" मीठे बच्चे – यस शरीरबाट जीवन छँदै मर्न को लागि अभ्यास गर – ' म पनि आत्मा , तिमी पनि आत्मा ' – यस अभ्यासले ममत्व निस्क न्छ । "

प्रश्नः– सबै भन्दा उच्च लक्ष्य कुनचाहिँ हो? त्यस लक्ष्यलाई प्राप्त गर्नेहरूको लक्षण के हुन्छ?

उत्तरः– सबै देहधारीहरूबाट ममत्व टुटोस्, सदा भाइ-भाइको स्मृति रहोस्– यही हो उच्च लक्ष्य। यस लक्ष्यमा उनीहरू नै पुग्न सक्छन्, जसले निरन्तर देही-अभिमानी बन्ने अभ्यास गर्छन्। यदि देही-अभिमानी छैनन् भने कहीं न कहीं आफ्नै शरीरमा या कोही न कोही मित्र-सम्बन्धीहरूको शरीरमा फँसि नै रहन्छन्। उनीहरूलाई कसैको कुरा राम्रो लाग्ने छ या कसैको शरीर राम्रो लाग्छ। उच्च लक्ष्यमा पुग्नेहरूले देह सँग प्यार गर्न सक्दैनन्। उनीहरूको शरीरको भान टुटेको हुन्छ।

ओम् शान्ति । रूहानी बाबाले रूहानी बच्चाहरूलाई भन्नुहुन्छ– हेर, म तिमीहरू सबै बच्चाहरूलाई आफू समान बनाउन आएको छु। अब बाबा आफू समान बनाउन कसरी आउनु हुन्छ? उहाँ निराकार हुनु हुन्छ, भन्नुहुन्छ– म निराकार हुँ तिमी बच्चाहरूलाई आफू समान अर्थात् निराकारी बनाउन, जीवन छँदै मर्न सिकाउन आएको छु। बाबाले आफूलाई पनि आत्मा सम्झनु हुन्छ नि। यस शरीरको भान छैन। शरीरमा रहँदा पनि शरीरको भान छैन। यो शरीर उहाँको त होइन नि। तिमी बच्चाहरूले पनि यस शरीरको भान निकालिदेऊ। तिमी आत्माहरूलाई नै मेरो साथमा जानु छ। यो शरीर मैले भाडामा लिएको छु, त्यसो त आत्माहरूले पनि पार्ट खेल्नको लागि भाडामा लिन्छन्। तिमी जन्म-जन्मान्तर शरीर लिंदै आएका छौ। अहिले म जीवन छँदै यस शरीरमा छु तर न्यारा अर्थात् मानौं मरे जस्तै छु। मर्नु शरीर छोड्नुलाई भनिन्छ। तिमीलाई पनि जीवन छँदै यस शरीरबाट मर्नु छ। म पनि आत्मा, तिमी पनि आत्मा। तिमी पनि मेरो साथमा जानु छ या यहीं बस्नु छ? तिम्रो यस शरीरमा जन्म-जन्मान्तरको मोह छ। जसरी म अशरीरी छु, तिमीले पनि जीवन छँदै आफूलाई अशरीरी सम्झ। हामीलाई अब बाबाको साथमा जानु छ। जसरी बाबाको यो पुरानो शरीर हो, तिमी आत्माहरूको पनि यो पुरानो शरीर हो। पुरानो जुत्तालाई छोड्नु छ। जसरी मेरो यसमा ममत्व छैन, तिमीले पनि यस पुरानो जुत्ताबाट ममत्व निकाल। तिमीलाई ममत्व राख्ने आदत परेको छ। मलाई आदत छैन। म जीवन छँदै मरेको छु। तिमीलाई पनि जीवन छँदै मर्नु छ। मेरो साथमा जानु छ भने अब यो अभ्यास गर। शरीरको कति भान रहन्छ, कुरै नगर। शरीर रोगी हुँदा पनि आत्माले त्यसलाई छोड्दैन, यसबाट ममत्व निकाल्नु छ। हामीलाई त बाबाको साथमा अवश्य जानु छ। आफूलाई शरीरबाट अलग सम्झनु छ। यसलाई नै जीवन छँदै मर्नु भनिन्छ। आफ्नो घर नै याद रहन्छ। तिमी जन्म-जन्मान्तर देखि यस शरीरमा रहँदै आएका छौ त्यसैले तिमीलाई मेहनत गर्नु पर्छ। जीवन छँदै मर्नु पर्छ। म त यसमा आउँछु नै अस्थायी रूपमा। त्यसैले मरेर गएमा अर्थात् आफूलाई आत्मा सम्झेर जानाले कुनै पनि देहधारीमा ममत्व रहँदैन। प्राय: कसै न कसैको कसैमा मोह भइहाल्छ। उसलाई नदेखेसम्म रहन सक्दैनन्। यो देहधारीको याद बिलकुलै उडाइदिनु पर्छ किनकि लक्ष्य धेरै ठूलो छ। खाँदा-पिउँदा मानौं यस शरीरमा छँदै छैन। यो अवस्था पक्का गर्नु छ। तब ८ रत्नको मालामा आउन सक्छौ। मेहनत विना कहाँ उच्च पद मिल्न सक्छ र! जीवन छँदै देखेर पनि सम्झ– म त परमधामको निवासी हुँ। जसरी बाबा यसमा अस्थायी बस्नु भएको छ, त्यसैगरी अब हामी पनि घर जानु छ। जसरी बाबाको ममत्व छैन, हामीले पनि यसमा ममत्व राख्नु हुँदैन। बाबाले त तिमी बच्चाहरूलाई सम्झाउन यस शरीरमा बस्नु पर्छ।

