22-10-2025 **උදෑසන මුරලි** **ඕම් ශාන්ති** **බාප්දාදා** **මධුබන්**

සාරය: සුමිහිරි දරුවනි, කාටහරි කියාදෙන විට හෝ දේශනයක් පවත්වන විට හදවතින්, 'බාබා, බාබා' යැයි කියමින් එය කරන්න. පරම පියාව ප්‍රශංසාවට ලක්කර හරි ඉලක්කයටම විදින්න.

ප්‍රශ්නය: භාරතයේ දරුවන්ගෙන් විශේෂයෙන්ම පරම පියා අසන ප්‍රශ්නය කුමක්ද?

පිළිතුර: භාරතයේ දරුවන් ධනවත්ව සිටියා. රාගය නමැති අසිපත භාවිත කළේ නැහැ. ඉතා ධනවත්ව සිටියා. ඉතින් ඔබ බංකොලොත් වුණේ කොහොමද? ඊට හේතුව දන්නවාද? දරුවනි, ඔබ වහළුන් බවට පත්වුණේ කොහොමද? ඔබේ ධනය සහ දේපළ නැති වුණේ කොහෙදීද? පාරිශුද්ධව සිට අපිරිසිඳු වුණේ කොහොමද කියා නිකමට සිතා බලන්න. 'බාබා, බාබා'යැයි හදවතින් කියමින්ම මේ දේවල් අන්‍යයන්ට පැහැදිලි කරන විට ඔවුන් පහසුවෙන්ම අවබෝධ කර ගනීවි.

