

२०७२ फाल्गुन २१ शुक्रबार ४-०३-२०१६ ओम् शान्ति प्रातः मुरली “बापदादा” मधुबन
“मीठे बच्चे- हरेकको पापलाई सोसेर लिने फस्टक्लास ब्लटिंग पेपर (सोस्ने कागज) एक शिवबाबा
हुनुहुन्छ, उहाँलाई याद गर्नु भन्ने पाप खतम हुन्छ ।”

प्रश्न:- आत्मामा सबैभन्दा गहिरो दाग कुनचाहिँ हो, त्यसलाई मेटाउन कुनचाहिँ मेहनत गर्नु पर्छ ?

उत्तर:- आत्मामा देह-अभिमानको धेरै गहिरो दाग लागेको छ, घरी-घरी कुनै देहधारीको नाम रूपमा फँस्न पुग्छ । बाबालाई याद नगरेर देहधारीलाई याद गरिरहन्छ । एक अर्काको दिललाई दुःख दिन्छ । यस दागलाई मेटाउनको लागि देही-अभिमानी बन्ने मेहनत गर ।

गीत:- मुखडा देख ले प्राणी...

ओम् शान्ति । मीठा-प्यारा सबै सेन्टरका बच्चाहरूले गीत सुने । अब आफूलाई हेर- कति पुण्य छ र कति पाप छ ? सारा दुनियाँ साधु-सन्त आदिले पुकार्छन्- हे पतित-पावन, पतितबाट पावन बनाउनेवाला एक बाबा हुनुहुन्छ । बाँकी सबैमा पाप छ । यो त तिमीले जान्दछौ- आत्मामा नै पाप हुन्छ । पुण्य पनि आत्मामा हुन्छ । आत्मा नै पावन, आत्मा नै पतित बन्छ । यहाँ सबै आत्माहरू पतित छन् । पापको दाग लागेको छ यसैले पाप आत्मा भनिन्छ । अब पाप कसरी निक्लोस् ? जब कुनै चीजमा मसी वा तेल पर्छ भने ब्लटिंग पेपर राखिन्छ । त्यसले सारा सोस्छ । अब सबै मनुष्यले याद एकलाई गर्छन् किनकि उहाँ नै ब्लटिंग पेपर हुनुहुन्छ, पतित-पावन हुनुहुन्छ । उहाँ बाहेक अरू कोही ब्लटिंग पेपर छैन । उनीहरू त जन्म-जन्म गंगा स्नान गर्दै भर्ने पतित बन्छन् । पतितलाई पावन बनाउनेवाला एक शिवबाबा ब्लटिंग पेपर हुनुहुन्छ । सानो भन्दा सानो बिन्दु हुनुहुन्छ । सबैको पाप नष्ट गर्नुहुन्छ । कुन युक्तिले ? केवल भन्नुहुन्छ- म ब्लटिंग पेपरलाई याद गर । म त चैतन्य हुँ नि । तिमीलाई अरू कुनै मेहनत दिन्न । तिमी पनि आत्मा बिन्दु, बाबा पनि बिन्दु हुनुहुन्छ । भन्नुहुन्छ- केवल मलाई याद गर्नु भन्ने तिम्रो पाप मेटिनेछ । अब हरेकले आफ्नो दिलसँग सोधोस्- यादले कति पाप मेटिएका छन् ? र, कति हामीले गरेका छौं ? बाँकी कति पाप रहेका छन् ? यो कसरी थाहा हुन सक्छ ? अरूलाई पनि बाटो बताउँदै जाऊ- एक ब्लटिंग पेपरलाई याद गर । सबैलाई यो राय दिनु त राम्रो हो नि । यो पनि आश्चर्य छ- जसलाई राय दिन्छौ उनीहरू त बाबालाई याद गर्न शुरू गरिहाल्छन्, तर राय दिनेले स्वयं याद गर्दैनन् यसैले पाप काटिदैन । पतित-पावन त एकलाई नै भनिन्छ । अनेक पाप लागेका छन् । कामको पाप, देह-अभिमानको पाप त पहिलो नम्बरको पाप हो, जुन सबैभन्दा खराब छ । अब बाबा भन्नुहुन्छ- देही-अभिमानी बन । जति मामेकम् याद गर्छौ, उति तिमीमा परेको खाद भस्म हुनेछ । याद गर्नु छ । अरूलाई पनि यो बाटो बताउनु छ । जति अरूलाई सम्झाउँछौ, तिम्रो पनि भलो हुन्छ । यस धन्दामा नै लाग । अरूलाई पनि यो सम्झाउनु छ- बाबालाई याद गर्नु भन्ने तिम्रो पुण्य आत्मा बन्दछौ । तिम्रो काम हो अरूलाई यो बताउनु- पतित-पावन एक हुनुहुन्छ । तिमी ज्ञान नदीहरू अनेक छौ तर तिमी सबैलाई भन्छौ- एकलाई याद गर्नुहोस् । उहाँ एक नै पतित-पावन हुनुहुन्छ । उहाँको धेरै महिमा छ । ज्ञानको सागर पनि उहाँ हुनुहुन्छ । उहाँ एक बाबालाई याद गर्नु, देही-अभिमानी बनेर रहनु- यो एक कुरा नै कठिन छ । बाबा केवल तिमी बच्चाहरूलाई मात्र भन्नुहुन्न, बाबाको ध्यानमा त सबै सेन्टरका बच्चाहरू छन् । बाबाले त सबै बच्चाहरूलाई देख्नुहुन्छ नि । जहाँ

