03-04-2025 **උදෑසන මුරලි** **ඕම් ශාන්ති** **බාප්දාදා** **මධුබන්**

සාරය: සුමිහිරි දරුවනි, ඔබේ මේ අළුත් වෘක්ෂය ඉතා මිහිරිය. කෘමීන් එන්නේ මෙහි මිහිරි බව නිසාය. එම කෘමීන් විනාශ කිරීමේ කෘමි නාශකය 'මන්මනභාව්' වේ.

ප්‍රශ්නය: ගෞරව සහිතව සමත් වන සිසුන්ගේ ලක්ෂණ මොනවාද?

පිළිතුර: ඔවුන් එක විෂයකට නොව සියලුම විෂයන්ට මුළු අවධානය යොදවයි. භෞතික සේවා විෂයද ඉතා හොඳය. බොහෝ අය ඉන් සතුටක් ලබන අතරම ලකුණු ද එකතු කර ගනී. කෙසේ වුවද, ඒවා සමගම ඥානය හා යහපත් හැසිරීම ද තිබිය යුතුය. දිව්‍යමය ගුණධර්ම උකහා ගැනීම කෙරෙහි පූර්ණ අවධානය යොමු කරන්න. ඔබට සම්පූර්ණ ඥානය හා යෝගා තිබෙන විට ඔබ ගෞරව සහිතව සමත් වේ.

ගීතය: ඔහු අපෙන් වෙන් වන්නේවත්, අපගේ හදවත් තුළ දුකක් ඇතිවන්නේවත් නැත.

