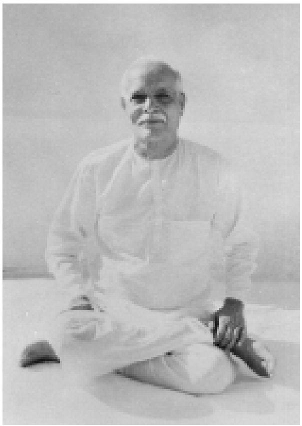
अलौकिक दिनचर्या

दिनचर्या

अलौकिक दिनचर्या



अलौकिक दिनचर्या

कृति

(संकलन)

स्पार्क (SpARC)

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय
एवं
राजयोग एज्युकेशन एवं शोध प्रतिष्ठान
पाण्डव भवन, आबू पर्वत, राजस्थान

स्पार्क (SpARC)

स्पार्क (SpARC) एक अनुसन्धान प्रभाग (Research Wing) है जो कि देश तथा विदेश के अनेक स्थानों पर कार्य कर रहा है। स्पार्क (SpARC) शब्द का विस्तार (Fullform) Spiritual Applications Research Centre है और इसका लक्ष्य है विश्व नव-निर्माण के कार्य में अध्यात्म एवं विज्ञान को एक-दूसरे का सहयोगी बनाना। इसी लक्ष्य-पूर्ति के लिये स्पार्क मनन-चिंतन और विचार सागर मंथन के द्वारा ईश्वरीय ज्ञान को वैज्ञानिक पृष्ठभूमि और विज्ञान के विरोधोक्ति युक्त शाखाओं को आध्यात्मिक पृष्ठभूमि प्रदान करते हुए दोनों को एक-दूसरे के समीप लाकर आपस में मिलकर कार्य करने के लिए तैयार कर रहा है।

इस कार्य में तीव्र गति से अग्रसर होने के लिए तथा जीवन के समस्त पहलुओं में आध्यात्मिकता का प्रयोग और उपयोग से प्राप्त परिणामों को सर्वमान्य बनाने के लिए प्रभावशाली विधि, साधन और तकनीक का विकास करने आदि कार्य में **स्पार्क सर्व प्रकार के अनुसन्धानों को प्रोत्साहित करता है।**

लोकल चैप्टर:

स्पार्क की गतिविधियों को और अधिक गतिशील बनाने के लिए देश-विदेश में स्पार्क के लोकल चैप्टर्स चल रहे हैं। एक अथवा एक से अधिक सेवाकेन्द्र, शहर, राज्य अथवा देश के 5 से अधिक बी.के. भाई-बहनों के समूह जब मिलकर स्पार्क के गतिविधि को कार्यान्वित करते हैं उसे स्पार्क लोकल चैप्टर (Local Chapter) कहा जाता है। किसी भी स्थान पर लोकल चैप्टर शुरू करने के लिए यह आवश्यक है कि उस स्थान के सेवाकेन्द्र की प्रभारी बहन की स्वीकृति से सेवाकन्द्र पर 5 से अधिक दैवी भाई-बहनों का एक ग्रुप तैयार किया जाए। सभी भाई-बहनें सप्ताह में, 15 दिन में या मास में कम से कम एक बार आपस में मिलकर ईश्वरीय ज्ञान बिन्दु पर रूह-रिहान, विचार-सागर मंथन करें तथा कार्यशाला और परिचर्चा आदि कार्यक्रम का आयोजन करें। ब्र.कु. भाई-बहनों के आध्यात्मिक उन्नत्ति के साथ-साथ अन्य आत्माओं की सेवा करने के लिए नवीन विधियों का निर्माण कर सकें।

इसके तहत कई वर्षों से गांधीनगर, गुजरात मुख्य सेवाकेन्द्र के भाई-बहनों का एक ग्रुप अव्यक्त मुरलियों का गहन अध्ययन कर उस पर अभ्यास कर रहा है। इस पुण्य पुरुषार्थ के फल स्वरूप इस ग्रुप ने 40 से अधिक विषयों पर अव्यक्त बापदादा के महावाक्यों को सुनियोजित तरीके से संकलन किया है। उनमें से **'अलौकिक दिनचर्या'** एक है।

प्रस्तावना

अव्यक्त बापदादा ने सन 1969 से 2010 तक के जो महावाक्य उच्चारे हैं उनमें से हम सभी ब्राह्मण बच्चों की दिनचर्या सरल, सहजयोगी जीवन वाली और निर्विघ्न बने उसके लिए भिन्न-भिन्न तरीके और युक्तियाँ सुनाई है। 'अलौकिक दिनचर्या' विषय पर चुने हुए महावाक्यों का यह संग्रह है। बापदादा ने समय प्रति समय जो भी इस विषय पर महावाक्य उच्चारे हैं वह सभी वर्तमान समय डबल पुरुषार्थी ब्राह्मण बच्चों के लिए अत्यंत महत्त्वपूर्ण है। प्राण प्यारे बापदादा की यह दिल की आश है कि हम सभी ब्रह्मावत्स बापसमान बन जल्दी-जल्दी प्रत्यक्षता का नगाड़ा बजाए। अतः इसके लिए ज्ञान मुरली के इस अमृत संग्रह में ऐसे गुह्य राज़ दिये गये हैं जिन्हें अध्ययन और धारण करने से हमारी ब्राह्मण दिनचर्या सहज योगी जीवन वाली और निर्विघ्न बनेगी और हम **'ब्राह्मण जीवन मौजों की जीवन है'** यह अनुभव सहज कर सकेंगे।

ओम् शान्ति

बापदादा ऐसे पुरुषार्थियों को बच्चे न कहकर क्या कहते हैं? मालूम है? बच्चे नहीं कच्चे हैं। अभी तक भी ऐसा पुरुषार्थ करना बच्चों के स्वमान लायक नहीं दिखाई पड़ता है। इसलिए फिर भी बापदादा कहते हैं कि बीती सो बीती करो। अब से अपने को बदलो। महारथी बनने लिए सिर्फ दो बातें याद रखो। कौन सी? एक तो अपने को सदैव साथी के साथ रखो। साथी और सारथी, वह है महारथी। पुरुषार्थ में कमजोरी के दो कारण हैं। बाप के स्नेही बने हो लेकिन बाप को साथी नहीं बनाया है। अगर बापदादा को सदैव साथी बनाओ तो जहाँ बापदादा साथ है वहाँ माया दूर से मूर्छित हो जाती है। बापदादा को अल्प समय के लिये साथी बनाते हैं इसलिये शक्ति की इतनी प्राप्ति नहीं होती है। सदैव बापदादा साथ हो तो सदैव बापदादा से मिलन मनाने में मग्न हों। और जो मग्न होता है उसकी लगन ओर कोई तरफ लग न सके। शुरू शुरू में बाप से बच्चों का क्या वायदा हुआ है? तुम्हीं से खाऊं, तुम्हीं से बैठूं, तुम्हीं से रूह को रिझाऊं। यह अपना वायदा भूल जाते हो? **अगर सारे दिनचर्या में हर कार्य बाप के साथ करो तो क्या माया डिस्टर्ब कर सकती है? बाप के साथ होंगे तो माया डिस्टर्ब नहीं करेगी।** माया का डिस्ट्रक्शन हो जायेगा। तो भल बाप के स्नेही बने हो लेकिन साथी नहीं बनाया है। हाथ पकड़ा है साथ नहीं लिया है इसलिए माया द्वारा घात होता है। गलतियों का कारण है गफलत। गफलत गलतियां कराती है।

(23.10.1970)

कम्पलीट बनने में व्यर्थ संकल्पों के तूफान विघ्न डालते हैं। यह मैजारिटी की कम्पलेन है। अब इसको मिटाने लिये आज युक्ति बताते हैं। मन की व्यर्थ संकल्पों की कम्पलेन कैसे पूरी होगी? याद की यात्रा तो मुख्य बात है लेकिन इसके लिये भिन्न-भिन्न युक्तियाँ हैं। वह कौन सी? जो बड़े आदमी होते हैं उन्हों के पास अपने हर समय की अपाइन्टमेंट की डायरी बनी हुई होती है। एक-एक घंटा उन्हों का फिक्स होता है। ऐसे आप भी बड़े ते बड़े हो ना। तो रोज अमृतवेले सारे दिन

की अपनी अपाइन्टमेंट की डायरी बनाओ। अगर अपने मन को हर समय अपाइन्टमेंट में बिजी रखेंगे तो बीच में व्यर्थ संकल्प समय नहीं ले सकेंगे। अपाइंटमेंट से फ्री रहते हो तब व्यर्थ संकल्प समय ले लेते हैं। तो समय की बुकिंग करने का तरीका सीखो। अपने आप की अपाइन्टमेंट खुद ही बनाओ कि आज सारे दिन में क्या-क्या करना है। फिर समय सफल हो जायेगा। मन को किसमें अपाइन्ट करना है। इसके लिये 4 बातें बताई हैं। 1. मिलन, 2. वर्णन, 3.मगन, 4. लगन। लगन लगाने में भी समय बहुत जाता है ना। तो मग्न की अवस्था में कम रहते हैं। इसलिए लगन, मगन, मिलन और वर्णन। वर्णन है सर्विस, मिलन है रूह-रूहान करना। बापदादा से मिलते हैं ना। तो इन चार बातों में अपने समय को फिक्स करो। अगर रोज़ की अपनी दिनचर्या फिक्स करने लिये अपाइन्टमेंट सारे समय की फिक्स होगी तो बीच में व्यर्थ संकल्पों को डिस्टर्ब करने का समय ही नहीं मिलेगा। जैसे कोई बड़े आदमी होते हैं तो बिजी होने के कारण और व्यर्थ बातों तरफ ध्यान और समय नहीं दे सकते हैं। ऐसे अपनी दिनचर्या में समय को फिक्स करो। इतना समय इस बात में, इस समय इस बात में लगाना है। ऐसी अपाइन्टमेंट अपनी निश्चित करो तब यह कम्पलेन खत्म होगी और कम्पलीट बन जायेगी।

(05.11.1970)

अमृतवेले से परिवर्तन शक्ति का प्रयोग

आज बापदादा वर्तमान और भविष्य दोनों काल के राज्य अधिकारी अर्थात् विश्व-कल्याणकारी और विश्व के राज्य अधिकारी दोनों ही रूप में बच्चों को देख रहे हैं। जितना-जितना विश्व-कल्याणकारी उतना ही विश्व राज्य अधिकारी बनते हैं। इन दोनों अधिकारों को प्राप्त करने के लिए विशेष स्व परिवर्तन की शक्ति चाहिए। उस दिन भी सुनाया था कि परिवर्तन शक्ति को अमृतवेले से लेकर रात तक कैसे कार्य में लगाओ।

पहला परिवर्तन – आँखें खुलते ही मैं शरीर नहीं आत्मा हूँ, यह है आदि

समय का आदि परिवर्तन संकल्प, इसी आदि संकल्प के साथ सारे दिन की दिनचर्या का आधार है। अगर आदि संकल्प में परिवर्तन नहीं हुआ तो सारा दिन स्वराज्य वा विश्व-कल्याण में सफल नहीं हो सकेंगे। आदि समय से परिवर्तन शक्ति कार्य में लाओ। जैसे सृष्टि के आदि में ब्रह्म से देव-आत्मा, सतोप्रधान आत्मा पार्ट में आयेगी, ऐसे हर रोज़ अमृतवेला आदिकाल है। इसलिए इस आदिकाल के समय भी उठते ही पहला संकल्प याद में ब्राह्मण आत्मा पधारे – बाप से मिलन मनाने के लिए। यही समर्थ संकल्प, श्रेष्ठ संकल्प, श्रेष्ठ बोल, श्रेष्ठ कर्म का आधार बन जायेगा। पहला परिवर्तन - 'मैं कौन!' तो यही फाउन्डेशन परिवर्तन शक्ति का आधार है। इसके बाद –

दूसरा परिवर्तन 'मैं किसका हूँ' सर्व संम्बन्ध किससे हैं! सर्व प्राप्तियां किससे हैं! पहले देह का परिवर्तन, फिर देह के सम्बन्ध का परिवर्तन, फिर सम्बन्ध के आधार पर प्राप्तियों का परिवर्तन – इस परिवर्तन को ही सहज याद कहा जाता है। तो आदि में परिवर्तन शक्ति के आधार पर अधिकारी बन सकते हो।

अमृतवेले के बाद अपने देह के कार्यक्रम करते हुए कौन-से परिवर्तन की आवश्यकता है? जिससे निरन्तर सहजयोगी बन जायेंगे। सदा यह संकल्प रखो - 'कि मैं चैतन्य सर्वश्रेष्ठ मूर्ति हूँ और यह मन्दिर है, चैतन्य मूर्ति का यह देह चैतन्य मन्दिर है। मन्दिर को सजा रहे हैं। इस मन्दिर के अन्दर स्वयं बापदादा की प्रिय मूर्ति विराजमान है। जिस मूर्ति के गुणों की माला स्वयं बापदादा सिमरण करते हैं। जिस मूर्ति की महिमा स्वयं बाप करते हैं। ऐसी विशेष मूर्ति का विशेष मन्दिर है।' जितनी मूर्ति वैल्यूबुल होती है मूर्ति के आधार पर मन्दिर की भी वैल्यू होती है। तो परिवर्तन क्या करना है? मेरा शरीर नहीं लेकिन बापदादा की वैल्यूबुल मूर्ति का यह मन्दिर है। स्वयं ही मूर्ति स्वयं ही मन्दिर का ट्रस्टी बन मन्दिर को सजाते रहो। इस परिवर्तन संकल्प के आधार पर मेरापन अर्थात् देहभान परिवर्तन हो जायेगा। इसके बाद – अपना गॉडली स्टूडेन्ट रूप सदा स्मृति में रहे। इसमें विशेष परिवर्तन संकल्प कौन-सा चाहिए? जिससे हर सेकेण्ड की पढाई हर अमूल्य बोल की धारणा से हर

सेकेण्ड वर्तमान और भविष्य श्रेष्ठ प्रालब्ध बन जाए। इसमें सदा यह परिवर्तन संकल्प चाहिए कि मैं साधारण स्टूडेन्ट नहीं, साधारण पढ़ाई नहीं लेकिन डॉयरेक्ट बाप रोज दूरदेश से हमको पढ़ाने आते हैं। भगवान के वर्शंस हमारी पढ़ाई है। श्री-श्री की श्रीमत् हमारी पढ़ाई है, जिस पढ़ाई का हर बोल पद्मों की कमाई जमा कराने वाला है। अगर एक बोल भी धारण नहीं किया, तो बोल मिस नहीं किया लेकिन पद्मों की कमाई अनेक जन्मों की श्रेष्ठ प्रालब्ध वा श्रेष्ठ पद के प्राप्ति में कमी की। ऐसा परिवर्तन संकल्प 'भगवान बोल रहे हैं', हम सुन रहे हैं। मेरे लिए बाप टीचर बनकर आये हैं। मैं स्पेशल लाडला स्टूडेन्ट हूँ – इसलिए मेरे लिए आये हैं। कहाँ से आये हैं, कौन आये हैं, और क्या पढ़ा रहे है? यही परिवर्तन श्रेष्ठ संकल्प रोज़ क्लास के समय धारण कर पढ़ाई करो। साधारण क्लास नहीं, सुनाने वाले व्यक्ति को नहीं देखो। लेकिन बोलने वाले बोल किसके हैं, उसको सामने देखो। व्यक्त में अव्यक्त बाप और निराकारी बाप को देखो। तो समझा – क्या परिवर्तन करना है। आगे चलो – पढ़ाई भी पढ़ली – अभी क्या करना है? अभी सेवा का पार्ट आया। सेवा में किसी भी प्रकार की सेवा चाहे प्रवृत्ति की, चाहे व्यवहार की, चाहे ईश्वरीय सेवा, प्रवृत्ति चाहे लौकिक सम्बन्ध हो, कर्मबन्धन के आधार से सम्बन्ध हो लेकिन प्रवृत्ति में सेवा करते परिवर्तन संकल्प यही करो – मरजीवा जन्म हुआ अर्थात् लौकिक कर्मबन्धन समाप्त हुआ। कर्मबन्धन समझकर नहीं चलो। कर्मबन्धन, कर्मबन्धन सोचने और कहने से ही बन्ध जाते हो। लेकिन यह लौकिक कर्मबन्धन का सम्बन्ध अब मरजीवे जन्म के कारण श्रीमत् के आधार पर सेवा के सम्बन्ध का आधार है। कर्मबन्धन नहीं, सेवा का सम्बन्ध है। सेवा के सम्बन्ध में वैरायटी प्रकार की आत्माओं का ज्ञान धारण कर, सेवा का सम्बन्ध समझ करके चलेंगे तो बन्धन में तंग नहीं होंगे। लेकिन अति पाप आत्मा, अति अपकारी आत्मा, बगुले के ऊपर भी नफरत नहीं, घृणा नहीं, निरादर नहीं लेकिन विश्व-कल्याणकारी स्थिति में स्थित हो रहमदिल बन तरस की भावना रखते हुए सेवा का सम्बन्ध समझकर सेवा करेंगे और जितने ही होपलेस केस की सेवा करेंगे तो उतने ही प्राइज़ के अधिकारी

बनेंगे। नामीग्रामी विश्व-कल्याणकारी गाये जायेंगे। पीसमेकर की प्राइज़ लेंगे। तो प्रवृत्ति में कर्मबन्धन के बजाए सेवा का सम्बन्ध है - यह परिवर्तन संकल्प करो। लेकिन सेवा करते-करते अटैचमेंट में नहीं आ जाना। कभी डॉक्टर भी पेशेन्ट की अटैचमेंट में आ जाते हैं।

सेवा का सम्बन्ध अर्थात् त्याग और तपस्वी रूप। सच्ची सेवा के लक्षण यही त्याग और तपस्या है। ऐसे ही व्यवहार में भी डॉयरेक्शन प्रमाण निमित्त मात्र शरीर निर्वाह लेकिन मूल आधार आत्मा का निर्वाह, शरीर निर्वाह के पीछे आत्मा का निर्वाह भूल नहीं जाना चाहिए। व्यवहार करते शरीर निर्वाह और आत्म निर्वाह दोनों का बैलेन्स हो। नहीं तो व्यवहार माया जाल बन जायेगा। ऐसी जाल जो जितना बढ़ाते जायेंगे उतना फंसते जायेंगे। धन की वृद्धि करते हुए भी याद की विधि भूलनी नहीं चाहिए। याद की विधि और धन की वृद्धि दोनों साथ-साथ होना चाहिए। धन की वृद्धि के पीछे विधि को छोड़ नहीं देना है। इसको कहा जाता है लौकिक स्थूल कर्म भी कर्मयोगी की स्टेज में परिवर्तन करो। सिर्फ कर्म करने वाले नहीं लेकिन कर्मयोगी हो। कर्म अर्थात् व्यवहार, योग अर्थात् परमार्थ। परमार्थ अर्थात् परमापिता की सेवा अर्थ कर रहे हैं। तो व्यवहार और परमार्थ दोनों साथ-साथ रहे। इसको कहा जाता है श्रीमत् पर चलने वाले कर्मयोगी। व्यवहार के समय परिवर्तन क्या करना है? मैं सिर्फ व्यवहारी नहीं लेकिन व्यवहारी और परमार्थी अर्थात जो कर रहा हूँ वह ईश्वरीय सेवा अर्थ कर रहा हूँ। व्यवहारी और परमार्थी कम्बाइंड हूँ। यही परिवर्तन संकल्प सदा स्मृति में रहे तो मन और तन डबल कमाई करते रहेंगे। स्थूल धन भी आता रहेगा। और मन से अविनाशी धन भी जमा होता रहेगा। एक ही तन द्वारा एक ही समय मन और धन की डबल कमाई होती रहेगी। तो सदा यह याद रहे कि डबल कमाई करने वाला हूँ। इस ईश्वरीय सेवा में सदा निमित्त मात्र का मंत्र वा करनहार की स्मृति का संकल्प सदा याद रहे। करावनहार भूले नहीं। तो सेवा में सदा निर्माण ही निर्माण करते रहेंगे। अच्छा ....।