२०७२ फाल्गुन २१ शुक्रबार ४-०३-२०१६ ओम् शान्ति प्रातः मुरली “बापदादा” मधुवन राम्रा सेवाधारी बच्चाहरू रहन्छन्, शिवबाबाको फुलबारी हो नि । जो राम्रो फुलबारी छ त्यसैलाई नै बाबाले याद गर्नुहुन्छ । धनी मनुष्यका ४-५ बच्चाहरू छन् भने जो ठूलो छ उसलाई याद गर्छन् । थरिथरिका फूलहरू हुन्छन् नि । बाबाले पनि आफ्नो ठूलो बगैंचालाई याद गर्नुहुन्छ । कसैलाई पनि यो बाटो बताउनु सहज छ, शिवबाबालाई याद गरौं । उहाँ नै पतित-पावन हुनुहुन्छ । स्वयं भन्नुहुन्छ— मलाई याद गर्नाले तिम्रो पाप भस्म हुन्छ । सारा दुनियाँको लागि कति फस्टक्लास ब्लटिंग पेपर हुनुहुन्छ । सबैले उहाँलाई याद गर्छन् । कसैलाई पनि यो बाटो बताउनु सहज छ, शिवबाबालाई याद गर्नुहोस् ।

बाबाले युक्ति बताउनुभएको छ— मलाई याद गर्नाले तिमीमा जुन देह-अभिमानको दाग छ त्यो मेटिन्छ । मेहनत छ देही-अभिमानि बन्नमा । बाबालाई कसैले सत्य बताउँदैनन् । कसै-कसैले चार्ट लेखि पठाउँछन् फेरि थाक्छन् । ठूलो मंजिल छ । मायाले एकदम नशा तोडिदिन्छ अनि लेख्न पनि छोडिदिन्छन् । आधाकल्पको देह-अभिमान छ, त्यो छुट्दैन । बाबा भन्नुहुन्छ— केवल यही धन्दा गरिराख । बाबालाई याद गर अनि अरूलाई गराऊ । सबैभन्दा उच्च धन्दा हो यो । जसले स्वयं याद गर्दैनन् उनीहरूले यो धन्दा गर्दैनन् । बाबाको याद— यो हो योगअग्नि, जसले पाप भस्म हुन्छ यसैले सोधिन्छ— पाप कहाँसम्म भस्म भएका छन् ? जति बाबालाई याद गर्छौ, उति खुसीको पारा चढ्छ । हरेकको दिललाई जान्न सक्छौ । अरूलाई पनि उनीहरूको सेवाबाट जान्न सक्छौ । अरूलाई बाटो बताउँछन्— बाबालाई याद गर्नुहोस् । उहाँ पतित-पावन हुनुहुन्छ । यो त हो पतित तमोप्रधान दुनियाँ । सबै आत्मा र शरीर तमोप्रधान छन् । अब फर्केर जानु छ । वहाँ सबै आत्माहरू पवित्र रहन्छन् । जब पवित्र बन्छौ तब घर जान्छौ । अरूलाई पनि यही बाटो देखाउनुपर्छ । बाबाले युक्ति त धेरै सहज बताउनुहुन्छ । शिवबाबालाई याद गर । यही ब्लटिंग पेपर याद राख्यौ भने सबै पाप सोसिन्छन् । तिम्रा विकर्म विनाश हुन्छन् । मूल कुरा हो पावन बन्नु । मनुष्य पतित बनेका छन् तब त बोलाउँछन्— हे पतित-पावन आउनुहोस्, आएर सबैलाई पावन बनाएर साथमा लिएर जानुहोस् । लेखिएको पनि छ— सबै आत्माहरूलाई पावन बनाएर घर लैजानुहुन्छ फेरि कुनै पनि आत्मा पतित रहँदैन । यो पनि सम्झाइएको छ— पहिले-पहिले स्वर्गवासी नै आउँछन् । बाबाले जुन औषधी दिनुहुन्छ यो सबैको लागि हो । भेटेको जतिलाई यही औषधी दिनु छ— तपाईं फादरको पासमा जान चाहनुहुन्छ तर आत्मा पतित छ त्यसैले जान सक्नुहुन्न । पावन बन्नुहोस् तब जान सक्नुहुन्छ । हे आत्माहरू ! मलाई याद गर अनि मैले लैजान्छु फेरि वहाँबाट तिमीलाई सुखमा लैजानेछु । फेरि जब पुरानो दुनियाँ हुन्छ तब तिमीले दुःख पाउँछौ । मैले कसैलाई दुःख दिन्न । हरेकले आफूलाई देखोस् मैले याद गर्छु ? जति याद गर्छौ उति खुसीको पारा चढ्छ । कति सहज औषधी छ, अरू कुनै साधु सन्तहरूले यस औषधीलाई जान्दैनन् । कतै पनि लेखिएको छैन । यो बिल्कुलै नयाँ कुरा हो । पापको खाता कुनै शरीरमा लागेको छैन । यति सानो बिन्दुमा नै सारा पार्ट भरिएको छ । आत्मा पतित भएपछि जीवमाथि पनि असर पर्छ । आत्मा पावन बन्छ फेरि शरीर पनि पवित्र मिल्छ । दुःखी, सुखी आत्मा बन्छ । शरीरलाई चोट लाग्नाले आत्मालाई दुःख अनुभव हुन्छ । भनिन्छ पनि— यो दुःखी आत्मा हो, यो सुखी आत्मा हो । यति सानो आत्माले कति पार्ट खेल्छ, आश्चर्य छ नि । बाबा हुनुहुन्छ नै सुख दिनेवाला, यसैले उहाँलाई याद गर्छन् । दुःख दिनेवाला हो रावण । सबैभन्दा पहिले आउँछ देह-अभिमान । अहिले बाबाले सम्झाउनु हुन्छ तिमी आत्म-अभिमानि बन्नु छ, यसमा धेरै

२०७२ फाल्गुन २१ शुक्रबार ४-०३-२०१६ ओम् शान्ति प्रातः मुरली “बापदादा” मधुवन मेहनत छ । बाबाले जान्नुहुन्छ- सच्चा दिलले जुन युक्तिले याद गर्नुपर्ने हो, मुश्किल कसैले याद गर्छन् । यहाँ रहँदा पनि धेरैले भुल्छन् । यदि देही-अभिमानी रहन्थे भने कुनै पाप गर्दैनथे । बाबाको आज्ञा छ- नराम्रो नसुन... बाँदरको लागि त होइन । यो त मनुष्यको लागि हो । मनुष्य बाँदर जस्तै छन् त्यसैले बाँदरको चित्र बनाइएको हो । धेरै छन्, जसले सारा दिन फाल्तू कुरामा बिताउँछन् । त्यसैले बाबालाई सावधानी दिनुपर्छ । सबै सेन्टरमा कोही न कोही यस्ता रहन्छन्, जसले एक अर्कालाई दुःख दिइरहन्छन् । कोही राम्रा पनि छन्, जो बाबाको यादमा रहन्छन् । सम्भन्छन् मन, वचन, कर्मले कसैलाई दुःख दिनु छैन । वाचाले पनि कसैलाई दुःख दियो भने दुःखी भएर मर्नेछौ । बाबा भन्नुहुन्छ- तिमी बच्चाहरूले सबैलाई सुख दिनु छ । सबैलाई भन्नु छ- देही-अभिमानी बनों । बाबालाई याद गर र कुनै पैसाको लेन देनको कुरा छैन । केवल प्यारा बाबालाई याद गर्नु भने तिमी विकर्म विनाश हुनेछ । तिमी विश्वको मालिक बन्नेछौ । भगवानुवाच- मनमनाभव एक बाबालाई र वर्सालाई याद गर । अरू आपसमा केही पनि नबोल, केवल बाबालाई याद गर । अरूको कल्याण गर । तिमी अवस्था यति राम्रो होस्, जो कसैले देखे पनि भनोस्- बाबाका बच्चाहरू त ब्लटिंग पेपर जस्तै छन् । अहिले त्यो अवस्था भएको छैन । बाबासँग कसैले सोधे भने अहिले ब्लटिंग पेपर त के अहिलेसम्म कागज पनि बनेका छैनन् । बाबाले सबै सेन्टरका बच्चाहरूलाई सम्झाउनु हुन्छ । बम्बई, कलकत्ता, देहली... सबै ठाउँमा बच्चाहरू त छन् नि । रिपोर्ट आउँछ बाबा फलानोले धेरै सताउँछ । पुण्य आत्मा बनाउनुको सट्टा अझ पाप आत्मा बनाइदिन्छन् । बाबासँग कसैले सोध्यो भने तुरुन्त बताउनु हुनेछ । शिवबाबाले त सबै कुरा जान्नुहुन्छ । उहाँको पासमा सारा