31-08-2026 ओम् शान्ति प्रातः मुरली "बापदादा" मधुबन

"मीठे बच्चे– मनमनाभवको ड्रिल सदा गरिराख्यौ भने २१ जन्मको लागि हृष्टपुष्ट (निरोगी) बन्छौ।"

प्रश्नः– सद्गुरुको कुनचाहिँ श्रीमत पालना गर्नमा नै गुप्त मेहनत छ?

उत्तरः– सद्गुरुको श्रीमत छ– प्यारा बच्चाहरू! यो देहलाई पनि भुलेर मलाई याद गर। आफूलाई एक्लो आत्मा सम्झ। देहीअभिमानी रहने पुरुषार्थ गर। सबैलाई यही सन्देश देऊ– अशरीरी बन। देहसहित देहका सबै धर्महरूलाई भुल्यौ भने तिमी पावन बन्छौ। यो श्रीमत पालना गर्न बच्चाहरूले गुप्त मेहनत गर्नुपर्छ। तकदिरवान बच्चाहरूले नै यो गुप्त मेहनत गर्न सक्छन्।

ओम् शान्ति। तिमी बच्चाहरू आफ्ना भाइ बहिनीहरूलाई ड्रिल सिकाउन बसेका छौ। यो कुनचाहिँ ड्रिल हो? यसमा बच्चाहरूले केही भन्नुपर्दैन। त्यो जुन जिस्मानी ड्रिल आदि गर्छन्, त्यसमा त भन्नुपर्छ। उहाँ त सुप्रिम टिचर हुनुहुन्छ, जो गीताको भगवान पनि हुनुहुन्छ, जसले स्वयं बसेर बच्चाहरूलाई योगको ड्रिल पनि सिकाउनुहुन्छ। यो ड्रिल पनि गुप्त छ। ड्रिल यसैले सिकाइन्छ, जसले गर्दा विद्यार्थीहरू हृष्टपुष्ट (हेल्दी) हुन सक्छन्। तिमी बच्चाहरूलाई थाहा छ, यो मनमनाभवको ड्रिलबाट २१ जन्मको लागि तिमीहरू धेरै हृष्टपुष्ट रहन्छौ। कहिल्यै रोगी हुँदैनौ। त्यसैले यो कति राम्रो रुहानी ड्रिल हो। बाबा सम्झाउनुहुन्छ मनमनाभव, यसमा भन्नुपर्ने आवश्यकता पनि छैन। केवल सम्झाइन्छ– आफूलाई आत्मा सम्झ। देहीअभिमानी भव। भवको अर्थ नै हो– तिमीले बाबालाई याद गर्छौ भने एभरहेल्दी बन्छौ। कल्प पहिला पनि हामी यो रुहानी ड्रिलबाट एभरहेल्दी बनेका थियौँ। रुहानी ड्रिल, रुहानी पिता परमपिता परमात्मा शिवले नै सिकाउनुहुन्छ। भगवान त उहाँलाई नै भनिन्छ, जसको पूजा पनि हुन्छ। शिवाय नमः पनि भन्छन् नि! ब्रह्मा देवताय नमः, शिव परमात्मने नमः भन्छन्। यो ड्रिल कुनै जिस्मानी मनुष्यले सिकाउँदैनन्। यस्तो होइन, तिमीलाई यो ड्रिल ब्रह्माले सिकाएका हुन्। होइन, हुन त ब्रह्माकुमार-कुमारीहरू कहलाउँछौ तर... चिठीमा पनि लेख्छौ शिवबाबा मार्फत ब्रह्मा। उहाँ शिवबाबा त गुप्त हुनुभयो। तर मानिसहरूलाई कसरी थाहा हुन्छ, ब्रह्मा त प्रजापिता हुन्। त्यसैले सारा दुनियाँ उनका बच्चाहरू हुन्। प्रजापिता हुन् नि! ड्रिल सिकाउने त निराकार बाबा हुनुहुन्छ। उहाँ गुप्त हुनुहुन्छ। गुप्त भएका हुनाले मानिसहरूलाई यो कुरा बुझ्न पनि कठिनाई हुन्छ। ब्रह्मालाई त भगवान भनिँदैन। यहाँ नाम नै देखाउँछन्– ब्रह्माकुमार-कुमारीहरू अर्थात् ब्रह्माका सन्तान। कोही आउँदा उनीहरूलाई सम्झाउनु छ– यो नयाँ दुनियाँको रचना गर्ने ब्रह्मा होइनन् निराकार बाबा हुनुहुन्छ। जसले ब्रह्माद्वारा रचना रच्नुहुन्छ। पारलौकिक परमपिता परमात्माले ब्रह्माद्वारा रचना गर्नुहुन्छ अर्थात् यो दुनियाँ सुप्रिम सोल, परमात्माको रचना भयो।

