पत्र-पुष्प-३८९, डिसेम्बर २०२४

**“सदा सन्तुष्ट रहेर सबैलाई सन्तुष्ट पार्ने सन्तुष्टमणि बन”**

**अव्यक्त इसारा**

१) बापदादा चाहनुहुन्छ– हरेक बच्चाले कसैलाई भेट्दा जसलाई भेट्छ उसलाई सन्तुष्टताको सहयोग देओस्। स्वयं पनि सन्तुष्ट रहोस् र अरूलाई पनि सन्तुष्ट पारोस्। सदा यही स्वमान स्मृतिमा रहोस्– म सन्तुष्टमणि हुँ। म स्वयं सदा सन्तुष्ट रहनु छ र सबैलाई सन्तुष्ट पार्नु छ, यही स्वमानको आसनमा सदा एकाग्र रहनु छ।

२) वर्तमान समयमा विश्वसमा टेन्सन र समस्याहरू धेरै छन्, त्यसैले असन्तुष्टता बढ्दै गइरहेको छ। यस्तो समयमा तिमी सबै सन्तुष्टमणिहरूले आफ्नो सन्तुष्टताको प्रकाशले अरूलाई पनि सन्तुष्ट बनाऊ। पहिले स्वयं आफूसँग सन्तुष्ट रहनु, त्यसपछि सेवामा सन्तुष्ट रहनु, अनि सम्बन्धमा सन्तुष्ट रहनु, तब मात्र सन्तुष्टमणि कहलाउँछौ।

३) बापदादा बच्चाहरूलाई निरन्तर सच्चा सेवाधारी बन्नका लागि भन्नुहुन्छ, तर यदि नाम सेवा छ तर स्वयं पनि विचलित हुन्छ, अरूलाई पनि विचलित पार्छ भने यस्तो सेवा नगर्नु राम्रो हो किनकि सेवाको विशेष गुण सन्तुष्टता हो। जहाँ चाहे स्वयंसँग, चाहे सम्पर्कवालाहरूसँग सन्तुष्टता छैन भने त्यो सेवाले न त स्वयंलाई फलको प्राप्ति गराउँछ न त अरूलाई। त्यसो हुनाले पहिला स्वयंलाई सन्तुष्टमणि बनाऊ त्यसपछि सेवामा आउनु राम्रो हुन्छ। नत्र सूक्ष्म बोझ चढ्छ र त्यो बोझ उड्ती कलामा विघ्न बनिदिन्छ।

४) सदा निर्विघ्न, सदा विघ्न-विनाशक र सदा सन्तुष्ट रहनु तथा सबैलाई सन्तुष्ट पार्नु– सेवाधारीहरूले सदा यही सर्टिफिकेट लिइरहनु छ। यो सर्टिफिकेट लिनु अर्थात् तख्तनसीन हुनु हो। त्यसैले सदा सन्तुष्ट भएर सबैलाई सन्तुष्ट पार्ने लक्ष्य राख।

५) जुन आत्मालाई सर्व प्राप्तिको अनुभूति हुन्छ, ऊ सदा सन्तुष्ट हुन्छ। उसको अनुहारमा सदा प्रसन्नताको चिह्न देखिन्छ। सेवाधारी जब स्वयंसँग र सबैसँग सन्तुष्ट हुन्छन् तब सेवाको, सहयोगको उमङ्ग-उत्साह स्वतः हुन्छ। भनेर गराउनुपर्दैन, सन्तुष्टताले सहजै उमङ्ग-उल्लासमा ल्याउँछ। सेवाधारीको विशेष यही लक्ष्य होस्– सन्तुष्ट रहनु छ र सन्तुष्ट पार्नु छ।

६) जति आफूलाई सर्व प्राप्तिले सम्पन्न अनुभव गर्छौ त्यति सन्तुष्ट रहनेछौ। यदि अलिकति पनि कमीको अनुभूति भयो भने जहाँ कमी छ त्यहाँ असन्तुष्टता हुन्छ। आफ्नो राज्य त छैन त्यसैले अलिकति मिहिनेत गर्नुपर्छ तर यहाँ समस्या आउनु त खेल जस्तै भइसकेको छ, त्यसको लागि हिम्मत राख्यौ भने समयमा सहयोग पाइन्छ।

