

06-08-2026

උදෑසන මුරලි

ඔම ශාන්ති

බාජදාදා

මඩුබන්

සාරය: සුමිහිරි දරුවනි, ඔබ බොහෝ මිහිරි වන බවටත්, සෑම කෙනෙක් දෙස, සතුටේ සහ සෙනෙහස් බැල්මෙන් බලන බවටත්, කිසිවෙකුගේ නමෙහි හෝ රූපයේ සිරගත නොවන බවටත්, තමාට පොරොන්දු වන්න.

ප්‍රශ්නය: යෝගාවේ ප්‍රතිඵලය කුමක්ද? බලවත් යෝගීන්ගේ සළකුණු මොනවාද?

පිළිතුර: යෝගාවේ ප්‍රතිඵලය වන්නේ ඔබගේ සියලුම භෞතික ඉන්ද්‍රියන් සම්පූර්ණයෙන්ම ශාන්ත සහ සිසිල් වීමයි. තම භෞතික ඉන්ද්‍රියන් කිසිම දහකාරකමක් සිදුනොකරන අය, ස්ථීර යෝගී දරුවන්ය. ඔවුන්ගේ දිෂ්ටිය සුළු වෙන්නේත් කිසිම ශාරීරික ජීවියෙක් කෙරෙහි ඇදී නොයයි. සුමිහිරි දරුවනි, ඔබ තව දුරටත් තරුණ නැත, ඔබ දැන් සිටින්නේ ඔබගේ විශ්‍රාමික අවදියේය.

ගීතය: අවදිවන්න මනාලියනි, අවදි වන්න! එම දවස අත ළඟයි.

