

22-07-2026

උදෑසන මුරලි

ඕම ශාන්ති

බාජදාදා

මඩුබන්

සාරය: සුමිහිරි දරුවනි, ඔබ දැන් නව ලෝකයට යා යුතුයි. මේ දුක්ඛිත දවස්වල අවසානය පැමිණෙමින් පවතී. එමනිසා, අතීතයේ පැරණි දේවල් අමතක කරන්න.

ප්‍රශ්නය: කර්මයෝගී දරුවන් වන ඔබ නිරන්තරයෙන්ම පුහුණු කළ යුත්තේ කුමක්ද?

පිළිතුර: එක් මොහොතක ඔබ දිවි පැවැත්ම සඳහා ශරීරය තුළ සිටින අතර අනෙක් මොහොතේ ජීව අවධානයට පත්වේ. ශරීරය පිළිබඳව ආකල්පයක් නොමැතිව ක්‍රියාවන් සිදු කළ නොහැක. එමනිසා, ශරීරය පිළිබඳව ආකල්පයේ සිට ක්‍රියාවන් කරමින්, පසුව ජීව අවධානයට පත්වීම පුහුණු වන්න. දරුවන් වන ඔබ හැර ලෝකයේ වෙනත් කිසිවෙකුට මෙය පුහුණු කළ නොහැක.

ගීතය: අවදිවන්න මානාලියනි, අවදිවන්න! නව යුගය පැමිණේ!

