

Sierpień
1 Sierpnia

NIESKOŃCZONA MIŁOŚĆ

Miłość jest stanem pełni i wyciszenia.

Miłość jest źródłem zadowolenia poprzez odczuwanie jedności.

Miłość jest całkowitym poddaniem i ostatecznie stanem całkowitego pochłonięcia.

Ludzie często twierdzą, że kochają jedną osobę bardziej niż inną,
ale w rzeczywistości, czy miłość może być mierzona? Jaka jest miara do mierzenia miłości? Miłość jest ponad
porównaniami i zdolnością pojmowania. Miłość jest nieskończona. Miłość jest niemierzalna. Bardzo mało osób zna sztukę
kochania w ciszy.

Kochanie w ciszy jest najprawdziwszym sposobem na kochanie Boga.

Tego, czyje życie jest pochłonięte w miłości, jest pochłonięte w Bogu.

Kiedy miłość przepełnia nasze życie,
przyjemność i ból nie mogą być odczuwane.

2 Sierpnia

MAHASAMADHI SWAMIEGO SATJANANDY

Swami Satjananda był równocześnie pisarzem, kompozytorem, śpiewakiem, poetą, wychowawcą, moralizatorem, służył
uciskanym a przede wszystkim był wybitnym Mistrzem duchowym. Ten wielki święty pracował do ostatniego oddechu
nad fizycznym, moralnym i duchowym wyniesieniem ludzkości. żył pełnią życia i przewodniczył dwóm instytucjom aż do
śmierci: Karar Aszramowi w Puri i Sevayatan Satsang Mission.

Chociaż cierpiał z powodu serca od 1934 roku, Swami Satjananda potrafił pracować ciężko i z oddaniem aż do 1971 roku.

Jego mottem było: "Służba z miłością i medytacja
dla wszystkich". Był naprawdę przykładną osobą, zawsze najpierw umieszczając
pomyślność innych. 2 sierpnia 1971 roku świadomie opuścił swoje śmiertelne ciało
w Sevayatan w Jhargram w stanie Bengal. Tysiące uczniów i wielbicieli zebrało się,
żeby oddać cześć tej wielkiej duszy.

3 Sierpnia

PEŁNIA

Kiedy matka tuli swoje dziecko, jest wypełniona szczęściem.

Kiedy dziecko czuje miłość swojej matki, w odpowiedzi uśmiecha się,

dając jej do zrozumienia, że jest szczęśliwe.

Ich porozumienie jest całkowite. W takich momentach matka i dziecko czują się jednym. Miłość zaczyna się od dwoistości
a kończy się jako pełnia.

Miłość nie może istnieć bez dualności, ale kiedy miłość wzrasta, dystans się zmniejsza.

Doskonała miłość to całkowita unia i absolutna pełnia z tym, kogo się kocha.

4 Sierpnia

ŚCIEŻKA MIŁOŚCI

Pierwszym krokiem jest kochać siebie i nabyć głęboką wiedzę o tym,
co jest wewnętrzną istotą naszej duszy.
Jeśli nie wiemy jak kochać siebie, nie możemy kochać innych.
Głębia w samopoznaniu i miłość bez granic są jednym i tym samym.
Prawdziwa miłość rodzi się ze zrozumienia.
Miłość jest równoznaczna z utożsamianiem się.
Kiedy utożsamienie się z ideałem jest całkowite, miłość jest spełniona.
Ścieżka miłości nie ma początku ani końca.

5 Sierpnia

JAK LOTOS

Nasze życie może być porównane do życia kwiatu lotosu.
Mimo że kwiat lotosu potrzebuje błota i wody w stawie aby rosnąć,
cały czas spogląda w stronę słońca. Błotnisty brzeg rzeki jest materialnym
wsparciem jakiego potrzebujemy aby przeżyć w świecie.
Woda jest miłością, która jest niezbędna dla wzrostu i emocjonalnego
spełnienia w naszym życiu. Jeśli mamy zakwitnąć ani materialna
satisfakcja ani emocjonalne wsparcie nie wystarczą.
Tak jak lotos musimy się skoncentrować na "duchowym słońcu",
po to żeby zachować naszą czystość i prawdziwe piękno.

