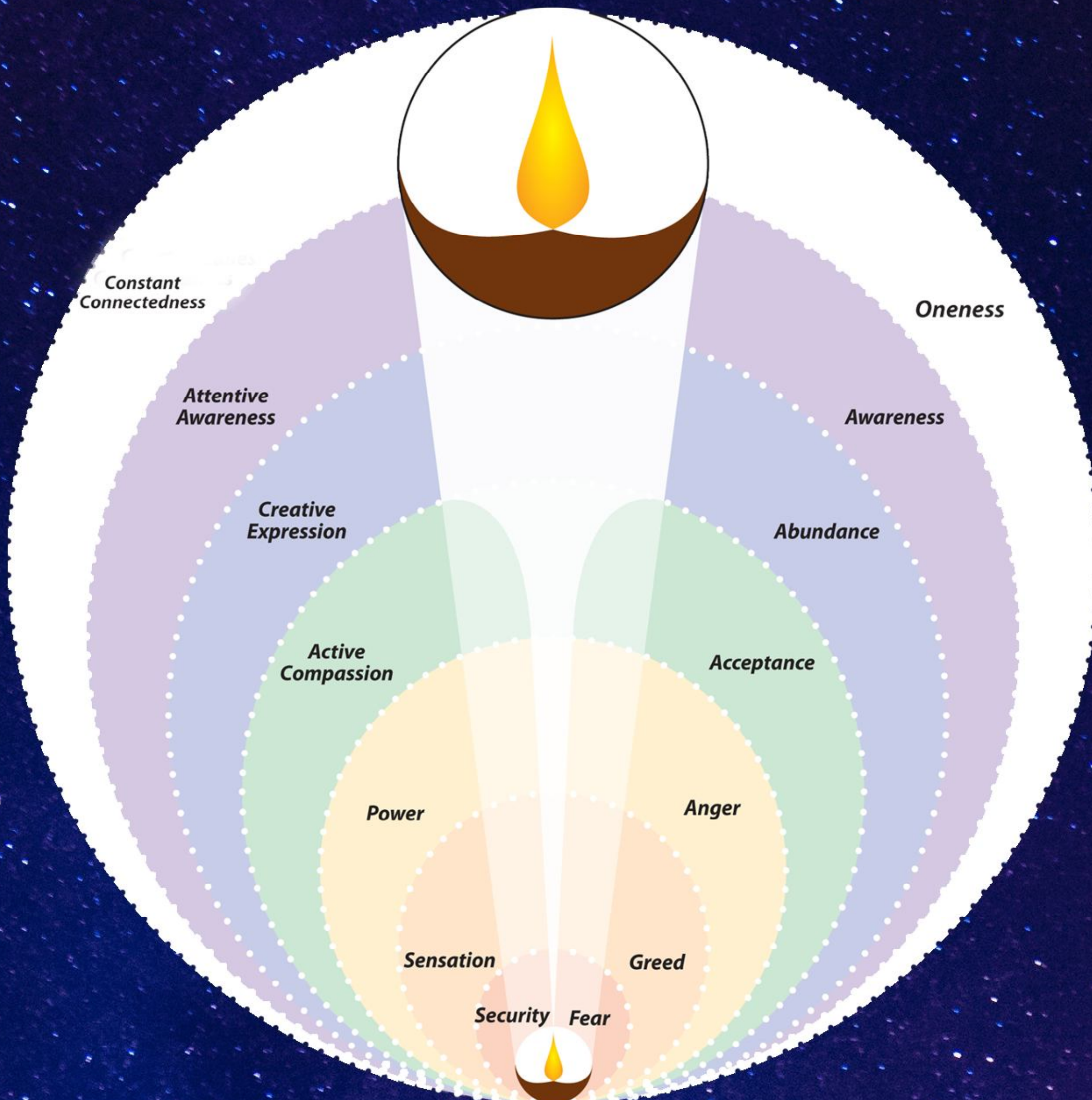
The JAIHO Process

Joyful Appreciative Inquiry for Healthy Oneness

By R. Reddy Sama & Padmaja R.Ireland



Wake-up to Oneness and Celebrate Separateness

జైహో మంత్ర

మహోన్నత విజయాలకి అతి సులువైన మార్గం

"Love is how oneness feels"
"Fear is how separateness thinks"
- R.Reddy Sama

Sama Rami Reddy has designed a beautiful lifestyle and named it as JAIHO after deeply observing the Indian spiritual values and western culture.

Man must have a target to achieve success while being Happy. There is no mental peace and satisfaction, if
someone gets success at the cost of happiness.

A Man should have internal growth and success in the society. in this chain, even the world will glow with happiness and peace. Such man will be respected by the people. Yes, everyone of us are fully capable to have this highest fulfillment in life. In this world Great things are very Simple and Simple things are very Great.

JAIHO shows such simple ways to remain as a successful in every areas of the life.These are very simple, but have immense influence.

In this, there are separate training sessions for individuals, groups, organizations and also group training programs. Success is not a destination but it is a continuous process. JAIHO guides you to the extraordinary development by making you achieve success in every aspect.

Founder & CEO
R.Reddy Sama

Sama Rami Reddy :

Sama Rami Reddy is instrumental in developing the "JAIHO" process and "Witnessing Response Therapy".

He spent his first 25 years in India and more than 50 years in the USA. Reddy has developed recently "The JAIHO Process" – a model to create harmony and values alignment effectively between the individuals and the teams of smaller to larger groups.

SAMA Syntropy Summary Report. He has also developed the SAMA Syntropy Reports which includes 3 approaches to conflict resolution.

They are.. My Way, Your Way and Our Way. Forms have been developed for 3 cases: Teenager Conflict Resolution, Adult/Couple Conflict Resolution, Family/Community Conflict Resolution.

Padmaja R Ireland :

Padmaja R. Ireland is instrumental in developing the "JAIHO" process and her own "PADMAS Way".

Padmaja is very insightful, innovative and is a psychologist by profession. Her favorite job was working as a Homeless Prevention Coordinator and her life's philosophy is "Live and Let Live".

Co Founder
Padmaja R Ireland

www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

Vision: (What we want to be)

"Transforming Individual Ignorance / Suffering into Group Wisdon / Bliss".

Mission: (Why we exist)

"Helping people "To wake-up to Oneness and to celebrate Separateness."

Values: (What is important to us)

The Seven most important Values are..

1. Vitality
2. Integrity
3. Reciprocity
4. Transparancy
5. True understanding
6. Witnessing Awareness
7. Healthy Oneness

Goals:

Making tools to resolve the differences between individuals, couples, families, groups of communities and organizations.

JAIHO Method - Easiest way to achieve Success while being Happy

Brain says no, mind says let it go, you don't say anything, just observe as witness. All of a sudden you will come to know a realization happening within you which changes your life.

www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

How to be Successful while being Happy

Sama Rami Reddy studied many spiritual secrets. He understood the modern psychology trends in USA. He did research in Western methods of psychology and Vedanthic Litarature.

He participated in different programs as one of the leader in Richard Barret group. He presented many papers and participated in many international seminars.

He served as a chair person of the spiritual committee of ATA Telugu Conference in 2004 in Chicago, USA. Many Spiritual Masters from various counties participated in this conference. Sama Rami Reddy actively involved and participated in spiritual discussions. Especially the Satsang Session with Umijii added new insights in his spiritual journey.

Sama Rami Reddy explains How people make their simple life complicated and how to come out of it .

He explains that non judgmental witnessing of any life situation gives us a simple solution to the complicated challenges.

Many say that "to gain some we have to lose some". But isn't it surprising that one can gain everything without losing anything?. Moreover you need not to put much effort on that.

He provided the guidelines, how one can achieve external success with internal peace. There are charts, diagrams in this. You can make your life Happy by following these.

" ప్రేమంటే ఏకత్వ భావన "
" భయమంటే భిన్నత్వపు ఆలోచన "
- ఆర్.రెడ్డి సామా

భారతీయ విలువలు, ఆధ్యాత్మికత, పాశ్చాత్య విధానాలను లోతుగా అధ్యయనం చేసిన పిమ్మట "జైహో" పేరిట ఒక చక్కటి జీవన విధానానికి రూపకల్పన చేశారు డా॥ సామా రామిరెడ్డి.

సంతోషంగా ఉంటూ విజయాలను సాధించడమే మనిషి లక్ష్యం కావాలి. ఆనందాన్ని విజయానికి పణంగా పెట్టినప్పుడు ఎంత సాధించినా మనశ్శాంతి ఉండదు. సంతృప్తి కూడా లభించదు.

మనిషి అంతర్గతంగా ఎదుగుతూ సమాంతరంగా సమాజంలో అభివృద్ధి సాధించాలి. ఈ క్రమంలో ప్రపంచం కూడా సుఖశాంతులతో వర్ధిల్లుతుంది. ప్రజలు ఆ వ్యక్తిని మహాత్ముడిగా కొలుస్తారు. ఇలాంటి మహోన్నత పరిపూర్ణ జీవనానికి పూర్తి అర్హత మీకుంది. ప్రపంచంలో గొప్ప విషయాలు అతి సామాన్యంగా ఉంటాయి. అతి సామాన్యమైన విషయాలు అత్యంత గోప్యమై ఉంటాయి. SIMPLE THINGS ARE GREAT! GREAT THINGS ARE SIMPLE!

సంతోషానికి ప్రతిరూపంగా జీవిస్తూ చేపట్టిన ప్రతి పనిలోనూ విజేతగా నిలవడానికి అత్యంత సులభమైన మార్గాలని అందిస్తుంది 'జైహో'. ఇవి అతి సామాన్యమైనవి, అసాధారణ ప్రభావాన్ని చూపేవి.

ఇందులో వ్యక్తులకు విడిగా, సమూహాలకు, సంస్థలకు, సామూహికంగా శిక్షణా కార్య క్రమాలు ఉంటాయి. విజయం ఒక మజిలీ కాదు. ఒక నిరంతర ప్రక్రియ. ఎప్పటికప్పుడు విజయాలను సాధిస్తూ అసాధారణ అభివృద్ధివైపు దూసుకెళ్ళేలా 'జైహో' మార్చుతుంది మిమ్మల్ని.

www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

Founder & CEO
R.Reddy Sama

సామ రామిరెడ్డి (జైహో విధాన రూపశిల్పి):

"జైహో విధానం మరియు "సాక్షీభూత ప్రతిస్పందనా చికిత్సా విధానం" అభివృద్ధిలో ఆర్. సామా రామిరెడ్డి సాధనమై నిలిచారు. భారతదేశంలో 25 సంవత్సరాలు గడిపిన పిమ్మట వీరు అమెరికాలో 50 సంవత్సరాలకు పైగా ఉన్నారు.

'జైహో' విధానం పేరిట వ్యక్తులు, జట్లు, చిన్న పెద్ద సమూహాలు మధ్య సామరస్య జీవనం, విలువల నడుమ సమతుల్యం సాధించే సమర్ధవంతమైన విధానాన్ని రెడ్డి అభివృద్ధి చేశారు. ఈయన అభివృద్ధి చేసిన సామా సంయోజిత సారాంశపు నివేదికల్లో వైరుధ్యాలకు స్వస్తిపలికే మూడు విధానాలు ఉంటాయి. అవి 'జైహో' విధానం ద్వారా నా మార్గం, నీ మార్గం, మన మార్గం అంటూ శిక్షణా కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తున్నారు.

పద్మజ ఆర్. ఐర్లాండ్

Co Founder
Padmaja R Ireland

పద్మజ ఆర్. "సాక్షీభూత ప్రతిస్పందనా చికిత్సా విధానం" మరియు తన స్వంత "పద్మాస్ మార్గం" అభివృద్ధిలో సాధనంగా నిలిచారు. సూక్ష్మగ్రాహ్యత, సృజనాత్మకత కలిగిన పద్మజ వృత్తిరీత్యా మానసిక నిపుణురాలు. ఇల్లు లేనివారికోసం పనిచేసే "హోమ్‌లెస్ ప్రివెన్షన్ కో ఆర్డినేటర్". ఉద్యోగం ఆమెకు ఇష్టమైన వృత్తి. "జీవించు - జీవించనివ్వు" అన్నది ఆమె జీవన తత్త్వం.

www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

విజన్ (విస్తృత దృష్టి) : వ్యక్తిగత అజ్ఞానం, బాధలతో సతమతమవుతున్న వ్యక్తులను ఒక జ్ఞానవంతమైన, పరమానంద భరిత సమూహంగా మార్చడం.

మిషన్ (కృషి గమ్యం) : బేధాలు ఉన్నప్పటికీ మనుషులంతా ఒకటే అన్న ఏకత్వభావాన్ని ప్రజల్లో మేల్కొల్పడం.

వేల్యూస్ (విలువలు) :

అతి ముఖ్యమైన ఏడు విలువలు:

1) జీవశక్తి
2) సమగ్ర వ్యక్తిత్వం
3) ఇచ్చిపుచ్చుకునే తత్వం
4) వ్యవహారాల్లో పారదర్శకత
5) నిజమైన అవగాహన
6) తనలోని అవగాహనను సాక్షిగా (మూడవ మనిషిగా) దర్శించడం
7) ఏకత్వభావన (మనుషులంతా ఒకటేనన్న భావన)

గోల్స్ (లక్ష్యాలు) : వ్యక్తుల మధ్య, భార్యాభర్తల మధ్య, కుటుంబాల్లో, సమూహాల్లో, సంఘాల్లో, సంస్థల్లో విబేధాలను పరిష్కరించే ఉపకరణాలను (టూల్స్) తయారు చేయడం.

జైహో విధానం - మహోన్నత విజయాలకి అతి సులువైన మార్గం.

మెదడు వద్దంటుంది మనస్సు పోనీలే అంటుంది. నువ్వేమీ అనకు. సాక్షిగా గమనిస్తూ ఉండు. ఉన్నట్టుండి నీలో ఒక అవగాహన ఏర్పడటం తెలుస్తుంది. అంతే! నీ జీవితం అసాధారణంగా మారిపోతుందిక.

www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

ఆనందంగా ఉంటూనే విజయాలు సాధించడం ఎలా?

సామారామిరెడ్డి అనేక ఆధ్యాత్మిక రహస్యాలను అధ్యయనం చేశారు. అమెరికాలోని ఆధునిక వ్యక్తిత్వ వికాస రీతులను అర్ధంచేసుకున్నారు. పాశ్చాత్య మనస్తత్వ శాస్త్రాలతోపాటు వేదాంతసాహిత్యాన్నిమధించారుఅనేక శిక్షణాకార్యక్రమాల్లోపాల్గొన్నారు. రిచర్డ్ బారెట్ బృందంలో ఒక నాయకుడిగా వివిధ కార్యక్రమాల్లో పాల్గొన్నారు. వివిధ అంతర్జాతీయ 'సెమినార్లలో పాల్గొనడంతో పాటు పలుపేపర్లను కూడా సమర్పించారు.

