17-04-2026 උදෑසන මුරලි ඕම් ශාන්ති බාප්දාදා මධුබන්

සාරය: සුමිහිරි දරුවනි, පිවිතුරු වන්න, එවිට ඔබ ආධ්‍යාත්මික සේවයේ යෙදෙන්නට සුදුස්සෙක් වෙයි. ජීවාත්ම අවධානයේ සිටින දරුවන්, සිහිපත් කිරීමේ වන්දනා ගමනේ සිටින අතර අන් අයටත් මෙම වන්දනාවේ සිටීමට මඟ පාදයි.

ප්‍රශ්නය: ඔය දරුවන් සංගම යුගයෙදි උපයන ආදායම, ඔබගේ සැබෑ ආදායම බවට පත්වන්නේ කෙසේද?

පිළිතුර: ඔබ මෙකල උපයන ආදායම උපත් 21කට පවතී. මෙම ආදායම තුළින් ඔබ කිසිදා බංකොලොත් නොවෙයි. දැනුමට සවන් දී, එය වෙනත් අයට කියා දීම සහ සිහිපත් කිරීමේ සිට වෙනත් අයටද එසේ කිරීමට දිරිමත් කිරීම, සත්‍ය පියා පමණක් ඔබට උපයාගැනීමට උගන්වන සැබෑ ආදායමයි. චක්‍රය පුරාවටම වෙනත් කිසිවෙකුට මෙවන් ආදායමක් උපයාගත නොහැක. වෙනත් කිසිම ආදායමක් ඔබත් සමඟ නොයයි.

ගීතය: අපි ඇද වැටෙන එම මාර්ගයේ යා යුතු බැවින් අපි සැලකිලිමත්ද විය යුතුයි.

