

“मीठे बच्चे— बाबाको यादमा रहनु— यो धेरै मिठो मिठाई हो, जुन अरूलाई पनि बाँड्दै गर अर्थात् बाबा र वरसाको परिचय दिंदै जाऊ”

प्रश्नः— स्थायी यादमा रहने सहज विधि के हो?

उत्तरः— स्थायी यादमा रहनु छ भने देह सहित जति पनि सम्बन्ध छ, ती सबै भुला हिँड्दा-डुल्दा, उठ्दा-बस्दा यादमा रहने अभ्यास गर। यदि योगमा बस्दा रातो बत्ती याद आयो भने पनि योग टुट्छ। स्थायी याद रहन सक्दैन। जसले भन्छ— कसैले खास बसेर योग गराओस्, उसलाई योग लाग्न सक्दैन।

गीतः— रात के राही.....

ओम् शान्ति। यो भयो योगको कुरा, किनकि अहिले छ रात। रात भनिन्छ कलियुगलाई। दिन भनिन्छ सत्ययुगलाई। तिमी अहिले कलियुगी रातदेखि सत्ययुगी दिनमा जान्छौ, त्यसैले रातलाई बिर्सिएर दिनलाई याद गर। नर्कदेखि बुद्धिलाई हटाउनु छ। बुद्धिले भन्छ— वास्तवमा यो नर्क हो, अरू कसैको बुद्धिले यो भन्दैन। बुद्धि छ, आत्मामा। आत्माले अब जानिसकेको छ— बाबा आउनु भएको छ रातदेखि दिनमा लैजान। बाबा भन्नुहुन्छ— हे आत्माहरू, तिमीलाई जानु छ स्वर्गमा। तर पहिला शान्तिधाम गएर फेरि स्वर्गमा आउनु छ। वास्तवमा तिमी योगी हौ, पहिला घरको, पछि राजधानीको। अब मृत्युलोक अर्थात् रात पूरा हुनु छ। अब जानु छ दिनमा, यसलाई ईश्वरीय योग भनिन्छ। ईश्वर निराकारले हामीलाई योग सिकाउनुहुन्छ अथवा हामी आत्माहरूको सगाई गराउनुहुन्छ। यो हो रूहानी योग, त्यो हो शारीरिक। तिमी बच्चाहरूलाई एकै ठाउँमा बसेर योग लगाउनु छैन। उनीहरूले त मनुष्य जसरी स्वयं बस्छन्, त्यसरी सबैलाई बैठक सिकाउँछन्। यहाँ तिमीहरूलाई बैठक सिकाइँदैन। हो, सभामा नियम पूर्वक बस्नु छ। बाँकी योगमा त जसरी पनि बस, हिँड्दा-डुल्दा, सुत्दा पनि लाग्न सक्छ। कलाकारले योगमा बसेर चित्र बनाउन सक्छन्। शिवबाबा, जो सँग योग लगाउँछन्, उहाँको चित्र बनाउँछन्। जान्दछन्, उहाँ हाम्रो बाबा निराकारी दुनियाँ परमधाममा रहनुहुन्छ। हामी पनि त्यहाँका निवासी हौं। हामी आत्माहरूलाई जानु छ, यो बुद्धिमा हिँड्दा-डुल्दा रहनु पर्छ। यस्तो होइन— मलाई तपस्यामा बसाऊ, योग गराऊ— यो भन्नु पनि गलत हो। बुद्धिले यसरी भन्छन्। बच्चाले लौकिक पितालाई खास बसेर याद गर्छ र? बाबा-बाबा भनि नै रहन्छन्, कहिल्यै भुल्दै-भुल्दैनन्। साना बच्चाले अरू धेरै याद गर्छन्। मुख चलिरहन्छ। यहाँ पारलौकिक पितालाई किन बिर्सिन्छौ? बुद्धियोग किन टुट्छ? मुखले बाबा बाबा भन्नु पनि छैन। आत्माले जान्दछ, बाबालाई याद गर्नु छ। यदि खास बस्ने बानी छ भने योग सिद्ध हुन सक्दैन। यो ईश्वरीय योग तिमीलाई स्वयं ईश्वरले सिकाइरहनु भएको छ। योगेश्वर भन्छौ नि। तिमीलाई ईश्वरले योग सिकाउनु भएको छ— म बाबालाई याद गर। यस्तो होइन, जब मलाई दिदीले योगमा बसाउनुहुन्छ तब मजा आउँछ। तिनीहरूको योग कहिल्यै स्थायी रहन सक्दैन। मान, हार्टफेलको जब पीडा हुन्छ, के त्यतिबेला कसैले योगमा बसाउँछ र? यो त बुद्धिले याद गर्ने हो। मनुष्यले जति पनि योग सिकाउँछन्, त्यो हो गलत। योगी कोही पनि यो दुनियाँमा छैनन्। त्यसो त कसैलाई पनि याद गन्यौ भने त्यो पनि योग भयो। आँप मन पर्छ त्यसैले

