02-01-2024 ప్రాత:మురళి ఓంశాంతి "బాప్ దాదా" మధువనం

"మధురమైన పిల్లలూ - దేహీ అభిమానులుగా అయినట్లయితే వికల్పాలు సమాప్తమవుతాయి, ఏ విషయములోనూ భయం అనిపించదు, మీరు చింత నుండి విముక్తులవుతారు"

ప్రశ్న:- కొత్త వృక్షము యొక్క వృద్ధి ఏ విధముగా జరుగుతుంది మరియు ఎందుకు?

జవాబు:- కొత్త వృక్షము యొక్క వృద్ధి చాలా నెమ్మది-నెమ్మదిగా మరియు పేను వలె జరుగుతుంది. ఏ విధముగా డ్రామా పేను వలె నడుస్తుందో, అలాగే డ్రామా అనుసారంగా ఈ వృక్షము కూడా నెమ్మది-నెమ్మదిగా వృద్ధి చెందుతుంది ఎందుకంటే ఇందులో మాయను కూడా ఎంతగానో ఎదుర్కోవలసి ఉంటుంది. పిల్లలు దేహీ-అభిమానులుగా అయ్యేందుకు శ్రమ కలుగుతుంది. దేహీ-అభిమానులుగా ఉన్నట్లయితే ఎంతో సంతోషము ఉంటుంది. సేవలో కూడా వృద్ధి జరుగుతుంది. తండ్రి మరియు వారసత్వపు స్మృతి ఉన్నట్లయితే నావ ఆవలి తీరానికి చేరుకుంటుంది.

