13-06-2026 උදෑසන මුරලි ඕම් ශාන්ති බාප්දාදා මධුබන්

සාරය: සුමිහිරි දරුවනි, මුළු ලෝකයම දැවෙන පාප ගින්න නිවා දමන්නට සහ සියලු දෙනාව සිසිල් කිරීමට පරම පියා පැමිණ සිටියි. ඥාන වර්ෂාව ඔබව සිසිල් කරවයි.

ප්‍රශ්නය: මුළු ලොවෙහිම ඇවිලෙන්නේ කුමන ගින්නද?

පිළිතුර: රාගයේ පාපය, මුළු ලොවම පුළුස්සා දමනවා. රාග ගින්නේ දැවීම නිසා සියලු දෙනාම අවලස්සන වී ඇත. පරම පියා ඥාන වර්ෂාවෙන් ඔවුන්ව සිසිල් කරවනවා. පොළව, වැස්සෙන් සිසිල් වන සේම, ඥාන වර්ෂාවෙන් ඔබ උපත් 21කට සිසිල් වන අතර කිසිම ආකාරයක ගින්නක් ඉතිරි වන්නේ නැත. පදාර්ථ පවා සතෝප්‍රධාන් වන අතර කිසි විටෙක උෂ්ණයක් අත්විඳින්නේ නැත.

