இனிமையான குழந்தைகளே! பாபாவிடமிருந்து சர்வ சம்மந்தங்களின் சுகத்தைப் பெற வேண்டுமானால் மற்ற அனைத்திலும் இருந்து அன்பை நீக்கி என்னை மட்டும் நினைவு செய்யுங்கள். இது தான் குறிக்கோள்.

கேள்வி: குழந்தைகள் நீங்கள் இச்சமயம் எந்த ஒரு நல்ல கர்மம் செய்கிறீர்கள், அதற்குப் பிரதி பலனாக செல்வந்தர் ஆகி விடுகிறீர்கள்?

பதில்: அனைத்திலும் நல்லதிலும் நல்ல கர்மம் - ஞான ரத்தினங்களை தானம் செய்வது. இந்த அவிநாசி ஞானக் கஜானா தான் டிரான்ஸ்ஃபர் ஆகி 21 பிறவிகளுக்கு அழியும் செல்வமாக ஆகி விடுகிறது. இதன் மூலம் தான் பெரும் செல்வந்தராக ஆகிறீர்கள். யார் எவ்வளவு ஞான ரத்தினங் களை தானம் செய்து, மற்றவர்களுக்கு தாரணை செய்விக் கின்றனரோ, அவ்வளவு செல்வந்தர் ஆகின்றனர். அழிவற்ற ஞானரத்தினங்களின் தானம் செய்வது தான் அனைத்திலும் உத்தமமான சேவை.

ஓம் சாந்தி. சிவபாபா தம்முடைய சாலிகிராம் குழந்தைகளுக்குப் புரிய வைக்கிறார். இது பரமாத்மாவின் ஞானம், தம்முடைய குழந்தைகளாகிய ஆத்மாக்களுக்காக. ஆத்மா, ஆத்மாவுக்கு ஞானம் கொடுப்பதில்லை. பரமாத்மா சிவன் அமர்ந்து பிரம்மா, சரஸ்வதி மற்றும் அதிர்ஷ்ட நட்சத்திரக் குழந்தைகளாகிய உங்களுக்குப் புரிய வைக்கிறார். அதனால் இது பரமாத்ம ஞானம் எனச் சொல்லப்படுகிறது. பரமாத்மாவோ ஒருவர் தான். மற்ற அனைத்தும் படைப்பவரின் படைப்பு களாகும். எப்படி லௌகிக் தந்தை, இவர்கள் அனைவரும் என்னுடைய ரூபம் எனச் சொல்ல மாட்டார். இவர்கள் என்னுடைய படைப் புகள் எனச் சொல்வார். ஆக, இவர் ஆன்மிகத் தந்தை, இவருக்கும் கூட பார்ட் கிடைத்துள்ளது. அவர் தான் முக்கிய நடிகர் மற்றும் இயக்குநர். ஆத்மாவை, படைப்பவர் எனச் சொல்ல மாட்டார்கள். பரமாத்மாவுக்குச் சொல்லும் போது உங்களுடைய வழியும் முறையும் நீங்களே அறிவீர்கள் எனச் சொல்கின்றனர். அந்த குருமார் அனைவருக்கும் அவரவர்க்கென்று தனியாக வழிமுறை உள்ளது. அதனால் பரமாத்மா வந்து ஒரு வழி முறையைத் தருகிறார். அவர் மிகமிக அன்பானவர். அந்த ஒருவரிடம் புத்தியோகத்தை ஈடுபடுத்த வேண்டும். மற்ற யாரிடமும் உங்களுக்கு அன்பு இருந்தாலும் அவர்கள் அனைவரும் ஏமாற்றக் கூடியவர்கள். அதனால் அவர்கள் அனைவரிடம் இருந்தும் புத்தியை விலக்கிவிட வேண்டும். நான் உங்களுக்கு அனைத்து சம்மந்தங்களின் சுகத்தைக் கொடுப்பேன். நீங்கள் என்னை மட்டும் நினைவு செய்ய வேண்டும் - இது தான் இலக்கு. நான் அனைவருக்கும் அன்பான தந்தையாகவும் இருக்கிறேன். ஆசிரியராகவும் இருக்கிறேன். குருவாகவும் இருக்கிறேன். நீங்கள் புரிந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள், அவர் மூலம் நமக்கு ஜீவன்முக்தி கிடைக்கிறது. இது தான் அழிவில்லாத ஞானக்கஜானா. இந்தக் கஜானா டிரான்ஸ்ஃபர் ஆகி பிறகு 21 பிறவிகளுக்கு அழியா செல்வமாக ஆகிவிடும். 21 பிறவி களுக்கு நாம் மிகப்பெரும் செல்வந்தர்களாக ஆகி விடுவோம். இராஜாக்களுக்கெல்லாம் மேலான இராஜாவாக ஆகிறோம். இந்த அழிவில்லாத ஞான செல்வத்தை தானம் செய்ய வேண்டும். இதற்கு முன்போ அழியும் செல்வத்தை தானம் செய்தனர். அப்போது அல்பகால சுகம் அடுத்த பிறவியில் கிடைத்தது. கடந்த பிறவியில் ஏதோ தான-புண்ணியம்

