

**“मीठे बच्चे- एकान्तमा बसेर अब यस्तो अभ्यास गर, अनुभव होस् म शरीरभन्दा भिन्दै आत्मा हुँ, यसलाई नै जीवन छँदै मर्नु भनिन्छ ।”**

**प्रश्न:-** एकान्तको अर्थ के हो ? एकान्तमा बसेर तिमीले कुनचाहिँ अनुभव गर्नु छ ?

**उत्तर:-** एकान्तको अर्थ हो एकको यादमा यस शरीरको अन्त्य होस् अर्थात् एकान्तमा बसेर यस्तो अनुभव गर, म आत्मा यस शरीरलाई छोडेर बाबाको पासमा जाँदैछु । कोही पनि याद नरहोस् । बस्दा-बस्दै अशरीरी बन । मानौं म यस शरीरबाट मरिसकेको छु । केवल म आत्मा हुँ, शिवबाबाको बच्चा हुँ- यस अभ्यासबाट देह भान टुट्दै जान्छ ।

**ओम् शान्ति ।** बच्चाहरूलाई बाबा सबैभन्दा पहिला सम्झाउनुहुन्छ- मीठा-प्यारा बच्चाहरू ! जब यहाँ बस्छौ, आफूलाई आत्मा सम्भेर बाबालाई याद गरिरहनु छ, अन्त कतैतिर बुद्धि जानु हुँदैन । यो तिमी बच्चाहरूले जान्दछौ- हामी आत्मा हौं । हामी आत्माले पार्ट खेल्छौं, यस शरीरद्वारा । आत्मा अविनाशी, शरीर विनाशी हो । त्यसैले तिमी बच्चाहरू देही-अभिमानि बनेर बाबाको यादमा रहनु छ । हामी आत्मा हौं चाहे यी कर्मन्द्रियहरूद्वारा काम लिऔं वा नलिऔं । आफूलाई शरीरभन्दा अलग सम्झनुपर्छ । बाबा भन्नुहुन्छ- आफूलाई आत्मा सम्भ । देहलाई भुल्दै जाऊ । हामी आत्मा स्वतन्त्र छौं । हामीले एक बाबा बाहेक अरु कसैलाई पनि याद गर्नु छैन । जीवन छँदै मृत्युको अवस्थामा रहनु छ । हामी आत्माको योग अब बाबाको साथमा रहनुपर्छ । बाँकी त दुनियाँबाट, घरबाट मरिसक्यौं । भनिन्छ नि, आफू मर्नो भने दुनियाँ मर्नो । अब तिमी जीवन छँदै मर्नु छ । हामी आत्मा शिवबाबाको बच्चाहरू हौं । शरीरको भान मेटाउँदै जानुपर्छ । बाबा भन्नुहुन्छ- आफूलाई आत्मा सम्भ र मलाई याद गर । शरीरको भान छोड । यो पुरानो शरीर हो । पुरानो चीजलाई छोडिन्छ नि । आफूलाई अशरीरी सम्भ । अब तिमीले बाबालाई याद गर्दा-गर्दा बाबाको पासमा जानु छ । यस्तो गर्दा-गर्दा तिमीलाई बानी पर्छ । अब त तिमी घर जानु छ भने यस पुरानो दुनियाँलाई किन याद गर्छौ ? एकान्तमा बसेर यसरी आफूले मेहनत गर्नुपर्छ । भक्तिमार्गमा पनि कोठामा भित्र बसेर माला जप्छन्, पूजा गर्छन् । तिमी पनि एकान्तमा बसेर यो कोसिस गर तब बानी पर्छ । तिमीले मुखबाट केही पनि बोल्नु छैन । यसमा छ बुद्धिको कुरा । शिवबाबा त हुनुहुन्छ सिकाउने । उहाँले त पुरुषार्थ गर्नु छैन । यी बाबाले पुरुषार्थ गर्छन्, उनले फेरि तिमी बच्चाहरूलाई पनि सम्झाउँछन् । जति हुन सक्छ यसरी बसेर विचार गर । अब हामी आफ्नो घरमा जानु छ । यस शरीरलाई त यहीँ छोडनु छ । बाबालाई याद गर्नाले नै विकर्म विनाश हुन्छ र आयु पनि बढ्छ । भित्र यो चिन्तन चल्नु पर्छ । मुखले केही बोल्नु छैन । भक्तिमार्गमा पनि ब्रह्म तत्त्वलाई वा कोहीले शिवलाई पनि याद गर्छन् । तर यो याद कुनै यथार्थ होइन । बाबाको परिचय नै छैन भने याद कसरी गर्ने ? तिमीलाई अहिले बाबाको परिचय मिलेको छ । सबेरै-सबेरै उठेर एकान्तमा आफूसँग यस्तो कुरा गर । विचार सागर मन्थन गर, बाबालाई याद गर । बाबा अब म आएँ कि आएँ हजुरको सच्चा गोदमा । यो हो रूहानी गोद । यस प्रकार आफूसँग कुरा गर्नुपर्छ । बाबा आउनुभएको छ । बाबाले कल्प-कल्प आएर हामीलाई राजयोग सिकाउनुहुन्छ । बाबा भन्नुहुन्छ- मलाई याद गर अनि चक्रलाई याद गर । स्वदर्शन चक्रधारी बन्नु छ । बाबामा नै चक्रको सारा ज्ञान छ नि । त्यो फेरि तिमीलाई दिनुहुन्छ । तिमीलाई त्रिकालदर्शी बनाइरहनु भएको छ । तीनै काल अर्थात् आदि-मध्य-