ඔම ශාන්ති. ඔය මිහිරිතම ආධ්‍යාත්මික දරුවන්ට ගීතය ඇසුණා. ඔබගේ හදවත් තුළින්, මෙහි අරුත ආවර්ජනය කර, සතුට අත්විඳින්න, මන්ද, මේවා නව ලෝකයේ කාරණාය. ඔබ මෙම අළුත් දේවලට සවන් දෙන්නේ මෙකලයි. නව ලෝකය ස්ථාපිත කරන කෙනා මනුෂ්‍යයෙක් විය නොහැකි බව, දැන් ඔය දරුවන්ට වැටහෙයි. ඔබට මෙම දේවල් ඇසෙන විට, වසර 5000කට පෙරාතුව ඔබට පැවසූ, එම පැරණි දේම, නැවත වරක් අළුතෙන් පවසන බව, ඔබට වැටහෙයි. පැරණි දේ අළුත් වන අතර, අළුත් දේ පැරණි වෙයි. ඔබට වසර 5000කට පෙර ඔහු පැවසූ එම දේවල්ම, බාබා, අළුතින් පවසන බව, ඔබ දැන් දන්නවා ඒවා එම දේවල්මයි. ඔහු ඒවා පවසන්නේ ඇයි? ඔබට නව ලෝකයේ ඔබගේ උරුමය හිමි කරගැනීමට මහපැදීමටයි. මෙහි, ඔබ ඥානයේ නර්ථනය සිදුකළ යුතුයි. ඔවුන් හක්කියේදීද බොහෝ නර්ථන සිදු කරයි ඔවුන් යන යන සෑම තැනකම දිගටම නර්ථනය කරති. ඥානයේ නර්ථනය ඉතා පහසුයි. එම නර්ථනයේ ඔවුන්ගේ භෞතික ඉන්ද්‍රියන් බොහෝ වෙහෙස කරවිය යුතුයි ඔවුන් බොහෝ උත්සාහ දැරිය යුතුයි. මෙහි, ඥානයේ නර්ථනය සිදු කරන්නේ ඇතුලතින් පමණයි. ලෝක චක්‍රය බ්‍රමණය වන ආකාරය පිළිබඳ ඥානය, ඔබගේ බුද්ධිය තුළ තිබේ. මෙහි අපහසුතාවයක් නැත. ඔව්, සිහිපත් කිරීමට උත්සාහයක් අවශ්‍ය වෙයි. විටෙක සමහර දරුවන් අසමත් වෙයි. ඔවුන් එක් හෝ තව අවස්ථාවකදී අසමත් වෙයි. වඩාත්ම වැදගත් දේ වන්නේ කිසිම කෙනෙකුගේ නමෙහි හෝ රූපයේ සිරගත නොවීමයි. රාගය නිසා, සැමියා සහ බිරිඳ, නමේ සහ රූපයේ සිර වෙයි. කෝපය ඔබව කිසිවෙකුගේ නමේ හෝ රූපයේ සිර ගත නොකරයි. පළමුවන පාපය මෙය වන අතර ඔබ ඒ ගැන බොහෝ ප්‍රවේසම් විය යුතුයි. කිසිවෙකුගේ නමේ හෝ රූපයේ සිරගත නොවන්න. තමන් ජීවත්මයක් බව සලකන්න. ජීවත්මය වන මා පැමිණියේ අශාරීරිකව වන අතර, මා දැන් ආපසු