ඕම් ශාන්ති. 'ඕම් ශාන්ති' කියන විට ඔබ අනිවාර්යෙන්ම පරම පියාව සිහිකළ යුතුයි. පළමුවෙන්ම පියා කියන්නේ මන්මනභාව්! කියලයි. මීට පෙරත් අනිවාර්යෙන්ම ඔහු මෙය කිව්වා. මේ නිසයි දැනුත් ඔහු එහෙම කියන්නේ. දරුවන් වන ඔබ පරම පියාව දන්නවා. පිරිසකට දේශනයක් පැවැත්වීමට යන ඕනෑම අවස්ථාවක දී, ඒ මිනිස්සු පරම පියා ගැන දන්නෙ නැහැ. ඉතින් පාරිශුද්ධත්වයට පත් කරන්නා මා පමණක් යැයි ශිව් බාබා කියන බව ඔබ ඔවුන්ට කිව යුතුයි. ඔහු අනිවාර්යෙන්ම මෙහි පැමිණෙන්නේ ඔබට පැහැදිලි කර දීමට සහ ඔබව පාරිශුද්ධත්වයට පත් කරලීමටයි. බාබා කියනවා දරුවනේ, මා ඔබව දෙව්ලොව හිමිකරුවන් බවට පත් කරවනවා. ඔබ ලෝක හිමිකරුවන්ව සිටියා. ඔබ අයත්ව සිටියේ ආදී සනාතන දේවි දේවතා ධර්මයටයි. එමනිසා, ඔබත් බාබා මෙසේ කියන බව කිවයුතුයි. කිසිම කෙනෙක් එවන් දේශනයක් දී ඇති බවට තවමත් බාබාට පුවත් ලැබී නැහැ. ශිව් බාබා කියනවා උසස්ම කෙනා සහ පාරිශුද්ධත්වයට පත් කරන්නාත් මා බව අවධාරණය කරගන්න. මා භාරතයට ඇතුළුව ඔබට රාජයෝගා උගන්වනවා. මා ඔබට කියන්නේ නිරන්තරයෙන් මා පමණක් සිහිකරන්න. උසස්ම පියා වන මා සිහි කරන්න. පරිත්‍යාගශීලී පරම පියා ඔහුය. දරුවන් වන ඔබ භාරතයේ ලෝක හිමිකරුවන් වෙනවා. ඒ කාලයට එහි වෙන කිසිම ආගමක් නැහැ. පරම පියා දරුවන් වන අපට පැහැදිලි කර දෙනවා. ඉන්පසු අප ඔබට පැහැදිලි කර දෙනවා. බාබා කියනවා භාරත ජනයා වන ඔබ ඉතා ධනවත්ව සිටියා. දේවතා ධර්මය පවතින කල ඔබ කලා 16 කින් සම්පූර්ණයි. පාරිශුද්ධයි. රාගය නමැති අසිපත භාවිත කරන්නේ නැහැ. ඉතා ධනවත් පරම පියා අහනවා බංකොලොත් වීමට හේතුව ඔබ දන්නවාද? ඔබ ලෝක හිමිකරුවන් වෙලයි හිටියේ. දැන් ඔබ ලෝකයේ වහලුන් වෙලා සිටින්නේ ඇයි? නිරතුරුවම හැම දෙනාත් සමහම ණය ඇති කර ගන්නවා. ඒ මුදල් සේරම නැති වුණේ කොහේදීද? බාබා ඔබට දේශන පවත්වන්නාක් සේම දේශන පවත්වන්න. එවිට බොහෝ දෙනා ඊට ආකර්ෂණය වේවි. ඔබ බාබාව සිහිකරන්නේ නැහැ. මේ නිසා තමයි හීය ඉලක්කයටම වදින්නේ නැත්තේ. ඒ බලය ඔබට ලැබෙන්නේ නැහැ. එහෙම නැත්නම්, ඔබේ එක් දේශනයක් ඇසූ පමණින්ම පුදුම සහගත දේවල් සිදුවිය යුතුයි. ශිව් බාබා කියනවා පරමාත්ම දෙවියන් ඒකායන කෙනාම පමණයි. දුක නැතිකරන්නා සහ සතුට ලබාදෙන, නව ලෝකය ස්ථාපිත කරන්නා ඔහුයි. භාරතය දිව්‍යලෝකයව පැවතියා. එහි ස්වර්ණාභරණ සහ දියමන්ති එබ්බවූ මාලිගා තිබුණා. එහි තිබුණේ එකම එක රාජ්‍යයයි. හැම දෙනාම කිරියි පැණියි වගෙයි. පියා පිළිබඳ වැනුම් අසීමිත වන්නාක් සේ, භාරතය පිළිබඳ වැනුම් ද අසීමිතයි. භාරතය පිළිබඳ වැනුම් වලට සවන් දීමෙන් මිනිස්සු සතුටට පත් වෙනවා. පරම පියා දරුවන් වන ඔබෙන් අහනවා ඔබේ මුළු මහත් ධනයත් දේපළත් අහිමි කර ගත්තේ කොහේදීද? භක්ති මාර්ගයේ දී ඔබ බොහෝ දේ වැය කළා. ඔබ බොහෝ පූජනීයස්ථාන හැදුවා. බාබා කියන්නේ ඔබ පිරිසිඳු බවින් අපිරිසිඳු වුනේ කෙසේ දැයි නිකමට සිතා බලන්න. මිනිස්සු දෙවියන්ව සිහිකරන්නේ දුක්ඛිත අවස්ථාවන්හි දී පමණයි සතුටේ දී ඔහුව සිහි කිරීමට ඔවුන්ට අවශ්‍ය නැහැ. නමුත් ඔබව නොසතුටට පත් කරන්නේ කවුද? නොනවත්වා නැවත නැවතත් බාබාගේ නම සඳහන් කරන්න. බාබාගේ පණිවුඩය ලබා දෙන්නන් ඔබලායි. බාබා කියනවා මා ශිවාලයා හෙවත් දෙව්ලොව ස්ථාපිත කරනවා. එහි ලක්ෂ්මි සහ නාරායන්ගේ රාජ්‍යයන් තිබුණා ඔබ ඒක පවා අමතක කරලා. තම මංගල දිනයේ දී ලක්ෂ්මි සහ නාරායන් බවට පත්වන්නේ රාධේ සහ ක්‍රිෂ්ණා බවවත් ඔබ දන්නේ නැහැ. ලෝක හිමිකරු වන ක්‍රිෂ්ණා පමණක් නොව මාවත් ඔබ අපහාසයට ලක් කරනවා! ඔබට විමුක්තිය සලසන්නා මමයි. ඒත් ඔබ කියන්නේ බල්ලන්ගේ බළලුන්ගේ පමණක් නොව සෑම අස්සක් මුල්ලක් නෑරම මා සිටින බවයි! බාබා

