16-06-2025 **උදෑසන මුරලි** **ඕම් ශාන්ති** **බාප්දාදා** **මධුබන්**

සාරය: සුමිහිරි දරුවනි, ඔබට මේ උගන්වන්නේ ශාරීරික කෙනෙක් නොවෙයි යන සතුටින් සෑම විටම සිටින්න.අශාරීරික පියා විශේෂයෙන්ම පැමිණ මෙසේ ශරීරයක් ගෙන සිටින්නේ ඔබලාට ඉගැන්වීමටයි.

ප්‍රශ්නය: ඇයි ඔය දරුවන් සෑම කෙනෙකුටම ඥානය නම් වූ තෙවෙනි ඇස ලැබී තිබෙන්නේ?

පිළිතුර: ඥානය නම් වූ තෙවන ඇස ඔබට ලැබී තිබෙන්නේ නිහඬ දේශය හා සතුටේ දේශය දැකීමටයි.ඔබගේමඥාති හිතමිතුරනුත් ඇතුළුව ඇස් දෙකට පෙනීමට ඇති පැරණි ලෝකයේ සෑම දෙයකින්ම ඔබගේඅවධානය ඉවත් කර ගන්න.පරමාත්ම පියා පැමිණ සිටින්නේ ඔබව කුණු ගොඩින් එළියට ගෙන මල් (දේවතාවරුන්)බවට පත් කරවීමටයි.එමනිසා,එවන් පියෙක් කෙරෙහි ඔබ තුළ මහත් ගෞරවයක්තිබිය යුතුයි.

ඕම් ශාන්ති. ශිව දෙවියන් ඔය දරුවන්ට කතා කරයි.ශිව දෙවියන්ට ඇත්තම බාබා යැයි කියන්නේ ඔහු සැබවින්ම නිර්මාණකරු වන නිසායි.දෙව් දේවතාවරුන් වීම සඳහා පරමාත්ම දෙවියන් විසින්ම දැන් උගන්වනු ලබන්නේ ඔය දරුවන්ටම පමණයි.තම ගුරුවරයා,තම අධ්‍යාපනය හා එම අධ්‍යාපනයේ ප්‍රතිඵල ගැන නොදන්නා ශිෂ්‍යයෙක් සිටිය නොහැකි බව ඔය සෑම දරුවෙක්ම ඉතාමත් හොඳින් දන්නවා.පරමාත්ම දෙවියන් ඔබට උගන්වයි.එම නිසා ඔය දරුවන් එතරම් සතුටකින් සිටිය යුතුයි.ඇයි මේ සතුට ස්ථාවරව නොපවතින්නේ?ඔබට උගන්වන්නේ භෞතික කෙනෙක් නොවන බව ඔබලා දන්නවා.අශාරීරික පියා විශේෂයෙන්ම මෙහි පැමිණ ශරීරයකට ඇතුළු වී ඇත්තේ ඔය දරුවන්ට ඉගැන්වීමටයි.පරමාත්ම දෙවියන් පැමිණ උගන්වනවා කියා වෙන කිසිම කෙනෙක් දන්නේ නැහැ.තමන් දෙවියන්ගේ දරුවන් බවත් ඔහු ඔබට උගන්වනා බවත් ඔහු ඥාන සාගරය බවත් ඔබලා දන්නවා.ඔබ දැන් සිටින්නේ ශිව් බාබා ඉදිරියේමයි.ජීවාත්මයන් වන ඔබලා පරමාත්ම ජීවය මුණ ගැසෙන්නේ මේ කාලයේදී පමණක්ම බව අමතක කරන්න එපා.කෙසේවෙතත්,මායා ඔබට මෙය අමතක කරවනවා.නැතිනම් දෙවියන් විසින් උගන්වනවාය යන සතුට ඔබ තුළ තිබේවි.ඔබ නොකඩවා ඔහු සිහි කළ යුතුයි.කෙසේවෙතත් ඔහුව සම්පූර්ණයෙන්ම අමතක කර දමනා දරුවනුත් මෙහි සිටිනවා.ඔවුන් කිසිම දෙයක් දන්නේ නැහැ.පරමාත්ම දෙවියන්ම කියනවා:බොහෝ දරුවන් මාව අමතක කරනවා.නැතිනම්.අපි පරමාත්ම දෙවියන්ගේ දරුවන්.ඔහු අපට උගන්වනවාය යන සතුට ඔබ තුළ තිබේවි.