अब तैयार करो अपने को...

जैसे और तैयारी हम करते हैं ना, जैसे हमें लगता है कि अब कर्फ्यू लग जायेगा तो एक हफ्ते का राशन रख लें। ऐसा न हो आटा बीच में ही खत्म हो जाये! तेल भी खत्म हो जाये! अब सब कुछ हो और गैस ही न हो! और कुछ हो, माचिस ही न हो! बाबा उदाहरण दिया करते थे, उन दिनों में लाइटर वगैरह नहीं थे। नमक ही न रहे घर में! तो मज़ा कम हो जायेगा ना! जैसे ये तैयारी करते हैं, वैसे ही आने वाले समय को ख्याल में रखते हुए अपनी स्थिति की भी तैयारी करें। डब्ल्यू.एच.ओ. ने कह दिया था कि 2020 के बाद डिप्रेशन इस संसार में महामारी बनकर आयेगा। तीन साल तो बीत गये, अब तो अनेक मानसिक रोग तेज़ी से फैलते जा रहे हैं। खासकर के युवकों में।

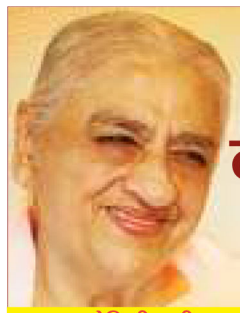
इस तरह की बीमारी से बचने के लिए हमें मोबाइल का कम प्रयोग, सिर के पास रखकर तो सोना ही नहीं है। अगर आप अपने बेड रूम को मोबाइल-फ्री बना दो तो बहुत अच्छा रहेगा। आपने देखा होगा, आपका फोन टेबल पर रखा है यहाँ और फोन आ गया कहीं से तो फोन नाचने लगता है ना! वायब्रेशन इतने तेज़ निगेटिव फैलते हैं, और आपने अपने सिर के पास रखा है और उसे बंद नहीं किया या फ्लाइट मोड पर नहीं किया तो उसकी बैड एनर्जी आपके ब्रेन को कमज़ोर करती जायेगी। युवकों में और बच्चों में ये बड़ा कारण हो रहा है। अब वे मानेंगे तो नहीं आपकी, ये तो सब जानते हैं। फिर भी कोशिश करनी है बचने और बचाने की अपने परिवारों को।

ब्र.कु. गंगाधर

बहुत खुशी में रहना, ये मानसिक रोगों से बचने की विधि है। बातों को हल्का करना। बातें बड़ी या मेरा जीवन बड़ा! बातें बड़ी या मेरी स्थिति बड़ी! तो सभी हल्के रहेंगे। स्वीकार करेंगे अपने जीवन को, अपने नेचर को, मेंटेलिटी को, खुश रहें। छोटी-छोटी बातें हमें परेशान न कर दें, छोटी-छोटी बातें हमें चिंताओं में डुबो न दें। स्मृति रखें, बाबा भी तो है न हमारे साथ। भगवान हमारा साथ दे रहा है। मनुष्य क्या साथ देंगे! विनाश काल में सबको दिखाई देगा, मनुष्यों के साथ नहीं। काम ही नहीं करेगा। कोई दे भी नहीं पायेगा। बस भगवान साथ दे रहा है, यह अपने में समा लें। अब चिंतायें थोड़ी उसको भी दे दो! ज़रूरी है अपने पास रखना! माल है? क्या बहुत अच्छा माल है! खज़ाने हैं, चिंतायें, परेशानियां! यही तो हैं ना! दे दो ज़रा उनको! बोझ उनके हवाले करके देखो। अनुभव करके देखो। तब योगी बन जायेंगे।

