

### ज्ञानको सार ‘म र मेरो बाबा’

बापदादाले सबै बच्चाहरूलाई सम्पन्न स्वरूप बनाउनको लागि हरेक दिन भिन्न-भिन्न प्रकारका प्वाइन्टहरू बताइरहनु हुन्छ। सबै प्वाइन्टको सार हो— सबैलाई सारमा समाहित गरेर बिन्दु बन्नु। यो अभ्यास निरन्तर रहन्छ ? कुनै पनि कर्म गर्दै यो स्मृति रहन्छ— म ज्योति बिन्दु यी कर्मेन्द्रियहरूद्वारा यो कर्म गराउने वाला हुँ। यो पहिलो पाठ स्वरूपमा ल्याएका छौ ? आदि पनि यही हो र अन्त्यमा पनि यही स्वरूपमा स्थित हुनु छ। त्यसैले सेकेण्डको ज्ञान, सेकेण्डको ज्ञान स्वरूप बनेका छौ ? विस्तारलाई समाहित गर्नको लागि एक सेकेण्डको अभ्यास छ ? जति विस्तारमा आउन सहज छ त्यति नै सार स्वरूप हुन सहज अनुभव हुन्छ ? सार स्वरूपमा स्थित भएर फेरि विस्तारमा आउनु— यी कुरा भुल्ने त गर्दैनौ ? सार स्वरूपमा स्थित भएर विस्तारमा आउनाले कुनै पनि प्रकारको विस्तारको आकर्षण हुँदैन। विस्तारलाई देख्दै, सुन्दै, वर्णन गर्दै यस्तो अनुभव गर्छौ, जस्तो एक खेल गरिरहेको छु। यस्तो अभ्यास सदा कायम रहोस्। यसलाई नै सहज याद भनिन्छ।

जीवनको हर कर्ममा दुई शब्द काममा आउँछन्, चाहे ज्ञानमा, चाहे अज्ञानमा। त्यो कुनचाहिँ हो ? म र मेरो। यी दुई शब्दमा ज्ञानको पनि सार छ। म ज्योति बिन्दु वा श्रेष्ठ आत्मा हुँ। ब्रह्माकुमार वा कुमारी हुँ। र, मेरो त एक बाबा दोस्रो न कोही। मेरो बाबा यसमा सबै आउँछ। मेरो बाबा अर्थात् मेरो वर्सा आउँछ नै। त्यसैले यो म र मेरो दुई शब्द त पक्का छ नि। मेरो बाबा भन्नाले अनेक प्रकारका मेरा समाहित हुन्छन्। त्यसैले दुई शब्द स्मृतिमा ल्याउन मुश्किल छ वा सहज छ ? पहिला पनि यो दुई शब्द बोल्दथ्यौ, अहिले पनि यही दुई शब्द बोल्दछौ तर अन्तर कति छ ? “म र मेरो” यो पहिलो पाठ भुल्न सक्छौ र ? यो त सानो बच्चाले पनि याद गर्न सक्छ। तिमी त ज्ञानका सागर हो नि। ज्ञानका सागरले दुई शब्द याद गर्न नसकोस्, यस्तो हुन सक्छ र ? यही दुई शब्दद्वारा मायाजित, निर्विघ्न, मास्टर सर्वशक्तिमान् बन्न सक्छौ। दुई शब्दहरूलाई भुल्यौ भने माया हजारौं रूपमा आउँछ। आज एक रूपमा आउँछ, भोलि अर्को रूपमा, किनकि मायाको मेरो-मेरो धेरै विस्तार छ। मेरो बाबा त एकै हुनुहुन्छ। एकको अगाडि मायाको हजार रूप पनि समाप्त हुन पुग्छ। यस्तो मायाजित बनेका छौ ? मायालाई तलाक दिनमा समय किन लगाउँछौ ? सेकेण्डको सौदा छ, त्यसमा वर्ष किन लगाउँछौ ! छोड्यौ भने छुट्छ। केवल मेरो बाबा अनि त्यसैमा मगन रहन्छौ। बाबाले बारम्बार यही पाठ पढाउनु पर्छ। अरूलाई पढाउँछौ पनि फेरि पनि बिर्सिन्छौ। अरूलाई भन्छौ— याद गर, याद गर अनि आफैं फेरि किन बिर्सिन्छौ। कुन मिति तोक्छौ अभूल बन्नको लागि। सबैको एकै मिति हुन्छ वा अलग-अलग हुन सक्छ ? जति यहाँ बसेका छौ सबैको एउटै मिति हुन सक्छ ? फेरि त कुरै गर्न परेन ! खुशीको खबर ठीकै छ सुनाऊ, समस्याहरू नसुनाऊ। जसरी मेला वा प्रदर्शनी गर्दा उद्घाटनको लागि कैँचीले फूलको माला काट्न लगाउँछौ। आज के गर्छौ ? आफैंले कैँची हातमा लिन्छौ। त्यो पनि दुवै तर्फ जब मिल्छ अनि चीज काटिन्छ। त्यसैले ज्ञान र योग दुवैको मेलबाट मायाको समस्याहरूको बन्धन समाप्त भयो, यही खुशीको खबर सुनाऊ। आज यही समस्याहरूको बन्धनलाई काट्ने दिन हो। एक सेकेण्डको कुरा हो नि ? तयार छौ हैन ? जसले सोचेर फेरि यो बन्धन काट्छौ, उनीहरूले हात उठाऊ। फेरि त सबै डबल विदेशी तीव्र पुरुषार्थीको लिस्टमा आउनेछौ। सुन्ने समयमा नै सबैको अनुहार परिवर्तन भइसक्यो भने जब सदाको लागि भयौ

