

**Essenza:** Dolci figli, continuate a compiere l'esercizio di "Manmanabhav" e diventerete sempre sani per 21 nascite.

**Domanda:** Seguire quale shrimat del Satguru richiede sforzo incognito?

**Risposta:** La shrimat del Satguru è: Dolci figli, dimenticate il vostro corpo e ricordate Me. Consideratevi solo un'anima. Fate lo sforzo di rimanere consci d'anima. Date a tutti il messaggio: Diventate bodiless! Dimenticate il vostro corpo e tutte le religioni corporee e diventerete puri. Voi figli dovete fare sforzo incognito per seguire questa shrimat. Solo i figli fortunati sono in grado di fare questo sforzo incognito.

Om shanti. I figli sono seduti qui per insegnare questo esercizio ai loro fratelli e sorelle. Che esercizio è? In questo esercizio, i figli non devono dire nulla. Negli esercizi fisici, essi agiscono, devono dire qualcosa. Questo è l'Insegnante Supremo, che è anche il Dio della Gita ed Egli siede e insegna a voi figli l'esercizio dello yoga. Anche questo esercizio è incognito. L'esercizio è insegnato, così che gli studenti possano rimanere sempre sani. Voi figli sapete che con questo esercizio di "Manmanabhav" diventerete sempre sani per 21 nascite; non vi ammalerete mai. Perciò, questo esercizio spirituale è molto buono. Il Padre dice: Manmanabhav! Non c'è bisogno di dire nulla. Vi viene solo detto di considerarvi anime. Possiate essere consci d'anima! Essere così costantemente significa ricordare il Padre e diventerete sempre sani. Voi siete diventati sempre sani con questo esercizio spirituale anche nel ciclo precedente. Solo il Padre spirituale, il Padre Supremo, l'Anima Suprema, Shiva, insegna questo esercizio spirituale. Solo quell'Uno che è adorato è chiamato Dio. Le persone dicono anche "Onori a Shiva". Dicono "Onori alla deità Brahma" e "Onori all'Anima Suprema, Shiva". Non è un essere umano fisico che vi sta insegnando questo esercizio. Non è Brahma che vi sta insegnando questo esercizio; no. Sebbene siate chiamati Brahma Kumar e Kumaris, indirizzate le lettere che scrivete a: Shiv Baba presso Brahma. Quell'Uno è incognito. Come possono le persone capire questo? Brahma è il Padre della Gente. Perciò, tutte le persone del mondo sono suoi figli. Egli è il Padre della Gente. Colui che vi insegna l'esercizio è il Padre incorporeo. Egli è incognito. Poiché è incognito, le persone hanno difficoltà a comprenderLo. Brahma non può essere chiamato Dio. Il nome che usate qui è Brahma Kumar e Kumaris, che significa figli di Brahma. Quando qualcuno viene, spiegategli che non è Brahma il Creatore del nuovo mondo, ma lo è il Padre incorporeo. Egli crea la creazione attraverso Brahma. Il Padre Supremo, l'Anima Suprema da aldilà di questo mondo, crea la creazione attraverso Brahma, che significa che è la creazione dell'Anima Suprema. Voi indirizzate le vostre lettere: Shiv Baba presso Brahma. Perciò, anche questo è un metodo per ricordarLo. Shiv Baba vi insegna attraverso Brahma. Vi dice semplicemente: Manmanabhav! Non vi dà nessun'altra difficoltà. Semplicemente dice: Se desiderate fare progressi e diventare i signori della terra della verità, allora ricordate l'unico vero Padre che fonda la terra della verità. Il Padre illimitato viene e dice a voi figli: Ricordate Me e sarete liberati dai vostri peccati. Krishna non è chiamato il Purificatore. Non viene menzionato nessun nome, se non quello del Padre Supremo, l'Anima Suprema, è menzionato in connessione a questo. Egli è chiamato Dio, il Padre. Tutti Lo chiamano Padre, quindi come potete dire che Egli è onnipresente? Si dice che Egli viene per liberare tutti, ma le persone non lo capiscono. Perciò, hanno scritto una durata del ciclo sbagliata. Voi figli ora dovete compiere questo esercizio. Avete ricevuto la conoscenza. Quando sedete qui, consideratevi un'anima senza corpo e ricordate il Padre e i vostri peccati saranno assolti. Quando un insegnante siede su un gaddi davanti agli studenti, sembra buono. E' una regola che sia necessario per un'insegnante certamente insegnare l'esercizio. Alcuni sono insegnanti senior e altri più giovani. Ora non c'è bisogno di darvi un esame perché sapete da voi quanto ricordate il Padre più amato. Brahma non è il più amato. Il più amato è Colui che è sempre puro. Voi figli sapete chi è il più amorevole di tutti. Le persone ricordano Dio e dicono: O Colui che Rimuove la Sofferenza e Donatore di Felicità. Egli è chiamato anche il Liberatore, cioè, è Colui che vi libera dalla sofferenza. Voi figli dovete fare sforzo da voi stessi. In accordo al piano del drama, questo mondo deve certamente diventare puro e deve essere acceso un fuoco perché il mondo diventi puro. Voi sapete anche come sarà acceso il fuoco. Il mondo non può diventare puro senza che avvenga la distruzione. Questo è il fuoco sacrificale della conoscenza di Rudra. Non c'è differenza tra Rudra e Shiva ma il nome, Shiva, è il principale. Tuttavia, le persone hanno dato molti nomi diversi nelle loro lingue. Il suo vero nome è Shiva. Le persone celebrano anche il compleanno di Shiva. Il compleanno di Shiva è molto ben noto a Bharat. Dal momento che c'è il compleanno del Padre illimitato, certamente Egli deve venire qui. Il nome di Shiv Baba è molto ben noto. Egli è Colui che porta avanti la fondazione del paradiso attraverso Brahma. Quindi quel