तिमी अब फर्केर जानु छ। त्यसैले कुनै पनि देहधारीमा ममत्व नरहोस्। यो फलानो धेरै राम्री छ, सुन्दर छ– आत्माको बुद्धि जान्छ नि। बाबा भन्नुहुन्छ– शरीरलाई होइन, आत्मालाई हेर्नु छ। शरीरलाई हेर्यौ भने तिमी फँसेर मर्नेछौ। उच्च लक्ष्य छ। तिम्रो पनि जन्म-जन्मान्तरको पुरानो ममत्व छ। बाबाको ममत्व छैन, त्यसैले त तिमी बच्चाहरूलाई सिकाउन आउनु भएको छ। बाबा स्वयं भन्नुहुन्छ– म त यस शरीरमा फँस्दिनँ, तिमी फँसेका छौ। म तिमीलाई छुटाउन आएको छु। तिम्रो ८४ जन्म पूरा भए, अब शरीरको भान निकाल। देही-अभिमानी भएर नरहनाले तिमी कहीँ न कहीँ फँसिरहने छौ। कसैको कुरा राम्रो लाग्छ, कसैको शरीर राम्रो लाग्छ, अनि घरमा पनि उसैको याद आइरहन्छ। शरीर सँग प्यार भयो भने हार खानेछौ। यसरी धेरै बिग्रन्छन्। बाबा भन्नुहुन्छ–

