17-06-2025 প্ৰাতঃমুৰুলী ওঁম্ শান্তি! "বাপদাদা" মধুবন।

"মৰমৰ সন্তানসকল – নিজৰ কল্যাণ কৰিবলৈ হ'লে সকলো প্ৰকাৰৰ সংযম ৰাখা অৰ্থাৎ নিয়মত চলা, ফুল হ'বলৈ হ'লে পৱিত্ৰজনৰ হাতৰ শুদ্ধ ভোজন খোৱা"

প্ৰশ্ন: তোমালোক সন্তানসকলে এতিয়া ইয়াতে কোনটো অভ্যাস কৰা, যিটো 21 জন্মলৈকে থাকিব?

উত্তৰ: সদায় তন-মনেৰে স্বাস্থ্যৱান হৈ থকাৰ অভ্যাস তোমালোকে ইয়াৰ পৰাই কৰা। তোমালোকে দধিচী ঋষিৰ নিচিনাকৈ যজ্ঞ সেৱাত সৰ্বস্ব উজাৰি দিবও লাগে কিন্তু হঠযোগৰ কথা নহয়। নিজৰ শৰীৰ দুৰ্বল কৰিব নালাগে। তোমালোক যোগৰ দ্বাৰা 21 জন্মৰ বাবে স্বাস্থ্যৱান হোৱা, তাৰ অভ্যাস ইয়াৰ পৰাই কৰা।

