# परम शान्ति महा मन्त्र

## परम शान्तिको बाटो



## बापूजी दशरथभाई पटेल

विश्वभरका करोडौं दर्शकको भरोसा

# परम शान्ति महा मन्त्र

*परम शान्तिसम्म पुऱ्याउने बाटो*

बापूजी दशरथभाई पटेलको दिव्य ज्ञानमा आधारित

संस्थापक, परम शान्ति आश्रम

विश्व परिवर्तक ईश्वरीय विद्यालय

(The Paramshanti Maha Mantra — The Path to Supreme Peace — नेपाली संस्करण)

*"बेहद की परम शान्ति सोचो, बोलो — परम शान्ति मिल जाएगी।" — बापूजी दशरथभाई पटेल*

# प्रकाशक

विश्व परिवर्तक ईश्वरीय विद्यालय

**अहमदाबाद आश्रमको ठेगाना**

Vishwa Parivartak Ishwariya Vidhyalay c/o Paramshanti Bhawan Chenpur, Near Chenpur Bus Stand New Ranip Road Ahmedabad, Gujarat – 382470

सर्वाधिकार © २०२६ विश्व परिवर्तक ईश्वरीय विद्यालय सर्वाधिकार सुरक्षित। अनुमतिबिना यसको कुनै पनि भाग छाप्न वा नक्कल गर्न पाइने छैन।

"ज्ञान दान महा दान"

(ज्ञान बाँड्नु नै सबैभन्दा ठूलो दान हो)

सबैसँग जति सकिन्छ त्यति बाँड्नुहोस्।

— बापूजी दशरथभाई पटेल

# अस्वीकरण / सामग्रीको स्रोत

यो पुस्तक बापूजी दशरथभाई पटेलका आध्यात्मिक प्रवचनहरूबाट प्रेरित भएर विश्व परिवर्तक ईश्वरीय विद्यालयको परमशान्ति टोलीले आफैं जम्मा गरेको, सम्पादन गरेको र प्रकाशन गरेको हो। कुन कुरा राख्ने, कसरी बुझाउने, कुन शब्द छान्ने र कसरी प्रस्तुत गर्ने — यी सबै कुरा पूरै परमशान्ति टोलीको काम र जिम्मेवारी हो। बापूजीले यो पुस्तक आफैं लेख्नुभएको, जाँच्नुभएको वा स्वीकृत गर्नुभएको छैन, र यसभित्रका कुराहरूको सम्पादकीय, कानुनी वा प्रकाशकीय जिम्मेवारी उहाँको छैन।

**बापूजीका आफ्नै अनुभवमा आधारित:** यस पुस्तकमा राखिएको सबै आध्यात्मिक ज्ञान बापूजीले आफैं गर्नुभएका अनुभवमा आधारित छ। गहिरो ध्यान, समाधि र दिव्य दृष्टिबाट उहाँले आफैं देख्नुभएको, जान्नुभएको र अनुभव गर्नुभएको कुरा — त्यही मात्र यी शिक्षाको मूल स्रोत हो। यो कल्पना, अनुमान वा बाहिरी व्याख्या होइन; यो त बापूजीकै आध्यात्मिक यात्राबाट खुलेका सूक्ष्म लोक र चेतनाका विभिन्न आयामका सोझा दर्शन हुन्।

**AI को प्रयोग:** यस पुस्तकको आध्यात्मिक सार AI ले बनाएको होइन। AI उपकरणहरू केवल व्याकरण मिलाउन, कुरा स्पष्ट पार्न र ढाँचा मिलाउन मात्र प्रयोग गरिएका हुन्। सम्पादनको पूरा जिम्मेवारी परमशान्ति टोलीको हो।

**कानुनी अस्वीकरण:** यी कुराहरू केवल आध्यात्मिक र जानकारीका लागि, असल नियतले बाँडिएका हुन्। यी चिकित्सकीय, कानुनी, आर्थिक वा मनोवैज्ञानिक सल्लाह होइनन्। यसलाई कसरी बुझ्ने र यसअनुसार के गर्ने भन्ने कुराको पूरा जिम्मेवारी पाठक आफैंको हुनेछ। यस पुस्तकको प्रयोगबाट हुने कुनै पनि परिणामका लागि बापूजी, परमशान्ति टोली वा विश्व परिवर्तक ईश्वरीय विद्यालय कोही पनि जिम्मेवार हुने छैनन्।

**सबै आस्थाप्रति सम्मान:** यो पुस्तक केवल आध्यात्मिक उन्नतिका लागि हो। यो कुनै पनि धर्म, आस्था, जात, समुदाय, देश, सरकार, लिङ्ग, वंश, परम्परा, संस्था वा व्यक्ति — जीवित वा बितिसकेका — का विरुद्ध लेखिएको होइन, न त तिनको आलोचना गर्ने वा

तिनलाई चोट पुऱ्याउने उद्देश्य नै राख्छ। सबै मार्ग र सबै आस्थाहरूको गहिरो सम्मान गरिन्छ।

**कुनै सम्बन्ध छैन:** यो पुस्तक विश्व परिवर्तक ईश्वरीय विद्यालय (परमशान्ति) ले आफैं प्रकाशित गरेको हो। यो अरू कुनै पनि संस्था वा निकायसँग जोडिएको छैन, तिनको समर्थन पाएको छैन, न त तिनको प्रतिनिधित्व नै गर्छ।

~ परम शान्ति ~

# बापूजीको परिचय

बापूजी (पूरा नाम: बापूजी दशरथभाई पटेल, जसलाई युवा पुस्ताले मायाले "दादाजी" पनि भन्छन्) को जन्म सन् १९५६ मा गुजरातको मेहसाणा जिल्लाको अखज नामक सानो गाउँमा भएको थियो। तर उहाँको बाल्यकाल मेहसाणा जिल्लाकै अम्बासन नामक अर्को गाउँमा बित्यो।

जीवनको सुरुको कालमा उहाँ धेरै सफल वकिल हुनुहुन्थ्यो। पछि उहाँले आफ्नो जीवन परम आध्यात्मिक सत्यलाई आफैं अनुभव गर्न र मानिसहरूको भलाइका लागि यो दिव्य ज्ञान अगाडि ल्याउनमा लगाउनुभयो। आज यो परम ज्ञान सच्चा साधकहरूका लागि आफ्नो अन्तिम गन्तव्यसम्म पुग्ने बाटो देखाउने बत्ती बनेको छ। पृथ्वीका आत्माहरूलाई आफ्नो मूल घर फर्कने बाटो देखाउने यो परम आध्यात्मिक ज्ञान अहिलेको समयमा आउनु नै सबैभन्दा ठूलो दिव्य शक्तिको आशीर्वाद हो।

धेरै गरिब परिवारमा हुर्केर र कठिन परिस्थितिहरू झेल्दाझेल्दै पनि बापूजीमा यो दुःख र पीडाले भरिएको संसारलाई अझ राम्रो ठाउँ बनाउने गहिरो चाहना थियो। छ वर्षको सानै उमेरमा उहाँले बारम्बार ईश्वरलाई सोध्नुभयो — मानिसहरूको दुःख देखेर पनि ईश्वर किन चुप बस्नुहुन्छ? मानव दुःखको अन्त्य गर्ने यही बलियो चाहनाले नै उहाँलाई जीवनको पछिल्लो चरणमा आध्यात्मिकताको सबैभन्दा माथिल्लो स्तरमा पुऱ्यायो।

बाल्यकालमै बापूजी आफ्नो सुख–सुविधाको वास्ता नगरी घण्टौंसम्म खेतमा एक्लै बस्नुहुन्थ्यो। गरिबीका कारण उहाँ जुत्ता–चप्पलबिना खाली खुट्टा हिँड्नुहुन्थ्यो र प्रायः काँडाले घोचिनुहुन्थ्यो। धेरैपटक उहाँ खेतमा अबेरसम्म बस्नुहुन्थ्यो र घर फर्कने बाटोमा सूक्ष्म जगतका (आँखाले नदेखिने संसारका) जीवहरूसँग भेट हुन्थ्यो। यी अनुभवहरूले सूक्ष्म जगतका आत्माहरूसँग कुरा गर्ने उहाँको रुचि जगाए।

बापूजी सानै उमेरदेखि साहसी हुनुहुन्थ्यो, र यही साहसले उहाँलाई धेरै अप्ठ्याराहरू पार गर्न मद्दत गऱ्यो। चार्टर्ड एकाउन्टेन्सी (CA) को पढाइसँगसँगै उहाँले आफ्नो खर्च चलाउन

ट्युसन कक्षाहरू पढाउनुभयो। पछि उहाँले कानुनमा स्नातक (LLB) पूरा गर्नुभयो र अहमदाबादका एक प्रसिद्ध वकिल बन्नुभयो।

सन् १९९७ मा उहाँले दुःख र अव्यवस्थाले भरिएको यस मृत्युलोकलाई अमरत्वको शाश्वत दिव्य संसारमा बदल्ने मिसनका साथ अहमदाबादको चेनपुरमा विश्व परिवर्तक ईश्वरीय विद्यालय नामक आध्यात्मिक संस्था खोल्नुभयो। "माँ" भनेर प्रेमले चिनिने श्रीमती सुषमा टण्डनले यस महान् दिव्य मिसनमा बापूजीसँगै काम गर्नुभयो।

यस मिसनलाई पूरा गर्न बापूजीले आफ्नो सबै साधन र सम्पत्ति यही दिव्य उद्देश्यमा लगाएर नथाकी मेहनत गर्नुभयो। त्यस बेला उहाँ आराम नगरी लगातार १८ घण्टासम्म आध्यात्मिक प्रवचन दिनुहुन्थ्यो। यी प्रवचनहरूमा उहाँले दिव्य ज्ञानका सबैभन्दा माथिल्ला तहहरू बुझाउनुभयो — जुन उहाँले अतिचेतन अवस्थामा (साधारण चेतनाभन्दा माथिको अवस्थामा) गहिरो ध्यान र दिव्य दृष्टिबाट आफैं देख्नुभएको र अनुभव गर्नुभएको थियो। यो ज्ञान साधारण मानव मनको कल्पनाभन्दा धेरै पर छ।

बापूजीका शिक्षाहरूमा धेरै विषय समेटिएका छन् — विभिन्न तहका दिव्य सिर्जनहारहरूका प्रकारहरू; हाम्रो सौरमण्डल, आकाशगंगा र ब्रह्माण्ड कसरी बने; र सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण — मल्टिभर्स र त्यसभन्दा परका सत्यहरूको अलौकिक ज्ञान। उहाँको ज्ञान धेरै गहिरो छ र यो "बेहदका आत्माहरू" भनिने उच्च स्तरका साधकहरूका लागि हो। बापूजीका अनुसार यी बेहदका आत्माहरूले नै यस मृत्युलोकलाई शाश्वत दिव्य लोकमा बदल्ने मुख्य भूमिका खेल्नेछन्।

हाल बापूजी लामो समयसम्म गहिरो ध्यान र समाधिमा लीन रहनुहुन्छ। उहाँ अतिचेतन अवस्थामा आफ्नो अलौकिक मिसनमा लगातार लीन रहनुभएकाले कसैसँग भेट्नुहुन्न।

# विषयसूची

**प्रकाशक** ..... **3**
**अस्वीकरण / सामग्रीको स्रोत** ..... **4**
**बापूजीको परिचय** ..... **6**
**प्रस्तावना** ..... **9**
अध्याय १ — परम शान्ति भनेको के हो? ..... 10
अध्याय २ — आत्मा र परम शान्तिको गहिरो सम्बन्ध ..... 13
अध्याय ३ — कम्पनको रहस्य र परम शान्तिको विज्ञान ..... 15
अध्याय ४ — परम शान्ति, परम प्रकाश र परम महाशान्ति ..... 17
अध्याय ५ — कम्पन कुन कुन तत्त्वबाट बन्छ? ..... 19
अध्याय ६ — मन्त्र जप, चिन्तन र आत्म स्वरूपको शक्ति ..... 20
अध्याय ७ — शरीर, कोष, आभा र कारण शरीरमा पर्ने असर ..... 23
अध्याय ८ — घर, परिवार, समाज र पृथ्वीमा असर ..... 25
अध्याय ९ — माथिल्ला लोक र सूक्ष्म संसारका तरंग ..... 27
अध्याय १० — आत्म स्वरूप र तेस्रो नेत्र ..... 28
अध्याय ११ — आत्माको कला र परम शान्तिको तरंगको फैलावट ..... 30
अध्याय १२ — स्व-परिवर्तनबाट विश्व-परिवर्तनसम्म ..... 32
अध्याय १३ — युद्ध, प्राकृतिक प्रकोप र परम शान्तिको निर्णायक भूमिका ..... 34
अध्याय १४ — परम शान्ति महा मन्त्रको साधना ..... 37
**परम शान्तिको कम्पन र मल्टिभर्स प्रभाव** ..... **39**
**निष्कर्ष** ..... **41**
**सिफारिस गरिएका भिडियो सन्दर्भ** ..... **42**
**बापूजीका अनमोल वचनहरू** ..... **44**
**शब्दावली** ..... **47**
**आगामी चलचित्र** ..... **52**
**हामीसँग जोडिनुहोस्** ..... **53**
**परमशान्ति पुस्तक पुस्तकालय** ..... **55**
**परमशान्ति पुस्तक शृंखला** ..... **59**

# प्रस्तावना

ज्ञान दान महा दान

(ज्ञान बाँड्नु नै सबैभन्दा ठूलो दान हो।)

सबैसँग जति सकिन्छ त्यति बाँड्नुहोस्।

— बापूजी दशरथभाई पटेल

यो पुस्तक त्यही दिव्य ज्ञानको सरल, गहिरो र व्यावहारिक रूप हो, जसमा खुलाइएको छ कि परम शान्ति भनेको खालि एउटा शब्द होइन — यो त आत्माको आफ्नै मूल अवस्था हो। आत्मा आफ्नो साँचो रूपमा टिक्दा भित्रबाट एउटा शक्ति उठ्छ, जसले व्यक्तिलाई मात्र बदल्दैन, घर, समाज, देश, पृथ्वी र पूरै सृष्टिसम्म आफ्नो असर फैलाउन सक्छ।