6 Sierpnia

BIEGUNY MAGNETYCZNE

Ciało ma dwa bieguny: północny i południowy.
Reprezentują one ziemię i wszechświat.
Wraz z medytacją, ciało zostaje namagnetyzowane.
Północnym biegunem jest nasza boska manifestacja i południowym
biegunem jest nasza fizyczna reprezentacja.
Stopa reprezentuje nasze fizyczne ciało.
Kiedy masujemy stopę, masujemy całe nasze ciało.

7 Sierpnia

MAHABHARATA

W bitwie opisanej w Mahabharacie, stu Kaurawów symbolizuje nasze negatywne cechy: namiętność, niepokój, gniew,
ego, zazdrość, chciwość, etc.
Kaurawowie reprezentują również stały przepływ myśli w dziesięciu
różnych kierunkach, odnoszących się do pięciu organów postrzegania
i pięciu organów odpowiedzialnych za działanie.
Pandawowie stanowią rzadkie dobre cechy jakie posiadamy.
Pomiędzy Pandawami i Kaurawami odbywa się stała bitwa; jest to bitwa
pomiędzy naszymi pozytywnymi i negatywnymi cechami.

Czasami dobre cechy są spychane na margines i złe cechy rządzą.
Innym razem wygrywają dobre cechy.
Życie jest ciągłą walką pomiędzy naszymi dobrymi i złymi cechami.

8 Sierpnia

S I E D E M C Z A K R

Miliony kanałów nerwowych płynących z mózgu zbliżają się do siebie w pewnych punktach wzdłuż kręgosłupa. W tym momencie powstają nowe obwody, nowe pola magnetyczne. To właśnie są centra energii albo czakry.

Czakry nie mogą być dokładnie wskazane anatomicznie.

Są to subtelne centra energetyczne w kręgosłupie i w mózgu.

Jest siedem głównych czakr. W obecnych czasach wiąże się je również ze splotami.

Są to: muladhara, swadishthana manipura, anahata, visuddha, ajna i sahasrara.

Te czakry są środkami ludzkiej ewolucji i wyzwolenia.

9 Sierpnia

Z A R Z Ą D Z A N I E C Z A S E M

Bóg dał nam dwadzieścia cztery godziny każdego dnia.

Powinniśmy ten czas właściwie planować i dobrze go używać.

Wszyscy mamy cechy sattwiczne, radžasowe i tamasowe. Lahiri Mahasaja podzielił dwadzieścia cztery godziny na trzy ośmiogodzinne części.

Wielki Guru zachęcał nas do spędzenia ośmiu godzin na sattwiczych czynnościach, osiem godzin na radžasowych czynnościach i osiem godzin na tamasowych czynnościach. Odpowiednio przydzielił osiem godzin na pracę, osiem godzin na odpoczynek i rekreację oraz osiem godzin na spędzanie czasu z rodziną lub w medytacji.

Powinniśmy planować jak efektywnie używać naszego czasu i zachować stałe pory na wszystkie nasze czynności.

Powinniśmy ustalić niezmiennie godziny na modlitwę i medytację każdego dnia.

10 Sierpnia

C Z A K R A M E D Y T A C J I

Koncentrując się na manipura czakrze- czakrze pępka, udaje nam się skierować każdy nasz ruch w kierunku użytecznego celu, zamiast bezcelowo szukania wszędzie iluzorycznej satysfakcji. Medytacja na manipura czakrze rozwija naszą umiejętność

pozostawania spokojnym i pokojowo nastawionym.

Możemy zrobić postępy w każdym kierunku jaki wybierzemy, poprzez koncentrację i energię uzyskaną w tym centrum. Koncentrując się na czakrze pępka podczas medytacji, uzyskamy także kontrolę nad niepokojem.

Kierując nasze spojrzenie do wewnątrz, dostrajając je do naszego ogromnego, wewnętrznego piękna, dochodzimy do zrozumienia głębokiej duchowej Prawdy, leżącej wewnątrz.

11 Sierpnia

DOŚWIADCZENIE KONTRA TEORIA

Jeśli chcemy wyruszyć na pielgrzymkę w Himalaje, potrzebujemy mapy,
na której znajdziemy miejsca, które chcielibyśmy odwiedzić.
Mapa sprawia, że nasza podróż staje się łatwiejsza, zapobiega zgubieniu się.
Duchowa teoria jest jak mapa, ale patrząc na mapę nie uzyskamy
bezpośredniego doświadczenia Himalajów.
Dobrze jest znać teorię, ale bezpośrednie doświadczenie jest najlepsze.

