29-06-2026 **උදෑසන මුරලි** **ඕම් ශාන්ති** **බාප්දාදා** **මධුබන්**

සාරය: සුමිහිරි දරුවනි, ඔබ නිරන්තරයෙන්ම ඔබ ජීවයන් බව සලකා ජීවයන් අමතා කතා කළ යුතුයි. එවිට මල් වන ඔබ නිරන්තරයෙන්ම ඉතාමත් සුගන්ධවත් අය බවට පත්ව ශරීර අවධානය නම් වූ දුගඳ ඔබෙන් පහ වී යනු ඇත.

ප්‍රශ්නය: සෑම තැනම තම සුගන්ධය පතුරුවනා සැබෑ මල් හා පළඟැටියන් වන්නේ කවුද?

පිළිතුර: මල් වන්නේ අන් අයවත් තමා මෙන් සුගන්ධවත් මල් බවට පත් කරවන්නන්ය. ශ්‍රීමත් අනුගමනය කරනා හා තම ජීවිතය පහන් දැල්ල වෙත පූජා කරනා එනම්, සැබෑ මල් වල සුවඳ දසත විහිදෙන්නාක් සේ සම්පූර්ණයෙන්ම තමාව කැප කරවා ජීව මරණයක් ලබනා සැබෑ පළඟැටියන්ගේ සුගන්ධය නිරායාසයෙන්ම සෑම තැනම ව්‍යාප්ත වී පැතිරෙනු ඇත.

ගීතය: පළඟැටි රෑන තුළ පහන් දැල්ල දැල් වී ඇත.

ඕම් ශාන්ති. ඔබ ආධ්‍යාත්මික පළඟැටියන් ගීතයට ඇහුම් කන් දුන්නා. පළඟැටියන් කියා කිව්වත්, මල් කියා කිව්වත් දෙකම එකයි. තමන් නියම වශයෙන් පළඟැටියන් බවට පත් වී තිබෙනවාද නැති නම් හුදෙක් පහන් දැල්ල වටා කැරකී වටයක් ගොස් එය අමතක කර දමා ඈතට යන ආකාරයේ අයද යන්න දැන් ඔබට තේරුම් ගත හැකියි. තමන් කොතරම් දුරට මලක් බවට පත් වී තිබෙනවාද කියා ඔබ සෑම කෙනෙක්ම තමන්ගෙන් අසා ගත යුතුයි. ඔබ අන් අයවත් මල් බවට පත් කර තිබෙනවාද? පියා ඥාන සාගරය වන බව ඔබ දන්නවා. ඔහු ළඟ ඉතාමත් හොඳ සුගන්ධයක් තිබෙනවා! හොඳ මල් වල හා පළඟැටියන් තුළ ඉතාමත් හොඳ සුගන්ධයක් තිබිය හැකියි. ඔවුන් නිරන්තරයෙන්ම සතුටින් සිටිනා අතර අන් අයවත් තමා මෙන් මල් හා පළඟැටියන් බවට පත් කරවයි. මල් නොවේ නම් ඔවුන් මල් පොහොට්ටු බවට පත් කරවයි. සැබෑ පළඟැටියන් යනු ජීව මරණයක් ලබන්නන්ය. ඔවුන් තමාව පූජා කරනවා. එනම්, ඔවුන් පියාගේ දරුවන් බවට පත් වේ. ධනවත් කෙනෙක් දුප්පත් අයෙකුගේ දරුවෙක් හදා ගන්න ගත් විට එම දරුවා සෑම විටම තමාව හදා ගැනීමට ගත් දෙමාපියන්ව පමණක් සිහිපත් කරනා අතර අනෙක් දුප්පත් දෙමාපියන්ව අමතක කර දමයි. තමාගේ දෙමාපියන් දුප්පත් බව ඔහු දන්නවා. නමුත්, තවමත් තමාට ධනයක් ලබාදෙන ධනවත් දෙමව්පියන් ගැන පමණක් සිහිපත් කරයි. මුක්තියේ දේශය වෙත