

**SỰ ĐỒNG HÀNH
CỦA THƯỢNG ĐẾ**

Nếu ai đó hỏi Dadi Janki, “Bằng cách nào bà có được một trí tuệ như thế, nó đến từ việc nghiên cứu của cá nhân, từ trực giác thánh thiện hay là những bài học từ cuộc đời?” Ngón tay bà hướng lên trên cao, ngụ ý về một Nguồn duy nhất của những kiến thức mà bà chia sẻ. Khi được dò hỏi kỹ hơn, bà tiết lộ, những guru, kinh sách và tín ngưỡng không thể thoả mãn được những câu hỏi trong tâm trí bà, mà sự thấu hiểu thực sự chỉ tới từ kiến thức mà Đấng Tối Cao hé lộ thông qua công cụ hữu hình là Prajapita Brahma, người sáng lập của Brahma Kumaris – Trường Đại học Tâm linh Thế giới (BKWSU).

Dadi vẫn còn nhớ những trải nghiệm yêu thương sâu sắc mà bà nhận được từ Thượng Đế năm 2 tuổi. Hành trình tìm kiếm Chân lý của bà bắt đầu khi 11 tuổi, và tiếp tục cho tới khi bà gặp Brahma Baba sau sự chuyển hoá mãnh liệt của ông. Từ khi còn là một bé gái, bà đã biết tới Brahma Baba, khi đó ông còn đang học tập và thảo luận về những bí mật tối thượng trong kinh sách với bác và người thân của bà. Năm 19 tuổi, khi đi dạo trong công viên, bà gặp lại Baba. Một ánh sáng rực rỡ choáng ngợp toả ra từ người ấy, Dadi sửng sốt chết lặng và bằng trực giác của mình, bà biết điều gì đó thánh thiện và diệu kỳ đã chuyển hoá người đàn ông này. Từ khoảnh khắc ấy, Brahma Baba trở thành công cụ để chia sẻ Chân lý của Thượng Đế, thông qua ngôn từ, sóng rung động và hành động.

Trong suốt 60 năm qua, thông qua cảm hứng và sự hướng dẫn của Brahma Baba, mối quan hệ của Dadi với Thượng Đế đã trở nên sâu sắc, đạt tới một cấp độ nhận thức kiên định. Thông thường trong những tình huống thử thách, Dadi sẽ hỏi bản thân mình “Baba sẽ xử trí với điều này ra sao?” và hình ảnh cùng hành động của Brahma Baba sẽ giúp bà tháo gỡ vấn đề.

Hôm nay, được khích lệ bởi tấm gương của Brahma Baba, Dadi mong ước mang những linh hồn tới gần với Thượng Đế và chia sẻ sự nhiệt tình cùng với năng lượng mà bà trao cho công việc này. Sự dâng nộp và vâng lời Thượng Đế một cách trọn vẹn của Brahma Baba cùng với đức tính khiêm nhường, tinh thần hào phóng và trái tim thuần khiết của ông chính là nguyên tắc dẫn lối cho Dadi và những học sinh của BKWSU cho tới tận ngày nay.

Gửi tới BapDada

*Chúng con cảm ơn
vì những “viên ngọc” sáng bóng đẹp đẽ
và nguyên thủy này và tất cả
những châu ngọc trí tuệ
Dadi đã trao cho tất cả chúng con.*

NỘI DUNG

LỜI GIỚI THIỆU.....	8
TIỂU SỬ DADI JANKI	9
NGƯỜI PHỤ NỮ NẮM GIỮ SỰ THÔNG - THÁI THẤY CỦA NHỮNG NGƯỜI THẦY	10
CẢM HỨNG	11
NIỀM TIN DÀNH CHO NHAU.....	12
GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ	13
BIẾT VỀ THƯỢNG ĐẾ	14
NHỮNG MỐI QUAN HỆ.....	15
CON ĐƯỜNG TÂM LINH	16
ĐỘI QUÂN TÂM LINH.....	17
NIỀM TIN	18
KẾT NỐI VỚI THƯỢNG ĐẾ.....	19
BÌNH ỔN TÂM TRÍ.....	20
THANH KHIẾT	21
BẠN BÈ VÀ NHỮNG MỐI QUAN HỆ	22
TRÍ TUỆ CỦA SỰ BAO DUNG.....	23
TRỞ NGẠI TRÊN ĐƯỜNG.....	24
TRAO TRÁI TIM CHO ĐÁNG DUY NHẤT.....	25
KIẾN TẠO BÌNH AN	26
TIỀN BỘ TÂM LINH	27
TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ.....	28
ĐỨC HẠNH TRUNG THỰC	28
TRUNG THỰC VỚI BẢN THÂN	29
TRUNG THỰC VÀ RÕ RÀNG.....	30
TÌNH YÊU THIẾU CHIỀU SÂU.....	31
YÊU THƯƠNG VÀ TÁCH RỜI	32
ĐẠI DƯƠNG YÊU THƯƠNG.....	33
TÌNH YÊU CỦA THƯỢNG ĐẾ.....	34
TÌNH YÊU HOÀN HẢO.....	35
TÌNH YÊU ĐỐI VỚI VIỆC HỌC TẬP.....	36
DÂNG NỘP TRƯỚC TÌNH YÊU CỦA THƯỢNG ĐẾ.....	37
LÒNG CAN ĐẢM.....	38
ĐỨA CON CỦA THƯỢNG ĐẾ.....	39
BÌNH AN NGUYÊN THUỶ.....	40

TÌNH BẠN.....	41
SO SÁNH VỚI NGƯỜI KHÁC	42
TÔN THƯƠNG CẢM XÚC	43
TÍNH TÂM LINH	44
CHẤT LƯỢNG SUY NGHĨ.....	45
TÁCH RỜI.....	46
LỢI ÍCH CỦA ỒM ĐAU.....	47
ÁNH SÁNG CỦA THƯỢNG ĐẾ.....	48
LÒNG NHÂN TỪ.....	49
SỰ TÔN TRỌNG DÀNH CHO NGƯỜI KHÁC.....	50
THƯỢNG ĐẾ LÀ TẤT CẢ MỌI THỨ CỦA TÔI.....	51
TÌNH YÊU.....	52
TỰ TRỌNG.....	53
TĨNH LẠNG.....	54
TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ.....	55
LOẠI BỎ ĐI NHỮNG THÓI TẬT.....	55
PHÁT TRIỂN SỰ KHIÊM NHƯỜNG	56
THẤU HIỂU.....	57
CÂN BẰNG.....	58
SỨC MẠNH VÀ TÌNH YÊU	59
CẢM XÚC THANH KHIẾT.....	60
ĐAU ĐÓN CƠ THỂ.....	61
THÀNH TỰU	62
PHỤC VỤ TINH TẾ.....	63
SUY NGHĨ THANH KHIẾT	64
TÔN GIÁO.....	65
AN TRÚ TRONG BÌNH AN.....	66
NHỮNG CÁI BÃY	67
LOẠI BỎ THÓI QUEN VÔ ÍCH.....	68
VUI TƯƠI.....	69
TRÒ CHUYỆN VỚI BẢN THÂN.....	70
NGƯỜI TRỊ VÌ BẢN THÂN	71
TRUNG THỰC.....	72
TÔN TRỌNG.....	73
SỨC KHOẺ TÂM LINH.....	75
HỌC TRÒ TÂM LINH.....	76
TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ.....	77

TÌM KIẾM TÌNH YÊU	77
QUAY VÀO BÊN TRONG, TÌNH YÊU Ở ĐÓ	78
TRÁI TIM TAN VỠ	79
TRÁI TIM TRONG SẠCH VÀ TRUNG THỰC	80
KIÊU NGẠO	81
HÀNH ĐỘNG YÊU THƯƠNG ĐẦU TIÊN	82
TÌNH YÊU ĐÍCH THỰC TỪ BẢN THÂN	83
TÌNH YÊU ĐÍCH THỰC TỪ THƯỢNG ĐẾ	84
LUÔN TỬ TẾ	85
TRÁI TIM HẠNH PHÚC & TRÍ TUỆ THANH THẦN	86
KHÔNG ĐỂ BỊ TÔN THƯƠNG	87
TÌNH YÊU LÀ MÃI MÃI	88
CHA MẸ CỦA TÌNH YÊU THƯƠNG	89
HAM MUỐN	90
KIỆN THỨC	<i>Error! Bookmark not defined.</i>
THƯỢNG ĐẾ - ĐÁNG TOÀN NĂNG	92
ĐẠO ĐỨC	93
CHÍNH TRỰC	94
NỀN GIÁO DỤC TÂM LINH	95
SỰ HÀI LÒNG	96
HIỂU VỀ BỆNH TẬT	97
HỌC TẬP	98
THÀNH CÔNG	99
SỨC MẠNH SUY NGHĨ	100
VƯỢT THOÁT	101
HẠNH PHÚC	102
CHÚC PHÚC CỦA THƯỢNG ĐẾ	103
NHỮNG NGƯỜI PHỤC VỤ NỮ	104
KHOAN DUNG/ CHỊU ĐỤNG	105
MANG TỚI BÌNH AN	106
THƯỢNG ĐẾ LÀ AI?	107
GẶP THƯỢNG ĐẾ BẰNG TRÁI TIM	107
NHẬN RA THƯỢNG ĐẾ	108
CHẠM VÀ HIỂU	109
SỰ ĐỒNG HÀNH CỦA THƯỢNG ĐẾ	110
VỀ NHÀ	111
TRỞ THÀNH	112

THỪA KẾ	113
KIẾN THỨC VÀ SỨC MẠNH	114
PHẦN VAI CỦA THƯỢNG ĐẾ.....	115
KẾT THÚC CUỘC TÌM KIẾM.....	116
SỰ ẢNH HƯỞNG.....	117
VỖ KỊCH CUỘC ĐÒI I	118
VỖ KỊCH CUỘC ĐÒI II.....	119
VỖ KỊCH CUỘC ĐÒI III	120
TRỢ GIÚP THƯỢNG ĐẾ	121
LỖI LẦM	122
DẪN DẮT NGƯỜI KHÁC	123
LÀ MỘT GIÁO VIÊN	124
KIỂM TRA BẢN THÂN	125
HƯỚNG NỘI.....	126
TÍN NGƯỠNG VÀ TRÍ TUỆ.....	127
TRÍ TUỆ	128
HỢP TÁC.....	129
SỰ MỜI MẺ	130
SỰ BẢO VỆ.....	131
KIÊN NHẪN.....	132
HẠNH PHÚC VĨNH HẰNG	133
KHIÊM NHƯỜNG.....	134
LO LẮNG.....	135
TRỞ NGẠI NỘI TÂM.....	136
THAY ĐỔI SUY NGHĨ.....	137
CHIÊM NGHIỆM VÀO SÁNG SỚM	138
LÒNG KHOAN DUNG TÂM LINH	139
SỨC MẠNH.....	140
LIỀU THUỐC TÂM LINH.....	141
NHẬN THỨC BẢN THÂN.....	142
BƯỚC ĐI TRÊN CON ĐƯỜNG TÂM LINH.....	143

LỜI GIỚI THIỆU

Cuốn sách này đã chậm trễ khá lâu, có lẽ là vài thập kỉ. Theo nhiều cách, nó khá đặc biệt rằng Dadi Janki vẫn chưa được thế giới biết đến rộng rãi vì trí tuệ và những thành tựu của bà.

Những thành tựu thường được đo lường bởi địa vị, sức mạnh và sở hữu, chúng thông thường có được thông qua một quá trình tích lũy. Những thành tựu của Dadi lại là sự đạt được theo một chiều kích khác: thông qua sự từ bỏ. Trong 60 năm trước đó, sự thực hành thường nhật của Dadi đã mang vị trí của bà gần kề nhất có thể với Thượng Đế để có được những cuộc trò chuyện riêng tư và sự hướng dẫn trong tĩnh lặng. Bà đang là Đồng Quản lý Lãnh đạo Trường đại học Tâm linh Thế giới Brahma Kumaris giờ đang mở rộng ra quốc tế. Không có gì là xấu nếu ai đó không được học tập chính thống.

Dadi sẽ không bao giờ tự cho rằng mình có bất cứ tài sản nào, ngoại trừ những đức hạnh của linh hồn, và thậm chí với bà những điều này cũng thuộc về Thượng Đế. Thế nhưng, khi cuộc đời bà bị sát hạch trên cấp độ vật chất, bà đã trở thành công cụ cho vô số những phép màu hữu hình. Khi bà tới Luân Đôn vào năm 1974, bà đã chia sẻ một căn hộ với hai phòng ngủ nhỏ ở Kilburn. Đây là trung tâm Brahma Kumaris đầu tiên nằm ngoài Ấn Độ. Trong suốt thập kỉ 80, số lượng học sinh chính quy ở Luân Đôn đã lên tới hàng trăm. Họ bắt đầu mỗi ngày trong một trung tâm cộng đồng ọp ẹp ẩm ướt ở Dudden Hill. Đây là khoảng thời gian từ bỏ, được dẫn dắt bởi Dadi, điều đã mang lại nhiều bài học và cảm hứng cho tất cả chúng ta. Trước năm 1991, Nhà hợp tác Toàn cầu, trường Đại học của Trung tâm Quốc tế mới cũng đã được xây dựng ở tây bắc Luân Đôn. Năm 1993, một ngôi nhà theo phong cách Palladis bên ngoài Oxford đã được mua để trở thành Trung tâm Retreat Toàn cầu. Và gần đây hơn, năm 1995, Dadi đã truyền cảm hứng và trông nom việc mua tài sản ở Phố Regent, nơi mà bây giờ đang là Trung tâm Thông tin Brahma Kumaris.

Mỗi điều trong số đó, cùng vô số những điều khác nữa quanh thế giới, đều là công trình kỉ niệm của hàng thập kỉ phục vụ vô vị lợi và cởi bỏ ego. Chúng là bằng chứng về việc cách mà vũ trụ sẽ hợp lực trợ giúp cho những ai có những mong ước chân thành và cảm hứng nâng đỡ tâm linh cho những người tìm kiếm bản thân mình và Thượng Đế.

Trong hai thập kỉ trước, với lời mời của những học sinh và giáo viên của trường đại học trên 60 quốc gia, Dadi Janki đã liên tục đi vòng quanh thế giới. Mỗi buổi sáng, bà nói chuyện tại trung tâm nơi bà ghé thăm, bao gồm vài ngày một tuần ở Nhà Hợp tác Toàn cầu, cơ sở của bà ở Luân Đôn. Vào buổi chiều, bà trao bài giảng tại những chương trình cộng đồng và sự hướng dẫn đặc biệt cho giáo viên của Trường đại học.

Nó dường như chắc chắn rằng vào bất cứ thời điểm nào người phụ nữ xuất chúng này cũng sẽ trở nên nổi tiếng khắp thế giới. Có lẽ cuốn sách này, theo một cách nào đó, là một bước đi tới thành tựu ấy. Nhiều cái đầu và đôi tay đã góp sức với tình yêu thương chan chứa dành cho ấn phẩm xuất bản đầu tiên về những lời dạy của Dadi Janki từ những lớp học và bài giảng trong 10 năm. Mặc dù lời ngợi ca là không cần thiết, nhưng sự ghi nhận là quan trọng. Deirdrie O'Toole đã rà lại hàng trăm bài giảng và lớp học để biên soạn những trích dẫn từ những chủ đề khác nhau. Sharonah Stillerman đã dịch những lời dạy của Dadi với ngôn từ cốt lõi, mạnh mẽ và sáng tỏ. Carol Rickard và Mary Newton đã góp đôi tay khéo léo và trí tuệ để biên soạn và điều hướng trải nghiệm đọc của cuốn sách. Jillian Sawers và Liz Corrigan đã xử lý rất nhiều ngôn từ và được kiên nhẫn kiểm nghiệm bởi Lynn Henshall và Joy Genese. Marisa Jacobs đã thiết kế đồ họa đơn giản và tao nhã cho mỗi trang, tất cả đều đóng góp cho thành quả mà các bạn đang được thấy trước mặt mình lúc này.

Chào mừng tới với tâm trí và trái tim của Dadi Janki. Chúng tôi chắc chắn bạn sẽ có được rất nhiều niềm vui thích khi nhúng mình trong những trang sách cuốn hút và mạnh mẽ này, bất cứ khi nào bạn mong ước gặp gỡ bậc thầy tâm linh sống và là người đồng hành gần kề với Thượng Đế này.

TIỂU SỬ DADI JANKI

Dadi Janki là một người phụ nữ trí tuệ... Một người phụ nữ, thông qua việc thấu hiểu những sự thật tâm linh, đã đạt đến trạng thái bình an và sức mạnh nội tâm. Trong một thế giới đang bập bênh bên rìa của những hỗn loạn “cực độ”, Dadi Janki đã khám phá ra thế giới của riêng mình, cân bằng và trật tự.

Ở độ tuổi 80, Dadi Janki được quốc tế ghi nhận như một người thầy và người cố vấn vĩ đại, và tiếp tục trao cảm hứng cho nhiều người đang tìm kiếm bình an và hài hoà trong trái tim họ và trên quê hương họ.

Là Đồng Quản lý Lãnh đạo Trường đại học Tâm linh Thế giới Brahma Kumaris (BKWSU), Dadi Janki là một tấm gương lãnh đạo cho tất cả nữ giới và nam giới, những người đang tìm kiếm để hợp nhất cả những phẩm chất mang tính nam và tính nữ vào trong tính cách và cuộc sống chuyên môn của mình. Dadi yêu thích việc gắn kết mọi người từ tất cả đức tin và đẳng cấp cuộc sống với bản thể tâm linh của họ; để thực hiện phần vai độc nhất của cá nhân trong vở kịch tạo ra tương lai – một thế giới đáng sống cho những thế hệ. Tóm lại, Dadi Janki kêu gọi chúng ta trở về với tiềm năng của mình.

“Thế giới nào đang được tạo lập, vượt thoát khỏi mùa đông của chiến tranh, khổ đau, nghèo đói, ô nhiễm và chết chóc? Trong mùa đông, chúng ta thấy trước mùa xuân. Những người có tầm nhìn tích cực về tương lai trao cho chúng ta hình ảnh của một thế giới trên hành tinh này nơi mọi thứ được trao tặng tự do, nơi những tiềm năng cao nhất của con người được nhận ra trọn vẹn. Nhưng chúng ta có thể đạt tới trạng thái đó chỉ khi có những người lãnh đạo mang chúng ta tới đó.”

Dadi Janki

Sự ghi nhận về những việc làm của Dadi diễn ra vào năm 1992, khi bà được mời tới như một trong 10 Người nắm giữ Trí tuệ - nhóm những nhà lãnh đạo tâm linh kiệt xuất. Nhóm được triệu tập để tham mưu cho Hội nghị Trái đất ở Brazil về những tình thế tâm linh nan giải của thế giới điều khiển cho những vấn đề môi trường toàn cầu nghiêm trọng hơn.

Trong 57 năm trước đó, Dadi Janki đã cống hiến cuộc đời mình cho công việc phục vụ nhân loại. Bà đã bắt đầu việc học tập tâm linh của mình vào năm 1937 ở độ tuổi 21 và là một trong những thành viên sáng lập của BKWSU. Bà đã dành 14 năm trong một cộng đồng kín nơi việc thiền định mãnh liệt được thực hành và việc học tập kiến thức tâm linh đã trao cho bà một nền tảng vững chắc cho tương lai. Mong ước thanh khiết nhất của Dadi đó là tất cả mọi người đều tìm thấy sự thật vốn có về tính tâm linh của mình, tức là nhận ra tiềm năng của mỗi quan hệ cá nhân với Thượng Đế, Linh hồn Tối cao. Bản chất, đây là nền tảng công việc của cả đời bà.

Thông qua BKWSU nơi mà Dadi làm đồng quản trị, những nguyên tắc phương đông cổ xưa của Raja Yoga được truyền dạy. Điểm tựa của Raja Yoga đó là một phương pháp thiền định tĩnh lặng, điều mà trong 23 năm đã mang lại cho nhiều người ở ngoài Ấn Độ nhưng có sự quan tâm cơ hội thấu hiểu và trân trọng sâu sắc hơn những giá trị của bản thân, cách nhìn nhận về chính mình, tương lai của họ và niềm tin của họ. Dadi Janki đã là một công cụ trong việc mang tới và diễn giải triết lý quản trị bản thân vô giá này từ một phạm trù thần bí của Ấn Độ thành một phạm trù thực tiễn cho thế giới hiện đại của chúng ta.

Nói chung, Dadi Janki là một người có tầm nhìn, một người có tính cách lạc quan vững vàng và một trái tim giàu lòng trắc ẩn độc nhất. Bà là một linh hồn từ chối việc đặt ra mọi giới hạn và rào cản đối với những điều có thể đạt được và vì thế truyền cảm hứng cho những người khác tin rằng họ cũng có thể khiến những điều không thể thành có thể.

NGƯỜI PHỤ NỮ NĂM GIỮ SỰ THÔNG THÁI THẦY CỦA NHỮNG NGƯỜI THẦY

Bởi chị Jayanti

Một con người có thể khiến Thượng Đế trở thành một Người Bạn luôn gần kề được không? Dadi Janki đã chứng tỏ rằng có thể có một mối quan hệ sống động đầy ắp tâm linh. Đây có lẽ là sự đóng góp vĩ đại nhất của Dadi dành cho cuộc đời của hàng nghìn người – chuyên đổi hình ảnh của Thượng Đế từ một nhân vật xa cách sợ hãi và kính nể trở thành Cha mẹ Yêu thương, Người thầy Thông thái, Đáng chăm sóc, hỗ trợ, dưỡng nuôi và nâng đỡ mỗi người. Chị có thể được miêu tả giống như một thợ điện – người có thể sửa chữa những đường truyền bị đứt, kết nối lại dây điện của linh hồn với Nguồn Ánh sáng và Sức mạnh Tối cao, Nguồn năng lượng – Thượng Đế.

Với sự khiêm nhường, và một trái tim trong sạch tới mức chỉ nhìn thấy những điều tốt đẹp bên trong mỗi người, Dadi đã thấm hút Chân lý từ Thượng Đế sâu sắc tới mức mỗi hơi thở và mỗi khoảnh khắc đều được rót đầy với trí tuệ đó. Số phận đã đưa tôi gặp Dadi khi tôi 8 tuổi. Trong ký ức của một đứa trẻ, chủ yếu là tình yêu và trái tim hào phóng của Dadi – liên tục chia sẻ những món quà vật chất và tâm linh. Cuộc đời yogi ôn định và kiên định của Dadi là một sự nhắc nhở cho tôi trong suốt những năm tháng thanh niên với những thanh đối bất thường. Vào thời điểm khi tôi sẵn sàng lắng nghe, Dadi chia sẻ với tôi những sự thật sâu sắc, điều đã mở ra những cánh cửa bị đóng trong nhận thức của mình.

Những sự kiện đưa Dadi và tôi tới Luân Đôn cùng nhau vào tháng 4, năm 1974. Sống cùng Dadi cả ngày lẫn đêm là một vận may diễm phúc tuyệt vời, nó khiến linh hồn được học, thử thách, phát triển và biến đổi. Tôi quan sát Dadi chơi với những viên ngọc kiến thức tâm linh và chia sẻ chúng vào mọi khoảnh khắc. Dadi không bao giờ mệt hay bận rộn, không bao giờ là quá muộn. Chị giữ đường truyền của mình luôn trong sạch và rộng mở để ánh sáng và tình yêu của Thượng Đế có thể liên tục rót đầy mình. Sau đó chị cũng kiểm soát để bước ra khỏi đường truyền đó, để mà ánh sáng và tình yêu có thể tuôn chảy tới mỗi người bước vào vùng tương tác với chị. Là một người phiên dịch cho Dadi trong vài năm là một việc học tập và đào tạo độc nhất. Tôi có thể lặng lẽ quan sát những linh hồn tới với sự buồn khổ và rời đi nhảy múa với niềm vui. Những linh hồn tới với sự hoang mang, và Dadi khiến họ nhìn ra những góc cạnh họ không thể tự mình nhận thức, rồi rời đi với sự rõ ràng và sức mạnh. Mỗi ngày, Dadi làm việc với hàng trăm, đôi khi là hàng ngàn người, và chị sẽ trao cho mỗi người sự trân trọng và lắng nghe họ với sự tôn trọng. Đôi khi, sự kiên nhẫn của chị sẽ bị thách thức, đôi khi là niềm tin, nhưng Dadi chưa bao giờ đánh mất niềm tin dành cho những linh hồn hay buông xuôi niềm tin dành cho họ. Chị nhận ra phẩm chất của họ rõ ràng hơn chính bản thân họ và thức tỉnh họ để họ đạt tới tiềm năng của mình. Hoàn toàn hợp lý khi Người sáng lập, Brahma Baba, đã giao phó cho chị vai trò là Thầy của những người thầy.

