

అభ్యాసి రిపోర్టు

మానస సరోవర్ ప్రోగ్రామ్, డిసెంబరు 23 నుండి 25 వరకు 2006.

నాగారామ్, బద్రాచలము దగ్గర

అభ్యాసి పేరు : ఎస్. నగేష్

అభ్యాసి క్రమ సంఖ్య : 368

సాధన మొదలు పెట్టిన తేది : 17 అక్టోబరు 1991

చిత్లేక్ అనేది ప్రతి ఒక్కరికి వారివారి వీలునుబట్టి అక్కడ dates వున్నప్పుడు పేరు యిస్తే చాలా అవసరమనిపించింది. నాకు మాత్రము ఎప్పుడూ బిజీబిజీ అనుకొంటాను, టైమ్ లేదని కూడా అనుకొంటాను. కానీ నేను ఇక్కడికి వెళ్ళినాక కొంతసేపు set అయ్యేటందుకు time పట్టింది. తరువాత మెల్లమెల్లగా ఈ ప్రోగ్రామ్లో ప్రశాంతంగా, తేలికగా, బరువున్నా బరువులేకుండా ప్రకృతికి దగ్గరగా వున్నట్లుండి silenceలో యిలా first time గడిపాను. ఒక్కొక్కటి అర్థమవుతుంది. Silence అనేది Divineకి దగ్గరగా వున్నట్లు natureకి దగ్గరగా వున్నట్లు ప్రశాంతంగా వుండెను. తరువాత దేనిమీద మనసు రాలేదు. First day food మీద, యింటిమీద, business మీద అలోచనలు రాలేదు. కళ్ళుమూసుకొంటే Meditationలో వున్నట్లుండెను. Peaceగా Silenceలో ఎన్నో భావాలు Divineకి దగ్గరగా, ఎక్కడ చూచినా కత్తిలేకుండా fresh గాలి, నీడ, greenary కూర్చోంటే

ఎంతో deepలో వున్నట్లుండెను. అసలు timeకూడ తెలుస్తలేదు ఎంతయిందో. నాకు అక్కడ cassette పాటలు కొంచెము విన్న తరువాత దానిపని అది నాపని నేను అని వెళ్ళిపోయింది. తరువాత తెలియలేదు. Cleaningలో impressions చాలా easyగా పోతున్నట్లనిపించింది. కానీ నాకు మాత్రము జల్దీ నిద్ర పట్టలేదు. కొద్దిసేపు restless గా కూడా వుండెను. తరువాత bedtime prayer, constant remembrance చేసుకొంటే సరైంది. నాకు మాత్రము ప్రొద్దున లేవాలంటే కొంచెం టైమ్ పట్టింది. మెల్లమెల్లగా అలవాటయింది. తరువాత అక్కడ పక్షులు, నిశ్శబ్ద వాతావరణము, Divine గా వుండెను. ఇంకా ఎన్నో ఎన్నో అలోచనలు వచ్చాయి గాని నేను చెప్పలేకపోతున్నాను. దీన్ని బట్టి చూస్తే మనము ఎప్పటికైనా ఈ busy life నుండి బయటపడాలి. దీని ఆనందమే వేరే. తరువాత 3rd day మాత్రము మెల్లమెల్లగా ఒక్కొక్కటి జ్ఞాపకము వచ్చాయి. కాని ఏమాత్రము పట్టించుకోలేదు. దాని పని అది నా పని నేను చేసుకొన్నాను. ఎప్పుడైనా materialist తాత్కాలికమే. natureకి మాత్రము ఒక్కటే. రాత్రి 9.00 ప్రార్థన భావన, దశాదేశములు బాగా గుర్తుకు వుండినవి. వాటిలో లీనమైనట్లనిపించింది. ఈ అనుభవాన్ని మెల్లమెల్లగా prayer వల్ల, constant remembrance వల్ల నిలుపుకోవాలని అనిపించింది.

ఒక చెట్టుక్రింద కూర్చొన్నప్పుడు చెట్టు స్వార్థములేకుండా మనకు పండ్లు, నీడ, గాలి, పూలు, కట్టెలు, యింత యిచ్చినా మనము మాత్రము అవసరములేకపోతే కొట్టేస్తాము. కానీ మనము మాత్రము ఏది చేసినా నాకేం లాభం అని అనుకొంటాము. దీనిబట్టి చూస్తే మనం కూడా అలా

సావర్థంలేకుండా ఏ పని చేసినా మనం చేస్తలేము అని అనుకోవాలి.

Early morning ధ్యానములో సూర్యునికి దగ్గరగా Golden and orange colour గా వుండెను. గోదావరి గట్టుదగ్గర నీళ్ళ శబ్దము రకరకాలుగా ఏ శబ్దము వచ్చినా Divine అనిపించింది. ఆకాశమును చూస్తుంటే యింకా చూడాలని అనిపిస్తుంది. ప్రశాంతంగా వుండెను.

రామారావు గారు చేసిన ఆతిథ్యానికి మేము కృతజ్ఞులము.