செய்துள்ளனர், அதனுடைய பலன் இப்போது கிடைக்கிறது எனச் சொல்லப்படுகிறது. அந்த பலன் ஒரு பிறவிக்காக மட்டுமே கிடைக்கிறது. ஜென்ம-ஜென்மாந்தரத்தின் பலன் எனச் சொல்ல மாட்டார்கள். இப்போது நாம் என்ன செய்கிறோமோ, அதன் பலன் நமக்கு ஜென்ம-ஜென்மாந்தரத்துக்கும் கிடைக்கும். ஆக, இது அநேக ஜென்மங்களின் பந்தயம். பரமாத்மாவிடம் இருந்து எல்லையற்ற ஆஸ்தியைப் பெற வேண்டும். அனைத்திலும் நல்ல கர்மம் அழிவற்ற ஞானரத்தினங்களை தானம் செய்வதாகும். எவ்வளவு தாரணை செய்து மற்றவர்களையும் செய்ய வைக்கிறீர்களோ, அவ்வளவு தானும் செல்வந்தராக ஆவீர்கள், மற்றவர்களையும் ஆக்குவீர்கள். இது அனைத்தையும் விட மிகச் சிறந்த சேவை. இதனால் சத்கதி கிடைக்கிறது. தேவதைகளின் பழக்க-வழக்கங்களைப் பாருங்கள், எப்படி சம்பூர்ண நிர்விகாரி, அஹிம்சா பரமோதர்மத்தினராக உள்ளனர்! முழுமையான தூய்மை என்பது சத்யுக-திரேதா யுகத்தில் தான் உள்ளது. தேவதைகள் தான் சொர்க்கத்தில் வசிப்பவர்கள். அவர்களைத் தான் உயர்ந்தவர்கள் எனப் பாடுகின்றனர். யார் சத்யுகத்தில் சூரியவம்சி ஆகின்றனரோ, அவர்கள் தான் சம்பூர்ணமானவர்கள். பிறகு கொஞ்சம் கறை படிகின்றது. இப்போது நீங்கள் புரிந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள், தேவதைகள் எந்த சொர்க்கத்தின் நிவாசிகள் என்று. வைகுண்டம் என்பது அற்புதமான உலகம். அங்கே வேறு தர்மத்தினர் செல்ல முடியாது. இந்த அனைத்து தர்மங்களை யும் படைப்பவர் உயர்ந்தவரிலும் உயர்ந்த பகவான். இந்த தேவதா தர்மத்தை பிரம்மா ஒன்றும் ஸ்தாபனை செய்வதில்லை. இவரோ சொல்கிறார், நான் தூய்மையற்ற நிலையில் இருந்தேன், என்னிடம் ஞானம் எங்கிருந்து வந்தது? மேலும் தூய்மையான ஆத்மாக்கள் அனைவரும் தங்களின் தர்மத்தை ஸ்தாபனை செய்வதற்காக மேலிருந்து வருகின்றனர். இங்கோ பரமாத்மா தர்மத்தை ஸ்தாபனை செய்கிறார். எப்போது இவருக்குள் (பிரம்மா) வருகிறாரோ, அப்போது இவரது பெயரை பிரம்மா என வைக்கிறார். பிரம்மா தேவதாய நமஹ, விஷ்ணு தேவதாய நமஹ என்று தான் சொல்லப்படுகிறது. இப்போது கேள்வி எழுகிறது, இந்த தேவதைகளால் மனித சிருஷ்டி படைக்கப் பட்டதா என்ன? பரமாத்மா சொல்கிறார், நான் யாருடைய சாதாரண சரீரத்தில் வருகிறேனோ, அவரது பெயர் பிரம்மா என வைக்கப்படுகிறது. அவர் சூட்சும பிரம்மா என்றால் இரண்டு பிரம்மா ஆகின்றனர். இவருக்கு பிரம்மா எனப் பெயர் வைக்கப்பட்டுள்ளது. ஏனென்றால் சாதாரண சரீரத்தில் வருகிறேன் எனச் சொல்கிறார். பிரம்மாவின் கமல வாயின் மூலம் பிராமணர்களைப் படைக்கிறேன். ஆதி தேவர் மூலம் மனித இனம் படைக்கப் பட்டது. இவர் மனித இனத்தின் முதல் பாபா ஆகிறார். பிறகு பெருகிக் கொண்டே செல்கிறது.

