

Retiro Mente Limpa, Intelecto Claro

Serra Negra/SP – 17/05/2008

Aula com Sister Mohini (matinal)

Om Shanti.

O tempo está mudando e nós também estamos mudando. As nossas necessidades e responsabilidades estão mudando. Então, precisamos estar muito alertas, muito atentos e muito sensíveis a estas mudanças do tempo. Porque se nós quisermos alcançar nosso destino a tempo, precisamos estar muito conectados com este aspecto do tempo. Uma vez, Dadi Gulzar estava mencionando que o tempo muda e algo que acontece então não se repete. Portanto, nós temos de aprender com o tempo. O tempo mudou, então, por que eu não mudei? A primeira mudança é na nossa consciência e nos nossos pensamentos. É isto que cada um de nós deve observar e desfrutar. De tudo o que acontece ao meu redor hoje em dia, como eu posso lidar com as situações?

Quando você começa a observar e pensar em quanta transformação há no seu pensar, há felicidade e alegria internas. Nós precisamos de três qualidades em nossa forma de pensar: a primeira é que os pensamentos devem ser puros; a segunda é que os pensamentos devem ser pacíficos; e, a terceira, que os pensamentos devem ser elevados. Em Hindi, as palavras são muito bonitas: puro é “*shubh*”, paz é *shanti* e elevado é “*shrist*”. Já faz alguns anos que minha atenção tem ido mais aos pensamentos, então, eu faço esta verificação: “Será que meus pensamentos são puros, pacíficos e elevados?” Mesmo que a gente tenha a meta de ter pensamentos limpos, contudo, não é apenas isto. Nós queremos uma mente limpa, bela. Pureza, aqui, não deve estar conectada com os 5 vícios, mas com coisas mais sutis, com pensamentos sutis. Em relação às Dadis, podemos dizer que elas são 100% sem vícios; qualquer esforço que precise ser feito é o de tornar este esforço totalmente elevado. Os pensamentos estão conectados não apenas com os sanskaras do passado, mas com tudo o que observamos através dos nossos órgãos dos sentidos. Muitas pessoas perguntam: “O que eu deveria verificar?”. Quando a gente passa na alfândega, de acordo com o país, eles fazem uma verificação de itens diferentes: drogas, comida, água, armas, etc... Então, o que eu deveria verificar? A verificação não deveria ser apenas da parte negativa, mas deve ser de quanto o pensamento está puro e elevado. Porque a cada dia tenho que continuar a aumentar a porcentagem de pureza. O pensamento puro é totalmente altruísta; não há nada de egoísmo nele.

Ontem de manhã, estávamos compartilhando que, se houver desejos em seus pensamentos, isso também é um tipo de impureza. É uma verificação de pureza, contudo, não apenas isto, mas uma mudança no sentido de tornar-se mais elevado. Uma vez, Dadi Gulzar estava dando uma aula sobre como nós perdemos o poder de discernir pois, se você não é capaz de discernir, então você não pode decidir. Existe uma conexão muito próxima entre uma mente limpa e um intelecto claro. E, quando se trata do poder de discernimento, é com base no seu nível de pureza que você vai decidir. Por exemplo: Imagine que você esteja à frente de um prato que você não deve comer, de acordo com seus princípios. Então, você não precisará daquele poder; basta apenas uma decisão...Existe um ditado que diz: “Uma boa pessoa não tem escolha”. São aqueles que estão entre o bem e o mal que têm escolha. “Que escolha eu darei a mim mesmo em relação a minha vida pessoal?” Pode ser que haja esta opção se estivermos seguindo manmat ou shrimat, mas então, por que me dou esta opção? Eu devo seguir shrimat! Então, uma vez, conversando com Dadi Gulzar, Sister Mohini perguntou se ela não ficava cansada, já que ela lida com tantas situações. Então ela disse: “Eu simplesmente sigo shrimat, não fico cansada”.