Sức mạnh giao tiếp của Dadi vượt xa khỏi ngôn từ chị sử dụng. Thực tế, mỗi lời được nói ra đều đến từ chiều sâu của trải nghiệm và áp dụng. Mặc dù chính những thí nghiệm với sức mạnh tĩnh lặng của chị là điều mang lại sức ảnh hưởng lớn nhất. Sức mạnh tĩnh lặng được rót đầy bởi tình yêu và niềm vui từ Thượng Đế thay đổi rõ ràng thái độ của con người. Chiều sâu của sự tĩnh lặng tỏa ra từ hiện diện của chị đã giải đáp nhiều câu hỏi. Sức mạnh tĩnh lặng khiến tầm nhìn và giấc mơ trở thành thực tế thực tiễn, giải quyết nhiều trở ngại trên đường.

Dadi Janki là minh chứng cho phương pháp vượt thoát mọi giới hạn – tuổi tác, sức khỏe, giới tính, tính cách và bản tính – để sống dưới mái vòm yêu thương của Thượng Đế và chia sẻ sự bảo vệ đó với tất cả.

Chị Jayanti – Giám đốc Brahma Kumaris tại Luân Đôn

CẢM HỨNG

Chúng ta có thể phục vụ những người quanh mình như thế nào?

Bằng việc khiến cuộc sống của mình trở thành một nguồn cảm hứng và tương tác với sự khéo léo và thông thái.

Thậm chí nếu không có cơ hội cho những cuộc nói chuyện thực tế, chúng ta vẫn có thể học cách đón nhận sự hiện diện của người khác một cách tích cực, trao sự chú ý cho những điều tốt lành nơi họ và khiến cho những điểm đặc biệt của họ trở thành một phần của mình.

Điều này tạo ra một bầu không khí yêu thương và trân trọng, thế rồi việc chia sẻ những trải nghiệm tâm linh sẽ dễ dàng hơn.

Chúng ta nên vui tươi và cuộc sống của chúng ta sẽ trở thành một ví dụ để họ sẽ nói rằng: “Đây là một thiên thần.”

NIỀM TIN DÀNH CHO NHAU

Nếu cần phải nhận lấy trách nhiệm cho điều gì đó, hẳn là, em nên nhận lấy. Mặc dù vậy, nếu tình huống không phải là công việc của em, hay ai đó khác mới là người chịu trách nhiệm, thì đừng để mình bị cuốn vào nó. Nếu em muốn giúp đỡ, em có thể vẫn tham gia nhưng theo một cách tinh tế hơn thông qua niềm tin.

Niềm tin có thể giúp người khác rất nhiều. Nó không phải là một niềm tin mù quáng – khoanh tay đứng nhìn một cách vô dụng – mà nó có nghĩa là giữ bản thân cảnh giác với những gì đang diễn ra, và sau đó rót đầy người ấy với sức mạnh từ niềm tin của em tới mức mà họ cảm thấy bản thân có thể hoàn thành bất cứ điều gì cần thực hiện. Nếu người kia trung thực và chân thực, niềm tin của em sẽ hữu ích cho họ. Theo cách này, chúng ta có thể học việc trao sự trợ giúp đích thực cho nhau.

GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ

Có một mẹo để giải quyết vấn đề đó là truy xuất gốc rễ cả vấn đề thậm chí trước khi nó kịp lộ diện.

Điều này cần tới những phẩm chất như có mục tiêu, sự rõ ràng và sự trung thực, bởi vì giải pháp cho mọi vấn đề là Chân lý. Chân lý chính là tính tâm linh của em, nó là cốt lõi, từ đó mà thái độ và những quan điểm được phát triển. Chân lý, Sự thật này sẽ mang em gần kề với Thượng Đế, và sự tác động thanh khiết của Người sẽ khiến em nhận thức được cốt lõi của bất cứ vấn đề nào một cách dễ dàng. Làm việc với vấn đề ở cấp độ cốt lõi của nó là một trải nghiệm đẹp. Vẻ đẹp này có tác động chuyển hoá, không chỉ đối với bản thân em và với vấn đề, mà còn với những ai tạo ra nó.

Mỗi ngày, em nên hỏi bản thân mình, em đã nghĩ về bản thân với hình thể cốt lõi của mình nhiều bao nhiêu, nghĩa là, như một thực thể tâm linh, một đứa con của Đấng Thánh Thiện. Đây là phương pháp để phát triển nhận thức của em và cũng là vẻ đẹp tâm linh nữa. Điều này khiến cho việc giải quyết vấn đề thật dễ dàng.

BIẾT VỀ THƯỢNG ĐẾ

Bằng cách nào mà em biết được thời điểm mình đã nhận ra Thượng Đế như Người vốn là?

Dấu hiệu chính đó là:

Em bắt đầu trở nên giống như Người:

Em tiếp nhận mọi thứ từ bản chất và khía cạnh tâm linh của nó;

Em nhìn và tương tác với mọi người dựa trên nền tảng bản thể tâm linh của mình và của họ. Em điềm tĩnh, không chút nao núng với những giá trị không thể bị suy mòn.

Sự nhận ra đích thực về Thượng Đế

- Người là ai và Người trao thứ gì –

sẽ khiến em cảm thấy như thể mình thuộc về Người và Người thuộc về em, tất cả những gì Người có trở thành của em.

NHỮNG MỐI QUAN HỆ

Khi một mối quan hệ không suôn sẻ, nguyên nhân thường là do có những nhu cầu và kì vọng không được đáp ứng. Có lẽ cũng sẽ có những cơn giận hay hận thù nhiều đến mức mà em chỉ mong ước có một điều là có thể cao chạy xa bay khỏi nó.

Cho dù vậy, đó không phải là giải pháp! Nó đơn thuần phản ánh sự thiếu hụt trong hiểu biết của em về gốc rễ thực sự của vấn đề.

Gốc rễ của mọi nhu cầu và kì vọng là một khao khát tâm linh chưa được vui thoả. Hãy thoả mãn mong ước tâm linh của em thông qua thực hành thiền và rồi em sẽ có thể tương tác một cách thành công với bất cứ ai.

Không còn nhu cầu, em sẽ bước vào những mối quan hệ đơn thuần chỉ để sẻ chia và tận hưởng. Sẽ không còn những sợi dây gắn kết khi em trao tặng bản thân mình và tình yêu thương của em sẽ vô điều kiện.

Chúng ta phải học cách mang tính tâm linh vào trong những mối quan hệ của mình. Những người khác sẽ học bằng tấm gương của chúng ta.

Đây là cách để truyền cảm hứng và nâng đỡ lẫn nhau.

CON ĐƯỜNG TÂM LINH

Con đường tâm linh giống như một trường học. Không phải là mt trường học thông thường nơi dạy những kĩ năng thông dụng, mà là một ngôi trường tâm linh nơi em học những kĩ năng thuộc về tinh thần: như việc bằng cách nào để loại bỏ những tì vết khỏi nhân cách của mình, hay bằng cách nào để giữ bản thân không bị ảnh hưởng bởi những tác động tiêu cực xung quanh.

Một số người nghĩ rằng nếu họ đi theo con đường tâm linh, họ sẽ không thể trau dồi những tài năng của mình. Mặc dù vậy, kiểu tài năng nào mà con người ngày nay thực sự cần tới? Loại bỏ đi ego – cái tôi giả tạo chính là một tài năng vĩ đại; yêu thương người khác cũng là một tài năng. Không cần phải học tất cả những thứ phức tạp khác. Nếu em có bản tính tự nhiên của việc đi theo Thượng Đế, sau đó bản tính của Thượng Đế sẽ trở thành của em. Hãy trở nên chân thật, hiển lộ bản ngã đích thực của mình thông qua việc học tập tâm linh, và đạt được một tấm bằng tâm linh!

ĐỘI QUÂN TÂM LINH

Đôi nghịch với lực lượng ma quỷ và giả dối, quân đội tâm linh giờ đang được kiến tạo. Thế lực ma quỷ là tất cả các kiểu hình thái của sự tiêu cực. Em phải làm gì để có thể là một chiến sĩ tâm linh giỏi? Trước tiên, đừng sợ hãi. Dù cho những thế lực tiêu cực có ở bên trong bản ngã và tồn tại trong thế giới này, thì niềm tin ở chiến thắng sau cùng sẽ trao cho em sức mạnh đối mặt với mọi thử thách. Thứ hai, hãy chú ý tới việc trở nên đầy ắp đức hạnh, không chỉ là giữ mình bình an không thôi. Đồng thời, hãy cảnh giác. Sự cảnh giác có lẽ là đặc điểm quan trọng nhất của một chiến binh thành công. Tất cả mọi thứ của quân đội nằm trong sự cảnh giác – sự thúc đẩy, tiến bộ, chiến thắng và thất bại. Nếu một chiến binh không có sự cảnh giác, anh ta sẽ bị sa thải. Sự cảnh giác tâm linh sẽ giúp em nhận ra sự tiêu cực ngay khi nó lộ diện. Cuối cùng, nếu thậm chí chỉ một linh hồn giữ mình cảnh giác, thì cũng sẽ có sự an toàn cho rất nhiều người.

NIỀM TIN

Niềm tin là thiết yếu nếu em muốn giúp đỡ người khác.

Có hai kiểu niềm tin – tin tưởng người khác và khiến người khác tin tưởng em. Người ta sẽ tự nhiên có sự tin tưởng khi họ thấy em vượt qua những vấn đề một cách chắc chắn và vững vàng. Mặc dù vậy, một cách mạnh mẽ và lâu bền hơn để có được niềm tin của con người đó là trao cho họ trải nghiệm về niềm tin của em dành cho họ.

Đây là một nghệ thuật có thể được tôi luyện bằng cách sau:

Đừng bao giờ nghe những lời đồn và đừng bao giờ nuôi dưỡng nó bên trong em; đừng hình thành nên những sự phán xét hay quan điểm; thay vào đó, hãy giữ những cảm xúc tâm linh và trong sạch. Học cách phát triển những mong ước tốt lành cho nhau. Đây là phương pháp nền tảng để phát triển khả năng tin tưởng của em.

KẾT NỐI VỚI THƯỢNG ĐẾ

Sự kết nối với Thượng Đế là tự động đối với những ai có niềm tin.
Có một câu nói về niềm tin trong cuộc sống,
“Bất cứ thứ gì xảy ra đều tốt,
Bất cứ thứ gì sắp xảy ra thậm chí còn tốt hơn”.

Để phát triển niềm tin, hãy bỏ đi sự kiêu ngạo của em và khiến trí tuệ em trong sạch. Đừng để bản thân bị ảnh hưởng bởi bất cứ ai.

Lắng nghe Thượng Đế với ý thức mình là một đứa con của Người.
Đừng nghe một cách bất cần.

Lắng nghe chăm chú, với tình yêu thương và sự dâng nộp.

Sau đó, khi suy nghĩ hay đơn giản là trò chuyện với bản thân hãy giữ mình nhớ tới những gì Thượng Đế đã nói.

Mối quan hệ của em với Thượng Đế càng sâu sắc bao nhiêu,
em sẽ càng nhận được nhiều sức mạnh bấy nhiêu.

Sợ hãi kết thúc,

em bắt đầu cảm thấy mọi thứ trong cuộc đời mình trở nên dễ dàng.

Em trở nên trong sáng, khôn ngoan và tốt đẹp.

BÌNH ỔN TÂM TRÍ

Đừng trao cho tâm trí quyền phá rối.

Một tâm trí rối loạn dễ dàng bị tác động.

Nó sẽ lấy đi bình an của em.

Hãy học cách duy trì sự bình an của mình bằng việc khiến bản thân tự do khỏi những gắn kết.

Sự cạnh tranh hay so sánh bản thân với người khác sẽ khiến em không thể tập trung hướng nội. Sự tập trung hướng nội cho em phép neo ánh nhìn với bản thể cao hơn của mình. Hãy nhớ bản tính nguyên thủy của em. Nó cho phép em kết nối với Đấng Thánh Thiện. Sau đó, nó sẽ trở nên dễ dàng để nhận ra những suy nghĩ vô ích và thay thế chúng bằng tầm nhìn tâm linh.

Sự hướng nội thay thế những khổ đau nội tâm bằng những lời ngợi ca dành cho Thượng Đế. Em sẽ cảm thấy vui thích. Em sẽ cảm nhận bản thân được làm mới.

Thượng Đế đang dạy chúng ta quay trở về bên trong,
vì thế hãy lắng nghe một cách thật kỹ càng.

Luôn kiểm tra bản thân mình và thay đổi.

Đừng đợi cho tới khi người khác nói gì đó.

Một tâm trí bình ổn thì không chỉ bình an.

Nó tập trung, hướng về bản thể và thánh thiện.

THANH KHIẾT

Một mục tiêu học tập tâm linh mạnh mẽ nhưng thường bị nhiều nhầm là về sự thanh khiết. Sự thanh khiết của linh hồn có nghĩa là cuộc trở về với những phẩm chất thánh thiện nguyên thủy của linh hồn. Linh hồn đã trở nên tạp nhiễm với những điều không còn thánh thiện một cách nguyên vẹn, vì vậy khó để có thể sống một cuộc đời tận hưởng. Việc thanh lọc linh hồn mang bản thể cao hơn nạp đầy trở lại – những suy nghĩ vô ích và tiêu cực được loại bỏ và những thói quen khó chịu chấm dứt. Một linh hồn thanh khiết không thể bị chạm bởi khổ đau, sức mạnh của sự thanh khiết thực sự tới vậy đó, nó phục vụ công việc mang đi khổ đau của toàn bộ thế giới. Sự thanh khiết làm hồi sinh hạnh phúc – thậm chí là an lạc hân hoan.

Tất cả những gì em cần làm, để tái thiết lập sự thanh khiết của mình, chính là mong muốn có được nó. Nhưng em cần phải khao khát nó một cách mãnh liệt, tới mức loại bỏ đi tất cả những điều khác. Một suy nghĩ, “Tôi phải trở nên hoàn toàn thanh khiết”, nhóm lên một ngọn lửa yêu thương giữa em và Thượng Đế. Ngọn lửa đó sẽ làm tan chảy đi mọi tạp nhiễm, và sự thanh khiết của em sẽ trở thành một sức mạnh tới mức mà nó khiến em mãi mãi tự do khỏi mọi cuộc chiến, khiến em trở thành một người đồng hành đích thực và vĩnh hằng của Thượng Đế.

BẠN BÈ VÀ NHỮNG MỐI QUAN HỆ

Nếu bạn bè và những mối quan hệ của tôi không chọn lựa việc đồng hành với tôi trên con đường tâm linh, tại sao tôi lại nên chạy theo và cố sức khiến họ thay đổi? Dầu sao họ cũng sẽ không lắng nghe tôi, dù cho tôi có nói gì.

Một cách thức tiếp cận tốt hơn đó là tập trung vào quá trình thay đổi bản thân. Một dòng sông không cần phải thúc giục con người uống nước từ nó. Con người tự nhiên được thu hút về phía dòng sông, miễn sao nước ở đó thanh khiết, lưu thông và ngọt ngào. Theo cùng cách, hãy trở nên thu hút thông qua nỗ lực tâm linh của em, rồi tất cả mọi người sẽ muốn tham gia cùng em, tự nhiên là vậy.

Chúng ta bị cản trở bởi sự gắn kết này, thứ mà có xu hướng khiến chúng ta quên mất rằng chất lượng hạnh phúc của chúng ta hoàn toàn không phụ thuộc vào người khác, rằng mỗi chúng ta có khả năng xuôi chảy và toả sáng theo cách độc nhất của riêng mình. Quên mất điều này, chúng ta đã phát triển thói quen hướng về những người khác để bản thân cảm thấy ổn. Sử dụng người khác theo cách này là một nguồn hạnh phúc giả dối, và sự giải dối này dẫn đến rất nhiều tổn thương. Chúng ta có thể thay đổi thói quen này bằng việc giữ mục tiêu trong tâm nhìn. Nếu không làm vậy, những sức mạnh tâm linh sẽ bị phá huỷ hết lần này tới lần khác khi chúng ta cho phép bản thân ở dưới sự ảnh hưởng của những cảm xúc hữu hạn. Thay vì bỏ lỡ, chúng ta nên chú ý vào những gì bản thân đang làm. Chúng ta sẽ chỉ có thể khiến người khác tự do, khi trước tiên chúng ta tự do.

TRÍ TUỆ CỦA SỰ BAO DUNG

Sự bao dung được dựa trên nền tảng của việc vượt thoát khỏi những thứ bề mặt, hời hợt chia rẽ chúng ta. Nó là kết của việc quay vào bên trong và nhận biết về Bản thể. Nếu tôi có thể xử trí với ego (cái tôi) của mình, sau đó sự giận dữ trong tôi cũng sẽ được hoá giải. Nó cũng sẽ mất thời gian để giải quyết những rắc rối bên ngoài. Không còn ego (cái tôi) tồn tại ở đó, tôi sẽ có thể giải quyết bất cứ thứ gì! Nếu không thì nó cứ mãi luôn là những vấn đề xưa cũ – bạn với tôi, của bạn với của tôi,... - không có sự bao dung. Nếu trái tim tôi không ích kỷ và trung thực, tôi sẽ bận tâm về những nhu cầu của người khác nữa, và tôi đủ đầy để trao tặng. Khi em nhận biết về bản thân theo cách này, em có thể biết về những người khác. “Tôi nên được thấu hiểu” trở thành “Tôi nên thấu hiểu”. Không phải rằng, “Họ nên thay đổi”, mà “Tôi sẽ trao đi những gì cần thiết”. Kiên nhẫn, bình an và sự trưởng thành được phát triển. Sự bao dung tâm linh giúp trao đổi trí tuệ bản năng, một kiểu trí tuệ em không thể có được từ sách vở.

Quay vào bên trong và trong sự tĩnh lặng, hãy làm đầy bản thân với gia tài của Thượng Đế, thứ mà thuộc về em. Hãy luôn nhớ rằng, em không phải chứng minh bất cứ thứ gì. Bất cứ điều gì là chân thực, sớm muộn cũng sẽ được hiển lộ. Làm việc để giành được trái tim của những người khác là điều sẽ mang lại cho em niềm hạnh phúc trong cuộc sống.

TRỞ NGẠI TRÊN ĐƯỜNG

Trở ngại là không thể tránh khỏi.
Vì thế, đừng buồn phiền.
Bất cứ kiểu lo lắng nào cũng rút mòn sức mạnh của em.

Đừng bao giờ nhìn một tình huống là khó khăn.
Đừng bao giờ hỏi, “Tại sao điều này lại xảy ra?”
Đừng bao giờ cảm thấy em chỉ đơn độc một mình.

Hãy nhớ rằng
Thượng Đế luôn bên em.
Thượng Đế đang trao sự giúp đỡ cho em.

Dành thời gian đi vào Tĩnh lặng.
Tĩnh lặng kết thúc đi sự hoang mang.
Sức mạnh của em sẽ được phục hồi.

Nhiều trở ngại xảy ra bởi vì lỗi lầm của bản thân em.
Đừng trở thành trở ngại cho người khác vì những trở ngại của chính mình.

TRAO TRÁI TIM CHO ĐÁNG DUY NHẤT

Một nhiệm vụ của chúng ta trên con đường tâm linh đó là giúp đỡ những người khác có được trải nghiệm thuộc về Thượng Đế. Điều này có nghĩa là giúp họ nhận ra nhân cách tâm linh của mình.

Tôi chỉ có thể làm được điều đó khi chính bản thân đã trải nghiệm tác động của sự chuyển hoá ấy. Thử thách của điều này đến trong hai hình thái: sự ảnh hưởng của những người quanh tôi và sự ảnh hưởng tinh tế hơn từ sâu thẳm bên trong chính tôi. Hình thái đầu tiên thì dễ dàng xử lý, bởi vì tiềm năng gây tổn thương của chúng thường rõ ràng và hiện hữu. Hình thái sau (ví dụ như ego) cần nhiều thời gian hơn bởi vì chúng tinh tế, vì thế khó nhận ra và đối mặt.

Khi tôi trao trái tim mình cho chỉ duy nhất Thượng Đế, sẽ chẳng còn gì khác ngoài niềm vui. Trao nó cho con người có thể mang lại niềm vui nhưng đồng thời cũng đi kèm với đau khổ, bởi vì cảm nhận nguyên thủy của tôi về tình yêu tâm linh hướng thượng dành cho tất cả đã bị thu hẹp về hữu hạn. Cảm nhận về một thứ tình yêu bao trùm cả vũ trụ đã bị thay thế bởi sự hấp dẫn về phía của chỉ một vài. Điều này thì không phải là nền tảng cho một niềm vui miên viễn (niềm vui vô hạn).

Khi tôi khuất phục bản thân trước những cảm xúc hữu hạn hết lần này tới lần khác, bản thể tâm linh của tôi sẽ đau đớn. Nó là hình thể tinh tế nhất của sự thiếu trung thực, bởi vì, bản chất tôi không phải là một hình mẫu hữu hạn, mà là một hình mẫu của tính thánh thiện. Mục tiêu của tôi không phải khiến cho những người khác giống mình, mà khiến họ giống như Thượng Đế.

KIẾN TẠO BÌNH AN

Có một số việc mà em có thể làm để giúp tạo ra bình an trên thế giới, và đó chính là khiến bản thân mình bình an. Bước đầu tiên trong việc này là có sự hứng thú với việc khảo-cứu-linh-hồn đích thực để tìm ra xem điều gì trước nhất đã khiến em bất an. Bằng việc mang tâm trí hướng nội, em khám phá ra dưới những lớp cảm xúc bông bênh trên bề mặt của cuộc sống thường nhật, là cả một kho tàng hạnh phúc tâm linh sâu sắc, bình lặng. Em cần khám phá ra phần đó của bản thể mình, đừng chỉ hiểu về nó, mà hãy trải nghiệm, rồi lại trải nghiệm, cứ vậy. Đây là một là trải nghiệm cực kì vui thoả, thứ sẽ làm tươi tỉnh linh hồn và đong đầy nó với bình an. Từ trạng thái thuận lợi này, nó trở nên dễ dàng để nhận ra kiểu suy nghĩ và cảm xúc nào đang huỷ hoại bản thân. Sức mạnh của khả năng tự nhận thức bản thân sẽ làm công việc phi thường trong việc chuyển hoá những thói quen “phá hoại” tinh thần. Em sẽ dùng đổ lỗi cho người khác vì sự bất an của em và sẽ bắt đầu miệt mài với công việc nuôi dưỡng Chân lý Sự thật của mình.

Bình an được tạo ra bởi nhiều yếu tố: yêu thương, kiên nhẫn, trí tuệ. Em không nên chỉ hài lòng với chút ít, mà hãy rót đầy bản thân một cách trọn vẹn. Khi em thực hành mang những điều này vào trong tương tác với những người khác, bản tính vô cùng tự nhiên của em sẽ trở nên bình an. Điều này mang lại lợi ích không chỉ cho riêng em mà còn cho những người quanh em nữa. Vì thế mà em đang trở thành một người trợ giúp trong việc chuyển hoá thế giới. Việc bình an thôi thì chưa đủ. Em hãy lan toả sóng rung động và tạo ra một bầu không khí bình an thông qua suy nghĩ, lời nói và tương tác với người khác.

Thế giới của chúng ta là một thế giới bình an.

Chỉ khi em thực sự nhận lấy đạo lý bình an nguyên thủy của mình, thì em mới có thể hi vọng mang lại bình an cho thế giới.

TIỀN BỘ TÂM LINH

Có lợi ích trong mọi tình huống. Nó là khi em biết cách tìm kiếm nó.

