आत्मा कहिल्यै सुत्दैन

गहिरो निद्रा, सपना र आत्माको शाश्वत चेतनाबारेको बुझाइ

बापूजी दशरथभाई पटेलको शिक्षामा आधारित

बापूजी दशरथभाई पटेल

परम शान्ति

(The Soul Never Sleeps — नेपाली संस्करण)

प्रकाशक

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

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

"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।

AI को प्रयोग: यस पुस्तकको आध्यात्मिक सार AI ले बनाएको होइन। AI उपकरणहरू 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।

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 युनिभर्स 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 2
अस्वीकरण / सामग्रीको स्रोत 3
बापूजीको परिचय 4
प्रस्तावना 7
अध्याय १ — आत्मा सधैं जागा रहन्छ 8
अध्याय २ — आत्मालाई ढाक्ने तहहरू 9
अध्याय ३ — गहिरो निद्रामा के हुन्छ 10
अध्याय ४ — सपनाको रहस्य 12
अध्याय ५ — योगी र गहिरो निद्रा 14
अध्याय ६ — योगले रेकर्डहरू कसरी गलाउँछ 16
बापूजीका अनमोल वचनहरू 18
शब्दावली 20
आगामी चलचित्र 23
हामीसँग जोडिनुहोस् 24
परमशान्ति पुस्तक पुस्तकालय 26
परमशान्ति पुस्तक शृंखला 30

प्रस्तावना

"ज्ञान दान महा दान"

(ज्ञान बाँड्नु नै सबैभन्दा ठूलो दान हो)

सबैसँग जति सकिन्छ त्यति बाँड्नुहोस्।

— बापूजी दशरथभाई पटेल

हरेक रात, जब शरीर आराम गर्न थाल्छ र मन स्थिर हुन्छ, तब एउटा अचम्मको कुरा हुन्छ। आफ्नो सबै हल्ला र चहलपहलसहित साधारण मन बिस्तारै पछि हट्छ। निद्रा लाग्छ। तैपनि एउटा कुरा कहिल्यै सुत्दैन — आत्मा।

यो पुस्तक बापूजी दशरथभाई पटेलका आध्यात्मिक प्रवचनहरूबाट प्रेरित भएर परमशान्ति टोलीले जम्मा गरेको हो। यी शिक्षाहरूमा बापूजीले हामी सुत्दा वास्तवमा के हुन्छ भन्ने कुरामा प्रकाश पार्नुहुन्छ। उहाँ गहिरो निद्राको अवस्था, सपना कहाँबाट आउँछन् भन्ने कुरा, मनले आफ्ना जम्मा भएका रेकर्डिङहरू कसरी पढ्छ भन्ने तरिका, र यी सबैमुनि रहेको आत्माको सधैं जागा रहने अवस्था बुझाउनुहुन्छ।

बापूजीको ज्ञानले साधारण बुझाइको अलमल हटाएर भित्री सत्यलाई अचम्म लाग्ने गरी ठ्याक्कै देखाउँछ। मनका तहहरू — चेतन मन, अवचेतन मन र अचेतन मन — बारे र तीमध्ये हरेक तह शरीरका सूक्ष्म आवरणहरूसँग कसरी जोडिएर काम गर्छ भन्नेबारे उहाँको व्याख्याले आफूलाई साँचो रूपमा बुझ्ने ढोका खोल्छ।

यी शिक्षाहरू सच्चा साधकहरूको आध्यात्मिक उन्नतिका लागि असल नियतले प्रस्तुत गरिएका हुन्। सम्पादनमा छानिएका शब्द र तिनलाई मिलाएर राख्ने कामको जिम्मेवारी परमशान्ति टोलीको हो।

अध्याय

१

आत्मा सधैं जागा रहन्छ

आत्मा सबै कुरामुनि नबदलिई केवल साक्षी भएर हेर्छ।

धेरै साधकहरूको मनमा एउटा सामान्य प्रश्न उठ्छ: शरीर गहिरो निद्रामा जाँदा, के आत्मा पनि सुत्छ?

बापूजी यसको जवाफ पूरा स्पष्टतासँग दिनुहुन्छ।

आत्मा कहिल्यै सुत्दैन।

आत्मा चैतन्य हो — चेतना नै हो। यो दिव्य शक्ति हो, परम प्रकाश हो। यो शाश्वत छ, अविनाशी छ र आफ्नै प्रकाशले चम्किन्छ। निद्राको कुरा आत्मामा लागू हुँदैन। निद्रा मन र शरीरको कुरा हो। आत्मा केवल रहन्छ — सधैं सजग, सधैं उपस्थित, सधैं जीवित।

> **"आत्मा तो चैतन्य है, वो हमेशा एक डिवाइन पावर है, परम प्रकाश है। वो कभी नहीं सोती।"**
>
> *"अर्थ: आत्मा त चैतन्य हो; यो सधैं एउटा दिव्य शक्ति हो, परम प्रकाश हो। यो कहिल्यै सुत्दैन।"*
>
> — बापूजी

