

05-05-2018

උදෑසන මුරලි

ඔම ශාන්ති

බාජදාදා

මඩුබන්

සාරය: සුමිහිරි දරුවනි, තමන්ව රැකගැනීම සඳහා, දවසට දෙවරක් දැනුමෙන් ස්නානය කරන්න. මායා ඔබ ලවා වැරදි කරවන අතර පියා ඔබව වැරදි කිරීමෙන් මුදවා ගනී.

ප්‍රශ්නය: ඔබට පියාගෙන් සම්පූර්ණ උපකාර ලැබෙන්නේ, කුමන විශ්වාසයේ සහ උත්සාහයේ පදනම තුළින්ද?

පිළිතුර: ප්‍රථමයෙන් මෙම ස්ථීර විශ්වාසය තිබිය යුතුයි 'මගේ වන්නේ එක් ශිව බාබා හැර වෙනත් කිසිවෙක් නොවෙයි.' මේ සමඟම ඔබ තමන්ව සම්පූර්ණයෙන් පියාට කැප කළ යුතුයි, එනම්, ඔබ භාරකරුවෙක් වී, සෙනෙහසින් සේවය කළ යුතුයි. එවන් දරුවන්ට පියාගෙන් සම්පූර්ණ උදව් ලැබෙයි.

ගීතය: අප වැටිය හැකි මාවතේ ගමන් කරන නිසා, ප්‍රවේසම් වීම මනාය.

