

TÔI ♥ YOGA

TÔI YÊU YOGA
ANANDA MARGA THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
Bản tin số 9, Quý 4 Năm 2013



BAN BIÊN TẬP BẢN TIN:

NGUỒN CẢM HỨNG

Shrii Shrii Ananda Murti

BIÊN TẬP

Trần Thị Thiên Ân (Anudhyana)

ĐỌC VÀ CHỈNH SỬA

Lê Thị Thanh Hằng (Hiranmayii)

DỊCH THUẬT:

Phạm Thị Hồng Yến

Ngô Thị Ngọc Dung (Malinii)

THIẾT KẾ TRÌNH BÀY

Didi Ananda Carushila'

KỸ THUẬT

Nirmala

LIÊN LẠC THƯ TỪ

Thư gửi ban biên tập, bình luận, và các ý kiến đóng góp khác cho bản tin vui lòng gửi đến: Radha; Email: tyyhcm@yahoo.com

ĐỂ BIẾT THÊM THÔNG TIN

www.yogahoasen.com

www.anandamarga.org

Quan điểm thể hiện trong bản tin có thể không nhất thiết phản ánh quan điểm của những người biên tập.

**ĐẠO ĐỨC LÀ NỀN TẢNG.
TRỰC GIÁC LÀ CÁCH THỨC.
NHÀ TRUYỀN GIÁO CUỘC
ĐỜI LÀ MỤC TIÊU.**

Shrii Shrii Ananda Murti

THÔNGIỆP CẢM HỨNG NĂM 2014

Loài người, hãy nhớ rằng, Parama Purusa là người bạn thân thiết của chúng ta. Chúng ta không bao giờ đơn độc. Ngài không thể thờ ơ với những đau khổ của chúng ta, Ngài cảm nhận được nỗi đau của bạn. Hành động theo hướng dẫn của Ngài và thoát khỏi đau khổ của bạn.

Shrii Shrii Ananda Murti

Chúc mừng năm mới tất cả mọi người. Các Anh/Chị/Em thân mến,

Bản tin này khá muộn nhưng chúng tôi hy vọng các anh/chị/em thông cảm cho sự chậm trễ này☺

Cuối năm chúng ta có rất nhiều hoạt động khiến chúng ta bận rộn. Chúng ta đã rất vui thích với những sự kiện này. Chúng ta có một hội thảo vào tháng 10 với tổng cộng 10 Acaryas: 8 Dada và 2 Didi. Khóa huấn luyện về làm nhà bằng đất Abode cũng rất thích thú. Và đặc biệt lần đầu tiên trong vòng 20 năm của Ananda Marga Vietnam chúng ta có 5 ngày huấn luyện cho các giáo viên yoga với Dada Vishvarupananda. Đó là một kinh nghiệm tuyệt vời với 70 giáo viên dạy yoga. Đây là một trong số những sự kiện lớn nhất của năm.

Mọi sự kết thúc chỉ là khởi đầu cho những cái mới. Giữ vững tinh thần và quyết tâm không lung lay, chúng ta sẽ tiến đến con đường vinh quang. Với lòng can đảm, niềm tin và sự nỗ lực chúng ta sẽ đạt được những thứ mà chúng ta mong muốn.

Chúc mọi người một năm mới thật hạnh phúc

Didi Ananda Carushila'



Bản tin này dành cho tất cả những người yêu Yoga và quan tâm đến thực hành tâm linh, sức khỏe và các hoạt động phục vụ cộng đồng.

Bản tin này là chiếc cầu nối liên lạc hữu ích giữa chúng ta với nhau và tất nhiên để chia sẻ thông tin tốt lành về các hoạt động đã được Ananda Margiis và những người thực hành Yoga thực hiện.

Đức Thầy của chúng ta Baba (Shrii Shrii Ananda Murti) từng nói rằng bản tin của chúng ta như là thực phẩm của Người. Có thể nói rằng sự ngon miệng của Người là được thấy công việc tốt lành mà Ananda Margiis đang thực hiện trên toàn thế giới.

