

இனிமையான குழந்தைகளே - இது மிகப்பெரிய குறிக்கோளாகும் ஆகையினால் தங்களுடைய நேரத்தை வீணாக்காமல் சதோபிரதானமாக ஆவதற்கான முயற்சி செய்யுங்கள்

கேள்வி:- குழந்தைகளுக்கு முன்னேறும் கலை ஏற்படாமல் இருப்பதற்கான முக்கியமான காரணம் என்ன?

பதில்:- போகப்-போக ஏதாவது அகங்காரம் வந்தது, தங்களை புத்திசாலிகள் என்று புரிந்து கொண்டீர்கள், முரளியை தவற விட்டீர்கள், பிரம்மா பாபாவை அவமதித்தீர்கள் என்றால் ஒருபோதும் முன்னேறும் கலை ஏற்பட முடியாது. சாகாரத்தில் இருப்பவருடைய மனதிலிருந்து இறங்குவது என்றால் நிராகாரமானவரின் (சிவ பாபா) மனதிலிருந்தும் இறங்கியது போலாகும்.

பாட்டு:- இலட்சங்களை சேமிக்கின்றவர்கள்.....

ஓம் சாந்தி. குழந்தைகள் பாட்டைக் கேட்டீர்கள். குழந்தைகள் சொல்கிறார்கள், யார் வேண்டுமானாலும் எங்களை சந்தேக புத்தியுடையவர்களாக மாற்ற என்ன செய்தாலும் நாங்கள் சந்தேக புத்தியுடையவர்களாக ஆக மாட்டோம். எவ்வளவு தான் தலைகீழான விஷயங்களை சொன்னாலும் நாங்கள் சந்தேக புத்தியுடையவர்களாக ஆக மாட்டோம். ஸ்ரீமத்படி நடந்து கொண்டிருப்போம். பாபா தினம்-தினம் வித-விதமான பாயிண்டுகளை புரிய வைத்துக் கொண்டே இருக்கின்றார். சத்யுகத்தில் 9 லட்சம் இருந்தார்கள். எனவே மீதமுள்ள இவ்வளவு மனிதர்கள் அனைவரும் கண்டிப்பாக அழிந்து விடுவார்கள். எனவே யார் புத்திவான்களாக இருப்பார்களோ அவர்கள் சமீபச்செகளின் மூலமே புரிந்து கொள்வார்கள், உண்மையில் இந்த சண்டையின் மூலம் தான் அனேக தர்மங்கள் வினாசமாகி ஒரு தேவி-தேவதா தர்மத்தின் ஸ்தாபனை நடக்க வேண்டும். யார் தகுதியானவர்களாக ஆவார்களோ, அவர்கள் தான் மனிதனிலிருந்து தேவதையாக ஆவார்கள். பாபாவைத் தவிர வேறு யாரும் மனிதனிலிருந்து தேவதையாக மாற்ற முடியாது. எனவே குழந்தைகளுக்கு நாம் வீட்டிற்குச் செல்ல வேண்டும் என்பது நினைவிருக்க வேண்டும், ஆனால் மாயை அடிக்கடி மறக்கச் செய்து விடுகிறது. இங்கிருந்தே இப்போது பாபாவை நினைவு செய்து சதோபிரதானம் ஆக வேண்டும். எந்த நேரத்தில் வேண்டுமானாலும் சண்டை பெரியதாகி விடலாம் ஏதாவது நியமம் இருக்கிறதா என்ன? பெரிய சண்டை ஏற்பட்டும் விடலாம், அது நிற்காமலும் போய் விடலாம் என்றும் சொல்கிறார்கள். அனைவரும் ஒருவர் மற்றவரோடு சண்டை போட்டுக் கொள்வார்கள். எனவே வினாசத்திற்கு முன்னால் நாம் ஏன் நினைவில் இருந்து தமோபிரதானத்திலிருந்து சதோபிரதானம் ஆவதற்கு முயற்சி செய்யக் கூடாது. நினைவு யாத்திரையில் தான் மாயை தடையை ஏற்படுத்துகிறது, ஆகையினால் பாபா தினந்தோறும் கூறுகிறார்- சார்ட் எழுதுங்கள். யாராவது கஷ்டப்பட்டு 2-4 பேர்கள் எழுதுகிறார்கள். மற்றவர்கள் அனைவரும் தங்களுடைய தொழிலிலேயே தான் முழு நாளும் ஈடுபட்டிருக்கிறார்கள். அனேக விதமான தடைகளில் மாட்டிக் கொண்டிருக்கிறார்கள். நாம் கண்டிப்பாக சதோபிரதானமாக ஆக வேண்டும் என்பது குழந்தைகளுக்கு தெரியும். எனவே எங்கிருந்தாலும் முயற்சி செய்ய வேண்டும். மனிதர்களுக்குப் புரிய வைப்பதற்காக சித்திரம் போன்றவை களையும் உருவாக்கிக் கொண்டிருக்கிறார்கள், ஏனென்றால் இந்த சமயத்தில் மனிதர்கள் 100 சதவீதம் தமோபிரதானமாக இருக்கிறார்கள். முதலில் முக்திதாமத்திலிருந்து வரும்போது சதோபிரதானமாக இருக்கிறார்கள். பிறகு சதோ, ரஜோ தமோவில் வந்து-வந்து இந்த சமயத்தில் அனைவரும் தமோபிரதானமாக ஆகி விட்டார்கள். பாபாவை நினைவு செய்வதின் மூலம் தமோபிரதானத்திலிருந்து சதோபிரதானமாக ஆகி விடுவீர்கள் என்ற பாபாவின் செய்தியை அனைவருக்கும் கொடுக்க வேண்டும். வினாசமும் முன்னால் நிற்கிறது. சத்யுகத்தில் ஒரு தர்மம் தான் இருந்தது, மற்றவர்கள் அனைவரும் நிர்வாண் தாமத்தில் (சப்தமற்ற இடத்தில்) இருந்தனர். குழந்தைகள் சித்திரங்களின் மீது கவனம் கொடுக்க வேண்டும். பெரிய படமாக இருந்தால் நன்றாகப் புரிய வைக்க முடியும். அனைவருக்கும் பாபாவின் செய்தியை கொடுக்க வேண்டும். மன்மனாபவ என்ற வார்த்தை முக்கியமானது அல்லது அல்லா மற்றும் ஆஸ்தி இதை புரிய வைப்பதற்கு எவ்வளவு உழைக்க வேண்டி இருக்கிறது. புரிய வைப்பவர்கள் கூட வரிசைகிரமமாக இருக்கிறார்கள், எல்லையற்ற தந்தையிடம் அன்பு இருக்க வேண்டும். நாம் பாபாவின் சேவை செய்து கொண்டிருக்கிறோம், என்பது புத்தியில் இருக்க வேண்டும். இறைவனுக்கு உதவியாளர்களாக ஆக வேண்டும். அந்த மக்கள் வார்த்தைகளை என்னவோ சொல்கிறார்கள் ஆனால் அர்த்தத்தைப் புரிந்து கொள்வதில்லை. இப்போது குழந்தைகளுக்கு உதவி செய்ய பாபா வந்திருக்கிறார். எவ்வளவு உத்தமமான தேவி-தேவதைகளாக மாற்றுகின்றார். இன்றைக்கு நாம் எவ்வளவு ஏழ்மையானவர்களாக ஆகியிருக்கிறோம்.

