

15-02-2025

උදූසන මුරලි

මිම ශාන්ති

බාජදාදා

මධුබන්

සාරය: සුමිහිරි දරුවනි, පරමාත්ම පියා ඔබට උතුම්ම වූ දේවතා ධර්මය(ධර්ම) සහ උතුම්ම වූ ක්‍රියාව (කර්ම) පිළිබඳව උගන්වනවා. මෙන්ම මේ නිසා තමයි ඔබ කිසිම ආකාරයක යක්ෂ ක්‍රියාවක් නොකළ යුත්තේ. ඉතාමත් පිරිසිදු බුද්ධියක් තිබිය යුතුයි.

ප්‍රශ්නය: ශාරීරික අවධානයට පත් වුණු විට ඔබ විසින් කෙරෙනා මුල්ම පාපකාරී ක්‍රියාව කුමක්ද?

පිළිතුර: ශාරීරික අවධානය ඇති නම් පරමාත්ම පියාව සිහි කරනවා වෙනුවට ඔබගේ සිහියට පැමිණෙන්නේ ශාරීරික අයයි. එවිට නිරතුරුවම ඇත්තේ අපිරිසිදු දැක්මයි. නිශේධනීය සිතිවිලි මතු වේවි. මෙය ඉතාමත් විශාල පාපයක්. මායා තමුන්ට පහර දෙන බව තේරුම් ගෙන ඔබ ඉක්මණින්ම සැලකිලිමත් විය යුතුයි.