तिमी बच्चाहरूले पत्रको माथि लेख्छौ शिवबाबा मार्फत ब्रह्मा। त्यसैले यो पनि याद गर्ने युक्ति हो। शिवबाबाले सिकाउनुहुन्छ ब्रह्माद्वारा। बस् केवल भन्नुहुन्छ मनमनाभव, अरू कुनै कष्ट दिइँदैन, केवल भनिन्छ– तिमीले आफ्नो उन्नति चाहन्छौ र सचखण्डको मालिक बन्न चाहन्छौ भने सचखण्ड स्थापन गर्ने त एक मात्र सत्य बाबा हुनुहुन्छ, उहाँलाई याद गर। बेहदका बाबा नै आएर बच्चाहरूलाई भन्नुहुन्छ– मलाई याद गरेमा पापहरूबाट मुक्त हुन्छौ। परमपिता परमात्मा बाहेक श्रीकृष्णलाई पतितपावन भनिँदैन। अरू कुनै नाम लिँदैनन्। परमपिता परमात्मा नै भन्छन्। सबैले उहाँलाई फादर, पिता भन्छन्, फेरि उहाँलाई सर्वव्यापी कसरी भन्न सक्छन्।

भन्छन्, उहाँ आउनुहुन्छ मुक्त गर्नको लागि। यो कुरा मानिसहरूलाई थाहा

छैन। त्यसैले कल्पको अवधि नै उल्टो लेखिदिएका छन्। अब बच्चाहरूले यो ड्रिल गर्नु छ। ज्ञान त मिलेको

