AUM SRI SAI RAM

SRI SATHYA SAI SEVA ORGANISATIONS
TELANGANA

P Venkat Rao
State President

: 9000 511 567
: saipvrao246@gmail.com

Cir.No.20/2021/SP/TS Date: 17-03-2021

2021 మార్చ్ 24 నుండి ఏప్రిల్ 24 వరకు "ఇచ్చుట-క్షమించుట"
(GIVING AND FORGIVING)

జిల్లా అధ్యక్షులకు మరియు కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షులకు,
ఆత్మీయ సాయిరాం!

అంశము: భగవాన్ శ్రీ సత్యసాయి బాబా వారి దివ్య ఆరాధనా మహోత్సవము

శ్రీ సత్యసాయి సేవా సంస్థలలో సభ్యులు, భక్తులమైన మనమందరం ప్రతిసంవత్సరము వలె, ఈ సంవత్సరము కూడా 2021 మార్చ్ 24 వ తేదీ నుండి 2021 ఏప్రిల్ 24 వ తేదీ వరకు మన ప్రియతమ భగవాన్ శ్రీ సత్యసాయి బాబా వారి దివ్య ఆరాధనా మాసంగా "ఇచ్చుట-క్షమించుట" (Giving and Forgiving) పేరుతో సేవా సాధనా మాసంగా పాటించుకుందాం.

ఈ సమయములో మనందరం మన మనస్సులను స్వామివారి దివ్య వైభవంతో నింపుకొని నిరంతర నామస్మరణతో, నిత్యసాధనలో గడుపుదాం. నిస్వార్థమైన ఆలోచనలతో, త్యాగ గుణములతో, ప్రేమ భావనలతో "ఇచ్చుట-క్షమించుట" (Giving and Forgiving) అనే ఆరాధనా మాసముగా పరిగణించి ఆచరిద్దాం తద్వారా భగవాన్ బాబావారు కల్పించిన మహా ఉద్యమానికి మన వంతు కర్తవ్యాన్ని త్రికరణశుద్ధిగా నిర్వర్తించి బాబావారి యెడల మనకు గల భక్తిని, ప్రేమను మరింత దృఢపరచుకుందాం. ఎంతో ప్రేమతో, దయతో బాబావారు సూచించి, ఆచరించి, తిరిగి

మనకు నేర్పించిన ప్రేమను, సేవను, విజ్ఞతను, విచక్షణను మరింత శ్రద్ధా భక్తులతో అమలుపరచి "నేను అనే స్వార్థ భావము నుండి సాయి అనే దివ్య భావమునకు" (I to SAI) ప్రయాణిద్దాం.

ఆరాధనా మాసంలో పాటించవలసిన సాధన అంశములు:

(2021 మార్చ్ 24 వ తేదీ నుండి 2021 ఏప్రిల్ 24 వ తేదీ వరకు)

వ్యక్తిగత సాధనలు:

ఇట్టి నిత్య ప్రభాత సాధన కార్యక్రమములలో 1 నుండి 9 వరకు గల సాధనాంశములను సాధ్యమైనంత వరకు ఉదయం 5 గంటల నుండి 7 గంటల మధ్యకాలములో చేసుకొనుట మంచిది. (నగరసంకీర్తన సమితిలో/మందిరములో ఉన్నరోజులలో నగరసంకీర్తనలో పాల్గొని ఇంటికి వచ్చినతరువాత మిగిలిన సాధన చేసుకొనవచ్చు)

1) ఓంకారం 21 సార్లు
2) సుప్రభాతము
3) జ్యోతి ధ్యానము
4) గాయత్రి (10 సార్లు)
5) సాయిగాయత్రి (10 సార్లు)
6) ఓం శ్రీ సాయిరాం – మంత్ర జపము (27 సార్లు)
7) శ్రీ సత్యసాయి అష్టోత్తర శతనామావళి
8) అసతోమా సద్గమయా- - - మంగళ హారతి
9) విభూతి మంత్రము 3 సార్లు

గమనిక: ఈక్రింది కార్యక్రమములు (10, 11వ అంశములు) దినములో మీకు అనుకూలమైన సమయములలో చేసుకొనగలరు.

