

**Ουσία:** Γλυκά παιδιά, μόνο με το να έχετε ενθύμηση είναι που θα φορτιστεί η μπαταρία, θα λάβετε δύναμη και η ψυχή θα γίνει σάτοπρανταν. Έτσι, να δίνετε ιδιαίτερη προσοχή στο προσκύνημα της ενθύμησης.

**Ερώτηση:** Ποια είναι τα σημάδια (η ένδειξη) των παιδιών που έχουν αγάπη για τον έναν Πατέρα;

**Απάντηση:** 1) Αν έχετε αγάπη για τον έναν Πατέρα, το βλέμμα του Πατέρα θα σας παίρνει υπεράνω με μια μόνο ματιά. 2) Θα είσαστε ένας πλήρης καταστροφέας της προσκόλλησης. 3) Εκείνοι που εκτιμούν την αγάπη του απεριόριστου Πατέρα δεν μπορούν να παγιδευτούν στην αγάπη κανενός άλλου. 4) Οι διάνοιές τους απομακρύνονται από τα ψεύτικα ανθρώπινα όντα της χώρας του ψεύδους (απατηλότητας). Ο Πατέρας σας δίνει τέτοια αγάπη τώρα, που αυτή γίνεται άφθαρτη. Μετά, θα ζείτε με πολλή αγάπη αναμεταξύ σας στη χρυσή εποχή.

Ομ σάντι. Εσείς παιδιά λαμβάνετε την αγάπη του απεριόριστου Πατέρα τώρα, μόνο μια φορά, και επίσης θυμόσαστε πολύ αυτήν την αγάπη στο μονοπάτι της λατρείας. Μπάμπα, το μόνο που θέλω είναι η αγάπη Σου. Εσύ είσαι η Μητέρα και ο Πατέρας! Εσύ είσαι τα πάντα για μένα! Εσείς λαμβάνετε αγάπη για μισό κύκλο από τον Έναν μόνο. Ο έπαινος αυτή της πνευματικής αγάπης είναι χωρίς όρια. Ο Πατέρας είναι Εκείνος που κάνει εσάς παιδιά κύριους της χώρας της γαλήνης. Εσείς τώρα είσαστε στη χώρα της λύπης. Όλοι κλαίνε από λύπη και ανειρηνικότητα. Κανείς δεν έχει τον Κύριο και τον Άρχοντα, για να ανήκει σε Εκείνον και αυτός είναι ο λόγος που Τον θυμούνται στο μονοπάτι της λατρείας. Ωστόσο, υπάρχει μια καθορισμένη περίοδος για μισό κύκλο για το μονοπάτι της λατρείας. Έχει εξηγηθεί σε εσάς παιδιά ότι ο Πατέρας δεν είναι ανταριάμι (αυτός που γνωρίζει τι είναι μέσα στον καθέναν). Ο Πατέρας δεν χρειάζεται να γνωρίζει τι είναι μέσα στον καθέναν. Εσείς έχετε αυτούς που διαβάζουν τη σκέψη για αυτό. Αυτοί μαθαίνουν εκείνη την δεξιοτήτα. Εδώ δεν είναι έτσι. Ο Πατέρας έρχεται εδώ. Ο Πατέρας και τα παιδιά είναι αυτοί που παίζουν αυτόν ολόκληρο το ρόλο. Ο Πατέρας γνωρίζει πώς γυρίζει ο παγκόσμιος κύκλος και πώς τα παιδιά παίζουν τους ρόλους τους μέσα σε αυτόν. Δεν είναι ότι Εκείνος γνωρίζει τι είναι μέσα στον καθέναν. Εξηγήθηκε σε εσάς επίσης χθες βράδυ, ότι μέσα στον καθέναν υπάρχουν μόνο ελαττώματα. Τα ανθρώπινα όντα είναι πολύ ακάθαρτα και ο Πατέρας έρχεται και σας κάνει όμορφα λουλούδια. Μόνο μια φορά εσείς παιδιά λαμβάνετε την αγάπη του Πατέρα και αυτή γίνεται άφθαρτη. Εκεί, έχετε πολλή αγάπη ο ένας για τον άλλον. Εσείς τώρα γίνεστε κατακτητές της προσκόλλησης. Το βασίλειο της χρυσής εποχής λέγεται ότι είναι το βασίλειο του βασιλιά, της βασίλισσας και των υπηκόων που κατέκτησαν την προσκόλληση. Εκεί κανείς δεν κλαίει ποτέ. Δεν υπάρχει αναφορά λύπης. Εσείς παιδιά γνωρίζετε ότι αληθινά υπήρχε υγεία, πλούτος και ευτυχία στην Μπάρατ. Εκείνα δεν υπάρχουν τώρα επειδή αυτό είναι το βασίλειο του Ράβαν. Όλοι σε αυτό βιώνουν λύπη και έτσι θυμούνται τον Πατέρα: Έλα και δώσε μας ευτυχία και γαλήνη και έχε ευσπλαχνία για εμάς! Ο απεριόριστος Πατέρας είναι ευσπλαχνικός. Ο Ράβαν είναι άσπλαχνος. Εκείνος σας δείχνει το μονοπάτι προς τη λύπη. Όλα τα ανθρώπινα όντα ακολουθούν το μονοπάτι της λύπης. Το ελάττωμα της λαγνείας δίνει την μεγαλύτερη λύπη απ' όλες. Αυτός είναι ο λόγος που λέει ο Πατέρας: Γλυκύτατα παιδιά, να κατακτήσετε το ελάττωμα της λαγνείας και θα γίνετε κατακτητές του κόσμου. Αυτή η Λάκσμι και ο Ναράγιαν ονομάζονται κατακτητές του κόσμου. Εσείς έχετε μπροστά σας να στέκεται, ο στόχος και το αντικείμενό σας. Αν και οι άνθρωποι πηγαίνουν στους ναούς, δεν γνωρίζουν τη βιογραφία κανενός από αυτούς. Είναι σαν να λατρεύουν κούκλες. Αυτοί λατρεύουν τις θεότητες. Δημιουργούν αυτές, τις στολίζουν και τις ταΐζουν μπογκ κλπ. αλλά εκείνες οι θεότητες δεν τρώνε τίποτα. Οι Βραχμάνοι ιερείς είναι αυτοί που τρώνε όλα αυτά. Αυτοί δημιουργούν αυτές, τις στηρίζουν και μετά τις καταστρέφουν. Εκείνη ονομάζεται τυφλή πίστη. Εκείνα τα πράγματα δεν υπάρχουν στη χρυσή εποχή. Όλα εκείνα τα έθιμα και τα συστήματα αναδύονται στη σιδερένια εποχή. Εσείς πρώτα απ' όλα λατρεύετε τον Σιβ Μπάμπα μόνο και εκείνη ονομάζεται ανόθευτη, δίκαιη (σωστή) λατρεία. Μετά, υπάρχει η νοθευμένη

