

**Essence:** Doux enfants, rester dans le souvenir du Père est un délicieux toli que vous devez sans cesse distribuer aux autres. Cela veut dire que vous devez continuer à présenter Alpha et beta à tous.

**Question:** Quelle est la méthode facile qui vous permet de rester constamment dans le souvenir?

**Réponse:** Afin de rester en permanence dans le souvenir, oubliez votre corps et toutes vos relations corporelles. Tout en marchant et en vous déplaçant, pratiquez le souvenir. Si, quand vous êtes assis en yoga, vous vous souvenez, ne serait-ce que de la lumière rouge, votre yoga se brisera. Vous serez incapables de rester en permanence dans le souvenir. Ceux qui veulent que quelqu'un en particulier conduise pour eux la méditation sont incapables de rester en yoga.

**Chanson:** Ô voyageur de la nuit, ne sois pas fatigué, la destination de l'aube n'est pas loin...

Om shanti. C'est une question de yoga, parce que c'est maintenant la nuit. L'âge de fer est appelé la nuit, et l'âge d'or, le jour. Vous allez maintenant de la nuit de l'âge de fer vers le jour de l'âge d'or. C'est pourquoi vous devez oublier la nuit et vous souvenir du jour. Vous devez ôter l'enfer de votre intellect. L'intellect dit: "C'est réellement l'enfer." L'intellect de personne d'autre ne peut le dire. L'intellect est dans l'âme. L'âme sait que Baba est maintenant venu pour vous emmener de la nuit vers le jour. Le Père dit: Ô âmes, vous devez maintenant aller au paradis. Mais vous devez commencer par aller dans la terre de la paix, et ensuite au paradis. C'est-à-dire que vous êtes tout d'abord des yogis vis-à-vis de votre demeure, puis de votre royaume. La terre de la mort, c'est-à-dire la nuit, va bientôt prendre fin. Vous devez à présent aller vers le jour, c'est ce que l'on appelle le yoga Divin. Dieu, l'Incorporel, nous enseigne le yoga, c'est-à-dire qu'Il nous lie à Lui, nous les âmes. C'est le yoga spirituel, alors que les autres yogas sont physiques. Les enfants, vous ne devez pas avoir de yoga simplement quand vous vous asseyez dans un lieu spécifique. Quelle que soit la façon dont les gens s'assoient, ils apprennent aux autres à faire de même. Ici, on ne vous apprend pas à vous asseoir de telle ou telle façon. Effectivement, dans une assemblée, vous devez vous asseoir avec discipline, mais vous pouvez avoir du yoga quelle que soit votre façon de vous asseoir. Vous pouvez même être en yoga tout en marchant et en vous déplaçant, ou même en étant allongés. Les *artistes* sont capables de peindre tout en étant en yoga. Ils peignent les posters de Shiv Baba avec qui ils sont en yoga. Ils savent qu'il s'agit de leur Baba qui réside dans le monde incorporel, la demeure suprême. Nous sommes aussi les résidents de ce lieu. Nous, les âmes, devons aller là-bas. Ces choses devraient rester dans votre intellect tout en marchant et en vous déplaçant. Vous ne devriez pas demander à vous asseoir spécialement en tapasya ou à ce que quelqu'un conduise la méditation pour vous; c'est *incorrect*. Ce sont des insensés qui font de telles demandes. Des enfants s'assoient-ils dans un lieu particulier pour se souvenir de leur père? Ils disent tout le temps "Baba, Baba!". Ils ne l'oublient jamais. Les petits enfants se souviennent encore plus de leur père. Leur bouche est tout le temps en train de parler. Pourquoi alors, ici, oubliez-vous le Père Parlokik? Pourquoi le yoga de votre intellect se brise-t-il? Vous n'avez pas besoin de prononcer "Baba, Baba" avec vos lèvres. L'âme sait qu'elle doit se souvenir de Baba. Si vous prenez l'habitude de vous asseoir dans un lieu spécifique pour avoir du yoga, ce n'est pas du yoga! Dieu en personne vous enseigne ce yoga Divin. Il est appelé Yogeshwar, le Seigneur du yoga. Dieu vous a enseigné le yoga: Souvenez-vous de Moi, votre Père. Vous ne devriez pas avoir davantage de yoga lorsqu'une Didi (une sœur aînée) s'assoit devant vous pour conduire la méditation. Le yoga de tels enfants ne peut pas rester constant. Par exemple, si vous avez des problèmes *cardiaques*, quelqu'un vous demandera-t-il de conduire la méditation? Il s'agit là d'avoir du souvenir avec votre intellect. Tous les yogas que les gens enseignent sont *faux*. Il n'y a pas de yogis dans ce monde. En fait, se souvenir de quelqu'un, c'est cela le yoga. Si vous aimez les mangues, c'est à elles que sera relié votre yoga. Si vous aimez la lumière rouge et que vous vous en souvenez, cela veut dire que vous êtes en yoga avec elle. Mais ici, vous devez oublier votre corps et toutes les relations corporelles, et n'être en yoga qu'avec Moi seul. C'est seulement alors que vous recevrez du bénéfice et deviendrez des conquérants des péchés. Seul le Père vient vous montrer le chemin du salut. Personne, excepté le Père, ne peut vous accorder le salut. Tous les autres vous montrent le chemin de la dégradation. Le paradis est appelé le salut, alors que la terre de la libération est notre demeure, le lieu où nous résidons, nous les âmes. Ce sont les enseignements des êtres humains qui ont conduit le monde au déclin. Le Père incorporel vient vous accorder le salut, puis nous restons dans le salut pendant ½