මිම ශාන්ති. ආධ්‍යාත්මික පියා ආධ්‍යාත්මික දරුවන්ට කරුණු පහදා දෙනවා. ආධ්‍යාත්මික පියා පැමිණෙන්නේ කොහි සිටන් ද? ආධ්‍යාත්මික ලෝකයේ සිටයි. නිර්වාණ දනව්ව. ශාන්ත දේශය කියන්නේත් එයටමයි. මෙය ගීතාවේ කරුණක්. මෙම ඥානය පැමිණියේ කොහි සිටන් ද කියා ඔබගෙන් ඇතැම් අය අහනවා. මෙය අනිවාර්යෙන්ම එම ගීතාවේම දැනුම් සම්භාරයයි කියා ඔබ කියනවා. ගීතා ජවනිකාව දැන් තිරගත වෙමින් පවතිනා අතර පරමාත්ම පියා උගන්වනවා. පරමාත්ම වදන් කියා කියනවා. පරමාත්මය යනු අනිවාර්යෙන්ම එක් අයෙකි. ඔහු ශාන්ත සාගරයයි. ඔහු සිටින්නේත් අප සිටිනා ශාන්ත දේශයේයි. මෙය අපිරිසිදු ලෝකයක් බවත් පාපකාරී ජීවයන්ගේ තමෝප්‍රධාන් ලෝකය බවත් පරමාත්ම පියා පැහැදිලි කර දෙනවා. ජීවත්ම සත්තාවන් වන අප දැන් මේ මොහොත වන විට තමෝප්‍රධාන් වී සිටිනා බව ඔබලාත් දන්නවා. උපත් 84 ක් පසු කර අප දැන් සතෝප්‍රධාන් තත්ත්වයෙන් තමෝප්‍රධාන් වී සිටිනවා. මෙය පැරණි කලී යුග ලෝකයක්. ඒ සෑම නමක්ම අදාළ වන්නේ මේ කාලයටයි. පැරණි ලෝකයෙන් පසුව නව ලෝකය පැමිණෙනවා. ලෝකය පරිවර්ථනය වීමට නියමිතව තිබුණු කළ මහාභාරත යුද්ධය සිදු වුණු බව භාරත වාසී ජනතාව දන්නවා. පරමාත්ම පියා පැමිණ රාජයෝගාව ඉගැන්වූයේ එවිට පමණයි. ඔවුන් කළ එකම එක වැරද්ද කුමක්ද? පළමුවෙන්ම ඔවුන්ට කල්පයේ කාල පරාසය අමතක වුණු අතර ඒත් සමඟම ගීතාවේ දෙවියනුත් අමතක වුණා. ක්‍රිෂ්ණාට පරමාත්ම පියා කියා කියන්න බැහැ. ජීවත්මයන් දෙවි පියාණනි කියා කියනවා. ඉන් ඔහු අශරීරික වෙනවා. අශරීරික පියා ජීවත්ම සත්තාවන්ට කියනවා : මා සිහි කරන්න. පරිශුද්ධකරු වන්නේ මා පමණයි. ඔබ මට අහෝ පාරිශුද්ධකරුවාණනි, කියා කෑ ගසමින් කන්නලව් කළා. ක්‍රිෂ්ණා ශාරීරික කෙනෙක්. මට ශරීරයක් නැහැ. මා අශරීරිකයි. මම මිනිසුන්ගේ පියා නොවේ. මම ජීවත්ම සත්තාවන්ගේ පියායි. මෙය හොඳින්ම ධාරණය කර ගත යුතුයි. නැවත