ඕම් ශාන්ති. ඔය ආධ්‍යාත්මික දරුවන් අසුන්ගෙන සිටින්නේ කාගේ ස්මරණයේද? ඔබ නියත වශයෙන්ම අසුන් ගෙන සිටින්නේ ඔබගේ ආධ්‍යාත්මික පියාව සිහි කරමින්. ජීව වන අප, අසුන්ගෙන සිටින්නේ අපගේ පරම පියා, පරමාත්ම ජීවය සිහි කරමින්ය, එමඟින් අපගේ ආධ්‍යාත්මික පියාට පැමිණ, අපව නැවුම් කර, අපව සිසිල් කිරීමට හැක, මන්ද, අප රාග චිතකය මත අසුන් ගැනීම නිසා භාරතය දැවී විනාශ වෙමින් තිබේ. මිනිසුන් ගායනා කරන්නේ පැමිණ ගින්න නිවා දමන්න! ගින්න සෑදී ඇත්තේ කුමකින්ද? රාග චිතකයෙන්. ගින්නක් බොහෝ සැර වූ විට මිනිසුන් ඉන් මිය යයි. භාරතය මුළුමනින්ම රාග චිතකයේ ගින්නෙන් දැවී ගොස් ඇත. මේ නිසයි ඔවුන් පරම පියා සිහිකරමින් ඔහුට පැමිණ එය සිසිල් කර දෙන මෙන් කන්නලව් කරන්නේ. වර්ෂාව ඇති විට සිසිලස තිබේ මහ පොළව සිසිල් වෙයි. මෙය ඥාන වරුසාවයි. ඔහු පැමිණ ඔබව සිසිල් කරවන්නේ එක වරක් පමණයි. ඔහු ඔබට බොහෝ සේ ලබා දෙන නිසා ස්වර්ණමය යුගයේ කිසිම දේකට තන්හාවක් නොමැත. ඔබට මෙම අභිලාෂය කල්ප භාගයක් තිබී ඇත බාබා, ඇවිත් අපව සිසිල් කරන්න! පාරිශුද්ධකරු පියාණෙනි ඇවිත් අපට නිවීම ලබා දෙන්න! ඥාන වර්ෂාවෙන්, භාරතය, එනම්, මුළු ලෝකයම සිසිලස ලබයි. ඔබ දෙව්ලොව අධිපතියන් වෙයි. පුද්ගලයෙක් මිය ගිය විට, ඔවුන් කියන්නේ ඔහු දෙව්ලොව ගිය බවයි. එසේ කීමෙන් ඔවුන් කරන්නේ තම මුව මිහිරි කරගන්න එක පමණයි. දෙව්ලොව දැන් ස්ථාපිත වෙන බව ඔබ දන්නවා. බාබා දැන් ඇවිත්. ඔහු ඔබ මත ඥාන වර්ෂාව වස්සනවා. මෙම සිසිලසේ බලපෑම උපත් 21කට පවතී. එහිදී, වර්ෂාවට හෝ වෙනත් කිසිම දේකට ආශාවක් නැත එහි එය නිරන්තර වසන්තයයි. එහි කිසිම ආකාරයක දුකක් නොමැත. සූර්යයා පවා සතෝප්‍රධාන් වෙයි එය කිසිදා අධික ලෙස උණුසුම් වන්නේ නැත. ඔබ මුළු ලෝකයේම පාලකයන් වෙයි. දැන් ඔබ වහලුන්ය. මිනිසුන් ගායනා කරන්නේ මා ඔබගේ වහලාය! මා ඔබගේ වහලා! ඔවුන් පරම පියාව සිහි කරයි. පරම