

## अब वेस्ट (व्यर्थ) र वेट (वजन) लाई समाप्त गर

बापदादा आज विशेष बच्चाहरूको लगन र स्नेहलाई देखेर हर्षित भइरहनु भएको छ— कसरी लगनका साथ परवाना समान शमामा आएका छन्। सबै परवानाहरूको एकै विशेष मिलनको लगन छ, त्यसैले बापदादालाई पनि मिलन मनाउनको लागि साकार महफिलमा आउनु पर्छ। हरेकको पुरुषार्थको गतिलाई देखेर बापदादा जान्नुहुन्छ— हरेक यथाशक्ति मंजिलमा पुग्ने संकल्प गरेर चलिरहेका छन्। संकल्प एक छ, मंजिल पनि एउटै छ, गाइड पनि एकै हुनुहुन्छ, श्रीमत पनि एउटै छ फेरि पनि नम्बरवार किन छन्? हो मार्ग पनि सहज छ र वर्तमान स्वरूप पनि सहयोगीको छ फेरि पनि गतिमा अन्तर किन छ? कोही नम्बरवन र कोही फेरि १६ हजारको मालाको पनि अन्तिम दाना। दुवैको पुरुषार्थको समय र साथी एउटै हो, पढाइको स्थान पनि लास्ट अथवा फस्टको एउटै छ, शिक्षक पनि सबैको एक हुनुहुन्छ, शिक्षा पनि एकै हो, पहिला आउनेलाई विशेष ट्यूशन पनि छैन फेरि पनि यतिका अन्तर किन? कारण के हो? संगमयुगको टाइटल पनि धेरै ठूलो छ— फस्ट र लास्टको उपाधी पनि एउटै छ— मास्टर सर्वशक्तिमान्, मास्टर ज्ञानका सागर, त्रिकालदर्शी, मास्टर जानीजाननहार फेरि पनि लास्ट किन? कुल पनि एउटै ब्राह्मण कुल, वंश पनि एक ब्रह्माकै हो, कर्तव्य पनि एक विश्व कल्याणको हो फेरि पनि यतिका अन्तर किन? वर्सा पनि बेहदका बाबाको हरेकको लागि बेहद छ, अर्थात् मुक्ति जीवनमुक्तिको अधिकार सबैका लागि समान छ फेरि यतिका अन्तर किन? कारण के हो?

बापदादाले सबै बच्चाहरूको पुरुषार्थलाई हेर्दा मुख्य दुई वटा कारण देख्नु भयो— एउटा त वेस्ट अर्थात् व्यर्थ गुमाउनु अर्को वेट अर्थात् वजन धेरै। जसरी आजकलको जमानामा शारीरिक रोगहरूको कारण वजन धेरै हुनु हो, सबै विमारीहरूको निवारण वजन कम गर्नु हो। त्यस्तै पुरुषार्थको गतिको लास्ट र फस्टको कारण पनि वजन कम नगर्नु, जसरी शरीरमा भारीपनको कारण स्वतः विमारीहरू उत्पन्न हुन जान्छन्, त्यस्तै आत्माको बोभबाट आत्मिक रोग पनि स्वतः पैदा हुन जान्छ। सबैभन्दा धेरै वजन बढ्नुको कारण जसरी शारीरिक हिसाबबाट धेरै वजन बढ्नुको कारण सडेका चीजहरूले भन्छन्— त्यस्तै यहाँ पनि सडेका वस्तु अर्थात् बितेको कुरा जुन सोच्नु नै छैन अर्थात् नखानु पर्ने हो, त्यस्तो सडेको कुरालाई बुद्धिद्वारा स्वीकार गरिदिन्छन् अथवा हर आत्माहरूको कमीहरू वा अवगुणहरूलाई स्वयंमा धारण गर्नु, त्यसलाई पनि सडेको वस्तु भनिन्छ। तारेको कुरा खानमा धेरै राम्रो लाग्छ, आफूतर्फ आकर्षण पनि धेरै गर्छ, मन नलागे पनि अलिकति खाइहाल्छन्, जति आकर्षण गर्नेवाला हुन्छन् त्यति नै नोक्सान गर्नेवाला पनि हुन्छन्। त्यस्तै यहाँ आकर्षणको चीज हुन्छ एक आपसमा व्यर्थ समाचार सुन्नु र सुनाउनु। रूप कुराकानीको हुन्छ, लेनदेन गर्ने हुन्छ तर त्यसको रिजल्ट एक अर्काप्रति घृणा दृष्टि हुन्छ। सम्झिन्छन् मनोरंजन हो तर अनेकौंको मनलाई रञ्ज (दुःखी) गर्छन्। त्यसैले बाहिरी रूप आकर्षणको हुन्छ तर परिणाम गिराउने हुन्छ। त्यस्तो कुरालाई बुद्धिद्वारा धारण गर्छन् अर्थात् स्वीकार गर्छन्, त्यसैले वजन बढ्न जान्छ। जसरी शारीरिक वजन बढ्यो भने दौडिन सक्दैनन्, उकालो चढ्न सक्दैनन् त्यस्तै यहाँ पनि पुरुषार्थमा तीव्र गति प्राप्त गर्न सक्दैनन्। हर कदममा चढ्ती कलाको अनुभव गर्न सक्दैनन्। धेरै वजनवाला हरेक स्थानमा सेट हुन सक्दैनन्। वजन धेरै भएकालाई हिंडदा-हिंड्दै एक त रोकिनु पर्छ भने अर्को