हिसाब-किताब छ । यी बाबाले पनि बताउन सक्नुहुन्छ । अनुहारबाट नै सबै कुरा थाहा हुन्छ । यी बाबा पनि यादमा मस्त रहन्छन्, यिनको अनुहार नै हँसिलो देवताहरूको जस्तो छ । आत्मा खुसी छ भने शरीर पनि खुसी देखिन्छ । शरीरलाई दुःख हुनाले आत्मालाई दुःख अनुभव हुन्छ । एउटा कुरा सबैलाई सुनाऊ- शिवबाबाले भन्नुहुन्छ, मलाई याद गर्नु भने तिमी पाप विनाश हुनेछन् । उनीहरूले लेखिदिएका छन्- कृष्ण भगवानुवाच, कृष्णलाई त धेरैले याद गर्छन् तर पाप त मेटिदैनन्, भनै पतित बनेका छन् । याद कसलाई गर्नु छ, परमात्माको रूप के हो, थाहा छैन । यदि सर्वव्यापी भने पनि आत्मा त जसरी स्टार छ त्यसरी नै परमात्मा पनि स्टार हुनुहुन्छ किनकि आत्मा नै परमात्मा भनिदिन्छन् । यस हिसाबले पनि बिन्दु नै ठहरिन्छ । सानो बिन्दु प्रवेश गर्छ । सबै बिन्दुहरूलाई भन्नुहुन्छ- प्यारा बच्चाहरू मलाई याद गर । अंगद्वारा नै बोल्नुहुन्छ । अंग बिना त आत्माले आवाज निकाल्न सक्दैन । तिमीले भन्न सक्छौ आत्मा र परमात्माको रूप त एउटै छ नि । परमात्मालाई ठूलो लिंग वा अरू केही भन्न मिल्दैन । बाबा भन्नुहुन्छ- म पनि यस्तै बिन्दु हुँ तर म पतित-पावन हुँ अरू तिमी सबैको आत्मा पतित छ । कति सीधा कुरा छ । अब देही-अभिमानी बनेर मलाई याद गर । अरूलाई पनि बाटो बताऊ । मैले अक्षर नै दुईवटा भन्छु- मनमनाभव । फेरि केही विस्तारमा बताउँछु- यी शाखा प्रशाखाहरू हुन् । पहिले सतोप्रधान सतो, रजो, तमो.... मा आउँछन् । पाप आत्मा बन्नाले कति दाग लाग्छ । ती दागहरू कसरी मेटिन्छन् ? उनीहरू सम्भन्छन् गंगा स्नानले पाप मेटिन्छन् । तर त्यो त शरीरको स्नान हो । आत्मा बाबालाई याद गर्नाले नै पावन बन्नसक्छ । यसलाई यादको यात्रा भनिन्छ । कति सहज कुरा छ, जुन दिनहुँ बाबाले सम्झाइरहनु हुन्छ । गीतामा पनि जोड यसमा छ- मनमनाभव । वर्सा त मिल्छ नै, केवल मलाई याद गर्छौ भने

