MANSA SEWA -01

➢➢ *किसी भी विध्न का विनाश करने के लिए किस विधि का प्रयोग किया जा सकता है?*

➳ _ ➳ *२१ दिन का*

➢➢ *कौन सी आत्माए मनसा सेवा कर सकती है ?*

➳ _ ➳ *जिनकी मनसा शक्तिशाली है।*

➳ _ ➳ *जिन जिन ने स्वयम को अन्दर से शांत कर लिया है।*

➳ _ ➳ *अशांति की तरंग जिनको छू नहीं सकती।*

➢➢ *संकल्प शक्ति से हमें कौन कौन से कार्य करने है ?*

➳ _ ➳ *आत्माओ को परमात्मा का परिचय देना।*

➳ _ ➳ *असम्भव को संभव करना।*

➳ _ ➳ *तत्वों को पावन बनाना।*

➳ _ ➳ *सब को प्रेरित करना है की वो भी ये कर्त्तव्य करे।*

➳ _ ➳ *सब के मन में परमात्म प्रेम जगाना है।*

➳ _ ➳ *इसी से सबसे बड़ी सेवा करनी है।*

➢➢ *संकल्प शक्ति से सेवा करने के लिए क्या क्या आवश्यकता है ?*

➳ _ ➳ *आसक्ति को छोड़ने की।*

➳ _ ➳ *नष्टोमोहा स्थिति की।*

➳ _ ➳ *बेहद के वैराग्य की।*

➳ _ ➳ *अतीन्द्रिय सुख के अनुभव की।*

➳ _ ➳ *बेहद की पवित्रता की।*

➳ _ ➳ *अच्छी स्थिति की।*

➳ _ ➳ *परमात्म प्रेम की।*

➢➢ *बिंदु रूप स्थिति में क्या होता है ?*

➳ _ ➳ *उसमे कुछ भी करना नहीं होता, बिन्दु रूप में स्थित हो जाना होता है।*

➳ _ ➳ *जैसे हि हम उसमे स्थित हो जाते है, आत्मा परमात्मा की पावर एक हो जाती है।*

➳ _ ➳ *हमसे पॉवर स्वतः हि चारो और फैलने लगती है।*

MANSA SEWA -02

➢➢ *श्रेष्ठ सेवा को परिभाषित करते हुए सेवाधारी* के कर्तव्य बताइए?

➻_➻ *स्वयं की श्रेष्ठ स्थिति बना देना ही श्रेष्ठ सेवा है*। एक सेवाधारी के कर्तव्य निम्नलिखित है।

➻_➻ *निरन्तर सेवा* में रहना।

➻_➻ *योग और सेवा को* अलग नही समझना।

➻_➻ *देहअभिमान* का रोग न होना।

➻_➻ *घर और सेवा स्थान को समान* समझना।

➻_➻ *नम्र चित्त निर्माणचित्त और सदा सन्तुष्ट* रहना।

➻_➻ *संकल्प, बोल और कर्म* में अलौकिकता होना ।

➢➢ *अन्तिम समय की सेवा* क्या है? और इसके लिए क्या तैयारी करें?

➻_➻ *मनसा सेवा* ही अन्तिम समय की सेवा है, इसके लिए जरूरी है-

➻_➻ *श्रेष्ठ संकल्प*

➻_➻ *संकल्पों से सकंल्पो को परिवर्तित* करने की शक्ति।

➻_➻ *एक स्थान पर बैठकर एक संकल्प लेकर चारों ओर वायब्रेशन्स फैलाने की सामर्थ्य*।

➢➢ *सन्तुष्ट बनने के लिए* क्या जरूरी है?

➻_➻ सन्तुष्ट बनने के लिए *सम्पन्न के साथ साथ दाता* बनना भी जरूरी है।

➢➢ *तपस्या* को किसी एक उदाहरण से स्पष्ट करे, साथ ही यह भी बताइए कि *सेवा को निर्विघ्न बनाने के लिए कौन-कौन सी 3 बातें* जरूरी है?

➳ _ ➳ अमृत वेला एक ही समय पर नियमित रूप से उठना, *नही 5 मिनट कम न ज्यादा* ये भी तपस्या का ही एक उदाहरण है।

➳ _ ➳ सेवा को निर्विघ्न बनाने के लिए *त्याग तपस्या और वैराग्य* का होना जरूरी है।

MANSA SEWA -03

➢➢ *शुभ संकल्पो की वाइब्रेशन कैसे फैलाना हैं?*

➳ _ ➳ हमे *हर संकल्पो पर attention रखना* आबश्यक हैं |

➳ _ ➳ हमे कर्मणा सेवा के साथ साथ यह भी ध्यान रखना हैं कि *मनसा सेवा की भी जिम्मेवारी हमारा ही हैं|*

➳ _ ➳ हमे सम्पन्न और तृप्त आत्मा स्वयं को अनुभव करना हैं अर्थात *इच्छा मात्रम अविद्या स्थिति प्राप्त करना हैं|*

➢➢ *सफलता के लिए कौन सी तीन बातें* हमे अवश्य याद रखना हैं?

➳ _ ➳ स्वयं लाइट अर्थात हल्का अनुभव करना| *लाइट को साथी बनाना|* बातावरण को भी लाइट

बनाना.

➳ _ ➳ तीनो अवस्था लाइट होना चाहिए *कार्य के शुरुवाद से भी; कार्य के बीज में भी और हमारा लक्ष्य भी अर्थात अंत भी*

➳ _ ➳ *कहना ;करना और सोचना एक ही होना हैं*

➢➢ * हमारे भावना कब श्रेष्ठ होती हैं?*

➳ _ ➳ *बिंदु रूप स्थिति में जो भी भावना होती हैं ;वही भावना श्रेष्ट होती हैं|* देहभान की स्थिति नही आत्मिक स्वरूप की स्थिति में भी कार्य होते वही श्रेष्ठ कर्म हो

➳ _ ➳ हमेशा स्वयं को स्टेज पर पार्ट बजाते हुए समझना हैं |इसी स्थिति में रहना हैं *सारी विश्व की आत्माओ की नज़र हम आत्माओ पर हैं|*

➳ _ ➳ हम विश्व कल्याण कारी आत्माये यह सोचना हैं *हम जो सोच रहे हैं उसी का प्रभाव सारि विश्व की आत्माओ के पर पड़ते हैं*
तभी हम आत्माओ के भावना भी श्रेष्ठ होगी |

➢➢ *मधुबन की विशेषताएं क्या हैं?*

➳ _ ➳ * साकार और अव्यक्त दोनों का पाठ एकसाथ* इस मधुबन में ही चलता है |

➳ _ ➳ मधुबन हैं सभी आत्माओ के लिए *चरित्र भूमि ;परिवर्तन भूमि ;मधुर भूमि|*

➳ _ ➳ कभी कोई आत्माओ के स्थिति हलचल में आने से मधुबन अचलघर याद आते अर्थात यह *अचलस्थिति बनाने की साधन मधुबन हैं|*

MANSA SEWA -04

➢➢ *माया कब पास* नही आएगी?

➳ _ ➳ *जब याद और सेवा का डबल लॉक लगा रहेगा* तो माया पास नही आएगी।

➢➢ *नव निधियां* क्या हैं?

➳ _ ➳ *ज्ञान, गुण, संकल्प, शक्तियां, पुण्य कर्म, दुवाएँ, समय, खुशी और पवित्रता* नव निधियां हैं।

➢➢ *माया* क्या है ?

➳ _ ➳ माया अर्थात :-

➳ _ ➳ *कमजोरी*

➳ _ ➳ *विकार*

➳ _ ➳ *देहभान*

➳ _ ➳ *भ्रम* (जो है नही लेकिन भास रहा है)

➢➢ *सेवा में रहते कब माया नही* आ सकती?

➳ _ ➳ सेवा करते यदि कोई इन 6 के 6 गुणों को लेकर सेवा करे तो माया आ नही सकती :-

➳ _ ➳ 1. *दाता*

➳ _ ➳ 2. *सम्पन्न*

➳ _ ➳ 3. *नम्रचित्त*

➳ _ ➳ 4. *एवररेडी*

➳ _ ➳ 5. *सर्वशक्तिमान*

➳ _ ➳ 6. *ऑल राउंडर*

➢➢ *वातावरण परिवर्तन* कैसे होगा?

➳ _ ➳ *वृति* से वातावरण परिवर्तन होगा।

MANSA SEWA -05

➢➢ *मनसा सेवा* का आधार क्या है?

➳ _ ➳ मन *एकाग्रता की शक्ति* से भरपूर होना चाहिए।

➳ _ ➳ *व्यर्थ से मुक्त* होना चाहिए।

➢➢ *मनसा सेवा* में *सफलता* पाने के लिए क्या होना चाहिए?

➳ _ ➳ *सर्व शक्तिओ* की स्टॉक भरपूर होना चाहिए।

➳ _ ➳ जब हम भरपूर होंगे तो हमसे सब *संतुष्ट* होंगे, *विश्व को सकास* दे पाएंगे और तभी हमें *मनसा सेवा* में सफलता मिलेगी।

➢➢ *सर्व शक्तिओ से भरपूर होने के लिए क्या बनना पड़ेगा?*

➳ _ ➳ चलता फिरता *शॉपिंग मॉल* जिसमे सब कुछ (सर्व शक्ति, सर्व गुण, 16 कला, 16 श्रृंगार, सर्व वरदान, स्वमानो की माला, *दबाई*- ज्ञान इंजेक्शन, ज्ञान टेबलेट, संजीबनी बुटी, *खाने में* हलवा, *किताब* अर्थात चलता फिरता अव्यक्त और साकार मुरलीओ की लाइब्रेरी, *म्यूजिक सिस्टम* अर्थात जिसमे एक बार आ जाय तो अनहद नाद सुनाई दे।

➢➢ *सर्वशक्तिओ* का आधार क्या है और कैसे?

➳ _ ➳ एक *शांति* की शक्ति से.....

➳ _ ➳ *भटकती हुई आत्माओ* को ठिकाना मिल जायेगा।

➳ _ ➳ *क्रोध अग्नि* शीतल हो जायेगी।

➳ _ ➳ *व्यर्थ बाते* समाप्त हो जायेगी।

➳ _ ➳ *पुराने संस्कार,पुराने रोग, मनोविकार* समाप्त हो जाएंगे।

➳ _ ➳ आत्माओ को *शांति के सागर* के साथ मिलन हो जायेगी।

➳ _ ➳ *तीनो लोको* की सैर हो जायेगी।

➳ _ ➳ *धर्मात्मा, महान आत्मा* जाएंगे।

➳ _ ➳ *मेहनत कम, खर्चा कम वालानशीन, सफलता ज्यादा* और *समय की इकॉनमी हो* जायेगी।

➳ _ ➳ *हा हा कार जय जय कार* में हो जायेगी।

➳ _ ➳ *सफलता की मालाएं* गले मे पड़ जायगी।

➳ _ ➳ *एक शांति की शक्ति से* *एकांतवासी* बन जाएंगे, *एकांतवासी* बन जाये तो *एकाग्रता* आ जायेगी, *एकाग्रता* से *परखने की शक्ति* आ जायेगी जिससे माया के *रियल रोल्ड गोल्ड रूप* को पहचान *निर्णय* ले पाएंगे और *पुरुषार्थ* भी तीव्र हो जायेगा।

➢➢ *स्थूल सेवा* में *सफलता* पाने का आधार क्या है?

➳ _ ➳ पहले सेवा की भूमि पर *अमृत वेला मनसा सेवा द्वारा अशरीरी पन की स्थिति और पवित्रता की शक्ति से विशेषताओं बीज बोकर वरदान और शक्तिओ की जल देने के बाद वृक्ष आयगा और तभी हरियाली*(उमंग, उत्साह, खुशी ,रूहानी नशा) आएगी।और तभी *सेवा में हमारी बोल का प्रभाव भी पढ़ेगा*

➳ _ ➳ बिना *मनसा सेवा* किये उस जगह *स्थूल सेवा* सफलता को प्राप्त नही करेगी।

➳ _ ➳ बिना *मनसा सेवा* के कोई भी *स्थूल सेवा* तो हो जायेगा पर उसकी *बीज से कोई वृक्ष* नही निकलेगा।

MANSA SEWA -06

➢➢ पुरुषार्थ के लिए *सप्ताह का प्लान* बनाते समय किन बातों का ध्यान रखना है?

➳ _ ➳ *अमृतवेले क्या संकल्प* रखेंगे?

➳ _ ➳ *क्लास में क्या विशेषता* लेंगे?

➳ _ ➳ *कर्मणा क्या लक्ष्य* रखेंगे?

➳ _ ➳ *नुमाशाम में* क्या विशेष अटेंशन रखेंगे?

➳ _ ➳ *सैर के समय* कैसे सेवा करेंगे?

➳ _ ➳ *रात को किस बात की चेकिंग* करेंगे?

➢➢ एक समय पर *डबल सेवा कैसे* कर सकते हैं?

➳ _ ➳ *शक्तिशाली स्मृति स्वरूप* बनकर।

➳ _ ➳ स्थूल हाथ चलते रहें, मनसा से शक्तियों का दान देते रहना है।

➳ _ ➳ *गुणमूर्त हो सेवा* करनी है।

➢➢ *मुरली का मनन चिन्तन, रिवीजन* करते रहने से क्या लाभ होंगे?

➳ _ ➳ शुद्ध, *समर्थ संकल्पों का खजाना* जमा होगा।

➳ _ ➳ *व्यर्थ से स्वतः किनारा* हो जाएगा।

➢➢ *शक्तिशाली अमृतवेले* के लिए किन बातों पर अटेंशन होना चाहिए?

➳ _ ➳ रात को ही प्लांनिंग करें कि *उठते ही क्या संकल्प हो?*

➳ _ ➳ अमृतवेले की *अवधि बढ़ाएं।*

➳ _ ➳ नींद का जरा भी नशा न हो।

➳ _ ➳ 3 बजे से योग शुरू हो जाये, *4 बजे के बाद सिर्फ सकाश* की सेवा करनी है।

➢➢ *बीमार, अस्वस्थ आत्माओं* में विशेष किन्हें सकाश देनी है?

