

### "নিরন্তর সেবাধারী হওয়ার উপায় (সাধন) চার প্রকারের সেবা"

আজ বিশ্ব-কল্যাণকারী, বিশ্ব-সেবাধারী বাবা নিজের বিশ্ব-সেবাধারী, সহযোগী সমস্ত বাচ্চাদের দেখছিলেন যে প্রত্যেক বাচ্চা নিরন্তর সহযোগী হওয়ার সাথে সাথে কতখানি নিরন্তর সেবাধারী হয়েছে ! কারণ স্মরণ আর সেবা এই দুইয়ের ব্যালেন্স তোমাদেরকে ব্রাহ্মণ জীবনে বাপদাদা আর সর্বশ্রেষ্ঠ ব্রাহ্মণ আত্মাদের দ্বারা সদা ব্লেসিং-প্রাপ্ত হওয়ার যোগ্য বানায় । এই সঙ্গমযুগেই ব্রাহ্মণ জীবনে পরমাত্ম-আশীর্বাদ এবং ব্রাহ্মণ পরিবারের আশীর্বাদ প্রাপ্ত হয়ে থাকে । সেইজন্য এই ছোট জীবনে সর্বপ্রাপ্তি আর সদাকালের প্রাপ্তি সহজে তোমাদের প্রাপ্ত হয় । এই সঙ্গমযুগকে বিশেষ ব্লেসিং-যুগ বলতে পারো, এই কারণেই এই যুগকে মহান যুগ বলে । স্বয়ং বাবা প্রতিটা শ্রেষ্ঠ কর্ম, প্রতিটা শ্রেষ্ঠ সঙ্কল্পের আধারে প্রত্যেক ব্রাহ্মণ বাচ্চাকে সবসময় হৃদয়ের আশীর্বাদ দিতে থাকেন । এই ব্রাহ্মণ জীবন পরমাত্ম-আশীর্বাদের লালন-পালনের মাধ্যমে বৃদ্ধিপ্রাপ্ত হওয়ার জীবন । ভোলানাথ বাবা হৃদয় খুলে বাচ্চাদেরকে আশীর্বাদের সমস্ত বুলি পূর্ণ করে দিচ্ছেন । কিন্তু এই সকল আশীর্বাদ নেওয়ার আধার স্মরণ আর সেবার ব্যালেন্স । যদি তোমরা নিরন্তর যোগী, তাহলে সেইসঙ্গে তোমরা নিরন্তর সেবাধারীও । সেবার মহত্ব সদা বুদ্ধিতে থাকে ?

কোনো কোনো বাচ্চা মনে করে - যখন তারা সেবার চান্স পায় বা কোনো পথ (সাধন) বা সময় পায় তখনই তারা সেবা করে । যতই হোক, বাপদাদা ঠিক যেভাবে স্মরণ নিরন্তর এবং সহজে অনুভব করান, সেইরকমই সেবাও নিরন্তর আর সহজ হতে পারে । সুতরাং আজ বাপদাদা সেবাধারী বাচ্চাদের সেবার চার্ট দেখছিলেন । যতক্ষণ পর্যন্ত নিরন্তর সেবাধারী না হচ্ছ, ততক্ষণ সদাসর্বদার আশীর্বাদের অনুভাবী হতে পারবে না । উদাহরণস্বরূপ, যখন তোমরা সময় অনুসারে, সেবার চান্স অনুসারে, প্রোগ্রাম অনুযায়ী সেবা করো, সেই সময় সেবার ফলস্বরূপ বাবার, পরিবারের আশীর্বাদের সফলতা প্রাপ্ত তো করো, কিন্তু সদাকালের জন্য নয় । সেইজন্য কখনো আশীর্বাদের কারণে নিজের বা সেবাতে উল্লসিত সহজে অনুভব করো আর কখনো পরিশ্রমের পরে সফলতা অনুভব করো, কারণ নিরন্তর স্মরণ আর সেবার ব্যালেন্স হয় না । নিরন্তর সেবাধারী কীভাবে হতে পারো, আজ বাবা সেই সেবার মহত্ব তোমাদের শোনাচ্ছেন ।