12 Sierpnia

DUCHOWY RYNEK

Dzisiejszy świat stał się rynkiem "szkół duchowości".
Każdego dnia na rynku pojawiają się nowe "techniki duchowe",
a ludzie stają się coraz bardziej zaniepokojeni i zmieszani.
Często nauczyciel i uczniowie są ślepi i wędrują w ciemności.
Jakąkolwiek technikę praktykujemy, powinniśmy ją zweryfikować
uświadamiając sobie czy daje nam ona coraz więcej spokoju,
czy nie, więcej boskości, czy nie.
Tylko wtedy będziemy wiedzieli czy to jest nasza prawdziwa ścieżka duchowa.

13 Sierpnia

TOWARZYSTWO MISTRZA

Oświecony mistrz jest prawdziwym przyjacielem. Prawdziwy Mistrz prowadzi nas właściwą drogą, a nie zwodzi. Ci, którzy
nas zwodzą nie są Mistrzami.
Oświecony mistrz pomaga nam odkryć naszą prawdziwą "jaźń".
Kiedy już ją odkryjemy, stajemy się świadomi,
że dusza jest naszym prawdziwym wewnętrznym Mistrzem.
Z czystym umysłem i szczerym sercem, powinniśmy słuchać
zachęcającego nas głosu duszy. Jeśli w każdym momencie i w każdym oddechu kultywujemy świadomość duszy, na
pewno zrobimy postępy
na duchowej ścieżce i przezwyciężymy trudności jakie się na niej pojawiają.

14 Sierpnia

OSOBISTE DOŚWIADCZENIE

Doświadczenie każdego człowieka w medytacji jest całkowicie osobiste i nie może
być w żaden sposób wyrażone. Przypomina to karmienie niemowy wyborym jedzeniem i proszenie go o opisanie smaku.
Mimo, że niemowa nie może opisać smaku,
jego twarz wyraża przyjemność. Podobnie nasza twarz pokazuje czy medytujemy czy nie.
Nasza przemiana jest widocznym rezultatem tego, czego doświadczamy,
a my jesteśmy wewnętrznymi sędziami naszego własnego rozwoju.
Utrzymanie tego doświadczenia jest dodatkową pracą.

Zdobycie bogactwa może być łatwe, ale zachowanie go jest bardzo trudne.
Jedyną drogą do utrzymania tego co już zdobyliśmy, jest praktykować regularnie.
Poprzez regularną praktykę medytacji i koncentrację na czakrach, doświadczymy doskonałego zdrowia naszego ciała,
umysłu i duszy wraz z głębokim spokojem,
radością i trwałym szczęściem.

15 Sierpnia

WAŻNOŚĆ TERAŹNIEJSZOŚCI

Pamięć jest wynikiem naszych przeszłych doświadczeń. Myśli pochodzą z pamięci, natomiast pamięć formuje się poprzez doświadczenie. Pamięć jest istotnym elementem w naszym rozwoju. Zwykle jest tak, że ludzie lgną do wspomnień przeszłych wydarzeń. To powstrzymuje ich ewolucję. Nie zatrzymuj się na przeszłości. Ci którzy nie są przywiązani do przeszłości, są zajęci snuciem marzeń o przyszłości. Nie żyj marzeniami o przyszłości, przyszłość jest niepewna. Bardzo niewielu ludzi żyje w terażniejszości, tutaj i teraz. Cokolwiek się zmienia, automatycznie staje się częścią przeszłości, ale to co jest niezmiennie, jest zawsze terażniejszością. W momencie, w którym stajemy się zakorzenieni w mądrości i Prawdzie, będziemy żyli w terażniejszości. Czas stale płynie i nigdy nie pozostaje w bezruchu.

16 Sierpnia

MENTALNA KRIJA

Gdziekolwiek jesteśmy, w każdym momencie możemy praktykować mentalną Kriję. To bardzo proste – po prostu obserwuj oddech. Zrób oddech odrobinę dłuższy i głębszy, bez zatrzymywania go. Zachowaj koncentrację na ciemączku i równocześnie świadomie i rytmicznie oddychaj. Ten sposób praktykowania Krija jest pomocny, w momencie kiedy nie czujemy się dobrze. Mentalna Krija może być praktykowana nawet kiedy spacerujemy czy leżymy w łóżku. Jeśli praktykujemy szczerze, pozostając w świadomości Boga, strach i panika automatycznie znikną. To pomoże nam uniknąć negatywnych nawyków i zaadoptować się do pozytywnego stylu życia.

