



# دویہ رتنون کا اُپھار

پرچاپتا برماکماریز ایشوریہ وشو و دیالیہ  
پانڈو پون، مائونٹ آبو (راجستان)

© **Copyright :**

Brahma Kumaris Ishwariya Vishwa Vidyalaya  
Pandav Bhawan, Mount Abu (Rajasthan) India

- 1- سچي سنيهي بنو ----- 9
- 2- سروَ کي سُڀ چنتڪ بنو ----- 11
- 3- سُڀ پاونا، سُڀ ڪامنا سمپن بنو ----- 13
- 4- سروَ کي سهيوڳي بنو ----- 15
- 5- شانتي کي شڪتي ڌارڻ ڪرو ----- 17
- 6- سدا بري دل والي، دل خوش بنو ----- 19
- 7- سنشتمڻي بنو ----- 21
- 8- سدا پرسنچت بنو ----- 23
- 9- خوشيون کي خزاني سين سمپن بنو ----- 25
- 10- همٿوان بنو ----- 27
- 11- سرلچت بنو ----- 29
- 12- سُڪدا تا کي بچي سُڪدائي بنو ----- 31
- 13- سُو پريور ٿڪ بنو ----- 33
- 14- سومان ڌاري بنو ----- 35
- 15- ساکي درشنا بنو ----- 37
- 16- نمرچت بنو ----- 39
- 17- مڏرتا کي گُڻ سمپن بنو ----- 41
- 18- سمرتي سو سمرتي سوروپ بنو ----- 43
- 19- پرماتر پيار ۾ لوَ لين رهو ----- 45
- 20- سقلنا موَرت بنو ----- 47
- 21- سدا اُتساه ۾ رهو اؤر اُتساهِ دلائو ----- 49

- 22- سرو پراپتيون ڪو سمرتي ۾ امرج ڪرو 51
- 23- ڊبل لائيت بنو ----- 53
- 24- سدا سمرت و شڪتيشالي بنو ----- 55
- 25- دُعائين دو اور دُعائين لو ----- 57
- 26- اَنپوي مورت بنو ----- 59
- 27- ڪرم يوگي بنو ----- 61
- 28- گنپيرتا مورت بنو ----- 63
- 29- آنيست (ايماندار) بنو ----- 65
- 30- سهنшил بنو ----- 67
- 31- سِمْپُل بنو ----- 69
- 32- سمپورڻ سوتنتر بنو ----- 71
- 33- اَدِينتا مِتاو، اَدڪاري بنو ----- 73
- 34- سمپورڻ پوتر بنو ----- 75
- 35- ايڪنامي بنو، ايڪنامي ڪرو ----- 77
- 36- پريپڪتا لاني ڪي ليئي پرتگيا ڪرو 79
- 37- ٻنڌن مُڪت، جيون مُڪت بنو ----- 81
- 38- سنگنن ڪو ايڪ مت بناو ----- 83
- 39- سِير ڪو آڌار مورت سمجهه ذميواري نياڻو 85
- 40- بيحد ڪي وٽراڳي بنو ----- 87
- 41- وشو ڪلياڻڪاري بنو ----- 89
- 42- ماسٽر رحمدل بنو ----- 91

- 43- سنڪلپ شڪتي جمع ڪرو ----- 93
- 44- ايڪاگرتا ڪي شڪتي ڪو ٻڌائو ----- 95
- 45- وڳهن وناشڪ بنو ----- 97
- 46- مهاداني - ورداني بنو ----- 99
- 47- منسا شيوا ڪرو ----- 101
- 48- يوگ ڪا پريوگ ڪرو ----- 103
- 49- تن، من، ڌن اوڙ سميه ڪو سڦل ڪرو 105
- 50- تياڳي، مهاتياڳي اوڙ سرو سَو تياڳي بنو 107
- 51- ماستر داتا بنو ----- 109
- 52- روحاني پرسنلتي دواران شيوا ڪرو - 111
- 53- پوٽرتا ڪي مهتو ڪو جان مهان بنو - 113
- 54- ڊبل آهنسڪ بنو ----- 115
- 55- اپني آدي اوڙ انادي سنسڪارون ڪو امڙ ڪرو 117
- 56- اڇا ماترم اوديا بنو ----- 119
- 57- سدا ڪمبائينڊ روپ ۾ رهو ----- 121
- 58- يوگ ڪي آگني ڪو جوالا روپ بنائو 123
- 59- سمپورڻ سوچتا ڪو ڌارڻ ڪرو ----- 125
- 60- آگياڪاري بنو ----- 127
- 61- گُڻ گِراهي، گُڻ موڙت بنو ----- 129
- 62- پَرچنتن مُڪت بنو ----- 131
- 63- وٿرت سنڪلپ مُڪت بنو ----- 133
- 64- لڱاءُ مُڪت بنو ----- 135

- 65- اَلْجَهَن وَ جَهْمِيلُون سِين مُڪت بنو --- 137
- 66- وئرت وَ ڊسٽرب ڪرني والي بول سِين مُڪت بنو 139
- 67- سڀيتا ڪي ڪلچر ڪو اپناڪر ڪروڙ مُڪت بنو 141
- 68- آلسيه اؤر اَلْبِيلِي پِن سِين مُڪت بنو--- 143
- 69- پُراڻي سنسڪارون ڪا اَنتم سنسڪار ڪرو 145
- 70- ڪر ماتيت وديهي بنو ----- -- 147
- 71- وجئ مالها ۾ آني ڪي ليئي وجئي بنو--- 149
- 72- برهماچاري بنو ----- 151
- 73- سنڪلپ شڪتي ڪو ڌيريوت بناڻو 153
- 74- پريت ٻڌي بنو ----- 155
- 75- سڌي سوروپ بنو ----- 157
- 76- تپسوي مورت بنو ----- 159
- 77- مريادا پُرشوتم بنو ----- 161
- 78- مايا جيت، پرڪرتي جيت بنو ----- 163
- 79- سمپن بنو، سمپورڻ بنو ----- 165
- 80- نريپه بنو ----- 167
- 81- اَب پُراڻي نيچر ڪا پريورتن ڪرو ----- 169
- 82- سڪاش ديني ڪي شيوا پرارنپ ڪرو -- 171
- 83- ستيواڊي بنو، رازيڪت هوڪر چلو ----- 173
- 84- ايڪ ورتا بنو ----- 175

## دو شبد

پرم ڪلياڻڪاري، پرم پٽا، پرم سدڱرو پرماتما  
 شو نين گيان ڪا جو انمول خزانو پرڏان ڪيئا هئ، اُس  
 سين مانو جيون اتي اندريه سڪ سين پر جاتا هئ اور  
 اپني سمپن و سمپورڻ سوروپ ڪا ساڪياتڪار ڪرني لڳتا  
 هئ. گيان ڪي اُس انوپر پندار سين ڪچ وشيون پر  
 ٿوري سي جهلڪ اس چوٽي سي پُستڪا ۾ ديك ڪر همين  
 اپار هرش هو رها هئ. اسر انيڪ گهن وشيون ڪو بهت  
 هين سرل ڊنگ سين پرستنت ڪيئا ڳيا هئ، جنڪا اڌين  
 ڪرني سين ٻڌي ۾ وشال گيان ساگر اچلني لڳتا هئ اور  
 دل هين دل ۾ اُس پرم سڪيڪ ڪي پرت اپار سنيه اُٿن  
 هوتا هئ جس نين هر بچون ڪو بري سنيه ڪي سات  
 سڪيائون سين سڃاتا هئ، اڳيان انڌڪار سين نڪالا هئ.

پرستنت پُستڪا ۾ ڪرم يوڳي استني ڪيا هئ،  
 ساڪي درشتا ڪسي ڪها جاتا هئ، سچي پریت ڪيا هئ،  
 سمپورڻ پوترتا، ستيتا، سرلنا، مڌرتا، نمرتا آدي پن پن  
 گئون ڪي ڌار ڌا سهج ريت سين جيون ۾ ڪسي هو اسڪي  
 سرل پريپاشا ڪيا هئ،... اُٿسي ڪريب 84 پن پن وشيون  
 ڪي پائنتس بهت سار ۾ سنڪلت ڪي گئي هئ.

همين پورٽ وشواس هٽه ڪ اس سار سنڱره ڪا  
اڌين اوڙ منن آپڪو انيڪ ڌارڻائون ڪي گهراڻي ۾ لي  
جائيندا تڏا ٻڌي ڪو گيان ڪي انمول رتون سين ڀرپور  
ڪر ديندا. يدي آپ ڀرت دن ڪسي ايڪ وشيه ڪو پي  
ڌيان سين پڙهين، سمرتي ۾ لائين اوڙ سارا دن وار وار  
اُڪي آرٽ ڪي گهراڻي ۾ اترين تو ٻڌي ۾ اُڪي  
سهج ڌارڻا هوتي جائيندي اوڙ ٻڌي دويه اوڙ شڪتيشالي  
بن آني والي انيڪ چوڻي بري پرستيون ڪا سهج سامنا  
ڪر سڪيندي.

شپ ڪامنائون ڪي سات،

بي.ڪي. پرڪاشمي



## سڄي سنيهي بنو

✽ جتنا جتنا سنيهي بنينگي اُتنا سهن شڪتي آئينگي  
ڪيونڪ جتنا جسڪي ڀرت سنيهه هوتا هئ ته تو اُس سنيهه ۾  
شڪتي آ جاتي هئ. جسسي ما ڪا سنيهه بچي سين هوتا  
هئ ته تو بچي ڪي ليئي سڀ ڪڇ سهن ڪرني ڪي ليئي  
تيار هو جاتي هئ. اُس سميه سنيهه ۾ اُپني تن ڪا وا  
پرستيون ڪا ڪڇ فڪر نهين رهتا هئ. اُتسي هين اُگر  
نرنتر باپ دادا ڪي سنيهه رهو ته تو سنيهه ڪي ڀرت سهن  
ڪرنا ڪوئي بري بات نهين هئ. سنيهه ڪي نشاني ڦراني هئ.

✽ سنيهه هين سمپورڻ بناتا هئ. جسڪي ليئي سنيهه هئ  
اُسڪي سمان بنني ڪي محنت ڪرني هئ. جو جتني  
محنت ڪرتي هئ وه اُتني هين سنيهه بنتي هئ. سميه  
پر سنيهه ڪي محنت ڪي ياد آتي هئ. جو محنت  
ڪرتي هئ اُنڪو هرايڪ سنيهه ڪي نظر سين ديڪتي هئ.

✽ ڪسي پي آتما ڪي ڪوئي پي بات آپڪو پسند نهين  
آتي هئ ته تو اُس سميه ٻڌي ۾ يهه ياد رک ڪ اِس آتما ڪو  
پڳوان نين پسند ڪيئا هئ، اوشيه ڪوئي وشيشتا هئ.  
جسسي باپ نين ڪسي پي بچي ڪي ڪمزوري ڪو ديڪني  
ڪي بجاءِ اوڙ هين همٿ بدائي ڪ آپ هين ميري ٿي،  
ميري هو اوڙ سدا بنينگي. تو فالو فادر. وشيش آتما سمجهه

کسکو پی دیکو، سنہنڈ سمپرک ۾ آتو تو هر آتما کي  
پرت سٺه هين آتمک پيار اِمرج هونگا. باپ کي سات  
سرو کي سنيهي بن جائينگي.

✽ جس سين دل کا سچا پيار هوتا هٺ اُسکي کمي کو  
سدا اپني کمي سمجهتي هٺ. جسسي باپ دادا کا بچون  
سين اتي سنيه هٺ اس ليئي سکيائين ديني هٺ. پيار  
نهيں هوتا تو کهتي جسسي چل رهي هٺ، چلتي رهي.  
ليکن نهين، بچون ۾ چوٽي سي کمي پی کيون ره  
جائي. پيار والي کي کمي ديکي نهين جاتي. سنيه  
کا پرتکيه سوروپ بچون کو سمپن اوُر سمپورٺ بنانا هٺ.  
اٺسي سرو کي سچي سنيهي بن اُنکي کميون کو اپني  
کمي سمجه کر انهين پريورتن کرو.

✽ جس سين پيار هوتا هٺ اُسکا کچ سکيا کا اِشارا ملنا  
پي پيار لگتا هٺ. اوُر سديو دل ۾ انپو هوتا هٺ ک جو کچ  
کها ميري کلياٺ کي ليئي کها، کيونک اُسکي پرت  
دل کي سريشت پاونا هوتي هٺ. تو جسسي باپ کي پرت  
اٺوت اکنڊ اٺل پيار هٺ، سريشت پاونا وا نشچيه هٺ اٺسي  
سپي سين آتمک پيار اٺوت هو، اکنڊ هو. ورائتي چلن،  
ورائتي سنسکار دیک کر ديکتني هوتي پي پيار ۾ اٺتر نه  
آٺي.

## سروَ کي سُڀ چنتڪ بنو

❁ سروَ کي ڀرت سُڀ چنتڪ بنڻي کي لِيئي سدا سُڀ چنتن چلتا رهي. جسڪا سدا سُڀ چنتن رهتا هئ هِي سُڀ چنتڪ هئ، اِسڪي لِيئي سروَ گيان رتنون سين ڀرڀور گيان سمپن داتا بنو. سدا اُڀني سمپنتا کي نشي ۾ رهو اُڙ اُڀني سُڀ چنتڪ سورڀ دواران دوسرون ڀرت ديتي جائو تو ڀرتا جائينگا.

❁ سروَ کا سهيوگ ڀراڀت ڪرني کا آڙا ڀي سُڀ چنتڪ اِسٽي هئ. سُڀ چنتڪ ڀاونا اُڙ من ۾ سهيوگ کي ڀاونا سهج اُڙ سُنه اُڀن ڪر ديتي هئ ڪيونڪ سُڀ چنتڪ آتمائون کي ڀرت هرايڪ کي دل ۾ سنيه اُڀن هوتا هئ اُڙ سنيه هين سهيوگي بناءِ ديتا هئ. جهان سنيه هونا هئ وهان سمپ، سمپتي، سهيوگ سدا نچاور ڪرني کي لِيئي تيار هو جاتي هئ. اِس لِيئي سدا سُڀ چنتن سين سمپن رهو اُڙ سُڀ چنتڪ بن سروَ ڪو سنيه، سهيوگي بناو.

❁ سُڀ چنتڪ آتما سروَ کي سنتشتتا کا سهج سرٿيفڪيت لي سڪتي هئ. سُڀ چنتڪ هين سدا ڀرسنتا کي ڀرسنتي ۾ ره سڪتا هئ، وه وشو کي آگي وشيش

پرسنلتي والا پوُجنيہ بن جاتا هٿم.

❁ شپ چنتک بن نا اُميندوار کو اُميندوار بنا ء دو. اُپني شُپ چنتن کي خزانِي سين کمزور کو پي پرپور کر آگي بڊاؤو. يه نهين سوچو کِ اِسِر تو گيان هين نهين هٿم. يه گيان کي پاتر هين نهين هٿم. يه گيان ۾ چل هين نهين سکتي. ليکن آپ اُپني شُپ چنتک ورتي سين باپ دادا دواران ملي هوئي شکتيون کي سهاري کي تانگ دیکر، لنگڑي کو پي چلاني کي نمت بنو.

❁ شپ چنتک بن کسي کي کمزوري کو جانتي هوئي پي اُس اُتما کي کمزوري کو پُلاکر اُپني وشيشتا کي شکتي کي سمرتي دلاکر اُسي سمرت بنا ء دو. کسي کي پرت گهرٹا درشتي نه هو. سدا گري هوئي اُتما کو اونچا اُناني کي درشتي هو.

❁ آپکي شُپ چنتک بنني سين جو سرو کو پراپتي هوتي هٿم۔ خوشي کي، سهاري کي، همت کي پنکون کي، اُمنگ اُتساه کي.... يه پراپتي کي دعائين کسکو اذکاري بچي بنا ء دينگي. کسي کو پڳت اُتما بنا ء دينگي. اِس ليئي پرتگيا کرو کِ سدا کي ليئي هر اُتما کي پرت اوُر اُنیک پرکار کي پاوانائين پريورتن کر ايک شُپ چنتک پاونا هين رکينگي.

## شُپ پاونا، شُپ ڪامنا سمپن بنو

✿ شپ پاونا آرڻات رحمدل ڪي ورتي. ڪوئي ڪسي پي آتما هو ليڪن اپني رحر ڪي ورتي سين، شپ پاونا سين اُسي پريورتن ڪرو. جيئي سائنس والي ريت ۾ پي اناج پڻدا ڪر ديتي هئ، اُسي سائلبنس دواران ڌرني ڪا پريورتن ڪرو، اِسڪي ليئي شپ پاونا سمپن بنو. شپ پاونا پي بيحد ڪي هو. ايڪ ڪي پرت وشيش پاونا پي حد هئ. حد ۾ نقصان هئ، بيحد ۾ نهين.

✿ ڪسي ڪي بيتي هونئي بات ڪو رحمدل بن سماءِ دو. سماءِ ڪر شپ پاونا سين اس آتما ڪي پرت منسا شيوا ڪرتي رهو. پلي سنسڪار ڪي وس ڪوئي اُلتا پي ڪهتا، ڪرتا يا سُننا هئ ليڪن آپ اُسڪي پرت پي شپ پاونا رڪو. وشيش يهه گُڻ ڌارڻ ڪرو ڪ ڪسي ڪا سُننا، سُنانا نهين هئ ليڪن سمانا هئ.

✿ چاهي وهنوار ۾ رهتي هو يا پرورتي ڪو چلاني ڪي ڪاريه ۾ رهتي هو. ليڪن سدا سَو پرت وا ساڻيون ڪي پرت شپ پاونا اؤر ڪامنا سين وايومنڊل روحاني بناني ڪا سهيوگ دو. سدا سَو پرت اؤر سرو ڪي پرت سهيوگ

کي شپ پاونا رکتی ہوئی سہیوگی آتما بنو. کئسا پی  
وايومنڊل هو، ويکتی هو، ”مجھي سہيوگ دينا هئ“  
یہي شپ پاونا، شپ کامنا سدا رہي.

❁ سپ سين بري سين بري دين هئ داتا کي بچي بن  
سرو کو سہيوگ دينا. بگڑي ہوئی کاریہ کو بگڑي ہوئی  
سنسکارون کو، بگڑي ہوئی موڊ کو شپ پاونا سين نيک  
کرنی ۾ سدا سرو کي سہيوگی بنو، یہي هئ بري سين  
بري وشيش دين. اس نين یہ کھا، یہ کيئا، یہ ديکتی،  
سنتی، سمجھتی ہوئی پی اپنی سہيوگ کي استاک  
دواران پريورتن کر دو. بيحد کي آتمک درشتی، پائي  
پائي کي سنہنت کي ورتي سين کسی پی آتما کي  
پرت شپ پاونا رکتی کا قل ضرور پراپت هوتا هئ.

## سروَ کي سهيوگي بنو

✽ اَمبرت ويَلي سين ليڪر ساري دن کي دنچريا کا مؤل لکش يهي هو ک سهيوگ دينا هئ، سهيوگي بننا هئ.

✽ اَمبرت ويَلي باپ سين ملن مناءِ کر باپ سمان ماسٽر بيچ روپ بنو، ماسٽر وشو کلياڻڪاري بن سروَ آتمائون کو اپني پراپت هوئي شڪتيون کي دواران آتمائون کي ورتي اوڙ وايومنڊل پريورتن کرني کي ليئي ليئي سهيوگي بنو. بيچ دواران ساري ور کيه کو روحاني جل ديني کي سهيوگي بنو، جس سين سروَ آتمائون روپي پتون کو پراپتي کي پاڻي ملني کا انيو هُو.

✽ اَلوڪ سنبنڌ ۾ رهتي، شيوا ۾ رهتي يا لوڪ وهنوار ۾ آتي، هر سميه يهه آڪيوپيشن ياد رهي ک مئن سو پرت وا ساڻيون کي پرت شپ پاونا اوڙ کامنا سين روحاني وايومنڊل بناني کا سهيوگ ديني والي آتما هون. کوئي پي سيڪنڊ سهيوگي بنني کي سواءِ نه هو. چاهي منسا سين سهيوگي بنو، چاهي واچا سين، چاهي سمپرک سنبنڌ دواران سهيوگي بنو، چاهي استول کرم دواران سهيوگي بنو، ليکن سهيوگي ضرور بننا هئ.

✽ سو پريورتن کي ليئي سهر کي سهيوگي بنو اَرڻات

ساکی بن سُو کی پرت پی سدا شپ چنتن کی ورتی ہو۔  
 سدا سُو پرت اؤر سرو کی پرت سہیوگ کی شپ پاونا  
 رکتی ہوئی سہیوگی آتما بنو۔ وہ اُسا ہئے وا اُسا کیون  
 کرتا ہئے، یہ نہیں سوچو۔ کُسا پی وایومندل ہو،  
 ویکتی ہو، مجھی سہیوگ دینا ہئے۔

✽ تن سین، من سین، دن سین، منسا سین واٹی سین وا  
 کرم سین سہیوگی بننی کا لکش ہو تو سہج یوگی بن  
 ہین جائینگے۔ اُگر من سین سہیوگی نہیں بن سکتی تو  
 تن اؤر دن سین سہیوگی بنو۔ من اؤر واٹی سین نہیں تو  
 کرم سین سہیوگی بنو۔ سنہنڈ جُزوانی وا سمپرک رکانی  
 کی سہیوگی بنو۔ اپنی سرو پراتیون کی اُنیو سُنانی  
 کی سہیوگی بنو۔ کسی کو گُٹون کی دان دواران  
 سہیوگی بنو۔ کسی کو اُمنگ اُتساہ بدانی کی سہیوگی  
 بنو۔ سپ نہیں کر سکتی ہو تو ایک کرو۔ جو پی وشیشتا  
 ہو اُسکی وشیشتا کو کاریہ ۾ لگائو اُرتات سہیوگی بنو  
 تو سہج یوگی بن جائینگے۔

✽ پُجا سہیوگ کی نشانی ہئے۔ اِس لیٹی چیک کرو کہ  
 ہر سمیہ باپ کی کرتویہ ۾ سہیوگی، رائیت ہنڈ پُجا  
 ہئے؟ تن، من، دن تینون سین سدا سہیوگی ہئے؟ وا کپی  
 کپی کی سہیوگی ہئے؟ جب اُمنگ آیا، مؤڈ بنی تب  
 سہیوگی بنتی یا سدا کی سہیوگی ہئے؟ کپی سہیوگی  
 بننی کی بجاء ویوگی تو نہیں بن جاتی ہئے؟



## شانتي ڪي شڪتي ڌارڻ ڪرو

✽ آپ آتمائون ڪا سوڌرم شانتي هئ. آڀني شانتي سوڌرم ۾ استت ره، شانتي ڪي ساگر پتا پرماتما ڪي ياد ۾ رهنِي سين ايڪ سيڪنڊ ۾ اَشانتي آتمائون ڪو شانتي ڪا اَنيو ڪراي سڪتي هو. ورتمان سميه مئجارتي آتمائون ڪو سُڪ سين پي اڌڪ شانتي چاهيئي. وه ايڪ گهري پي شانتي ڪا اَنيو اتنا سرِيشت مانتِي هئ جئسي پڳوان ڪي پراپتي هو گئي. تو ايڪ سيڪنڊ ۾ شانتي ڪا اَنيو ڪراني والي سيم شانتي سوڌروپ استتي ۾ استت رهو. پهلي سيم شانتي ڪي شڪتي ڪي اَنيوي بنو ڦر دوسرون ڪو اَنيو ڪرائو. ڪي ڪسي ڪي سنسڪارون سين ٽڪر نهن ڪانا هئ، سنسڪار ملانا هئ. يدي ڪوئي دوسرا گزبڙ ڪري تو پي آپ شانتي رهو، آپ گزبڙ نهن ڪرو اوڙ هين اُسڪو شانتي ڪا سهيوگ دو.

✽ وڳهن وناشڪ بنني ڪي وڌي هئ، شانتي رهنا اوڙ شانتي سين سرو ڪاريه سمپن ڪرنا. يه شانتي ڪي شڪتي ڪتني پي بري وڳهن ڪو سهج سماپت ڪر ديتي هئ. اس ليئي شانتي ڪي شڪتي جمع ڪرو. جئسي ڪاد گندي هوتي هئ ليڪن اُسڀر جب قول پئدا هونا هئ تو

## دوہ رتنون کا اُپھار

خوشبوءِ والا ہوتا ہئے۔ کاد ۾ پی پریورتن کرنی کی  
شکتی ہئے۔ کاد سیم کئی پی ہئے لیکن پءدا کرتی  
ہئے۔ قل، قول، سبجیان.... تو آپکو پی جب کوئی  
گالی دیتی ہئے آپ اُسکو قول بناء کر ڈارٹ کرو۔ وو  
غما کری اؤر آپ اُسکو شانتی کا سینتل جل دو۔ یہی  
آپ شانت سوروپ بچون کا کرتویہ ہئے۔

## سدا بري دل والي، دل خوش بنو

✽ جب ڪوئي پي ڪاريه ڪرتي هو تو سيم ڪرني ۾ پي بري دل رڪو اؤر دوسرون ڪو سهيوڱي بناني ۾ پي بري دل رڪو. ڪي پي سيم ڪي پرت وا سهيوڱي آتمائون ڪي پرت، ساڻيون ڪي پرت سنڪچت دل نهين رڪو. بري دل رڪني سين، جئسي ڳايا هونءَ هٿ ڪ مٽي پي سونا هو جاتي هٿ، ڪمزور ساڻي پي شڪتيشالي بن جاتا هٿ، آسميو سقلنا سميو هو جاتي هٿ. سدا دل خوش رهتي هٿ.

✽ سدا سپوت بن ڪر رهو تو سرو ڪي دل ڪي سنيهي ڪي دعائون سين، سرو ڪي سهيوڱ ڪي انپوتيون سين، سرو خزانون سين پنڌاري ڀرپور رهينڱي. ڪسي پي خزاني سين اپني ڪو خالي نهين انپو ڪرينڱي. درشتي، ورتي سين، واٽبريشن سين، مڪ سين، سمپرڪ سين سدا ڀرپور تا ڪا انپو هونءَ تو دل خوش رهينڱي.

✽ سدا دل خوش تب رهينڱي جب باپ ڪي ساڪ ساڪ اپني آپ ۾ پي نشچيه، برهمڻ ڀريوار ۾ پي نشچيه اؤر ڊراما ڪي هر درشيه ۾ پي نشچيه هونءَ. يدي باپ ۾ نشچيه هٿ ليڪن اپني ۾ نهين هٿ، تو چلتي چلتي اپني سين دلشڪست هوتي رهينڱي. اس ليئي اڏرا نشچيه نه هو.

✽ اُمنگ اُتساه بري سين بري شڪتي هٿ. اُمنگ اُتساه

والی کپی کوئی دلشکست ہو نہیں سکتی کیونکہ اُمَنگ اُتساہ والی مشکل کو سہج کر دیتا ہے۔ طوفان کو پی طوفعا بناء دیتا ہے، پریکیا و اسمسیا کو منور نجن اُنیو کرانا ہے۔

❁ سدا یہ یاد رکو کہ ہر دلرام کی دل تخت نشین ہے۔ یہ سمرتی کا تلک ہین راج تلک ہے۔ تو اسی خوشی ۾ رھو کلہ کیا ٲی اوُر آج کیا بن گئی۔ کسکی نظر ۾ آ گئی! دنیا والون نی نُکرا دیتا اوُر باپ نین اپنا بناء لیئا۔ نکاٹا دی دیتا۔

❁ جئسی روشنی کرنی سین اُنڈکار سْتہ ختم ہو جاتا ہے۔ اُگر اُنڈکار کو نکالنی کی سوچتی رھینگی، تو نائیم اوُر محنت ویست جائینگی۔ اِس لیئی یہ نہیں سوچتی رھو کہ کیا کرین آج کروڈ آ گیا، وُترت ہو گیا، یہ سوچنی سین دلشکست ہو جائینگی۔ لیکن سپ کُچ سقل کرو تو وُترت سْتہ ختم ہو جائینگا دل خوش رھینگی۔

## سنتشتمڻي بنو

✽ سنگر يگ ڪا و شيش وردان سنتشنتا هءَ. سنتشنتا ڪا بيج سرو پراپتيا هءَ. آسنتشنتا ڪا بيج استول وا سو کيم پراپتيا هءَ. جب برهمڻون ڪا گائن هءَ ”پراپت نهين ڪوئي وستو برهمڻون ڪي خزاني ۾ آتو برهمڻ جيون ۾“ تو ڦر آسنتشت ڪيون؟ صرف پراپت هوئي خزانون ڪو هر سميه ڪاريه ۾ لگائو آرقات سمرتي سورپ بنو تو سنتشتمڻي بن جائينگي.

✽ سنتشنتا ڪي آڌار پر استول ڌن ۾ پي برڪت انيو هوتي هءَ. سنتشنتا والي ڪا ڌن، دو رُپيا پي دو لاک سمان هءَ. ڪروڙپتي هو ليڪن سنتشنتا نهين، تو ڪروڙ، ڪروڙ نهين، اڇائون ڪي بڪاري هءَ. اڇا آرقات پريشاني. اڇا ڪي اڇا بناء نهين سڪتي. اس ليئي سنتشتمڻي بن ”اڇا ماترم اوديا“ بنو.

✽ هر وشيشنتا ڪو ڌارڻ ڪرني ڪا سهج ساڌن سنتشنتا هءَ. سنتشنتا ڪا خزانا سرو خزانون ڪو سته هين اپني طرف آڪرشت ڪرنا هءَ. سنتشنتا گيان ڪي سبچيڪت ڪا پر تڪيه پر ماڻ هءَ. سنتشنتا بي فڪر بادشاه بناتي هءَ. سنتشنتا سدا سومان ڪي سيت پر سيت رهنئي ڪا ساڌن هءَ. تو سدا سنتشنتا ڪي وشيشنتا ڪو ڌارڻ ڪر سنتشتمڻي بنو.

❁ سنتشتنا برھمٹ جیون کا جیئدان ہئ۔ برھمٹ جیون کی اُنتی کا سھج ساڈن ہئ۔ سُو سین سنتشت، پریوار سین سنتشت اؤر پریوار اُس سین سنتشت۔ کسی پی پرستتی ۾ رھتی ہوئی، وایومندل واٹبریشن کی ہلچل ۾ پی سنتشت بنو۔ اُتسی سنتشتنا - سوروپ سریشٹ آتما وجئی - رتن کی سرٹیفکیٹ کی اذکاری ہئ۔

❁ چلتی چلتی برھمٹ جیون ۾ سمسیائین یا پرستتیاں تو ڈراما اُنوسار اُنی ہین ہئ۔ جنر لیتی ہین آگی بدنی کا لکش رکنا اُرتات پریکیائون اؤر سمسیائون کا آواہن کرنا۔ جب اپنی کیئی ہوئی آواہن کو پوُل جاتی تب اُسنتشت ہوتی ہو۔ قر سھج مارگ سھن کرنی کا مارگ اُنیو ہوتا ہئ اؤر سنگم یگ کا وشیش خزانہ ”اُتی اندریہ سُک“ کا اُنیو نہین کر پاتی۔ اِس لیئی سدا سنتشت اؤر پرسن رھنی کا وردان سیم پی لو اؤر اؤرون کو پی دو۔

❁ جئسا سمیم، جئسی پرستتی، جس پرکار کی آتما سامنی ہو، وئسا اپنی کو مولد کر لو۔ اُتسی ایزی سنسکار ہو تو سنتشتمٹی بن جائینگی۔

## سدا ۽ پرسنچت بنو

✽ آپ بچون کي چلن اؤر چهري سين سدا پرسنتا کي جهلڪ دکائي ديني چاهيئي. ڪڇ پي هو جائي ليڪن سرو پراپتيوان کي اپني پرسنتا چور نهين سکتي. آپکي جيون کي و شيشتا هين هءَ پرسنتا. چاهي کوئي گالي پي ديتا هو تو پي چهري پر دک کي لهر نهين آ سکتي. يدي شکل پر ايڪ سيڪنڊ کي لپتي پي آپرسنتا آئي تو فيل هو جائينگي.

✽ سرو پراپتيون کي نشاني هءَ - پرسنتا کي پرسنتي، جسکو سنتشتنا پي كهتي هءَ. ائسي پرسنچت آتمائين کي پرسنچت نهين بن سکتي آرقات انڙ کيون، کيا کي هلچل نهين هو سکتي کيونڪ جو سمپن هوتا هءَ اُسڙ هلچل نهين هوتي هءَ. جو خالي هوتا هءَ، اُسڙ هلچل هوتي هءَ.

✽ ڪئين بچي پرسنسا کي آڌار پر پرسنتا انپو ڪرتي هءَ ليڪن وه پرسنتا آلپڪال کي هءَ. آج هءَ ڪڇ سميه کي باد سماپت هو جائينگي. مئن نين يهه شيوا کي تو ميرا نام هونا چاهيئي. شيوا کي رزلت ۾ ميري کو مان ملنا چاهيئي. يهه مان نهين ليڪن اپمان هءَ. جهان اپمان هءَ وهان پرسنتا ره نهين سکتي.

❁ سدا پرسنچت رهنِي كِي لِيئي اِيك باپ كِي سنيه  
 ۾ سدا سمائي رهو. تو سنيه كِي رتن ۾ سرو پراتيان  
 سنه هو جائينغي. پراپتي سمپن بنِي سين پرسنچت  
 استتي كا انيو هونگا. قَر كسي پي پركار كا سهارا  
 آكرشت نهين كرينگا.

❁ سدا پرسن وهي رهه سكتي هه جو سدا سريشت كرم  
 كرتي هه. سريشت كرم كِي نشاني هه سيم پي سنش  
 اور دوسري پي سنش. اكر كوئي سيم سين اسنش هه وا  
 دوسري اس سين اسنش رهتي هه نو سمجهنا چاهيئي ك  
 يوگ يكت بنِي ۾ كوئي كمي هه.

❁ جهان پرسنا ارقات سنشنا هه وهان سرو كِي دعائين  
 هه. يدي اور كچ پي نهين آتا هه نو كوئي بات نهين.  
 ياش نهين كرنا آتا هه، سرو گن دارن كرني ۾ محنت  
 لگتي هه، سرو شكتيون كو دارن كرني ۾ محنت لگتي  
 هه نو اسكو چور دو. ليكن پرسنا كو كپي نهين چورو.



## خوشيون کي خزاني سين سمپن بنو

✽ خوشي کا خزانہ سڀ سين برا خزانہ هئ. اگر خوشي هئ تو سڀ ڪڇ هئ اڙ خوشي نهين تو ڪڇ پي نهين. اس ليئي ڪيي آنڪون سين وا من سين رونا يا اداس نهين هونا. اداس هوني سين خوشي غائب هو جاتي هئ. اونا شي، اڪت پراپتيون کي آڱي يدي ٿورا بهت نقصان هوتا پي هئ تو وو ڪيا بري بات هئ! اس ليئي ڪڇ پي هو جائي ليڪن ڪيي پي خوشي کا خزانہ ڳنونا نهين. پل شير پي چلا جائي ليڪن خوشي نهين جائي. اتنا پڪا بنا هين برهمڻ جيون هئ.

✽ برهمڻ جيون کا سواس هين خوشي هئ، اگر خوشي نهين تو برهمڻ جيون نهين. اس ليئي سدا خوش رهو. باپ ملا اڙقات سڀ ڪڇ ملا. اس سمرتي سين خوشي کا اسٽاڪ فل ڪرو.

