

“मीठे बच्चे- अन्तर्मुखी बन अर्थात् मौनतामा रहने गर, मुखबाट केही पनि नबोल, हर कार्य शान्तिसँग गर, कहिल्यै पनि अशान्ति नफैलाऊ ।”

प्रश्न:- तिमी बच्चाहरूलाई कङ्गाल बनाउने सबैभन्दा ठूलो दुश्मन को हो ?

उत्तर:- क्रोध । भन्ने पनि गरिन्छ- जहाँ क्रोध छ, त्यहाँ पानीको घडा पनि सुक्छ । विश्वको घडा जो हीरा जुहारतले भरिएको थियो, त्यो यस भूतको कारण खाली भएको छ । यी भूतहरूले नै तिमीलाई कङ्गाल बनाएका हुन् । क्रोधी मानिस स्वयम् पनि तातिन्छ, अरूलाई पनि तताउँछ । त्यसैले अब यस भूतलाई अन्तर्मुखी बनेर निकाल ।

ओम् शान्ति । बाबा बच्चाहरूलाई सम्झाउनुहुन्छ- प्यारा बच्चाहरू, अन्तर्मुखी बन । अन्तर्मुखता अर्थात् केही पनि नबोल । आफूलाई आत्मा सम्भेर बाबालाई याद गर । यो, बाबा बसेर शिक्षा दिनुहुन्छ बच्चाहरूलाई । अरू केही पनि यसमा बोल्नु आवश्यक छैन । केवल ज्ञान दिइन्छ । गृहस्थ व्यवहारमा यसरी रहनु छ । यो हो मनमनाभव । मलाई याद गर, यो हो पहिलो मुख्य प्वाइन्ट । तिमी बच्चाहरूलाई घरमा पनि क्रोध गर्नु हुँदैन । क्रोध यस्तो हो जसले पानीको घँटो पनि सुकाइदिन्छ । क्रोधी मानिसले अशान्ति फैलाउँछ, त्यसैले गृहस्थ व्यवहारमा शान्तिसँग रहनु छ । भोजन खाएर आफ्नो धन्दा अथवा अफिस आदिमा जानुपर्छ । त्यहाँ पनि शान्तिमा रहनु राम्रो हो । सबैले भन्ने गर्छन्- हामीलाई शान्ति चाहिन्छ । यो त बच्चाहरूलाई बताएको छु- शान्तिका सागर एक बाबा नै हुनुहुन्छ । बाबाले निर्देशन दिनुहुन्छ- मलाई याद गर । यसमा बोल्नुपर्ने केही छैन । अन्तर्मुख रहनु छ । अफिस आदिमा आफ्नो काम पनि गर्नुपर्छ, त्यसैले धेरै बोल्नु हुँदैन, एकदम मीठो बन्नुपर्छ । कसैलाई पनि दुःख दिनु हुँदैन । लडाईं आदि गर्नु- यो सबै क्रोध हो, सबैभन्दा ठूलो दुश्मन हो काम । फेरि दोस्रो नम्बर हो क्रोध । एक-अर्काको दुःख दिन्छन् । क्रोधले कति लडाईं हुन्छ । बच्चाहरू जान्दछन्- सत्ययुगमा लडाईं हुँदैन । यो हो रावणपनको निशानी । क्रोधीलाई पनि आसुरी सम्प्रदाय भनिन्छ । भूतको प्रवेशता हुन्छ नि हैन ? यसमा बोल्नुपर्ने केही पनि हुँदैन, किनकि ती मानिसहरूलाई त ज्ञानै छैन । उनीहरू त क्रोध गर्छन् । क्रोधीसँग क्रोध गरेमा लडाईं शुरू हुन्छ । बाबा सम्झाउनुहुन्छ- यो धेरै कडा भूत हो, यसलाई युक्तिले भगाउनुपर्छ । मुखबाट कुनै कडा शब्द निकाल्नु हुँदैन । यो धेरै नोक्सानकारक हुन्छ । विनाश पनि त क्रोधबाटै हुन्छ नि । घर-घरमा जहाँ क्रोध हुन्छ, त्यहाँ अशान्ति धेरै हुन्छ । क्रोध गन्यौ भने तिमीले बाबाको नाम बदनाम गर्नेछौ । यी भूतहरूलाई भगाउनुपर्छ । एक पटक भगायौ भने फेरि आधाकल्पको लागि यो भूत नै हुँदैन । यो ५ विकार अहिले पूरा शक्तिशाली (फुल फोर्समा) छ । यस्तो समयमा नै बाबा आउनुहुन्छ, जबकि विकार फुल फोर्समा हुन्छ । यी आँखा धेरै विकारी (क्रिमिनल) हुन्छन् । मुख पनि विकारी हुन्छ । जोडले बोलेमा मानिसहरू तातिन्छन्, अनि घरलाई पनि तताउँछन् । काम र क्रोध- यी दुई ठूला दुश्मन हुन् । क्रोधीले याद गर्न सक्दैन । याद गर्नेवाला सधैं शान्तिमा रहन्छन् । आफ्नो दिलसँग सोध्नुपर्छ- मभित्र कुनै भूत त छैन ? मोहको पनि, लोभको पनि भूत हुन्छ । लोभको भूत पनि कम छैन । यी सबै भूत हुन् किनकि रावणका सेना हुन् ।

