19-05-2025 **උදෑසන මුරලි** **ඕම් ශාන්ති** **බාප්දාදා** **මධුබන්**

**සාරය:** සුමිහිරි දරුවනි, ඔබව උසස් කළ හැක්කේ ශ්‍රීමත් වලට පමණයි. එබැවින් කිසිම විටෙක ශ්‍රීමත් අමතක නොකරන්න. තම මනසේ මත අතහැර, ඒකායන පියාගේ උපදෙස් අනුගමනය කරන්න.

**ප්‍රශ්නය:** පුණ්‍ය ආත්මයක් වීමට ඇති ක්‍රමය කුමක්ද?

**පිළිතුර:** පුණ්‍ය ආත්මයක් වීම සඳහා, ඒකායන පියාව සෙනෙහසින් සහ අවංක හදවතකින් සිහි කරන්න. ඔබගේ භෞතික අවයව වලින් කිසිදු පාප කර්මයක් නොකරන්න. සෑම කෙනෙකුටම මාර්ගය පෙන්වන්න. ඔබගේ හදවතින් විමසන්න: මා කෙතරම් පුණ්‍ය කර්ම සිදුකරනවාද? ඔබට සිය ගුණයක් දඬුවම් විඳීමට සිදුවන, කිසිම ක්‍රියාවක් නොකිරීමට පරික්ෂාකාරී වන්න. මේ අන්දමින් තමන්ව පරීක්ෂා කිරීමෙන්, ඔබට පුණ්‍ය ආත්මයක් වීමට පුළුවනි.

ඕම් ශාන්ති. ආධ්‍යාත්මික පියා මෙතැන අසුන් ගෙන ඔය දරුවන්ට විස්තර කරනවා. ඔබ දැන් ශිව බාබාගේ උපදෙස් පිළිපදින බව ඔය දරුවන් දන්නවා. උසස්ම වන්නේ ඔහුගේ උපදෙස්ය. ඔවුන්ව උසස් කිරීම සඳහා, උසස්ම කෙනා වන ශිව බාබා ඔහුගේ දරුවන්ට, උසස් උපදෙස් ලබා දෙන අන්දම ගැන ලොවෙහි මිනිසුන් නොදනී. මෙම රාවණාගේ රාජධානියේ කිසිම මනුෂ්‍යයෙකුට, මිනිසුන්ට උසස් උපදෙස් ලබා දිය නොහැක. ඔබ දැන් දෙවියන්ගේ උපදෙස් ලබන අය බවට පත් වී සිටියි. අපවිත්‍ර බවින් පිවිතුරු වීම සඳහා, ඔය දරුවන්ට දැන් දෙවියන්ගේ උපදෙස් ලැබෙනවා. ඔබ ලෝකයේ අධිපතියන්ව සිටි බව, ඔබ දැන් දන්නවා. අධිපති වූ මෙම බ්‍රහ්මා පවා මෙය දැන සිටියේ නැත. ලොවෙහි අධිපති, ඉන්පසුව සම්පූර්ණයෙන්ම අපවිත්‍ර වනවා. මෙම නාටකය හොඳින් වටහා ගැනීම සඳහා, ඔබ ඔබගේ බුද්ධිය භාවිත කළ යුතුයි. නිවැරදි දේ කුමක්ද, වැරදි දේ කුමක්ද කියා වටහා ගැනීමට තැත් කිරීමේදී, බුද්ධිය, සටනක යෙදෙයි. මුළු ලොවම වැරදිය. නිවැරදි වන්නේ, ඒකායන පියා පමණයි. සත්‍යය පවසන්නේ ඔහු පමණයි. ඔහු ඔබව සත්‍ය දේශයේ අධිපතියන් බවට පත් කරවන බැවින්, ඔබ ඔහුගේ උපදෙස් ලබා ගත යුතුයි. තමන්ගේම උපදෙස් පිළිපැදීමෙන් ඔබ මුලා වෙයි. කෙසේවෙතත්, ඔහු අදෘෂ්‍යමානයි. ඔහු අශාරීරික කෙනාය. මෙම උපදෙස් පැමිණෙන්නේ දාදාගෙන් කියා සිතීමේ වරද, බොහෝ දරුවන් කරයි. මායා, ඔවුන්ට