21 ஜூன், 2015

ஸ்மிருத்தி அல்லது நினைவு செய்ய வேண்டியது

இனிமையான குழந்தைகளே, ஒரு காரியம் செய்து கொண்டிருக்கும் போது, நீங்கள் அந்த காரியத்தை கொடுத்த அந்த ஒருவரை எப்போதும் மறக்க வேண்டாம். நீங்கள் ஸ்தூலமான ஒன்றை செய்துகொண்டு இருக்கலாம், ஆனால், அந்த ஸ்தூலமான சேவையானது கடவுளால் உங்களுக்கு கொடுக்கப்பட்ட ஒரு பணியாகும். எந்த ஸ்தூலமான சேவை செய்துகொண்டிருக்கும்போதும் தந்தை உங்களுக்கு அந்த வழிகாட்டல்களை கொடுத்தார் என்று அறிந்தவராக இருங்கள்; அதாவது நீங்கள் தந்தையின் வழிகாட்டல்கள் படி செய்கிறீர்கள், மற்றும் நீங்கள் தந்தையை எப்போதும் மறக்க மாட்டீர்கள்.

நாள் பொழுதில் நான் தொடர்ந்து என்னை கடவுளுடைய ஒரு உதவியாளன் என்று கருதுகின்றேன். நான் செய்கின்ற ஒவ்வொரு நடவடிக்கையிலும், இந்த காரியம் செய்யப்படுவதற்கு உயர்ந்ததிலும் அதிஉயர்ந்த தந்தையால் இது என்னிடம் கொடுக்கப்பட்டது என்பதை நினைவுபடுத்திக் கொள்கின்றேன். உங்கள் உதவியாளர் என்ற இந்த விழிப்புணர்வு என்னை எளிமையாகவும் இயற்கையாகவும் உங்களை நினைவு செய்ய உதவுகின்றது.

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: வாழும் இலைகளாகிய நீங்கள் அனைவரும் இந்த நேரத்தில் தந்தையின் மூலமாக நேரடியாக அசைக்கப்படுகின்றீர்கள். தந்தையின் வழிகாட்டல்கள்: தந்தையின் சிந்தனை உங்கள் சிந்தனையாக இருக்க வேண்டும். நீங்கள் ஒவ்வொரு எண்ணத்திலும் லேசாக இருக்க வேண்டும் தந்தை ஒரு எண்ணத்தை உங்களிடம் கொண்டிருக்கசெய்தால் , பிறகு நீங்கள் செய்ய வேண்டும்; அவர் உங்களை நகர்த்த செய்யும்போது நீங்களும் நகர்கின்றீர்கள்.

நான் கடவுளின் கைகளில் ஒரு மென்மையான இலை என்ற மனோபாவத்தை ஏற்பதில் உறுதியாக இருக்கிறேன். இந்த மனோபாவத்தின் மூலம், என் எண்ணங்கள் பாபாவின் எண்ணங்கள் போல் இருக்கின்றன. நான் இந்த மனோபாவத்தை ஏற்றுக்கொள்ளும்போது பாபா என் சுமைகளை தாங்குகின்றார். நான் ஒளி ஆகி பாபாவிடம் வலிமை பெறுகின்றேன். இனிமையான பாபா, நீங்கள் என்னை எவ்வாறாக நகர்த்த நினைத்தாலும், நான் என்ன செய்ய வேண்டும் என விரும்பினாலும், அதை நான் செய்வேன்.

திரிஷ்டி அல்லது தூய பார்வை

பாபா ஆத்மாவிற்கு: எனவே, உங்கள் புத்திக்கான உணவு தூய்மையான எண்ணங்களாகும். நீங்கள் பாபா என்ன சாப்பிட கொடுத்தாலும் சாப்பிடுவீர்கள் என வாக்களித்ததுள்ளீர்கள். அதனால் நீங்கள் ஏன் வீணான எண்ணங்கள் என்ற உணவை எடுக்கின்றீர்கள்? உங்கள் வாயானது தூய்மையற்ற எதையும் சாப்பிட அனுமதிக்கப்படவில்லை, எனவே நீங்கள் உங்கள் புத்தியை வீணான அல்லது பாவ தூய்மையற்ற எண்ணங்களை சாப்பிட எப்படி அனுமதிக்க முடியும். எனவே, உங்கள் மனம், புத்தி,தொடர்ந்து இந்த வாக்குறுதியை நினைவு செய்வதன் மூலம் நீங்கள் ஒரு எளிதான யோகி ஆவீர்கள்.

என்னுடைய திருஷ்டியை தூய்மையாக்கி, என் மனம் மற்றும் புத்தியோடு சேர்ந்து, என் சுற்றுச்சூழலிலிருந்து நான் தூய்மையான விஷயங்களை மட்டுமே பார்த்து ஏற்றுக்கொள்கின்றேன். நான் பார்கின்ற அனைத்தையும் ஏதாவது ஓர் ஆன்மீகமானதாகவும் நன்மையானதாகவும் மாற்றுகின்றேன். இந்த முறையின் மூலம், நான் ஒரு எளிமையான மற்றும் ஒரு நிலையான யோகியாக ஆகின்றேன்.

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.