అరమెలుకువగా ఉన్నాను అప్పుడు న భృ మద్యము రెండుంకనుల మధ్యలో బొట్టు స్థానంలో లో దీపపు వెలుగులు వెలుగుతున్నాయి. నేను వాటిని గమనిస్తూ ఉన్నాను. చాల ప్రశాంతం గ హాయ్ అనిపించింది ఆరోజు నుండి నా జీవితం మరోలా ఉంది. కొత్తగా అనిపించింది . ఇంకో అద్భుతము న జీవితాన్ని సరైన దారి లో పడేసింది ఏప్రియల్ లో. అప్పటినుండి నేను మనో వృధతో అనుకున్నవన్నీ క్షణాల్లో జరిగాయి జరుగుతున్నాయి కూడా. ఇది ప్రమాణ పూర్వకముగా చెప్పగలను ఇది అబద్ధము అసలు కాదు.

ఈ విద్య అనేది ఒకటుందని నా ఆధ్యాత్మిక స్నేహితులతో చెప్పాను కానీ ఒక్కరు కూడా మొగ్గు చూపలేదు. వాళ్ల కర్మ అనుకున్నాను.

బావ కవిత.

మిత్రులారా సమయము అస్పన్న మైనది.

కావున మన కోసము ఆ దైవము నేరుగా వోచి దివ్య గురు పరంపరలో

సత్యమేమిటో చూపగా వోచారు.

సందేహము వలదు ఇది నిసందేహము గ దైవ మార్గమే సుమ.

వెన్ను లోన దివ్య మార్గము ఉన్నది దానిని ఒర్ధ్వముఖము గ లాగుము,

రహస్యమంతా నే శ్వాసలోనే కలదు అని చెప్పినారు మన వీర గురుదేవులు.

అద్వైత జ్ఞాన దివ్య అమృత బాండగారము మన గురుదేవులు,

కన్ను తో చుసిన వారికీ అతి సామాన్యములు గ అగుపడుదురు,

జ్ఞాన నేత్రము తో చుసిన వారికీ అయన పరమేశ్వర రూపమె కదా .

నాసికము కాదు నాసికాగ్రము నుండి గొంతు లోకి లాగుము ప్రాణము

శ్వాసే లేని స్థితిని పొంది మృత్యువు లేని అమరత్వ విధ్యను అందించినారు మన వీర గురుదేవులు.

అది కాదా ఈశ్వర తత్వము అంటే, అది కాదా అద్వైతము అంటే .

శ్వాస కాదు రా అది నాగు పాము రా ,

Antharmuka నాదస్వరముతో ఊది పైకి లేపుర దాని నడుము పట్టి,

అని అద్భుతముగా ప్రాణ విద్యను అందించిన మన గురు గారికి ఏమిచ్చి

ఋణము తేర్చుకోగలము , గురు చరన సాగిలము తప్ప.

ఇంతకన్నా ఏమి కావాలి ఈ జన్మకి , ఓం జై గురుదేవ పాహిమాం శరణు శరణు . అన్యదా శరణం నాస్తి త్వమేవ శరణం మమ.

Madhu, Hyd

INTERNATIONAL YOGA DAY

...Vijay Gopal—Vishakapatanam

Dear Sir/Madam,

The Regional Outreach Bureau Vijayawada & RNU,AIR, VISAKHAPATNAM, Ministry of Information and Broadcasting, Government of India are cordially inviting you to attend the National Webinar on " International Yoga Day -2021(Yoga for Body&Mind) Date: 18.06.2021 Time:11-00am Webinar link: http://meet.google.com/gqa-ktym-edj

KINDLY NOTE: It is purely on first come first basis and can accommodate up to 100 participants. Participants are requested to join 15 minutes before the session and mute your audio after joining the meeting. Please don't press/click press button during the meeting. If you have any questions, unmute your microphone and ask them during feedback session. All are welcome to participate in the Webinar.