✽ سدا خوش رهنا اڙ دوسرون کو پي خوشي بانٽنا، بهي سڀ سين بري شان هئ. جب داتا کي بچي هو تو سدا ديني والي بنو، ليني والي نهين. باپ سين تو بنا مانگي ملتا هين رهتا هئ. تو جو خوشي کا خزانہ ملا هئ اسي بانٽني والي مهاداني بنو، اسي شيوا ۾ سدا بزي رهو. اس سين سوڀن پي بدل جائينگي، سدا سک کي، خوشي کي،

شیوا کی، ملن منانی کی ہین سوپن آئینگی۔

❁ دل سین سدا دلارام باپ کی سات رھو تو سات کی خوشی ۾ پوجن پی ننڊا، گرم نہین لگینگا، بہت پیارا لگینگا۔ تو استول وا ساڌارڻ کئسا پی کاریہ کرتی، چہری اؤر چلن سین سدا خوشی کی جھلک دکائی دی۔ نرنتر خوشی ۾ من ناچتا رھی۔

❁ گایا ہونٹا ہئم۔ ”خوشی سپ سین بری خورا ک ہئم“ خوشی جئسی اؤر کوئی خورا ک نہین۔ جو خوشی کی خورا ک کانی والی ہئم وو سدا تندرست، ہیلدی رھتی ہئم، کپی کمزور نہین ہوتی۔ خوشی ہئم من کی خورا ک۔ اُنکا من کپی کمزور نہین ہو سکتا، جسکا من اؤر بُڌی سدا شکتیشالی ہئم تو استنی پی شکتیشالی ہونگی۔

❁ سدا خوش وھی رھہ سکتا ہئم جو سپکی سات ائڊجیسٹ ہو جاتا ہئم۔ چاہی بیگري لائیف، چاہی سادنون کی لائیف، دونو ۾ ائڊجیسٹ ہونا اؤر خوشی خوشی سین ہونا، سوچ کر نہین۔ کئسی پی پرستتی ہو، چاہی اچی ہو، چاہی ہلانی والی ہو لیکن ہر سمیہ، ہر سرکمنٹس کی اندر اپنی کو ائڊجیسٹ کر لو تو سدا خوش، سدا راضی ہو کر رھینگی۔

## همٿوان بنو

✿ برهمٿ جيونَ ڪا وشيش آڌار هئ. همٿ. جيئسي سواس نهين تو جيونَ نهين، وئسي همٿ نهين تو برهمٿ نهين. باپ ڪا پي واعداءِ هئ ”همٿي بچي مددي باپ“ صرف مددي باپ نهين هئ.

✿ جيئسي اونچي منزل پر پهونچني سين پهلي آنڌي طوفان لگتي هئ، اسٽيمبر ڪو اس پار جاني ڪي ليئي بيچ پنور سين ڪراس ڪرنا هين پرتا هئ. ائسي ميا ڪي طوفان تو آئيني هين ليڪن جلدي ڀر گهٻرائو مت، ٿڪو مت، رڪو مت. ساڻي ڪو ساڻ رڪو تو هر مشڪل سهج هو جائينگي. همٿوان بنو تو مدد مل جائينگي.

✿ ”همٿ“ آپ بچون ڪي پراپرٽي هئ، همٿ ڪو چورا آرٿات پراپرٽي ڪو چورا، پراپرٽي ڪو چورا آرٿات باپ ڪو چورا. اس ليئي ڪيا پي هو جائي، ڪئسي پي پرستي آ جائي، همٿ نهين چورني چاهيئي. همٿ هين اس مرجيوا جيونَ ڪا سواس هئ. همٿ هئ تو مڙجت سين پي سرجيت هو جائينگي.

✿ همٿ رڪ ڪر چلني والي ڪو سهج وردان پراپت هو جاتا هئ، مشڪل پي سهج هو جاتي هئ، اسمپوٽ بات پي

سميوُ هو جاتي هئ. همت هئ تو سدا هرشت رهينگي.  
 ساهس ركو تو باپ كا سهيوگ مل جائينگا.

✽ چاهي پرڪرتي دواران، چاهي لوڪ سنبنڌ دواران،  
 چاهي دئوي پريوار دواران ڪوئي پي پريڪيا آئي وا  
 ڪوئي پي پرستني آئي، اُسِر اچل اڏول رهنِي ڪي ليئي  
 همتوان بنو. پريڪيائين تو بهت آني هئ. پيپر تو هوني  
 هين هئ. جئسي اَنتر فائينل زلت كا سميه سمپ آرها  
 هئ وئسي سميه پرت سميه پرتيڪل پيپر هونگي. اُسِر پاس  
 هوني ڪي ليئي همتوان بنو. ڪيي دلشڪست نهين هونا.

✽ جب سرشتي ڪي پريورتن، پرڪرتي ڪي پريورتن  
 ڪي ذميواري ڪو اُناني ڪي همت رڪني والي هو،  
 چئلينج ڪرني والي هو تو ڦر ڪمزوريون ڪي ڪارڻ  
 نهين نڪالو. ڪارڻ ڪي رچنا چاهي منسا، چاهي واچا،  
 چاهي سمپرڪ وا سنبنڌ ۾ تب هوتي هئ جب ڪوئي نه  
 ڪوئي ڪمزوري هوتي هئ. اِس ليئي همتوان بن سڀ  
 ڪمزوريون ڪو سماپت ڪرو.

✽ مئن هون هين ڪلپ پهلي والا وجئي - اِس سمرتي  
 سين اپني ڪو همتوان بناؤ. هر سرو شڪتيوان باپ ڪي  
 بچي ماسٽر سرو شڪتيوان هئ، اِس سمرتي سين همت آ  
 جائينگي. اَگر ڪيي من ۾ ڪمزور سنڪلپ اُتپن پي هو  
 جائِي تو اُسڪو وهان هين ختم ڪر شڪتيشالي بنو.

## سرلڇت بنو

✿ جو سِير سرلڇت رهڻي هئ هه دوسرون ڪو پي سرلڇت بناء سگهڻي هئ. سرلڇت معنيٰ جو بات سني، ديڪي، ڪي، وهه سار ڀڪت هو اڙ سار ڪو هين اناڻي، اڙ جو بات وا ڪرم سِير ڪري اُسڀ پي سار پرا هوئا هو.

✿ جو سرل پڙشارڻي هوئا هئ وهه اڙرون ڪو پي سرل پڙشارڻي بناء ديتا هئ. سرل پڙشارڻي سڀ باتون ۾ آلائونڊر هونگا. اُسڀ ڪوئي پي بات ڪي ڪمي ڊڪائي نهين دينگي. ڪوئي پي بات ۾ همت ڪم نهين هونگي. مڪ سين ائسا بول نهين نڪلينگا ڪ يهه ڪي نهين ڪر سگهڻي هئ. اسي ايڪ سرلنا ڪي گُڻ سين وهه سڀ باتون ۾ ستمپل بن پاس وٽ آنر بن جاتا هئ.

✿ جئسي ساڪار باپ ڪو ديڪا، جتنا هين ناليجفل اُتنا هين سرل سڀاءُ. جسڪو ڪهڻي هئ بچپن ڪي سنسڪار. بزرگ ڪا بزرگ، بچپن ڪا بچپن. ائسي فالو فادر ڪر سرلڇت بنو.

✿ سقلنا مورت بنني ڪي ليئي مکيه گُڻ سرلنا اڙ سهن شيلنا ڪا ڌارڻ ڪرو. جئسي ڪوئي ڌيريتا والا منش سوچ سمجهه ڪر ڪاريه ڪرنا هئ تو سقلنا پراپت هوتي هئ.

اُتسی ہین جو سرل سُپاءِ والی سہن شیل ہوتی ہئہ وہہ  
 اُپنی سہنشیلنا کی شکتی سین کُسی پی کنور  
 سنسکار والی کو سیتل بناء دیتی ہئہ، کن کارہ کو  
 سہج کر لیتی ہئہ۔

✽ سرلنا کی گُٹ کی کارٹ باپ کو پی پولانات کہتی  
 ہئہ، لیکن وہہ پولانات کی سات سات آلمائتی اُتارٹی  
 پی ہئہ صرف پولانات نہین۔ تو آپ پی سرلنا کی گُٹ  
 کو ڈارٹ کرو لیکن اُپنی شکتی سوروپ کو پی سدا  
 یاد رکو۔

✽ سرلنا کو اُپنا نجی سُپاءِ بنانی سین سمیتنی کی  
 شکتی پی سہج آ جاتی ہئہ۔ جو سرل سُپاءِ والا ہونگا وہہ  
 سپی کا سنیہی ہونگا، اُنکو سپی دواران سہیوگ پی  
 اوشیہ پراپت ہونگا۔

✽ اُپنی وا دوسری کی بیتنی کو نہین دیکو تو سرلچت  
 ہو جائینگی۔ جو سرلچت ہوتی ہئہ اُنہر مدُرتا کا گُٹ  
 پرتکیہ دکائی دیتا ہئہ۔ اُنکی نئون سین، مُک سین،  
 چلن سین مدُرتا پرتکیہ روپ ہر دیکنی ہر آتی ہئہ۔

## سُکڊاڻا کي بچي سُکڊاڻي بنو

✽ باپ دادا نين آپ بچون کي سڊا ”سُکڊاڻي اسٿتي“ کي سڀت ڊي هئ، سڊا اسي پوزيشن کي سڀت پر سڀت رهو تو اتي اندريه سُک کي جهولي ۾ جهولتي رهيڻي.

✽ جئسي باپ ڏک هرتا سُک ڪرنا هئ ائسي آپ بچي پي ماسٽر ڏک هرتا سُک ڪرنا هو. تو هر سنڪلپ هر آتما کي ڀرت وا سَو کي ڀرت سُکڊاڻي هو ڪيونڪ ڏک کي دنيا سين نڪل سنگم يگ ۾ پهونچ گئي هو. پر شونم يگ ۾ بئني هو، تو باپ سمان سُکڊاڻا ڏک هرتا بنو.

✽ جئسي باپ کي بول، سڊا سُکڊاڻي، سڊا مڏر مهاواڪيه هئ، ساڌارڻ بول نهين هئ. ائسي آپکي بول پي هر آتما کي سڏ ديني والي سُکڊاڻي هو. اُسڀر ويڪت ڀاءُ نهين هو. هر بول ۾ سڊا اويڪت ڀاءُ هو، آتمڪ ڀاءُ هو.

✽ آپ بچون کي ليئي ڀرماتر ڀيار هيڻ آندميه جهولا هئ، اسي سُکڊاڻي جهولي ۾ سڊا جهولتي رهو. ڀرماتر ڀيار اٺيڪ جنمون کي ڏکون کي اڪ سيڪنڊ ۾ سماپت ڪر ديتا هئ. ڀرماتر ڀيار سرو شڪتي سمپن هئ، جو نرڀل آتمائون کي شڪتيشالي بناڊ ديتا هئ. اٿسا سرشيت

پر ماتر پیار کی اُنیوی بنو اؤر بناؤ تو دُکون سین چوٹ  
جائینگی۔

✽ سُدائی اِستنی تب بنینگی جب کوئی پی پُراٹا  
سنسکار، پُراٹی عادت نہ رہی۔ سدیو یھی کوشش کرنی  
ہمہ ک ہماری چلن دواران کوئی کو پی دُک نہ ہو۔  
میری چلن، سنکلپ، واٹی، ہر کرم سُدائی ہو۔ یھی  
ہمہ برہمن کُل کی ریت۔

✽ جئسی باپ گیان کا ساگر، سُک کا ساگر ہمہ وئسی  
ہین سیر کو پی گیان سوروپ، سُک سوروپ اُنیو کرو۔  
جب باپ سمان سُک سوروپ بن جائینگی تو سُک سوروپ  
آتما دواران سُک کی کرٹین وشو ۾ قہلینگی کیونکہ  
ماسٹر گیان سوریه ہو تو جئسی سوریه کی کرٹین ساری  
وشو ۾ جاتی ہمہ وئسی آپ گیان سوریه کی بچون کی  
گیان، سُک، آند کی کرٹین سرو آتمائون تک  
پھونچینگی۔

✽ سُک کی ساگر کی بچی کاتی، پیتی، چلتی، اشوک  
ارقات سنکلپ ماتر ۾ پی شوک و دُک کو طلاق دینی  
والی سُک سوروپ ہو، جب سُک کا ساگر ملا تو دُک کاھی  
کا۔ اب سُک سوروپ بن سیکو سُک دو، سُک لو۔



## سُوَ پُريورتنڪ بنو

✽ وشو پُريورتن کي ڪاريه ۾ دلپسند سڦلنا پراپت ڪرني کي ليئي سُوَ پُريورتنڪ بننا ضروري هئ. اُوڙ سُوَ پُريورتن ڪا سهج ساڌن هئ، محسوسنا کي شڪتي. يهه شڪتي سداڪال کي ليئي پُريورتن ڪرا ديتي هئ ليڪن اِسڪي ليئي دو باتون کي سچي دل سين محسوسنا چاهيئي ۱- اُپني ڪمزوري کي محسوسنا اُوڙ ۲- ويڪتي کي ڪمزوري يا پُروس کي اِسٽي کي محسوسنا تڻا پرستتي ڪو پيپر سمجهه اُسڙ پاس هوني کي سر پشت سوروپ کي محسوسنا، يهه دو باتين سهج پُريورتن ڪا ساڌن هئ.

✽ اُپني اَلپڪال کي سنسڪارون ڪو اَنادي سنسڪارون سين پُريورتن ڪرو تو ڀن ڀن پرڪار کي وگهن اَنادي سنسڪار اِمرج هوني سين سهج سماپت هو جائينگي. مڏيه ڪال کي سنسڪار سڀاءُ ڪو ميرا سمجهني کي چوڻي سي غلطي محنت ڪا اَنپو ڪراتي هئ. ڦر مجبور هو جاتي هو. اِسي راوڻ ڪا سنسڪار، سڀاءُ سمجهه ڪر پُريورتن ڪر دو تو محنت سين چوڻ جائينگي.

✽ يهه سميه وشيش سُوَ پُريورتن ڪا هئ، اِس ليئي سُوَ

کي پرورتي، دٿوي پريوار کي پرورتي، شيوا کي پرورتي، حد کي پراپتيون کي پرورتي... ان سڀي سين نشوموها اَرتات نياري اؤر پياري بنو. اَب ڀڏَ کي سنسڪار، محنت کي سنسڪار، من کو مَوَجهاني کي سنسڪار... ان سڀکو باپ دادا کي ايڪسٽرا سنيهه کي مدد سين پريورتن کر سمرتي سوروپ بن جائو.

✽ ورتمان سميه ويڪتيون دواران، پرکرتي يا مايا دواران پرستتيان انا نشچت هه. ليکن سَوَ استتي کي شکتي پرستتي کي پَرياءُ کو اَسي سماپت کر دي جئسي ايک منورنجن کي سين سامني آئي اؤر گئي. سنڪلپ ۾ پي پرستتي کي هلچل کي اَنيوتي نه هو، يهي هه پريورتن کي شکتِي.

✽ اَب کمزورون کو ساقت نهين دينا، اَگر کوئي کمزوري کي شبد بولي تو اُسي پريورتن کرني کي ليئي اُسکا ساٿي بنا. سدا ايک دو ۾ شپ بولنا، شپ سوچنا اؤر شپ کرنا. جب باپ دادا سين دل کا سنيهه هه تو سنيهه ۾ سيم کو ٿرن (پريورتن) کر لو. پڀت تو سر اُتار کر رکني کي ليئي تيار هو جاتي هه، آپ کمزوريون کي راوڻ کا سر، بي سمجهي کا سر اُتار دو تب کهينگي سَوَ پريورتن کو وشو پريورتن.

## سَومَان ڌاري بنو

✽ سَومَان ۾ اسٽت هونا هين جيونَ کي پهيلي ڪو هل ڪرني ڪا ساڌن هئ. سَومَان ۾ اسٽت هوني سين سٽه هين سرو پرت سوَ کي پاونا وا شپ ڪامنا هو جائينگي. سَومَان ۾ اسٽت هوني ڪا پهلا پان هئ ”مئن ڪوَن هون“، اس ايڪ شبد کي اتر ۾ سارا هين گيان سمايا هوئا هئ. يه ايڪ شبد هين خوشي کي خزاني، سرو شڪنيون کي خزاني، گيان ڌن کي خزاني، سواس اوَر سميه کي خزاني کي چاڀي هئ. يه پهيلي سمجهدار کي ليئي سهج هئ اوَر اَلبيلي آتمائون کي ليئي گُهي هئ.

✽ سَومَان کي سيٽ ۾ سيٽ هوني سين سٽه هين پُراڻي سنسڪار اوَر ڪرم پريورتن ۾ آ جاتي هئ. سَومَان ۾ رهنِي سين ايمان ختم هو جاتا هئ. جتنا برا سَومَان اُتنا هان جي ۾ نرماڻتا. سَومَان والا سِير سمپن هوني کي ڪارڻ سڀي آتمائون ڪو مان ديني والا هونگا.

✽ سَومَان ڌاري آتمائين اُپني پراپت هوئي سَومَان ۾ رهتي هوئي سَومَان وَ سَنمان ۾ رهتي هئ اوَر دوسرون ڪو پي سَنمان سين ديڪتي، بولتي وَ سمپرڪ ۾ آتي هئ. سوَ سَنمان ڪا آرٿ هئ سِير ڪو مان دينا. جئسي باپ وشو

## دوٲه رتنون كا اٲهار

ڪي سر و آتمائون دواران سمنان ٲراٲت ڪرني والي هئ،  
هرايڪ ڪو سمنان ڊيتي هئ. جتنا باٲ ڪو سمنان ملتا  
اُتنا هين سٲ بچون ڪو سمنان ڊيتي هئ. جو ڊيتا نهين  
وو ڊيوتا بنتا نهين.



## ساڪي درشنا بنو

✿ هم آتما اس بيڪ ڊراما ڪي اندر و شيش ڀارت بڄاني والي، و شيش ڀارت ڌاري هئ، اس سمر تي سين سدا ساڪي درشنا بنو اوڙ ساڪي پن ڪي استني ۾ استنت هو ڪر هر ڀارت بڄائو. ساڪي درشنا ارتات نياري استني ۾ ره ڪر هر ڀارت ڪو ديڪنا.

✿ مئن ساڪي درشنا هون، اس سمر تي سين هين اٿسي سمر تي آ جاتي هئ جو ڪوئي پي پرستني ڊگمگ نهين ڪر سڪتي. انهن پريڪيائين ايڪ ڪيل انيو هوتي هئ. وه ڪسي پي ڀارت ڪو ديڪ مڙجھاتي نهين. جو سدا ساڪي هوڪر ڀارت بڄاتي وا ساڪي درشنا بن هر ڀارت ديڪتي هئ وو طوفانون ڪو پي ڊراما ڪا طوفا سمجھ، سڀاءُ سنسڪارون ڪي ٽڪر ڪو آڱي ٻڌني ڪا آڌار سمجھ، مايا ڪو پرڪتي هوتي سهج پار ڪر ليتي هئ.

✿ ساڪي درشنا ڪي استني ڪي سيت پر بئن ڪر ڪوئي پي درشيه ديڪني وا نرنه ڪرني سين بهت مزا آتا هئ، پيه نهين لگتا. جئسي ڪ انيڪ وار ديڪي هوتي سين ڦر سين ديڪ رهي هئ. پهاڙ سمان پيپر پي رائي سمان انيو هوتا هئ.

❁ ساڪي هوڪر سرو آتمائون كا ڀارت ديڪو تو ديڪتي  
هوئي اٿسا ڪيون هوئا! يه هلچل نهين هو سڪتي. چلتي  
ڦرتي اپني ڪو نراڪاري آتما اوڙ ڪرم ڪرتي اويڪت  
فرشتا سمجهو تو ساڪي درشتا بن جائينگي. اس ديھ ڪي  
دنيا ۾ ڪچ پي هوتا رهي، ليڪن فرشتا اوپر سين ساڪي  
هو سڀ ڀارت ديڪتي، سڪاش ارقات سهيوگ ديتي هٿ.  
سڪاش دينا هين نپانا هٿ.

## نمرچت بنو

✽ نمرچت بننا آرڻاٿا جُهڪنا. جتنا سنسڪارون ۾، سنڪلپون ۾ جُهڪينگي اُتنا وشو آڀڪي آڱي جُهڪينگي. جُهڪنا آرڻاٿا سروَ ڪي دُعائين لينا.

✽ ايشوري مرياداٿون پرمات اڪ دو ڪي ويچارون ڪو رگارڊ دينا هين نِرمٰن بننا هئ. نِرمٰن بن سِڪو رگارڊ دينا آرڻاٿا رگارڊ لينا. نمرچت وهي بن سڪتا هئ جسڪي ٻڌي ۾ يه سمرتي سدا رهتي ڪ ڪرڻ ڪراونهار بابا هئ.

✽ جتنا هين سمرتي ۾ سریشٿ سوَمان هو اُتنا هين ڪرم وا نئون ۾ نمرتا پي هو ڪيونڪ نمرتا ڪي بنا وشو ڪا ڪلياڻ هو نهين سڪتا.

✽ نمرتا ڪا گڻ ڌارڻ ڪرني سين نراهنڪاري سٽه بن جائينگي. ديه آهنڪار سماپت هو جائينگا. ڦر اپني نرواڻ استتي ۾ سهج استت هو سڪينگي.

✽ نمرتا ڪي گڻ سين هين ماستر سُڪداتا بن سڪينگي ڪيونڪ نمرچت بنني سين ديه اپمان وا گهمند سماپت هو جاتا هئ. جو سچي شيواڌاري هئ اُنڪي وشيشٽا هئ. نمرتا. اُنڪي ڪرم ۾ چلتي، ڦرتي، بولتي روحانيت ڊڪائي دينگي.

❁ لوک سنگره آرٹ یدي کسي پي بات کا دُٹريکشن ملتا هٺ تو نمرچت آتمائين سديو هان جي، جي حاضر کرني کي کارڻ مانِيه بن جاتي هٺ.

❁ نرمانتا مهانتا کي نشاني هٺ. جو نرمان هٺ وو سپکي دلون ۾ مهان بن جاتي هٺ. نرمانتا سچي دل کي دُعائين پراپت کرني کا سهج سادن هٺ. اس ليئي ورتي، واڻي، سنبنڌ- سمپرک سپ ۾ نرمانتا کا گڻ ڌارڻ ڪرو.

❁ نرمانتا کي وشيشتا هر ڪاريه ۾ سڦلنا پراپت کرني کا آڌار هٺ. نرمانتا هين آڱي بيڻي کا سهج سادن هٺ. نرمان بنا آرڻات سرو ڪو اپني وشيشتا اوڙ پيار ۾ جُهڪا دينا.

❁ سنگنن ۾ سڦلنا پراپت کرني کا آڌار نمرتا هٺ. نمرتا روپي ڪوچ پهن ڪر رڪو تو مايا کي وار سين بچ جائينگي. نمرتا هين وشو نرماڻ کا آڌار هٺ.



## مڈرتا ڪي گڻ سمپن بنو

✽ مڈرتا ڪي گڻ ڪو ڌارڻ ڪرني والا يهان پي مهان بننا هئ، اؤر وهان پي مرتبا پاتا هئ. مڈرتا والون ڪو سڀي مهان روپ سين ديڪتي هئ. تو يهه مڈرتا ڪا وشيش گڻ هر بچي ۾ هونا چاهيئي. مڈرتا سين هين مڈسودن ڪا نام بالا ڪر سڪينئي. مڈرتا ڪي مڈو جنڪي سات هئ انهن هر ڪاريه ۾ سڦلنا هين سڦلنا هئ.

✽ جيون ۾ مڈرتا ڪا گڻ هئ تو هر بول موتي سمان هونئي. اڻسي لڳينئا جئسي بول نهين رهي هئ، موتيون ڪي ورشا هو رهي هئ. اڻسي مڈر بول ڪا واٽبريشن سرو ڪو سته هين ڪينچتا هئ.

✽ جئسي باپ ڪا سڀاءُ سدا هر آتما ڪي پرت ڪلياڻ وا رحم ڪي پاونا ڪا هئ، هرايڪ ڪو اونچا اُناني ڪا، مڈرتا اؤر نرمائتا ڪا هئ. اڻسي اپنا سڀاءُ بناو. اڻگر تيز بولني ڪا، آويش ۾ آني ڪا سڀاءُ هئ تو يهه پي برهمڻ جيون ۾ بهت برا وڳهن هئ. اب اڻسي سڀاءُ ڪا پريورتن ڪرو.

✽ جئسي مينا ڪاني اؤر ڪلاني سين ٿوري سميه ڪي ليئي مڪ مينا هوتا هئ، خوش هوتي هئ. اڻسي سيمر هين مينا بن جائو تو سدا هين مڪ ۾ مڈر بول رهينئي. اڻسي

مڈر بول سُیمر کو پی خوش کرینگی، دوسری کو پی خوش کرینگی۔ اِس وَڈی سین سدا سرو کا مُک مینا کرتی رہو، سدا میني درشتي، مینا بول، میني کرم هو۔

❁ کسی پی آتما کو دو گھری درشتي دي دو۔ میني بول بول دو تو اُس آتما کو سدا کی لیئي پرپور کر دینگی۔ یہ دو گھری کی مڈر درشتي، بول اُس آتما کی سرشتي بدل دینگی۔ دو مڈر بول سدا کی لیئي بدلني کی نمت بن جائینگی۔

❁ مڈرنا اُتسي وشیش ڈارٹا هٺ جو کڑوي ترني کو پی مڈر بناء دیني هٺ۔ آپ سپي کو بدلني کا آڈار باپ کی دو مڈر بول هٺ۔ میني بچي تم میني شڈ آتما هو۔ اِن دو مڈر بول نین هین بدل دیتا۔ میني درشتي نین بدل دیتا۔ اُتسي هین مڈرنا دواران اوُرون کو پی مڈر بناءو۔ یہ مُک مینا کرو۔ سدا اِس مڈرنا کی سوغات کو سات رکو۔ اِسي سین سدا مینا رهينگی اوُر مینا بناينگی۔

❁ مڈرنا دواران باپ کی سمپنتا کا ساکیاتکار کراؤ۔ آپکی سنکلپ ۾ پی مڈرنا، بول ۾ پی مڈرنا، کرم ۾ پی مڈرنا هو، یہی باپ کی سمپنتا هٺ۔ اِس لیئي باپ پی روز کھتي هٺ ”میني میني بچون“ اوُر بچي پی ريسپانڈ کرتی ”میني میني بابا“۔ یہی روز کی مڈرنا کا بول مڈر بناء دیتا هٺ۔

## سمرتي سو سمرتي سوروپ بنو

✿ ورتمان سميه كي پرمان اُپي وانپرست اوستا كي سمپ هو. وانپرستي ايكانت اؤر سمرن ۾ رهتي هئ. تو آپ سپ بيهد كي وانپرستي سدا ايك كي انت ۾ ارتات نرنتر ايكانت ۾ سدا سمرتي سو سمرتي سوروپ رهو. يه هئ بيهد كي وانپرست كي استتي.

✿ پڙتي مارگ ۾ سمرن کرني كي اُپياسي هئ، ايك ايك مٽڪي پر سمرن ڪرتي هئ. پڙتي ۾ سمرن ڪي شڪتي هئ اؤر گيان ۾ سمرتي ڪي شڪتي هئ. جب پڙت آتمائين اس وڌي سين اَلڪال ڪي سڌي ڪو پاتي رهتي هئ، تو آپ گياني نو آتمائين سمرتي ڪي شڪتي ڪي وڌي سين سداڪال ڪي سڌي پراپت ڪرو.

✿ روز امبرت ويلي اپني ايك ٽائيتل ڪو پي سمرتي ۾ لاو اؤر منن ڪرتي رهو تو منن شڪتي سين سدا ٻڌي شڪتيشالي رهينگي. اسي پرڪار اپني اُنڪ گئون ڪي شرنگهار ڪو سمرتي ۾ رڪو، اُنڪ پرڪار ڪي خوشي ڪي پائنتس، روحاني نشي ڪي پائنتس سمرتي ۾ رڪو، رچتا باپ ڪي پريچيه ڪي پائنتس، رچنا ڪي وستار ڪي پائنتس سمرتي ۾ رڪو. ياد دواران اُنڪ پرڪار ڪي اُنپو اؤر پراپتيون ڪي پائنتس سمرتي ۾ رڪو. جو آپڪي

پسندي هو وه پسنڊ ڪرو، اُسي سِمرتي ۾ رهو اؤر اُسي  
پر منن ڪرتي مڱن اوستا ڪو پراپت ڪرو.

✽ اَمبرت ويلي سڌا سِمرتي ڪا تلڪ لڳائو ڪ هر  
اڌڪاري آتما هئ. يهه تلڪ مٿاني ڪي مايا ڪتني پي  
ڪوشش ڪر ليڪن مٿانا نهين تو سڌا ”اوناڻي پو“ ڪا  
وردان ملتا رهينگا. سڌيو يهه اڻپو هو ڪ مٿن آتما پرمڌام  
سين اوترت هوئي هون، وشو ڪلياڻ ڪا ڪرتويه ڪرني  
ڪي ليئي. اس سِمرتي سين جو پي سنڪلپ ڪرينگي،  
جو پي ڪرم ڪرينگي، جو بول بولينگي، جهان پي نظر  
جائينگي، سرو ڪا ڪلياڻ ڪرتي رهينگي. يهه سِمرتي  
لايت هائوس ڪا ڪاريه ڪرينگي.

✽ اَمبرت ويلي يهه سِمرتي ۾ لائو ڪ سرو سنبنڌون ڪا  
سڪ هر روز باپ دادا سين ليڪر اؤرون ڪو پي دان دينا  
هئ. هر سنبنڌ ڪا سڪ لو. سرو سڪون ڪي اڌڪاري بن  
اؤرون ڪو پي بناو.

✽ اَمبرت ويلي ڪيترفل بن سِمرتي ڪي سئچ ڪو يٿارت  
ريت سين سيٽ ڪرو تو سيڪنڊ ۾ جهان چاهيئي، وهان  
پهونچ جائينگي. يهه سِمرتي هين دوہ ٻڌي ڪي لغت  
هئ، اس لغت دواران جتنا سميه جس لوڪ ڪا اڻپو ڪرنا  
چاهو اُتنا سميه وهان استت رهه سڪتي هو. صرف اُتارتي  
هوڪر اس لغت ڪو ڪاريه ۾ لڳائو، يهي اس لغت ڪو يوڙ  
ڪرني ڪي وڌي هئ.

## پر ماتر پيار ۾ لولين رهو

✽ پر ماتر پيار آندميه جهولا هئ، اس سڪدائي جهولي ۾ جهولتي سدا پر ماتر پيار ۾ لولين رهو تو ڪي ڪوئي پرستي وا مايا ڪي هلچل آ نهين سڪتي.

✽ پر ماتر پيار اڪت هئ، اٿل هئ، اتنا هئ جو سرو ڪو پراپت هو سڪتا هئ. ليڪن پر ماتر پيار پراپت ڪرني ڪي وڌي هئ، نيارا بننا. جو جتنا نيارا هئ اتنا وه پر ماتر پيار ڪا اڌڪاري هئ.

✽ پر ماتر پيار ۾ سمائي هوئي آتمائين ڪي ڪي ڀي حد ڪي پرياءُ ۾ نهين آ سڪتي، سدا بيحد ڪي پراپتيون ۾ مڱن رهندي هئ. ان سين سدا روحانيت ڪي خوشبوءِ آني هئ.

✽ جو پيارا هوتا هئ اسي ياد ڪيئا نهين جاتا، اُسڪي ياد ستهه آتي هئ. صرف پيار دل ڪا هو، سچا اؤر نِسوارت هو. جب ڪهتي هو ميرا بابا، پيارا بابا، تو پياري ڪو ڪي ڀول نهين سڪتي. اؤر نِسوارت پيار سوا ٻاڻ ڪي ڪسي آتما سين مل نهين سڪتا. اس ليئي ڪي مطلب سين ياد نهين ڪرو، نِسوارت پيار ۾ لولين رهو.

❁ پر ماتم پيار ڪي اُنيوي بنو تو اسي اُنيو سين سهج  
يوڳي بن اڙتي رهينڱي. پر ماتم پيار اڙاني ڪا ساڌن  
هٿ. اڙني والي ڪڀي ڌرني ڪي آڪر شٽ ۾ آ نهين  
سڪتي. مايا ڪتنا پي آڪر شٽ روپ هو ليڪن وه  
آڪر شٽ اڙتي ڪلا والون ڪي پاس پهونچ نهين سڪتا.

❁ آدي ڪال، اُمبرت ويلي اپني دل ۾ پر ماتم پيار ڪو  
سمپورٽ روپ سين ڌارڻ ڪر لو. اُگر دل ۾ پر ماتم پيار،  
پر ماتم شڪتيان، پر ماتم گيان فل هونگا تو ڪڀي اؤر  
ڪسي پي طرف لڏاءُ يا سنيهه جا نهين سڪتا.

❁ يي پر ماتم پيار اس ايڪ جنم ۾ هين پراپت هوتا  
هٿ. 83 جنم ديو آتمائين وا ساڌارڻ آتمائون دواران  
پيار ملا، اُپي هين پر ماتم پيار ملتا هٿ. وه آتم پيار  
راجيه پاڳيه گنوانا هٿ اؤر پر ماتم پيار راجيه پاڳيه دلالتا  
هٿ. تو اس پيار ڪي اُنيوتيون ۾ سمائي رهو.

## سڦلٽا مورت بنو

✿ سڦلٽا پراپت ڪرني ڪا وشيش آڌار هئ. هر سيڪنڊ، هر سُواس، هر خزاني ڪو سڦل ڪرنا. سنڪلپ، بول، ڪرم، سنڀنڌ سمپرڪ جسپر پي سڦلٽا اَنپوُ ڪرني چاهتي هو تو سُوَ ڪي پرت چاهي اَنِه آتمائون ڪي پرت سڦل ڪرتي جائو. وئرت نه جاني دو تو آتوميٽيڪلي سڦلٽا ڪي خوشي ڪي اَنپوتي ڪرتي رهينگي ڪيونڪ سڦل ڪرنا اَرٿات ورتمان ڪي ليئي سڦلٽا مورت بننا اوڙ پوشيه ڪي ليئي جمع ڪرنا.

## ✿ اس برهمڻ جيون ۾ -

جو سميه ڪو سڦل ڪرتي هئ وهه سميه ڪي سڦلٽا ڪي قل سوروپ راجيه پاڳيه ڪا فل سميه راجيه اڌڪاري بنتي هئ.

جو سُواس سڦل ڪرتي هئ وهه اَنيڪ جنم سدا سوست رهتي هئ. ڪپي چلتي چلتي سُواس بند نهين هونگا، هارت فيل نهين هونگا.

جو گيان ڪا خزانو سڦل ڪرتي هئ، وهه اَنسا سمجهدار بن جاتي هئ جو پوشيه ۾ اَنيڪ وزيرون ڪي راءِ نهين ليني پرتي، سيمر هين سمجهدار بن راجيه پاڳيه چلاتي هئ.

✽ جو شکتیوں کا خزانہ سقل کرتی ہے اُرتات انہیں کاریہ ۾ لگاتی ہے وہ سرو شکتی سمپن بن جاتی ہے۔ اُنکی پوشیہ راجیہ ۾ کوئی شکتی کی کمی نہیں ہوتی۔ سرو شکتیان ستھہ ہین اکند، اُتل، نروگھن کاریہ کی سقلنا کا انیو کراتی ہے۔

✽ جو سرو گٹون کا خزانہ سقل کرتی ہے، وہ اُسی گٹ مورت بنتی ہے جو آج لاسٹ سمیہ ۾ اُنکی جڑ چتر کا گائن ”سرو گٹ سمپن دیوتا“ کی روپ ۾ ہوتا ہے۔

✽ جو استول دن کا خزانہ سقل کرتی ہے وہ 21 جنمون کی لیئی مالہا مال رہتی ہے۔ تو سقل کرو اور سقلنا مورت بنو۔

✽ آپکی پاس سمیہ اور سنکلپ روپی جو سریشٹ خزانہ ہے، انہیں ”کم خرچ بالا نشین“ کی وڈی دواران سقل کرو۔ سنکلپ کا خرچ کم ہو لیکن پراپتی زیادہ ہو۔ جو سادارٹ ویکتی دو چار منت سنکلپ چلانی کی باد، سوچنی کی باد سقلنا یا پراپتی کر سکتا ہے وہ آپ ایک دو سیکند ۾ کر سکتی ہو۔ اُسی ہین واٹی اور کرم، کم خرچا اور سقلنا زیادہ ہو تب ہین کمال گائی جائینگی۔



## سدا اُتسَاه ۾ رھو اؤر اُتسَاه دِلاڻو

✿ سدا اُمنگ اُتسَاه ۾ رھنا اؤر اؤرون ڪو پي اُتسَاه ۾ لانا يھي برھمڻون ڪا آڪيوپيشن ھن. آپ برھمڻون ڪي مڪ سين سدا اُتسَاه دِلاڻي والي بول ھين نڪلني چاھيئي. پل ڪوئي ڪئسي پي آتما ھو آپڪا ڪام ھن سڀڪو اُتسَاه پري ڪھاڻي سنانا، اُتسَاه ڪي باتين سنانا. وھ روتا ھو آپ اُتسَاه ۾ نچا دو.