ඕම ශාන්ති. ආධ්‍යාත්මික පියා කියනවා සුමිහිරිතම ජීවයන්, එනම්, දරුවන් මෙම ගීතයට සවන් දුන්නා. දැනුම නැමැති ගීතය යනු මෙයයි. මෙම ගීතය ඉතාමත් හොඳයි. ජීවයන් වන ඔබ දැන් අවදි වී සිටින අතර නාටකයේ රහස් ද දන්නවා. ඔබ හක්කි මාර්ගයේ සෝබන දැක තිබෙනවා. අතීතයේ කුමක් සිදු වූයේද එය ඔබේ බුද්ධියේ තිබෙනවා. තම අතීත උපන් 84 පිළිබඳව රහස් ඔබ දන්නවා. පියා ඔබට ඔබේ උපන් 84ක කතාව කියා දුන්නා. මේවා නව ලෝකය සඳහා වූ නව කරුණුයි. ඔබ පියාගෙන් නව කරුණු වලට සවන් දෙනවා. ඔහු දරුවන් වන ඔබට ඉවසීම දෙනවා. ඔහු කියනවා දරුවනි, ඔබ දැන් නව ලෝකයට යා යුතුයි. එමනිසා, පැරණි දේ අමතක කරන්න! හක්කි මාර්ගයේ සැරසිලිවන සියලු වේද සහ ආගමික ග්‍රන්ථ සියල්ල විනාශ වීමටයි යන්නේ. එහි හක්කි මාර්ගයේ කිසිම සලකුණක් නැහැ. එහිදී ඔබ හක්කියේ එල ලබනවා. පරම පියා පැමිණ හක්කියේ එල ලබා දෙන්නේ කෙසේද කියා දරුවන් වන ඔබ දැන් දන්නවා. ඔවුනුත් දැනුමෙන් බොහෝ උත්සාහ කරනවා. වැඩියෙන් හක්කි කර ඇත්තේ කුමන ජීවදැයි ඔබ දන්නවා. දැනුම තුළ ඉතාමත් වේගයෙන් යා හැක්කේ ඔවුන්ටයි. ලක්ෂ්මි සහ නාරායන සේ උසස් තත්ත්වයක් ලැබීමට හැකි වන්නේ ඉන් පසුව පමණි. දැන් ඔබ දැනුම සහ යෝගා තුළ උත්සාහ දරමින් සිටිනවා. ජීව අවධානයෙන් සිටින්න. නමුත් ශරීරයක් තුළ සිටිනවා යන ආකල්පයෙන් සිටිය යුතුයි. ක්‍රියාවක් කරන අතර පියාව සිහිපත් කරන්න! ශරීරයකින් තොරව ක්‍රියා කිරීමේ හැකියාවක් අපට නැහැ. බාබා සිහි කළ යුතු බව ඇත්ත. නමුත් තමා ජීවත්මයක් බවත් අවධාරණය කර ගත යුතුයි. ශරීරය අමතකම කර දමමින් කිසිවක් ලැබිය නොහැකියි. මන්ද, ඔබ තවමත් ක්‍රියාවන් කළ යුතුයි. පියාව සිහි කිරීමෙන් බොහෝ වාසි තිබෙනවා. හැම දේම කරන අතර පියාව සිහිපත් කරන්න. නමුත්, එසේ කළත් කැමට ආහාර අවශ්‍යයි. ජීව අවධානයෙන් සිටින්න! දරුවනි, ඔබ හැරුණු විට වර්තමානයේ කිසිවෙකු ජීව අවධානයේ නැහැ. තම තමන් ජීව යැයි අවධාරණය කරගෙන සිටියත් ඔවුන්ට දෙවියන්ගේ හැඳින්වීම නැහැ. ජීවය අවිනාශී බවත්, ශරීරය විනාශකාරී බවත් ඔවුන් අවධාරණය කර ගෙන සිටිය හැකියි. එම අවබෝධයෙන් ඔවුන්ගේ පාප දුරු වී යන්නේ නැහැ. පින්වත් ජීව, අපිරිසිදු ජීව කියා කියනවා. මම ජීවයක් සහ මේ මගේ ශරීරයයි. එය සාමාන්‍ය දෙයක්. පියා පැහැදිලි කරන ප්‍රධාන දෙය නම් මා සිහි කරන්න! ශාරීරික දිවි පැවැත්ම සඳහා ඔබ ශරීරය පිළිබඳව සැලකිල්ලක් දැක්විය යුතුයි. ශරීරයට ආහාර දිය යුතුයි. ශරීරය නොමැතිව කිසිවක් කිරීමට ඔබට බැහැ. සෑම උපතකදීම ශරීරයේ පැවැත්ම උදෙසා ඔබ යම් කිසි දෙයක් හෝ කළ යුතුව තිබෙනවා. ක්‍රියාවන් කරන අතරතුර තම ආදරවන්තයාව සිහි කළ යුතුයි. කිසිම කෙනෙක් සම්පූර්ණයෙන්ම එම ආදරවන්තයාව දන්නේ නැහැ. අප එම ආදරවන්තයා, එම පියාගෙන් උරුමය ලබනා අතර ඔහු පිළිබඳව සිහිය පවත්වා ගැනීමෙන් අපේ පාපයන් දුරු වී යනවාය යන්න කිසිවෙකුට පැහැදිලි කරන්න බැහැ. දරුවන් වන ඔබ අළුත් කරුණු වලට සවන් දෙනවා. නිවහන වෙත යාමට මාර්ගය හමු වූ බව ඔබ දන්නවා. ඔබ ආපසු නිවහන වෙත ගොස් ඉන් පසු ඔබේ රාජ්‍යය වෙත යනවා. ඔබේ පියා අළුත් නිවහනක් සෑදූ විට, එහි ගොස් නැවතීමට ආසාවක් අනිවාර්යෙන්ම ඔබට තියෙනවා. වෙත කිසිම කෙනෙක් නොදන්නා මාර්ගයක් දැන් අප සොයා ගත්තා. ඔවුන් කෙතරම් යාගභෝම හෝ තපස්සා වැනි දේ කළත්, ඔවුන් කෙතරම් හිස ගසා ගත්තත් විමුක්තිය ලැබිය නොහැකියි. මේ ලෝකයේ සිට ඒ ලෝකය වෙත යන්න ඔවුන්ට බැහැ. මෙයත් අවබෝධ කර ගත යුතුයි. ආගමික ග්‍රන්ථ වල ඔවුන් වක්‍රයේ කාලවකවානුව වසර සිය දහස් ගණනක් බව ලියා තිබෙනවා. මේ නිසා මිනිසුන්ගේ බුද්ධිය අක්‍රිය වෙනවා. භාරතය දිව්‍ය ලෝකයක් සහ අප ආදි

