

- Ουσία:** Γλυκά παιδιά, να συνεχίζετε να κάνετε την άσκηση του Μανμαναμπάβ και θα γίνετε διαρκώς υγιείς για 21 γεννήσεις.
- Ερώτηση:** Ακολουθώντας ποιο σρίματ του Σατγκούρου, απαιτεί αφανή προσπάθεια;
- Απάντηση:** Το σρίματ του Σατγκούρου είναι: Γλυκά παιδιά, να ξεχάσετε το σώμα σας και να θυμόσαστε Εμένα. Να θεωρείτε τον εαυτό σας μια ψυχή. Να κάνετε προσπάθεια να παραμένετε συνειδότες ψυχής. Να δώσετε σε όλους το μήνυμα: Να γίνετε ασώματοι! Να ξεχάσετε το σώμα σας και όλες τις σωματικές θρησκευίες και θα γίνετε αγνοί. Εσείς παιδιά πρέπει να κάνετε αφανή προσπάθεια να ακολουθείτε αυτό το σρίματ. Μόνο τα τυχερά παιδιά μπορούν να κάνουν αυτήν την αφανή προσπάθεια.

Ομ σάντι. Τα παιδιά κάθονται εδώ για να διδάξουν αυτήν την άσκηση στους αδελφούς και τις αδελφές τους. Ποια άσκηση είναι αυτή; Σε αυτήν την άσκηση, τα παιδιά δεν χρειάζεται να λένε τίποτα. Στις φυσικές ασκήσεις που κάνουν, πρέπει να πουν κάτι. Αυτός είναι ο Υπέρτατος Δάσκαλος, ο οποίος είναι επίσης ο Θεός της Γκίτα, και κάθετα και σας διδάσκει παιδιά, αυτήν την άσκηση της γιόγκα. Αυτή η άσκηση είναι επίσης αφανής. Διδάσκεται μια άσκηση ώστε οι μαθητές να μπορούν να παραμείνουν διαρκώς υγιείς. Εσείς παιδιά γνωρίζετε ότι με αυτήν την άσκηση του Μανμαναμπάβ θα γίνετε διαρκώς υγιείς για 21 γεννήσεις. Ποτέ δεν θα αρρωσταίνετε. Έτσι, αυτή η πνευματική άσκηση είναι πολύ καλή. Ο Πατέρας λέει: Μανμαναμπάβ! Δεν χρειάζεται να λένε τίποτα. Απλά λέγεται σε εσάς να θεωρείτε τον εαυτό σας μια ψυχή. Είθε να είσαστε συνειδότες ψυχής! Το να είσαστε αυτό διαρκώς σημαίνει να θυμόσαστε τον Πατέρα και θα γίνετε διαρκώς υγιείς. Γίνετε διαρκώς υγιείς με αυτήν την πνευματική άσκηση επίσης και στον προηγούμενο κύκλο. Μόνο ο πνευματικός Πατέρας, ο Υπέρτατος Πατέρας, η Υπέρτατη Ψυχή, ο Σίβα διδάσκει αυτήν την πνευματική άσκηση. Μόνο Εκείνος ο Ένας ο οποίος λατρεύεται, ονομάζεται Θεός. Οι άνθρωποι επίσης λένε “Χαιρετισμός στον Σίβα”. Αυτοί λένε “Χαιρετισμός στη θεότητα Μπράμα” και “Χαιρετισμός στην Υπέρτατη Ψυχή, τον Σίβα”. Αυτήν την άσκηση δεν σας την διδάσκει ένα φυσικό ανθρώπινο ον. Δεν σας διδάσκει ο Μπράμα αυτήν την άσκηση. Όχι. Αν και εσείς ονομάζετε Μπράμα Κουμάρς και Κουμάρις, απευθύνετε τα γράμματα που γράφετε στον: Σιβ Μπάμπα, μέσω του Μπράμα. Εκείνος ο Ένας είναι αφανής. Πώς μπορούν οι άνθρωποι να καταλάβουν