యోగ సాధనతో ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు

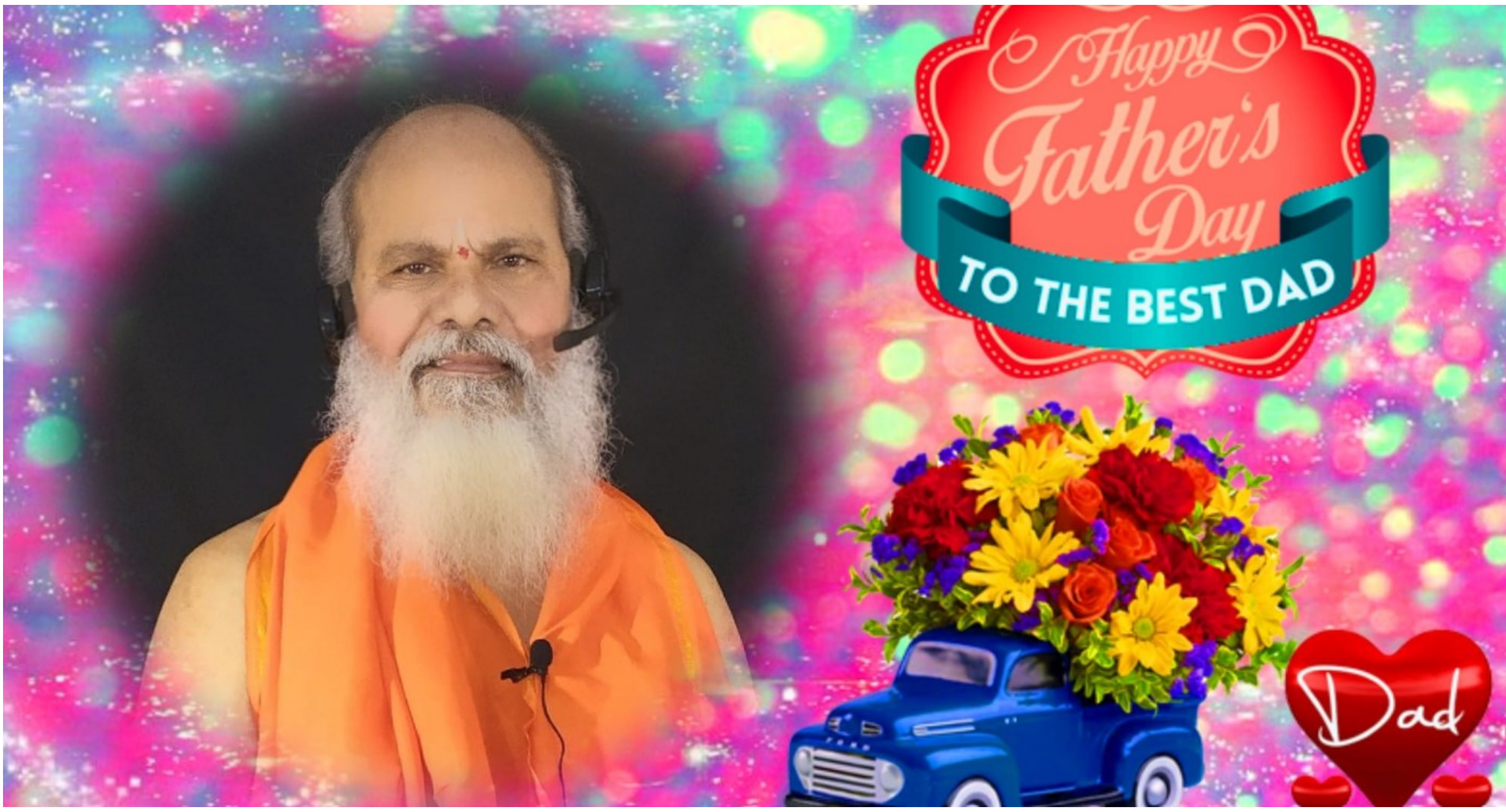
యోగ జ్ఞానాశ్రమ పీఠాధిపతి సద్గురు అంతర్ముఖానంద స్వామి