ඔම ශාන්ති. ගීතයේ මෙසේ කියන්නේ කවුද? පරම පියා, පරමාත්මය, දැනුමේ සාගරය පවසන්නේ දරුවනේ, මා දැන් ඔය දරුවන්ට අනුගමනය කිරීමට මග පාදන මාර්ගයේ, සහ මායා පරාජය කිරීමට මා දැන් ඔබට ලබා දෙන උපදෙස් සහ අවවාද වලින් මෙය සිදුවෙයි සමහරු ඇද වැටෙයි, සමහරු නැගීටියි, එමෙන්ම සමහරු ප්‍රවේසම් වෙයි. ඔවුන් නොකඩවා සිහියෙන් හෝ අසිහියෙන් රැදී සිටියි. මෙය සිහියෙන් සිටීමට ඇති ජීවිත-දානය ලබාදෙන, ඖෂධයයි. පරම පියා, පරමාත්මයේ ජීවිත-දානය දෙන ඖෂධය, දැනුමයි. රාමා සහ රාවණ අතර සටනක් තිබී, ලකෂ්මන් සිහිසුන් වූ විට, ඔහුගේ සිහිය නැවත ලබා ගැනීමට, හනුමාන් ජීවිත-දානය දෙන ඖෂධය ගෙන ආ බවට කතාවක්, රාමායනයේ තිබේ. ඇත්ත වශයෙන්ම රාමායනය ලියුවේ පසු කාලීනවයි. එවන් දේවල් නොවීය එමෙන්ම මනුෂ්‍යයන් ලියා ඇති ගීතාව, දෙවියන් අසුන්ගෙන පැවසුවේද නැත. පියා, දැනුමේ සාගරයයි; කුමන දැනුමේද? ඔහු ඔබට ලෝකයේ මුල, මැද සහ අවසානය පිළිබඳ දැනුම ලබාදෙයි. ඉන්පසුව මනුෂ්‍යයන් මෙයින් ගීතාව ලියා, එයට ක්‍රිෂ්ණාගේ නම ඇතුලත් කළා. කෙනෙක්, පියාගේ චරිත කතාවේ, දරුවාගේ නම මුද්‍රණය කළේ නම්, කුමක් සිදුවෙයිද? ඒ ආකාරයෙන්ම, ගීතාවට උපත ලබා දුන්නේ ශිව බාබා වන නමුත්, ඔවුන් එහි ක්‍රිෂ්ණාගේ නම ඇතුලත් කළ නිසා, එහි අරුතක් නැති වී ඇත. ගීතාව මුසාවක් කර ඇති බැවින්, සෑම මනුෂ්‍යයෙකුගේම බුද්ධිය, දෙවියන්ගෙන් ඉවතට බිඳී ගොස් ඇත. එබැවින් මනුෂ්‍යයන් පිවිතුරු වන්නේ කෙසේද? අප පිවිතුරු වන්නේ ගංභා ජලයෙන් නොව, මෙම යෝගා ගින්නෙන්ය. බාබා, දැනුමේ සාගරයයි. ඔහු දැනුමේ අමාත්‍යයන් මනුෂ්‍යයන්ව දේවතාවන් බවට පරිවර්ථනය කරයි. කෙසේ වෙතත් ජලයට අමාත්‍ය කියා නොකියයි. මෙය ඉගෙනුමකි. ඉගෙනුමක් යනු දැනුමය. භාරතයේ ජනතාව, ආගමික ශාස්ත්‍ර ලිවීම ආරම්භ කළේ තඹ යුගයේදීය. ඔවුන් පවසන්නේ, ශාස්ත්‍ර සදාතනික බවයි, නමුත් අප පවසන්නේ නාටකය සදාතනික බවයි. ග්‍රන්ථ ශාස්ත්‍ර ස්වර්ණමය යුගයේ ආරම්භ වූයේ නැත. ඒ සියල්ල සදාතනික බව ඔවුන් පවසන විට, ඔවුන් ඉන් සැබවින්ම අදහස් කරන්නේ, ඒවා නාටකයේ නියම වී ඇති බවයි. තඹ යුගයේ සිට මිනිසුන් ඒවා ලියා ඇත. අසීමිත පියා දැන් ඔබට ඔහුගේ සම්පූර්ණ චරිත කතාව පවසා ඇත. ඔහු පවසන්නේ ස්වර්ණමය සහ රිදී යුගයන්හි මා කිසිම චරිත කොටසක් රහපාන්නේ නැහැ. ලෝකය පැවතෙන්නේ, නාටකයට අනුවයි. මගේ කොටසද නාටකයේ නියමිත වී තිබේ. මා නාටකයේ බන්දනයෙන් බැඳී සිටිනවා. ක්‍රිස්තුට සහ බුදුන්ට, ස්වර්ණමය සහ රිදී යුගයන්හි චරිත කොටසක් නොමැති ආකාරයෙන්, මටත් ස්වර්ණමය සහ රිදී යුගයන්හි කොටසක් නැත. ඒ සියලුම ජීවත්ම වාසය කරන්නේ මුක්ති දේශයේය. දේවතා ධර්මයේ සියලුම ජීවත්මයන්ද එකලට පැමිණෙනවා නොවෙයි. නැහැ, ඔවුන්ද අංක පිලිවෙලට ක්‍රම-ක්‍රමයෙන් පහළට පැමිණෙයි. ඉන්පසුව ඔවුන් සතෝප්‍රධාන් සිට වෙනස් වී, සතෝ, රජෝ සහ තමෝ තත්ත්ව තුළින් ගොස් සූර්ය වංශික අය, වන්ද්‍ර වංශයේ කොටසක් වී, ව්‍යාප්තිය නොකඩවා සිදුවී ගෙන යයි. මෙහි වැදගත්කම මුළුමනින්ම වටහාගත යුතුයි. අර්ධ වශයෙන් පිවිතුරු වන අයට අසම්පූර්ණ රාජධානියක් හිමිවන බව ඔබ දන්නවා. ප්‍රථමයෙන් රජවරුන් වන්නේ, දැනුමේ සහ යෝගාවේ ඉදිරියෙන් යන අයයි. රාජධානියක් ස්ථාපිත වනවා. සම්පූර්ණ උත්සාහයක් දැරිය යුතුයි. ශිව බාබා විස්තර කරන්නේ ඔබ දියමන්තියක් මෙන් විය යුතුයි. මා දැනුමේ සාගරයයි, ශාන්තියේ සාගරයයි. ඔබ අධිපති දැනුමේ සාගර විය යුතුයි. සාමය යනු, එකිනෙකා සමඟ සටන් නොකර සිටීම පමණක් නොවෙයි. සන්යාසීන් විශ්වාස කරන්නේ, ඔවුන් ප්‍රාණයාම ව්‍යායාම් ආදිය කළ යුතු බවයි. මෙහි එය එසේ නොවෙයි. මෙහි, බාබා නූල අදිය (ඔබගේ