αυτό; Ο Μπράμα είναι ο Πατέρας των Ανθρώπων. Ο Ένας ο οποίος σας διδάσκει την άσκηση είναι ο ασώματος Πατέρας. Εκείνος είναι αφανής. Επειδή Εκείνος είναι αφανής, οι άνθρωποι έχουν δυσκολία στο να καταλάβουν Εκείνον. Ο Μπράμα δεν μπορεί να ονομαστεί Θεός. Το όνομα που χρησιμοποιείτε εδώ είναι Μπράμα Κουμάρς και Κουμάρις, πράγμα που σημαίνει, παιδιά του Μπράμα. Όταν έρχεται κάποιος, να εξηγείτε σε αυτόν ότι δεν είναι ο Μπράμα ο Δημιουργός του καινούριου κόσμου, αλλά αυτός είναι ο ασώματος Πατέρας. Εκείνος δημιουργεί τη δημιουργία μέσω του Μπράμα. Ο Υπέρτατος Πατέρας, η Υπέρτατη Ψυχή που είναι πέρα από αυτόν τον κόσμο, δημιουργεί τη δημιουργία μέσω του Μπράμα, πράγμα που σημαίνει ότι αυτή είναι η δημιουργία της Υπέρτατης Ψυχής. Εσείς απευθύνετε τα γράμματά σας στον: Σιβ Μπάμπα, μέσω του Μπράμα. Έτσι αυτή επίσης είναι μια μέθοδος για να θυμόσαστε Εκείνον. Ο Σιβ Μπάμπα σας διδάσκει μέσω του Μπράμα. Εκείνος απλά σας λέει: Μανμαναμπάβ! Δεν σας δίνει καμιά άλλη δυσκολία. Εκείνος απλά λέει: Αν θέλετε να προοδεύετε και να γίνετε οι κυρίαρχοι της χώρας της αλήθειας, τότε να θυμόσαστε τον έναν αληθινό Πατέρα ο οποίος ιδρύει τη χώρα της αλήθειας. Ο απεριόριστος Πατέρας έρχεται και λέει σε εσάς παιδιά: Να θυμόσαστε Εμένα και θα ελευθερωθείτε από τις αμαρτίες σας. Ο Κρίσνα δεν ονομάζεται Εξαγνιστής. Σε αυτήν την σχέση δεν αναφέρεται κανένα άλλο όνομα εκτός από του Υπέρτατου Πατέρα, της Υπέρτατης Ψυχής. Εκείνος ονομάζεται Θεός, Πατέρας. Όλοι αποκαλούν Εκείνον Πατέρα, έτσι πώς μπορείτε εσείς να λένε ότι είναι πανταχού παρών; Λέγεται ότι Εκείνος έρχεται για να ελευθερώσει όλους, αλλά οι άνθρωποι δεν το καταλαβαίνουν αυτό. Έτσι, έχουν γράψει μια λανθασμένη διάρκεια του κύκλου. Εσείς παιδιά τώρα πρέπει να κάνετε αυτήν την άσκηση. Έχετε λάβει γνώση. Όταν κάθεστε εδώ, να θεωρείτε τον εαυτό σας ασώματη ψυχή και να θυμόσαστε τον Πατέρα και οι αμαρτίες σας θα απαλειφθούν. Όταν ένας δάσκαλος κάθετα στο γκάντι μπροστά στους μαθητές, αυτό φαίνεται σωστό. Είναι κανόνας το ότι οπωσδήποτε χρειάζεται ένας δάσκαλος για να διδάξει άσκηση. Μερικοί είναι ανώτεροι δάσκαλοι και άλλοι είναι νεότεροι δάσκαλοι. Τώρα δεν χρειάζεται να σας δοθεί ένα διαγώνισμα επειδή εσείς οι ίδιοι γνωρίζετε για πόσο διάστημα θυμόσαστε τον πιο πολυαγαπημένο Πατέρα. Ο Μπράμα δεν είναι ο πιο πολυαγαπημένος.