17 Sierpnia

BŁOGOŚĆ

Upaniszady uczą nas: "jesteśmy narodzeni z miłości, wznastamy w miłości i zlewamy się w jedno z miłością".
Ci którzy to rozumieją, czynią swoje życie spełnionym.
Jesteśmy narodzeni z błogości, żyjemy w błogości i powrócimy do błogości.
Doświadczaj miłości w każdym oddechu. Bądź zakotwiczony w Prawdzie.
Pozwól twojemu życiu być spełnionym poprzez zatopienie się w oceanie miłości.

18 Sierpnia

OBSERWUJ GRĘ UMYSŁU

Umysł jest największą przeszkodą, która przeszkadza nam w postrzeganiu Prawdy. Umysł ciągle przekazuje nam wiadomość "jestem ciałem, więc pozwól nam starać się nacieszyć się tym światem". Obserwuj grę twego umysłu.

Możemy kontrolować nasz umysł i zyskać nad nim władzę, racjonalnie poddając badaniu nasze myśli i decydując czy zaakceptować, czy też odrzucić pewien rodzaj naszych myśli. Ten proces angażuje stałą czujność. Będąc ciągle czujnymi i w pełni świadomymi naszego procesu myślowego, możemy zapanować nad umysłem.

19 Sierpnia

PANOWANIE NAD UMYSŁEM

Umysł jest specjalnym prezentem, który dostaliśmy od Boga.

Niestety wytrenowanie umysłu nie jest łatwe. Umysł jest doskonałym sługą, ale złym panem. Umysł może być źródłem ludzkiej ewolucji, ale może też sprawić, że człowiek pograży się poniżej ludzkiego poziomu. Umysł powinien być kontrolowany i trenowany tak, aby się stał źródłem ciągłej radości, a nie przyczyną cierpienia i nieszczęścia. Musimy prowadzić umysł i sprawiać, żeby był stale skupiony i skoncentrowany tak, abyśmy mogli osiągnąć całkowicie kontrolowany stan umysłu. Może być to osiągnięte poprzez praktykę medytacji oraz prowadzenie zrównoważonego życia w pełni Boskiej świadomości.

20 Sierpnia

POSZUKIWANIE SZCZĘŚCIA

Na świecie istnieją trzy typy ludzi. Niektórzy są jak osły, inni przypominają małpy, a jeszcze inni mają po prostu szczęście. Człowiek, który przypomina osła, pracuje bardzo ciężko i stara się ciągle osiągnąć więcej. Pracuje, żeby zarobić więcej pieniędzy, żeby kupić większy dom lub nowy samochód. Chce być szczęśliwy i bezpieczny na dłuższą metę. Tak jak osioł, który nosi wino a pije wodę, człowiek podobny do osła pracuje ciężko, nie zostawiając sobie czasu na to, żeby się nacieszyć chwilą obecną, przekłada nadzieję na szczęście na później. Człowiek podobny do małpy jest pełen życia, ale ciągle niespokojny, skacze z jednej gałęzi na drugą, szukając szczęścia, które mu się wymyka. Małpa nigdy nie przestaje się zastanawiać, mimo to skacze z jednej działalności do następnej. Szczęśliwy jest ten, kto wie jak się cieszyć wszystkim i znalazł klucz do trwałego szczęścia odczuwanego wewnątrz.

21 Sierpnia

ZINTEGROWANE MYŚLI, SŁOWA I DZIAŁANIA

Zdarza się, że ludzie mogą postrzegać nasze wypowiedzi jako kłamstwa.

Musimy sprawdzać siebie i określać na bieżąco czy jesteśmy wiarygodni czy nie.
To my w pierwszym rzędzie musimy interpretować prawdę we właściwy sposób.

Możemy się mylić, ale w rezultacie to nasz sąd przeważa.

Prawda musi być zawarta w każdej myśli, słowie i czynie.

Jeśli myślimy jedno, mówimy coś innego i kończymy robiąc coś całkiem różnego, spowoduje to jedynie udramę i wewnętrzny konflikt.

22 Sierpnia

B O S K A Ś W I A D O M O Ś Ć

Człowiek, który kocha Boga, odkryje swoje błędy poprzez introspekcję,

a następnie stanie się wystarczająco silny, żeby je przewyciężyć.