පියා පවසන්නේ මා දැන් ඔබට සේවය කිරීමට ඔබගේ සේවකයා ලෙස පැමිණ සිටියි. මා ඔය දරුවන්ට සේවය කරනවා. මා විදෙස්, අපවිත්‍ර ලෝකයේ, අපවිත්‍ර සිරුරක් තුළට පැමිණෙනවා. අපවිත්‍ර ලෝකයේ එකදු පිවිතුරු කෙනෙක්වත් සිටිය නොහැක. ස්වර්ණමය යුගය පිවිතුරු බව හැඳින්වෙන අතර සියලු දෙනාම දූෂිත බැවින්, කලි යුගය, අපවිත්‍ර ලෙස හැඳින්වෙයි. මෙම ඥානය වටහාගන්නේ භාරතයේ මිනිසුන් පමණයි. මෙම ඥානයට සවන් දෙන්නේ උපත් 84ක් ගෙන ඇති අය පමණයි. ස්වර්ණමය සහ රිදී යුග වලට යෑමට නියමිත අය පමණක්, ඔවුන් දරන උත්සාහයට අනුව අංකානුකූලව පැමිණ, බ්‍රහ්මණයන් බවට පත් වෙයි. ඔබ දැන් බ්‍රාහ්මණ වංශයේ සිටින බවත් ඔබ ඉන්පසුව දේවතා වංශයට යන බවත් පරම පියා පහදා දී තිබේ. පරම පියා බ්‍රාහ්මණ වංශය, එනම්, බ්‍රාහ්මණ ධර්මය ස්ථාපනය කිරීමට පැමිණෙයි. පරම පියා, පරමාත්ම ජීවය පැමිණ, ශුද්‍රයන්ව (බ්‍රහ්ම නොමැතිව) බ්‍රහ්මණයන් බවට පරිවර්ථනය කරන බව ඔබ නොකියයි. මෙය ඔබගේ කරණම් ගැසීමයි. මෙය ඉතා පහසුයි. මෙම ලෝක චක්‍රය භ්‍රමණය වන්නේ කෙසේද කියා ඔබ දන්නවා. ඔවුන් බහු රූපී ප්‍රතිමාවෙන් මුදුන් ගැටය වන බ්‍රහ්මණයන් සහ ශිවාගේ පිළිරුව ඉවත් කර තිබේ. ඔවුන් දේවතාවන්, ක්ෂත්‍රියයන්, වෛශ්‍යයන් සහ ශුද්‍රයන් ගැනත් ඉන්පසුව ශුද්‍රයන්ගෙන් දේවතාවන් බවටත් කියයි. එසේ නම් බ්‍රහ්මණයන් ගියේ කොහිද? බ්‍රහ්මණයන් ගායනා කරන්නේ දේවතාවන් වීමට යන බ්‍රහ්මණයන්ට නමස්කාර වේවා. එසේ නම් එකල ප්‍රජාපිතා බ්‍රහ්මගේ නිර්මාණය ගියේ කොහාටද? ප්‍රජාපිතා බ්‍රහ්මගේ නාමය ඉතා සුපතලයි. ඔවුන් ප්‍රතිමාවන්හි බොහෝ වැරදිම් සිදුකර තිබේ. ප්‍රජාපිතා බ්‍රහ්මගේ දරුවන්ගේ නමක් හෝ සඳහනක් නැත. ගුරුවරයෙක් පාසැලක උගන්වයි. එයද ආදායම් මාර්ගයකි. අරමුණක් සහ ඉලක්කයක් අනිවාර්යෙන් අවශ්‍යයි. තත්ත්වයක් හිමි වන්නේ ඉගෙන ගැනීමෙන් පමණක් බව ඔය දරුවන්ට වැටහෙනවා. පරමාත්ම දෙවියන් අපවිත්‍ර