Há três opções: ou você segue manmat (orientações de sua própria mente), parmat ou shrimat. Quantos de vocês aqui experimentam o que acontece quando seguem manmat? (Ken está falando sobre quando a pessoa “pensa que manmat é shrimat”). Mesmo que alguém tenha este pensamento, os resultados evidenciarão. Quando eu sei que tenho de seguir shrimat, torna-se fácil para o intelecto funcionar. Nosso raciocínio deveria vir do conhecimento. O sentimento é que, uma vez que tenho que me tornar uma alma cheia de conhecimento, o meu raciocínio deve vir do conhecimento e não daquilo que eu penso. Tenho que ter o discernimento de onde eu digo “drama” e de onde eu tenho de fazer esforço. Drama significa colocar um ponto final, contudo, o que vem depois? Uma outra frase virá depois. Nós usamos “um ponto final”, mas as coisas estão se movimentando e temos que começar novamente. Um dos esforços é dizer “drama, ponto final” e, o outro, é me preparar: “E, agora, o que farei?” Se apenas dizemos “drama, drama”, não somos capazes de melhorar. Drama é uma cena na qual muitos jogos e situações acontecem.

Este ano, Baba nos inspirou a nos aprofundarmos nos quatro assuntos, e o primeiro aspecto é o conhecimento. Para que o intelecto seja claro, é preciso uma mente limpa. Mas você também precisa nutrir o seu intelecto para que ele seja inteligente e claro. Assim como nós alimentamos nossa mente com pensamentos, devemos alimentar nosso intelecto com conhecimento. Este deveria ser o hobby na vida Brahmin: entrar mais e mais profundamente no entendimento do conhecimento.

O segundo aspecto para o intelecto claro é o yoga do intelecto com Um. Nós devemos verificar durante o dia todo, quais são os poucos momentos em que o intelecto está todo com Baba. Então, para este estágio, faça o que você tem que fazer, libere-se e deixe que o intelecto esteja livre para você ir para Baba. Não deveria ocorrer que “eu me sente e fique em conexão com o que eu tenho de fazer” pois não há pureza para que haja esta conexão.

Recentemente numa murli, Baba disse que render-se é ser desapegado. É muito interessante este aspecto, porque muitas vezes a gente se pega dizendo “eu sou rendido, mas aquele ali não é”. Rendição não tem a ver com posição, mas tem a ver com sua habilidade em se desapegar. Onde quer que você esteja, seja sempre desapegado. Quantos de vocês são livres de apego? Levantem as mãos! Muitos irmãos, Brother Ken! Apego é um sanskara, um hábito. Alguém que tenha este traço de apego, sempre vai ter apego por uma coisa, uma pessoa, pois este hábito não muda. É como dependência. Se existe dependência, a pessoa continua a se tornar dependente de uma coisa ou outra. O apego cria pensamentos inúteis e cria tempestades na mente. Haverá então tristeza e flutuação no estágio. Quando eu era uma Brahmin nova, eu me dei conta de que o sanskara de apego não era bom e deveria ser mudado. Não é que haja vários apegos. É uma tendência e um padrão. Uma vez que eu lide com esta situação, e pergunte: “A quem eu deveria ter apego?” – eu então realizo que só deveria ter apego a Baba. Por que muitos não levantaram a mão quando perguntei se estavam livres de apego? (Luciana respondeu que “é uma questão de porcentagem”). Completamente livres de apego? Em que porcentagem? Nós podemos dar a nós mesmos a porcentagem, mas, pelo menos podemos dizer que estamos ficando livres. (Ken comentou que a forma sutil de apego é apego às coisas que estamos fazendo; ficamos tão absortos e apegados...) Há este apego pelas idéias.

Houve nos Estados Unidos uma reunião com os professores na qual todos os seniores estavam presentes. Uma pessoa disse: “Eu não gosto de desperdiçar o meu tempo”. Então, Dadi disse para ela que não devemos estar apegados nem mesmo ao tempo, pois havia benefício em estarem juntos, conversando, e que ela deveria evitar dizer aquilo. E, desde então, eu evito dizer esta frase. Para este aspecto, do intelecto claro, é muito importante ter esta conexão do yoga do intelecto com Baba. Não estou falando de horas mas, em algum momento, de se dedicar a estar conectando o yoga do intelecto com o ponto de luz, com BapDada.

Houve uma reunião com os professores nos Estados Unidos e o tópico foi “Revelando a

