

“मीठो बच्चे- बाबाले तिमीलाई ज्ञान योगको खुराक खुवाएर विशेष आतिथ्य सत्कार (खातिरी) गर्नुहुन्छ, त्यसैले सदैव खुशी मौजमा बस, श्रीमत अनुसार सबैको खातिरी गर्दै जाऊ ।”

प्रश्न:- यस संगमयुगमा तिमीहरूको पासमा सबैभन्दा अमूल्य चीज कुनचाहिँ छ, जसको सम्हाल गर्नु छ ?

उत्तर:- यस सर्वोत्तम ब्राह्मण कुलमा तिम्रो यो जीवन धेरै अमूल्य छ, त्यसैले शरीरको सम्हाल अवश्य गर्नु छ । यस्तो होइन- यो त माटोको पुतला हो, अब यो समाप्त भए पनि हुन्थ्यो ! होइन । यसलाई जीवित राख्नु छ । कोही बिरामी हुन्छन् भने उनीहरूसँग हैरान हुनु हुँदैन । उनलाई भन- शिवबाबालाई याद गर्नुहोस् । जति याद गर्नुहुन्छ त्यति पाप काटिदै जान्छ । उनको सेवा गर्नुपर्छ, बाँचिरहून्, शिवबाबाको याद गरिरहून् ।

ओम् शान्ति । ज्ञानको तेस्रो नेत्र दिनेवाला रूहानी बाबा बसेर रूहानी बच्चाहरूलाई सम्भाउनुहुन्छ । ज्ञानको तेस्रो नेत्र बाबा सिवाय अरू कसैले दिन सक्दैन । अहिले तिमी बच्चाहरूलाई ज्ञानको तेस्रो नेत्र मिलेको छ । अहिले तिमी बच्चाहरूले जान्दछौ- यो पुरानो दुनियाँ बदलिनेवाला छ । बिचरा मनुष्यहरूले जान्दैनन्- बदल्नेवाला को हो र कसरी बदल्नुहुन्छ ! किनकि उनीहरूको ज्ञानको तेस्रो नेत्र नै छैन । तिमी बच्चाहरूलाई अहिले ज्ञानको तेस्रो नेत्र मिलेको छ जसद्वारा तिमीले सृष्टिको आदि-मध्य-अन्त्यलाई जानेका छौ । यो हो ज्ञानको सेक्रिन । सेक्रिनको एउटा थोपा पनि कति मीठो हुन्छ । ज्ञानको एकै अक्षर छ मन्मनाभव । यो अक्षर कति मीठो छ । आफूलाई आत्मा सम्झिएर बाबालाई याद गर । बाबाले शान्तिधाम र सुखधामको मार्ग बताइरहनुभएको छ । बाबा आउनुभएको छ बच्चाहरूलाई स्वर्गको वर्सा दिन । त्यसैले बच्चाहरूलाई खुशी रहनुपर्छ । भनिन्छ पनि खुशीजस्तो खुराक छैन । जो सदैव खुशी मौजमा रहन्छन् उनीहरूका लागि यो खुराकजस्तै हो । २१ जन्म मौजमा रहने यो विशेष खुराक हो । यो खुराक सदैव एक-अर्कालाई खुवाइराख । यो हो एक-अर्काको विशेष खातिरी । यस्तो खातिरी अरू कुनै मनुष्यले मनुष्यको गर्न सक्दैन ।