ලෝකයට ඇතුළු වී, අපවිත්‍ර අයට උගන්වයි. පරම පියා පවසන්නේ මා ඔය දරුවන්ට උගන්වා ඔබව පිවිතුරු කරනවා. මෙම ඉගෙනුම තුළින් ලැබෙන ආදායම කෙතරම් විශාලද කියා බලන්න! ඔබ කල්ප භාගයකට සෞභාග්‍යය උදා කරගන්නවා. භාරතයේ 'පරම්පරා 21ක්' සිහි කර තිබේ. ඔබ දැන් උපත් 21කට අසීමිත පියාගෙන් ඔබගේ අසීමිත උරුමය හිමිකර ගන්නවා. භෞතික පියෙක් ලබා දෙන්නේ තාවකාලික සතුටේ උරුමයක් පමණයි. ඔබට මෙම පියාගෙන් කෙබඳු උරුමයක් ලැබෙන්නේද යත්, ඔබ පරම්පරාවෙන් පරම්පරාවට කිසිම දුකක් විඳින්නේ නැත. භාරතයේ අසීමිත සතුට තිබුණි. වෙනත් කිසිවෙකුට ඔහුගේ හෝ ඇගේ බුද්ධිය තුළ මෙම දැනුම නොමැත. මෙම ඥානය ලබා දෙන පියා එය දන්නා අතර ඔහු එය ලබා දෙන අයද එය දන්නවා වෙනත් කිසිවෙක් එය නොදනී. ග්‍රාන්ත් (සීක් ආගමික ග්‍රන්ථය) පොතේද ඔහුගේ වර්ණනාව ගායනා කර තිබේ 'එක් අශාරීරික කෙනා'. ඔහු අශාරීරිකයි, නිරහංකාරයි. ඔබට මෙම අරුත වැටහෙන්නේ මෙකලයි. ඔහු නිරහංකාර බව, ඔවුන් නිකම්ම ගායනා කරයි. මෙතරම් මහා බලධාරියෙක් වෙලත් ඔහුට කිසිම අහංකාරකමක් නැත. මෙහි මිනිසුන්ට සුළු තත්ත්වයක් ලැබුණු විටත් ඔවුන් එයින් බොහෝ කුල්මත් වෙයි. එය තාවකාලික තත්ත්වයක කුල්මත් බවයි, එනම්, 'මා අහවලාය!' ඔබ දැන් මෙම ආධ්‍යාත්මික ඉගෙනුමෙන් කුල්මත්ව සිටියි. ඔබ ජීව අවධානයට පත් විය යුතු බව, ඔය ජීවාත්මයන්ට දැන් වැටහෙයි. ඔබට පරම පියාව සිහි කිරීමට හැකි වන්නේ එවිට පමණයි. පියා සමඟ ඔබගේ යෝගාව බිඳී යන විට, ඔබට මායාගේ වෙඩි වැදෙන අතර ඔබ මිලාන වෙනවා. ඔබ නොකඩවා සිහිකිරීමේ සිටින්නේ නම්, ඔබගේ සතුටේ රසදිය කඳ අඛණ්ඩව ඉහළ නඟී. කෙනෙක් වැදගත් විභාගයක් සමත් වූ විට, ඔහුට මහා සතුටක් ඇති වෙනවා. එයට වඩා උසස් ඉගෙනුමක් නොමැති බව ඔහු සිතයි. මෙයට වඩා උසස් ඉගෙනුමක් නොමැති බව, ඔබද දන්නවා. ලක්ෂ්මී සහ නාරායන අනිවාර්යෙන් අතීතයේ එවන් ඉගෙනුමක් හදාරන්නට ඇති. ඔවුන් රාජයෝගාව හැදෑරුවා, ඔවුන් අධිරාජයා සහ අධිරාජිනිය වුනේ එහෙමයි. රාජයෝගාව ඉතා සුපතලයි. පරම පියා, පරමාත්ම ජීවය පැමිණ, දිව්‍ය ලෝකය සඳහා ඔබට රාජයෝගාව උගන්වනවා. මිනිසුන් පවසන්නේ ඔවුන් (ලක්ෂ්මී සහ නාරායන) එවන් ක්‍රියා ඔවුන්ගේ අතීතයේ සිදු කරන්නට ඇති, මන්ද, ඔවුන් එසේ වුනේ ඒ නිසයි. ඔබ ඔබගේ අනාගත උපත් 21කකදී පාලනය කරමින් දිව්‍ය ලෝකයේ සිටින අන්දමේ එවන් ක්‍රියා, ඔබ මේ උපතේ සිදු කිරීමට ඉගෙනගන්නා බව ඔබ දන්නවා. රජු සහ රැජින කෙබඳුද, පුරවැසියන්ද එවැනිය. එය රාජධානියක්. පරම පියා පැමිණ ඇත්තේ රාජධානියක් ස්ථාපිත