නැවතත් ජීවත්ම සත්තාවන් වන අප ඒ පරමාත්ම පියාගෙන් අපගේ උරුමය දිනා ගන්නවා. උපත් 84 දැන් අවසානයට පැමිණ තිබෙනා අතර පරමාත්ම පියාත් පැමිණ සිටිනවා. ඔබ කළ යුත්තේ බාබා, බාබා කියා කීම පමණයි. ඉතාමත් ඉහළින් බාබාව සිහිපත් කරන්න. මුළු කල්පය පුරාවට ඔබ ශාරීරික පියවරුන් සිහි කරමින් පැමිණියා. පරමාත්ම පියා දැන් පැමිණ මෙම මානව ලෝකයෙන් සියලුම දෙනා ආපසු ගෙන යාමට ඔහු පැමිණ සිටින්නේ, රාවණ්ගේ රාජ්‍යයේ සෑම කෙනෙක්ම ඉතාමත් පරිහාණි තත්ත්වයකට පත්ව ඇති නිසාය. මෙන්ම මේ නිසා තමයි ඔබ දැන් පරමාත්ම පියාව සිහි කළ යුතු වන්නේ. දැන් මේ ඇත්තේ රාවණ්ගේ රාජ්‍යය බව මිනිසුන්ට තේරෙන්නේ නැහැ. රාවණ් යන්නෙහි අර්ථයවත් ඔවුන්ට තේරුම් ගන්න බැහැ. දෂෙරාව (හිස් දහසක් ඇති රාවණ්ගේ පඬියෙක් සාදා පිළිස්සීම) සමරන්න පමණයි ඔවුන් දන්නේ. ඔබෙන් කිසිම කෙනෙක්ටත් එය වැටහුණේ නැහැ. අන් අයට පහදා දීම සඳහා ඔබට දැන් අවබෝධය හිමි වී තිබෙනවා. අන් අයට පැහැදිලි කිරීමට ඔබට නොහැකි නම්, ඉන් අදහස් වන්නේ ඔබටත් තවම කිසිවක් අවබෝධ වී නොමැති බවයි. ලෝක කල්පය පිළිබඳ වූ ඥානය පරමාත්ම පියාට තිබෙනවා. අපි ඔහුගේ දරුවන්. ඉතින් එමනිසා, ඔය දරුවන්ටත් එම ඥානය තිබිය යුතුයි. මෙය ඔබගේ ගීත පාඨශාලාවයි. එහි අරමුණ කුමක්ද? ලක්ෂ්මී නාරායන වීමයි. මෙය රාජයෝගාවයි. මෙම ඥානය මනුෂ්‍යයෙකුගෙන් නාරායන වීමටත් කාන්තාවකගෙන් ලක්ෂ්මී වීමටත් තිබෙන්නකුයි. ඒ මිනිස්සු ඉදගෙන කතාන්දර ගොත ගොතා සිටිනවා. මෙහි අප ඉගෙන ගන්නවා පරමාත්ම පියා අපට රාජයෝගාව උගන්වනවා. මුළු කල්පයේම සංගම යුගයේ දී පමණයි ඔහු අපට මෙය උගන්වන්නේ. පරමාත්ම පියා කියනවා : මා පැමිණ සිටින්නේ පැරණි ලෝකය නව ලෝකය බවට පරිවර්ථනය කිරීමටයි. එකළ තිබුණේ ඔවුන්ගේ අධිරාජ්‍යයයි; පැරණි ලෝකයේ එය තිබුණේ නැහැ. එය නැවතත් සිදු විය යුතුයි. ඔබ කල්පය තේරුම් ගෙන තිබෙනවා.

