ఆత్మిక డ్రిల్ మాసము **15.08.2016**

ఆత్మిక డ్రిల్ - 3

1. స్వమానము – నేను విశ్వానికి ఆధారమూర్తిని మరియు ఉద్ధారమూర్తిని.

– ఒకవేళ వృక్షం లేదా భవనం యొక్క ఆధారము బలహీనంగా ఉంటే, ఆ వృక్షానికి లేదా భవనానికి ఏమవుతుంది? ఎంతగా ఆధారము దృఢంగా ఉంటుందో, అంతగా వృక్షం లేదా భవనం దృఢంగా ఉంటాయి. మనము విశ్వానికి ఆధారము. మనం ఎలా ఉంటే, విశ్వము అలా ఉంటుంది. మనపై ఎంత పెద్ద బాధ్యత ఉన్నది. మరి మనకు మనపై ఉన్న ఈ గొప్ప బాధ్యత గురించిన అవగాహన ఉన్నదా...?

2. యోగాభ్యాసం –

1. ఆత్మిక డ్రిల్ – బ్రాహ్మణ సో ఫరిశ్తా సో దేవత – ఎదురుగా తమ ఫరిశ్తా స్వరూపాన్ని ఎడమ వైపున చూడండి మరియు కుడి వైపున తమ దేవతా స్వరూపాన్ని చూడండి... ఇప్పుడు చూడండి – నేను ఆత్మను భృకుటి సింహాసనంపై నా బ్రాహ్మణ శరీరంలో ఉన్నాను... బ్రాహ్మణ శరీరం నుండి బయటకు వచ్చి నేను ఆత్మను నా ఫరిశ్తా శరీరంలోకి ప్రవేశిస్తున్నాను... తర్వాత అక్కడి నుండి నేను ఆత్మను బయటకు వచ్చి నా దేవతా స్వరూపంలోకి ప్రవేశిస్తున్నాను... కొంత సమయం తమ దేవతా స్వరూపం యొక్క చింతన మరియు అనుభూతి చెయ్యండి... తర్వాత అక్కడ నుండి నేను ఆత్మను తిరిగి నా బ్రాహ్మణ శరీరంలోకి వచ్చేస్తాను... ఈ డ్రిల్‌ను రోజంతటిలో తక్కువలో తక్కువ 10 సార్లు చెయ్యండి.

2. కల్పవృక్షం క్రింద కూర్చుని కల్పవృక్షం యొక్క ఒక్కొక్క ఆకుకు అంటే సర్వ ధర్మాలు–మఠాలు–మతాలు మరియు సాంప్రదాయాలకు చెందిన ఆత్మలకు గుణాల మరియు శక్తుల సకాశ్‌ను ఇవ్వండి...

3. ధారణ - వ్యర్థ దర్శనం మరియు వ్యర్థ శ్రవణం నుండి ముక్తి

– 'వ్యర్థం మరియు చెడుకు దూరంగా ఉంటే పరమాత్మ అవార్డు లభిస్తుంది' – బాప్‌దాదా

– ఇంటర్నెట్‌లోని వ్యర్థమైన మరియు చెడు విషయాలను చూడడం మరియు వినడం వలన మన మనస్సు యొక్క శక్తులు నష్టమవుతాయి మరియు మనస్సు బలహీనమవుతుంది. అందువలన మనం ఎక్కడ కావాలనుకుంటే అక్కడ స్వయాన్ని ఏకాగ్రం చేసుకోలేము.

4. చింతన -

– ఇంటర్నెట్ యొక్క అతి మరియు అనవసర ప్రయోగం వలన నష్టాలు?

– నేను నిజంగా ఈ వ్యసనం నుండి ముక్తునిగా అవ్వాలనుకుంటున్నానా?

– వ్యర్థమైన మరియు చెడు విషయాలను చూడడం మరియు వినడం నుండి సంపూర్ణ ముక్తులుగా ఎలా అవ్వాలి?

5. కర్మయోగుల కొరకు – ప్రియమైన కర్మయోగుల్లారా! మనము ఈ సృష్టికి ఆధారమూర్తులము మరియు ఉద్ధారమూర్తులము... ప్రపంచంలోని ఆత్మలందరూ మనల్ని సంకల్పాలలో, మాటలలో మరియు కర్మలలో ఫాలో చేస్తున్నారు... మనం ఏదైతే ఆలోచిస్తున్నామో, అది కల్పవృక్షం యొక్క ఒక్కొక్క ఆకుకు చేరుకుంటుంది... మన మంచి కూడా ప్రపంచంలోకి వెళ్తుంది, అలానే మన చెడు కూడా... కొద్దిగా ఆలోచించండి, సృష్టి పరివర్తనలో/స్వర్ణిమ ప్రపంచం తయారుచేయడంలో మనకు ఎంత మహత్వపూర్ణమైన పాత్ర ఉంది... ఇంతటి మహానాత్మలు వ్యర్థం మరియు చెడులో తమ సమయాన్ని, శ్వాసను మరియు సంకల్పాలను పోగొట్టుకోవచ్చా...???