तिमी बच्चाहरू श्रीमतमा सबैको रूहानी खातिरी गर्दछौ । सच्चा-सच्चा खुशीको खबर पनि यही हो- कसैलाई बाबाको परिचय दिनु । मीठा बच्चाहरूले जान्दछन्- बेहदका बाबाद्वारा हामीलाई जीवनमुक्तिको सौगात मिल्छ । सत्ययुगमा भारतवर्ष जीवनमुक्त थियो, पावन थियो । बाबाले धेरै ठूलो उच्च खुराक दिनुहुन्छ तब त गायन छ- अतीन्द्रिय सुख सोध्नु छ भने गोप-गोपिनीसँग सोध । यो ज्ञान र योगको कति फस्टक्लास अद्भुत खुराक छ र यो खुराक एकै रूहानी सर्जनको पासमा छ । अरू कसैलाई यस खुराकका बारेमा थाहा नै छैन । बाबा भन्नुहुन्छ- मीठा बच्चाहरू ! तिमीहरूका लागि हातमा सौगात लिएर आएको छु । मुक्ति, जीवनमुक्तिको यो सौगात मेरो पासमा नै रहन्छ । कल्प-कल्प म नै आएर तिमीलाई यो सौगात दिन्छु फेरि रावणले खोसिदिन्छ । अहिले तिमी बच्चाहरूलाई कति खुशीको पारा चढिरहनुपर्छ । तिमी जान्दछौ- हाम्रा एकै बाबा, शिक्षक र सच्चा-सच्चा सद्गुरु हुनुहुन्छ जसले हामीलाई साथमा लिएर जानुहुन्छ । अति प्रिय बाबासँग विश्वको बादशाही मिल्छ । यो कम कुरा हो र ! बच्चाहरूलाई सदैव हर्षित रहनुपर्छ । ईश्वरीय विद्यार्थी जीवन सर्वश्रेष्ठ हो । यो अहिलेको नै गायन हो नि । फेरि नयाँ दुनियाँमा तिमी सदैव खुशी मनाइरहन्छौ । दुनियाँले जान्दैन- सच्चा-सच्चा खुशी कहिले मनाइन्छ । मनुष्यलाई त सत्ययुगको ज्ञान नै छैन, त्यसैले यहाँ नै मनाइरहन्छन् । तर यस पुरानो तमोप्रधान दुनियाँमा खुशी कहाँबाट आयो ! यहाँ त त्राहि-त्राहि गरिरहन्छन् । कति दुःखको दुनियाँ छ ।

बाबाले तिमी बच्चाहरूलाई कति सहज मार्ग बताउनुहुन्छ । गृहस्थ व्यवहारमा रहँदा-रहँदै कमल फूल समान रहनु छ । घर-धन्दा आदि गर्दा पनि मलाई याद गरिरहाख । जसरी आशिक र माशुक हुन्छन्, उनीहरू त एक अर्कालाई याद गरिरहन्छन् । एक-आपसमा आशिक-माशुक हुन्छन् । यहाँ यो कुरा छैन, यहाँ त तिमी सबै एक माशुकका जन्म-जन्मान्तरदेखिका आशिक हो । बाबा तिम्रो कहिल्यै आशिक बन्नुहुन्न । तिमी उहाँ माशुकलाई आउनका लागि याद गर्छौ । जब दुःख धेरै हुन्छ तब धेरै स्मरण गर्छन्, त्यसैले त गायन पनि छ- दुःख में सुमिरण सब करें, सुख में करें न कोय । यस समय जसरी बाबा सर्वशक्तिमान् हुनुहुन्छ, त्यस्तै दिन-प्रतिदिन माया पनि सर्वशक्तिमान्, तमोप्रधान बन्दै जान्छ । अहिले बाबा भन्नुहुन्छ- मीठा बच्चाहरू ! देही-अभिमानि बन । आफूलाई आत्मा सम्झिएर म बाबालाई याद गर, साथ-साथ दैवीगुण पनि धारण गर अनि तिमी यस्ता (लक्ष्मी-नारायण) बन्नेछौ । यस पढाइमा मुख्य कुरा हो नै यादको । उच्चभन्दा उच्च बाबालाई धेरै प्यार, स्नेहसँग याद गर्नुपर्छ । उहाँ उच्चभन्दा उच्च बाबा नै नयाँ दुनियाँ स्थापना गर्नेवाला हुनुहुन्छ । बाबा भन्नुहुन्छ- म आएको छु तिमी बच्चाहरूलाई विश्वका मालिक बनाउन । अब