ওঁম্ শান্তি। মহাবিদ্যালয় অথবা বিশ্ববিদ্যালয়ত শিক্ষকেও বিদ্যাৰ্থীৰ ফালে চায়? গোলাপ ফুলবোৰ ক'ত, সন্মুখত কোন বহি আছে? এয়াও বাগিচা কিন্তু ক্ৰমানুসৰিতো হয়েই। ইয়াতেই গোলাপ ফুল দেখোঁ আকৌ কাষতে আন এটি ৰত্নজ্যোতি ফুল। ক'ৰবাত আকন ফুলো দেখোঁ। বাগিচাৰ মালীয়েতো চাবলগীয়া হয় নহয়। সেই বাগিচাৰ মালীকে আহ্বান জনায় যে আহি এই কাঁইটৰ জংঘল নাশ কৰি ফুলৰ পুলি ৰোপণ কৰক। তোমালোক সন্তানসকলে বাস্তৱত জানা কেনেকৈ কাঁইটৰ পৰা ফুলৰ পুলি ৰোপণ কৰা হয়। তোমালোকৰ ভিতৰতো বহুত কমসংখ্যক আছে যিয়ে এই কথাবোৰৰ চিন্তন কৰে। এয়াও তোমালোক সন্তানসকলে জানা – তেওঁ বাগিচাৰ মালীও হয়, নাৱৰীয়াও হয়, সকলোকে লৈ যায়। ফুলবোৰ দেখি পিতাও আনন্দিত হয়। প্ৰত্যেকে বুজি পায় যে আমি কাঁইটৰ পৰা ফুল হৈ আছোঁ। জ্ঞান চোৱা কিমান উচ্চ। এয়া বুজিবলৈও বহুত তীক্ষ্ণ বুদ্ধিৰ প্ৰয়োজন। এয়া হয়েই কলিযুগী নৰকবাসী। তোমালোক স্বৰ্গবাসী হৈ আছা। সন্ন্যাসীসকলেতো ঘৰ-সংসাৰ এৰি আঁতৰি যায়। তোমালোক আঁতৰি যাব নালাগে। কোনো কোনো ঘৰত এডাল কাঁইট থাকিলে এটা ফুল থাকে। বাবাক কোনোৱে সোধে - বাবা, সন্তানৰ বিয়া পাতি দিওঁনে? বাবাই ক'ব – হয় কৰোৱা। ঘৰত ৰাখা, তত্বাৱধান লোৱা। সুধিছে যেতিয়া তাৰ পৰাই বুজা যায় – সাহস নাই। সেয়েহে বাবায়ো কৈ দিয়ে – হয় কৰোৱা। কোনোৱে কয় মোৰতো বেমাৰ হৈ থাকে যেতিয়া বোৱাৰী আহিব, তেওঁৰ হাতেৰে ৰন্ধা খাদ্য খাব লাগিব। বাবাই কয় – হয় খোৱা। মানা কৰিব জানো? পৰিস্থিতি এনেকুৱা যে খাবই লাগিব কিয়নো মোহতো আছে নহয়। ঘৰলৈ বোৱাৰী আহিল তেতিয়া কথাই নুসুধিবা যেন দেৱী আহি গ'ল। ইমান আনন্দিত হয়। এতিয়া এয়াতো বুজিবলগীয়া কথা। আমি ফুল হ'বলৈ হ'লে পৱিত্ৰৰ হাতৰ খাদ্য খাব লাগে। তাৰ বাবে নিজৰ ব্যৱস্থা কৰিব লাগে, এই ক্ষেত্ৰত সুধিব লাগে জানো। পিতাই বুজায় – তোমালোক দেৱতা হোৱাগৈ, এই ক্ষেত্ৰত এই সংযম তথা নিয়মবোৰৰ প্ৰয়োজন। যিমান বেছি সংযমত চলিবা সিমান তোমালোকৰ কল্যাণ হ'ব। বেছিকৈ সংযমী হ'বলৈ কিছু পৰিশ্ৰমো হ'ব। ৰাস্তাত ভোক লাগে, খাদ্য লগত লৈ যোৱা। কিবা কষ্ট হ'লে, নিৰুপায় অৱস্থা হ'লে ষ্টেচনত থকাসকলৰ পৰা দুখন ৰুটি লৈ খোৱা। কেৱল পিতাক স্মৰণ কৰা। ইয়াকে যোগবল বুলি কোৱা হয়। এই ক্ষেত্ৰত হঠযোগৰ কোনো কথা নাই, শৰীৰ দুৰ্বল কৰিব নালাগে। দধিচী ঋষিৰ নিচিনাকৈ হাড় অৰ্থাৎ সৰ্বস্ব উজাৰি দিব লাগে, এই ক্ষেত্ৰত হঠযোগৰ কথা নাই। এই সকলোবোৰ হ'ল ভক্তিমাৰ্গৰ কথা। শৰীৰকতো একেবাৰে স্বাস্থ্যৱান কৰি ৰাখিব লাগে। যোগৰ দ্বাৰা 21 জন্মৰ বাবে স্বাস্থ্যৱান হ'ব লাগে। এইটো অভ্যাস ইয়াতে কৰিব লাগে। বাবাই বুজায় – এই ক্ষেত্ৰত সোধাৰ প্ৰয়োজন নাথাকে। অৱশ্যে হয়, যদি কিবা ডাঙৰ কথা থাকে, তাৰ বাবে যদি বিবুদ্ধিত পৰা তেন্তে সুধিব পাৰা। সৰু সৰু কথা বাবাক সুধিলে কিমান সময় যায়। ডাঙৰ ব্যক্তিয়ে বহুত কমকৈ কথা কয়। শিৱবাবাক সংগতি দাতা বুলি কোৱা হয়। ৰাৱণক সংগতি দাতা বুলি ক'ব জানো। যদি সংগতি দাতা হয় তেন্তে তেওঁক জ্বলায় কিয়? সন্তানসকলে ভাবে যে ৰাৱণতো প্ৰসিদ্ধ। যদিও ৰাৱণৰ বহুত শক্তি আছে, কিন্তু শত্ৰুতো হয় নহয়। আধাকল্প ৰাৱণৰ ৰাজ্য চলে। কিন্তু কেতিয়াবা মহিমা শুনিছানে? একোৱে নাই। তোমালোকে জানা ৰাৱণ 5 বিকাৰক কোৱা হয়। সাধু-সন্ত পৱিত্ৰ হয় সেয়েহে তেওঁলোকৰ মহিমা কৰে নহয়। এই সময়ৰ মনুষ্যতো সকলো পতিত। লাগিলে যিয়েই নাহক, ধৰি লোৱা কোনোবা ডাঙৰ ব্যক্তি আহে, তেওঁলোকে কয় – বাবাক সাক্ষাৎ কৰোঁ, বাবাই তেওঁলোকক কি সুধিব? তেওঁলোককতো এয়াই সুধিব যে 'ৰামৰাজ্য' আৰু 'ৰাৱণৰাজ্য' কেতিয়াবা শুনিছানে? 'মনুষ্য' আৰু 'দেৱতা' কেতিয়াবা শুনিছানে? এই সময়ত মনুষ্যৰ ৰাজত্ব নে দেৱতাৰ? মনুষ্য কোন, দেৱতা কোন? দেৱতা কোন ৰাজ্যত আছিল? দেৱতাসকলতো সত্যযুগত থাকে। যেনেকুৱা ৰজা-ৰাণী তেনেকুৱা প্ৰজা... তোমালোকে সুধিব পাৰা যে এইখন নতুন সৃষ্টি নে পুৰণি? সত্যযুগত কাৰ ৰাজত্ব আছিল? এতিয়া কাৰ ৰাজত্ব? চিত্ৰতো সন্মুখত আছে। ভক্তি কি, জ্ঞান কি? এয়া পিতাইহে বহি বুজায়।

