सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

प्रथम सप्ताह स्वमान -मैं परमात्मा की श्रेष्ठ रचना हूँ।

आप विश्व की आत्माओं के पूर्वज भी हो और पूज्य भी हो। सारी सृष्टि के जड़ में आप आधारमूर्त हो, परमात्म रचयिता की पहली-पहली श्रेष्ठ रचना हो। दुनिया के लिए जो असम्भव बातें हैं वह आपके लिए सहज और सम्भव हो गईं हैं क्योंकि आप सर्वशक्तिवान परमात्म बाप के डायरेक्ट बच्चे हो।

योगाभ्यास -रूहानी ड्रिल करें -अभी-अभी ब्राह्मण, फिर फरिश्ता और फिर अशरीरी....सारे दिन में चलते-फिरते, कामकाज करते हुए भी एक मिनट, दो मिनट निकाल यह अभ्यास करो। चेक करो जो संकल्प किया वही स्वरूप अनुभव हुआ..? बाबा ही हमारा संसार है। अमृतवेला यह स्लोगन याद करना तो सारी आकर्षण, सारा दिल का प्यार एक बाबा में जायेगा। नयनों से बाबा दिखाई देगा, मुख से बाबा निकलेगा, चेहरे में सदा बाप का नशा दिखाई देगा और संबंध-सम्पर्क में सदा ही बाप से सर्व सम्बन्ध जुटे रहेंगे।

धारणा -**साक्षी दृष्टा** -साक्षी दृष्टा की सीट पर सेट रहने वाले कभी भी अपसेट हो नहीं सकते। जब साक्षी दृष्टा की सीट से नीचे उतरते हो तो अपसेट होते हो। तीन चीजें ही परेशान करती हैं -चंचल मन, भटकती बुद्धि और पुराने संस्कार। जब पुराने संस्कार को मेरा-मेरा कहा तो मेरे ने जगह बना ली है...इसलिए आप ब्राह्मण मेरा-मेरा कह नहीं सकते। यह पास्ट जीवन के द्वापर मध्य के, शुद्र जीवन के संस्कार हैं। आप श्रेष्ठ आत्माओं के पुराने ते पुराने संस्कार अनादि और आदि संस्कार हैं। अब इन संस्कारों को अपने अनादि और आदि स्वरूप की स्मृति से इमर्ज करो।

चिन्तन -हमारे अनादि और आदि संस्कार कौन-कौन से हैं? हमारे अनादि और आदि संस्कार सदा इमर्ज रूप में कैसे रहें..? अनादि और आदि संस्कार वाली आत्माओं की क्या-क्या निशानियाँ होंगी?

साधकों के प्रति -प्रिय साधकों ! बापदादा ने होमवर्क दिया था..याद है? दुआ दो और दुआ लो, जब हम दुआ देते हैं तो उसमें दुआ लेना स्वत: हो जाता है। जिन्होने यह होमवर्क पूरा किया हैं वे चाहे आए हैं या नहीं, लेकिन वे बापदादा के सम्मुख हैं उन्होने अपने मस्तक पर बाप द्वारा विजय का तिलक लगा लिया...अब और अपनी नेचुरल नेचर बनाते हुए आगे भी करते, कराते रहना। और जिन्होने थोड़ा बहुत किया है अथवा नहीं भी किया तो वह सभी अपने को सदा मैं पूज्य आत्मा हूँ बाप की श्रीमत पर चलने वाली विशेष आत्मा हूँ -इस स्मृति को बार-बार स्वरूप में लाना। जब लक्ष्य है सोलह कला सम्पन्न बनने का..तो सोलह कला अर्थात परम पूज्य। परम पूज्य आत्माओं का कर्त्तव्य ही है दुआ देना...तो यह संस्कार चलते-फिरते सहज और सदा के लिए बनाओ।

द्वितीय सप्ताह स्वमान -मैं स्वराज्य अधिकारी मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ।

