“ मीठे बच्चे– अन्तर्मुखी बन अर्थात् मौन बस। मुखबाट केही पनि नबोल , हर कार्य शान्तिसँग गर , कहिल्यै पनि अशान्ति नफैलाऊ।”

प्रश्नः– तिमी बच्चाहरूलाई कङ्गाल बनाउने सबै भन्दा ठूलो दुस्मन के हो?

उत्तरः– क्रोध। भन्ने पनि गरिन्छ– जहाँ क्रोध छ, त्यहाँ पानीको घडा पनि सुक्छ। विश्वको घडा जो हीरा जुहारतले भरिएको थियो, त्यो यस भूतको कारण खाली भएको छ। यी भूतहरूले नै तिमीलाई कङ्गाल बनाएका हुन्। क्रोधी मानिस स्वयं पनि तातिन्छ, अरूलाई पनि तताउँछ। त्यसैले अब यस भूतलाई अन्तर्मुखी बनेर निकाल।

ओम् शान्ति। बाबाले बच्चाहरूलाई सम्झाउनु हुन्छ– प्यारा बच्चाहरू! अन्तर्मुखी बन। अन्तर्मुखता अर्थात् केही पनि नबोल्नु। आफूलाई आत्मा सम्झेर बाबालाई याद गर। यो शिक्षा बाबा बसेर बच्चाहरूलाई दिनु हुन्छ। अरू केही पनि यसमा बोल्न आवश्यक छैन। केवल ज्ञान दिइन्छ। गृहस्थ व्यवहारमा यसरी रहनु छ। यो हो मनमनाभव। मलाई याद गर, यो हो पहिलो मुख्य प्वाइन्ट। तिमी बच्चाहरूले घरमा पनि क्रोध गर्नु हुँदैन। क्रोध यस्तो चीज हो जसले पानीको घैँटो पनि सुकाइदिन्छ। क्रोधी मानिसले अशान्ति फैलाउँछ, त्यसैले गृहस्थ व्यवहारमा शान्तिसँग रहनु छ। भोजन खाएर आफ्नो धन्दा अथवा अफिस आदिमा जानुपर्छ। त्यहाँ पनि साइलेन्समा रहनु राम्रो हो। सबैले भन्छन्– हामीलाई शान्ति चाहिन्छ। यो त बच्चाहरूलाई बताइएको छ– शान्तिका सागर एक बाबा मात्रै हुनुहुन्छ। बाबाले निर्देशन दिनुहुन्छ– मलाई याद गर। यसमा बोल्नु पर्ने केही छैन। अन्तर्मुखी रहनु छ। अफिस आदिमा आफ्नो काम पनि गर्नुपर्छ, त्यसैले धेरै बोल्नु हुँदैन, एकदम मीठो बन्नु छ। कसैलाई पनि दुःख दिनु हुँदैन। लडाइँ आदि गर्नु– यो सबै क्रोध हो, सबै भन्दा ठूलो दुस्मन हो काम। फेरि दोस्रो नम्बर हो क्रोध। एक-अर्कालाई दुःख दिन्छन्। क्रोधले कति लडाइँ हुन्छ। बच्चाहरूलाई थाहा छ– सत्ययुगमा लडाइँ हुँदैन। यो हो रावणपनको निसानी। क्रोधीलाई पनि आसुरी सम्प्रदाय भनिन्छ। भूतको प्रवेशता हुन्छ नि हैन? यसमा बोल्नु पर्ने केही पनि हुँदैन किनकि ती मानिसहरूलाई त ज्ञानै हुँदैन। उनीहरूले त क्रोध गर्छन्। क्रोधीसँग क्रोध गरेमा लडाइँ सुरु हुन्छ। बाबा सम्झाउनु हुन्छ– यो धेरै कडा भूत हो, यसलाई युक्तिले भगाउनु पर्छ। मुखबाट कुनै टर्रो शब्द निकाल्नु हुँदैन। यो धेरै नोक्सानकारक छ। विनाश पनि त क्रोधबाटै हुन्छ नि। घर घरमा जहाँ क्रोध हुन्छ, त्यहाँ अशान्ति धेरै हुन्छ। क्रोध गर्यौ भने तिमीले बाबाको नाम बदनाम गर्नेछौ। यी भूतहरूलाई भगाउनु पर्छ। एक पटक भगायौ भने फेरि आधाकल्पको लागि यो भूत नै हुँदैन। यी ५ विकार अहिले फुल फोर्समा छन्। यस्तो समयमा नै बाबा आउनु हुन्छ, जबकि विकार फुल फोर्समा हुन्छ। यी आँखा धेरै विकारी छन्। मुख पनि विकारी छ। जोडले बोलेमा मानिसहरू तातिन्छन्, अनि घरलाई पनि तताउँछन्। काम र क्रोध– यी दुई ठूला दुस्मन हुन्। क्रोधीले याद गर्न सक्दैन। याद गर्नेवाला सधैँ शान्तिमा रहन्छ। आफ्नो दिलसँग सोध्नु पर्छ– म भित्र कुनै भूत त छैन? मोहको पनि, लोभको पनि भूत हुन्छ। लोभको भूत पनि कम छैन। यी सबै भूत हुन् किनकि रावणका सेना हुन्।