ප්‍රධාන ආගම් හතරක් තිබෙනවා. දේවතා ධර්මය දැන් නැහැ. දේවතා ධර්මය හා දේවතා ක්‍රියා දැන් දුෂිත වෙලා. ඔබට දැන් නැවතත් වතාවක් උතුම් දේවතා ධර්මය හා දේවතා ක්‍රියා ගැන කියා දෙමින් පවතිනවා. ඉතින් එමනිසා, ඔබ තමා කෙරෙහි අවධානයෙන් සිටිය යුතුයි මම කිසිම යක්ෂ ක්‍රියාවක් කරන්නේ නැහැ නේද? කවුරු හෝ කෙනෙක් තුළ එවන් අපිරිසිදු දැක්මක් ඇතැයි කියා ඔබ දුටුවහොත් ඉක්මණින්ම ඔබ ඒ පුද්ගලයාට අනතුරු ඇඟවිය යුතුයි: මායාගේ බලපෑම් නිසා තමයි ඔබට මෙවන් සිතිවිලි පහළ වන්නේ. යෝගාවේ අසුන් ගෙන පරමාත්ම පියාව සිහි කරනවා වෙනුවට තවත් කාගේ හෝ ශරීරයක් වෙතට සිතිවිලි ඇදී යනවා නම් එය මායාගේ ප්‍රභාච්ඡාදන බවත් තමන් පාපයක් කර ගන්නා බවත් ඔබ අවබෝධ කර ගත යුතුයි. මෙම අවබෝධය සඳහා ඉතාමත් පිරිසිදු බුද්ධියක් අවශ්‍යයි. විහිළු තහළු භාසාජනක හඬ නගා සිනහ වීම් වලින් විශාල හානියක් සිදු වෙනවා. එමනිසා, ඔබගේ දෙනොලින් නිරතුරුවම පිටවිය යුත්තේ පිරිසිදු වදන් පමණයි. අපිරිසිදු වචන නොවෙයි. විහිළු තහළු හෝ හඬනගා සිනහ වීම් වත් නොතිබිය යුතුයි. මම නිකම් විහිළුවට කීවේ - කියා දෙයක් සිදු නොවිය යුතුයි. එයත් භානිකරයි. දුර්ගුණයක දුර්ගන්ධයක් ඇති විහිළුවක්වත් කරන්න එපා. ඉතාමත් ප්‍රවේසම් වන්න. පාපකාරී දේ වෙතට සිතිවිලි ඇදී නොයන නිර්වස්ත්‍ර සාදු සන්‍යාසීවරුන් ගැන ඔබ දන්නවා. ඔවුන් වෙන් වුණු ජීවිත ගත කරනවා. නමුත් පසිඳුරන්ගේ දහංගලය යෝගාවෙන් තොරව නතර කරන්න කවදාවත් බැහැ. යෝගාවේ නොසිටිනා විටෙක ඔබගේ බැල්ම කවුරු හෝ කෙනෙක් වෙතට යොමු වුවහොත් අනිවාර්යෙන්ම එහිදී ඔබට පීඩාවට ලක් වීමට සිදු වන තරමේ දුර්ගුණයක් තමයි කාමරාගය. කෙනෙක් තමාව පරීක්ෂා කර ගත යුතුයි. ඔබ පරමාත්ම පියාගේ සිහියේ පමණක්ම සිටිය යුතුයි. එවිට කිසිම ආකාරයක අසනීපයක් සැදෙන්නේ නැහැ. යෝගාවේ නිරත වුණු විට එවන් දෙයක් සිදු වන්නේ නැහැ. ස්වර්ණමය යුගයේ කිසිම ආකාරයක කුණු අපද්‍රව්‍ය නැහැ. වැරදි හැසිරීම් ඇති විය හැකි රාවණගේ දහංගලයක් එහි නැහැ. එහිදී ඔබට ඇත්තේ යෝගී දිවියක්. මෙහිදීත් මෙවන් තත්ත්වයක් ඉතාමත් ශක්තිමත්ව තිබිය යුතුයි. යෝගා බලයෙන් මෙම සියලුම අසනීප අවසන් කර දැමිය යුතුයි. මේ සඳහා දැඩි උත්සාහයක් දැරිය යුතුයි. තම රාජ්‍යය දිනා ගැනීම නැන්දාගේ ගෙදර යනවා වගේ වැඩක් නොවෙයි. උත්සාහයක් දැරිය යුතුයි. මගේ වාසනාවේ ඇති දෙයක් මම දිනා ගන්නම්, ඊට වැඩිය දෙයක් බැහැ! කියා නොසිතිය යුතුයි. එය ඔබට උකහා ගන්න බැරි නම් ඔබගේ තත්ත්වය පැත්ස කිහිපයක් පමණක් වටිනා තත්ත්වයක් බව තමයි