✿ باپ دادا بچون سين يھي شپ آس رڪتي ھن ڪ بيتي سو بيتي ڪرڪ، نڱيتو اؤر ويست درشتي ڪوڻ ڪو سماپت ڪر، سنيھ اؤر شڪتي دو. اُتسَاه مٽاني والي باتين ھوتي ھن اؤر پي ھونگي ليڪن آپ بچي سدا اُتسَاه ۾ رھو اؤر دوسرون ڪو اُتسَاه دِلاڻو.

✿ ڪوئي پي ڪاريه ۾ سڦلنا پراپت ڪرني ڪا ساڌن ھن سنگنت روپ ۾ سڀڪي شپ سنڪلپ، اُمنگ اُتسَاه ڪي سنڪلپ. يھ سنڪلپ اسڦلنا ڪو مٽا دينا ھن. جئسي قلعا ڪمزور تب ھوتا ھن جب ڪوئي ايڪي پي ايت ھلتي ھن. يدي سپ ايت مضبوط ھن تو قلعا ڪي ھل ٺھين سکتا. تو سنگنن ۾ سڀڪا اُمنگ اُتسَاه اؤر سرپشت سنڪلپ ھو، سھيوگ ھو تو سڦلنا ھوئي پري ھن. يدي ڪسي پي ڪاريه ۾ اُمنگ اُتسَاه ٺھين ھن تو ٿڪاوت ھونگي اؤر ٿڪا ھوئا ڪي سڦل ٺھين ھو سکتا.

✿ باپ آپڪي سات ڪمبائيند ھن، اس ليئي اُمنگ

اُتساہ سین بڈتی چلو۔ کمزوری، دلشکست پن باپ کی حوالی کر دو، اُپنی پاس نہین رکو۔ اُپنی پاس صرف اُمنگ اُتساہ رکو۔ سدا اُمنگ اُتساہ ۾ ناچتی رھو، گاتی رھو اؤر برھما پوجن کرتی رھو۔

✽ سدا اُڑتی کلا کا اُنیو کرنی کی لیٹی ہمت اؤر اُمنگ اُتساہ نرنتر بڈتا رھی۔ اُمنگ اُتساہ ہین اُڑتی کی پنک ہئ۔ اگر پنک مضبوط ہونگی تو تیور گتی سین اُڑ سکنگی۔ سدا اُپنی چھری اؤر چلن سین اؤرون کو پی اُمنگ دلاتی رھو۔

✽ یہ اُمنگ اُتساہ آپ برھمٹون کی لیٹی بری سین بری شکتی ہئ۔ نیرس جیون نہین ہئ۔ دنیا والی تو کھینگی ک کیا کرین، رس نہین ہئ، نیرس ہئ، بی رس ہئ اؤر آپ کھینگی اُمنگ اُتساہ کا رس ہئ ہین ہئ۔ کئی پی مشکل بات ہو، لیکن اُمنگ اُتساہ مشکل کو سہج کر دیتا ہئ۔ اُتساہ طوفان کو پی طوعا بناء دیتا ہئ، پہاڑ کو پی راٹی نہین لیکن رٹی بناء دیتا ہئ۔ اُتساہ کسی پی پریکیا وا سمسیا کو منورنجن اُنیو کراتا ہئ۔ اس لیٹی کی پی اُمنگ اُتساہ کمر نہین ہونا چاہیٹی۔

✽ سدا اُپنی کو اُمنگ اُتساہ ۾ لائو۔ اُپنی آپ سین ریس کرو، دوسری سین نہین۔ اُپی فائینل رزلت کا ٹائمر اناٹونس نہین ہوتا ہئ تو اُمنگ اُتساہ ۾ آکر کی درید سنکلپ کرو ک مجھی اُپنی جمع کا خاٹا بڈانا ہین ہئ۔

## سرو پراپتيون ڪو سمر تي ۾ امرج ڪرو

✿ برهمڻ بنني سين سرو پراپتي سمپن بنتي هو، جيون هيري تليه بن جاتا هئ. گيان ڪي گهني، گئون ڪي گهنون سين سجي سجائي بنتي هو. پوشيه ۾ داسيان شرنهارينگي اوڙ يهان سيم گيان داتا باپ شرنهارتا هئ. وهان سوني وا هيري ڪي جهولي ۾ جهولينگي، يهان باپ دادا ڪي گودي ۾، اتي اندريه سڪ ڪي جهولي ۾ جهولتي هو.

✿ ساري ڪلپ ۾ صرف اس برهمڻ جنم ۾ هين پرماتم پالنا پراپت هوتي هئ، جس پالنا ۾ سرو پراپتي سوروپ ڪا انيو هوتا هئ.

✿ سپريم سڪيڪ دواران آلوڪڪ اوڙ سهج پڙهائي آبي آپ بچون ڪو هين پراپت هئ. ساڪ ساڪ ستگرو دواران آسي سریشٽ مت ملتي هئ جو سدا ڪي ليئي سپ ڪوئشچن سماپت هو جاتي هئ. وو حد ڪي گرو تو ايڪ يادس وردان دينگي ليڪن آپڪو ستگرو دواران روز وردان ملتا هئ.

✿ سنگم يگ پر آپ بچون ڪو هين اتي اندريه سڪ ڪا جهولا ملتا هئ، اسي جهولي ۾ باپ ڪي ساڪ ساڪ سدا

جھولتی رہتی ہو۔ اسی آڈار پر قر پوشیہ پر پی جھولی پر  
سات سات جھولینگی۔ یہاں اُنیک پراپتیون کی خوشی پر  
ناچتی ہو اُور وہاں سات سات راس کرینگی۔

✽ پبّتی مارگ پر پُکارتی ٹی کِ ثوری سمیہ کی سات  
کا اَنیوُ کراءِ دو، جھلک دِکا دو لیکن اَب سرو سنبند سین  
سُیر پبّوان آپکا ساتی ہئے۔ لوگ جیون پر ساتی کی  
تلاش کرتی ہئے اُور ساتی کی آڈار پر ہین اپنا جیون  
بتاتی ہئے، آپکو تو اوناشی ساتی مل گیا اُور کوئی پی  
ساتی سمیہ پر وا سدا نہین پھونچ سکتا لیکن باپ دادا  
سدا اُور سیکنڈ پر پھونچ جاتی ہئے۔

✽ برھمٹ جنم لیتی ہین باپ دادا دواران وردان روپ  
پر دوہ بُڈی اُور دوہ نیتر کی گفٹ پراپت ہوتی ہئے۔  
دوہ بُڈی کی گفٹ چترچایا ہئے۔ یہ گفٹ کا کاریہ  
کرتی ہئے۔ دوہ بُڈی سدا سرو پرکار کی دُک اُور دوکی  
سین مُکت ہئے۔ سدا سیف ہئے۔ دوہ نیتر - دوہ دُوربین  
کا کام کرتی ہئے، جس سین دُور دیش پی سمیپ اُور  
سپشت دِکائی دینا ہئے۔

✽ سنگم یگ پر گیان رتنون کا خزانہ، شکتیون کا  
خزانہ، گُٹون کا خزانہ، سمیہ، سنکلپ، سواس کا خزانہ....  
اَنسی اُکت خزانہ باپ دواران پراپت ہوتی ہئے۔ اِن سرو  
پراپتیون کو سمرتی پر اِمرج رک اُسی نشی پر رھو تو چوٹی  
چوٹی وُرتت باتون سین سہج ہین مُکت ہو جائینگی۔

## دبل لائيت بنو

✿ سدا سِير ڪو باپ ڪي حوالي ڪرني والي سدا هلڪي رهينگي. آڀني ذميواري باپ ڪو دي دو آرقات آڀنا بوجه باپ ڪو دي دو تو سِير هلڪي هو جائينگي. ٻڌي سين سرينڊر هو جائو. اگر ٻڌي سين سرينڊر هونگي تو اوڙ ڪوئي بات ٻڌي ۾ نهين آئينگي. بس سڀ ڪچ باپ ڪا هئ، سڀ ڪچ باپ ۾ هئ تو اوڙ ڪچ رها هين نهين.

✿ دبل ذميواري هوتي پي دبل لائيت رهو. دبل لائيت رهنِي سين لوڪڪ ذميواري ڪپي ٿڪائينگي نهين ڪيونڪ ٿرستي هو. ٿرستي ڪو ڪيا ٿڪاوٽ. آڀني گر هستي، آڀني پرورتي سمجهينگي تو بوجه هئ. آڀنا هئ هين نهين تو بوجه ڪس بات ڪا. بلڪل نياري اوڙ پياري. ٻالڪ سو مالڪ.

✿ دبل لائيت آرقات آتمڪ سوروپ ۾ استت هوني سين هلڪاپن سته هو جاتا هئ. اٿسي دبل لائيت ڪو هين فرشتا ڪها جاتا هئ.

✿ ذميواري ڪو نيانا يه پي آوشيڪ هئ ليڪن جتني بري ذميواري نيپاتي هوئي ذميواري ڪي بوجه سين نياري رهو اسڪو ڪهتي هئ باپ ڪا پيارا. گهٻرائو نهين ڪيا

کروں، بہت ذمیواری ہئے۔ یہ کروں وا نہین... یہ تو برا مشکل ہئے۔ یہ محسوستا اُرتات بوجھ ہئے! دبل لائیت اُرتات اس سین پی نیارا۔ کوئی پی ذمیواری کی کرم هلچل کا بوجھ نہ ہو۔

❁ سدا اس سمرتی سین دبل لائیت رھو ک مئن ہون ہین بندو۔ بندو ۾ کوئی بوجھ نہین۔ آنکون کی بیچ ۾ دیکو تو بندو ہین ہئے۔ بندو ہین دیکتا ہئے۔ بندو نہ ہو تو آنک ہوتی پی دیک نہین سکتی۔ تو سدا اسی سوروپ کو سمرتی ۾ رک اُڑتی کلا کا اُنیو کرو۔

❁ باپ دادا دبل لائیت رھنی والی بچون کی ہر کاریہ ۾ مددگار ہئے۔ جتنا شیوا ۾ نمت بننی کا پاگیم ملتا ہئے اتنا دبل لائیت استتی سین اُڑتی کلا کی وشیش اُنیوی بن سکتی ہو۔ دبل لائیت استتی ۾ رھنی سین سدا خوشی ۾ ناچتی رھینگی اوُر خوشی کی مہادانی بن خوشی کی کاٹ بیداتی رھینگی۔

❁ کوئی پی پرستنی آئی تو یاد رکو ہر دبل لائیت ہئے۔ بچی بن گئی اُرتات ہلکی بن گئی۔ اُنیک جنمون کی اُنیک بوجھ کی ٹوکڑی باپ نین اُتار کر ہلکا بناء دیتا۔ اب بی فکر بادشاہ اُرتات دبل لائیت رھو۔ جب اُسی بادشاہ کی استتی ۾ رھینگی تب یہ کرم اندریان پی وس ۾ رھینگی۔

## سدا سمرٽ وَ شڪتیشالي بنو

✿ گیان کي مرلي سمرٽ سنڪلپون کا خزانا هٿه. مرلي کا ایک ایک مهاواکيه سمرٽ بناني والا هٿه. اس سمرٽ سنڪلپون کي خزانِي کي مهتو ڪو جان ڪر ایک ایک مهاواکيه کا منن ڪرتي رهو تو سمرٽ ٻڌي ۾ وٿرت آ نهين سکتا. منن شڪتي سين ٻڌي ڪو بزي ڪر دو. منن هين مايا جيت اوڙ وٿرت سنڪلپون سين مُکت ڪر ديتا هٿه. جهان وٿرت نهين، وڳهن نهين تو سمرٽ وا لکن ۾ مڱن رهنِي کي استتي سُنٽه هو جاتي هٿه.

✿ ٻڌي ڪو بزي رڪني والي بزنيس مڱن بنو. دن رات ان گیان رتنون کا بزنيس ڪرتي رهو. تو نه فرصت هونگي اوڙ نه وٿرت سنڪلپون کي آني کي مارجن هونگي. خالي آستان هوني کي ڪارڻ هين وٿرت آ جاتا هٿه. اس ليئي ٻڌي ڪو سدا سمرٽ سنڪلپون سين ڀرڀور رکو.

✿ مرلي سُن ڪر سمانا اوڙ اسکا سوروپ بننا يهي سمرٽ بنني کا ساڌن هٿه. صرف سُنني کا رس نهين لو ليکن سُنني کي باد سماني کي شڪتي دواران ٻڌي ڪو سمرٽ سنڪلپون سين سمپن ڪرو تو وٿرت سين ڪنارا هو جائينگا ڪيونڪ سوروپ بنني والي هين شڪتیشالي بن ڪر اوڙون ڪو پي شڪتیشالي بناء سکتي هٿه.

## دوہ رتنون کا اُپھار

❁ کرم کرتی پی منن شکتی یا مَننِ اِسْتِی کی شکتی دونو ۾ سین ایک اَنیوتی سدا رهنی چاہیئی. یہ دونو اِسْتِنیان هین شکتیشالی شیوا کرانی کا آذار هئ. منن کرنی والی اَپِیاس هونی کی کارٹ جس سمیہ جو اِسْتِی بنانا چاہی وه بناء سکتی هئ. لِنک رهنی سین وئرت کی لیکِیج ختر هو جاتی هئ.

❁ اَب سمیہ هئ سدا سمرت بن اَپنی شکتیشالی کرٹون دواران اُرون کی پی وئرت کو سماپت کرنی کا. شکتیشالی اَتما سیکنڈ ۾ وئرت کو سمرت ۾ پریورتن کر دیتی هئ.

❁ سدا سمرتی رهی کِ هر سمرت باپ کی بچی، سمرت اَتمائین هئ، سمرت کاریہ کی نمت هئ تو وئرت کا خاطا سماپت هو جائینگا. سمرت اَتمائین جو پی سنکلپ کرینگی جو پی بول بولینگی وا کرم کرینگی وه سمرت هونگا، وئرت نهین.





## دُعائين دو اور دُعائين لو

❁ سڀ سين بري تي برا تيور گتي سين اڙني کا تيز ينتر هٿ۔ ”دُعائين“۔ دُعائون کا راکيت سائس کي راکيت سين پي سریشٺ هٿ۔ اسي کوئي پي وگهن ذرا پي اسپرش نهين کر سکتا، وگهن پرؤف بن جاتي هٿ۔ يڏ نهين کرني پرتي۔ سهج يوگ يڪت، يڪتي يڪت هر کرم، بول، سنکَلپ سٽه هين بن جاتي هٿ۔

❁ دعائين اُسکو ملتي هٿ جو سدا سننشٺ ره کر سڀکو سننشٺ کرتا هٿ۔ جهان سننشٺتا هٿ وهان دعائين هٿ۔

❁ شريمت پرماڻ کوئي پي قدم اُناتي هو تو باپ کي دعائين ملتي هٿ۔ اِس ليئي دوسرا پل دُک پي ديوي ليکن آپ اُسکو دعائين دو۔ يدي کوئي کروڌي کرتا هٿ، تو آپکو ياد دلاتا هٿ ک مئن تو پَر وَس هون، ليکن آپ ماستر سرو شڪتيوان هو، سينتل جل ڊالني والي هو۔ تو يهه پي دعائين ملي، تو کروڌي سين پي دعائين لو۔

❁ هر بات ۾ بئلس رکنا آتا هٿ وي سدا دعائين ليتي اور دعائين ديتي هٿ۔ بئلس کي پراپتي هٿ هين بليسنگ۔

❁ دعائين پراپت کرني کي ليئي نرماٽنا کا گڻ ڌارڻ

کرو۔ نِرمات آتما ماسٽر سکد انا بن جاتي هٺ۔ نِرماتتا کا بیج مہانتا کا قل سٺھ هین پراپت کراتا هٺ۔ نِرماتتا سیکي دل کي دعائین پراپت کرني کا سهج ساڈن هٺ۔

❁ جو آگیا پالن کرتا هٺ، اُسي دُعائین ضرور ملتي هٺ۔ ایک نین کھا دوسري نین مانا، تو خوشي هوتي هٺ اور دل سین ایک دو کي پرت دُعائین نکلتي هٺ۔ کسي کو پي ”هان جي“ کرنا وا آگیا ماننا، اِسکي گُپت دعائین ملتي هٺ جو دعائین سمیه پر بهت مدد ديتي هٺ۔

❁ جو پي کرم کرو دعائین لو اور دعائین دو، تو سپي کي مُک سین نکلينٺا کِ کمال هٺ، بهت اچي هٺ۔ واہ! اُتسي اُمنگ اُتساه کي بول نکلينٺي۔ کرم یادگار بن جائينٺي۔ اِس ليئي کوئي پي کام کرو تو خوشي لو اور خوشي دو۔ دعائین لو، دعائین دو تب آپکي جڑ چتر دواران پي دعائین ملتي رهينٺي۔



## آنيوِي مؤرت بنو

✿ آنيوِي كِي آتارتي سرو سريشت آتارتي هئ. آنيوي آتمائين كپي دوکا نهين کا سکتِي. اس ليئي گيان كِي هر پائنت كِي آنيوي سوروب بنو. صرف سُننا اؤر سُنانا نهين هئ ليکن اسي آنيوِي ۾ لانا هئ.

✿ ايشوري نشي ۾ رهنِي کا آنيوِي پُراڻي دنيا كو سهج پلاءِ دينا هئ. ايشوري نشي ۾ کوئي نقصان نهين، جتنا نشا چڙهائو اُننا اچا هئ. وئسي پي جو نشي ۾ رهنِي هئ اُنكو ديکني والي آنيوِي کرتِي هئ يه نشي ۾ هئ، اُسي آپکو پي ديک يه آنيوِي كَرِي ک يه نشي ۾ هئ. اس نشي ۾ سرو پراپتي هئ. ايک باپ دوسرا نه کوئي... يه سمرتي هين نشا چڙهاتي هئ. اس سمرتي سين سمرتي آ جاتي هئ.

✿ پريو پيار کا آنيوِي کرنِي كِي ليئي ديهِ سين نياري ديهِ روپ ۾ استت رهنِي کا اِپياس بڊائو. جئسي پانڊوون كِي غفائين گائي هوئي هئ اُسي آپ سدا انترمکتا كِي غفا ۾ رهو. سدا ديهِ سين نياري اؤر باپ كِي پياري رهنِي كِي اِپياس كِي غفا ۾ رهينگي تو پُراڻي دنيا كِي واتاورڻ سين پري هوتي جائينگي. واتاورڻ كِي

پریاء ۾ نہین آئینگی۔

✽ یدی کسی پی پرکار کا پارِ پِن اُتوا بوجھ هتہ تو  
آتمک ایکسائیز کرو۔ اُپی اُپی کرم یوگی آرقات  
ساکار سوروپ ڈاری بن ساکار سرشتی کا پارت بجائو،  
اُپی اُپی آکاری فرشتا بن آکاری وطنواسی اویکت  
روپ کا اُنپو کرو، اُپی اُپی نراکاری بن موّل وطنواسی  
کا اُنپو کرو، اُپی اُپی اُپنی راجیہ سورب آرقات  
وڈکنٹ واسی بن دیوتا روپ کا اُنپو کرو، اِس  
ایکسائیز سین هلکی هو جائینگی۔ پارِ پِن ختم هو  
جائینگا۔



## ڪرم يوگي بنو

✽ ڪوئي پي ڪاريه اٿو وهنوار ڪرتي هوئي شير نرواه  
 اؤر آتم نرواه دونو ڪا بئلس رهي. ڏن ڪي ورڏي ڪرتي  
 هوئي ياد ڪي وڏي اؤر ڏن ڪي ورڏي دونو سات سات هو.  
 اسڪي ليئي لوڪڪ استول ڪرم ڪو ڪرم يوگي ڪي  
 استيچ ۾ پريورتن ڪرو. صرف ڪرم ڪرني والي نهين  
 ليڪن ڪرم يوگي هئ. ڪرم ارتات وهنوار، يوگ ارتات  
 پرمارت. تو وهنوار اؤر پرمارت دونو سات سات رهي، اسڪو  
 ڪها جاتا هئ شريمت پر چلني والي ڪرم يوگي.

✽ نرنتر ڪرم ڪرتي هوئي سهج يوگ يڪت بنني ڪي  
 ليئي اپني استتي ڪمل پُشپ ڪي سمان رڪو ڪيونڪ  
 ڪمل پُشپ ڪي آسن پر ڪرم ڪرني سين سديو اؤر سرو  
 باتون ۾ اَلپت (نيارا) رهينگي. ڪتنا پي، ڪتسا پي  
 واتاورڻ، وايومنڊل هو اُس ۾ پي نياري رهينگي. ليڪن  
 اس آسن پر استت رهنِي ڪي ليئي، اپني ڪو لائيت  
 ارتات هلڪا اؤر پرڪاش سوروپ بنانا پري.

✽ ڪوئي پي ڪرم ڪرتي نرنتر سمجهو ڪ هم ايشوري  
 سروس پر هئ. پل پوجن بناتي هو، وه هئ تو استول  
 ڪاريه ليڪن پوجن ۾ ايشوري سنسڪار پرنا، يوگ ۾ ره

کر پوجن کو پاورفل بنانا، وہ ہوئی ایشوری سروس۔  
جسنا ان وٹسا من کھا جاتا هے۔ تو پوجن بناتي سمیہ  
ایشوری سوروپ هونگا تب اُس ان کا اثر من پر هونگا۔

✽ جئسي استول کاروبار کا پروگرام بناتي هو وئسي  
آپني بُڌي کي کيا کيا کاروبار وا کيا کاریہ بُڌي  
دواران کرنا هے، اُسکا پي پروگرام بنائو۔ جب پروگرام  
سيت کرينگي تب هين سمیہ کي بچت اؤر سقلنا اڌڪ  
هو سكينگي۔

✽ کوئي پي کرم کرتي سديو يهي سمرتي رهي ک  
هر کرم ۾ باپ دادا ميري سات پي هے اؤر هماري اس  
الوڪ جيون کا هات اُنکي هات ۾ هے اَرَقات جيون  
اُنکي حوالي هے۔ قر ذميواري اُنکي هو جاتي هے۔ سڀي  
بوجه باپ کي اوپر رک آپني کو هلکا کر دو تو کرم  
يوگي بن جائينگي۔

✽ کوئي پي کاریہ کرتي هو تو سمجهو اس کاریہ  
کي نمت بناني والا بئڪبون کون هے! پل مئن نمت  
هون، ليکن بئڪبون سيمر باپ دادا هے۔ جئسي بنا بئڪبون  
شرير ۾ نهر نهين سکتي، ائسي بنا بئڪبون کي آپ  
کوئي کرم ۾ سقلنا پي نهين پا سکتي۔ تو باپ دادا  
کو بئڪبون سمجهکر کرم کرني سين سقلنا پي هونگي  
اؤر کرم ۾ يوگ پي نرنتر رهينگا۔

## گنپيرتا مورت بنو

✽ جتنا آتي ڪرم ۾ آتي هو، وسنار ۾ آتي هو، رمڻيڪتا ۾ آتي هو، سنبنڌ سمپرڪ ۾ آتي هو اُتنا هين نيارِي آرقات گنپير مورت بنني ڪا اُپياس ڪرو. جئسي سنبنڌ و ڪرم ۾ آنا سهج هئ وئسي نيارا هونا پي سهج هو. يهه اُپياس ڪرني سين هين گنپيرتا ڪي ديوي وا ديوتا دکائي دينگي.

✽ جتنا ٻاهر مڪتا ۾ آنا سهج هئ اُتنا انترمڪي، گنپير مورت بنني ڪا اُپياس هو. اِسڪي ليئي لوڪ پرورتي تتا اَلوڪ شيوا ڪي پرورتي ۾ رهتي پي بيچ بيچ ۾ ايڪانت آرقات ايڪ ڪي اُنت ۾ جاڪر گنپير مورت بن باپ ڪي ڪسي پي ايڪ شڪتيشالي گڻ وا ڪرتويه ڪي اُنت ۾ مڱن هو جائو تو سرو شڪتيون وا گڻون ڪا خزانا جمع هو جائينگا.

✽ گنپيرتا ڪي گڻ ڪي ڌارڻا دواران جمع ڪا خاڻا بڍاڻو. گنپيرتا سين اُپني مارڪس اِڪني ڪرو. يدي ڪوئي ٻاهر مڪتا ۾ آڪر اُچا ورنن ڪرتا هئ تو اُپمان دڪائي ديتا هئ اوڙ يدي ڪوئي ڪسي ڪا بُرا ورنن ڪرتا هئ تو اُسڪا اُپمان هوتا هئ. اِس ليئي اَب هرايڪ گنپيرتا ڪي ديوي اوڙ گنپيرتا ڪا ديوتا بنو.

## دوہ رتنون کا اُپھار

✽ ورتمان سمیہ گنپیرتا کی بہت بہت آوشکیتا ہئے  
کیونک جتنا پریاء گنپیرتا کا پرتا ہئے اتنا واٹھی کا  
نہین پرتا۔ واسطوک گنپیرتا ۾ رمٹیکتا سمائی ہوئی  
ہئے۔ اٹسا گنپیر نہین بننا ہئے جو اُس ۾ رمٹیکتا کا نام  
نشان پی نہ ہو۔ یثارت گنپیرتا کا گٹ رمٹیکتا کی گٹ  
سمپن ہئے۔ جئسی آتما صرف شانت سوروپ نہین ہئے،  
اُس شانت سوروپ ۾ آند، پریم، گیان سپی سمایا ہوئا  
ہئے۔ اٹسی گنپیرتا ۾ رمٹیکتا سمائی ہوئی ہو۔





## آنيست (ايماندار) بنو

✿ پيُورتي کي سڀ سين اونچي اِستيچ هئم، آنيست  
 بنا ڪيونڪ پيُورتي اَرتات ريئلتي (سچائي). جو باپ  
 سين سدا سچي هئم وهي دلوالا باپ کي دل تختنشين  
 بنتي هئم اؤر دل تختنشين بچي هين راجه تختنشين  
 بنتي هئم. اِس ليئي آنيست اؤر هولِيئيست بنو.

✿ سدا هر سنڪلپ، بول وا ڪرم دواران نمت اؤر نِرمائ  
 بنا، يهي آنيستي هئم. اِس ليئي ڪي پي اُپني پن ڪا  
 پاڻ اَتوا اهر پاءُ نه آئي.

✿ سدا ڪتني، ڪرني سمان هو- جو ڪهتي هو وه ڪرو،  
 يه هئم سيم پرت آنيستي. سنڪلپ بول اؤر ڪرم ۾ اَنتر  
 دکائي نه دي.

✿ سدا سرو کي پرت سُپ پاونا وَ سدا سريشت ڪامنا  
 رکو، سيم ڪا وا سرو ڪا پلا هو، ڪسي پي آتما کي پرت  
 اڪلياڻ کي پاونا اُتپن نه هو، تب ڪهينگي آنيست. تو  
 اُسي آنيست بنو.

✿ آنيستي هين تپسوي کي وشيشتا هئم. آنيست اَرتات  
 وفادار اؤر ايماندار. هر سيڪنڊ، هر قدم اؤر هر ڪرم ۾  
 اَڪيوريت شريمت پر چلنا هين آنيستي هئم. شريمت

سدا سڀشت سمرتي ۾ رهي، ڪڀي سوچنا نه پري ڪ يه  
شريمت هءَ يا نهين، يهه رائيٽ هءَ يا رانگ هءَ.

✽ آنيست آتما ڪڀي ڪسي پي خزاني ڪو ويست نهين  
ڪرينگي. سميه ڪا خزانا، سنڪلپ ڪا خزانا، گيان دن  
ڪا خزانا، سرو شڪتيون، سرو گئون ڪا خزانا ويست نهين  
ڪرينگي. وه هر خزاني ڪو ڪاريه ۾ لڱاڪر بڌائينگي.  
ڪسي پي خزاني ڪو البيلي پن ڪي ڪارڻ ويست ڪرنا،  
يهه آنيستي نهين هءَ. آنيست ڪا آرٽ هءَ، هر خزاني  
ڪو بڌا ڪر سيم ڪي پرگتي ڪرني والي پريوئي.

✽ جو بچي آنيست هءَ ان پر باپ ڪا، پريوار ڪا پيار  
اؤر وشواس ستهه رهتا هءَ. اس ليئي انهين فل اذڪار مل  
جاتا هءَ. وه برون ڪي، چوٿون ڪي اٿوا سمان والون  
ڪي وشواس پاٿر هوتي هءَ. وي اوشواس والون ڪو پي  
وشواس ۾ لي آتي هءَ.

✽ جو سدا دل اؤر دماغ سين آنيست آرٿات سچي هءَ،  
انهين ڪڀي ڪوئي بات سڌ ڪرني ڪي اوشڪيڪتا نهين  
هءَ. وي سڌ ڪرني ڪي بجاءِ سڌي سوروپ هوتي هءَ. تو  
چيڪ ڪرو، اٿسي آنيست آرٿات ايماندار بني هءَ؟



## سهنشيل بنو

✿ گيان - يوگ ڪي سار ۾ اسٿت هو وستار ڪو سار ۾ لي  
آنا، ڪسي پي بات ڪا وستار ڪرڪي اپني سميه اوڙ  
شڪتيون ڪو ويست نه ڪرنا، يهي هئ سهنشيلتا.

✿ جب ڪلياڻڪاري باپ ڪا ساٿ اوڙ هاٿ هئ، ڊراما  
ڪلياڻڪاري هئ تو ڪسي پي بات ۾ اڪلياڻ هو نهين  
سڪتا، اس سمرتي سين سهنشيلتا ڪي گڻ ڪو ڌارڻ ڪرو.  
ڪوئي پي وڳهن آڱي ٻڌاني ڪي ليئي آتي هئ، باتين  
آتي هئ، بدل جاتي هئ ليڪن همين اپني اسٿتي نهين  
بدلني هئ.

✿ جو سهنشيل هئ وي ڪيي نراش وا دلشڪست نهين  
هوتي. وڳهنون ڪو ڊيڪ ڪر گهڀراتي نهين ليڪن گيان  
يوگ ڪي گهڙائي ۾ جاڪر سهنشيلتا ڪي گڻ سين وڳهن  
جيت بن جاتي هئ.

✿ ڪوئي آپ پر آپشد ڪي ورشا ڪري، اٿياچار ڪري،  
اسنتشت هوڪر وڳهن ڊالني ڪي نمت بني، انهين پي  
پروس سمجه سدا ڪلياڻ ڪي پاونا سين آڱي ٻڌائو.  
سامنا ڪرني والي ڪو پي مڌرتا اوڙ شپ پاونا، شپ ڪامنا  
سين سهنشيلتا ڪا پان پڙهائو. وڳهن ارت نمت بني هوئي  
آتما ڪو انپوي بناني والا سڪيڪ سمجهو تو يهه گڻ سهج

ڌارڻ هو جائينگا.

❁ ڪوئي پي بات فيل ڪرنا معنيٰ فيل هونا. اس ليئي هولي هنس بن اچائي ڪو گرهن ڪرو. جو ڪچ هون اچا هون، اچي بات انا لو، بُري بات ڪو ديکتي سُنتي ڪيون ڪيا ۾ اپنا ٿا ايسر ويسٽ مت ڪرو، تب ڪهينگي سهن شيل.

❁ سدا يهه بات ياد رک ڊراما ۾ جو بات جس روپ سين بيت جاتي هئ وهه ڦر رپيت نهين هوتي هئ، ڦر پانچ هزار ورش ڪي باد هين هونگي، اس سمرتي سين انگند ڪي سمان سدا اچل اڏول بن سهن شيلتا ڪا گڻ ڌارڻ ڪرو.

❁ سهن شيلتا ڪي گڻ سين دل خوش بنو اوڙ سيڪو دل خوش بنائو. من مناڀو ڪي منتر سين ڏک ڪي لهر ڪو سماپت ڪر سهن شڪتي ڪو ڌارڻ ڪر لو. پلي تن بيمار هو جائي، تن نيچي اوپر هو جائي، ڪچ پي هو جائي ليڪن ڏک وا نراشا ڪي لهر اندر نه آئي. روپ اڪلياڻ ڪا هو، هار وا گلاني ڪا هو ليڪن سهن شيلتا ڪي گڻ سين اسپر پي همت حلاس ڪي ڀڪتي نڪالو. ڪپي نراش هو ڪر ڪنارا نهين ڪرو.

## سَمپل بنو

✽ اُپني جيوَن ڪو سدا سننشت اؤر خوشنمهه بناني ڪي ليئي سَمپل رهو. ڪانا پينا، پهنا، سڀ سَمپل (سارڻ) هو. نه بهت اونچا، نه بهت نيچا. تو آڀڪا هر قدم شيوا ڪي نمت بن جائينگا. آڀڪي سَمپل جيوَن اؤر سر پشت ويچارون ڪو ديك ڪر سڀي واہ واہ ڪي گيت گائين.

✽ سَمپل اَرڻات سمپورڻ پوٽر. نراهنڪاري بننا اَرڻات سمپل بننا. نرڪروڌي، نرلويي بننا اَرڻات سمپل بننا. يهه سَمپل پيوڙ تي ڪا ساڌن ههه. جو جتنا سمپل ههه وهه بيوٽيفل اَرڻات رائل ههه. اٽسا سَمپل بنني ڪي ليئي ماما ڪي ناليچ سين اِنوسينت اؤر گيان ۾ سينت بنو.

✽ سمپل رهني سين ڪڀي پي لوڪڪ پريوار وا دٿوي پريوار ۾ پرابلم ڪا روپ نهين بنينگي. جو سمپل نهين رهني وهه اؤرون ڪي ليئي وا اُپني ليئي ڪوئي نه ڪوئي پرابلم بن جاتي ههه. يدي ڪوئي سيم ڪي منسا ۾ الجهن اَرڻات پرابلم ههه، تو اُسڪو سَمپل نهين ڪهينگي. بيحد ڪي اِسٽيج پر بيحد ڪي اٽڪت ڪرتي هوئي سمپل رهو. يهه سمپل اٽڪتوئي هين مهانتا ڪي نشاني ههه. سمپل صرف ڊريس ۾ نهين ليڪن سڀي باتون ۾ سمپل رهنا اَرڻات سَمپل بننا.

✽ جو منسا سنکلیون ۾، سنبنڌ ۾، وهنوار اوڙ رهن - سهن ۾ سمپل هئم وهه سهج هين آكرشٽ مورت بن جاتي هئم. انڪا مکيه سلوگن رهتا، ڪم خرچ بالا نشين. انهن هر سميه يهه سمرتي ۾ رهتا هئم ڪ خرچا ڪم هو اوڙ ڪاريه اچي سين اچا هو. اڀي سمپل بن سنڪلپ، سواس سميه اوڙ سمپتي ڪي ايكانامي ڪرتي هوئي هر ڪاريه سریشٽ سين سریشٽ ڪرنا هئم. صرف ڪاني، پيني، شونق مٿج ۾ آرٿاٽ سُهجون ۾ سميه نهين گنوانا هئم.

✽ پُراڻي عادتون سين، پُراڻي سنسڪارون سين، پُراڻي باتون سين، پُراڻي دنيا ڪي فئشن سين، سنبنڌون سين پيٽ ڪر لينا هين سمپل بنا هئم. اٽسي سمپل رهنِي والون ڪو ڪوئي پي آڪرشٽ اپني طرف آڪرشٽ نهين ڪر سڪتي.



## سمپورڻ سوتنتر بنو

✿ آڄ ڪلهه ڪي وائاورڻ پرمائ هرايڪ سوتنتر تا چاهتي هئ. سڀ سين پهلي سوتنتر تا هئ پراڻي ديهه ڪي اندر ڪي سنبنڌ سين. اس ايڪ سوتنتر تا سين آتما اوڙ سڀ سين سهج هين سوتنتر هو جاتي هئ.