සනාතන දේවි දේවතා ධර්මයට අයත් වූ කතාව පසු දින සිදු වූවක් බව ඔබට ඉතාමත් පැහැදිලිවම අවබෝධ කර ගත හැකියි. විශාල සතුටක් ගෙන දුන් එක නම් දේවතා ධර්මයයි. වෙනත් කිසිම කෙනෙකුට භාරතයේ සතුට උදාකර ගැනීමට බැහැ. අනෙක් ආගම් වල අයට දිව්‍ය ලෝකයට යා නොහැකියි. ඔවුන් කොතරම් උත්සාහ කළත් ඔබට තිබෙන තරම් සතුටක් වෙනත් කිසිම කෙනෙකුට ලැබිය නොහැකියි. ඔවුන් මිල මුදල් වියදම් කළත් දිව්‍ය ලෝකයේ පවතින සතුට සොයා ගැනීමට ඔවුන්ට බැහැ. සමහරුන්ට සෞඛ්‍ය තිබිය හැකියි, නමුත් ධනය නොතිබෙන්න පුළුවන්. සමහරුන්ට ධනය තිබී, නමුත් සෞඛ්‍ය නොතිබෙන්න පුළුවන්. මේ දුක් ලෝකයයි. ඉතින් පරමාත්ම පියා කියනවා ඕ ජීවත්ම සත්තාවනි, අවදිවන්න! දැන් ඔබ දැනුම නැමති තෙවැනි ඇස ලබා තිබෙනවා. ඔබ මුළු ලෝකයේම ඉතිහාසය හා භූගෝලය දන්නවා. පියා ඇතුලාන්තයේ තිබෙන සියලු රහස් දන්නා (ජනීජනන්හර්) කෙනායි. හැමදෙනාගේ හදවතේ තිබෙන දේ ඔහු දන්නා බවක් මෙයින් අර්ථවත් වෙන්නේ නැහැ. මේ කෙනා කවුද? ඔහු කොතරම් පැහැදිලි කරනවාද? මොහු කොතරම් දුරට පාරිශුද්ධත්වය ආරක්ෂා කරනවාද? කොතරම් ප්‍රමාණයකට ඔහු බාබා සිහිකරනවාද? මම හැම දෙනා ගැනම මේ දේවල් හිතන්නේ ඇයි? මම ඔබට උත්තරීතර පියා, උත්තරීතර ජීවය සිහි කළ යුතු මාර්ගය පෙන්වා දෙනවා විතරයි. මේ ලෝක වක්‍රය ඔබේ බුද්ධියේ තබා ගන්න. ඔබ අනිවාර්යෙන්ම ජීව අවධානයට පත් විය යුතුයි. ඔබ පරිභාණයට පත්වන්නේ ශරීර අවධානයට පත් වූ නිසයි. ඔබ දැන් පියාව සිහිකළ යුතුයි. නිවසේ වාසය කරන අතර නෙළුම් මලක් සේ වන්න. ඔබත් ස්වදර්ශණ වක්‍රය කරකවන්නන්. දේවතාවන්ට හක්ගෙඩි වැනි ආහරණ නැහැ. බ්‍රහ්මීණ්වරු වන ඔබට දැනුම නැමැති හක්ගෙඩිය තිබෙනවා. සික් අය හක්ගෙඩිය පිඹින විට ඔවුන් ඉතා වැඩි ශබ්දයක් ඇති කරනවා. ඔබ විශාල පිරිසකට මේ දැනුම දෙන විට ශබ්ද විකාශන යන්ත්‍ර ආදිය භාවිත කරනවා. මෙහේ ශබ්ද විකාශන යන්ත්‍ර දාන්න අවශ්‍ය නැහැ. ගුරුවරයෙක් උගන්වන්නේ ශබ්ද විකාශන යන්ත්‍ර භාවිත කරලාද? මෙහෙ, සරළව ඔබ ශිව බාබාව සිහිපත් කළ යුතුයි. එවිට ඔබේ පාපයන් දුරු වී යනවා. සර්ව බලධාරියා මමයි. ඔබ ශබ්ද විකාශන යන්ත්‍ර භාවිත කරන නිසා ඇත සිටින මිනිසුන්ට පවා සවන් දිය හැකියි. ඔබ තව දුරටත් දියුණු වන විට මෙය ප්‍රයෝජනවත් වේවි. මරණය ඉහටත් උඩින් තිබෙන බව ඔබ ඔවුන්ට පැහැදිලි කර දිය යුතුයි. දැන් හැම දෙනාම ආපසු නිවස කරා යා යුතුයි. මහා භාරත යුද්ධයත් ඔබ ඉදිරිපිට තිබෙනවා. මහා භාරත යුද්ධය සහ විනාශය සිදු වූ බව ගීතාවේ සඳහන් වෙනවා. අවිවා, ඉන් පසු සිදු වූයේ කුමක්ද? පාණ්ඩවයින් පවා සමතලා වී යනවා. පියා පැහැදිලි කරනවා පළමුවෙන්ම විනාශය සිදුවීමට තිබුණා නම්, ඉන් පසු භාරත දේශය පවා හිස් විය හැකියි. භාරතය අවිනාශී දේශයක් එය හිස් වෙන්නේ නැහැ. මුළුමනින්ම සමුලඝාතනයක් සිදුවෙන්නේ නැහැ. බාබා අවිනාශීයි, ඔහුගේ උපත් බිමත් අවිනාශීයි. දරුවන් වන ඔබ සතුටින් සිටිය යුතුයි. බාබා සියල්ලන්ටම විමුක්තිය සලසන්නායි, සාමය හා සතුට දෙන එකම කෙනායි. මෙහෙ පැමිණෙන ඕනෑම කෙනෙක් කියන්නේ ඔහුට හෝ ඇයට සාමය අවශ්‍ය බවයි. ජීව මෙතරම් සාමය සිහි කරන්නේ ඇයි? සාම දේශය ජීව සත්තාවන්ගේ නිවහනයි. කාටද තම නිවහන සිහි කරන්න බැරි? කවුරු හරි පිට රටක මැරුණොත් ඔවුන්ට ඒ මැරුණු කෙනාගේ ශරීරය තම මව් බිමට ගෙන ඒමට අවශ්‍ය වෙනවා. සියල්ලන්ටම විමුක්තිය සලසන, ඔබව දුකින් ගලවාලන ශිව බාබාගේ මව්බිම භාරතය බව හැම දෙනාම දැනගත්තානම් ඔවුන් එයට බොහෝ ගෞරවයක් ලබා දෙනු ඇත. ඔවුන් පැමිණ ශිවාට පමණක් මල් පූජා කරාවි. දැන් ඔවුන් බොහෝ දෙනාට මල් පූජා කරනවා. ඔවුන් හැම දෙනාටම සතුට, සාමය දෙන කෙනාගේ නමත්, ස්වරූපයත් සම්පූර්ණයෙන්ම නැති කර දමලා. තම උරුමය දිනා ගැනීමට උත්සාහ දරන්නේ පියාව ඉතා හොඳින් දන්නා අය පමණයි. මගේ නම දුක නැති කරන්නා සහ සතුට බෙදා දෙන්නායි. ඔබව දුකින් මුදවා ගැනීමෙන් පසුව ඔහු කරන්නේ මොනවාද? ඔබ දන්නවා තමන් නිහඩ දේශයේ නාහැඩියාවෙන් සිටින බවත් සහ සතුටු දේශයේ සතුට තිබෙන බවත්. සාම දේශය සතුටු දේශයෙන් වෙනස්. මේ දුක් දේශයයි. මේ කාලයේදී, හැම දෙනාටම වෙන කිසිවක් නොව තිබෙන්නේ දුකම පමණයි. උපත් 21ක් සඳහා කිසිමාකාරයක දුකක් නැතිව සතුට වෙත තමන් යන බව දැන් ඔබ දන්නවා. ගැලපෙනම නම සතුටු දේශය යන්නයි. එය එතරම් සුමිහිරි නමක්! පියා කියනවා මා ඔබට කිසිම අපහසුතාවයක් ලබා දෙන්නේ නැහැ. සරළ ලෙස පියා සහ උරුමය සිහිකර තමන් ජීවයක් බව අවධාරණය කර ගන්න! බාබා ඔබට මේ දැනුම උගන්වනවා. ස්වර්ණම යුගයේදී ඔබට ජීවයක් වීමේ දැනුම සහ තමන් ශරීරය අතහැර වෙනත් උපතක් ගන්නේ කොහොමද යන දැනුම තිබෙනවා. ජීව අවධානයට පත්වීම යනුවෙන් හඳුන්වන්නේ එයයි. මේ ආධ්‍යාත්මික දැනුම වන අතර වෙනත් කිසිවෙකුට එය දිය නොහැකියි. ආධ්‍යාත්මික පියා පැමිණ ජීවයන්ට දැනුම දෙනවා. සෑම වසර 5000කදීම ඔහු එය දෙනවා. මිනිස්සු ඉන්නේ සන අන්ධකාරයකයි. දැන් ඔබ ආලෝකය ලැබ තිබෙන අතර අඳුරු නින්දෙන් අවදිව සිටිනවා. සියලුම මනමාලියන්ගේ මනමාලයා එකම පියායි. පියා කියනවා මම ඔබේ පියායි, ඔබේ මනමාලයා හා සියලුම ගුරුන්ගේ ගුරු ද වෙමි. මම උත්තරීතර