२०७२ चैत्र २१ आइतबार ०३-०४-२०१६ प्रातः मुरली “अव्यक्त बापदादा” रिवाइज २९.०३.८१ मधुवन

भने के होला ! सबै चल्ता फिर्ता अव्यक्त वतनको फरिश्ता देखिनमा आउँछौ । त्यसपछि त संगमयुग फरिश्ताहरूको युग हुन पुग्छ । यिनै फरिश्ताहरूद्वारा फेरि देवताहरू प्रगट हुनेछन् । फरिश्ताहरूलाई देवताहरूले पनि पर्खिरहेका छन् । उनीहरूले पनि हेरिरहेका छन्— हामी आउनको लागि योग्य मञ्च तयार छ ? फरिश्ता र देवता दुवैको अन्तिम घडी मेला हुन्छ । देवताहरू तिमी फरिश्ताहरूको लागि वरमाला लिएर पर्खिरहेका छन्, फरिश्ताहरूलाई वरण गर्नको लागि तिम्रै देव पदलाई पर्खिरहेका छन् । देवताहरूको प्रवेशता सम्पन्न शरीरमा हुन्छ नि । उनीहरूले पर्खिरहेका छन्— कहिले यी १६ कला सम्पन्न बन्छन् अनि वरमाला पहिन्दा ? कति कला तयार भएको छ ? सूक्ष्मवतनमा सम्पन्न फरिश्ता स्वरूप र देवताहरूको मिलनको दृश्य धेरै राम्रो हुन्छ । फरिश्ताहरूको बदलामा जब पुरुषार्थी स्वरूप हुन्छन् भने देवताहरूले पनि टाढाबाट हेरिरहन्छन् । समय प्रमाण समीप आएर पनि सम्पन्न नहुनाको कारण रहन जान्छन् । यो वरमाला पहिराउने मिति पनि फिक्स गर्नु पर्नेछ । यो फेरि कुनचाहिँ मिति होला ? मिति फिक्स भयो भने जस्तो लक्ष्य त्यस्तै लक्षण आउँछ । त्यो समय त आज भइसक्यो । त्यसैले यो पनि नजिक हुन जान्छ नि, किनकि निर्विघ्न भवको स्थिति केही समय लगातार हुनुपर्छ, अनि धेरै समय निर्विघ्न राज्य गर्न सक्छौ । अब समस्या र समाधानको पनि ज्ञानका सागर भइसकेका छौ । जुन कुरा कसैसँग सोध्नु भन्दा पहिले ज्ञानको आधारमा सम्झन्छौ पनि, यो यसरी हुनु पर्छ । अरूसँग मेहनत लिनुको सट्टा, समय गुमाउनुको सट्टा किन त्यही ज्ञानको लाइट र माइटको आधारमा सेकेण्डमा समाप्त गरेर अगाडि बढ्दैनौ ? केवल के हुन्छ भने मायाले टाढाबाट यस्तो छायाँ पार्छ जसले निर्बल बनाइदिन्छ । तिमी त्यतिखेर कनेक्शनलाई ठीक गर । कनेक्शन ठीक गर्नु भने मास्टर सर्वशक्तिमान् स्वतः हुन पुग्छौ ।