সারাদিন তোমরা ভিন্ন ভিন্ন ধরনের সেবা করতে পারো । এতে এক হলো স্ব-সেবা অর্থাৎ সম্পন্ন আর সম্পূর্ণ হওয়ার জন্য নিজের প্রতি সদা অ্যাটেনশন রাখা । তোমাদের এই পঠন-পাঠনের যে মুখ্য সাবজেক্ট আছে, তার সবগুলোতে নিজেকে পাস উইথ অনার তৈরি করতে হবে । এর মধ্যে গুণ-স্বরূপ, স্মরণ-স্বরূপ, ধারণা-স্বরূপ হতে হবে, - সবকিছুতে সম্পন্ন হতে হবে । এই স্ব-সেবা যেন সদা বুদ্ধিতে থাকে । এই স্ব-সেবা আপনা থেকেই তোমাদের সম্পন্ন-স্বরূপ দ্বারা সেবা করাতে থাকে, কিন্তু এর বিধি হলো - অ্যাটেনশন আর চেকিং । স্ব-এর চেকিং করতে হবে, অন্যদের নয় । দ্বিতীয় হলো, বিশ্ব সেবা যা বিভিন্ন সাধন দ্বারা, বিভিন্ন বিধিতে, বাণী দ্বারা বা সম্বন্ধ-সম্পর্ক দ্বারা করো, এতো তোমরা সব ভালো করে জানো । তৃতীয় হলো, যন্ত সেবা যা তোমরা তন আর ধন দ্বারা করছ ।

চতুর্থ হলো, মম্মা সেবা । নিজের শুভ ভাবনা, শ্রেষ্ঠ কামনা, শ্রেষ্ঠ বৃত্তি, শ্রেষ্ঠ ভাইব্রেশন দ্বারা যে কোনও স্থানে থেকে অনেক আত্মার সেবা করতে পারো । এর বিধি হলো - লাইট হাউস, মাইট হাউস হওয়া । লাইট হাউস একই স্থানে স্থিত হয়ে দূরে-দূরের সেবা করে । একইভাবে, তোমরা সবাই এক স্থান থেকে অনেকের সেবার্থে নিমিত্ত হতে পারো । যদি তোমাদের এতটা শক্তি জমা থাকে, তাহলে সহজে তোমরা সেটা করতে পারো । এর জন্য শূল সাধন বা চান্স বা সময় পাওয়ায় কোনও সমস্যা নেই । শুধু লাইট-মাইট দ্বারা তোমাদের সম্পন্ন হওয়া আবশ্যিক । সদা ব্যর্থ ভাবনা থেকে মন, বুদ্ধি মুক্ত হওয়া প্রয়োজন । 'মন্মনাভব'র মন্ত্রের সহজ স্বরূপ হওয়া উচিত । এই চার রকমের সেবা কি নিরন্তর সেবাধারী বানাতে পারে না ? এই চার সেবার মধ্যে থেকে সবসময় যদি কোনো না কোনও সেবা করতে থাকো, তাহলে সহজে নিরন্তর সেবাধারী হয়ে যাবে আর সেবাতে নিরন্তর উপস্থিত হওয়ার কারণে, সদা বিজি থাকার কারণে তোমরা সহজে মায়াজিত হয়ে যাবে । চার রকমের সেবার মধ্যে যে সময় যে সেবা করতে পারবে সেটাই করো, কিন্তু সেবা থেকে এক সেকেন্ডও বঞ্চিত থেকো না । ২৪ ঘন্টার সেবাধারী হতে হবে । ৮ঘন্টার যোগী বা সেবাধারী নয়, বরং নিরন্তর সেবাধারী । সহজ, তাই না ? আর যদি কিছুই না থাকে তখন স্ব-এর সেবা তো ভালো । যে সময়ে যে চান্স পাওয়া যাবে, সেই সেবা করতে