ගුරුවරයායි. සියලුම ගුරුන්ට විමුක්තිය ලබා දෙන්නේ එකම සත්ගුරු පමණයි. ඔහු කියනවා දරුවනි, මා සියලු දෙනාටම විමුක්තිය සලසා දෙනවා. මුක්තියට පසු තිබෙන්නේ විමුක්තියයි. සෑම කෙනාගේම ජීවය ආපසු නිවහන කරා යා යුතු බව පියා පැහැදිලි කර තිබෙනවා. සතෝප්‍රධාන්, සතෝ, රජෝ සහ තමෝ වන්නේ ජීවයයි. ඇතැම් පුද්ගලයින්ට තිබෙන්නේ ඉතාමත් කුඩා වර්ත කොටසක්. ඔවුන් නිකම්ම පැමිණ ආපසු යනවා. ඔවුන් නිකම්ම උපත් ගෙන මදුරුවන් සේ මිය යනවා. එවන් ජීව පියාගෙන් උරුමයක් ලබන්නේ නැහැ. පාරිශුද්ධත්වය, සාමය හා සතුට යන උරුමය ලබන්නේ පියාගෙන්ය. පියා, ජීව වන ඔබට පැහැදිලි කරනවා. පියා අභෞතිකයි. ඔහු පැමිණ මේ තැනැත්තාගේ කට්ත් පැහැදිලි කරනවා. ඔවුන් ඉතාමත් ඉහළින් ශිව බාබාට දේවාල හඳුනවා. ඔවුන් වන්දනාවන් සහ සම්මන්ත්‍රණ සඳහා බොහෝ ඉහළ තැන්වලට යනවා. ඉහළ තැන්වල ඔවුන්ට පානය කිරීමට දැනුම නැමැති අමෘතය තිබෙනවාද? ඔවුන් බොහෝ මුදල් වියදම් කරනවා! ආණ්ඩුවට පවා ඔවුන් වෙනුවෙන් බොහෝ පහසුකම් සුදානම් කරන්න සිදුවෙනවා. ඒ තුළ අපහසුතා තිබෙනවා. එම වන්දනා ගමනක ඔබ කුඩා දරුවන් ගෙන යන්නේ කොහොමද? ඔවුන් දරුවන්ව බලා ගැනීමට කාට හරි භාර දෙනවා. ඔවුන් වන්දනාවේ ගෙන යන්නේ නැහැ. මාස දෙක තුන ඔවුන් වන්දනාවේ යනවා. ඔබ මෙහි පැමිණි විට ඔබට හිඳගෙන සවන් දීමටත්, ඉගෙන ගැනීමටත් සිදු වෙනවා. කුඩා දරුවන් මෙයට සවන් දෙන එකක් නැහැ. ඔබ මෙහි පැමිණියේ දැනුම සහ යෝගා ඉගෙන ගැනීමටයි. පියා මෙහි හිඳ ඔබට දැනුම දෙනවා. එමනිසා, කිසිමාකාරයක ශබ්දයක් නොතිබිය යුතුයි. එසේ නොවුනහොත් අවධානය ඔවුන් වෙත යොමු වෙනවා. මෙහිදී ඔබ හෙමින් හිඳගෙන සාවද්‍යව සවන් දිය යුතුයි. යෝගා ඉතාමත් පහසුයි. තමන්ට තිබෙන ඕනෑම කාර්යයක් දිගටම කරගෙන යන්න. නමුත් ඔබගේ බුද්ධිය මෙහාට සම්බන්ධව තිබිය යුතුයි. බාබා සිහිකිරීමෙන් ඔබ අති විශාල ආදායමක් උපයා ගන්නවා. තමන් සෑම අතින්ම සෞඛ්‍ය සම්පන්න වන බව ඔබ දන්නවා. ඔබ තමන්ට කතා කළ යුතුයි. තමන්ට ආහාර