30-06-2026 ओम् शान्ति प्रातः मुरली "बापदादा" मधुबन

" मीठे बच्चे– यस समय मा बाबामाथि बलिहार गयौ भने २१ जन्मको लागि तिमी सदा सुखी बन्छौ।"

प्रश्नः– ज्ञानी बच्चाहरूले आफ्नो अवस्था उत्तम बनाउनको लागि कुन बानी पक्का बनाउनुपर्छ?

उत्तरः– सबेरै सबेरै उठ्ने। सबेरै सबेरै उठेर बाबाको यादमा बस्नु– यो धेरै राम्रो धारणा हो। जुन बच्चाहरू छिटो सुत्छन् र छिटो उठ्छन् उनीहरूको अवस्था दिनभरि उत्तम हुन्छ। अज्ञानीहरूको भन्दा ज्ञानी बच्चाहरूको निद्रा आधा हुनुपर्छ। १० बजे सुत २ बजे उठेर बस।

गीतः– मुझको सहारा देने वाले...

ओम् शान्ति। प्यारा बच्चाहरू! तिमी सबै सम्मुख बसेका छौ, तिमीहरूलाई थाहा छ हामी जीवात्माहरू हौँ। यहाँ त जीवात्माहरू हुन्छन् नि! आत्मा शरीरमा भएन भने नाङ्गो हुन्छ, त्यसलाई अशरीरी भनिन्छ। तिमी त शरीरसँगै बसेका छौ। आत्मा वा परमात्मा शरीरमा नआउँदासम्म बोल्न सक्दैनन्। तिमी जीवात्माहरूलाई थाहा छ, अब हामी बाबाको सम्मुख बसेका छौँ। हुबहु जसरी ५ हजार वर्ष पहिला सम्मुख आएका थियौ। बच्चाहरूले अवश्य बाबाबाट वर्सा नै लिन्छन्। तिमीलाई थाहा छ हामी आफ्नो परमपिता परमात्मा बेहदका बाबाको सम्मुख बसेका छौँ। किन बसेका छौँ? बाबाबाट बेहदको वर्सा लिन। जसरी स्कुलमा विद्यार्थीहरूले जान्दछन् हामीले टिचरद्वारा इन्जिनियरिङ, कानुन सिक्छौँ। यो लक्ष्य उद्देश्य हुन्छ। तिमी बच्चाहरूले बुझेका छौ परमपिता परमात्माले हामीलाई ब्रह्माको तनमा बसेर राजयोग सिकाउनुहुन्छ। भगवानुवाच– यो त बच्चाहरूलाई सम्झाइएको छ, भगवान निराकारलाई भनिन्छ। जीवात्माहरूले पुनर्जन्म अवश्य लिन्छन्। कुनै पनि संन्यासीलाई तिमीले सोध– मानिसले पुनर्जन्म लिन्छन्? उनीहरूले मानिसले पुनर्जन्म लिँदैनन् भन्दैनन्। नत्र ८४ लाख जन्म कसरी भन्छन्? सोध– तपाईंले पुनर्जन्मलाई मान्नुहुन्छ? यो त अवश्य हो, आत्माले संस्कार अनुसार एक शरीर छोडेर फेरि अर्को लिन्छ। यसरी कुनै कुनै मानिसले ८४ जन्म लिन्छन्। ८४ लाख जन्मको त कुरै छैन। पहिलो जन्म अवश्य धेरै राम्रो सतोप्रधान हुन्छ। अन्तिम जन्म विकारी तमोप्रधान हुन्छ। १६ कलाबाट फेरि १४ कला, १२ कला हुँदै जान्छन्, पुनर्जन्म अवश्य लिन्छन्। तिनीहरूलाई सोध्नुपर्छ अच्छा परमपिता परमात्माले पुनर्जन्म लिनुहुन्छ वा पुनर्जन्मरहित हुनुहुन्छ? हेर यो प्वाइन्ट धेरै सूक्ष्म छ। यदि जन्ममरणरहित हुनुहुन्छ भन्यौ भने फेरि शिवजयन्ती सिद्ध हुँदैन। भन्छन् शिवजयन्ती त मनाइन्छ। सम्झाइन्छ, हो शिवजयन्ती हुन्छ तर जुन जन्म भएपछि फेरि मृत्यु हुन्छ भनिन्छ त्यो मृत्यु हुँदैन। मर्ने हो भने फेरि पुनर्जन्म लिनुपर्छ। बाबाले कहिल्यै पुनर्जन्म लिनुहुन्न। उहाँ यस तनमा एकैपटक आउनुहुन्छ, बस् फेरि पुनर्जन्ममा आउनुहुन्न। परमपिता परमात्मा पुनर्जन्मरहित हुनुहुन्छ, उहाँ कहिल्यै सतोप्रधानबाट तमोप्रधान बन्नुहुन्न। आत्माहरू त सबै जन्ममरणमा आउँदा आउँदा पतित बन्छन् फेरि बाबा आउनुहुन्छ पावन बनाउन। यसबाट सिद्ध हुन्छ आत्मा नै पतित हुन्छ, आत्मा घरबाट पावन आउँछ फेरि मायाले पतित बनाइदिन्छ। बाबाले त कहिल्यै पतित बनाउनुहुन्न। बाबाले कहिल्यै पनि बच्चाहरूलाई विकारी मत दिन सक्नुहुन्न। यतिबेलाका मानिसहरूले पतित मत नै दिन्छन्। अब पावन बाबा भन्नुहुन्छ– पतित नबन अर्थात् विकारमा नजाऊ। रावणको मतले दुनियाँ दुःखधाम बन्यो। पहिला सुखधाम थियो। यस्तो होइन बाबाले नै

