28.06.2026 પ્રાતઃમુરલી ઓમ શાંતિ “અવ્યક્ત-બાપદાદા” રીવાઈઝ ૩૦-૧૧-૧૦ મધુબન

“ દરેક કલાકે પાંચ સ્વરુપો ની એક્સરસાઇઝ કરી મન ને શક્તિશાળી બનાવો જ્યારે બાબા જ સંસાર છે તો સંસ્કાર પણ બાપ જેવાં બનાવો”

આજે બાપદાદા બધા એક દેશી બાળકો થી મળવા આવ્યા છે, જે ઓરીજનલ બધાનો દેશ છે. જાણો છો ને એક દેશ કેટલો પ્યારો છે! બાપદાદા પણ એ જ દેશ થી સર્વ બાળકો થી મળવા આવ્યા છે. બાળકોને બાપ થી મળવાની ખુશી છે અને બાપ ને બાળકોથી મળવાની ખુશી છે. આજે બાપદાદા બધા બાળકોનાં સ્વરુપો ને, વિશેષ પાંચ રુપો ને જોઈ રહ્યાં છે એટલે પાંચ મુખી બ્રહ્માનું પણ ગાયન છે. તો પોતાનાં પ રુપો ને જાણો છો ને! પહેલાં બધાનું જ્યોતિ બિંદુ રુપ, આવી ગયું તમારા સામે! કેટલું ચમકતુ પ્યારું રુપ છે. બીજું દેવતા રુપ, તે રુપ પણ કેટલું પ્યારું અને ન્યારું છે. ત્રીજું રુપ મધ્ય માં પૂજ્યનીય રુપ, ચોથું રુપ બ્રાહ્મણ રુપ સંગમવાસી, તે પણ કેટલું મહાન છે અને પાંચમું રુપ ફરિશ્તા રુપ. આ પાંચ રુપ કેટલાં પ્યારા છે. બાપદાદા આ જે બાળકોને મન ની એક્સરસાઇઝ શીખવાડે છે કારણકે મન બાળકોને ક્યારેક-ક્યારેક પોતાની તરફ ખેંચી લે છે. તો આજે બાપદાદા મન ને એકરસ બનાવવાની એક્સરસાઇઝ શિખવી રહ્યાં છે. આખાં દિવસમાં આ પાંચ રુપોની એક્સરસાઇઝ કરો અને અનુભવ કરો, જે રુપ વિચારો એનું મન માં અનુભવ કરો. જેવી રીતે જ્યોતિબિંદુ કહેવાથી જ તે ચમકતું રુપ સામે આવી ગયું! એવી રીતે પાંચેય રુપ સામે લાવો અને એ રુપ નો અનુભવ કરો. દર કલાકે પાંચ સેકન્ડ આ ડ્રિલ માં લગાવો. જો સેકન્ડ નહીં તો પાંચ મિનિટ લગાવો. દરેક રુપ સામે લાવો, અનુભવ કરો. મન ને આ રુહાની એક્સરસાઇઝ માં બીઝી કરો તો મન એક્સરસાઇઝ થી સદા ઠીક રહેશે. જેવી રીતે શરીર ની એક્સરસાઇઝ શરીર ને તંદુરસ્ત રાખે છે એવી રીતે આ એક્સરસાઇઝ મન ને શક્તિશાળી રાખશે. એક સેકન્ડ પણ મન માં એ રુપ ને લાવો, સમજો છો સહજ છે ને આ, કે મુશ્કેલ લાગે છે? મુશ્કેલ નહીં લાગશે કારણ કે આ એક્સરસાઇઝ તમે અનેકવાર કરેલી છે. દરેક કલ્પ ની છે. પોતાનું જ રુપ સામે લાવવું આ મુશ્કેલ નથી હોતું. એક-એક રુપ નાં સામે આવતા જ દરેક રુપની વિશેષતાનો અનુભવ થશે. ક્યારેક-ક્યારેક ઘણા બાળકો કહે છે કે અમે આ જ રુપો નો અનુભવ કરવા ઈચ્છતા પરંતુ મન બીજા તરફ ચાલી જાય છે. જેટલો સમય જ્યાં મન લગાવવા ઈચ્છો છો એટલાં સમય નાં બદલે વ્યર્થ, અયથાર્થ સંકલ્પ પણ આવી જાય છે. ક્યારેક મન માં અલબેલાપણું પણ આવી જતું, તો બાપદાદા દર કલાકે પાંચ સેકન્ડ અથવા પાંચ મિનિટ આ એક્સરસાઇઝ માં અનુભવ કરાવવા ઈચ્છે છે. પાંચ મિનિટ કરીને મન ને આ તરફ ચલાવો. ચાલવું તો સારું હોય છે ને! પછી પોતાનાં કામ માં લાગી જાઓ કારણકે કાર્ય તો કરવાનું જ છે. કાર્ય વગર તો ચાલવાનું જ નથી. યજ્ઞ સેવા, વિશ્વ સેવા તો બધા કરી રહ્યા છો અને કરવાની જ છે. આ પાંચ મિનિટ ની ડ્રિલ કર્યા પછી જે પોતાનાં કાર્ય છે એમાં લાગી જાઓ. ભલે પાંચ સેકન્ડ લગાવો, ભલે પાંચ મિનિટ લગાવો પરંતુ કોઈ એવાં છે જેને આટલો સમય પણ નથી મળતો! છે કોઈ હાથ ઉઠાવો, જેમને પાંચ મિનિટ પણ નથી. કોઈ નથી. છે કોઈ? બધા કાઢી શકે છે. તો વારંવાર આ એક્સરસાઇઝ કરો તો કાર્ય કરતા પણ આ નશો રહેશે કારણકે બાપ નો મંત્ર પણ છે મનમનાભવ. તો આ જ મંત્ર મન નાં અનુભવ થી માયાજીત બનવામાં યંત્ર બની જશે કારણકે બાપદાદાએ બતાવી દીધું છે કે જેટલો સમય આગળ વધશો, એ અનુસાર એક સેકન્ડ માં સ્ટોપ લગાવવાનું હશે. તો આ એક્સરસાઇઝ કરવાથી મનમનાભવ થવામાં મદદ મળશે કારણકે બાપદાદાએ જોયું કે જે પણ ભાષણ કરતા હોય કે કોઈને પણ સંદેશ આપો છો તો શું કહો છો?