मायाले कनेक्शनलाई नै कमजोर गरिदिन्छ केवल त्यस कुराको सम्हाल गर । यसबाट बुझ्नुपर्छ— कनेक्शन कहाँ लुज भएको छ त्यसैले निर्बलता आएको हो । किन भयो, के भयो यस्तो नसोच । किन के को सट्टामा कनेक्शनलाई नै ठीक गरिदियो भने सबै ठीक हुन्छ । सहयोगको लागि समय ठीकै छ लेऊ । योगको वायुमण्डल भाइब्रेशन बनाउनको लागि सहयोग लिएर पनि अरू व्यर्थ कुरा गर्नु वा विस्तारमा जानु— यसको लागि कसैको साथ नलेऊ । यो हुन जान्छ शुभ-चिन्तक अनि त्यो हुन जान्छ परचिन्तन । सबै समस्याहरूको मूल कारण कनेक्शन लुज हुनु हो । यही एउटा कारण हो । मेरो ड्रामामा छैन, मलाई सहयोग मिलेन, मलाई स्थान मिलेन । यी सबै फाल्नु कुरा हुन् । सबै मिल्छ केवल कनेक्शनलाई ठीक गर्नु भने सर्व शक्तिहरू तिम्रो अगाडि घुम्नेछन् । कतै जाने फुर्सत नै हुँदैन । बापदादाको सम्मुख गएर बस्यौ भने कनेक्शन जोड्नको लागि बापदादा तिम्रो सहयोगी बन्नु हुन्छ । यदि एक दुई सेकेण्ड अनुभव भएन भने पनि अलमलमा नपर् । अलिकति जुन टुटेको कनेक्शन छ त्यसलाई जोड्नमा एक सेकेण्ड वा मिनेट लाग्छ नै, त्यसैले हिम्मत नहार । निश्चयको जगलाई नहल्लाऊ अझ निश्चयलाई परिपक्व गर । बाबा मेरो म बाबाको— यही आधारमा निश्चयको जगलाई अझ पक्का गर । बाबालाई पनि आफ्नो निश्चयको बन्धनमा बाँध्न सक्छौ । बाबा पनि जान सक्नुहुन्छ । यति धेरै अथोरिटी यस समय बच्चाहरूलाई मिलेको छ । अथोरिटीलाई, ज्ञानलाई प्रयोग गर । परिवारको सहयोगलाई प्रयोग गर । गुनासो लिएर नजाऊ, सहयोगको पनि माग नगर । कार्यक्रम सेट गर, कमजोर भएर नजाऊ, के गरूँ, कसरी गरूँ, डराउँदै नजाऊ । बरू सम्बन्धको आधारबाट सहयोगको आधारबाट जाऊ । बुझ्यौ ? सेकेण्डमा सिर्दी तल, सेकेण्डमा माथि— यो संस्कार परिवर्तन

२०७२ चैत्र २१ आइतबार ०३-०४-२०१६ प्रातः मुरली “अव्यक्त बापदादा” रिवाइज २९.०३.८१ मधुबन

गर। बापदादाले देख्नु भएको छ डबल विदेशी तल पनि चाँडो भर्छन्, माथि पनि चाँडो चढ्छन्। नाँचन पनि धेरै नाच्छन् अनि डराउने नाँच पनि राम्रो गर्छन्। अब यो पनि परिवर्तन गर। मास्टर ज्ञानका सागर हौ अनि फेरि यो डान्स किन गर्छौ ?

सच्चाई र सफाईको लिफ्टको कारण अगाडि पनि बढिरहेका छन्। यो विशेषता नम्बरवन छन्। यो विशेषतालाई देखेर बापदादा खुशी हुनुहुन्छ। अब केवल डराउने डान्सलाई छोड्यौ भने धेरै तीव्रगतिमा जानेछौ। नम्बर धेरै अगाडि लिनेछौ। यो कुरा त सबैलाई पक्का छ— लास्ट सो फास्ट, फास्ट सो फस्ट। खुशीको डान्स ठीकै छ गर। बाबाको हात छोड्यौ भने बाबालाई पनि राम्रो लाग्दैन— यी कहाँ गइरहेका छन् ? बाबाको हातमा हात भए पछि डराउने डान्स हुन सक्दैन। मायाको हात समात्छौ त्यसैले यो डान्स हुन्छ। बाबाको तिमिसँग यति धेरै प्यार छ जसले गर्दा अरूको साथमा गएको देख्न पनि सक्नुहुन्न। बाबालाई थाहा छ— कति भट्किएर परेशान भएर बाबाको पास पुगेका छौ, त्यसैले अलमलमा पर्न कसरी दिन्छु ! साकार रूपमा पनि देख्यौ, स्थूलमा पनि बच्चा कहीं जाँदा बच्चाहरूलाई भन्नुहुन्थ्यो— आऊ बच्चे, आऊ बच्चे... जब मायाले आफ्नो रूप देखाउँछ तब यो शब्द याद गर।