छ। बसेको बेलामा आफूलाई देही, आत्मा सम्झेर बाबालाई याद गरेमा विकर्म विनाश हुन्छ। टिचर अगाडि गद्दीमा बस्नुहुन्छ अनि सुहाउँछ। नियम छ, ड्रिल गराउनको लागि टिचर अवश्य हुनुपर्छ। कोही ठुला टिचर त कोही साना टिचर हुन्छन्। अब तिम्रो परीक्षा लिने कुनै आवश्यकता छैन किनकि तिमी आफैलाई थाहा छ, हामीले कति समय परमप्रिय बाबालाई याद गर्छौं। ब्रह्मा कुनै परम प्रिय बाबा होइनन्। परम प्रिय बाबा उहाँ हुनुहुन्छ, जो सदा पावन हुनुहुन्छ। तिमी बच्चाहरूलाई थाहा छ, सबैभन्दा प्यारो को हुनुहुन्छ। मानिसहरूले परमात्मालाई नै हे दुःखहर्ता सुखकर्ता भनेर याद गर्छन्। उहाँलाई दुःखहरूबाट मुक्त गर्ने अर्थात् मुक्तिदाता पनि भन्छन्। त्यसैले तिमी बच्चाहरू आफैले पुरुषार्थ गर्नु छ। ड्रामा प्लान अनुसार यो दुनियाँ पावन हुनु नै छ र पावन दुनियाँ बन्नको लागि आगो लाग्नु छ। आगो कसरी लाग्नेछ, यो पनि तिमीलाई थाहा छ। विनाश नभई दुनियाँ पावन बन्न सक्दैन। यो हो रुद्र ज्ञान यज्ञ... रुद्र र शिवमा कुनै फरक छैन। तर शिव नाम मुख्य हो। बाँकी त आआफ्नो भाषामा अनेक नाम राखिदिएका छन्। वास्तविक नाम शिव हो। शिवजयन्ती पनि मनाउँछन्। भारतभूमिमा नै शिवजयन्ती प्रसिद्ध छ। शिवजयन्ती बेहदका बाबाको हुन्छ भने अवश्य उहाँ आउनुहुन्छ पनि होला। शिवबाबाको नाम प्रसिद्ध छ। ब्रह्माद्वारा स्वर्गको स्थापना गराउनुहुन्छ। त्यसैले उहाँ उच्चभन्दा उच्च बाबालाई याद गर्नुपर्छ। ब्रह्मा उच्चभन्दा उच्च होइनन्। वास्तवमा ब्रह्मा उच्चभन्दा उच्च बन्छन्। फेरि तल पनि झर्छन्। तिमी बी.के. पनि तल थियौ, अब उच्च बनिरहेका छौ। एकदम उच्च बाबाको घर जान्छौ। तिमी यतिबेला त्रिकालदर्शी बनिरहेका छौ। तिमी आफैलाई थाहा छ, हामी नै स्वदर्शन चक्रधारी हौँ। हामीले ब्रह्माण्ड र सृष्टिको आदि-मध्य-अन्त्यलाई जान्दछौँ। ब्रह्माण्ड अर्थात् उच्च स्थान, जहाँ सबै आत्माहरू निवास गर्छन्। दुनियाँमा अरू कोही छैन जसले सम्झाउँछ– मूलवतनमा आत्माहरू रहन्छन्। विश्व र ब्रह्माण्ड छुट्टाछुट्टै हुन्। आत्माहरू निर्वाणधाममा रहन्छन्, जसलाई शान्तिधाम भनिन्छ। त्यो धाम सबैलाई प्यारो लाग्छ। त्यसको असली नाम निर्वाणधाम वा शान्तिधाम हो। आत्माको स्वरूप शान्त हो। एउटा शान्तिधाम, फेरि हुन्छ मुभीधाम वा इसाराको दुनियाँ र यो हो टकीधाम वा आवाजको दुनियाँ। मुभीधाममा धेरै समय बस्नुपर्दैन। शान्तिधाममा त धेरैजना बस्नुपर्छ, अरू कुनै स्थान हुँदैन। आत्माले बाबालाई र घरलाई याद गर्दा माथि नै याद गर्छ। बीचको धामलाई त तिमीहरूबाहेक अरू कसैले जान्दैनन्। मानिसहरूलाई त त्यति ज्ञान छैन। केवल भन्छन्– ब्रह्मा, विष्णु, शङ्कर सूक्ष्मवतनमा रहन्छन्। बाँकी तिनीहरूको कर्तव्यको विषयमा कसैलाई थाहा छैन। तिनीहरूले ८४ जन्म लिन्छन्। ब्रह्मा सो विष्णु, विष्णु सो ब्रह्मा हुन्। यो छोटो अवधिको लिपयुग हो। जसरी पुरुषोत्तम मास भनिन्छ, त्यसरी नै यो लिपयुग थोरै समयको हुन्छ। यो तिम्रो हिराजस्तो उत्तम बन्ने उच्च जन्म हो। शूद्रबाट ब्राह्मण बन्नु सबैभन्दा उत्तम हो। ब्राह्मण बन्यौ भने हजुरबुवाको वर्सा लिने हकदार बन्छौ।

