

“\*প্ৰকৃত সহযোগীজনেই সঁচা যোগী হয়\*”

আজি সন্তানসকলৰ মিলনৰ প্ৰতি থকা স্নেহক চাই আছোঁক। এক বল এক ভৰসাৰূপী চত্ৰছায়াৰ তলত মিলনৰ উৎসাহ-উদীপনাৰ বাবে লেখমাত্ৰও অস্থিৰ অৱস্থাই লগনক লৰচৰ কৰাব নোৱাৰিলে। বাধা, ভাগৰক পৰিৱৰ্তন কৰি স্নেহৰ সহজ পথ অনুভৱ কৰি আহি উপস্থিত হৈছাওঁক। ইয়াকে কোৱা হয় সন্তানসকলৰ সাহস, পিতাৰ সহায়। য’ত সাহস আছে ত’ত উৎসাহো আছে। সাহস নাথাকিলে উৎসাহো নাথাকে। এনেকুৱা সদায় সাহস আৰু উৎসাহত থকা সন্তানসকলে একৰস স্থিতিৰ দ্বাৰা প্ৰথম নম্বৰ লৈ লয়। যেনেকুৱাই কঠিনতকৈও কঠিন পৰিস্থিতি নহওঁক কিয় সাহস আৰু উৎসাহৰ পাখিৰ দ্বাৰা চেকেণ্ডত উৰন্ত কলাৰ উচ্চ স্থিতিৰ দ্বাৰা প্ৰতিটো ডাঙৰ আৰু কঠিন পৰিস্থিতিও সৰু আৰু সহজ অনুভৱ হ’ব কিয়নো উৰন্ত কলাৰ আগত সকলো সৰু সৰু খেলৰ সামগ্ৰী যেন অনুভৱ হ’ব। যিমানেই ভয়ানক কথা নহওঁক ভয়ানকৰ সলনি স্বাভাৱিক অনুভৱ হ’ব। দুখদায়ী ঘটনা দূততা প্ৰদান কৰোঁতা যেন অনুভৱ হ’ব। যিমানেই দুখদায়ী দৃশ্য নাহক কিয় আনন্দৰ নাগাৰা বাজি থাকিব, দুখৰ দৃশ্যই প্ৰভাৱ পেলাব নোৱাৰিব আৰু বেছিকৈহে শান্তি আৰু শক্তিৰ দ্বাৰা অইনৰ দুখ-দুৰ্দশাৰ অগ্নিক শীতল জল সদৃশ হৈ সকলোৰে প্ৰতি সহযোগী হ’ব। এনেকুৱা সময়ত ধৰফৰাই থকা আত্মাসকলক সহযোগৰ আৱশ্যক হয়। এই সহযোগৰ দ্বাৰাহে শ্ৰেষ্ঠ যোগৰ অনুভৱ হ’ব। সকলোৱে তোমালোকৰ এই প্ৰকৃত সহযোগকহে সঁচা যোগী হিচাপে স্বীকৃতি দিব। আৰু এনেদৰেই অস্থিৰতাৰ সময়ত “প্ৰকৃত সহযোগী তথা প্ৰকৃত যোগী”, এইটো প্ৰত্যক্ষতাৰ পৰা পোৱা প্ৰত্যক্ষ ফলৰ প্ৰাপ্তিৰ দ্বাৰাহে জয়-জয়কাৰ হ’ব। এনেকুৱা সময়ৰহে গায়ন আছে - এটোপাল পানীৰ বাবে পিয়াসী (তৃষ্ণাতুৰ)....., এই শক্তিৰ শক্তিৰ, এক চেকেণ্ডৰ অনুভূতি ৰূপী টোপালে ধৰফৰাই থকা আত্মাসকলক তৃপ্তিৰ অনুভৱ কৰাব। এনেকুৱা সময়ত এক চেকেণ্ডৰ প্ৰাপ্তিয়ে