කිරීමටයි. ඉන්පසුව ඔබ ගොස් උපත් 21කට එය රැකගනිවි. ඔබ උපත් 63ක් දුක් විඳිමින් සිට ඇත. ඒ සියල්ල අවසන් වෙයි. භාරතය, දිව්‍ය ලෝකය ලෙස හැඳින්වෙයි එය දැන් අපායයි. ලෝකය බොහෝ වෙනස් වී ඇත! එම රාජධානිය ගියේ කොහිද? රාවණගේ රාජධානිය ආරම්භ වූ විට ඔබ අපවිත්‍ර විය. පරම පියා පවසන්නේ ඔබ, ඔබගේ උපත් 84හි චක්‍රය ගැන නොදනී. මෙය දැන් ඔය දරුවන්ට නැවත නැවතත් පහදා දෙනු ලබනවා. ඔබ උපත් 84හි චක්‍රය වටා ගොස් ඇත. මෙය ඔබගේ අවසන් උපතයි. ඔබ දැන් නැවත වරක් ඔබගේ උරුමය හිමි කරගත යුතුයි. ඔබ ගොස් මුක්ති දේශයේ අසුන්ගෙන නොසිටිය යුතුයි ඔබට චක්‍රය වටාම යන චරිත කොටස් තිබෙනවා. ස්වර්ණමය යුගයේ සිට තඹ හෝ කලි යුගය දක්වා මුක්ති දේශයේ සිටින බොහෝ දෙනෙක් සිටිනවා. මෙහි පැමිණෙනවාට වඩා මුක්ති දේශය හොඳ බව ඔවුන් කියන්නේ නැත. එය මදුරු රැළක් මෙනි ඔවුන් පැමිණ ආපසු යයි. මනුෂ්‍යයන්ව වර්ණනා කෙරෙයි. එම දේවාල තැනුවේ කවුරු වෙනුවෙන්ද? ආරම්භයේ සිට නොකඩවා ඔවුන්ගේ චරිත කොටස් රඟපෑ අය වෙනුවෙන් සිහිවටන නිර්මාණය කර තිබේ. අවසානයේ පැමිණෙන අයට කිසිදු සිහිවටනයක් තිබෙනවාද? කිසිවක් නැත. ඔබගේ සිහිවටන අති ශ්‍රේෂ්ඨයි! උපරිම චරිත කොටස් රඟපාන්නේ ඔබයි. ඔබගේ ප්‍රතිලාභයේ කාලය අවසන් කර, ඔබ භක්ති මාර්ගයට පිවිසි විටයි, ඔබ සහ ශිව බාබාගේ සිහිවටන වෙනුවෙන් ඔවුන් දේවාල ගොඩනැඟීම ආරම්භ කරන්නේ. ඉන්පසුව අනෙක් ආගම් පැමිණෙයි ඔවුන්ගේ ආගම් එවිට ස්ථාපනය කෙරෙනවා. ඔබ ඔබගේ ඉතිහාසය සහ භූගෝලය මෙන්ම අනෙක් සියලු ආගම්වල ඒවාද දන්නවා. මෙය උපත් 84හි ඉනිමගයි. ඔබ ප්‍රථමයෙන් දෙව්ලොව ගොස් ඉන්පසුව පහළට පැමිණෙන අන්දම ඔබගේ බුද්ධිය තුළ ඇත. ඔබ සෑම උපතකදීම, විවිධ නම් සහ ස්වරූප වලින් නෑ මිතුරන් සොයාගෙන තිබේ. මේ සියලුම චරිත කොටස් නාටකය තුළ කල් තියා නියම වී තිබේ. මෙය නැවත නැවතත් ඒ ආකාරයෙන්ම සිදුවන අසීමිත නාට්‍යයකි. ඔබ උපත් 84ක් ගෙන ඉන්පසුව ශුද්‍රයන් බවට පත් වූ, දෙවතාවන් බව ඔබ දන්නවා. අපි දැන් නැවත වතාවක් දේවතාවන් වෙනවා. සෑම ජීවාත්මයක්ම පරමාත්ම ජීවය බව, මිනිසුන් කියයි. ඇත්ත වශයෙන්ම 'හම් සෝ'හි අරුත මෙයයි (චක්‍රය තුළින් යන දේවතාවන්). ඔවුන් ඉන්පසුව පවසන්නේ සෑම ජීවාත්මයක්ම, පරමාත්ම ජීවය බවත් පරමාත්ම ජීවය සෑම ජීවාත්මයක් තුළ සිටින බවයි. දිවා රාත්‍රිය මෙන් වෙනසක් තිබේ. ඔබට දැන් මේ සියලු දේවල් වැටහෙනවා. ඔබ දැන් පාණ්ඩවයන් බවට පත්ව ඇත. කෞරවයන් සහ පාණ්ඩවයන් සහෝදරයන් විය. ඔබ දැන් පියාව සොයාගෙන ඇත. එබැවින් ඔබ

