

Exercez votre esprit avec les cinq formes toutes les heures et rendez-le puissant.

Puisque Shiv Baba est votre monde (sansaar), rendez aussi vos sanskars semblables aux Siens.

Aujourd'hui, BapDada est venu rencontrer tous les enfants de la terre unique, la terre *originelle*. Vous savez tous combien cette terre est belle, adorable, n'est-ce pas ? BapDada est également venu de cette terre pour rencontrer tous les enfants. Les enfants ont le bonheur de rencontrer le Père et le Père a le bonheur de rencontrer les enfants. Aujourd'hui, BapDada voit tous les enfants dans leurs cinq formes et c'est pourquoi le mémorial des 5 visages de Brahma existe. Vous connaissez vos cinq formes, n'est-ce pas ? La toute première est celle d'un point de lumière ; est-elle apparue face à vous ? C'est une forme tellement belle et étincelante ! La seconde forme est celle de déité. C'est également une forme tellement belle et unique. La troisième est la forme du milieu du cycle, la forme digne d'adoration. La quatrième est la forme de brahmine de l'âge de confluence, qui est, elle aussi, tellement élevée et la cinquième est la forme angélique. Les cinq sont toutes tellement belles ! Aujourd'hui, les enfants, BapDada vous enseigne *l'exercice* pour l'esprit parce que parfois, l'esprit vous attire. Donc aujourd'hui, BapDada vous enseigne *l'exercice* pour rendre votre esprit constant et stable. Tout au long de la journée, exercez-vous avec ces cinq formes et faites l'expérience, dans votre esprit, de la forme à laquelle vous pensez, quelle qu'elle soit. Par exemple, lorsque vous dites : « point de lumière », la forme étincelante vous apparaît. De même, faites apparaître ces cinq formes face à vous et faites-en l'expérience. Toutes les heures, faites cet *exercice* pendant cinq *secondes*. Ou bien cinq *minutes*. Prenez bien conscience de chaque forme et faites-en l'expérience. Maintenez votre esprit *occupé* dans cet *exercice* spirituel parce qu'avec cet exercice, votre esprit sera toujours bien positionné. De même que *l'exercice* physique maintient le corps en bonne santé, cet *exercice* maintiendra votre esprit fort. Concentrez-vous sur cette forme avec votre esprit pendant ne serait-ce qu'une seconde. Sentez-vous que c'est facile ou trouvez-vous cela difficile ? Cela ne vous semblera pas difficile parce que vous avez fait cet exercice de nombreuses fois. Vous l'avez fait à chaque cycle. Ce n'est pas difficile de faire apparaître face à vous votre propre forme. En faisant ainsi apparaître chaque forme face à vous, vous ferez l'expérience de la spécialité de chacune d'elles. Parfois, certains enfants disent qu'ils veulent faire l'expérience de ces cinq formes, mais que leur esprit part ailleurs. Au lieu de concentrer votre esprit quelque part aussi longtemps que vous le souhaitez, vous avez des pensées incorrectes et ruineuses. Parfois, l'esprit se montre négligent. BapDada veut que vous fassiez l'expérience de cet exercice pendant cinq *secondes* ou cinq *minutes* chaque heure. Faites-le pendant cinq minutes et ensuite faites fonctionner votre esprit dans cette