λατρεία. Με το να χρησιμοποιείτε τη λέξη “Μπάμπα” λαμβάνετε την ευωδιά μιας οικογένειας. Εσείς επίσης λέτε: Εσύ είσαι η Μητέρα και ο Πατέρας...Με την ευσπλαχνία Σου τού να δίνεις σε εμάς γνώση, εμείς λαμβάνουμε πολλή ευτυχία. Οι διάνοιές σας θυμούνται ότι προηγουμένως ήσασταν στον ασώματο κόσμο. Από εκεί, ήλθατε εδώ και λάβατε σώματα για να παίξετε τους ρόλους σας. Στην αρχή λαμβάνουμε θεϊκά κουστούμια, δηλαδή, ονομαζόμαστε θεότητες. Μετά πηγαίνουμε στις γενιές των πολεμιστών, των εμπόρων και των σούντρας και παίζουμε διάφορους ρόλους. Προηγουμένως δεν ξέρατε αυτά τα πράγματα. Ο Μπάμπα τώρα έχει έλθει και σας έχει δώσει παιδιά τη γνώση της αρχής, της μέσης και του τέλους. Εκείνος επίσης σας έχει δώσει τη δική Του γνώση για το πώς εισέρχεται σε αυτό το σώμα. Αυτός εδώ δεν γνώριζε τις 84 γεννήσεις του. Εσείς επίσης δεν γνωρίζατε αυτό. Έχει εξηγηθεί σε εσάς το μυστικό του Σύαμ -Σούνταρ. Αυτός ο Σρι Κρίσνα είναι ο πρώτος πρίγκιπας του καινούριου κόσμου και η Ράντε είναι στη δεύτερη θέση. Υπάρχει μια διαφορά λίγων χρόνων. Στην αρχή του κόσμου, αυτός εδώ λέγεται ότι είναι ο νούμερο ένα. Αυτός είναι ο λόγος που όλοι αγαπούν τον Κρίσνα. Μόνο αυτός ονομάζεται Σύαμ -Σούνταρ. Στον παράδεισο, όλοι είναι όμορφοι, αλλά πού είναι τώρα ο παράδεισος; Ο κύκλος συνεχίζει να γυρίζει. Δεν είναι ότι πηγαίνει κάτω από τη θάλασσα, με τον τρόπο που λένε ότι η Λάνκα και η Ντουαράκα πήγαν κάτω (βυθίστηκαν). Όχι. Αυτός ο κύκλος συνεχίζει να γυρίζει. Με το να γνωρίζετε αυτόν τον κύκλο, γίνεστε αυτοκράτορες και αυτοκράτειρες, ηγέτες της υδρογείου, κύριοι του κόσμου. Ακόμη και οι υπήκοοι θεωρούν τους εαυτούς τους κύριους. Αυτοί λένε ότι είναι το βασίλειό τους. Οι άνθρωποι της Μπάρατ λένε: Αυτό είναι το βασίλειό μας. Ονομάζεται Μπάρατ. Το όνομα Ινδουστάν είναι λάθος. Στην πραγματικότητα, υπάρχει μόνο η αρχική αιώνια θρησκεία των θεοτήτων. Ωστόσο, επειδή αυτοί έχουν γίνει διεφθαρμένοι στη θρησκεία και στη δράση τους, δεν μπορούν να αποκαλέσουν τους εαυτούς τους θεότητες. Αυτό επίσης είναι καθορισμένο στο δράμα. Διαφορετικά πώς θα μπορούσε να έλθει ο Πατέρας και να ιδρύσει για άλλη μια φορά τη θρησκεία των θεοτήτων; Προηγουμένως, δεν γνωρίζατε σχετικά με αυτά τα πράγματα, αλλά τώρα έχει έλθει ο Πατέρας και τα έχει εξηγήσει σε εσάς. Εκείνος είναι ένας τόσο γλυκός Μπάμπα και όμως εσείς ξεχνάτε Εκείνον! Ο Μπάμπα είναι ο πιο γλυκός απ' όλους. Ωστόσο, όλοι