यो बुझाइ आधारभूत हो। आत्मा आराम चाहिने कुरा होइन। निद्रा मनलाई चाहिन्छ। आफ्ना सबै तहसहित शरीरलाई निद्रा चाहिन्छ। आत्मा सबै कुरामुनि नबदलिई केवल साक्षी भएर हेर्छ।

अध्याय

२

आत्मालाई ढाक्ने तहहरू

आत्मा आफैं अल्झिएको छैन।

निद्राको बेला के हुन्छ भनेर बुझ्न, पहिले बापूजीको शिक्षाअनुसार मानिसको बनावट बुझ्नुपर्छ।

आत्मा शरीर होइन। हामीले देख्ने भौतिक रूपभन्दा आत्मा धेरै सूक्ष्म छ। आत्माको वरिपरि धेरै तहहरू — सूक्ष्म आवरणहरू — छन्, जसबाट यसले यस संसारमा जीवनको अनुभव गर्छ।

आत्माका आवरणहरू

बापूजी यी तहहरूको वर्णन यसरी गर्नुहुन्छ: स्थूल शरीर, सूक्ष्म शरीर, कारण शरीर, महाकारण शरीर र परम महाकारण शरीर।

यी तहहरूभित्र मन रहन्छ। मन बुद्धिले ढाकिएको छ, र बुद्धिभित्र संस्कार रहन्छन् — धेरै जन्मका कर्मले बनेका गहिरा छापहरू।

आत्मा यस पूरै बनावटको सबैभन्दा भित्री केन्द्रमा रहन्छ। यी सबै तहहरूले यसलाई तहमाथि तह ढाकेका छन्। यसैकारण, आत्मा — सधैं चेतन र प्रकाशमय भए पनि — बापूजीको शब्दमा, तिनीहरूमुनि थिचिएर रहन्छ।

यी आवरणहरू मनका हुन्। मन संसारमा अल्झिएको छ। आत्मा आफैं अल्झिएको छैन। यो शुद्ध छ, यी सबै कुराभन्दा पर छ — तर आवरणहरूले गर्दा यो अर्कैजस्तो देखिन्छ।

अध्याय

३

गहिरो निद्रामा के हुन्छ

आत्मा स्थिर छ — उपस्थित, चेतन र नछोइएको।

शरीरले आराम गर्दा र निद्रा लाग्दा, यी सबै तहहरू क्रमैसँग पछि हट्छन्।

मन पछि हट्नु

निद्राको पहिलो चरणमा चेतन मन निष्क्रिय हुन्छ। निद्रा गहिरिँदै जाँदा अवचेतन मन सक्रिय हुन्छ। सबैभन्दा गहिरो निद्रामा अवचेतन मन पनि पछि हट्छ, र अचेतन मन हावी हुन्छ।

मन अझ गहिरो डुब्दै जाँदा बुद्धि पनि निदाउँछ। संस्कार — छापहरू — पनि निष्क्रिय हुन्छन्। मनको पूरै बनावट, तह–तह गरेर, स्थिर हुन्छ।

यस अवस्थामा केही पनि सम्झिइँदैन। कुनै विचार उठ्दैन। कुनै चित्र बन्दैन। सपना पनि आउँदैन, किनभने सपनाका लागि कम्तीमा अवचेतन मन आधा सक्रिय हुनुपर्छ। सबैभन्दा गहिरो निद्रामा त्यो सक्रियता पनि रोकिएको हुन्छ।

गहिरो निद्रामा आत्मा

यो सबै हुँदा पनि आत्मा नबदलिई रहन्छ। यो कतै जाँदैन। यो सुत्दैन। केवल यति हुन्छ — अब यो मनको हल्लाले छोपिएको हुँदैन। आवरणहरू शान्त भएका छन्। आत्मा स्थिर छ

— उपस्थित, चेतन र नछोइएको।

बापूजी यस कुरामा एकदम स्पष्ट हुनुहुन्छ: सुत्ने त मन हो। आराम गर्ने शरीर हो। आत्मालाई न निद्रा चाहिन्छ, न आराम।

> **"सोने की ज़रूरत मन को पड़ती है, शरीर को पड़ती है। आत्मा को कभी भी सोने की ज़रूरत नहीं पड़ती।"**
>
> *"अर्थ: निद्रा मनलाई चाहिन्छ, शरीरलाई चाहिन्छ। आत्मालाई कहिल्यै पनि निद्रा चाहिँदैन।"*
>
> — बापूजी

अध्याय

४

सपनाको रहस्य

दुई, तीन वा चार फरक–फरक जन्मका रेकर्डहरू सँगै मिसिन्छन्।

गहिरो निद्रा बुझिसकेपछि, अब हामी सपनाको प्रश्नतिर जान सक्छौं। सपना कहाँबाट आउँछन्? ती किन यति अनौठा र टुक्रा–टुक्रा हुन्छन्? यस जन्ममा कहिल्यै नदेखेका, कहिल्यै नसोचेका, कहिल्यै नजानेका कुराहरूको सपना हामी किन देख्छौं?