2004లో షికాగో, అమెరికాలో జరిగిన అటా తెలుగు సదస్సులో స్పిరిట్యుయల్ కమిటీ ఛైర్మెన్‌గా వ్యవహరించారు. ప్రపంచం నలుమూలలనుంచి వచ్చిన ఎందరో ఆధ్యాత్మిక గురువులు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. ఇందులో చురుగ్గా పాల్గొన్న సామా రామిరెడ్డి ఆధ్యాత్మిక చర్చల్లో పాలుపంచుకున్నారు. ప్రత్యేకించి ఉమీజీతో సత్సంగం ఆయన ఆధ్యాత్మిక జీవనంలో సరికొత్త అంతర్‌దృష్టిని ఆవిష్కరించింది.

ప్రజలు తమ సరళమైన జీవితాలను ఎలా సంక్లిష్టం చేసుకుంటున్నారో, దాన్నుండి ఎలా బయట పడాలో వివరిస్తారు సామారామిరెడ్డి. వర్తమాన పరిస్థితిని ఎటువంటి తీర్పు లేకుండా ఉన్నది ఉన్నట్టుగా ఒక సాక్షిలా వీక్షించగలిగినపుడు జీవితం విసిరే ఎటువంటి కష్టమైన సవాళ్ళనైనా అధిగమించవచ్చని వివరిస్తారు సామారామిరెడ్డి.

జీవితంలో ఒకటి పొందాలంటే మరొకటి కోల్పోవాలని చాలామంది అంటూంటారు. కానీ ఏదీ కోల్పోకుండానే మనకు కావాల్సినవన్నీ పొందచ్చు అంటే ఆశ్చర్యంగా ఉండచ్చు? ఇది నిజం. మరో విషయమేమిటంటే ఇందుకు మీరు పెద్దగా కష్టపడక్కర్లేదు.

అంతర్గత శాంతితో పాటు బాహ్య విజయాలను ఎలాపొందాలో తెలిపే మార్గదర్శకాలు, ఛార్టులు, చిత్రాలు అందిస్తున్నారు సామారామిరెడ్డి. వీటిని పాటిస్తే మీ జీవితాన్ని ఆనందమయం చేసుకోవచ్చు.

Founder & CEO
R. Reddy Sama

Life's Pendulum

The JAIHO PROCESS *(Joyful Appreciative Inquiry for Healthy Oneness)*

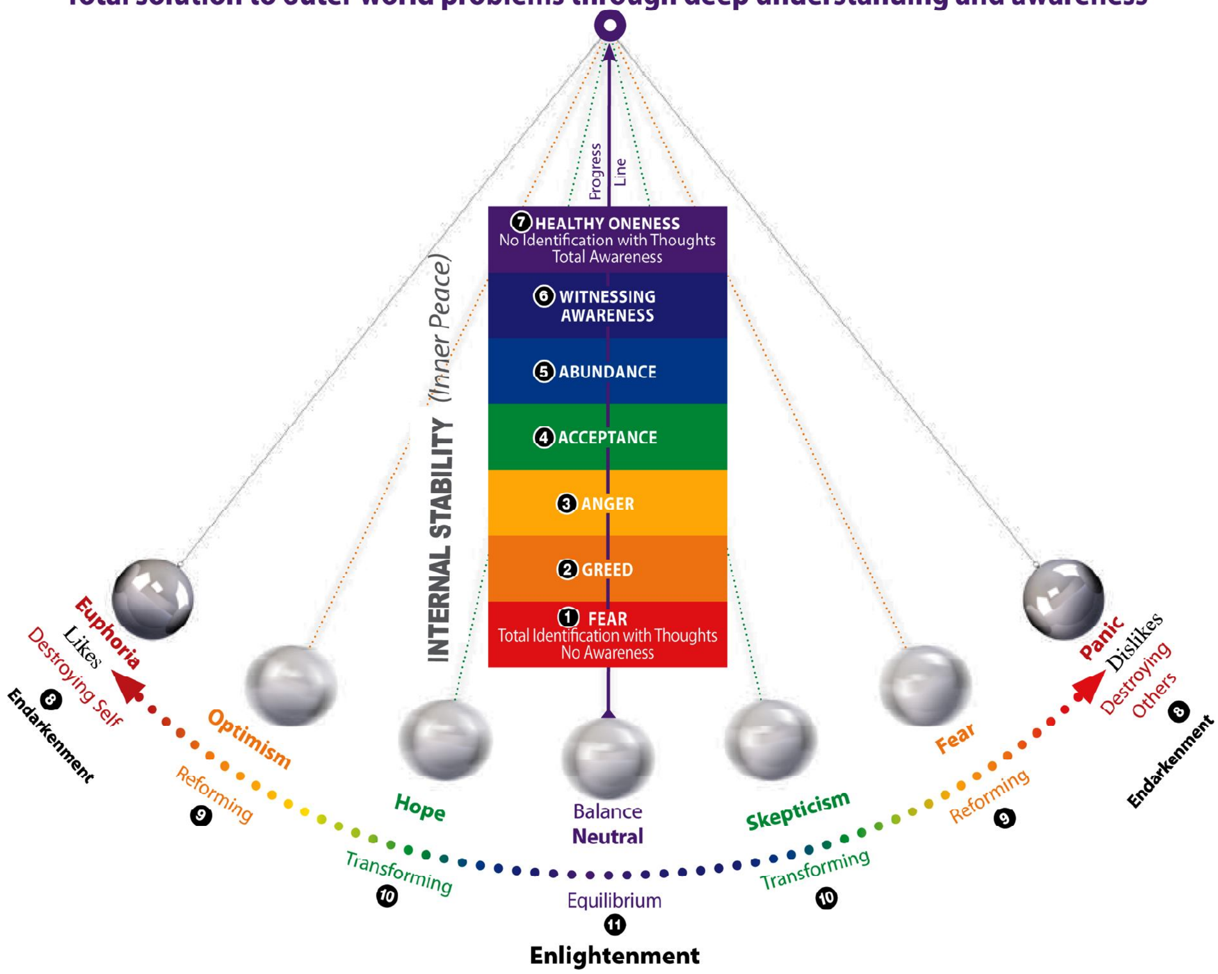
& 11 Dimensional Reality

By R. Reddy Sama & Padmaja R. Ireland

www.witnessingworks.com

Co-Founder
Padmaja R. Ireland

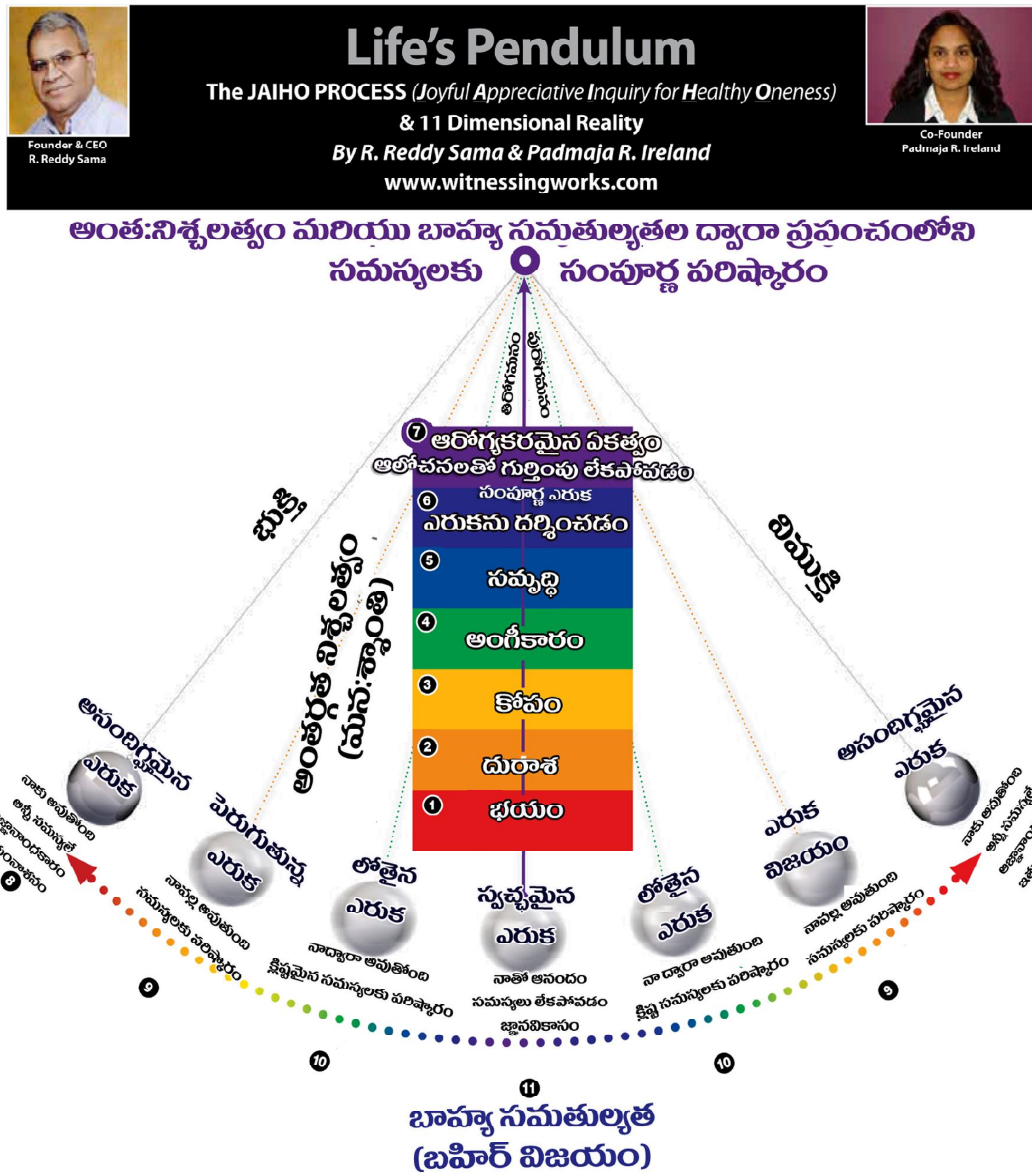
Total solution to outer world problems through deep understanding and awareness