➳ _ ➳ *मनोविकारों* से ग्रस्त आत्माओं को

➳ _ ➳ *डिपरेशन पीड़ितों* को

➳ _ ➳ डायलेसिस, डायबिटीज, केंसर, *लाइलाज बीमारियों से* ग्रस्त मरीजों को

➳ _ ➳ *जीवघात* की सोचने वालों को

➳ _ ➳ *सरकारी अस्पतालों में* मरीजों को

➳ _ ➳ चिकित्सकों को

MANSA SEWA -07

➢➢ जो बंधन में है उन्हें *कौनसी लग्न* है?

➳ _ ➳ *हर घड़ी निर्बन्धन बन बाप से मिले।*

➳ _ ➳ तन वहाँ पर *मन बाप के पास रहता है।*

➳ _ ➳ *परतंत्र तन के है मन के नई।*

➳ _ ➳ *तन को कितने भी तालों में रखे मन को तो ताले नही लगा सकते।*

➳ _ ➳ जितनी *बाधायें है उतनी लग्न ओर बढ़ती है,* उतनी ही *तड़प,* उतनी ही *प्यास* और ज्यादा होती है।

➢➢ *मन कब स्वतंत्र है?*

➻_➻ अगर मन *मायाजीत* है।

➻_➻ अगर मन *निर्विकार* है।

➢➢ स्वतंत्रता और परतंत्रता का किससे *संबंध* है?

➻_➻ *विकारों से।*

➢➢ कितने प्रकार की *कैद* होती है?

➻_➻ *मन* की कैद

➻_➻ *इरच्छा* की कैद

➻_➻ *संस्कार* की कैद

➻_➻ *मैं* की कैद

➻_➻ *साधन* की कैद

➻_➻ *संस्कार* की कैद

➻_➻ *स्वार्थ* की कैद

➻_➻ *संबंधों* की कैद

➻_➻ *मेरा* की कैद

➢➢ कौन कौन सी *क़ैद* में फंसे हुये को *साकाश* देनी है?

_____

➳_➳ चाहे *ब्राह्मण हो या गैर ब्राह्मण* हो।

➳_➳ चाहे *ज्ञानी हो या अज्ञानी* हो।

➳_➳ चाहे संसार के *व्यक्ति जो कारावास में हो।*

➳_➳ वास्तव में *संसार का हर व्यक्ति कैद में है* उसको हमे साकाश देनी है।

_____

➢➢ विश्व को किसकी *आवश्यकता* है?

_____

➳_➳ स्वयं *शांत रहना और विश्व को शांति के वाइब्रेशन* देना।

_____

MANSA SEWA -08

➢➢ *मनसा सेवा का साधन क्या है* ?

_____

➳_➳ *सदा से अटूट निश्चयबुद्धि* ।

➳_➳ *शुरू से अटलबुद्धि* ।

_____

➢➢ *निश्चयबुद्धि बनने से क्या-क्या मनसा सेवा होती है*?

➳_ ➳ *वायुमंडल शुद्ध होता है।*

➳_ ➳ *हर कर्म में विजयता होती है*।

➳_ ➳ *चारों ओर के मनुष्य उनको देख समझते है की 'उनको कुछ मिला है'* ।

➳_ ➳ *कितना भी घमंडी व्यक्ति हो चाहे ज्ञान को न सुननेवाला भी हो अंदर में ये समझते है- 'इनका जीवन कुछ बना है*' ।

➢➢ *गीता में भगवानुवाच है-'पवित्र करनेवालों में मैं वायु तत्व हूँ- वायु तत्व ही क्यों*?

➳ _ ➳ *उसका कहि लगाव नही है*।

➳ _ ➳ *वायु कभी रुकता नहीं है*।

➳ _ ➳ *वायु किसी की पकड़ती नहीं है*।

➢➢ *अपवित्रता का बीज क्या है* ?

➳ _ ➳ *लगाव*

➳ _ ➳ *झुकाव*

➳ _ ➳ *आसक्ति*

➳ _ ➳ *अनोरक्ति*

➢➢ *वायु को क्यों सकाश देनी है* ?

➳ _ ➳ *स्थूल कारण :- वायु में प्रदूषण है - उसे दूर करने के लिये*।

➳ _ ➳ *वायु में जो बीमारियां फैली हुई हैं उन्हें रोकने के लिये*।

➳ _ ➳ *धरती के Temperature को Control में रखने के लिये*।

➳ _ ➳ *सूक्ष्म कारण :- वायु में फैले हुए विकार- काम,क्रोध,हिंसाको परिवर्तित करने के लिये*।

➳ _ ➳ *व्यर्थ और नेगेटिविटी को परिवर्तित करने के लिये*।

➢➢ *वातावरण को कैसे शुद्ध करना है* ?

➳ _ ➳ *स्थूल* :- *वृक्ष लगाकर*।

➳ _ ➳ *प्लस्टिक, कचरा बाहर ना फेककर नियोजित स्थान पर ही फेंकना*।

➳ _ ➳ *जोरसे हॉर्न नही बजाना*।

➳ _ ➳ *जोरसे ना हँसना, ना बोलना, नाही पुकारना*।

➳ _ ➳ *सूक्ष्म*:- *अपने श्रेष्ठ और पवित्र संकल्पो से* ।

MANSA SEWA -09

➢➢ मनसा सेवा (संकल्प की सेवा) की क्या विशेषता है ?

➳ _ ➳ *सूक्ष्म सेवा* है।

➳ _ ➳ *बिना खर्चे* की सेवा है।

➳ _ ➳ *एक ही स्थान* पर बैठ के कर सकते है।

➳ _ ➳ *सम्बन्ध सम्पर्क* में आने की भी जरूरत नही।

➳ _ ➳ *सरल* भी है , *मुश्किल* भी है

➳ _ ➳ *इसमें स्थिति शक्तिशाली चाहिए*।

➢➢ *पांच प्रकार की सेवा कौन सी है ?*

➳ _ ➳ *संकल्प की सेवा*

➳ _ ➳ *वाचा की सेवा*

➳ _ ➳ *कर्मो के द्वारा*

➳ _ ➳ *सम्बंध-सम्पर्क की सेवा*

➳ _ ➳ *चारो ही सेवा कम्बाइन्ड*

➢➢ *कौन सी सेवा से विशेष नम्बर लेना है?*

➳ _ ➳ *मनसा सेवा से क्योकि मनसा सेवा श्रेष्ठ सेवा है क्योंकि वाचा सेवा तो सभी कर लेते है लेकिन हम ब्राह्मणों की विशेषता है मनसा सेवा तो इस सेवा को करते हुए विशेष नम्बर लेना है*

➢➢ *ऐसी कौन सी सेवा है जो ब्राह्मणों की रही हुई है या ब्राह्मणों के अधूरे कर्त्तव्य है जो केवल मनसा से ही हो सकते हैं?*

➳ _ ➳ *वृत्ति से वृत्ति का परिवर्तन करना*

(आत्माओं के संस्कार, स्वभाव, संकल्प परिवर्तन करना)

➳ _ ➳ *भक्तों को उनके इष्ट का साक्षात्कार कराना*

➳ _ ➳ *प्रकृति के तत्वों को पावन बनाना*

➳ _ ➳ *ब्राह्मण परिवार में तपस्या की लहर फैलाना*

➳ _ ➳ *विश्व की आत्माओं में वैराग की लहर फैलाना*

➳ _ ➳ *दु:खी अशांत आत्माओं को शांत करना और सुखी करना*

➳ _ ➳ *निर्बल आत्माओं में बल भरना*

➳ _ ➳ *बीमार आत्माओं को (प्रकम्पन) वायब्रेशनस से ठीक करना*

➳ _ ➳ *आत्माओं का आह्वान करना, आत्माओं में परमात्म प्रेम भरना, ईश्वरीय प्रेम अनुभव करवाना*

➳ _ ➳ *आत्माओं को भगवान से मिलाना*

➢➢ *विजय माला और याद की माला में फस्ट केटेगिरी में कौन सी आत्मायें आती है?*

➳ _ ➳ वो आत्मायें जो *सदा बाप के साथ रहती हैं उड़ती कला वाली*

➳ _ ➳ वो आत्मायें *जो सम्पन्न हैं*

➳ _ ➳ वो आत्मायें जो *सदा परमात्म स्नेह* का अनुभव करते हैं

➳ _ ➳ वो आत्मायें जो *सदा परमात्म सहयोग* का अनुभव करते है

➳ _ ➳ वो आत्मायें जो *सदा परमात्म मदद* का अनुभव करते है

➢➢ *आकाश को सकाश देना अर्थात किसको सकाश देना है?*

➳ _ ➳ *आकाश को सकाश देना अर्थात आकाश मे जो कुछ समाया है सबको सकाश देना*

➳ _ ➳ *आकाश को सकाश देना अर्थात ग्रह को, नक्षत्र को, चन्द्रमा को, सूर्य को, सारे सितारों को सकाश देना*

➳ _ ➳ *आकाश को सकाश देना अर्थात बादलों को सकाश देना - बादलों में पवित्रता की शक्ति भरना व बादलों से सारी पृथ्वी को पवित्रता से भरना*

➳ _ ➳ *आकाश को सकाश देना अर्थात जो इन्द्रधनुष है उसको सकाश देना व सातो गुणों को धरती पर छिडकना*

MANSA SEWA -10

➢➢ *ज्ञानी तू आत्माओं का विशेष कर्तव्य क्या है?*

➳ _ ➳ *भक्ति स्थान* को *ज्ञान स्थान* बनाना।

➳ _ ➳ गली गली में मंदिर के बजाय *राजयोग केंद्र बनाना*।

➳ _ ➳ मंदिर को *अनुभव केंद्र बनाना*।

➳ _ ➳ मनसा सेवा से *रियल शांति, रियल शक्ति, रियल स्वरूप, रूहानियत का अनुभव कराना।*

➳ _ ➳ *अनुभव स्वरूप बन* अनुभव कराना।

➳ _ ➳ *राज्य सत्ता को भ्रष्टाचार से श्रेष्ठाचार* बनाना।

➢➢ *ज्ञान स्थान कब बनेगा?*

➳ _ ➳ जब *भक्ति से वैराग्य* आ जाय।

➳ _ ➳ जब ये अनुभव हो जाय भक्ति से कुछ मिलने वाला नही, ऐसे *उपराम* हो जाय, तब ज्ञान का बीज पड़े।

➳ _ ➳ जब ये ज्ञान हो जाय की *भक्ति के कर्मकांड पूजा, पाठ, तीर्थ यात्रा, बलि चढ़ाना, यज्ञ, दान, पुण्य इन सबसे कुछ प्राप्ति नही,* ये अंध श्रद्धा है।

➳ _ ➳ *संसार के भोग विलास, संसार के विषय सुख, संसार के कर्मकांड, कुछ पाने की अंधी दौड़ इन सबसे वैराग्य।*

➢➢ *ब्राह्मणों के रहे हुए (अधूरे) 10 कर्तव्य कौन से हैं जिन्हें याद करना भी एक सकाश है?*

➳ _ ➳ *वृत्ति से वृत्ति* परिवर्तन करना।

➳ _ ➳ *प्रकृति को सकाश* देना।

➳ _ ➳ *भक्तों को साक्षात्कार* कराना।

➳ _ ➳ *सारे ब्राह्मण परिवार में तपस्या का वातावरण* फैलाना।

➳ _ ➳ *आत्माओं का आह्वान* करना, रूह रिहान करना, पुकारना

➳ _ ➳ *आत्माओं में ईश्वरीय प्रेम* भर देना।

➳ _ ➳ *आत्मा का परमात्मा से मिलन* कराना।

➳ _ ➳ *निर्बल, शक्तिहीन, कमजोर आत्माओं में बल* भरना।

➳ _ ➳ *रोगी आत्माओं को यहीं बैठे निरोग करना।*

➳ _ ➳ *अशांत, दुखी आत्माओं को शांत करना, सुखी करना।*

➢➢ *आत्मा का अनुभव क्या है?*

_____

➳_➳ *संसार की सभी बातें छोटी* हो जाती है।

➳_➳ *देह का भान नही।*

➳_➳ *समस्या, विघ्न, परिस्थिति सब खेल* लगता है।

➳_➳ *केवल सत चित आनंद आत्मा का अनुभव।*

➢➢ *अनुभव का स्वरूप बनने के लिए क्या करना है?*

_____

➳_➳ *मुरली का एक ही महावाक्य पढ़ना उसका अनुभव करना।*

➳_➳ *मुरली के एक एक शब्द का अनुभव करना।*

➳_➳ *आत्मा के एक एक स्वरूप का अनुभव।*

➳_➳ *मैं आत्मा अविनाशी हूँ इसका चिंतन करना।*

MANSA SEWA -11

➢➢ *मन्सा परिवर्तन*

_____

➳_➳ *मन्सा परिवर्तन में डबल अटेंशन रखनी है।*

➢➢ *अटेंशन रखने के लिए क्या करना है?*

➳ _ ➳ *सम्पन्न बनने तक संकल्प तो आएंगे ही, ये नही सोचना है।*

➳ _ ➳ *जो भी करना है अभी आज करना है।*

➳ _ ➳ *अंत में सम्पूर्ण बनेगें ऐसा संकल्प में भी नहीं आए।*

➳ _ ➳ *अलबेलेपन की नींद से जागना है।*

➳ _ ➳ *अभी नहीं बने तो अंत मे भी नहीं बनेंगे,ये अटेंशन रखना है।*

➢➢ *इन सबके लिए क्या करना है।*

➳ _ ➳ *सेवा के साथ साधना भी करनी है।*

➳ _ ➳ *बीज यानी इच्छा इसको समाप्त करना है, क्योंकि इच्छा ही सब दुखों का कारण है।*

➳ _ ➳ *योगाग्नि प्रज्ज्वलित करनी है।*

➳ _ ➳ *संकल्प अर्थात बीज को योगाग्नि में जला देना है, भून देना है ताकि आधाकल्प तक बीज पनप नहीं पाए।*