Chúng tôi hy vọng ấn bản này sẽ mang đến những thông tin hữu ích và thú vị cho các anh/chị/em. Chúng tôi cũng hoan nghênh đón nhận mọi đề nghị, góp ý từ anh/chị/em.

HỌAT ĐỘNG TỪ THÁNG 10/2013 – 12/2013

NỘI DUNG

Chào mừng tất cả mọi người!	2
CÁC SỰ KIỆN SẮP TỚI	3
Nấu ăn chay	3
Trại khám bệnh	3
Hội thảo tâm linh 2013	4
Khóa huấn luyện GV yoga	5
Hội thảo nhà đất sét Abode	6,7
Nơi trú ẩn cho tất cả	8

CÁC SỰ KIỆN SẮP TỚI

Ngày 09/02: Akhanda Kiirtan
Ngày 22/02: Lớp nấu ăn chay Ấn Độ
Ngày 05/03: Dadhichi Divas
Ngày 16/03: Akhanda kiirtan
Ngày 30/03: Hoạt động từ thiện của AMURT



Nấu ăn chay
Dada Yukteshananda

PALAK PAKAORA (SPINACH PAKAORA)

Chuẩn bị

1. Rau cải bó xôi cắt nhỏ từ 4-5 cm
2. Bột Besan (chickpea bột) - 1 ½ chén
3. Ớt xanh cắt nhỏ từ 3-4 cm
4. Ngò thái nhỏ - 2 nhánh
5. Gừng bào mịn - 1 muỗng cà phê (tùy chọn)
6. Dầu ăn - 400cc
7. Hạt thì là - 1 muỗng cà phê thì là (tùy chọn)
8. Hing (Asafetida) - một nhúm
9. Haldi (Nghệ bột) - ½ muỗng cà phê
10. Nai masala (hỗn hợp gia vị miền Nam Ấn Độ) - 1 muỗng cà phê
11. Nêm muối vừa ăn



Cách nấu:

1. Cho bột Besan (chickpea flour) vào một thố lớn, thêm Hing (Asafetida), Haldi (Nghệ bột), Sambar bột, ớt xanh xắt, gừng bào, hạt thì là, muối vừa ăn và trộn đều.
2. Thêm cải bó xôi cắt nhỏ và trộn đều bằng tay. Không pha thêm nước, độ ẩm trong lá rau là đủ làm nhão hỗn hợp (nhồi đều bằng tay để giúp cho bột và rau hòa quyện vào nhau)
3. Làm nóng dầu ăn trong chảo chiên từ 3-4 phút.
4. Thả từng phần nhỏ bột vào dầu và chiên trong lửa vừa cho đến khi trở thành màu nâu vàng.
5. Cho Pakaoras ra đĩa đã lót giấy thấm dầu hoặc rây lọc.
6. Món Palak Pakaora hoàn thành.

* Sốt ăn kèm

Một ít cà chua, một ít ngò, cơm dừa cứng (chỉ một ít, giúp nước sốt có vị béo) cho vào máy xay nhuyễn, nêm tí muối vừa ăn.

Ngày 27/10: Trại khám bệnh tại Phước Tân (AMURT&AMURTEL và MASTER UNIT)



Đây là lần thứ 3 chúng ta tổ chức trại khám bệnh gần Master Unit. Được tổ chức bởi AMURT & AMURTEL cùng với đội Master Unit. Khoảng 200 người đến để khám và chúng ta có 40 tình nguyện viên giúp đỡ để tổ chức sự kiện này. Cảm ơn bác sĩ Trideva và đội ngũ của anh đã luôn giúp đỡ cho những hoạt động này.

Namaskar!

Lần đầu tiên tôi tham dự Hội thảo của Yoga!

Tôi có nghe cô giáo dạy Yoga của mình giới thiệu một số thông tin về Hội thảo. Cảm trên tay Chương trình rất chi tiết của Hội thảo, tôi vẫn còn nhiều mơ hồ lắm! Điều làm tôi quan tâm là tôi biết Hội thảo này mỗi năm tổ chức ở Việt Nam có một lần thôi. và năm nay có 7 Dada và 1 Didi ở nước ngoài về tham dự.

