29-08-2026 ओम् शान्ति प्रातः मुरली "बापदादा" मधुबन

" मीठे बच्चे– सबै कुरामा सहनशील बन , निन्दा - स्तुति , जय पराजय सबैमा समान रहनु छ , सुने सुनाएका कुराहरूमा विश्वास नगर।"

प्रश्नः– आत्मा सदा चढ्तीकलामा अगाडि बढिरहनका लागि सहज युक्ति सुनाऊ?

उत्तरः– एक बाबाबाट नै ज्ञानका कुरा सुन, अरूबाट होइन। फालतु परचिन्तनमा, वाहियात कुराहरूमा आफ्नो समय बर्बाद गरेनौ भने आत्मा सदा चढ्तीकलामा हुनेछ। उल्टासुल्टा कुरा सुनेमा, त्यसमा विश्वास गरेमा राम्रा बच्चाहरू पनि गिर्छन्, त्यसैले धेरै सम्हाल गर्नु छ।

ओम् शान्ति। मीठा-प्यारा बच्चाहरूलाई अब स्मृति आएको छ रावण राज्य सुरु भएदेखि अवश्य आधाकल्प हामीले बाबालाई याद गरेका छौँ। यस्तो पनि होइन कसैले पूरै आधाकल्प याद गरेका छन्, होइन। जुनबेला धेरै दुःख भएको छ, त्यतिबेला याद गरेका छन्। अहिले तिमीलाई थाहा भएको छ भक्तिमार्गबाट हामी ओर्लंदै आएका छौँ। ड्रामाको रहस्य बुद्धिमा छ। मुखबाट केही भन्नु पनि छैन, हामी उहाँका भयौँ त्यसैले धेरै ज्ञानको आवश्यकता छैन। बाबाका बन्यौ भने बाबाको सम्पत्तिको मालिक बन्यौ। कर्मेन्द्रियहरूबाट केही गर्नुपर्दैन। भक्तिमार्गमा भगवानसँग मिल्नको लागि कति यज्ञ-तप दान-पुण्य गर्छन्। जहाँसुकै जाऊ सबै ठाउँमा तीर्थ, मन्दिर अथाह छन्। यस्तो कुनै मानिस छैन जसले सारा भारतवर्षका तीर्थ र अथाह मन्दिर आदि घुम्न सक्छ। यदि घुमे पनि केही मिल्दैन। त्यहाँ घण्टा, झ्याली आदि बजाएर कति झगडा गर्छन्। यहाँ त झगडाको कुरा छैन। न गीत गाउने, न ताली बजाउने कुरा छ। मानिसहरूले त के के गर्दैनन्, अथाह कर्मकाण्ड छन्। यहाँ त तिमी बच्चाहरूले केवल याद गर्नु छ र अरू केही पनि गर्नुपर्दैन। घरमै बसेर सबै थोक गर्दा केवल बाबालाई याद गर्नु छ। तिमीलाई थाहा छ, अहिले तिमी देवता बन्छौ। यहाँ नै दैवीगुण धारण गर्नु छ। खानपान पनि शुद्ध हुनुपर्छ। ३६ प्रकारका भोजन त त्यहाँ मिल्नेछन्। यहाँ साधारण रहनु छ। न धेरै उच्च, न धेरै नीच। सबै कुराहरूमा सहनशीलता हुनुपर्छ। निन्दास्तुति, जयपराजय, जाडोगर्मी, यी सबै कुरा सहन गर्नुपर्छ। समय नै यस्तो छ। पानी मिल्नेछैन, यो मिल्नेछैन, सूर्यले पनि आफ्नो तपत देखाउनेछ। हरेक कुरा तमोप्रधान बन्छ। यो सृष्टि नै तमोप्रधान हुन्छ। तत्व पनि तमोप्रधान छन्। त्यसैले यिनले दुःख दिन्छन्। निन्दास्तुतिमा पनि जानुहुँदैन। धेरै छन् जो तुरुन्तै रिसाइहाल्छन्। कसैले उल्टोसुल्टो केही कसैलाई सुनायो किनकि आजकाल कुराहरूको बनावट त धेरै छ नि! कसैले केही भन्यो– तिम्रो लागि बाबा यो भन्नुहुन्छ यिनलाई देह अभिमान छ, बाहिरको सो धेरै हुन्छ, यो कसैले सुनायो भने ज्वरो आउनेछ। निद्रा पनि उड्नेछ। आधाकल्पका मानिसहरू यस्ता छन्, कसैलाई पनि तुरुन्तै ज्वरो ल्याइदिनेछन्, तुरुन्तै पहेँलै हुनेछन्। त्यसैले बाबा भन्नुहुन्छ कुनै पनि यस्ता वाहियात कुराहरू नसुन। बाबाले कहिल्यै पनि कसैको निन्दा गर्नुहुन्न। बाबाले त सम्झाउनको लागि नै भन्नुहुन्छ। एकअर्कालाई उल्टासुल्टा कुराहरू सुनाएमा राम्रा राम्रा बच्चाहरू पनि बिग्रिन्छन्। अनि विश्वासघाती (ट्रेटर) बनेर गएर एकअर्कालाई वाहियात कुराहरू सुनाउनेछन्। भक्तिमार्गमा पनि कस्ता कस्ता कथाहरू बनाएका छन्। अहिले तिमीलाई ज्ञान मिलेको छ त्यसैले तिमीले कहिल्यै पनि हे राम वा हाय भगवान पनि भन्न सक्दैनौ, यी शब्दहरू पनि भक्तिमार्गका हुन्। तिम्रो मुखबाट यस्ता शब्दहरू निस्कनुहुँदैन।