ඉන් අදහස් වන්නේ. පුරවැසියන් රැසක් සිටිනවා. ඇතැම් අය විත්‍ර ඇදීමෙන්, තවත් කෙනෙක් සෙල්ලමින් හොඳ ලකුණු ගන්නවා. ඒවා පොදු විෂයනුයි. ඒ ලෙසින්ම මෙහිත් විෂයන් තිබෙනවා. ඔබට කුමන හෝ දෙයක් හිමි වේවි. කෙසේවෙතත්, බල අධිකාරීත්වය දිය නොහැකියි. සේවය කළහොත් පමණයි අධිකාරීත්වයක් හිමි වන්නේ. ඒ සඳහා ඔබ ඉතාමත් විශාල උත්සාහයක් දැරිය යුතුයි. බොහෝ දෙනෙකුට මෙය අවබෝධ වෙන්නෙම නැහැ. එය හරියට කන කෑම ජීර්ණය වන්නේ නැහැ වගේ. උසස් තත්ත්වයක් දිනා ගැනීමේ උත්සාහය නැහැ. මෙයත් හඳුන්වන්නේ අසනීපයක් ලෙසිනුයි. ඔබත් දැක්කත් නොබලා සිටිය යුතුයි. ආධ්‍යාත්මික පියාගේ සිහියේ සිට අන් අයට මාවත පෙන්වා දෙන්න. ඔබ අන්ධයින්ට සැරයටියක් විය යුතුයි. ඔබ මාවත දන්නවා. මහාරාතීන් වන අයගේ බුද්ධියේ නිර්මාණකරු හා නිර්මාණය ගැනත් මුක්තිය හා ජීවන මුක්තිය ගැනත් දැනුම තිබෙනවා. දරුවන් සිටිනා තත්ත්වයන් වලත් දිවා රැ මෙන් වූ වෙනසක් තිබෙනවා. ඇතැම් අය ඉතාමත් ධනවත් අය වන අතර තවත් පිරිසක් මුළුමණින්ම දිළින්දන් වෙනවා. රාජකීය තත්ත්වයකත් විවිධ මට්ටම් තිබෙනවා. නැතිනම්, ඔව්, රාවණ නොමැති නිසා එහි දුකක් කියා දෙයක් නැහැ. නමුත් ධනයේ වෙනසක් ඇති වෙනවා. ධනයෙන් සතුටක් ලැබෙනවා. යෝගාවේ නිරතව සිටි තරමට ඔබ හොඳ නිරෝගීව සිටීවි. ඔබ උත්සාහ දැරිය යුතුයි. බොහෝ දෙනෙකුගේ හැසිරීම අඥාන මිනිසුන්ගේ හැසිරීම වගේ. ඔවුන්ට කිසිම කෙනෙකුට යහපතක් සැලසිය නොහැකි වේවි. විභාගයේ දී කී දෙනෙක් ලකුණු කියකින් සමත් වී ඇති දැයි කියා ඔබට දැන ගත හැකි වේවි. එවිට ඔබට බොහෝ වේදනාවෙන් හැඩීමට සිදු වේවි. බාප් හා දාදා දෙදෙනාම නිරතුරුවම සියල්ල පැහැදිලි කර කියා දෙනවා. පරමාත්ම පියා පැමිණ සිටින්නේ ඔබට යහපත සැලසීමටම පමණයි. ඔබ තමන්ටත් යහපත උදා කර ගෙන අන් අයටත් යහපත සැලසිය යුතුයි. පරමාත්ම පියා ශ්‍රීමත් දෙනවා තමා ජීව සත්තාවක් බව සලකා ශාරීරික අවධානය අතහැර දමා මා සිහි කරන්න. මෙය එතරම් පහසු ඖෂධයකි. ඔවුන්ට කියන්න: අපි විශ්වාස කරන්නේ එකම එක දෙව් පියෙක්ව පමණයි. ඔහු කියනවා : ඔබ මට, පැමිණ අපිරිසිදු අයව පාරිශුද්ධ කරවන්නැයි කියා කියනවා. ඉතින් මා පැමිණිය යුතුයි. ඔබට කිසිම දෙයක් බ්‍රහ්මාගෙන් හිමි වන්නේ නැහැ. ඔහු දාදායි (වැඩිමහල් සහෝදරයා), බාබා නොවෙයි. උරුමය ඔබට හිමි වන්නේ බාබාගෙනුයි. බ්‍රහ්මාගෙන් ඔබට උරුමයක් හිමි වෙන්නේ නැහැ වගේ. මොහු හරහා අශරීරික පියා අපව හිමි කර ගෙන උගන්වනවා. ඔහු මොහුටත් උගන්වනවා. ඔබ කිසිම දෙයක් බ්‍රහ්මාගෙන් ලබා ගැනීමට යන්නේ නැහැ. උරුමයක් හිමි වන්නේ