અમે વિશ્વ નાં પરિવર્તન કરવા વાળા છીએ. તો જ્યારે વિશ્વ ને પરિવર્તન કરવાનું છે તો પહેલાં પોતાનાં મન ને એવું શક્તિશાળી બનાવો જે, જે સમયે જે સંકલ્પ કરવા ઈચ્છો તે જ મન સંકલ્પ કરી શકે છે. સેકન્ડ માં ઓર્ડર કરો, જેવી રીતે આ શરીર ની બીજી કર્મેન્દ્રિયો ને ઓર્ડર કરો છો, ઉપર કરો નીચે કરો તો કરે છે ને! એવી રીતે મન વ્યર્થ, અયથાર્થ થી બચી જાય, મન નાં માલિક છો, મારું મન કહો છો ને! તો મારું મન એટલાં ઓર્ડર માં રહે એટલાં માટે આ મન ની એક્સરસાઇઝ બતાવી.

બાપદાદાએ જોયું દરેક બાળક આ જ ઈચ્છે છે કે અમારે મનજીત જગતજીત બનવું છે એટલે આવવા વાળા સમય નાં પહેલાં આ અભ્યાસ જ્યાં ઈચ્છો ત્યાં મન સહજ ટકી જાય. તો આજે બાપદાદા આ જ ઈચ્છે છે કે દરેક બાળક એવું શક્તિશાળી બને જે, જે સંકલ્પ કરે એ જ અનુસાર મન-બુદ્ધિ-સંસ્કાર ઓર્ડર માં હોય. જેનો આ અભ્યાસ હશે તે જગતજીત અવશ્ય બનશે. બાપદાદા થી, પરિવાર થી પ્રેમ તો બધાનો છે. જેટલો બાળકો નો બાપ થી પ્રેમ છે એનાથી વધારે બાપ નો બાળકો થી પ્રેમ છે. તો બાળકોએ ચતુરાઈ સારી કરી છે, મારા બાબા, મારા બાબા કહીને પોતાનાં બનાવી લીધા છે. દરેક બાળક આ જ નિશ્ચય થી કહે - "મારા બાબા". અને બાપ પણ કહે મારા બાળકો. આ મારા શબ્દએ કમાલ કરી દીધી. દરેક ને દિલ માં કેટલો ઉમંગ આવે છે મારા બાબા, પ્યારા બાબા અને બાપ પણ વારંવાર કહે મારા બાળકો. કોઈ પણ માયા નો વાર હોય કારણકે અડધો કલ્પ માયા ને પોતાની બનાવી છે ને! તો માયા ને પણ તમારા લોકો થી પ્રેમ તો હશે ને! તો તે વારંવાર આવવાની કોશિશ કરે છે પરંતુ જો દિલ થી મારા બાબા કહે છે તો બાપ નો સહયોગ મળે છે. એકવાર દિલ થી કહું મારા બાબા તો હજાર વાર બાપ બંધાયેલા છે શક્તિશાળી સહયોગ આપવા માટે. અનુભવ છે ને? ફક્ત સમય પર આ અનુભવ ને પ્રેક્ટિકલ માં લાવો.