சத்யுகத்தில் எவ்வளவு சர்வகுணங்களும் நிறைந்தவர்களாக ஆகி விடுவோம், இங்கே ஒருவர் மற்றவரோடு சண்டையிட்டுக் கொண்டிருக்கிறார்கள். வினாசம் ஆக வேண்டும் என்பது யாருக்கும் தெரியாது. அமைதி ஏற்பட்டுவிடும் என்று புரிந்து கொண்டிருக்கிறார்கள், முற்றிலும் காரிருளில் இருக்கிறார்கள். இப்போது அவர்களுக்குப் புரிய வைப்பவர்கள் வேண்டும். வெளி நாடுகளுக்கும் இந்த ஞானத்தை கொடுக்கலாம். ஒரேயொரு விஷயத்தை சபையில் அமர்ந்து புரிய வையுங்கள் அதாவது இப்போது கலியுகத்தில் 600 கோடிக்கும் அதிகமானவர்கள் இருக்கிறார்கள், சத்யுகத்தில் 9 லட்சம், இதன்மூலம் கண்டிப்பாக வினாசம் நடக்க வேண்டும் என்பது நிரூபணம் ஆகிறது. மிகப்பெரிய சண்டை பெயர் பெற்றதாக இருக்கிறது. இறை தந்தையும் இங்கே இருக்கின்றார். கண்டிப்பாக அவர் தான் பிரம்மாவின் மூலம் சொர்க்கத்தின் ஸ்தாபனை செய்து கொண்டிருக்கின்றார். சங்கரின் மூலம் கலியுகத்தின் வினாசம் நடக்க வேண்டும், ஏனென்றால் இப்போது சங்கமயுகமாகும். இயற்கை சீற்றங்களும் நடக்க வேண்டும். மூன்றாம் உலகப்போர் தான் கடைசி போர் என்று சொல்கிறார்கள். கடைசியாக வினாசமும் கண்டிப்பாக நடக்க வேண்டும். எல்லையற்ற தந்தையை நினைவு செய்தீர்கள் என்றால் முக்திதாமத்திற்குச் சென்று விடுவீர்கள் என்று அனைவருக்கும் இப்போது சொல்ல வேண்டும். தங்களுடைய தர்மத்திலேயே இருங்கள், எனினும் பாபாவை நினைவு செய்வதின் மூலம் தங்களுடைய தர்மத்தில் நல்ல பதவியை அடையலாம்.