ඕම් ශාන්ති. දරුවන්, භක්ති මාර්ගයේ බොහෝ සෙයින් වැටී වැටී ගමන් කර ඇත. භක්ති මාර්ගයේ මිනිසුන් බොහෝ සෙනෙහසින් සහ විශ්වාසයෙන් වන්දනා ගමන් වල යයි. ඔවුන් රාමායනය ආදියට සවන් දෙති. ඔවුන් අසුන්ගෙන බොහෝ සෙනෙහසින් එම කතා පුවත් වලට සවන් දෙන අතර ඔවුන් විටෙක කඳුළු පවා සලයි අපේ රාමා දෙවියන්ගේ සීතා දෙවඟන, රාවණ නම් රකුසා විසින් පැහැර ගෙන ගොස් ඇත. ඔවුන්ට මෙය ඇසෙන විට, ඔවුන් හඬයි. ඒ සියල්ලම කිසිම යහපතක් නොමැති ගොතන ලද කතාපුවත්ය. ඔවුන් මෙසේද කන්නලව් කරයි අහෝ පාරිශුද්ධකරුවාණෙනි, වඩින්න! පැමිණ, දුකින් සිටින අප ජීවාත්මයන් සතුටු කරන්න. ජීවාත්ම, ක්‍රියා වල ඵලයේ බලපෑමට හසුනොවන බව ඔවුන් පවසන බැවින්, දුක් අත්විඳින්නේ ජීවාත්මය බව, ඔවුන්ට නොවැටහෙයි. ජීවාත්ම, සතුට සහ දුක ඉක්මවා ඇති බව ඔවුන් සලකයි. ඔවුන් මෙසේ පවසන්නේ ඇයි? දෙවියන් දුක සහ සතුට ඉක්මවා සිටින බව ඔවුන් විශ්වාස කරන බැවින්, ඔහුගේ දරුවන්ට දුක සහ සතුට ලැබෙන්නේ කෙසේද කියා ඔවුන් විමසයි. ඔය දරුවන්ට දැන් මේ සියලුම දේවල් වැටහෙයි. මෙම දැනුම මාවතේ වුවත්, විටෙක නරක අපලයන්ගේ රාශීන් තිබෙන අතර තවත් විටෙක තවත් යමක් සිදුවෙයි. විටෙක ඔබගේ මුහුණු පිබිදී තිබෙන අතර විටෙක එය මැලවී තිබෙයි. මෙය, මායා සමඟ සටනකි. මායා පරාජය කළ යුතුයි. කෙනෙක් සිහිසුන් වූ විට, 'මන්මනාභව' යන ප්‍රාණය ලබා දෙන ඖෂධය ඔහුට ලබා දෙයි. භක්ති මාර්ගයේ විශාල ශෝභනයක් තිබේ. ඔවුන් බොහෝ සේ දේවතා ප්‍රතිමා සරසා ඒවාට සැබෑ ආභරණ පළඳයි. ආභරණ, ප්‍රතිමාවන්ට අයත් දේපළයි. ප්‍රතිමාවන්ට අයත් ඕනෑම දෙයක් ඉන්පසුව දේවාලයේ පූජකයන් සහ භාරකාරයන් සතු වෙයි. ඔබව ජීවමාන ස්වරූපයෙන් බොහෝ දියමන්ති සහ මැණික් වලින් සැරසූ බවත් පසුව ඔබ වඳින්නන් වූ විටද ඔබ බොහෝ ආභරණ පැළඳි බව, ඔය දරුවන් දන්නවා. දැන් ඔබට කිසිවක් නැත. ඔබ ඒවා ජීවමාන ස්වරූපයෙන් මෙන්ම අජීව ස්වරූපයෙන්ද පැළඳී සිටියා. දැන් ඔබට ආභරණ නොමැත ඔබ මුළුමනින්ම සාමාන්‍යයි. පියා පවසන්නේ මම ඇතුළු වන්නේ සාමාන්‍ය සිරුරකටයි. බාහිර, රාජකීය ශෝබනයක් නැත. සන්‍යාසීන්ට වුවත් බොහෝ බාහිර ශෝභනයක් තිබේ. ජීවාත්ම වන අප, ස්වර්ණමය යුගයේ කෙතරම් පිවිතුරුව සිටියාද කියා ඔබට දැන් වැටහෙනවා. අපගේ සිරුරු වුවද පිවිතුරු විය. ඒවායේ සැරසිලි වුවත් බොහෝ අලංකාර විය. ලස්සන අයට තමන්ව සරසා ගැනීමට මහත් උනන්දුවක් තිබේ. ඔබ ලස්සනව සිටි කල්හි ඔබ අලංකාර ආභරණ පැළඳ සිටියා ඔබ දියමන්ති වලින් සැදි විශාල මාල ආදිය පැළඳීය. මෙහි සෑම දෙයක්ම අවලස්සනය. ගවයන් පවා බොහෝ අවලස්සන වී ඇත. බාබා, ශ්‍රීනාථ් ද්වාරාවට ගිය විට, එහි ලස්සන ගවයන් සිටියා. ඔවුන්, ක්‍රිෂ්ණා සමඟ සිටින ගවයන් බොහෝ ලස්සන බව පෙන්නුම් කරයි. මෙහි, මෙය කලි යුගය බැවින්, සියලුම ගවයන් කෙබඳුද කියා බලන්න! එහි මෙවන් ගවයන් නොමැත. ඔය දරුවන් ලෝකයේ අධිපතියන් බවට පත්වෙයි! එහි ඔබගේ සැරසිලි වුවද ඉතා අලංකාරයි. ටිකක් ඒ ගැන සිතා බලන්න එහි අනිවාර්යෙන්ම ගවයන් සිටියි. එහි ගොම බොහෝ සාරවත් වෙයි භූමියට පොහොර අවශ්‍යයි. පොහොර භාවිත කරන විට අස්වැන්න සරු වෙයි. එහි සෑම දෙයක්ම හොඳ මෙන්ම පෝෂ්‍යදායකයි. මෙහි කිසිම දෙයක ගුණයක් නැත. සෑම දෙයක්ම මුළුමනින්ම බෙලහීන වී ඇත. දියණියන් සූක්ෂම දේශයට යයි. ඔවුන් බොහෝ විශාල පලතුරු කා, ඉතා මිහිරි පලතුරු යුෂ පානය කරයි. එහි උයන්පල්ලන් පලතුරු

