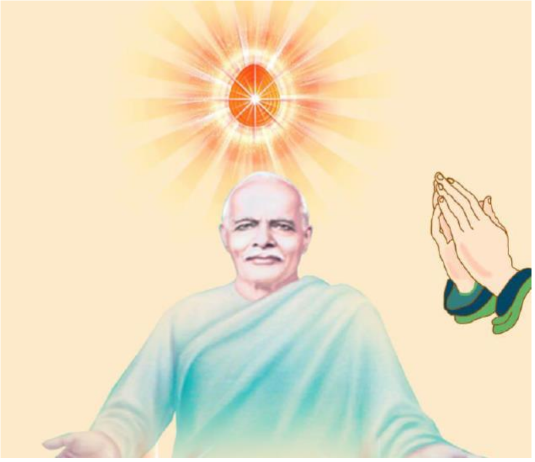
" ఆత్మిక డ్రిల్లు "



స్వీట్ సైలెన్స్ స్థితి

ఒక్క సెకండులో సైలెన్స్ స్థితిలో స్థితమయ్యే అభ్యాసం.

ఎప్పుడు కావాలంటే అప్పుడు స్థితమయ్యే అభ్యాసం.

మీ అనాది స్వరూపము.

మీ అవినాశి సంస్కారము.

ఆత్మిక డ్రిల్లు/ ఆత్మిక ఎక్సర్‌సైజు

ఎలాంటి వాతావరణమున్నా, అలజడి ఉన్నా శబ్ధంలో ఉంటూ శబ్ధానికి అతీతమైన స్థితిలో ఉండే చాలాకాలపు అభ్యాసం.

స్థితి శక్తిశాలిగా ఉండాలి.

నష్టోమోహా సమర్థ స్వరూపము

దేహము, దేహ సంబంధాలు, దేహ సంస్కారాలు, వ్యక్తి లేక వైభవాలు, వైబ్రేషన్లు, వాయుమండలము అన్నీ ఉంటున్నా అవేవీ ఆకర్షించరాదు.

మనుష్యులు ఆక్రందనలు చేస్తున్నా మీరు అచలంగా ఉండాలి.

ప్రకృతి, మాయ ఆకర్షించినా వాటికి అతీతంగా, తండ్రికి ప్రియంగా - లవ్‌లీన్‌గా ఉండాలి.

చూస్తూచూడనట్లు, వింటూ విననట్లు... గా ఉండాలి.

అంతిమ కర్మాతీత, కర్మ బంధనముక్త స్థితి

కొద్దిగా కూడా అలజడి ఉండరాదు.

బిందువు అని అంటూనే వెంటనే బిందు స్థితిలో స్థితమైపోవాలి, అంతే.

బిందువు(స్థితి) కదలరాదు.

ఆ సమయంలో నేను ఆత్మను... నేను ఆత్మను... అని అభ్యాసం చేయడం ప్రారంభించరాదు.

అది నడవదు...

సీజన్‌లోని ఫలము

ఫలమేదంటే - మిలనము, వరదానము.

విశేషమైన ఆత్మ

అందరూ విశేషమైనవారే.

విశేషమైన వారుగా లేకుంటే బాబా వద్దకు చేరుకోలేరు.

కొందరు విశేషతను సేవలో ఉపయోగిస్తారు.

అందరూ మహారథులు, మహావీరులే.

ప్రతి ఆత్మ. మహోన్నతమైన ఆత్మ, విశ్వకళ్యాణకారి ఆత్మ.

షో కేస్‌లోని ఆత్మిక గులాబీ

ఏ పుష్పాలైతే సదా అన్ని సుగంధాలతో సంపన్నంగా మరియు
సదా వికసించి ఉంటాయో అవే షో కేస్‌లో సదా ఉంచబడ్తాయి.

అమృతవేళ

విశేషంగా ప్రభువు పాలన తీసుకునే వేళ.
విశేషంగా పరమాత్మను మిలనం చేసే వేళ.
ఆత్మీయ ఆత్మిక సంభాషణ చేసే వేళ.
భోళా భండారి వరదానాల ఖజానా నుండి సహజంగా వరదానము ప్రాప్తి అయ్యే వేళ.
శ్రమ చేయకుండా తెరచి ఉంచిన ఖజానాను ప్రాప్తి చేసుకునే వేళ.

థాంక్ యూ

ఎప్పుడైనా ఎవరికైనా థాంక్ యూ చెప్తున్నప్పుడు మొదట బాబాయే గుర్తుకొస్తారు.
బ్రాహ్మణ జీవితంలో మొదటి ధన్యవాదాలు స్వతహాగా తండ్రి పట్లనే వెలువడ్తాయి.
లేస్తూ - కూర్చుంటూ అనేకసార్లు థాంక్ యూ అని అంటారు.
ఇది కూడా తండ్రిని స్మృతి చేసేందుకు ఒక విధి.

మధువనము

తండ్రి స్మృతి ఉంది.
తండ్రి చదివించే చదువు ఉంది.
తండ్రి తినిపించే బ్రహ్మాభోజనముంది.
తండ్రి మిలనము ఉంది.
విశేషమైన స్నేహము లిఫ్ట్‌గా అవుతుంది.
బాప్‌దాదాతో యోగము ఉంది.

సహయోగమే సహజయోగము

సహయోగం చేయాలనే సంకల్పం వచ్చినప్పుడు స్మృతి అయితే తండ్రిదే వస్తుంది కదా, అప్పుడు సహయోగులు, సహజ యోగులుగా స్వతహాగానే అవుతారు.
హృదయపూర్వకంగా చేసే సహయోగము బాబాకు ప్రియమైనది.

వరదానము :-

" దేహ భావాన్ని త్యాగము చేసి నిక్రోధిగా (కోపం లేకుండా) అయ్యే నిర్మానచిత్త భవ"

ఏ పిల్లలైతే దేహ భావాన్ని త్యాగం చేస్తారో వారికి ఎప్పుడూ క్రోధం రాజాలదు ఎందుకంటే క్రోధం వచ్చేందుకు రెండు కారణాలున్నాయి. ఒకటి - ఎవరైనా అసత్యం చెప్పినప్పుడు, రెండు - ఎవరైనా నింద చేసినప్పుడు. ఈ రెండు విషయాలే క్రోధానికి జన్మనిస్తాయి. ఇలాంటి పరిస్థితిలో 'నిర్మానచిత్తులు' అనే వరదానము ద్వారా అపకారుల పై కూడా ఉపకారము చేయండి, తిట్టేవారిని ఆలింగనం చేసుకోండి, నిందించేవారిని సత్యమైన మిత్రులుగా భావించండి - అప్పుడు అద్భుతమని అంటారు. ఎప్పుడైతే ఇలాంటి పరివర్తన చూపిస్తారో అప్పుడు విశ్వం ముందు ప్రసిద్ధమవుతారు.

స్లోగన్ :-

"ఆనందాన్ని అనుభవం చేయాలంటే మాయకు అధీనమవ్వడం వదిలి స్వతంత్రులుగా అవ్వండి.'