எல்லையற்ற தந்தை பிரஜாபிதா பிரம்மாவின் சரீரத்தின் மூலம் நமக்கு ஞானத்தை அளித்துக் கொண்டிருக்கிறார், என்பதை நீங்கள் தெரிந்துள்ளீர்கள், பிறகு இதை மற்றவர்களுக்கும் புரிய வைக்க வேண்டும். நன்மை வீட்டிலிருந்து ஆரம்பமாக வேண்டும். அக்கம்-பக்கம் அனைவருக்கும் செய்தியை கொடுக்க வேண்டும். மற்ற தர்மத்தைச் சேர்ந்தவர்களுக்கும் பாபாவின் அறிமுகத்தை அளிக்க வேண்டும். வெளியில் இருப்பவர்களுக்கு, இராஜாக்களுக்கு ஞானம் அளிக்க வேண்டும். அதற்காக ஏற்பாடுகள் செய்ய வேண்டும். முக்கியமான சித்திரங்களான, திருமூர்த்தி, நாடகச் சக்கரம், கல்ப மரத்தைக் கூட துணியில் அச்சடித்து விட்டால் வெளியில் கூட கொண்டு செல்லலாம், என்று பாபா கூறுகின்றார். பெரிய அளவில் அச்சடித்தால் இரண்டு துண்டுகளாக்கி விடுங்கள். ஞானம் முழுவதும் இந்த திருமூர்த்தி, மரம், நாடக சக்கரத்தில் இருக்கிறது. ஏணிப்படியின் ஞானம் கூட சக்கரத்தில் வந்து விடுகிறது. ஆத்மா 84 பிறவிகள் எப்படி எடுக்கிறது என்ற விளக்கம் ஏணிப்படியில் உருவாக்கப்பட்டிருக்கிறது. சக்கரத்தில் அனைத்து தர்மத்தைச் சேர்ந்தவர்களுடையதும் வந்து விடுகிறது. ஏணிப்படியில் எப்படி சதோபிரதானம் பிறகு சதோ, ரஜோ, தமோவில் வருகிறார்கள், கீழே இறங்குகிறார்கள் என்பது காட்டப்பட்டிருக்கிறது. என்னை மட்டும் நினைவு செய்யுங்கள் என்று பாபா கூறுகின்றார். பாபாவிற்கு முழு நாளும் சிந்தனை சென்று கொண்டிருக்கிறது. ஏதாவது புதிய கட்டிடம் கட்டி, அதில் சுவர் அந்தளவிற்கு பெரியதாக இருக்க வேண்டும், அதில் 6-க்கு 9-அடி அளவில் சித்திரங்களை உருவாக்க வேண்டும். 12 அடி சுவர் வேண்டும். இந்த சமயத்தில் நிறைய பாஷைகளும் இருக்கின்றன. அனைத்து தர்மங்களை சேர்ந்தவர்களுக்கும் புரிய வைக்க வேண்டும் எனும் போது எத்தனை பாஷைகளில் உருவாக்க வேண்டும். அந்தளவிற்கு பரந்த புத்தியோடு யுத்திகளை உருவாக்க வேண்டும். சேவையின் ஆர்வம் வைக்க வேண்டும். செலவு செய்யத் தான் வேண்டும். மற்றபடி நீங்கள் கேட்டுப் பெற வேண்டிய அவசியம் இல்லை. தானாகவே உண்டியல் நிரம்பி விடும். நாடகத்தில் அப்படி பதிவாகியிருக்கிறது. குழந்தை களுடைய புத்தி செல்ல (சிந்திக்க) வேண்டும். ஆனால் குழந்தைகள் ஏதாவது கொஞ்சம் செய்கிறார்கள் என்றால், நாம் மிகவும் புத்திசாலிகள் என்று போதை அதிகரித்து விடுகிறது, ஒரு ரூபாயிலிருந்து 4 அனா கூட நீங்கள் கற்றுக் கொள்ளவில்லை என்று பாபா கூறுகின்றார். சிலர் 2 அனா, சிலர் 1 அனா, சிலர் ஒரு பைசா அளவு கூட கஷ்டப்பட்டு கற்றுக் கொண்டிருக்கிறார்கள். எதையும் புரிந்து கொள்வ தில்லை. முரளி படிப்பதற்கு கூட ஆர்வம் இல்லை. செல்வந்தப் பிரஜை, ஏழை பிரஜை போன்ற அனைவரும் இங்கே தான் உருவாக வேண்டும். சிலர் பாபாவிடம் சத்தியம் செய்து விட்டு பிறகு முகத்தை கருப்பாக்கிக் கொள்கிறார்கள். பாபா தோற்று விட்டோம் என்று சொல்கிறார்கள். நீங்கள் போர் வீரர்களிலும் போர்வீரர்கள், ஒரு பைசாவிற்கு பிரயோஜனமில்லாதவர்கள் என்று பாபா கூறுகின்றார். அப்படிப்பட்டவர்கள் என்ன பதவி அடைவார்கள்! இப்போது சூரியவம்ச இராஜ்யம் ஸ்தாபனை ஆகிக் கொண்டிருக்கிறது. யாருக்கு பாபாவின் நினைவு இருக்கிறதோ, அவர்கள் தான் குஷியில் இருக்கிறார்கள். பாபாவின் மூலம் என்ன ஆஸ்தி எடுத்துக் கொண்டிருக்கிறோம், என்பது கூட நினைவிருந்தால் கூட நிறைய பலன் இருக்கிறது. தாரணை செய்து பிறகு தங்களுக்கு சமமாக மாற்ற வேண்டும். குழந்தைகளின் மூலம் சேவை சென்றடைவதில்லை. கொஞ்சம் சேவை செய்து விட்டாலும் நாம் தேர்ச்சி பெற்று விடுவோம் என்று புரிந்து கொள்கிறார்கள். தேக-அபிமானத்தில் வந்து விழுந்து விடுகிறார்கள். பிரம்மா