verdade, agora e para sempre, sozinhos e juntos”. Foi muito interessante. Nós passamos por três passos da revelação da verdade: uma coisa que surgiu foi a verdade factual e outra é verdade que está além dos fatos, que é a de ser trikaldarshi. Então, muitas vezes “verdade” e “mentira” são vistos como, por exemplo: “Você viu aquilo?” Se eu digo: “Sim” – então o outro dirá: “Ele está dizendo a verdade”; mas, se eu permaneço calado, então, será dito: “Ele está mentindo”. Em hindi, verdade significa *satya*; e a palavra “*tatya*” significa factual, que é um fato – contudo, não sabemos se é verdade, ok, é claro que é um tipo de verdade, mas será que estamos buscando a apenas a verdade factual ou a verdade interna? Quando era criança, costumava ouvir a história de um açougueiro que perseguia uma vaca e ficava perguntando às pessoas: “Vocês viram a vaca? Vocês viram a vaca?” Então, as pessoas pensavam: “Ele é o açougueiro e se dissermos onde ela está, ele vai matá-la, e então, será o nosso pecado...” Assim, as pessoas diziam: “Eu não sei. Eu não sei”. Então, esta pergunta foi feita para nós na época da escola: “Será que aquilo é mentir ou é dizer a verdade?”. Uma coisa é a verdade factual e a outra é quando você está atuando a partir de sua sabedoria. Outro exemplo dado é o dos médicos, que sabem, por exemplo, que em poucas horas o paciente poderá ter um colapso. Atualmente eles contam à família que “não há esperanças”, e que em poucas horas...”. Mas, antigamente, não diziam aos familiares do paciente a verdadeira situação do paciente para não chocar os familiares. Tentavam dizer que havia chances, que havia esperança... então, também não podemos dizer que eles estavam mentindo.

Uma das qualidades do intelecto é verificar se o intelecto está funcionando com o terceiro olho. Um dos presentes que Baba nos deu foi o terceiro olho. Pode até ser que eu tenha clareza, no entanto, existe algo mais elevado, que é ver e enxergar com o terceiro olho. Algumas semanas atrás, houve uma murli toda sobre este aspecto do terceiro olho e de nos sentirmos afortunados. Então, eu me verifiquei: “Quanto eu uso este terceiro olho?” Às vezes, nós mantemos este dois olhos físicos bem abertos e ficamos olhando para tudo. Neste momento Baba nos inspira a enxergarmos com o terceiro olho. Mesmo que seja por 15 minutos, procurem fazer esta prática: “O que significa ver com os dois olhos e o que é ver através do terceiro olho?” Aquele que é trinetri (possui o terceiro olho) é muito próximo de ser trikaldarshi (percebe o presente, o passado e o futuro). No momento de decidir algo, é muito importante que consideremos três aspectos do tempo, pois assim, a decisão correta é tomada. De outro modo, a decisão será tomada com base apenas na situação presente. Esta faculdade, de tomar decisões a partir de ser trikaldarshi, é muito boa para se desenvolver. Isto nos torna mais elevados, quer seja em relação a questões administrativas ou em relação às vidas de pessoas. Este aspecto de ser swadarshanchakradari também está relacionado com ser trikaldarshi. O intelecto também precisa ser nutrido com todas estas práticas, porque o intelecto claro não se aplica apenas às coisas factuais.

Houve um retiro de liderança e uma das participantes perguntou: “E se eu ficar em dúvida na hora de tomar uma decisão?” Ela era uma pessoa líder. Então, eu disse: “É claro que primeiramente você verá as questões factuais, os detalhes daquilo, e então, qual é sua meta... Esta é a primeira coisa. Mas, também, ao lidar com os fatos ao redor você deveria conectá-los com a sabedoria interna. Isto significa que podemos ver claramente o que é o ideal. Uma das qualidades do intelecto é que você deveria ser capaz de ter visões. Quando Dadiji vinha para aula de manhã e dizia: “Eu tive este pensamento” – era como se ela tivesse a clareza de ver aquele pensamento se concretizando. Quando temos de tomar uma decisão, devemos ter o sentimento como se tivéssemos um relance da realidade. Depois disso, devemos reunir fatos da realidade para materializar aquilo. Este é o aspecto mais profundo. É como se seu intelecto não estivesse apenas voltado para dentro e fosse capaz de ter uma visão de longo alcance; uma visão mais profunda, muito clara em relação a tudo o que vai acontecer. Há várias maneiras de criar uma visão, pode ser coletiva ou individual; devemos criar esta visão internamente. Vocês todos têm esta experiência? Pode ser que haja alguns novos aqui, e estejam pensando sobre isso. Acho que isso é bom. Lembro-me de quando eu era nova, eu também recebia tantas coisas novas. Talvez vocês possam crescer com isso. Pode ser que haja alguns que por anos não tenham pensado sobre isto. Então, mesmo sendo novos, vocês

podem receber um presente através desta prática. Então, acredito que um intelecto claro é o que trabalha com essa visão interna.