अवचेतन मन र कारण शरीर

मन अवचेतन अवस्थामा जाँदा सपना आउँछन्। यस आधा निद्रामा चेतन मन बन्द हुन्छ, तर अवचेतन मन सक्रिय हुन्छ। त्यसपछि अवचेतन मनले कारण शरीरमा जम्मा भएका रेकर्डिङहरू पढ्छ।

कारण शरीरमा धेरै जन्मका रेकर्डहरू हुन्छन् — अनगिन्ती जन्ममा जम्मा भएका असंख्य कथा, घटना र छापहरू। अवचेतन मनले यो सबै डाटा एकैसाथ पढ्छ।

बापूजी बुझाउनुहुन्छ — मनले यी रेकर्डिङहरू एक–एक गरेर पढ्दैन। यसले सबै कुराको एकैपटक चित्र बनाउँछ। कारण शरीरमा रेकर्ड भएको हरेक कथा, हरेक छाप, हरेक घटना एकै पटकमा सँगै पढिन्छ। त्यसपछि मनले यो सबै डाटाबाट एउटा मिसिएको चित्र बनाउँछ, र पूरै फरक–फरक जन्मका दृश्य र घटनाहरूलाई एउटै धारामा मिसाउँछ।

सपना किन तोडमोड भएका हुन्छन्

कारण शरीरमा भएका रेकर्डहरू धेरै फरक–फरक जन्म, धेरै फरक–फरक संसार र धेरै फरक–फरक आयामबाट आएका हुन्छन्। अवचेतन मनले यी रेकर्डहरू पढ्दा तिनलाई व्यवस्थित ढंगले वा एकपछि अर्को गरेर देखाउँदैन।

दुई, तीन वा चार फरक–फरक जन्मका रेकर्डहरू सँगै मिसिन्छन्। एउटा कथाका टुक्राहरू अर्को कथाका टुक्राहरूसँग मिसिन्छन्। त्यसैले सपनामा देखिने कुरा धेरै अनौठो लाग्छ — नजोडिएको, असामान्य, र यस जन्ममा जागा हुँदाको जीवनको कुनै पनि कुरासँग नमिल्ने।

यति मात्र होइन, अवचेतन मन पूरै सक्रिय हुँदा पनि, यसले पढेको कुराको थोरै भाग मात्र चेतन मनमा सर्छ। यसैले ब्युँझेपछि मानिसले सपनाका टुक्राहरू मात्र सम्झन्छ, त्यो पनि केही सम्झियो भने।

बापूजी यसलाई अझ स्पष्ट पार्नुहुन्छ। मन अझै अलिकति सक्रिय हुँदा — अझै पूरै पछि नहटेको बेला — अवचेतन मन र चेतन मनको बीचमा एउटा पातलो बाटो खुला रहन्छ। यस साँघुरो बाटोबाट जे पार हुन्छ, सपना देख्ने मानिसले त्यही सम्झन्छ। बाँकी सबै कुरा — जुन मनले कारण शरीरबाट पूरै पढेको हुन्छ — हराउँछ। ब्युँझनुभन्दा केही क्षणअघि स्पष्ट देखिएका सपनाहरू तुरुन्तै हराउँछन्, किनभने चेतन मन तिनलाई समात्न पुग्ने गरी खुलेको नै थिएन।

सबैभन्दा गहिरो निद्रामा सपना

अवचेतन मन पनि सक्रिय नरहने गरी निद्रा गहिरो हुँदा, अचेतन मन हावी हुन्छ। यस अवस्थामा आत्मा अझ गहिरो झर्छ — महाकारण शरीर र परम महाकारण शरीरभित्र।

यस गहिराइमा आत्माले यी अझ धेरै सूक्ष्म तहहरूका रेकर्डिङहरू हेरिरहेको हुन सक्छ — आकाशगंगा, युनिभर्स र महा युनिभर्सका यात्राहरूका रेकर्डहरू। तर अचेतन मनको डाटा चेतन मनमा नसर्ने भएकाले, ब्युँझेपछि यसमध्ये केही पनि सम्झिइँदैन।

कुनै सपना देखिँदैन। केही पनि सम्झिइँदैन। बाहिरबाट हेर्दा यो पूरै खाली, सपनाबिनाको निद्राजस्तो देखिन्छ। तर भित्र, आत्मा साधारण मनभन्दा धेरै परका आयामहरूमा शान्त भएर रहिरहेको हुन्छ।

अध्याय

५

योगी र गहिरो निद्रा

गहिरो, सपनाबिनाको निद्राको अवस्था र आत्म चेतनामा रहेको योगीको अवस्था आफ्नो भित्री गुणमा अचम्म लाग्ने गरी उस्तै छन्।

