



## ”بندو ڪا مهتو“

آڄ سنيھ ڪي ساگر باپ آڀني سنيھي آتمائون سين ملني آئي هئ. باپ ڪي سنيھ ۾ دؤر دؤر سين پاڳتي هوئي ملن آستان ۾ پھونچ گئي. باپ دادا اُٿسي سنيھي آتمائون ڪو سنيھ ڪا رٿرن سنيھ اوڙ سھيوگ سدا ديتي هئ، آب پي دي رهي هئ اوڙ ديتي رھينگي.

سرو آستانون ڪي سنيھي آتمائين آب پي سوکيم فرشتون ڪي روپ ۾ اس ملن سڀا ۾ سنمڪ هئ. باپ دادا ڊبل سڀا دڪ رهي هئ. ايڪ ساڪاري شريداري اس ڌرني ۾ بڻي هوئي هئ، دوسري آڪاري روپ ڌاري جنھون ڪو اس ڌرني ڪي آستان ڪي آوشيڪتا نھين، ڌرني سين اوڀر لائيت روپ ۾ لائيت ڪي آسن ڌاري، جو ٿوري آستان ۾ بهت ڊڪائي دي رهي هئ. تو دونو سڀائون ڪو باپ دادا دڪ هرشت هو رهي هئ.

باپ دادا بچون ڪي سنيھ ڪي شڪتي دڪ رهي هئ ڪ سنيھ ڪي شڪتي ڪي آڌار ۾ سيڪنڊ ۾ ڪٿني پي دؤر سين سمپ پھونچ جاتي هئ. ڪٿني سنيھ ڪي شڪتي مھان هئ، اُٿني سنمڪ پھونچني ڪي اسپيڊ مھان هئ. ڪٿني اُمليہ رتن سامني آ رهي هئ. ايڪ ايڪ رتن ڪي مھما مھان هئ. ڪس ڪس مھارٿي ڪا ورن ڪرين. شمع ڪي اوڀر پرواني آ رهي هئ. سڀي بچون ڪو باپ دادا سدا سھيوگي پو ڪا وردان دي رهي هئ. صرف ايڪ بندي ڪو ياد ڪرو. سڀ سين سرل ماترا بندي هئ. تو باپ دادا صرف بندي ڪا هين حساب بتاتي هئ. سيم پي بندو روپ بنو، ياد پي بندو ڪو ڪرو اوڙ ڊراما ڪي هر درشيه ڪو جانني، ڪرني ڪي باد بندو ڪي ماترا لڱاءِ دو. ايڪ بندو ڪي ماترا ۾ آپ، باپ اوڙ رچنا، سڀ آ جاتا هئ. تو جاننا هين ڪيا هئ، ”بندو“.

ڪرنا پي ڪيا هئ، ”بندو ڪو ياد“. اسي بندو ڪي ماترا ڪي مهتو ڪو جان سدا سھج يوگي بن سڪتي هو. ڪٿنا پي بڙا وستار هئ ليڪن سمايا هوئا بندو ۾ هئ. ٻيج بندو، اُسي ۾ سارا ورڪيه سمايا هوئا هئ. آتما بندو اُسي ۾ 84 جنمون ڪي سنسڪار سمائي هوئي هئ. پانچ هزار ورش ڪي ڊراما ڪو آب سنگر ڪي آنت ۾ سماپت ڪر رهي هو، آب ڊراما ڪا چڪر پوڙا هوئا. آرٿات جو چڪر بيت چڪا اُسڪو فل استاپ آرٿات بندي لڱاءِ، بندي بن، آب گھر جانا هئ. بندو ڪي ساٿ بندو بن ڪر گھر جانا هئ. گھر پي سرو بندوئون ڪا گھر هئ. سنڪلپ، ڪرم، سنسڪار سڀ مرڇ آرٿات بندي لڱي هوئي هئ. سماپتي ڪي ماترا هئ هين بندي. سروگڻ، سرو گيان ڪي خزانون ڪي ساگر....