२०७२ कार्तिक १० मंगलबार २७-१०-२०१५ ओम् शान्ति प्रातः मुरली “बापदादा” मधुवन अन्त्यलाई तिमीले जान्दछौ। बाबा पनि हुनुहुन्छ परम आत्मा। उहाँको शरीर त छैन। अहिले यस शरीरमा बसेर तिमीलाई सम्झाउनु हुन्छ। यो आश्चर्यजनक कुरा हो। भागीरथमा विराजमान हुनुभएको छ भने अवश्य अर्को आत्मा हो। धेरै जन्महरूको अन्त्यको जन्म यिनको हो। नम्बरवन पावन जो थिए उनै नम्बरवन पतित बन्छन्। उनले आफूलाई भगवान्, विष्णु आदि त भन्दैनन्। यहाँ एउटा पनि आत्मा पावन छैन, सबै पतित नै छन्। त्यसैले बाबा बच्चाहरूलाई सम्झाउनुहुन्छ, यस्तो-यस्तो विचार सागर मन्थन गर तब यसबाट तिमीलाई खुशी पनि रहन्छ, यसमा एकान्त पनि अवश्य चाहिन्छ। एकको यादमा शरीरको अन्त्य हुन्छ, यसलाई भनिन्छ एकान्त। यो शरीर छुट्छ। संन्यासी पनि ब्रह्मको यादमा वा तत्त्वको यादमा रहन्छन्, त्यस यादमा रहँदा-रहँदा शरीरको भान छुट्छ। हामी ब्रह्ममा लीन हुनु छ। यसरी बस्दछन्। तपस्यामा बस्दा-बस्दा शरीर छोड्छन्। भक्तिमा त मनुष्यले धेरै धक्का खान्छन्। यसमा त धक्का खाने कुरा छैन। यादमा नै रहनु छ। अन्त्यमा कोही पनि याद नरहोस्। गृहस्थ व्यवहारमा त रहनु नै छ। बाँकी समय निकाल्नु पर्छ। विद्यार्थीलाई पढाइको सोख हुन्छ नि। यो पढाइ हो, आफूलाई आत्मा नसम्झनाले बाबा-टिचर-गुरु सबैलाई भुल्छन्। एकान्तमा बसेर यस्ता-यस्ता विचार गर। गृहस्थी घरमा त भाइब्रेशन राम्रो रहँदैन। यदि बेग्लै प्रबन्ध छ भने एक कोठामा एकान्तमा बस। माताहरूलाई त दिनमा पनि समय मिल्छ। बच्चाहरू स्कूलमा जान्छन्। जति समय मिल्छ यही कोसिस गर्दै रहनुपर्छ। तिम्रो त एक घर छ, बाबाको त कति धेरै दोकान छन्, अभै वृद्धि हुँदै जान्छन्। मनुष्यहरूलाई त धन्दा आदिको चिन्ता हुन्छ त्यसैले निद्रा पनि लाग्दैन। यो व्यापार पनि हो नि। कति ठूलो व्यापारी हुनुहुन्छ। कति ठूलो सट्टा-पट्टा गर्नुहुन्छ। पुरानो शरीर आदि लिएर नयाँ दिनुहुन्छ, सबैलाई बाटो बताउनुहुन्छ। यो धन्दा पनि उहाँले गर्नुपर्छ। यो व्यापार त धेरै ठूलो छ। व्यापारीलाई व्यापारको नै ख्याल रहन्छ। बाबाले यस्तो-यस्तो अभ्यास गर्छन् फेरि बताउँछन्— यस्तो-यस्तो गर। जति तिमी बाबाको यादमा रहन्छौ त्यति स्वतः निद्रा फिट्दै जान्छ। कमाईमा आत्मालाई धेरै आनन्द आउँछ। कमाईको लागि मनुष्य रातमा पनि जाग्छन्। सीजनमा सारा रात पनि दोकान खुल्ला रहन्छ। तिम्रो कमाई रातमा र बिहान धेरै राम्रो हुन्छ। स्वदर्शन चक्रधारी बन्छौ, त्रिकालदर्शी बन्छौ। २१ जन्मको लागि धन जम्मा गर्छौ। मनुष्यले धनवान बन्नको लागि पुरुषार्थ गर्छन्। तिमीले पनि बाबालाई याद गर्नु भन्ने विकर्म विनाश हुन्छ, बल मिल्छ। यादको यात्रामा रहेनौ भने धेरै घाटा पर्नेछ किनकि शिरमा पापको बोझ धेरै छ। अब जम्मा गर्नु छ, एकलाई याद गर्नु छ र त्रिकालदर्शी बन्नु छ। यो अविनाशी धन आधाकल्पको लागि जम्मा गर्नु छ। यो त धेरै मूल्यवान छ। विचार सागर मन्थन गरेर रत्न निकाल्नु पर्छ। बाबा स्वयं गरेर बच्चाहरूलाई पनि युक्ति बताउनुहुन्छ। भन्दछन्— बाबा मायाका तूफान धेरै आउँछन्।

बाबा भन्नुहुन्छ— जति हुन सक्छ आफ्नो कमाई गर्नु छ, यही काममा आउँछ। एकान्तमा बसेर बाबालाई याद गर्नु छ। फुर्सद छ भने सेवा पनि मन्दिर आदिमा गर्न सक्छौ। ब्याज अवश्य लगाइएको होस्। सबैले सम्झन्छन् यिनीहरू रूहानी सेना हुन्। तिमीले लेख्दछौ पनि— हामीले स्वर्गको स्थापना गरिरहेका छौं। आदि सनातन देवी-देवता धर्म पनि थियो, अहिले छैन जो फेरि स्थापना गर्नुहुन्छ। यो लक्ष्मी-नारायण बन्ने लक्ष्य-उद्देश्य हो। कुनै समय यो ट्रान्सलाइटको चित्र ब्याट्री सहित उठाएर परिक्रमा लगाऊ र सबैलाई भन— यस्तो राज्य हामीले स्थापना गरिरहेका छौं।

२०७२ कार्तिक १० मंगलबार २७-१०-२०१५ ओम् शान्ति प्रातः मुरली “बापदादा” मधुबन यो चित्र सबैभन्दा फस्टक्लास छ। यो चित्र धेरै प्रसिद्ध हुनेछ। लक्ष्मी-नारायण केवल एक मात्र थिएनन्, उनीहरूको राजधानी थियो। यो स्वराज्य स्थापना गरिरहनुभएको छ। अब बाबा भन्नुहुन्छ—मनमनाभव। बाबालाई याद गर्नु भन्ने विकर्म विनाश हुन्छ। भन्दछन्—हामी गीता सप्ताह मनाउँछौं। यी सबै योजना कल्प पहिला जस्तै बनिरहेका छन्। परिक्रमामा यो चित्र लिनुपर्छ। यसलाई देखेर सबै खुशी हुन्छन्। तिमी भन्छौ—बाबालाई र वर्सालाई याद गरौं, मनमनाभव। यो गीताको शब्द हो नि। भगवान् शिवबाबा हुनुहुन्छ, उहाँ भन्नुहुन्छ—मलाई याद गर्नु भन्ने विकर्म विनाश हुन्छ। ८४ को चक्रलाई याद गर्नु भन्ने यो बन्छौ। साहित्य पनि तिमीले उपहार दिदै रहनुपर्छ। शिवबाबाको भण्डारा त सदा भरपुर छ। पछि गएर धेरै सेवा हुन्छ। लक्ष्य-उद्देश्य कति स्पष्ट छ। एक राज्य, एक धर्म थियो, धेरै धनवान थिए। मनुष्य चाहन्छन् एक राज्य, एक धर्म होस्। मनुष्य जो चाहन्छन् त्यो अब असार देखा परिरहेको छ फेरि सम्भन्छन्—यिनले त ठीक भन्छन्, १०० प्रतिशत पवित्रता, सुख, शान्तिको राज्य फेरि स्थापना भइरहेको छ। तिमीलाई खुशी पनि रहन्छ। यादमा रहनाले नै तीर लाग्छ। शान्तिमा रहेर थोरै शब्द मात्र बोल्नुपर्छ। ठूलो आवाजले होइन। गीत, कविता आदि केही पनि बाबाले मन पराउनुहुन्न। बाहिरका मानिसहरूसँग रीस गर्नु हुँदैन। तिम्रो कुरा नै भिन्न छ। आफूलाई आत्मा सम्भेर बाबालाई याद गर्नु छ, पुग्यो। स्लोगन पनि राम्रा हुन् जुन मनुष्यले पढेर जागून्। बच्चाहरूको वृद्धि हुँदै जानेछ। खजाना त भरपुर रहन्छ। बच्चाहरूले दिएको फेरि बच्चाहरूको नै काममा आउँछ। बाबा त पैसा लिएर आउनुहुन्न। तिम्रो चीज तिम्रै काममा आउँछ। मनुष्यहरू सम्भन्छन्—हामी धेरै सुधार गरिरहेका छौं। ५ वर्षभित्र यति अनाज हुन्छ जसले गर्दा अनाजको कहिल्यै दुःख हुँदैन। तर तिमी जान्दछौ—यस्तो हालत हुनेछ, अन्न खानको लागि मिल्ने छैन। यस्तो होइन अनाज सस्तो हुन्छ।

