

विदेह अवस्था



दो शब्द

इस पुस्तक में प्रकाशित ज्ञान-रत्नों को
१९६९ से २००१ तक की अव्यक्त वाणियों से
संकलित किया गया है।

प्रेरणा स्रोत :

ब्रह्माकुमार जगदीश चन्द्र जी

प्रथम मुद्रण :

२४ जून, २००१

'मातेश्वरी स्मृति-दिवस'

प्रकाशक एवं मुद्रक :

ब्रह्माकुमार आत्मप्रकाश,
साहित्य विभाग, ज्ञानामृत भवन,
शान्तिवन, आबू रोड - ३०७ ५१०
e-mail: gyanamrit@vsnl.com

पुस्तक मिलने का स्थान :

साहित्य विभाग,
पाण्डव भवन,
आबू पर्वत - ३०७ ५०१

© कॉपी राइट :

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व-विद्यालय
पाण्डव भवन, आबू पर्वत - ३०७ ५०१
राजस्थान, भारत

परम कल्याणकारी, परम सदगुरु परमात्मा शिव ने अपने अनमोल महावाक्यों के द्वारा जो अमूल्य ज्ञान खजाणा दिया है उससे मानव का जीवन मालामाल और निहाल हो जाता है। इसके द्वारा सम्पूर्णता की मंजिल को प्राप्त करने के लिए योग की पराकाष्ठा तक पहुँचने और अव्यक्त स्थिति बनाने के लिए अनेकानेक सरल, सुग्राह्य और सुन्दर-सुन्दर युक्तियाँ मिलती हैं। विदेही अथवा अव्यक्त स्थिति एक ऐसी मनभावन स्थिति है जिसमें टिक कर आत्मा आनन्दानुभूति से सराबोर हो जाती है और विश्व की समस्याओं को सुलझाने के लिए 'शिव शक्ति' तथा 'विघ्न-विनाशक' रूप धारण कर लेती है।

प्रस्तुत पुस्तक विदेह अवस्था पर बापदादा द्वारा उच्चारित महावाक्यों का संग्रह है, जिसे आप तक पहुँचाते हुए हमें अपार हर्ष हो रहा है। इन वरदानी महावाक्यों को पढ़ते-पढ़ते अथवा सुनते-सुनते आत्मा देह से न्यारी हो, शान्ति सम्पन्न होती जाती है और उसे अनुभव होने लगता है कि उसके प्रकाश और शक्ति में भी वृद्धि होती जा रही है। अपने शक्तिशाली शुद्ध और श्रेष्ठ संकल्पों द्वारा वह विश्व के दूरस्थ स्थानों में विद्यमान आत्माओं को भी शान्ति, शीतलता और आध्यात्मिक बल प्रदान करने लगती है। इस प्रकार उसे एक अनमोल अलौकिक सिद्धि की भी प्राप्ति हो जाती है।

प्यारे बापदादा ने हमें "ड्रामा में सब कुछ अचानक होगा" यह पाठ पढ़ा दिया है। विदेह अवस्था के द्वारा हम अचानक हुए प्राकृतिक और मानवीय परिवर्तनों का सामना कर सकते हैं। इस अवस्था का एक या दो सेकण्ड के लिए किया गया अभ्यास भी आत्मा के लिए पद्मों की कमाई जमा कराने वाला है। प्रकाशमय काया को धारण कर विश्व-सेवा की जो प्रेरणा इस ज्ञान-संग्रह से मिलती है उसकी धारणा से तो यह स्थूल शरीर और यह दुनिया बहुत पीछे रह जाते हैं और आत्मा उड़ता पंछी बन शुद्ध संकल्प रूपी साधन से उड़ कर अपने प्रकाशमय धाम में अपने प्रियतम के निकट आनन्द विभोर हो जाती है। निर्बल-से-निर्बल आत्मा भी माया का सामना सफलतापूर्वक करने में सक्षम हो जाती है। उसके पुराने संस्कार और संस्मरण ओझल हो, नये, स्वच्छ, स्वर्णिम जीवन के

विषय सूची

संभव	०३
राजऋषि बच्च्यो	११
जितना सविन्य पर ध्यान है उतना ही इस 'देही-अभिमानि' बनने पर भी ध्यान रहे	१३
अव्यक्ति स्थिति में स्थित रहकर व्यक्त भाव में आओ	१३
साक्षात्कार का आधार, संगठन का आधार, परिवार के नियमों का आधार कभी नहीं छोड़ना	१४
अब अपनी अव्यक्त स्थिति के आधार से ऐसा करना जैसे श्रीमत के आधार से हर काम होता रहा है	१४
अमृतकेले याद में बैठो और यही संकल्प रखो कि—अब हम अव्यक्त बापदादा से पुलाकात करे	१५
अव्यक्ति मिलन का मूल्य है— व्यक्त भाव को छोड़ना	१५
अव्यक्ति मिलन भी वही कर सकता है जो अव्यक्ति स्थिति में हो	१६
एकान्त और एकता में रहो	१७
बाप को गुरु के रूप में याद करो	१७
मनसा, चाचा, कर्मणा—तीनों ही व्यक्त में होते अव्यक्त रहें	१७
आपस में बातचीत करते समय आत्मा रूप में देखो	१८
मन और बुद्धि—दोनों को पॉवरफुल ब्रेक चाहिए	१८
विक्रमकाल में च्यारा होकर कर्तव्य में आओ	१९
'मैं आत्मा बिन्दु रूप हूँ'—ऐसे ही अभ्यास को बढ़ाते जाओ	२०
एक सेकेण्ड में निराकार, एक सेकेण्ड में साकार—ऐसी ड्रिल सीखो	२१
देह के आकर्षण से दूर हटने के लिए कोशिश करनी है	२१
श्रीमत के साथ मन-मत, देह-अभिमान की मत, शूद्रपने की मत यूज नहीं करो	२२
सांप को देखते हुए भी सांप को न देखो, मणि को ही देखो	२३
इस लोक में रहते अलौकिक कहाँ तक बने हो—यह चेक करना है	२४
बुद्धि की लाईन क्लीयर हो	२४

स्मरण अंकुरित होने लगते हैं।

हमें पूर्ण विश्वास है कि प्यारे बापदादा के इन वरदानी महावाक्यों का अध्ययन और मनन करते हुए सभी ब्राह्मण कुलभूषण स्वराज्यधिकारी सो भविष्य के विश्वराज्यधिकार के तिलकधारी बनने का पूरा-पूरा पुरुषार्थ करेंगे। देह की स्मृति से न्यारे बन, बाप के दुलारे और सर्व के प्यारे बनेंगे। सेकण्ड में साकार और सेकण्ड में निराकार, ऐसी ड्रिल करते हुए आत्मा को अलौकिक शक्तियों से भरपूर करते रहेंगे और मनसा द्वारा स्वमान की स्मृति रखते हुए वाचा और कर्मणा द्वारा विश्व नव निर्माण की सेवा को तीव्र गति प्रदान करेंगे।

शुभकामनाओं के साथ

श्री. राजयोगिनी ब्र. कु. प्रकाशमणि

(राजयोगिनी ब्र. कु. प्रकाशमणि)

२१	इज़ी और अलर्ट रहो	२५
२२	मिटना कम तो मिलना भी कम	२६
२३	मुख के माफिक बुद्धि को जब चाहो तब चलाओ, जब चाहो तब न चलाओ	२७
२४	बीच-बीच में एक-दो मिनट भी निकाल कर इस बिन्दी रूप की प्रैक्टिस करो	२७
२५	कुछ धारण करो, कुछ अर्पण करो	२८
२६	रचना के रचयिता बनो	२९
२७	आदि समय से परिवर्तन शक्ति कार्य में लाओ	२९
२८	अव्यक्त स्थिति और फिर आवाज़	३०
२९	अव्यक्त स्थिति का अनुभव कुछ समय लगातार करो	३०
३०	कोई कार्य हो उनको आगे पीछे करके भी दो-चार मिनट का टाइम याद में रहने लिए ज़रूर निकालो	३१
३१	अव्यक्त स्थिति की आदत अदालत में जाने से बचायेगी	३२
३२	'स्वार्थ' शब्द का अर्थ समझो	३३
३३	जो भी संगमयुग के विशेष गुणों की महिमा करते हो वह सर्व विशेष गुण हर समय अनुभव में आते हैं?	३४
३४	जितना समय साक्षी अवस्था की स्थिति रहती है उतना ही बाप साथी भी याद रहता है	३४
३५	जब और जैसा डायरेक्शन मिले वैसे ही अपनी स्थिति को बना सकते हो?	३५
३६	संगमयुग का वर्सा है—आत्मिक स्वरूप हो चलना वा देही हो चलना	३६
३७	बेहद की सर्विस करो	३७
३८	कार्य पूरा हुआ और वस्त्र से न्यारे हुए—यह प्रैक्टिस करो	३८
३९	पढ़ाई का लक्ष्य ही है देह-अभिमान से न्यारे हो देही-अभिमान बनना	३९
४०	प्रीत बुद्धि बनो अर्थात् अल्लाह-लोग बनो	३९
४१	स्वयं को जानने के लिए जो हूँ, जैसा हूँ, ऐसा ही जान कर और मान कर सारा दिन चलते-फिरते हो?	४०
४२	कमज़ोर आत्मा की कमज़ोरी को न देखो, सदा आत्मिक दृष्टि रहे	४१
४३	देह-अभिमान को छोड़ना बड़े ते बड़ा त्याग है, जो हर सेकेण्ड अपने आपको चेक करो	४१
४४	यह शरीर आपका नहीं रहा जिससे मरजीवा बने	४२
४५	शव को नहीं देखना है, शिव को देखना है	४३
४६	सदा अपने को बापदादा के सम्मुख समझ करके चलो	४४

४७	मन्सा में स्वमान की स्मृति रहे और वाचा में, कर्मणा में निर्माण अवस्था रहे	४५
४८	स्व-स्थिति वा अनादि स्थिति को जानो	४५
४९	जीवन की चार बातों को जानो	४६
५०	यह करके देखो	४७
५१	मुक्ति-जीवनमुक्ति जन्मसिद्ध अधिकार अभी का है	४८
५२	अन्तिम पेपर और फस्ट में फस्ट नम्बर का आधार	४९
५३	मन्सा में निराकारी स्टेज, वाचा में निरहंकारी और कर्म में निर्विकारी, ज़रा भी विकार ना हो	४९
५४	अभी-अभी सभी को डायरेक्शन मिले कि एक सेकेण्ड में अशरीरी बन जाओ, तो सिर्फ एक सेकेण्ड में स्थित हो सकते हो?	५०
५५	कर्मभोग को कर्मयोग में परिवर्तन करने वाले, साक्षी हो कर्मन्द्रियों को भोगवाने वाले बन सकते हो?	५१
५६	अब व्यक्त द्वारा अव्यक्त मिलन भी समाप्त होता जावेगा, फिर क्या करेंगे?	५२
५७	सिर्फ बहुरूपी बन जाओ, तो सर्व स्वरूपों के सुखों का अनुभव कर सकेंगे	५२
५८	आवाज़ से परे अपनी आत्मा के स्वधर्म, शान्त स्वरूप स्थिति का अनुभव नेचुरल रूप में और निरन्तर करते हो?	५३
५९	सम्पूर्ण स्वतन्त्र बनो	५४
६०	अन्तिम पेपर के लिए एवरेडी	५५
६१	न कोई पुराना स्वभाव हो और न कोई लगाव हो	५५
६२	अव्यक्त रूप से अव्यक्त मिलन का अनुभव करो	५६
६३	अपने निजी स्वरूप और उसके अनादि गुण व संस्कार— इन एक-एक गुण की डीपनेस में जाओ	५७
६४	तीन स्टेजेस पर जाने की प्रैक्टिस करो	५९
६५	अव्यक्त अर्थात् जहाँ व्यक्त भाव नहीं	५९
६६	कोई भी सामने आये तो व्यक्त भाव की बात उन्हें दिखाई न दे या करने की हिम्मत न हो	६०
६७	ज़रा-सा भी देहभान होगा तो अकाले मृत्यु के समान अचानक के वार में हार खिला देगा	६१
६८	अब से अकाल-तखनशीन होने का अभ्यास चाहिए	६२
६९	सदा यह मंत्र याद रहे कि 'निराकार सो साकार'	६३
७०	अनेक प्रकार के मोटेपन को मिटाओ	६४

७१	संकल्प की शक्ति को जहाँ चाहो वहाँ लगा सकते हो?	६४
७२	लौकिक से अलौकिक में परिवर्तन करो	६५
७३	अगर मन्सा संकल्प का भी बन्धन है तो डिटैच नहीं हो सकेंगे	६७
७४	अगर एक सेकेण्ड की हलचल में आया तो फेल, अचल रहा तो पास	६७
७५	अभी-अभी अनादि, अभी-अभी आदि स्मृति की समर्थी	६८
७६	सदा न्यारे रहो यही अभ्यास चलता रहे, इसके सिवाए नीचे नहीं आओ	६८
७७	स्वधर्म में स्थित रहो	६९
७८	कोई भी बात हो तो आप अशरीरी हो जाओ	६९
७९	प्राप्त हुई शक्तियों के आधार पर शुद्ध वायब्रेशन्स, वायुमण्डल द्वारा शक्तिशाली बनाओ	७०
८०	बाप के जो भी इशारे मिलते हैं उन इशारों को समझकर चलते रहो	७१
८१	चार बातों का अटेशन रखो	७१
८२	सदा गीत गाते रहो तो सहज ही अशरीरी बन जायेंगे	७३
८३	सदा वृत्ति में रूह को देखते रहो और रूह से ही बोलते रहो	७३
८४	जब चाहें जैसे चाहें वैसा संस्कार अपना बनाओ	७४
८५	साथ में रहते हुए भी निर्लेप अर्थात् माया के लेप व आकर्षण से परे	७५
८६	सिवाए आत्मा के और कुछ दिखाई नहीं दे	७६
८७	शान्ति स्वरूप रहना अर्थात् शान्ति की किरणें सबको देना	७७
८८	अशरीरी अर्थात् ऊँचा उड़ना, शरीर भान में आना अर्थात् पिंजरे का पंछी बनना	७८
८९	खाओ, पीओ, गाओ, नाचो और सोओ	७८
९०	शरीर से अलग मैं आत्मा हूँ—यह अलग वस्तु की अनुभूति हो	७९
९१	आत्म-अनुभवी बनो और चलते-फिरते अपने ज्योति स्वरूप का अनुभव करो	७९
९२	फुर्सत मिली और मूलवतन में चले गये	८०
९३	चलते-फिरते जा रहे हैं, उड़ रहे हैं, बाप भी बिन्दु, मैं भी बिन्दु, दोनों साथ-साथ जा रहे हैं	८०
९४	यह मेरी देह नहीं, लेकिन सेवा अर्थ अमानत है	८१
९५	देह के बन्धन से मुक्त अर्थात् जीवनमुक्त राज्य-अधिकारी	८३
९६	साक्षीपन अर्थात् देह से न्यारे	८४
९७	जैसे-जैसे मुरलीधर की मुरली का नशा चढ़ जाता है, वैसे-वैसे अपने को इस धरती और देह से ऊपर उड़ता हुआ अनुभव करेंगे	८४
९८	परमात्म-न्यार में लवलीन रहो	८५

९९	बाप के स्नेह के सर्व सम्बन्ध में रहो तो देह के बन्धन से मुक्त हो जाओगे	८६
१००	अव्यक्त मिलन के अनुभवी बन जायेंगे तो अव्यक्त मिलन के विचित्र अनुभव सदा करते रहेंगे	८६
१०१	भाग्यविधाता ही अपना बन गया—यह रूहानी नशे में रहो तो देहभान खत्म हो जायेगा	८७
१०२	अनादि बाप के वंश सम्पूर्ण सतोप्रधान आत्मा हूँ—यह याद रखो	८७
१०३	१८वाँ अध्याय को स्मृति में लाओ	८८
१०४	अभी दृष्टि से दृष्टि की भाषा को जानो	८९
१०५	देह की प्रवृत्ति की परिभाषा को जानो	८९
१०६	यह देह करनहार है, आप देही करावनहार हो— इसी स्थिति को “विदेह स्थिति” कहते हैं	९०
१०७	अव्यक्त रूप से, अव्यक्त स्थिति से सदा का मिलन मनाओ	९०
१०८	देहभान से न्यारा ही परमात्म-प्यारा बन जाता है	९१
१०९	अपनी भविष्य की तस्वीर बना लो	९३
११०	तीनों वरदानों को सदा सेवा में प्रैक्टिकल में लाओ	९४
१११	सदा ब्रह्मा बाप को सामने रखो	९४
११२	‘जाना’ और ‘आना’—इसी अभ्यास में दिन-रात लगे रहो	९५
११३	वायब्रेशन्स वायुमण्डल में फैलाओ	९६
११४	बीज है स्मृति, जिस से वृत्ति, दृष्टि, कृति सारी स्थिति बदल जाती है	९६
११५	तीन बिन्दियों को याद रखो	९७
११६	मन, बुद्धि, शरीर से अपने को बिज्जी रखो	९८
११७	मन, बुद्धि, दिल और शरीर चारों ही साथ-साथ बाप के साथ समान स्थिति में रहें ...	९८
११८	व्यक्त से अव्यक्त बनना ही बाप के लिए बच्चों का रिटर्न है	९९
११९	तपस्या द्वारा प्राप्तियों को स्वयं अपने जीवन में और सर्व के सम्बन्ध-सम्पर्क में प्रत्यक्ष करो	९९
१२०	अव्यक्त मिलन के अनुभव को बढ़ाते चलो	१००
१२१	स्नेह का रिटर्न देने वाले बनो	१०१
१२२	अन्त में अशरीरीपन का अभ्यास ही काम में आयेगा	१०१
१२३	ब्रह्मा के संस्कार अपने में देखो	१०२
१२४	राजा होकर के चलना और कर्म-इन्द्रियों को चलाना	१०३

१२५	जितना देह की स्मृति से न्यारे होंगे उतने बाप के भी प्यारे और सर्व के भी प्यारे होंगे	१०३
१२६	सदैव यह अभ्यास करो कि अभी-अभी आकारी, अभी-अभी निराकारी	१०४
१२७	व्यक्त भाव में आते भी, व्यक्त भाव के आकर्षण में नहीं	१०५
१२८	अव्यक्त का अर्थ ही है व्यक्त भाव और व्यक्त भावना से परे	१०५
१२९	अव्यक्त स्थिति बनाने के लिए विशेष अपनी भावना और भाव को चेक करो	१०६
१३०	बीच-बीच में प्रैक्टिस करो—देह में प्रवेश होकर कर्म किया और अभी-अभी न्यारे हो जायें	१०६
१३१	कोई भी सूक्ष्म अभिमान अंश रूप में भी रहा हुआ तो नहीं है?	१०७
१३२	सम्पूर्ण निरहंकारी बनना अर्थात् आकारी, निराकारी सहज बनना	१०७
१३३	पहले स्वयं को परिवर्तन करो	१०९
१३४	सदा स्वमान में रहो तो वहाँ देहभान आ नहीं सकता	११०
१३५	पहला विशेष परिवर्तन है स्वरूप का परिवर्तन	१११
१३६	संकल्प किया, अशरीरी बना	११२
१३७	इस ड्रिल को दिन में जितनी बार ज्यादा कर सको उतना करते रहना	११२
१३८	कैसी भी परिस्थिति हो, हलचल हो लेकिन हलचल में अचल हो जाओ	११३
१३९	देह में होते भी विदेह अवस्था का अनुभव करो	११४
१४०	अभी लास्ट समय को सोचने के बजाय लास्ट स्थिति को सोचो	११४
१४१	जिस बात में कमजोर होंगे उसी रूप में जानबूझकर भी माया लास्ट पेपर लेगी, इसीलिए विदेही बनने का अभ्यास बहुत जरूरी है	११५
१४२	अविनाशी-अमित तिलक लगाओ	११७
१४३	राज्य को कंट्रोल करने के पहले स्व-राज्य-अधिकारी तो बनो	११८

मेरे राजर्षि बच्चो,

चा

रों ओर हलचल है, प्रकृति के सभी तत्त्व खूब हलचल मचा रहे हैं, एक तरफ भी हलचल से मुक्त नहीं हैं, व्यक्तियों की भी हलचल है, प्रकृति की भी हलचल है, ऐसे समय पर जब इस सृष्टि पर चारों ओर हलचल है तो आप क्या करेंगे? सेफ्टी का साधन कौन सा है? सेकण्ड में अपने को विदेही, अशरीरी वा आत्म-अभिमानी बना लो तो हलचल में अचल रह सकते हो। इसमें टाइम तो नहीं लगेगा? क्या होगा? अभी ट्रायल करो—एक सेकण्ड में मन-बुद्धि को जहाँ चाहो वहाँ स्थित कर सकते हो? (ड्रिल) इसको कहा जाता है—साधना। अच्छा।

बाप कहते हैं एक सेकण्ड में सभी अभी-अभी विदेही बन सकते हो? तो अभी एक सेकण्ड में विदेही स्थिति में स्थित हो जाओ। (ड्रिल) अच्छा, अभी देह में आ जाओ। अभी फिर विदेही बन जाओ। ऐसे सारे दिन में बीच-बीच में एक सेकण्ड भी मिले, तो बार-बार यह अभ्यास करते रहो। अच्छा।

यह (ड्रिल) रोज़ हर एक को करनी चाहिए। ऐसे नहीं हम बिज़ी हैं। बीच में समय प्रति समय एक सेकण्ड चाहे कोई बैठा भी हो, बात भी कर रहा हो, लेकिन एक सेकण्ड उनको भी ड्रिल करा सकते हैं और स्वयं भी अभ्यास कर सकते हैं। कोई मुश्किल नहीं है। दो-चार सेकण्ड भी निकालना चाहिए इससे बहुत मदद मिलेगी। नहीं तो क्या होता है, सारा दिन बुद्धि चलती रहती है ना, तो विदेही बनने में टाइम लग जाता है और बीच-बीच में अभ्यास होगा तो जब चाहें उसी समय हो जायेंगे क्योंकि अन्त में सब अचानक होना है। तो अचानक के पेपर में यह विदेही-पन

का अभ्यास बहुत आवश्यक है। ऐसे नहीं बात पूरी हो जाए और विदेही बनने का पुरुषार्थ ही करते रहें। तो सूर्यवंशी तो नहीं हुए ना! इसलिए जितना जो बिज़ी है उतना ही उसको बीच-बीच में यह अभ्यास करना ज़रूरी है। फिर सेवा में जो कभी-कभी थकावट होती है, कभी कुछ न कुछ आपस में हलचल हो जाती है, वह नहीं होगा। अभ्यासी होंगे ना! एक सेकण्ड में न्यारे होने का अभ्यास होगा, तो कोई भी बात हुई एक सेकण्ड में अपने अभ्यास से इन बातों से दूर हो जायेंगे। सोचा और हुआ। युद्ध नहीं करनी पड़े। युद्ध के संस्कार, मेहनत के संस्कार सूर्यवंशी बनने नहीं देंगे। लास्ट घड़ी भी युद्ध में ही जायेगी, अगर विदेही बनने का सेकण्ड में अभ्यास नहीं है तो। और जिस बात में कमज़ोर होंगे, चाहे स्वभाव में, चाहे सम्बन्ध में आने में, चाहे संकल्प शक्ति में, वृत्ति में, वायुमण्डल के प्रभाव में, जिस बात में कमज़ोर होंगे, उसी रूप में जानबूझकर भी माया लास्ट पेपर लेगी। इसीलिए विदेही बनने का अभ्यास बहुत ज़रूरी है। कोई भी रूप की माया आये, समझ तो है ही। एक सेकण्ड में विदेही बन जायेंगे तो माया का प्रभाव नहीं पड़ेगा। जैसे कोई मरा हुआ व्यक्ति हो, उसके ऊपर कोई प्रभाव नहीं पड़ता ना! विदेही माना देह से न्यारा हो गया तो देह के साथ ही स्वभाव, संस्कार, कमज़ोरियाँ सब देह के साथ हैं, और देह से न्यारा हो गया, तो सबसे न्यारा हो गया। इसलिए यह ड्रिल बहुत सहयोग देगी, इसमें कन्ट्रोलिंग पावर चाहिए। मन को कन्ट्रोल कर सकें, बुद्धि को एकाग्र कर सकें। नहीं तो आदत होगी तो परेशान होते रहेंगे। पहले एकाग्र करें, तब ही विदेही बनें।

— *अव्यक्त बापदादा*

विदेह अवस्था

जितना सर्विस पर ध्यान है

उतना ही इस 'देही-अभिमानी' बनने पर भी ध्यान रहे

बाबा ने कहा— “अन्त समय में तुम्हारा यह व्यक्त शरीर भी बिल्कुल स्थिर हो जायेगा। अभी तो पुराना हिसाब-किताब होने के कारण शरीर अपनी तरफ़ खींचता है। लेकिन अन्त में बिल्कुल स्थिर तथा शान्त हो जायेगा। कोई भी हलचल न मन में, न तन में रहेगी।” जिसको बाबा कहते थे— देही-अभिमानी स्थिति। दृश्य समाप्त होने के बाद बाबा ने कहा— “सभी बच्चों को कहना कि अभी देही-अभिमानी बनने का पुरुषार्थ करो। जितना सर्विस पर ध्यान है उतना ही इस मुख्य बात पर भी ध्यान रहे कि 'देही-अभिमानी' बनना है।”

अव्यक्ति स्थिति में स्थित रहकर व्यक्त भाव में आओ

बाबा ने कहा— “बच्चों के प्रति मुख्य शिक्षा यही है कि अव्यक्ति स्थिति में स्थित रहकर व्यक्त भाव में आओ। जब एकान्त में बैठते हैं तो अव्यक्त स्थिति रहती है, लेकिन व्यक्त में रह कर अव्यक्त भाव में स्थित रहें— वह मिस (miss) कर लेते हैं। इसलिए एकरस कर्मातीत स्थिति का जो नग है, वह कम है। तो जिसके जीवन में जो कमी देखता हूँ वह सजा रहा हूँ। जैसे साकार रूप में यह कार्य करता था, वही फिर अव्यक्त रूप में करता हूँ। तो बच्चों से जाकर पूछना कि सारे दिन में जैसे बाप बच्चों को सजाते हैं, ऐसे बच्चों को भासना आती है? उस टाइम जो योगयुक्त बच्चे होंगे उनको भासना आयेगी कि— बाबा अब मेरे से बात कर रहे हैं, सजा रहे हैं। जैसे मैं अव्यक्त वतन में बच्चों से मिलता, बहलाता रहता हूँ; अव्यक्त रूप वाले बच्चे यह अनुभव कर सकते हैं। मैं भी खास समय पर बच्चों को याद करता हूँ। ऐसी टचिंग बच्चों को होती ही होगी”।

बाबा का आधार, संगठन का आधार,

परिवार के नियमों का आधार कभी नहीं छोड़ना

व्यक्त रूप में रहते अव्यक्त स्थिति में रहना है। जब अव्यक्त स्थिति में स्थित हो जायेंगे, तो उस अव्यक्त स्थिति में कोई उलझन नहीं रहेगी। वर्तमान समय चल रहे सभी पार्ट आप बच्चों को अति शीघ्र अव्यक्त बनाने के साधन हैं, डगमग होने की ज़रूरत नहीं। शुरू में यज्ञ की स्थापना भी अनायास ही हुई थी। जब आप शुरू में यज्ञ की स्थापना में आये थे तो आप सभी से निश्चय के पत्र लिखाये थे। यही निश्चय लिखाते थे कि— अगर ब्रह्मा चला जाए, तब भी हमारी अवस्था, हमारा निश्चय अटल रहेगा। वह निश्चय-पत्र याद है? निश्चय उसको कहा जाता है जिसमें किसी भी प्रकार का, किसी भी स्थिति अनुसार, विघ्न के समय संशय नहीं आता। परस्थितियाँ तो बदलनी ही हैं, बदलती ही रहेंगी। लेकिन आप जैसे गीत गाते हो ना— बदल जाए दुनिया न बदलेंगे हम...। तो ऐसे ही आप सभी निश्चयबुद्धि आज के संगठन में बैठे हुए हो। आप की मम्मा आप सबको कहा करती थी कि निश्चय के जो भी आधार अब तक खड़े हैं वह सब आधार निकलने ही हैं और निकलते हुए भी उसकी नींव मज़बूत है। अगर नींव मज़बूत नहीं तो आधार की आवश्यकता है। आधार कौन-सा? बाबा का आधार, संगठन का आधार, परिवार के नियमों का आधार नहीं छोड़ना। परन्तु परीक्षा के समय जो सीन सामने आती है उसमें निश्चय तो नहीं टूटा। निश्चय अटूट होता है, वह तोड़ने से टूटता नहीं। ऐसे निश्चयबुद्धि ही गले के हार हैं।

(21-1-69)

अब अपनी अव्यक्त स्थिति के आधार से ऐसा करना

जैसे श्रीमत के आधार से हर काम होता रहा है

जितना अव्यक्त स्थिति में स्थित रहेंगे उतना उस अव्यक्त स्थिति से कर्मन्द्रियों द्वारा कर्म ऐसा होगा जैसे श्रीमत राय दे रही है— यह अनुभव बच्चे पायेंगे। अब अपनी अव्यक्त स्थिति के आधार से ऐसा करना जैसे श्रीमत के आधार से हर काम होता रहा है। जिस चीज़ के साथ बाप का स्नेह है उससे उतना स्नेह रखना ही अपने को सौभाग्यशाली बनाना है। रग-रग में किसके साथ स्नेह था? ५ तत्वों से

नहीं, स्नेह गुणों से ही होता है। स्नेह था— नहीं, है और रहेगा। स्नेह आत्मा के साथ और कर्तव्य के साथ ही है। तो फिर शरीर क्या! अन्त तक साथी रहेंगे। इसलिए स्नेही होने की कोशिश करो। कैसे भी माया आवे— मायाजीत बनना। जैसे बैज (Badge) लगाते हो वेसे मस्तक पर यह विजय का बैज लगाओ।

अमृतवेले याद में बैठो और यही संकल्प रखो कि—

अब हम अव्यक्त बापदादा से मुलाकात करें

कई बच्चों ने सन्देश भेजा कि आप हमें भी अपने अव्यक्त वतन का अनुभव कराओ। यह सभी बच्चों की आशायें अब पूर्ण होने का समय पहुँच ही गया है। आप कहेंगे कि—सभी सन्देशी बन जायेंगे? लेकिन नहीं। अव्यक्त वतन का अनुभव भी बच्चे करेंगे। लेकिन दिव्य बुद्धि द्वारा करने से भी बहुत लाभदायक, अलौकिक अनुभव कर सकते हो, वह दिव्य दृष्टि द्वारा करने से भी बहुत लाभदायक, अलौकिक और अनोखा है। इसलिए जो भी बच्चे चाहते हैं कि अव्यक्त बाप से मुलाकात करें, वे कर सकते हैं। कैसे कर सकते हैं, इसका तरीका सिर्फ यही है कि— अमृतवेले याद में बैठो और यही संकल्प रखो कि अब हम अव्यक्त बापदादा से मुलाकात करें। जैसे साकार में मिलने का समय मालूम होता था तो नींद नहीं आती थी और समय से पहले ही बुद्धि द्वारा इसी अनुभव में रहते थे। वैसे अब भी अव्यक्त मिलन का अनुभव प्राप्त करना चाहते हो तो उसका बहुत सहज तरीका यह है—अव्यक्त स्थिति में स्थित होकर रूह-रिहान करो तो अनुभव करेंगे कि सचमुच बाप के साथ बातचीत कर रहे हैं और इसी रूह-रिहान में, जैसे सन्देशियों को कई दृश्य दिखाते हैं, वैसे ही बहुत गुह्य, गोपनीय रहस्य बुद्धियोग से अनुभव करेंगे। लेकिन एक बात यह अनुभव करने के लिए आवश्यकता है— कौन-सी? मालूम है? अमृतवेले भी अव्यक्त स्थिति में वही स्थित हो सकेंगे जो सारा दिन अव्यक्त स्थिति में और अन्तर्मुख स्थिति में स्थित होंगे। वही अमृतवेले यह अनुभव कर सकेंगे।

अव्यक्ति मिलन का मूल्य है— व्यक्त भाव को छोड़ना

अब अव्यक्ति मिलन के मूल्य को जानते हो? अव्यक्त रूप में मिलना और व्यक्त रूप में मिलना— दोनों में फर्क है। अव्यक्ति मिलन का मूल्य है—

एकान्त और एकता में रहो

ऐसा समय आना है जो एक सेकेण्ड में नज़र से निहाल कर देंगे। तब सर्विस की सफलता और प्रभाव निकलेगा। अभी मरजीवा भल बनाते हो, झाटकू नहीं बनाते हो। दो बातों की कमी है। वह बातें आ जायें तो अपना रंग दूसरों को भी बढ़ा सकती हों। एक मुख्य कमी है— एकान्तवासी कम हो और दूसरी कमी है— एकता में कम रहते हो। एकता और एकान्त में बहुत थोड़ा फर्क है। एकान्तता स्थूल भी होती है। इसमें दोनों की आवश्यकता है। एकान्त के आनन्द के अनुभवी बन जायें तो फिर बाह्यमुखता अच्छी नहीं लगेगी। अभी बाह्यमुखता में सभी का इंट्रेस्ट (Interest) जास्ती जाता है। इन दो बातों की मैजारिटी में कमी है। अव्यक्त स्थिति को बढ़ाने के लिए इसकी बहुत आवश्यकता है। इसलिए ज़्यादा एकान्त में रुचि रखनी है।

बाप को गुरु के रूप में याद करो

आप सभी किसको याद करते हैं? (बाप, टीचर, सद्गुरु को)। तो बापदादा भी सिर्फ बच्चों को नहीं लेकिन तीनों सम्बन्धों से तीनों रूप से देखते हैं। बच्चे तो सभी हैं लेकिन टीचर रूप में क्या देखते हैं? नम्बरवार स्टूडेंट को देखते हैं। और गुरु के रूप में किसको देखते हैं? नम्बरवार फालो करने वालों को। मुख्य फालो कौनसा है? गुरु रूप से मुख्य फालो यही करना है— अशरीरी, निराकारी, न्यारा बनना। याद की यात्रा भी इसलिए करते हैं कि साकार में रहते निराकार और न्यारे अशरीरी हो रहें। जब अशरीरी बनेंगे तब तो गुरु के साथ जा सकेंगे। मुख्य रूप से तो यही फालो कर रहे हो और करना है।

मनसा, वाचा, कर्मणा—

तीनों ही व्यक्त में होते अव्यक्त रहें

हर वक्त अव्यक्त स्थिति में रहें, उसके लिए क्या पुरुषार्थ करना है? मनसा, वाचा, कर्मणा— तीनों ही व्यक्त में होते अव्यक्त रहें, इसलिए एक अक्षर बताओ। अपने को मेहमान समझना। अगर मेहमान समझेंगे तो फिर जो अन्तिम सम्पूर्ण स्थिति का वर्णन है वह इस मेहमान बनने से ही होगी। अपने को मेहमान समझेंगे तो फिर व्यक्त में होते हुए भी अव्यक्त में रहेंगे। मेहमान का किसके साथ

व्यक्त भाव को छोड़ना। यह मूल्य जो जितना देता है उतना ही अव्यक्त अमूल्य मिलन का अनुभव करता है। अभी हरेक अपने से पूछे कि हमने कहाँ तक और कितना समय दिया है। वर्तमान समय अव्यक्ति स्थिति में स्थित होने की ही अवश्यकता है। लेकिन रिजल्ट क्या है— वह हरेक खुद भी जान सकता है और एक-दो के रिजल्ट को भी अच्छी रीति परख सकते हैं। इसलिए अव्यक्ति स्थिति की जो आवश्यकता है उसको पूरा करना है। अव्यक्ति स्थिति की परख आप सभी के जीवन में क्या होगी, वह मालूम है? उनके हर कर्म में एक तो अलौकिकता और दूसरा हर कर्म करते कर्मेन्द्रियों से अतीन्द्रिय सुख की झलक उनके हर कर्म में देखने में आयेगी जिससे मालूम पड़ेगा ये व्यक्त में होते अव्यक्त स्थिति में स्थित हैं। अगर यह दोनों ही चीज़ें अपने कर्म में देखते हो तो समझना चाहिए कि अव्यक्त स्थिति में स्थित हैं। अगर नहीं हैं तो फिर कमी समझ पुरुषार्थ करना चाहिए।

अव्यक्ति मिलन भी वही कर सकता है जो अव्यक्ति स्थिति में हो

अव्यक्ति मिलन भी वही कर सकता है जो अव्यक्ति स्थिति में हो। वर्तमान समय अव्यक्ति स्थिति में ज़्यादा कमी देखने में आती है। दो बातों में तो ठीक है, बाकी तीसरी बात की कमी है। एक है कथन, दूसरा है मंथन। यह दो बातें तो ठीक हैं ना! यह दोनों सहज हैं। तीसरी बात कुछ सूक्ष्म है। वर्तमान समय रिजल्ट देखते हैं— मंथन से कथन ज़्यादा है। बाकी तीसरी बात कौन-सी है? एक होता है— मंथन करना, दूसरा होता मग्न रहना। वह होती है बिलकुल लवलीन अवस्था। तो वर्तमान समय मंथन से भी ज़्यादा कथन है। पहला नम्बर उसमें विजयी हैं। दूसरा नम्बर मंथन में, तीसरा नम्बर है मग्न अवस्था में रहना। इस अवस्था की कमी दिखाई पड़ती है जिसको भरना है। जो मग्न अवस्था में होंगे उन्हीं की चाल-चलन से क्या देखने में आयेगा? अलौकिकता और अतीन्द्रिय सुख। मग्न अवस्था वाले का यह गुण हर चलन से मालूम होगा। तो जो कमी है उसे भरने का तीव्र पुरुषार्थ करना है।

भी लगाव नहीं होता है, हम इस शरीर में भी मेहमान हैं, इस पुरानी दुनिया में भी मेहमान हैं। जब शरीर में ही मेहमान हैं तो शरीर से भी क्या लगाव रखें। सिर्फ थोड़े समय के लिए यह शरीर काम में लाना है।

यहाँ मेहमान बनेंगे तो फिर वहाँ क्या बनेंगे? जितना यहाँ मेहमान बनेंगे उतना ही फिर वहाँ विश्व का मालिक बनेंगे। इस दुनिया के मालिक नहीं है, इस दुनिया में मेहमान हैं। नई दुनिया के मालिक हैं। यह जो व्यक्त भाव में आ जाते हैं, उसका कारण यही है— अपने को मेहमान नहीं समझते हैं। वस्तुओं पर भी अपना अधिकार समझते हैं। इसलिए उनमें अटैचमेंट (Attachment) हो जाती है। अपने को अगर मेहमान समझो तो फिर सभी बातें खत्म हो जायें।

