

പ്രിയപ്പെട്ട സഹോദരീ സഹോദരന്മാരെ,

സപ്റ്റംബറിലെ ഭണ്ഡാരക്കുള്ള തയ്യാറെടുപ്പിനായി മാസ്റ്റർ നിർദ്ദേശിച്ചിട്ടുള്ള ഒരു പ്രധാന കാര്യം അദ്ദേഹത്തിന്റെ 25/8/2015 ലെ ഇ-മെയിൽ സന്ദേശത്തിൽ പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്.

പ്രിസപ്റ്റർമാർ അടക്കമുള്ള എല്ലാ അഭ്യാസികളും സത്യോദയം എന്ന പുസ്തകം മുഴുവനായി വായിച്ചിരിക്കണം. മുൻപ് ഈ പുസ്തകം വായിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ കൂടി, വീണ്ടും ഒന്നോ രണ്ടോ ആവർത്തി വായിക്കേണ്ടതാണ്. സാധനങ്ങളും ഉപായങ്ങളും, സാക്ഷാത്ക്കാരം എന്നീ രണ്ട് അദ്ധ്യായങ്ങൾക്ക് പ്രത്യേകം ഊന്നൽ കൊടുക്കുക.

ഈ പുസ്തകത്തെ പറ്റിയുള്ള നിങ്ങളുടെ അവബോധം കൂടുതൽ വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനായി താഴെ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യാവുന്നതാണ്.

അടുത്ത രണ്ട് ആഴ്ചകളിൽ ഈ പുസ്തകം വായിക്കുകയും അതിനെപ്പറ്റി സചിന്തനം ചെയ്യുകയും ചെയ്യുക. പുസ്തകത്തിന്റെ പുനർവായനയിൽ നിന്നും വെളിപ്പെടുന്ന പുതിയ കാര്യങ്ങൾ നിങ്ങളെ അഭ്യുതപ്പെടുത്തും. താഴെപ്പറയുന്ന രീതി അവലംബിച്ചാൽ നമ്മുടെ മാസ്റ്റർമാരുടെ കൃതികളിൽ എന്തെല്ലാം പരിജ്ഞാനമാണു ഒളിഞ്ഞിരിക്കുന്നത് എന്ന് നിങ്ങൾക്ക് മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയും.

ഈ പ്രവർത്തി പലവിധത്തിൽ ചെയ്യാവുന്നതാണ്.

- നിങ്ങൾ സ്വയമായി ചെയ്യുകയും, പുസ്തകത്തെ പറ്റിയുള്ള കൂടുതൽ അറിവിനായി ഇവിടെ നിർദ്ദേശിക്കുന്ന കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുകയും ആവാം.
- കുറച്ച് അഭ്യാസികളെ വീട്ടിലേക്കു ക്ഷണിച്ച് ഒരു പുസ്തകവായനാ യോഗം നടത്താം.
- നിങ്ങളുടെ സെന്ററിൽ, ഞായറാഴ്ച സത്സംഗത്തിനു ശേഷം, സെന്റർ ഇൻ ചാർജിന്റെ സഹകരണത്തോടെ ഈ പ്രവർത്തി ചെയ്യുക.

ഈ പ്രവർത്തനത്തിൽ പങ്കെടുക്കുന്ന അഭ്യാസികൾ താഴെ പറയുന്ന നിർദ്ദേശങ്ങൾ പാലിക്കണം.

വായനാ രീതി :