त्यस सँग योग लाग्छ, रातो बत्ती राम्रो लाग्छ भने त्यो याद आउँछ अनि त्यो सँग पनि योग भयो। तर यहाँ त देह सहित देहका जति पनि सम्बन्ध छन्, त्यसलाई भुलेर म एक सँग योग लगाऊ, तब तिम्रो कल्याण हुन्छ र तिमी विकर्माजीत बन्छौ। बाबा नै आएर सद्गतिको बाटो बताउनुहुन्छ। बाबा बाहेक कसैले पनि सद्गति दिन सक्दैन। बाँकी सबै हुन् दुर्गतिको बाटो बताउने। स्वर्ग भनिन्छ, सद्गतिलाई र मुक्तिधाम, जहाँ हामी आत्माहरू रहन्छौं, त्यो हो घर। यतिबेला सबैलाई दुर्गतिमा पुऱ्याउने हो— मनुष्य मत। निराकार बाबा आएर सद्गति दिनुहुन्छ फेरि हामी आधा कल्प सद्गतिमा रहन्छौं। त्यहाँ भगवान् सँग मिल्न अथवा मुक्ति जीवनमुक्ति पाउनको लागि द्वार-द्वार भट्किँदैनन्। जब रावण राज्य सुरु हुन्छ तब द्वार-द्वार खोज्न सुरु गर्छौं, किनकि हामी गिर्न थाल्छौं। भक्तिलाई पनि सुरु हुनु नै छ। तिमीलाई थाहा छ— अहिले हामीले शरीरलाई छोडेर फेरि शिवालयमा जान्छौ। सत्ययुग हो बेहदको शिवालय। यतिबेला छ वेश्यालय। यो कुरा याद गर्नु पर्छ। शिवबाबालाई याद गर्दै न भने ऊ योगी होइन, भोगी ठहरिन्छ। तिमीले कसैलाई सुन्नको लागि भन्यौ भने, भन्छन् हामीले दुई वचन सुन्छौं। अहिले दुई वचन त धेरै प्रख्यात छन्। मनमनाभव, मध्याजीभव। मलाई याद गर र वर्सालाई याद गर। यी दुई वचनमा नै जीवनमुक्ति मिल्छ। बाबा भन्नुहुन्छ, मलाई याद गर्नु भने निरोगी बन्छौ र चक्रलाई याद गर्नु भने धनवान बन्छौ। दुई वचनले तिमी सदाको स्वस्थ र सदाको धनवान बन्छौ। यदि सही कुरा हो भने त्यसमा चल्नुपर्छ, नत्र भने सम्झिने छ, बुझ्छ। अल्फ र बे— यी हुन दुई वचन। अल्फ अल्लाह, बे हुन् रचना। बाबा हुनुहुन्छ अल्फ, बे हो बादशाही। तिमीहरूमा कसैलाई बादशाही मिल्छ र कोही प्रजामा जान्छन्। तिमी बच्चाहरूले चार्ट राख्न पर्छ— सारा दिनमा कति समय बाबालाई र वर्सालाई याद गर्नु? यो श्रीमत बाबाले नै दिनुहुन्छ। आत्माहरूलाई बाबाले सिकाउनुहुन्छ। मनुष्यले धनको लागि कति टाउको दुखाउँछन्। धन त ब्रह्मा सँग धेरै थियो। जब देख, अल्फद्वारा बादशाही मिल्छ भने धन के गर्ने? किन न सबैथोक अल्फलाई सुम्पिएर बादशाही नलिने? बाबाले यसमाथि एउटा गीत पनि बनाउनु भयो....अल्फलाई अल्लाह मिल्यो...बेलाई मिल्यो बादशाही...त्यतिबेलै बुद्धिमा आयो— मलाई त विष्णु चतुर्भुज बन्नु छ, मैले यो धनको के गर्ने? बाबाले बुद्धिको ताला खोलेदिनुभयो। यी (साकार) बाबा त धन कमाउनमा व्यस्त थिए, जब राजाई मिल्छ भने गदाईको काम किन गर्ने? फेरि बाबा भोकै त मर्नु भएन। बाबाको पासमा जो आउँछन्— उनीहरूको धेरै राम्रो पालना हुन्छ। घरमा भोकै मर्दा हुन्। यहाँ त जो श्रीमतमा चल्छन्, उनीहरूलाई बाबाले पनि धेरै राम्रो मदत गर्नुहुन्छ। बाबा भन्नुहुन्छ— सबैलाई बाटो बताऊ— बेहदका बाबालाई याद गर र चक्रको ज्ञानलाई याद गर, अनि तिम्रो बेडा पार हुन्छ। खिवैया आउनु भएको छ, बेडा पार गर्न। त्यसैले त गाउँछन्— पतित-पावन, खिवैया तर याद कसलाई गर्ने हो? यो कसैलाई पनि थाहा छैन, किनकि सर्वव्यापी भनिदिएका छन्। एक शिवको चित्रलाई नै भन्छन्— भगवान्। फेरि लक्ष्मी-नारायण वा ब्रह्मा विष्णु शंकरलाई भगवान् किन भन्छन्? यदि सबै बाबा बन्ने हो भने वर्सा कसले दिन्छ? सर्वव्यापी भन्नाले न दिनेवाला रहे, न लिनेवाला रहे। लेखिएको छ, ब्रह्माद्वारा स्थापना। माथि शिव खडा हुनुहुन्छ। शिवबाबाले ब्रह्माद्वारा देवता बनाउनुहुन्छ, अनि ब्रह्मा पनि देवता बन्छन्। यो काम एक बाबाको नै हो। उहाँको नै महिमा हो, एको ओंकार... अकालमूर्त आत्मा अकालमूर्त हुन्छ। उहाँलाई कालले खाँदैन।