যিসকল সন্তানে কয় – বাবা ধাৰণ নহয় তেওঁলোকক বাবাই কয় – হেৰ' 'অল্ফ' (পিতা) আৰু 'বে' (বাদশ্বাহী) তেন্তে সহজ নহয় জানো। 'অল্ফ' পিতাইহে কয় – মোক পিতাক স্মৰণ কৰা তেতিয়া উত্তৰাধিকাৰ পাই যাবা। ভাৰতত শিৱজয়ন্তীও পালন কৰে কিন্তু কেতিয়া ভাৰতলৈ আহি স্বৰ্গ ৰচিলে? ভাৰত স্বৰ্গ আছিল – এইটো নাজানে, পাহৰি গৈছে। তোমালোকে ক'বা – আমিও একো জনা নাছিলোঁ যে আমি স্বৰ্গৰ মালিক আছিলোঁ। এতিয়া পিতাৰ দ্বাৰা আমি পুনৰ দেৱতা হৈ আছোঁ। বুজাওঁতা ময়েই। ছেকেণ্ডত জীৱনমুক্তি বুলি গায়ন আছে। কিন্তু ইয়াৰো অৰ্থ বুজি পায় জানো। ছেকেণ্ডত তোমালোক স্বৰ্গৰ পৰী হোৱা নহয়! ইয়াক ইন্দ্ৰসভা বুলিও কোৱা হয়, তেওঁলোকে আকৌ বৰষুণ দিওঁতাজনকে ইন্দ্ৰ বুলি ভাবে। এতিয়া বৰষুণ দিওঁতাজনৰ কিবা সভা হয় জানো? ইন্দ্ৰপ্ৰস্থ, ইন্দ্ৰসভা কি কি যে শুনায়।

এতিয়া পুনৰ তোমালোকে এই পুৰুষাৰ্থ কৰি আছা, এয়া পঢ়া হয় নহয়। বেৰিষ্টাৰী পঢ়ে তেতিয়া ভাবে – কাইলৈ মই বেৰিষ্টাৰ হ'মগৈ। তোমালোকে আজি পঢ়া, কাইলৈ শৰীৰ এৰি ৰাজ্যত গৈ জন্ম ল'বা। তোমালোকে ভৱিষ্যতৰ কাৰণে প্ৰালব্ধ পোৱা। ইয়াত পঢ়ি যাম পাছত আমাৰ জন্ম সত্যযুগত হ'ব। লক্ষ্য–উদ্দেশ্যই হ'ল ৰাজকুমাৰ-ৰাজকুমাৰী হোৱাৰ। ৰাজযোগ নহয় জানো। কোনোৱে কয় – বাবা মোৰ বুদ্ধি উদয় নহয়, এয়াতো তোমাৰ ভাগ্যই এনেকুৱা। ড্ৰামাত ভূমিকা এনেকৈয়ে আছে। তাক বাবাই পৰিৱৰ্তন কেনেকৈ কৰিব পাৰে। স্বৰ্গৰ মালিক হোৱাৰতো সকলোৱে অধিকাৰী হয়। কিন্তু ক্ৰমানুসৰিতো হ'ব নহয়। এনেকুৱাতো নহয় যে সকলোৱে বাদশ্বাহ হৈ যাব। কোনোৱে কয় – যদি ঈশ্বৰীয় শক্তি আছে তেন্তে সকলোকে বাদশ্বাহ কৰি দিয়ক। তেতিয়া প্ৰজা ক'ৰপৰা আহিব। এয়া বোধশক্তিৰ কথা নহয় জানো। এই লক্ষ্মী-নাৰায়ণৰ ৰাজ্য আছিল। এতিয়াতো কেৱল নামমাত্ৰ মহাৰজা-মহাৰাণী। উপাধিও দি দিয়ে। এক-দুই লাখ দি দিলে ৰজা-ৰাণীৰ উপাধি পাই যায়। আকৌ চলনো এনেকুৱা হ'ব লাগে।