बाबाले बच्चाहरूलाई यादको यात्रा सिकाउनु हुन्छ। तर धेरै बच्चाहरू यसमा अलमलिन्छन्। बुझ्दैनन् किनकि भक्ति धेरै गरेका छन् नि। भक्ति हो देह अभिमान। आधाकल्प देह अभिमानमा रहेका छन्। बहिर्मुखता भएको कारण आफूलाई आत्मा सम्झन सक्दैनन्। बाबाले जोड दिनुहुन्छ– आफूलाई आत्मा सम्झेर बाबालाई याद गर। तर आउँदैन। अरू सबै कुरा मान्छन् फेरि पनि भन्छन्– कसरी याद गरौँ, कुनै चीज पनि देखिँदैन। उनलाई सम्झाइन्छ– तिमीले आफूलाई आत्मा सम्झन्छौ? उहाँ बेहदका पिता हुनुहुन्छ, यो पनि जानेका छौ? मुखबाट शिव शिव भन्नु छैन। म आत्मा हुँ, मनले यो जानेका छौ नि? मानिसहरूले शान्ति माग्छन्, शान्तिका सागर उहाँ परमात्मा नै हुनुहुन्छ। अवश्य वर्सा पनि उहाँले नै दिनु हुन्छ। अब बाबा सम्झाउनु हुन्छ, मलाई याद गर्यौ भने शान्ति हुन्छ। अनि जन्मजन्मान्तरको विकर्म पनि विनाश हुन्छ। बाँकी कुनै यति ठूलो लिङ्ग छैन। आत्मा सूक्ष्म छ, बाबा पनि सूक्ष्म हुनुहुन्छ। हे भगवान! ओ गड! भनेर याद त सबैले गर्छन्। कसले भन्छ? आत्माले भन्छ– मैले आफ्नो पितालाई याद गर्छु। त्यसैले बाबा बच्चाहरूलाई भन्नुहुन्छ– मनमनाभव। मीठा प्यारा बच्चाहरू!

