ఆత్మిక డ్రిల్ - 4

1. స్వమానము – నేను అనంతమైన వైరాగిని.

– 'ఇప్పుడు మేము అన్నింటినీ వదిలి తిరిగి ఇంటికి వెళ్ళాలి' – ఈ స్మృతి జీవితంలో వైరాగ్యం తీసుకువస్తుంది. ఇక్కడ వైరాగ్యం అంటే ఖాళీతనమో లేక నిస్సారంగా ఉండటమో కాదు. పదార్థాలను ఉపయోగిస్తూ వాటికి అతీతంగా ఉండే స్థితి అనగా ఏ వస్తువూ కూడా మనకు బంధనముగా అవ్వకూడదు – ఇది వైరాగ్యము. మనము మన జీవితంలో మొదట వైరాగ్య భావనను నింపుకుంటే అన్ని ప్రాపంచిక ఆకర్షణలు మరియు వ్యసనాల నుండి స్వతహాగా ముక్తులుగా అవుతాము.

2. యోగాభ్యాసం –

1. **ఆత్మిక డ్రిల్** – ఐదు స్వరూపాల అభ్యాసం రోజంతటిలో 10 సార్లు చేద్దాము –
   1. అనాది నిరాకారి స్వరూపం – పరంధామంలో నేను మరియు నా బాబా
   2. ఆది దేవ స్వరూపం – సుఖధామంలో డబల్ కిరీటధారి దేవాత్మ
   3. మధ్య పూజ్య స్వరూపం – ద్వాపరంలో ఇష్ట స్వరూపం దుర్గా లేదా మహావీర్
   4. బ్రాహ్మణ స్వరూపం – సంగమయుగంలో బాప్‌దాదా ఛత్రఛాయలో
   5. అంతిమ ఫరిశ్తా స్వరూపం – కల్పాంతములో సంపూర్ణ స్వరూపం
2. **మహావినాశన భయంకర దృశ్యము...** నలువైపులా హాహాకారాలు, హింసాకాండ, అత్యాచారాలు, రక్తపాతాలు... పంచ తత్వాలు మరియు పంచ వికారాలు ఫుల్ ఫోర్స్‌తో ఆక్రమణ... నేను సాక్షిగా అయ్యి అన్ని దృశ్యాలనూ చూస్తున్నాను మరియు విశ్వ కళ్యాణకారి అయిన బాప్‌దాదాతో కలిసి అందరికీ గతి-సద్గతిని ప్రసాదిస్తున్నాను...

3. ధారణ - అనంతమైన వైరాగ్య వృత్తి

– 'ఎప్పుడైతే పూర్తిగా అనంతమైన వైరాగిగా అవుతామో, వృత్తిలో కూడా వైరాగి, దృష్టిలో కూడా అనంతమైన వైరాగి, సంబంధ-సంపర్కాలలో, సేవలో, అన్నింటిలో అనంతమైన వైరాగిగా అవుతామో, అప్పుడే ముక్తిధామ ద్వారాలు తెరుచుకుంటాయి.'

– 'ఇప్పుడు సమయానుసారంగా అనంతమైన వైరాగ్య వృత్తిని ఇమర్జ్ చేసుకోండి. అనంతమైన వైరాగి అంటే అనంతమైన స్మృతి స్వరూపం. నాది అన్నది పూర్తిగా తొలగిపోవాలి, ఆ స్థానంలో బాబా అని నిండాలి.' – **బాప్‌దాదా**

4. స్వచింతన -

1. ఈ ప్రపంచం నుండి నేనేమి తీసుకువెళ్తాను...? ధనము-సంపద, భూమి-ఆస్తి లేక వ్యక్తులు-వైభవాలు నాతో వస్తాయా...?? ఎవరినైతే నేను నావారిగా అనుకుంటున్నానో నిజంగా వారు నావారా...??? సత్యమేమిటంటే నేను ఒంటరిగానే ఇక్కడకు వచ్చాను, ఒంటరిగానే తిరిగి వెళ్ళాలి, అటువంటప్పుడు ఈ వినాశీ ప్రపంచంపై ఎందుకు ఆకర్షణ...? ఎందుకు ఆసక్తి...!!
2. ఈ పాత ప్రపంచం పట్ల మీకు వైరాగ్యం కలిగించే 10 సంకల్పాలను వ్రాయండి.

5. కర్మయోగుల కొరకు – ప్రియమైన కర్మయోగుల్లారా! అనంతమైన వైరాగ్య వృత్తి ఆధారంతోటే బ్రహ్మాబాబా పాస్ విత్ ఆనర్ అయ్యారు. అందుకే మనం కూడా స్వయాన్ని ఇలా పరిశీలించుకుందాము, నేను – **1.** స్వయం యొక్క దేహము మరియు పదార్థాలతో, **2.** సంబంధాలతో, **3.** సాధనాలు-సౌకర్యాలతో మరియు **4.** స్వయంలోని పాత స్వభావ సంస్కారాలతో ఎంతవరకు వైరాగిగా అయ్యాను...?