**This Is Worth Doing In Life**

**Isso Vale a Pena Fazer na Vida**

Questioner : What is the most important thing a human being should do in this life?

Interlocutor: Qual é a coisa mais importante que um ser humano deve fazer nesta vida?

Dadashri : To speak that which arises in the mind. If your intent to speak about anyone is associated with negativity in the mind, then you have to do pratikraman—the three- component process of recall of error, repentance along with asking for forgiveness and decision never repeat the error. You should do the pratikraman with Dada Bhagwan as your witness. This body that you see in front of you is not Dada Bhagwan. This body is named A.M. Patel of Bhadaran. Dada Bhagwan is the omniscient one, the Lord of the universe, manifest within this body. Pratikraman should be done in his name as follows:

Dadashri: Para falar o que surge na mente. Se sua intenção de falar sobre qualquer um está associado à negatividade na mente, então você tem que fazer pratikraman - o processo triplo composto da lembrança de erro, o arrependimento juntamente com o pedido de perdão e a decisão de não repetir o erro. Você deve fazer o pratikraman com Dada Bhagwan como sua testemunha. Este corpo que você vê na sua frente não é Dada Bhagwan. Este corpo é nomeado A.M. Patel de Bhadaran. Dada Bhagwan é o onisciente, o Senhor do universo, manifestado dentro deste corpo. O pratikraman deve ser feito em seu nome como se segue:

“Dear Dada Bhagwan, my mind has become soiled and for that I am asking for forgiveness. Please forgive me!”

"Querido Dada Bhagwan, minha mente tornou-se suja e por isso eu estou pedindo perdão. Por favor me perdoe!"

I too do pratikraman invoking His name.

Eu também faço pratikraman invocando o Seu nome.

**Purity Through Repentance**

**Pureza Através do Arrependimento**

Questioner : In life, one has no choice but to do karma. What should one do when negative karma—deeds happen knowingly or unknowingly?

Interlocutor: Na vida, não se tem escolha a não ser fazer karma. O que se deve fazer quando ações de Karma negativo ocorrem, com ou sem conhecimento?

Dadashri : For anything that happens, there is a remedy. Once a misdeed has been committed, repentance should follow immediately. You must repent wholeheartedly and sincerely. After such repentance, should it happen again, there is no need to worry; just repent again. You are not aware of the science behind all this; you may feel that despite your repentance, the negative deeds do not stop. There is a science behind the fact that it does not cease. Therefore, you should simply carry on repenting. All the karma of the one who repents wholeheartedly are washed away. If you hurt someone, then you must repent.

Dadashri: Para tudo que acontece há um remédio. Uma vez que um mau ato foi cometido, o arrependimento deve ocorrer imediatamente. Você deve arrepender-se de todo o coração e com sinceridade. Após esse arrependimento, caso aconteça novamente, não há necessidade de se preocupar; apenas arrependa-se novamente. Você não está ciente da ciência por trás de tudo isso; você pode sentir que, apesar de seu arrependimento, as ações negativas não param. Existe uma ciência por trás do fato de que ele não cessa. Portanto, você deve simplesmente continuar a arrepender-se. Todo o karma de quem se arrepende de coração é eliminado. Se você ferir alguém, então você deve se arrepender.

**What Is Atikraman?**

**O Que é Atikraman?**

All day long if there has been any wrong interaction with anyone, then it becomes readily apparent to you. Does one know this or not?

Durante o dia todo, se houve qualquer interação errada com qualquer pessoa, isso se torna facilmente perceptível para você. Alguém sabe isso ou não?

So the vyavahar—interaction with another being through thoughts, speech and acts—that one does is called kraman neutral deeds— deeds which do not bind new karma. Kraman means vyavahar. Now if you did something wrong with anyone, you will know that you spoke some harsh words and misbehaved with this person, would you not know that? That is called atikraman aggression in thoughts, speech and acts.

Atikraman is to walk on the wrong path and pratikraman is to retrace your footsteps by the exact distance.

Então o vyavahar – interação com outro ser através de pensamentos, palavras e atos – que a pessoa faz é chamado kraman - atos neutros, atos que não acarretam novo karma. Kraman significa vyavahar. Agora, se você fez algo de errado com alguém, você vai saber que você falou algumas palavras duras e se comportou mal com essa pessoa, você saberia disso? Isso é chamado de atikraman - agressão em pensamentos, palavras e atos.

Atikraman é andar no caminho errado e pratikraman é refazer seus passos na mesma distância.

Pratikraman Means To Refrain From Sin

Pratikraman Significa abster-se do Pecado

Dadashri : What is the meaning of pratikraman? Do you know that?

Dadashri: Qual é o significado de pratikraman? Você sabe isso?

Questioner : No.

Interlocutor: Não.

Dadashri : Tell me whatever you know about it.

Dadashri: Diga-me o que você sabe sobre isso.

Questioner : To return and reverse from that which is sinful.

**Interlocutor**: Para voltar e reverter do que é pecaminoso.

Dadashri : To return and reverse from a sin! What wonderful justice the Lord has rendered, that to return and reverse from sin is called pratikraman! But sins are still there. What is the reason for that?

Dadashri: Para voltar e reverter um pecado! Que justiça maravilhosa o Senhor tem prestado, que para voltar e reverter do pecado é chamado pratikraman! Mas pecados ainda estão lá. Qual é a razão para isso?

Questioner : Please explain this to us. First is alochana recall of the mistake, second is pratikraman repentance and asking for forgiveness and the third is pratyakhyan resolution never to repeat the mistake. These three words are not quite clear to me.

**Interlocutor:** Por favor, explique isso para nós. Primeiro é alochana, lembrança do erro, segundo é pratikraman - arrependimento e o pedido de perdão e o terceiro é pratyakhyan, resolução para nunca mais repetir o erro. Estas três palavras não estão muito claras para mim.

Dadashri : Pratyakhyan means I am abandoning, renouncing that thing-mistake. If you want to renounce anything then you have to do pratyakhyan.

Dadashri: Pratyakhyan significa que estou abandonando, renunciando a essa coisa-engano. Se você quer renunciar a qualquer coisa, então você tem que fazer pratyakhyan – arrependimento. A resolução de nunca repetir o erro seria pratyakhyan?

Questioner: Pratikraman would be to repente. Is pratyakhyan to resolver never to repeat the mistake?

Interlocutor: Pratikraman seria arrepender-se. Seria pratyakhyan resolver nunca mais repetir o erro?

Dadashri : Yes. Repentance is called pratikraman. Once pratikraman is done, the atikraman of that type will not occur again. To vow, ‘I will never do that again. I promise that I shall not repeat the mistake again’, is called pratyakhyan. When you do pratyakhyan in this way, in your mind, one layer of karma will be shed. And if the same atikraman should occur again, it is because of another layer of karma, so you should not panic but continue with your pratikraman.

Dadashri: Sim. Arrependimento é chamado pratikraman. Uma vez que pratikraman é feito, o atikraman desse tipo não irá ocorrer novamente. Ao fazer o voto ~Eu nunca vou fazer isso novamente. Eu prometo que não vou repetir o erro novamente", é chamado pratyakhyan. Quando você faz pratyakhyan desta forma, em sua mente, uma camada de karma será retirada. E se o mesmo atikraman ocorrer novamente, é por causa de uma outra camada de karma, então você não deve entrar em pânico, mas continuar com o seu pratikraman.

Questioner : Is the forgiveness to be asked within the mind only?

**Interlocutor:** O perdão é para ser pedido apenas na mente?

Dadashri : Yes, you should ask for forgiveness.

If someone hurls insulting words and this results in an inner reaction of hurt, and if you constantly feel that it is your own mistake and you keep doing pratikraman then it is considered the greatest Gnan of the Lord. This itself will liberate you. Only this word, if one abides by only this one sentence of ‘ours— Gnani Purush and the fully enlightened Lord within’ then he will attain moksha final liberation.

Dadashri: Sim, você deve pedir perdão.

Se alguém lança insultos e isso resulta em uma reação interna de dor, e se você sente constantemente que é por seu próprio erro e você continuar fazendo pratikraman, então isso é considerado o maior Gnan do Senhor. Isso por si só irá libertá-lo. Só esta palavra, se alguém se obriga a esta única frase do "nosso - Gnani Purush e do Senhor plenamente iluminado interior ', então ele alcançará moksha, a libertação final.

**This Is How Pratikraman Is To Be Done**

**É assim que Pratikraman Deve Ser Feito**

One has to learn pratikraman, whereas atikraman is learnt automatically. If one wants to hurt someone one does not need to go to school to learn that, one has already learnt that by observing others. Now if you do atikraman then you must do pratikraman. You don’t have to do pratikraman in routine vyavahar worldly interaction. It is just that if you make fun of anyone or hurt anyone that is atikraman, so you have to do pratikraman for that.

A pessoa tem que aprender pratikraman, enquanto atikraman é aprendido automaticamente. Se alguém quiser ferir alguém não é preciso ir à escola para aprender como, a pessoa já aprendeu isso observando os outros. Agora, se você faz atikraman então você deve fazer pratikraman. Você não tem que fazer pratikraman na interação mundana rotineira de vyavahar. É justo que se você fizer bullying ou ferir alguém, isso é atikraman, então você tem que fazer pratikraman para isso.

Questioner : How does one do pratikraman?

Interlocutor: Como se faz pratikraman?

Dadashri : If you have attained the Self, You will become aware of the Self within the other person. It is precisely the Self within that person that you must address. Otherwise, you can invoke the Lord and do the pratikraman by saying, “O Lord! I repent for my mistake. I ask for your forgiveness and resolve never to repeat it.” That is all. If you make a mistake, you would know immediately, wouldn’t you?

Dadashri: Se você tiver alcançado o Ser, Você vai se tornar ciente do Ser dentro da outra pessoa. É precisamente ao Ser dentro dessa pessoa que você deve se dirigir. Caso contrário, você pode invocar o Senhor e fazer o pratikraman, dizendo: "Ó Senhor! Arrependo-me pelo meu erro. Eu peço o seu perdão e resolvo nunca mais repeti-lo. "Isso é tudo. Se você cometer um erro, você saberia imediatamente, não é?

Questioner : Yes.

Interlocutor: Sim

Dadashri : If you did pratikraman for that, it washes away.

Dadashri: Se você fez pratikraman para isso, ele é eliminado.

Questioner : Does the sin really get washed away?

Interlocutor: Será que o pecado realmente é eliminado?

Dadashri : Yes, yes of course it will! After pratikraman, the fault will not remain. Even a massive karma will appear as though it were a burnt rope in the form of ashes, which crumble and disperse at the slightest touch.

**Dadashri**: Sim, sim, claro que será! Após pratikraman, a falha não permanecerá. Mesmo um karma massivo aparece como se fosse uma corda queimada sob a forma de cinzas, que se desfazem e se dispersam ao menor toque.

Questioner : And how should I repent? Should it be done openly so that it is visible to others or from within, in my mind only?

Interlocutor: E como devo me arrepender? Isso deve ser feito abertamente para que seja visível para os outros ou a partir de dentro, apenas em minha mente?

Dadashri : In the mind only! You should remember Dadaji, apologize for your mistake, and resolve never to do it again. In doing this the pain will be erased and the mistake destroyed. If you fail to do this, your mistakes will accumulate. I have given you this weapon; this pratikraman is a big weapon. This is the one greatest weapon to fracture the bondages of entire world. The world is perpetuated due to atikraman and it dissolves through pratikraman. This is the thing. Atikraman means the fault is committed. You realized that, so you should ‘shoot-at-sight’ this fault. Shoot the fault the moment you see it.

Akram Vignan is the only path of its kind that allows you to see your own faults and shoot them as they appear, destroying them completely.

Dadashri: Apenas na mente! Você deve se lembrar de Dadaji, pedir desculpas por seu erro, e resolver nunca fazê-lo novamente. Ao fazer isso, a dor será apagada e o erro destruído. Se você falhar em fazer isso, seus erros se acumulam. Eu vos dei essa arma; o pratikraman é uma grande arma. Esta é a maior arma para quebrar as escravidão de todo mundo. O mundo é perpetuado devido à atikraman e dissolve-se através de pratikraman. É isso. Atikraman significa que a falta é cometida. Você percebeu isso, portanto você deve “atirar ao avistar” este pecado. Atire no pecado no momento que você o vê.

Akram Vignan é o único caminho do seu tipo que permite que você veja suas próprias falhas e atirar nelas assim que aparecem, destruindo-as totalmente.

**Shoot-On-Sight Pratikraman**

**Atire-ao-Avistar Pratikraman**

Why do we quickly attempt to remove the stain of spilt coffee from our clothing?

Por que nós rapidamente tentamos remover a mancha do café derramado de nossa roupa?

Questioner : To remove the stain.

Interlocutor: Para remover a mancha.

Dadashri : Likewise, one must wash away the internal stain the moment it happens. The slightest kashaya—anger-pride-deceit- greed that arises has to be washed away instantly and thus it remains beautiful and clean.

Ours is the shoot-on-sight pratikraman. All ‘our-Dada’ clothes have been cleansed. Pratikraman is when all the stains atikraman are removed and the clothes are immaculately clean.

**Dadashri**: Da mesma forma, deve-se lavar a mancha interna no momento em que ocorre. O menor kashaya - -ira-orgulho-engano-ganância que surge tem que ser eliminados imediatamente e, portanto, continua bonito e limpo.

O nosso é o atire-ao-avistar pratikraman. Todas roupas de “nosso-Dada “ foram limpas. Pratikraman é quando todas as manchas atikraman são removidas e as roupas ficam impecavelmente limpas.

However, many of your faults you are able to see, that many faults will decrease. This lady (Niruben) here is able to see five hundred of her faults a day, so why are others not able to see their own faults? Something is still lacking, surely it is not because they have become completely faultless that they cannot see their faults.

No entanto, muitas de suas falhas você é capaz de ver, estas muitas falhas irão diminuir. Esta senhora (Niruben) aqui é capaz de ver quinhentas de suas falhas por dia, então por que os outros não são capazes de ver suas próprias falhas? Algo ainda está faltando, certamente não é porque eles se tornaram completamente sem falhas que não podem ver as próprias falhas.

The Lord has emphasized the need to do pratikraman daily but people do it once a year during Paryushan—Jain religious event of eight days. The Lord asked one to be a true merchant and to keep the account in your record book for the entire day, tallying the ledger in the evening. If one were to log everything just once a year, how would he manage to remember all his accounts and set his books straight? If an error happens, erase it right then and there through pratikraman and in the evening see it all in the balance sheet.

O Senhor tem enfatizado a necessidade de se fazer pratikraman diariamente, mas as pessoas fazem isso uma vez por ano durante Paryushan-Jain, evento religioso de oito dias. O Senhor pediu a alguém para ser um verdadeiro comerciante e manter a conta em seu livro de registro o dia inteiro, registrando a contabilidade à noite. Se fosse para registrar tudo apenas uma vez por ano, como ele iria conseguir lembrar de todas as contas e lançar corretamente em seus livros? Se um erro ocorre, apague-o imediatamente através de pratikraman e à noite veja tudo no balancete.

**Kraman, Atikraman, Pratikraman !**

**Kraman, Atikraman, Pratikraman!**

How has the world come into existence? It is because of atikraman (aggression in thoughts, speech and acts). Kraman (neutral deeds - deeds which do not have any good or bad implications) alone does not cause any problems. For example, if we damage someone’s property and compensate him for the damage, it is not considered atikraman and so pratikraman is not needed. But to blame someone else for the damage to his property is atikraman. Atikraman is always taking place, so you have to do pratikraman. Any activity that takes place as a normal activity is simply kraman and there is no problem with that.

Como é que o mundo veio à existência? É por causa de atikraman (agressão em pensamentos, palavras e atos). Kraman (atos neutros - atos que não têm quaisquer implicações boas ou más) sozinho não causa quaisquer problemas. Por exemplo, se danificar a propriedade de alguém e compensá-lo pelos danos, isso não é considerado atikraman e assim pratikraman não é necessário. Mas culpar alguém pelos danos à sua propriedade é atikraman. Atikraman está sempre acontecendo, então você tem que fazer pratikraman. Qualquer atividade que ocorre como uma atividade normal é simplesmente kraman e não há nenhum problema com isso.

Questioner : How do we know if we have done atikraman?

Interlocutor: Como sabemos se fizemos atikraman?

Dadashri : You will know and so will the other person. You will perceive it from the expression on his face and you will feel it too. It will affect you both. That is why pratikraman must be done.

Anger, pride, attachment and greed are all considered atikraman. If you do pratikraman immediately after atikraman, your anger, pride, attachment and greed will disappear. The worldly life is created by atikraman and destroyed by pratikraman.

Dadashri: Você vai saber assim como a outra pessoa. Você vai perceber pela expressão em seu rosto e você vai sentir isso também. Afetará a vocês dois. É por isso que pratikraman deve ser feito.

Raiva, o orgulho, apego e ganância são todos considerados atikraman. Se você fizer pratikraman imediatamente após atikraman, sua raiva, orgulho, apego e ganância desaparecerão. A vida mundana é criada por atikraman e destruído por pratikraman.

**The Science Of Pratikraman**

**A ciência de Pratikraman**

Questioner : If something happens that we do not like and endure suffering, do you call that pratikraman?

Interlocutor: Se algo acontece que nós não gostamos e nos dão o sofrimento, você chama isso pratikraman?

Dadashri : No. You do not have to tolerate, you should do pratikraman. Pratikraman means if a person insults you, you should understand that who the real culprit is behind the insult? Is it the one who insults or is it the one who feels insulted? This should be determined first. You must understand that the person who insults you is not at fault, even in the slightest degree. He is merely a nimit instrument and it is because of your own karma, which is unfolding, that you are brought together with him. The fault is your own and you must do pratikraman if you harbor any negative feelings towards him. You do not have to do pratikraman if you have no ill feelings towards him or if you feel a sense of obligation to him for being instrumental in the discharge of your karma. When a person is unpleasant or abusive towards you, you should look upon the incident as being your own account and see him as a nimit—instrumental evidence. Even a pickpocket is instrumental evidence that settles your karmic account. All disputes arise because people blame the instrument.

Dadashri: No. Você não tem de tolerar, você deve fazer pratikraman. Pratikraman significa que se uma pessoa insulta você, você deve entender que quem é o verdadeiro culpado por trás do insulto? É aquele que insulta ou é quem se sente insultado? Isto deve ser determinado em primeiro lugar. É preciso compreender que a pessoa que insulta você não tem culpa, mesmo no menor grau. Ele é apenas um instrumento nimit e é por causa do seu próprio karma, que está se desdobrando, que vocês estão reunidos. A culpa é sua e você deve fazer pratikraman se abrigar qualquer sentimento negativo em relação a ele. Você não deve fazer pratikraman se você não tem maus sentimentos em relação a ele ou se você sentir uma sensação de obrigação para com ele por ser instrumental na descarga do karma dele. Quando uma pessoa é desagradável ou abusiva para com você, você deve olhar para o incidente como sendo a sua própria conta e vê-lo como um nimit- evidência instrumental. Mesmo um batedor de carteiras é uma evidência instrumental que acerta sua conta cármica. Todos os litígios surgem porque as pessoas culpam o instrumento.

**There Is No Suffering, Where There Is No Fault**

**Não há Sofrimento, Onde não há Falha**

Whenever you hurt someone even slightly, you must accept the fault as your own. You will know that you have hurt him because you will feel uneasy from within. You can see that the other person’s mistake is evident because he is suffering, but you too are at fault because you became instrumental in his suffering. Why does ‘Dada’ have no suffering? It is because he has no more mistakes. If someone gets hurt or affected by your mistakes, you should immediately do pratikraman in your mind and settle the matter. If you are at fault then it can remain pending but you must do pratikraman instantly, cash pratikraman. And if you commit a fault because of someone else then also you must do alochana, pratikraman and pratyakhyan. Also if someone else commits a fault against you, you have to do pratikraman.

Sempre que você ferir alguém, mesmo levemente, você deve aceitar a falha como sua própria. Você vai saber que você o magoou porque você vai se sentir desconfortável por dentro. Você poderá ver que esse erro da outra pessoa é evidente porque ele está sofrendo, mas você também está em falta porque você se tornou instrumental para o seu sofrimento. Por que "Dada" têm nenhum sofrimento? É porque ele não tem mais erros. Se alguém se machucar ou for afetado por seus erros, você deve imediatamente fazer pratikraman em sua mente e acertar a questão. Se você está em falta isso pode continuar pendente, mas você deve fazer pratikraman instantaneamente, pratikraman à vista. E se você cometer um erro devido a outra pessoa, então você também deve fazer alochana, pratikraman e pratyakhyan. Além disso, se alguém comete uma falta contra você, você tem que fazer pratikraman.

You should maintain awareness in every step of daily living. The inner component of anger, pride, attachment and greed within you will continue to create new karmic accounts without fail. And it is against these very components that you have to do instant pratikraman and erase everything. You cannot afford to let this business of binding karma continue. This is actually a cash business.

Você deve manter a consciência em cada passo da vida diária. O componente interno de raiva, orgulho, apego e ganância dentro de você continuará a criar novas contas cármicas. E é contra esses mesmos componentes que você tem que fazer pratikraman instantâneo e apagar tudo. Você não pode se dar ao luxo de deixar que esse negócio de juntar karma continuar. Este é realmente um negócio à vista.

Questioner : But the mistakes we make now, are they not from our past life?

Interlocutor: Mas os erros que cometemos agora, não são de nossa vida passada?

Dadashri : These mistakes are the results of the very demerit karma paap that you committed in your past life. Not only do people not destroy their mistakes in this life, but they also go on increasing them. In order to destroy a mistake, you must accept it and regard it as a mistake. You cannot go on protecting it. This is the key the Gnani gives you to solve all your problems. It can open up the most difficult of locks.

Your work will be done when you will destroy your mistakes. Or else if Gnani Purush can save you from drowning then it can happen. Gnani Purush can save you. If you ask, “Save me”, then he can save you. He does not charge a fee. This is an invaluable priceless thing. So there is no cost for this. Invaluable!

Dadashri: Estes erros são os resultados da paap - karma de demérito - que você cometeu em sua vida passada. Não só as pessoas não destroem seus erros nesta vida, mas também continuam a aumentá-los. A fim de destruir um erro, você deve aceitá-lo e considerá-lo como um erro. Você não pode ir protegendo-o. Esta é a chave que o Gnani dá a você para resolver todos os seus problemas. Ela pode abrir a mais difícil das fechaduras.

Seu trabalho estará feito quando você destruir seus erros. Ou então, se o Gnani Purush puder salvar você de afogar-se neles, isso pode acontecer. O Gnani Purush pode salvar você. Se você pedir, "Salve-me", então ele pode lhe salvar. Ele não cobra nada por isso. Isso é uma coisa de valor inestimável. Portanto, não há custo. Inestimável!

The mistake will not remain without happening. Lots of mistakes will keep occurring. You will keep seeing those mistakes. You saw the mistakes so you have to do pratikraman—asking for forgiveness, do repentance and pratyakhyan—firm resolve and determination never to repeat the mistake. It is called shoot-on-sight pratikraman. If the fault occurred, clean it immediately.

O erro não deixará de acontecer. Muitos erros continuarão ocorrendo. Você vai continuar a ver esses erros. Você viu os erros então você terá que fazer pratikraman - pedindo perdão, arrependa-se e faça pratyakhyan - firme resolução e determinação para nunca mais repetir o erro. Isto é chamado de pratikraman atire-ao-avistar. Se a falha ocorreu, limpe-o imediatamente.

**That Is The Purusharth**

**Essa é a Purusharth**

No one should get hurt in any manner whatsoever. Unknowingly people feel lots of miseries. Take care of your work without hurting the other person. That is called kraman. When is it called atikraman? Say for instance you are in hurry and then he would have gone to have a cup of tea, then when he returns you shout instantly at him that, ‘where did you go? If you call him a useless fellow and abuse him, if you do such things then it is called atikraman. And it may occur naturally. You may not have desire for this to occur.

It is natural to do atikraman, but it is your purusharth spiritual effort to do pratikraman. So whatever has happened as mistakes will be erased. The stain will get erased by doing pratikraman.

Ninguém deve se machucar seja da forma que for. Se saber porquê, as pessoas sentem muitas misérias. Faça seu trabalho sem ferir a outra pessoa. Isto é chamado kraman. Quando é chamado atikraman? Digamos, por exemplo, que você está com pressa e a pessoa teria ido tomar uma xícara de chá, então, quando ela retorna você grita instantaneamente para ela "onde você foi? Se você chamá-la de inútil e abusar dela, se você fizer essas coisas, então é chamado atikraman. E pode ocorrer naturalmente. Você pode não ter o desejo que isso ocorra.

É natural fazer atikraman, mas é o seu purusharth - esforço espiritual para fazer pratikraman. Então, todos os erros que aconteceram serão apagados. Fazendo pratikraman, a mancha será apagada.

**Pratikraman For That Too**

**Pratikraman Para Isso Também**

Questioner : Is pratikraman only to be done for seeing faults in others?

Interlocutor: O pratikraman é apenas para ser feito para ver defeitos nos outros?

Dadashri : Not just for that, but also for telling lies, for insulting or hurting someone. Pratikraman should be done if any violence through thoughts, speech and acts is committed towards any living being. Pratikraman should also be done for violating any of the five mahavrats (the five supreme vows of: ahimsa— non-violence, satya—truth, achauriya—not stealing, aparigraha—non-greed, and brahmacharya—celibacy).

Dadashri: Não só por isso, mas também por dizer mentiras, por insultar ou magoar alguém. Pratikraman deve ser feito se qualquer tipo de violência através de pensamentos, fala e ação são cometidos contra de qualquer ser vivo. Pratikraman também deve ser feito por violar qualquer um dos cinco mahavrats (os cinco votos supremos de: ahimsa- não-violência, Satya-verdade, achauriya - não roubar, aparigraha-não-ganância e brahmacharya-celibato).

**One Must Not See The Fault Of Subordinates**

A pessoa não deve ver a falha de subordinados

Questioner : I see others faults, I see my faults, so should I just keep seeing those faults? What else I need to do?

Interlocutor: Eu vejo outros defeitos, eu vejo os meus defeitos, então eu deveria continuar vendo essas falhas? O que mais eu preciso fazer?

Dadashri : If you see your own faults then you can tell certain people and you cannot tell certain people and if you were to see the faults of some other people then put it up by doing pratikraman. Thus there are three ways. If you were to see the faults of others then put it up by doing pratikraman and if you will not do pratikraman and if you see the faults then, whose faults can we call, policemen, magistrate, you should tell all the faults that, ‘ you all are like this.’ But all these are underhand, below you. You should not tell their faults. Did you understand?

Dadashri: Se você ver suas próprias falhas, então você pode dizer para certas pessoas e você não pode dizer para certas pessoas e se você vê as falhas de outras pessoas, então libere-se com pratikraman. Assim, existem três maneiras. Se for para você ver os defeitos dos outros, então libere-se fazendo pratikraman e se você não for fazer pratikraman e se você vê as falhas, então, de quem podemos apontar as falhas, de policiais, magistrado, você deve dizer a todas as falhas que, ' todos vocês são assim. "Mas todos estes são hipócritas, inferiores a você. Você não deve apontar suas falhas. Você entendeu?

Every thing is full of mistakes. So all are mistakes, no? No one, without exception, is free from mistakes. It is a job of a stupid person to point out other person’s mistake. Do you like to point out a mistake?

Tudo está cheio de erros. Portanto, todos são erros, não? Ninguém, sem exceção, está livre de erros. É um trabalho de uma pessoa estúpida de apontar o erro de outra pessoa. Você gostaria de apontar um erro?

Questioner : It is a mistake to see other person at a fault; do I need to do pratikraman for that?

Interlocutor: É um engano ver outra pessoa em erro; tenho que fazer pratikraman por isso?

Dadashri : When you see faults in others, leave them aside and then tell ‘Chandubhai— the non-Self’, “Oh ho ho, Do you still see others faults? Do pratikraman for that.” You are to show him his own faults only.

You have no right to see faults in others. If you do, you must do pratikraman. Chandulal is adept at seeing faults of others. It is nothing new. This habit does not break very easily, but through pratikraman it does eventually cease. When you see faults in others, you must immediately do pratikraman. That means shoot-on-sight pratikraman.

Dadashri: Quando você vê defeitos nos outros, deixe-os de lado e diga 'Chandubhai- o não-Eu "," Oh ho ho, Você ainda vê falhas em outros? Faça pratikraman por isso. "Você deve apenas mostrar a ele suas próprias faltas somente.

Você não tem o direito de ver defeitos nos outros. Se fizer isso, você deve fazer pratikraman. Chandulal é adepto de ver os defeitos dos outros. Não é nada novo. Este hábito não se quebra muito facilmente, mas através pratikraman ele necessariamente cessa. Quando você vê defeitos nos outros, você deve imediatamente fazer pratikraman. Isso significa pratikraman attire-ao-avistar.

**True Pratikraman Is Only Possible After Self-realization**

O Verdadeiro Pratikraman só é possível após a Auto-realização

Questioner : How can one do true pratikraman? When the pratikraman is considered pure?

Interlocutor: Como se pode fazer verdadeiro pratikraman? Quando o pratikraman é considerada puro?

Dadashri : True pratikraman begins after Self-realization. Once you attain the enlightened vision and replace your illusion with the right vision, only then will you be able to do real pratikraman. Until then, one can still decrease one’s faults with pratikraman and repentance. If one does not attain this enlightened vision, but still does pratikraman after having done something wrong, one binds less karma. Do you understand that? Karma is shed with pratikraman and repentance.

Dadashri: O verdadeiro pratikraman começa após a Auto-realização. Uma vez que você chegue à visão iluminadora e substitua a sua ilusãopela visão correta, só então você vai ser capaz de fazer o verdadeiro. Até então, ainda assim uma pessoa pode diminuir suas falhas com pratikraman e arrependimento. Se a pessoa não obtém esta visão correta, mas ainda faz pratikraman depois de ter feito algo errado, essa pessoa carrega menos karma. Você entende isso? Karma é eliminado com pratikraman e arrependimento.

**One Should Know The Technique Of Pratikraman**

A pessoa deveria saber a técnica de Pratikraman

The life should be with such a goal that opposite person must not feel hurt whatsoever. We are not here to make someone unhappy. As far as possible our aim is that other person should be happy. If not, no one should be unhappy on our account. So due to lack of understanding, due to our mistake only the other person feels unhappy. If he gets hurt due to his mistake, we should not think that too. Due to his mistake, definitely he is at fault; if you are here to improve him then try to improve him naturally without hurting him.

A vida deve ser vivida com um objetivo que a pessoa diante de nós não deva sentir-se machucada sob qualquer hipótese. Nós não estamos aqui para fazer alguém infeliz. Na medida do possível o nosso objetivo é que a outra pessoa deveria estar feliz. Se não, ninguém deveria ser infeliz em nossa conta. Então, devido a falta de compreensão, devido ao nosso erro apenas a outra pessoa se sente infeliz. Se a pessoa se machuca devido ao seu erro, não devemos pensar nisto. Devido ao seu erro, definitivamente, ela tem culpa; se você está aqui para fazê-la evoluir, então, tente melhorá-la naturalmente, sem feri-la.

**From Suspicion To The State Where There Are No Doubts**

**De Suspeita ao Estado em que Não há Dúvidas**

**Questioner** : I do not want to harbor any suspicion for anyone, yet it happens. How can I stop this, Dada?

**Interlocutor**: Eu não quero abrigar qualquer suspeita sobre qualquer um, mas isso acontece. Como posso parar com isso, Dada?

**Dadashri** : You must see the pure Self of the person whom you have suspicions for, and ask for forgiveness. You should do pratikraman. These doubts that you feel come from the mistakes from your previous lifetime.

**Dadashri**: Você deve ver o Ser puro da pessoa de quem você tem suspeitas, e pedir perdão. Você deve fazer pratikraman. Estas dúvidas que você sente que vêm dos erros de sua vida anterior.

**Questioner** : Our suffering is the result of our own past karma, so can it decrease if we keep doing pratikraman?

**Interlocutor**: Nosso sofrimento é o resultado de nosso próprio karma passado, assim pode ele diminuir se continuarmos fazendo pratikraman?

**Dadashri** : It can happen. And ‘we’— the Self do not have to endure suffering. ‘You’—the Self have to tell ‘Chandubhai’— the relative self, “do pratikraman”, so it (suffering) will decrease. The extent to which you do pratikraman, to that extent the suffering will decrease. And then it will end.

Everyone meets each other due to unfolding of past karma. Agnani—non Self- realized cannot change this or even Gnani— Self-realized cannot change this. So why should we incur two losses?

**Dadashri**: Pode acontecer. E 'nós'- o Self não tem que suportar sofrimento. 'Você'- o Ser tem que dizer' Chandubhai'- o ser relativo, "faça pratikraman", dessa forma o seu (sofrimento) irá diminuir. A medida em que você faz pratikraman, nessa medida o sofrimento irá diminuir. E então ele vai acabar.

Todo mundo se encontra e se relacionam entre si devido ao desdobramento do karma passado. Agnani-o não-Ser não pode mudar isso ou até mesmo o Gnani- Ser-realizado não pode mudar isso. Então, por que devemos incorrer em duas perdas?

**Questioner** : Dada, You said that the world is verily like this from the beginning; that is right.

**Interlocutor**: Dada, Você disse que o mundo é, na verdade, dessa forma desde o início; isto está certo

**Dadashri** : There is nothing else in this. It is concealed that is why it looks like that. And suspicion verily kills one. So if you feel doubt for someone, do not let it happen and you must do pratikraman.

When you become aware of the slightest thought, good or bad, about anyone, you must erase it immediately. If these thoughts are allowed to linger, they will reach the other person and proliferate. They can grow in a matter of hours and continue for days. You should not allow your vibrations to flow in this way.

Dadashri: Não há nada mais nisto. É oculto e por isso que assim parece. E a suspeita em verdade mata a pessoa. Então, se você sente dúvida sobre alguém, não deixe isso acontecer e você deve fazer pratikraman.

Quando você se torna consciente do menor pensamento, bom ou mau, sobre alguém, você deve apagá-lo imediatamente. Se permitirmos a permanência desses pensamentos, eles vão alcançar a outra pessoa e proliferar. Elas podem crescer em questão de horas e continuar durante dias. Você não deve permitir que suas vibrações fluam dessa maneira.

**Questioner** : What should we do for that?

**Interlocutor**: O que devemos fazer para isso?

**Dadashri** : Erase immediately through pratikraman. If you cannot do pratikraman then in your mind, you should remember ‘Dada’ or the God you believe in and repent in short that, “I have these bad thoughts, but it is not right. These thoughts are ‘not mine’.”

**Dadashri**: Apague imediatamente através de pratikraman. Se você não pode fazer pratikraman, em sua mente, você deve se lembrar de "Dada" ou do Deus em que você acredita e se arrepender afirmando que: "eu tenho esses maus pensamentos, mas isso não está certo. Estes pensamentos são 'não meus' ".

**Get Rid Of Suspicion Through Pratikraman**

**Livre-se da suspeita Através Pratikraman**

You are walking alone at night and you feel afraid that you might be mugged; you must do pratikraman for this. This suspicion spoils everything. Take the necessary precautions but do simultaneous pratikraman. If you harbor suspicions, things may go wrong. Do not allow yourself to become suspicious of any living being. Suspicion brings suffering. If you do nothing to dismiss your doubts, they will consume you.

When you feel doubt, you must make Chandulal do pratikraman. You are the Lord of this universe, so why must you have any doubts? It is human nature to have doubts, but you must do instant pratikraman for this mistake.

You must do pratikraman for whom you feel suspicious for, otherwise suspicion will eat you up.

Você está andando sozinho à noite e você sente medo de que possa ser assaltado; você deve fazer pratikraman para isso. Essa suspeita estraga tudo. Tome as precauções necessárias, mas faça pratikraman simultâneamente. Se você abrigar suspeitas, as coisas podem dar errado. Não permita-se suspeitar de qualquer ser vivo. Suspeita traz sofrimento. Se você não fizer nada para eliminar suas dúvidas, elas vão consumi-lo.

Quando você sentir dúvida, você deve fazer Chandulal fazer pratikraman. Você é o Senhor deste universo, então por que você deve ter alguma dúvida? É da natureza humana ter dúvidas, mas você deve fazer pratikraman instantânea por este erro.

Você deve fazer pratikraman para quem você tem suspeita, caso contrário, a suspeita vai comer você.

**Dharmadhyan From Artadhyan And Raudradhyan**

**Dharmadhyan de Artadhyan e Raudradhyan**

Questioner : Many times it happens that we start going deeper and deeper in artadhyan internal suffering not spilling over to others and raudradhyan internal suffering that affects and hurts others, and yet we do not know this, so how can we know this?

**Interlocutor**: Muitas vezes acontece que nós começamos a ir cada vez mais fundo no sofrimento interno artadhyan não transbordando para outros e o sofrimento interno raudradhyan que afeta e machuca os outros, e ainda não sabemos isso, então como podemos saber isso?

**Dadashri** : If you suffer that means artadhyan has occurred, no? In raudradhyan you feel the hurt due to the internal burning; you suffer excessively. These adverse meditations, artadhyan and raudradhyan cause suffering to human beings. All that is ashatavadaniya painful.

Dadashri: Se você sofre isso significa artadhyan ocorreu, não? Em raudradhyan você sente a dor devido à queima interna; você sofre excessivamente. Essas meditações adversas, artadhyan e raudradhyan, causam sofrimento para os seres humanos. Tudo isso é ashatavadaniya doloroso.

Questioner : That also keeps happening every moment. What can we do to become free from that?

Interlocutor: Isso também continua acontecendo a cada momento. O que podemos fazer para nos tornarmos livre disso?

Dadashri : You have to keep seeing that other person is not at fault indeed, that you see his fault due to your unfolding of karma effect. But actually it is not like that. So when you see his fault then you should know that he is faultless, you have to keep doing like that and you must do pratikraman.

If you have a bad thought about someone then you should evaluate that this is only my past karma effect, what is his fault in this? It is the effect of my unfolding karma. So you will stop seeing him a guilty. And then this is called dharmadhyan right meditation. And where raudradhyan was supposed to occur instead it became dharmadhyan. And this can give internal bliss. Come to know that, ‘I see him as a guilty due to only my unfolding karma. He is merely a nimit instrument. At this time the other person is truly not at fault. He is nimit only.’

Dadashri: Você deve permanecer vendo que outra pessoa não tem falhas, na verdade, que você vê a culpa dela devido ao desdobramento de seu karma. Mas na verdade não é assim. Então, quando você ver a culpa dela, então você deve saber que ela é impecável, você tem que continuar fazendo assim e você deve fazer pratikraman.

Se você tem um pensamento ruim sobre alguém, então você deve avaliar que este é apenas o efeito do meu karma passado, qual é a culpa dela nisso? É o efeito do desdobramento do meu karma. Então, você vai parar de ver culpa nela. E então isso é chamado dharmadhyan meditação correta. E onde raudradhyan deveria ter ocorrido, ao invés tornou-se dharmadhyan. E isso pode dar boa-aventurança interna. Venha a saber que, 'Eu a vejo como culpada devido apenas ao desdobramento do meu karma. Ela é apenas um instrumento nimit. Neste momento a outra pessoa realmente não tem culpa. Ela é apenas uma nimit.

==========================================================

**Only Our Kashays Are Our Enemies**

**Dadashri**: Do you come across a nimit anytime?

**Dadashri:** Você se depara com um nimit toda hora?

**Questioner** : I do come across sometimes.

**Interlocutor:** Sim, algumas vezes.

**Dadashri** : Yes. He is merely a nimit instrument. If a pickpocket picks your pocket then he is instrumental evidence. Truly he is not at fault. Really speaking kashays are the guilty one.

One’s own enemies are the inner kashays only. There is no enemy outside. Only the kashaya is hurting him. Nobody is hurting him from outside.

**Dadashri:** Sim. Ele é meramente um nimit, instrumento. Se o batedor de carteira, bate sua carteira, ele é um instrumento, uma evidência. Verdadeiramente ele não esta em falta. Realmente falando, os *kashays* são os culpados.

Seus próprios inimigos são somente seus *Kashays* internos. Não há inimigos fora, somente o *kashaya* o esta ferindo. Ninguem o esta ferindo de fora.

**Change Of Nature Of Meditation Through Repentance**

If a person has committed severe raudradhyan, he can turn it into artadhyan by doing pratikraman. If two people are guilty of the same kind of raudradhyan where they both have expressed a desire to kill someone, their inner state for violence is raudradhyan. If one of them goes home and sincerely repents for having such a destructive bhaav, his raudradhyan will become artadhyan while the other will continue his raudradhyan.

Se uma pessoa tenha cometido grave *raudradhyan* (meditação interna nociva, que fere a si e aos outros), ele pode transformar em artadhyan (preocupações sobre si mesmo, o estado interno nocivo que fere o Ser) fazendo pratikraman. Se duas pessoas são culpadas do mesmo tipo de raudradhyan onde ambos expressaram o desejo de mata alguem, seu estado interno de violência é raudradhyan. Se um deles vai para casa e sinceramente se arrepende por ter tido Bhaav tão destrutivo, sua raudradhyan se tornará artadhyan enquanto o outro continuará seu raudradhyan

Through repentance, raudradhyan can be changed to artadhyan. With repentance one can be diverted from a birth in hell to a birth in the animal kingdom. With further intense repentance, one can turn raudradhyan into dharmadhyan. Actions and events may not change, but changes are taking place from within.

Atravéz do arrependimento, raudradhyan pode mudar para artadhyan. Com arrependimento ele pode se desviar de um nascimento no inferno para um nascimento no reino animal. Com mais intenso ainda arrependimento, ele pode transformar raudradhyan em dharmadhyan (Ausência de dhyan artadhyan-raudra; ausência de meditação interna adversa que fere a si e aos outros; meditação virtuosa). Ações e eventos podem não mudar, mas mudanças estão acontecendo internamente.

Raudradhyan can change if one pursues repentance, and if on the other hand one becomes happy and say, “we should beat him, my thought is right” then he may fall down to nigod the most inferior life form. Once one goes there it can become very difficult to get a birth in human life. So when one becomes happy while engaged in raudradhyan, he can reach up to nigod.

Raudradhyan pode mudar se ele buscar arrependimento, e se por outro lado ele se torna feliz e diz, "nós devemos bater nele, meu pensamento esta correto" então ele pode cair para nigod (A mais baixa forma de vida; uma classe infinitesimal, imperceptível seres dormentes despertando da apatia e começando evolução espiritual, para substituir o ser liberado) a forma de vida mais inferior. Uma vez que se vai lá se torna muito difícil conseguir um nascimento em vida humana. Então quando ele se torna feliz enquanto envolvido em raudhyan, ele pode chegar a nigod.

So do not commit raudradhyan at all and if it happens then do repentance. Never commit artadhyan, and if it happens then do repentance.

Então não cometa raudradhyan de forma alguma e se isso acontecer então arrependa-se. Nunca cometa artadhyan, e se isso contecer então arrenpenda-se.

**Pudgal Can Attain Dharmadhyan Through Pratikraman**

Pudgal (complexo do não ser) pode obter Dharmadhyan atravéz de Pratikraman.

Do repentance keeping ‘Dada’ as your witness. Then it will change into dharmadhyan. You can progress as much you learn. If you commit raudradhyan then do pratikraman, and if you commit artadhyan then also do pratikraman. It is not possible to learn dharmadhyan in this current time cycle. That is why raudradhyan and artadhyan can change in to dharmadhyan by doing pratikraman. Open such a factory. It is not possible to learn dharmadhyan straight way. Because when he does the darshan of God, his meditation goes in the shoes at the door. So God says that, “At the time of doing my darshan, he is doing darshan of his shoes also. So he takes a picture of both God and shoes together.” So what can I do?

Se arrependa mantendo "Dada"como sua testemunha, então isso se transformará em dharmadhyan. Você pode progredir o tanto que você aprende. Se você comete raudradhyan então faça pratikraman, e se você comete artadhyan então também faça pratikraman. Não é possível aprender dharmadhyan neste ciclo de tempo. É por isso que raudradhyan e artadhyan podem se transformar em dharmadhyan fazendo pratikraman. Abre tal fábrica. Não é possível aprender dharmadhyan diretamente, porque quando ele faz o darshan de Deus, a meditação dele vai para os sapatos na porta. Então Deus diz que "No momento de fazer meu darshan, ele esta fazendo darshan dos sapatos também. Então ele pega a imagem de ambos, Deus e sapatos juntos. Então o que eu posso fazer?

So in this current time cycle it is not possible to practice dharmadhyan. Therefore what this ‘Dada’ says is that pratikraman must be done as many times as artadhyan occurs, as a result you will attain the fruit of dharmadhyan. And without having dharmadhyan, it is not possible to attain liberation from this pudgal (complex of thoughts, speech and acts). This pudgal can never attain shukladhyan the state of the Self.

Então neste ciclo de tempo atual não é possível praticar dharmadhyan. No entanto, o que este "Dada"diz é que pratikraman deve ser feito tantas vezes quantas vezes artadhyan ocorra, como resultado você obterá o fruto do dharmadhyan. Sem ter dharmadyan não é possível alcançar a libertação deste pudgal (complexo de pensamentos, fala e ações). Este pudgal nunca pode obter shukladhyan, o estado do Ser.

So there is no harm if artadhyan occurs, that can change into dharmadhyan. We should say, ‘Hey, Chandulal why are you doing artadhyan continuously? Now you committed artadhyan, so apologize, do pratikraman.’ So it turns into dharmadhyan.

Então não há problema se o arthadyan acontecer, ele pode mudar para dharmadhyan. Nós devemos dizer: "Hei, Chandulal porque você esta fazendo artadhyan continuamente? Agora você cometeu artadhyan, então se desculpe, faça pratikraman". Então ele se torna dharmadhyan.

**Questioner** : When I remain separate and make ‘Chandulal’ do pratikraman, what is it called?

**Interlocutor**: Quando eu permaneço separado e faço "Chandulal" fazer pratikraman, Como isso é chamado?

**Dadashri** : You are the pure Self now, but will this body not also need liberation? This body which is a complex of thoughts, speech and acts must be such that it does not hurt others. If you do not make it do pratikraman, it will not be free from errors. You need to engage it into the state of dharmadhyan. It cannot attain shukladhyan, so you must engage it in dharmadhyan. You must make it do pratikramans continuously. Pratikraman must be done as many times as artadhyan occurs.

Artadhyan occurs because of ignorance in your past life and for that You must make ‘Chandulal’ to do pratikraman. Artadhyan is an effect.

**Dadashri:** Você é Ser puro agora, mas este corpo não precisará de libertação também? Este corpo que é um complexo de pensamentos, fala e ações deve ser tal que não machuque outros. Se você não faz Pratikraman, ele não ficará livre de erros. Você deve envolvê-lo no estado de dharmadhyan. Ele não pode obter shukladhyan, então você deve envolvê-lo em dharmdhyan. Você deve fazê-lo fazer pratikraman continuamente. Pratikraman deve ser feito tantas vezes quantas ocorrer artadhyan.

Artadhyan ocorre por causa da ignorância na sua vida passada e por isso Você deve fazer "Chandulal" to do pratikraman. arthadyan é um efeito.

**Questioner** : The wrong doer is separate then why we need to do pratikraman?

**Interlocutor**: O fazedor errado é separado, então porque nós necessitamos fazer pratikraman?

**Dadashri** : He is separate, it is not like that, ‘You’—the Self is not doing it. ‘You’ make him—the one is engaged in artadhyan or raudradhyan—do the pratikraman. You are Shuddhatama pure Self, You are not doing pratikraman.

**Dadashri:** Ele é separado, não é assim, "Você" - o Ser não esta fazendo isso. "Você" o fez - aquele esta envolvido em artadhyan ou raudradhyan - faça o pratikraman. Você é Shuddhatma Ser puro, Você não esta fazendo pratikraman.

**Kashays Call For Repentance**

**Kashays chama o Arrependimento**

Lingering of annoyance and anger tanto and intention to hurt someone himsak bhaav, if these two are there then it is called krodha anger, it is called pride maan, it is a kashaya; this statement has been uttered by a Tirthankara Lord.

If you get angry and say something which would hurt the other person then You should tell Chandulal, “Chandulal, be a little wiser, and do pratikraman, do apologize. Why did you behave like this?” Can you tell him or not?

Aborrecimento e raiva persistente e intenção de ferir alguém bhaav himsak bhaav, se esses dois estão lá, então isso é chamado krodha raiva, isso é chamado de orgulho Maan, é um kashaya; esta declaração foi proferida por um Senhor Tirthankara.

Se você fica com raiva e diz alguma coisa que feriria outra pessoa, então você deve dizer ao Chandulal: "Chandulal, seja um pouco mais sábio e faça pratikraman, peça desculpas. Porque você se comporta desta forma? Você pode dizer isso ou não?

**Questioner**: We can, we must tell.

**Intelocutor:** Nós podemos, nós devemos falar.

**Dadashri** : Even if Chandulal is a government officer and if has hurt someone badly then You should not be ashamed of saying this. There is no problem of kraman non charging neutral activity of thoughts, speech and acts. It is a problem with atikraman. So if atikraman is done then even the government considers it a fault. Did you understand? If all these people speak then there is no problem. They will say something new, totally odd. And all these people will think, ‘why do you speak such a thing?’ That is called atikraman.

**Dadashri:** Mesmo se Chandulal é um oNficial do governo e se feriu muito alguem, então você não deveria se envergonhar de dizer isso. Não há problema de kraman não carregar atividade neutra de pensamentos, fala e atos. Isso é um problema com atkraman. Então se o atikraman é feito então mesmo o governo considera isso uma falta. Você entendeu? Se todas estas pessoas falam, então não há problema. Eles dirão alguma coisa nova, totalmente.