अन्तर्मुखी भएर रहने गर। यो जति पनि देखेका छौ, त्यो सबै विनाश भएर जान्छ। बाँकी आत्मा शान्तिमा रहन्छ। आत्मालाई शान्तिधाममा नै जानु छ। जबसम्म आत्मा पवित्र बन्दैन तबसम्म शान्तिधाम जान सक्दैन। ऋषिमुनि आदि सबैले भन्छन् शान्ति कसरी मिल्न सक्छ। बाबाले त सहज युक्ति बताउनु हुन्छ। तर बच्चाहरू धेरै छन् जो शान्तिमा रहँदैनन्। बाबालाई थाहा छ– घरमा रहन्छन्, बिल्कुल शान्त रहँदैनन्। सेन्टरमा एकछिन जान्छन्, भित्र शान्त भएर बाबालाई याद गरुन्, त्यो हुँदैन। सारा दिन घरमा हङ्गामा गरिरहन्छन्, त्यसैले सेन्टरमा पनि शान्तिमा रहन सक्दैनन्। कसैको देहसँग प्यार भयो भने उसको मनमा कहिल्यै शान्ति हुन सक्दैन। केवल उसैको याद आइरहन्छ। बाबा सम्झाउनु हुन्छ– मनुष्यहरूमा ५ भूत छन्। भन्ने पनि गर्छन्, यसमा भूतको प्रवेशता छ। यी भूतहरूले नै तिमीहरूलाई कङ्गाल बनाएका हुन्। त्यो त एउटा भूत होला, त्यो पनि कहिलेकाहीँ प्रवेश गर्छ। बाबा भन्नुहुन्छ– यी ५ भूतहरूको प्रवेशता त हरेकमा छ। यी भूतहरूलाई भगाउनको लागि नै पुकार्छन्। बाबा, आएर हामीलाई शान्ति दिनुहोस्, यी भूतहरूलाई भगाउने युक्ति बताउनुहोस्। यो भूत त सबैमा छ। यो त रावण राज्य हो नि। सबै भन्दा कडा भूत हो काम-क्रोध। बाबा आएर भूतहरूलाई भगाउनु हुन्छ, त्यसैले यसको सट्टामा केही त मिल्नु पर्यो नि। तिनीहरूले भूत-प्रेत भगाउँछन्, तर केही पनि मिल्दैन। यो त बच्चाहरूले जानेका छौ– बाबा आउनु हुन्छ सारा विश्वबाटै भूतहरूलाई भगाउन। अहिले सारा विश्वमा सबैमा भूतहरूको प्रवेशता छ। देवताहरूमा कुनै भूत हुँदैन। न देह अभिमान, न काम, न क्रोध, लोभ, मोह... केही पनि हुँदैन। लोभको भूत पनि कम छैन। यो अण्डा खाऊँ, त्यो खाऊँ...। धेरैमा भूत हुन्छ। आफ्नो मनले सम्झन्छन्– वास्तवमा म भित्र कामको भूत, क्रोधको भूत छ। त्यसैले यी भूतहरूलाई निकाल्नको लागि बाबा कति टाउको दुखाउनुहुन्छ। देह अभिमानमा आएपछि मन हुन्छ, अङ्कमाल गरूँ... यो गरूँ। फेरि गरेको कमाइ सबै समाप्त हुन्छ। क्रोधीको पनि यही हालत हुन्छ। रिसाएर पिताले छोराछोरीलाई पिटिदिन्छन्, बच्चाहरूले पितालाई पिटिदिन्छन्। श्रीमतीले श्रीमानलाई पिटिदिन्छन्। जेलमा गएर तिमीले हेर्न सक्छौ– कस्ता कस्ता केस हुन्छन्। यी भूतहरूको प्रवेशताको कारण संसारको के हालत भएको छ! संसार जो ठुलो घडा थियो, जुन सुन-हीरा आदिले भरिएको थियो, त्यो अहिले खाली भइसकेको छ। क्रोधको कारण भन्ने गर्छन् नि– पानीको घैंटो पनि सुक्छ। यो संसारको पनि यस्तै हालत भएको छ। यो पनि कसैले जानेका छैनन्। बाबा नै आउनु हुन्छ भूतहरूलाई निकाल्नको लागि, जुन अरू कुनै मानिसले निकाल्न सक्दैन। यी ५ भूतहरू बडो जबरजस्त छन्। आधाकल्प त यिनीहरूको प्रवेशता रह्यो। यस समयमा त कुरै नसोध। हुन सक्छ, कोही पवित्र रहन्छन्, तर जन्म त विकारबाटै मिल्छ। भूतहरू त छन् नि। ५ भूतहरूले दुनियाँलाई बिल्कुलै कङ्गाल बनाइदिएको छ। ड्रामा कस्तो बनेको छ, जसका बारेमा बाबाले बसेर सम्झाउनु हुन्छ। भारतखण्ड कङ्गाल बनेको छ, जसले बाहिरबाट ऋण लिइरहन्छ। बाबा सम्झाउनु हुन्छ– अहिले तिमी बच्चाहरूलाई यस पढाइबाट कति धन मिल्छ। यो अविनाशी पढाइ हो जुन अविनाशी बाबाले पढाउनु हुन्छ। भक्तिमार्गमा कति सामग्री छन्। बाबा सानो छँदा नै गीता पढ्थे, नारायणको पूजा गर्थे। तर ज्ञान केही पनि थिएन। म आत्मा हुँ, उहाँ हाम्रो पिता हुनुहुन्छ, यो पनि समझ थिएन। त्यसैले सोध्छन्– कसरी याद गरूँ? अरे, तिमीले त भक्तिमार्गमा याद गर्दै आएका हौ– हे भगवान! आउनुहोस्, मुक्त गर्नुहोस्, हाम्रो गाइड बन्नुहोस् भनेर। गाइड चाहिन्छ मुक्ति-जीवनमुक्तिको लागि। बाबाले यस पुरानो दुनियाँसँग घृणा जगाउनु हुन्छ। यस समयमा सबैको आत्मा कालो छ, त्यसैले उनलाई गोरो शरीर कसरी मिल्छ। हुन सक्छ, छाला सेतो होला, तर आत्मा त कालै छ नि। जो गोरो, सुन्दर शरीरवाला हुन्छन्, उनलाई आफ्नो कति नसा हुन्छ। आत्मा गोरो कसरी बन्छ? मानिसहरूलाई यो थाहा छैन। त्यसैले उनीहरूलाई भनिन्छ नास्तिक। जसले आफ्नो पिता रचयिता र रचनालाई जान्दैनन् ती हुन् नास्तिक। जसले जानेका छन् ती भए आस्तिक। बाबाले कति राम्रोसँग बसेर तिमी बच्चाहरूलाई सम्झाउनु हुन्छ। हरेकले आफ्नो दिलसँग सोध– कहाँसम्म म भित्र सफाइ छ? कहाँसम्म मैले आफूलाई आत्मा सम्झेर बाबालाई याद गर्छु? यादको बलबाट नै रावणमाथि विजय प्राप्त गर्नु छ। यसमा शरीर बलवान हुनुपर्ने कुरा छैन। यस समयमा सबै भन्दा बलवान अमेरिका छ किनकि उसँग धनदौलत, बारुद आदि धेरै छ। त्यसैले बलवान भएको छ, शरीरलाई मार्नको लागि। बुद्धिमा मैले विजय पाउँछु भन्ने छ। तिम्रो त हो रुहानी बल, तिमीले विजय प्राप्त गर्छौ रावणमाथि जसबाट तिमी विश्वको मालिक बन्छौ। तिमीलाई कसैले पनि जित्न सक्दैन। आधाकल्पको लागि कसैले छिन्न सक्दैन, अरू कसैलाई बाबाबाट वर्सा मिल्दैन। तिमी के बन्छौ? अलिकति विचार त गर। बाबालाई त धेरै प्यारले याद गर्नुपर्छ र स्वदर्शन चक्रधारी बन्नुपर्छ। तिनीहरूले सम्झन्छन्– स्वदर्शन चक्रद्वारा विष्णुले सबैको शिर काटेका हुन्। तर यसमा हिँसाको त कुरै हुँदैन।

