23-08-2025 **උදෑසන මුරලි** **ඕම් ශාන්ති** **බාප්දාදා** **මධුබන්**

සාරය: සුමිහිරි දරුවනි, පියා පැමිණ සිටින්නේ දරුවන් වන ඔබලාව දැනුමේ මිණිමුතු වලින් සරසා නැවත නිවස වෙත ගෙන යාමටයි. ඉන් අනතුරුව ඔහු ඔබව ඔබගේ රාජ්‍යය වෙතට යවනු ඇත. එමනිසා, අපිරිමිත වූ සතුටකින් සිටින්න. එකම එක පියා කෙරෙහි පමණක් සෙනෙහස තබාගන්න.

ප්‍රශ්නය: ඔබගේ ධාරණාව ශක්තිමත් කර ගැනීමට පදනම් වන සාධකය කුමක්ද?

පිළිතුර: ධාරණා ශක්තිමත් කර ගැනීම සඳහා සෑම විටම අද සිදු වුණු සෑම දෙයක්ම යහපතකි. නැවතත් එය කල්පයකට පසුත් ඒ ආකාරයෙන්ම සිදු වනු ඇත යන්න තමා තුළ හොඳින් ධාරණය කර ගන්න. සිදුවුණු සෑම දෙයක්මත් කල්පයකට පෙරත් සිදු වුණා; කිසිම දෙයක් අළුත් දෙයක් නෙවෙයි! වසර 5000 කට පෙර මෙම යුද්ධය සිදු වුණා නැවතත් වතාවක් අනිවාර්යෙන්ම එය සිදු වනු ඇත. මෙම පිදුරු ගොඩ විනාශ විය යුතුයි. නිරන්තරයෙන් මේ ආකාරයෙන් නාටකය පිළිබඳ වූ අවධානයේ සිටින්න එවිට ඔබගේ ධාරණාව තව තවත් ශක්තිමත් වනු ඇත.

ගීතය: පිට ඈත දේශයේ සිටින්නා විදේශයකට පැමිණ ඇත…

ඕම් ශාන්ති. දරුවන් වන ඔබලා මීට පෙරත් දුර ඈත දේශයේ සිට මෙම විදේශයට පැමිණියා. මෙම විදේශයේ ජීවත් වන ඔබලා සිටින්නේ අසතුටිනුයි. මෙන්න මේ නිසා තමයි ඔබ තමාව තම දේශය තම නිවහන වෙත ගෙන යන්න කියා කන්නලව් කරන්නේ. ඔබ එසේ කන්නලව් කළා නේද? ඔබ බොහෝ කාලයක් තිස්සේ ඔහුව සිහිපත් කරමින් සිටියා. ඒ නිසා බාබාත් පැමිණෙන්නේ ලොකු සතුටකින්. තමන් යන්නේ තම දරුවන් ළඟටයි කියා ඔහු දන්නවා. රාග ගින්න මත අසුන් ගෙන සිට දැවී ගිය දරුවන්ව මම දැන් ගෙන ගොස් ඔවුන්ව ඔවුන්ගේ රාජ්‍යය වෙතට පිටත් කර හරිනවා. ඒ සඳහා මා ඔබව දැනුමින් සරසනවා. දරුවන් වන ඔබලා පියාටත් වඩා සතුටු විය යුතුයි. පියා පැමිණ සිටිනා නිසා ඔබලා දැන් ඔහුට අයිති විය යුතුයි. ඔබ ඔහුට ගොඩාක් ආදරය කළ යුතුයි. බාබා සෑම දිනකම ඔබට පැහැදිලි කර කියා දෙනවා. කතා කරන්නේ ජීවයයි: බාබා ඔබ පැමිණ සිටින්නේ නාටකයට අනුව වසර 5000 කට පසුවයි. ලොකු සතුටක ධනයක් අපට ලැබෙනවා. බාබා, ඔබ අපගේ සාක්කු පුරවනවා. ඔබ අපව අපගේ නිවහන වෙත. සාමයේ දේශයට ගෙන ගොස් පසුව අපේ රාජ්‍යය වෙතට අපව