ليڪن ساگر پي هئ ”بندو“. سنڀنڌ اوڙ سمپر ڪ ۾ پي آٿو تو سرو ڪي مستڪ ۾ ڪيا چمڪ رها هئ، بندو. سرو ڪاريه ڪرنا ڪوئن هئ؟ بندو هين هئ نان. چاهي ڌرني سين چاهي چندرما تڪ پھونچي تو پي بندو پھونچا. چاهي آپ سائيلنس ڪي شڪتي سين تينون لوڪون تڪ پھونچي تو پي ڪوئن پھونچتا، بندو. سائنس ڪي شڪتي يا سائيلنس ڪي شڪتي، نرما ڪرني ڪي شڪتي وا نرواڻ ۾ جاني ڪي شڪتي هئ تو بندو نان! ٻيج سين اتنا سارا ورڪيه وستار ڪو پاتا ليڪن وستار ڪي باد سماتا ڪس ۾ هئ؟ ٻيج آرٿات بندو ۾. تو آنادي آوناشي هئ هين بندو. آپ پي تين ڪالون ڪي ناليچ، تين لوڪون ڪي ناليچ پراپت ڪر تي هئ ليڪن پراپت ڪرني والا ڪوئن؟ ”بندو“. آدي سين آنت تڪ ورائتي پارت بجايا ليڪن پارت ڌاري ڪوئن؟ ڪس نين پارت بجايا؟ بندو نين. تو

مهتو سارا بندو ڪا هئ. اڙ بندو ڪو جانا تو سڀ ڪڇ جانا. سڀ ڪڇ پايا. بندو روپ ۾ اسٽت هو جو سنڪلپ ڪرو، جو پاونا رک، جو بول بولو، جو ڪرم ڪرو، جنسي بندو مهان هئ وئسي سرو باتين مهان هو جاتي هئ اَرقات ستهه سريشت هو جاتي هئ.

آتمڪ انرجي پي بندو هئ، جو اسٽاپنا ڪي انرجي هئ اڙ وناشڪاري پي اَتَمڪ انرجي، بندو هئ. وناش پي بندو سين هوتا، اسٽاپنا پي بندو سين هوتي. سرشتي چڪر ڪي آد ۾ پي بندو بن اُترتي هو اڙ اَنت ۾ پي بندو بن جاتي هو. تو آد اَنت ڪا سوروپ پي بندو هوتا. ڪتنا سهج هو ڳيا. ايڪ بندو ڪو ياد ڪرنا مُشڪل هئ ڪيا؟ اسڪول ۾ پي چوڻي بچي بندو ڪي ماترا سهج لڳا سڪتي هئ. ڪهان پي پئسنل ڪو رک دي تو بندو هو جائينگي. تو اِتي سهج ماترا ياد نهين رهتي؟ اس سين سهج اڙ ڪيا بنا سڪتي هئ. اس سين سهج ڪڇ هئ؟ پڳتي ۾ تو لنبا چوڙا آڪار ياد ڪرتي. ٻڌي ۾ پاونا دواران چتر بناتي، تب پڳتي سڌ هوتي. يهان تو ناليچ دواران صرف ڪيا سامني رڪتي؟ بندو. اِسي بندو ڪي سمرتي دواران سِير هين سڌي سوروپ بن جاتي. تو ڪيا سهج هوتا؟ ٻڌي ۾ بندو لڳا نا يا آڪار اِمرج ڪرنا؟ اس ليئي سهج يوڳي بنو. بندو ڪو جانو تو سڌا سهج هئ. تو سنيهه ڪي رُٿن سهج ساڌن دواران سهج يوڳي پو. تو سڀي سهج يوڳي بن گئي نان. وستار ۾ جاتي هو تو مشڪل ۾ چلي جاتي هو. ڪيونڪ وستار ۾ جاني سين ڪوئشچن مارڪ بهت لڳ جاتي هئ. اس ليئي جنسي ڪوئشچن مارڪ ڪي ماترا سِير هين ٿيڙي هئ، تو ”ڪيا ڪيا“ ڪي ڪوئشچن مارڪ ڪي ٿيڙي مارڪ پر چلي جاتي هو. بندو بن وستار ۾ جائو تو سار ملينگا. بندو ڪو پوڻ وستار ۾ جاتي هو تو جهنگل ۾ چلي جاتي هو. جهان ڪوئي سار نهين. بندو روپ ۾ اسٽت رهندي والي سار يُڪت، يوگ يُڪت يُڪتي يُڪت سوروپ ڪا اَنيو ڪرينگي. اُنهن ڪي سمرتي، بول اڙ ڪرم سڌا سمرٿ هونگي. بنا بندو بنني ڪي وستار ۾ جاني والي سڌا ڪيون ڪيا ڪي وئرت بول اڙ ڪرم ۾ سميه اڙ شڪتيان پي وئرت گنوائينگي. ڪيونڪ جهنگل سين نڪلنا پرتا هئ. تو سڌا ڪيا ياد رڪينگي؟ ايڪ هين بات، ”بندو“. سهج هئ نان؟ اِس پاشا جانو، نه جانو ليڪن بندو تو سڀ پاشا ۾ هئ. اڙ ڪڇ پي نه جان سڪو ليڪن ”بندو“ شبد تو جان جائينگي.

