

**Ουσία:** Γλυκά παιδιά, όπως ο Μπάμπα είναι ο Ωκεανός της Αγάπης και κανένας άλλος στον κόσμο δε μπορεί να σας αγαπήσει τόσο πολύ, όσο Εκείνος, έτσι και εσείς παιδιά πρέπει επίσης να γίνετε ίδιοι με τον Πατέρα. Μην αναστατώνετε κανέναν.

**Ερώτηση:** Με ποιο τύπο σκέψεων, θα παραμένει ψηλά ο υδράργυρος της ευτυχίας σας;

**Απάντηση:** 1) Εμείς τώρα γεμίζουμε τις ποδιές μας με τα κοσμήματα αυτής της γνώσης και μετά όλα εκείνα τα ορυχεία θα γεμίσουν. Εκεί, στη χρυσή εποχή, θα χτίζουμε χρυσά παλάτια. 2) Αυτή η Μπράμιν γενιά μας, είναι η πιο εξυψωμένη. Εμείς ακούμε την αληθινή ιστορία του αληθινού Ναράιαν, την ιστορία της αθανασίας και μετά την αφηγούμαστε στους άλλους. Αν συνεχίζετε να έχετε τέτοιες σκέψεις, ο υδράργυρος της ευτυχίας σας θα παραμένει ψηλά.