७) गराउनेले गराइरहनुभएको छ, मैले केवल निमित्त बनेर कार्य गरिरहेको छु– यो स्मृतिमा रहनु, यही सेवाधारीको विशेषता हो। यसबाट सेवामा वा स्व-पुरुषार्थमा सदा सन्तुष्ट रहनेछौ र जसको निमित्त बन्छौ उनीहरूमा पनि सन्तुष्टता हुनेछ। सदा सन्तुष्ट रहनु र अरूलाई सन्तुष्ट राख्नु– यही सच्चा सेवाधारीको विशेषता हो।

८) ब्राह्मण अर्थात् समझदार, ऊ सदा स्वयं पनि सन्तुष्ट रहन्छ र अरूलाई पनि सन्तुष्ट राख्छ। यदि अरूले असन्तुष्ट पारेभने असन्तुष्ट हुन्छ भने सङ्गमयुगी ब्राह्मण जीवनको सुख लिन सक्दैन। शक्तिस्वरूप बनेर अरूको वातावरणबाट आफूलाई किनारा गर्नु अर्थात् आफूलाई सुरक्षित राख्नु हो, यही साधन हो यो लक्ष्य प्राप्त गर्ने।

९) जसले दिलले सेवा गर्छन् वा याद गर्छन्, उनीहरूलाई मिहिनेत कम र सन्तुष्टता धेरै हुन्छ र जसले दिलको स्नेहले याद गर्दैनन्, केवल ज्ञानको आधारमा दिमागले याद गर्छन् वा सेवा गर्छन्, उनीहरूलाई मिहिनेत धेरै गर्नुपर्छ, सन्तुष्टता कम हुन्छ। उनीहरूलाई सफलता मिले पनि दिलको सन्तुष्टता कम हुनेछ। उनीहरूले यही सोचिरहन्छन्– भयो भने त राम्रो हो, तैपनि, तैपनि... भनिरहनेछन् र दिलवालाहरूले सदा सन्तुष्टताका गीत गाइरहन्छन्।

१०) सन्तुष्टता तृप्तिको निसानी हो। यदि आत्मा तृप्त छैन, चाहे शरीरको भोक वा चाहे मनको भोक भयो भने जतिसुकै पाए पनि आत्मा तृप्त नभएको कारणले सदा अतृप्त रहनेछौ। रोयल आत्माहरू सदा थोरैमा पनि भरपुर रहन्छन्, जहाँ भरपुरता छ त्यहाँ सन्तुष्टता हुन्छ।

११) जुन सेवाले असन्तुष्ट बनाउँछ त्यो सेवा, सेवा होइन। सेवाको अर्थ नै मेवा दिनेवाला हो। यदि सेवामा असन्तुष्टता छ भने सेवा छोडिदेऊ तर सन्तुष्टता नछोड। सदा हदको कामनाभन्दा पर, सम्पन्न रह्‍यौ भने समान बन्छौ।

१२) सङ्गमयुगको विशेष वरदान सन्तुष्टता हो, यो सन्तुष्टताको बीज सर्व प्राप्ति हो। असन्तुष्टताको बीज स्थूल वा सूक्ष्म अप्राप्ति हो। तिमी ब्राह्मणहरूको गायन छ- ‘अप्राप्त छैन कुनै वस्तु ब्राह्मणहरूको खजानामा अथवा ब्राह्मणहरूको जीवनमा’, त्यसोभए असन्तुष्टता किन?