මේ පරමාත්ම පියාගෙන්ම පමණි. දීම කරන්නේ එකම එක කෙනෙයි. ගුණ ගැයෙන්නේත් ඔහු ගැනම ම පමණයි. සියල්ලට මුක්තිය දානය කරන්නා ඔහුම පමණයි. පූජනීය තත්වයේ සිට මොහු නැවතත් වන්දනා කරන්නෙක් බවට පත් වෙනවා. ඔහු ස්වර්ණමය යුගයේ දී පූජනීය තත්වයේ සිටියා. පසු උපත් 84 ගැනීමෙන් අනතුරුව අපිරිසිදු වෙලා. දැන් ඔහු පූජනීය පාරිශුද්ධ කෙනෙක් වෙනවා. අපි පරමාත්ම පියාට ඇහුම් කන් දෙනවා; අපි වෙන කිසිම මනුෂ්‍යයෙකුට ඇහුම් කන් දෙන්නේ නැහැ. හක්ති මාර්ගය අනිවාර්යෙන්ම මිනිසුන් යන මාර්ගයයි. මෙය ආධ්‍යාත්මික ඥාන මාර්ගයයි. එකම එක ඥාන සාගරයට පමණයි ඥානය තිබෙන්නේ. මෙම ග්‍රන්ථ ආදී සියල්ල අයිති හක්තියටයි. ග්‍රන්ථ ආදිය හැදැරීම ආදී සියල්ල අයිති හක්ති මාර්ගයටයි. ඥාන සාගරය වන්නේ එකම එක පරමාත්ම පියායි. ඥාන ගංගා වන අප ඥාන සාගරයෙන් මතු වුණු අයයි. නමුත් අතින් ගංගා හා සාගර වතුරින් සැදුණු ඒවායි. ඔය දරුවන් මේ සියලුම දේට අවධානය යොමු කළ යුතුයි. අභ්‍යන්තර ගත වී බුද්ධිය ලවා දැනුම මතගාවා ගන්න. ඔබව නැවුම් කර ගැනීම සඳහා අභ්‍යන්තරගත වී තමාව පරීක්ෂා කර ගන්න. කිසිම ආකාරයක නරක වචනයක් දෙතොලින් පිට වීමට ඉඩ තැබුවහොත් හෝ ඔබගේ බැල්ම හෝ කිසියම් අපිරිසිදු දෙයකට යොමු වුවහොත් ඔබ තමාටම කම්මුල් පහර දී ගත යුතුයි ඇයි ඔබගේ දොතොලින් නරක වචන පිට වුණේ? ඇයි බැල්ම අපිරිසිදු දේට යොමු වුණේ? ඔබ තමාටම පහර දී ගත යුතුයි. ඔබ නැවත නැවතත් තමාට අනතුරු අභවා ගත යුතුයි. උසස් තත්වයක් දිනා ගත හැකි වන්නේ එවිට පමණි. ඔබගේ දෙතොලින් කිසිම නරක බසක් පිට නොවිය යුතුයි. සෑම ආකාරයකටම ඉගැන්වීම් දීමට පරමාත්ම පියාට සිදු වෙනවා. කෙනෙක්ට පිස්සෙක් කියා කීමත් නරක වචන හැසිරවීමක්. මිනිස්සු තමන්ගේ මනසට එන එන දේ කටින් පිට කරනවා. තමන් විසින් ගුණ ගයනා අය ගැනවත් ඔවුන් දන්නේ නැහැ. අවසානයේ දී වෙන කිසිම කෙනෙක් නැහැ. බ්‍රහ්මා, විෂ්ණු හා ශංකර්ටවත් පාරිශුද්ධකරු කියා කියන්න බැහැ. ඔවුන් කිසිම කෙනෙක්ව පිරිසිදු කරවන්නේ නැහැ. අපිරිසිදු අයව පාරිශුද්ධ කරවන්නේ එකම එක පරමාත්ම පියාම පමණයි. පාරිශුද්ධ ලෝකය අනිවාර්යෙන්ම නව ලෝකය වුණත් දැන් එවන් තැනක් නැහැ. පාරිශුද්ධත්වය ඇත්තේ දිව්‍යලෝකයේ පමණයි. ඔහු පාරිශුද්ධත්වයේත් සාගරයයි. මෙය අනිවාර්යෙන්ම රාවණගේ රාජ්‍යයයි. ජීවත්ම අවධානයට පත් වීමට ඔය දරුවන් මහත් උත්සාහයක් දැරිය යුතුයි. ගල් වත් නරක වචන ඔබගේ දොතොලින් පිට නොවිය