Ομ σάντι. Εσείς παιδιά κάθεστε στην ενθύμηση του Πατέρα. Εσείς λαμβάνετε αυτό το σρίματ, δηλαδή αυτές τις πιο εξυψωμένες οδηγίες. Το προσκύνημα της ενθύμησης είναι πολύ γλυκό. Εσείς παιδιά καταλαβαίνετε κατά σειρά, ανάλογα με τις προσπάθειες που κάνετε, ότι όσο πιο πολύ θυμόσατε τον Πατέρα, τόσο πιο γλυκό θα Τον βρίσκετε, επειδή Εκείνος είναι η Ζαχαρίνη. Μόνο εκείνος ο ένας Πατέρας σας αγαπάει, ενώ όλοι οι άλλοι σας χτυπάνε. Σε ολόκληρο τον κόσμο, οι άνθρωποι συνεχίζουν να απορρίπτουν ο ένας τον άλλο. Ο Πατέρας σας αγαπάει, επειδή μόνο εσείς παιδιά Τον γνωρίζετε. Ο Πατέρας λέει: Ό,τι είμαι, όπως και αν είμαι, είμαι τόσο σπουδαίος! Πείτε Μου: Πόσο σπουδαίος είναι ο Πατέρας σας; Εσείς λέτε ότι Εκείνος είναι απλώς ένα σημείο και ότι κανένας δεν Τον γνωρίζει. Εσείς παιδιά επίσης Τον ξεχνάτε επανειλημμένως. Εσείς λέτε ότι στο μονοπάτι της λατρείας λατρεύατε μεγάλες εικόνες. Τώρα, πώς μπορούμε να θυμόμαστε ένα σημείο; Μόνο ένα σημείο θα μπορούσε να θυμάται ένα σημείο. Εσείς ψυχές γνωρίζετε ότι είμαστε σημεία και ότι ο Πατέρας μας επίσης είναι ίδιος. Μια ψυχή γίνεται ο Πρόεδρος ή μια ψυχή γίνεται ένας υπηρέτης. Έτσι, οι ψυχές είναι αυτές που παίζουν ένα ρόλο. Ο Πατέρας είναι ο πιο γλυκός απ' όλους. Όλοι θυμούνται Εκείνον: Ω Εξαγνιστή που απομακρύνεις τη Λύπη και Χορηγέ της Ευτυχίας, έλα! Εσείς παιδιά τώρα έχετε την πίστη ότι ο Ένας, τον οποίο αποκαλείτε ένα σημείο, είναι πολύ αιθέριος, αλλά ο έπαινό του είναι τόσο σπουδαίος. Παρόλο που οι άνθρωποι τραγουδούν τον έπαινό Του ως τον Ωκεανό της Γνώσης και τον Ωκεανό της Γαλήνης, δεν καταλαβαίνουν το πώς έρχεται και μας δίνει ευτυχία. Καθένα από εσάς τα γλυκύτατα παιδιά, μπορεί να καταλάβει ποιος ακολουθεί το σρίματ και σε ποιο βαθμό. Εσείς λαμβάνετε σρίματ για να κάνετε υπηρεσία. Πολλοί άνθρωποι είναι άρρωστοι και ασθενείς. Υπάρχουν πολλοί που είναι υγιείς. Εσείς οι άνθρωποι της Μπάρατ γνωρίζετε ότι όλοι στη χρυσή εποχή έχουν ένα μέσο όρο ζωής από 125 έως 150 χρόνια. Αυτοί ζούνε μία πλήρη ζωή. Αυτός είναι ένας εντελώς ακάθαρτος κόσμος και θα κρατήσει μόνο για λίγο καιρό ακόμα. Ακόμα και τώρα, οι άνθρωποι συνεχίζουν να χτίζουν τεράστια σπίτια ανάπαυσης για προσκυνητές (ντάραμσάλας). Αυτοί δε γνωρίζουν για πόσο ακόμα θα συνεχιστεί αυτός ο κόσμος. Ξοδεύουν εκατοντάδες χιλιάδες ρουπίες για να χτίσουν ναούς. Για πόσο ακόμα θα παραμείνουν αυτοί; Εσείς γνωρίζετε ότι αυτοί πρόκειται να γκρεμιστούν. Ο Μπάμπα ποτέ δε σας απαγορεύει να χτίζετε κτίρια κλπ. Εσείς μπορείτε να ανοίξετε ένα νοσοκομείο - πανεπιστήμιο σε ένα από τα δωμάτια του ίδιου σας του σπιτιού. Εσείς μπορείτε να λάβετε υγεία, πλούτο και ευτυχία για 21 γεννήσεις μέσω αυτής της γνώσης χωρίς κανένα έξοδο. Σας έχει επίσης εξηγηθεί ότι λαμβάνετε πολλή ευτυχία. Όταν γίνεστε τάμπορανταν βιώνετε περισσότερη λύπη. Όσο πιο τάμπορανταν συνεχίζουν να γίνονται οι άνθρωποι, τόσο περισσότερο θα συνεχίζει να αυξάνεται η ανειρητικότητα και η λύπη στον κόσμο. Οι άνθρωποι θα βιώσουν πολλή λύπη και μετά θα υπάρξουν οι κραυγές της νίκης. Αργότερα, εσείς παιδιά θα δείτε με έναν πρακτικό τρόπο την καταστροφή, που έχετε δει σε θεϊκά οράματα. Πολλοί είχαν επίσης οράματα της ίδρυσης. Οι μικρές κόρες είχαν πολλά οράματα. Αυτές δεν είχαν καθόλου από αυτή τη γνώση. Ο παλιός κόσμος οπωσδήποτε πρόκειται να καταστραφεί. Εσείς παιδιά γνωρίζετε ότι μόνο ο Πατέρας έρχεται και σας δίνει την κληρονομιά του παραδείσου. Ωστόσο, εσείς παιδιά θα πρέπει να κάνετε προσπάθεια για να