උසස් උපදෙස් පිළිගැනීමට ඉඩ නොදෙයි. ඔබ ශ්‍රීමත් අනුගමනය කළ යුතුයි, නේද? ඔබ අපට කියන කුමක් වුවත්, බාබා අනිවාර්යෙන්ම පිළිගනු ඇති. කෙසේවෙතත්, ඔබගෙන් ඇතමෙක් මෙය නොපිළිගනී. ඔබ දරණ උත්සාහයට අනුව, අංක පිළිවෙලට, ඔබ දෙවියන්ගේ උපදෙස් පිළිපදින අතර, ඉතිරි අය, ඔවුන්ගේම මත අනුගමනය කරයි. බාබා මෙහි පැමිණ ඇත්තේ, ඔබට උසස් උපදෙස් ලබා දීමටයි. ඔබ එවන් පියෙක්ව නැවත නැවතත් අමතක කරයි. ඔහුගේ උපදෙස් ලබා ගැනීමට, මායා ඔබට ඉඩ නොදෙයි. ශ්‍රීමත් ඉතාමත්ම පහසුයි. ඔවුන් තමෝප්‍රධාන් බව, ලොවෙහි කිසිවෙකු වටහා ගන්නේ නැත. මගේ උපදෙස් ඉතාම ප්‍රසිද්ධයි! ශ්‍රීමත් භගවත් ගීතාව. දෙවියන් දැන් පවසන්නේ මා වසර 5000 කට පසුව පැමිණ සිටිමි. මා පැමිණ භාරතයට ශ්‍රීමත් ලබා දී, එය උසස්ම දේශය බවට පත් කරවනවා. පියා ඔබට අනතුරු අඟවන නමුත්, දරුවන් ශ්‍රීමත් අනුගමනය නොකරයි! පියා දිනපතාම පවසන්නේ දරුවනි, ශ්‍රීමත් පිළිපැදීමට අමතක නොකරන්න. එය මෙම බ්‍රහ්මා පිළිබඳ ප්‍රශ්නයක් නොවෙයි. එම කෙනා ඔබට කියන දේ වටහා ගන්න. එම කෙනා, මෙම කෙනාගේ මාර්ගයෙන් උපදෙස් ලබා දෙයි. විස්තර කර දෙන්නේ එම කෙනාය. ඔහු කන්නේ බොන්නේ නැත. ඔහු පවසන්නේ මම සෑම දෙයක්ම අත්විඳීම, ඉක්මවා සිටිමි. මම ඔය දරුවන්ට ශ්‍රීමත් ලබා දෙමි. ඔහු ලබා දෙන පළමුවන ශ්‍රීමත වන්නේ මා සිහි කරන්න! කිසිම පාප කර්මයක් සිදු නොකරන්න! ඔබ කෙතරම් පාපයන් සිදු කර තිබේද කියා, ඔබගේ හදවතින් විමසන්න. සෑම කෙනෙක් මතම ඇති පාපයේ කලස, පිරී ඇති බව ඔබ දන්නවා. වර්තමානයේ සෑම කෙනෙක්ම සිටින්නේ වැරදි මාර්ගයේය. ඔබ දැන් පියා මඟින්, නිවැරදි මාර්ගය සොයා ගෙන තිබේ. මුළු දැනුමම දැන් ඔබගේ බුද්ධියේ ඇත. ගීතාවේ තිබිය යුතු දැනුම, එහි නොමැත. ගීතාව නිර්මාණය කළේ පියා නොවෙයි. එයද භක්ති මාර්ගයේ නියම වී තිබේ. දෙවියන් පැමිණ, ඔබගේ භක්තියේ ඵලය ලබා දෙන බව, කියමනක් තිබේ. දැනුම තුළින් ඔබට විමුක්තිය ලැබෙන බව, ඔය දරුවන්ට විස්තර කර දී තිබේ. සෑම කෙනෙකුටම විමුක්තිය ලැබෙන අතර, ඉන්පසුව සෑම කෙනෙක්ම පහත් වෙයි. මෙම ලෝකය තමෝප්‍රධාන්ය! කිසිවෙකු සතෝප්‍රධාන් නැත. පුනර්භව ගැනීමෙන් ඔබ දැන් අවසානයට පැමිණ සිටියි.