පිටත් කරවනවා. එමනිසා, එවන් අපිරිමිත සතුටක් තිබිය යුතුයි. පියා කියනවා: මේ පිට දේශයට මා පැමිණිය යුතුයි. පියාගේ චරිත කොටස ඉතාමත් ලස්සන අරුම පුදුම චරිතයක්. මෙම විදේශයට පැමිණි විට තවත් ඒ බව වැඩි වෙනවා. මේ කරුණු තේරුම් ගන්නේ ඔබලා පමණි. මෙම දැනුම පසුව අතුරුදහන්වී යනවා: එහි දී එහි අවශ්‍යතාවයක් නොමැත. බාබා කියනවා: ඔබ ඉතාමත් අඥානයින් බවට පත් වෙලා. ඔබ සෑම කෙනෙක්ම මෙම නාටකයේ නළුවන් වුණත්. පියාව දන්නේ නැහැ. කරන්කරවන්හාර් වන පියාවත් ඔහු කරන්නේ කුමක්ද යන්නත් ඔබව උනන්දු කරවන්නේ කුමක් සඳහා ද යන්නත් ඔබට අමතක වෙලා. ඔහු පැමිණෙන්නේ මුළු පැරණි ලෝකයම දිව්‍ය ලෝකයක් බවට පත් කරවීමටත් දැනුම දීමටත්ය. ඔහු දැනුමේ සාගරයයි. එමනිසා, ඔහු අනිවාර්යෙන්ම ඥානය දීමේ කාර්ය කරනවා. ඔබටත් එයම කිරීමට ඔහු දිරි ගන්වනවා: පියා මෙන්න මේ දේ කියනවා කියන පණිවිඩය සෑම කෙනෙක්ටම දෙන්න: ශාරීරික අවධානයට අතහැර දමා මා සිහිපත් කළ විට ඔබගේ පාප සියල්ල දුරු වී යනු ඇත. මම ඔබට ශ්‍රීමත් දෙනවා. සෑම ජීවයක්ම පාපකාරියි. මේ කාලයේ දී මුළු ගසම තමෝප්‍රධාන් වෙලා . එය සම්පූර්ණයෙන්ම දිරාපත් වෙලා. අණ කැළයක ගින්නක් ඇති වුණු විට සියල්ලම ගිණි ගෙන සම්පූර්ණයෙන්ම විනාශ වී යනවා. ගින්නක් නිවීමට කැළයක කොහෙන් වතුර හොයා ගන්නද? මෙම පැරණි ලෝකයත් ගිණි ගැනීමටයි යන්නේ පියා කියනවා: කිසිම දෙයක් අළුත් දෙයක් නොවෙයි. ඔබ විසින් සටහන් කර ගත යුතු ඉතාමත් හොඳ කරුණු පියා දැන් දෙනවා. අනිකුත් ආගම් වල සියලුම නායකවරුන් හුදෙක් පැමිණෙන්නේ තම ධර්මය ස්ථාපනය කිරීමට බව පියා පැහැදිලි කර දී තිබෙනවා. ඔවුන්ට ශාස්තෘවරයෙක් හෝ දූතයෙක් කියා කියන්න බැහැ. මෙය ඉතාමත් කල්පනාකාරීව ලිවිය යුතුයි. ශිව බාබා දරුවන්ට පැහැදිලි කර කියනවා සියලුදෙනාම සහෝදරයින්. සෑම පින්තූරයකමත් ඕනෑම ලිපියකත් ඔබ අනිවාර්යෙන්ම ශිව බාබා මෙය පැහැදිලි කරනවා යන්න ලිවිය යුතුයි. පියා කියනවා: දරුවනි, මා පැමිණ සිටින්නේ 100% ක් සතුට. සාමය හා