तिमी बच्चाहरूले जान्दछौ—हामीले २१ जन्मको लागि आफ्नो राज्य-भाग्य पाइरहेका छौं। यो अलिकति कष्ट त सहन गर्नुपर्छ। भनिन्छ खुशी जस्तो खुराक छैन। अतीन्द्रिय सुख गोप-गोपीहरूको गायन गरिएको छ। धेरै बच्चाहरू हुनेछन्। जति पनि यहाँका कलमी छन् उनीहरू आउँदै जान्छन्। वृक्ष यहाँ नै बढ्छ नि। स्थापना भइरहेको छ। अरू धर्ममा यस्तो हुँदैन। उनीहरू त माथिबाट आउँछन्। यो त वृक्षको स्थापना भएको जस्तै हो। यसमा फेरि नम्बरवार आउँदै जान्छन्, वृद्धि हुँदै जान्छन्। कुनै कष्ट छैन। उनीहरूले त माथिबाट आएर पार्ट खेलनु नै छ, यसमा महिमाको के कुरा छ! धर्म स्थापकको पछि आउँदै रहन्छन्। उनीहरूले के शिक्षा दिन्छन् सद्गतिको? केही पनि दिँदैनन्। यहाँ त बाबाले भविष्य देवी-देवता धर्मको स्थापना गरिरहनु भएको छ। संगमयुगमा नयाँ कलमी लगाइरहनु भएको छ। बिरुवा पहिला गमलामा लगाएर फेरि जमिनमा लगाउँछन्। वृद्धि हुँदै जान्छ। तिमी पनि अब बिरुवा लगाइरहेका छौ फेरि सत्ययुगमा वृद्धि भएर राज्य-भाग्य पाउँछन्। तिमीले नयाँ दुनियाँको स्थापना गरिरहेका छौ। मनुष्य सम्भन्छन्—अझै कलियुग धेरै वर्ष बाँकी रहेको छ किनकि शास्त्रमा लाखौं वर्ष लेखिदिएका छन्। सम्भन्छन्—कलियुगमा अझै ४० हजार वर्ष बाँकी छ। फेरि बाबा आएर नयाँ दुनियाँ बनाउनुहुन्छ। कतिले सम्भन्छन्—यो त्यही महाभारत लडाईं हो। गीताका भगवान् पनि अवश्य हुनुहुन्छ। तिमीले बताउँछौ कृष्ण त थिएनन्। बाबाले सम्झाउनु भएको छ—कृष्णले त ८४ जन्म लिन्छन्। एउटाको चेहरा मिल्दैन अर्कोसँग। फेरि यहाँ कृष्ण कसरी आउँछन्? कसैले पनि यी कुरामा विचार