කපා, ඔවුන්ට එය ලබා දෙන ආකාරය, ඔවුන්ට ලබා දුන් දර්ශන විය. සූක්ෂම දේශයේ කිසි පලතුරක් ආදිය තිබිය නොහැක ඒවා දර්ශන පමණයි. කෙසේවෙතත්, දිව්‍ය ලෝකය මෙහි පවතී. දිව්‍ය ලෝකය, උඩ ඉහළ ඇති බව, මිනිසුන් විශ්වාස කරති. දිව්‍ය ලෝකය, සූක්ෂම ලෝකයේවත්, අශාරීරික ලෝකයේවත් නොපවතී, එය පවතින්නේ මෙහි පමණයි. දියණියන්ට මෙහිදී පෙණුනු දර්ශන, පසුව ඔබගේ භෞතික ඇස් වලින් පෙනෙයි. සෑම කෙනෙකුටම තිබෙන දේවල්, ඔවුන්ගේ තත්ත්වයට අනුවයි තිබෙන්නේ. රජවරුන්ගේ මාළිගා කෙතරම් අලංකාරද කියා බලන්න! ජයිපූර් වල ඉතා හොඳ මාළිගා ගොඩනගා තිබේ. මිනිසුන් එහි ගිය විට, මාළිගා බැලීමට පමණක් ඔවුන් ප්‍රවේශ පත්‍ර මිලදී ගත යුතුයි විශේෂයෙන්ම මහජනතාව වෙනුවෙන් විවර වුණු මාළිගා ඔවුන්ට තිබේ. ඔවුන් ජීවත් වන්නේ වෙනත් මාළිගා වලයි. දැන් කලි යුගයේ පවා එය සිදුවෙයි. මෙය අපවිත්‍ර ලෝකයයි. තමන් අපවිත්‍ර බව කිසිවෙකු සලකන්නේ නැත. ඔබ අපවිත්‍රව සිටි බව ඔබට දැන් වැටහෙයි. ඔබගෙන් කිසි එලක් නොතිබුණු අතර ඔබ දැන් ලස්සන වීමටයි යන්නේ. එම ලෝකය පළමු පංතියේ එකක් වෙයි. අමරිකාව ආදියේ ඇති මාළිගා පළමු පංතියේ ඒවා වුවත්, එහි ඇති මාළිගා සමඟ සංසන්දනය කරන විට, ඒවායේ කිසි වටිනාකමක් නොමැත, මන්ද, මෙහි ඇති මාළිගා ලබා දෙන්නේ තාවකාලික සතුටක් පමණයි. එහි පළමු පංතියේ මාළිගා තිබේ. එහි පළමු පංතියේ ගවයන් සිටියි. එහි වුවත් ගොපළුවන් සිටියි. ශ්‍රී ක්‍රිෂ්ණාටද ගොපළුවෙක් යැයි කියයි. මෙහි ගවයන් බලා ගන්නා අය, තමන් ක්‍රිෂ්ණාගේ පෙළපතට අයත් ගොපළුවන් බව කියා ගනී. ඇත්ත වශයෙන්ම එයට ක්‍රිෂ්ණාගේ පෙළපත යැයි කිව නොහැක. ඔවුන් ක්‍රිෂ්ණාගේ රාජධානියට අයත් බව කිව හැක. ගවයන් ඇති ධනවත් මිනිසුන්ට එම ගවයන් බලාගැනීම සඳහා ගොපළුවන්ද සිටියි. 'ගොපළුවා' යන වචනය අයත් වන්නේ ස්වර්ණමය යුගයටයි. එය ඊයේ සිදු වූ දෙයක් වැනිය. ඊයේ අපි ආදි සනාතන දෙවි දේවතා ධර්මයට අයත්ව සිටි අතර ඉන්පසුව අපි අපවිත්‍ර වූ බැවින් අප හින්දූන් ලෙස හැඳින්විය. වර්තමානයේ මිනිසුන්ගෙන් ඔවුන් ආදි සනාතන දෙවි දේවතා ධර්මයටද හින්දූ ආගමටද අයත් වන්නේ කියා විමසූ විට, ඔවුන් සියලු දෙනාම ලියන්නේ හින්දූ ආගමට අයත් බවයි. හින්දූ ආගම ස්ථාපිත කළේ කවුරුන්ද? කිසිවෙකු මෙය නොදනී. බාබා මෙම ප්‍රශ්නය විමසයි මට කියන්න ආදි සනාතන දෙවි දේවතා ධර්මය ස්ථාපිත කළේ කවුරුන්ද? ශිව බාබා, එය බ්‍රහ්මගේ මාර්ගයෙන් ස්ථාපනය කරනවා. ආදි සනාතන දෙවි දේවතා ධර්මය ස්ථාපිත වූයේ රාමා හෝ ශිව බාබාගේ ශ්‍රීමත් තුළින්ය. ඉන්පසුව රාවණගේ රාජධානිය තිබුණු අතර, මිනිසුන් පාපයේ ගැලීම ආරම්භ විය. භක්ති