এতিয়া তোমালোক সন্তানসকলে জানা যে আমি শ্ৰীমতত নিজৰ ৰাজ্য স্থাপনা কৰি আছোঁ। তাততো সকলোৱে সুন্দৰ বগা (পৱিত্ৰ) হ'ব। এই লক্ষ্মী-নাৰায়ণৰ ৰাজ্য আছিল নহয়। শাস্ত্ৰত কল্পৰ আয়ুস দীঘলীয়া কৰি লিখি দিয়া বাবে মনুষ্যই পাহৰি গৈছে। এতিয়া তোমালোকে ক'লাৰ (অপৱিত্ৰৰ) পৰা সুন্দৰ (পৱিত্ৰ) হোৱাৰ বাবে পুৰুষাৰ্থ কৰি আছা। এতিয়া দেৱতাসকল ক'লা হয় জানো? শ্ৰীকৃষ্ণক ক'লা, ৰাধাক বগা দেখুৱাইছে। এতিয়া সুন্দৰতো দুয়োজনেই হ'ব নহয়। আকৌ কাম চিতাত উঠি দুয়ো ক'লা হৈ যায়। তাত হ'ল সোণালী সৃষ্টিৰ মালিক, এয়া হ'ল – ক'লা সৃষ্টি। তোমালোক সন্তানসকলৰ প্ৰথমেতো আন্তৰিক আনন্দ থাকিব লাগে আৰু দৈৱীগুণো ধাৰণ কৰা উচিত। কোনোৱে কয় – বাবা বিড়ি হোপাতো এৰিব নোৱাৰোঁ। বাবাই কয় – ভাল, বহুত হোপা। সুধিছা যেতিয়া কি ক'ব! নিয়মত নচলিলে বাগৰি পৰিবা। নিজৰ বোধশক্তি থকা উচিত নহয় জানো। আমি দেৱতা হওঁগৈ তেন্তে আমাৰ চাল-চলন, খোৱা-বোৱা কেনেকুৱা হোৱা উচিত। সকলোৱে কয় – মই লক্ষ্মীক, নাৰায়ণক বৰণ কৰিম। বাৰু, নিজক চোৱা এনেকুৱা গুণ আছেনে? মই বিড়ি হোপো, তেন্তে নাৰায়ণ হ'ব পাৰিমনে? নাৰদৰো কথা আছে নহয়। নাৰদ কোনো এজনতো নহয়। সকলো মনুষ্য ভক্ত (নাৰদ)।

পিতাই কয় – দেৱতা হ'বলগীয়া সন্তানসকলে অন্তৰ্মুখী হৈ নিজে নিজৰ সৈতে কথা পাতা যে যিহেতু আমি দেৱতা হ'মগৈ তেন্তে আমাৰ চলন কেনেকুৱা হোৱা উচিত? আমি দেৱতা হ'মগৈ সেয়েহে মদ্যপান কৰিব নোৱাৰো, বিড়ি হুপিব নোৱাৰোঁ, বিকাৰগ্ৰস্ত হ'ব নোৱাৰোঁ, পতিতৰ হাতেৰে খাব নোৱাৰোঁ। নহ'লে অৱস্থাৰ ওপৰত প্ৰভাৱ পৰিব। এই কথাবোৰ পিতাই বহি বুজায়। ড্ৰামাৰ ৰহস্যকো কোনেও নাজানে। এয়া নাটক, সকলো ভাৱৰীয়া। আমি আত্মাসকল ওপৰৰ পৰা আহোঁ, ভূমিকাতো গোটেই সৃষ্টিৰ ভাৱৰীয়াই পালন কৰিব লাগে। সকলোৰে নিজা নিজা ভূমিকা আছে। কিমান ভাৱৰীয়া আছে, কেনেকৈ ভূমিকা পালন কৰে, এয়া বিচিত্ৰ ধৰ্মৰ বৃক্ষ। এডাল আমৰ বৃক্ষক বিচিত্ৰ বৃক্ষ বুলি কোৱা নহ'ব। তাততো আমেই থাকিব। এয়া মনুষ্য সৃষ্টিৰ বৃক্ষতো হয় কিন্তু ইয়াৰ নাম – ''বিচিত্ৰ ধৰ্মৰ বৃক্ষ''। বীজ এটাই, মনুষ্যৰ বিচিত্ৰতা চোৱা কিমান। কোনোবা কেনেকুৱা, কোনোবা কেনেকুৱা। এয়া পিতাই বহি বুজায়, মনুষ্যইতো একোৱেই নাজানে। মনুষ্যকতো পিতাইহে পৱিত্ৰ বুদ্ধিৰ কৰি তোলে। তোমালোক সন্তানসকলে জানা যে এই পুৰণি সৃষ্টিত বাকী কেইটিমান দিন আছে। কল্প পূৰ্বৰ নিচিনাকৈ পুলি ৰোপণ কৰি থাকে। উত্তম প্ৰজা আৰু সাধাৰণ প্ৰজাৰো পুলি ৰোপণ কৰে। ইয়াতেই ৰাজধানী স্থাপনা হৈ আছে। সন্তানসকলে প্ৰতিটো কথাতে বুদ্ধি চলাবলগীয়া হয়। এনেকুৱা নহয়, শুনা নুশুনাকৈ (অমনোযোগী হৈ) মুৰুলী শুনিলা। ইয়াত বহিও বুদ্ধি বাহিৰত ঘূৰি ফুৰে। এনেকুৱাও হয় – কোনোৱেতো সন্মুখত মুৰুলী শুনি পুলকিত হৈ যায়। মুৰুলীৰ কাৰণে দৌৰে। ভগৱানে পঢ়ায়, তেন্তে এই পঢ়া এৰিব লাগে জানো। টেপত সঠিককৈ বাণীবদ্ধ কৰা থাকে, শুনিব লাগে। চহকীলোকে কিনিলে তেতিয়া গৰিবসকলে শুনিব। কিমানৰ কল্যাণ হৈ যাব। গৰিব সন্তানসকলেও নিজৰ ভাগ্য বহুত উচ্চ কৰি গঢ়ি তুলিব পাৰে। বাবাই সন্তানসকলৰ বাবে ঘৰ নিৰ্মাণ কৰায়, গৰিবে