Jakkolwiek jeśli popełniamy błąd będąc zanurzonymi w Bogu, Bóg sam pomoże

nam go skorygować. Posłuchaj historii o Panu Krysznie: Pewna mleczarka

przygotowywała posiłek, a ponieważ jej umysł był zanurzony w Panu Krysznie,

posoliła danie dwukrotnie. Kiedy zdała sobie z tego sprawę, ponownie pomyślała

o Krysznie, następnie podała posiłek na stół, ofiarowując go Krysznie.

Historia dalej mówi, że jej teść zjadł danie, ale zamiast narzekać, bardzo je docenił, mówiąc, że było smaczniejsze niż

zwykle. Mleczarka mogła wydawać się nieuważna,

ale w rzeczywistości jej umysł był skoncentrowany, był zanurzony w Panu Krysznie. Zachowaj swój umysł zanurzony w

stanie świadomości Boga.

23 Sierpnia

P R Z Y W I E R A J A Ć D O B O G A

Kiedy małpy skaczą z jednego drzewa na drugie, małe małpiątka, żeby nie spaść, trzymają się kurczowo matki. W tym wypadku odpowiedzialność spoczywa na małych małpiątkach. Podobnie, wielbiciele którzy trwają w Bogu, rozważają

wszystko inne jako niestałe, ich odpowiedzialnością jest trzymać się mocno Boga.

Są to poszukiwacze na ścieżce wiedzy.

24 Sierpnia

R Y T M B O S K I E G O S T W O R Z E N I A

Bóg jest nieskończony. Jego pieśń jest nieskończona.

Jego pieśń istniała na długo wcześniej przed procesem stworzenia.

Jego pieśń jest wieczna. Kiedy medytujemy, możemy usłyszeć jego pieśń.

Kiedy w głębokiej medytacji celowo słuchamy boskiej pieśni, zapominamy o swoim własnym istnieniu. Kiedy wchodzimy

głębiej w ciszę i równocześnie zaczynamy

rytmicznie oddychać, wtedy ciało staje się instrumentem muzycznym, a nasz oddech wytwarza muzykę. Stworzenie

manifestuje swoje piękno w rytmie,

przynosząc radość i szczęście o każdej porze roku i w każdym dźwięku,

jest obecne w ryku lwa i w brzęczeniu owada.

Jeśli słuchamy z ponawianym wglądem, zdobędziemy doświadczenie.

25 Sierpnia

NETI NETI

Neti neti Neti neti znaczy "nie to, nie tamto". To jest ścieżka negacji.
Poprzez tą analityczną metodę, wszystko co nie jest związane z Bogiem,
jest oddzielane, a to co pozostaje, jest Bogiem. Duchowy poszukiwacz na tej ścieżce używa swojego własnego intelektu
do wnioskowania i oddziela widzącego od wizji.
Poszukiwacz odróżnia ciało, umysł, intelekt i ego jako oddzielne od duszy,
Najwyższej Jaźni. To jest inny sposób na doświadczenie Ostatecznej Rzeczywistości.

26 Sierpnia

NIRVIKALPA

Kiedy węzeł stworzenia brahmagranthi jest zaciągnięty, w momencie kiedy uzyskujemy kontrolę nad trzema niższymi
centrami energetycznymi,
zaczynamy widzieć obecność boskiej energii, która manifestuje się wszędzie.
Jeśli pójdziemy trochę wyżej, możemy postrzegać boską obecność mając oczy otwarte lub zamknięte. W tym momencie
staje się to wrodzonym i naturalnym odruchem.
Po pewnym czasie dosiegamy szczytu i zdajemy sobie sprawę, że zawsze byliśmy
związani z Bogiem, że nie jesteśmy oddzieleni i nigdy nie byliśmy.
Kiedy pójdziemy jeszcze wyżej, osiągniemy stanu nirvikalpa samadhi.
W momencie w którym osiągniemy ten stan, staniemy się wolni od wszystkich wewnętrznych przywiązań i żyjemy na
świecie jako wolna dusza.
Czy tracimy naszą indywidualność w tym stanie? Przeciwnie,
osiągamy prawdziwą indywidualność i odkrywamy kim naprawdę jesteśmy.

