2014 జనవరి 5

## పరమాత్మ రామునితో సత్యమైన సీత యొక్క ఆత్మిక సంభాషణ

### స్మృతికి రావలసిన మొదటి విషయము

నేను నా కళ్ళు తెరిచిన మొదటి క్షణం, నేను ఒక ఆత్మ అని భావిస్తాను: నేను మధురమైన ఇంటి నుంచి, ఈ ప్రపంచానికి ప్రకాశం యొక్క వెలుగులు ఇవ్వడానికి వచ్చాను.

### నేను ఎవరు?

నేను సత్యమైన సీతను. నేను ప్రతి అడుగు శ్రీమతం అనుసారంగా నడుచుకుంటాను. దీనికి తోడుగా నేను సర్వ మర్యాదలను పాలన చేస్తాను.

### నేను ఎవరికి చెందుతాను?

బాబా తో ఆత్మ యొక్క సంభాషణ:

మధురమైన బాబా.. గుడ్ మోర్నింగ్..

నేను ఈ పాత ప్రపంచంలో ఉంటూ, నా యొక్క లౌకిక బాధ్యతలను నిర్వహిస్తూ, నేను మీ యొక్క సత్యమైన సీతను అనే స్మృతిలో ఉంటాను. నేను ప్రతి శ్వాసలోను రాముడైన మిమ్మల్నే జ్ఞాపకం చేస్తాను.

అత్మతో బాబా యొక్క సంభాషణ:

మధురమైన పిల్లవాడా..లేచి నాతో కుర్చో...

ఒక్క పరమాత్ముడే రాముడు మరియు నీవు సత్యమైన సీతవు. సత్యమైన సీతగా అయ్యి నీవు సదా బాబా జ్ఞాపకంలో ఉంటూ నిరంతరం శ్రీమతమును చెయ్యాలి.. నీ ఒక్క అడుగు కూడా బాబా డైరెక్షన్ కు విరుద్ధంగా ఉండకూడదు. ఎలాగైతే రైలు, పట్టాలపై మాత్రమే సురక్షితంగా ఉంటుందో

అలాగే నీవు కూడా అమృత వేళ సమయంలో జ్ఞాపకం అనే పట్టాలపై స్వయాన్ని సెట్ చేసుకోని సురక్షితంగా తయారవ్వు. ఒకవేళ నీ అమృత వేళ యొక్క ఫౌండేషన్ ధృడంగా ఉన్నట్లయితే బాప్ దాదా యొక్క సహాయోగం లభిస్తూ ఉంటుంది.

ప్రేరణ పొందుట:

నా మనస్సులో భౌతిక అలోచలను తీసివేసి.. మనస్సును శాంతి సాగరుడైన.. బాబా మీద ఏకాగ్రం చేస్తాను... బాబా నుంచి సేవ కొరకు పవిత్రమైన, ప్రేరణ కలిగించే సంకల్పాలను పొందుతున్నాను.

బాబా నుంచి వరదానములను పొందుట:

సూక్ష్మ వతనంలో నా ఫరిస్తా స్వరూపాన్ని ధారణ చేస్తున్నాను.. బాబా యొక్క ప్రియమైన, పవిత్రమైన మరియు శక్తివంతమైన దృష్టి ద్వారా బాబా నాకు వరదానాలు ఇస్తున్నారు.

నీవు ఆత్మ జ్యోతులను జాగృతం చేసి వారిని ముందుకు తీసుకు వెళ్తున్నావు. ఇతరులను ఉన్నతంగా చేసి, నీవు సంతోషాన్ని అనుభవం చేసుకుంటున్నావు. నీవు ఎల్లప్పుడూ ఇతరులను ముందు ఉంచి 'ఇచ్చా మాత్రమ్ అవిధ్య' గా తయారవుతున్నావు. దీని కారణంగా నీవు అందరి యొక్క హృదయాలు గెలుచుకున్నావు మరియు విశ్వ కళ్యాణకారిగా అయ్యావు.

బేహద్ సూక్ష సేవ (చివరి 15 నిమిషాలు..)

నేను పై వరదానాన్ని దాతగా అయ్యి ఈ ప్రపంచానికి ఇస్తున్నాను. నేను ఈ వరదానాన్ని బాబా నుంచి తీసుకుని ఈ మొత్తం ప్రపంచానికి నా శుభ సంకల్పాలతో బహుమతి రూపములో ఇస్తున్నాను... నా ఫరిస్తా స్వరూపంలో ఈ భూప్రపంచాన్ని చుట్టి వస్తూ అత్మలందరికి ఈ వరదానాన్ని ఇస్తున్నాను.

నిద్రకు ఉపక్రమించే ముందు:

నేను శబ్ధానికి అతీతమైన స్తితిలో స్తితమౌతున్నాను. ఈ రోజు నేను మానసికంగా కాని, భౌతింగా కాని ఎవరికీ ఆకర్షితం కాలేదు కదా అని పరిశీలించుకుంటున్నాను. నేను ఎవరితోనైన అగౌరవంగా ప్రవర్తించానా? అని చెక్ చేసుకుంటున్నాను. ఒక వేళ అలా చేసి వుంటే బాబాకి చెబుతున్నాను. ఏవైనా భౌతిక ఆకర్షణలకు లేదా స్వార్ధ ప్రయోజనాలకు లోను కాలేదు కదా? ఈ రోజు నేను చేసిన

కర్మలను చార్ట్ లో రాసి 30 నిమిషాల యోగం ద్వారా ఆ కర్మల యొక్క ప్రభావాన్ని తొలగిస్తున్నాను. నేను శుద్ధమైన మరియు నిర్మలమైన హృదయంతో నిద్రిస్తాను.