स्त्री-पुरुषको सम्बन्ध छोडेर आफूलाई आत्मा सम्झ। ऊ पनि आत्मा, म पनि आत्मा। आत्मा सम्झँदा-सम्झँदा शरीरको भान निक्लिदै जान्छ। बाबाको यादबाट नै विकर्म पनि विनाश हुन्छ। यस कुरामा तिमीले राम्रो सँग विचार सागर मन्थन गर्न सक्छौ। विचार सागर मन्थन नगरेसम्म तिमीमा नशा चढ्दैन। यो पक्का हुनु पर्छ हामी बाबाको पासमा अवश्य जानु छ। मुख्य कुरा हो यादको। ८४ को चक्र पूरा भयो फेरि सुरु हुनु छ। यस पुरानो शरीरबाट ममत्व हटाएनौ भने आफ्नो शरीरमा या कुनै मित्र-सम्बन्धीको शरीरमा फँस्ने छौ। तिमीले त कसै सँग पनि दिल लगाउनु छैन। आफूलाई आत्मा सम्झेर बाबालाई याद गर्नु छ। म आत्मा पनि निराकार, बाबा पनि निराकार, आधाकल्प तिमी भक्तिमार्गमा बाबालाई याद गर्दै आयौ नि। 'हे प्रभु' भन्नाले शिवलिंग नै सामुन्ने आउँछ। कुनै देहधारीलाई 'हे प्रभु' भन्न सकिदैन। सबै शिवको मन्दिरमा जान्छन्, उहाँलाई नै परमात्मा सम्झेर पूजा गर्छन्। उच्च भन्दा उच्च भगवान एउटै हुनु हुन्छ। उच्च भन्दा उच्च अर्थात् परमधाममा रहनेवाला। भक्ति पनि पहिले एकको अव्यभिचारी हुन्छ। फेरि व्यभिचारी बन्छ। त्यसैले बाबाले बारम्बार बच्चाहरूलाई सम्झाउनु हुन्छ– तिमीलाई उच्च पद पाउनु छ भने यो अभ्यास गर। देहको भान छोड। संन्यासीहरूले पनि विकारलाई छोड्छन् नि। पहिले त सतोप्रधान थिए, अहिले त उनीहरू पनि तमोप्रधान बनेका छन्। सतोप्रधान आत्माले आकर्षित गर्छ, अपवित्र आत्माहरूलाई खिच्छ किनकि आत्मा पवित्र छ। उनीहरू पुनर्जन्ममा आए पनि पवित्र भएको कारणले खिच्छन्। कति उनीहरूको अनुयायी बन्छन्। जति पवित्रताको बढी तागत त्यति बढी अनुयायी। उहाँ बाबा त हुनु हुन्छ नै सदा पवित्र र हुनु हुन्छ पनि गुप्त। डबल हुनु हुन्छ नि, तागत सारा उहाँको हो। यिनको होइन। सुरुमा पनि तिमीलाई उहाँले आकर्षित गर्नुभयो। यी ब्रह्माले होइन किनकि उहाँ त सदा पवित्र हुनु हुन्छ। तिमी कुनै यिनको पछि भागेका होइनौ। यिनले त भन्छन्– म त सबै भन्दा बढी, पूरा ८४ जन्म प्रवृत्ति मार्गमा रहें। यिनले त तिमीलाई खिँच्न सक्दैनन्। बाबा भन्नुहुन्छ– मैले तिमीलाई खिचेको हो। चाहे सन्यासीहरू पवित्र रहन्छन्। तर म जस्तो पवित्र त कोही हुन सक्दैन। उनीहरूले त सबै भक्ति मार्गका शास्त्र आदि सुनाउँछन्। म आएर तिमीलाई सबै वेद शास्त्रहरूको सार सुनाउँछु। चित्रमा पनि देखाइएको छ– विष्णुको नाभिबाट ब्रह्मा निक्ले फेरि ब्रह्माको हातमा शास्त्र देखाउँछन्। अब विष्णुले त ब्रह्माद्वारा शास्त्रहरूको रहस्य सुनाउँदैनन्। उनीहरूले त विष्णुलाई पनि भगवान् सम्झन्छन्। बाबा सम्झाउनु हुन्छ– मैले यी ब्रह्माद्वारा सम्झाउँछु। मैले विष्णुद्वारा कहाँ सम्झाउँछु र। कहाँ ब्रह्मा, कहाँ विष्णु। ब्रह्मा नै विष्णु बन्छन्। फेरि ८४ जन्म पछि यो संगम हुने छ। यो त नयाँ कुरा हो नि। सम्झाउनको लागि कति अनौठो कुरा छन्।

