இனிமையான குழந்தைகளே! நீங்கள் முழு மனதோடு பாபா-பாபா என்று சொன்னீர்கள் என்றால் குஷியில் மெய் சிலிர்த்து விடும், குஷியில் இருந்தீர்கள் என்றால் மாயையை வென்றவர்களாகி விடுவீர்கள்

கேள்வி: குழந்தைகளுக்கு எந்த ஒரு விசயத்தில் உழைப்பு தேவைப்படுகிறது ஆனால் குஷி மற்றும் நினைவிற்கு அதுவே ஆதாரமாகிறது?

பதில்: ஆத்ம-அபிமானியாக ஆவதில் தான் உழைப்பு தேவைப்படுகிறது ஆனால் இதன்மூலம் தான் குஷியின் அளவு அதிகரிக்கிறது, இனிமையான பாபாவின் நினைவு வருகிறது. மாயை உங்களை தேக-அபிமானத்தில் கொண்டு வந்து கொண்டே இருக்கும், பலசாலியோடு பலசாலியாகி சண்டை யிடும், இதில் குழப்பமடையக் கூடாது. பாபா கூறுகின்றார், குழந்தைகளே மாயையின் புயல்களைப் பார்த்து பயப்படாதீர்கள், கர்மேந்திரியங்களினால் மட்டும் எந்த விகர்மங்களையும் செய்யாதீர்கள்.

ஓம் சாந்தி. ஆன்மீகத் தந்தை ஆன்மீகக் குழந்தைகளுக்குப் புரிய வைக்கின்றார் அல்லது கற்பித்துக் கொண்டிருக்கிறார். கற்பிக்கக்கூடிய தந்தை எப்போதும் ஆத்ம- அபிமானியாக இருக் கின்றார் என்பதை குழந்தைகள் தெரிந்துள்ளார்கள். அவர் நிராகாரமாகவே இருக்கின்றார், சரீரதாரியாக ஆவதே இல்லை. மறுபிறவியில் வருவதில்லை. குழந்தைகளாகிய நீங்கள் என்னைப்போல் தங்களை ஆத்மா என்று புரிந்து கொள்ள வேண்டும். நான் பரமபிதா பரமாத்மா வாக இருக்கின்றேன். பரமபிதாவிற்கு தேகம் கிடையாது. அவரை ஆத்ம-அபிமானி என்றும் சொல்ல முடியாது. அவர் நிராகாரமாகவே இருக்கின்றார். எனக்கு என்னுடைய தேகம் என்பது இல்லை என்று பாபா கூறுகின்றார். உங்களுக்கு உடல் கிடைத்துக் கொண்டு வந்துள்ளது. இப்போது எனக்குச் சமமாக தேகத்திலிருந்து விடுபட்டு தங்களை ஆத்மா என்று புரிந்து கொள்ளுங்கள். உலகத்திற்கு எஜமானர்களாக ஆக வேண்டும் என்றால் கடினமான விசயம் எதுவும் இல்லை. தேக-அபிமானத்தை விட்டு விட்டு எனக்குச் சமமாக ஆகுங்கள் என்று பாபா கூறுகின்றார். எப்போதும் நாம் ஆத்மாக்கள் நமக்கு பாபா கல்வி கற்பித்துக் கொண்டிருக்கின்றார் என்பது புத்தியில் இருக்கட்டும். பாபா நிராகாரமானவராக இருக்கின்றார், ஆனால் நமக்கு எப்படி கற்பிப்பார்? ஆகையினால் தான் பாபா இந்த (பிரம்மா) உடலில் வந்து கற்பிக்கின்றார். (கௌ முக்) பசுவின் வாய் காட்டுகிறார்கள் அல்லவா. பசுவின் வாயிலிருந்து கங்கை வர முடியாது. தாய்மார்களைக் கூட கோமாதா என்று சொல்லப் படுகிறது. நீங்கள் அனைவரும் பசுக்களாவீர் கள். இவர் (பிரம்மா) பசு அல்ல. இவர் வாயின் மூலம் ஞானம் கிடைக்கிறது. பாபாவினுடையது பசு கிடையாது அல்லவா - எருதின் மீது சவாரி செய்வதாக காட்டுகிறார்கள். அவர்கள் சிவனும்-சங்கரனும் ஒன்று என்று சொல்லி விடுகிறார்கள். சிவனும் சங்கரனும் ஒன்று அல்ல என்பதை குழந்தைகளாகிய நீங்கள் இப்போது புரிந்துக் கொள்கிறீர்கள். சிவன் உயர்ந்ததிலும் உயர்ந்தவர் ஆவார், பிறகு பிரம்மா-விஷ்ணு-சங்கர் ஆவர். பிரம்மா சூட்சுமவதனவாசி ஆவார். குழந்தைகளாகிய நீங்கள் ஞானத்தை சிந்தனை செய்து ஞான