सुख दुःख दिनुहुन्छ। होइन, बाबाले कहिल्यै बच्चाहरूलाई दुःखको मत दिन सक्नुहुन्न। मायाले नै दुःख दिन्छ। त्यस मायामाथि विजय प्राप्त गरेपछि तिमी जगतजित बन्छौ। मानिसहरूले मायाको अर्थ बुझ्दैनन्। उनीहरूले धनलाई माया भनिदिन्छन्। भन्छन् नि यिनलाई मायाको धेरै नसा छ। तर मायाको नसा हुँदैन। त्यहाँ रावणको पुत्ला बनाएर जलाउँदैनन्। पुत्ला त दुस्मनको बनाइन्छ। रावणराज्य सुरु हुन्छ आधाकल्पदेखि। देह अहङ्कार आएपछि फेरि अरू विकार आउँछन्। शास्त्रहरूमा लेखिएको छ देवताहरू वाममार्गमा अर्थात् विकारहरूमा जान्छन्। मायाको वश भएपछि परवश बन्छन्। परमतमा चलिरहन्छन्। अहिले तिमी चल्छौ श्रीमतमा। परमत अर्थात् मायाको मत। श्री अर्थात् श्रेष्ठ मत हुन्छ बाबाको। त्यो हो रावणको मत, परमत, त्यसैले बाबाले भन्नुभएको छ आसुरी सम्प्रदाय सबै रावणको जन्जिरमा बाँधिएकाले दुःखी छन्।

मानिसहरूले सत्ययुगको अवधि लाखौं वर्ष ठानेका छन्। तिमीले त हिसाब बताउँछौ– ५ हजार वर्ष कसरी हुन्छ। क्राइस्ट आएको बेलादेखि २ हजार वर्ष भयो, बुद्ध आएको बेलादेखि २२५० वर्ष भयो फेरि इस्लामी आएको बेलादेखि २५०० वर्ष भयो। सबैलाई मिलाएर आधाकल्प भयो। त्यसभन्दा पहिला त देवताहरूको राज्य थियो फेरि देवताहरूलाई लाखौं वर्ष रहन्छन् कसरी भन्न सक्छन्। त्यति मानिस भएको भए त फेरि मानिस धेरै हुन्थे। त्यति त छैनन्। ५ हजार वर्षमा नै करोडौं मानिस हुन्छन्। भन्छन् पनि क्राइस्ट आएको बेलादेखि ३ हजार वर्ष पहिला भारतवर्षमा आदि सनातन देवीदेवता धर्म थियो। ५ हजार वर्ष पूरा हुन्छ। नाटक त पूरा हुन्छ नि! यी कुराहरू कसैलाई थाहा छैन। म जो हुँ, जस्तो हुँ, यो चक्र घुम्छ, कसैले जान्न सक्दैनन्। बाबाले नै सम्झाउनुहुन्छ– यो हो गीता अध्याय। बाबाले आएर सहज राजयोग सिकाउनुभएको थियो। बाबाले वृद्ध माताहरूलाई पनि सम्झाउनुहुन्छ, यो धेरै सहज कुरा हो। केवल बाबा र वर्सालाई याद गर्नुछ। बच्चा पैदा भयो, अर्थात् वारिस पैदा भयो। तिमीले बुझेका छौ हामी बाबाका वारिस हौं। ५ हजार वर्षपछि फेरि मिल्न आएका छौं। यी धेरै गुप्त कुराहरू हुन्। बाबा सोध्नुहुन्छ पहिला कहिल्यै मिलेका थियौ? भन्छन् हो बाबा। आत्माले यस मुखद्वारा भन्छ– हामी ५ हजार वर्ष पहिला हजुरसँग मिलेका थियौं। हजुर यस तनद्वारा शिक्षा दिन आउनुभएको थियो। जो पक्का पक्का बच्चाहरू हुन् उनीहरूले बुझ्छन् हामी बाबाबाट बेहदको वर्सा लिन बसेका छौं। हामी ब्रह्माद्वारा बेहदका बाबाका बनेका छौं। बाबा भन्नुहुन्छ– मलाई चिन्छौ, म तिम्रो बाबा हुँ। तिमीले भन्छौ हो बाबा, हामी आत्माहरूका हजुर परमपिता परमात्मा पिता हुनुहुन्छ। बाबाले पनि भन्नुहुन्छ– तिमीलाई मैले स्वर्गमा पठाएको थिएँ, वर्सा दिएको थिएँ फेरि मायाले खोसीदियो फेरि अब मैले वर्सा दिन्छु। मायाले वर्सा खोस्छ, बाबाले दिलाउनुहुन्छ। यो खेल अनेकौंपटक भइसकेको छ, भइरहन्छ। यसको अन्त्य हुँदैन। बाबाका बन्छन् फेरि कोही आफ्नै, कोही टाढाका। कोही सौतेनी, कोही सहोदर बन्छन्। कच्चापक्का त हुन्छन् नि। पक्का बच्चाहरूलाई पनि कहिलेकाहीं मायाले एकदम जितिदिन्छ। बच्चाहरूले भन्छन् बाबा हामीले जीवन रहेसम्म हजुरबाट वर्सा लिइरहन्छौं। शीरमा विकर्महरूको धेरै बोझ छ। त्यसैले जति तिमी यादमा रहन्छौ त्यस योग अग्निले तिमी पाप आत्माबाट पुण्य आत्मा बन्दै जान्छौ। आगोले चिजलाई पवित्र बनाउँछ। तिम्रो हो योग अग्नि। यो बेहदको यज्ञ हो। बेहदका सेठ बाबाले बेहदको यज्ञ रच्नुभएको छ। यति वर्ष कुनै पनि यज्ञ चल्दैन। ७-८ दिन वा एक महिनाको लागि यज्ञ लगाउँछन्। तिम्रो यो यज्ञ त कति वर्षदेखि चलिरहेको छ। बाबाले त सुनाइरहनुहुन्छ। बाबा भन्नुहुन्छ– मलाई नभुल, केवल मलाई याद गरेमा तिम्रो जन्मजन्मान्तरको विकर्महरूको बोझ काटिँदै जान्छ। भगवानुवाच– म तिम्रो बाबालाई याद गर। अवश्य बाबा आउनुभएको छ त्यसैले त भन्नुहुन्छ नि! बाबा भन्नुहुन्छ– अब तिमी फर्केर जानुछ। तिम्रो आत्मा यस समयमा धेरै पतित छ। अहिले तिमीलाई थाहा छ योगले हामी पावन बन्दै जान्छौं। तिम्रो त प्रतिज्ञा छ, हजुर आउँदा अरूको सङ्ग तोडेर हजुरसँग