अमृतबेलाको याद शक्तिशाली बनाउनको लागि पहिला आफ्नो स्वरूपलाई शक्तिशाली बनाऊ। चाहे बिन्दु रूपमा बस, चाहे फरिश्ता स्वरूप भएर बस। कारण के हुन्छ भने— स्वयं आफ्नो रूप परिवर्तन गर्दैनौ। केवल बाबालाई त्यस स्वरूपमा देख्छौ। बाबालाई बिन्दु रूपमा वा फरिश्ता रूपमा देख्ने कोसिस गर्छौ तर जबसम्म स्वयं बनेका हुँदैनौ तबसम्म मिलन मनाउन सक्दैनौ। केवल बाबालाई त्यस रूपमा देख्ने कोसिस गर्नु, यो त भक्तिमार्ग समान हुन जान्छ। जसरी उनीहरूले देवताहरूलाई त्यस रूपमा देख्छन् तर स्वयं जस्ताको तस्तै हुन्छन्। त्यतिखेर वायुमण्डल खुशीको हुन्छ। थोरै समयको लागि प्रभाव पर्छ तर त्यो अनुभूति हुँदैन त्यसैले पहिला स्व स्वरूपलाई परिवर्तन गर्ने अभ्यास गर। त्यसपछि धेरै शक्तिशाली स्थितिको अनुभव हुन्छ।

**दादीहरूसँगः**— भेराइटी देखेर खुशी लाग्छ नि हैन। फेरि पनि राम्रो हिम्मतवाला छौ। आफ्नो सबैकुरा परिवर्तन गर्नु, अनि अरूलाई आफ्नो बनाउनु, यो पनि हिम्मत हो। यति धेरै परिवर्तन भएका छौ जसले गर्दा आफ्नै परिवारको लाग्छौ, यो पनि ड्रामामा विशेष पार्ट छ। आफ्नोपनको भासनाले नै अगाडि बढ्छन्। एक-एकलाई देखेर खुशी लाग्छ। पहिला त थिए नै एक भारतका, अनेक हांगाहरूको एउटै वृक्ष। तर अहिले विश्वको चारै कुनाबाट अनेक संस्कार, अनेक भाषाहरू, अनेक खान-पान, सबै आत्माहरू एक वृक्षको बनेका छन्, यो पनि त आश्चर्य हो। यही कमाल छ जुन सबै एक थिए, हुन् र हुनेछन्। यस्तै अनुभव गर्छौ ? विशेष सबैको स्नेह अवश्य प्राप्त हुन्छ।

**पाण्डवहरूसँगः**— सबै महादानी हौ नि ? कसैलाई खुशी दिनु— यो सबैभन्दा ठूलो पुण्यको कार्य हो। सेवा हो। पाण्डव त सदा एकरस, एकतामा रहने, इकोनमी गर्नेवाला हौ नि। सबै पाण्डव महिमा योग्य छन्, पूज्यनीय पनि छन्। भक्तहरूको लागि त अहिले पनि पूज्यनीय छौ, केवल प्रत्यक्ष छैनौ। (पाण्डवहरूको पूजा केवल गणेश वा हनुमानको रूपमा मात्र हुन्छ।) होइन अरू देवताहरू पनि छन्। गणेश ती हुन् जो पेटमा सबै कुरा राख्नेवाला हुन्। हनुमान पुच्छरबाट सबै आसुरी संस्कार जलाउनेवाला हुन्। पुच्छर पनि सेवाको लागि हो। प्रश्न गर्ने कुनै पुच्छर होइन। पाण्डवहरूको यो

