18-05-2026 ప్రాత:మురళి ఓంశాంతి "బాప్ దాదా" మధువనం

"మధురమైన పిల్లలూ - మేము ఈశ్వరీయ ఫ్యామిలీకి చెందినవారము, మేము మా గుప్తమైన దైవీ రాజధానిని స్థాపన చేస్తున్నాము అని ఈ ఆత్మిక నషాలోనే ఉండండి"

ప్రశ్న:- పిల్లల్లో ఏ అలవాటు పక్కాగా ఉన్నట్లయితే రోజంతా సంతోషము నిలిచి ఉంటుంది?

జవాబు:- ఒకవేళ ఉదయాన్నే లేచి విచార సాగర మంథనము చేసే అలవాటు ఉన్నట్లయితే రోజంతా అపారమైన సంతోషముంటుంది. తండ్రి శ్రీమతము ఏమిటంటే - పిల్లలూ, అమృతవేళ లేచి మీ తండ్రితో మధురాతి మధురమైన మాటలను మాట్లాడండి. ఆలోచించండి - ఇప్పుడు మేము ఏ ఫ్యామిలీకి చెందినవారము, మా కర్తవ్యమేమిటి? ఒకవేళ - ఇది మా ఈశ్వరీయ ఫ్యామిలీ అని, మేము మా కొత్త రాజధానిని స్థాపన చేస్తున్నామని బుద్ధిలో ఉన్నట్లయితే రోజంతా సంతోషము నిలిచి ఉంటుంది.

ఓంశాంతి. ఇది ఆత్మిక పరివారమని, అవన్నీ దైహిక పరివారాలని పిల్లలకు తెలుసు. ఇది ఆత్మిక పరివారము. ఇది ఆత్మిక తండ్రి యొక్క పరివారము. లౌకిక ఇంటిలో తల్లిదండ్రులు, పిల్లలు ఉంటారు, అది హద్దు పరివారము. మీరు ఇప్పుడు అనంతమైన ఫ్యామిలీ. నీవే తల్లివి-తండ్రివి... అని పిల్లలు పాడుతారు కూడా, అనగా ఫ్యామిలీ అయినట్లు, రచయిత యొక్క రచన అయినట్లు. వాస్తవానికి పిల్లలు వారి రచనే కానీ పిల్లలకు ఈ విషయము తెలియదు. ఇది తప్పకుండా అనంతమైన తండ్రి ఫ్యామిలీ అని పిల్లలైన మీకు ఇప్పుడు తెలుసు. ఇది ఈశ్వరీయ విశ్వవిద్యాలయము. వినాశకాలే ప్రీతి బుద్ధి విజయంతి అని వీరి కోసమే గాయనముంది. ఇటువంటి ఫ్యామిలీ గురించి గీతలో ఎప్పుడూ గాయనము చేయబడలేదు. ఈశ్వరీయ ఫ్యామిలీ అయిన మీరు గుప్తమైన దైవీ రాజధానిని స్థాపన చేస్తున్నారు. ఈ విషయము గురించి ఎవరికీ తెలియదు. మీకు నషా ఉంది, ఎవరెవరైతే తండ్రిని స్మృతి చేస్తారో, వారికి నషా ఉంటుంది. దేహాభిమానములోకి రావడముతో ఆ నషా దిగిపోతుంది. ఇది ఈశ్వరీయ ఫ్యామిలీ. మనము ఇంటికి వెళ్ళాలి, తర్వాత దైవీ రాజధానిలోకి వస్తాము. అక్కడ దైవీ ఫ్యామిలీ ఉంటుంది. ఈ ప్రపంచములో ఉన్నది ఆసురీ ఫ్యామిలీ. ఇక్కడ ఉన్నది మీ ఈశ్వరీయ ఫ్యామిలీ. ఆత్మిక బాప్ దాదా యొక్క పిల్లలు పరస్పరములో సోదరీ-సోదరులు, అంతే. ఇది ఆత్మిక ప్రవృత్తి మార్గము. సత్యయుగములో ఈశ్వరీయ ఫ్యామిలీ అని అనరు. అక్కడ దైవీ ఫ్యామిలీ ఉంటుంది. ఈ ఈశ్వరీయ ఫ్యామిలీ చాలా శక్తిశాలి అయినది. ఇప్పుడు ఈశ్వరీయ ఫ్యామిలీ అయిన మనము దైవీ రాజ్యాన్ని స్థాపన చేస్తున్నామని మీకు తెలుసు. ఈ విధముగా మీతో మీరు మాట్లాడుకుంటూ విచార సాగర మంథనము చేయాలి. ఉదయాన్నే లేచి స్మృతిలో కూర్చున్నట్లయితే విచార సాగర మంథనము చేసే అలవాటు ఏర్పడుతుంది, ఉల్లాసములోకి వస్తూ ఉంటారు. మిగిలిన మనుష్యులందరూ నిద్రలో ఉన్నప్పుడు, ఆ సమయములో మీరు మేలుకుంటారు. మీరు ఉదయాన్నే లేచి ఈ విధముగా ఆలోచించాలి, అప్పుడు మీకు ఎంత సంతోషము ఉంటుందో చూడండి. మీకు ఏ శ్రీమతము లభిస్తే దానిని అనుసరించాలి, అప్పుడు మీకు చాలా సంతోషము ఉంటుంది, ఈశ్వరీయ ఫ్యామిలీ గుర్తుంటుంది, ఆసురీ ఫ్యామిలీ నుండి మనసు తొలగిపోతుంది. కొత్త ఇల్లు పూర్తిగా తయారైనప్పుడు, ఇక పాతదాని నుండి ఆసక్తి తొలగిపోతుంది. ఎప్పటివరకైతే కొత్తది తయారవ్వదో, అప్పటివరకు ఏవో ఒక మరమ్మతులు మొదలైనవి చేస్తూ ఉంటారు, ఇక పాతదాని నుండి మనసు తొలగిపోతుంది. ఈ పాత ప్రపంచము విషయములో కూడా అంతే.