और आगे चलो, आगे चल अनेक प्रकार के व्यक्ति और वैभव अनेक

प्रकार की वस्तुओं से सम्पर्क करते हो। इसमें भी सदा व्यक्ति में व्यक्त भाव के बजाए आत्मिक भाव धारण करो। वस्तुओं वा वैभवों में अनासक्त भाव धारण करो तो वैभव और वस्तु अनासक्त के आगे दासी के रूप में होगी और आसक्त भाव वाले के आगे चुम्बक की तरह फंसाने वाली होगी। जो छुड़ाना चाहो तो भी छूट नहीं सकते। इसलिए व्यक्ति और वैभव में आत्म भाव और अनासक्त भाव का परिवर्तन करो।

और आगे चलो – कोई भी पुरानी दुनिया के आकर्षणमय दृश्य अल्पकाल के सुख के साधन यूज करते हो वा देखते हो तो उन साधनों वा दृश्य को देख कहाँ-कहाँ साधना को भूल साधन में आ जाते हो। साधनों के वशीभूत हो जाते हो। साधनों के आधार पर साधना – ऐसे समझो जैसे रेत के फाउन्डेशन के ऊपर बिल्डिंग खड़ी कर रहे हो। उसका क्या हाल होगा? बार-बार हलचल में डगमग होंगे। गिरा कि गिरा यही हालत होगी। इसलिए यही परिवर्तन करो कि साधन विनाशी और साधना अविनाशी। विनाशी साधन के आधार पर अविनाशी साधना हो नहीं सकती। साधन निमित्त मात्र हैं, साधना निर्माण का आधार है। तो साधन को महत्व नहीं दो साधना को महत्व दो। तो सदा ये समझो कि मैं सिद्धि स्वरूप हूँ न कि साधन स्वरूप। साधना सिद्धि को प्राप्त करायेगी। साधनों की आकर्षण में सिद्धि स्वरूप को नहीं भूल जाओ। हर लौकिक चीज़ को देख, लौकिक बातों को सुन, लौकिक दृश्य को देख, लौकिक को अलौकिक में परिवर्तन करो अर्थात् ज्ञान-स्वरूप हो हर बात से ज्ञान उठाओ। बात में नहीं जाओ, ज्ञान में जाओ तो समझा, क्या परिवर्तन करना है। अच्छा ...।

और आगे चलो – अभी बाकी क्या रह गया! अभी सोना रह गया। सोना अर्थात् सोने की दुनिया में सोना। सोने को भी परिवर्तन करो। बेड पर नहीं सोओ। लेकिन कहाँ सोयेंगे। बाप के याद की गोदी में सोयेंगे। फरिश्तों की दुनिया में स्वप्नों में सैर करो तो स्वप्न भी परिवर्तन करो और सोना भी परिवर्तन करो। आदि से अन्त तक परिवर्तन करो। समझा – कैसे परिवर्तन शक्ति यूज करो।

इस नये वर्ष की सौगात परिवर्तन शक्ति की सौगात है। स्व परिवर्तन और विश्व परिवर्तन इसी गिफ्ट की लिफ्ट से विश्व के परिवर्तन का समय समीप लायेंगे। नये साल की मुबारक तो सब देते हैं लेकिन बापदादा नये वर्ष में सदा तीव्र पुरुषार्थी बनने की नवीनता की इन-एडवांस मुबारक दे रहे हैं। नया वर्ष, नये संस्कार, नया स्वभाव, नया उमंग उत्साह, विश्व को नया बनाने का श्रेष्ठ संकल्प, सर्व को मुक्ति-जीवनमुक्ति का वरदान देने का सदा श्रेष्ठ संकल्प ऐसे नवीनता की मुबारक हो, बधाई हो। पुराने संस्कारों, पुरानी चाल, पुरानी ढाल, पुराने की विदाई की बधाई हो। अच्छा ...।

ऐसे हर कर्म में परिवर्तन शक्ति द्वारा स्व परिवर्तन और विश्व परिवर्तन करने वाले, हर सेकेण्ड, हर संकल्प, हर कर्म नया अर्थात् गोल्डन एज करने वाले श्रेष्ठ अर्थात् सतोप्रधान करने वाले, नये वर्ष में स्व में और विश्व में नया चमत्कार दिखाने वाले जो अब तक असम्भव समझ रहे हैं स्व के प्रति वा विश्व के प्रति, उस असम्भव को सहज सम्भव करने वाले, ऐसे सदा सफलतामूर्त श्रेष्ठ सिद्धि स्वरूप आत्माओं को बापदादा का याद-प्यार और नमस्ते।

(31.12.1970)

महान आत्माओं का कर्त्तव्य भी महान होना चाहिए। सारे दिन की दिनचर्या में यह चेक करो कि महान आत्मा होने के नाते से सारे दिन के अन्दर आज कौन-सा महान कर्त्तव्य किया? महादानी बने? वैसे भी महान आत्माओं का कर्त्तव्य दान पुण्य होता है। तो यह सभी से महान आत्मायें कहलाने वाले हैं। तो आज सारे दिन में कितने को दान दिया और कौन-सा दान दिया? जैसे महान आत्माओं का भोजन, खान-पान आदि महान होता है। वैसे देखना है आज हमारी बुद्धि का भोजन महान रहा? शुद्ध भोजन स्वीकार किया? जैसे देखो, महान आत्मा कहलाने वाले अशुद्ध भोजन स्वीकार करते हैं तो उनको देखकर के सभी क्या कहते हैं? कहेंगे यह महान आत्मा है? तो अपने को आप ही चेक करो कि आज हमने बुद्धि द्वारा

कोई भी अशुद्ध संकल्प का भोजन तो नहीं पान किया? महान आत्माओं का आहार-विहार यही तो देखा जाता है। तो आज सारे दिन में बुद्धि का आहार कौन-सा रहा? अगर कोई अशुद्ध संकल्प वा विकल्प वा व्यर्थ संकल्प भी बुद्धि ने ग्रहण किया तो समझना चाहिए कि आज मेरे आहार में अशुद्धि रही। जो महान आत्मा होते हैं उनके हर व्यवहार अर्थात् चलन से सर्व आत्माओं को सुख का दान देने का लक्ष्य होता है। वह सुख देता और सुख लेता है। तो ऐसे अपने आप को चेक करो कि महान आत्मा के हिसाब से आज के दिन कोई को भी दु:ख दिया वा लिया तो नहीं? पुण्य का कार्य क्या होता है? पुण्य अर्थात् किसको ऐसी चीज देना जिससे उस आत्मा से आशीर्वाद निकले। इसको कहते हैं पुण्य का कर्त्तव्य। जिसको सुख देंगे उसके अन्दर से आप के प्रति आर्शीवाद निकलेगी। तो यह है पुण्य का काम। और मुख्य लक्षण है अहिंसा। आप सारे दिन में यह भी चेक करना कि कोई हिंसा तो नहीं की? कौन-सी हिंसा होती है, जिसको चेक करना है? आप अपने को डबल अहिंसक कहलाती हो ना। मनसा में अपने संस्कारों से युद्ध भी बहुत चलती है। तो माया को मारने की हिंसा करते हो ना। युद्ध होते हुए भी इसको अहिंसा क्यों कहते हैं? क्योंकि इस युद्ध का परिणाम सुख और शान्ति का निकलता है। हिंसा अर्थात् जिससे दु:ख-अशान्ति की प्राप्ति हो। लेकिन इससे शान्ति और सुख की वा कल्याण की प्राप्ति होती है इसलिए इसको हिंसा नहीं कहते हैं। तो डबल अहिंसक ठहरे। तो महान आत्माओं का यह जो लक्षण गाया हुआ है वह भी देखना है। आज के सारे दिन में किसी भी प्रकार की हिंसा तो नहीं की। अगर कोई शब्द द्वारा किसकी स्थिति को डगमग कर देते हैं तो यह भी हिंसा हुई। जैसे तीर द्वारा किसको घायल करना हिंसा हुई ना। इस प्रकार अगर कोई शब्द द्वारा कोई की ईश्वरीय स्थिति को डगमग अर्थात् घायल कर दिया तो यह हिंसा हुई ना। असली सतोप्रधान संस्कार वा जो अपने ओरीजनल ईश्वरीय संस्कार आत्मा के हैं उनको दबाकर दूसरे संस्कारों को प्रैक्टिकल में लाते हैं तो मानो जैसे कि किसका गला

दबाया जाता है तो वह हिंसा मानी जाती है। तो अपने ओरीजनल अथवा सतोप्रधान स्थिति के संस्कारों को दबाना - यह भी हिंसा है। समझा।

(18.04.1971)

जैसे जो विशेष सर्विस की स्टेज पर आने वाले हैं उन को अपने हर कार्य को सैट करने का, अनुभव करने का प्लैन बनाना पड़ता है ना? वैसे ही अमृतवेले अपने पुरुषार्थ की उन्नति का प्लैन सैट करना है। आज किस विषय पर वा किस कमजोरी पर विशेष अटेन्शन देकर इसकी परसेन्टेज बढ़ावे। हर-एक अपनी हिम्मत के अनुसार वह प्लैन-बुद्धि में रखे कि आज के दिन में क्या प्रैक्टिकल में लावेंगे और कितनी परसैन्टेज तक इस बात को पुरुषार्थ में लायेंगे? अपनी दिनचर्या के साथ यह सैट करो और फिर रात को यह चैक करो कि अपनी सैट की हुई प्वॉइन्ट को कहाँ तक प्रैक्टिकल में और कितनी परसैन्टेज तक धारण कर सके? यदि नहीं कर सके तो उसका कारण? और किया तो किस-किस विशेष युक्ति से अपने में उन्नति का अनुभव किया? यह दोनो रिजल्ट सामने लानी चाहिये और अगर देखते हो कि जो आज का लक्ष्य रखा था उस में उतनी सफलता नहीं हुई वा जितना प्लैन बनाया उतना प्रैक्टिकल नहीं हो पाया तो उसको छोड़ नहीं देना चाहिये।

जैसे स्थूल कार्य में लक्ष्य रखने से अगर किसी कारण वश वह अधूरा हो जाता है तो उसको सम्पन्न करने का प्रयत्न करते हो ना? वैसे ही रोज के इस कार्य को लक्ष्य रखते हुए सम्पन्न करना चाहिए। एक बात में विशेष अटेन्शन होने से विशेष बल मिलेगा। कोई भी कार्य करते हुए स्मृति आवेगी और स्मृति-स्वरूप भी हो ही जावेंगे। जैसे एक्स्टर्नल नॉलेज में भी अगर कोई पाठ पक्का किया जाता है तो जैसे उसको दोबारा, तीसरी बार, चौथी बार पक्का किया जाता है और उसे छोड नहीं दिया जाता, तो ऐसे ही इसमें भी अपना लक्ष्य रख कर एक-एक बात को पूरा करते जाओ। इसमें अलबेलापन नहीं चाहिए। सोच लिया, प्लैन बना लिया,

लेकिन प्रैक्टिकल करने में यदि कोई परिस्थिति सामने आवे तो संकल्प की दृढ़ता होगी कि करना ही है तो उतनी ही दृढ़ता सम्पूर्णता के समीप लावेगी। वर्तमान समय प्लैन भी है लेकिन इसमें कमी क्या है? दृढ़ता की। दृढ़ संकल्प नहीं करते हो। विशेष रूप में अटेन्शन देकर दिखावे की वह कमजोरी है। महारथियों को अर्थात् सर्विसएबल श्रेष्ठ आत्माओं को सर्विस के साथ सैल्फ-सर्विस का भी अटेन्शन चाहिए।

एक है सैल्फ-सर्विस दूसरी विश्व-कल्याण के प्रति सर्विस। क्या दोनों का बैलेन्स ठीक रहता है? अभी इस प्रमाण अपने श्रेष्ठ संकल्प को प्रैक्टिकल में लाओ। सिर्फ सोचो नहीं। जैसे लोगों को भी कहते हो ना कि सोचते-सोचते समय न बीत जाए। इसी प्रकार अपनी उन्नति के प्लैन सोचने के साथ-साथ प्रैक्टिकल में दृढ़-संकल्प से करो। अगर रोज एक विशेषता को सामने रखते हुए अपने प्लैन को प्रैक्टिकल में लाओ तो थोड़े ही दिनों में अपने में महान अन्तर महसूस होगा। इस विशेष वरदान भूमि में अपनी उन्नति के प्रति भी कुछ प्लैन बनाते हो वा सिर्फ सर्विस करके, मीटिंग कर के चले जाते हो। **अपनी उन्नति के लिए रात का समय तो सभी को है।** जब विशेष सर्विस प्लैन प्रैक्टिकल में लाते हो तो क्या उन दिनों में निद्राजीत नहीं बनते हो? **अपनी उन्नति के प्रति अगर निद्रा का भी त्याग किया तो क्या समय नहीं मिल सकता है? यहाँ तो और कार्य ही क्या है?** जैसे और प्लैन्स बनाते हो वैसे अपनी उन्नति के प्रति भी कोई विशेष प्लैन प्रैक्टिकल में लाना चाहिए। यहाँ जो भी उन्नति का साधन प्रैक्टिकल में लावेंगे सभी तरफ से सहयोग की लिफ्ट मिलेगी। जो लक्ष्य रखते हो इस प्रमाण प्रैक्टिकल में लक्षण नहीं हो पाते, जब कि कारण को भी और निवारण को भी समझते हो?

नॉलेजफुल तो हो गए हो बाकी कमी क्या है जो कि प्रैक्टिकल में नहीं हो पाता? पॉवरफुल न होने के कारण नॉलेज को प्रैक्टिकल में नहीं कर पाते हो। पॉवरफुल बनने के लिए क्या करना पड़े?—प्रैक्टिकल प्लैन बनाओ। अगर अभी तक आप लोग ही तैयार होंगे तो आप लोगों की वंशावली कब तैयार होगी? प्रजा

कब तैयार होगी? इस बारी प्रैक्टिकल में कुछ करके दिखाना। पुरुषार्थ में हर-एक के बहुत अच्छे अनुभव होते हैं। जिस अनुभव के लेन-देन से एक-दूसरे की उन्नति के साधन सुनते अपने में भी बल भर जाता है। ऐसा क्लास कभी करते हो?

(17.05.1973)

जैसे टेप में भी पहले भर कर फिर देखते हैं और सुनते हैं कि देखें कैसा भरा है, ठीक है या नहीं? वैसे ही क्या आप भी साक्षी हो कर देखते हो? देखने से क्या लगता है? अपने आप को जंचता है कि ठीक भरा है? या अपने आपको देखते हुए सोचते हो की इससे अच्छा भरना चाहिए। रिजल्ट तो देखते हो ना? जो समझते हैं कि सदैव अपने आप को साक्षी होकर रोज चेक करते हैं कि कभी भी चेक करना मिस नहीं होता है, वह हाथ उठाओ? (थोड़ों ने हाथ उठाया)। अभी चेकर ही नहीं बने हो? जो चेकर न बना है वह मेकर क्या बनेंगे? भूल जाते हो क्या? टाईम ऊपर-नीचे हो जाये यह हो सकता है लेकिन भूल जाये यह हो नहीं सकता। तो आत्मा की दिनचर्या जो अमृतवेले बनाते हो, फिक्स करते हो वह चेक करना क्यों भूल जाते हो? या फिक्स करना ही नहीं आता है? आत्मा को दिनचर्या फिक्स करनी आती है? यह तो बहुत कॉमन बात है। इस कॉमन नियम पर भी अगर विस्मृत है तो इससे क्या सिद्ध होता है कि आत्मा अभी तक भी निर्बल है। **जो अपने आपको ईश्वरीय नियम, ईश्वरीय मर्यादाओं में नहीं चला सकते वह क्या विश्व की मर्यादापूर्वक लॉफुल राज्य को चला सकेंगे?** जो संगमयुगी राज्य-पद के अधिकारी न बने हैं वह भविष्य राज्य-पद कैसे पा सकते हैं? इस संगठन की टीचर्स कौन हैं? इतनी कम रिजल्ट की जिम्मेवार कौन? क्या आये हुए टीचर स्वयं चेकर हैं? कोई हिम्मत से नहीं उठाती है। अगर अभी-अभी विश्व-युद्ध छिड़ जाये तो? किसी ने कहा कि उसी समय खड़े हो जावेंगे, अगर समय पर खड़े हो जायेंगे तो इसको क्या कहा जायेगा? प्रकृति के आधार पर जो पुरूष चले तो उस पुरूष को क्या कहा जाता है? समय भी प्रकृति है ना? तो यदि

पुरूष प्रकृति के आधार पर चलने वाला हो तो उसको क्या पास विद् ऑनर कहा जायेगा? समय का धक्का लगने से जो चल पड़े उसको क्या कहा जायेगा? क्या यही सोचा है, कि धक्के से चलने वाले बनेंगे? वर्तमान संगठन तो बहुत कमजोर है। मैजॉरिटी कमजोर है। अच्छा फिर भी बीती सो बीती, लेकिन अभी से आप अपने आप को परिवर्तन कर लो। अभी फिर भी समय है (बहुत थोड़ा), अभी तो बाप-दादा और सहयोगी श्रेष्ठ आत्मायें आप पुरूषार्थी आत्माओं को एक का हज़ार गुना सहयोग देकर, सहारा देकर, स्नेह देकर और सम्बन्ध के रूप में बल देकर आगे बड़ा सकते हैं। लेकिन थोड़े समय के बाद यह बातें अर्थात् लिफ्ट का मिलना भी बन्द हो जायेगा। इसलिए अभी जो-कुछ भी लेना चाहो वह ले सकते हैं। फिर बाद में बाप के रूप का स्नेह बदल कर सुप्रीम जस्टिस का रूप हो जावेगा। **(30.05.1973)**

भिन्न-भिन्न प्रकार की कम्पलेन्ट्स करते रहते हो—योग नहीं लगता, व्यर्थ संकल्प बहुत आते हैं या फलानी शक्ति धारण नहीं कर सकते। इन कम्पलेन्ट्स का कारण क्या है-व्यर्थ संकल्प। मुख्य कम्पलेन्ट मेजॉरिटी की यह दिखाई देती है। दूसरी मुख्य कम्पलेन्ट है—वृत्ति और दृष्टि चंचल होती है। यह दोनों कम्पलेन्ट्स तब तक हैं, जब तक रोज की मुरली द्वारा जो डायरेक्शन्स मिलती रहती है उन डायरेक्शन्स को अर्थात् मुरली को ध्यान से सुनकर और धारण नहीं करते हैं। व्यर्थ संकल्प चलने का मूल कारण यह है जो ज्ञान का खजाना हर रोज बाप द्वारा मिलता है उस खजाने की कमी है। अगर सारा समय ज्ञान-रत्नों से खेलने में व ज्ञान खजाने को देखने में, सुमिरण करने में बुद्धि को बिजी रखो, तो क्या व्यर्थ संकल्प आ सकते हैं? पहले अपने आप से पूछो कि क्या मेरी बुद्धि सारा दिन ज्ञान के सुमिरण में व विश्व-कल्याण के प्लेन्स बनाने में बिजी रहती है?