direction. C'est bien d'avancer de cette façon, n'est-ce pas ? Ensuite, engagez-vous dans votre travail parce que vous devez faire votre travail. Vous ne pouvez pas avancer sans faire votre travail. Vous faites tous le service du yagya et du monde et vous devez le faire. Après avoir fait cet *exercice* de cinq *minutes*, engagez-vous à nouveau dans le travail que vous étiez en train de faire. Y en a-t-il un parmi vous qui n'a pas cinq minutes ou cinq secondes ? Y a-t-il quelqu'un ? Levez la main ! Y a-t-il quelqu'un qui n'ait pas cinq minutes ? Oui ? Vous pouvez tous trouver le temps. Donc, encore et encore, faites cet exercice et vous aurez alors de l'ivresse en faisant votre travail parce que le mantra du Père est *manmanabhav*. Avec ce mantra et l'expérience de l'esprit, votre esprit deviendra une arme pour vous permettre de triompher de Maya parce que BapDada vous a dit qu'à mesure que le temps avance, vous allez devoir mettre un *point final* en une *seconde*. En faisant cet *exercice*, vous recevrez de l'aide pour devenir *manmanabhav* parce que BapDada a vu que dès que vous donnez une conférence ou un message, que dites-vous ? Vous dites que vous allez transformer le monde. Puisque vous allez transformer le monde, commencez par rendre votre esprit puissant de façon à pouvoir avoir les pensées que vous souhaitez avoir à tout instant. Donnez-lui un *ordre* en une *seconde* tout comme vous en donnez à votre corps et à vos organes physiques : « Lève-la (main) ! Baisse-la ! ». C'est ce que vous faites, non ? Ainsi, votre esprit sera préservé de tout ce qui est ruineux et incorrect. Vous êtes les maîtres de votre esprit. Vous dites : « Mon esprit » ! « Mon esprit » devrait donc rester en ordre à ce point et c'est pour cela que BapDada vous a montré cet exercice de l'esprit.

BapDada a vu que chaque enfant veut devenir le conquérant de l'esprit et le conquérant du monde et c'est pourquoi, avant que l'heure arrive, vous devez vous exercer à stabiliser facilement votre esprit où vous le voulez. Ainsi, aujourd'hui, BapDada veut que chaque enfant devienne tellement puissant que son esprit, son intellect et ses sanskars suivent ses ordres dans toutes ses pensées. Ceux qui ont cette pratique deviendront assurément les conquérants du monde. Vous avez tous de l'amour pour BapDada et pour la famille. Les enfants aiment le Père et le Père a encore plus d'amour pour les enfants. Les enfants ont donc été très habiles. En disant : « Mera Baba, mera Baba » (Mon Baba !), vous avez fait en sorte qu'Il vous appartienne. Chaque enfant dit avec foi ; « Mon Baba ! » et le Père dit : « Mes enfants ! ». Le mot « mon » ou « mes » a fait des merveilles ! Chacun de vous a tant d'enthousiasme dans son cœur ! « Mon Baba, Baba chéri ! » et le Père aussi répète : « Mes enfants ! ». Maya peut vous faire la guerre à tout instant parce que vous avez été proches d'elle pendant la moitié du cycle, n'est-ce pas ? Donc Maya aussi va vous aimer, n'est-ce pas ? C'est pourquoi elle essaie encore et encore de venir vous voir. Cependant, quand vous dites : « Mon Baba » du fond du cœur, vous recevez la coopération du Père. Si vous dites : « Mon Baba » une seule fois du fond de votre cœur, le Père est obligé de vous donner une coopération puissante multipliée par mille. C'est votre expérience, n'est-ce pas ? Donnez simplement une forme *concrète* à cette expérience au bon

moment.