बाबा केवल भन्नुहुन्छ मीठा प्यारा बच्चाहरू आत्म अभिमानी बन। कति प्यारले सम्झाउनुहुन्छ। कसैको पनि कुरा नसुन, फालतु परचिन्तन नगर। एउटा कुरामा पक्का निश्चय गर– हामी आत्मा हौँ। आत्मा अविनाशी छ, शरीर विनाशी छ। आत्माले नै संस्कार धारण गर्छ। अब तिमी बच्चाहरू आत्म अभिमानी बन्नुपर्छ। द्वापरदेखि तिमी रावण राज्यमा देह अभिमानी बन्छौ त्यसैले अब देहीअभिमानी बन्नमा मेहनत लाग्छ। घरी घरी बुद्धिमा यो समझ आउनुपर्छ हामीलाई बेहदको बाबा मिल्नुभएको छ। कल्प कल्प बाबाले वर्सा दिनुहुन्छ। अब उहाँको मतमा चल्नु छ। उहाँको नै गायन छ– तिमी मात-पिता... उहाँ सबै सम्बन्धहरूका सुखदाता हुनुहुन्छ, उहाँमा सबै मिठास छ। बाँकी अरू इष्टमित्र आदि दुःखदायक नै हुन्छन्। एक बाबा मात्रै हुनुहुन्छ जसले सबैलाई सुख दिनुहुन्छ। बाटो पनि एकदम सहज बताउनुहुन्छ, आफूलाई आत्मा सम्झेर म बाबालाई याद गर। बाबा सम्झाउनुहुन्छ यो कुनै नयाँ कुरा होइन। तिमीलाई थाहा छ, हर ५ हजार वर्षपछि हामी यस्तो बाबाको समीप आउँछौँ, उहाँ कुनै साधुसन्त हुनुहुन्न। तिमी कुनै साधुसन्त आदिको समीप रहँदैनौ, बाँकी बाबा भन्नुहुन्छ– प्रवृत्तिमार्गको सम्बन्धसँग निर्वाह गर्नु छ। नत्र झन् झगडा हुन्छ, त्यसैले युक्तिले चल। प्यारले हरेकलाई सम्झाउनु छ, हेर अहिले विनाशको समय नजिक छ, यो आसुरी दुनियाँ खतम हुनु छ। अब देवता बन्नु छ, दैवीगुण यहीँ धारण गर्नु छ। प्यारले सम्झाउनुपर्छ।

