శాంతి మాసము **15.04.2017**

మనశ్శాంతి - 3

1. స్వమానము – నేను శాంతి ఫరిశ్తాను.

– మొత్తం ప్రపంచంలో అశాంతి వ్యాపించి ఉంది... ఈ అశాంతిని సమాప్తం చేసి విశ్వంలో శాంతిని స్థాపన చెయ్యడానికి ఈశ్వరుడు నన్ను ఈ సృష్టి మీదకు పంపారు... నా నుండి శాంతి తరంగాలు వెలువడి పూర్తి ప్రపంచంలో వ్యాపిస్తున్నాయి...

2. యోగాభ్యాసము – ఈ వారం మనం విశేషంగా 1 గంట కూర్చుని మరియు ట్రాఫిక్ కంట్రోల్ సమయంలో బాప్‌దాదాతో కలిసి మన ఫరిశ్తా స్వరూపంలో పూర్తి ప్రపంచానికి శాంతి దానమును ఇద్దాము. మనం ప్రతిరోజూ విశ్వంలోని ఏదో ఒక బృందానికి విశేషంగా శాంతి వైబ్రేషన్లను ఇద్దాము.

- ♦ **సోమ మరియు మంగళవారము –** పంచ మహా ద్వీపాలలోని సర్వ ఆత్మలకు శాంతి దానము.
- ♦ **బుధ మరియు గురువారము –** ప్రకృతిలోని పంచ తత్వాలకు శాంతిదానము.
- ♦ **శుక్ర మరియు శనివారము –** పృథ్విపైనున్న సమస్త జీవజంతువులకు, వనస్పతులకు శాంతిదానము.
- ♦ **ఆదివారము –** అంతరిక్షంలో స్థితి అయి ఉన్న అన్ని గ్రహాలకు, నక్షత్రాలకు శాంతి దానము.

3. ధారణ – ఇచ్ఛా మాత్రమ్ అవిద్య

– కోరికలకు అధీనమై ఉండేవారు ఎప్పుడూ మంచిగా అవ్వలేరు. వారి చిత్తము కూడా ఎన్నటికీ శాంతించదు. కోరికలు ఎప్పుడూ పూర్తి అవ్వవు. ఒక కోరిక పూర్తి కాగానే మరో కోరిక ఉత్పన్నమవుతుంది. కోరికల వెంట పరిగెట్టడం అంటే మన నీడ వెనక పరిగెత్తడమే. మన నీడను మనం పట్టుకోలేము, అలాగే కోరికల తృప్తి కూడా ఎన్నటికీ జరగదు. కావున, సర్వ ధర్మ శాస్త్రాలు మరియు మహాపురుషులు మనశ్శాంతి కోసం 'ఇచ్ఛా మాత్రమ్ అవిద్య'ను ధారణ చెయ్యమని చెప్పారు.

4. చింతన – పవర్ ఆఫ్ సైలెన్స్

– శాంతి శక్తి యొక్క మహత్వము ఏమిటి?

– ఏ ఏ విషయాలు మనసును అశాంతి చేస్తాయి?

– స్వయంలో శాంతి శక్తిని ఎలా జమ చేసుకోవాలి?

– శాంతి శక్తి గురించి బాబా చెప్పిన మహావాక్యాలు ఏమిటి?

5. స్వరాజ్యాధికారుల కొరకు – ప్రియమైన స్వరాజ్యాధికారుల్లారా! మనం శాంతి ఫరిశ్తాలము. బాబా మనకు ఈ ప్రపంచంలో అశాంత ఆత్మలపై శాంతి అనే శీతల పన్నీరును చల్లే సేవను ఇచ్చారు. జనులు వికారాల అగ్నిలో కాలిపోతున్నారు. ఫలితంగా అశాంతిగా, దుఃఖితులుగా అయ్యారు. మనం వారిపై శీతల జలాన్ని వేయాలి. మరి ఈ సారి మనం ప్రయోగం చేద్దాం – ఎవరైనా అశాంత ఆత్మకు మనశ్శాంతిని కలిగిద్దాము మరియు దీనికి సంబంధించిన ఇతర యోగ అభ్యాసాలను చేద్దాము. లభించిన పరిణామాలను వ్రాసి పెట్టుకుని ఇతరులతో కూడా పంచుకుందాము.