

## புத்தகம் படிக்கத் தேவையான குறிப்புகள்

அன்பு சகோதர சகோதரிகளே,

மாஸ்டர் அவர்கள் ஆகஸ்டு 25, 2015 அன்று அனுப்பிய மின்னஞ்சலில் செப்டம்பர் பிறந்தநாள் விழாவிடக்கான ஏற்பாடுகளைப் பற்றி கீழ்வருமாறு எழுதியுள்ளார்.

**“அனைத்து அப்யாசிகளும், பிரிசெப்டர்களும் “சத்யோதயம்” புத்தகத்தை முன்னரே பல தடவை படித்திருந்தாலும், இப்போது திரும்பத்திரும்ப படித்து அதனை நன்றாக உள்வாங்கிக்கொள்ள வேண்டும். முக்கியமாக “வழிமுறைகள்” மற்றும் “மெய்யம்மை உணர்தல்” ஆகிய இரண்டு அத்தியாயங்களை மிகவும் கவனமாகப் படிக்க வேண்டும்.”**

“சத்யோதயம்” புத்தகத்தை ஆழமாகப் புரிந்துகொள்வதற்கு ஒரு செயல்முறை கீழே தரப்பட்டுள்ளது:

அடுத்த மூன்று வாரங்களுக்கு நீங்கள் இந்தப் புத்தகத்தைப் படித்து அதுபற்றி ஆழமாக சிந்திப்பீர்களேயானால் அதன் கருத்தாழத்தைப்பற்றி வியப்படைவீர்கள். பாபூஜி மகராஜ் எழுதிய இப்புத்தகத்தில் உங்களையே மூழ்கடித்துக்கொண்டு அதில் புதைந்து கிடக்கும் பொக்கிஷங்களைப் படித்து உணருங்கள்.

இதை நீங்கள் பல விதங்களில் செய்யலாம்:

- நீங்களாகவே படித்து, அதன் பிறகு கீழ்க்கண்ட விதத்தில் புத்தகத்திலுள்ள விவரங்களை இன்னும் ஆழமாக அறிந்துகொள்ளலாம்.
- அப்யாசிகள் சிலரை உங்கள் வீட்டிற்கு அழைத்து, அனைவரும் சேர்ந்து படிக்கலாம்.
- ஞாயிறு சத்சங்கத்திற்குப் பிறகு உங்கள் மையப் பொறுப்பாளரின் ஒத்துழைப்புடன் புத்தகம் படிப்பதற்கான ஏற்பாடுகள் செய்யலாம். இதைச் செய்ய ஏற்கனவே ஏற்பாடுகள் செய்யப்பட்டிருக்கலாம், ஆகவே, அதை அறிந்து செயல்படுங்கள்.

இந்த செயலில் ஈடுபடவிருக்கும் அப்யாசிகளிடம் கீழ்க்கண்ட வழிமுறைகளை பின்பற்றுமாறு கூறுங்கள்:

*எப்படி படிக்க வேண்டும்?*

முதல் வாரம், “சத்யோதயம்” புத்தகத்தின் முதல் மூன்று அத்தியாயங்களை எடுத்துக்கொள்ளவும். ஒவ்வொரு நாளும் ஒரு அத்தியாயத்தைப் படிக்கவும். கீழ்க்கண்ட முறையைப் பின்பற்றவும்:

- படிக்கும்போது கையில் ஒரு பென்சில் வைத்துக்கொள்ளவும். உங்களுக்கு முக்கியம் எனத் தோன்றும் வார்த்தையை கோடிட்டுக்கொள்ளவும். இதை நாம் குறிப்புச்சொல் எனலாம்.
- குறிப்புச்சொற்களை மட்டுமே கோடிடவும். எவ்வளவு குறிப்புச்சொற்களை கோடிகிறீர்கள் என்பது உங்களுக்கு அது முக்கியமாகத் தோன்றுகிறதா என்பதைப் பொறுத்தது. குறிப்புச்சொல் என்பது ஒரு வார்த்தை மட்டுமே, வாக்கியம் அல்ல. இரு சொற்கள் சேர்ந்து வரும் வார்த்தைகள், மிகவும் தேவை என்று தோன்றினால் கோடிடப்படலாம். உதா: ‘எழுபத்தியிரண்டு தலைமுறைகள்’

- ஒவ்வொரு அத்தியாயத்தை முடித்தவுடனும் உங்கள் நாட்குறிப்பு புத்தகத்தில் நீங்கள் கோடிட்ட குறிப்புச்சொற்களை மட்டும் **தெளிவாக** எழுதவும். ஒவ்வொரு குறிப்புச்சொல்லிற்கும் இடையே இடம் விடவும்.
- நேரம் இருந்தால் பென்சிலை உபயோகிக்காமல் **இரண்டாவது** அல்லது **மூன்றாவது** முறை அத்தியாயத்தைப் படிக்கவும்.
- அடுத்த நாள் உங்கள் நாட்குறிப்பில் எழுதிவைத்துள்ள குறிப்புச்சொற்களை மனதில் இருத்திக்கொண்டு அத்தியாயத்தைப் பற்றி உங்களது எண்ணங்களை ஒரு பக்கத்திற்கு மிகாமல் எழுதவும். எழுதும்போது கீழ்க்கண்டவற்றில் கவனம் செலுத்தவும்:

*இந்த அத்தியாயத்தைப் படிக்கும்போது எனக்கு புரிந்தது யாது?*

*என் இதயத்தில் என்ன விஷயம் எழுந்தது?*

*இந்த அத்தியாயத்தைப் படித்த பிறகு எனது உள்நிலை எவ்வாறு உள்ளது?*

மனதில் இருத்திக்கொள்ள வேண்டிய சில விஷயங்கள்:

விரிவாக எழுதுவதைத் தவிர்க்கவும்.

எழுதும்போது புத்தகத்தைப் பார்க்க வேண்டாம்.

நாட்குறிப்பில் எழுதிவைத்துள்ள குறிப்புச்சொற்களை மட்டும் பார்த்து அவை உங்கள் மனதில் வெளிப்படுத்தியவற்றை எழுதவும்.

ஒவ்வொரு அத்தியாயத்தையும் இதேபோல படித்து எழுதவும்.

வாரக் கடைசியில் நீங்கள் புத்தகத்தின் மூன்று அத்தியாயங்களை பலமுறை படித்திருப்பீர்கள்.

கேள்விகள் எழுந்தால் என்ன செய்யவேண்டும்?

படிக்கும்போது கேள்விகள் எழுந்தால் நாட்குறிப்பில் குறித்துக்கொள்ளவும்.

குழுக்களில் இயங்கும்போது இந்தக் கேள்விகளைக் கேட்காதீர்கள். நாம் என்ன புரிந்துகொண்டோம் என்பது பற்றி மட்டுமே குழுக்களில் பேச வேண்டும். உண்மையான புரிந்துகொள்ளுதல் என்பது ஒருவருடைய தனிப்பட்ட விஷயம். அது உங்கள் இதயத்திலிருந்து வரவேண்டும். கேள்விகள் எழுதும்போது சிறிது நேரம் தியானம் செய்யவும்.

முயற்சிக்கவும்: தியானம் செய்வதற்கு முன்பும் உறங்கும் முன்னரும் கேள்விகளை முன் வைத்து பதில் உள்ளிருந்து வருவதற்காகக் காத்திருக்கவும். சில நேரம், பதில் புத்தகத்தின் வேறொரு பக்கத்திலிருந்தோ, வேறொரு புத்தகத்திலிருந்தோ கிடைக்கக்கூடும். மற்றும் சில நேரம் பிறகு வரலாம். பதில் இயற்கையாக வர அனுமதியுங்கள்.

**செயல்பாடு :**

உங்கள் குழு நபர்களுடன் ஒரு கூட்டத்திற்கு ஏற்பாடு செய்யலாம் அல்லது உங்கள் மையத்தில் நடக்கும் கூட்டத்தில் கலந்துகொள்ளலாம்.

5-10 அப்யாசிகள் குழுவில் அமர்ந்து நீங்கள் படித்து புரிந்துகொண்டது பற்றி உங்கள் எண்ணங்களைப் பகிர்ந்துகொள்ளவும்.

கீழே கொடுக்கப்பட்ட கேள்விகளை ஒவ்வொன்றாகப் பரிசீலிக்கவும். இங்கு நாம் பகிர்ந்துகொள்ளவும் மற்றவர்கள் பேசுவதை செவிமடுக்கவும் கூடியுள்ளோம் என்பதை நினைவில் வைக்கவும். விவரமாக சொல்லவோ, விவாதிக்கவோ, மற்றவர்களை விமர்சிக்கவோ முயற்சிக்க வேண்டாம். உங்கள் எண்ணங்களை மட்டுமே பகிர்ந்துகொள்ளவும்.

*இந்த மூன்று அத்தியாயங்களையும் படித்த பிறகு உங்கள் மனதில் நிலைபெற்றிருக்கும் எண்ணம் என்ன?*

*இதைப் படிக்கும்போது உள்ளூணர்வால் நீங்கள் அறியப்பெற்றது யாது?*

*இதைப் படித்தபிறகு உங்கள் வாழ்க்கையில், நடவடிக்கைகளில், மற்றும் பயிற்சியில் ஏதாவது குறிப்பிட்ட மாறுதல்கள் ஏற்பட்டனவா?*

“சத்யோதயம்” புத்தகத்தின் மற்ற ஏழு அத்தியாயங்களையும் இதேபோல் அடுத்து வரும் வாரங்களில் - 2 வது வாரம் - அத்தியாயம் 4-6, 3-வது வாரம் - அத்தியாயம் 7-10 என பிறந்தநாள் விழாவிற்கு முன் புத்தகத்தைப் படித்து முடிக்கும் வண்ணம் படிக்கவும்.

மற்ற மொழிகளில் மொழிபெயர்ப்பு தேவையானால் இங்கு கிளிக் செய்யவும்: