

ധാരണയ്ക്കുള്ള മുഖ്യ സാരം:-

1. ശരീരത്തെ ശരിയായി വെയ്ക്കുന്നതിന് വേണ്ടി അഞ്ചാന യോഗത്തിന്റെ ധാരണ ചെയ്യണം. ഒരു വസ്തുവിലും ലോഡം വെയ്ക്കരുത്. ഈ അഞ്ചാന യോഗത്തിലുടെ അലക്കരിക്കണം, സ്ഥൂലമായ അലകാരമല്ല.
2. ഒരു മണിക്കൂർ അര മണിക്കൂർ, പറിപ്പ് അവശ്യം പറിക്കണം. അഞ്ചാനത്തിന്റെയും യോഗത്തിന്റെയും പനയം വെയ്ക്കണം.

വരദാനം:- സർവ്വരുടെയും ഹൃദയത്തിലെ രഹസ്യം അറിഞ്ഞ് സർവ്വരെയും തൃപ്തിപ്പെടുത്തുന്ന സദാ വിജയിയായി ഭവിക്കേണ്ട്.

വിജയിയാകുന്നതിന് വേണ്ടി ഓരോരുത്തരുടെയും ഹൃദയത്തിലെ രഹസ്യത്തെ അറിഞ്ഞതിരിക്കണം. ആരുടെയും മുഖത്തിലുടെ വരുന്ന ശബ്ദത്തിലുടെ അവരുടെ ഹൃദയത്തിലെ രഹസ്യങ്ങളെ അറിയാമെങ്കിൽ വിജയിയായി മാറാൻ സാധിക്കും, പക്ഷേ ഹൃദയത്തിലെ രഹസ്യം അറിയണമെങ്കിൽ അന്തർമുഖതയുടെ ആവശ്യമുണ്ട്. എത്രയും അന്തർമുഖിയായിരിക്കുന്നുവോ അതെയും ഓരോരുത്തരുടെയും ഹൃദയത്തിലെ രഹസ്യത്തെ അറിഞ്ഞ് അവരെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുന്നവർ തന്നെയാണ് വിജയിയാകുന്നത്.

സ്ന്യാഗനം:- വൈരാഗ്യം അങ്ങനെന്നയുള്ള യോഗ്യഭൂമിയാണ്, അതിൽ എന്ത് വിത്തിട്ടാലും അത് അവശ്യം ഫലം നൽകും.