இப்போது உங்களை இராஜாவுக்கெல்லாம் மேலான ராஜாவாக ஆக்குகிறேன். ஆனால் எப்போது தேகத்துடன் கூடவே தேகத்தின் அனைத்து சம்மந்தங்களின் உறவுகளில் இருந்து விடுபடுவீர் களோ, அப்போது தான் அது போல் ஆவீர்கள். பாபா, நான் உங்களுடையவனே தான். இதுவோ நிச்சயம், அதாவது நாம் இளவரசராக ஆகப் போகிறோம். சதுர்புஜங்களின் சாட்சாத்காரம் கிடைக் கிறது இல்லையா? அது யுகல் (ஜோடி). சித்திரங்களில் பிரம்மாவுக்கு 10-20 புஜங்களைக் காட்டு கின்றனர். காளிக்கு எத்தனைப் புஜங்களைக் காட்டுகின்றனர்! இத்தனைப் புஜங்கள் உள்ள பொருளோ கிடையாது. இவை யனைத்தும் அஸ்திர-சஸ்திரங்கள். அவர்களுடையது இல்லற மார்க்கம். மற்றப்படி பிரம்மாவுக்கு இத்தனைப் புஜங்கள் காட்டுகின்றனர் என்றால் புரிந்து கொள்

கின்றனர், பிரம்மாவின் குழந்தைகள் இவருடைய புஜங்களாக உள்ளனர். மற்றப்படி இந்தக் காளி முதலானவர்கள் ஒன்றுமே இல்லை. எப்படி கிருஷ்ணரைக் கருப்பாக்கி விட்டுள்ளனர், அது போல் காளியின் சித்திரத்தையும் கருப்பாக ஆக்கி விட்டுள்ளனர். இந்த ஜெகதம்பாவும் கூட பிராமணி ஆவார். நாம் நம்மை பகவான் அல்லது அவதாரம் எனச் சொல்வதில்லை. பாபா சொல்கிறார், என்னை மட்டுமே நினைவு செய்யுங்கள். உண்மையில் அனைவரும் சிவ குமார்கள், சாலி கிராம்கள். பிறகு மனித சரீரத்தில் வருவதால் நீங்கள் பிரம்மாகுமார் குமாரி எனச் சொல்லிக் கொள்கிறீர்கள். பிரம்மாகுமார் குமாரிகள் பிறகு போய் விஷ்ணுகுமார் குமாரி ஆகிறார்கள். பாபா படைக்கிறார். பிறகு பாலனையும் அவரே செய்ய வேண்டி உள்ளது. அத்தகைய மிக அன்பான தந்தைக்கு நீங்கள் வாரிசுகள். அவரோடு நீங்கள் வியாபாரம் செய்கிறீர்கள். இவரோ (பிரம்மா) இடையில் தரகராக உள்ளார்.