கருத்துக்களை எடுத்துப் புரிய வைக்க வேண்டியுள்ளது, மேலும் பயமற்றவர்களாகவும் ஆக வேண்டும். குழந்தைகளாகிய உங்களுக்குத் தான் குஷி இருக்கிறது. நாம் ஈஸ்வரனுடைய மாணவர்கள், நமக்கு பாபா கற்பிக்கின்றார் என்று நீங்கள் சொல்வீர்கள். பகவானுடைய மகாவாக்கியம் கூட இருக்கிறது - ஹே குழந்தைகளே, நான் உங்களை ராஜாவிற் கெல்லாம் ராஜாவாக்குவதற்காக கல்வி கற்பிக்கின்றேன். எங்கு சென்றீர்கள் என்றாலும், செண்டருக்குச் சென்றாலும் கூட, பாபா நமக்கு கற்பிக்கின்றார் என்பது புத்தியில் இருக்கிறது. நாம் இப்போது சென்டர்களில் என்ன கேட்கிறோமோ, அந்த முரளியை பாபா தான் கூறுகின்றார். பாபா, பாபா என்று சொல்லிக் கொண்டே இருங்கள். இப்படி சொல்வது கூட உங்களுடைய யாத்திரை யாகிறது. யோகம் என்ற வார்த்தை நன்றாக இல்லை. மனிதர்கள் அமர்நாத், பத்ரிநாத் போன்ற யாத்திரைகளுக்கு நடந்தே செல்கிறார்கள். இப்போது குழந்தைகளாகிய நீங்கள் தங்களுடைய வீட்டிற்குச் செல்ல வேண்டும். இப்போது இந்த எல்லையற்ற நாடகம் முடிகிறது என்பதை நீங்கள் தெரிந்துள்ளீர்கள். நம்மை தகுதி யானவர்களாக்கி அழைத்துச் செல்ல பாபா வந்திருக்கின்றார். நாங்கள் தூய்மையற்றவர்களாக இருக்கிறோம் என்று நீங்களே கூறுகின்றீர்கள். தூய்மையற்ற வர்கள் முக்தி அடைய முடியுமா என்ன? பாபா கூறுகின்றார் - ஹே ஆத்மாக்களே, நீங்கள் தூய்மையற்றவர்களாக ஆகி யுள்ளீர்கள். அவர்கள் சரீரத்தை தூய்மையற்றது என்று புரிந்துக் கொண்டு கங்கையில் குளிக்கச் செல்கிறார்கள். அவர்கள் ஆத்மாவில் எதுவும் ஒட்டாது என்று புரிந்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். ஆத்மாவின் விசயம் தான் முக்கியமானது என்று பாபா புரிய வைக்கின்றார். பாவ ஆத்மா, புண்ணிய ஆத்மா என்றும் சொல்கிறார்கள். இந்த வார்த்தையை நல்ல விதத்தில் நினைவு செய்யுங்கள். புரிந்துக் கொள்ள வேண்டும் மற்றும் புரிய வைக்க வேண்டும். நீங்கள் சொற்பொழிவு போன்றவைகளைச் செய்ய வேண்டும். பாபா கிராமம்- கிராமமாக, தெரு-தெருவாக செல்ல மாட்டார். நீங்கள் ஒவ்வொரு வீட்டிலும் இந்த சித்திரங்களை வைத்துக் கொள்ளுங்கள். 84 பிறவிகளின் சக்கரம் எப்படி சுற்றுகிறது என்பது ஏணிப்படியில் தெளிவாக இருக்கிறது. இப்போது சதோபிரதானமாக ஆகுங்கள் என்று பாபா கூறுகின்றார். நம்முடைய வீட்டிற்குச் செல்ல வேண்டும், தூய்மையாகாமல் வீட்டிற்குச் செல்ல முடியாது. இந்த கவலைதான் இருக்க வேண்டும். பாபா எங்களுக்கு அதிக புயல் வருகிறது என்று நிறைய குழந்தை கள் எழுதுகிறார்கள். மனதில் மிகவும் கெட்ட சிந்தனைகள் வருகின்றன். இதற்கு முன் இப்படி இருக்க வில்லை.