අශාරීරිකව යා යුතුයි. ශරීරය පිළිබඳ සිහිය බිඳ දැමිය යුතුයි. යමෙකුගේ නමෙහි සහ රූපයේ සිරගත වීමේ රෝගය, ඉතා නරකයි. පියා ඔය දරුවන්ට අනතුරු අඟවයි. සමහර දරුවන්ට මෙය කිසිසේත් වැටහෙන්නේ නැත. ඔවුන් පවසන්නේ ඔබ කෙනෙකුගේ නමෙහි සහ රූපයේ සිරගත වන බව, බාබා අනවශ්‍ය ලෙස පවසනවා. කෙසේවෙතත්, මෙය අප්‍රසිද්ධ රෝගයකි. මනාලයා, මනාලියන්ව අවදි කරන්නේ මේ නිසාය, එනම්, පියා ඔය දරුවන් අවදි කරයි. දරුවනි, අවදි වන්න! කලී යුගයට පසුව දැන් නැවත වරක් ස්වර්ණමය යුගය පැමිණීමට තිබේ. පියා පැමිණෙන්නේ ඔබගේ ආලෝක දැල්වීමටයි. කෙනෙක් මිය ගිය විට, මිනිසුන් ඔහු වෙනුවෙන් පහතක් දල්වා, ජීවත්මය අන්ධකාරය අත් නොවිඳින සේ, එය නිවෙන්නට නොදී රැක බලා ගනී. ඇත්ත වශයෙන්ම ඒ සෑම දෙයක්ම අයත් වන්නේ හක්කි මාර්ගයටයි. ජීවත්මය, තත්පරයකදී පිටමං වී යයි. සමහර මිනිසුන් ආලෝකය, දෙවියන් බව සලකයි. ඔවුන් බ්‍රහ්ම පදාර්ථය, මහා ආලෝකය බව සලකයි. දිවා රාත්‍රියේ ඔවුන් පහතක් නොනිවා දල්වා තබන දේවාලයක්, බ්‍රහ්ම සමාජීන්හට තිබේ. එයට විශාල මුදලක් වැය වන අතර අනවශ්‍ය ලෙස තෙල් අපතේ යයි. මෙහිදී ඔබට කිසි දෙයක් වත් කිරීමට අවශ්‍ය නැත. සිහිපත් කිරීම, තෙල් මෙන් ක්‍රියාත්මක වෙයි. තෙල්, සිහි කිරීමේ ස්වරූපයකි. ඔය මිහිරිතම දරුවන්ට මෙය වැටහෙයි. මෙය යම් අළුත් දෙයක් නිසා දබර ඇති වෙයි. පියා පවසන්නේ මා පැමිණෙන්නේ ඔය මිහිරි දරුවන් වෙතටයි. මා පැමිණෙන්නේ භාරතයේ පමණයි. සෑම කෙනෙකුටම ඔවුන්ගේ මව්බිම වෙනුවෙන් විශාල ආදරයක් තිබේ. පියා, සෑම කෙනෙකුටම ආදරෙයි. කෙසේවෙතත්, මා පැමිණෙන්නේ මගේ භාරත භූමියේ පමණයි. ගීතාවේ ක්‍රිෂ්ණාගේ නම සඳහන් නොවූයේ නම්, සියලුම මනුෂ්‍යයන් ශිව බාබා කෙරෙහි විශ්වාස තබනු ඇත. ශිව

දේවාලයකට බොහෝ මිනිසුන් යයි. ශ්‍රේෂ්ඨතම දේවාලය වූයේ සෝමනාථ වෙනුවෙන් තිබූ දේවාලයයි. දැන් බොහෝ දේවාල ගොඩනගා තිබේ. අසීමිත පියා ගැන විශ්වාස කරන පමණකට මිනිසුන් ක්‍රිස්තියානි පිළිබඳව විශ්වාස නොකරයි. මෙකල, ඔහු තරම් ආදරණීය තවත් දෙයක් ඔබට නැත. මෙය, මෙහි ශාරීරික ජීවියෙක් පිළිබඳ වර්ණනාව නොවෙයි. මෙය, කිසිම දෙයක් අත්විඳීමේ බලපෑම ඉක්මවා සිටින, අශාරීරික කෙනාගේ වර්ණනාවයි. අසීමිත පියා, දිව්‍ය ලෝකයේ නිර්මාණකරු බැවින්, ඔබ ඔහුගෙන් ඔබගේ උරුමය හිමි කරගැනීමට උත්සාහ දැරිය යුතුයි. ඔබ 'අද, හෙට!' කියමින් සිටින අතර, මරණය ඔබව ගිල දමාවි. ඉතිරිව ඇත්තේ ඉතාමත්ම කෙටි කාලයකි. අඩුම තරමින් පියාගෙන් ඔබගේ උරුමය හිමි කරගන්න! ඔවුන්ට ප්‍රශ්නාවලිය පුරවන ලෙස ඔබ කියන විට, ඔවුන්ට පවසන්න ඔහු අසීමිත පියාය, යන විශ්වාසය ඔබට ඇති බැවින්, පියාගෙන් ඔබගේ උරුමය හිමි කරගැනීමට උත්සාහ දරන්න. එසේ නැත්නම් ඔබ පිටතට ගිය සැනින් ඔබට සෑම දෙයක්ම අමතක වෙයි. පරම පියා, යහපත සලසන්නාය. ඔහු පවසන්නේ මෙම යෝගාවේ සිටීමෙන් උපන් 21කට ඔබගේ සියලු දුක් ඉවත් වෙයි. ඔය දරුවන් දිගින් දිගටම නිවසේදී පහදා දිය යුතුයි සියලු දුක් ඉවත් කරන අසීමිත පියා සිහි කිරීමෙන්, ඔබ තමෝප්‍රධාන් බවින් සතෝප්‍රධාන් වෙයි. ඔබ අනිවාර්යෙන්ම පිවිතුරු විය යුතුයි. ප්‍රධානතම දෙය පාරිශුද්ධත්වයයි. ඔබ සිහිපත් කිරීමේ වැඩියෙන් සිටින තරමට, ඔබගේ භෞතික ඉන්ද්‍රියන් වඩාත් ශාන්ත වෙයි. ඔබ යෝගාවේ ප්‍රතිඵලය ලබා ගන්නා තුරු, ඔබගේ භෞතික ඉන්ද්‍රියන්ට ශාන්ත විය නොහැක. ඔබ සෑම කෙනෙක්ම තමන්ව පිරික්සිය යුතුයි රාගය නමැති පාපයෙන් මා මුලා වෙනවාද? මා බලසම්පන්න යෝගියෙක් නම්, දහකාරකමක් නොතිබිය යුතුයි. මෙය, විශ්‍රාමික තත්ත්වය මෙනි. අඛණ්ඩව පියාව පමණක් සිහි කරන්න. පියා සියලු දරුවන්ට විස්තර කරයි. ඔබ හොඳ යෝගීන් වී, ඔබගේ දෑස් කිසිම තැනකට ඇදී නොයන විට, ඔබගේ භෞතික ඉන්ද්‍රියන් ශාන්ත වෙයි. ඔබව මුලා කරන ප්‍රධානතම දෙය වන්නේ ඔබගේ දෑසයි. ඔබගේ යෝගාවේ ස්ථිතිය ඉතා හොඳ වන්නේ නම්, ඔබගේ තාරුණ්‍යයේදී ඔබ විශ්‍රාමික තත්ත්වයට පත් වී ඇති බව, ඔබට දැනෙයි. පියා පවසන්නේ විශාලතම සතුරා වන්නේ රාගයයි. දිගින් දිගටම තමන්ව පරීක්ෂා කරන්න! ඔබ වැඩියෙන් සිහිපත් කිරීමේ සිටින තරමට, ඔබගේ භෞතික ඉන්ද්‍රියන් වඩාත් සන්සුන් වී ඔබගේ ස්වභාවය වඩාත් මිහිරි වෙයි. එවිට ඔබට මෙසේ හැඟෙයි මා පෙර කෙතරම් කටුක වීද, දැන් මා කෙතරම් මිහිරි වී ඇත්ද. බාබා සෙනෙහසේ මහා සාගරය වන අතර ඔය දරුවන්ද එසේ විය යුතුයි. එබැවින් බාබා පවසන්නේ සෑම කෙනෙක්ම වෙත සෙනෙහසේ දැක්ම ඇති කරගන්න. ඔබ කාට හෝ දුක් ගෙන දෙන්නේ නම්, ඔබ දුකින් මිය යනු ඇත. එබැවින් බොහෝ මිහිරි වන්න! පියා පවසන්නේ මා රුප් සහ බසාන්ටිය. ඔබට බාබාගෙන් ඉතා අගනා ඥානයේ මිණි මුතු ලැබෙන අතර ඔබගේ ඒප්‍රත මේවාගෙන් පුරවා ගත යුතුයි. ඒ මිනිසුන් ශංකර් ඉදිරියට ගොස් ඔවුන්ගේ ඒප්‍රත පුරවන ලෙස ඔහුගෙන් යදියි. කාගේ වුවද ඒප්‍රත පුරවාලන්නේ, ශංකර් නොවන බව, ඔවුන්ට වැටහෙන්නේ නැත. ඥානයේ මහා සයුර වන බාබා, ඥානයේ මිණි මුතු වලින් ඔය දරුවන්ගේ ඒප්‍රත දැන් පුරවන බව, ඔබට දැන් වැටහෙයි. ඔබද රුප් සහ බසාන්ටිය. ඔය සෑම ජීවත්මයක්ම රුප් සහ බසාන්ටිය. ඔබ කෙතරම් ඥානයේ මිණිමුතු ධාරණය කරගන්නවාද, එමෙන්ම දිගින් දිගටම ඥානයේ නර්ථනය සිදුකරන්නේද කියා, තමන්ව දිගටම පරීක්ෂා කර බලන්න. මින් කියැවෙන්නේ ඔබ මිණිමුතු අන් අයට දන් දිය යුතු බවයි. හොඳම මාණික්‍යය වන්නේ 'මන්මනහවයි!' පියාව සිහි කිරීමෙන් ඔබට පියාගේ උරුමය හිමි වෙයි. බාබා, ඥානයෙන් පිරි ඇති සේම, ඔහු ඔය දරුවන්වත් ඔහුට සමාන කරවයි. ගුරුන්ද අන් අයව, තමන් හා සමාන කරවයි. ඒ, ඔහුගේ ස්වරූපය තිත්තක් වන අසීමිත පියාය. ඔබගේ ස්වරූපයන්ද තිත්තය. ඔහු ඔය දරුවන්ව ඔහුට සමානව, ඥානයේ මහා සාගර බවට පත් කරවයි. ඔබ කෙතරම් ධාරණය කරන්නේද, එමෙන්ම අන් අයට ධාරණය කිරීමට දිරිගන්වන්නේද, එයට අනුව, ඔබට උසස් තත්ත්වයක් හිමි වන බව, ඔබට වටහා ගත හැක. ඔබ බොහෝ දෙනෙකුට යහපත සිදු කරන්නේ නම්, ඔබට බොහෝ දෙනෙකුගෙන් ආශීර්වාද ලැබෙයි. පියාද දිනපතාම සේවය කරයි. මෙම ගුල්සා දියණිය බොහෝ මිහිරිව විස්තර කරයි! සෑම කෙනෙක්ම එයට ආදරය කරන අතර එවන් ගුරුවරයෙක් සිටිනවාට කැමැත්තක් ඇති වෙයි. කෙසේවෙතත්, එක් ගුරුවරයෙකුට සෑම තැනකටම යාමට නොහැක. කෙසේවෙතත්, බාබා පවසන්නේ ඉතා හොඳින් විස්තර කළ හැකි බව තමන්ට දැනෙන අය, සියලුම ආකාරයේ සේවා සිදු කළ යුතුයි. වෙනත් මධ්‍යස්ථාන වටා සංචාරය කිරීමට කැමැත්තක් ඔවුන්ට තිබිය යුතුයි. තමන්ට, තව බොහෝ දෙනෙකුට යහපතක් සිදු කළ හැකි බව හැඟෙන, සහ එම සුගන්ධය හොඳින් පතුරුවා හැරීමට හැකි අයට, එම උනන්දුවද තිබිය යුතුයි. ගොස්, දින 10ක් හෝ 15ක් වෙනත් මධ්‍යස්ථාන වටා සංචාරය කොට නැවත එන්න. යමෙක් මෙසේ කරන අයුරු අන් අය දකින විට, ඔවුන්ද ඉගෙන ගනිති. යමක් කරන අයට එහි ප්‍රතිලාභය ලැබෙයි. මෙම සේවය ඉතා හිතකාමීය. ඔබ මනුෂ්‍යයන්ට ජීවිත දානය ලබා දෙයි. ශ්‍රේෂ්ඨතම සහ උසස්ම කාර්යය මෙයයි. ව්‍යාපාරිකයන්ටද සේවයේ යාමට කාලය සොයා ගත හැක.

සේවය කළහැකි දරුවන්ට පියාද ආදරය කරන අතර ඔහු ඔවුන්ව පෝෂණය කරයි. සේවය කිරීමට උනන්දුවක් ඇති අයට සේවය නොකර සිටිය නොහැක. පියාද ඔබට උපකාර කරයි. ඔය දරුවන් බොහෝ දයාවන්ත විය යුතුයි. එම අසරණ මිනිසුන්ට ඉතා දුක්බර ජීවිත තිබේ. ඔබ ඔවුන්ට ජීවිත දානය ලබා දෙයි. කෙනෙකුට ඥානයේ අවිනාශී මැණික් දන් දීම තරම් ශ්‍රේෂ්ඨ සහ උසස් වෙනත් දානයක් නැත. ඔබ බොහෝ දයාවන්ත විය යුතුයි. ගුරුවරු දුර්වල වන විට, සේවය දුර්වල වෙයි, ඔවුන් හොඳ ගුරුවරයෙක් ඉල්ලන්නේ මේ නිසාය. ඔබට සිතිවිල්ල ඇති වූ ඕනෑම විටෙක ගොස් සේවය කළ යුතුයි. බාබා, මන්දගාමීව තිබෙන්නේ කුමන මධ්‍යස්ථානයද? මා ගොස් එහි සේවය කරන්නම්. ප්‍රදර්ශන පිංතූරද තිබේ. පිංතූර වලින් මිනිසුන්ට සෑම දෙයක්ම ඉතා පැහැදිලිව වටහා ගත හැක. සේවය වැඩි කරන අන්දම ගැන ඔබ සිතිය යුතුයි. පියා, සෑම කෙනෙකුගේම ජීවිතය, දියමන්තියක් මෙන් වටිනා කරවයි. ඔය දරුවන්ද සේවය කළ යුතුයි. 'මව්වරුන්ට නමස්කාර වේවා!' යන කියමනද සිහිකර තිබේ, නමුත් එහි අරුත ඔවුන්ට වැටහෙන්නේ නැත. කිසි විටෙක අපවිත්‍ර මනුෂ්‍යයන්ව හෝ මහ පොළවට ප්‍රශංසා කරන්නේ නැත. ඒවා පංච මහා භූතයන් පමණයි ඒවාට ඔබ ප්‍රශංසා කරන්නේ ඇයි? ශරීරය සෑදි තිබෙන්නේ පංච මහා භූතයන්ගෙනි, එබැවින් ශරීරයකට වන්දනා කිරීම, ප්‍රතිමා වලට වන්දනා කරන්නා සේය. ශිව බාබාට තමන්ගේම සිරුරක් නැත. වඩාත්ම ශ්‍රේෂ්ඨ වන්දනාව වන්නේ ඔහුට වන්දනා කිරීමය. අන් සියල්ල මධ්‍යම මට්ටමේ ඒවාය. මෙකල, මිනිසුන් අපවිත්‍ර මනුෂ්‍යයන්ට නොකඩවා වදියි. දේවතාවන් ශ්‍රේෂ්ඨ ජීවත්මයන්ය. ඔවුන් සන්යාසීන්ට වඩා පිවිතුරුයි. ඔබ දැන් දේවතාවන් බවට පත් වන බව, ඔය දරුවන් දන්නවා. අවිනාශී ඥානයේ මිණි මුතු දන් දෙන ආකාරය, පියා අපට දැන් උගන්වනවා. මෙයට වඩා උසස් දානයක් නැත. ඒකායන පියා පමණක් සිහි කරන්න! ඔබට ශිවා, ලක්ෂ්මි සහ නාරායනගේ පිංතූර තිබේ. ඔබ සියලු දෙනා මේවා ඔබගේ නිවෙස් වල එල්ලන්නේ නම්, ශිව බාබා ඔබව, ලක්ෂ්මි සහ නාරායන බවට පත් කරවන බව, ඔබට සිහි වෙයි. ඔබ එය බවට පත් වන්නේ මෙකලයි. ශිව බාබා, දිව්‍ය ලෝකයේ නිර්මාණකරුයි. ඔහු ස්වර්ණමය යුගයෙහි ඔබට කිසිම උරුමයක් නොදෙයි. ශිව බාබා පවසන්නේ මෙම අවසන් උපතෙහි මා සිහි කරන්න, එවිට ඔබ මෙය බවට පත් වෙයි. අන් සෑම දෙයක්ම අමතක කර දමා, තමන්ව අන් කිසිවක් නොව, සේවයේ පමණක් නිරත කරගන්න. පරමාත්ම පියා සිහිපත් කිරීමද ශ්‍රේෂ්ඨ සේවයකි. සියලුම පදාර්ථ ආදිය පිවිතුරු වෙයි. යෝගාවේ ප්‍රශංසාව ඉතා ශ්‍රේෂ්ඨයි. ලෝකයේ බොහෝ යෝගා ආශ්‍රම තිබෙන නමුත්, ඒ සෑම එකකම උගන්වන්නේ භෞතික හත යෝගාවයි. ඔබගේ මෙම රාජයෝගාව, ඔබගේ ඔරු, එතෙර කිරීමට මහපාදයි. එම විවිධ හත යෝගා ක්‍රම මගින්, ඔබ අඛණ්ඩව ඉනිමහ දිගේ පහළට පැමිණියා. ප්‍රධානතම දේ වන්නේ සිහි කිරීමය. ඔබගේ මනස, පාපය කෙරෙහි යොමු වී නොමැති බවට ඔබ තමන්ව පරීක්ෂා කළ යුතුයි. දූෂිත අය, අපවිත්‍ර බව කියැවෙයි, එනම්, ඔවුන් සිප්පි කටු තරම් වටි. රාගයට වැටීමෙන් ඔබ තමන්ට හානි සිදුකරයි. පියා එය දුටුවත් නැතත්, යමක් කරන අයට එහි ඵලය ලැබෙයි. ඔබ පියාගේ සේවය කරන්නේද කියා පරීක්ෂා කර බලන්න. මාහට කිසියම් දුර්වලතාවයන් තිබේද? මට ඒවා තිබේ නම්, මා ඒවා ඉවත් කරගත යුතුයි. ඔබගේ දුර්වලතාවයන් ඉවත් කරගැනීම සඳහා, පියා ඔබට විශාල වශයෙන් විස්තර කර දෙයි. ගුණධර්ම නොමැති වීමෙහි අරුත ගැන, කිසිවෙකුට වැටහෙන්නේවත් නැත. ගුණධර්ම නොමැතිව, 'ගුණදම් නොමැති සංවිධානය' කුමක් කරයිද? ඔවුන්ගේ සිතට ඇතුළු වන ඕනෑම දෙයක් පිළිබඳව ඔවුන් තේරුමක් නොමැතිව දිගටම කතා කරයි. අදහස් අසංඛේය සංඛ්‍යාවක් තිබේ. එය තුළින්, ඔබ අනන්ත සතුට අත්විඳින, එක් උපදේශය ඔබට ලැබෙයි. පියා සරළව පවසන්නේ මා සිහිකර, නෙළුම් මලක් සේ පිවිතුරු වන්න! ඔබගේ සිතිවිලි, වචන සහ ක්‍රියාවන්ගෙන් පිවිතුරු වන්න. ශ්‍රීමත් අනුගමනය කිරීමෙන්, භ්‍රමණයන් වන අප, අපගේ සිරුරු, මනස සහ ධනයෙන්, අපටත්, මුළු ලෝකයටත් සේවය කරන බව, ඔය දරුවන් දන්නවා. පියා පැමිණෙන්නේ භාරතයේ පමණයි. ඔය පාණ්ඩවයන්, එය දිව්‍ය ලෝකය බවට පත් කිරීම සඳහා, භාරතයට සේවය කරයි. ඔබ ඔබගේ කාර්යය සිදු කරනවා. අවසානයේදී පාණ්ඩවයන් ජයග්‍රහණය කිරීමට යනවා. මෙය යුද්ධයක් පිළිබඳ ප්‍රශ්නයක් නොවෙයි. ඔබ දෙගුණයක් අවිහිංසකයි. ඔබ රාගයේ ගැලෙන්නෙත්, තුවක්කු භාවිත කරන්නෙත් නැත. කිසිම කෙනෙකුට හිංසනය තුළින් ලෝක ආධිපත්‍යය ලබා ගත නොහැක. ඔවුන් දෙපිරිස එකතු වූයේ නම්, ඔවුන්ට මුළු ලෝකයම පාලනය කිරීමට හැකි බව, බාබා විස්තර කර තිබේ. කෙසේවෙතත්, එය නාටකයේ නැත. ක්‍රිස්තියානුවන්, ක්‍රිස්තාගේ දේශය (ක්‍රිස්තාපූර්) ගිල ගත්තේය. ආරම්භයේදී භාරතය ක්‍රිස්තාගේ දේශය විය. ඔවුන් යුධ වැදී, ආධිපත්‍යය හිමිකරගෙන, විශාල ධනස්කන්දයක් ද කොල්ල කෑහ. එම ධනය දැන් ආපසු දෙමින් පවතින අතර, ඉන්පසුව ඔබ ලෝකයේ පාලකයන් වෙයි. බාබා ඔබට බොහෝ නුවණැති ක්‍රම ලබා දෙයි. ඔවුන් ඔබගේ රාජධානිය පැහැර ගත්හ. දැන් ඔවුන් එකිනෙකා සමග සටන් කරගැනීමට නියමිත අතර, ඔබ ලෝකයේ

අධිපතියන් වෙයි. මෙය බොහෝ විශාල ආධිපත්‍යයකි. උත්සාහ දැරීමට ඇති එකම දේ වන්නේ, දිගින් දිගටම බාබා සිහිපත් කර, ඔබගේ උරුමය හිමි කරගැනීමයි. ඔබ මේ ගැන පීඩාවට පත් නොවිය යුතුයි. අවවා.

සුමිහිරි, ආදරණීය, බොහෝ කලක් නැති වී සිට දැන් හමු වුණ දරුවන්ට ඔබගේ මව, පියා, බාප්පාදා සෙනෙහසින් සිහිපත් කර සුබ උදෑසනක් ප්‍රාර්ථනා කරයි. ආධ්‍යාත්මික පියාගෙන් ආධ්‍යාත්මික දරුවන්ට නමස්කාර.

ධාරණය සඳහා සාරාංශය:

1. අන් සෑම දෙයක්ම අමතක කර දමා, ඥානය දන් දෙන්න. රූප් සහ බසාන්ට වන්න. ඔබගේ දුර්වලතා ඉවත් කරගැනීමට උත්සාහ දරන්න. අන් අය දෙස නොබලන්න.
2. ඔබගේ ස්වභාවය ඉතා මිහිරි කරගන්න. සෑම කෙනෙක් දෙසම සෙනෙහස් බැල්මෙන් බලන්න. කිසිම කෙනෙකුට දුකක් නොදෙන්න. ඔබගේ භෞතික ඉන්ද්‍රියන් දමනය කරගන්නා කෙනෙක් වන්න.

වරදානය: සම්පූර්ණ කැපවීම තුළින් පූර්ණ ගුණවත්තයෙකු වීමේ ඔබේ උත්සාහය තුළ ඔබ නිරන්තරයෙන් ජයග්‍රාහී වේවා.

සම්පූර්ණ කැපවීම යනු සිතිවිලි තුළ පවා ශරීරය පිළිබඳ හැඟීමක් නොතිබීමයි; එනම්, තමාගේ ශරීරය පිළිබඳව පවතින සියලු ආකාරයේ හැඟීම් අත්හැර දැමීමයි. මෙම සිතිවිල්ල අත්හැර තමන්ව සම්පූර්ණයෙන්ම කැප කරන අය සියලු ගුණාංග වලින් පූර්ණ වන අතර, ඔවුන් තුළ කිසිදු ගුණාංගයක අඩුවක් නොපවතී. තමන්ව සම්පූර්ණයෙන්ම කැප කරවමින්, සියලු ගුණාංග වලින් පූර්ණ හා පරිසමාප්ත වීමේ අරමුණ ඇතිව උත්සාහ දරන්නන්ට, 'බාප්පාදා' වෙතින් නිරන්තරයෙන් ජයග්‍රාහී වීමේ ආශිර්වාදය හිමි වේ.

පාඨය: තම මනස පාලනය කළ හැකි අයට පමණක් 'මන්මනභාව' ස්ථිතිය තුළ රැඳී සිටිය හැකිය.

***** ඔම ශාන්ති *****

අව්‍යක්ත සංඥාව: අපවිත්‍රතාවයේ බීජය අවසන් කර, සම්පූර්ණයෙන් පිරිසිදු (පිවිතුරු) වන්න.

පවිත්‍රත්වය සහ අපවිත්‍රත්වය යන දෙකටම හේතුව වන්නේ අප දරන අවධානයයි. යමෙකු දේවතාවයක් ලෙස ඔබ දකින විට එම හැඟීම ඔබේ දෘෂ්ටිය සහ ආකල්පය පවිත්‍ර කරවයි; නමුත් යමෙකු හුදෙක් කාන්තාවක් ලෙස ඔබ දකින විට, එම හැඟීම ඔබේ දෘෂ්ටිය සහ ආකල්පය අපවිත්‍රත්වය දෙසට යොමු කරයි. එක් අවස්ථාවක දී ඔබ දකින්නේ භෞතික ස්වරූපය (ශරීරය) වන අතර, අනෙක් අවස්ථාවෙහි දී ඔබ දකින්නේ ආධ්‍යාත්මික ස්වභාවයයි.