cycle. Là-bas, personne n'erre de porte en porte à la recherche de Dieu, ou de la libération, ou de la libération dans la vie. C'est seulement lorsque le royaume de Ravan commence que vous vous mettez à errer de porte en porte parce que vous commencez à chuter. La dévotion doit aussi commencer. Vous savez que vous allez quitter vos corps, puis que vous irez dans le temple de Shiva(Shivalaya). L'âge d'or est le temple de Shivaillimité. En ce moment, c'est la maison de perdition (Vaishalaya). Vous devez vous souvenir de tout cela. Si vous ne vous souvenez pas de Shiv Baba, vous n'êtes pas des yogis, mais des bhogis (ceux qui s'adonnent aux plaisirs des sens). Quand vous dites aux gens de venir vous écouter, ils disent qu'ils n'écouteront que deux mots. Ces deux mots sont très connus : Manmanabhav et Madhyajibhav ; souvenez-vous de Moi et de votre héritage. C'est seulement grâce à ces deux mots que vous recevez la libération dans la vie. Le Père dit: Souvenez-vous de Moi et vous serez libérés de la maladie. Souvenez-vous du cycle et vous deviendrez riches. Grâce à ces deux expressions, vous serez *toujours en bonne santé* et *toujours riches*. Quand quelque chose est *juste*, on doit le suivre. Sinon, c'est qu'on est fou. Alpha et beta sont deux expressions. Alpha est Allah, et beta, la création. Baba est Alpha, et beta est la souveraineté. Certains parmi vous reçoivent la souveraineté, et d'autres deviennent des sujets. Les enfants, vous devriez tenir un bilan pour savoir pendant combien de temps vous vous souvenez du Père et de votre héritage tout au long de la journée. Seul le Père vous donne shrimat. Les âmes, le Père vous enseigne. Les gens se donnent tant de mal pour gagner de l'argent. Brahma était très riche. Quand il a vu qu'il allait recevoir d'Alpha la souveraineté, il a pensé: "Que vais-je faire de toutes ces richesses? Pourquoi ne pas tout donner à Alpha et obtenir la souveraineté?" Baba avait composé une chanson à ce sujet: "Le premier a trouvé Alpha et le second a reçu la souveraineté." A cette époque, il a compris qu'il devait devenir Vishnu, l'image aux quatre bras. "Qu'aurais-je fait de toutes ces richesses?" Cela a pu se faire parce que Baba a ouvert la serrure de son intellect. Baba était *occupé* à gagner de l'argent, mais lorsque l'on reçoit la souveraineté, pourquoi continuer à faire un travail d'âne? Et pourtant Baba n'est pas mort de faim. Tous ceux qui viennent vers Baba sont très bien nourris. Chez eux, ils peuvent mourir de faim, mais ici, ceux qui suivent shrimat reçoivent une très bonne aide de la part de Baba. Baba dit: Montrez le chemin à tous: "Souvenez-vous du Père illimité et souvenez-vous aussi de la *connaissance* du cycle, ainsi, votre bateau traversera. Le Batelier est venu pour faire traverser votre bateau." C'est pourquoi ils se souviennent du Purificateur et du Batelier. Mais les gens ne savent pas de qui ils doivent se souvenir, parce qu'ils ont dit que Dieu était omniprésent. Ils ne font référence qu'à l'image de Shiva en tant que Dieu. Pourquoi alors appellent-ils aussi Lakshmi et Narayan, ou Brahma, Vishnu et Shankar, Dieu? Si tous étaient le Père, qui donnerait l'héritage? En disant que Dieu est omniprésent, ni Celui qui donne, ni ceux qui reçoivent n'existent. Il est écrit que l'établissement a eu lieu par l'intermédiaire de Brahma. Shiva se trouve au sommet. Shiv Baba crée les déités par l'intermédiaire de Brahma. Brahma devient donc aussi une déité. Seul le Père a ce devoir. Ils chantent Sa louange quand ils disent qu'Il est l'Incorporel, l'Image de l'immortalité. L'âme est une image d'immortalité. La mort ne touche aucune âme. Le Père est donc aussi l'Image de l'immortalité. Le corps de chacun est détruit. La mort ne touche jamais l'âme. Là-bas, jamais personne ne meurt prématurément. Là-bas, vous comprenez que vous devez quitter un corps pour en prendre un autre. Quand vous êtes au paradis, vous vous réincarne de toute façon au paradis. Ici, tous sont en enfer. Ils disent: "Untel est parti au paradis!" C'est donc qu'avant, il était en enfer! Ils ne comprennent même pas des choses aussi simples. Même les sannyasis ne le savent pas. Ils disent simplement que la lumière s'est fondue dans la lumière. Les dévots qui résident à Bharat se souviennent de Dieu. Les dévots sont des chefs de famille parce que la dévotion est pour le chemin des chefs de famille. Les sannyasis ont la connaissance de l'élément de lumière. Ils croient qu'en ayant du yoga avec l'élément de lumière, ils s'y fondront. Ils croient que les âmes sont périssables. Ils ne peuvent pas dire la vérité. Seule l'Âme suprême unique est la Vérité. Vous êtes maintenant en compagnie de la Vérité; toutes les autres compagnies sont fausses. A l'âge de fer, aucun être humain ne dit la vérité. Personne ne dit la vérité sur le Créateur ou la création. Le Père dit: Je vous dis maintenant l'essence de toutes les écritures. Bien qu'en ce moment Krishna soit laid, dans la principale écriture, à savoir la Gîta, ils ont cité le nom d'un être humain à la place de Celui de l'Âme suprême. Vous devriez créer une telle image de Krishna que les gens puissent comprendre. Vous devriez le représenter de deux *façons*: D'un côté, en bleu foncé, et de l'autre, lumineux. Expliquez-leur ensuite: "En s'asseyant sur le bûcher de la luxure, il devient laid, et en s'asseyant sur le bûcher de la connaissance, il devient beau. Vous devez montrer les deux voies: Le chemin de l'isolement et le chemin de la famille. L'*âge de fer* devient ensuite l'*âge d'or*. Après l'*âge d'or*, il y a les âges d'*argent*, de *cuivre* et de *fer*. L'âme dit : "Auparavant, j'étais assise sur le bûcher de la luxure, alors que maintenant je suis assise sur le bûcher de la connaissance." Les enfants, vous savez que vous êtes en train de changer d'êtres