මායා කෙතරම් බලවත්ද කියතොත් ඇය ඔබට ඔහුව මුළුමනින්ම අමතක කරවනවා.ඥාති හිත මිතුරන් ඇතුළු ඇසට පෙනෙන සෑම දෙයකටම ඔබගේ සිහිය ඇදී යනවා.සාම දේශය හා සතුටේ දේශය සිහි කිරීමට පරමාත්ම පියා දැන් ඔය සෑම දරුවෙකුටම තෙවෙනි ඇසක් ලබාදී තිබෙනවා.මෙය දුකින් පිරි ලෝකයයි.කිළිටි ලෝකයයි.දෙව්ලොව ලෙසින් තිබුණු භාරතය දැන් අපායක් වී ඇති බව ඔබලා දන්නවා.පරමාත්ම පියා පැමිණෙන්නේ ඔබව නැවතත් වතාවක් මල් බවට පත් කරවීමටයි.එහිදී ඔබ උපත්21කට සතුට දිනා ගන්නවා.ඔබ ඉගෙන ගන්නේ එයටයි.කෙසේවෙතත්,ඔබ හොඳින්ම ඉගෙන ගන්නේ නැති නිසා මෙහි ඇති ධන වස්තූන් ආදිය මත ඔබගේ සිහිය බැඳෙනවා.ඔබ ඒවායින් සිහියඉවතට ගන්නේ නැහැ.පරමාත්ම පියා කියනවා:ඔබගේ සිහිය සාමයේ දේශය හා සතුටේ දේශය වෙතට යොමු කර තබා ගන්න.කෙසේවෙතත්,ඔබගේ සිහිය හරියට මෙම කිළිටි ලෝකයටම ඇලවිලා වගේයි.සිහිය එයින් ඉවතට ගන්නම බැරිවා වාගේයි.ඔබ මෙහි සිටියත් බුද්ධිය තවමත් පැරණි ලෝකයෙන් බිඳීවිත් නැහැ.බාබා දැන් පැමිණ සිටින්නේ ඔබව පාරිශුද්ධහා ලස්සන අය බවට පත් කරවීමටයි.ඔබ ප්‍රධාන වශයෙන් පාරිශුද්ධත්වය ගැන කතා කරනවා.බාබා අපව පිරිසිදු කරවා පාරිශුද්ධ ලෝකයට ගෙන යනවා.එමනිසා,එවන් පියෙක් කෙරෙහි ඔබ තුළ මහත් ගෞරවයක් තිබිය යුතුයි.අපට ඉගැන්වීම සඳහාම පරම දනව්වේ සිට පැමිණෙන එවන් පියෙකුට ඔබ සම්පූර්ණයෙන්ම කැප විය යුතුයි.දරුවන් වෙනුවෙන් ඔහු මහත් උත්සාහයක් දරනවා.ඔහු ඔබව මෙම කුණු ගොඩින් මුළුමනින්ම ඉවතට ගන්නවා.ඔබ දැන් මල් වෙමින් සිටිනවා.සෑම කල්පයකදීම ඔබ එවන් මල් (දේවතාවරුන්)බවට පත් වන බව ඔබ දන්නවා.මිනිසුන්ව දේවතාවරුන් කරවීමට දෙවියන්ට එතරම් කාලයක් යන්නේ නැහැ.පරමාත්ම පියා දැන් අපට උගන්වනවා.අපි මෙහි පැමිණ සිටින්නේ මිනිසුන්ගෙන් දේවතාවරුන් වීමටයි.ඔබලා දෙව්ලොව වාසීන් වී සිටි බව ඔබ දැන් දැනගෙන සිටිනවා.මීට පෙර ඔබ මේ ගැන දැනගෙන සිටියේ නැහැ.පරමාත්ම පියා දැන් ඔබට කියා තිබෙන්නේ ඔබ රාජ්‍යයක් පාලනය කරමින් සිටියා පසුව රාවණ් ඒ රාජ්‍යය ඔබගෙන් උදුරා ගත්තා.මහා විශාල සතුටක් අත්විඳ ඔබ උපත්84ක් ගනිමින් යන