দুপইচাও ‘মনি অৰ্ডাৰ’ কৰি দিয়ে, বাবা ইয়াৰে এটা ইটা ঘৰত লগাই দিব। এটকা যজ্ঞত খটুৱাই দিব। আকৌ কোনোবা ভঁৰাল ভৰপূৰ কৰোঁতাও থাকিব নহয়। মনুষ্যই হস্পিতাল আদি স্থাপনা কৰি দিয়ে, কিমান খৰচ হয়, চহকীলোকসকলে চৰকাৰক বহুত সহায় কৰে, তেওঁলোকে কি পায়! অল্পকালৰ সুখ। ইয়াততো তোমালোকে যি কৰা সেয়া 21 জন্মৰ বাবে। দেখিছা বাবাই (ব্ৰহ্মাই) সকলো দিলে, প্ৰথম নম্বৰৰ বিশ্বৰ মালিক হ’ল। 21 জন্মৰ বাবে এনেকুৱা চুক্তি কোনে নকৰিব। সেইবাবেতো ‘ভোলানাথ’ বুলি কয় নহয়। এতিয়াৰে কথা। কিমান ভোলা (সহজ-সৰল), তেওঁ কয় – যি কিছু কৰিব বিচৰা কৰি দিয়া। কিমান গৰিব কন্যা আছে, চিলাই কাম কৰি জীৱিকা নিৰ্বাহ কৰে। বাবাই জানে – এওঁতো বহুত উচ্চ পদ পাবলগীয়া হয়। সুদামাৰো দৃষ্টান্ত আছে নহয়। চাউলমুঠিৰ সলনি 21 জন্মৰ বাবে মহল পালে। তোমালোকে এই কথাবোৰ পুৰুষাৰ্থৰ ক্ৰমানুসৰি জানা। পিতাই কয় – মই ভোলানাথো হওঁ নহয়। এই দাদাতো (ব্ৰহ্মাবাবা) ভোলানাথ নহয়। এৰোঁ কয় – ভোলানাথ হৈছে শিৱবাবা সেইবাবে তেওঁক সদাগৰ, ৰত্নাকৰ, যাদুকৰ বুলি কোৱা হয়। তোমালোক বিশ্বৰ মালিক হোৱা। ইয়াত ভাৰত কঙাল, প্ৰজা ধনৱান, চৰকাৰ গৰিব। এতিয়া তোমালোকে বুজি পোৱা – ভাৰত কিমান উচ্চ আছিল! স্বৰ্গ আছিল। তাৰ স্মৃতিচিহ্নও আছে। সোমনাথৰ মন্দিৰ কিমান হীৰা-মুকুতাৰে সজোৱা আছিল। যিবোৰ হীৰা-মুকুতা উটৰ পিঠিত ভৰপূৰ কৰি লৈ গ’ল। তোমালোক সন্তানসকলে জানা – এতিয়া এই সৃষ্টিৰ নিশ্চয় পৰিৱৰ্তন হ’ব। তাৰ বাবে তোমালোকে প্ৰস্তুতি চলাই আছা। যিয়ে কৰিব তেৱেঁই পাব। মায়াৰ বিৰুদ্ধাচৰণ বহুত হয়। তোমালোক হৈছা ঈশ্বৰৰ গ্ৰাহক। বাকী সকলো হৈছে ৰাৱণৰ গ্ৰাহক। তোমালোক হৈছা শিৱবাবাৰ। শিৱবাবাই তোমালোকক উত্তৰাধিকাৰ দিয়ে। পিতাৰ বাহিৰে আন কোনো কথা বুদ্ধিত অহা উচিত নহয়। ভাল বাৰু!