Ý tưởng đằng sau sự tiến bộ tâm linh đó là nhìn mỗi hoàn cảnh và tình huống (cụ thể là những tình huống thách thức) như một bài học được thiết kế riêng cho kế hoạch phát triển bản thân của em.

Ví dụ, khi trong một tình huống giao tiếp có những ngôn từ gây tổn thương hay giận dữ, tại sao lại không coi nó như một cơ hội để nhận thức điều gì đó về một tính cách mà bản thân cần thay đổi hay để tập rượt một vài đức hạnh hoặc phẩm chất mà em đang cần thực hành thường xuyên hơn? Thực tế, chúng ta nên biết ơn vì những cơ hội được mang tới để cho mình tự đánh giá bản thân.

Theo cách này, em có thể chuyển hoá bất cứ thứ gì thành những bài học mang tính vun đắp, xây dựng. Đừng bao giờ nghĩ rằng em đã học đủ và giờ có thể dừng. Em nên yêu những gì mà mọi người khác cố gắng muốn sửa chữa hay khuyên bảo em. Nó giữ em cảnh giác và trao cho em rất nhiều cơ hội mang Chân lý vào thực tiễn. Việc không thể chấp nhận lời phê bình mà thay vào đó lại dùng sự hiểu biết của bản thân để phê bình người khác là một dấu hiệu nguy hiểm nghiêm trọng. Nhận ra sâu sắc ý nghĩa của mọi khoảnh khắc, và sự tiến bộ tâm linh của em sẽ được đảm bảo.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

ĐỨC HẠNH TRUNG THỰC

Tình yêu thương có sự kết nối với đức hạnh. Những đức hạnh tạo ra tình yêu bên trong linh hồn và trong cả những người khác. Khi đức hạnh suy giảm, chất lượng của tình yêu thương đồng thời cũng suy giảm. Khi tất cả đức hạnh hiện hữu, thì sẽ có một tình yêu thuần khiết và trọn vẹn.

Trong số tất cả những đức hạnh, sự trung thực là điều chính yếu. Nếu chúng ta cảm thấy ai đó đang không trung thực với mình, tình yêu của chúng ta tan vỡ. Dù cho đó là mẹ, cha, chồng, vợ hay bạn bè nếu chúng ta cảm thấy rằng họ đang không trung thực, tình yêu đổ vỡ.

Trong mối quan hệ với Thượng Đế, nếu chúng ta trung thực với Thượng Đế, chúng ta hấp thu được tình yêu thương của Người. Nếu không, tình yêu đó cũng sẽ đổ vỡ. Thậm chí nếu chúng ta không có đức hạnh nào khác ngoại trừ sự trung thực, chúng ta vẫn sẽ có thể thấm hút được tình yêu thương của Người.

Vì thế, hãy nhận ra tầm quan trọng của sự trung thực.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

TRUNG THỰC VỚI BẢN THÂN

Kiểu trung thực đầu tiên là trung thực với bản thân tôi. Nếu tôi trung thực với chính mình, sẽ không có tình huống nào mà tôi lại không trung thực với người khác.

Nếu ai đó không tin tưởng tôi, nếu ai đó không tin sự trung thực của tôi, có lẽ nó là một dấu hiệu cho việc tôi cần trung thực hơn nữa. Thay vì đổ lỗi cho họ, tôi nên nhận ra điều này, và nhìn xem bằng cách nào tôi có thể trung thực hơn.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

TRUNG THỰC VÀ RÕ RÀNG

Trung thực không có nghĩa đơn giản cứ nói ra những gì ở bên trong tâm trí em. Sự trung thực có nghĩa là vô cùng rõ ràng về mọi thứ diễn biến bên trong mình. Nơi đâu có sự trung thực, những cảm nhận trở nên thanh khiết và trong sạch. Sự trung thực là nơi mà không hề có suy nghĩ hay cảm nhận gì khác ở bên trong, ngoại trừ những suy nghĩ và cảm nhận của Thượng Đế.

Sự rõ ràng đó được phản ánh trong lời nói của em; chúng sẽ được làm đầy bởi sức mạnh của Chân lý, và được nói ra dễ dàng, không chút do dự. Sự trung thực chân thành khắc ghi sâu sắc bên trong em chính là thứ sẽ vươn xa và chạm tới những người khác.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

TÌNH YÊU THIẾU CHIỀU SÂU

Để dàng bị ảnh hưởng bởi người khác sẽ làm giảm khả năng giữ bản thân trung thực. Người khác sẽ không thể có cảm giác chân thực từ em, và sự tương tác của em sẽ không chứa đựng cảm giác yêu thương. Chúng dường như nông cạn và hời hợt. Mặc dù thứ tình yêu thiếu chiều sâu đó vẫn tốt hơn là không có gì – ít nhất nó khiến em không trở nên hoàn toàn khô cứng – nhưng đâu sao thì nó hiển nhiên cũng không phải là điều gì đó chân thật.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

YÊU THƯƠNG VÀ TÁCH RỜI

Thượng Đế đang dạy chúng ta nghệ thuật yêu thương. Người là Đấng Ban Tặng, Người là Đại Dương Yêu Thương và Người sẵn lòng trao cho chúng ta vô vàn. Nhưng trước tiên, tôi cần học nghệ thuật tách rời, nếu không tôi sẽ không có quyền đạt được tình yêu của Người.

Sự tách rời là một tài năng và cũng là một nghệ thuật. Nó được phát triển thông qua ý thức linh hồn, ý thức này khi ở trong mối quan hệ sâu sắc với Thượng Đế, sẽ giữ tôi an toàn khỏi sự lừa dối đến từ sức hút của thứ tình yêu hữu hạn. Nó có nghĩa là sự định tâm trong ý thức về bản chất tâm linh đích thực của mình giữa những nơi có những sự phóng chiếu tự động và tự nhiên về những đặc điểm và tính cách đối nghịch bên trong mình và những ảo ảnh cuốn hút vây quanh mình. Sự tách rời cho phép tôi miễn nhiễm với những điều này và vì vậy có thể tiếp tục trau dồi những giá trị và đức hạnh mang tính tâm linh của mình.

Thượng Đế sẵn lòng trao cho chúng ta tất cả tình yêu của Người, nhưng nếu điều kiện đầu tiên là sự tách rời mà không đạt được thì chúng ta sẽ không thể có được nó. Hướng ánh mắt mình về bất cứ hướng nào khác sẽ chặn khoá Sự thật và kết thúc sự tiến bộ. Nó là một điều kiện tiên quyết vô cùng quan trọng.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

ĐẠI DƯƠNG YÊU THƯƠNG

Cho đến khi chúng ta học được cách tách rời bản thân khỏi ý thức hữu hạn, thì tình yêu của con người, với tất cả những giới hạn của nó, sẽ thu hút chúng ta hết lần này tới lần khác bất chấp sự chống cự của chúng ta. Sự tách rời đối với điều này được trau dồi bằng việc chạm tới Thượng Đế theo một cách mà chúng ta cảm thấy được Người đang thoả mãn nhu cầu của bất cứ và mọi mối quan hệ. Thượng Đế là Đại Dương Yêu Thương, vì thế Người hoàn toàn có thể được trải nghiệm như một người cha, người mẹ, người yêu dấu hoàn hảo của em, do đó, cũng là sự trải nghiệm của mọi mối quan hệ cùng một lúc. Chỉ khi chúng ta để bản thân được chạm tới tất cả các khía cạnh trong tình yêu của Thượng Đế thì chúng ta mới được thanh lọc, nghĩa là được làm đầy bằng sức mạnh của tình yêu đó. Một ý thức hữu hạn sẽ không cho phép chúng ta trải nghiệm sự tròn đầy đó.

Chỉ bằng việc chung thuỷ với Đấng Duy Nhất, chúng ta mới có thể đáp ứng trọn vẹn bản thân theo cách này. Linh hồn có thói quen bị thu hút bởi thế giới vật chất. Chúng ta phải học và chăm sóc bản thân, đảm bảo điều này không xảy ra với mình. Cách duy nhất để phá vỡ nó là thực tập ý thức linh hồn. Bằng việc hướng nội, hướng sự chú ý vào Đấng Duy Nhất, chúng ta sẽ tiếp tục nhận được ánh sáng và sức mạnh từ Thượng Đế.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

TÌNH YÊU CỦA THƯỢNG ĐẾ

Con người có xu hướng bị hút về phía bất cứ điều gì mang lại cho họ trải nghiệm yêu thương. Họ thường bị hút về hướng đó và thường mắc kẹt ở đó. Họ hình thành sự gắn kết và điều này tiếp tục khiến họ sa lầy. Tôi chưa bao giờ bị hấp dẫn về phía bất cứ ai hay bất cứ điều gì theo cách này. Tôi cũng thường loại bỏ kiểu tình yêu mà ai đó trao cho mình vì nhận được một vài địa vị hay tước hiệu.

Tôi không nghĩ rằng mình đã từng chạy theo tình yêu của bất cứ ai – thậm chí cả ở lúc đỉnh điểm trong cuộc tìm kiếm tâm linh của mình. Tôi không bao giờ kì vọng nó từ cha, mẹ, chồng, guru, hay bạn bè; từ bất cứ ai. Mặc dù vậy, tôi đã luôn có một khao khát sâu sắc được trải nghiệm tình yêu của Thượng Đế.

Con người bắt đầu cầu nguyện và thờ phụng với niềm hi vọng nhận được gì đó từ Thượng Đế; họ có một niềm khao khát được trải nghiệm tình yêu của Thượng Đế.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

TÌNH YÊU HOÀN HẢO

Trải nghiệm về một tình yêu hoàn hảo nằm sâu bên trong nhân cách thuộc về tiềm thức của chúng ta, và bởi vì chúng ta đã từng có trải nghiệm này ở một mức độ nào đó, nên chúng ta vẫn mãi miết đi tìm nó. Chính xác là vì trải nghiệm nội tại sâu sắc bên trong mà chúng ta sẽ không thể hài lòng với một thứ tình yêu giả dối.

Dù cho tình yêu giả dối có thể tốt đẹp trong thoáng chốc, nhưng cuối cùng chúng ta cũng sẽ luôn cảm thấy có điều gì thiếu vắng và những gì chúng ta đang trải nghiệm không phải là tình yêu đích thực, đúng đắn. Vì thế cuộc tìm kiếm sau đó lại bắt đầu một lần nữa.

Cuộc tìm kiếm tình yêu hoàn hảo cuối cùng sẽ kéo chúng ta trở về với việc tìm kiếm và trải nghiệm tình yêu của Thượng Đế.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

TÌNH YÊU ĐỐI VỚI VIỆC HỌC TẬP

Vào thời điểm khởi hành của chặng đường tâm linh, chúng ta tự động nhận được rất nhiều tình yêu từ Thượng Đế để có được sức mạnh khiến bản thân tự do khỏi những trợ giúp hữu hạn khác. Chúng ta giống như những đứa trẻ bé bỏng, chẳng cần làm gì mà vẫn có được tình yêu đó. Nhưng rồi, khi chúng ta tiếp tục trên con đường này, lớn hơn và mạnh mẽ hơn, Thượng Đế muốn dạy chúng ta cách sử dụng trí tuệ của mình. Vì thế, Người lùi ra xa và canh chừng: đứa trẻ này có đang đi theo những lời dạy của Người một cách thích đáng, đứa trẻ này có đang tuân theo những nguyên tắc tâm linh? Người để mắt xem liệu chúng ta có học tập tốt và thay đổi, hay liệu chúng ta trở nên lười biếng hoặc bất cẩn trong việc học hành.

Nếu tôi không học hành tử tế, tôi đánh mất quyền có được tình yêu đó. Tình yêu sẽ vẫn ở đó, nhưng tôi không còn có thể kết nối với nó. Nếu tôi không học tập tử tế - nếu không có sự kết hợp giữa hiểu biết tâm linh trong cuộc sống thực tiễn hằng ngày – thì tôi có thể đi được bao xa? Tôi sẽ không thể khiến cuộc sống của mình tốt đẹp, vì thế lòng tốt nào mà tôi có thể chia sẻ với những người khác? Bằng cách nào tôi có thể là một nguồn cảm hứng để khiến cuộc đời của người khác tốt đẹp? Thượng Đế trao tình yêu đặc biệt cho những người con mà sẵn lòng trợ giúp Người trong nhiệm vụ đặc biệt của Người. Nếu tôi không học, bằng cách nào Thượng Đế có thể trao tình yêu đó cho tôi?

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

DÂNG NỘP TRƯỚC TÌNH YÊU CỦA THƯỢNG ĐẾ

Học về nghệ thuật của tình yêu thuộc về Thượng Đế đích thực là một công việc siêu việt. Nó giống như việc tiến tới cái chóp đỉnh cao vút của một ngọn núi. Ở chân núi, vào lúc khởi đầu của chuyến hành trình, nó không thành vấn đề nếu em bước sai và trượt ngã – nó sẽ không nguy hiểm cho lắm. Nhưng em càng lên cao, đường sẽ càng hẹp. Nếu em trượt ngã trong khi đang ở trên cao, em sẽ làm mình bị thương gấp trăm lần.

Nếu em thấy rằng những luật lệ để quản lý sự tiến bộ tâm linh quá khắt khe, thì nó chỉ có thể là vì em vẫn chưa hiểu thấu và thực sự trải nghiệm tình yêu của Thượng Đế. Con người không dâng nộp bản thân mình cho Thượng Đế trên nền tảng kiến thức tâm linh, mà bởi vì sự thu hút của họ đối dành cho tình yêu của Thượng Đế. Họ trải nghiệm sự trung thực trong tình yêu của Người, và điều này khiến họ tin rằng cuộc đời của họ ở đây và lúc này có thể trở nên trung thực và tốt đẹp. Sự hiểu biết tới sau, luật lệ tới sau. Trải nghiệm trước tiên là tình yêu.

Để điều này diễn ra, đơn giản hãy cho phép bản thân em trở về là một đứa bé. Thượng Đế vui lòng đặt em trong lòng Người với tình yêu vô hạn vô điều kiện của Bậc cha mẹ hoàn hảo.

LÒNG CAN ĐẢM

Tôi cần lòng can đảm
để giữ được sự chân thực của bản thân trong thế giới giả tạm ngày nay.
Đây không phải là chuyện nhỏ.

Mặc dù vậy,
Mục đích quan trọng của việc học tâm linh này đó là
phục hồi lại lòng can đảm.
Lòng can đảm để đứng về phía những gì tôi tin tưởng.

Bản tính nguyên thủy, tự nhiên của tôi là bình an và thánh thiện.
Để trải nghiệm điều này, tôi cần tin vào giá trị xứng đáng tuyệt đối trong bản chất của mình. Tôi có thể đối
mặt với bất cứ trái ngang nào với sức mạnh từ niềm tin ấy.

Nhiều người gặp khó khăn trong việc tin vào bản thể cao hơn của họ.
Một số khác đơn giản không còn tin ở tương lai.

Tự nhận thức bản thân loại bỏ đi sự nghi ngờ.
Bản tính nguyên thủy của tôi là bình an.
Tôi không phải là nô lệ cho những đặc điểm tính cách của mình.
(Tôi là người sáng tạo chúng).
Tôi là người chứng kiến cũng như là diễn viên trong vở kịch Cuộc đời.
Bất cứ điều gì xảy ra cũng đầy lợi ích.

Bởi vì tôi mang theo mình những hành trang sự thật này vào trong cuộc sống,
sự can đảm không bao giờ làm tôi thất vọng.

ĐỨA CON CỦA THƯỢNG ĐẾ

Em có nhận biết về bản thân mình như một đứa con của Thượng Đế?

Hay em bị lấn át chôn vùi trong những hoàn cảnh của cuộc sống đến mức cảm thấy mình không có thời gian để ở cùng Người?

“Có rất nhiều việc em phải làm”, em nói vậy đó.

Đây là một ví dụ hoàn hảo của sự gắn kết – với những yếu tố trong cuộc sống của em, chứ chưa hề nói tới ego nữa.

Như một diễn viên trên sân khấu cuộc đời, em cần tách rời bản thân khỏi phần vai em đang diễn và kết nối với phần bên trong em, thứ không thuộc về hành động.

Một trải nghiệm của việc “đơn giản chỉ là” thì liên quan tới phần vai, không phải là hành động, mà chỉ đơn giản “là một đứa con của Thượng Đế”.

Tôi là, Tôi luôn luôn là và Tôi sẽ luôn là đứa con của Thượng Đế.

Đừng bao giờ nghi ngờ về điều này.

Có một sức mạnh trong trải nghiệm này.

Em sẽ dễ dàng vượt lên trên nghịch cảnh.

Khổ đau sẽ kết thúc và trái tim em sẽ nhảy múa vui tươi.

Trải nghiệm thuộc về Thượng Đế rót đầy em với sự ngây thơ của một đứa trẻ và trí tuệ của Thượng Đế.

BÌNH AN NGUYÊN THUYẾT

Không cần thiết phải đi tìm bình an.

Bình an ở bên trong.

Trạng thái nguyên thủy của em là trạng thái bình an.

Những tình huống bên ngoài sẽ kéo em xa khỏi bình an của mình.

Nếu là như vậy, thì chính em là người để nó xảy ra. Những cảm xúc nội tâm cũng có thể kéo em đi. Ví dụ như sự mệt mỏi dẫn đến cáu giận.

Hãy học cách chịu trách nhiệm cho bản thân và duy trì bình an của mình: cố định nhận thức trong hình thể tâm linh - một chấm điểm ánh sáng nhỏ xíu như ngôi sao ngồi ở trung tâm vàng trắn.

Thực sự trải nghiệm sự khác biệt giữa em – một ngôi sao lấp lánh và cơ thể em, cỗ xe thể lý.

Học cách tách rời bản thân khỏi cỗ xe đó.

Thậm chí chỉ một vài khoảnh khắc thực tập, nếu được làm đều đặn, nó cũng sẽ mang em trở về với trạng thái bình an tự nhiên của mình.

Sự mệt mỏi tan biến. Cáu giận cũng vậy.

Và hành động của em sẽ đong đầy yêu thương – dành cho bản thân và người khác.

TÌNH BẠN

Tình bạn trên con đường tâm linh cần sự cẩn trọng, nếu chúng ta để mình đắm chìm trong đó. Đôi khi chúng ta dần thân trong những mối quan hệ, đến mức mà sự tiến bộ tâm linh của bản thân dần dần suy giảm. Đây là một lỗi lầm, bởi vì mục đích thực sự của tình bạn là nâng đỡ, và nếu tôi nhu nhược bất cẩn trong những nỗ lực tâm linh, tôi sẽ không thể khai thác được tầm ảnh hưởng tích cực đến từ trạng thái cao quý hướng thượng nhất của mình.

Một người nên luôn luôn duy trì chủ tâm muốn giúp đỡ bạn bè.

Nhưng sự giúp đỡ ấy cần thanh khiết, nghĩa là vắng lặng mọi ham muốn được ngợi ca và vượt thoát bất cứ sự phản ứng nào của những cảm xúc muộn phiền hay đau khổ. Trao tặng kiểu trợ giúp này sẽ khiến sự phát triển tâm linh tiến xa hơn.

Mặt khác, nếu sự trao tặng của tôi bị tạp nhiễm, 99% sự ngọt ngào trong đó cũng sẽ là bỏ đi, và người ta sẽ chú ý tới điều đó. Trên thực tế, chính sự ngọt ngào tạo ra tình bạn tâm linh, sẵn lòng lắng nghe và học hỏi lẫn nhau để phát triển.

SO SÁNH VỚI NGƯỜI KHÁC

So sánh sự tiến bộ của bản thân trong hành trình phát triển bản thân với sự tiến bộ của người khác sẽ khiến em bị tổn thương trong ba khía cạnh: em sẽ cảm thấy thấp kém, vượt trội hoặc bị ấn tượng. Cả ba trạng thái này đều nguy hiểm bởi vì chúng coi nhẹ nguyên tắc cơ bản trong một mối quan hệ chân thực với nhau – tình yêu và sự trân trọng lẫn nhau, dựa trên lòng tự trọng một cách độc lập.

Để bảo vệ bản thân mình khỏi sự tổn thương này, hãy đảm bảo rằng sự chú ý của em được duy trì hướng nội, về phía trải nghiệm tâm linh với niềm tự hào thuần khiết. Giữ mình ổn định trong lòng tự trọng cao quý hướng thượng sẽ giúp em an toàn khỏi việc bị quấy phiền với những điều quanh mình. Hãy liên tục hỏi bản thân, “Tôi là ai?” “Tính cách tâm linh để hồi đáp cho sự kiện hay con người này là thế nào?” Việc làm này sẽ giúp em ổn định hơn, và cho phép em tán thưởng những nỗ lực thành công của người khác.

TÔN THƯƠNG CẢM XÚC

Trong một tình huống đau khổ về mặt cảm xúc, em thường có hai lựa chọn: đối mặt hoặc không. Xử lý một vấn đề có nghĩa là đối mặt với nó.

Đè nén vấn đề có nghĩa là không.

Có sự khác biệt lớn giữa hai điều này.

Tiêu hoá / Xử lý nghĩa là để tâm tới những gì dạ dày mình tiêu hoá. Nếu hệ tiêu hoá của em không thể hấp thu một số thực phẩm nhất định, em phải dừng ăn chúng, nếu không em sẽ ốm. Tương tự, nếu em thấy bản thân không thể giải quyết được một tình huống nào đó, đừng cứ ngồi yên và nhận lấy tất cả. Tốt hơn, ngay và luôn, hãy nói ra. Giữ điều gì đó bên trong sẽ không giúp em có một tâm trí khỏe mạnh.

Những gì em nhận lấy sẽ không tiêu hoá được và những người khác sẽ hiển nhiên thấy rằng em đang có vấn đề.

Khả năng giải quyết của chúng ta bị cản trở bởi việc nghĩ quá nhiều về người khác. Điều này gây ra vấn đề cho hệ tiêu hoá tinh thần. Thuốc kháng sinh tinh thần tốt nhất đó là việc học tập tâm linh chuyên sâu. Điều này, cùng với sự thực tập đều đặn việc tự nhận thức bản thân sẽ xuyên thấu tâm trí một cách thấu triệt, loại bỏ đi tận gốc những tổn thương cảm xúc. Chỉ sau đó cảm xúc mới có thể được thanh lọc, tinh lọc và cuối cùng là chuyển hoá.

TÍNH TÂM LINH

Tính tâm linh là nghệ thuật cân bằng trách nhiệm: với bản thân, gia đình và toàn bộ thế giới. Nền tảng cho điều này là sự thấu hiểu sâu sắc về bản thân, Thượng Đế và quy luật nhân quả (karma).

Biết về bản thân khiến em tách rời khỏi những nhân tố vật chất và sự giới hạn của chúng. Biết về Thượng Đế khiến em tạo ra một nối kết sâu sắc với tình yêu thương và thẩm hút vào bản thân mọi thuộc tính, phẩm chất và sức mạnh, từ Cội Nguồn. Hiểu về quy luật sâu sắc của “karma” (nghiệp) thúc đẩy em thanh toán những món nợ của quá khứ và thực hiện những hành động cao quý hướng thượng bây giờ.

Bất cứ ai cũng có thể trở thành nạn nhân, chịu đựng một trạng thái tâm trí yếu đuối, bệnh tật, phá sản hay những mối quan hệ khổ đau. Cuộc sống con người dựa trên bốn yếu tố này, thế nhưng những điều này giờ đây đã trở nên mong manh và không còn đáng tin cậy. Sức mạnh của Thượng Đế làm hồi phục khả năng chịu đựng, khoan dung và khả năng đối mặt với bất cứ điều gì. Sự thấu hiểu về triết lý sâu sắc của nghiệp (karma) hé lộ việc bằng cách nào những suy nghĩ hướng thượng, cảm xúc thanh khiết và hành động tốt lành có thể hoá giải mọi khó khăn của bản thân và thế giới.

CHẤT LƯỢNG SUY NGHĨ

Một người giác ngộ, được khai sáng hiểu rằng không có gì đạt được khi nghĩ về người khác. Những suy nghĩ và cảm nhận thanh khiết làm được mọi thứ. Không cần phải nghĩ ngợi gì hơn.