बाबाले बच्चाहरूलाई यादको यात्रा सिकाउनुहुन्छ । तर धेरै बच्चाहरू यसमा अलमलिन्छन् । बुझ्दैनन् किनकि भक्ति धेरै गरेका छन् नि । भक्ति हो देह-अभिमान । आधाकल्प देह-अभिमानमा रहेका छन् । बहिर्मुखता भएका कारण आफूलाई आत्मा सम्भन सक्दैनन् । बाबाले जोड दिनुहुन्छ- आफूलाई आत्मा सम्भेर बाबालाई याद गर । तर आउँदै आउँदैन । अरू सबै कुरा मान्छन् पनि । फेरि भन्दछन्, कसरी याद गरौं, कुनै चीज त देखिदैन । उनलाई सम्झाइन्छ- तिमी आफूलाई आत्मा सम्भन्छौ ? उहाँ बेहदका पिता हुनुहुन्छ, यो पनि जान्दछौ ? मुखबाट शिव-शिव बोल्नु छैन । भित्र म आत्मा हुँ, यो जान्दछौ नि हैन ? मानिसहरू शान्ति माग्छन्, शान्तिका सागर उहाँ परमात्मा नै हुनुहुन्छ । अवश्य वर्सा पनि उहाँले नै दिनुहुन्छ । अब बाबा सम्झाउनुहुन्छ, मलाई याद गन्यौ भने शान्ति हुनेछ । अनि जन्म-जन्मान्तरको विकर्म पनि विनाश हुन्छ । बाँकी कुनै यति ठूलो लिङ्ग छैन । आत्मा सूक्ष्म छ, बाबा पनि सूक्ष्म हुनुहुन्छ । हे भगवान्, हे गड भनेर याद त सबैले गर्छन् । कसले भन्छ ? आत्माले भन्दछ- म आफ्नो पितालाई याद गर्छु । त्यसैले बाबा बच्चाहरूलाई भन्नुहुन्छ- मनमनाभव । प्यारा बच्चाहरू, अन्तर्मुखी भएर रहने गर । यो जति पनि देख्दछौ, त्यो सबै विनाश भएर जानेछ । बाँकी आत्मा