سمجها ڪيا ڪرنا هئ؟ بندو شبد هين ڪمال ڪا شبد هئ. جادو ڪا شبد هئ. بندو بنو اڙ آرڊر ڪرو تو سڀ تيار هئ. سنڪلپ ڪي تالي بجائو اڙ سڀ تيار هو جائينگا. ليڪن بندو ڪي تالي پرڪرتي پي سُنينگي، سرو ڪرم اندريان پي سُنينگي اڙ سرو ساڻي پي سُنينگي. بندو بن ڪرڪي تالي بجاني آتي هئ؟ آڃا.

**سڌا اَنادي اَوناڻي سوروپ ۾ اسٽت رهندي والي، بندو ڪي مهتو ڪو جان سڌا مهان رهندي والي، بندو سوروپ هو سرو ڪي سار ڪو پاني والي، سار يُڪت، يوگ يُڪت، جيون مُڪت اَتَمائون ڪو باپ دادا ڪا ياد پيار اڙ نمستي.**

**ٽيچرس ڪي ساڻا-** سڀي روحاني شيواڌاري هو؟ روحاني شيواڌاري ڪا اَرٿ هين هئ روحاني خزانون سين سمپن. تب هين روحاني شيواڌاري بن سڪتي هو. شيواڌاري اَرقات ديني والا. شيوا دواران سُڪ ديني والا اسڪو ڪهتي هئ ”شيواڌاري“. تو ديني والا ضرور سِير سمپن هونگا تب تو اڙون ڪو دي سڪينگا! تو شيواڌاري اَرقات ماسٽر سُڪ داتا، ماسٽر شانتي داتا، ماسٽر ڳيان داتا. داتا سڌا سمپن مورت هوتي هئ. جنسي سِير هونگي وئسي اڙون ڪو بنائينگي. اَگر سِير ۾ ڪسي پي شڪتي ڪي ڪمي هئ تو اڙون ڪو پي سرو شڪتيوان نهين بنا سڪتي هئ.

روحاني شيواڌاري آرڻاٽ سر وڌڪنڊوان. روحاني شيواڌاري آرڻاٽ ايور ريڊي اؤر آلراڻوڊ. آلراڻوڊ شيواڌاري هين سڄي شيواڌاري هئ. تو سڄي شيواڌاري ڪي سر و لڪشڻ اپني ۾ انيو ڪرتي هو؟ جو سمپن هونگي وه سدا سنشٽ هونگي. اؤر سر و ڪو سنشٽ ڪرينگي. ڪسي پي پر ڪار ڪي اپراپتي اسنشٽا پندا ڪرتي هئ. سر و پراپتي هئ تو سدا سنشٽ. سنشٽ رهنا اؤر سنشٽ ڪرنا، اسڪي وڌي هئ سمپن اؤر داتا. دونو باتين چاهيئي. ڪوئي سمپن هو ليڪن داتا نه هو تو پي سنشٽ نهين ڪر سڪتي. تو داتا پي اؤر سمپن پي.

يه خوشي تو سڀي ڪو هئ نان ڪ هر وشيش آتمائين هئ؟ ساري وشو ۾ سين ڪتني ٿوري سڀي آتمائين سدا باپ ڪي شيوا ۾ تپير رهندي والي، نمت بندي هئ. تو جو ڪوئون ۾ ڪوئي، ڪوئي ۾ ڪوئي آتمائين نمت بندي هئ اسر همارا هين پارت هئ، همارا نام هئ يه ڪتني بڙي خوشي هئ. ڪوئون ۾ ڪوئي.... يه همارا گائن هئ، يه روحاني نشا رهنا هئ؟ روحاني نشا سدا جتنا اونچا اُتو نمر بنائينگا. ديه پاڻ ڪا نشا هونگا ٿورا ليڪن گهمند سين، ايمان سين اونچا سمجھينگي. سڄي نشي ۾ رهندي والي سدا نمرچت هونگي. نمرتا سين هين سڀڪو اپني آگي جھڪائينگي. سڪ داتا، نمرچت آتما بن سڪتي هئ. ايمان نمرچت بندي نهين ديتا. نمرچت نهين تو شيوا هو نهين سڪتي. تو شيواڌاري ڪي وشيشتا سدا نمرچت، سيمر جھڪا هوئا هونگا تب اؤرون ڪو جھڪا سڪينگا. تو روحاني شيواڌاري! روحاني شبد سدا ياد رکو. چلتي ڦرتي، بولتي... ڪرم ۾ روحانيت دکائي دي. ساڌارڻ نهين، روحانيت.