කියනවා ඔබ බොහෝ අපිරිසිඳු වෙලා! පරම පියා කියනවා සියල්ලන්ටම විමුක්තිය සලසන්නාත් සියල්ලන්වම පාරිශුද්ධත්වයට පත් කරන්නාත් මමයි. පාරිශුද්ධකරුවා වන්නේ ගංහා යැයි ඔබ කියනවා. මා සමඟ යෝගා තබා නොගැනීම නිසා, ඔබ තව තවත් අපිරිසිඳු වී ඇත. මා සිහිකරන්න එවිට ඔබේ පාපයන් දුරු වී යනු ඇත. නැවත නැවතත් බාබාගේ නම භාවිත කරමින් පැහැදිලි කරන්න. එවිට ඔබට ශිව බාබා සිහිකළ හැකියි. ඔවුන්ට කියන්න අපි පරම පියාව වර්ණනා කරනවා. පරම පියා කියනවා ඔහුගේ උපත් ගණනාවක අවසානයේ දී මා අපිරිසිඳු සාමාන්‍ය ශරීරයකට ඇතුළු වුණා. ඒ උපත් ගණනාව මොහුගේයි. දැන් මොහු අයත් වන්නේ මටයි. ඉතින් මා පැහැදිලි කරන්නේ මේ වාහනය මාර්ගයෙනුයි. මොහු තම උපත් ගැන කිසිවක් දන්නේ නැහැ. ඔහු භගීරත්ය (භාග්‍යවන්ත රථයයි). ඔහුගේ විශ්‍රාම අවධියේදී මම ඔහුට ඇතුළු වෙමි. ශිව් බාබා මෙලෙස විස්තර කරයි. එලෙසින් දේශන දෙන කිසිවෙකු ගැන බාබා කිසි විටෙකත් අසා නැහැ. කිසිම කෙනෙක් බාබාගේ නමවත් සඳහන් කරන්නේ නැහැ. ඔවුන් දවස පුරාවට බාබාව සිහිකරන්නේම නැහැ. ඔවුන් ඕපාදූප කතාකරමින්ම සිට අපි මෙතරම් හොඳ දේශනයක් කළා, මේ මේ විදිහට පැහැදිලි කළා කියා බාබාට ලියනවා. ඒ අය තවමත් පුංචි කුහුඹුවන් බව බාබා තේරුම් ගන්නවා. ඔබ තාම ලොකු කුහුඹුවන්වත් වෙලා නෑ ඒත් ඉන්නේ ලොකු ආඩම්බරයකින්! බ්‍රහ්මා මාර්ගයෙන් පැහැදිලි කරන්නේ ශිව බාබා යැයි සමහරු තේරුම් ගන්නේ නැහැ. ඔබ ශිව් බාබාව අමතක කර දමනවා. මිනිස්සු ඉතා ඉක්මණින්ම බ්‍රහ්මා ගැන කලකිරෙනවා. පරම පියා කියන්නේ මා පමණක්ම සිහිකරන්න. ඔබ සැලකිල්ලක් දැක්විය යුත්තේ මා සමඟ පමණි. ඔබ මාව සිහිකරනවා. එහෙම නේද? කෙසේවෙතත්, පරම පියා කවුද කියා හෝ ඔහු එන්නේ කවදාද කියාවත් ඔබ දන්නේ නැහැ. ගුරුන් කියනවා චක්‍රය වසර සිය දහස් ගණනක් වෙනවා කියලා. එහෙත් පරම පියා කියනවා චක්‍රය පවතින්නේ වසර 5000 ක් පමණක් බව. පැරණි ලෝකය නව ලෝකය වෙනවා. නව ලෝකය නැවතත් පැරණි වෙනවා. දැන් නව දිල්ලිය තිබෙන්නේ කොහේද? එය සුරංගනා දේශයක්ව තිබෙන විට එහි ඇත්තේ නව දිල්ලියයි. නව ලෝකයේ නව දිල්ලිය තිබුණේ ජමුනා නදිය අසබඩයි. එහෙ ලක්ෂ්මි සහ නාරායන්ගේ මාලිගාව තිබුණා. ඒක සුරංගනා දේශයක්. ඒක දැන් සොහොන් පිටියක් වෙනවා. හැම දෙනාවම වළදානවා. මේ නිසා තමයි පරම පියා කියන්නේ උසස්ම පියාව සිහිකරන්න. එවිට ඔබ පාරිශුද්ධත්වයට පත් වේ. නිතරම මේ ආකාරයට 'බාබා, බාබා' යැයි කියමින්ම පැහැදිලි කරන්න. බාබාගේ නම සඳහන් නොකරපු නිසා තමයි කිසිම කෙනෙක් ඔබට සවන් නොදුන්නේ. ඔබ බාබාව සිහි නොකරන නිසා, එම බලය ලබා ගැනීමේ හැකියාවක් නැහැ. ඔබ ශරීර අවධානයට පත්වෙනවා. ඔබට වඩා බැඳීම් වලට හසුව ගුටි බැට කන අය බාබාව සිහි කරනවා. ඔවුන් කෑගසනවා. පියා කියනවා ඔබ සියලු දෙනාම ද්‍රෞපදීන්. නිර්වස්ත්‍ර කළ නොහැකි සේ ඔබ ආරක්ෂා වී සිටිනවා. මීට පෙර චක්‍රයේ දී පූත්නා වැනි නම් දෙනු ලැබූ ඇතැම් මව්වරුන් පවා එහි සිටියා. ඔබ එය අමතක කරලා. පරම පියා කියනවා භාරතය ශිව දේවාලයක්ව පැවති කළ, එය හැඳින්වූයේ දිව්‍යලෝකය කියලා. මෙහි ගුවන් යානා ආදී දේපළ තියෙන අය හිතනවා ඔවුන් සිටින්නේ දෙව්ලොව කියලා. ඔවුන් ඒ තරම් මෝඩයි. ඔබ කුමක් පැවසුවත්, 'බාබා කියනවා' යනුවෙන් එය කියන්න පටන් ගන්න. ඔබට විමුක්තිය සැළසීමට හතායෝගීන්ට බැහැ. සියල්ලන්ටම විමුක්තිය සළසන්නා එකම එක් අයෙක් වෙද්දී ඇයි ඔබ ගුරුන් වෙත යන්නේ? ඔබට අවශ්‍ය සන්‍යාසීන් වෙන්නද, එහෙමත් නැත්නම් හතා යෝගා ඉගෙනගෙන බ්‍රහ්ම ලෝකයට යාමටද? කිසිම කෙනෙකුට බ්‍රහ්ම ලෝකයට යන්න බැහැ. හැම දෙනාම තමන්ගේ චරිත කොටස රඟපෑ යුතුයි. සේරම නළුවන් අවිනාශීයි. මේ නාටකය සදාකාලිකයි. අවිනාශීයි. කිසිම කෙනෙක් සදාකාලික ගැලවීමක් ලබන්නේ කොහොමද? පරම පියා කියනවා මා පැමිණියේ මේ පූජකයන්ට පවා විමුක්තිය ලබා දීමටයි, ඉතින් ගංහාවන් පාරිශුද්ධත්වයට පත් කරන්නන් වන්නේ කොහොමද? ඔබ පාරිශුද්ධත්වයට පත් කරන්නා වූ මට කතා කළා. එහෙම නේද? මා සමඟ ඔබේ යෝගාව කඩා දැමීමෙන්, ඔබ පත්ව ඇති තත්ත්වය මෙයයි. දැන් මා සමඟ යෝගා තබාගන්න එවිට ඔබේ පාපයන් දුරු වී යනු ඇත. පිරිසිඳු ජීවාත්මයන් වාසය කරන්නේ මුක්ති දේශයේයි. දැන් මුළු ලෝකයම අපිරිසිඳුයි. ඔබ පිරිසිඳු ලෝකය දන්නේ නැහැ. ඔබ සියලු දෙනාම වන්දනාකරුවන්, එක්කෙනෙක්වත් වන්දනාවට සුදුසු නැහැ. ඔබට පුළුවන් බාබාගේ නම කීමෙන් හැම දෙනාවම නැගිටුවන්න. තමන්ව ලෝක හිමිකරුවන් බවට පත් කරවන පරම පියාව ඔබ අපහාසයට ලක්කරනවා. ශ්‍රී ක්‍රිෂ්ණා සියලුම ගුණධර්මයන්ගෙන් පිරි කුඩා දරුවෙක්. ඔහු කොහොමද මේ ව්‍යාපාරය කරන්නේ? ක්‍රිෂ්ණා කොහොමද හැම දෙනාගේම පියා වෙන්නේ? පරමාත්ම දෙවියන් ඒකායන කෙනායි. ඔබ මගේ ශ්‍රීමත් අනුගමනය කරන තෙක් මලකඩ ඉවත් වන්නේ කොහොමද? ඔබ හැම දෙනාවම වන්දනා කරනවා. මේක තමයි ඔබ පත් වී ඇති තත්ත්වය. මා නැවතත් පැමිණියේ මේ නිසයි. තම ආගමෙන් සහ ක්‍රියාවන්ගෙන් ඔබ දූෂිත වී තිබෙනවා. හින්දු ආගම ස්ථාපිත කළේ කවුද, කවදාද? කියා මට කියන්න. මේ ආකාරයට දේශන පවත්වා අභියෝග කරන්න. නැවත නැවතත් ඔබ පරම පියා සිහිකරන්නේ නැහැ. සමහර