मलाई याद गन्यौ भने तिमीहरूको अनेक जन्मको पाप काटिएर जानेछ । पतित-पावन बाबा भन्नुहुन्छ— तिमी धेरै पतित बनेका छौ, त्यसैले अब तिमीले मलाई याद गन्यौ भने तिमी पावन बनेर पावन दुनियाँको मालिक बन्नेछौ । पतित-पावन बाबालाई नै बोलाउँछन् नि । अब बाबा आउनुभएको छ, त्यसैले अवश्य पावन बन्नुपर्छ । बाबा दुःखहर्ता, सुखकर्ता हुनुहुन्छ । वास्तवमा सत्ययुगमा पावन दुनियाँ थियो, सबै सुखी थिए । अहिले बाबा फेरि भन्नुहुन्छ— प्यारा बच्चाहरू ! शान्तिधाम र सुखधामलाई याद गरिराख । अहिले हो संगमयुग । खिवैयाले यस पारबाट त्यस पार लिएर जानुहुन्छ । नाउ कुनै एउटा मात्र छैन, सारा दुनियाँ नै एउटा बडो जहाज जस्तै छ । त्यसलाई पार लिएर जानुहुन्छ ।

तिमी प्यारा बच्चाहरूलाई कति खुशी हुनुपर्छ । तिमीहरूका लागि त सदैव खुशी नै खुशी छ । बेहदका बाबाले हामीलाई पढाइरहनुभएको छ, वाह ! यो त न कहिल्यै सुन्यौं, न कहिल्यै पढ्यौ । भगवानुवाच— म तिमी रूहानी बच्चाहरूलाई राजयोग सिकाइरहेको छु । त्यसैले पूरै सिक्नु पर्छ, धारणा गर्नुपर्छ । पूरा राम्ररी पढ्नुपर्छ । पढाइमा नम्बरवार त सदैव हुन्छन् नै । आफूलाई हेर्नुपर्छ— म उत्तम हुँ, मध्यम हुँ वा कनिष्ठ हुँ ? बाबा भन्नुहुन्छ— आफूलाई हेर म उच्च पद पाउन लायक छु ? रूहानी सेवा गर्छु ? बाबा भन्नुहुन्छ— बच्चाहरू सेवाधारी बन, अनुसरण गर । म आएको छु नै सेवाका लागि । नित्य सेवा गर्छु त्यसैले नै त यो रथ लिएको छु । यिनको रथ बिरामी भयो भने म यिनमा बसेर मुरली लेख्छु । मुखबाट बोल्न सकेनन् भने म लेखिदिन्छु जसबाट बच्चाहरूका लागि मुरली मिस नहोस् । त्यसो हुँदा म पनि सेवामा भएँ नि । यो हो रूहानी सेवा । त्यसरी नै तिमी बच्चाहरू पनि बाबाको सेवामा लाग, ईश्वरीय सेवामा । जसले राम्रो पुरुषार्थ गर्छ, राम्रो सेवा गर्छ उसलाई महावीर भनिन्छ । देख्दछु— को महावीर हो जो बाबाको निर्देशनमा चल्छ ? बाबाको आदेश छ— आफूलाई आत्मा सम्झिएर भाइ-भाइलाई देख । यस शरीरलाई भुल्दै जाऊ । बाबाले पनि शरीरलाई देख्नुहुन्न । बाबा भन्नुहुन्छ— म आत्माहरूलाई देख्दछु । बाँकी यो त ज्ञान हो— आत्माले शरीर विना बोल्न सक्दैन । म पनि यस शरीरमा आएको छु, लोन लिएको छु । शरीरको साथमा नै आत्माले पढ्न सक्छ । बाबाको बैठक यहाँ (भृकुटीमा) छ । यो हो अकाल तख्त । आत्मा अकालमूर्त छ । आत्मा कहिल्यै सानो ठूलो हुँदैन । शरीर सानो ठूलो हुन्छ । जति पनि आत्माहरू छन् ती सबैको तख्त यो भृकुटी हो । शरीर त सबैका भिन्न-भिन्न हुन्छन् । कसैको अकाल तख्त पुरुषको