তেওঁলোকক এনেকুৱা অনুভৱ কৰাব যে- চেকেণ্ডত অনেক জন্মৰ তৃপ্তি বা প্ৰাপ্তি হৈ গ’ল। কিন্তু সেই এক চেকেণ্ডৰ শক্তিশালী স্থিতিৰ বহুকালৰ অভ্যাসী আত্মাইহে পিয়াসী আত্মাৰ পিয়াহ (তৃষ্ণা) নিবাৰণ কৰিব পাৰিব। এতিয়া পৰীক্ষা কৰা এনেকুৱা দুখ-দুৰ্দশাৰ, বেদনাদায়ক ভয়ানক বায়ুমণ্ডলৰ মাজত চেকেণ্ডত মাষ্টৰ বিধাতা, মাষ্টৰ বৰদাতা, মাষ্টৰ সাগৰ হৈ এনেকুৱা শক্তিশালী স্থিতিৰ অনুভৱ কৰাব পাৰানে? এনেকুৱা সময়ত এয়া কি হৈ আছে, সেয়া চাবলৈ বা শুনিবলৈ লাগি গ’লে সহযোগী হ’ব নোৱাৰিব। এয়া দেখা বা চোৱাৰ নামমাত্ৰ ইচ্ছাইও সকলোৰে ইচ্ছাপূৰ্তিৰ বাবে শক্তিশালী স্থিতি গঢ়ি উঠিবলৈ নিদিব সেইবাবে সদায় নিজৰ অল্পকালৰ “ইচ্ছা মাত্ৰম অবিদ্যা” (ইচ্ছাৰ বিষয়ে অজ্ঞ) ৰূপী শক্তিশালী স্থিতিত স্থিত হোৱাৰ এতিয়াৰ পৰা অভ্যাসী হোৱা। প্ৰতিটো সংকল্প, প্ৰতিটো শ্বাসৰ অথও সেৱাধাৰী, অথও সহযোগী অৰ্থাৎ যোগী হোৱা। যিদৰে খণ্ডিত মূৰ্তিৰ কোনো মূল্য নাই, পূজনীয় হোৱাৰ অধিকাৰ নাই। তেনেদৰে খণ্ডিত সেৱাধাৰী, খণ্ডিত যোগীয়ে এনেকুৱা সময়ত অধিকাৰ প্ৰাপ্ত কৰোৱাৰ অধিকাৰী হ’ব নোৱাৰিব সেইবাবে এনেকুৱা শক্তিশালী সেৱাৰ সময় ওচৰ চাপি আহি আছে। সময়ে ঘণ্টা বজাই আছে। যিদৰে ভক্ত লোকসকলে নিজৰ ইষ্ট দেৱ বা দেৱীসকলক ঘণ্টা বজাই উঠায়, শুৱায়, ভোগ লগায়। তেনেদৰে এতিয়া সময়ে ঘণ্টা বজাই ইষ্ট দেৱ, দেৱীসকলক আগ্ৰত কৰি আছে। জাগিতো আছাই কিন্তু পবিত্ৰ প্ৰবৃত্তিত বেছি ব্যস্ত হৈ গৈছে। পিয়াসী আত্মাসকলৰ পিয়াহ নিবাৰণৰ বাবে, চেকেণ্ডত অনেক জন্মৰ প্ৰাপ্তি কৰোৱাৰ শক্তিশালী স্থিতিৰ অভ্যাসৰ কাৰণে তৈয়াৰ হ’বৰ বাবে সময়ে ঘণ্টা বজাই আছে। প্ৰত্যক্ষতাৰ পৰ্দা খোলাৰ বাবে সময়ে তোমালোক সম্পন্ন ইষ্ট আত্মাসকলক আহ্বান জনাই আছে। বুজি পাইছা। সময়ৰ ঘণ্টাতো তোমালোক সকলোৱে শুনিছা নহয়নে। অচ্ছা-