impurs en résidents de la terre des anges (Paristhan). Si vous créez quelque chose alors que vous êtes en yoga, cette chose ne pourra jamais aller de travers. Quand votre intellect est stable, vous recevez de l'aide. Mais c'est difficile. Baba dit: "J'oublie moi aussi! C'est un jeu très "glissant"." Vous devez beaucoup vous entraîner. Vous êtes incapables d'être en permanence dans le souvenir. Exercez-vous à être dans le souvenir tout en marchant et en vous déplaçant. Vous pouvez même vous souvenir de Baba quand vous êtes aux *toilettes*. Vous recevez du pouvoir quand vous restez dans le souvenir. En ce moment, personne ne connaît votre véritable yoga. Excepté le Père, tous ceux qui vous apprennent à avoir du yoga sont *faux*. Quand Dieu a enseigné le yoga, le paradis a été créé. Quand les êtres humains ont enseigné le yoga, le paradis est devenu l'enfer. Si quelqu'un commet la moindre mauvaise action, son intellect se verrouille. Il est alors incapable de rester dans le souvenir, ne serait-ce que 10 ou 15 minutes. Ce devrait être très facile pour les vieilles femmes, les enfants et les malades. C'est un très bon toli. Même les sourds-muets peuvent comprendre grâce aux signes. "Souvenez-vous du Père et vous recevrez votre héritage". Quand quelqu'un vient ici, dites-lui: "Je te montrerai le chemin qui te permettra de recevoir du Père illimité, le Créateur du paradis, le bonheur constant du paradis en héritage." Vous devriez continuer à distribuer des dépliants etc. Ayez beaucoup d'entrain et d'enthousiasme dans votre cœur afin d'expliquer à tous ceux qui viennent ici, quelle que soit leur religion. Le Père dit: Renoncez à toutes les religions corporelles. Souvenez-vous de Moi, vos péchés seront détruits et vous viendrez à Moi. Pour commencer, ayez cette foi, puis, intéressez-vous à d'autres aspects. Tant que ce n'est pas le cas, vous ne devez pas aller plus loin. Considérez que vous êtes des âmes et souvenez-vous du Père. C'est un aspect de toute *première importance*. Il n'y a que deux mots: Alpha et beta; le Père et l'héritage. Achcha.