ఇది పాత ఇల్లు అని, మనము కొత్త ఇంటికి వెళ్తామని, అక్కడ కొత్త వస్త్రాన్ని ధరిస్తామని ఇప్పుడు మీకు తెలుసు. ఈ దేహము కూడా పాతదే. ఇప్పుడు మీరు భవిష్య 21 జన్మల కోసం రాజ్య భాగ్యాన్ని తీసుకుంటున్నారు. ఇక్కడ రాజ్యము చేసేది లేదు. ఇక్కడ స్థాపన జరుగుతుంది. ఈ విషయాలు కేవలం మీకు మాత్రమే తెలుసు. ఇదే గీత, ఇది రాజయోగము కదా. దీనిని సహజ రాజయోగమని అంటారు. అనేక సార్లు మీరు ఈ రాజయోగ అభ్యాసము ద్వారా దైవీ రాజ్యాన్ని స్థాపన చేస్తారు. అక్కడ ఈ విషయాలు గుర్తుండవు. ఒకవేళ అక్కడ ఈ విషయాలు గుర్తున్నట్లయితే, ఇక సుఖము అనుభవమవ్వదు, చింత కలుగుతుంది. ఈ సమయములో మీకు గుప్తమైన నషా ఉంది. ఇది ఉన్నతోన్నతమైన బాబా యొక్క ఫ్యామిలీ. దీనిని ఈశ్వరీయ గుప్త ఫ్యామిలీ టైప్ అని అంటారు. ఈశ్వరీయ విశ్వవిద్యాలయమని, ఈశ్వరీయ యజ్ఞమని కూడా అంటారు. ఇది ఫ్యామిలీ, మనము చాలా లవ్లీగా అవ్వాలి. భవిష్యత్తులో మీరు చాలా లవ్లీగా అవుతారు. మీరు రూప్, బసంత్ లు. ఆత్మ రూప్ (యోగ స్వరూపము) కూడా, బసంత్ (జ్ఞాన స్వరూపము) కూడా. ఇంత చిన్నని ఆత్మ అవినాశీ పాత్రను అభినయిస్తుంది. ఈ సమయములో మీరు