পারো।

শরীরের কারণে বা সময় না পাওয়ার কারণে অনেক বাচ্চা মনে করে যে তারা সেবা করতে অপারগ। কিন্তু চার রকম সেবার মধ্যে থেকে যদি কোনও সেবাতে বিধিপূর্বক বিজি থাকে, তবে সেবার সাবজেক্টসে মার্কস জমা হতে থাকে আর এই নম্বর (অঙ্ক) তোমাদের ফাইনাল রেজাল্টে যোগ হয়ে যাবে। বাণী দ্বারা যারা সেবা করে তাদের মার্কস যেমন জমা হয়, সেইরকমই যন্ত্র সেবা বা স্ব-সেবা বা মন্সা সেবা - এই সবেরও ততটাই মহত্ব এবং এই সব সেবা থেকে ততটাই নম্বর জমা হবে। সব ধরনের সেবার নম্বর একই রকম। কিন্তু যে চার রকমের সেবাই করে তার চার রকম থেকেই নম্বর জমা হয়; যে এক বা দুই প্রকারের সেবা করে তার নম্বর সেই অনুযায়ী জমা হয়। তবুও, যদি চার প্রকারের না করতে পারো, দুই প্রকারের করতে পারো তখনও তোমরা নিরন্তর সেবাধারী। সুতরাং নিরন্তর হওয়ার কারণে নম্বর বেড়ে যায়। সেইজন্য ব্রাহ্মণ জীবন অর্থাৎ নিরন্তর সেবাধারী সহজ যোগী।

ঠিক যেমন, নিরন্তর স্মরণ থাকার প্রতি যে তোমরা অ্যাটেনশন রাখো যেন সदा স্মরণের লিংক জুড়ে থাকে, সেইরকমই সেবাতেও যেন সदा লিংক জুড়ে থাকে। স্মরণে যেমন তোমরা বিভিন্ন স্থিতির অনুভব করো- কখনো বীজরূপের, কখনো ফরিস্তা রূপের, কখনো মননের, কখনো মনখোলা ও অন্তরঙ্গ আলাপচারিতার, কিন্তু স্থিতি ভিন্ন ভিন্ন হওয়া সত্ত্বেও স্মরণের সাবজেক্টে নিরন্তর স্মরণ হিসেবে গণ্য করো। সেইরকম ভিন্ন ভিন্ন সেবার এই রূপ হোক, যাই হোক, সেবা ব্যতীত জীবন হয় না। প্রতিটা শ্বাসে স্মরণ আর প্রতিটা শ্বাসে সেবা হোক - একেই বলে, ব্যালেন্স। তখনই সবসময় ব্লেসিং প্রাপ্ত হওয়ার অনুভব সदा করতে থাকবে আর হৃদয় থেকে সदा নিজে থেকেই এই আওয়াজ বেরোবে - আশীর্বাদে তোমরা লালিত হচ্ছে, আশীর্বাদে উড়তি কলার অনুভবে উড়ছ। তোমরা পরিশ্রম থেকে, যুদ্ধ থেকে নিস্তার পেয়ে যাবে।

'কি', 'কেন', 'কীভাবে' - এই সব প্রশ্ন থেকে মুক্ত হয়ে সदा প্রসন্ন থাকবে। সফলতা সदा জন্ম-সিদ্ধ অধিকারের রূপে অনুভব করতে থাকবে। জানি না কী হবে! সফলতা হবে কি হবে না, জানি না আমি সামনে এগিয়ে যেতে পারব কি পারব না - এই জানি না'র সঙ্কল্প পরিবর্তন হলে তবেই মাস্টার ত্রিকালদর্শী স্থিতির অনুভব করবে। 'জয় তো সুনিশ্চিত হয়েই আছে' - এই নিশ্চয় আর নেশা সदा অনুভব হবে। এটাই ব্লেসিংয়ের লক্ষণ। বুঝেছ?