योग के लिए सरल बातें- बुद्धि को स्वच्छ करना है, मन के विचारों को श्रेष्ठ करते चलना है। और जो बातें की हैं हमने, उन्हें छोड़ देना है। त्याग कर देना है उनका। योगी बनने की लगन लगानी है। सबसे अच्छी, सबसे सहज पुरुषार्थ की विधि है, तीन-तीन मास की प्लानिंग, तीन-तीन बातों में। कोई एक धारणा ले लो, मुझे खुशी नहीं रहती, अब तीन मास में मैं अपनी खुशी को बढ़ाऊंगा। प्वाइंट मिलेगी मुरलियों से। मुरलियां तो हमारे पास भरपूर हैं। तीन मास मुझे खुश रहना है। मेरी खुशी को कोई छीन नहीं सकेगा। कोई गाली देकर चला जाये, मैं मुस्कुराऊंगा। संकल्पों में ताकत है ना! संकल्प नहीं लिया होगा तो इसने ऐसा क्यों बोला, हाय मेरा अपमान कर दिया चार लोगों के बीच! हो रहे हैं दुःखी। गाली देकर गया, अपमान करके गया, आप खुश हैं, तो जो चार लोग आपके पास खड़े हैं वो आपकी महिमा नहीं गायेंगे! आप कितने अच्छे हो, वो कितना बुरा बोल गया, फिर भी मुस्कुरा रहे हो! बाबा की ये बहुत बड़ी सेवा हो जायेगी न! ऐसे संकल्प करो पॉवरफुल, संकल्प में ताकत है।

एक-दो स्वमान ले लो तीन मास के लिए और एक योग का लक्ष्य रख लो कि इतना योग रोज़ करना है। थोड़ा बैठ करके भी करना है। दस-दस, पंद्रह-पंद्रह मिनट चार बार बैठो दिन में। चाहे आप कोई भाई-बहनें घरों में हैं, उन्हें भी प्लानिंग करके योग में बैठना है। तो एक लक्ष्य बना लो, इस दस मिनट में मुझे पाँच स्वरूप का अभ्यास करना है। इस पाँच मिनट में मुझे आत्मा के सातों गुणों का चिंतन करते हुए उसका अनुभव करना है। इस दस मिनट में मुझे सूक्ष्म वतन और परमधाम की यात्रा करनी है। लक्ष्य के बिना मन ज़्यादा भटकता है। तो चार बार बैठना तीन मास के लिए, बाद में बदल दो। इस तरह और स्वमान लेकर भी संकल्प लेना है और समयावधि में उसे अनुभव करना है। तो तैयार हो जाओ। अब ऐसी तपस्या कर बापदादा के दिलतख्तनशीन बनने के लिए। मन से छोड़ दो इन सबको। नहीं तो समय मजबूरी से छुड़ायेगा। तैयार हैं ना! अब नहीं तो कब नहीं।

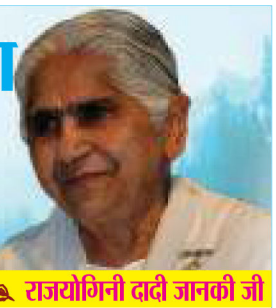


दृढ़ता को साथी बनाकर स्वयं को परिवर्तन करो

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

हमें बाबा ने काम दिया है, स्व परिवर्तन से विश्व परिवर्तन करने का। स्वयं को भी संस्कार-स्वभाव की कमज़ोरी से मुक्त करो क्योंकि आप जब मुक्त होंगे तब तो मुक्ति का गेट खुलेगा, तभी सब मुक्ति में जा सकेंगे। तो हमारे आधार पर यह मुक्ति का गेट खोलना है। ब्रह्मा बाबा भी गेट खोलने के इंतज़ार में हैं, एडवांस पार्टी वाले भी इंतज़ार कर रहे हैं कि कब समाप्ति का समय आयेगा और हम सब साथ में मुक्तिधाम में चलेंगे। तो बाबा ने अब हमें काम दिया है कि मुक्त बनो क्योंकि मुक्ति से जीवनमुक्ति प्राप्त होगी। जीवन में मुक्त बनना माना जीवनमुक्त बनना और जीवनमुक्ति तो हमारा जन्मसिद्ध अधिकार है।