आपस में बातचीत करते समय आत्मा रूप में देखो

बापदादा तो आये ही हैं देखने कि कौन-सा ज़ेवर बापदादा की सृष्टि का शृंगार करने लिए तैयार हुए हैं। अभी ज़ेवर तो तैयार हो गये, लेकिन तैयार होने के बाद क्या होता है? पालिश (Polish)। अभी सिर्फ पालिश होनी है। मुख्य बात जिसकी पालिश होनी है वह यही है— सभी को ज़्यादा से ज़्यादा अव्यक्ति स्थिति में रहने का विशेष समय देना है। अव्यक्त स्थिति की पालिश ही बाकी रही है। आपस में बातचीत करते समय आत्मा रूप में देखो। शरीर में होते हुए भी आत्मा को देखो। यह पहला पाठ है। इसकी ही आवश्यकता है। जो भी सभी धारणायें सुनी हैं उन सभी को जीवन में लाने लिए यही पहला पाठ पक्का करना पड़ेगा। यह आत्मिक दृष्टि, स्मृति कितनी रहती है? इस स्थिति की परख अपनी सर्विस की रिजल्ट से भी देख सकते हो। यह अवस्था शमा है। शमा पर परवाने न चाहते हुए भी जाते हैं।

मन और बुद्धि—दोनों को पॉवरफुल ब्रेक चाहिए

परखने की शक्ति बढ़ाने का क्या पुरुषार्थ है? दिल की सफाई से भी इस बात में बुद्धि की सफाई जास्ती चाहिए। संकल्प की जो शक्ति है उनको ब्रेक लगाने की पॉवर हो। मन का संकल्प वा बुद्धि की जजमेंट जो भी हो। तो मन और बुद्धि—दोनों को एक तो पॉवरफुल ब्रेक चाहिए और मोड़ने की भी शक्ति चाहिए। यह दोनों ही शक्तियों की बहुत ज़रूरत है। इसी को ही याद की शक्ति वा

अव्यक्ति शक्ति कहा जाता है।

प्रेक्टिकल में न्यारा होकर कर्तव्य में आओ

बिन्दु स्वरूप में रहना क्यों मुश्किल हो जाता है? बिन्दु रूप में स्थित रहने की कमी का कारण यही है कि पहला पाठ ही कच्चा है। कर्म करते हुए अपने को अशरीरी आत्मा महसूस करें— यह सारे दिन में बहुत प्रैक्टिस चाहिए। प्रैक्टिकल में न्यारा होकर कर्तव्य में आना— यह जितना-जितना अनुभव करेंगे उतना ही बिन्दु रूप में स्थित होते जावेंगे। परन्तु यह अटेन्शन कम रहता है। आप कहेंगे—समय नहीं मिलता है। लेकिन समय तो निकाल सकते हो, अगर लक्ष्य है तो। जैसे कोई विशेष काम पर जाना है तो उसके लिए आप खास ख्याल रखकर भी समय निकालते हो ना! यही संगम का थोड़ा समय जो रहा हुआ है उसमें यह विशेष काम है। विशेष काम समझकर बीच-बीच में समय निकालो तो निकल सकता है। परन्तु अभ्यास नहीं है। इसलिए सोचते-सोचते ही समय हाथों से चला जा रहा है। आप ध्यान रखो तो जैसी-जैसी परिस्थिति उसी प्रमाण अपनी प्रैक्टिस बढ़ा सकते हो।

वास्तव में बिन्दु रूप में स्थित होना कोई मुश्किल बात नहीं है। बिन्दु रूप तो है ही न्यारा। निराकार भी है तो न्यारा भी है। आप भी निराकारी और न्यारी स्थिति में स्थित होंगे तो बिन्दु रूप का अनुभव करेंगे। चलते-फिरते अव्यक्त स्थिति का अनुभव कर सकते हो। प्रैक्टिस ऐसी सहज हो जायेगी कि जब भी चाहो तभी अव्यक्ति स्थिति में ठहर जाओगे। एक सेकेण्ड के अनुभव से कितनी शक्ति अपने में भर सकते हो वो भी अनुभव करेंगे और ब्रेक देने, मोड़ने की शक्ति भी अनुभव में आ जायेगी। तो बिन्दु रूप का अनुभव कोई मुश्किल नहीं है। संकल्प ही नीचे लाता है, संकल्प को ब्रेक देने की पॉवर होगी तो ज़्यादा समय अव्यक्त स्थिति में स्थित रह सकेंगे। अपने को आत्मा समझ उस स्वरूप में स्थित होना है। जब स्व-स्थिति में स्थित होंगे तो भी अपने जो गुण हैं वह तो अनुभव होंगे ही। जिस स्थान पर पहुँचा जाता है उसके गुण ना चाहते हुए भी अनुभव होते हैं। आप किसी शीतल स्थान पर जायेंगे, तो ना चाहते हुए भी शीतलता का अनुभव होगा। यह भी ऐसा ही है। आत्म-अभिमानि अर्थात् बाप की याद। आत्मिक स्वरूप में बाबा की याद नहीं रहे— यह तो हो नहीं सकता है। जैसे बापदादा दोनों अलग-अलग नहीं हैं,

वैसे आत्मिक निश्चयबुद्धि से बाप की याद भी अलग नहीं हो सकती है।

क्या एक सेकेण्ड में अपने को बिन्दु रूप स्थित नहीं कर सकते हो? अगर अभी सबको कहें कि यह झिल करो, तो कर सकते हो? बिन्दु रूप में स्थित होने से एक तो न्यारेपन का अनुभव होगा और जो आत्मा का वास्तविक गुण है उसका भी अनुभव होगा। यह भी प्रैक्टिस करो। क्योंकि अब समय कम है, कार्य ज्यादा करना है। अभी समय जास्ती और काम कम करते हो। आगे चलकर के तो समय ऐसा आने वाला है जो कि आप सभी की जीवन तो बहुत बिज़ी हो जायेगी और समय कम देखने में आयेगा। यह दिन और रात दो घण्टे के समान महसूस करोगे। अब से ही यह प्रैक्टिस करो कि कम समय में काम बहुत करो। समय को सफल करना भी बहुत बड़ी शक्ति है। जैसे अपनी इनर्जी वेस्ट करना ठीक नहीं है, वैसे ही समय को भी वेस्ट करना ठीक नहीं है। एक-एक की प्रजा प्रख्यात होगी। जब प्रजा प्रख्यात होगी तब पद भी प्रख्यात होगा। हर एक की प्रजा और भक्त प्रख्यात होंगे, भविष्य पद के पहले। संगम की सर्विस में सफलता स्वरूप का यादगार प्रख्यात होगा। ऐसा समय आने वाला है जो कि आप अपनी कमाई नहीं कर सकोगे परन्तु दूसरों के लिए बहुत बिज़ी हो जाओगे। अभी अपनी कमाई का बहुत थोड़ा समय है। फिर दूसरों की सर्विस करने में अपनी कमाई होगी। अभी यह जो थोड़ा समय मिला है उसका पूरा-पूरा लाभ उठाओ। नहीं तो, फिर यह समय ही याद आयेगा। इसलिए जैसे भी हो, जहाँ पर भी हो— परिस्थितियाँ नहीं बदलेंगी। यह नहीं सोचना कि मुसीबतें हल्की होंगी, फिर कमाई करेंगे। यह तो दिन-प्रतिदिन और विशाल रूप धारण करेंगी। परन्तु इनमें रहते हुए भी अपनी स्थिति की परिपक्वता चाहिए। इसलिए ही समय का ध्यान और अपने स्वरूप की स्मृति और इसके बाद फिर स्थिति— इसका ध्यान रखना है। अच्छा।

‘मैं आत्मा बिन्दु रूप हूँ’—

ऐसे ही अभ्यास को बढ़ाते जाओ

अब सब बच्चे अपने को आत्मा समझ कर बैठो। सामने किसको देखें? आत्माओं के बाप को। इस स्थिति में रहने से व्यक्त से न्यारे होकर अव्यक्त स्थिति में रह सकेंगे। ‘मैं आत्मा बिन्दु रूप हूँ’— क्या यह याद नहीं आता है? बिन्दी रूप होकर बैठना नहीं आता? ऐसे ही अभ्यास को बढ़ाते जाओगे तो एक सेकेण्ड

तो क्या, कितनी ही घण्टे इसी अवस्था में स्थित होकर इस अवस्था का रस ले सकते हो। इसी अवस्था में स्थित रहने से फिर बोलने की ज़रूरत ही नहीं रहेगी। बिन्दु होकर बैठना कोई जड़ अवस्था नहीं है। जैसे बीज में सारा पेड़ समाया हुआ है, वैसे ही मुझ आत्मा में बाप की याद समाई हुई है— ऐसे होकर बैठने से सब रसनायें आयेंगी और साथ ही यह भी नशा होगा कि— “हम किसके सामने बैठे हैं! बाप हमको भी अपने साथ कहाँ ले जा रहे हैं!”

एक सेकेण्ड में निराकार, एक सेकेण्ड में साकार—

ऐसी झिल सीखो

आवाज़ से परे जाना है वा बाप को भी आवाज़ में लाना है? आप सब आवाज़ से परे जा रहे हो? आवाज़ में आते भी अतीन्द्रिय सुख में रह सकते हो, तो फिर आवाज़ से परे रहने की कोशिश क्यों? अगर आवाज़ से परे निराकार रूप में स्थित हो फिर साकार में आयेंगे, तो फिर औरों को भी उस अवस्था में ला सकेंगे। एक सेकेण्ड में निराकार, एक सेकेण्ड में साकार— ऐसी झिल सीखनी है। अभी-अभी निराकारी, अभी-अभी साकारी। जब ऐसी अवस्था हो जायेगी तब साकार रूप में हर एक को निराकार रूप का आप से साक्षात्कार हो। अपने आप का साक्षात्कार किया है?

देह के आकर्षण से दूर हटने के लिए कोशिश करनी है

किसको देखते हो? आकार को देखते वा अव्यक्त को देखते हो? अगर अपनी वा औरों की आकृति को न देख अव्यक्त को देखेंगे तो आकर्षणमूर्त्त बनेंगे। अगर आकृति को देखते हो तो आकर्षणमूर्त्त नहीं बनते हो। आकर्षणमूर्त्त बनना है तो आकृति को मत देखो। आकृति के अन्दर जो आकर्षण रूप है उसको देखने से ही अपने से औरों को आकर्षण होगा। तो अब यही अव्यक्त सर्विस रही हुई है। व्यक्त में क्यों आ जाते हो? इसका कारण क्या है? व्यक्त में आने से ही व्यर्थ संकल्प आते हैं और व्यर्थ कर्म होते हैं। तो व्यक्त से अव्यक्त बनने में मुश्किल क्यों लगती है? देह-अभिमान। देह-अभिमान क्यों आता है? मालूम भी है, जानते भी हो, अनुभव भी किया है। लेकिन जानते और मानते हुए भी देह-अभिमान में आने का कारण यही है कि देह का आकर्षण रहता है। इस आकर्षण

से दूर हटने के लिए कोशिश करनी है। जैसे कोई खींचने वाली चीज़ होती है तो उसके खिंचाव से दूर रखने के लिए क्या किया जाता है? चुम्बक होता है तो ना चाहते हुए भी उस तरफ खिंच आते हैं। अगर आपको उसे आकर्षण से किसी को दूर करना है तो क्या करेंगे? या तो उसे दूर ले जायेंगे या तो बीच में ऐसी चीज़ डाल देंगे जो वो दूर हो जाते। इसी प्रकार यह देह-अभिमान या यह व्यक्त भाव जो है यह भी चुम्बक के माफिक है। ना चाहते हुए भी फिर उसमें आ जाते हैं। बीच में क्या रखेंगे? स्वयं को जानने के लिए क्या आवश्यक है जिससे स्वयं को और सर्वशक्तिवान बाप को पूर्ण रीति जान सकते हो? एक ही शब्द है— संयम। जब संयम को भूलते हो तब स्वयं को भी भूलते और सर्वशक्तिवान को भी भूलते हो। अलबेलेपन का संस्कार भी क्यों आता है? कोई न कोई संयम को भूलते हो। तो संयम जो है वो स्वयं को और सर्वशक्तिवान बाप को समीप लाता है। अगर संयम में कमी है तो स्वयं और सर्वशक्तिवान से मिलन में कमी है। तो बीच की जो बात है वह संयम है। कोई ना कोई संयम जब छोड़ते हो तब यह याद भी छूटती है। अगर संयम ठीक है तो स्वयं की स्थिति ठीक है और स्वयं की स्थिति ठीक है तो सब बातें ठीक हैं। तो यह देह की जो आकर्षण है वो बार-बार अपनी तरफ आकर्षित करती है। अगर बीच में यह संयम (नियम) रख दो तो यह देह की आकर्षण आकर्षित नहीं करेगी। इसके लिए तीन बातें ध्यान में रखो— स्वयं की याद, संयम और समय। यह तीन बातें याद रखेंगे तो क्या बन जायेंगे? त्रिनेत्री, त्रिकालदर्शी, त्रिलोकीनाथ। संगमयुग का जो आप सब का टाइटिल है वो प्राप्त हो जायेगा। स्वयं को जानने से सर्वशक्तिवान बीच में आ ही जाता है। तो इन तीनों बातों तरफ ध्यान दो।

श्रीमत के साथ मन-मत, देह-अभिमान की मत,

शूद्रपने की मत यूज़ नहीं करो

सम्पूर्ण समर्पण किसको कहा जाता है? जो सम्पूर्ण समर्पण अर्थात् तन, मन, धन और सम्बन्ध, समय— सबमें अर्पण। अगर मन को समर्पण कर दिया तो मन को बिना श्रीमत के यूज़ (Use) नहीं कर सकते। धन को श्रीमत से यूज़ करना तो सहज है, तन को भी यूज़ करना सहज है। लेकिन मन सिवाय श्रीमत के एक भी संकल्प उत्पन्न नहीं करे— इस स्थिति को कहा जाता है सम्पूर्ण समर्पण।

इसलिए ही मन्मनाभव का मुख्य मंत्र है। अगर मन सम्पूर्ण समर्पण है तो तन, धन, समय, सम्बन्ध शीघ्र ही उस तरफ लग जाते हैं। तो मुख्य बात ही है मन को समर्पण करना अर्थात् व्यर्थ संकल्प, विकल्पों को समर्पण करना। वो ही परख है सम्पूर्ण परवाने की। सम्पूर्ण समर्पण वालों को मन में सिवाय उनके (बापदादा के) गुण, कर्तव्य और सम्बन्ध के कुछ और सूझता ही नहीं। अब बताओ कि ऐसा छाप लगाया हुआ है? जैसे आजकल के ज़माने में आप लोग जब दफ्तरों में काम करते हो तो कभी-कभी दफ्तर की जो चीज़ें होती हैं वो अपने काम में लगा देते हो। इसी रीति जो आपने समर्पण कर दिया तो वह आपकी चीज़ नहीं रही, जिसको दिया उनकी हुई। तो उनकी चीज़ को आप अपने कार्य में यूज़ नहीं कर सकते हो। लेकिन संस्कार होने के कारण कभी-कभी श्रीमत के साथ मन-मत, देह-अभिमान की मत, शूद्रपने की मत कहीं-कहीं यूज़ कर लेते हो। इसलिए ही कर्मातीत अवस्था वा अव्यक्त स्थिति सदा एकरस नहीं रहती है। क्योंकि मन भिन्न-भिन्न रस में है तो स्थिति भी भिन्न-भिन्न है। एक ही रस में रहे तो एक ही स्थिति रहे।

सांप को देखते हुए भी सांप को न देखो,

मणि को ही देखो

हरेक के मस्तक के मणि की चमक बापदादा देखते हैं। ऐसे ही अगर आप सभी भी मस्तक के मणि को ही देखते रहो तो फिर यह दृष्टि और वृत्ति शुद्ध सतोप्रधान बन जायेगी। दृष्टि जो चंचल होती है उसका मूल कारण यह है। मस्तक के मणि को न देख, शारीरिक रूप को देखते हो। रूप को न देखो लेकिन मस्तक के मणि को देखो। जब रूप को देखते हो तो ऐसे ही समझो कि सांप को देख रहे हैं। सांप के मस्तक में मणि होती है ना! तो मणि को देखना है, न कि सांप को। अगर शरीर-भान में देखते हो तो मानो सांप को देखते हो। सांप को देखा और सांप ने काटा! सांप तो अपना कार्य करेगा। सांप में विष भी होता है। कोई-कोई विशेष सांप होते हैं जिनमें मणि होती है। आप गोपों को सांप को कैसे मारना है? क्या करेंगे? आप सांप को देखते हुए भी सांप को न देखो, मणि को ही देखो। मणि को देखने से सांप का जो विष है वह हल्का हो जायेगा। अगर शरीर रूपी सांप को देखा तो फिर उनके बन जायेंगे, उन समान बन जायेंगे। लेकिन मणि को

देखेंगे तो बापदादा के माला के मणि बन जायेंगे।

इस लोक में रहते अलौकिक कहाँ तक बने हो—

यह चेक करना है

इस अव्यक्ति पढ़ाई, इस अव्यक्त स्नेह और सहयोग की रिज़ल्ट चेक की? इस अव्यक्त स्नेह और सहयोग का २१ मास का पेपर क्या है, चेकिंग की? चेकिंग करने के बाद ही अपने ऊपर अधिक अटेन्शन रखते हैं। तो आज के दिन स्वयं ही अपना पेपर चेक करना है। व्यक्त भाव से अव्यक्त भाव में कहाँ तक आगे बढ़ी है तो अपने चलन में भी अलौकिक होंगे। अव्यक्ति स्थिति की प्रैक्टिकल परख क्या है? अलौकिक चलन। इस लोक में रहते अलौकिक कहाँ तक बने हो— यह चेक करना है।

बुद्धि की लाईन क्लीयर हो

एक सेकेण्ड में आवाज़ में आना, एक सेकेण्ड में आवाज़ से परे जो जाना ऐसा अभ्यास इस वर्तमान समय में बहुत आवश्यक है। वह समय भी आयेगा। जैसे-जैसे अव्यक्त स्थिति में स्थित होते जायेंगे वैसे-वैसे नयनों के इशारों से किसके मन के भाव को जान जायेंगे। कोई से बोलने वा सुनने की आवश्यकता नहीं होगी। ऐसा समय अब आने वाला है। जैसे बापदादा के सामने जब आते हो तो बिना सुनाये हुए भी आप सभी के मन के संकल्प मन के भावों को जान लेते हैं। वैसे ही आप बच्चों को भी यही अन्तिम कोर्स पढ़ना है। जैसे मुख की भाषा कही जाती है वैसे ही फिर रूहों की रिहान होती है। जिसे रूह-रूहान कहते हैं। तो रूह भी रूह से बातें करती हैं। लेकिन कैसे? क्या रूहों की बातें मुख से होती हैं? जैसे-जैसे रूहानी स्थिति में स्थित होते जायेंगे वैसे-वैसे रूह रूह की बात को ऐसे ही सहज और स्पष्ट जान लेंगे जैसे इस दुनिया में मुख द्वारा वर्णन करने से एक-दो के भाव को जानते हो। तो इसके लिए किस बात की धारणा की आवश्यकता है? विशेष इस बात की आवश्यकता है जो सदैव बुद्धि की लाइन क्लीयर हो। कोई भी अपने बुद्धि में व मन में डिस्टर्बन्स (Disturbance) होगा वा लाइन क्लीयर न होगी तो एक-दो के संकल्प और भाव को जान नहीं सकेंगे। लाइन क्लीयर न होने के कारण अपने संकल्पों की मिक्सचरिटी (Mixurity) हो सकती

है। बुद्धि में कोई भी किसी प्रकार का विघ्न तो नहीं सताता? अटूट, अटल, अथक यह तीनों ही बातें जीवन में हैं? अगर इन तीनों में से एक बात में भी कमी है तो समझना चाहिए कि बुद्धि की लाइन क्लीयर नहीं है। जब बुद्धि की लाइन क्लीयर हो जायेगी तो उसकी स्थिति, स्मृति क्या होगी? जितनी-जितनी बुद्धि की लाइन अर्थात् पुरुषार्थ की लाइन क्लीयर होगी उतना-उतना क्या स्मृति में रहेगी? कोई भी बात में उनके सामने भविष्य ऐसा ही स्पष्ट होगा जैसे वर्तमान स्पष्ट होता है। उनके लिए वर्तमान और भविष्य एक समान हो जायेंगे। जैसे आजकल साइन्सदानों ने कहाँ-कहाँ की बातों को इतना स्पष्ट दिखाया है जो दूर की चीज़ भी नज़दीक नज़र आती है। इसी रीति से जिनका पुरुषार्थ क्लीयर होगा उनको भविष्य की हर बात दूर होते भी नज़दीक दिखाई पड़ेगी। जैसे आजकल टेलीविज़न में देखते हैं तो सभी स्पष्ट दिखाई पड़ता है ना! तो उनकी बुद्धि और उनकी दृष्टि टेलीविज़न की भाँति सभी बातें स्पष्ट देखेंगी और जानेंगी। और कोई भी बात में पुरुषार्थ की मुश्किलता नहीं होगी। तो वह अनुभव, वह अन्तिम स्थिति की परख अपने आप में देखो कि कहाँ तक अन्तिम स्थिति के नज़दीक हैं। जैसे सूर्य अपने जब पूरे प्रकाश में आ जाता है तो हर चीज़ स्पष्ट देखने में आती है। जो अन्धकार है, धुंध है वह सभी खत्म हो जाता है। इसी रीति जब सर्वशक्तिवान ज्ञान सूर्य के साथ अटूट सम्बन्ध है तो अपने आप में भी ऐसे ही हर बात स्पष्ट देखने में आयेगी। और चलते-फिरते पुरुषार्थ में माया का अन्धकार वा धुंध आ जाता है, जो सत्य बात को छिपाने वाले हैं, वह हट जायेंगे।

इज़ी और अलर्ट रहो

जब चाहे तब शरीर का भान बिल्कुल छोड़कर अशरीरी बन जाना और जब चाहे तब शरीर का आधार लेकर कर्म करना यह अनुभव है? इस अनुभव को अब बढ़ाना है। बिल्कुल ऐसे ही अनुभव होगा जैसे कि यह स्थूल चोला अलग है और चोले को धारण करने वाली आत्मा अलग है। यह अनुभव ज़्यादा चाहिए। सदैव यही याद रखो कि अब गये कि गये। सिर्फ़ सर्विस के निमित्त शरीर का आधार लिया हुआ है लेकिन जैसे ही सर्विस समाप्त हो वैसे ही अपने को एकदम हल्का कर सकते हैं। जैसे आप लोग कहाँ भी ड्यूटी की ड्रेस बदल कर घर की ड्रेस पहन लेते हो वैसे ही सर्विस प्रति यह शरीर रूपी वस्त्र का आधार लिया फिर

सर्विस समाप्त हुई और इन वस्त्रों के बोझ से हल्के और न्यारे हो जाने का प्रयत्न करो। एक सेकेण्ड में चोले से अलग कौन हो सकेंगे? अगर टाइटनेस (Tightness) होगी तो अलग हो नहीं सकेंगे। कोई भी चीज़ अगर चिपकी हुई होती है तो उसको खोलना मुश्किल होता है। हल्के होने से सहज ही अलग हो जाता है। वैसे ही अगर अपने संस्कारों में कोई भी इज़ीपन नहीं होगा तो फिर अशरीरीपन का अनुभव कर नहीं सकेंगे। सुनाया था ना कि क्या बनना है? इज़ी और अलर्ट (Easy and Alert)। ऐसे भी नहीं कि ऐसा इज़ी रहे जो माया भी इज़ी आ जाये। कोई समय इज़ी रहना पड़ता है, कोई समय अलर्ट रहना पड़ता है।

अव्यक्त ही मुख्य सब्जेक्ट (Subject, विषय) है। व्यक्त में रहते कर्म करते भी अव्यक्त स्थिति रहे— इस सब्जेक्ट में पास (Pass) होना है। अपने बुद्धि की लाइन को क्लीयर रखना है। जब रास्ता क्लीयर होता है तो जल्दी-जल्दी दौड़कर मंज़िल पर पहुँचना होता है। पुरुषार्थ की लाइन में कोई रुकावट हो तो उसको मिटाकर लाइन क्लीयर करना। इस साधन से ही अव्यक्त स्थिति की प्राप्ति होती है।

मिटना कम तो मिलना भी कम

अव्यक्त स्थिति का अनुभव होता है? एक सेकेण्ड भी अव्यक्त स्थिति का अनुभव होता है तो उसका असर काफी समय तक रहता है। अव्यक्त स्थिति का अनुभव पॉवरफुल होता है। जितना हो सके उतना अपना समय व्यक्त भाव से हटाकर अव्यक्त स्थिति में रहना है। अव्यक्त स्थिति से सर्व संकल्प सिद्ध हो जाते हैं। इसमें मेहनत कम और प्राप्ति अधिक होती है। और व्यक्त स्थिति में स्थित होकर पुरुषार्थ करने में मेहनत अधिक और प्राप्ति कम होती है। फिर चलते-चलते उलझन और निराशा आती है। इसलिए अव्यक्त स्थिति से सर्व प्राप्ति का अनुभव बढ़ाओ। अव्यक्तमूर्त को सामने देख समान बनने का प्रयत्न करना है। जैसे बाप वैसे बच्चे। यह सलोगन याद रखो। अन्तर को अन्तर्मुख होकर मिटाना है। बाप कब निराश होते हैं? परिस्थितियों से घबराते हैं? तो बच्चे फिर क्यों घबराते हैं? ज़्यादा परिस्थितियों को सामना करने का साकार सबूत भी देखा। कभी उनका घबराहट का रूप देखा? सुनाया था ना कि सदैव यह याद रखो कि स्नेह में सम्पूर्ण होना है। कोई मुश्किल नहीं है। स्नेही को सुध-बुध रहती है? जब

अपने आप को मिटा ही दिया फिर यह मुश्किल क्यों? मिटा दिया ना? जो मिट जाते हैं वह जल जाते हैं। जितना अपने को मिटाना उतना ही अव्यक्त रूप से मिलना। मिटना कम तो मिलना भी कम।

मुख के माफिक बुद्धि को जब चाहो तब चलाओ, जब चाहो तब न चलाओ

बापदादा एक सेकेण्ड में अव्यक्त से व्यक्त में आ गया, वैसे ही बच्चे भी एक सेकेण्ड में व्यक्त से अव्यक्त हो सकते हैं? जैसे जब चाहे तब मुख से बोलें, जब चाहे तब मुख को बन्द कर दें— ऐसे होता है ना? वैसे ही बुद्धि को भी जब चाहे तब चलाये, जब न चाहे तब न चले— ऐसा अभ्यास अपना समझते हो? मुख का आर्गन्स (Organs) कुछ मोटा है, बुद्धि मुख से सूक्ष्म है। लेकिन मुख के माफिक बुद्धि को जब चाहो तब चलाओ, जब चाहो तब न चलाओ। ऐसा अभ्यास है? यह झिल जानते हो? अगर इस बात का अभ्यास मज़बूत होता तो अपनी स्थिति भी मज़बूत बना सकेंगे। यह है अपनी स्थिति की वृद्धि की विधि।

बीच-बीच में एक-दो मिनट भी निकाल कर इस बिन्दी रूप की प्रैक्टिस करो

व्यक्त में अव्यक्त स्थिति है? बापदादा से मुलाकात करते समय बिन्दु रूप की स्थिति में स्थिति विशेष किस समय बनती है? जब एकान्त में बैठते हो तब या चलते फिरते भी हो सकती है? अन्तिम पुरुषार्थ याद का ही है। इसलिए याद की स्टेज वा अनुभव को भी बुद्धि में स्पष्ट समझना आवश्यक है। बिन्दु रूप की स्थिति क्या है और अव्यक्त स्थिति क्या है, दोनों का अनुभव क्या-क्या है? क्योंकि नाम दो कहते हैं तो ज़रूर दोनों के अनुभव में भी अन्तर होगा। चलते-फिरते बिन्दु रूप की स्थिति इस समय कम भी नहीं लेकिन ना के बारबर ही कहें। इसका भी अभ्यास करना चाहिए। बीच-बीच में एक-दो मिनट भी निकाल कर इस बिन्दी रूप की प्रैक्टिस करनी चाहिए। जैसे जब कोई ऐसा दिन होता है तो सारे चलते-फिरते हुए ट्रैफिक को भी रोक कर तीन मिनट साइलेन्स की प्रैक्टिस कराते हैं। सारे चलते हुए कार्य को स्टॉप कर लेते हैं। आप भी कोई कार्य करते हो वा बात करते हो तो बीच-बीच में यह संकल्पों की ट्रैफिक को स्टॉप करना चाहिए। एक

मिनट के लिए भी मन के संकल्पों को चाहे शरीर द्वारा चलते हुए कर्म को बीच में रोक कर भी यह प्रैक्टिस करना चाहिए। अगर यह प्रैक्टिस नहीं करेंगे तो बिन्दु रूप की पॉवरफुल स्टेज कैसे और कब ला सकेंगे? इसलिए यह अभ्यास करना आवश्यक है। बीच-बीच में यह प्रैक्टिस प्रैक्टिकल में करते रहेंगे तो जो आज यह बिन्दु रूप की स्थिति मुश्किल लगती है वह ऐसे सरल हो जायेगी जैसे अभी मैजारिटी को अव्यक्त स्थिति सहज लगती है। पहले जब अभ्यास शुरू किया तो व्यक्त में अव्यक्त स्थिति में रहना भी मुश्किल लगता था। अभी अव्यक्त स्थिति में रह कार्य करना जैसे सरल होता जा रहा है वैसे ही यह बिन्दु रूप की स्थिति भी सहज हो जायेगी।

कुछ धारण करो, कुछ अर्पण करो

अव्यक्त बनने के लिए मुख्य कौन सी शक्तियों को अपने में धारण करना है? तब ही जो लक्ष्य रखा है वह पूर्ण हो सकेगा, हैं तो बहुत, लेकिन एक तो सहन शक्ति चाहिए, परखने की शक्ति चाहिए और विस्तार को छोटा करने की और फिर छोटे को बड़ा करने की भी शक्ति चाहिए। कहाँ विस्तार को कम करना पड़ता है और कहाँ विस्तार भी करना पड़ता है। समेटने की शक्ति चाहिए। इन सबके साथ-साथ सर्व को स्नेह और सहयोगी बनाने की अर्थात् सर्व को मिलाने की भी शक्ति चाहिए। तो यह सभी शक्तियाँ धरणा करनी पड़ें। तब ही सभी लक्षण पूरे हो सकते हैं। हो सकते भी नहीं, लेकिन होना ही है। करके ही जाना है। यह निश्चय बुद्धि के बोल हैं। इसके लिए एक बात विशेष है। रूहानियत भी धारण करनी है और साथ-साथ ईश्वरीय रूहाब भी हो। यह दो बातें धारण करना है और एक बात छोड़ना है। वह कौन-सी है? (नीचापन) ठीक है। कहाँ-कहाँ अपने में फेथ (Faith) न होने के कारण कई कार्य को सिद्ध नहीं कर सकते हैं। इसलिए कहते हैं नीचापना छोड़ना है। रोब को भी छोड़ना है। दूसरा जो भिन्न-भिन्न रूप बदलते हैं, कब कैसा, कब कैसा तो वह भिन्न-भिन्न रूप बदलना छोड़कर एक अव्यक्त और अलौकिक रूप भट्टी से धारण करके जाना है।

रचना के रचयिता बनो

अभी अव्यक्त स्थिति में स्थित होकर व्यक्त देह का आधार लेकर देख रहे हैं, यह अनुभव कर रहे हो? जैसे स्थूल स्थान में प्रवेश करते हो वैसे ही इस स्थूल देह में प्रवेश कर यह कार्य कर रहे हैं— ऐसा अनुभव होता है? जब चाहें तब प्रवेश करें और जब चाहें तब फिर न्यारे हो जायें, ऐसा अनुभव करते हो? एक सेकेण्ड में धारण करें और एक सेकेण्ड में छोड़ें यह अभ्यास है? जैसे और स्थूल वस्तुओं को जब चाहो तब लो और जब चाहो तब छोड़ सकते हो ना! वैसे इस देह के भान को जब चाहें तब छोड़ देही-अभिमानि- बन जायें— यह प्रैक्टिस इतनी सरल है जितनी कोई स्थूल वस्तु की सहज होती है? रचयिता जब चाहे रचना का आधार ले जब चाहें तब न्यारे, जब चाहे तब रचना के आधार को छोड़ दे ऐसे रचयिता बने हो? यह देह का भी बन्धन है। देह अपने बन्धन में बाँधती है। अगर देह-बन्धन से मुक्त हो तो यह देह बन्धन नहीं डालेगी। लेकिन कर्तव्य का अधार समझ आधार को जब चाहें तब ले सकते हैं ऐसी प्रैक्टिस चलती रहती है? देह के भान को छोड़ने अथवा उनसे न्यारा होने में कितना समय लगता है? एक सेकेण्ड लगता है? सदैव एक सेकेण्ड लगता है वा कभी कितना, कभी कितना? (कभी कैसी, कभी कैसी) इससे सिद्ध है कि अभी सर्व बन्धनों से मुक्त नहीं हुए हो। जितना बन्धनमुक्त उतना ही योगयुक्त होंगे और जितना योगयुक्त होंगे उतना ही जीवनमुक्त में ऊँच पद की प्राप्ति होती है।

आदि समय से परिवर्तन शक्ति कार्य में लाओ

आँख खुलते ही मैं शरीर नहीं, मैं 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 रोज 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

सकते हो? बापदादा निमन्त्रण देते हैं। निमन्त्रण देने वाला तो देता है, आने वालों का काम है पहुँचना। बापदादा आप सभी से करोड़ गुणा ज़्यादा खुशी से निमन्त्रण देते हैं। हरके को अनुभव हो सकता है। अव्यक्त स्थिति का अनुभव कुछ समय लगातार करो तो ऐसे अनुभव होंगे जैसे साइंस द्वारा दूर की चीज़ें सामने दिखाई देती हैं, ऐसे ही अव्यक्त वतन की एक्टिविटी (Activity) यहाँ दिखाई देगी। बुद्धिबल द्वारा अपने सर्वशक्तिवान के स्वरूप का साक्षात्कार कर सकते हैं। वर्तमान समय स्मृति कम होने के कारण समर्थी भी नहीं है। व्यर्थ संकल्प, व्यर्थ शब्द, व्यर्थ कर्म हो जाने कारण समर्थ नहीं बन सकते हो। व्यर्थ को मिटाओ तो समर्थ हो जायेंगे।

कोई कार्य हो उनको आगे पीछे करके भी

दो-चार मिनट का टाइम याद में रहने लिए ज़रूर निकालो

अमृतवेले ही याद का प्लैन बनाना चाहिए। समझो, आप लोग कोई स्थूल कार्य आदि में बिज़ी रहते हो, लेकिन उसमें भी थोड़े समय के लिए जैसे नियम रखा हुआ हो याद में रहने का। उस समय दूसरे को भी दो-तीन मिनट के लिए मति दिलाओ कि— अभी हमारा यह कार्य है, आप भी याद में रहो। जैसे मुकर्रर टाइम पर ट्रैफिक भी रोक लेते हैं। कितना भी भले ज़रूरी काम हो, कोई पेशेन्ट को हॉस्पिटल में जाना होगा तो भी रोक लेंगे। इस रीति जहाँ तक कर सको उतना टाइम-टेबुल अपना बनाओ। तो और भी देखेंगे इन्हों का यह टाइम याद का मुकर्रर तो और भी आपको फालो करेंगे। कोई कार्य हो उनको आगे पीछे करके भी दो-चार मिनट का टाइम याद में रहने लिए ज़रूर निकालो तो उससे वायुमण्डल में भी सारा प्रभाव रहेगा। सभी एक-दो को फालो करेंगे। बुद्धि को रेस्ट भी मिलेगी और शक्ति भी भरेगी और वायुमण्डल को सहयोग मिलेगा। फिर एक अनोखापन दिखाई पड़ेगा। जैसे कुछ समय आप एक-दो को याद दिलाते थे— शिव बाबा याद है? वैसे ही जब देखते हो कोई व्यक्त भाव में ज़्यादा है तो उनको बिना कहे अपना अव्यक्ति शान्त रूप ऐसा धारण करो जो वह भी इशारे से समझ जाये। तो फिर वातावरण कुछ अव्यक्त रहेगा तुम्हारी अन्तिम स्टेज है— साक्षात्कार मूर्त। या—जैसा साक्षात् मूर्त बनेंगे वैसे ही साक्षात्कार मूर्त बनेंगे।

जायेगा। पहला परिवर्तन— 'मैं कौन!' तो यही फाउन्डेशन परिवर्तन शक्ति का आधार है।

अव्यक्त स्थिति और फिर आवाज़

आवाज़ से परे रहने का अभ्यास बहुत आवश्यक है। आवाज़ में आकर जो आत्माओं की सेवा करते हो उससे अधिक आवाज़ से परे स्थिति में स्थित होकर सेवा करने से सेवा का प्रत्यक्ष प्रमाण देख सकेंगे। अपनी अव्यक्ति स्थिति होने से अन्य आत्माओं को भी अव्यक्त स्थिति का एक सेकेण्ड में अनुभव कराया तो वह प्रत्यक्षफल स्वरूप आपके सम्मुख दिखाई देगा। आवाज़ से परे स्थिति में स्थित हो फिर आवाज़ में आने से वह आवाज़ आवाज़ नहीं लगेगा, लेकिन उस आवाज़ में भी अव्यक्ति वायब्रेशन (Vibrations) का प्रवाह किसी को भी बाप की तरफ आकर्षित करेगा। वह आवाज़ सुनते हुए उन्हीं को आपकी अव्यक्त स्थिति का अनुभव होने लगेगा। जैसे इस साकार सृष्टि में छोटे बच्चों को लोरी देते हैं वह भी आवाज़ होता है लेकिन वह आवाज़ से परे ले जाने का साधन होता है। ऐसे ही अव्यक्त स्थिति में स्थित होकर आवाज़ में आओ तो आवाज़ से परे स्थिति का अनुभव करा सकते हो। एक सेकेण्ड की अव्यक्त स्थिति का अनुभव आत्मा को अविनाशी सम्बन्ध में जोड़ सकता है। ऐसा अटूट सम्बन्ध जुड़ जाता है जो माया भी उस अनुभवी आत्मा को हिला नहीं सकती। सिर्फ आवाज़ द्वारा प्रभावित हुई आत्मायें अनेक आवाज़ सुनने से आवागमन में आ जाती हैं। लेकिन अव्यक्त स्थिति में स्थित हुए आवाज़ द्वारा अनुभवी आत्मायें अवागमन से छूट जाती हैं। ऐसी आत्मा को ऊपर किसी भी रूप का प्रभाव नहीं पड़ सकता। सदैव अपने को कम्बाइन्ड (Combined) समझ कम्बाइन्ड रूप की सर्विस करो अर्थात् अव्यक्त स्थिति और फिर आवाज़। दोनों की कम्बाइन्ड रूप की सर्विस वारिस बनायेगी। सिर्फ आवाज़ द्वारा सर्विस करने से प्रजा बनती है। तो अब सर्विस में नवीनता लाओ।