విశాఖపట్నం, వార్తావళి, జూన్ 18 : యోగ సాధనతో వ్యాధి నిరోధక శక్తిని పెంచుకొని, తద్వారా ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చని శ్రీస్వామి రామానంద యోగ జ్ఞానాశ్రమ పీఠాధిపతి సద్గురు అంతర్ముఖానంద స్వామి తెలిపారు. విశాఖపట్నం ఆకాశవాణి ప్రాంతీయ వార్తా విభాగం, విజయవాడ రీజనల్ అవుట్ రీచ్ బ్యూరో సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో, ప్రపంచ యోగా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని యోగా ఫర్ మైండ్ ఎండ్ బాడీ అనే అంశంపై ఈరోజు జరిగిన జాతీయ వెబినార్ లో ఆయన ముఖ్య వక్తగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, యోగం అంటే ఆసనాలు, శ్వాస క్రియలు మాత్రమే కాదని, ప్రాణశక్తిని పెంచే అంతర్ముఖ ప్రాణాయామం కీలకమైనదని వ్యాఖ్యానించారు. యోగంతో శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యంతో పాటు ఆధ్యాత్మిక పురోగతిని సాధించవచ్చని స్పష్టంచేశారు. ప్రపంచాన్ని వణికిస్తున్న కోవిడను సైతం యోగతో నివారించవచ్చని, కోవిడ్ బారిన పడినప్పటికీ, సాధనతో త్వరగా కోలుకోవచ్చని అంతర్ముఖానందస్వామి వరించారు. ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోడీ కృషితో భారతీయ సనాతన విద్య అయిన యోగాకు ప్రపంచ వ్యాప్తంగా గుర్తింపు లభించిందని, మరో వక్త, ఒంగోలు యోగ విజ్ఞాన కేంద్రం యోగాచార్యుడు చుండూరి శ్రీనివాసరావు అన్నారు. అష్టాంగ యోగాలను సాధన చేయడం ద్వారా అన్ని రుగ్మతల నుండి కాపాడుకోవచ్చని ఆయన వివరించారు.

ధ్యానంతో మానసిక ప్రశాంతత లభిస్తుందని పేర్కొంటూ, ప్రతి ఒక్కరూ రోజూ కొంత సమయం ధ్యానం చేయాలని ప్రెస్ ఇన్ఫర్మేషన్ బ్యూరో అదనపు డైరెక్టర్ జనరల్ డి. మురళి మోహన్ సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో విశాఖ ప్రాంతీయ వార్తా విభాగం అధిపతి శ్రీనివాస మహేష్, కడప సహాయ సంచాలకులు నాయక్, క్షేత్ర ప్రచార అధికారి తారక ప్రసాద్ పలువురు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

Father's Day

Sri Swamy Ramananda Yogajnana Peetam, Kamannavalasa, AP. India



శ్రీగురుభ్యోనమః

ఆత్మ నమస్కారము ఆచారం ముగా చేసి
హృదయ పూర్వక ముగా నుండ జేసి
ఆశ్రమం పరిసర ప్రాంతంన అహం ను
కాలి చెప్పుల వోలె నేల విడువను

ఆజ్ఞ నిచ్చి నిరహ మభ్యసా మలవరచి
గురు భక్తి గరపిన గొప్ప యుక్తి
గురు భక్తి చరియి0చి
గురుని ఆజ్ఞ మది నింపి
గురు పరంపర యందు గురుతు పెంచి

యోగ విద్యను బోధించు ఉన్నతమ్ము
పితృ వాత్సల్య సత్యసీల పుణ్య తమమా
ఆత్మ తత్త్వం సాధన సద్గురుం డా
అనఘా అంతర్ముఖానంద ఆత్మ వినుతి