जैसे लौकिक रीति में भी कोई कार्य में बुद्धि बिजी रहती है तो दूसरे संकल्प व दूसरी बातें नहीं आती हैं, क्योंकि बुद्धि बिजी है। आप लोगों को भी

जिम्मेवारी व बाप द्वारा जो कार्य मिला है वह कितना बड़ा है और अब तक भी कार्य कितना रहा हुआ है? अभी विश्व की टोटल आत्माओं के हिसाब से पाँच पाण्डव निकले हो। इतना रहा हुआ कार्य और साथ-साथ अपने विकर्मो को भस्म करने का कार्य है। कितने जन्मों के बोझ को भस्म करना है? 63 जन्मों के पाप-कर्मो के खाते को भस्म करना है। साथ-साथ ज्ञान के खजाने को सुमिरण करते रहो तो क्या समय बच सकता है या कम पड़ेगा? तीन बातें सुनाई—एक तो ज्ञान खजाने के सुमिरण करने का कार्य, दूसरा विकर्म भस्म करने का कार्य, तीसरा विश्व के कल्याण का कार्य- ये तीनों ही विशेष और बेहद के कार्य हैं। इतना बुद्धि का काम होते हुए भी, बुद्धि फ्री कैसे रहती है? फुर्सत कैसे मिलती है आप लोगों को? विश्व के कल्याण का कार्य समाप्त कर लिया है क्या? विकर्म भस्म कर लिए हैं क्या? इतनी कारोबार चलाने वाले व इतने बड़े कार्य के निमित्त बनी हुई आत्मायें फ्री रहें तो उसको क्या कहा जाये? अपने कार्य की नॉलेज नहीं व स्वयं को चलाने की नॉलेज नहीं, या अपनी दिनचर्या को सेट करने की नॉलेज नहीं। आजकल कौरव गर्वनमेंट के छोटे-छोटे क्लर्क भी टाइम टेबल सेट कर सकते हैं तो क्या आप मास्टर नॉलेजफुल, मास्टर सर्वशक्तिवान् अपना टाइम टेबल सेट नहीं कर सकते? क्योंकि आप स्वयं को अपनी सीट पर सेट नहीं करते हो इसीलिए अपसेट होते हो।

अत: रोज अमृतवेले बाबा से मिलन मनाने के बाद व रुह-रुहान करने के बाद रोज का टाइम टेबल सेट करो। जैसे स्थूल काम का प्रोग्राम सेट करते हो वैसे व्यवहार के साथ परमार्थ का प्रोग्राम भी सेट करो। व्यर्थ संकल्प चलना अर्थात् ताजधारी नहीं बने हो। 'ताज है जिम्मेवारी का'। स्वयं की जिम्मेवारी और विश्व की जिम्मेवारी। अगर अब भी बार-बार ताज को ऊतार देते हो व ताजधारी नहीं बन सकते हो तो भविष्य में ताजधारी कभी बन नहीं सकते। अभी से प्रैक्टिस चाहिए भविष्य ताजधारी और तख्तधारी बनने की। साक्षीपन का तख्त और बापदादा के दिल का तख्त। तो अभी से ताज और तख्तधारी बनेंगे तब भविष्य में

भी ताज और तख्त प्राप्त कर सकेंगे। अपना टाइम टेबल सेट करो व स्वयं-ही-स्वयं का शिक्षक बन स्वयं को होम वर्क दो। जैसे शिक्षक स्टुडेण्ट को होम वर्क देते हैं ना? इसमें बुद्धि बिजी रहे। इस प्रकार रोज अपने को होम वर्क दो और फिर साक्षी होकर चैक करो कि होम वर्क में बिजी हैं या माया के आकर्षण में होम वर्क भूल गये हैं? तो फिर कम्पलेन्ट समाप्त हो जावेगी।

(11.07.1974)

ब्राह्मण बच्चों की साधारण रीति से दिनचर्या बीते वह आजकल के समय प्रमाण न होना चाहिये, नहीं तो वह प्रभाव बढ़ जायेगा। इसलिये विशेष रीति से वातावरण को याद की यात्रा से पॉवरफुल बनाने में सब बच्चों का अटेन्शन खिंचवाना चाहिए। अपने को उस दुनिया के वातावरण से कैसे बचा सकें? वह स्टेज क्या है? कर्म योगी होते हुए भी योगीपन की स्टेज किसको कहा जाता है? इसी प्रकार की प्वाइन्ट्स के ऊपर अब विशेष अटेन्शन देना है। क्योंकि अब ड्रामानुसार चारों ओर बड़ी-बड़ी सर्विस करने का टाइम कुछ समय के लिये मर्ज है ना। बड़े-बड़े प्रोग्राम्स बाहर के नहीं कर पाते हो-तो टीचर्स फ्री हुई-बाहर की सर्विस नहीं तो बाकी रही सेन्टर्स पर आने वालों की सेवा। बाहर की सर्विस से बुद्धि फ्री है। नहीं तो कहते हैं बहुत बिजी रहते हैं – प्लैन्स बनाना, मंथन करना। लेकिन अब तो वह भी नहीं है। तो अब याद की यात्रा की सब्जेक्ट के ऊपर ज्यादा अटेन्शन देना है। कोई-न-कोई प्रोग्राम हर सेन्टर पर चलना चाहिए-जो आने वालों में बल भर जाये। ऐसे समय पर वह भी न्यारे रहे, साक्षी होकर समस्या का सामना करें। उसके लिये याद का बल चाहिए। तो जब तक बाहर की सर्विस का, नये-नये प्लैन्स का फोर्स कम है तो कोई प्वाइन्ट का जोर होना चाहिए। नहीं तो फ्री होकर फिर व्यर्थ का साइड ज्यादा हो जायेगा। सर्विस में बिजी रहने से व्यर्थ की बातों से बचे रहते हैं। अभी वह सर्विस का स्कोप कम है, तो ज़रूर समय बचेगा-वह फिर व्यर्थ वातावरण में समय जायेगा। इसलिये ब्राह्मणों को खबरदार, होशियार करने

के लिये व स्वयं की सेफ्टी के लिये कुछ ऐसी प्वाइन्ट्स व क्लासेज के प्रोग्राम्स बनाओ, जिससे वह यह समझें कि हमें मधुबन लाइट हाऊस से विशेष लाइट आ रही है।

(03.08.1975)

शुभ चिन्तन के लिए कितना अथाह खज़ाना मिला है, उस को जानते हो ना? अखुट खज़ाना है ना? 'शुभ चिन्तन अर्थात् समर्थ संकल्प'। तो समर्थ और व्यर्थ, दोनों इकट्ठे नहीं रह सकते। जैसे रात और दिन इकट्ठे नहीं होते। अमृतवेले उठते और आँखें खोलते ही, क्या शुभ संकल्प वा चिन्तन करना है, यह भी बाप ने सुना दिया है। जैसे अमृतवेले शक्तिशाली बाप के स्नेह सहित शुभ संकल्प करेंगे, वैसा ही सारे दिन पर प्रभाव पड़ेगा, क्योंकि अमृतवेला आदि काल है; सतो प्रधान समय है। बाप द्वारा बच्चों को विशेष वरदानों वा विशेष सहयोग का समय है। इसलिए अमृतवेले के पहले संकल्प का आधार, सारे दिन की दिनचर्या पर होता है। जैसे गायन है - 'ब्रह्मा ने संकल्प से सृष्टि रची', संकल्प का इतना महत्व दिखाया हुआ है। ब्रह्मा आदि काल में रचना रचते हैं। वैसे तुम ब्राह्मण आदि काल अर्थात् अमृतवेले, जैसा संकल्प रचेंगे, वैसा ही सारे दिन की दिनचर्या रूपी सृष्टि ऑटोमेटिकली (स्वत:) होती रहेगी।

ब्राह्मणों का पहला संकल्प कौन-सा है? उस समय कौन-सी स्टेज होती है? बाप समान स्थिति में स्थित हो मिलते हो ना? आँख खोलते, कौन-सा संकल्प आता है? बाप के सिवाए और कोई दिखाई देता है? जब गुडमार्निंग करते हो, तो बच्चा समझ बाप को गुड मार्निंग करते हो ना? तो बच्चा अर्थात् मालिक। और बाप भी बच्चों को क्या रेसपांड (जवाब) करते हैं – 'बालक सो मालिक बच्चे'। बाप के भी सिरताज बच्चे। तो पहला ही संकल्प समर्थ हुआ ना। पहली मुलाकात बाप से होती है और पहले मिलन में बाप हर रोज़, 'समान भव' का वरदान देता है। जिसमें सब वरदान समाये हुए हैं। तो जिसका आरम्भ ही इतना महान हो तो उनका

सारा दिन कैसा होगा? व्यर्थ हो सकता है?

लेकिन ऐसी श्रेष्ठ मुलाकात सदा कौन कर सकता है? जिसका संकल्प भी बाबा और संसार भी बाबा है। ऐसे बाप के समीप बच्चों की मुलाकात समीप से होती है। नहीं तो समीप की मुलाकात नहीं, लेकिन सामने की मुलाकात होती है। सब बच्चे, मुलाकात जरूर करते हैं, लेकिन (1) नम्बर वन बच्चे समान स्वरूप से, समीप अर्थात् साथ का अनुभव करते हैं, साथ भी इतना जैसे कि दो नहीं, लेकिन एक हैं। (2) सेकेण्ड नम्बर, बाप के स्नेह को, बाप के वरदानों को, बाप के मिलन को, समान स्वरूप से नहीं, लेकिन समान बनने के शुभ संकल्प स्वरूप होकर मिलते हैं। सम्मुख का अनुभव अर्थात् बाप से सर्व प्राप्ति हो रही हैं, ऐसी अनुभूति करते हैं। तो फर्स्ट नम्बर, समान बनकर मिलते; सेकेण्ड नम्बर, समान बनने के संकल्प से मिलते हैं। तीसरे नम्बर की तो बात ही नहीं पूछो। (3) तीसरे नम्बर वालों की लीला, विचित्र होती है। अभी-अभी बच्चा बन मिलेंगे, और अभी-अभी मांगने वाले बन जायेंगे। बहुरूपी होते हैं, कब किस रूप में मिलेंगे, कब किस रूप में। तो बच्चों में भी मिलन मनाने में नम्बर वार हो जाते हैं।

लेकिन जिनका संकल्प सदा श्रेष्ठ है अर्थात् बाप के समान-स्वरूप का मिलन है, उन्हों का अमृतवेले का पहला संकल्प सारे दिन की दिनचर्या पर प्रभाव डालता है। ऐसी आत्मायें, निरन्तर शुभ चिन्तन में स्वत: ही रहती हैं। सेकेण्ड नम्बर स्वतः नहीं रहते, लेकिन बार-बार अटेंशन रखने से शुभ चिन्तन में रहते। तीसरा नम्बर शुभ चिन्तन और व्यर्थ चिन्तन दोनों युद्ध में रहते, कब विजयी, कब दिलशिकस्त हो जाते। सदा शुभ चिन्तन में रहो। उसका साधन सुनाया - 'आदि काल का समर्थ संकल्प'। ऐसे शुभ चिन्तन में रहने वाला, सारे दिन में, सम्बन्ध-सम्पर्क में आई हुई आत्मा प्रति सदा शुभ चिन्तक रहता है। कैसी भी कोई आत्मा, चाहे सतोगुणी, चाहे तमोगुणी सम्पर्क में आवे, लेकिन सभी के प्रति शुभ-चिन्तक अर्थात् अपकारी के ऊपर भी उपकार करने वाले। कभी किसी आत्मा के प्रति घृणा दृष्टि नहीं होगी, क्योंकि जानते हैं कि अज्ञान के वशीभूत हैं। अर्थात् बेसमझ

बच्चा है। बेसमझ बच्चे के कोई भी कर्म पर घृणा नहीं होती है, और ही बच्चे के ऊपर रहम, वा स्नेह आयेगा। ऐसा शुभ चिन्तक सदैव अपने को विश्व-परिवर्तक, विश्व-कल्याणकारी समझते हुए आत्माओं के ऊपर रहम दिल होने के कारण, घृणा भाव नहीं, लेकिन सदा शुभ भाव और भावना रखेंगे। इसी कारण सदा शुभ चिन्तक होंगे। इसने ऐसा क्यों किया, यह नहीं सोचेंगे, लेकिन इस आत्मा का कल्याण कैसे हो, वह सोचेंगे। ऐसी शुभ चिन्तक स्टेज सदा होती है? अगर शुभ चिन्तन नहीं, तो शुभ चिन्तक भी नहीं। दोनों का सम्बन्ध है। ऐसे सम्पन्न बनने के लक्ष्य रखने वाले, इन दोनों लक्षण को धारण करो। समझा? अगर व्यर्थ संकल्प चलेंगे, तो शुभ चिन्तन की स्टेज ठहर नहीं सकेगी। इसलिए अपनी चैतन्य शक्ति को देखो। शुभ चिन्तक बनने का अभ्यासी बनो, आपकी ही शक्तियां हैं ना!

(11.05.1977)

आज अमृतवेले बाप-दादा चारों ओर के बच्चों के पास चक्कर लगाने निकले। क्या देखा? मधुबन वरदान भूमि में, खुशी-खुशी से आये हुए बच्चे, इस ही मिलन की खुशी में और सब बाते भूले हुए हैं। हरेक नम्बरवार पुरुषार्थ अनुसार वरदान प्राप्त करने के उमंग, उत्साह में थे। और सब तरफ चक्कर लगाते हुए क्या देखा? मैजारिटी (अधिकतर) का शरीर भल अपने-अपने स्थान पर है, लेकिन मन की लगन मधुबन तरफ है। अव्यक्त रूप से योगयुक्त बच्चे मधुबन में ही अपने को अनुभव करते हैं। चारों ओर स्वरूप चात्रक समान दिखाई दे रहा था। याद की यात्रा के चार्ट में क्या दिखाई दिया? पोजीशन (मर्तबा) और अपोजीशन (विरोध) दोनों का खेल देखा था। यथा शक्ति हरेक अपने पोजीशन पर स्थित रहने का प्रयत्न बहुत करते, लेकिन माया की अपोजीशन, एक रस स्थिति में स्थित होने में विघ्न-स्वरूप बन रही थी। इसका कारण क्या? (1) एक तो सारे दिन की दिनचर्या पर बार-बार अटेंशन की कमी है। (2) दूसरा शुद्ध संकल्प का खजाना जमा न होने कारण व्यर्थ संकल्पों में ज्यादा समय व्यतीत करते हैं। मनन शक्ति बहुत कम

है। (3) तीसरा, किसी भी प्रकार की छोटी-छोटी परिस्थितियाँ जो हैं कुछ भी नहीं, उन छोटी सी बातों की कमज़ोरी का कारण बहुत बड़ा समझ, उसको मिटाने में टाईम बहुत वेस्ट (समय व्यर्थ) करते हैं। कारण क्या? समय प्रति समय जो अनेक प्रकार की परिस्थितियों को पार करने की युक्तियाँ सुनते हैं, वह उस समय घबराने के कारण स्मृति में नहीं आती हैं। (4) चौथा अपने ही स्वभाव संस्कार, जो समझते भी हैं कि नहीं होने चाहिए, बार-बार उन स्वभाव-संस्कार के वशीभूत होने से धोखा भी खा चुके हैं, लेकिन फिर भी रचता कहलाते हुए भी, वशीभूत हो जाते हैं। अपने अनादि, आदि संस्कार बार-बार स्मृति में नहीं लाते हैं। इस कारण संस्कार स्वभाव मिटाने की समर्थी नहीं आ सकती हैं। ऐसे चारों ही प्रकार के योद्धा देखे। योद्धा शब्द सुनकर हँसी आती है। और जिस समय प्रेक्टीक्ल एक्ट (व्यवहारिक कर्म) में आते हो, उस समय हँसी आती है? बाप-दादा को ऐसा खेल देखते हुए, बच्चों पर रहम और कल्याण का संकल्प आता है। अब तक मैजारिटी व्यर्थ संकल्पों की कम्प्लेन (शिकायत) बहुत करते हैं। व्यर्थ संकल्प के कारण तन और मन दोनों कमज़ोर हो जाते हैं। व्यर्थ संकल्प का कारण क्या? सुनाया था, अपनी दिनचर्या को सेट करना नहीं आता।

अमृतवेले रोज़ की दिनचर्या, तन की और मन को सेट करो। जैसे तन की दिनचर्या बनाते हो कि सारे दिन में यह-यह कर्म करना है, वैसे अपने स्थूल कार्य के हिसाब से, मन की स्थिति को भी सेट करो। जैसे अमृतवेले याद की यात्रा का समय सेट है, तो ऐसे सुहावने समय पर, जबकि समय का भी सहयोग है, सतोप्रधान बुद्धि का सहयोग है, ऐसे समय पर मन की स्थिति भी सबसे पॉवरफुल स्टेज (शक्तिशाली स्थिति) की चाहिए। पॉवरफुल स्टेज अर्थात् बाप समान बीजरूप स्थिति। तो यह अमृतवेले का जैसा श्रेष्ठ समय है, वैसी श्रेष्ठ स्थिति होनी चाहिए। साधारण स्थिति में तो, कर्म करते भी रह सकते हो, लेकिन यह विशेष वरदान का समय है। इस समय को यथार्थ रीति यूज़ (प्रयोग) न करने का कारण, सारे दिन की याद की स्थिति पर प्रभाव पड़ता है। तो पहला अटेंशन – 'अमृतवेले की