ඕම් ශාන්ති. ඔබ මේ දැන් ඇසුවේ කුමක් ද? ඔබේ හදවත් බැඳුනේ කාටද? මඟ පෙන්වන්නාටයි. මඟ පෙන්වන්නා ඔබට පෙන්වනුයේ කුමක් ද? ඔහු ඔබට දෙව්ලොවට දොරටු පෙන්වයි. ඔබ දරුවන් අසා ඇති (දෙව්ලොවට මඟ) යන්න. දෙව්ලොව දොරටු ඇරෙන්නේ කවදාද? දැන් මේ අපායයි. කවුද දෙව්ලොව දොරටු අරින්නේ ? කවදාද? මෙය දන්නේ ඔබ දරුවන් පමණි. ඔබ දෙව්ලොව යන මඟ දන්නා නිසා නිරතුරුව සතුටින් සිටී. ඔබ බොහෝ පිංතූර නිමවා ඇත. බාබා මෙසේ අසයි : මේ සියලු පිංතූර වලින් මිනිසුන්ට දෙව්ලොව දොරටු පිළිබඳ විස්තර කරන්නේ කවරකින් ද? ලෝක චක්‍රයේ පිංතූරයයි දෙව්ලොව දොරටු පෙන්වන්නේ. මෙය නිවැරදිය. ඉහළ එක් පසෙක අපායේ දොරටු ද අනෙක් පස දෙව්ලොව දොරටු ද ඇත. එය සම්පූර්ණයෙන් පැහැදිලිය. සියලු දෙනා මෙහි සිට ආපසු නිහඬ ලොවටම දුවයි. ඉනික්බිතිව ඔබ දෙව්ලොව යාවි. දොරටුව මෙයයි. මුළු චක්‍රයම දොරටුව යැයි නොකියැවේ. මුදුනේ ම පෙන්වා ඇති සංගම් යුගයේ දී ජීවාත්ම පිටවන සහ නව ලොවට ඇතුල් වන දොරටු පෙනේ. අන් සියලු දෙනා නිහඬ ලොවේ නවතිනු ඇත. ඔරලෝසුවේ කටු මෙය අපාය, එය දෙව්ලොව යැයි පෙන්වයි. මෙය සියල්ලටම වඩා හොඳ පළමු පෙළේ පිංතූරය වේ. ''දෙව්ලොවට මඟ'' යන්න අතිශයින්ම පැහැදිලිය. ඔබ බුද්ධියෙන් මේ කරුණු තේරුම් ගත යුතුයි. විවිධාකාර විශාල ආගම් විනාශ වන අතර එක ම ආගම ස්ථාපනය වේ. ඔබ දන්නවා ඔබ සතුටු දේශයට යන අතර මේ සියලු දෙනා නිහඬ ලෝකයේ නවතින බව. දොරටු පැහැදිලිව පෙන්වා ඇත. මේ චක්‍රය ප්‍රධාන පිංතූරය වේ. දෙව්ලොව හා අපායේ ගේට්ටු නියත ලෙසම පැහැදිලිය. චක්‍රයකට පෙර දෙව්ලොව දොරටු වලින් ගිය අය පමණක් ම එසේ නැවත යනු ඇත. අන් සියලු දෙනා නිහඬ බවේ දොරටු තුළින් යනු ඇත. අපායේ දොරටු වැසෙන අතර සාමයේ, සතුටේ දොරටු විවෘත වේ. මෙය පළමු පෙළේ පිංතූරයකි. බාබා සැම විටම කියන්නේ ත්‍රිමූර්ති පිංතූරයත් ගෝල දෙකෙහි පිංතූරයත් චක්‍රයත් පළමු පංතියේ පිංතූර බවය. පළමුවෙන්ම එන අයට මෙසේ විස්තර කරන්න: මෙය දෙව්ලොව දොරටු පෙන්වීමේ පිංතූරයයි. එය දෙව්ලොව වන අතර මෙය අපාය වේ. අපාය විනාශ විය යුතු අතර විමුක්තියේ දොරටු විවෘත වේ. අපි දැන් දෙව්ලොවට යන අතර අන් සියලු දෙනා නිහඬ දේශයට යනු ඇත. එය එතරම්ම පහසුය ` සියලු දෙනා දෙව්ලොව දොරටු වලින් යන්නේ නැත. එය දෙවිවරුන්ගේ පමණක් වූ රජදහනක්. දැන් ඔබේ බුද්ධිය තුළ ඇත්තේ ඔබ දෙව්ලොව දොරටු තුළින් යාමට තරම් වටිනාකමින් යුතු බවයි. ඔබ ඉගෙන ගත් තරමට ඊට හිමිකම් ලබනු ඇත, ඔබ යමක් ඉල්ලා හෝ හැඬූ විට ඉන් ඔබ අපිරිසිඳු වේ. සියල්ලටම වඩා හොඳම පිංතූරය චක්‍රයයි. එය තේරුම් ගත හැක්කේ බුද්ධියෙනි. පිංතූරය දකිනවාත් සමග ම බුද්ධිය ක්‍රියාත්මක වීම ආරම්භ වේ. කුමන පිංතූර වලින් ද අප මේ සියල්ල විස්තර කරන්නේ යන්න කියා ඔබේ සිත තුළ තිබිය යුතුය. "Gateway to Heaven", මේ ඉංග්‍රීසි පද ඉතා හොඳය. දැන් භාෂා බොහෝ ඇත. ''හින්දි'' වචනය මතුවී ඇත්තේ ''හිංදුස්ථාන්'' යන පදයෙනි. හිංදුස්ථාන් යන පදය නිවැරදි නැත. එහි නියම නම භාරතයයි. ඔවුන් භාරතය ගැන කතා බහ කරයි. වීදි වල නම් පවා වෙනස් කර ඇත. නමුත් රටක නම් වෙනස් නොවේ. ''මහා භාරත'' යන නම එසේම ඇත. හැම දේක දීම භාරතය සිහි කරයි. භාරතය තම රට යැයි ඔවුන් ගයයි. ඔවුන් ගේ ආගම හින්දු දහම නිසා ඔවුන් ගේ භාෂාව හින්දි යනුවෙන් කියැවේ. මෙය යුක්ති ගරුක නොවේ. සත් යුගයේ දී තිබුණේ සත්‍යයම පමණි. ඇඳුම් පැළඳුම් සත්‍ය විය. ආහාර සත්‍යය. කතාව සත්‍යය. නමුත් මෙහි දී සියල්ල ව්‍යාජය. ඉතින් ''දෙව්ලොවට මඟ'' යන වචනය ඉතා හොඳය. එන්න මා ඔබට දෙව්ලොවට මඟ කියා දෙමි. ඔබ දෙවියන්ගේ ශ්‍රීමත් පිළිපැදිය යුතුය.