පාරිශුද්ධත්වය ඇති ස්වර්ණමය දේවතා ධර්මය ස්ථාපනය කිරීමටයි. මෙන්න මේ නිසා තමයි එය දිව්‍ය ලෝකය කියා කියන්නේ. එහි දුකක කිසිදු සේයාවක්වත් නැහැ. කොහොමනමුත්, අනිකුත් ආගම් සියල්ලෙහිම විනාශය සඳහා මා උපකරණයක් වෙනවා. ස්වර්ණමය යුගයේ ඇත්තේ එකම එක ධර්මයකි. මෙය නව ලෝකයයි. මා පැරණි ලෝකයේ විනාශය සඳහා දිරි ගන්වනවා. වෙන කිසිම කෙනෙක් මේ ව්‍යාපාරය කරන්නේ නැහැ. ශංකර් හරහා විනාශය සිදු වෙනවා කියා කියනවා. ලක්ෂ්මි හා නාරායන්ගේ ද්විත්ව ස්වරූපය වන්නේ විෂ්ණුයි. ප්‍රජාපිතා බ්‍රහ්මාත් සිටින්නේ මෙහිමයි. අපිරිසිදු මිනිසෙක්ව ඔහු පිරිසිදු සුර දේවතාවරයෙක් බවට පත් කරවනවා. මෙන්න මේ නිසා තමයි දේවතා ධර්මය ස්ථාපනය කරවනා බ්‍රහ්මා දේවතා කියන්නේ. මේ බාබා දේවතා ධර්මයේ පළමු කුමාරයා වනවා. ඔමනිසා, බ්‍රහ්මා මාර්ගයෙන් ස්ථාපනය සිදු වන අතර ශංකර් හරහා විනාශය සිදු වෙනවා. පින්තූර පෙනිවිය යුතුයි. මේ පින්තූර නිර්මාණය කර තිබෙන්නේ පැහැදිලි කර දීම සඳහායි. කිසිම කෙනෙක් එහි තේරුම දන්නේ නැහැ. ස්ව දර්ශන චක්‍රය යන්නෙහි අර්ථය ඔබට පැහැදිලි කර කියා දී තිබෙනවා. උත්තරීතර ජීවය වන උත්තරීතර පියා ලෝකයේ මුල, මැද හා අග ගැන දන්නවා. ඔහු තුළ සියලුම දැනුම තිබෙනවා. එමනිසා, ඔහු ස්වදර්ශනචක්‍රධාරී වෙනවා. මෙම දැනුම දිය හැක්කේ ඔහුට පමණයි කියා ඔහු දන්නවා. තමන් නෙළුම් මලක් වගේ විය යුතුයි කියා බාබා කියනා එකක් නැහැ. ස්වර්ණමය යුගයේදී ඔබ ජීවත් වන්නේ නෙළුම් වල් වගේයි. සන්‍යාසීන්ට එසේ කියන්නේ නැහැ. ඔවුන් වනගත වෙනවා. බාබාත් කියන්නේ එවුන් මුලදී ඉතාමත් පිරිසිදුවට සතෝප්‍රධාන්ව සිටියා. පාරිශුද්ධත්වයේ බලයෙන් ඔවුන් භාරතයට ආධාරයක් වුණා. භාරතය තරම් පිරිසිදු දේශයක් වෙන කොහේවත් තිබුණේ නැහැ. පියාගේ ගුණ ගැයෙනවා සේම භාරතයේත් ගුණ ගැයෙනවා. ලක්ෂ්මි හා නාරායන් භාරතය පාලනය කරනා කාලයේදී. එය දිව්‍ය ලෝකයක්. එතනින් පසුව ඔවුන් ගියේ කොහිද? ඒ ගැන දන්නේ ඔබ පමණයි. ඒ දේවතාවරුන් උපත් 84 ක් ගෙන වන්දනාකරුවන් බවට පත් වුණු කිසිම කෙනෙකුගේ සිහියට ඇතුළු වන්නේ නැහැ. තමන් දැන් වන්දනීය දේවතාවරුන් බවට පත්වී පසුව වන්දනාකරුවන්, සාමාන්‍ය මිනිසුන් බවට පත් වෙනවාය යන සම්පූර්ණ ඥානය ඔබට දැන් තිබෙනවා. මිනිස්සු මිනිස්සුමයි. පින්තූරවල පෙන්වා ඇති ආකාරයේ අමුතු ගණයේ මිනිස්සු කොටසක් කොහේවත් නැහැ. ඒ සියලුම