पॉवरफुल स्थिति की सैटिंग करो’।

दूसरी बात, जब ज्ञान की गुह्य बातें सुनते हो, अर्थात् रेग्युलर स्टडी (नियमित अध्ययन) करते हो, उस समय जो प्वाइन्टस निकलती हैं, उस हर प्वाइन्ट को सुनते हुए, अनुभवी मूर्त्त होकर नहीं सुनते। ज्ञानी तू आत्मा हर बात के स्वरूप का अनुभव करती हैं। सुनना अर्थात् उस स्वरूप के अनुभवी बनकर सुनना। लेकिन अनुभवी मूर्त्त बनना बहुत कम आता है। सुनना अच्छा लगता है, गुह्य भी लगता है, खुश भी होते हैं, बहुत अच्छा खजाना मिल रहा है, लेकिन समाना अर्थात् स्वरूप बनना – इसका अभ्यास होना चाहिए। मैं आत्मा निराकार हूँ – यह बार-बार सुनते हो, लेकिन निराकार स्थिति के अनुभवी बनकर सुनो। जैसी प्वाइन्ट, वैसा अनुभव। परमधाम की बातें सुनो तो परमधाम निवासी होकर परमधाम की बातें सुनो। स्वर्गवासी देवताई स्थिति के अनुभवी बन, स्वर्ग की बातें सुनो। इसको कहा जाता है सुनना अर्थात् समाना। समाना अर्थात् स्वरूप बनना। अगर इसी रीति से मुरली सुनो तो शुद्ध संकल्प का खजाना जमा हो जायेगा। और इसी खजाने के अनुभव को बार-बार सुमिरण करने, सारा समय बुद्धि इसी में ही बिजी रहेगी। व्यर्थ संकल्पों से सहज किनारा हो जायेगा। अगर अनुभवी होकर नहीं सुनते, तो बाप के खजाने को अपना खजाना नहीं बनाते। इसीलिए खाली रहते हो। अर्थात् व्यर्थ संकल्पों को स्वयं ही जगह देते। और आगे बढ़कर सारी दिनचर्या में क्या-क्या कमी करते हो, वह फिर दूसरे दिन सुनायेंगे। पहले इन दो बातों को ठीक करो। ज्यादा डोज़ (खुराक) नहीं देते हैं।

(27.05.1977)

बाप-दादा बच्चों के सारे दिन की दिनचर्या को चेक करते हैं। रिजल्ट में समय प्रमाण ‘स्मृति स्वरूप’ का अभ्यास कम दिखाई देता है। स्मृति में है, लेकिन स्वरूप में आना नहीं आता है। समय होगा अमृतवेले का, जिस समय विशेष बच्चों के प्रति सर्वशक्तियों के वरदान का, सर्व अनुभवों के वरदान का, बाप समान

शक्तिशाली लाईट हाऊस, माइट हाऊस स्वरूप में स्थित होने का, मेहनत कम और प्राप्ति अधिक होने का गोल्डन समय है। उस समय भी जो मास्टर बीज रूप वरदानी स्वरूप की स्मृति होनी चाहिए, उसके बजाए, समर्थी स्वरूप के बजाए, बाप समान स्थिति का अनुभव करने के बजाए, कौन-सा स्वरूप धारण करते हैं? मैजारिटी उल्हाने देते या शिकायत करते हैं या दिलसिकस्त स्वरूप हो कर बैठते। वरदानी, विश्वकल्याणी स्वरूप के बजाए स्वयं के प्रति वरदान माँगने वाले बन जाते हैं। या अपनी शिकायतें या दूसरों की शिकायतें करेंगे। तो जैसा समय, वैसा स्मृति स्वरूप न होने से समर्थी स्वरूप भी नहीं बन पाते। इसी प्रकार से सारे दिन की दिनचर्या में, जैसा सुनाया कि समय प्रमाण स्वरूप धारण न करने के कारण सफ़लता नहीं हो पाती। प्राप्ति नहीं हो पाती। फिर कहते हैं – खुशी क्यों नहीं होती, इसका कारण क्या हुआ? 'मंत्र और यंत्र को भूल जाते हैं।'

(10.06.1977)

जो बाप की याद में रहते उनके ऊपर सदा बाप का हाथ हैं। सभी मोस्ट लकी हो। घर बैठे भगवान मिल जाये तो इससे बड़ा लक और क्या चाहिए। जो स्वप्न में न हो और साकार हो जाये तो और क्या चाहिए। बाप आप के पास पहले आया – पीछे आप आये हो। इसी अपने भाग्य का वर्णन करते सदा खुश रहो भगवान को मैंने अपना बना लिया। कहीं भी रहें लेकिन बाप का सदा साथ हर कर्म, हर दिनचर्या में सदा बाप के साथ का अनुभव करो।

(01.12.1978)

संगमयुग में समानता में समीप, भविष्य सम्बन्ध में भी समीप आत्मायें

सभी बच्चों को बाप-दादा द्वारा बुद्धि रूपी लिफ्ट की गिफ्ट मिली हुई है। गिफ्ट तो सबको मिली हुई है लेकिन उसको कार्य में लाना हरेक के ऊपर है। बहुत पॉवरफुल और बहुत सहज लिफ्ट की गिफ्ट है। सेकेण्ड में जहाँ चाहो वहाँ पहुँच

सकते हो। यह वन्डरफुल लिफ्ट तीनों लोकों तक जाने वाली है। जैसे ही स्मृति का स्वीच ऑन किया तो एक सेकेण्ड में वहाँ पहुँच जावेंगे। लिफ्ट द्वारा जितना समय जिस लोक का अनुभव करना चाहो उतना समय वहाँ स्थित रह सकते हो – इस लिफ्ट को विशेष यूज करने की विधि है अमृतवेले केयरफुल बन स्मृति के स्वीच को यथार्थ रीति से सेट करो तो सारा दिन आटोमेटिकली चलती रहेगी। सेट करना तो आता हे ना। अच्छी तरह से अभ्यासी हो ना। दिव्य बुद्धि रूपी लिफ्ट सारे दिन में कहाँ अटकती तो नहीं है। अर्थाटी होकर इस लिफ्ट को कार्य में लगाने से कभी भी यह लिफ्ट धोखा नहीं देगी। वर्तमान संगमयुग की लिफ्ट यह दिव्य बुद्धि की लिफ्ट है। साथ-साथ भविष्य स्वर्ग के राज्य की गिफ्ट भी बाप-दादा अभी देते हैं – स्वर्ग के गेट की चाबी बाप-दादा बच्चों को ही देते हैं। चाबी है अधिकारपन अर्थात् अधिकारी बनना। अधिकार की चाबी से गेट खुला हुआ है। तो नम्बरवन अधिकारी कौन बनता अर्थात् अधिकार द्वारा गेट पहले कौन खोलता उसको भी अच्छी तरह से जानते हो – लेकिन अकेले नहीं खोलते। उद्घाटन के समय आप भी सभी होंगे ना। देखने वाले होंगे वा करने वाले होंगे। कौन होंगे। साथी होंगे ना। कम से कम ताली बजाने के साथी तो होंगे ना। खुशियों की पुष्प वर्षा करेंगे ना। बाप-दादा समय की समीपता को देख हर बच्चे का बाप-दादा के साथ क्या समीप सम्बन्ध है, देख रहे हैं। अति समीप कौन है और समीप कौन हैं – और थोड़ा सा दूर से देखने वाले कौन है। बच्चों का डबल भविष्य बापदादा के सामने आता है। एक संगमयुग का भविष्य अर्थात् बाप समान बनने का भविष्य और दूसरा फर्स्ट जन्म का भविष्य अर्थात् स्वर्ग का भविष्य। यहाँ समानता में समीप होंगे और वहाँ सम्बन्ध में समीप होंगे। जितना यहाँ समीपता द्वारा सदा साथ है उतना ही मूलवतन में भी ऐसी आत्मायें साथ-साथ हैं। और स्वर्ग में भी हर दिनचर्या में सम्बन्ध का साथ है – जैसे यहाँ तुम्ही से बोलू, तुम्ही से खेलूँ, तुम्हीं से साथ निभाऊंगा वैसे भविष्य में भी सवेरे से साथ बगीचे में खेलेंगे, रास करेंगे, पाठशाला मे पढ़ेंगे, सदा मिलते रहेंगे और फिर साथ-साथ राज्य करेंगे। जैसे ब्रह्मा बाप सदा स्वराज्य करने

वाले अर्थात् स्व अधीन नहीं लेकिन स्व अधिकारी थे। ऐसे ब्रह्मा बाप को फालो करने वाले जिन्हों का सदा संकल्प साकार में है कि स्वराज्य हमारा जन्मसिद्ध अधिकार है, ऐसे स्वराज्य करने वाले वहाँ भी साथ में राज्य करेंगे। यहाँ के नम्बरवन रेगुलर और पंच्युअल गॉडली स्टुडेन्ट वहाँ भी साथ-साथ पढ़ेंगे क्योंकि ब्रह्मा बाप नम्बरवन गॉडली स्टुडेन्ट है – जो यहाँ अतिन्द्रिय सुख के झूले में बाप के साथ-साथ सदा झूलते हैं वह वहाँ भी झूले में साथ झूलेंगे। जो यहाँ अनेक प्राप्तियों की खुशी में नाचते हैं वह वहाँ भी साथ-साथ रास करेंगे। जो यहाँ बाप के गुण और संस्कार के समीप सर्व सम्बन्धों से बाप का साथ अनुभव करते हैं वही वहाँ रॉयल कुल के समीप सम्बन्ध में आवेंगे – तो बापदादा हरेक के नयनों से दोनों भविष्य देखते हैं – फर्स्ट जन्म में आना ही फर्स्ट नम्बर की प्रालब्ध है।

(08.01.1979)

जब बाप द्वारा, नॉलेज द्वारा सितारा चमक गया तो अभी बुझ तो सकता नहीं लेकिन चमक की परसेन्टेज कम और ज्यादा हो सकती है, उसका कारण क्या? अटेन्शन की कमी। जैसे दीपक में अगर सदा घृत डालते रहें। तो वह एकरस जलता रहेगा, घृत कम हुआ तो हलचल करेगा। ऐसे अटेन्शन कम हो जाता है तो परसेन्टेज भी चमक की कम हो जाती। इसलिए बापदादा की श्रेष्ठ मत है रोज अमृतवेले सारे दिन के लिए अटेन्शन रखो। रोज अमृतवेले अपनी दिनचर्या को सेट करो। अगर कोई भी प्रोग्राम सेट नहीं होता है तो उसकी रिजल्ट क्या निकलती? सफल नहीं होता, तो यहाँ भी अगर रोज अपनी दिनचर्या सेट नहीं करेंगे तो सफलता मूर्त अनुभव नहीं कर सकेंगे। अटेन्शन होगा वहाँ किसी भी प्रकार का टेन्शन नहीं हो सकता। जैसे रात होगा तो दिन नहीं हो सकता, टेन्शन है रात, अटेन्शन हैं दिन। तो दिन और रात दोनों इकट्ठे नहीं रह सकते। अगर किसी भी प्रकार का टेन्शन है तो सिद्ध है अटेन्शन नहीं है। साधारण अटेन्शन और सम्पूर्ण अटेन्शन में भी अन्तर है। सम्पूर्ण अटेन्शन अर्थात् जो बाप के गुण वा

शक्तियाँ हैं वह अपने में हो। बाप के बच्चे बने तो उसका प्रूफ भी तो चाहिए ना। साधारण अटेन्शन अर्थात् हम हैं ही बाप के बच्चे....। अगर इतने श्रेष्ठ बाप के बच्चे और श्रेष्ठता न हो तो कौन मानेगा कि यह श्रेष्ठ बाप के बच्चे हैं। तो जो बाप में विशेषता वही बच्चों में दिखाई दे – इसको कहा जाता है तीव्र पुरूषार्थी। तीव्र पुरूषार्थी अर्थात् सोचना और करना समान। प्लैन और प्रैक्टिकल समान।

(16.01.1979)

बिज़ी कैसे रहें

कर्मणा और वाचा सर्विस तो करते हो लेकिन मन्सा की दिनचर्या भी सेट करो। 1. मन्सा भी बिज़ी रहें तो मायाजीत सहज बन सकते हो। अगर अपने को फ्री रखते तो फ्री देख माया भी आती है। बिज़ी रहो तो माया भी किनारा सहज ही कर ले। अपने को बिज़ी करना नहीं आता है, मन्सा का चार्ट बनाना नहीं आता है तभी माया आती है या मुश्किल लगता है? 2. बिज़ी रखने के लिए जितना पढ़ाई की तरफ अटेन्शन होगा तो अपने आपको बिज़ी रख सकेंगे। पढ़ाई से दिल की प्रीति होनी चाहिए जिसका दिल से पढ़ाई से प्यार होगा वह सदा स्वयं और औरों को भी बिज़ी रख सकता है। अगर ऊपर का कभी-कभी का प्यार होगा तो स्वयं भी कभी बिज़ी कभी फ्री, उनको भी बिज़ी नहीं रख सकेंगे। इसलिए सदा बिज़ी रहकर स्वयं भी विघ्न-विनाशक और दूसरों को भी विघ्न-विनाशक बनाओ। 3. प्लानिंग बुद्धि बनो। पहले स्वयं का प्लान फिर सेवा का। प्लानिंग बुद्धि सदा बिज़ी रहेंगे। डायरेक्शन पर चलने वाली बुद्धि कभी फ्री कभी बिज़ी रहेंगे। बाबा का डायरेक्शन ही मिला हुआ है प्लानिंग बुद्धि बनो। स्व का और औरों का प्लान बनाओ। ऐसे प्लानिंग बुद्धि हो या बना-बनाया प्लान मिलेगा तो करेंगे। पहले स्वयं के टीचर फिर औरों के।

(03.12.1979)

संगम युगी बादशाही बनाम सतयुगी बादशाही

बाप-दादा आज संगम युगी बेग़मपुर के बादशाहों की सभा देख रहे हैं। संगम युग है ही – बेग़मपुर। सगंमयुगी सर्व ब्राह्मण बेग़मपुर के बादशाह हैं। सतयुगी बादशाही इस संगमयुग की बेग़मपुर की बादशाही के आगे कुछ भी नहीं है। वर्तमान समय की प्राप्ति का नशा, खुशी, सतयुग की बादशाही से पद्मगुणा श्रेष्ठ हैं।

आज वतन में सतयुगी बादशाही और संगमयुगी बादशाही दोनों के अन्तर पर रूह-रूहान चल रही थी। सतयुग की बादशाही की बातें तो उस दिन बहुत सुनी, और खुश भी बहुत हुए। लेकिन संगमयुग की श्रेष्ठता कितनी श्रेष्ठ है, उसके भी अनुभवी हो ना?

1– सतयुग की दिनचर्या में प्रकृति में नैच्रल साज़ जगायेंगे लेकिन संगमयुगी ब्राह्मणों के आदिकाल – अमृतवेले से श्रेष्ठता देखो तो कितनी महान है। वहाँ प्रकृति का साधन है और संगमयुग पर आदिकाल अर्थात् अमृतवेले कौन जगाता है? स्वयं प्रकृति का मालिक भगवान तुम्हें जगाता हैं। 2– मधुर साज़ कौन सा सुनते हो? बाप रोज़ 'बच्चे - मीठे बच्चे' कहकर बुलाते हैं। यह नैच्रल साज़, ईश्वरीय साज़ सतयुगी प्रकृति के साज़ से कितना महान है। उसके अनुभवी हो ना? तो सतयुगी साज़ महान है या ये संगमयुग के साज़ महान हैं? साथ-साथ सतयुग के संस्कार और प्रालब्ध बनाने व भरने का समय है। संस्कार भरते हैं, प्रालब्ध बनती है। इसी संगमयुग पर ही सब होता है। 3– वहाँ सतोप्रधान अति स्वादिष्ट रस वाले, वृक्ष के फल खायेंगे। यहाँ वृक्षपति द्वारा सर्व सम्बन्धों के रस, सर्व प्राप्ति-सम्पन्न प्रत्यक्ष फल खाते हो। 4– वह गोल्डन एज़ का फल है। और यह डायमन्ड एज़ का फल है, तो श्रेष्ठ कौन-सा हुआ? 5– वहाँ दास-दासियों के हाथ में पलेंगे यहाँ बाप के हाथों में पल रहे हो। 6– वहाँ महान आत्मायें माँ-बाप होंगे, यहाँ परमात्मा माता-पिता हैं। 7– वहाँ रतन जड़ित झूलों में झूलेंगे यहाँ सबसे बड़े-से-बड़ा झूला कौन-सा है, वह जानते हो? बाप की गोदी झूला है। बच्चे के लिए सबसे प्यारा

झूला माता-पिता की गोदी है सिर्फ एक झूला भी नहीं, भिन्न-भिन्न झूलों में झूल सकते हो। अतीन्द्रिय सुख का झूला, खुशियों का झूला, वहाँ रतन जड़ित झूला है और यह झूला कितना महान हैं। 8– वहाँ रतनों से खेलेंगे, खिलौनों से खेलेंगे, आपस में खेलेंगे लेकिन यहाँ बाप कहते हैं सदा मेरे से, जिस सभी रूप में चाहो उस रूप में खेल सकते हो। सखा बन करके खेल सकते हो, बन्धु बनाकर भी खेल सकते हो। बच्चा बन करके भी खेल सकते हो, बच्चा बनाकर भी खेल सकते हो। ऐसा अविनाशी खिलौना तो कभी नहीं मिलेगा। जो न टूटेगा, न फूटेगा और खर्चा भी नहीं करना पड़ेगा। 9– वहाँ आराम से गदेलों पर सोयेंगे, यहाँ याद के गदेलों पर सो जाओं। 10– वहाँ निन्द्रा-लोक में चले जाते हो लेकिन संगम पर बाप के साथ सूक्ष्मवतन में चले जाओ। 11– वहाँ के विमानों में सिर्फ एक लोक का सैर कर सकेंगे अब बुद्धि रूपी विमान द्वारा तीनों लोकों का सैर कर सकते हो। 12– वहाँ विश्वनाथ कहलायेंगे और अब त्रिलोकीनाथ हो। 13– वहाँ दो नेत्री होंगे, यहाँ तीन नेत्री हो। 14– संगमयुग के अन्तर में अर्थात् नॉलेजफुल, पॉवरफुल, ब्लिसफुल इसके अन्तर में वहाँ क्या बन जायेंगे? रॉयल बुद्धू बन जायेंगे। 15– दुनिया के हिसाब से परमपूज्य होंगे, विश्व द्वारा माननीय होंगे लेकिन नॉलेज के हिसाब से महान अन्तर पड़ जायेगा। 16– यहाँ तो गुडमार्निंग, गुडनाईट बाप से करते हो और वहाँ आत्मायें आत्माओं से करेंगी। 17– वहाँ विश्व राज्य-अधिकारी होंगे, राज्य-कर्ता होंगे और यहाँ विश्व कल्याणकारी, महादानी, वरदानी हो। तो श्रेष्ठ कौन हुए? सतयुगी बातें तो सुनकर सदा खुशी स्वरूप बन जाओ। 18– वहाँ वैराइटी प्रकार का भोजन खायेंगे और यहाँ ब्रह्मा भोजन खाते जिसकी महिमा देवताओं के भोजन से भी अति श्रेष्ठ है। तो सदा सतयुगी प्रालब्ध और वर्तमान समय के महत्व और प्राप्ति को साथ साथ रखो। तो वर्तमान समय को जानते हुए हर सेकेण्ड और संकल्प को श्रेष्ठ बना सकेंगे। समझा।

(07.01.1980)

अमृतवेले से लेकर रात तक जो भी बाप ने श्रेष्ठ मत दी है उसी मत के अनुसार सारी दिनचर्या व्यतीत करते हो? उठना कैसे है, चलना कैसे है, खाना कैसे है, कार्य व्यवहार कैसे करना है, सबके प्रति श्रेष्ठ मत मिली हुई है। उसी श्रेष्ठ मत के प्रमाण हर कार्य करते हो?