යුතුයි. මහත් වූ සෙනෙහසකින් තමාව හසුරුවා ගන්න. අපිරිසිදු දැක්ම මහා විශාල හානියක් ඇති කරවනවා. ඉතාමත් ඉහළ උත්සාහයක් අවශ්‍යයි. ජීවත්ම අවධානය නම්, අවිනාශීත්වය පිළිබඳ සිහියයි. ශරීරය විනාශ වන සුළුයි. කිසිම කෙනෙක් ජීවත්මය ගැන දන්නේ නැහැ. ජීවත්ම සත්තාවන්ගේ පියා අනිවාර්යෙන්ම සිටිය යුතුයි. ඔවුනුත් කියනවා: සෑම කෙනෙක්ම සහෝදරයින්, එසේ නම්, පරමාත්ම ජීවය සෑම කෙනෙක් තුළම සිටින්නේ කෙසේද? සෑම කෙනෙක්ම පියා වන්නේ කෙසේද? මේ තරම් වත් සිහියක් ඔවුන්ට නැහැ! සියලුම දෙනාගේ පියා වන්නේ අනිවාර්යෙන්ම එකම එක පරමාත්ම පියාය. උරුමයක් හිමි වන්නේ ඔහුගෙන් පමණි. ඔහුගේ නම ශිවය. ඔවුනුත් ශිව ජයන්තිය (ශිව රාත්‍රිය) සමරණවා. රුද්‍රාගේ රාත්‍රිය හෝ ක්‍රිෂ්ණාගේ රාත්‍රිය කියා කියන්නේ නැහැ. මිනිසුන්ට කිසිම දෙයක් තේරෙන්නේ නැහැ. ඔවුන් කියාවී ඒ සියල්ල ඔහුගේ ස්වරූපයයි. එය ඔහුගේ අපුරු සෙල්ලමයි. තමන් දැන් අසීමිත පියාගෙන් අසීමිත උරුමයක් හිමි කර ගන්නා බව ඔබ දන්නවා. ඉතින් ඔබ ඒ පරමාත්ම පියාගේ ශ්‍රීමත් පිළිපැදිය යුතුයි. පරමාත්ම පියා කියනවා : මා සිහි කරන්න. කම්කරුවන්ට පවා මෙම අධ්‍යාපනය ලබා දිය යුතුයි. ඉන් ඔවුන්ටත් කිසියම් යහපතක් සැලසේවි. කෙසේවෙතත්, ඔබටම එම ස්මරණයේ නිරතව සිටිය නොහැකි නම්, අන් අයව ස්මරණයේ පිහිටවන්නේ කෙසේද? රාවණ ඔබව මුළුමණින්ම අපිරිසිදු කර ඇති අතර පරමාත්ම පියා පැමිණ ඔබව සුර ලෝකයේ සුර දේවතාවරුන් කරවනවා. එය පුදුමයක් ! මේ දේවල් කිසිම කෙනෙකුගේ සිහියේ නැහැ. එතරම් උතුම් දිව්‍යමය අය ලෙස සිටි ලක්ෂ්මි හා නාරායනුත් ඉතාමත් අපිරිසිදු වෙනවා. මෙන්න මේ නිසා තමයි බ්‍රහ්මාගේ දවස හා බ්‍රහ්මාගේ රාත්‍රිය කියා කියන්නේ. ශිව දේවාල වල මහත් සේවයක් කළ හැකියි. පරමාත්ම පියා කියනවා : මා සිහි කරන්න. දොරින් දොර රස්තියාදු වීම නතර කර දමන්න. සාමය සඳහා ඇත්තේ මෙම ඥානය පමණයි. පරමාත්ම පියා සිහි කිරීමෙන් ඔබ සතෝප්‍රධාන් වෙවි. එපමණයි. නොකඩවාම මෙම මන්ත්‍රය දෙන්න. ඥානයෙන් හොදටම ස්ථාවර වන තෙක් ඔබ කිසිම කෙනෙකුගෙන් කිසිම මුදලක් පිළිනොගත යුතුයි. ඔවුන්ට කියන්න ඔබ පාරිශුද්ධව සිටිනා බවට අපට පොරොන්දු වන්න. එවිට ඔබගේ අතින් සාදන දෙයක් අපට කන්න පුළුවන්; අපට ඕනෑම දෙයක් පිළිගත හැකියි. භාරතයේ දේවාල ගණනාවක් තිබෙනවා. මෙහි පැමිණෙන විදේශිකයින්ට පවා පරමාත්ම පියා සිහි කරන්න! කියා ඔබට පණවුඩිය දිය හැකියි. අච්චා.

