

- สาระ:** ลูกๆ ที่แสนหวาน พ่อได้มาเพื่อจบสิ้นเสียงร้องของความทุกข์ระทมของทั้งโลกและนำมาซึ่งเสียงร้องแห่งชัยชนะ ในโลกเก่ามีเสียงร้องของความทุกข์ระทม และในโลกใหม่มีเสียงร้องของชัยชนะ
- คำถาม:** ด้วยการทำตามระเบียบวินัยใจของพระเจ้าที่มีเพียงผู้ที่ยากจนเท่านั้นที่จะประกาศสิทธิในมรดกที่สมบูรณ์จากพ่อ เพราะผู้ที่มั่งคั่งไม่สามารถทำได้?
- คำตอบ:** ระเบียบวินัยของพระเจ้าคือการกลายเป็นขอทานอย่างสมบูรณ์ ลืมทุกสิ่งที่ลูกมี ดังนั้นลูกที่ยากจนก็จะสามารถลืมทุกอย่างได้อย่างง่ายดาย อย่างไรก็ตามผู้ที่มั่งคั่งผู้ที่เชื่อว่าตนเองอยู่ในสวรรค์ก็จะมีสิ่งใด ด้วยเหตุนี้ผู้ที่จดจำทรัพย์สมบัติ, ความมั่งคั่ง, เพื่อนฝูงและญาติมิตรของตนจะไม่สามารถกลายเป็นโยคีที่แท้จริงได้ พวกเขาไม่สามารถได้รับสถานภาพที่สูงในสวรรค์ได้

โอม ซานติ ลูกๆ ที่สุดแสนหวานที่มีสติปัญญาที่มีศรัทธาเป็นอย่างดีและมีศรัทธาที่มั่นคงว่าพ่อได้มาเพื่อจบสิ้นการทะเลาะเบาะแว้งของทั้งโลก ลูกๆ ที่ฉลาดและรู้คิดก็รู้ว่าพ่อได้เข้ามาในร่างนี้ ชื่อของท่านคือชีพบาบา เหตุใดท่านจึงมา? เพื่อจบสิ้นความทุกข์ระทมและเพื่อนำมาซึ่งชัยชนะมา มีการทะเลาะเบาะแว้งกันอย่างมากมาย ฯลฯ ในดินแดนของความตาย ทุกคนต้องชำระสะสางปัญหกรรมของตนและกลับบ้าน ไม่มีเรื่องของการทะเลาะเบาะแว้งในดินแดนแห่งความเป็นอมตะ ที่นี้มีความปั่นป่วนอย่างมาก มีศาลและผู้พิพากษา ฯลฯ อยู่มากมาย มีความก้าวร้าวรุนแรงอย่างมากในทุกหนแห่ง! ดูซิ, ในต่างประเทศเช่นกันก็มีความปั่นป่วนอย่างมาก! มีความขัดแย้งอย่างมากในทั้งโลก สิ่งนี้เรียกว่าโลกเก่าที่ตาโมประธาน ไม่มีสิ่งใดนอกจากขยะในทุกหนแห่ง มีเพียงป่าในทุกหนแห่ง พ่อที่ไม่มีขีดจำกัดได้มาเพื่อจบสิ้นทั้งหมดนี้ เวลาที่ลูกๆ ต้องกลับมาฉลาดและรู้คิดอย่างมาก หากลูกๆ ยังคงต่อสู้อย่างบ้าคลั่งและทะเลาะเบาะแว้งกันต่อไป แล้วลูกๆ จะกลายเป็นผู้ช่วยที่แท้จริงของพ่อได้อย่างไร? บาบาสต้องการลูกๆ สามารถเป็นผู้ที่ช่วยเหลือได้อย่างมาก ท่านต้องการผู้ฉลาดและรู้คิดและผู้ที่ไม่มีความขัดแย้งใดกับใคร ลูกๆ เข้าใจด้วยเช่นกันว่านี่คือโลกเก่า มีศาสนามากมายนับไม่ถ้วน นี่คือนิกายที่มีกิเลสที่ตาโมประธาน ทั่วโลกไม่บริสุทธิ์ ไม่มีสิ่งใดเลยนอกจากการต่อสู้รบราในโลกเก่าที่ไม่บริสุทธิ์นี้ พ่อมาในตอนสิ้นสุดของทั้งหมดนี้และนำมาซึ่งชัยชนะ ลูกแต่ละคนรู้ว่ามีความทุกข์และความไม่สงบอยู่ในโลกนี้มากมายแค่ไหน เหตุนี้เองพวกเขาจึงต้องการให้มีความสงบในโลก มนุษย์คนไหนจะสามารถนำมาซึ่งความสงบในทั้งโลกได้อย่างไร? พวกเขาได้แสดงให้เห็นพ่อที่ไม่มีขีดจำกัดอยู่ในก้อนกรวดและก้อนหิน นี่คือการด้วยเช่นกัน ดังนั้นพ่อจึงอธิบายแก่ลูกๆ ว่า เวลานี้จงกลับมามีชีวิตและกระตือรือร้น กลายเป็นผู้ช่วยของพ่อ ลูกต้องประกาศสิทธิในโชคของอาณาจักรของลูกจากพ่อ สิ่งนี้ไม่น้อยเลยมีความสุขอย่างมาก พ่อพูดว่า ลูกๆ ที่แสนหวาน ตามละครพ่อที่ไม่มีขีดจำกัดได้มาเพื่อทำให้ลูกมีโชคหลายล้านเท่า ลักษมีและนารายณ์เคยปกครองในบาร์ต บาร์ตเคยเป็นสวรรค์ สวรรค์เรียกว่าสิ่งมหัศจรรย์ของโลก แม้แต่ยูจินก็ไม่สามารถเรียกได้ว่าเป็นเช่นนั้น ลูกๆ ควรจะเพียรพยายามเพื่อที่จะไปสวรรค์เช่นนั้น ลูกต้องไปที่นั่นในตอนเริ่มต้น ลูกๆ ต้องการจะไปสวรรค์ ลูกต้องการที่จะเป็นเหมือนกับลักษมีหรือนารายณ์ ในเวลานี้จะมีความทุกข์อย่างมากในลูกเก่านี้ แม่น้ำเลือดจะไหลนอง หลังจากแม่น้ำเลือดก็จะเป็นแม่น้ำเนย ที่เรียกว่ามหาสมุทรแห่งน้ำนม ที่นี้พวกเขาได้ทำสะพานขนาดใหญ่ และพวกเขาที่กำหนดวันใดวันหนึ่งโดยเฉพาะเมื่อพวกเขามาและเทน้ำนมลงไปในสระแล้วก็นำน้ำในสระนั้น พวกเขาได้เทนมในชามลิงกัมด้วยเช่นกัน หนึ่งในค่ายกึ่งของยุคทองนั้นคือมีแม่น้ำเนยและน้ำนมที่นั่น ไม่มีอะไรเช่นนั้น ทุกๆ 5000 ปี ลูกกลายเป็นนายของโลก ในเวลานี้ลูกคือทาส และแล้วลูกก็กลายเป็นจักรพรรดิ วัตถุประสงค์ทั้งหมดจะกลายเป็นทาสของลูก ที่นั่นจะไม่มีฝนตกก่อนถึงเวลา แม่น้ำก็ไม่เอ่อล้น ไม่มีภัยพิบัติใดๆ ที่นั่น ในขณะที่นี้ดูซิว่ามีภัยพิบัติมากมายเพียงใด ไวยชนาฟที่แท้จริงไม่ใช่ไวยชนาฟที่มีกิเลสที่อาศัยอยู่ที่นั่น หากใครบางคนมาเป็นมั่งสวรีที่นี้ เขาจะถูกเรียกว่าไวยชนาฟ แต่ไม่เลย! พวกเขาเฝ้าแต่สร้างความทุกข์อย่างมากต่อกันและกันด้วยกิเลส พ่ออธิบายให้กับลูกเป็นอย่างดี เด็กชาวบ้านก็ได้รับการจดจำด้วยเช่นกัน กฤษณะจะไม่สามารถถูกแสดงว่าเป็นเด็กชาวบ้าน เขาคือนายแห่งสวรรค์และเขาใช้ 84 ชาติเกิด ลูกรู้ว่าเวลานี้ลูกได้ล้มลุกคลุกคลานในความเลื่อมใสศรัทธามากมายเพียงใด และลูกได้ใช้เงินไปอย่างไรประโยชน์มากมายเพียงใด พ่อถามว่า