Ο πιο πολυαγαπημένος είναι ο Ένας ο οποίος είναι πάντα αγνός. Εσείς παιδιά γνωρίζετε ποιος είναι ο πιο αγαπητός απ' όλους. Οι άνθρωποι θυμούνται τον Θεό και λένε: Ω Εσύ που απομακρύνεις τη λύπη και Χορηγέ της Ευτυχίας. Εκείνος επίσης ονομάζεται Ελευθερωτής, δηλαδή, Εκείνος είναι ο Ένας ο οποίος σας ελευθερώνει από τη λύπη. Εσείς παιδιά πρέπει να κάνετε προσπάθεια για τον εαυτό σας. Σύμφωνα με το σχέδιο του δράματος, αυτός ο κόσμος οπωσδήποτε πρέπει να γίνει αγνός και πρόκειται να ανάψει μια φωτιά για να γίνει ο κόσμος αγνός. Εσείς επίσης γνωρίζετε πώς θα ανάψει η φωτιά. Ο κόσμος δεν μπορεί να γίνει αγνός, χωρίς να λάβει χώρα η καταστροφή. Αυτή είναι η θυσιαστήρια φωτιά της γνώσης του Ρούντρα. Δεν υπάρχει διαφορά ανάμεσα στον Ρούντρα και τον Σίβα, αλλά το όνομά του Σίβα είναι το κυριότερο. Ωστόσο, οι άνθρωποι έχουν δώσει πολλά διαφορετικά ονόματα στη δική τους γλώσσα. Το αληθινό Του όνομα είναι Σίβα. Οι άνθρωποι επίσης γιορτάζουν τα γενέθλια του Σίβα. Τα γενέθλια του Σίβα είναι πολύ γνωστά στην Μπάρατ. Εφόσον υπάρχουν τα γενέθλια του απεριόριστου Πατέρα, Εκείνος οπωσδήποτε πρέπει να έλθει εδώ. Το όνομα του Σιβ Μπάμπα είναι πολύ γνωστό. Εκείνος είναι ο Ένας που κάνει την ίδρυση του παραδείσου μέσω του Μπράμα. Έτσι πρέπει να θυμόσαστε Εκείνον τον ύψιστο των ύψιστων Πατέρα. Ο Μπράμα δεν είναι ο Ύψιστος των Ύψιστων, αλλά στην πραγματικότητα, γίνεται αυτό. Μετά, αυτός επίσης εκπίπτει (έρχεται κάτω). Εσείς οι ΒΚς ήσασταν επίσης κάτω και τώρα γίνεστε οι ανώτεροι. Εσείς θα πάτε πολύ ψηλά, στο σπίτι του Πατέρα. Αυτήν την εποχή, εσείς γίνεστε τρικάλνταρσι. Εσείς οι ίδιοι γνωρίζετε ότι είσατε αυτοί που περιστρέφουν το δίσκο της αυτογνωσίας. Εμείς γνωρίζουμε το Μπραμάντ και την αρχή, τη μέση και το τέλος του κόσμου. Το Μπραμάντ είναι το μέρος ψηλά, όπου κατοικούν όλες οι ψυχές. Δεν υπάρχει κανείς άλλος στον κόσμο που να μπορεί να εξηγήσει ότι οι ψυχές κατοικούν στον ασώματο κόσμο. Ο κόσμος εδώ και το Μπραμάντ είναι διαφορετικά το ένα από το άλλο. Οι ψυχές κατοικούν στη χώρα του νιρβάνα, η οποία επίσης ονομάζεται χώρα της γαλήνης. Σε όλους αρέσει αυτό. Το αληθινό όνομα εκείνου του τόπου είναι η χώρα του νιρβάνα ή χώρα της γαλήνης. Η μορφή της ψυχής είναι η γαλήνη. Υπάρχει η χώρα της σιωπής, μετά η χώρα της “κίνησης” (monie) και μετά η χώρα της “ομιλίας” (talkie). Εσείς δεν