२०७१ जेष्ठ २९ बिहीबार १२-०६-२०१४ ओम् शान्ति प्रातः मुरली “बापदादा” मधुबन

शान्तिमा रहन्छ । आत्मालाई शान्तिधाममा नै जानु छ । जबसम्म आत्मा पवित्र बन्दैन तबसम्म शान्तिधाम जान सक्दैन । ऋषिमुनि आदि सबैले भन्दछन् शान्ति कसरी मिल्न सक्छ । बाबाले त सहज युक्ति बताउनुहुन्छ । तर बच्चाहरू धेरै छन् जो शान्तिमा रहँदैनन् बाबाले जान्नुहुन्छ— घरमा रहन्छन्, बिल्कुल शान्तमा रहँदैनन् । सेन्टरमा एकछिन जान्छन्, भित्र शान्त भएर बाबालाई याद गर्नु, त्यो हुँदैन । सारा दिन घरमा हंगामा गरिरहन्छन्, त्यसैले सेन्टरमा पनि शान्तिमा रहन सक्दैनन् । कसैको देहसँग प्रेम भयो भने उसको मनमा कहिल्यै शान्ति हुन सक्दैन । बस्, उसैको याद आइरहन्छ । बाबा सम्झाउनुहुन्छ— मनुष्यहरूमा ५ भूत छन् । भन्ने पनि गर्छन्, यसमा भूतको प्रवेशता छ । यी भूतहरूले नै तिमीहरूलाई कंगाल बनाएको हो । त्यो त एउटा भूत होला, त्यो पनि कहिलेकाहीँ प्रवेश गर्छ । बाबा भन्नुहुन्छ— यी ५ भूतहरूको प्रवेशता त हरेकमा छ । यी भूतहरूलाई भगाउनको लागि नै पुकार्छन् । बाबा, आएर हामीलाई शान्ति दिनुहोस्, यी भूतहरूलाई भगाउने युक्ति बताउनुहोस् । यो भूत त सबैमा हुन्छ । यो त रावण राज्य हो नि । सबैभन्दा कडा भूत हो काम-क्रोध । बाबा आएर भूतहरूलाई भगाउनुहुन्छ, त्यसैले त्यसको बदलामा केही त मिल्नुप्यो नि । त्यो भूत-प्रेत भगाउँछन्, तर केही पनि मिल्दैन । यो त बच्चाहरूले जान्दछन्— बाबा आउनुहुन्छ— सारा विश्वबाटै भूतहरूलाई भगाउन । अहिले सारा विश्वमा सबैमा भूतहरूको प्रवेशता छ । देवताहरूमा कुनै भूत हुँदैन । न देह-अभिमान, न काम, न क्रोध, लोभ, मोह... केही पनि हुँदैन । लोभको भूत पनि कम छैन । यो अण्डा खाऊँ, त्यो खाऊँ... । धेरैमा भूत रहन्छ । आफ्नो दिलमा सम्झन्छन्— वास्तवमा मभित्र कामको भूत, क्रोधको भूत छ । त्यसैले यी भूतहरूलाई निकाल्नको लागि बाबा कति मेहनत गर्नुहुन्छ । देह-अभिमानमा आएपछि दिल हुन्छ, अंकमाल गरूँ... यो गरूँ । फेरि गरेको कमाइ सबै समाप्त हुन्छ । क्रोधीको पनि यही हालत हुन्छ । रिसाएर बुवाले छोरा छोरीलाई पिटिदिन्छन्, बच्चाहरूले बुवालाई पिटिदिन्छन् । श्रीमतीले श्रीमानलाई पिटिदिन्छन् । जेलमा गएर तिमीले हेर्न सक्छौ— कस्तो कस्तो केस हुन्छ । यी भूतहरूको प्रवेशताको कारण संसारको के हाल भएको छ ! संसार जो ठूलो घडा थियो, जुन सुन-हीरा आदिले भरिएको थियो, त्यो अहिले खाली भइसकेको छ । क्रोधको कारण भन्ने गर्छन् नि— पानीको घँटो पनि सुक्छ । यो संसारको पनि यस्तै हालत भएको छ । यो पनि कसैले जान्दैनन् । बाबा नै आउनुहुन्छ भूतहरूलाई निकाल्नको लागि । जुन अरू कुनै मानिसले निकाल्न सक्दैन । यी ५ भूतहरू बडो जबरदस्त छन् । आधाकल्प त यिनीहरूको प्रवेशता रह्यो । यस समय त कुरै नसोध । हुन सक्छ, कोही पवित्र रहन्छन्, तर जन्म त विकारबाटै मिल्छ । भूतहरू त छन् नि । ५ भूतहरूले दुनियाँलाई बिल्कुलै कंगाल बनाइदिएको छ । ड्रामा कस्तो बनेको छ, जसका बारेमा बाबाले बसेर सम्झाउनुहुन्छ । भारतखण्ड कंगाल बनेको छ, जसले बाहिरबाट ऋण लिइरहन्छ । बाबा सम्झाउनुहुन्छ— अहिले तिमी बच्चाहरूलाई यस पढाइबाट कति धन मिल्दछ । यो अविनाशी पढाइ हो जुन अविनाशी बाबाले पढाउनुहुन्छ । भक्तिमार्गमा कति सामग्री छन् । बाबा सानो छँदा नै गीता पढ्थे, नारायणको पूजा गर्थे । तर केही पनि बुझ्दैनथे । म आत्मा हुँ, उहाँ हाम्रो पिता हुनुहुन्छ, यो पनि समझ थिएन, त्यसैले सोध्छन्, कसरी याद गरूँ ? अरे, तिमीले त भक्तिमार्गमा याद गर्दै आएका हो— हे भगवान् आउनुहोस्, मुक्त गर्नुहोस्, हाम्रो गाइड बन्नुहोस् । गाइड मिल्छ, मुक्ति-जीवनमुक्तिको लागि । बाबा यस पुरानो दुनियाँसँग घृणा जगाउनुहुन्छ । यस समय सबैको आत्मा कालो छ, त्यसैले उनलाई गोरो शरीर कसरी मिलाउ । हुन सक्छ, छाला सेतो होला, तर आत्मा त कालै छ नि । जो गोरो, सुन्दर शरीरवाला हुन्छन्, उनलाई आफ्नो नशा कति रहन्छ । आत्मा गोरो कसरी बन्छ ? मानिसहरूलाई यो थाहा छैन । त्यसैले उनीहरूलाई भनिन्छ नास्तिक । जसले आफ्नो पिता रचयिता र रचनालाई जान्दैनन् ती हुन् नास्तिक, जसले जान्दछन् ती हुन् आस्तिक । बाबाले कति राम्रोसँग बसेर तिमी बच्चाहरूलाई सम्झाउनुहुन्छ । हरेकले आफ्नो दिलसँग सोध— कहाँसम्म म भित्र सफाइ छ ? कहाँसम्म मैले आफूलाई आत्मा सम्झेर बाबालाई याद गर्छु ? यादको बलबाट नै रावणमाथि विजय प्राप्त गर्नु छ । यसमा शरीर बलवान् हुनुपर्ने कुरा छैन । यस समय सबैभन्दा बलवान् अमेरिका छ किनकि उसको पासमा धन-दौलत, बारूद आदि धेरै छ । त्यसैले बलियो भएको छ, शरीरलाई, मार्नको लागि । बुद्धिमा मैले विजय पाउनेछु भन्ने छ । तिमी त हो रूहानी बल, तिमीले विजय प्राप्त गर्छौँ रावणमाथि । जसबाट तिमी विश्वको मालिक बन्दछौ । तिमीलाई कसैले पनि जित्न सक्दैन । आधाकल्पको लागि कसैले छिन्न सक्दैन, अरू कसैलाई बाबाबाट वर्सा मिल्दैन । तिमी के बन्दछौ ? अलिकति विचार त गर । बाबालाई त धेरै स्नेहले याद गर्नुपर्छ र स्वदर्शन चक्रधारी