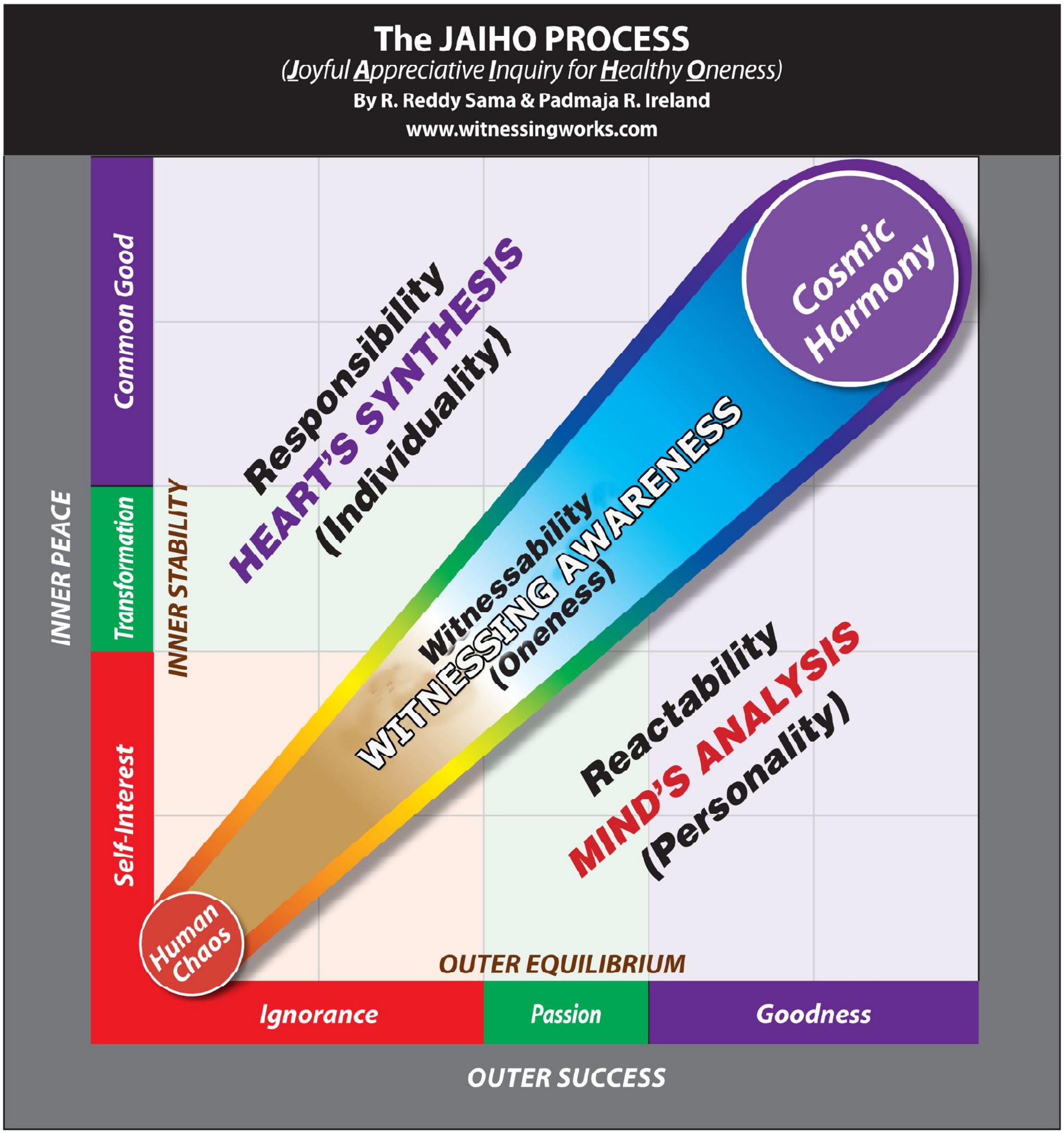
EXTERNAL EQUILLIBRIUM *(Outer Success)*

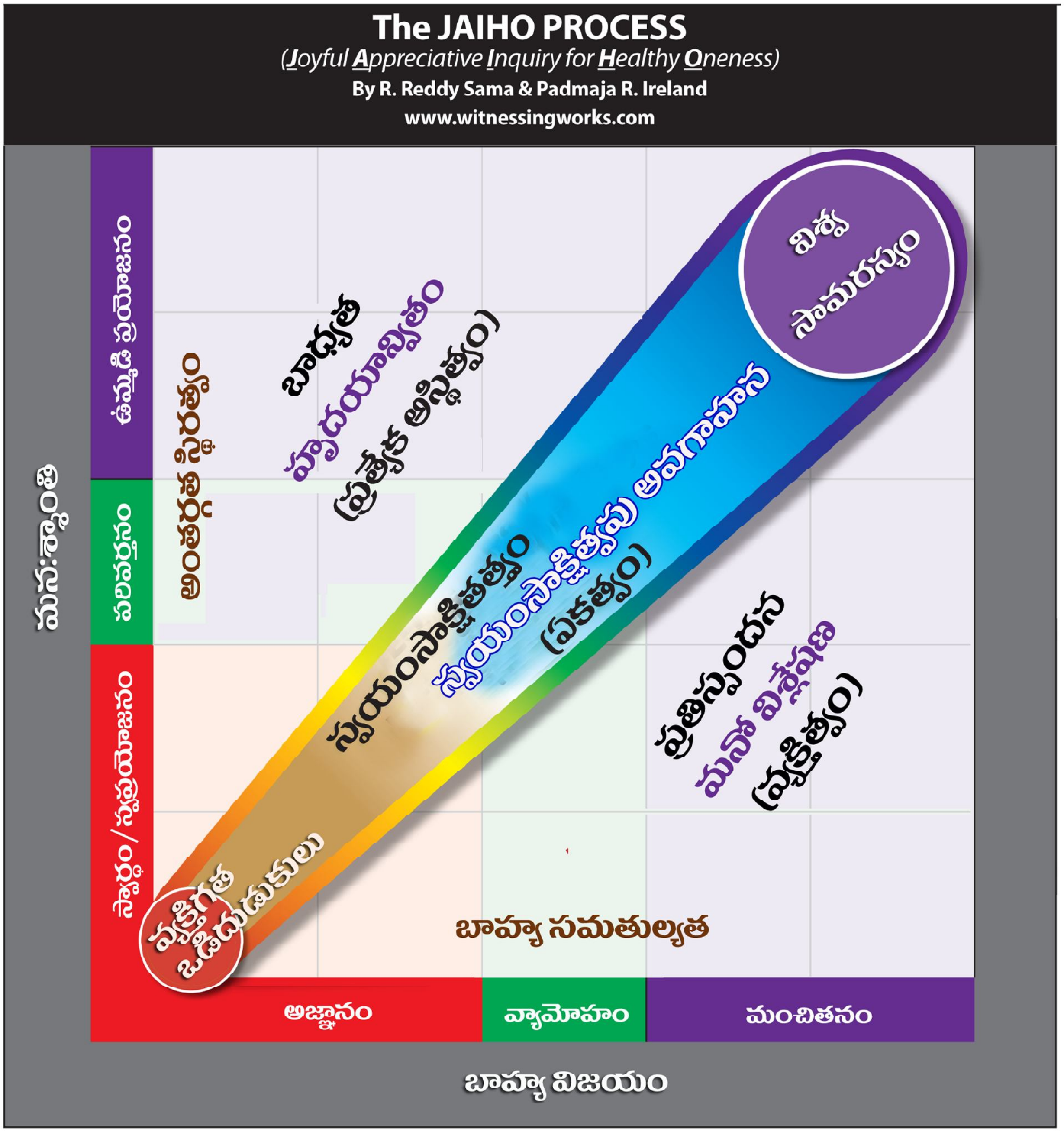
- Truth is never in the extremes. It is always through the middle way or at Balanced Equilibrium
- 7 Levels Of Consciousness (Quality) • 4 Levels Of Conciousness (Quantity)

www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

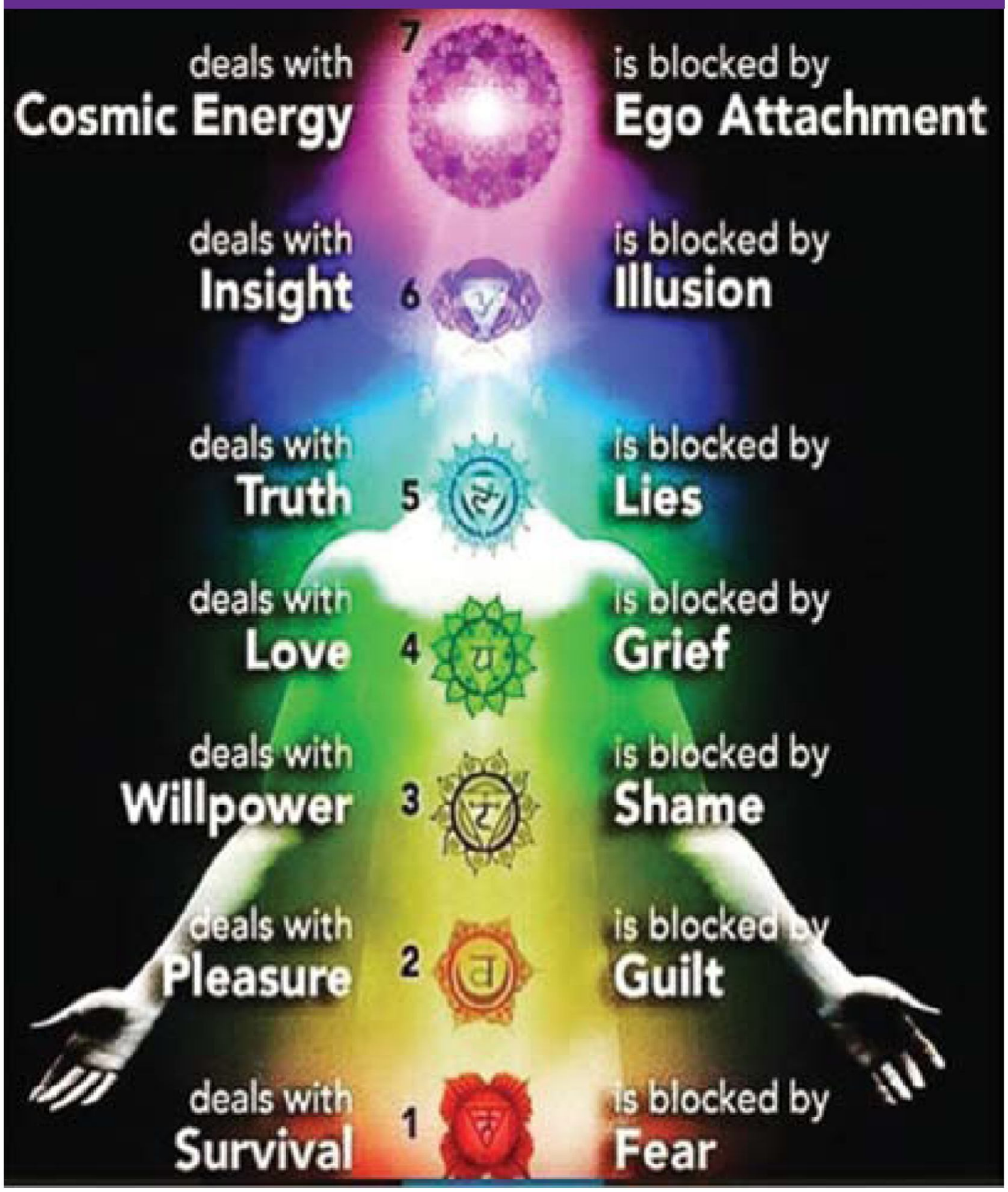


www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

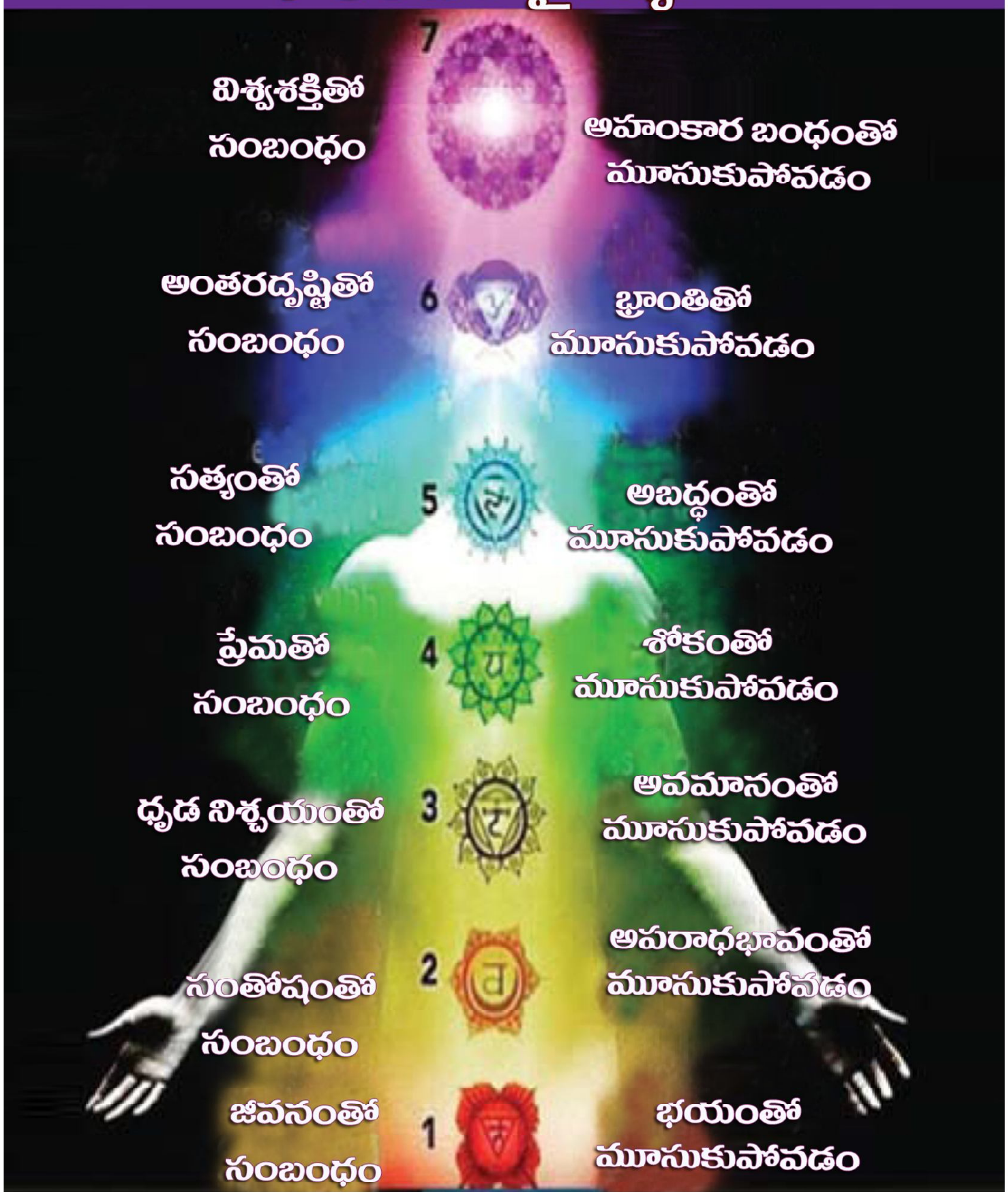

The JAIHO PROCESS
(Joyful Appreciative Inquiry for Healthy Oneness)
By R. Reddy Sama & Padmaja R. Ireland
www.witnessingworks.com
Cosmic Harmony
Responsibility
HEART'S SYNTHESIS
(Individuality)
Witnessability
WITNESSING AWARENESS
(Oneness)
Reactability
MIND'S ANALYSIS
(Personality)
Human Chaos
INNER PEACE
Common Good
Transformation
Self-Interest
INNER STABILITY
OUTER EQUILIBRIUM
Ignorance
Passion
Goodness
OUTER SUCCESS


The JAIHO PROCESS
(Joyful Appreciative Inquiry for Healthy Oneness)
By R. Reddy Sama & Padmaja R. Ireland
www.witnessingworks.com
విశ్వ సామరస్యం
బాధ్యత
హృదయాన్వితం
(ప్రత్యేక అస్తిత్వం)
స్వయంసాక్షిత్వపు అవగాహన
స్వయంసాక్షితత్వం
స్వయంసాక్షిత్వం
(ఏకత్వం)
ప్రతిస్పందన
మనో విశ్లేషణ
(వ్యక్తిత్వం)
వ్యక్తిగత ఒడిదుడుకులు
అంతర్గత స్థిరత్వం
బాహ్య సమతుల్యత
ఉన్నతి ప్రయోజనం
పరివర్తనం
స్వార్థం/స్వప్రయోజనం
మనఃశాంతి
అజ్ఞానం
వ్యామోహం
మంచితనం
బాహ్య విజయం