बापूजी सबैभन्दा गहिरो निद्रा र आत्म चेतनामा टिकेको योगीको अवस्थाको बीचमा अचम्मको समानता देखाउनुहुन्छ।

आत्म स्वरूपमा योगी

योगी आत्म स्वरूपमा — आत्म चेतनाको अवस्थामा — टिक्दा उसको अचेतन मन खुल्छ। यसरी खुल्नाले कारण शरीर, महाकारण शरीर र परम महाकारण शरीरसम्म पनि पहुँच मिल्छ।

यस अवस्थामा योगीले यी सबै तहहरूमा भरिएको जानकारी थाहा पाउन सक्छ। आत्माले कारण शरीर र महाकारण शरीरमा भएका रेकर्डिङहरू थाहा पाउँछ। योगीले आत्मा कहाँबाट आएको हो भनेर जान्न सक्छ — आकाशगंगाबाट, युनिभर्सबाट, महा युनिभर्सबाट वा त्योभन्दा परबाट। तेस्रो नेत्र सक्रिय हुन्छ। सहस्रार चक्र खुल्छ। र सहस्रार खुल्दा आत्मा अनन्त संख्यामा आकाशगंगा, युनिभर्स र ब्रह्माण्डीय लोकहरूसँग जोडिन्छ।

बापूजी जोड दिनुहुन्छ — तेस्रो नेत्र खुल्नु आफैंमा एउटा गहिरो घटना हो, तर त्योभन्दा पर जे छ, त्यो अझ धेरै गहिरो छ। तेस्रो नेत्रबाट आत्मा बाहिरतिर जोडिँदा, यसको सजगता अनन्त करोड युनिभर्स र आकाशगंगासम्म पुग्छ। यस फैलिएको अवस्थामा आत्माले देखेको सबै कुरा महाकारण शरीरमा रेकर्ड हुन्छ। साधारण देहभावमा फर्किंदा आत्माले यो सबै डाटा बिर्सन्छ। अनुभव हराउँछ, तर रेकर्ड रहिरहन्छ।

यस अवस्थामा आत्माले कारण, महाकारण र परम महाकारण शरीरमा भरिएको डाटा सोझै आफ्नो बुद्धिमा डाउनलोड गर्छ।

फर्केपछि बिर्सनु

तर बापूजी बुझाउनुहुन्छ — योग सकिएर योगी देहभावमा फर्केपछि, ऊ सबै कुरा बिर्सन्छ। योगको बेला जे देखियो वा जानियो, फेरि देहभावमा आउँदा त्यो हराउँछ।

यसैले अगाडि बढेका योगीहरूलाई पनि गहिरो ध्यानमा पाएको पूरा ज्ञान राख्न गाह्रो हुन सक्छ। साधारण चेतन मन फेरि सक्रिय हुँदा, आत्माले ती गहिरा आयामहरूमा साक्षी भएर हेरेको कुरा त्यो मनले थाम्न सक्दैन।

गहिरो, सपनाबिनाको निद्राको अवस्था र आत्म चेतनामा रहेको योगीको अवस्था आफ्नो भित्री गुणमा अचम्म लाग्ने गरी उस्तै छन्। दुवैमा चेतन मन शान्त हुन्छ। दुवैमा आत्मा झन्–झन् गहिरा तहहरू हुँदै सर्छ। फरक सजगतामा छ — योगी सचेत भएर सर्छ, सुतिरहेको मानिस थाहै नपाई सर्छ।

अध्याय

६

योगले रेकर्डहरू कसरी गलाउँछ

सपना, यस बुझाइअनुसार, संयोगले आउने होइनन्।

बापूजी बुझाउनुहुन्छ — कारण शरीर, महाकारण शरीर र परम महाकारण शरीरमा जम्मा भएका छाप र रेकर्डहरू नै सपनाको मूल स्रोत हुन्। यी रेकर्डहरू रहेसम्म सपना आइरहनेछन्।

योगको शक्ति

आत्माले योग — साँचो ध्यान र आत्म चेतनामा रहेर गरिने मिलन — को अभ्यास गर्दा, यस अभ्यासबाट निस्कने शक्तिले यी सूक्ष्म तहहरूमा भरिएको डाटा मेटाउन थाल्छ। कारण शरीर, महाकारण शरीर र परम महाकारण शरीरका रेकर्डहरू बिस्तारै मेटिँदै जान्छन्।

सपनाबिनाको अवस्था

आत्मा आत्म चेतनाको अवस्थामा पूरै टिकेपछि र रेकर्डहरू पूरै गलिसकेपछि, माथि आउने कुनै छाप बाँकी रहँदैन। अवचेतन मनमा निस्किएर आउने कुनै डाटा बाँकी रहँदैन। र उठ्ने केही बाँकी नभएकाले, सपना आउँदैन।