ගමනේදී ඉනිමගේ පහළටම පැමිනියා.මෙය අපිරිසිදු ලෝකයක්.මිනිස්සු සිටින්නේ අසතුටින්.සිය දහස් ගණන් මිනිසුන් සාගතේ මියැදෙනවා.කිසිම සතුටක් නැහැ.මිනිස්සු කෙතරම් ධනවත් වුවත් ඔවුන්ගේ සතුට තාවකාලිකයි.කපුටෙකුගේ වසුරු පිඩක් වැනියි.මෙම ලෝකය හඳුන්වන්නේ වස සයුරක් ලෙසිනුයි.ස්වර්ණමය යුගයේදී ඔබ ඉතාමත් සතුටින් සිටීවි.අවලස්සන ඔබ දැන් ලස්සන වෙමින් සිටිනවා.තමන් දේවතාවරුන් ලෙස සිටි බව ඔබලාට තේරෙනවා.නැවත උපත් ගනිමින් යන අතර ඔබ ගණිකාමඩමකට ඇතුළු වෙලා.ඔබලාව දැන් ගෙන යන්නේ ශිව දේවාලයකටයි.ශිව් බාබා දෙව්ලොව ස්ථාපනය කරයි.ඔහු ඔබට උගන්වනවා.එමනිසා,හොඳින් ඉගෙන ගන්න.ඉගෙන ගන්න.චක්‍රය ඔබගේ සිහියේ තබාගෙන දිව්‍යමය ගුණධර්ම ධාරණය කර ගන්න.ඔය දරුවන් රුප් හා බසාන්ට් වේ.ඔබගේ දෙතොලින් මතු විය යුත්තේ ඥාන මිණිමුතු මිසක් කුණු කන්දල් නොවෙයි.පරමාත්ම පියා කියනවා:මමත් රුප් හා බසාන්ට් වෙමි.පරමාත්ම ජීවය වන මම ඥාන සාගරයයි.ඉගෙනීම ආදායමකට මුලයි.කෙනෙක් ඉගෙන ගෙන නීතිඥවරයෙක් හෝ වෛද්‍යවරයෙක් වුණු විට ඔහුට සිය දහස් ගණනින් උපයා ගත හැකියි.සෑම වෛද්‍ය වරයෙක්ම මසකට රුපියල් සිය දහස් ගණනක් උපයනවා.ඔවුන්ට කෑම කන්නවත් වෙලාවක් නැහැ.ඔබත් දැන් ඉගෙන ගන්නවා.ඔබ පත් වන්නේ කවුරු බවටද?ලෝක පාලකවරුන්.ඉතින් එමනිසා මෙම ඉගෙනීමේ සතුට තබිය යුතුයි.ඔය දරුවන් එකිනෙකාට කතා කරනා රටාව හරිම රාජකීය විය යුතුයි.ඔබලා රාජකීය වෙනවා නේද?රජවරුන් හැසිරෙන්නේ කෙසේදැයි කියා බලන්න.බාබාට හොඳ අත්දැකීම් තිබෙනවා නේද? රජ කෙනෙකුට තෑග්ගක් දුන්නත් ඔහු එය තම අත්දෙකට ගන්නේ නැහැ.එම ත්‍යාගය පිළිගැනීමට ඔහු කැමති නම් එය තම ලේකම්තුමාට දෙන ලෙසට ඔහු ඔබට අඟවාවි.ඔවුන් ඉතාමත් රාජකීයයි.යමක් භාර ගතහොත් ඒ වෙනුවට තමනුත් යමක් දිය යුතුයි කියා ඔවුන්ගේ හිතේ තිබෙනා නිසා ඔවුන් කිසිවක් පිළිගන්නේ නැහැ.ඇතැම් රජවරුන් තම පුරවැසියන්ගෙන් කිසිම දෙයක් ගන්නේ නැහැ.තවත් පිරිසක් මිනිසුන්ගෙන් සියල්ල සූරා ගන්නවා.රජවරුන් අතරත් වෙනසක් තිබෙනවා.ඔබලා දැන් ස්වර්ණමය යුගයේ ද්විත්ව කිරුළු පළන් රජවරුන් වෙනවා.ද්විත්ව කිරුළක් පැළඳීමට නම් පාරිශුද්ධත්වය අනිවාර්යෙන්ම අවශ්‍යයි.මෙම විස ලෝකය අත්හල දැමිය යුතුයි.ඔය දරුවන් පාප දුරු කළ යුතුයි.කිසිම පාපකාරී කෙනෙකුට මෙහි පැමිණිය නොහැකියි.එවන් කෙනෙක් පැමිණ කාටවත් නොකියා මෙහි අසුන් ගෙන සිටියහොත් එයින් ඔහු කර ගන්නේ තමාටම පාඩුවක්.