මාර්ගය ආරම්භ වන විට, ඔවුන් තමන්ව හින්දූන් ලෙස හැඳින්වීම ආරම්භ විය. දැන් කිසිවෙකු තමන් දේවතාවක් බව නොකියයි. රාවණ ඔබව දූෂිත කළ අතර පියා ඔබව දූෂිත බවින් තොර කිරීමට පැමිණ ඇත. ඔබ පරමාත්ම දෙවියන්ගේ උපදෙස් අනුගමනය කිරීමෙන් දේවතාවන් බවට පත්වනවා. පැමිණ, ඔය බ්‍රහ්මණයන්ව දේවතාවන් බවට පත් කරවන්නේ පරමාත්ම පියා පමණයි. ඔබ ඉනිමඟ දිගේ පහළට පැමිණෙන්නේ කෙසේද කියා, ඔය දරුවන්ගේ බුද්ධිය තුළ අංක පිළිවෙලට පතිත වෙයි. අන් සියලුම මනුෂ්‍යයන් රකුසු උපදෙස් පිළිපදින අතර ඔබ පමණක් පරමාත්ම දෙවියන්ගේ උපදෙස් පිළිපදින බව ඔබට වැටහෙනනවා. ඔබ රාවණගේ උපදෙස් පිළිපැදීමෙන් ඉනිමඟ දිගේ පහළට පැමිණ ඇත. උපත් 84ට පසුව ඔබ අංක එකේ උපත ගනී. මුළු ලෝකයේම මුල, මැද සහ අවසානය පිළිබඳව ඔබගේ දේවමය බුද්ධියට වැටහෙයි. ඔබගේ මෙම ජීවිතය, ඉතා වටින්නේය. පියා පැමිණ ඔබව පිවිතුරු කරන්නේ දැන් බැවින්, එය ඉතා උසස්ය. අපි දැන් ආධ්‍යාත්මික සේවයේ නියැලීමට සුදුස්සන් වනවා. ඒ මිනිසුන් ශරීර අවධානයෙන් සිටින භෞතික සමාජ සේවකයන්ය. ඔබ සිටින්නේ ජීවාත්ම අවධානයෙනි. ඔබ ජීවාත්මයන්ව ආධ්‍යාත්මික වන්දනා ගමනේ රැගෙන යයි. පරමාත්ම පියා විස්තර කරන්නේ ඔබ සතෝප්‍රධාන්ව සිටි අතර දැන් තමෝප්‍රධාන් වී ඇත. සතෝප්‍රධාන් අයට පිවිතුරු යැයි කියන අතර තමෝප්‍රධාන් අයට අපවිත්‍ර යැයි කියයි. ජීවාත්ම තුළට ලෝහ මිශ්‍ර වී ඇත. සතෝප්‍රධාන් කළ යුත්තේ ජීවාත්මයන්වයි. ඔබ සිහිපත් කිරීමේ වැඩියෙන් සිටින තරමට ඔබ වඩාත් පිවිතුරු වෙයි. එසේ නැත්නම් ඔබ අඩුවෙන් පිවිතුරු වී, පාපයන්ගේ බර තව දුරටත් ඔබගේ හිස මත තිබෙයි. මුලදී සෑම ජීවාත්මයක්ම පිවිතුරු වන අතර ඉන්පසුව එක් එක් කෙනාගේ චරිත කොටස ඔහුටම වෙන් වූ එකකි. සෑම කෙනෙකුටම එකම චරිත කොටස තිබිය නොහැක. උසස්ම චරිත කොටස බාබාගේ වන අතර ඉන්පසුව බ්‍රහ්ම සහ සරස්වතිගේ චරිත කොටස් තිබේ. ස්ථාපනය සිදුකරන අය ඉන්පසුව එය පවත්වාගෙනද යයි. ඔවුන්ගේ චරිත කොටස් ශ්‍රේෂ්ඨ ඒවාය. පළමුව ශිව බාබා සිටින අතර ඉන්පසුව පුනර්භව ගන්නා බ්‍රහ්ම සහ සරස්වති සිටියි. ශංකර් ගන්නේ සූක්ෂම ස්වරූපයක් පමණයි. ශංකර් සිරුරක් ණයට ගන්නේ නැත. ක්‍රිෂ්ණාට ඔහුගේම සිරුර තිබේ. මෙහි ණයට සිරුරක් ගන්නේ ශිව බාබා පමණයි. ඔහු අපවිත්‍ර ලෝකයේ අපවිත්‍ර සිරුරක් තුළට ඇතුළු වී, ඔවුන්ව විමුක්තියට සහ ජීවන මුක්තියට රැගෙන යාම සඳහා සෑම කෙනෙකුටම සේවය කරයි. ඔබ පළමුව යා යුත්තේ විමුක්තියටයි. දැනුමින් සපිරි පියා, පාරිශුද්ධකරු වන්නේ ඒකායන පියා පමණයි. ශිව බාබා ලෙස හැඳින්වෙන්නේ ඔහු පමණයි. ශංකර්ට 'බාබා' යැයි කීම නිවැරදි බව