පින්තූර අයිති භක්ති මාර්ගයටයි. ඔබගේ දැනුම අදෘශ්‍යමානයි. සෑම කෙනෙක්ම මේ දැනුම ගන්නේ නැහැ. මෙම දේවතා ගසෙහි පත්‍ර වන අය පමණයි මෙම දැනුම ගන්නේ. අන් අය ගැන විශ්වාස කරනා අය මෙම දැනුමට ඇහුම් කන් දෙන්නේ නැහැ. ශිවා හා දේවතාවරුන් වන්දනා කරනා අය පමණයි මෙහි පැමිණෙන්නේ. පළමුවෙන්ම ඔවුන් මාව වන්දනා කරනවා. පසුව ඔවුන් වන්දනාකරුවන් බවට පත්වුණු විට තම තමන්ව පවා වන්දනා කරන්න පටන් ගන්නවා. එමනිසා, වන්දනීය තත්ත්වයේ සිට වන්දනාකරුවන් බවට පත් වීමෙන් අනතුරුව තමන් දැන් නැවතත් වන්දනීය තත්ත්වයට පත් වෙනවාය යන සතුට ඔබ තුළ දැන් තිබෙනවා. මිනිස්සු ලොකු සතුටකින් සියල්ල සමරනවා. මෙහිදී මිනිස්සු සමරණ සතුට හරිම තාවකාලිකයි. එහි ඔබට අඛණ්ඩ සතුටක් තිබෙනවා. දීපමාලාව ඇත්තටම ඇත්තේ ලක්ෂ්මි දෙවඟනට ආරාධනා කිරීමටම නොවෙයි. දීපමාලාව සිදු වන්නේ මෞලි මංගල්‍යය දවසටයි. මේ කාලයේ සමරණ කිසිම උත්සවයක් එහිදී සැමරෙන්නේ නැහැ. එහි ඇත්තේ සතුටම පමණයි. මුලත්, මැදත්, අගත් පිළිබඳව ඔබ දැන ගන්නා එකම එක කාලය මෙයයි. මේ කරුණු සියල්ල ලියා ගන්න. සන්‍යාසීන් ලඟ ඇත්තේ හතා යෝගාව වන අතර මෙය රාජ යෝගාවයි. පියා කියනවා: සෑම පිටුවකම, පිටුවේ කොහේ හෝ අනිවාර්යෙන්ම ඔබ ශිව බාබා ගේ නම ලිවිය යුතුයි. ශිව බාබා දරුවන් වන අපට පැහැදිලිකර කියා දෙනවා. සියලුම අශාරීරික ජීව ශාරීරික ස්වරූපයෙන් මෙහි අසුන් ගෙන සිටිනවා. එමනිසා, පියාත් පැහැදිළි කළ යුත්තේ භෞතික ස්වරූපයකිනුයි. නැද්ද? ඔහු කියනවා: තමා ජීවයක් බව සලකා මා සිහිපත් කරන්න. ශිව බාබා තම දරුවන්ට කතා කරනවා. ඔහුම මෙහි දැන් පැමිණ සිටිනවා. ඕනෑම කෙනෙකුට කියවූ සැනකින් පැහැදිලිව මෙම දැනුම තේරුම් ගත හැකි වන ආකාරයට ප්‍රධාන කරුණු පොතක ලියා තැබිය යුතුයි. මන්ද මේ සියල්ල ශිව දෙවියන් විසින් කියූ දේවල් නිසා ඔවුන් ඒවා කියවා වින්දනයක් ලබාවි. මෙය බුද්ධියෙන් කළ යුතු දෙයක්. ඔබට මෙම දැනුම දීම සඳහා බාබාත් ශරීරයක් ණයටගත යුතුයි. මේ ජීවයත් ඇහුම් කන් දෙනවා. දරුවන් වන ඔබලා තුළ ලොකු කුල්මත්බවක් තිබෙනවා. පියා කෙරෙහි ලොකු සෙනෙහසක් තිබිය යුතුයි. මේ ඔහුගේ රථයයි. මෙය මොහුගේ උපත් ගණනාවක අවසාන උපතයි. ඔහු මොහුට