කෞරවයන්ගෙන් පාණ්ඩවයන් බවට පත්වී ඇත. පරම පියා ඔබව දුකින් මුදවා, ඔබගේ මාර්ගෝපදේශකයා වී, ඔබව පෙරලා නිවහනට ගෙන යයි. කිසිවෙක් නිවහන නොදනී. ඔවුන් පවසන්නේ ජීවාත්ම, බ්‍රහ්ම තත්ත්වයට මුසුවන බවයි. එසේ නම් එය නිවහනක් විය නොහැක. නිවසක කෙනෙක් ජීවත් වනවා. එය අශාරීරික ලෝකය ලෙස හැඳින්වෙනවා. අශාරීරික ජීවාත්ම වන අපි, අශාරීරික ලෝකයේ තිත් මෙන් වාසය කරන බව ඔය දරුවන් දැන් දන්නවා. එහි අශාරීරික ගසද තිබේ. මෙම නාටකය කල් තියා තීරණය වූ එකක්. බීජය සහ වෘක්ෂය දැන සිටිය යුතුයි. එය විවිධ ආගම්වල වෘක්ෂය ලෙස හැඳින්වෙනවා. මෙය මනුෂ්‍ය ලෝකයයි එහි බීජය, පරම පියාය. බොහෝ විවිධත්වයක් තිබේ! සෑම ආගමකම අයගේ මුහුණුවර වෙනස්ය. මෙහිද මුහුණු දෙකක් සමාන නැත. මෙයත් නාටකයේ කල් තියා තීරණය වූවක්. ජීවන වෘක්ෂයේ කාල වකවානුව වසර 5000කි. මෙය පහදා දෙන්නේ පරම පියා පමණයි. මනුෂ්‍යයන්, ඔවුන්ගේ චරිත කොටස් රඟපෑමට මෙහි පැමිණෙන නළුවන්ය. වේදිකාව මෙයයි. ආලෝකය සඳහා හිරු, සඳු, තාරකා ආදිය තිබේ. ඒවා දේවතාවන් නොවෙයි ඒවා ආලෝක පමණයි. කෙසේවෙතත්, ඒවා ඔබට සේවය කරයි, ඒවා දේවතාවන් ලෙස හැඳින්වෙන්නේ ඒ නිසයි. ඇත්ත වශයෙන්ම දේවතාවන් කිසිම සේවයක් කරන්නේ නැත. සේවය කරන්නේ ඔය දරුවන් පමණයි. පරම පියා, කීකරු සේවකයාය. දරුවන් දුක් විඳින විට, පියා තුළ දයානුකම්පාවක් ඇති වෙයි. පියා පැමිණ ඇත්තේ ඔබට විස්තර කර දීමටයි මා එන්නේ ඔය දරුවන්ට නැවත වතාවක් දේවතා තත්ත්වය හිමි කරගැනීමට මඟපෑදීමටයි. සෑම දේකටම ඉහළ නැඟීමේ සහ පහළ බැසීමේ අවස්ථාවක් තිබේ. පැරණි ලෝකය තමෝප්‍රධාන් ලෙසත් නව ලෝකය සතෝප්‍රධාන් ලෙසත් හැඳින්වෙයි. සෑම දෙයක්ම අළුත් බවින් පරණ වෙයි. ජීවාත්මය පවසන්නේ මෙම සිරුරද අපවිත්‍රයි, තමෝප්‍රධාන්ය. ස්වර්ණමය යුගයේ ජීවාත්ම සහ ඔවුන්ගේ ශරීර සතෝප්‍රධාන් විය. ඒවා ඔබගේ ඔළුව කෑවේ නැත (ඔබට හිස රදයක් දුන්නේ නැත). ජීවාත්මයට දැන් ඥානය ලැබී තිබේ. ඔහු උපත් 84ක් ගන්නා බව, ජීවාත්මයට මතක් වී තිබේ. අසීමිත පියා මෙම රහස පහදා දෙනවා. ඔවුන් පරම පියාට අඬගසන්නේ ඔවුන් දුකට පත් වූ විට පමණයි අහෝ දුක නැති කරන්නා, සතුට පිරිනමන්නා, අනුකම්පා කරන්න! සතුටින්ම තිබුණේ භාරතයයි. භාරතය තිබුණු තරම් පිවිතුරු දේශයක් තවත් තිබිය නොහැක. පරම පියා දැන් ඔය දරුවන්ගේ ඒප්‍රන අවිනාශී ඥාන මිණි මුතු වලින් පුරවනවා. ඔබ එවන් පියෙක් කිසිදා දැක තිබෙනවාද? ඔහු පවසන්නේ දරුවනේ, මා ඔය දරුවන්ට තෑග්ගක් ලෙස පාරාදීසිය ගෙනැවිත් තිබෙනවා. ඔබ දෙව්ලොව වැසියන්ව සිටි අතර දැන් අපායේ අපවිත්‍ර වැසියන් වී සිටියි. පාපයේ නොගැලෙන අය පිවිතුරු බව කියයි. ස්වර්ණමය යුගයේ ඔවුන් සම්පූර්ණයෙන් පාපයෙන් තොරයි. මෙකල ඔවුන් සම්පූර්ණයෙන් දූෂිතයි. පරම පියා පවසන්නේ ඔබත් සම්පූර්ණයෙන් පාපයෙන් තොරව සිටියා. ඔබ දැන් මුළුමනින්ම දූෂිත වෙලා. පරම පියාව සිහිකිරීමෙන් ඔබ සම්පූර්ණ පාපයෙන් තොර දේවතා තත්ත්වය හිමි කරගත යුතුයි. බලන්න මෙම ව්‍යවහාරය කෙතරම් හොඳද කියා මන්මනාභව! ඔබගේ පියා වන මා සිහි කරන්න, එවිට ඔබ තමෝප්‍රධාන් බවින් සතෝප්‍රධාන් වෙයි. මා සර්ව බලධාරීය. මා සිහි කරන්න! සිහිකිරීම යෝගා ගින්න ලෙස හැඳින්වෙන අතර ඔබගේ පාපයන් පිළිස්සී යන්නේ මෙයින්ය. එවිට ඔබ පිවිතුරු වෙයි. 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. මෙම ආධ්‍යාත්මික ඉගෙනුමෙහි කුල්මත් බව පවත්වා ගන්න. පරම පියා මෙන් නිරහංකාරී වන්න. ඔබගේ තත්ත්වය ආදිය ගැන අහංකාර නොවන්න.
2. ඥාන මිණි මුතු වලින් ඔබගේ ඒප්‍රන පුරවාගන්න. සම්පූර්ණයෙන් පාපයෙන් තොර වී, දේවතා තත්ත්වය හිමි කරගන්න. කිසිදා මිලාන නොවන්න.