Cũng là lần đầu tiên tôi gạt hết mọi bận rộn của công việc và gia đình để tham dự Hội thảo 2 ngày một đêm này.

Lên xe từ sáng sớm khởi hành về chùa Nam An ở Tiền giang. Tôi thật thích thú khi vừa bước chân vào khuôn viên của chùa. Tôi nghĩ thật là hay! Trong một cái hẻm nhỏ tọa lạc một ngôi chùa rộng rãi, thoáng mát, sạch sẽ và thật trang nghiêm!

Ngày đầu tiên bắt đầu cho buổi lễ khai mạc được ban tổ chức chuẩn bị thật nhanh và chu đáo. Tôi nhớ khoảng 200 người tham gia hội thảo lần này. Những giờ kirtan, thiền tập thể và những bài giảng của các Dada và Didi được thực hiện thật đầy đủ và khá chính xác theo chương trình đã dự kiến.

Vốn sống trong một gia đình có nề nếp, hơn nữa đã qua tuổi tứ tuần nên tôi tuân thủ những qui định của ban tổ chức cũng như những qui định của chùa Nam An một cách tự giác và thấy rất thoải mái. Đặc biệt, giờ kirtan và thiền tập thể diễn ra rất dài và lâu, tôi mỗi tê cả chân nhưng vẫn cố gắng theo mọi người.

Ngày thì sinh hoạt với tập thể gắn liền với những hoạt động như kirtan, thiền, asana... rồi được nghe những bài giảng rất bổ ích về sức khỏe, về thức ăn, về thiền của các Dada và Didi. Được ăn những bữa ăn chay thanh đạm đúng nghĩa. Tối đến ngủ tập thể cùng với nhau trên một chiếc chiếu thật đơn giản, không nệm ấm chăn êm. Tôi thật sự không hiểu rằng tại sao mình không thấy đau lưng, khó ngủ như lúc ở nhà mà tôi còn ngủ thật ngon! (mặc dù 4 giờ sáng là phải dậy rồi và giờ kết thúc của ngày hôm trước là 22 giờ!).

Bản thân tôi trước khi đi hội thảo vốn không khỏe. Tôi mới kết thúc lần hóa trị cuối cùng cho cái u ác tính cách đó khoảng hai tháng. Và dĩ nhiên là sức khỏe tôi chưa ổn định. Tuy ở nhà chỉ làm những việc nhẹ nhàng mà tôi đã thấy mệt kinh khủng, ngày thờ không nổi, đêm ngủ không yên. Khi đăng ký tham gia hội thảo tôi rất lo lắng sợ mình không đủ sức để theo hết chương trình. Vậy mà giống như có một phép màu! Tôi thấy mình khỏe ra rất nhiều và còn thực hiện được chuỗi động tác Asana trước 200 người do Didi Ananda Carushila hướng dẫn trước đó cùng với chị Sương

-Tiếp theo trang sau



Khi về rồi tôi mới ngộ ra rằng, hóa ra những sự cố gắng và những nỗ lực của bản thân mình không vô ích mà còn được đền bù thật thỏa đáng! Tôi giống như được tiếp luồng sinh khí mới khi thấy bản thân mình không còn một chút bệnh tật nào!

Những giờ kirtan và thiền kéo dài nhiều giờ đã giúp tôi phục hồi sức khỏe thật nhanh thật bất ngờ sau đợt hóa trị! Yoga giờ đối với tôi là lẽ sống và vì thế tôi không thể sống thiếu Yoga!

Một thông điệp rất quan trọng mà bản thân tôi muốn chia sẻ khi đã được trải nghiệm đó là chúng ta hãy thật nhập tâm khi tập Asana, khi thiền. Và duy trì lịch nhịn ăn đều đặn hàng tháng thì cơ thể chúng ta rất khỏe, tâm trí chúng ta thật bình an để ta có thể bình tĩnh đối đầu và đủ sức vượt qua mọi trở ngại của cuộc sống và còn giúp đỡ, hỗ trợ những người xung quanh ta.