ඇතුළු වී තිබෙනවා. බ්‍රහ්මා මාර්ගයෙන් ඔබ බ්‍රහමිණ්වරයෙක් වන අතර පසුව සාමාන්‍ය මනුෂ්‍ය තත්ත්වයෙන් දේවතාවරයෙක් බවට පත් වෙනවා. මෙම පින්තූරය ඉතාමත් පැහැදිලියි. ඔබගේ ඡායාරූපයක් ගෙන ඊට උඩින් හෝ ඒ ලඟින් ඔබගේම ද්විත්ව කිරුළු පළන් ඡායාරූපයකුත් තබා ගන්න. යෝගා බලය තුළින් අපි ඒ වගේ තත්ත්වයට පත් වෙනවා. ශිව බාබා සිටින්නේ ඉහළයි. ඔහුව සිහිපත් කිරීමෙන් අපි සාමාන්‍ය මනුෂ්‍ය තත්ත්වයෙන් දේවතාවරුන් බවට පත් වෙනවා. මෙය ඉතාමත් පැහැදිලියි. පාට පින්තූර ඇති

පොතක් හදා ගත්තොත් ඒවා දකිනා විට මිනිසුන්ට ආසා හිතේවි. දුප්පත් අයටත් එතරම් මිළ අධික නොවන ආකාරයේ පින්තූර කිහිපයක් මුද්‍රණය කර තබාගන්න. නිසිලෙස අර්ථය අඩංගු වන සේ ලොකු පින්තූර ටිකක් පොඩි කර ටික කලකින් තවත් පොඩි කර මුද්‍රණය කර ගත හැකියි. ගීතාවේ දෙවියන්ගේ පින්තූරය තමයි ප්‍රධානම එක. ඔවුන්ගේ ගීතාව මත ක්‍රිෂ්ණාගේ පින්තූරයත් අපේ ගීතාව මත ත්‍රිමූර්ති ශිවාගේ පින්තූරයත් තබා ගතහොත් අන් අයට පැහැදිලි කිරීම තවත් පහසු වේවි. ප්‍රජාපිතා බ්‍රහ්මාගේ දරුවන් වන බ්‍රහමිණ්වරුන් සිටින්නේ මෙහියි. ප්‍රජාපිතා බ්‍රහ්මා කෙනෙක් සූක්ෂම ලෝකයේ නැහැ. දේව බ්‍රහ්මාට නමස්කාර වේවා . විෂ්ණු දෙවියන්ට නමස්කාර වේවා කියා මිනිස්සු කිව්වාත් දෙවිවරුන් කියන්නේ කවුරුන්ද ? මෙහි පාලනය ගෙන ගියේ දේවතාවරුනුයි. ඒ කාලයේ තිබුණේ දේවතා ධර්මයයි. මේ සියල්ල ඉතාමත් පැහැදිලිව කියා දිය යුතුයි. බ්‍රහ්මා විෂ්ණු වන අතර විෂ්ණු බ්‍රහ්මා වෙනවා. දෙදෙනාම සිටින්නේ මෙහියි. ඒ පින්තූර ඔබ ළඟ තිබෙනවා. එමනිසා, ඒවා පැහැදිලි කර දිය හැකියි. පළමුවෙන්ම ඇල්ෆා යන්න සනාත කරන්න එවිට සියල්ල ඔප්පුවේවි. පැහැදිලි කිරීමට කරුණු රාශියක්ම ඔබටතිබෙනවා. අන් සෑම කෙනෙක්ම එන්නේ ඔවුනොවුන්ගේ ආගම් ස්ථාපනය කිරීමටයි. ස්ථාපනයත් විනාශයත් කියන කාර්යයය් කෙටම පියා දැනුම දෙනවා. හරි නමුත් සියල්ල සිදු වන්නේ නාටකයට අනුවයි. බ්‍රහ්මාට කතා කළ හැකියි. නමුත් විෂ්ණුට කතා කරන්න පුළුවන්ද? සූක්ෂම ලෝකයේ ඉදන් ඔහු මොනවා කියන්නද? මේ සියළු කාරණා අවබෝධ කර ගත යුතුයි. මෙවන් කරුණු සියල්ලම මෙහිදී අවබෝධ කර ගත් පසු ඔබලාව ඉහළ පන්තියකට මාරු කර හරිනවා. එවිට ඔබ වෙනත් පන්ති කාමරයකට යනවා. අශාරීරික ලෝකයේ පමණක් ඉදගෙන ඉන්න යන්නේ නැහැ. පසුව අනුපිළිවෙලකට පහළට පැමිණිය යුතුයි. විශේෂයෙන් අවධාරණය කළ යුතු එක් වැදගත් සාධකයක් තිබෙනවා: මීට කල්පයකට පෙරත් මෙය මේ ආකාරයෙන්ම සිදු වුණා. මෙවන් සම්මන්ත්‍රණ ආදියත් කල්පයකට පෙර සිදු වුණා . එවන් කරුණු එවිටත් මතු වුණා. අද සිදු වන සියල්ල යහපත් නැවතත් එය තවත් කල්පයකට පසුවත් සිදු වේවි. මේ ආකාරයෙන් තේරුම් ගනිමින් ශක්තිමත් වන්න. සහරා වල මෙවන් දේවල් මුද්‍රණය කරන්න කියා බාබා කියා තිබෙනවා: සිදු වීමට යන යුද්ධය අළුත් දෙයක් නොවෙයි. වසර 5000 කට පෙරත් එය සිදු වුණා. මේ කරුණු තේරෙන්නේ ඔබටම පමණයි. පිට අයට මේවා තේරුම් ගන්න බැහැ. ඔවුන් නිකම් මේවා හරි හොඳ කරුණු කියා කියනවා. හොඳයි අපි වෙන වෙලාවක එන්නම් කෝ තේරුම් ගන්න. “ශිව බාබා දරුවන්ට කතා කරනවා”: වගේ වචන සෑම තැනම ලියා තිබෙනවා නම් ඔවුන් පැමිණ සියල්ල තේරුම් ගනීවි. ප්‍රජාපිතා බ්‍රහ්ම කුමාරයින් හා කුමාරියන් යන නම මෙහි ලියා තිබෙනවා. බ්‍රහමිණ් වරුන් නිර්මාණය වන්නේ ප්‍රජාපිතා බ්‍රහ්මා මඟිනුයි. දේවතාවරුන් බවට පත් වීමට සිටිනා බ්‍රහමිණ්වරුන්ට නමස්කාර, කියා කියනවා. කුමන බ්‍රහමිණ්ද ? බ්‍රහ්මාගේ දරුවන් යනු ඇත්තටම කවුද කියා බ්‍රහමිණ් පූජකවරුන්ට පැහැදිලි කර කියා දෙන්න. ප්‍රජාපිතා බ්‍රහ්මාට දරුවන් රාශියක් සිටිනවා. එමනිසා, අනිවාර්යෙන්ම ඔවුන්ව මෙහිදි සොයා ගන්න ඇති. ඔබගේ වංශයට අයිති අය ඉතාමත් හොඳින් මේවා තේරුම් ගනීවි. ඔබලා පියාගේ දරුවන් වෙලා. පියා බ්‍රහ්මාවත් සොයා ගත්තා. නැතිනම්, ශරීරයක් ඇති අයෙක් කොහෙන් මතු වන්නද? බ්‍රහමිණ්වරුන් වන ඔබලාට පමණයි මේ දේවල් තේරෙන්නේ: සන්යාසීන්ට තේරෙන්නේ නැහැ. ආජමීර් වල බ්‍රහමිණ් පූජකවරුන් සිටිනවා නමුත් හරිද්වාර් වල සිටින්නේ සන්යාසීවරුන් පමණයි. බ්‍රහමිණ් මහපෙන්වන්නන් සිටිනවා. නමුත් ඔවුන් මුදලට කෑදරයි. ඔවුන්ට කියන්න: ඔබලා භෞතික මඟ පෙන්වන්නන්ය: දැන් ආධ්‍යාත්මික මඟ පෙන්වන්නන් වන්න. ඔබලාටත් කියන්නේ මඟ වෙන්වන්නන් කියලයි. “පාන්ඩව හමුදාව” කියන්නේ කුමක්ද කියා ඔවුන්ට තේරෙන්නේ නැහැ. පාන්ඩවයින්ගේ මූලිකයා බාබායි. ඔහු කියනවා: දරුවනි, නිරන්තරයෙන් මා පමණක් සිහිපත් කරන්න එවිට ඔබගේ පාප දුරු වී ගොස් නිවස බලා යාමට ඔබට හැකිවේවි. පසුව අමරණීය දේශය වෙ වූ ලොකු වන්දනාවක් ඇති වේවි. අශාරීරික ලෝකයට ඇති වන්දනාවත් ලොකුම වන්දනාවක් වේවි. සෑම ජීවයක්ම මදුරු රූනක් සේ පියාසර කර යාවි. මීමැසි රජිණ කොහේ හෝ යන විට අන් සෑම මී මැස්සෙක්ම ඇය පසුපස යනවා. හරි පුදුමයි සියලුම ජීවීන් මදුරු රැනක් සේ පියාසර කර යාවි. ශිව පෙරහැර ඒකයි. ඔබ සෑම කෙනෙක්ම මනාලියන් වන අතර මනාලයා වන මා එබව ගෙදර ගෙන යාම සඳහා පැමිණිය යුතුයි. ඔබලා කිලිටි වෙලා. අන්න ඒ නිසා තමයි ආපසු ගෙදර ගෙන යාමට පෙ මා ඔබව පිරිසිදු කර ලස්සනට සරසවන්නේ. හොඳට සැරසෙන්නේ නැති අයට දඬුවම් විදීමට සිදු වේවි. සෑම කෙනෙක්ම ගෙදර යා යුතුයි. මිනිස්සු කාෂි වලට තමන්ව බිලි දෙනවිට එක් තත්පරයකින් ලොකු දඬුවමක් විදිනවා. මිනිස්සු සෑහෙන්න අඩනවා. මෙහිදීත් ඒ වගේම වේවි. ඒ වෙලාවට උපත් ගණනාවක දඬුවම් විදිනවා වගේ දුකක් මිනිසුන්ට අත් විඳීමට සිදු වේවි. ඒ මොහොතේදී දැනෙනා දුක උපත් ගණනාවක කළ පවු වෙනුවෙන් විඳීමට සිදුවන දඬුවමක් වගේ දැනේවි. විඳීමට සිදුවන දඬුවම් ප්‍රමාණය වැඩිවන තමට, ඔබගේ තත්ත්වය තව තවත් අඩු වේවි. මෙන්න මේ නිසා තමයි බාබා කියන්නේ: යෝගා

බලයෙන් ඔබගේ ගිණුම පියවා ගන්න. දිගින් දිගටම ස්මරණ ශක්තිය වැඩි කර ගන්න. දැනුම හරිම පහසුයි. දැන් දැනුමේ නිවැරදි වෙමින් සෑම ක්‍රියාවක්ම කරන්න. සුදුසු අයට දැනුම දානය කරන්න. පාපකාරී ජීවයකට දානයක් දුන් විට, දන් දුන් කෙනාටත් එහි විපාකය විඳීමට සිදු වෙනවා. ඔහුත් පව්කාරයෙක් වෙනවා. තමන් දෙන දානයෙන් ගිහින් පවක් කරනා කෙනෙක්ට ඔබ කවදාවත් කිසිම දෙයක් නොදිය යුතුයි. පව් කාරයින්ට දෙන්න සූදානම්ව සිටින්නන් ලෝකයේ ඕනෑ තරම් සිටිනවා. ඒනිසා, ඔබ තවදුරටත් ඒ දේ නොකළ යුතුයි. 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. දැන් කරනා සෑම ක්‍රියාවක්ම දැනුමේ නිවැරදිතාවය මත ඉදිමින් කරන්න. සුදුසු අයට පමණක් දන් දෙන්න. පාපකාරී ජීව සමඟ කිසිම මුදල් ගනුදෙනුවක් තබා ගන්න එපා. ඔබගේ පරණ කර්ම බන්ධන යෝගා බලයෙන් ගෙවා දමන්න.