এনেদৰে সকলো পৰিস্থিতি উৰন্ত কলাৰ দ্বাৰা সহজে পাৰ কৰোতা, বহু কালৰ চেকেণ্ডত প্ৰাপ্তিৰ দ্বাৰা তৃপ্ত কৰোতা অথও সেৱাধাৰী, অথও যোগী, সদায় মাষ্টৰ দাতা, বৰদাতা স্বৰূপ, সদায় “ইচ্ছা মাত্ৰম অবিদ্যা” স্থিতিৰ দ্বাৰা সকলোৰে ইচ্ছা পূৰ্ণ কৰোতা, এনেকুৱা মাষ্টৰ সৰ্বশক্তিমান সমৰ্থ সন্তানসকলক বাপদাদাৰ স্নেহপূৰ্ণ স্মৰণ আৰু নমস্কাৰ।

(কানপুৰৰ বাতৰি গংগে বেহেনে বাপদাদাক শুনালে) সদায় স্থিতপ্ৰজ্ঞ (অচল-অটল) আত্মা। প্ৰতিটো পৰিস্থিতিতে পিতাৰ চত্ৰছায়াৰ অনুভৱী হোৱা নহয়নে? বাপদাদাই সন্তানসকলক সদায় সুৰক্ষিত কৰি ৰাখে। সুৰক্ষিত হৈ থকাৰ সাধন সদায় পিতাৰ দ্বাৰা পাইছা সেইবাবে সদায় পিতাৰ স্নেহৰূপী হাত আৰু সান্নিধ্য আছে। “নাথিং নিউ” (একো নতুন নহয়) ইয়াৰ অভ্যাসী হৈ গৈছে নহয় জানো! যি হৈ গৈছে নাথিং নিউ। যি হৈ আছে নাথিং নিউ। স্বতঃ অনুভূতি হৈ থাকে। এয়া আখৰা হৈ আছে। এনে সময়ত সুৰক্ষাৰ, সেৱাৰ কি সাধন হোৱা উচিত? কি স্বৰূপ হোৱা উচিত? ইয়াৰ আখৰা হয়। অৱশেষত হাহাকাৰৰ মাজত জয়-জয়কাৰ হ’ব। অতিৰ পিছত অন্ত আৰু নতুন যুগৰ আৰম্ভ হৈ যাব। এনেকুৱা সময়ত নিবিচাৰিলেও

সকলোৰে মনৰ পৰা এইটো প্ৰত্যক্ষতাৰ নাগাৰা বাজিব। দৃশ্যপট সংবেদনশীল হ'ব কিন্তু প্ৰত্যক্ষতাৰ নাগাৰা বাজিব। গতিকে আখৰাৰ পৰা পাৰ হৈ আহিলা। নিচিন্ত বাদশ্বাহ হৈ ভূমিকা পালন কৰিলা। বহুত ভাল কৰিলা। আহি পালা, এয়াই স্নেহৰ স্বৰূপ। অচ্ছা- চিন্তাৰ পৰাতো মুক্ত হোৱাই। যি হৈছে বাহ বাহ! ইয়াতো কিছুমানৰ কিবা কল্যাণেই হ'ব সেইবাবে জ্বলিলেও কল্যাণ, সেইদৰে বাচিলেও কল্যাণ। হয় হয় বুলি নক'বা, হয় জ্বলিল, নহয়। ইয়াতো কল্যাণ। বচাৰ সময়ত যেনেদৰে বাহ বাহ! কৰে, বাহ বাচি গ'ল তেনেদৰে জ্বলাৰ সময়তো বাহ বাহ! ইয়াকেই একৰস স্থিতি বুলি কোৱা হয়। বচোৱাতো নিজৰ কৰ্তব্য কিন্তু জ্বলা বস্তুটো জ্বলিবই। ইয়াতো নিশ্চয় কিবা হিচাপ-নিকাচ থাকিব। তুমিটো হোৱাই নিচিন্ত বাদশ্বাহ। এজন গ'ল লাখ পালা, এয়া হৈছে ব্ৰাহ্মণৰ শ্লোগান। কোনো নগ'ল কিন্তু পালা সেইবাবে নিচিন্ত। আৰু ভাল কিবা পাৰ লগা আছে সেইবাবে জ্বলাতোও খেল আৰু বচাতোও খেল। দুয়োটিয়ে খেল হয়। এয়াইটো চাব যে এওঁ কিমান নিচিন্ত বাদশ্বাহ হয়, জ্বলি আছে কিন্তু এওঁ বাদশ্বাহ হয় কিয়নো চৰ্ছায়াৰ ভিতৰত আছে। অন্যসকল চিন্তাত পৰি যায় কি হ'ব, কেনেকৈ হ'ব। ক'ৰ পৰা থাম, কিদৰে চলিম আৰু সন্তানসকলৰ এই চিন্তা নাথাকেই। অচ্ছা!