बच्चाहरूलाई बाबा भन्नुहुन्छ– मीठे बच्चे! तिमी के थियौ? अब आफ्नो हालत त हेर! गर्न त तिमीले भक्ति आदि

कति गर्‍थ्यौं, तर भूत निकाल्न सकेनौ। अहिले अन्तर्मुखी भएर हेर, म भित्र कुनै भूत त छैन? कसैसँग दिल लगायौ, अङ्कमाल गर्‍यौं भने सम्झ खाता शून्य भयो। उनको त अनुहार हेर्न पनि मन लाग्दैन। ती त मानौं अछुत हुन्, स्वच्छ छैनन्। भित्र मन खाइरहन्छ– वास्तवमा म अछुत हुँ। बाबा भन्नुहुन्छ– देह सहित सबै कुरा बिर्स, आफूलाई आत्मा सम्झ, यो अवस्था बनाएपछि नै तिमी देवता बन्छौ। त्यसैले कुनै पनि भूत आउन दिनुहुँदैन। सम्झाइरहनु हुन्छ– आफ्नो जाँच गर। धेरैमा क्रोध छ, गाली नगरी रहन सक्दैनन्, फेरि लडाइँ सुरु हुन्छ। क्रोध त धेरै नराम्रो हो। भूतहरूलाई भगाएर एकदम क्लियर हुनुपर्छ। शरीरको यादै नआओस् तब उच्च पद पाउन सक्छौ, त्यसैले ८ रत्नको गायन गरिन्छ। तिमीलाई ज्ञान रत्न मिल्छन्, रत्न बन्नको लागि। भन्छन्– भारतखण्डमा ३३ करोड देवताहरू थिए, तर तिनीहरूमा पनि ८ रत्न सम्मान सहित पास हुन्छन्। तिनलाई नै पुरस्कार मिल्छ। जसरी छात्रवृत्ति मिल्छ नि। तिमीले बुझेका छौ– लक्ष्य धेरै उच्च छ। अगाडि बढ्दा बढ्दै गिर्न पुग्छन्, भूतको प्रवेशता हुनपुग्छ। त्यहाँ विकार नै हुँदैन। तिमी बच्चाहरूको बुद्धिमा सारा ड्रामाको चक्र फिर्नुपर्छ।