२०७२ पौष १९ आइतबार ०३-०१-२०१५ प्रातः मुरली “अव्यक्त बापदादा” रिभाइज १०.०१.७९ मधुवन

सहारा लिनु पर्छ । त्यसैगरी पुरुषार्थमा चल्दा-चल्दै थाक्छन् अर्थात् विघ्नहरूको वश हुन पुग्छन् पार गर्न सक्दैनन् । साथ-साथै कुनै न कुनै आत्मालाई सहारा बनाएर चल्छन् । यदि अलिकति पनि आत्माहरूको सहारा अर्थात् सहयोग मिलेन भने चल्न सक्दैनन् ।

बारम्बार भन्छन्- सहयोग मिल्यो भने त अगाडि बढ्छु, चान्स मिल्यो भने कसैले बढायो भने अगाडि बढ्छु, किनकि स्वयं भारी हुनाका कारण अरूको सहाराद्वारा आफ्नो बोझ हल्का गर्न चाहन्छ, त्यसैले बापदादा पनि भन्नुहुन्छ- वजन कम गर । यसको साधन हो- जसरी शारीरिक हल्कापनको साधन हो एक्सरसाइज । त्यस्तै आत्मिक एक्सरसाइज योगद्वारा भर्खरै कर्मयोगी अर्थात् साकारी स्वरूपधारी बनेर साकार सृष्टिमा भूमिका खेल्नु, भर्खरै आकारी फरिश्ता बनेर आकारी वतनवासी अव्यक्त रूपको अनुभव गर्नु, भर्खरै निराकारी बनेर मूल वतनवासीको अनुभव गर्नु, भर्खरै आफ्नो राज्य अर्थात् वैकुण्ठवासी बनेर देवता रूपको अनुभव गर्नु । यस्तो बुद्धिको एक्सरसाइज गर्नु भन्ने सदा हल्का हुन पुग्छौ । भारीपन समाप्त हुन जान्छ । पुरुषार्थको गति तीव्र हुन जान्छ । सहारा लिने आवश्यकता हुँदैन । सदा बाबाको सहारा अर्थात् छत्रछायाँ मुनि अनुभव गर्छौ । दौडिनुको सट्टा हाई जम्पवाला हुन पुग्छौ । त्यसैले साधन हो एक एक्सरसाइज अर्को हो खानपानको परहेज गर्नु । बुद्धिद्वारा कुनै पनि अशुद्ध वस्तुको सेवन गर्नु अर्थात् धारण गर्नु, यसको परहेज गर । जुन सुनाएँ सडेको र तारेको वस्तुको सेवन नगर । दोस्रो व्यर्थ नगर । किन व्यर्थ गर्छौ ? जुन वस्तु जति मूल्यवान छ त्यसलाई त्यही रूपमा प्रयोग नगर्नु, त्यसलाई पनि व्यर्थ भनिन्छ । बाबाद्वारा यस समय संगमयुगको खजाना मिलेको छ, संगमयुगको सेकेण्ड अनेक पदमको मूल्य छ । सेकेण्ड पनि स्वयं प्रति वा सर्व प्रति पदमको मूल्य समान प्रयोग नगर्नु, यो पनि व्यर्थ गर्नु