යාම සඳහා පූජකවරුන් හා සන්‍යාසීන් ආධ්‍යාත්මික වට පිටාවක් ගොඩනගා ගත්තා. සියලුම දෙනා මුක්තිය ලබා ගැනීම සඳහා උත්සාහ දරණවා. කොහොමනමුත්, මුක්තිය යන්නෙහි අර්ථය ඔවුන් දන්නේ නැහැ. ඇතැම් අය ආලෝකයක් හා එකතු වෙනවා කියාත් කියනවා. අනෙක් අය විශ්වාස කරන්නේ තමන් නිර්වාණ දේශයෙන් එහාට යන බවයි. නිර්වාණ දේශය වෙත යනවා යනු ආලෝකය සමඟ එකතු වීමක් නොවෙයි. තමන් ඉතා ඈත දුර දේශයෙහි නිවැසියන් බව ඔබ දන්නවා. මෙම අපිරිසිඳු ලෝකයේ සිටීමෙන් තමන් පත් වන්නේ කිනම් තත්ත්වයකටද කියා ඔබ දන්නවා. කෙනෙක් මුණ ගැසුණු විට මෙම නාටකය කල් තබාම තිරණය වුවක් බවත්, ඔවුන්ට පැහැදිලි කර දෙන ලෙස ඔබට කියා දී තිබෙනවා. ස්වර්ණමය, රිදී, තඹ හා කලි යුගයත්, පසුව මෙම සංගම යුගයත් තිබෙනවා. ස්වර්ණම යුගයට පසුව, ස්වර්ණම හා රිදී යුගයේ සංගමයකුත් තිබෙන බව සඳහන් කර තිබෙනවා. ඒ යුග වෙනස් වීමක් නමුත් මෙතන සිදු වන්නේ කල්පයේ වෙනස් විමක්. මිනිස්සු විශ්වාස කරන ආකාරයෙන් පියා සෑම යුගයකදිම පැමිණෙන්නේ නැහැ. පරමාත්ම පියා කියනවා සෑම කෙනෙක්ම තමෝප්‍රධාන් වූ විට එනම්, කලි යුගයේ අවසානයේ දි බිහිවන සංගම යුගයේ දි තමයි මම පැමිණෙන්නේ. සෑම යුගයක්ම අවසානයක් කරා පැමිණෙනවාත් සමඟම කලාවන් අඩුවෙන්න පටන් ගන්නවා. ග්‍රහ බලපෑම් දරුණු වූ විට මම පැමිණෙමි. මම සෑම යුගයකදිම පැමිණෙන්නේ නැහැ. පියා පැමිණ පළඟැටියන් වන ඔබට උගන්වනවා. පළඟැටියන්ගේත් අනුපිළිවෙලක් තිබෙනවා. ඇතැම් අය සම්පූර්ණ ජීව මරණයක් ලබනා අතර අනික් අය දැල්ල වටේ ගොස් පිට වී යනවා. ශ්‍රීමත් අනුගමනය කිරිමේ හැකියාව ඇත්තේ ඔබට පමණයි. ඔබ ශ්‍රීමත් අනුගමනය කළේ නැත්නම් මායා ඔබව බිමටම වට්ටා දමාවි. ශ්‍රීමත් සම්බන්ධයෙන් කෙරෙනා බොහෝ ගුණ ගායනාවන්ද තිබෙනවා. ශ්‍රීමත් භගවත් ගීතාව කියා කියනවා. පසු කලෙක ග්‍රන්ථ සම්පාදනය කළ අය ළඟ තිබුණේ රජෝ බුද්ධියක්. එමනිසා, ක්‍රිෂ්ණා තඹ යුගයේදි පැමිණියා යැයි ඔවුන් සඳහන් කර තිබෙනවා. ආදි සනාතන දේවී දේවතා ධර්මය අතුරුදහන් වී අන් සියලු ආගම් පවතිද්දී මම පැමිණෙමි. දේවතා ධර්මයේ මානව ජීවයන් අතුරුදහන් වන්නේ නැහැ. එතන සිදුවන්නේ තමන් දේවතා ධර්මයට අයත්ය යන්න ඔවුන්ට අමතක විම පමණයි. තමන්ගේ ආගම හින්දු