ఓం శాంతి. ఆత్మిక తండ్రి కూర్చొని ఆత్మిక పిల్లలకు అర్థం చేయిస్తారు. ఆత్మిక తండ్రి కూడా అకాలమూర్తియే. పరమపిత పరమాత్మను ఆత్మిక తండ్రి అని అంటారు. పిల్లలైన మీరు కూడా అకాలమూర్తులే. మీరు సిక్కు ధర్మం వారికి కూడా మంచి రీతిలో అర్థం చేయించవచ్చు. ఆ మాటకొస్తే ఏ ధర్మం వారికైనా మీరు అర్థం చేయించవచ్చు. ఈ వృక్షము నెమ్మది-నెమ్మదిగా వృద్ధి చెందుతుంది అని కూడా తండ్రి తెలియజేసారు. ఏ విధముగా డ్రామా ఒక పేను వలె నడుస్తుందో, అలాగే వృక్షము కూడా ఒక పేను వలె ముందుకు వెళ్తుంది. అది పెరగడానికి పూర్తి కల్పం పడుతుంది. ఇప్పుడు ఇది మీ కొత్త వృక్షము, పిల్లలైన మీకు కూడా కల్పము యొక్క ఆయుష్షు ఉంటుంది. 5000 సంవత్సరాల నుండి మీరు చక్రం తిరుగుతూ వస్తారు, ఈ చక్రము ఒక పేను వలె నడుస్తుంది. మొట్టమొదట ఆత్మ గురించి అర్థం చేసుకోవాలి. ఇదే కష్టమైన విషయము. డ్రామా అనుసారంగా నెమ్మది-నెమ్మదిగా వృక్షము వృద్ధి చెందుతుందని తండ్రికి తెలుసు ఎందుకంటే మాయ ఎదుర్కొంటూ ఉంటుంది, ఈ సమయంలో మాయా రాజ్యం ఉంది, ఆ తర్వాత ఇక రావణుడే ఉండడు. పిల్లలైన మీరు మొదట దేహీ-అభిమానులుగా అవ్వాలి. దేహీ-అభిమానులైన పిల్లలు చాలా బాగా సేవ చేస్తారు మరియు చాలా సంతోషములో ఉంటారు. వారి బుద్ధిలో వ్యర్థమైన వికల్పాలు రావు. అనగా మీరు మాయపై విజయాన్ని పొందుతారు, అప్పుడిక మిమ్మల్ని ఎవ్వరూ కదిలించలేరు. అంగదుని ఉదాహరణ కూడా ఉంది కదా, అందుకే మీకు మహావీర్ అన్న పేరును పెట్టడం జరిగింది. ఇప్పుడైతే మహావీరులు ఒక్కరు కూడా లేరు. మహావీరులుగా చివరిలో అవుతారు, అది కూడా నంబరువారుగా అవుతారు. ఎవరైతే బాగా సేవ చేస్తారో, వారిని మహావీరుల లైన్ లో పెడతారు. ఇప్పుడు వీరులుగా ఉన్నారు, మహావీరులుగా చివరిలో అవుతారు. కొద్దిగా కూడా సంశయం రాకూడదు. కొందరైతే చాలా అహంకారంలోకి వస్తారు, ఎవ్వరినీ లెక్క చేయరు. ఇక్కడ ఎవరికైనా చాలా నమ్రతతో అర్థం చేయించవలసి ఉంటుంది. అమృత్సర్ లో మీరు సిక్కులకు సేవ చేయవచ్చు. సందేశమైతే అందరికీ ఒకటే ఇవ్వాలి. తండ్రిని స్మృతి చేసినట్లయితే మీ ఆత్మకు పట్టిన తుప్పు వదిలిపోతుంది. సాహెబ్ ను జపించండి... అని వారు అంటారు.. ఏక్ ఓంకార్, సత్ నామ్, అకాలమూర్త్ అని సాహెబ్ కు మహిమ కూడా ఉంది. ఇప్పుడు అకాలమూర్తి ఎవరు? సద్గురు అకాల్ అని అంటారు. అకాలమూర్తి ఆత్మయే కదా. ఆత్మను ఎప్పుడూ మృత్యువు కబళించదు. ఆత్మకు పాత్ర లభించి ఉంది, అదే విధంగా పాత్రను అభినయించాల్సిందే. ఆత్మను మృత్యువు ఎలా కబళించగలదు. మృత్యువు శరీరాన్ని కబళించగలదు. ఆత్మ అకాలమూర్తి. ఏ విధంగా గీత చెప్పేవారు కూడా భాషణ చేస్తారో, అదే విధంగా మీరు సిక్కుల వద్దకు వెళ్ళి భాషణ చేయవచ్చు. భక్తి మార్గంలో లెక్కలేనంత సామాగ్రి ఉందని పిల్లలైన మీకు తెలుసు. జ్ఞానం కొద్దిగా కూడా లేదు. జ్ఞానసాగరుడు ఒక్క తండ్రే. మనుష్యులను జ్ఞానవంతులు అని అనరు. దేవతలు కూడా మనుష్యులే కదా. కానీ వారిలో దైవీ గుణాలు ఉన్నాయి కావుననే వారిని దేవతలు అని అంటారు. వారికి కూడా తండ్రి నుండే వారసత్వం లభించింది. మీరు కూడా ఈ రాజయోగము ద్వారా విశ్వాధిపతులుగా అవుతున్నారు. సద్గురు అకాల్ అని అంటారు కదా. సత్యమైనవారు ఆ ఒక్క తండ్రే. వారే పతితపావనుడు. ఇద్దరు తండ్రుల పరిచయాన్ని కూడా ఇవ్వాలి. మీకు భాషణ చేయడానికి రెండు నిముషాలు లభించినా ఎక్కువే. ఒక్క నిమిషము, ఒక్క సెకెండు లభించినా ఎక్కువే. ఎవరికైతే కల్పక్రితం బాణం తగిలి ఉంటుందో, వారికే తగులుతుంది, అది పెద్ద విషయమేమీ కాదు. కేవలం సందేశాన్ని ఇవ్వాలి. బాబా ఏమని అర్థం చేయిస్తారంటే - గురునానక్ వచ్చారు, వారేమీ - మీరు తిరిగి ఇంటికి వెళ్ళాలి, కావున మీరు పవిత్రముగా అవ్వండి అన్న సందేశాన్ని ఇవ్వరు. వారు పవిత్రమైన ఆత్మలు, పై నుండి వస్తారు. వారి ధర్మము యొక్క వృద్ధి జరుగుతుంది, మిగిలినవారు వస్తూ ఉంటారు. వాస్తవానికి మనుష్యమాత్రులెవ్వరూ