(13.04.1981)

अपनी दिनचर्या को सेट करो। अभी देखो यहाँ (मधुबन में) इतना बड़ा कार्य है, दिनचर्या सेट होने के कारण चारों ओर के कार्य में सफलता तो पा रहें है। कार्य बढ़ रहा है लेकिन दिनचर्या सेट होने के कारण कार्य ठीक हो जाता है, सिर्फ यह अटेन्शन। सुबह से रात तक अपना फिक्स प्रोग्राम की डेली डायरी बनाओ, क्योंकि जिम्मेवार आत्मायें हो, रिवाजी आत्मायें नहीं। विश्व कल्याणकारी आत्मायें हो। तो जितना बड़ा आदमी होता है, उसकी दिनचर्या सेट होती है। बड़े आदमी की निशानी है 'एक्यूरेट'। एक्यूरेट का साधन है दिनचर्या की सेटिंग। एक व्यक्ति 10 व्यक्ति का कार्य कर सकता है। सेटिंग के समय, एनर्जी बज जाती है। इसके कारण एक के बजाए 10 कार्य हो जाते। अच्छा – सदा सन्तुष्ट आत्मायें हो ना? सदा बाप के साथ अर्थात् सदा सन्तुष्ट। बाप और आप सदा कम्बाइन्ड हो तो कम्बाइन्ड की शक्ति कितनी बड़ी है, एक कार्य के बजाए हजार कार्य कर सकते हो। क्योंकि हजार भुजाओं वाला बाप आपके साथ है।

(09.10.1981)

कुमारों को एक बात अटेन्शन में रखनी है – सदा अपने को बिजी रखो, खाली नहीं। शरीर और बुद्धि दोनों से बिजी रहो। बिजीमेन बनो, बिजनेसमेन नहीं। जैसे कर्म की दिनचर्या सेट करते हो ऐसे बुद्धि की भी दिनचर्या सेट करो। अभी यह सोचना है, यह करना है, दिनचर्या सेट होगी तो उसी प्रमाण बिजी हो जायेंगे। बिजी रहने वाले को किसी भी रूप से माया वार नहीं कर सकती। बुद्धि को बिजी करने

के साधन सदा अपनाओ – जैसे शरीर को बिजी करने के साधन हैं, ऐसे बुद्धि से सदा याद में, नशे में बिजी रहो। ऐसी दिनचर्या बनाने आती है? सदाकाल के लिए नियम बना दो। जैसे और नियम बने हैं, यह भी एक नियम बनाओ, बस करना ही है, इसी दृढ़ निश्चय से जो कमाल करने चाहो वह कर सकते हो।

(11.05.1983)

सदा अपना श्रेष्ठ जीवन याद रखना। हम हर एक बच्चा विश्व के सर्व आत्माओं के श्रेष्ठ परिवर्तन के निमित्त हैं, सदैव यह याद रखना। इतनी बड़ी ज़िम्मेवारी उठाने की हिम्मत है? सभी बच्चे अमृतवेले से लेकर अपने सेवा की ज़िम्मेवारी निभाने वाले हो? जो भी किसी भी बात में कमज़ोर हो तो उसको अभी से ठीक कर लेना। आप सभी के ऊपर सभी की नज़र है। इसलिए अमृतवेले से लेकर रात तक सहज योगी, श्रेष्ठ योगी जो भी श्रेष्ठ जीवन के लिए दिनचर्या मिली हुई है, उसी प्रमाण सभी को यथार्थ रीति चलना पड़ेगा – यह अटेन्शन अभी से दृढ़ संकल्प के रूप में रखना। सभी को योगी के लक्षणों का पता हैं? (सब बच्चे बापदादा को हरेक बात पर 'हाँ जी' का रेसपान्ड करते रहे) योगी आत्माओं की बैठक, चलन, दृष्टि क्या होती है यह सब जानते हो? ऐसे ही चलते हो वा थोड़ी-थोड़ी चंचलता भी करते हो? सब योगी आत्मायें हो ना! जो दुनिया वाले करते हैं वह आप बच्चे नहीं कर सकते। आप महान आत्मायें ऐसे शान्त स्वरूप रहो जो भल कितने भी बड़े-बड़े हों लेकिन आप शान्त स्वरूप आत्माओं को देख शान्ति की अनुभूति करें और यही दिखाई दें कि यह साधारण बच्चे नहीं लेकिन सभी अलौकिक बच्चे हैं। न्यारे हैं और विशेष आत्मायें हैं। तो ऐसे चलते हो? अभी से यह भी परिवर्तन करना।

(15.05.1983)

आज बापदादा अपने छोटे बड़े बेफिकर बादशाहों को देख रहे हैं। संगमयुग पर ही इतने बड़े ते बड़े बादशाहों की सभा लगती है। किसी भी युग में इतने बादशाहों की सभा नहीं होती है। इस समय ही बेफिकर बादशाहों की सभा कहो वा स्वराज्य सभा कहो, सभी देख रहे हो। छोटे बड़े यही जानते हैं और मानकर चलते हैं कि हम सभी इस शरीर के मालिक शुद्ध आत्मा हैं। आत्मा कौन हुई? मालिक! स्वराज्य अधिकारी! छोटे में छोटा बच्चा भी यही मानते हैं। कि मैं बादशाह हूँ। तो बादशाहों की सभा वा स्वराज्य सभा कितनी बड़ी हुई! और बादशाहों का बादशाह वा राजाओं का भी राजा बनाने वाले – वर्तमान के राजे सो भविष्य के राजे। ऐसे राजा को देख वा सर्व बेफ़िकर बादशाहों को देख कितना हर्षित होंगे। सारे कल्प में ऐसा बाप कोई होगा जिसके लाखों बच्चे बादशाह हों! किसी से भी पूछो तो क्या कहते? नन्हा सा बच्चा भी कहता – 'मैं लक्ष्मी-नारायण बनूँगा' सभी बच्चे ऐसे समझते हो ना। ऐसे बाप को ऐसे राजे बच्चों के ऊपर कितना नाज़ होगा! आप सभी को भी यह ईश्वरीय फ़खुर है कि हम भी राजा फैमिली के हैं। राज्यवंशी हैं? तो आज बापदादा एक-एक बच्चे को देख रहे हैं। बाप के कितने भाग्यवान बच्चे हैं! हर एक बच्चा भाग्यवान है। साथ-साथ समय का भी सहयोग है। क्योंकि यह संगमयुग जितना छोटा युग है उतना ही विशेषताओं से भरा हुआ युग है। जो संगमयुग पर प्राप्तियाँ हैं वह और कोई युग में नहीं हो सकतीं। संगमयुग है ही मौजों के नज़ारों का युग। मौजें ही मौजें हैं ना! खाओ तो भी बाप के साथ मौजों में खाओ। चलो तो भी भाग्यविधाता बाप के साथ हाथ देते चलो। ज्ञान-अमृत पिओ तो भी ज्ञान दाता बाप के साथ-साथ पिओ। कर्म करो तो भी करावनहार बाप के साथ निमित्त करने वाले समझ करो। सोओ तो भी याद की गोदी में सोओ। उठो तो भी भगवान से रूह-रूहान करो। सारी दिनचर्या बाप और आप। और बाप है तो पाप नहीं है। तो क्या होगा! मौजें ही मौजें होंगी ना। बापदादा देख रहे थे तो सभी बच्चे मौजों में रहते हैं। यह छोटा सा जन्म लिया ही मौजें मनाने के लिए है। खाओ, पिओ, याद की मौज में रहो। इस अलौकिक जन्म का धर्म अर्थात् धारणा 'मौज'

में रहना है। दिव्य कर्म सेवा की मौज में रहना है। जन्म का लक्ष्य ही है – मौजों में रहना। और सारे विश्व को सर्व मौजों वाली दुनिया बनाना। तो सवेरे से लेकर रात तक मौजों के नज़ारे में रहते हो ना। बेफिकर बादशाह हो करके दिन रात बिताते हो ना। तो सुना आज वतन में क्या देखा! बेफिकर बादशाहों की सभा। हरेक बादशाह अपने याद की मौज में बाप के दिलतख्तनशीन स्मृति के तिलकधारी थे। अच्छा – आज तो मिलने का दिन है इसलिए अपने बादशाहों से मिलने आये हैं।

(17.05.1983)

बिजी रहेंगे तो उन्नति होती रहेगी। अगर थोड़ा भी फ्री होंगे तो व्यर्थ चलेगा। 'समर्थ रहने के लिए बिजी रहो।' अपना टाइम-टेबल बनाओ। जैसे शरीर का टाइम-टेबल बनाते हैं ऐसे बुद्धि का भी टाइम-टेबल बनाओ। बुद्धि से बिजी रहने का प्लेन बनाओ। तो बिजी रहने से सदा उन्नति को पाते रहेंगे।

(08.04.1974)

मन, वाणी, कर्म (कर्म में सम्बन्ध सम्पर्क आ जाता है) और स्वप्न में भी पवित्रता - इसको कहते हैं सम्पूर्ण पवित्रता। कई बच्चे अलबेलेपन में आने के कारण, चाहे बड़ों को, चाहे छोटों को, इस बात में चलाने की कोशिश करते हैं कि मेरा भाव बहुत अच्छा है लेकिन बोल निकल गया, वा मेरी एम (लक्ष्य) ऐसे नहीं थी लेकिन हो गया, या कहते हैं कि हंसी-मजाक में कह दिया अथवा कर लिया। यह भी चलाना है। इसलिए पूजा भी चलाने जैसी होती है। यह अलबेलापन सम्पूर्ण पूज्य स्थिति को नम्बरवार में ले आता है। यह भी अपवित्रता के खाते में जमा होता है। सुनाया ना - पूज्य, पवित्र आत्माओं की निशानी यही है - उन्हों की चारों प्रकार की पवित्रता स्वभाविक, सहज और सदा होगी। उनको सोचना नहीं पड़ेगा लेकिन पवित्रता की धारणा स्वत: ही यथार्थ संकल्प, बोल, कर्म और स्वप्न लाती है। यथार्थ अर्थात् एक तो युक्तियुक्त, दूसरा यथार्थ अर्थात् हर संकल्प में

अर्थ होगा, बिना अर्थ नहीं होगा। ऐसे नहीं कि ऐसे में बोल दिया, निकल गया, कर लिया, हो गया। ऐसी पवित्र आत्मा सदा हर कर्म में अर्थात् दिनचर्या के हर कर्म में यथार्थ युक्तियुक्त रहती है। इसलिए पूजा भी उनके हर कर्म की होती है अर्थात् पूरे दिनचर्या की होती है। उठने से लेकर सोने तक भिन्न-भिन्न कर्म के दर्शन होते हैं।

अगर ब्राह्मण जीवन की बनी हुई दिनचर्या प्रमाण कोई भी कर्म यथार्थ वा निरन्तर नहीं करते तो उसके अन्तर के कारण पूजा में भी अन्तर पड़ेगा। मानो कोई अमृतवेले उठने की दिनचर्या में विधिपूर्वक नहीं चलते, तो पूजा में भी उनके पुजारी भी उस विधि में नीचे-ऊपर करते अर्थात् पुजारी भी समय पर उठकर पूजा नहीं करेगा, जब आया तब कर लेगा। अथवा अमृतवेले जागृत स्थिति में अनुभव नहीं करते, मजबूरी से वा कभी सुस्ती, कभी चुस्ती के रूप में बैठते तो पुजारी भी मजबूरी से या सुस्ती से पूजा करेंगे, विधिपूर्वक पूजा नहीं करेंगे। ऐसे हर दिनचर्या के कर्म का प्रभाव पूज्नीय बनने में पड़ता है। विधिपूर्वक न चलना, कोई भी दिनचर्या में ऊपर-नीचे होना - यह भी अपवित्रता के अंश में गिनती होता है। क्योंकि आलस्य और अलबेलापन भी विकार है। जो यथार्थ कर्म नहीं है वह विकार है। तो अपवित्रता का अंश हो गया ना। इस कारण पूज्य पद में नम्बरवार हो जाते हैं। तो फाउन्डेशन क्या रहा? पवित्रता।

(17.10.1987)

रिवाइज कोर्स में वा अव्यक्त, जो रोज़ सुनते हो, तो मनन शक्ति को बढ़ाने के लिए रोज़ कोई-न-कोई एक विशेष प्वाइन्ट बुद्धि में धारण करो और जो 4 बातें सुनाई, उस विधि से अभ्यास करो। चलते-फिरते, हर कर्म करते-चाहे स्थूल कर्म करते हो, चाहे सेवा का कर्म करते हो लेकिन सारा दिन मनन चलता रहे। चाहे बिजनेस करते हो वा दफ्तर का काम करते हो, चाहे सेवाकेन्द्र में सेवा करते हो लेकिन जिस समय भी बुद्धि थोड़ा फ्री हो तो अपने मनन शक्ति के

अभ्यास को बार-बार दौड़ाओ। कई काम ऐसे होते हैं जो कर्म कर रहे हैं, उसके साथ-साथ और भी सोच सकते हैं। बहुत थोड़ा समय होता है जो ऐसा कार्य होता है जिसमें बुद्धि का फुल अटेन्शन देना होता है, नहीं तो डबल तरफ बुद्धि चलती रहती है। ऐसा समय अगर अपनी दिनचर्या में नोट करो तो बीच-बीच में बहुत समय मिलता है। मनन शक्ति के लिए विशेष समय मिले तब अभ्यास करेंगे-ऐसी कोई बात नहीं है। चलते-फिरते भी कर सकते हो। अगर एकान्त का समय मिलता है तो बहुत अच्छा है। और महीनता में जाये हर प्वाइन्ट के स्पष्टीकरण में जाओ, विस्तार में लाओ तो बहुत मजा आयेगा। लेकिन पहले प्वाइन्ट के नशे की स्थिति में स्थित हो के करना, फिर बोर नहीं होंगे। नहीं तो सिर्फ रिपीट कर लेते हैं, फिर कहते-यह तो हो गया, अब क्या करें?

(10.01.1988)

जैसे सेवा के लिए समय निकालते हो, तो उसमें कभी नियम से भी ज्यादा लगा देते हो। सेवा में समय लगाना बहुत अच्छी बात है और सेवा का बल भी मिलता है, सेवा में बिजी होने के कारण छोटी-छोटी बातों से बच भी जाते हो। बापदादा बच्चों की सेवा पर बहुत खुश हैं, हिम्मत पर बलिहार जाते हैं, लेकिन जो सेवा याद में, उन्नति में थोड़ा भी रूकावट करने के निमित्त होती है, तो ऐसी सेवा के समय को कम करना चाहिए। जैसे रात्रि को जागते हो, 12.00 वा 1.00 बजा देते हो तो अमृतवेला फ्रेश नहीं होगा। बैठते भी हो तो नियम प्रमाण। और अमृतवेला शक्तिशाली नहीं तो सारे दिन की याद और सेवा में अन्तर पड़ जाता है। मानो सेवा के प्लेन बनाने में वा सेवा को प्रैक्टिकल लाने में समय भी लगता है। तो रात के समय को कट करके 12.00 के बदले 11.00 बजे सो जाओ। वही एक घण्टा जो कम किया और शरीर को रेस्ट दी तो अमृतवेला अच्छा रहेगा, बुद्धि भी फ्रेश रहेगी। नहीं तो दिल खाती है कि सेवा तो कर रहे हैं लेकिन याद का चार्ट जितना होना चाहिए, उतना नहीं है। जो संकल्प दिल में वा मन में बार-बार आता है कि

यह ऐसा होना चाहिए लेकिन हो नहीं रहा है, तो उन संकल्प के कारण बुद्धि भी फ्रेश नहीं होती। और बुद्धि अगर फ्रेश है तो फ्रेश बुद्धि से 2-3 घण्टे का काम 1 घण्टे में पूरा कर सकते हो। थकी हुई बुद्धि में टाइम ज्यादा लग जाता है, यह अनुभव है ना। और जितनी फ्रेश बुद्धि रहती, शरीर के हिसाब से भी फ्रेश और आत्मिक उन्नति के रूप में भी फ्रेश - डबल फ्रेशनेस (ताजगी) रहती तो एक घण्टे का कार्य आधा घण्टे में कर लेंगे।

इसलिए सदैव अपनी दिनचर्या में फ्रेश बुद्धि रहने का अटेन्शन रखो। **ज्यादा सोने की भी आदत न हो लेकिन जो आवश्यक समय शरीर के हिसाब से चाहिए उसका अटेन्शन रखो।** कभी-कभी कोई सेवा का चांस होता है, मास -दो—मास में दो-चार बार देरी हो गई, वह दूसरी बात है, लेकिन अगर नियमित रूप से शरीर थका हुआ होगा तो याद में फर्क पड़ेगा। जैसे सेवा का प्रोग्राम बनाते हो, 4 घण्टे का समय निकालना है तो निकाल लेते हो। ऐसे याद का भी समय निश्चित निकालना ही है - इसको भी आवश्यक समझ इस विधि से अपना प्रोग्राम बनाओ। सुस्ती नहीं हो लेकिन शरीर को रेस्ट देना है - इस विधि से चलो। क्योंकि दिन-प्रतिदिन सेवा का तो और ही तीव्रगति से आगे बढ़ने का समय आता जा रहा है। आप समझते हो - अच्छा, यह एक वर्ष का कार्य पूरा हो जायेगा, फिर रेस्ट कर लेंगे, ठीक कर लेंगे, याद को फिर ज्यादा बढ़ा लेंगे। लेकिन सेवा के कार्य को दिन-प्रतिदिन नये-से-नये और बड़े—से-बड़े होने हैं। इसलिए सदा बैलेन्स रखो। अमृतवेले फ्रेश हो, फिर वही काम सारे दिन में समय प्रमाण करो तो बाप की ब्लैसिंग भी एकस्ट्रा मिलेगी और बुद्धि भी फ्रेश होने के कारण बहुत जल्दी और सफलतापूर्वक कार्य कर सकेगी। समझा?