நீங்கள் இப்படி நினைக்காதீர்கள் என்று பாபா கூறுகின்றார். முன்னால் நீங்கள் யுத்த மைதானத்தில் இருந்தீர்களா என்ன? இப்போது நீங்கள் பாபாவின் நினைவின் மூலம் மாயையின் மீது வெற்றி அடைய வேண்டும். இதை அடிக்கடி நினைவு செய்து கொண்டே இருங்கள். முடிச்சு போட்டுக் கொள்ளுங்கள். எப்படி தாய்மார்கள் முடிச்சு போட்டுக் கொள்கிறார்கள், ஆண்கள் நோட்டு புத்தகத்தில் எழுதுகிறார்கள். உங்களுடைய இந்த பேட்ஜ் நல்ல அடையாளமாகும். நாம் இளவரசர் களாக ஆகின்றோம், இது எதுவுமற்ற நிலையிலிருந்து இளவரசர்களாக ஆகும் பல்கலைக்கழகமே ஆகும். நீங்கள் இளவரசர்களாக இருந்தீர்கள் அல்லவா. ஸ்ரீகிருஷ்ணர் உலகத்தின் இளவரசராக இருந்தார். இங்கிலாந்து இளவரசரை பிரின்ஸ் ஆஃப் வேல்ஸ் என்று சொல்லப்படுகிறார் அல்லவா. அவை எல்லைக்குட்பட்ட விசயங்களாகும், ராதா-கிருஷ்ணர் மிகவும்

