ஜனவரி 10, 2015

அகநோக்கில் இருக்கும் ஆத்மா அனைத்து குணங்களின் கடலுடன் சம்பாஷணை செய்கின்றார்.

முதல் விழிப்புணர்வு:

நான் கண்களை திறக்கும் அந்த ஷணத்தில் உணர்ந்து பார்க்கின்றேன். "நான் ஓர் ஆத்மா. நான் ஒளியாலான இனிமையான வீட்டிலிருந்து, உலகிற்கு பிரகாசிக்கும் ஒளியை கொடுப்பதற்காக கீழிறங்கி வந்திருக்கின்றேன்."

நான் யார்?:

நான் அகநோக்கில் இருக்கும் ஆத்மா ஆவேன். அகநோக்கு சக்தியின் மூலம், அமைதி, அன்பு, தூய்மை மற்றும் ஆனந்தம் போன்ற குணங்களின் ஆழத்தின் புதுமையை நான் அனுபவம் செய்கின்றேன்.

நான் யாருக்கு சொந்தமானவன்?

ஆத்மா பாபாவுடன் உரையாடுகின்றார்: இனிமையான பாபா உங்களுக்கு காலை வணக்கம். ஏகாந்தத்தில் இருக்கும்போது, நான் புது விஷயங்களை அனுபவம் செய்கின்றேன். உங்களுடன் இருப்பதும், உங்களின் உள் ஆழமாக செல்வது மட்டுமே என்னுடைய விழிப்புணர்வில் நிறைந்திருக்கிறது. உங்கள் மீது என்னுடைய மனம் ஒன்றியிருக்கும்போது,

புதுமையை அனுபவம் செய்வதுடன் மற்றவர்களிடம் பகிர்ந்துகொள்ளும் கருவியாகவும் நான் இருக்கின்றேன்.

பாபா ஆத்மாவோடு உரையாடுகின்றார்: இனிமையான குழந்தாய், விழித்துக்கொள்! என் அருகில் அமர்ந்துக்கொள். அமைதி போன்ற குணங்களை நீ ஆழமாக அனுபவம் செய்ய வேண்டியபோது, "நான் அமைதி", என்று சிந்திக்கும்போது, ஒவ்வொரு முறையும் அமைதியை புதுமையான முறையில் அனுபவம் செய்வதை நிச்சயப்படுத்திக்கொள். உதாரணமாக: " நான், ஆத்மா, அமைதி தாமத்தில் வசிப்பவன்" என்று சிந்தித்தால், - உன்னுடைய அனுபவம் அதுவாக இருக்கும். அல்லது, " நான் ஆத்மா, சத்யுகத்தில் அமைதியாக இருக்கின்றேன்" - என்று சிந்தித்தால், அது வேறு அனுபவமாக இருக்கும். அமைதியற்ற ஆத்மாக்களோடு இருக்கும்போது, நான் அமைதியான ஆத்மா என்று நீ சிந்தித்தால், அது வேறு அனுபவமாக இருக்கும். வெவ்வேறு எண்ணங்கள் மூலம் நீ வெவ்வேறு விதமான அமைதியின் அனுபவங்களை பெறுவாய். அமைதி தாமத்தின் அமைதியும் சத்யுகத்தின் அமைதியும் வெவ்வேறு அனுபவத்தை கொடுக்கும்.

அகத்தூண்டுதல் பெறுவது:

என்னுடைய அலைபாயும் மனதை ஒரு நிமிடம் மௌன கடலான பாபாவின் மீது செலுத்துகின்றேன். இந்த மௌனத்தில் பாபாவிடமிருந்து நான் சேவைக்கான தூய்மையான எண்ணங்களை பெறுகின்றேன்.

பாபாவிடமிருந்து ஆசீர்வாதத்தை பெறுவது:

என்னுடைய தேவதை ரூபத்தில் சூட்சும உலகில் இனிமையான பாபாவின் முன் நான் இருக்கின்றேன். மிகுந்த அன்புடன், சக்தி வாய்ந்த திருஷ்டியின் மூலம் பாபா எனக்கு இந்த ஆசீர்வாதத்தை கொடுக்கின்றார்:

*காலங்காலமாக அனைத்து ஆத்மாக்களும் தேடிய அழகான சகவாசியோடு ஒவ்வொரு நொடியும் நகர்ந்து செல்லும் பற்றற்ற பார்வையாளர் ஆகியிருக்கின்றாய். இதனால், உன்னுடைய பாக்கியத்தை பற்றி நீ பாடுகின்றாய். வைர யுகத்தில் சந்தோஷத்தில் திளைத்துக்கொண்டிருக்கின்றாய்.*

எல்லையற்ற சூட்சும சேவை (15 நிமிடங்கள்):

பாபாவிடமிருந்து இந்த ஆசீர்வாதத்தை பெற்றுக்கொண்டு என்னுடைய தேவதை ஆடையில், உலகை வலம் வந்து, முழு உலகிலிருக்கும் அனைத்து ஆத்மாக்களுக்கும் என்னுடைய தூய எண்ணங்கள் மூலமாக இந்த ஆசீர்வாதத்தை பரிசாக அளிக்கின்றேன்.

உறங்குவதற்கு முன்பு :

சப்தத்திற்கு அப்பாற்பட்ட ஸ்திதியில் என்னை நான் நிலை பெற செய்து, மனதளவில் சோதிக்கின்றேன்: இன்றைய நாள் பொழுதில் நான் எவ்விதத்திலாவது பாபாவிற்கு கீழ்படியாமல் இருந்தேனா? அப்படி இருந்தால், நான் பாபாவிடம் அதை ஒப்புக்கொள்கின்றேன். நான் எதற்கு பலியானேன் - மனதளவில் அல்லது ஸ்தூலமாக - கவர்ச்சி, பற்று அல்லது சுயநலமாக நான் விரும்பி தேர்வு செய்தேனா?. என்னுடைய செயல்களுக்கு நான் அட்டவணை வைக்கின்றேன். மேலும் 30 நிமிடங்கள் யோகத்தின் மூலமாக

என்னுடைய தவறான செயலின் பாதிப்பை அகற்றுகின்றேன். சுத்தமான தெளிவான இதயத்தோடு நான் உறங்க செல்கின்றேன்.