

सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

प्रथम सप्ताह

स्वमान - मैं इस संसार की सबसे भाग्यवान आत्मा हूँ।

- जिससे मिलने स्वयं सृष्टि के नियंता इस धरा पर आते हों... जिनके भाग्य के गुणगान स्वयं भगवान करते हों... जिसका भाग्य स्वयं भाग्यविधाता लिख रहे हों... जिसे सुलाता भी भगवान हो और उठाता भी भगवान हो... जिसे खिलाता भी भगवान हो और जिसके साथ खेलता भी भगवान हो... जिसे शिक्षक बन पढ़ाता भी भगवान हो और माता-पिता बन पालता भी भगवान हो... क्या पूरी सृष्टि में कोई ऐसा महान भाग्यवान हो सकता है... हमें जिन्हें ये महान भाग्य प्राप्त हुआ है, क्या अपने इस भाग्य के नशे में रहते हैं...?

योगाभ्यास - एकांत में स्वयं से बातें करें कि वाह रे मैं... जो मेरे स्वप्न में भी नहीं था, वो अब साकार में मुझे मिल रहा है... सारा संसार जिसे ढूँढ रहा है, वो मुझसे मिलने आ रहा है... मैं उससे मिलने से पूर्व क्या तैयारी

द्वितीय सप्ताह

स्वमान: मैं मास्टर विश्व कल्याणकारी हूँ।

- जरा सोचो, विश्व कल्याणकारी परमात्मा ने जिन आत्माओं को विश्व कल्याण की जिम्मेवारी सौंपी हो, जिन्हें सारे विश्व से अज्ञान अंधकार को मिटाना हो, जिन्हें रावण राज्य को समाप्त कर राम राज्य की स्थापना करनी हो, जिन्हें विश्व की सर्व आत्माओं को मुक्ति-जीवनमुक्ति प्रदान करनी हो, जिन्हें प्रकृति के पांचों तत्वों को पावन करना हो, जिन्हें भक्त आत्माओं की मनोकामनाएं पूर्ण करनी हो... क्या वे व्यर्थ की बातों में, आलस्य व अलबेलेपन में अपना अमूल्य समय नष्ट कर सकते हैं...?

राजयोग का प्रयोग... पृष्ठ 5 का शेष अपने 'मास्टर सर्वशक्तिवान' के नशे में रहते हैं वे अपनी संकल्प-शक्ति से जो चाहे वह कर सकते हैं। यह अति श्रेष्ठ अभ्यास है। हम विभिन्न समय पर इसका प्रयोग करें। लम्बा समय व दिन में कई बार हम इस महान सत्य को स्वीकार करें कि सर्वशक्तिवान बाप ने मुझे सर्वशक्तियां वरदान के रूप में दे दी है, मैं मास्टर सर्वशक्तिवान आत्मा हूँ। मेरे पास सर्वशक्तिवान जैसी ही शक्तियां हैं... मैं अत्यंत शक्तिशाली हूँ। इस स्मृति से सहज ही हम व्यर्थ संकल्पों से मुक्त रहेंगे और हमें संकल्पों की सिद्धि प्राप्त होगी। यदि अचानक ही हमें केवल संकल्प द्वारा ही कोई कार्य करना या कराना हो तो अपने 'मास्टर सर्वशक्तिवान' के नशे व स्मृति में स्थित होकर इस संकल्प का प्रयोग करें।

हमारी भावनाओं का दूसरों पर क्या प्रभाव पड़ता है - इसके हम विभिन्न प्रयोग करें। मान लो किसी व्यक्ति के प्रति हमारी यह भावना है कि 'यह व्यक्ति अच्छा नहीं है' - इस भावना का उस पर क्या प्रभाव पड़ता है, इस भावना का हमारे सम्बन्धों पर क्या प्रभाव पड़ता है। और उसी व्यक्ति के प्रति यदि हम यह भावना रखते हैं कि वास्तव में तो यह व्यक्ति अच्छा है, भगवान का बच्चा है, पर अब यह

करूं...? जब वो मुझसे मिले तो मैं उसे क्या सौगात दू...? उसे क्या पसंद है...? वो मुझे कैसा देखना चाहेगा... आदि...?