✿ جو ديهه اوڙ ديهه ڪي سنبنڌون ۾ رهتي هوئي نياري اڙتات آتمڪ سوروپ ۾ رهندي ڪا وشيش آئينشن رڪتي هئ، وهي سوتنتر هئ. ائسي سوتنتر آتما باپ ڪي هر ڊئريڪشن ڪو سيڪنڊ ۾ پالن ڪر سگهي هئ. انڙ ذرا پي موه ڪي رڳ نهين هوتي. انهن ديهه ڪا، سنبنڌ ڪا، وٽيوون ڪا بنڌن ڪينچ نهين سگهتا. جهان بنڌن هئ وهان آڪر ش هئ. جو سدا مايا سين مڪت اڙتات سوتنتر هئ وه خوشنمه هئ. اس ليئي اپني سوڪيم اسٽول سڀ بنڌنون ڪو چيڪ ڪر سمپورڻ سوتنتر بنو.

✿ جو بچي مايا ڪي بنڌنون سين نر بنڌن اڙتات سوتنتر هئ وهي يوگ يڪت ره سگهي هئ. لوڪ ڏميواريان نيپاتي هوئي من ڪا بنڌن نه هو. من ڪي بنڌن سين سوتنتر هوني ڪا ساڌن هئ سدا من مناڀور هئا. سدا ايڪ باپ دوسرا نه ڪوئي. يهه پهلا واعدا نيپانا اڙتات من ڪي بنڌون سين مڪت هونا.

❁ سمپورڻ سوتنتر اَرتاڪت جب چاهو اِس ديهه ڪا آڌار  
لو، جب چاهو اِس ديهه ڪي پان سين اَٿسي نياري هو جائو  
جو ذرا پي يهه ديهه اَپني طرف ڪينچ نه سڪي. اَٿسي  
اَپني ديهه ڪي پان اَرتاڪت لڱاءُ سين سوتنتر بنو. اَپني  
ڪوٽي پي پُراڻي سڀاءُ سين، سنسڪار سين، ڪمزوريون  
سين سوتنتر بنو. ڪوٽي پي چوٽي سي ڪرم اِنڊري اَپني  
بندن ۾ بانڌ نه لي تب ڪهينگي سمپورڻ سوتنتر آتما.





## آڏينتا مٽائو، آڏڪاري بنو

✿ جئسي باپ پرڪرتي ڪو آڏين ڪر آتا هئ، آڏين نهين هوتا. وئسي هين اس ديھ وا پرڪرتي ڪو آڏين ڪر چلنا هئ نہ ڪ آڏين هونا هئ. ڪي سنڪلپ ماتر پي شير ڪي، پرستتيون ڪي آڏين نهين بننا. يدي سنڪلپ ۾ پي پریشاني آتوا اسڪا ٿورا ليش ماتر پي انيو هوتا هئ تو سمپورن آڏڪاري نهين ڪهينگي.

✿ ڪي اپني سنڪلپون ڪي، مايا ڪي اوڙ پي ڪوئي روپون ڪي آڏين نهين بننا. اس شير ڪي پي آڏڪاري بن ڪر چلنا اوڙ مايا ڪي پي آڏڪاري بن اسڪو اپني آڏين ڪرنا. سنڀنڌ ڪي آڏينتا ۾ پي نهين آنا. چاهي لوڪ، چاهي ايشوري سنڀنڌ ڪي پي آڏينتا ۾ نهين آنا تب ڪهينگي آڏڪاري آتما.

✿ آڏڪاري آتما ڪي اپني سنسڪارون ڪي پي آڏين نهين هو سڪتي. ڪوئي ڪي سنيھ ڪي، وايومنڊل ڪي آڏين پي نهين هو سڪتي. انڪي انڊر سنڪلپ روپ ۾ پي يھ شبد نهين آ سڪتي ڪ ڪيا ڪرون مجبور هون! ڪوئي ويڪتي يا وايومنڊل انھين مجبور نهين ڪر سڪتا. وي سدا مضبوط رھتي هئ.

✽ ہر آلمائے آثارِ ثقی کی بچی ہے، اس آثارِ ثقی کی خُماری ۾ رھو تو کچی آذینتا آ نہین سکتی. آذین تب هوتی هو جب اپنی آثارِ ثقی کو پوئتی هو.

✽ جو کچی سمسیا انوسار وا کوئی سنہنڈہ کی سنہیہ وِش ان دوش ۾ آ جاتی ہے تو یہ ان پی من کو سنگ کا رنگ لئآ آذین بناؤ دیتا ہے. کرم کا سنگ پی هوتا ہے اس لیئی اس سنگدوش سین اپنی کو بچاتی رھنا تب پاس وِث آنر بنینگی.

✽ کسی پی اندریہ کا آکرشٹ، سنہنڈہ کا آکرشٹ وا کوئی پی کرم اندریون کی وِس هوتی سین جو پِن پِن آکرشٹ هوتی ہے وه آتی اندریہ سِک وا هرش دلانی ۾ پنڈن دالتی ہے. اس لیئی اب ان پنڈنون سین پی مکت ارتات آذکاری بنو. بڈی کو ایک نِکاطی ۾ر نِکانی کی جو یکتی ملی ہے وه سمرتی ۾ر رکو، هلنی نہ دو تب کھینگی آذکاری.

✽ جو ورتمان سمیہ سیر کی سرو آذکار پراپت کر لیتنی ہے وهی وشو کی آذکاری بنتی ہے. تو اپنی سین پوچو ک سیر کی سرو آذکار کھان تک پراپت کیئی ہے؟ جو آتما کی مکیہ شکتیان من، بڈی اور سنسکار ہے، ان تینون سیر کی شکتیون کی اوپر وجئی ارتات آذکاری بنو تو وشو کا آذکار مل جائینگا.

## سمپورڻ پوٽر بنو

✿ آب دل سين سچائي اؤر صفائي ڪو ڌارڻ ڪر سمپورڻ پوٽر بنو تب دلوالا باپ ڪي دل تختنشين بن سڪتي هو. اٽسي سچي دل والي بچي جو سمپورڻ پوٽر هئ وي باپ دواران پراپت هئي سرو خزانون ڪو باپ ڪي ڊئريشن بنا ڪسي پي ڪاريه ۾ نهين لڳا سڪتي. من مت وا پر مت پرماڻ سميه ڪو، واڻي ڪو، ڪرم ڪو، سواس وا سنڪلپ ڪو وٿرت طرف نهين گنوا سڪتي.

✿ سمپورڻ پوٽر وهي هئ جو سدا سُڪ ڪي سڻيا پر آرام سين، شانت سوروپ ۾ وراجمان هئ. جسڪي من ۾ ڪي پي ڪيون، ڪيا اؤر ڪئي ڪي الجهن من ۾ اٽپن نهين هوتي. سدا سِير پي سُڪ شانتي سوروپ اؤر دوسرون ڪو پي سُڪ شانتي ڪي پراپتي انيو ڪرائي.

✿ اٽسي سمپورڻ پوٽر جيون هو جسپر سدا سُڪ سوروپ وا شانتي سوروپ ڪي انپوتي هوتي رهي. منسا ۾ پي ڪي وٿرت سنڪلپون ڪي هلچل نه هو. سنڪلپ ۾ پي ڪي اپوٽر تا ڪي سنسڪار اِمرج نه هو. سدا آتمڪ سوروپ اَرقات پائي پائي ڪي سریشث سمرتي رهي. واچا ۾ سدا ستيتا اؤر مڌرتا هو. ڪرمڻا ۾ سدا نمرتا اؤر سنتشتتا هو.

❁ سمپورٹ پوٽر بنني کي ليئي مستک پر سدا پائي  
 پائي کي سمرتي اَرثات آتمک سمرتي کا تلک سدا  
 چمتا رهي. جسر کو ديکتی هوءي پي نهين ديکو، رُوچ  
 کو ديکني کا اَپياس کرو. هونون پر پريوُ پراپتي اُوَر  
 سروُ پراپتيون کي مُشکان هو. چهري پر مات پتا وا  
 سريشت پريوار سين ملني کي لالي هو. واڻي ۾ سدا  
 مهان بن مهان بناني کي بول هو، سر پر پوٽرتا کي  
 نشاني لائيت کا تاج هو.

❁ سمپورٹ پوٽر بنني کي ليئي سدا يه سلوگن ياد رکو  
 ک نہ بُرا ديکنا هئم، نہ بُرا سوچنا هئم، نہ بُرا سُننا هئم...  
 ديھ ڌاري کي پرت سوچنا وَ سنکَلپ کرنا بُرا هئم. ديھ  
 ڌاري کو ديھ ڌاري سمجھ اُس سين بولنا بُرا هئم.

❁ سمپورٹ پوٽر بنني کي ليئي هر آتما کو سدا  
 تياڳي تپسوي کي درشتي سين ديکو نہ ک ديھک درشتي  
 سين. هرايک کي پرت سدا سريشت درشتي رکو. جس  
 سنبنڌ کي آکرشٹ پوٽرتا ۾ بادک بنتي هئم اُسي سنبنڌ  
 کي رسنا ايک باپ سين ليني کي اَنيوُ کرو. باپ سين  
 سروُ سنبنڌون کي رس وَ سنيھ کا رس اَنيوُ هوني سين  
 ورتي درشتي ۾ اَپوٽرتا آ نهين سکتی.

## ايڪنامي بنو، ايڪنامي ڪرو

✽ سميه ڀرماڻ جتنا و ايو منڊل اُشانتي اؤر هلچل ڪا ٻڌتا جا رها هئ اُسي ڀرماڻ ٻڌي ڪي لائين بهت ڪليئر هوني چاهيئي ڪيونڪ سميه ڀرماڻ ”ٽچنگ اؤر ڪئچنگ“ ان دو شڪتيون ڪي آوشيڪتا هئ، اسي ٻڌاني ڪي ليئي ايڪنامي اؤر ايڪنامي والي بنو. ”ايڪ باپ دوسرا نه ڪوئي“ اِڪو ڪهتي هئ ايڪنامي، سڌيو هر بات ۾ ايڪ ڪا هين نام لو، ايڪنامي سنڪلپون ڪي، سميه ڪي اؤر گيان ڪي خزاني ڪي چاهيئي. جب ان سڀ ڀرڪار ڪي ايڪنامي سيڪ جائينگي تب سڀي ڀرڪار ڪا مٿن پڻ وا پڻتا ايڪ باپ ۾ سماءِ جائينگي.

✽ جيئي ساڪار روپ ۾ سڌا ايڪ لگن رهي اؤر ايڪنامي ڪا پاڻ پڪا رها. اِس ليئي بچون ڪو پي يهي منتر ياد دلاتي رهي ڪ ڪم خرچ بالا نشين. تو ايڪنامي ڪي سات يه منتر پي نهين پوئنا. ايڪنامي پي هو، سات سات جتني ايڪنامي اُتنا هين فراخدل پي هو. فراخدل ۾ ايڪنامي سمائي هوئي هو، اِڪو ڪها جاتا هئ ڪم خرچ بالا نشين.

✽ جيئي آج ڪله ڪي گورنمينٽ بچت ڪي اِڪيهر بناتي هئ. وئسي اُپني ڀرت آوشيڪ سميه وا شڪتيون ۾ سين ايڪنامي ڪا لڪش رڪتي هوئي بچت ڪرو ڪيونڪ وشو ڪي سرو اُتمائين آپ سرپشت اُتمائون ڪا ڀريوار

ہے۔ جتنا برا پریوار ہوتا ہے اتنا ہین ایکانامی کا خیال رکا جاتا ہے۔ تو سب آتمائون کو سامنی رکتی ہوئی، سیر کو بیحد کی شیوا آرٹ نمت سمجھتی ہوئی اپنی سمیہ اوڑر شکتیوں کو کاریہ ۾ لگائو۔

✽ جئسی سیکرین کی ایک بوند پی بہت کام کرتی ہے، اُتسی ہین پلٹن پاورفل ہو لیکن ایکانامی والا ہو۔ آج کلہ کی سمیہ اُنوسار ایکانامی پی چاہیئی اوڑر پاورفل پی چاہیئی۔ روحانی گورنمینٹ کی انجنیئرس اُتسا پاورفل پلٹن تیار کرو۔ جئسی آج کلہ ایک انڈرستی کی دواران اُنیکون کو کام دینی کا پلٹن سوچتی ہے تو یہاں پی پلٹن ایکانامی کا ہو اوڑر سندیش اُنیک آتمائون کو مل جائی۔ جئسی وہاں سوچتی ہے کہ اُنیکون کو روزی مل جائی تو یہاں پی اُنیکون کو سندیش مل جائی۔

✽ صرف استول تن کی بچت کو ایکانامی نہیں کہتی، وہ پی ضروری ہے لیکن سمیہ پی تن ہے، سنکلپ پی تن ہے، شکتیان پی تن ہے، ان سیکی ایکانامی کرو، وئرٹ نہیں گنوائو۔ ایکانامی کی سنسکار والی ٹچنگ اوڑر کٹچنگ ان دو شکتیوں کا اُنپو کرتی ہے۔ یہ اُنپو وناش کی سمیہ نہیں کر سکنگی، یہ اُپی سین اُپیاس چاہیئی تب سمیہ پر اس اُپیاس کی کارٹ اُنٹ ۾ سریشٹ مت اوڑر گتی کو پا سکنگی۔

## پريپڪتا لاني ڪي ليئي پرتگيا ڪرو

✽ ڪوئي پي پرتگيا ڪرتي هئ ته تو جل ڪو ساڪي رک ڪر ڪرتي هئ. تو باپ پي بچون سين جل ڪي لوئي چڙواتي هئ، پرتگيا ڪرو ڪ آج سين هين وئرت ڪي ڪيو ڪو ختم ڪرينگي ڪيونڪ اس ڪيون شبد سين هين وئرت سنڪلپون ڪي ڪيو شروع هو جاتي هئ. ڪيون شبد سين ڪلپنا ڪرنا شروع هو جاتي هئ. تو جب يه ڪيون شبد ختم هو جائينگا تب ڊراما ڪي پاوي پر ايڪرس اسٽيريم رهه سڪينگي.

✽ پانڊوون ڪي ليئي پرسڌ هئ ڪ ڪسي پي پرتگيا سين هلتی نهين ٿي. آپ سيڪي پرتگيا هين پرتڪيتا ڪو لائينگي. تو سڀي ڪو تين پرتگيائين ڪرني هئ:-  
1- سهنشيلتا ڪا بل اپني ۾ ڌارڻ ڪرينگي. 2- وئرت پر فل اسٽاپ لگائينگي. 3- آسري سنسڪارون پر پهرا دينگي.

✽ پرشارت ڪي اسپيد ڪو ڊيلا ڪرني والي مڪيه بات هئ اپني بيتي هوئي باتون يا دوسرون ڪي بيتي هوئي باتون ڪو چنتن ۾ لانا اوڙ چت ۾ رکنا. اس ليئي پرتگيا ڪرو ڪ پڙاڻي بيتي هوئي باتون ڪو ڪي پي سمرتي ۾ نهين لائينگي. بيتي هوئي باتين اٽسي محسوس هو جسسي بهت پڙاڻي ڪوئي جنم ڪي بات هئ، تب پرشارت ڪي اسپيد تيز هونگي.

✽ ڪوئي پي ڪاريه ڪي ليئي پهلي پرتگيا هوتي هئ

قر پلٹن ہوتا ہئے۔ قر ہوتا ہئے پرنکٹیکل۔ اؤر پرنکٹیکل کی باد قر ہوتی ہئے چیکنگ ک یہ ہونء، یہ نہین ہونء۔ چیکنگ کی باد جو بیتي سو بیتي، آگي اُنتي کا ساڈن رکتی ہئے۔ تو پرشارت ۾ جو پی نقصانکارک باتین ہئے انہین سمیٹنی اؤر سماني کی پرتگیا کرو قر اُسکو چیک پی کرو۔

✽ سیر ۾ پریپکتا لانی کی لیٹی اپنی آپ سین پرتگیا کرو۔ سدا یہ سلوگن سمرتی ۾ رہی ک ”آب نہین تو کب نہین“ کب کر لینگی، اُتسا نہین سوچو۔ آپی بن کر دکاؤ۔ جتنا پرتگیا کرینگی اُنتي پرپکتا وا ہمت آئینگی اؤر سہیوگ پی ملینگا۔

✽ جس بات کی فورس سین پرتگیا کی جاتی ہئے وہ پرتگیا پرنکٹیکل روپ لیتی ہئے کیونک اُس ۾ ول پاور ہوتی ہئے۔ جسے استول کاریہ کتنا پی زیادہ ہو لیکن پرتگیا کرنی سین کر لیتی ہو۔ اگر دیلا ویچار ہونگا، نہ کرنی کا خیال ہونگا تو کپی پورا نہین کرینگی۔ قر بھانی پی بہت بن جاتی ہئے۔ پرتگیا کرنی سین قر سمیہ پی نکل آتا ہئے اؤر بھانی پی نکل جاتی ہئے۔

✽ لاسٹ سو فاست پرشارت کی وڈی ہئے، پرتگیا۔ کوئی پی بات کی پرتگیا کرنا ک یہ کرنا ہین ہئے، یہ آپی نہین کرنا ہئے۔ پرتگیا اَرقات سنکپ کیئا اؤر سوروپ ہونء۔ پرتگیا کرنی ۾ سیکنڈ لگتا ہئے۔ تو آب فاست پرشارت ایک سیکنڈ کا ہین ہونا چاہیٹی۔



## ٻنڌن مُڪت، جيون مُڪت بنو

✽ جو پرماتمر گياني بچي هئ، انهيڻ گيان ڪا ڦل مُڪتي  
 اؤر جيون مُڪتي ڪا ورثا سنگم پر هيڻ پراپت هوتا هئ.  
 گيان ارقاٽ سمجھ. سمجھدار هر ڪرم ڪرتي هوئي  
 سدا سِير ڪو ٻنڌن مُڪت، سرو آڪرڻون سين مُڪت  
 بناني ڪي سمجھ رڪتا هئ. اُنڪي هر سنڪلپ، بول،  
 ڪرم، سنڀنڌا اؤر سمپرڪ ۾ مُڪتي، جيون مُڪتي ڪي  
 استيڇ رهتي هئ، جسڪو نيارا اؤر پيارا ڪهتي هئ.

✽ اپني استول اؤر سوڪير ٻنڌنون ڪي لسٽ سامني رڪو.  
 لڪش رڪو ڪ مجھي ٻنڌن مُڪت بنا هيڻ هئ. ”آب نهين  
 تو ڪب نهين“، سدا يهي پاڻ پڪا ڪرو. ”سوئنترتا  
 برهمڻ جيون ڪا اڌڪار هئ“ اپنا جنم سڌا اڌڪار پراپت  
 ڪر جيون مُڪت استتي ڪا انيو ڪرو. جب اپني ڪو  
 گرهستي سمجھتي هو تب گرهستي ڪا جال هوتا. گرهستي  
 بنا معنيٰ جال ۾ ڦسنا. ترستي ارقاٽ مُڪت.

✽ سِير ڪو ٻنڌنون سين مُڪت ڪرني ڪي ليئي اپني  
 چلن ڪو اؤر جو ڪڙا سنسڪار هئ اُسي چينج ڪرو. ٻنڌن  
 ڊالني والي اپنا ڪام ڪري، آپ اپنا ڪام ڪرو. اُنڪي  
 ڪام ڪو ڊيڪ گهڙائو نهين. جتنا وو اپنا ڪام فورس

سین کر رہی ہے، آپ اپنا فورس سین کرو۔ اُنکی گٹ اُٹاؤ کہ وہ کئی اپنا کرتویہ کر رہی ہے آپ پی کرو۔ اپنی کو ہنڈنوں سین مُکت کرنی کی یکتی رچو۔

✽ جیسی سپی کو سُناتی ہو کہ مُکتی جیون مُکتی آپکا جنر سڈ اڈکار ہے، اسی پراپت کرو، ”اب نہیں تو کب نہیں“۔ تو یہہ مکہ سلوگن پھلی سپر اُنیو کرو۔ پوشیہ ۾ تو یہہ ورثا ملنا ہین ہے لیکن پوشیہ کی پھلی اپی مُکتی جیون مُکتی کی اِستیج کا اُنیو کرو۔

✽ جیون ہنڈ کی سات ہین جیون مُکت کا اُنیو ہوتا ہے، وہان تو جیون ہنڈ کی بات ہین نہیں۔ وہان تو صرف اسی پرابڈ ۾ ہونگی، مُکتی ڈام کی مُکتی کا اُنیو جو اپی کر سکتی ہو وہ وہان نہیں کر سکنگی اِس لیٹی سنگم یگ پر مُکتی جیون مُکتی کا اُنیو کرو۔ ورثی کی اڈکاری تو بنی ہو اب اسی جیون ۾ ڈارٹ کر پورا لاپ اُٹاؤ۔

✽ پھلی اپنی دیہ سین، دیہ کی سنہنڈ سین اؤر پُراٹی دنیا کی سمرتی سین مُکت بنو۔ جب اِس مُکتی کی اوستا کا اُنیو کرینگی تب مُکت ہونی کی باد جیون مُکتی کا اُنیو سُنہ ہونگا۔ تو چیک کرو جیون ۾ رہتی ہوئی دیہ، دیہ کی سنہنڈ اؤر پُراٹی دنیا کی آکرشٹ سین کھان تک مُکت بنی ہے؟

## سنگنن ڪو ايڪ مت بناڻو

✽ سنگنن ڪو جوڙني ڪا ڌاڳا هٿ فيٺ. ڪسي نين ڪچ رانگ پي ڪيئا ليڪن سنگنن پرمائ واپني سنسڪارون پرمائ وسميه پرمائ اس نين جو ڪيئا اسڪا پي ضرور ڪاريه پاء آرٽ هونگا. اسڪي سنسڪارون ڪو پي رحمدل ڪي درشتي سين ديڪتي هونئي، سنسڪارون ڪو سامني نرڪ ”اسپر پي ڪوئي ڪلياڻ هونگا“ اٿسا فيٺ جب ايڪ دو ڪي پرت هو تب هين ايڪتا هو سڪتي هٿ.

✽ آپس ۾ ايڪ دو ڪو پورا رگارڊ دو. ڪسي ڪي سني هونئي غلطي ڪو سنڪلپ ۾ پي سويڪار نه ڪرو.

✽ جئسي ڪوئي اپني غلطي محسوس پي ڪرتي هٿ ليڪن اسڪو ڪي ڦهلاتي نهين، بلڪ اسي سماتي هٿ. يدي دوسرا اسي ڦهلائينگا تو پي ڄا لڳينگا. اسي پرڪار دوسري ڪي غلطي ڪو پي اپني غلطي سمجهه ڦهلا نا نهين چاهيئي. وٽرٽ سنڪلپ نهين چلاني چاهيئي، بلڪ سنيه ڪي شڪتي سين اسي نيڪ ڪر دينا چاهيئي. بيتي هونئي سنسڪارون ڪي پيٽ ڪي پي ورتمان سين نهين ڪرني هٿ، جب پاست ڪو پريزنٽ سين ملاتي هو تب سنڪلپون ڪي ڪيو لگتي هٿ اوڙ سنگنٽ روپ ۾ ريك رس استتي

نھين بنتي. اس ليئي وئرت سنڪلپون ڪو فل استاپ دو.

✽ يدي آپڪو ڪسي ڪي ڪوئي پي بات نھين جچتي  
ھئ تو پي ايڪ دوسري ڪا ستڪار ضرور ڪرنا چاهيئي.  
اس سميه ڪسي ڪي سنڪلپ و بول ڪت نھين ڪرني  
چاهيئي. ايڪتا ڪي ليئي سامنا ڪرني ڪي بجاءِ سماني  
ڪي شڪتي ڌارڻ ڪرو.

✽ ڪوئي ڪيا پي ڪري، آپڪي آڱي وڻهن روپ پي  
بني ليڪن آپڪا پاءُ اس آتما ڪي پرت پي شپ چنتڪ  
ڪا هو. يدي ڪسي ڪا آپڪي پرت شپ پاءُ هئ اوڙ آپ  
اسڪي پرت شپ پاءُ رڪتي هو تو يهه ڪوئي بري بات  
نھين هئ. آپڪاري پر آپڪار ڪرني والي ڪا گائن هئ.  
ڪوئي وار وار گرائي ڪي ڪوشش ڪري، آپڪي من ڪو  
ڊگم ڪري، ڦر پي اسڪي پرت سدا شپ چنتڪ ڪا  
اڏول پاءُ هو. بات پر پاءُ نه بدلي. سدا اچل اٿل پاءُ هو،  
تب ايڪ مت ڪا سنڱن تيار هونئا اوڙ وشو ڇر جه جهڪار  
هونئي.



## سِير ڪو آڌار مورت سمجھ ڏميواري نپاڻو

✽ سنڱنٽ روپ ۾ شڪتيشالي وائومنڊل بناني ڪي ڏميواري آپ آڌار مورت بچون ڪي هئ. جب ديڪتي هو ڪوئي ويڪتي پاءُ ۾ زياده هئ تو اُنڪو بنا ڪهي اپنا ائسا اويڪت شانت روپ ڌارڻ ڪرو جو وه اشاري سين سمجھ ڪر شانت هو جائِي. اس سين و اتاورڻ اويڪت بن جائينگا.

✽ آپڪي پاس ڪوئي ڪتنا پي اُشانت وا بي چئن گهبرايا هونآ آئي ليڪن آپڪي ايڪ درشتي، سمرتي اؤر ورتي ڪي شڪتي انهين بلڪل شانت ڪر دي. آپڪي درشتي ڪرڻون جئسا ڪاريه ڪري. جئسي ماسٽر سؤريه ڪي سمان ناليج ڪي لائيت ديني ڪا ڪرتويه ڪر رهي هو ائسي ڪرڻون ڪي مائيت سين هرايڪ آتما ڪي پُراڻي سنسڪار روپي ڪيتائو ڪو ناش ڪرنا، يهه آپڪي ڏميواري هئ. جئسي سوريه ڪا ڪرتويه هئ روشني دينا اؤر ڪچڙي ڪو ختم ڪرنا. ائسي آپڪي سر پشت چلن روپي ڪرڻون دواران انيه آتمائون ڪو روشني پي ملي اؤر ڪچڙا پي ختم هو.

✽ سمپورڻ بن سميه ڪو سيمپ لاني ڪي ڏميواري آپ بچون پر هئ. سمپورڻ بنني ڪي ليئي پريورتن شڪتي ڪو ڌارڻ ڪرو. ڪوئي اپڪار ڪري آپ ايڪ سينڪڊ ۾

## دوہ رتنون کا اُپھار

اُپکار کو اُپکار ۾ پریورتن کر دو. کوئی اپنی سنسکار  
سُپاءِ کی روپ ۾ آپکی سامنی پریکیا کی روپ ۾ آئی  
آپ ایک سیکنڈ ۾ اپنی سریشٹ سنسکار ایک ایک سمرتی  
سین اُتسی آتما کی پرت پی رحمہل کی سنسکار سُپاءِ  
ڈارٹ کر لو. کوئی گرانی کی ورتی سین، سنڱدوش ۾  
لانی کی درشتی سین آپکی سامنی آئی تو اُنکو سدا  
سریشٹ سنڱ کی آڈار سین سنڱدوش سین نکال سریشٹ  
سنڱ لڱا دو، اُتسی پریورتن شکتی دواران وشو پریورتن  
بنو. سُیر کو بدل کر اوڙون کو بدلنی کا لکش رکنا،  
یہی ہر ایک بچی کی ذمیواری ہے۔



## بيحد کي وٽراڳي بنو

✽ بيحد کا وٽراڳ آرٿاٽ چارون اور کي ڪناري چور دينا. جتنا جلدي پياري بنتي هو، اُتنا نياري پي بنو. نيارا بننا هيئن ڪنارا چورنا هئ اؤر ڪنارا چورنا هيئن بيحد کي وٽراڳ ورتي هئ.

✽ ميري پن کي پاءُ سين پي وٽراڳ هو ڪيونڪ مايا ورتمان سميه نئين نئين پرڪار کي ميري پن کي چايا ڊال رهي هئ. نئين نئين پرڪار کي چوٽي چوٽي لڱاءُ کا وستار بهت بڙا هوتا جاتا هئ، جس سين سار چپ ڳيا هئ. اس ليئي بيحد کي وٽراڳ ورتي کا وايومنڊل بناو.

✽ بيحد کي وٽراڳ ورتي کي ليئي اپنا اصلي نراڪاري گهر اؤر مڌوبن ساڪاري گهر کي سدا ياد رهي. هر پرمدام نواسي آتما اس ويڪت ديش ۾ ايشوري ڪرتويه ڪرني کي نمت آئي هوئي هئ، هر اوترت هوئي هئ. اس سمرتني سين بيحد کي وٽراڳي بن جائينگي. دوسرا ساڪار گهر مڌوبن کي سمرتني سين مڌرتا کي ساٿ ساٿ بيحد کي وٽراڳ کي ورتي سته رهينگي.

✽ ساري دنيا ۾ آج ڪله کا لڱاءُ سنيه سين نهين ليڪن سوارٿ سين هئ اس ليئي وٽراڳي نهين بن پاتي. اسڪي

## دوہ رتنون کا اُپھار

ليئي سوارت شبد كي آرٽ سوروپ ۾ ٽڪني كا پرشارت  
ڪرو. سوارت آرٽات سوَ كا يه جو رت هئ اُسي سواها  
ڪرو آرٽات ديها اُپمان، ديها كي سمرتي وا ديها كا لئا  
جو لئا هوئا هئ اس سوارت ڪو ختم ڪرو. سوارت گيا تو  
نياري بن هين جائينگي. اُسي جو بيحد كي وٽراڳي  
هونگي وه روچ ڪو هين ديڪينگي.





## وشو ڪلياڻڪاري بنو

✽ وشو ڪي سرُو آتمائين آپڪا پريوار هئ ڪيونڪ بيحد باپ ڪي بچي هو، تو بيحد ڪي پريوار ڪي هو. اس ليئي رحمدل بن سرُو آتمائون ڪي ڪلياڻڪاري بنو. وشو ڪي مالڪ ڪي ٻالڪ هو تو مالڪ بن وشو پريڪر ما لڱائو. جئسي پهلي ڪي يوگيه راجائين سدا اپني راجيه ڪا چڪر لڱاتي ٿي. پر ڪا ڪو سدا سُڪي اؤر سنتشت رڪتي ٿي. ائسي ماستر رچنا بن وشو ڪي ريك ريك ديڪ ڪرو.

✽ وشو ڪا ڪلياڻ ڪرني ڪي ليئي پهلي سو ڪلياڻ سٽپل ڪي روپ ۾ ڊڪائو. پهلي سِير ۾ مڌرتا اؤر نمرتا ڪا غڻ ڌارڻ ڪرو. جو بولتي هو، وه پرتڪتيل سوروپ ۾ ديڪي. يدي ڪهتي هو هر ماستر سرُو شڪتيوان هئ، مايا جيت هئ تو وئرت سنڪلپ ڪو سيڪنڊ ۾ سماپت ڪرو. پهلي سِير ڪو سمپن بناؤ، سمپورڻتا ڪي آئيني ۾ سِير ڪا سوروپ ديڪو.

✽ جئسي بيچ دواران سته هين ساري ورڪيه ڪو پاڻي مل جاتا هئ، ائسي آپ جب بيچ روپ استيج پر استت هوتي هو تو آتوميٽيڪلي وشو ڪو لائيت ڪا پاڻي مل جاتا هئ. جئسي لائيت هائوس ايڪ اسٽان پر هوتي هوئي چارون اور اپني لائيت قهلاني هئ، ائسي لائيت هائوس بنو تو وشو ڪلياڻڪاري بن جائينگي. هر سنڪلپ ۾ وشو

کلیاٹ کی سمرتی رہی۔ تو سیر پرت پی ہر قدم  
کلیاٹکاری کی سمرتی، ورتی سین چلینگی اور  
چلائینگی۔

✽ وشو کلیاٹکاری بنی کی لیٹی بیکد کی استنی  
چاہیٹی۔ سنہنڈ، سنسکار، سپاء سپ بیکد ۾ ہو، حد کی  
نہین۔ حد نمت ماتر، سارا آئینشن بیکد کی شیوا ۾ ہو۔  
تن، من اور پراپت دن سدا وشو شیوا ۾ آرپٹ ہو۔ مستک  
اور ننون ۾ وشو کی سرو آتمائین سمرتی وا درشتی ۾  
رہی۔ اپراپت آتمائون کو ترپت، بیکاری آتمائون کو  
سمپن بنانی کی ڈن لگی رہی۔ دن رات باپ دواران شکتیوں  
کا وردان لیتی ہوئی سرو کو دینی والی داتا بنو۔

✽ اپنا سمیہ اور سرو پراپتیاں، گیان، گن اور شکتیاں  
وشو کی شیوا ارت سمرپٹ کرو۔ جو سنکلپ انا ہم  
اسی چیک کرو ک وشو شیوا پرت ہم؟ آپکا ہر بول  
روحانی ساج کی سمان اتساہ اور امانگ دلائی جس سین  
اداس آتما خوشی ۾ ناچنی لگی، ہر کرم چریتر کی  
سمان گائن یوگیہ ہو۔ ہر سیکنڈ کا سمپرک آتما کو  
سرو کامنائون کی پراپتی کا انیو کرائی۔ ایک ہین  
سمیہ پر ہر سیکنڈ من، واٹی اور کرم تینون دواران  
سات سات شیوا کرو تب وشو کلیاٹکاری بن سکیںگی۔

## ماسٽر رحمڊل بنو

✽ آپ رحمڊل باپ کي بچي هو، اس ليئي ڏک آسانتي ۾ ترقي هئي آتمائون ڪو ديکتي هئي رحم آنا چاهيئي. انيڪ پرڪار کي وناشي سڪ شانتي ۾ وچلت هئي آتمائين، جو باپ ڪو اوڙ آني آپ ڪو پوڻ چڪي هئ، اٽسي پولي هئي آتمائون پر ڪلياڻ کي پاونا دواران انهن پي يٿارت منزل بتا ڪر پراپني کي انچلي ديني ڪا سنڪلپ آٿين هو.

✽ اگر ڪوئي ڪچ رانگ ڪر رها هئ نو اسڪو پروس سمجه ڪر رحم کي درشتي سين پريورتن ڪرو، ڊسڪس نهين ڪرو. ڪوئي کي ڪمي ديڪ ڪرکي انکي واورڻ کي پرياءُ ۾ نهين آجائو. اس آتما کي پرت رحم کي درشتي، ورتي هو، سامنا نهين ڪرو. يهه آتما پوڻ کي پروس هئ اسڪا دوش نهين هئ، اس سنڪلپ سين اس واورڻ ڪا و بات ڪا پرياءُ آپ آتما پر نه هو تب ڪمل پُشپ سمان نيارا بن اس پر رحمڊل بن سڪينگي.