१३) जो सन्तुष्टमणिहरू छन्– उनीहरू मनले, दिलले, सर्वले, बाबासँग, ड्रामासँग सदा सन्तुष्ट हुन्छन्; उनीहरूको मन र शरीरमा सदा प्रसन्नताको लहर देखिन्छ। चाहे कुनै पनि परिस्थिति आओस्, चाहे कुनै हिसाबकिताब चुक्ता गर्नेवाला आत्मा अवरोध गर्न पनि आओस्, चाहे शरीरको कर्मभोगको सामना गर्नु परोस् तर हदको कामनाबाट मुक्त आत्मा सन्तुष्टताका कारण सदा प्रसन्नताको झलकमा चम्किरहेको तारा देखिन्छ।

१४) सन्तुष्ट आत्माहरूले सदा निःस्वार्थी र सदा सबैलाई निर्दोष अनुभव गर्छन्, कसैलाई पनि दोष लगाउँदैनन्– न भाग्यविधातामाथि, न ड्रामामाथि, न व्यक्तिमाथि, न शरीरको हिसाबकिताबमाथि– बरू भन्नेछन् मेरो शरीर नै यस्तो छ। उनीहरू सदा निःस्वार्थ, निर्दोष वृत्ति-दृष्टि भएका हुन्छन्।

१५) सङ्गमयुगको विशेषता सन्तुष्टता हो, यही ब्राह्मण जीवनको विशेष प्राप्ति हो। सन्तुष्टता र प्रसन्नता छैन भने ब्राह्मण बन्नुको लाभ छैन त्यसैले सन्तुष्ट रहेर सबैलाई सन्तुष्ट पार, यसैमा सच्चा सुख छ, यही सच्चा सेवा हो।

१६) सन्तुष्टताको गुणलाई धारण गरेर हदको तेरो मेरोको चक्रबाट मुक्त होऊ। सन्तुष्टताले सदा निर्विकल्प, एकरसको विजयी आसनको अधिकारी बनाउँछ। सन्तुष्टमणिहरू सदा बापदादाका दिलतखतनसीन, सहज स्मृतिका तिलकधारी, विश्व परिवर्तनको सेवाका ताजधारी बनेर आफ्नो सम्पन्न स्वरूपमा स्थित रहन्छन्। यो सन्तुष्टता नै ब्राह्मण जीवनको जीवनदान हो।

१७) ब्राह्मण जीवनको आन्तरिक सम्पत्ति सदा सुखस्वरूप, शान्तस्वरूप, मनको सन्तुष्टता हो। यसको अनुभव गर्नका लागि मनको पवित्रता चाहिन्छ। बाहिरी साधनद्वारा वा सेवाद्वारा आफूलाई खुसी वा सन्तुष्ट राख्नु– यो पनि आफूलाई धोका दिनु हो।

१८) जतिसुकै कसैले तिम्रो सन्तुष्टतालाई हल्लाउने कोसिस गरे पनि तिमी हल्लिनु छैन, सदा सन्तुष्ट रहनु छ। सदा अनुहार मुस्कुराइरहोस्। जस्तोसुकै विचलित पार्ने परिस्थिति पनि यस्तो अनुभव होस् मानौँ पपेट (कठपुतली) सो हेरिरहेका छौ। मायाको वा प्रकृतिको यो पनि एउटा सो हो। त्यसलाई साक्षी स्थितिमा सदा सन्तुष्टताको स्वरूपमा, आफ्नो सानमा रहेर हेर– म सन्तुष्टमणि हुँ, सन्तोषी आत्मा हुँ... यही हो सङ्गमको श्रेष्ठ सान।

१९) यो अन्तिम परीक्षामा हरेक बच्चाले तीन सर्टिफिकेट लिनु छ– एउटा स्वयं, स्वयंसँग सन्तुष्ट। दोस्रो– बापदादाद्वारा सर्टिफिकेट र तेस्रो– परिवारका सम्बन्ध-सम्पर्कमा आउनेहरूद्वारा सर्टिफिकेट। परिवारमा जति ब्राह्मण सन्तुष्ट छन् त्यति नै भक्तहरूले पनि तिम्रो पूजा सन्तुष्टतासँग गर्नेछन्, काम चलाऊ होइन, दिलले गर्नेछन्।