➳ _ ➳ *निर्बीज समाधि लगानी है।*

➳ _ ➳ *एक दिन का नहीं लंबे समय का अभ्यास रोज़ करना है।*

➳ _ ➳ *संकल्प में भी संकल्प नहीं आए कि बाद में करेंगें।*

➢➢ *कौन सी विधि अपनानी है ?और उसके लिये क्या करना है।*

➳ _ ➳ *अपनी चेकिंग द्वारा विकारों को आइडेंटिफाई करना है।*

➳ _ ➳ *परमधाम पूरा आग का गोला है, और मैं आत्मा उस में जल रही हूं,इसमें मुझ आत्मा के सारे विकार नष्ट हो रहे हैं।*

➳ _ ➳ *वैराग्य रूपी तलवार से सारे विकारों को काटना है।*

➳ _ ➳ *बीजों को नष्ट करना है तपस्या से।*

➳ _ ➳ *बहु काल के भस्मीभूत बीज जन्मजन्मांतर के लिए फल नही देंगें।*

➳ _ ➳ *कल करेंगे या बाद में ऐसे विचारों को भी तुरंत खत्म करना है।*

➢➢ *धर्म सत्ता को सकाश देनी है।*

➳ _ ➳ *इसमें सारे धर्म, तमोप्रधान भक्ति करने वाले, सारे धर्मों के गुरुओं को कट्टरपंथियों को शामिल करना है।
भगवान के नाम पर जो भी आडंबर है, धंधे चल रहे हैं उन पर फोकस करना है।
इन सबको पता चल जाये कि भगवान आ चुके हैं ऐसे वाइब्रेशनस फैलाने है।
ये अभ्यास निरंतर चाहिए।*

MANSA SEWA -12

➢➢ *सदा एवरेडी की निशानियाँ क्या हैं?*

➳ _ ➳ एवरेडी माना *ओडर मिला चल पडा।*

➳ _ ➳ *हर प्रकार की सेवा के लिए तैयार* - आडर मिला हाँजी।

➳ _ ➳ *क्या करे कैसा करे ऐसे संकल्प आया तो एवरेडी नहीं।*

➳ _ ➳ एवरेडी अर्थात आलरौण्डर। *मनसा सेवा, वाचा सेवा, कर्मणा सेवा तीनों में नंबर वन।*

➢➢ *अगर मनसा सेवा में सफलता होगी तो किस किस बातों में चढती कला होंगें?*

➳ _ ➳ चढती कला *5 बातों में* होंगें -

➳ _ ➳ *quality में* चढती कला,

➳ _ ➳ *quantity में* चढती कला,

-➳ _ ➳ *वायुमण्डल में* भी चढती कला,

➳ _ ➳ *स्वयं* को भी चढती कला,

➳ _ ➳ *साथी* को भी चढती कला

➢➢ *एवररेडी किन किन बातों में?*

➳ _ ➳ *सेवा* में एवररेडि - किसी भी सेवा आ जाये वो करने के लिए हम तैयार हैं।

➳ _ ➳ *परिस्थिति* में एवररेडि - किसी भी परिस्थिति आये तो सामना करने के लिए एवररेडि। अचानक परिवर्तन के लिए एवररेडि।

➳ _ ➳ *हिसाबकिताब* चुक्तू करने के लिए एवररेडि - शरीर के बीमार के लिए एवरेडि, आसपास वालों कि मित्रसंबन्धियों कि बीमारी व वियोग के लिए एवररेडि।

➳ _ ➳ *धनसंपत्ति* में एवररेडि - आज है कल कुछ भी नहीं ऐसी अवस्था होंगें।

➳ _ ➳ *प्राकृतिक आपदों में* एवररेडि।

➢➢ *मनसा सेवा में सफलता हुई तोहमें क्या अनुभव होंगें?*

_____

➳ _ ➳ अगर मनसा सेवा में सफलता होगी तो *स्वयं और सेवाकेन्द्र निर्विघ्न और चढती कला में होंगा।*

_____

➢➢ *अब हमारा कार्य क्या है?*

_____

➳ _ ➳ बाबा कहते है आप का कार्य है *वायुयण्डल को शक्तिशाली बनना।* *अपने स्थान* (जहां रहते हो वहां) का *शहर* का *भारत* का *विश्व* का वायुयण्डल पाँवर फुलबनना।

_____

➢➢ *तीव्रपुरुषार्थी की विशेषताएं क्या हैं?*

_____

➳ _ ➳ तीव्रपुरुषार्थी की विशेषतायें है *एवररेडी* और *ओलराउंडर।* हर प्रकार कि सेवा के लिए तैयार।

_____

MANSA SEWA -13

➢➢ *कौन सी किले में सदा सुरक्षित रह सकते हैं?*

_____

➳ _ ➳ *पवित्रता की किला में*

_____

➢➢ *किस में एक मोह रखना है?*

_____

➳ _ ➳ *शिवबाबा में*

➳ _ ➳ *ब्रह्माबाबा में*

➳ _ ➳ *दादियों में*

➳ _ ➳ *वरिष्ठ भाईयों में*

_____

➢➢ *अंत में किस सेवा से सर्टिफिकेट मिलेगा?*

_____

➳ _ ➳ *कर्मणा*

➳ _ ➳ *वाचा*

➳ _ ➳ *मनसा*

➳ _ ➳ *संबंध-संपर्क*

_____

➢➢ *ब्राह्मणों की मुख्य सब्जेक्ट कौन सी है?*

_____

➳ _ ➳ *ज्ञान*

➳ _ ➳ *सेवा*

➳ _ ➳ *धारणा*

➳ _ ➳ *योग (याद)

_____

➢➢ *हमें सेवा किस उद्देश्य से करनी चाहिए?*

➳ _ ➳ *प्रसिद्धि के लिए*

➳ _ ➳ *प्रारब्ध के लिए*

➳ _ ➳ *अपने भक्त बनाने के लिए*

➳ _ ➳ *प्रभु प्रेम बढ़ाने के लिए*

MANSA SEWA - 14

➢➢ *सूक्ष्म वतन की कारोबार किस आधार पर चलती है?*

➳ _ ➳ स्थूल वतन में स्थूल तरीके से साधनों द्वारा कार्य होता है। सूक्ष्म वतन की कारोबार *शुद्ध संकल्प* के आधार पर चलती है।

➳ _ ➳ गाया हुआ है *ब्रह्मा ने संकल्प किया और सृष्टि रची।* संकल्प किया और इमर्ज हुआ। *मर्ज और इमर्ज का खेल है।*

➳ _ ➳ *रूपरेखा इशारे की है* लेकिन *कारोबार मनोबल से, संकल्प से चलती है।*

➳ _ ➳ बापदादा *संकल्प का स्विच ऑन करते हैं तो सब इमर्ज हो जाता है।*

➢➢ * सूक्ष्मवतन तक पहुंचने के लिए क्या चाहिए*

➳ _ ➳ सूक्ष्मवतन तक संकल्प के पहुंचने के लिए *महीन सर्व संबंधों के सार वाली याद चाहिए।* यह सबसे *पावरफुल तार* है।

इसमें *माया इंटरफियर नहीं कर सकती।*

➳ _ ➳ *बुद्धि बिलकुल रिफाइन, स्वच्छ*, निर्मल हो। *बुद्धि योग बाबा की याद से ही रिफाइन होगा।*

➳ _ ➳ *साइलेंस की शक्ति* से, तीनों लोकों का कनेक्शन कर सकते हैं।

➢➢ सूक्ष्मवतन कब इमर्ज होता है?

➳ _ ➳ *सारे कल्प के अंदर सूक्ष्मवतन इस समय ही इमर्ज होता है।* बापदादा के वहाँ बहुत रौनक है।

➳ _ ➳ बापदादा कहते हैं कि *सूक्ष्मवतन की रौनक भी अभी है,* फिर स्वर्ग की रौनक तो आप लोगों (बच्चों) के लिए है।

➳ _ ➳ साकार आकार को प्रेर रहा है और आकार साकार को। बच्चे बाबा का आह्वान करते हैं और बाबा फिर आ जाते हैं।

➢➢ * सूक्ष्म वतन का अनुभव कौन कर सकता है?*

➳ _ ➳ सूक्ष्म वतन का अनुभव तो *बच्चे ही कर सकते हैं।*

➳ _ ➳ *वतन है ही बच्चों के लिए और कोई भी आत्मा सूक्ष्मवतन का अनुभव नहीं कर सकती* क्योंकि ब्रह्मा और ब्राह्मणों का ही संबंध है ।

➳ _ ➳ *सूक्ष्मवतन के राज़ों का अनुभव, मिलने का अनुभव, बहलाने का अनुभव* ब्राह्मण ही कर सकते हैं

➳ _ ➳ *सात्विक भगत लोग सिर्फ कोई विशेष दृश्य का साक्षात्कार कर सकते हैं।*

➳ _ ➳ *सूक्ष्म वतन हमारा घर है, ब्रह्मा बाप का स्थान सो हमारा स्थान।*

➢➢ किस आधार पर मनसा सेवा होती है?

➳ _ ➳ मनसा सेवा को बढ़ाने व करने के लिए *शुद्ध संकल्प* आवश्यक हैं। आधा कार्य तो संकल्प करने से ही हो जाता है।

➳ _ ➳ *संकल्प कितना दृढ़ और शक्तिशाली है। दृढ़ संकल्प किया तो आधे से ज्यादा सफल वैसे ही हो गए।*

➳ _ ➳ संकल्प में बहुत ताकत है। शान्ति,शक्ति दान करने की सेवा करना यह भी तो संकल्पों पर ही आधारित है।

➳ _ ➳ *लाइट कितनी दूर है ,कितनी पास है, विश्व में कितनी फैल रही है वह उसकी शक्ति पर आधारित है।*

MANSA SEWA -15

➢➢ *ब्राह्मणों का असली पता कहाँ की है?*

➳ _ ➳ 1. ब्राह्मणों का *असली पता मधुबन* ही है।

➳ _ ➳ 2. हर एक ब्राह्मण *मधुबन निवासी* है।

➳ _ ➳ 3. *घर गृहस्थ सेवा केंद्र* है।

➢➢ *मधुबन की कौन सी चीजें स्मृति और कर्त्तव्य का बोध कराता है?*

➳ _ ➳ 1. *मधुबन का हर कोना।*

➳ _ ➳ 2. *चारों धाम, डाइनिंग हॉल, भवन, आंगन।*

➳ _ ➳ 3. *स्लोगन्स, पुरुषार्थ के लिये हर जगह लिखी बातें।*

➳ _ ➳ 4. *लक्ष्य के प्रति जागरूक करते हैं।*

➢➢ *मधुबन वाले कौन से भूमि पर हैं?*

➳ _ ➳ *बापदादा के कर्मभूमि, चरित्रभूमि पर मधुबन वाले है।*

➢➢ *BK, Non BK मधुबन शिविर से वापस जाते लौकिक घर को अलौकिक में कैसे परिवर्तन करे?*

➳ _ ➳ 1. *लौकिक घर को अलौकिक में परिवर्तित करने के लिये हर कमरे का नाम रखे।*

➳ _ ➳ 2. * जैसे- सुखधाम, शांतिवन, योगी भवन, ज्ञान सरोवर। बाबा का कमरा-योग भवन।*

MANSA SEWA -16

➢➢ कोई भी *कार्य मे मेहनत* कब लगती है ?

➳ _ ➳ *बचपन में* जब चलना सीखते हैं तब

➳ _ ➳ *बोझ अपने ऊपर रखने* से

➳ _ ➳ जब *पण्डे को भूल* जाने से

➳ _ ➳ *स्नेह, प्यार, शक्ति, हिम्मत, अनुभवों, इंटरेस्ट और लंबे समय के अभ्यास की कमी*

➳ _ ➳ कोई भी कार्य को करने की *विधि नही जानते* हो

➳ _ ➳ *अलबेले* रहते हो, *संशय* रहता है

➳ _ ➳ उससे *प्राप्ति क्या होती उससे अनविज्ञ*

➢➢ *मेहनत समाप्त करने की विधि* क्या है ?

➳ _ ➳ *सहजयोगी* बनना।

➳ _ ➳ सारा *बोझ बाबा को दे देना।*

➳ _ ➳ ज्यादे से ज्यादा *ज्ञान के पॉइंट* को बुद्धि में रखना।

➳ _ ➳ जहाँ कोई *मुश्किल अनुभव* होता हैं वहाँ उसी स्थान पर *बाबा को रख दो।*

➳ _ ➳ *निरन्तर बाबा के साथ* रहना।

➳ _ ➳ *अधिकारीपन* की स्मृति रखना, नशे में रहना।

➢➢ कौन से *बच्चे से सेवा स्वतः* ही होती रहती है ?

_____

➳ _ ➳ *स्मृति स्वरूप*

➳ _ ➳ सदा *उमंग उत्साह* में रहते है

➳ _ ➳ सदा *उत्सव* मनाते है

_____

➢➢ कौन कौन से *बोझ* अपने ऊपर रखने से मन्सा सेवा नहीं कर सकते ? बोझ को *समाप्त करने की विधि* क्या है ?

_____

➳ _ ➳ *व्यर्थ संकल्प*

➳ _ ➳ *पुराने स्वभाव संस्कार*

➳ _ ➳ *स्थूल सेवा*

➳ _ ➳ *जिम्मेवारी*

➳ _ ➳ *कमजोरी*

➳ _ ➳ बोझ बाबा के ऊपर रख दो तो बाप बोझ को समाप्त कर देगा अर्थात *हम सच्चाई सफाई से रहेंगे, हमारे अंदर जो भी कमी कमजोरियां है उसे स्पष्ट तरीके से बाबा को बतायेगे तो बाबा बोझ को समाप्त कर देगे,* जैसे सागर में किचड़ा डालते है तो वह अपने में नहीं रखता, किनारे कर देता है, ऐसे बाप भी बोझ को समाप्त कर देते है।

_____

➢➢ अब *मेहनत को समाप्त कर क्या करना* है ?

_____

➳ _ ➳ *मन्सा सेवा* करो

➳ _ ➳ *शुभ चिंतन* करो

➳ _ ➳ *मनन शक्ति को बढ़ाओ*

➢➢ *शुभचिन्तन का अर्थ* क्या है ?

