

ఒక్క సెకనులో ఈ లోకం నుండి పరలోక నివాసిగా తయారుచేసేవారు, ఇంద్రసభ యొక్క ఫరిస్తాలతో అవ్యక్త బాప్ దాదా మాట్లాడుతున్నారు -

ఇంద్రలోకం యొక్క ఇంద్రసభ అనే మహిమ ఉంది. ఇంద్రుడు అంటే సదా జ్ఞానవర్షాన్ని వర్షింపచేసేవారు, ముళ్ళ అడవిలో పచ్చదనాన్ని తీసుకువచ్చేవారు అటువంటి ఇంద్రసభ ఫరిస్తాలసభ అంటే సదా ఎగురుతూ ఉండేవారు. ఫరిస్తాల రెక్కలకు ప్రసిద్ధత ఉంది. ఇంద్రలోకంలో ఫరిస్తాలు తప్ప మానవులు ఎవరు నివసించలేరు. మానవులు అంటే తమని తాము ఆత్మగా కాకుండా దేహంగా భావించేవారు. ఇటువంటి దేహాభిమానులు ఇంద్రలోకంలో నివసించలేరు. ఇంద్రలోక నివాసిలకు దేహాభిమానపు మానవుల యొక్క దుర్వాసన వెంటనే తెలిసిపోతుంది. ఈవిధంగా స్వయాన్ని ఇంద్రలోక నివాసిగా అంటే దేహాభిమానం అనే దుర్వాసనకి దూరంగా ఇంద్రలోకంలోని ఫరిస్తాగా భావిస్తున్నారా? జ్ఞానం మరియు యోగం అనే రెక్కలు గట్టిగా ఉన్నాయా? రెక్కలు గట్టిగా లేకపోతే ఎగరాలనుకున్నా కానీ మాటిమాటికీ క్రిందకి వచ్చేస్తారు. దేహాభిమానం మరియు దేహం యొక్క పాత ప్రపంచం, పాత సంబంధాలతో సదా అతీతంగా ఎగురుతు ఉన్నారా అంటే వీటికి అతీత స్థితిలో ఉంటున్నారా? కొంచెం కూడా దేహాభిమానం అంటే మానవుల దుర్వాసన లేదు కదా? దేహాభిమానులు ఇంద్రలోకనివాసిగా అవ్వలేరు. దేహాభిమానం అనేది చాలా చెడు దుర్వాసన అని అనుభవం అవుతుందా? ఎలాగైతే దుర్వాసనకి దూరంగా ఉంటారు లేదా సాధనాల ద్వారా దుర్వాసనను తొలగించాలని అనుకుంటారో అదేవిధంగా దేహాభిమానాన్ని తొలగించే సాధనాలను ఉపయోగిస్తున్నారా? ఈ సభ సాధారణమైనది కాదు, ఇది అలౌకిక సభ, ఫరిస్తాల సభ. స్వయాన్ని ఫరిస్తాగా అనుభవం చేసుకుంటున్నారా? ఒక్క సెకనులో ఈ దైహిక ప్రపంచానికి అతీతంగా మీ యొక్క అసలైన స్థితిలో స్థితులు కాగలుగుతున్నారా? ఈ వ్యాయామం చేయటం వస్తుందా? ఎప్పుడు కావాలంటే, ఎక్కడ కావాలంటే, ఎంత సమయం కావాలంటే అంత సమయం ఆవిధంగా స్థితులు కాగలుగుతున్నారా?