- ആദ്യത്തെ ആഴ്ചയിൽ, പുസ്തകത്തിന്റെ ആദ്യ മൂന്നു അദ്ധ്യായങ്ങൾ തെരഞ്ഞെടുക്കുക. ഒരു ദിവസം ഒരു അദ്ധ്യായം വെച്ചു വായിക്കുക.
- വായിക്കുന്നതോടൊപ്പം പ്രധാനമെന്നു തോന്നുന്ന വാക്കുകൾ അടിവരയിടുക. പ്രധാനമെന്നു തോന്നുവ മാത്രം അങ്ങനെ ചെയ്യുക. വാചകം മുഴുവനായി തെരഞ്ഞെടുക്കാതെ, വാക്കുകൾ മാത്രം അടിവരയിടുക. രണ്ടോ മൂന്നോ അടുപ്പിച്ചുള്ള വാക്കുകൾ പ്രധാനമെന്നു തോന്നിയാൽ അവ തെരഞ്ഞെടുക്കാവുന്നതാണ്.
- ഓരോ അദ്ധ്യായവും വായിച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ, നിങ്ങൾ അടിവരയിട്ടു കുറിച്ചുവെച്ച വാക്കുകളെല്ലാം നിങ്ങളുടെ ഡയറിയിലെ ഒരു പേജിലേക്കു പകർത്തുക. വാക്കുകൾ തമ്മിൽ അല്പം ഇടം വീടുക.
- നിങ്ങൾക്കു സമയമുണ്ടെങ്കിൽ, ഓരോ അദ്ധ്യായവും രണ്ടാമതോ മൂന്നാമതോ ഒരാവർത്തി കൂടി വായിക്കുക.

അടുത്ത ദിവസം ഈ വാക്കുകൾ കുറിച്ചുവെച്ച ഡയറി വായിച്ചുനോക്കി, നിങ്ങൾക്ക് ഈ അദ്ധ്യായത്തെപ്പറ്റി എന്താണു തോന്നിയത് എന്നു ചുരുക്കിയെഴുതുക. ഇതെഴുതുവോൾ താഴെ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കുക.

- ഈ അദ്ധ്യായം വായിച്ചു മനസ്സിലാക്കിയപ്പോൾ എന്തറിവാണു പകർന്നു ലഭിച്ചത്?
- എന്റെ ഹൃദയത്തിൽ എന്താണു അനുഭവപ്പെട്ടത്?
- ഇതു വായിച്ചതിനു ശേഷം എന്റെ അവസ്ഥ എങ്ങനെയാണ്?

എഴുതുവോൾ ചില കാര്യങ്ങൾ കൂടി മനസ്സിൽ വെക്കുക :

- ദീർഘമായ വിശദീകരണങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക.
- പുസ്തകത്തിലേക്കു നോക്കാതെ, ഡയറി മാത്രം മറിച്ചുനോക്കുക.

- നിങ്ങൾ ഡയറിയിൽ എഴുതിയ പ്രധാന വാക്കുകളെ മാത്രം പ്രമാണീകരിച്ച്, ഈ അദ്ധ്യായം നിങ്ങളിൽ എന്തു സ്കരണ യാണുണർത്തിയത് എന്നെഴുതുക.
- ഓരോ അദ്ധ്യായത്തിനും ഈ പ്രക്രിയ ആവർത്തിക്കുക. ആഴ്ചയുടെ അവസാനം നിങ്ങൾ പുസ്തകത്തിന്റെ ആദ്യ മൂന്നു അദ്ധ്യായങ്ങൾ പലകുറി വായിച്ചുകഴിഞ്ഞിരിക്കും.

പ്രശ്നങ്ങൾ/സംശയങ്ങൾ ഉണ്ടായാൽ?