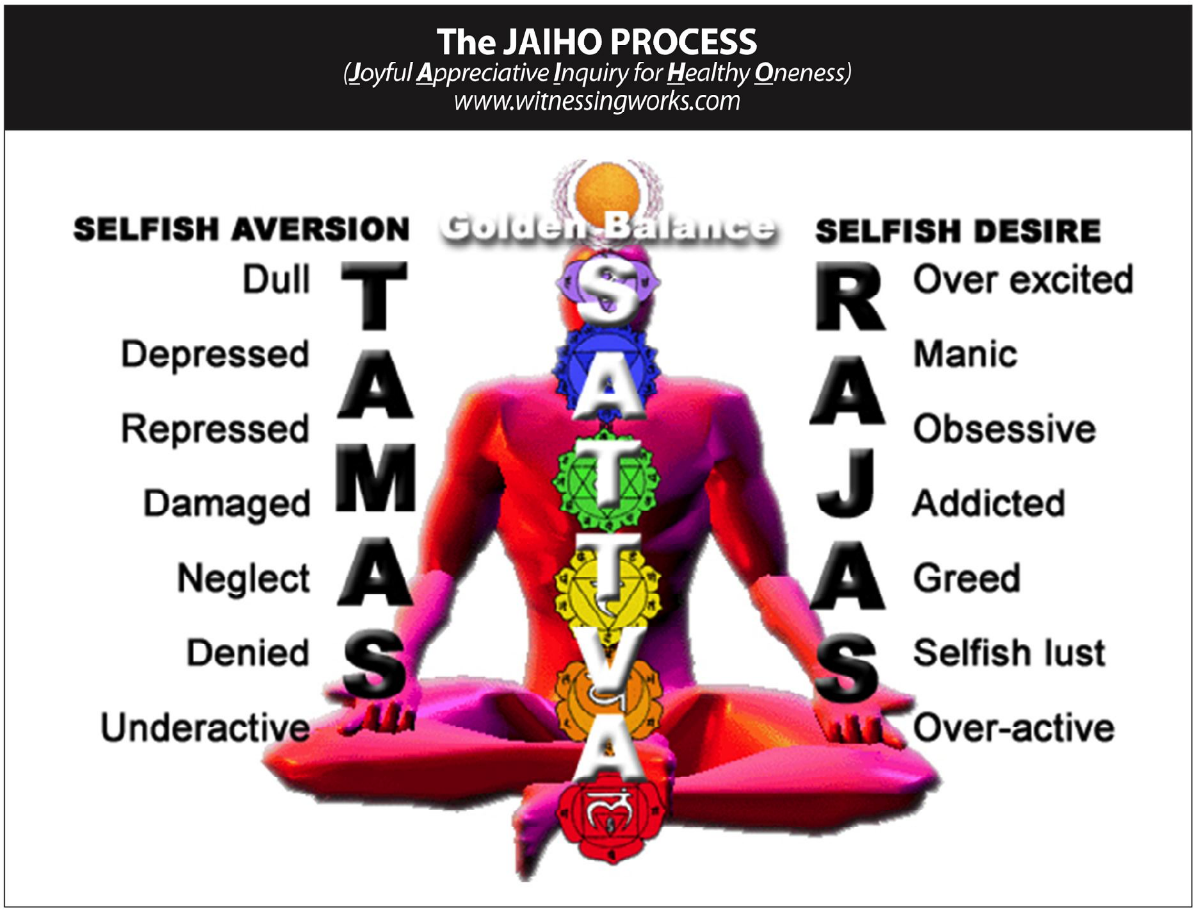
Seven Levels Of Consciousness

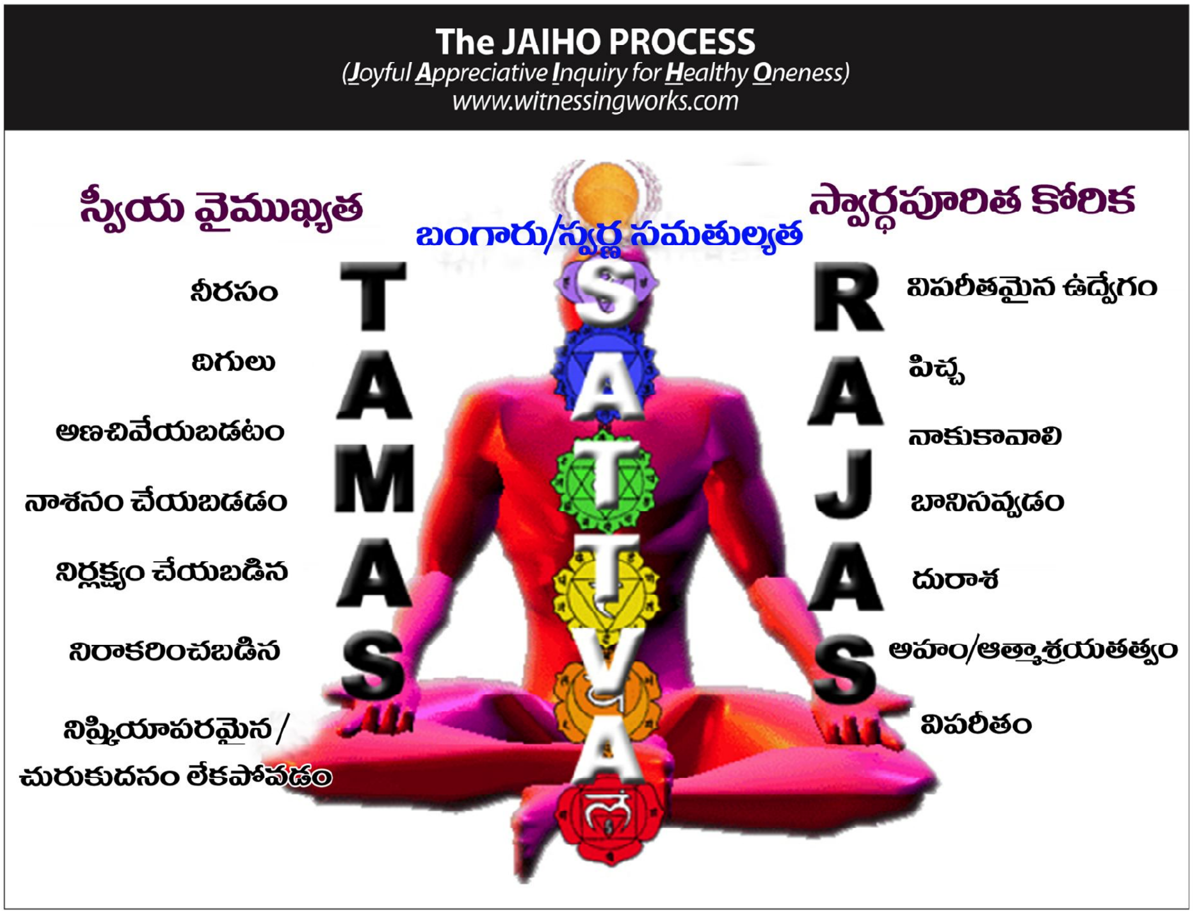


7 అంచెల చైతన్యం



www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com


The JAIHO PROCESS
(Joyful Appreciative Inquiry for Healthy Oneness)
www.witnessingworks.com
SELFISH AVERSION
Golden Balance
SELFISH DESIRE
TAMAS
SATTVA
RAJAS
Dull
Depressed
Repressed
Damaged
Neglect
Denied
Underactive
Over excited
Manic
Obsessive
Addicted
Greed
Selfish lust
Over-active



www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

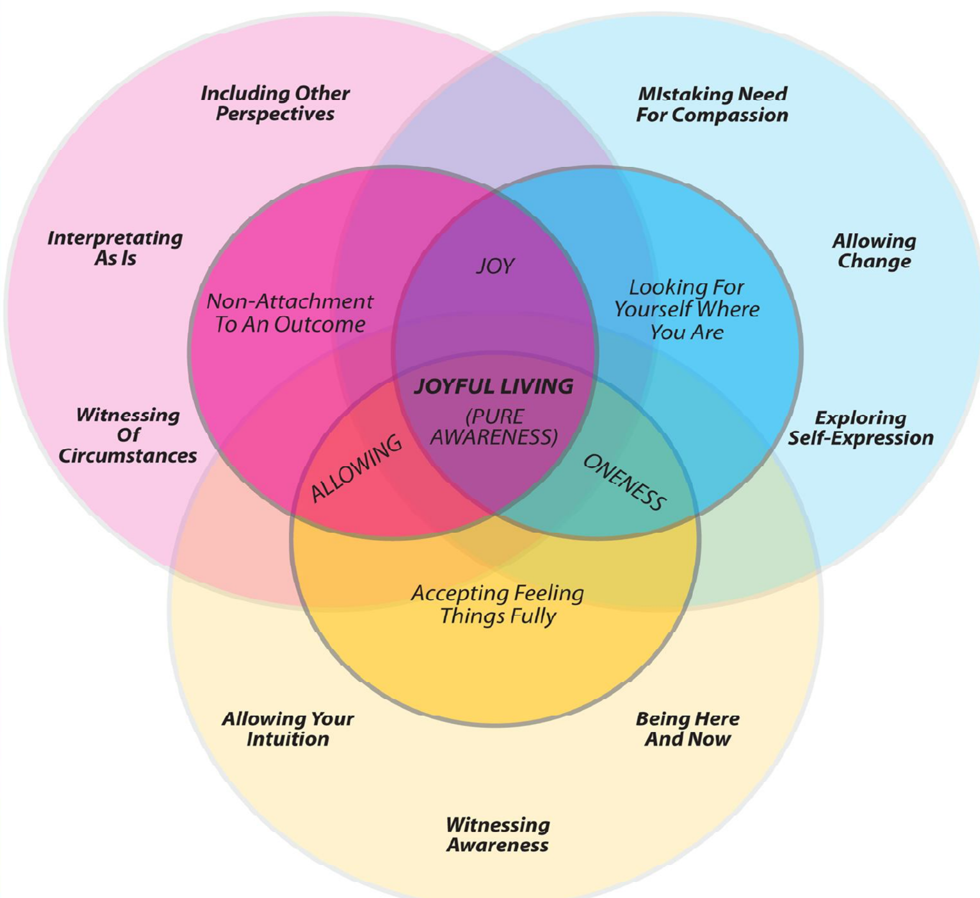
Founder & CEO
R.Reddy Sama

Waking up to Oneness and Celebrating Separateness.

Co-Founder
Padmaja R. Ireland

JAIHO Process

AN INDIAN CONCEPT FOR "JOYFUL LIVING"



www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

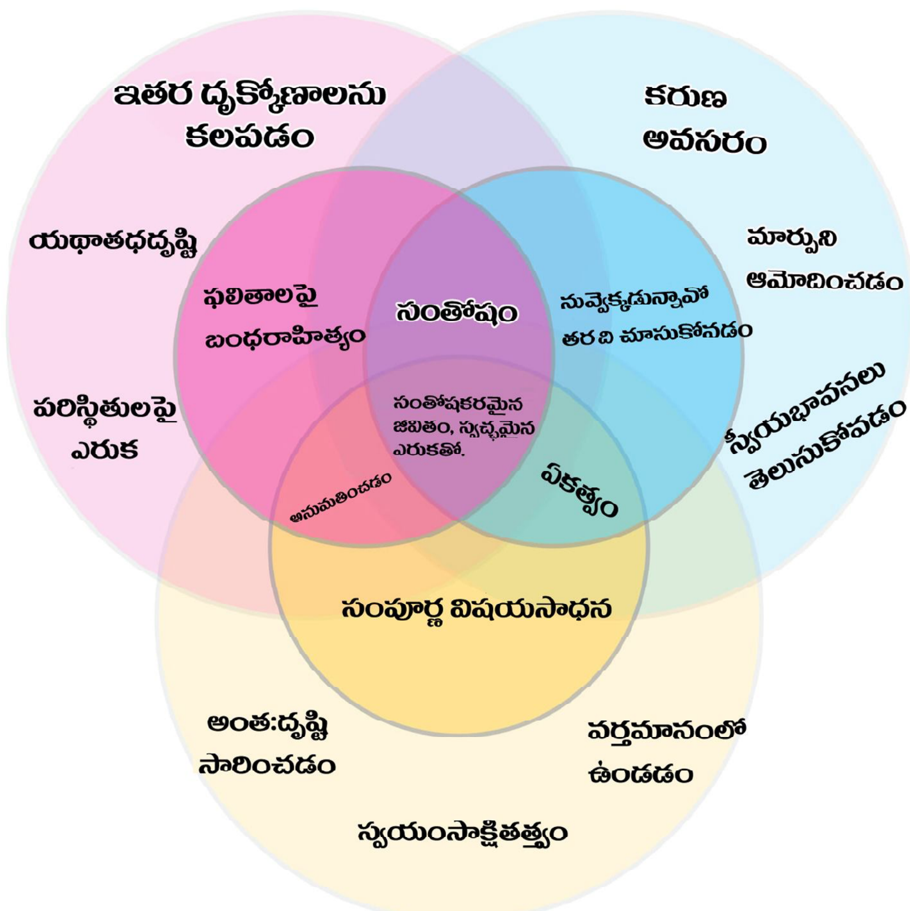
Founder & CEO
R.Reddy Sama

Waking up to Oneness and Celebrating Separateness.