देवताहरूले पनि त प्याज लसुन आदि खाँदैनन्। हामी पनि मानिसबाट देवता बन्छौँ भने हामीले यी चिज कसरी खान सक्छौँ। बाबाले तिमीलाई पनि राय दिनुहुन्छ– यी चिज खान छोडिदेऊ। यस्ता कुराहरू हामीले खाँदैनौँ। अहिले तिमीलाई दैवीगुण सिकाउने बेहदको बाबा मिल्नुभएको छ त्यसैले सर्वगुण सम्पन्न... यहाँ नै बन्नु छ। यहीँ सर्वगुण सम्पन्न बन्छौ त्यसबाट फेरि भविष्य नयाँ दुनियाँ आउनेछ। यो यसरी नै हुन्छ जसरी रातपछि फेरि दिन हुन्छ। अब यो रातको अन्त्यमा नै दैवीगुण धारण गर्नु छ त्यसपछि फेरि बिहानी हुनेछ। हरेकले आफ्नो परीक्षा आफैले लिनु छ। यस्तो होइन बाबालाई त सबै कुरा थाहा छ। तिमीले आफैलाई हेर न! विद्यार्थीले यस्तो कहिल्यै भन्दैनन् शिक्षकलाई त सबै कुरा थाहा छ। परीक्षाको दिन नजिक आयो भने बच्चाहरू आफैले पनि जान्दछन् हामी कति पास हुनेछौँ, कुन विषय (सब्जेक्ट) मा हामी कमजोर छौँ। नम्बर कम ल्याउनेछौँ फेरि सबै मिलाएर पास हुनेछौँ। यसरी जान्दछन् भने यसमा पनि आफ्नो जाँच गर्नु छ। हामीमा के कमी छ? म धेरै मीठो बनेको छु? सबैलाई प्यारले सम्झाउनु छ– हामी आत्माहरूका पिता परमपिता परमात्मा हुनुहुन्छ। मानिसको कुरा होइन। हामीले निराकारलाई भगवान भन्छौँ, भगवान रचयिता एउटै हुनुहुन्छ, बाँकी सबै हुन् रचना। रचनाबाट कसैलाई वर्सा मिल्न सक्दैन, यस्तो काइदा छैन। अब सर्व रचनाको सद्गतिदाता एउटै रचयिता बाबा हुनुहुन्छ, त्यो सद्गति पाउनेहरूमा साधुसन्त सबै आउँछन्। हुन् त सबै आत्माहरू नि! हो, मानिसहरू राम्रा नराम्रा त हुन्छन् नै, पोजिसन उच्चनीच हुन्छ। सन्यासीहरूमा पनि नम्बरवार हुन्छन्। कसैले त हेर भिख मागिरहन्छन्, कसैका सबै पाउ पर्छन्। तिमी बच्चाहरू पनि उच्च बन्नु छ, त्यसको लागि धेरै मीठो बन। कहिल्यै पनि रिसाएर कुरा गर्नुहुँदैन, जति सकिन्छ प्यारले काम लेऊ। भन्छन् बच्चाहरूले धेरै हैरान पार्छन्, त्यो त आजकालका बच्चाहरू छन् नै यस्तै। प्यारले उनीहरूलाई सम्झाऊ। देखाउँछन् कृष्णले चञ्चलता देखाए भने उनलाई डोरीले बाँध्थे। जति सकिन्छ प्यारले सम्झाउनु छ कि त हल्का सजाय देऊ। बिचराहरू अबोध (अन्जान) छन्। समय पनि यस्तो छ। बाहिरको सङ्ग दोष धेरै नराम्रो छ।