Trước thềm năm mới, tôi kính chúc gia đình Yoga của chúng ta đón một mùa xuân tràn đầy hạnh phúc và đặc biệt kính chúc gia đình Yoga ngày càng lớn mạnh hơn về chất cũng như về lượng!



20-25/12: Lớp huấn luyện GV Yoga của ANANDA MARGA Bồi Chi Trần Thị Cẩm Tú (Tarita')

Cuối năm mình được nhận một món quà từ vũ trụ, đó là được tham gia một chương trình dạy dành cho những HLV yoga, tất nhiên tôi là "dân ngoại đạo thứ dõm", nhưng có thể vì thế mà cảm hứng vẫn còn bồi hồi.

Nghĩ đi nghĩ lại vẫn thấy tiềm thức tôi nó thiệt là lợi hại, vừa mới ngời mơ màng muốn học thêm 1 nghề tay trái nữa, vì dạo này thấy nghề kiếm cơm bị cạnh tranh quá cho nên "lo xa"... hi hi, thế mà đùng một cái thông tin về khóa học này xuất hiện, mà lại rất chi là rẻ nhé, ngoài dự phòng luôn (vì tôi dự định sẽ dành khoảng 30 triệu theo giá trên thị trường để học và có được một chứng chỉ tương tự như thế này, nhưng ở đây chỉ tốn có 3,5 triệu)

Và các thủ tục phỏng vấn kỹ càng cuối cùng cũng xong, tôi sắp xếp và lên được chiếc xe chở về khu resort Vườn Xoài Đồng Nai, và cuối cùng một lần nữa hi hi... chui ra được sau 1 tuần vật lộn. Ôi, thật là sung sướng không thể tả.

Ý tôi là nó là một chương trình "thanh lọc thân tâm" thì đúng hơn, ví dụ như thế này cho dễ hiểu hén: nếu đi 1 chương trình thiền thì đó là đi thanh lọc tâm, còn đi một chương trình yoga đơn thuần cuối tuần chẳng hạn thì là thanh lọc thân, còn chương trình này đối với tôi là một chương trình thanh lọc thân tâm đúng nghĩa, tôi cảm thấy yêu và phục tằm lòng của toàn thể ban tổ chức, một tấm lòng đúng là tâm linh đúng nghĩa theo ý tôi - không màu mè, không câu nệ, nhưng vẫn đảm bảo những tiêu chuẩn tối thiểu của một chương trình chuyên nghiệp.

- Tiếp theo trang 7

Học làm nhà đất bởi Sister Dhiira'

Ngày còn nhỏ tôi sống ở quê với bà nội, ngày ấy ở quê ai cũng nghèo, nhà nội tôi cũng vậy. Vì thế, trong làng ít ai có nhà gạch mái ngói, chủ yếu là nhà tranh vách đất. Nguyên vật liệu chủ yếu để làm nhà là đất sét ngoài ruộng, trộn rơm khô rồi trét lên khung vách bằng tre. Không biết vách nhà nội tôi có gì ngon mà chị Hai tôi hồi ấy cứ gỡ vách mà ăn ^_^.

Bây giờ chúng tôi đều đã trưởng thành và sống trong một thành phố lớn với những tòa nhà cao tầng, thỉnh thoảng tôi vẫn nhớ ngôi nhà tranh thấp bé của nội tôi đã che chở cho chúng tôi qua nhiều cơn bão của miền Trung, cùng với chị em tôi trải qua nhiều kỉ niệm tuổi thơ êm đềm.