διεκδικήσετε μία υψηλή θέση. Ο Πατέρας κάθεται εδώ και εξηγεί όλα αυτά τα πράγματα σε εσάς τα παιδιά. Εκείνοι οι άνθρωποι δε γνωρίζουν ότι απομένει μόνο λίγος χρόνος. Ο Πατέρας λέει: Εγώ είμαι ο Χορηγός και έχω έρθει για να σας χαρίσω (χορηγήσω). Οι άνθρωποι λένε: Εξαγνιστή, έλα! Έλα και εξάγνισέ μας! Ο Πατέρας λέει: Στην αρχή, εσείς ήσασταν τόσο λογικοί και σάτοπρανταν! Εσείς τώρα έχετε γίνει τάμπορανταν. Τώρα έχει εισέλθει στις διάνοιές σας ότι κυβερνούσατε τον κόσμο. Προηγουμένως δεν ξέρατε ότι ήσασταν οι κύριοι του κόσμου. Εσείς οπωσδήποτε θα γίνετε αυτό ξανά. Η ιστορία και η γεωγραφία θα επαναληφθούν. Ο Πατέρας έχει εξηγήσει ότι Εκείνος ήρθε 5000 χρόνια πριν και σας έκανε κύριους του παραδείσου και μετά εσείς κατεβήκατε τη σκάλα των 84ων γεννήσεων. Αυτές οι λεπτομέρειες δεν αναφέρονται σε καμία από τις γραφές. Έχει ποτέ μελετήσει ο Σιβ Μπάμπα τις γραφές; Εκείνος ονομάζεται η Αυθεντία της Γνώσης. Αυτοί οι άνθρωποι μελετάνε τις γραφές και γίνονται αυθεντίες των γραφών. Αυτοί τραγουδάνε: Ω Εξαγνιστή, έλα! Πηγαίνουν και λούζονται στο Γάγγη. Στην πραγματικότητα, εκείνη η λατρεία είναι για οικογενειάρχες. Ο Πατέρας κάθεται εδώ και σας εξηγεί ότι αυτοί δε γνωρίζουν ποιος είναι ο Χορηγός της Σωτηρίας. Ο Πατέρας εξηγεί: Εσείς Με επικαλούσασταν: Ω Εξαγνιστή, έλα! Εγώ σας εξάγνίζω. Έρχομαι εδώ για να σας διδάξω. Δεν ισχύει ότι πρέπει να ζητάτε ευλογίες ή ευσπλαχνία. Εγώ είμαι ο Δάσκαλος. Γιατί να ζητάτε ευσπλαχνία ή ευλογίες; Εσείς λαμβάνετε πολλές ευλογίες για πολλές γεννήσεις. Τώρα ελάτε και γίνετε οι κύριοι της παρουσίας της Μητέρας και του Πατέρα. Ποιες άλλες ευλογίες θα μπορούσατε να λάβετε; Αμέσως μόλις γεννιέται ένα παιδί, αυτό γίνεται ο κύριος της παρουσίας του πατέρα του. Από το φυσικό σας πατέρα θα ζητούσατε να έχει ευσπλαχνία; Εδώ δεν τίθεται θέμα ευσπλαχνίας. Εσείς απλώς πρέπει να θυμάστε τον Πατέρα. Κανένας δε γνωρίζει ότι ο Πατέρας είναι ένα σημείο. Ο Πατέρας τώρα σας το έχει πει αυτό. Όλοι επικαλούνται: Υπέρτατε Πάτερα, Υπέρτατη Ψυχή, Θεέ, Πατέρα! Επομένως, Εκείνος είναι η Υπέρτατη Ψυχή. Εκείνος είναι ο Υπέρτατος. Όλοι οι υπόλοιποι είναι ψυχές. Ο Υπέρτατος Πατέρας έρχεται και σας κάνει ίσους με τον Εαυτό Του. Δεν υπάρχει τίποτε άλλο. Υπήρχε στη διάνοια κανένας ότι ο απεριόριστος Πατέρας, ο οποίος είναι ο Δημιουργός του παραδείσου, έχει έρθει για να σας κάνει κύριους του παραδείσου; Εσείς τώρα