✽ ڪسي پي ڪوئي آتما، چاهي ستوگي، چاهي تموگي سمپرڪ ۾ آئي، ليڪن سبي کي پرت شپ چنتڪ ارتات آپڪاري کي اوپر پي آپڪار ڪرني والي. ڪبي

کسی آتما کی پرت گہرٹا درشتی نہ ہو۔ جسے بی سمجھ بچی کی کوئی پی کرم پر گہرٹا نہیں ہوتی، اور ہین بچی کی اوپر رحم و ا سنیہ آئینا۔ اُسی شپ چنتک سدیو اپنی کو وشو پرپورتک، وشو کلیاٹکاری سمجھتی ہوئی آتمائون کی اوپر رحم کرو۔ سدا شپ پاء اور پاونا رو۔

✽ جسے کہین آگ لگی ہو تو جو آگ بوجھانی والی ہوتی ہے وہ آگ بوجھانی سواہ رہ نہیں سکتی۔ کسا پی مشکل کام ہو، پلٹن بناء کر آگ کو بوجھاتی ہے۔ اُسی آپ پی رحمدل آتمائین ہو اس لیے کئی پی اوگٹ والی آتما ہو، پتر بڈی ہو، سدا گلانی کرنی والی آتما ہو، سرو آتمائون کی پرت کلیاٹکاری ارقات لافل اور لوفل بنو۔ رحمدل باپ کی بچی رحمدل بن، کمزور آتمائون کو شکتی دی آگی بدائو۔

✽ جسے دُکی آتمائون کی اوپر رحمدل بنتی ہو وئسی کمزوریوں کی اوپر پی رحمدل بنو۔ اگر کوئی پرشارتی اپنی کمزوری سین یا البیلی پن کی کارٹ اپنی استیج سین نیچی آجاتی ہے اتوا گر جاتی ہے تو پی آپ سومان ڈاری رحمدل کا کام ہے، گری ہوئی کو اُنانا، سہیوگی بننا۔

## سنڪلپ شڪتي جمع ڪرو

✿ سنڪلپ ڪي شڪتي سڀ سين سرِيشت مڙل شڪتي هئ. سڀ سين تيورگتي ڪي پاشا سنڪلپ ڪي پاشا هئ جس سين ڪتنا پي ڪوئي دڙر هو، ڪوئي ساڌن نه هو ليڪن سنڪلپ ڪي پاشا دواران ڪسي ڪو پي ميسيج دي سڪتي هو. اُنت ۾ جب سائنس ڪي سڀ ساڌن فيل هونگي تب يهه سائيلنس ڪا ساڌن هين ڪام آئينگا.

✿ سنڪلپ شڪتي آپڪي مُڪ ڪي آواز ڪي گتي سين پي تيز گتي سين ڪاريه ڪرتي هئ اس ليئي سرِيشت سنڪلپ ڪي شڪتي ڪو اُتسا سوچ بنائو جو ذرا پي وئرت ڪي اَسوچتا نه هو تب اس سنڪلپ شڪتي دواران بهت هين ڪاريه سقل هوني ڪي سڌي ڪا اُنيو هونگا. جن آتمائون ڪو، جن استول ڪاريه ڪو وا سنبنڌ سمپرڪ ۾ آني والي آتمائون ڪي سنسڪارون ڪو مُڪ دواران وا اُنيه ساڌنون دواران پريورتن ڪرتي هونگي پي سمپورڻ سقلتا اُنيو نهين هوتي وي سڀ اُميندين سنڪلپ شڪتي دواران سمپورڻ سقل هو جائينگي.

✿ آپڪي ڪسي پي سنڪلپ ۾ دريتا هو تو سقلتا اوشيه ملينگي. اس ليئي شڌ سنڪلپون ڪا اُتسا بنڌن وا گهيراڙ

دالو جو ہر ایک کی لیٹی شڈ سنکپون کا گھیراؤ ایک چترچایا وا سیفتی کا ساڈن وا قلعا بن جاتی۔

✿ سنکپون کو شکتیشالی بنانی کی لیٹی اُسکی گتی کو تیریوت بنائو۔ کسی پی پرکار کا بوجھ وا پریشہ نہ ہو۔ ایک منٹ ۾ ایک سنکپ دواران اُنیک سنکپون کو جنر نہین دو۔ یڈی سنکپ کی گتی بہت تیور ہئے، ایک سین ایک سنکپ چلتی ہین رہتی ہئے تو یہ پی پاؤبہ کی اِنرجی ویست جاتی ہئے۔ جئسی مَک دواران اُتی تیور گتی سین اؤر سدا بولتی رہنی سین شریر کی شکتی وا اِنرجی ویست ہوتی ہئے اُسی ہین سنکپون کی گتی روحانی اِنرجی کو ویست کرتی ہئے۔ اِس لیٹی سنکپ کی گتی کو تیور نہین بنائو۔

✿ سنکپ شکتی جمع کرنی کی لیٹی کوٹی پی بات دیکتی وا سُنٹی وستار کو سماء کر سار ۾ اِسْتت ہو جائو۔ سار روپ بننی سین اُنہ آتمائون کو پی ایک سیکنڈ ۾ ساری گیان کا سار اُنیو کرا سکینگی۔ وستار ۾ جانی سین سمیہ اؤر سنکپ کی شکتی وئرت چلی جاتی ہئے۔ اِس لیٹی سدا سار سو روپ ۾ اِسْتت رہنی کا اُپاس کرو۔



## ايڪاگرتا کي شڪتي ڪو ٻڌائو

✽ ايڪاگرتا آرڻات آتما مالڪ پن کي استتي کي  
 سيت پر ائسي سيت هو جو من ٻڌي سدا آرڊر انوسار  
 چلي. سوپن ۾ پي سيڪنڊ ماتر هلچل نه هو. من، مالڪ  
 ڪو پروس نهين بنائي. آتما سدا سک، چئن، آند کي  
 انپوتي ڪرتي رهي.

✽ ايڪاگرتا آرڻات ايڪ هين سنڪلپ ۾ ٿڪ جانا. ايڪ  
 هين لڳن ۾ مڱن هو جانا. ايڪاگرتا انيڪ طرف ڪا پتڪنا  
 سهج هين چرا ديتي هئ. جتنا سميه ايڪاگرتا کي استتي  
 ۾ استت هونگي اتنا سميه ديهه اوڙ ديهه کي دنيا سهج  
 پوئي هونگي هونگي ڪيونڪ اس سميه کي ليئي سنسار  
 هين وهه هوتا هئ جسپر مڱن هوتي هئ.

✽ ايڪاگرتا آرڻات سدا ايڪ باپ دوسرا نه ڪوئي. ائسي  
 نرنتر ايڪ رس استتي ۾ استت هوني ڪا وشيش اڀياس  
 ڪرو. اسڪي ليئي وئرت سنڪلپون ڪو شڌ سنڪلپون ۾  
 پريورتن ڪرو. دوسرا مايا کي آني والي انيڪ پرڪار  
 کي وڳهنون ڪو اپني ايشوري لڳن کي آڌار سين سهج  
 سماپت ڪرتي هونگي آڱي ٻڌتي چلو.

✽ ايڪاگرتا ڪو ٻڌائي کي ليئي اپني ڪمزور سڀاءُ

اؤر سنسکار کو پریورتن کرو۔ جب یہ سنکلپ آئی کہ میرا سپاء اٹسا ہم تو اس سپاء شبد کی سریشٹ آرٹ ۾ ٹک جائو۔ سو۔ پاء آرقات سو پرت وا سرو پرت آتمک پاء۔ اؤر جب سنسکار شبد کہتی ہو تو اپنی انادی آدی سنسکارون کو سمرتی ۾ لائو۔

✽ ایکارنا کی شکتی کو بدانی کی لیٹی من بُڈی کو سریشٹ استنیون کا استان دو۔ اچی استنیون کی انپو ۾ استت ہو جائو۔ پن پن استنیون ۾ پتکائو مت۔

✽ ایکارنا کی شکتی کو بدانی کی لیٹی سواہ ایک باپ کی اؤر کوئی پی سنکلپ ۾ نہ ہو۔ ایک باپ ۾ ساری سنسار کی سرو پراپتیون کی انپوتی ہو۔ ایک ہین ایک ہو۔ اسکی لیٹی ایکانت کا ساڈن اپنائو۔ ایک کی انت ۾ کو جائو۔

✽ ایکارنا کی شکتی کو بدانی کی لیٹی وشیش سمیہ نکالو، ایک سیکنڈ پی ملی تو وہ آپیاس کی لیٹی جمع کرتی جائو، جیسی چاترک ایک ایک بوند کی پیاسی ہوتی ہم۔ اٹسی سو۔ آپیاسی چاترک ایک ایک سیکنڈ آپیاس ۾ لٹائی تو آپیاس سوروپ بن ہین جائینگی۔





## وگهن وناشڪ بنو

✿ وگهن وناشڪ بنني ڪي ليئي ناليجفل اؤر شڪتي سمپن بنو. سرو شڪتيان آپڪا جنم سڌا اڌڪار هئ. سدا يي نشا رکو ڪ مئن ماسٽر سرو شڪتيوان هون اؤر سرو شڪتيون ڪو سميه پرماڻ ڪاريه ۾ لڳائو.

✿ وگهن وناشڪ بنني ڪي ليئي نرنتر يوگي اؤر نرنتر شيواڌاري بنو. باپ ڪي ياد ڪي بنا جيون نهين، ائسي هين شيوا ڪي بنا جيون نهين. باپ ڪي ياد اؤر شيوا، جب يهه ڊبل لاک لڳ جاتا هئ تو وگهن نهر نهين سڪتا.

✿ وگهن وناشڪ بنني ڪي ليئي لڳن ڪي اڳني تيز ڪرو. يدي لڳن ۾ ڪمي هئ تو وگهن اپنا ڪام ڪرينڱا. ليڪن لڳن ڪي اڳني تيز هئ تو وگهن روپي ڪچڙا پسم هو جائينڱا. جهان لڳن هئ وهان وگهن نهين ره سڪتا، ڪرم يوگ سين ڪرم پوڳ پي پريورتن هو جاتا هئ.

✿ سرو وگهنون سين، سرو پرڪار ڪي پرستتيون سين يا تموگڻي پرڪرتي ڪي آڀڌائون سين سيڪنڊ ۾ وجئي بنني ڪي ليئي صرف ايڪ بات نشچيه اؤر نشي ۾ رهي - ”واه ري مئن!“ مئن ڪون؟ مئن سریشٽ برهمڻ آتما هون! داتا هون - يهي پاونا سدا نروگهن، اچا ماتر اوديا

کي استتي کا اُنيو کراتي هٺ.

❁ کسي پي پرکار کي وڳهن سين مُکت هوني کي  
يُکت هٺ۔ ڊبل لائيت سوروپ کي استتي۔ يهه استتي  
هين سيکنڊ ۾ هاءِ جمپ ڊلاني والي هٺ۔ سڌا باپ اؤر  
پراپتي کو سامني رکو تو سڀ وڳهن ختم هو جائينگي۔

❁ وڳهن وناشڪ بنني کي ليئي روحانيت کا پاورفل  
وايومنڊل بناؤ۔ گيان سؤريه سمان بيچ روپ استيج ۾ وا  
فرشتي سوروپ ۾ استت رهني کا اڀياس کرو۔

❁ وڳهن وناشڪ بنني کي ليئي اپنا کمبائينڊ روپ  
سمرتي ۾ رکو۔ هر اڪيلي نهين هٺ، جهان بچي هٺ  
وهان باپ هر بچي کي ساٿ هٺ۔ سڌيو باپ کي ياد  
کي چترچايا کي اُندر رهو تو کسي پي پرکار کي  
مايا کي وڳهن چترچايا کي اُندر آ نهين سکتي۔



## مهاداني - ورداني بنو

✿ واڻي دواران شيوا ڪرني ڪي ساڪ ساڪ منسا آرڻاڪ سنڪلپ دواران سُپ پاونا اؤر ڪامنا دواران شيوا ڪرنا، يهي هءَ مهاداني - ورداني بننا.

✿ آپ سيڪي اُنادي، آدي اؤر اوناڻي سنسڪار داتاڻي ڪي هءَ. ديوتا آرڻاڪ ديني والي. سنگم پر ماسٽر داتا هو. آڏا ڪلپ ديوتا روپ سين ديني والي هو. دواپر سين آپڪي جڙ چتر ديني والي ديوتا ڪهلائي هءَ. تو داتا پن ڪي سنسڪار والي هي سمپن آتمائين، شاهنشاھ ڪي بچي آب مهاداني - ورداني بنو.

✿ ورداني روپ سين شيوا ڪرني ڪي ليئي پھلي سيم ۾ شڏ سنڪلپ ڌارڻ ڪرو. سارا دن شڏ سنڪلپون ڪي ساگر ۾ لهراتي رهو اؤر جس سميه چاهي شڏ سنڪلپون ڪي ساگر ڪي ٽلي ۾ جاڪر سائلينس سو روپ هو جائو.

✿ جيئي پاڳيه وڌاتا باپ نين برهما دواران پاڳيه بانٽا اٿسي آپ بچي پي مهاداني بن پاڳيه بانٽي رهو. جيئي پاڳيه پراپت هوئا اسي سڀ ڪچ پراپت هو جائينگا. وٿسي اُگر آج ڪسي ڪو ڪپڙا دينگي تو ڪله اناج ڪي ڪمي پر جائينگي، ڪله اناج دينگي تو پاڻي ڪي ڪمي پر جائينگي. ايڪ ايڪ چيز ڪهان تڪ بانٽينگي، اُس سين

ترپت نہین ہو سکتی۔ لیکن اگر پاڳیہ بانٹا تو جہان پاڳیہ هٺ وھان سڀ ڪڇ هٺ۔

✽ مھاداني آتمائين سرو خزاني سِير پرت ڪم يُوَز ڪرتي، شيوا پرت زياده يُوَز ڪرتي هٺ ڪيونڪ اَنِيڪ آتمائون ڪي پرت مھاداني بن دينا هين لينا هٺ۔ سرو پرت ڪلياڻڪاري بننا هين سِير ڪلياڻڪاري بننا هٺ۔ ڏن دينا اَرڻات ايڪ سين سوڳڻا جمع ڪرنا۔ ورتمان سميه سِير ڪي پرت چوڻي چوڻي باتون ۾ وا چينتي سمان آني والي وڳهنون ۾ اَپني سرو خزاني سِير پرت لڳائي ڪا سميه نهين هٺ۔ بيحد ڪي شيواڌاري بنو تو سِير ڪي شيوا سهج هو جائينگي۔ فراخدل سين اُدارچت هوڪر پراپتي ڪي خزاني بانفتي جائو۔ اُدارچت بنني سين سِير ڪا اُڌار هو جائينگا۔ سڀ سين بري تي بري دين هٺ، داتا ڪي بچي بن سرو ڪو سهيوگ دينا۔ بڱڙي هوڻي ڪاريه ڪو، بڱڙي هوڻي سنسڪارون ڪو، بڱڙي هوڻي موڊ ڪو سُڀ پاونا سين نيڪ ڪرني ۾ سدا سرو ڪي سهيوگي بننا هين مھاداني ورداني استيچ هٺ۔ ڪسي ۾ ڪوئي پي شڪتي ڪي ڪمي هو تو اَپني سهيوگ سين اُسي پر دو۔

## منسا شيوا ڪرو

✽ آڄ ڪلهه وشو ڪو آوشيڪتا هئ. من ڪي شانتي ڪي. تو منسا دواران شانتي ڪي واٽبريشن ڦهلائو. شانتي ڪي ساگر باپ ڪي ياد ڪي سنڪلپ ۾ شانت سوروپ استني ۾ رهنا، يهي منسا شيوا هئ. اس سين آتوميٽيڪلي شانتي ڪي ڪرڻين ڦهلتي رهينگي.

✽ منسا شيوا ڪرني ڪي ليئي روحانيت ڪي شڪتي جمع ڪرو. اُنت ۾ سنڪلپ شڪتي دواران هين شيوا ڪا ڀارت هئ، اسڪي ليئي ست - سنڪلپ، شڌ سنڪلپ ڪا استاڪ جمع ڪرو.

✽ جئسي سائنس ڪي ساڌن ڪا ڀنتر تب ڪام آتا هئ جب ڪنيڪشن مين استيشن سين هوتا هئ، اسي پرڪار سائينس ڪي شڪتي دواران اڻيو تب ڪر سڪينگي، جب ڪباپ دادا سين نرنتر ڪليئر ڪنيڪشن اوڙ رليشن هو، اسي سين منسا شڪتي ڪا ڀرتڪيه ڀرماڻ ڊيڪ سڪينگي.

✽ منسا شيوا ڪرني ڪي ليئي سائينس ڪي شڪتي ڪو بڊائو. وشيش ايڪاگرٽا ڪا اڀياس ڪرو. سنڪلپون ڪي ڀي ايڪاگرٽا، استني ڪي ڀي ايڪاگرٽا هو.

ایک گرتا کا آزار اُنتر مُکتا ہئے۔

✽ جئسی آج کلہ خوشبوءِ کی ساڈن سین پِن پِن پرکار  
کی خوشبوءِ قہلاتی ہئے۔ کوئی گلاب کی خوشبوءِ،  
کوئی چندن کی... ائسی آپ بچون دواران سُک،  
شانتي، شکتی، پریس، آند کی پِن پِن خوشبوءِ قہلنتی  
رہی۔ روز اُمبرت ویلی پِن پِن سریشٹ واُبریشن کی  
فائونٹین کی موافق آتمائون کی اوپر گلابواشی ڈالو۔  
صرف سنکلپ کا آٹومیٹک سٹچ آن کرو۔

✽ جب توری سمیہ پر ساری وشو کی شیوا سمپن کرنی  
ہئے تو تیور گتی سین بیحد کی شیوا کرو۔ بیحد کی  
شیوا اپنی شکتیشالی منسا شکتی وا شپ پاونا اوُر شپ  
کامنا دواران ہوتی ہئے۔ صرف سیر کی پرت پاؤک نہین  
بنو لیکن اوُرون کو پی شپ پاونا اوُر شپ کامنا دواران  
پریورتن کرو۔

✽ منسا شیوا کرنی والی منسا مہادانی بچون کو  
سنکلپون کی سڈی پراپت ہو جاتی ہئے۔ وی جہان چاہی  
وہان اپنی سنکلپ کو ٹکا سکتی ہئے۔ سنکلپ کی  
وَس نہین ہونگی لیکن سنکلپ اُنکی وَس ہونگی۔ جو  
سنکلپون کی رچنا رچی، وہ رچ سکتی ہئے۔ جب  
سنکلپ کو وناش کرنا چاہی تو وناش کر سکتی ہئے۔

## يوگ کا پريوگ ڪرو

✿ يوگ ڪا پريوگ ڪرني ڪي لبيئي ايڪ سيڪنڊ ۾ من ٻڌي ڪو ايڪاگر ڪر روحاني ڊرل ڪي اڀياسي بنو. جهان چاهو، جس استني ۾ چاهو، ڊرل ماسٽر بن ايڪ سيڪنڊ ۾ اُسي استني ۾ استت هو جائو. من ٻڌي ڪا پتڪنا سماپت هو جائي.

✿ بندو روپ ڪي پاورفل استيج ۾ استت هو اپني پراڻي ڪڙي سنسڪارون پر يوگ ڪا پريوگ ڪرو. ماسٽر گيان سوڙيه ڪي استني ۾ استت ره پاورفل يوگ ڪي ڪرڻون دواران وڪرمون ڪو پسر ڪر وڪرماجيت استني ڪا انيو ڪرو.

✿ ڪسي پي پرڪار ڪا وگهن ٻڌي ڪو ستاتا هئ تو يوگ ڪي پريوگ دواران پهلي اُس وگهن ڪو سماپت ڪرو. من ٻڌي ۾ ذرا پي ڊسٽر بنس نه هو. اويڪت استني ۾ استت هوني ڪا اڀياس هو جو روڻ، روڻ ڪي بات ڪو يا ڪسي ڪي پي من ڪي پاوون ڪو سهج هين جان جائي.

✿ ڪسي پي پرستني وا وگهن سامني هو، شريڪ وياڌي هو، سروس ڪي انيڪ جهنجهت هو، ائسي سميه پر يوگ

کي پريوگ دواران اَرقات اشريرپن کي اِستتي دواران  
اُنهين سماپت کر نروگهن اِستتي کا اَنِوُ کرو. ساڌارڻ  
وا وئرت سنکليون ۾ سميه نہ جائي.

✽ شير ۾ رهتي اُپرام اِستتي بناني کي ليئي سِير  
کو مهمان سمجھکر رهو. بات کرتي کرتي نياراپن  
کينچي. بات سُنتي پي جئسي ک سُنتي هين نهين. ائسي  
پاسنا اُرون کو پي آئي. کرم کر رهي هئ ليکن  
کرمون کا خاٹا نهين بن رها هئ. کرم کرني والا اَلگ  
هئ، کرم اَلگ هئ. سنکپ اُنا اُور جو هونا هئ وهي  
هو، ائسي اوستا تک پهونچنا هين يوگ کي پريوگ کي  
سڌي هئ.

✽ ٻڌي روپي پانوُ پرتوي اَرقات پرکرتي کي آکرشڻ  
سين پري رهي. پرکرتي (شير) کو اڌين کرني والا  
بنو، نہ ک پرکرتي کي اڌين رهنِي والا. کوئي پي  
کاريہ ڊبل لائيت هوکر کرو. ائينشن کا پي تينشن نہ  
هو. ائينشن اُور اَپياس، يه نجي سنسکار بناو تب يوگ  
کي پريوگ دواران سِير کا وا اَنِہ آتمائون کا پريورتن  
کر سڪينغي.





## تن، من، دن اور سميه کو سقل کرو

✽ سنگر يگ ايک کا پدمکٹا جمع کرني کا يگ هٔ۔  
 تن کو شيوا ۾ لگائو اور 21 جنمون کي ليئي سمپورڻ  
 نروڳي تن پراپت کرو۔ کئسا پي کمزور تن هو، روڳي  
 هو ليکن وڇا کرمڻا نهين تو منسا شيوا کرو۔ اتي اندريه  
 سڪ شانتي کي شڪتي چهري سين، نئون سين دکائو۔  
 سات سات اپني ساله ٻڌي دواران شيوا کرو۔

✽ من سين سدا شانت سوروپ بن، سدا هر سنڪلپ ۾  
 شڪتيشالي بن، شپ پاونا، شپ کامنا دواران داتا بن  
 سڪ شانتي کي شڪتي کي ڪرڻين وايومنڊل ۾ قهلائي  
 رهو۔ ايک آستان پر هوتي هوئي سنڪلپ شڪتي دواران  
 چارون اور واٽبريشن سين وايومنڊل بناني کي شيوا کرو۔  
 تو من دواران شيوا کرني سين 21 جنر من سدا سڪ  
 شانتي کي موج ۾ رهينگا۔

✽ دن دواران شيوا کي نمت بن ڪر 21 جنر کي  
 ليئي انگنت دن کي مالڪ بنو۔ دن کو ايشوري شيوا ۾  
 لگائينگي تو 21 جنر کي ليئي سهج اور اڪيچار دن  
 پراپت هونگا۔ وهان يه دن مٽي کي سمان اڪت هونگا  
 اور 63 جنمون ۾ پي ڪسي پي جنر ۾ دن کي بڪاري

نہین بنینگی۔ ایشوری شیوا پرت وا داتا پرت دن لگانا  
 اَرقات پورا کَلپ بکاري پن سين بچنا۔ جتنا لگائو اتنا  
 ساري کَلپ ۾ آرام سين کاتي رهو کيونک اُپي کا حساب  
 جتني کا اتنا نہین هئ ليکن ايک کا پدمٹا هئ اس  
 ليئي اسکي مهتو کو جان مهان بنو۔

✽ اپنا سميه شیوا ۾ لگائو تو سڀ سين سریشٽ سميه  
 سنيگ ۾ آني کا پاڳيه پراپت هونگا۔ جو سنگر پر اپنا  
 سميه سقل کرتي هئ انہین اُسکا سریشٽ قل، سمپورٽ  
 سُنھري سریشٽ ستوپردان يگ ۾ آني کا اذکار پراپت  
 هوتا هئ۔

✽ اس ايک جنم ۾ رتناگر باپ سين اُتسا سوڏا کر لو جو  
 انيک جنم سدا مالامال، پرپور بن جائو۔ يه ايک هين بيحد  
 کا باپ هئ جو دن کا پي سوڏا کرتي، من کا پي سوڏا  
 کرتي، تن کا پي اوڙ سریشٽ سنبنڌ کا پي سوڏا کرتي  
 هئ۔ يه سوڏا کرني سين تن سدا تندرست رهينگا، من  
 سدا خوش رهينگا، دن کي پنداري پرپور رهينگی اوڙ  
 سنبنڌ ۾ نسوارٽ سچا سنيه هونگا۔

✽ اب اپني ايک ايک گھري وشو کلياٺ کي پرت  
 سمرپت کرو۔ وشو کلياٺ ۾ سو کلياٺ سُنٽه سمايا هوتا  
 هئ۔

## تياڳي، مهاتياڳي اوڙ سرو سَو تياڳي بنو

✽ تياڳ کا آرٽ هٿ جس چيز کو وا بات کو چور ديٿا، اپني پن سين کنارا کر ليٿا، تو اُس سين اپنا اڌکار سماپت هوٿا. جسکي پرت تياڳ کيٿا وه وسنو اُسکي هو گئي. اُسکا سنڪلپ پي نهين کر سکتي، کيونک تياڳ کي هوئي بات، سنڪلپ دواران پرتگيا کي هوئي بات ڦر سين واپس نهين لي سکتي هٿ.

✽ آپ برهمٺ بيحد کي سنياسي وا تياڳي هو. آپ تياڳ مورتيون نين اپني اس پڙاڻي گهر آرٿات پڙاڻي شرير، پڙاڻي ديھ کا پاڻ تياڳ کيٿا هٿ، سنڪلپ کيٿا ک بڌي دواران ڦر سين کي اس پڙاڻي گهر ۾ آکرشٽ نهين هونگي. اس ليئي تو کھتي هو ديھ سھت ديھ کي سنڀنڌ کا تياڳ.

✽ ديھ کي ساٿ لوڪ ٿٿا لوڪ سنڀنڌ ۾ مهاتياڳي آرٿات نشٽوموها بنو. نشٽوموها کي نشاني هٿ، نه کسي ۾ گهرڻا هونگي، نه کسي ۾ لڪاءُ وا جھڪاءُ هونگا.

✽ برهمٺ بننا آرٿات وڪلپون اوڙ وڪرمون کا تياڳ کرنا. برهمٺ ساڌارڻ ڪرم پي نهين کر سکتي، وڪرم

کي تو بات هيٺن نهيٺن. تو ڪرم انڊريون ڪا جو ڪرم  
ڪي ساٿ سنڀنڌ هئ، اُس ڪرم ڪي حساب سين وڪرم  
ڪا تياڳ ڪرو.

✽ ساري دن ۾ جو وٽرت اوڙ ساڌارڻ باتون ۾ سميه جاتا  
هئ، اُسي انڊرلائين ڪر اَلبيلي پن ڪا تياڳ ڪرو.

✽ مهاتياڳ ڪي ڦل سو روپ جو پياڳيه پراپت هوتا هئ،  
وه ڪي ڪي اُلتي نشي ڪي روپ ۾ يوڙ ڪر ليتي  
هو، لوهي ڪي زنجيرين تو ٿوڙ دي، آٽرن ايڄيڊ سين  
گولڊن ايڄيڊ تو بن گئي، ليڪن ڪهان ڪهان سُنهري  
جيون ڪي سوني ڪي زنجير ۾ ٻنڌ جاتي هو. وه سوني  
ڪي زنجيرين هئ ”مئن“ اوڙ ”ميرا“. مئن اڇا گياني  
هون، مئن گياني تو آتما، يوگي تو آتما هون. يهه سُنهري  
زنجير ڪهان ڪهان ٻنڌن مُڪت بنني نهيٺن ديتي هئ.  
اَب اِسڪي پي تياڳي بنو. سڄي شيواڌاري اَرڻات مان،  
شان ڪاپي تياڳ.

✽ جب منسا، واڇا، ڪرمڻا، سنڀنڌ- سمپرڪ ۾ وڪارون  
ڪي اَنش مائر سين پي پري رهو تب ڪهينگي سرو اَنش  
تياڳي. اُسي سرو اَنش تياڳي اَرڻات سدا گُڻ موڙت.



## ماسٽر داتا بنو

✿ ماسٽر داتا آرٿاٽ سدا ڀرڀور، سمڀن. جسڪي پاس  
 آنڀوتڀون كا خزانا سمڀن هونگا، وه سمڀن مورٽيان سٽهه  
 هڀن ماسٽر داتا بن جاتي هٽه. داتا آرٿاٽ شيواڌاري.  
 داتا ديني كي بنا ره نهڀن سڪتي. وي آڀني رحمدل  
 كي گُٺ سين كسي كو همت دينگي تو كسي نربل  
 آتما كو بل دينگي. وه ماسٽر سڪ داتا هونگي.

✿ آشانتي كي سمڀه ڀر ماسٽر شانتي داتا بن اوڙون كو  
 ڀي شانتي دو، گهڀراڻو نهڀن، كيونڪ جانتي هو ڪ جو هو  
 رها هٽه وو ڀي آڀا اوڙ جو هونا هٽه وه اوڙ آڀا. وڪارون  
 كي وشيڀوت منش تو لڙتي هڀن رهڀنگي. اُنڪا ڪام  
 هڀن ڀهه هٽه. ليڪن آڀڪا ڪام هٽه، اٽسي آتمائون كو  
 شانتي دينا كيون وشو ڪلياڻڪاري هو. وشو ڪلياڻڪاري  
 آتماڀن سدا ماسٽر داتا بن ديتي رهتي هٽه.

✿ دوسرا سهڀوگ دي تو مٽن سمڀن وا سمڀورڻ بنون،  
 نهڀن. اس لڀني كي بجاءِ ماسٽر داتا بن سهڀوگ، سنيهه  
 سهانڀوتي دينا هڀن لڀنا هٽه. ياد رڪو ڪ برهمڻ جڀون ڀر  
 ديني ڀر هڀن لڀنا هٽه.

✿ آب ساري وشو ڪي آتماڀن سڪ شانتي كي بيڪ

مانڻي ڪي ليئي آپڪي سامني آني والي هئ. آپ داتا ڪي بچي ماسٽر داتا بن سڀڪو مالا مال ڪريندي. تو پھلي سين سيم ڪي پنڌاري سرو خزانون سين ڀرپور ڪرتي جائو، جو ڪوئي پي آوي تو خالي هات نهين جائي، ڀرپور هوڪر جائي. يي نظارا آڱي چل ڪر انيو ڪريندي.

✿ ورتمان سميه آپس ۾ وشيش ڪرم دواران گُڻ داتا بنني ڪي آوشيڪتا هئ. تو سنڪلپ ڪرو ڪ مجھي سدا گُڻ مورث بن سڀڪو گُڻ مورث بناني ڪا وشيش ڪرتويه ڪرنا هين هئ. گيان تو بهت هئ، آبي گُڻون ڪو اِمرج ڪرو، سرو گُڻ سمپن بنني اوڙ بناني ڪا اِگزمپل بنو. داتا ڪي بچي هو تو جسي جو چاهيئي وه ديتي چلو. ڪوئي پي خالي نهين جائي. آتاه خزان هئ. ڪسي ڪو خوشي چاهيئي، سنيهه چاهيئي، شڪتي چاهيئي، تو ديتي جائو.

✿ بيحد ڪي داتا بن ورلد ڪي گولي ڀر ڪري هو، بيحد ڪي شيوا ۾ واٽبريشن ڦهلائو. مهان داتا بنو. بيحد ۾ جائو تو حدون ڪي باتين ستهه سماپت هو جائيندي.



## روحاني پرسنلتي دواران شيوا ڪرو

✽ آپ برهمڻون جئسي روحاني پرسنلتي ساري ڪلپ ۾ اؤر ڪسي ڪي پي نهين هئ ڪيونڪ آپ سيڪي پرسنلتي بناني والا اونچي تي اونچا سِير ڀرم آتما هئ. آپڪي سڀ سين بري تي بري پرسنلتي هئ. سوڀن وا سنڪلپ ۾ پي سمپورڻ پيورڻي. اس پيورڻي ڪي ساڪ ساڪ چهري اؤر چلن ۾ روحانيت ڪي پي پرسنلتي هئ، آپني اس پرسنلتي ۾ سدا استت رهو تو شيوا سته هونگي.

✽ روحاني پرسنلتي دواران شيوا ڪرني ڪي ليئي آپني مؤڊ سدا چيئر فل اؤر ڪيئر فل رڪو. مؤڊ بدلني نهين چاهيئي. ڪارڻ ڪچ پي هو، اس ڪارڻ ڪا نوارڻ ڪرو. سدا پرسنتا ڪي پرسنلتي ۾ رهو. پرسنچت رهنِي سين بهت آچي انيو ڪرينگي. پرسنچت آتما ڪي سنگ ۾ رهنا، ان سين بات ڪرنا، بئنا سِڪو آچا لگتا هئ. تو لڪش رڪو ڪ پرسنچت نهين، پرسنچت رهنا هئ.

✽ ڪوئي ڪئسي پي پريشان، اشانت آتما هو آپڪي روحاني پرسنلتي ڪي جهلڪ، پرسنتا ڪي نظر انهين پرسن ڪر دينگي. نظر سين نهال هو جائينگي. آپي سميه ڪي سمپتا ڪي انوسار نظر سين نهال ڪرني ڪي شيوا ڪرني

کا سمیہ هٺ۔ آپڪي ايڪ نظر سين وهه پرسنچت هو جائينگي، دل كي آش پورڻ هو جائينگي.

✽ آج ڪلهه دو پرڪار كي پرسنلتي گائي جاتي هٺ۔ ايڪ شيرڪ پرسنلتي، دوسري پوزيشن كي پرسنلتي۔ برهمڻ جيون ۾ جس برهمڻ آتما ۾ سنشنتا كي مهانتا هٺ، انڪي صورت ۾، انڪي چهري ۾ پي سنشنتا اوڙ سریشٽ استتي كي پوزيشن كي پرسنلتي دکائي ديتي هٺ.

✽ وشيش آتمائون وا مهان آتمائون ڪو ديش كي وا وشو كي پرسنلتيز ڪهتي هٺ۔ پوترتا كي پرسنلتي ارتات هر ڪرم ۾ مهانتا اوڙ وشيشتا۔ روحاني پرسنلتي والي آتمائين اپني انرجي، سميه، سنڪلپ ويسٽ نهين گنواٽي، سقل ڪرتي هٺ۔ ائسي پرسنلتي والي ڪي پي چوٽي چوٽي باتون ۾ اپني من ٻڌي ڪو بزي نهين رڪني هٺ.

✽ روحاني پرسنلتي والي وشيش آتمائون كي درشتي، ورتي، بول... سڀ ۾ آلوڪتا هونگي، ساڌارڻا نهين۔ ساڌارڻ ڪاريه ڪرتي پي شڪتيشالي، ڪرم يوگي استتي ڪا انيو ڪرائينگي۔ جسسي برهما باپ ڪو ديڪا، چاهي بچي ڪي ساٿ سبزي پي ڪاٽي رهي، ڪيل ڪرتي رهي ليڪن پرسنلتي سدا آڪرشت ڪرتي رهي۔ نو فالو فادر.



## پوٽرٽا ڪي مهڻو ڪو جان مهان بنو

✽ پوٽرٽا سنگم يڱي برهمڻون ڪي مهان جيون ڪي مهانٽا هڻ. پوٽرٽا برهمڻ جيون ڪا شرنڱهار هڻ. جڙسي استول شري ۾ وشيش سواس چلنا آوشيڪ هڻ. سواس نهين تو جيون نهين. اٽسي برهمڻ جيون ڪا سواس هڻ پوٽرٽا. 21 جنمون ڪي پرابڙ ڪا آڌار آرڱات فائونڊيشن پوٽرٽا هڻ.

✽ آتما اوڙ پرماتما ڪي ملن ڪا آڌار پوٽر ٻڙي هڻ. سرو سنگم يڱي پراپتيون ڪا آڌار پوٽرٽا هڻ، پوڄيه پڊ پاني ڪا آڌار پي پوٽرٽا هڻ.

✽ برهمڻ جيون ڪا جيئدان هين پوٽرٽا هڻ. آڊي آنادي سوروپ پي پوٽرٽا هڻ. پوٽرٽا برهمڻ جيون ڪي وشيش جنم ڪي وشيشٽا هڻ. پوٽر سنڪلپ برهمڻون ڪي ٻڙي ڪا پوجن هڻ. پوٽر درشتي برهمڻون ڪي آنڪون ڪي روشني هڻ. پوٽر ڪرم برهمڻ جيون ڪا وشيش ڏنڌا هڻ. پوٽر سنبنڌ اوڙ سمپرڪ برهمڻ جيون ڪي مريادا هڻ. برهمڻ جيون ڪي مهانٽا پوٽرٽا هڻ. اٽسي مهان چيز ڪو اپناني ۾ محنت نهين ڪرو، هڪ سين نهين اپنائو.