Chất lượng suy nghĩ của em sẽ ảnh hưởng tới nỗ lực tâm linh của em, vì thế hãy liên tục kiểm tra chúng. Nếu em không làm vậy, thì vào một lúc nào đó, trạng thái suy nghĩ của em sẽ trở nên tầm thường, không còn mang tính tâm linh nữa.

Dấu hiệu của điều này đó là tâm trí em bắt đầu chạy đua và em bắt đầu phản ứng nhạy cảm với những điều vụn vặt.

Em trở nên dễ bị tổn thương không phải chỉ vì quan điểm của người khác mà thậm chí còn vì cách suy nghĩ (hạn hẹp) của chính mình.

Suy nghĩ có thể bạn tốt của em, hoặc là kẻ thù tồi tệ nhất. Điều đó là phụ thuộc ở em.

TÁCH RỜI

Em cần sức mạnh để giữ mình tự do khỏi ảnh hưởng của người khác. Sức mạnh đó là sự tách rời. Nếu em không thể tách rời khỏi sự ảnh hưởng, em sẽ không thể giữ suy nghĩ của mình ở trong tầm kiểm soát. Từ đó, nó sẽ lao dốc từ từ cho đến khi mọi dấu vết cuối cùng của niềm hạnh phúc nội tại ra đi.

Bước đầu tiên trong sự tách rời đó là thấu hiểu việc em là ai với tư cách một thực thể tâm linh. Điều này cho phép em “tách rời” bản thân khỏi nhận dạng thể lý của mình và thế giới của những suy nghĩ và cảm xúc hữu hạn, và thay vào đó “gắn kết” với tính cách tâm linh, trạng thái bình an nội tâm và sức mạnh của em.

Một ngày bình thường sẽ chứa đầy những thử thách dành cho khả năng tách rời. Một mặt sẽ là nhận thức tâm linh, mặt kia sẽ là sự thu hút hướng về phía con người và thế giới vật chất. Sự tách rời không phải trở nên tách biệt khỏi thế giới vật chất, mà đơn giản giữ ý thức về bản thân như một thực thể tâm linh trong khi ở trong thế giới và đóng phần vai của mình. Sự tách rời đơn thuần là giữ bản thân ổn định trong tính tâm linh.

LỢI ÍCH CỦA ỒM ĐAU

Ồm đau là một cơ hội để em trải nghiệm bản thân theo một cách mới mẻ.

Em có hiểu và sẵn sàng chấp nhận cơ hội này không? Hay em không thể tận dụng được nó, mà lại bị phân tâm quá nhiều bởi bệnh tật?

Nếu tình huống là như thế, thì em cần quan sát bản thân kỹ lưỡng hơn để xem xem có lẽ là có một thứ bệnh tật tiềm ẩn nào khác nữa.

Cũng giống như việc chữa trị bệnh tật bên ngoài thì cần đến việc thăm khám ở bệnh viện, gặp bác sĩ, nghỉ ngơi tĩnh dưỡng và ăn thức ăn lành mạnh, bệnh tật bên trong cũng vậy. Tôi cần đi tới Thế Giới Linh Hồn, nơi mà Danh Y Tối Cao cư ngụ, rồi nghỉ ngơi trên chiếc giường dễ chịu của sự tưởng nhớ tới Người, và ăn thực phẩm bổ dưỡng của những suy nghĩ thanh khiết và tích cực.

Ồm đau là một cơ hội để dạy tâm trí độc lập khỏi trạng thái thể lý (cơ thể) và kết nối với suối nguồn bình an nội tâm và sự tĩnh lặng. Đây là phương thuốc tốt bậc nhất.

ÁNH SÁNG CỦA THƯỢNG ĐẾ

Nhiều tôn giáo tin rằng Thượng Đế là ánh sáng. Trí tuệ của Thượng Đế đồng thời cũng là ánh sáng. Và những ai đang học nó sẽ trở thành ánh sáng và dễ dàng!

Ai tạo ra Ánh sáng này? Thượng Đế, từ trạng thái khai sáng vĩnh rắng của Người. Thượng Đế, Thực thể Ánh sáng, khiến thế giới quanh Người bừng ánh sáng, xua tan bóng đêm vô minh. Ánh sáng lan toả từ Thượng Đế đến với thế giới này thông qua những đứa con học trò của Người. Những người khác nhận được Ánh sáng này khi họ nhìn thấy bằng chứng thực tiễn của nó trong cuộc sống thông qua những đứa con đang nỗ lực của Người.

Thượng Đế trao ánh sáng của Người từ trên cao cho công việc phục vụ này. Những ai nắm bắt được nó và chia sẻ nó sẽ hạnh phúc, dù cho chỉ có chút ít sự hồi đáp từ con người cho điều ấy.

LÒNG NHÂN TỪ

Thượng Đế được biết đến là Đại Dương Tha Thứ và trải nghiệm về lòng nhân từ của Người sẽ khiến em cảm thấy như thể em có được một người bạn tốt nhất trên đời. Bình an xây tổ trong trái tim em.

Khi em chấp nhận lòng nhân từ của Thượng Đế dành cho mình, góc nhìn của em về cuộc sống thay đổi. Chính ánh nhìn đầy nhân từ của Thượng Đế cho phép em thấy được tiềm năng trở nên hoàn hảo của mình. Sau đó, đến lượt em cần nhân từ với bản thân. Sự nhân từ dành cho bản thân nghĩa là cố gắng để chân thực với hình ảnh hoàn hảo.

Bằng việc rút lấy bất cứ sức mạnh nào cần tới từ Thượng Đế, chúng ta có thể trở thành bất cứ điều gì chúng ta mong ước.

SỰ TÔN TRỌNG DÀNH CHO NGƯỜI KHÁC

Sự tôn trọng dành cho người khác là kết quả của nhận thức tâm linh.

Với nhận thức tâm linh, tôi nhận thấy nỗ lực hoàn thiện bản thân của những người quanh mình. Điều này khích lệ tôi tập trung nhiều hơn vào tiềm năng và những đặc điểm độc đáo của những người bạn đồng hành, thay vì thiếu sót của họ. Trên thực tế, đây là phương pháp giúp mọi người tự do khỏi khiếm khuyết. Tôi có thể đánh giá chất lượng nhận thức tâm linh của mình bằng việc xem tôi có bao nhiêu niềm tin ở sự chuyển hoá của những người bạn đồng hành. Niềm tin và tình yêu thương này là sự tôn trọng đích thực.

THƯỢNG ĐẾ LÀ TẤT CẢ MỌI THỨ CỦA TÔI

Em có nhận ra tầm quan trọng của việc có mối quan hệ với Thượng Đế?

Bằng việc trải qua vô số những mối quan hệ với con người trong một khoảng thời gian dài, giờ đây linh hồn đã trở nên cạn kiệt và mỗi một đến mức hầu như không thể nhớ được mục tiêu của linh hồn, đừng nói đến việc đạt được nó.

Khiến Thượng Đế trở thành bạn của em sẽ mang Người lại gần em, nhưng thực tế, quan trọng là đừng giới hạn trải nghiệm với Thượng Đế quanh chỉ trong một kiểu quan hệ. Hãy trải nghiệm tất cả - Thượng Đế là Mẹ, Cha, Người Đồng Hành, Đáng Dấu Yêu, Thầy, Guru, Con. Mỗi mối quan hệ đều mang lại rất nhiều sự ngọt ngào. Nếu bất cứ mối quan hệ nào bị thiếu hụt, em sẽ bị buộc phải nhận lấy sự trợ giúp từ con người. Đây là một lỗi lầm, bởi vì không con người nào tại thời điểm này có thể trao cho em một tình yêu bền vững và vô điều kiện như vậy. Đừng làm mình hài lòng với sự hiểu biết mang tính trí tuệ đơn thuần về những mối quan hệ này. Đi vào chiều sâu của nó và cởi mở bản thân đón lấy những trải nghiệm hữu hình của mỗi mối quan hệ này.

TÌNH YÊU

Nếu bạn đồng hành của em là Thượng Đế, thậm chí nếu em một mình, em cũng không bao giờ cảm thấy cô đơn.

Hạnh phúc sẽ ở trong em dù cho em ở cùng ai đó hay không.

Tình yêu của Thượng Đế tạo ra muôn vàn phép màu. Nó khiến chúng ta tương tác với tình yêu thương và tinh thần hợp tác; nó khiến chúng ta trở thành là một nguồn cảm hứng cho nhau. Với tình yêu đời thường, đôi khi có mối bận tâm rằng điều đó sẽ can thiệp vào sự nghiệp hay việc học tập của tôi. Nhưng tình yêu của Thượng Đế sẽ chỉ khiến khả năng của em bùng nổ trong mọi cấp độ.

TỰ TRỌNG

Nền tảng của lòng tự trọng là niềm tin vào tình yêu của Thượng Đế dành cho mình. Thông qua trải nghiệm này, tôi sẽ có thể bắt đầu yêu lấy chính tôi. Bằng việc hấp thu những đức hạnh của Thượng Đế và mang chúng cuộc sống hằng ngày, niềm tin của tôi về sự xứng đáng vốn có mình được gia tăng.

Nó thường khó khăn để trải nghiệm lòng tự trọng, bởi vì cảm nhận về bản thân thường dựa trên những thứ bên ngoài – lời khen, địa vị, thu nhập,...

Khi những điều này xao động, thì cảm giác trân quý chính mình cũng xao động.

Một ngày nọ, tôi cảm thấy chẳng ai tốt như mình, và ngày tiếp theo tôi lại thấy hoàn toàn vô dụng. Thực tế, lòng tự trọng không phải là việc tôi làm gì trong cuộc sống mà là tôi mang được những phẩm chất và đức hạnh vào trong mỗi hành động của mình được bao nhiêu.

TĨNH LẶNG

Có một phần bên trong em hoàn hảo và thanh khiết. Nó bắt nhiệm khỏi những điều nằm ngoài đặc tính hoàn hảo mà em đã dung nạp khi sống trong một thế giới kém hoàn hảo.

Nó được rót đầy với những đặc điểm thánh thiện, vì thế là một trạng thái đầy ắp và hạnh phúc thường hằng. Sự vắng lặng tuyệt đối của bất cứ dạng thức mâu thuẫn và tiêu cực nào, tạo nên phần này trong em, một Chấm điểm tĩnh tại; một trải nghiệm phong phú và sâu sắc của Tĩnh lặng.

Hãy dành thời gian thực hành đạt tới trạng thái Tĩnh lặng nội tâm này. Nó sẽ mang tới cho em những lợi ích không kể xiết.

Trước tiên, nó cho phép em quản lý suy nghĩ của mình tốt hơn. Em sẽ thấy rằng, ví dụ như, không cần phải nghĩ nhiều như em thường nghĩ, rằng đơn giản chỉ cần ngồi trong Tĩnh lặng sẽ tự động khơi dậy nhiều điều em cần mà không mất chút nỗ lực.

Thứ hai, trải nghiệm Tĩnh lặng giải phóng em khỏi sự kìm kẹp của những chương trình và phản xạ tiêu cực của bản thân. Việc trải nghiệm bình an nội tâm và sự thánh thiện như một chân lý thuộc về mình sẽ dễ dàng hơn. Điều này cũng trợ giúp tâm trí trong việc giữ tập trung và phát huy năng lực.

Thứ ba, sức mạnh Tĩnh lặng có thể chia sẻ. Khi em gia tăng trải nghiệm Tĩnh lặng của mình, sức mạnh của em có thể giúp những ai không có sức mạnh tiếp tục nỗ lực trên hành trình phát triển bản thân của họ và trải nghiệm bình an. Kho dự trữ Tĩnh lặng cùng kho tàng của những suy nghĩ mạnh mẽ, chân thực của em sẽ giúp người khác thoát khỏi những giới hạn để bước vào sự vô hạn và thánh thiện.

Trải nghiệm “vượt thoát” theo cách này thì thật tuyệt, bỏ lại phía sau suy nghĩ, lời nói và trở nên tĩnh lặng một chút. Nó đầy khả năng làm tươi mới, nuôi dưỡng; nó là một thói quen có thể hình thành. Tình yêu dành cho sự hướng nội tâm linh, sự cô tịch và tĩnh lặng trợ giúp cho cuộc sống của em theo một cách tuyệt đẹp.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

LOẠI BỎ ĐI NHỮNG THÓI TẬT

Chúng ta đã bắt đầu đi xuống khỏi đỉnh cao tâm linh của mình khi bắt đầu sử dụng cơ thể theo một cách sai trái. Chúng ta là những linh hồn, và bắt đầu chu kỳ của sinh và tái sinh thông qua những cơ thể vật chất. Cuối cùng, chúng ta đã sử dụng cơ thể cho thói tật, và từ thời điểm đó trở đi, rất nhiều rác rưởi bắt đầu tích lũy bên trong linh hồn. Đây là cách mà chúng ta đã đánh mất bình an, hạnh phúc, yêu thương và sự thanh khiết của mình. Tất cả những tiêu cực, thứ mà ảnh hưởng chúng ta trong quãng đời này và cả những điều đã trải qua, đã len lỏi thấm sâu vào linh hồn. Loại bỏ tất cả chúng không phải là một việc bình thường.

Chúng ta bắt đầu bằng việc loại bỏ đi những thói tật dễ thấy; sự phụ thuộc như là với thuốc, rượu, sắc dục. Nhưng nỗ lực thực sự thì nằm trong việc loại bỏ đi những thói tật tinh tế, như ego. Những thói tật tinh tế đó không cho phép chúng ta cảm nhận bản thân thuộc về Thượng Đế.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

PHÁT TRIỂN SỰ KHIÊM NHƯỜNG

Khó khăn khi làm việc với ego đó là nó bị che khuất rất sâu. Hầu hết mọi người thậm chí còn không biết rằng họ có nó. Nói điều gì đó với họ về nó chỉ làm tăng sự kiêu ngạo của họ.

Ego phá hủy tình yêu thương. Nó phá hủy khả năng học hỏi, vì thế không còn sự trao tặng và đón nhận. Tôi đã trải qua nhiều tình huống trong suốt cả ngày và chắc rằng tôi không ngừng trao và nhận yêu thương. Ego có thể được lột bỏ bằng việc phát triển sự khiêm nhường. Nên có nhiều sự khiêm nhường bên trong linh hồn nhiều như có sự trung thực, để mà khi tôi càng trở nên trung thực bao nhiêu, tôi lại càng khiêm nhường bấy nhiêu. Cả hai song hành với nhau. Nếu tôi biết cách cúi mình, sẽ có tình yêu thương. Nếu tôi không biết cách cúi mình, tình yêu chấm dứt. Tôi phải cúi mình xuống, lần này rồi lần khác. Cúi đầu, cúi đầu, cúi đầu.

Bí mật đằng sau điều này đó là không bao giờ dừng trao và nhận lấy tình yêu với Thượng Đế. Theo cách này, tôi có thể khiến trái tim mình vô cùng mạnh mẽ đến mức tôi không còn bị tổn thương bởi bất cứ thứ gì. Cảm giác bị tổn thương là lý do chính tại sao việc trao và nhận tình yêu thường dừng lại.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

THẤU HIỂU

Hầu hết con người đều không hiểu về bản thân mình. Không có sự kiên nhẫn để thấu hiểu bản thân hay người khác. Chúng ta cần dành thời gian cho việc này. Chúng ta đã vô cùng mất kiên nhẫn. Rất thường lệ, bởi vì chúng ta không sẵn lòng dành thời gian, sự hiểu nhầm cứ thế tiếp tục. Chúng ta không dành thời gian để lắng nghe ai đó trong tĩnh lặng và cố gắng thấu hiểu họ. Sau đó chúng ta bắt đầu tự biên diễn những điều về họ, bởi vì chúng ta đơn giản đã không dành thời gian để thấu hiểu.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

CÂN BẰNG

Việc chỉ tập trung duy nhất vào bản thân và không chút bận tâm về điều gì đang xảy ra với người khác, phản ánh một yếu điểm trong nỗ lực của em. Trau dồi sự khiêm nhường sẽ cho phép những linh hồn khác xích lại gần hơn. Từ đó, em cần phải cân bằng, duy trì một quy cách nhất định hoặc sự tĩnh lặng – để mà mối quan hệ không trở nên quá suồng sã và thân mật, trao yêu thương với sự dễ dàng và nhẹ nhõm.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

SỨC MẠNH VÀ TÌNH YÊU

Ngay lúc này những gì mà linh hồn thực sự cần đó là sức mạnh. Trải qua sinh và tái sinh, tích lũy nhiều rác rưởi trong hành trình đó, linh hồn nặng nề và cạn kiệt, vì thế không thể hoạt động với tiềm năng lớn nhất của mình. Sức mạnh đạt được, cho phép chúng ta ở cùng với Thượng Đế và chạm tới đích, khi chúng ta sử dụng nguồn lực bên trong mình theo cách đúng đắn. Lãng phí tâm trí vào những điều tầm thường, vụn vặt, những kiểu suy nghĩ phản xạ là sự lãng phí thời gian và năng lượng. Linh hồn rời bỏ con đường, họ rời bỏ Thượng Đế, bởi vì đã lãng phí suy nghĩ, lời nói và hơi thở theo cách này. Đổ lỗi cho người khác và phàn nàn đều chỉ là sự việi cố biện minh. Đây là một lỗi lầm khác gây lãng phí nhiều năng lượng hơn và nhiều mất mát năng lượng hơn.

Không có thời gian để cư xử theo cách này thêm nữa.

Thấu hiểu rằng em cần sức mạnh và hãy bắt đầu trau dồi nó.

Khi sức mạnh phát triển, tình yêu phát triển.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

CẢM XÚC THANH KHIẾT

Con người đã trải nghiệm rất nhiều sự dối lừa trong cuộc đời của họ. Có rất nhiều sự dối thác giả dối, vì thế cảm xúc cũng bị tàn phá. Đây là lý do tại sao một số người trở nên vô cảm và chối bỏ thế giới. Mặc dù vậy, khi một linh hồn bắt đầu nhận được điều gì đó từ Thượng Đế, trái tim họ mở ra. Vì thế, hãy để chúng ta nhận lấy tình yêu của Thượng Đế và có những cảm xúc thanh khiết. Hãy để chúng ta trải nghiệm cảm xúc thanh khiết là gì. Hãy để chúng ta có niềm tin ở nhau và niềm tin với chính bản thân mình. Hãy để chúng ta học cách yêu thương bản thân. Hãy để chúng ta có sự thanh khiết trong cảm xúc, sau đó chúng ta có thể trải nghiệm tình yêu. Hãy để chúng ta nhận lấy từ Thượng Đế và cả những người khác. Khi chúng ta có những mong ước tốt lành vô cùng mạnh mẽ dành cho người khác, những cảm xúc tốt lành cho người khác, những cảm xúc đó chạm tới họ. Chúng ta có thể giúp đỡ nhau thông qua sức mạnh của những cảm xúc tốt lành.

Sâu thẳm trong trái tim tôi chỉ có một cảm xúc: giống như tôi đã nhận được rất nhiều từ Thượng Đế, mong rằng tất cả những đứa con của Thượng Đế đều nhận được tương tự từ Cha của họ.

ĐAU ĐÓN CƠ THỂ

Trạng thái không còn cảm thấy gì trước bất cứ kiểu đau đớn nào là có thể thông qua tình yêu ngập tràn từ Thượng Đế. Trải nghiệm Người như Mẹ và để Người xoa dịu, dỗ dành nó trong giây lát, khi em ngồi trong lòng Người.

Như vậy thì tốt hơn là khóc lóc,
(điều này chẳng ích gì).
Và đồng thời, nó cũng là một chiến thắng tâm linh.

Hãy chịu đựng nỗi đau.
Nó đang cố gắng dạy cho em điều gì đó.
Đừng nhìn vào bệnh tật, thay vào đó hãy thấy bài học.

Sự tưởng nhớ Thượng Đế là phương thuốc hiệu nghiệm.
Thấu hiểu mối quan hệ của hạnh phúc và nỗi đau.
Nó là một ảo thuật gia, nó khiến đau đớn biến mất.

Vì thế hãy tách rời bản thân khỏi cơ thể,
với niềm tin vững vàng ở Thượng Đế.
Và đau đớn sẽ kết thúc, rất nhanh chóng thôi.

THÀNH TỰU

Thành tựu tâm linh có nghĩa là:

Em hoàn toàn an trú trong bản thể tâm linh của mình.

Em nhận biết bản thân như một đứa con của Thượng Đế.

Hiện tại được trải nghiệm tròn đầy, trọn vẹn; quá khứ hoàn toàn kết thúc và tương lai được thấu hiểu rõ ràng.

Thành tựu tâm linh được nhận từ Thượng Đế.

Một trí tuệ xao nhãng không thể hướng về phía Thượng Đế, và nhận lấy.

Nó sẽ luôn bận rộn nghĩ về, “Bằng cách nào?” và “Tại sao?”

và hướng về phía thế giới để tìm hiểu,

điều này chỉ có ích trong việc khiến trí tuệ phân tán thậm chí nhiều hơn.

Như vậy là trạng thái thiếu niềm tin, điều mà sẽ phá huỷ sự tiến bộ tâm linh.

Vì thế, đừng bị phân tán; thay vào đó,

Khoan dung và Duy trì.

VÀ em sẽ có thể nhận được mọi thứ mà Thượng Đế đang trao tặng.

PHỤC VỤ TINH TẾ

Sóng rung động thanh khiết của em là một hình thức phục vụ tinh tế.

Tình yêu, bình an, niềm vui, trí tuệ - đây là những sóng rung động thanh khiết.

Chúng ta được lan tỏa vào thế giới thông qua suy nghĩ và hành động của em tới bất cứ đâu miễn là nó được rót đầy bởi sự Thánh thiện.

Vì thế hãy khiến mỗi khoảnh khắc của em thanh khiết:

Hiểu được sự khác biệt giữa tầm thường và Thánh thiện.

Sau đó hãy chỉ mang sự Thánh thiện vào trong thực hành.

Nhớ rằng em là Chủ nhân của cả tâm trí và cơ thể.

Sau đó hãy trao đi mệnh lệnh của mình và giữ chúng ở trong trật tự.

Khi em học cách bảo tâm trí làm những gì cần làm, thì mô típ suy nghĩ và hành động cũ sẽ thay đổi.

Như một vị Chủ nhân của cả cơ thể và tâm trí mình, em sẽ nhìn thấy mọi thứ không như chúng có vẻ, mà như chúng thực sự là. Em sẽ bớt phản ứng, mà hồi đáp nhiều hơn.

Sự hiện diện thực sự của em sẽ trở thành một lời mời gọi đối với sự thật.

Sóng rung động của em lan rộng, mang lại sự mát lành và bình an - ngôn từ thậm chí cũng không hiệu quả bằng một nửa vậy -

Sự trợ giúp này được mở rộng thông qua trạng thái của tâm trí em.

Và tất cả mọi người sẽ được lợi ích, không chỉ những ai quanh tôi.

Mà tất cả anh em và chị em của tôi, cùng toàn bộ thế giới.

SUY NGHĨ THANH KHIẾT

Em là những gì em nghĩ.

Yêu thương, thanh khiết, bình an, trí tuệ
em càng nghĩ nhiều về những điều này
em càng trở nên như vậy.

Sự yếu kém

- thói tật đi phần ánh sáng này trong em và trong những người khác –
mời gọi thói suy nghĩ tiêu cực. Chúng sẽ phá huỷ em.

Học cách chuyển đổi đối tượng tập trung.

Thay vì vậy, hãy nghĩ:

Mặc dù tôi vẫn chưa thanh khiết
nhưng tôi muốn thanh khiết.
Thượng Đế đang dẫn tôi đi tới đích của mình, vì thế
tôi nhất định sẽ trở nên thanh khiết.

Khi em xây dựng một ngôi nhà, mọi viên gạch đều góp công.

Khi em xây dựng một tính cách, mọi suy nghĩ đều tham gia vào đó.

Tôi sẽ không trở nên thanh khiết
trừ khi trước tiên tôi cần nghĩ về nó.

TÔN GIÁO

Tôi từng nói rằng, “Tôi là người Hindu, Bạn là người Công giáo.”

Tôi không bao giờ có thể nói như vậy nữa.

Thái độ của tôi đã thay đổi.