बापूजीको ज्ञानअनुसार यो युग बाहिरी परिवर्तनको मात्र युग होइन; यो त्यत्तिकै भित्री जागरणको युग पनि हो — आत्माको परिवर्तनको युग। मानिसले आफूलाई आत्माका रूपमा चिन्दा ऊ परमात्माबाट शक्ति लिन र परम शान्ति फैलाउन सक्ने हुन्छ। यही शक्ति नै विश्व–परिवर्तन, तत्त्व–परिवर्तन र आउन लागेको नयाँ दिव्य संसारको जग बन्छ।

अध्याय

# १

# परम शान्ति भनेको के हो?

*परम शान्ति यही मूल अवस्थाको पुनः खोज हो।*

परम शान्ति कुनै साधारण शब्द होइन, न त यो मनको चुपचाप वा भावनाको सन्तुलनको नाम मात्र हो। यो त आत्माको आफ्नै स्वभावको सबैभन्दा मूल, सबैभन्दा शुद्ध र सबैभन्दा ठूलो अवस्था हो। जुन अवस्थामा आत्मा आफ्नो साँचो रूपमा टिक्छ — शरीरसँगको पहिचानबाट मुक्त, कर्मको बोझबाट मुक्त, छरिएका विचारका हल्लाबाट मुक्त — त्यही अवस्था नै परम शान्तिको अवस्था हो।

आत्मा पहिलो पटक अस्तित्वमा आउँदा त्यो पूरा शान्ति, स्थिरता र प्रकाशले भरिएको थियो। समय बित्दै जाँदा आत्मा शरीर, कर्म, इच्छा र संसारका अनुभवमा अल्झिँदै गयो, र यो मूल अवस्था बिस्तारै छोपिँदै गयो। त्यसैले आज मानिस शान्ति बाहिर खोज्छ — ठाउँ फेरेर, परिस्थिति फेरेर, वा नाना किसिमका उपाय गरेर — जबकि साँचो शान्ति त भित्रै छ।

परम शान्ति यही मूल अवस्थाको पुनः खोज हो। यो बाहिरबाट ल्याउनुपर्ने कुनै नयाँ कुरा होइन; यो त त्यो सत्य हो, जसलाई आत्माले फेरि एक पटक चिन्नु मात्र हो। आत्माले आफूलाई शरीर होइन, आत्मा — परम शक्तिको शुद्ध स्रोत — भनेर अनुभव गर्दा बिस्तारै भित्रबाट त्यही मूल सम्झना र स्वभाव जाग्छ, जसलाई परम शान्ति भनिन्छ।

बापूजीको ज्ञानअनुसार यो बुझ्नु आवश्यक छ कि सृष्टिको जग संकल्प हो — विचारको कम्पन। त्यसकै अलि स्थूल रूपलाई हामी कम्पन भन्छौं। जे जति छ — विचार, भावना, वातावरण, पूरै ब्रह्माण्डसमेत — सबै यिनै संकल्प / कम्पनबाट बनेको छ। अनि यी कम्पन आत्माको सोचाइबाट उठ्छन्।

मानिसले नकारात्मक सोच्दा नकारात्मक कम्पन र ऊर्जा उठ्छन्, र तिनले वातावरणलाई गह्रौं, अशान्त र बिग्रिएको बनाउँछन्। आत्माले सकारात्मक, शुद्ध वा परम स्तरका विचार उठाउँदा ती शुद्ध कम्पन र ऊर्जाले वातावरणलाई शुद्ध, हल्का र सन्तुलित बनाउँछन्। यसरी हेर्दा परम शान्ति व्यक्तिगत अनुभव मात्र होइन — यो त पूरै वातावरण बदल्न सक्ने शक्ति हो।

परम शान्तिको अर्को गहिरो पक्ष यो हो कि यो शान्ति मात्र होइन, परम प्रकाशको स्वभाव पनि हो। बापूजीका शब्दमा, “परम शान्ति शब्दभित्रै परम प्रकाशको शक्ति समाइएको छ।” यसको अर्थ हो, आत्माले परम शान्तिको अनुभव गर्दा — वा भित्र परम शान्तिको संकल्प उठ्दा — त्यो खालि शान्त मात्र हुँदैन; त्यसभित्र एउटा दिव्य परम प्रकाश, एउटा शुद्ध चेतना पनि सक्रिय हुन्छ, जसले भित्री अस्तित्वलाई शुद्ध पार्छ, जगाउँछ र फैलाउँछ।

परम शान्तिको परमधामसँग सोझो सम्बन्ध छ — त्यो परम वतन, जहाँ शुद्ध शान्ति, मौनता र दिव्य चेतना मात्र अनुभव हुन्छ। त्यसैले परम शान्ति शब्दलाई खालि एउटा आवाज मानिँदैन, बरु यसलाई अत्यन्त शुद्ध संकल्प वा कम्पन भनेर बुझाइन्छ, जसमा आत्मालाई उसको मूल वतनसम्म फर्काएर जोड्ने क्षमता छ।

आत्माले बारम्बार परम शान्तिको संकल्प उठाउँदा — बोलेर होस् वा मनमा — त्यसले बिस्तारै आफ्नो सूक्ष्म शरीर, कारण शरीर र आभा (Aura) लाई त्यही शक्ति र कम्पनले भर्न थाल्छ। सुरुमा यो असर भित्रभित्रै मात्र महसुस हुन्छ, तर अभ्यास गहिरिँदै जाँदा त्यही कम्पन बाहिर वातावरणमा फैलिन थाल्छ।

परम शान्तिको साँचो विज्ञान यहींबाट सुरु हुन्छ। यो ध्यान वा जपको प्रक्रिया मात्र होइन; यो त चेतना बदलिने प्रक्रिया हो। आत्म स्वरूपमा टिकेको आत्मा परम शान्तिको संकल्पमा स्थिर रहँदा उसको आभा साधारण रहँदैन; त्यो शक्तिको बलियो क्षेत्रमा बदलिन्छ। यही शक्तिले पहिले आत्माको भित्री अस्तित्व बदल्छ, त्यसपछि वरिपरिको वातावरण, र अन्तमा पूरै संसारलाई असर पार्ने क्षमता राख्छ।

त्यसैले परम शान्तिलाई बुझ्नु आध्यात्मिक विषय मात्र होइन; यो त जीवन, चेतना र सृष्टिको मूल नियमको अध्ययन हो। यही त्यो जग हो, जसबाट आत्माले आफूलाई चिन्छ, बेहदको अनन्त स्रोतबाट शक्ति लिन्छ, र अन्ततः आफ्नो र संसारको परिवर्तनको माध्यम बन्छ।

> **"परम शान्ति सबसे ऊँचा कम्पन है, और यही कम्पन पूरे ब्रह्माण्ड को बदल सकता है।"**
>
> *"अर्थ: परम शान्ति सबैभन्दा माथिल्लो कम्पन हो, र यही कम्पनमा पूरा ब्रह्माण्ड बदल्ने शक्ति छ।"*

अध्याय

# २

# आत्मा र परम शान्तिको गहिरो सम्बन्ध

*आगोको स्वभाव बाल्नु र पानीको स्वभाव चिसो पार्नु भएजस्तै,*
*आत्माको स्वभाव परम शान्ति हो।*

आत्मा र परम शान्तिबीचको सम्बन्ध अत्यन्त गहिरो, स्वाभाविक र आधारभूत छ। यो बाहिरी वा बनावटी जोड होइन; यो त आत्माको अस्तित्वको जग नै हो। साँचो कुरा भन्ने हो भने, परम शान्ति आत्माले बाहिरबाट कमाउनुपर्ने अवस्था होइन; यो त आत्माको आफ्नै मूल स्वभाव हो। आगोको स्वभाव बाल्नु र पानीको स्वभाव चिसो पार्नु भएजस्तै, आत्माको स्वभाव परम शान्ति हो।

आत्मा चेतनाको स्रोत हो — एउटा सूक्ष्म, चम्किलो बिन्दु, जो न शरीर हो, न नाम, न त विचारको बहाव मात्र। यो त शरीर, मन र बुद्धिलाई चलाउने मूल अस्तित्व हो। यसभित्र धेरै जन्मका संस्कार, कर्म र सम्झना जम्मा भएका हुन्छन्, जसले उसको अहिलेको जीवनमा असर पार्छन्। आत्मा शरीरमा पसेर सांसारिक सम्बन्ध, इच्छा र वातावरणमा अल्झिँदा ऊ बिस्तारै यो मूल शान्ति बिर्सन्छ। यही बिर्सनु नै अशान्तिको कारण बन्छ।

आत्मा आफ्नो मूल अवस्थामा टिक्दा — शुद्ध, विकृतिबाट मुक्त र देह–अभिमानभन्दा माथि — उसले स्वाभाविक रूपमा परम शान्तिको अनुभव गर्छ। त्यो अवस्थामा मनमा अशान्ति हुँदैन, बुद्धिमा द्वन्द्व हुँदैन, र बिग्रिएका स्थूल संस्कारको दबाब हुँदैन। तर आत्मा देह–अभिमानमा बाँच्न थालेको बेला उसका संकल्प पनि बिथोलिएका, अस्थिर र छरिएका

हुन्छन्। त्यसको उल्टो, आत्मा आत्म स्वरूपमा टिक्दा उसका संकल्प शुद्ध, स्थिर र शक्तिशाली हुन्छन्, र त्यहींबाट परम शान्तिको साँचो अनुभव सुरु हुन्छ।

परम शान्ति अनुभव मात्र होइन, शक्ति पनि हो। आत्मा परम शान्तिको संकल्पमा टिक्दा त्यो खालि विचार रहँदैन; त्यो एउटा शुद्ध कम्पनको स्रोत बन्छ। यो कम्पनले पहिले आत्माका भित्री सूक्ष्म तहमा — जस्तै सूक्ष्म शरीर र कारण शरीरमा — असर पार्छ, अनि आभाबाट बाहिर वातावरणमा फैलिन्छ। त्यसैले आत्माको शान्ति व्यक्तिगत मात्र रहँदैन; त्यो वातावरणमा, सम्बन्धमा, व्यवहारमा र आफ्ना कामकाजमा ओर्लन थाल्छ।

परम शान्तिको यो अवस्था आत्माले परमात्मासँग आफ्नो सम्बन्ध जोड्दा झन् स्थिर र शक्तिशाली हुन्छ। आत्मा आफैं परम शान्तिको स्रोत हो, तैपनि परमात्मासँग जोडिँदा उसले त्यो शान्तिलाई झन् गहिराइ, स्थिरता र बलका साथ अनुभव गर्छ; त्यो मिलनमा ऊ परम शान्तिकै रूप बन्छ। यही परम शान्ति योगको अभ्यासबाट आत्माका पुराना कर्मका असर बिस्तारै गल्न थाल्छन्, र उसको अवस्था झन् शुद्ध र सन्तुलित हुन्छ।

यसरी आत्मा र परम शान्तिको सम्बन्धलाई तीन तहमा बुझ्न सकिन्छ। पहिलो, परम शान्ति आत्माको मूल स्वभाव हो। दोस्रो, आत्मा आत्म स्वरूपमा टिक्दा उसले यसको अनुभव गर्छ। तेस्रो, परमात्मासँग जोडिएर आत्माले त्यो अवस्थालाई स्थायी र शक्तिशाली बनाउँछ।

यो सम्बन्ध जागेपछि आत्मा आफैंमा शान्त रहने मात्र होइन; उसका विचार, संकल्प र उसको उपस्थिति नै परम शान्तिको शक्ति छर्न थाल्छ — अनि यही अवस्थाले आत्मालाई आफ्नो परिवर्तनको र संसारको परिवर्तनको माध्यम बनाउँछ।

अध्याय

# ३

# कम्पनको रहस्य र परम शान्तिको विज्ञान

*संकल्प वा कम्पन नै यस सृष्टिको मूल जग हो, र यो मानिसको सोचाइसँग सोझै जोडिएको छ।*

संकल्प वा कम्पन नै यस सृष्टिको मूल जग हो, र यो मानिसको सोचाइसँग सोझै जोडिएको छ। आत्माले जे सोच्छ, त्यो उसभित्र कम्पन र शक्ति बनेर उठ्छ, अनि त्यही कम्पन आभाबाट बाहिर वातावरणमा फैलिन थाल्छ। मानिसको हरेक विचार, इच्छा, भावना, जोश र संकल्प एउटा सूक्ष्म कम्पनझैं काम गर्छ। अनि यिनै कम्पनले वातावरणलाई आकार दिन्छन् र त्यसमा असर पार्छन्।

यसरी हेर्दा वातावरण भनेको हावा वा भौतिक पदार्थको मिश्रण मात्र होइन — यसभित्र मानिसका विचारको सूक्ष्म लेखाजोखा पनि जम्मा भएको हुन्छ। मानिसले सकारात्मक, शुद्ध र शान्त विचार उठाउँदा वातावरण हल्का, सफा र सन्तुलित हुन्छ। त्यसको उल्टो, विचार नकारात्मक हुँदा — रिस, डर, घृणा वा उत्तेजना — तिनै कम्पनले वातावरणलाई गह्रौं, अशान्त र असन्तुलित बनाउँछन्। यसरी कम्पन व्यक्तिगत अनुभवमा मात्र सीमित हुँदैनन्; तिनै त्यो जग हुन्, जसमाथि सामूहिक सृष्टि बन्छ र बदलिन्छ।

कम्पनको पञ्चतत्त्व (पाँच तत्त्व) सँग पनि गहिरो नाता छ। खास गरी कम्पन फैलाउनमा वायु तत्त्वले मुख्य भूमिका खेल्छ, किनभने यिनै तरंग एक ठाउँबाट अर्को ठाउँ पुग्ने माध्यम त्यही हो। तर कम्पन वायुमा मात्र सीमित छैनन्। विचार नकारात्मक हुँदा अग्नि तत्त्वको

तीव्रता वायुसँग मिल्छ, र वातावरणमा तातो, अशान्ति र अस्थिरता उत्पन्न हुन्छ। त्यसको उल्टो, विचार शुद्ध र सकारात्मक हुँदा वायु आकाश तत्त्वको सूक्ष्म गुणसँग मिल्छ, र वातावरण झन् हल्का र सन्तुलित हुन्छ।