καταλαβαίνετε γιατί δείχνουν τον Σρι Κρίσνα να κρατάει μια υδρόγειο του παραδείσου. Η διάρκεια της ζωής κάποιου ξεκινάει τη στιγμή που βγαίνει έξω από τη μήτρα της μητέρας του, ως ένα μωρό. Ο Σρι Κρίσνα παίρνει τις πλήρεις 84 γεννήσεις. Οι 84 γεννήσεις του μετριούνται από τη στιγμή που βγαίνει έξω από τη μήτρα. Χρειάζεται να περάσουν 30 με 35 χρόνια για να γίνουν Λάκσμι και Ναράιαν. Επομένως, αυτά τα 30 με 35 χρόνια πρέπει να αφαιρεθούν από τα 5000 χρόνια. Εσείς δε μπορείτε να μετρήσετε τίποτα για το Σιβ Μπάμπα. Δεν έχει δοθεί ο χρόνος για τη στιγμή που ήρθε ο Σιβ Μπάμπα. Από την αρχή υπήρχαν οράματα. Ένας Μουσουλμάνος επίσης έβλεπε κήπους κλπ. Κανένας δεν είχε κάνει τόσο εντατική λατρεία. Αυτοί πηγαίνανε σε τρανς μόνοι τους, ενώ καθόντουσαν στο σπίτι. Οι άλλοι άνθρωποι κάνουν τόση πολλή εντατική λατρεία! Ο Πατέρας κάθεται εδώ προσωπικά και σας εξηγεί. Εσείς παιδιά γνωρίζετε ότι ο Μπάμπα έχει έρθει από τη μακρινή χώρα. Εκείνος εισέρχεται σε αυτόν τον ένα και μας διδάσκει. Ωστόσο, όταν πηγαίνετε έξω, η μέθη σας μειώνεται. Εάν θυμόσασταν αυτά τα θέματα, ο υδράργυρος της ευτυχίας σας θα παρέμενε υψηλός και θα μπορούσατε επίσης να φτάσετε το κάρματίτ σας στάδιο. Ωστόσο, για αυτό χρειάζεται χρόνος. Τώρα κοιτάξτε, η ψυχή του Σρι Κρίσνα έχει πλήρη γνώση στην τελευταία του γέννηση. Μετά, όταν αυτός βγει έξω από τη μήτρα, δε θα έχει γνώση, ούτε όσο αξίζει μία δεκάρα. Ο Πατέρας έρχεται και σας εξηγεί ότι ο Σρι Κρίσνα δεν έπαιζε έναν αυλό. Αυτός δεν είχε αυτή τη γνώση. Εάν οι κύριοι του κόσμου, η Λάκσμι και ο Ναράιαν δεν έχουν γνώση, πώς θα μπορούσαν να έχουν αυτή τη γνώση οι σοφοί, οι άγιοι, οι σανιάσις κλπ; Δείχνουν αυτόν να έρχεται, πλέοντας σε ένα φύλλο πιπάλ στον ωκεανό και να κάνει αυτό και εκείνο. Όλα αυτά τα πράγματα είναι απλώς οι μακρές ιστορίες που έχουν γράψει: “Όταν έβαλε το πόδι του στον Ποταμό Γάγγη, ο Γάγγης βυθίστηκε κάτω.” Απλώς σκεφτείτε τι δημιουργούν οι άνθρωποι με τη φαντασία τους! Ο Πατέρας τώρα εξηγεί: Μην πιστεύετε σε λάθος πράγματα που λένε οι άνθρωποι. Τόσοι πολλοί άνθρωποι μελετάνε τις γραφές κλπ. Ο Πατέρας λέει: Ξεχάστε όλα όσα έχετε μελετήσει! Ξεχάστε ακόμα και αυτό το δικό σας σώμα. Μία ψυχή αφήνει ένα σώμα και παίρνει ένα άλλο για να παίξει το ρόλο της, με ένα διαφορετικό όνομα, μορφή, σε χώρα και κουστούμι. Ο Πατέρας λέει: Αυτό είναι ένα βρώμικο κουστούμι. Η ψυχή και το σώμα