మోహన్ దాస్ మెరుగుల ,పాలకొండ

ఓం శ్రీ గురుభ్యోనమః

గురు దర్శనం తో తెలిసింది
నేనంటే ఈ శరీరం కాదని
ఈ శరీరం ఒట్టి మట్టి అని
నన్ను ఆకర్షించే వన్నీ మట్టియని
ఈ మట్టి కోసం నాకెందు తాపత్రయం
ఆ సృష్టికర్త అయిన చైతన్య రూపం
కోసం ఉండాలి నా తాపత్రయం
ఈ మిథ్య అయిన కరిగి పోయే ప్రపంచం నాకొద్దు
నా ఆత్మ రూపమైన ఓ పరమాత్మ
పరమాత్మ రూపమైన గురుదేవులు
చూపించిన మార్గమే నాకు సర్వోత్తమము పరమాత్మలో ఆనందం గా ఐక్యం కావడానికి ,
ఈ అనిత్యమైన భోగభాగ్యాలు
మనల్ని వక్రీకరించే నాటకీయమైన ప్రేమా, ఋణాను భందాలు అన్ని మిథ్య. గురు వాక్యం మే మనకు
రక్ష అదే తామరాకు పై నీటిబొట్టు లా ఈ
అశాశ్వతైన ప్రపంచం లో నడిచే సూత్రం. జై గురుదేవా..