Padre più alto nell'alto deve essere ricordato. Brahma non è il Più Alto nell'Alto ma, di fatto, lo diventa. Poi scende. Anche voi Bks eravate giù e ora state diventando i più elevati. Andrete al top, alla casa del Padre. Diventate trikaldarshi a questo tempo. Voi stessi sapete che siete coloro che girano il disco della realizzazione del sé. Noi conosciamo Brahmand e l'inizio, la metà e la fine del mondo. Brahmand è il luogo in cima dove risiedono le anime. Non c'è nessun altro nel mondo che può spiegare che le anime risiedono nel mondo incorporeo. Il mondo qui e Brahmand sono diversi tra loro. Le anime risiedono nella terra del nirvana che è chiamata anche la terra della pace. La forma dell'anima è quella della pace. C'è la terra del silenzio, poi la terra del "movie" e poi la terra della "parola". Voi non state nella terra del "movie" per molto tempo. Molti devono rimanere nella terra del silenzio. Non c'è altro luogo. Quando le anime ricordano il Padre e la casa, li ricordano lassù. Eccetto voi, nessun altro conosce la regione nel mezzo. Le persone non hanno così tanta conoscenza. Essi dicono semplicemente che Brahma, Vishnu e Shankar risiedono nella regione sottile, ma nessuno conosce la loro occupazione. Essi prendono 84 nascite. Brahma diventa Vishnu e Vishnu diventa Brahma. Questa è l'età del cambiamento; dura solo un breve periodo di tempo, proprio come avete il mese del cambiamento della carità (in accordo al calendario Hindu). Questa nascita è la vostra nascita elevata in cui diventate dello stesso valore di un diamante. Diventare Brahmini da shudra è considerato essere i più elevati. Quando diventate Brahmini reclamate un diritto all'eredità del Nonno. Il Padre dice: Figli, siate costantemente "Manmanabhav"! Continuate a dare il messaggio del Padre a tutti! Il Padre è chiamato il Messaggero. Nessun altro è un messaggero. Quegli altri semplicemente vengono e fondano la loro religione. C'è solo l'unico Messaggero che viene e vi dà il messaggio di diventare puri. Gli altri vengono per fondare le loro religioni. Non sono guide che vi riportano indietro. Solo l'unico Satguru può concedere salvezza. Solo l'unico Padre Supremo, l'Anima Suprema, Shiva, parla la verità e vi mostra il vero cammino. Voi figli dovete fare molto sforzo incognito. Ora sapete che dovete dimenticare i vostri corpi e ricordare l'unico Padre. Quando voi anime rinunciate ai vostri corpi, rinunciate all'intero mondo e ogni anima diventa sola. Il Padre dice: Diventate consci d'anima e non ricorderete i vostri amici e parenti. Io sono un'anima e ritornerò a casa con il Padre. Il Padre vi consiglia come andare da Lui. Anche questo Baba è molto ben noto. Il Padre diventa la Guida di tutte le anime attraverso quest'uno e riporta a casa tutti come uno sciame di zanzare. Solo voi figli avete questa vera conoscenza nei vostri intelletti. Siete chiamati anche l'Esercito Pandava. Il Padre dei Pandava è il Padre Supremo, l'Anima Suprema, Shiva, che ora sta insegnando a voi figli l'esercizio in modo pratico, esattamente come ha fatto nel ciclo precedente. Quando avverrà la distruzione tutte le anime lasceranno i loro corpi e torneranno a casa. All'età dell'oro, c'è sono un regno e ci sono poche anime. Ora ci sono innumerevoli regni e ce ne sarà di nuovo solo uno. Fate che i vostri intelletti continuino a rimuginare questa conoscenza durante il giorno. Voi figli dovete spiegare anche alle mostre. Quando c'era New Delhi, c'era la nuova Bharat. C'era solo l'unica religione eterna delle deità. Questa religione Hindu non è la religione eterna originale. Noi Brahmini diventiamo deità. Quelli delle altre religioni non lo accetteranno. Quelli che vengono prima prendono 84 nascite. Questi aspetti sono molto semplici da capire. E' nell'intelletto di voi figli che questa recita sta per finire. Tutti gli attori ora sono venuti qui. Voi avete completato le vostre 84 nascite e dovete tornare a casa perché siete diventati molto stanchi. Il cammino della devozione è il cammino per diventare stanchi. Il Padre dice: Ora ricordate Me e date a tutti il messaggio: Dimenticate il vostro corpo e tutte le relazioni corporee, consideratevi un'anima e ricordate il Padre. Diventate bodiless e diventerete puri perché ora dovete tornare a casa. La morte è proprio davanti a voi. Voi figli venite personalmente qui davanti al Padre per essere rinfrescati. Il Padre spiega a voi figli faccia a faccia: Figli, rinunciate alla coscienza del corpo e ricordate costantemente Me solo. Questo vecchio mondo ora sta per essere distrutto. Ricordate l'unico Padre e diventerete puri e i signori del mondo puro. Se non fate sforzo, non riceverete il frutto e allora deve essere sperimentata punizione. Il Padre dice: Continuate ad accumulare un guadagno e anche a dare un invito agli altri. Mostrate a tutti il cammino verso il Padre. Voi figli dovete diventare benevolenti; date beneficio ai vostri amici e anche alle relazioni. Qui, vi viene detto di diventare consci d'anima. Vi viene dato il grande mantra. Il Padre Stesso è venuto e vi ha insegnato l'antico yoga di cui si ricorda: I vostri peccati saranno bruciati attraverso il fuoco dello yoga. Voi avete ricevuto questo segnale anche nel ciclo precedente. Il Padre vi segnala: Considerate voi stessi un'anima e ricordate Me! Potete vivere a casa con la vostra famiglia. Si ricorda: Mi rifugio da Te. Anche questo accade. Quando qualcuno sperimenta sofferenza, va e cerca rifugio da qualcuno che ha maggior potere. Questo accade qui in modo pratico. Quando vedete che c'è molta sofferenza e che non si è in grado di tollerarla più