Giờ đây, tôi sẽ nói rằng

“Dù cho bạn đang đứng trước tượng Chúa hay thờ phụng hình ảnh của Krishna thì Thượng Đế vẫn là một Người Cha và –

Chúng ta, tất cả, đều là con của một Người Cha đó.”

Tôn giáo không còn tồn tại trên thế giới này trong hình thức đích thực.

Khi chỉ đơn thuần là những nghi thức nó hời hợt và không chút sức mạnh.

Khi có sự thấu hiểu thực sự khi có chân lý trong ngôn từ đồng thời sẽ có sức mạnh.

Sức mạnh sẽ không được nhận từ Thượng Đế để chúng ta chiến đấu với nhau.

Sức mạnh được nhận để chúng ta trở nên bình an.

Đạo lý đích thực nói “Bình an”

Đạo lý đích thực dạy về Bình an.

AN TRÚ TRONG BÌNH AN

Tôi có niềm tin rằng lực của Bình an thì lớn bom nguyên tử lớn hơn cả bất cứ sức mạnh nào mà thế giới có thể sản sinh.

Tất cả chúng ta cần phải đặt niềm tin của mình nơi nguồn lực này.

Không phải, “Tôi sẽ chỉ lăm lăm súng trong tay”

Hay, “Chúng tôi sẽ ôm khư khư giữ những trái bom này

... đề phòng khi cần tới.”

Mà, “Tôi sẽ tuyệt đối tin tưởng vào sức mạnh này.”

Tôi đã từng được hỏi rằng, bằng cách nào mà tôi có thể giữ bản thân bình an đến vậy khi nỗ lực dạy về bình an cho nhiều kiểu người khác nhau.

Tôi chỉ giữ mục tiêu của mình ở trước mặt:

Tự bản thân đầy ắp bình an.

Biết rằng bình an này sẽ chạm tới những người yêu dấu của tôi, và, cuối cùng, là toàn thế giới.

NHỮNG CÁI BÃY

Giữ bản thân em tự do khỏi những cái bẫy.

Những cái bẫy đó là:

Suy nghĩ về người khác

Chỉ trích người khác

Chỉ trích bản thân

Nghi ngờ bản thân

...

Cường điệu hoá vấn đề
cũng là một cái bẫy.

Em có thể giải phóng bản thân bằng cách:

Chỉ tạo ra những suy nghĩ thanh khiết

(về bản ngã vĩnh hằng của mình và người khác)

Gieo trồng những lời chúc tốt lành

(dù cho hành vi của họ đối với em thế nào)

Duy trì sự tưởng nhớ Thượng Đế

(để có thể giữ mình chân thực)

Nếu ai đó tới và xúc phạm em

đặc biệt là trước mặt những người khác (Cái bẫy)

Hãy nghĩ rằng, “Đây là một bài thi”

và em sẽ tự do.

Mọi suy nghĩ mà khiến em ở trong bản thể tâm linh

- không thể khiến em khó chịu –

sẽ giải phóng em khỏi mọi cạm bẫy.

LOẠI BỎ THÓI QUEN VÔ ÍCH

Trước tiên, đừng sợ hãi những tội lỗi của mình.
Bởi vì Thượng Đế sẽ không ngừng yêu em.

Người biết rằng tình yêu khiến những đứa trẻ phát triển.
Vì thế hãy chỉ nghĩ về những điều Người muốn em làm.
Và thực hiện nó.

“Cố làm” thì không hiệu quả.
Trạng thái “cố” không mang lại phần thưởng.
Sự trợ giúp của Thượng Đế chỉ tới khi có nỗ lực từ tận trái tim.
Thấu hiểu sâu sắc những gì em muốn thấy phải có sự thay đổi.

Ngồi với Thượng Đế và xin Người tha thứ.
Người sẽ luôn trao nó, dù thế nào đi nữa.
Sau đó hãy chia sẻ, cứ luôn chia sẻ, những trải nghiệm của em với người khác.
Đây là một công việc từ thiện tâm linh thứ giúp thanh toán những tài khoản.
Thực ra, dẫu sao thì, những tội lỗi tất cả cũng chỉ là như vậy.

Sau đó, em sẽ bắt đầu cảm thấy trong sạch hơn, nhẹ nhõm hơn
và yêu quý Thượng Đế.
Đó cũng có những lời nhắc nhở dành cho người khác nữa.

VUI TƯƠI

Niềm vui tươi nội tâm sẽ bị phá huỷ bởi lương tâm cắn rứt.

Vì thế hãy học cách làm mọi thứ một cách xứng đáng.

Nó là một nghệ thuật dạy em
trân trọng vẻ đẹp nội tâm của mình.

(Nó cũng khiến em phải nghĩ kỹ trước khi phá hoại điều đó.)

Chúng ta đã từng quen với việc nghiêm khắc với bản thân khi mắc lỗi.

Hiệu quả hơn nhiều đó là xử trí với tình yêu thương.

Tức giận với chính mình là một thói quen tồi tệ.

Nó hình thành bản tính buồn đau một cách tinh tế.

Kết thúc đi việc nghĩ về những điều rác rưởi.

Và thay vào đó hãy vui tươi với mọi thứ em tìm ra.

TRÒ CHUYỆN VỚI BẢN THÂN

Khi trò chuyện với bản thân bên trong tâm trí, em trò chuyện với bản thể nào?

Và bằng cách nào? Con người thường không trò chuyện với phần thánh thiện của họ, mà thường với những khía cạnh hời hợt thuộc về tính cách thường ngày. Và thường có một dòng suối sợ hãi, phàn nàn và những sự lặp lại dai dẳng về những điều cũ kĩ. Nếu chúng ta trò chuyện theo cách này với một con người nào đó khác, chúng ta sẽ phải xin lỗi.

Học cách trò chuyện đúng đắn với bản thân là một nỗ lực tâm linh.

Những suy nghĩ đến từ quá khứ và sự lo lắng về tương lai không tạo ra cuộc đối thoại chất lượng. Thay vào đó, hãy học cách trò chuyện với tâm trí em như thể nó là một đứa trẻ. Trò chuyện với nó bằng tình yêu thương. Nếu em ép đứa bé ngồi xuống, nó sẽ không làm theo. Một người mẹ tốt biết cách làm sao để thúc đẩy con làm thứ mình muốn. Hãy là một người mẹ tốt với tâm trí, dạy nó những suy nghĩ tích cực và tốt đẹp để khi em bảo nó ngồi im lặng, nó sẽ răm rắp tuân theo. Yêu tâm trí mình. Giữ bản thân hạnh phúc.

NGƯỜI TRỊ VÌ BẢN THÂN

Có sự kết nối giữa tâm trí bình an và một thái độ tốt đẹp. Việc để ý xem các giác quan – thị giác, xúc giác, thính giác, vị giác và khứu giác - tham gia vào điều này thế nào thì rất thú vị.

Ví dụ, giả dụ tôi hứa với bản thân không nổi giận nữa, bởi vì tôi hiểu được rằng nó gây hại, nhưng sau đó trong ngày, tôi “nhìn” hoặc “nghe” thấy điều gì tiêu cực. Nếu tôi cho phép bản thân quên đi lời hứa của mình thì mức độ nhận thức của tôi lại giật lùi về vị trí trước đây, sau đó phản ứng tức thì có lẽ sẽ lại tiêu cực như trước. Mặc dù vậy, nếu tôi nhớ lời hứa của mình, thì sự kích thích tương tự sẽ tạo ra một sự hồi đáp khôn ngoan và xoay xử tốt hơn.

Với việc học tâm linh, tâm trí tôi phát triển mạnh mẽ hơn trong sự cam kết của nó với bình an và chân lý trong hành động. Sức mạnh này cho phép tôi đạt được quyền kiểm soát với giác quan. Tôi không đơn giản cứ cho phép chúng hoạt động như thói thường – tương ứng với tình trạng của tôi. Tôi giữ mình tỉnh thức trong hiện tại, điều khiển bất cứ việc gì chúng thực hiện. Đây là bước đầu tiên trong việc trở thành một Vị chủ nhân – người trị vì Vương quốc của bản thân.

TRUNG THỰC

Sự trung thực tâm linh có nghĩa, “Hành động đúng, theo lợi ích, niềm tin và mong muốn của bản thân.” Nó là một trong những nền tảng tạo nên sự vĩ đại bởi vì nó khơi dậy trải nghiệm thực tiễn về tình yêu của Thượng Đế, và cảm nhận rằng Thượng Đế và tôi rất gần gũi. Có rất nhiều sức mạnh trong trải nghiệm này. Đáng tiếc rằng, thay vì tận hưởng điều tuyệt vời đó một cách tự nhiên, hầu hết con người lại bỏ lỡ cơ hội này bằng việc viện cớ. Nói dối là kiểu không thành thật lộ liễu nhất, nhưng thực tế thì, viện cớ thậm chí còn tệ hơn.

Trong khi sự giả dối thường dễ thấy, nhưng có thể mất một khoảng thời gian dài để nhận rằng tôi đang viện cớ, biện minh. Một phần rất lớn của cuộc sống có thể bị lãng phí bởi sự dối lừa này. Nghĩ về nó, xem có thể có bất cứ kiểu viện cớ nào khiến em không thể gần gũi với Thượng Đế?

TÔN TRỌNG

Chúng ta có xu hướng muốn được tôn trọng, và nhiều người tin rằng đó là quyền lợi, nhưng hầu hết mọi quyền lợi đều có trách nhiệm đi kèm.

Trách nhiệm này cần phải được thấu hiểu để mà em có thể trở nên xứng đáng được tôn trọng.

Sự tôn trọng đích thực không tới từ những gì chúng ta làm, chúng ta làm tốt được tới đâu. Nó có nghĩa rằng chúng ta được tôn trọng tương ứng với những đức hạnh và phẩm chất được hiển lộ thông qua hành vi của chúng ta.

Sự tôn trọng không phải chuyện cung cấp và nhu cầu.

Trái lại, nếu con người nhận ra rằng em thậm chí hơi mảy may mong cầu được tôn trọng, họ cũng sẽ tránh xa em hoàn toàn.

Điều này là bởi vì nhu cầu muốn được tôn trọng cho thấy một khoảng trống đâu đó trong nhận thức của em về bản thân – và hầu hết con người ta đều bận rộn làm đầy những khoảng trống của mình, họ trở nên bực bội khi thấy mình phải làm đầy cho khoảng trống của người khác.

Hãy thử định xem em có ham muốn tìm kiếm sự tôn trọng cho bất cứ một phần nào đó bên trong mình. Thực tế, những suy nghĩ đó là dấu hiệu chắc chắn rằng không ai đang trao sự tôn trọng đó cho em. Hành động nỗ lực có được sự tôn trọng của người khác chứng minh rằng em không xứng đáng có được nó.

Làm đầy bản thân với những đặc tính của Thượng Đế.
Hãy để những đặc tính của Thượng Đế hiển hiện trong cuộc đời em.
Những đặc tính đó khiến em xứng đáng.

Đừng buồn phiền nếu em không được tôn trọng. Hãy nói với người thứ ba khác để kiểm tra hành vi của mình. Nếu em không làm gì sai trái và thái độ của em đúng đắn, thì hãy hiểu rằng tình huống đó chỉ là một bài kiểm tra khả năng giữ mình vượt thoát khỏi sự đánh giá của người khác.

Nhiều tình huống như vậy sẽ tới để sát hạch. Hiểu chúng như là một bài kiểm tra lòng tự trọng của mình. Chúng là bài kiểm tra về tình yêu thương dành cho bản thân và sự kiên nhẫn.

Làm đầy mọi khoảng trống trong sự tự nhận thức bản thân bằng việc tiếp tục khám phá sự xứng đáng tâm linh đích thực của mình. Khi nhận thức này tuôn chảy trong những hành động, em sẽ dễ dàng tôn trọng người khác. Khi em tràn đầy, nó cũng dễ dàng khiến người khác tràn đầy. Khi em tràn đầy, em vượt qua mọi bài thi. Và việc vượt qua mọi bài thi khiến em xứng đáng có được tôn trọng của người khác.

SỨC KHOẺ TÂM LINH

Sức khỏe tâm linh tốt có nghĩa rằng tôi tự do khỏi bệnh tật tinh thần.
Không dấu vết của tiêu cực sót lại.
Mọi trở ngại đều băng qua.
Gương mặt tôi lấp lánh hạnh phúc.

Sức khỏe tâm linh tốt tới từ một kiếp sinh tâm linh khỏe mạnh.
Sinh ra với bản thể đích thực của em – Nhân cách Thanh khiết –
bằng việc tưởng nhớ Thượng Đế, Cha mẹ vĩnh hằng của em.

Tôi đang sống cuộc đời mình với Thượng Đế.
Tôi đang trò chuyện với Thượng Đế.
Tôi đang học từ Thượng Đế.

Niềm vui nội tâm là phương thuốc hiệu nghiệm nhất.
Nó hoàn toàn phụ thuộc vào việc em giữ gì trong trái tim mình.

HỌC TRÒ TÂM LINH

Một học trò tâm linh tốt trên con đường tâm linh vượt qua mọi môn học với bằng danh dự. Điều này có nghĩa rằng sự thấu hiểu và sức mạnh tâm linh từ Thượng Đế được thấm nhuần sâu sắc đến mức không một thử thách nào trong cuộc sống là không thể đối mặt với sự bình thản và chân lý. Trái tim đầy ắp lòng nhân từ và sự vị tha, không bao giờ trao hay nhận đau khổ. Những cảm xúc thanh khiết, vắng lặng bất cứ nhu cầu hay kì vọng, và những cảm xúc thanh khiết này được chia sẻ hào phóng với người khác. Em sẽ không đạt được điều này bằng việc trở thành một nhà tu ẩn dật và rời bỏ cuộc sống hằng ngày; thay vào đó, em hoàn toàn sống trong thế giới, nhưng xa cách khỏi mọi thói tật và tiêu cực.

Giờ đây nó là thời điểm để trở thành một học sinh thành đạt trong cuộc đời; em không bao giờ nên nghi ngờ bản thân trong khía cạnh này. Niềm tin ở Thượng Đế mời gọi sự trợ giúp của người. Điều này, cùng với lòng quyết tâm của em sẽ tạo ra sức mạnh tiến bộ. Thượng Đế sẽ trao cho em mọi thứ em cần.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

TÌM KIẾM TÌNH YÊU

Tình yêu hiện đại xa rời khỏi trái tim và bước vào phạm trù của lý trí.

Đây là lý do tại sao chúng ta đau đầu, bởi vì cái đầu thay vì con tim đã tìm kiếm tình yêu. Một trái tim thiếu thốn đánh mất tình yêu và bất hạnh. Bất cứ độ tuổi nào, trẻ hay già – thậm chí trẻ nhỏ, tất cả mọi người đều tìm kiếm tình yêu.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

QUAY VÀO BÊN TRONG, TÌNH YÊU Ở ĐÓ

Nếu em bước vào bên trong mình, ở đó, em sẽ khám phá ra tình yêu là gì. Nếu em tìm kiếm nó ở bên ngoài, em sẽ cần phải tìm hoài tìm mãi bởi vì em sẽ chỉ thấy lừa dối và khổ đau. Em phải quay vào bên trong để thấy được tình yêu.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

TRÁI TIM TAN VỠ

Con người mất niềm tin ở tình yêu. Trước tiên đã từng có sự tìm kiếm trải nghiệm về tình yêu vô điều kiện của Thượng Đế. Khi cuộc kiếm tìm này thất bại, niềm tin ở Thượng Đế cũng mất đi. Sau đó khi con người tìm kiếm tình yêu từ nhau, vẫn không có thành công, vì thế nên niềm tin ở tình yêu không còn nữa.

Tồn tại rất nhiều hiểu biết sai lầm về tình yêu. Tình yêu đích thực không phải tình yêu ích kỉ. Dấu hiệu của tình yêu ích kỉ đó là mối quan hệ sẽ kết thúc nếu em không nhận được những gì em khao khát. Ngày nay có sự ích kỉ trong mọi kiểu mối quan hệ - thậm chí là trong mối quan hệ giữa mẹ và con, hay chồng và vợ. Tình yêu ích kỉ, một mặt luôn cố về như thế này, nhưng mặt khác lại hoàn toàn đối lập.

Sự lừa dối như thế đã khiến trái tim vô cùng khổ đau. Bất cứ thứ tình yêu nào cũng hoá thành ghét bỏ. Khi em rơi vào trạng thái cảm thấy bị đe dọa bởi một mối quan hệ, không chắc chắn về việc nó sẽ đi tới đâu, thì tình yêu của em sẽ hoá thành ghét bỏ. Nhiều người tin rằng họ đã tìm thấy tình yêu đích thực của cuộc đời cho đến khi sau đó họ nhận ra rằng mình đã bị lừa dối.

Bởi vì không hề có sự trung thực trong trái tim, nên trái tim tan vỡ.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

TRÁI TIM TRONG SẠCH VÀ TRUNG THỰC

Tình yêu lừa dối là thứ tình yêu mà không có sự trung thực trong trái tim. Nó tạo ra sự phụ thuộc, và có vẻ như một thương vụ trao đổi hơn một mối quan hệ.

Kiểu tình yêu đó trở nên giống như chất kích thích.

Chúng ta không muốn thứ tình yêu khiến chúng ta trở nên phụ thuộc. Tình yêu thì nên khiến cho sự trung thực và chân lý lớn lên. Sự trung thực cho chúng ta thấy tình yêu là gì và tình yêu đích thực cho chúng ta thấy sự trung thực là gì.

Cách để giải phóng bản thân khỏi sự phụ thuộc vào tình yêu sai lầm đó là trải nghiệm sự tràn đầy, ngọt ngào của tình yêu đích thực. Thay thế độc dược bằng mật ngọt và nó sẽ dễ dàng nhận ra sự không đáng của tình yêu sai lầm. Chúng ta không nên chấp nhận bất cứ thứ tình yêu nào đến với mình – từ nơi này, nơi kia, bất cứ đâu. Nếu ai đó muốn trao cho em tình yêu thương, trước tiên hãy xem xem thứ tình yêu thương họ đang trao tặng là gì. Trực giác của em sẽ nhận ra rất nhanh chóng kiểu tình yêu đó.

Để trải nghiệm tình yêu đích thực, chúng ta nên hỏi xem: Trái tim tôi có trong sạch không? Nó có trung thực? Nó có cởi mở? Nếu không, nếu trái tim tôi vẫn tan vỡ, tôi sẽ không thể trải nghiệm tình yêu đích thực.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

KIÊU NGẠO

Một số người không muốn làm thêm bất cứ điều gì với tình yêu thương. Bởi vì sự dối lừa bao quanh mọi phía, nên họ đã đẩy tình yêu ra xa. Họ nghĩ rằng nó quá phức tạp, quá mệt mỏi. Họ nói, “Tôi sẽ không yêu thêm bất cứ ai và tôi không muốn bất cứ ai yêu mình.” Họ thậm chí không muốn nói về nó. Họ không muốn nghe về tình mẫu tử, tình bạn, hay bất cứ kiểu tình yêu nào.

Đó là những người rút cục nói, “Tôi chỉ muốn độc lập.” Họ nghĩ rằng tình yêu có nghĩa là tự do khỏi tất cả những điều đó. Thực tế, đây là một kiểu kiêu ngạo. Những người đó không hề hiểu rằng trái đất này là cánh đồng hành động, và cánh đồng này và cả những con người sống trên đó đều cần tới nước của yêu thương.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

HÀNH ĐỘNG YÊU THƯƠNG ĐẦU TIÊN

Con người không biết bằng cách nào để trao yêu thương, họ cũng không biết đón nhận thế nào. Vì thế trái tim trở nên trống rỗng. Đây là lý do tại sao họ không biết tình yêu thực sự là gì. Thực tế, việc dành thời gian và nỗ lực để hiểu xem tình yêu là gì, bản chất nó cũng là một hành động yêu thương.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

TÌNH YÊU ĐÍCH THỰC TỪ BẢN THÂN

Tình yêu đích thực hoàn toàn thờ ơ với những điều giả dối. Những cảm xúc bề nổi, điều khiến em chỉ chạm tới sự hời hợt thì không phải nền tảng của tình yêu đích thực. Tình yêu đích thực có nghĩa là tình yêu thanh khiết, và tình yêu thanh khiết dựa trên nền tảng của chân lý, lòng tốt và mong ước mang lại lợi ích cho người khác từ tận đáy lòng. Sự hời hợt và những điều tưởng tượng về người khác làm biến chất tình yêu đó. Em cần phải nỗ lực để thấu hiểu những điều thuộc về tình yêu thanh khiết và kiểm tra xem liệu em có đang sống với nó không.

Hãy để cho tình yêu của em chân thực tới mức thậm chí người khác có trở thành kẻ thù của em, em vẫn không ngừng yêu thương họ. Em phải trao đi tình yêu thật sự, từ trái tim em. Tình yêu của em nên đến mức em có thể đặt bàn tay lên trái tim mình và biết rằng những gì em đang trao đi là thật. Tình yêu đích thực là những gì tất cả mọi người mong muốn, vì thế đây là những gì em nên chia sẻ.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

TÌNH YÊU ĐÍCH THỰC TỪ THƯỢNG ĐẾ

Thượng Đế trao cho chúng ta tình yêu đích thực. Chia khoá để rót đầy bản thân với thứ tình yêu đó là sự trung thực. Tôi không bao giờ che dấu bất cứ điều gì với Thượng Đế. Tôi không thể. Người biết rất rõ trái tim tôi và tôi cũng biết Người rất rõ.

Đức hạnh trung thực với Thượng Đế khiến linh hồn nhận được từ Người nhiều như thế đó. Khi có tình yêu chân thực trong trái tim dành cho Thượng Đế, sau đó em sẽ nhận được tình yêu từ Người như sự hồi đáp dành cho em.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

LUÔN TỬ TẾ

Kết quả của tình yêu thương thanh khiết, đích thực luôn tốt đẹp. Những ai sống với tình yêu thuần khiết không bao giờ bị ảnh hưởng bởi bất cứ ai. Khả năng phân định của họ không bao giờ suy giảm. Khi tình yêu của em thanh khiết, người khác sẽ cảm nhận được ý định của em cũng thanh khiết. Có tình yêu thương trong ánh nhìn của em. Và sẽ có lòng tốt trong tình yêu đó. Trong tình yêu thanh khiết, luôn có lòng tốt tồn tại.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

TRÁI TIM HẠNH PHÚC & TRÍ TUỆ THANH THẢN

Tôi thường vô cùng cẩn trọng để không xa rời khỏi tình yêu của Thượng Đế, không để bản thân cách xa thậm chí chỉ chút ít, và vì thế mà dứt lìa khỏi trải nghiệm tình yêu của Người. Tôi cũng cẩn thận để trí tuệ không gắn kết vào bất cứ đâu, để Thượng Đế có thể sử dụng nó bất cứ khi nào Người muốn. Đây là lý do vì sao trái tim tôi luôn hạnh phúc và cái đầu thanh thản. Tôi không để cho bất cứ điều gì đi vào trái tim mình, để rồi sau đó lại mất rất nhiều thời gian và nỗ lực loại bỏ nó. Khi tôi bắt đầu nghĩ về quá khứ, hiện tại và tương lai, những cảm xúc cũ khuấy động trái tim tôi, tất cả mọi thứ cùng một thời điểm, mất rất nhiều nỗ lực để loại bỏ chúng. Bằng cách nào mà Thượng Đế có thể trao cho tôi tình yêu thương, bằng cách nào tôi có thể trải nghiệm tình yêu của Người, nếu tôi luôn bận rộn với những điều đó?

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

KHÔNG ĐỀ BỊ TỔN THƯƠNG

Tình yêu của Thượng Đế thực sự biến đổi tôi từ bên trong. Thông qua tình yêu của Thượng Đế, mọi thứ cũ kĩ kết thúc. Tình yêu của Thượng Đế khiến tôi trở nên giống một chiếc gương – một chiếc gương mà từ đó tôi có thể thấy chính mình rõ ràng và thông qua đó những người khác cũng có thể thấy bản thân họ - một cách tức thì.