பாபா புனிதமான அரசாங்கமாக உள்ளார். இந்த அரசாங்கத்தையும் கூட பாண்டவ அரசாங்கமாக மாற்றுவதற்காக அவர் வந்துள்ளார். இது நம்முடைய உயர்ந்த சேவையாகும் அரசாங்கத்தின் பிரஜைகளை நாம் பாபாவின் உதவியோடு மனிதரில் இருந்து தேவதை ஆக்குகிறோம். ஆக, நாம் அவருடைய அரசாங்கம் இல்லையா? நாம் உலக சேவகர்கள். நாம் பாபாவுடன் சேர்ந்து வந்துள்ளோம், முழு உலகத்திற்கும் சேவை செய்வதற்காக. நாம் எதையும் பெற்றுக் கொள்வ தில்லை. அழியக்கூடிய செல்வம், மாளிகை, இவற்றை வைத்து நாம் என்ன செய்வது? நமக்கோ மூன்றடி நிலம் வேண்டும்.

குழந்தைகளாகிய உங்களுக்கு இப்போது உண்மையிலும் உண்மையான ஞானம் கிடைத்துக் கொண்டிருக்கிறது. சாஸ்திரங்களின் ஞானத்தை ஞானம் எனச் சொல்ல மாட்டார்கள். அது பக்தியாகும். ஞானம் என்றால் சத்கதி. சத்கதி என்றால் முக்தி-ஜீவன்முக்தி. எது வரை ஜீவன் முக்த் ஆகவில்லையோ, அது வரை முக்தி (விடுதலை) ஆகவும் முடியாது. நாம் ஜீவன் முக்த் ஆகிறோம். மற்ற அனைவரும் முக்தி ஆகின்றனர். அதனால் தான் சொல்கின்றனர், உங்களுடைய வழியும் முறையும் நீங்களே அறிவீர்கள். பிறகு இதிலும் சர்வவியாபி பரமாத்மா என்ற விஷயம் இருப்ப தில்லை. இவரோ சொல்கிறார், கல்ப-கல்பமாக நான் எனது வழிமுறையின் மூலம் அனைவருக் கும் சத்கதி அளிக்கிறேன். சத்கதியுடன் கூடவே கதி (முக்தி) வரவே செய்கிறது. புது உலகத்தில் இருப்பவர்களோ குறைவு. முன்பு சொல்லிக் கொண்டிருந்தோம், ஒரே விநாடியில் சூரியன், ஒரே விநாடியில் சந்திரன், ஒரே விநாடியில் 9 லட்சம் நட்சத்திரங்கள் ஒரே விநாடியில் சூரியன் இச்சமயம் தான். ஒரே விநாடியில் சிவபாபா, இதன் விஸ்தாரம் தான் இவ்வளவும். பிறகு ஒரே விநாடியில் மம்மா பாபா மற்றும் அதிர்ஷ்ட நட்சத்திரங்கள். விவேகமும் சொல்கிறது, சத்யுகத்தில் நிச்சயமாக கொஞ்சம் ஜனத்தொகை தான் இருக்க வேண்டும். பின்னால் எண்ணிக்கை அதிகமாகிறது. இவை அனைத்தும் புரிந்து கொள்ள வேண்டிய விஷயங்களாகும். யார் எவ்வளவு தூய்மை யாக இருக்கிறாரோ, அவ்வளவு தாரணை ஆகும். தூய்மையற்ற தன்மையால் தாரணை குறைவாகி விடும். தூய்மை தான் முதலில். கோபத்தின் பூதமும் இருந்து விடுகிறது என்றால் மாயாவிடம் தோல்வியடைந்து விடுகின்றனர். இது யுத்தம் இல்லையா? குருவிற்கு (தந்தைக்கு) முழுமையாகக் கை கொடுக்க வேண்டும். இல்லையென்றால் மாயா மிகவும் பலம் வாய்ந்தது. யார் கையோடு கை