ධර්මය යැයි ඔවුන් කියනවා. මෙයත් නාටකයේ තීරණය වී ඇති දෙයක්. ඔවුන් විසින් මෙය අමතක කළ දවසට තමයි නැවතත් වතාවක් දේවතා ධර්මය ස්ථාපනය කිරීම සඳහා මම පැමිණෙන්නේ. දුක් සහිත දේශයේ පාලකයින් වශයෙන් සිටිනා ඔබව සතුටු දේශයේ පාලකයින් බවට පත් කරවන්නේ එකම එක පියා පැමිණි විට පමණයි. අපි දැන් අපායේ රජවරුන් කියා ඔබ කියාවි. ලෝකය තමෝප්‍රධාන් විය යුතුයි. සැම කෙනෙක්ම අපිරිසිඳුයි. ඒ නිසා ඔවුන් පිරිසිඳු අය ඉදිරියේ වැඳ වැටී නමස්කාර කරනවා. පරම පියා කියනවා දැන් ශ්‍රීමත් අනුගමනය කරන්න! නැති නම් ඔබට වේදනාවෙන් අඬන්න සිදු වේවි. කළ පාප විශාල ප්‍රමාණයක බරක් දැන් හිස මත පැට වී තිබෙනවා. තමා විසින් කරන ක්‍රියාවල ඵලයෙන් ජීවාත්මය නිදහස් යැයි ඔවුන් විශ්වාස කරනවා. නමුත් නැහැ. සතුට හා දුක අත්විඳින්නේ ජීවාත්මයයි. කිසිම කෙනෙක්ට මෙය තේරෙන්නේ නැහැ. ඉරණම ඉතා ඉහළ බව බාබා නැවත නැවතත් ඔබට කියා දෙනවා. ඔබ අසතුටට පත් වී සිටින නිසා තමයි දැන් මේ මොහොතේදි ඔබට උත්සාහ දරන්න සිදු වී තිබෙන්නේ. ස්වර්ණමය යුගයේදී තමන් ඉතාමත් සතුටින් සිටිනා බව ඔබ දන්නවා. දුකින් පිරි දේශයට තමන්ට යන්න තිබෙනා බව එහිදි ඔබ දන්නේ නැහැ. තමන් සතුටට පැමිණියේ කෙසේද යන්නවත්, තමන් උපත් කීයක් ගන්නවාද යන්නවත් ඔබ දැනගෙන සිටියේ නැහැ. දැන් ඔබ මෙය තේරුම් ගන්නවා. එමනිසා, වඩාත් උසස් වන්නේ කවුද? ඔබ පරමාත්ම දෙවියන්ගේ දරුවන් වන නිසා පරමාත්ම දෙවියන් මෙන් ඔබත් දැනුමෙන් පිරුණු අයයි. ඔබ දැන් දෙවියන්ගේ දරුවන් වී සිටිනා නමුත් ඔබ එකිනෙකා තුළ යම් යම් අඩු වැඩිතාවයන් පවතිනවා. ඇතැම් අය ඉතාමත් ලොකු කුල්මත්භාවයකට පත් වී අඛණ්ඩවම බාබාගේ උපදෙස් පිළිපදිනා ලෙස තමන්ව සපත කර ගන්නවා. උපදෙස් අනුගමනය කළ තරමට ඔබ උසස් වනු ඇත. පියා මෙතන වාඩි වී පෞද්ගලිකවම දරුවන් වන ඔබ අමතා කතා කර කියනවා දරුවනි, ශරීර අවධානය අත් හරින්න! ජීවාත්ම අවධානයට පත් වී මා පමණක් සිහි කරන්න! පියා නිරන්තරයෙන්ම සතුට පිරිනමන්නා වේ. පියා විසින් දුකක් ගෙන දෙනවා කියා දෙයක් සිදුවන්නේ නැහැ. දරුවන් දුක් විඳින්නේ තමා විසින් කරනා වැරදි ක්‍රියා නිසාවෙනි. පියාට බැහැ දුක් දෙන්න. මිනිස්සු කියනවා දෙවියනි අපේ පරම්පරාව ගෙන යාම සඳහා අපට පුතෙක් ලබා දෙන්න. පිරිමි දරුවන් කෙරෙහි ඔවුන් තුළ ලොකු ආදරයක් තිබෙනවා. තමා විසින් කරන ලද ක්‍රියා නිසා ඔවුන් දැන් දුක් විඳිනවා. පියා දැන් දරුවන් වන ඔබ ඉතාමත් සතුටට පත් කරවනවා. ඔහු කියනවා ශ්‍රීමත් අනුගමනය කරන්න. යක්ෂ උපදෙස් අනුගමනය කිරීමෙන් ඔබ දුක් විඳින්න පටන් ගන්නවා. තමාගේ පියා, ගුරුවරයා හෝ වැඩිහිටියෙක් කියන දේට ඇහුම්කන් නොදීමෙන් දරුවන් දුකේ වැටෙනවා. තමන්ම තමන්ට දුක් ගෙන්වා ගන්නවා, ඔවුන් මායාට අයිති වෙනවා. දෙවියන්ගේ උපදෙස් ඔබට ලැබෙන්නේ දැන් මේ කාලයේදීයි. දෙවියන්ගේ උපදෙස්වල ඵලය උපත් 21ක් පුරා පවතින අතර පසුව කල්ප භාගයක් පුරාම ඔබ මායාගේ උපදෙස් අනුගමනය කරනවා. ඔබට උපදෙස් දීම සඳහා පරමාත්ම දෙවියන් පැමිණෙන්නේ එකම එක වතාවයි. කල්ප භාගයක් පුරාම ඔබට මායා උපදෙස් ලබා දෙමින් සිටියා. පරමාත්ම පියා ඔබට උපදෙස් දෙන්නේ එක් වතාවයි. මායාගේ උපදෙස් අනුගමනය කිරීමෙන් ඔබ 100% ක්ම ආවාසනාවන්ත තත්ත්වයට පත් වී තිබෙනවා. ඉතාමත් හොඳ මල් එම කුල්මත් බවින් සිටිනු ඇත. එහි අනුපිළිවෙලක් තිබෙනවා, ඇතැම් පළඟැටියන් පරමාත්ම පියාට අයත් වී ඔහුගේ ශ්‍රීමත් අනුගමනය කරන්න පටන් ගන්නවා. ගිණුම් සටහන් කර ගන්නේ දුප්පත් දරුවන් පමණයි. පොහොසත් දරුවන් තම මුදල් කවුරු හෝ විසින් රැගෙන යාවි කියා බියෙනුයි සිටිනුයේ. ධනවත් අයට මෙය ඉතාමත් අපහසු දෙයක්. පියා කියනවා දුප්පතුන්ගේ ස්වාමියා මමයි. දාන දෙන්නේ සැම විටම දුප්පත් අයටයි. හාල් මිටක් දී මාළිගාවක් තෑගි ලද සුදාමා පිළිබඳ උදාහරණය තිබෙනවා. ඔබත් දුප්පත්. උදාහරණයක් වශයෙන් කියනවා නම් කෙනෙක් ළඟ තිබෙන්නේ රුපියල් 25ක් හෝ 50ක් විය හැකියි. එයින් ඔහු පැන්ස 20ක් 25ක් බාබාට දුන්නත්, ධනවත් කෙනෙක් රුපියල් 50,000 දුන්නත් ඒ දෙකම එක සමානයි. 