ඇතැම් කපටි අය සිතන්නේ කවුරුත් එය දන්නේ නැහැයි කියායි.පරමාත්ම පියා එය දැක්කත් නැතත් ඔහු අනිවාර්යෙන්ම පාපකාරී ජීවයක් වෙනවා.ඔබලාත් සිටියේ පාපකාරී ජීව ලෙසිනුයි.උත්සාහ දරා ඔබ දැන් පින්වත් ජීව බවට පත්ව සිටිනවා.ඔය දරුවන්ට විශාල ඥාන සම්භාරයක් ලැබී තිබෙනවා.මෙමඥානයෙන්ඔබ ක්‍රිෂ්ණ දේශයේ පාලකවරුන් බවට පත් වෙනවා.පරමාත්ම පියා ඔබව ඉහළින්ම සරසනවා.ඉහළම ඉහළ පරමාත්ම දෙවියන් ඔබට උගන්වනවා.එමනිසා,ඔබ ඉතාමත් සතුටිනේ ඉගෙන ගත යුතුයි.වාසනාවන්ත අය පමණයි මෙය ඉගෙන ගන්නේ.ඔබ ඔබගේ සහතිකයක් දිනා ගත යුතුයි.ඔබ හොඳින් ඉගෙන ගන්නේ නැහැ.සිහිය එහේ මෙහේ හැමතැනම යනවා කියා බාබා කියාවි.ඉතින් ඔබ කුමන තත්ත්වයකට ද පත් වීමට යන්නේ?ඔබගේ භෞතික පියා පවා කියාවි:මේ මේ හේතුන් නිසා ඔබ අසමත් වේවි.ඇතැම් අය හොඳින් ඉගෙන ගෙන රුපියල් සිය ගණනක් උපයා ගන්නා අතර අනෙක් අය එහේ මෙහේ ඇවිද ඇවිද සිටිනවා.ඔබ මවත් පියාත් අනුගමනය කළ යුතු අතර හොඳින් ඉගෙන ගෙන අන් අයට ඉගැන්වීම හැරෙන්න වෙන කිසිම රාජකාරියක් නොකරනා සහෝදරවරුන්වත් ඔබ අනුගමනය කළ යුතුයි.ප්‍රදර්ශන වලදී බොහෝ අයට පැහැදිලි කිරීම් කළ හැකියි.තවත් ඉදිරියට යන අතර දුක වැඩි වෙන්න වෙන්න වැඩි පිරිසකට ලෝකය ගැන කළකිරීමක් ඇති වී මෙම අධ්‍යයනය වෙතට යොමු වේවි.දුකින් සිටිනා විට ඔවුන් වැඩියෙන්ම දෙවියන් සිහි කරනවා.අවසන් හුස්ම පොද හෙළන මොහොතේදී.දුකින් කරදරයෙන් සිටිනා මොහොතේදී මිනිස්සු දෙවියන්ට කන්නලව් කරනවා:අහෝ දෙවියනේ,අහෝ රාමා...නමුත් ඔබ එවන් කිසිම දෙයක් කළ යුත්තේ නැහැ.ඔබ සතුටින් තමන්ව සූදානම් කර ගන්නවා:නිවහන වෙත යාමට මට මේ පැරණි ශරීරය කවදා අතහැර දැමිය හැකි වේද?පසුව මට එහිදී ලස්සන ශරීරයක් ලැබේවි.ඔබට ඉගැන්වූ කෙනාටත් වඩා ඉදිරියට යාමට ඔබ උත්සාහ දැරිය යුතුයි.උගන්වපු ගුරුවරුන්ගේ තත්ත්වයට වඩා ඉහළ තත්ත්වයක සිටිනා ඇතැම් සිසුන් සිටිනවා.පරමාත්ම පියා සෑම කෙනෙකුවම දන්නවා.ඔය දරුවන්ටත් මෙය අවබෝධ කර ගත හැකියි.ඔබ සතුව තිබෙන දුබලතා මොනවාදැයි කියා සොයා බලා දැන ගන්න.මායාගේ බාධක පරාජය කරන්න ඒවාට හසු වන්න එපා.මායා හරිම බලවත් තවත් නම් ඉදිරියට යන්න බැහැයි කියා ඔබට සිතුනොත් මායා ඔබ මුලුමනින්ම ගිල දමාවි.කිඹුලෙක් අලියෙක්ව ගිල්ලා කියන කතාව අදාල වන්නේ මෙතැනටයි.කිඹුල් මායා ඉතාමත් හොඳ දරුවන් පවා කිසිම ගැලවීමකට ඉඩක් නොතබා එහෙම්පිටින්ම ගිල දමනවා.මායාගේ කම්මුල් පහරින් තමන් ආරක්ෂා විය යුතුයි කියා ඔවුනට වැටහුනත් මායා එයට ඉඩ දෙන්නේ