2. අපරිමිත සතුටක් විඳීම සඳහා තමාට මෙසේ කියා ගන්න : බාබා, ඔබ පැමිණ සිටින්නේ අපට අපිරිමිත සෙනෙහස වස්තුව ලබා දීමටයි. ඔබ අපගේ සාක්කු පුරවනවා. පළමුව අපි ඔබ සමඟ සාම දේශයට ගොස් පසුව අපේ රාජ්‍යය වෙත එන්නම්.

වරදානය: ඔබ ලොවට යහපත සළසන්නෙකු වී ගැටළු විසඳුම් බවට පරිවර්තනය කරත්වා.
"මම ලොවට යහපත සළසන්නෙක්මි." දැන් මෙම උසස් හැඟීමේ හෝ ආශාවේ උසස් සංස්කාරය මතු වීමට ඉඩ හරින්න. මෙම උසස් සංස්කාරය ඉදිරියේ සීමිත සංස්කාර ඉබේටම අවසන් වේ. ගැටළු විසඳුම් බවට පරිවර්තනය වේ. දැන් සටන් කිරීමට ඔබේ කාලය නාස්ති නොකරන්න, නමුත් ජයග්‍රාහී වීමේ සංස්කාර මතු කරවන්න. සේවය කිරීම සඳහා දැන් සියල්ල භාවිත කරන්න, එවිට ඔබ වෙහෙස වී වැඩ කිරීමෙන් නිදහස් වනු ඇත. ගැටළු වලට යාම වෙනුවට, දාන පිරිනමන්න, ආශීර්වාද පිරිනමන්න, එවිට ඔබේ නරක ග්‍රහ අඵල ඉබේටම අවසන් වනවා ඇත.

පාඨය: ඕනෑම කෙනෙකුගේ දුර්වලතා හෝ අඩුපාඩු ගැන කතා කිරීම වෙනුවට, ගුණධර්ම වල ප්‍රතිමූර්තියක් වී ගුණධර්ම ගැන පමණක් කතා කරන්න.

***** ඕම් ශාන්ති *****

අව්‍යක්ත සංඥාව: සහජ යෝගීවරයෙක් වීම සඳහා, පරමාත්ම දෙවියන්ගේ සෙනෙහසේ අත්දැකීම් ලබන්න.

පියාට ඔය දරුවන් කෙරෙහි ඇති සෙනෙහස කෙතරම්ද යත්, ඔහු අම්රිත් වේලාවේ සිට සෙනහසින් ඔබව පෝෂණය කරයි. දවසේ ඇරඹුම කෙතරම් උසස්ද යත්, පරමාත්ම දෙවියන් ඔහු විසින්ම ඔබව කැඳවන්නේ ඔහු සමඟ හමුවක් සැමරීමට, ඔබත් සමඟ හදවතින් හදවතට කතාබහක යෙදීමට සහ ඔබව බලයෙන් පිරවීමටයි. පියාගේ සෙනෙහසේ ගීත උදෑසනින් ඔබව අවදි කරවයි. ඔහු ඔබව අමතා බොහෝ සෙනහසින් ඔබව අවදි කරයි : මිහිරි දරුවනි, ආදරණීය දරුවනි, එන්න! මෙම සෙනෙහසේ පෝෂණයේ ප්‍රායෝගික ස්වරූපය පහසු යෝගී ජීවිතයකි.