రూప్, బసంత్ లుగా అయ్యారు. తండ్రి జ్ఞాన సాగరుడు. ఎప్పుడైతే ఈ శరీరములోకి వస్తారో, అప్పుడు జ్ఞానాన్ని తప్పకుండా ఇస్తారు, వారు జ్ఞాన వర్షాన్ని కురిపిస్తారని మీకు తెలుసు. ఒక్కొక్క రత్నము లక్షల రూపాయలు విలువైనది. ఇప్పుడు ఆత్మలైన మీకు తండ్రి పరిచయము లభించింది. తండ్రి స్మృతిని ఇప్పించారు. ఈ 84 జన్మల చక్రము ఎలా తిరుగుతుంది అనేది మీ బుద్ధిలో ఉంది, అందుకే మీకు స్వదర్శన చక్రధారి అనే పేరు ఉంది. విష్ణువు లేక లక్ష్మీ-నారాయణులు స్వదర్శన చక్రధారులు కారు, వారిలో ఈ జ్ఞానము ఉండదు. ఇప్పుడు ఆత్మకు సృష్టి చక్రము ఎలా తిరుగుతుంది అన్న ఈ జ్ఞానము లభిస్తుంది. త్రిమూర్తి అని అంటారు కానీ శివుడిని చూపించరు. త్రిమూర్తి చిత్రాలను చాలా చూసి ఉంటారు. సాకారములో ప్రజాపిత బ్రహ్మా అయితే ఇక్కడ ఉన్నారు కదా. వీరు చాలా పురాతనమైనవారు, గ్రేట్ గ్రేట్ గ్రాండ్ ఫాదర్. కనుక ఇది ప్రజాపిత బ్రహ్మా యొక్క వంశవృక్షము అయినట్లు. తండ్రి బ్రహ్మా ద్వారా సృష్టిని రచిస్తారు కావున బ్రహ్మా పెద్దవారు అయినట్లు కదా. వారిని చూపించడము కూడా వృద్ధునిగా చూపిస్తారు. వీరు 84 జన్మల చక్రములో తిరిగి వచ్చినవారు. ఇప్పుడు మీరు ఈ విషయాలను అర్థం చేసుకున్నారు. తండ్రికైతే అందరూ పిల్లలేనని కూడా మీకు తెలుసు. ఆత్మలకు తండ్రి పరిచయాన్ని ఇవ్వాలి. ఇప్పుడు భారత్ కు చాలా గొప్ప కళ్యాణము జరుగుతుంది. ఆత్మలన్నీ పవిత్రముగా అయి ముక్తిధామానికి వెళ్ళిపోతాయి. మీరు ఉన్నదే భారత్ యొక్క సేవలో. విశేషముగా భారత్ కు మరియు మొత్తము ప్రపంచానికి కూడా సేవ చేస్తారు. ఈ విషయాలను అర్థం చేసుకున్నది ఇప్పుడు కొద్దిమంది అయిన మీరు మాత్రమే. ఇకపోతే సారములో, పిల్లలూ, మన్మనాభవ అని అర్థం చేయించడము జరుగుతుంది. మీ వద్ద ఏదైతే ఉందో, దానిని దైవీ రాజధాని స్థాపనలో ఉపయోగించండని వేరుగా కూడా అర్థం చేయించడము జరుగుతుంది. బాపూ గాంధీజీ ఏమి చేసేవారు! వారు కూడా రామ రాజ్యాన్ని కోరుకునేవారు. ఇది ఎంత అద్భుతమైన ఆట కదా! ఇప్పుడు మీరు సాక్షీగా అయి ఆటను చూస్తారు. ఎక్కడి విషయాలను ఎక్కడికో తీసుకువెళ్ళడాన్ని చూసి మీకు నవ్వు వస్తుంది.