बापूजीको ज्ञानले यो पनि बुझाउँछ कि पृथ्वीको वातावरण तुलनात्मक रूपमा गह्रौं छ, किनभने यहाँ नकारात्मक र मिसिएका कम्पन बढी मात्रामा छन्। हामी माथिका लोकतिर उक्लँदै जाँदा आकाश तत्त्वको प्रभाव बढ्दै जान्छ, जबकि वायु र अग्निको सन्तुलन फेरिन्छ। पृथ्वीभन्दा माथि गुरुत्वको तान घट्छ र सूक्ष्मता बढ्छ, त्यसैले माथिका लोकका कम्पन झन् शान्त, स्थिर र सूक्ष्म अनुभव हुन्छन्।

यही सन्दर्भमा परम शान्तिको महत्त्व अत्यन्त गहिरो बन्छ। परम शान्ति खालि विचार वा भावना होइन; यो त शक्ति वा कम्पनको सबैभन्दा उच्च स्तर हो, जो आत्माको मूल अवस्था र परमधामको चेतनासँग सोझै जोडिएको छ। आत्म स्वरूपमा टिकेको आत्मा परम शान्तिको संकल्पमा स्थिर रहँदा त्यसले अत्यन्त शुद्ध र शक्तिशाली ऊर्जा उत्पन्न गर्छ। यो कम्पन वा शक्ति साधारण विचारभन्दा कता बढी सूक्ष्म र असरदार हुन्छ।

यी परम शान्तिको शक्तिले पहिले आत्माका भित्री तह — मन, बुद्धि र संस्कार — लाई शान्त र सन्तुलित पार्छन्। अनि सूक्ष्म शरीर र कारण शरीरमा असर पार्दै तिनी आभाबाट फैलिन्छन् र अन्तमा बाहिर वातावरणमा बग्छन्। यस्ता कम्पन लगातार उत्पन्न हुँदा तिनले वातावरणमा जम्मा भएको नकारात्मक शक्तिलाई बिस्तारै घटाउँछन् र त्यसको ठाउँमा शुद्धता र सन्तुलन स्थापित गर्छन्।

यसरी कम्पनको विज्ञानले विचारले कस्तो असर छोड्छ भन्ने कुरा मात्र बुझाउँदैन; परम शान्तिको संकल्पबाट यो स्थूल सृष्टिको कम्पनलाई कसरी सबैभन्दा उच्च स्तरसम्म उठाउन सकिन्छ र त्यसले पूरै वातावरण र सृष्टिमा कसरी सकारात्मक परिवर्तन ल्याउँछ भन्ने पनि प्रस्ट पार्छ। त्यसैले परम शान्तिलाई शान्तिको अनुभव मात्र मानिँदैन, बरु व्यक्ति, संसार र ब्रह्माण्डीय लोकसम्मलाई असर पार्न सक्ने परिवर्तनकारी शक्ति मानिन्छ।

अध्याय

# परम शान्ति, परम प्रकाश र परम महाशान्ति

*आत्मा जति शक्तिशाली हुन्छ, परम शान्तिको प्रकाश त्यति नै फराकिलो गरी फैलिन्छ ।*

परम शान्ति र परम प्रकाश छुट्टाछुट्टै होइनन्। जहाँ साँचो परम शान्ति हुन्छ, त्यहाँ परम प्रकाश आफैं हुन्छ। परम शान्ति भन्ने शब्दभित्रै एउटा उज्यालो समाएको छ। परम प्रकाश आत्माको त्यो सबैभन्दा ठूलो शक्ति हो, जसले आत्मालाई उसको मूल सम्झना जगाइदिन्छ, उसको भित्री अस्तित्वलाई शुद्ध पार्छ र उसको बुद्धिलाई फराकिलो बनाउँछ। आत्मा जति शक्तिशाली हुन्छ, परम शान्तिको प्रकाश त्यति नै फराकिलो गरी फैलिन्छ।

> "परम शान्ति शब्द ही ऐसा है कि उसके अन्दर परम प्रकाश समाया हुआ है ।"
>
> *"अर्थ: परम शान्ति भन्ने शब्द नै यस्तो छ कि त्यसभित्रै परम प्रकाश — सबैभन्दा ठूलो उज्यालो — समाएको छ ।"*

यो ज्ञानमा परम शान्तिका तहहरू पनि बताइएका छन्।

## परम शान्ति

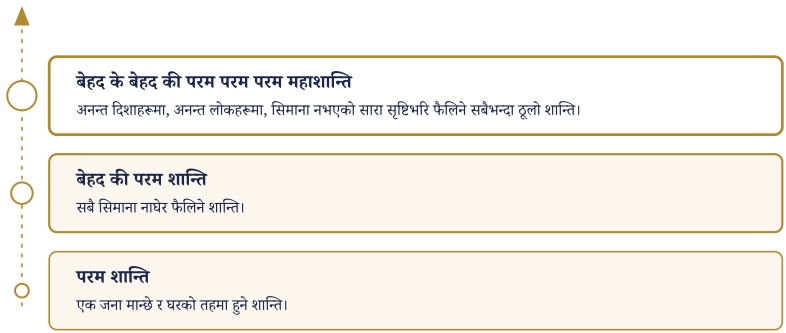
एक जना मान्छे र घरको तहमा हुने शान्ति।

## बेहद की परम शान्ति

सबै सिमाना नाघेर फैलिने शान्ति।

## बेहद के बेहद की परम परम परम महाशान्ति

अनन्त दिशाहरूमा, अनन्त लोकहरूमा, सिमाना नभएको सारा सृष्टिभरि फैलिने सबैभन्दा ठूलो शान्ति।




*परम शान्तिका तीन तह*

अध्याय

# ५

# कम्पन कुन कुन तत्त्वबाट बन्छ?

*कम्पन वायुमा मात्र सीमित हुँदैन ।*

बापूजीको ज्ञानले यो पनि प्रस्ट पार्छ कि कम्पनको पञ्चतत्त्व (पाँच तत्त्व) सँग गहिरो सम्बन्ध छ। खास गरी वायु तत्त्वले कम्पन फैलाउने मुख्य काम गर्छ, किनभने यी तरंगहरू एक ठाउँबाट अर्को ठाउँ पुग्ने बाटो त्यही हो। तर कम्पन वायुमा मात्र सीमित हुँदैन। विचार नकारात्मक हुँदा अग्नि तत्त्वको तीव्रता वायुसँग मिल्छ र वातावरणमा तातो, अशान्ति र अस्थिरता उत्पन्न हुन्छ। अर्कोतिर, विचार शुद्ध र सकारात्मक हुँदा वायु आकाश तत्त्वको सूक्ष्म गुणसँग मिल्छ र वातावरण हलुका, बढी सन्तुलित र बढी शान्त बन्छ।

पृथ्वीको वातावरण तुलनात्मक रूपमा गह्रौं छ, किनभने यहाँ नकारात्मक र मिसिएका कम्पन बढी मात्रामा छन्। हामी माथिल्ला आयामतिर बढ्दै जाँदा आकाश तत्त्वको प्रभाव बढ्दै जान्छ, अनि वायु र अग्नि तत्त्वको असर घट्दै जान्छ।

अध्याय

# ६

# मन्त्र जप, चिन्तन र आत्म स्वरूपको शक्ति

*परम शान्ति टाढाको कुरा होइन; त्यो आत्माभित्रै छ।*

बापूजीको ज्ञानमा यो मन्त्रको सार एउटै सरल तर धेरै गहिरो वाक्यमा भनिएको छ:

> **"बेहद की परम शान्ति सोचो, बोलो — परम शान्ति मिल जाएगी।"**
>
> *"अर्थ: बेहदको परम शान्ति सोच, बोल — परम शान्ति मिलिहाल्छ।"*

यो मन्त्रले आत्मालाई उसको साँचो परिचयमा फर्काउँछ र भित्र लुकेको शान्ति, प्रकाश र शक्तिलाई जगाइदिन्छ। परम शान्ति टाढाको कुरा होइन; त्यो आत्माभित्रै छ, र ठीक संकल्प, ठीक सम्झना र ठीक अभ्यासले त्यसको अनुभव गर्न सकिन्छ।

मन्त्र जपको प्रक्रियालाई तीन तहमा बुझ्न सकिन्छ — बोलेर गरिने जप, मनमा गरिने जप, र आत्म स्वरूपमा टिकेर गरिने जप। बोलेर गरिने जप त्यो हो जसमा आत्माले परम शान्ति शब्द ठूलो स्वरमा दोहोऱ्याउँछ। यो सुरुको तह हो; यसले मनलाई एउटा दिशा दिन्छ र विचारलाई काबुमा ल्याउन मद्दत गर्छ। त्यसपछि आउँछ मनमा गरिने जप, जसमा आत्माले

मनभित्रै चुपचाप परम शान्तिको सम्झना गर्छ। यो तह बढी सूक्ष्म छ र मनलाई भित्रतिर तान्छ।

तर यी दुवैभन्दा धेरै बढी शक्तिशाली हुन्छ आत्म स्वरूपमा टिकेर गरिने जप। आत्माले आफूलाई शरीर होइन, शुद्ध चेतनाको बिन्दु रूप स्रोत हो भनी अनुभव गर्छ र त्यही अवस्थामा परम शान्तिको संकल्पमा टिकिरहन्छ, तब जप विचार मात्र रहँदैन; त्यो एउटा शक्तिशाली ऊर्जामा बदलिन्छ। साँचो साधना सुरु हुने अवस्था यही हो।

यो अवस्थामा परम शान्तिको असर क्रमैसँग खुल्दै जान्छ। पहिले यसले मनलाई शान्त पार्छ, विचारको दौडलाई सुस्त बनाउँछ र अशान्ति घटाउँछ। त्यसपछि यसले बुद्धिलाई प्रस्टता र स्थिरता दिन्छ, अनि निर्णयहरू बढी ठीक र बढी सन्तुलित हुँदै जान्छन्। अन्त्यमा यो संस्कारको तहमा काम गर्न थाल्छ — पुराना नकारात्मक बानीहरू कमजोर हुन थाल्छन् र तिनको ठाउँमा नयाँ, सफा र दिव्य छाप बन्न थाल्छन्।

त्यसैले परम शान्ति मन्त्र शान्ति ल्याउने उपाय मात्र होइन; यो त संस्कार बदल्ने गहिरो माध्यम हो। यसले आत्माको भित्री मनमा बसेका पुराना रेकर्डलाई बिस्तारै नयाँ रूप दिन्छ र त्यसको दिशा सकारात्मकता र सफाइतिर फर्काइदिन्छ।

यति मात्र होइन, परम शान्तिका यी कम्पन आत्माभित्रै सीमित रहँदैनन्। आत्माले यो मन्त्रको जप गर्दा कम्पनले पहिले उसको कारण शरीर र सूक्ष्म शरीर भरिन थाल्छ, त्यसपछि आभा हुँदै फैलिन्छ, र त्यहाँबाट वातावरणमा बग्छ। बिस्तारै यो असर घर, परिवार, समाज र अन्त्यमा सारा संसारसम्म पुग्न सक्छ।

यसरी परम शान्ति मन्त्रको जप साधारण प्रक्रिया होइन, एउटा गहिरो भित्री यात्रा हो — जहाँ आत्माले आफ्नो साँचो स्वरूप चिनेर आफ्नै शक्ति जगाउँछ, र त्यही शक्तिले आफू र आफ्नो वरिपरिको वातावरण दुवैलाई बदल्न सक्ने हुन्छ।

**बोलेर गरिने जप** — यो सुरुको तह हो

परम शान्ति शब्द ठूलो स्वरमा दोहोऱ्याउनु।

**मनमा गरिने जप** — बढी सूक्ष्म

मनभित्रै चुपचाप परम शान्तिको सम्झना।

**आत्म स्वरूपमा टिकेर गरिने जप** — यी दुवैभन्दा धेरै बढी शक्तिशाली

आफूलाई शुद्ध चेतनाको बिन्दु रूप स्रोत हो भनी अनुभव गर्दै।

*मन्त्र जपका तीन तह*

अध्याय

# ७

# शरीर, कोष, आभा र कारण शरीरमा पर्ने असर

*परम शान्तिको कम्पनले धेरै सूक्ष्म तहमा काम गर्छ।*

## *खण्ड १ — सूक्ष्म शरीर, कोष र कारण शरीरमा पर्ने असर*

परम शान्तिको कम्पनले धेरै सूक्ष्म तहमा काम गर्छ। आत्म स्वरूपमा टिकेको आत्मा परम शान्तिको संकल्पमा स्थिर रहँदा यी कम्पन पहिले सूक्ष्म शरीरभित्र पस्छन् र त्यसपछि आभामा फैलिन थाल्छन्। लगातार जप र संकल्पले यो ऊर्जा बिस्तारै स्थूल शरीरसम्म पुग्छ, अनि शरीरको हरेक कोषले त्यो पाउन थाल्छ। खास गरी पाँच तत्त्व — जल, वायु, पृथ्वी, अग्नि र आकाश — यी कम्पनले प्रभावित हुन्छन् र सफा तथा सन्तुलित बन्छन्, जसले शरीरलाई हलुकापन र शान्तिको अनुभव दिन्छ।

परम शान्तिको सबैभन्दा गहिरो असर कारण शरीरमा पर्छ, जहाँ धेरै जन्मका संस्कार र कर्मको रेकर्ड जम्मा भएको हुन्छ। परम शान्तिको कम्पन र प्रकाश यो तहसम्म पुग्दा पुराना संस्कार खुकुलिन थाल्छन्, कर्मको बोझ हलुका हुन्छ र विकर्म विनाश — गलत कर्महरू नाश हुने प्रक्रिया — सुरु हुन्छ। यसरी परम शान्ति भावना मात्र होइन, आत्माको गहिराइमा काम गर्ने सफा पार्ने शक्ति हो।