बाबा भन्नुहुन्छ– प्यारा बच्चाहरू! अब जीवन छँदै मर्नु छ। तिमी शरीरमा जिएका छौ नि। सम्झन्छौ– हामी आत्मा हौं, हामी बाबाको साथमा जानेछौं। यो शरीर आदि केही पनि लिएर जादैनौं। अब बाबा आउनु भएको छ, केही त नयाँ दुनियाँमा ट्रान्सफर गरिदिऔं। मनुष्यहरू अर्को जन्ममा पाउनको लागि दान-पुण्य गर्छन्। तिमीलाई पनि नयाँ दुनियाँमा मिल्छ। यो पनि उनीहरूले नै गर्नेछन्, जसले कल्प पहिले गरेका थिए। अलिकति पनि फरक पर्ने छैन। तिमी साक्षी भएर हेरिरहने छौ। केही भन्नु पर्ने आवश्यकता रहँदैन। फेरि पनि बाबाले सम्झाउनु हुन्छ जे जति गर्छौ, त्यसको पनि अहंकार आउनु हुँदैन। हामी आत्माहरू यो शरीरलाई छोडेर जान्छौं। त्यहाँ नयाँ दुनियाँमा गएर नयाँ शरीर लिन्छौं। गायन पनि छ– राम गयो रावण गयो... रावणको परिवार कति ठूलो छ। तिमी त मुठ्ठीभर छौ। यो सारा रावण सम्प्रदाय हो। तिम्रो राम सम्प्रदाय कति थोरै हुन्छ– ९ लाख। तिमी धर्तीका सितारा हौ नि। माता-पिता र तिमी बच्चाहरू। त्यसैले बाबाले बारम्बार सम्झाउनु हुन्छ मरजीवा बन्ने कोसिस गर। यदि कसैलाई देखेर बुद्धिमा आउँछ– यी धेरै राम्री छन्, धेरै मीठो सम्झाउँछिन्। यो पनि मायाको आक्रमण हो, मायाले लालच दिन्छ। उसको तकदिरमा छैन भने माया सामुन्ने आइहाल्छ। जतिसुकै सम्झाए पनि रिस उठ्नेछ। यो सम्झदैन– यो देह-अभिमानले नै काम गराइरहेको छ। यदि बढी सम्झायौ भने मोडिन्छन् त्यसैले प्यारले सम्झाउनु पर्छ। कसै सँग दिल लाग्यो भने पागल हुन्छन्। मायाले एकदम बेसमझ बनाइदिन्छ। त्यसैले बाबा सम्झाउनु हुन्छ– कहिल्यै कसैको नाम-रूपमा नफँस। म आत्मा हुँ र बाबा जो विदेही हुनु हुन्छ उहाँ सँग नै प्यार गर्नु छ। यसमा नै मेहनत छ। कसैको पनि देहमा ममत्व नहोस्। यस्तो होइन, घरमा बस्दा पनि त्यो ज्ञान दिनेको नै याद आइरहोस्– धेरै मीठो लाग्छ, धेरै राम्रो सम्झाउँछिन्। अरे मीठो त ज्ञान हो। मीठो त आत्मा हो। शरीर कहाँ मीठो छ र। कुरा गर्ने पनि आत्मा हो। कहिल्यै पनि शरीरमा आशिक हुनु हुँदैन।

आजकल त भक्तिमार्ग धेरै छन्। आनन्दमयी माँलाई पनि माँ-माँ भन्दै याद गरिरहन्छन्। ठिक छ, बाबा कहाँ हुनु हुन्छ? वर्सा पिताबाट मिल्नु छ या माताबाट? मातालाई पनि पैसा कहाँबाट मिल्छ? केवल माँ-माँ भन्नाले