తండ్రి అంటారు, డ్రామానుసారముగా ప్రపంచ పరిస్థితి పాడైపోయింది, మళ్ళీ తండ్రి వచ్చి సద్గతిని ఇస్తారు. పిల్లలైన మీకు నషా ఎక్కి ఉంది. వీరు మొత్తం ప్రపంచము యొక్క నిరాకార బాపూజీ. ఈ బ్రహ్మా కూడా ఎవరి సంతానము? శివబాబా సంతానము. శివబాబా ఎవరి సంతానము? శివబాబా మా సంతానము అని ఈ మాతలు అంటారు. ఇది శివబాబా చమత్కారము. ఇకపోతే ధ్యానము, సాక్షాత్కారాలలోనైతే మాయ చాలా ప్రవేశిస్తుంది. నాలోకి శివబాబా వస్తారు, శివబాబా ఇలా మాట్లాడుతారు అని ఏదైతే అంటారో, అదంతా భూతాలు ప్రవేశించడము వంటిది. పిల్లలైన మీరు జాగ్రత్తగా ఉండాలి. ఈ భూతాల రోగము ఎటువంటిదంటే, అది ఈ రెండు ప్రపంచాలకు చెందకుండా అయిపోయినట్లుగా అనుభవం చేయిస్తుంది. మాకు సాక్షాత్కారము కావాలి అనే ఆలోచన కూడా ఎప్పుడూ చేయకూడదు. ఇవన్నీ భక్తికి సంబంధించిన ఆలోచనలు. జ్ఞాన మార్గాన్ని మంచి రీతిలో అర్థం చేసుకోవాలి. మాయ అనేక రకాలుగా మోసం చేస్తుంది. సాక్షాత్కారాలు మొదలైనవాటి వల్ల లాభమేమీ ఉండదు. తండ్రి అంటారు, వీరి ద్వారా నిశ్చితార్థము చేయిస్తాను. మీరు ఏ దేహధారినీ గుర్తు చేయకూడదు అన్నది తండ్రి ఆజ్ఞ. మీరు స్వయాన్ని ఆత్మగా భావిస్తూ తండ్రిని స్మృతి చేయండి. మీ కళ్యాణము కోసం తండ్రిని స్మృతి చేయాలి. ఇది బాగా అర్థం చేసుకోవాల్సిన విషయము. బాబాకు ఎవరైనా సమాచారము వ్రాయవచ్చు. అనంతమైన తండ్రికి ఉత్తరములో తమ క్షేమ-సమాచారాల గురించి వ్రాయాలి అన్న ఈ మాత్రం తెలివి కూడా కొంతమంది పిల్లలకు లేదు. లౌకిక తండ్రికి పిల్లలు ఉత్తరము వ్రాయకపోతే, అతనికి నిద్ర దూరమైపోతుంది. వీరు కూడా అనంతమైన తండ్రి. నెల, నెలన్నర వరకు ఉత్తరము రాలేదు అన్నది గమనించి, ఇక బహుశా వీరిని మాయ తినేసిందేమో, అందుకే ఇటువంటి పారలౌకిక తండ్రికి ఉత్తరము వ్రాయడము లేదు అని అనుకుంటారు. బాబా, మేము సదా నారాయణీ నషాలో ఉంటున్నాము, మీరు తెలిపిన యుక్తులలోనే మేము తత్పరులై ఉన్నాము అని - ఈ మాత్రమైనా వ్రాయాలి. అప్పుడు బాబా, వీరు సంతోషముగా, సంతుష్టముగా ఉన్నారని భావిస్తారు. ఉత్తరము వ్రాయకపోతే అనారోగ్యముగా ఉన్నారని, స్మృతిలో అసలు ఉండటము లేదని భావిస్తారు, లేదంటే బాబాకు సమాచారాన్ని ఇవ్వాలి - బాబా, మేము ఈ సేవ చేసాము, ఫలానా వారికి అర్థం చేయించాము కానీ వారి బుద్ధిలో పూర్తిగా కూర్చోలేదు... అని ఇలా వ్రాయాలి. అప్పుడు బాబా, ఈ విధముగా అర్థం చేయించండి అన్నది కూడా చెప్తారు.

భక్తి మార్గములో ఏదైతే మాట్లాడుతారో, వాటి అర్థమేమీ తెలియదు. ముఖ్యమైన విషయమేమిటంటే - తండ్రి గురించే తెలియదు. తండ్రిని తెలుసుకోవడముతో భారత్ సద్గతిని పొందుతుంది. తండ్రిని తెలుసుకోని కారణముగా భారత్ పూర్తిగా దుర్గతిని పొందుతుంది. ఇప్పుడు పిల్లలైన మీకు తండ్రి అర్థం చేయిస్తున్నారు - నేను మిమ్మల్ని సద్గతిలోకి తీసుకువెళ్తాను, మిగిలినవారందరినీ ముక్తిలోకి తీసుకువెళ్తాను. భారత్ జీవన్ముక్తిలో ఉన్నప్పుడు మిగిలినవారంతా

ముక్తిలో ఉంటారు. ఈ పరివర్తనను తండ్రి తప్ప ఇంకెవ్వరూ చేయలేరు. సర్వుల సద్గతిదాత ఒక్క తండ్రి మాత్రమే. సర్వుల సద్గతి తప్పకుండా కల్ప-కల్పము సంగమములోనే జరుగుతుంది.