இணைத்துள்ளனரோ, அவர்களுக்காகத் தான் மழை. எப்படி பாபா சாட்சியாக இருந்து பார்ட்டையும் நடிக்கிறார், பார்க்கவும் செய்கிறார். இதையோ நீங்கள் புரிந்து கொள்ள முடியும், தாய்-தந்தை மற்றும் முக்கியமான அதிர்ஷ்ட நட்சத்திரங்கள் யார் உள்ளனரோ, அவர்களைத் தான் பின்பற்ற வேண்டும். இதுவோ புரிய வைக்கப் பட்டுள்ளது, அதாவது முரளி படிப்பதை ஒரு போதும் விட்டுவிடக் கூடாது. நல்லது.

இனிமையிலும் இனிமையான தேடிக் கண்டெடுக்கப்பட்ட குழந்தைகளுக்கு தாய்-தந்தையாகிய பாப்தாதாவின் அன்பு நினைவுகள் மற்றும் காலை வணக்கம். ஆன்மிகக் குழந்தைகளுக்கு ஆன்மிகத் தந்தையின் நமஸ்காரம்.

இரவு வகுப்பு **23.12.1958**

பாருங்கள், சர்வசக்திவான் பாபாவின் தொழிற்சாலைகள் எத்தனை (அதாவது சென்டர் கள்) உள்ளன! இங்கிருந்து ஒவ்வொருவருக்கும் ஆன்மிக ரத்தினங்கள் கிடைக்கின்றன. பாபா அனைத்துத் தொழிற்சாலைகளுக்கும் சேட்டாக (முதலாளியாக) உள்ளார். மேனேஜர்கள் பராமரித்துக் கொண்டுள்ளனர். கடைகள் நடந்து கொண்டிருக்கின்றன. கடை என்று சொல்லுங்கள், அல்லது ஆஸ்பத்திரி எனச் சொல்லுங்கள் இது பிராமணர்களாகிய உங்களுடைய குடும்பமாகவும் உள்ளது. நீங்கள் கல்வி கற்பதின் மூலம் உங்களுடைய வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதில் ஆன்மிகம் மற்றும் சரீர சம்மந்தம் இரண்டும் சேர்ந்துள்ளது. இரண்டும் எல்லையற்றது. அவர்களுடையது, ஆன்மிகம் சரீர சம்மந்தம் இரண்டும் எல்லைக்குட்பட்டது. சாஸ்திரங்கள் முதலியவற்றின் ஆன்மிகக் கல்வி கொடுக்கும் குருமார்கள் அனைவரும் எல்லைக்குட்பட்டவர்கள். நாம் எந்த ஒரு மனிதரையும் குரு என்று ஏற்றுக் கொள்ளவில்லை. நம்முடையவர் ஒரு சத்குரு, அவர் ஒரு ரதத்தில் மட்டுமே வருகிறார். அடிக்கடி அவரை நினைவு செய்தால் தான் விகர்மங்கள் விநாசமாகும். உங்களுக்கு செல்வம் அந்த கிரான்ட் ஃபாதர் (தாத்தா) இடமிருந்து தான் கிடைக்கிறது. அதனால் அவரை நினைவு செய்ய வேண்டும். விகர்மமாக ஆகிற மாதிரி எந்த ஒரு கர்மமும் செய்யக் கூடாது. சத்யுகத்தில் கர்மம் அகர்மமாக ஆகிறது. இங்கே கர்மம் விகர்மமாக ஆகி விடுகிறது. ஏனென்றால் 5 பூதங்கள் உள்ளன. நாம் முற்றிலும் பாதுகாப்பாக உள்ளோம். பாபா சொல்கிறார், விகாரத்தை தானமாகக் கொடுத்து விடுங்கள். பிறகு அதைத் திரும்பப் பெற்றுக் கொண்டால் நஷ்டமாகி விடும். மறைவாகச் செய்தால் தெரியவா போகிறது என்று நினைக்கக் கூடாது. தர்மராஜருக்கோ தெரிந்து விடும் இல்லையா? இச்சமயம் தான் பாபா அந்தர்யாமி எனச் சொல்லப்படுகிறார். ஒவ்வொரு குழந்தையின் ரிஜிஸ்டரையும் அவர் பார்க்க முடியும். குழந்தைகளாகிய நமக்குள் இருப்பதை அறிந்து கொள்ளக் கூடியவர். அதனால் எதையும் மறைக்கக் கூடாது. இப்படியும் கடிதம் எழுதுகின்றனர் - பாபா, தவறு நேர்ந்து விட்டது, மன்னித்துக் கொள்ளுங்கள். தர்மராஜரின் தர்பாரில் தண்டனை கொடுத்துவிட வேண்டாம் என்று. நேரடியாக சிவபாபாவுக்கு எழுதுவது போல் எழுது கின்றனர். பாபாவின் பெயரால் தபால் பெட்டியில் கடிதத்தைப் போட்டு விடுகின்றனர். பிழையைச் சொல்லி விடுவதால் தண்டனை குறைந்து விடும். இங்கே தூய்மை அவசியம் வேண்டும். சர்வகுண சம்பன்னம், 16 கலை சம்பூர்ணமாக இங்கேயே ஆக வேண்டும். ஒத்திகை இங்கே நடக்கும். பிறகு அங்கே நடைமுறையில் பார்ட் நடிக்க வேண்டும். தன்னைத்தான் சோதிக்க