මරණය, දැන් සෑම කෙනෙකුගේම හිසට ඉහළින් තිබේ. මෙය බලපාන්නේ භාරතයට පමණයි. ගීතාව, දේවතා ධර්මයේ ග්‍රන්ථයයි. එබැවින් වෙනත් ආගම් වලට යෑමෙන් ඔබට ලැබෙන ඵලය කුමක්ද? වෙනත් ආගම් වල අය, ඔවුන්ගේ කුරාණය හෝ බයිබලය ආදිය හදාරයි. ඔවුන් තම ආගම් ගැන දන්නවා. වෙනත් ආගම් වලට ගොස් තිබෙන්නේ භාරතයේ ජනතාව පමණයි. අන් සෑම කෙනෙක්ම තම ආගම් වල ස්ථිරය. සියලුම විවිධ ආගම් වල අයගේ මුහුණුවර වෙනස්ය. ඔබගේ දේවතා ධර්මය ඔබට අමතක වී ඇති බව, පියා ඔය දරුවන්ට මතක් කර දෙයි. දිව්‍ය ලෝකයේ දේවතාවන් ව සිටියේ ඔබයි. ‘හම් සෝ‘ හි අරුත, ඔය භාරතයේ ජවතාවට, පියා කියා තිබේ. ජීවාත්ම, උත්තරීතර ජීවාත්මය නොවෙයි. එම කතාන්දර නිර්මාණය කළේ, භක්ති මාර්ගයේ ගුරුන්ය. ගුරුන්, මිලියන ගණනක් සිටියි. සැමියා ඇගේ ගුරු සහ දෙවියන් බව, ස්ත්‍රියකට කියනු ලබයි. සැමියා ඇගේ දෙවියන් නම්, ඇය ‘අහෝ දෙවියනේ! අහෝ රාමා! කියා කන්නලව් කරන්නේ ඇයි? මිනිසුන්ගේ බුද්ධි, සම්පූර්ණයෙන්ම ගල් බවට පරිවර්ථනය වී තිබේ. මේ කෙනාද පවසන්නේ මාද එසේ විය. වයිකුන්තයේ (පාරාදීසියේ) අධිපති, ශ්‍රී ක්‍රිෂ්ණා වීම සහ ගැමි කොල්ලෙක් ලෙසින් ඔහුව හැඳින්වීම, අතර ඉතා විශාල පරතරයක් තිබේ. ඔවුන් ශ්‍යාම් සහ සුන්දර ගැන කතා කරන නමුත්, එහි අරුත ඔවුන්ට නොවැටහෙයි. අංක එකට සතෝප්‍රධාන්, (සුන්දර) ව සිටි කෙනා, ඉන්පසුව අවසානයේ, වැඩියෙන්ම තමෝප්‍රධාන් කෙනා, ශ්‍යාම් (අවලස්සන) බවට පත් වන බව, පියා ඔබට දැන් විස්තර කර දී තිබේ. ඔබ ලස්සන ව සිටි බවත් ඔබ දැන් අවලස්සන වී ඇති බවත්, ඔබට වැටහෙනවා. ඔබ උපත් 84හි චක්‍රය වටා ගොස් තිබේ. ඔබව අවලස්සන බවින් ලස්සන කරවීමට, පියා ඔබට දැන් ඒකායන ඖෂධය පමණක් ලබා දෙයි මා සිහිපත් කරන්න, එවිට ඔය ජීවාත්ම, අපවිත්‍ර බවින් පිවිතුරු වෙයි. බොහෝ උපත් ගණනාවක ඔබගේ පාපයන් දුරු වෙයි. රාවණ පැමිණි කාලයේ සිටම ඔබ පාපකාරී ජීවයන් වූ බවත්, ඔබ දිගින් දිගටම පහළට වැටුණු බවත් ඔබ දන්නවා. මෙය, පාප ආත්මයන්ගේ ලෝකයයි. ලස්සන එක්කෙනෙක්වත් නැත. පියාට හැර වෙන කිසිවෙකුට ඔබව ලස්සන