నాగ బాబు, హైదరాబాద్

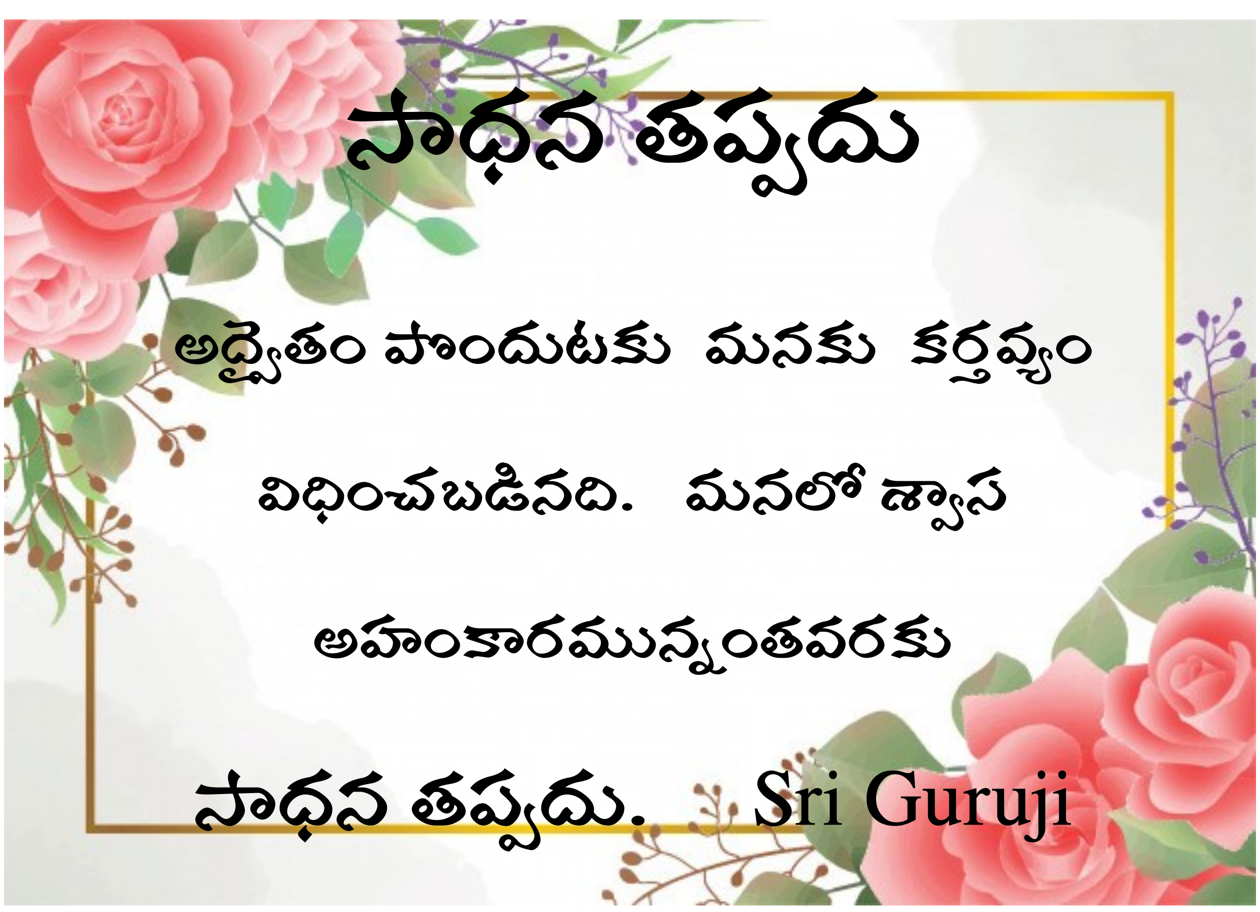
Guru Stotram

అజ్ఞానతిమిరాంధస్య జ్ఞానాంజనశలాకయా |

చక్షురున్మీలితం యేన తస్మై శ్రీగురవే నమః || 2 ||

మనలో మాట

Sri Swamy Ramananda Yogajnana Peetam, Kamannavalasa, AP. India



When I was initiated I am zero knowledge in this pathway, the guidance given by SRI SRI Gurudeva and SRI SRI SWAMIJI blessings I have had gained very little knowledge, sufficient to me. I am also thinking it is not fullfill to salvation , but I am not able to do the needful sadhana. Aatmanamaskaram to Sri Sri Gurudeva and all. What's the use of repeating? You must know the guidance of our SRI SRI Gurudeva and its inner meaning & application. I ,D.Simhachalam

అలనాటి సంస్కార బీజములు.... సుమమై ...మకరందబిందువై ..అమరఝరీప్రవాహ ఆనందసందోహ సుధాసింధువై... శిష్యభ్రమరములన్ సంస్కరించుటకై దివ్యప్రభాజ్ఞానవాహినీ పుప్పొడి రేణువులన్ సంప్రోక్షించునట్టి గురుదేవుల పాదపద్మసుమములకు ప్రణమిల్లుతున్నాను... Venkateswararao Singeetham

ఓం శ్రీ గురుభ్యోనమ. ఆత్మ నమస్కారములు గురుదేవా.

I took initiation on 11th Dec 2020. Since then I am regularly doing yogam for whatever time possible for me. After starting yogam I found change in my thoughts, feelings and reactions. I slowly started experiencing the peace. Now I can't miss my practice for even a single day.

Two incidents happened and I was saved from them.

Recently all my family members have suffered from COVID. But I was safe even though I went close to them without protection many times.

Another incident happened with my daughter. Her relationship with husband was strained and she was in cross roads, unable to decide the future with her two daughters. I prayed Guruji while practicing and was courageous as Guruji told God will take care of people who practice yogam. I prayed Guruji to bless them and do whatever is good for both of them. But I also thought that they should lead life together again. As per my prayers she went back to her house with both kids after 10 days and it was a great relief for me. I sincerely believe that Guruji opened an umbrella over my head and saved me and my family from the storm.

Thank you Guruji. You are everything to me.

I humbly bow my head to your lotus feet.

Doguparthi Chamundeswari

Om sri gurubyonamaha
Namaskaram guruji.
yogam chala,bagunnadi. nerchukunaka mundu,bahiti
Pra,panchem anukuna . Anthar mokhamlo
Chalabhagundi,pranayamchesenapudu sheriramlo
Manalo khafamu unnadi. Ani, theylusukuna
Epodu, CHALABAGUNDI. Guruji garukhu padhabe,Vandanamulu
Namaskamulu. M, sarangam
Dist, warangal

మనలో మాట

Sri Swamy Ramananda Yogajnana Peetam, Kamannavalasa, AP. India

మీ గురువు గారి 'అనుగ్రహం'తో మీరు THE BEST ఐన "యోగము"ను పొంది, "వృత్తి"రిత్యా Doctor గారు ఐన మీరు, స్వయంగా సాధన చేసి, సిద్ధి పొంది, ఆపైన "యోగము"కున్న Spiritual Benefitsతో పాటు Physical Life Benefits నీ Study/Research చేసినారు. The BEST ని ఇంకా More BETTER చేసినారు. మీ శిష్యులం ఐన మాపై మీరు "కరుణ"తో మాకు ఈ "విద్య"నూ initiation చేశారు + ఉన్నది ఉన్నట్లుగా కాకుండ, logical గా మాత్రమే, అర్ధంచేసుకునే మనుష్యులం ఉన్న, ఈ రోజుల్లో "మీ Experiential Knowledge నిండిన సత్-సంగాలతో" మాకు జ్ఞానబోధ చేస్తూనే ఉన్నారు. నా హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు □□□, గురువు గారు. చేస్తున్నవారికి "యోగము" ఇచ్చే ఎన్నో ఎన్నెన్నో Spiritual & Physical Benefits లలో, " మన Energy/శక్తి/ప్రాణశక్తి ని నిండుగా ఉంచటమే కదండీ 1st Benefit". "కామధేనువు" నుండి ఎవరు ఎంత పిండుకుంటే అంత.