तिमीलाई थाहा छ– ५ हजार वर्षमा कति महिना, कति घण्टा, कति सेकेण्ड हुन्छ। कसैले हिसाब निकालेमा निस्कन सक्छ। फेरि यो जुन कल्पवृक्ष छ, त्यसमा पनि लेख्न सक्छौ– कल्पमा यति वर्ष, यति महिना, यति दिन, यति घण्टा, यति सेकेण्ड हुन्छ। मानिसहरूले भन्छन्– यिनीहरूले त बिल्कुल सही बताउँछन्। ८४ जन्मको हिसाब बताउँछन्। कल्पको आयु पनि त बताउन सक्छन्। बच्चाहरूलाई मुख्य कुरा त बताइएको छ– जसरी भए पनि भूतहरूलाई भगाउनु पर्छ। यी भूतहरूले तिम्रो पूरा सत्यानाश गरिदिएका छन्। सबै मानिसहरूमा भूत अवश्य हुन्छ। हुन्छ नै भ्रष्टाचारद्वारा जन्म। त्यहाँ भ्रष्टाचार हुँदैन। रावण नै हुँदैन। रावणलाई पनि कसैले चिनेका हुँदैनन्। तिमीले रावणमाथि विजय प्राप्त गर्छौ त्यसपछि रावण नै हुने छैन। अब पुरुषार्थ गर। बाबा आउनु भएको छ, त्यसैले बाबाको वर्सा अवश्य मिल्नुपर्छ तिमी कति पटक देवता बन्छौ। कति पटक असुर बन्छौ, त्यसको हिसाब निकाल्न सक्दैनौ। अनगिन्ती पटक बन्यौ होला। प्यारा बच्चाहरू! शान्तिमा रह्यौ भने कहिल्यै क्रोध आउँदैन। बाबाले जुन शिक्षा दिनु हुन्छ, त्यसलाई व्यवहारमा ल्याउनु पर्छ। अच्छा!

मीठे-मीठे सिकीलधे बच्चाहरूप्रति माता-पिता बापदादाको याद-प्यार एवं गुडमर्निङ्ग। रुहानी बाबाको रुहानी बच्चाहरूलाई नमस्ते। रुहानी बच्चाहरूको रुहानी बाबालाई गुडमर्निङ्ग, नमस्ते।

धारणाको लागि मुख्य सारः–

१) आफैसँग सोध्नु छ– म भित्र कुनै पनि भूत त छैन? आँखा विकारी त बन्दैन? ठुलो आवाजले बोल्ने वा अशान्ति फैलाउने संस्कार त छैन? लोभ-मोहको विकारले त सताउँदैन?

२) कुनै पनि देहधारीसँग दिल लगाउनु हुँदैन। देह सहित सबै कुरा बिर्सेर यादको यात्राद्वारा स्वयंमा रुहानी बल भर्नु छ। एक पटक भूतहरूलाई भगाएर आधाकल्पको लागि छुट्कारा प्राप्त गर्नु छ।

वरदान:– ईश्वरीय विधानलाई बुझेर विधिद्वारा सिद्धि प्राप्त गर्ने फस्ट डिभिजनको अधिकारी भव

एक कदमको हिम्मतबाट पदम कदमको मदत– ड्रामामा यस विधानको विधि निश्चित छ। यदि यो विधिविधानमा नहुँदो हो त सबै विश्वको प्रथम राजा बन्ने थिए। नम्बरवार हुने विधान यसै विधिको कारणले नै बन्छ। त्यसैले जति चाहन्छौ हिम्मत राख र मदत लेऊ। चाहे सरेन्डर हौ, चाहे प्रवृत्तिवाला हौ– अधिकार समान छ तर विधिले सिद्धि हुन्छ। यस ईश्वरीय विधानलाई बुझेर अलबेलापनको लीलालाई समाप्त गर्‍यौ भने फस्ट डिभिजनको अधिकार मिल्छ।

स्लोगन:– सङ्कल्पका खजानाप्रति मितव्ययिता (एकानामी)को अवतार बन।