तो पहले हमारे दिल में ज़रा भी और कोई रावण की सामग्री नहीं हो क्योंकि अगर कुछ भी पुरानी नेचर है तो माना रावण की सामग्री अभी भी है। अंश मात्र, स्वप्न मात्र भी यह रावण की सामग्री का संग्रह होगा तो बाबा हमारे दिल पर कैसे बैठेगा? तो जब पहले हम अनुभव करेंगे मुक्ति-जीवनमुक्ति का तब दूसरों को भी दिला सकेंगे। अभी तो बाबा हमको पल-पल देख रहा है क्योंकि बाबा का हम बच्चों से विशेष बहुत प्यार है। हमको भगवान ने गुरू भाई बनाया है, भगवान के हम गुरू भाई हैं तो कितना यह रूहानियत का नशा है! हम भगवान की स्टेज(संदली) पर बैठके मुरली सुनाते हैं इसलिए बाबा कहते हैं गुरू की गद्दी के अधिकारी बने हो तो गुरू भाई हो। और बाबा को प्यार इसीलिए है क्योंकि निमित्त हमको ही बनाया है। तो हम गुरू भाई कैसे हैं? तो बाबा बहुत बारी चक्कर लगाके जाता है। वो तो सूक्ष्म में फरिश्ते रूप में छिपके आता है, छिपके चला जाता है। लेकिन बाबा देखता रहता है कैसे बैठी है, कैसे सुनती है, कैसे क्या धारणा करती है। एक-एक दिन में चलन और चेहरे में कितना फर्क पड़ा है। यह भी बाबा नोट करता रहता है। तो जिससे प्यार होता है उसे देखे बिना रहा नहीं जाता। तो बाबा का हम सबसे बहुत दिल का प्यार है इसलिए बार-बार बाबा हमें चेक करता रहता है। तो बाबा की आशाओं को हमें पूर्ण करना है क्योंकि हम ही फर्स्ट नम्बर निमित्त आशाओं के दीपक हैं। निमित्त भाव से निर्मानता आती ही है।



सेवा में हाँ करना माना आस्तिक बनना

राजयोगिनी दादी जानकी जी

माला का मणका जिसको बनना है, उनको शान्त रहना अच्छा लगता है। शान्त रहके अपने आपको देखना सहज हो जाता है। शान्त नहीं रहते हैं, औरों को देखते हैं तो अपने को देखना मुश्किल हो जाता है। फिर कोई बात ऐसी आती है तो मुश्किल लगती है इसलिए बाबा कहते हैं स्नेही रहो, स्नेह करो, स्नेह से सहयोगी रहो। एक-दो की बात को प्यार से स्वीकार करो। एक-दो की बात को सुनना और स्वीकार करना, यह भी सयाने का काम है। एक-दो को सत्कार दो क्योंकि सम्पन्न बनना है और सम्पन्न तब बनेंगे जब पुरानी बातों की समाप्ति करेंगे। समाप्ति वही कर सकेगा जो बीती को बीती करना जानता है।

अगर किसी की कोई भी बीती बात मेरे मन में, दिल में है तो बाबा मेरे मन में, दिल में नहीं हो सकता। दिल में बाबा के अलावा और कोई बात नहीं है तो सब बात सहज है। कोई बात को समाप्त करना माना सफलता पाना। इस कलियुग में कोई भी आत्मा ऐसे नहीं कह सकती कि मैं निर्विकारी हूँ। वह जब देवी-देवताओं के मन्दिरों में जायेंगे तो हाथ जोड़के अपने को नीच, पापी कहेंगे और उन्हें सम्पूर्ण निर्विकारी कहेंगे। वैसे भले शिवोहम्, ब्रह्मोहम् बोले... परन्तु देवताओं की मूर्ति के आगे ऐसे नहीं बोलते हैं। तो बाबा ने कहा है यह रिद्धि-सिद्धि भी तुम शक्तियों से उन भक्तों को मिली है, तब तो शक्ति लेने के लिए देवियों के पास जाते हैं। तो प्वाइंट्स पीछे याद करो परन्तु पहले यह चेक करो कि मेरे को बाबा ने कितनी शक्ति दी है? या बाप से कितनी शक्ति ली है?