பிரபலமானவர்களாவர். சொர்க்கத்தின் இளவரசன் - இளவரசியாக இருந்தனர் அல்லவா, ஆகையினால் அவர்களை அனைவரும் அன்பு பாராட்டுகிறார்கள். ஸ்ரீகிருஷ்ணரை அதிகம் நேசிக்கிறார்கள். இருவரையும் நேசிக்க வேண்டும். முதலில் ராதையை நேசிக்க வேண்டும். ஆனால் ஆண் குழந்தை மீது அதிக அன்பு இருக்கிறது ஏனென்றால் அவர் வாரிசாக ஆகின்றார். மனைவிக்கும் கூட கணவனின் மீது அன்பு இருக்கிறது. கணவனைத் தான் இவர் உங்களுடைய குரு, ஈஸ்வரன் என்று சொல்கிறார்கள். மனைவியை அப்படி சொல்வதில்லை. சத்யுகத்தில் தாய்மார்களுக்கு மகிமை இருக்கிறது. முதலில் லஷ்மி பிறகு நாராயணன். அம்பாளுக்கு எவ்வளவு மதிப்பு வைக்கிறார்கள். பிரம்மாவின் குழந்தை ஆவார். பிரம்மாவிற்கு அவ்வளவு மகிமை கிடையாது, பிரம்மாவினுடைய கோயில் அஜ்மீரில் இருக்கிறது. அங்கே விழா போன்றவை நடக்கிறது. அம்பாளுடைய கோயில்களிலும் திருவிழா நடக்கிறது. உண்மையில் இந்த திருவிழா போன்றவை தூய்மை இழப்பதற்கானதாகும். உங்களுடைய இந்த திருவிழா தூய்மையாக ஆவதற்காக ஆகும். தூய்மையாக ஆவதற்காக நீங்கள் தூய்மை யான பாபாவை நினைவு செய்ய வேண்டும். தண்ணீரின் மூலமாக எந்த பாவமும் அழிவதில்லை. கீதையில் கூட மன்மனாபவ என்று பகவானுடைய மகாவாக்கியம் இருக்கிறது. முதல் மற்றும் கடைசியில் இந்த வார்த்தை இருக்கிறது. நாம் தான் முதல்-முதலில் பக்தியை ஆரம்பித்தோம் என்பதை குழந்தைகள் தெரிந்துள்ளீர்கள். சதோபிரதான பக்தி பிறகு சதோ-ரஜோ-அதமோ பக்தி நடக்கிறது. இப்போது பாருங்கள், மண், கல் போன்ற அனைத்திற்கும் பக்தி செய்கிறார்கள். இவையனைத்தும் கண் மூடித்தனமானதாகும். இந்த சமயத்தில் நீங்கள் சங்கம யுகத்தில் இருக்கின்றீர்கள். இது தலைகீழான மரம் அல்லவா. மேலே விதையானவர் இருக் கின்றார். இந்த மனித சிருஷ்டியின் விதை படைப்பவன் நான் என்று பாபா கூறுகின்றார். இப்போது புதிய உலகத்தை ஸ்தாபனை செய்து கொண்டிருக்கின்றேன். நாற்று நடப்படுகிறது அல்லவா. மரத்தின் பழைய இலைகள் அழுகி விடுகின்றன. புதிய- புதிய இலைகள் வருகின்றன. இப்போது பாபா தேவி-தேவதா தர்மத்தை ஸ்தாபனை செய்து கொண்டிருக்கிறார். நிறைய இலைகள் கலந்து விட்டன. தங்களை ஹிந்துக்கள் என்று சொல்லிக் கொள்கிறார்கள். உண்மையில் ஹிந்துக்கள் ஆதி சனாதன தேவி-தேவதா தர்மத்தவர்களாவர். ஹிந்துஸ்தானின் பெயர் உண்மையில் பாரத மாகும், அங்கே தேவதைகள் இருந்தார்கள். வேறு எந்த நாட்டின் பெயரும் மாறுவதில்லை, இதனுடைய பெயரை மாற்றி விட்டார்கள். ஹிந்துஸ்தான் என்று சொல்லி விட்டார்கள். பௌத்தர்கள் எங்களுடைய தர்மம் ஜப்பானி அல்லது சீனம் என்று சொல்ல மாட்டார்கள். அவர்கள் தங்களுடைய தர்மத்தை பௌத்தம் (புத்த மதம்) என்றே சொல்வார்கள். உங்களில் யாருமே தங்களை ஆதி சனாதன தேவி-தேவதா தர்மத்தவர்கள் என்று சொல்வதில்லை. ஒருவேளை அப்படி யாராவது சொன்னாலும் கூட அந்த தர்மத்தை எப்போது யார் ஸ்தாபனை செய்தது என்று கேளுங்கள்? எதையும் சொல்ல முடியாது. கல்பத்தின் ஆயுளை நீண்டதாக கூறி விட்டார்கள், இதைத் தான் அஞ்ஞான இருள் என்று சொல்லப்படுகிறது. ஒன்று தங்களுடைய தர்மத்தைப் பற்றி தெரிய வில்லை, மற்றொன்று லஷ்மி-நாராயணனுடைய இராஜ்யத்தை வெகுகாலத்திற்கு முன்பானதாக கூறி விட்டார்கள் ஆகையினால் காரிருள் என்று சொல்லப்படுகிறது. ஞானம் மற்றும் அஞ்ஞானத்தில் எவ்வளவு வித்தியாசம் இருக்கிறது. ஞானக்கடல் ஒரேயொரு சிவபாபா ஆவார். அதிலிருந்து ஒரு