సద్గతిదాతలు అవ్వలేరు. సద్గతిదాత ఒక్క తండ్రే. మనుష్యులు మనుష్యులే, వీరు ఫలానా ధర్మానికి చెందినవారు అని అర్థం చేయించడం జరుగుతుంది. బాబా అర్థం చేయించారు - మీరు స్వయాన్ని ఆత్మగా భావించండి, పవిత్రముగా అవ్వండి అని. గురునానక్ ఏమో - మురికి పట్టిన వస్త్రాలను శుభ్రం చేస్తారు... అని అన్నారు. ఈ విషయాన్ని కూడా వెనుక శాస్త్రాలను తయారుచేసేవారు వ్రాసారు. మొదట చాలా తక్కువ ఉండేవి. వాటిని కూర్చొని ఏమి వినిపిస్తారు. ఈ జ్ఞానాన్ని కూడా తండ్రి మీకు ఇప్పుడే ఇస్తారు, మళ్ళీ శాస్త్రాలు చివరిలో తయారవుతాయి. సత్యయుగములో శాస్త్రాలు ఉండవు. తండ్రిని స్మృతి చేసినట్లయితే వికర్మలు వినాశనమవుతాయి అని మొదట అర్థం చేయించవలసి ఉంటుంది. వినాశనమైతే జరగాల్సిందే. సర్వవ్యాపి అని ఎవరిని అంటారు, ఏక్ ఓంకార్... అని ఎవరి గురించైతే మహిమ చేస్తారో, వారు తండ్రి కదా. వారి పిల్లలు, ఆత్మలమైన మనం కూడా అకాలమూర్తులమే. ఇది మన సింహాసనము. మనం ఒక సింహాసనాన్ని వదిలి ఇంకొక సింహాసనముపై కూర్చున్నాము. ఇలా 84 సింహాసనాలపై కూర్చుంటాము. ఇప్పుడిది పాత ప్రపంచము, ఇక్కడ ఎన్ని గొడవలు ఉన్నాయి. కొత్త ప్రపంచములో ఈ విషయాలు ఉండవు. అక్కడైతే ఒకే ధర్మం ఉంటుంది. తండ్రి మీకు విశ్వ రాజ్యాధికారాన్ని ఇస్తారు. మీపై ఎవరూ ఆక్రమణ చేయలేరు. ద్వాపరము నుండి తమ-తమ ధర్మాలను స్థాపన చేసేందుకు ధర్మ స్థాపకులు వస్తారు. వారి ధర్మం ఎప్పుడైతే వృద్ధి చెందుతుందో, శక్తివంతముగా అవుతుందో, అప్పుడు యుద్ధం విషయం వస్తుంది. ఇస్లాములు మొదట ఎంత తక్కువగా ఉండేవారు. మీ ధర్మమైతే ఇక్కడ స్థాపనవుతుంది. వారు రావడమే ద్వాపరములో వస్తారు. ఆ సమయంలోనే ధర్మ స్థాపన జరుగుతుంది. ఆ తర్వాత ఒకరి వెనుక ఒకరు వస్తూ ఉంటారు. ఇవి బాగా అర్థం చేసుకోవలసిన విషయాలు. కొందరు డ్రామానుసారంగా ఏమీ ధారణ చేయలేరు. తప్పకుండా వారి పదవి తక్కువగా ఉంటుంది అని తండ్రి అర్థం చేయిస్తారు. ఇదేమీ శాపము కాదు. మాల మహావీరులదే తయారవుతుంది. డ్రామానుసారంగా అందరూ ఒకే విధమైన పురుషార్థము చేయలేరు. ఇంతకుముందు కూడా చేసి ఉండరు. ఇందులో మా దోషము ఏముంది అని అంటారు. తండ్రి కూడా అంటారు - మీ దోషమేమీ లేదు. భాగ్యములో లేకపోతే తండ్రి ఏమి చేయగలరు. ఎవరెవరు ఏ పదవికి యోగ్యులు అనేది అర్థం చేసుకోవచ్చు. సాహెబ్ ను జపించినట్లయితే సుఖశాంతులు లభిస్తాయి అని సిక్కులకు కూడా అర్థం చేయించాలి. ఎప్పుడైతే వారి ధర్మ స్థాపన జరుగుతుందో, అప్పుడు వారికి సుఖము లభిస్తుంది. ఇప్పుడైతే అందరూ కిందకు వచ్చేసారు. సద్గురువు అకాలుడు... అని మీరు అంటారు. మరి గురువు అని ఎవరిని అంటారు? సద్గతిని ఇచ్చే గురువు ఒక్కరే. భక్తిని నేర్పించేందుకు అనేకమంది గురువులు కావాలి. జ్ఞానాన్ని నేర్పించేవారు ఒక్క తండ్రే. కావున మాతలైన మీరు వారికి అర్థం చేయించండి - మీరు ఈ కంకణము ఏదైతే ధరిస్తారో, ఇది పవిత్రతకు గుర్తు. మీరు చెప్పింది వారు అంగీకరిస్తారు ఎందుకంటే మాతలైన మీరే స్వర్గ ద్వారాలను తెరిచేవారు. మాతలైన మీకు ఇప్పుడు జ్ఞాన కలశము లభించింది, దీని ద్వారా అందరి సద్గతి జరుగుతుంది.