'දුප්පතුන්ගේ ස්වාමියා' යන නම සිහිපත් කරන්නේ අන්න ඒ නිසායි. ධනවත් අය කියනවා අපිට වේලාව නැහැ! ඒ ඔවුන් තුළ සම්පූර්ණ විශ්වාසය නොමැති නිසයි. ඔබ දුප්පත්. දුප්පත් අයට ධනය ලැබුණු විට ඔවුන් සතුටට පත් වෙනවා. මෙහිදි දුප්පත්ව සිටිනා අය එහිදී ධනවත් වන බවත්, මෙහදී ධනවත්ව සිටිනා අය එහිදි දුප්පත් වන බවත් බාබා පැහැදිලි කර කියා දී තිබෙනවා. බොහෝ අය අසනවා අපි යගියාව රැක බලා ගත යුතුද? නැතිනම් පවුල රැක බලා ගත යුතුද? බාබා කියනවා ඔබගේ පවුල ඉතාමත් හොඳින් රැක බලා ගන්න. මේ කාලයේදි ඔබ දුප්පත්ව සිටිනා එක හොඳයි. පොහොසත්ව සිටියා නම් පියාගෙන් සම්පූර්ණ උරුමය ලබා ගන්න ඔබට නොහැකි වේවි. සන්යාසීන් මෙහෙම කියන්නේ නැහැ. ඔවුන් සල්ලි අරගෙන තම දේපළ හදා ගන්නවා. ශිව බාබා මෙය කරන්නේ නැහැ. දරුවන් වන ඔබ මෙම ගොඩනැගිලි ආදිය සෑදුවේ තමන් විසින්මයි. මේ වෙන කාගේවත් දේපළක් නොවෙයි. මේ සියල්ල තාවකාලිකයි. මන්ද, අවසානයේදි සැම දරුවෙක්ටම මෙහි පැමිණ නවතින්න සිදු වෙනවා. අපේ ස්මාරකයත් තිබෙන්නේ මෙහියි. එමනිසා, අවසානයේදි ඔබ මෙහි

පැමිණ විවේක ගනිවි. නිවැරදිව යෝගාවෙහි සම්බන්ධව සිටිනා අය පියා ලඟට දුවගෙන ඒවි. ඔවුන්ට උදව් ලැබෙනු ඇත. පියාගෙන් ඔබට නොසැහෙන සේ උදව් ලැබෙනවා. ඔබ මෙහි ඉඳගෙන විනාශය දෙස බලමින් සිටිවි. ආරම්භයේදි බාබා දරුවන් වන ඔබව විනෝදමත් කළාක් සේ අවසානය දක්වා බාබා ඔබව විනෝදමත් කරාවි. ඔබ පාරාදීසයක සිටිනවාක් සේ වන මහා සෙනෙහසක් ඔහු ඔබට දෙනු ඇත. ඔබ දිගින් දිගටම වඩාත් සමිපයට පැමිණෙනු ඇත. තමන් දැන් සිටින්නේ වන්දනාවක යැයි ඔබට වැටහේවි. කෙටි කාලයකින් විනාශය සිදුවනු ඇත. ඔබ වඩාත් සතුටට පත් වනු ඇත අපි දැන් මෙතනින් ගොස් කුමාරවරුන් බවට පත් වනු ඇත. මල් වර්ග රාශියක් ඇත. තමන් කොපමණ ප්‍රමාණයකින් දැනුමේ සුගන්ධය පතුරනවාද යන්න ඔබ සැම කෙනෙක්ම දැන ගත යුතුයි මම දැනුම හා යෝගා ගැන කියා දෙන්නේ කා හටද? මෙය කරනා අය අභ්‍යන්තරයෙන් ලොකු තෘප්තියකින් සිටිනවා. ඔහුගේ තත්ත්වය කුමන ආකාරයේ එකක්ද, ඔහුට කොපමණ දුර හොඳ පිම්මක් පනින්න පුළුවන්ද යන්න එවිට බාබා දන්නවා. පළහැටියන් බවට පත්ව සිටි අයට පිම්මක් පැන යා හැකි වේවි. පරම පියා පැහැදිලි කර කියා දෙනවා මායාගේ බොහෝ කුණාටු ඒවි. ඔබ ඒවායින් තමන් ආරක්ෂා කර ගත යුතුයි. උත්තරිතර පියා වන උත්තරීතර ජීවාත්මය දැන් පැමිණ ඔබට රාජයෝගා