லோட்டா கொடுப்பதைப் போலாகும். யாருக்காவது சிவபாபாவை நினைவு செய்தீர்கள் என்றால் விகர்மங்கள் வினாசம் ஆகும் என்று சொல்வது ஒரு உள்ளங்கையளவு தண்ணீரைப் போல் ஆகிறது அல்லவா. சிலர் குளிக்கிறார்கள், சிலர் குடத்தை நிரப்பிக் கொள்கிறார் கள். சிலர் சிறிய-சிறிய லோட்டியில் (பாத்திரங்களில்) எடுத்துக் கொள்கிறார்கள். தினமும் ஒவ்வொரு சொட்டு பானையில் விட்டு அதை ஞான நீர் என்று நினைத்துக் கொண்டு குடிக்கிறார் கள். வைஷ்ணவர்கள் வெளி நாடுகளுக்குக் கூட கங்கை நீரை குடத்தில் நிரப்பிக் கொண்டு செல்கிறார்கள். பிறகு கேட்டுக் கொண்டே இருக்கிறார்கள். இப்போது இந்த தண்ணீர் முழுவதும் மலையிலிருந்து தான் வருகிறது. தண்ணீரை மேலிருந்து கூட விழ வைக்கிறார்கள். இன்றைக்கு பார்த்தீர்களென்றால் 100 மாடி கட்டிடம் கூட கட்டுகிறார்கள். சத்யுகத்தில் இப்படி நடக்காது. அங்கே உங்களுக்கு அவ்வளவு நிலம் கிடைக்கும் கேட்கவே கேட்காதீர்கள். இங்கே வசிப்பதற்குக் கூட நிலம் இல்லை, ஆகையினால் இத்தனை மாடிகள் கட்டுகிறார்கள். அங்கே அளவு கடந்த தானியங் கள் உருவாகின்றன. அமெரிக்காவில் அதிகளவு தானியம் உற்பத்தியாகிறது என்றால் எரித்து விடுகிறார்கள். இது மரணலோகமாகும். அது (சொர்க்கம்) அமரலோகமாகும். அங்கே நீங்கள் அரைக்கல்பம் சுகத்தில் இருக்கின்றீர்கள். காலன் உள்ளே நுழைய முடியாது. இதைப்பற்றி ஒரு கதை கூட இருக்கிறது. இது எல்லையற்ற விசயமாகும். எல்லையற்ற விசயத்தை வைத்து பிறகு எல்லைக்குட்பட்ட கதைகளை உருவாக்கி யுள்ளார்கள். முதலில் கிரந்தம் எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தது. இப்போது எவ்வளவு பெரிய தாக்கி விட்டார்கள். சிவபாபா எவ்வளவு சிறியதாக இருக்கிறார், அவருக்கும் கூட எவ்வளவு பெரிய சிலை உருவாக்கி விட்டார்கள். புத்தருடைய சிலை, பாண்டவர்களின் சிலை பெரிது- பெரிதாக உயரமாக உருவாக்கி யுள்ளார்கள். இப்படி யாரும் இருப்பதில்லை. குழந்தைகளாகிய நீங்கள் இந்த குறிக்கோளின் சித்திரத்தை (லஷ்மி-நாராயண சித்திரத்தை) ஒவ்வொரு வீட்டிலும் வைக்க வேண்டும். நாங்கள் படித்து இப்படி ஆகிக் கொண்டி ருக்கிறோம். பிறகு அழவே கூடாது. யார் அழுகிறார்களோ, அவர்கள் இழக்கிறார்கள். தேக- அபிமானத்தில் வந்து விடுகிறார்கள். குழந்தைகளாகிய நீங்கள் ஆத்ம-அபிமானியாக ஆக வேண்டும், இதில் தான் உழைப்பு தேவைப்படுகிறது. ஆத்ம-அபிமானியாக ஆவதின் மூலம் தான் குஷியின் அளவு அதிகரிக்கிறது. இனிமையான பாபா நினைவிற்கு வருகிறார். பாபாவிடமிருந்து நாம் சொர்க்கத்தின் ஆஸ்தியை எடுத்துக் கொண்டிருக்கிறோம். பாபா நமக்கு இந்த பாக்கியசாலி ரதத்தில் வந்து படிப்பிக்கின்றார். இரவும் பகலும் பாபா-பாபா என்று நினைவு செய்து கொண்டே இருங்கள். நீங்கள் அரைக்கல்பத்தின் பிரிய தரிஷினிகளாவீர்கள். பக்தர்கள் பகவானை நினைவு செய்கிறார்கள். பக்தர்கள் நிறைய பேர் இருக்கிறார்கள். ஞானத்தில் அனைவரும் ஒரு பாபாவை நினைவு செய்கிறார்கள். அவர் தான் அனைவருக்கும் தந்தையாவார். ஞானக் கடலான தந்தை நமக்கு கற்பிக்கின்றார், எனும்போது குழந்தை களாகிய உங்களுக்கு மெய்சிலிர்க்க வேண்டும். மாயையின் புயல் வரத்தான் செய்யும். பாபா (பிரம்மா) கூறுகின்றார் - அனைவரையும் விட அதிகமான புயல் எனக்கு வருகிறது, ஏனென்றால் அனைவரையும் விட நான் முன்னால் இருக்கின்றேன். என்னிடம் வருகிறது ஆகையினால் தான் நான் புரிய வைக்கின்றேன் – குழந்தை களிடத்தில் எவ்வளவு வரும். குழப்பமடைவார்களே என்று நான் புரிய வைக்கின்றேன். அனேக விதமான புயல் வருகின்றன, அது அஞ்ஞான காலத்தில் கூட