➳ _ ➳ जिस चिंतन से *चिंता समाप्त* हो।

➳ _ ➳ जो *चित्त को चैन* दे।

➳ _ ➳ *स्व के प्रति* शुभभवाना, रहम की भावना

➳ _ ➳ जन्म जन्मों का *पापों का बोझा हैं उसे कैसे समाप्त करे ?*

➳ _ ➳ *कमी कमजोरियों को निकालने* का चिंतन

➳ _ ➳ दुसरो को *दुःखों से छुड़ाये, सुख देने का चिंतन।*

MANSA SEWA -17

➢➢ *मनसा सेवा पावरफुल कैसे हो?*

➳ _ ➳ मनसा सेवा के लिए विशेष प्लान बनाना है, मनसा दूर दूर तक कार्य करेगी, द्रढ़ प्रतिज्ञा करना, संकल्प पावरफुल रखना,
एक घण्टा समय निश्चित करना, योग अलग, सुबह शाम के अतिरिक्त, बीच बीच में भी समय निकालना.

➢➢ *मनसा सेवा की तैयारी कैसे करनी है?*

———————————————

➳ _ ➳ *आत्माओ का आव्हान करना, दूसरो के साथ कार्य करने से पहले स्वयं के साथ करना, स्वयं के आत्मिक स्वरूप को इमर्ज कर, स्वयं से रुहरिहानं, पहले स्वयं को रियलाइज कराना.*

———————————————————

➢➢ *मनसा सेवा की विधि क्या है?*

———————————————

➳ _ ➳ *आत्माओ को उनकी चाहतो का वरदान देना, उनके ईष्ट का साक्षात्कार कराना, टच थेरेपी, उनकी भृकुटि में टच करना और उन्हें भी फ़रिश्ता बना देना,जो हम करे, वही वह भी करने लगे.उनके मन्दिरो में प्रकाश भर जाये, देवदूत आ गया है दिल कह उठे.*

———————————————————

➢➢ *परमात्म प्रेम अनुभव कराने की विधि क्या है?*

———————————————

➳ _ ➳ *फ़रिश्ते स्वरूप में अपने चाहतो के देवदूत को पाकर, आत्माये परमात्म प्रेम के गहन अनुभव में सहज ही डूब जाएँगी.*

———————————————————

➢➢ *नास्तिक को भी ईश्वरीय प्रेम में भाव विभोर कैसे करे?*

———————————————

➳ _ ➳ 3 दिन तक एक ही स्वमान में स्थित होकर, सकाश देने से नास्तिक आत्मा भी बदल जायेगी, *अन्तः वाहक शरीर से चक्र लगाना, आत्माये फ़रिश्ते के जादुई हाथो को पकड़ स्वयं को पांडव भवन में घूमती महसूस करेंगी,*

———————————————————

MANSA SEWA -18

➢➢ *सारा दिन कौन कौन सी सेवा मे बिजी रहना है?*

➳ _ ➳ *मनसा,वाचा,कर्मणा,तन,मन,धन,स्व सेवा,यज्ञ सेवा,बिश्व सेवा,साधनो द्वारा सेवा।ऐसे सारा दिन कोई न कोई प्रकार की सेवा में बिज़ी रहना है* ।

➢➢ *सेवा के लिए निमित्त बन करके सेवाधरी बन करके सेवा का चान्स कैसे लेना है?*

➳ _ ➳ *जो निमित्त बने हुए सेवाधारी हैंउनसे संपर्क रखते हुऐ आगे बढ़ते चलो तो सफलता मिलती जाएगी* ।

➢➢ *स्व सेवा कैसे करनी है?*

➳ _ ➳ *आत्म चिंतन करके,मनन, अध्यन करके,शरीर की देखभाल ऐसे स्व सेवा करनी है*।

➢➢ *यज्ञ सेवा में क्या करना है?*

➳ _ ➳ *स्थूल सेवा,टोली बनाना,भोजन बनाना,भोग लगाना,चित्र बनाना,धन से सेवा,लेख लिखना,ट्रांसपोर्ट सेवा,,कीर्तिमानस्थापन करना.....ऐसे कई प्रकार की यज्ञ सेवा मे बिजी रहना है*।

➢➢ *मनसा सेवा का भी बहुत चांस है कैसे?*

_____

➳ _ ➳ *एक स्थान पर बैठ कर पुरे विश्व कीसेवा कर सकते हो अमृतवेला विश्व को सकाश देकरदृष्टि देकर,प्रकृती आपदा के समय सकाशदेना ऐसे कई प्रकार की मानस सेवा में खुद को बीजी रखनाहै*।

_____

➢➢ *विश्व सेवा और साधनो से सेवा कैसे कर सकते हो ?*

_____

➳ _ ➳ *सम्बन्ध सम्पर्कमें सेवा,ज्ञान चर्चा करना,जो ज्ञान छोड़ कर चल गये हैं उनको ज्ञान मे वापिस लाना,पर्चे,C D,किताबे बितरित करना,पब्लिक प्रोग्राम,कल्चर प्रोग्राम, स्नेह मिलन, रैली,प्रकृति आपदा के समय सेवा करना,ड्रेस,बेज से सेवा,दृष्टि हीन, बोल नही सकते सुन नही सकते उनको ज्ञान में लाना और स्थूल साधनो से प्रदर्शनी से मिडिया,म्यूजियम,प्रिंटिंग,बेनर,बोर्ड,ऐसे कई प्रकार से हम विश्व की सेवा कर सकते हैं* ।

_____

MANSA SEWA -19

_____

➢➢ *हम किसी भी आत्मा की सेवा कैसे कर सकते हैं?क्या-क्या विधि हैं?*

_____

➳ _ ➳ पूराने समय में पंछियों द्वारा सेवा की जाती थी और अब अपनी *श्रेष्ठ संकल्पों की शक्ति* द्वारा अनेक आत्माओं के *कमजोर और व्यर्थ* संकल्पों को समाप्त कर सकते हैं।

➳ _ ➳ संकल्प शक्ति इतनी *powerful*हो जो संकल्प किया और हो गया।

➳ _ ➳ *फरिश्ते रूप में भी सूक्ष्म सेवा की जा सकती है।*

_____

➢➢ *प्रज्ञा चक्षु क्या है?इसकी विशेषता बताइये।*

_____

➳ _ ➳ *प्रज्ञा चक्षु बहुत ऊँचा शब्द है* वो व्यक्ति किसी भी भाषा की किताब पढ़ सकता है।

➢➢ *What is Reiki therapy? Who was the first founder?*

➳ ➳ *Reiki therapy* Is nothing but touch therapy.It was first found in India by Mahatma Buddh. महात्मा बुद्ध ने यह चिकित्सा अपने शिष्यों को सिखाया।

➳ _ ➳ *Universal shakti* लेना और ट्रांसफर करना, हाथों के स्पर्श से।

➢➢ *Which is the best medicine in the world?*

➳ _ ➳ *Sub Conscious mind is the best medicine in the world*.

➢➢ *हीट योग* क्या है?यह कैसे कार्य करता है?

➳ _ ➳ *हीट योग* एक अलग ही प्रकार का योग है।

➳ _ ➳ *इसमें श्रेष्ठ संकल्पों द्वारा शरीर को इतना तपाया जाता है कि ठिठुरती ठंड में भी पसीने आ जाते हैं।*

MANSA SEWA – 20

➢➢ *स्वयं को सदा उठते बैठते, चलते फिरते रूहानी सेवाधारी समझने के क्या उपाय है* ?

➳ _ ➳ *बुद्धि द्वारा मनसा सेवा करना* ।

➳ _ ➳ *सेवा के उमंग उत्साह में रहना*।

➢➢ *शारीरिक अस्वस्थता होने पर भी सेवाधारी बने रहने के लिए क्या करना है* ?

➳_ ➳ *शरीर से बीमार होने पर भी मनसा सेवा कर सकते है* ।

➳_ ➳ *ज्ञान का चिंतन करना है*।

➳_ ➳ *छोटे मोटे कार्य करना है जैसे लिखना , क्लासेस सुनना आदि* ।

➳_ ➳ *स्वास्थ्य लाभ के चिंतन*।

➳_ ➳ *अपनी बीमारी पर योग के प्रयोग करना । स्वयं की चेकिंग करना। साक्षी होकर सहन शक्ति का प्रयोग करना*।

➢➢ *बीमारी में खुश कैसे रह सकते है* ?

➳ _ ➳ *स्वमान का अभ्यास करना जैसे सिर दर्द में मैं डबल सिरताज आत्मा हूं, दिल मे दर्द हो तो मेरे दिल मे बाबा बसे है* ।

➳ _ ➳ *साथी आत्माओ को ज्ञान सुनाना* ।

➳ _ ➳ *संसार के बीमार आत्माओं को, डॉक्टर्स को, नर्सिंग स्टाफ को, हास्पिटल के प्रत्येक कर्मी सकाश देना*।

➢➢ *बीमारी में दूसरों को खुशी कैसे दे सकते है* ?

➳ _ ➳ *बीमारी में भी ठीक होने का संकल्प चलाना*।

➳ _ ➳ *बीमारी के गुणगान का चिंतन , चुक्तु होने की खुशी से खश रहना*

➳ _ ➳ *बीमारी का वर्णन न करते हुए 'वाह व्याधि वाह' के चिंतन में खुश रहकर खुशी देना*।

➳ _ ➳ *प्रेम से किसी की मदद स्वीकार करना। यदि दूसरों की मदद न मिले तो खुद की मदद खुद करना*।

➢➢ *बीमारी में और क्या क्या करना है*?

➳ _ ➳ *साक्षी भाव से दूसरों के सेवा कार्य को देखना। सभी के प्रति कृतज्ञ भाव से उनके केयर को ऑब्जर्व करना* ।

➳ _ ➳ *जीवन के सत्य का चिंतन करना -- यह है बीमारी, बुढापा, मृत्यु इत्यादि जीवन सत्य का चिंतन करना*।

➳ _ ➳ *सत्य को रियलाइज करना*।

MANSA SEWA – 21

➢➢ *आत्मायें श्रीमत पर कब चलेंगी?*

➳ _ ➳ बाबा कहते *मैं जो हूं ,जैसा हूं..जिसने मुझे पहचान लिया, वो श्रीमत पर चलने लगेगी।* (हम कई बार एक्सपेक्ट करते हैं कि फलानी आत्मा श्रीमत पर चले, उसके लिए बाबा कहते की *जब तक आत्मायें मुझे पहचानेगी नही, तब तक श्रीमत पर चल न सके।* इसके लिए बाबा कहते कि उनकी पहले मनसा सेवा करो, पहले उनके मन की धरनी को परमात्म प्रेम से तैयार करो, तब कही वो चले।)

➢➢ *आत्माओ की मनसा सेवा कैसे करे, तथा सेवा से पहले तथा सेवा के समय वायुमंडल कैसे

शक्तिशाली बनाये?*

➳ _ ➳ सेवा में आने वाली आत्माओ को इमर्ज कर सकाश दे। *(अर्थात पहले सूक्ष्म में सेवा, फिर स्थूल सेवा।)*

➳ _ ➳ *भोजन कराने से पहले सूक्षम में भोजन कराएं।*

➳ _ ➳ *कोर्स कराने वाली आत्माओ को पहले सूक्ष्म में कोर्स कराए।*

➳ _ ➳ वाणी के साथ साथ मनसा सेवा *(डबल सेवा , सफलता ही सफलता हैं फिर)*

➳ _ ➳ *सेवा से पहले स्वयं की स्तिथि शक्तिशाली हो ,तभी सफलता तय हैं।*

➳ _ ➳ *एक दूसरे के अवगुण न देख सेवा करना नेगेटिविटी न फैलाना।*

➢➢ *सबसे बड़ा एग्जामिनेशन हाल तथा सबसे बड़ा एग्जामिनेशन पेपर कौन सा हैं?*

➳ _ ➳ *सबसे बड़ा एग्जामिनेशन हॉल हैं ब्राह्मण परिवार, और सबसे बड़ा एग्जामिनेशन पेपर हैं एक एक ब्राह्मण आत्मा।*

➢➢ सबसे बड़ा ज्ञान पुण्य कौन सा हैं? *(भक्ति के पुण्य अलग हैं ज्ञान पुण्य से)*

➳ _ ➳ ज्ञान ,योग के समय कोई आत्मा आ जाये , उस समय उनकी सेवा करना।*

➳ _ ➳ *आधात्मिकता से जो दरिद्र हैं ,उनको सम्पन बनाना।*

➳ _ ➳ *सबके दिल को खुश करना ये सबसे बड़ा पुण्य हैं।*

➳ _ ➳ *दलाल बन आत्मा की सगाई परमात्मा से कराना।*

➢➢ *ज्ञान मार्ग में गिरना की क्या परिभाषा हैं?*

➳ _ ➳ गिरना अर्थात अवस्था का गिर जाना *(आज पावरफुल अमृतवेला ,कल उस अवस्था का अनुभव न होना)*

➳ _ ➳ *मुरली सुनी, लेकिन पॉइंट पॉइंट ही रह गया, शक्तिशाली रूप पॉइंट ने धारण न किया यह भी गिरना हैं।*

➳ _ ➳ *बीमारी में हलचल में आना यह भी गिरना हैं।*

➳ _ ➳ *खुशी गुम हो जाना।*

➳ _ ➳ *(याद का बल हैं ,तो गिरेंगे नही)*

➢➢ *ब्राह्मणों की अपंगता को कैसे समाप्त करे?*

➳ _ ➳ *पुरषार्थहीन में उमंग उत्साह भर।*

➳ _ ➳ *निर्बल को बलवान बना।*

➳ _ ➳ *हिम्मतहीन को हिम्मत दे।*

MANSA SEWA – 22

➢➢ *मन्सा सेवा अर्थात?*

➳ _ ➳ *निरंतर सेवाधारी*

➳ _ ➳ *रूहानी सेवाधारी*

➳ _ ➳ *कर्मणा द्वारा रूहों में शक्ति भरना, बल भरना*

➳ _ ➳ *शुद्ध संकल्पों की सेवा*

➳ _ ➳ *स्थूल में भी रूहानी सेवा भरी हो*

➳ _ ➳ *स्वरूप बन करके स्वरूप बनाने की सेवा*

➳ _ ➳ *नव निर्माणकर्ता*

➢➢ *मन्सा सेवा करते समय अपनी सदैव यह चैकिंग करो कि डबल सेवा कर रही हूँ?*

➳ _ ➳ *सेवा करने से पहले चेक करना है हमारी स्थिति कैसी है, साधारण तो नही, स्वयं की स्थिति रूहानी सेवाधारी वाली होनी चाहिए।*

➳ _ ➳ *स्थूल काम हाथों से करना है और बुद्धि से मन्सा सेवा करनी है।*

➳ _ ➳ *मन्सा वाचा कर्मणा तीनों रूपों में बेहद की सर्विस करनी है।*

➳ _ ➳ *कर्म साधारण न हो हर आत्मा के प्रति ऊँच दृष्टि, हर आत्मा को बाप के समीप लाने का बल भरना।*

➳ _ ➳ *मन्सा द्वारा वयमण्डल श्रेष्ठ बनाने और कर्म द्वारा स्थूल सेवा कर डबल कमाई करनी है।*

➢➢ *यतीम आत्माओं को सकाश देने की सेवा कैसे करनी है?*

➳ _ ➳ जिन आत्माओं के मात पिता ने... बचपन में ही उन्हें छोड़ दिया... जिन्हें मातपिता की पालना

न मिली हो... ऐसी दुःखी आत्माओं को... पारलौकिक, अलौकिक माँ बाप का... परिचय देने के लिए सकाश देना है... *उनके लिए हरी का द्वार खोल देना है*... श्रेष्ठ स्वमान मै डबल लिफ्ट देने वाली आत्मा हूँ... में स्थित हो ऐसी यतीम आत्माओं को उनके सच्चे मात पिता से मिलवाने है... शक्तिशाली रूहानी बल भर... निर्बल आत्माओ में बल भरने की रूहानी सेवा करनी है... *पूरे विश्व को रूहानी मन्सा सेवा द्वारा यह संदेश पहुंचना है.. कि हमें चलाने वाला भगवान... करन करावनहार परमात्मा चला रहा है... हर एक आत्मा कह उठे... अहो प्रभु!!!!*.....