अब बेहदको बाबा भन्नुहुन्छ तिमीले मूर्ति आदि राख्ने कुनै आवश्यकता छैन। केही पनि मेहनत गर्ने आवश्यकता छैन। शिवको चित्र पनि किन राख्ने! उहाँ त तिम्रो बाबा हुनुहुन्छ नि! घरमा बच्चाहरूले बाबाको चित्र किन राख्छन्? बाबा त घरैमा जहाँ पनि (हाजिरा हजूर) हुनुहुन्छ नि! बाबा

भन्नुहुन्छ- म अहिले यहीँ जहाँ पनि छु नि! फेरि चित्रहरूको त आवश्यकता नै हुँदैन। म बसेर बच्चाहरूलाई सम्झाउँछु। भन्छन् बापदादालाई देखौँ। तर बाबा त हुनुहुन्छ निराकार, उहाँलाई देख्न सक्दैनन्। बुद्धिले अनुभव गर्न सक्छन्। बाबा भन्नुहुन्छ– म बसेर यिनमा प्रवेश गरेर तिमीलाई ज्ञान दिन्छु। नत्र म कसरी आऊँ। श्रीकृष्णको तनमा कसरी आउँछु। संन्यासीहरूमा पनि आउन सक्दिनँ। म आउँछु नै उनमा जो पहिलो नम्बरमा थिए। उनै अब लास्ट नम्बरमा छन्। तिमी पनि अहिले पढेर फेरि पहिलो नम्बरमा जानु छ। पढाउनेवाला बाबा त एक मात्रै हुनुहुन्छ, जसलाई ज्ञानको सागर भनिन्छ। तिमीलाई धेरै राम्रो ज्ञान मिल्छ। तिमीलाई थाहा छ- शान्तिधाम हाम्रो घर हो, सुखधाम हाम्रो राजधानी हो। दुःखधाम रावणको बादसाही हो। अब बाबा भन्नुहुन्छ मीठा-प्यारा बच्चाहरू! आफ्नो घर शान्तिधामलाई याद गर, सुखधामलाई याद गर। दुःखधामको बन्धनलाई भुल्दै जाऊ। यसरी अरू कसैले भन्न सक्दैनन्। न उनीहरू फर्केर जान सक्छन्। ड्रामाको बीचबाट फर्केर कोही पनि जान सक्दैन। यो जुन भन्छन् फलानो ज्योति, ज्योतीमा समाहित भयो वा पार निर्वाण गयो, वास्तवमा एक जना पनि जाँदैन। सबैका पिता अथवा मालिक एउटै परमपिता परमात्मा हुनुहुन्छ, उहाँ सबै आसिकहरूको एक मात्रै मासुक हुनुहुन्छ। ती जिस्मानी आसिक मासुकले एकअर्कालाई याद गर्छन्, उनीहरूको बुद्धिमा चित्र आउँछ। फेरि एकअर्कालाई याद गरिरहन्छन्। खाना खाइरहन्छन्, याद गरिरहन्छन्। उनीहरू त हुन् एक जन्मका आसिक मासुक। तिमी जन्मजन्मान्तरका आसिक हौ, एक मासुकका। तिमीले अरू केही पनि गर्नु छैन, केवल एक बाबालाई याद गर्नु छ। ती आसिक मासुकको अगाडि चित्र आउँछ। बस् उनीहरूलाई हेर्दाहेर्दै काम पनि रोकिन्छ फेरि उनीहरूको अनुहार हराउँछ अनी काम गर्न थाल्छन्। यसमा त यस्तो छैन। आत्मा पनि बिन्दु, परमात्मा पनि बिन्दु हुनुहुन्छ। आफूलाई आत्मा सम्झेर बाबालाई याद गर्नु छ, यसमा नै मेहनत छ, कसैले पनि यस्तो अभ्यास गर्दैनन्। आत्माको ज्ञान मिल्यो अर्थात् आत्मालाई महसुस (रियलाइज) गर्छौं, बाँकी रहयो परमात्माको कुरा। त्यो पनि तिमीलाई थाहा छ। बाबा आएर यहाँ (भृकुटीमा) बस्नुहुन्छ। यिनको आत्माको ठाउँ पनि यहीँ हो। आत्मा जताबाट पनि जान्छ, थाहै हुँदैन। ब्रह्माको आत्माको मुख्य स्थान भृकुटी हो। बाबा भन्नुहुन्छ- म पनि बिन्दु हुँ, यिनमा आएर बसेको छु। तिमीलाई थाहा पनि हुँदैन। बाबा बसेर तिमी बच्चाहरूलाई सुनाउनुहुन्छ, तिमीलाई जे सुनाउनुहुन्छ त्यो मैले पनि सुन्छु। सम्झाउने कुरा त एकदम सही छ। जो दैवी धर्मका हुनेछन् उनीहरूले झट्ट बुझ्नेछन्– यो राजधानी स्थापना भइरहेको छ। पहिला स्थापना र फेरि विनाश पनि हुनेछ र कुनै धर्म स्थापकले यस्तो गर्दैनन्। उनीहरूले केवल आफ्नो धर्म स्थापना गर्छन् फेरि वृद्धि हुँदै जान्छन्, यहाँ त जसले जति जति पुरुषार्थ गर्छन्, त्यति भविष्यमा उच्च पद पाउँछन्। तिमीले भविष्य २१ जन्मको लागि प्रारब्ध बनाउँछौ त्यसैले कति पुरुषार्थ गर्नुपर्छ र यो पुरुषार्थ पनि धेरै सहज छ, योग पनि सहज छ जसबाट तिम्रा विकर्म विनाश हुन्छन्।