 When you get annoyed and it becomes hurtful to the other person, even though it is not anger, it was hurtful. You are Shuddhatma pure Soul but whoever has committed atikraman, You must make him (the relative self) do pratikraman. So the one who does the atikraman is Chandubhai, and You must tell Chandubhai to do pratikraman. You—the Self do not have to do it.

Quando você fica aborrecido e se torna agressivo com outra pessoa, mesmo que não seja raiva, foi ofencivo. Você é Shuddhatma Alma pura mas, quem quer que tenha cometido atikraman, Você deve fazê-lo (o ser relativo) fazer pratikraman. Então aquele que faz atikraman é Chandubhai, e você deve dizer ao Chandubhai para fazer pratikraman. Você o Ser, não tem que fazer isso.

Now anger, pride, deceit, greed will not occur, but if he were to become very tough with a angerbad she will feel? Ask for forgiveness from within.” You don’t have to tell this to her in person, but ask for forgiveness from within. You should not do such thing again, or you do not have to repent, provided you had not done nagging or something that hurt her.

Agora raiva, orgulho, engano e ganancia não irão ocorrer, mas se ele se tornar muito difícil com mau temperamento, ela vai sentir? Peça perdão a partir de dentro. "Você não tem que dizer isso a ela em pessoa, mas pedir perdão a partir de dentro". Você não deve fazer isto novamente, ou você não tem que se arrepender, desde que você não tinha feito nada irritante ou algo que a machuque.

**Bondage Of Karma Through Speech**

**Prendendo Karma atravéz da fala**

The mind is not as much of a problem as the speech is, because the mind functions secretly, whereas speech can carve a hole in a person’s heart and hurt him severely. You must ask for forgiveness from whomever you have hurt with your speech. You must recall each and every person and do pratikraman in his name.

A mente não é tanto o problema como a fala é, porque a mente funciona secretamente, enquanto que a fala pode esculpir um buraco no coração de uma pessoa e feriu gravemente. Você deve pedir perdão a quem quer que você tenha ferido com o sua fala. Você deve lembrar cada pessoa e fazer pratikraman em seu nome.

**Questioner** : Can we expect be forgiven for all faults committed through our speech with pratikraman?

**Interlocutor:** Podemos esperar sermos perdoados por todos os erros cometidos através de nossa fala com pratikraman?

**Dadashri** : The faults will remain in the form of a burnt rope. It looks like a rope, but it cannot bind like a rope. With pratikraman its residue will instantly disintegrate in the next life.

Doer ship is the support on which karma are bound. Now that you are no longer the doer, no new karma will be bound. The remaining karma from your past will bring forth their effects and then dissipate.

**Dadashri:** Os erros permanecerão na forma de uma corda queimada. Parece que uma corda, mas não pode amarrar como uma corda. Com pratikraman seu resíduo será instantaneamente desintegrado na próxima vida.

Fazerdor é o suporte sobre o qual karmas são vinculados. Agora que você já não é mais o fazedor, nenhum novo karma estará vinculado. O karma remanescente do seu passado trará seus efeitos e depois se dissipará.

**Questioner** : But Dada, what will be effect on opposite person?

**Interlocutor:** Mas Dada, qual será o efeito sobre a outra pessoa?

**Dadashri** : Once you do pratikraman you do not have to think about him. You have to do more pratikraman.

**Dadashri:** Depois de fazer pratikraman você não tem que pensar sobre ele. Você tem que fazer mais pratikraman.

**Questioner** : Say for instance the words came off the mouth, yet in effect I have hurt him, no?

**Interlocutor:** Digamos por exemplo, as palavras saíram da boca, ainda assim como efeito eu o magoei, não?

**Dadashri** : Yes, for that hurt which is against your wish, you have to do pratikraman. This verily must be the past account, which is now settled.

**Dadashri**: Sim, por aquela dor que é contra seu desejo, você tem que fazer pratikraman. Isto verdade, deve ser conta do passado, que agora está resolvida.

**Questioner** : If we say something then he will feel very bad in his mind, won’t he?

**Interlocutor**: Se dissermos alguma coisa, então ele vai se sentir muito mal em sua mente, não é?

**Dadashri** : Yes. He will feel very bad. If the wrong thing happens then he will feel wrong, no? The account that needs settling needs to be settled. There is no other way out.

**Dadashri**: Sim. Ele vai se sentir muito mal. Se a coisa errada acontece, então ele vai se sentir mal, não? A conta que precisa ser resolvida, precisa ser resolvida. Não há outra saída.

**Questioner** : I cannot keep the control so it comes forth through speech.

**Interlocutor**: Eu não posso manter o controle então isso vem através da fala.

**Dadashri** : Yes. It will come out. But when the speech comes out you have to do pratikraman for that. That’s it, nothing else. Ask for forgiveness and make a firm resolution that you will not make the same mistake again.

When you get free time you should keep on doing his pratikraman continuously. So everything will cool down. Whichever file is tough and sticky, that needs to be rendered smooth and easy. So may be two to four files would be tough and sticky, not many more, no?

**Dadashri**: Sim, isto vai sair. Mas quando a fala sai você tem que fazer pratikraman para isso. É isso, nada mais. Pedir perdão e fazer uma firme resolução de que você não vai cometer o mesmo erro novamente.

Quando tiver tempo livre que você deve continuar fazendo pratikraman continuamente. Então, tudo vai acalmar. Qualquer que seja o arquivo difícil e grudado, ele precisa ser rendido suave e fácilmente. Então, pode ser de dois a quatro arquivos difíceis e grudados, e não muito mais, não?

**Atikraman And Aakraman**

**Atikraman (agressão através de fala e ações) And Aakraman (natureza agressiva)**

 Pratikraman must be done for these two words. One is atikraman aggression in thoughts, speech and acts and secondly aakraman attacking nature. Aakraman must not exist in us. Aakraman means attacking nature. Aakraman means one would constantly attack in every single interaction, even in every single word. If attack occurs in every single word such attacking nature is called aakraman.

What is the difference between atikraman and aakraman?

Pratikraman deve ser feito para estas duas palavras. Uma delas é a agressão atikraman em pensamentos, palavras e ações e em segundo lugar aakraman natureza agressiva. Aakraman não deve existir em nós. Aakraman significa natureza agressiva. Aakraman significa que esta constantemente agredindo em cada interação, mesmo em cada palavra. Se ocorrer agressão em cada palavra esta natureza agressiva é chamada aakraman.

**Questioner** : Does aakraman mean direct attack?

**Interlocutor**: Aakraman significa ataque direto?

**Dadashri** : Yes. That is it; attack. To assault, attack! And what is the meaning of kraman in speech? Simple conversations and talk in daily life where no one gets hurt, is kraman. If you were to joke or make fun of someone he may not react externally because he is weak, but if he feels the hurt inside, then it is an atikraman. I make fun of everybody, but how is it? It is harmless and innocuous and it is done to remove his weaknesses and make him stronger. There is some fun involved, but he also makes progress at the same time. This kind of joking and fun does not hurt anyone.

**Dadashri**: Sim. É isso; ataque. Assaltar, atacar! E qual é o significado de kraman na fala? Conversas simples e conversas na vida diária, onde ninguém se machuca, é kraman. Se você brincou ou tirou sarro de alguém, ele pode não reagir externamente, porque ele é fraco, mas se ele se sente ferido internamente, então isto é um atikraman. Eu tiro sarro de todo mundo, mas como é que é isso? É inofensivo e inócuo e é feito para remover suas fraquezas e torná-lo mais forte. Há algum divertimento envolvido, mas ele também faz o progresso, ao mesmo tempo. Este tipo de brincadeira e diversão não faz mal a ninguém.

**Vengeance And Enmity Dissolves Through The Bliss Of The Self**

**Vingança e Inimizade se Dissolvem Através da Bem-Aventurança do Ser**

It is like, you have received this Gnan— Self-knowledge and knowledge of the doer in the universe—and then someone will take vair revenge; what is he avenging? He is avenging the vengeance. The Self is not involved in the revenge. He is not taking revenge as the Self. As the Self if you know that he is taking revenge, even then it will come to an end. After attaining this Gnan, even if you have a hundred enemies taking revenge, there will be settlement for sure. And if one has not attained this Gnan, then even if he has only one enemy he can end up sowing so many seeds of vengeance. After the Gnan, the new seeds of vengeance will not be sown. Karma will not charge, karma will not be bound at all.

É como, você recebeu o Gnan - auto-conhecimento e conhecimento do fazedor no universo - e, então alguém vai se vingar vair; do que ele está se vingando? Ele esta vingando a vingança. O Ser não está envolvido na vingança. Ele não está se vingando como o Ser. Como o Ser, você sabe que ele está se vingando, mesmo assim, isso vai chegar a um fim. Depois de receber este Gnan, mesmo se você tiver uma centena de inimigos se vingando, haverá liquidação com certeza. E se alguém não tenha recebido este Gnan, então, mesmo se ele tenha apenas um inimigo ele pode acabar semeando muitas sementes de vingança. Após a Gnan, as novas sementes de vingança não serão semeadas. Não vai criar Karma, karma não será criado absolutamente.

The Lord has instructed not to bind any new enmity—vengeance in this life and to settle and let go of old enmity—vengeance vair. Peace will arise only when you let go of the old enmity, no? Deus ensinou a não vincular qualquer nova vingança por inimizade nesta vida e para se resolver e deixar ir o velho vair inimizade-vingança. Paz irá surgir apenas quando você deixar ir a velha inimizade, não?

Otherwise our people used to twirl their moustaches of pride and keep on increasing enmity. Day by day you should decrease enmity—vengeance complex vair. This ‘Dada’ does not have any such vairvi one ready to avenge. This is because he has arrived here after settling the accounts of enmity with everybody. I have come in this life after settling vengeance with everyone, and I am teaching you the very same thing that in this life from heron, do not increase vair enmity— vengeance anymore.

Caso contrário, o nosso povo que costuma rodar os bigodes de orgulho e continuam a aumentar inimizade. Dia após dia, você deve diminuir a inimizade-vingança complexo vair. Este 'Dada' não tem nenhum vairvi pronto para vingança. Isso porque ele chegou aqui depois de regularizar as contas de inimizade com todo mundo. Eu vim nesta vida depois de se resolver a vingança com todos, e eu estou ensinando-lhe a mesma coisa que nesta vida, a partir da garça-real, não aumente mais a vingança vair.

