

සාරය: සුමිහිරි දරුවනි, ඔබ ක්‍රියා කිරීම නවතාලිය යුතු නැත, නමුත් ඔබ පාප ක්‍රියා කිරීම නැවැත්විය යුතුයි. කිසිදු පාප ක්‍රියාවක් නොකරන්න.

ප්‍රශ්නය: මළ නිහඬතාව අත්විඳිය හැක්කේ කුමන පුහුණුවකින්ද?

පිළිතුර: අශරීරික බව පුහුණු කරන්න. පරම පියා පමණක්ම සිහිකරන්න. ඔබ ශරීරය වශයෙන් මළා සේ සිටින්න. මෙම පුහුණුවෙන් ජීවත්ම සත්තාවට මළ නිහඬතාව අත්විඳිය හැකියි.

ප්‍රශ්නය: සියලු වර්ග වල දුකෙන් නිදහස් විය හැකි පහසුම ක්‍රමය කුමක්ද?

පිළිතුර: ඔබේ බුද්ධිය තුළ පැහැදිලිවම නාටකය සිහිපත් කර තබා ගන්න. සෑම නළුවෙක්ම දෙස නොබැඳිව බැලූ විට ඔබ දුකින් නිදහස් වේ. ඔබ කිසිවකින් නොසැලේ.

ගීතය: ඕම් නමෝ ශිවාය...

සුමිහිරි, ආදරණීය, බොහෝ කාලයක් තිස්සේ නැති වී සිට මේ දැන් හමු වුණු ඔය දරුවන්ව ඔබගේ මව, පියා, බාප්දාදා සෙනෙහසින් සිහිපත් කර සුබ උදෑසනක් ප්‍රාර්ථනා කරයි. ආධ්‍යාත්මික පියාගෙන් ආධ්‍යාත්මික දරුවන්ට නමස්කාර.

ධාරණය සඳහා සාරාංශය:

1. අපිරිසිදුකා දුරලා ඔබේ පාරිශුද්ධ අභිමානය පවත්වා ගන්න. දෙවි දේවතාවුන්ගේ මුහුණු සේ ඔබේ මුහුණද නිරන්තරව ප්‍රබෝධයෙන් තබා ගැනීමට නම්, අනන්ත සතුටින් ම සිටින්න.
2. බාප් දාදා සේ අභංකාරයෙන් තොරවන්න. සේවා කර එය ඔප්පු කරන්න, නොවටිනා බවට පත් නොවන්න.

වරදානය: ඔබ එකම කෙනා ගැන ස්මරණය කරමින් ඔබේ මනස ඒකාත්මික කරගනිමින්, 'මන්මනභාව' තත්ත්වයේ සිටිමින්, සම්පූර්ණ හා පරිපූර්ණ තත්ත්වයටත් පත්ව සැමවිට සුදානමින් සිටින්න.

සෑම මොහොතකම ඔබ සැමවිට සුදානමින් සිටිය යුතුය යන හැඟීමෙන් යුතුව සිටින්න. ඕනෑම වෙලාවක, ඕනෑම තත්ත්වයක් ඇතිවිය හැකියි, නමුත් අප සැමවිට සුදානමින් සිටිනු ඇත. හෙට ලෝක විනාශය සිදු වුවද, අප සුදානමිය. සැමවිට සුදානම් යනු සම්පූර්ණ සහ පරිපූර්ණ වීමයි. සම්පූර්ණ සහ පරිපූර්ණ වීම සඳහා, එකම පියා මිස වෙන කිසිවෙකුට අයිති නොවීමට සුදානම් විය යුතුය. ඔබේ මනස සැමවිට එකම කෙනා සහ 'මන්මනභාව' වෙත ඒකාග්‍ර වී තිබෙනවා නම්, ඔබ සැමවිට සුදානමින් සිටිනු ඇත. සැමවිට සුදානමින් සිටිමින් සේවය කිරීමෙන් ඔබ සේවයේදී සහයෝගය සහ සාර්ථකත්වය ලබනු ඇත.

පාඨය: පියාගෙන් දහස් වාරයක් උපකාර ලබාගැනීමට වටිනා තත්ත්වයට පත් වීම සඳහා, ධෛර්යයෙන් යුතුව ඉදිරියට යන්න.

\*\*\* ඕම් ශාන්ති \*\*\*