سنشٽ آتما ڪو هين شيواڌاري ڪا ٿائينٽل مل سڪتا هئ. سنشٽ نهين تو شيوا لينگي. تو شيوا ليندي والي هو يا شيوا ڪرني والي هو؟ روحاني شيواڌاري ليندي والي نهين، آج يه هوئا، ڪلهه يه هوئا.... اُتسي باتون ڪي پيچي سميه گنوا ڪر شيوا تو نهين ليندي هو! يه سڀ بچپن ڪي باتين هئ. آب بچپن سماپت هوئا. اُپي جو ليئا اسڪا رٿرن ڪرنا هئ. اُپي ڪوئي پي ڪچھري نه هوني چاهيئي. بڙون ڪا ايڪسٽرا سميه نهين لينا هئ. قصي ڪهاڻيان سماپت. اگر اُپي تڪ پي شيوا ليندي والي هو تو آج سين سماپت ڪر دينا. بندي لگا دينا. بيتي سو بيتي، بندي لگ گئي نان. تو سماپتي ڪي بندي لگا ڪر جانا. بندي لگا ڪر سدا سنشٽ رهنا اؤر سڀڪو سنشٽ ڪرنا، يهي پاڻ سدا ياد رکنا. اُچا.

**نرمل هاندا ديددي سين ۱ -** مهان آتما آرڻاٽ سڦلنا مورت. تو سدا سڦلنا مورت هو نان؟ جو جتني هلڪي رهتي هئ، اُتو سهج اؤر سته ڪاريه هو جاتا هئ. جو زياده ڪاريه ڪا بوجهه اُتاتي هئ تو بوجهه ڪي ڪارڻ نرينه شڪتي ڪام نهين ڪر سڪتي هئ اس ليئي سڦلنا ۾ فرق پر جاتا هئ. ڪاريه ڪرني ڪي پھلي سدا سيمر ڊبل لائيت، وايومنڊل پي لائيت، سيمر پي لائيت، ساڻي پي سڀ لائيت تو لائيت هائوس ڪا ڪاريه هو هين جاتا هئ.

ليڪن ڪوئي پي ڪاريه جب شروع ڪرتي هئ تو لڪش نيڪ رڪتي هئ، ڦر بيچ ۾ وه لڪش مرج هو جاتا هئ. آڌ شڪتيشالي هوتا، مڌيه ۾ پرسينتيچ ڪم هو جاتي هئ. جئسي آڌ ۾ پلئن ڪي سميه اُئينشن رڪتي، اُتسي جب پريڪٽيڪل ڪاريه ۾ بڙي هو جاتي هو تب پي اُئينشن رهي. آڌ مڌيه انت ايڪ سمان رهي تو سڦلنا سهج هو جائينگي. اُچا.

اس واري ميلي ۾ شانتي ڪنڊ بنانا. جس سين سڀ سمجھي ڪ يهان آواز هوتي پي شانتي

هٿ. ورتي اؤر اُنيوتِي هين بدل جائي. (باپ دادا ڪلڪتي ۾ آوي) ضرور، هان وه سميه ڏڪائيندا ڪيونڪ بچي ٻلاوي، باپ نه آوي يه هو نهين سڪتا. ليڪن ڪس ريت سين آئينگي يه ڏيڪنا. ڪچ نيان هونا چاهيئي نان؟ اچا، جو بنائينگي اُسڙ سڦل هو جائينگي، ڪيونڪ سچي دل ۾ صاحب راضي. يه ميلا پي باپ ڪي درشن ڪرني ڪا اُستان هٿ. پڳت درشن ڪرينگي اؤر بچي ملن منائينگي. اچا هٿ، يه پي ايڪ ساڌن هٿ، سُو ڪي ليئي اؤر اُنيه آتمائون ڪي ليئي. برهمڻ پي اُمنگ اُتساه ۾ آ جاتي هٿ اؤر اُنيه ڪي پي شيوا هو جاتي هٿ. سُو ڪي پي شيوا اؤر اُرون ڪي پي شيوا.