अलिकति पनि पाप काटिदैन। बाबा भन्नुहुन्छ– म एकलाई याद गर। नाम रूपमा फँस्नु छैन, झन् पाप हुन्छ किनकि बाबाको आज्ञालाई नमान्नेवाला बन्छौ। धेरै बच्चाहरूले भुलेका छन्। बाबा सम्झाउनु हुन्छ– म तिमी बच्चाहरूलाई लिनको लागि आएको छु। अवश्य लिएर जान्छु, त्यसैले मलाई याद गर। एक मलाई याद गर्नाले नै तिम्रो पाप काटिन्छन्। भक्तिमार्गमा धेरैलाई याद गर्दै आएका छौ। तर बाबा सिवाय कुनै काम कसरी हुन्छ। बाबाले मातालाई याद गर कहाँ भन्नुहुन्छ र। बाबा त भन्नुहुन्छ मलाई याद गर। पतित-पावन म हुँ। बाबाको निर्देशनमा चल। तिमी पनि बाबाको निर्देशनमा अरूलाई सम्झाउँदै गर। तिमी कहाँ पतित-पावन हौ र। याद एकलाई नै गर्नु छ। मेरो त एक बाबा, दोस्रो न कोही। बाबा हामी हजुरमाथि नै बलिहार जान्छौं। बलिहार त शिवबाबा माथि नै हुनु छ, अरू सबैको याद छोडिदिनु पर्छ। भक्ति मार्गमा त धेरैलाई याद गरि नै रहन्छन्। यहाँ त एक शिवबाबा दोस्रो न कोही। फेरि पनि कसैले आफ्नो मत चलाउँछन् भने के गति-सद्गति होला! अलमलिन्छन्– बिन्दीलाई कसरी याद गर्ने? अरे, तिमीलाई आफ्नो आत्मा याद छ नि– म आत्मा हुँ। उहाँ पनि बिन्दु रूप नै हुनु हुन्छ। त्यसैले तिम्रो बाबा पनि बिन्दु हुनु हुन्छ। बाबाबाट वर्सा मिल्छ। माता त फेरि पनि देहधारी हुन्। तिमीलाई विदेहीबाट नै वर्सा मिल्नु छ। त्यसैले अरू सबै कुरा छोडेर एक सँग नै बुद्धियोग लगाउनु छ। 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) शरीरको भान मेटाउनको लागि लागि हिंड्दा-डुल्दा अभ्यास गर्नु छ– मानौं यस शरीरबाट मरेको छु, अलग छु, शरीरमा छैन। विना शरीर आत्मालाई हेर।

२) कहिल्यै पनि कसैको शरीरमा आसक्त हुनु हुँदैन। एक विदेही बाबा सँग नै प्यार राख्नु छ। एक सँग नै बुद्धियोग लगाउनु छ।

वरदानः– ब्राह्मण जीवनमा सम्पूर्ण खजानाहरूलाई सफल गरेर सदा प्राप्ति सम्पन्न बन्ने सन्तुष्टमणि भव

ब्राह्मण जीवनको सबैभन्दा ठूलो खजाना हो सन्तुष्ट रहनु। जहाँ सर्व प्राप्ति छ, त्यहाँ सन्तुष्टता छ र जहाँ सन्तुष्टता छ त्यहाँ सबैथोक छ। जो सन्तुष्टताको रत्न छ, ऊ सर्व प्राप्ति स्वरूप हुन्छ। उसको गीत हुन्छ– जे पाउनु थियो त्यो पाएँ...। यस्तो सर्व प्राप्ति सम्पन्न बन्ने विधि हो– प्राप्त भएका सम्पूर्ण खजानाहरूलाई प्रयोग गर्नु। किनकि जति सफल गर्छौ त्यति खजाना बढ्दै जान्छ।

स्लोगनः– होलिहंस उसलाई भनिन्छ, जसले सदा शुभ-भावना रूपी मोति मात्र लिन्छ, अवगुण रूपी पत्थर होइन।