නොහැහෙයි. 'ශිව බාබා' යන ව්‍යවහාරය බොහෝ මිහිරිය. ඇතමුන් ශිවාට අක් මල් (දුගඳ මල්) පූජා කරන අතර තවත් සමහරුන් වෙනත් දෙයක් පුදයි. ඇතමුන් තවමත් කිරි පූජා කරයි. පියා බොහෝ විවිධ ආකාරයෙන් ඔය දරුවන්ට දිගින් දිගටම විස්තර කරයි. සෑම දෙයක්ම රඳා පවතින්නේ යෝගාව මත බව ඔය දරුවන්ට කියා තිබේ. ඔබගේ පාපයන් දුරු වන්නේ යෝගාවෙන් පමණයි. යෝගාවේ සිටින අයට, දැනුම හොඳින් ධාරණය කරගැනීමටද හැකි වෙයි ඔවුන් තමන්ගේ ධාරණය කරගැනීම දිගටම පවත්වාගෙන යයි, මන්ද, ඔවුන් දැනුම වෙනත් අයටද පැවසිය යුතු බැවින්. මෙය යම් අළුත් දෙයකි. මෙම දැනුම පරමාත්ම දෙවියන්ගෙන් සෘජුවම ඇසූ අය පමණයි, එයට සවන් දෙන්නේ. ඉන්පසුව මෙම දැනුම තව දුරටත් නොපවතී. පරම පියා මෙකල කියන කුමන හෝ දේකට ඔබ සවන් දෙමින් සිටිනවා. ඔබ එය දැන් ධාරණය කරගන්නා අතර, ඉන්පසුව ඔබට ප්‍රතිලාභයේ චරිත කොටස රඟපෑමට සිදුවෙයි. ඔබ දැනුමට සවන් දෙන්නේද, වෙන අයට කියා දෙන්නේද, දැන් පමණයි. ස්වර්ණමය යුගයෙදී මෙම චරිත කොටස නොතිබෙයි. එහි තිබෙන්නේ ප්‍රතිලාභයේ කොටසයි. මිනිසුන් නීතිඥයින් වීමට ඉගෙන ගන්නා අතර, ඉන්පසුව ඔවුන් නීතිඥයන් ලෙස ක්‍රියා කරමින් මුදල් උපයාගනී. මෙය ඉතාමත් විශාල ආදායමකි! ලෝකයේ මිනිසුන් ඒ ගැන කිසිවක් නොදනී. ඔබ කිසිදාක බංකොලොත් නොවන සේ, සත්‍ය පියා ඔබට සත්‍ය ආදායමක් උපයා ගැනීමට මඟ පාදන බව ඔබ දන්නවා. ඔබ දැන් සැබෑ ආදායමක් උපයාගන්නවා. එය ඔබත් සමඟ උපත් 21කට පවතීවි. එම අනෙක් ආදායම ඔබත් සමඟ නොයයි. මෙය ඔබත් සමඟ යන බැවින්, ඔබ මෙම ආදායම උපයාගැනීමට තමන්ව යෙදවිය යුතුයි. ඔය දරුවන් හැර වෙනත් කිසිවෙකුගේ බුද්ධියේ මෙම දේවල් නොමැත. ඔබ අතර වුවද එය නැවත නැවතත් අමතක වන අය සිටියි. ඔබ පියාව