μένετε στη χώρα της “κίνησης” για μεγάλο διάστημα. Πολλοί πρέπει να μείνουν στη χώρα της σιωπής. Δεν υπάρχει άλλος τόπος. Όταν οι ψυχές θυμούνται τον Πατέρα και το σπίτι, θυμούνται αυτά πάνω ψηλά. Εκτός από εσάς, κανείς άλλος δε γνωρίζει σχετικά με την περιοχή ενδιάμεσα. Οι άνθρωποι δεν έχουν τόση πολλή γνώση. Απλά λένε ότι ο Μπράμα, ο Βίσνου και ο Σάνκαρ κατοικούν στην αιθέρια περιοχή, αλλά κανείς δε γνωρίζει τη απασχόλησή τους. Αυτοί λαμβάνουν 84 γεννήσεις. Ο Μπράμα γίνεται Βίσνου και ο Βίσνου γίνεται Μπράμα. Αυτή είναι η δίσεκτη εποχή. Αυτή διαρκεί μόνο για σύντομο χρόνο, όπως έχετε εσείς τον δίσεκτο μήνα της φιλανθρωπίας (σύμφωνα με το Ινδικό ημερολόγιο). Αυτή η γέννηση είναι η εξυπωμένη σας γέννηση στην οποία γινόσαστε τόσο πολύτιμοι όσο ένα διαμάντι. Το να γίνετε Μπράμινς από σούντρας θεωρείται το πιο εξυπωμένο πράγμα. Όταν γίνεστε Μπράμινς διεκδικείτε ένα δικαίωμα στην κληρονομιά του Παππού. Ο Πατέρας λέει: Παιδιά, να είσατε διαρκώς Μανμαναμπάβ! Να συνεχίζετε να δίνετε σε όλους το μήνυμα του Πατέρα! Ο Πατέρας ονομάζεται Αγγελιοφόρος. Κανείς άλλος δεν είναι αγγελιοφόρος. Εκείνοι οι άλλοι έρχονται απλά και ιδρύουν τη δική τους θρησκεία. Υπάρχει μόνο ένας Αγγελιοφόρος που έρχεται και σας δίνει το μήνυμα να γίνετε αγνοί. Οι άλλοι έρχονται για να ιδρύσουν τη δική τους θρησκεία. Δεν είναι οδηγοί για να σας πάρουν πίσω. Μόνο ο ένας Σατγκούρου μπορεί να δώσει σωτηρία. Μόνο ο ένας Υπέρτατος Πατέρας, η Υπέρτατη Ψυχή, ο Σίβα λέει την αλήθεια και σας δείχνει το αληθινό μονοπάτι. Εσείς παιδιά πρέπει να κάνετε πολλή αφανή προσπάθεια. Εσείς τώρα γνωρίζετε ότι πρέπει να ξεχάσετε το σώμα σας και να θυμόσαστε τον έναν Πατέρα. Όταν εσείς ψυχές απαρνηθείτε το σώμα σας, απαρνίστετε ολόκληρο τον κόσμο και η ψυχή μένει μόνη. Ο Πατέρας λέει: Να γίνετε συνειδότες ψυχής και δεν θα θυμόσαστε του φίλους και τους συγγενείς σας. Είμαι μια ψυχή και θα επιστρέψω στο σπίτι με τον Πατέρα. Ο Πατέρας σας συμβουλεύει πώς μπορείτε να πάτε σε Εκείνον. Αυτός ο Μπάμπα επίσης είναι πολύ γνωστός. Ο Πατέρας γίνεται ο Οδηγός όλων των ψυχών μέσω αυτού εδώ και παίρνει όλους πίσω στο σπίτι, σαν σμήνος από κουνούπια. Μόνο εσείς παιδιά έχετε αυτήν την αληθινή γνώση στις διάνοιές σας. Εσείς επίσης ονομάζεστε στρατός των Πάνταβας. Ο Πατέρας των Πάνταβας είναι ο Υπέρτατος Πατέρας, η Υπέρτατη Ψυχή, ο Σίβα, ο οποίος τώρα σας διδάσκει παιδιά άσκηση με πρακτικό τρόπο, ακριβώς όπως έκανε και στον προηγούμενο κύκλο. Όταν λάβει χώρα η καταστροφή όλες οι ψυχές θα αφήσουν τα σώματά τους και θα επιστρέψουν στο σπίτι. Στη χρυσή εποχή,

