

### पहिलो स्मृति

आँखा खुल्ने बित्तिकै संकल्प गरौं- म आत्मा हूँ । म यस बसुन्धरालाई प्रकाशमय बनाउनका लागि मधुर प्रकाशको घरबाट अवतरित भएको छु ।

### मकोहूँ?

म परीहरूको इन्द्र सभामा एउटा फरिस्ता हूँ । म फरिस्ता आत्मिक ज्योतिको पंख लगाएर सदा उडिरहन्छु ।

### म कसकोहूँ?

#### आत्माको बाबासँग कुराकानी

मीठे बाबा- गुड मर्निङ्ग । बाबा हजुरले जुन ज्ञान र योगको पंख दिनुभएको छ, त्यसबाट मलाई बल मिल्दछ । मलाई थाहा भयो- माथि-माथि उड्नका लागि मैले पुरानो दुनियाँ र देहको सम्बन्धहरूको बन्धनभन्दा टाढा जानुपर्छ ।

#### बाबाको आत्मासँग कुराकानी

मीठे बच्चे ! जाग ! मसँग बस । यो साधारण सभा होइन, यो त फरिस्थाहरूको अनौठा मेला हो । म ज्ञानको वर्षा गर्दछु, जसबाट काँडाको जंगल पूमलको वर्गेचा बन्दछ । इन्द्रको राज्यमा केवल फरिस्ता नै निवास गर्दछन् । फरिस्ताहरूले देह अभिमानको गन्धलाई सुगन्धित बास्नामा परिवर्तित गरिदिन्छन् । के तिमी एक सेकेन्डमा आफ्नो आदि स्वरूपमा स्थित भएर यस काँडाको जंगलबाट उपराम आफ्नो वास्तविक घरमा पुग्न सक्छौ ? एक सेकेन्डमा मीठो घरमा जाने रुहानी ड्रिलको अभ्यास गर ।

### बाबाद्वारा प्रेरणा

आफ्नो मनलाई सबै कुराबाट हटाएर बाबामा लगाऊ । बाबा शान्तिका सागर हुनुहुन्छ । यस शान्तिमा मैले बाबाबाट प्रेरणायुक्त एवं पवित्र सेवाको संकल्प लिइरहेको छु ।

### बाबाद्वारा वरदान

सूक्ष्म वतनमा मीठो बाबाका सामुन्ने मेरो फरिस्ता स्वरूप स्पष्ट देखिइरहेको छ । बडो प्यार र शक्तिशाली दृष्टिद्वारा बाबाले मलाई वरदान दिइरहनुभएको छ-

तिमी स्व कल्याणद्वारा परमात्मा प्रकाशको चमकले जग्मगाइरहन्छौ । यस कारण तिमीले चिन्तित आत्माहरूको बिमारीलाई दूर गरिदिन्छौ । तिमी नमूना बनेर आत्माहरूभित्र निश्चयको पानी लगाउँछौ, जसकारण उनीहरूलाई उच्च उड्ने प्रेरणा मिल्दछ ।

### बेहदको सूक्ष्म सेवा: आखिरी १५ मिनेट

बाबाद्वारा प्राप्त यस वरदानलाई आफ्नो शुभ संकल्पद्वारा, वरदाता बनेर, म पूरै विश्वलाई दान दिइरहेको छु । आफ्नो फरिस्ता ड्रेस पहिरिएर म विश्व भ्रमण गर्दै सबै आत्माहरूलाई यो वरदान दिइरहेको छु ।

### राती सुत्नु भन्दा पहिला

आवाजको दुनियाँ भन्दा पर गएर आफ्नो अवस्थालाई स्थिर बनाऔं । चेक गरौं- आज मैले दिन भरमा कुनै कुराको अवज्ञा त गरिँ ? यदि गरेको भए बाबालाई बताऔं । कसैको मोह या आकर्षणमा बुद्धि त फँसेन ? आफ्नो कर्मको चाँट बनाऔं । ३० मिनेटको योगद्वारा कुनै पनि गलत कर्मको प्रभावबाट स्वयंलाई मुक्त गरौं । आफ्नो दिललाई सफा र हल्का बनाएर सुत्ौं ।