ব্রাহ্মণ জীবনে, মহান যুগে বাপদাদার অধিকারী হয়ে তবুও যদি পরিশ্রম করতে হয়, সदा যুদ্ধের স্থিতিতেই জীবন অতিবাহিত করতে হয় .... বাপদাদা বাচ্চাদের পরিশ্রমের সেই জীবন সহন করতে পারেন না। সেইজন্য নিরন্তর যোগী, নিরন্তর সেবাধারী হও। বুঝেছ? আচ্ছা।

পুরানো বাচ্চাদের আশা পূরণ হয়েছে, তাই না! যারা জলের যোগান দেওয়ার সেবা করেছে সেই সেবাধারী বাচ্চাদের সাবাশ! অনেক বাচ্চার আশা পূরণ করতে দিন-রাত তাদের সহযোগ প্রদান করেছে। নিদ্রাজিত যেমন হয়েছে, তেমনই তোমরা প্রকৃতিজিতও হয়েছে। সুতরাং মধুবনের সেবাধারীদের, হয় তারা প্ল্যান তৈরি করেছে বা জল এনেছে অথবা তারা স্বতঃস্ফূর্তভাবে অন্যদের রিসিভ করেছে বা থাকবার আরামপ্রদ জায়গার বন্দোবস্ত করেছে, সময়মতো ভোজন প্রস্তুত করেছে - ভিন্ন ভিন্ন সেবায় যারাই নিমিত্ত ছিল, তাদের সবাইকে থ্যাংকস দাও। বাপদাদা তো দিয়েই চলেছেন। দুনিয়া জলের জন্য চিংকার করেছে আর বাবার বাচ্চারা কত সহজে তাদের কার্য চালিয়ে যাচ্ছে! বাপদাদা সব সেবাধারী বাচ্চাদের সেবা দেখতে থাকেন। মধুবন নিবাসী নিমিত্ত হয়ে কতো সহজে তোমাদের চান্স পাইয়ে দিচ্ছে। তোমরাও সহযোগী হয়েছে, তাই না? যেমন তারা সহযোগী হয়েছে আর তার ফল তোমাদের লাভ হচ্ছে, ঠিক সেভাবেই তোমরা সবাই যদি সব কার্যে সময় অনুসারে চলতে থাকো, তাহলে তোমাদের সহযোগের ফল অন্য ব্রাহ্মণরাও লাভ করতে থাকবে।

বাপদাদা স্মিতহাসি হাসছিলেন - সত্যযুগে দুধের নদী বয়ে যাবে কিন্তু সঙ্গমে জল তো ঘি হয়ে গেছে, তাই না! ঘিয়ের নদী নলের মধ্যে দিয়ে আসছে। জল ঘি সমান হয়ে গেছে আর তাই তা' অমূল্য হয়ে গেছে, তাই না! এই বিধিতে অনেককে চান্স দিতে থাকবে। তবুও দেখ, দুনিয়াতে এবং তোমরা সব ব্রাহ্মণের মধ্যে প্রভেদ আছে, তাই না! অন্যান্য জায়গায় যারা আছে তাদের থেকে তোমরা তবুও অনেক আরামে আছ আর অভ্যাসও হচ্ছে, অতএব, সমস্ত রহস্যের গুরুত্ব বুঝে সব পরিস্থিতিতে রাজী-খুশি হওয়ার অভ্যাস বাড়িয়ে চলো।

সকল নিরন্তর যোগী, নিরন্তর সেবাধারী শ্রেষ্ঠ আত্মাদের, সदा ত্রিকালদর্শী হয়ে যারা সফলতার অধিকার অনুভব করে,

সদা প্রসন্নচিত্ত, সন্তুষ্ট, শ্রেষ্ঠ আত্মাদের, প্রতি সেকেন্ড রেসিংয়ের অনুভবকারী বাচ্চাদের বিধাতা বরদাতা বাপদাদার স্মরণ-স্নেহ আর নমস্কার।

\*দাদীজীর সাথে :-\* তুমি সঞ্চল্ল করেছিলে আর সবাই শ্রেষ্ঠ সঞ্চল্লের ফল লাভ করেছে। আশীর্বাদের কতো কতো মালা পরেছ তুমি ! যে নিমিত্ত হয়, বাবার সাথে সাথে তারও গুণ তো গাওয়া হয়, তাই না ! সেইজন্যই তো বাবার সাথে বাচ্চাদেরও পূজা হয়, শুধু মাত্র একা বাবারই পূজা হয় না ! সবার কতো খুশির প্রাপ্তি হচ্ছে ! আশীর্বাদের এই মালা ভক্তিতে তোমাদের মালার অধিকারী বানায়।

