මෙත් වැඩීම යනු මිත්‍රත්වයද ? අපිට මෛත්‍රී භාවනාවෙන් නිවන් දකින්න පුළුවන්ද ? එක තැනක හිඳගෙන, ඇස් දෙක වහගෙන,

සියලු සත්වයෝ නිදුක් වෙත්වා ! නීරෝගී වෙත්වා ! සුවපත් වෙත්වා ! දුකින් මිදෙත්වා !

කියලා කිව්වාම ඔක්කොම හරිද ? හොඳින් සවන් දෙමු, ආර්යයන් වඩන නිවන් මගට යොමු කරවන ලෝකෝත්තර මෛත්‍රී භාවනාව වඩමු.

{audio}media/mp3/bhavana/Mythree Bawana 1.mp3{/audio}

පසුව අහන්න

{audio}media/mp3/bhavana/Mythree Bawana 2.mp3{/audio}

පසුව අහන්න

"[illegible], [illegible], [illegible], [illegible] , [illegible], [illegible]."

[illegible] !!!