පිසීමේදී බාබා පිළිබඳව සිහියෙන් සිටින්න. තම දැතින් සියලු වැඩ රාජකාරීන් කරන අතර තුර ඔබේ පියා සිහි කරන්න. ඉන් ඔබට යහපතක් වන අතර සිහි කිරීමේ සිට පිසින ඕනෑම ආහාරයක් ඉතා හොඳ තත්ත්වයට පත් වෙනවා. ඔබට ලෝක ආධිපත්‍යය හිමිවෙනවා. ඔබ ලක්ෂ්මි සහ නාරායන වීමට මෙහි පැමිණෙනවා. තමන් සූර්ය වංශයේ කොටස් කරුවන් වන බව ඔබ දැන ගන්නවා. මේ කාලයේදී ඔබේ මමා සහා බාබා වන්නේ සරස්වතී සහ බ්‍රහ්මා බව ඔබ දන්නවා. ඔවුන්ගේ ඊළඟ උපතේදී ඔවුන් ලක්ෂ්මි සහ නාරායන බවට පත් වනු ඇත. කිසිම කෙනෙකු හට ඔවුන් ඊළඟ උපතේදී පත්වන තත්ත්වය කුමක්ද කියා කියන්න ඔබට බැහැ. තේරු ඔහුගේ ඊළඟ උපතේදී පත්වුණු තත්ත්වය කුමක්ද කියා කවුරුවත් දන්නේ නැහැ. කවුරුහරි ඉතා හොඳ දානමාන දුන්නොත් ඉන් පසු ඔහු හොඳ පවුලක උපත ලබනවා. ඔබට දැන් සෑම දේම අවබෝධ වෙනවා. මේ දෙදෙනාගේ නම් ආදී දේව බ්‍රහ්මා සහ අදී දේවී සරස්වතී යන්නයි. ඉන් පසු ඔවුන් දිව්‍ය ලෝකයේ හිමි කරුවන් වෙනවා. අව්වා, ඔවුන්ගේ දරුවන්ද සිටින්නේ ඔවුන් සමඟයි. ඔවුනුත් කියනවා, අපිද දිව්‍ය ලෝකයේ හිමි කරුවන් වන්නෙමු. මෙය නිසැකයි. ඔබ ඔවුන්ව සුක්ෂ්ම ලෝකයෙන් දකිනවා. දේවාල වල දේවතාවියන් වෙත විශාල පිරිස් රැස්වෙනවා. එකම එක ජගදම්බා කෙනෙක් පමණයි සිටින්නේ. සෑම තැනම ඇයගේ ලක්ෂණ එක හා සමාන විය යුතුයි. මමා දෙස බලන්න. දරුවන් වන ඔබට මෙන් ඔවුන් අධර් කුමාරි ලෙස දැනට හඳුන්වන පිළිම වලටද තිබෙන්නේ එක හා සමාන ලක්ෂණයි! එම තත්ත්වයට පත්වන්නේ තමන් වන බව ඔබ දන්නවා. අපි සැවොම බ්‍රහ්ම කුමරුන් සහ කුමරියන්. විවාහක යුවලක් පවා කියන්නේ අප බ්‍රහ්ම කුමරුන් සහ කුමරියන්, එකම පියාගේ දරුවන් වන බවයි. එයයි ඔබේ සිහිවටනය. එහි පැහැදිලි කිරීමත් සමඟම ඔබ මේ දැනුම දෙනවා. මේ දිල්වාලා දේවාලයයි. කෙසේවෙතත්, මෙය පැහැදිලි කළ හැක්කේ ඔබට පමණයි. තමන් ගොඩනැංවීම කරගෙන යන බව ඔබ දන්නවා; ශ්‍රීමත් අනුගමනය කිරීමෙන්, රාජයෝග මඟින් ඔබ භාරතය දිව්‍යලෝකයක් බවට පත්කරවනවා. අව්වා.