Hôm nay tôi ngồi viết những dòng này sau khi tham gia một khóa học làm nhà đất sét do hội Yoga tổ chức. Thầy giáo hướng dẫn là một người Thái Lan tên là Wiwiat, thầy còn rất trẻ, dễ thương, nhiệt tình và có rất nhiều say mê cũng như kiến thức về những ngôi nhà đất thân thiện với môi trường. Thầy giới thiệu với chúng tôi rất nhiều mô hình nhà đất trên thế giới với những ưu khuyết điểm của từng loại, ngôi nhà đất của nội tôi ngày xưa cũng là một trong những loại hình được áp dụng ở Việt Nam. Tuy nhiên, lần này chúng tôi học là một loại hình nhà đất có rất nhiều ưu điểm mà chưa được áp dụng ở nước ta _ nhà đất sét Adobe. Khóa học chỉ hai ngày thôi, nhưng chúng tôi lĩnh hội được khá nhiều kiến thức để xây một ngôi nhà đất Adobe: từ việc chọn địa hình, chọn loại đất nguyên liệu thích hợp, cách làm gạch, đặt móng cho đến tính toán thời gian, nhân công, số lượng vật tư, giá thành, cách thức xây, tô tường, trang trí.... Theo thầy Wiwiat thì thổ nhưỡng ở đây (Phước Tân), không bị ngập nước, hoàn toàn đáp ứng điều kiện cần để xây một ngôi nhà đất Adobe. Buổi sáng học lý thuyết và xem giới thiệu các mô hình nhà đất trên thế giới, buổi chiều chúng tôi bắt tay vào làm gạch, gạch làm xong chỉ cần phơi khô, không cần nung. Theo tính toán thì cứ 1m² cần 25 viên gạch, như vậy để xây một ngôi nhà 100m² cần phải chuẩn bị khoảng 2500 viên gạch. Công đoạn làm gạch là vui nhất: đầu tiên mỗi người tự tìm mẫu đất khác nhau đem về và cùng nhau làm thí nghiệm để thầy xem loại đất nào làm gạch là tối ưu, rồi chúng tôi cùng nhau trộn đất, nước và trấu bằng đôi chân trần, phải như thế mới cảm nhận được khi nào thì đất mới đủ độ sệt để làm gạch, và tỉ lệ trộn trấu vào đất cũng phải thích hợp để khi phơi gạch không bị nứt, những ngày cuối tuần chúng tôi không cần đi spa nhưng đôi bàn chân vẫn được mat-xa một cách hiệu quả bằng đất, nước và trấu. Công đoạn đập đất, xúc đất, bưng đất đổ khuôn cần một "sức mạnh tổng hợp", chúng tôi chỉ có khoảng 10 người tham gia và làm đã 49 viên gạch (mỗi viên nặng khoảng 13 kg, cao 10cm, rộng 20cm, dài 40cm) sau gần hai buổi, năng suất như vậy chưa cao nhưng vì đây là lần đầu tiên làm chưa có nhiều kinh nghiệm, phải chi có nhiều bạn nam tham gia cùng thì có lẽ vui hơn và năng suất cũng sẽ cao hơn ^_^

Nếu như ngày xưa nghèo chỉ có thể làm nhà đất để ở thì bây giờ trên thế giới, muốn sở hữu một ngôi nhà đất xinh đẹp thân thiện với môi trường lại trở nên rất tốn kém, có nơi người ta thuê hẳn một công ty xây dựng chuyên xây nhà đất, có những khu resort được thiết kế xây dựng hoàn toàn bằng đất sét, rất độc đáo và thu hút. Biết đâu ngành học xây nhà đất lại là một trong những ngành "hot" trong tương lai ^_^ . Theo quan niệm của nhiều người, nhà đất chỉ có thể xây thấp, không thể xây cao tầng được, nhưng theo thầy Wiwiat thì đó là do sự hiểu biết về đất chưa đầy đủ, nhà đất cũng có thể xây không giới hạn chiều cao.