अव्यक्त स्थिति का अनुभव कुछ समय लगातार करो

वतन में भी बापदादा की अलौकिक प्रदर्शनी है। उनके चित्र कितने होंगे? आप के चित्र गिनती में आ सकते हैं, लेकिन बापदादा के प्रदर्शनी के चित्र गिन

अव्यक्त स्थिति की आदत अदालत में जाने से बचायेगी

जैसे यहाँ भट्टी में वा मधुबन में चलते-फिरते अपने को अव्यक्त फ़रिश्ते समझते हो, वैसे कर्मक्षेत्र वा सर्विस-भूमि पर भी यह अभ्यास अपने साथ ही रखना है। एक बार का किया हुआ अनुभव कहाँ भी याद कर सकते हैं। तो यहाँ का अनुभव वहाँ भी याद रखने से वा यहाँ की स्थिति में वहाँ भी स्थित रहने से बुद्धि को आदत पड़ जायेगी। जैसे लौकिक जीवन में न चाहते हुए भी आदत अपनी तरफ़ खींच लेती है वैसे ही अव्यक्त स्थिति में स्थित होने की आदत बन जाने के बाद यह आदत स्वतः ही अपनी तरफ़ खींचेगी। इतना पुरुषार्थ करते हुए कई ऐसी आत्मायें हैं जो अब यही कहती हैं कि मेरी आदत है। कमज़ोरी क्यों है, क्रोध क्यों किया, कोमल क्यों बनें? कहेंगे— मेरी आदत है। ऐसे जवाब अभी भी देते हैं। तो ऐसे ही यह स्थिति वा इस अभ्यास की भी आदत बन जाये तो फिर न चाहते हुए भी यह अव्यक्त स्थिति की आदत अपनी तरफ़ आकर्षित करेगी। यह आदत आपको अदालत में जाने से बचायेगी। समझा? जब बुरी-बुरी आदतें अपना सकते हो तो क्या यह आदत नहीं डाल सकते हो? दो-चार बारी भी कोई बात प्रैक्टिकल में लाई जाती है तो प्रैक्टिकल में लाने से प्रैक्टिस हो जाती है। जब यहाँ प्रैक्टिकल में लाते हो और प्रैक्टिस हो जाती है तो प्रैक्टिस की हुई चीज़ क्या बन जानी चाहिए? नेचुरल और नेचर बन जानी चाहिए। समझा? जैसे कहते हैं ना— यह मेरी नेचर है तो यह अभ्यास प्रैक्टिस से नेचुरल और नेचर बन जाना चाहिए। यह स्थिति जब नेचर बन जायेगी फिर क्या होगा? नेचुरल केलेमिटीज हो जायेंगी। आपकी नेचर न बनने के कारण यह नेचुरल केलेमिटीज रुकी हैं। क्योंकि अगर सामना करने वाले अपने स्व-स्थिति से उन परिस्थितियों को पार नहीं कर सकेंगे तो फिर वह परिस्थितियाँ आयेंगी कैसे? सामना करने वाले अभी तैयार नहीं हैं, इसलिए यह पर्दा खुलने में देरी पड़ रही है। अभी तक इन पुरानी आदतों से, पुराने संस्कारों से, पुरानी बातों से, पुरानी दुनिया से, पुरानी देह के सम्बन्धियों से वैराग्य नहीं हुआ है। कहाँ भी जाना होता है तो जिन चीज़ों को छोड़ना होता है उनसे पीठ करनी होती है। तो अभी तक पीठ करना नहीं आता है। एक तो पीठ नहीं करते हो, दूसरा जो साधन मिलता है उसकी पीठ नहीं करते हो। सीता और रावण का खिलौना देखा है ना? अगर पीठ कर दिया तो सहज ही उनके आकर्षण से बच

जायेंगे।

ऐसे समझते हैं कि अपने रूप से बन्धनमुक्त होकर के सिर्फ़ निमित्त माँ सर्विस के कारण इस शरीर में कर्तव्य अर्थ बैठे हुए हैं? ऐसी स्थिति अब ज़रूर होनी चाहिए। जो बन्धनमुक्त की स्थिति सुनाई कि शरीर में रहते हुए सिर्फ़ निमित्त ईश्वरीय कर्तव्य के लिए आधार लिया हुआ है। अधीनता नहीं, निमित्त आधार लिया है। जो निमित्त आधार शरीर को समझेंगे वह कभी भी अधीन नहीं बनेंगे। निमित्त आधारमूर्त ही सर्व आत्माओं के आधारमूर्त बन सकते हैं।

‘स्वार्थ’ शब्द का अर्थ समझो

अभी सभी से न्यारा बनना है। अपनी देह से ही जब न्यारे बनना है, तो सभी बातों में भी न्यारे हो जायेंगे। अब पुरुषार्थ कर रहे हो न्यारे बनने का। न्यारे बनने से फिर स्वतः ही सभी के प्यारे बन जाते हो। प्यारे बनने का पुरुषार्थ नहीं होता है। पुरुषार्थ न्यारे बनने का होता है। अगर सबका प्यारा बनना है तो पुरुषार्थ करना है? सर्व से न्यारे बनने का। अपनी देह से न्यारे तो बनते ही हो लेकिन आत्मा में जो पुराने संस्कार हैं उन्हीं से भी न्यारे बनो। प्यारे बनने के पुरुषार्थ प्यारे बनेंगे तो रिजल्ट क्या होगी? और ही प्यारे बनने की बजाय बापदादा के दिग्दर्शी तख्त से दूर हो जायेंगे। इसलिए यह पुरुषार्थ नहीं करना है। कोई भी न्यारा चीज़ प्यारी ज़रूर होती है। इस संगठन में अगर कोई न्यारी चीज़ दिखाई दे तो सभी का लगाव और सभी का प्यार उस तरफ़ चला जायेगा। तो आप भी न्यारे बनो। सहज पुरुषार्थ है ना! न्यारे नहीं बन पाते हैं, इसका कारण क्या है? आजका का लगाव सारी दुनिया में किस कारण से होता है? इस समय का लगाव स्नेह नहीं लेकिन स्वार्थ से है। तो स्वार्थ के कारण लगाव और लगाव के कारण न्यारे नहीं बन सकते। तो उसके लिए क्या करना पड़े? स्वार्थ का अर्थ क्या है? स्वार्थ अर्थात् स्व के रथ को स्वाहा करो। यह जो रथ अर्थात् देह-अभिमान, देह वस्मृति, देह का लगाव लगा हुआ है, इस स्वार्थ को कैसे खत्म करेंगे? उसका सहज पुरुषार्थ ‘स्वार्थ’, शब्द के अर्थ को समझो। स्वार्थ गया तो न्यारे बन जायेंगे। सिर्फ़ एक अर्थ को जानना है, जानकर अर्थ स्वरूप बनना है। तो एक शब्द का अर्थ जानने से सदा एक के और एकरस बन जायेंगे। अच्छा।

जो भी संगमयुग के विशेष गुणों की महिमा करते हो वह सर्व विशेष गुण हर समय अनुभव में आते हैं?

आवाज़ से परे की स्थिति प्रिय लगती है वा आवाज़ में रहने की स्थिति प्रिय लगती है? कौन सी स्थिति ज़्यादा प्रिय लगती है? क्या दोनों ही स्थिति इकट्ठी रह सकती हैं? इसका अनुभव है? यह अनुभव करते समय कौन-सा गुण प्रत्यक्ष रूप में दिखाई देता है? (न्यारा और प्यारा) यह अवस्था ऐसी है जैसे बीज में सारा वृक्ष समाया हुआ होता है। वैसे ही इस अव्यक्त स्थिति में जो भी संगमयुग के विशेष गुणों की महिमा करते हो वह सर्व विशेष गुण उस समय अनुभव में आते हैं। क्योंकि मास्टर बीजरूप भी है, नॉलेजफुल भी है। तो सिर्फ शान्ति नहीं लेकिन शान्ति के साथ-साथ ज्ञान, अतीन्द्रिय सुख, प्रेम, आनन्द, शक्ति आदि-आदि सर्व मुख्य गुणों का अनुभव होता है। न सिर्फ अपने को लेकिन अन्य आत्मायें भी ऐसी स्थिति में स्थित हुई आत्मा के चेहरे से इन गुणों का अनुभव करती हैं। जैसे साकार स्वरूप में क्या अनुभव किया? एक ही समय सर्व गुण अनुभव में आते हैं। क्यों एक गुण में सर्व गुण समाये हुए होते हैं? जैसे अज्ञानता में एक विकार के साथ सर्व विकारों का गहरा सम्बन्ध होता है, वैसे एक गुण के साथ मुख्य गुणों का भी गहरा सम्बन्ध है। अगर कोई कहे कि मेरी स्थिति ज्ञान-स्वरूप है तो ज्ञान-स्वरूप के साथ-साथ अन्य गुण भी उसमें समाये हुए ज़रूर हैं जिसको एक शब्द में कौन-सी स्टेज़ कहेंगे? मास्टर सर्वशक्तिवान। ऐसी स्थिति में सर्व शक्तियों की धारणा होती है। तो ऐसी स्थिति बनाना यह है— समानता, सम्पूर्णता की स्थिति।

जितना समय साक्षी अवस्था की स्थिति रहती है

उतना ही बाप साथी भी याद रहता है

अपने को समर्थ आत्मा समझ इस शरीर को देख रही हो? साक्षी अवस्था की स्थिति में स्थित होने से शक्ति मिलती है। जैसे कोई कमज़ोर होता है तो उनको शक्ति भरने के लिए ग्लूकोज़ चढ़ाते हैं। तो जब अपने को शरीर से परे अशरीरी आत्मा समझते हैं तो यह साक्षीपन की अवस्था शक्ति भरने का काम करती है। और जितना समय साक्षी अवस्था की स्थिति रहती है उतना ही बाप साथी भी याद रहता है अर्थात् साथ रहता है। तो साथ भी है और साक्षी भी है। एक

साक्षीपन की शक्ति, दूसरा बाप के साथी बनने की खुशी की खुराक। तो बताओ फिर क्या बन जायेंगी? निरोगी। शक्ति रूप न्यारी और प्यारी। इस समय ऐसी न्यारी और प्यारी स्थिति में स्थित हो? यह स्थिति इतनी पावरफुल है— जैसे डॉक्टर लोग बिजली की रेजेज (rays) देते हैं कीटाणु मारने के लिए। तो यह स्थिति भी ऐसी पावरफुल है जो एक सेकेण्ड में अनेक विकर्मों रूपी कीटाणु भस्म हो जाते हैं। विकर्म भस्म हो गये तो फिर अपने को हल्का और शक्तिशाली अनुभव करेंगे।

जब और जैसा डायरेक्शन मिले वैसे ही अपनी स्थिति को बना सकते हो?

आवाज़ से परे रहना अच्छा लगता है वा आवाज़ में रहना अच्छा लगता है? असली देश वा असली स्वरूप में आवाज़ है? जब अपनी असली स्थिति में स्थित हो जाते हो तो आवाज़ से परे स्थिति अच्छी लगती है ना! ऐसी प्रैक्टिस हरेक कर रहे हो? जब चाहें, जैसे चाहें वैसे ही स्वरूप में स्थित हो जायें। जैसे योद्धे जो युद्ध के मैदान में रहते हैं उन्हीं को जब भी और जैसा आर्डर मिलता है, वैसे करते ही जाते हैं। ऐसे ही रूहानी वारियर्स को भी जब और जैसा डायरेक्शन मिले वैसे ही अपनी स्थिति को स्थित कर सकते हैं। क्योंकि मास्टर नालेजफुल भी हो और मास्टर सर्वशक्तिमान भी हो। तो दोनों हाँ होने कारण एक सेकेण्ड से भी कम समय में जैसी स्थिति में स्थित होना चाहें उस स्थिति में टिक जायें, ऐसे रूहानी वारियर्स हो? अभी-अभी कहा जाये परमधाम निवासी बन जाओ, तो ऐसी प्रैक्टिस ही जो कहते ही इस देह और देह के देश को भूल अशरीरी परमधाम निवासी बन जाओ? अभी-अभी परमधाम निवासी से अव्यक्त स्थिति में स्थित हो जाओ, अभी-अभी सेवा के प्रति आवाज़ में आये, सेवा करते हुए भी अपने स्वरूप की स्मृति रहे— ऐसे अभ्यासी बने हो? ऐसा अभ्यास हुआ है? वा जब परमधाम निवासी बनने चाहें तो परमधाम निवासी के बजाय बार-बार आवाज़ में आ जायें— ऐसा अभ्यास तो नहीं करते हो? अपनी बुद्धि को जहाँ चाहो वहाँ एक सेकेण्ड से भी कम समय में लगा सकते हो? ऐसा अभ्यास हुआ है?

संगमयुग का वर्सा है—आत्मिक स्वरूप हो चलना वा देही हो चलना

आकार को देखते निराकार को देखने का अभ्यास हो गया है? जैसे बाप आकार में निराकार आत्माओं को ही देखते हैं, वैसे ही बाप समान बने हो? सदैव जो श्रेष्ठ बीज होता है उसी तरफ ही दृष्टि और वृत्ति जाती है। तो इस आकार के बीच श्रेष्ठ कौनसी वस्तु है? निराकार आत्मा। तो रूप को देखते हो वा रूह को देखते हो? क्योंकि अब तो अन्तर को भी जान गये हो और महामन्त्र को भी जान गये हो। जान लिया, देख भी लिया। बाकी क्या रहा? बाकी स्थित रहने के बात में अभ्यासी हो? (हरेक ने अपना-अपना अनुभव बताया) ऐसे समझें अन्त तक पहले पाठ के अभ्यासी रहेंगे? अन्त तक अभ्यासी हो रहेंगे वा स्वरूप भी बनेंगे? अन्त के कितना समय पहले ये अभ्यास समाप्त होगा और स्वरूप बन जायेंगे? जब तक शरीर छोड़ेंगे तब तक अभ्यासी रहेंगे? पहले पाठ की समाप्ति कब होती है? जो समझते हैं अन्त तक अभ्यासी रहेंगे वह हाथ उठाओ। 'आकार में निराकार देखने की बात' पहला पाठ पूछ रहे हैं। अभी आकार को देखते निराकार को देखते हो? बातचीत किस से करते हो? (निराकार से) आकार में निराकार देखने आये— इसमें अन्त तक भी अगर अभ्यासी रहेंगे तो देही-अभिमानी का अथवा अपने असली स्वरूप का जो आनन्द वा सुख है वह संगमयुग पर नहीं करेंगे। संगमयुग का वर्सा कब प्राप्त होता है? संगमयुग का वर्सा कौनसा है? (अतीन्द्रिय सुख) यह अन्त में मिलेगा क्या, जब जाने वाले होंगे? आत्मिक स्वरूप हो चलना वा देही हो चलना— यह अभ्यास नहीं है? अभी साकार को वा आकार को देखते आकर्षण इस तरफ जाती है वा आत्मा तरफ जाती है? आत्मा को देखते हो ना! आकार में निराकार को देखना— यह प्रैक्टिकल और नेचुरल स्वरूप हो ही जाना चाहिए।

जैसे शरीर की भी जब वानप्रस्थ अवस्था होती है तो धीर-धीरे बचपन के संस्कार मिटते जाते हैं ना! तो यह उतरना-चढ़ना बचपन का खेल कब तक होगा? साक्षात्कारमूर्त तब बनेंगे जब आकार में होते निराकार अवस्था में होंगे। अगर ऐसे समझेंगे कि अन्त तक अभ्यासी रहना है, तो इस पहले पाठ को परिपक्व करने में ढीलापन आ जायेगा। फिर निरन्तर सहज याद वा स्वरूप की स्थिति की

सफलता को देखेंगे नहीं। शरीर छोड़ेंगे तब सफल होंगे? लेकिन नहीं, यह आत्मिक-स्वरूप का अनुभव अन्त के पहले ही करना है। जैसे अनेक जन्म अपनी देह के स्वरूप की स्मृति नेचुरल रही है, वैसे ही अपने असली स्वरूप की स्मृति का अनुभव भी थोड़ा समय भी नहीं करेंगे क्या? यह होना चाहिए? यह पहला पाठ कम्पलीट हो ही जायेगा। इस आत्म-अभिमानी की स्थिति में ही सर्व आत्माओं को साक्षात्कार कराने के निमित्त बनेंगे। तो यह अटेन्शन रखना पड़े। आत्मा समझना— यह तो अपने स्वरूप की स्थिति में स्थित होना है ना! जैसे ब्रह्माकुमार वा ब्रह्माकुमारी कहने से ब्रह्मा बाप वा ब्रह्माकुमारपन का स्वरूप भूलता है क्या? चलते-फिरते 'मैं ब्रह्माकुमार हूँ'— यह भूलता है क्या? जब यह नहीं भूलता, शिववंशी होने के नाते अपना आत्मिक-स्वरूप क्यों भूलते हो? बापदादा कहते हो ना! जब 'शिव बाबा' शब्द कहते हो तो निराकारी स्वरूप सामने आता है ना! तो जैसे ब्रह्माकुमार-पन का स्वरूप चलते-फिरते पक्का हो गया है, ऐसे ही अपना शिववंशी का स्वरूप क्यों भूलना चाहिए। ब्रह्माकुमार बन गये हो और शिववंशी स्वरूप अन्त में बनेंगे? बापदादा इकट्ठा बोलते हो वा अलग बोलते हो? जब 'बापदादा' शब्द इकट्ठा बोलते हो तो अपने दोनों ही 'आत्मिक-स्वरूप और ब्रह्माकुमार के स्वरूप' दोनों ही याद नहीं रहते? यह अभ्यास पहले से ही कम्पलीट करना पड़े। अन्त के लिए तो और बहुत बातें रह जायेंगी।

बेहद की सर्विस करो

विशेष आत्माओं को विशेष कार्य करना है। बापदादा विशेष दिनों पर विशेष रूप से बच्चों की और भक्तों की तीनों ही रूप से सेवा करते हैं। विशेष आत्माओं को खास अपने यादगार के दिन साक्षात्कारमूर्त बन, साक्षात् बापदादा समान आत्माओं के प्रति अपनी कल्याण की भावना से, अपने रूहानी स्नेह के स्वरूप से, अपने सूक्ष्म शक्तियों द्वारा आत्माओं में बल भरना चाहिए। जैसे अव्यक्त रूप में बापदादा चारों ओर बच्चों की सेवा करते हैं। वह समझते हैं कि बापदादा ने मेरे से मुलाकात की, मेरी याद का रेस्पान्स दिया वा मेरी याद का सत्य फल मैंने अनुभव किया अथवा भक्त भी अनुभव करते हैं कि हमारे प्यार वा भावना का फल भगवान ने पूरा किया, यह अनुभव प्रैक्टिकल रूप में होता रहता है।

ऐसे विशेष आत्माओं को अपने अव्यक्त स्थिति में, अपनी रूहानी लाइट और माइट की स्थिति द्वारा लाइट-हाउस और माइट-हाउस बन एक स्थान पर रहते हुए भी चारों ओर अलौकिक रूहानी सर्विस की भावना और वृत्ति द्वारा सर्विस करनी चाहिए। इसको कहते हैं बेहद की सर्विस। ऐसे अनुभव वा महसूस होना चाहिए कि मेरी प्रजा वा भक्त आज विशेष रूप से यादगार के दिन मुझ विशेष आत्मा को याद कर रहे हैं। अल्पकाल के रिद्धि-सिद्धि वाले एक स्थान पर रहते हुए अपने भक्तों को अपने रूप का प्रत्यक्ष साक्षात्कार करा सकते हैं, तो क्या विशेष आत्मायें अपने लाइट और माइट द्वारा भक्तों को वा प्रजा को अपनी सेवा द्वारा अनुभव नहीं करा सकते हैं? तो जब ऐसे विशेष यादगार के दिन आते हैं तो विशेष आत्माओं को ऐसी विशेष सर्विस पर अनुभव करना चाहिए।

कार्य पूरा हुआ और वस्त्र से न्यारे हुए—यह प्रैक्टिस करो

जैसे एक सेकेण्ड में स्वीच ऑन और ऑफ किया जाता है, ऐसे ही एक सेकेण्ड में शरीर का आधार लिया और फिर एक सेकेण्ड में शरीर से परे अशरीरी स्थिति में स्थित हो सकते हो? अभी-अभी शरीर में आये, फिर अभी-अभी अशरीरी बन गये— यह प्रैक्टिस करनी है। इसी को ही कर्मातीत अवस्था कहा जाता है। ऐसा अनुभव होगा। जब चाहे कोई कैसा भी वस्त्र धारण करना वा न करना— यह अपने हाथ में रहेगा। आवश्यकता हुई धारण किया, आवश्यकता न हुई तो शरीर से अलग हो गये। ऐसे अनुभव इस शरीर रूपी वस्त्र में हो। कर्म करते हुए भी अनुभव ऐसा ही होना चाहिए जैसे कोई वस्त्र धारण कर और कार्य कर रहे हैं। कार्य पूरा हुआ और वस्त्र से न्यारे हुए। शरीर और आत्मा— दोनों का न्यारापन चलते-फिरते भी अनुभव होना है। जैसे कोई प्रैक्टिस हो जाती है ना! लेकिन यह प्रैक्टिस किनको हो सकती है? जो शरीर के साथ वा शरीर के सम्बन्ध में जो भी बातें हैं, शरीर की दुनिया, सम्बन्ध वा अनेक जो भी वस्तुएँ हैं उनसे बिल्कुल डिटैच होंगे, ज़रा भी लगाव नहीं होगा, तब न्यारा हो सकेंगे। अगर सूक्ष्म संकल्प में भी हल्कापन नहीं है, डिटैच नहीं हो सकते तो न्यारेपन का अनुभव नहीं कर सकेंगे। तो अब महारथियों को यह प्रैक्टिस करनी है। बिल्कुल ही न्यारेपन का अनुभव हो। इसी स्टेज पर रहने से अन्य आत्माओं को भी आप लोगों से न्यारेपन का अनुभव होगा, वह भी महसूस करेंगे। जैसे योग में बैठने के

समय कई आत्माओं को अनुभव होता है ना— यह ड्रिल कराने वाले न्यारी स्टेज पर हैं।

पढ़ाई का लक्ष्य ही है देह-अभिमान से न्यारे हो देही-अभिमान बनना

निरन्तर देह का भान भूल जाए— उसके लिए हरेक यथा शक्ति नम्बरवार पुरुषार्थ अनुसार मेहनत कर रहे हैं। पढ़ाई का लक्ष्य ही है देह-अभिमान से न्यारे हो देही-अभिमान बनना। देह-अभिमान से छूटने के लिए मुख्य युक्ति यह है— सदा अपने स्वमान— में रहो, तो देह-अभिमान मिटता जायेगा। स्वमान में 'स्व' का भान भी रहता है अर्थात् आत्मा का भान। स्वमान— मैं कौन हूँ! अपने इस संगमयुग के और भविष्य के भी अनेक प्रकार के स्वमान जो समय प्रति समय अनुभव कराये गये हैं, उनमें से अगर कोई भी स्वमान में स्थित रहते रहेंगे तो देह-अभिमान मिटता जाएगा। मैं ऊँच ते ऊँच ब्राह्मण हूँ— यह भी स्वमान है। सारे विश्व के अन्दर ब्रह्माण्ड और विश्व का मालिक बनने वाली मैं आत्मा हूँ— यह भी स्वमान है। जैसे आप लोगों को शुरू-शुरू में स्त्रीपन के, देह के भान से परे होने का लक्ष्य रहता था; मैं आत्मा पुरुष हूँ— इस पुरुष के स्वभाव में स्थित कराने से स्त्रीपन का भान नम्बरवार पुरुषार्थ अनुसार निकलता गया। ऐसे ही सदैव अपनी बुद्धि के अन्दर वर्तमान वा भविष्य स्वमान की स्मृति रहे तो देह-अभिमान नहीं रहेगा। शिर्फ शब्द चेन्ज होने से स्वमान से स्वभाव भी अच्छा हो जाता है। स्वभाव का तबकार होता ही तब है जब एक-दो को 'स्व' का भान नहीं रहता। तो स्वमान अर्थात् 'स्व' का मान, उससे एक तो देह-अभिमान समाप्त हो जाता है और स्वभाव में नहीं आयेंगे। साथ-साथ जो स्वमान में स्थित होता है उनको स्वतः ही मान भी मिलता है।

प्रीत बुद्धि बनो अर्थात् अल्लाह-लोग बनो

शुभी अव्यक्त रूप में स्थित हो? यह तो जानते हो अव्यक्त मिलन अव्यक्त स्थिति में स्थित रहने से ही कर सकते हो। अपने आप से पूछो— अव्यक्त स्थिति में स्थित रहने के अनुभववीमूर्त कहाँ तक बने हैं। अव्यक्ति स्थिति में रहने वालों का सारा हर संकल्प, हर कार्य अलौकिक होता है। ऐसा अव्यक्ति भाव में, व्यक्त

देश और कर्तव्य में रहते हुए भी कमल पुष्प के सामन न्यारा और एक बाप का सदा प्यारा रहता है। ऐसे अलौकिक अव्यक्ति स्थिति में सदा रहने वाले को कहा जाता है अल्लाह लोग। टाइटिल तो और भी हैं। ऐसे को ही प्रीत बुद्धि कहा जाता है।

प्रीत बुद्धि वाला कब श्रीमत के विपरीत एक संकल्प भी नहीं उठा सकता। अगर श्रीमत के विपरीत संकल्प वा वचन वा कर्म होता है तो क्या उसको प्रीत बुद्धि कहेंगे? प्रीत बुद्धि अर्थात् बुद्धि की लगन वा प्रीत एक प्रीतम के साथ सदा लगी हुई हो। जब एक के साथ सदा प्रीत है तो अन्य किसी भी व्यक्ति वा वैभवों के साथ प्रीत जुट नहीं सकती, क्योंकि प्रीत बुद्धि अर्थात् सदा बापदादा के अपने सम्मुख अनुभव करेंगे। जब बाप सदा सम्मुख है तो ऐसे सम्मुख रहने वाले कब विमुख नहीं हो सकते। विमुख होते हैं अर्थात् बाप सम्मुख नहीं है। प्रीत बुद्धि वाले सदैव बाप के सम्मुख रहने के कारण उनके मुख से, उनके दिल से सदैव यही बोल निकलते हैं कि— तुम्हीं से खाऊँ, तुम्हीं से बैठूँ, तुम्हीं से बोलूँ, तुम्हीं से सुनूँ, तुम्हीं से सर्व सम्बन्ध निभाऊँ, तुम्हीं से सर्व प्राप्ति करूँ। उनके नैन, उनका मुखड़ा न बोलते हुए भी बोलते हैं।

स्वयं को जानने के लिए जो हूँ, जैसा हूँ,

ऐसा ही जान कर और मान कर सारा दिन चलते-फिरते हो?

जैसे बाप के लिए कहा हुआ है कि वह जो है, जैसा है, वैसा ही उनको जानने वाला सर्व प्राप्तियाँ कर सकता है। जैसे ही स्वयं को जानने के लिए भी जो हूँ, जैसा हूँ, ऐसा ही जान कर और मान कर सारा दिन चलते-फिरते हो? क्योंकि जैसे बाप को सर्व स्वरूपों से वा सर्व सम्बन्धों से जानना आवश्यक है, ऐसे ही बाप द्वारा स्वयं को भी ऐसा जानना आवश्यक है। जानना अर्थात् मानना। मैं जो हूँ, जैसा हूँ— ऐसे मानकर चलेंगे तो क्या स्थिति होगी? देह में विदेही, व्यक्त में होते अव्यक्त, चलते-फिरते फरिश्ता वा कर्म करते हुए कर्मातीत। क्योंकि जब स्वयं को अच्छी तरह से जान और मान लेते हैं, तो जो स्वयं को जानता है उस द्वारा कोई भी संयम अर्थात् नियम नीचे-ऊपर नहीं हो सकता। संयम को जानना अर्थात् संयम में चलना। स्वयं को मानकर के चलने वाले से स्वतः ही संयम साथ-साथ रहता है। उनको सोचना नहीं पड़ता कि यह संयम है वा नहीं, लेकिन स्वयं की

स्थिति में स्थित होने वाला जो कर्म करता है, जो बोल बोलता है, जो संकल्प करता है वही संयम बन जाता है।

कमज़ोर आत्मा की कमज़ोरी को न देखो,

सदा आत्मिक दृष्टि रहे

दिन-प्रतिदिन अपने में परिवर्तन लाना है। कोई के भी स्वभाव, संस्कार देखते हुए, जानते हुए उस तरफ बुद्धि-योग न जाये। और ही उस आत्मा के प्रति शुभ भावना हो। एक तरफ से सुना, दूसरे तरफ से निकाल दिया। उसको बुद्धि में स्थान नहीं देना है। तब ही एक तरफ बुद्धि स्थित हो सकती है। कमज़ोर आत्मा की कमज़ोरी को न देखो। यह स्मृति में रहे कि वैराइटी आत्मायें हैं। आत्मिक दृष्टि रहे। आत्मा के रूप में उनको स्मृति में लाने से पावर दे सकेंगे। आत्मा बोल रही है। आत्मा के यह संस्कार हैं। यह पाठ पक्का करना है। 'आत्मा' शब्द स्मृति में आने से ही रूहानियत, शुभ भावना आ जाती है, पवित्र दृष्टि हो जाती है। चाहे भले कोई गाली भी दे रहा है लेकिन यह स्मृति रहे कि यह आत्मा तमोगुणी पार्ट बजा रही है। अपने आप का स्वयं टीचर बन ऐसी प्रैक्टिस करनी है। यह पाठ पक्का करने लिये दूसरों से मदद नहीं मिल सकती। अपने पुरुषार्थ की ही मदद है। अच्छा!

देह-अभिमान को छोड़ना बड़े ते बड़ा त्याग है,

जो हर सेकेण्ड अपने आपको चेक करो

अपने को त्याग-तपस्वीमूर्त समझते हो? सबसे बड़े ते बड़ा मेहनत का त्याग कौन-सा है? (देह-अभिमान) ज्ञान का अभिमान वा बुद्धि का अभिमान भी क्यों आता है? पुराने संस्कारों का त्याग भी क्यों नहीं होता है? उसका मुख्य कारण देह-अभिमान है। देह-अभिमान को छोड़ना बड़े ते बड़ा त्याग है, जो हर सेकेण्ड अपने आपको चेक करना पड़ता है। और जो स्थूल त्याग है, वह कोई एक बार त्याग करने के बाद किनारा कर लेते हैं। लेकिन यह जो देह-अभिमान का त्याग है वह हर सेकेण्ड देह का आधार लेते रहना है लेकिन यहाँ सिर्फ रहते हुए न्यारा बनना है। इसी कारण हर सेकेण्ड देह के साथ आत्मा का गहरा सम्बन्ध होने कारण देह का अभिमान भी बहुत गहरा हो गया है। अब इसको मिटाने के

लिए मेहनत लगती है। अपने आप से पूछो कि सब प्रकार का त्याग किया है? क्योंकि जितना त्याग करेंगे उतना ही भाग्य प्राप्त करेंगे— वर्तमान समय में वा भविष्य में भी। ऐसे नहीं समझना कि संगमयुग में सिर्फ त्याग करना है और भविष्य में भाग्य लेना है। ऐसे नहीं है। जो जितना त्याग करता है और जिस घड़ी त्याग करता है, उसी घड़ी जितना त्याग उनके रिटर्न में उनको भाग्य जरूर प्राप्त होता है। संगमयुग में त्याग वा प्रत्यक्षरूप में भाग्य क्या मिलता है, यह जानते हो? अभी-अभी भाग्य क्या मिलता है? सतयुग में तो मिलेगा जीवन-मुक्ति पद, अब क्या मिलता है? आपको अपने त्याग का भाग्य मिलता है? संगमयुग में त्याग का भाग्य बड़े ते बड़ा यही मिलता है कि स्वयं भाग्य बनाने वाला अपना बन जाता है। यह सबसे बड़ा भाग्य हुआ ना! यह सिर्फ संगमयुग पर ही प्राप्त होता है जो स्वयं भगवान अपना बन जाता है। अगर त्याग नहीं तो बाप भी अपना नहीं। देह का भान है तो क्या बाप याद है? बाप के समीप सम्बन्ध का अनुभव होता है जब देहभान का त्याग करते हो तो। देहभान का त्याग करने से ही, देही-अभिमानि बनने से पहली प्राप्ति क्या होती है? यही ना कि निरन्तर बाप की स्मृति में रहते हो अर्थात् हर सेकेण्ड के त्याग से हर सेकेण्ड के लिए बाप के सर्व सम्बन्ध का, सर्व शक्तियों का अपने साथ अनुभव करते हो। तो यह सबसे बड़ा भाग्य नहीं? यह भविष्य में नहीं मिलेगा। इसलिए कहा जाता है— यह सहज ज्ञान और सहज राजयोग भविष्य फल नहीं, लेकिन प्रत्यक्षफल देने वाला है। भविष्य तो वर्तमान के साथ-साथ बाँधा हुआ ही है लेकिन सर्वश्रेष्ठ भाग्य सारे कल्प के अन्दर और कहाँ नहीं प्राप्त करते हो। इस समय ही त्याग और तपस्या से बाप का हर सेकेण्ड का अनुभव करते हो अर्थात् बाप को सर्व सम्बन्धों से अपना बना लेते हो।

यह शरीर आपका नहीं रहा जिससे मरजीवा बने

हर कर्म और संकल्प को चेक करो कि महान है? अथवा मेहमान बनकर के चल रहे हैं? वा कार्य कर रहे हैं? तो फिर अटैचमेन्ट खत्म हो जायेगी। मेहमान सिर्फ इस सृष्टि में भी नहीं लेकिन इस शरीर रूपी मकान में भी मेहमान हो। देह के भान की जो आकर्षण होती है वा स्मृति के रूप में जो संस्कार रुके हुए हैं वह बहुत ही सहज मिट सकते हैं, जब अपने को मेहमान समझेंगे। कोई आपका मकान है, आप उसको कारणे-अकारणे बेच देते हो, बेच दिया तो फिर अपना-पन चला

गया। फिर भले उसी स्थान पर रहते भी हो लेकिन मेहमान समझकर रहेंगे। तो अपना समझ रहने में और मेहमान समझ रहने में कितना फर्क हो जाता है! तो यह शरीर जिसको समझते थे कि मैं शरीर हूँ, अभी इसको ऐसा समझो कि यह मेरा नहीं है। अभी मेरा कहेंगे? अभी यह शरीर आपका नहीं रहा जिससे मरजीवा बने। तो मेरा शरीर भी नहीं। तन अर्पण कर दिया वा मेरा समझती हो? अभी इस पुराने शरीर की आयु तो समाप्त हो चुकी। यह तो ड्रामा अनुसार ईश्वरीय कर्तव्य अर्थ शरीर चल रहा है। इसलिए आप अभी यह नहीं कह सकतीं कि यह मेरा शरीर है। इस शरीर में भी मेरापन खत्म हो गया। अभी तो बाप ने आत्मा को कर्म करने के लिए यह टैम्पेरी लोन के रूप में दिया है। जैसे बाप समझते हैं मेरा शरीर नहीं, लोन लेकर कर्तव्य करने के लिए पार्ट बजाते हैं। तो आप भी बाप समान हो ना! मेरा शरीर समझेंगे तो सभी बातें आ जायेंगी। मेरा शब्द के साथ बहुत कुछ है। मेरापन ही खत्म तो उनके कई साथी भी खत्म हो जायेंगे। उपराम हो जायेंगे। यह शरीर लोन लिया है— ईश्वरीय कर्तव्य के लिए, और कोई कर्तव्य के लिए यह शरीर नहीं है। ऐसे अपने को मेहमान समझकर चलने से हर कर्म महान स्वतः ही होगा। जब शरीर ही अपना नहीं तो शरीर के सम्बन्ध में जो भी व्यक्तियाँ वा वैभव हैं वह भी अपने नहीं रहे, तो सदा ऐसा समझकर चलो। ऐसे समझकर चलने वाले सदैव नशे में रहते हैं। उनको स्वतः ही अपना घर स्मृति में रहता है। न सिर्फ घर लेकिन ६ बातें जो बाप के प्रति सुनाते हो, वह सभी स्वतः स्मृति में रहती हैं। तो जैसे बाप का परिचय देने के लिए सार रूप में सुनाते हो, उसमें सारा ज्ञान आ जाता है, वह सार ६ बातों में सुनाते हो। तो अपने को अगर मेहमान समझकर चलेंगे तो अपनी भी ६ बातें सदा स्मृति में रहेंगी (नाम, रूप, धाम, समय, कर्तव्य...)