ఆత్మలమైన మన ఆత్మిక తండ్రి ఒక్కరేనని మీకు తెలుసు. వారిని ఆత్మయే స్మృతి చేస్తుంది. భక్తి మార్గములో మీకు ఇద్దరు తండ్రులు ఉంటారు. సత్యయుగములో ఒక తండ్రి ఉంటారు. సంగమములో ముగ్గురు తండ్రులు ఉంటారు. ప్రజాపిత బ్రహ్మ కూడా తండ్రియే కదా, శివుడు కూడా తండ్రియే. వారు సర్వాత్మలకు తండ్రి, వారి నుండే వారసత్వాన్ని తీసుకోవాలి. వారిని స్మృతి చేయడముతోనే వికర్మలు వినాశనమవుతాయి. బ్రహ్మను స్మృతి చేయడముతో వికర్మలు వినాశనమవ్వవు, అందుకే శివబాబానే స్మృతి చేయాలి. మనము వారికి చెందినవారిగా అయ్యాము. ఇది ఆత్మిక తండ్రి ఆత్మిక పిల్లలకు ఇచ్చే సత్యాతి-సత్యమైన రియల్ జ్ఞానము. మిగిలినవారంతా దేహాభిమానులు. దేహాభిమానులైన పతిత మనుష్యులు ఏ కర్తవ్యాన్ని చేసినా, పతితమైనదే చేస్తారు. దాన-పుణ్యాలు మొదలైనవి ఏమి చేసినా, అవన్నీ పతితముగానే చేస్తాయి. రావణ రాజ్యములో ఈ విధముగా జరుగుతూనే ఉంటుంది. ఇప్పుడు తండ్రి వచ్చి ఆర్డినెన్స్ ను (చట్టము) జారీ చేస్తారు. బాబా అంటారు - పిల్లలూ, జాగ్రత్తగా ఉండండి, వికారాలలోకి వెళ్ళకండి, కామముపై విజయము పొందాలి. తుఫానులు మొదలైనవైతే చాలా వస్తాయి. ఇందులో నిరాశ పడకూడదు. అజ్ఞాన కాలములో కూడా రాలేనటువంటి ఎన్నో మాయా వికల్పాలు వస్తాయి, అటువంటి వికల్పాలు కూడా వస్తాయి. పిల్లలు ఏమంటారంటే - భక్తి మార్గములోనైతే చాలా సంతోషము ఉంటుంది, ఇప్పుడు మిమ్మల్ని స్మృతి చేయాలని అనుకుంటున్నాము కానీ చేయలేకపోతున్నాము, బిందువు గుర్తుకు రావటము లేదు, పెద్ద వస్తువు అయితే గుర్తు చేయగలము అని.

బాబా అంటారు - మీరు శివబాబా అని అంటూ స్మృతి చేయండి, ఈ పాత ప్రపంచాన్ని మర్చిపోండి. మీరు నన్ను శాంతిధామములో స్మృతి చేయండి, అలాగని కేవలం శాంతిధామాన్ని మాత్రమే స్మృతి చేయడము కాదు, తండ్రి స్మృతితోనే వికర్మలు వినాశనమవుతాయి. ఆత్మకు మధురమైన తండ్రి పట్ల ప్రేమ ఉండాలి, వారు అర్ధకల్పపు ప్రియుడు. మేము అర్ధకల్పము మిమ్మల్ని మర్చిపోయాము అని ఆత్మ అంటుంది. ఇక్కడికి బ్రాహ్మణీలు ఎవరినైతే తీసుకువస్తారో, వారు చాలా జాగ్రత్తగా, నిశ్చయబుద్ధి కలవారినే తీసుకురావాలి. ఒకవేళ ఎవరైనా ఇక్కడకు వచ్చి వెళ్ళిన తర్వాత మళ్ళీ పతితముగా అయినట్లయితే, వారి బ్రాహ్మణికి శిక్ష పడుతుంది, అందుకే బ్రాహ్మణిపై చాలా బాధ్యత ఉంది. బాబా ఈ రథాన్ని తీసుకున్నారు, వీరు అన్ని విషయాలలోనూ అనుభవజ్ఞులు. ఇక్కడైతే అశుద్ధత యొక్క విషయమే ఉండదు. పరస్పరములో నవ్వుకోవడము, ఆడుకోవడము, మాట్లాడుకోవడము, దీనికేమీ అడ్డు చెప్పరు. కానీ ఏ ఆత్మ పట్లనైనా కొద్దిగా ప్రేమ పెట్టుకున్నా సరే, అది పెరుగుతూ ఉంటుంది. వారు గుర్తుకువస్తూ ఉంటారు, అందుకే దీని నుండి కూడా అతీతముగా వెళ్ళాలి.