\*পাটিদের সাথে অব্যক্ত বাপদাদার সাফাংকার:-\*

১) আজ তোমরা শ্রেষ্ঠ আত্মারা সকলের তৃষ্ণা নিবারণ করেছ, তাই না ? সেটা হলো স্থূল জল আর তোমাদের কাছে আছে - 'জ্ঞান অমৃত'। জল অল্পকালের তৃষ্ণা নিবারণ করে তোমাদের তৃপ্ত আত্মা বানায়। সুতরাং, সকল আত্মাকে অমৃত দ্বারা তৃপ্ত করার নিমিত্ত হয়েছে, তাই তো ! সদা এই উৎসাহ তোমাদের থাকে ? কারণ কারও তৃষ্ণা মেটানো এক মহান পুণ্য। তৃষ্ণার্তের তৃষ্ণা নিবারণকারীকে পুণ্য আত্মা বলা হয়। তোমরাও মহান পুণ্য আত্মা হয়ে সবার তৃষ্ণা নিবারণ করো। তৃষ্ণায় মানুষ যেমন ছটফট করে, জল না পেলে তো ছটফট করবেই, তাই না ! সেইরকমই জ্ঞান-অমৃত না পেয়ে মানুষ দুঃখে অশান্তিতে কাতর হয়ে পড়ছে ! সেইজন্য তো তাদের জ্ঞান-অমৃত দিয়ে তৃষ্ণা নিবারণকারী তোমরা সব পুণ্য আত্মা। সুতরাং, অনেক জন্মের জন্য পুণ্যের খাতা জমা করছ তো ? এক জন্মেই অনেক জন্মের হিসেব জমা হয়ে যায়। তাহলে তোমরা এতটা জমা করে নিয়েছ, তাই না ? এত সম্পদশালী হয়ে গেছ যা তোমরা অন্যদেরও ভাগ দিতে পারো ! নিজের জন্যও জমা করেছ আর অন্যকে দিয়েও দাতা হয়েছ। সুতরাং, সদা এটা চেক করো, সারা দিন যাবৎ আমি কি পুণ্যাত্মা হয়ে ছিলাম, পুণ্য কর্ম করেছি নাকি শুধু নিজের জন্যই ভোজন-পান আর আনন্দে মেতেছি ! যারা জমা করে তাদের সমঝদার (বিচক্ষণ) বলে, যারা উপায় করে আর খেয়ে ফেলে (খরচ করে) তাদের সমঝদার বলা যায় না। যেমন, ভোজনের জন্য তোমরা সময় বের করো কারণ সেটা আবশ্যিক, সেইরকম এই পুণ্যের কাজ করাও আবশ্যিক। অতএব, সদাই পুণ্য আত্মা হও, শুধুমাত্র কখনো-কখনো'র নয়। সে'রকম নয় যে চান্স পেলে করবে, না ! তোমাকে চান্স নিতে হবে। তোমার সময় নেই, এ'রকমও নয়, সময় বের করে নিতে হবে, তবেই জমা করতে পারবে। এই সময় ভাগ্যের রেখা যতটা টানতে চাও, ততটা টানতে পারো, কারণ বাবা ভাগ্য-বিধাতা এবং বরদাতা। শ্রেষ্ঠ নলেজের কলম বাবা তাঁর বাচ্চাদের দিয়েছেন। এই কলম দিয়ে তোমরা যত লম্বা রেখা টানতে চাও, টানতে পারো। আচ্ছা।

২) তোমরা সবাই রাজাধি, তাই না ? রাজ অর্থাৎ অধিকারী আর ঋষি অর্থাৎ তপস্বী। তপস্যার বল সহজে পরিবর্তন করানোর আধার। পরমাত্ম-নিষ্ঠা দ্বারা নিজেকে এবং বিশ্বকে সদাসর্বদার জন্য নির্বিল্ল বানাতে পারে। নির্বিল্ল হওয়া আর নির্বিল্ল বানানো - এই সেবাই তো করো, তাই না ! অনেক প্রকার বিল্ল থেকে সব আত্মাদের মুক্ত করো তোমরা। সুতরাং, বাবার থেকে জীবনমুক্ত'র বরদান নিয়ে অন্যদের প্রাপ্ত করাও, তাই না ! নির্বিল্ল অর্থাৎ জীবনমুক্ত।