మీరు మాకు అనుగ్రహించిన విద్య నుంచి Oxygen Levels పెరగటం అనేది చాలా చాలా చిన్న Benefit అండి. అయినా, కరోనా ని face చేసేందుకు ఉపయోగించుకున్న ఈ□ Live Example చూడటం నాకు చాలా ఆనందంగా ఉంది, గురువు గారు.

□ఆత్మ-నమస్కారం అండి.

□□□గురువు గారు.

Physical Life Benefits means

1. Better Physical Health

2. Cool / Peaceful Mind

3. Balancing the intellect

Ravi sankar tenali

This is Rajavidya, top secret. Sadhaka do the sadhana only secrecy,any circumstances he is not expose the praman . His merits and demerits only he can share with HIS master, that is his duty. There's no value to Exposing .Sahasra pranams to our SREE GURUDEVA. Chelam

ఓం శ్రీ గురుభ్యోనమః ఆత్మనమస్కారం గురుజీ,

నేను, నా జీవనం మెడికల్ షాపు నందు నాకు కౌంటర్ చాలా మంది పేషెంట్ లు వస్తావుంటారు వారిలో కోవిడ్ పేషెంట్ లు వస్తావుంటారు కానీ నా మీద ఎప్పుడూ దాని ప్రభావం చూపలేదు కారణం, గురువు గారి వద్దా నేను పోందిన ఉపదేశం నిత్యం సాధన గురువు గారి దీవెన.

సురేష్ నాథ్ గుప్తా , తనకల్లు

గురుదేవా శివా !. ఇప్పుడే చూస్తున్నాను "6"సంవత్సరాల క్రితం నాటి తమరి ప్రవచనాన్ని చూసి నేను ఎంతో ఆశ్చర్యపోయానయ్యా!. ఈ PMC లోనే తమరి తొలి పరిచయంగా ఈ "మీడియా"ముందుకు వచ్చారనుకున్నాము. ఇంతవరకు తమరు ఈ లోకానికిని గుప్తంగానే ఉన్నారనుకున్నాము. "ఇప్పుడే వ్యక్తమైన మీయొక్క వైభవం అందరికి తెలియాలన్న ఆతృత మాలో మొదలలైంది". కానీ "6"సంవత్సరాల క్రితమే ఈ జ్ఞాన భాస్కర శివం ఉదయించి – దేవసింహం లాంటి కంఠస్వర ఘర్జనతో జ్ఞాన ఖడ్గం చేపట్టి అజ్ఞానాన్ని ఖండిస్తూ సుజ్ఞానాన్ని బోధిస్తూ వితంఢ వాదుల గుండెల్లో రైళ్లు పరుగెత్తిస్తున్నారని – ఇప్పుడు తెలిసింది. (ఇక నాకు నిచ్చింత. నా సాధనలో నేనుంటాను). మీ జ్ఞాన ఖడ్గం ముందు అల్పమతుల తలలు వంచి దించుకోవాల్సిందే. మీ పాద కమళాలను అందరూ ఆశ్రయించాల్సిందే !. మా గురాత్మ యొక్క వైభవం "6"సంవత్సరాల ముందునుండే ప్రారంభమైందని తెలిశాక మా హృదయ తాపత్రయం శాంతించింది. పరమ శివ వైభవం విశ్వవ్యాప్తం ఔతుంది. "ఇది చాలు మాకు" .మీకంటే గొప్ప జ్ఞానముర్తి ఈ కాలంలో లేరు. ఒకవేళ ఉన్నా హిమాలయాల్లో గుప్తంగా ఉండి ఉంటారు. తమరే పరమ దయాలువై లోక కళ్యాణార్ధం వ్యక్తమాయ్యారు. దేవసింహం శివం ఐన మీకు నమ:శివాయ!. సర్వం శివార్పితం