এতিয়া প্ৰস্তুতিতো চলাব লাগিব নহয় জানো! যাম, এনেকৈ নাভাবিবা কিন্তু সকলোকে লৈ যাম, এনেকৈ ভাবা। সকলোকে সাক্ষাৎকাৰ কৰাই, তুষ্ট কৰাই প্ৰত্যক্ষতাৰ নাগাৰা বজাই তাৰ পিছত যামগৈ। প্ৰথমতে কিয় যাবা! তুমিতো পিতাৰ লগে-লগে যাবা। প্ৰত্যক্ষতাৰো চমৎকাৰ দৃশ্য অনুভৱ কৰি যাবা নহয় জানো! এয়াওনো কিয় বাদ পৰি যাব লাগে! এই মানসিক ভক্তি, মানসিক পূজা, প্ৰেমৰ পুষ্প..... এই অন্তিম দৃশ্যৰলী বহুত চমৎকাৰ হয়। এডভান্স পাৰ্টিত কাৰোবাৰ ভূমিকা যদি আছে, সেয়া অন্য কথা। বাকী এই দৃশ্য চোৱাতো অতি আৱশ্যক। যিয়ে কোনো এটা কাৰ্য অন্ত কৰে তেওঁ গোটেই কাৰ্যটি কৰিলে বুলি কোৱা হয় সেইবাবে পিতা অন্তত আহে গতিকে সকলো কৰিলে নহয় জানো। তেন্তে কিয়নো পিতাৰ লগে-লগে এয়া চমৎকাৰ দৃশ্য প্ৰত্যক্ষ কৰি লগত নোযোৱা। কিছুমানৰ এইটোও ভূমিকা আছে। গতিকে যোৱাৰ সংকল্প নকৰিবা। ওচি গ'ল সেয়াও ভাল। থাকি গ'ল তেন্তে সেয়াও বহুত ভাল। অকলে গ'লেও এডভান্স পাৰ্টিত সেৱা কৰিব লাগিব সেইবাবে যাব লাগিব তেনেকৈ নাভাবিবা, সকলোকে লগত লৈ যাব লাগিব, এনেকৈ ভাবা। অচ্ছা এয়াও একপ্ৰকাৰ অনুভৱ বাঢ়িল। যিয়েই হয় তাৰ দ্বাৰা অনুভৱৰ ডিগ্ৰী বাঢ়ি যায়। যিদৰে আনৰ পঢ়াত ডিগ্ৰী বাঢ়ে, তেনেকৈ এয়াও অনুভৱ কৰিলা মানে ডিগ্ৰী বাঢ়িল।