Uma vez, num país, fui convidada para conhecer um novo prédio que queriam adquirir. Por não gostar de expressar meus sentimentos diretamente, convidei dois irmãos e pedi que eles mentalizassem se já haviam dado palestras naquele lugar no kalpa passado. Pedi também às irmãs para irem à cozinha, bem grande, e mentalizar se já cozinharam ali e, quando eles voltaram para o centro, perguntei o que eles sentiram e a resposta foi: “Talvez devêssemos procurar um outro lugar”.

O sentimento que eles tiveram é que não ia funcionar bem e eu também senti isto e, se eu tivesse dito terminaria com o entusiasmo dos interessados e não faria com que eles crescessem. Porque aquilo que nós estamos fazendo, nós fizemos no kalpa passado e vamos fazer de novo; não vamos escapar.

Algumas pessoas falam que é fácil comprar um elefante, mas alimentar o elefante é muito dispendioso. Então, quando você estiver planejando algo em sua vida, procurem mentalizar que vai funcionar, e então, você vai perceber que vai ser aprovado, que receberá bênçãos e tudo acontecerá de forma muito suave.

Algumas pessoas dizem que estão indecisas, mas é fácil decidir-se, ao perceber como as coisas se desenrolam. Assim, dizer sim ou não para alguém é fácil, contudo, é importante criar esta prática de olhar com o terceiro olho. Quando a gente tem esta prática, os vícios são deixados para trás, porque não é possível entretê-los neste momento. Pureza não é ficar privado de algo, não significa restrição, mas significa lidar com algo elevado. Procure imaginar esse sentimento, quando Baba diz: “Você é uma alma pura”. Esse pensamento “eu sou uma alma pura” é puro. Ao respeitar a pureza dessa experiência, não haverá puxões para pequenas impurezas aqui e ali. E Baba diz: “Filhos, Eu uso o poder da pureza de vocês para transformar o mundo de inferno em paraíso”. Neste sentido, devemos amar a pureza, pois a pureza é nossa personalidade, é a nossa dignidade. A pureza é um presente de Deus.

Na ONU, houve um projeto no qual eles entrevistaram pessoas de diferentes religiões sobre o celibato. Uma pessoa muito importante disse que o celibato é tal que ninguém é capaz de manter o celibato até que haja “o chamado de Deus”. Então, é um presente divino que recebemos de Baba. Quando vocês recebem um presente de Deus, como é que vocês o mantêm? Aquilo é uma fortuna, um presente no qual você mantém o seu valor. Assim como mantemos o valor da fortuna, mantemos o valor da pureza. Esta apreciação pelo presente da pureza traz esses sentimentos.

Como Baba sabe que temos alguns sanskaras e contas cármicas, Ele colocou alguns princípios para nós. Do mesmo modo, quando um soldado vai para a batalha, existem ensinamentos, uma capacitação quanto ao que vai acontecer e como ele deve proceder. Então, quando dizemos: “OK, vamos aceitar o presente de Baba, da pureza” – Maya então começa a atacar de diferentes formas.

Há vários exemplos que Baba menciona, como o de Sita, que foi colocada ao redor daquela linha das maryadas para permanecer segura; foi por isso que Baba nos deu os princípios. Um dos princípios é a nossa rotina: como acordamos, a lembrança, nossa alimentação,... essa rotina apropriada. Então, Dadi Gulzar diz que mesmo que estejamos perto de nossa cama, mesmo que estejamos cansados devemos lembrar do nosso cartão, e fazê-lo antes de deitar. Vemos que todos nós, Brahmins, despertamos, no entanto, o corpo está cansado ou sentimos preguiça, mas, então nosso relógio nos desperta. Devemos fazer Amrit Vela, não devemos perder. Isto já está arraigado em nós.

Outro dia, Luciana fez uma pergunta muito boa sobre os princípios principais a serem mantidos.