o siete in una situazione disperata, venite correndo qui per cercare rifugio dal Padre. Nessuno, eccetto il Padre, può concedere salvezza. Voi figli sapete che il vecchio mondo sta per essere distrutto. Vengono fatti i preparativi. Da questa parte c'è la preparazione per la vostra fondazione e da quella parte c'è la preparazione per la distruzione. Una volta che la fondazione è avvenuta, la distruzione certamente avverrà. Voi sapete che Baba è venuto per portare avanti la fondazione e certamente voi riceverete anche l'eredità attraverso quest'uno. Tuttavia, niente può essere ottenuto attraverso l'ispirazione. Direste al vostro insegnante che sarete in grado di studiare tutto attraverso la sua ispirazione? Se si potesse fare tutto attraverso l'ispirazione, perché è celebrato il compleanno di Shiva? In quel caso, non ci sarebbe bisogno di celebrare il compleanno di Shiva, Colui che farebbe tutto attraverso l'ispirazione. C'è il compleanno di tutte le anime. Tutte le anime entrano nei corpi. Un'anima recita una parte quando sia l'anima che il corpo vengono insieme. La religione originale delle anime è la pace. La conoscenza è assimilata dall'anima. Sono le anime che prendono i sanskara buoni e cattivi con sé. Il Padre è il Creatore del paradiso. Là c'è solo purezza; non c'è nome o traccia di impurità. Questo è l'oceano di veleno. E' spiegato così chiaramente. Nonostante quello, non rimane nell'intelletto di nessuno ma non potete biasimare nessuno; tutti sono legati nel legame del drama. Voi capite che siete scesi nella scala dalla cima. In accordo al drama, dobbiamo scendere. Allora il Padre dice: Ora fate sforzo per risalirla. Anche dopo che siete qui per due o quattro anni, alcuni cadono. Allora realizzano che hanno fatto un grande errore e che si sono fatti molto male. Questa è la debolezza di metà ciclo; non è una cosa piccola! Siete stati morti per metà ciclo. Indulgendo nei piaceri sensoriali (bhogi) diventate morti (rogi). Il Padre viene e vi ispira a fare sforzo. Krishna è chiamato anche Yogeshwar. A questo tempo voi siete veri yogi. Yogeshwar vi sta insegnando lo yoga. Voi siete anche gyangyaneshwar e poi diventerete raj-rajeshwar (principi e principesse). Attraverso la conoscenza diventate ricchi e attraverso lo yoga diventate liberi dalla sofferenza e sempre sani. Tutta la vostra sofferenza viene rimossa per metà ciclo. Perciò, quanto sforzo dovrete fare per questo? Achcha.