ඔබ වෛද්‍යවරයෙක් වීමට ඔහුගේ උපදෙස් පිළිපැදිය යුතුය. දෙවියන්ගේ උපදෙස් පිළිපැදීමෙන් ඔබ දෙවි දේවතාවන් බවට පත් වේ. මේවා දේව වාක්‍යයන්ය. මේ නිසා බාබා කියා ඇත්තේ සියල්ලට ප්‍රථම දෙවියන් කියන්නේ කවුද කියා ඔවුන්ට ඔප්පු කර දෙන්න කියා. දෙව්ලොව හිමිකරුවන් වන්නේ දෙවි දේවතාවුන්ය. බ්‍රහ්ම දාතුවේ කිසිවක් නැත. දෙව්ලොව හා අපාය ඇත්තේ මෙහිය. දෙව්ලොව හා අපාය එකිනෙකින් වෙනස්ය. මිනිසුන්ගේ බුද්ධිය අත්‍යන්තයෙන් ම තමෝප්‍රධාන් ය. ඔවුන් කිසිවක් තේරුම් නොගනී. ඔවුන් සත් යුගයට දහස් ගණන් අවුරුදු සීමා කර ඇති අතර සත් යුගයට තවත් අවුරුදු 40,000 ක් ඉතිරිව ඇතැයි කියයි. ඔවුන් සම්පූර්ණ අන්ධකාරයේ ගිලී ඇත. ඔබ දරුවන් දැන් දන්නවා ඔබ දෙව්ලොව ගෙන යාම සඳහා ඔබ ගුණවන්තයින් කරවමින් සිටින බව. ඔබේ ප්‍රධාන සැලකිල්ල විය යුත්තේ සතෝප්‍රධාන් වීමටය. පියා නිරන්තරයෙන් ම සිහි කිරීම, පියා කියා දී ඇත. වැඩපල කිරීමේ දී ගමන් බිමන් යෑමේදී ඔබේ බුද්ධිය තුළ මේ සිහිය තිබිය යුතුය. සියලු ආදරවන්තයින් සහ ආදරය ලබන්නන් ක්‍රියා සිදුකරයි. භක්ති මාර්ගයේ දී ද ක්‍රියා සිදුකරන නමුත් ඔවුන්ගේ බුද්ධිය තුළ මෙම සිහිය ඇත. ඔහු සිහිකිරීම සඳහා ඔවුන් ඇට වැල ද හසුරවයි. පියාද නැවත නැවත කියනුයේ ඔබේ පියා වන මාව නිරතුරුවම සිහිකරන්න කියාය. ඔහු සෑම තැන සිටිනවා නම් කවුරු සිහිකරන්නද? ඔවුන් අද්වෛවාදීන් වී ඇති බව පියා තේරුම් කර දී ඇත; ඔවුන් පියාව හඳුනන්නේ ද නැත. ඔවුන් "අහෝ දෙවියනි, පියාණනි!" යැයි කියයි. නමුත් ඔහු කවුදැයි ඔවුන් කිසිවෙක් නොදනී. ජීවාත්මයන් "දේව පියාණනි" යැයි කියයි. ජීවාත්මයක් යනු කුමක් ද? එය වෙන්වම පවතී. ඉහළම කෙනා උත්තරීතර ජීවාත්මය යැයි, උතුම් ඉහළම ඉහළ කෙනා යැයි කියති. මිනිසුන් අතර ජීවාත්මය ගැන දන්නා අය නැත. මම ජීවාත්මයක් වන අතර මේ මගේ ශරීරයයි. එනම් දෙකකි. ශරීරය සෑදී ඇත්තේ මහා භූත පහෙනි. ජීවාත්මයක් යනු අවිනාශී ආලෝක තිතකි. එය සෑදී ඇත්තේ කුමකින් ද? එය ඉතා කුඩා තිතකි. ශුද්ධවන්තයින් හා මුණිවරු මෙය නොදනී. මොහු ද ගුරුන් බොහෝ දෙනෙක් ඇසුරු කළත් ඒ එක්කෙනෙක් වත් උත්තරීතර පියා, උත්තරීතර ජීවාත්මය ගැන කියා දී නැත. ඔවුන් උත්තරීතර ජීවාත්මය තබා තමා වන ජීවාත්මය ගැනවත් නොදනී. ඔවුන් ජීවාත්මයන් ගැන දැන සිටියේ නම් ඔවුන් උත්තරීතර ජීවාත්මය ද සැනින් දැන ගනී. දරුවෙකුට තම පියා නොදැන තමා ගැන පමණක් දැන ගැනීමෙන් ඉදිරියට යා හැක්කේ කෙසේද? ඔබ දැන් දන්නවා ජීවාත්ම යනු මොනවාද, ඒවා තිබෙන්නේ කොහෙද කියා. වෛද්‍යවරුද එය ඉතා සූක්ෂම බවත් ඇසට නොපෙනෙන බවත් තේරුම් කර