பாபாவை அவமதித்தால் என்னை அவமதித்தது போலாகும் என்று சிவபாபா கூறுகின்றார். பாப்தாதா இருவரும் ஒன்றாக இருக்கிறார்கள் அல்லவா! எங்களுக்கு சிவபாபாவோடு தொடர்பு இருக்கிறது என்பது கிடையாது, ஆஸ்தி இவர் (பிரம்மா) மூலம் தான் கிடைக்கும் அல்லவா! இவருக்கும் மனதின் சமாச்சாரங்களை சொல்ல வேண்டும். வழி கேட்க வேண்டும். நான் சாகாரத்தின் (பிரம்மா) மூலம் வழி சொல்வேன் என்று சிவபாபா கூறுகின்றார். பிரம்மா இல்லாமல் சிவபாபாவிடமிருந்து எப்படி ஆஸ்தி எடுப்பீர்கள். பாபா இல்லாமல் எந்த காரியமும் நடக்காது, ஆகையினால் குழந்தைகள் மிக-மிக விழிப்புணர்வு வைக்க வேண்டும். தலைகீழான அகங்காரத்தில் வந்து தங்களை அழித்துக் கொள்கிறார்கள். சாகாரத்தில் இருப்பவரின் மனதிலிருந்து இரங்கி விட்டால் நிராகாரமானவரின் மனதிலிருந்தும் இரங்கி விடுகிறார்கள். இப்படி நிறைய பேர் இருக்கிறார்கள் - ஒருபோதும் முரளி கேட்பதில்லை, கடிதமும் எழுதவில்லை என்றால் பாபா என்ன புரிந்து கொள்வார். குறிக்கோள் மிகப்பெரியதாகும். குழந்தைகள் நேரத்தை வீணாக்கக் கூடாது. யார் தங்களை மகாரதி என்று புரிந்திருக்கிறார்களோ அவர்கள் உயர்ந்த காரியத்தில் உதவி செய்ய வேண்டும். பாபா குஷியடைந்து வாய்ப்பளிக்க வேண்டும், இவர் மூலம் நிறைய பேருக்கு நன்மை ஏற்படும். கண்காட்சியில் நிறைய பேர் வருகிறார்கள். பிரஜைகள் உருவாகிறார்கள். பாபாவிற்கு சேவாதாரி குழந்தைகள் மீது ஒரு கண் இருக்கிறது. சூரியவம்ச இராஜா-ராணி ஆகக் கூடியவர்கள் இந்த இந்திர சபைக்கு வர வேண்டும். சேவை செய்யாதவர்கள் தகுதியானவர்கள் கிடையாது. யார்-யார் என்னென்னவாக ஆவார்கள் என்பது போக-போக தெரியும். நாம் நாளை சென்று சொர்க்கத்தின் இராஜகுமாரனாக ஆவோம் என்ற போதை குழந்தைகளுக்கு அதிகமாக இருக்க வேண்டும். இங்கே நீங்கள் இராஜயோகம் கற்றுக் கொள்வதற்காக வந்துள்ளீர்கள். நல்ல விதத்தில் படிக்கவில்லை என்றால் குறைந்த பதவி அடைவீர்கள். பாபாவிடம் சேவையின் செய்திகள் வர வேண்டும். பாபா இன்று நான் இந்த சேவை செய்தேன். கடிதமே எழுதவில்லை என்றால் பாபா என்ன புரிந்து கொள்வார்? இறந்து விட்டார் என்று. யார் சேவையில் இருக்கிறார்களோ, பாபாவின் அறிமுகத்தை கொடுத்துக் கொண்டிருக்கிறார்களோ, அந்த குழந்தைகள் தான் பாபாவின் நினைவில் இருக்கிறார்கள். சிவபாபா பிரம்மாவின் மூலம் பிரம்மாகுமார குமாரிகளுக்கு ஆஸ்தியை அளிக்கின்றார். சிவபாபா