తపస్య సంవత్సరము **15.07.2015**

అనంతమైన వైరాగ్యము - 3

1. స్వమానము – నేను ఈ దేహముతో అతీతము మరియు బాబాకు ప్రియమైన ఆత్మను.

– ఏకాంతంలో కూర్చుని లోతుగా స్వ చింతన, స్వ చెకింగ్ చేసుకోండి – ఆత్మనైన నేను సర్వ బంధనాల నుండి అతీతంగా మరియు సర్వులకు ప్రియంగా ఎంతవరకు అయ్యాను? నాలోని అతీతతనము నన్ను ప్రభుప్రియునిగా చేస్తుందని నాకు ఎంత అవగాహన ఉంది? ఎక్కడైనా, ఎలాంటి పరిస్థితులలోనైనా కర్తాభావం నుండి ముక్తి అయ్యి ఉన్నానా? ప్రతి పరిస్థితిలోనూ మనసులో కేవలం బాబాయే ఉంటున్నారా? దేహధారులనుండి సాల్వేషన్‌ను పొందాలన్న కోరిక లేదు కదా?

2. యోగాభ్యాసం –

1. నేను ఈ దేహం నుండి అతీతము మరియు బాబాకు ప్రియమైన ఆత్మను– ఈ స్వమానాన్ని రోజంతటిలో 10సార్లు చాలా లోతుగా అభ్యాసము మరియు అనుభవం చేసానా?
2. పదే పదే దేహం నుండి అతీతంగా మరియు 'రావడము–వెళ్ళడము'ను అభ్యాసము చెయ్యాలి.
3. 'ఒక్క బాబాయే నా ప్రపంచము' – బాబాతో ఈ భావాన్ని పెంచుకోండి.

3. ధారణ - దేహము మరియు దైహిక సంబంధాల నుండి సంపూర్ణ వైరాగ్యము

– ఇప్పటి వరకు మనం దేహము/దైహిక సంబంధాలలోనే ఇరుక్కుని ఉన్నాము... ఇప్పుడు బాబా ఆజ్ఞ – దేహము మరియు దైహిక సంబంధాలను మర్చిపోయి 'మామేకమ్' గుర్తు చెయ్యండి. ఈ స్మృతి మరియు ఒక్క బాబాతో మనకున్న సర్వ సంబంధాలలోనే మన కళ్యాణం ఉంది. కల్పమంతా మనం దైహిక సంబంధాలతోటే ఉన్నాము, ఇప్పుడిక మిగిలి ఉన్న కొద్ది సంగమ సమయంలో ఒక్క బాబాతోటే మనం మన సర్వ సంబంధాల అనుభూతిని ఎందుకు పొందకూడదు!

4. చింతన -

– అతీతము మరియు ప్రియము అంటే ఏమిటి?
– అతీతము మరియు ప్రియము మధ్య బాలెన్సును ఎలా పెట్టుకోవాలి?
– ఏ విషయాలు మనల్ని అతీతంగా అవ్వనివ్వడం లేదు?
– బాబా, మమ్మా మరియు దాదీలలోని ఏ ధారణల కారణంగా వారు అతీతంగా/ సర్వులకు ప్రియంగా అయ్యారు?
– అతీతము మరియు ప్రియము గురించి బాబా చెప్పిన మహా వాక్యాలు ఏమిటి?

5. తపస్వీల కొరకు – ప్రియమైన తపస్వీకుల్లారా! ఎంతగా మనలో వైరాగ్యపు బీజము లోతుగా ఉంటుందో అంతగా మనలో అతీతంగా మరియు ప్రియంగా ఉండే కళ అలవడుతుంది. మన వైరాగ్యం ఒంటరిగా ఉండేది కాదు, అది సరసమైనది, సుందరమైనది. మన ప్రాణప్రదమైన శివబాబా ఎంత అతీతమైనవారో అంతగా పూర్తి ప్రపంచానికి ప్రియమైనవారు. మనం కూడా మన తండ్రిని అనుసరించాలి. శివబాబా ఈ ప్రపంచంలోకి వస్తారు, తమ దివ్య కర్తవ్యాన్ని చేస్తారు, అందరికీ ప్రేమను పంచుతారు, సుఖాన్ని ఇస్తారు మరియు వెళ్ళిపోతారు. అలాగే మనం కూడా రావాలి మరియు వెళ్ళాలి, ఈ అభ్యాసాన్ని పెంచుకోవాలి.