වෙලාවට ඇතැම් දරුවන් ලියනවා, බාබා ඔවුන්ට ඇතුළු වෙලා දේශනය දුන්නා කියලා. බාබා විශාල ලෙස උදව් කළා. සිහිකිරීම නමැති වන්දනාවෙහි නොසිටින නිසා තමයි ඔබ කරන සේවාවන් ද දණගාන තරම් අඩු වේගයකින් යන්නේ. බාබාගේ නම සඳහන් කළ විට පමණයි හීය කාට හරි වැදෙන්නේ. බාබා කියනවා දරුවනි, උපත් 84 හි චක්‍රය වටා යන්නේ ඔබ පමණයි. එමනිසා, මා පැමිණියේ ඔබට පමණක් පැහැදිලි කර දීමටයි. මා භාරතයට ඇතුළු වුණා. වන්දනාවට සුදුසු වී සිටි අය පසුව වැඳුම් කරුවන් වෙනවා. මම වන්දනාවට සුදුස්සෙක් හෝ වන්දනා කරන්නෙක් වත් වෙන්නේ නැහැ. 'බාබා කියනවා, බාබා කියනවා' යනුවෙන් දිගටම කියන්න. බාබාට ඇසුණු විට, ඔබ කුඩා කුහුඹුවන්ගෙන් ලොකු කුහුඹුවන් වන බව බාබා තේරුම් ගන්නවා. පරම පියා කියනවා මම ඔබට උගන්වනවා, සරළව නිරන්තරයෙන් ඔබ මා පමණක් සිහිකළ යුතුයි. මා පමණක් සිහිකරන ලෙස මේ වාහනය මඟින් මා ඔබට කියනවා. ඔබ වාහනය සිහි නොකළ යුතුයි. 'බාබා මෙහෙම කියනවා. බාබා මේක පැහැදිලි කළා' යනුවෙන් කියන විට ඒ අය කොතරම් ඊට ඇදී යනවාදැයි ඔබට පෙනෙයි. පරම පියා කියනවා ශරීරය සහ සියලුම ශාරීරික නෑ සබඳතාවන් සමඟ ඇති ඔබේ යෝගා කඩා දමන්න. ශරීරය අතහැර දැමූ විට ජීවාත්මය පමණක් ඉතිරි වෙනවා. තමන් ජීවාත්මයක් බව අවධාරණය කරගෙන පරම පියාව සිහිකරන්න. සමහරු කියනවා 'බ්‍රහ්මා මමයි' තවත් සමහරු කියනවා 'මම මායාගේ පාලකයායි' කියලා. බාබා කියනවා මායා කියන්නේ කවුද ධනය කියන්නේ කුමක්ද කියලාවත් ඔබ දන්නේ නැහැ. ධනයටත් 'මායා' කියලා කියනවා. මේ ආකාරයට පැහැදිලි කරන්න ඔබට පුළුවන්. ඉතා හොඳ දරුවන් බොහොමයක් පවා මුරලි කියවන්නේ නැහැ. ඔවුන් පරම පියාව සිහි කරන්නේ නැහැ. එමනිසා, ඔවුන් යෝගා බලයක් ලබා නොමැති බැවින් හීය ඉලක්කයටම වදින්නේ නැහැ. බලය ලැබෙන්නේ සිහිකිරීමෙන්. මේ යෝගා බලයෙන් තමයි ඔබ ලෝක හිමිකරුවන් වෙන්නේ. දරුවන් වන ඔබ නොනවත්වා බාබාගේ නම සඳහන් කළොත්, කිසිම කෙනෙකුට කිසිවක්ම කියන්න බැහැ. හැම දෙනාගේම පරමාත්ම දෙවියන් එකම පරම පියා ද නැත්නම් හැම දෙනාම දෙවියන් ද? ඔවුන් කියන්නේ අපි මේ මේ සන්‍යාසීන්ගේ අනුගාමිකයෝ කියලයි. ඔවුන්ගෙන් අහන්න ඒ අය සන්‍යාසීන්, අපි නිවැසියන්. ඉතින් අපි ඔවුන්ගේ අනුගාමිකයින් වෙන්නේ කොහොමද? 