ஜூன் 8, 2015

ஸ்மிருத்தி அல்லது நினைவு செய்ய வேண்டியது

இனிமையான குழந்தாய், யாருடைய பெயர் அல்லது வடிவத்தை கூட பார்க்காதீர்கள். நீங்கள் இவற்றை உங்கள் கண்களால் பார்க்கும்போது, உங்கள் புத்தியில் ஒரு தந்தையின் நினைவு இருக்க வேண்டும். உங்களுக்கு மூன்றாவது கண் கொடுக்கப்பட்டுள்ளதால் நீங்கள் ஒரே ஒரு தந்தையை பாருங்கள், அவரை மட்டும் நினைவு செய்யுங்கள். தொடர்ந்தும் உடல் உணர்வை கைவிட வேண்டும். அனைத்தையும் பார்க்கும் போதும், உங்கள் புத்தியின் யோகம், உங்களது அன்புக்குரியவரிடம் இணைக்கப்பட்டிருக்கட்டும். "பாபா" என்ற வார்த்தையை தொடரந்தும் நன்றாக உங்களுக்குள் அரையுங்கள். முழு நாள் முழுவதும் "பாபா பாபா" என்று தொடர்ந்தும் சொல்லுங்கள்.

இனிமையான பாபா, நாள் பொழுதில், நான் என்னுடைய விழிப்புணர்வில் உங்களை மட்டுமே வைத்திருப்பேன். நான் உங்களுடன் நடப்பேன், உங்களுடன் அமர்வேன், உங்களுடன் சாப்பிடுவேன், உங்களுடன் பணியாற்றுவேன் மற்றும் உங்களுடன் ஓய்வெடுப்பேன். வாய்ப்புக் கிடைக்கும்போதெல்லாம் நான் என்னுடைய இதயத்தில் உங்கள் பெயரை உச்சரிப்பேன். நான் யாரை பார்த்தாலும், நான் அவர்களின் பெயர் மற்றும் வடிவத்திற்கு அப்பால் சென்று உங்களை மட்டுமே நினைவு செய்வேன். ஓ அன்பிற்கினியவரே நீங்கள் என் முன் இருக்கின்றீர்கள். நான் உங்களை நினைவு செய்யும் போது, நீங்கள் என்னிடம் வருகின்றீர்கள்.

சமார்த்தி அல்லது சக்தி

நான் தொடர்ந்தும் மேலே கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் ஸ்மிருத்தியிலிருந்து பெறப்படும் சக்தியின் இணைப்பில் என்னை நான் வைத்திருக்கின்றேன். என்னுடைய ஸ்மிருத்தி எனக்கு எவ்வாறு என்னுடைய சுய-மரியாதையை மீண்டும் ஆற்றல் மிக்கதாகச் செய்கின்றது என்பதைப் பற்றி நான் விழிப்படைகின்றேன். என்னுடைய ஸ்மிருத்தி எவ்வாறு எனக்குப் பலமளிக்கின்றது, மேலும் எப்போதும் மாறிக்கொண்டிருக்கும் உலகில், சீரான மனநிலையோடும் பொறுமையுடனும் செயல்பட என்னை அனுமதிக்கின்றது என்பதிலும் நான் கவனம் செலுத்துகின்றேன்.

மனோ-விருத்தி அல்லது மனோபாவம்

பாபா ஆத்மாவிற்கு: ஒரு நிலையான யோகி ஆகும் பொருட்டு, எந்தவொரு எல்லைக்குட்பட்ட “நான்” மற்றும் “எனது” என்றதையும் எல்லையற்ற ஒன்றாக மாற்றுங்கள்.

நான் ஓர் உண்மையான யோகியின் எல்லையற்ற மனோபாவத்தை ஏற்பதில் உறுதியாக இருக்கிறேன். நான் மிகவும் இலேசாக உணர்கிறேன் - என்னுடையது எதுவும் இல்லை. பாபா, என்னிடம் இருக்கும் அனைத்தையும் கொடுத்தவர் நீங்கள். நான், "நான்" மற்றும் "என்னுடையது" என்ற சுட்சுமமான பந்தனத்திற்கு அப்பால் செல்வதன் மூலம், பழைய உலக முடிவுக்கு வரமுடியும். புதிய உலகம் உண்டாக முடியும். என்னுடைய ஒரே சிந்தனை: நான் ஓர் ஆத்மா, பாபா என்னுடையவர் என்பதாகும். இந்த சிந்தனையுடன், நான் ஓர் நிலையான எல்லையற்ற யோகியின் மனோபாவத்தில் இருக்கிறேன்.

திருஷ்டி அல்லது தூயப் பார்வை

பாபா ஆத்மாவிற்கு: குழந்தைகள் சேவை செய்வதில் ஆர்வமாக உள்ளனர். அவர்கள் அனைவரும் ஒன்றாக சந்தித்து ஒருவர் மற்றொருவரிடமிருந்து ஆலோசனை எடுத்துக் கொள்கின்றனர். அதன்பின்னர் அவர்கள் மக்களின் வாழ்க்கையை

வைரங்கள் போன்று ஆக்குவதற்கு சேவை செய்ய வெளியே செல்கின்றார்கள். இது போன்ற செயல் மிகப் பெரிய புண்ணியச் செயலாகும். ஒரு வைரம் போல் ஆகுவதற்கு, வெறுமனே தந்தையை நினைவு செய்ய வேண்டும்.

இன்று என்னுடைய திருஷ்டியில், குறைபாடற்ற வைரத்தை மட்டுமே வைத்திருப்பேன் - என்னுடைய குணங்களையும் நான் சந்திக்கும் ஒவ்வொரு ஆத்மாவின் குணங்களை மட்டுமே வைத்திருக்கிறேன். என்னையும் மற்றவர்களையும் குறைபாடற்ற வைரம் போல் ஆக்குவதும் என்னையும் மற்றவர்களையும் குறைபாடற்ற வைரமாக பார்ப்பதும் - இது மிக பெரிய புண்ணியச் செயலாகும்.

ஓர் அலையை உருவாக்குதல்

நான் மாலை 7:00 மணி முதல் 7:30 மணி வரை தியானத்தின் போது முழு உலகையும் தூய நினைவு மற்றும் மனோபாவத்தினால் நிரப்பும் ஓர் அழகான அலையை உருவாக்கும் மன்சா சேவையைச் செய்வேன். நான் மேலே கொடுக்கபட்டிருக்கும் ஸ்மிருத்தி, மனோ-விருத்தி, மற்றும் திருஷ்டியின் மூலம், முழு உலகிற்கும் சாக்காஷ் கொடுப்பதிலும் ஒரு கருவியாக என்னை ஈடுபடுத்திக்கொள்வேன்.