बाबा भन्नुहुन्छ– मैले ग्यारेन्टी दिन्छु, कल्प कल्प म नै आएर तिमी बच्चाहरूलाई पावन बनाउँछु। त्यहाँ एक जना पनि पतित हुँदैन। ज्ञान पनि कति सहज छ, ८४ जन्मको चक्कर कसरी लगाउँछौ, त्यसको ज्ञान पनि बुद्धिमा छ। हामीले ८४ को चक्कर लगाएका छौँ, यसमा पक्का निश्चय राख्नु छ। निश्चयमा नै विजय छ। यस्तो होइन थाहा छैन हामीले ८४ जन्म लिन्छौँ वा केही कम। तिमी ब्राह्मण हौ भने तिमीलाई निश्चय हुनुपर्छ अवश्य हामीले ८४ को चक्र पूरा भोगेका छौँ। यो त धेरै सहजै सम्झाउने कुरा हो। बच्चाहरूलाई सम्झाइएको छ यी चित्रहरू सबै दिव्यदृष्टिबाट बाबाले बनाउनुभएको हो। सुधार पनि गराउनुभएको छ। सुरुमा बनारसमा बाबा एकान्तमा रहँदा बसेर भित्तामा यस्ता चक्र निकाल्नुहुन्थ्यो। यो के हो भन्ने केही बुझ्नुहुन्नथ्यो। खुसी हुन्थ्यो। साक्षात्कार भएपछि मानौँ उड्नुहुन्थ्यो। यो के भएको हो, समझमा आउँदैनथ्यो। तिमीलाई थाहा