බුද්ධියේ යෝගාවේ). බාබා තරුණ දියණියන්ගේ නූලද අදින බැවින්, ඔවුන් ධ්‍යාන ගත වෙයි. මෙය දේවමය ආශීර්වාදයක් ලෙස හැඳින්වෙයි. හක්ති මාර්ගයේද දර්ශන ලැබෙයි. දිව්‍යමය දර්ශන ලබා දීමට බලය ඇත්තේ පියා හැර වෙනත් කිසිවෙකුට නොවෙයි. පියා දැන් පෞද්ගලිකවම ඔබ ඉදිරියේ සිටියි. ඔහු පවසන්නේ ඔවුන්ව මායාගේ යදම්වලින් නිදහස් කර ගැනීමට, දෙවියන් බැතිමතුන් වෙත පැමිණිය යුතුයි. බාබා පවසන්නේ මායා සමඟ යුද්ධයක් තිබෙන බව මා දන්නවා. විටෙක ඔබ නගින අතර විටෙක ඔබ වැටෙයි. ඔබගේ යෝගාව බිඳෙන විට, ඔබගේ සිතිවිලි, වචන හෝ ක්‍රියාවලින් ඔබ වැරදි සිදු කරයි. සෑම කෙනෙක්ම පරීක්ෂණ වලට මුහුණ දෙයි. මායාගේ කිසිදු පහරකැමකට ඔබ ලක් නොවන්නේ නම්, ඔබ ශරීරය හැර යනු ඇත. කිසිවෙක් තවමත් අංගසම්පූර්ණ වී නැහැ. මෙය තුරුම තරඟයක්. එය, අශ්වයා බිලිඳෙන යාගභෝමයක් ලෙස හැඳින්වෙයි. රාජධානිය හිමි කරගැනීම සඳහා ඔබ අශ්වයා, එනම් රථය, ශිව බාබාට කැප කළ යුතුයි. එනම්, ඔබ ඔහුගේ දරුවෙක් වී, සම්පූර්ණයෙන් සේවය කළ යුතුයි. භාරකරුවෙක් වී, උත්සාහ දරන්න, එවිට ඔබට උපකාර ලැබෙයි. ඔබ තුළ ස්ථිර විශ්වාසය තිබිය යුතුයි ‘මගේ වන්නේ ඒකායන ශිව බාබා හැර වෙනත් කිසිවෙක් නොවෙයි.’ සියලු දෙනාම මිය යා යුතුයි. පියා, ගුරුවරයා සහ සත්ගුරු වන පරම පියා, පරමාත්මයෙන්, ඔබගේ උරුමය හිමි කර ගැනීමට, ඔබ සෑම කෙනෙකුටම අයිතියක් තිබේ. එය සියලු දෙනාගේම විශ්‍රාමික අවදියයි. සෑම කෙනෙක්ම එකට මිය යා යුතුයි. ව්‍යසන පැමිණෙන විට, බොහෝ මිනිසුන් එකට මිය යයි. බෝම්බ ටිකක් හෙලන විට, සියලුම ගොඩනැගිලි විනාශ වෙයි. එබැවින් දැන් සියලු දෙනාටම මරණය තිබෙයි. දරුවන්ට ආදායමක් උපයා ගැනීමට ඔබ මග පැදිය යුත්තේ මේ නිසයි. සැබෑ ආදායම මෙයයි. යමක් කරන අයට එහි ප්‍රතිලාභය ලැබෙයි. පියා ආදායමක් උපයන විට, දරුවන්ට ඉන් ලැබෙනවා නොවෙයි. නැහැ; දරුවන්ටද මෙම සැබෑ ආදායම උපයා ගැනීමට සැලැස්විය යුතුයි. මෙය වටහාගත යුතු දෙයක්. මේ සඳහා බොහෝ පූර්වාරක්ෂණ ගත යුතු වනවා. අප දේවතාවන් බවට පත් වනවා, එබැවින් අපට අපවිත්‍ර කිසිවක් ආභාරයට ගත නොහැක. ඔවුන් බ්‍රහ්මණ පූජකයන්ටද එය දෙන නිසා, සමහරු සිතන්නේ මාළු ආභාරයට ගැනීම නරක නැති බවයි. සියලුම වාරිත්‍ර වාරිත්‍ර වැරදි වී ඇත. පියා පවසන්නේ ඔබ සම්පූර්ණයෙන්ම පිවිතුරු විය යුතුයි. ප්‍රථමයෙන් දැනුම චිත්තයේ අසුන්ගන්න. ඔබගේ මනසට කෙතරම් පාසකාරී සිතිවිලි පැමිණියත්, ඔබගේ භෞතික ඉන්ද්‍රියන් තුළින් ඔබ ඒවා ක්‍රියාවට නොනැඟිය යුතුයි. ඔබ බාබාට අයත් වන විට, මායා සමඟ ඔබගේ යුද්ධය