උගන්වනවා. උත්තරීතර ජීවාත්මය පැමිණ ජීවාත්ම වන ඔබට උගන්වනවා. පරමාත්ම දෙවියන්, පරමාත්ම පියා පැමිණ ජීවාත්ම වන අපට කියා දෙනවාක් සේම තමන් දැන් මේවා පැහැදිලි කර කියා දෙන්නේ තමාගේ සහෝදර ජීවයට බව ජීවය දන්නවා. මමත් (බ්‍රහ්මා) ජීවයක්. බාබා මට උගන්වනා අතර පසුව මම අනිත් ජීවයන්ට උගන්වනවා. කොහොමනමුත්, ජීවාත්ම බවට පත් වීමේ විශ්වාසය නොමැති නිසා මිනිස්සු තමන් මනුෂ්‍යයින් යැයි සලකා මනුෂ්‍යයන්ට උගන්වනවා. උත්තරීතර ජීවාත්මය වන මම ජීවාත්ම වන ඔබට කතා කරමි. ඔබ මෙම දැනුම ජීවයන්ට කියා දෙනවා. ජීවාත්ම අවධානයට පත් වී ඔබ මෙම දැනුම අන් අයට කියා දුන්නොත් ඊතලය නිවැරදි ඉලක්කය වෙත යනු ඇත. ජීවාත්ම අවධානයට පත් වීමේ අපහසුවක් ඔබට තමන්ට තිබෙනවා නම් වෙනත් කිසිම කෙනෙක් උනන්දු කරන්නවත් ඔබට බැරි වේවි. මෙම ඉරණම ඉතාමත් ඉහළයි. තමන් දැන් තමාගේ ඉන්ද්‍රියන් හරහා මේවාට ඇහුම්කන් දෙන බව ඔබගේ සිහියේ තිබිය යුතුයි. පරමාත්ම පියා කියනවා මම ජීවාත්ම (දරුවන්) වන ඔබට කතා කරමි. බාබාගේ අණ නම් අශාරීරික වන්න! ශරීර අවධානය අතහැර දමා මා සිහිපත් කරන්න! මෙය ඔබගේ සිහියේ තිබිය යුතුයි. මම කතා කරන්නේ ජීවාත්මයන්ටයි, ශරීර වලට නොවෙයි. කෙනෙක් ගැහැණු කෙනෙක් වුවත් මම කතා කරන්නේ ජීවාත්මයටයි. තමන් දැන් බාබාට අයිති අය බව දරුවන් වන ඔබ දන්නවා. ඒ වුණත් බුද්ධිය දිගින් දිගටම ඉතාමත් සූක්ෂමව ක්‍රියාත්මක වෙනවා. මම ජීවාත්මයක්, මම මොහුගේ ජීවාත්මයට කියා දෙනවා. මොහු මගේ සහෝදරයා වන අතර මම ඔහුට මාර්ගය පෙන්වා දිය යුතුයි. ජීවයට මෙය තේරෙනවා. ඔබ මෙය තේරුම් ගත් විට පමණයි ඊතලය හරියටම ඉලක්කය වෙත යන්නේ. ඒ පුද්ගලයාගේ ශරීරය දෙස බලා දැනුම ගැන කතා කළොත් ජීවාත්මයට එය ඇහෙන්නේ නැහැ. පළමුවෙන්ම තමන් කතා කරන්නේ ජීවාත්මයන්ටය යන ඇඟවීම ඔවුන්ට ලබා දෙන්න. ජීවාත්මය පිරිමිද හෝ ගැහැණුද කියා කියන්නේ නැහැ, ජීවාත්මයන් සිටින්නේ ඊට එපිටින්. බ්‍රහ්මා හා සරස්වති පුරුෂ හා ස්ත්‍රී වශයෙන් හැඳින්වෙනවා සේ පිරිමි ගැහැණු කියා කියන්නේ ශරීරවලටයි. ශිව බාබා පිරිමි කෙනෙක් හෝ ගැහැණු කෙනෙක් කියා කියන්න බැහැ. පරමාත්ම පියා පැහැදිලි කර කියා