పిల్లలైన మీరు ఇప్పుడు స్వయాన్ని మహావీరులుగా పిలుచుకుంటారు. మేము గృహస్థ వ్యవహారములో ఉంటూ స్వర్గ స్థాపనను చేస్తున్నాము అని మీరు అనవచ్చు. ఇందులో రాత్రికి, పగలుకు ఉన్నంత తేడా ఉంది. ఈ జటాజూటాలు కూడా పవిత్రతకు గుర్తే. అకాలమూర్తి, పతితపావనుడైన తండ్రి మహిమను పూర్తిగా చేయాలి. సాధు-సన్యాసులు పరమాత్మాయ నమః అని అంటారు, మళ్ళీ సర్వవ్యాపి అని కూడా అంటారు. ఇది రాంగ్. తండ్రి యొక్క మహిమను మీరు బాగా చేయండి. తండ్రి మహిమ ద్వారా మీరు తీరానికి చేరుకుంటారు. ఏ విధంగా ఒక కథ ఉంది, రామ-రామ అని అనడంతో దాటేస్తారు. అలాగే తండ్రిని స్మృతి చేసినట్లయితే మీరు విషయ సాగరాన్ని దాటివేస్తారు అని తండ్రి కూడా అంటారు. మీరందరూ ముక్తిలోకి వెళ్ళాల్సిందే. మీరు అమృత్సర్ కు వెళ్ళి భాషణ చేయండి, మీరు సద్గురువు అకాలమూర్త్... అని పిలుస్తారు, కానీ వారు ఇప్పుడు ఏమంటారంటే - దేహ సహితంగా దేహపు సర్వ ధర్మాలను వదిలి స్వయాన్ని ఆత్మగా భావించండి. తండ్రిని స్మృతి చేసినట్లయితే పాపాలు భస్మమైపోతాయి. అంతమతిని బట్టి గతి ఏర్పడుతుంది. శివబాబా అకాలమూర్తి, నిరాకారుడు. ఆత్మలైన మీరు కూడా నిరాకారులే. తండ్రి అంటారు - నాకు శరీరమైతే లేదు. నేను అప్పుగా తీసుకుంటాను. నేను రావడమే పతిత ప్రపంచములోకి రావణుడిపై విజయాన్ని పొందేందుకు వస్తాను. నేను ఇక్కడే డైరెక్షన్ ను ఇస్తాను ఎందుకంటే పతితులు పాత ప్రపంచంలోనే ఉంటారు. కొత్త ప్రపంచములో ఒక్క దేవీ-దేవతా ధర్మమే ఉండేది, ఆ సమయంలో మిగిలినవారంతా శాంతిధామంలో ఉంటారు. ఆ తర్వాత నంబరువారుగా సతో, రజో, తమోలలోకి వస్తారు. ఎవరికైతే సుఖము ఎక్కువగా లభిస్తుందో, వారికి దుఃఖము కూడా ఎంతగానో లభిస్తుంది.