ඇරඹෙයි. පුරවැසියන් වීමට යන අය සමඟ මායා එතරම් ගැටෙන්නේ නැත. ඔබ මායා ජයගන්නා අය වී, ඒ අනුව ලෝකය ජයගන්නා අය විය යුතුයි. පුරවැසියන්, ලෝකය ජයගන්නා අය වන්නේ නැහැ. ලෝකය ජයගත් කෙනෙක් වනවා යනු, සූර්ය වංශයේ සහ වන්ද්‍ර වංශයේ කොටසක් වීමය. සමහරු උත්සාහ දරා, වසර තුන හතරක් පිවිතුරුව රැඳී සිට, ඉන්පසුව පහර කැමට ලක් වෙයි. එවිට ඔවුන් බාබාට මෙසේ ලියයි බාබා, මට සමාවන්න! මෙහි නීති සහ රෙගුලාසි තිබේ. ඔබ බාබාගේ දරුවෙක් වන විට, ඔබ ජීවිත කාලය තුළ සිදුකර ඇති සියලු පාපයන් ගැන ලිවිය යුතුයි. ‘ධර්මරාජ, ශිව බාබා, මා මෙම උපතේ මෙම පාපයන් කර තිබෙනවා.’ එවිට ඉන් භාග්‍යකට සමාව ලැබෙයි. නීතිය මෙයයි. පෙර, කෙනෙක් විනිශ්චයකරුවෙක් ඉදිරියේ පාපොච්චාරණය කළ විට, ඔහුගේ දඬුවම ලිහිල් කෙරෙයි. ඔබ වරදක් සිදුකර, ඉන්පසුව ඒ ගැන බාබාට නොලියන්නේ නම්, සිය ගුණයක දඬුවම් තිබෙයි. ඔය දරුවන් රැකිය යුතු බොහෝ පූර්වාරක්ෂණ තිබේ. පිටත මිනිසුන්ට එතරම් නැත. ඔවුන් බිය වන්නේ ඒ නිසයි. එවිට ඔවුන් සියලු දෙනාව, සිය ගුණයක් භාග්‍යවන්ත කරවන, අසීමිත පියාට සහ මනාලයාට ඔවුන් අයත් නොවෙයි. ඔව් නිසැකවම වැරදි සිදුවෙයි, නමුත් අවසානයේ ඔබ අනිවාර්යෙන් වැරදි කිරීමෙන් නිදහස් විය යුතුයි. මෙහි බොහෝ පූර්වාරක්ෂණ රැකිය යුතුයි. ඔබ ඒකායන බලවත් කෙනාගේ හස්තය අල්ලා ගත් විට, එම පියා ඔබව රැක බලා ගනී. ඔහු කුඩම්මාගේ දරුවන්ව එතරම් රැකබලා ගන්නේ නැත. සැබෑ දරුවන් ඉන්නේ, ඉතා සුළු දෙනෙක් වුවත් බාබාට ලියන බොහෝ දරුවන් සිටියි. බාබාට දිනපතා බොහෝ ලිපි ලැබෙයි. බාබාට තිබෙන්නේ එක අතක් පමණයි, එබැවින් සෑම දරුවෙක්ම ඔහුට හෝ ඇයට පෞද්ගලික ලිපියක් එවන්නට කියා බාබාගෙන් ඉල්ලන්නේ නම්... දැන් බොහෝ ව්‍යාප්තිය සිදුවීමට තිබේ. වෙනත් කිසිවෙකුට මෙතරම් විශාල ලිපි මල්ලක් නොතිබෙයි. අදාෂ්‍යමාන රජය මෙයයි. එය තිබෙන්නේ භූගතවයි. එය ආගමික-දේශපාලනයක්. ආයුධ ආදිය නැත. ගමනාන්තය ඉතා උසස්ය. නගින අය, දෙව්ලොව මිහිරියාව රස විඳින අතර, වැටෙන අයට ඔවුන්ගේ රාජධානිය අහිමි වී පුරවැසියන් වෙයි. ඔබට වැටහෙනවාද? දියමන්තියක් මෙන් තිබුණු භාරතය, සිප්පි කටුවක් මෙන් වී ඇති බව, ඔය දරුවන් දන්නවා. ඔබ අපායේ වැසියන්ගෙන්, දෙව්ලොව වැසියන් වීමට දැන් උත්සාහ දරන බව, ඔබ කියනු ඇත. අපි සදාකාලයටම සිය ගුණයක් වාසනාවන්ත වීමට මෙහි පැමිණ සිටිනවා. බාබා අපව අපවිත්‍ර බවින් පිවිතුරු කරවනවා. එවිට රාවණගේ මෙම රාජධානිය පහළට යයි. චක්‍රය නොකඩවා බ්‍රමණය වෙයි. රාවණගේ රාජධානිය පහළට යන විට, රාමාගේ රාජධානිය ඉහළට එයි. ඔබ තමන්ව ඉතා