කළ නොහැක. ඔබ මෙහි පැමිණ ඇත්තේ, දෙව්ලොව ලස්සන වැසියන් වීමටයි. වර්තමානයේ ඔබ අපායේ අවලස්සන වැසියන්ය. ඔබ අවලස්සන වූයේ, රාගය නම් කොතේ අසුන් ගැනීමෙනි. පියා පවසන්නේ ඔබගේ විශාලතම සතුරා වන්නේ රාගයයි. එය ජය ගන්නා අය, ලොව ජයගනු ඇත. අංක එකේ අවගුණය වන්නේ, රාගයයි. අපවිත්‍ර බව කියන්නේ, එම ජීවයන්ට පමණයි. කෝපය ඇති අයට අපවිත්‍රයි කියා ඔබ නොකියනු ඇත. පැමිණ, ඔබව අපවිත්‍ර බවින් පිවිතුරු කිරීමට කියා, ඔබ පියාට කන්නලව් කළා. එබැවින් පියා දැන් පැමිණ මෙසේ පවසයි මෙම අවසන් උපතෙදී පිවිතුරු වන්න. රාත්‍රියට පසුව උදෑසන පැමිණෙන්නා සේ සහ උදෑසනට පසුව රාත්‍රිය එළඹෙන්නා සේම, සංගම යුගයට පසුව, ස්වර්ණමය යුගය පැමිණිය යුතුයි චක්‍රය බ්‍රමණය විය යුතුයි. කෙසේවෙතත්, අහසේ හෝ පොළව යට වෙනත් ලෝකයක් නොමැත ඇති එකම ලෝකය මෙය පමණයි. ස්වර්ණමය, රිදී, තඹ සහ කලි යුග පවතින්නේ මෙහිය. තවද, තිබෙන්නේ එක් වෘක්ෂයක් පමණයි වෙනත් එකක් නැත. බොහෝ ලෝක තිබෙන බව මිනිසුන් කියන විට, එය බොරුවකි. පියා පවසන්නේ ඒ සියලුම කතා අයත් වන්නේ භක්ති මාර්ගයටයි. පියා දැන් ඔබට සත්‍යය පවසනවා. තමන්ගේ ඇතුලාන්තය දෙස බලා විමසන්න සතෝප්‍රධාන් වීම සඳහා එනම් පුණ්‍ය ආත්මයක් වීම සඳහා මා කෙතරම් දුරට ශ්‍රීමත් අනුගමනය කරනවාද? සතෝප්‍රධාන් ජීවයකට, පුණ්‍ය ආත්මයක් යැයි කියන අතර, තමෝප්‍රධාන් ජීවයකට, පාප ආත්මයක් යැයි කියයි. අපවිත්‍ර වීම පාපයකි. පියා පවසන්නේ දැන් පිවිතුරු වන්න! ඔබ දැන් මාහට අයත් බැවින්, මගේ උපදෙස් පිළිපදින්න! ප්‍රධානතම දෙය වන්නේ තව දුරටත් පාපයන් සිදු නොකිරීමය. පළමුවන පාපය වන්නේ කාමයේ ගැලීමය. ඉන්පසුව තව බොහෝ පාපයන් සිදුකෙරෙයි. සොරකම් කිරීම, රැවටීම ආදිය බොහෝ තිබේ. රජය ඔවුන් බොහෝ දෙනෙක් හසුකර ගනී. පියා දැන් ඔය එක් එක් දරුවාට පවසන්නේ තමන්ගේ හදවතෙහි ඇතුලාන්තය දෙස බලා, තමාගෙන් විමසන්න මා පාපයන් සිදුකරන්නේද? බාබා ජනීජනන්හාර් වන නිසා, (සෑම කෙනාගේම හදවතේ රහස් දන්නා කෙනා), ඔබ යමක් සොරකම් කරන විට හෝ අල්ලසක් ලබා ගන්නා විට, බාබා ඒ සෑම දෙයක්ම දන්නා බව නොසිතන්න නැත. ජනීජනන්හාර්හි අරුත මෙය නොවෙයි. හොඳයි, ඔබ සොරකම් කරන විට, පියා ඒ ගැන දන්නේ නම්, කුමක් සිදුවෙයිද? සොරකම් කරන අය, අනිවාර්යෙන්ම සිය ගුණයක් දඬුවම් ලබයි. බොහෝ දඬුවම් විඳ, ඔවුන්ගේ තත්ත්වය විනාශ වෙයි. පියා පවසන්නේ ඔබ එවන් ක්‍රියා සිදුකරන්නේ නම්, ඔබට එහි විපාක විඳින්නට සිදුවෙයි. ඔබ දෙවියන්ගේ දරුවෙක් වීමෙන් පසුව, සොරකම් කරන්නේ නම්, ඔබගෙන් කෙනෙක්, මෙතරම් විශාල උරුමයක් ලබා දෙන, ශිව බාබාගේ බන්දාරාවෙන් (මුළුතැන් ගෙය) සොරකම් කරන්නේ නම්, එය විශාල පාපයක්. සොරකම් කරන පුරුද්ද ඇති ඇතැම් මිනිසුන්ට හිරේ ලගින්නා යැයි කියයි. මෙය දෙවියන්ගේ නිවහනයි මෙහි ඇති සියලුම දේ අයත් වන්නේ දෙවියන්ටයි. ඔබ දෙවියන්ගේ නිවසට පැමිණෙන්නේ, පියාගෙන් ඔබගේ උරුමය ලබාගන්නටයි. ඔබගෙන් ඇතමෙක් එම පුරුද්ද වර්ධනය කරගනී, එබැවින් ඔබ සිය ගුණයක් දඬුවම් ලබයි.

බොහෝ දඬුවම් විඳීමට සිදුවෙයි. ඉන්පසුව උපතින් උපතට, බොහෝ උපත් ගණනාවක්, ඔබ අපිරිසිඳු නිවසක උපත ලබයි. එබැවින් ඔබ එම පාඩුව තමන්ම සිදු කරගත් එකකි. කිසිසේත්ම සිහිපත් කිරීමේ නොසිටින, එමෙන්ම කිසි දේකට ඇහුම්කන්ද නොදෙන, එවන් බොහෝ දෙනෙක් සිටියි. ඔවුන්ගේ බුද්ධියේ තිබෙන්නේ සොරකම් කිරීමේ සිතිවිලි පමණයි. එවන් බොහෝ මිනිසුන් ආගමික රැස්වීම් (සත්සංග) වලට ගොස්, එහි ඇති පාවහන් සොරකම් කරයි. ඔවුන්ගේ ව්‍යාපාරය එයයි. කොහේ හෝ සත්සංගමයක් තිබෙන්නේ නම්, ඔවුන් එහි ගොස්, පාවහන් සොරකම් කරයි. මෙම ලෝකය ඉතාමත්ම අපිරිසිඳුයි. මෙය දෙවියන්ගේ නිවහනයි. සොරකම් කිරීමේ පුරුද්ද ඉතාමත්ම නරකයි. මෙවැනි කියමනක් තිබේ පිදුරු ගසක් සොරකම් කරන කෙනාට, සිය දහසක් සොරකම් කිරීමටද පුළුවනි. තමන්ගෙන් විමසන්න මා කෙතරම් පුණ්‍යවන්ත වී තිබේද? මා කෙතරම් පියාව සිහිපත් කරනවාද? මා කොතෙක් ස්ව දර්ශන චක්‍රය බ්‍රමණය කරනවාද? මම කෙතරම් වෙලාවක් දෙවියන්ගේ සේවය වෙනුවෙන් වැය කරනවාද? මගේ පාපයන් කෙතරම් ප්‍රමාණයක් කැපී යනවාද? දිනපතාම තමාගේ හදවත දෙස බලා, තමන්ගෙන් විමසන්න මා