Sức mạnh tình yêu của Thượng Đế, Đấng Toàn Năng, được tích lũy trong linh hồn tôi. Nhờ có tình yêu của Thượng Đế, trái tim tôi trở nên mạnh mẽ đến mức thậm chí nếu ai đó có làm gì tổn thương tôi, tôi cũng không cho phép mình nhận lấy tổn thương đó. Dù cho ai đó có nói gì, họ không thể làm tôi tổn thương.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

TÌNH YÊU LÀ MÃI MÃI

Trải nghiệm tình yêu của Thượng Đế làm hồi sinh niềm tin ở Thượng Đế. Mặc dù vậy, để niềm tin được mạnh mẽ, nó cần phải dựa trên sự hiểu biết thông suốt về bản chất thực sự của bản thể, Thượng Đế và cuộc đời, chứ không chỉ là cảm xúc và trải nghiệm. Điều này khiến linh hồn xứng đáng và mạnh mẽ. Thượng Đế trao cho chúng ta tình yêu sâu sắc và mạnh mẽ nhường đó, đến mức mà tình yêu này trở thành vĩnh hằng. Nó không bao giờ bị phá hủy, nó không bao giờ suy chuyển.

Tình yêu của chúng ta cũng nên bất diệt như thế.

TÌNH YÊU & NHỮNG MỐI QUAN HỆ

CHA MẸ CỦA TÌNH YÊU THƯƠNG

Khi lần đầu tôi đến Luân Đôn, con người thường hỏi rằng tôi có lập gia đình không, và tôi có con không? Và tôi nói:

“Có, tôi có một Người Chồng, người mà yêu tôi rất nhiều và luôn tử tế với tôi. Người giải phóng tôi khỏi thế giới giả dối này. Người khiến tôi thuộc về Người. Nếu có bất cứ thứ gì trong trái tim tôi, bất cứ điều gì gây cho tôi đau khổ, Người yêu tôi rất nhiều tới mức Người xoá bỏ nó khỏi trái tim tôi. Và vì thế tôi gọi Người bằng cái tên: Đáng Vỗ Về Trái Tim, Đáng duy nhất, người vỗ về trái tim tôi. Và tôi có hai người con: Kiên nhẫn và Bình an. Vì thế, cuộc đời tôi vô cùng hạnh phúc. Nơi đâu có kiên nhẫn và bình an, tôi có thể nhận và trao đi thật nhiều yêu thương. Nơi đâu không có kiên nhẫn và bình an, không có yêu thương ở đó. Kiên nhẫn và bình an đồng thời cũng là cha mẹ của của yêu thương. Nếu tôi có sự kiên nhẫn, tình yêu của tôi dành cho người khác sẽ không bao giờ bị phá vỡ nhanh chóng hay dễ dàng, không bao giờ.”

HAM MUỐN

Ham muốn không phải là vấn đề.
Còn việc thoả mãn chúng thì có.

Thượng Đế nói: hãy nói cho Ta biết mọi mong nguyện của con và Ta sẽ thoả mãn chúng. Nhưng con người ta không làm vậy.

Họ quay sang những người khác và kì vọng ai đó sẽ hoàn thành chúng.

Sự kì vọng là một kiểu ham muốn khác.

Kì vọng được ngợi khen, hay được công nhận, hay được đón nhận là dấu hiệu của những thành tựu tâm linh nhỏ nhặt.

Theo thời gian, điều này sẽ khiến em suy kiệt.

Việc làm của em sẽ hoá thành giả tạo, chỉ trên danh nghĩa và em sẽ xa cách khỏi những lời chúc phúc thực sự từ người khác.

Mong ước thanh khiết của Thượng Đế đó là giờ đây chúng ta trở nên giống như Người. Mong ước của chúng ta lúc này đây cũng nên như thế.

KIẾN THỨC

Nếu tôi là một linh hồn thực sự đầy ắp kiến thức, tôi sẽ thành thực trong những khía cạnh của tinh thần. Tôi sẽ an định thành công trong bản thể tâm linh của mình. Tôi sẽ tự do khỏi những ảnh hưởng của quá khứ. Sẽ chỉ còn lại bình an và hạnh phúc nội tâm.

Kiến thức đích thực không chỉ là chuyện của sự hiểu biết trí tuệ. Nó là để mang tầm thấu vào trong cuộc sống hằng ngày, để cải thiện cuộc sống. Mỗi suy nghĩ, lời nói, và hành động của tôi trở nên tương thích một cách tự nhiên với quy luật của vũ trụ. Tất cả những gì sai trái bắt đầu được đặt đúng trở lại.

“Sự hiểu biết” này bảo vệ tôi khỏi những lối nhìn nhận và suy nghĩ hẹp hòi về người khác. Nó cho phép tôi cảm nhận tình yêu của mọi người mà không mất năng lượng với việc bước vào nhiều vấn đề của người khác.

Đây là trách nhiệm của những ai thấu hiểu bản thể sâu sắc.

Sự kiêu ngạo của trí tuệ là dấu hiệu tôi không thực sự hiểu biết. Kiến thức đích thực mang tôi chạm vào sự ngọt ngào của cuộc sống và khiến tôi cũng ngọt ngào như thế.

THƯỢNG ĐẾ - ĐÁNG TOÀN NĂNG

Tại sao Thượng Đế được biết tới như “Đáng Toàn Năng”?

Đó là bởi vì Người có “Mọi Sức mạnh” điều mà sau đó Người trao cho chúng ta, những đứa con trong hình dạng của thừa kế.

Người kéo chúng ta lại gần Người, rót đầy chúng ta với sức mạnh, để mà chúng ta có thể trải nghiệm mọi khía cạnh của Chân lý.

Thông qua sức mạnh của Thượng Đế tâm trí chúng ta trở nên trong sạch và tươi mới.

Chính sức mạnh của Người mang chúng ta vượt thoát khỏi những điều hữu hạn bước vào trải nghiệm sự Thánh thiện.

Khi chúng ta nhìn bản thân mình và thế giới mỗi bước đổi thay tích cực là bằng chứng cho sự quyên tặng này của Người.

Kết nối của tôi với Thượng Đế được hiển lộ thông qua tính cách, mỗi quan hệ và ánh nhìn của tôi với cuộc đời.

Khi tôi cảm thấy đơn độc, hay yếu đuối, nó có nghĩa rằng tôi đã không để sức mạnh của Thượng Đế trợ giúp cho tôi.

Không có khả năng hợp tác hay có những cảm xúc yêu thương đồng thời cũng ngụ ý rằng tôi đang không trải nghiệm tình yêu của Thượng Đế.

Tại sao tôi không bắt đầu đạt được thừa kế của mình, ngay bây giờ?

ĐẠO ĐỨC

Đạo đức là quy tắc ứng xử, thứ thúc đẩy đức hạnh và nhân cách.
Cần phải có đạo đức trong cuộc sống cá nhân, xã hội và công việc của tôi.
Có đạo đức có nghĩa là có chuẩn mực hành vi đối với bản thân.

Chuẩn mực hành vi của cá nhân có thể được duy trì khi trí tuệ không dễ dàng bị lung lay bởi những vấn đề nhỏ nhất. Vì lý do này, tính kỉ luật đối với bản thân là cần thiết. Tự giác khiến mọi thứ chính xác, đẹp đẽ, tâm linh và đơn giản.

Nó là dễ dàng để có mối quan hệ tốt đẹp với những người có sự tự giác, kỉ luật.

Đạo đức và chuẩn mực hành vi đầu tiên đó là có một trái tim rộng lớn.
Khi trái tim em hẹp hòi, có sự khổ đau; em không thể làm những gì em muốn và cũng không thể giao tiếp rõ ràng. Em thậm chí không thể hợp tác với người khác; những cảm xúc thường mang năng lượng thấp, vì thế mà có sự cản trở về việc mình đang trao đi bao nhiêu. Một trái tim rộng lớn không phải là việc trao tặng tiền bạc, mà là trạng thái coi mọi người như đồng đẳng, ngang bằng.

CHÍNH TRỰC

Bất cứ ai muốn là một công cụ trong việc phục vụ thế giới cần biết cách làm việc với sự chính trực. Sự chính trực nâng đỡ nhân cách và mang lại sức mạnh nội tâm.

Nó hiển lộ một thái độ thanh khiết. Những ai có sự chính trực duy trì sự khiêm nhường lớn lao, thậm chí trong khi đang giữ những vị trí, địa vị cao và khiến nhiều người kính trọng. Họ không thay đổi tính cách hay đức hạnh dựa trên người họ giao tiếp. Họ có sự tự hào bên trong bản thân.

Sự chính trực được duy trì trong một thời gian dài khiến linh hồn mạnh mẽ. Trí tuệ rõ ràng và không trộn lẫn sự thật với giả dối. Một người chính trực có thể hiển lộ sự thật thông qua những lời nói có trí tuệ. Họ không bao giờ cảm thấy cần phải chứng minh sự thật. Bởi vì một lương tâm trong sạch là phần thưởng cho sự trung thực đó, một người chính trực cân nhắc hệ quả của mỗi hành động và không bao giờ lơ đãng mà bị lôi kéo vào bất cứ điều gì. Hành xử theo một cách không trộn vện theo cách đó là sự lừa dối con người.

NỀN GIÁO DỤC TÂM LINH

Học tập tâm linh dạy chúng ta cách giữ tâm trí tự do khỏi căng thẳng và dao động. Một tâm trí không vững vàng là kết quả của việc để bản thân bị ảnh hưởng mạnh bởi những tình huống liên quan tới con người. Nhận thức tâm linh giúp em ổn định và vì thế được bảo vệ. Em đạt được niềm hạnh phúc cứ thế lớn dần và rồi giúp những người khác làm được tương tự.

Thế giới là một siêu thị khổ đau. Đừng mua bất cứ điều gì! Một nền giáo dục tâm linh tốt dạy em cách phân định những gì em chọn mua. Hãy từ chối nhận lấy bất cứ thứ gì ngoại trừ hạnh phúc từ người khác và cũng như từ thế giới.

SỰ HÀI LÒNG

Trước tiên, hãy hiểu về sự bất toại nguyện. Trạng thái bất toại nguyện bị gây ra bởi sự cộng dồn liên tục của những ham muốn.

Ham muốn này dẫn tới ham muốn khác cho đến khi tới một thời điểm em cảm thấy sẽ chẳng bao giờ được thoả mãn.

Ham muốn là cái bẫy.

Bởi vì những ham muốn bất tận, những mối quan hệ đã trở nên vô cùng mong manh.

Có nhiều sự khó chịu và giận dữ bởi vì những gắn kết ích kỉ (với tài sản và con người) và sự kiêu hãnh (gắn kết với một hình ảnh cụ thể của bản thân).

Khi có sự bất như ý, trái tim sẽ không bao giờ tĩnh lặng bởi vì những suy nghĩ lãng phí và tiêu cực phá hoại mất bình an.

Sự hài lòng là kết quả của nhận thức tâm linh, điều khiến em nhận ra sự tiêu cực.

Nó thay đổi lối mòn suy nghĩ.

Khi em chạm tới tiềm năng nội tại không lồ của mình, mọi mong ước đều được thoả mãn.

Và em giành lại được bình an của chính mình.

HIỂU VỀ BỆNH TẬT

Thái độ tâm linh đối với bệnh tật đó là nhìn thấy nó như kết quả của những hành động trong quá khứ của em. Điều này là luật nhân quả, nó nói rằng bất cứ tình huống hôm nay thế nào, nó là kết quả của những gì em đã làm hôm qua. Những hành động đó có thể được thực hiện trong quá khứ gần, hoặc xa. Nếu em có thể chấp nhận trách nhiệm theo cách này và trái tim em biết cách để ở trong sự tưởng nhớ Thượng Đế, thì em sẽ giành lại được sức mạnh đến mức mà thậm chí những bệnh tật thể chất nghiêm trọng cũng không ảnh hưởng tới khả năng xử lý nó của em. Những ngọn núi được thu bé lại thành côn con. Không có sự hiểu biết thích đáng, điều ngược lại sẽ xảy ra, và thậm chí một bệnh tật thể chất vĩnh viễn cũng trở thành điều gì to lớn.

Hiểu biết tâm linh dạy em cách thực hiện hành động để đảm bảo một tương lai lành mạnh cho bản thân. Nó khiến em nhận ra tầm quan trọng của việc thực hiện những hành động tốt đẹp bởi vì đó là kết quả của một tương lai tươi sáng.

Ví dụ, em có thể có nhiều năng lượng tinh tế và sức mạnh nếu em để cơ thể, tâm trí và tài sản vào công việc phục vụ nhân đạo. Mặt khác, những tác động ngược lại sẽ sinh ra khi những điều tương tự bị sử dụng theo cách tiêu cực.

HỌC TẬP

Một số điều thúc đẩy việc học tập, và một số khác phá huỷ nó.

Sự kiêu ngạo phá huỷ khả năng học tập.

“Tôi đã biết rồi.”

Có suy nghĩ này và việc học chấm dứt.

Đồng thời, việc bị buộc chặt trong vô số thứ
cũng sẽ không giúp em đi vào chiều sâu của một điều.

Em không thể thực sự thay đổi cho đến khi em đi vào chiều sâu của điều gì đó.

Khi việc học kết thúc, không còn Thay đổi nữa.

Không còn Tiến bộ nữa.

Và linh hồn, thực thể mang nhiệm vụ học tập và thay đổi, không còn.

“Tôi đã hiểu được chừng này, nhưng ngày mai tôi sẽ hiểu thêm nữa.”

Suy nghĩ này là một suy nghĩ trân trọng với những gì nhận được.

Đây là một cách tốt để đảm bảo rằng nhiều hơn nữa sẽ được nhận trong tương lai.

Sẽ luôn có cơ hội học tập với những ai khao khát nó.

Hãy học theo cách này, để mà hấp thu những điều mới mẻ và sống với nó.

Như vậy là khôn ngoan, đây cũng là mục tiêu của việc học.

THÀNH CÔNG

Thành công có nghĩa là đạt tới một cấp độ ổn định liên tục của những suy nghĩ tích cực đến mức những hành động thanh khiết xảy ra một cách tự nhiên. Những hành động thanh khiết giống như hạt giống tốt lành, thứ mà khi đã được gieo xuống sẽ cho hoa trái ngọt ngào và khoẻ mạnh.

“Gieo gì, gặt nấy.”

Sự đề tâm tới chất lượng của hành động hôm nay đảm bảo cho Thành công ngày mai.

Những đức hạnh là cột trụ trong việc này, bởi vì Thành công như vậy cần tới Hi vọng. Và Hi vọng, trong thế giới ngày nay, cần tới Can đảm. Nó là chuyện làm việc bắt đầu từ sức mạnh của niềm tin, đây cũng là một hình thức của sự Trung thực tâm linh.

Cân bằng những phẩm chất này và con đường của em sẽ dễ dàng. Em sẽ chỉ tiến về phía trước. Thành công của em sẽ được đảm bảo.

Chỉ mình lòng can đảm không mang lại Thành công. Nếu chỉ có can đảm, sẽ có ego.

Sự can đảm cùng với lòng trung thực sẽ mang tới sự trợ giúp của Thượng Đế và đó là những điều đảm bảo sự Thành công.

“Thượng Đế đang khiến nó hoàn thành thông qua tôi.”

“Tôi đơn thuần là một công cụ trong công việc này.”

Đây là những suy nghĩ trung thực mời gọi sự trợ giúp và bảo vệ của Thượng Đế.

Sự khiêm nhường là kết quả của sự trung thực và can đảm đó. Một cuộc đời nhiệt tình, trung thực và khiêm nhường thì tràn đầy cảm hứng. Nó là cách giúp đỡ người khác cũng trở nên thành công.

SỨC MẠNH SUY NGHĨ

Thông qua những suy nghĩ của chúng ta, chúng ta đạt được sức mạnh hoặc đánh mất nó. Với những suy nghĩ thanh khiết, sức mạnh được tạo ra, và với những suy nghĩ ô trọc, sức mạnh bị phá hủy.

Những suy nghĩ thanh khiết là những suy nghĩ biểu lộ tính cách tâm linh. Những suy nghĩ ô trọc là những suy nghĩ về người khác. Chúng không có gì liên can tới sự thật của chúng ta hết. Suy nghĩ là công cụ mang chúng ta đi từ bản thể không-tâm-linh tới sự thật về mình.

Kiến thức tâm linh giống như sự sàng lọc, qua đó chúng ta loại bỏ những điều giả dối. Vận hành suy nghĩ của mình thông qua bộ lọc này liên tục đảm bảo rằng chúng ta đang đi về đúng hướng.

Khi những suy nghĩ được mang vào hành động, chúng có thể được thấy tức thì.

Khi tâm trí được làm đầy với đức hạnh, chúng sẽ được hiển lộ trong hành động.

Bằng những suy nghĩ cao quý hướng thượng, chúng ta có thể thực sự thanh lọc bản thân, truyền cảm hứng cho người khác làm tương tự. Bản thân cuộc sống của chúng ta sẽ trở thành nguồn cảm hứng cho người khác thay đổi. Thậm chí sẽ không cần tới lời nói.

Sóng rung động của những suy nghĩ thanh khiết có thể lan xa và chạm tới toàn thế giới. Mỗi cuộc đời của chúng ta có thể hoạt động như một ngọn hải đăng.

VƯỢT THOÁT

Nỗ lực mà em cần thực hiện vào lúc này đó là tới gần với Thượng Đế.

Để trải nghiệm điều này, hãy thực hành việc vượt thoát ý thức hữu hạn của bản thân (ý thức cơ thể) cho đến tận khi em có thể ổn định trong trạng thái của nhận thức tâm linh vô hạn thường hằng (ý thức linh hồn). Đây là một trong những điều khó khăn nhất để đạt được đối với bất cứ ai, bởi vì chúng ta đã tái sinh trong nhiều cơ thể và đã có nhiều mối quan hệ. Sự kết nối với Thượng Đế khiến chúng ta có thể giữ mình tách rời khi vẫn ở trong cơ thể và tham gia vào những mối quan hệ với con người.

Để tạo ra một kết nối như vậy với Thượng Đế, em phải cắt đứt tất cả những gắn kết khác. Nhưng chúng cần phải được cắt đứt với tình yêu thương. Nhận lấy sự trợ giúp từ Thượng Đế và học cách tự bản thân mình phá bỏ đi những gắn kết.

HẠNH PHÚC

Không có dưỡng chất nào như hạnh phúc.
(nó là thần dược)

Không có bệnh tật nào như khổ đau.
(nó là độc dược)

Trải nghiệm khổ đau trong một thời gian quá dài,
linh hồn giờ đây thêm khát bình an.

Không có niềm Hạnh phúc thực sự cho đến khi
linh hồn tìm thấy Bình an của chính mình.

Bình an nội tâm sâu sắc,
một kiểu cảm nhận sinh ra từ sự hợp nhất với Thượng Đế,
mang lại rất nhiều sức mạnh.

Em sẽ quên đi khổ đau hoàn toàn.

Chỉ có thái độ biết ơn trong trái tim
cùng rất nhiều Hân hoan.

Trải nghiệm niềm Hạnh phúc đích thực
chữa lành bệnh tật của khổ đau.

Đây là một cách chữa trị
không chỉ tạo ra Hạnh phúc và Hân hoan trong cuộc sống của bản thân em
Mà còn tạo ra những điều đó trên thế giới nữa.

Một gương mặt rạng rỡ rất quan trọng trong việc
khiến mọi thứ trở nên tốt đẹp hơn.

CHÚC PHÚC CỦA THƯỢNG ĐẾ

Khi em hiểu rằng mình thuộc về Thượng Đế thì Thượng Đế sẽ chịu trách nhiệm đối với em. Em ở trong sự chăm sóc của Người.

Khi tình yêu dành cho Thượng Đế lớn dần, sự hiểu biết tâm linh dâng trào bên trong em và có rất nhiều sức mạnh đến mức em cảm thấy rằng: “Không có gì tôi không thể hoàn thành.”

Khi Thượng Đế thấy được tình yêu và niềm tin nơi em, Người trao cho em NHIỀU HƠN NỮA tình yêu và niềm tin để hồi đáp. Và em cảm thấy: “Cuộc đời tôi nằm trong tay Người”.

Để nhận được những lời chúc phúc từ Thượng Đế, đơn giản hãy ghi nhớ tất cả những gì Người trao tặng. Giữ chúng trong nhịp đập trái tim em và có trách nhiệm với nó.

Những lời chúc phúc của Thượng Đế chỉ đi tới với những ai trung thực.

NHỮNG NGƯỜI PHỤC VỤ NỮ

Ý tưởng về việc phụ nữ đóng một vai trò bên ngoài xã hội đã từng bị phản đối trong những cộng đồng nơi tôi lớn lên. Đó là một thời điểm khá lâu trước đây và nhiều thứ giờ đã thay đổi. Nhưng tôi đã không đợi chờ sự thay đổi đó. Tôi đã từng có một mong ước mạnh mẽ được làm việc để nâng đỡ nhân loại, và đó là những gì tôi đã bắt đầu thực hiện.

Lòng can đảm thực hiện điều này đến từ việc vô cùng rõ ràng về bản thể tâm linh của mình. Thực tế, tôi không phải nam cũng không phải nữ. Tôi là một linh hồn, con của Thượng Đế, hiện đang ở trong hình thể của phụ nữ. Tôi cũng đã từng vô cùng rõ ràng về mục tiêu của mình và bận tâm về việc làm sao để tham gia nhiều hơn nữa những công việc phục vụ.

Thế giới chưa bao giờ mong chờ sự hỗ trợ của những người phụ nữ trong việc giải quyết những vấn đề thế giới. Thay vào đó lại tìm kiếm sự trợ giúp của những người có quyền lực, học giả và những người giàu có. Đây là một lỗi lầm lớn.

Vai trò của người mẹ đó là thức tỉnh những đứa con bằng tình yêu thương vô bờ và sắp sửa cho chúng sẵn sàng trong cả ngày. Người mẹ là nguồn trợ giúp của những đứa con. Cô ấy nuôi dưỡng.

Nói chung, chính việc gắn kết với gia đình và những đứa trẻ cản trở người phụ nữ đi theo tiếng gọi của bản thân. Vượt thoát khỏi gắn kết đó không phải là một thành tựu nhỏ. Vượt thoát khỏi nỗi sợ về việc xã hội sẽ nói gì thì cũng không kém.

Mối quan hệ với Thượng Đế đã trao cho tôi nhiều nội lực đến mức tôi đã không bị đe dọa bởi những quy ước xã hội. Tinh thần đủ mạnh mẽ để chống lại mọi áp lực và ảnh hưởng bên ngoài.

KHOAN DUNG/ CHỊU ĐỰNG

Có ba cấp độ khoan dung/chịu đựng:

Chịu đựng một tình huống, với nhiều nỗ lực có thể thấy rõ.

Điều chỉnh và dàn xếp với một tình huống với sức mạnh tâm linh.

Vượt qua nó, thậm chí không chú ý rằng có điều gì đó cần phải khoan dung.

Dấu hiệu của sự thiếu hụt trong khả năng khoan dung đó là: giây phút ai đó nói điều gì đó cón con, em bắt đầu phàn nàn và khóc lóc.

Nhạy cảm như thế thì có vẻ không đúng.

Mặc dù vậy, việc không nhạy cảm thì cũng không đúng.

Thấu hiểu những gì người khác nói với tình yêu thương.

Nhạy cảm về việc người khác sẽ cảm thấy ra sao về những gì em sẽ nói.

Một số người ngạc nhiên về việc người khác nói năng tệ bạc với mình. Họ nói những điều khó nghe với người khác, thế nhưng lại không thể chịu đựng được việc bị nói bất cứ điều gì.

Thiếu sức chịu đựng tạo ra sự thiếu kiên nhẫn,
điều này làm giảm tính tâm linh,
chất lượng của yêu thương
trong bầu không khí.

“Tôi sẽ phải tiếp tục như vậy bao lâu nữa đây?”

Điều này đang không sử dụng tới khả năng khoan dung như một sức mạnh.

Hãy nhớ rằng, em là một diễn viên trên sân khấu cuộc đời.

Hãy bước lùi lại. Đóng phần vai của mình với sự tách rời.

Duy trì nỗ lực tâm linh của em và
đơn giản vượt lên cấp độ kế tiếp!

MANG TỚI BÌNH AN

Bình an sẽ được tạo ra bằng việc bước tới, đối mặt với những điều đang khiến gia đình nhân nhân loại của chúng ta chia rẽ.