- दादी हमेशा कहती हैं कि 'भगवान' और अपने श्रेष्ठ 'भाग्य' के गुण सदा गाते रहो। तो इस बार हम भगवान और अपने भाग्य के गीत गाते हुए मग्न रहेंगे।

- आह्वान: हम अभी से ही प्यारे बापदादा का आह्वान करते रहें कि हे प्राणेश्वर, हम आपसे मिलने को व्याकुल हैं, आप साकार में आकर हमारी इस मीठी व्याकुलता को समाप्त करें... आप से ही हम हैं... आप नहीं तो हम कुछ भी नहीं हैं... आपके बिना मधुबन भी सूना-सूना लगता है... आपकी प्रियतमाएं आपके बिना अधूरी हैं... हम पलक पवड़े बिछाए आपका इंतजार कर रही हैं... ये गीत गाते हुए कि अब आन मिलो सजना...।

धारणा - गुणों व शक्तियों से श्रृंगार

- जैसे साजन से मिलने के लिए सजनी 16 श्रृंगार करती हैं... वैसे ही हम आत्मा सजनियां

योगाभ्यास - मास्टर विश्व कल्याणी बन, कभी विश्व के गोले को अपने हाथों में लेकर... तो कभी कल्पवृक्ष के नीचे बैठकर सर्व आत्माओं को गति-सद्गति, मुक्ति-जीवनमुक्ति व शुभभावना-शुभकामना के वायब्रेशन्स दें...। जैसे बापदादा इस पुरानी दुनिया और पुराने देह में अवतरित होते हैं, वैसे ही मास्टर विश्व कल्याणी इस पुरानी दुनिया व देह में आया हूँ सबको ईश्वरीय पैगाम देने और श्रेष्ठ वायब्रेशन्स फैलाने...।

धारणा - अपने समय के खजाने को वेस्ट से बचाना

शिव भगवानुवाच - संगमयुग का एक सेकण्ड एक वर्ष के बराबर है।

- कहते भी हैं कि जो समय नष्ट करते हैं, एक दिन समय उन्हें नष्ट कर देता है।

माया के वश है। एक दिन अवश्य ही इसका कल्याण होगा, तो हमारी इस भावना का उस पर क्या प्रभाव पड़ता है, यह हम देखें।

सदा ही किसी व्यक्ति के लिए हमारे मन में यही भावना है कि वह हमारा विरोधी है, यह हमारा शत्रु है... इसका क्या उल्टा प्रभाव होता है? व यदि इसी व्यक्ति के लिए हमारी भावनाएं बदल जायें कि नहीं यह तो हमें सावधान रखने वाला है, यह निंदक नहीं हमारा सुधारक है... यह विरोधी नहीं हमें शक्तिशाली बनाने वाला है। हमने भी कभी इसका विरोध किया होगा - यह अब हिसाब चुकतू कर रहा है। तो इस प्रकार हमारी भावनाएं बदलने से वह व्यक्ति कितना जल्दी बदलता है - इसका प्रयोग करें।

मान लो आपको अपने अधिकारी से छुट्टी लेनी है, परन्तु वह किसी भी कारण से नहीं दे रहा है तो आप पांच सेकेण्ड उसे आत्मिक दृष्टि देकर फिर अपनी बात करें, वह अवश्य ही राजी हो जायेगा। कोई व्यक्ति ज्ञान-चर्चा में आपसे व्यर्थ का वाद-विवाद कर रहा है आप स्वयं आत्मिक स्वरूप में स्थित होते हुए उसे आत्मिक दृष्टि दें। आप पायेंगे कि उसका व्यर्थ वाद करना समाप्त हो जायेगा और वह आपकी बातें सुनने को तैयार हो जायेगा। इसका प्रयोग करें।

इसी प्रकार किसी व्याधि ग्रस्त आत्मा को रोग-मुक्त करने के लिए या स्वयं की किसी

अपने परमात्मा साजन से मिलने से पूर्व सर्व गुणों व शक्तियों से अपना श्रृंगार करें... अच्छी तरह दिल दर्पण में देखें कि कहीं कोई अवगुण की कालिख तो चेहरे पर नहीं लगी है...?

स्वचिंतन - मैं परमपिता, परमशिक्षक, परम सद्गुरु मुझे कैसा देखना चाहते हैं?

- मैं वैसा बनने के लिए क्या कर रहा हूँ?

- अपने श्रेष्ठ भाग्य की सूची बनाएं?

साधकों प्रति - प्रिय साधकों! सचमुच यह किसी स्वप्न से कम नहीं कि भगवान का इस धरा पर आगमन होता है और हम उनसे जी भरकर मिलन मनाते हैं, वरदानों से अपनी झोली भरते हैं, गुणों और शक्तियों से अपना श्रृंगार करते हैं वास्तव में गीता, भागवत् सब अभी ही साकार ही अपने स्थूल आँखों से हम देख रहे हैं... कुछ समय के बाद ये सब इतिहास बन जायेंगे.. इसलिए अभी जी भरकर भगवान के साथ जीने का आनंद लें... और सारे कल्प-कल्प के लिए भरपूर हो जायें।

चिंतन - वर्तमान संगमयुगी समय का महत्व क्या है?