❁ یہ پوٽرنا آپکی جیون کا وردان هٺ، اپنی نجي وِسٽو هٺ۔ پرائي چيز اپوٽرنا هٺ نہ ک پوٽرنا۔ باپ کا وردان پوٽرنا هٺ، راوڻ کا سراپ اپوٽرنا هٺ۔ آپکا سو۔ سوروپ پوٽر هٺ، سوٽرم پوٽرنا هٺ، آتما کي پهلي ڌارڻا پوٽرنا هٺ۔ سوٽر ديش پوٽر ديش هٺ۔ سوراجيه پوٽر راجيه هٺ۔ سوکا يادگار پرم پوٽر پوجيه هٺ۔ کرم انڊريون کا انادي سڀاء سکر هٺ، بس يهي سدا سمرتي ۾ رکو تو محنت اوڙ هٺ يوگ سين چوٽ جائينگي۔

❁ سدا يه سنڪلپ رکو ک مٿن انادي آدي ريٽل روپ ۾ پوٽر آتما هون۔ کسي پي ديکو تو اسکا پي انادي آدي ريٽل روپ ديکو۔ ريٽل کوريلائيز کرو، تو اپوٽر سنڪلپون کي اٽپتي نهين هونگي۔

❁ مهان آتما بننا هٺ تو اپوٽرنا ارڻات کام مهاشٽرو سوپن ۾ پي وار نہ کري۔ سدا پائي پائي کي سمرتي سهج اوڙ سٽه سوروپ ۾ هو۔ آتما کي اصلي گٺ سوروپ اوڙ شڪتي سوروپ استني سين نيچي نهين آٽو۔



## دبل آهنسڪ بنو

✽ آهنسڪ وهه هئ جسڪي هر چلن وا وهنوار سين سرو  
آتمائون ڪو سڪ ڪا دان ملتا هئ. جو سپڪو سڪ ديتي  
اؤر سڪ ليتي هئ. سدا پڻج ڪا ڪاريه ڪرتي هئ.

✽ اب اپني اصلي ستوپرڌان سنسڪارون ڪو ڌارڻ ڪر  
دبل آهنسڪ بنو. آتما ڪي جو اصلي ستوپرڌان سنسڪار  
هئ وا جو اپني اوريجنل ايشوري سنسڪار هئ انڪو دباڪر  
يدي دوسري سنسڪارون ڪو پرنڪٽيڪل ۾ لاتي هو تو يه  
پي هنسا هئ. جئسي ڪوئي ڪسي ڪا گلا دباتا هئ تو  
اسي هنسا مانا جاتا هئ، ائسي اپني اوريجنل آتوا  
ستوپرڌان استتي ڪي سنسڪارون ڪو دبانا، يهه پي هنسا  
هئ. مهان آتمائين اسپر پي آهنسڪ هوتي هئ.

✽ دبل آهنسڪ آتمائين اپني مڪ سين ڪي ڪوئي  
اٿسا شبد نهين بول سڪتي جس سين ڪسي ڪي استتي  
دگمگ هو جائي. يدي اپني شبدون سين ڪسي ڪي  
اونچي استتي ڪو دگمگ ڪر ديتي هو تو يهه پي هنسا  
هئ. جئسي تير دواران ڪسي ڪو گهايل ڪرنا هنسا هئ.  
اسي پرڪار شبد دواران ڪسي ڪي سرپشت استتي ڪو  
دگمگ ارقات گهايل ڪرنا پي هنسا هئ.

✽ پرماتما پنا دواران جو دويہ ٻڌي، دويہ وويڪ وا ايشوري -

وویکِ مِلا ہتہ اُسی یَدیِ مایا وَس، پَر مت وَس، کُسنگِ وَس یا کسی پرستتی وَس دہاتی ہو تو یہہ پی ایشوری وویک کا خون کرتی ہو یا دوہہ بُڈی کا خون کرتی ہو۔ اہنسک آتمائین اپنی ایشوری وویک کو دہا نہین سکتی۔

✽ جُون بولنا، چوری کرنا، نَبّی کرنا وا دوکا دینا، اِسکو پی ہنسا وا مہاپاپ کھا جاتا ہتہ۔ یَدی (ک) شُدْرپن کی سنسکار، سِپاء و بول اپناتی ہو تو کسی کی پرت وُترت پاونارکتی ہو تو گویا شوڈرون کی وستو چوری کرتی ہو۔ دوسری کی وستو یوز کرنا وا آسری شوڈرپن کی سنسکار سِپاء ڈارٹ کرنا اَرقات چوری کرنا پی ہنسا ہتہ۔ اِس ہنسا کو چور اہنسک بنو۔ (ک) ایک اور کہتی ہو، ہر ترستی ہتہ، سپ کچ پر ماتما نین دیتا ہتہ۔ تن، من اوُر دن سپ تیرا قَر یَدی مئن پن کی موہ وَس ہوکر چلتی ہو تو مئن پن لانا یا میرا سمجھنا یہہ پی جُون ہتہ۔ کھنا تیرا اوُر کرنا میرا، تو یہہ جُون بولنا پی ہنسا کرنا ہتہ۔ اِس پی اہنسک بنو۔ (گ) اُتسی ہین دوکا دینا پی ہنسا ہتہ۔ جائتی ہوئی، مانتی ہوئی قَر پی سِپ کو سریشٹ پراپتی سین وِچچت کرنا، یہہ سِپ کو دوکا دینا ہتہ۔ اپنی کمزوری کو چپاکر باہر سین اپنا نام بالا کرنا یا اپنی کو اچا پرشارتی سڈ کرنا، یہہ پی دوکا دینا ہتہ۔ غلطی کرکی چپانا پی دوکا دینا وا نَبّی کرنا ہتہ۔ تو اہنسک اَرقات پُچ آتمائین یہہ پاپ پی کپی نہین کر سکتی۔

## آپني آدي اؤر آفادي سنسڪارون ڪو امڙ ڪرو

✽ جئسي آپني ورتمان سوروپ ڪا، ورتمان سنسڪارون ڪا سڀشت آنيو هوتا هئ آئسي آپني آدي سوروپ اؤر سنسڪارون ڪا پي اتنا هين سڀشت آنيو هو. جو پانچ هزار ورش پهلي ڪي اوريجنل دئوي سنسڪار هئ، انهن ڪئچ ڪرو اؤر اسڪا پرنڪٽيڪل سوروپ بنو. سديو يه سمرتي ۾ رڪو ڪ مئن يهي تا اؤر ڦر بن رها هون. جتنا جتنا ان سنسڪارون ڪو ڪئچ ڪرينگي اتنا سوروپ بن سڪينگي. اسڪي ليئي آپني سمرتي ڪو پاورفل اؤر سريشت بناو.

✽ سنسڪارون ڪي آڌار سين هين آتما ڪو نيان چولا ملتا هئ. آتما ڪي جئسي سنسڪار هوتي هئ اس پرمات هين چولا تيار هوتا هئ. اس ليئي اب آتما ۾ نئين ڀڳ ڪي سنسڪار وا نئين ڀڳ ڪي اسٽاپڪ باپ جئسي سمپورن سنسڪارون ڪو ڌارن ڪرو تب نئين وستر اڙتات نيان چولا ملينگا.

✽ آپني اصلي ستوپرڌان سنسڪار وا جو اوريجنل ايشوري سنسڪار آتما ڪي هئ، انهن سمرتي ۾ لاڪر اسڪا سوروپ بنو. ڪوئي پي پڙاڻي سنڪلپ وا سنسڪار ڊڪائي

نہ دی، مستک ارقاات بڈی کی سمرتی وا درشتی سین  
 سواہ آتمک سوروپ کی اور کچ پی دکائی نہ دی وا  
 سمرتی ۾ نہ آئی۔ اُسی سریشٹ سنسکار تب بنینگی  
 جب پہلی اپنی اُپن ہونی والی سنکلپون کو چیک  
 کرینگی۔ جسی سنکلپ ۾ پی پُراٹی اشد سنسکار تچ  
 نہین کرتی وہی سمپورٹ پوتر مانی جاتی ہ۔

✽ پُراٹی پرورتی کی سمرتی کا وا پُراٹی سنسکارون  
 کا چوہڑا اب ختم کرو کیونکہ جسی سمرتی وُسی  
 سنسکار بنتی ہ، اس لیئی پُراٹی چوہڑی جلا دو۔



## اچا ماترم اوديا بنو

✽ برهمڻون ڪا آنتم سمپورڻ سوروپ وا استتي ڪا ورنن  
هٽه - اچا ماترم اوديا.

✽ جئسي باپ دادا ڪوئي پي ڪرم ڪي ڦل ڪي اچا  
نهيڻ رڪتي هٽه. هر وچن اوڙ ڪرم ۾ سديو پٽا ڪي سمر تي  
هوني ڪي ڪارڻ ڦل ڪي اچا ڪا سنڪلپ ماتر پي نهين  
رهتا آئسي فالو فادر ڪرو. ڪچي ڦل ڪي اچا نهين رڪو.  
ڦل ڪي اچا سوڪير ۾ پي رهتي هٽه تو جئسي ڪيئا اوڙ  
ڦل ڪايا، ڦر ڦل سوروپ ڪئسي ڊڪائي دي. اس ليئي ڦل  
ڪي اچا ڪو چور اچا ماترم اوديا بنو.

✽ ايڪ سر پشت ڪرم ڪرني ڪا سو گڻا ڦل آپڪي سامني  
آئينا ليڪن آپ الپڪال ڪي اچا ماترم اوديا بنو. اچا،  
اچا ڪرم سماپت ڪر ديتي هٽه، اچا سوچتا ڪو ختم ڪر  
ديتي هٽه اوڙ سوچتا ڪي بجاءِ سوچتا بناءِ ديتي هٽه، اس  
ليئي اس وديا ڪي اوديا هو.

✽ انيڪ پرڪار ڪي ڪامنائين سامنا ڪرني ۾ وڻهن  
ڊالتي هٽه. جب يهه ڪامنا رڪتي هو ڪميرا نام هو، مٿن  
آئسا هون، ميري سين راءِ ڪيون نهين لي، ميرا موليٰ  
ڪيون نهين رڪا؟ تب شيوا ۾ وڻهن پرتي هٽه. اس ليئي  
مان ڪي اچا ڪو چور سومان ۾ ٿڪ ڄائو تو مان پرچائي

کي سمان آپکي پڇاري آئينڱا.

✿ ڪئين بڇي بهت اچي پرشارتي هئ ليڪن پرشارت ڪرتي ڪرتي ڪهان ڪهان پرشارت اچا ڪرني ڪي باد پرابڙ يهان هين پوڱني ڪي اچا رڪني هئ. يه پوڱني ڪي اچا جمع هوني ۾ ڪمي ڪر ديتي هئ. اس ليئي پرابڙ ڪي اچا ختم ڪر صرف اچا پرشارت ڪرو. اچا ڪي بجاءِ اچا شبد ياد رکو.

✿ پڙتون ڪو سرو پراپتي ڪراني ڪا آڌار - اچا ماترم اوديا ڪي استتي هئ. جب سيم اچا ماترم اوديا هو جاتي هو، تب هين انبه آتمائون ڪي سرو اچائين پورڻ ڪر سکتي هو. ڪوئي پي اچائين اپني پرت نهين رکو ليڪن انبه آتمائون ڪي اچائين پورڻ ڪرني ڪا سوچو تو سيم سته هين سمپن بن جائينگي.

✿ اب وشو ڪي آتمائون ڪي انيڪ پرڪار ڪي اچائين ارتات ڪامنائين پورڻ ڪرني ڪا دريد سنڪلپ ڌارڻ ڪرو. اڙون ڪي اچائين پورڻ ڪرنا ارتات سيم ڪو اچا ماترم اوديا بنانا. سدا يهي لڪش رڪو ڪهمين سرو ڪي ڪامنائين پورڻ ڪرني والي مورتي بننا هئ.



## سدا ڪمبائيند روپ ۾ رهو

❁ سدا يهي سمرتي رهي ڪ مٿن رُوڄ اُس سُپريمر رُوڄ ڪي ساٿ ڪمبائيند هون. سُپريمر روح مجهر روح ڪي بنا ره نهين سڪتي اُوڙ مٿن پي اُس سُپريمر روح ڪي بنا اَلڱ نهين هو سڪتا. اُٿسي هر سيڪنڊ حضور ڪو حاضر اَنيو ڪرني سين روحاني خوشبوءِ ۾ اوناشي اُوڙ ايڪ رس رهينگي.

❁ مجهر روح ڪا ڪراونهار وهه سُپريمر روح هٿ. ڪراونهار ڪي آڌار پر مٿن نمت ڪرني والا هون. مٿن ڪرنهار وهه ڪراونهاري هٿ. وهه چلا رها هٿ، مٿن چل رها هون. سدا اسي ڪمبائيند روپ ۾ رهو.

❁ جتنا جتنا ياد ۾ رهينگي اُتنا اَنيو ڪرينگي ڪ مٿن اڪيلا نهين ليڪن باپ دادا سدا ساٿ هٿ. ڪوئي پي سمسيا سامني آئي تو يهي سمرتي ۾ رهي ڪ مٿن ڪمبائيند هون، تو گهٻرائينگي نهين. ڪمبائيند روپ ڪي سمرتي سين ڪوئي پي مشڪل ڪاريه سهج هو جائينگا. اَپني سڀ بوجهه باپ ڪي اوپر رک سيم هلڪي هو جائو تو سدا اَپني ڪو خوشنصيب اَنيو ڪرينگي اُوڙ فرشتي ڪي سمان ناچتي رهينگي.

❁ سنگم يگ هٿ هين ڪمبائيند رهنِي ڪا يگ. باپ سين اڪيلي هو نهين سڪتي. سدا ڪي ساٿي هو. سدا

باپ کی ساٹ رھنا اُرقاٹ سدا سنتشت رھنا. باپ اؤر آپ سدا کمبائیند ہو تو کمبائیند کی شکتی بہت بری ہئے، ایک کاریہ کی بجاء ہزار کاریہ کر سکتی ہو کیونکہ ہزار پُجائون والا باپ آپکی ساٹ ہئے۔

✽ جئسی شریر اؤر آتما دونو کمبائیند ہو کر کرم کر رھی ہئے، ائسی کرم اؤر یوگ دونو کمبائیند ہو. کرم کرتی یاد نہ پوُلی اؤر یاد ۾ رھتی کرم نہ پوُلی کیونکہ آپکا ٹائیتل ہین ہئے کرم یوگی. کرم کرتی یاد ۾ رھتی والی سدا نیاری اؤر پیاری ہونگی، ہلکی ہونگی۔

✽ جئسی شو۔ شکتی کمبائیند روپ ہئے ائسی پاندوپنتی اؤر پاندو یہ سدا کا کمبائیند روپ ہئے۔ پاندوپنتی پاندوون کی سواہ کچھ نہین کر سکتی. جو ائسی کمبائیند روپ ۾ سدا رھتی ہئے اُنکی آگی باپ دادا ساکار ۾ جئسی سپ سنبندون سین سامنی ہوتی ہئے. جھان بٹائو وہان سیکند ۾ حاضر. اس لیئی کہتی ہئے حاضر حضور۔

✽ جئسی باپ اؤر دادا کمبائیند ہئے، انھون کو کوئی آگ نہین کر سکتی. ائسی فالو فادر کرنی والی سریشٹ برھمٹ اؤر باپ کمبائیند ہئے. جب تک سنگم یگ ہئے تب تک باپ اؤر سریشٹ آتمائین سدا ساٹ ہئے. اس لیئی اس کمبائیند روپ کو کپی نہین پوُلنا۔

## يوگ کي آڱني ڪو جُوالا روپ بنائو

✿ باپ دادا بچون ڪو وشيش اِشارا دي رهي هئ، بچي آَب تيور پرشارت ڪي لڱن ڪو آڱني روپ ۾ لائو، جُوالا مڪي بنو. جو پي من ڪي، سنڀنڌ سمپرڪ ڪي حساب ڪتاب رهي هوئي هئ، انهيَن جُوالا سوروپ ڪي ياد سين پسر ڪرو.

✿ پاورفل يوگ اَرقات جُوالا روپ ڪي ياد هين پرشتاچار، اتياچار ڪي آڱني ڪو سماپت ڪرينگي اوڙ سرو آتمائون ڪو سهيوگ دينگي. ياد ڪي آڱني ايڪ طرف اُس آڱني ڪو سماپت ڪرينگي، دوسري طرف آتمائون ڪو پرماتم سنديش ڪي، سيتل سوروپ ڪي انپوتي ڪرائينگي. اِس سين هين آتمائين پاپون ڪي آگ سين مُڪت هو سڪينگي.

✿ يوگ ڪو جُوالا روپ بناني ڪي ليئي سيڪنڊ ۾ بندي سوروپ بن من ٻڏي ڪو ايڪاگر ڪرني ڪا اَپياس وار وار ڪرو. اِستاپ ڪها اوڙ سيڪنڊ ۾ وئرت ديهِه پان سين من ٻڏي ايڪاگر هو جائي. اُتسي ڪنٽرولنگ پاور ساري دن ۾ يوڙ ڪرو. پاورفل بريك دواران من ٻڏي ڪو ڪنٽرول ڪرو، جهان من ٻڏي ڪو لڱانا چاهو وهان سيڪنڊ ۾ لڱ جائي.

✿ يوگ ۾ سدا لائيت هائوس اوڙ مائيت هائوس ڪي اِستتي ڪا انپو ڪرو. گيان هئ لائيت اوڙ يوگ هئ مائيت.

گیان اؤر یوگ دونو شکتیان لائیت اؤر مائیت سمپن ہو  
اسکو کھتی ہئے ماسٹر سرو شکتیانوان۔ اُتسی شکتیشالی  
آتمائین کسی پی پرستتی کو سیکنڈ ۾ پار کر لیتتی  
ہئے۔ تائیم نہین لگتا۔

✽ جوالا سوروپ کی استتی کا انپو کرنی کی لیئی  
نرنتریاد کی جوالا پرجولت رہی۔ اسکی سہج وڈی ہئے،  
سدا اپنی کو ”سارٹی“ اؤر ”ساکی“ سمجھ کر چلو۔  
آتما اس رت کی سارٹی ہئے، یہ سمرتی سْتھہ ہین  
اس رت (دیہ) سین وا کسی پی پرکار کی دیہ پان  
سین نیارا بناء دیتی ہئے۔ سیر کو سارٹی سمجھنی سین  
سرو کرم اندریان اپنی کنترول ۾ رہتی ہئے۔ سوکیم  
شکتیان ”من، بڈی، سنسکار“ پی آرڈر پرمات رہتی ہئے۔

✽ آپ بچون کی پاس پوترتا کی جو مہان شکتی  
ہئے، یہ سریشٹ شکتی ہین اگنی کا کام کرتی ہئے  
جو سیکنڈ ۾ وشو کی کچڑی کو پسر کر سکتی ہئے۔  
جب آتما پوترتا کی سمپورٹ استتی ۾ استت ہوتی  
ہئے تو اس استتی کی سریشٹ سنکلپ سین لگن کی  
اگنی پرجولت ہوتی ہئے اؤر کچڑا پسر ہو جاتا ہئے،  
واسطو ۾ یہی یوگ اگنی جوالا ہئے۔ اُپی آپ بچی اپنی  
اس سریشٹ شکتی کو کاریہ ۾ لگائو۔

## سمپورن سوچتا ڪو ڌارن ڪرو

✽ آپ هولي هنس برهمڻ سفيد وسترداري، صاف دل آرقات سوچتا سوروپ هو. اس ليئي تن من اوڙ دل سين سدا بي داغ آرقات سوچ بنو.

**A** - تن ڪي سوچتا آرقات اس تن ڪو آتما ڪا مندر سمجهه اس سمرتي سين سوچ رکنا. آپ برهمڻ ديوتائون سين پي سريشت هيري تليه هو. اتنا اپنا سومان جان اس شرير روپي مندر ڪو سوچ رکو. تو تن ڪي سوچتا سدا روحاني خوشبوءِ ڪا انيو ڪرائينگي.

**B** - من ڪي سوچتا آرقات من ۾ ڪسي پي پرڪار ڪا اشد سنڪلپ نه چلي. من ڪي پرت باپ دادا ڪا ڊئريڪشن هئ، من ڪو ميري ۾ لڳائو وا وشو شيوا ۾ لڳائو. من مناڀو، اس منتر ڪي سدا سمرتي رهي تو من ڪا پتڪنا بند هو جائينگا. يهي من ڪي سوچتا هئ.

**C** - دل ڪي سوچتا، سچائي صفائي هئ. اپني سو انئي آرٽ جو پي پرشارت هئ جئسا پي پرشارت هئ، وه سچائي سين باپ دادا ڪي آگي رکنا. تو ايڪ سيم ڪي پرشارت ڪي سوچتا. دوسرا شيوا ڪرتي سچي دل سين ڪهان تڪ شيوا ڪر رهي هئ، اسڪي سوچتا. اگر ڪوئي

پی سوارث سین شیوا کرتی ہو تو اُسکو سچی شیوا نہیں کہینگی۔ شیوا کرنا کوئی دیوتی نہیں ہے لیکن نجی سنسکار ہے، سوڈرم ہے، سوکرم ہے، اس سمرتی سین شیوا کرنی والی ہیں سوچ اَرثات پوتر ہے۔

**D** - سنہنڈہ سوچتا اَرثات سنتشتنا۔ سنتشتنا کی نشانی سیر پی من سین ہلکی اؤر خوش اؤر دوسری پی ان سین خوش ہونگی۔ یہی سنہنڈہ کی سچائی اؤر صفائی ہے۔

✽ برہمن جیون پر پہلی سمرتی کی سوچتا چاہیے۔ اُسکی باد ورتی اؤر درشتی کی۔ جب سمرتی پر سوچتا اَرثات پوترتا آگئی کہ مٹن پوجیہ آتما ہون تو پوجیہ آتما اَرثات سمپورن نروکاری... اُنکی درشتی پر سپی کی پرت یہی رہتا کہ یہ پر پوجیہ آتمائین ہے وا پوجیہ بنا ہے۔ کسی پی پوجیہ آتما کی پرت یدی اُپوترتا اَرثات دیہک درشتی جاتی ہے تو یہ مہا مہا مہاپاپ ہے جو ویوگی بنا دیتا ہے۔

✽ جتنی پی برہمن ہے، ہر برہمن چٹن سالگرام کا مندر ہے، چٹن شکتی مندر ہے، اُسی مندر سمجھتی ہوئی اُنکو شد سوچ بناؤ۔ اُپی کی پرشارت کی سمیہ پرماٹ و وشو کی سمپن پریورتن کی سمیہ پرماٹ اس سمیہ کوئی پی کرم اندری دواران پر کرتی و وکارون کی وشیپوت نہیں ہونا چاہیے۔

## آڱياڪاري بنو

✿ باپ دواران جو پي آڱيائين ملي هوئي هئ، وه آڱيائين هين باپ كي قدم هئ. تو قدم پر قدم رک ڪر چلتي چلو. بچي معنيٰ هين باپ كي فٽ اسٽيپ پر چلني والي. جئسي باپ نين ڪها اٿسي ڪيئا. باپ ڪا ڪهنا اؤر بچون ڪا ڪرنا، اسڪو ڪهتي هئ نمبرون آڱياڪاري.

✿ جو باپ ڪا ڊٽريڪشن هئ، شريمت هئ، اسڪو اُسي روپ ۾ پالن ڪرنا، اسڪو ڪهتي هئ آڱياڪاري بننا. برهمڻ بچون ڪو هر بات ۾ ڊٽريڪشن ملي اُسر ايورريڊي رهنا هئ. سنڪلپ ماتي پي من مت وا پرمت مڪس نه هو، تب ڪهينگي شريمت پر چلني والي سریشٽ آتما.

✿ باپ ڪي آڱيا هئ ”مجھ ايڪ ڪو ياد ڪرو“. اڱر اس آڱيا ڪو پالن ڪرتي هئ تو آڱياڪاري بچي ڪو باپ ڪي دعائين ملني هئ اؤر سڀ سهج هو جاتا هئ. جئسي لوڪ سنبنڌ ۾ پي آڱياڪاري بچي پر ماباڻ ڪا بهت سنيهه هوتا هئ. وه هئ اَلپڪال ڪا سنيهه اؤر يهه هئ اوناشي سنيهه. يهه ايڪ جنر ڪي دعائين انيڪ جنر سات رهينگي.

✿ باپ دادا نين امبرت ويلي سين ليڪر رات ڪي سوني ٽڪ منسا واچا اؤر ڪرمڻا سنبنڌ سمپرڪ ۾ ڪئسي چلنا

هٺه وا رهنا هٺه، سپڪي ليئي شريمت اَرٿات آگيا دي  
هوئي هٺه. هر كرم ۾ منسا كي اِسٿتي ڪٿسي هو اُسڪا  
پي ڊٽريڪشن وا آگيا ملي هوئي هٺه. اُسي آگيا پرماڻ  
چلتي چلو.

✽ آگياڪاري بچون ڪا هر كرم آگيا پرماڻ هوني ڪي  
ڪارڻ سريشت هوتا هٺه اِس ليئي ڪوئي پي ڪرم ٻڌي  
وا من ڪو وچلتِ نهين ڪرتا، نيڪ ڪيئا وا نهين ڪيئا.  
يه سنڪلپ نهين آ سڪتا. وي آگيا پرماڻ چلني ڪي  
ڪارڻ سدا هلڪي رهتي هٺه ڪيونڪ وي ڪرم ڪي ٻنڌن  
وَس ڪوئي ڪرم نهين ڪرتي. هر ڪرم آگيا پرماڻ ڪرني  
ڪي ڪارڻ پرماٽم آشيرواد ڪي پراپتي ڪي ڦل سوروپ  
وي سدا هين آنٽرڪ وِل پاور ڪا، اُتي اِنڊريه سُڪ ڪا اُوَر  
پرپورٽا ڪا اُنيوُ ڪرتي هٺه.

✽ آگياڪاري بچي مريادا ڪي لڪير ڪي اُنڊر رهنِي  
ڪي ڪارڻ مايا ڪو دُوَر سين هين پهچان ڪر وڃئي بن  
جاتي هٺه. اُنهن پر مايا وار نهين ڪر سڪتي.

✽ آگياڪاري بننا، يهي باپ سمان بنني ڪي سهج وڌي  
هٺه. آگياڪاري بچي سدا شريمت پر چلتي رهتي هٺه،  
اُس ۾ من مت وا پَرمت ڪي ايڊيشن نهين ڪرتي، اِس  
ليئي ڪوئي پي پرستتي اُنهن نيچي نهين لا سڪتي،  
وي سهج هين وڳهن وناشڪ بن جاتي هٺه.



## گڻ گِراهي، گڻ مورت بنو

✽ جو هر بات سين گڻ گرهڻ ڪرتي هئو وهه ڪپي هلچل ۾ نهين آتي. گڻ گِراهي بنا آرڻات ڪلياڻڪاري پاونا رکنا. اوڱڻ ديڪني سين اڪلياڻ ڪي پاونا رهتي هئو. ليڪن اوڱڻ ۾ پي گڻ ديڪنا، اسڪو ڪهتي هئو گڻ گِراهي. اوڱڻ والي سين گڻ اُٺائو ڪه جيڪي پي اوڱڻ ۾ دريڊ هئو وئسي هر گڻ ۾ دريڊ رهين. گڻ ڪا گِراهڪ بنو، اوڱڻ ڪا نهين.

✽ گڻ مورت بنني ڪي ليئي سڌيو اونچي اسٽيج پر اسٽن رهو. ڪپي پي نيچي نهين جائو. جيڪي رايڻ فٽملي ڪي بچي ڪپي ڌرتي پر، مٽي پر پانو نهين رڪتي. يهان ديهر پان مٽي هئو، اس مٽي سين سڌا ڏور رهو. سنڪلپ سين پي ديهر ايمان ۾ آنا آرڻات مٽي ۾ پانو رکنا. وڇا، ڪرمڻا ۾ آنا آرڻات مٽي ڪا لينا. رايڻ فٽملي ڪي بچي ڪپي مٽي نهين کاتي. تو سڌا سمرتي رهي ڪه اونچي تي اونچي باپ ڪي اونچي اسٽيج والي بچي هئو، ڪپي نيچي اسٽيج پر آ نهين سڪتي.

✽ دوسرون ڪي ڪمزوري ڪي نقل مت ڪرو. اوڱڻ ڌارڻ

کرنی والی بڈی کا ناش کرو، دوہ گٹ ڈارٹ کرنی  
والی ستوپردان بڈی ڈارٹ کرو۔ دوسری کی کمزوری  
کو وستار ۾ نہین لائو اوڑ اپنی کمزوری کو چپائو نہین۔  
سقلتا ۾ سیر اوڑ اسقلتا ۾ دوسری کو دوشی مت بنائو۔  
سدا گٹ گراہی بنو، گٹون کو ہین دیکو، گٹون کا ہین  
ورن کرو تو گٹ مورث بن جائینگی۔

✿ جسی ہنس کو سدا موتی چبئی والا دکایا ہئے۔ اُسی  
گٹ روپی موتی چبئی رہی۔ کسی پی کوئی آتما،  
چاہی ستوگٹی، چاہی تموگٹی سمپرک ۾ آئی لیکن  
سپی کی پرت شپ چنتک آرقات اپکاری کی اوپر پی  
اُپکار کرنی والی۔ کپی کسی آتما کی پرت گھرٹا  
نہین ہوتی، کیونک جانتی ہئے یہ اُگیان کی وشپوت  
ہئے آرقات بی سمجھ ہئے۔ بی سمجھ بچی کی کوئی  
پی کرم پر گھرٹا نہین ہوتی ہئے اوڑ ہین بچی کی  
اوپر رحم وا سنیہ آئینگا۔ اُسی سنیہی شپ چنتک بنو تو  
گٹ مورث بن جائینگی۔



## پَرچنتن مُڪت بنو

✽ پَرچنتن سين مُڪت بنني كي ليئي هر آتما كي پرت سُڀ چنتڪ بنو. سُڀ چنتن ڪرني اؤر سُڀ چنتڪ رهنبي سين سدا ساڪي رهنئي. اس ليئي ڪچ پي سُنٽي هو تو سُڀ چنتن چلنا چاهيئي، پَرچنتن نهين. پَرچنتن ڪرني والي چوڻي سي بات ڪا پاءُ بدل اُسڙ اپنا من گهنڊت پاءُ پَرڪر پوري اسٽوري تيار ڪرليني هئ. اؤر سُنٽي، سُناني والي بري رُوچي اؤر سميه ديڪر سُنٽي سُناتي هئ، اس سين سميه، شڪتيان سڀ ويسٽ جاتي هئ، اس ليئي اس سين مُڪت بنو.

✽ ديهه ڪو ديڪنا پي پَردرشن هئ ڪيونڪ سَو آتما هئ، ديهه پَر هئ. پَرڪرتي پاءُ پَر آنا پي پَرڪرتي ڪي وشيپوٽ هونا هئ. يهه پي پَردرشن چڪر هئ. اس سين مُڪت بنو. سَوچنتن ڪي بجاءِ پَرچنتن، يهه اُلٽي طرف ڪي چاڀي هئ. سَودرشن ڪي بدلي پَردرشن، بدلي ڪي بجاءِ بدلا ليني ڪي پاونا، سَو پَرپورتن ڪي بجاءِ پَرپورتن ڪي اچارڪنا. اٽسي اُلٽي چاڀي گهما ديتي هو، تو خزاني هوتي هوئي پي پاڳيه پا نهين سڪتي. اس ليئي ان سڀ سين مُڪت بنو پاڳيوان بنو.

## وئرت سنکپ مُکت بنو

✽ باپ دادا کی شریمت ہم سنکپ کی خزانی ۾ پی کمر خرچ بالا نشین بنو. زیادہ خرچ نہیں کرو. اپنی سنکپ کی خزانی کو وئرت نہ گنواؤ. سریشٹ اؤر سمرٹ سنکپون سین پراپتی پی سریشٹ ہوتی ہم، اس لیئی وئرت سین بچو، سمرٹ بنو.

✽ وئرت سنکپ سین مُکت بنی کی لیئی سیم کو سمپورٹ وفادار بناؤ، کیونکہ وفادار اسی کہا جاتا جو کپی کوئی چیز وئرت نقصان نہیں کرتی. پل جان چلی جائی لیکن ہر وستو کی سنپال ضرور کرینگی. تو سنکپ، سمیہ، شبد اؤر کرم ان چارون ۾ سین کچ پی وئرت نہ جائی، سنکپ ۾ پی فرمان کی لکیر سین باہر نہ جائو تب کھینگی سمپورٹ وفادار.

✽ جو پی سنکپ کرتی ہو، اسی ویریفاء کرو وا نراکار اؤر ساکار باپ کی سنمک رک ویریفاء کراؤ تو سمیہ وا سنکپ ویست نہیں جائینگی.

✽ جب وئرت سنکپون کا فورس ہو، بریک نہ لگ رہی ہو تو دوہ ہڈی سین انہیں موڑ کر شد سنکپون ۾ رمٹ

ڪرو، ڪوشش ڪرو ڪ سارا دن سُڌ سنڪلپ هين چلتي رهي، جب يهه سبجيڪٽ پاس ڪريندي توڻ ڦر بندي روڻ ڪي اسٽي سهج بن سڪيندي.

✿ ڪمپليٽ بنني ۾ وٽرٽ سنڪلپون ڪي طوفان هين وڻهن ڊالتي هئ. اس سين مُڪت هوني ڪي ليئي سميه ڪي ڊُڪنگ ڪا طريقيقا سيڪو. روز اُمبرت ويلاي اڀائينٽمينٽ ڪي ڊائري بنائو. اڀني من ڪو هر سميهه اڀائينٽمينٽ ۾ بزي رڪو تو بيچ ۾ وٽرٽ سنڪلپ سميهه نهين لي سڪيندي.

✿ جب ڀڏي ۾ وار وار آتا هئ ڪ يهه ڪيون هون، ڪيا هون، تو وٽرٽ سنڪلپون ڪي ڪيو شروع هو جاتي هئ. يهه ڪيون ڪي ڪيو بري لني اؤر ٿيڙي هئ، اس ليئي ڪيون ڪيا ڪي وٽرٽ ڪي ڪيو سين مُڪت بنو.

✿ وٽرٽ سنڪلپ وڪلپ سين مُڪت هوني ڪي ليئي من ڪو سمپورٽ سمريٽ ڪرو. من سواءِ شريمت ڪي ايڪ پي سنڪلپ اُٿن نه ڪري.

✿ ڪي اُندر، ڀاهر ڪي ريسٽ نه لو اؤر سِيهر ڪو گيسٽ سمجهو تو سنڪلپ ويسٽ نهين جائيندي.

## لگاء مُکت بنو

✽ لگاء مُکت بننی کی لیئی سدا یھی سلوگن یاد رھی ک ایک سین جوڑنا هئ، اُنیک سین تورنا هئ۔ ایک باپ کی سواہ دوسرا نہ کوئی، جب اُسی اوستا هو جائینگی تو پنڈن سته ختم هو جائینگی۔ سرو شکتیوان باپ کو سدا ساتی بناکر نمت ماتر فرض نپاٹو تو سهج هین لگاء مُکت بن جائینگی۔

✽ سپی ۾ اپنی اپنی وشیشنائین هئ۔ لیکن وشیشنائین دیکتی پی نیاری بنو تو لگاء مُکت رهینگی۔ اُرون کا پی لگاء ٹوٹتا جائینگا۔ اس لیئی کوئی پی هو اُسکی وشیشنائین ضرور دیکو اس سین وشیش آتما بن جائینگی۔ لیکن وشیشتا وا گُٹون کو دیکتی، اُسکی وشیشنائون پر پریاوت هونی کی بجاء اُنهین اُسا بنانی والی باپ کو یاد رکو۔

✽ سُبیر کو مهمان سماجھ کر چلو، مهمان کا کسکی سات پی لگاء نهین هوتا هئ۔ هر اس شریر ۾ پی مهمان هئ۔ اس پُراٹی دنیا ۾ پی مهمان هئ۔ جب شریر ۾ هین مهمان هئ تو شریر سین پی کیا لگاء رکین! تو یه مهمان شبد کی سمرتی لگاء مُکت بناہ دینگی۔

✽ جو پي آسري گڻ، لوڪ مريادائين، ڪرم ٻنڌن ڪي  
 رسيان، ممتا ڪي ڌاڳي آڌ ٻنڌي هوئي هئ ان سڀڪو  
 پرماتمر سنيهم ڪي آگني ۾ جلا دو تب لڱاءُ مُڪت بنينگي.  
 جو پرماتمر سنيهم ۾ مڱن رهني والي سڄي سنيهي هئ،  
 انڪي ٻڌي ڪي لڱن پي اسڪي سواءِ ڪهين پر جا نهين  
 سڪتي.