शव को नहीं देखना है, शिव को देखना है

कभी-कभी अपनी मत चला देते हैं, इसलिए हार होती है। अच्छा, एक मात्रा के अन्तर का शब्द है— शिव के बजाए शव को देखते हैं। शव को देखने से शिव को भूल जाते हैं। शिव शब्द बदलकर विष बन जाता है। विष, विकारों की विष। एक मात्रा के अन्तर से उलटा बन जाने से विष भर जाता है। उसका फिर परिणाम भी ऐसा ही निकलता है। उलटे हो गये तो परिणाम भी जरूर उलटा ही निकलेगा। इसलिए कब भी शव को न देखो अर्थात् इस देह को न देखो। इनको देखने से

अथवा शरीर के भान में रहने से ला ब्रेक होता है। अगर इस ला में अपने आपको सदा कायम रखो कि शव को नहीं देखना है; शिव को देखना है तो कब भी कोई बात में हार नहीं होगी, माया वार नहीं करेगी। जब माया वार करती है तो हार होती है। अगर माया वार ही नहीं करेगी तो हार कैसे होगी? तो अपने आपको बाप के ऊपर हर संकल्प में बलिहार बनाओ तो कब हार नहीं होगी। संकल्प में भी अगर बाप के ऊपर बलिहार नहीं हो, तो संकल्प कर्म में आकर हार खिला देते हैं। इसलिए अगर ला-मेकर अपने को समझते हो तो कभी भी इस ला को ब्रेक नहीं करना।

सदा अपने को बापदादा के सम्मुख समझ करके चलो

इस समय सभी की अव्यक्त स्थिति है वा अब भी कोई व्यक्त भाव में स्थित है? कोई भी व्यक्त स्थिति में स्थित होकर बैठेंगे तो अव्यक्त मिलन वा अव्यक्त बोल को धारण नहीं कर सकेंगे। तो अव्यक्त स्थिति में स्थित हो जो नहीं हैं वो हाथ उठावें। अगर इस समय अव्यक्त स्थिति में स्थित हो, व्यक्त भाव के भान से परे हो; तो क्यों परे हो? सभी की एक ही अव्यक्त स्थिति क्यों बनी, कैसे बनी? अव्यक्त बापदादा के सामने होने कारण सभी की एक ही अव्यक्त स्थिति बन गई है। तो ऐसे ही अगर सदा अपने को बापदादा के सम्मुख समझ करके चलो तो क्या स्थिति होगी? अव्यक्त होगी ना! तो बापदादा के सदा सम्मुख रहने के बजाए बापदादा को अपने से अलग वा दूर क्यों समझ कर चलते हो? जैसे एक सीता का मिसाल सुनाते वा सुनते रहते हो कि सीता सदा किसके सम्मुख रहती थी? राम के। सम्मुख अर्थात् स्थूल में सम्मुख नहीं, लेकिन बुद्धि से सदा बापदादा के सम्मुख रहना है। बापदादा के सम्मुख रहना अर्थात् रावण माया से विमुख रहना है। जब माया के सम्मुख हो जाते हो तो बाप से बुद्धि विमुख हो जाती है। जो अति प्यारे ते प्यारा सम्बन्ध होता है उससे स्वतः ही सम्मुख ही बैठने-उठने, खाने-पीने, चलने अर्थात् सदा साथ का अनुभव होता है। तो क्या बापदादा के सदा सम्मुख नहीं रह सकते हो? अगर सदा सम्मुख रहेंगे तो सदा अव्यक्त स्थिति रहेगी।

मन्सा में स्वमान की स्मृति रहे और वाचा में, कर्मणा में निर्माण अवस्था रहे

वर्तमान समय चारों ओर के पुरुषार्थियों के पुरुषार्थ में मुख्य दो बातों की कमजोरी वा कमी दिखाई देती है, जिस कमी के कारण जो कमाल दिखानी चाहिए वह नहीं दिखा पाते, वह दो कमियाँ कौनसी हैं? एक तरफ है अभिमान, दूसरी तरफ है अनजानपन। यह दोनों ही बातें पुरुषार्थ को ढीला कर देती हैं। अभिमान भी बहुत सूक्ष्म चीज़ है। अभिमान के कारण कोई ने ज़रा भी कोई उन्नति के लिए इशारा दिया तो सूक्ष्म में न सहनशक्ति की लहर आ जाती है वा संकल्प आता है कि यह क्यों कहा? इसको भी अभिमान सूक्ष्म रूप में कहा जाता है। कोई ने कुछ इशारा दिया तो उस इशारे को वर्तमान और भविष्य दोनों के लिए उन्नति का साधन समझकर के उस इशारे को समा देना वा अपने में सहन करने की शक्ति भरना— यह अभ्यास होना चाहिए। सूक्ष्म में भी वृत्ति वा दृष्टि में हलचल मचती है— क्यों, कैसे हुआ...? इसको भी देही-अभिमानी की स्टेज नहीं कहेंगे। जैसे महिमा सुनने के समय वृत्ति वा दृष्टि में उस आत्मा के प्रति स्नेह की भावना रहती है, वैसे ही अगर कोई शिक्षा का इशारा देते हैं, तो उसमें भी उसी आत्मा के प्रति ऐसे ही स्नेह की, शुभचिन्तक की भावना रहती कि यह आत्मा मेरे लिए बड़ी से बड़ी शुभचिन्तक है, ऐसी स्थिति को कहा जाता है देही-अभिमानी। अगर देही-अभिमानी नहीं हैं तो दूसरे शब्दों में अभिमान कहेंगे। इसलिए अपमान को सहन नहीं कर सकते और दूसरे तरफ है बिल्कुल अनजान, इस कारण भी कई बातों में भोखा खाते हैं। कोई अपने को बचाने के लिए भी अनजान बनता है, कोई रीयल भी अनजान बनता है। तो इन दोनों बातों के बजाए स्वमान जिससे अभिमान बिल्कुल खत्म हो जाए और निर्माण, यह दोनों बातें धारण करनी हैं। मन्सा में स्वमान की स्मृति रहे और वाचा में, कर्मणा में निर्माण अवस्था रहे तो अभिमान खत्म हो जाएगा।

स्व-स्थिति वा अन-स्थिति को जानो

अपने आदि और अनादि स्व-स्थिति को जानते हो? सदा अपनी स्व-स्थिति में स्थित रहने का अटेन्शन रहता है? जो स्व-स्थिति अर्थात् अपनी अनादि स्थिति

है उस स्व-स्थिति में स्थित होना मुश्किल लगता है? और स्थिति में स्थित होना मुश्किल हो भी सकता है, लेकिन स्व-स्थिति में स्थित होना तो स्वतः ही और सरल है ना! स्व-स्थिति में सदा स्थित रहें इसके लिए मुख्य चार बातें आवश्यक हैं। अगर वह चारों ही बातें सदैव कायम हैं तो स्व-स्थिति सदा रहती। अगर चारों में से कोई की भी कमी है तो स्व-स्थिति में भी कम स्थित हो सकता है। स्व-स्थिति का जो वर्णन करते हो उसको सामने रखते हुए फिर सोचो कि कौन-सी चार बातें सदा साथ होनी चाहिए? स्व-स्थिति के लक्षण क्या होते हैं? जो भी बाप के गुण हैं उन गुणों का स्वरूप होना इसको कहते हैं— स्व-स्थिति वा अनादि स्थिति। तो ऐसी स्थिति सदा रहे इसके लिए चार बातें कौनसी आवश्यक हैं। स्मृति में आता है जिन चार बातों के होने से अनादि स्थिति आटोमेटिकली रहती है? सुख-शान्ति-आनन्द-प्रेम की स्थिति स्वतः ही रहती है। पहले यह सोचो कि अनादि स्थिति से मध्य की स्थिति में आते ही क्यों हो? इसका कारण क्या है?

जीवन की चार बातों को जानो

सदा सुख वा शान्तिमय जीवन तब बन सकती है जब जीवन में चार बातें हों। वह चार बातें हैं— हैलथ, वैलथ, हैपी और होली। अगर यह चार बातें सदा कायम रहें तो दुःख और अशान्ति कभी भी जीवन में अनुभव न करें। ऐसे स्व-स्थिति का स्वरूप भी है— सदा सुख-शान्ति-आनन्द-प्रेम स्वरूप में स्थित रहना। तो स्व-स्थिति से भी विस्मृति में आते हो, इसका कारण क्या होता है? वैलथ की कमी वा हैलथ की कमजोरी वा होली नहीं बनते हो। इसके साथ-साथ हैपी अर्थात् हर्षित नहीं रह सकते हो। तो हैलथ, वैलथ कौनसी? आत्मा सदा निरोगी रहे, माया की कोई भी व्याधि आत्मा पर असर ना करे इसको कहा जाता है हेल्दी। और फिर वेल्दी भी हो अर्थात् जो खजाना मिलता रहता है वा जो सर्व-शक्तियाँ बाप द्वारा वर्षों में प्राप्त हुए हैं उस प्राप्त हुए ज्ञान खजाने को वा सर्व-शक्तियों के खजाने को सदा कायम रखो तो बताओ स्व-स्थिति से नीचे आ सकते हो? इतना ही फिर होली। संकल्प, स्वप्न में भी कोई अपवित्रता ना हो तो स्व-स्थिति स्वतः ही हो जाएगी। इन चार बातों की कमी होने कारण स्व-स्थिति में सदा नहीं रह सकते हो। यह चार बातें चैक करो— हेल्दी, वेल्दी कहाँ तक बने हैं? हेल्दी, वेल्दी और होली— यह तीनों ही बातें हैं तो हैपी आटोमेटिकली होंगे। तो इन चार बातों

को सदा ध्यान में रखो। वैसे भी रोगी कब भी अपने को सुखी नहीं समझते। रोगी होने कारण दुःख की लहर ना चाहते हुए भी उठती रहती। तो यहाँ भी सदा हेल्दी नहीं हैं, तब दुःख की वा अशान्ति की लहर उत्पन्न होती है। तो यह चारों ही बातें सदा कायम रहें इसका कौन-सा पुरुषार्थ है जो यह कब भी गायब न हों?

निराकार आत्मा और साकार शरीर दोनों के सम्बन्ध से हर कार्य कर सकते हो। अगर दोनों का सम्बन्ध ना हो तो कोई भी कार्य नहीं कर सकते। ऐसे ही निराकार और साकार बाप दोनों का साथ वा सामने रखते हुए हर कर्म वा हर संकल्प करो तो यह चारों बातें आटोमेटिकली आ जाएगी। सिर्फ निराकार को वा सिर्फ साकार को याद करने से चारों बातें नहीं आयेगी। लेकिन निराकार और साकार दोनों ही सदा साथ रहें तो साथ होने से जो संकल्प करेंगे वह पहले ज़रूर उनसे वेरीफाय करायेंगे, वेरीफाय कराने के बाद कोई भी कर्म करने से निश्चय बुद्धि होकर करेंगे।

यह करके देखो

अपने आपको एक सेकेण्ड में शरीर से न्यारा अशरीरी आत्मा समझ आत्म-अभिमानि वा देही-अभिमानि स्थिति में स्थित हो सकते हो? अर्थात् एक सेकेण्ड में कर्म-इन्द्रियों का आधार लेकर कर्म किया और एक सेकेण्ड में फिर कर्म-इन्द्रियों से न्यारा, ऐसी प्रैक्टिस हो गई है? कोई भी कर्म करते कर्म के बन्धन में तो नहीं फँस जाते हो? कर्म करते हुए कर्म के बन्धन से न्यारा बन सकते हो वा अब तक भी कर्म-इन्द्रियों द्वारा कर्म के वशीभूत हो जाते हो? हर कर्म-इन्द्रिय को जैसे चलाना चाहो वैसे चला सकते हो वा आप चाहते एक हो, कर्मइन्द्रियाँ दूसरा कर लेती हैं? रचयिता बनकर रचना को चलाते हो? जैसे और कोई भी जड़ वस्तु को चैतन्य आत्मा वा चैतन्य मनुष्यात्मा जैसे चाहे वैसे रूप दे सकती है और जैसे चाहे वैसे कर्तव्य में लगा सकती है, जहाँ चाहे वहाँ रख सकती है। जड़ वस्तु चैतन्य के वश में है, चैतन्य आत्मा जैसे चलाना चाहे वैसे नहीं चला सकती है? जैसे जड़ वस्तु को किस भी रूप में परिवर्तन कर सकते हो, वैसे कर्म-इन्द्रियों को विकारी से निर्विकारी वा विकारों के वश आग में जले हुए कर्म-इन्द्रियों को शीतलता में नहीं ला सकते हो? क्या चैतन्य आत्मा में यह परिवर्तन की शक्ति नहीं आई है? कोई भी कर्म-इन्द्रियों की चंचलता को सहनशील-सरलचित नहीं

बना सकते हो? इतनी शक्ति अपने में अनुभव करते हो?

मुक्ति-जीवनमुक्ति जन्मसिद्ध अधिकार अभी का है

मुक्ति-जीवनमुक्ति जन्मसिद्ध अधिकार है; इसको आप लोगों ने पाया है? बच्चे बने और अधिकार नहीं पाया? औरों को समझाते हो— बच्चा बना और वर्षों का अधिकारी बना। तो यह सिर्फ समझाने का है वा प्रैक्टिकल करने की बात है? लायक बनना दूसरी बात है, लेकिन मुक्ति-जीवनमुक्ति का वर्सा मिल गया है वा नहीं? यहाँ ही पा लिया है वा मुक्तिधाम में मुक्ति और स्वर्ग में जीवन-मुक्ति लेना है? भविष्य में तो मिलना है लेकिन भविष्य के साथ-साथ अभी मुक्ति-जीवनमुक्ति नहीं मिली है? जब बाप अभी मिला है तो वर्सा भी अभी मिला है। भविष्य के दिलासे पर चल रहे हो? (चेक मिला है) बच्चों को चेक नहीं दिया जाता। बच्चे तो बाप के हर चीज पर अधिकारी होते हैं। अधिकारी को चेक का दिलासा नहीं दिया जाता। तो प्रैक्टिकल जो वर्सा है वह अभी प्राप्त होता है। जीवन-बन्ध के साथ ही जीवन-मुक्त का अनुभव होता है। वहाँ तो जीवन-बन्ध की बात ही नहीं, वहाँ तो सिर्फ उसी प्रारब्ध में होंगे। मुक्तिधाम के मुक्ति का अनुभव जो अभी कर सकते हो वह वहाँ नहीं कर सकेंगे। तो यह नहीं समझना कि मुक्ति-जीवनमुक्ति का जन्मसिद्ध अधिकार भविष्य में पाना है। नहीं। जब से बच्चे बने तो वर्सा भी पा लिया है। बाकी रहा आज्ञाकारी, वफादार, फ़रमाँवरदार कहाँ तक बनते हो वह नम्बर। वर्षों के अधिकारी तो बन जाते हो। उस वर्षों को जीवन में धारण कर के उससे लाभ उठाना, वह हरेक की अवस्था पर है। वर्सा देने में बाप कोई अन्तर नहीं करता है। लायक और ना-लायक बनने पर अन्तर हो जाता है। इसलिये कहा कि जन्मसिद्ध अधिकार अपने आप में सदा प्राप्ति करते हो। सदा मुक्त रहना चाहिए ना! देह से, देह के सम्बन्ध से भी मुक्त और पुरानी दुनिया की स्मृति से भी मुक्त। मुक्त नहीं बने हो? मुक्ति की अवस्था का अनुभव अगर करते हो तो मुक्त होने के बाद जीवन-मुक्ति का अनुभव ऑटोमेटिकली हो जाता है। क्योंकि जीवन में तो हो ना! शरीरधारी हो ना! जीवन में रहते हुये देह और देह के सम्बन्ध और पुरानी दुनिया के आकर्षण से मुक्त हो— इसको ही जीवन-मुक्त अवस्था कहा जाता है। तो मुक्ति-जीवनमुक्ति का अनुभव अभी करना है, न कि भविष्य में। भविष्य में तो यहाँ की प्राप्ति की प्रालम्भ मिलती

रहेगी। लेकिन प्राप्ति का अनुभव अभी होता है, भविष्य में तो अन्डरस्टूड है। वह है श्रेष्ठ कर्मों की प्रारब्ध। लेकिन श्रेष्ठ कर्म तो अभी होते हैं ना! तो प्राप्ति का भी अनुभव अभी होगा ना! भविष्य के दिलासे पर सिर्फ न रहना।

अन्तिम पेपर और फस्ट में फस्ट नम्बर का आधार

क्या आवाज़ से परे शान्ति स्थिति इतनी ही प्रिय लगती है कि जितनी आवाज़ में आने की स्थिति प्रिय लगती है? आवाज़ में आना और आवाज़ से परे जाना ये दोनों ही एक समान सहज लगते हैं या आवाज़ से परे जाना मुश्किल लगता है? वास्तव में स्वधर्म शान्त स्वरूप होने के कारण आवाज़ से परे जाना अति सहज होना चाहिए। अभी-अभी एक सेकेण्ड में जैसे स्थूल शरीर द्वारा कहीं भी जाने का इशारा मिले तो जैसे जाना और आना ये दोनों ही सहज अनुभव होते हैं, वैसे ही इस शरीर की स्मृति से बुद्धि द्वारा परे जाना और आना ये दोनों ही सहज अनुभव होंगे। अर्थात् क्या एक सेकेण्ड में ऐसा कर सकते हो? जब चाहे शरीर का आधार ले और जब चाहे शरीर का आधार छोड़ कर अपने अशरीरी स्वरूप में स्थित हो जाये। क्या ऐसे अनुभव चलते-फिरते करते रहते हो? जैसे शरीर धारण किया वैसे ही फिर शरीर से न्यारे हो जाना— इन दोनों का क्या एक ही अनुभव करते हो? यही अनुभव अन्तिम पेपर में फस्ट में फस्ट नम्बर का आधार है।

मन्सा में निराकारी स्टेज, वाचा में निरहकारी और कर्म में निर्विकारी, ज़रा भी विकार ना हो

भरी हुई चीज़ पावरफुल होती है। तो मुख्य कारण यह है। इसलिये फल पक कर सामने आवे, वह बहुत कम आते हैं। जब यह बात खत्म हो जावेगी तब निराकारी, निरहकारी और साथ-साथ निर्विकारी— मन्सा-वाचा-कर्मणा में तीनों सम्बन्ध दिखाई देंगे। शरीर में होते निराकारी, आत्मिक रूप दिखाई देगा। जैसे साकार में देखा— बुजुर्ग था ना, लेकिन फिर भी शरीर को न देख रूह ही दिखाई देता था, व्यक्त गायब हो अव्यक्त दिखाई देता था! तो साकार में निराकार स्थिति होने कारण निराकार वा आकार दिखाई देता था। तो ऐसी अवस्था प्रैक्टिकल होगी। अब स्वयं भी बार-बार देह-अभिमान में आते हो तो दूसरे को निराकारी वा

आकार रूप का साक्षात्कार नहीं होता है। यह तीनों ही होना चाहिए— मन्सा में निराकारी स्टेज, वाचा में निरहंकारी और कर्म में निर्विकारी, ज़रा भी विकार ना हो। तेरा-मेरा, शान-मान— यह भी विकार हैं। अंश भी हुआ तो वंश आ जावेगा। संकल्प में भी विकार का अंश ना हो।

**अभी-अभी सभी को डायरेक्शन मिले कि
एक सेकेण्ड में अशरीरी बन जाओ,
तो सिर्फ एक सेकेण्ड में स्थित हो सकते हो ?**

जैसे वह लोग शरीर के कोई भी अंग को जैसे चाहें, जहाँ चाहें, जितना समय चाहें कर सकते हैं, यही तो कला है। आप सभी भी बुद्धि को जब चाहो, जितना समय चाहो, जहाँ स्थित करना चाहो वहाँ स्थित नहीं कर सकते हो ? वह है शरीर की बाजी, यह है बुद्धि की। जिसको यह कला आ जाती है वही १६ कला सम्पन्न बनते हैं। इस कला से ही अन्य सर्व कलाएँ स्वतः ही आ जाती हैं। ऐसे एक देही-अभिमानि स्थिति सर्व विकारों को सहज ही शान्त कर देती है। ऐसे यही बुद्धि की कला सर्व कलाओं को अपने में भरपूर कर सकती है वा सर्व कला सम्पन्न बना सकती है। तो इस कला में कहाँ तक अभ्यासी वा अनुभवी बने हो ? अभी-अभी सभी को डायरेक्शन मिले कि एक सेकेण्ड में अशरीरी बन जाओ; तो बन सकते हो ? सिर्फ एक सेकेण्ड में स्थित हो सकते हो ? जब बहुत कर्म में व्यस्त हों ऐसे समय भी डायरेक्शन मिले। जैसे जब युद्ध प्रारम्भ होता है तो अचानक आर्डर निकलते हैं— अभी-अभी सभी घर छोड़ बाहर चले जाओ। फिर क्या करना पड़ता है ? ज़रूर करना पड़े। तो बापदादा भी अचानक डायरेक्शन दे कि इस शरीर रूपी घर को छोड़, इस देह-अभिमानि की स्थिति को छोड़ देही-अभिमानि बन जाओ, इस दुनिया से परे अपने स्वीटहोम में चले जाओ; तो कर सकेंगे ? युद्धस्थल में रुक तो नहीं जावेंगे ? युद्ध करते-करते ही समय तो नहीं बिता देंगे कि— “जावें न जावें ? जाना ठीक होगा वा नहीं ? यह ले जावें वा छोड़ जावें ?” इस सोच में समय गंवा देते हैं। ऐसे ही अशरीरी बनने में अगर युद्ध करने में ही समय लग गया तो अन्तिम पेपर में मार्क्स वा डिवीजन कौन-सा आवेगा ? अगर युद्ध करते-करते रह गये तो क्या फर्स्ट डिवीजन में आवेंगे ? ऐसे उपराम,

एवररेडी बने हो ? सर्विस करते और ही स्थिति शक्तिशाली हो जाती है। क्योंकि आपकी श्रेष्ठ स्थिति ही इस समय की परिस्थितियों को परिवर्तन में लावेगी।

**कर्मभोग को कर्मयोग में परिवर्तन करने वाले,
साक्षी हो कर्मन्द्रियों को भोगवाने वाले बन सकते हो ?**

रूहानी ड़िल आती है ना ! अभी-अभी निराकारी, अभी-अभी आकारी, अभी-अभी साकारी कर्मयोगी। देरी नहीं लगनी चाहिए। जैसे साकार रूप अपना है वैसे ही निराकारी, आकारी रूप भी अपना ही है ना ! अपनी चीज़ को अपनाना, उसमें देरी क्या ? पराई चीज़ को अपनाने में कुछ समय लगेगा, सोच चलेगा लेकिन यह तो अपना ही असली स्वरूप है। जैसे स्थूल चोले को कर्तव्य के प्रमाण धारण करते हो और उतार देते हो, वैसे ही इस साकार देह रूपी चोले को कर्तव्य के प्रमाण धारण किया और न्यारा हुआ। लेकिन जैसे स्थूल वस्त्र भी अगर टाइट होते हैं तो सहज उतरते नहीं हैं, ऐसे ही अगर आत्मा का यह देह रूपी वस्त्र देह के, दुनिया के, माया के आकर्षण में टाइट अर्थात् खिंचा हुआ है तो सरल उतरेगा नहीं अर्थात् सहज न्यारा नहीं हो सकेंगे। समय लग जाता है। थकावट होती है। कोई भी कार्य जब सम्भव नहीं होता है तो थकावट वा परेशानी हो ही जाती है। परेशानी कभी एक ठिकाने टिकने नहीं देती। तो यह भक्ति का भटकना क्यों शुरू हुआ ? जब आत्मा इस शरीर रूपी चोले को धारण करने और न्यारे होने में असमर्थ हो गई। यह देह का भान अपने तरफ खिंच गया तब परेशान होकर भटकना शुरू किया। लेकिन अब आप सभी श्रेष्ठ आत्मायें इस शरीर के आकर्षण से परे एक सेकेण्ड में हो सकते हो, ऐसी प्रैक्टिस है ? प्रैक्टिस की परीक्षा का समय कौन-सा होता है ? जब कर्मभोग का ज़ोर होता है। कर्मन्द्रियाँ बिल्कुल कर्मभोग के वश अपने तरफ आकर्षण करें, जिसको कहा जाता है बहुत दर्द है। कहते हैं ना— बहुत दर्द है, इसलिये थोड़ा भूल गई। लेकिन यह तो टग ऑफ वार (Tug of war; रस्सा-कशी) का समय है, ऐसे समय कर्मभोग को कर्मयोग में परिवर्तन करने वाले, साक्षी हो कर्मन्द्रियों को भोगवाने वाले जो होते हैं, उनको ही अष्ट रत्न कहा जाता है, जो ऐसे समय विजयी बन दिखाते हैं। क्योंकि अष्ट रत्नों में सदैव अष्ट शक्तियाँ कायम रहती हैं। ऐसे अष्ट ही भक्तों को अल्पकाल की शक्तियों का वरदान देने वाले इष्ट बनते हैं।

अब व्यक्त द्वारा अव्यक्त मिलन भी समाप्त होता जावेगा,
फिर क्या करेंगे ?

जैसे सतयुग में माँ-बाप पालना कर राजभाग के अधिकारी बनाकर, तख्तनशीन बनाकर राजतिलक दे अर्थात् ज़िम्मेवारी का तिलक दे स्वयं साक्षी हो देखते हैं। साथ होते भी साक्षी हो देखते हैं। तो यह विधान भी कहाँ से शुरू होगा ? अब भी बापदादा इस विश्व सेवा के ज़िम्मेवारी का तिलक दे स्वयं साक्षी हो देखते हैं। साक्षी हैं ना ! साथ होते भी साक्षी हैं। अभी का वर्ष और भी साक्षी बनने का है। यह अव्यक्त रूप का मिलन व्यक्त द्वारा भी कब तक ? इसलिये इस नये वर्ष में अव्यक्त स्थिति में स्थित कराने की वा अनुभव कराने की ड़िल सिखला रहे हैं, जो अव्यक्त बन अव्यक्त बाप से अव्यक्त मिलन मना सकें। कोई भी पार्ट सदा एक जैसे नहीं चलता, बदलता है आगे बढ़ाने लिए। तो अब बापदादा विशेष व्यक्त रूप में अव्यक्त मुलाकात करने का सहज वरदान दे रहे हैं। इस नये वर्ष के पहले मास को विशेष वरदान है ड्रामा प्लैन अनुसार, जो अव्यक्त स्थिति का, बाप से मीठी-मीठी रूह-रिहान करने का पुरुषार्थ करेगा उस पुरुषार्थी आत्मा को वा लगन लगाने वाली आत्मा को, सच्चे दिल से बाप से प्राप्ति करने वाली आत्मा को सहज ही वरदान के रूप में अव्यक्त अनोखे अनुभव प्राप्त होंगे। इसलिये अब व्यक्त द्वारा अव्यक्त मिलन भी समाप्त होता जावेगा। फिर क्या करेंगे ? मिलन नहीं मनावेंगे ? अल्पकाल के मिलन के बजाय सदाकाल के मिलन के अनुभवी बन जायेंगे। ऐसे अनुभव करेंगे जैसे बिल्कुल समीप, सम्मुख मिलन मना रहे हैं। समझा ?

सिर्फ बहुरूपी बन जाओ,

तो सर्व स्वरूपों के सुखों का अनुभव कर सकेंगे

अब बहुत जल्दी नये-नये नजारे और नई-नई बातें सुनेंगे और देखेंगे। इसके लिये अव्यक्त स्थिति और अव्यक्त मिलन का विशेष अनुभव करना है। जो किसी भी समय मिलन द्वारा बुद्धि-बल से अपने पुरुषार्थ व विश्व-सेवा के सर्व कार्य में सफलता-मूर्त बन सको। अब अव्यक्त मिलन का अनुभव किया ? जिस समय चाहो, या जिस परिस्थिति में चाहो, उस समय उस रूप से मिलन मिलाने का

अनुभव कर सकते हो ? क्या यह प्रैक्टिस हो गयी ? जब थोड़ी-सी प्रैक्टिस की है तो उसको बढ़ा सकते हो ना ? तरीका तो सभी को आ गया है ? यह तो बहुत सहज तरीका है। जिससे जिस देश में, जिस रूप में मिलना चाहते हो वैसा अपना वेष बना लो। अगर अपना वेष बना लिया, तो उस वेष में और उस देश में पहुँच ही जायेंगे और उस देश के वासी बाप से अनेक रूप से मिलन मना सकेंगे। सिर्फ उस देश के समान वेष धारण करो। अर्थात् स्थूल वेष और स्थूल शरीर की स्मृति से परे सूक्ष्म शरीर अर्थात् सूक्ष्म देश के वेषधारी बनो। क्या बहुरूपी नहीं हो ? क्या वेष धारण करना नहीं आता ? जैसे आजकल की दुनिया में जैसा कर्तव्य वैसा वेष धारण कर लेते हैं, वैसे आप भी बहुरूपी हो ? तो जिस समय, जैसा कर्म करना चाहते हो क्या वैसा वेष धारण नहीं कर सकते ? अभी-अभी साकारी और अभी-अभी आकारी, जैसे स्थूल वस्त्र सहज बदल सकते हो तो क्या अपनी बुद्धि द्वारा अपने सूक्ष्म शरीर को धारण नहीं कर सकते हो ? सिर्फ बहुरूपी बन जाओ। तो सर्व स्वरूपों के सुखों का अनुभव कर सकेंगे। बहुत सहज है। अपना ही तो स्वरूप है। कोई नकली रूप, किसी दूसरे का थोड़े ही धारण करते हो ? दूसरे के वस्त्र ऊपर नीचे हो सकते हैं, फिट हो या न हों। लेकिन अपने वस्त्र तो सहज ही धारण हो सकते हैं। तो यह अपना ही तो रूप है। सहज है ना ?

अब ड्रामा की रील जल्दी-जल्दी परिवर्तित होनी है, जो अब वर्तमान समय चल रहा है, यह सभी बातें परिवर्तन होनी हैं। व्यक्त द्वारा अव्यक्त मिलन- यह सभी तीव्र परिवर्तन होने हैं। इस कारण अव्यक्त मिलन का विशेष अनुभव विशेष रूप से कराया है और आगे भी अव्यक्त स्थिति द्वारा अव्यक्त मिलन के विचित्र अनुभव बहुत करेंगे। इस वर्ष को अव्यक्त मिलन द्वारा विशेष शक्तियों की प्राप्ति का वरदान मिला हुआ है। इसलिए ऐसे नहीं समझना कि यह मास समाप्त हुआ लेकिन इसी अभ्यास को और इसी अनुभव को जो लगातार आगे-आगे बढ़ाते रहेंगे उनको बहुत नये-नये अनुभव होते रहेंगे। समझा ?

आवाज़ से परे अपनी आत्मा के स्वधर्म, शान्त स्वरूप स्थिति का
अनुभव नेचुरल रूप में और निरन्तर करते हो ?

इतनी आवाज़ में आने की प्रैक्टिस (Practice) निरन्तर और नेचुरल (Natural) रूप में है, ऐसे ही आवाज़ से परे अपनी आत्मा के स्वधर्म, शान्त

स्वरूप की स्थिति का अनुभव भी नेचुरल रूप में और निरन्तर करते हो? दोनों अभ्यास समान रूप में अनुभव करते हो या ८४ जन्मों के शरीरधारी बनने के संस्कार बहुत कड़े हो गये हैं? ८४ जन्म वाणी में आते रहते हो और ८४ जन्मों के संस्कारों को एक सेकेण्ड में परिवर्तन कर सकते हो अर्थात् वाणी से परे स्थिति में स्थित हो सकते हो या वे संस्कार बार-बार अपनी तरफ आकर्षित करते हैं? क्या समझते हो? ८४ जन्मों के संस्कार प्रबल हैं या इस सुहावने संगमयुग के एक सेकेण्ड में अशरीरी, वाणी से परे अपनी अनादि स्टेज (Stage) का अनुभव भी प्रबल है? उसकी तुलना में वह स्टेज पॉवरफुल (Powerful) है जो अपनी तरफ आकर्षित कर सके या ८४ जन्मों के संस्कार पॉवरफुल हैं? वह ८४ जन्म हैं और यह एक सेकेण्ड का अनुभव है। फिर भी पॉवरफुल अनुभव कौन-सा है? क्या समझते हो? ज़्यादा आकर्षण कौन करता है? वह अनुभव या यह अनुभव? वाणी में आने का संस्कार या वाणी से परे होने का अनुभव?

वास्तव में यह एक सेकेण्ड का अनुभव बहुत समय के अनुभव का आधार है, एक सेकेण्ड में अनेक प्राप्तियों को अनुभव कराने वाला है। इसलिये यह एक सेकेण्ड अनेक वर्षों के समान है। ऐसा अनुभव करते हो ना? जब चाहें और जैसे अपने मुख को चलाना चाहें वैसे चलायें। सेकेण्ड इसको कहा जाता है। इस शरीर को चलाने वाले मास्टर मालिकपन की स्टेज। तो मालिक बने हो? शरीर के मालिक बने हो? मालिक कौन बन सकता है, यह जानते हो? मालिक वह बन सकता है जो पहले बालक बन जाये। अगर बालक नहीं बनते तो आप अपने शरीर का मालिक भी नहीं बन सकते।

सम्पूर्ण स्वतन्त्र बने

अपने को सम्पूर्ण स्वतन्त्र समझते हो? या कोई बात में परतन्त्र भी हो? सम्पूर्ण स्वतन्त्र अर्थात् जब चाहो इस देह का आधार लो, जब चाहो इस देह के भान से ऐसे न्यारे हो जाओ जो ज़रा भी यह देह अपनी तरफ खींच न सके। ऐसे अपनी देह के भान अर्थात् देह के लगाव से स्वतन्त्र, अपने कोई भी पुराने स्वभाव से भी स्वतन्त्र, स्वभाव से भी बन्धायमान न हो। अपने संस्कारों से भी स्वतन्त्र। अपने सर्व लौकिक सम्पर्क वा अलौकिक परिवार के सम्पर्क के बन्धनों से भी स्वतन्त्र। ऐसे स्वतन्त्र बने हो? ऐसे को कहा जाता है— 'सम्पूर्ण स्वतन्त्र'। ऐसी स्टेज पर

पहुँचे हो वा अभी तक एक छोटी-सी कर्मेन्द्रिय भी अपने बन्धन में बाँध लेती है?

अन्तिम पेपर के लिए एवररेडी

क्या आवाज़ से परे शान्त स्थिति इतनी ही प्रिय लगती है कि जितनी आवाज़ में आने की स्थिति प्रिय लगती है? आवाज़ में आना और आवाज़ से परे जाना— ये दोनों ही एक समान सहज लगते हैं या आवाज़ से परे जाना मुश्किल लगता है? वास्तव में स्वधर्म शान्त-स्वरूप होने के कारण आवाज़ से परे जाना अति सहज होना चाहिए। अभी-अभी एक सेकेण्ड में जैसे स्थूल शरीर द्वारा कहीं भी जाने का इशारा मिले तो जैसे जाना और आना ये दोनों ही सहज अनुभव होते हैं, वैसे ही इस शरीर की स्मृति से बुद्धि द्वारा परे जाना और आना ये दोनों ही सहज अनुभव होंगे। अर्थात् क्या एक सेकेण्ड में ऐसा कर सकते हो? जब चाहें शरीर का आधार लें और जब चाहें शरीर का आधार छोड़ कर अपने अशरीरी स्वरूप में स्थित हों जायें, क्या ऐसे अनुभव चलते-फिरते करते रहते हो? जैसे शरीर धारण किया वैसे ही फिर शरीर से न्यारे हो जाना इन दोनों का क्या एक ही अनुभव करते हो? यही अनुभव अन्तिम पेपर (Paper) में फर्स्ट नम्बर (First number) लाने का आधार है। जो लास्ट पेपर देने के लिए अभी से तैयार हो गये हो या हो रहे हो? जैसे विनाश करने वाले एक इशारा मिलते ही अपना कार्य सम्पन्न कर देंगे, अर्थात् विनाशकारी आत्मायें इतनी एवर-रेडी (Ever-ready) हैं कि एक सेकेण्ड के इशारे से अपना कार्य अभी भी प्रारम्भ कर सकती हैं। तो क्या विश्व का नव-निर्माण करने वाली अर्थात् स्थापना के निमित्त बनी हुई आत्माएँ ऐसे एवर-रेडी हैं? अपनी स्थापना का कार्य ऐसे कर लिया है कि जिससे विनाशकारियों को इशारा मिले?

न कोई पुराना स्वभाव हो और न कोई लगाव हो

अपने में चेक (Check) करो कि क्या किसी भी प्रकार का लगाव है? चाहे वह संकल्प के रूप में लगाव हो, चाहे सम्बन्ध के रूप में, चाहे सम्पर्क के रूप में और चाहे अपनी कोई विशेषता की ही तरफ हो। अगर अपनी कोई भी विशेषता में भी लगाव है तो वह भी लगाव बन्धन-युक्त कर देगा और वह बन्धन-मुक्त नहीं करेगा क्योंकि लगाव अशरीरी बनने नहीं देगा और वह विश्व-कल्याणकारी भी

बन नहीं सकेगा। जो अपने ही लगाव में फँसा हुआ है वह विश्व को मुक्ति व जीवनमुक्ति का वर्सा दिला ही कैसे सकता है? लगाव वाला कभी सर्वशक्ति सम्पन्न हो नहीं सकता, लगाव वाला धर्मराज की सजाओं से सम्पूर्ण मुक्त सलाम देने वाला नहीं बन सकता। लगाव वाले को सलाम भरना ही पड़ेगा और लगाव वाले सम्पूर्ण फर्स्ट जन्म का राज्य भाग्य पा न सके। इसी प्रकार पुराने स्वभाव वाले नये जीवन, नये युग का सम्पूर्ण और सदा अनुभव नहीं कर पाते। हर आत्मा में भाई-भाई का भाव न रखने से स्वभाव एक विघ्न बन जाता है। विस्तार को तो स्वयं भी जानते हो। लेकिन अभी क्या करना है? विस्तार को जीवन में समा कर बाप-समान बन जाना है। न कोई पुराना स्वभाव हो और न कोई लगाव हो। जबकि तन, मन और धन सभी बाप को समर्पण कर दिया, तो देने के बाद फिर मेरा विचार, मेरी समझ और मेरा स्वभाव यह शब्द ही कहाँ से आया? क्या 'मेरा' अभी तक है या मेरा सो 'तेरा' हो गया? जब कहा— 'मेरा सो तेरा', तो मेरा मन समाप्त हो गया ना? मन और तन बाप की अमानत हैं। आपकी तो नहीं हैं न? 'मेरा मन चंचल है'— यह कहना कहाँ से आया? क्या अभी तक मेरा-पन नहीं छूटा? मेरा-पन किसमें होता है? बन्दर में, वह खुद मर जायेगा लेकिन उसका मेरा-पन नहीं मरेगा। इसलिये चित्रकारों ने महावीर को भी पूँछ की निशानी दे दी है। है महावीर लेकिन पूँछ ज़रूर है। तो यह पूँछ कौन-सी है? लगाव और स्वभाव की। जब तक इस पूँछ को आग नहीं लगाई है, तब तक लंका को आग नहीं लग सकती। तो विनाश की वारनिंग (Warning) की सहज निशानी कौन-सी हुई? इसी पूँछ की आग लगानी है। जब सभी महावीरों की लगन की आग लग जायेगी तो क्या यह पुराना विश्व रहेगा? इसलिये अब सभी प्रकार के लगाव और स्वभाव को समाप्त करो।

अव्यक्त रूप से अव्यक्त मिलन का अनुभव करो

देखो, पहले भी सुनाया कि प्राप्ति का समय अभी बहुत गया, थोड़ा रत्ता, थोड़े का भी थोड़ा है। जबकि प्राप्ति का समय थोड़ा है और कई आत्मार्थ आने वाली हैं जिनके निमित्त आप लोगों को भी चान्स है। ऐसी आत्माओं के प्रति अभी बाप भी बन्धन में बँधे हुए हैं। इसलिये जब नये-नये रत्न आ रहे हैं अपना कल्प पहले का हक नम्बरवार ले रहे हैं तो बापदादा को भी हक देने आना ही पड़े ना?