- कौनसा कार्य सिर्फ संगमयुग में ही किया जा सकता है अन्य युगों में नहीं?

- हम अपना समय कहां-कहां वेस्ट करते हैं?

- अपने संगमयुगी अमूल्य समय को पूरा-पूरा सफल कैसे करें?

साधकों प्रति - प्रिय साधकों! कहावत है कि समय और तूफान किसी के रोके नहीं रूकते हैं। समय का चक्र चलता ही रहता है। जो इसे सफल कर लेते हैं उनका जीवन सफल हो जाता है और जो इसका मूल्य नहीं समझते उनका जीवन मूल्यहीन हो जाता है। अतः हम अपने एक-एक पल को बाबा की याद व सेवा में सफल करें और कल्प-कल्पांतर के लिए अपना श्रेष्ठ भाग्य बना लें।

विशेष बीमारी को समाप्त करने के लिए विशेष रूप से योग किया जाए। परन्तु यह अभ्यास प्रतिदिन उसी समय कम से कम 21 दिन तक किया जाए। अवश्य ही वह उस रोग से मुक्त हो जायेंगे। इसी विधि से किसी के संस्कार परिवर्तन करने का प्रयोग भी किया जा सकता है। यदि आप कोई विशेष सिद्धि चाहते हैं या किसी विशेष कार्य में सफलता चाहते हैं तो प्रतिदिन एक घण्टा शक्तिशाली योग कम से कम 21 दिन तक करें। योग में पूर्ण एकाग्रता हो। एक ही स्थान पर व एक ही समय हो। वह कार्य अवश्य ही सिद्ध होगा अथवा वह सिद्धि भी निःसंदेह प्राप्त होगी। इस तरह भी योग के प्रयोग किये जा सकते हैं।

हमने ये जो बातें लिखीं हैं इनके प्रयोग से हम अपने जीवन को भी योग-युक्त बना सकते हैं, अपने व दूसरों के जीवन को निर्विघ्न भी बना सकते हैं। अपने सम्बन्धों को भी मधुर बना सकते हैं व अपने सभी कार्यों को भी सफल कर सकते हैं। यदि किसी पर किसी भटकती आत्मा का प्रभाव हो, उसे भी हम मुक्त कर सकते हैं। आवश्यकता है - तत्परता की, दृढ़ता की व स्वयं में विश्वास की। तो इस वर्ष में इस तरह भिन्न-भिन्न प्रयोग करके हम अनुभवी मूर्त बनें ताकि हमारा जीवन योगी जीवन बन जाए और हम अपने व दूसरों के विघ्न नष्ट करने वाले बन जायें।



अमरावती। 'श्रेष्ठ समाज उत्थान अभियान' रैली का उद्घाटन करते हुए महापौर वंदनाताई कंगाले, फिल्म अभिनेत्री नवनीत राणा, डॉ. सचिन परब, क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु.सीता, ब्र.कु. प्रेमसिंग।



अजमेर। 'चैतन्य देवियों की झांकी' का उद्घाटन करने के पश्चात् समूह चित्र में हैं यू.आई.टी. के अध्यक्ष नरेन साहनी, नारायण दादा, ब्र.कु.शांता बहन तथा अन्य।



बहराईच। मुख्य विकास अधिकारी सुखलाल भारती से आध्यात्मिक चर्चा करते हुए क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु.सुरेन्द्र तथा साथ में हैं ब्र.कु.दीपेन्द्र।



बाजवा। 'समय की पुकार परमात्म शक्ति द्वारा स्वर्णिम संसार आध्यात्मिक मेले' का उद्घाटन करते हुए पूर्व सांसद भगिनी जयाबहन ठक्कर, महेंद्र भाई पटेल, ब्र.कु.डॉ.निरंजना बहन तथा अन्य।



मंगलवाड़ी, बडौदा। विश्वकर्मा परिवार के सदस्यों को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् समूह चित्र में हैं ब्र.कु.डॉ.सतीश, ब्र.कु.धीरज, ब्र.कु.राज बहन तथा अन्य।



भीलवाड़ा। 'अखिल भारतीय वार्षिक सम्मेलन' में चिकित्सकों के लिए आयोजित तनाव मुक्त जीवन शैली को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.पद्मा बहन।