अर्थात् जस्तो मूल्य त्यस्तै जम्मा नगर्नु हो । हर सेकेण्डमा पदमको कमाइको वरदान ड्रामामा संगमको समयलाई मिलेको छ । यस्तो वरदानलाई स्वयं प्रति पनि जम्मा गरेनौ, अरू प्रति पनि दान गरेनौ भने त्यसलाई पनि व्यर्थ भनिन्छ । यस्तो नसम्भक्त कुनै पाप त गरेको छैन वा कुनै भूल त गरेको छैन, समयको लाभ नलिनु पनि व्यर्थ हो । मिलेको वरदानलाई न स्वयं प्राप्त गर्नु न गरायौ भने यसलाई पनि वेस्ट अर्थात् व्यर्थ भनिन्छ । त्यसैगरी संकल्प पनि एक खजाना हो, ज्ञान पनि एक खजाना हो, स्थूल धन पनि ईश्वर अर्थ समर्पण गर्नाले एक नयाँ पैसा एक रत्न समान मूल्यको हुन पुग्छ, यी सबै खजानाहरूलाई स्वयं प्रति वा सेवा प्रति कार्यमा लगाएनौ भने पनि व्यर्थ भनिन्छ । हर सेकेण्ड स्व कल्याण वा विश्व कल्याण प्रति होस् । यसरी सबै खजाना बाबाले जुन कार्य प्रति दिनु भएको छ त्यसैमा लगाएका छौ ! कतिपय बच्चाहरूले भन्छन्- राम्रो पनि गरेको छैन, नराम्रो पनि गरेको छैन त्यसोभए कुन खातामा गयो ? मूल्य नराख्नु यसलाई पनि व्यर्थ भनिन्छ । यस कारण पुरुषार्थको रफ्तार तीव्र हुन पाउँदैन र यही कारणले नम्बरवार बन्न पुग्छौ । त्यसैले बुझ्यौ नम्बरवार बन्नुको कारण के भयो । वेट र वेस्ट । यी दुवै कुरालाई अब समाप्त गर्नु भन्ने फस्ट डिभिजनमा आउँछौ । नत्र धेरै वेट भएकालाई फेरि वेट (पर्खिनु) पनि गर्नु पर्नेछ । पहिलो राज्यको सट्टा सेकेण्ड राज्यमा आउनु पर्ने हुन्छ । वेट गर्नु राम्रो लाग्छ वा सीट लिनु राम्रो लाग्छ ? अब के गर्छौ, डबल लाइट बन ! अच्छा-

२०७२ पौष १९ आइतबार ०३-०१-२०१५ प्रातः मुरली “अव्यक्त बापदादा” रिभाइज १०.०१.७९ मधुवन  
यस्ता सदा फरिश्ता समान हल्का रहने, हर खजानालाई सदा स्वयं प्रति वा सर्व प्रति कार्यमा  
लगाउने वा सदा बाबाको सहाराको अनुभव गरेर सहजयोगी जीवन जीउने, यस्ता तीव्र पुरुषार्थी  
बच्चाहरूलाई बापदादाको यादप्यार एवं नमस्ते। रूहानी बच्चाहरूको रूहानी बाबालाई गुडमर्निङ्ग  
नमस्ते।