तो ऐसी हलचल नहीं मचाओ कि न मालूम क्या होना है। लेकिन अव्यक्त मिलन का अव्यक्त रूप से अनुभव कराने के लिये बीच-बीच में मार्जिन दी जाती है व समय दिया जाता है कि जिससे कभी अचानक व्यक्त द्वारा अव्यक्त मिलन का पार्ट समाप्त हो तो अव्यक्त स्थिति द्वारा अव्यक्त मिलन का अनुभव कर सको। जब तक बाप की सम्पूर्ण प्रत्यक्षता नहीं हो जाती तब तक बच्चों और बाप का मिलन तो होना ही है। लेकिन चाहे व्यक्त द्वारा अव्यक्त मिलन और चाहे अव्यक्त स्थिति द्वारा अव्यक्त मिलन, लेकिन मिलन तो अन्त तक है ना? इसलिये ऐसा समय आने वाला है कि जिसमें अव्यक्त स्थिति द्वारा अव्यक्त मिलन का अनुभव न होगा तो बाप के मिलन का, प्राप्ति का और सर्वशक्तियों के वरदान का जो सुन्दर मिलन का अनुभव है, उससे वंचित रह जायेंगे। इसलिये यह दोनों मिलन अभी तक तो साथ-साथ चल रहे हैं, लेकिन लास्ट स्टेज क्या है? लास्ट स्टेज की तैयारी कराने के लिये बाप को ही समय देना पड़ता है और सिखलाना पड़ता है। अभी समझा क्या होने वाला है? अभी इतने हलचल में नहीं आओ। जब होने वाला होगा तो अव्यक्त स्थिति में स्थित रहने वालों को स्वयं ही आवाज़ आयेगा, टर्चिंग होगी, सूक्ष्म संकल्प होगा, तार पहुँचेंगी या ट्रंक-काल होगा। समझा? जब लाइन क्लियर होगी तभी तो पकड़ सकेंगे। जब अव्यक्त मिलन का अनुभव होगा तब तो पहचानेंगे व पहुँचेंगे। इसके बीच-बीच में यह चान्स दे अभ्यास कराते हैं। बाकी घबराने की कोई बात नहीं। समझा? अच्छा।

अपने निजी स्वरूप और उसके अनादि गुण व संस्कार—

इन एक-एक गुण की डीपनेस में जाओ

जैसे अपना साकार स्वरूप सदा और सहज स्मृति में रहता है, क्या वैसे ही अपना निराकारी स्वरूप सदा और सहज स्मृति में रहता है? जैसे साकार स्वरूप अपना होने के कारण स्वतः ही स्मृति में रहता है, क्या वैसे निराकारी स्वरूप भी अपना है तो अपनापन सहज याद रहता है? अपनापन भूलना मुश्किल होता है। शूल वस्तु में भी जब अपनापन आ जाता है, तो वह स्वतः ही याद रहती है, उसे याद किया नहीं जाता है। यह भी अपना निजी और अविनाशी स्वरूप है, तो इसको याद करना मुश्किल क्यों? जानने के बाद तो सहज स्मृति में ही रहना चाहिए। जान तो लिया है न? अब इसी स्मृति-स्वरूप के अभ्यास की गुह्यता में

जाना चाहिए।

जैसे साइंस वाले हर वस्तु की गुह्यता में जाते हैं और नई-नई इन्वेन्शन (खोज, invention) करते रहते हैं ऐसे ही अपने निजी स्वरूप और उसके अनादि गुण व संस्कार इन एक-एक गुण की डीपनेस (deepness; गहराई) में जाना चाहिए। जैसे आनन्द स्वरूप कहते हैं, तो वह आनन्द स्वरूप की स्टेज क्या है? उसकी अनुभूति क्या है, आनन्द स्वरूप होने से उसकी विशेष प्राप्ति क्या है और आनन्द कहा किसको जाता है? उस समय की स्थिति का प्रत्यक्ष प्रभाव स्वयं पर और अन्य आत्माओं पर क्या होता है? ऐसे हर गुण की गुह्यता में जाओ। जैसे वे लोग सागर के तले में जाते हैं और जितना अन्दर जाते हैं, उतने ही उन्हें नये-नये पदार्थ प्राप्त होते हैं, ऐसे ही आप जितना अन्तर्मुख होकर के स्वयं में खोये हुए रहोगे तो आपको बहुत नये-नये अनुभव होंगे। ऐसे महसूस करोगे जैसे कि आप इसमें खोये हुए हैं।

जैसे मच्छली पानी के अन्दर रहती हुई अपना जी-दान महसूस करती है, उसका लगाव पानी से होता है। शरीर निर्वाह-अर्थ यदि बाहर निकलेगी भी, तो एक सेकेण्ड बाहर आयी और फिर अन्दर चली जावेगी, क्योंकि बिना पानी के वह रह नहीं सकती। ऐसे आप सबकी लगन अपने निजी स्वरूप के भिन्न-भिन्न अनुभव के सागर से होनी चाहिए। कार्य-अर्थ बाह्यमुखता में आये, इन्द्रियों का आधार लिया अर्थात् साकार स्वरूपधारी स्थिति में आये लेकिन लगाव और आकर्षण उस अनुभव के सागर ही की तरफ होना चाहिए।

जैसे स्थूल वस्तु अपनी भिन्न-भिन्न रसनाओं का अनुभव कराती है न? जैसे मिश्री अपनी मिठास का अनुभव कराती है और हर गुण वाली वस्तु अपने गुण का अनुभव कराती हुई अपनी तरफ आकर्षित कराती है। ऐसे ही आप अपने निजी स्वरूप के हर गुण की रसना का अनुभव अन्य आत्माओं को कराओ। तब ही आत्मायें आकर्षित होंगी। तो अब यह अनुभव करना और कराना, यही अपना विशेष कर्तव्य समझो। वर्णन के साथ-साथ हर गुण की अनुभूति कराओ। वह तब करा सकोगे जब स्वयं इस सागर में समाये होंगे तो क्या ऐसा समाये हुए रहते हो? इससे सहज स्मृति स्वरूप हो जाओगे।

तीन स्टेजेस पर जाने की प्रैक्टिस करो

अभी तो फिर भी रात और दिन में आराम करने का टाइम मिलता है, लेकिन फिर तो यह रेस्ट (Rest) लेना, यह भी समाप्त हो जायेगा। लेकिन जितना अव्यक्त लाइट रूप में स्थित होंगे, उतना ही शरीर से परे का अभ्यास होने के कारण यदि दो-चार मिनट भी जैसे कि अशरीरी बन जायेंगे तो मानो जैसे कि चार घण्टे का आराम कर लिया। ऐसा समय आयेगा जो कि नींद के बजाये चार-पाँच मिनट अशरीरी बन जायेंगे जैसे कि नींद शरीर को खुराक मिल जाती है, वैसे ही यह भी खुराक मिल जायेगी। शरीर तो पुराने ही रहेंगे। हिसाब-किताब पुराना तो होगा ही। सिर्फ उसमें यह एडिशन (addition; बढ़ोतरी) होगी। लाइट-स्वरूप के स्मृति को मज़बूत करने से हिसाब-किताब चुक्नु करने में भी लाइट रूप हो जायेंगे।

अमृतवेले भी जैसे यह अभ्यास करना है— हम जैसे कि अवतरित हुए हैं। कभी ऐसे समझो कि मैं अशरीरी और परमधाम का निवासी हूँ अथवा अव्यक्त रूप में अवतरित हुई हूँ और फिर स्वयं को कभी निराकार समझो। यह तीन स्टेजेस पर जाने की ऐसी प्रैक्टिस हो जाये जैसे कि एक कमरे से दूसरे कमरे में जाना होता है। तो अमृतवेले यह विशेष 'अशरीरी भव' का वरदान लेना चाहिए, अभी विशेष यह अनुभव हो। अच्छा!

अव्यक्त अर्थात् जहाँ व्यक्त भाव नहीं

अव्यक्त मिलन किसको कहा जाता है? जिससे मिलना होता है उसी के समान बनना होता है। तो अव्यक्त मिलन अर्थात् बाप समान अव्यक्त रूपधारी बनना। अव्यक्त अर्थात् जहाँ व्यक्त भाव नहीं। क्या ऐसे बने हो? व्यक्त देश का, व्यक्त देह का और व्यक्त वस्तुओं का ज़रा भी आकर्षण अपनी तरफ आकर्षित न करे, क्या ऐसी स्थिति बनाई है? जो पहला-पहला वायदा है कि तुम्हीं से सुनूँ और तुम्हीं से बोलूँ— यह वायदा निभाने के लिए सारा दिन-रात जब तक अव्यक्त निराकारी स्थिति में स्थित नहीं होंगे, तो क्या बापदादा के साथ-साथ रहने का अनुभव कर सकेंगे अर्थात् वायदा निभा सकेंगे? जिससे मिलना होता है उसके स्थान पर और वैसे स्थिति स्वयं की बनानी होती है। वह स्थान और स्थिति ये

दोनों ही बदलनी पड़ेगी, तब ही यह वायदा निभा सकते हो। व्यक्त भाव में आना व कोई भी व्यक्ति व वस्तु और व्यक्ति में भावना रहना अर्थात् कामना का रूप हो जाता है। जब तक कामना है तब तक माया से सम्पूर्ण रीति सामना नहीं कर सकते। जब तक सामना नहीं कर सकते, तब तक समान नहीं बन सकते अर्थात् वायदा नहीं निभा सकते।

जैसे आप लोग चित्र में कृष्ण को सृष्टि के ग्लोब पर दिखाते हो— ऐसा ही चित्र अपनी प्रैक्टिकल स्थिति का बनाओ। इस व्यक्त देश व इस पुरानी दुनिया से उपराम। व्यक्त भाव और व्यक्त वस्तुओं आदि सबसे उपराम अर्थात् इनके ऊपर साक्षी होकर खड़े रहें। जैसे पाँव के नीचे ग्लोब दिखाते हैं व ग्लोब के ऊपर बैठा हुआ दिखाते हैं अर्थात् उनका मालिकपन व अधिकारीपन दिखाते हैं तो ऐसे अपना चित्र बनाओ। इस पुरानी दुनिया में, जैसे अपनी स्व-इच्छा से, अपने रचे हुए संकल्प के आधार से अव्यक्त से व्यक्त में आते, व्यक्ति व वस्तुओं के आकर्षण के अधीन होकर नहीं। जैसे लिफ्ट में चढ़ते हो, तो स्विच अपने हाथ में होता है चाहे फ्रस्ट फ्लोर पर जाओ, चाहे सेकेण्ड फ्लोर जाओ। जब स्विच कन्ट्रोल से बाहर हो जाता है तब किया रिजल्ट होती है? बीच में लटक जायेंगे ना? ऐसे ही यह स्मृति का स्विच अपने कन्ट्रोल में रखो। जहाँ चाहो, जब चाहो और जितना समय चाहो वैसे अपने स्थान को व स्थिति को सैट कर सको। क्या ऐसे अधिकारी बने हो? क्या काल पर विजय प्राप्त की है? काल अर्थात् समय। तो काल पर विजयी बने हो? अगर पाण्डव सेना की व शक्ति सेना की यह स्टेज अन्त में आवेगी तो साइलेन्स पॉवर तो साइंस से कम हो गई। क्योंकि साइंस ने तो अभी भी इन तत्वों पर विजय प्राप्त कर ली है।

कोई भी सामने आये तो व्यक्त भाव की बात

उन्हें दिखाई न दे या करने की हिम्मत न हो

ज्वाला रूप बनने का मुख्य और सहज पुरुषार्थ कौन-सा है? अब वापिस घर जाना है। जाना है अर्थात् उपराम। जाना है— जहाँ जाना है वैसा पुरुषार्थ स्वतः ही चलता है। जब अपने निराकारी घर जाना है तो वैसा अपना वेष बनाना होता है। तो इस नये वर्ष का विशेष पुरुषार्थ यही होना चाहिए कि वापिस जाना है और सबको ले जाना है। इस स्मृति से स्वतः ही सर्व सम्बन्ध, सर्व प्रकृति के आकर्षणों

से उपराम, अर्थात् साक्षी बन जायेंगे। साक्षी बनने से सहज ही बाप के साथी बन जायेंगे व बाप समान बन जायेंगे। सर्व को सदा ज्वाला रूप दिखाई देगी।

महाविनाश और विश्व परिवर्तन, संगठन के एक श्रेष्ठ संकल्प के सिवाय सम्पन्न नहीं हो सकता। इसलिए इस वर्ष में अपनी लास्ट स्टेज, सर्व कर्म-बन्धनों से मुक्त, कर्मातीत अवस्था, न्यारे और प्यारेपन का बैलेन्स सदा ठीक रहे। ऐसी निराकारी स्टेज संगठन के रूप में बनाओ, तब विनाश के नज़ारे और साथ-साथ गई दुनिया के नज़ारे स्पष्ट दिखाई देंगे। इस लास्ट पुरुषार्थ से ही स्वयं की और विनाश की गति फास्ट होगी। कोई भी सामने आये तो व्यक्त भाव की बात उन्हें दिखाई न दे या करने की हिम्मत न हो। औरों के भी व्यक्त भाव को मिटाने वाले अव्यक्त फ़रिश्ते बन जाओ। ऐसी अव्यक्त स्थिति व वायुमण्डल अर्थात् पाण्डवों का किला बनाओ तो यह हलचल समाप्त हो जायेगी। बापदादा अन्त तक आपके साथ हैं और सदा बच्चों के ऊपर स्नेह और सहयोग की छत्रछाया के समान हैं। इसलिए घबराओ मत। बैक बोन (Back-bone) बापदादा, सामने करने के लिए किसी भी व्यक्ति द्वारा, समय पर प्रत्यक्ष हो ही जायेंगे और अब भी हो रहे हैं। अर्थात्।

ज़रा-सा भी देहभान होगा तो

अकाले मृत्यु के समान अचानक के वार में हार खिला देगा

अपने को हर परिस्थिति से पार करने वाले, शक्तिशाली स्थिति में अनुभव करते हो? शक्तिशाली परिस्थितियों को मास्टर सर्वशक्तिवान स्थिति वाले ही सहज पार कर सकते हैं। दिन-प्रतिदिन प्रकृति द्वारा विकराल रूप से परिस्थितियाँ दिखाई देती जायेंगी। अब तक यह साधारण परिस्थितियाँ हैं। विकराल रूप तो प्रकृति अब धारण करेगी जिसमें विशेष आपदाओं का वार अचानक ही होगा। अभी तो थोड़ा समय पहले मालूम पड़ जाता है। लेकिन प्रकृति का विकराल रूप क्या होगा? एक ही समय प्रकृति के सभी तत्व साथ-साथ और अचानक वार करेंगे। किसी भी प्रकार के प्रकृति के साधन बचाव के काम के नहीं रहेंगे और ही साधन समस्या का रूप बनेंगे। ऐसे समय पर प्रकृति के विकराल रूप का सामना करने के लिये किस बात की आवश्यकता होगी? अपने अकाल-तख्त नशीन अकालत बनने से महाकाल बाप के साथ-साथ 'मास्टर महाकाल' स्वरूप में

स्थित होंगे तब ही सामना कर सकेंगे। महाविनाश देखने के लिये मास्टर महाकाल बनना पड़ेगा। मास्टर महाकाल बनने की सहज विधि कौन-सी है? अकालमूर्त बनने की विधि है— हर समय अकाल-तख्त नशीन रहना। ज़रा-सा भी देहभान होगा तो अकाले मृत्यु के समान अचानक के वार में हार खिला देगा!

जैसे प्रकृति के पाँच तत्त्व विकराल रूप को धारण करेंगे, वैसे ही पाँच विकार भी अपना शक्तिशाली रूप धारण कर अन्तिम वार अति सूक्ष्म रूप में ट्रायल करेंगे, अर्थात् माया और प्रकृति दोनों ही अपना फुल फोर्स का अन्तिम दाव लगायेंगे। जैसे किसी भी स्थूल युद्ध में भी अन्तिम दृश्य हास पैदा करने वाला होता है और हिम्मत बढ़ाने वाला भी होता है, ऐसे ही कमज़ोर आत्माओं के लिये भी हास पैदा करने वाला दृश्य होगा, मास्टर सर्वशक्तिवान आत्माओं के लिये वह हिम्मत और उल्लास देने वाला दृश्य होगा।

अब से अकाल-तख्तनशीन होने का अभ्यास चाहिए

ऐसे समय में जैसी स्थिति सुनाई उसके लिये विशेष कौनसी शक्ति की आवश्यकता होगी? सेकेण्ड के हार-जीत के खेल में कौन-सी शक्ति चाहिए? ऐसे समय में समेटने की शक्ति आवश्यक है। जो अपने देह-अभिमान के संकल्प को, देह की दुनिया की परिस्थितियों के संकल्प को, क्या होगा?—इस हलचल के संकल्प को भी समेटना है। शरीर और शरीर के सर्व सम्पर्क की वस्तुओं को भी वा अपनी आवश्यकताओं के साधनों की प्राप्ति के संकल्प को भी समेटना है। घर जाने के संकल्प के सिवाय अन्य किसी संकल्प का विस्तार न हो— बस यही संकल्प हो कि अब अपने घर गया कि गया। शरीर का कोई भी सम्बन्ध व सम्पर्क नीचे न ला सके। जैसे इस समय साक्षात्कार में जाने वाले साक्षात्कार के आधार पर अनुभव करते हैं कि मैं आत्मा इस आकाश तत्त्व से भी पार उड़ती हुई जा रही हूँ, ऐसे ही ज्ञानी एवं योगी आत्मायें ऐसा अनुभव करेंगी। उस समय ट्रांस को मदद नहीं मिलेगी। ज्ञान और योग का आधार चाहिए। इसके लिये अब से अकाल-तख्तनशीन होने का अभ्यास चाहिए। जब चाहे अशरीरीपन का अनुभव कर सकें, बुद्धियोग द्वारा जब चाहें तब शरीर के आधार में आयें। “अशरीरी भव!” का वरदान अपने कार्य में अब से लगाओ।

एक सेकेण्ड में जहाँ अपने को चाहो उस स्थिति में स्थित कर सकते हो? ऐसे एवररेडी (Ever-ready) बने हो? अशरीरी बनने का अभ्यास इतना ही सरल अनुभव होता है जैसे शरीर में आना अति सहज और स्वतः लगता है। रूहानी मिलिट्री हो ना? मिलिट्री अर्थात् हर समय सेकेण्ड में ऑर्डर को प्रैक्टिकल में लाने वाले। अभी-अभी ऑर्डर हो अशरीरी भव, तो एवररेडी हो या रेडी (Ready) होना पड़ेगा? अगर मिलिट्री रेडी होने में समय लगाये तो विजय होगी? ऐसा सदा एवररेडी रहने का अभ्यास करो। अच्छा।

सदा यह मंत्र याद रहे कि ‘निराकार सो साकार’

जैसे बाप निराकार सो साकार बन सेवा का पार्ट बजाते हैं, वैसे बच्चों को इस मंत्र का यंत्र भूल जाता है कि हम भी निराकार सो साकार रूप में पार्ट बजा रहे हैं। ‘निराकार सो साकार’— यह दोनों स्मृति साथ-साथ नहीं रहती हैं। या तो निराकार बन जाते और या साकारी हो जाते हैं। सदा यह मंत्र याद रहे कि ‘निराकार सो साकार’— यह पार्ट बजा रहे हैं। यह साकार सृष्टि, साकार शरीर स्टेज है। स्टेज और पार्टधारी दोनों अलग-अलग होते हैं। पार्टधारी स्वयं को कब स्टेज नहीं समझेंगे। स्टेज आधार है, पार्टधारी आधार मूर्त है, मालिक है। इस शरीर को स्टेज समझने से स्वयं को पार्टधारी स्वतः ही अनुभव करेंगे। तो कारण क्या हुआ? स्वयं को न्यारा करना नहीं आता है। सदैव यह समझ कर चलो कि मैं विदेशी हूँ। पराये देश और पुराने शरीर में विश्व-कल्याण का पार्ट बजाने के लिए आया हूँ। तो पहला पाठ कमज़ोर होने के कारण सेन्सीबल बने हैं, लेकिन इसैन्स कम है। रूप, रंग है लेकिन खुशबू अविनाशी और फैलने वाली नहीं। इसलिए अभी फिर से बापदादा को पहला पाठ रिपीट करना पड़ता है। सेकेण्ड में स्वयं का परिवर्तन सहज करेंगे। पहले आपने-आप से पूछो कि स्वयं के परिवर्तन में कितना समय लगता है। कोई भी संस्कार, स्वभाव, बोल व सम्पर्क यथार्थ नहीं लेकिन व्यर्थ है तो व्यर्थ को परिवर्तन कर श्रेष्ठ बनाने में कितना समय लगता है। सूक्ष्म संकल्पों को, संस्कारों को जो सोचा और किया। चेक किया और चेंज किया— ऐसी तेज़ स्पीड की मशीनरी है?

अनेक प्रकार के मोटेपन को मिटाओ

जैसे आजकल के डाक्टर्स (Doctors) मोटेपन को कम कराते हैं, वजन कम कराते हैं, हल्का बनाते हैं, वैसे ब्राह्मणों की भी आत्मा के ऊपर जो वजन अथवा बोझ है अर्थात् मोटी बुद्धि है, उस बोझ को हटाकर महीन बुद्धि बनो। वर्तमान समय यही विशेष परिवर्तन चाहिए, तब ही इन्द्रप्रस्थ की परियाँ बनेंगे। मोटेपन को मिटाने के लिए श्रेष्ठ साधन कौन-सा है? खान-पान का परहेज और एक्सरसाइज (Exercise) परहेज में भी अन्दाज फिक्स (Fix) होता है। वैसे यहाँ भी बुद्धि द्वारा बार-बार अशरीरीपन की एक्सरसाइज करो और बुद्धि का भोजन संकल्प है उनकी परहेज रखो। जिस समय जो संकल्प रूपी भोजन स्वीकार करना हो उस समय वही स्वीकार करो। व्यर्थ संकल्प रूपी एक्सट्रा (Extra) भोजन न हो। तो व्यर्थ संकल्पों के भोजन की परहेज हो। परहेज के लिए सेल्फ कन्ट्रोल (Self control; स्वयं पर नियन्त्रण) चाहिए। नहीं तो परहेज पूर्ण रीति नहीं कर सकते। तो सेल्फ कन्ट्रोल अर्थात् जिस समय जैसे चाहे, वहाँ बुद्धि लगा सके तब ही महीन बुद्धि बन जायेंगे। महीनता ही महानता है। जैसे शरीर की रीति से हल्कापन परसनैलिटी (Personality) है; वैसे बुद्धि की महीनता व आत्माओं का हल्कापन ब्राह्मण जीवन की परसनैलिटी है। तो अब क्या करना है? अनेक प्रकार के मोटेपन को मिटाओ।

संकल्प की शक्ति को जहाँ चाहो वहाँ लगा सकते हो?

अपने निराकारी और साकारी दोनों स्थितियों को अच्छी तरह से जान गये हो? दोनों ही स्थितियों में स्थित रहना सहज अनुभव होता है वा साकार स्थिति में स्थित रहना सहज लगता है और निराकारी स्थिति में स्थित होने में मेहनत लगती है? संकल्प किया और स्थित हुआ। सैकंड का संकल्प। जहाँ चाहे वहाँ स्थित कर सकता है। संकल्प ही ऊँच ले जाने और नीचे ले आने की रूहानी लिफ्ट है जिस द्वारा चाहे सर्व श्रेष्ठ अर्थात् ऊँची मंज़िल पर पहुँचो अर्थात् निराकारी स्थिति में स्थित हो जाओ, चाहे आकारी स्थिति में स्थित हो जाओ, चाहे साकारी स्थिति में स्थित हो जाओ। ऐसी प्रैक्टिस अनुभव करते हो? संकल्प की शक्ति को जहाँ चाहो वहाँ लगा सकते हो? क्योंकि आत्मा मालिक है इन सूक्ष्म शक्तियों की।

मास्टर सर्वशक्तिवान अर्थात् सर्वशक्तियों को जब चाहें, जहाँ चाहें, जैसे चाहें वैसे कार्य में लगा सकते हैं। ऐसा मालिकपन अनुभव करते हो? संकल्प को रचने वाले रचना स्वयं को अनुभव करते हो? रचना के वशीभूत तो नहीं होते हो? ऐसा अभ्यास है जो एक सैकेण्ड में जिस स्थिति में स्थित होने का डायरेक्शन (Direction) उसी स्थिति में सैकेण्ड में स्थित हो जाओ— ऐसी प्रैक्टिस है वा युद्ध करते ही समय बीत जायेगा? अगर युद्ध करते हुए समय बीत जाए, स्वयं को स्थित न कर सको तो उसको मास्टर सर्वशक्तिवान कहेंगे वा क्षत्रिय कहेंगे? क्षत्रिय अर्थात् चन्द्रवंशी।

लौकिक से अलौकिक में परिवर्तन करो

अमृतवेले से रात तक जो भी देखते हो, सुनते हो, सोचते हो वा कर्म करते हो, उसको लौकिक से अलौकिक में परिवर्तन करो। यह प्रैक्टिस है बहुत सहज। लेकिन अटेन्शन रखने की आवश्यकता है। जैसे शरीर की क्रियायें— खाना-पीना-चलना स्वतः ही सहज रीति करते रहते हो, तो शरीर की क्रियाओं के साथ-साथ आत्मा का मार्ग, आत्मा का भोजन, आत्मा का पुरुषार्थ अर्थात् चलना, आत्मा का सैर, आत्मा रूप का देखना वा आत्मा रूप का सोचना क्या है— यह साथ-साथ करते चलो तो 'लौकिक से अलौकिक' जीवन सहज अनुभव करेंगे। किसी भी लौकिक व्यवहार को निमित्त-मात्र करते हुए, अपने अलौकिक कार्य का आकर्षण वा बोझ अपने तरफ खींचेगा नहीं। ऐसे अनुभव करेंगे जैसे लौकिक कार्य होते हुए अलौकिक कार्य के कारण डबल कमाई का अनुभव होगा। अलौकिक स्वरूप है ही ट्रस्टी। ट्रस्टी बनकर कार्य करने से क्या होगा, कैसे होगा— यह बोझ समाप्त हो जाता है। अलौकिक स्वरूप अर्थात् कमल पुष्प समान। कैसा भी तमोगुणी वातावरण होगा, वायब्रेशन्स होंगे, लेकिन सदा कमल समान। लौकिक कीचड़ में रहते भी न्यारे अर्थात् आकर्षण से परे और सदा बाप के प्यारे अनुभव करेंगे। किसी भी प्रकार के मायावी अर्थात् विकारों के वशीभूत व्यक्ति के सम्पर्क से स्वयं वशीभूत नहीं होंगे। क्योंकि अपना अलौकिक कार्य सदा स्मृति में रहेगा कि वशीभूत आत्माओं को बन्धनयुक्त से बन्धनमुक्त बनाना, विकारी से निर्विकारी बनाना, अर्थात् लौकिक से अलौकिक बनाना यही अलौकिक जीवन का हमारा कार्य अर्थात् कर्तव्य है। वशीभूत आत्मा को छुड़ाने वाला

स्वयं वशीभूत हो नहीं सकता।

हम सब एक बाप की सन्तान रूहानी भाई हैं— यह अलौकिक दृष्टि की स्मृति रहने से देहधारी दृष्टि अर्थात् लौकिक दृष्टि जिसके आधार से विकारों की उत्पत्ति होती है, वह बीज ही समाप्त हो जाता है। जब बीज समाप्त हो गया, तो फिर अनेक प्रकार के विस्तार रूपी वृक्ष विकारों का स्वतः ही समाप्त हो जाता है।

अभी तक भी बहुत बच्चों की कम्प्लेन्ट (complaint; शिकायत) है कि दृष्टि चंचल होती है वा दृष्टि खराब होती है। क्यों होती है? जबकि बाप का फ़रमान है— लौकिक देह अर्थात् शरीर में अलौकिक आत्मा को देखो, फिर देह को देखते क्यों हो? अगर आदत कहते हो, आदत से मजबूर हो वा अल्पकाल के किसी न किसी रस के वशीभूत हो जाते हैं। तो इससे सिद्ध है कि आत्मा-परमात्मा-प्राप्ति के रस में अभी तक अनुभवी नहीं है। परमात्मा-प्राप्ति का रस और देहधारी कर्मेन्द्रियों द्वारा अल्पकाल का प्राप्त हुआ रस— इसके महान् अन्तर को अनुभव नहीं किया है। जब अल्पकाल का कान का रस, मुख का रस, नयनों का रस वा किसी भी कर्मेन्द्रिय का रस आकर्षित करता है, उस समय इस महान् अन्तर के यंत्र को यूज करो। पहले भी सुनाया था, जबकि अब जान गये हो कि यह देह की आकर्षण, देह की दृष्टि, देह द्वारा प्राप्त हुए यह रस, सांप समान सदाकाल के लिए खत्म करने वाला है। यह सांप का विष है, न कि आकर्षण करने वाला रस है। फिर भी अमृत-रस को छोड़ विष की तरफ आकर्षित होना, इसको क्या कहा जाएगा? ऐसे को नॉलेजफुल वा मास्टर सर्वशक्तितिवान कहेंगे? वशीभूत आत्मा सदा कमज़ोर और स्वयं से असन्तुष्ट होगी। इसी कारण लौकिक को अलौकिक में परिवर्तन करो।

पहला पाठ आत्मिक स्मृति का पक्का करो। आत्मा इस शरीर द्वारा किसको देखेगी? आत्मा-आत्मा को देखेगी, न कि शरीर को। आत्मा कर्मेन्द्रियों द्वारा कर्म कर रही है, तो अन्य आत्माओं का भी कर्म देखते हुए यह स्मृति रहेगी कि यह भी आत्मा कर्म कर रही है। ऐसे अलौकिक दृष्टि से जिसको देखो आत्मा रूप में देखो। इस अभ्यास की कमी होने कारण स्वयं का पक्का नहीं किया। लेकिन औरों को पाठ पढ़ाने लग गये। इस कारण स्वयं प्रति अटेंशन कम रहता, दूसरों को प्रति अटेंशन ज़्यादा रहता है।

अगर मन्सा संकल्प का भी बन्धन है तो डिटैच नहीं हो सकेंगे

अशरीरी बनना इतना ही सहज होना चाहिए जैसे स्थूल वस्त्र उतार देते हैं वैसे यह देह-अभिमान के वस्त्र सेकेण्ड में उतारते हैं। जब चाहें धारण करें, जब चाहें न्यारे हो जायें। लेकिन यह अभ्यास तब होगा जब किसी भी प्रकार का बन्धन नहीं होगा। अगर मन्सा संकल्प का भी बन्धन है तो डिटैच नहीं हो सकेंगे। जैसे कोई तंग कपड़ा होता है तो सहज और जल्दी नहीं उतार सकते हो। इस प्रकार से मन्सा, वाचा, कर्मणा, सम्बन्ध में अगर अटैचमेन्ट है, लगाव है तो डिटैच नहीं हो सकेंगे। ऐसा अभ्यास सहज कर सकते हो जैसा संकल्प किया वैसा स्वरूप हो जाए? संकल्प के साथ-साथ स्वरूप बन जाते हो या संकल्प के बाद टाइम लगता है स्वरूप बनने में? संकल्प किया और अशरीरी हो जाओ। संकल्प किया मास्टर प्रेम के सागर की स्थिति में स्थित हो जाओ और वह स्वरूप हो जाए। ऐसी प्रैक्टिस है? अब इसी प्रैक्टिस को बढ़ाओ। इसी प्रैक्टिस के आधार पर स्कॉलरशिप ले लेंगे।

बाप के समीप रहने वालों के ऊपर बाप के सत् के संग का रंग चढ़ा हुआ होगा। सत् के संग का रंग है रूहानियत। तो समीप रत्न सदा रूहानी स्थिति में स्थित होंगे। शरीर में रहते हुए न्यारे, रूहानियत में स्थित रहेंगे। शरीर को देखते हुए भी न देखें और आत्मा जो न दिखाई देने वाली चीज़ है वह प्रत्यक्ष दिखाई दे— यही कमाल है। रूहानी मस्ती में रहने वाले ही बाप को साथी बना सकते, क्योंकि बाप रूह है।

अगर एक सेकेण्ड की हलचल में आया तो फेल,
अचल रहा तो पास

एक सेकेण्ड का खेल है— अभी-अभी शरीर में आना और अभी-अभी शरीर से अव्यक्त स्थिति में स्थित हो जाना। इस सेकेण्ड के खेल का अभ्यास है जब चाहो जैसे चाहो उसी स्थिति में स्थित रह सको? अन्तिम पेपर सेकेण्ड का ही होगा। जो इस सेकेण्ड के पेपर में पास हुआ वही पास विद् ऑनर होगा। अगर एक सेकेण्ड की हलचल में आया तो फेल, अचल रहा तो पास। ऐसी कन्ट्रोलिंग पावर (Controlling power) है? अभी ऐसा अभ्यास तीव्र रूप का होना चाहिए।

जितना हंगामा हो उतना स्वयं की स्थिति अति शान्त। जैसे सागर बाहर आवाज़ सम्पन्न होता अन्दर बिल्कुल शान्त, ऐसा अभ्यास चाहिए। कन्ट्रोलिंग पावर वाले ही विश्व को कन्ट्रोल कर सकते हैं। जो स्वयं को नहीं कर सकते वह विश्व का राज्य कैसे करेंगे? समेटने की शक्ति चाहिए। एक सेकेण्ड में विस्तार से सार में चले जायें और एक सेकेण्ड में सार से विस्तार में आ जायें— यही है वन्दरफुल खेल।

अभी-अभी अनादि, अभी-अभी आदि स्मृति की समर्थी

सदा अपने स्मृति की समर्थी से अपने तीनों स्थान और तीनों स्थिति— निराकारी, आकारी और साकारी तीनों स्थिति में सहज ही स्थित हो सकते हो? जैसे आदि स्थिति साकार स्वरूप में सहज ही स्थित रहते हो ऐसे अनादि निराकारी स्थिति इतनी ही सहज अनुभव होती है? अभी-अभी अनादि, अभी-अभी आदि स्मृति की समर्थी द्वारा दोनों स्थितियों में समानता अनुभव हो— ऐसे अनुभव करते हो? जैसे साकार स्वरूप अपना अनुभव होता है, स्थित होना नैचुरल अनुभव करते हो— ऐसे अपने अनादि निराकारी स्वरूप में, जो सदा एक अविनाशी है उस सदा एक अविनाशी स्वरूप में स्थित होना भी नैचुरल हो। संकल्प किया और स्थित हुआ— इसी को कहा जाता है बाप समान सम्पूर्ण अवस्था, कर्मातीत अन्तिम स्टेज। तो अपने आप से पूछो— अन्तिम स्टेज के कितना समीप पहुँचे हो?

सदा न्यारे रहो यही अभ्यास चलता रहे,

इसके सिवाए नीचे नहीं आओ

सभी अपने को देह से न्यारे और बाप के प्यारे अनुभव करते हो? जितना देह से न्यारे बनते जायेंगे उतना ही बाप के प्यारे बनेंगे। बाप प्यारा तब लगता है जब देह से न्यारे देही रूप में स्थित होते। तो सदा इसी अभ्यास में रहते हो? जैसे पाण्डवों की गुफायें दिखाते हैं ना, तो गुफायें कोई और नहीं हैं, लेकिन पाण्डव इन्हीं गुफाओं में रहते हैं। इसी को ही कहा जाता है अन्तर्मुखता। जैसे गुफा के अन्दर रहने से बाहर के वातावरण से परे रहते हैं ऐसे अन्तर्मुखी अर्थात् सदा देह से न्यारे और बाप के प्यारे रहने के अभ्यास की गुफा में रहने वाले दुनिया के वातावरण से परे होते, वह वातावरण के प्रभाव में नहीं आ सकते। जो बाप का

प्यारा होगा वह न्यारा ज़रूर होगा, क्योंकि जिससे प्यार है वह जैसा होगा वैसा ही बनेगा। बाप सदा न्यारा है तो जो बाप का प्यारा होगा वह भी सदा न्यारा होगा। तो सदा न्यारे रहो यही अभ्यास चलता रहे इसके सिवाए नीचे नहीं आओ।

स्वधर्म में स्थित रहो

बन्धन मुक्त आत्मा बने हो? सर्व सम्बन्ध बाप के साथ जोड़ना अर्थात् सर्व बन्धनों से मुक्त होना। अनेक जन्मों के अनेक प्रकार के बन्धन को समाप्त करने का सहज साधन बाप से सर्व सम्बन्ध। अगर किसी भी प्रकार का बन्धन अनुभव करते हो तो उसका कारण है सम्बन्ध नहीं। बाप-दादा रिज़ल्ट देख रहे थे कि अभी तक कौन-कौन से बन्धन युक्त हैं। देह के बन्धन का कारण है देही का सम्बन्ध बाप से नहीं जोड़ा है। बाप की स्मृति और देही स्वरूप के स्मृति की धारणा नहीं हुई है। पहला पाठ कच्चा है। सेकेण्ड में देह से न्यारे बनने का अभ्यास सेकेण्ड में देह के बन्धन से मुक्त बना देता है। स्वच आन हुआ और भस्म। जैसे साइन्स के साधनों द्वारा भी वस्तु सेकेण्ड में परिवर्तन हो जाती है वैसे साइलेन्स की शक्ति से, देही के सम्बन्ध से बन्धन खत्म। अब तक भी अगर पहली स्टेज देह के बन्धन में हैं तो क्या कहेंगे? अभी तक पहली क्लास में हैं। जैसे कोई स्टूडेंट कमज़ोर होने के कारण कई वर्ष एक ही क्लास में रहते हैं। तो सोचो ईश्वरीय पढ़ाई का लास्ट टाइम चल रहा है और अब तक भी देह के सम्बन्ध की पहली चौपड़ी में हैं, ऐसे स्टूडेंट को क्या कहेंगे? किस लाइन में आवेंगे? पाने वाले वा देखने वाले? तो अब तक पहली क्लास में तो नहीं बैठे हो? परधर्म में स्थित होना सहज होता है वा स्वधर्म में? स्वधर्म है देही अर्थात् आत्मिक स्वरूप, परधर्म है देह स्वरूप। तो सहज क्या अनुभव होता है?