En voyant un aspect chez les enfants, le cœur de BapDada est amusé. Savez-vous de quoi il s'agit ? Vous dites tous que Baba est votre monde. Vous dites tous, n'est-ce pas, que le Père est votre monde. Vous le dites, non ? Ceux qui disent que le Père est leur monde, levez la main ! *Achcha*. Le Père est votre monde. Vous n'avez pas d'autre monde, n'est-ce pas ? Vous n'avez pas d'autre monde, mais qu'avez-vous d'autre ? Des sanskars. Puisque le Père est votre monde (sansaar), vous n'en avez pas d'autre. Il n'y a pas d'autre monde ; mais comment les sanskars naissent-ils ? A l'heure actuelle, selon le moment, BapDada veut effacer le mot « sanskars ». Peut-il être effacé ? Le peut-il ? Ceux qui pensent que leurs sanskars ne peuvent plus devenir des obstacles et qui peuvent avoir cette pensée déterminée, ceux qui ont cette détermination, pouvez-vous aujourd'hui même faire l'effort déterminé d'en finir avec les sanskars ? Non pas : « Je le ferai, j'y penserai, je verrai... », mais « Oui, assurément, je dois le faire ». C'est le travail des sanskars de se manifester et le vôtre, les enfants, est vraiment d'y mettre un terme. En avez-vous le courage ? Avez-vous ce courage ? Vous avez déjà levé la main, mais à présent vérifiez si vous faites tout concrètement conformément à vos pensées. Ceux qui sentent que le Père a dit quelque chose, que c'est le devoir du Père de donner un but et que le devoir des enfants est assurément de faire ce que le Père a demandé doivent fixer une *date* pour cela. De même que les dévots ont fixé une *date* pour célébrer Shiv Ratri, fixez une *date* pour cela. Si vous n'êtes pas en mesure de fixer une date pour cela de façon collective, que chacun d'entre vous fixe une date au moins pour lui-même. Pouvez-vous le faire ? Si vous le pouvez, levez la main ! Alors, l'avez-vous fixée ? Si vous pouvez le faire, l'avez-vous fait ? Les doubles étrangers, avez-vous fixé une date ? Ceux qui sont assis devant, l'avez-vous fixée ? Quelle que soit la date que vous avez fixée, donnez-la à BapDada par écrit. BapDada félicitera les enfants qui réussiront leur examen avec courage. Il chantera alors les chansons des enfants : « Ouah, les enfants, ouah ! ». Il célébrera une *cérémonie*. BapDada organisera une *cérémonie* pour ceux qui auront eu une pensée déterminée et qui l'auront *concrétisée* parce qu'il y aura bien sûr une différence, n'est-ce pas ? Quelle que soit la date que vous avez fixée, en vous en rapprochant, vous vous rapprocherez aussi de votre but, n'est-ce pas ? Il commencera à y avoir une différence. BapDada organisera une *cérémonie* pour ceux qui seront devenus complets conformément à la date qu'ils auront fixée. Si vous le faites intérieurement, ceux qui vous observent pourront le *vérifier* parce qu'ils viendront en connexion avec vous, non ? Les sanskars font surface quand vous êtes les uns avec les autres, n'est-ce pas ? BapDada a vu que chaque enfant a l'ivresse pure d'être un maître à l'autorité toute-puissante. Vous êtes des maîtres, n'est-ce pas ? Puisque vous êtes des maîtres à l'autorité toute-puissante, ceux qui ont tous les pouvoirs, concrétiser une pensée est également un pouvoir, n'est-ce pas ? *Achcha*.

Ceux qui sont venus pour la *première fois* aujourd'hui, levez-vous ! Regardez, beaucoup sont venus ! BapDada vous félicite. Félicitations, félicitations, félicitations pour être venus à Madhuban ! BapDada sent que vous êtes venus avant que la pancarte « *Trop tard* » soit levée et par conséquent, toute la famille a cet espoir pur – BapDada a de toute façon toujours cet espoir pur, et toute la famille aussi a cet espoir – que vous ferez instantanément des efforts *doubles* et irez *vite* bien que vous soyez venus *tard*. Avez-vous ce courage ? Ceux qui sont venus aujourd'hui pour la première fois, avez-vous ce courage que bien qu'étant venus les *derniers*, vous irez vite et deviendrez les *premiers* ? Dans le *premier rang*. Il n'y en a pas qu'un seul qui est premier. Venir en *premier* veut dire dans la *première classe*. Est-ce possible ? Ceux parmi vous qui pensent pouvoir *aller* vite et devenir les *premiers*, levez la main ! Avez-vous foi en vous-mêmes ? *Achcha*. Ceux du fond, levez la main ! Est-ce possible ? *Achcha*. Il y en a quelques-uns. La famille entière et BapDada veulent coopérer avec vous et vous faire progresser ; c'est pourquoi quel que soit le centre d'où vous êtes venus, dans ce centre, rappelez-vous votre promesse encore et encore. C'est possible. Ce n'est pas impossible. C'est possible, mais cela nécessite une *attention double*. Si vous allez vite étant venus en dernier et que vous le montrez à tous, vos jours d'efforts intenses seront célébrés au centre. Vous organiserez une cérémonie. Tout le monde a cet enthousiasme dans son cœur de devenir égal au Père rapidement et de le montrer à tous. Quand les enfants parlent à BapDada à l'amrit vela, Il est content : « Ouah, les enfants, ouah ! ». Le Père donne à chaque enfant, jeune ou ancien, beaucoup, beaucoup de bénédictions du fond de Son cœur. Lorsque vous faites un pas, le Père fait mille pas d'aide parce que la transformation du temps avance maintenant très vite. *Achcha*.