બાપદાદા બાળકોની એક વાત જોઈને દિલ માં બાળકો નાં ઉપર હસે છે. જાણો છો કઈ વાત? બધા કહે છે કે બાબા જ મારો સંસાર છે, કહે છે ને બાપ જ મારો સંસાર છે. કહો છો, જે કહે છે બાપ જ મારો સંસાર છે, તે હાથ ઉઠાવો. અચ્છા, બાપ જ સંસાર છે. બીજો તો કોઈ સંસાર નથી ને? સંસાર બીજો નથી પરંતુ બીજું શું છે? સંસ્કાર. જ્યારે બાપ જ મારો સંસાર છે, બીજો કોઈ સંસાર છે જ નહીં. સંસાર નથી પરંતુ સંસ્કાર કેવી રીતે પેદા થઈ જાય છે? આજકાલ બાપદાદા સમય પ્રમાણે સંસ્કાર શબ્દ ને મિટાવવા ઈચ્છે છે. મટી શકે છે? મટી શકે છે? જે સમજે છે કે સંસ્કાર વિઘ્ન રુપ નથી બની શકતાં, આ દૃઢ સંકલ્પ કરી શકે છે, દૃઢ પુરષાર્થ દ્વારા આજે પણ દૃઢ પુરુષાર્થ કરી શકે છે કે ખત્મ કરવું જ છે. કરીશું, વિચારશું, જોઈશું... આ નહીં. કરવું જ છે. સંસ્કાર નું કામ છે આવવું અને બાળકોનું કામ છે સમાપ્ત કરવું જ છે. છે હિંમત? છે હિંમત? પહેલાં પણ હાથ ઉઠાવ્યો હતો પરંતુ ચેક કરો જે સંકલ્પ કર્યો તે થઈ રહ્યો છે? જે સમજે છે કે બાપે કહ્યું, બાપ નું કાર્ય છે લક્ષ આપવું અને બાળકો નું કાર્ય છે જે બાપે કહ્યું તે કરવું જ છે. આની પણ એક ડેટ ફિક્સ કરો, જેવી રીતે ભક્ત લોકોએ ડેટ ફિક્સ કરી છે, શિવરાત્રી, તો મનાવે છે ને! તો એની ડેટ પણ ફિક્સ કરો. અચ્છા, બધાની સાથે ડેટ નહીં હોય તો પહેલાં એક-એક પોતાનાં માટે તો ડેટ ફિક્સ કરી શકો છો ને! કરી શકે છે! કરી શકે છે તો હાથ ઉઠાવો. તો કર્યું! કરી શકો છો તો કર્યું? ડબલ વિદેશીઓએ ડેટ ફિક્સ કરી! સારું, સામે વાળા, કર્યું ફિક્સ? જે ડેટ ફિક્સ કરીને, તે બાપદાદાને લખીને આપજો. બાપદાદા પણ બાળકોને પેપર પાસ કરવાની બહાદુરી તો આપશે ને. પછી ગીત ગાશે વાહ બાળકો વાહ! સેરેમની મનાવશે જેમણે સંકલ્પ કર્યો અને એ જ અનુસાર પ્રેક્ટિકલ કર્યું એની સેરેમની મનાવશે કારણકે ફરક તો આવતો રહેશે ને! જે ડેટ ફિક્સ કરશે એમાં આગળ વધવા માટે સમીપ તો આવશે ને. ફરક તો થવાનો શરુ થશે. તો જેમનો ડેટ અનુસાર સંપન્ન થશે એમની બાપદાદા સેરેમની મનાવશે. અંદર જે કરશે તો જોવા વાળા પણ વેરીફાઇ

કરશે કારણકે સંપર્ક માં તો આવશે ને! સંસ્કાર કોઈને કોઈ ની સાથે નીકળે છે ને! કારણકે બાપદાદાએ જોયું કે દરેક બાળકને આ શુદ્ધ નશો તો છે જ કે હું માસ્ટર સર્વ શક્તિમાન છું. માસ્ટર તો છો ને? જ્યારે સર્વશક્તિવાન છે તો સંકલ્પ ને પૂરો કરવો આ પણ શક્તિ છે ને ! અચ્છા.