දෙන්නේ ජීවාත්මයන්ටයි. ඉරණම ඉතාමත් ඉහළයි. මෙම කරුණ ඉතාමත් ප්‍රබලයි. ජීවාත්මයට එන්නතක් දිය යුතුයි. ශරීර අවධානය බිඳෙන්නේ එවිටයි. නැති නම් කිසිම සුගන්ධයක් හෝ ශක්තියක් ඇති වන්නේ නැහැ. මෙය ඉතාමත් කුඩා දෙයක්. මම කතා කරන්නේ ජීවාත්මයටයි. පරම පියා කියනවා ඔබ නිවස බලා යා යුතුයි. එමනිසා, ජීව අවධානයට පත් වන්න! මන්මනාභව්! එවිට නිරායාසයෙන්ම ඔබ 'මධ්‍යාජිභව්' වනු ඇත. ඔබ දැන් ඉතාමත් සූක්ෂම බුද්ධීන් ලබා ඇත. උදේ පාන්දරින්ම අවදි වී දැනුමේ සාගරය කලඹන්න. ඔබ කර්ම යෝගීන් වන නිසා දවස පුරාම ඔබ සේවය කළ යුතුයි. නින්ද ජය ගත්තන් බවට පත්වන්න කියා සඳහන් කර තිබෙනවා. රාත්‍රිය පුරාම අවදිව සිට තම ආදායම උපයා ගන්න. දවස මුළුල්ලේම මායා බොහෝ ව්‍යාප්තව පවතිනවා. අම්රිත් වේලාවේ දී වට පිටාව ඉතාමත් හොඳයි. ඔබ කීයට අවදි වෙනවාද, ඥානය මතගානවාද යන දේවල් ගැන කිසිම කෙනෙක් බාබාට ලියන්නේ නැහැ. ඔබ ලෝකයේ පාලකයන් බවට පත්වන නිසා මෙයට ලොකු උත්සාහයක් දැරිය යුතු වනවා. මෙහිදි ඔබ සීමිත තත්ත්වයේ පාලකයන් වනවා. ජල සීමාවන් ආදිය සම්බන්ධයෙන් නොයෙකුත් ගැටළු පැන නැගී තිබෙනවා! ඒ හේතුවෙන් බොහෝ එදිරිවාදිකම් පවතිනවා! ඔවුන් තමන් සහෝදරයින් කියා සලකන්නේ නැහැ. ඔවුන් සියලු දෙනාම එකාවන් යැයි නමට පමණක් කියන්නන් වාලේ කියනවා පමණයි. ඔවුන්ට එකාවන් වෙන්න බැහැ. ජීව රාශියක් සිටින අතර ඒ එකිනෙකාට තමන්ට අයිති චරිත කොටස තිබෙනවා. ඔබ මෙහි අසුන්ගෙන සිටිනවා. මීට පෙර කල්පයේදීත් ඔබ මෙහි අසුන්ගෙන සිටියා. කොළ සෙලවෙන්නේත් නාටකයට අනුවයි, දෙවියන් පැමිණ සැම කොළයක්ම

සොලවනවා නොවෙයි. මේ දේවල් ඉතා හොඳින් තේරුම් ගෙන අන් අයටත් කියා දෙන්න. තමන් පළහැටියෙක් බවට පත් වී සිටිනවාද, බාබාගේ උපදෙස් ඔබ පිළිපදිනවාද, නොවැදගත් දේ ගැන ඔබ කතා කරනවාද සහ තමා සතු මුදල් පාපයන් සඳහා යොදවනවාද කියා ඔබ සෑම කෙනෙකුටම අවබෝධ කර ගත හැකියි. 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. තමා ජීවාත්මයක් බව සලකා ජීවාත්මයන්ට කතා කරන්න. ජීවාත්ම අවධානයෙන් ඇහුම්කන් දී අන් අයටත් කියා දුන් විට ඒවා ඔබට ඉතාමත් හොඳින් උකහා ගත හැකි වනු ඇත.