Aux plus doux des enfants bien-aimés, longtemps perdus et maintenant retrouvés, amour, souvenir et bonjour de la Mère, du Père, BapDada. Le Père Spirituel dit namaste aux enfants spirituels.

#### **Essence pour la dharna:**

- Dédiez tout ce que vous possédez à Alpha et recevez la souveraineté. Tenez votre bilan pour savoir pendant combien de temps vous vous souvenez du Père et de l'héritage.

2 N'accomplissez aucune mauvaise action. Pratiquez le fait de rester en permanence dans le souvenir.

**Bénédictio n:** Puissiez-vous avoir de l'amour pour Dieu et transformer ainsi les efforts en amour, en faisant l'expérience de la compagnie du Père.

Les enfants, le Père vous assoit dans Son giron d'amour et de coopération et vous amène à votre destination. En étant aimants envers Dieu et en restant fondus dans Son giron, vos efforts se transformeront en amour. Accomplissez chaque tâche en étant fondus dans l'amour. BapDada est avec vous à chaque instant et dans chaque relation. Il est avec vous dans le service et dans votre niveau. Il *S'offre* à vous dans toutes les relations. Tout ce que vous avez à faire, c'est d'être aimant envers Dieu et rester avec Lui dans cette relation en fonction du moment. Alors vous ne vous *sentirez* jamais seuls.

**Devise:** : La clef du succès réside dans l'*équilibre* entre le service et le progrès personnel.

\*\*\* OM SHANTI \*\*\*