ఈరోజు అమృతవేళ బాప్ దాదా పిల్లల యొక్క వ్యాయామాన్ని చూశారు, ఏమి చూసి ఉంటారు? సమయం యొక్క ఈల మ్రోగగానే వ్యాయామం చేసేవారు నెంబరువారీగా చేరుకుంటున్నారు. వచ్చేవారు ఎక్కువమంది కానీ మూడు రకాలైన పిల్లలను చూశారు. మొదటి వారు - సమయాన్ని గడిపేవారు, రెండవ వారు - నియమాన్ని నిలుపుకునేవారు, మూడవ వారు - స్నేహాన్ని నిలుపుకునేవారు. ప్రతి ఒక్కరిది ఎవరి భంగిమ వారిది. బుద్ధిని పైకి తీసుకువెళ్ళేవారు, బాబా సమానంగా అయ్యి బాబాని కలుసుకునేవారు తక్కువమంది. ఆత్మిక వ్యాయామం చేసేవారు వ్యాయామం చేయాలనుకుంటున్నారు కానీ చేయలేకపోతున్నారు. కారణం ఏమి అయ్యి ఉంటుంది? స్థూల వ్యాయామం చేయాలన్నా కానీ శరీరం తేలికగా ఉండాలి, లావుగా ఉండకూడదు, లావుగా ఉంటే భారం అనిపిస్తుంది. అదేవిధంగా ఆత్మిక వ్యాయామంలో కూడా భిన్న భిన్న రకాల బరువు కలిగిన వారిగా అంటే బుద్ధి లావుగా ఉండటం అనేది చాలా రకాలుగా ఉంటుంది. భారీకాయాలు కూడా రకరకాలుగా ఉంటాయి కదా అదేవిధంగా ఆత్మలో భారం యొక్క భంగిమలు కూడా రకరకాలుగా ఉంటాయి. మీ అలౌకిక కెమెరాతో ఫోటో తీసి చూస్తే లేదా అద్దాల గదిలో ఆ వైరెటీ ఫోజ్ లు చూస్తే చాలా నవ్వు వస్తుంది. మీ ప్రపంచంలో