## खण्ड २ — आभा, रक्षा कवच र आत्माको सुरक्षा

आत्मा लगातार आत्म स्वरूपमा टिकिरह्यो र परम शान्तिको संकल्पमा स्थिर रह्यो भने उसको आभा बिस्तारै प्रकाश र परम शक्तिले भरिन थाल्छ, अनि त्यसले एउटा सूक्ष्म रक्षा कवचको रूप लिन्छ। यो अवस्थामा आत्मा भित्रबाट मात्र होइन, बाहिरबाट पनि सुरक्षित हुन्छ। कसैले त्यस्तो आत्मातिर नकारात्मक संकल्प पठायो भने त्यो ऊर्जा आत्मासम्म पुग्दैन; त्यो आभाकै तहमा रोकिन्छ।

अचम्मको कुरा त के भने यो नकारात्मक ऊर्जा रोकिने मात्र गर्दैन। परम शान्तिको उच्च कम्पनको असरले त्यो बिस्तारै सकारात्मक ऊर्जामा बदलिन्छ र आफ्नै स्रोततिर फर्कन्छ। यसले नकारात्मक संकल्प पठाउनेको चेतनामा पनि असर छोड्छ, र उसका विचार पनि सकारात्मकतातिर फर्कन थाल्छन्।

यसरी परम शान्तिको संकल्प / कम्पनले आत्मालाई सुरक्षा दिने मात्र होइन, नकारात्मकतालाई सकारात्मकतामा बदल्ने शक्ति पनि राख्छ। यसैले यसलाई ऊर्जा परिवर्तनको एउटा गहिरो प्रणालीको रूप दिन्छ।

> **"जब आत्मा परम शान्ति के वाइब्रेशन फैलाती है, तो उसका औरा इतना शक्तिशाली हो जाता है कि कोई भी नकारात्मक संकल्प उस तक पहुँच नहीं सकता, बल्कि वो बदलकर सकारात्मक बन जाता है।"**
>
> *"अर्थः आत्माले परम शान्तिको कम्पन फैलाउँदा उसको आभा यति शक्तिशाली हुन्छ कि कुनै पनि नकारात्मक संकल्प उससम्म पुग्न सक्दैन, बरु त्यही संकल्प बदलिएर सकारात्मक बन्छ।"*

अध्याय

# ८

# घर, परिवार, समाज र पृथ्वीमा असर

*परम शान्ति यस्तो शक्ति हो, जुन घरबाट सुरु भएर पूरै संसारमा सन्तुलन र परिवर्तन ल्याउन सक्छ।*

आत्म स्वरूपमा स्थिर भएको आत्माले जब परम शान्तिको ऊर्जा फैलाउन थाल्छ, त्यसको पहिलो असर आफ्नै घरमा देखिन्छ। घरको वातावरण बिस्तारै शान्त, स्थिर र हलुका हुँदै जान्छ। पहिले जहाँ तनाव, अशान्ति वा गह्रौंपन थियो, त्यहाँ अब सहजता र सन्तुलन आउँछ। ती नै तरंग परिवारका अरू सदस्यसम्म पुग्छन् र उनीहरूको मन, विचार र व्यवहारमा राम्रो असर पार्छन्। पाइला पाइला यो असर घरबाट बाहिर निस्कन्छ र समाज, सहर, प्रदेश, देश अनि अन्ततः पूरै पृथ्वीसम्म फैलिने क्षमता राख्छ।

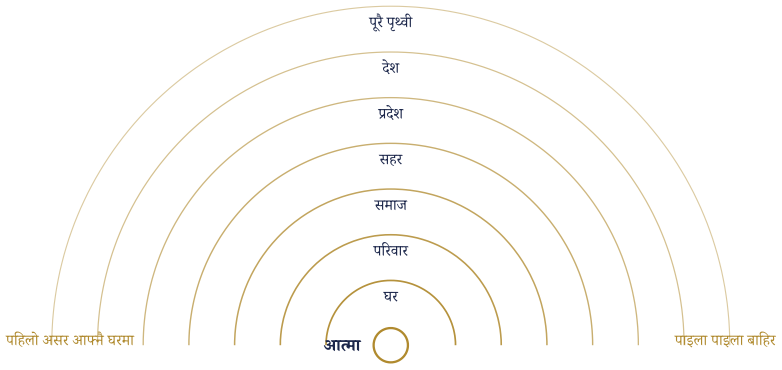
परम शान्तिको जप, चिन्तन र मनैदेखिको सम्झना लगातार र गहिरो गरी गरियो भने घरको वातावरण साँच्चै मन्दिरजस्तै बन्न सक्छ। भित्र पस्ने हरेक मान्छेले त्यो शान्ति र पवित्रता अनुभव गर्छ, चाहे उसले त्यसको कारण बुझोस् वा नबुझोस्। यसरी परम शान्ति अब केवल आफ्नो एक्लो अनुभव रहँदैन; यो त सामूहिक वातावरणलाई नै बदल्ने शक्ति बन्छ।

बापूजीको ज्ञानअनुसार, परम शान्तिको संकल्प वा तरंग स्थूल संसारमा मात्र सीमित हुँदैन; यसले सूक्ष्म संसारलाई पनि गहिरो गरी छुन्छ। घर र वरिपरिको वातावरणमा रहेका नकारात्मक वा अशान्त पार्ने सूक्ष्म सत्ताहरू — जस्तै भूतप्रेतको उपस्थिति — यी उच्च तरंग सहन सक्दैनन् र टाढिन थाल्छन्। त्यसै गरी, अशान्त अवस्थामा रहेका पितृ

आत्माहरूले पनि यी परम शान्तिको ऊर्जाबाट शान्ति अनुभव गर्न थाल्छन् र माथिल्ला लोकतिर अगाडि बढ्न प्रेरित हुन्छन्।

यसका साथै, परम शान्तिको संकल्प र ऊर्जाले आत्माको आभा बलियो बनाउँछ, अनि त्यसको वरिपरि एउटा सूक्ष्म रक्षा कवच बन्छ। यस्तो अवस्थामा कसैले नकारात्मक संकल्प वा ऊर्जा पठायो भने त्यो ऊर्जाले कवच छेडेर आत्मासम्म पुग्न सक्दैन। परम शान्तिको प्रभावले त्यही नकारात्मक ऊर्जा सकारात्मक रूपमा बदलिन्छ र पठाउनेकहाँ नै फर्कन्छ, अनि उसको विचार र चेतनामा राम्रो असर छोड्छ।

यसरी परम शान्तिको तरंग र ऊर्जाले मान्छे र उसको वातावरणलाई मात्र बदल्दैनन्, सूक्ष्म स्तरमा पनि सन्तुलन र पवित्रता ल्याउँछन्। यही कारण जहाँ जहाँ परम शान्तिको अभ्यास हुन्छ, त्यहाँको वातावरण — स्थूल र सूक्ष्म दुवै — शान्त, सुरक्षित र पवित्र हुन थाल्छ। अन्ततः परम शान्ति यस्तो शक्ति हो, जुन घरबाट सुरु भएर पूरै संसारमा सन्तुलन र परिवर्तन ल्याउन सक्छ।




*परम शान्तिका तरंग कसरी फैलिन्छन्*

अध्याय

# ६

# माथिल्ला लोक र सूक्ष्म संसारका तरंग

*जसरी मान्छेको सोचाइले यस संसारको वातावरणमा असर पार्छ, त्यसै गरी आत्माहरूको सोचाइले सूक्ष्म लोकहरूको वातावरणमा असर पार्छ ।*

सूक्ष्म संसारमा पनि संकल्पका तरंग हुन्छन्। त्यहाँ बस्ने सूक्ष्म आत्माहरू पनि संकल्पका तरंगबाट प्रभावित हुन्छन्। कोही आत्मा शान्त छन्, कोही अशान्त; कोही माथितिर उठिरहेका छन्, कोही तलतिर झरिरहेका छन्। जसरी मान्छेको सोचाइले यस संसारको वातावरणमा असर पार्छ, त्यसै गरी आत्माहरूको सोचाइले सूक्ष्म लोकहरूको वातावरणमा असर पार्छ।

आत्मा जति जति माथिल्ला लोकतिर बढ्दै जान्छ, पृथ्वीको गुरुत्वाकर्षणले त्यसमाथि त्यति त्यति कम असर पार्छ। लगभग दुई सय किलोमिटरपछि पृथ्वीको गुरुत्वाकर्षणको असर घट्न थाल्छ र आकाश तत्त्वको प्रभाव बढ्न थाल्छ। त्यसपछि ब्रह्मापुरी, विष्णुपुरी, शिवपुरी हुँदै अन्ततः परमधामसम्म अगाडि बढ्दै जाँदा आत्माको अनुभव झन् झन् शान्त, झन् झन् सूक्ष्म अनि झन् झन् एकाग्र र स्थिर हुँदै जान्छ। परमधाममा आत्माको अन्तिम स्तर पूरै शान्त, पवित्र र विचाररहित हुन्छ।

अध्याय

# १०

# आत्म स्वरूप र तेस्रो नेत्र

*आत्म स्वरूपमा स्थिर हुनु नै साँचो अर्थमा तेस्रो नेत्र खुल्नु हो।*

आत्म स्वरूपमा स्थिर हुनु नै साँचो अर्थमा तेस्रो नेत्र खुल्नु हो। यसको बाहिरी आँखासँग कुनै सम्बन्ध छैन; यो त आत्माभित्रै जागृत हुने दिव्य दृष्टि हो। जब आत्माले आफूलाई शरीर होइन, चेतन सत्ताका रूपमा अनुभव गर्छ, तब उसको ज्ञानको आँखा खुल्छ। यही कारण आत्म स्वरूपको अवस्था गहिरो बुझाइ, स्पष्टता र वैराग्यसँग जोडिन्छ — किनभने यस अवस्थामा आत्मा बाहिरी माया–भ्रमभन्दा माथि उठ्छ र आफ्नै साँचो, प्रकाशमय र दिव्य रूप देख्न थाल्छ।

“

**"स्वयं को पहचानना ही आत्म–ज्ञान है।"**

*"अर्थ: आफूलाई चिन्नु — त्यही नै आत्म–ज्ञान हो, आत्माको ज्ञान हो।"*

आत्म स्वरूपको अनुभूति हुँदा मन आफैं शान्त हुन्छ, बुद्धि पवित्र र स्थिर हुन्छ, अनि आत्माको परमात्मासँगको साँचो योग जोडिन्छ। यही योगले आत्मालाई शक्ति दिन्छ र त्यसलाई आफ्नो मूल अवस्था — परम शान्तितिर लैजान्छ। ज्ञानविना आत्माले आफूलाई चिन्न सक्दैन; र चिनाइविना साँचो योग सम्भव हुँदैन। त्यसैले आत्म स्वरूप नै त्यो ढोका हो, जसबाट आत्मा परम शान्ति र परमात्मा दुवैसँग जोडिन्छ।

यस सन्दर्भमा बापूजीको ज्ञानले भगवद् गीताको एउटा निकै गहिरो शिक्षातिर संकेत गर्छ, जहाँ भगवान् श्री कृष्णले आत्मालाई आफ्नो मूल पहिचानमा फर्कने बाटो देखाउनुहुन्छ:

> **"गीतामा भगवान् श्री कृष्णले भन्नुभएको छ — तँ शरीर र शरीरका सबै सम्बन्ध बिर्सेर आत्म स्वरूप बन्, म परमात्मालाई सम्झ। म तेरा सबै पाप नष्ट गरेर तँलाई आफूसँगै सबैभन्दा उच्च परमधाम लैजानेछु।"**

यस वाक्यको सार यो हो — आत्मा जबसम्म शरीर र शरीरका सम्बन्धको सम्झनामा बाँधिएर बस्छ, तबसम्म त्यो आफ्नो साँचो स्वरूपसँग वा परमात्मासँग जोडिन सक्दैन। तर जुन क्षण त्यो यी सीमाभन्दा माथि उठ्छ र पवित्र, चेतन आत्म स्वरूपमा स्थिर हुन्छ, त्यही क्षण उसको बाटो आफैं परमात्मातिर खुल्छ।

यसरी आत्म स्वरूप केवल एउटा विचार होइन; यो त एउटा अवस्था हो — यस्तो अनुभव, जसमा आत्माले आफूलाई चिन्छ, स्थिर हुन्छ र त्यही अवस्थामा बसेर परम शान्ति अनुभव गर्छ। यही अवस्थाले आत्मालाई भित्रैबाट जगाउँछ र त्यस उचाइसम्म उठाउँछ, जहाँबाट त्यो आफूलाई मात्र होइन, वरिपरिको पूरै वातावरणलाई नै असर पार्न सक्ने हुन्छ।

अध्याय

# ११

# आत्माको कला र परम शान्तिको तरंगको फैलावट

*शब्द त केवल माध्यम हो; साँचो शक्ति त आत्माको चेतना र कलामा रहन्छ।*

यो बुझ्न आवश्यक छ — परम शान्तिको असर शब्द बोल्नुमा मात्र भर पर्दैन; यो त धेरै गहिरो तहमा आत्माको अवस्था र त्यसको भित्री शक्तिमा टिकेको हुन्छ। हरेक आत्मा उस्तै हुँदैन; हरेक आत्माले आफ्नो यात्रा, आफ्ना संस्कार, आफ्ना कर्म र आफ्नो जागृतिको स्तरअनुसार एउटा निश्चित “कला” वा शक्ति बोकेको हुन्छ। यही कलाले तय गर्छ — आत्माले कति शक्ति बोक्न सक्छ र कति टाढासम्म फैलिन सक्छ।

आत्मा परम शान्तिको संकल्पमा स्थिर हुँदा वा त्यो शब्द बोल्दा, त्यो केवल आवाज निकालिरहेको हुँदैन; त्यो आफ्नै भित्री चेतना जगाइरहेको हुन्छ। यो जागरण जति गहिरो हुन्छ, त्यसले उत्पन्न गर्ने तरंग त्यति नै शक्तिशाली हुन्छन्। आत्मा अझै देह–अभिमानमा फसेको छ, अस्थिर छ, वा भित्र धेरै अपवित्र संस्कार बोकेको छ भने त्यसको परम शान्ति संकल्पको ऊर्जा कमजोर हुन्छ र सानो क्षेत्रमा मात्र असर पार्छ। यस्ता तरंगले वरिपरिको ठाउँलाई केही बेर शान्त पार्लान्, तर तिनको असर टाढासम्म फैलिँदैन।