2. නින්ද ජය ගත්තන් බවට පත් වී රාත්‍රිය පුරා අවදිව සිට ආදායමක් උපයා ගන්න. ඥාන සාගරය කලඹන්න. නොවැදගත් දේවල නියැලී තම කාලය අපතේ නොයවන්න.

වරදානය: ඔබේ තපස්යාවෙන් සියලු පාප සහ තමෝගුණී ස්වභාවයේ සංස්කාර පුළුස්සා දමා තපස්යාවේ ප්‍රතිමූර්තියක් ලෙස දැකීමට ඉඩ දෙන්න.
දිව්‍යමය පෝෂණයේ කාර්යය දැන් සිදුවෙමින් පවතින ආකාරයටම, අවසාන මොහොතේ දී, ඔබේ පාප සහ තමෝගුණී සංස්කාර සහ පදාර්ථයේ තමෝගුණී ස්වභාවය පුළුස්සා දැමීමේ කාර්යය ඔබේ තපස්යාව සමඟ සිදු විය යුතුය. මේ සඳහා, නිරන්තරයෙන් නියත හා ස්ථාවර අවධියක ආසනය මත ස්ථාවර වී ඔබේ තපස්වී ස්වරූපය හෙළිදරව් කරන්න. ඔබ ශරීර අවධානය අත්හැර, ජීවාත්ම අවධානයේ තපස්යාවේ සිටින බව ඔබේ සෑම භෞතික ඉන්ද්‍රියකම ප්‍රායෝගිකව දිස් වේවා.

පාඨය: ඕනෑම සංස්කාර ගැටුමකින් ආරක්ෂා වීම සඳහා, දරුවෙකු සහ ස්වාමියෙකු(මාස්ටර්) වීමේ සමබරතාවය තබා ගන්න.

***** ඕම ශාන්ති *****

අව්‍යක්ත සංඥාව: නිරන්තරයෙන් ප්‍රබෝදමත්ව සිටීමට, පහසු-ස්වභාවයක් ඇතිව දරාගන්න.

පරමාත්ම පියා අහිංසක ස්වාමියා ලෙස හැඳින්වේ, නමුත් ඔහු කිසිවකට විරුද්ධ වීමට නොහැකි තරම් අහිංසක නොවේ. අහිංසක ස්වාමියා වීමට අමතරව, ඔහු සර්වබලධාරි ද වේ. ඔබත් ඔබේ බල ස්වරූපය අමතක කර අහිංසක නොවිය යුතුය. එසේ නොවුවහොත්, ඔබට මායාගේ ඊතලයකින් පහර දෙනු ඇත. ඔබට විරුද්ධ වීමට පෙර මායා ඔබට හිස නමා ආචාර කරන තරම් බල ස්වරූපයක් වන්න. ඉතා ප්‍රවේශම් සහගතව සහ අවදියෙන් සිටින්න.