➢➢ *रूहानी सेवाधारी कैसे बने?*

➻ _ ➻ *स्थूल सेवा में भी रूहानी सेवा*

➻ _ ➻ *कर्मणा सेवा में भी रूहानी सेवा भरी हो*

➻ _ ➻ *आत्मिक दृष्टि का अभ्यास, आत्मिक स्मृति*

➻ _ ➻ शुद्ध वायब्रेशन देना

➻ _ ➻ *हर आत्मा को साधारण नही महान आत्मा समझना है*

➻ _ ➻ हम रूहानी पण्डे है

➻ _ ➻ *सारे विश्व में विकारों की सफाई की सेवा करनी है*

➻ _ ➻ *हम यज्ञ रक्षक है,*

➻ _ ➻ *बाप द्वारा मिले ज्ञान रत्नों को विश्व की आत्माओं में बाटने की सेवा कर रही हूँ*

➻ _ ➻ *आत्माओं को रूहानी फरिश्ता ड्रेस पहनाने की सेवा करनी है*

➻ _ ➻ *बाबा से आत्माओं को जोड़ना, पुराने संस्कारों को मोड़ना है और कर्मबन्धनों को तोड़ने की सेवा*

➻ _ ➻ *विश्व के श्रृंगार बनाने की सेवा*

➳ _ ➳ *विश्व में जो कामविकार की अग्नि लगी है उससे विश्व की आत्माओं को जलने से बचाने की सेवा*

➳ _ ➳ *हर संकल्प, हर सेकण्ड में सेवा समाई हुई हो नस-नस में सेवा समाई हो जिस तरह धमनियों में रक्त प्रवाहित होती है सेवा समाई हुई हो, सेवा ही जीना है।*

MANSA SEWA – 23

➢➢ *अगर हम प्राप्त शक्तियों को कर्म में युजकरते है तो इसकी रिजल्ट क्या होगी ?*

➳ _ ➳ ये कर्म ही संसार की आत्माओं के सामने हमारी पहचान करायेगा । बाप की पहचान करायेगा । ये कर्म बाप को प्रत्यक्ष करेगा । कर्म सहज है संसार की आत्माएं सुक्ष्म को टच करने की शक्ति उनमें अभी नही है इसलिए स्थुल कर्म ही उनकी बुद्धि को टचकरेगा, कर्म शक्ति द्वारा संकल्प शक्ति को जानते जायेंगे । कर्म से फिर संकल्प तक पहुचेंगे । *कर्म द्वारा शक्ति स्वरूप का साक्षात्कार करेंगे।*

➢➢ *कौन से कर्म हमारी बुद्धि को ऊपर से नीचे ले आते है*

➳ _ ➳ *साधारण कर्म, कमजोर कर्म हमारी बुद्धि को ऊपर से नीचे ले आते है । जैसे स्थुल धरणी की आकर्षण ऊपर से नीचे ले आती है । ऐसे कर्म ना हो इसके लिए चित्र को चरित्र में लाओं।*

➢➢ *श्रेष्ठ कर्म किसे कहेंगे या कौन सी अवस्था में किये कर्मों को श्रेष्ठ कर्म कहाँ जायेगा।*

➳_➳ *श्रीमत के आधार पर जो कर्म होगा वो श्रेष्ठ होगा । परमात्म याद में किये सभी कर्म श्रेष्ठ कर्म है । अनास्कत वृतिसाक्षी भाव से किये कर्म श्रेष्ठ कर्म है निमित भाव, निष्काम भाव, कर्तापन की भावना से मुक्त, त्रिकालदर्शी स्थिति में स्थित होकर किये कर्म श्रेष्ठ कर्म है।*

➳_➳ *नम्रता से किये कर्म श्रेष्ठ कर्म है । गुण दान करना, प्रेरणा दायी कर्म करना, रॉयल कर्म करना श्रेष्ठ कर्म करना है ।*

➳_➳ *शुभावनाओं समपन्न कर्म करना, देही अभिमानी अवस्था में स्थित होकर कर्म करना, स्वमान में स्थित होकर कर्म करना, जिससे आत्म उन्नति हो ऐसे कर्म करना, सेवा भाव से कर्म करना श्रेष्ठ कर्म है ।*

➢➢ *जो कुछ भी बुरा या नेगेटिव हमें किसी से मिल रहा है उस समय हमारा आन्तरिक भाव परिस्थितियों या व्यक्ति के प्रति कैसा होना चाहिए ?*

➳_➳ हमें किसी से कुछ भी बिना बजह नहीं मिल रहा है जो भी मिल रहा है हमारे द्वारा किये कर्मों का ही प्रतिफल है जो कुछ मेरे पास आ रहा है मेरे ही कर्मों का फल है । *जो भी सामने आ रहा है जिससे जो मिल रहा हमने ही उनको दिया है । हमारा आन्तरिक भाव मौन का हो समग्र मौन ।*

➢➢ *कौन से कर्म हमें बिल्कुल नहीं करने है ?*

➳_➳ *ठगने वाले कर्म ना हो । और जिस कर्म को करने से नये कर्म बन्धन बने ऐसे कर्म नहीं करने है।*

MANSA SEWA - 24

1➢➢ *"सेंचुरी ऑफ सर्विसेज"* * पुस्तक किस विषय मे है व इसके *लेखक कौन है?*

➳ _ ➳ *इसमे दादी जानकी जी* *की तुलना विश्व के विख्यात लोगों से की गई है जिन्होंने बीमार होते हु वे भी सफलता की बुलंदियों को छुआ।*
यह क्लास "*रोल ऑफ इलनेस*" चैप्टर से उद्धृत है।

➳ _ ➳ *लेखिका -लिथ हॉकिंसोंन*

2➢➢ *दादी जी की तुलना किन महान विभूतियो से की गई है?*

➳ _ ➳ १. *स्टीफन हॉकिंन*

➳ _ ➳ २. *फ्लोरेंस नाइटिंगल*

➳ _ ➳ ३. *एलिज़ाबेथ डेरिक ब्राउनिंग*

➳ _ ➳ ४. *वर्जिनिया वोल्फ*

➳ _ ➳ ५. *नेल्सन मंडेला*

3➢➢ *अव्यक्त बाप दादा ने दादी जी की प्रशंसा में क्या कहा है?*

➳ _ ➳ १. *त्याग, तपस्या,तेजस्विता से भरपूर*

➳ _ ➳ २. *बाप समान*

➳ _ ➳ ३. *डबल सेवाधारी*

➳ _ ➳ ४. *सफलता का प्रत्यक्ष सबूत*

➳ _ ➳ ५. *प्रकृतिजीत*

➳ _ ➳ ६. बाप के साथ चक्कर लगाने वाली *चक्रवर्ती राजा*

➳ _ ➳ ७. *याद का स्वरूप* बन सेवा करने वाली

4➢➢ *स्टीफन हॉकिंन व दादी जी में समानता*

➳ _ ➳ १ दोनों ने *लंबी बीमारी* होने पर भी *विश्व की अद्भुत सेवा की है।*

➳ _ ➳ २. दोनो को ही अपने *कार्य से विशेष प्रेम* रहा है।

➳ _ ➳ ३. दादी जी कहती है - *बीमारी से उनको एकांत का वरदान मिला,जो उनकी सफलता की सीढ़ी बना।*

➳ _ ➳ स्टीफन हॉकिंन को *मोटर न्यूरॉन डिसीज़* है, जिसमे शरीर के अंग धीरे -2काम करना बंद कर देते है और फिर *मृत्यु हो जाती है* लेकिन वो *73 साल* के है और जिंदा है। *भौतिकी* में उनका महत्वपूर्ण योगदान है।

➳ _ ➳ दादी जी *बचपन से ही बीमार* होती रही है।लम्बी लिस्ट है बिमारिओं की ,फिर भी *अध्यात्म में उन्होंने परचम लहराया है ।*

5➢➢ *फ्लोरेंस नाइटिंगल व दादी जी में समानता*

➳ _ ➳ १. दोनो ने *नर्स* का कार्य किया।*

➳ _ ➳ २. दोनो को ही *ऊपर से सेवा के लिए कॉल* आया।

➳ _ ➳ ३. अपना *जीवन सेवा के लिए समर्पित* किया।

➳ _ ➳ ४. दोनो ने ही अपनी *बीमारी के समय का सर्वोत्तम सदुपयोग कर विश्व की सेवा की।*

➢➢ *एलिज़ाबेथ डायरेक्ट ब्राउनिंग वदादी जी*

➳ _ ➳ १. दोनो के *जीवन मे आये व्यक्ति ने उनका जीवन बदल दिया।*

➳ _ ➳ २. दादी जी का *शिव बाबा और ब्रह्मा बाबा ने।*
एलिज़ाबेथ का उनके पति ने।

➢➢ *उपरोक्त तीनो महिलाओं में क्या समानता है?*

➳ _ ➳ १. *रिमारकबली टैलेंटेड*

➳ _ ➳ २. जीवन का सिर्फ *एक ही लक्ष्य।*

➳ _ ➳ ३. तीनो ने ही अपनी *बीमारी को लक्ष्य प्राप्त करने में प्रयोग किया।*

➢➢ *क्या सीखने को मिला?*

➳ _ ➳ बीमारी हमारे *पिछले जन्मों का कर्म फल है।* इसमें हताश होने की जगह अपने उत्साह को बढ़ाते हुवे *बीमारी को एक सुअवसर समझना चाहिए ,स्वयं की उन्नति व दुसरो की

सेवा का।*

➢➢ *बी.के.के लिए एक और संदेश क्या है?*

➳ _ ➳ *ब्रह्मा बाबा योग के साथ शारीरिक व्यायाम पर भी ध्यान दिलाते थे।* इसकी आजकल बी.के में कमी है ।इसलिए उनको बीमारी भी हो रही है।*
सो *attention please on physical yoga also* .

MANSA SEWA - 25

➢➢ *कौन सी सेवा से शक्तिशाली आत्माएं प्रत्यक्ष होंगी ?*

➳ _ ➳ *मनसा सेवा* से शक्तिशाली आत्माएं प्रत्यक्ष होंगी ।

➳ _ ➳ मनसा *धरनी को परिवर्तन* कर देती है।

➢➢ *सेवा में वृद्धि के लिए कौन सी विधि अपनानी है?*

➳ _ ➳ *स्वयं स्वरूप बन* औरों को भी स्वरूप बनाने की सेवा करनी है।

➳ _ ➳ सर्व आत्माओ प्रति *शुभभावना -शुभकामना की शुद्ध संकल्प* करने की सेवा करनी है।

➳ _ ➳ *अनुभवीमूरत बन* औरों को अनुभव करवाना है।

➢➢ *ज्ञान, गुण और शक्तियों का अनुभव कैसे कर सकेंगे?*

➳ _ ➳ ज्ञान का अनुभव - ज्ञान के हर एक पॉइंट ,महावाक्य और वरदान का *गहराई से अनुभव करना है। ये *अनुभव हो कि ज्ञान की अथाह संपदा बाबा केवल हमारे साथ ही बांट रहे है।*

➳ _ ➳ गुणों का अनुभव - हर दिव्य गुण का अनुभव करना है। *जीवन में हर गुण कितना धारण किया है ? हर गुण का स्वरूप बनना है।*

➳ _ ➳ शक्तियों का अनुभव - संगमयुग है ही आत्मा में शक्तियों को भरने के लिए। *महत्व ये नही है कौन कितने समय से हैं और कहां से हैं.... महत्व इस चीज का है आत्मा में शक्तियां कितनी भरी हैं।*

➳ _ ➳ शक्ति स्वरूप बनना - *समय प्रति समय परमात्म प्रदत्त शक्तियों को स्व प्रति और सर्व प्रैक्टिकल यूज़ में ला कर शक्ति स्वरूप के अनुभवीमूर्त बनना है।*

➢➢ *आत्मा की कौन सी तीन स्थितियों का अनुभव करना है?*

➳ _ ➳ *साकार वतन में देही अभिमानी स्थिति* या कर्मातीत स्थिति का अनुभव।

➳ _ ➳ सूक्ष्म वतन में *फरिश्ता* स्थिति का अनुभव।

➳ _ ➳ परमधाम में *बीज रूप वा विदेही* स्थिति का अनुभव।

➢➢ *मधुबन के चारों धामों में क्या अनुभव करना है?*

➳ _ ➳ *शांति स्तंभ* - शक्तिशाली बनने के लिए शांति स्तम्भ पहुंच जाना।

➳ _ ➳ *हिस्ट्री हॉल* - व्यर्थ संकल्प तेज़ चल रहे हो तो हिस्ट्री हॉल में चले जाना।

➳ _ ➳ *बाबा का कमरा* - बाप समान दृढ़ संकल्पधारी बनना हो तो बाबा के कमरे में जाना।

➳ _ ➳ *बाबा की कुटिया* - कभी उदास हो जायो तो बाबा की कुटिया में रूह रिहान करने चले जाना।

➢➢ *अनुभवीमूर्त आत्मा की निशानियां क्या हैं?*

➳ _ ➳ अनुभवीमूर्त आत्मा *कभी धोखा नहीं खाती।*

➳ _ ➳ अनुभवी आत्मा *सर्व शक्ति सम्पन्न होती है।*

➳ _ ➳ *अनुभवी आत्मा* अपने अनुभवों से दूसरी आत्माओं का मार्गदर्शन करती है।

MANSA SEWA – 26

➢➢ *सदा बाप की हूँ.. बेहद की हूँ* इस स्मृति मेंरह सर्व आत्माओं के प्रति क्या करते चलो?