विशेषता छ- कुरालाई पचाउनेवाला हुन्छन्, यता-उता गर्नेवाला होइनन् । सबै सदा सन्तुष्ट छौं हैन । पाण्डवपति अनि पाण्डव- यो सदाको कम्बाइण्ड रूप हो । पाण्डवपति पाण्डवहरू विना केही गर्न सक्नुहुन्न । जसरी शिवशक्ति छन्, त्यस्तै पाण्डवपतिलाई पनि अगाडि राख्दछन् । सदा कम्बाइण्ड रूप याद रहन्छ ? कहिलेकाहीँ आफूलाई एकलै त महसुस गर्दैनौ ? कोही साथी भए हुन्थ्यो, यस्तो त लाग्दैन ! कसलाई भनूँ, कसरी भनूँ, यस्तो त हुँदैन । जो सदा कम्बाइण्ड रूपमा रहन्छन् उनीहरूको अगाडि बापदादा साकारमा मानौं सबै सम्बन्धहरू सहित सम्मुख हुनुहुन्छ । जति लगन हुन्छ त्यति नै चाँडै बाबा सम्मुख हुनुहुन्छ । यस्तो हैन निराकार हुनुहुन्छ, आकार हुनुहुन्छ, कुराकानी कसरी गर्ने ? जुन आपसमा पनि कुराकानी गर्नमा समय लाग्छ, खोज्नु पर्ने हुन्छ । यहाँ त खोज्नु पर्ने वा समयको पनि आवश्यकता छैन । जहाँ बोलाउँछौ त्यहाँ हाजिर त्यसैले भनिन्छ- हाजिरा हजुर । यस्तो अनुभव हुन्छ ? अब त दिन प्रतिदिन यस्तो देख्नेछौ- मानौं प्राक्तिकलमा अनुभव गर्छौं आज बापदादा आउनुभयो, नजिक आउनुभयो हात समाउनुभयो, बुद्धिले होइन आँखाले देख्नेछौ, अनुभव हुनेछ । तर यसमा केवल एक बाबा दोस्रो न कोही, यो पाठ पक्का होस् । त्यसपछि त जसरी छायाँ घुम्छ त्यस्तै बापदादा आँखाबाट हट्न सक्नुहुन्न ।

कहिले हदको वैराग्य त आउँदैन ? बेहदको रहनु पर्छ । सबैले यज्ञ सेवाको जिम्मेवारीको बीडा त उठाएका छौ । अब केवल हामी सबै एक हौं, हामी सबैको काम एउटै हो, प्राक्तिकल देखियोस् । अब एक रिकर्ड तयार गर्नु छ, त्यो कुनचाहिँ ? त्यो रिकर्ड मुखको होइन । एक आपसमा रिगार्ड दिने रेकर्ड । फेरि यही रिकर्ड चारैतर्फ बज्नेछ । रिगार्ड दिनु, रिगार्ड लिनु (सम्मान दिनु, सम्मान लिनु) । सानोलाई पनि रिगार्ड दिनु, ठूलोलाई पनि दिनु । यो रिगार्डको रिकर्ड अब निकाल्नु पर्छ । अब चारैतर्फ यस रिकर्डको आवश्यकता छ ।

स्व उन्नति र विश्व उन्नति दुवैको योजना साथ-साथै होस् । दैवी गुणहरूको महत्त्वको बारेमा मनन गर । एक-एक गुणलाई धारण गर्नमा के समस्या आउँछ । त्यसलाई समाप्त गरेर धारण गरेर चारैतर्फ सुवास फैलाऊ जुन सबैले अनुभव गरून् । बुझ्यौ ?

**वरदान:-** एक बल एक भरोसाको आधारमा गन्तव्यलाई समीप अनुभव गर्ने हिम्मतवान भव

उच्च गन्तव्यमा पुग्नुभन्दा पहिला आँधी तुफान अवश्य लाग्छ, जहाजलाई पार जानको लागि बीच भुँमरीबाट क्रस गर्ने पर्छ । त्यसैले चाँडै आत्तिनु हुँदैन, थाक्नु हुँदैन, नरोकिनु हुँदैन । साथीलाई साथ राख्यौ भने हर मुश्किल सहज हुन पुग्छ । हिम्मतवान बनेर बाबाको मदतको पात्र बन । एक बल एक भरोसा- यही पाठलाई सदा पक्का गर्नु भने बीच भुँमरीबाट सहजै निस्केर आउनेछौ अनि गन्तव्य समीप अनुभव हुन्छ ।

**स्लोगन:-** विश्व कल्याणकारी ती हुन् जसले प्रकृति सहित हर आत्मा प्रति शुभ भावना राख्छन् ।