त्यसैले बाबा पनि अकालमूर्त हुनुहुन्छ। शरीर त सबैको खतम हुन्छ। आत्मालाई कहिल्यै कालले खाँदैन। त्यहाँ अकाले मृत्यु कहिल्यै हुँदैन। सम्झन्छन्— मैले एउटा शरीर छोडेर अर्को लिनु छ। स्वर्गमा छुन् भने अवश्य पुनर्जन्म पनि स्वर्गमा नै हुन्छ। यहाँ त सबै नर्कवासी छन्। भन्छन्— फलानो स्वर्ग गयो, त्यसैले अवश्य पहिला नर्कमा थियो। यति सहज कुरा पनि बुझ्दैनन्। सन्यासीले पनि जान्दैनन्। उनीहरूले त ज्योति, ज्योतमा समाहित भया, भनिदिन्छन्। यहाँका भगतले भगवान्लाई याद गर्छन्। गृहस्थी भगत हुन्छन् किनकि भक्ति प्रवृत्ति मार्गकालागि हुन्छ। उनीहरू त हुन्, तत्त्व ज्ञानी। सम्झन्छन्, हामीले तत्त्व सँग योग लगाएर लीन हुन्छौं। उनीहरूले आत्मालाई पनि विनाशी मान्छन्। सत्य कहिल्यै बोल्न सक्दैनन्। सत्य हुनुहुन्छ, एक परमात्मा। तिमीलाई अहिले सत्यको सँग छ, त्यसैले बाँकी सबै झूट भए। कलियुगमा सत्य बोल्नेवाला कुनै मनुष्य हुँदै-हुँदैन। रचयिता र रचनाको बारेमा कसैले पनि सत्य बोल्दैनन्। बाबा भन्नुहुन्छ— अहिले मैले तिमीलाई सबै शास्त्रहरूको सार बताउँछु। मुख्य जुन गीता छ, त्यसमा पनि परमात्माको सट्टा मनुष्यको नाम राखिदिएका छन्, जबकि कृष्ण यतिबेला साँवरा छन्। अब कृष्णको पनि यस्तो चित्र बनाइयोस् जुन मनुष्यले बुझ्छन्। डबल छाँया दिइयोस्। एकातिर साँवराको छायाँ, अर्कोतिर गोरको छायाँ, फेरि त्यसमाथि सम्झाइयोस्— काम चिता माथि बस्नाले काला बन्छन्। फेरि ज्ञान चितामा बस्नाले गोर बन्छन्। निवृत्ति र प्रवृत्ति दुवै मार्ग देखाउनु छ। कलियुग फेरि सत्ययुग बन्छ। सत्ययुग पछि फेरि त्रेता, द्वापर हुन्छ। आत्माले भन्छ— पहिला म काम चितामा थिएँ, अहिले म ज्ञान चितामा बसेको छु। अहिले तिमी बच्चाहरूले जान्दछौ— हामी पतितबाट परिस्तानी बनिरहेका छौं। योगमा रहेर तिमीले कुनै पनि चीज बनाऊ, कहिल्यै खराब हुँदैन। बुद्धि ठीक रहनाले मदत मिल्छ। तर छ मुस्किल। बाबा भन्नुहुन्छ— मैले पनि बिर्सिन्छु। बडो अचम्भको बाजी छ। धेरै राम्रो अभ्यास चाहिन्छ। स्थायी याद अडिरहन सक्दैन। हिँड्दा-डुल्दा यादमा रहने अभ्यास गर्नु छ। बाथरूममा पनि याद गर्न सक्छौ। यादद्वारा बल