**दिदी-दादीसँगः-** महारथी अर्थात् वेटलेस (वजन रहित)– यस्तो महारथी सदा उडनेवाला परीहरू  
समान देखिन्छन्। यी हुन् ज्ञान परीहरू, ज्ञान र विज्ञान यी दुवै पंख भएका परीहरूको स्थान  
परिस्तान हो। परिस्तान कसलाई भनिन्छ? स्वर्गलाई त परिस्तान भन्छन् नै, अहिले पनि स्थूल  
स्थानभन्दा परको स्थान परिस्थान कुनचाहिँ हो? दिलतख्त। सबैभन्दा ठूलो दिलतख्त हो, त्यसैले  
दिलतख्तनशीन अर्थात् परिस्तानको परीहरू। यसलाई भनिन्छ परिस्तानका परीहरू। सदा स्थान नै  
यो भयो। तख्तबाट तल आउँदैनौ। तख्तबाट तल आउनु अर्थात् बाबाको सम्मुख हुनुको सट्टा  
किनारा हुनु। जसरी बाबा सदैव बच्चाहरूको सम्मुख हुनुहुन्छ त्यस्तै बच्चाहरू पनि सदा बाबाका  
सम्मुख छन्। बाबाको सम्मुख को रहन्छन्? बच्चाहरू। भक्तहरू किनारामा बस्छन्, बच्चाहरू सदा  
सम्मुख बस्छन्। त्यसैले यसलाई भनिन्छ परिस्तानका परीहरू। परीहरूको पनि सँगठन हुन्छ, साथ-  
साथै उड्छन्। जहाँ चाह्यो त्यहाँ उडेर पुग्न सक्छन्। कुनै आधारको आवश्यकता छैन। त्यसैले  
यस्ता परिस्तानका परीहरू जब चाह्यो जहाँ चाह्यो वहाँ उड्न सक्छन्– यसलाई भनिन्छ महारथी।  
महारथीहरूको अवस्थाको यादगार चित्र पनि छ, हरेक गोपीको साथ गोपी वल्लभको चित्र देखेका  
छौ! हरेक गोपीको मुखबाट यही किस्कन्छ– मेरो गोपी वल्लभ। त्यसैले यस्तो सदा साथको चित्र  
नै स्थितिको यादगार चित्र हो। एक अर्काबाट अलग होइन, सदा साथ छौ। बाबामाथि हरेकको पूरा  
अधिकार छ। यस्ता अधिकारीहरूको यो चित्र हो, जसले सदाका लागि बाबालाई आफ्नो साथी  
बनाएका छन्। यो हो महारथीहरूको स्थितिको चित्र। महारथी अर्थात् सदा साथ रहनेवाला। साथ  
निभाएको यो चित्र हो– महारथीहरू वाहेक अरू आत्माहरूले त कहिले सम्मुख, कहिले किनारा  
गर्छन्। सदा साथको अनुभव गर्न सक्दैनन्। साथ छुट्छ अनि साथ पकड्छन्, त्यसैले उनीहरूको यो  
यादगार भन्न सकिँदैन।

महारथीहरूले पुरुषार्थको कुनै नयाँ आविष्कार निकालेका छौ जुन धेरै रिफाइन होस्, संकल्प गन्यो  
अनि भयो– यसलाई भनिन्छ रिफाइन। यस्तो सहज साधन निकाल जसमा साधना कम होस् र  
सिद्धि धेरै होस्। जस्तो आजकल वैज्ञानिकहरूले आविष्कार गर्छन् दुःख कम होस् र जुन कार्य अर्थ  
गर्छन् त्यसमा सफलता पनि धेरै होस्। यसैगरि पुरुषार्थको साधनहरूलाई आफ्नो अनुभवको  
आधारमा यस्तो सहज आविष्कार गर, जसरी सेकेण्डमा विज्ञानको साधनले सफलता प्राप्त गर्छन्  
त्यस्तै यो साइलेन्सको साधनले सेकेण्डमा सफलता प्राप्त होस्। बाबा ज्ञान दिनुहुन्छ तर जसरी  
विज्ञानले प्रयोगशालामा सबै आविष्कार प्राक्टिकलमा ल्याउँछन्, त्यस्तै प्रयोगमा त तिमी बच्चाहरूले  
ल्याउँछौ, प्रयोगमा ल्याउने साधन अर्थात् अनुभवमा ल्याउने साधन, त्यसमध्ये कुनै सहज साधन  
सुनाऊ जसमा मेहनत कम होस् र अनुभव धेरै होस्। यसरी चारैतर्फका वातावरण, चारैतर्फका  
कमजोर आत्माहरूको समाचार अनुसार यस्तो साधन निकाल। जस्तो बिमारी हुन्छ त्यस्तै औषधी  
निकालिन्छ। त्यसैले चारैतर्फको समाचार अनुसार यस्तो साधन निकाल अनि फेरि प्राक्टिकल गरेर