જે આજે પહેલી વાર આવ્યા છે તે ઉઠો. જુઓ, કેટલાં આવ્યા છે. બાપદાદા મુબારક આપે છે. મધુબન માં આવવાની મુબારક છે, મુબારક છે, મુબારક છે. બાપદાદા તો પણ એવી રીતે સમજે છે કે ટુ લેટ નું બોર્ડ લાગવાનાં પહેલાં આ આવી ગયા છો એટલે આખાં પરિવારની, બાપદાદા ની તો છે આખાં પરિવાર ની પણ તમને બધાને આ જ શુભ આશા છે કે સદા ડબલ પુરુષાર્થ કરી લાસ્ટ આવેલા પણ ફાસ્ટ જઈ શકે છે. છે હિંમત! જે આજે આવ્યા છે એમનામાં આ હિંમત છે! કે લાસ્ટ આવ્યા પણ ફાસ્ટ જઈને ફર્સ્ટ આવી જાઓ. ફર્સ્ટ નંબર માં. એક ફર્સ્ટ નહીં, ફર્સ્ટ ક્લાસ માં ફર્સ્ટ આવો, થઈ શકે છે? જે સમજે છે કે અમે ફાસ્ટ જઈને ફર્સ્ટ થઈ શકીએ છીએ તે હાથ ઉઠાવો. પોતાનામાં નિશ્ચય છે? અચ્છા. પાછળ વાળા હાથ ઊંચો કરો, થઈ શકે છે તો! અચ્છા. થોડાં છે. તો પણ આખો પરિવાર અને બાપદાદા તમને સહયોગ આપવા આગળ વધારવા ઈચ્છે છે એટલે જે પણ સેન્ટર નાં તરફથી આવ્યા છો એ સેન્ટર પર આ પોતાનો વાયદો વારંવાર યાદ કરજો. થઈ શકે છે, અસંભવ નથી, છે સંભવ પરંતુ ડબલ અટેન્શન. જે લાસ્ટ અને ફાસ્ટ જઈને દેખાડશે તો સેન્ટર પર તમારો તીવ્ર પુરુષાર્થ નો દિવસ મનાવશે. ફંકશન કરશે. બધા નાં દિલમાં ઉમંગ તો છે કે જલ્દી થી જલ્દી બાપ સમાન બનીને જ દેખાડીએ. બાપદાદા પણ અમૃતવેલા જ્યારે બાળકો બાપ સાથે વાતો કરે છે, તો ખુશ થાય છે. વાહ બાળકો વાહ! અને બાપ દરેક બાળકોને ભલે જૂનાં છે, ભલે નવાં છે, દરેક બાળકોને બહુજ-બહુજ દિલ થી દુવાઓ આપે છે. એક કદમ તમારો, હજાર કદમ બાપ ની મદદ નાં કારણકે હવે સમય નું પરિવર્તન ફાસ્ટ ગતિ માં જઈ રહ્યું છે. અચ્છા.