ගෙන ඇත. ඒ නිසා එය වීදුරු බඳුනක බහා කෙසේ දකින්න ද? ඔබට ඇති ඥානය ලොව කිසිවෙකුට නැත. ඔබ දන්නවා ජීවාත්මය ද උත්තරීතර ජීවාත්මයද තිත ලෙස. අප ජීවාත්මයන් පිරිසිඳු බවින් අපිරිසිඳු බවටත් අපිරිසිඳු බවින් පිරිසිඳු බවටත් පත් වේ. එවිට පියා පැමිණ පිරිසිඳු බවට පත් කරයි. මේවා ඉතා පහසුය. ඔබ දන්නවා ඔබ චක්‍රය වටා උපත් 84ක් ගනිමින් තමෝප්‍රධාන් වී ඇති බව. උපත් 84ක් ගන්නේ අප පමණි. එක උපතක් ගැන ප්‍රශ්නයක් නොවේ. පියා මෙසේ කියයි : මම මොහුට තේරුම් කරන අතර ඔබ එයට ඇහුම් කන් දෙයි. මම මොහුට ඇතුලු වේ. මම මොහුට කතා කරන විට එය ඔබට ඇසේ. මෙය වාහනයයි. ඒ නිසා බාබා "දෙව්ලොවට මඟ" ලිවිය යුතු යැයි තේරුම් කර දෙයි. නමුත් මෙහි දී ඔබ තේරුම් කර දිය යුතුයි දේවි දේවතා ආගම සත් යුගයේ තිබුණත් දැන් නැති බව. මෙය කිසිවෙක් නොදනී. කිතුණුවන් ද මුලදී සතෝප්‍රධාන් විය. ඉන්පසු උපත් ගැනීමේදී ඔවුන් තමෝප්‍රධාන් විය. ගසක් නියත වශයෙන්ම පරණ වේ. මෙම ගස විවිධාකාර ආගම් සහිත ගසය. ගණනය කිරීම් අනුව සියලු ආගම් එන්නේ පසුවය. මේ නාටකය පූර්ව නියමයෙන් සිදු වී ඇත. සත් යුගයේ දී තිබුණේ ඉතාම පුරාණ මුල් ආදි සනාතන දේවි දේවතා ධර්මය පමණි. ඔබ දරුවන් දැන් දන්නවා ඔබ දැන් දෙව්ලොවට යාමට ඉන්නා බව. ජීවාත්මය මෙසේ කියයි: අප දැන් තමෝප්‍රධාන් නම් දෙව්ලොවට යන්නේ කෙසේද? සතෝප්‍රධාන් වීමේ මාර්ගය පියා කියා දී ඇත. පියා මෙසේ කියයි : පාරිශුද්ධකරුවා මා පමණි. ඔබ ජීවාත්මයක් බව සලකමින් පියා සිහි කරන්න. 'දෙවියන් කතා කරයි' යන්න ලියැවී ඇත. ක්‍රිස්තු වර්ෂයට පෙර භාරතය දෙව්ලොවක් යැයි කවුරුන් කීවත් එය එසේ වූයේ කෙසේද, ඊට පසුව සිදුවූයේ කුමක්ද කියා කිසිවෙක් නොදනී. ඔබ මේ සියල්ල දනී. පෙර දී ඔබ දැන නොසිටියා. ලොව කිසිවෙක් ජීවාත්ම හොඳ හෝ නරක බව දැන නොසිටිය හ. සියලු ජීවාත්ම දරුවන්ය. ඔවුන් පරමාත්ම පියා සිහි කරයි. පියා සියල්ලන්ගේ ම ආදරණීයයාය. අන් සියලු දෙනා ඔහුගේ ආදරවන්තයින්ය. ඔහු පැමිණ ඇති බව ඔබ දරුවන් දනී. ඔහු ඉතා මිහිරි ආදරණීයයාය. නැත්නම් ඔහු සිහිකරන්නේ කුමක් නිසාද? "උත්තරීතර ජීවාත්මය" යන්න නොකියන මනුෂ්‍යයෙක් නැත. ඔහු ගැන නොදන්නාකම ගැටළුවයි. ඔබ දන්නවා ඔබ ජීවාත්මයන් අශරීරික බව. ඔබ වන්දනාවට භාජනය වේ. වන්දනාවට සුදුසු වූ අප අපටම වන්දනා කිරීමට පටන් ගතිමු. ඔබ මීට පෙර බ්‍රාහ්මණ වංශයට අයත් උපතක් ලැබ තිබිය හැකිය. ශ්‍රිනාථ වෙත ආහාර පූජා කරයි. නමුත් අනුභව කරන්නේ වන්දනාකරුවන්ය. ඒ සෑම භක්ති මාර්ගයයි. පියා පමණි දෙව්ලොවට මඟ විවෘත කරන්නේ. නමුත් ඔහු එය විස්තර කරන්නේ කෙසේද? ඔහු