พ่อได้ให้เงินมากมายและโชคของอาณาจักรของลูกแก่ลูก แล้วทั้งหมดนั้นไปไหน? พ่อทำให้ลูกกลายเป็นนายของโลก แล้วลูกทำอะไร? พ่อรู้จักละคร แล้วโลกเก่าจะกลายเป็นโลกใหม่และโลกใหม่ก็จะกลายเป็นโลกเก่า นี่คือการ ละครก็ตามที่เคยเกิดขึ้นในอดีตก็จะซ้ำรอย พ่อพูดว่า ตอนนี้มีความเหลืออยู่เล็กน้อย ดังนั้นจงเพียรพยายามและสะสมเพื่ออนาคต ทุกสิ่งของโลกเก่ากำลังจะกลายเป็นฝุ่นผงธุลี ผู้คนที่มั่งคั่งจะไม่รับความรู้

พ่อคือเจ้าแห่งคนจน เวลาที่คนจนจะกลายเป็นคนที่มั่งคั่งที่นั่น และคนที่มั่งคั่งก็จะกลายเป็นคนจนที่นั่น ในเวลานี้มีมหาเศรษฐีมากมาย พวกเขาจะมา แต่พวกเขาจะกลายเป็นคนยากจน พวกเขาคิดว่าตนเองอยู่ในสวรรค์ พวกเขาไม่สามารถนำสิ่งนั้นออกไปจากสติปัญญาของพวกเขาได้ ที่นี้พ่อพูดว่า ลืมทุกอย่าง กลายเป็นเป็นขอมานที่ว่างเปล่า ทุกวันนี้ดูสิ่งที่คุณคิดค้น กิโลเมตร กิโลเมตร ฯลฯ ราชาผู้ปกครองในเวลานั้นออกคำสั่งในภาษาของตนเอง พวกเขาแลกเปลี่ยนสิ่งต่างๆจากต่างประเทศ พวกเขาไม่ได้มีปัญหาของตนเอง พวกเขาตาโม่ประชัน ดูซิว่า พวกเขาได้ใช้เงินทองไปมากมายเพียงใดในอเมริกาเพื่อเตรียมสิ่งต่างๆสำหรับการทำลายล้าง พวกเขาทิ้งระเบิด ฯลฯ จากเครื่องบิน จะมีไฟไหม้ ลูกๆรู้ว่าพ่อมาเพื่อให้การทำลายล้างและดำเนินการก่อตั้ง ในบรรดาลูกๆเช่นกันผู้ที่อธิบายทั้งหมดก็ตามลำดับกันไป ไม่ใช่ทุกคนจะมีศรัทธาในสติปัญญาในระดับเดียวกัน ลูกควรจะทำตามบาปในสิ่งที่ท่านทำ ลูกจะทำอะไรกับเงินไม่กี่สตางค์ในโลกเก่า? ทุกวันนี้พวกเขามีธนบัตร ที่นั่นพวกเขามีเหรียญทอง พระราชวังทองคำได้มีการสร้างขึ้นที่นั่น ดังนั้นเหรียญทองจึงไม่มีคุณค่าใดๆราวกับว่าทุกสิ่งฟรี แผ่นดินก็สาโตประธาน ในเวลานี้แผ่นดินกลับมาเก่า นั่นคือโลกใหม่ที่สาโตประธาน โลกใหม่อย่างสมบูรณ์ เมื่อลูกเข้าไปยังอาณาเขตที่ละเอียดอ่อน ลูกได้ดื่มน้ำมะม่วง ฯลฯ แต่ไม่มีต้นไม้ ฯลฯ ที่นั่น แต่ไม่มีต้นไม้ใดในโลกที่ไม่มีตัวตน เมื่อลูกไปสวรรค์ลูกจะได้รับทุกสิ่งที่นี่ ลูกต้องใช้สติปัญญาของลูกสำหรับทุกสิ่ง ไม่มีต้นไม้ใดๆในอาณาเขตที่ละเอียดอ่อน ต้นไม้เติบโตบนโลกไม่ใช่ในท้องฟ้า แม้ว่าจะมีชื่อว่า “ธาตุนิรันดร์ที่ยิ่งใหญ่” นั่นก็เป็นเพียงพื้นที่ว่างเปล่า เช่นที่ดวงดาวเหล่านั้นลอยอยู่บนท้องฟ้า ในทำนองเดียวกันลูกดวงวิญญาณที่แสนเล็กก็ลอยอยู่ที่นั่น