৩) সাহসী বাচ্চা, বাবা সহায়। বাচ্চাদের মনোবলের ক্ষেত্রে বাবার সহায়তা পদমগুণ প্রাপ্ত হয়। বোঝা তো বাবার উপরে, অতএব, ট্রাস্টি হয়ে সদা বাবার স্মরণে অগ্রচালিত হতে থাকো। বাবার স্মরণই সুরক্ষিত ছত্রছায়া। বিগত হিসেব শূলসম, কিন্তু বাবার সহায়তায় তা' কাঁটাসম হয়ে যায়। পরিস্থিতি অবশ্যই আসবে, কারণ সবকিছু এখানেই চুকিয়ে দিতে হবে। যেমনই হোক, বাবার সহায়তা সবকিছু কাঁটা বানিয়ে দেয়, বড় বিষয়কে ছোট বানিয়ে দেয়, কারণ বড়ো বাবা সাথে আছেন। সদা নিশ্চয়ের সাথে সামনে এগিয়ে চলো। প্রতিটা কদমে ট্রাস্টি হও, ট্রাস্টি অর্থাৎ সবকিছু 'তোমার', আমিত্বের অবসান। গৃহস্থ অর্থাৎ 'আমার'। যখন 'তোমার' বলবে, তখন বড় ব্যাপার ছোট হয়ে যাবে আর যখন 'আমার' হবে তখন ছোট ব্যাপার বড় হয়ে যাবে। 'তোমার' এই ভাব হালকা বানায় আর 'আমার' ভাব তোমাদের ভারী বানায়। সুতরাং, যখনই ভারী অনুভব করবে তখন চেক করো - কোথাও আমিত্বভাব নেই তো ! 'আমার' পরিবর্তন করে যদি 'তোমার' করে দাও তাহলে সেই মুহূর্তে হালকা হয়ে যাবে, সমস্ত বোঝা এক সেকেন্ডে সমাপ্ত হয়ে যাবে। আচ্ছা।

\*বরদান:-\* সন্তুষ্টতার বিশেষত্ব অথবা শ্রেষ্ঠত্বের দ্বারা সকলের ইষ্ট হয়ে বরদানী-মূর্তি ভব  
যে সদা নিজের প্রতি ও সবার প্রতি সন্তুষ্ট থাকে শুধুমাত্র সে অনেক আত্মার ইষ্ট এবং অষ্ট দেবতার মধ্যে হতে পারে। সবচাইতে বড় গুণই বলো বা দান বলো, কিংবা বিশেষত্ব বা শ্রেষ্ঠত্ব বলো, তা' সন্তুষ্টতাই। সন্তুষ্ট আত্মাই প্রভুপ্রিয়, লোকপ্রিয় এবং স্বয়ং প্রিয় হয়। এইরকম সন্তুষ্ট আত্মাই বরদানী রূপে প্রসিদ্ধ হবে।

এখন অন্তের সময়ে মহাদানী রূপ থেকেও অধিক সেবা হবে বরদানী রূপ দ্বারা ।

**\*স্লোগান:-\*** বিজয়ী রত্ন সে, যার ললাটে সদা বিজয়ের তিলক ঝলমল করবে ।

সূচনা:- আজ মাসের তৃতীয় রবিবার, অন্তরীষ্টীয় যোগ দিবস । সব ভাই-বোনেরা সন্ধ্যা ৬ : ৩০ থেকে ৭ :৩০ পর্যন্ত বিশেষ যোগ অভ্যাস দ্বারা নিজের পূর্বজ স্বরূপকে ইমার্জ করে সম্পূর্ণ বৃক্ষকে সর্ব শক্তি দ্বারা সকাশ দেওয়ার সেবা করুন !