නැහැ.පසුව ඔවුන් බාබාට කියනවා:අනේ බාබා.මායාට කියන්න මාව එහෙම අල්ලා ගන්න එපායි කියලා.අහ්..මෙය සටන් බිමක් එහෙම නේද?සටනක දී විරුද්ධවාදියාට තමාව වට්ටන්න එපායි කියන්න කියා ඔබට කාටවත් (විනිශ්චයකරු)කියන්න පුළුවන්ද?සෙල්ලමක් කරනා විටකදී මට බෝලය එවන්න එපායි කියා ඔබට කියන්න බැහැ.කිව්වොත් ඔබ මේ පැමිණ සිටින්නේ සටනකට ඒ නිසාතරඟවැදිය යුතුයි කියා කියාවි.මායා ඔබව හොඳට නටවාවි.ඔබට හොඳ ඉහළ තත්ත්වයක් දිනා ගත හැකියි.ඔබට උගන්වන්නේ පරමාත්ම දෙවියනුයි:ඒක පොඩි දෙයක් නොවෙයි.ඔබ දැන් ඉහළට යමින් සිටිනවා.ඔබ දරණ උත්සාහයේ තරමට.ඔය සෑම දරුවෙක්ම තම තමන්ගේ අනාගතය දියමන්තියක් සේ වටිනා එකක් බවට පත් කර ගැනීමේ ආසාවෙන් සිටිනවා.නොනවත්වාම බාධක ඉවත් කර ගන්න.කුමන දේ හෝ කර.ඔබ අනිවාර්යෙන්ම ඔබගේ උරුමය පරමාත්ම පියාගෙන් දිනා ගත යුතුයි.නැතිනම් ඔබ සෑම කල්පයකදීම අසමත් වේවි.උදාහරනයක් ලෙස කියනවා නම් කිසියම් දරුවෙකුගේ ධනවත් පියා මෙම ඉගෙනීම කරගෙන යාමට දරුවාට ඉඩ දෙන්නේ නැතිනම් ඔහු කිව යුතුයි:ඒ සිය දහස් වලින් මම මොනවා කරන්න ද?මට ඕනේ අසීමිත පියාගෙන් ලෝක අධිරාජ්‍යය දිනා ගැනීමටයි.ඒ මිලියන ගණන් බිලියන ගණන් ඇති සියල්ලම දූහුවිල්ලක් බවට පත් වීමටයි යන්නේ.ඇතැම් අයගේ ධනය පොළොව යට වැළලේවි.අන් අයගේ ධනය ගින්නට හසු වේවි.මුළු ලෝකයම ගිණි ගැනීමටයි යන්නේ.මේ මුළු ලෝකයම රාවනගේ දූපතයි (ලංකා).ඔබ සෑම කෙනෙක්ම සීතාවරුන්ය.රාමා පැමිණ සිටිනවා.මුළු ලෝකයම දූපතක්.දැන් මේ ඇත්තේ රාවන රාජ්‍යයයි.පරමාත්ම පියා පැමින සිටින්නේ ඔබව රාවන රාජ්‍යයෙන් මුදවා ගෙන රාම රාජ්‍යයේ පාලකවරුන් කරවීමටයි.ඔබ ඇතුලාන්තයෙන් බොහෝ සතුටු විය යුතුයි.අතීන්ද්‍රිය සුවය ගැන දැන ගැනීමට අවශ්‍ය නම් මේ දරුවන්ගෙන් අහන්නයි කියා කියා තිබෙනවා.ප්‍රදර්ශන වලදී ඔබ සතුට ගැන කතා කරනවා:අපි භාරතය දෙව්ලොවක් කරනවා.ශ්‍රීමත් අනුගමනය කර අපි භාරතයට සේවය කරනවා.වැඩි වැඩියෙන් ශ්‍රීමත් අනුගමනය කළ තරමට ඔබ වඩාත් උසස් වේවි.