27 Sierpnia

STAN BRAKU PRZYWIĄZANIA

Nie przywiązywanie się jest umiejętnością całkowitego docenienia czegoś,
bez przyłgnięcia do tego w sposób zaborczy. Jeśli pewnego dnia odwiedzimy pełne spokoju, piękne miejsce, z daleka od
hałasu miasta, a następnego dnia musimy wyjechać, powinniśmy wyjechać pozostając w szczęściu, zadowoleni w
naszych sercach, że mieliśmy możliwość poznać takie właśnie miejsce. Powinniśmy cieszyć się czasem,
który tam spędziliśmy i nauczyć się iść naprzód, kiedy nadchodzi czas wyjazdu.
To jest stan braku przywiązania. Z drugiej strony, jeśli przywiążemy się do tego miejsca,
w dniu wyjazdu będziemy odczuwać ból. Jeśli będziemy mieli sentyment do jakiejś osoby, miejsca lub rzeczy, część nas
pozostanie przywiązana, a my nie będziemy całością.
Jeśli chcemy żyć spełnionym życiem, musimy być wolni od tej formy przywiązania.
Ciesz się wszystkim, ale powstrzymuj się od chęci posiadania.
Mój Guru nauczył mnie pozostawać współczująco nieprzywiązanym.
W momencie, w którym stajemy się emocjonalnie przywiązani, zaczynamy mieć problemy.

28 Sierpnia

SŁUŻENIE BOGU

Istnieją dwa sposoby kontrolowania naszych myśli. Możemy dojść do poziomu bez myśli, tak jak w medytacji, albo możemy użyć naszych myśli tylko do kochania i służenia Bogu. Ponieważ nie możemy przez cały dzień medytować z zamkniętymi oczami,
znacznie praktyczniej jest poświęcić nasze myśli i całe nasze życie służbie Bogu.

29 Sierpnia

Z D R O W E O D Ź Y W I A N I E

Żywność jest źródłem energii, odżywia organizm i podtrzymuje życie.

Żywność i napoje nie tylko zaspokajają głód, ale mogą również sprowadzić na nas zdrowie lub chorobę. Niestety wielu ludzi je nie mając celu.

Żyją aby jeść, w momencie kiedy inni jedzą tylko po to, aby żyć. W przypadku człowieka tak niezdyscyplinowanego, "jedzenie je człowieka", a uboga dieta powoduje chorobę.

Wiele osób jest obecnie dietetycznie uświadomionymi.

Ciągle jednak na temat odżywiania jest wiele kontrowersji i zamieszania.

Zamiast długo debatować powinniśmy odżywiać się prosto, ale za to wkładać więcej wysiłku w to, żeby być coraz bardziej zanurzonymi w boskiej świadomości.

Prosty przepis na zdrowe odżywianie jest następujący: najlepszą żywnością dla nas jest taka, którą najłatwiej możemy strawić. Spróbuj wybrać żywność,

która jest czysta, naturalna, niezepsuta i zdrowa. Jedzmy powściągliwie i tylko wtedy,

gdy jesteśmy rzeczywiście głodni. Starajmy się jeść uwzględniając regularne przerwy między posiłkami. Jeśli dokładnie przeżuujemy naszą żywność,

ślina będzie mogła rozpocząć proces trawienia, a nasze ciało lepiej przyswoi żywność. Kiedy jemy, musimy pamiętać, że jedzenie jest żyjącą mocą Boga.

30 Sierpnia

O B S E R W O W A N I E C I S Z Y

Kiedy byłem młody, codziennie aż do wyznaczonej godziny obserwowałem ciszę.

Kiedy dawałem wykłady, po zakończeniu pracy przestawałem mówić.

Unikaj beczynnego, egoistycznego paplania czy kłócenia się. Ci, którzy mówią za dużo, nie mogą medytować. Nasze słowa powinny być użyteczne i właściwie wyrażane. Obserwuj oddech. Zachowaj wewnętrzną ciszę. Zawsze pozostawaj w świadomości Boga.

31 Sierpnia

O F I A R O W A N I E Ź Y W N O Ś C I B O G U

Modlitwa jest wielkim oczyszczaniem. Nie jedz bez wcześniejszej modlitwy i ofiarowania żywności Bogu. Podziękuj Bogu, a także rolnikom i pracownikom, którzy pomogli dostarczyć jedzenie na stół.

Jedzenie jest darem Boga i Matki Ziemi.

Nigdy nie marnuj pożywienia, najedz się do syta, ale nigdy nie wyrzucaj jedzenia, to hańba dla Boga. Poprzez modlitwę i wdzięczność,

nasz umysł będzie oczyszczony, a nasze jedzenie stanie się czyste