कोई भी बात हो तो आप अशरीरी हो जाओ

विनाश में आस्ट्रेलिया सारा एक ही टापू बन जायेगा। कुछ पानी में आ जायेगा, कुछ ऊपर रह जायेगा। आप लोग सेफ़ रहेंगे। विनाश के पहले ही आप लोगों को आवाज़ पहुँचेगा। जब तुम सभी सेफ़ स्थान पर पहुँच जायेंगे फिर विनाश होगा। जैसे गायन है— भट्टी में बिल्ली के पूंगरे सेफ़ रहे...। तो जो बच्चे बाप की याद में रहने वाले हैं, वह विनाश में विनाश नहीं होंगे लेकिन स्वेच्छा से

शरीर छोड़ेंगे, न कि विनाश के सरकमस्टान्सेज के बीच में छोड़ेंगे। इसके लिए एक बुद्धि की लाइन क्लीयर हो और दूसरा अशरीरी बनने का अभ्यास बहुत हो। कोई भी बात हो तो आप अशरीरी हो जाओ। अपने आप शरीर छोड़ने का जब संकल्प होगा तो संकल्प किया और चले जायेंगे। इसके लिए बहुत समय से प्रैक्टिस चाहिए। जो बहुत समय के स्नेही और सहयोगी रहते हैं उनको अन्त में मदद जरूर मिलती है। ऐसे अनुभव करेंगे जैसे स्थूल वस्त्र उतार रहे हैं। ऐसे ही शरीर छोड़ देंगे। सारा दिन में चलते-फिरते बीच-बीच में अशरीरी बनने का अभ्यास जरूर करो। जैसे ट्रैफिक कंट्रोल का रिकार्ड बजता है तो वैसे वहाँ काम में रहते भी बीच-बीच में अपना प्रोग्राम आपे ही सेट करो तो लिक जुटा रहेगा। इससे अभ्यास होता जायेगा।

प्राप्त हुई शक्तियों के आधार पर

शुद्ध वायब्रेशन्स, वायुमण्डल द्वारा शक्तिशाली बनाओ

वर्तमान समय आप बच्चों का कार्य है— निर्बल आत्माओं को अपनी प्राप्त हुई शक्तियों के आधार पर शुद्ध वायब्रेशन्स, वायुमण्डल द्वारा शक्तिशाली बनाओ। इसी कार्य में सदा बिज्जी रहते हो? कोर्स कराने का समय अभी गया, अभी कोर्स का कोर्स कराना है। कोर्स कराने वाले दूसरे भी तैयार हो गये हैं। इसलिए आप वायुमण्डल को पॉवरफुल बनाने की सेवा करो। क्योंकि दुनिया का वायुमण्डल दिन-प्रतिदिन मायावी बनता जायेगा, माया भी लास्ट चान्स में अपने यंत्र मंत्र और जंत्र जो भी हैं वह सब यूज करेगी। अटैक (Attack) तो करेगी ना। पब्लिक नहीं लेगी। इसलिए ऐसे वायुमण्डल के बीच अपने सेवास्थानों का वायुमण्डल बहुत ही अव्यक्त और शक्तिशाली बनाओ। जैसे आपके जड़ मंत्रों को वायुमण्डल कैसी भी आत्मा को अपनी तरफ खींचता है, अल्पकाल के लिए अव्यक्त शान्त हो जाते हैं। जब जड़ चित्रों के स्थान पर ऐसा वायुमण्डल है तो सेवा-सेवास्थानों पर कैसा पॉवरफुल वायुमण्डल चाहिए! तो चेक करो— आप वायुमण्डल शक्तिशाली रहा? जो भी आये वह व्यक्त और व्यक्त बातों में आ जाये। यह जो चलते-चलते अनेक प्रकार के विघ्न पड़ते हैं, या कोई व्यक्त में आ जाते हैं तो उसका कारण वायुमण्डल में व्यक्त भाव है। अगर व्यक्त तो कोई व्यक्त भाव की बातें लेकर भी आयेंगे तो बदल जायेंगे। जैसे वह

में अल्पकाल के लिए बदल जाते हैं ना! यह सदा काल की बात है। क्योंकि वह है जड़, यह चैतन्य है। तो अब सिर्फ भाषण या प्रदर्शनी की लिस्ट नहीं बनानी है लेकिन साथ-साथ शक्तिशाली वायुमण्डल की भी चेंकिंग करो।

वायुमण्डल को पॉवरफुल बनाने का साधन क्या है? अपने अव्यक्त स्वरूप की साधना है। यही साधन है। इसका बार-बार अटेन्शन रहे। जिस बात की साधना की जाती है, उसी बात का ध्यान रहता है ना! अगर एक टाँग पर खड़े होने की साधना है तो बार-बार यही अटेन्शन रहेगा। तो यह साधना अर्थात् बार-बार अटेन्शन की तपस्या चाहिए। चेक करो कि मैं अव्यक्त फ़रिश्ता हूँ? अगर स्वयं नहीं होंगे तो दूसरों को कैसे बना सकेंगे?

बाप के जो भी इशारे मिलते हैं

उन इशारों को समझकर चलते रहो

बाप के जो भी इशारे मिलते हैं उन इशारों को समझकर चलते रहो। अभी यह पूछने का समय गया कि कैसे पुरुषार्थ करें? अगर आप ही पूछेंगे तो और आने वाले क्या करेंगे? इसलिए जो भिन्न-भिन्न पुरुषार्थ की युक्तियाँ सुनाई हैं, उनमें से एक भी युक्ति अपनाओ तो स्वयं भी सफल हो जायेंगे और औरों को भी सफल बना सकेंगे।

चार बातों का अटेंशन रखो

बापदादा अपने सहयोगी बच्चों के साथ ही रहते हैं। सहयोग और स्नेह का अटूट धागा सदा अविनाशी है। आज वतन में बापदादा अति प्यारे-प्यारे बच्चों के स्नेह की माला बना रहे थे। स्नेही तो सब हो, फिर भी नम्बरवार तो कहेंगे। आज हरेक बच्चे की विशेषताओं के आधार पर नम्बर बना रहे थे। कई बच्चों में विशेषतायें इतनी ज़्यादा देखीं जो बिल्कुल बाप समान समीप रत्न देखे। कई बच्चे विशेषताओं को धारण करने में मेहनत करने वाले भी देखे जो मेहनत देखकर बाप को भी रहम आता है। मेरे बच्चे और मेहनत! क्योंकि सबसे ज़्यादा मेहनत अशरीरी बनने में देखी।

बापदादा आपस में बोले कि अशरीरी आत्मा को अशरीरी बनने में मेहनत

शरीर छोड़ेंगे, न कि विनाश के सरकमस्टान्सेज़ के बीच में छोड़ेंगे। इसके लिए एक बुद्धि की लाइन क्लीयर हो और दूसरा अशरीरी बनने का अभ्यास बहुत हो। कोई भी बात हो तो आप अशरीरी हो जाओ। अपने आप शरीर छोड़ने का जब संकल्प होगा तो संकल्प किया और चले जायेंगे। इसके लिए बहुत समय से प्रैक्टिस चाहिए। जो बहुत समय के स्नेही और सहयोगी रहते हैं उनको अन्त में मदद ज़रूर मिलती है। ऐसे अनुभव करेंगे जैसे स्थूल वस्त्र उतार रहे हैं। ऐसे ही शरीर छोड़ देंगे। सारा दिन में चलते-फिरते बीच-बीच में अशरीरी बनने का अभ्यास ज़रूर करो। जैसे ट्रैफिक कन्ट्रोल का रिकार्ड बजता है तो वैसे वहाँ कार्य में रहते भी बीच-बीच में अपना प्रोग्राम आपे ही सेट करो तो लिंक जुटा रहेगा। इससे अभ्यास होता जायेगा।

प्राप्त हुई शक्तियों के आधार पर

शुद्ध वायब्रेशन्स, वायुमण्डल द्वारा शक्तिशाली बनाओ

वर्तमान समय आप बच्चों का कार्य है— निर्बल आत्माओं को अपनी प्राप्त हुई शक्तियों के आधार पर शुद्ध वायब्रेशन्स, वायुमण्डल द्वारा शक्तिशाली बनाना। इसी कार्य में सदा बिज़ी रहते हो? कोर्स कराने का समय अभी गया, अभी फोर्स का कोर्स कराना है। कोर्स कराने वाले दूसरे भी तैयार हो गये हैं। इसलिए आप वायुमण्डल को पॉवरफुल बनाने की सेवा करो। क्योंकि दुनिया का वायुमण्डल दिन-प्रतिदिन मायावी बनता जायेगा, माया भी लास्ट चान्स में अपने यंत्र-मंत्र और जंत्र जो भी हैं वह सब यूज़ करेगी। अटैक (Attack) तो करेगी ना! ऐसे विदाई नहीं लेगी। इसलिए ऐसे वायुमण्डल के बीच अपने सेवास्थानों का वायुमण्डल बहुत ही अव्यक्त और शक्तिशाली बनाओ। जैसे आपके जड़ मन्दिरों को वायुमण्डल कैसी भी आत्मा को अपनी तरफ़ खींचता है, अल्पकाल के लिए अशान्त शान्त हो जाते हैं। जब जड़ चित्रों के स्थान पर ऐसा वायुमण्डल है तो चैतन्य सेवास्थानों पर कैसा पॉवरफुल वायुमण्डल चाहिए! तो चेक करो— आज का वायुमण्डल शक्तिशाली रहा? जो भी आये वह व्यक्त और व्यर्थ बातों से परे हो जाये। यह जो चलते-चलते अनेक प्रकार के विघ्न पड़ते हैं, या कोई व्यक्त भाव में आ जाते हैं तो उसका कारण वायुमण्डल में व्यक्त भाव है। अगर अव्यक्त हो तो कोई व्यक्त भाव की बातें लेकर भी आयेंगे तो बदल जायेंगे। जैसे जड़ मन्दिरों

में अल्पकाल के लिए बदल जाते हैं ना! यह सदा काल की बात है। क्योंकि वह है जड़, यह चैतन्य है। तो अब सिर्फ़ भाषण या प्रदर्शनी की लिस्ट नहीं बनानी है लेकिन साथ-साथ शक्तिशाली वायुमण्डल की भी चेकिंग करो।

वायुमण्डल को पॉवरफुल बनाने का साधन क्या है? अपने अव्यक्त स्वरूप की साधना है। यही साधन है। इसका बार-बार अटेन्शन रहे। जिस बात की साधना की जाती है, उसी बात का ध्यान रहता है ना! अगर एक टाँग पर खड़े होने की साधना है तो बार-बार यही अटेन्शन रहेगा। तो यह साधना अर्थात् बार-बार अटेन्शन की तपस्या चाहिए। चेक करो कि मैं अव्यक्त फ़रिश्ता हूँ? अगर स्वयं नहीं होंगे तो दूसरों को कैसे बना सकेंगे?

बाप के जो भी इशारे मिलते हैं

उन इशारों को समझकर चलते रहो

बाप के जो भी इशारे मिलते हैं उन इशारों को समझकर चलते रहो। अभी यह पूछने का समय गया कि कैसे पुरुषार्थ करें? अगर आप ही पूछेंगे तो और आने वाले क्या करेंगे? इसलिए जो भिन्न-भिन्न पुरुषार्थ की युक्तियाँ सुनाई हैं, उनमें से एक भी युक्ति अपनाओ तो स्वयं भी सफल हो जायेंगे और औरों को भी सफल बना सकेंगे।

चार बातों का अटेंशन रखो

बापदादा अपने सहयोगी बच्चों के साथ ही रहते हैं। सहयोग और स्नेह का अदृष्ट धागा सदा अविनाशी है। आज वतन में बापदादा अति प्यारे-प्यारे बच्चों के स्नेह की माला बना रहे थे। स्नेही तो सब हो, फिर भी नम्बरवार तो कहेंगे। आज हरेक बच्चे की विशेषताओं के आधार पर नम्बर बना रहे थे। कई बच्चों में विशेषतायें इतनी ज़्यादा देखीं जो बिल्कुल बाप समान समीप रत्न देखे। कई बच्चे विशेषताओं को धारण करने में मेहनत करने वाले भी देखे जो मेहनत देखकर बाप को भी रहम आता है। मेरे बच्चे और मेहनत! क्योंकि सबसे ज़्यादा मेहनत अशरीरी बनने में देखी।

बापदादा आपस में बोले कि अशरीरी आत्मा को अशरीरी बनने में मेहनत

क्यों? ब्रह्मा बाप बोले— “८४ जन्म चोला धारण कर पार्ट बजाने के कारण पार्ट बजाते-बजाते शरीरधारी बन जाते हैं।” शिव बाप बोले— “पार्ट बजाया लेकिन अब समय कौन सा है? समय की स्मृति प्रमाण कर्म भी स्वतः ही जैसे होता है। यह तो अभ्यास है ना?” बाप बोले— “अब पार्ट समाप्त कर घर जाना है। पार्ट की ड्रेस तो छोड़नी पड़ेगी ना! घर जाना है तो भी यह पुराना शरीर छोड़ना पड़ेगा, राज्य में अर्थात् स्वर्ग में जाना है तो भी यह पुरानी ड्रेस छोड़नी पड़ेगी। तो जब जाना ही है तो भूलना मुश्किल क्यों? जाना है, क्या यह भूल जाते हो? आप सभी तो जाने के लिए एवररेडी हो ना कि अब भी कुछ रस्सियाँ बंधी हुई हैं? एवररेडी हो ना?”

ये तो बापदादा ने सेवा के लिए समय दिया हुआ है। सेवाधारी का पार्ट बजा रहे हो। तो अपने को देखो यह शरीर का बन्धन तो नहीं है? अथवा यह पुराना चोला टाइट तो नहीं है? टाइट ड्रेस तो पसन्द नहीं करते हो ना? ड्रेस टाइट होगी तो एवररेडी नहीं होंगे। बन्धनमुक्त अर्थात् लूज ड्रेस, टाइट नहीं। आर्डर मिला और सेकेण्ड में गया। ऐसे बन्धनमुक्त, योगयुक्त बने हो? जब वायदा ही है ‘एक बाप दूसरा न कोई’ तो बन्धनमुक्त हो गये ना? अशरीरी बनने के लिए विशेष ४ बातों का अटेन्शन रखो—

१. कभी भी अपने आपको भुलाना होता है तो दुनिया में भी एक सच्ची प्रीत में खो जाते हैं। तो सच्ची प्रीत ही भूलने का सहज साधन है। प्रीत दुनिया को भुलाने का साधन है, देह को भुलाने का साधन है।
२. दूसरी बात सच्चा मीत भी दुनिया को भुलाने का साधन है। अगर दो मीत आपस में मिल जायें तो उन्हें न स्वयं की, न समय की स्मृति रहती है।
३. तीसरी बात दिल के गीत। अगर दिल से कोई गीत गाते हैं तो उस समय के लिए वह स्वयं और समय को भूला हुआ होता है।
४. चौथी बात यथार्थ रीत। अगर यथार्थ रीत है तो अशरीरी बनना बहुत सहज है। रीत नहीं आती तब मुश्किल होता है। तो एक हुआ प्रीत, दुसरा हुआ मीत, तीसरा हुआ गीत और चौथा हुआ रीत।

इन चारों बातों के आप सब तो अनुभवी हो ना? प्रीत के भी अनुभवी तो हो ना? बाप और आप तीसरा न कोई। बाप मिला माना सब कुछ मिला, बाकी काम

ही क्या रहा? प्रभु प्रीत के तो आज भी भक्त कीर्तन करते रहते हैं। सिर्फ प्रीत के गीत में ही खो जाते हैं तो सोचो प्रीत निभाने वाले कितने खोये हुए होंगे! जहाँ प्रभु-प्रीत है वहाँ अशरीरी बनना क्या लगता है? प्रीत के आगे अशरीरी बनना एक सेकेण्ड का खेल समान है। बाबा बोला और शरीर भूला। बाबा शब्द ही पुरानी दुनिया को भुलाने का आत्मिक बाम्ब है।

सदा गीत गाते रहो तो सहज ही अशरीरी बन जायेंगे

सदा प्रीत और मीत में रहो तो मेहनत समाप्त हो जायेगी। मीत से किनारा नहीं करो। सदा के साथी बन करके चलो। ऐसे ही बापदादा द्वारा प्राप्त हुई सर्व प्राप्तियों के, गुणों के सदा गीत गाते रहो। बाप की महिमा व आपकी महिमा के कितने गीत हैं! इस गीत में साज़ भी ऑटोमेटिकली चलते हैं। जितना-जितना गुणों की महिमा के गीत गायेंगे तो खुशी के साज़ साथ-साथ स्वतः बजते रहेंगे। तो सदा गीत गाते रहो तो सहज ही अशरीरी बन जायेंगे। बाकी रही रीत। यथार्थ रीत सेकेण्ड की रीत है। मैं अशरीरी आत्मा हूँ— यह सबसे सहज यथार्थ रीत है। जैसे बाप की महिमा है कि वह मुश्किल को सहज करने वाला है ऐसे ही बाप समान बच्चे भी मुश्किल को सहज कने वाले हैं। जो विश्व की मुश्किल को सहज करने वाले हैं वह स्वयं मुश्किल अनुभव करें— यह कैसे हो सकता है? इसलिए सदा सर्व सहज योगी भव।

सदा वृत्ति में रूह को देखते रहो और रूह से ही बोलते रहो

हरेक रूहे-गुलाब की खुशबू बापदादा के पास आ रही है। हैं तो सब नम्बरवार, लेकिन इस समय सभी एक बाप दूसरा न कोई इसी रूहानी खुशबू में नम्बर बन स्थिति में हैं। इसलिए रूहानी खुशबू वतन तक भी पहुँच रही है। रूहानी खुशबू की विशेषताएँ जानते हो? किस आधार पर रूहानी खुशबू सदाकाल एकरस और दूर-दूर तक फैलती है अर्थात् प्रभाव डालती है? इसका मूल आधार है रूहानी वृत्ति। सदा वृत्ति में रूह को देख रहे हैं, रूह से ही बोल रहे हैं। रूह ही अलग-अलग अपना पार्ट बजा रहे हैं। मैं रूह हूँ, सदा सुप्रीम रूह की छत्रछाया में चल रहा हूँ। मैं रूह हूँ— हर संकल्प भी सुप्रीम रूह की श्रीमत के बिना नहीं चल सकता है। मुझ रूह का करावनहार सुप्रीम रूह है। करावनहार के आधार पर मैं

निमित्त करने वाला हूँ। मैं करनहार, वह करावनहार है। वह चला रहा, मैं चल रहा हूँ। हर डायरेक्शन पर मुझ रूह के लिए संकल्प, बोल और कर्म में सदा हजूर हाजिर हैं। इसलिए हजूर के आगे सदा मुझ रूह की जी हजूर है। सदा मैं रूह और सुप्रीम रूह कम्बाइन्ड हैं। सुप्रीम रूह मेरे बिना रह नहीं सकते और मैं भी सुप्रीम रूह के बिना अलग नहीं हो सकता। ऐसे हर सेकेण्ड हजूर को हाजिर अनुभव करने वाले सदा रूहानी खुशबू में अविनाशी और एकरस रहते हैं। यह हैं नम्बर वन खुशबूदार रूहे-गुलाब की विशेषता।

ऐसे की दृष्टि में भी सदा सुप्रीम रूह समाया हुआ होगा। वह बाप की दृष्टि में और बाप उनकी दृष्टि में समाया हुआ होगा। ऐसे रूहे-गुलाब को देह वा देह की दुनिया वा पुरानी देह की दुनिया की वस्तु, व्यक्ति देखते हुए भी नहीं दिखाई देंगे। देह द्वारा बोल रहा हूँ लेकिन देखता रूह को है, बोलता रूह से है। क्योंकि उनके नयनों की दुनिया में सदा रूहानी दुनिया है, फ्रिशतों की दुनिया है, देवताओं की दुनिया है। सदा रूहानी सेवा में रहते। दिन है वा रात है लेकिन उनके लिए सदा रूहानी सेवा है। ऐसे रूहे-गुलाब की सदा रूहानी भावना रहती कि सर्व रूहें हमारे समान वर्से के अधिकारी बन जाएँ, परवश आत्माओं को बाप द्वारा प्राप्त हुई शक्तियों का सहयोग दे उन्हें को भी अनुभव करावें। किसी की भी कमजोरी और कमी को नहीं देखेंगे। अपने धारण किये हुए गुणों का, शक्तियों का सहयोग देने वाला दाता बनेंगे। ब्राह्मण परिवार के लिए सहयोगी, अन्य आत्माओं के लिए महादानी। यह ऐसा है, यह भावना नहीं। लेकिन इसको भी बाप समान बनाऊँ, यह शुभ भावना। साथ-साथ यही श्रेष्ठ कामना। यह सर्व आत्मायें कंगाल, दुःखी, अशान्त से सदा शान्त, सुख-रूप मालामाल बन जाएँ। सदा स्मृति में एक ही धुन होगी कि विश्व परिवर्तन जल्दी से जल्दी कैसे हों— इसको कहा जाता है रूहे-गुलाब।

जब चाहें जैसे चाहें वैसा संस्कार अपना बनाओ

जैसे बाप लोन लेता है, बन्धन में नहीं आता; जब चाहे आये, जब चाहे चले जायें, निर्बन्धन है। ऐसे सब सेवाधारी शरीर के संस्कारों के, स्वभाव के बन्धनों से मुक्त, जब चाहें जैसे चाहें वैसा संस्कार अपना बना सकें। जैसे देह को चलाते चाहें जैसे चला सकें। जैसा स्वभाव बनाना चाहें वैसा बना सकें। ऐसा नहीं कि मेरा

स्वभाव ही ऐसा है, क्या करूँ? मेरा संस्कार, मेरा बन्धन ऐसा है, नहीं। लेकिन ऐसे निर्बन्धन जैसे बाप निर्बन्धन है। कई सोचते हैं हम तो जन्म-मरण के चक्र के कारण शरीर के बन्धन में हैं, लेकिन यह बन्धन है क्या? अब तो शरीर आपका है ही नहीं, फिर बन्धन आपका कहाँ से आया? जब मरजीवा बन गये तो शरीर किसका हुआ? तन-मन-धन तीनों अर्पण किया है या सिर्फ दो को अर्पण किया, एक को नहीं? जब मेरा तन ही नहीं, मेरा मन ही नहीं तो बन्धन हो सकता है? यह भी कमजोरी के बोल हैं— क्या करें जन्म-जन्म के संस्कार हैं, शरीर का हिसाब-किताब है। लेकिन अब पुराने जन्म का पुराना खाता संगमयुग पर समाप्त हुआ। नया शुरू किया। अभी उधर का पुराना रजिस्टर समाप्त हो गया या अभी तक सम्भाल कर रखा है? खत्म नहीं किया है क्या? तो समझा बापदादा क्या देखना चाहते हैं?

इतने सब अवतार प्रकट हो जाएँ तो सृष्टि पर हलचल मच जायेगी ना! अवतार अर्थात् ऊपर से आने वाली आत्मा। मूलवतन की स्थिति में स्थित हो ऊपर से नीचे आओ। नीचे से ऊपर नहीं जाओ। है ही परमधाम निवासी आत्मा, सतोप्रधान आत्मा। अपने आदि, अनादि स्वरूप में रहो। अन्त की स्मृति में नहीं रहो अनादि, आदि। फिर क्या हो जायेगा? स्वयं भी निर्बन्धन और जिन्हों की सेवा के निमित्त बने हो वह भी निर्बन्धन हो जायेंगे। नहीं तो वह भी कोई न कोई बन्धन में बंध जाते हैं। स्वयं निर्बन्धन, अवतरित हुई आत्मा समझ कर कर्म करो, तो और भी आपको फालो करेंगे। जैसे साकार बाप को देखा, क्या याद रहा? बाप के साथ मैं भी कर्मातीत स्थिति में हूँ या देवताई बचपन रूप में। अनादि, आदि रूप सदा स्मृति में रहा। तो फालो फादर।

साथ में रहते हुए भी निर्लेप

अर्थात् माया के लेप व आकर्षण से परे

सभी सदा साक्षी स्थिति में स्थित हो, हर कर्म करते हो? जो साक्षी हो कर्म करते हैं उन्हें स्वतः ही बाप के साथीपन का अनुभव भी होता है। साक्षी नहीं तो बाप भी साथी नहीं। इसलिए सदा साक्षी अवस्था में स्थित रहो। देह से भी साक्षी। जब देह के सम्बन्ध और देह के साक्षी बन जाते हो तो स्वतः ही इस पुरानी दुनिया से साक्षी हो जाते हो। देखते हुए, सम्पर्क में आते हुए सदा न्यारे और प्यारे। यही

स्टेज सहज योगी का अनुभव कराती है। तो सदा साक्षी इसको कहते हैं- साथ में रहते हुए भी निर्लेप। आत्मा निर्लेप नहीं है लेकिन आत्म-अभिमानि स्टेज निर्लेप है अर्थात् माया के लेप व आकर्षण से परे है। न्यारा अर्थात् निर्लेप। तो सदा ऐसी अवस्था में स्थित रहते हो? किसी भी प्रकार की माया का वार न हो। बाप पर बलिहार जाने वाले माया के वार से सदा बचे रहेंगे। बलिहार वालों पर वार नहीं हो सकता। तो ऐसे हो ना?

सिवाए आत्मा के और कुछ दिखाई नहीं दे

बापदादा सर्व बच्चों को अन्तिम स्टेज अर्थात् सम्पन्न और सम्पूर्ण स्टेज-इसी शक्तिशाली स्थिति का अनुभव कराते हैं। जिस स्थिति में सदा मास्टर सर्व-शक्तिवान, मास्टर ज्ञानसागर, सर्व गुणों में सम्पन्न, हर संकल्प में, हर श्वास में, हर सेकेण्ड सदा साक्षी-द्रष्टा और सदा बाप के साथीपन का, सर्व ब्राह्मण परिवार की श्रेष्ठ आत्माओं के स्नेह, सहयोग के साथीपन का सदा अनुभव होगा। ऐसे अनुभूति होगी जैसे साइंस के साधनों द्वारा दूर की वस्तु समीप अनुभव करते हैं। ऐसे दिव्य बुद्धि द्वारा कितनी ही दूर रहने वाली आत्माओं को समीप अनुभव करेंगे। जैसे स्थूल में साथ रहने वाली आत्माओं को समीप अनुभव करेंगे। जैसे स्थूल में साथ रहने वाली आत्मा को स्पष्ट देखते, बोलते, सहयोग देते और लेते हो, ऐसे चाहे अमेरिका में बैठी हुई आत्मा हो लेकिन दिव्य-दृष्टि- दिव्य दृष्टि ट्रान्स नहीं लेकिन रूहानियत भरी दिव्य दृष्टि- जिस दृष्टि द्वारा नैचुरल रूप में आत्मा और आत्माओं का बाप भी दिखाई देगा। आत्मा को देखूँ यह मेहनत नहीं होगी, पुरुषार्थ नहीं होगा लेकिन हूँ ही आत्मा, हैं ही सब आत्मायें। शरीर का भान ऐसे खोया हुआ होगा जैसे द्वापर से आत्मा का भान खो गया था। सिवाए आत्मा के कुछ दिखाई नहीं देगा। आत्मा चल रही है, आत्मा कर रहीं है। सदा मस्तक मणी के तरफ तन की आँखे वा मन की आँखे जायेंगी। बाप और आत्मायें यही स्मृति निरन्तर नैचुरल होगी। उस समय की भाषा क्या होगी? श्रेष्ठ संकल्प की भाषा होगी। भाषण करने वाले नहीं, आत्मिक आकर्षण करने वाले होंगे। बोलने से नहीं लेकिन स्थिति के द्वारा, श्रेष्ठ जीवन के दर्पण द्वारा सहज ही स्वरूप अनुभव करायेंगे। मुख के बजाए नयन ही स्वरूप अनुभव कराने के साधन बन जायेंगे। नयनों की भाषा संकल्प की भाषा है। संकल्प शक्ति आपके मुख के आवाज़ की

गति से भी तेज गति से कार्य करेगी। इसलिए श्रेष्ठ संकल्प की शक्ति को ऐसे स्वच्छ बनाओ जो ज़रा भी व्यर्थ की अस्वच्छता भी न हो। जिसको कहा जाता है लाइन क्लीयर।

शान्ति स्वरूप रहना अर्थात् शान्ति की किरणों सबको देना

आवाज़ से परे जाने की युक्ति जानते हो? अशरीरी बनना अर्थात् आवाज़ से परे हो जाना। शरीर है तो आवाज़ है। शरीर से परे हो जाओ तो साइलेंस। साइलेंस की शक्ति कितनी महान् है! इसके अनुभवी हो ना? साइलेंस की शक्ति द्वारा सृष्टि की स्थापना कर रहे हो। साइंस की शक्ति से विनाश, साइलेंस की शक्ति से स्थापना। तो ऐसे समझते हो कि हम अपनी साइलेंस की शक्ति द्वारा स्थापना का कार्य कर रहे हैं। हम ही स्थापना के कार्य के निमित्त हैं तो स्वयं साइलेंस रूप में स्थित रहेंगे तब स्थापना का कार्य कर सकेंगे। अगर स्वयं हलचल में आते तो स्थापना का कार्य सफल नहीं हो सकता। विश्व में सबसे प्यारे से प्यारी चीज़ है- शान्ति अर्थात् साइलेंस। इसके लिए ही बड़ी-बड़ी कान्फ्रन्सेस (Conferences) करते हैं। शान्ति प्राप्त करना ही सबका लक्ष्य है। यही सबसे प्रिय और शक्तिशाली वस्तु है। और आप समझते हो- साइलेंस तो हमारा स्वधर्म है। आवाज़ में आना जितना सहज लगता है उतना सेकण्ड में आवाज़ से परे जाना- यह अभ्यास है? साइलेंस की शक्ति के अनुभवी हो? कैसी भी अशान्त आत्मा को शान्त स्वरूप होकर शान्ति की किरणें दो तो अशान्त भी शान्त हो जाए। शान्ति स्वरूप रहना अर्थात् शान्ति की किरणें सबको देना। यही काम है। विशेष शान्ति की शक्ति को बढ़ाओ। स्वयं के लिए भी, औरों के लिए भी शान्ति के दाता बनो। भक्त लोग शान्ति देवा कहकर याद करते हैं ना? देव यानी देने वाले। जैसे बाप की महिमा है शान्ति दाता, वैसे आप भी शान्तिदेवा हो। यही सबसे बड़े ते बड़ा महादान है। जहाँ शान्ति होगी वहाँ सब बातें होंगी। तो सभी शान्ति देवा हो, अशान्त के वातावरण में रहते स्वयं भी शान्त स्वरूप और सबको शान्त बनाने वाले, जो बापदादा का काम है, वही बच्चों का काम है। बापदादा अशान्त आत्माओं को शान्ति देते हैं तो बच्चों को भी फालों फादर करना है। ब्राह्मणों का धन्धा ही यह है। अच्छा!

अशरीरी अर्थात् ऊँचा उड़ना, शरीर भान में आना अर्थात् पिंजरे का पंछी बनना

बापदादा सदा हर कदम में, हर संकल्प में उड़ती कला वाले बच्चों को देख रहे हैं। सेकण्ड में अशरीरी भव का वरदान मिला और सेकण्ड में उड़ा। अशरीरी अर्थात् ऊँचा उड़ना। शरीर भान में आना अर्थात् पिंजरे का पंछी बनना। इस समय सभी बच्चे अशरीरी भव के वरदानी उड़ते पंछी बन गये हो। यह संगठन स्वतन्त्र आत्मायें अर्थात् उड़ते पंछियों का है। सभी स्वतन्त्र हो ना? आर्डर मिले अपने स्वीट होम में चले जाओ तो कितने समय में जा सकते हो? सेकण्ड में जा सकते हो ना! आर्डर मिले अपने मास्टर सर्वशक्तिवान की स्टेज द्वारा, अपनी सर्वशक्तियों की किरणों द्वारा अंधकार में रोशनी लाओ, ज्ञान सूर्य बन अंधकार को मिटा लो, तो सेकण्ड में यह बेहद की सेवा कर सकते हो? ऐसे मास्टर ज्ञान सूर्य बने हो? जब साइन्स के साधन सेकण्ड में अन्धकार से रोशनी कर सकते हैं तो हे ज्ञान सूर्य बच्चे, आप कितने समय में रोशनी कर सकते हो? साइन्स से तो साइलेन्स की शक्ति अति श्रेष्ठ है। तो ऐसे अनुभव करते हो कि सेकण्ड में स्मृति का स्विच ऑन करते अन्धकार में भटकी हुई आत्मा को रोशनी में लाते हैं?

खाओ, पीओ, गाओ, नाचो और सोओ

सदा बाप के साथ खुशी में नाचते रहेंगे तो तीसरा कोई डिस्टर्ब कर नहीं सकता। दो के बीच में कोई आ नहीं सकता। तो मायाजीत तो हो ही गये ना! न सुनना, न बोलना, न माया का आना। तो प्रीत की रीति क्या हुई? गाना और नाचना। जब दोनों से थक जाओ तो तीसरी बात है, सो जाना। यहाँ का सोना क्या है? सोना अर्थात् कर्म से डिटैच हो जाना। तो आप कर्मेन्द्रियों से डीटैच हो जाओ। अशरीरी बनना अर्थात् सो जाना। याद ही बापदादा की गोदी है। तो जब थक जाओ तो अशरीरी बन, अशरीरी बाप की याद में खो जाओ अर्थात् सो जाओ। जैसे शरीर से भी बहुत गाते और नाचते हैं और थक जाते हैं तो जल्दी ही नींद आ जाती है, ऐसे यह रूहानी गीत गाते, खुशी में नाचते-नाचते सोयेंगे और खो जायेंगे। तो समझा— सारा दिन क्या करना है?

कई बच्चों की कम्पलेन है कि याद में तो रहते हैं लेकिन बाप का प्यार नहीं

मिलता है। अगर प्यार नहीं मिलता है तो ज़रूर प्यार पाने की विधि में कमी है। प्यार का सागर बाप, उससे योग लगाने वाले प्यार से वंचित रह जाएँ, यह हो नहीं सकता। लेकिन प्यार पाने का साधन है— 'न्यारा बनो'। जब तक देह से वा देह के सम्बन्धियों से न्यारे नहीं बने हो तब तक प्यार नहीं मिलता। इसलिए कहाँ भी लगाव न हो। लगाव हो तो एक सर्व सम्बन्धी बाप से। एक बाप दूसरा न कोई... यह सिर्फ कहना नहीं लेकिन अनुभव करना है। खाओ, पियो, सोओ... बाप-प्यारे अर्थात् न्यारे बनकर। देहधारियों से लगाव रखने से दुःख अशान्ति की ही प्राप्ति हुई। जब सब सुन, चखकर देख लिया तो फिर उस ज़हर को दुबारा कैसे खा सकते? इसलिए सदा न्यारे और बाप के प्यारे बनो।

शरीर से अलग मैं आत्मा हूँ—यह अलग वस्तु की अनुभूति हो

यह शरीर जो हिसाब-किताब के वृक्ष का मूल तना है जिससे यह शाखायें प्रकट होती हैं, यह देह और आत्मा रूपी बीज, दोनों ही बिल्कुल अलग हैं। ऐसे आत्मा न्यारेपन का चलते-फिरते बार-बार अनुभव करेंगे। नालेज के हिसाब से नहीं कि आत्मा और शरीर अलग हैं, लेकिन शरीर से अलग मैं आत्मा हूँ— यह अलग वस्तु की अनुभूति हो। जैसे स्थूल शरीर के वस्त्र और वस्त्र धारण करने वाला शरीर अलग अनुभव होता है ऐसे मुझ आत्मा का यह शरीर वस्त्र है, मैं वस्त्र धारण करने वाली आत्मा हूँ— ऐसा स्पष्ट अनुभव हो। जब चाहे इस देहभान रूपी वस्त्र को धारण करें, जब चाहे इस वस्त्र से न्यारे अर्थात् देहभान से न्यारे स्थिति में स्थित हो जायें। ऐसा न्यारेपन का अनुभव होता है? वस्त्र को मैं धारण करता हूँ या वस्त्र मुझे धारण करता है? चैतन्य कौन? मालिक कौन? तो एक निशानी— 'न्यारेपन की अनुभूति'। अलग होना नहीं है लेकिन मैं हूँ ही अलग।

आत्म-अनुभवी बनो और

चलते-फिरते अपने ज्योति स्वरूप का अनुभव करो

जैसे भक्तों को वा आत्म-ज्ञानियों को व कोई-कोई परमात्म-ज्ञानियों को दिव्य दृष्टि द्वारा ज्योति बिन्दु आत्मा का साक्षात्कार होता है, तो साक्षात्कार अल्प-काल की चीज़ है, साक्षात्कार कोई अपने अभ्यास का फल नहीं है। यह तो ड्रामा में पार्ट वा वरदान है। लेकिन एवररेडी अर्थात् साथ चलने के लिए समान बनी हुई

आत्मा साक्षात्कार द्वारा आत्मा को नहीं देखेगी लेकिन बुद्धियोग द्वारा सदा स्वयं को साक्षात् 'ज्योति बिन्दु आत्मा' अनुभव करेगी। साक्षात् स्वरूप बनना सदा-काल है और साक्षात्कार अल्पकाल का है। साक्षात् स्वरूप आत्मा कभी भी यह नहीं कह सकती कि मैंने आत्मा का साक्षात्कार नहीं किया है। मैंने देखा नहीं है। लेकिन वह अनुभव द्वारा साक्षात् रूप की स्थिति में स्थित रहेंगी। जहाँ साक्षात् स्वरूप होगा वहाँ साक्षात्कार की आवश्यकता नहीं। ऐसे साक्षात् आत्मा स्वरूप की अनुभूति करने वाले अर्थात् से, निश्चय से कहेंगे कि मैंने आत्मा को देखा तो क्या लेकिन अनुभव किया है। क्योंकि देखने के बाद भी अनुभव नहीं किया तो फिर देखना कोई काम का नहीं। तो ऐसे साक्षात् आत्म-अनुभवी चलते-फिरते अपने ज्योति स्वरूप का अनुभव करते रहेंगे।

फुर्सत मिली और मूलवतन में चले गये

समान आत्मा अर्थात् एवररेडी आत्मा— साकारी दुनिया और साकारी शरीर में होते हुए भी बुद्धियोग की शक्ति द्वारा सदा ऐसा अनुभव करेगी कि मैं आत्मा चाहे सूक्ष्मवतन में, चाहे मूलवतन में, वहाँ ही बाप के साथ रहती हूँ। सेकण्ड में सूक्ष्मवतन वासी, सेकण्ड में मूलवतन वासी, सेकण्ड में साकार वतन वासी हो कर्मयोगी बन कर्म का पार्ट बजाने वाली हूँ लेकिन अनेक बार अपने को बाप के साथ सूक्ष्मवतन और मूलवतन में रहने का अनुभव करेंगे।

फुर्सत मिली और सूक्ष्मवतन व मूलवतन में चले गये। ऐसे सूक्ष्मवतन वासी, मूलवतनवासी की अनुभूति करेंगे जैसे कार्य से फुर्सत मिलने के बाद घर में चले जाते हैं। दफ्तर का काम पूरा किया तो घर में जायेंगे वा दफ्तर में ही बैठे रहेंगे? ऐसे एवररेडी आत्मा बार-बार अपने को अपने घर के निवासी अनुभव करेगी जैसे कि घर सामने खड़ा है। अभी-अभी यहाँ, अभी-अभी वहाँ। साकारी वतन के कमरे से निकल मूलवतन के कमरे में चले गये।

चलते-फिरते जा रहे हैं, उड़ रहे हैं,

बाप भी बिन्दु, मैं भी बिन्दु, दोनों साथ-साथ जा रहे हैं

समान आत्मा बन्धनमुक्त होने के कारण ऐसे अनुभव करेगी जैसे उड़ता पंखी बन ऊँचे से ऊँचे उड़ते जा रहे हैं और ऊँची स्थिति रूपी स्थान पर स्थित हो