२०) ब्राह्मण जीवनमा जति ब्राह्मणहरूको तिमी प्रति स्नेह, सम्मान अर्थात् आदर हुन्छ, उनीहरू दिलबाट सन्तुष्ट हुन्छन्, त्यति नै तिमी पूज्य बन्नेछौ। पूज्यका लागि स्नेह र सम्मान प्राप्त हुन्छ। स्वयं पनि सन्तुष्ट अरू पनि सन्तुष्ट। यदि असन्तुष्ट पार्नेवालाले तिमीलाई असन्तुष्ट पार्ने कोसिस गर्छ भने तिमीले शीतलतालाई धारण गर्नु छ। उसले तिमीलाई असन्तुष्ट पारे पनि तिमीले सन्तुष्टताको जल छर्किनु, उसले आगो बाले पनि तिमीले पानी छर्किनु।

२१) सदा आज्ञाकारी बनेर रहेमा सबैको आशीर्वाद मिल्नेछ। आशीर्वादको प्रभावले दिल वा मन सदा सन्तुष्ट रहनेछ। बाहिरी सन्तुष्टता होइन तर मनको सन्तुष्टता र यथार्थ मनको सन्तुष्टता छ, आज्ञाकारी छौ, आशीर्वाद प्राप्त गरेका छौ भने सदा स्वयं र सर्व डबल लाइट रहनेछौ। तिनीहरूको अनुहार सदा प्रसन्नचित्त देखिन्छ। प्रसन्नचित्त अर्थात् सर्व प्रश्नहरूबाट अलग। किन, के, कसरी– यी सब प्रश्न समाप्त।

२२) सन्तुष्टता अर्थात् दिल-दिमाग सदा चैनमा हुनु, सुख-शान्तिको स्थितिमा हुनु। सन्तुष्टताले बाबाको र सबैको आशीर्वाद दिलाउँछ। सन्तुष्ट आत्माले समय अनुसार सदा आफूलाई बाबा र सबैको आशीर्वादको विमानमा उडिरहेको अनुभव गर्छ। आशीर्वाद माग्दैन, तर आशीर्वाद स्वयं उसको अगाडि स्वतः नै आउनेछ। यस्तो सन्तुष्टमणि अर्थात् सिद्धि स्वरूप तपस्वी बन।

२३) सबैभन्दा सहज सदा सन्तुष्ट रहने विधि हो– आफ्नो सामु सदा कुनै न कुनै विशेष प्राप्ति राख्नु। बाबाबाट के-के पायौँ, कति पायौँ, आफ्ना प्राप्तिहरूलाई हेर– ज्ञानको खजानाको प्राप्ति कति छ, योगबाट शक्तिहरूको, दिव्य गुणहरूको प्राप्ति कति छ, व्यावहारिक नसामा, खुसीमा रहने प्राप्ति कति छ? कहिले कुनै, कहिले कुनै प्राप्तिलाई सामु राख्दै सन्तुष्ट होऊ।

२४) सदा हरेक परिस्थिति आउँदा, परिस्थिति परिवर्तन भए पनि स्थिति परिवर्तन नहोस्। स्थिति सदा खजानाले सम्पन्न र सन्तुष्ट रह्यो भने परिस्थिति आउनेछ र जानेछ। परिस्थितिमा के शक्ति छ जसले तिम्रो सन्तुष्टतालाई लैजान्छ। परिस्थितिको खेल हेर तर साक्षी बनेर सन्तुष्टताको आसनमा बसेर हेर।

२५) सङ्गमयुग नै सन्तुष्टताको युग हो। त्यसैले सन्तुष्ट रहेर सबैलाई सन्तुष्ट पार। आपसमा कहिल्यै कुनै खिचलो नहोस् किनकि माला बन्छ सम्बन्धबाट। यदि दानाको दानासँग सम्पर्क भएन भने माला बन्न सक्दैन। तिमी मालाका मणिहरू हौ त्यसैले सम्बन्ध-सम्पर्कमा पनि सदा सन्तुष्ट रहनु छ र सन्तुष्ट पार्नु छ। तिमीहरू सबै परिवारवालाहरू हौ, परिवारको अर्थ नै सन्तुष्ट रहनु र सन्तुष्ट पार्नु हो।