सम्बन्ध जोड्छौँ। हजुरमाथि बलिहार जान्छौँ। स्त्री, पुरुषमाथि र पुरुष, स्त्रीमाथि बलिहार हुन्छन्। यहाँ बाबामाथि बलिहार जानुपर्ने हुन्छ। विवाहमा एकअर्कामाथि बलिहार जान्छन् नि! अब बाबा भन्नुहुन्छ– तिमी कुनै मानिसमाथि बलिहार जानुछैन। तिम्रो प्रतिज्ञा छ– हजुरमाथि बलिहार जान्छु। तिमी ममाथि बलिहार गयौ भने २१ जन्म तिमीलाई सदा सुखी बनाउँछु। वर्सा कति ठुलो छ। श्रीमतबाट तिमी श्रेष्ठ बन्छौ, यो कुरा नभुल। लक्ष्मीनारायणको चित्र पनि घरमा राखिदेऊ। हामीले बाबाबाट यो वर्सा लिइरहेका छौँ। बाबा परमधामबाट आउनुभएको छ। तर माया चिल पनि कम छैन। सबैको कुरा होइन तर नम्बरवार हुन्छन्। कसैले त हामीले बाबाबाट वर्सा लिन्छौँ भन्ने पनि एकदमै भुल्छन्। यहाँ बस्दा त्यसैले नसा चढ्छ। यहाँबाट बाहिर निस्कियौ भने भुल्छौ फेरि बिहान रिफ्रेस हुन्छौ फेरि दिनभरि भुल्छौ। ४-५ वर्ष ज्ञानमा चलेर राम्रो सेवा गर्नेहरू पनि आज हेर छैनन्। केही अवज्ञा गरेका रहेछन् त्यसैले मायाले जोडले थप्पड हानि दियो र गए। बाबाले भनिदिनुहुन्छ– चढे तो चाखे प्रेम रस, गिरे तो चकनाचुर। देख्छौ कसरी चकनाचुर हुन्छन्। वैकुण्ठमा त अवश्य जान्छन्। तर पद त नम्बरवार छ नि। हुन त त्यहाँ सबै सुखी हुन्छन् तैपनि पद त हुन्छ नि। स्कुलमा पद पाउनको लागि नै त पुरुषार्थ गर्छन्। यस्तो होइन प्रजा नै सही, जे तकदिरमा होला। होइन, यसलाई तमोप्रधान पुरुषार्थ भनिन्छ। सतोप्रधान उनीहरूलाई भनिन्छ जसले बाबाबाट पूरा वर्सा लिने प्रतिज्ञा गर्छन्। यो घोडदौड हो। सबै नम्बरवन त हुँदैनन्। यो मानव दौड हो। तिमीले चाहन्छौ हामी छिटो शिवबाबाको गलामा उनिऊँ त्यसैले उहाँलाई याद गर्नुपर्छ। सारा आधार यादमा छ। मायाले विघ्न यस्तो पार्छ जसले एकदम दौडबाटै निकालिदिन्छ। यो तिम्रो मानव दौड हो। आत्माले भन्छ हामी धेरै दुःखी भएका छौँ। शरीर लिँदालिँदै धेरै हैरान भएका छौँ। भन्छन् अब जाऊँ बाबाको पासमा। बाबाले युक्ति त बताउनुभएको छ। भन्छन् बाबा हामी हजुरको यादमा नै रहन्छौँ। जति टाइम निकाल्न सक्छौ त्यति राम्रो हो। सरकारको सेवामा पनि ८ घण्टा दिन्छौ, त्यसैगरी यो ईश्वरीय यादमा पनि ८ घण्टा त रहनुछ। सृष्टिलाई स्वर्ग बनाउनु यो कति ठुलो सेवा हो। केवल बाबालाई याद गर र सुखधामलाई याद गर। बस्, यो ८ घण्टा सेवा गरेमा तिमीले पूरा वर्सा पाउँछौ। यसरी याद गर्दागर्दै तिम्रा विकर्म विनाश हुन्छन्। ८ घण्टा यस सेवामा देऊ बाँकी १६ घण्टा तिमी फ्री छौ। जति हुनसक्छ तिमीले घरी घरी याद गर। याद त जहाँ बसेर पनि गर्न सक्छौ। सबैभन्दा राम्रो टाइम तिमीलाई सबेरै मिल्छ। सिन्धीमा उखान पनि छ छिटो सुत्ने, छिटो उठ्ने... उही मनुष्य धेरै गुणवान हुन्छ। यो गायन पनि अहिलेको हो। बाबा भन्नुहुन्छ राति छिटो सुत र फेरि सबेरै सबेरै उठ। अज्ञानी मानिसहरू ८ घण्टा सुत्छन्, तिम्रो निद्रा आधा हुनुपर्छ। ४-५ घण्टा सुत। तिमी कर्मयोगी हौ नि। राति १० बजे सुत २ बजे उठ। शिवबाबालाई याद गरेमा तिम्रो कमाइ धेरै हुन्छ। तिमीलाई स्वास्थ्य र सम्पत्ति दुवै नै मिल्छ। ठिकै छ, २ बजे नभए ३ बजे उठ, ४ बजे उठ। फस्टक्लास समय त्यही हो। शान्ति हुन्छ, सबै अशरीरी बन्छन्। त्यस समयमा धेरै सन्नाटा हुन्छ। अमृतवेलाको यादले राम्रो असर पार्छ। बाबा धेरैजसो राति जागिरहनुहुन्छ। सूक्ष्म सेवामा थकाइ लाग्दैन। कमाइले त खुसी हुन्छ। तिमी बच्चाहरू सबेरै उठेर आफ्नो अविनाशी कमाइ गरिरहनुछ। 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) २१ जन्म सदा सुखी बन्नको लागि एक बाबामाथि पूरा पूरा बलिहार जानुछ। श्रीमतबाट श्रेष्ठ