#### দলৰ লগত সাক্ষাৎ:

সকলোৱে নিজকে স্বৰাজ্য অধিকাৰী বুলি ভাবানে? স্বৰাজ্য এতিয়া সংগম যুগত, বিশ্বৰ ৰাজ্য ভৱিষ্যতৰ কথা। স্বৰাজ্য অধিকাৰীয়েই বিশ্বৰাজ্য অধিকাৰী হয়। সদায় নিজক স্বৰাজ্য অধিকাৰী বুলি বুজি এই কৰ্মেন্দ্ৰিয়সমূহক কৰ্মচাৰী বুলি ভাবি নিজৰ অধিকাৰেৰে চলোৱা নে কেতিয়াবা কোনোবাতো কৰ্মেন্দ্ৰিয় ৰজা হৈ যায়। তোমালোক নিজে ৰজা হোৱা নে কেতিয়াবা কোনোবাতো কৰ্মেন্দ্ৰিয় ৰজা হৈ যায়? কেতিয়াবা কোনোবাতো কৰ্মেন্দ্ৰিয়ই প্ৰবঞ্চনাতো নকৰে? যদি কোনোবাতো কৰ্মেন্দ্ৰিয়ৰ দ্বাৰা প্ৰবঞ্চিত হ'লা তেন্তে দুখ লৈ ল'লা। প্ৰবঞ্চনাই দুখ প্ৰাপ্ত কৰায়। প্ৰবঞ্চনা নাই যদি দুখ নাই। গতিকে স্বৰাজ্যৰ আনন্দত, নিচাত, শক্তিত থাকোতা। স্বৰাজ্যৰ নিচা উৰন্ত কলাত লৈ যোৱা নিচা হয়। হৃদৰ নিচাই লোকচান প্ৰাপ্ত কৰায়, এই বেহদৰ নিচাই অলৌকিক আত্মিক নিচাই সুখৰ প্ৰাপ্তি কৰায়। গতিকে যথার্থ ৰাজ্য হৈছে ৰজাৰ, প্ৰজাৰ ৰাজ্য হৈছে হাহাকাৰৰ ৰাজ্য। আদিৰ পৰাই ৰজাসকলৰ ৰাজ্য চলি আহিছে। এতিয়া শেষৰ জন্মত প্ৰজাৰ ৰাজ্য চলি আছে। গতিকে তোমালোক এতিয়া ৰাজ্য অধিকাৰী হৈ গ'লা। অনেক জন্ম ভিক্ষাৰী হৈ থাকিলা আৰু এতিয়া ভিক্ষাৰীৰ পৰা অধিকাৰী হৈ গ'লা। বাপদাদাই সদায় কয়- সন্তানসকল সুখী হৈ থাকা, ভৰপূৰ হৈ থাকা। যিমনেই নিজকে শ্ৰেষ্ঠ আত্মা বুলি ভাবি, শ্ৰেষ্ঠ কৰ্ম, শ্ৰেষ্ঠ বাণী, শ্ৰেষ্ঠ সংকল্প কৰিবা তেন্তে এই শ্ৰেষ্ঠ সংকল্পৰ দ্বাৰা শ্ৰেষ্ঠ সৃষ্টিৰ অধিকাৰী হৈ যাবা। এই স্বৰাজ্য হৈছে তোমালোকৰ জন্ম সিদ্ধ অধিকাৰ, এয়াই তোমালোকক জন্ম জন্মৰ বাবে অধিকাৰী কৰি তুলিব। অচ্ছা।

#### অব্যক্ত বাপদাদাৰ প্ৰেৰণাদায়ক অমূল্য মহাবাক্য

1. সকলোৱে এটি কথা বাবে অপেক্ষা কৰি আছে, সেই কথাটি কি বাৰু? যিটো আৰাভুণিৰ সাঁথৰ “মই কোন?” সেয়া অন্তলৈও আছে। সকলোৱে অপেক্ষা কৰি আছে দৰাচলতে ভৱিষ্যতে মই কোন বা মালাত মই ক'ত আছো? এতিয়া এই অপেক্ষাৰ কেতিয়া অন্ত হ'ব? সকলোৱে এজনে আনজনৰ লগত বাৰ্তালাপো কৰে ৪ (আঠ) ৰত্নৰ ভিতৰত কোন কোন থাকিব, 100ত কোন থাকিব, 16000ৰ ভিতৰত কোন থাকিব সেইটো প্ৰশ্নই নুঠে। অৱশেষত ৪ৰ ভিতৰত বা 100ৰ ভিতৰত কোন থাকিব? বিদেশীসকলে ভাবে আমি কোনডাল মালাত থাকিম আৰু আৰম্ভণিতে অহাসকলে আকৌ ভাবে লাষ্টত অহাসকল ফাষ্টত যাব। নাজানো আমাৰেই স্থান নে শেষত অহাসকলৰ? চূড়ান্ত হিচাপ কি? কিতাপতো পিতাৰ ওচৰত নাই জানো। চূড়ান্ত