سنگر ڀڳ ڪا يه سميه هين هٿ سرِيشٽ تفدير بناني ڪا. ساري ڪلپ ڪي ليئي سرِيشٽ تي سرِيشٽ تفدير اُپي هين بنا سڪتي هو. سنگر ۾ هين باپ دواران سَرُو اڌڪار پراپت هوتي هٿ. تو اڌڪاري آتما هو، سرِيشٽ آتما هو، سرِيشٽ پرابڌ پاني والي هو. سدا يه سمرتي ۾ رکو تو سمرت هو جائينگي. سمرت هوني سين ماياجيت بن جائينگي. سمرت آتما وگهن وناشڪ هوتي هٿ. سنڪلپ ۾ پي وگهن آ نهين سڪتا. ماسٽر سَرُو شڪتيوان سدا وگهن وناشڪ هونگي. اچا.

### ودائي ڪي سميه

سپي نين سنا تو بهت هٿ، باقي سنا ره گيا هٿ ڪيا؟ صرف ايڪ هين بات ره گئي هٿ، وه ڪوئسي؟ پانا ٿا وو پاءِ ليٽا ڪام ڪيا باقي رها؟ سپ سماپت هو گيا هٿ، ڪيا رها هٿ؟ اُپي صرف ايڪ بات باپ دادا ڏيڪنا چاهتي هٿ. سپي 16 شرنگهارڌاري سجي سجائي اَرڻات 16 ڪلا سمپن. 16 شرنگهار هين 16 ڪلا هٿ. تو سپي 16 ڪلا سمپن اَرڻات 16 شرنگهارڌاري بني. اُپي تڪ ڪوئي 8 ڪلا، ڪوئي 10 ڪلا، ڪوئي 11 ڪلا.... ليڪن سپي 16 ڪلا بن جائين اُپني اُپني نمبر اَنوسار سپي 16 ڪلا تو هونگي نان. جئسي اؤر ڌرم ڪي پي اُپني حساب سين گولڊن اِستيچ هوتي هٿ. تو يهان پي سپي ڪي اُپني حساب سين 16 ڪلا هونگي نان! ڪهنا، ڪرنا اؤر سوچنا سپ سمان هو تو سمپن بن جائينگي. باپ دادا اَب اِسي سوروپ ۾ سيڪو ڏيڪنا چاهتي هٿ. وه ڪب هونگا؟ اِسڪي ليئي سپ تياري پي ڪرتي هٿ، سنڪلپ پي ڪرتي هٿ، اچا پي يهي ايڪ هٿ. باقي ڪيا ره جاتا هٿ؟ اِستيچ ۾ جب بئنئي هو تو ڪيا سُناتي هو ڪ بس، اَب سمپن بننا هٿ! تو اچا پي سيڪو هٿ، ليڪن باقي ڪيا ره جاتا هٿ؟ اَگر سپ اچائون سين اچا ماترم اُوديا هو جائو تو يه اچا پوري هو جائي. چوئي چوئي اؤر اچائين اِس ايڪ اچا ڪو پورڻ ڪرني نهين ڏيتي هٿ. اچا.

### وردان - سوچنا، بولنا اؤر ڪرنا تينون ڪو سمان بناني والي سرووتر پرشارتي پو

سپي سڪيائون ڪا سار هٿ ڪ ڪوئي پي ڪرم سين ڏيڪني، اُونئي، بئنني چلني سوني سين فرشتاپن ڏڪائي دي، هر ڪرم ۾ اَلوڪتا هو. ڪوئي پي لوڪتا ڪرم وا سنسڪارون ۾ نه هو. سوچنا، ڪرنا، بولنا سپ سمان هو. اَنسي نهين ڪ سوچتي تو ٿي ڪ يه نه ڪرين ليڪن ڪر ليئا. جب تينون هين ايڪ سمان اؤر باپ سمان هو تب ڪهينگي سرِيشٽ وا سرووتر پرشارتي.

سلوگن - ڏميواري اُنانا اَرڻات ايڪسٽرا ڏعائون ڪا اڌڪاري بننا.