✽ جو پي سوڪيمر سنڪلپ چلتي هئ اسر هڪاپن هو،  
 چلتي ڦرتي شرير اوڙ آتما ڪي نياري پن ڪي انپوتي  
 هو تب لڱاءُ مُڪت بنينگي.

✽ دنيا ۾ اس سميه لڱاءُ سنيهم سين نهين ليڪن سوارت  
 سين هئ. اس ليئي سوارت اڙتات سو ڪي رت ڪو سواها  
 ڪرو. ديهه اپمان، ديهه ڪي سمرتي وا ديهه ڪا لڱاءُ جو  
 لڱا هوئا هئ، اس سين مُڪت بنني ڪي ليئي سوارت  
 شبد ڪي اڙت ڪو سمجهو. اس ايڪ شبد ڪا اڙت جانني  
 سين سڌا ايڪ ڪي اوڙ ايڪ رس بن جائينگي.

✽ جسڪا ايڪ طرف لڱاءُ هونگا وهه انيڪ طرف ڪي  
 لڱاءُ سين سهج هين مُڪت هو جائينگا. جو سنيهي ڪي  
 سنيهم ۾ ڪويا هوئا رهتا هئ وهه اپني آپڪي سمرتي وا  
 لڱاءُ سين سهج هين مُڪت هو جانا هئ. ائسي سنيهي  
 رازيڪت، يوگ يڪت آتما سرو آتمائون ڪو سهج هين راضي  
 ڪر سڪتي هئ. اس سين ڪوئي ناراض نهين هو سڪتا.

## الْجَهَن وَ جَهْمِيلُون سِين مُكْت بِنُو

✽ جب برهمڻ ڪُل ڪي ڪوئي نه ڪوئي مريادا ڪي لڪير ڪا اُلڳهن هوتا هئ تب هين اُنِيڪ پرڪار ڪي جهميلي اُتپن هوتي هئ. مرياداڻون ڪي سمجھ پوري هوتي هئ پرنتو مرياداڻون ۾ چلني ڪي شڪتي ڪم هوني ڪي ڪارڻ جنهنون ڪي شيوا ڪرتي هو، انهن ۾ پي شڪتي ڪم هوتي هئ اس ليئي شيوا ۾ پي اُنِيڪ جهميلي ڊڪائي ڏيتي هئ، سڦلنا نهين ملتي هئ ڦر سميه بهت ويست جاتا هئ، اس ليئي مرياداڻون پر پورا پورا ڌيان دو، اسر اَلبيلي نهين بنو.

✽ لوڪڪ پرورتي ڪرم ٻنڌن ڪو چڪتو ڪرني ڪي پرورتي هئ. يدي اس پرورتي ڪي طرف زياده اُتِنشن ڏيتي هو اؤر اس اَلوڪڪ پرورتي طرف ڪم اُتِنشن ڏيتي هو تو وه موه، ممنا ڪا رايِل روپ اُنِيڪ جهميلي اُتپن ڪر ڏيتا هئ. اس ليئي پرورتي ۾ رهني مهاداني، مها گياني بنني ڪي ساڪ ساڪ جهميلا اُتپن ڪرني والي وڪارون ڪي اُنش ڪو پي اُتِنشن ڊيڪر ختم ڪرو اُرتات نر موهي بنو.



✽ جس گھري اپني پرشارت ۾، سروس کي سڦلتا ۾،  
 سرو کي سنيهه اؤر سهيوگ کي پراپتي ۾ ذرا پي ڪمي  
 محسوس هو يا الجهن آئي وا ڪوئي پي جهميلا ڊڪائي  
 دي تو چيڪ ڪرو ڪ امبرت ويلي سين رات کي دنچريا  
 کي ليئي جو فرمان ملي هوئي هئ انڪي پالنا ۾ ڪهان  
 پر ڪمي هئ؟ ورتي درشتي، سنڪلپ، سروس، سنبنڌ  
 سڀ فرمان کي پرمات هو تو جهميلا مڪت بنينگي.

✽ اپڪاري پر پي اپڪاري بن جائو تو جهميلي ختم هو  
 جائينگي. جئسي سنسڪارون کي سمانتا کي ڪارڻ  
 ڪوئي سنيهه بن جاتي هئ، ائسي ننڊا ڪرني والي ڪو  
 پي اس سنيهه اؤر سهيوگ کي درشتي سين ديڪو. پل  
 ڪوئي ڪڙي سنسڪار والي هو، انڪو پي اپني شپ چنڪ  
 استتي کي آڌار سين ترانسفر ڪر سمپ لائو. مايا اڱر  
 ڪسي آتما دواران جهميلي کي روپ ۾ پريڪيا پيپر بن  
 ڪر آتي هئ تو ان آتمائون ڪو نردوش سمهڱر ان پر  
 رحمدل بنو تو جهميلي سماپت هو جائينگي.

✽ مانسڪ چنتائين، مانسڪ پرستتيان پي جهميلي کي  
 روپ ۾ پهاڙ جئسي انيو هوتي هئ، انهن هتاني کي  
 ليئي صرف اس پراڻي شير کي پان ڪو متائو. اس ديھ  
 ايمان ڪو متاني سين سرو پرستتيان وا سرو جهميلي مت  
 جائينگي.

دوٻه رتنون ڪا اُڀهار

✽ گيان منن ڪي اُڀياس دواران اُڀني مستي ۾ سدا  
مست رهو تو اِس دنيا ڪي ڪوئي ڀي جهميلي اُٿو  
اُجهني اُڀني اور آڪرِشَت نهين ڪرينڱي.



## وٿرٿ وَ ڊسٽرب ڪرني والي بول سين مُڪت بنو

✽ آپ روحاني راييل آتمائين هو اس ليئي مُڪ سين ڪڍي وٿرٿ واساڌارڻ بول نهين بولو. هر بول يُڪتي يُڪت هو، وٿرٿ پاءُ سين پري اويڪت پاءُ والا هو تب راييل فئملي ۾ آئيني.

✽ آپڪي سامني ڪوئي ڪتنا پي وٿرٿ بولي ليڪن آپ وٿرٿ ڪو سمرٿ ۾ پريورتن ڪر دو. وٿرٿ ڪو آپني ٻڌي ۾ سويڪار نهين ڪرو. اُگر ايڪي پي وٿرٿ بول سويڪار ڪر ليئا تو ايڪ وٿرٿ اُنڪ وٿرٿ ڪو جنم دينگا. آپ ايڪ وٿرٿ بول بولينگي تو اُسي سڌ ڪرني ڪي ليئي اُنڪ بول بولني پرينگي!

✽ آپني آپڪو هلڪا ڪرني ڪي ليئي يه نهين ڪهو ڪ مٿن نين تو هسي ۾ ڪها، ميرا پاءُ نهين ٿا، اُٿسي هين بول ديئا. برهمڻ جيون ڪي مَوڇ ۾ رهو ليڪن مَوڇ ۾ رهنِي ڪا اُرت يه نهين ڪ جو آيا وه بولا، جو آيا وه ڪر ليئا. اَلپڪال ڪي من مَوڇي نهين بنو. اِنرچي سنڪلپ، بول رياده خرچ نهين ڪرو. ڪم بول هو ليڪن اُس ڪم بول ۾ سڀشتيڪرڻ زياده هو، تب ڪهينگي ڪم خرچ بالا نشين.

✽ بول ۾ مدرتا، سنششتا، سرلنا ڪي نوينتا هو، ڪوئي پي بول ساڌارڻ نه هو ڪيونڪ سڀ سين بري تي بري

سڌي سوروپ آتمائين آپ هو اس ليئي هر ڪرم وا بول  
ڪي پريٿام ڪو ناليجفل هوڪر جانو اؤر ڦر بولو. اٿسي  
نھين ڪ بولنا نھين چاهيئي ٿا ليڪن بول ليئا. يھه پي  
البيلاپن هءَ.

✽ باپ دادا و شيش آئينشن ڊلارهي هءَ ڪ وٿرت بول جو  
ڪسڪو پي اچي نھين لڱتي، انھين سڌا ڪي ليئي  
سماپت ڪرو. آپ شبد، وٿرت شبد، زور سين بولنا....  
انيڪون ڪو ڊسٽرب ڪرنا هءَ. يي نھين بولو. ميرا تو  
آواز هين برا هءَ. آواز ڪو ڪنٽرول ڪرو. دو شبدون  
ڪي بات آڏا گھنٽا بولتي هين نھين رهو. جو چار شبدون  
۾ ڪام هو سڪتا هءَ وو 12-15 شبد ۾ نھين بولو.

✽ آپ لوگون ڪا سلوگن هءَ ”ڪم بولو، ڌيري بولو،  
ميٺا بولو“ بول ڪي ايڪانامي ڪرو، اپني بول ڪي وٿليو  
رڪو.

✽ ڪڀي هسي ۾ ڪسي ڪو پاڳل، بي سمجهه ڪهنا يا دل  
ڪو چپاني والي بول، بول دينا، يھه پي جئسي انھين  
سراپت ڪر ڏکي ڪرنا هءَ. آپ ست وچن والي مھان  
آتمائين ڪسي ڪو سراپت نھين ڪرو، سڪ دو. يُڪتي  
يُڪت بول بولو اؤر ڪام ڪا بولو، وٿرت نھين بولو. بول  
ڪي وٿليو سمجهو. آپ شبد نھين بولو، سڌا شپ بولو.

## سپينا ڪي ڪلچر ڪو اپنا ڪر ڪروڙ ڪرڻ ڪو

✿ آپ برهمڻ بچي بهت بهت رائل هو. آپڪا چھرا اؤر چلن دونو هيئن ستينا ڪي سپينا اُنيو ڪرائي. وٽسي پي رائل آتمائون ڪو سپينا ڪي ديوي ڪها جاتا هئ. اُنڪا بولنا، ديڪنا، چلنا، ڪانا، پينا، اُننا، بئنا، هر ڪرم ۾ سپينا ستينا سته هيئن ڊڪائي ديتي هئ. اُتسي نهين ڪ مئن تو ستيه ڪو سڌ ڪر رها هون اؤر سپينا هو هيئن نهين. يه تورايت نهين هئ.

✿ باپ دادا بچون سين يه گفٽ چاهتي هئ ڪ بچون ۾ ڪروڙ ڪا اُنش ماتر پي نه رهي. ڪروڙ ڍڍي منسا ۾ پي ڪسي ڪي پرت گهرڻا پاءُ ڪا اُنش هونگا تو اُس آتما ڪي پرت جوش ضرور آئينگا. موڊ آف ڪرنا، آپس ۾ بات نه ڪرنا، ڪنارا ڪر لينا، سامني نهين آنا، اُنڪي باتون ڪو نُڪرا دينا، آڱي ڍڍي ۾ رڪاوٽ ڊالنا... يه سڀ ڪروڙ ڪا اُنش هئ. همت رڪ يه گفٽ باپ دادا ڪو دو تو باپ دادا گيان، پريم، سُڪ ڪي موتيون ڪي ورشا ڪرتي رهينگي.

✿ اب دويه گئون ڪو اپنا نجي سنسڪار بنائو. ڪروڙ

اَگيان کي شڪتي هئہ اؤر گيان کي شڪتي شانتي هئہ، سھن شڪتي هئہ۔ جئسي اَگيان کي شڪتي کو سنسڪار بنا کر يوُز کرتي هو ڦر معافي پي ليتي رھتي هو۔ ائسي اَپي هر گُڻ کو، هر گيان کي بات کو سنسڪار روپ بناو۔

❁ ڪروڌ آپ گيانِي تو آتمائون کي ليئي مهاشترُو هئہ۔ ڪيونڪ ڪروڌ اَنِيڪ آتمائون کي سنہنڌ، سمپر ڪر آني سين پرستہ هو جاتا هئہ اؤر ڪروڌ کو ديك ڪر کي باپ کي نام کي بهت گِلاني هوتي هئہ۔ ڪھني والي يھي ڪھتي هئہ، ديك ليئا گيانِي تو آتما بچون کو، اس ليئي ڪروڌ مُڪت بنو۔

❁ ڪروڌ کي اَنِيڪ روپ هئہ۔ ايڪ تو بري روپ کا ڪروڌ دِڪائي ديتا هئہ۔ دوسرا ڪروڌ کا سوکيڀر سو روپ اَندر ۾ ايرشا، دُويش، گِھرڻا هوتي هئہ۔ جئسي ڪروڌي اَندر حد پي جلتا اؤر دوسري کو پي جلاتا هئہ۔ ائسي ايرشا، دُويش اؤر گِھرڻا والي اَندر سين ڪالي هوتي هئہ۔ ڪروڌ کا تيسرا روپ هئہ سِيرئس هونا، اَپني هات ۾ لا اُنانا۔ باپ دادا کي شريمت هئہ ڪ ڪوئي پي برھمڻ آتما اَپني هات ۾ لا نھين اُنا سڪتي صرف جو نمت بني هوئي هئہ وي باپ دواران بنائي هوئي لا ڪورواڻيز ڪرا سڪتي هئہ۔

## آلسيه اؤر اَلبيلي پن سين مُكت بنو

✽ پرشارت ۾ آڱي ٻڌني ۾ يهه آلسيه بهت وڳهن روپ  
 بننا هئ. يهه جو ڪهني ۾ آتا هئ، اڇا سوچينڱي،  
 ڪرينڱي، ڪر هين لينڱي.... يهه آلسيه ڪي نشاني هئ.  
 آڇ سوچتي هئ ڪله سين ڪرينڱي، يهه ڪاريه پورا  
 ڪر ڪي ڦر يهه ڪرينڱي، اٿسي اٿسي سنڪلپ هين آلسيه  
 ڪا روپ هئ. جو ڪرنا هئ وهه آڀي ڪر لو. ڪله پر نهين  
 چورو.

✽ چلتي چلتي پرشارت ۾ ٿڪاوت آنا وا پرشارت ساڌارڻ  
 رفتار ۾ هو جانا، ڪوئي وڳهن نهين هئ ليڪن لڱن پي  
 سريشت نهين هئ تو اسڪو پي آلسيه ڪهينڱي. ڀڏي جيون  
 ۾ حُلاس يا ڪوئي وشيش اُمنگ نهين هئ تو يهه آلسيه  
 ڪي نشاني هئ. اَب اِس آلسيه سين مُكت بنو.

✽ آلسيه جئسي سرو ساڻيون سهت آتا هئ، اڪيلا نهين  
 آتا. جئسي باپ آڀني بچون سهت پر تڪيه هوتا هئ. وئسي  
 يهه جو وڪار هئ وهه پي اڪيلي نهين آتي، ساڻيون ڪي  
 سات آتي هئ. ڦر ڪئين فرمان اُلڳهن هوتي هئ اؤر اُندر  
 ڪسي نه ڪسي بات ڪا ارمان ره جات هئ. وهه نه تو  
 سيم سنششت رهتي، نه دوسرون ڪو سنششت ڪر پاتي.

✽ کئین بچی اپنی پڑاٹی سنسکارون کی آھوٹی کرکے، سواھا کرکے جاتی ھم، لیکن قر وہ سنسکار واپس لوٹ آتی ھم، اسکا کارٹ پی البیلاپن ھم۔ جئسی بیج ہونی کی باد اُسکی سنپال ضروری ھم، اُسی جو سنکلپ کرتی ھو، اُسکی پالنا نہین کرتی۔ بیج ڈال کر البیلی ھو جاتی ھو۔ سنکلپ روپی بیج کو وار وار روائیز کرو۔ آرام پسند کی سنسکار نہین، مگر چنتن کی سنکلپ ھونی چاہیٹی، ایک ایک سنسکار کی چنتا لگنی چاہیٹی۔ سدا خیال رھی ک چوٹا سا داغ پی میری وٹلیو کم کر دینگا۔ یہ چنتن چنتا کی روپ ۾ ھو تو البیلاپن سماپت ھو جائینگا۔

✽ کئین بچی سمجھتی ھم مئن سیم کو جانتا ھون مئن نیک ھون دوسری نہین جانتی و دوسری نہین پہچانتی، آخر پہچان ھین لینگی و آگی چل کر دیکنا کیا ھوتا ھم! یہ پی گیان سوروپ، یاد سوروپ آتما کی لیٹی سیم کو دوکی دینی والی البیلی پن کی مینی نندرا ھم۔ جئسی نندرا ۾ جانی سین پھلی نندرا کی نشانیاں دکائی دیتی ھم اُس نیند کی نشانی ھم اُباسی اؤر اگیان نیند کی نشانی ھم اُداسی۔ اُداسی آنا معنی آلسیہ اتوا البیلاپن آنا۔ اس لیٹی اس پر اچی طرح سین چیکنگ کرو اؤر چینچ کرو۔



## پُراڻي سنسڪارون ڪا اَنتم سنسڪار ڪرو

✽ ديهه اؤر ديهه ڪي سنڀنڌ يهه سيڙهي تو چڙه چڪي هو. ليڪن اَب ٻڌي ۾ پي پُراڻي سنسڪار اِمرج نه هو ڪيونڪ جئسي آپڪي سنسڪار هونگي وئسي سوروپ هونگا. ڪسڪي سنسڪار سرل، مڌر هوتي هئم تو وهه سنسڪار سوروپ ۾ آتي هئم. جب آپڪي سنسڪار باپ دادا ڪي سمان بن جائينگي تو باپ دادا ڪي سوروپ سڀي ڪو ديڪني ۾ آئينگي.

✽ پُراڻي باتين، پُراڻي سنسڪار اَئسي اَنيؤ هو جئسي ڪ نامعلوم ڪب ڪي پُراڻي بات هئم. اَئسي نام نشان ختم هو جائي.

✽ ساڪار روپ ڪي سنسڪار ٿي، سدا اُپرام اؤر ساڪي درشتا، يهي ساڪار ڪي سمپورڻ اِستتي ڪي سریشٽ لڪشڻ ٿي. اِن سنسڪارون ۾ سمانتا لائو تو پُراڻي سنسڪارون ڪا اَنتم سنسڪار سُنهه هو جائينگا.

✽ سرو ڪا سهيوگي بنني ڪي ليئي سنسڪارون ڪا ملن چاهيئي ليڪن اِسڪي ليئي پُراڻي سنسڪارون ڪو مِٿانا هئم. پُراڻي سنسڪار هين سرو ڪا سهيوگي بنني ۾ وگهن ڊالتي هئم. جب اَپني پُراڻي سنسڪار مِٿائينگي تو دوسري آپڪو سيم هين فالو ڪرينگي.

✽ اپنی پڑاٹی سنسکار کو سماني کي ليئي ناليجفل کي سات سات پاورفل پي بنو کيونک کسي پي پرکار کي کمزوري کا کارٹ کنترولنگ پاور کي کمی هئ۔ اِسکي ليئي پهلي شکتی سوروپ بن اپني وئرٹ سنکلپون کو کنترول کرو تب اُسکي بدلي ۾ سریشٹ وا نئين سنسکار سِير ۾ جمع کر سکنئي۔

✽ بيتي کو سنکلپ ۾ پي اِمرج هوني نهين دو۔ اَگر پوُل سين پڑاٹی سنسکارون کي وِس اِمرج هو پي جائی تو اُسکو اُسا سمجهو ک يه پچلي جنر کي سنسکار هئ۔ اَب کي نهين۔ پڑاٹی بيتي هوئي باتون کو وار وار کوئي ورنن کري تو اِسکو کها جاتا هئ وئرٹ، اِس وئرٹ سين مُکت بنو۔

✽ کسي کي پرت پي پڑاٹی نظر، پڑاٹی ورتي نه هو۔ باپ دادا کي سنسکار سپي کي سنسکارون ۾ ديکني ۾ آئي۔ اپني سنسکار نهين۔ سپي سنسکارون کو متاگر باپ دادا کي سنسکار سِير ۾ پرنی کا لکش هو۔

✽ سپي سين بري تي برا ملن هئ سنسکارون کا ملنا۔ جب يه سنسکار ملن هو جائينگا تب جم جئکار هوئي۔ کوئي پي پڑاٹا سنکلپ وا سنسکار سامني آئي هين نهين۔ پهلي يه پيت کرو ک يه باپ دادا کي سنسکار هئ؟ اَگر باپ دادا کي سنسکار نهين تو اُن سنسکارون کو تچ پي نهين کرو۔

## ڪرماتيت وديهي بنو

✽ ڪرم يوڳي بن ڪرم ڪي ٻنڌن سين سدا نيارِي اؤر سدا باپ ڪي پيارِي بنو، يهي ڪرماتيت، وديهي استني هئ. ڪرماتيت ڪا آرٿ يهه نهين هئ ڪ ڪرم سين آتيت هو جائو. ڪرم سين نيارِي نهين، ڪرم ڪي ٻنڌن ۾ ڦسني سين نيارِي بنو.

✽ ڪوئي ڪتنا پي برا ڪاريه هو ليڪن ائسي لڳي جئسي ڪام نهين ڪر رهي هئ ليڪن ڪيل ڪر رهي هئ. چاهي ڪوئي پي پرستني آ جائِي، چاهي ڪوئي آتما حساب ڪتاب چڪتو ڪرني والي سامنا ڪرني پي آتي رهي، چاهي شير ڪا ڪرم پوڳ سامنا ڪرني آتا رهي ليڪن حد ڪي ڪامنا سين مڪت رهنا هين وديهي استني هئ.

✽ جب تڪ يهه ديهه هئ، ڪرم اندريون ڪي ساڻ اس ڪرم ڪيتر پر پارٿ بجاءِ رهي هو، تب تڪ ڪرم ڪي بنا سيڪنڊ پي ره نهين سڪتي ليڪن ڪرم ڪرتي هوئي ڪرم ڪي ٻنڌن سين پري رهنا يهي ڪرماتيت وديهي اوستا هئ. تو ڪرم اندريون دواران ڪرم ڪي سنڀنڌ ۾

آنا ہئے، کرم کي پنڈن ۾ نہین پنڈنا ہئے.

✽ کرم کي وناشي قل کي اِچا کي وشيپوٽ نہین ہونا ہئے. کرماتيت اَرثات کرم کي وَس ہوني والا نہین لیکن مالک بن، اَثارِتي بن کرم اِندریون کي سنہنڈ ۾ آئي، وناشي کامنا سین نیارا هو کرم اِندریون دواران کرم کرائي. آتما مالک کو کرم اپني آدین نہ کري لیکن اَذکاری بن کرم کراتا رهي. کراني والا بن کرم کرانا، اِسکو کھینگی کرم کي سنہنڈ ۾ آنا. کرماتيت آتما سنہنڈ ۾ آتي ہئے، پنڈن ۾ نہین.

✽ ودیہي اِسٽتي کا اَنپوٽ کرني کي لیئي اِچا ماترم اودیا بنو. اَنسي حد کي اِچا مُکت آتما سرو کي اِچائون کو پورٹ کرني والي باپ سمان ”کامڈینو“ ہونگی.

✽ سرشتي چکر کي اَندر پارت بجاتي ہوئي اَنیک دُک کي چکرون سین مُکت رھنا، یهي جیون مُکت اِسٽتي ہئے. اَنسي اِسٽتي کا اَنپوٽ کرني کي لیئي اَذکاری بن، مالک بن سرو کرم اِندریون سین کرم کراني والي بنو. کرم ۾ آتو قر کرم پورا هوتي نیاري هو جائو، یهي ہئے ودیہي اِسٽتي کا اِپياس.



## وجئہ مالها ۾ آني ڪي ليئي وجئي بنو

✽ سدا سمرتي رهي ڪ هر سر و شڪتياوان باپ ڪي بچي ماسٽر سر و شڪتياوان هئ. سر و شڪتياوان هماري شسٽر هئ، الڪار هئ. الڪار ڌاري آتما سدا سمرت وا وجئي رهينگي، وو ڪي ڪسي پر سٽي ۾ ڊگمگ نهين هونگي.

✽ سدا ايڪ باپ دوسرا نه ڪوئي، اس سمرتي سين مهاوير بنو تو وجئي رهينگي. ايڪ باپ ڪو اپنا سنسار بنا ٿو تو سر و پراپتياوان ايڪ باپ سين هوتي رهينگي ڦر ٻڏي اوڙ ڪهان پي نهين جائينگي. مستڪ پر وجئ ڪا اوناشي تلڪ چمڪتا رهينگا.

✽ سدا ياد ڪي چترچايا ۾ رهو تو وجئي بن جائينگي. جو سدا چترچايا ڪي اندر رهتي هئ وي سر و پرڪار ڪي مايا ڪي وگهنون سين سيف رهتي هئ. ان پر ڪسي پي پرڪار سين مايا ڪي چايا پر نهين سڪتي. يه پانچ وڪار، دشمن ڪي بجاءِ داس بن ڪر شيواڌاري بن جاتي هئ. جئسي وشٽو ڪي چتر ۾ ڊڪاتي هئ ڪ سانپ هين سڀيا اوڙ سانپ هين چترچايا بن گئي، يه هئ وجئي ڪي نشاني.

❁ کوئی پی سین سامنی آتی ہئے تو ڈراما کی حساب سین سپ کیل ہئے، یہ سمرتی رہی تو ایگر س، وجئی رہینگی، هلچل نہین ہونگی۔ جب باپ کی بن گئی تو وجئے آپکا جنم سڈ اڈکار ہئے، اس لیئی وجئے مالها گائی اؤر پوجی جاتی ہئے۔ یہ آپکا ہین یادگار ہئے۔

❁ جو سنکلپ لیئا ہئے اُسپر درید رہنا تو وجئے کا جھنڈا لہرا جائینگا۔ درید سنکلپ سین سپ سہج ہو جاتا ہئے۔ اس لیئی کپی پی کمزور سنکلپ نہین کرنا۔ سدا آگی بڈینگی، وجئی بنینگی، یہ درید سنکلپ کرو۔

❁ سنگم یگ وگھنون کو ودائی دینی کا یگ ہئے۔ جسکو آڈا کلپ کی لیئی ودائی دی چکی اُسکو قر آنی نہ دو۔ سدا یاد رکو کہ ہر وجئی رتن ہئے۔ وجئے کا نغارا بجتا رہی۔ جئسی وجئے کی شہنائی بجتی رہتی ہئے، ائسی یاد دواران باپ سین کنیکشن جوڑا اؤر سدا یہ شہنائی بجتی رہی۔

❁ سدا وجئے کی اُمنگ اُتساہ ۾ رہو۔ ناامیند کی سنسکار نہ ہو۔ کوئی پی مشکل کاریہ اتنا سہج اُنیو ہو جئسی کوئی بری بات نہین ہئے کیونکہ اُنیک وار یہ کر چکی ہئے۔ کوئی نئین بات نہین کر رہی ہئے۔ کئین وار کی ہوئی کورپیت کر رہی ہئے، یہ سمرتی وجئی بناء دینگی۔

## برهماڇاري بنو

✽ برهماڇاري آرڻاٽ برهما باپ ڪي آچار پر چلني والي. سنڪلپ، بول اوڙ ڪرم روپي قدم نئچرل برهما باپ ڪي قدم پر قدم هو، جسڪو فٽِ اسٽيپ ڪهتي هئ. هر قدم ۾ برهما باپ ڪا آچرڻ ڊڪائي دي آرڻاٽ يهه من واڻي ڪرم ڪي قدم برهماڇاري هو، اٽسي جو برهماڇاري هئ اُنڪا چَهرِا اوڙ چلن سدا هين اَنترمڪي اوڙ اتي اِندرِيه سڪ ڪا اَنپو ڪرائينگا.

✽ برهماڇاري وهه هئ جسڪي هر ڪرم سين برهما باپ ڪي ڪرم ڊڪائي دي. بول، برهما ڪي بول سمان هو، اُننا، بئنا، ڊيڪنا، چلنا، سڀ سمان هو. برهما باپ نين جو اَپنا سنسڪار بنايا اوڙ شير ڪي اَنت ۾ پي ياد ڊلايا. نراڪاري، نروڪاري، نراهنڪاري - يهي برهمڻون ڪي نئچرل سنسڪار هو، تب ڪهينگي برهماڇاري. سڀاءُ سنسڪار ۾ باپ سمان ڪي نوينتا هو. ميرا سڀاءُ نهين ليڪن جو باپ ڪا سڀاءُ سو ميرا سڀاءُ.

✽ جئسي برهما باپ ساڌارڻ تن ۾ هوتي پي پرشوتم اَنپو هوتي ٿي. سڀي نين ڊيڪا يا سنا هئ. اَپي اَويڪت

روپ ۾ ڀي ساڌارڻ ۾ پرشوتڻر کي جھلڪ ديکڻي هو!  
اٽسي فالو فادر. ڪام ڀل ساڌارڻ هو ليڪن اِستتي مهانِ  
هو. چهري پر سر پشت جيونَ ڪا پڙپاءُ هو. هر چلن سين  
باپ ڪا اَنڀوؤ هو، اِسڪو ڪهڻي هئَ برهماڇاري.

✽ جو ڀي ڪرم ڪرو تو ڪرم کي پهلِي، بول کي  
پهلِي، سنڪلپ کي پهلِي چيڪ ڪرو ڪ يهه برهما باپ  
سمان هئَ؟ ڦر سنڪلپ ڪو سوروپ ۾ لائو، بول ڪو مُڪ  
سين بولو، ڪرم ڪو ڪرم اِنڊريون سين ڪرو. اٽسي نهين  
ڪ سوچا تو نهين ٿا ليڪن هو گيا. برهما باپ کي وشيشٽا  
وشيش يهي هئَ، جو سوچا وهه ڪيئا، جو ڪها وهه ڪيئا،  
اٽسي فالو فادر ڪرني والي برهماڇاري هئَ.

✽ جئسي برهما باپ نين نشچيه کي آڌار پر، روحاني  
نشي کي آڌار پر نشچيه پاوي کي گياتا بن سيڪنڊ ۾  
سڀ ڪُچ سڦل ڪر ديتا، اَپني ليئي نهين رڪا، سڦل ڪيئا.  
جسڪا پر تڪيه ثبوت ديڪا ڪ اَنتم دن تڪ تن سين پتر  
وهنوار دواران شيوا کي، مُڪ سين مهاواڪيه اُچارڻ  
ڪيئي. اَنتم دوس ڀي سميه، سنڪلپ، شير ڪو سڦل  
ڪيئا. تو برهماڇاري اَرڻات سڀ ڪُچ سڦل ڪرني والي.  
سڦل ڪرني ڪا اَرڻ هين هئَ، سر پشت طرف لڳانا.





## سنکپ شکتی کو ڈیریوت بناؤ

✽ سمیہ پرمات سیتلتا کی شکتی دواران ہر پرستنی  
 ۾ اپنی سنکلپون کی گتی کو، بول کو سینتل اوڑ  
 ڈیریوت بناؤ۔ یدی سنکلپ کی اسپید فاست ہونگی تو  
 بہت سمیہ وئرت جائینگا، کنترول نہین کر سکینگی۔  
 اس لیٹی سیتلتا کی شکتی ڈارٹ کر لو تو وئرت سین  
 وا اگسیدنت سین بچ جائینگی۔ یہہ کیون، کیا، اگسا  
 نہین، وگسا، اس وئرت کی فاست گتی سین چوت  
 جائینگی۔

✽ روز اپنی دربار لگاؤ اوڑ اپنی سپی کاریہ کرتا  
 کرمچاریون سین ہالچال پوچو۔ آپکی جو سوکیہ  
 شکتیان منتری وا مہامنتری ہئ، انہین اپنی آرڈر پرمات  
 چلاؤ۔ یدی اپی سین راجیہ دربار نیک ہونگا تو ڈرمراج  
 کی دربار ۾ نہین جائینگی۔ ڈرمراج پی سواگت کرینگا۔  
 لیکن یدی کرنترولنگ پاور نہین ہونگی تو فائینل رزلت  
 ۾ فائین پرنی کی لیٹی ڈرمراج پُری ۾ جانا پرینگا۔ یہہ  
 سزائین فائین ہئ۔ رفائین بن جاؤ تو فائین نہین پرنی  
 پرینگا۔

✽ ورتمان، پوشیہ کا درپٹ ہئ۔ ورتمان کی استیج

آرقات دريڻ دواران اپنا پوشيه سپشت ديك سكتي هو. پوشيه راجيه اڌڪاري بنني ڪي ليئي چيڪ ڪرو ڪ ورتمان ميري ۾ رولنگ پاور ڪهان تڪ هئ؟ پهلي سوڪيم شڪتبان، جو و شيش ڪاريه ڪرتا هئ، سنڪلڀ شڪتي ڪي اوپر، ٻڌي ڪي اوپر اؤر سنسڪارون ڪي اوپر پورا اڌڪار هو. يهه و شيش تين شڪتبان راجيه ڪي ڪاروبار چلاني والي مڪيه سهيوڱي ڪاريه ڪرتا هئ. اڱر يهه تينون ڪاريه ڪرتا آپ آتما آرقات راجيه اڌڪاري راجا ڪي اشاري پر چلتي هئ تو سدا وهه راجيه يتارث ريت سين چلينگا.

✽ جئسي راجا سيم ڪوئي ڪاريه نهين ڪرتا، ڪراتا هئ. ڪرني والي راجيه ڪاروباري الڱ هوتي هئ. اڱر راجيه ڪاروباري نيڪ نهين هوتي تو راجيه ڊگمگ هو جاتا هئ. ائسي آتما پي ڪراونهار هئ، ڪرنهاري پي و شيش ترمورتي شڪتبان هئ. پهلي انڪي اوپر رولنگ پاور هو تو يهه ساڪار ڪرم اندريان انڪي آڌار پر ستهه هيئن صحيح راستي پر چلينگي.

✽ لاسٽ ۾ فائينل پيپر ڪا ڪوئشچن هونگا، سيڪنڊ ۾ فل اسٽاپ، اسي ۾ هيئن نمبر ملينگي. سينڪڊ سين زياده هو گيا تو فيل هو جائينگي. ايڪ باپ اؤر مئن، تيسرا ڪوئي بات نه آئي. سنڪلڀون پر پورا ڪنٽرول هو تب پاس وٽ آنر بنينگي.

## پریت بُڈي بنو

✽ پریت بُڈي آرقات بُڈي كي لڱن وا پریت ايڪ پریتم  
 كي ساڻ سدا لڱي هوئي هو. جب ايڪ كي ساڻ سدا  
 پریت هئ تو انہِ كسي پي ويڪتي وا وئپوون كي ساڻ  
 پریت جُت نہين سڪتي ڪيونڪ پرت بُڈي آرقات سدا  
 باپ دادا كو آپني سنمڪ انپوُ ڪرني والي. ائسي سنمڪ  
 رهنِي والي ڪپي وُمڪ نہين هو سڪتي.

✽ پریت بُڈي والون كي مڪ سين، اُنڪي دل سين  
 سديو يهي بول نڪلينگا، تمهين سين ڪائون، تمهين سين  
 بعنُون، تمهين سين بولون، تمهين سين سُنون، تمهين  
 سين سرو سنبند نپائون، تمهين سين سرو پراپتي ڪرون.  
 اُنڪي نئن، اُنڪا مڪڙا نه بولتي هوئي پي بولتا هئ. تو  
 چيڪ ڪرو ائسي وناش ڪالي پریت بُڈي بني هئ آرقات  
 ايڪ هين لڱن ۾ ايڪ رس استتي والي بني هئ؟

✽ جئسي سوريہ سامني ديڪني سين سوريہ كي ڪرڻين  
 اوشيه آتي هئ، اسي پرڪار اَگر گيان سوريہ باپ كي  
 سدا سنمڪ رهتي هئ آرقات پریت بُڈي هئ تو گيان  
 سوريہ كي سرو گُڻون كي ڪرڻين آپني ۾ انپوُ ڪرينڱي.