කෙතරම් පුණ්‍යකර්ම සිදුකළාද? මා කොතෙක් වේලා යෝගාවේ සිටියාද? මා මිනිසුන් කී දෙනෙකුට මාර්ගය පෙන්වූවාද? ඔබගේ ව්‍යාපාරික කටයුතු ආදිය ඔබට කරගෙන යා හැක. ඔබලා කර්ම යෝගීන් බැවින්, ඔබ ක්‍රියා සිදු කළ යුතුයි. බාබා මෙම බැජයන් දිගටම සාදවා ගන්නවා. මේවා වැදගත් මිනිසුන්ට විස්තර කර දෙන්න. මෙම මහාභාරත යුද්ධය තුළින්, දිව්‍ය ලෝකයේ දොරටු විවෘත වෙයි. ක්‍රිෂ්ණාගේ පිංතූරයට යටින් නොම්මර එකේ පැහැදිලි කිරීමක් තිබේ. කෙසේවෙතත්, දරුවන් තවමත් එතරම් පුළුල් සහ අසීමිත බුද්ධි වර්ධනය කරගෙන නැත. ඔවුන්ට මුදල් ටිකක් ලැබුණු වහාම ඔවුන් නටන්නට පටන් ගනී. කෙනෙකුට බොහෝ මුදල් තිබෙන විට, ඔහු විශ්වාස කරන්නේ, ඔහු තරම් වෙනත් කිසිවෙකු ධනවත් නැති බවයි. දරුවන්, පියාව නොසලකා හරින විට, ඔහු ලබා දෙන අවිනාශී දැනුමේ මිණි මුතුද නොසලකා හරියි. බාබා ඔවුන්ට යමක් කිරීමට කියන විට, ඔවුන් වෙනින් දෙයක් කරයි. ඔවුන් සැලකිලිමත් නොවන බැවින්, බොහෝ පාපයන් සිදු කරයි. ඔවුන් ශ්‍රීමත් අනුගමනය නොකරන අතර, ඉන්පසුව ඔවුන් වැටෙයි. පියා පවසන්නේ මෙයද නාටකයයි. එය ඔවුන්ගේ භාග්‍යයේ නොවීය. බාබා සෑම දෙයක්ම දන්නවා. බොහෝ දෙනෙක් පාපයන් සිදුකරයි. ඔබට උගන්වන්නේ පියාය, යන විශ්වාසය ඔබට තිබෙන විට, බොහෝ සතුට ඇතිවෙයි. ඔබ අනාගත නව ලොවෙහි රජකුමර කුමරියන් වීමට යන බව ඔබ දන්නවා. එබැවින් බොහෝ සතුට තිබිය යුතුයි. කෙසේවෙතත්, සමහර දරුවන් තවමත් දිගින් දිගටම මැලවෙයි. ඔවුන්ගේ ස්ථීතිය, ස්ථාවරව රැඳී තිබෙන්නේ නැත. විනාශය සඳහා පෙර හුරුවීම් දිගටම සිදුවන බව පියා විස්තර කර දී තිබෙනවා. ව්‍යසනද ඇතිවෙයි. ඒ සෑම දෙයක්ම භාරතය තව තව දුර්වල කරවයි. පියාම පවසන්නේ ඒ සෑම දෙයක්ම සිදු විය යුතුයි. එසේ නැත්නම් විනාශය සිදුවන්නේ කෙසේද? හිම කුණාටු ඇති වෙයි එවිට ගොවිපළවල් සහ කෙත්යායවල් ආදියට කුමක් සිදුවෙයිද? මිනිසුන් සිය දහස් ගණන් මිය යන නමුත් ඒවා වාර්ථා වන්නේ නැත. එබැවින් පියා පවසන්නේ ඔබ තමන් තුළ පරීක්ෂා කළ යුතු ප්‍රධානතම දේ වන්නේ මා කෙතරම් පියාව සිහිපත් කරනවාද? බාබා, ඔබ බොහෝ සේ මිහිරිය! එය ඔබගේ ආශ්චර්යයයි! ඔබට ලැබෙන අණ මේවායි මා සිහිපත් කරන්න, එවිට උපත් 21 කට ඔබ කිසිම දිනෙක රෝගී නොවෙයි! තමන් ජීවයක් බව සලකා මා සිහිපත් කරන්න, එවිට ඔබට මා මෙය සහතික කරනවා. පියා ඔබට පෞද්ගලිකවම කියන අතර, ඔබ ඉන්පසුව අන් අයට එය කියා දෙයි. පියා පවසන්නේ ඔබගේ පියා වන මා සිහිපත් කර, මට බොහෝ ආදරය කරන්න. අපවිත්‍ර බවින් පිවිතරු වීමට, මා ඔබට බොහෝ පහසු මාර්ගයක් පෙන්වා දෙමි. ඇතමෙක් කියන්නේ මා බොහෝ පාපකාරී ජීවයක්. හොඳයි, එසේ නම් එවන් පාප සිදු නොකරන්න. දිගටම මා සිහිපත් කරන්න, එවිට උපතින් උපතට ඔබ කල පව්, මෙම සිහිපත් කිරීමෙන් දුරු වී යයි. ප්‍රධානතම දෙය, සිහිපත් කිරීමය. මෙයට පහසු සිහි කිරීම යැයි කියයි. 'යෝගා' යන වචනය ඉවත් කරන්න. සන්‍යාසීන්ට බොහෝ විවිධ හත යෝගා වර්ග තිබේ. ඔවුන් බොහෝ විවිධ යෝගා වර්ග කියා දෙයි. මෙම බාබාටද බොහෝ ගුරුන් සිටියා. අසීමිත පියා පවසන්නේ දැන් ඒ සියල්ල අත්හරින්න. මා ඒ සියලු දෙනාවත් ඉහළ නැංවිය යුතුයි. මෙය පැවසීමට වෙනත් කිසිවෙකුට බලයක් නැත. පියා පවසා ඇත්තේ මා මෙම පැවිද්දන් සහ පූජකයන්වත් ඉහළ නංවනවා. එබැවින් ඔවුන් ගුරුන් වන්නේ කෙසේද? පියා ඔබට එක් ප්‍රධානතම දෙය කියයි ඔබගේ හදවතින් විමසන්න මා කිසියම් පාපයක් සිදු කරනවාද? මා කිසිවෙකුට දුකක් දෙනවාද? මෙහි අපහසුතාවයක් නැත. තමන් ගේ අභ්‍යන්තරය පරීක්ෂා කරන්න මම දවස පුරාවටම කෙතරම් පාපයන් සිදු කළාද? මා කොතෙක් වෙලාවක් සිහිපත් කිරීමේ සිටියාද? ඔබගේ පාපයන් දුරු වන්නේ, සිහිපත් කිරීමේ සිටීමෙන් පමණයි. ඔබ උත්සාහ දැරිය යුතුයි. මෙය ඉතා වෙහෙසකාරී කාර්යයක්. දැනුම ලබා දෙන්නේ ඒකායන පියා පමණයි. මුක්තිය සහ ජීවන-මුක්තියට මාර්ගය පෙන්වන්නේ පියා පමණයි. 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. පියා ඔබට ලබා දෙන අවිනාශී දැනුමේ මිණි මුතු වලට ගරු කරන්න. නොසැලකිලිමත් වී, කිසිම පාපකාරී ක්‍රියාවක් සිදු නොකරන්න. ඔබට උගන්වන්නේ දෙවියන්ය, යන විශ්වාසය ඔබට තිබේ නම්, ඔබ අසීමිත සතුටින් සිටියි.