কৰা হোৱা নাই। তোমালোকেও যেতিয়া চিত্ৰাঙ্কণ প্ৰতিযোগিতা পাতিছিল তেতিয়া চিত্ৰ কেনেদৰে বাচি উলিয়াইছিল? প্ৰথমতে অলপ বেলেগে পৃথক কৰিছিল। পিছত তাৰ পৰা এক, দুই, তিনি নম্বৰ উলিয়াইছিল। প্ৰথমতে বাচি উলিওৱা হয় পিছত ক্ৰমিক নম্বৰ অনুসৰি চূড়ান্ত কৰা হয়। গতিকে এতিয়া বাচি উলিওৱা হৈছে কিন্তু চূড়ান্ত কৰা হোৱা নাই। পিছত অহাসকলৰ কি হ'ব? সদায় কিছু আসন অন্তৰ্ভুক্ত থাকে। সংৰক্ষণ হ'লেও শেষলৈ কিছু অংশ ৰাখে কিন্তু সেয়া কোটিৰ মাজত কেইটিমান, সেই কেইটিমানৰ ভিতৰতো কেইটিমান হয়। অহা তোমালোক সকলো কোনডাল মালাত আছা বাৰু? নিজৰ মাজত আশা ৰাখিব। কিবা নহয় কিবা এনেকুৱা চমৎকাৰ কথা হ'ব যাৰ আধাৰত তোমালোক সকলোৰে আশা পূৰণ হৈ যাব। অষ্ট ৰত্নৰ বিশেষত্ব এটি বিশেষ কথাৰ বাবে হয়। অষ্ট ৰত্ন বাস্তৱত যেনেকৈ স্মৰণীয় হয় বিশেষ হয় গতিকে যি অষ্ট শক্তি আছে সেই সকলো শক্তি তেওঁলোকৰ জীৱনত বাস্তৱ ৰূপত দেখা পোৱা যাব। যদি এটি শক্তিও বাস্তৱ জীৱনত কম দেখা পোৱা যায় তেন্তে যিদৰে মূৰ্তিৰ যদি এখন ভূজা খণ্ডিত হয় তেতিয়া পূজাৰ বাবে যোগ্য নহয়, সেইদৰে এটি শক্তিও যদি কম দেখা যায় তেন্তে অষ্ট দেৱতাৰ তালিকাত এতিয়ালৈ চূড়ান্ত হোৱা নাই বুলি কোৱা হ'ব। দ্বিতীয় কথা- অষ্ট দেৱতাক ভক্তসকলৰ বাবে বিশেষ ইষ্ট হিচাপে মান্যতা দিয়া হয়। ইষ্ট অৰ্থাৎ মহান পূজ্য। ইষ্টৰ দ্বাৰা সকলো ভক্তই সকলো প্ৰকাৰৰ বিধি আৰু সিদ্ধি প্ৰাপ্ত কৰে। ইয়াতো যিসকল অষ্ট ৰত্ন হ'ব তেওঁলোকক গোটেই ব্ৰাহ্মণ পৰিবাৰৰ আগত এতিয়াও ইষ্ট অৰ্থাৎ প্ৰতিটো সংকল্প আৰু চলনৰ দ্বাৰা বিধি আৰু সিদ্ধিৰ মৰ্গ দৰ্শন কৰাওঁতা হিচাপে সকলোৰে আগত এতিয়াও এনেকৈয়ে মহানমূৰ্তি হিচাপে মান্যতা দিয়া হ'ব। গতিকে অষ্ট শক্তিও থাকিব আৰু পৰিবাৰৰ আগতো ইষ্ট অৰ্থাৎ শ্ৰেষ্ঠ আত্মা, মহান আত্মা, বৰদানী আত্মা ৰূপত থাকিব। এয়া হৈছে অষ্ট ৰত্নৰ বিশেষত্ব। অহা।