කතා කළ යුත්තේ ශරීරක් තුළිනි. ජීවාත්මය කතා කරන්නේ ද, ඇහුම්කන් දෙන්නේ ද ශරීරයක් තුළිණි. බාබා සියලු විස්තර කියයි. වෘක්ෂයට බීජය ඇත. ඔබ දන්නවා මෙය අළුත් වෘක්ෂය බව. එය ක්‍රම ක්‍රමයෙන් වැඬේ. මෙම වෘක්ෂය මිහිරි නිසා බොහෝ කෘමීන් ආක්‍රමණය කරයි. කෘමීන් වසන්නේ මිහිරි ගස් වලය. එමනිසා, කෘමි නාශක ඉසිනු ලබයි. බාබා හොඳම කෘමි නාශකය ලෙස “මන්මනභාව්” ලබා දී ඇත. මන්මනභාව් අවධානයෙහි ඔබ ස්ථාවර නොවූ නිසා කෘමීන් ඔබට පහර දෙයි. කෘමීන් ආ කල ප්‍රයෝජනයක් නැත. ඉහළ මට්ටම හා පහළ මට්ටම අතර විශාල වෙනසකි. බාබා ඔබ මිහිරි දරුවන් ට මෙසේ කියයි : බොහෝ මිහිරි වන්න. කිසිවෙක් සමග ලුණු වතුර සේ නොවන්න. කිරි හා පැණි සේ වන්න. කොහොමනමුත්, වාසනාව නැත්නම් කෙසේ උත්සාහ කරන්න ද? එවිට අසමත් වෙයි. ගුරුවරයෙක් වාසනාව උසස් බවට පත් කරවයි. ඔහු සැමට උගන්වයි. ඔබට වෙනස දැකිය හැකිය. සිසුන්ට කිව හැකියි කුමන විෂයෙන් කවුරු දක්ෂද කියා. මෙහිද එසේ ය. භෞතික සේවා යන විෂය ද මෙහි ඇත. බොහෝ අය ආදරයෙන් සිහිකරන බණ්ඩාරී මෙහි ඇත(මුළුතැන්ගෙය මෙහෙය වන බෝලි ආදි). මෙය ඉතා හොඳය ඔබට ලකුණු ගත හැකිය. කොහොමනමුත්, ගෞරව සහිතව සමත් වීමට නම් එක විෂයක් පමණක් නොව සියලු විෂයයන්ට අවධානය යොමු කළ යුතුය. ඥානය අවශ්‍ය සේම සුදුසු ක්‍රියාකාරීත්වය ද දිව්‍යමය ගුණාංගයන් ද අවශ්‍යය. කවුරු හෝ බණ්ඩාරී වෙත ආ විට ඇය කියන්නේ, ‘මන්මනභාව් වන්න!’ කියාය. ශිව බාබා සිහිකළ විට ඔබේ පව් සිඳීගොස් දෙව්ලොව හිමි වනු ඇත. පියා සිහිකරමින් අන් අයටද හඳුන්වා දෙන්න. ඥාන යෝග දෙකම අවශ්‍යය. එය ඉතා පහසුය. ප්‍රධාන දෙය මෙයයි. අන්ධයින්ට යෂ්ඨියක් වන්න. මිනිසුන් ප්‍රදර්ශන වලට ගෙන යන්න. ඔවුන්ට මෙසේ කියන්න: මා ඔබට දෙව්ලොව යන මඟ කියා දෙමි. මෙය අපාය වන අතර එය දෙව්ලොවයි. පියා මෙසේ කියයි : මා සිහිකර පිරිසිඳු වන්න, ඔබ පිරිසිඳු ලෝකයේ හිමිකරුවා වෙයි. මන්මනභාව්! බාබා ඔබට ගීතාව චක්‍රයකට පෙර කියා දුන්නා සේම හරියටම කියා දෙයි. ඒ නිසයි බාබා මේ පිංතූරය සෑදුවේ: ගීතාවේ දෙවියන් කවුද? දෙව්ලොවට දොරටු අරින්නේ කවුද? ශිව බාබා ඒවා විවෘත කරයි. ක්‍රිෂ්ණා එය තුළින් යයි. ප්‍රධාන පිංතූර දෙකක් ඇත. අන් සියල්ල වැඩි විස්තර පමණි. ඔබ දරුවන් ඉතා මිහිරි වන්න. බොහෝ සෙනෙහසින් කතා කරන්න. ඔබේ සිතිවිලි, වචන හා ක්‍රියා තුළින් අන් අයට සතුට ලබා දෙන්න. බලන්න බණ්ඩාරී දෙස. ඇය සියලු දෙනා සතුටින් තබන අතර ඔවුන් ඇයට තෑගි ගෙනෙයි. මෙයද විෂයකි. ඔවුන් පැමිණ තෑගි දෙයි. ඇය මෙසේ කියයි: මා ඔබෙන් කුමට ගනිම්ද, එවිට මට සිහිවන්නේ ඔබ වන නිසාය? මා ශිව බාබා ගේ ගබඩාවෙන් ගන්නේ නම්, මා සිහිකරන්නේ ශිව බාබා ය. 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. ඔබට උසස් වාසනාවක් පාදා ගැනීම සඳහා අන් අය සමග කිරි පැණි සේ වසන්න; බොහෝ මිහිරි වන්න. ලුණු වතුර සේ නොවන්න. සියලු විෂයන්ට අවධානය යොමන්න.
2. ගැලවීම සඳහා උසස් උපදෙස් පියාගෙන් ලබා ගෙන පිළිපදිමින් ඒවා අන් අයටද කියා දෙන්න. ඔවුන්ට දෙව්ලොව යන මඟ පෙන්වන්න.