जो एक बारी सेवा में ना करता है, उसको बाबा नास्तिक कहता है। तो सबसे अच्छी विधि है पुरूषार्थ में आस्तिक बनना। दिल से हाँ कहने से बाबा मदद के लिए बंधायमान हो जाता है। आस्तिक वही होता है जो हिम्मतवान होता है। तो आपस में गुणों का भी गहरा कनेक्शन है। तो शान्ति से बैठ करके सारे गुणों को देखते अपने अन्दर में लाते जाओ। पुरूषार्थ में सच्चा बनना है तो इसमें अपने से ठगी नहीं करना। जो कुछ भी अलाए मिक्स हैं वो अभी निकाल देना है, तब सच्चे बाप के साथ सच्चे रह सकेंगे। तो समझकर सौदा कर लो, इसमें मूँझने व कुछ पूछने की ज़रूरत नहीं है। जो काम उसको कराना है, वो भी करा रहा है। जो करेगा उसकी प्रालब्ध बनेगी।

तन-मन-धन का भी आपस में कनेक्शन है। भगवान हमारी रूप रेखायें सब बदल देता है। तो हम कुछ नहीं करते हैं, पर ना कभी नहीं करते हैं। तो डायरेक्टर के डायरेक्शन पर चलने वाला अच्छा एक्टर बन सकता है। अपने से ठगी नहीं करना क्योंकि बाबा सब देख रहा है और बाबा बहुत होशियार है, कभी आगे होता है, कभी पीछे होता है। सिर्फ कहता है मेरे पीछे-पीछे आते जाओ। कभी कहता तुम आगे चलो मैं तुम्हारे पीछे आता हूँ। फिर कहता है मैं ओबिडियन्ट हूँ ना। कमाल है ना!

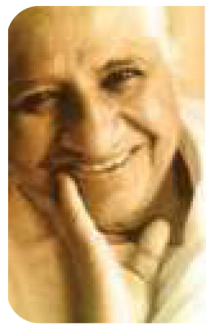
हम खुद के लिए नहीं खुदा की खुदाई के लिए हैं

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

हम सब बच्चों को, उसमें भी विशेष कन्याओं-माताओं को, जो कर्मबन्धनों से मुक्त हैं उन्हें बाबा ने बहुत बड़ी ज़िम्मेदारी दी है, सेवा दी है, वरदान दिया है। बख्तावर बाबा ने हमारी तकदीर बनाई है। हम सब यह जानते हैं कि हमारे जीवन की जो घड़ियां हैं वह स्वयं भगवान ने हमारी रेखायें बनाई हैं। हमारी रेखाओं में बाबा ने विश्व की सेवा के साथ महादानी, वरदानी मूर्त बनाया है। क्या सचमुच हरेक स्वयं को इतना भाग्यवान समझ अमृतवेले आँख खोलते ऐसा अनुभव करते हो? जीवन दाता ने हमारे जीवन की एक-एक घड़ी स्वयं की और अन्य की जीवन बनाने के लिए दी है। हमारा जीना किसके लिए है? स्वयं के लिए या विश्व के लिए? लोग कहते जीवन है खाना, पीना, मौज करना। दूसरे कहते देश भक्ति के लिए, तीसरे कहते हमारा जीवन भगवान के लिए है। लेकिन आप सबका जीना किसके लिए है? यह कुमारी जीवन इस संगम पर बहुत-बहुत महत्त्वपूर्ण है। इस जीवन को इतना महत्त्वपूर्ण समझते? एक-एक कन्या लाखों की माँ है। एक दुर्गा अनेकों की भावना पूर्ण करने वाली है। एक दुर्गा के ही लाखों भक्त हैं। संतोषी माँ, काली, सरस्वती, लक्ष्मी के अनेकानेक भक्त हैं... तो आप सब इतना पूज्य अपने को समझती हो? वह एक कन्या कौन है? वह एक कुमारी कौन है?