२०७२ कार्तिक १० मंगलबार २७-१०-२०१५ ओम् शान्ति प्रातः मुरली “बापदादा” मधुबन गर्देनन् । तिमी सम्भन्छौ- कृष्ण स्वर्गका राजकुमार हुन्, उनी फेरि द्वापरमा कसरी आउँछन् ? यी लक्ष्मी-नारायणको चित्रलाई देख्ने बित्तिकै सम्भन्मा आउँछ- शिवबाबाले यो वर्सा दिइरहनुभएको छ । सत्ययुगको स्थापना गर्ने बाबा नै हुनुहुन्छ । यो सृष्टि-चक्र, कल्प-वृक्ष आदिका चित्रहरू कम कहाँ छन् र ! एक दिन तिम्रो पासमा यी सबै चित्रहरू ट्रान्सलाइटका बन्नेछन् । फेरि सबैले भन्नेछन्- हामीलाई यस्तै चित्र चाहियो । यी चित्रहरूद्वारा फेरि विहंग मार्गको सेवा हुनेछ । तिम्रो पासमा बच्चाहरू यति आउनेछन् जसले गर्दा फुर्सद नै हुने छैन । धेरै आउनेछन् । धेरै खुशी हुन्छ । दिन-प्रतिदिन तिम्रो शक्ति बढ्दै जानेछ । ड्रामा अनुसार जो फूल बन्नेवाला हुन्छन् उनलाई टच हुन्छ । तिमी बच्चाहरूले यस्तो भन्नु नै पर्ने छैन, बाबा ! यिनको बुद्धिलाई टच गर्नुहोस् । बाबाले कहाँ टच गर्नुहुन्छ ! समयमा आफैं टच हुन्छ । बाबाले त बाटो बताउनुहुन्छ नि । धेरै बच्चीहरूले लेख्छन्- मेरो पतिको बुद्धिलाई टच गर्नुहोस् । यसरी सबैको बुद्धिलाई टच गर्नुभयो भने त सबै स्वर्गमा जम्मा हुन्छन् । पढाइमा नै मेहनत छ । तिमी ईश्वरीय सेवाधारी हौ नि । सच्चा-सच्चा कुरा बाबाले पहिलेदेखि नै बताउनु हुन्छ- के-के गर्नुपर्छ । यस्ता चित्र लिएर जानुपर्छ । सिँढीको पनि लिएर जानु पर्छ । ड्रामा अनुसार स्थापना त हुनु नै छ । बाबाले सेवाको लागि जो डाइरेक्सन दिनुहुन्छ, त्यसमा ध्यान दिनुपर्छ । बाबा भन्नुहुन्छ- ब्याजहरू किसिम-किसिमका लाखौं बनाऊ । ट्रेनको टिकट लिएर १०० माइलसम्म सेवा गरेर आऊ, एक डब्बाबाट दोस्रो, तेस्रोमा । धेरै सहज छ । बच्चाहरूलाई सेवाको सोख हुनुपर्छ । अच्छा !

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

### धारणाको लागि मुख्य सार:-

- १) विचार सागर मन्थन गरेर राम्रा-राम्रा रत्न निकाल्नु पर्छ, कमाई जम्मा गर्नु छ । सच्चा-सच्चा ईश्वरीय सेवाधारी बनेर सेवा गर्नु छ ।
- २) पढाइको धेरै सोख राख्नु छ । जतिखेर समय मिल्छ एकान्तमा जानु पर्छ । यस्तो अभ्यास होस्, जीवन छँदै यस शरीरबाट मरिसकेको छु, यस स्थितिको अभ्यास भइरहोस् । देहको भान पनि भुलियोस् ।

### वरदान:- मुरलीधरको मुरलीसँग प्रीत राख्ने सदा शक्तिशाली आत्मा भव

जुन बच्चाहरूको पढाइ अर्थात् मुरलीसँग प्यार छ उनीहरूलाई सदा शक्तिशाली भवको वरदान मिल्छ, उनीहरूको सामुने कुनै पनि विघ्न रोकिन सक्दैन । मुरलीधरसँग प्रीत राख्नु अर्थात् उहाँको मुरलीसँग प्रीत राख्नु । यदि कसैले भन्छन् मुरलीधरसँग त मेरो धेरै प्रीत छ तर पढाइको लागि समय छैन भन्छन् भने बाबा मान्नुहुन्न किनकि जहाँ लगन हुन्छ त्यहाँ कुनै बहाना हुँदैन । पढाइ र परिवारको प्यार किल्ला बन्छ, जसबाट उनीहरू सुरक्षित रहन्छन् ।

**स्लोगन:-** हर परिस्थितिमा स्वयंलाई मोल्ड गर्नु भने रियल गोल्ड बन्छौ ।

**शब्दार्थ:** टच= प्रेरणा