வேண்டும் - எந்த ஒரு விகர்மமும் செய்யாதிருக்கிறோமா? சங்கல்பமோ நிறைய வரும், மாயா அதிகமாகப் பரீட்சை வைக்கும். பயப்படக் கூடாது. அதிக நஷ்டம் ஏற்படும், தொழில் நடக்காது, கால் உடைந்து போகும், நோய்வாய்ப் படுவீர் கள்.... என்ன நடந்தாலும் பாபாவின் கையை விடக் கூடாது. அநேக விதமான பரீட்சைகள் வரும். முதல்-முதலில் (பிரம்மா) பாபாவுக்கு முன்னால் வருகின்றன. அதனால் பாபா சொல் கிறார், எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டும். பயில்வான் ஆக வேண்டும்.

பாருங்கள், பாரதத்தில் அனைவருக்கும் எவ்வளவு விடுமுறைகள் கிடைக்கின்றன! இந்த அளவுக்கு வேறு எங்கும் கிடைப்பதில்லை. ஆனால் இங்கே நமக்கு ஒரு விநாடி கூட விடுப்பு என்பதே கிடையாது. ஏனென்றால் பாபா சொல்கிறார், ஒவ்வொரு சுவாசத்தின் போதும் நினைவில் இருங்கள். ஒவ்வொரு சுவாசமும் விலைமதிக்க முடியாதது. ஆகவே எப்படி வீணாக்க முடியும்? யார் வீணாக்குகின்றனரோ, அவர்கள் பதவியைக் குறைந்ததாக்கிக் கொள்கின்றனர். இந்தப் பிறவியின் ஒவ்வொரு சுவாசமும் அதிக மதிப்பு வாய்ந்ததாகும். இரவும் பகலும் பாபாவின் சேவையில் இருக்க வேண்டும். நீங்கள் சர்வசக்திவான் பாபாவின் மீது அன்புள்ளவரா, அல்லது அவரது ரதத்தின் மீது அன்புள்ளவரா? அல்லது இருவர் மீதுமா? நிச்சயமாக இருவர் மீதும் அன்புள்ளவராக இருக்க வேண்டும். புத்தியில் இது இருக்கும் - அவர் இந்த ரதத்தில் உள்ளார். அவரது காரணத்தால் நீங்கள் இந்த ரதத்தின் மீது அன்புள்ளவராக ஆகியிருக்கிறீர்கள். சிவனுடைய ஆலயத்திலும் கூட காளைமாடு வைக்கப்பட்டுள்ளது. அதற்கும் பூஜை செய்யப்படுகிறது. எவ்வளவு ஆழமான விஷயங்கள்! இவற்றை தினந்தோறும் கேட்கவில்லை என்றால் ஏதாவது பாயின்ட்டைத் தவற விட்டு விடுவீர்கள். தினந்தோறும் கேட்பவர்கள் ஒரு போதும் பாயின்ட்டுகளில் ஃபெயிலாக மாட்டார்கள். நடத்தை கூட நல்லதாக இருக்கும். பாபாவின் நினைவில் அதிக லாபம் உள்ளது. பிறகு பாபாவின் ஞானத்தை நினைவு செய்வது. யோகத்திலும் லாபம், ஞானத்திலும் லாபம். பாபாவை நினைவு செய்வதில் தான் அதிக லாபம். ஏனென்றால் விகர்மங்கள் விநாசமாகின்றன. பதவியும் உயர்ந்ததாகக் கிடைக்கிறது. நல்லது.