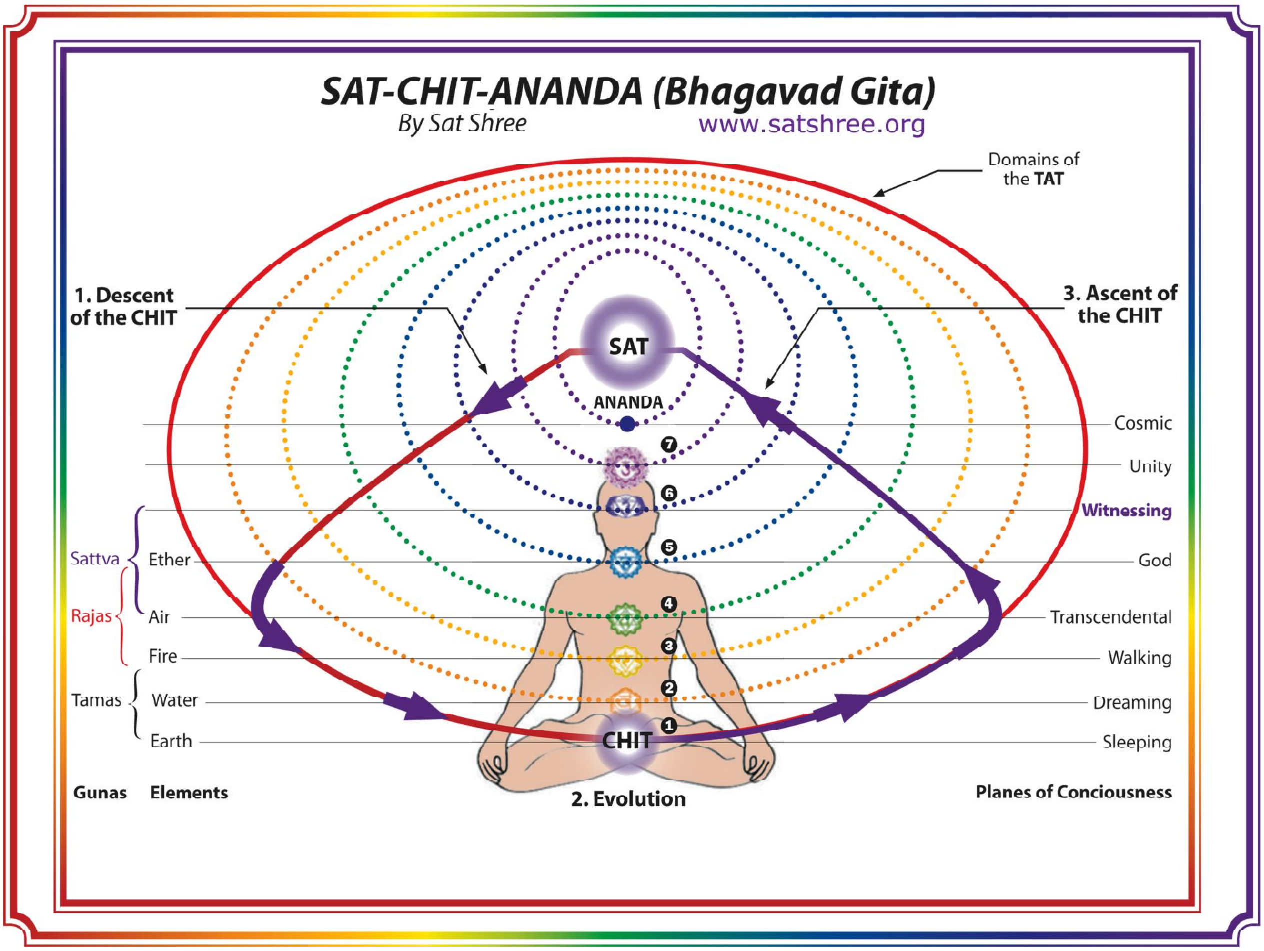
Co-Founder
Padmaja R. Ireland

జైహో ప్రక్రియ

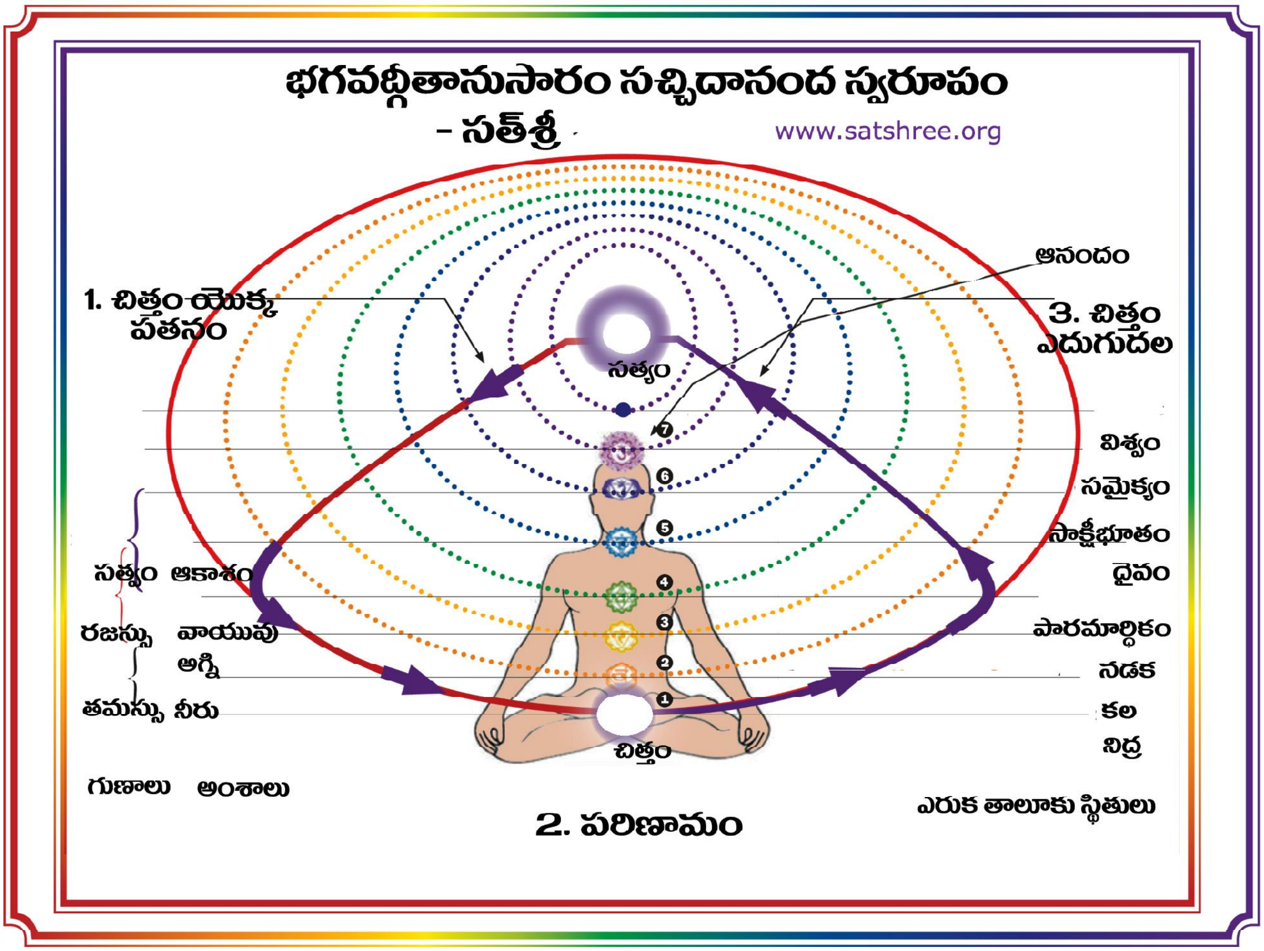
సంతోషంగా జీవించడానికి భారతీయమార్గం

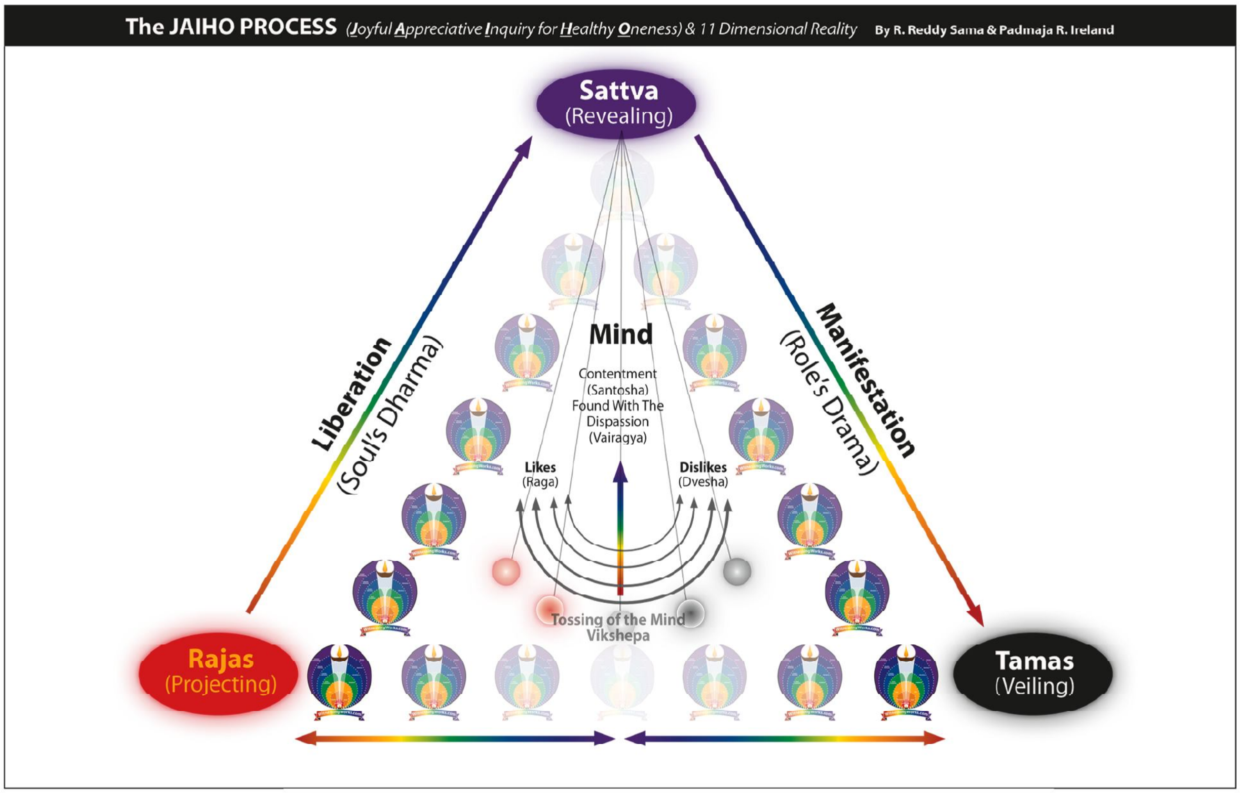


www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

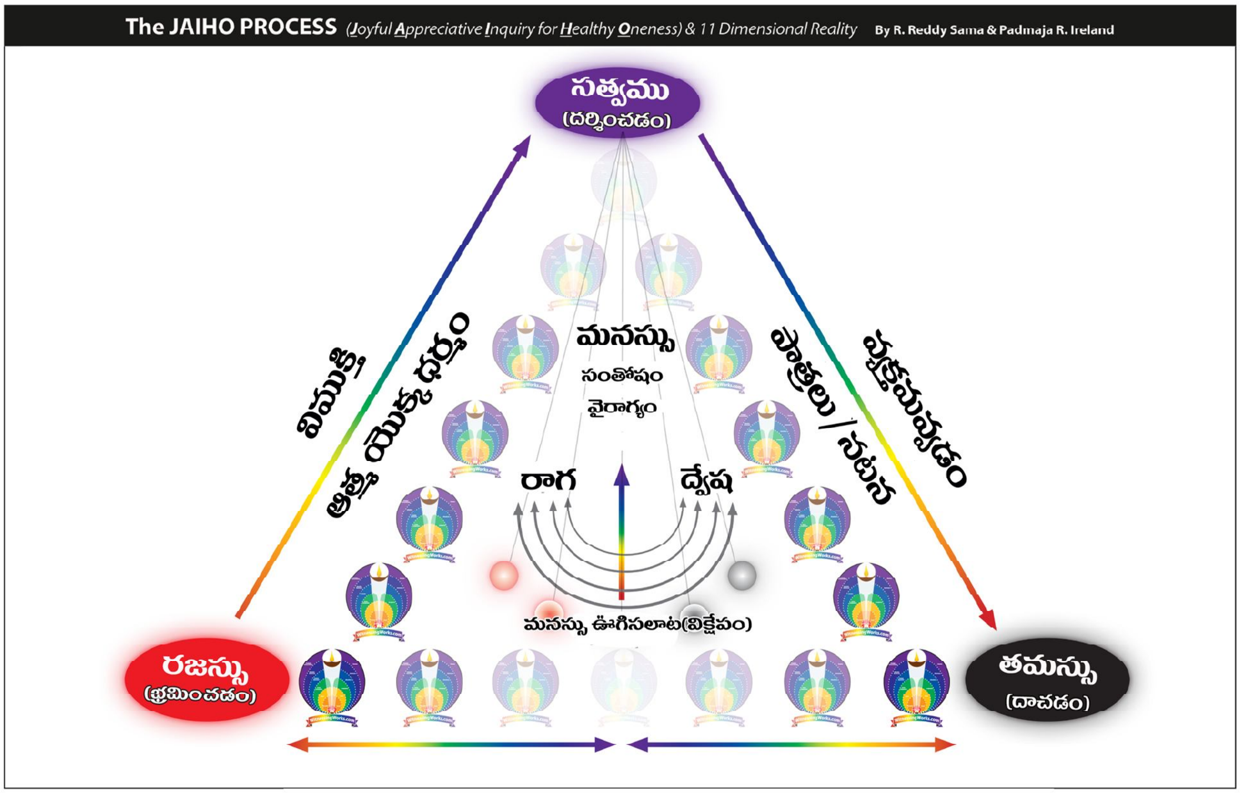


www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

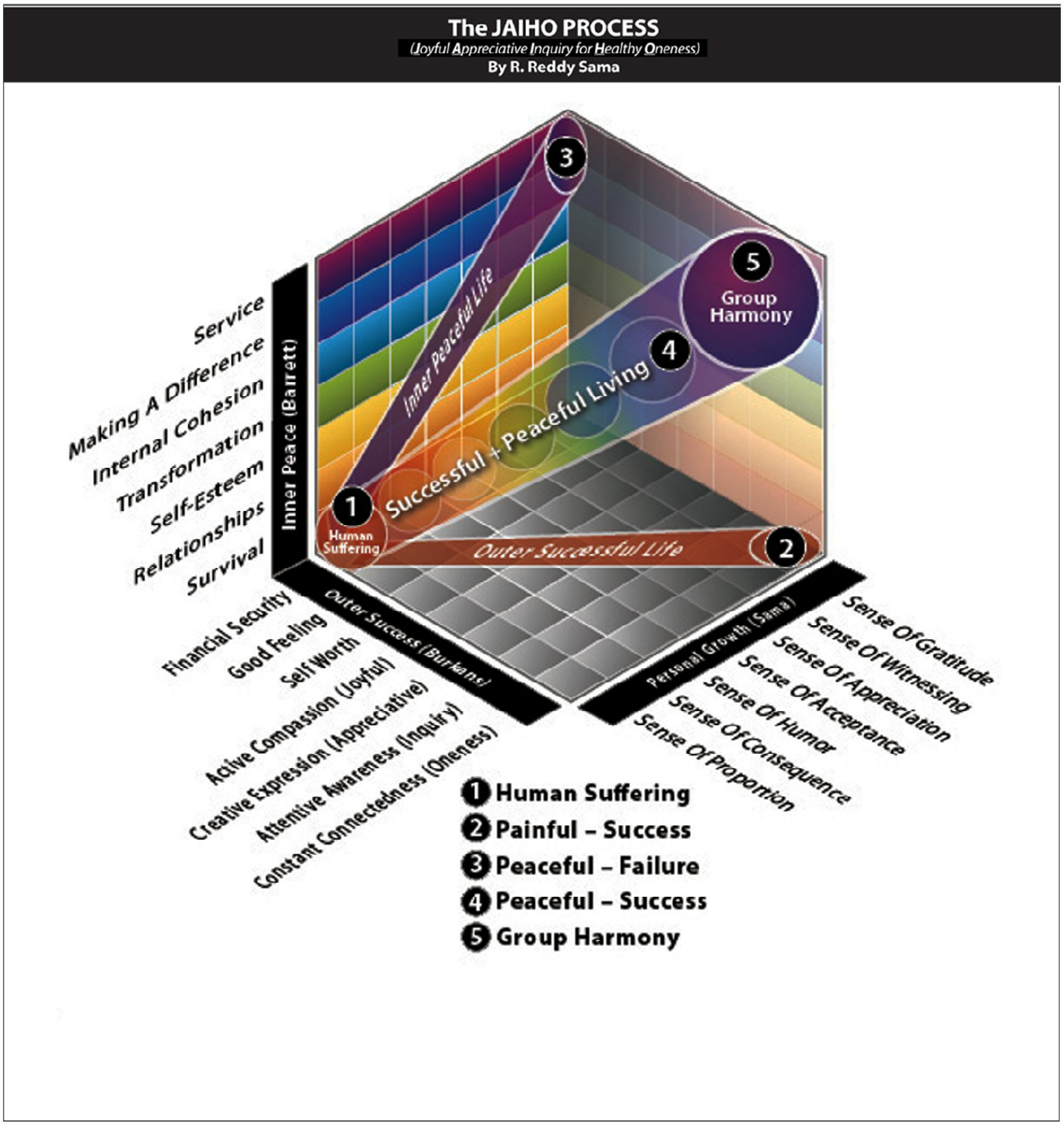

భగవద్గీతానుసారం సచ్చిదానంద స్వరూపం
- సత్‌శ్రీ
www.satshree.org
1. చిత్తం యొక్క పతనం
ఆనందం
3. చిత్తం ఎదుగుదల
సత్యం
విశ్వం
సమైక్యం
సాక్షీభూతం
దైవం
పారమార్థికం
నడక
కల
నిద్ర
సత్వం ఆకాశం
రజస్సు వాయువు
అగ్ని
తమస్సు నీరు
చిత్తం
గుణాలు అంశాలు
ఎరుక తాలూకు స్థితులు
2. పరిణామం



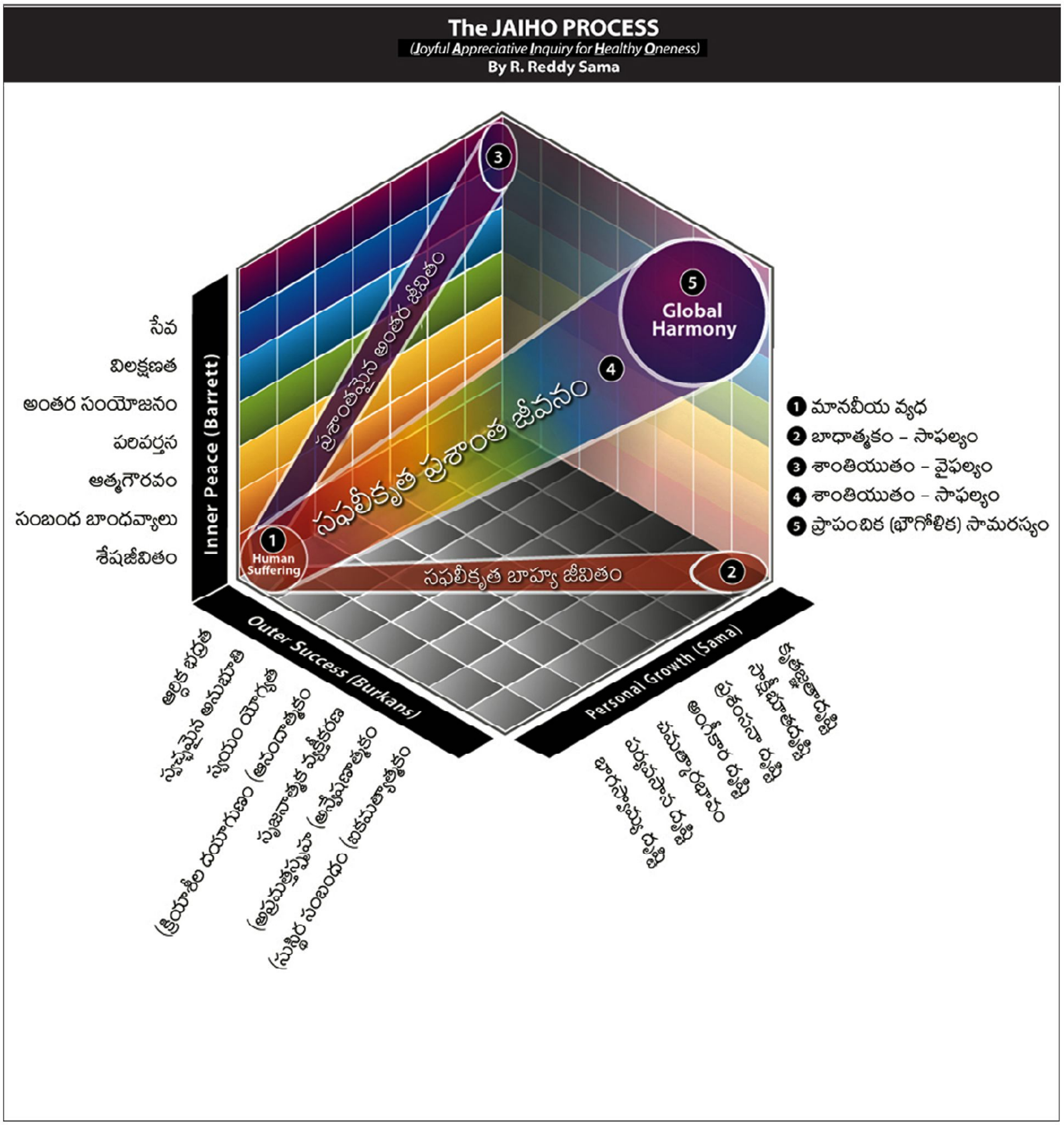
www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com