यसको ठीक उल्टो, आत्मा आत्म स्वरूपमा स्थिर हुँदा, त्यसको चेतना स्थिर, पवित्र र परमात्मासँग जोडिएको हुँदा, त्यही “परम शान्ति” शब्द अत्यन्तै शक्तिशाली ऊर्जामा बदलिन्छ। यस्तो आत्माले उत्पन्न गरेका तरंग उसको शरीर वा घरमा मात्र सीमित रहँदैनन्; ती वातावरणका धेरै तह नाघ्दै टाढा टाढासम्म फैलिन्छन्। आत्माको कला बढ्दै जाँदा त्यसको संकल्प–ऊर्जाको पहुँच पनि बढ्दै जान्छ — पहिले घर, त्यसपछि समाज, त्यसपछि देश अनि अगाडि बढ्दै ब्रह्माण्डीय तहसम्म।

त्यसैले यसो भन्नु बढी ठीक होला — परम शान्तिको असर शब्दमा होइन, त्यो शब्द बोक्ने आत्माको मूल अवस्थामा हुन्छ। शब्द त केवल माध्यम हो; साँचो शक्ति त आत्माको चेतना र कलामा रहन्छ। यही कारण उही शब्द फरक फरक मान्छेले बोल्दा फरक फरक असर पर्छ। साधारण अवस्थाको आत्माले सीमित शान्ति ल्याउँछ भने उच्च अवस्थाको आत्माले त्यही शब्दले नै विशाल स्तरमा परिवर्तनको प्रक्रिया सुरु गर्न सक्छ।

> **"आत्मस्वरूप में रहकर परम शान्ति के वाइब्रेशन्स फैलाओ।"**
>
> *"अर्थ: आत्म स्वरूपमा स्थिर रहनुहोस्, र त्यहींबाट परम शान्तिको तरंग फैलाउनुहोस्।"*

यस ज्ञानको सार यो हो — परम शान्तिको अभ्यास शब्द बोल्नुमा मात्र सीमित हुनु हुँदैन; आत्मालाई यस्तो तहसम्म उठाउनुपर्छ, जहाँ त्यसको कला यति विकसित होस् कि त्यसले उत्पन्न गर्ने हरेक संकल्प र ऊर्जा आफैंमा परिवर्तन ल्याउने शक्ति बनोस्।

अध्याय

# १२

# स्व-परिवर्तनबाट विश्व-परिवर्तनसम्म

*संसार बाहिरबाट होइन, भित्रबाट बदलिन्छ।*

स्व-परिवर्तन नै विश्व-परिवर्तनको मूल र जग बसाल्ने नियम हो। यो केवल मन उत्साहित पार्ने विचार होइन, सृष्टिको काम चल्ने तरिकालाई चलाउने गहिरो आध्यात्मिक सिद्धान्त हो। बापूजीका अनुसार, संसार बाहिरबाट होइन, भित्रबाट बदलिन्छ। आत्मा देह–अभिमानबाट बाहिर निस्केर आत्म स्वरूपमा स्थित हुन्छ, तब त्यसभित्रबाट उठ्ने संकल्पहरू बदलिन्छन्। यही शक्ति — संकल्प शक्ति अर्थात् कम्पन — पहिले आत्माकै मन, बुद्धि र संस्कारमा असर पार्छ; त्यसपछि घरको वातावरणमा; र बिस्तारै समाज, देश अनि सारा संसारसम्म फैलिन्छ।

मानिसहरू प्रायः सोच्छन् कि संसारका समस्या बाहिरका हुन्; तर साँचो कुरा त, तिनको जरा हो — "वातावरणमा जम्मा भएका नकारात्मक कम्पन।" हरेक मानिसका विचार, भावना र संकल्प मिलेर एउटा सामूहिक ऊर्जा–क्षेत्र बन्छ। त्यो क्षेत्र नकारात्मक हुँदा, त्यही ऊर्जा युद्ध, अशान्ति, रोग र प्राकृतिक असन्तुलन बनेर देखा पर्छ। त्यसैले घटनाहरू त नतिजा मात्र हुन्; तिनको पछाडि संकल्पका सूक्ष्म ऊर्जाहरूले काम गरिरहेका हुन्छन्।

यही कारणले आजको समयमा हरेक आत्माका लागि परम शान्तिको अभ्यास अनिवार्य हुन्छ। आत्म स्वरूपमा स्थित आत्मा परम शान्तिको संकल्पमा अडिग रहन्छ, तब त्यसले आफूलाई मात्र शान्त पार्दैन; वातावरणमा शुद्ध र स्थिर ऊर्जा बगाउँछ। यो ऊर्जाले

वातावरणमा रहेका नकारात्मक रेकर्डिङलाई बिस्तारै कमजोर बनाउँछ, जसरी सफा पानी धमिलो पानीमा मिसाउँदा सिंगो पानी बिस्तारै सफा हुँदै जान्छ।

बापूजीका अनुसार, परम शान्तिको संकल्प लगातार र सामूहिक रूपमा फैलिँदा तिनले वातावरणलाई शुद्ध पार्न थाल्छन्। वातावरण भौतिक मात्र होइन; यो चेतना बोक्ने माध्यम पनि हो। यो शुद्ध हुँदै जाँदा पाँच तत्त्व — जल, वायु, अग्नि, पृथ्वी र आकाश — सन्तुलनमा आउँछन्, र यही "तत्त्व–परिवर्तन" अन्ततः विश्व-परिवर्तनको आधार बन्छ।

अन्तिम समयमा नकारात्मक कम्पन चरम सीमामा पुग्दा तिनको नतिजा युद्ध, प्राकृतिक प्रकोप र चारैतिर फैलिएको अस्थिरताका रूपमा देखा पर्छ। यो बाहिरी कारणले मात्र हुने होइन, सूक्ष्म ऊर्जाको असन्तुलनले हुने हो। वातावरण धेरै गह्रौं हुँदा, फेरि सन्तुलन ल्याउनका लागि विनाशकारी घटनाहरू हुन्छन्।

तर समाधान पनि त्यत्तिकै स्पष्ट छ — परम शान्ति। यो त्यस्तो शक्ति हो जसले नकारात्मक ऊर्जालाई निस्तेज पार्न सक्छ। धेरै ठूलो संख्यामा आत्माहरू सँगै परम शान्तिको संकल्पमा अडिग हुन्छन्, तब यो सामूहिक ऊर्जाले वातावरणमा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउँछ र विनाशकारी तरंगहरूलाई कमजोर पार्न थाल्छ।

> **"स्वपरिवर्तन से ही विश्वपरिवर्तन होता है।"**
>
> *"अर्थ: स्व-परिवर्तनबाट मात्र विश्व-परिवर्तन हुन्छ।"*

> **"समय को बदलने के लिए आत्मा को बदलना पड़ता है।"**
>
> *"अर्थ: समय बदल्नका लागि आत्मा आफैं बदलिनुपर्छ।"*

त्यसैले भनिन्छ कि मानिसहरूले सामूहिक रूपमा परम शान्तिको ऊर्जा फैलाए भने ठूला–ठूला झगडा — विश्व युद्धजस्तो अवस्था पनि — रोक्न सकिन्छ। यो आध्यात्मिक कल्पना होइन, संकल्प शक्तिको विज्ञानमा आधारित साँचो सम्भावना हो।

अन्ततः, विश्व-परिवर्तनको बाटो भित्रबाटै सुरु हुन्छ। परम शान्तिमा स्थित आत्माले आफ्नो ऊर्जा फैलाउँछ, तब ऊ आफैं परिवर्तनको माध्यम बन्छ। अनि धेरै आत्माहरूले सँगै यही गर्दा, त्यही सामूहिक चेतनाले नयाँ, शान्त र सन्तुलित संसारको जग बसाल्छ।

अध्याय

# १३

# युद्ध, प्राकृतिक प्रकोप र परम शान्तिको निर्णायक भूमिका

*वातावरण नै असन्तुलित हुँदा साँचो सुरक्षा आत्माको शक्तिबाट मात्र सम्भव हुन्छ।*

बापूजीको ज्ञानअनुसार, अगाडिको समय साधारण होइन; यो फेरबदलको समय हो जसमा संसार ठूलो परिवर्तनबाट भएर जानुपर्नेछ। आज देखिएका अशान्ति, झगडा, युद्ध र प्राकृतिक प्रकोप बाहिरी घटना मात्र होइनन्; तिनका पछाडि एउटा गहिरो सूक्ष्म कारणले काम गरिरहेको छ — वातावरणमा जम्मा भएका नकारात्मक कम्पन। मानिसका विचार, भावना, इच्छा र संकल्प मिलेर सामूहिक ऊर्जा–क्षेत्र बनाउँछन्; अनि यो क्षेत्र लामो समयसम्म नकारात्मकताले भरिँदै जाँदा, अन्ततः यो त्यस्तो अवस्थामा पुग्छ जहाँ यो विस्फोटक बन्छ। यो "विस्फोट" कहिले युद्धको रूप लिन्छ, कहिले प्राकृतिक प्रकोपको, र कहिले सामाजिक अस्थिरताको।

यसरी हेर्दा, युद्ध कुनै एउटा देश वा मानिसको गल्ती होइन; यो सारा मानव समाजको सामूहिक चेतनाको नतिजा हो। वातावरण नकारात्मक विचारले बाक्लिँदै जाँदा — जस्तै रिस, डर, घृणा, स्वार्थ र हिंसा — यी सबै मिलेर एउटा सूक्ष्म ऊर्जा उत्पन्न गर्छन् जसले अन्ततः स्थूल संसारमा विनाशकारी घटनाहरू जन्माउँछ। त्यसैले बापूजी स्पष्ट पार्नुहुन्छ कि

युद्ध र प्रकोपलाई बुझ्न हामीले बाहिरी कारण मात्र होइन, तिनका पछाडिका सूक्ष्म कम्पनको स्वभाव पनि हेर्नुपर्छ।

यसका साथै, समाधान पनि त्यत्तिकै स्पष्टसँग भनिएको छ — परम शान्तिको संकल्पको ऊर्जा। परम शान्ति भावनात्मक शान्ति मात्र होइन; यो एकदमै उच्च स्तरको ऊर्जा हो, जुन सोझै परमधामको चेतनासँग जोडिएको छ। आत्म स्वरूपमा स्थित आत्माले परम शान्तिको संकल्प बनाउँछ, तब भित्रबाट उठ्ने ऊर्जा साधारण हुँदैन; त्यो एकदमै सूक्ष्म, शक्तिशाली र शुद्ध हुन्छ। त्यो वातावरणमा फैलिँदै जाँदा, युद्ध र विनाशको जरा भएको नकारात्मक ऊर्जालाई बिस्तारै गलाउँदै लैजान्छ।

> **"परम शान्ति के वाइब्रेशन्स से वायुमण्डल बदलता है।"**
>
> *"अर्थ: परम शान्तिको कम्पनले वातावरण बदलिन्छ।"*

यो प्रक्रिया तुरुन्तै देखिँदैन, किनभने यो सूक्ष्म तहमा काम गर्छ; तर यसको प्रभाव एकदमै गहिरो हुन्छ। वातावरणमा परम शान्तिको कम्पन बढ्दै जाँदा नकारात्मक तरंगहरूको तीव्रता घट्न थाल्छ। वातावरण हलुका र बढी सन्तुलित हुन्छ, अनि मानिसहरूको सोचाइमा पनि परिवर्तन देखिन थाल्छ। रिस, डर वा घृणाले भरिएकाहरू बिस्तारै शान्त र सकारात्मक विचारतिर बढ्न थाल्छन्। यसरी परम शान्तिको संकल्पका ऊर्जाहरूले बाहिरी वातावरण मात्र होइन, मानिसको भित्री चेतना पनि बदल्छन्।

बापूजीका अनुसार, यो प्रक्रिया सारा संसारभर सामूहिक रूपमा गरियो भने — अर्थात् आत्म स्वरूपमा स्थित धेरै ठूलो संख्याका आत्माहरूले सँगै परम शान्तिको संकल्पको ऊर्जा फैलाए भने — यसको असर धेरै गुणा बढ्छ। तब यो व्यक्तिगत वा स्थानीय परिवर्तनमा सीमित रहँदैन, विश्व स्तरमै काम गर्न थाल्छ। यही ठाउँमा भनिन्छ कि विश्व स्तरका झगडा, र विश्व युद्धसम्मको सम्भावित अवस्था पनि, रोक्न सकिन्छ। यो मनगढन्ते विचार होइन; यो सूक्ष्म ऊर्जा र कम्पनको विज्ञानमा आधारित साँचो समाधान हो, जसमा सकारात्मक ऊर्जाको सामूहिक शक्तिले नकारात्मक ऊर्जाको बहावलाई सन्तुलनमा ल्याउन सक्छ।

अन्तिम समयको अर्को महत्त्वपूर्ण कुरा यो हो कि बाहिरी साधनमा मात्र भर पर्नु पुग्दैन। भौतिक सुरक्षा, प्रविधि वा साधनले एउटा हदसम्म मात्र जोगाउन सक्छन्; वातावरण नै असन्तुलित हुँदा साँचो सुरक्षा आत्माको शक्तिबाट मात्र सम्भव हुन्छ। त्यसैले परम शान्ति र

परम प्रकाशलाई साँचो सुरक्षा भनिएको हो। आत्मा परम शान्तिमा स्थित हुन्छ र भित्र परम प्रकाश सक्रिय हुन्छ, तब त्यो एउटा सूक्ष्म सुरक्षा–क्षेत्रमा पस्छ जहाँ बाहिरको कुनै पनि नकारात्मक प्रभावले त्यसलाई हानि गर्न सक्दैन।

> "अन्त के समय में शान्ति चाहिए तो परम शान्ति बोलनी होगी।"
>
> *"अर्थ: अन्तिम समयमा शान्ति चाहिन्छ भने परम शान्ति बोल्नैपर्छ।"*