बापदादा देख रहे हैं - बच्चों में उमंग बहुत है, इसलिए शरीर का भी नहीं सोचते। उमंग-उत्साह से आगे बढ़ रहे हैं। आगे बढ़ाना बापदादा को अच्छा लगता है, फिर भी बैलेन्स अवश्य चाहिए। भल करते रहते हो, चलते रहते हो लेकिन कभी-कभी जैसे बहुत काम होता है तो बहुत काम में एक तो बुद्धि की थकावट

होने के कारण जितना चाहते उतना नहीं कर पाते और दूसरा - बहुत काम होने के कारण थोड़ा-सा भी किसी द्वारा थोड़ी हलचल होगी तो थकावट के कारण चिड़चिड़ापन हो जाता। उससे खुशी कम हो जाती है। वैसे अन्दर ठीक रहते हो, सेवा का बल भी मिल रहा है, खुशी भी मिल रही है, फिर भी शरीर तो पुराना है ना। इसलिए टू-मच (अत्यधिक) में नहीं जाओ। बैलेन्स रखो। याद के चार्ट पर थकावट का असर नहीं होना चाहिए। जितना सेवा में बिजी रहते हो, भल कितना भी बिजी रहो लेकिन थकावट मिटाने का विशेष साधन हर घण्टे वा दो घण्टे में एक मिनट भी शक्तिशाली याद का अवश्य निकालो! जैसे कोई शरीर में कमजोर होता है तो शरीर को शक्ति देने के लिए डॉक्टर्स दो-दो घण्टे बाद ताकत की दवाई पीने लिए देते हैं। टाइम निकाल दवाई पीनी पड़ती है ना। तो **बीच-बीच में एक मिनट भी अगर शक्तिशाली याद का निकालो तो उसमें ए, बी, सी, - सब विटामिन्स आ जायेंगे।**

सुनाया था ना कि शक्तिशाली याद सदा क्यों नहीं रहती! जब हैं ही बाप के और बाप आपका, सर्व सम्बन्ध हैं, दिल का स्नेह है, नॉलेजफुल हो, प्राप्ति के अनुभवी हो, फिर भी शक्तिशाली याद सदा क्यों नहीं रहती, उसका कारण क्या? अपनी याद का लिंक नहीं रखते। लिंक टूटता है, इसलिए फिर जोड़ने में समय भी लगता, मेहनत भी लगती और शक्तिशाली के बजाए कमजोर हो जाते। विस्मृति तो हो नहीं सकती, याद रहती है। लेकिन सदा शक्तिशाली याद स्वत: रहे - उसके लिए यह लिंक टूटना नहीं चाहिए। हर समय बुद्धि में याद का लिंक जुटा रहे - उसकी विधि यह है। यह भी आवश्यक समझो। जैसे वह काम समझते हो कि आवश्यक है, यह प्लेन पूरा करके ही उठना है। इसलिए समय भी देते हो, एनर्जी भी लगाते हो। वैसे यह भी आवश्यक है, इनको पीछे नहीं करो कि यह काम पहले पूरा करके फिर याद कर लेंगे। नहीं। इसका समय अपने प्रोग्राम में पहले एड करो। जैसे सेवा के प्लेन किये दो घण्टे का टाइम निकाल फिक्स करते हो - चाहे मीटिंग करते हो, चाहे प्रैक्टिकल करते हो, तो दो घण्टे के साथ-साथ यह भी बीच-बीच

में करना ही है - यह एड करो। जो एक घण्टे में प्लेन बनायेंगे, वह आधा घण्टे में हो जायेगा। करके देखो। आपे ही फ्रेशनेस से दो बजे आँख खुलती है, वह दूसरी बात है। लेकिन कार्य के कारण जागना पड़ता है तो उसका इफैक्ट (प्रभाव) शरीर पर आता है। इसलिए बैलेन्स के ऊपर सदा अटेन्शन रखो।

बापदादा तो बच्चों को इतना बिजी देख यही सोचते कि इन्हों के माथे की मालिश होनी चाहिए। लेकिन समय निकालेंगे तो वतन में बापदादा मालिश भी कर देंगे। वह भी अलौकिक होगी, ऐसे लौकिक मालिश थोड़े ही होगी। एकदम फ्रेश हो जायेंगे। एक सेकेण्ड भी शक्तिशाली याद तन और मन - दोनों को फ्रेश कर देती है। बाप के वतन में आ जाओ, जो संकल्प करेंगे वह पूरा हो जायेगा। चाहे शरीर की थकावट हो, चाहे दिमाग की, चाहे स्थिति की थकावट हो - बाप तो आये ही हैं थकावट उतारने।

(20.02.1988)

भाग्यवान बच्चों के श्रेष्ठ भाग्य की लिस्ट

अमृतवेले से अपने भाग्य की लिस्ट निकालो। भाग्यवान बच्चों को अमृतवेले स्वयं बाप उठाते भी हैं और आह्वान भी करते हैं। जो अति स्नेही बच्चे हैं, उन्हों का अनुभव है कि सोने भी चाहे तो कोई सोने नहीं दे रहा है, कोई उठा रहा है, बुला रहा है। ऐसे अनुभव होता है ना। अमृतवेले से अपना भाग्य देखा। भक्ति में देवताओं को भगवान समझ भक्त घण्टी बजाकर उठाते हैं और आपको भगवान खुद उठाते हैं, कितना भाग्य है! अमृतवेले से लेकर बाप बच्चों के सेवाधारी बन सेवा करते हैं और फिर आह्वान करते हैं - 'आओ, बाप समान स्थिति का अनुभव करो, मेरे साथ बैठ जाओ।' बाप कहाँ बैठा है? ऊंचे स्थान पर और ऊंची स्थिति में। जब बाप के साथ बैठ जायेंगे तो स्थिति क्या होगी! मेहनत क्यों करते हो? साथ में बैठ जाओ तो संग का रंग स्वत: ही लगेगा। स्थान के प्रमाण स्थिति स्वत: ही होगी। जैसे मधुबन के स्थान पर आते हो तो स्थिति क्या हो जाती है? योग

लगाना पड़ता है या योग लगा हुआ ही रहता है? तभी तो यहाँ ज्यादा रहने की इच्छा रखते हो ना। अभी सबको कहें - और 15 दिन रह जाओ तो खुशी में नाचेंगे ना। तो जैसे स्थान का स्थिति पर प्रभाव पड़ता है, ऐसे अमृतवेले या तो परमधाम में या सूक्ष्मवतन में चले जाओ, बाप के साथ बैठ जाओ। अमृतवेला शक्तिशाली होगा तो सारा दिन स्वत: ही मदद मिलेगी। तो अपने भाग्य को स्मृति में रखो - 'वाह, मेरा भाग्य!' दिनचर्या ही भाग्यवान से शुरू होती।

फिर अपना भाग्य देखो - बाप स्वयं शिक्षक बन कितना दूर देश से आपको पढ़ाने आता है! लोग तो भगवान के पास जाने के लिए प्रयत्न करते और भगवान स्वयं आपके पास शिक्षक बन पढ़ाने आते हैं, कितना भाग्य है! और कितने समय से सेवा की ड्यूटी बजा रहे हैं! कभी सुस्ती करता है? कभी बहाना लगाता है - आज सिर दर्द है, आज रात्रि को सोये नहीं है? तो जैसे बाप अथक सेवाधारी बन सेवा करते हैं, तो बाप समान बच्चे भी अथक सेवाधारी। अपने दिनचर्या देखो, कितना बड़ा भाग्य है? बाप सदा स्नेही, सिकलधे बच्चें को कहते हैं - कोई भी सेवा करते हो, चाहे लौकिक, चाहे अलौकिक, चाहे परिवार में, चाहे सेवाकेन्द्रों पर - कोई भी कर्म करो, कोई भी ड्यूटी बजाओ लेकिन सदा यह अनुभव करो कि करावनहार करा रहा है मुझ निमित्त करनहार द्वारा, मैं सेवा करने के लिए निमित्त बना हुआ हूँ, करावनहार करा रहा है। यहाँ भी अकेले नहीं हो, करावनहार के रूप में बाप कर्म करने समय भी साथ है। आप तो सिर्फ निमित्त हो। भगवान विशेष करावनहार है। अकेले करते ही क्यों हो? अकेला मैं करता हूँ - यह भान रहता है तो यह 'मैं-पन' माया का दरवाजा है। फिर कहते हो - माया आ गई। जब दरवाजा खोला तो माया तो इन्तजार में हैं और आपने इन्तजाम अच्छा कर लिया तो क्यों नहीं आयेगी?

यह भी अपना भाग्य स्मृति में रखो कि बाप करावनहार हर कर्म में करा रहा है। तो बोझ नहीं होगा। बोझ मालिक पर होता है, साथी जो होते उन पर बोझ नहीं होता। मालिक बन जाते हो तो बोझ आ जाता है। मैं बालक और मालिक बाप

है, मालिक बाप से करा रहा है। बड़े बन जाते हो तो बड़े दु:ख आ जाते हैं। बालक बनकर, मालिक के डायरेक्शन पर करो। कितना बड़ा भाग्य है यह! हर कर्म में बाप जिम्मेवार बन हल्का बनाए उड़ा रहे हैं। होता क्या है, जब कोई समस्या आती है तो कहते हो - बाबा, अभी आप जानो। और जब समस्या समाप्त हो जाती है तो मस्त हो जाते हो। लेकिन ऐसे करो ही क्यों जो समस्या आवे। करावनहार बाप के डायरेक्शन प्रमाण हर कर्म करते चलो तो कर्म भी श्रेष्ठ और श्रेष्ठ कर्म का फल - सदा खुशी, सदा हल्कापन, फरिश्ता जीवन का अनुभव करते रहेंगे। 'फरिश्ता कर्म के सम्बन्ध में आयेगा लेकिन कर्म के बन्धन में नहीं बंधेगा।' और बाप का सम्बन्ध करावनहार का जुटा हुआ है, इसलिए निमित्त भाव में कभी 'मैं-पन' का अभिमान नहीं आता है। सदा निर्माण बन निर्माण का कार्य करेंगे। तो कितना भाग्य है आपका!

और फिर ब्रह्मा-भोजन खिलाता कौन है? नाम ही है 'ब्रह्मा-भोजन'। ब्रह्मभोजन नहीं, ब्रह्मा भोजन। तो ब्रह्मा यज्ञ का सदा रक्षक है। हर एक यज्ञ-वत्स वा ब्रह्मा-वत्स के लिए ब्रह्मा बाप द्वारा ब्रह्मा-भोजन मिलना ही है। लोग तो वैसे ही कहते कि हमको भगवान खिला रहा है। मालूम है नहीं भगवान क्या, लेकिन खिलाता भगवान है। लेकिन ब्राह्मण बच्चों को तो बाप ही खिलाता है। चाहे लौकिक कमाई भी करके पैसे जमा करते, उसी से भोजन मंगाते भी हो लेकिन पहले अपनी कमाई भी बाप की भण्डारी में डालते हो। बाप की भण्डारी भोलानाथ का भण्डारा बन जाता है। कभी भी इस विधि को भूलना नहीं। नहीं तो, सोचेंगे - हम खुद कमाते, खुद खाते हैं। वैसे तो ट्रस्टी हो, ट्रस्टी का कुछ नहीं होता है। हम अपनी कमाई से खाते हैं - यह संकल्प भी नहीं उठ सकता। जब ट्रस्टी हैं तो सब बाप के हवाले कर दिया। तेरा हो गया, मेरा नहीं। ट्रस्टी अर्थात् तेरा और गृहस्थी अर्थात् मेरा। आप कौन हो? गृहस्थी तो नहीं हो ना? भगवान खिला रहा है, ब्रह्मा-भोजन मिल रहा है - ब्राह्मण आत्माओं को यह नशा स्वत: ही रहता है और बाप की गैरन्टी है - 21 जन्म ब्राह्मण आत्मा कभी भूखी नहीं रह सकती, बड़े प्यार से

दाल-रोटी, सब्जी खिलायेंगे। यह जन्म भी दाल-रोटी प्यार की खायेंगे, मेहनत की नहीं। इसलिए सदा यह स्मृति रखो कि अमृतवेले से लेकर क्या-क्या भाग्य प्राप्त हैं! सारी दिनचर्या सोचो।

सुलाते भी बाप हैं लोरी देकर के। बाप की गोदी में सो जाओ तो थकावट बीमारी सब भूल जायेंगी और आराम करेंगे! सिर्फ आह्वान करो - 'आ राम' तो आराम आ जायेगा। अकेले सोते हो तो और-और संकल्प चलते हैं। बाप के साथ 'याद की गोदी' में सो जाओ। 'मीठे बच्चे', 'प्यारे बच्चे' की लोरी सुनते-सुनते सो जाओ। देखो कितना अलौकिक अनुभव होता है! तो अमृतवेले से लेकर रात तक सब भगवान करा रहा है, चलाने वाला चला रहा है, कराने वाला करा रहा है - सदा इस भाग्य को स्मृति में रखो, इमर्ज करो। कोई हद का नशा भी जब तक पीते नहीं तब तक नशा नहीं चढ़ता। ऐसे ही सिर्फ बोतल में रखा हो तो नशा चढ़ेगा? यह भी बुद्धि में समाया हुआ तो है लेकिन इसको यूज़ करो। स्मृति में लाना अर्थात् पीना, इमर्ज करना। इसको कहते हैं - स्मृति स्वरूप बनो। ऐसे नहीं कहा है कि बुद्धि में समाया हुआ रखो। स्मृतिस्वरुप बनो। कितने भाग्यवान हो! रोज़ अपने भाग्य को स्मृति में रख समर्थ बनो और उड़ते चलो। समझा, क्या करना हैं?

(07.03.1988)

अपसेट होने का कारण ही यह है कि अपनी श्रेष्ठ स्थिति की सीट से साधारण स्थिति में आ जाते हो। याद में रहना वा सेवा करना एक साधारण दिनचर्या बन जाती है। लेकिन याद में भी बैठते हो तो अपने कोई-न-कोई श्रेष्ठ स्वमान की सीट पर बैठो। सिर्फ ऐसे नहीं कि याद के स्थान पर चाहे योग के कमरे में, चाहे बाप के कमरे में, बेड (बिस्तर) से उठकर वा सारे दिन में जाकर बैठ गये लेकिन जैसे शरीर को योग्य स्थान देते हो, वैसे पहले बुद्धि को स्थिति का स्थान दो। पहले यह चैक करो कि बुद्धि को स्थान ठीक दिया? तो ईश्वरीय नशा सीट से स्वत: ही आता है। आजकल भी 'कुर्सी का नशा' कहते हैं ना! आपका तो श्रेष्ठ

स्थिति का आसन है। कभी 'मास्टर बीजरूप' की स्थिति के स्थान पर, सीट पर सेट हो, कभी 'अव्यक्त फरिश्ते' की सीट पर सेट हो, कभी 'विश्व-कल्याणकारी स्थिति' की सीट पर सेट हो - ऐसे हर रोज भिन्न-भिन्न स्थिति के आसन पर व सीट पर सेट होकर बैठो।

(19.03.1988)

आज समर्थ बाप अपने चारों ओर के मास्टर समर्थ बच्चों को देख रहे हैं। एक है सदा समर्थ और दूसरे हैं कभी समर्थ, कभी व्यर्थ की तरफ़ न चाहते भी आकर्षित हो जाते। क्योंकि जहाँ समर्थ स्थिति है, वहाँ व्यर्थ हो नहीं सकता, संकल्प भी व्यर्थ नहीं उत्पन्न हो सकता। बापदादा देख रहे थे कि कई बच्चों की अब तक भी बाप के आगे फ़रियाद है कि कभी-कभी व्यर्थ संकल्प याद को फ़रियाद में बदल देते हैं, चाहते नहीं हैं लेकिन आ जाते हैं। विकल्पों की स्टेज को तो मैजारिटी ने मैजारिटी समय तक समाप्त कर लिया है लेकिन व्यर्थ देखना, व्यर्थ सुनना और सोचना, व्यर्थ समय गँवाना - इसमें फुल पास नहीं हैं। क्योंकि अमृतवेले से सारे दिन की दिनचर्या में अपने मन और बुद्धि को समर्थ स्थिति में स्थित करने का प्रोग्राम सेट नहीं करते। इसलिए अपसेट हो जाते हैं। जैसे अपने स्थूल कार्य के प्रोग्राम को दिनचर्या प्रमाण सेट करते हो, ऐसे अपनी मन्सा समर्थ स्थिति का प्रोग्राम सेट करेंगे तो स्वत: ही कभी अपसेट नहीं होंगे। जितना अपने मन को समर्थ संकल्पों में बिज़ी रखेंगे तो मन को अपसेट होने का समय ही नहीं मिलेगा। आजकल की दुनिया में बड़ी पोजीशन वाले, जिन्हों को आई. पी. या वी.आई.पी. कहते हैं, वह सदा अपने कार्य की दिनचर्या को समय प्रमाण सेट करते हैं। तो आप कौन हो? वह भले वी.आई.पी. हैं लेकिन सारे विश्व में ईश्वरीय सन्तान के नाते, ब्राह्मण-जीवन के नाते आप कितनी भी वी. आगे लगा दो तो भी कम है। क्योंकि आपके आधार पर विश्व-परिवर्तन होता है। आप विश्व के नव-निर्माण के आधारमूर्त हो। बेहद के ड्रामा अंदर हीरो एक्टर हो और हीरे तुल्य

जीवन वाले हो। तो कितने बड़े हुए! यह शुद्ध नशा समर्थ बनाता है और देह-अभिमान का नशा नीचे ले आता है। आपका आत्मिक रूहानी नशा है इसलिए नीचे नहीं ले आता, सदा ऊँची उड़ती कला की ओर ले जाता है। तो व्यर्थ तरफ़ आकर्षित होने का कारण है - अपने मन-बुद्धि की दिनचर्या सेट नहीं करते हो। मन को बिज़ी रखने की कला सम्पूर्ण रीति से सदा यूज़ नहीं करते हो।

(17.12.1989)

जिसे समय नहीं मिलता, सरकमस्टांस हैं - वह हाथ उठाओ। मन्सा सेवा तो सब कर सकते हो ना? बिज़ी रहने के लिए सेवा बहुत अच्छा साधन है। जितना अपने को बिज़ी रखेंगे उतना सेफ रहेंगे। चाहे मन्सा करो, चाहे वाचा करो, चाहे कर्मणा करो लेकिन बुद्धि से बिज़ी ज़रूर रहो। हाथ-पाँव से तो रहते हो लेकिन बुद्धि से बिज़ी रहो। अपना टाइम-टेबल बनाओ। जितना बड़ा आदमी उतना टाइम-टेबल फिक्स होता है। तो आप बड़े-ते-बड़े आदमी हो ना! सारे कल्प में ढूँढ़कर के आओ – ब्राह्मणों से बड़ा कोई है! देवतायें भी नहीं हैं। चाहे आप ही देवता बनेंगे लेकिन इस जीवन के आगे वह भी कुछ नहीं है। जीवन है तो ब्राह्मण जीवन अति श्रेष्ठ है।

(25.12.1989)