२०७१ जेष्ठ २९ बिहीबार १२-०६-२०१४ ओम् शान्ति प्रातः मुरली “बापदादा” मधुबन बन्नुपर्छ । तिनीहरूले सम्भन्धन्- स्वदर्शन चक्रद्वारा विष्णुले सबैको शिर काटेका हुन् । तर त्यसमा हिंसाको त कुरै हुँदैन ।

मीठा-प्यारा बच्चाहरूलाई बाबा भन्नुहुन्छ- मीठे बच्चे, तिमी के थियौ ? अब आफ्नो हालत त हेर ! गर्न त तिमी भक्ति आदि कति गथ्यौ, तर भूत निकाल्न सकेनौ । अहिले अन्तर्मुखी भएर हेर, मभित्र कुनै भूत त छैन ? कसैसँग दिल लगायौ, अंकमाल गन्यौ भने सम्भ्र खाता शून्य भयो । उनको त अनुहार हेर्न पनि मन लाग्दैन । ती त मानौं अछूत हुन्, स्वच्छ छैनन् । भित्र दिल खाइरहन्छ- वास्तवमा म अछूत हुँ । बाबा भन्नुहुन्छ- देह सहित सबै कुरा बिर्स, आफूलाई आत्मा सम्भ्र, यो अवस्था बनाएपछि नै तिमी देवता बन्दछौ । त्यसैले कुनै पनि भूत आउन दिनुहुँदैन । सम्भ्राइरहनुहुन्छ- आफ्नो जाँच गर । धेरैमा क्रोध छ, गाली दिए विना रहन सक्दैनन्, फेरि लडाईं शुरू हुन्छ । क्रोध त धेरै खराब हो । भूतहरूलाई भगाएर एकदम स्वच्छ (क्लियर) हुनुपर्छ । शरीर याद पनि नआओस् तब उँच पद पाउन सक्छौ, यसैले ८ रत्न गायन गरिन्छ । तिमीलाई ज्ञान रत्न मिल्दछ, रत्न बन्नको लागि । भन्दछन्- भारतखण्डमा ३३ करोड देवताहरू थिए, तर तिनीहरूमा पनि ८ रत्न सम्मान सहित पास हुनेछन् । उनलाई नै पुरस्कार (प्राइज) मिल्नेछ । जसरी छात्रवृत्ति (स्कलरशिप) मिल्छ नि । तिमी जान्दछौ- लक्ष्य धेरै उच्च छ । अगाडि बढ्दा बढ्दै गिर्न पुग्छन्, भूतको प्रवेशता हुन पुग्छ । वहाँ विकार नै हुँदैन । तिमी बच्चाहरूको बुद्धिमा सारा ड्रामाको चक्र फिर्नुपर्छ ।