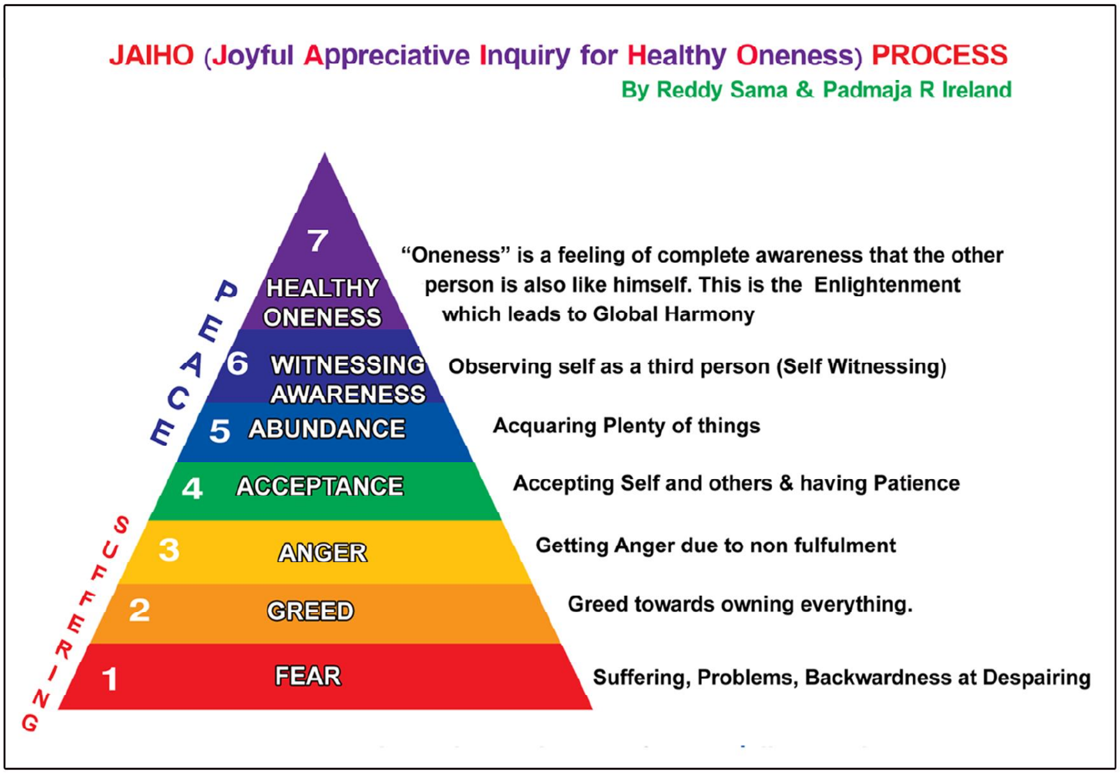
www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com



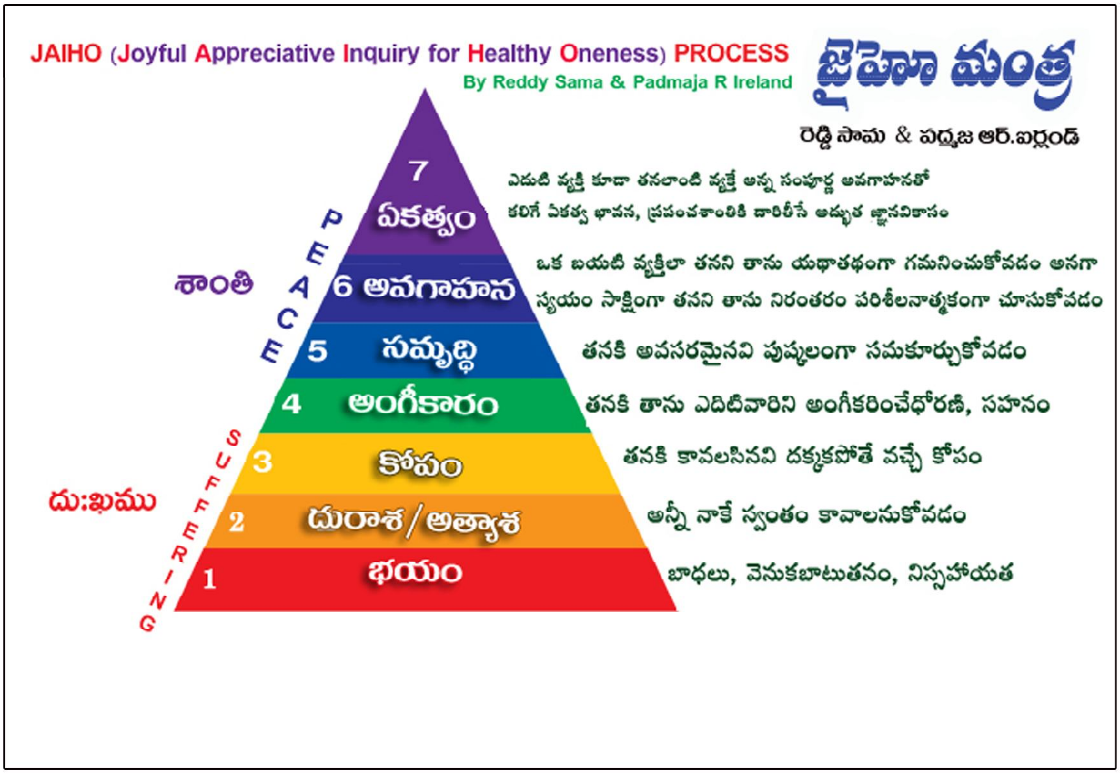
www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com



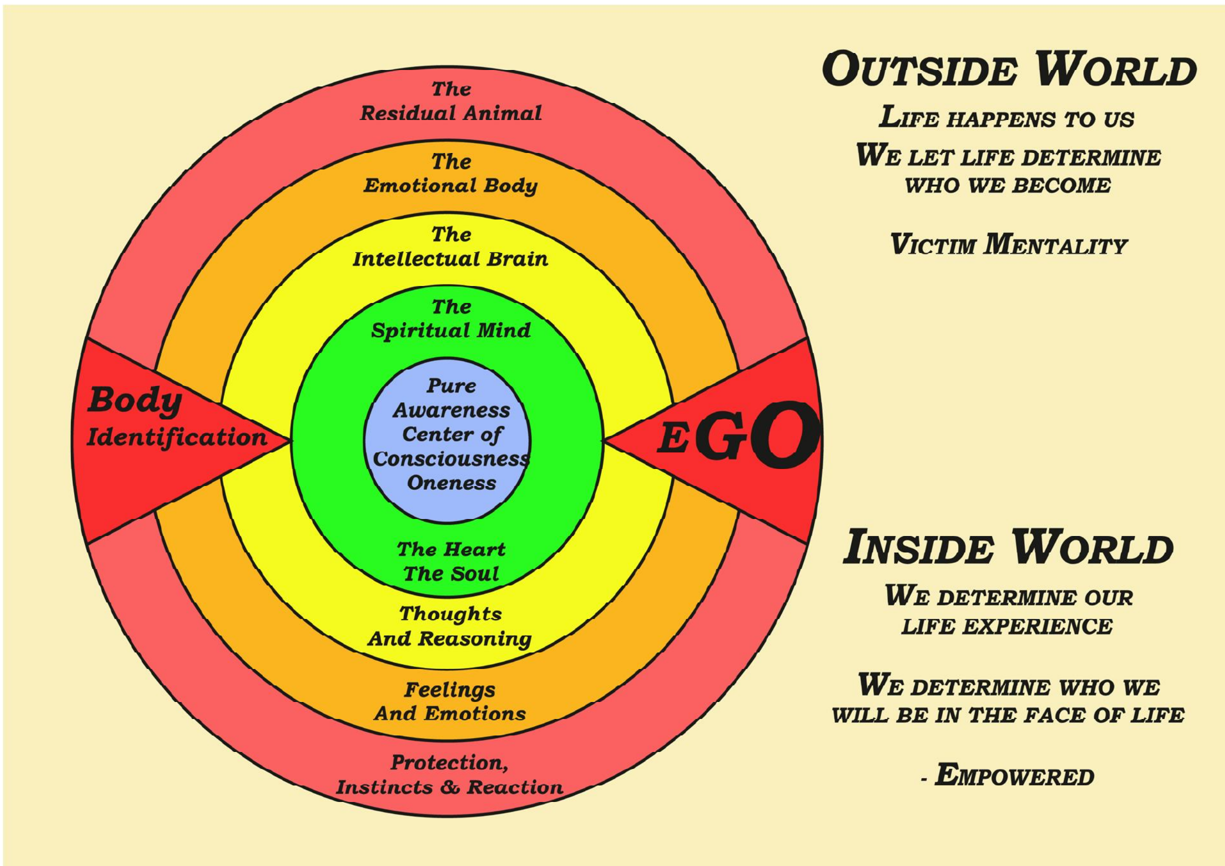
www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

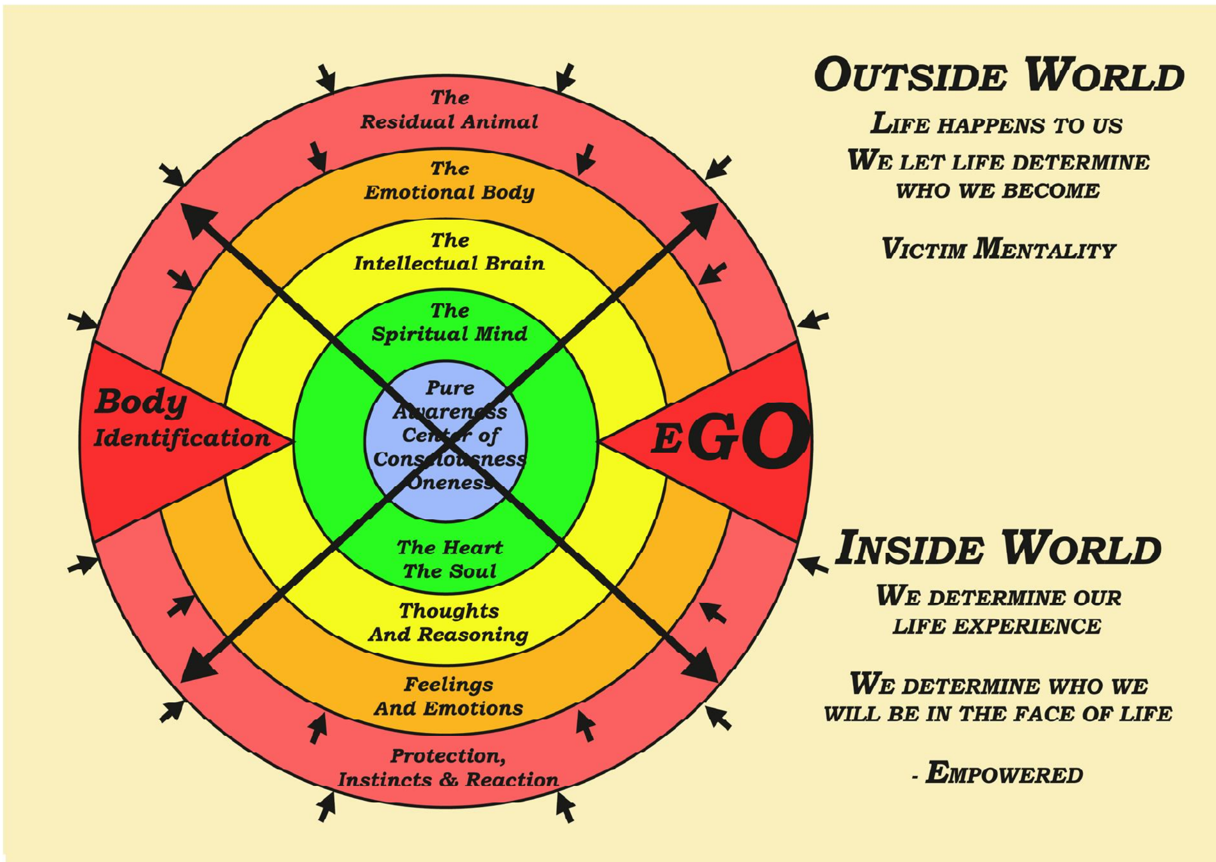


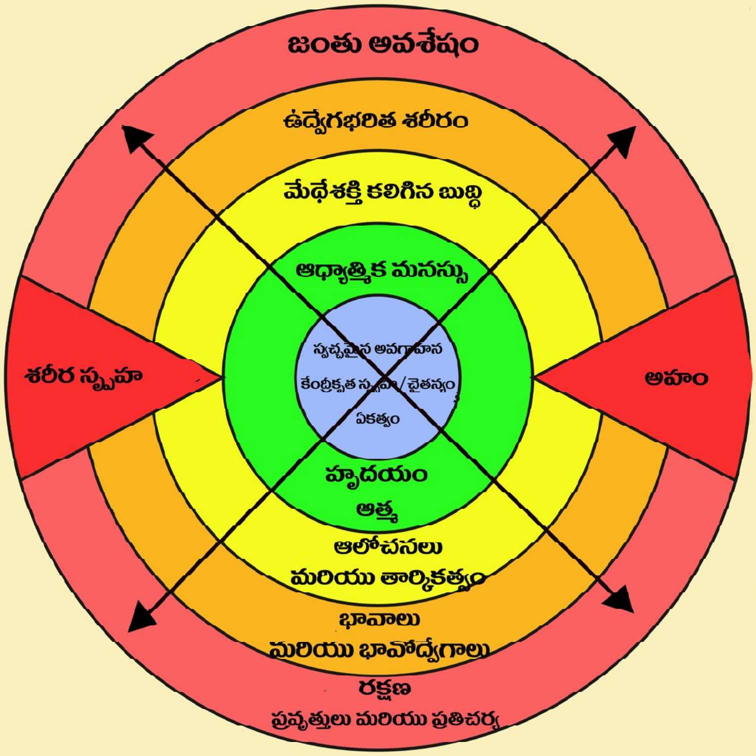
www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com



www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com


The Residual Animal
The Emotional Body
The Intellectual Brain
The Spiritual Mind
Pure Awareness Center of Consciousness Oneness
The Heart The Soul
Thoughts And Reasoning
Feelings And Emotions
Protection, Instincts & Reaction
Body Identification
EGO
OUTSIDE WORLD
LIFE HAPPENS TO US
WE LET LIFE DETERMINE WHO WE BECOME
VICTIM MENTALITY
INSIDE WORLD
WE DETERMINE OUR LIFE EXPERIENCE
WE DETERMINE WHO WE WILL BE IN THE FACE OF LIFE
- EMPOWERED


The Residual Animal
The Emotional Body
The Intellectual Brain
The Spiritual Mind
Pure Awareness Center of Consciousness Oneness
The Heart The Soul
Thoughts And Reasoning
Feelings And Emotions
Protection, Instincts & Reaction
Body Identification
EGO
OUTSIDE WORLD
LIFE HAPPENS TO US
WE LET LIFE DETERMINE WHO WE BECOME
VICTIM MENTALITY
INSIDE WORLD
WE DETERMINE OUR LIFE EXPERIENCE
WE DETERMINE WHO WE WILL BE IN THE FACE OF LIFE
- EMPOWERED



బాహ్య ప్రపంచం

జీవితం మనకు సంభవిస్తుంది.