பிரம்மாவின் மூலம் பிராமணர்களைப் படைக்கின்றார். இப்போது மற்ற அனைத்து தர்மங்களும் இருக்கின்றன, அடித்தளமான தேவி-தேவதா தர்மம் மட்டும் மறைந்திருக்கிறது. இந்த விளையாட்டு உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. ஏணிப்படியில் அனைத்து தர்மங்களும் கிடையாது. இந்த காரணத்தினால் சக்கரத்தில் புரியவைக்க வேண்டும், சக்கரத்தில் தெளிவாக இருக்கிறது. சத்யுகத்தில் தேவி-தேவதைகள் இரட்டை கிரீடதாரிகளாக இருந்தார்கள் என்பதையும் புரிய வைக்க வேண்டும். இந்த சமயத்தில் தூய்மையின் கிரீடம் யாருக்கும் இல்லை. நம்மிடையே ஒளி கிரீடம் கொடுக்கும் அளவிற்கு யாரும் இல்லை. எனக்கும் (பிரம்மா) கூட கொடுக்க முடியாது. நாம் ஒளி கிரீடத்திற்காக முயற்சி செய்து கொண்டிருக்கிறோம். இங்கே சரீரம் தூய்மையானதாக இல்லை. ஆத்மா யோகபலத்தின் மூலம் தூய்மை ஆகி- ஆகி கடைசியில் தூய்மையாகி விடும். கிரீடம் சத்யுகத்தில் கிடைக்கும். சத்யுகத்தில் இரண்டு கிரீடம், பக்தி மார்க்கத்தில் ஒரு கிரீடம். இங்கே கிரீடம் ஏதும் கிடையாது. இப்போது உங்களுக்குத் தூய்மையின் கிரீடத்தை மட்டும் எங்கே காட்டுவது? ஒளியை எங்கே வைப்பது? ஞானியாக மாறியுள்ளீர்கள் ஆனால் முழுமையாக தூய்மையாகும் போது ஒளி இருக்க வேண்டும். எனவே சூட்சுமவதனத்தில் ஒளியைக் காட்டலாமா? மம்மா சூட்சுமவதனத்தில் தூய்மையான ஃபரிஸ்தாவாக இருக்கிறார் அல்லவா! அங்கே ஒரு கிரீடம் இருக்கிறது. ஆனால் இப்போது ஒளியை எப்படி காட்டுவது? கடைசியில் தான் தூய்மையாகிறார்கள். யோகத்தில் அமரும்போது அங்கே ஒளியைக் காட்டலாமா? இன்று ஒளியைக் கொடுத்து நாளை தூய்மையற்றவர்களாக ஆகி விட்டால் ஒளியே மறைந்து விடுகிறது ஆகையினால் கடைசியில் கர்மாதீத நிலை ஏற்படும்போது ஒளி இருக்கலாம். ஆனால் நீங்கள் சம்பூரணம் அடைந்த உடனேயே சூட்சுமவதனம் சென்று விடுவீர்கள். புத்தர், கிறிஸ்துவை காட்டுவது போலாகும். முதல்-முதலில் தூய்மையான ஆத்மா தர்மத்தை ஸ்தாபனை செய்ய வருகிறது, அதற்கு ஒளியைக் கொடுக்கலாம், கிரீடம் கிடையாது. நீங்களும் கூட பாபாவை நினைவு செய்து-செய்து தூய்மையாக ஆகி விடுவீர்கள். சுயதரிசன சக்கரத்தைச் சுற்றி-சுற்றி நீங்கள் இராஜ்ய பதவி அடைவீர்கள். அங்கே மந்திரிகள் இருப்பதில்லை. இங்கே நிறைய பேரிடம் வழி கேட்க வேண்டியிருக்கிறது. அங்கே அனைவரும் சதோபிரதானமாக இருக்கிறார்கள். இவையனைத்தும் புரிந்து கொள்ள வேண்டிய விஷயங்களாகும். நல்லது!