यो गहिरो योगको स्वाभाविक परिणाम हो। यो आध्यात्मिक चाहना मात्र होइन — यो भित्री विज्ञान हो। आत्मा पूरा स्पष्टतामा शान्त भएर नरहुन्जेल यस अभ्यासले जम्मा भएको कुरा तह–तह गरेर गलाउँदै जान्छ।

सपना, यस बुझाइअनुसार, संयोगले आउने होइनन्। ती भित्र रेकर्ड भएर रहेको कुराका प्रतिबिम्बहरू हुन्। अभ्यासले यी छापहरू मधुरा हुँदै जाँदा, सपना पनि हराउन थाल्छन्। र सधैं चेतन, सधैं प्रकाशमय आत्माले अन्त्यमा आफ्नै स्वाभाविक अवस्थामा शान्त भएर रहन पाउँछ — पूरा, कुनै खलल नपरेको, र जागा।

> "आत्मा आत्म चेतनाको अवस्थामा टिकेपछि कुनै रेकर्ड बाँकी रहँदैन, र त्यसैले कुनै सपना पनि आउँदैन।"
>
> — बापूजी

बापूजीका अनमोल वचनहरू

तलका वचनहरू सोझै बापूजीका प्रवचनहरूबाट लिइएका हुन्। यिनलाई यहाँ कुनै फेरबदल नगरी राखिएको छ।

> "आत्मा तो चैतन्य है, वो हमेशा एक डिवाइन पावर है, परम प्रकाश है। वो कभी नहीं सोती।"
>
> *"अर्थ: आत्मा त चैतन्य हो; यो सधैं एउटा दिव्य शक्ति हो, परम प्रकाश हो। यो कहिल्यै सुत्दैन।"*
>
> — बापूजी

> "सोने की ज़रूरत मन को पड़ती है, शरीर को पड़ती है। आत्मा को कभी भी सोने की ज़रूरत नहीं पड़ती।"
>
> *"अर्थ: निद्रा मनलाई चाहिन्छ, शरीरलाई चाहिन्छ। आत्मालाई कहिल्यै पनि निद्रा चाहिँदैन।"*
>
> — बापूजी

> "आत्मा अजर अमर अविनाशी परम प्रकाश चैतन्य है। इसलिए उसको सोने का क्वेश्चन नहीं होता।"
>
> *"अर्थ: आत्मा कहिल्यै बूढो नहुने, कहिल्यै नमर्ने, कहिल्यै नाश नहुने परम प्रकाश र चैतन्य हो। त्यसैले यो सुत्ने प्रश्नै उठ्दैन।"*
>
> — बापूजी

"धेरै गहिरो निद्रामा आत्माको अवस्था वास्तवमा आत्म चेतनाको अवस्थामा टिकेको योगीको अवस्थाजस्तै हुन्छ ।"

— बापूजी

"योगको शक्तिले कारण शरीर, महाकारण शरीर र परम महाकारण शरीरमा भरिएको डाटा मेटिन्छ ।"

— बापूजी

"मनले रेकर्डिङहरू एक–एक गरेर पढ्दैन । यसले सबै कुराको एकैसाथ चित्र बनाउँछ — सबै कथा, सबै छाप, सबै एकैपटक ।"

— बापूजी

शब्दावली

यस पुस्तकमा तलका शब्दहरू आएका छन्।

१. **आत्मा** (Atma)

चेतन ऊर्जाको एउटा बिन्दु, शाश्वत र आफ्नै प्रकाशले चम्किने।

२. **आत्म स्वरूप** (Atma Swarup)

आत्म चेतनाको अवस्था; जुन अवस्थामा कोही पनि आफूलाई शरीर वा मन होइन, पूरै आत्मा ठान्छ।

३. **बेहद** (Behad)

सीमाभन्दा पर; अलौकिक; साधारण सृष्टिका सीमाहरू नाघ्ने कुरा।

४. **बुद्धि** (Buddhi)

मनभित्र रहेको, छुट्याउने र तर्क गर्ने क्षमता।

५. **कारण शरीर** (Causal Body — Karan Sharir)

मानव रूपको सबैभन्दा सूक्ष्म तह, जसले धेरै जन्मका सबै कर्मका रेकर्डिङहरू राख्छ।

६. **चैतन्य** (Chaitanya)

चेतना; आत्मामा रहेको जीवित, सजग गुण।

७. **चेतन मन** (Conscious Mind)

मनको सक्रिय, जागा अवस्था, जसले अहिले भइरहेका अनुभवहरू सम्हाल्छ।

८. **हद** (Had)

सीमाभित्र; सीमित; साधारण, सीमाले बाँधिएको सृष्टि।

९. **कारण शरीर** (Karan Sharir)

सूक्ष्म छाप र कर्मका रेकर्डहरूले बनेको शरीर।

१०. **कुण्डलिनी** (Kundalini)