यसरी, परम शान्तिको सन्देश साधना वा भक्तिमा मात्र सीमित छैन; यो एक किसिमले “भविष्यको सुरक्षाको विज्ञान” हो। यसले हामीलाई भन्छ कि अगाडिको समयमा मानिसले बाहिरी साधनमा मात्र होइन, आफ्नो भित्री अवस्थामा पनि ध्यान दिनुपर्छ। जागृत र सचेत आत्माहरूले परम शान्तिको अभ्यास गर्छन्, तब तिनले आफूलाई मात्र सुरक्षित राख्दैनन्, सारा संसारको सन्तुलनमा पनि योगदान दिन्छन्।

अन्ततः यो स्पष्ट हुन्छ कि भविष्य वर्तमानका संकल्पबाट बन्छ। वर्तमानमा नकारात्मक संकल्प बढे भने भविष्यमा विनाश बढ्नेछ; अनि वर्तमानमा परम शान्तिको संकल्प फैलिए भने भविष्यमा शान्ति, सन्तुलन र नयाँ दिव्य संसारको स्थापना सम्भव हुनेछ। त्यसैले यो समयको सबैभन्दा ठूलो खाँचो घटनाहरू रोक्ने कोसिस गर्नु मात्र होइन, तिनलाई जन्माउने सूक्ष्म कारणहरू नै बदल्नु हो — र त्यो परिवर्तन परम शान्तिबाट मात्र सम्भव छ।

अध्याय

# १४

# परम शान्ति महा मन्त्रको साधना

*यो साधनाको साँचो उद्देश्य मन्त्रको गन्ती बढाउनु मात्र होइन,*
*आत्मालाई त्यसको मूल पहिचानमा स्थापित गर्नु हो।*

बापूजीको ज्ञानअनुसार, यो साधना तीन तहमा गर्न सकिन्छ — बोलेर, मनमा, र आत्म स्वरूपमा टिकेर। सुरुमा आत्माले परम शान्ति स्पष्टसँग बोल्छ, तब यसले मनलाई एउटा दिशा दिन्छ र विचारको दौडधुप सुस्त पार्न मद्दत गर्छ। त्यसपछि मनको तह आउँछ, जहाँ आत्माले नबोलीकनै लगातार परम शान्तिको सम्झना गर्छ, जसले गर्दा मन स्थिर हुन्छ र भित्रतिर फर्कन्छ।

तर यो साधनाको साँचो असर तब देखा पर्छ जब आत्म स्वरूपमा स्थित आत्मा परम शान्तिको संकल्पमा अडिग रहन्छ। यो अवस्थामा जप शब्द मात्र रहँदैन; यो आत्माभित्र गहिरोसँग काम गर्ने शक्तिशाली कम्पन बन्छ। सुरुको अभ्यासमा पचासदेखि सय पटकसम्म जप गर्दा मन शान्त हुन थाल्छ र विचार स्थिर हुन्छन्। अभ्यास बढ्दै लगातार र गहिरो सम्झनामा पुग्दा — जस्तै एक लाख पटकको जप वा मनैदेखिको मनन — यसको प्रभाव घरको वातावरणसम्म पुग्छ, र त्यहाँ स्थिर शान्ति स्थापित हुन थाल्छ।

यसभन्दा पनि माथि, आत्माले “बेहद की परम शान्ति” र “बेहद के बेहद की परम महाशान्ति” को संकल्प गर्दा साधना अझ सूक्ष्म र अझ विशाल बन्छ। यो अवस्थामा उठ्ने कम्पन कुनै सीमित क्षेत्रमा बाँधिँदैनन्; तिनी टाढा–टाढासम्म फैलिन थाल्छन्। आत्माको

संकल्प जति गहिरो र जति अडिग हुन्छ, ती ऊर्जाहरूले वातावरणमा त्यति नै तीव्र र त्यति नै फराकिलो असर पार्छन्।

यो साधनाको साँचो उद्देश्य मन्त्रको गन्ती बढाउनु मात्र होइन, आत्मालाई त्यसको मूल पहिचानमा स्थापित गर्नु हो। आत्म स्वरूपमा स्थित आत्माले परमात्मासँग आफ्नो सम्बन्ध जोड्छ, तब त्यसले सबैभन्दा ठूलो दिव्य शक्ति पाउँछ; अनि त्यो शक्ति परम शान्तिको रूपमा वातावरणमा फैलिन्छ। यही हो परम शान्ति महा मन्त्रको साँचो साधना — जहाँ जप केवल एउटा काम रहँदैन, चेतनाको परिवर्तन र शक्ति फैलाउने माध्यम बन्छ।

# परम शान्तिको कम्पन र मल्टिभर्स प्रभाव

*परम शान्तिको असर शब्दमा होइन, आत्माको अवस्था र त्यसको क्षमतामा रहन्छ।*

परम शान्तिको कम्पन पृथ्वीमा मात्र सीमित छैनन्; तिनको फैलावट यसभन्दा धेरै टाढा र धेरै गहिरो छ। बापूजीको ज्ञानअनुसार, आत्म स्वरूपमा स्थित आत्माले परम शान्तिको संकल्प गर्छ, तब त्यसले आफ्नो वरिपरिको वातावरणमा मात्र असर पार्दैन; त्यसभित्रबाट उठ्ने सूक्ष्म तरंगहरू धेरै तहहरू पार गर्दै टाढा–टाढासम्म फैलिन्छन्। यो फैलावट पृथ्वीबाट क्रमशः ब्रह्माण्ड (सौरमण्डल), महाब्रह्माण्ड (आकाशगंगा), परम महाब्रह्माण्ड (युनिभर्स) र त्योभन्दा पनि माथिका तहहरूसम्म पुग्न सक्छ।

यहाँ “ब्रह्माण्ड” भौतिक ठाउँ मात्र होइन; यो सृष्टिको एउटा पूरा व्यवस्था हो, जसभित्र विभिन्न लोक, ग्रह, ऊर्जा–क्षेत्र र चेतनाका तहहरू पर्छन्। यसभन्दा माथि “महाब्रह्माण्ड” को कुरा आउँछ, जुन धेरै ब्रह्माण्डहरूको विशाल समूह हो — त्यो तह जहाँ सृष्टिको बनावट अझ ठूलो र अझ जटिल हुन्छ। यसभन्दा माथि “परम महाब्रह्माण्ड” अर्थात् युनिभर्सको अवस्था छ, र त्यसभन्दा पनि पर मल्टिभर्स छ, जहाँ असंख्य सृष्टि, असंख्य ब्रह्माण्ड र चेतनाका अनन्त तहहरू सँगै रहन्छन्। बापूजीको ज्ञानले स्पष्ट पार्छ कि सृष्टि एउटै ब्रह्माण्डमा सीमित छैन; यो अनन्त फैलावट भएको जीवित र चेतन व्यवस्था हो।

आत्मामा परम शान्तिको संकल्प उठ्छ, तब त्यसको फैलावट आत्माको भित्री शक्ति, स्थिरता र “कला” मा भर पर्छ। आत्माको अवस्था सीमित छ भने त्यसको ऊर्जाको असर वरिपरिको क्षेत्रमा मात्र पर्छ — आफ्नो शरीर, घर वा नजिकको वातावरणमा। तर आत्मा उच्च अवस्थामा छ, परमात्मासँग जोडिएको छ र त्यसको चेतना फैलिएको छ भने, त्यही ऊर्जा अत्यन्तै शक्तिशाली हुन्छ र टाढा–टाढासम्म फैलिन थाल्छ। यस्तो अवस्थामा आत्माको संकल्प ऊर्जा पृथ्वीको वातावरणमा सीमित रहँदैन; सूक्ष्म तहहरू पार गर्दै यो ब्रह्माण्डीय र त्योभन्दा माथिका आयामसम्म पुग्न सक्छ।

त्यसैले भनिन्छ कि परम शान्तिको असर शब्दमा होइन, आत्माको अवस्था र त्यसको क्षमतामा रहन्छ। आत्माको कला जति विकसित हुन्छ, त्यसको संकल्प ऊर्जाको प्रभाव त्यति नै फराकिलो हुन्छ। साधारण अवस्थाको आत्माले सीमित परिवर्तन ल्याउन सक्छ, भने उच्च अवस्थाको आत्माको प्रभाव एकदमै फराकिलो र टाढासम्म पुग्ने हुन्छ। यो फैलावट दूरीको मात्र होइन, चेतनाका तहहरूको पनि हो — चेतना जति सूक्ष्म र जति शक्तिशाली हुन्छ, यो त्यति नै गहिरा तहहरूसम्म पुग्न सक्छ।

यो विषय अझ गहिरोसँग बुझ्नका लागि एउटा एकदमै महत्त्वपूर्ण पुस्तक छ — Life in Multiverse — जुन हिन्दी र अंग्रेजीसहित धेरै भाषामा उपलब्ध छ। यस पुस्तकमा सृष्टिको बनावट, विभिन्न लोकहरूको मिलान र आत्माको यात्रा विस्तारसँग बताइएको छ।

अन्त्यमा, यो बुझ्नु महत्त्वपूर्ण छ कि परम शान्तिको अभ्यास व्यक्तिगत शान्तिका लागि मात्र होइन; यो त्यस्तो माध्यम हो जसबाट आत्माले आफ्नो ऊर्जा यति धेरै फैलाउन सक्छ कि त्यसले सृष्टिका धेरै तहहरूमा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउन सकोस्। धेरै आत्माहरू यो अवस्थामा पुगेर सँगै परम शान्तिको ऊर्जा फैलाउँछन्, तब यसको असर धेरै गुणा शक्तिशाली हुन्छ; र यही सामूहिक चेतना नयाँ, सन्तुलित र दिव्य संसार बन्ने आधार बन्छ।

# निष्कर्ष

यो पुस्तकले देखाउँछ कि परम शान्ति कुनै विचार मात्र होइन, आत्माको साँचो शक्ति हो। आत्मा आफ्नै साँचो स्वरूपमा स्थित हुन्छ, तब त्यसका शब्द, विचार र संकल्प कम्पन बनेर फैलिन थाल्छन्। यी कम्पनले मन शान्त पार्छन्, शरीर हलुका बनाउँछन्, घर पवित्र पार्छन्, वातावरण बदल्छन् र भविष्यको नयाँ संसारको बाटो खोल्छन्।

अन्त्यमा, साँच्चै शान्ति चाहिन्छ भने परम शान्ति बोल्नैपर्छ; अनि विश्व-परिवर्तन चाहिन्छ भने पहिले स्व-परिवर्तन हुनैपर्छ।

# सिफारिस गरिएका भिडियो सन्दर्भ

यो पुस्तक तयार पार्दा बापूजीको आधिकारिक YouTube च्यानलका तलका मुख्य प्रवचन भिडियोहरूको सहारा लिइएको छ। यी भिडियोहरू नै यस ज्ञानका मूल स्रोत हुन् र विषयलाई पूरा गहिराइमा बुझ्न धेरै उपयोगी छन्। पूरा अनुभवका लागि पाठकहरूलाई मूल प्रवचनहरू हेर्न अनुरोध गरिन्छ।

१. UNLOCK Power of Paramshanti | P1 | Law of Vibration | Stop Negative Thinking | Key to Multiverse Parivartan
https://youtu.be/migEqSr0ORc
२. UNLOCK Power of Paramshanti P2 | Vibration / Kampan / Spandan & Manushya ki Soch | Disaster, War Kyon?
https://youtu.be/68aA4yydRDM
३. UNLOCK Power of Paramshanti | Disease ka Kaaran aur Nivaaran | Vibrations aur Brahmand ki Utpatti
https://youtu.be/6fH0g0FnAg0
४. Behad ki Paramshanti Maha Mantra — BEHAD KI PARAM SHANTI MANTRA: Vishv ke Maha Parivartan ke liye Naya Maha Mantra
https://youtu.be/4RopCw0H5AY
५. Paramshanti ka Sandesh, Atma ki Shakti: Vishv Kalyan ka Divya Marg
https://youtu.be/g7uraEB88cw
६. Paramshanti Mantra ki Sukshm Shakti ka Rahasya
https://youtu.be/cPH7fW00ImM
७. How Paramshanti will Create Future New World / New Earth? P1 | Tattva se Paramtattva, Mrityulok se Amarlok tak
https://youtu.be/DPcPzROvFpM
८. What is the Meaning of Paramshanti — PARAMSHANTI MANTRA
https://youtu.be/2CVBPptrRMc
९. “Swaparivartan” se “Vishvaparivartan” Process with Paramshanti & “Tattvaparivartan” | MUST Watch for Behad Souls
https://youtu.be/4XwUv1YQdZM

यीबाहेक बापूजीको मुख्य च्यानलमा अरू धेरै भिडियो छन्, जसबाट यस पुस्तकका अरू भागका लागि पनि धेरै प्रेरणा र ज्ञान लिइएको छ। अझ गहिरो अनुभवका लागि कृपया बापूजीको आधिकारिक च्यानल हेर्नुहोस्।

# बापूजीका अनमोल वचनहरू

तल बापूजीका प्रवचनबाट सोझै लिइएका शक्तिशाली वचनहरू छन्। हरेक वचन पहिले हिन्दीमा दिइएको छ — जसरी बापूजी आफैं बोल्नुहुन्छ — र त्यसपछि त्यसको नेपाली अर्थ दिइएको छ।

"परम शान्ति शब्द ही ऐसा है कि उसके अंदर परम प्रकाश समाया हुआ है।"

*"अर्थ: परम शान्ति शब्द नै यस्तो छ कि त्यसभित्रै परम प्रकाश — सबैभन्दा ठूलो प्रकाश — बसेको छ।"*

"आत्म स्वरूप में रहकर परम शान्ति के वाइब्रेशन फैलाओ।"

*"अर्थ: आत्म स्वरूपमा टिकेर बस, र त्यहींबाट परम शान्तिको तरंग फैलाऊ।"*

"स्वयं को पहचानना ही आत्म–ज्ञान है।"

*"अर्थ: आफूलाई चिन्नु — त्यही नै आत्म–ज्ञान हो, आत्माको ज्ञान हो।"*

"समय को बदलने के लिए आत्मा को बदलना पड़ता है।"

*"अर्थ: समय बदल्नका लागि आत्मा आफैं बदलिनुपर्छ।"*

❝

"जब आत्मा परम शान्ति के वाइब्रेशन फैलाती है, तो उसका औरा इतना शक्तिशाली हो जाता है कि कोई भी नकारात्मक संकल्प उस तक पहुँच नहीं सकता, बल्कि वो बदलकर सकारात्मक बन जाता है।"