➳ _ ➳ *सदा बाप की हूँ.. बेहद की हूँ* इस स्मृति में रह सर्व आत्माओं के प्रति शुभ संकल्प द्वारा सेवा करते चलो।

➢➢ *सेवा का फल* कब तक नहीं निकलेगा?

➳ _ ➳ मुख द्वारा भल समझाओ लेकिन जब तक *शुभ भावना का बल* उस आत्मा को नहीं देंगे तब तक फल नहीं निकलेगा।

➢➢ *ज्ञान का तीर* कब लगेगा?

➳ _ ➳ *मनसा वाचा* दोनों इक्कठी सेवा हो... सिर्फ संदेश देने तक नहीं हो... *मनसा सेवा साथ साथ हो तो तीर लग जायेगा।*

➢➢ *शुभ भावना* किस किस के प्रति रखे ?

➳ _ ➳ *स्वयं के प्रति*

➳ _ ➳ *संसार की सर्व आत्माओं के प्रति*

➳ _ ➳ *ब्राह्मण आत्माओं के प्रति*

➳ _ ➳ *प्रकृति के प्रति*

➢➢ *शुभ भावना* क्यो रखे ?

➳ _ ➳ *बाप का फरमान* हैं।

➳ _ ➳ हम *पूर्वज आत्मा* हैं।

➳ _ ➳ *बाप समान* बनना हैं।

➳ _ ➳ *ॐ शांति के अर्थ स्वरूप में टिक जाये.. समा जाये।*

➢➢ *स्वयं के प्रति* क्या शुभ भावना रखें ?

➳ _ ➳ अमृतवेले सबसे पहला संकल्प : *"मैं परमात्मा आज्ञाकारी बच्चा हूँ।"*

➳ _ ➳ समय, श्वाश, संकल्प तीनो खजाने व्यर्थ न जाये क्योंकि *संगमयुग छोटा सा युग.. जमा करने का

युग हैं।*

➳ _ ➳ स्व-स्थिति सदा श्रेष्ठ हो। *स्वयं पढ़ना हैं और सब को पढ़ाना हैं।*

➳ _ ➳ *"आत्मा जो सतोप्रधान थी"* - यह *ज्ञान की कस्तूरी हैं...* इसको सब जगह फैलानी हैं।

➳ _ ➳ *स्वयं स्वयं की चेकिंग* करनी हैं।

➳ _ ➳ *मैं मास्टर सर्वशक्तिमान* हूँ यह संकल्प रूपी बीज से तमोप्रधान वातावरण में कमल समान रहना हैं।

➢➢ *संसार की सर्व आत्माओं* के प्रति क्या शुभ भावना रखें ?

➳ _ ➳ जो *दुष्ट हैं उनका जीवन का अंधकार नष्ट हो।*

➳ _ ➳ सारे विश्व में *स्वधर्म का... सुख, शांति और पवित्रता का सूर्य उदय हो।*

➳ _ ➳ जिसने जो जो *शुभ सोचा हैं...* उसको वह मिल जाये।

➳ _ ➳ संसार की *भक्त आत्माओं को उनकी भक्ति का फल* मिल जाये।

➳ _ ➳ *स्वयं के स्वरूप* की पहचान हो जाये।

➳ _ ➳ *ईश्वर की पहचान* हो जाये।

➳ _ ➳ *सारा संसार ही मेरा अपना हैं यह भाव जागृत* हो जाये।

➳ _ ➳ *पवित्रता का जन्म सबके मन में* हो जाये।

➢➢ *ब्राह्मण आत्माओं* के प्रति क्या शुभ भावना रखें ?

➳ _ ➳ *व्यर्थ से मुक्त... तीव्र पुरुषार्थी* बन जाये।

➳ _ ➳ *बाप को प्रत्यक्ष* करना ही हैं।

➳ _ ➳ एक संकल्प *"अब घर जाना हैं"* में स्थित हो जाये।

➳ _ ➳ *महेनत से मुक्त्त महोबत* में लीन हो जाये।

➳ _ ➳ *एक में ही सभी रसों की अनुभूति* हो।

➳ _ ➳ *मुरली* के प्रति आकर्षण बढ़ जाये।

➳ _ ➳ *नाम... मान... शान* से मुक्त्त हो जाये।

➳ _ ➳ *ईश्वरीय मर्यादाओ* में चले।

➳ _ ➳ *बाप समान*, प्रकृतिजीत, मायाजीत, स्वमानधारी बन जाये।

➢➢ *प्रकृति* के प्रति क्या शुभभावना रखें ?

➳ _ ➳ *प्रकृति आज्ञाकारी* बन जाये।

➳ _ ➳ *प्रकृति सतोप्रधान* बन जाये।

➳ _ ➳ सारा विश्व *स्वधर्म का सूर्य* देखे।

➢➢ कौनसी *विधि द्वारा शुभ भावना प्रत्यक्ष* होगी ?

➳ _ ➳ संकल्प को *मन की नजरों से प्रत्यक्ष* होता हुआ देखे।

➳ _ ➳ *निरन्तर शुभ भावना रखना ही मनसा सेवा करना हैं।*

➳ _ ➳ *संकल्प... बोल... कर्म एक समान* बन जाये।

MANSA SEWA – 27

>> *वास्तविक सन्यास क्या है?*

>> पूर्णरूप से मेरापनसे मुक्त होना ही वास्तविक सन्यास है। *बेहद का सन्यास रखो और विश्व कल्याण हेतु हर कार्य करो तब कहेंगें वास्तविक सन्यासी।*

>> *सकाश कैसे दें?*

>> *किसी के प्रति अगर घृणा है या किसी बात को माफ नहीं किया तो उस तक सकाश नहीं जाएगी।* इसलिए हर आत्मा के लिए शुभकामना शुभभावना रखो तो ही real sense में मनसा सेवा कर पाएंगे।

>> *समर्पण भाव:-*

>> जाहि विधि राखे राम ताहि विधि रहिये। *बाबा जिस भी हाल में रखे हर पल तेरा शुक्रिया बाबा।*

>> *लौकिक में सन्यास किसको कहेंगे?*

>> *जो आत्मा वृत्ति में रहते हुए भी बन्धन मुक्त है अर्थात बन्धनों में नहीफसती।* सोने अर्थात लोहे दोनों प्रकार की बेड़ियों से मुक्त होना ही लौकिक सन्यास है।

>> *साक्षीदृष्टा बनना क्या है?*

>> *चाहे कोई फूलमाला डाले चाहे घोर अपमान करे मन प्रतिक्रिया से विचलित न हो साक्षी बन देखते रहो।* हे आत्मा तुम्हें तुम ही मुक्त कर सकती हो परमात्मसत्य को जानकर। *ड्रामा चल रहा है ये स्मृति रहे इसको कहेंगेसाक्षीदृष्टा।*

MANSA SEWA – 28

➢➢ *विजयी रत्न बनने के लिये क्या आवश्यक हैं*?

➳ _ ➳ १- *मनसा शक्ति*

➳ _ ➳ २- *वाचा शक्ति*

➳ _ ➳ ३- *कर्मणा शक्ति*

➳ _ ➳ तीनों शक्तियाँ आवश्यक हैं कोई एक भी शक्ति कम नही होनी चाहिये।

➳ _ ➳ *अपनी शक्तियों को देखना की कहाँ तक जमा हुई*

➢➢ *विश्व सेवाधारी से विश्व राज्य अधि कारी का आधार क्या है*?

➳ _ ➳ *तीनों शक्तियों पर विजय पाना*

➳ _ ➳ *मन की वाचा की कर्मणा की*

➳ _ ➳ *इन तीनों पर विजयी पाना*

➢➢ *सिहं अवलोकन का क्या अर्थ है*?

➳_➳ १ *पीछे मुड़कर चलना*

➳_➳ २ *पीछे मुड़कर अपने आपको को देखना ।अपने आपको चैक करना क्या पाया अबतक मेंने ।*

➳_➳ ३ *स्वयं का अवलोकन करना।*

➢➢ *जीवन मे सफलता पाने के लिए क्या आवश्यक हैं*?

➳_➳ *संकल्प के तल पर ऊपर होना* (कोई भी आकर्षण आकर्षित ना करें)

➳_➳ *बोल के तल पर*

➳_➳ *कर्म के तल पर*

➳_➳ *योग के तल पर*

ये सभी का चिंतन बहुत अच्छा होना चाहिये।

➢➢ *जीवन विफलता के क्या कारण हैं*?

➳_➳ * अलबेलापन*

➳_➳ *आत्मविश्वास की कमी*

➳_➳ *दुसरो का दोष निकालना।*

अपनी सफलता और विफलता दोनो के जिम्मेदारी हमारी अपनी है।

MANSA SEWA – 29

➢➢ *मानसिक शक्ति किसे कहते है?*

➳ _ ➳ *मानसिक शक्ति अर्थात शुभ भावना, श्रेष्ठ कामना*

➢➢ *मनसा सेवा से क्या क्या हो सकता हैं?*

➳ _ ➳ मनसा सेवा से दुसरी आत्मा के *हलचल को शांत कर सकते है*

➳ _ ➳ *व्यर्थ को समाप्त कर सकते है*

➳ _ ➳ *हिम्मतहिन को हिम्मतवान बना सकते है*

➳ _ ➳ *किसी भी आत्मा के स्वभाव को बदल सकते है*

➢➢ *मनसा सेवा कौन कर सकता है?*

➳ _ ➳ जिसकी स्वयं की मनसा अर्थात संकल्प सदा *सब के प्रति श्रेष्ठ हो,निस्वार्थ हो,परोपकार की सदा भावना हो*

➢➢ *मनसा सकाश करने की विधि क्या है?*

➳ _ ➳ *हम स्वयं श्रेष्ठ स्थिति मे स्थित हो जाये*

➳ _ ➳ *उन आत्माओं को इमर्ज करना है*

➳ _ ➳ *आत्माओं से बात करनी है*

➳ _ ➳ *आत्माओं मे किरणें भरना, बल भरना, शक्ति भरना*

MANSA SEWA – 30

➢➢ *कौनसी बातों में परिवर्तन लाना है?*

➳ _ ➳ *परिवर्तन तीन चीज़ों में लाना है:*

➳ _ ➳ •चंचल मन*

➳ _ ➳ •भटकती बुद्धि*

➳ _ ➳ •पुराने संस्कार*

➢➢ *फुलस्टॉप किसको लगाना पड़ता है?*

➳ _ ➳ *जिसके संकल्प waste या फिर नेगेटिव हो उनको ही फुल स्टॉप लगाना पड़ता है।अगर हमारे संकल्प ही पॉजिटिव और श्रेष्ठ होंगे तो फुलस्टॉप लगाने की ज़रूरत ही नही पड़ेगी।*

➢➢ *दूर होते हुए भी हम विश्व सेवाधारी किस प्रकार बन सकते है?*

➳ _ ➳ *मनसा सेवा द्वारा हम किस भी आत्मा को प्रेरित कर सकते है और बाप का बनने का उमंग उत्साह पैदा करवा सकते है, मन एक अंतर्मुखी यान है जिससे हम जहाँ चाहे वहाँ ओर जितना जल्दी चाहे पहुँच सकते है।

➢➢ *जिस आत्मा को मनसा सेवा देते है उसको क्या अनुभव होता है?*

➳ _ ➳ *आत्मा को अनुभव होता है कि कोई महान शक्ति उन्हें बुला रही है, प्रेरित कर रही है*| वो आत्मा दूर होते हुए भी सम्मुख का एहसास करेगी।
उन्हें अनुभव होगा कि कोई लाइट आयी और एक विचित्र अनुभव कराकर गयी।

➢➢ *मनसा सेवाधारी आत्मा कैसे महसूस करती है?*

➳ _ ➳ *मनसा सेवाधारी आत्मा डबल लाइट और शक्तिशाली महसूस करती है, क्योंकि वह स्थूल से परे सूक्ष्म में है।*

➢➢ *हम किस प्रकार से मनसा सेवा कर सकते है?*

➳ _ ➳ *साइलेंस के शक्ति से अंतर्मुखी यान द्वारा मनसा शक्ति द्वारा किसी भी आत्मा को चरित्रवान बनने की, श्रेष्ठ बनने की प्रेरणा दे सकते है।*

MANSA SEWA – 31

➢➢ *संमेलन का अर्थ क्या है?*

➳ _ ➳ *सममिलन ।*

➳ _ ➳ *जो बाप समान , अपने समान बनाये आने वाले ये नही समझे मदत करने आये ये स्थान देने का है।*

➳ _ ➳ *रिगार्ड देना ही है ।*

➢➢ *मरुभूमि क्या है ?*

_____

➳ _ ➳ *ये संसार मरुभूमि है। यहां लेने का स्थान देने का नही।*

➳ _ ➳ *आने वाले समझे मरुभूमि में ज्ञान की रसवंती लेने आये है । हम जीते है संसार मरुभूमि है।*