తండ్రిని స్మృతి చేసినట్లయితే ఇంటికి చేరుకుంటారు అని మీరు అందరికీ తండ్రి సందేశాన్ని ఇవ్వాలి. ఎప్పుడైతే వృక్షము పూర్తిగా పెరుగుతుందో, అందరూ వచ్చేస్తారో, అప్పుడు అందరి సద్గతి జరుగుతుంది. ఇదే విధంగా మీరు కూడా

ఎవరికైనా చాలా ప్రేమగా మరియు ఓర్పుతో అర్థం చేయించండి. మీరు చిత్రాలను తీసుకొని చెప్పాల్సిన అవసరం కూడా లేదు. వాస్తవానికి చిత్రాలు ఉన్నది కొత్తవారి కోసము. మీరు ఏ ధర్మం వారికైనా అర్థం చేయించవచ్చు. కానీ పిల్లలలో వారికి బాణం తగిలే అంతటి యోగము లేదు. బాబా, మేము ఓడిపోతున్నాము అని అంటారు. మాయ పూర్తిగా వికారులుగా చేసేస్తుంది. మేము ఒకప్పుడు దేవతలుగా ఉండేవారము, ఇప్పుడు అసురులుగా అయిపోయాము అన్నది వారికి తెలియనే తెలియదు.