Tham lam, giận dữ, cái tôi đã phá huỷ bình an. Vì thế có rất nhiều đau khổ trên thế giới.

Nó không phải chuyện chạy trốn tới một nơi yên tĩnh xa xôi hay đi theo con đường khiến em quay lưng với thế giới.

Nó là chuyện học “Sự khiêm nhường” và mang lòng thương xót nhân đạo trở lại.

Dâng nộ bản thân cho Thượng Đế là sự bắt đầu.
Cùng với nhau, sau đó chúng ta có thể tạo nên bình an.

THƯỢNG ĐẾ LÀ AI?

GẶP THƯỢNG ĐẾ BẰNG TRÁI TIM

Một trong những trải nghiệm đầu tiên mà tôi có khi tới với tổ chức này, vào thời điểm của đầu những năm 1930, là cảm giác về sự kết nối bản thân với Thượng Đế như thể một dòng điện. Chỉ có một dòng điện như thể chảy trực tiếp từ Thượng Đế tới với tôi. Trải nghiệm đó hồ hởi tới mức tôi biết rằng tất cả những gì tôi muốn làm chỉ là hướng bản thân và cuộc đời mình về phía Thượng Đế trọn vẹn, hoàn toàn. Sau đó, tôi bắt đầu cảm thấy như thể đích thân Thượng Đế đã nắm lấy bàn tay tôi, và chính Người đã khiến tôi tiến về phía trước. Tới giờ, tôi vẫn còn cảm giác đó. Tôi cảm thấy sự đồng hành thường trực của Người, và bàn tay chúc phúc của Người luôn ở trên mái đầu tôi.

Với trải nghiệm của tôi, đó là em không thể nhìn thấy Thượng Đế bằng đôi mắt vật lý này và em không thể hiểu được Thượng Đế bằng một trí tuệ hữu hạn và thô nặng. Thay vào đó, Thượng Đế cần được nhận ra, điều này thì được tiết lộ thay vì chỉ đơn giản “nhìn” hoặc tìm hiểu theo góc độ triết học. “Sự nhận ra” không phải là phạm trù thiên về não bộ mà liên quan nhiều hơn tới trái tim. Khi trái tim “nhìn thấy” Thượng Đế, khi trái tim “biết về” Thượng Đế, sau đó có thể có sự nhận ra. Vì vậy, sự nhận ra đến từ cảm nhận, trải nghiệm và hiểu biết từ trái tim.

THƯỢNG ĐẾ LÀ AI?

NHẬN RA THƯỢNG ĐẾ

Điều đầu tiên cần nhận ra và thấu hiểu đó là Thượng Đế là Đấng Duy Nhất. Người là độc nhất, không thể có ai khác ngoại trừ một mình Thượng Đế được gọi là Thượng Đế. Chúng ta cần hiểu rằng con người chỉ là con người, và rằng đối với con người, sẽ có những biến động bất ổn. Nam thần và nữ thần trong thần thoại cùng những thân tượng và thánh thần của phương đông là những thực thể cao quý hướng thượng, những người đã từng xứng đáng được thờ phụng, nhưng ai đã khiến họ cao quý như vậy? Chính là Thượng Đế.

Thấu hiểu những điều này giúp tôi nhận ra Thượng Đế. Trước khi tới với tổ chức này, tôi tin ở Thượng Đế theo cách thức của con đường tín ngưỡng. Nó có nghĩa là, dù cho tôi có niềm tin, nhưng không có những trải nghiệm hữu hình, thực tế về việc Thượng Đế là ai. Giờ đây, trái tim tôi nói rằng: Tôi đã thấy Thượng Đế, tôi biết về Thượng Đế. Tôi đã nhận ra Thượng Đế từ trái tim.

THƯỢNG ĐẾ LÀ AI?

CHẠM VÀ HIỂU

Con người tin rằng để hiểu họ cần suy nghĩ. Mặc dù vậy, để hiểu Thượng Đế em không cần phải suy nghĩ. Khi nó là những vấn đề thể lý, thì mới cần tới việc suy nghĩ – em cần phải phân tích để hiểu ra điều gì đó. Nhưng việc đó thì không dành cho Thượng Đế. Em đã bao giờ từng có một suy nghĩ đơn giản tới với em một cách bất ngờ - một cảm nhận từ trực giác hoặc một nguồn cảm hứng bất chợt – mà thực tế không có bất cứ suy nghĩ nào chưa? Thượng Đế trao cho em nguồn cảm hứng đó. Em có phải nghĩ gì không? Trong một cái chớp mắt, Thượng Đế trao cho em sự thấu hiểu đó. Em không nghĩ gì, nhưng đột nhiên toàn bộ mọi thứ rõ ràng với em, trong khi đó trong những tình huống thông thường, em sẽ không thể có được bức tranh toàn diện thậm chí nếu em có nghĩ về nó hàng năm.

Thượng Đế trao cho em trực giác đó.

Người chạm vào trí tuệ em, trái tim em, giống như ánh sáng.

Nó thực sự là một điều tuyệt diệu rằng Thượng Đế có thể chạm tới chúng ta theo cách này, trong khi bản thân Người thì vượt thoát suy nghĩ. Thượng Đế không nghĩ. Thượng Đế không cần phải tạo ra bất cứ suy nghĩ nào. Giờ đây, Người đang khiến chúng ta giống như Người – vượt thoát mọi lãng phí và những suy nghĩ tầm thường, vượt thoát cả suy nghĩ nữa. Thực tế, không cần phải nghĩ. Nghĩ quá nhiều chỉ là một thói quen thôi.

THƯỢNG ĐẾ LÀ AI?

SỰ ĐỒNG HÀNH CỦA THƯỢNG ĐẾ

Khi sự hiểu biết và nhận ra Thượng Đế của chúng ta phát triển, tình yêu của chúng ta cũng lớn lên. Yoga trở thành một trải nghiệm mãnh liệt tan hoà trong yêu thương. Tác động của nó như thể một ngọn lửa – mọi thứ được chuyển hoá. Trong “ngọn lửa yoga” này, em hoàn toàn tan chảy bởi sự tưởng nhớ ngọt ngào của Thượng Đế, và trải nghiệm được mọi mối quan hệ với Người. Chúng ta được khiến cho trong sáng và tinh tế, có những trải nghiệm thực sự của việc trở thành thiên thần. Đây là sức mạnh của tình yêu Thượng Đế dành cho chúng ta. Nếu Thượng Đế không yêu chúng ta, chúng ta sẽ không bao giờ đạt được đỉnh cao đó.

Tôi cảm nhận rằng Thượng Đế đang làm rất nhiều cho cá nhân tôi. Chính tình yêu của Thượng Đế thanh lọc và rót đầy tôi với sức mạnh tâm linh và quyền làm chủ. Chính tình yêu của Người làm tôi ngập tràn trong tĩnh lặng và bình yên. Bởi vì Người luôn bên tôi, tôi không bao giờ cô đơn. Người đang khiến chúng ta trở thành những thiên thần, tình đồng hành đích thực của Thượng Đế.

THƯỢNG ĐẾ LÀ AI?

VỀ NHÀ

Nơi đây, trong thế giới hữu hình này, mọi thứ đều luôn biến động.
Thủy triều lên rồi xuống. Mặt trời mọc rồi lặn. Ngày thành đêm, đêm hoá ngày.
Mặc dù vậy, ở Thế giới Linh hồn, nơi Thượng Đế cư ngụ, mọi thứ đều vĩnh hằng, bất biến, ổn định và tĩnh tại. Không có bất cứ điều gì biến đổi.

Nó là một trải nghiệm của sự tĩnh lặng tuyệt đối.
Nó vượt thoát khỏi thế giới của năm nguyên tố này.

Chúng ta rời khỏi Thế giới Linh hồn và nhận kiếp sinh trong một cơ thể vật lý, thứ được tạo ra bởi vật chất. Kết quả của điều đó là việc chúng ta trải nghiệm sự nhị nguyên trong cuộc đời; thay đổi và tương phản giống như khổ đau và hạnh phúc,...

Nhưng Thượng Đế không đi vào chu kỳ của sinh và tái sinh và vì thế ở trong Thế giới Linh hồn chỉ có sự tĩnh lặng. Khi chúng ta học cách trở về Ngôi nhà đó và ở cùng Thượng Đế, chúng ta cũng trở nên ổn định và tĩnh lặng.

THƯỢNG ĐẾ LÀ AI?

TRỞ THÀNH

Thượng Đế làm rất nhiều, thế nhưng Người vẫn vượt thoát cảm nhận của việc hành động. Người không suy nghĩ, thế nhưng, em vẫn có thể nói rằng Người nghĩ.

Đó là đặc điểm tuyệt vời của Người.

Chúng ta không thể trở thành Thượng Đế, bởi vì phần vai của Người là độc nhất.

Nhưng như là những đứa con của Người, chúng ta có thể trở nên giống Người.

Và điều này là tất cả những gì Thượng Đế muốn chúng ta làm.

THƯỢNG ĐẾ LÀ AI?

THỪA KẾ

Thượng Đế rất vui lòng khi thấy chúng ta nỗ lực trở nên giống như Người. Khi chúng ta không nỗ lực, Người không thích việc đó chút nào. Đây là bởi vì Người không chỉ là Mẹ và Cha của chúng ta, Người còn là Thầy. Một người Thầy không bao giờ vừa lòng khi học trò không học tập tốt. Thượng Đế trao cho chúng ta sự hiểu biết, khiến chúng ta thuộc về Người và dưỡng nuôi chúng ta theo cách mà chúng ta đang trở nên giống như Người. Chắc chắn, có sự khác biệt lớn giữa Linh hồn Tối cao và những linh hồn khác, nhưng nó cũng không khó khăn để trở nên giống Người. Chúng ta càng trở nên giống Thượng Đế và phục vụ nhiều bao nhiêu, chúng ta càng có thể trở thành những công cụ chính xác thực sự cho nhiệm vụ của Người. Sau đó, chúng ta có thể tận hưởng tình đồng hành của Người thậm chí nhiều hơn nữa. Thượng Đế muốn chúng ta trở nên giống Người, và chúng ta muốn trở nên giống Thượng Đế, vì thế mong ước của cả hai bên đều đang được hoàn thành.

Trở nên giống Cha có nghĩa rằng bất cứ phẩm chất, đức hạnh và sức mạnh nào mà Thượng Đế có, Người trao chúng cho chúng ta. Chúng được trao đi trong hình dạng của thừa kế. Người cảm thấy chúng ta xứng đáng và vì vậy Người trao chúng như thừa kế từ Người. Đức hạnh và sức mạnh mà Thượng Đế trao cho chúng ta khiến nó dễ dàng để trở nên giống Người. Khi chúng ta trở nên giống Người, sau đó bất cứ điều gì Người muốn làm, Người có thể thực hiện nó thông qua chúng ta. Vì vậy, tại sao chúng ta không nên đạt được thừa kế của mình từ Thượng Đế? Cuối cùng thì, Người không chỉ là Thượng Đế. Người cũng là Cha của chúng ta.

THƯỢNG ĐẾ LÀ AI?

KIẾN THỨC VÀ SỨC MẠNH

Chúng ta rời Ngôi nhà nguyên thủy của mình (Thế giới Linh hồn), đi vào vở kịch của cuộc sống này và cuối cùng quên mất kịch bản. Thượng Đế không bao giờ đi vào vở kịch, và vì vậy không bao giờ quên mất kịch bản. Vì vậy, Người là Đấng Duy Nhất có thể trao cho chúng ta sự thấu hiểu về toàn bộ vở kịch này. Chỉ mình Thượng Đế sở hữu kiến thức, chỉ mình Người có thể tới và trao kiến thức. Đây là lý do tại sao Người là Linh hồn Tối cao. Người vượt thoát, Người khác biệt; Người độc nhất. Người là Cha, và Người trao cho chúng ta cuộc đời mới.

Thượng Đế rất tuyệt vời, em biết đó. Thậm chí Người không ở trong vở kịch, nhưng Người có kiến thức trọn vẹn về vở kịch. Người không phải trải nghiệm để biết về nó. Người không có mắt, nhưng Người nhìn thấy trải nghiệm của chúng ta. Và Người trao cho chúng ta sự nhận biết để chúng ta có thể “thấy” và biết Người. Giống như máy phát điện được đặt ở một nơi, liên tục phát đi dòng điện, Người Cha Toàn Năng cũng liên tục gửi tới chúng ta sức mạnh tâm linh. Và chúng ta nhận được nó, - nếu chúng ta được kết nối đúng đắn và cân trọng để không phần nào bị ngắt cầu trì.

THƯỢNG ĐẾ LÀ AI?

PHÂN VAI CỦA THƯỢNG ĐẾ

Thượng Đế là Đạo diễn của vở kịch trên sân khấu thế giới, vì vậy Người biết mọi thứ đang diễn ra trong vở kịch. Mặc dù vậy, không phải rằng Người sẽ tiết lộ toàn bộ tình tiết. Người chỉ nói cho chúng ta biết những gì cần biết. Là Đạo diễn, Thượng Đế giúp chúng ta hiểu vở kịch như nó là, và diễn xuất tương ứng. Vở kịch diễn ra rất chậm, vì thế chúng ta không nên vội vã hay lo lắng. Hãy nhìn ngắm vở kịch, thấu hiểu nó và đóng phần vai của mình. Đây là chương trình đào tạo Thượng Đế trao cho chúng ta.

Trước đó chúng ta đã từng phân nản, “Ôi Thượng Đế, Người không hề lắng nghe con; Người không giúp đỡ con; Người không đến bên con.” Mặc dù, Thượng Đế đúng là Đạo diễn, nhưng Người đồng thời cũng phải đóng phần vai của Người theo như kịch bản. Điều này có nghĩa là Thượng Đế không thể tới thậm chí dù chỉ một giây trước thời điểm Người tới trong vở kịch.

Phần vai của Thượng Đế vào thời điểm này trong vở kịch đó là khiến cho chúng ta có một mối quan hệ với Người. Bằng việc ở trong tình đồng hành của Người theo cách này, tôi có thể là sự trợ giúp của Thượng Đế và vì thế tạo nên diễm phúc của mình. Em bắt đầu cảm thấy bận tâm đến việc đóng một phần vai tốt đẹp trong vở kịch, và đóng nó thật hay, mà không lười biếng.

KẾT THÚC CUỘC TÌM KIẾM

Sự thu hút về phía những tên gọi và hình dạng của cơ thể đã mang chúng ta xa khỏi Thượng Đế. Kết quả là, điều này khiến chúng ta lại tìm kiếm Thượng Đế, giống như khi ai đó lạc mất người yêu dấu của mình và rồi mong ước tìm lại. Ví dụ như một đứa con bị thất lạc. Một đứa trẻ bị lạc và được phát hiện bởi một người lạ, người đó cố gắng dỗ dành đứa trẻ bằng việc cho nó mọi thứ. “Đừng khóc nữa, bé ngoan, có kẹo này, có đồ chơi này.” Thế nhưng, bất chấp tất cả những sự ân cần này, đứa trẻ vẫn tiếp tục khóc. Tại sao? Bởi vì nó muốn mẹ của mình. Vì thế tại sao chúng ta lại khóc? Chúng ta có thể có một ngôi nhà tốt, cha mẹ tốt, một gia đình tốt, nhưng chúng ta vẫn khóc bởi vì chính linh hồn bị thất lạc, muốn Mẹ, muốn Cha.

Một khi chúng ta tìm thấy Thượng Đế, chúng ta không khóc nữa. Cuộc kiếm tìm kết thúc. Đây là lý do tại sao nó thường được nói rằng con đường tin ngưỡng là con đường đọc kinh sách, đi hành hương, tìm kiếm Thượng Đế. Khi đích thân Thượng Đế tới, cuộc kiếm tìm kết thúc. Và nó cũng giống như khi người mẹ xuất hiện trước đứa con của mình; bất cứ điều gì được trao bởi người lạ đều sẽ bị ném đi, và đứa trẻ sẽ chạy về phía mẹ mình. Bất cứ thứ gì khác đã được trao cho đứa trẻ, để khiến nó xao lãng khỏi nỗi buồn của mình, sẽ được vứt bỏ khi người mẹ được tìm thấy.

Vì thế chúng ta có thể thấu hiểu cảnh ngộ khốn khổ của một người bị thất lạc, cảnh ngộ khốn khổ của một người tìm kiếm. “Ôi Thượng Đế, Người ở đâu? Người có thực sự tồn tại? Ngày con được gặp Người khi nào mới tới?” Có rất nhiều người kiếm tìm như thế, những người mang trong mình cơn khát chưa vơi. Mong ước của họ vẫn còn đó. Trạng thái tuyệt vọng cứ tiếp diễn cho đến khi Thượng Đế được nhận ra.

SỰ ẢNH HƯỞNG

Hãy để bản thân khiêm nhường và
hãy để bản thân hài hoà và hợp tác tốt với tất cả.
Nhưng đừng để bản thân trở nên giống họ.

Những người khác có thể bị ảnh hưởng
bởi sự cao ngạo của họ,
hay bởi sự tiêu cực của họ,
hay bởi sự tầm thường của tâm trí.
Nhưng điều này không có nghĩa rằng tôi cũng như thế.

Nên có thật nhiều sự thật chân lý bên trong tôi
đến mức những người khác cũng trở nên chân thật.

Trạng thái nội tâm của tôi nên đến mức mà
không chỉ rằng tôi sẽ không bị ảnh hưởng
bởi sự tiêu cực của người khác
mà sự hiện diện của tôi sẽ là một tác động tích cực
đối với những điều tiêu cực.
Đây là sự tách rời tâm linh đích thực.

Thật là vui thích
khi trải nghiệm bản thân như một thực thể Tâm linh.
Tôi không bao giờ nên che giấu
sự lấp lánh của một gương mặt đã gặp được Thượng Đế.

Tất cả mọi việc trước đây tôi từng làm vì cái tôi giả tạo
giờ đây có thể được thực hiện từ tình yêu thương.

VỞ I

KỊCH

CUỘC

ĐỜI

Mọi khoảnh khắc trôi qua
giống như một màn diễn trong vở kịch.
Mỗi người chúng ta đều là Diễn viên
đang đóng tốt phần vai của mình.

Mỗi diễn viên không bao giờ tập trung vào phần vai của diễn viên khác,
liên tục bình phẩm về nó.
Người đó chỉ đóng phần vai của riêng mình,
đóng tốt nhất có thể.

Vở kịch Cuộc đời này là vĩnh hằng, tiền định và chính xác.
Bất cứ điều gì ai đó nói và làm đều là phần vai của họ.
Không phải của tôi.
Nhiệm vụ của tôi là đóng đúng phần vai của mình.

Những suy nghĩ đúng đắn khôi phục lại sự đúng đắn của toàn bộ vở kịch.

Hãy thực hành tách rời bản thân khỏi vai diễn của em
và trải nghiệm chân lý sự thật, đằng sau vai diễn.
Và em sẽ cảm thấy bản thân đang đầy tình yêu
vào mọi khoảnh khắc trong phần vai của mình
và đối với cả vở kịch nữa.

Và câu hỏi, “Tại sao điều này lại xảy ra?”
sẽ được giải đáp.

VỖ
II

KỊCH

CUỘC

ĐỜI

Đừng bao giờ có suy nghĩ rằng
em không muốn có một phần vai
trong vở kịch Cuộc đời.

Điều đó là không thể.

Rất tốt để hiểu chi tiết những điều này.

Sự thấu hiểu cho phép em loại bỏ đi khổ đau,
khiến em có được thậm chí quyền tự trị,
và khiến người khác cũng như vậy.

Điều cần thiết đó là có sự chuẩn bị nội tâm
cho bất cứ cảnh tượng nào có thể xảy tới.
Chú ý tới bản thân theo cách đó
sẽ loại bỏ đi mọi lo lắng và băn khoăn.

Sau đó, thậm chí những tình huống khắc nghiệt cũng sẽ như cảnh ven đường.
Chúng sẽ đến và chúng sẽ đi.

Tâm trí em sẽ tự do, hạnh phúc và mạnh mẽ.
Và đây là điều em sẽ chia sẻ với người khác.

Điều duy nhất chúng ta cần ghi nhớ đó là
“Tôi là một linh hồn và
Trò chơi Cuộc đời đang tự diễn tiến quanh tôi.”

Sau đó, bất cứ phân vai nào xuất hiện để tôi sắm vai
tôi cũng sẽ đóng nó thật tốt, không còn nhằm lần
giữa Diễn viên và vai diễn.

Ai nhớ điều này là một anh hùng ở trong ánh mắt của Thượng Đế.
Thượng Đế nói,
“Hãy thấu hiểu phân vai Ta trao cho con để đóng.”

Nhưng dù tôi không thấy bản thân mình như Thượng Đế thấy tôi,
tôi cũng không bao giờ nên nói “Bằng cách nào?”

Thượng Đế là Đạo diễn và Người hiểu tôi rất rõ ràng.
Nhận ra điều này thật rõ.
“Thượng Đế hiểu tôi rất, rất rõ.”

TRỢ GIÚP THƯỢNG ĐẾ

Cách tốt nhất để đảm bảo rằng chúng ta là một trợ thủ của Thượng Đế đó là đảm bảo bản thân nhận lấy sự trợ giúp tới đa từ Thượng Đế.

Người không được giúp đỡ bằng cách chúng ta quay sang và hỏi Người hãy trao sự giúp cho một ai đó cụ thể.

Thượng Đế biết cần giúp ai.

Người sẽ trao nó mà không cần lời cầu xin của chúng ta!

Chúng ta sẽ trao sự trợ giúp tốt nhất bằng việc nhận lấy tình yêu của Thượng Đế và chia sẻ nó với những người khác và kết thúc đi những lời phàn nàn của bản thân.

Có sự nguy hiểm trong việc nhìn thấy yếu kém của người khác.

Tâm trí có xu hướng tập trung riêng biệt vào điều đó,

chỉ khiến nó kiệt sức, không mang lại lợi ích cho ai.

Tình yêu tâm linh khiến tâm trí hoạt động đúng đắn.

Chúng ta muốn giúp người khác chỉ nhìn thấy sự thật mà thôi.

Những lời chúc tốt lành và tình yêu thương luôn là bước đầu tiên của giải pháp.

Yêu thương anh chị em của chúng ta là giải pháp.

LỖI LÀM

Mở rộng nhận thức của em một chút và lỗi lầm không còn mang lại cảm giác tội lỗi cho em nữa.

Ví dụ, nếu em nhìn cuộc đời mình như một người Diễn viên đang đóng vai em sẽ thấy cảnh tượng này được mở ra sau cảnh tượng khác.

Mỗi cảnh tượng trôi qua, trôi qua, rồi kết thúc.
Trí tuệ nói rằng: Đây là cách để nhìn nhận nó.

Để những gì đã qua trôi qua thì dễ dàng hơn việc nhớ về nó.
Em không thể thay đổi quá khứ nhưng em nhất định có thể thay đổi tương lai.
Em có thể thay đổi, ở đây và bây giờ, để lỗi lầm không lặp lại.
Sự kết nối với Thượng Đế trao cho em sức mạnh đến mức những lỗi lầm của em có thể được xóa bỏ.

DẪN DẮT NGƯỜI KHÁC

Khả năng lãnh đạo giỏi dựa trên những kỹ năng vô hình như những cảm nhận thanh khiết, lòng tin và sự tin tưởng. Những điều này giữ lối tư duy và cả nhiệm vụ tiến triển theo đúng hướng.

Ai đó phạm phải lỗi lầm, nhưng những hi vọng cao đẹp của em dành cho họ thực sự có thể xoá bỏ đi lỗi lầm đó. Nghi ngờ người khác nhất định mang lại những hệ quả đối nghịch.

Tin tưởng ai đó, mở rộng niềm tin. Đừng bao giờ bảo ai đó làm gì mà hãy bước sang một bên và quan sát, với niềm tin. Đây là cách khiến nhiệm vụ được hoàn thành đúng cách.

Những kỹ năng tâm linh như vậy được trau dồi bằng cách tránh sự tự mãn, học cách nhạy cảm và giữ mình cảnh giác. Chú ý tới trạng thái tâm linh của chính mình. Đừng nhìn vào người khác vì bất cứ thiếu sót nào, hãy quay vào bên trong. Hãy xem điều gì còn cần phải làm và thực hiện nó. Đừng bao giờ cho phép những người cá tính mạnh bảo em phải làm gì đặc biệt là khi em cảm thấy có điều gì đó khác đúng đắn hơn. Việc này tạo nên sự chán nản và em sẽ không thể không ngã lòng.