வந்திருக்காது, அப்படி வருகின்றன. முதலில் எனக்கு வர வேண்டும், இல்லையென்றால் குழந்தைகளுக்கு எப்படி புரிய வைப்பேன். இவர் (பிரம்மா) முன்னால் இருக்கின்றார். பலசாலியாக இருந்தால் மாயையும் கூட பலசாலி யோடு பலசாலியாகி சண்டையிடுகிறது. மல்யுத்தத்தில் அனைவரும் ஒரே மாதிரி இருப்ப தில்லை. முதல், இரண்டு, மூன்றாம் தரம் என்று இருக்கிறது. பாபா விடம் அனைத்திலும் அதிகமான புயல் வருகிறது, ஆகையினால் பாபா கூறுகின்றார், இந்த புயல்களைப் பார்த்து பயப்படாதீர்கள். கர்மேந்திரியங்களினால் மட்டும் பாவ கர்மங்கள் செய்யாதீர்கள். ஞானத்தில் வந்திருக் கிறோம் எனும்போது இது ஏன் இப்படி நடக்கிறது, இதை விட ஞானத்தை எடுக்காமல் இருந்திருந்தாலே நன்றாக இருந்திருக்கும், அந்த எண்ணமே வந்திருக்காதே, என்று நிறைய பேர் கேட்கிறார்கள். அட இது யுத்த மல்லவா. மனைவி முன்னால் இருந்தாலும் கூட தூய்மையான பார்வை இருக்க வேண்டும், சிவ தந்தையின் குழந்தைகளாகிய நாம் சகோதர-சகோதரர்கள் என்று புரிந்து கொள்ள வேண்டும் பிறகு பிரஜாபிதா பிரம்மாவின் குழந்தைகளாவதால் சகோதர- சகோதரிகளாகி விட்டோம். பிறகு விகாரம் எங்கிருந்து வந்தது. பிராமணர்கள் உயர்ந்த உச்சிக் குடுமிகளாவர். அவர்கள் தான் பிறகு தேவதைகளாகிறார்கள் எனும் போது நாம் சகோதர-சகோதரி களாவோம். ஒரு தந்தையின் குழந்தைகள் குமார-குமாரிகளாவோம். ஒருவேளை இருவரும் குமார்-குமாரியாகி இருக்கவில்லை என்றால் பிறகு சண்டை ஏற்படுகிறது. அபலைகள் மீது கொடுமை நடக்கிறது. ஆண்கள் கூட என்னுடைய மனைவி பூதகியைப் போல் இருக்கிறார் என்று கடிதம் எழுதுகிறார்கள். மிகுந்த உழைப்பு தேவைப்படுகிறது. இளைஞர்களுக்கு உழைப்பு தேவைப்படுகிறது. மேலும் யார் கந்தர்வ விவாகம் செய்து கொண்டு சேர்ந்து இருக்கிறார்களோ, அவர்கள் அதிசயம் செய்து காட்டுகிறார்கள். அவர்களுடைய பதவி மிக உயர்ந்ததாக இருக்கும். ஆனால் அப்படிப்பட்ட நிலையை தாரணை செய்தால் தான். ஞானத்தில் கூர்மை யானவர்களாக ஆகி விடவேண்டும். நல்லது!