*"अर्थ: आत्माले परम शान्तिको कम्पन फैलाउँदा उसको आभा यति शक्तिशाली हुन्छ कि कुनै पनि नकारात्मक संकल्प उससम्म पुग्न सक्दैन, बरु त्यही संकल्प बदलिएर सकारात्मक बन्छ।"*

❝

"परम शान्ति सबसे ऊँचा कम्पन है, और यही कम्पन पूरे ब्रह्माण्ड को बदल सकता है।"

*"अर्थ: परम शान्ति सबैभन्दा माथिल्लो कम्पन हो, र यही कम्पनमा पूरा ब्रह्माण्ड बदल्ने शक्ति छ।"*

❝

"ज्ञान से ही मन पवित्र होता है।"

*"अर्थ: दिव्य ज्ञानले मात्र मन पवित्र हुन्छ।"*

❝

"परम शान्ति के वाइब्रेशन से वायुमण्डल बदलता है।"

*"अर्थ: परम शान्तिको तरंगले वायुमण्डल नै बदलिन्छ।"*

❝

"स्वपरिवर्तन से ही विश्वपरिवर्तन होता है।"

*"अर्थ: स्व-परिवर्तनबाट मात्र विश्व-परिवर्तन हुन्छ।"*

❝

"अन्त के समय में शान्ति चाहिए तो परम शान्ति बोलनी होगी।"

*"अर्थ: अन्तिम समयमा शान्ति चाहिन्छ भने परम शान्ति बोल्नैपर्छ।"*

❝

"बेहद की परम शान्ति सोचो, बोलो — परम शान्ति मिल जाएगी।"

*"अर्थ: बेहदको परम शान्ति सोच, बोल — परम शान्ति मिलिहाल्छ।"*

# शब्दावली

यो पुस्तकभरि हिन्दी र संस्कृतका आध्यात्मिक शब्दहरू आफ्नै मूल रूपमा राखिएका छन्। तल हरेक शब्दको सरल, सुरुवाती पाठकका लागि बुझ्न सजिलो अर्थ दिइएको छ, ताकि बापूजीको ज्ञानमा नयाँ पाठकले पनि पुस्तक सजिलै पढ्न सकून्।

१. **आत्मा** (Atma)

आत्मा; चेतन शक्तिको एउटा बिन्दु, जुन शरीरभन्दा अलग छ। साँचो आफू।

२. **परमात्मा** (Paramatma)

सबैभन्दा ठूलो दिव्य सत्ता; सबै पवित्र चेतनाको स्रोत र शक्ति।

३. **परम शान्ति** (Paramshanti)

सबैभन्दा ठूलो शान्ति; आत्माको मूल, पवित्र र स्थिर अवस्था।

४. **परम प्रकाश** (Param Prakash)

सबैभन्दा ठूलो दिव्य प्रकाश; आत्माको त्यो सबैभन्दा माथिल्लो शक्ति जसले उसको मूल सम्झना जगाउँछ।

५. **बेहद की परम शान्ति** (Behad ki Paramshanti)

त्यो शान्ति जुन सबै सीमा, हद र सर्तभन्दा पर फैलिन्छ।

६. **बेहद के बेहद की परम परम परम महाशान्ति** (Behad ke Behad ki Param Param Param Mahashanti)

त्यो सबैभन्दा ठूलो शान्ति जुन सृष्टिका अनन्त लोक हुँदै अनन्त दिशामा फैलिन्छ।

७. **परमधाम** (Paramdham)

सबैभन्दा माथिल्लो धाम; आत्माको सबैभन्दा उच्च अवस्थाको पवित्र, शरीरविनाको र विचाररहित बासस्थान।

८. **बेहद** (Behad)

सीमाविहीन, हदविहीन, अनन्त; साधारण सीमाभन्दा पर फैलिएको सृष्टिलाई जनाउँछ।

९. **हद** (Had)

सीमित; सीमाभित्र बाँधिएको सृष्टि वा अवस्थालाई जनाउँछ।

१०. **आत्म स्वरूप** (Atmaswaroop)

आफूलाई शरीर होइन, आत्मा — एउटा पवित्र, चेतन, बिन्दु रूपको सत्ता — भनी अनुभव गर्ने अवस्था।

११. **संकल्प** (Sankalp)

आत्माको मनमा उठ्ने शक्तिशाली विचार, दृढ निश्चय वा मनैदेखि दोहोऱ्याइने दृढ कामना।

१२. **संकल्प शक्ति** (Sankalp Shakti)

त्यो भित्री शक्ति जसले विचारलाई असरदार बनाउँछ; संकल्पभित्रको बल।

१३. **कम्पन / वाइब्रेशन** (Kampan / Vibration)

विचार, भावना र चेतनाबाट उठ्ने सूक्ष्म तरंग, जसले वायुमण्डललाई असर गर्छ।

१४. **स्पन्दन** (Spandan)

कम्पनकै अझ सूक्ष्म नाम; चेतना वा शक्तिको सूक्ष्म धड्कन।

१५. **आभा** (Aura)

आत्मा र शरीरको वरिपरि रहने सूक्ष्म शक्तिको घेरा।

१६. **रक्षा कवच** (Raksha Kavach)

परम शान्तिको संकल्पले आत्माको वरिपरि बन्ने सूक्ष्म शक्तिको सुरक्षा ढाल।

१७. **कला** (Kala)

आत्मा वा सृष्टिकर्तासँग रहेको आध्यात्मिक शक्ति वा क्षमताको एकाइ।

१८. **सूक्ष्म शरीर** (Sukshm Sharir)

आकाश, वायु र अग्नि तत्त्वले बनेको सूक्ष्म शरीर; यसले तरंग र अभिलेख बोक्छ।

१९. **कारण शरीर** (Karan Sharir)

आकाश तत्त्वले बनेको कारण शरीर; धेरै जन्मका संस्कार र कर्मको अभिलेख जम्मा हुने भण्डार।

२०. **महाकारण शरीर** (Maha Karan Sharir)

कारण शरीरभन्दा पनि सूक्ष्म चेतन बनावट।

२१. **स्थूल शरीर** (Sthool Sharir)

यो देखिने भौतिक शरीर।

२२. **संस्कार** (Sanskar)

आत्मामा बसेको गहिरो छाप वा स्वभावको अभिलेख, जुन कारण शरीरमा जम्मा हुन्छ।

२३. **कर्म** (Karma)

काम; विगत र वर्तमानका कामका ती नतिजा जसले आत्मालाई बाँध्छन्।

२४. **कर्मबन्धन** (Karmabandhan)

कर्मबाट उठ्ने भित्री बन्धन वा पकड।

२५. **विकर्म विनाश** (Vikarm Vinash)

गलत काम, अपवित्र छाप र कर्मको बन्धन मेटिनु।

२६. **पञ्चतत्त्व** (Panchtattva)

पाँच तत्त्व: पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु र आकाश।

२७. **वायु तत्त्व** (Vayu Tattva)

हावाको तत्त्व; तरंग फैलिने मुख्य माध्यम।

२८. **अग्नि तत्त्व** (Agni Tattva)

आगोको तत्त्व; शक्ति, रूपान्तरण र परिवर्तनको तत्त्व।

२९. **आकाश तत्त्व** (Akash Tattva)

खाली ठाउँ वा आकाशको तत्त्व; फैलिने र ग्रहण गर्ने सूक्ष्म तत्त्व।

३०. **जल तत्त्व** (Jal Tattva)

पानीको तत्त्व।

३१. **पृथ्वी तत्त्व** (Prithvi Tattva)

पृथ्वीको तत्त्व।

३२. **परमतत्त्व** (Paramtattva)

तत्त्वको सबैभन्दा ठूलो, निखारिएको रूप; तत्त्वभन्दा सूक्ष्म र शक्तिशाली।

३३. **योग** (Yog)

ज्ञान र स्थिरताबाट बनेको परमात्मासँगको भित्री जोड।

३४. **धारणा** (Dharana)

त्यो स्थिर अवस्था जहाँ आत्माका संस्कार बदलिन्छन् र दिव्यता बिस्तारै झल्किन थाल्छ।

३५. **साधना** (Sadhana)

आध्यात्मिक अभ्यास; अनुभूतितर्फ लगातार गरिने भित्री मेहनत।

३६. **मन्त्र जप** (Mantra Japa)

मन्त्र दोहोऱ्याउनु — बोलेर, मनमनै वा आत्म स्वरूपमा रहेर।

३७. **मनन** (Manan)

गहिरो, मनैदेखिको चिन्तन र सम्झना।

३८. **भूलोक** (Bhulok)

पृथ्वीको लोक।

३९. **स्वर्गलोक** (Swarglok)

पृथ्वीभन्दा माथिको सूक्ष्म लोक।

४०. **ब्रह्मापुरी** (Brahmapuri)

ब्रह्मासँग जोडिएको माथिल्लो लोक।

४१. **विष्णुपुरी** (Vishnupuri)

विष्णुसँग जोडिएको माथिल्लो लोक।

४२. **शिवपुरी** (Shivpuri)

शिवसँग जोडिएको माथिल्लो लोक।

४३. **ब्रह्माण्ड** (Brahmand)

एउटा सौरमण्डल; आफ्नै लोक र तहहरू भएको एउटा पूरा सृष्टि–व्यवस्था।

४४. **महाब्रह्माण्ड** (Maha Brahmand)

एउटा आकाशगंगा; धेरै ब्रह्माण्डको विशाल समूह।

४५. **परम महाब्रह्माण्ड** (Param Maha Brahmand)

एउटा युनिभर्स; धेरै आकाशगंगा समेट्ने समूह।

४६. **मल्टिभर्स** (Multiverse)

सृष्टिका अनन्त तहहरूमा सँगै रहेका अनगिन्ती युनिभर्स।

४७. **सूक्ष्म जगत्** (Sukshm Jagat)

सूक्ष्म संसार; भौतिक संसारभन्दा पर रहेका सूक्ष्म सत्ता र सूक्ष्म तरंगको संसार।

४८. **स्थूल जगत्** (Sthool Jagat)

पाँच तत्त्वले बनेको यो देखिने भौतिक संसार।

४९. **तेस्रो नेत्र** (Teesri Aankh)

ज्ञानको आँखा; आत्म स्वरूपमा जाग्ने दिव्य भित्री दृष्टि।

५०. **सत्–चित्–आनन्द** (Sat-Chit-Anand)

आत्माको सत्य, चेतन र आनन्दमय स्वभाव।

५१. **ज्ञान दान महा दान** (Gyan Daan Maha Daan)

सबैभन्दा ठूलो दान — दिव्य ज्ञान बाँड्नु।

# आगामी चलचित्र




## परमशान्ति: अन्तिम परम सत्य

PARAMSHANTI: ANTIM PARAM SATYA

बापूजी दशरथभाई पटेलबारेको एक आध्यात्मिक चलचित्र

प्रस्तुतकर्ता: विश्व परिवर्तक ईश्वरीय विद्यालय

आध्यात्मिक चलचित्र आउँदैछ

**२०२६**

चाँडै... संसारले जान्नेछ

बापूजी दशरथभाई पटेलको दिव्य जीवन, यात्रा र परम सत्यको प्राप्तिमा आधारित एक आगामी आध्यात्मिक जीवनी चलचित्र। यस चलचित्रले बापूजीको असाधारण बाटोलाई पछ्याउँछ — मानिसहरूको दुःखबारे ईश्वरलाई प्रश्न गर्ने एक युवा आत्मादेखि, परम शान्ति अर्थात् अन्तिम परम सत्य — अन्तिम, सबैभन्दा ठूलो सत्य — को परम आध्यात्मिक प्राप्तिसम्म।

चाँडै आउँदैछ...

# हामीसँग जोडिनुहोस्

बापूजी र परमशान्ति परिवारसँग यो यात्रा जारी राख्नुहोस्। बापूजीका दैनिक लाइभ सत्रहरू, निर्देशित ध्यान र भिडियो शिक्षाहरू — निःशुल्क र सबैका लागि खुला।

**इमेल**

anant@paramshanti.org
ankur@paramshanti.org

**वेबसाइटहरू**

www.paramshanti.org
www.paramshantiblogs.org

### YouTube च्यानलहरू

youtube.com/@BapujiDashrathbhaiPatel
youtube.com/@maakadivyasandesh7661
youtube.com/@spiritualpodcastwithanant
youtube.com/@paramshantimeditation

### Facebook

facebook.com/discoveryofnewworldcom
facebook.com/bapujidashrathbhaipatel

### Instagram

instagram.com/bapujidashrathbhaipatel
instagram.com/spiritualpodcastwithanant
instagram.com/paramshanti.motivation

### X (Twitter)

x.com/bapujiofficial
x.com/sakshipatel85
x.com/anant982511

### सबै प्रमुख प्लेटफर्महरूमा उपलब्ध

यो पुस्तक र बापूजी दशरथभाई पटेलका अन्य पुस्तकहरू सबै प्रमुख अनलाइन इ–बुक प्लेटफर्म र पुस्तक पसलहरूमा उपलब्ध छन्।

पूरा पुस्तकालय र निःशुल्क डाउनलोडका लागि www.paramshantiblogs.org मा जानुहोस्।

### Google Play Store मा चाँडै आउँदैछ

हाम्रा परमशान्ति एपहरू चाँडै Google Play Store मा उपलब्ध हुनेछन्। पर्खनुहोस्…

**paramshanti.org**

**YouTube च्यानल**

**निःशुल्क पुस्तकहरू — paramshantiblogs.org**

### ठेगाना

Vishwa Parivartak Ishwariya Vidhyalay
c/o Paramshanti Bhawan, Chenpur
Near Chenpur Bus Stand, New Ranip Road
Ahmedabad, Gujarat – 382470, India