मेरुदण्डको फेदमा कुण्डली मारेर सुतेको आध्यात्मिक ऊर्जा, जुन जाग्दा चक्रहरू हुँदै माथि उठ्छ।

११. **महाकारण शरीर** (Mahakaran Sharir)

कारण शरीरभन्दा परको शरीर, जसमा अझ गहिरा ब्रह्माण्डीय रेकर्डहरू हुन्छन्।

१२. **मन** (Mann)

सोच, कल्पना र भावनाको साधन।

१३. **परम महाकारण शरीर** (Param Mahakaran Sharir)

आत्माको सबैभन्दा गहिरो ब्रह्माण्डीय रेकर्ड राख्ने शरीर।

१४. **परमधाम** (Paramdham)

सबै आत्माहरूको मूल घर।

१५. **परम शान्ति** (Paramshanti)

भित्री स्थिरताको सबैभन्दा माथिल्लो अवस्था।

१६. **सहस्रार चक्र** (Sahasrara Chakra)

टाउकोको टुप्पोमा रहेको ऊर्जा केन्द्र; यो खुल्दा आत्मालाई अनन्त ब्रह्माण्डीय सजगतासँग जोड्छ।

१७. **संस्कार** (Sanskar)

पहिलेका कर्म र अनुभवहरूबाट मनभित्र जम्मा भएका गहिरा छाप वा झुकावहरू।

१८. **अवचेतन मन** (Subconscious Mind)

जागा अवस्थाको सजगताभन्दा अलिकति तल काम गर्ने, मनको आधा सक्रिय तह, जसले सम्झना र सपनाहरू बोक्छ।

१९. **सूक्ष्म शरीर** (Subtle Body — Sukshma Sharir)

आत्माको अभौतिक शरीर, जसले मन, बुद्धि र छापहरू बोक्छ।

२०. **महाकारण शरीर** (Super Causal Body)

कारण शरीरभन्दा सूक्ष्म शरीर, जसमा विशाल ब्रह्माण्डीय आयामहरूमा आत्माले गरेको यात्राका रेकर्डहरू हुन्छन्।

२१. **अचेतन मन** (Unconscious Mind)

मनको सबैभन्दा गहिरो तह, जुन कारण शरीर र त्योभन्दा परसम्म जोडिएको छ।

२२. **योग** (Yog)

आत्माको ईश्वरसँग मिलन; आत्म चेतनातर्फ लैजाने गहिरो ध्यानको अभ्यास।

२३. **योगी** (Yogi)

योगको अभ्यास गर्ने; आत्म चेतनामा रहेर ईश्वरसँगको मिलनमा टिकेको मानिस।

आगामी चलचित्र



PARAMSHANTI: ANTIM PARAM SATYA

परमशान्ति — अन्तिम परम सत्य

बापूजी दशरथभाई पटेलबारेको एक आध्यात्मिक चलचित्र

प्रस्तुतकर्ता: विश्व परिवर्तक ईश्वरीय विद्यालय

आध्यात्मिक चलचित्र आउँदैछ

2026

Soon... THE WORLD WILL KNOW

बापूजी दशरथभाई पटेलको दिव्य जीवन, यात्रा र परम सत्यको अनुभूतिमा आधारित एउटा आगामी आध्यात्मिक जीवनी चलचित्र। यस चलचित्रले बापूजीको असाधारण बाटो पछ्याउँछ — मानवजातिको दुःखबारे ईश्वरलाई प्रश्न गर्ने एक युवा आत्मादेखि परम शान्तिको सबैभन्दा ठूलो आध्यात्मिक अनुभूतिसम्म — अन्तिम परम सत्य: अन्तिम, सबैभन्दा ठूलो सत्य।

COMING SOON....

हामीसँग जोडिनुहोस्

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

इमेल

anant@paramshanti.org
ankur@paramshanti.org

वेबसाइट

www.paramshanti.org
www.paramshantiblogs.org

युट्युब च्यानल

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

फेसबुक

facebook.com/discoveryofnewworldcom
facebook.com/bapujidashrathbhaipatel

इन्स्टाग्राम

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

X (ट्विटर)

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

सम्पर्क नम्बर

+91 8055036764
+91 9711134888
+91 7041034888

सबै प्रमुख प्लेटफर्ममा उपलब्ध

यो पुस्तक र बापूजी दशरथभाई पटेलका अरू शीर्षकहरू सबै प्रमुख अनलाइन इ–बुक प्लेटफर्म र पुस्तक पसलमा उपलब्ध छन्।

