06-11-2025 උදෑසන මුරලි ඕම් ශාන්ති බාප්දාදා මධුබන්

සාරය: සුමිහිරි දරුවනි, ඔබලා දැන් සිටින්නේ මේ පැත්තෙන් අනිත් පැත්තට යා යුතු වෙරළේයි. නැවත සුමිහිරි නිවහන බලා යාමට සූදානම් වන්න.

ප්‍රශ්නය: ස්ථාවර හා නොසෙල්වන තත්ත්වයක් ඔබ තුළ ඇති වන්නේ කුමන කරුණ සිහි කිරීමෙන් ද?

පිළිතුර: අතීතය අතීතයටමයි. අතීතය ගැන කලකිරීමට පත් නොවී ඉදිරියටම යන්න. නොකඩවාම දිගින් දිගටම එකම එක කෙනා දෙසම පමණක් බලමින් සිටිවිට ඔබ තුළ ස්ථාවර අචල තත්ත්වයක් ගොඩ නැගේවි. කලි යුගයේ සීමාවන් දැන් ඔබ පැන ඇවිත් ඉවරයි. ඉතින් ඇයි ආපසු බලන්නේ? ඔබගේ සිහිය ඒ වෙතට සුළුවෙන් වත් ඇදී නොයා යුතුයි; මෙය ඉතාමත් සියුම් අධ්‍යනයකි.

ඕම් ශාන්ති. එන්න එන්නම දින වෙනස් වෙමින් කාලය ගෙවී ගෙන යනවා. ඒ ගැන මදක් සිතා බලන්න: ස්වර්ණම යුගයේ සිට මේ කලි යුගයේ අවසානය දක්වා කාලය ගත වී ගෙන ඇවිත් තිබෙනවා. ඔබ දැන් සිටින්නේ වෙරළේයි. ස්වර්ණමය, රිදී, තඹ හා කලියුග චක්‍රය මෝස්තරයක් වගෙයි. මෙම ලෝකය ඉතාමත් විශාලයි. ඔය දරුවන් දැන් මෙම මෝස්තරය තේරුම් ගෙන සිටිනවා. එමනිසා, ඔබගේ සිහිය මෙම මුළු කල්පය වටාම යා යුතුයි. ස්වර්ණමය යුගයේ සිට මේ දක්වා පැමිණ කලි යුගය අවසානයේ ඇති මෙම වෙරළේ සිට ගන්න. කාලය දිගටම ගෙවී ගෙන යන බවත් නාටක චක්‍රය කැරකැවෙමින් යන බවත් ඔය දරුවන් තේරුම් ගත යුතුයි. නාටකයේ තවත් ඉතිරිව ඇත්තේ කොයි තරම් ප්‍රමාණයක් ද? ඉතාමත් සුළු ප්‍රමාණයක් පමණයි ඉතිරි වී තිබෙන්නේ. මීට පෙර ඔබ මේ දේවල් දැන ගෙන සිටියේ නැහැ. දැන් තවත් ඉතිරි වී ඇත්තේ ඉතාමත්ම කුඩා කොටසක් පමණක් බව පරමාත්ම පියා ඔබට කියා දී තිබෙනවා. මෙම ලෝකය අතහැර අනිත් ලෝකයට යාමට ඉතිරි වී ඇත්තේ ඉතාමත්ම කෙටි කාලයකි. ඔබලාට මෙම ඥානය ලැබී තිබෙනවා. ස්වර්ණමය යුගයේ සිට කල්පය වටා ගොස් පැමිණ අපි දැන් කලි යුගයේ අවසානයටම පැමිණ සිටින්නෙමු. අප දැන් අපගේ සුමිහිරි නිවහන කරා යා යුතුයි. ඇතුල් වීමේ හා පිටවීමේ දොරටු තිබෙනවා. මෙහිත් එසේමයි. දැන් තමන්ට තවත් ඉතිරිව ඇත්තේ ඉතාමත්ම පටු වෙරළ තීරයක් බව ඔය දරුවන් සියල්ලටම පහදා කියා දිය යුතුයි. මේ සුභම සුභ වූ සංගම යුගයයි. අපි දැන් සිටින්නේ වෙරළේය. ඉතිරිව ඇත්තේ ඉතාමත් කෙටි කාලයකි. මෙම පැරණි ලෝකයට ඇති අපගේ බැඳීම දැන් ඉවත් විය යුතුයි. අපි දැන් නව ලෝකයට යා යුතුයි. ඔබට ඉතාමත් පහසු පැහැදිලි කිරීමක් ඉදිරිපත් කර තිබෙනවා. මෙය ඔබගේ සිහියේ තබා ගන්න. නිරන්තරයෙන්ම ඔබ මෙම චක්‍රය ඔබගේ බුද්ධියේ මෙනෙහි කරමින් කරකැවිය යුතුයි. ඔබ දැන් තව දුරටත් සිටින්නේ කලි යුගයේ නොවෙයි: ඒ පැත්ත ඔබ අතහැර ඇත. ඉතින් ඒ පැරණි ලෝකය ඔබ අතහැර දමා තිබෙනවා, ඇයි තවත් ඔබ ඒ පැත්තේ අයව සිහිකරන්නේ? අපි දැන් සිටින්නේ ඉතාමත් සුබම සුබ වූ සංගම යුගයේයි. ඉතින් ඇයි අපි ආපසු හැරී බලන්නේ? ඇයි අපේ බුද්ධියේ යෝගාව දූෂිත ලෝකය හා සම්බන්ධ කරවන්නේ. මේවා ඉතාමත් සියුම් කරුණුයි. ඇතැම් දරුවන්ට පැන්සයක තරම් දෙයක් වත් තේරෙන්නේ නැති බව බාබා දන්නවා. යමක් අහපු සැනකින්ම ඔවුන්ට සියල්ල අමතක වෙනවා. ඔබ ආපසු හැරී කලියුගය දෙස නොබැලිය යුතුයි. සෑම දෙයක් සඳහාම ඔබගේ බුද්ධිය පාවිච්චි කරන්න. අපි දැන් අනිත් පැත්තට යනවා. ඉතින් ඇයි ආපසු හැරී බලන්නේ. අතීතය අතීතයටමයි. පරමාත්ම පියා කියනවා: මම මෙතරම් මහා අනර්ඝ පිරිසිඳු දේ ඔබට පහදා දෙනවා. එහෙම වෙලත් ඇයි ඔය දරුවන් නැවත නැවතත් ආපස්සම බලන්නේ? ඔබ තවමත් කලි යුගයේම එල්ලිලයි සිටින්නේ. පරමාත්ම පියා කියනවා: ඔබගේ හිස (අවධානය) මේ පැත්තට හරවා ගන්න. ඒ පැරණි ලෝකයෙන් ඇති වැඩක් නැහැ. ඒ පැරණි ලෝකය කෙරෙහි නිරාශාව ඇති කර ගැනීමට පරමාත්ම ජීවය වන බාබා ඔබව දිරිමත් කරවනවා. නව ලෝකය ඔබ ඉදිරියේ තිබෙනා අතර ඒ විනාශ වෙමින් පවතින පැරණි ලෝකය කෙරෙහි ඔබ තුළ නිරාශාවක් ඇති විය යුතුයි. මදක් සිතා බලන්න: අපේ තත්ත්වය ඒ වගේ ද? පරමාත්ම පියා කියනවා: අතීතය අතීතයටමයි. අතීතය සිහි කරන්න එපා. පැරණි ලෝකය කෙරෙහි කිසිඳු ආශාවක් තබා ගන්න එපා. සතුටේ දේශයට යාමේ උතුම් ආශාව පමණයි ඔබ තුළ තිබිය යුත්තේ. සතුටු දේශය පමණක් ඔබගේ සිහියේ තබා ගන්න. ඇයි ආපසු හැරී බලන්නේ? කෙසේවෙතත්, ඔබෙන් බොහෝ අය ආපසු හැරෙනවා. ඔබලා දැන් සිටින්නේ ඉතාමත් උසස්ම උසස් සංගම යුගයේයි. ඔබ පැරණි ලෝකයෙන් ඉවතට පැමිණ සිටිනවා. මෙය අවබෝධ කර ගත යුතු කරුණක්. කිසිම තැනක ඔබ සිර නොවිය යුතුයි. වටපිට හැම තැනම බලන්න එපා. පසු ගිය දේවල් සිහි කරන්න එපා. පරමාත්ම පියා කියනවා:

ඉදිරියටම යන්න. පසුපස බලන්න එපා. එකම එක දිශාවට තම මුහුණ හරවා ගෙන සිටීමෙන් පමණයි ඔබට ස්ථාවර නොසෙල්වෙන තත්ත්වයකින් සිටිය හැකි වන්නේ. නිතර නිතරම ඒ පසුගිය පැත්තේ දේවල් දෙස බැලීමෙන් ඒ පැරණි ලෝකයේ ඥාතීන් හිතමිතුරන් නිතරම ඔබගේ සිහියට නැගේවී. එකින් එක පිළිවෙළින් එය සිදු වෙයි. අද කෙනෙක් හොඳින් ඉදිරියට යනවා. හෙට ඇද වැටී කළකිරීමට පත් විය හැකියි. කෙතරම් නරක අපල වලට ඔවුන් ලක් වෙනවා ද කියතොත් මුරලියකට ඇහුම් කන් දෙන්නවත් ඔවුන්ට සිතෙන්නේ නැහැ. ඒ ගැන මදක් සිතා බලන්න. එවැනි දේ සිදුවෙනවා නේද? පරමාත්ම පියා කියනවා: ඔබ දැන් සිටින්නේ සංගම යුගයේයි. එමනිසා, ඔබ ඉදිරියම බලා ගෙන සිටිය යුතුයි. නව ලෝකය ඔබ ඉදිරියේමයි කියා ඔබට සිහිපත් වුණු විට පමණයි ඒ අසීමිත සතුට ඔබට ඇති වන්නේ. ඔබ දැන් සිටින්නේ එක හුවක දුරින් පමණයි. අපේ රටේ ගස් කොළන් පෙනෙන තෙක් මානයකට අපි දැන් ඇවිත් ඉන්නවා කියා කියනවා. ඔබ කතා කළ හොත් ඒ අයට ඉක්මනින්ම ඇහේවී. එතරම්ම ළඟින් එක හුවක දුරින් සිටිනවා කියන්නේ ඔවුන් ඔබ ඉදිරියේම සිටිනවා කියන එකයි. දේවතාවරු සිහි කළ සැනෙකින් ඔවුන් ඔබ ඉදිරියේ පෙනී සිටීවී. මීට පෙර ඔවුන් පැමිණියේ නැහැ. ඔබගේ නැන්දම්මාගේ ගෙදර අය මීට පෙර සූක්ෂ්ම කලාපයට පැමිණියා ද? දැන් ඔබගේ අම්මාගේ ගෙදරිනුත් නැන්දම්මාගේ ගෙදරිනුත් දෙගොල්ලන්ම එතනට පැමිණෙනවා. එහෙම වෙලත් ඉදිරියට යන අතර ඇතැම් දරුවන්ට සියල්ල අමතක වෙනවා. ඔවුන්ගේ බුද්ධියේ යෝගාව ආපස්සට යනවා. පරමාත්ම පියා කියනවා: මේ ඔබගේ සියලූම උපත් අතුරින් අවසන්ම උපතයි. ආයෙත් ආපස්සට යන්න එපා. ඔබ අනිත් පැත්තට යා යුතුයි. මේ පැත්තෙන් අනිත් පැත්තට ස්ථිරවම යා යුතුයි. මරණයත් ළඟ ළඟම එනවා. එක් පියවරක් ගැනීම පමණයි ඔබට කරන්න තිබෙන්නේ. බෝට්ටුව වෙරළට පැමිණි පසු ඔබ එක පියවරක් ඒ පැත්තට තැබිය යුතුයි. ඔය දරුවන් වෙරළේ සිටිය යුතුයි. තමන් දැන් මිහිරි නිවහනට යමින් සිටිනවාය යන්න ඔය දරුවන්ගේ සිහියේ තිබෙනවා. මේ සතුට පමණක් සිහි කළත් ඔබ ස්ථාවර නිසල තත්ත්වයකට පත් වේවි. නොනවත්වාම ඥාන සාගරය කලතන්න. මෙය බුද්ධියේ කරුණකි. අප ජීවයන් යන්න යනවා. අපි දැන් එක හුවක දුරින් ළඟටම පැමිණිලයි සිටින්නේ. ඉතිරිව ඇත්තේ ඉතාමත්ම කෙටි කාලයක් පමණයි. ස්මරණ වන්දනාව කියා කියන්නේ මෙයයි. ඔබට මෙය අමතක වෙනවා. ඔබගේ අත ඔබගේම හදවත මත තබා අහන්න: බාබා කියනවා වගේම මගේ තත්ත්වයත් එතරම්ම සමීපයට පැමිණි කෙනෙකුගේ තත්ත්වයට පත් වෙලා තිබෙනවා ද? ඔබගේ සිහියේ උත්තරීතර පියා වන බාබාගේ මතකය පමණයි තිබිය යුත්තේ. පරමාත්ම ජීවය නොයෙකුත් මාර්ග වලින් ඔබට ස්මරණ වන්දනාව ගැන කියා දෙනවා. ස්මරණ වන්දනාවේ කූල්මත්ව සිටින්න. එපමණයි. අපි දැන් සුමිහිරි නිවහන බලා යා යුතුයි. මෙහි ඇති සෑම සබඳතාවයක්ම මිත්‍යාවකි. ස්වර්ණමය යුගයේ සබඳතාවන් සැබෑම ඒවායි. ඔබ සිටින්නේ කොහේදැයි කියා ඔබ දෙසම බලා දැන ගන්න. ස්වර්ණමය යුගයේ පටන් මෙම කල්පය ඔබගේ සිහියේ තබා ගන්න. ඔබලා ස්වදර්ශන චක්‍රධාරීන්ය. ඔබ කල්පය වටා ගොස් පැමිණ දැන් ස්වර්ණමය යුගයේ වෙරළ තීරයට පැමිණිලයි සිටින්නේ. එය ඉතාමත් ළඟින් නේද තිබෙන්නේ? ඇතැම් දරුවන් බොහෝ කාලය අපතේ හරිනවා. ඉතාමත් කලාතුරකින් තමයි ඔවුන් මිනිත්තු පහක් දහයක් වත් ස්මරණයේ සිටින්නේ. ඔබ මුළු දවස පුරාම ස්වදර්ශන චක්‍රය කරකවන්නන් බවට පත් විය යුතුයි. කෙසේවෙතත් එය එසේ සිදු වන්නේ නැහැ. පරමාත්ම පියා නොයෙක් පැති වලින් ඔබට කරුණු පහදා දෙනවා. මෙය අදාල වන්නේ ජීවාත්මයටයි. එමනිසා ඔබගේ බුද්ධියේ නිරන්තරයෙන් කල්ප චක්‍රය කැරකැවිය යුතුයි. මේ සිහිය ඔබගේ බුද්ධියේ නොරැඳෙන්නේ ඇයි? අපි දැන් සිටින්නේ වෙරළේයි. ඇයි ඒබව ඔබගේ සිහියේ තබා නොගන්නේ? ඔබලා දැන් උසස්ම උසස් පිරිසක් බවට පත් වීමට යන බව ඔබ දන්නා නිසා දැන් ගිහින් එම වෙරළට වී සිටින්න. උකුණෙක් වගේ දිගටම ඉදිරියටම යන්න. ඇයි මෙය පුහුණු කරන්නේ නැත්තේ? ඇයි මේ කල්ප චක්‍රය ඔබගේ සිහියේ තබා නොගන්නේ? මේ ස්වදර්ශන චක්‍රයයි. බාබා දිගටම මුළු කල්පය ගැනම මුල පටන්ම විස්තර කර දෙනවා. ඔබගේ සිහිය චක්‍රය වටාම ගොස් මෙම වෙරළට පැමිණිය යුතුයි. කිසිම බාහිර අවුල් වියවුල් හෝ වාතාවරණයක් නොතිබිය යුතුයි. දවසින් දවස ඔය දරුවන් නිහඬතාවයටම යා යුතුයි. කාලය අපතේ නොහැරිය යුතුයි. පැරණි ලෝකය අමතක කර දමා බුද්ධියේ යෝගාව නව සබඳතා හා යෝග කර ගන්න. යෝගාව නොකළහොත් ඔබගේ පාප කැපී යන්නේ කෙසේ ද? මෙමලෝකය අවසන් වෙමින් යන බව ඔබ දන්නවා. එහි ආදර්ශය ඉතාමත් කුඩයි. මෙම ලෝකය වසර 5000 ක ලෝකයක්. ආජ්මීරයේ ආදර්ශ දෙව්ලොවක් තිබෙනවා. නමුත් ඒ අයට දිව්‍ය ලෝකය මතකද? ඔවුන් දිව්‍ය ලෝකය ගැන දන්නේ මොනවා ද? වසර 40,000 කට පසුව දිව්‍ය ලෝකය එනවායි කියා ඔවුන් විශ්වාස කරනවා. පරමාත්ම පියා මෙහි සිට ඔය දරුවන්ට පැහැදිලි කර කියා දෙනවා: මෙම ලෝකයේ සෑම දෙයක්ම කරනා අතර මෙම ලෝකය අවසන් වෙමින් පවතිනා බවත් සිහියේ තබා ගන්න. අපි දැන් අපගේ සුමිහිරි නිවහන බලා යා යුතුයි: අපි දැන් සිටින්නේ මෙලොව අන්තයේයි. උකුණෙක් සේ අපි සෑම පියවරක්ම

තබනවා. ගමනාන්තය ඉතාමත් ඉහළයි. පරමාත්ම පියා ගමනාන්තය ගැන හොඳින් දන්නවා. පරමාත්ම පියා සමඟ දාදාත් සිටිනවා. පරමාත්ම පියාට පැහැදිලි කරන්න පුළුවන් නම් මොහුටත් (දාදාටත්) එය කළ හැකියි. මොහුත් පරමාත්ම පියාට ඇහුම්කන් දෙනවා. ඉතින් මොහුත් ඥාන සාගරය ඉහළින්ම කලතනවා. පරමාත්ම පියා නිතර නිතරම ඔබගේ ආවර්ජනය සඳහා කරුණු ඉදිරිපත් කරනවා. බ්‍රහ්ම බාබා සිටින්නේ ඉතාමත් දුරින් කියා කියන්න බැහැ. ඔහු මා ළඟින්ම මගේ වලිගය වගේ සිටිනවා. ඉතින් එහෙනම් ඔහු ඈතින් සිටිනවා වෙන්නේ කොහොමද? මේ ගැඹුරු කරුණු සෑම එකක්ම ඔබ හොඳින් ධාරණය කර ගත යුතුයි. නොසැළකිලිමත් වීම අතහැර දමන්න. දරුවන් වසර දෙකකට පසුව බාබා ළඟට පැමිණෙනවා. තමන් දැන් ඉතාමත් ළඟටම පැමිණ මේ වෙරළේ සිටිනා බව ඔවුන්ට මතකද? අපි දැන් සුමිහිරිතම නිවහන කරා යා යුතුයි. එවන් තත්ත්වයක් තිබෙනවා නම් තවත් මොනවා ද ඔබට අවශ්‍ය? ද්විත්ව කිරුළ කියා වචනයක් භාවිත වී තිබෙනවා. නමුත් එහි ආලෝක කිරුළ පෙන්වා නැහැ. එය පාරිශුද්ධත්වයේ සංකේතයයි. ආගමික නායකවරුන්ගේ පින්තූර වල අනිවාර්යයෙන්ම ආලෝක රැස් වළල්ලක් පෙන්වනවා. මන්ද ඔවුන් පාපයෙන් තොර සතෝප්‍රධාන් අය වන නිසයි. පසුව ඔවුන් රජෝ හා තමෝ තත්ත්වයන්ට පත් වෙනවා. ඔය දරුවන්ට දැන් ඥානය ලැබී තිබෙනවා. එමනිසා ඔබලා සතුටින් කුල්මත්ව සිටිය යුතුයි. මෙම ලෝකයේ සිටියා වුවත් ඔබගේ බුද්ධියේ යෝගාව ඒ වෙත යොමු වී තිබිය යුතුයි. මෙහි (මේ ලෝකයේ) ඇති ඔබ සතු වගකීම් යුතුකම් ඉටු කළ යුතුයි. මෙම වංශයට අයිති අය මතු වේවී. පැළය පැළ කළ යුතුයි. ආදි සනාතන දෙවි දේවතා ධර්මයට අයිති අය අනිවාර්යයෙන්ම අද නැත්නම් හෙට පැමිණේවී. ප්‍රමාද වී පැමිණෙන අය කලින් පැමිණෙන අයටත් වඩා ඉදිරියට යාවී. අවසානය දක්වාම මෙය සිදු වේවී. අලුත් අය පැරණි අයටත් වඩා ඉක්මනින් ඉදිරියට යාවී. විභාගය රඳා පවතින්නේ ස්මරණ වන්දනාව මතයි. කෙනෙක් ප්‍රමාද වී පැමිණියත් අන් සියල්ල අතහැර දමා ඔවුන් ස්මරණ වන්දනාවේ කාර්ය බහුලව තබා ගෙන සිටියා නම් එනම් කෑමබීම ආදිය ද ගැන සැලකිලිමත් වන නමුත් නිරන්තරයෙන්ම ස්මරණ වන්දනාවේ නිරත වී සිටියා නම් එම අසීමිත සතුට තරම් තවත් පෝෂණයක් තවත් නොමැත. ඔබ දැන් සැලකිලිමත් විය යුත්තේ සුමිහිරිතම නිවහන වෙත යාම ගැනම පමණයි. උපත් 21 ක අධිරාජ්‍යයේ වාසනාව ඔබට හිමි වෙනවා. ලොතරැයියක් දිනන කෙනෙකුගේ සතුටේ රසදිය කඳ ඉහළ යනවා. ඔබ දැඩි උත්සාහයක් දැරිය යුතුයි. මෙය හැඳින්වෙන්නේ ඔබගේ අවසානම උපත ලෙසයි. එමෙන්ම මෙය වටිනාම උපතයි. ස්මරණ වන්දනාවේ නිරතව සිටීමෙන් මහා විශාල වින්දනයක් විඳිය හැකියි. උත්සාහ දැරීමෙන් හනුමන් පවා ස්ථාවර වුණා. පිදුරු ගොඩට ගිනි ඇවිලුනා. රාවණ රාජ්‍යය පිළිස්සී ගියා. ඔවුන් නිකම්ම කතාන්දර හදනවා. පරමාත්ම පියා මෙහි පැමිණ ඔබට සත්‍යම දේ කියා දෙනවා. රාවණ රාජ්‍යය අවසන් වේවී. ස්ථාවර බුද්ධිය කියන්නේ සත්‍යය දේ වන මෙයටයි. එක හුවක දුරින් සිටිනා අපි දැන් සුමිහිරි නිවහන බලා යමින් සිටින්නෙමු. මෙම ස්මරණයේ කාර්ය බහුලව රැඳී සිටින්නට උත්සාහ දරන්න. ඔබගේ සතුටේ රසදිය කඳ ඉහළ නගීවී. යෝගා බලයෙන් ඔබගේ ආයු කාලය වැඩි වේවී. දැන් ඔබ විසින් උකහා ගෙන ධාරණය කර ගන්නා දිව්‍යමය ගුණධර්ම කල්ප බාගයක් පුරාවටම යාවී. ලක්ෂ්මී හා නාරායනන් වන තරමටම ඔබ මෙම එක උපතේ දී දැඩි උත්සාහයක් දරනවා. එමනිසාම ඔබ ඒතරම්ම උත්සාහයක් දැරිය යුතුයි. වැරදි කරන්නවත් කාලය අපතේ හරින්නවත් එපා. යමක් කළ කෙනෙක් එහි ඵලය ලබනවා. පරමාත්ම පියා නොනවත්වාම ඔබට උගන්වනවා. සෑම කල්පයකදීම ඔබ ලෝක පාලකවරුන් වන බව ඔබට තේරෙනවා. එතරම් කෙටි කාලයකින් ඔබ මහා අරුම පුදුම වැඩ කරනවා. ඔබ මුළු ලෝකයම වෙනස් කරනවා. පරමාත්ම පියාට එය එතරම් ලොකු දෙයක් නොවෙයි. ඔහු සෑම කල්පයකදීම මෙය කරනවා. පරමාත්ම පියා කියනවා: යන එන අතර තුරත් කන බොන අතර තුරත් ඔබගේ බුද්ධියේ යෝගාව පරමාත්ම පියා හා සම්බන්ධව තබා ගන්න. මෙවන් අදෘෂ්‍යමාන (නොපෙනෙන) කරුණු කාරණා ඔය දරුවන්ට මෙහි සිට කියා දෙන්නේ උත්තරීතර පරමාත්ම පියායි. නොනවත්වාම ඔබගේ තත්ත්වය ඉතාමත්ම උසස් කර ගන්න. නැතිනම් ඔබට ඉහළ තත්ත්වයක් දිනා ගත නොහැකි වේවී. ඔය දරුවන් එක් එක් පිළිවෙළින් උත්සාහ දරනවා. තමන් දැන් වෙරළේ සිටගෙන සිටිනා බව ඔය දරුවන්ට තේරෙනවා. ඉතින් ඔබ ආපසු හැරී බලන්නේ ඇයි? නොනවත්වාම ඉදිරියටම පියවර තබා යා යුතුයි. මේ සඳහා දැඩි අභ්‍යන්තරගත වීමක් අවශ්‍යයි. මෙන්න මේ නිසා තමයි ඉබ්බාගේ උදාහරණය දී තිබෙන්නේ. මේ සෑම ආදර්ශයක්ම ඔබලාටයි. සන්‍යාසීවරුන්ට හා හඨයෝගීන්ට රාජයෝගාව උගන්වන්න බැහැ. ඔබලා කියන දේ ඔවුන්ට ඇහුණු විට ඔවුන් සිතන්නේ ඔබ ඔවුන්ට අපහාස කරනවා කියලයි. මෙන්න මේ නිසා තමයි මේ දේවල් ගැන ඔබ ඉතා උපක්‍රමශීලීව ලිවිය යුත්තේ. පරමාත්ම පියා හැරෙන්න වෙන කිසිම කෙනෙකුට රාජයෝගාව උගන්වන්න බැහැ. ඔවුන් කළබලයට පත් නොවන ආකාරයෙන් වක්‍රාකාරව කතා කළ යුතුයි. ඉතා උපායශීලීව කතාබහ කළ යුතුයි. එවිට පොල්ල කඩා ගන්නේ නැතිව නයා මෙල්ල කර ගත හැකි වේවී. ඔබගේ පවුලේ අයටද ආදරය කරන්න,

නමුත් බුද්ධියේ යෝගාව පරමාත්ම පියා වෙතට යොමු කර තබා ගන්න. තමන් දැන් අනුගමනය කරන්නේ එකම එක කෙනා වන පරමාත්ම පියාගේ උපදෙස් කියා ඔබ දන්නවා. එම උපදෙස් දේවතාවරුන් වීම සඳහායි. නොබෙදුණු උසස් උපදෙස් කියන්නේ මේවායි. ඔය සුමිහිරි දරුවන් දේවතාවරුන් විය යුතුයි. ඔබලා කී වතාවක් මේ තත්ත්වයට පත් වී තිබෙනවා ද? ගණන් කළ නොහැකි වාර ගණනාවක්. මේ ඔබගේ අවසන් උපතයි. ඔබ දැන් ඔබගේ සුමිහිරිතම නිවහන බලා යා යුතුයි. ආපස්ස බලන්නේ ඇයි? බැලුවත් නොසැලී සිටිය යුතුයි. ගමනාන්තය අමතක කරන්න එපා. නයාව දමනය කරන මහා වීරයින් ඔබලායි. ජය හා පරාජයේ මෙම චක්‍රය නොනවත්වාම කැරකෙන බව ඔබලාට දැන් අවබෝධ වෙනවා. පරමාත්ම පියා කියා දෙන මෙම ඥානය ඉතාමත් අරුම පුදුමයි. ආශ්චර්යයි. ඔබ මේ ගැන මීට පෙර දැන ගෙන සිටියා ද? තමන් තිතක් බව සලකන්න. මුළු චරිත කොටසක්ම ඒ කුඩා ශක්ති තිතේ පටිගත වී තිබෙනවා. මෙම චක්‍රය නොනැවති කැරකෙනවා. හරිම පුදුමයි. මහා පුදුම දෙයක් කියා මනසින් එය අතහැර දැමීම පමණයි ඔබට කරන්නට ඇත්තේ. අච්චා.

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

ධාරණය සඳහා සාරාංශය:

1. ආපසු හැරෙන්න එපා, පිටුපස බලන්න එපා, බැසීම හේතුවක් වන නිසා එක තැන නවතින්න එපා. එකම එක පරමාත්ම පියා දෙසම පමණක් බලමින් ස්ථාවර තත්ත්වයක් ගොඩනඟා ගන්න.
2. තමන් දැන් සිටින්නේ වෙරළ තීරයේය යන සිහිය බුද්ධියේ රඳවා ගන්න. ඔබ සුමිහිරි නිවහන බලා යා යුතුයි. එමනිසා, නොසැලකිලිමත් වීම නතර කරන්න. එවන් තත්ත්වයක් ගොඩ නගා ගැනීමට නොපෙනෙන උත්සාහයක් දරන්න.

වරදානය: ඔබ නොබැඳිව, සෙනෙහසින් යුතුව සහ වෙනත් ඕනෑම සිතිවිලි වලින් නිදහස්ව සිටීමෙන් සෑම කෙනෙකුගේම සෙනෙහස ඔවුන්ගේ හදවතින්ම හිමි කර ගනිත්වා.

නොබැඳිව සෙනෙහසින් සිටීමේ ගුණධර්මය ඇති සහ වෙනත් ඕනෑම සිතිවිලි වලින් නිදහස් වීමේ විශේෂත්වය ඇති දරුවන්, එනම්, මෙම ආශිර්වාදය ඇති අය, සෑම කෙනෙකුගේම සෙනෙහසට පාත්‍ර වෙති. මෙයට හේතුව, නොබැඳිව සිටීම මගින්, ඔවුන්ට ඉබේටම සෑම කෙනෙකුගේම සෙනෙහස ඔවුන්ගේ හදවතින්ම හිමි වේ. වෙනත් ඕනෑම සිතිවිලි වලින් නිදහස් වීමේ ඔවුන්ගේ බලවත් මනෝ ස්ථිතිය සහ ඔවුන්ගේ උසස් ක්‍රියාකාරකම් තුළින්, ඔවුන් බොහෝ දෙනෙකුට සේවය කිරීමට උපකරණ බවට පත් වේ. එබැවින්, ඔවුන් තෘප්තිමත්ව සිටින අතර අන් අයට ද යහපත සළසයි. සිදුකරන සෑම කාර්යයකදීම නිරායාසයෙන්ම ඔවුන් සාර්ථකත්වය අත්කර ගනී.

පාඨය: "බාබා" යන එක් වචනය සියලු නිධානයන්ට යතුරයි. මෙම යතුර සෑම විටම ප්‍රවේශමෙන් රැක බලා ගන්න.

***** ඕම් ශාන්ති *****

අව්‍යක්ත සංඥාව: අශාරීරික ස්ථිතියේ පුහුණුව වැඩි කරන්න(අශාරීරි සහ විදේහි).

කිසිදු සංස්කාරයක තද බවක් නොමැති විට තත්පරයකින් ඔබේ ඇඳුමෙන් වෙන් වීමට ඔබට හැකි වනු ඇත. යමක් සිරවී ඇති විට, එය ඉවත් කිරීම දුෂ්කර ය. ලිහිල් වූ විට, වෙන් වීම පහසුය. එලෙසම, ඔබේ සංස්කාර වල කිසිදු පහසුවක් නොමැති නම්, එවිට ඔබට අශාරීරික වීම හෝ සැහැල්ලුවෙන් හා අවදියෙන් සිටීම අත්විඳීමට නොහැකි වනු ඇත.