मिल्छ। यतिबेला सच्चा योग कसैले पनि जान्दैन-जान्दैनन्। बाबा बाहेक जसले पनि योग लगाउन सिकाउँछन्, त्यो हो गलत। भगवान्ले जब योग सिकाउनुभयो तब स्वर्ग बन्यो। मनुष्यहरूले जब योग सिकाए अनि स्वर्गबाट नर्क बन्यो। कुनै पनि उल्टो चलन अलिकति चल्छन् अनि बुद्धिको ताला बन्द हुन्छ। १०-१५ मिनेट पनि यादमा रहन सक्दैनन्। नत्र भने वृद्धाको लागि, बच्चाहरूको लागि, बिरामीको लागि पनि धेरै सहज छ। धेरै राम्रो मिठाई छ। लाटा, बहिरा हुन्, उनीहरूले पनि इशाराले बुझ्न सक्छन्। बाबालाई याद गन्थौ भने यो वर्सा मिल्छ। कोही आए पनि भन— हामीले तपाईंलाई बाटो बताउँछौं। बेहदका बाबा स्वर्गका रचयिताद्वारा स्वर्गको सुख कसरी मिल्छ? यस्ता साना-साना पर्चा बडिरहनु पर्छ। दिलमा धेरै उमंग रहनु पर्छ। कुनै पनि धर्मका आउँन्, हामीले यसरी सम्झाउँ। बाबा भन्नुहुन्छ— यी देहका सबै धर्म छोड। मलाई याद गन्थौ भने विकर्म विनाश हुन्छ। तिमी म सँग आउँछौ। सबै भन्दा पहिला यो निश्चय गर, बल्ल अरू कुरा, तबसम्म अगाडि बढ्नु नै छैन। आफूलाई आत्मा सम्झेर बाबालाई याद गर। यही हो सबै भन्दा एक नम्बरको कुरा। केवल दुई शब्द छन्, अल्फ र बे, पिता र वर्सा। 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) आफ्नो सबैथोक अल्फलाई हवाला गरेर बे बादशाही लिनु छ। चार्ट राख्नु छ— बाबा र वर्साको कति समय याद रह्यो।
- २) कुनै पनि उल्टो चलन चल्नु छैन। स्थायी यादमा रहने अभ्यास गर्नु छ।

वरदानः— बाबाको साथको अनुभव गरेर मेहनतलाई प्यारमा बदल्ने परमात्मा स्नेही भव

बापदादाले बच्चाहरूलाई आफ्नो स्नेह र सहयोगको गोदमा बसाएर लक्ष्यसम्म लगिराख्नु भएको छ। तिमी बच्चाहरू केवल परमात्मा स्नेही बनेर गोदमा समाहित भईराख, तब मेहनत, प्यारमा बदलिन्छ। लवलीन भएर हरेक कार्य गर। बापदादा हरेक समय सर्व सम्बन्धले तिम्रो साथ हुनुहुन्छ। सेवामा साथी हुनुहुन्छ र स्थितिमा साथ हुनुहुन्छ। सर्व सम्बन्धद्वारा साथ रहनको लागि तयार हुनुहुन्छ। तिमी केवल परमात्मा स्नेही बन र जस्तो समय त्यस्तै सम्बन्धद्वारा साथ रह्यौ भने एक्लोपन अनुभव हुँदैन।

स्लोगनः— स्व-उन्नति र सेवाको सन्तुलन नै सफलताको साधन हो।