10) లిఖితనామ జపము (36 సార్లు)
11) సాయి సాహిత్య పఠనము

సామూహిక సాధనలు (సమితి స్థాయి) :

1) నామస్మరణ మరియు సేవాసాధనా కార్యక్రమములలో బాలవికాస్ పిల్లలు, వారి తల్లిదండ్రులు, యువత, ప్రతి సభ్యుడు/సభ్యురాలు పాల్గొనేలా చేయడం.
2) ఆహార పదార్థములు (అమృత కలశములు) అర్హులైన నారాయణులకు అందించడం.
3) ప్రతిరోజు ప్రతి వ్యక్తి దయాగుణమునకు సంబంధించిన ఒక పని చేయడం ఉదా: జంతువులకు, పశుపక్షులకు ఆహారము మరియు నీరు అందించడం.
4) గ్రామసేవ (గ్రామాలలో పశువైద్య శిబిరము, వైద్య శిబిరము, పారిశుద్ధ్యం, ఆరోగ్యం గురించి అవగాహన కలిగించడం.మొదలగునవి
5) నిరుపేద కుటుంబాలను దత్తత తీసుకుని వారికి అన్నము, వస్త్రములవంటివి అందించడం.
6) వారమునకు ఒకసారి లేదా రెండువారములకు ఒకసారి స్వామివారి గురించి మరియు "ఇచ్చుట-క్షమించుట" (Giving and Forgiving) గురించి పది నిమిషములకు మించకుండా చిన్న ప్రసంగం ఏర్పాటు చేయడం.

ముఖ్య గమనిక: అఖిల భారత అధ్యక్షుల వారు "ఇచ్చుట-క్షమించుట" (Giving and Forgiving) అనే అంశముపై 2021 మార్చ్ 24 వ తేదీ నుండి 2021 ఏప్రిల్ 24 వ తేదీ వరకు సాధకులకు అందించిన సాధనాంశముల సూచనలతో కూడిన వారి సర్క్యులర్ దీనితో పాటు జతచేయడమే కాక, అట్టి సర్క్యులర్ యందలి ముఖ్య అంశములు సంక్షిప్తముగా ఇక్కడ పొందుపరచడమైనది.

1) నిశ్శబ్దం పాటించి అంతరంగంలో స్వామిని దర్శించుట.
2) కోరికలపై అదుపు ద్వారా కోరికలు లేని స్థితికి.
3) మనసును పూర్తిగా స్వామి తలంపుతో నింపుకొనుట.
4) లక్ష్యంపై గురి పెట్టి అంతర్గత దివ్యత్వాన్ని అనుభవించుట.
5) సూర్యభగవానుని లాగా స్థిరమైన నిబద్ధత (consistent commitment).
6) నేనెవరు అన్న అంతః పరిశీలన.
7) నన్ను నేను మరియు అందరినీ ప్రేమించడం.
8) త్యాగం.
9) ఆధ్యాత్మిక పరిపక్వత ద్వారా అనంత శక్తిని మేల్కొల్పుట

10) సహనం.

11) విశ్వాసం.

12) శాంతి.

13) అసతోమా సద్గమయా...

14) అంతర్ దృష్టి అలవర్చుకొని అంతర్ వాణిని ఆస్వాదించుట.

15) స్వీయ నియంత్రణ.

16) ప్రతి పని ఆధ్యాత్మిక భావనతో నిర్వహించుట.

17) దైవముపై పిచ్చి నిజమైన పిచ్చి.

18) తీవ్రమైన తపన.

19) అహింస.

20) ఆత్మ శక్తి.

21) ఆత్మ స్వరూపులమనే భావం.

22) క్షమ.

23) అనవసర భావాలను అంతరంగం నుండి తొలగించుకొనుట.

24) మన సత్య స్వరూపమును యెరుక పరచుకొనుట.

25) ధర్మాచరణ.

26) మన ఉనికి "ఒక పెద్ద మహిమ" అని గుర్తించుట.

27) ఆలస్యం చేయక ఆత్మానుసంధానము.

28) ధ్యాన నిమగ్నమై భగవదారాధన.

29) ప్రతి శ్వాసలో సోఽహం.

30) మానవత్వం నుండి మాధవత్వానికి.

ప్రేమతో,

సదా సాయి సేవలో,

పి.వెంకట్రావ్