अनुभव करेंगे कि यह सब नीचे हैं। मैं सबसे ऊपर हूँ। जैसे विज्ञान की शक्ति द्वारा 'स्पेस' में चले जाते हैं तो धरती का आकर्षण नीचे रह जाता है और वह स्वयं व सबसे ऊपर अनुभव करते और सदा हल्का अनुभव करते हैं, ऐसे साइलेन्स व शक्ति द्वारा स्वयं को विकारों की आकर्षण, वा प्रकृति की आकर्षण सबसे प उड़ती हुई स्टेज अर्थात् सदा डबल लाइट रूप अनुभव करेंगे। उड़ने की अनुभूति सब आकर्षण से परे ऊँची है। सर्व बन्धनों से मुक्त है। इस स्थिति की अनुभूति होना अर्थात् ऊँची उड़ती कला वा उड़ती हुई स्थिति का अनुभव होना। चलते-फिरते जा रहे हैं, उड़ रहे हैं, बाप भी बिन्दु, मैं भी बिन्दु, दोनों साथ-साथ जा रहे हैं। समान आत्मा को यह अनुभव ऐसा स्पष्ट होगा जैसे कि देख रहे हैं। अनुभूति के क्षेत्र द्वारा देखना, दिव्य दृष्टि द्वारा देखने से भी स्पष्ट है, समझा! ऐसे तो विस्तार बहुत है फिर भी सार में थोड़ी-सी निशानियाँ सुनाई। तो ऐसे एवररेडी हो अर्थात् अनुभवी स्वरूप हो? साथ जाने के लिए तैयार हो ना या कहेंगे अभी अजुन यह सुनाया गया है! ऐसी अनुभूति होती है वा सेवा में इतने बिज्जी हो गये हो जो घर ही भू जाता है? सेवा भी इसीलिए करते हो कि आत्माओं को मुक्ति वा जीवनमुक्ति व वसाँ दिलावें।

यह मेरी देह नहीं, लेकिन सेवा अर्थ अमानत है

बापदादा अपने त्यागमूर्त बच्चों को देख रहे हैं। हर एक ब्राह्मण आत्मा त्याग स्वरूप है, लेकिन जैसे भाग्य का सुनाया ना कि एक बाप के बच्चे होते, एक जैसे भाग्य का वर्सा मिलते, सम्भालने और बढ़ाने के आधार पर नम्बर बन जाते हैं। ऐसे त्यागमूर्त तो सभी बने हैं, इसमें भी नम्बरवार हैं। त्याग किया और ब्राह्मण बने। लेकिन त्याग की परिभाषा बड़ी गुह्य है। कहने में तो सभी एक बात कहते हैं कि तन-मन-धन-सम्बन्ध सब का त्याग कर लिया। लेकिन तन का त्याग अर्थात् तन के भान का त्याग। तो देह के भान का त्याग हो गया है वा हो रहा है? त्याग का अर्थ है किसी भी चीज़ को वा बात को छोड़ दिया, अपने-पन से किनारा व त्याग लिया, अपना अधिकार समाप्त हुआ। जिसके प्रति त्याग किया वह वस्तु उसका हो गई। जिस बात का त्याग किया उसका फिर संकल्प भी नहीं कर सकते, क्योंकि त्याग की हुई बात, संकल्प द्वारा प्रतिज्ञा की हुई बात फिर से वापिस नहीं ले सकते हैं। जैसे हद के संन्यासी अपने घर का, सम्बन्ध का त्याग करके जाते हैं अ

अगर फिर वापिस आ जाएँ तो उसको क्या कहा जायेगा? नियम प्रमाण वापिस नहीं आ सकते। ऐसे आप ब्राह्मण बेहद के संन्यासी वा त्यागी हो। आप त्याग मूर्तियों ने अपने इस पुराने घर अर्थात् पुराने शरीर, पुराने देह का भान त्याग किया, संकल्प किया कि बुद्धि द्वारा फिर से कब इस पुराने घर में आकर्षित नहीं होंगे। संकल्प द्वारा भी फिर से वापिस नहीं आयेंगे। पहला-पहला यह त्याग किया। इसलिए तो कहते हो— देह सहित देह के सम्बन्ध का त्याग। देह के भान का त्याग। तो त्याग किए हुए पुराने घर में फिर से वापिस तो नहीं आते-जाते हो! वायदा क्या किया है? तन भी तेरा कहा वा सिर्फ मन तेरा कहा? पहला शब्द “तन” आता है। जैसे तन-मन-धन कहते हो, देह और देह के सम्बन्ध कहते हो। तो पहला त्याग क्या हुआ? इस पुराने देह के भान से विस्मृति अर्थात् किनारा। यह पहला कदम है त्याग का। जैसे घर में घर की सामग्री (सामान) होती है, ऐसे इस देह रूपी घर में भिन्न-भिन्न कर्मेन्द्रियाँ ही सामग्री हैं। तो घर का त्याग अर्थात् सर्व का त्याग। घर को छोड़ा लेकिन कोई एक चीज़ में ममता रह गई तो उसको त्याग कहेंगे? ऐसे कोई भी कर्मेन्द्रिय अगर अपने तरफ आकर्षित करती है तो क्या उसको सम्पूर्ण त्याग कहेंगे? इसी प्रकार अपनी चेकिंग करो। ऐसे अलबेले नहीं बनना कि और तो सब छोड़ दिया, बाकी कोई एक कर्मेन्द्रिय विचलित होती है वह भी समय पर ठीक हो जायेगी। लेकिन कोई एक कर्मेन्द्रिय की आकर्षण भी एक बाप का बनने नहीं देगी। एकरस स्थिति में स्थित होने नहीं देगी। नम्बर वन में जाने नहीं देगी। अगर कोई हीरे-जवाहर, महल-माड़ियाँ छोड़ दे और सिर्फ कोई मिट्टी के फूटे हुए बर्तन में भी मोह रह जाए तो क्या होगा? जैसे हीरा अपनी तरफ आकर्षित करता वैसे हीरे से भी ज़्यादा वह फूटा हुआ बर्तन उसको अपनी तरफ बार-बार आकर्षित करेगा। न चाहते भी बुद्धि बार-बार वहाँ भटकती रहेगी। ऐसे अगर कोई भी कर्मेन्द्रिय की आकर्षण रही हुई है तो श्रेष्ठ पद पाने से बार-बार नीचे आयेगी। तो पुराने घर और पुरानी सामग्री सबका त्याग चाहिए। ऐसे नहीं समझो यह तो बहुत थोड़ा है, लेकिन यह थोड़ा भी बहुत कुछ गंवाने वाला है, सम्पूर्ण त्याग चाहिए। इस पुरानी देह को बापदादा द्वारा मिली हुई ‘अमानत’ समझो। सेवा अर्थ कार्य में लगाना है। यह मेरी देह नहीं लेकिन सेवा अर्थ अमानत है। जैसे मेहमान बन देह में रह रहे हैं। थोड़े समय के लिए बापदादा ने कार्य के लिए आपको या

तन दिया है। तो आप क्या बन गये? मेहमान! मेरे-पन का त्याग और मेहमान समझ महान कार्य में लगाओ। मेहमान को क्या याद रहता है? असली घर या रहता है या उसी में ही फँस जाते हो! तो आप सबका यह शरीर रूपी घर भी, य फ़रिश्ता स्वरूप है, फिर देवता स्वरूप है। उसको याद करो। इस पुराने शरीर ऐसे ही निवास करो जैसे बापदादा पुराने शरीर का आधार लेते हैं लेकिन शरीर फँस नहीं जाते हैं। कर्म के लिए आधार लिया और फिर अपने फ़रिश्ते स्वरूप स्थित हो जाओ। अपने निराकारी स्वरूप में स्थित हो जाओ। न्यारेपन की ऊँची स्थिति से नीचे साकार कर्मेन्द्रियों द्वारा कर्म करने लिए आओ, इसका कहा जाता है— ‘मेहमान अर्थात् महान’। ऐसे रहते हो? त्याग का पहला कदम पू किया है?

देह के बन्धन से मुक्त अर्थात् जीवनमुक्त राज्य-अधिकारी

त्याग का पहला कदम है— देहभान का त्याग। जब देह के भान का त्याग जाता है तो दूसरा कदम है— देह के सर्व सम्बन्ध का त्याग। जब देह का भान छो जाता तो क्या बन जाते? आत्मा, देही वा मालिक। देह के बन्धन से मुक्त अथ जीवनमुक्त राज्य-अधिकारी। जब राज्य-अधिकारी बन गये तो सर्व प्रकार अधीनता समाप्त हो जाती। क्योंकि देह के दास से देह के मालिक बन गये। ऐ अन्तर अनुभव किया ना! दासपन छूट गया। दास और अधिकारी दोनों साथ-सा नहीं हो सकते। दासपन की निशानी है— मन से, चेहरे से उदास होना। उदास हो निशानी है दासपन की और अधिकारी अर्थात् स्वराज्यधारी की निशानी है— और तन से सदा हर्षित। दास सदा अपसेट होगा। राज्य-अधिकारी सदा सिंहा पर सेट होगा, दास छोटी सी बात में और सेकेण्ड में कनप्यूज हो जायेगा अ अधिकारी सदा अपने को कम्फर्ट (आराम में) अनुभव करेगा। इन निशानियों अपने आप को देखो— मैं कौन? दास वा अधिकारी? कोई भी परिस्थिति, क भी व्यक्ति, कोई भी वैभव, वायुमण्डल, शान से परे अर्थात् तख्त से नीचे उ दास तो नहीं बना देते अर्थात् शान से परे परेशान तो नहीं कर देते हैं? तो दा अर्थात् परेशान, और अधिकारी अर्थात् सदा मास्टर सर्वशक्तिवान, विघ्न विनाश स्थिति की शान में स्थित होगा। परिस्थिति वा व्यक्ति, वैभव, शान में रह मौज खता रहेगा। दास आत्मा सदा अपने को परीक्षाओं के मजधार में अनुभव करे

अधिकारी आत्मा मांझी बन नैया को मजे से परीक्षाओं की लहरों से खेलते-खेलते पार करेगी।

साक्षीपन अर्थात् देह से न्यारे

सदा साक्षीपन की स्थिति में स्थित रहते हुए ड्रामा के हर दृश्य को देखते हो? साक्षीपन की स्थिति सदा ड्रामा के अन्दर हीरो पार्ट बजाने में सहयोगी होती है। अगर साक्षीपन नहीं तो हीरो पार्ट बजा नहीं सकते। हीरो पार्टधारी से साधारण पार्टधारी बन जाते हैं। साक्षीपन की स्टेज सदा ही डबल हीरो बनाती है। एक हीरो समान बनाती है और दूसरा हीरो पार्टधारी बनाती है। साक्षीपन अर्थात् देह से न्यारे, आत्मा मालिकपन की स्टेज पर स्थित रहे। देह से भी साक्षी। मालिक। इस देह से कर्म कराने वाली, करने वाली नहीं। ऐसी साक्षी स्थिति सदा रहती है? साक्षी स्थिति सहज पुरुषार्थ का अनुभव कराती है क्योंकि साक्षी स्थिति में किसी भी प्रकार का विघ्न या मुश्किलात आ नहीं सकती। यह है मूल अभ्यास। यही साक्षी स्थिति का पहला और लास्ट पाठ है। क्योंकि लास्ट में जब चारों ओर की हलचल होगी, तो उस समय साक्षी स्थिति से ही विजयी बनेंगे। तो यही पाठ पक्का करो। अच्छा।

जैसे-जैसे मुरलीधर की मुरली का नशा चढ़ जाता है,

वैसे-वैसे अपने को इस धरनी और देह से ऊपर

उड़ता हुआ अनुभव करेंगे

आज मुरलीधर बाप अपने मुरली के स्नेही बच्चों को देख रहे हैं कि कितना मुरलीधर बाप से स्नेह है और कितना मुरली से स्नेह है। मुरली के पीछे कैसे मस्त हो जाते हैं, अपनी देह की सुध-बुध भूल देही बन, विदेही बाप से सुनते हैं। ज़रा भी देहधारी स्मृति की सुध-बुध नहीं। इस विधि से मस्त हो कैसे खुशी में नाचते हैं। स्वयं को भाग्य विधाता बाप के सम्मुख पद्मापद्म भाग्यवान समझ रूहानी नशे में रहते हैं। जैसे-जैसे यह रूहानी नशा, मुरलीधर की मुरली का नशा चढ़ जाता है तो अपने को इस धरनी और देह से ऊपर उड़ता हुआ अनुभव करते हैं। मुरली को तान से अर्थात् मुरली के साज़ और राज़ से मुरलीधर बाप के साथ अनेक अनुभवों में चलते जाते। कभी मूलवतन, कभी सूक्ष्मवतन में चले जाते, कभी अपा

राज्य में चले जाते। कभी लाइट हाउस, माइट हाउस बन इस दुःखी-अशा संसार की आत्माओं को सुख-शान्ति की किरणें देते, रोज़ तीनों लोकों की करते हैं। किसके साथ? मुरलीधर बाप के साथ। मुरली सुन-सुन अतीन्द्रिय सु के झूले में झूलते हैं। मुरलीधर की मुरली के साज़ से अविनाशी दुआ की द मिलते ही तन तन्दुरुस्त, मन मनदुरुस्त हो जाता है। मस्ती में मस्त हो बेपरव बादशाह बन जाते हैं। बेगमपुर के बादशाह बन जाते हैं। स्वराज्य-अधिकारी ब जाते हैं। ऐसे विधिपूर्वक मुरली के स्नेही बच्चों को देख रहे थे। एक ही मुर द्वारा कोई राजा, कोई प्रजा बन जाता है क्योंकि विधि द्वारा सिद्धि होती है। जित जो विधिपूर्वक सुनते उतना ही सिद्धिस्वरूप बनते हैं।

परमात्म-प्यार में लवलीन रहो

परमात्म-प्यार सहज ही तीन मंज़िल पार करा देता है—

१. देह-भान की विस्मृति।
२. देह के सर्व सम्बन्धों की विस्मृति।
३. देह की, देह के दुनिया की अल्पकाल की प्राप्ति की आकर्षणमय पदा का आकर्षण सहज समाप्त हो जाता है।

त्याग करना नहीं पड़ता लेकिन श्रेष्ठ सर्व प्राप्ति का भाग्य स्वतः ही त्य करा देता है। तो आप प्रभु प्रेमी बच्चों ने त्याग किया वा भाग्य लिया? क्या त्य किया? अनेक चत्तियाँ लगा हुआ वस्त्र, जड़जड़ीभूत पुरानी अन्तिम जन्म की का त्याग, यह त्याग है? जिसे स्वयं भी चलाने में मजबूर हो, उसके ब फ़रिश्ता स्वरूप लाइट का आकार जिसमें कोई व्याधि नहीं, कोई पुराने संस् स्वभाव का अंश नहीं, कोई देह का रिश्ता नहीं, कोई मन की चंचलता नहीं, क बुद्धि के भटकने की आदत नहीं— ऐसा फ़रिश्ता स्वरूप, प्रकाशमय काया प्रा होने के बाद पुराना छोड़ना, यह छोड़ना हुआ? लिया क्या और दिया क्या! त्य है वा भाग्य है? ऐसे ही देह के स्वार्थी सम्बन्ध, सुख-शान्ति का चैन छीनने व विनाशी सम्बन्धी, अभी भाई है अभी स्वार्थवश दुश्मन हो जाते, दुःख और धो से चले हो जाते, मोह की रस्सियों में बाँधने वाले, ऐसे अनेक सम्बन्ध छोड़ प में सर्व सुखदाई सम्बन्ध प्राप्त करते, तो क्या त्याग किया? सदा लेने व सम्बन्ध छोड़े, क्योंकि सभी आत्मायें लेती ही हैं, देते नहीं। एक बाप ही दाता

का प्यार देने वाला है, लेने की कोई कामना नहीं। चाहे कितनी भी धर्मात्मा, महात्मा, पुण्य-आत्मा हो, गुप्त दानी हो, फिर भी लेता है, दाता नहीं है। स्नेह भी शुभ लेने की कामना वाला होगा। बाप तो सम्पन्न, सागर है इसलिए वह दाता है। परमात्म-प्यार ही दातापन का प्यार है। इसलिए उनको देना नहीं, लेना है। ऐसे ही विनाशी पदार्थ विषय भोग अर्थात् विष भरे भोग हैं। मेरे-मेरे की जाल में फँसाने वाले विनाशी पदार्थ भोग-भोग कर क्या बन गये? पिंजड़े के पंछी बन गये ना! ऐसे पदार्थ, जिसने कखपति बना दिया, उसके बदले सर्वश्रेष्ठ पदार्थ देते जो पद्मपद्मपति बनाने वाले हैं। तो पद्म पाकर, कख छोड़ना, क्या यह त्याग हुआ? परमात्म-प्यार भाग्य देने वाला है। त्याग स्वतः ही हुआ पड़ा है। ऐसे सहज सदा के त्यागी ही 'श्रेष्ठ भाग्यवान' बनते हैं।

बाप के स्नेह के सर्व सम्बन्ध में रहो तो

देह के बन्धन से मुक्त हो जाओगे

संगमयुग बन्धनमुक्त, सर्व सम्बन्ध युक्त, जीवनमुक्त स्थिति के अनुभव का युग है। तो चेक करो सम्बन्ध में रहते हो या बन्धन में आते? सम्बन्ध में स्नेह के कारण प्राप्ति है, बन्धन में खींचातान, टेन्शन के कारण दुःख और अशान्ति की हलचल है। इसलिए जब बाप ने 'बिन्दु' का सहज हिसाब सिखा दिया तो देह का बन्धन भी समाप्त हो गया। देह आपकी नहीं है। बाप को दे दिया तो बाप की हुई। जब आपका निजी बन्धन, मेरा शरीर या मेरी देह यह बन्धन समाप्त हुआ। मेरी देह कहेंगे क्या? आपका अधिकार है? दी हुई वस्तु पर आपका अधिकार कैसे हुआ? दे दी है वा रख ली है? कहना तेरा और मानना मेरा— यह तो नहीं है ना?

जब तेरा कहा तो मेरे-पन का बन्धन समाप्त हो गया। यह हृद का मेरा, यही मोह का धागा है। धागा कहो, जंजीर कहो, रस्सी कहो, यह बन्धन में बाँधता है। जब सब कुछ आपका है यह सम्बन्ध जोड़ लिया तो बन्धन समाप्त हो सम्बन्ध बन जाता है।

अव्यक्त मिलन के अनुभवी बन जायेंगे तो

अव्यक्त मिलन के विचित्र अनुभव सदा करते रहेंगे

साकार रूप में मिलने में तो समय और संख्या को देखना पड़ता और

अव्यक्त मिलन में समय और संख्या की बात नहीं है। अव्यक्त मिलन के अनुभवी बन जायेंगे तो अव्यक्त मिलन के विचित्र अनुभव सदा करते रहेंगे। बापदादा बच्चों के सदा आज्ञाकारी हैं। इसलिए अव्यक्त होते भी व्यक्त में आना पड़ता है। लेकिन बनना क्या है? अव्यक्त बनना है ना या व्यक्त में आना है? अव्यक्त बनो। अव्यक्त बनने से बाप के साथ निराकार बन घर में चलेंगे।

भाग्यविधाता ही अपना बन गया—

यह रूहानी नशे में रहो तो देहभान खत्म हो जायेगा

सभी अपने को श्रेष्ठ भाग्यवान आत्मा अनुभव करते हो? सबसे बड़ा भाग्य— भाग्यविधाता अपना बन गया। सदा इस श्रेष्ठ भाग्य की खुशी और नशा रहे। यह रूहानी नशा है जो सदा रह सकता है। विनाशी नशा सदा रहे तो नुकसान हो जाए। जो इस रूहानी नशे में होगा उसको स्वतः ही इस पुरानी दुनिया की आकर्षण भूली हुई होगी। न पुरानी देह, न पुराने देह के सम्बन्ध, सभी सहज ही भूल जाते हैं। भूलने की मेहनत नहीं करनी पड़ती। देह भान भी भूला हुआ होगा। आत्म अभिमानी होंगे। सदा देही-अभिमानी स्थिति ही सम्पूर्ण स्थिति है। तो सदा इसी स्मृति में रहो कि हम भाग्यवान आत्मायें हैं, कोई साधारण भाग्यवान, कोई श्रेष्ठ भाग्यवान हैं। 'श्रेष्ठ'— शब्द सदा याद रखना, "श्रेष्ठ आत्मा हूँ, श्रेष्ठ बाप का हूँ और श्रेष्ठ भाग्यवान हूँ"— यही वरदान सदा साथ रहे। जब श्रेष्ठ आत्मा, श्रेष्ठ समय, श्रेष्ठ संकल्प, श्रेष्ठ वृत्ति, श्रेष्ठ कृति हो जायेगी तो आप सबको देखकर अनेक आत्माओं को श्रेष्ठ बनने की शुभ आशा उत्पन्न होगी। इससे सेवा भी हो जायेगी।

अनादि बाप के वंश सम्पूर्ण सतोप्रधान आत्मा हूँ—

यह याद रखो

विनाश ज्वाला की आगि से बचने का साधन— निर्भयता की शक्ति है। निर्भयता, विनाश ज्वाला के प्रभाव से डगमग नहीं करेगी। हलचल में नहीं लायेगी। निर्भयता के आधार से विनाश ज्वाला में भयभीत आत्माओं को शीतलता की शक्ति देंगे। आत्मा भय की अग्नि से बच शीतलता के कारण खुशी में नाचेगी। विनाश देखते भी स्थापना के नज़ारे देखेंगे। उनके नयनों में एक आँख में मुक्ति—

स्वीट होम, दूसरी आँख में जीवनमुक्ति अर्थात् स्वर्ग समाया हुआ होगा। उसको अपना घर, अपना राज्य ही दिखाई देगा। लोग चिल्लायेँगे हाय गया, हाय मरा और आप कहेंगे अपने मीठे घर में, अपने मीठे राज्य में गया। नर्थिंग न्यू। यह घुँघरू पहनेँगे। हमारा घर, हमारा राज्य— इस खुशी में नाचते-गाते साथ चलेंगे। वह चिल्लायेँगे और आप साथ चलेंगे। सुनने में ही सबको खुशी हो रही है तो उस समय कितनी खुशी में होंगे! तो चारों ही आग से शीतल हो गये हो ना? सुनाया ना— विनाश ज्वाला से बचने का साधन है— 'निर्भयता'। ऐसे ही विकारों की आग के अंश मात्र से बचने का साधन है— अपने आदि-अनादि वंश को याद करो। अनादि बाप के वंश— सम्पूर्ण सतोप्रधान आत्मा हूँ। आदि वंश— देव-आत्मा हूँ। देव आत्मा १६ कला सम्पन्न, सम्पूर्ण निर्विकारी है। तो अनादि-आदि वंश को याद करो तो विकारों का अंश भी समाप्त हो जायेगा। ऐसे ही तीसरी देह, देह के सम्बन्ध और पदार्थ के ममता की आग। इस अग्नि से बचने का साधन है— बाप को संसार बनाओ। बाप ही संसार है तो बाकी सब असार हो जायेगा। लेकिन करते क्या हैं वह फिर दूसरे दिन सुनायेँगे। बाप ही संसार है यह याद है तो न देह, न सम्बन्ध, न पदार्थ रहेगा। सब समाप्त।

१८वाँ अध्याय को स्मृति में लाओ

अव्यक्त होते अभी १७ वर्ष का १७वाँ पाठ पूरा हुआ। बाकी क्या रहा है? फिर भी बापदादा बच्चों के स्नेह के कारण अव्यक्त होते भी व्यक्त में टेम्पेरी रथ में १७ साल सवारी की। १७ साल कम तो नहीं। समय और शरीर की सीमा भी होती है। नाम तो अव्यक्त कहते और मिलने चाहते व्यक्त में। यह क्यों? सहज लगता है इसलिए? फिर भी बापदादा नये-नये बच्चों का उल्हना निभाने के लिए आते रहते हैं। अभी १८ तारीख को फिर १८ साल शुरू होगा। १८वाँ अध्याय क्या है? सभी तैयार हो ना! सेवा समाप्त कर ली? अभी बाप समान अव्यक्त रूप बन जाओ। अव्यक्त रूप की सेवा की? अभी तो अव्यक्त रूप को भी व्यक्त में आना पड़ता है। अव्यक्त रूपधारी बन नष्टोमोहा स्मृतिर्लब्धा अर्थात् स्मृति स्वरूप। अभी यह सेवा रही हुई है।

अभी दृष्टि से दृष्टि की भाषा को जानो

दो गायन हैं— नज़र से निहाल और मुरली का जादू! इसलिए अब दृष्टि द्वारा वरदान पाने के अधिकारी बनो। जितना स्वयं अव्यक्त स्थिति में स्थित होंगे उतना अव्यक्त दृष्टि की भाषा को कैच कर सकेंगे। यह दृष्टि का वरदान सदाकाल का परिवर्तन का 'वरदान' है। वाणी का वरदान कभी याद रहता, कभी भूल जाता है। लेकिन अव्यक्त रूप बन अव्यक्त दृष्टि से प्राप्त हुआ वरदान सदा स्मृति स्वरूप समर्थ स्वरूप बनाता है। अभी दृष्टि से दृष्टि की भाषा को जानो। स्थापना में क्या हुआ? दृष्टि की भाषा से दृष्टि के जादू से स्थापना का कार्य आरम्भ हुआ। समझा! अच्छा, फिर सुनायेँगे १८वाँ अध्याय की सेवा क्या है।

देह की प्रवृत्ति की परिभाषा को जानो

चेक करो— हर समय बाप के कर्तव्य में सहयोगी हैं? तन-मन-धन तीनों से सदा सहयोगी हैं? वा कभी-कभी के सहयोगी हैं? जैसे लौकिक कार्य में कोई फुल टाइम कार्य करने वाले होते हैं, कोई थोड़ा समय काम करने वाले हैं। उसमें अन्तर होता है ना! तो कभी-कभी के सहयोगी जो हैं उन्हीं की प्राप्ति और सदा के सहयोगी की प्राप्ति में अन्तर हो जाता है। जब समय मिला, जब उमंग आया वा जब मूड बनी तब सहयोगी बने। नहीं तो सहयोगी के बदले वियोगी बन जाते हैं। तो चेक करो तीनों रूपों से अर्थात् तन-मन-धन सभी रूप से पूर्ण सहयोगी बने हैं वा अधूरे बने हैं। देह और देह के सम्बन्ध उसमें ज़्यादा तन-मन-धन लगाते हो वा बाप के श्रेष्ठ कार्य में लगाते हो? देह के सम्बन्धों की जितनी प्रवृत्ति है उतना ही अपने देह की भी प्रवृत्ति लम्बी-चौड़ी है। कई बच्चे सम्बन्ध की प्रवृत्ति से परे हो गये हैं लेकिन देह की प्रवृत्ति में समय, संकल्प, धन ईश्वरीय कार्य से ज़्यादा लगाते हैं। अपने देह की प्रवृत्ति की गृहस्थी भी बड़ी जाल है। इस जाल से परे भी रहना। इसको कहेंगे— 'राइट हैण्ड'। सिर्फ ब्राह्मण बन गये, ब्रह्माकुमार-ब्रह्माकुमारी कहने के अधिकारी बन गये, इसको सदा के सहयोगी नहीं कहेंगे। लेकिन दोनों ही प्रवृत्तियों से न्यारे और बाप के कार्य के प्यारे। देह की प्रवृत्ति की परिभाषा बहुत विस्तार की है। इस पर भी फिर कभी स्पष्ट करेंगे। लेकिन सहयोगी कहाँ तक बने हैं— यह अपने को चेक करो!

यह देह करनहार है, आप देही करावनहार हो—

इसी स्थिति को “विदेह स्थिति” कहते हैं

विदेही बापदादा को देह का आधार लेना पड़ता है। किस लिए? बच्चों को भी विदेही बनाने के लिए। जैसे बाप विदेही, देह में आते हुए भी विदेही स्वरूप में, विदेहीपन का अनुभव कराते हैं। ऐसे आप सभी जीवन में रहते, देह में रहते विदेही आत्म-स्थिति में स्थित हो इस देह द्वारा करावनहार बन करके कर्म कराओ। यह देह करनहार है, आप देही करावनहार हो। इसी स्थिति को “विदेह स्थिति” कहते हैं। इसी को ही फ़ालो फ़ादर कहा जाता है। सदा फ़ालो फ़ादर करने के लिए अपनी बुद्धि को दो स्थितियों में स्थित रखो। बाप को फ़ालो करने की स्थिति है सदा अशरीरी भव! विदेही भव, निराकारी भव! दाता अर्थात् ब्रह्मा बाप को फ़ालो करने के लिए सदा अव्यक्त स्थिति भव, फ़रिश्ता स्वरूप भव, आकारी स्थिति भव! इन दोनों स्थितियों में स्थित रहना— फ़ालो फ़ादर करना है। इससे नीचे व्यक्त भाव, देहभान, व्यक्ति भाव, इसमें नीचे नहीं आओ। व्यक्ति भाव वा व्यक्त भाव— नीचे ले आने का आधार है। इसलिए सबसे परे इन दो स्थितियों में सदा रहो। तीसरी के लिए ब्राह्मण जन्म होते ही बापदादा की शिक्षा मिली हुई है कि इस गिरावट की स्थिति में संकल्प से वा स्वप्न में भी नहीं जाना। यह पराई स्थिति है। जैसे अगर कोई बिना आज्ञा के परदेश चला जाए तो क्या होगा? बापदादा ने भी यह आज्ञा की लकीर खींच दी है— इससे बाहर नहीं जाना है। अगर अवज्ञा करते हैं तो परेशान भी होते हैं। पश्चाताप भी करते हैं। इसलिए सदा शान में रहने का, सदा प्राप्ति स्वरूप स्थिति में स्थित होने का सहज साधन है “फ़ालो फ़ादर”। फ़ालो करना तो सहज होता है ना!

अव्यक्त रूप से, अव्यक्त स्थिति से सदा का मिलन मनाओ

आज वतन में बापदादा आपस में बच्चों की विशेषता पर रूह-रिहान कर रहे हैं। अभी इस वर्ष के अव्यक्त का व्यक्त में मिलने का सीज़न कहो वा मिलन मेला कहो समाप्त हो रहा है, तो बापदादा सभी की रिज़ल्ट को देख रहे थे। वैसे तो अव्यक्त रूप से, अव्यक्त स्थिति से सदा का मिलन है ही और सदा रहेगा। लेकिन साकार रूप द्वारा मिलन का समय निश्चित करना पड़ता है और इसमें समय की

हद रखनी पड़ती है। अव्यक्त रूप के मिलन में समय की हद नहीं है। जो जितना चाहे मिलन मना सकते हैं। अव्यक्त शक्ति की अनुभूति कर स्वयं को, सेवा को सदा आगे बढ़ा सकते हैं। फिर भी निश्चित समय के प्रमाण इस वर्ष की यह सीज़न समाप्त हो रही है। (कहने में ऐसे ही आता है) लेकिन समाप्त नहीं है, सम्पन्न बन रहे हैं। मिलना अर्थात् समान बनना। समान बने ना! तो समाप्ति नहीं है, भले सीज़न का समय तो समाप्त हो रहा है लेकिन स्वयं समान और सम्पन्न बन गये। इसलिए बापदादा चारों ओर के डबल विदेशी बच्चों को वतन में देख हर्षित हो रहे थे। क्योंकि साकार में तो कोई आ सकता, कोई नहीं भी आ सकता। इसलिए अपना चित्र अथवा पत्र भेज देते हैं। लेकिन अव्यक्त रूप में बापदादा चारों ओर के संगठन को सहज इमर्ज कर सकता है। अगर यहाँ सभी को बुलावें फिर भी रहने आदि का सब साधन चाहिए। अव्यक्त वतन में तो इन स्थूल साधनों की कोई आवश्यकता नहीं। वहाँ तो सिर्फ डबल विदेशी क्या लेकिन सारे भारत के बच्चे भी इकट्ठे करो तो ऐसे लगेगा जैसे बेहद का अव्यक्त वतन है। वहाँ भले कितने भी लाख हों फिर भी ऐसे ही लगेगा जैसे छोटा-सा संगठन दिखाई दे रहा है।

देहभान से न्यारा ही परमात्म-प्यारा बन जाता है

- (१) अपने देह भान से न्यारा— जैसे साधारण दुनियावी आत्माओं को चलते-फिरते, हर कर्म करते स्वतः और सदा देह का भान रहता ही है, मेहनत नहीं करते कि मैं देह हूँ, न चाहते भी सहज स्मृति रहती ही है ऐसे कमल-आसनधारी ब्राह्मण आत्मायें भी इस देहभान से स्वतः ही ऐसे न्यारे रहें जैसे अज्ञानी आत्म-अभिमान से न्यारे हैं। हैं ही आत्म-अभिमान। शरीर का भान अपने तरफ आकर्षित न करे। जैसे ब्रह्मा बाप को देखा, चलते-फिरते फरिश्ता-रूप वा देवता-रूप स्वतः स्मृति में रहा। ऐसे नैचुरल देही-अभिमानि स्थिति सदा रहे—इसको कहते हैं देहभान से न्यारे। देहभान से न्यारा ही परमात्म-प्यारा बन जाता है।
- (२) इस देह के जो सर्व सम्बन्ध हैं, दृष्टि से, वृत्ति से, कृति से— उन सबसे न्यारा— देह का सम्बन्ध देखते हुए भी स्वतः ही आत्मिक, देही सम्बन्ध स्मृति में रहे। इसलिए दीपावली के बाद भैया-दूज मनाया ना! जब चमकता हुआ सितारा वा जगमगाता अविनाशी दीपक बन जाते हो,

तो भाई-भाई का सम्बन्ध हो जाता है। आत्मा के नाते भाई-भाई का सम्बन्ध और साकार ब्रह्मावंशी ब्राह्मण बनने के नाते से बहन-भाई का श्रेष्ठ शुद्ध सम्बन्ध स्वतः ही स्मृति में रहता है। तो न्यारापन अर्थात् देह और देह के सम्बन्ध से न्यारा।

- (३) देह के विनाशी पदार्थों में भी न्यारापन— अगर कोई पदार्थ किसी भी कर्मेन्द्रिय को विचलित करता है अर्थात् आसक्ति-भाव उत्पन्न होता है तो वह न्यारापन नहीं रहता। सम्बन्ध से न्यारा फिर भी सहज हो जाते लेकिन सर्व पदार्थों की आसक्ति से न्यारा— ‘अनासक्त’— बनने में रॉयल रूप की आसक्ति रह जाती है। सुनाया था ना कि आसक्ति का स्पष्ट रूप इच्छा है। इसी इच्छा का सूक्ष्म, महीन रूप है— अच्छा लगना। इच्छा नहीं है लेकिन अच्छा लगता है— यह महीन रूप ‘अच्छा’ के बदले ‘इच्छा’ का रूप भी ले सकता है। तो इसकी अच्छी रीति चेकिंग करो कि यह पदार्थ अर्थात् अल्पकाल सुख के साधन आकर्षित तो नहीं करते हैं? कोई भी साधन समय पर प्राप्त न हो तो सहज साधन अर्थात् सहजयोग की स्थिति डगमग तो नहीं होती है? कोई भी साधन के वश, आदत से मजबूर तो नहीं होते? क्योंकि यह सर्व पदार्थ अर्थात् साधन— प्रकृति के साधन हैं। तो आप प्रकृतिजीत अर्थात् प्रकृति के आधार से न्यारे कमल-आसनधारी ब्राह्मण हो। मायाजीत के साथ-साथ प्रकृतिजीत भी बनते हो। जैसे ही मायाजीत बनते हो, तो माया बार-बार भिन्न-भिन्न रूपों में ट्रायल करती है कि मेरे साथी मायाजीत बन रहे हैं? तो भिन्न-भिन्न पेपर लेती है। प्रकृति का पेपर है—साधनों द्वारा आप सभी को हलचल में लाना। जैसे पानी। अभी यह कोई बड़ा पेपर नहीं आया है। लेकिन पानी से बने हुए साधन, अग्नि द्वारा बने हुए साधन, ऐसे हर प्रकृति के तत्वों द्वारा बने हुए साधन मनुष्य-आत्माओं के जीवन का अल्पकाल के सुख का आधार हैं। तो यह सब तत्व पेपर लेंगे। अभी तो सिर्फ पानी की कमी हुई है लेकिन पानी द्वारा बने हुए पदार्थ जब प्राप्त नहीं होंगे तो असली पेपर उस समय होगा। यह प्रकृति द्वारा पेपर भी समय प्रमाण आने ही हैं।

इसलिए, देह के पदार्थों की आसक्ति वा आधार से भी निराधार ‘अनासक्त’ होना है। अभी तो सब साधन अच्छी तरह से प्राप्त हैं, कोई कमी नहीं है। लेकिन साधनों के होते, साधनों को प्रयोग में लाते, योग की स्थिति डगमग न हो। योगी बन प्रयोग करना— इसको कहते हैं न्यारा। है ही कुछ नहीं तो उसको न्यारा नहीं कहेंगे। होते हुए निमित्त-मात्र, अनासक्त रूप से प्रयोग करना; इच्छा वा अच्छा होने के कारण नहीं यूज करना— यह चेकिंग जरूर करो। जहाँ इच्छा होगी, फिर भला कितनी भी मेहनत करेंगे लेकिन इच्छा अच्छा बनने नहीं देगी। पेपर के समय मेहनत करने में ही समय बीत जायेगा। आप साधना में रहने का प्रयत्न करेंगे और साधन अपने तरफ आकर्षित करेंगे। आप युद्ध कर, मेहनत कर साधनों की आकर्षण को मिटाने का प्रयत्न करते रहेंगे तो युद्ध की कशमकश में ही पेपर का समय बीत जायेगा। रिज़ल्ट क्या हुई? प्रयोग करने वाले साधन ने सहजयोगी स्थिति से डगमग कर दिया ना! प्रकृति के पेपर तो अभी और रफ्तार से आने वाले हैं। इसलिए, पहले से ही पदार्थों के विशेष आधार— खाना, पीना, पहनना, चलना, रहना और सम्पर्क में आना— इन सबकी चेकिंग करो कि कोई भी बात महीन रूप में भी विघ्न-रूप तो नहीं बनती? यह अभी से ट्रायल करो। जिस समय पेपर आयेगा उस समय ट्रायल नहीं करना, नहीं तो फेल होने की मार्जिन है। योग-स्थिति अर्थात् प्रयोग करते हुए न्यारी स्थिति। सहज योग की साधना साधनों के ऊपर अर्थात् प्रकृति के ऊपर विजयी हो।

अपनी भविष्य की तस्वीर बना लो

इस समय की आपकी सम्पूर्ण स्थिति सतयुग की १६ कला सम्पूर्ण स्थिति का आधार है। अब की ‘एक-मत’ वहाँ के एक राज्य के आधारमूर्त है। यहाँ के सर्व खज़ानों की सम्पन्नता— ज्ञान, गुण, शक्तियाँ, सर्व खज़ाने— वहाँ की सम्पन्नता का आधार हैं। यहाँ का देह के आकर्षण से न्यारापन, वहाँ के तन की सन्दरुस्ती के प्राप्ति का आधार है। अशरीरी-पन की स्थिति निरोगी-पन और लम्बी आयु के आधार स्वरूप है। यहाँ की बेफ़िकर बादशाह-पन की जीवन वहाँ के हर घड़ी मन की मौज जीवन, इसी स्थिति के प्राप्ति का आधार बनती है। एक बाप दूसरा न कोई— यहाँ की यह अखण्ड-अटल साधना वहाँ अखण्ड, छोटा-सा संसार बापदादा वा मात-पिता और बहन-भाई, वहाँ के छोटे संसार का आधार

बनता है। यहाँ एक मात-पिता के सम्बन्ध के संस्कार वहाँ भी एक ही विश्व के विश्व-महाराजन वा विश्व-महारानी को मात-पिता के रूप में अनुभव करते हैं। यहाँ के स्नेह-भरे परिवार का सम्बन्ध, वहाँ भी चाहे राजा और प्रजा बनते लेकिन प्रजा भी अपने को परिवार समझती है, स्नेह की समीपता परिवार की रहती है। चाहे मूर्तबे रहते हैं लेकिन स्नेह के मूर्तबे हैं, संकोच और भय के नहीं। तो भविष्य की तस्वीर आप हो ना! यह सब बातें अपनी तस्वीर में चेक करो— कहाँ तक श्रेष्ठ तस्वीर बन करके तैयार हुई है कि अभी तक रेखायें खींच रहे हो? होशियार आर्टिस्ट हो ना!