Ai dolcissimi figli amati, a lungo persi e ora ritrovati, amore, ricordo e buongiorno dalla Madre, il Padre, BapDada. Il Padre spirituale dice namaste ai figli spirituali.

#### **Essenza per la dharna:**

1. Per diventare puri, praticate di essere bodiless. Date a tutti il messaggio di ricordare l'unico Padre. Dimenticate tutto, incluso il vostro corpo.
2. Studiate lo yoga con il Padre Yogeshwar e diventate un vero yogi. Attraverso la conoscenza diventate ricchi e attraverso lo yoga diventate liberi dalla sofferenza e sempre sani.

**Benedizione:** Possiate essere obbedienti e un'immagine che concede visioni mettendo in pratica ogni insegnamento e dandone prova.

I figli che non trattengono gli insegnamenti nei loro intelletti, ma li mettono nella loro forma, rimangono stabili nello stato di una personificazione di conoscenza, una personificazione di amore e una personificazione di beatitudine. Coloro che mettono in essere ogni punto della conoscenza, saranno in grado di rimanere stabili nella forma del punto. E' facile rimuginare, cioè parlare del punto, ma essere quella forma e rendere le altre anime in grado di sperimentare quella forma è dare la prova, cioè, essere obbedienti e un'immagine che concede visioni.

**Slogan:** Aumentate il potere della concentrazione e il vagabondare della mente e dell'intelletto finirà.

\* \* \* O M S H A N T I \* \* \*