වරදානය: ඔබ භෞතික සහ සූක්ෂම යන දෙආකාරයෙන්ම කාර්යබහුල වී මායා පරදා ජය ගත්තෙකු බවට පත් වේවා.

ඔබ සේවාධාරියෙකු ලෙස සලකමින් උනන්දුවෙන් හා උද්‍යෝගයෙන් සේවය කිරීමේ කාර්යබහුල වන්න, එවිට මායා අවස්ථාවක් ගන්නේ නැත. ඔබ ඔබේ මනසින්, බුද්ධියෙන් සහ ශාරීරික ක්‍රියාවන්ගෙන් නිදහස් වූ විට, මායා අවස්ථාවක් ලබා ගනී. කෙසේවෙතත්,

භෞතික සහ සූක්ෂම යන දෙආකාරයෙන්ම සේවය කිරීමෙන් ඔබව සතුටින් කාර්යබහුලව තබා ගන්න, ඔබේ සතුට නිසා, මායාට ඔබට විරුද්ධ වීමට ධෛර්යයක් නොමැත. ඉතින්, ඔබේම ගුරුවරයෙකු වී ඔබේ බුද්ධිය කාර්යබහුලව තබා ගැනීමට දෛනික වැඩසටහනක් සාදන්න, එවිට ඔබ මායා පරදා ජයගත්තෙකු බවට පත් වනවා ඇත.

පාඨය: විශ්වාසයෙන් හා කුල්මත්භාවයෙන් කියන්න: බාබා මා සමඟ සිටී! එවිට මායාට ඔබ වෙත ළඟා වීමට නොහැකි වනු ඇත.

***** ඕම් ශාන්ති *****

අව්‍යක්ත සංඥාව: නිරන්තරයෙන් ප්‍රබෝධමත්ව සිටීමට, පහසු-ස්වභාවයක් ඇතිව දරාගන්න.

බාප්දාදාට අවශ්‍ය වන්නේ ඔබ සියලු දරුවන්ගේ ක්‍රියාකාරකම්, මුහුණු, වචන සහ ක්‍රියාවන්හි සරළ බව, පහසුව සහ මිහිරි බව දැකීමටයි. බලහත්කාරයෙන් හෝ වෙහෙස නිසා ඔබේ වචන ටිකක්වත් මිහිරි නොවේ නම්, ඔබේ මුහුණ මිහිරි නොවේ නම්, නමුත් බැරෑරුම් නම්, ඔබ සියලු ගුණධර්ම වලින් පිරී ඇති බව නොකියනු ඇත. අවස්ථාවන් කුමක් වුවත්, ඔබේ ගුණධර්ම කුමක් වුවත්, ඒවා මතු වේවා. බාප්දාදා මෙන්ම, ඔබ තුළින් එම ගුණධර්ම, කාර්යය, වචන සහ සිතිවිලි අත්විඳින්න. සෑම කෙනෙකුගේම තොල් වලින් එය මතු වේවා: "මෙයා බාප්දාදා හා සමාන බව පෙනේ."