తపస్య సంవత్సరము **22.10.2015**

సాక్షి భావము మరియు సమభావ వారము - 4

1. స్వమానసము – నేను బాబా సమానంగా విశ్వ కళ్యాణకారిని.

– ఎలా అయితే బాబా నా కళ్యాణం చేసారో అలాగే నేను కూడా పూర్తి ప్రపంచ కళ్యాణమును చెయ్యాలి... బాబానుండి నాకు లభించిన ప్రేమ మరియు సుఖమును అందరికీ ఇవ్వాలి...

2. యోగాభ్యాసం –

1. ఒకసారి విశ్వగోళమును మీ చేతుల్లోకి తీసుకోండి... మరోసారి కల్పవృక్షం క్రింద కూర్చుని సర్వాత్మలకు గతి–సద్గతి, ముక్తి–జీవన్ముక్తి మరియు శుభ భావన–శుభకామనల వైబ్రేషన్లను ఇవ్వండి... అందరిపై దయాదృష్టి మరియు కృపా దృష్టిని కురిపించండి...
2. విశ్వ గ్లోబ్‌పై కూర్చుని జ్ఞానసూర్యుడి నుండి శక్తుల కిరణాలను తీసుకుని పూర్తి ప్రపంచానికి ఇవ్వండి...
3. రోజంతటిలో 10సార్లు ఈ స్వమానాన్ని లోతుగా అభ్యాసం చేయండి – నేను బాబా సమానంగా విశ్వ కళ్యాణకారిని... బాప్‌దాదాతో కలిసి పూర్తి విశ్వ భ్రమణ చేస్తూ సర్వ మనుష్యాత్మల మనోకామనలను పూర్తి చేస్తున్నాను...

3. ధారణ - అనంతమైన సమ భావము

– అనంతమైన సమ భావము అంటే సర్వులపట్ల బాబా సమానమైన కళ్యాణ భావన పెట్టడము, శుభ భావన ఉంచడము... అందరితోటి సమానంగా వ్యవహరించడము... ఎవ్వరిపట్ల మనసా, వాచ, కర్మణ భేదభావాలు లేకుండా ఉండటము...

– సమభావంతో పాటు సర్వులపట్ల శుభ భావన ఉండాలి. దీనికోసం రోజంతా సంబంధ సంపర్కంలోకి వచ్చేవారు మరియు సేవాసహచరులలోని చెడును చూస్తూ కూడా వారిని క్షమిస్తూ, వారి విశేషతలను మహిమ చెయ్యాలి.

4. చింతన -

– సాక్షిద్రష్టత మరియు సర్వులకోసం సమభావాన్ని ఉంచే ఒక యోగి శబ్ద చిత్రాన్ని తయారు చెయ్యండి.

5. తపస్వీల కొరకు – ప్రియమైన తపస్వీకుల్లారా! ఎలా అయితే బాబా మనసులో సర్వులపట్ల కళ్యాణ భావన ఉందో అలాగే మన మనసులో కూడా సర్వుల కోసం కళ్యాణ భావన ఉండాలి. ఎలా అయితే బాబా ఎవ్వరి అకళ్యాణం ఆలోచించరో అలాగే మనం కూడా ఎవ్వరి గురించి అకళ్యాణంగా ఆలోచించకూడదు. ఇతరుల బలహీనతలను చూసేందుకు బదులుగా దయాహృదయులుగా అయ్యి శుభ భావనల బలాన్ని ఇవ్వాలి. బాబా సమానంగా విశ్వ కళ్యాణకారి ఆత్మలమైన మన కర్తవ్యం ఇదే.

– ఓం శాంతి –