सारे दिन में यह चेक करो – सारे दिन की दिनचर्या में परखने की शक्ति कहाँ तक यथार्थ हुई और कहाँ करेक्शन-एडीशन करने की आवश्यक्ता रही? करने के बाद करेक्शन अपने-आप होती जरुर है क्योंकि दिव्य बुद्धि का वरदान सबको मिला हुआ है। चाहे समस्या के वश वा समय से, परिस्थिति के वश वा कोई आत्माओं के संग के वश वा माया द्वारा मनमत के वश, उस समय परवश हो जाते हैं लेकिन समय, परिस्थिति, संग का प्रभाव, मनमत का प्रभाव जब हल्का हो जाता है, फिर दिव्य-बुद्धि अपना काम करती है, जिसको आप लोग कहते हो

'जोश से होश' में आ गये। फिर महसूस होता है कि यह करेक्शन वा एडीशन होनी चाहिए थी वा करनी है। लेकिन रजिस्टर में वा कर्मों के हिसाब के किताब में दाग नहीं, लेकिन बिन्दी तो पड़ गई, बिल्कुल साफ तो नहीं रहा ना। इसलिए कहा जता है -'कर्मो की लीला अति गुह्य है।'

दुनिया वाले तो हर कर्म में, हर कदम में कर्मो को ही कूटते रहते हैं कि 'हाय मेरे कर्म!' आप कहेंगे – 'वाह श्रेष्ठ कर्म'! अब यह आगे बढ़ो कि सदा 'वाह श्रेष्ठ कर्म' हो, साधारण कर्म नहीं। कर्मों को कूटना तो खत्म हो गया लेकिन श्रेष्ठ कर्म ही इसमें अंडरलाइन करना। अगर मिक्स कर्म है – साधारण भी हैं, श्रेष्ठ भी है तो सफलता भी मिक्स हो जाती है। अभी विशेष अटेन्शन यह देना है कि साधरणता को विशेषता में परिवर्तन करो। इस पर भी कभी सुनायेंगे कि बापदादा हर एक की रोज़ की दिनचर्या में क्या-क्या देखते हैं। साधारणता कितनी हैं और विशेषता कितनी – यह रिजल्ट देखते रहते हैं।

(10.01.1990)

सदा अपने को हर कदम में पद्मों की कमाई करने वाले पद्मापद्म भाग्यवान समझते हो? यह जो गायन है- हर कदम में पद्म... किसके लिए गायन है? सारे दिन में कितने पद्म इकट्ठे करते हो? संगमयुग बड़े-ते-बड़े कमाई के सीजन का युग है। तो सीजन के समय क्या किया जाता है? इतना अटेन्शन रखते हो? हर समय यह याद रहे कि कि 'अब नहीं तो कब नहीं'। जो घड़ी बीत गई वह फिर से नहीं आयेगी। एक घड़ी व्यर्थ जाना अर्थात् कितने कदम व्यर्थ गये? पद्म व्यर्थ गये! इसलिए **हर घड़ी यह स्लोगन याद रहे- 'जो समय के महत्व को जानते है वह स्वतः ही महान बनते हैं।'** स्वयं को भी जानना है और समय को भी जानना है। दोनों ही विशेष हैं। इस स्मृति दिवस पर विशेष सदा समर्थ बनने का श्रेष्ठ संकल्प किया? व्यर्थ संकल्प, बोल, सब रूप से व्यर्थ को समाप्त करने का दिन है। जब नॉलेज मिल गई कि व्यर्थ क्या है, समर्थ क्या है- तो नॉलेजफुल आत्मा

कभी भी समर्थ को छोड़ व्यर्थ तरफ नहीं जा सकती। और जितना स्वयं समर्थ बनेंगे उतना औरों को समर्थ बना सकेंगे। 63 जन्म गँवाया और समर्थ बनने का यह एक जन्म है। तो इस समय को व्यर्थ तो नहीं करना चाहिए ना! अमृतवेले से लेकर रात तक अपनी दिनचर्या को चेक करो। ऐसे नहीं कि सिर्फ रात्रि को चार्ट चेक करो लेकिन बीच-बीच में चेक करो, बार-बार चेक करने से चेंज कर सकेंगे। अगर रात को चेक करेंगे तो जो व्यर्थ गया वह व्यर्थ के खाते में ही हो जायेगा। इसलिए बापदादा ने बीच-बीच में ट्रैफिक कंट्रोल का टाइम फिक्स किया है। ट्रैफिक कंट्रोल करते हो या दिन में बिजी रहते हो? अपना नियम बना रहना चाहिए। चाहे टाइम कुछ बदली हो जाय लेकिन अगर अटेन्शन रहेगा तो कमाई जमा होगी। उस समय अगर कोई काम है तो आधे घंटे के बाद करो लेकिन कर तो सकते हो। घड़ी के आधार पर भी क्यों चलो। अपनी बुद्धि ही घड़ी है, दिव्य बुद्धि की घड़ी को याद करो। जिस बात की आदत पड़ जाती है तो आदत ऐसी चीज है जो न चाहते भी अपनी तरफ खींचेगी। जब बुरी आदत रहने नहीं देती, अपनी तरफ आकर्षित करती है तो अच्छे संस्कार क्यों नहीं अपना बना सकते। तो सदा चेक करो और चेंज करो तो सदा के लिए कमाई जमा होती रहेगी। अच्छा!

(18.01.1990)

कुछ भी हो जाए लेकिन 'बाप और सेवा से कभी भी किनारा नहीं करना है'। याद करने में वा पढ़ाई पढ़ने में मन नहीं भी लगे तो भी जबरदस्ती सुनते रहो, योग लगाते रहो–ठीक हो जायेंगे। क्योंकि माया ट्रायल करती है। यह थोड़ा-सा किनारा कर ले तो आ जाऊं इसके पास। इसलिए कभी किनारा नहीं करना। **'नियमों को कभी नहीं छोड़ना।' अपनी पढ़ाई, अमृतवेला, सेवा जो भी दिनचर्या बनी हुई है, उसमें मन नहीं भी लगे लेकिन दिनचर्या में कुछ मिस नहीं करो। भारत में कहते हैं - 'जितना कायदा उतना फायदा।' तो ये जो कायदे बने हुए हैं, नियम बने हुए हैं**

उसको कभी भी मिस नहीं करना है। देखो, आपके भक्त अभी तक आपका नियम पालन कर रहे हैं। चाहे मंदिर में मन नहीं भी लगे तो भी जायेंगे जरुर। यह किससे सीखे? आप लोगों ने सिखाया ना! **सदैव यह अनुभव करो कि जो भी मर्यादायें वा नियम बने हैं, उसको बनाने वाले हम हैं।** आपने बनाया है या बने हुए मिले हैं? लॉ-मेकर्स हो या नहीं? अमृतवेले उठना– यह आपका मन मानता है या बना हुआ है इसलिए इस पर चलते हो– आप स्वयं अनुभव करते, चलते हो या डॉयरेक्शन या निमय बना हुआ है इसलिए चलते हो? आपका मन मानता है ना! तो जो मन मानता है, वह मन में नहीं बनाया ना! कोई मजबूरी से तो नहीं चले रहे हो – करना ही पड़ेगा। सब मन को पंसद है ना? क्योंकि जो खुशी से किया जाता है उसमें बंधन नहीं लगता है। यहाँ बाप ने आदि, मध्य, अन्त – तीनों कालों की नॉलेज दे दी है। कुछ भी करते हो तो तीनों कालों को जानकर के और उसी खुशी से करते हो। बाप देखते हैं कि कमाल करने वाले बच्चे हैं। बाप से प्यार अटूट है इसलिए कोई भी बात होती है तो भी उड़ते रहते हैं। बाप से प्यार से सभी फुल पास हो। पढ़ाई में नम्बरवार हो लेकिन प्यार में नम्बरवन हो। सेवा भी अच्छी करते हैं, लेकिन कभी-कभी थोड़ा खेल दिखाते हैं। जैसे बाप से नम्बरवन प्यार है, ऐसे मुरली से भी प्यार है? जब से आये हो तब से कितनी मुरलियाँ मिस हुई होंगी? कभी कोई ऐसे बहाने से क्लास मिस किया हैं? जैसे बाप को याद करना मिस नहीं कर सकते, ऐसे पढ़ाई मिस न हो। इसमें भी नम्बरवन होना है। बाप के रुप में याद, शिक्षक के रुप में पढ़ाई और सत्गुरु के रूप में प्राप्त वरदान कार्य में लगाना – यह तीनों में नम्बरवन चाहिए। वरदान तो सबको मिलते हैं ना लेकिन समय पर वरदान को कार्य में लगाना – इसको कहते हैं वरदान से लाभ लेना। तो यह तीनों ही बातें चेक करना कि आदि से अब तक इन तीनों बातों में कितना पास रहे, तब विजय माला के मणके बनेंगे। अच्छा!

(22.02.1990)

बहुत-बहुत भाग्यवान हो। अनेक प्रकार की मेहनत से छूट गये। दुनिया वालों को समय करायेगा और समय पर मजबूरी से करेंगे। बच्चों को बाप समय के पहले तैयार करते हैं और बाप की मोहब्बत से करते हो। अगर मोहब्बत से नहीं किया वा थोड़ा किया तो क्या होगा? मजबूरी से करना ही पड़ेगा। बेहद का वैराग्य धारण करना ही होगा लेकिन मजबूरी से करने का फल नहीं मिलता। मोहब्बत का प्रत्यक्षफल भविष्य फल बनता है और मजबूरी वालों को कहाँ से क्रॉस करना पड़ेगा! क्रॉस करना भी क्रॉस में चढ़ने के समान है। तो क्या पसन्द है? मोहब्बत से करेंगे। बापदादा कभी किनारों की लिस्ट सुनायेंगे। ऐसे तो जानने में होशियार हो। रिवाइज़ करायेंगे। क्योंकि बापदादा तो बच्चों की हर रोज की दिनचर्या जब चाहे तब देख सकते हैं। एक-एक के देखने का सारा दिन धन्धा नहीं करते। साकार ब्रह्मा बाप को देखा उनकी नजर स्वत: ही कहाँ पड़ती थी। चाहे आपका पत्र हो, चाहे पोतामेल हो, चाहे कोई चालचलन हो, चाहे कोई आठ पेज का पत्र हो लेकिन बाप की नज़र कहाँ पड़ती? जहाँ डायरेक्शन देना होगा, जहाँ आवश्यकता होगी। बापदादा देखते भी सब हैं, लेकिन नहीं भी देखते हैं। जानते भी हैं, नहीं भी जानते। जो आवश्यक नहीं – वह न देखते हैं, न जानते हैं। खेल तो बहुत अच्छे देखते हैं वह फिर कभी सुनायेंगे।

(13.12.1990)

सदा सवेरे अपनी बुद्धि को बिजी रखने का टाइम-टेबल बनाओ। जैसे अपनी स्थूल दिनचर्या बनाते हो, ऐसे बुद्धि का टाइम-टेबल बनाओ कि इस समय बुद्धि में इस समर्थ संकल्प से व्यर्थ को खत्म करें। जो बिजी होता है उसके पास कोई भी आता नहीं है, चला जाता है। अगर फ्री होगा तो सभी आकर बैठ जायेंगे। तो बुद्धि को बिजी रखने की विधि सदैव अपनाते रहो। बड़े आदमी जो होते हैं उनका एक-एक सेकेण्ड फिक्स होता है। तो आप कितने बड़े हो! तो अपने हर समय की दिनचर्या सेट करो। व्यर्थ को समाप्त करने का सहज साधन है–सदा

बिजी रहना। जो बिजी रहता है वह व्यर्थ संकल्पों से मुक्त होने के कारण बेफिक्र और डबल लाइट रहता है! तो डबल लाइट हो ना! दृढ़ता है तो सफल हो जायेंगे। इस सारे वर्ष में चेक करना कि सारे वर्ष बेफिक्र रहे? किसी भी प्रकार का एक सेकेण्ड भी फिक्र नहीं हो।

(31.12.1992)

बिजी रहने से सहज निर्विघ्न बन जाते हैं। तो बिजी रहते हो? कि थोड़ा बिजी रहते हो, थोड़ा खाली रहते हो? बुद्धि भी बिजी रहे, सिर्फ हाथ-पाँव नहीं। मन और बुद्धि का टाइम-टेबल बनाना आता है? रोज बनाते हो या जब फुर्सत मिलती है तब बनाते हो? जैसे कर्म का टाइम-टेबल रोज़ बनाते हो ना, ऐसे मन-बुद्धि का टाइम-टेबल बनाओ। क्योंकि आप सबसे बड़े ते बड़े, ऊंचे ते ऊंचे हो। बाप तो बच्चों को आगे रखता है ना। तो जितने वी.आई.पी. होते हैं, वे क्या करते हैं? टाइम-टेबल पर चलते हैं। तो आप से ऊंचा सारे चक्र में कोई है? तो टाइम-टेबल पर चलना पड़े ना।

(18.02.1993)

बापदादा ने इस सीज़न में काम दिया था लेकिन किया नहीं। याद है क्या दिया था? कि कापियों में है! काम दिया था कि बेहद के वैराग्य वृत्ति पर स्वयं से भी चर्चा करो और आपस में भी चर्चा करो और प्रैक्टिकल में इस साधना के बीज को प्रत्यक्ष करो। तो किया? कि एक दिन सिर्फ डिबेट कर ली, वर्कशॉप तो हो गई लेकिन वर्क में नहीं आई। तो वर्तमान समय के प्रमाण अभी अपनी सेवा वा सेवा-स्थानों की दिनचर्या बेहद के वैराग्य वृत्ति की बनाओ। अभी आराम की दिनचर्या मिक्स हो गई है। ये अलबेलापन शरीर की छोटी-छोटी बीमारियों के भी बहाने बनाता है। पहले भी तो बीमारी होती थी ना, लेकिन सेवा का उमंग बीमारी को मर्ज कर देता है। जब कोई आपके दिल पसन्द सेवा होती है तो बीमारी याद आती है?

अगर आपको इन्चार्ज बहन कहे—नहीं, आपकी तबियत ठीक नहीं है, दूसरे को करने दो, तो करने देंगे? उस समय बुखार वा सिर दर्द कहाँ चला जाता है? और जब सेवा कोई पसन्द नहीं होगी तो क्या होगा? सिर दर्द भी आ जायेगा तो पेट दर्द भी आ जायेगा। सुनाया है ना कि अगर बहानेबाजी में बुखार कहेंगी तो टीचर कहेगी कि थर्मामीटर लगाओ लेकिन पेट दर्द और सिर दर्द का थर्मामीटर तो है ही नहीं। मूड ठीक नहीं होगा और कहेंगे कि पेट दर्द है! तो ये अलबेलेपन के बहाने हैं। बेहद की वैराग्य वृत्ति मर्ज हो गई है और बहानेबाजी इमर्ज हो गई है।

बापदादा देख रहे थे कि सभी बच्चे बहुत स्नेह से मधुबन में पहुँच गये हैं। तो स्नेह तो दिखाया, उसकी मुबारक हो। बापदादा को भी बच्चों की खुशी देखकर खुशी होती है लेकिन आगे क्या करना है? सिर्फ मधुबन तक पहुँचना है या स्नेह का सबूत दिखाने के लिये फरिश्ते रूप में वतन में पहुँचना है? क्या करना है? मधुबन में पहुँचे उसकी मुबारक है लेकिन फ़रिश्ता बन वतन में कब पहुँचेंगे? चलते-फिरते आप सभी को फ़रिश्ता ही देखें। बोल-चाल, रहन-सहन सब फ़रिश्तों का बन जाये। और फ़रिश्ते का अर्थ ही है डबल लाइट। तो दिनचर्या में लाइट नहीं बनना है लेकिन सम्बन्ध-सम्पर्क में, स्थिति में लाइट। तो लाइट बनना आता है कि बोझ खींचता है? बापदादा स्नेह का सबूत देखना चाहते हैं और जब स्नेह का सबूत देंगे तो आपको तालियाँ बजाने की जरूरत नहीं पड़ेगी लेकिन माया भी ताली बजायेगी—वाह विजयी वाह, प्रकृति भी ताली बजायेगी। तो अभी कुछ परिवर्तन करो।

आज इस सीज़न का लास्ट मेला है। फॉरेनर्स की सीज़न अलग है लेकिन इण्डियन प्रोग्राम के प्रमाण तो आज लास्ट है, मेले की बात भी अलग है। वो तो चूंगी में रख दिया है। लेकिन बापदादा देख रहे थे कि सारे सीज़न में मिलना, बहलना, खुशी मनाना—ये तो बहुत अच्छा, लेकिन सबूत क्या है! तो सेन्टर्स पर वा प्रवृत्ति में रहते हुए भी अपने टाइम टेबल, दिनचर्या को परिवर्तन करो। और परिवर्तन क्या करो? बस, सिर्फ फालो फादर। ब्रह्मा बाप ने क्या किया? ब्रह्मा बाप

अलबेले रहे? सबूत है ना—लास्ट दिन तक आराम किया क्या? तो स्नेह है ना? कितना स्नेह है? (टू मच) और सबूत कितना है? इसमें टू मच नहीं कहा! तो अभी स्वयं को स्नेह के साथ शक्तिशाली बनाओ। स्वयं के परिवर्तन में शक्तिरूप बनो। सहज योगी, सहज योगी करके अलबेलापन नहीं लाओ। बापदादा देखते हैं कि स्व प्रति, चाहे सेवा प्रति, चाहे औरों के सम्बन्ध-सम्पर्क प्रति अलबेलापन ज्यादा आ गया है। ऐसे नहीं सोचो कि सब चलता है। एक-दो को कॉपी नहीं करो, बाप को कॉपी करो। दूसरों को देखने की आदत थोड़ी ज्यादा हो गई है। अपने को देखने में अलबेलापन आ गया है।

(26.01.1995)

जब मेरा शब्द बोलते हो तो याद करो—मेरा स्वभाव या मेरी नेचर क्या है? और मन को दुनिया वाले भी कहते हैं ये घोड़ा है, बहुत भागता है और तेज भागता है लेकिन आपका मन भागना चाहिये? आपको श्रीमत का लगाम मज़बूत है। अगर लगाम ठीक है तो कुछ भी हलचल नहीं हो सकती। लेकिन करते क्या हो? बापदादा तो देखते रहते हैं ना तो हंसी भी आती है, जैसे सवारी को चला रहे हो, लगाम हाथ में है लेकिन अगर चलते-चलते लगाम पकड़ने वाले की बुद्धि या मन कोई साइटसीन के तरफ लग गई तो क्या होगा? लगाम ढीला होगा! और लगाम ढीला होने से मन चंचलता जरूर करेगा। तो श्रीमत का लगाम सदा अपने अन्दर स्मृति में रखो। जब भी कोई बात हो, मन चंचल हो तो श्रीमत का लगाम टाइट करो। फिर कुछ नहीं होगा। फिर मंज़िल पर पहुँच जायेंगे। तो श्रीमत हर कदम के लिए है, श्रीमत सिर्फ ब्रह्मचारी बनो ये नहीं है। हर कर्म के लिये श्रीमत है। चलना, खाना, पीना, सुनना, सुनाना – सबकी श्रीमत है। है, कि नहीं है? मानो आप परचिन्तन कर रहे हो तो क्या ये श्रीमत है? श्रीमत को ढीला किया तो मन को चांस मिलता है चंचल बनने का। फिर उसको आदत पड़ जाती है। तो आदत डालने वाला कौन? आप ही हो ना! तो पहले मन का राजा बनो। चेक करो – अन्दर ही