Amma Bhavani

అంతర్ముఖానందులు చెప్పేది సత్యం
సద్గురులసాధనలు చెయ్యాలి నిత్యం
దానితోటే జీవితమవును కృతకృత్యం
అప్పుడే ఆనందశిఖరాల అద్వైత నృత్యం .... Ranganayakamma

OM SRI GURUBYONAMAH. ... NAGURORADHIKAM..... GURUDEVULA PADARAVINDA CHINTHA-NAAMRUTHA PANA VISESHA MATTHA CHITTAH MEREETI ITHARAM CHERANERCHU. GURUDE-VA , 27 YEARS GA ENNI VIBHUTULANU MEERU CHUPARU. ONE TIME INITIATION.TO DISCIPLE JANMAJANMALA. MAA RESPONSIBILITY. MEERU THAPPA EVARU TEESUKONTARU GURUDE-VA. MEE GURU RUNAM ENNIJANMALAKU THEERCHUKOGALANO. SARVSKALASARVAAVSTHA-LA LONU MAATHONE UNNARU SATYAM. NAA GURU DEVUNITHO ANUBHAVALANU PANCHU-KOVALANTE. OKA GRANDHAME . ATMAANUBHAVAME NAKU CHALU. SISHYAKOTI. GURUJI MAHATHARA SAKTHINI GRAHINCHI PONDUDURU GAKA.□□□□□□

Om sri Gurubhyo Namaha.

I am in search of my Guruji, not known how to search where to search. attended so many yoga centers but not given satisfaction . I feel something missing I have not placed in the correct place. I was too much worried whether I get my Guruji in this life . In covid- 19 around mid of 2000 while I was watching PMC channel In you tube mr. Ravi sharma Garu introduced Guruji as Antarmuka yogam, Guruji said yogam is inhale and exhale " Nasabyantara" . I was connected with that point and down loaded the vedio and seen and so many times. Then I felt I have reached my destination. I got deeksha in online with Guruji blessings. Now I have started my real life . Atma namaskaram Guruji. Mal-lela Radhakrishna

SATYAM NEWS

...Vijay Gopal—Vishakapatanam

విజయనగరం జిల్లా సాలూరు లోని స్వామి శ్రీ రామానంద యోగజ్ఞాన ఆశ్రమంలో ప్రపంచ యోగా దినోత్సవం ఘనంగా జరిగింది.

అపర వాల్మికి సద్గురు శ్రీశ్రీశ్రీ స్వామి శివానంద పరమహంసల వారి సమాధి ఆరాధన కూడా ఈ రోజునే కావడం గమనార్హం. ఈ నేపథ్యంలో అప్పటి నుంచి జూన్ 21 ప్రపంచయోగా దినోత్సవం నిర్వహిస్తున్నారు.

ఇదిలా ఉంటే సద్గురు శివానంద పరమహంస కాలినడక యావత్ ప్రపంచం తిరిగి సిద్ధ విద్య అయిన ప్రాణాయామమును ఉపదేశించారు.

ఈ క్రమంలో నే ఏపీ రాష్ట్రం విజయనగరం జిల్లా సాలూరు కు రావడం జరిగినట్టు..వారి శిష్యులు మౌన స్వామి శ్రీ స్వామి రామానంద పరమహంసల వారు స్థాపించిన కామన్నవలస ఆశ్రమ పీఠాధిపతి శ్రీ గురూజీ తెలిపారు.

ఈ నేపథ్యంలో ఆశ్రమంలో అటు యోగా డే ఇటు శివానందుల వారి సమాధి ఆరాధన జరిగింది. కరోనా మూలంగా ఎవ్వరినీ పిలవకపోయినప్పటికీ...యోగా డే సందర్భంగా పరిమితం గానే కరోనా నిబంధనల ను పాటిస్తూ... ఆరాధన కు హాజరయ్యారు.

Mahasamadhi Aaradhana June 21st

Information