'මායා මිත්‍යාවක්. ශරීරය මිත්‍යාවක්. මුළු ලෝකයම මිත්‍යාවක්.' කියා කතාවක් තියෙනවා. සත්‍යය වන්නේ ඒකායන පරම පියා පමණයි. ඔහු පැමිණෙන තෙක් අපට සත්‍යවාදී වෙන්න බැහැ. විමුක්තිදායකයා සහ ජීවන මුක්තිදායකයා එකම එක්කෙනා පමණි. අපට අයිති විය හැකි වෙනත් කිසිවෙකුට විමුක්තිය සළසා දීමට බැහැ. බාබා කියනවා මෙයත් නාටකයේ තීරණය වී ඇති දෙයක්. දැන් ඔබේ දැස් විවෘතව තබාගෙන විමසිලිමත්ව සිටින්න. 'බාබා මෙසේ කියනවා' යනුවෙන් කීමෙන් ඔබ අපහාසයට පත්වන්නේ නැහැ. කිසිම කෙනෙක් කිසිම නිශේධනීය දෙයක් කියන්නේ නැහැ. නිකම්ම 'ශිවා' යැයි නොකියා 'ත්‍රිමූර්ති ශිව බාබා' යැයි කියන්න. ත්‍රිමූර්තිව නිර්මාණය කළේ කවුද? බ්‍රහ්මා මාර්ගයෙන් ස්ථාපිත කිරීම කරගෙන ගියේ කවුද? නිර්මාපකයා වන්නේ බ්‍රහ්මාද? එතරම් කුල්මත්භාවයකින් කතා කරන විට පමණයි ඔබට යමක් උදාකර ගත හැකි වනුයේ. එසේ නොමැති නම්, එය ශරීර අවධානයෙන් කරන දේශනයක් වගෙයි. පරම පියා පැහැදිලි කරනවා මේ විවිධාකාර ආගම් හි කල්ප වෘක්ෂයයි. පළමුවෙන්ම තිබුණේ දේවතා ධර්මයයි. ඒ දේවතා ධර්මය ගියේ කොහිද? ඔවුන් වසර සිය දහස් ගණනක් ගැන කතා කරනවා. නමුත් මෙය වසර 5000 ක කතාවක්. ඔවුන් ද නොනවත්වා තම පූජනීයස්ථානයන් ගොඩනංවනවා. පාණ්ඩවයන් සහ කවුරවයින් අතර යුද්ධයක් ගැන කතාකරනවා. කඳු යායේ පාණ්ඩවයන් නැති වී යාමෙන් පසු සිදුවූයේ කුමක්ද? මා පාපයන් සිදුකරන්නේ කොහොමද? මා ඔබව ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් තොර වෛශ්නවයින් (විශ්ණු) බවට පත් කරවනවා. වෛශ්නවයින් යනුවෙන් හැඳින්වෙන විශ්ණු වංශයට අයත් වන අය වන්නේ රාගය නමැති අසිපත කෙදිනක වත් භාවිත නොකරපු අයයි. 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. සේවයෙන් සාර්ථක වීම උදෙසා, ආඩම්බරකම් ඉවතලා නිරතුරුවම ඔබ කියන සෑම දෙයකදීම බාබාගේ නම සඳහන් කරන්න. සිහිකිරීමෙහි සිට සේවය කරන්න. ඕපාදූප කතා කරමින් කාලය අපතේ නොහරින්න.