ดวงดาวมองเห็นว่ามีขนาดใหญ่ ไม่ใช่ว่าจะมีดวงวิญญาณที่ใหญ่โตในธาตุนิรันดร์ที่ยิ่งใหญ่ นี่คือสิ่งที่จะต้องเข้าใจด้วยสติปัญญา ลูกต้องไตร่ตรองมหาสมุทรแห่งความรู้ ดังนั้นดวงวิญญาณก็อาศัยอยู่เบื้องบนเช่นกัน ดวงวิญญาณเป็นเพียงจุดเล็กๆ ลูกต้องซึมซับสิ่งเหล่านั้นทั้งหมด แล้วเมื่อนั้นที่ลูกจะสามารถทำให้ผู้อื่นซึมซับสิ่งเหล่านั้นได้ ครูจะรู้ทุกสิ่ง เพราะด้วยเหตุนี้เขาจึงสอนผู้อื่น ไม่เช่นนั้นแล้วเขาจะเป็นครูทำไม? อย่างไรก็ตามที่นี้ครูก็ตามลำดับกันไป ลูกๆสามารถจะเข้าใจสวรรค์ได้ ไม่ใช่ว่าลูกไม่เคยเห็นสวรรค์ ลูกๆหลายคนเคยมีนิมิตว่าการแต่งงานเกิดขึ้นที่นั่นอย่างไรและมีการใช้ภาษาอะไรที่นั่น ลูกได้เห็นทุกสิ่งแล้ว ในเวลาสุดท้ายจะมีนิมิตเช่นกัน แต่สำหรับผู้ที่ยึดติดที่นั่น ผู้ที่เพียงแต่จดจำเพื่อนฝูง,ญาติมิตร,ทรัพย์สินสมบัติและความมั่งคั่งอยู่เรื่อยๆจะเห็นอะไร? มีเพียงโยคีที่แท้จริงเท่านั้นที่จะอยู่จนถึงเวลาสุดท้าย พ่อจะยินดีที่ได้เห็นพวกเขา สวนดอกไม้ถูกสร้างขึ้น ผู้คนมากมายก็จากที่นี่ไปแม้ว่าจะอยู่ที่นี้มานานเป็นเวลา 10 ถึง 15 ปี พวกเขาถูกเรียกว่าเป็นดอกไม้ ลูกสาวที่ดีมากที่แม่กระซิบเคยทำคำแนะนำของมาแม่และบาป และผู้ที่เคยดำเนินการทำหน้าที่ฝึกฝนก็ไม่ได้อยู่ที่นี้ในวันนี้อีกต่อไปแล้ว ลูกสาวเหล่านี้รู้และบัพผดาดก็รู้เช่นกันว่ามายานี้มีพลังมาก มีสงครามที่แฝงตัวกับมายา มีพายุที่แฝงตัว บาบาสพูดว่า มายาจะรบกวนลูกอย่างมาก นี่คือการที่ลูกกำหนดไว้แล้วของชัยชนะและความพ่ายแพ้ ลูกไม่ได้ต่อสู้รบราด้วยอาวุธ โยคะโบราณของบาร์ตีนี้มีชื่อเสียงโด่งดังมากและลูกจะกลายเป็นเช่นนั้นด้วยพลังโยคะ ไม่มีใครสามารถประกาศสิทธิในอาณาจักรของโลกด้วยพลังทางวัตถุ เป็นการละเล่นที่มหัศจรรย์ มีเรื่องราวของแมวสองตัวที่ต่อสู้กันและแมวตัวที่สามก็นำเนยไปจากแมวสองตัวนั้น มีคำกล่าวว่า ประกาศสิทธิในอาณาจักรในการปกครองของโลกในหนึ่งวินาที ลูกสาวก็ได้รับนิมิต พวกเขาพูดว่ามีเนยอยู่ในปากของกฤษณะ ที่จริงแล้วพวกเขาได้เห็นโลกใหม่ในปากของกฤษณะ ลูกประกาศสิทธิในเนยของอาณาจักรด้วยพลังของโยคะ พวกเขาต่อสู้รบรากับกันอย่างมากมายเพื่ออาณาจักรและผู้คนมากมายก็ตายในการต่อสู้ บัญชีกรรมของโลกเก่านี้ต้องได้รับการชำระสะสาง ไม่มีสิ่งใดของโลกนี้ที่จะหลงเหลืออยู่ ลูกได้รับศรัทธาของพ่อแล้ว ลูกๆ อย่าได้ยินสิ่งที่เลวร้าย อย่าได้เห็นสิ่งที่เลวร้าย พวกเขาได้สร้างภาพลักษณ์ของสิ่งต่างๆ ทุกวันนี้พวกเขาได้ทำภาพลักษณ์เดียวกันของผู้คนเช่นกัน ก่อนหน้านั้นพวกเขาเคยนำเข้าสิ่งต่างๆที่ทำจากงาช้างจากเมืองจีน ฯลฯ พวกเขาเคยสวมกำไลที่เป็นแก้วด้วยเช่นกัน ที่นี้พวกเขาจะจุ่ม จะหุง ฯลฯ เพื่อสวมเครื่องประดับ ในยุคทองไม่มีความจำเป็นที่จะต้องเจาะหูหรือจมูกของใคร ที่นี้มายาเป็นเช่นนั้นที่เธอตัดจมูกและหูของทุกคน เวลานั้นลูกกำลังจะกลับมาสะอาดและบริสุทธิ์ มีความงามตามธรรมชาติที่นั่น ลูกไม่จำเป็นต้องใช้สิ่งใดที่เป็นของเทียม ที่นี้ร่างกายทำมาจากวัตถุธาตุที่ตาโม่ประชัน และเหตุนี้เองจึงมีความเจ็บป่วย ฯลฯ สิ่งเหล่านี้ไม่คงอยู่ที่นั่น เวลานั้นลูกดวงวิญญาณมีความสุขอย่างมากที่พ่อที่ไม่มีขีดจำกัดกำลังสอนลูกและเปลี่ยนลูกจากคนธรรมดาเป็นนารายณ์ นั่นคือเป็นนายของดินแดนอมตะ เหตุนี้เองจึงมีคำยกย่องว่า หากท่านต้องการที่จะรู้เกี่ยวกับความสุขที่เหนือประสาทสัมผัส ให้ถามโกปและโกปี่ ผู้เลื่อมใสศรัทธาก็ไม่รู้สิ่งเหล่านี้ ในบรรดาลูกๆเช่นกัน มีลูกจำนวนน้อยมากที่อยู่อย่างมีความสุขและเฝ้าแต่ไตร่ตรองสิ่งเหล่านี้ ผู้ที่ไร้เดียงสาก็ถูกทำร้ายอย่างมาก อนุสรณ์ของดรุณี ฯลฯ ทั้งหมดนั้นกำลังเกิดขึ้นในทางปฏิบัติ เหตุใดดรุณีจึงได้ร้องเรียกหา? ผู้คนไม่รู้ พ่อได้อธิบายแล้วว่า ลูกทั้งหมดคือดรุณี ไม่ใช่ว่าผู้หญิงจะกลายเป็นผู้หญิงเสมอไป ลูกสามารถกลายเป็นผู้หญิงสองครั้งติดต่อกัน แต่ไม่มากไปกว่านั้น ผู้เป็นแม่ร้องเรียกหา บาบาส ได้โปรดปกป้องฉัน! ดูซิว่ากำลังคุกคามฉันเพื่ออีกเลส สิ่งนี้เรียกว่าโรงคำประเวณีและสวรรค์เรียกว่าชีวาโย (วัดของชีวา) โรงคำประเวณีเป็นการก่อตั้งของราวัน และชีวาโยเป็นการก่อตั้งของชีพบบา ท่านให้ความรู้แก่ลูก พ่อเรียกว่าเป็นผู้ที่เต็มไปด้วยความรู้เช่นกัน ‘เต็มไปด้วยความรู้’ นี้ไม่ได้

หมายความว่าท่านรู้เกี่ยวกับสิ่งที่อยู่ในหัวใจของทุกคน จะมีประโยชน์อะไรในสิ่งนั้น? พ่อพูดว่า ไม่มีใครนอกจากพ่อเองที่สามารถให้ความรู้นี้ของตอนเริ่ม,ตอนกลางและตอนจบของโลก พ่อผู้เดียวเท่านั้นที่นิ่งและสอนลูก เพียงพ่อผู้เดียวเท่านั้นคือมหาสมุทรแห่งความรู้ มีผลรางวัลของความเลื่อมใสศรัทธา ไม่มีความเลื่อมใสศรัทธาในยุคทองและยุคเงิน