اٽسي پريت ٻڌي بچون کي صورت پر انترمکتا کي  
جهلڪ اوڙ ساٿ ساٿ سنڱر يڱ کي وا پوشيہ کي سرو  
سومان کي ڦلڪ رهندي هئ.

✽ جو بچي پريت ٻڌي بن سدا پريت کي ريت نپاتي  
هئ انهيڻ ساري وشو کي سرو سڪون کي پراپتي سداڪال  
کي ليئي هوتي هئ. باپ دادا اٽسي پريت نپاني والي  
بچون کي دن رات گڻ گان ڪرتي هئ. انيہ سڀي ڪو  
مڪتي ڌام ۾ بناڪر پريت کي ريت نپاني والي بچون  
ڪو وشو ڪا راجيہ پاڳيہ پراپت ڪراتي هئ.

✽ ايڪ باپ کي ساٿ دل کي سچي پريت هو تو مايا  
کڀي ڊسٽرب نهين ڪرينڱي. اسڪا ڊسٽرڪشن هو  
جائينڱا. ليڪن اڱر سچي دل کي پريت نهين هئ، صرف  
باپ ڪا هاٿ پڪرا هئ ساٿ نهين ليئا هئ تو مايا دواران  
گهاٽ هوتا رهينڱا.

## سِڌي سوروپ بنو

✽ اُپي آپ بچي جو پي پرشارت ڪرتي هو اُس پرشارت  
 ڪا لڪش هيئن هئ سِڌي ڪو پراپت ڪرنا. دنيا والون  
 ڪي پاس رِڌي سِڌي هئ اؤر يهان هئ وِڌي سين سِڌي. تو  
 اُپني ڪو سِڌي سوروپ بنائو. جو پي سنڪلپ وا ڪرم  
 ڪرتي هو وه اُگر يتارت وِڌي پوروڪ هئ تو سِڌي ضرور  
 ملينگي.

✽ ڪسي پي ڪاريه ۾ سِڌي پراپت ڪرني ڪي ليئي  
 منسا، واچا، ڪرمڻا تينون ريت سين شيوا ڪرو. جب  
 واڻي دواران شيوا ڪرو تو پاورفل منسا سين اُسڪي منسا  
 ڪو ڪنٽرول ڪرو، ڦر واڻي سين فاليج دو، لائيت مائيت  
 ڪا وردان دو اؤر ڪرمڻا اُتوا سمپرڪ دواران، اُپني اِسٽول  
 اُڪتوئي دواران ڳاڊلي فئملي ڪا اُنيو ڪرائو تو وِڌي  
 پوروڪ سروس ڪرني سين سِڌي اوشيه ملينگي.

✽ جن بچون ۾ اِسپرچوئل (روحانيت) هئ اُنڀر ڪرتويه  
 ڪي سِڌي آ جاتي هئ. سِڌي اُرتات پراپتي. صرف  
 پاڻتس سُننا، سُننا اِسڪو فلاسافي ڪها جاتا هئ. فلاسافي  
 ڪا پرياءُ اَلپڪال ڪا پرتا هئ، پرتو اِسپرچوئل ڪا پرياءُ  
 سدا ڪي ليئي پرتا هئ. تو هر ڪرم ۾ سِڌي سوروپ

بني كي ليئي روحانيت كو ڌارڻ ڪرو.

✽ سڌي سوروپ بني كي ليئي پهلي پورا نشچيه ٻڌي بنو. نشچيه هو ڪ همارا ساڻي، همارا مددگار سِير سرُو شڪتِيوان باپ هئ. تو نشچيه ٻڌي وجئنتي. ائسا سدا سمرتي ۾ رکتي هويي قدم اُٺائو تو ديکو وجئ آپڪي گلي ڪا هار بن جائينگي. ڦر ڪوئي سنڪلپ، بول و ڪرم سڌ نه هو، يهه هو نهين سڪتا. وڌي پوروڪ ڪا پرتڪيه قل سڌي ضرور ملينگي هين.

✽ آتمڪ استتي ۾ استت هوني سين اپني سنڪلپون ڪو سڌ ڪر سڪتي هو. ياد ڪي وڌي سين سنڪلپون اؤر ڪرمون ڪي سڌي اوناڻشي هوتي هئ. وي لوگ سائنس ڪي شڪتي سين سنڪلپون ڪو ريڊ ڪرتي هئ. آپڪي پاس سائينس ڪي شڪتي هئ. سائينس ڪي شڪتي سين ڪسي ڪي سنڪلپون ڪو جان سڪتي هو ليڪن ڪي ڪوئي بات سين اپني من ڪو ڊسٽرب نهين ڪرنا. ياد ڪا جادو منتر يوڙ ڪرنا تو سڌي سوروپ بن جائينگي.

✽ جتنا هو سڪي اُتنا سميه سِير ڪو ويڪت ڀاءُ سين هٽاڪر اويڪت استتي ۾ رهني ڪا اڀياس ڪرنا هئ. اويڪت استتي ۾ رهني سين سرُو سنڪلپ ستهه سڌ هونگي.

## تپسوی مورت بنو

✽ تپسوی ارقات باپ کی لگن میں لو لیں، پریر کی ساگر میں سمائی ہوئی، گیان، آند، سک، شانتي کی ساگر میں سمائی ہوئی کو ہین کھینگی تپسوی۔

✽ تپسوی کی تپسیا صرف بئننی کی سمیہ نہیں، تپسیا ارقات لگن، چلتی قرتی پوجن کرتی پی لگن لگی رہی۔ ایک کی یاد میں، ایک کی سات میں پوجن سُویکار کرنا، یہ پی تپسیا ہوئی۔

✽ جئسی وہ تپسوی سدیو آسن پر بئننی ہئے، ائسی آپ اپنی ایک رس آتما کی استتی کی آسن پر وراجمان رھو۔ اس آسن کو نہیں چورو تب سنگھاسن ملینگا۔ آپکی ہر کرم اندری سین دیہ ایمان کا تیاپ اور آتما ایمانی کی تپسیا پر تکیہ میں دکائی دی۔

✽ برہما کی استاپنا کا کاریہ تو چل ہین رھا ہئے۔ ایشوری پالنا کا کرتویہ پی چل ہین رھا ہئے۔ اب لاسٹ میں تپسیا دواران اپنی وکرمون اور ہر آتما کی تموگٹی سنسکارون اور پرکرتی کی تموگٹ کو پسر کرنی کا کرتویہ کرنا ہئے۔ جئسی چتروں میں شکر کا روپ

وفاشڪاري آرٿاٽ ٽپسوي روپ ڊڪاتي هئ، اٿسي ايڪ رس اِستني ڪي آسن پر اِستت هوڪر اَب اِپنا ٽپسوي روپ ڀر تڪيه ڊڪائو.

✿ جب ٽپسوي ٽپسيا ڪرتي هئ تو وريڪه ڪي نيچي ٽپسيا ڪرتي هئ. اِسڪا ڀي بيحد ڪا رهسيه هئ، اِس سرشتي روڀي وريڪه ۾ آڀ لوگ ڀي نيچي جڙ ۾ بئٽ ڪر ٽپسيا ڪر رهي هو. وريڪه ڪي نيچي بئني سين ساري وريڪه ڪي ناليچ ٻڌي ۾ آجاتي هئ. يهه جو آپڪي اِستيچ هئ، اِسڪا يادگار ڀڄني مارگ ۾ چلتا آيا هئ. يهه هئ ڀرئڪٽيڪل، ڀڄني مارگ ۾ ڦر اِستول وريڪه ڪي نيچي بئٽ ڪر ٽپسيا ڪرتي هئ.

✿ جئسي ڀهلي ڀهلي نشا رهتا ٿا ڪهر اِس وريڪه ڪي اوڀر بئٽ ڪر ساري وريڪه ڪو ڊيڪ رهي هئ، اٿسي اِڀي ڀي ڀن ڀن ڀرڪار ڪي شيوا ڪرتي هوئي ٽپسيا ڪا ڀل اِڀني ۾ ڀرتي رهو. جس سين ٽپسيا اوڙ شيوا دونو ڪمبائيند اوڙ ايڪ ساٺ رهي.



## مریادا پُرشوتم بنو

❁ آپ سنگم یگی بچون کا ٹائیتل هٔہ ”مریادا پُرشوتم“۔ یی مریادائین هین برهمٹ جیون کي قدم هٔہ۔ ان مریادائون ۾ بیپرواہ نهین بنو۔ برهما باپ کي قدم ۾ پر قدم رکنا معنی مریادا ۾رماٹ چلنا۔

❁ سنگم یگی فائدون ۾ فائدا هٔہ۔ یی ٻنڌن نهین هٔہ لیکن یه نرٻنڌن بنانی کا ساڌن هٔہ۔ مریادا کي انڌر رهنی والی، مریادائون ۾رماٹ چلنی والی هین مریادا پُرشوتم هٔہ۔

❁ آپ بچی لا میکرس هو، مریادائین وا نیبر بنانی والی هو۔ اس لیٻی جو بات من کو پسند هٔہ، من ماننا هٔہ اُسی ۾رماٹ مریادا کي لکیر کي انڌر چلتي چلو۔ مجبوري سین نهین چلو، جو خوشي سین کیئا جاتا هٔہ اُسر ٻنڌن نهین لگتا هٔہ۔

❁ سنگم یگ کي مریادائین هین پُرشوتم بناتی هٔہ، اس لیٻی مریادا پُرشوتم کها جاتا هٔہ۔ ان تموگٹی منش آتمائون اوُر تموگٹی ۾رکرتي کي وایومنڊل، واٽبریشن سین بچنی کا سهج ساڌن ایشوري مریادائین هٔہ اس لیٻی مریادا کي لکیر سین سنکلپ، بول وا کرم سین

پي ٻاهر نھين نڪلنا.

✿ سمرتي کي ليئي مريادا کي لکير هئ، سدا سمرتي ۾ رهي ڪمئن سر پشت آتما هون اوڙ سر وڙي ايڪ سر پشت باپ کي سنٿان آتمائين هئ! ورائتي آتمائين ورائتي ڀارت بڃائي والي هئ. يهه پهلا پاٺ نئچرل روپ ۾ سمرتي سوروپ ۾ رهي. ديهه ڪو ديڪتي پي آتما ڪو ديڪو. يهه سمرت سمرتي هر سيڪنڊ سوروپ ۾ آئي.

✿ ڪوئي پي بيماري بدپرھيز وا ڪمزوري سين آتي هئ. اس ليئي نه تو ڪمزور بنو اوڙ نه مريادائون کي پرھيز سين وا مريادائون کي لکير سين ٻاهر آئو. ڪسي پي آرٽيفيشل آڪرشن وا نقلي روپ کي پيچي آڪرشن هونا معنيٰ مريادا کي لکير آرٿاٽ سڪ کي سنسار کي بائونڊري پار ڪرنا. بائونڊري پار کي تو شوڪ واٽڪا ۾ چلي جائينگي. بائونڊري کي اندر رهو تو جهنگل ۾ پي منگل هئ. تياڀ ۾ پي پاڳيه هئ. بن ڪوڙي بادشاهه هو. بيگري جيون ۾ پي پرنس کي جيون هئ.

## مایا جیت، پرکرتی جیت بنو

✽ مایاجیت کی سات پرکرتی جیت پی بنو کیونکہ  
 آپ پرکرتی کی ہلچل بہت ہونی ہے۔ کچی سمندر  
 کا جل اپنا پریا دِکائینگا تو کچی ڈرنی اپنا پریا  
 دِکائینگی۔ اگر پرکرتی جیت ہونگی تو پرکرتی کی  
 کوئی پی ہلچل آپکو ہلا نہیں سکیں گی۔ سدا ساکی  
 ہو کر سب کیل دیکتی رہیں گی۔ جتنا آپ اپنی فرشتی  
 سو روپ ۾ ارقاٹ اونچی استیج پر ہونگی، اتنا ہلچل  
 سین ستھ پری رہیں گی۔

✽ آپ سدا اپنی پوروج پن کی پوزیشن پر رہ کر  
 سنکلپ دواران آرڈر کرو کہ پانچ وکار تم آڈا کلپ  
 کی لیٹی ودائی لی جاؤ، پرکرتی ستوپرڈان سُکدائی  
 بن سیکو سَک پھونچاؤ۔ تو وہ آپکی آرڈر پرمات کار یہ  
 کرینگی۔ قریب پرکرتی دوکا دی نہیں سکتی۔ پرنٹو پھلی  
 سیر کی اڈکاری بنو، سیاہ سنسکار کی پی اڈین نہیں،  
 جب اڈکاری ہونگی تب آرڈر پرمات کار یہ کرینگی۔

✽ جب پی پرکرتی دواران کوئی پیپر آتا ہے تو یہ  
 کیوں، یہ کیا... اس ہلچل ۾ نہیں آؤ۔ ہلچل ۾ آنا  
 ارقاٹ فیل ہونا۔ کچ پی ہو، لیکن اُندر سین سدا یہ  
 آواز نکلی ”واہ مینا ڈراما“ ”ہاے کیا ہوٹا!“ یہ

سنڪلپ ۾ ڀڄي نه آئي، ڊراما ڪي ڳيان سين سيمر ڪو  
اٿسا مضبوط بنايو.

✽ آپ ڀڄ آتمائون ڪو ڊئريڪٽ باپ دواران پر ڪرتي  
جيت، مياچيت ڪي وشيش سٺا ملي هوئي هئ، آپ  
آلمائتي سٺا والي، آپ آلمائتي سٺا ڪي آڌار پر اڙقات  
ڀڄ ڪي آڌار پر، شڏ سنڪلپ ڪي آڌار پر، ويڪتي وا  
پر ڪرتي ڪا سهج پريورتن ڪر سڪتي هو.

✽ مياچيت و پر ڪرتي جيت بنني ڪي ليئي سميتني  
ڪي شڪتي ڪو ڌارڻ ڪرو، اسڪي ليئي ديڪتي هوئي  
نه ديڪو، سٺي هوئي نه سٺو. آڀياس ڪرو، آڀي آڀي  
ساڪاري، آڀي آڀي آڪاري اؤر آڀي آڀي نراڪاري،  
پر ڪرتي ڪي هلچل ديڪ پر ڪرتي پٽي بن، آڀني فل  
اِسٽاپ ڪي اِسٽيج سين پر ڪرتي ڪي هلچل ڪو اِسٽاپ  
ڪرو. تموگڻي سين سٺوگڻي اِسٽيج ۾ پريورتن ڪرو،  
يهه آڀياس بڌائو.

✽ چارون اور ڪتني ڀڄي ڪسي تنو دواران هلچل هو  
ليڪن جهان آپ پر ڪرتي ڪي مالڪ هونگي وهان  
پر ڪرتي داسي بن شيوا ڪرينگي. صرف آپ پر ڪرتي  
جيت بن جائو. ڦر يهه پر ڪرتي آڀني مالڪون ڪو سهيوگ  
ڪي مالها پهنائينگي. جهان آپ پر ڪرتي جيت برهمڻون  
ڪا پانو هونگا، آسٽان هونگا وهان ڪوئي ڀڄي نقصان هو  
نهيڻ سڪتا.

## سمپن بنو، سمپورٹا بنو

✽ سمپن بننا اَرقات اپنی اَنتم فرشتی جیون کی منزل پر پھونچنا۔ جتنا جتنا اس اَنتم منزل کی نزدیک آتی جائیگی اُتنا سب طرف سین نیاری اؤر باپ کی پیاری بنتی جائیگی۔ جیسی کوئی چیز جب بن کر تیار ہو جاتی ہے تو کنار ا چور دیتی ہے، اُسی جتنا سمپن اِستیج کی سمپ اُتی جائیگی اُتنا سرو سین کنار ا ہوتا جائیگا۔ تو سب ہندون سین، سب طرف کی لگاوون سین ورتی دواران کنار ا ہونا اَرقات سمپن وا سمپورٹا بننا۔

✽ سمپورٹا کو سمپ لانی کی لیٹی صرف دو شبد یاد رکو، مٹن ہندو ہون اؤر باپ پی ہندو ہے، لیکن ہندو کی سات سات ہندو ہے۔ تو ایک ہندو کی یاد اؤر ایک رس اوستا، ایک کی ہین مت اؤر ایک کی ہین کرتویہ ہر مددگار بنو۔ باقی وستار ہر جانی کی درکار نہیں۔ وستار ہر جانا ہے تو صرف سروس پرت۔ اگر سروس نہیں تو ہندو، اُسکی آگی اپنی ہڈی کو چلانی کی اوشیکتا نہیں ہے۔ یہی سہج وڈی ہے، سمپورٹا کو پراپت کرنی کی۔

✽ جیسی باپ سمپن ہے اس لیٹی باپ کی مہما ہر ساگر شبد کہتی ہے، یہ سمپنتا کو سڈ کرتا ہے۔ تو

باپ سمان ماسٽر ساگر بننا هين سمپن بننا هئ. ندي تو  
 ڦر پي سوڪ جاتي هئ. سمپن آتمائين سدا خوشي ۾  
 ناچتي رهيئي. خوشي کي سواءِ اؤر ڪچ اندر آ نهين  
 سکتا.

✽ سمپنٽا اچل استي کا انيو کراتي هئ. جب سڀ  
 باتون ۾ سمپن بنينگي تب يه آنک و ٻڏي ڪسي طرف  
 نهين ڊوبينگي. سدا روحانيت ۾ رهيئي. انيڪ وئرت  
 سنڪلپون وا انيڪ طرف ٻڏي و درشتي جاني سين پري،  
 سرو فڪرون سين فارغ اؤر اپني باپ دواران ملي هوئي  
 خزاني ۾ سدا رمڻ ڪرتي رهيئي. انيڪ ڪوئي سنڪلپ  
 ڪرني کي فرصت نهين هونگي.

✽ جيئي چندرما جب 16 ڪلا سمپورڻ هو جاتا هئ تو  
 نان چاهتي هوئي پي هرايڪ ڪو اپني طرف آڪرشت  
 ڪرنا هئ اٿسي ڪوئي پي وستو سمپن هوتي هئ تو  
 اپني آپ آڪرشت ڪرتي هئ. تو جب سمپورڻا کي  
 سمپ پهوچينگي تو وشو کي سرو آتمائون کي سته  
 آڪرشت ڪرينگي ڪيونڪ سمپورڻا ۾ پرياءُ کي شڪتي  
 هوتي هئ. تو پرياءُ شالي بنني کي ليئي سمپن بننا  
 پري.

## نرپیہ بنو

✽ ورتمان سمیہ وشو ۾ معجارتی سپی آتمائون ۾ پیہ اؤر چنتا یہ دونو ہین پرویش ہئے۔ لیکن جتنی ہین وہ فکر ۾ ہئے، چنتا ۾ ہئے اُتني ہین آپ بچی شپ چنتک بن شپ پاونا، شپ کامنا کی مانسک شیوا سین سپی کو سڪ شانتي کی انچلی دینی والی ہو۔

✽ ورتمان سمیہ سیزن ہین اکالی مرتیو کی ہئے۔ جسی وایو کا، سمندر کا طوفان لگتا ہئے، اُتسي یہ اکالی مرتیو کا پی طوفان اچانک اؤر تیزی سین ایک سات اُنیکون کو لی جاتا ہئے۔ یہ اکالی مرتیو کا طوفان اُپی تو شروع ہوئا ہئے۔ وشیش پارت ۾ سول وار اؤر پراکرتک اُپدائین یی ہین ہر کلپ پریورتن کی نمت بنتی ہئے۔ اِس لیئی اِس نرپیہ و اسیف رھنی کی لیئی اکال تخت نشین بننی کا اُپباس کرو۔

✽ اِس وناش جوالا کی اُگنی سین بچنی کا سادن ہئے، نرپیٹا کی شکتی۔ نرپیٹا ہونگی تو وناش جوالا کی پریاؤ ۾ دگمگ نہین ہونگی۔ ہلچل ۾ نہین آئینگی۔ نرپیٹا کی آڈار سین وناش جوالا ۾ پیپیٹ آتمائون کو سیتلتا کی شکتی دینگی۔ آتما پیہ کی اُگنی سین بچ سیتلتا کی کارٹ خوشی ۾ ناچینگی۔ وناش دیکتی پی

استاپنا ڪي نظاري ديڪينگي.

✿ آج ڪي دنيا ۾ ڌن پي هئ اؤر پيه پي هئ. جتنا ڌن اُتنا پيه ۾ هين کاتي هئ، پيه ۾ پي سوتي. اؤر آپ بچي بي فڪر بادشاهه هو. نرپيه هو. پيه ڪا پي پوٽ ڪها جاتا هئ. آپ اُس پوٽ سين چوٽي هوئي هو ڪيونڪ پيه وهان هوتا هئ جهان ميرا پن هوتا هئ. آپ ڪهتي هو ميرا بابا. تويهه ايڪ بابا شبد هين نرپيه بناتا هئ. اُنڪي سواءِ ڪوئي پي سونا هرڻ پي اُگر ميرا هئ تو پي پيه هئ.

✿ لوگ ڊرتي هئ مرنِي سين اؤر آپ تو هئ هين پُراڻي دنيا سين مري هوئي. تو مري هوئي ڪو مرنِي سين ڪيا ڊر لگينگا؟ آپ تو هو هين ترستي. شرير پي ميرا نهين. لوگون ڪو مرنِي ڪا فڪر هوتا هئ، چيزون ڪا يا پريوار ڪا فڪر هوتا هئ. آپ تو هو هين ترستي، نياري هو.

✿ آپ بچون ڪو نرپيه اؤر هر شتمڪ هو يهه بيحد ڪا ڪيل ديڪنا هئ. ڪيل ۾ خون پي ڊکاتي هئ تو پيار پي ڊکاتي هئ. تويهه پي بيحد ڪا ڪيل هئ. ڪيل ۾ منورنجن هوتا، پيه وَ گهپراهت نهين.

✿ نرپيتا ڪي ليئي مڪيه پرشارت هئ، نراڪاري بننا. جتنا نراڪاري اوستا ۾ هونگي اُتنا نرپيه هونگي. پيه تو شرير ڪي پان ۾ آني سين هوتا هئ.



## آب پُراڻي نيچر کا پريورتن ڪرو

✽ نيچر (پرڪرتي) کا سُڪ ليني ڪي ليئي آڀني اوريجنل آنادي نيچر آڀنائو. يدي ديه پان ڪي نيچر ڪي وشيپوت رھتي هو تو وار وار همٿ هين بن جاتي هو. جو سِير پي ورنن ڪرتي ڪ سمجھتي پي هٿ، چاهتي پي هٿ ليکن ميري نيچر هٿ. يه ديه پان ڪي، ديه ڪي پرورتي هٿ، آب اسکا پريورتن ڪر ديهي آڀماني بنو.

✽ جب سنسڪار ڌارڻ ڪرني والي چئنن شڪتيشالي سِير آتما هٿ تو پُراڻي نيچر چورنا پي آتما ڪو هٿ، نه ڪ سِير چوٽينگي. تو يه جو ڪھتي هو ڪ ميري يه سنسڪار هٿ، سڀاءُ هٿ، عادت هٿ وا نيچر هٿ. يه عادت بولتي هٿ وا آتما بولتي هٿ؟ اس ليئي ميري نيچر، ميري سنسڪار ڪھني ڪي بجاءِ مالڪن ڪو ڌارڻ ڪرو.

✽ باپ سمان نيچر آرڻات سدا ورداني، سدا اُڀڪاري، سدا رحمدل. اس نيچر ڪو آڀنالو تو مڪنت نهين ڪرني پرينگي.

✽ ڪسي ڪي نيچر رمٽيڪ هٿ تو سٿه هين رمٽيڪتا چلتي رھتي هٿ نان. اسڪو پتا پي نهين پرينگا ڪ مئن

نين ڪيا ڪيئا؟ ڪوئي ڪهينئا تو پي ڪهينگي ڪ مئن  
ڪيا ڪروُن، ميري نيچر هئ. تو وشيشنا ڪي پي ائسي  
نيچر هو جائِي.

✽ جئسي ڪمزور سنسڪار وا ڪوئي اوڱڻ بهت ڪال  
سين سوروپ بن گئي هئ، اُسڪو ڌارڻ ڪرني ڪي ڪوئي  
مڪنت نهين ڪرتي هو ليڪن نيچر اوڙ نئچرل هو گئي  
هئ. اُنڪو چورني چاهتي هو، محسوس ڪرتي هو يه  
نهين هوني چاهيئي ليڪن سميه پر ڦر سين نه چاهتي  
پي وه نيچر وا نئچرل سنسڪار اپنا ڪاريه ڪر ليتي  
هئ. ائسي هر گڻ، هر شڪتي نجي سوروپ بن جائِي.  
ائسا گڻ سوروپ، شڪتي سوروپ، ياد سوروپ هو جاتا هئ.  
اِسڪو هين ڪها جاتا هئ باپ سمان.

✽ جئسي ڪوئي ڪي وشيش نيچر هوتي هئ، اُس نيچر  
ڪي وِس نه چاهتي پي چلتي رهتي هئ. ڪهتي هئ يه  
مئن چاهتي نهين هون ليڪن ميري نيچر هئ. وئسي  
نرنتر سهج يوگ اُتوا سهيوگي ڪي نيچر بناو تو نئچرل  
هو جائِي. ڪيا ڪروُن، ڪئسي يوگ لڳائون يه باتين  
ختم. هئ هين سدا سهيوگي اُرتات يوگي. اِسي ايڪ بات  
ڪو نيچر اوڙ نئچرل ڪرني سين پي سبجيڪٽ پرفيڪٽ  
هو جائينگي.

## سکاش دینی کی شیوا پرارنپ کرو

✽ سمیہ پرماٹ اَب چارون اور سکاش دینی کا، واٹبریشن دینی کا، منسا دواران وایومندل بنانی کا کاریہ کرنا ہتہ۔ اَب اسی شیوا کی آوشیکتا ہتہ کیونکہ سمیہ بہت نازک آنا ہتہ تو رحمدل بن سرو شکتیون دواران پریشان آتمائون کو شکتی کی سکاش دی رحم کرو۔

✽ جئسی ساکار روپ کو دیکا، کوئی پی ائسی لہر کا سمیہ جب آتا تا تو دن رات سکاس دینی، نرہل آتمائون پر ہل پرنی کا وشیش ائینشن رھتا تا، رات رات کو پی سمیہ نکال آتمائون کو سکاش پرنی کی سروس چلتی ٹی۔ نو اپی آپ سپکو لائیت مائیت ہائوس بن کر یہ سکاش دینی کی سروس خاص کرنی ہتہ جو چارون اور لائیت مائیت کا پریاؤ قہل جائی۔

✽ اِس دیہ کی دنیا پر کچ پی ہوتا رہی، لیکن فرشتا اوپر سین ساکی ہو سپ پارت دیکتی سکاش دینا رہی۔ آپ سپ بیحد وشو کلیباٹ کی پرت نمت ہو تو ساکی ہو سپ کیل دیکتی سکاش ارقات سہیوگ دینی کی شیوا کرو۔ سیت سین اتر کر سکاش نہین دینا۔ اونچی اِستیج پر اِستت ہو کر دینا تو کسی پی پرکار کی واتاورٹ کا سیک نہین آئینتا۔

✽ جئسی باپ اویکت وطن، ایک آستان پر بئنی چارون

اور ڪي وشو ڪي بچون ڪي پالنا ڪر رهي هئ ائسي  
 آپ بچي پي ايڪ آستان پر بئڻ ڪر باپ سمان بيحد  
 ڪي شيوا ڪرو. فالو فادر ڪرو. بيحد ۾ سڪاش دو. بيحد  
 ڪي شيوا ۾ آڀني ڪو بزي ڪرو تو بيحد ڪا وٽراڀ  
 سته هين آئينا.

✿ يه سڪاش ديني ڪي شيوا نرنتر ڪر سڪتي هو،  
 اسر طبيت ڪي بات، سميه ڪي بات... سڀ سهج هو  
 جاتي هئ. دن رات اس بيحد ڪي شيوا ۾ لگ سڪتي  
 هو. جب بيحد ڪو سڪاش ديني تو نزديڪ والي پي  
 آتوميٽيڪلي سڪاش ليتي رهينگي. اس بيحد ڪي  
 سڪاش ديني سين وايومنڊل آتوميٽيڪلي بنينگي.

✿ گيان ڪي منن ڪي سات شپ پاونا، شپ ڪامنا ڪي  
 سنڪلپ، سڪاش ديني ڪا آڀياس، يه من ڪي مؤن ڪا  
 يا ٽرئفڪ ڪنٽرول ڪا بيچ بيچ ۾ دن مقرر ڪرو. آگر  
 ڪسڪو چوئي نهين پي ملتي هو، سڀناه ۾ ايڪ دن تو  
 چوئي ملتي هئ، اسي پرماڻ آڀني آستان ڪي پروگرام  
 فڪس ڪرو. ليڪن وشيش ايڪانتواسي اوڙ خزانون ڪي  
 ايڪانامي ڪا پروگرام اوشيه بناو.

## ستیوادی بنو، رازیکت ہو کر چلو

❁ باپ دادا کو راضی کرنی کا ساڈن ہئے ”سچی دل“ جو سچی دل والا ہئے وہ ہر سنکَلپ، بول، کرم اوڑ سنہنڈ سمپرک ۾ رازیکت ہونگا۔ رازیکت اَرقات ہر راز کو جاننی والا، کپی اپنی سُو استنی سین دل شکست وا ناراض نہین ہونگا اوڑ سنکَلپ سین پی کسی کو ناراض نہین کرینگا۔

❁ سچی دل والی ستیوادی بچی، ستینا کی مہانتا کی کارٹ سیکند ۾ بندو بن بندو باپ کو یاد کر سکتی ہئے۔ سچی دل والی سچی صاحب کو راضی کرنی کی کارٹ، باپ کی وشیش دُعاؤن کی پراپتی کی کارٹ سمیہ پرمات دماغ یکتی یکت، یثارث کاریہ سْتھ کرتا ہئے کیونک بُدیوانون کی بُڈی (باپ) کو راضی کیئا ہوتا ہئے۔ جس نین پِڳوان کو راضی کیئا وہ سْتھ ہین رازیکت، یکتی یکت ہوتا ہئے۔

❁ سمیہ پرمات ڈراما کی جو ہر راز کو جان کر رازیکت بن کر چلتی ہئے وہ سدا راضی رہتی ہئے۔ انہین کپی کوئی ناراض پی کری تو پی ناراض نہین ہوتی کیونک وہ جانتی ہئے کہ یہ ورائتی ورکیہ ہئے، اِس ہرایک کا اپنا اَنکیوریت پارث ہئے، تو اِس راز

ڪو جانني والي ڪيي ناراض نهيڻ هوتي. ناراض هونا  
آرڻاٽ اس راز ڪو نه جاننا.

✽ جو بچي رازيڪت هئ ان پر باپ ڪو سدا ناز هئ.  
راز يڪت، يوگ يڪت، گڻ يڪت.... اٽسي سپڪا بئلس  
رڪني والي سدا باپ ڪي بليسنگ ڪي چايا ۾ رهتي  
هئ. ان پر بليسنگ ڪي سدا هيڻ ورشا هوتي رهتي هئ  
وه اس چايا ڪي اندر چلي هئ، پلي هئ اوڙ انت تڪ  
چلتي رهينگي.

✽ آپني پرشارت ڪي انوسار باپ ڪي دواران ملي  
هوئي انيڪ گيان ڪي رازون ڪو جانتِي هئ اوڙ اسي ۾  
رمڻ ڪرتي هوئي آگي بڊو تو سدا رازيڪت، سدا يوگ  
يڪت، سدا سنيه يڪت بن جائينگي. گيان ڪي سرو رازون  
ڪو جانني والي سِير سين راضي رهتي اوڙ اوڙون ڪو  
راضي ڪرني ڪي اڀياسي رهتي هئ. سرو رازون ڪو  
جانني والي هيڻ باپ ڪي پريه اوڙ سمپ هئ.

✽ رازيڪت آتمائون ڪو جو نمت بنني ڪا تخت  
پراپت هوتا هئ، اسپر پي ڪئين راز سمائي هوئي هئ.  
انهين سرو ڪي دعائين ستنه پراپت هوتي هئ. ڪسي  
پي ڪاريه ۾ همت رک نمت بنني سين مدد ستنه ملتي  
هئ. يهه ڊراما ڪا گهيه راز هئ. اٽسي رازيڪت آتمائين  
مدد مانگتي نهيڻ هئ ليڪن همت ڪا پهلا قدم آگي  
بڊاني سين مدد ڪي پاتر بن جاتي هئ.

## ايڪ ورتا بنو

✿ ورتمان سميه کي اَنوسار وشوَ کي آتمائين آپ آتمائون کو روحانيت کا سَمپل ديکنا چاهتي هئ. روحانيت ۾ رهنِي کا سهج ساڌن، صرف ايڪ شبد کو اَپني آپ ۾ اَنڊرلائين کرو، وه شبد هئ ”ايڪ ورتا پو“۔ جهان ايڪ هئ وها ايڪاگر تا ستهه آجاتي هئ. اَچل، اَڏول ستهه بن جاتي هئ. ايڪ ورتا بنني سين ايڪ مت پر چلنا سهج هو جاتا هئ. جب هئ هين ايڪ ورتا تو ايڪ کي مت سين ايڪ متي، سدگتي سهج هو جاتي هئ. ايڪ رس اِسْتتي ستهه بن جاتي هئ.

✿ ورداتا کو راضي کرني کي بهت سهج وڌي هئ، اُنکو ”ايڪ“ شبد هين سپ سين پريه لگتا هئ. جو بچي آد سين اَب تک ”ايڪ ورتا“ هئ، وهي ورداتا کو پريه هئ.

✿ ايڪ ورتا اَرْتات صرف پَتي ورتا نهين، سرو سنهنڌ سين ايڪ ورتا. سنڪلپ ۾ پي، سوپن ۾ پي دوڄا نه هو. ايڪ ورتا اَرْتات سدا ورتي ۾ ايڪ هو. سدا ميرا تو ايڪ دوسرا نه کوئي، يهه پکا ورت ليئا هوئا هو.

✿ ايڪ ورتا آتما کي پاس کوئي پي بوجهه کي باتين اِکني نهين هوتي جو کسي دوسري کو سَناني پري. وه دل کي باتين ايڪ دلوالا باپ کو سَناکر سدا

ہلکی رہتی تھی۔ وہ ساکار روپ میں کسی کو شیش  
ساتھی نہیں بناتی، ساتھی تھی تو سپ تھی، کوئی شیش  
نہیں۔ اسکو کہتی تھی ایک ورتا۔ اُسی ایک ورتا بچوں  
کی ہر سمیہ کی سرو ذمیواریان ورداتا باپ سیم اپنی  
اوپر اُتاتی تھی۔ اُسی وردانی آتمائین ہر سمیہ، ہر  
پرستنی میں وردانون کی پراپتی سمین استتی اُنیو  
کراتی تھی اور ہر بات کو سہج پار کر پاس وٹ آنر بن  
جاتی تھی۔

✽ ورداتا کو یہی ”ایک“ شبد پیارا تھی۔ ایک ورتا،  
ایک بل ایک پروسا۔ سات سات ایک مت، ایک رس، ایکتا،  
ایکانٹ پریم.... تو یہ ”ایک“ شبد ہین پریم ہوتا نان!  
تو صرف ایک کا پان پکا کرو۔

✽ اُسی ”ایک ورتا“ والی بچی امبرت ویلی سین  
رات تک ہر دنچریا کی کرم میں وردانون سین ہین پلنی  
تھی، پلنی تھی اور اُڑتی تھی۔ اُنہین کی کوئی مشکل  
چاہی من سین، چاہی سنبند سمپرک سین اُنیو نہیں  
ہوتی۔ ہر سنکلپ میں، ہر سیکند، ہر کرم میں، ہر قدم  
میں ورداتا اور وردان سدا سمیپ، سنمک ساکار روپ میں  
اُنیو ہوتا تھی۔ وہ اُسی اُنیو کرتی تھی جسے ساکار میں  
بات کر رہی تھی۔ اُنکو محنت اُنیو نہیں ہوتی۔ اُسی  
وردانیوں کی آگی حضور سدا حاضر تھی۔



دویم رتنون کا اُپہار

دویم رتنون کا اُپہار