वर्तमान समय प्रमाण बापदादा हम बच्चों को भृकुटी के तख्तनशीन, स्वराज्य अधिकारी, मा.सर्वशक्तिवान के रूप में सदा देखना चाहते हैं। मा.सर्वशक्तिवान अर्थात् -सर्वशक्तियों और सर्व कर्मेन्द्रियों के अधिकारी और अन्य आत्माओं को भी अधिकारी बनाने वाले।

योगाभ्यास -मैं मा.सर्वशक्तिवान, सर्वशक्तिवान बाप से कम्बाइण्ड हूँ.....उससे निकलती हुई सर्वशक्तियों की रंग-बिरंगी किरणें मुझे आत्मा को आलोकित कर रही हैं....और फिर मुझसे चारों ओर फैलती जा रही हैं....।

रूहानी एक्सरसाईज -मन को शक्तिशाली व व्यर्थ संकल्पों से मुक्त करने के लिए हर घण्टे में कम से कम पाँच मिनट, पाँच स्वरूपों का अभ्यास करें। स्वराज्य अधिकारी बन कर्मेन्द्रियों का राज्य दरबार लगाएं।

धारणा -व्यर्थ से पूरी तरह मुक्त रहना -व्यर्थ से पूरी तरह मुक्त रहने के लिए स्वयं से दृढ़प्रतिज्ञा करें कि न व्यर्थ देखना है, न व्यर्थ बोलना है, न व्यर्थ सुनना है, न व्यर्थ समय गंवाना है और न ही व्यर्थ सोचना है।

सारे दिन में स्थूल कर्म करने के साथ-साथ मनसा को भी बिजी रखने का टाइम टेबल बनाएं। स्व-दर्शन, स्व-चिन्तन और स्व-चेकिंग करनी है।

मन को कैसे रखें...

- पृष्ठ 2 का शेष

साहसी व्यक्ति बरसों कठिन तप करते हैं किन्तु अन्त में वही जा गिरते हैं। जहां से उन्होंने साधना प्रारम्भ की थी। यद्यपि दुर्गुणों का त्याग और विशेष अथक साधना बहुत आवश्यक है किन्तु यह खतरनाक भी है। मन को स्वस्थ रखने के लिए दुर्गुणों से बचने के साथ सद्गुणों को अर्जित कर उन्हें विकसित करना आवश्यक है। स्वस्थ मन में केवल ईर्ष्या का अभाव ही नहीं होता वरन् उसमें दूसरे की सम्पन्नता से प्रसन्नता भी होती है। वह केवल घृणा का त्याग ही नहीं करता वरन् सबसे प्यार भी करता है वह अन्य लोगों के अपराध केवल सहन ही नही करता वरन् उन्हें क्षमा भी कर देता है। वह केवल मिथ्या भाषण से बचता ही नहीं है, वरन् सत्य बोलता भी है। वह केवल लोभ का त्याग नहीं करता वरन् दूसरों की सहायता भी करता है। काम, क्रोध, लोभ, मोह, और अहंकार को निकाल हृदय स्वच्छ कर उसे शांत और विभ्रान्ति बना लेने पर साधक सबके हित में लग जाता है और उसके रहस्य से प्रेम और करूणा की धारा प्रवाहित होने लगती है। स्वस्थ मन सक्रिय विकासशील और कुशल होता है। वह निराशा और प्रमाद के गर्त में नहीं गिरता है। इस मनोवैज्ञानिक लक्ष्य को ध्यान में रखकर मन को स्वस्थ और अद्वितीय सत्र में प्रतिष्ठित रखने से वह सभी परिस्थितियों में मुक्त और प्रसन्न रहता है। वह कभी परिस्थितियों का दास नही बनता। इसलिए सभी धर्म निषेधों की सूची के साथ विधियों की सूची भी प्रस्तुत करते हैं

अहमदाबाद (अमराई वाड़ी)। नवनिर्मित सेवाकेन्द्र का उद्घाटन करते हुए दादी रतनमोहिनी, ब्र.कु.सरला बहन, ब्र.कु.लक्ष्मी, ब्र.कु.विजया, ब्र.कु.उन्नति तथा अन्य भाई-बहनें।

खिलाने वाला यहीं है!!