இனிமையிலும் இனிமையான தேடிக் கண்டெடுக்கப் பட்ட குழந்தைகளுக்கு தாய்-தந்தையாகிய பாப்தாதாவின் அன்பு நினைவுகள் மற்றும் இரவு வணக்கம். ஆன்மிகக் குழந்தைகளுக்கு ஆன்மிகத் தந்தையின் நமஸ்காரம்.

தாரணைக்கான முக்கிய சாரம்:

1. சுவாசத்திற்கு சுவாசம் பாபாவை நினைவு செய்ய வேண்டும். ஒரு சுவாசம் கூட வீணாகிவிடக் கூடாது. விகர்மம் ஆகிற மாதிரி எந்த ஒரு கர்மமும் செய்யக் கூடாது.

2. ஆசிரியரின் (குருவின்) கையோடு கை இணைத்து சம்பூர்ணமாக தூய்மை ஆக பாவனமாக வேண்டும். ஒரு போதும் கோபத்தின் வசமாக ஆகி மாயாவிடம் தோல்வி அடையக் கூடாது. பயில்வான் ஆக வேண்டும்.

வரதானம் : (ஸமர்த்) சக்தி வாய்ந்த நிலை என்ற இருக்கையில் அமர்ந்து (வ்யர்த்) வீணானது மற்றும் (ஸமர்த்) சக்தி வாய்ந்தது பற்றிய நிர்ணயம் செய்யக் கூடிய (ஸ்மிருதி) நினைவின் சொரூபம் ஆவீர்களாக.

இந்த ஞானத்தின் (எஸன்ஸ்) சாரமே நினைவு சொரூபம் ஆவது ஆகும். ஒவ்வொரு செயலையும் செய்வதற்கு முன்பு இந்த வரதானத்தின் மூலமாக சக்தி வாய்ந்த (ஸமர்த் ஸ்திதி) நிலை என்ற ஆசனத்தில் அமர்ந்து, இது (வ்யர்த்) வீணானதா அல்லது (ஸமர்த்) சக்தி வாய்ந்ததா என்று நிர்ணயம் செய்யுங்கள். பிறகு செயலில் வாருங்கள். கர்மம் செய்த பிறகு, கர்மத்தின் முதல் இடை கடை, மூன்று காலங்களுமே (ஸமர்த்) சக்தி வாய்ந்ததாக இருந்ததா? என்று செக் செய்யுங்கள். இந்த (ஸமர்த் ஸ்திதி) சக்தி வாய்ந்த நிலையின் ஆசனமே, அன்னப் பறவையின் ஆசனமாகும். இதனுடைய விசேஷதன்மையே, நிர்ணயம் செய்யும் சக்தி ஆகும். நிர்ணயிக்கும் சக்தி மூலமாக எப்பொழுதுமே மரியாதா புருúஷôத்தம நிலையில் முன்னேறிக் கொண்டே செல்வீர்கள்.

சுலோகன்: அநேகவிதமான மனம் சம்பந்தப்பட்ட வியாதிகளை தூர விரட்டுவதற்கான சாதனமாவது - (சைலன்ஸ்) அமைதியின் சக்தி ஆகும்.