_____

➢➢ *हमारा लक्ष्य क्या है ?*

_____

➳ _ ➳ *कुछ ना कुछ देकर भेजना है , रिगार्ड देना एक बाप का बनाना है। चारों और लाईट देना तो सफलता हुई पड़ीहै।*

_____

➢➢ *हमारी दृष्टि कैसी हो ?*

_____

➳ _ ➳ *दृष्टि से रहम भाव दिखे, दृष्टि आत्मा को दे , दृष्टि से सृष्टि बदलती है दृष्टि में सौंदर्य है तो वही दिखेगा।*

➳ _ ➳ *दृष्टि से जो भाव है वही दिखे दृष्टि में प्रेम है तो वही दिखे।, दृष्टि में जो वही दिखेगा। नफरत है निगेटिव्हीटी है तो वही दिखेगा।*

➳ _ ➳ *दृष्टि में प्रेम है तो प्रेम मिलेगा।*

➳ _ ➳ *जो भाव भावना है वही दिखे।*

➳ _ ➳ *दृष्टि से अध्यात्म शांति दि जा सकती है। दृष्टि एक वायरलेस कनेक्शन है।*

_____

➢➢ *दृष्टि का महत्व क्या है , क्या दिया जा सकता है ? 3rd eye क्या है ?*

_____

➳ _ ➳ *दृष्टि से इशारा दिया जा सकता है। दृष्टि से रहम भाव दे सकते है, दृष्टि से सारे संसार को शक्तियां दि जा सकती है। दृष्टिपात कर सकते है।*

➳ _ ➳ *जैसे ब्रह्माबाबा ने दादी को सारी शक्तियां ट्रान्सफर कर दि।*

➳ _ ➳ *तीसरी आँख से जो अदृश्य है वह देख सकते है जिसका खुलेगा उसे सबकुछ दिखेगा जो सामान्य आँख से नही दिखता , वे अपनी मृत्यु को देख सकते है 6 मास पहले आत्मा को निकलते देख सकते है। तीसरा नेत्र सूक्ष्म शरीर में है।*

➢➢ *तीसरा नेत्र कब खुलेगा ?*

➳ _ ➳ *जब अंदर बाहर स्थूल नेत्र से ऊर्जा बाहर न जाये।* *वो अंदर ही रहे*
➳ _ ➳ *ऊर्जा अंदर जाय ऐसा करने के लिए साधना तपस्या हो बाहर ऊर्जा फ्लो होना बन्द , दूर का आवाज सुनने का प्रयास करना एक भी आवाज छुट ना पाये। ये एकाग्रता का अभ्यास है ये अभ्यास बढ़ता है एक बल से।*

MANSA SEWA – 32

तीन बिंदियों का तिलक लगा, सदैव दो शब्द याद रखना- मनमनाभव, मध्याजीव, यही ज्ञान का सार है।

➢➢ *बाप समान स्नेह सहयोगी बच्चो की विशेषताये ?*

➳ _ ➳ *सेवा से प्यार।*

➳ _ ➳ *तन, मन धन,समय सफल करना।*

➳ _ ➳ *सदैव स्मृति रहे संगमयुग है ही एक का पदमगुना जमा करने का युग।*

➳ _ ➳ *अंतिम घड़ी तक मनसा सेवा करना।*

➳ _ ➳ *तन सेवा में लगा 21 जन्मो के लिए सम्पूर्ण निरोगी तन प्राप्त करना।*

➢➢ *पाप के लिए क्या आवश्यक है ?*

➳ _ ➳ *बाप की याद भूलना, देह अभिमान, अशुद्ध अन्न, व्यर्थ संकल्प।*

➳ _ ➳ *मै और मेरापन, बीती बातों को पकड़ कर रखना, अपनी गलती स्वीकार न करना।*

➳ _ ➳ *शक करना, अनुमान लगाना, श्रीमत का उलंघन करना, तुलना करना, स्वयं को कोसना।*

➳ _ ➳ *परचिन्तन, प्रदर्शन, परमत पर चलना।*

➢➢ *ब्राह्मण जीवन में सूक्ष्म पाप क्या है ?*

➳ _ ➳ *लगाव और झुकाव, किसी की विशेषता के प्रति विशेष आकर्षण।*

➳ _ ➳ *नाम रूप में फँसना, नाराज होना।*

➳ _ ➳ *किसी की कमजोरी वा अवगुणों को फैलाना अर्थात महाभारत में वर्णित दुष्सासन समान चीरहरण करना।*

➳ _ ➳ *अमानत में खयानत करना।*

➢➢ *वास्तव में पाप किसे कहेंगे ?*

➳ _ ➳ *पाप अर्थात विस्मृति, अंधकार, मूर्छा, अज्ञान....*

➳ _ ➳ *आत्म अभिमानी स्थिति (केंद्र) में स्थित हो कर जो करेंगे वह पुण्य है और देह अभिमानी स्थिति (परिधि) में स्थित हो कर जो करेंगे वह पाप है।*

➢➢ *दूसरों को सीखने के लिए क्या परम आवश्यक है ?*

➳ _ ➳ *स्वमान में स्थित होना।*

➳ _ ➳ *दूसरें को स्वमान में स्थित करा शिक्षा देना।*

➳ _ ➳ *क्षमा भाव ।*

MANSA SEWA – 33

➢➢ *रूहानी सेवाधारी की रूहानी फलक और रूहानी झलक कैसी होनी चाहिए...?*

➳ _ ➳ *रूहानी सेवाधारी की रूहानी फलक और रूहानी झलक सदा इमर्ज रूप में होनी चाहिए...*

➢➢ *स्थूल कार्य करते भी कौन सा कर्म करो..? कौन सी सूक्ष्म सेवा करो तो डबल सेवा हो जाएगी...?*

➳ _ ➳ लौकिक निमित्त से स्थूल कार्य लेकिन स्थूल और सूक्ष्म (याद और मन्सा सेवा) दोनों साथ - साथ... हाथ से स्थूल सेवा और बुद्धि के द्वारा मन्सा सेवा करते रहो तो डबल हो जाएगा... *रोटी बेलते भी स्व दर्शन चलता रहे...*

➢➢ *दर्शन किसका किया जाता है...?*

➳ _ ➳ *भक्ति में जो महान आत्मा हैं, जो श्रेष्ठ आत्मा है, दिव्य आत्माएँ है, जो पवित्र आत्माएँ हैं... जो हमसे गुणों में बड़े हैं उनका दर्शन किया जाता है... देवताओं का दर्शन किया जाता है... भगवान का दर्शन किया जाता है....*

➢➢ *स्वदर्शन या स्व का दर्शन क्या है..?*

➳ _ ➳ *स्व का दर्शन अर्थात स्व की स्मृति.. स्व के श्रेष्ठ पार्ट का... किरदार का... स्व की जो भी भूमिका है उसका दर्शन... स्वदर्शन अर्थात स्व से सम्बन्धित जो भी है.. वह (आत्मा) कहां से आई है...? उसने क्या किया है...? उसके घर का दर्शन... अपने लक्ष्य (देवता रूप) का दर्शन... स्वदर्शन करना अर्थात 84 आत्मा ने जन्म में जो-जो भी किरदार निभाए उसका दर्शन... स्व के संपूर्ण स्वरूपों का अर्थात 5 स्वरूपों का दर्शन करना... अपने देवता स्वरूप... पूज्य स्वरूप का... अपने ब्राह्मण जन्म के श्रेष्ठ स्वरूप का दर्शन.. अपने लक्ष्य फरिश्ते स्वरूप का दर्शन...*

➢➢ *स्वदर्शन कौन चला सकता है...?*

➳ _ ➳ स्वदर्शन वही चला सकता जिसको स्वदर्शन चलाने का ज्ञान हो... शक्ति हो... पवित्रता हो... जिसको धारणाएं हो... एक पे निश्चय हो... साइलेंस में हो... मन का मौन हो... *जब तक साइलेंस में नहीं आते हैं मन का मौन नहीं होता है तब तक यह चक्र चल नहीं सकता है... जब तक मन शांत नहीं तब तक यह डांस हो नहीं सकता है... जिसके पास अंतरमुखता हो अर्थात स्व को देखना... दुनिया को देखने की आंखे बंद और खुद ही खुद को अंतर्मुखी हो देखना..*

MANSA SEWA – 34

➢ *स्थापना* में जो भी *कार्य* हुए उसमें *सफलता* कैसे मिली ?

➻ _ ➻ *मनसा सेवा से*

➢➢ *मनसा सेवा* के लिए कैसी *स्थिति* चाहिए ?

➻ _ ➻ *लाइट हाउस, माईट हाउस* की स्थिति

➻ _ ➻ लाइट भी हो, *माइक* भी हो

➻ _ ➻ *माईट* और *माइक* दोनों *इकट्ठे* हों

➻ _ ➻ *माइक के आगे माईट हो*

➻ _ ➻ *मुख* ही *माइक* हो

➢➢ *हम* दुनिया के *हीरो एक्टर्स* हैं तो हमें *किन बातों* पर *अटेंशन* देना चाहिए ?

➻ _ ➻ 1. *अंगिका* - अंगों की गतिविधि कैसी है *(Physical movements)*

➻ _ ➻ 2. *वाचिका* - कैसे बोल रहे हैं *(Speech)*

➻ _ ➻ 3. *अहर्य* - परिधान, पहनाईस कैसी है *(Dress)*

➻ _ ➻ 4. *सात्विक* - मानसिक स्थिति कैसी है *(Mental Condition)*

➢➢ *मनसा सेवा* को कहाँ-कहाँ *यूज़* करना है ?

_____

➳ _ ➳ *चलते-फिरते*, प्रकृति के लिए, *प्राकृतिक आपदा* के समय, *बीमारी* के समय, *दु:खी*, उदास, *मानसिक रोगी के प्रति*

➳ _ ➳ *सफलता* के लिए, *विरोधी आत्माओं* के प्रति, *कड़क संस्कार वालों* के प्रति, *भटकती आत्माओं* के लिए

➳ _ ➳ *आर्मी*, नेवी, सी.आर.पी.एफ, *एयरफोर्स*, किसानों के लिए, *भिखारी*, गरीब, अपाहिज, *विकलांगों के लिए*

_____

MANSA SEWA -35

_____

➢➢ *सहयोगी कैसे बनना है?*

_____

➳ _ ➳ *मनसा, वाचा, कर्मणा, सम्बन्ध-सम्पर्क से बनो, हर्षित सूरत से बनो, अनुभव सुनाने से बनो, हर संकल्प से, हर समय विशाल सेवा के निमित्त बनो*

➳ _ ➳ *स्वमान - बाप समान मास्टर बीज रूप हूँ.. मास्टर विश्व कल्याणकारी हूँ.. में स्थित हो सारे वृक्ष को अमृतवेले से लेकर रूहानी जल देना हैप्राप्तियों का जल देना है।*

➳ _ ➳ *संसार की सर्व आत्माओं को और स्वयं को सहयोग देना है।*

➳ _ ➳ *शुभ भावना, कल्याण की भावना द्वारा सहयोगी बनना है।*

_____

➢➢ *स्वयं को सहयोग कैसे देंगें?*

➳ _ ➳ *साक्षी बनकर स्वयं के प्रति शुभ चिंतन द्वारा*

➳ _ ➳ *रूहानी वातावरण वायुमण्डल बनाने में स्वयं को सहयोग देना है*

➳ _ ➳ *टीम वर्क द्वारा सहयोग देना है*

➳ _ ➳ *प्रकृति को योग दान देकर सहयोग देना है*

➳ _ ➳ *तन से, मन से, धन से किसी भी रीति से सहयोग देना है*

➢➢ *स्व सेवा में ब्राह्मण आत्माओं की जिम्मेवारियां क्या-क्या हैं?*

स्व सेवा

➳ _ ➳ *स्वयं को निर्विघ्न बनाकर रखना, स्वयं को जागृत रखना, स्वयं को शक्तिशाली, पावरफुल बनाना, स्वयं को सम्पूर्ण बनाना, व्यर्थ से मुक्त रखना, स्वयं को निगेटिव से मुक्त रखना, स्वयं को दुःख से, विषाद से, दर्द से, पीड़ा से मुक्त रखना हमारी जिम्मेवारी है।*

➳ _ ➳ *स्वयं को जो स्थूल कार्य दिया है उसे जिम्मेवारी से करना। उसमें आलस्य, अलबेलापन, गफलत न हो।*

➳ _ ➳ *दूसरों के कार्य मे हस्तक्षेप, टीका-टिप्पणी नहीं करना है यह भी हमारी जिम्मेवारी है।*

➢➢ *विश्व सेवा के प्रति हमारा क्या कर्तव्य है?*

➳ _ ➳ *विश्व के कल्याण की भावना रखना, शुभ भावनाएं रखना, असहयोगी को सहयोगी बनाना, भटकी हुई आत्माओं को ठिकाना देना, बाप का परिचय देना, अशान्त को शान्त करना,

दु:खी को सुखी करना, कंगाल को मालामाल करना, विरोधी आत्माओं के प्रति शीतला देवी बन उन्हें शीतल छींटे देना। विश्व की आत्माओं के प्रति हमारे कर्तव्य हैं।*

➢➢ *यज्ञ के प्रति हम कैसे जिम्मेवार हैं?*

➳ _ ➳ *यज्ञ के हम रक्षक हैं भक्षक नहीं बनना है। वफादार, ईमानदार, एक- नामी, इकॉनमी बनना है, अमानत में ख्यानत नहीं करना है, खर्च कम, मेहनत कम, समय कम, बोल कम और सफलता ज्यादा कोई भी सेवा में, यज्ञ में स्थूल सेवा करना यह भी हमारी जिम्मेवारी है।*

➳ _ ➳ *दूसरों को निर्विघ्न बनाना, दूसरों की पुरुषार्थ में उनकी उन्नति में उन्हें मदद करना, दूसरों को दुआएं देना और उनसे दुआएं लेना भी हमारीजिम्मेवारी है।*

➳ _ ➳ *ये सदा ध्यान रखना है कि हम विश्व की स्टेज पर हैं। चलते-फिरते हर समय हम स्टेज पर हैं।विश्व की आत्मायें हमें देख रही हैं।मेरे कारण कोई विघ्न न आये।*

➳ _ ➳ *सर्व यज्ञ की आत्माओं को और संसार की सभी आत्माओं को सुखी करना हमारी जिम्मेवारी है।*

➢➢ *भयभीत आत्माओं के और नाउम्मीद आत्माओं के अन्दर खुशी की लहर कैसे उतपन्न हो?*

➳ _ ➳ *सर्व के प्रति अपनेपन की भावना*

➳ _ ➳ *दूसरों की सच्ची प्रशंसा करनी है।*

➳ _ ➳ *सबों के गुणों को देखना है, अवगुणों को नहीं देखना*

➳ _ ➳ *किसी को यानी दूसरों को सुनना है*

➳ _ ➳ *सदा मुस्कुराते रहना है*

➳ _ ➳ *बहुत खुशी -खुशी से नाचते हुए डोलते हुए झूमते हुए सेवा करना है*

MANSA SEWA – 36

➢➢ *सेवा से क्या प्राप्त होता है*?