බොහෝ අය ඔබට උපදෙස් දීමට පැමිණේවි.එමනිසා ඔබ ඒවා හොඳින් හඳුනාගෙන ප්‍රවේසම් විය යුතුයි.ඇතැම් අවස්ථා වලදී මායා ඉතාමත් සියුම් ක්‍රම වලින් බලපෑම් ඇති කරවනවා.ඔබලා ලෝක පාලකයින් වෙනවා.එමනිසා.ඔබ තුළ විශාල සතුටක් තිබිය යුතුයි.බාබා මා පැමිණ සිටින්නේ ඔබගෙන් මගේ උරුමය දිනා ගැනීමටයි.සත්‍ය නාරායන්ගේ කතාව අසා මම සාමාන්‍ය මිනිසෙකුගෙන් නාරායන් බවටත් සාමාන්‍ය කාන්තාවකගෙන් ලක්ෂ්මී බවටත් පත් වන්නම්.ඔබ සෑම කෙනෙක්ම තමන් අනිවාර්යෙන්ම පරමාත්ම පියාගේ මුලු උරුමයම අනිවාර්යෙන්ම දිනා ගන්නවා කියා අත් ඔසවනවා.නැතිනම්.සෑම කල්පයකදීම ඔබට මෙය අහිමි වේවි.පැමිණෙන සෑම බාධකයක්ම ඔබ අනිවාර්යෙන්ම ඉවත් කර ගනීවි.එතරම් ධෛර්යයක් ඔබට තිබිය යුතුයි.ඔබ ධෛර්යවන්තයි නේද?තමන්ට උරුමයක් දීමට යන කෙනාව ඔබ අතහරින්නේ නැහැ නේද?ඇතැම් අය සදහටම මෙහි නතර වුණු අතර අනිත් අය යන්න ගියා.ඉතාමත් හොඳ ඇතැම් දරුවන්ව මායා කා දැම්මා.කිඹුලා ගිල්ලා.පරමාත්ම පියා දැන් කියනවා:අහෝ ජීවාත්මයනි,අපිරිසිදු ලෝකය පාරිශුද්ධ කිරීමටයි මා පැමිණ සිටින්නේ කියා ඔහු කියන්නේ හරිම ආදරෙන්.අපිරිසිදු ලෝකයේ මරණය මේ අත ළඟයි.මම ඔබව රජවරුන්ගෙත් රජවරුන් බවට පත් කරවනවා.අපිරිසිදු රජවරුන්ගේත්.තනි කිරුළේ රජවරු කිරුළු දෙකක් පැළඳි රජවරුන්ගේ පිළිම වලට වන්දනා කරන්නේ ඇයි?කල්ප බාගයකට පසුව ඔවුන්ගේ පාරිශුද්ධත්වය අතුරුදන් වූ විට ඒ සෑම කෙනෙක්ම රාවන රාජ්‍ය යේ පාපකාරී වන්දනා කරුවන් බවට පත් වෙනවා.එමනිසා,පරමාත්ම පියා ඔබට කියන්නේ:දැන් තවත් කිසිම වැරැද්දක් කරන්න එපා.අමතක කරන්න එපා.හොඳින් ඉගෙන ගන්න.දිනපතා පන්තියට ඔබට සහභාගි විය නොහැකි නම් බාබා යම් ක්‍රමයක් සංවිධානය කර දේවි.දින හතේ පාඨමාලාව ගන්න.එවිට ඔබට ඉතාමත් පහසුවෙන් මුරලිය තේරුම් ගත හැකිවේවි.කොහේ ගියත් වචන දෙකක් මතක තබා ගන්න.මහා මන්ත්‍රය මෙයයි.තමා ජීවයක් බව සලකා පියා සිහි කරන්න.ඔබ පාපයකට හසුවන්නේ හෝ පාපකාරී ක්‍රියාවක් කරන්නේ ශාරීරික අවධානයට ලක් වුණු විට.පාපකාරී ක්‍රියා කිරීමෙන් වැළකී සිටීමට නම් එකම එක පියා වෙත ඔබගේ සිහිය සෙනෙහසින් බැඳ තබා ගන්න.වෙන කිසිම මිනිස් ජීවයක් වෙත නොවෙයි.ඔබගේ බුද්ධියේ යෝගාව ඒකායනය හා පිහිටු වන්න.අවසානය දක්වාම පරමාත්ම පියාව සිහි කරන්න.එවිට ඔබ අතින් පව් සිදු වන්නේ නැහැ.දිරාපත් වී ඇති එම ශරීරය කෙරෙහි ඇති ආඩම්බරය අතහැර දමන්න.සෙල්ලම දැන් අවසන් වේගනෙයි එන්නේ.ඔබගේ උපත්84දැන් අවසන් වෙමින් පවතිනවා.මේ ජීවාත්මයත් ශරීරයත් දැන් පැරණියි.තමෝප්‍රදාන් ඔබ දැන් සතෝප්‍රධාන් වුණු විට සතෝප්‍රධාන් ශරීර ලබාවි.ඔය ජීවාත්ම දැන් සැලකිලිමත් විය යුත්තේ තමන් සතෝප්‍රධාන් කර ගැනීම පිළිබඳව පමණයි.පරමාත්ම පියා නිකම්ම කියන්නේ:නිරන්තරයෙන් මා පමණක් සිහි කරන්න.මේ එකම එක දේ කෙරෙහි පමණක් සැලකිලිමත් වන්න.බාබා අපි අනිවාර්යෙන්ම සමත් වන්නම් කියාත් ඔබ කියනවා.පන්තියක සිටිනා සෑම කෙනෙක්ටම

ශිෂ්‍යත්ව හිමි වෙන්නේ නැහැයි කියා ඔබ දන්නවා.ඒ වුණත්,බොහෝ අය නොනවත්වාම ඉතාමත් හොඳ උත්සාහයක් දරනවා.සාමාන්‍ය මිනිසෙක් නාරායන් බවට පත් කරවීමට නම් ලොකු උත්සාහයක් දැරිය යුතුයි කියා ඔබටත් තේරෙනවා.ඇයි අඩු උත්සාහයක් දරන්නේ?වෙන කිසිම දෙයක් ගැන සැළකිලිමත් නොවන්න.රණශූරයින් කිසිම දෙයක් බලන්නේ නැහැ.බාබා මට ගොඩාක් කුණාටු එනවා හීන පේනවා කියා කියනවා.ඒ සැම දෙයක්ම සිදුවේවි.නිකම් පියාවම පමණක් සිහියේ තබා ගෙන සිටින්න.ඒ සතුරාව ඔබ දමනය කර ගත යුතුයි.ඔබ කවදාවත් සිතුවේ නැති,යටි හිතකවත් නොතිබුණු ඇතැම් දේවල් ඔබට හීනෙන් පෙනෙන්න පටන් ගෙන ඒවා ඔබව අපහසුතාවයට පත් කරවාවි.ඒ සියල්ල මායායි.අපි මායා දමනය කරන්නෙමු.ඒ සතුරාගෙන් අපි අපේ රාජ්‍යය කල්ප බාගයකට නැවතත් හිමිකම දිනා ගනිමි.අපි වෙන කිසිම දෙයක් ගැන සැලකිලිමත් වන්නේ නැහැ.එඩිතරයින් තර්ක විතර්ක කර කර ඉන්නේ නැහැ.ඔවුන් සතුටින් යුද්දයට යනවා.ඔබ හරි සැපට ඉඳගෙන පරමාත්ම පියාගෙන් උරුමය දිනා ගන්නවා.ඔබගේ කිලිටි ශරීර අතහැර දැමිය යුතුයි.අපි දැන් අපේ මධුර මනෝහර නිහඬ නිවහනට යන්නෙමු.පරමාත්ම පියා කියනවා:මා පැමිණ සිටින්නේ ඔබව නිවසට ගෙන යාමටයි.මා සිහි කරන්න ඔබ පාරිශුද්ධ වේවි.අපිරිසිදු ජීවාත්මයන්ට ආපසු යා නොහැකියි.මෙය අළුත් දෙයක්.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. පාපකාරී ක්‍රියා කිරීමෙන් වැළකී සිටීමට නම් ඔබගේ සිහිය එකම එක පරමාත්ම පිය සෙනෙහස හා බඳවා තබාගන්න.දිරාපත් වී ඇති පැරණි ශරීරය මත ඇති සියලු අහංකාරයන් ඉවත් කර දමන්න.