**2. জগতৰ প্ৰকল্পনৰ পৰা অথবা মায়াৰ পৰা সুৰক্ষিত হৈ থকাৰ সাধন-** সদায় “এজন পিতা দ্বিতীয় কোনো নাই” যিসকলে এইটো লগনত মগন হৈ থাকে তেওঁলোকে মায়াৰ সকলো প্ৰকাৰৰ আক্ৰমণৰ পৰা সুৰক্ষিত হৈ থাকে। যিদৰে যুদ্ধৰ সময়ত বোমা পেলোৱা হয় তেতিয়া আগুৰিওঁ (মাটিত তলত) হৈ যায়, তেতিয়া তাৰ প্ৰভাৱ তেওঁলোকৰ ওপৰত নপৰে সেইদৰে যেতিয়া এজনৰ লগনত মগন হৈ থকা যায় তেতিয়া জগতৰ প্ৰকল্পনৰ পৰা, মায়াৰ পৰা বাচি থাকে সদায় সুৰক্ষিত হৈ থাকে। মায়াৰ সাহসেই নাথাকে যে আক্ৰমণ কৰিব। লগনত মগন হৈ থকা। এয়াই হৈছে সুৰক্ষিত হৈ থকাৰ সাধন।

**3. পিতাৰ সমীপত থকা ৰত্নৰ চিন-** পিতাৰ সমীপত থাকোঁতাসকলৰ ওপৰত পিতাৰ সত্যৰ সংগৰ ৰং লাগি থাকিব। সত্যৰ সংগৰ ৰং হৈছে আত্মিকতা। গতিকে সমীপ ৰত্নই সদায় আত্মিক স্থিতিত স্থিত হৈ থাকিব। শৰীৰত থাকিও উপৰাম, আত্মিকতাত স্থিত হৈ থাকিব। শৰীৰক দেখিও নেদেখা আৰু আত্মা যিটো নেদেখা বস্তু – সেয়া যাতে প্ৰত্যক্ষ ৰূপত দেখা দিয়ে- এয়াইতো চমৎকাৰ। আত্মিক মস্তি (নিচাত) থকাজনই পিতাক সংগী কৰি ল'ব পাৰে কিয়নো পিতা আত্মা হয়।

**4. পুৰণি সৃষ্টিৰ সকলো আকৰ্ষণৰ পৰা উপৰাম হোৱাৰ সহজ যুক্তি-** সদায় নিচাত থাকিবা যে আমি অবিনাশী সম্পত্তিৰ মালিক হওঁ। যি বাবাৰ সম্পত্তি জ্ঞান, সুখ-শান্তি, আনন্দ.... সেই সকলো গুণ আমাৰ। সন্তান পিতাকৰ সম্পত্তিৰ স্বতঃ মালিক হয়। অধিকাৰী আত্মাৰ নিজৰ অধিকাৰৰ নিচা থাকে, নিচাত সকলো পাহৰি যায় নহয় জানো। কোনো স্মৃতি নাথাকে, কেৱল এটাই স্মৃতি থাকক “পিতা আৰু মই” এইটো স্মৃতিৰ দ্বাৰা পুৰণি সৃষ্টিৰ আকৰ্ষণৰ পৰা স্বতঃস্ফূৰ্তভাৱে উপৰাম হৈ যাব। নিচাত থকাসকলৰ আগত সদায় লক্ষ্যও স্পষ্ট হ'ব। লক্ষ্য হৈছে ফৰিস্তা আৰু দেৱতা হোৱাৰ।