మనం ఏం అవుతామన్నది

జీవితమే నిర్ణయించేలా చేస్తాము.

బాధితుడి మనస్తత్వం

అంతర్గత ప్రపంచం

మన జీవితానుభవాన్ని

మనమే నిర్ణయించుకుంటాము.

జీవితంలో మనం ఏం కావాలనుకున్నది

నిర్ధారించేది మనమే.

సాధికారత

www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

Adapted from Power vs. Force David R. Hawkins

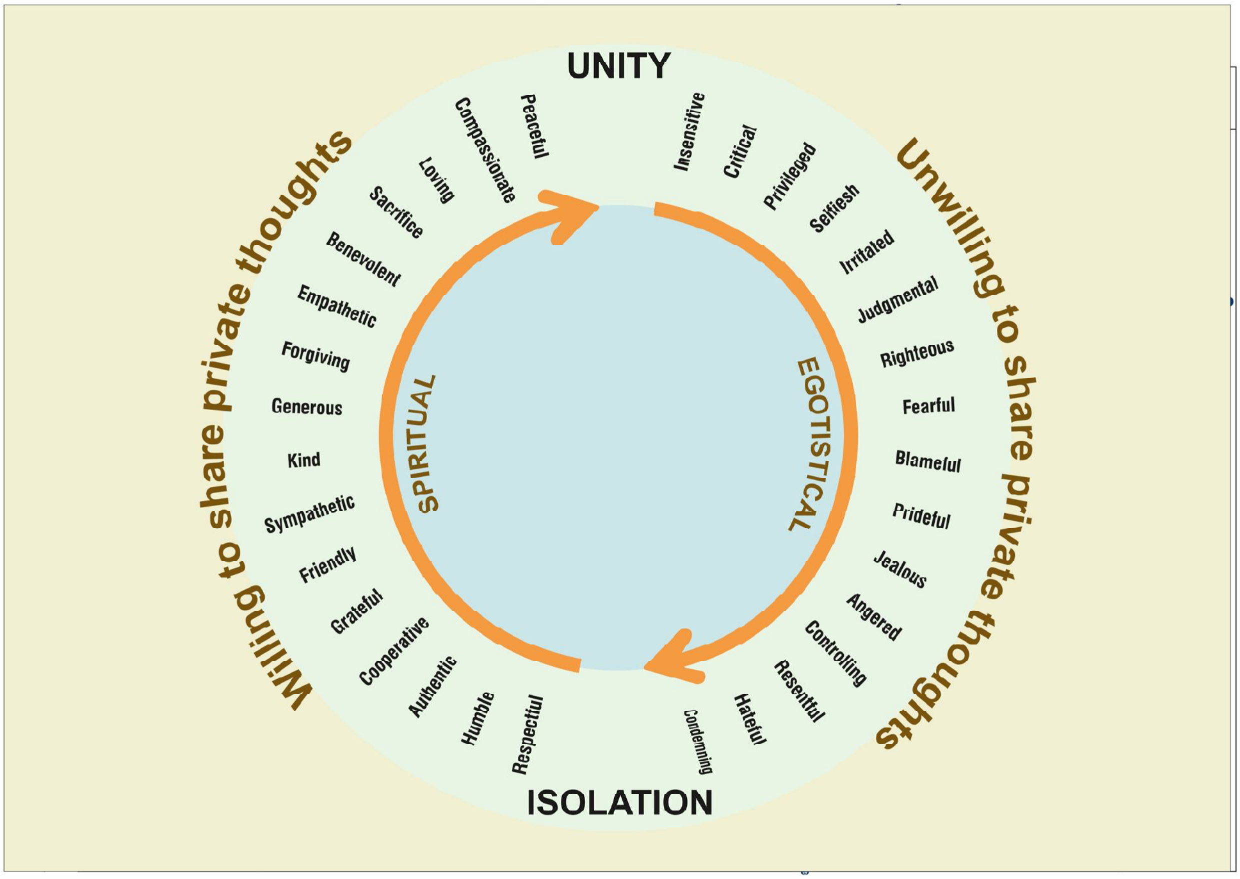
	Log	Level	Life-View	Emotion	God-View	Process	Primary Drive	Rate of Happiness	% of World Population	Mode
POWER	1000 700.	Enlightenment	Is	Ineffable	Self	Pure-Consciousness	Salvation of humanity	100%	722	
	600	Peace	Perfect	Bliss	All-Being	illumination	Good of mankind	100%	Persons	Spiritual
	540	Joy	Complete	Serenity	All-Being	illumination	Good of mankind	100%	.4%	
	500	Love	Benign	Reverence	Loving	Revelation	We can all share in happiness	80%	3.99%	Self-Realization
	400	Reason	Meaningful	Understanding	Wise	Abstraction	Everyone is capable of Learning	79%		
	350	Acceptance	Harmonious	Forgiveness	Merciful	Transcendence	People are inherently good	71%		
	310	Willingness	Hopeful	Optimism	Inspiring	Intention	Life is good	68%	18%	Self-Empowerment
	250	Neutrality	Satisfactory	Trust	Enabling	Release	I trust the universe to helpme	60%		
	200	Courage	Feasible	Affirmation	Permitting	Empowerment	I can survive even if others don't/can't	55%		
FORCE	175	Pride	Demanding	Scorn	Indifferent	Inflation	I have to help others in order to survive	22%		Victim/Abuser Mentality
	150	Anger	Antagonistic	Hate	Vengeful	Aggression	I can only survive if I can control others	12%		
	125	Desire	Disappointing	Craving	Denying	Enslavement	I only survive if others give me what I want	10%		
	100	Fear	Frightening	Anxiety	Punitive	Withdrawal	I only survive if you don't survive	10%		
	75	Grief	Tragic	Regret	Disdainful	Despondency	You don't survive so I don't' survive	9%	78%	
	50	Apathy	Hopeless	Despair	Condemning	Abdication	Why would anyone want to survive	5%		
	30	Guilt	Evil	Blame	Vindictive	Destruction	No one needs to survive	4%		
	20	Shame	Miserable	Humiliation	Despising	Elimination	I don't want to survive	1%		

www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

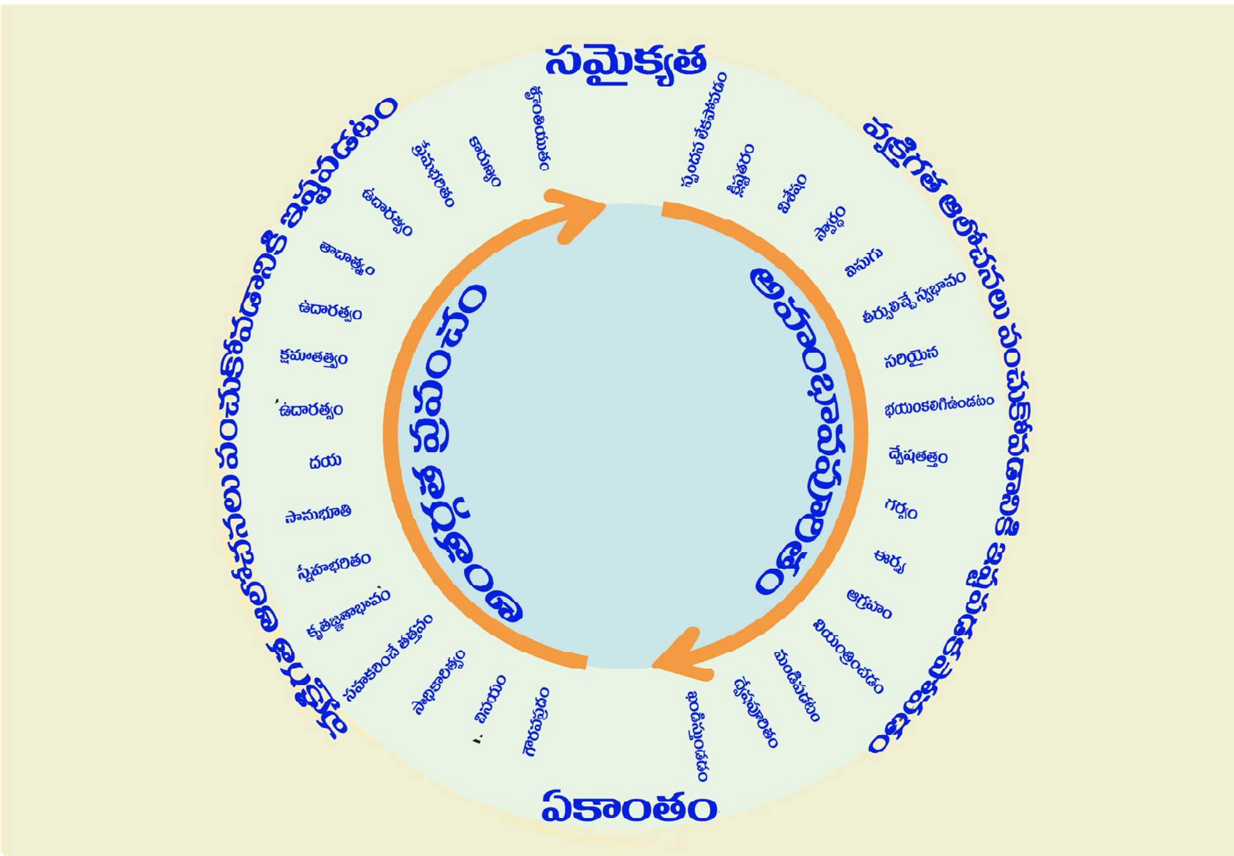
శక్తి వర్సెస్ బలం డేవిడ్ హాకిన్స్ పుస్తకం నుండి స్వీకరణ

	లాగ్	స్థాయి	జీవితకోణం	భావోద్వేగం	దైవకోణం	ప్రక్రియ	చోదకం	సంతోష శాతం	ప్రపంచ జనాశాలో శాతం	స్థితి
శక్తి	1000 700.	జ్ఞానోదయం	ఉండటం	అనిర్వచనీయం	స్వీయభావన	స్వచ్ఛమైన ఎరుక భావన	మానవతకు అభయం	100%	722 మనుషులు	ఆధ్యాత్మికం
	600	శాంతి	పరిపూర్ణత	పరమానందస్థితి	సర్వవ్యాపకత్వం	ప్రకాశం	మానవజాతికి మంచిది	100%		
	540	సంతోషం	సంపూర్ణి	నిర్వ్యాజమైన	సర్వవ్యాపకత్వం	ప్రకాశం	మానవజాతికి మంచిది	100%	.4%	ఆత్మ సాక్షాత్కారం
	500	ప్రేమ	సాధుత్వం	భక్తిభావం	ప్రేమపూర్వకం	వెల్లడించడం	సంతోషాన్ని అందరితో పంచుకోవడం	80%	3.99%	
	400	కారణము	అర్థవంతం	అవగాహన	తెలివి	పరధ్యానం	అందరూ నేర్చుకోగలరు	79%	18%	స్వీయ సాధికారత
	350	అంగీకారము	ఐకమత్యం	క్షమాగుణం	కరుణ	సర్వశ్రేష్ఠత్వం	పారంపరికగా మనుషులు	71%		
	310	సంసిద్ధత	ఆశాభరితం	ఆశాభావం	స్ఫూర్తి	ఉద్దేశ్యం	జీవితం బాగుంది	68%		
	250	తటస్థం	సంతృప్తికరం	నమ్మకం	తోడ్పాటు	విడుదల	ప్రపంచం నుండి	60%		
	200	ధైర్యం	సాధ్యమైనది	ధృవీకరణ	అనుమతి	సాధికారత	ఇతరులు చేయలేకపోయినా నేను జీవించగలను	55%		
బలం	175	గర్వం	హక్కుగా కోరడం	హేళన	ఉదాసీనత	ఉబ్బింతకావడం	ఇతరుల మనుగడకోసం నేను సహాయం చేయడం	22%	78%	బాధితుడు / వేధించే మనస్తత్వం
	150	కోపం	వైరుధ్యభరితం	ద్వేషం	ప్రతీకారం	దూకుడు	ఇతరులను అదుపుచేయడం ద్వారానే జీవించడం	12%		
	125	కోరిక	నిరాశపడటం	ఆరాటం	నిరాకరణ	బానిసత్వం	నాకు కావలసింది ఇతరులు ఇస్తేనే జీవించడం	10%		
	100	భయం	భయపెట్టడం	ఆందోళన	శిక్షాత్మకం	ఉపసంహారణ	మీరు లేకపోతే మాత్రమే నేను బ్రతికిఉంటాను.	10%		
	75	శోకం	విషాధభరితం	అపరాధభావం	అలక్ష్యం	నైరాశ్యం	మీరు మనుగడ సాగించలేదు కాబట్టి నేనుకూడా సాగించలేను	9%		
	50	ఉదాసీనత	నిరాశాజనకమైనది	నిరాశ	ఖండించడం	త్యజించడం	ఎవరైనా బతకాలని ఎందుకు కోరుకుంటారు?	5%		
	30	నేరం	చెడు	నింద	పగతీర్చుకోవడం	విధ్వంసం	ఎవరూ బతకవలసిన అవసరంలేదు.	4%		
	20	అవమానం	నిచత్వం	అవమానం	బైటపడటం	తొలగించడం	నేను బతికేందుకు ఇష్టపడను	1%		

www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com



www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

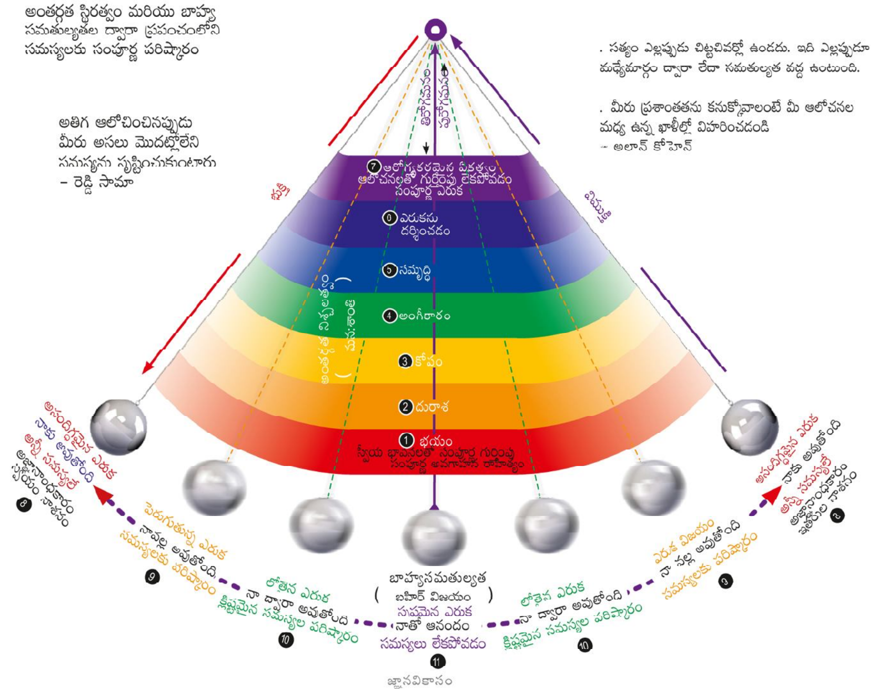


www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

అంతర్గత పరివర్తనం

The JAIHO PROCESS (Joyful Appreciative Inquiry for Healthy Oneness) & 11 Dimensional Reality

By R. Reddy Sama & Padmaja R. Ireland | www.witnessingworks.com



J	(Joyful Appreaciative Inquiry for Healthy Oneness) అంతర్గత స్థిరత్వం మరియు బాహ్య సమతుల్యత కొరకు		వ్యవస్థీకృత విధానం
J-1.	నాటకంలో పాత్రల నుండి	సామూహిక ధర్మం	
J-2.	చూడడం నుండి	దృష్టిపెట్టడం	
J-3.	వినడం నుండి	గ్రహించడం	
J-4.	నమ్మడం నుండి	తెలుసుకోవడం	
J-5.	నిద్రలో నడవడం నుండి	మేల్కొనడం	
J-6.	పరిమితులేర్పడడం నుండి	విముక్తి	
J-7.	వేర్పడడం నుండి	ఏకత్వం	
J-8.	భయం నుండి	జీవితం వైపు	
J-9.	దోషపూరితభావన నుండి	సంతోషం వైపు	
J-10.	అవమానం నుండి	ఆత్మశక్తి వైపు	
J-11.	దు:ఖం నుండి	ప్రేమ వైపు	
J-12.	అబద్ధాల నుండి	సత్యం వైపు	
J-13.	భ్రమనుండి	అంత:దర్శనంవైపు	
J-14.	అహంకార బంధం నుండి	విశ్వశక్తి వైపు	
	ACT (అంగీకారము మరియు కార్యనిబద్ధత పూర్వక చికిత్స) బాహ్య సమతుల్యత కొరకు		
J-15.	వ్యామోహం నుండి	కరుణ వైపు	
J-16.	అజ్ఞానం నుండి	జ్ఞానం వైపు	
J-17.	చర్య, నిబద్ధత వైద్యం	జైహో మార్గం వైపు	
J-18.	బంధం	వ్యాప్తి వైపు	
J-19.	తప్పించుకోవడం	అంగీకారం వైపు / అనుభవం ద్వారా తెల్సుకోవడానికి అంగీకారం	
J 20.	వైముఖ్యం	వర్తమానంలో ఇప్పుడే - ఇక్కడే జీవించడం	
J-21.	స్వీయ కథనంలో చిక్కుకుపోవడం, నిబంధనలను మూర్ఖంగా పాటించడం నుండి	నేను అనగా నాలో కలిగే ఆలోచనలు, భావాలు మరియు సంవేదనల సముదాయంగా, స్వీయ పరిశీలనా శక్తి పెంపొందించుకునే వైపు	

J	నిద్రాణస్థితి	ఎరుకగల్గిన స్థితి	జాగృత స్థితి	ACT
J-22.	మార్గనిర్దేశనం లేకపోవడం	విషయసంబంధమైనది	జీవితానికి ఏంకావాలో తెలిసిన స్థితి	
J-23.	డబ్బు	లక్ష్యం	అనుభవం	
J-24.	సంఘర్షణలు	వెతకడం	శ్రద్ధతీసుకోవడం	
J-25.	ప్రయత్నం	చర్య	అనుమతించడం	
J-26.	వ్యసనం	ఫలితం	ఆధ్యాత్మికత	
J-27.	కష్టతరం	సర్వవసానం	పరమానందం	
J-28	మినహాయింపు	ప్రత్యేకత	కలుపుకోవం	

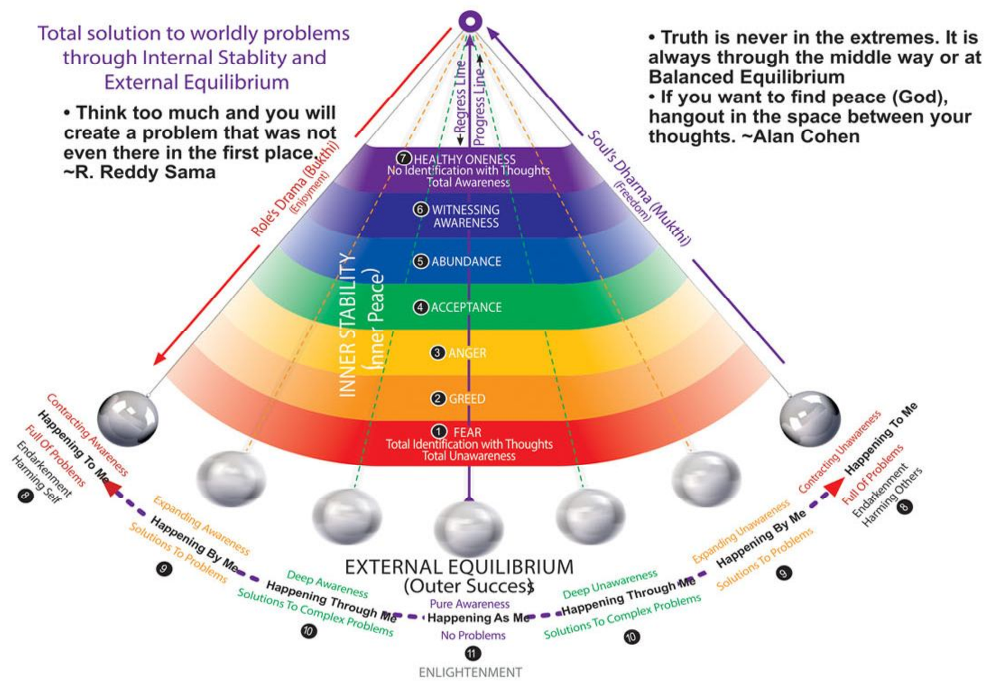
చిత్రం ***110A:*** ఈ చార్టు జ్ఞానోదయ ప్రక్రియను లోలకంగా వర్ణిస్తుంది. మధ్యలోని వారు స్వచ్ఛమైన అవగాహనలో అంతర్గత స్థిరత్వాన్ని కలిగి ఉంటారు. మరియు ఏకత్వం వైపు పురోగమిస్తారు. లోలకం ఒక తీవ్రత నుండి మరొక తీవ్రతకు మారినప్పుడు వారు స్థిరత్వాన్ని కోల్పోతారు. ఫలితంగా జ్ఞానోదయానికి బదులుగా అజ్ఞానాంధకారం వస్తుంది

www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

Inner Transformation

The JAIHO PROCESS (Joyful Appreciative Inquiry for Healthy Oneness) & 11 Dimensional Reality

By R. Reddy Sama & Padmaja R. Ireland | www.witnessingworks.com



JAIHO-28 PROCESS (Joyful Appreaciative Inquiry for Healthy Oneness) FOR INTERNAL STABILITY & External Equilibrium		
J-1.	From "Role's Drama"	To "Group's Dharma"
J-2.	From "Looking"	To "Seeing"
J-3.	From "Hearing"	To "Listening"
J-4.	From "Believing"	To "Knowing"
J-5.	From "Sleepwalking"	To "Awakening"
J-6.	From "Limitation"	To "Liberation"
J-7.	From "Separtion"	To "Oneness"
J-8.	From "Fear"	To "Survival"
J-9.	From "Guilt"	To "Pleasure"
J-10.	From "Shame"	To "Will Power"
J-11.	From "Grief"	To "Love"
J-12.	From "Lies"	To "Truth"
J-13.	From "Illusion"	To "Insight"
J-14.	From "Ego Attachment"	To "Cosmic Energy"
ACT (Acceptance Commitment Therapy) FOR EXTERNAL EQUILIBRIUM		
J-15.	From "Passion"	To "Compassion"
J-16.	From "Ignorance"	To "Wisdom"
J-17.	From "Action Commitment Therapy – ACT"	To "Joyful Appreciative Inquiry For Healthy Oneness – JAIHO"
J-18.	From "Fused"	To "Diffused"
J-19.	From "Experiental Avoidance"	To "Acceptance / Willingness to Experience"
J-20.	From "Dwelling In The Past"	To "Staying Present – Here And Now"
J-21.	From "Stuck In A Story About Self, Rigid Rule-Following"	To "Seeing Self As The Contect That Thoughts Feelings And Sensations Arise Within, Develop 'Observing Self'

	Asleep	State of Consciousness	Awake
J-22.	From "Loss Of Direction"	Objective	To "Awareness of What Matters In Life
J-23.	Money	Goal	Experience
J-24.	Conflicts	Seeking	Caring
J-25.	Effort	Action	Allow
J-26.	Addiction	Result	Spirituality
J-27.	Miserable	Outcome	Ecstatic
J-28	Exclusion	Exclusiveness	Inclusion

System Approach		
Mystic Approach	Direct Experience	Mystic Union
Yogic Approach	Yogic Union	Sankya Yoga
Eastern Approach	External Equilibrium	JAIHO Manthra
	Internal Stability	JAIHO Manthra
Western Approach	ACT	Acceptance Commitment Therapy For External Equilibrium

Figure 110A: This figure depicts the enlightenment process as a pendulum. In the middle, one finds inner stability in pure awareness and is able to progress towards oneness. As awareness contracts and the pendulum swings from one extreme to the other extreme, one loses stability, resulting in endarkenment instead of enlightenment.

www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com
Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com

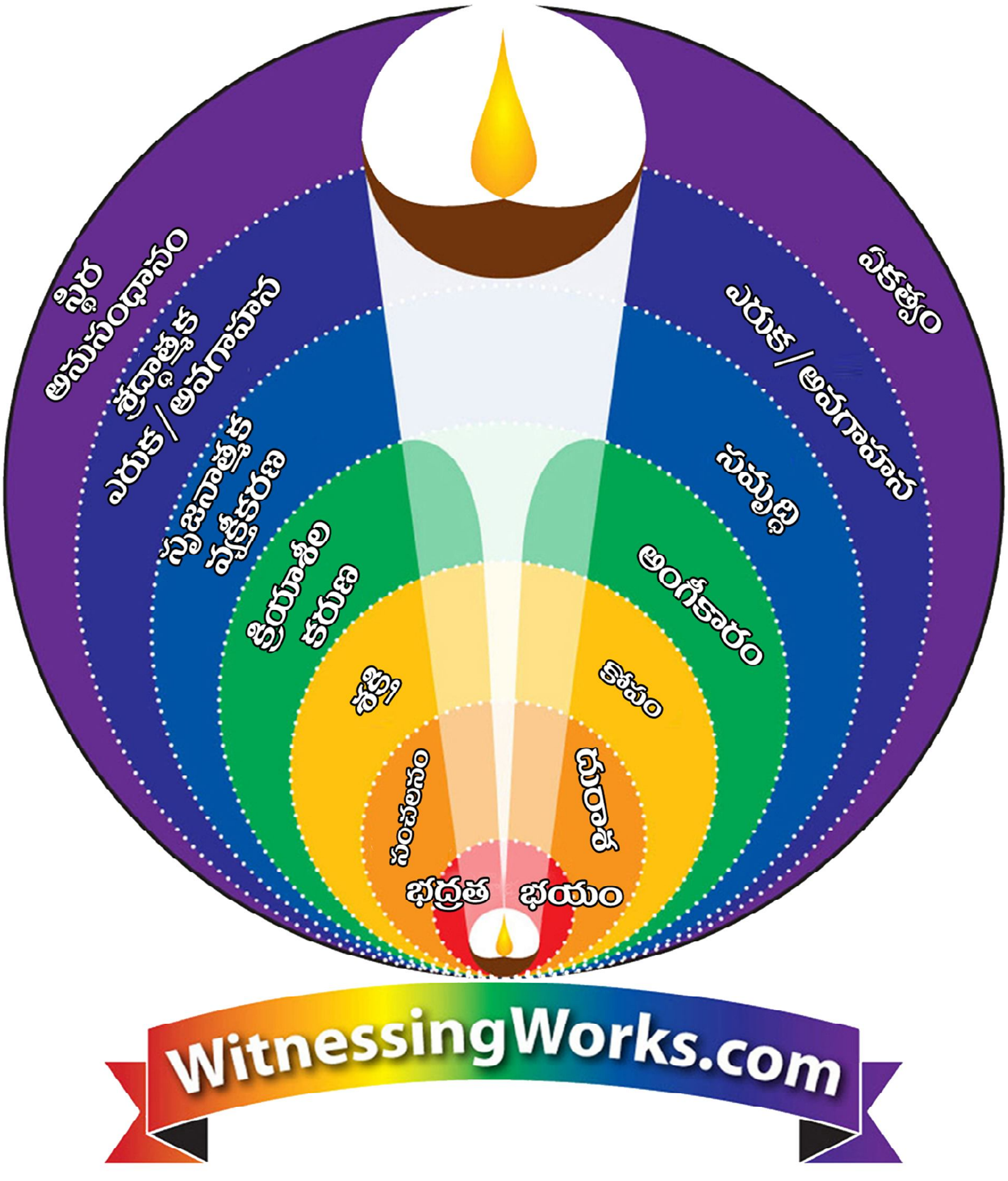
జైహో మంత్ర

మహోన్నత విజయాలకి అతి సులువైన మార్గం

The JAIHO PROCESS

Joyful Appreciative Inquiry for Healthy Oneness

By R. Reddy Sama & Padmaja R.Ireland



www.jaihomanthra.com
www.witnessingworks.com

Ph: +01-630-222-9260
Email : reddysama721@gmail.com