पूरा पुस्तकालय र निःशुल्क डाउनलोडका लागि www.paramshantiblogs.org हेर्नुहोस्।

गुगल प्ले स्टोरमा चाँडै आउँदै

हाम्रा परमशान्ति एपहरू चाँडै गुगल प्ले स्टोरमा उपलब्ध हुनेछन्। पर्खनुहोस्।

ठेगाना

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

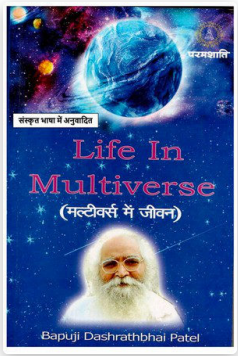
विश्व परिवर्तक ईश्वरीय विद्यालय

www.paramshanti.org

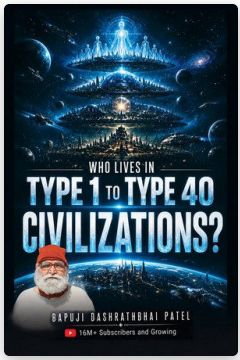
परमशान्ति पुस्तक पुस्तकालय

बापूजी दशरथभाई पटेलका अरू पुस्तकहरू

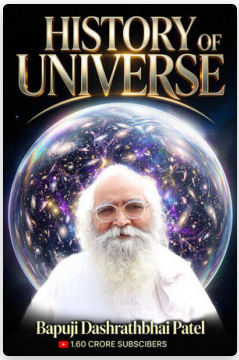
तलका पुस्तकहरू बापूजी दशरथभाई पटेलका दिव्य शिक्षाहरू र बेहद ज्ञानमा आधारित बढ्दै गइरहेको एक आध्यात्मिक ज्ञान शृंखलाको भाग हुन्। हरेक इ–बुक निःशुल्क उपलब्ध छ। Google Play Books, Amazon Kindle र प्रमुख विश्वव्यापी डिजिटल प्लेटफर्ममा उपलब्ध।