Gostaria de mencionar que os princípios são a nossa proteção. Somos uma família, estamos criando uma ordem social e faremos parte de um novo mundo. Há o que chamamos de maryadas, o código de conduta... Aconteceu um programa na Colômbia, num clube, em que as pessoas só podiam entrar com um determinado tipo de gravata. Caso não tivessem, não podiam entrar. Alguns códigos de conduta são comuns às famílias mas, com a liberdade atual, as pessoas fazem o que querem. Não acho que quando estamos seguindo as maryadas estamos perdendo a liberdade. Quando estivermos na idade de ouro, como nos encontraremos uns com os outros? Apertaremos as mãos? Abraçaremos? Será através do olhar, com muito amor e sorriso e o drishti. Então, o que nós fazemos aqui? Quando nos encontramos, sorrimos e damos drishti; isto se torna meu código de conduta, como eu me conduzo em diferentes situações. Um dos títulos de Sri Krishna que todos nós devemos reivindicar é o de sermos *Maryada Purushottam*. Então, há todos estes títulos que são mencionados: sem vícios, totalmente virtuoso, 16 celestiais completos, *Maryada Purushottam*: que significa ser humano mais elevado que segue todas as maryadas. Envolve também seguir as maryadas nos relacionamentos. Dada Vishwa Kishore, cujo apelido era Bal, era muito próximo a Baba, e era muito firme em seguir as maryadas. Dadi Janki fala o quanto que ele costumava cuidar das irmãs e de todos. Ele recebeu este apelido de *Maryada Purushottam*, isto é, permanecia dentro do código de conduta. Porque esta é a nossa realeza: seguir as maryadas da família é a nossa realeza. Na extensão em que seguirmos as maryadas de maneira precisa, nos tornamos elevados. As maryadas são um assunto em si mesmo. Vejam que os louvores não vieram por causa da pureza, de ser sem vício, de ser virtuoso, mas por ser *Maryada Purushottam*. é um assunto separado, ser aquele ser humano mais elevado que segue as maryadas. Antigamente, quando eles davam curso, diziam que estes eram os títulos que deveríamos reivindicar. Seguir as maryadas vai aumentar seu auto-respeito. Uma sugestão é que os professores revisem isso com os alunos, pois esses são os valores para nos conduzirmos dentro da família. Isto cria uma família real, uma corte. Nossos relacionamentos não são por um dia, mas pelo Kalpa todo. Se seguirmos as maryadas, eles serão bonitos. As maryadas nos tornam espirituais a partir de lokiks, de mundanos. Se nós não seguirmos as maryadas poderemos ser yogis, contudo, não seremos uma personalidade espiritual. A personalidade espiritual é daqueles que seguem as maryadas.

O terceiro aspecto é o que chamamos de shrimat. O que Baba diz eu tenho que fazer. Manter a mente limpa, o intelecto claro. Baba criou tudo isso para nos ajudar. O dicionário Brahmin é bem limitado. Nós, por exemplo, não dizemos que alguém morreu; dizemos que deixou o corpo. Um dia, há muitos anos, tinha que ir a um programa e recebi uma visita no centro de um VIP, um Ministro, que perguntou se eu estava bem. Respondi: "Eu estou bem, é o corpo que não está bem". Até hoje me lembro disto. Algumas vezes a gente pode dizer, "eu estou me sentindo mal", no entanto, é o corpo que não está bem. Então, mesmo a fala tem um código de conduta.

Uma coisa é saber das coisas e outra é fazer. Para conhecer algo temos que entrar em detalhes. Então, nós mantemos esta meta de que, se temos que fazer algo, por que não fazê-lo de maneira precisa, de modo que fiquemos no limite que Baba criou apenas para nos proteger. Então, porque não nos mantermos nestes limites? De outra forma, Maya torna nossa vida como um brinquedo e brinca desse jeito, daquele jeito... Mas somos nós que temos ser os máster, não estando com tentação em relação a nada. Na idade da confluência, neste período tão curto, experimente completamente Deus e esta vida divina.

No início, quando éramos menos, tínhamos estas ricas experiências do que é a experiência de Deus e o que é a experiência desta vida divina. Há muitos novos que estão neste retiro! Posso observar o brilho de vocês, que é muito bonito e espiritual. Vocês são antigos, no sentido de serem ancestrais. Não temos muito tempo. Nesta curta jornada é muito importante não se permitir entrar numa rua paralela. Mantenham-se na rua principal. Para isto, é muito importante compreender precisamente. Há alguma coisa que vocês não entenderam e queiram perguntar?

(“Uma dúvida sobre a intuição: eu sinto que tenho bastante intuição, e gostaria de saber qual a relação disto com o terceiro olho”.)

A intuição é bem diferente do terceiro olho e deve estar conectada com o seu interior. A intuição também deveria ser guiada pela nossa sabedoria e princípios. Você vai tomar alguma iniciativa com base na intuição. Devemos perceber quão clara, quão pura a intuição é.

(“Você poderia falar um pouco mais sobre relacionamento entre irmãos e irmãs como, por exemplo, sair para passear...”.)