στο βασίλειο του Ράβαν δεν σας δίνουν τίποτα άλλο εκτός από λύπη. Αυτός είναι ο λόγος που θυμόσαστε τον απεριόριστο Πατέρα. Όλοι εσείς είσατε λάτρες και ρίχνετε δάκρυα αγάπης στην ενθύμηση Εκείνου καθώς λέτε: Ω Πολυαγαπημένε! Πότε θα έρθεις και θα συναντήσεις εμάς τις νύφες; Ο Σύζυγος όλων των λάτρων είναι ο Θεός. Ο Θεός έρχεται και σας δίνει τον καρπό τη λατρείας σας. Εκείνος σας δείχνει το μονοπάτι και εξηγεί: Αυτό είναι ένα έργο 5000 ετών. Κανένα ανθρώπινο ον δεν γνωρίζει τον Δημιουργό ή την αρχή, τη μέση και το τέλος της δημιουργίας. Μόνο ο πνευματικός Πατέρας και τα πνευματικά παιδιά γνωρίζουν αυτό. Κανένα ανθρώπινο ον δεν γνωρίζει αυτό. Ακόμη και οι θεότητες δεν γνωρίζουν αυτό. Μόνο ο πνευματικός Πατέρας γνωρίζει αυτό. Εκείνος κάθεται εδώ και εξηγεί στα παιδιά Του. Κανένα άλλο σωματικό ον δεν μπορεί να έχει τη γνώση του Δημιουργού ή της αρχής, της μέσης και του τέλους της δημιουργίας. Μόνο ο πνευματικός Πατέρας έχει αυτήν τη γνώση. Μόνο Εκείνος ονομάζεται Γκιάν- Γκιάνεσβαρ. Ο Γκιάν-γκιάνεσβαρ σας δίνει γνώση για να σας κάνει ρατζ-ράτζεσβαρ (βασιλιάδες των βασιλιάδων). Αυτός είναι ο λόγος που αυτή ονομάζεται Ρατζ Γιόγκα. Όλα τα υπόλοιπα είναι χάθα γιόγκα. Υπάρχουν πολλές εικόνες εκείνων των χάθα γιόγκικς. Αργότερα, όταν έρχονται οι σαννυάσις, διδάσκουν χάθα γιόγκα. Αυτοί διδάσκουν χάθα γιόγκα κλπ όταν υπάρχει πολλή επέκταση. Ο Πατέρας έχει εξηγήσει: Εγώ έρχομαι μόνο στην εποχή της συμβολής. Έρχομαι και ιδρύω ένα βασίλειο. Εκείνος διεκπεραιώνει την ίδρυση εδώ, όχι στη χρυσή εποχή. Το βασίλειο είναι εκεί στην αρχή της χρυσής εποχής. Έτσι, η ίδρυση σίγουρα λαμβάνει χώρα στην εποχή της συμβολής. Εδώ, στη σιδερένια εποχή, όλοι είναι λάτρες ενώ στη χρυσή εποχή, όλοι είναι άξιοι λατρείας. Ο Πατέρας έρχεται εδώ για να σας κάνει άξιους λατρείας. Ο Ράβαν είναι αυτός που σας κάνει λάτρες. Εσείς πρέπει να γνωρίζετε όλα αυτά τα πράγματα. Αυτή είναι η ανώτερη απ' όλες τις σπουδές. Κανείς δεν γνωρίζει εκείνον τον Δάσκαλο. Εκείνος ο Ένας είναι ο Υπέρτατος Πατέρας, ο Δάσκαλος και ο Σατγκούρου. Κανείς δεν το γνωρίζει αυτό. Μόνο ο Πατέρας έρχεται και δίνει την πλήρη σύστασή Του. Εκείνος ο Ίδιος διδάσκει εσάς παιδιά και μετά σας παίρνει πίσω μαζί Του. Εσείς λαμβάνετε αγάπη από τον απεριόριστο Πατέρα και έτσι δεν σας αρέσει η αγάπη κανενός άλλου. Αυτήν την εποχή, αυτή είναι η χώρα του ψεύδους. Η Μάγια είναι ψεύτικη, το σώμα

είναι ψεύτικο και ολόκληρος ο κόσμος είναι ψεύτικος. Τώρα η Μπάρατ είναι η χώρα της ψεύδους και μετά στη χρυσή εποχή, θα είναι η χώρα της αλήθειας. Η Μπάρατ δεν καταστρέφεται ποτέ. Αυτός είναι ο σπουδαιότερος τόπος προσκυνήματος απ' όλους, όπου έρχεται ο απεριόριστος Πατέρας και εξηγεί τα μυστικά της αρχής, της μέσης και του τέλους του κόσμου σε εσάς παιδιά, και χορηγεί σε όλους σωτηρία. Αυτός είναι ένα πολύ σπουδαίος τόπος προσκυνήματος. Ο έπαινος της Μπάρατ είναι χωρίς όρια. Ωστόσο, μόνο εσείς μπορείτε να καταλάβετε ότι η Μπάρατ είναι το θαύμα του κόσμου. Εκείνα είναι τα επτά θαύματα της Μάγια. Υπάρχει μόνο ένα θαύμα του Θεού. Ο Πατέρας είναι Ένας και ο θαυμάσιος παράδεισός Του είναι μόνο ένας. Εκείνος ονομάζεται Παράδεισος. Αυτός έχει μόνο ένα αληθινό όνομα και εκείνο είναι παράδεισος. Αυτή είναι η κόλαση. Μόνο εσείς Μπράμινς πηγαίνετε γύρω σε ολόκληρο τον κύκλο. Εμείς είμαστε Μπράμινς και μετά γινόμαστε θεότητες....Υπάρχει το στάδιο της ανόδου και μετά το στάδιο της καθόδου. Υπάρχει όφελος για όλους, εξ' αιτίας του σταδίου της ανόδου. Μόνο οι άνθρωποι της Μπάρατ είναι αυτοί που θέλουν να υπάρξει ειρήνη καθώς και ευτυχία στον κόσμο. Στον παράδεισο, υπάρχει μόνο ευτυχία. Δεν υπάρχει αναφορά λύπης. Εκείνο ονομάζεται Θεϊκό βασίλειο. Στη χρυσή εποχή υπάρχει η δυναστεία του ήλιου και μετά υπάρχει η δυναστεία του φεγγαριού στη δεύτερη θέση. Εσείς είσαστε θεϊστές και αυτοί είναι άθεοι. Εσείς ανήκετε στον Κύριο και τον Άρχοντα και κάνετε προσπάθεια να διεκδικήσετε την κληρονομιά από τον Πατέρα. Εσείς έχετε μια αφανή μάχη με τη Μάγια. Ο Πατέρας έρχεται τη νύχτα. Υπάρχει το Σιβ Ράτρι, η Νύχτα του Σίβα, αλλά οι άνθρωποι δεν καταλαβαίνουν το νόημα της Νύχτας του Σίβα. Η νύχτα του Μπράμα τελειώνει και αρχίζει η μέρα. Αυτοί μιλούν για τα λόγια του Σρι Κρίσνα ενώ αυτά είναι τα λόγια του Θεού Σίβα. Τώρα, ποιος είναι σωστός; Ο Κρίσνα είναι αυτός που λαμβάνει τις πλήρεις 84 γεννήσεις. Ο Πατέρας λέει: Εγώ έρχομαι και εισέρχομαι σε ένα συνηθισμένο γέρικο σώμα. Εκείνος επίσης δεν γνωρίζει τις δικές του γεννήσεις. Όταν γίνεται ακάθαρτος στο τέλος των πολλών του γεννήσεων, έρχομαι Εγώ στον ακάθαρτο κόσμο και εισέρχομαι σε ένα ακάθαρτο βασίλειο. Στον ακάθαρτο κόσμο υπάρχουν πολλά βασίλεια, ενώ στον αγνό κόσμο υπάρχει μόνο ένα βασίλειο. Υπάρχει ένας υπολογισμός. Όταν αυτοί κάνουν εντατική λατρεία στο μονοπάτι