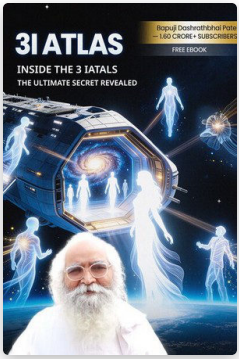
Life in Multiverse



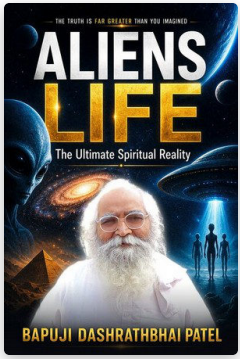
Type 1 to Type 40 Civilizations



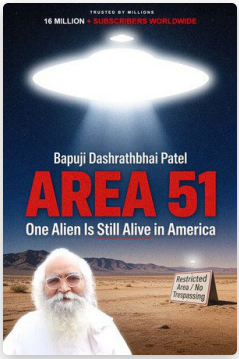
History of Universe



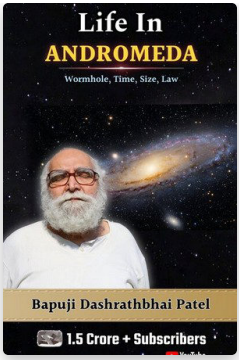
3i Atlas



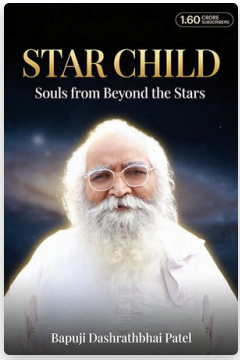
Aliens Life



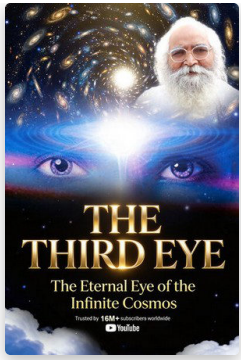
Area 51



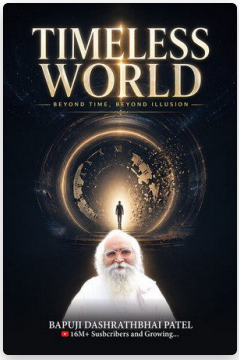
Life in Andromeda



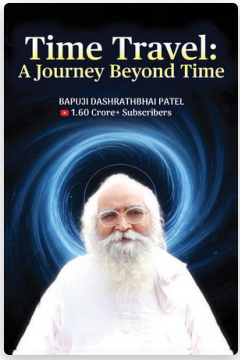
Star Child



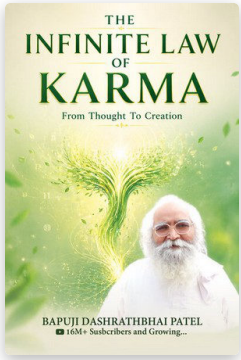
The Third Eye



Timeless World

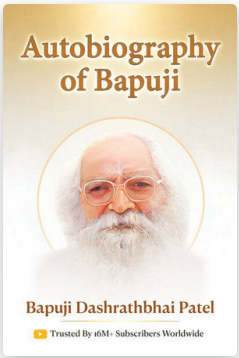


Time Travel

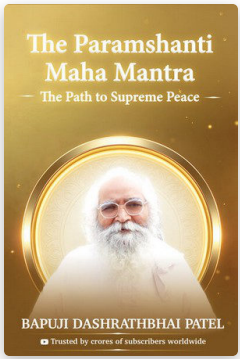


The Infinite Law of Karma

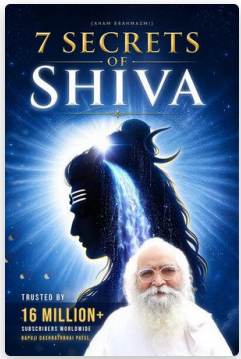
शृंखलाका थप पुस्तकहरू



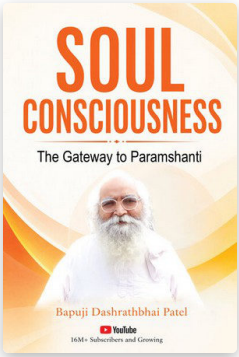
Autobiography of Bapuji



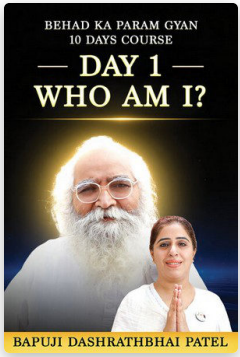
Paramshanti Maha Mantra



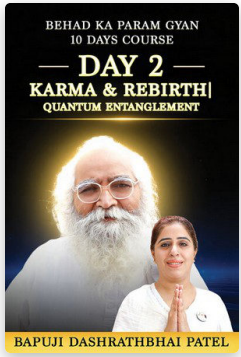
7 Secrets of Shiva



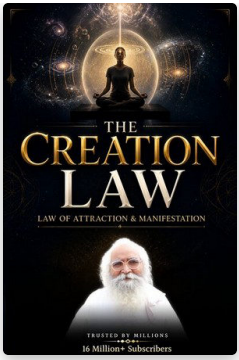
Soul Consciousness



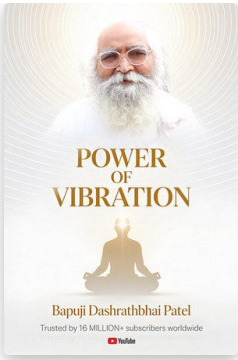
Day 1 — Who Am I?



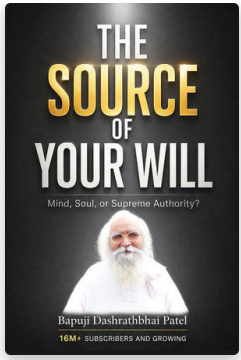
Day 2 — Karma & Rebirth



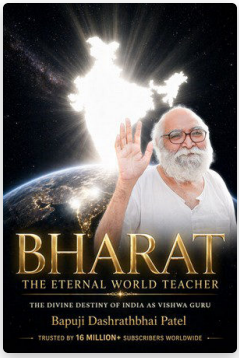
The Creation Law



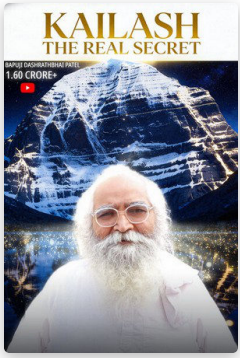
Power of Vibration



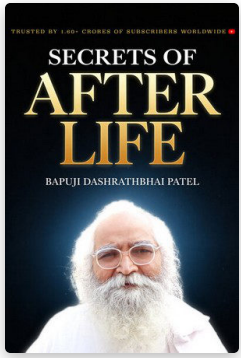
The Source of Your Will



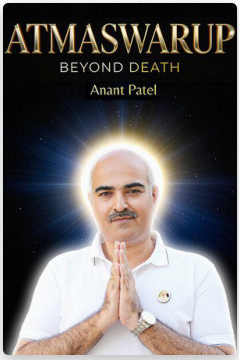
Bharat: World Teacher



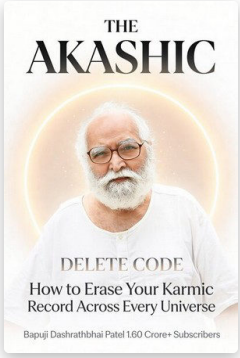
Kailash: The Real Secret



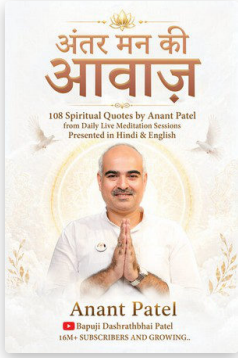
Secrets of After Life



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 Word
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 शीर्षक प्रकाशित हुँदै।

"ज्ञान दान महा दान"

ज्ञान बाँड्नु नै सबैभन्दा ठूलो दान हो

— बापूजी दशरथभाई पटेल