अन्दर ये मन्त्री अपना राज्य तो नहीं स्थापन कर रहे हैं? जैसे आजकल के राज्य में अलग ग्रुप बना करके और पॉवर में आ जाते हैं। और पहले वालों को हिलाने की कोशिश करते हैं तो ये मन भी ऐसे करता है, बुद्धि को भी अपना बना लेता है। मुख को, कान को, सबको अपना बना लेता है। तो रोज़ चेक करो, समाचार पूछो—हे मन मन्त्री तुमने क्या किया? कहाँ धोखा तो नहीं दिया? कहाँ अन्दर ही अन्दर ग्रुप बना देवे और आपको राजा की बजाय गुलाम बना दे! तो ऐसा न हो। देखो ब्रह्मा बाप आदि में रोज़ ये दरबार लगाते थे जिसमें सभी सहयोगी साथियों से समाचार पूछते, ये रोज़ की ब्रह्मा बाप की आदि की दिनचर्या है। सुना है ना? तो ब्रह्मा बाप ने भी मेहनत की है ना! अटेन्शन रखा तब स्वराज्य अधिकारी सो विश्व के राज्य अधिकारी बने। शिव बाप तो है ही निराकार लेकिन ब्रह्मा बाप ने तो आपके समान सारी जीवन पुरुषार्थ से प्रालब्ध प्राप्त की। तो ब्रह्मा बाप को फालो करो। ये मन बहुत चंचल है और बहुत क्वीक है, एक सेकण्ड में आपको सारा फारेन घुमाकर आ सकता है। तो क्या सुना? बालक सो मालिक। ऐसे नहीं खुश रहना—बालक तो बन गये, वर्सा तो मिल गया लेकिन अगर वर्से के मालिक नहीं बने तो बालकपन क्या हुआ? बालक का अर्थ ही है मालिक। लेकिन स्वराज्य के भी मालिक बनो। सिर्फ वर्से को देख करके खुश नहीं हो, स्वराज्य अधिकारी बनो। इतनी छोटी सी आंख बिन्दी है, वो भी धोखा दे देती है। तो मालिक नहीं हुए तभी धोखा देती है। तो बापदादा सभी बच्चों को स्वराज्य अधिकारी राजा देखना चाहते हैं। अधिकारी, अधीन नहीं रहेगा। समझा? क्या बनेंगे? बालक सो मालिक। रावण की चीज़ को तो यहाँ हाल में ही छोड़कर जाना। ये तपस्या का स्थान है ना। तो तपस्या को अग्नि कहा जाता है। तो अग्नि में खत्म हो जायेगा।

(09.01.1996)

बापदादा सब नोट करते हैं, गीता पाठशाला वाले, क्लास कराने वाले किस विधि से चलते हैं, किस विधि से सोते हैं, किस विधि से खाते-पीते हैं, सब

नोट करता है। कहाँ-कहाँ ठीक नहीं होता है। गीता पाठशाला या कहाँ भी सेवा करने वाले हैं, वह स्थान विधि पूर्वक हो, स्वच्छ और मर्यादा पूर्वक भी हो। और जो भी दिनचर्या है, वह ब्राह्मण जीवन के नियम प्रमाण हो, ऐसे चलाओ नहीं, चलता है ....। बापदादा ज्यादा कहते नहीं हैं, समझते हैं थोड़ा मुश्किल लगेगा, इसीलिए कुछ बातें तो छोड़ देते हैं। छोड़ना चाहिए नहीं लेकिन छोड़ देते हैं। ऐसे कभी नहीं समझना कि कौन देखता है, फिर भी हिम्मत रखकर प्रवृत्ति में रहते सेवा के निमित्त बने हैं, यह बापदादा को देखकर खुशी होती है। बाकी चेक करना यह आपका काम है। बाप नहीं कहेंगे, आपका काम है। अगर बाप कहेंगे या दादियां कहेंगी ना तो चार-चार पेज का पत्र आयेगा, ऐसा है, ऐसा है... इसलिए बापदादा कहते नहीं हैं। इशारा देते हैं कि मर्यादापूर्वक अपने आपको चेक करो और चेंज करो। अच्छा। सभी एक दो से प्यारे हो ऐसे नहीं जो आगे बैठे हैं वह प्यारे हैं। आप उन्हों से भी प्यारे हो।

(28.11.1997)

अमृतवेले से लेकर जब उठते हो तो परमात्म प्यार में लवलीन होके उठते हो। परमात्म प्यार उठाता है। दिनचर्या की आदि परमात्म प्यार होता है। प्यार नहीं होता तो उठ नहीं सकते। प्यार ही आपके समय की घण्टी है। प्यार की घण्टी आपको उठाती है। सारे दिन में परमात्म साथ हर कार्य कराता है। कितना बड़ा भाग्य है जो स्वयं बाप अपना परमधाम छोड़कर आपको शिक्षा देने के लिए आते हैं। ऐसे कभी सुना कि भगवान रोज़ अपने धाम को छोड़ पढ़ाने के लिए आते हैं! आत्मायें चाहे कितना भी दूर-दूर से आयें, परमधाम से दूर और कोई देश नहीं है। है कोई देश? अमेरिका, अफ्रीका दूर है? परमधाम ऊंचे ते ऊंचा धाम है। ऊंचे ते ऊंचे धाम से ऊंचे ते ऊंचे भगवन, ऊंचे ते ऊंचे बच्चों को पढ़ाने आते हैं। ऐसा भाग्य अपना अनुभव करते हो? सतगुरू के रूप में हर कार्य के लिए श्रीमत भी देते और साथ भी देते हैं। सिर्फ मत नहीं देते हैं, साथ भी देते हैं। आप क्या गीत गाते हो?

मेरे साथ-साथ हो कि दूर हो? साथ है ना? अगर सुनते हो तो परमात्म टीचर से, अगर खाते भी हो तो बापदादा के साथ खाते हो। अकेले खाते हो तो आपकी गलती है। बाप तो कहते हैं मेरे साथ खाओ। आप बच्चों का भी वायदा है - साथ रहेंगे, साथ खायेंगे, साथ पियेंगे, साथ सोयेंगे और साथ चलेंगे..... सोना भी अकेले नहीं है। अकेले सोते हैं तो बुरे स्वप्न वा बुरे ख्यालात स्वप्न में भी आते हैं। लेकिन बाप का इतना प्यार है जो सदा कहते हैं मेरे साथ सोओ, अकेले नहीं सोओ। तो उठते हो तो भी साथ, सोते हो तो भी साथ, खाते हो तो भी साथ, चलते हो तो भी साथ। अगर दफ्तर में जाते हो, बिजनेस करते हो तो भी बिजनेस के आप ट्रस्टी हो लेकिन मालिक बाप है। दफ्तर में जाते हो तो आप जानते हो कि हमारा डायरेक्टर, बॉस बापदादा है, यह निमित्त मात्र है, उनके डायरेक्शन से काम करते हैं। कभी उदास हो जाते हो तो बाप फ्रैन्ड बनकर बहलाते हैं। फ्रैन्ड भी बन जाता है। कभी प्रेम में रोते हो, आंसू आते हैं तो बाप पोछने के लिए भी आते हैं और आपके आंसू दिल के डिब्बी में मोती समान समा देते हैं। अगर कभी-कभी नटखट होके रूठ भी जाते हो, रूसते भी हो बहुत मीठा-मीठा। लेकिन बाप रूठे हुए को भी मनाने आते हैं। बच्चे कोई बात नहीं, आगे बढ़ो। जो कुछ हुआ बीत गया, भूल जाओ, बीती सो बीती करो, ऐसे मनाते भी हैं। तो हर दिनचर्या किसके साथ है? बापदादा के साथ। बापदादा को कभी-कभी बच्चों की बातों पर हंसी भी आती है। जब कहते हैं बाबा आप भूल जाते हो, एक तरफ तो कहते हैं कम्बाइन्ड है, कम्बाइन्ड कभी भूलता है क्या? जब साथ-साथ है तो साथ वाला भूल सकता है क्या? तो बाबा कहते हैं शाबास - बच्चों में इतनी ताकत है जो कम्बाइन्ड को भी अलग कर देते हैं! है कम्बाइन्ड और थोड़ा सा माया कम्बाइन्ड को भी अलग कर देती है।

(31.01.1998)

बहुत बिजी रहते हैं ना! अच्छी तरह से आफिस चलती है ना! जैसे एक सेकण्ड में साधन यूज़ करते हो ऐसे ही बीच-बीच में कुछ समय साधना के लिए भी निकालो। सेकण्ड भी निकालो। अभी साधन पर हाथ है और अभी अभी एक सेकण्ड साधना, बीच-बीच में अभ्यास करो। जैसे साधनों में जितनी प्रैक्टिस करते हो तो आटॉमेटिक चलता रहता है ना। ऐसे एक सेकण्ड में साधना का भी अभ्यास हो। ऐसे नहीं टाइम नहीं मिला, सारा दिन बहुत बिजी रहे। बापदादा यह बात नहीं मानते हैं। क्या एक घण्टा साधन को अप-नाया, उसके बीच में क्या 5-6 सेकण्ड नहीं निकाल सकते? ऐसा कोई बिजी है जो 5 मिनट भी नहीं निकाल सके, 5 सेकण्ड भी नहीं निकाल सके। ऐसा कोई है? निकाल सकते हैं तो निकालो।

बापदादा जब सुनते हैं आज बहुत बिजी हैं, बहुत बिजी कह करके शक्ल भी बिजी कर देते हैं। बापदादा मानते नहीं हैं। जो चाहे वह कर सकते हो। अटेन्शन कम है। जैसे वह अटेन्शन रखते हो ना - 10 मिनट में यह लेटर पूरा करना है, इसीलिए बिजी होते हो ना - टाइम के कारण। ऐसे ही सोचो 10 मिनट में यह काम करना है, वह भी तो टाइम-टेबल बनाते हो ना। इसमें एक दो मिनट पहले से ही एड कर दो। 8 मिनट लगना है, 6 मिनट नहीं, 8 मिनट लगना है तो 2 मिनट साधना में लगाओ। यह हो सकता है?

तो अभी कभी नहीं कहना, बहुत बिजी, बहुत बिजी। बापदादा उस समय चेहरा भी देखते हैं, फोटो निकालने वाला होता है। कितना भी बिजी हो, लेकिन पहले से ही साधन के साथ साधना का समय एड करो। होता क्या है - सेवा तो बहुत अच्छी करते हो, समय भी लगाते हो, उसकी तो मुबारक है। लेकिन स्व-उन्नति या साधना बीच-बीच में न करने से थकावट का प्रभाव पड़ता है। बुद्धि भी थकती है, हाथ पांव भी थकता है और बीच-बीच में अगर साधना का समय निकालो तो जो थकावट है ना, वह दूर हो जाए। खुशी होती है ना। खुशी में कभी थकावट नहीं होती है। काम में लग जाते हो, बापदादा तो कहते हैं कि काफी समय एक्शन कान्सेस रहते हो। ऐसे होता है ना? एक्शन -कान्सेस की मार्क्स तो

मिलती हैं, वेस्ट तो नहीं जाता है लेकिन सोल कान्सेस की मार्क और एक्शन-कान्सेस की मार्क में अन्तर तो होगा ना। फ़र्क होता है ना? तो अभी बैलेन्स रखो। लिंक को तोड़ो नहीं, जोड़ते रहो क्योंकि मैजारिटी डबल विदेशी काम करने में भी डबल बिजी रहते हैं। बापदादा जानते हैं कि मेहनत बहुत करते हैं लेकिन बैलेन्स रखो। जितना समय निकाल सको, सेकण्ड निकालो, मिनट निकालो, निकालो जरूर।

(23.10.1999)

आजकल बापदादा देखते हैं - मैजारिटी बच्चों में कभी-कभी व्यर्थ संकल्प बहुत चलता है, इसमें अपनी जमा की हुई शक्तियाँ व्यर्थ चली जाती हैं, इसलिए शुभ चिंतन की, स्वमान का कोई न कोई अपना टाइटिल मन को होमवर्क दे दो, मन का टाइमटेबल बनाओ, कर्म का तो टाइमटेबल बनाते हो लेकिन मन का टाइमटेबल बनाओ। स्वमान, अमृतवेले मिलन मनाने के बाद मन को दे दो लेकिन जैसे सुनाया है कि 12-13 बारी सभी को टाइम मिलता है, उसमें रियलाइज भी करो, रिवाइज भी करो तो मन बिजी रहने से व्यर्थ संकल्प में समय नहीं जायेगा, मेहनत नहीं करनी पड़ेगी, हर समय संगमयुग जो मौज का युग है, उसी मौज में रहेंगे।

(18.01.2009)

बापदादा कुछ समय से लेके वार्निंग दे ही रहे हैं समय की। हर बच्चे की पढ़ाई की रिजल्ट का समय अचानक आना है। इसके लिए सदा एवररेडी। साथ-साथ बापदादा यह भी इशारा दे रहे हैं कि अभी समय है उड़ती कला के तीव्र पुरुषार्थ का। चल रहे हैं नहीं, उड़ रहे हैं। साधारण रीति से अपनी दिनचर्या व्यतीत करना, अब वह समय कामन पुरुषार्थ का गया इसलिए बापदादा इशारा दे रहे हैं, हर सेकण्ड, हर संकल्प चेक करो। मानो अपना तीव्र पुरुषार्थ न कर एक घण्टा

साधारण पुरुषार्थ में रहे तो एक घण्टे में अचानक अगर फाइनल पेपर का टाइम आ गया तो अन्त मते सो गति, वह एक घण्टे का साधारण पुरुषार्थ कितना नुकसान कर देगा! इसलिए बापदादा हर बच्चे को, हर संकल्प, हर सेकण्ड समय के महत्व को, समय प्रति समय इशारा दे रहे हैं। हलचल के समय अचल रहने का पुरुषार्थ तीव्र पुरुषार्थी ही कर सकता। साधारण पुरुषार्थी एवररेडी बनने में समय लगा देगा और बापदादा ने कहा है कि सेकण्ड में बिन्दी अर्थात् फुलस्टॉप, अगर तीव्र पुरुषार्थ नहीं होगा तो क्या होता है? अनुभवी तो हैं। फुलस्टॉप के बजाए क्वेश्चन मार्क तो नहीं बन जायेगा! बिन्दी कितना सहज है और क्वेश्चन कितना टेढ़ा बांका है। फुलस्टॉप तो फुलस्टॉप हो जाए। क्वामा की मात्रा भी नहीं हो, आश्चर्य की मात्रा भी नहीं हो। क्या करूं, यह सोचने का भी समय नहीं मिलेगा। तो कोई भी बच्चा यह सोच नहीं सकता कि इतना फास्ट पुरुषार्थ करना ही पेपर में पास होना है।

(30.11.2009)

ब्रह्मा बाप से और शिव बाप से दोनों से प्यार है ना! दोनों से है? हाथ उठाओ। अच्छा, दोनों से है। बहुत अच्छा धन्यवाद। अच्छा, दोनों के समान बनने चाहते हो। हाथ नहीं उठाओ, कांध हिलाओ। अच्छा। दोनों से प्यार है तो शिव बाप है निराकारी, ठीक है और ब्रह्मा बाप है फरिश्ता। फरिश्ता है ना! तो कल से नहीं, आज से ही अभी से सारे दिन में दोनों बाप से प्यार है तो कभी अपने को निराकार बाप समान निराकारी स्थिति में अभ्यास करो, फालो फादर। और कभी फरिश्ता बनकरके साकार रूप ब्राह्मण नहीं, ब्राह्मण तो हो ही, कर्म भले करो लेकिन कर्म करते भी फरिश्ता स्थिति में रहो तो कर्म का बोझ प्रभाव नहीं डालेगा। ब्रह्मा बाप से प्यार है तो ब्रह्मा बाप ने कर्म सब किया, निमित्त बना लेकिन ब्रह्मा बाप के ऊपर कितना बोझ था। आप कोई के ऊपर इतना बोझ नहीं है, है कोई, ब्रह्मा बाप से ज्यादा किसके ऊपर बोझ है, जिम्मेवारी है? वह हाथ उठाओ। कोई नहीं

उठाता। तो ब्रह्मा बाप ने इतनी जिम्मेवारी निभाते हुए कार्य में कैसे रहा, कर्म में भी फरिश्ता रूप रहा ना! तो आपका भी ब्रह्मा बाप से प्यार है, तो कभी फरिश्ता रूप में रहो, कभी निराकार स्थिति में रहो, यह प्रैक्टिस, ब्रह्मा बाबा कहके ब्रह्मा बाप समान फरिश्ता बन जाओ और शिव निराकार बाप को याद कर निराकारी स्थिति में स्थित हो जाओ, यह कर सकते हो? यह कर सकते हो या मुश्किल है? जो कर सकते हैं बीच-बीच में, वह बीच-बीच में ऐसे करें जो लगातार हो जाए, अपने कर्म के हिसाब से जो आपकी दिनचर्या है उसके हिसाब से फिक्स करो। कम से कम सारे दिन में 12 बारी फरिश्ता बनो, 12 बारी निराकार स्थिति में स्थित रहो, यह कर सकते हो? हाथ उठाओ।

(15.12.2009)

हर समय जो काम करते हो तो काम करते भी अपने मन का टाइमटेबल बनाके रखो। यह काम करते हुए मन का स्वमान क्या रहेगा? आज के दिन कौन सा लक्ष्य रखूंगा? हर काम के टाइम जो भी अपने स्वमान की लिस्ट है, भले भिन्न-भिन्न टाइमटेबल बनाओ जैसे स्थूल कर्म का टाइमटेबल फिक्स करते हो वैसे मन का टाइमटेबल फिक्स करो। मालूम तो है इस समय यह काम करना है, उसके साथ स्वमान कौन सा रखना है? मालिकपन का अधिकार किस स्वमान के रूप में रखना है, यह मन का टाइमटेबल बनाओ। टाइमटेबल बनाने आता है ना! माताओं को आता है? मातायें अपना आपेही प्रोग्राम बनाओ। अच्छा खाना बनाना है उस समय कौन सा स्वमान अपनी बुद्धि में इमर्ज रखना है। बहुत माला है स्वमान की। इतनी बड़ी माला है जो स्वमान गिनती करते जाओ और माला में समा जाओ।

(18.01.2010)

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करेः-

स्पार्क – आध्यात्मिक अनुप्रयोग अनुसन्धान केन्द्र
(SpARC – Spiritual Applications Research Centre),
बेहतर विश्व निर्माण अकादमी,
ज्ञानसरोवर, आबू पर्वत–307501
राजस्थान, भारत
मोबाईलः +919414007497, +919414150607
फैक्स – 02974-238951
ई-मेल – bksparc@gmail.com

हर समय जो काम करते हो
तो काम करते भी अपने
मन का टाइमटेबल
बनाके रखो।

(18.01.2010)

Om Shanti