When can one get rid of vair enmity— vengeance? When the Self—bliss prevails and remains. What kind of happiness? The bliss of the Self, not that paudgalik—non-Self complex—happiness. Enmity vair increases in happiness that is relative and worldly whereas, if the bliss of the Self arises in satsang spiritual interaction—with the Gnani Purush, then all enmity will dissolve and leave.

Quando alguém pode se livrar da inimizade vair - vingança? Quando o Ser - bem-aventurança prevalece e permanece. Que tipo de felicidade? A bem-aventurança do Ser, não a felicidade do paudgalik-complexo do não ser. Inimizade vair vai aumentar na felicidade que é relativa e com coisas do mundo, no entanto, a bem-aventurança do Ser surge em interação espiritual na satsang com o Gnani Purush, em seguida, toda a inimizade irá dissolver e sair.

**Do Pratikraman Where Abhorrence Happens**

**Faça Pratikraman onde Aversão Acontece**

All this is a puzzle. You should keep doing pratikraman for all the bad thoughts that arise for someone. When a bad—negative thought arises for someone then you should do pratikraman. You should erase that immediately. By doing pratikraman all the attacking thoughts will cease. Thus you will not feel the abhorrence. If the mind feels irritation about someone, pratikraman stops the irritation

Tudo isso é um enigma. Você deve continuar fazendo pratikraman para todos os maus pensamentos que surgem sobre alguém. Quando um pensamento negativo surge para alguém, então você deve fazer pratikraman. Você deve apagar isso imediatamente. Ao fazer pratikraman todos os pensamentos agressivos cessarão. Assim, você não vai sentir a repulsa. Se a mente se se irrita com alguém, pratikraman pára a irritação

The wounds of hurtful speech never heal, not in one life but even in a hundred life times. That is why ‘we—Gnani Purush and the fully enlightened Lord within’—say that if you will speak words that are contemptuous, the other person will bind enmity vair with you for many lifetimes to come. Then, what will happen of you? If only one living being arises who makes the decision that, “Whatever may happen to me, but I will not let you go to moksha liberation.” He will destroy his whole life and will not let you attain moksha. The nature of enmity vair is such that, a person will ruin his own life and will take the control. He will not go to moksha and will not let you go too. What can happen if one does not know to live the life? To live this life is a great art and ‘we’ are the only ones who teach it. The art of living does not exist anywhere else.

As feridas da fala agressiva nunca cicatrizam, não em uma vida, mas nem mesmo em cem vidas. É por isso que 'nós-Gnani Purush e o Senhor plenamente iluminado dentro' dizemos que, se você vai falar palavras que são de desprezo, a outra pessoa vai ligar inimizade vair com você por muitas vidas para vir. Então, o que vai acontecer com você? Se apenas um ser vivo surge e toma a decisão que, "Aconteça o que acontecer a mim, mas eu não vou deixar você ir para a libertação moksha." Ele vai destruir toda a sua (dele) vida e não vai deixar você atingir moksha. A natureza da inimizade vair é tal que, uma pessoa vai arruinar a própria vida e não deixará você se libertar. Ele não vai para o moksha e não vai deixar você ir também. O que pode acontecer se a pessoa não sabe viver a vida? Para viver esta vida é uma grande arte e "nós" somos os únicos que ensinamos isso. A arte de viver não existe em qualquer outro lugar.

Look at this, this life where people fight, and have discord with each other. They have internal quarrels, not obvious. They fight internally. The discord that occurs outside is for the one who has one more life to live only. It can end in zero in one life whereas the internal quarrel can continue for hundreds of life times.

Olhe para isto, esta vida onde as pessoas lutam, e têm a discórdia uns com os outros. Eles têm brigas internas, não é óbvio? Eles lutam internamente. A discórdia que ocorre fora é para quem tem somente mais uma vida para viver. Ele pode terminar em zero, em uma vida, enquanto a briga interna pode continuar por centenas de tempos de vida.

**Questioner** : Many times I used to have this question as to why we worship the Lord, and why are asking for forgiveness from Him.

**Interlcutor**: Muitas vezes eu costumava ter esta pergunta de porque nós adoramos o Senhor, e por que estamos pedindo perdão a Ele.

**Dadashri** : We are asking for forgiveness for the mistakes that were committed to the world. The one who has not committed a mistake, why does he have to ask for forgiveness?

**Dadashri**: Estamos pedindo perdão pelos erros que foram cometidos para o mundo. Aquele que não cometeu um erro, por que ele tem que pedir perdão?

**Pratikraman For Reprimanding Subordinates**

**Pratikraman por Repreender Subordinados**

**Questioner** : At my work, in order to accomplish certain deadlines, I have insulted and mistreated many people.

**Interlocutor**: No meu trabalho, para cumprir alguns prazos, eu tive que insultar e maltratar muitas pessoas.

**Dadashri** : You must do pratikraman for all of them. When you mistreated them, you were only fulfilling your duty. You did not do it for yourself; therefore your intention was not bad.

**Dadashri**: Você deve fazer pratikrman para todos eles. Quando você os distratou, você estava somente fazendo seu dever. Você não faz isso para você mesmo; portanto sua intenção não era ruim.

**Questioner**: On that account, I was a very bad man. Many people might have gotten hurt, no?

**Interlocutor:** Por conta disto eu fui um homem muito mau. Muitas pessoas podem ter se ferido, não?

**Dadashri** : That you can do collective pratikraman for—“I am asking for forgiveness for the mistakes which I have committed due to my strict nature.” You do not have to do them separately.

**Dadashri**: Você pode fazer pratikranam coletivo - "Eu estou pedindo perdão pelos erros que tenho cometido em função da minha naturesa rigorosa." Você não tem que fazê-los separadamente.

**Questioner** : Should I do collective pratikraman?

**Interlocutor**: Devo fazer pratikraman coletivo?

**Dadashri** : Yes. You have to speak like this everyday: “I am asking for forgiveness for the hurt that I have caused to people because of the mistakes that I have committed, due to my nature, to accomplish the task of government.”

**Dadashri**: Sim. Você deve falar assim todos os dias: "Eu estou pedindo por perdão pela dor que eu tenho causado a pessoas em função da minha natureza, para realizar a tarefa de governo

**Collective Pratikraman**

**Pratikraman Coletivo**

**Questioner**: In pratikraman that we are doing, we recall the mistakes which are committed and asking for the forgiveness. A lot more mistakes are there that we might have forgotten so then why do we have to feel miserable by refreshing them again in memory?

**Interlocutor**: No pratikraman que estamos fazendo, nós lembramos os erros que são cometidos e pedimos por perdão. Muitos mais existem que podemos ter esquecido, então, porque nós temos que nos sentir miseráveis relembrando esses erros de novo?

**Dadashri** : It is not to become unhappy. It gets washed off as much as the book gets cleaned. Finally, you will have to clean that book. What are you going to lose if you spend one hour of your free time?

**Dadashri**: Isso não é para ficar infeliz. Ele é lavado o tanto que o livro é limpo. Finalmente, você terá que limpar o livro. O que você tem a perder se você gastar uma hora do seu tempo livre?

**Questioner :** My list of mistakes is very long.

**Interlocutor**: Minha lista de erros é muito longa.

**Dadashri** : If it is long, you should do collective pratikraman, even if for a hundred different kinds of mistakes committed with just one person. “I am asking for forgiveness for all these mistakes.”

**Dadashri**: Se é longa, você deve fazer pratikraman coletivo, mesmo para uma centena de erros diferentes cometidos somente com uma pessoa. "Eu estou pedindo perdão por todos estes erros".

**Grave Liabilities Of Making Fun**

**Grande Responsabilidade de Tirar Sarro**

I used to make fun of all sorts of people, from the ordinary to very prominent and successful ones. Normally, who would make all kinds of fun? Extremely intelligent people have a tendency to make fun of others. Is such an ego not futile? Is that not misuse of one’s intellect? It is a sign of misuse of intellect to make fun of others.

Eu costumava tirar sarro de todo tipo das pessoas, das pessoas comuns às mais proeminentes e bem-sucedidas. Normalmente quem faz todo tipo de graça? Pessoas extremamente inteligentes tem a tendencia de gozar dos outros. Este ego não é fútil? Isto não é um mau uso do intelecto? É um sinaal de mau uso do intelecto para gozar os outros

**Questioner** : I still feel like making fun of people.

**Interlocutor**: Eu ainda me vejo tirando sarro das pessoas.

**Dadashri** : There is danger in it. People have the power to make fun of others with their intellect but there is great liability incurred in doing so. In my pre Gnan life, I had repeatedly incurred this liability.

**Dadashri:** Há perigo nisto. Pessoas tem o poder de tirar sarro de outros com seu intelecto, mas fazer isso incorre em uma grande responsabilidade. Em minha vida pré Gnan, eu repetidamentee incorri nesta responsabilidade.

**Questioner** : What are the liabilities of making fun of others?

**Questioner**: Quais são as responsabilidades de tirar sarro dos outros?

**Dadashri** : The liability you incur from making fun of someone is infinitely greater than if you were to slap him. By making fun of him, you have taken advantage of the one who is not able to defend himself because of his lesser intellect. On the other hand, if you were to slap him, he is aware of it and he will retaliate. In this case, he cannot do so, therefore, the Lord within him will challenge you on his behalf. In taking advantage of his lesser intellect, you have made the Lord within him your adversary and so the consequences will be dire!

**Dadashri**: A responsabilidade que você incorre ao tirar sarro de alguém é infinitamente maior que se você desse um tapa nele. Ao tirar sarro dele, você se aproveitou de alguém que não é capaz de se defender por causa do seu intelecto menot. Por outro lado, se você fosse dar um tapa nele, ele vai estar ciente disso e vai retaliar. Neste caso, ele não pode fazer isso, portando, o Deus dentro dele vai te desafiar em nome dele. Ao se aproveitar de seu menor intelecto, você fez o Deus dentro dele seu adversário e então as consequências serão rerríveis.