बाबाले तिमी बच्चाहरूलाई भन्नुहुन्छ– प्यारा बच्चाहरू सदैव मनमनाभव! बाबाको शुभ सन्देश सबैलाई दिइराख। बाबालाई भनिन्छ नै– मेसेन्जर वा ईश्वरीय सन्देशवाहक, अरू कोही पनि मेसेन्जर अथवा पैगम्बर होइनन्। उनीहरूले त आएर आफ्नो धर्म स्थापन गर्छन्। पैगम्बर केवल एक हुनुहुन्छ, उहाँले नै आएर तिमीलाई पवित्र बन्ने सन्देश दिनुहुन्छ। उनीहरू आउँछन्– धर्म स्थापन गर्न। उनीहरू कुनै फर्काएर लैजाने गाइड होइनन्। सद्गतिदाता त एक मात्र सद्गुरु

हुनुहुन्छ। सत्य बोल्ने, सच्चा बाटो बताउने त एक मात्र परमपिता परमात्मा शिव हुनुहुन्छ। त्यसैले तिमी बच्चाहरूले धेरै गुप्त मेहनत गर्नु छ। अहिले तिमीलाई थाहा भएको छ, हामीले यो देहलाई भुलेर एक बाबालाई याद गर्नु छ। शरीर छुट्यो भने सारा दुनियाँ छुट्छ। आत्मा एक्लो बन्छ। बाबा भन्नुहुन्छ– देहीअभिमानी बन्यौ भने फेरि कुनै पनि इष्टमित्र याद आउँदैनन्। म आत्मा हुँ, म बाबाको समीप जान्छु। बाबाले राय दिनुहुन्छ– तिमी मेरो समीप कसरी आउन सक्छौ। यी बाबा पनि प्रसिद्ध छन्। यिनीद्वारा बाबा सबै आत्माहरूको गाइड बनेर लामखुट्टेसरह फर्काएर लैजानुहुन्छ। यो यथार्थ ज्ञान केवल तिमी बच्चाहरूको बुद्धिमा छ। तिमीलाई पाण्डव सेना पनि भन्छन्। पाण्डवपति स्वयं साक्षात् परमपिता परमात्मा हुनुहुन्छ, जसले तिमी बच्चाहरूलाई ड्रिल सिकाइरहनुभएको छ, हुबहु कल्प पहिला अनुसार। विनाश भइसकेपछि सबै आत्माहरू शरीर छोडेर जानेछन्। सत्ययुगमा जुनबेला थोरै आत्माहरू हुन्छन्, त्यतिबेला एक राज्य हुन्छ। अहिले अनेक राज्य छन्, फेरि अवश्य एक राज्य हुनेछ। यो ज्ञान सारा दिन बुद्धिले याद गर्नु छ। बच्चाहरूले प्रदर्शनीमा पनि सम्झाउनु छ। नयाँ दिल्ली हुँदा नयाँ भारतवर्ष थियो। एउटै आदि सनातन देवीदेवता धर्म थियो। आदि सनातन कुनै हिन्दु धर्म थिएन। हामी ब्राह्मण सो देवता बन्छौँ। यो कुरा अरू धर्मका आत्माहरूले मान्दैनन्। जो पहिला आउँछन्, उनीहरूले नै ८४ जन्म लिन्छन्। यी एकदम सहजै बुझ्ने कुराहरू हुन्। अहिले तिमी बच्चाहरूको बुद्धिमा छ, अब नाटक पूरा हुन्छ। नाटकका सबै कलाकारहरू आइसकेका छन्। तिमीहरूले ८४ जन्म पूरा गरेका छौ, अब फेरि घर जानु छ किनकि तिमीहरू धेरै थाकेका छौ नि! भक्तिमार्ग हो नै थाक्ने मार्ग। बाबा भन्नुहुन्छ– अब मलाई याद गर, अरूलाई पनि सन्देश दिइराख– देहसहित देहका सबै धर्म छोडेर आफूलाई आत्मा सम्झेर बाबालाई याद गर। अशरीरी बन्यौ भने पावन बन्छौ किनकि अब फर्केर घर जानु छ। मृत्यु सामुन्ने उभिएको छ।