හෝ උරුමය අමතක නොකළ යුතුයි. කිරීමට ඇත්තේ එක් දෙයක් පමණයි ඔබ උපත් 21කට උරුමයක් හිමි කරගන්නා පියාව සිහිපත් කරන්න, එපමණයි. ඔබගේ ශරීරයද උපත් 21කට රෝග වලින් නිදහස්ව තිබෙයි. ඔබ මහලු වියට පත් වන තුරු, අකල් මරණ සිදු නොවෙයි. ඔය දරුවන්ට බොහෝ සතුට තිබිය යුතුයි! ප්‍රධානතම දේ වන්නේ පියාගේ සිහිපත් කිරීමය. මායා බාධා සිදුකරන්නේ මෙහිදීය. ඇය කුණාටු ගෙන එයි. බොහෝ අන්දමේ කුණාටු පැමිණෙයි. ඔබ පියා සිහිපත් කරන බව පවසන නමුත් ඔබට එසේ කිරීමට නොහැකි වෙයි. බොහෝ දෙනෙක් අසමත් වන්නේ සිහිපත් කිරීමේදීය. යෝගා විෂයෙහි බොහෝ දෙනෙක් මන්දගාමීය. යෝගාවේ හැකි පමණින් ශක්තිමත් වන්න. බීජය සහ වෘක්ෂය පිළිබඳ දැනුම මහ ලොකු දෙයක් නොවෙයි. පියා පවසන්නේ මා සිහි කරන්න! මා සිහි කිරීමෙන් සහ මාව හඳුනාගැනීමෙන් ඔබට සෑම දෙයක් ගැනම දැනගන්නට ලැබෙයි. සිහිපත් කිරීම තුළ සෑම දෙයක්ම ඇතුලත්ය. මිහිරි බාබාව සිහි කරන්න! උසස්ම උසස් වන ශිව බාබා, පරමාත්ම දෙවියන්ය ඔහු සියල්ලන්ටම වඩා ශ්‍රේෂ්ඨයි. ඔහු උපත් 21කට උසස්ම-උසස් උරුමය ලබා දෙයි. ඔහු ඔබව අමරණීය මෙන්ම නිරන්තරයෙන් සතුටට පත් කරවයි. ඔබ අමරණීය දේශයේ අධිපතියන් වෙයි. එබැවින් ඔබ එවන් පියෙක්ව ඉතා හොඳින් සිහි කළ යුතුයි. ඔබ පියාව සිහි නොකරන විට, ඔබ අන් සෑම දෙයක්ම සිහි කරයි. 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 දේවමය දිවිය බොහෝ සේ වටින්නේය. මෙම ජීවිතයේදී, ජීවාත්මය සහ සිරුර යන දෙකම පිවිතුරු කරගන්න. සිහිපත් කිරීමේ වන්දනා ගමනේ සිට අන් අයටත් මෙම වන්දනා ගමන කියා දෙන්න.
2. හැකි පමණින් සත්‍ය ආදායමක් උපයා ගැනීමේ තමාව නිරත කරගන්න. රෝග වලින් නිදහස් වීම සඳහා සිහිපත් කිරීමේ ශක්තිමත් වන්න.