Tuy nhiên, chúng ta không cần phải trau chuốt ngôi nhà chung của chúng ta như những resort, chỉ cần một ngôi nhà đất đơn giản, mát mẻ, không tốn kém - nơi mà mọi người có thể tập trung lại cùng nhau múa hát Kiirtan, thiền và chia sẻ những kinh nghiệm theo lối sống Yoga. Có lẽ điều này cần sự tình nguyện hợp sức của nhiều người. Thầy Wiwiat nói rằng thầy cũng rất bận rộn, như chúng ta vậy. Nhưng thầy hứa sẽ trở lại Việt Nam giúp chúng ta hoàn thiện một ngôi nhà đất mẫu Adobe đầu tiên khi chúng ta đã chuẩn bị đủ gạch, các thứ vật tư kèm theo như khung cửa, cửa sổ... và cùng trong tư thế sẵn sàng ^_^



Nhà đất sét – viết bởi chị Shubhada'

Ngôi nhà thân thiện với môi trường

Ngày 7-8 tháng 12 năm 2013, Didi tổ chức một khóa học làm nhà đất cho những thành viên trong hội Yoga yêu thích loại nhà này. Anh Wiwat, một chuyên gia về nhà đất có nhiều kinh nghiệm đến từ Thái Lan đã hướng dẫn lớp học.

Buổi sáng đầu tiên các học viên được học lý thuyết.

Chúng tôi nghe thầy giới thiệu về phương pháp xây nhà bằng gạch không nung. Theo đó, có nhiều cách để có một ngôi nhà đất, trong đó phổ biến nhất là phương pháp xây nhà bằng gạch được làm từ đất phơi khô có trộn thêm rơm hoặc trấu. Ngoài ra còn có những phương pháp như làm nhà đất có khung bằng tre; làm nhà đất bằng cách nén đất...

Nhà đất không chỉ có chiều cao như ngôi nhà trệt mà ở Yemen người ta còn xây những ngôi nhà cao cỡ 10 tầng.

Nhà đất đang trở thành một xu thế xây dựng vì nó có nhiều ưu điểm như sau:

- dễ làm, ai cũng có thể tham gia làm nhà đất được, từ trẻ em, phụ nữ đến người già, giúp con người phát triển kỹ năng sống.
- Nếu chúng ta tự làm, tự thiết kế với vật liệu có sẵn thì chi phí cho một ngôi nhà rất rẻ.
- Nhà đất thân thiện với môi trường, có thể chịu nóng và lạnh mà vẫn giữ nhiệt độ ổn định bên trong ngôi nhà.

Tuy vậy nó cũng có những bất lợi như trong điều kiện ngập lụt vài ngày thì nó sẽ bị nguy hại.

Sau đó, vào buổi chiều, cả nhóm đã ra hiện trường cùng làm gạch bằng đất. Trước hết anh Wiwat dạy cách chọn loại đất bằng cách phân loại. Sau khi đã chọn được loại đất tốt nhất, đến công đoạn trộn đất với nước và trấu. Sau khi dùng chân tán đất cho nhuyễn để trộn đều, mọi người cùng nhau xách đất ra đóng vào khuôn và phơi trên sân.

Như vậy, sau một ngày vừa học vừa làm, các học viên đã làm được những viên gạch đầu tiên. Sau đó, cả nhóm cùng thiết kế tạo mẫu ngôi nhà mơ ước của mình và anh Wiwat cho nhận xét. Riêng tôi, ngày còn nhỏ tôi đã sống trong một ngôi nhà đất do gia đình và họ hàng với chúng tôi tự xây. Tôi còn nhớ đó là căn nhà nhỏ có vách đất bên trong là khung tre và mái rơm.

Có thể một ngày nào đó tôi lại xây một ngôi nhà bằng đất cho chính mình, sau khi học được kỹ thuật từ khóa học này chẳng?

Và hy vọng mọi người trong hội Yoga sẽ cùng nhau bỏ 1 ngày chủ nhật cùng nhau làm 1000 viên gạch để Didi xây ngôi nhà thiên cho chúng ta.



