తపస్య సంవత్సరము **10.05.2015**

ఫరిశ్తా వారము - 2

1. స్వమానము – నేను పవిత్రత ఫరిశ్తాను.

2. యోగాభ్యాసం –

1. నేను పవిత్రత ఫరిశ్తాను... పవిత్రత సాగరుని నుండి పవిత్రత యొక్క శ్వేత కిరణాలు నా పైన పడుతున్నాయి... మరియు నా అంగ అంగము నుండి నలువైపులకు వ్యాపిస్తున్నాయి...
2. పవిత్రత ఫరిశ్తానైన నేను సూర్యుని సమానంగా అంతరిక్షంలో స్థితి అయ్యి పూర్తి ప్రపంచంలోని అపవిత్రతా అంధకారాన్ని దూరం చేస్తున్నాను... ప్రపంచమంతా పవిత్రత–సుఖము–శాంతులతో సంపన్నమవుతూ ఉంది...
3. పరమ పవిత్ర ఫరిశ్తానైన నేను ఈ దేహం నుండి వెలువడి ఫరిశ్తా ప్రపంచంలోకి వెళ్తున్నాను... అక్కడ ప్రకృతి యొక్క పంచ తత్వాలు నాకు నమస్కరిస్తూ నిల్చుని ఉన్నాయి... నేను బాబా నుండి పవిత్ర కిరణాలు తీసుకుని వాటిని పావనంగా చేస్తున్నాను...

3. ధారణ - సంపూర్ణ పవిత్రత

- దృష్టిలో ఆత్మిక భావము, మనసులో శుభ భావన, మాటలో మధురత మరియు కర్మలో సర్వులకు సుఖాన్ని ఇచ్చే భావన ఉండాలి.
- పవిత్రత అనేది బాప్‌దాదా నుండి లభించిన వరదానము.
- పవిత్రత మాయ యొక్క అనేక విఘ్నాల నుండి రక్షించే ఛత్రఛాయ.
- పవిత్రత భవిష్య 21 జన్మల ప్రారబ్ధానికి ఆధారము.

4. చింతన -

- సంపూర్ణ పవిత్రత అంటే ఏమిటి?
- సంపూర్ణ పవిత్రత యొక్క గమ్యాన్ని చేరుకోవడానికి 8 మెట్లు తయారు చెయ్యండి.

5. తపస్వీల కొరకు –

1. ప్రియమైన తపస్వీకులారా! ఆశ వదులుకోకండి. ప్రతి కల్పము వికారాలపై విజయమును పొందిన విజయి రత్నాలము మనమే. ఇప్పుడు కూడా మనమే విజయులవుతాము. భగవంతుని ఆశీర్వాద హస్తము మన శిరస్సుపై ఉంది.
2. ఓ జితేంద్రిలారా! కేవలం కొద్ది క్షణాల ఇంద్రియ సుఖం కోసం మీరు మీ 21 జన్మల సుఖ–శాంతుల రాజ్యాన్ని పోగొట్టుకోదల్చుకున్నారా? సత్యయుగ సుఖం ముందు ఇది కేవలం కాకి రెట్టతో సమానమైనది మాత్రమే. గుర్తుంచుకోండి, మీ 5 నిమిషాల కామాంధత మీ పూర్తి 5000 సంవత్సరాలను అంధకారమయం చేసేస్తుంది.