இனிமையிலும் இனிமையான காணாமல் போய் கண்டெடுக்கப்பட்ட செல்லக் குழந்தைகளுக்கு தாயும் தந்தையுமான பாப்தாதாவின் அன்பு நினைவுகளும் காலை வணக்கமும். ஆன்மீகக் குழந்தைகளுக்கு ஆன்மீகத் தந்தையின் நமஸ்காரம்.

தாரணைக்கான முக்கிய சாரம்:

1) மாயையின் புயல்களைப் பார்த்து பயப்படவோ குழப்பமடையவோ கூடாது. கர்மேந்திரியங்களின் மூலமாக மட்டும் எந்தவொரு விகர்மமும் நடக்காமல் கவனம் வைக்க வேண்டும். ஞானக்கடல் பாபா நமக்கு கற்பிக்கின்றார் என்ற குஷியில் இருக்க வேண்டும்.

2) சதோபிரதானமாக ஆவதற்காக ஆத்ம-அபிமானியாக ஆவதற்கான முயற்சி செய்ய வேண்டும், ஞானத்தை சிந்தனை செய்ய வேண்டும், நினைவு யாத்திரையில் இருக்க வேண்டும்.

வரதானம் : சுப சிந்தனை மூலமாக ஞானக் கடலுக்குள் மூழ்கி இருக்கக்கூடிய அதீந்திரிய சுகத்தின் அனுபவம் உடையவர் ஆவீர்களாக.

எப்படி கடலுக்குள் வசிக்கும் ஜீவராசிகள் கடலுக்குள்ளேயே மூழ்கி இருக்கின்றன, வெளியில் வரவே விரும்புவதில்லை, மீன்கள் கூட தண்ணீருக்குள்ளேயே வசிக்கின்றன. கடல் அல்லது தண்ணீர் தான்

அதன் உலகமாக இருக்கிறது. அதேபோல குழந்தைகளாகிய நீங்களும் சுபசிந்தனை மூலமாக ஞானக்கடலான தந்தைக்குள் என்றுமே மூழ்கி இருங்கள்.கடலுக்குள் மூழ்கி இருக்கும் அனுபவம் செய்யாத வரை அதீந்திரிய சுகம் என்ற ஊஞ்சலில் ஊஞ்சலாடுவதற்கான, என்றுமே மகிழ்ச்சியாக இருப்பதற்கான அனுபவம் செய்ய முடியாமல் இருப்பீர்கள்.இதற்காக சுயம் உங்களை ஏகாந்தவாசி ஆக்கி கொள்ளுங்கள்.அதாவது அனைத்து கவர்ச்சிகளின் அதிர்வலை களிலிருந்து விடுபட்டு உள்முகமானவர் ஆகுங்கள்.

சுலோகன்: உங்கள் முகத்தை எப்பேர்ப்பட்ட மியூசியம் ஆக்கி கொள்வது என்றால், அதில் பிந்துவான தந்தை தென்பட வேண்டும்.

அவ்யக்த சமிக்ஞை - அசரீரி அல்லது விதேகி ஸ்திதியின் பயிற்சியை அதிகப்படுத்துங்கள்

தனது உடலின் பந்தனத்திலிருந்து விலகியவராக தன்னை ஆக்கி கொள்வதற்காக தன்னை அவதாரம் என்று உணர்ந்திருங்கள். நான் அவதாரம் ஆவேன் என்ற இந்த நினைவில் இருந்து உடலின் ஆதாரம் எடுத்து கர்மம் செய்யுங்கள். ஆனால் செய்பவன் என்ற தன்மையின் உணர்வி லிருந்து விலகியவராக இருந்து கர்மம் செய்யுங்கள். நான் செய்தேன், நான் செய்கிறேன்... இந்த சங்கல்பத்தை கூட அர்ப்பணம் செய்து விடுங்கள். அப்பொழுது கர்மத்தின் பந்தனத்தில் கட்டுப்பட மாட்டீர்கள். தேகத்தில் இருந்தாலும் கூட விதேஹி நிலையின் அனுபவம் செய்வீர்கள்.