२०७२ पौष १९ आइतबार ०३-०१-२०१५ प्रातः मुरली “अव्यक्त बापदादा” रिभाइज १०.०१.७९ मधुवन देखाऊ । अब महारथीहरूले यस्तो नयाँ साधन आविष्कार गर्नुपर्छ । यस्तो ग्रुप होस् जसलाई रिसर्च ग्रुप भनिन्छ— अब बुझ्यौ महारथीहरूले के गर्नु पर्छ, त्यसपछि कारोबार पनि हल्का हुन पुग्छ ।

जसरी शुरू-शुरूमा मौन व्रत राख्दा सबै फ्री भएका थियौ, टाइम बचेको थियो— त्यसैगरी कुनै यस्तो साधन निकाल जसबाट सबैको समय बचोस् । मनको मौन होस्, व्यर्थ संकल्प आउँदैन आओस् । यो पनि मनको मौन हो नि । जसरी मुखको आवाज नस्कियोस् त्यस्तै व्यर्थ संकल्प नआओस्— यो पनि मनको मौन हो । तब व्यर्थ खत्म हुन्छ । सबै समय बच्छ, अनि त्यसपछि सेवा आरम्भ हुन्छ । मनको मौनबाट नयाँ आविष्कार निस्कन्छ । जस्तो शुरूको मौनबाट नयाँ रंगत निस्कियो त्यस्तै यस मनको मौनबाट नयाँ रंगत हुन्छ । त्यसैले अब पहिला निमित्त को बन्छौ ? महारथी ग्रुप । जुन बाबाद्वारा युक्तिहरू मिलिरहन्छन् त्यसलाई प्रयोग गर्ने रूपमा ल्याऊ । त्यो रूपरेखा सबैलाई आउँदैन । वर्णन गर्न आउँछ तर त्यही साधनबाट सिद्धि प्राप्त गरून्, त्यो प्रयोग गर्न आउँदैन त्यसैले योग पनि लाग्दैन । त्यसैले यस्तो योजना बनाऊ जसले सहजै सफलता प्राप्त होस् । अच्छा !

**वरदान:-** तडपिरहेका भिखारी, प्यासी आत्माहरूको प्यास मेटाउने सर्व खजानाले सम्पन्न भव

जसरी लहरहरूमा डुबिरहेको आत्माले एउटा सानो चीजको पनि सहारा खोज्दछ । यस्तै, दुःखको एक लहर आउन देऊ अनि हेर अनेक सुख-शान्तिका भिखारी आत्माहरू तडपिएर तिम्रो सम्मुख आउनेछन् । त्यस्ता प्यासी आत्माहरूको प्यास मेटाउनका लागि आफूलाई अतीन्द्रिय सुख वा सर्व शक्तिहरू, सर्व खजानाहरूले भरपुर गर । सर्व खजाना यति धेरै जम्मा होस् जुन आफ्नो स्थिति पनि कायम रहोस् र अन्य आत्माहरूलाई पनि सम्पन्न बनाउन सकियोस् ।

**स्लोगन:-** कल्याणको भावना राखेर शिक्षा दियो भने शिक्षाहरू दिलमा लाग्छ ।

### डबल लाइट स्थितिको अनुभव

३) म ट्रष्टी हुँ । यो तन, यो मन, यो धन... सबै परमात्माको नासो हो । यस स्मृतिबाट डबल लाइट फरिश्ता बनेर फरिश्ता स्थितिको अनुभव गर । केवल हिम्मतको संकल्प तिम्रो, मदत बाबाको । दिल सफा भयो भने सोचेको कुरा पूरा हुन्छ ।