είναι ακάθαρτα. Η ψυχή λέγεται ότι είναι άσχημη και όμορφη. Όταν η ψυχή ήταν αγνή, ήταν όμορφη. Μετά, με το να κάθεται στην πυρά της λαγνείας, έγινε άσχημη. Αυτή τώρα υποχρεώνεται να καθίσει στην πυρά αυτής της γνώσης από τον Πατέρα. Ο Εξαγνιστής Πατέρας λέει: Ας Με θυμάστε και το κράμα θα απομακρυνθεί. Έχει αναμιχθεί στην ψυχή κράμα. Στο τέλος της σιδερένιας εποχής, είσαστε φτωχοί. Μετά, στη χρυσή εποχή θα χτίζετε χρυσά παλάτια. Το πόση αξία έχουν εδώ τα διαμάντια, είναι ένα θαύμα. Εκεί είναι σαν πέτρες. Εσείς τώρα γεμίζετε τις ποδιές σας με τα πετράδια αυτής της γνώσης από τον Πατέρα. Έχει γραφτεί ότι πιατέλες από κοσμήματα αναδύονταν από τον ωκεανό. Πάρτε όσα θέλετε από τον Ωκεανό! Ακόμα και τα ορυχεία γεμίζουν. Εσείς είχατε οράματα. Οι άνθρωποι δείχνουν ένα έργο σχετικά με τη Μάγια, το Τζίνι. Κάποιος είδε τούβλα από χρυσό να υπάρχουν στρωμένα εκεί (στην αιθέρια περιοχή) και σκέφτηκε ότι θα μπορούσε να φέρει μερικά πίσω μαζί του. Ωστόσο όταν ήρθε κάτω, δεν υπήρχε τίποτα. Εκεί, εσείς θα χτίζετε παλάτια με χρυσά τούβλα. Να έχετε τέτοιες σκέψεις, ώστε ο υδράργυρος της ευτυχίας σας να ανεβαίνει. Δώστε τη σύσταση του Πατέρα. Κανένας δε γνωρίζει ότι ο Σιβ Μπάμπα ήρθε επίσης 5000 χρόνια πριν. Εσείς γνωρίζετε ότι Εκείνος ήρθε 5000 χρόνια πριν και σας δίδαξε Ράτζα Γιόγκα. Σε κάθε κύκλο, Εκείνος διδάσκει μόνο εσάς. Αυτοί που έρχονται και γίνονται Μπράμινς μετά θα γίνουν θεότητες. Αυτοί δημιουργούν μία ποικιλόμορφη εικόνα. Έχουν κάνει την κορυφή (την κοτσίδα) των Μπράμινς να εξαφανιστεί από αυτή. Η γενιά των Μπράμινς μνημονεύεται ως η πιο εξυψωμένη γενιά. Ωστόσο, εκείνοι είναι φυσικοί μπράμινς, ενώ εσείς είσαστε πνευματικοί. Εσείς λέτε την αληθινή ιστορία. Αυτή είναι η ιστορία του αληθινού Ναράιαν, η ιστορία της αθανασίας. Ο Μπάμπα σας λέει την ιστορία της αθανασίας και σας κάνει αθάνατους. Αυτή η χώρα του θανάτου πρόκειται να καταστραφεί. Ο Σιβ Μπάμπα λέει: Εγώ έχω έρθει για να σας πάρω πίσω. Θα υπάρχουν τόσες πολλές ψυχές. Όταν οι ψυχές επιστρέψουν στο σπίτι, εκεί δεν υπάρχει καθόλου ήχος. Όταν υπάρχει ένα σμήνος από μέλισσες, κάνει τόσο θόρυβο. Όλες οι μέλισσες πετάνε πίσω από τη βασίλισσα. Ανάμεσά τους υπάρχει τόση ενότητα. Το παράδειγμα της νυχτοπεταλούδας που βουίζει το έχουν πάρει επίσης από εδώ. Εσείς αλλάζετε τα ανθρώπινα όντα σε θεότητες. Εσείς βουίζετε αυτή τη γνώση στους ακάθαρτους και αυτοί γίνονται οι κύριοι του αγνού κόσμου. Το δικό σας είναι υο οικογενειακό μονοπάτι και σε αυτό επίσης η πλειοψηφία είναι οι μητέρες. Έτσι, λέγεται: χαιρετίσματα στις μητέρες.” Μία Μπράμα Κουμάρι είναι αυτή που κάνει τους άλλους ικανούς να λάβουν την κληρονομιά τους των 21 γεννήσεων από τον Πατέρα. Ο Πατέρας δίνει την κληρονομιά της διαρκούς ευτυχίας. Αυτοί που κάνουν υπηρεσία και μελετάνε καλά, θα γίνουν οι κύριοι. Είναι καλύτερο να γίνετε ένας βασιλιάς ή ένας υπηρέτης; Στο τέλος, θα μάθετε τα πάντα για το τι πρόκειται να γίνετε. Μετά θα υπάρχει μεταμέλεια. Γιατί δεν ακολούθησα το σρίματ; Ο Πατέρας λέει: Να ακολουθείτε το σρίματ! Δε θα πρέπει να αποδέχεστε ένα δωμάτιο από κάποιον που από τη μία το προσφέρει για να ανοίξει ένα κέντρο, αλλά από την άλλη συνεχίζει παράλληλα να τρώει κρέας κλπ. Η μία θα είναι φιλάνθρωπη ψυχή, ενώ η άλλη θα είναι μία αμαρτωλή ψυχή. Επομένως, εκείνο το μέρος δε θα γίνει ένα άσραμ. Εάν δημιουργείτε τον παράδεισο στο σπίτι σας, θα πρέπει επίσης να είσαστε στον παράδεισο. Μην επαφίεστε απλώς στις ευλογίες. Ας θυμάστε τον Πατέρα! Εκείνος θα σας εξαγνίσει και θα σας πάρει πίσω στο σπίτι μαζί Του. Εσείς θα πρέπει να έχετε πολλή ευτυχία που κερδίζετε ένα τέτοιο μεγάλο λαχείο. Όσο πιο πολύ θυμόσαστε τον Πατέρα, τόσο περισσότερο θα διαλύονται οι αμαρτίες σας. Κανένας στον κόσμο δε σας αγαπάει τόσο πολύ, όσο σας αγαπάει ο Πατέρας. Εκείνος ονομάζεται ο Ωκεανός της Αγάπης. Εσείς επίσης πρέπει να γίνετε σαν Εκείνον. Εάν προκαλέσετε σε κάποιον λύπη ή εάν τον στενοχωρήσετε, θα πεθάνετε στη λύπη. Ο Μπάμπα, καθώς σας το λέει αυτό δε σας καταριέται, αλλά απλώς σας εξηγεί. Να δίνετε ευτυχία και θα παραμένετε ευτυχισμένοι! Να αγαπάτε όλους! Ο Μπάμπα είναι επίσης ο Ωκεανός της Αγάπης. Άτσα.