හොඳින් රැක බලා ගත යුතුයි. තමන්ව රැක ගැනීමට හැකි වන්නේ, දිනපතාම දැනුමෙන් ස්භානය කරන අයට පමණයි. රාජකීය මිනිසුන් දිනකට දෙවරක් ස්භානය කරයි. මෙහිදී ඔබ අනිවාර්යෙන් දෙවතාවක් දැනුමින් ස්භානය කළ යුතුයි අම්මරිත් වේලාවේ සහ සවස හිරු බසින විට. පළමු වතාවේ පැයක් ඉගෙන ගන්න, ඉන්පසුව දෙවන වර, අනිවාර්යෙන් මුරලිය පුනරීක්ෂණය කරන්න. ඔබ දැනුම ධාරණය කර, අන් අයට එය ධාරණය කිරීමට දිරිගැන්විය යුතුයි. ඔබගේ බිරිඳ සහ දරුවන්ට සැබෑ ආදායම උපයා ගැනීමට මග පාදන්න. උපත් 21කට රාජධානියක භාග්‍යය හිමි කර ගැනීම, ඔබගේ නැන්දම්මාගේ ගෙදර යනවා වගේ නොවෙයි! තීව්‍ර උත්සාහ දරන්නේ කවුරුන්ද කියා වටහාගත හැක. කෙනෙක් රෝගීව සිටින්නේ නම්, ඔබට එම කෙනාව දෝලාවක (මනාලියක් ඇගේ විවාහ දිනයේ ගෙන යන රථය) මෙහි ගෙන ආ හැක. එම කෙනාගේ දෙනොලේ දැනුමේ අමෘතය ඇතිව, ඔහු ශරීරය හැර ගියාදෙන්. බිහිරි හෝ ගොළු කෙනෙකුට වුවත් මෙම ආදායම උපයාගත හැක. දැනුම ඉතා පහසුයි. ඔබගේ උරුමය ඔබ පියාගෙන් හිමි කරගත යුතුයි. පියා පෞද්ගලිකව පැමිණ, ඔබට ආධිපත්‍යය ලබාදෙන්නේ එක වරක් පමණයි. දරුවන් සතුටට පත්වන විට, ඔවුන්ගේ පියා විශ්‍රාම ගනී. අසීමිත පියා, සියලු දෙනාව සතුටට පත් කර, ඉන්පසුව ගොස් පරම දනව්වේ අසුන්ගනී. ඉන්පසුව ජීවත්ම එහි සිට අංක පිළිවෙලට නොකඩවා පහළට පැමිණෙයි. ඔහු කිසිවෙකු එවනවා නොවෙයි; එසේ නිකමට පැවසෙයි, මන්ද මෙම නාටකය ඉබේම පැවතෙයි. ඔවුන්ගේ ආගම් ස්ථාපිත කිරීමට ඔවුන්ගේ කාලයේදී ඔවුන් පැමිණිය යුතුයි. ඔය බ්‍රහ්මණයන්, බ්‍රහ්මාගේ වංශයේ බව ඔබ දන්නවා. මුළු ලෝකයම ශිව්‍යාගේ වංශයේ කොටසක්ය. පසුව ශාරීරික පියා, බ්‍රහ්මායි. බ්‍රහ්මාගේ දරුවන් වන අප, සහෝදර සහෝදරියන්ය. අප දැන් දේවමය ධර්මයට අයත් අතර, පසුව ස්වර්ණමය යුගයේ අප දේවතා ධර්මයට අයත් වෙයි. අප දැන් දෙවියන්ට උපත ලබා ඇත. අප දැන් අයත් වන්නේ ඔහුටයි. නිර්මාණකරු නොදැන සිටීම නිසා, මිනිසුන් නිර්මාණයේ මුල, මැද හෝ අවසානයවත් නොදනී. ඔවුන් සිප්පි කටු තරම් වටිනා, අදේවවාදීන් ලෙස හඳුන්වයි. අප දැන් සැබවින්ම දේවවාදීන් වී ඇති බැවින් අපි දියමන්ති තරම් වටින්නේය. නිර්මාණකරු සහ නිර්මාණය හඳුනා ගැනීමෙන් අපට රාජධානිය හිමිවෙයි. බාබා අපව පවුමක් තරම් වටිනා අය බවට පත් කරවයි, එබැවින් අප එය බවට පත්විය යුතුයි නේද? ඔහු අපව සත්‍ය දේශයේ අධිරාජ්‍යවරුන්, සත්‍ය දේශයේ අධිපතියන් බවට පත් කරවනවා. රජෙක්, ඔහුගේ රාජධානියේ තත්ත්වය දැක බලා ගැනීමට, වෙස් වලාගෙන ගිය බව කියයි. මිතුරා වන දෙවියන් ගැන කතාපුවතද තිබේ. එම දෙවියන් දැන් අපගේ මිත්‍රයාය. මිතුරා වන දෙවියන්, අල්ලා-අවල්දීන් සහ හතමිනායි (මුවේ පබුළු ඇටය) යන කතා පුවත් සියල්ල මෙකල ගැනයි. අවවා.