**5. এক চেকেণ্ডৰ আচৰিত খেল, যাৰ দ্বাৰা সন্মান সহকাৰে উত্তীৰ্ণ হৈ যাবা-** এক চেকেণ্ডৰ খেল হৈছে এতিয়াই শৰীৰত আহা আৰু এতিয়াই শৰীৰৰ পৰা অব্যক্ত স্থিতিত স্থিত হৈ যোৱা। এই চেকেণ্ডৰ খেলৰ অভ্যাস আছেনে? যেতিয়াই বিচৰা যেনেকৈ বিচৰা সেইটো স্থিতিত যাতে স্থিত হ'ব পাৰা। অন্তিম পেপাৰ চেকেণ্ডৰহে হ'ব, যিয়ে এই চেকেণ্ডৰ ক্ষণত অস্থিৰতাত আহিব তেওঁ ফেইল, স্থিৰ হৈ থকিলে পাচ। এনেকুৱা নিয়ন্ত্ৰণ শক্তি আছেনে? এতিয়া এনেকুৱা অভ্যাস তীব্ৰ ৰূপত হোৱা উচিত। যিমনেই হাহাকাৰ অৱস্থা হওঁক সিমনেই নিজৰ অৱস্থা অতি শান্ত। যিদৰে সাগৰ বাহিৰৰ পৰা আৱাজেৰে সম্পন্ন, ভিতৰৰ পৰা অতি শান্ত, এনেকুৱা অভ্যাস লাগে। নিয়ন্ত্ৰণ শক্তিৰ গৰাকীয়েহে বিশ্বক নিয়ন্ত্ৰণ কৰিব পাৰে। যিয়ে নিজক (নিয়ন্ত্ৰণ) কৰিব নোৱাৰে তেওঁ বিশ্বত ৰাজত্ব কেনেকৈ কৰিব। সামৰি লোৱাৰ শক্তি লাগে। এক চেকেণ্ডত বিস্তাৰৰ পৰা সাৰত গুচি গ'লা আৰু এক চেকেণ্ডত সাৰৰ পৰা বিস্তাৰত আহি গ'লা, এয়াই হৈছে চমৎকাৰ খেল।

**6. অতিন্দীয় সুখৰ দোলনাত দুৰ্লি থকা-** তোমালোক সকলো আত্মা সুখৰ দোলনাত দুৰ্লি থকা দেখি আত্মাসকল দুখীৰ পৰা সুখী হৈ যাওঁক। তোমালোকৰ নয়ন, মুখ, চেহেৰা সকলোৱে সুখ দিয়ক এনেকুৱা সুখদায়ী হোৱা। এনেকুৱা সুখদায়ী যি হয় তেওঁৰ সংকল্পতো দুখৰ লহৰ নোহাব নোৱাৰে। অহা।

**বৰদান:**

মন বুদ্ধিৰ একাগ্ৰতাৰ দ্বাৰা সৰ্ব সিদ্ধি প্ৰাপ্ত কৰোতা সদায় সমৰ্থ আত্মা হোৱা  
সৰ্ব সিদ্ধিক প্ৰাপ্ত কৰাৰ বাবে একাগ্ৰতাৰ শক্তিক বঢ়োৱা। এই একাগ্ৰতাৰ শক্তিয়ে সহজ নিৰ্বিল্প কৰি তোলে,  
কষ্ট কৰাৰ আৱশ্যকতাই নাথাকে। এজন পিতা দ্বিতীয় কোনো নাই- ইয়াৰ সহজ অনুভৱ হয়, সহজে  
একৰস স্থিতি হৈ যায়। সকলোৰে প্ৰতি কল্যাণৰ বৃত্তি, ভাই-ভাইৰ দৃষ্টি থাকে। কিন্তু একাগ্ৰ হ'বৰ বাবে  
ইমান সমৰ্থ হোৱা যাতে মন-বুদ্ধি সদায় তোমালোকৰ আদেশ অনুসৰি চলে। সপোনতো চেকেণ্ডৰ বাবেও  
যাতে অস্থিৰতা নাথাকে।

**শ্লোগান:**

কমল পুষ্পৰ সমান উপৰাম হৈ থাকা তেতিয়া প্ৰভুৰ মৰমৰ পাত্ৰ হৈ যাবা।

!! ওঁম্ শান্তি !!

ওঁম্ শান্তি!!