වරදානය: ඔබේ ශරීරය ඔබට භාර දී ඇති වටිනා දේපළක් ලෙස සලකමින් එය දේව සේවය සඳහා යොදවමින්, බැඳීම් ජයගත්තෙකු වේවා.

ඔබට රැකබලා ගැනීමට වටිනා දෙයක් දුන් විට, ඔබ එය ඔබේ යැයි නොසලකන අතර ඔබට එයට බැඳීමක් නැත. එම ශරීරය ද දේව සේවය සඳහා ඔබට භාර දී ඇත. ආධ්‍යාත්මික පියා එය ඔබට භාර දී ඇති අතර එබැවින් ඔබ නිසැකවම ආධ්‍යාත්මික පියා සිහිපත් කරනු ඇත. එය ඔබට භාර දී ඇති බව සැලකීමෙන් ආධ්‍යාත්මිකත්වය ඇති වන අතර එය ඔබේ යැයි කිසිදු

බැඳීමක් ඔබට ඇති නොවේ. මෙය නිරන්තර යෝගියෙකු සහ බැඳීම් ජයගත්තෙකු වීමට පහසු ක්‍රමයකි. එබැවින්, දැන්, ඔබේ ආධ්‍යාත්මික අවධිය හෙළිදරව් කරන්න.

පාඨය: විශ්‍රාම යාමේ අවධියට යාමට, ඔබේ දැක්ම සහ ආකල්පය තුළ පාරිශුද්ධත්වය අවධාරණය කර ගන්න.

***** ඕම් ශාන්ති *****

අව්‍යක්ත සංඥාව: ශ්‍රේෂ්ඨ වීම සඳහා මිහිරි බව සහ නිහතමානිකමේ ගුණධර්ම ධාරණය කරගන්න.

ඔබේ සෑම වචනයක්ම ශ්‍රේෂ්ඨයි. වෙනත් ඕනෑම අයෙකු ගැන ඔබේ මනසෙහි ඇති ඕනෑම සිතිවිල්ලක් මිහිරි විය යුතුය. ඔබේ ස්වභාවය සෑම කෙනෙකුම නඟා සිටුවීමේ, මිහිරි බවේ සහ නිරහංකාරකමේ ස්වභාවයක් වේවා. කවදාවත් කියන්න එපා: මගේ ස්වභාවය එහෙමයි! "මගේ" කොහෙන්ද ආවේ? ශබ්ද නගා කතා කිරීම මගේ ස්වභාවයයි. බලහත්කාරය මගේ ස්වභාවයයි. ඔබේ ස්වභාවයෙන් බලපෑමට ලක්වීමත් මායාවක්. දැන් මායා ජයගත්තෙකු වන්න. අහංකාර, අධෛර්යමත්, ඊර්ෂ්‍යා සහගත හෝ බලහත්කාර ස්වභාවයන් පරිවර්තනය කරන්න.