સેવા નો ટર્ન દિલ્લી અને આગરા ઝોન નો છે :- બાપદાદાએ સંભળાવ્યું કે દિલ્લી શરુ થી લઈને સેવાની નવી-નવી વાતો કરતું આવ્યું છે. કરી છે ને! દિલ્લીએ કરી છે. તો હવે કોઈ નવી ઇન્વેન્શન કાઢો સેવાની. જે ભાષણ ચાલે છે, પ્રોગ્રામ ચાલે છે તે પણ સારા છે કારણકે એનાથી વૃદ્ધિ થાય છે અને સંબંધ માં આવે છે. જે હમણાં ચાલી રહ્યા છે તે પણ સારા છે પરંતુ હમણાં આ પ્રોગ્રામ્સ બહુજ સમય ચાલે છે. હવે કોઈ નવી વાત કાઢો જે સેવા કરવા વાળાને નવો ઉમંગ, નવો ઉત્સાહ આવે. કરશો ને! સારું છે. બધાને ઉત્સાહ માં લાવીને બધાને એમાં બીઝી કરો. આ જે મોટો પ્રોગ્રામ હોય છે એમાં ભાષણ કરવા વાળા જે બીઝી હોય છે પરંતુ બીજા ફક્ત સાથ આપે છે. તે પણ છે જરુરી પરંતુ એવું કોઈ કાર્ય કાઢો જેમાં દરેક ક્વોલિટી વાળા પોતે કરીને બીઝી રહે કારણકે દિલ્લી ને જ રાજધાની બનવાનું છે. તો દિલ્લી વાળાએ એવી કોઈ ઇન્વેન્શન કાઢવી જોઈએ. ઠીક છે! ઠીક છે બધા કરશે? હાથ ઉઠાવો. સારું છે. કોઈ પણ કાઢી શકે છે. નવાં પણ કાઢી શકે છે. જો બીજા કોઈને પણ કોઈ સંકલ્પ આવે તો તે પણ અહીં હેડ ઓફિસ માં, મધુવન ઓફિસ માં લખી શકે છે. બધાને ચાન્સ છે. અચ્છા. દિલ્લી વાળા પુરુષાર્થ માં પણ નંબરવન લે. બાપદાદાએ બહુજ સમય થી આ કહ્યું છે કે કોઈ પણ સેન્ટર ભલે દેશ, ભલે વિદેશ નાં સેન્ટર અને એમનાં કનેક્શન નાં સેન્ટર ૬ મહિના નિર્વિઘ્ન રહીને દેખાડે, કોઈ પણ વિઘ્ન ન આવે, નિર્વિઘ્ન. એમાં જો નંબરવન બનશે તો એમનો પણ નિર્વિઘ્ન ભવ નો દિવસ મનાવશે. હમણાં ૬ મહિના કહી રહ્યાં છે, ૬ મહિના નો અભ્યાસ હશે તો આગળ પણ આદત થઈ જશે. પરંતુ ઇનામ લેવા માટે ૬ મહિના નો સમય આપે છે. તો દિલ્લી ક્યો નંબર લેશે? પહેલો નંબર. બાપદાદા ને ખુશી છે. આખાં પરિવાર ને પણ ખુશી છે. સંતુષ્ટતા ની બોલબાલા છે. ભલે સેવા માં, ભલે જે નિયમ બનેલા છે એ નિયમ માં, તો જોશે, બાપદાદાએ કહ્યું છે પરંતુ હમણાં સુધી નામ નથી આવ્યું. ઝોન નહીં તો જે પણ મોટા સેન્ટર છે એમનાં કનેક્શન વાળા સેન્ટર એટલું પણ કરશે તો બાપદાદા જોશે. હમણાં જલ્દી-જલ્દી કદમ ને

આગળ વધારો, કેમ? અચાનક કંઈ પણ થઈ શકે છે. તારીખ નહીં બતાવશે. અચ્છા.

આગ્રા સબ ઝોન :- આગ્રા ને એવું કોઈ કાર્ય અથવા સેવા કરવાની છે જે જેવી રીતે ગવર્મેન્ટ ની લિસ્ટ માં આગ્રા પ્રસિદ્ધ છે એવી રીતે આગ્રા વાળા કોઈને કોઈ એવી સેવા શોધો જે ઓલમાઈટી ગવર્મેન્ટ માં પણ પ્રસિદ્ધ થઈ જાઓ. તો જેવી રીતે આગ્રા માં તાજ છે, તેવી રીતે કંઈ કરો. છે, ઉમ્મીદ છે! ઉમ્મીદ છે એની મુબારક છે. શું કરશો? પરંતુ કેટલાં સમયમાં કરશો? (મેળો કરશો, મેળા માં પ્રોગ્રામ કરશો) મેળા, પ્રોગ્રામ તો બધા કરી રહ્યા છે પરંતુ કોઈ નવી ઇન્વેન્શન કાઢો જે કોઈ ઝોને ન કર્યો હોય કારણકે આગ્રા બધાને જોવા લાયક છે. તો જેવી રીતે આજકાલ ની ગવર્મેન્ટ નો તાજ છે ને. અંદર પ્રોપોગન્ડા (પ્રચાર) થાય છે તો આગ્રા એમાં પ્રસિદ્ધ છે ને. એવું કોઈ કાર્ય કરો. વિચારો, અમૃતવેલા બેસજો અને વિચારજો તો કોઈને કોઈ ટચિંગ આવી જશે. ઠીક છે, ટીચર્સ હાથ ઉઠાવો. ઘણા છે. તો કમાલ કરજો. બાકી બાપદાદા બધા બાળકોને આ જ કહે છે કે કોઈ નવીનતા કરો હમણાં. જે ચાલી રહ્યું છે, સમય અનુસાર તે નવીનતા છે પરંતુ હમણાં બીજી નવીનતા, ઇન્વેન્શન કરો, કોઈ પણ ઝોન કરે, પરંતુ નવું કાઢો. બાકી દરેક બાળકો બાપ ને પ્રિય છે, સિકીલધા છે અને બાપ આ જ ઈચ્છે છે કે ઉડતા રહો, ઉડાવતા રહો. અચ્છા-