ఇప్పుడు బాబా అంటారు - స్వయాన్ని ఆత్మగా భావిస్తూ తండ్రిని స్మృతి చేయండి. తండ్రి సందేశాన్ని అందరికీ ఇస్తూ ఉండండి. సినిమా స్లైడ్ల పైన కూడా ఈ విధంగా వ్రాయండి - త్రిమూర్తి పరమపిత శివ పరమాత్మ అంటారు - నన్నొక్కరినే స్మృతి చేసినట్లయితే మీ వికర్మలు వినాశనమవుతాయి, మీరు ముక్తి-జీవన్ముక్తులను పొందుతారు. సందేశాన్ని అయితే అందరికీ ఇవ్వాలి కదా. స్లైడ్లు కూడా తయారవ్వాలి. అందులో మన్మనాభవ అన్న ఈ వశీకరణ మంత్రాన్ని అందరికీ ఇవ్వండి. ఈ చదువులో ఆలస్యం అవ్వదు. ముందుముందు అందరూ అర్థం చేసుకుంటారు. ఇందులో చింతించే విషయమేమీ లేదు. చింతల నుండి ముక్తులుగా అయితే అవ్వాల్సిందే. మనుష్యులను చూడండి - మృత్యువు అంటే ఎంతగా భయపడతారు. ఇక్కడ భయపడాల్సిన విషయమే లేదు. మీరంటారు - ఇప్పుడు మృత్యువు రాకూడదు. ఇప్పుడు మేము పరీక్షలను ఇంకా ఎక్కడ పూర్తి చేసాము. ఇప్పుడింకా యాత్రను పూర్తి చేయలేదు, మరి శరీరాన్ని ఎందుకు వదలాలి. ఇటువంటి మధురాతి-మధురమైన మాటలను బాబాతో మాట్లాడాలి. తద్వారా చాలా మంచి అలవాటు ఏర్పడుతుంది. ఇక్కడ చిత్రాల ఎదురుగా వచ్చి కూర్చోండి. మనకు బాబా నుండి విశ్వ రాజ్యాధికారము లభిస్తుందని మీకు తెలుసు. కావున ఇటువంటి తండ్రిని ఎంతగానో స్మృతి చేయాలి కదా. స్మృతి చేయకపోతే శిక్షలను అనుభవించవలసి వస్తుంది. నేను ఈ విధముగా అవ్వనున్నాను అని బాబాకు గుర్తుండిపోయింది. కావున మేము ఈ విధంగా అవుతాము అని ఎంతో సంతోషము ఉంటుంది. వారిని చూడడంతోనే నషా ఎక్కుతుంది. మీరు కూడా ఈ విధంగా అవ్వాలి. బాబా, మేము మిమ్మల్ని స్మృతి చేసి ఈ విధంగా తప్పకుండా అవుతాము. మీకు ఇంకే పనీ లేకపోతే ఇక్కడ చిత్రాల ఎదురుగా వచ్చి కూర్చోండి. తండ్రి ద్వారా మనకు ఈ వారసత్వము లభిస్తుంది. ఇది పక్కా చేయండి. ఈ యుక్తి తక్కువేమీ కాదు. కానీ భాగ్యములో లేకపోతే స్మృతి చేయరు. బాబా అంటారు - ఇక్కడకు మీరు వచ్చినప్పుడు ఎంతగానో ప్రాక్టీస్ చేయండి, తద్వారా గ్రహచారము ఏదైతే ఉంటుందో అది తొలగిపోతుంది. మెట్ల చిత్రంపై ఈ విషయాల గురించి ఆలోచించండి. కానీ భాగ్యములో లేకపోతే శ్రీమతంపై నడవలేరు. బాబా మార్గాన్ని చూపిస్తారు, మాయ అవరోధము కలిగిస్తుంది. బాబా ఎన్నో యుక్తులను తెలియజేస్తారు. తండ్రిని మరియు వారసత్వాన్ని స్మృతి చేస్తూ ఉండండి. ఏ గోప-గోపికలకైతే మేము తండ్రి నుండి వారసత్వాన్ని తప్పకుండా తీసుకుంటాము అన్న నిశ్చయము ఉందో, వారిని అతీంద్రియ సుఖము గురించి అడగండి. బాబా స్వర్గ స్థాపనను చేసి మనల్ని దానికి యజమానులుగా తయారుచేస్తారు. చిత్రాలు కూడా ఆ విధంగా తయారుచేయబడి ఉన్నాయి. బ్రహ్మకు, విష్ణువుకు ఉన్న సంబంధము ఏమిటో మీరు నిరూపించి తెలియజేస్తారు. ఇంకెవరికీ ఈ విషయాలు తెలియవు, బ్రహ్మ చిత్రాన్ని చూసి తికమకపడతారు. స్థాపనలో సమయం తప్పకుండా పడుతుంది, కర్మాతీత అవస్థకు కూడా సమయం పడుతుంది. ఘడియ-ఘడియ మర్చిపోతారు. ఈ అలవాటును ఏర్పరచుకోవాలి. నవవిధ భక్తి చేసేవారు కూడా - మాకు సాక్షాత్కారము కలగాలి అని చిత్రాల ఎదురుగా కూర్చుంటారు. మీరు ఈ విధంగా తయారవుతారు కావున మీరు స్మృతి చేయాలి. బ్యాడ్జి కూడా మీ వద్ద ఉంది. నారాయణుని విగ్రహం పట్ల నాకు ఎంతో ప్రేమ ఉండేది అని బాబా తమ భక్తి మార్గపు ఉదాహరణను చెప్తారు. అదంతా భక్తి మార్గము. ఇప్పుడు తండ్రి అంటారు - నన్నొక్కరినే స్మృతి చేయండి, ఇంకేమీ కూడా చేయకూడదు. బాబా అంటారు - నేనైతే వినమ్రుడినైన సేవకుడను. నాకు మీరు ఎందుకు తల వంచి నమస్కరిస్తారు. అచ్ఛా!