यहाँ पनि तिमी बच्चाहरू बाबाको समीप सम्मुख रिफ्रेस हुन आउँछौ। बाबाले बच्चाहरूलाई सम्मुख सम्झाउनुहुन्छ– प्यारा बच्चाहरू! देह अभिमान छोडेर म एकलाई याद गर। यो पुरानो दुनियाँ अब खतम हुनु छ। तिमीले एक बाबालाई याद गरेर पवित्र बन्यौ भने पवित्र दुनियाँको मालिक बन्छौ। मेहनत गरेनौ भने फल पनि मिल्दैन। फेरि सजाय खानुपर्नेछ। बाबा भन्नुहुन्छ– आफ्नो कमाइ जम्मा गरिराख र अरूलाई पनि निमन्त्रणा देऊ। बाबाले देखाउनुभएको बाटो पनि बताऊ। तिमी बच्चाहरू पनि कल्याणकारी बन्नु छ। आफ्ना इष्टमित्रहरूको पनि कल्याण गर्नु छ। यहाँ तिमीलाई देहीअभिमानी बनाइन्छ। बाबाले महामन्त्र दिनुहुन्छ। प्राचीन योग बाबाले नै आएर सिकाउनुभएको छ, जसको लागि नै भनिन्छ– योग अग्निबाट पाप दग्ध हुन्छ, कल्प पहिला पनि यही इसारा मिलेको थियो। बाबाले इसारा दिनुहुन्छ– आफूलाई आत्मा सम्झेर मलाई याद गर। बस्न आफ्नै गृहस्थ व्यवहारमा बस। गायन गरिएको पनि छ– शरण परेँ म हजुरको। यस्तो पनि हुन्छ– कोही दुःखी भएभने गएर धेरै शक्तिशालीको शरण लिन्छन्। यहाँ त यथार्थमा छ। जुनबेला धेरै दुःख देख्छन्, सहन गर्न सक्दैनन्, लाचार हुन्छन्, अनि फेरि दौडेर आएर बाबाको शरण लिन्छन्। सद्गति त बाबाबाहेक अरू कसैले दिन सक्दैन। तिमी बच्चाहरूलाई थाहा छ, पुरानो दुनियाँ विनाश हुनु छ। त्यसको तयारी भइरहेको छ, यता तिम्रो स्थापनाको तयारी भएको छ र उता विनाशको तयारी भएको छ। स्थापना भयो भने विनाश पनि अवश्य हुनु छ। तिमीलाई थाहा छ, बाबा आउनुभएको छ स्थापना गराउन, यिनीद्वारा वर्सा पनि अवश्य मिल्छ। बाँकी प्रेरणाबाट कहाँ काम चल्छ र! तिमीले टिचरलाई कहाँ भन्छौ र! हामीले हजुरको प्रेरणाबाट पढ्छौँ। प्रेरणाबाट सबैथोक हुन्थ्यो भने शिवजयन्ती किन मनाइन्थ्यो? प्रेरणाबाट गर्नेको त शिवजयन्ती मनाउने आवश्यकता हुँदैन। जयन्ती त सबै आत्माहरूको हुन्छ। आत्माहरू सबै जीवमा आउँछन्। आत्मा र शरीर मिलेपछि पार्ट खेल्छन्। आत्माको स्वधर्म त शान्ति हो, त्यसमा नै ज्ञानको धारण हुन्छ।

आत्माले नै राम्रो वा नराम्रो संस्कार लैजान्छ। बाबा त स्वर्गको रचयिता हुनुहुन्छ। त्यहाँ त पवित्रता नै हुन्छ। अपवित्रताको नामनिसान हुँदैन। यो विषय सागर हो। कति स्पष्ट सम्झाइन्छ, तैपनि कसैको बुद्धिमा आउँदैन तर तिमीले कसैलाई पनि दोष दिँदैनौ। ड्रामाको बन्धनमा सबै बाँधिएका छन्।