ચારેય તરફ નાં બાળકો બાપ નાં દિલ નાં દુલારા છે, દરેક બાળકો આ જ લક્ષ વારંવાર સ્મૃતિ માં લાવે છે અને લાવવાનું છે કે અમારે તીવ્ર પુરુષાર્થ કરી બાપ ને પ્રત્યક્ષ કરવાનાં છે. જે બધાનાં દિલ કહે મારા બાબા આવી ગયા. એવાં ઉમંગ અને ઉત્સાહ નાં સંકલ્પ આજકાલ બાપદાદા ની પાસે પહોંચી રહ્યાં છે. આ ઉમંગ-ઉત્સાહ મેજોરીટી નાં દિલમાં આવી ગયાં છે. બાપદાદા ની આ જ આશા છે કે હવે જલ્દી થી જલ્દી બધાને આ સંદેશ પહોંચાડવાનો છે, કોઈ વંચિત ન રહે. કંઈ ને કંઈ વારસો લઈ લે. ભલે જીવનમુક્તિનો નહીં તો પ્રેમ થી મુક્તિનો વારસો તો લઈ લે કારણકે બાપ ને બધાને વારસો આપવાનો છે. જેટલો જે વારસો અપાવશે એટલો એમને પણ પોતાનાં રાજ્ય માં રાજ્ય અધિકારી બનવાનો વારસો મળશે. બધા તરફ નાં દરેક બાળકોને બાપદાદા નો બહુજ-બહુજ પ્રેમ અને દુવાઓ સ્વીકાર થાય.

વરદાન :- ત્યાગ , તપસ્યા દ્વારા સેવા માં સફળતા પ્રાપ્ત કરવા વાળા સર્વ નાં કલ્યાણકારી ભવ

જેવી રીતે સ્થૂળ અગ્નિ દૂર થી જ પોતાનો અનુભવ કરાવે છે, એવી રીતે તમારી તપસ્યા અને ત્યાગ ની ઝલક દૂર થી જ સર્વ ને આકર્ષિત કરે. સેવાધારી ની સાથે-સાથે ત્યાગી, તપસ્વી મૂર્ત બનો ત્યારે સેવાનું પ્રત્યક્ષ ફળ દેખાઈ આવશે. ત્યાગી અર્થાત્ કોઈ પણ જૂનાં સંકલ્પ અથવા સંસ્કાર દેખાય ન આવે. તપસ્વી અર્થાત્ બુદ્ધિ ને સ્મૃતિ અથવા દૃષ્ટિથી સિવાય આત્મિક સ્વરુપ નાં બીજું કંઈ પણ દેખાઈ ન આવે. જે પણ સંકલ્પ ઉઠે એમાં દરેક આત્માનું કલ્યાણ સમાયેલું હોય ત્યારે કહેવાશે સર્વ નાં કલ્યાણકારી.

સ્લોગન :- દેહભાન થી પાર જવા માટે ચિત્ર ને ન જોઈ ચેતન અને ચરિત્ર ને જુઓ.

અવ્યક્ત ઇશારા - સદા હર્ષિત રહેવા માટે પોતાની નેચર ને સરળ બનાવો , સહનશીલ બનો

તમે બધાં માસ્ટર વિશ્વ-નિર્માતા છો. આ સ્મૃતિ થી નિર્માણતા નો ગુણ સહજ આવી જશે અને જ્યાં નિર્માણતા અર્થાત્ સરળતા નેચરલ રુપ માં રહેશે ત્યાં અન્ય ગુણ પણ ઓટોમેટિકલી આવી જ જાય છે. તો સદૈવ આ સ્મૃતિ સ્વરુપ માં સ્થિત રહીને પછી દરેક સંકલ્પ અથવા કર્મ કરો. પછી આ જે પણ નાની-નાની વાતો સામનો કરવા માટે આવે છે, તે એવી રીતે અનુભવ થશે જેવી રીતે

કોઈ બુઝુર્ગ ની આગળ નાનાં-નાનાં બાળકો બાળપણ નાં ખેલ કરે છે. એની એને કોઈ અસર નથી થતી.