της λατρείας και πρόκειται να κόψουν τα κεφάλια τους, οι επιθυμίες τους εκπληρώνονται. Ωστόσο, δεν υπάρχει τίποτα σε αυτό. Εκείνη ονομάζεται εντατική λατρεία. Από τότε που άρχισε το βασίλειο του Ράβαν, οι άνθρωποι μελετούν τα εξαρτήματα της λατρείας και συνεχίζουν να εκπίπτουν. Αυτοί λένε ότι ο Θεός Βιάς δημιούργησε τις γραφές. Κοιτάζτε τι έχουν γράψει! Εσείς παιδιά τώρα έχετε καταλάβει τα μυστικά της γνώσης και της λατρείας. Όλες αυτές οι εξηγήσεις είναι στις εικόνες της σκάλας και του δέντρου. Σε αυτές επίσης δείχνονται οι 84 γεννήσεις. Δε λαμβάνουν όλοι 84 γεννήσεις. Μόνο εκείνοι που έρχονται στην αρχή λαμβάνουν τις πλήρεις 84 γεννήσεις. Μόνο αυτήν την εποχή λαμβάνετε αυτήν τη γνώση. Μετά αυτή γίνεται η πηγή εισοδήματός σας. Δεν λείπει τίποτα για 21 γεννήσεις, για το οποίο εσείς θα πρέπει να κάνετε προσπάθεια για να το λάβετε. Εκείνο αναφέρεται ως ο ένας παράδεισος του Πατέρα, το θαύμα του κόσμου. Το όνομά του είναι Παράδεισος. Ο Πατέρας σας κάνει κύριους αυτού. Εκείνοι οι άνθρωποι δείχνουν απλά εκείνα τα θαύματα, αλλά ο Πατέρας σας κάνει κύριους εκείνου. Αυτός είναι ο λόγος που ο Πατέρας λέει τώρα: Διαρκώς ας θυμόσαστε μόνο Εμένα. Ας λάβετε ευτυχία με το να θυμόσαστε Εμένα κάθε λεπτό και όλος ο πόνος σας και τα δεινά του σώματος θα απομακρυνθούν και θα λάβετε τη θέση της ελευθέρωσης-εν-ζωή. Για να γίνετε αγνοί, είναι σημαντικό το προσκύνημα της ενθύμησης. Να γίνετε μανμαναμπάβ και οι τελευταίες σας σκέψεις θα σας οδηγήσουν στον προορισμό σας. Η χώρα της γαλήνης αναφέρεται ως ελευθέρωση, ενώ εδώ λαμβάνετε σωτηρία. Σε αντίθεση με την σωτηρία, υπάρχει η υποβάθμιση. Εσείς τώρα γνωρίζετε τον Πατέρα και την αρχή, τη μέση και το τέλος της δημιουργίας. Λαμβάνετε την αγάπη του Πατέρα. Ο Πατέρας σας παίρνει υπεράνω με τη ματιά Του. Εκείνος έρχεται προσωπικά και σας δίνει γνώση. Δεν τίθεται θέμα έμπνευσης σε αυτό. Ο Πατέρας σας δίνει οδηγίες: Με το να έχετε ενθύμηση με αυτόν τον τρόπο, θα λάβετε δύναμη, όπως φορτίζεται μια μπαταρία. Αυτό είναι ένα αυτοκίνητο και η μπαταρία του έχει αδειάσει. Τώρα με το να συνδέσετε τη γιόγκα της διάνοιάς σας με τον Πατέρα που είναι η Παντοδύναμη εξουσία, θα γίνετε σάτοπρανταν από τάμποπρανταν και θα φορτίσει η μπαταρία σας. Ο Ίδιος ο Πατέρας έρχεται και φορτίζει τη μπαταρία όλων. Μόνο ο Πατέρας είναι η Παντοδύναμη Εξουσία. Μόνο ο Πατέρας κάθεται εδώ και σας λέει