2. කිසිම විටෙක දෙවියන්ගේ නිවසින් යමක් සොරකම් කිරීමට සිතන්න එපා. එම පුරුද්ද ඉතාමත්ම අපිරිසිඳුයි. මෙවැනි කියමනකි: පිදුරු ගසක් සොරකම් කරන කෙනාට සිය දහසක් සොරකම් කළ හැක. තමන්ගෙන් විමසන්න: මා කෙතරම් පුණ්‍යවන්ත වී තිබේද?

**වරදානය:** ඔබ ආධ්‍යාත්මිකව කරුණාවන්ත වී දුර්වල, අධෛර්යයට පත් සහ බල රහිත ජීවාත්මයන්ට අමතර බලයක් ලබා දෙත්වා.

ආධ්‍යාත්මිකව කරුණාවන්ත දරුවන් මහා පරිත්‍යාගශීලීන් බවට පත් වී සම්පූර්ණයෙන්ම බලාපොරොත්තු රහිත අවස්ථාවන්හි දී බලාපොරොත්තුවක් ඇති කරයි. ඔවුන් දුර්වලයන් බලවත් කරවයි. සෑම විටම, ආධාර දෙන්නේ, ආධාර නොමැති දුප්පතුන්ටය. මහා පරිත්‍යාගශීලීන් වී දුර්වල, අධෛර්යයට පත් සහ බල රහිත පුරවැසි ගණයේ ජීවාත්මයන්ට අධ්‍යාත්මිකව කරුණාවන්ත වන්න. එකිනෙකාට මහා පරිත්‍යාගශීලීන් නොවන්න. ඔබ අතර, ඔබ සහයෝගී සහකරුවන්, ඔබ සහෝදරයන් සහ සමාන උත්සාහවන්තයින් ය. එබැවින් පරිත්‍යාග නොව සහයෝගය ලබා දෙන්න.

**පාඨය:** එක එකම පියාගේ ශ්‍රේෂ්ඨ සමාගමයේ(ඇසුරේ) නිරන්තරයෙන් රැඳී සිටින්න, එවිට වෙනත් කිසිදු සමාගමක වර්ණයකට ඔබට බලපෑම් කිරීමට හැකි නොවනු ඇත.

***** ඔම් ශාන්ති *****

**අව්‍යක්ත සංඥාව: ආධ්‍යාත්මික රාජකීයත්වයේ සහ පාරිශුද්ධත්වයේ පෞරුෂත්වය හදාගන්න.**

පාරිශුද්ධත්වය ධාරණය කරගැනීමත් සමගම ඔබගේ මුහුණේ සහ ඔබගේ හැසිරීම තුළ ආධ්‍යාත්මිකත්වයේ පෞරුෂත්වයත් ධාරණය කරගන්න, එමෙන්ම මෙම ශ්‍රේෂ්ඨ පෞරුෂත්වයේ ආධ්‍යාත්මික කුල්මත් බව පවත්වා ගන්න. ඔබගේ ආධ්‍යාත්මික පෞරුෂත්වය ඔබගේ අවධානයේ තබාගෙන නිරන්තරයෙන් සතුටින් සිටින්න. එවිට, ඔබගේ සියලු ගැටළු අවසන් වෙයි. ඔබගේ සතුටේ එක නිමේෂයක බැල්මකින් අසාමයෙන් සහ දුකින් සිටින ජීවාත්ම සතුටට පත් වෙයි.