Σε εσάς τα γλυκύτερα, πολυαγαπημένα παιδιά, που είχατε χαθεί για πολύ καιρό και τώρα ξαναβρεθήκατε, αγάπη, ενθύμηση και καλημέρα από τη Μητέρα, τον Πατέρα, τον ΜπάπΝτάντα. Ο πνευματικός Πατέρας λέει ναμαστέ σε εσάς τα πνευματικά παιδιά.

**Ουσία για ντάρνα:**

1. Μην εμπιστεύεστε κανένα λάθος πράγμα που λέγεται από άλλους. Ξεχάστε όποιο λάθος πράγμα έχετε μελετήσει και τώρα να εξασκείστε στο να γίνεστε ασώματοι.
2. Μην επαφίεστε μόνο στις ευλογίες, κάντε επίσης τον εαυτό σας αγνό! Να ακολουθείτε τον Πατέρα σε κάθε βήμα! Ποτέ μην προκαλείτε λύπη σε κανέναν. Μην αναστατώνετε κανέναν!

**Ευλογία:** Είθε να είστε απόλυτα πιστοί και να αποσπαστείτε από όλους τους άλλους και να συνδεθείτε με τον Ένα, με βάση του να έχετε αληθινή σας αγάπη. Εσείς, τελείως πιστά παιδιά, δεν έχετε κανέναν άλλον, εκτός από τον Πατέρα, το έργο του Πατέρα, τον έπαινο του Πατέρα και τη γνώση του Πατέρα στις σκέψεις και τα όνειρά σας. Πρέπει να ανήκετε στον ένα Πατέρα και σε κανέναν άλλο. Αφήστε την αγάπη της διάνοιάς σας να είναι συνεχώς συνδεδεμένη με τον Ένα. Τότε δεν θα χρωματίζεστε από τη συντροφιά των πολλών. Έτσι, η πρώτη σας υπόσχεση είναι: Θα αποσπαστώ από όλους τους άλλους και θα συνδέσω τον εαυτό μου, μόνο με τον Ένα. Το να εκπληρώνετε αυτή την υπόσχεση σημαίνει να είστε τελείως πιστοί.

**Σύνθημα:** Το αρχικό στάδιο της αλήθειας σας, θα σας κάνει πλήρεις και τέλειους εν μέσω αντίξοων καταστάσεων.

**\*\*\*ΟΜ ΣΑΝΤΙ\*\*\***

**Άβιακτ σημείο: Να βιώνετε συνεχώς ένα ακλόνητο, αμετακίνητο και σταθερό στάδιο.**

Με το να θυμάστε ότι είστε τα παιδιά του ύψιστου των υψίστων Πατέρα, το στάδιο σας θα παραμένει συνεχές και σταθερό. Όταν έχετε όλες τις σχέσεις με τον Ένα, το στάδιο σας θα είναι επίσης εκ-ρας (συνεχές και σταθερό). Εάν το νήμα της σχέσης τραβιέται προς κάποιον άλλο, δεν θα έχετε ένα συνεχές και σταθερό στάδιο. Έτσι, για να κάνετε το στάδιό σας συνεχές και σταθερό, μην κοιτάτε κανέναν άλλον εκτός από τον Ένα.