Este aspecto da honestidade, com o tempo, deve ser tão importante quanto uma maryada. Nós pertencemos a Baba e devemos ter equilíbrio quanto ao uso do tempo: tempo para Baba, para o entretenimento, para o auto-progresso. Muitas vezes, as pessoas ficam muito tempo no computador por entretenimento.

Outro aspecto é o do compartilhar em nível pessoal, pois é aí que o apego surge. Geralmente, quando estamos sós com alguém, compartilhamos assuntos pessoais: dependência, necessidade de apoio, etc. Dadi Janki sempre menciona que pertencemos a Baba e não devemos dividir nosso coração com outras pessoas. Pois, se não somos capazes de receber este amor de Baba, começamos a buscar de indivíduos. Mesmo quando vamos caminhar, isto também deve seguir alguns princípios, porque a consciência de corpo é muito profunda. A primeira fraqueza que está aprofundada é a consciência de corpo e ninguém está livre desta. Devemos praticar mais a consciência da alma, contudo, devido à consciência de corpo nesta época, muito apego surge. Em meu estilo de vida, desde o início isto não aconteceu, nem na vida lokik, nem na alokik: eu sempre digo “vamos caminhar, vamos tomar chá...”

Didi costumava nos dar esta orientação: “Não precisamos rir e chorar sozinhos, nem mesmo com uma única pessoa”. Agora somos uma família, não precisamos de grupinhos. Uma das palavras que pode ser usada para isto é intimidade. Quando se cria intimidade com uma alma, você acaba se separando de todas as outras e é aí que as coisas acontecem. O relacionamento que temos com as Dadis não pode ser chamado de relacionamento íntimo, mas de um relacionamento amoroso, espiritual.

Quando há este tipo de intimidade entre duas pessoas, isso afeta a vibração de toda a família e desperta o desejo em outras almas que também estão à procura de algo. A nós foi dito desde o início que não devemos desempenhar ações que façam emergir os velhos sanskaras dos outros. Se alguém começa a procurar por algo, querer algo e fui eu aquele que despertei aquele desejo nele, tenho esta responsabilidade.

Dadiji costumava ensinar muito quanto à posse de objetos. Por exemplo, usar um relógio, ou algo especial cria o desejo em outros. Dadiji dizia: “Tudo moderado, tudo simples, porque se alguém quiser igual, não será danoso ou prejudicial, porque é uma família, é contagioso, se um faz, outro faz também”. Como instrumentos de Baba e, mesmo enquanto alunos, devemos ter cuidado. Assim, Baba nos dará muitos pontos por isto, porque somos aqueles que dão bons exemplos.

(“Na convivência que Sister Mohini teve com Brahma Baba, como ele via a questão da cozinha, do bhog, que tipo de alma devia conduzir?”)

Sinto que este assunto deve ser conversado em grupos. E os irmãos mais antigos que são instrumentos de centros e são exemplos devem conversar sobre isto. Aqueles que cozinham devem seguir os princípios, pois preparam os alimentos para os que são Brahmins e os que estão se tornando Brahmins.

Eu sugiro que assistam ao filme “A carta”, que foi legendado, e vejam como Lacchu Dadi preparava a bandeja do bhog. Sempre lembrar que bhog não é um bhakti; é um relacionamento com Baba. É este sentimento de família, de permanecer conectado com Bap Dada. Numa família, a gente alimenta a todos e este aspecto está muito conectado com nossa abundância e

prosperidade. Dadi Janki sempre diz que ela pode garantir: “Se você oferece bhog para Baba de maneira apropriada e com grande coração, sua bandhara sempre estará cheia”. Existe uma conexão entre *bandhara* – cozinha e *bandhari* - caixa de Baba. Da mesma maneira que você gerencia a bandhara, sua bandhari será diferenciada. Estes são diálogos que vocês podem ter durante o almoço.

Dadi Janki e Dadi Gulzar contaram uma história de que havia uma pessoa que não fazia amrit vela e, quando ela servia a comida, as pessoas ficavam dormindo. No mundo, as pessoas têm esta idéia de que comida afeta a mente, então, se alguém que a prepara tem o pensamento de roubar, isto afeta outras pessoas, bem como todos os aspectos de como o dinheiro é ganho, como a comida é preparada,...

Devemos ser cuidadosos com o que comemos, como é preparado, pois, nos alimentamos com tão pouco, então, por que não fazer isto com essa pureza? Os 5 elementos da matéria, o corpo, também precisam ser purificados.