සුම්හිරි, 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. සැබෑ ආදායමක් උපයා, අන් අයටද එසේ කිරීමට දිරිගන්වන්න. පරීක්ෂණ සහ කුණාටු පැමිණියත්, ඔබගේ භෞතික ඉන්ද්‍රියන් තුළින් කිසිදු වරදක් සිදු නොකරන්න. මායා ජයගෙන, ලෝකය ජයගත් කෙනෙක් වන්න.
2. දේවතාවන් වීම සඳහා, ඔබගේ ආහාර පාන පිළිබඳව පූර්ණ ආරක්ෂිත ක්‍රම පවත්වා ගන්න. කිසිදු අපවිත්‍ර ආහාරයක් නොකන්න. අනිවාර්යෙන් දිනකට දෙවතාවක් දැනුමින් ස්භානය කරන්න.

වරදාන: බ්‍රහ්මණ දිවියේ විශේෂතා දැන, ඒවා භාවිත කිරීමෙන්, ඔබ විශේෂතාවයන්ගෙන් පිරේවා. සංගම යුගයේ, නාටකයේ විනයට අනුව, සෑම බ්‍රහ්මණයෙකුටම එක් හෝ තව විශේෂතාවයක් ලැබී තිබේ. එය මාලාවේ අවසාන පබුළුව වුවත්, එම කෙනාට එක් හෝ තව විශේෂතාවයක් තිබේ. එබැවින් බ්‍රහ්මණ උපතක වාසනාවේ විශේෂත්වය හඳුනාගෙන, එය ප්‍රායෝගිකව භාවිත කරන්න. ඔබ එක් විශේෂත්වයක් භාවිත කරන විට, වෙනත් විශේෂතා ඉබේම වර්ධනය වෙයි. ඉන්පසුව එකකට, බිංදුවක් එකතු කිරීමෙන් ඔබ සියලුම විශේෂතා වලින් පිරෙයි.

පාඨය: සෑම විටෙකම ‘මන්මනාහව’ යන මන්ත්‍රය, අවධානයේ තබාගන්න, එවිට ඔබගේ මනස සැරිසැරීම නවතයි.

*** ඔබ ගැනි ***