छ, कसैको अकाल तख्त स्त्रीको छ, कसैको अकाल तख्त बच्चाको छ । बाबा बसेर बच्चाहरूलाई रूहानी ड्रिल सिकाउनुहुन्छ । जब कोहीसँग कुरा गर्छौं भने पहिले आफूलाई आत्मा सम्झ । म आत्मा फलानो भाइसँग कुरा गर्छु । बाबाको सन्देश दिन्छु— शिवबाबालाई याद गर । यादद्वारा नै विकार उत्रिनु छ । सुनमा जब मिसावट पर्छ भने सुनको मूल्य कम हुन जान्छ । तिमी आत्मामा पनि विकार पर्नाले तिमी मूल्यहीन बनेका छौ । अब फेरि पावन बन्नु छ । तिमी आत्मालाई अब ज्ञानको तेस्रो नेत्र मिलेको छ । त्यस नेत्रद्वारा आफ्ना भाइहरूलाई देख । भाइ-भाइलाई देखनाले कर्मेन्द्रिय चञ्चल हुँदैनन् । राज्य-भाग्य लिनु छ, विश्वको मालिक बन्नु छ भने यो मेहनत गर । भाइ-भाइ सम्भरेर सबैलाई ज्ञान देऊ । अनि यो बानी पक्का हुँदै जानेछ । सच्चा-सच्चा भाइ तिमी सबै हो । बाबा पनि माथिबाट आउनुभएको छ, तिमी पनि आएका छौ । बाबा बच्चाहरूसँगै सेवा गरिरहनुभएको छ । बाबाले सेवा गर्ने हिम्मत दिनुहुन्छ । हिम्मत बच्चे मददे बाबा..... । त्यसैले अभ्यास गर्नु छ । म आत्मा भाइलाई पढाउँछु । आत्माले पढ्छ नि । यसलाई आध्यात्मिक ज्ञान भनिन्छ, जो रूहानी बाबाद्वारा नै मिल्छ । संगममा नै बाबा आएर यो ज्ञान दिनुहुन्छ— आफूलाई आत्मा सम्झ । तिमी नागै आएका थियौ फेरि यहाँ शरीर धारणा गरेर तिमीले ८४ जन्म पार्ट बजायौ । अब फेरि फर्केर जानु छ । त्यसैले आफूलाई आत्मा सम्झिएर भाइ-भाइको दृष्टिले हेर्नु छ । यो मेहनत गर्नु छ । आफ्नो मेहनत गर्नु छ, यसको अरूसँग के सम्बन्ध छ र ! चेरिटी बेगिन्स एट होम अर्थात् पहिले स्वयंलाई आत्मा सम्झिएर फेरि भाइलाई सम्झाऊ । त्यसपछि राम्ररी तीर लाग्नेछ । यो धार लगाउनु छ । मेहनत गन्यौ भने नै उच्च पद पाउनेछौ । यसमा केही सहन पनि गर्नुपर्छ । कसैले उल्टो-सुल्टो कुरा बोल्थो भने तिमी चुप लागेर बस । तिमी चुप रह्यौ भने फेरि अरूले के नै गर्छन् र । ताली दुई हातबाट बज्दछ । एकले मुखको ताली बजायो, अर्को चुप रह्यो भने ऊ आफैं चुप हुनेछ । तालीसँग ताली बज्दा आवाज हुन्छ । बच्चाहरूले एक अर्काको कल्याण गर्नु छ । बाबा सम्झाउनुहुन्छ— प्यारा बच्चाहरू ! सदैव खुशीमा रहन चाहन्छौ भने मन्मनाभव । आफूलाई आत्मा सम्झिएर बाबालाई याद गर । भाइहरू (आत्माहरू) तर्फ हेर । बच्चाहरूलाई रूहानी यात्रामा रहने आदत पार्नु छ । तिम्रै फाइदाको कुरा हो । बाबाको शिक्षा भाइहरूलाई दिनु छ । बाबा भन्नुहुन्छ— म तिमी आत्माहरूलाई ज्ञान दिइरहेको छु । आत्मालाई नै देख्छु । मनुष्य-मनुष्यसँग कुरा गर्दा उनीहरूको