Chăm sóc bản thân mình với sự thấu hiểu và yêu thương. Đảm bảo rằng em không bao giờ thoả hiệp với sự phát triển tâm linh của em.

LÀ MỘT GIÁO VIÊN

Việc chỉ dạy được tiến hành tốt nhất khi có sự tinh tế.

Giải thích theo cách đó khiến tâm trí cởi mở
bởi vì sự thấu hiểu đến từ trái tim.

Hãy đặt mục tiêu truyền cảm hứng, thay vì dạy dỗ.

Tình yêu dành cho những người tôi dạy sẽ làm như vậy.

Tình yêu của tôi dành cho Thượng Đế sẽ làm như vậy.

Tùy vào mức độ ý thức linh hồn của tôi khi chỉ dạy
mà những người khác sẽ có được trải nghiệm này.

Đừng bao giờ ép ai đó nỗ lực tâm linh.

Khi tâm trí cởi mở, điều này xảy ra tự nhiên.

Tránh việc so sánh.

Nó tạo ra sự nhụt chí. Đừng chứa chấp những ác ý.

Và đừng bao giờ cố gắng ghi điểm.

Hãy giống như cha mẹ
với tình yêu thương dành cho con,
đang khiến con mình trưởng thành.

KIỂM TRA BẢN THÂN

Dù cho là chiếc xe hay người lái xe có tốt đến đâu, nếu chiếc xe không được kiểm tra định kì thì cũng sẽ có vấn đề.

Theo cùng cách, nếu khoảnh khắc này tôi hạnh phúc, nhưng khoảnh khắc tiếp theo lại không. Có điều gì đó không ổn với cỗ xe của tâm trí tôi. Và tôi sẽ cần kiểm tra nó.

Kiểm tra sự êm đềm của dòng chảy.
Có sự thanh khiết không? Có sự thật không?
Ego và lòng tự trọng thì sao?
Tôi đang gây ra nhiều đau khổ thế nào cho người khác?
Yếu kém của tôi là gì? Bằng cách nào tôi phát triển?

Việc kiểm tra những điều này thường xuyên và giữ chúng đúng đắn sẽ đưa em tới đích.

Sự bất cẩn trong việc này làm em chậm lại.
Giống như bị mắc kẹt trong một cơn bão.
Em sẽ cảm thấy bản thân trì trệ.

Vì vậy, thay vào đó, hãy khiến bản thân ổn định và sẵn sàng.
Thiền sâu, nhận lấy sức mạnh và tình yêu thương.
Dạy bản thân cách hào phóng.
Và đừng bao giờ ngừng trao tặng.

HƯỚNG NỘI

Sự hướng nội đi cùng với cô tịch,
sự đồng hành tinh lặng và sâu sắc của Thượng Đế
mang lại nhiều lợi ích sâu cho linh hồn.

Sự tạo ra hướng nội chủ,
tôi nghĩ trước thế khi tự tôi nói
tôi không chỉ nói là nói.
Tôi có thể đặt bản tính tự nhiên của mình sang bên
và dễ dàng tránh được những xung đột với người khác.

Việc này cần luyện tập.
Giống như chỉ nói khi cần thiết.
Và đừng viện cớ biện minh
về việc không có thời gian.

Với sự hướng nội, tôi có thể chịu trách nhiệm cho tâm trí của mình,
thanh lọc trí tuệ và thay đổi bất cứ thói quen nào mình muốn.
Tính tâm linh bén rễ sâu và tôi được chuyển hoá.

Những cảm xúc tín ngưỡng là những cảm xúc thanh khiết bao gồm sự ngọt ngào và ngây thơ. Chúng là cảm xúc của đức tin, nơi Thượng Đế. Nhưng chúng có thể bị lay chuyển.

Đức tin, mà không có trí tuệ để hỗ trợ, có thể khiến em trượt ngã vào thời khắc cần đến.

Cả hai đều cần thiết cho những thành tựu tâm linh lâu dài: Giống như cảm nhận sự gần kề với Thượng Đế và gần gũi với người khác một cách ổn định không lay chuyển. Hoặc là có những cảm xúc chân thực, dù cho chuyện gì xảy ra; Trở nên hoàn thiện về tâm linh.

Nếu dù là đức tin hay trí tuệ thiếu hụt, cuộc sống của em không thể vận hành đúng đắn. Nó giống như việc hiểu đơn thuốc của bác sĩ nhưng ở một mức độ nào đó lại không tin tưởng. Nó để lại cảm giác do dự trong em.

Vì vậy hãy có cuộc trò chuyện giữa cảm xúc và sự thấu hiểu của mình. Chúng cần biết nhau, và làm việc tốt cùng nhau.

TRÍ TUỆ

Trí tuệ là chiếc bình chứa đựng kiến thức của Thượng Đế. Nó khác với tâm trí.

Một trí tuệ trong sạch giống như bộ lọc cho tâm trí.
Sàng lọc những suy nghĩ giá trị với những suy nghĩ lãng phí.
Khiến tôi chỉ mang những suy nghĩ giá trị vào hành động.
Rất nhiều năng lượng được tiết kiệm theo cách này.
Giúp tôi làm được nhiều hơn, tốt hơn và tốn ít thời gian hơn.

Ở Ấn Độ ngày xưa, mỗi ngôi nhà đều giữ một chiếc bình đựng nước.
Điều đầu tiên được làm mỗi buổi sáng hằng ngày đó là làm rỗng chiếc bình và rót nước sạch vào đó.

Là một đứa con tâm linh của Thượng Đế, điều tối thiểu tôi có thể làm đó là làm sạch chiếc bình trí tuệ của mình vào mỗi buổi sáng, mỗi ngày. Và rót đầy nó với sự thật tâm linh.

Chỉ khi trí tuệ tôi trong sạch và đầy ắp, sau đó tôi mới có thể có những điều giá trị để trao đi cho người khác.

HỢP TÁC

Sự hợp tác dựa trên bốn điều chính.

Trước tiên, những cảm xúc thanh khiết và động cơ cao quý hướng thượng kiên định.

Nếu em không cân trọng về việc gieo trồng những kiểu cảm xúc đúng đắn vào mọi khoảnh khắc, bản tính của em sẽ bị ảnh hưởng xấu.

Thứ hai, niềm tin ở Thượng Đế. Ego được nuôi dưỡng khi em không thấu hiểu chính Thượng Đế đang làm mọi thứ. Ego này tạo ra sự cạnh tranh và ghen tị.

Thứ ba, tin tưởng đồng nghiệp và những người gần gũi em. Niềm tin ở người khác tạo ra sự nhiệt tình, sau đó sẽ làm gia tăng sự tự tin.

Cuối cùng, liên tục chia sẻ về động lực của em, sử dụng ngôn ngữ đơn giản và dễ dàng. Điều này khiến cho mọi người có thể thấu hiểu và cảm thấy mình như một phần của toàn thể.

SỰ MỚI MẸ

Có thể để trở nên hạnh phúc,
tự do và bình an sâu sắc.

Và mang vào trong cuộc đời em
tình đồng hành hữu hình, thực sự của Thượng Đế.

Đây là khoảng thời gian đặc biệt
để đạt tới những lý tưởng cao nhất của em.

SỰ BẢO VỆ

Nếu tôi không biết kẻ thù, tôi sẽ trang bị sơ sài để bảo vệ bản thân.

Giận dữ, tham lam, ego, sắc dục, gán kết là kẻ thù ở trong bản thân tôi và trong những người khác. Nếu tôi không thể bảo vệ mình, ai sẽ làm điều đó?

Không biết về giá trị của suy nghĩ, hoặc sống nhưng không có mục tiêu là vô minh. Đây là một kiểu kẻ thù khác.

Nói rằng: Mọi thứ vẫn ổn như chúng vốn là có nghĩa rằng tôi không nhận ra sự vô minh của mình hay nhu cầu cần được bảo vệ của bản thân.

Trận chiến phi bạo lực tôi bắt đầu để chiến thắng đó là vượt qua thói tật.

Tính tâm linh được thể hiện trong cuộc sống như đức hạnh và trí tuệ là thanh gươm của tôi. Và sự bảo vệ của tôi.

KIÊN NHẪN

Đức hạnh quan trọng nhất cần tới cho sự chuyển hoá bản thân đó là Kiên nhẫn.

Không có Kiên nhẫn, em sẽ nản chí trong quá trình chuyển hoá.

Khi em du hành trên con đường này, đôi khi sẽ sa vào những vùng bão tố, đôi chân trượt ngã và em thấy bản thân đột nhiên không còn trên con đường ấy, những suy nghĩ, lời nói, hay hành vi sai trái xuất hiện.

Lòng kiên nhẫn khiến em lắng dịu và bình tĩnh.
Nó khiến chuyển hành trình tiếp tục.

Quá trình tự nhận thức bản thân không phải là cuộc chạy cự ly ngắn.
Nó là một hành trình dài.
Em phải học cách kiểm soát tốc độ của mình để có thể chạm đích.

Sự kiên nhẫn dạy em cách kiểm soát tốc độ của bản thân.

Em không thể nhận sự trợ giúp của Thượng Đế cho đến tận khi có sự kiên nhẫn trong khía cạnh này.

Nơi đâu là kiên nhẫn, nơi đó có bình an.
Nơi đâu có bình an, nơi đó có yêu thương.
Đây hoàn toàn là những trải nghiệm mới mẻ đối với con người.

HẠNH PHÚC VĨNH HẰNG

Hạnh phúc vĩnh hằng tới khi tâm trí và giác quan trở nên yên lặng và bình an. Ở trạng thái đó, có sức mạnh tâm linh: chúng ta đang thực hiện những hành động, nhưng tự do khỏi ham muốn và tự do khỏi gắn kết với những gì chúng ta làm. Niềm hạnh phúc như vậy kết thúc đi bất cứ khổ đau nào tới với tôi. Nếu lúc này bất cứ ai tới với tôi với sự bất hạnh, tôi sẽ có thể loại bỏ nó để mà toàn bộ bầu không khí xung quanh tôi trở nên ngập tràn bình an. Đứng, chắc chắn, điều này cần thời gian, nhưng nó nhất định xảy ra.

Niềm hạnh phúc vĩnh hằng có nghĩa là thứ hạnh phúc ở cùng tôi mãi mãi, đến mức mà thậm chí nếu nó có dấu hiệu sắp cạn, thì tôi chỉ cần đánh thức lại kí ức về nó. Trước khi tôi bắt đầu việc học tập này, tôi đã chạm tới ngưỡng khi hạnh phúc đã rời khỏi cuộc sống của mình, và trong tôi đã căng tràn mong ước muốn đánh thức nó trở lại. Và giờ đây, tôi lại liên tục bị thu hút về phía của trải nghiệm hạnh phúc vĩnh hằng đó.

KHIÊM NHƯỜNG

Sự khiêm nhường tới từ việc thấu hiểu rằng nguồn lực đằng sau mọi sự trợ giúp em trao cho người khác không đến từ bản thân em mà từ sức mạnh của yêu thương. Không phải rằng khi em khiêm tốn trước người khác, người khác sẽ đối xử tệ với em. Chính là khi không có sự khiêm nhường mà em mới có thể dễ dàng bị ảnh hưởng bởi người khác và mọi chuyện dường như khó khăn. Nhưng khi có sự khiêm nhường, cũng sẽ có sức mạnh của chân lý. Bên trong mình, em biết rằng em sẽ đạt được mục tiêu của em, dù cho người khác có nói hay nghĩ gì. Một người khiêm nhường không bao giờ cảm thấy rằng họ đang cúi đầu trước người khác. Họ không nâng cao đầu và cũng không hạ thấp – chỉ đơn giản là nhìn thẳng về phía trước, như một thiên thần. Khiêm nhường hiển lộ sự thật.

Ego khiến em chỉ trích người khác và bị mắc kẹt vào một mạng lưới. Ego khoá trí tuệ em, che đậy đi trách nhiệm của bản thân: nó nói, “Đó là lỗi của bạn, không liên quan tới tôi.” Sự khiêm nhường là chìa khoá cho ổ khoá này. Nó giải phóng em khỏi việc tự lừa dối mình. Sự khiêm nhường cho phép em lắng nghe và đi theo lương tâm mình. Với sự khiêm nhường, có sức mạnh nhận ra, điều cho phép sự chuyển hoá diễn ra. Linh hồn có thể nhận ra lỗi lầm trong một giây. Nó dễ dàng để dàn xếp bất cứ tranh luận nào. “OK, Tôi sai rồi...”

Sự khiêm nhường khiến trái tim trung thực, rộng lớn và trong sạch. Nó khiến em hợp tác và có những mối quan hệ dễ dàng với mọi người. Sự khiêm nhường cho phép em có được trái tim của Thượng Đế, trái tim của người khác, và thậm chí trái tim của chính mình! Những mâu thuẫn nội tâm với cảm xúc cá nhân kết thúc, vì thế những hoang mang và khó khăn cũng chấm dứt. Có sự hài lòng, niềm tin và cảm nhận yêu thương dành cho tất cả.

LO LẮNG

Lo lắng và khổ đau tới từ việc nhớ về những mối quan hệ cũ, tài sản hay vấn đề ở nhà và chỗ làm. Nó giống như thể những điều này liên tục ảnh hưởng tới em – cầm tù em. Thậm chí nếu có một lỗi lầm, cũng đừng để tâm trí lo lắng. Lo lắng ngăn cản em khỏi việc rót đầy bản thân với tình yêu từ Thượng Đế. Có thể đong đầy tâm trí với thật nhiều tình yêu của Thượng Đế đến mức không còn chỗ cho những lo lắng. Loại bỏ đi sự lo lắng theo cách này làm hồi phục lại sức mạnh của hạnh phúc.

TRỞ NGẠI NỘI TÂM

Trở ngại chính cho nỗ lực tâm linh là những bản tính tiêu cực.

Gốc rễ nguyên nhân của kiểu bản tính này đó là ý thức hạn hẹp. Gốc rễ này phải được loại bỏ hoàn toàn bởi vì những trở ngại phát sinh từ bản tính tiêu cực sẽ ngăn cản em nhận lấy sức mạnh từ Thượng Đế.

Sức mạnh từ Thượng Đế nhận được thông qua nhận thức và niềm tin rằng Thượng Đế thuộc về em. Một bản tính tiêu cực thậm chí có thể phá huỷ đi niềm tin này.

Việc nhận ra gốc rễ của vấn đề giúp chuyển hoá nó. Lối suy nghĩ hạn hẹp không nên được dung chứa. Nên chỉ có sự trong sạch hoàn toàn bên trong. Để làm được điều này, em cần phải vô cùng trung thực về những trở ngại em đang đối mặt, bởi vì nó rất dễ dàng lừa dối em. Cách suy nghĩ hạn hẹp sẽ được chuyển hoá khi em dành thời gian để nhận thức về bản chất bình an tự nhiên của mình và trở thành sự trợ giúp cho người khác.

THAY ĐỔI SUY NGHĨ

Suy nghĩ giống như hạt giống. Suy nghĩ của tôi thế nào, thái độ và hành vi của tôi tương ứng. Vì thế, tôi không nên tập trung quá nhiều vào những hành vi sai lầm, cũng như vào việc nghĩ về điều gì gây ra nó.

Tôi cần nhận thức về mức độ tổn hại nghiêm trọng mà những suy nghĩ tiêu cực gây ra. Việc suy nghĩ tiêu cực, lãng phí trong một thời gian dài sẽ đẩy em xuống rãnh nước.

Nhiệm vụ của một người học trò tâm linh đó là thay đổi tình huống thông qua suy nghĩ. Tôi phải thay đổi bản thân mình trước, sau đó tôi có thể thay đổi thế giới.

CHIÊM NGHIỆM VÀO SÁNG SỚM

Thời gian tốt nhất dành cho sự tiến bộ tâm linh là những giờ sáng sớm, dù là để cầu nguyện, thiền định hay chiêm nghiệm. Sau khi nghỉ ngơi suốt đêm, trí tuệ tươi mới và thanh khiết. Để mở rộng nhận thức của mình, nhận ra Thượng Đế và nhận được nhiều lợi ích tâm linh, 4 giờ sáng là thời gian tốt nhất. Nó là khoảng thời gian quý giá để xem xét bản thân và xem chúng ta đã tới gần với việc tự nhận thức bản thân thế nào. Dấu hiệu của sự tiến bộ hay trì trệ có thể được thấy rõ ràng. Việc thiền định này cho chúng ta biết sự hoàng tộ trong tâm linh đã được hấp thu tới đâu.

LÒNG KHOAN DUNG TÂM LINH

Chịu đựng không có nghĩa là cứ để mọi thứ như nó là – một thái độ miễn cưỡng nhẫn nhịn của thế giới đời thường. Sự khoan dung tâm linh khiến em có thể ở trong một cuộc khủng hoảng và giúp giải quyết nó, bởi vì sự khoan dung là một mệnh lệnh cao hơn, sức mạnh lớn hơn đối với trạng thái thiếu khoan dung, ego, giận dữ. Nó có nghĩa em có thể hồi đáp với sự thấu hiểu, chăm sóc và nhân từ đối với tình huống. Nơi đâu có những cảm xúc của tình bạn và yêu thương, những khó khăn sẽ được vượt qua. Khoan dung với điều gì đó là sự biểu hiện của thiện chí, của việc có mục đích hợp tác và làm việc hướng tới sự giải pháp.

Lòng khoan dung giành được trái tim của người khác.

SỨC MẠNH

Sức mạnh tâm linh là cần thiết nếu em muốn phát triển tâm linh và giúp những người khác cùng phát triển. Nó là một kiểu sức mạnh nội tâm xây dựng nên tính cách và cho phép em giữ tâm trí mình kỉ luật. Một tâm trí có kỉ luật nghĩa là một tâm trí bình an và hạnh phúc. Một tâm trí mạnh mẽ sẽ không bao giờ bị quấy phiền.

Để phát triển sức mạnh này, hãy trau dồi sự trung thực và tình yêu sâu sắc và sự tôn trọng dành cho Thượng Đế. Điều này sẽ cho phép em bảo vệ bản thân khỏi sự ảnh hưởng tiêu cực của những điều quanh em – cả thể lý và cảm xúc.

Lời chúc phúc từ những người khác là một nguồn sức mạnh khác cho bản thân.

Chúc phúc tới với em từ những người mà em đã phục vụ, và một cách phục vụ rất tốt đó là chia sẻ kiểu nội lực này. Những ai có được những đức hạnh của Thượng Đế hợp nhất trong ánh nhìn và hành động của mình là những người có thể trao sức mạnh cho người khác. Trao đi sự hướng dẫn và trí tuệ như thế chính là trao đi sự nâng đỡ cuộc sống.

LIỀU THUỐC TÂM LINH

Tâm trí có một sự ảnh hưởng tới cơ thể và ngược lại. Hai điều này hoạt động cùng nhau, không bên nào có thể bị phớt lờ. Về nguyên tắc, dùng tới thuốc men không phải điều sai trái, điều sai trái đó là chỉ chú ý tới cơ thể và bỏ lơ tâm trí. Nếu cần phải dùng tới thuốc, hãy dùng nó, nhưng hãy cẩn trọng rằng em không để nó trở thành sự hỗ trợ và trở nên phụ thuộc.

Khi tâm trí được giữ tự do khỏi căng thẳng và lo lắng, giấc ngủ đến một cách tự nhiên. Hoặc, thậm chí nếu em không thể ngủ, nhưng có bình an và điềm tĩnh, em vẫn sẽ cảm thấy tươi mới. Học cách là bác sĩ tâm linh của chính mình. Bất cứ căn bệnh nào – tim mạch, ung thư hay đơn giản là những cơn đau dữ dội – chính là thông qua sức mạnh thiên định, sự tưởng nhớ Thượng Đế, những bệnh tật đó có thể được vượt qua. Điều này đồng thời cũng sẽ bảo vệ em khỏi những điều tiêu cực mà bạn bè hay thậm chí bác sĩ có thể nói về sức khỏe của em.

Đôi khi, việc chỉ nghe về bệnh tật của người khác thôi cũng khiến con người ta lo lắng rằng có thể họ cũng mắc bệnh và rồi trở nên ốm yếu như hệ quả. Nếu em cảm thấy có gì đó không ổn, lo lắng về nó và phát tán sự lo lắng của em cho người khác sẽ chỉ làm cho bệnh tình em trầm trọng thêm. Vì thế thậm chí cơ thể có ốm yếu, hãy học cách để tâm trí ở trong sự tưởng nhớ Thượng Đế. Nếu có bất cứ dấu vết lo lắng nào, không sự chữa trị nào có thể hiệu quả.

NHẬN THỨC BẢN THÂN

Một trạng thái xinh đẹp là trạng thái của ý thức linh hồn, khi toàn bộ nhận thức về bản thể được dịch chuyển từ bản thể thể lý sang bản thể tâm linh. Trong ý thức linh hồn, em không còn cảm thấy bản thân là nam hay nữ, da trắng hay da đen. Không thành tựu đời thường nào hình thành nên tự trọng của em. Thay vào đó, lòng tự trọng được tạo nên bởi trải nghiệm sâu sắc, vĩnh cửu của sự xứng đáng thực chất như một người con của Thượng Đế.

Sự thiếu hụt ý thức linh hồn đặt tình trạng hạnh phúc của em vào thế bị lệ thuộc bởi môi trường – em trở thành nô lệ của sự ảnh hưởng từ con người và tình huống quanh em – chỉ cảm thấy hạnh phúc và tốt đẹp khi những sự kiện bên ngoài cho phép. Kiểu phụ thuộc này khiến linh hồn yếu đuối và hoang mang. Mặt khác, ý thức linh hồn giải phóng em khỏi những ảnh hưởng bên ngoài, cho phép em tạo ra trạng thái hạnh phúc nội tâm, điều này thì hoàn toàn độc lập.

Ý thức linh hồn được trau dồi thông qua sự thực tập thận trọng và chỉ những ai thấu hiểu sự cần thiết của kiểu tự trọng nội tại đích thực này mới nỗ lực. Khó khăn sẽ xuất hiện để kiểm tra quyết tâm tự nâng đỡ bản thân của em – bệnh tật thể chất, những mối quan hệ, ký ức quá khứ,... Thế nhưng với sự kiên nhẫn và khả năng tự xem xét nội tâm, em sẽ biết được những bài kiểm tra này là phương tiện để làm mạnh bản thể tâm linh của em như thế nào.

BƯỚC ĐI TRÊN CON ĐƯỜNG TÂM LINH

Chúng ta, những người đi trên con đường tâm linh là những người đã ghi danh vào trường học tâm linh. Mục tiêu của chúng ta nên là việc vượt qua mọi môn học, với bằng danh dự. Điều này có nghĩa là sự thấu hiểu và sức mạnh tâm linh từ Thượng Đế được hấp thu rất tốt đến mức không một thử thách nào của cuộc sống lại không được đối mặt với sự bình thản và chân lý. Trái tim đầy ắp lòng nhân từ và vị tha, không bao giờ trao hay nhận đau khổ. Những cảm xúc thanh khiết, nghĩa là trống rỗng mọi mong cầu hay kì vọng, và những cảm xúc thanh khiết này được chia sẻ hào phóng với người khác. Và chúng ta sẽ không đạt được điều này bằng việc trở thành một nhà tu khổ hạnh và rời bỏ thế giới cuộc sống đời thường; thay vào đó, chúng ta giữ mình hoàn toàn trong đời sống, thế nhưng miễn nhiễm khỏi mọi thói tật và tiêu cực của nó.

Giờ đây là thời điểm để trở thành một học trò của cuộc đời thành công như vậy. Tôi không bao giờ nên nghi ngờ bản thân về điều này. Niềm tin ở Thượng Đế nhận được sự trợ giúp của Người. Điều này cùng với quyết tâm cá nhân sẽ tạo ra sức mạnh tiến về phía trước và tiến bộ. Thượng Đế đang trao cho tôi mọi thứ. Có niềm tin ở điều này và yên tâm tiến lên trên con đường trở nên giống Người.