อาณาจักรกำลังถูกก่อตั้งขึ้นมาด้วยการศึกษาเล่าเรียน ดูซิว่าประธานาธิบดีฯลฯ มีที่ปรึกษามากมายเพียงใด พวกเขาแต่งตั้งที่ปรึกษาเพื่อให้คำแนะนำแก่พวกเขา ไม่มีความจำเป็นที่จะต้องมีที่ปรึกษาในยุคทอง เวลานั้นพ่อกำลังทำให้ลูกฉลาด ดูซิว่าลักษมีและนารายณ์มีความฉลาดเพียงใด ลูกได้รับอำนาจในการปกครองที่ไม่มีขีดจำกัดจากพ่อ ผู้คนฉลองวันเกิดของพ่อ ชีพบาบาในบาร์ตอย่างแน่นอนและกลับไปหลังจากที่ได้ทำให้ลูกกลายเป็นนายของโลก ไม่ใช่เรื่องของหลายแสนปี เป็นเรื่องของเมื่อวานเท่านั้น อัจชะ พ่อจะอธิบายอะไรได้มากกว่านี้? พ่อพูดว่า มานมานะบาฟ! ในความเป็นจริง, การศึกษานี้ก็เป็นเพียงเรื่องของสัญญาเท่านั้น อัจชะ

ถึงลูกๆ ที่สุดแสนหวาน ผู้เป็นที่รักยิ่ง ที่จากหายไปนาน เวลานี้ได้พบพานอีกครั้ง รัก ระลึกถึง และสวัสดีตอนเช้า จากแม่ พ่อ บัพดาดา พ่อทางจิตพูดนมัสเตกับลูกๆ ทางจิต

สาระสำหรับการสร้างสมเพื่อการเป็นตัวของตัวเอง ความรู้ คุณธรรม และการจดจำระลึกถึง:

1. ในการที่จะกลายเป็นผู้ช่วยที่สมบูรณ์ของพ่อ จงกลับมาฉลาดและรู้จัก อย่าได้มีความขัดแย้งใดๆอยู่ภายใน ขณะที่เฝ้ามองดูงานของการก่อตั้งและการทำลายล้าง จงมีศรัทธาอย่างเต็มที่ในสติปัญญาและทำตามพ่อ
2. จัดสติปัญญาของลูกออกไปจากสิ่งต่างๆของโลกเก่าที่มีค่าเพียงไม่กี่สตางค์เท่านั้น และกลายเป็นขอทานอย่างสมบูรณ์ ลิ้มเพื่อนฝูง ญาติมิตร ทรัพย์สินสมบัติและความมั่งคั่ง ฯลฯ ของลูก

พร: พร: ขอให้ลูกอดทน และอดทนในทุกสถานการณ์ด้วยความรัก โดยการเข้าใจคำสั่งของพ่อ ลูกๆ บางคนพูดว่า แม้ว่าพวกเขาจะถูกต้อง แต่เป็นพวกเขาที่จะต้องอดทนต่อทุกสิ่งและตายในทุกสถานการณ์ อย่างไรก็ตาม การอดทนหรือการตายในลักษณะนี้หมายถึงการประกาศสิทธิ์ในอันดับในวิชาของดาร์นา(การสร้างสมคุณธรรมที่สูงส่ง) ดังนั้นอย่าได้กลัวที่จะต้องมีความอดทน ลูกบางคนมีความอดทน แต่มีความแตกต่างระหว่างความอดทนที่มาจากการถูกบังคับและความอดทนที่มาจากความรัก ลูกไม่มีความอดทนเนื่องจากสถานการณ์ แต่เป็นคำสั่งของพ่อที่ลูกต้องอดทน ดังนั้น การพิจารณาว่าสิ่งนั้นเป็นคำสั่งให้อดทนด้วยความรักหมายถึงการเปลี่ยนแปลงตนเองและได้รับคะแนนสำหรับสิ่งนั้น

คติพจน์: ผู้ที่รับประทานอาหารบำรุงแห่งความสุขจะอยู่อย่างมีสุขภาพดีเสมอ

*** โอม ชานติ ***