υπάρχει μόνο ένα βασίλειο και υπάρχουν λίγες ψυχές. Τώρα υπάρχουν αμέτρητα βασίλεια και θα υπάρξει ξανά μόνο ένα. Να συνεχίζετε να στοχάζεστε αυτήν τη γνώση στις διάνοιές σας καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας. Εσείς παιδιά επίσης πρέπει να εξηγήτε στις εκθέσεις. Όταν υπήρχε το Νέο Δελχί, υπήρχε η Νέα Μπάρατ. Υπήρχε μόνο η μια αρχική, αιώνια θρησκεία των θεοτήτων. Η Ινδουιστική θρησκεία δεν είναι η αρχική, αιώνια θρησκεία. Εμείς ο Μπράμινς γινόμαστε θεότητες. Εκείνοι από τις άλλες θρησκείες δεν αποδέχονται αυτό. Εκείνοι που έρχονται πρώτοι λαμβάνουν 84 γεννήσεις. Αυτά τα θέματα είναι πολύ εύκολο να κατανοηθούν. Είναι στις διάνοιές σας παιδιά ότι αυτό το έργο τώρα πρόκειται να τελειώσει. Τώρα όλοι οι ηθοποιοί έχουν έλθει εδώ. Εσείς έχετε συμπληρώσει τις 84 γεννήσεις σας και τώρα πρέπει να επιστρέψετε στο σπίτι επειδή έχετε κουραστεί πολύ. Το μονοπάτι της λατρείας είναι το μονοπάτι όπου κουράζεστε. Ο Πατέρας λέει: Τώρα να θυμόσαστε Εμένα και να δώσετε σε όλους το μήνυμα: Να ξεχάσετε το σώμα σας και όλες τις σωματικές θρησκείες, να θεωρείτε τον εαυτό σας μια ψυχή και να θυμόσαστε τον Πατέρα. Να γίνετε ασώματοι και θα γίνετε αγνοί, επειδή τώρα πρέπει να επιστρέψετε στο σπίτι. Ο θάνατος είναι μόλις μπροστά σας. Εσείς παιδιά έρχεστε προσωπικά εδώ μπροστά στον Πατέρα, για να αναζωογονηθείτε. Ο Πατέρας εξηγεί σε εσάς παιδιά, πρόσωπο με πρόσωπο: Παιδιά, να απαρνηθείτε τη συνειδητότητα του σώματος και να θυμόσαστε διαρκώς μόνο Εμένα. Αυτός ο παλιός κόσμος τώρα πρόκειται να καταστραφεί. Να θυμόσαστε τον έναν Πατέρα και θα γίνετε αγνοί και οι κύριοι του αγνού κόσμου. Αν δεν κάνετε προσπάθεια, δεν θα λάβετε τον καρπό και τότε θα πρέπει να βιώσετε τιμωρία. Ο Πατέρας λέει: Να συνεχίζετε να συσσωρεύετε ένα εισόδημα και να δίνετε επίσης μια πρόσκληση στους άλλους. Να δείξετε σε όλους το μονοπάτι προς τον Πατέρα. Εσείς παιδιά πρέπει να γίνετε φιλόανθρωποι. Επίσης να ευεργετήσετε τους φίλους και τους συγγενείς σας. Εδώ, λέγεται σε εσάς να γίνετε συνειδότες ψυχής. Σας δίδεται το σπουδαίο μάντρα. Ο Ίδιος ο Πατέρας ήλθε και σας δίδαξε την