मुखलाई हेर्छन् नि । तिमीले पनि आत्मासँग कुरा गर्दा आत्मालाई नै देख्नु छ । हुन त शरीरद्वारा ज्ञान दिन्छौ तर यसमा शरीरको भान तोड्नुपर्छ । तिमीहरूको आत्माले सम्भन्छ— परमात्मा बाबाले हामीलाई ज्ञान दिइरहनुभएको छ । बाबा पनि भन्नुहुन्छ— आत्मालाई देख्छु, आत्माले पनि भन्छ— हामी परमात्मा बाबालाई हेरिरहेका छौ । उहाँबाट ज्ञान लिइरहेका छौ, यसलाई भनिन्छ— आध्यात्मिक ज्ञानको लेन-देन, आत्माको आत्मासँग । आत्मामा नै ज्ञान छ । आत्मालाई नै ज्ञान दिनु छ । यो शक्ति जस्तै हो । तिम्रो ज्ञानमा यो शक्ति भरिनेछ । त्यसैले कसैलाई पनि सम्झाउँदा भट्ट तीर लाग्नेछ । बाबा भन्नुहुन्छ— अभ्यास गरेर हेर, तीर लाग्छ नि । यो नयाँ बानी पार्नु छ त्यसपछि शरीरको भान निस्किएर जानेछ । मायाको तुफान कम आउनेछन् । खराब संकल्प आउने छैनन् । विकारी दृष्टि पनि रहने छैन । हामी आत्माले ८४ को चक्र लगायौ । अब नाटक पूरा हुन्छ । अब बाबाको यादमा रहनु छ । यादबाट नै सतोप्रधान बनेर, सतोप्रधान दुनियाँको मालिक बन्नेछौ । कति सहज छ । बाबा जान्नुहुन्छ— बच्चाहरूलाई यो शिक्षा दिनु पनि पार्ट नै हो । कुनै नयाँ कुरा होइन । हर ५००० वर्षपछि मलाई आउनुपर्छ । म बाँधिँएको छु । बच्चाहरूलाई बसेर सम्झाउँछु— मीठा बच्चाहरू रूहानी यादको यात्रामा रत्यौ भने अन्त मति सो गति भएर शरीर छोड्नेछौ । यो अन्त्यकाल हो नि ! म एकलाई याद गर्नु भने तिमीहरूको सद्गति हुनेछ । यादको यात्राले पाउ मजबुत हुनेछ । यो देही-अभिमानि बन्ने शिक्षा एकै पटक तिमी बच्चाहरूलाई मिल्छ । कति अद्भुत ज्ञान छ । बाबा अद्भुत हुनुहुन्छ भने बाबाको ज्ञान पनि अद्भुत छ । कहिल्यै कसैले बताउन सक्दैन । अब फर्केर जानु छ । बाबा भन्नुहुन्छ— मीठा बच्चाहरू ! यो अभ्यास गर । आफूलाई आत्मा सम्झिएर आत्मालाई ज्ञान देऊ । तेस्रो नेत्रद्वारा भाइ-भाइलाई देख्नु छ । यही ठूलो मेहनत हो ।