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

ධාරණය සඳහා සාරාංශය:

1. කිසියම් හෝ දුර්ගුණයක දුර්ගන්ධයක් ඇති දෙයක් සම්බන්ධයෙන් කිසිම විටෙක සිනහ වෙන්නවත් විහිළ තහළ කරන්නවත් එපා. ඉතාමත් ප්‍රවේසම් වන්න. ඔබගේ දෙනොලින් කිසිම නරක වචනයක් පිට නොවිය යුතුයි.
2. ජීවත්ම අවධානයට පත් වීම සඳහා එය ඉතාමත් හොඳින් පුහුණු කරන්න. සෑම කෙනෙක් සමඟම සෙනෙහසින් පිරි ලෙන්ගතු ඇසුරක් පවත්වා ගන්න. අපිරිසිදු දැක්මකින් බලන්න එපා. අපිරිසිදු දෙයක් වෙතට ඔබගේ බැල්ම යොමු වුණා නම්, තමාටම දඬුවම් කර ගන්න.

වරදානය: ඔබ විශ්‍රාමික අවදියේ සිටීමෙන් සහ නිරන්තරයෙන් ස්මරණයේ සහ සේවයේ සමබරතාවයක් තබා ගැනීමෙන්, සියලු ළමා අවදියේ දගකාර ක්‍රීඩා අවසන් කරන්නවා.
 සුළු කාරණා වෙනුවෙන් මෙම සංගම යුගයේ අමිල කාලය අපතේ හැරීම යනු, ළමා වියේ දගකාර ක්‍රීඩා කිරීම වැනිය. එවන් දගකාර සෙල්ලම් ඔබට තව දුරටත් ඔබින්තේ නැහැ. විශ්‍රාමික අවදියේ ඉතිරි වන්නේ පියාගේ සිහි කිරීම සහ සේවය පමණයි. මෙය හැර වෙනත් කිසිවක් සිහි නොකරන්න. ඔබ අවදි වන විට තිබෙන්නේ සිහි කිරීම සහ සේවය පමණක් වන අතර ඔබ නින්දට යන විට තිබෙන්නේද සිහි කිරීම සහ සේවය පමණයි. නිරන්තරයෙන් මෙම සමබරතාවය තබා ගන්න. ත්‍රිකාලදර්ශී වී, ළදරු කාරණා වල සහ ළදරු සංස්කාර වල නිමාවේ උත්සවය සමරන්න, එවිට ඔබ විශ්‍රාමික අවදියේ සිටින කෙනෙක් ලෙස හඳුන්වයි.

පාඨය: සියලු ලැබීම් වලින් පිරිපුන් ජීවත්මයකගේ ලක්ෂණය වන්නේ තෘප්තියයි. තෘප්තිමත්ව රැඳී සිට අන් අයව තෘප්තිමත් කරන්න.

***** ඔම ගාන්තී *****

හුදකලාවට ප්‍රිය කර, එකමුතුකම සහ ඒකාග්‍රතාවය ධාරණය කරගන්න.

හුදකලාව, භෞතිකයි එමෙන්ම සුක්ෂමයි. හුදකලාවේ ආනන්දයේ අත්දැකීම් ඇත්තෙක් වන්න, එවිට ඔබ තව දුරටත් බාහිරට යොමු වීමෙන් විනෝදයක් නොලබනු ඇත. ඔබගේ අව්‍යක්ත ස්ථිතිය වැඩි කිරීම සඳහා හුදකලාව පවත්වා ගැනීමට උනන්දු වන්න. එකමුතුකම තිබීමත් සමගම හුදකලාව ප්‍රිය කරන කෙනෙක්ද වන්න.