ఇప్పుడు మీరు ఇంటిలో కూర్చున్నారా లేక సత్యయుగములో కూర్చున్నారా? (ఇంటిలో). తండ్రి పిల్లలను ఇంటిలో చదివిస్తారు. ఇది మీ అందరికీ ఇల్లు. బయటకు వెళ్ళినప్పుడు ఇలా అనరు. ఇక్కడ చాలా మంచి నషా ఉంటుంది. దేహపు అభిమానాన్ని వదిలేయాలి. దేహీ-అభిమానులుగా అయినట్లయితే జాతి-మత బేధాలన్నీ తొలగిపోతాయి. పాత ప్రపంచము తమోప్రధానముగా ఉంది, ఇక్కడ బేధ భావాలు ఇంకా పెరుగుతూ ఉంటాయి. ఇంతకుముందు బ్రిటీష్ గవర్నమెంట్ ఉండే సమయములో భాషల విషయములో గొడవలు ఉండేవి కావు. ఇప్పుడు రోజురోజుకు గొడవలు పెరుగుతూ ఉంటాయి. తర్వాత సత్యయుగములో ఒకే భాష ఉంటుంది. ఎటువంటి బేధ భావాలు ఉండవు. అచ్చా!

మధురాతి మధురమైన సికీలధే పిల్లలకు మాత-పిత, బాప్ దాదాల ప్రియస్మృతులు మరియు గుడ్ మార్నింగ్. ఆత్మిక పిల్లలకు ఆత్మిక తండ్రి నమస్తే.

ధారణ కొరకు ముఖ్య సారము:-

1. ఏ దేహధారి స్మృతి రాకూడదు, దీని కోసం ఎవరినీ ప్రేమించకూడదు. దీని నుండి కూడా అతీతముగా వెళ్ళాలి. చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. మాయ వికల్పాలకు భయపడకూడదు, విజయులుగా అవ్వాలి.

2. ధ్యానము, సాక్షాత్కారాలలో మాయ చాలా ప్రవేశిస్తుంది. ఈ భూతము ప్రవేశించకుండా స్వయాన్ని రక్షించుకోవాలి.

తండ్రికి తమ సత్యాతి-సత్యమైన సమాచారము ఇవ్వాలి.

వరదానము:- ప్రతి విషయములో సారాన్ని గ్రహించి ఆల్ రౌండ్ గా తయారయ్యే సరళ పురుషార్థీ భవ

ఏ విషయాన్ని చూసినా, విన్నా, దాని సారాన్ని అర్థం చేసుకోండి మరియు ఏ మాట మాట్లాడినా, ఏ కర్మ చేసినా అందులో సారము నిండి ఉండాలి, అప్పుడు పురుషార్థము సరళమైపోతుంది. ఇటువంటి సరళ పురుషార్థులు అన్ని విషయాలలోనూ ఆల్ రౌండ్ గా ఉంటారు. వారిలో ఎలాంటి లోపము కనిపించదు, ఏ విషయములోనూ ధైర్యము తగ్గదు. నేను ఇది చేయలేను - అనే మాటలు వారి నోటి నుండి వెలువడవు. ఇటువంటి సరళ పురుషార్థులు స్వయం కూడా సరళచిత్తులుగా ఉంటారు మరియు ఇతరులను కూడా సరళచిత్తులుగా తయారుచేస్తారు.

స్లోగన్:- సాధనాలను ఉపయోగిస్తూ, వాటి ప్రభావము నుండి అతీతముగా మరియు తండ్రికి ప్రియముగా అవ్వండి.

అవ్యక్త ప్రేరణలు - "సదా అచంచలమైన, స్థిరమైన, ఏకరస స్థితిని అనుభవము చేయండి"

ఏకరస స్థితిని తయారుచేసుకునేందుకు ఒక్కరిని తప్ప ఇంకేదీ చూస్తూ కూడా చూడకండి. ఇదేదైతే చూస్తున్నారో, ఈ వస్తువులేవీ ఉండవు. కావున ఏకరసంగా, స్థిరంగా ఎప్పుడు ఉండగలరంటే, ఎప్పుడైతే ఏ దృశ్యాన్ని చూస్తున్నా కానీ - ఎందుకు, ఏమిటి అన్నవి ఉత్పన్నమవ్వవో అప్పుడు, ఇవే వ్యర్థ సంకల్పాల అలజడికి కారణము. ఈ క్యూ సమాప్తము అయిన తర్వాతనే సంపూర్ణత వస్తుంది.