**Questioner** : We had been in the same business.

**Interlocutor**: Nós estivemos no mesmo negócio.

**Dadashri** : But still you can do pratikraman for that, no? We had done the same thing. And that is very wrong. I had the very same problem. What can I do—when making fun of someone is hindering that intellect, it will attack for sure, no? Would there be such a great benefit due to that “increase” in intellect? That is why these comedians have to suffer miseries for no reason.

Say for instance, if someone were to walk like this and like this, and if you make fun of him, then God will say, “Here, take this in return.” Do not poke fun of anyone in this world. All these hospitals are in existence due to this only. All this bad accumulation is the result of poking fun. We have also received the fruit of making fun.

That is why I am saying that it is very wrong to make fun. The reason for this is that it is considered that one has made a fun of God. It is all right that it is a donkey, but after all what is it? It is a God. It is very wrong to make fun of someone. Yes, after all, it is a God. God resides in every living being. You cannot make fun of anybody. If you make fun then God will know that; “Yes, let’s have it, this time I will bring your settlement.”

**Dadashri**: Mas ainda assim você pode fazer pratikraman por aquilo, não? Nós fizemos a mesma coisa e aquilo é muito errado. Eu tenho o mesmo problema. O que eu posso fazer - quando eu tiro sarro de alguém eu estou atrapalhando aquele intelcto, ele atacará com certeza, não? Haveria um grande benefício devido a esse "aumento" no intelecto? É por isso que esses comediantes sofrem desgraças sem motivo.

Digamos por exemplo, se alguem anda assim e assim e se você tira sarro dele, então Deus dirá, "Aqui, tome isso em troca". Não zombe de alguém neste mundo. Todos estes hospitais existem em função disso somente. Todo esse mau acumulado é o resultado de zombar. Também recebemos o fruto de tirar sarro.

É por isso que estou dizendo que é muito errado tirar sarro. A razão para isso é que isto é considerado tirar sarro de Deus. Tudo bem que ele é um burro, mas afinal de contas o que é isso? É um Deus. É muito errado tirar sarro de alguém. Apesar de tudo é um Deus. Deus reside em todos os seres vivos. Você não pode tirar sarro de ninguém. Se você tirar sarro Deus saberá "Sim deixe estar, trarei o acerto de contas".

**Questioner** : Now to resolve this we must do pratikraman, no?

**Interlocutor**: Agora, para resolver isto nós devemos fazer pratikraman, não?

**Dadashri** : Yes, you must. There is no choice.

**Dadashsri:** Sim, você deve. Não há escolha.

**Questioner** : Dada, what if I do pratikraman and ask for forgiveness in presence of Dada as a witness?

**Interlocutor:** Dada, e se eu fizer pratikraman e pedir por perdão na presença de Dada como testemunha?

**Dadashri** : If you speak, “Dada, as my witness,” that will do too. If you speak, “I am asking for forgiveness in the presence of Dada as my witness, since I have hurt that person through my speech,” then it will reach that person.

**Dadashri:** Se você fala, "Dada, como minha testemunha" isto também funcionará.

**Pratikraman Will Make You Free**

**Pratikraman o libertará**

**Questioner** : We become adamant and insist on certain things and we know that it is wrong. It should not be so. Even though it is not our wish, we remain stubborn and insistent about them, then we regret and do pratikraman. But why do the insisting and the obstinacy not leave?

**Interlocutor:** Nos tornamos inflexiveis e insitimos em certas coisas e nós sabemos que isto é errado. Não deveria ser assim, mesmo assim não é nosso desejo, nós permanecemos teimosos e insistentes sobre elas, então nos arrependemos e fazemos pratikraman. Mas porque a insistência e obstinação não vão embora?

**Dadashri** : It will go if you do pratikraman. It will move away as you do pratikraman. The more pratikraman you do, more it will break away.

**Dadashri**: Ela irá se você fizer pratikraman. Ela se afastará quando você faz pratikraman. Quanto mais pratikraman você faz, mais ela vai fugir.

**Questioner** : Then I even cry in front of Dada’s picture.

**Interlocutor**: Então eu nem choro na frente de imagem do Dada.

**Dadashri** : Yes, but as many pratikraman as you do, you will become that much free from your insistence. You do one pratikraman and you push it away. You do another pratikraman and you push it away. In this manner, the further it moves away, it will decrease by that much. This lady used to have three or four clashes a day at home, so there used to three hundred sixty clashes in three months. But now she clashes once in three months. The same will happen for you too. Just like her, another lady used to quarrel at home every day; she would talk negatively all the time. Only through pratikraman has she become free. She used to do pratikraman every day. Do you do pratikraman?

**Dadashri**: Sim, agora quantos pratikraman você fizer, você se tornará muito livre de sua insistência. Você faz um pratikraman e você vai afastá-lo. Você faz outro pratikraman e você vai afastá-lo. Deste modo, o quanto ele se mover para longe, é o quanto irá diminuir. Esta senhora costumava ter três ou quatro confrontos por dia em casa, então trezentos e sessenta confrontos a cada três meses. Mas agora ela tem um confronto a cada três meses. O mesmo vai acontecer para você também. Assim como ela, uma outra senhora costumava discutir em casa todos os dias; ela falava negativamente o tempo todo. Somente através pratikraman ela se tornou livre. Ela costumava fazer pratikraman todos os dias. Você faz pratikraman?

Questioner : It is my firm determination that I do not want to partake in any worldly thing. However, sometimes a desire arises from within and I end up behaving accordingly. What should I do then?

**Interlocutor**: É minha firme determinação de que eu não quero participar em qualquer coisa terrena. No entanto, às vezes um desejo surge de dentro e eu acabo me comportando desta forma. O que devo fazer, então?

**Dadashri:** Then you should do pratikraman for it. You should ask for forgiveness that you have made a mistake despite not having any new desires. Take a vow not to repeat the mistake.

**Dadashri**: Então você deve fazer pratikraman por isso. Você deve pedir perdão, que você fez um erro apesar de não ter quaisquer novos desejos. Tome um voto de não repetir o erro.

**Questioner** : I am not able to maintain the needed humility and respect towards my parents.

**Interlocutor**: Eu não sou capaz de manter a humildade necessária e respeito para com os meus pais.

**Dadashri**: That should not be so. It is wrong. It is one hundred percent wrong and not acceptable. How can you forget your obligation towards your parents? You cannot forget what your parents have done for you.

**Dadashri**: Isso não deveria ser assim. Está errado. É cem por cento errado e não é aceitável. Como você pode esquecer a sua obrigação para com os seus pais? Você não pode esquecer o que seus pais fizeram para você.

**Questioner** : Many times they use such words that I feel hurt and shocked. Then I am upset and anxious all day long.

**Pergunta**: Muitas vezes eles usam palavras que me sinto magoado e chocado. Então eu fico chateado e ansioso durante todo o dia.

**Dadashri** : You are not keeping an intense mental note nondha that all that the mother speaks is really a taped record. Such intense mental notes should be made in the light of Gnan. You cannot violate humility and respect towards your parents, even if they take your life. That kind of reaction is not acceptable.

**Dadashri**: Você não está mantendo uma intensa nondha - nota mental de que tudo o que a mãe fala é realmente um registro gravado. Tais notas mentais intensas, devem ser feitas à luz do Gnan. Você não pode faltar com humildade e respeito para com seus pais, mesmo se eles tirararem sua vida. Este tipo de reacção não é aceitável.

**Questioner** : I accept that my respect and humility are not what they should be as their son, however, certain circumstances arise that cause me to forget this even though I do not wish to. I even do pratikraman for it but sometimes I end up speaking negatively.

**Interlocutor**: Eu aceito que o meu respeito e humildade não são o que deve ser como seu filho, no entanto, certas circunstâncias surgem que me fazem esquecer isso, mesmo que eu não queira. Eu faço até mesmo pratikraman por isso, mas às vezes eu acabo falando negativamente.

**Dadashri** : For that ask for forgiveness immediately. You may end up speaking hurtfully but our Gnan is such that it will present itself there. The moment you make a mistake, ask for forgiveness that although you spoke that way, it is wrong. Tell your mother that you will not make the same mistake again and that this does not suit you. Is this how you have been brought up? How can we hurt our own family when we are not to hurt anyone outside either?

**Dadashri**: Para isso peça perdão imediatamente. Você pode acabar falando agressivamente mas o nosso Gnan é tal que ele irá se apresentar lá. No momento em que você cometer um erro, peça perdão que, embora você tenha falado dessa forma, é errado. Diga a sua mãe que você não vai cometer o mesmo erro novamente e que isso não combina com você. É assim que foram educados? Como podemos ferir a nossa própria família quando não queremos ferir ninguém de fora.

**Questioner** : Dada, for those who are following the Agnas the atmosphere should be joyous and beautiful, but this here is a constant tension filled load on the mind.

**Interlocutor**: Data, para aqueles que estão seguindo as Agnas a atmosfera deve ser alegre e bonita, mas isso aqui é uma tensão constante carregada na mente.

**Dadashri** : At the moment he is talking about vinay dharma the religion of humility. How should be your religion of humility? What is your view? It is to be maintained outside, then what about at home? How should it be at home?

**Dadashri**: No momento, ele está falando sobre dharma Vinay a religião de humildade. Como deve ser a sua religião de humildade? Qual é a sua opinião? Deve ser mantido fora, então o que dizer em casa? Como ele deve estar em casa?

**Questioner** : It should be ideal.

**interlocutor**: Deve ser ideal.

**Dadashri** : Therefore, now I am talking about the negative words that inadvertently come out through you. But now, because we have our Gnan awareness, you should instantly do pratikraman so she would not feel the gha the wound from words.

**Dadashri**: Portanto, agora eu estou falando sobre as palavras negativas que inadvertidamente saem através de você. Mas agora, porque temos a nossa consciência Gnan, você deve instantaneamente fazer pratikraman para que ela não sinta o gha, a ferida de palavras.

**Questioner** : Yes, I am asking for forgiveness in your presence, Dada.

**Interlocutor**: Sim, eu estou pedindo perdão em sua presença, Dada.

**Dadashri** : That is all. Your work is done. That is enough.

**Dadashri**: Isso é tudo. O seu trabalho é feito. É suficiente.