Les sevadharis sont venus de Delhi et d'Agra : BapDada a vu que depuis le début, Delhi a mis de la nouveauté dans le service. C'est bien ce que vous avez fait, n'est-ce pas ? C'est ce qu'a fait Delhi. Donc, maintenant, créez une nouvelle invention pour le service. Les conférences et les programmes que vous avez organisés sont très bien, car ils ont permis une certaine expansion et les gens sont venus en relation avec vous. Tout ce que vous faites est bien, mais vous organisez ces programmes depuis longtemps. Désormais, créez quelque chose de nouveau, de sorte que ceux qui font le service ressentent un nouvel entrain et enthousiasme. Vous allez le faire, n'est-ce pas ? C'est bien. Créez de l'enthousiasme chez tous et faites en sorte qu'ils soient *occupés* dans ce service. Ceux qui donnent des conférences restent occupés par les grands programmes et les autres ne font que les accompagner. C'est également nécessaire mais désormais, inventez quelque chose de nouveau dans lequel les âmes de *qualité* soient occupées parce que Delhi doit être la capitale. Ceux de Delhi doivent donc créer de nouvelles inventions. OK ? Allez-vous tous le faire ? Levez la main ! C'est bien. Tout le monde peut créer ce service. Les nouveaux peuvent également l'inventer. Si quelqu'un pense à quelque chose, vous pouvez écrire au *siège*, à Madhuban. Tout le monde a sa *chance*. *Achcha*. Ceux de Delhi

devraient revendiquer le *premier rang* dans leurs efforts. BapDada dit déjà depuis longtemps que chaque centre, à Bharat ou à l'étranger, ainsi que tous les centres qui y sont reliés, devraient rester libres des obstacles pendant six mois. Aucun obstacle ne devrait venir. Libre des obstacles ! Si vous obtenez le *premier rang*, nous célébrerons la journée libre des obstacles. BapDada vous dit de le faire durant six mois et après vous être ainsi exercés, l'habitude sera prise. Pour gagner ce prix, Baba vous donne six mois. Quel rang Delhi obtiendra-t-elle ? Le *premier rang*. BapDada est content. Toute la famille aussi est contente. Ceux qui sont contents devraient être révélés. Que ce soit dans le service ou dans les disciplines qui ont été instaurées, BapDada a demandé des noms, mais pour le moment aucun nom n'est ressorti. Même si ce n'est pas au niveau des régions, au moins si les endroits reliés au centre principal le font, BapDada acceptera ce résultat. Vous devez maintenant faire de grands pas très vite. Pourquoi ? Tout peut arriver de façon soudaine. Baba ne donnera pas de date. *Achcha*.