όλα αυτά τα γλυκά πράγματα. Εσείς μελετούσατε τις γραφές του μονοπατιού της λατρείας από γέννηση σε γέννηση. Τώρα ο Πατέρας λέει απλά ένα πράγμα σε εκείνους από όλες τις θρησκείες. Εκείνος λέει: Να θεωρείτε τους εαυτούς σας να είναι ψυχές και να θυμόσαστε τον Πατέρα και θα αποκοπούν οι αμαρτίες σας. Είναι καθήκον εσάς των παιδιών να θυμόσαστε Εμένα. Δεν τίθεται θέμα τού να μπερδευτείτε σχετικά με αυτό. Μόνο ο ένας Πατέρας είναι ο Εξαγνιστής. Όταν όλοι έχετε γίνει αγνοί, όλοι θα επιστρέψουν στο σπίτι. Αυτή η γνώση είναι για όλους. Αυτή είναι εύκολη Ράτζα Γιόγκα και εύκολη γνώση. 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 να μαστέ στα πνευματικά παιδιά.

### **Ουσία για ντάρνα:**

1. Να συνδέσετε τη γιόγκα της διάνοιάς σας με τον Πατέρα, την Παντοδύναμη Εξουσία και να φορτίσετε τη μπαταρία σας. Να κάνετε την ψυχή σάτοπρανταν. Ποτέ να μην μπερδεύεστε σχετικά με το προσκύνημα της ενθύμησης.
2. Να μελετάτε αυτήν τη μελέτη και να έχετε συμπόνια για τον εαυτό σας. Να γίνετε ένας ωκεανός αγάπης, ίδιοι με τον Πατέρα. Όπως η αγάπη του Πατέρα είναι άφθαρτη, έτσι επίσης, να έχετε αληθινή άφθαρτη αγάπη για όλους. Να γίνετε ένας κατακτητής της προσκόλλησης.

**Ευλογία:** Είθε να είσαστε ένας αβίαστος γιόγκι και να καθίζετε (set) το νου και τη διάνοιά σας στη θέση σας (seat) με τη δύναμη τη αποφασιστικότητας.

Εσείς παιδιά έχετε αγάπη για τον Πατέρα και αυτός είναι ο λόγος που πρέπει να δίνετε πολλή προσοχή στο να έχετε δυνατή ενθύμηση όταν κάθεστε, όταν περπατάτε και κινείστε τριγύρω και όταν κάνετε υπηρεσία. Ωστόσο, αν δεν έχετε πλήρη έλεγχο πάνω στο νου σας, αν ο νους σας δεν είναι σε τάξη, κάθεστε σωστά για σύντομο χρόνο και μετά αρχίζετε να κουνιέστε. Μερικές φορές, παραμένετε καθισμένοι (set) και μερικές φορές αναστατώνεστε (upset). Ωστόσο, όταν χρησιμοποιείτε τη δύναμη της συγκέντρωσης ή της αποφασιστικότητας για να τοποθετήσετε το νου και τη διάνοιά σας στη θέση ενός συνεχούς και σταθερού σταδίου, τότε θα γίνετε ένας αβίαστος γιόγκι.

**Σύνθημα:** Να χρησιμοποιείτε τις δυνάμεις σας την ώρα της ανάγκης και θα έχετε πολύ καλές εμπειρίες.

**\*\*\*OM ΣΑΝΤΙ\*\*\***