बन्नुछ। मनमत वा परमतलाई त्यागिदिनुछ। कुनै अवज्ञा गर्नुहुँदैन।

२) सबेरै सबेरै उठेर यादमा बसेर कमाइ गर्नुछ। सृष्टिलाई स्वर्ग बनाउने सेवा कम्तीमा ८ घण्टा अवश्य गर्नुछ।

वरदान:– समय र सङ्कल्प सहित आफ्ना सर्व खजानाहरूलाई विल गर्ने मोहजित भव

जसरी बच्चालाई सबैथोक विल गरिन्छ (दिइन्छ), त्यसैगरी तिमीहरूले पनि बाबालाई आफ्नो वारिस बनाएर सबै थोक विल गरिदियौ भने विल पावर (इच्छा शक्ति) आउँछ। यस विल पावरबाट मोह स्वतः नष्ट हुन्छ। जसरी साकार बाबाले पूरै आफूलाई विल गर्नुभयो त्यसैगरी तिमीहरूको जो स्मृति छ, समय र सङ्कल्पहरूको खजाना छ त्यसलाई विल गर अर्थात् श्रीमत अनुसार सेवाहरूमा लगायौ भने मोहजित, बन्धनमुक्त बन्छौ।

स्लोगन:– एकअर्काको स्नेही बन्नको लागि सरलता र सहनशीलताको गुण धारण गर।

अव्यक्त इसारा:– सदा हर्षित रहनको लागि आफ्नो स्वभाव लाई सरल बनाऊ , सहनशील बन।

बापदादाको वरदान छ सदा खुसी रहनु, खुसीको खजाना बाँड्नु, सबैमा खुसीको लहर फैलाउनु। तिम्रो अनुहारमा सदा खुसीको मुस्कान चम्किरहोस्। यस्तो हर्षित मुख रहनुछ। यसको लागि बोलीमा मधुरता, सन्तुष्टता, सरलताको नवीनता अवश्य होस्। ब्राह्मण आत्माहरूको बोली साधारण बोली नहोस्। हरेक कर्ममा यस्तो नवीनता होस् जसबाट हरेकले प्राप्तिको अनुभव गर्छन्।