छ, जुन चित्र पहिला बनेका थिए ती फेरि परिवर्तन भएर नयाँ नयाँ बनाउँदै गएका छन्। अहिले नयाँ नयाँ चित्र कल्प पहिला अनुसार बन्दै गइरहेका छन्। सिँढीको चित्र हेर कति राम्रो छ। यसमा सम्झाउन सहज छ। ढिलो आउनेहरूलाई झन् सहजै सम्झाउने कुरा मिल्छन्। अहिले जो नयाँ नयाँ आउँछन्, तिनीहरूले ७ दिनमा सारा ज्ञान बुझ्छन्। पुरानाहरूभन्दा पनि अगाडि गइरहेका छन्। कसैले भन्छन् पहिला आएका भए राम्रो हुन्थ्यो। अरे यो पनि फिक्र नगर। पहिला आएर भागेका (भागन्ती) भए? ढिलो आउनेहरूलाई त सहजै तख्त मिल्छ। पहिला जो थिए हेर उनीहरू कोही फेरि अहिले छैनन् पनि। खतम भए। अन्त्यमा को पास भयो भन्ने रिजल्ट थाहा हुन्छ। नयाँ नयाँ निस्कन्छन् र तुरुन्तै सेवामा लागिहाल्छन्। पुरानाहरू त्यति लाग्दैनन्। नयाँ नयाँ बच्चीहरू उनीहरू सेवाले दिलमा चढ्छन्। पुरानाहरू कति त खतम भए त्यसैले बाबा भन्नुहुन्छ– जसलाई सर्वोत्तम ब्राह्मण कुलभूषण भनिन्छ, उनीहरूमा पनि कोही आश्चर्यवत् सुनन्ती, भागन्ती हुन्छन्। जुन गायन गरिएको छ त्यो अब यथार्थमा (प्राक्टिकल) भइरहेको छ। अच्छा!

मीठे-मीठे सिकिलधे बच्चाहरूप्रति मातापिता बापदादाको याद-प्यार एवं गुडमर्निङ। रुहानी बाबाको रुहानी बच्चाहरूलाई नमस्ते। (रुहानी बच्चाहरूको रुहानी बाबालाई गुडमर्निङ, नमस्ते।)

धारणाको लागि मुख्य सारः–

१) आफ्नो जाँच आफैले गर्नु छ। हेर्नु छ म धेरै धेरै मीठो बनेको छु? ममा के के कमी छ? सबै दैवीगुण धारण भएका छन्! आफ्नो चालचलन देवताहरूको जस्तो बनाउनु छ। आसुरी खानपान त्यागिदिनु छ।

२) कुनै पनि वाहियात कुराहरू न सुन्नु छ न बोल्नु छ। सहनशील बन्नु छ।

वरदानः– आफ्नो स्मृति , वृत्ति र दृष्टिलाई अलौकिक बनाउने सर्व आकर्षणहरूबाट मुक्त भव

भनिन्छ- "जस्तो सङ्कल्प त्यस्तै सृष्टि" जो नयाँ सृष्टि रच्नको निमित्त विशेष आत्माहरू छन् उनीहरूको एक एक सङ्कल्प श्रेष्ठ अर्थात् अलौकिक हुनुपर्छ। स्मृति वृत्ति र दृष्टि सबै अलौकिक भयो भने यस लोकको कुनै पनि व्यक्ति वा कुनै पनि वस्तुले आफूतिर आकर्षित गर्न सक्दैन। आकर्षित गर्छ भने पक्कै अलौकिकतामा कमी छ। अलौकिक आत्माहरू सर्व आकर्षणहरूबाट मुक्त हुनेछन्।

स्लोगनः– दिलमा परमात्म प्यार वा शक्तिहरू समाहित भएका छन् भने मनमा उल्झन आउन सक्दैन।

अव्यक्त इसाराः– अपवित्रताको बीजलाई पनि समाप्त गर ेर सम्पूर्ण स्वच्छ (पवित्र) बन

सम्पूर्ण सत्यता पनि पवित्रताको आधारमा हुन्छ। पवित्रता छैन भने सदा सत्यता रहन सक्दैन। केवल काम विकार अपवित्रता होइन, तर त्यसका अरू पनि साथी हुन्छन्। त्यसैले महान् पवित्र अर्थात् अपवित्रताको नामनिसान नहोस्।