වරදානය: ඔබ සැම ජීවාත්මයකටම ධෛර්යය සහ උද්යෝගය ලබා දෙන කරුණාවන්ත ලෝක දානපතියෙකු වේවා.

බ්‍රහ්මණ පවුලේ දුර්වල ආත්මයකට ඔහු දුර්වල බව කිසි විටෙකත් නොකියන්න. කරුණාවන්ත, ලෝක දානපති දරුවන්ගේ දෙතොලින් සෑම ආත්මයක් සඳහාම යහපත් වචන නිරන්තරයෙන් මතු වේවා, කිසිවෙකු අධෛර්යමත් කරන වචන නොවේ. සමහරු කොතරම් දුර්වල වුවත්, ඔබට ඔවුන්ට සංඥාවක් හෝ ඉගැන්වීමක් ලබා දීමට සිදු වුවද, පළමුව, ඔවුන් බලවත් කර, පසුව ඔවුන්ට එම ඉගැන්වීම ලබා දෙන්න. පළමුවෙන්ම, ධෛර්යයෙන් හා උද්යෝගයෙන් කෙත හාරා, පසුව බීජ වපුරන්න, එවිට සෑම බීජයක්ම පහසුවෙන් ඵල දරනු ඇත. ඔබ මෙය කරන විට, ලෝක ප්‍රතිලාභයේ සේවය වේගවත් වනු ඇත.

පාඨය: පියාගෙන් ආශිර්වාද ලබාගෙන, නිරන්තරයෙන් පිරී සිටීම අත්විඳින්න.

***** ඕම් ශාන්ති *****

අව්‍යක්ත සංඥාව: ඒකාබද්ධ ස්වරූපයේ අවධානයෙන් නිරන්තරයෙන් ජය ලබන්න.

සෑම ක්‍රියාවක්ම සිදු කරන අතර ඔබ කර්ම යෝගී ජීවාත්මයක් බව සෑම විටම අත්දකින්න. ඕනෑම ක්‍රියාවක් සිදු කරන විට සිහි කිරීමේ සිටීමට අමතක නොකරන්න. කර්මය සහ ස්මරණය යන දෙක ඒකාබද්ධ කරගන්න. ඒකාබද්ධව ඇති දෙයක් වෙන් කළ නොහැකි සේම, කර්ම යෝගීවරයෙකු වන්න.