तिमी जान्दछौ- ५ हजार वर्षमा कति महिना, कति घण्टा, कति सेकेण्ड हुन्छ । कसैले हिसाब निकालेमा निस्कन सक्छ । फेरि यो जुन कल्प-वृक्ष छ, त्यसमा पनि लेख्न सक्छौ- कल्पमा यति वर्ष, यति महिना, यति दिन, यति घण्टा, यति सेकेण्ड हुन्छ । मानिसहरूले भन्नेछन्- यिनीहरूले त बिल्कुल सही (एक्युरेट) बताउँछन् । ८४ जन्मको हिसाब बताउँछन् । त्यसैले कल्पको आयु पनि त बताउन सक्छन् । बच्चाहरूलाई मुख्य कुरा त बताएको छु- जसरी भए पनि भूतहरूलाई भगाउनुपर्छ । यी भूतहरूले तिम्रो सत्यानाश गरिदिएका छन् । सबै मानिसहरूमा अवश्य भूत छ । हो नै भ्रष्टाचारद्वारा जन्म । वहाँ भ्रष्टाचार हुँदैन । रावण नै हुँदैन । रावणलाई पनि कसैले बुझ्दैनन् । तिमी रावणमाथि विजय प्राप्त गर्छौं फेरि रावण नै हुनेछैन । अब पुरुषार्थ गर । बाबा आउनुभएको छ, त्यसैले बाबाको वर्सा अवश्य मिल्नुपर्छ । तिमी कति पटक देवता बन्दछौ । कति पटक असुर बन्दछौ, त्यसको हिसाब निकाल्न सक्दैनौ । अनगिन्ती पटक बनेका छौ । ठिक छ, प्यारा बच्चाहरू- शान्तिमा रह्यौ कहिल्यै क्रोध आउँदैन । बाबाले जुन शिक्षा दिनुहुन्छ, त्यसलाई जीवनमा ल्याउनुपर्छ । 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 सार:-

- १) आफैंसँग सोध्नुपर्छ- मभित्र कुनै पनि भूत त छैन ? आँखा विकारी त बन्दैनन् ? ठूलो आवाजले बोल्ने वा अशान्ति फैलाउने संस्कार त छैन ? लोभ-मोहको विकारले त सताउँदैन ?
- २) कुनै पनि देहधारीसँग दिल लगाउनु हुँदैन । देह सहित सबै कुरा बिर्सेर यादको यात्राद्वारा स्वयम्मा रूहानी बल भर्नु छ । एक पटक भूतहरूलाई भगाएर आधाकल्पको लागि छुट्कारा प्राप्त गर्नु छ ।

वरदान:- निर्बलबाट बलवान् बनेर असम्भवलाई सम्भव गर्नेवाला हिम्मतवान् आत्मा भव

“हिम्मत बच्चे मदते बाप” यस वरदानको आधारमा हिम्मतको पहिलो दृढ संकल्प गन्यौ । पवित्र बन्नु नै छ तब बाबाले पद्मगुणा मदत दिनुभयो । तिमी आत्माहरू नै अनादि-आदि पवित्र हौ, अनेक पटक पवित्र बनेका छौ र बनि नै रहने छौ । अनेक पटकको स्मृतिले समर्थ बन्यौ । निर्बलबाट यति बलवान् बन्यौ जसले गर्दा च्यालेन्ज (चुनौती) गर्छौं- विश्वलाई नै पावन बनाएर देखाउनेछौं । मानिसहरूले जुन कुरा मुश्किल सम्भन्धन् त्यसलाई तिमी अति सहज भन्दछौ ।

स्लोगन:- दृढ संकल्प गर्नु नै व्रत लिनु हो, सच्चा भक्तले व्रतलाई कहिल्यै तोड्दैन ।