यो हो तिमी ब्राह्मणहरूको सर्वोत्तम उच्चभन्दा उच्च कुल । यस समय तिमीहरूको जीवन अमूल्य छ, त्यसैले यस शरीरको पनि सम्हाल गर्नु छ । तमोप्रधान भएका कारण शरीरको आयु पनि कम हुँदै गएको छ । अब तिमी जति योगमा रहनेछौ, त्यति आयु बढ्नेछ । तिमीहरूको आयु बढ्दै-बढ्दै १५० वर्ष हुनेछ सत्ययुगमा । शरीरको पनि सम्हाल गर्नु छ । यस्तो होइन यो त माटोको पुतला हो, ठीकै छ यो समाप्त भए पनि हुन्छ ! होइन । यसलाई बचाइराख्नु छ । यो अमूल्य जीवन हो नि ! कोही बिरामी हुन्छन् भने उनीहरूसँग हैरान हुनु हुँदैन । उनलाई भन— शिवबाबालाई याद गर्नुहोस् । जति याद गर्नेछन् त्यति उनको पाप काटिँदै जान्छ । उनको सेवा गर्नु छ । बाँचिरहून्, शिवबाबालाई याद गर्दै रहून् । यो समझ त रहन्छ नि, हामी बाबालाई याद गर्छौ । आत्माले याद गर्छ, बाबाबाट वर्सा पाउनका लागि । अच्छा !

मीठे-मीठे सिकीलधे बच्चाहरूप्रति माता-पिता बापदादाको याद-प्यार एवं गुडमर्निङ्ग । रूहानी बाबाको रूहानी बच्चाहरूलाई नमस्ते । रूहानी बच्चाहरूको रूहानी बाबालाई गुडमर्निङ्ग, नमस्ते ।

धारणाको लागि मुख्य सारः—

- १) आफूलाई हेर— म पुरुषार्थमा उत्तम छु, मध्यम छु वा कनिष्ठ छु ? म उच्च पद पाउन लायक छु ? मैले रूहानी सेवा गर्छु ?
- २) तेस्रो नेत्रद्वारा आत्मा भाइलाई देख, भाइ-भाइ सम्झिएर सबैलाई ज्ञान देऊ, आत्मिक स्थितिमा रहने बानी बनायौ भने कर्मेन्द्रियहरू चञ्चल हुँदैनन् ।

वरदानः— ईश्वरीय रोयल्टीको संस्कारद्वारा हरेकको विशेषता वर्णन गर्ने पुण्य आत्मा भव

सदा स्वयंलाई विशेष आत्मा सम्झिएर हर संकल्प वा कर्म गर्नु र हरेकमा विशेषता देख्नु, वर्णन गर्नु, सबैप्रति विशेष बनाउने शुभ कल्याणको कामना राख्नु— यही ईश्वरीय रोयल्टी हो । रोयल आत्माले अरूले छोड्ने चीजलाई स्वयंमा धारण गर्न सक्दैनन् । त्यसैले सदा अटेन्सन रहोस्— कुनै कमजोरी वा अवगुणलाई देख्ने नेत्र सदा बन्द होस् । एक अर्काको गुणगान गर । स्नेह, सहयोगको पुष्पको लेन-देन गर्नु भने पुण्य आत्मा बन्नेछौ ।

स्लोगनः— वरदानको शक्तिले परिस्थितिरूपी अग्निलाई पनि पानी बनाइदिन्छ ।

अव्यक्त स्थितिको अनुभव गर्नका लागि विशेष होमवर्क :

- १७) कुनै पनि प्रकारको विघ्नले बुद्धिलाई सताउँछ भने योगको प्रयोगद्वारा पहिले त्यस विघ्नलाई समाप्त गर । मन-बुद्धिमा थोरै पनि हलचल नहोस् । अव्यक्त स्थितिमा स्थित हुने यस्तो अभ्यास होस् जसले गर्दा आत्माले आत्माको कुरालाई वा कसैको पनि मनको भावलाई सहजै जान्न सकियोस् ।