പുസ്തകം വായിക്കുമ്പോൾ എന്തെങ്കിലും സംശയങ്ങൾ ഉണ്ടായാൽ, അത് ഡയറിയിൽ കുറിച്ചു വയ്ക്കുക. താഴെ പ്രതി പാദിക്കുന്ന കൂട്ടുചർച്ച വേളകളിൽ ഈ സംശയങ്ങൾ ഉന്നയിക്കാതിരിക്കുക. ആ ചർച്ചകൾ, നിങ്ങൾ എന്തു മനസ്സിലാക്കി യോ അതു മറ്റുള്ളവരുമായി പങ്കിടാൻ ഉദ്ദേശിച്ചുള്ളതാണ്. മാത്രവുമല്ല, ശരിയായ തിരിച്ചറിവ് എന്നത് വ്യക്തിപരമാണ്. അത് സ്വയം ഉള്ളിൽനിന്നു തന്നെ വരാൻ അനുവദിക്കുക. ഇത്തരം സംശയങ്ങൾ വരുമ്പോൾ അല്പസമയം ധ്യാനനിമഗ്ന നാകുന്നത് നന്നായിരിക്കും. ധ്യാനാരംഭത്തിനു മുൻപായും ഉറങ്ങാൻ പോകുന്നതിനു മുൻപായും ഈ ചോദ്യങ്ങൾ മന സ്സിൽ വക്കുകയാണെങ്കിൽ അവയുടെ ഉത്തരം ഒരുപക്ഷേ നിങ്ങളുടെ ഉള്ളിൽനിന്നുതന്നെ വന്നേക്കാം. ചിലപ്പോൾ ഇതേ പുസ്തകത്തിന്റെ മറ്റേതെങ്കിലും ഭാഗത്തുനിന്നോ അല്ലെങ്കിൽ മറ്റേതെങ്കിലും പുസ്തകത്തിൽ നിന്നോ ആകാം അത്. ചിലപ്പോൾ കുറെ വൈകിയായിരിക്കാം ആ ഉത്തരം ലഭിക്കുക. ഏതായാലും അതു തനിയെ വന്നുകൊള്ളും.

പ്രവർത്തനം/Activity

അഭ്യാസികളുമൊത്ത് ഒരു മീറ്റിങ് വയ്ക്കുക. അല്ലെങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ സെന്ററിൽ ഇത്തരത്തിൽ ഒരു കൂട്ടായ്മ നടത്തുക. 5 മുതൽ 10 വരെ അഭ്യാസികളുടെ ഓരോ ഗ്രൂപ്പുണ്ടാക്കി, സത്സംഗത്തിനുശേഷം ഒരുമിച്ചിരുന്ന് പുസ്തക വായനയിൽനിന്നുള്ള നിങ്ങളുടെ നിഗമനങ്ങൾ പങ്കുവെയ്ക്കുക.

എല്ലാവരും കൂടി ഒന്നിച്ചുചേർന്ന് താഴെ പറയുന്ന ചോദ്യങ്ങൾ ഓരോന്നായി പരിഗണനക്കെടുക്കുക. ഓരോരുത്തരും അവരവരുടെ അഭിപ്രായങ്ങൾ പറയുക. മറ്റുള്ളവർ അതിനു പരിഗണന നൽകുകയും ചെയ്യുക. വ്യാഖ്യാനങ്ങളും വിശദീകരണങ്ങളുമൊക്കെ ഒഴിവാക്കുക. നിങ്ങളുടെ വിചാരങ്ങളും കണ്ടെത്തലുകളും പങ്കുവെക്കുക.

- ഈ മൂന്ന് അദ്ധ്യായങ്ങളും വായിച്ചതിൽനിന്ന് നിങ്ങളുടെ പൊതുവായ വികാരം എന്താണ്?
- ഈ വായനയിൽ ഏറ്റവും ഉൾക്കാഴ്ചയുള്ള കണ്ടെത്തൽ എന്തായിരുന്നു?
- നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിലോ പെരുമാറ്റത്തിലോ പരിശീലനത്തിലോ ഈ വായനകൊണ്ട് എന്തെങ്കിലും മാറ്റം സംഭവിച്ചിട്ടുള്ളതായി നിങ്ങൾക്ക് തോന്നുന്നുണ്ടോ?

ബാക്കിയുള്ള 7 അദ്ധ്യായങ്ങൾ വായിക്കുവാനും ഇതേ നടപടിക്രമങ്ങൾ ആവർത്തിക്കുക. രണ്ടാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ 4 മുതൽ 6 വരെയുള്ള അദ്ധ്യായങ്ങളും മൂന്നാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ 7 മുതൽ 10 വരെയുള്ള അദ്ധ്യായങ്ങളും വായിച്ചു മനസ്സിലാക്കുക. അങ്ങനെ ഭണ്ഡാരക്കു മുൻപായി ഈ പുസ്തകത്തിന്റെ അദ്ധ്യയനം മുഴുവനായും തീർക്കുക.