➳ _ ➳ *सेवा से हमे चैन की निद्रा मिलती है।*

➳ _ ➳ * सेवा से अच्छा जीवन प्राप्त होता है, जिससे सेवा ही जीवन बन जाता है।*

➢➢ *बीमारी है तो कौनसी सेवा कर सकते है*?

➳ _ ➳ *मन्सा सेवा कर सकते है*।

➳ _ ➳ *वायुमण्डल में शुभ भावना फैला सकते है*।

➢➢ *सेवा में क्या हो तो थकान अनुभव नही होगी*?

➳ _ ➳ *खेल खेल में सेवा करने से*

➳ _ ➳ *दुसरो को आगे बढ़ने से*

➳ _ ➳ *श्रीमत पे, स्वमं में, निमित्त बनकर, निर्मल वाणी से सेवा करने से*

➳ _ ➳ *सेवा में लाइट रहने से*

➳ _ ➳ *सर्व स्वाहा करने के भाव से*

➢➢ *कौनसा भाव पक्का करना है*?

➳ _ ➳ *हम स्टूडेन्ट है*

➢➢ *कौनसी अदृश्य शक्ति आत्मा को मिलती है*?

➳ _ ➳ *सेवा से हमे दुआये मिलती है और दुआये ही अत्मा की अदृश्य शक्ति है।*

➳ _ ➳ *समय पर किसी को सहयोग देंगे तो दुआये प्राप्त होंगी।*

MANSA SEWA – 37

➢➢ *दृढ़ता की तपस्या* के लिये स्वयं से क्या रुहरिहान करनी है?

➳ _ ➳ *हर संकल्प को अमर अविनाशी* बनाने के लिये

➳ _ ➳ *रियलाईज़ेशन* करने के लिये

➳ _ ➳ *रीइनकारनेट* करने के लिये

➳ _ ➳ *स्थिति को सदाकाल मजबूत* बनाने के लिये

➳ _ ➳ *दृढ़ता के अभ्यास* से रुहरिहान करनी है।

➢➢ *शुद्ध संकल्पों की शक्ति* से क्या बढ़ाना है?

➳ _ ➳ *जमा का खाता* बढ़ाना है

➳ _ ➳ *अन्तर्मुखी* बनना है

➳ _ ➳ *व्यर्थ संकल्पों को समाप्त कर दूसरों केप्रति शुभ भावना... शुभ कामना रखनी है*

➳ _ ➳ अपने शुद्ध संकल्पों से *दूसरों के व्यर्थ संकल्पों को समाप्त* करना है

➢➢ *मुरली क्या है और उसकी हर पॉइंट* को क्या करना है?

➳ _ ➳ *मुरली... हम ब्राह्मणों का खजाना* है

➳ _ ➳ मुरली को सुनना अर्थात *विचार सागर मन्थन करना, अनुभव करना, धारण करना,कार्य में लगाना*

➳ _ ➳ *शक्ति के रूप में जमा करना*

➢➢ *शुद्ध संकल्प* कहाँ से प्राप्त कर सकते हैं?

➳ _ ➳ *स्थूल चीज़े... जैसे साकार मुरलिया... अव्यक्त मुरलिया... किताबें, साहित्य, क्लासेज, मैग्जीन्स(ज्ञानामृत, प्यूरिटी)*

➳ _ ➳ *अव्यक्त मुरली* को समझने के लिये गहन चिंतन की आवश्यकता है

➢➢ *मुरली को कैसे और कितनी बार पढ़ना है?*

➳ _ ➳ मुरली को *20बार* पढ़ना है

➳ _ ➳ मुरली को एक बार पढ़ कर छोड़ दो... फिर इंटरवल, फिर दूसरी बार, फिर थोड़ी देर बाद, ऐसे करते करते 10 बार पढ़ना है

➳ _ ➳ रीवीज़न करने के लिये...

➳ _ ➳ पहली बार *बाबा के कमरे में*

➳ _ ➳ दूसरी बार *प्रकृति के सानिध्य में*

➳ _ ➳ तीसरी बार *अपने कमरे में*

➳ _ ➳ चौथी बार *चलते फिरते*

MANSA SEWA – 38

1 *मुख्य सेवा ये कितने प्रकार की और कौनसी??*

उत्तर : *मुख्य सेवा ये 4 प्रकार की १ स्व सेवा २ विशव सेवा ३ यज्ञ सेवा ४ मनसा सेवा।*

2 *स्व सेवा क्या है ? इसे कैसे करे ?*

उत्तर : स्व को सम्पन्न और सम्पूर्ण बनाना, इसके लिऐ हमारी पढ़ाई के 4 विषय में *PASS WITH HONOUR* बनना "ज्ञान स्वरूप, याद स्वरूप, धारणआ स्वरुप, होने से सेवाधारी स्वत : बन जाएंगे

3 *स्व सेवा की विधि क्या है??*

उत्तर : *बुद्धि में सदा लक्ष्य सामने रहे, विशेष ध्यान रहे, स्व की चेकिंग, समय प्रबंधन और दृढ़ संकल्प द्वारा ।*

4 *विशव सेवा क्या है?? कै से करे ??*

उत्तर : *सभी आत्माओ की वाचा द्वारा practical स्वरूप द्वारा, भिन्न भिन्न तरीको से की गई सेवा*

5 *यज्ञ सेवा अर्थात ??*

उत्तर : *ब्राह्मनो के स्थूल धन द्वारा, तन द्वारा की गई सेवा ।*

6 *मनसा सेवा किसे कहेंगे ??*

उत्तर : *यह सेवा किसी भी समय किसी भी परिस्थिति में सुभ भावना, सद भावना, श्रेष्ठ संकल्प द्वारा की जा सकती हैं* तहे दिल से शुक्रिया मीठे प्यारे बाबा .....मुझ आत्मा ने पहली बार ये हिन्दी लिखा है, कुछ गलती हो तो क्षमा याचना करे

MANSA SEWA - 39

➢➢ *4 प्रकार की सेवा* कौन कौन सी है ?

➳ _ ➳ *स्व* सेवा :- *स्वयं को संपन्न और सम्पूरण* बनाने का अटेंशन और चेकिंग

➳ _ ➳ *यज्ञ* सेवा :- तन द्वारा की गयी *स्थूल सेवा*

➳ _ ➳ *विश्व* सेवा :- अनेक प्रकार के *साधनों , वाणी या सम्बन्ध संपर्क* द्वारा की गयी सेवा*

➳ _ ➳ *मनसा* सेवा :- *शुभ भावना , श्रेष्ठ कामना , शुभ वृत्ति , श्रेष्ठ वाइब्रेशन* द्वारा की गयी सेवा से एक स्थान पर रहते हुए भी अनेकों की सेवा अर्थ निमित बनना.. इस सेवा में किसी स्थूल साधन , चांस व् समय की कोई प्रॉब्लम नहीं है*....

➢➢ *मनमनाभव* के क्या क्या अर्थ है ?

➳ _ ➳ मन बाबा की *लगन में मगन* रहे

➳ _ ➳ *ज्ञान बिन्दुओं* का मनन करना

➳ _ ➳ स्वयं को *आत्मा समझ परमात्मा को याद* करना

➳ _ ➳ *अशरीरी* अवस्था का अनुभव करना

➳ _ ➳ *कंबाइंड* स्वरुप का अनुभव

➳ _ ➳ *स्वीट होम* में स्वयं को लम्बे समय तक एकाग्रचित करना

➢➢ मनसा सेवा के लिए *क्या आवश्यक* है ?

➳ _ ➳ मन और बुधी *व्यर्थ से मुक्त*

➳ _ ➳ *मनमनाभव* के मन्त्र का स्वरुप

➳ _ ➳ *लाइट हाउस माईट* हाउस बनना

➳ _ ➳ शक्तियों का *खजाना* जमा

➢➢ *शारीरिक बीमारी* के समय हम क्या कर सकते हैं ?

➳ _ ➳ निरंतर *मनन चिंतन*

➳ _ ➳ *डॉक्टरस को बाबा का परिचय* देना

➳ _ ➳ विश्व की *मनसा सेवा*

➢➢ सेवा में *अधिक मार्क्स* जमा करने की क्या विधि है ?

➳ _ ➳ *चारों प्रकार की सेवा* करना

➳ _ ➳ 24 घंटे स्वयं को किसी न किसी सेवा में बिजी रख *निरंतर सेवाधारी* बनकर रहना

➢➢ मन बुधी को किस प्रकार से *बिजी* रखें ?

➳ _ ➳ बाबा के *गीत सुनिए*

➳ _ ➳ *स्वमान का अभ्यास* मन ही मन दोहराकर और लिखकर

➳ _ ➳ अपने आस पास के *वातावरण और वस्तुओं को व्यवस्थित* कर

➳ _ ➳ भिन्न भिन्न विषयों पर *मनन चिंतन* कर

MANSA SEWA – 40

मनसा सेवा क्या है?

➳ _ ➳ *ब्राह्मण आत्माओं,अनजान आत्माओ के प्रति शुभ चिंतन करना!*

➳ _ ➳ *शुभ भावनाओ की वाइब्रेशंस वायुमंडल मैं फैलाना!*

➳ _ ➳ *सब को अपना समझना!*

चिंताओं को मिटाने का आधार क्या है?

➳ _ ➳ *शुभ चिंतक आत्माओ के संपर्क मैं आना*

➳ _ ➳ *संसार की भौतिक वस्तुओं मैं ना फसना!*

संसार को किसकी जरूरत है?

➳ _ ➳ *शुभ चिंतक मानियो की*

कौन सी पॉवर आत्मा को सम्पूर्ण महान बनाती है?

➳ _ ➳ *मौन रहने की कला,स्नेह की दृष्टि*

➳ _ ➳ *शुभ वृत्ति मन की ऊंची अवस्था*

➳ _ ➳ *सहयोग की दृश्टि!*

संसार की वस्तुओं का उपयोग कैसे करना है?

➳ _ ➳ *वस्तुओ का त्याग करके,*

➳ _ ➳ *अनासक्त हो कर*

➳ _ ➳ *शुभ चिंतक मनि बनकर!*

चिन्ता मुक्त कैसै बने?

➳ _ ➳ *विषय विकार, वस्तुओं के मोह को छोडकर!*

MANSA SEWA – 41

➢➢ *महारथियों के हर क़दम कैसे होने चाहिए ?*

➳ _ ➳ *हर क़दम में सेवा है , हर कर्म ,हर चलन में |*

➳ _ ➳ *सेवा बिना एक सेकंड भी नहीं रह सकते चाहे मनसा ,चाहे बोल के या सम्बंध सम्पर्क से ,निरंतर योगी है तो निरंतर सेवा धारी भी है |*

➢➢ *हर चलन को देखते ही सेवा हो जाए ,चलन से क्या अभिप्राय है ?*

➳ _ ➳ *चलन अर्थात अच्छा व्यवहार गुड मैनरस जैसे सुनने का ,बोलने का ,खान पीन का ,पोशाक आदि पहनने का ।*

➢➢ *सुनने का कैसा व्यवहार होना चाहिए ?*

➳ _ ➳ *सुनने की शक्ति ज़्यादा होनी चाहिए बोलने के ,ध्यान से सुनना चाहिए सुनते सुनते विसुआलिज करना।*

➳ _ ➳ *कॉम्प्लिमेंट , अप्रीशीएट ,कंग्रैचुलेट आदि करना ,बात नहीं काटना बार बार करेक्ट नहीं करना ।*

➢➢ *बोलने का व्यवहार कैसा होना चाहिए ?*

➳ _ ➳ *सम्मान देकर मुस्कुरा कर प्यार से धीमे से बात करना। जादुई शब्द जैसे क्षमा करे ,कृपया ,धन्यवाद आदि शब्द का प्रयोग करना चाहिए ।*

➳ _ ➳ *व्यंग बाण नहीं चलाना ,दुखद बात याद नहीं दिलाना ,अपनी तारीफ़ नहीं करना ,झूँट नहीं बोलना ,हार कर भी जीतने वाले को बधाई देना ।*

➢➢ *पहनने का व्यवहार कैसा हो ?*

➳ _ ➳ *स्वच्छ व मर्यादा पूर्ण हो ।ऐसा ही पहनो जो अन्य को भी लगे वो भी पहन सकते है*

➳ _ ➳ *मोह ख़त्म करके पहनो ,आयोजन के अनुसार पहनो ,घड़ी चश्मा कपड़े सही स्थान पर रखे ।*

➢➢ *खाने पीने का व्यवहार कैसा हो ?*

➳ _ ➳ *आवाज़ करते हुए नहीं खाना, भोजन गिराना या छोड़ना नहीं ,दूसरों की थाली नहीं देखना ,बर्तन सही जगह पर रखना*

➢➢ *टेलेफ़ोन पर बात करने का व्यवहार व अन्य व्यवहार कैसा हो?*

➻ _ ➻ *तेज़ आवाज़ में नहीं बोले ,केवल रूम पर ही आन मोड पर हो बाक़ी समय वायब्रेशन मोड़े पर रखे*

➻ _ ➻ *पहले दूसरों को रास्ता दें ।*

➻ _ ➻ *सही समय पर पहुँचे ।*

➻ _ ➻ *चुपचाप बैठे व उठे ।*

➻ _ ➻ *गर्भवती स्त्री व सीनियर सिटिज़ेन को सीट देवे आदि।*