Lớp huấn luyện GV Yoga của ANANDA MARGA (Tiếp theo trang 5, hình ảnh trang 8)

Và lần đầu tiên tôi hiểu như thế nào là con đường yoga, lâu nay cứ nghĩ yoga chỉ là tập những động tác như những trung tâm ở Sài Gòn mà tôi hay học, nhưng không phải thế. Đây là một con đường thực sự vạch rõ cho một con người muốn thực sự hạnh phúc và bình an trong thế giới vật chất này. Sau khi học với vị thầy chính được mời từ Mỹ về, cùng với sự hỗ trợ của các chuyên gia khác trong chương trình, tôi tò mò và lần mò tìm hiểu kỹ hơn thì càng lúc càng cảm thấy xúc động về mạng lưới và sự phục vụ của tổ chức yoga Ananda Marga này, nó đã có mặt ở Sài Gòn rất lâu với cái tên là Yoga hạnh phúc mà tôi không hề biết. Đặc điểm nổi bật nhất là họ luôn có những chuyên gia được gọi là các Dada và Didi hướng dẫn.

Sau khi học xong, tôi thán phục gì mọi người nhất là ba mẹ và những người thân yêu của mình được đi học những chương trình về yoga được tổ chức theo kiểu thanh lọc thân tâm này, đặc biệt là với mức giá vô cùng phải chăng như thế này nữa. Vì khi đi học về, chắc chắn là tôi làm được người thầy cho chính mình, tôi có thể tự tập yoga ở nhà, biết rõ cách chăm sóc để có một cơ thể khỏe mạnh và một tâm hồn lành mạnh.

Nơi trú ẩn cho tất cả!

Api cet sudurácáro bhajate mámananyabhák;

So'pi pápavinirmuktah mucyate bhavabandhanát.

[Nếu ngay cả những người xấu xa nhất thờ phượng ta với một tâm trí tập trung, ta sẽ giải phóng họ từ ba trói buộc (thể chất, tâm linh và tinh thần)]

Một duracarii là một người có hành động nói ngoài lề xã hội, một trong những người có hành vi gây hại cho người khác. Một người được gọi là duracarii bởi duracarii khác là một suduracarii.

Người ta nói trong kinh điển, và logic cũng nói, đó như là hành động, và cũng là phản ứng. Nhưng nếu thời gian, không gian và con người thay đổi, phản ứng có thể là nhiều hơn hoặc ít hơn.

Sau đó, không có tương lai cho một suduracarii? Không, điều đó không thể. Họ cũng có một tương lai. Con người luôn phạm lỗi; những lỗi có thể là lớn hay nhỏ. Những người phạm sai lầm cũng là thành viên của gia đình của chúng tôi, họ cũng là những người trong xã hội. Họ sẽ đi đâu?

"Nếu, bỏ qua tất cả mọi thứ, một suduracarii nương náu trong Ta [đấng tối cao] và thiên chỉ hướng về Ta mà không có bất kỳ suy nghĩ thứ hai, samskaras của anh ta [chuyển động phản hành động thuộc về tinh thần – (còn gọi là "nghiệp lực")] cũng sẽ được hoàn thành và anh ta sẽ giải thoát khỏi mọi tội lỗi"

" Một người hát lên tên Ta và tìm nơi trú ẩn trong Ta nhất tâm được giải thoát"

Parama Purusa là người bạn thân nhất của bạn. Bạn không bao giờ một mình. Ông không thể thờ ơ với những đau khổ của bạn. Ông cảm thấy nỗi đau của bạn . Hành động theo hướng dẫn của Ngài và thoát khỏi đau khổ của bạn.

Ngày 09 tháng 08 năm 1978, Patna

Xuất bản năm: Ananda Vacanamrtam Phần 1



Chúng ta sẽ sống trong một thế giới hòa bình và với sự nhận thức về tình yêu của Đấng Tối cao trong mỗi hoàng hôn, cánh hoa mỗi hoa đang nở, mỗi nụ cười của trẻ thơ, mỗi nụ hôn của những người yêu nhau, và mỗi nhịp điệu tuyệt vời, đáng ngạc nhiên, kỳ diệu trong trái tim của chúng ta.