प्रख्यात विभूति हातिम परदेश जाने लगे तो अपनी पत्नी से पूछ बैठे -''तुम्हारे लिए खाने-पीने का कितना सामान रख जाऊँ?''

''जितनी मेरी आयु हो।'' -कहकर स्त्री हँस पड़ी।

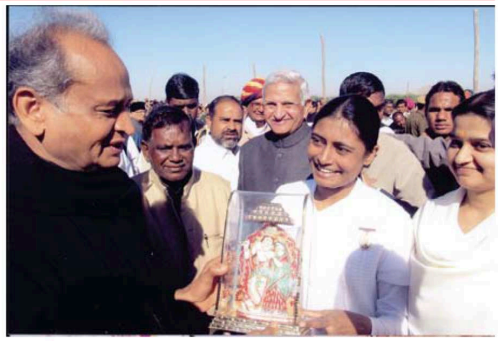
''तुम्हारी आयु जानना तो मेरे बूते की बात नहीं।''

''तब तो मेरी रोटी का इंतजाम भी आपके बूते से बाहर है। यह काम जिसका है, उसी को करने दीजिए।''

पत्नी की आस्था पर मुग्ध होकर हातिम परदेश चले गए। तब एक पड़ोसिन ने पूछा -''बेटी! हातिम तेरे लिए क्या इंतजाम कर गए हैं?''

हातिम की स्त्री ने कहा -''माँ! मेरे पति क्या इंतजाम करेंगे, वे तो खाने वाले थे। खाना देने वाला तो अभी यहीं है।''

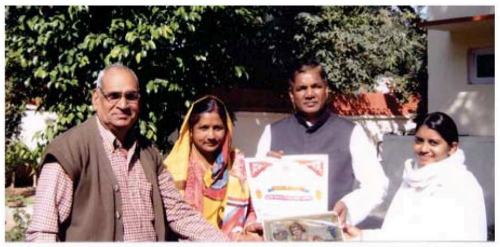
ईश्वर विश्वासी को किसी का आश्रय आवश्यक नहीं रहता। उन्हें निश्चय है सर्व का पालनहार प्रभु है।



अजमेर। राजस्थान के मुख्यमंत्री अशोक गहलोत को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.रूपा तथा ब्र.कु.अंकिता।

मणिनगर-अहमदाबाद। इन्दिरा गाँधी नेशनल ओपन यूनिवर्सिटी के रीजनल डायरेक्टर भ्राता श्रीकांत महापात्र एवं सहायक निदेशक अवनी त्रिवेदी को ईश्वरीय निमंत्रण देकर समूह चित्र में ब्र.कु. वीणा और ब्र.कु. नंदिनी।

आर्वी सेंटर-महाराष्ट्र। रोटरी क्लब उत्सव भव्य मेला में, तनाव मुक्त, व्यसन मुक्त, का दीप प्रज्जवलित करते हुए विधायक दादाराव केचे, उपविभागीय अधिकारी, एस.डी.ओ. सुनील कोरडे, पुलिस निरीक्षक अधिकारी, रोटरियन अध्यक्ष राठी सेकेंट्रो विजय अग्रवाल, ब्र.कु. सीमा एवं ब्र.कु. आशा .



अजमेर। जिला एवं सैशन न्यायाधीश ए.के. शारदा को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. इन्द्रा एवं ब्र.कु. ओमप्रकाश।

बैजनाथ। समय की पुकार कार्यक्रम में कर्नल रणजीत सिंह, ब्र.कु. प्रेम, ब्र.कु. सुलक्ष्णा, ब्र.कु. सपना, ब्र.कु. आशा।

बकरियावाली। स्वामी कृपाचार्य जी महाराज, ब्र.कु. वर्षा को उनकी आध्यात्मिक सेवाओं के लिए सम्मानित करते हुए।