हम कई बार सोचती हूँ कि भोजन की जो एक ग्राही खाते वह किसलिए खाते? टेस्ट के लिए या इस रथ से सेवा करने के लिए? हम खुद के लिए हूँ या खुद की खुदाई के लिए हूँ? मैं दुर्गा हूँ, गायत्री व संतोषी माँ हूँ, क्या स्वयं को ऐसा समझते? मैं भारत की माँ हूँ या विश्व की माँ हूँ। बाबा ने मुझे स्वयं ही भाग्य खींच कर दिया है। बाबा ने कहा है तू एक-एक शक्ति हो। क्या ऐसा स्वयं को समझते हो? मैं 500 कमाने वाली नौकरानी हूँ या विश्व की सेवाधारी हूँ? मेरे प्राण, मेरे श्वास, मेरे संकल्प विश्व के लिए हैं या स्वयं के लिए हैं? बाबा के लिए हैं या स्वयं के लिए? बाबा के साथ विश्व है। यदि स्वयं को विश्व सेवाधारी नहीं समझते तो मैं किसलिए ज़िंदा हूँ, मैं किसलिए हूँ?

जीवन में सुख किस बात में है? शादी करूं, प्रवृत्ति बनाऊं, गृहस्थी बनाऊं या अनेक आत्माओं की दुआयें लूँ? कृपा की, भाग्य बनाने के सेवा की पात्र बनूँ? यह निर्णय करो कि मैं स्वयं किसलिए हूँ? स्वयं को डायमण्ड बनाकर औरों को डायमण्ड बनाने के लिए हूँ या ऐसे ही? खुद से पूछो कि मेरी तकदीर का सितारा किसने जगाया है? अपनी तकदीर पर मुझे नाज़ है? निश्चय के आधार पर स्वयं पर नाज़ है? मैं छोटी नहीं हूँ। पहले खुद से पूछो निर्बल हूँ या बलवान? बकरी हूँ या शेरनी? विश्व कल्याण की सेवा के लिए हूँ या हिलती हूँ? निर्भय हूँ या भयभीत? हरेक ने अपना फैंसला क्या किया है?



इस जीवन को इतना महत्त्वपूर्ण समझते? एक-एक कन्या लाखों की माँ है। एक दुर्गा अनेकों की भावना पूर्ण करने वाली है। एक दुर्गा के ही लाखों भक्त हैं।

बाबा ने मुझे सेवा का ताज अभी दिया है। कल्प में फिर यह ताज नहीं मिलेगा। अभी ताज नहीं पहना तो कभी नहीं पहन सकेंगी। यदि ताज तख्त को छोड़ा तो तख्ते पर बैठना पड़ेगा। ऐसा तो खुद को नहीं बनाना है ना! कई कहते हैं पैरेन्ट्स हैं, सम्बन्धी हैं। लेकिन सितम तो सभी को सहन करना पड़ता है। प्यार किया तो डरना क्या! प्यार किया है कोई चोरी तो नहीं की है ना! किसी लड़के से प्यार किया तो पाप है। जिसे दुनिया पुण्य कहती, उसे बाबा पाप कहता है। बाबा ने अजामिल जैसे हम पापियों का उद्धार किया। ज्ञान से पहले भी जो पाप हुए, उसे भी बाबा बख्श देता(खत्म कर देता) परन्तु बाबा यह भी कहता अब अगर मेरे होकर नहीं रहेंगे तो पापों का बोझ भुगतना पड़ेगा। मेरा बनेंगे तो चौपड़ा साफ हो जायेगा। अब कोई पाप कर्म नहीं करो, यदि अब भी उधर बुद्धि जाती है तो एक का सौगुणा भोगना पड़ेगा। बाप का बनना अर्थात् जीवन से मरना।