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

ධාරණය සඳහා සාරාංශය:

1. දැනුම සහ යෝගා සඳහා සම්පූර්ණ අවධානය යොදවන්න. දැනුමට සවන් දෙන විට බාධාවකින් තොරව හිඳගෙන ඒකාග්‍ර මනසකින් සිටින්න. ඔබත් කර්ම යෝගීන් විය යුතුයි.

2. පියා ඔබට පෙන්වූ නිවහන වෙත වන මාර්ගය හැම දෙනාටම පෙන්වන්න. ස්වදර්ශණ චක්‍රය කරකවන්නන් බවට පත්වනවාත් සමහර දැනුම නැමැති හක්ගෙඩිය පිඹින්න.

වරදානාය: "ශ්‍රේෂ්ඨ" (මහත්) සහ "ආගන්තුක" (මෙහිමත්) යන වචන දෙක පිළිබඳ අවධානයෙන්, නොබැඳි නිරීක්ෂකයෙකු ලෙස ඔබ සියලු ආකර්ෂණයන්ගෙන් නිදහස් වේවා.

ඔබේ මනෝ ස්ථිතිය නොබැඳි නිරීක්ෂකයෙකුගේ අවධියට පත් කර ගැනීම සඳහා, කරුණු දෙකක් කෙරෙහි අවධානය යොමු කරන්න: 1) මම, මේ ජීවත්මය, ශ්‍රේෂ්ඨ ජීවත්මයක්. 2) මම, මේ ජීවත්මය, මේ පැරණි ලෝකයේ සහ මෙම පැරණි ශරීරයේ ආගන්තුකයෙක්. මෙම අවධානය තිබීමෙන්, ඔබේ සියලු දුර්වලතා සහ බැඳීමේ ආකර්ෂණ පහසුවෙන් ඉබේම අවසන් වේ. ඔබ ශ්‍රේෂ්ඨ බව තේරුම් ගැනීමෙන්, ඔබ කරන ඕනෑම සාමාන්‍ය ක්‍රියාවක් සහ ඔබේ සංස්කාර වල බලපෑම යටතේ ඔබ සතුව ඇති සාමාන්‍ය සිතිවිලි පරිවර්තනය වේ. ඔබ ශ්‍රේෂ්ඨ සහ ආගන්තුකයෙකු ලෙස සලකමින් ඉදිරියට යාමෙන්, ඔබ ප්‍රශංසා ලැබීමට සුදුසු වනු ඇත.

පාඨය: සෑම කෙනෙකුගේම සුබ පැතුම් සහ ඔවුන්ගේ සහයෝගීතා බිංදු සමඟ, විශාල කාර්යයක් පහසු වේ.

*** ඔම ගාන්ති ***

අවසාන සංඥාව: ගිණිකන්දක මනෝ ස්ථිතියේ රැඳී සිට බලවත් ස්මරණය අත්විඳින්න.

ඔබට බලවත් මනසක් ඇති බවට ලකුණ නම්, අවශ්‍ය ඕනෑම තැනකට තත්පරයකින් ළඟා විය හැකි වීමයි. ඔබේ මනස පියාසර කරන ආකාරය ඉගෙන ගෙන එම පුහුණුව වර්ධනය කරගත් පසු, ඔබට තත්පරයකින් ඔබට අවශ්‍ය ඕනෑම තැනකට ළඟා වීමට හැකි විය යුතුය. එක් මොහොතකින්, ඔබ භෞතික ලෝකයේ සිටින අතර ඊළඟ තත්පරයේදී, ඔබ පරම්දාමිති සිටී, එය තත්පරයක වේගයයි. දැන් මෙම පුහුණුව වැඩි කරන්න, එවිට ඔබේ ස්මරණය බලවත් වනු ඇත.