२६) श्रेष्ठ कर्मको निसानी हो– स्वयं सन्तुष्ट र अरू पनि सन्तुष्ट। यस्तो होइन– म त सन्तुष्ट छु, अरू होउन् कि नहोउन्। योगी जीवनको प्रभाव स्वतः अरूमाथि पर्छ। यदि कोही स्वयंसँग असन्तुष्ट छ वा अरू उसबाट असन्तुष्ट रहन्छन् भने बुझ्नुपर्छ कि योगयुक्त बन्नमा उसमा कुनै कमी छ।

२७) फरिस्ता बन्नु अर्थात् सन्तुष्ट रहनु र सन्तुष्ट पार्नु हो। चाहे जेसुकै होस्, कसैले अपमान गरोस्, कसैले तलमाथि गर्ने कोसिस गरोस् सबैमा सन्तुष्ट। दाताका बच्चा दाता हौ, त्यसैले कुनै पनि कुरामा असन्तुष्ट हुन सक्दैनौ।

२८) सन्तुष्टता ब्राह्मणहरूको विशेष लक्षण हो। स्वयंसँग पनि सन्तुष्ट र अरूसँग पनि सन्तुष्ट रहनु छ। जुन पार्ट मिलेको छ, त्यसमा सन्तुष्ट रहनु नै अगाडि बढ्नु हो। जतिसुकै कठिन परीक्षा आए पनि सन्तुष्ट रहनु छ र सन्तुष्ट पार्नु छ। आफ्नो अनादि स्वरूपमा स्थित हुनाले स्वयं पनि स्वयंसँग सन्तुष्ट रहनेछौ र अरूलाई पनि सन्तुष्टताको विशेषता अनुभव गराइरहनेछौ।

२९) यो सङ्गमयुगमा विशेष बापदादाको दान सन्तुष्टता हो। एक सन्तुष्टताको विशेषताले अरू विशेषताहरूलाई पनि सहजै आफ्नो नजिक ल्याउँछ, तर त्यसको लागि सदा सन्तुष्ट रहनु छ। परिस्थिति जतिसुकै परिवर्तन भए पनि सन्तुष्टताको स्थितिलाई परिस्थितिले परिवर्तन गर्न हुँदैन। पर-स्थिति हो नै परिवर्तन हुनेवाला तर स्व-सन्तुष्टताको स्थिति सदा प्रगतिशील छ।

३०) तपस्याको अर्थ नै हो– सन्तुष्टताको व्यक्तित्व नयन-चैनमा, अनुहारमा, चालचलनमा देखियोस्। सन्तुष्टमणि अर्थात् बेदाग मणि। सन्तुष्ट आत्माले सदा स्वयंलाई प्रसन्नचित्त पनि अनुभव गर्नेछ र अरू पनि उसदेखि प्रसन्न हुनेछन्। त्यसैले यथार्थ अनुभवद्वारा सन्तुष्ट आत्मा बन।

३१) अब मास्टर रचयिता बनेर आफ्नो रचनालाई शुभभावनाले र शुभचिन्तक बनेर, भिखारी आत्माहरूलाई उनीहरूको माग अनुसार सन्तुष्ट पार। अब महादानी र वरदानी बन तब सबैलाई सन्तुष्ट पार्न सक्नेछौ। जो वरदानीमूर्त छ, ऊ स्वयं वरदानी स्वरूप बनेर, अरूलाई दिनेवाला दाता बन्छ। विशेष अटेन्सन राख– सदा स्वयंसँग र सबैसँग सन्तुष्ट रहनु नै छ, तब मात्र अनेक आत्माहरूको इष्ट बन्न सक्नेछौ र अष्ट देवताहरूमा आउन सक्छौ।