অতি মৰমৰ, কল্পৰ পাছত পুনৰাই মিলিত হোৱা সন্তানসকলৰ প্ৰতি মাতা-পিতা বাপদাদাৰ স্নেহপূৰ্ণ স্মৰণ আৰু সুপ্ৰভাত। আত্মিক পিতাৰ আত্মিক সন্তানসকলৰ প্ৰতি নমস্কাৰ।

*ধাৰণাৰ বাবে মুখ্য সাৰ:-**

(1) অন্তৰ্মুখী হৈ নিজে নিজৰ সৈতে কথা পাতিব লাগে – যিহেতু মই দেৱতা হওঁগৈ তেন্তে মোৰ চলন কেনেকুৱা! কোনো অশুদ্ধ খোৱা-বোৱাতো নকৰোঁ!

(2) নিজৰ ভৱিষ্যত 21 জন্মৰ বাবে উচ্চ কৰি তুলিবলৈ সুদামাৰ নিচিনাকৈ যি কিছু আছে সেয়া ভোলানাথ পিতাক হস্তান্তৰ কৰি দিয়া। পঢ়াৰ ক্ষেত্ৰত কোনো অজুহাত নেদেখুৱাবা।

বৰদান: আদি আৰু অনাদি স্বৰূপৰ স্মৃতিৰে নিজৰ স্বধৰ্ম ধাৰণ কৰোঁতা পৱিত্ৰ আৰু যোগী হোৱা

ব্ৰাহ্মণসকলৰ নিজৰ স্বধৰ্ম হৈছে পৱিত্ৰতা, অপৱিত্ৰতা হৈছে পৰধৰ্ম। যি পৱিত্ৰতা ধাৰণ কৰিবলৈ জগতৰ লোকে কঠিন বুলি ভাবে সেয়া তোমালোক সন্তানসকলৰ বাবে অতি সহজ কিয়নো স্মৃতি উদয় হ’ল যে আমাৰ বাস্তৱিক আত্ম স্বৰূপ সদায় পৱিত্ৰ। অনাদি স্বৰূপ পৱিত্ৰ আত্মা আৰু আদি স্বৰূপ হৈছে দেৱতা। এতিয়াৰ অন্তিম জন্মও পৱিত্ৰ ব্ৰাহ্মণ জীৱন গতিকে পৱিত্ৰতাই ব্ৰাহ্মণ জীৱনৰ ব্যক্তিত্ব। যি পৱিত্ৰ তেৱেঁই যোগী।

শ্লোগান: সহজযোগী বুলি কৈ অমনোযোগিতাক প্ৰশ্ৰয় নিদিবা, শক্তি ৰূপ হোৱা।

!! ওঁম্ শান্তি !!

অব্যক্ত সংকেত: আত্মিক স্থিতিত থকাৰ অভ্যাস কৰা, অন্তৰ্মুখী হোৱা

কোৱা হয় “অন্তৰ্মুখী সদায় সুখী”। তেওঁক কোনো বাহিৰৰ আকৰ্ষণে আকৰ্ষিত কৰিব নোৱাৰে। কেতিয়াবা নিজৰ মত, কেতিয়াবা পৰমতে আকৰ্ষিত কৰিব নোৱাৰে। অন্তৰ্মুখী সদায় সুখী হৈ থাকোঁতা, সুখদাতাৰ সন্তান মাষ্টৰ সুখদাতা হ’ব, বাহ্যমুখিতাৰ পৰা মুক্ত হ’ব।