αρχαία γιόγκα η οποία μνημονεύεται: Οι αμαρτίες σας θα καούν με τη φωτιά της γιόγκα. Εσείς επίσης λάβατε αυτό το σινιάλο και στον προηγούμενο κύκλο. Ο Πατέρας σας δίνει το σινιάλο: Να θεωρείτε τον εαυτό σας μια ψυχή και να θυμόσαστε Εμένα! Μπορείτε να μένετε στο σπίτι με την οικογένειά σας. Μνημονεύεται: Ψάχνω καταφύγιο σε Εσένα. Αυτό επίσης συμβαίνει. Όταν κάποιος βιώνει λύπη, πηγαίνει και ψάχνει καταφύγιο σε κάποιον που έχει μεγαλύτερη δύναμη. Αυτό συμβαίνει εδώ με πρακτικό τρόπο. Όταν βλέπετε ότι υπάρχει πολλή λύπη και δεν μπορείτε να αντέξετε περισσότερο ή είσατε σε μια απεγνωσμένη κατάσταση, ερχόσαστε τρέχοντας εδώ για να βρείτε καταφύγιο στον Πατέρα. Κανείς άλλος, εκτός από τον Πατέρα δεν μπορεί να δώσει σωτηρία. Εσείς παιδιά γνωρίζετε ότι ο παλιός κόσμος πρόκειται να καταστραφεί. Γίνονται προετοιμασίες. Σε αυτήν την πλευρά υπάρχει προετοιμασία για την ίδρυσή σας και στην άλλη πλευρά υπάρχει προετοιμασία για την καταστροφή. Μόλις λάβει χώρα η ίδρυση, οπωσδήποτε θα λάβει χώρα η καταστροφή. Εσείς γνωρίζετε ότι έχει έλθει ο Μπάμπα για να κάνει την ίδρυση και εσείς επίσης οπωσδήποτε θα λάβετε την κληρονομιά σας μέσω αυτού εδώ. Ωστόσο, δεν μπορεί να επιτευχθεί τίποτα μέσω έμπνευσης. Θα λέγατε στον δάσκαλό σας ότι θα μπορούσατε να μελετήσετε τα πάντα μέσω έμπνευσης; Αν μπορούσαν τα πάντα να γίνουν μέσω έμπνευσης, γιατί γιορτάζεται η γέννηση του Σίβα; Σε εκείνην την περίπτωση δεν θα υπήρχε ανάγκη να γιορτάζετε τα γενέθλια του Σίβα, του Ενός που θα έκανε τα πάντα μέσω έμπνευσης. Υπάρχουν τα γενέθλια όλων των ψυχών. Όλες οι ψυχές εισέρχονται σε σώματα. Μια ψυχή παίζει έναν ρόλο όταν η ψυχή και το σώμα είναι μαζί. Η αρχική θρησκεία των ψυχών είναι η γαλήνη. Η ψυχή εμπεδώνει τη γνώση. Οι ψυχές είναι αυτές που παίρνουν μαζί τους τις καλές και τις κακές σανσκάρας. Ο Πατέρας είναι ο Δημιουργός του παραδείσου. Εκεί υπάρχει μόνο αγνότητα. Δεν υπάρχει όνομα ή ίχνος από ακαθαρσία. Αυτός είναι ο Ωκεανός του δηλητηρίου. Αυτό εξηγείται τόσο ξεκάθαρα. Παρ' όλα αυτά, αυτό δεν κάθεται στη διάνοια κανενός, αλλά δεν μπορείτε να κατηγορήσετε κανέναν. Όλοι είναι δεμένοι στο δεσμό του δράματος. Εσείς καταλαβαίνετε ότι έχετε κατεβεί τη σκάλα από πάνω ψηλά. Σύμφωνα με το δράμα, πρέπει να κατεβούμε. Τότε ο Πατέρας λέει: Τώρα να κάνετε προσπάθεια για να ανεβείτε. Ακόμη και αν είναι εδώ για