तिमीले बुझेका छौ– तिमी सिँढीबाट माथिदेखि तल ओर्लिएका छौ। ड्रामा अनुसार हामीले ओर्लिनु नै छ, फेरि बाबा भन्नुहुन्छ– अब चढ्नको लागि पुरुषार्थ गर्नु छ। तर जसको तकदिरमा छैन, उनीहरूले यस्तो भन्छन्। जसले यस्तो भन्छन्, उनीहरूबाट बुझिन्छ– यिनको तकदिरमा छैन। २-४ वर्ष ज्ञानमा चल्दाचल्दै पनि गिर्छन्। महसुस पनि गर्छन्– हामीले ठुलो भुल गरेछौँ। ठुलो चोट खायौँ। यो पनि आधाकल्पको रोग हो, कम होइन। तिनीहरू आधाकल्पका रोगी हुन्। भोगी बनेपछि रोगी बन्छन्। त्यसैले बाबा आएर पुरुषार्थ गराउनुहुन्छ। श्रीकृष्णलाई योगेश्वर भन्छन्। यतिबेला तिमी सच्चा सच्चा योगी हौ, योगेश्वरले तिमीलाई योग सिकाउनुहुन्छ। तिमी ज्ञानज्ञानेश्वर पनि हौ, फेरि राजराजेश्वर बन्छौ। ज्ञानबाट तिमी धनवान बन्छौ, योगबाट निरोगी सदा स्वस्थ बन्छौ। आधाकल्पको लागि तिम्रा सबै दुःखहरू हट्छन्, त्यसैले यसको लागि कति पुरुषार्थ गर्नुपर्छ। 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) पावन बन्नको लागि अशरीरी बन्ने अभ्यास गर्नु छ। सबैलाई सन्देश दिनु छ– एक बाबालाई याद गर। देहसहित सबै थोक भुलिदेऊ।

२) योगेश्वर बाबाबाट योग सिकेर सच्चा सच्चा योगी बन्नु छ। ज्ञानबाट धनवान र योगबाट निरोगी, सदा स्वस्थ बन्नु छ।

वरदानः– निमित्त बनेका आत्माहरूद्वारा कर्मयोगी बन्ने वरदान प्राप्त गर्ने मास्टर वरदाता भव

कुनै पनि कुरा साकारमा देखिएपछि त्यसलाई छिट्टै ग्रहण गर्न सकिन्छ, त्यसैले निमित्त बनेका जुन श्रेष्ठ आत्माहरू छन्, उनीहरूको सेवा, त्याग, स्नेह, सबैको सहयोगीपनको यथार्थ कर्म देखेर जुन प्रेरणा मिल्छ, त्यही वरदान बन्छ। निमित्त बनेका आत्माहरूलाई कर्म गर्दा यी गुणहरूको धारणामा देखेपछि सहजै कर्मयोगी बन्नेजस्तो वरदान मिल्छ। जसले यस्ता वरदान प्राप्त गरिरहन्छन्, उनीहरू स्वयं पनि मास्टर वरदाता बन्छन्।

स्लोगनः– नामको आधारमा सेवा गर्नु अर्थात् उच्च पदमा नाम पछाडि पार्नु हो।

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

पवित्रताको निसानी हो– स्वच्छता, सत्यता। सारा दिनमा चाहे उठ्नमा, चाहे बस्नमा, चाहे बोल्नमा, चाहे सेवा गर्नमा, चाहे स्थूल सेवा गर्छौ वा सूक्ष्म सेवा गर्छौ तर विधिपूर्वक गरेका छैनौ, विधिमा पनि अलिकति अन्तर रह्यो भने त्यो पनि स्वच्छता अर्थात् पवित्रता हुँदैन। अपवित्रता

केवल कसैलाई दुःख दिनु वा पाप कर्म गर्नु होइन बरू स्वयंमा सत्यता, स्वच्छता विधिपूर्वक अनुभव गर्छौ भने पवित्र हौ।