2. තමන් රණශූරයෙක්ව සිටියාය යන අවධානයේ සිටිමින් මායා නම් වූ සතුරාගෙන් ජය ගන්න.ඇය ගැනසැලකිලිමත් වන්න එපා.මායා කාටවත් නොපෙනෙන අයුරින් විශාල බලපෑම් ඇති කරවනවා.එමනිසා, ඇයවහඳුනාගෙන ප්‍රවේශම් වන්න.

වරදානය: ඔබ අංක එකේ, කීකරු ජීවාත්මයක් වී ඔබේ සිතුවිලි, වචන සහ ක්‍රියාවන්හි පාරිශුද්ධ භාවයෙන් සම්පූර්ණ ලකුණු ලබා ගනීවා.

ඔබේ මනසෙහි පාරිශුද්ධත්වය යනු ඔබේ සිතුවිලි තුළ පවා අපිරිසිදු සංස්කාර මතු නොවිය යුතු බවයි. නිරන්තරයෙන් ජීවාත්ම සවිඥානික ස්වරූපයෙන් සිටීම යනු සහෝදරත්වය පිළිබඳ උසස් දැනුවත්භාවය තිබීමයි. ඔබේ වචන වල සත්‍යය සහ මිහිරි බව නිරන්තරයෙන් තිබිය යුතු අතර, ඔබේ ක්‍රියාවන්හි නිහතමානීකම, තෘප්තිය සහ ප්‍රීතිමත් බව නිරන්තරයෙන් තිබිය යුතුය. මෙම පදනම මත ඔබ සැම කෙනෙකුටම අංකයක් ලැබෙන අතර පරමාත්ම පියා පවා එවැනි සම්පූර්ණයෙන්ම පිරිසිදු හා කීකරු දරුවන්ගේ ප්‍රශංසාව ගායනා කරයි. ඔබේ සෑම ක්‍රියාවකින්ම පරමාත්ම පියාගේ කාර්යය හෙළි කරන සමීප මැණික් ඔබයි.

පාඨය: ඔබේ දවසේ කාලසටහන තබා ගැනීමේ දී නොව, ඔබේ සබඳතා, ආශයන් සහ සිදුවීම් වල දී සැහැල්លු වන්න.

***** ඔම ශාන්ති *****

අව්‍යක්ත සංඥාව: ජීව අවධාන ස්පීතියේ රැඳී සිටීම පුහුණු කරන්න, අභ්‍යන්තරගත වන්න.

තත්වයන් කුමක් වුවත්, ඒවා හොඳ වුවත්, ඒවා ඔබව උච්චාවචනයට ලක් කළත්, අභ්‍යන්තරික ජීවාත්මයන්ට ඕනෑම තත්වයකට හැඩගැසීමට හැකි වනු ඇත. ඔබ තනිව සිටියත්, රැස්වීමක සිටියත්, තත්වයන් දෙකටම හැඩගැසීමට හැකි වීම යනු බ්‍රාහ්මණ ජීවිතයක් ගත කිරීමයි.