2. සත්‍ය වෛශ්නවයෙක් වන්න. කිසිම පාපයක් නොකරන්න. ඔබේ යෝගා තම ශරීරයෙන් සහ සියලුම ශාරීරික නෑ සබඳතාවන්ගෙන් කඩාදමන්න.

වරදානය: "හා ජී" (ඔව් ඇත්තෙන්ම) යන පාඩම ඉගෙන ගැනීමෙන් ඔබ සේවය කිරීමේ දී ශ්‍රේෂ්ඨයෙකු වී සැමගේ ආශිර්වාද ලැබීමට සුදුසු කෙනෙකු බවට පත් වේවා.

සතුටින් හා උද්‍යෝගයෙන් සේවය කරන අතරතුර, සැමගේ ආශිර්වාද ඔබට ලැබෙන පරිදි ඔබ සේවය කරන ආකාරය කෙරෙහි ද අවධානය යොමු කරන්න. මෙයට හේතුව, ආශිර්වාද ඇති තැන, වෙහෙස මහන්සි වී වැඩ කිරීම සිදු නොවන බැවිනි. දැන්, ඔබ සම්බන්ධ වන අයගෙන් ආශිර්වාද ලබා ගැනීමේ අරමුණ තබා ගන්න. "හා ජී" යන පාඩම ඉගෙන ගැනීම ආශිර්වාද ලබා ගැනීමේ මාර්ගයයි. සමහරු වැරදි වුවත්, ඔවුන් වැරදි බව පවසමින් ඔවුන්ව තවත් පහළට තල්ලු නොකරන්න, නමුත් ඔවුන්ට සහයෝගය දී ඔවුන්ට නැගී සිටීමට හැකියාව ලබා දෙන්න. සහයෝගයෙන් කටයුතු කරන්න, එවිට ඔවුන්ගේ තෘප්තිය තුළින් ඔබට ඔවුන්ගෙන් ආශිර්වාද ලැබෙනු ඇත. ආශිර්වාද ලැබීමේ දී ශ්‍රේෂ්ඨ වන අය නිරායාසයෙන්ම ශ්‍රේෂ්ඨ බවට පත්වෙති.

පාඨය: කඩිසර සේවකයෙකු වීමට අමතරව, ඔබගේ ස්ථිතියේ දී කඩිසර (ශක්තිමත්) වීමේ ඉලක්කය ද තබා ගන්න.

***** ඕම් ශාන්ති *****

අව්‍යක්ත සංඥාව: යෝගාවේ බලයන්ගෙන් ඔබගේ මනසින් තමන් මත සහ අන් අය මත පර්යේෂණ සිදු කරන්න.

යෝග අත්හදා බැලීම යන්නෙන් අදහස් කරන්නේ ඔබේ පිරිසිදු සිතිවිලි ඔබේ ශරීරය, මනස සහ සංස්කාර කෙරෙහි ඇති කරන බලපෑම අත්හදා බැලීම සහ බලපෑම දැක ගැනීමයි, එවිට ඔබ දිගින් දිගටම ඉදිරියට යනු ඇත. මෙහිදී, එකිනෙකා දෙස නොබලන්න. "මේ කෙනා කරන්නේ කුමක්ද? මේ කෙනා මේක කරන්නේ නැහැ! වැඩිහිටි අය මේක කරනවාද නැද්ද?" මේ දේවල් දෙස නොබලන්න. පළමුවෙන්ම, මෙම බලපෑම අත්විඳින්න, මන්ද, මෙය පෞද්ගලික උත්සාහයක කාරණයකි. ඔබ මේ ආකාරයෙන් පෞද්ගලික උත්සාහයක් දරන විට සහ ඔබ තුළ වර්ධනයක් අත්විඳින විට, එක් එක් අයගේ නිහඬතාවයේ සාමූහික බලය ලෝකයට බලපෑමක් ඇති කරවනු ඇත.