మాత-పిత బాప్ దాదాల మధురాతి-మధురమైన సికీలధే పిల్లలకు ప్రియస్మృతులు మరియు గుడ్ మార్నింగ్. ఆత్మిక పిల్లలకు ఆత్మిక తండ్రి నమస్తే.

ధారణ కొరకు ముఖ్య సారము:-

1. నిర్మానతా గుణాన్ని ధారణ చేయాలి. కొద్దిగా కూడా అహంకారములోకి రాకూడదు. మాయ కదిలించలేనంతగా మహావీరులుగా అవ్వాలి.

2. అందరికీ మన్మనాభవ అనే వశీకరణ మంత్రాన్ని వినిపించాలి. చాలా ప్రేమతో మరియు ఓర్పుతో అందరికీ జ్ఞానము

యొక్క విషయాలను వినిపించాలి. తండ్రి సందేశాన్ని అన్ని ధర్మాల వారికీ ఇవ్వాలి.

వరదానము:- కర్మ మరియు సంబంధము, రెండింటిలో స్వార్థ భావము నుండి ముక్తులుగా ఉండే తండ్రి సమాన కర్మాతీత భవ

అందరినీ ముక్తులుగా చేయడము పిల్లలైన మీ సేవ. కావున ఇతరులను ముక్తులుగా చేస్తూ స్వయాన్ని బంధనములో బంధించుకోకండి. ఎప్పుడైతే హద్దు యొక్క నాది-నాది నుండి ముక్తులుగా అవుతారో, అప్పుడు అవ్యక్త స్థితిని అనుభవము చేయగలుగుతారు. ఏ పిల్లలైతే లౌకికము మరియు అలౌకికము, కర్మ మరియు సంబంధము రెండింటిలో స్వార్థ భావము నుండి ముక్తులుగా ఉంటారో, వారే తండ్రి సమానంగా కర్మాతీత స్థితిని అనుభవము చేయగలరు. కావున చెక్ చేసుకోండి - ఎంత వరకు కర్మ బంధనాల నుండి అతీతంగా అయ్యారు? వ్యర్థ స్వభావ-సంస్కారాలకు వశమవ్వటము నుండి ముక్తులుగా అయ్యారా? ఎప్పుడైనా ఏదైనా పాత సంస్కారము కానీ, స్వభావము కానీ వశీభూతులుగా అయితే చేయడము లేదు కదా?

స్లోగన్:- సమానంగా మరియు సంపూర్ణంగా అవ్వాలంటే స్నేహ సాగరములో ఇమిడిపోండి.

అవ్యక్త సైలెన్స్ ద్వారా డబుల్ లైట్ ఫరిస్తా స్థితిని అనుభవము చెయ్యండి

ఇప్పుడు తీవ్ర పురుషార్థము కోసం - నేను డబుల్ లైట్ ఫరిస్తాను అన్న ఈ లక్ష్యాన్ని పెట్టుకోండి, నడుస్తూ-తిరుగుతూ ఫరిస్తా స్వరూపం యొక్క అనుభూతిని పెంచండి. డీప్ సైలెన్స్ ద్వారా అశరీరీతనపు అభ్యాసాన్ని చెయ్యండి. క్షణములో ఎటువంటి సంకల్పాలనైనా సమాప్తము చేయడానికి సంస్కార-స్వభావాలలో డబుల్ లైట్ గా ఉండండి.