La région d'Agra : Agra doit effectuer un tel travail et un tel service parce qu'Agra est très célèbre *aux yeux du gouvernement*. Ceux d'Agra devraient faire un service tel que le *Gouvernement Tout Puissant* devienne célèbre. Faites quelque chose qui soit à la mesure du Taj Mahal (à Agra). Vous avez beaucoup d'espoir. Félicitations pour l'espoir. Qu'allez-vous faire ? En combien de temps allez-vous le faire ? (*Nous allons avoir une mela - rencontre - et un mega-programme*). Tout le monde fait des mega-programmes, mais inventez quelque chose de nouveau qu'aucun autre endroit n'a encore fait. Tout le monde veut voir Agra. Le gouvernement a le Taj Mahal et en fait la publicité. C'est pour cela qu'Agra est connue de tous. Maintenant, faites un tel travail. Pensez-y. Pensez-y à l'Amrit Vela et vous aurez une *inspiration*, un « *touching* ». Cela vous convient-il ? Les professeurs, levez la main ! Vous êtes nombreux. Alors, faites de telles merveilles. BapDada dit à tous les enfants : « Faites quelque chose de nouveau maintenant ». Selon le moment, tout ce qui se passe maintenant est nouveau, mais créez une nouvelle invention. Toutes les régions peuvent le faire, mais que ce soit nouveau. BapDada aime chaque enfant et Il connaît la spécialité de chacun. Chacun a une spécialité, mais certains la mettent en pratique alors qu'elle reste cachée pour d'autres et c'est pourquoi le Père dit que chaque enfant est adorable, longtemps perdu et maintenant retrouvé. Le Père veut que vous voliez constamment et que vous fassiez voler les autres.

Tous les enfants de partout sont ceux qui sont spécialement aimés par le cœur du Père. Chacun de vous, les enfants, éveille constamment et doit continuer à faire naître ce but dans sa conscience : « Je dois faire des efforts intenses et révéler le Père de sorte que le cœur de chacun dise : "Mon Père est venu" ». BapDada perçoit de telles pensées d'ardeur et d'enthousiasme en ce moment. La majorité d'entre vous a cette ardeur et cet enthousiasme dans votre cœur. Le souhait de BapDada est que ce message touche maintenant tout le monde, le plus vite possible. Personne ne devrait en être privé. Tous

devraient revendiquer quelque chose en héritage, peut-être pas la libération dans la vie, mais au moins la libération, avec amour, parce que le Père doit donner un héritage à tout le monde. Plus vous permettez à beaucoup d'âmes de recevoir leur héritage, plus vous revendiquerez l'héritage du droit à votre royaume. Beaucoup, beaucoup d'amour et de bénédictions de la part de BapDada à tous les enfants de partout. *Achcha*.

Bénédiction: Puissiez-vous être bienveillants envers tous et remporter le succès dans le service que vous faites par votre renoncement et votre tapasya.

De même qu'on peut faire l'expérience d'un feu physique d'une certaine distance, que l'éclat de votre renoncement et de votre tapasya attirent toute le monde de loin. En plus d'être des serviteurs, soyez aussi des renonciateurs et des personnifications de la tapasya. On pourra alors faire instantanément l'expérience du fruit de votre service. Renonciateur veut dire que pas une de vos anciennes pensées et pas un de vos vieux sanskars ne sont visibles. Tapaswi signifie que rien ne doit être visible dans votre drishti hormis la pleine conscience dans votre intellect et la nature de soi en tant qu'âme. Quelle que soit la pensée déterminée que vous créez, si le bien-être de chaque âme y est inclus, elle sera considérée comme bénéfique pour tous.

Devise: Afin d'aller au-delà de la conscience du corps, ne regardez pas la forme, l'apparence, mais regardez l'être conscient et son comportement.

***** Om Shanti *****

Signal Avyakt : Afin de rester constamment joyeux, soyez d'une nature facile et tolérants.

Vous êtes tous des maîtres créateurs du monde. Quand vous aurez cette conscience, vous développerez facilement la vertu de l'humilité. Si vous avez l'humilité, autrement dit une nature facile de façon spontanée, toutes les autres vertus viennent alors *automatiquement*. Commencez par être stables dans la conscience constante de cette forme et ensuite, pensez et agissez. Toutes les petites choses qui viennent s'opposer à vous, auxquelles vous devez faire face, vous sembleront alors comme des jeux qui amusent les petits enfants devant des adultes aînés qui ne sont pas du tout affectés.