२०७२ फाल्गुन २१ शुक्रबार ४-०३-२०१६ ओम् शान्ति प्रातः मुरली “बापदादा” मधुवन पाप मेटिन्छ । बाबा अविनाशी ब्लटिंग पेपर हुनुहुन्छ नि । बाबा भन्नुहुन्छ— मलाई याद गर्नाले तिमी पावन बन्छौ फेरि रावणले पतित बनाउँछ त्यसैले यस्ता बाबालाई याद गर्नुपर्छ नि । यस्ता पनि छन् जसले याद गर्दैनन्, उनीहरूको के हाल होला । बाबा सम्झाउनुहुन्छ— प्यारा बच्चाहरू ! अरू सबै कुरा छोड । केवल एउटा कुरा— देही-अभिमानी बन, म एकलाई याद गर । पुग्यो । यो त जान्दछौ— आत्माले एक शरीर छोडेर अर्को लिन्छ । आत्माले नै दुःख सुख भोग्छ । कहिले पनि एक अर्काको दिल दुखाउनु छैन । एक अर्कालाई सुख दिनुपर्छ । तिम्रो धन्दा यही हो । धेरै छन् जसले एक अर्कालाई दुःख दिइरहन्छन् । एक अर्काको देहमा फँसिरहन्छन् । सारा दिन एक अर्कालाई याद गरिरहन्छन् । माया पनि तिखो छ । बाबाले नाम लिनुहुन्न, यसैले बाबा भन्नुहुन्छ— प्यारा बच्चाहरू ! देही-अभिमानी भव । ज्ञान त बडो सहज छ । याद नै मुस्किल छ । त्यो पढाइ त फेरि पनि १५-२० वर्ष पढ्छन् । कति विषय हुन्छन् । यो पढाइ बडो सहज छ । ड्रामालाई जान्नु एक कहानी हो । मुरली चलाउनु ठूलो कुरा होइन । यादमा नै धेरै मुस्किल पर्छ । बाबाले फेरि भन्नुहुन्छ— ड्रामा । फेरि पनि पुरुषार्थ गरिराख । बाबालाई याद गर्नु भन्ने योग अग्निले तिम्रो पाप भस्म हुनेछ । राम्रा-राम्रा बच्चाहरू यसमा फेल हुन्छन् । अच्छा !

मीठो-मीठो 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) कहिल्यै पनि कसैको दिललाई दुःखी गर्नु हुँदैन । सबैलाई सुख दिनु छ । एक बाबाको यादमा रहनु छ र सबैलाई याद दिलाउनु छ ।
- २) पापको दाग मेटाउनको लागि देही-अभिमानी बनेर अविनाशी ब्लटिंग पेपर बाबालाई याद गर्नु छ । यस्तो मीठो अवस्था बनाउनु छ जसबाट सबैको कल्याण होस् ।

वरदानः— विधाताको साथ-साथै वरदाता बनेर सबै आत्माहरूमा बल भर्ने रहमदिल भव

यदि कोही आत्मा इच्छुक छ तर हिम्मत नहुनाको कारण चाहना हुँदा-हुँदै पनि प्राप्ति गर्न सक्दैन, त्यस्ता आत्माहरूको लागि विधाता अर्थात् ज्ञान दाता बन्नुको साथ-साथै रहमदिल बनेर वरदाता बन । उनीहरूलाई आफ्नो शुभ भावनाको एक्स्ट्रा बल देऊ । तर त्यस्तो वरदानी मूर्त तब बन्न सक्छौ, जब तिम्रो हरेक संकल्प बाबा प्रति कुर्बान हुन्छ । हरेक समय, हरेक संकल्प, हरेक कर्ममा अर्पण हुने जुन वचन लिएका छौ, त्यसलाई पालन गर ।

स्लोगनः— आफ्नो सत्य स्वरूपको स्मृति भएमा सत्यताको शक्ति आउँछ ।