δύο με τέσσερα χρόνια, κάποιοι αποτυγχάνουν. Μετά συνειδητοποιούν ότι έχουν κάνει ένα μεγάλο λάθος και ότι έχουν πληγώσει πολύ τους εαυτούς τους. Αυτή είναι η αρρώστια μισού κύκλου. Δεν είναι μικρό πράγμα! Ήσασταν άρρωστοι για μισό κύκλο. Με το να πέφτετε σε αισθησιακές απολαύσεις (μπόγκι), αρρωσταίνετε (ρόγκι). Ο Πατέρας έρχεται και σας εμπνέει να κάνετε προσπάθεια. Ο Κρίσνα επίσης ονομάζεται Γιόγκεσβαρ. Αυτήν την εποχή, εσείς είσατε αληθινοί γιόγκις. Ο Γιόγκεσβαρ σας

διδάσκει γιόγκα. Εσείς επίσης είσαστε γκιάν-γκιάνεσβαρ και μετά θα γίνετε ράτζ-ράτζεσβαρ (πρίγκιπες και πριγκίπισσες). Μέσω της γνώση εσείς γίνεστε πλούσιοι και μέσω της γιόγκα γίνεστε ελεύθεροι από ασθένεια και διαρκώς υγιείς. Όλη η λύπη σας απομακρύνεται για μισό κύκλο. Έτσι, πόση πολλή προσπάθεια πρέπει να κάνετε για αυτό; Άτσα.

Στα γλυκύτατα πολυαγαπημένα παιδιά που από καιρό είχαν χαθεί και τώρα ξαναβρέθηκαν αγάπη ενθύμηση και καλημέρα από τη Μητέρα, τον Πατέρα, τον ΜπαπΝτάντα. Ο πνευματικός Πατέρας λέει ναμαστέ στα πνευματικά παιδιά.

Ουσία για ντάρνα:

1. Για να γίνετε αγνοί, να εξασκηθείτε στο να είσαστε ασώματοι. Να δώσετε σε όλους το μήνυμα να θυμούνται τον έναν Πατέρα. Να ξεχάσετε τα πάντα, περιλαμβανομένου και του σώματός σας.
2. Να μελετάτε γιόγκα με τον Γιόγκεσβαρ Πατέρα και να γίνετε ένας αληθινός γιόγκι. Μέσω της γνώσης να γίνετε πλούσιοι και μέσω της γιόγκα να γίνετε ελεύθεροι από ασθένεια και διαρκώς υγιείς.

Ευλογία: Είθε να είσαστε υπάκουοι και μια εικόνα που χαρίζει οράματα, με το να βάζετε κάθε διδασκαλία σε πρακτική μορφή και να δίνετε την απόδειξη αυτού. Τα παιδιά που δεν κρατούν τις διδασκαλίες μόνο στις διάνοιές τους, αλλά τις βάζουν στη μορφή τους, παραμένουν σταθερά στο στάδιο μιας προσωποποίησης της γνώσης, μιας προσωποποίησης της αγάπης και μιας προσωποποίησης της μακαριότητας. Εκείνοι που βάζουν κάθε σημείο της γνώσης στην ύπαρξή τους, θα μπορούν να παραμένουν σταθεροί στη μορφή του σημείου. Είναι εύκολο να στοχάζεστε, δηλαδή, να μιλάτε σχετικά με ένα σημείο, αλλά το να είσαστε εκείνη η μορφή και να επιτρέπετε και στις άλλες ψυχές να βιώνουν αυτήν τη μορφή, είναι να δίνετε την απόδειξη, δηλαδή, να είσαστε υπάκουοι και μια εικόνα που χαρίζει οράματα.

Σύνθημα: Αυξήστε τη δύναμη της συγκέντρωσης και οι περιπλανήσεις του νου και της διάνοιας θα σταματήσουν.

ΟΜ ΣΑΝΤΙ