రకరకాల ఘోషల యొక్క హాస్యం యొక్క ఆటలు ఉంటాయి కదా! అదేవిధంగా ఇక్కడ కూడా బాగా నవ్వుకుంటారు. నవ్వు వచ్చే ఆ ఆటను చూస్తారా? కొంతమంది ఎలా ఉన్నారంటే భారీతనం వలన తమని తాము మలచుకోవాలనుకున్నా కానీ మలుచుకోలేకపోతున్నారు. పైకి వెళ్ళడానికి బదులు మాటిమాటికీ క్రిందకి వచ్చేస్తున్నారు. బీజరూపి స్థితిని అనుభవం చేసుకోవడానికి బదులు విస్తారం అనే వృక్షం అంటే అనేక సంకల్పాలనే వృక్షంలో చిక్కుకుపోతున్నారు. బుద్ధి భారంగా ఉన్నవారి గుర్తులు వినిపిస్తున్నాను. ఆత్మిక సంభాషణ చేయడానికి కూర్చుంటారు కానీ ఆత్మిక సంభాషణకి బదులు స్వయం యొక్క లేదా ఇతరుల యొక్క ఫిర్యాదులనే పైల్ తెరిచి కూర్చుంటున్నారు. ఎక్కేకళను అనుభవం చేసుకోవడానికి కూర్చుంటారు కానీ బాప్ దాదాకి సాకులు చెప్పే కళలను ఎక్కువ చూపిస్తారు. బాప్ దాదా ముందు భారాన్ని దించుకోవడానికి వస్తారు కానీ భారం తొలగించుకోవడానికి బదులు బాబా యొక్క శ్రీమతానుసారం నడవని కారణంగా అనేక రకాల అవాజ్జల భారాన్ని తమపై పెట్టుకుంటున్నారు. ఇలా అనేక రకాల భారం కలిగిన ఆత్మల దృశ్యం చూసారు. నియమపూర్వకంగా కూర్చునేవారి దృశ్యం కూడా చాలా నవ్వు వచ్చే విధంగా ఉంటుంది. అది ఎలా ఉంటుందో తెలుసా? బాబా ముందు గుణగానం చేయడానికి బదులు, బాబా ద్వారా సర్వశక్తుల ప్రాప్తిని పొందడానికి బదులు నిద్ర నషా యొక్క ప్రాప్తి ఎక్కువగా ఆకర్షిస్తుంది. నగం నషా కూడా ఉంటుంది. నమయం ఎప్పుడు అయిపోతుందా అని ఎదురుచూస్తారు. బాబాపై సంలగ్నతకి బదులు నగం నిద్ర యొక్క సంలగ్నత ఎక్కువ ఉంటుంది. వీటన్నింటికి కారణం ఏమిటి? ఆత్మ యొక్క లావు అంటే భారం. ఈనాటి వైద్యులు శారీరక భారాన్ని తగ్గిస్తున్నారు, బరువుని తగ్గించి తేలికగా చేస్తున్నారు అదేవిధంగా బ్రాహ్మణులు కూడా ఆత్మపై ఉన్న భారాన్ని అంటే బుద్ధి యొక్క లావుని తగ్గించుకుని లోతైన (మహీన) బుద్ధి కలిగినవారిగా అవ్వండి. వర్తమాన సమయంలో ఈ విశేష పరివర్తనే కావాలి. అప్పుడే ఇంద్రలోకం యొక్క ఫరిస్తాలుగా కాగలరు. భారీతనాన్ని తగ్గించుకునే శ్రేష్ట సాధనం ఏమిటి? ఆహారపానీయాల పత్యం మరియు వ్యాయామం. ఇక్కడ కూడా మాటిమాటికి బుద్ధి ద్వారా అశరీరిస్థితి అనే వ్యాయామం చేయండి. బుద్ధికి భోజనం సంకల్పాలు కనుక వాటి పత్యం చేయండి. ఏ సమయంలో ఏ సంకల్ప రూపి భోజనం స్వీకరించాలో ఆ సమయంలో అదే స్వీకరించండి. వ్యర్థ సంకల్పాలు అనే అదనపు (ఎగ్జస్ట్రా) భోజనాన్ని తినకండి. వ్యర్థ సంకల్పాల భోజనం యొక్క పత్యం చేయాలి. పత్యం చేయాలంటే స్వయంపై అదుపు ఉండాలి. లేకపోతే పత్యం పూర్తిగా చేయలేరు. స్వయంపై అదుపు అంటే ఏ సమయంలో ఏవిధంగా కావాలనుకుంటే అక్కడ బుద్ధిని ఉపయోగించగలగాలి. అప్పుడే మహీన బుద్ధి గలవారిగా కాగలరు. మహీనతయే మహానత. ఎలకైతే శారీరకంగా తేలికగా ఉండటం వ్యక్తిత్వమో అదేవిధంగా బుద్ధి యొక్క మహీనత లేదా ఆత్మ యొక్క తేలికతనమే బ్రాహ్మణ జీవితం యొక్క వ్యక్తిత్వం. కనుక ఇప్పుడు ఏమి చేయాలి? అనేక రకాల భారీతనాన్ని తొలగించుకోండి. భారీతనం ఎన్ని రకాలుగా ఉంటుందో ఆ విస్తారం మరలా చెప్తాను. కనుక ఈనాటి వ్యాయామం యొక్క సమాచారం ఏమిటి? భారీతనం ఉంది. దీనిని తొలగించుకోవాలనే లక్ష్యం పెట్టుకుని స్వయాన్ని ఫరిస్తాగా అంటే తేలికగా తయారుచేస్కోండి.

ఈవిధంగా ఇంద్రలోకం యొక్క ఫరిస్తాలకు, సెకనులో ఈ లోకానికి అతీతంగా పరలోక నివాసిగా అయ్యేవారికి, సదా బాబా సమానంగా అయ్యి బాబాతో కలయిక జరుపుకునే మహీన బుద్ధి గల మహానాత్మలకు బాప్ దాదా యొక్క ఫ్రియస్సుతులు మరియు నమస్తే.