

Invocation before commencement :

("Lord Master, it is through repeating the name and it is thy voice, sound pronunciation and distribution please adjust stabilize and bless us all with thy grace and guidance.)

6-00 to 6-30

Master . . . Namaskaram

Master M.B.S, M.N, C.V.V. Namaskaram.

Master's Adjustment,

Master's Blessings,

I and my Master are one identity,

I and my partner . . . are 'One Whole'

Master 'we', J.K.M., Be C.V.V.

Master's own adjustment,

Master's Blessings

"Please Master kindly connect 'me' to the new direct line working and make 'me' fit to realize Brahman, the Satya, Nitya, Amruta, pure, Marry Life rupam and liberate 'me' to attain independency in this life"

Olidere working for Occidere formation.

6-30 - 6-35

Master Namaskaram.

Master's Adjustment

Please master adjust stabilize bless us with health and strength, with stability and confidence, socially, physically, mentally, spiritually, eternally and truly with prosperous life in us and in creation.

“పరమాత్మా! పరబ్రహ్మ!! తేజోమయా!!! నాదేహమును, మనస్సును, ఆత్మను, తమకు అర్పణము చేయుచున్నాను. ఈకింకరుని తమ దాసానదాసునిగా అంగీకరించి, ఉద్ధరించి, దేహ, మన, ఆత్మయుతుడనయిన నన్ను పవిత్రునిచేసి, తమ దివ్య సంకల్పమగు లోక కల్యాణము నందు తమరు నాకు నియోగించిన ధర్మమును నెరవేర్చుటకు తగిన వానినిగా, అర్హునిగా చేయుడు.”

6-30 నుండి 6-35 వరకు

“భగవాన్ మీ కరుణను ధరించి, భరించి నాలోపల ఇముడ్చుకొనుటకుతగిన సామర్థ్యమును శక్తిని ఇచ్చి అవసరమైన శరీర నిర్మాణమును చేయుచు తమ సంకల్ప ప్రకారము ఈ కరుణను దయతో వినియోగించి నా సాంఘిక, శారీరక, మానసిక, అధ్యాత్మిక, పురోగతిని ప్రసాదించిఉద్ధరింపుడు.

(G.P. 3)

6-00 to 6-30

“ప్రభూ తమ దివ్య కరుణామృతమును మాకు ప్రసాదించి మాకు గల శారీరక, మానసిక, బాధలను, వ్యధలను నివారించి భౌతిక సంబంధమైన ఈతిబాధలను తొలగించి ఆయురారోగ్య ఆనంద సంతోష ఉత్సాహములను ప్రాదించి ఎప్పటి కప్పుడు స్థూల, సూక్ష్మ, మానసిక, బుద్ధి, నిర్వాణ, పరనిర్వాణ, మహాపర నిర్వాణ, దేహములయందు కావలసిన మార్పులను, చేర్పులను, నూతన నిర్మాణములను చేసి పరిశుద్ధుని, పరిపూర్ణుని చేసి స్థిరత్వమును ప్రసాదించి తమ దివ్య సంకల్పమగు లోక కల్యాణము నందు తమరు మాకు నియోగించిన ధర్మమును నెరవేర్చుటకు తగిన వారలనుగా అర్హులనుగా చేయుడు.”

6-30 నుండి 6-35 వరకు

“భగవాన్ మీ కరుణను ధరించి, భరించి నాలోపల ఇముడ్చుకొనుటకుతగిన సామర్థ్యమును శక్తిని ఇచ్చి అవసరమైన శరీర నిర్మాణమును చేయుచు తమ సంకల్ప ప్రకారము ఈ కరుణనుదయతో వినియోగించి నా సాంఘిక, శారీరక, మానసిక, అధ్యాత్మిక, పురోగతిని ప్రసాదించిఉద్ధరింపుడు.”

ప్రతి రోజు పై మూడు జనరల్ ప్రాక్టీస్ నామములలో ఒక దానిని ఉదయము, రెండవ దానిని సాయంత్రం చేసుకొనుట మంచిది. ఇవి మూడు సంకల్పములే. ఇవి కాక మరి కొన్ని జనరల్ ప్రాక్టీస్ సంకల్పములు కూడా కలవు. అవి కూడా తెలుసుకొని చేయ వచ్చును.

daily twice at 6.A.M. and at 6 P.M.

(10 minutes before attend and sit quite and have an idea about the aim of the yoga.)