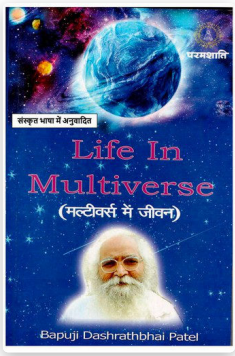
विश्व परिवर्तक ईश्वरीय विद्यालय

www.paramshanti.org

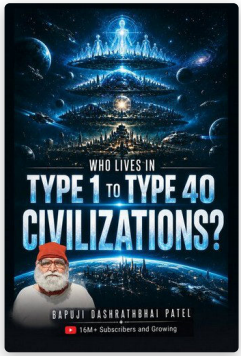
# परमशान्ति पुस्तक पुस्तकालय

*बापूजी दशरथभाई पटेलका थप पुस्तकहरू हेर्नुहोस्*

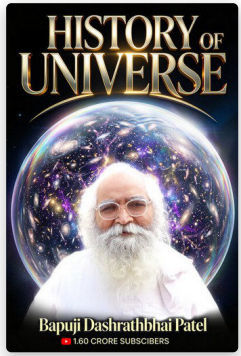
तलका पुस्तकहरू बापूजी दशरथभाई पटेलका दिव्य शिक्षाहरू र बेहद ज्ञानमा आधारित एक बढ्दै गइरहेको आध्यात्मिक ज्ञान शृंखलाको भाग हुन्। हरेक इ–बुक निःशुल्क उपलब्ध छ। Google Play Books, Amazon Kindle र प्रमुख विश्वव्यापी डिजिटल प्लेटफर्महरूमा उपलब्ध।



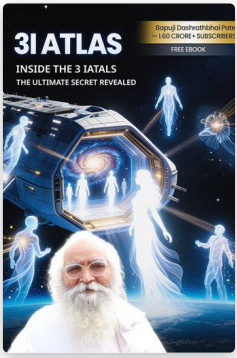

**Life in Multiverse**



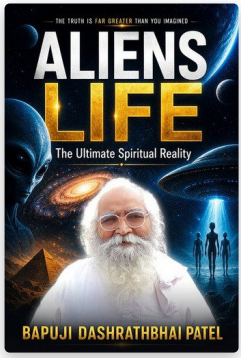

**Type 1 to Type 40 Civilizations**



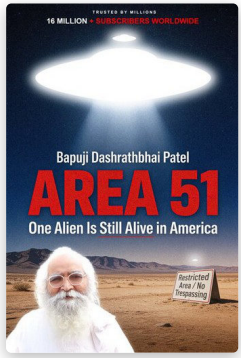

**History of Universe**



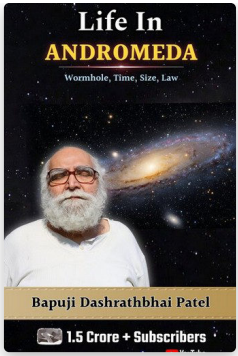

**3i Atlas**



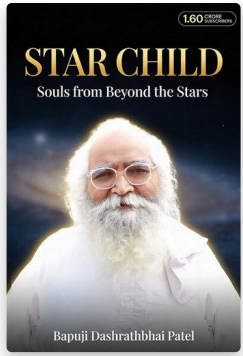

**Aliens Life**



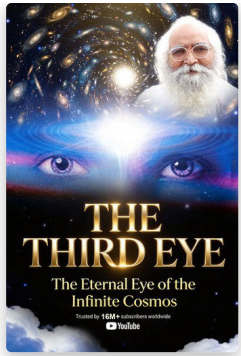

**Area 51**



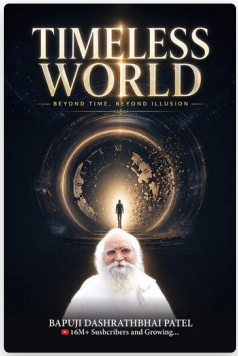

Life in Andromeda



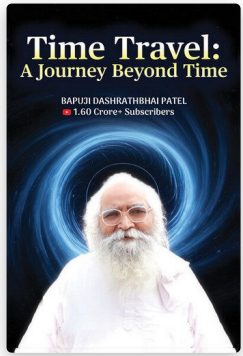

Star Child



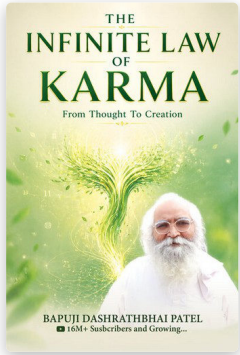

The Third Eye




Timeless World

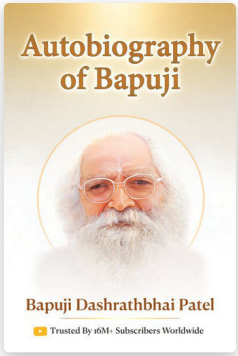



Time Travel

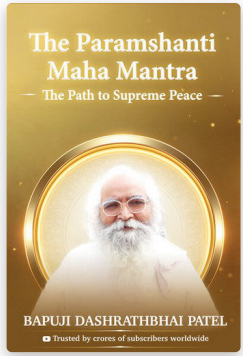



The Infinite Law of Karma

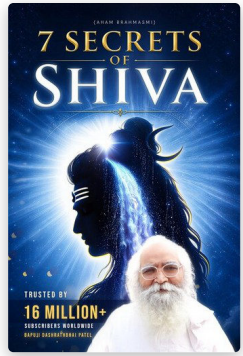
## शृंखलाका थप पुस्तकहरू



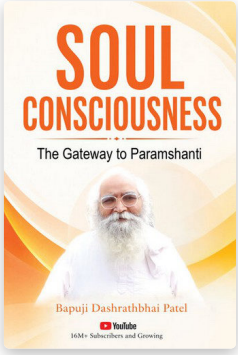

**Autobiography of Bapuji**



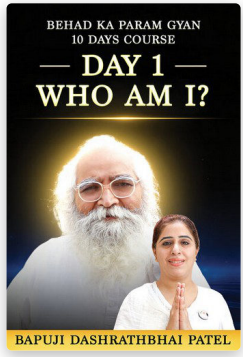

**Paramshanti Maha Mantra**



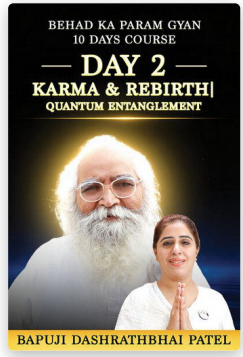

**7 Secrets of Shiva**



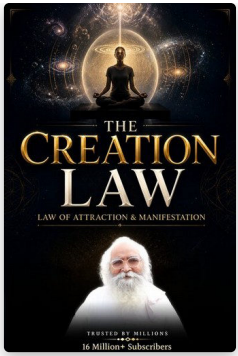

**Soul Consciousness**



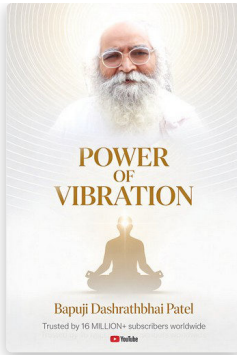

**Day 1 — Who Am I?**



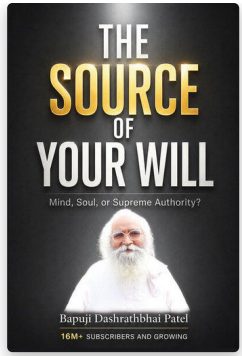

**Day 2 — Karma & Rebirth**



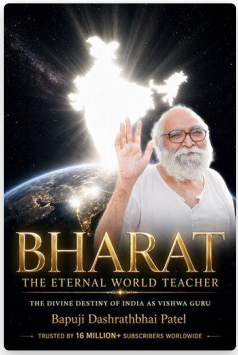

**The Creation Law**



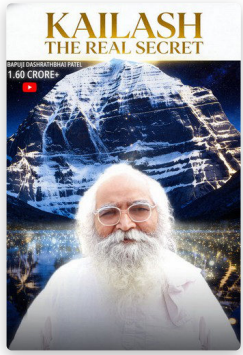

**Power of Vibration**



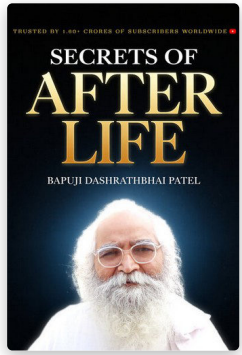

**The Source of Your Will**



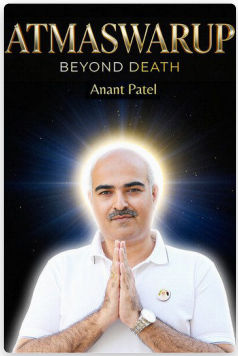

**Bharat: World Teacher**



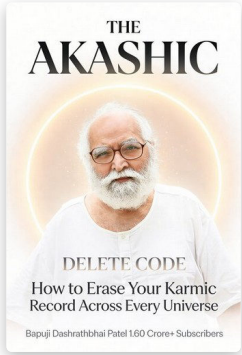

**Kailash: The Real Secret**



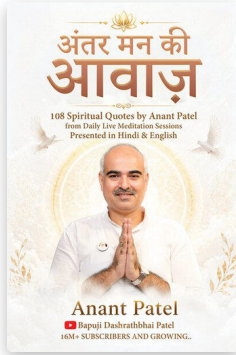

**Secrets of After Life**




**Atmaswarup: Beyond Death**




**The Akashic Delete Code**




**Antar Man Ki Awaaz**

# परमशान्ति पुस्तक शृंखला

*आफ्नो आध्यात्मिक यात्रा जारी राख्नुहोस्*

**1.** The Infinite Law of Karma: From Thought to Creation
**2.** Who Lives in Type 1 to Type 40 Civilizations?
**3.** Life in the Multiverse
**4.** Soul Consciousness
**5.** 7 Secrets of Shiva
**6.** Timeless World
**7.** The Paramshanti Maha Mantra
**8.** Life After Death
**9.** Aura
**10.** Quantum Entanglement
**11.** Atmaswarup: Beyond Death
**12.** Soul Healing
**13.** Life in Andromeda
**14.** Inside the 3i Atlas
**15.** AI Stealing Soul Power
**16.** Power of Vibration
**17.** Inside the Sun Secrets
**18.** Area 51
**19.** History of the Universe
**20.** Decoding DNA: The Soul's Blueprint Beyond Biology
**21.** Self-Realization vs God's Realization
**22.** The Third Eye: Soul Supreme Cosmic Vision
**23.** Mantra Siddhi
**24.** Kundalini Jagran
**25.** Brahm Gyan
**26.** Superhuman Powers
**27.** Anant Koti Brahmandon Ka Mahakal Pralay (अनंत कोटि ब्रह्मांडों का महाकाल प्रलय)
**28.** Supreme Knowledge of the Infinite
**29.** Death Is No More

**30.** Star Child
**31.** Time Travel
**32.** Today's Mahabharata
**33.** The Akashic Delete Code
**34.** Unmasking Superhuman Powers
**35.** Kailash: The Real Secret
**36.** The Ultimate Vibration
**37.** The Biggest Secret of Afterlife
**38.** Bharat: The Eternal World Teacher
**39.** Three Bodies: Physical, Subtle, Causal
**40.** The Source of Your Will: Free Will vs God's Will
**41.** Timeless World: Beyond Time, Beyond Illusion
**42.** Autobiography of Bapuji (English & Hindi)
**43.** Forgiveness: The Final Freedom
**44.** Behad Gyan Ke Moti — 108 Quotes by Bapuji
**45.** Antar Man Ki Awaaz — 108 Quotes by Anant Patel
**46.** Antar Man Ka Prakash — 108 Quotes by Sakshi Patel
**47.** Mahavatar Babaji and the Hidden Spiritual Army
**48.** Soul Consciousness: The Gateway to Paramshanti
**49.** Behad Gyan — Day 1: Who Am I?
**50.** Behad Gyan — Day 2: Karma & Rebirth
**51.** Behad Gyan — Day 3: Time and Dimensions
**52.** Behad Gyan — Day 4: Creation of Earth
**53.** Behad Gyan — Day 5: Galaxy Creation
**54.** Behad Gyan — Day 6: Universe and Multiverse
**55.** Behad Gyan — Day 7: Creation of Multiverse
**56.** Behad Gyan — Day 8: The Infinite Cosmic System
**57.** Behad Gyan — Day 9: Who is the Almighty Authority
**58.** Behad Gyan — Day 10: Soul Journey
**59.** The Creation Law: Law of Attraction & Manifestation
**60.** Aliens Life: The Ultimate Spiritual Reality
**61.** The Real Truth of Afterlife: Life After Death
**62.** Shiva & Black Hole: Mahadev and Black Hole Mystery

...र अरू धेरै, नियमित रूपमा नयाँ शीर्षकहरू प्रकाशित हुँदै।

## "ज्ञान दान महा दान"

ज्ञान बाँड्नु नै सबैभन्दा ठूलो दान हो

— बापूजी दशरथभाई पटेल

के शान्ति भनेको भावना मात्र हो...
कि आत्माको साँचो शक्ति?
परम शान्ति त्यो अवस्था हो,
जहाँ आत्मा आफ्नो साँचो गन्तव्यमा पुग्छ।

यो पुस्तक "परम शान्ति महा मन्त्र" ले एउटा गहिरो रहस्य खोल्छ, जसले मन शान्त पार्ने मात्र होइन, विचार, ऊर्जा र सिंगो वातावरण नै बदल्ने शक्ति राख्छ।

यसले तपाईंलाई बाहिर लैजाँदैन, भित्री यात्रामा डोऱ्याउँछ, जहाँबाट साँचो परिवर्तन सुरु हुन्छ।

## बापूजीको परिचय

बापूजी दशरथभाई पटेल ती आध्यात्मिक शिक्षक हुनुहुन्छ, जसले अनुभव र ज्ञानबाट आत्मा, परमात्मा र परम शान्तिका गहिरा सत्य खोल्नुभएको छ।

उहाँको ज्ञान बुझाउनका लागि मात्र होइन, आत्मा जगाउनका लागि हो।

बापूजीको ज्ञानले जीवन बदल्ने मात्र होइन, नयाँ इतिहास रच्ने शक्ति राख्छ।

www.paramshanti.org
www.paramshantiblogs.org
YouTube: Bapuji Dashrathbhai Patel
(२ करोड+ सब्स्क्राइबर, बढ्दै...)
भारतको नम्बर १ आध्यात्मिक च्यानल