இனிமையிலும் இனிமையான செல்லக்குழந்தைகளுக்கு தாயும் தந்தையுமான பாப்தாதாவின் அன்பு நினைவுகளும் காலை வணக்கமும். ஆன்மீகக் குழந்தைகளுக்கு ஆன்மீகத் தந்தையின் நமஸ்காரம்.

19.11.2011

தாரணைக்கான முக்கிய சாரம்:-

- 1) பாபாவிடமிருந்து நல்வாழ்த்துக்களைப் பெறுவதற்கு பாபாவின் உயர்ந்த காரியத்தில் முழுமையான உதவியாளர்களாக ஆக வேண்டும். பாபாவிற்கு தங்களுடைய சேவை சமாச்சாரங்களை அளிக்க வேண்டும்.
- 2) தேக-அபிமானத்தில் வந்து ஒருபோதும் அவமரியாதை செய்யக் கூடாது. தலைகீழான போதையில் வரக்கூடாது. தங்களுடைய நேரத்தை வீணாக்கக் கூடாது. சேவைக்கான யுக்திகளை உருவாக்க வேண்டும், சேவாதாரிகளாக ஆக வேண்டும்.

வரதானம்:- ஆன்மீக பயிற்சி மற்றும் சுயகட்டுப்பாட்டின் மூலம் மென்மை  
தன்மையை அனுபவம் செய்யக் கூடிய ஃபரிஸ்தா ஆகுக!

புத்தியின் மென்மை தன்மை அல்லது லேசான தன்மை பிராமண வாழ்க்கையின் பர்ஸ்னாலிட்டி ஆகும். மென்மை தன்மை தான் மகான் தன்மையாகும். ஆனால் இதற்கு தினமும் அமிர்த வேளையில் அசரீர் தன்மையின் ஆன்மீக பயிற்சி செய்யுங்கள் மேலும் வீணான எண்ணங்களின் உணவில் பத்தியம் வைப்புகள். பத்தியத்திற்கு சுயகட்டுப்பாடு இருக்க வேண்டும். எந்த சமயத்தில் எந்த எண்ணம் எனும் உணவை ஏற்க வேண்டுமோ அந்த சமயத்தில் அதையே ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். வீணான எண்ணங்கள் எனும் கூடுதல் உணவை உண்ணாதீர்கள் அப்போது தான் மென்மையான புத்தியுடையவர்களாக ஆகி ஃபரிஸ்தா சொரூபத்தின் இலட்சியத்தை அடைய முடியும்.

சுலோகன்:- யார் ஒவ்வொரு வினாடியிலும், ஒவ்வொரு அடியிலும்  
புரீமத்படி துல்லியமாக நடக்கிறார்களோ, அவர்கள் தான் மகான் ஆத்மா.