तीनों वरदानों को सदा सेवा में प्रैक्टिकल में लाओ

सेवा की विशेषता है जो ब्रह्मा बाप ने साकार रूप में अंतिम वरदान रूप में स्मृति दिलाई— 'निराकारी, निर्विकारी और निरअहंकारी'। निराकारी स्थिति में स्थित होने के बिना किसी भी आत्मा को सेवा का फल नहीं दे सकते। क्योंकि आत्मा का तीर आत्मा को लगता है। स्वयं सदा इस स्थिति में स्थित नहीं हैं तो जिनकी सेवा करते वह भी सदा स्मृतिस्वरूप नहीं बन सकते। ऐसे ही निर्विकारी— कोई भी विकार का अंश अन्य आत्मा के शूद्र वंश को परिवर्तन कर ब्राह्मण वंशी नहीं बना सकता। उस आत्मा को भी मेहनत करनी पड़ती है। इसलिए मुहब्बत का फल सदा अनुभव नहीं कर सकते। निरअहंकारी सेवा का अर्थ ही है फलस्वरूप बन झुकना। बिना निर्माण के निर्माण अर्थात् सेवा में सफलता नहीं मिल सकती। तो निराकारी, निर्विकारी, निरअहंकारी— इन तीनों वरदानों को सदा सेवा में प्रैक्टिकल में लाना।

सदा ब्रह्मा बाप को सामने रखो

कोई-कोई टीचर्स भी चाहती हैं— योग में बैठते हैं तो आत्म-अभिमानि होने बदले सेवा याद आती है। लेकिन ऐसा नहीं होना चाहिए। क्योंकि लास्ट समय अगर अशरीरी बनने की बजाए सेवा का भी संकल्प चला तो सेकण्ड के पेपर में फेल हो जायेंगे। उस समय सिवाय बाप के, निराकारी, निर्विकारी, निरअहंकारी— और कुछ याद नहीं। ब्रह्मा बाप ने अंतिम स्टेज यही बनाई ना— बिल्कुल निराकारी। सेवा में फिर भी साकार में आ जायेंगे। इसलिए यह अभ्यास करो— जिस

समय जो चाहे वह स्थिति हो, नहीं तो धोखा मिल जायेगा। ऐसे नहीं सोचो— सेवा का ही तो संकल्प आया, खराब संकल्प-विकल्प तो नहीं आया। लेकिन कन्ट्रो-लिंग पावर तो नहीं हुई ना! कन्ट्रो-लिंग पावर नहीं तो रूलिंग पावर आ नहीं सकती, फिर रूलर बन नहीं सकेंगे। तो अभ्यास करो। अभी से बहुत काल का अभ्यास चाहिए। इसको हल्का नहीं छोड़ो। तो सुना, टीचर्स को क्या अभ्यास करना है? तब कहेंगे— टीचर्स बाप को फ़ालो करने वाली हैं। सदा ब्रह्मा बाप को सामने रखो और तीन वरदान याद रखो और फ़ालो करो। यह तो सहज है ना! यह अन्तिम वरदान बहुत शक्तिशाली है। इन तीन वरदानों को अगर सदा स्मृति में रखते प्रैक्टिकल में आओ तो बाप के दिलतख्त और राज्य-तख्त के अधिकारी जरूर बनेंगे। अच्छा!

'जाना' और 'आना'—इसी अभ्यास में दिन-रात लगे रहो

यही अभ्यास करते हो ना— कर्म में आना और फिर न्यारा हो जाना, तो याद का अभ्यास क्या रहा? आना और जाना। और पढ़ाई अर्थात् ज्ञान का सार क्या है? कर्मातीत बन घर जाना है और फिर राज्य करने का पार्ट बजाने अपने राज्य में आना है। यही ज्ञान का सार है ना! तो 'जाना' और 'आना'— यही ज्ञान और योग है, इसी अभ्यास में दिन-रात लगे हुए हो। बुद्धि में घर जाने की और फिर राज्य में आने की खुशी है। जैसे मधुबन अपने घर में आते हो तो कितनी खुशी रहती है! जब से टिकट बुक कराते हो तब से जाना है, जाना है— यह बुद्धि में याद रहता है ना! तो जब मधुबन घर की खुशी है तो आत्मा के घर जाने की भी खुशी है। लेकिन खुशी से कौन जायेगा? जितना सदा यह 'आने' और 'जाने' का अभ्यास होगा। जब चाहो तब अशरीरी स्थिति में स्थित हो जाओ और जब चाहो तब कर्मयोगी बन जाओ— यह अभ्यास बहुत पक्का चाहिए। ऐसे न हो कि आप अशरीरी बनना चाहो और शरीर का बन्धन, कर्म का बन्धन, व्यक्तियों का बन्धन, वैभवों का बन्धन, स्वभाव-संस्कारों का बन्धन अपनी तरफ़ आकर्षित करे। कोई भी बन्धन अशरीरी बनने नहीं देगा। जैसे कोई टाइट ड्रेस पहनते हैं तो समय पर सेकण्ड में उतारने चाहें तो उतार नहीं सकेंगे, खिंचावट होती है क्योंकि शरीर से चिपटा हुआ है। ऐसे कोई भी बन्धन का खिंचाव अपनी तरफ़ खींचेगा। बन्धन आत्मा को टाइट कर देता है। इसलिए बापदादा सदैव यह पाठ पढ़ाते हैं—

निर्लिप्त अर्थात् न्यारे और अति प्यारे— यह बहुतकाल का अभ्यास चाहिए।

वायब्रेशन्स वायुमण्डल में फैलाओ

सेवा का विस्तार भल कितना भी बढ़ाओ लेकिन विस्तार में जाते सार की स्थिति का अभ्यास कम न हो, विस्तार में सार भूल न जाये। खाओ-पियो, सेवा करो लेकिन 'न्यारे-पन' को नहीं भूलो। वाणी द्वारा भी कहाँ तक सेवा करेंगे, कितने की करेंगे! अब तो रूहानी वायब्रेशन, अशरीरीपन की स्थिति के वायब्रेशन, न्यारे और प्यारे-पन के शक्तिशाली वायब्रेशन वायुमण्डल में फैलाओ। सेवा की तीव्रगति का साधन भी यही है। दूसरों की सेवा करने के पहले स्वयं इस विधि में सम्पन्न होंगे तब सेवा की सिद्धि को प्राप्त करेंगे। अब वाणी में आना सहज हो गया है और दिल से भी करते हो क्योंकि अभ्यास पक्का हो गया है। ऐसे यह अभ्यास भी नेचुरल हो जायेगा। इस नेचुरल अभ्यास से ही नेचर बदली होगी। चाहे मनुष्य-आत्माओं की नेचर, चाहे प्रकृति (नेचर)। समझा? मुश्किल तो नहीं लगता है ना! बड़े-ते-बड़े बाप के बच्चे हैं और बड़े-ते-बड़ी प्राप्ति के अधिकारी हैं, तो उसके लिए कोई बड़ी बात नहीं। अटेन्शन रखना तो आता है ना कि टेन्शन रखना आता है? निजी संस्कार अटेन्शन के हैं। जब टेन्शन रखना आता है तो अटेन्शन रखना क्या बड़ी बात है? टेन्शन रखने में तो आदती हो गये ना! अटेन्शन का भी टेन्शन नहीं रखो लेकिन नेचुरल अटेन्शन हो। कई ऐसा भी करते हैं— अटेन्शन को टेन्शन में बदल देते, इसलिए होता है। अटेन्शन को अटेन्शन के रूप में करो, बदली नहीं करो। ओरीजनल अभ्यास आत्मा को न्यारे होने का है। न्यारी थी, न्यारी है, फिर न्यारी बनेगी। सिर्फ अटैचमेंट न्यारा बनने नहीं देता है। वैसे आत्मा की ओरीजनल नेचर शरीर से न्यारे रहने की है, अलग है। शरीर आत्मा नहीं, आत्मा शरीर नहीं। तो न्यारे हुए ना! सिर्फ ६३ जन्मों से अटैचमेंट की आदत पड़ गई है। ओरीजनल तो ओरीजनल ही होता है। अच्छा।

बीज है स्मृति,

जिस से वृत्ति, दृष्टि, कृति सारी स्थिति बदल जाती है

आज समर्थ बाप अपने चारों ओर के सर्व समर्थ बच्चों को देख रहे हैं। हा एक समर्थ बच्चा अपनी समर्थी प्रमाण आगे बढ़ रहे हैं। इस समर्थ जीवन अर्थात्

सुखमय श्रेष्ठ सफलता सम्पन्न अलौकिक जीवन का आधार क्या है? आधार है एक शब्द— 'स्मृति'। वैसे भी सारे ड्रामा का खेल है ही 'विस्मृति और स्मृति' का। इस समय स्मृति का खेल चल रहा है। बापदादा ने आप ब्राह्मण आत्माओं को परिवर्तन किस आधार पर किया? सिर्फ स्मृति दिलाई कि आप आत्मा हो, न कि शरीर। इस स्मृति ने कितना अलौकिक परिवर्तन कर लिया। सब कुछ बदल गया ना! मानव जीवन की विशेषता है ही 'स्मृति'। बीज है स्मृति, जिस बीज से वृत्ति, दृष्टि, कृति सारी स्थिति बदल जाती है। इसलिए गाया जाता है— जैसी 'स्मृति वैसी स्थिति'। बाप ने फाउण्डेशन स्मृति को ही परिवर्तन किया। जब फाउण्डेशन श्रेष्ठ हुआ तो स्वतः ही पूरी जीवन श्रेष्ठ हो गई। कितनी छोटी-सी बात का परिवर्तन किया कि तुम शरीर नहीं आत्मा हो— इस परिवर्तन होते ही आत्मा मास्टर सर्वशक्तिवान होने के कारण स्मृति आते ही समर्थ बन गई। अब यह समर्थ जीवन कितना प्यारा लगता है! स्वयं भी स्मृति-स्वरूप बने और औरों को भी यही स्मृति दिलाए क्या से क्या बना देते हो! इस स्मृति से संसार ही बदल लिया। यह ईश्वरीय संसार कितना प्यारा है! चाहे सेवा अर्थ संसारी आत्माओं के साथ रहते हो लेकिन मन सदा अलौकिक संसार में रहता है। इसको ही कहा जाता है 'स्मृति स्वरूप'।

तीन बिन्दियों को याद रखो

आज त्रिमूर्ति शिव बाप हर एक बच्चे के मस्तक पर तीन तिलक देख रहे हैं। सभी बच्चे दिल के उमंग-उत्साह से त्रिमूर्ति शिवजयन्ति मनाने आये हैं। तो त्रिमूर्ति शिव बाप अर्थात् ज्योतिर्बिन्दु बाप बच्चों के मस्तक पर तीन बिन्दियों का तिलक देख हर्षित हो रहे हैं। यह तिलक सारे ज्ञान का सार है। इन तीन बिन्दियों में सारा ज्ञान-सागर का सार भरा हुआ है। सारे ज्ञान का सार तीन बातों में है— परमात्मा, आत्मा और ड्रामा अर्थात् रचना। आज का यादगार दिवस भी शिव अर्थात् बिन्दु का है। बाप भी बिन्दु, आप भी बिन्दु और रचना अर्थात् ड्रामा भी बिन्दु। तो आप सभी बिन्दु, बिन्दु की जयन्ती मना रहे हो। बिन्दु बन मना रहे हो ना! सारा प्रकृति का खेल भी दो बातों का है— एक बिन्दु का और दूसरा लाइट, ज्योति का। बाप को सिर्फ बिन्दु नहीं लेकिन ज्योतिर्बिन्दु कहते हैं। रचता भी ज्योतिर्बिन्दु है और आप भी हीरो पार्टधारी ज्योतिर्बिन्दु हो, न कि सिर्फ बिन्दु हो। और सारा

तो वैसे दिल, मन, बुद्धि एक बाप की तरफ बाप के साथ-साथ बैठ जाँ। शरीर भल यहाँ बैठा है और मन एक तरफ, बुद्धि दूसरे तरफ जा रही है, दिल में और कुछ आ रहा है तो इसको साधना नहीं कहते। मन, बुद्धि, दिल और शरीर चारों ही साथ-साथ बाप के साथ समान स्थिति में रहें— यह है यथार्थ साधना। समझा? अगर यथार्थ साधना नहीं होती तो फिर आराधना चलती है। पहले भी सुनाया है, कभी तो याद करते हैं लेकिन कभी फिर फरियाद करते हैं। याद में फरियाद की आवश्यकता नहीं। साधना वाले का आधार सदा बाप ही होता है और जहाँ बाप है वहाँ सदा बच्चों की उड़ती कला है। कम नहीं होगा लेकिन अनेक गुणा बढ़ता जायेगा।

व्यक्त से अव्यक्त बनना ही बाप के लिए बच्चों का रिटर्न है

बच्चे अधिकार से कहते— हम सब साकार स्वरूप में मिलन मनाएँ। बाप भी चाहते, बच्चे भी चाहते। फिर भी समय प्रमाण ब्रह्मा बाप अव्यक्त फ़रिश्ते रूप में साकार स्वरूप से अनेक गुणा तीव्रगति से सेवा करते हुए बच्चों को अपने समान बना रहे हैं। न सिर्फ एक दो वर्ष, लेकिन अनेक वर्ष अव्यक्त मिलन, अव्यक्त रूप में सेवा का अनुभव कराया और करा भी रहे हैं। तो ब्रह्मा बाप ने अव्यक्त होते भी व्यक्त में क्यों पार्ट बजाया? समान बनाने के लिए। ब्रह्मा बाप अव्यक्त से व्यक्त में आये, तो बच्चों को रिटर्न में क्या करना है? व्यक्त से अव्यक्त बनना है। समय प्रमाण अव्यक्त मिलन, अव्यक्त रूप से सेवा अभी अति आवश्यक है। इसलिए समय प्रति समय बापदादा अव्यक्त मिलन की अनुभूति का इशारा देते रहते हैं। इसके लिए तपस्या वर्ष भी मना रहे हो ना!

तपस्या द्वारा प्राप्तियों को स्वयं अपने जीवन में और

सर्व के सम्बन्ध-सम्पर्क में प्रत्यक्ष करो

तपस्या वर्ष का उमंग-उत्साह तो अच्छा है। हर एक यथा शक्ति कर भी रहे हैं और आगे के लिए भी उत्साह है। यह उत्साह बहुत अच्छा है। अभी तपस्या द्वारा प्राप्तियों को स्वयं अपने जीवन में और सर्व के सम्बन्ध-सम्पर्क में प्रत्यक्ष करो। अपने आपमें अनुभव करते हो लेकिन अनुभव को सिर्फ मन-बुद्धि से अनुभव किया, यहाँ तक नहीं रखो। उनको चलन और चेहरे तक लाओ, सम्बन्ध-सम्पर्क

खेल भी देखो- जो भी कार्य करते हैं, उसका आधार लाइट है। आज संसार में अगर लाइट फेल हो जाए तो एक सेकण्ड में संसार, संसार नहीं लगेगा। जो भी सुख के साधन हैं उन सबका आधार क्या है? लाइट। रचयिता स्वयं भी लाइट है। आत्मा और परमात्मा की लाइट अविनाशी है। प्रकृति का आधार भी लाइट है लेकिन प्रकृति की लाइट अविनाशी नहीं है। तो सारा खेल बिन्दु और लाइट पर है। आज के यादगार दिवस को विशेष निराकार रूप से मनाते हैं। लेकिन आप कैसे मनायेंगे? आप विशेष आत्माओं का मनाना भी विशेष है ना! ऐसा कभी सोचा था कि हम आत्मायें ऐसे पद्मापद्म भाग्यवान हैं जो डायरेक्ट त्रिमूर्ति शिव बाप के साथ साकार रूप में जयन्ती मनायेंगे? कभी स्वप्न में भी संकल्प नहीं था। दुनिया वाले यादगार चित्र से जयन्ती मनाते और आप चैतन्य में बाप को अवतरित कर जयन्ती मनाते हो।

मन, बुद्धि, शरीर से अपने को बिज़ी रखो

सदा उमंग-उत्साह के पंखों से उड़ती कला की ओर जाओ। ठहरती कला में नहीं आओ। न गिरती कला, न ठहरती कला, सदा उड़ती कला हो। सभी टीचर्स कौन-सी कला वाली हो? टीचर अर्थात् सेवा के निमित्त। चाहे स्व सेवा हो, चाहे विश्व की सेवा हो लेकिन सदा सेवा में तत्पर रहना- यही टीचर्स की विशेषता है। अपने मन-बुद्धि और शरीर द्वारा सदा बिज़ी रहने वाले, कभी शरीर द्वारा कर्म करते हो तो मन-बुद्धि को फ्री रख देते हो। मन-बुद्धि को फ्री रखना माना माया को वेलकम करना। जिसको वेलकम करेंगे वह तो ज़रूर बैठ जायेगी ना! फिर कहते हो बापदादा माया को भगाओ। बुलाते आप हो और भगाये बापदादा! तो टीचर वा नम्बर वन गॉडली स्टूडेंट की विशेषता है- मन बुद्धि शरीर से अपने को बिज़ी रखना। विशेष निमित्त बने हुए सेवाधारी को यह अंडरलाइन करनी चाहिए तो सहज ही अथक बन जायेंगे। अच्छा।

मन, बुद्धि, दिल और शरीर चारों ही साथ-साथ

बाप के साथ समान स्थिति में रहें

साधना अर्थात् शक्तिशाली याद, निरन्तर बाप के साथ दिल का सम्बन्ध। साधना इसको नहीं कहते कि सिर्फ योग में बैठ गये, लेकिन जैसे शरीर से बैठते

तक लाओ। तब पहले स्वयं में प्रत्यक्ष होंगे, फिर सम्बन्ध में प्रत्यक्ष होंगे फिर विश्व की स्टेज पर प्रत्यक्ष होंगे। तब प्रत्यक्षता का नगाड़ा बजेगा। जैसे आपके यादगार शास्त्रों में कहते हैं— शंकर ने तीसरी आँख खोली और विनाश हो गया। तो शंकर अर्थात् अशरीरी तपस्वी रूप। विकारों रूपी सांप को गले का हार बना दिया। सदा ऊँची स्थिति और ऊँचे आसनधारी। यह तीसरी आँख अर्थात् सम्पूर्णता की आँख, सम्पन्नता की आँख। जब आप तपस्वी सम्पन्न, सम्पूर्ण स्थिति से विश्व परिवर्तन का संकल्प करेंगे तो यह प्रकृति भी सम्पूर्ण हलचल की डांस करेगी। उपद्रव मचाने की डांस करेगी। आप अचल होंगे और वह हलचल में होगी क्योंकि इतने सारे विश्व की सफाई कौन करेगा? मनुष्यात्मायें कर सकती हैं? यह वायु, धरती, समुद्र, जल— इनकी हलचल ही सफाई करेगी। तो ऐसी सम्पूर्णता की स्थिति इस तपस्या से बनानी है। प्रकृति भी आपका संकल्प से आर्डर तब मानेगी जब पहले आपके स्वयं के, सदा के सहयोगी कर्मेन्द्रियाँ मन-बुद्धि-संस्कार आर्डर मानें। अगर स्वयं के, सदा के सहयोगी आर्डर नहीं मानते तो प्रकृति क्या आर्डर मानेगी?

अव्यक्त मिलन के अनुभव को बढ़ाते चलो

सभी मिलन मनाने आये हैं। तो बापदादा भी मिलन मनाने के लिए आप जैसे व्यक्त शरीर में आते हैं। समान बनना पड़ता है ना! आप साकार में हो तो बाप को भी साकार तन का आधार लेना पड़ता है। वैसे आपको व्यक्त से अव्यक्त बनना है या अव्यक्त को व्यक्त बनना है? कायदा क्या कहता है? अव्यक्त बनना है ना! तो फिर अव्यक्त को व्यक्त में क्यों लाते हो? जब आपको भी अव्यक्त ही बनना है तो अव्यक्त को तो अव्यक्त ही रहने दो ना! अव्यक्त मिलन के अनुभव को बढ़ाते चलो। अव्यक्त भी ड्रामा अनुसार व्यक्त में आने के लिए बाँधे हुए हैं लेकिन समय प्रमाण सरकमस्टांस (Circumstances) प्रमाण अव्यक्त मिलन का अनुभव बहुत काम में आने वाला है। इसलिए इस अनुभव को इतना स्पष्ट और सहज करते जाओ जो समय पर यह अव्यक्त मिलन साकार समान ही अनुभव हो। समझा— उस समय ऐसे नहीं कहना कि हमको तो अव्यक्त से व्यक्त में मिलने की आदत है। जैसा समय वैसे मिलन मना सकते हो। समझा!

सहज अनुभव हो। क्योंकि आत्मा मालिक है। सभी राजयोगी हो, प्रजायोगी तो नहीं? राजा का काम है आर्डर पर चलाना। तो यह मुख भी आपके आर्डर पर हो- जब चाहो तब चलाओ और जब चाहो तब नहीं चलाओ। आवाज़ से परे हो जाओ लेकिन इस रुहानी एक्सरसाइज़ में सिर्फ मुख की आवाज़ से परे नहीं होना है। मन से भी आवाज़ में आने के संकल्प से परे होना है। मुख से चुप हो जाओ और मन में बातें करते रहो, नहीं। आवाज़ से परे अर्थात् मुख और मन दोनों की आवाज़ से परे, शान्ति के सागर में समा जायें। यह स्वीट साइलेन्स की अनुभूति कितनी प्यारी है! अनुभवी तो हो ना! एक सेकेण्ड भी आवाज़ से परे हो स्वीट साइलेन्स की स्थिति में स्थित हो जाओ तो कितना प्यारा लगता है!

साइलेन्स प्यारी क्यों लगती है? क्योंकि आत्मा का स्वधर्म ही शान्त है, ओरिजनल देश भी शान्ति देश है। इसलिए आत्मा को स्वीट साइलेन्स बहुत प्यारी लगती है। एक सेकेण्ड में भी आराम मिल जाता है। कितनी भी मन से, तन से थके हुए हो लेकिन अगर एक मिनट भी स्वीट साइलेन्स में चले जाओ तो तन और मन को आराम ऐसा अनुभव होगा जैसे बहुत समय आराम करके कोई उठता है तो कितना फ्रेश होता है! कभी भी कोई हलचल होती है, लड़ाई झगड़ा या हल्ला-गुल्ला कुछ भी होता है तो एक-दो को क्या कहते हैं? शान्त हो जाओ। क्योंकि शान्ति में आराम है। तो आप भी सारे दिन में समय प्रति समय, जब भी समय मिले स्वीट साइलेन्स में चले जाओ। अनुभव में खो जाओ, बहुत अच्छा लगेगा। अशरीरी बनने का अभ्यास सहज हो जायेगा। क्योंकि अन्त में अशरीरी-पन का अभ्यास ही काम में आयेगा। सेकेण्ड में अशरीरी हो जायें। चाहे अपना पार्ट भी कोई चल रहा हो लेकिन अशरीरी बन आत्मा साक्षी हो अपने शरीर का भी पार्ट देखे। मैं आत्मा न्यारी हूँ, शरीर से यह पार्ट करा रही हूँ। यही न्यारेपन की अवस्था अन्त में विजयी या पास विद् ऑनर का सर्टिफिकेट देंगी। सभी पास विद् ऑनर होने वाले हो?

ब्रह्मा के संस्कार अपने में देखो

जो ब्रह्मा बाप के संस्कार वो बच्चों के संस्कार। तो ब्रह्मा बाप ने अपना संस्कार क्या बनाया, जो साकार शरीर के अन्त में भी याद दिलाया? निराकारी, निर्विकारी, निरअहंकारी- ये हैं ब्रह्मा बाप के अर्थात् ब्राह्मणों के संस्कार। तो ये

संस्कार नेचुरल हों। निराकार तो हो ही ना, ये तो निजी स्वरूप हैं ना! और कितने बार निर्विकारी बने हो! अनेक बार बने हो ना! ब्राह्मण जीवन की विशेषता ही है निरहंकारी। तो ये ब्रह्मा के संस्कार अपने में देखो कि सचमुच ये संस्कार बने हैं? ऐसे नहीं- ये ब्रह्मा के संस्कार हैं, ये मेरे संस्कार हैं। फालो फादर है ना! पूरा फालो करना है ना! तो सदा ये श्रेष्ठ संस्कार सामने रखो। सारे दिन में जो भी कर्म करते हो, तो हर कर्म के समय चेक करो कि तीनों ही संस्कार इमर्ज रूप में हैं? तो बहुत समय के संस्कार सहज बन जायेंगे। यही लक्ष्य है ना!

राजा होकर के चलना और कर्म-इन्द्रियों को चलाना

आवाज़ में आना सहज लगता है ना! ऐसे ही, आवाज़ से परे होना इतना ही सहज लगता है? आवाज़ में आना सहज है वा आवाज़ से परे होना सहज है? आवाज़ में आना सहज है और आवाज़ से परे होने में मेहनत लगती है? वैसे आप आत्माओं का आदि स्वरूप क्या है? आवाज़ से परे रहना या आवाज़ में आना? तो अभी मुश्किल क्यों लगता है? ६३ जन्मों ने आदि संस्कार भुला दिया है। जब अनादि स्थान 'परमधाम' आवाज़ से परे है, वहाँ आवाज़ नहीं है और आदि स्वरूप आत्मा में भी आवाज़ नहीं है, तो फिर आवाज़ से परे होना मुश्किल क्यों? यह मध्य-काल का उल्टा प्रभाव कितना पक्का हो गया है! ब्राह्मण जीवन अर्थात् जैसे आवाज़ में आना सहज है वैसे आवाज़ से परे हो जाना- यह भी अभ्यास सहज हो जाये। इसकी विधि है- राजा होकर के चलना और कर्मइन्द्रियों को चलाना। राजा ऑर्डर करे- यह काम नहीं होना है तो प्रजा क्या करेगी? मानना पड़ेगा ना!

जितना देह की स्मृति से न्यारे होंगे

उतने बाप के भी प्यारे और सर्व के भी प्यारे होंगे

सदा अपने को जैसे बाप न्यारा और प्यारा है, ऐसे न्यारे और प्यारे अनुभव करते हो? बाप सबका प्यारा क्यों है? क्योंकि न्यारा है। जितना न्यारा बनते हैं उतना सर्व का प्यारा बनते हैं। न्यारा किससे? पहले अपनी देह की स्मृति से न्यारा। जितना देह की स्मृति से न्यारे होंगे उतने बाप के भी प्यारे और सर्व के भी प्यारे होंगे। क्योंकि न्यारा अर्थात् आत्म-अभिमानि। जब बीच में देह का भान आता है तो प्यारापन खत्म हो जाता है। इसलिए बाप समान सदा न्यारे और सर्व

के प्यारे बनो। आत्मा रूप में किसको भी देखेंगे तो रूहानी प्यार पैदा होगा ना! और देहभान से देखेंगे तो व्यक्त भाव होने के कारण अनेक भाव उत्पन्न होंगे— कभी अच्छा होगा, कभी बुरा होगा। लेकिन आत्मिक भाव में, आत्मिक दृष्टि में, आत्मिक वृत्ति में रहने वाला जिसके भी सम्बन्ध में आयेगा अति प्यारा लगेगा। तो सेकेण्ड में न्यारे हो सकते हो कि टाइम लगेगा? जैसे शरीर में आना सहज लगता है, ऐसे शरीर से परे होना इतना ही सहज हो जाये। कोई भी पुराना स्वभाव-संस्कार अपनी तरफ आकर्षित नहीं करे और सेकेण्ड में न्यारे हो जाओ। सारे दिन में, बीच-बीच में यह अभ्यास करो। ऐसे नहीं कि जिस समय याद में बैठो उस समय अशरीरी स्थिति का अनुभव करो। नहीं। चलते-फिरते बीच-बीच में यह अभ्यास पक्का करो— “मैं हूँ ही आत्मा!” तो आत्मा का स्वरूप ज़्यादा याद होना चाहिए ना! सदा खुशी होती है ना! कम नहीं होनी चाहिए, बढ़नी चाहिए।

सदैव यह अभ्यास करो कि

अभी-अभी आकारी, अभी-अभी निराकारी

बाप समान निराकारी और आकारी— इसी स्थिति में स्थित रहने वाली आत्मायें अनुभव करते हो? क्योंकि शिव बाप है निराकारी और ब्रह्मा बाप है आकारी। तो आप सभी भी साकारी होते हुए भी निराकारी और आकारी अर्थात् अव्यक्त स्थिति में स्थित हो सकते हो या साकार में ज़्यादा आ जाते हो? जैसे साकार में रहना नेचुरल हो गया है, ऐसे ही मैं आकारी फरिश्ता हूँ और निराकारी श्रेष्ठ आत्मा हूँ— यह दोनों स्मृतियाँ नेचुरल हों। क्योंकि जिससे प्यार होता है, तो प्यार की निशानी है समान बनना। बाप और दादा— निराकारी और आकारी हैं और दोनों से प्यार है तो समान बनना पड़ेगा ना! तो सदैव यह अभ्यास करो कि अभी-अभी आकारी, अभी-अभी निराकारी। साकार में आते भी आकारी और निराकारी स्थिति में जब चाहें तब स्थित हो सकें। जैसे स्थूल कर्मेन्द्रियाँ आपके कन्ट्रोल में हैं। आँख को वा मुख को बन्द करना चाहो तो कर सकते हो। ऐसे मन और बुद्धि को उसी स्थिति में स्थित कर सको जिसमें चाहो। अगर फ़रिश्ता बनने चाहें तो सेकेण्ड में फ़रिश्ता बनो— ऐसा अभ्यास है या टाइम लगता है? क्योंकि हलचल जब बढ़ती है तो ऐसे समय पर कौनसी स्थिति बनानी पड़ेगी? आकारी या निराकारी। साकार देहधारी की स्थिति पास होने नहीं देगी, फेल कर देगी।

अभी भी देखो— किसी भी हलचल के समय अचल बनने की स्थिति फरिश्ता स्वरूप या आत्म-अभिमानि स्थिति ही है। यही स्थिति हलचल में अचल बनाने वाली है। तो क्या अभ्यास करना है? आकारी और निराकारी। जब चाहें तब स्थित हो जाँँ इसके लिए सारा दिन अभ्यास करना पड़े, सिर्फ अमृतवेले नहीं। बीच-बीच में यह अभ्यास करो।

व्यक्त भाव में आते भी, व्यक्त भाव के आकर्षण में नहीं

अब बाप ने सब बन्धनों से न्यारा बना दिया, तो संकल्प मात्र भी किसी भी सम्बन्ध में, अपने देह में, पदार्थों में फँसना नहीं। ६३ जन्म अनुभव करके देखा ना, फँसने से क्या मिला? जो-कुछ था वो गंवाया ना! तो संकल्प में भी बंधन-मुक्त। इसको कहा जाता है न्यारा और प्यारा। संकल्प में भी बन्धन आकर्षित न करे। क्योंकि संकल्प में आयेगा तो संकल्प के बाद फिर कर्म में आ जाता है। तो संकल्प में ही खत्म कर दो। इसी न्यारे और प्यारे अर्थात् अव्यक्त स्थिति का विशेष अभ्यास करना है। व्यक्त भाव में आते भी, व्यक्त भाव के आकर्षण में नहीं आना। अव्यक्त का अर्थ ही है व्यक्त भाव से परे। अव्यक्त बनना आता है ना! तो अभी 'सदा' शब्द को अन्डरलाइन करना।

अव्यक्त का अर्थ ही है व्यक्त भाव और व्यक्त भावना से परे

अव्यक्त का अर्थ ही है व्यक्त भाव और व्यक्त भावना से परे। जीवन में उड़ती कला वा गिरती कला का आधार दो बातें ही हैं— (१) भावना और (२) भाव। अगर किसी भी कार्य में कार्य प्रति या कार्य करने वाले व्यक्ति के प्रति भावना श्रेष्ठ है, तो भावना का फल भी श्रेष्ठ स्वतः ही प्राप्त होता है। एक है— सर्व प्रति कल्याण की भावना; दूसरी है— कोई कैसा भी हो लेकिन सदा स्नेह और सहयोग देने की भावना; तीसरी है— सदा हिम्मत-उल्लास बढ़ाने की भावना; चौथी है— कोई कैसा भी हो लेकिन सदा अपनेपन की भावना और पाँचवीं है— इन सबका फाउन्डेशन आत्मिक-स्वरूप की भावना। इनको कहा जाता है सद्भावनायें वा पॉजिटिव भावनायें। तो अव्यक्त बनना अर्थात् ये सर्व सद्भावनायें रखना। अगर इन सद्भावनाओं के विपरीत हैं तब ही व्यक्त भाव अपनी तरफ आकर्षित करता है। व्यक्त भाव का अर्थ ही है इन पाँचों बातों के नैगेटिव अर्थात् विपरीत

अर्थात् लौकिक जीवन। बीच-बीच में प्रैक्टिस करो— देह में प्रवेश होकर कर्म किया और अभी-अभी न्यारे हो जायें। तो न्यारी अवस्था में स्थित रहने से कर्म भी अच्छा होगा और बाप के वा सर्व के प्यारे भी बनेंगे। डबल फायदा है ना! परमात्म-प्यार का अधिकारी बनना— ये कितना बड़ा फायदा है!

कोई भी सूक्ष्म अभिमान अंश रूप में भी रहा हुआ तो नहीं है?

चाहे आकारी फरिश्ता, चाहे निराकारी निरन्तर, नेचुरल नेचर हो जाये— इसका मूल आधार है निरहंकारी बनना। अहंकार अनेक प्रकार का है। सबसे विशेष कहने में भल एक शब्द 'देह-अभिमान' है लेकिन देह-अभिमान का विस्तार बहुत है। एक है मोटे रूप में देह-अभिमान, जो कई बच्चों में नहीं भी है। चाहे स्वयं की देह, चाहे औरों की देह। अगर औरों की देह का भी आकर्षण है, वो भी देह-अभिमान है। कई बच्चे इस मोटे रूप में पास हैं, मोटे रूप से देह के आकार में लगाव वा अभिमान नहीं है। परन्तु इसके साथ-साथ देह के सम्बन्ध से अपने संस्कार विशेष हैं, बुद्धि विशेष हैं, गुण विशेष हैं, कोई कलायें विशेष हैं, कोई शक्ति विशेष है— उसका अभिमान अर्थात् अहंकार, नशा, रोब— ये सूक्ष्म देह-अभिमान है। अगर इन सूक्ष्म अभिमान में से कोई भी अभिमान है तो न आकारी फरिश्ता नेचुरल-निरन्तर बन सकते, न निराकारी बन सकते। क्योंकि आकारी फरिश्ते में भी देहभान नहीं है, डबल लाइट है। देह-अहंकार निराकारी बनने नहीं देगा। सभी ने इस वर्ष अटेन्शन अच्छा रखा है, उमंग-उत्साह भी है, चाहना भी बहुत अच्छी है, चाहते भी हैं लेकिन आगे और अटेन्शन प्लीज़! चेक करो— “किसी भी प्रकार का अभिमान वा अहंकार नेचुरल स्वरूप से पुरुषार्थी स्वरूप तो नहीं बना देता है? कोई भी सूक्ष्म अभिमान अंश रूप में भी रहा हुआ तो नहीं है जो समय प्रमाण और कहाँ सेवा प्रमाण भी इमर्ज हो जाता है?” क्योंकि अंश-मात्र ही समय पर धोखा देने वाला है।

सम्पूर्ण निरहंकारी बनना अर्थात्

आकारी, निराकारी सहज बनना

चलते-चलते कोई विशेष स्थूल रूप में— उस दिन, उस समय— कोई भूल भी नहीं करते हो, लेकिन कभी-कभी ये अनुभव करते हो ना कि— “आज वा

स्थिति में रहना। इसके विपरीत को तो स्वयं ही जानते हो, वर्णन करने की आवश्यकता नहीं। जब भावना विपरीत होती है तो अव्यक्त स्थिति में स्थित नहीं हो सकते।

अव्यक्त स्थिति बनाने के लिए विशेष अपनी भावना और भाव को चेक करो

किसी भी विघ्न को चेक करो उसका मूल- प्रीत के बजाए विपरीत भावनायें ही होती हैं। भावना पहले संकल्प रूप में होती है, फिर बोल में आती है और उसके बाद फिर कर्म में आती है। जैसी भावना होगी वैसे व्यक्तियों के हर एक चलन वा बोल को उसी भाव से देखेंगे, सुनेंगे वा सम्बन्ध में आयेंगे। भावना से भाव भी बदलता है। अगर किसी आत्मा के प्रति किसी भी समय ईर्ष्या की भावना है अर्थात् अपनेपन की भावना नहीं है तो उस व्यक्ति के हर चलन, हर बोल से मिस-अन्डरस्टैण्ड (Mis-understand; गलत फ़हमी) का भाव अनुभव होगा। वह अच्छा भी करेगा लेकिन आपकी भावना अच्छी न होने के कारण हर चलन और बोल से आपको बुरा भाव दिखाई देगा। तो भावना भाव को बदलने वाली है। तो चेक करो कि हर आत्मा के प्रति शुभ भावना, शुभ भाव रहता है? भाव को समझने में अन्तर पड़ने से 'मिस-अन्डरस्टैण्डिंग' माया का दरवाजा बन जाती है। अव्यक्त स्थिति बनाने के लिए विशेष अपनी भावना और भाव को चेक करो तो सहज अव्यक्त स्थिति में विशेष अनुभव करते रहेंगे।

बीच-बीच में प्रैक्टिस करो—

देह में प्रवेश होकर कर्म किया और अभी-अभी न्यारे हो जायें

न्यारे बनने की निशानी है— जितना न्यारे बनेंगे उतना सर्व के प्यारे बनेंगे। जैसे बाप सब से न्यारा है और सबका प्यारा है। तो न्यारापन प्यारा बना देता है। तो ऐसे न्यारे और आत्माओं के प्यारे कहाँ तक बने हैं— यह चेक करो। लौकिक जीवन में भी अलौकिकता का अनुभव कराओ। न्यारे बनने की युक्ति तो आती है ना! जितना अपने देह के भान से न्यारे होते जायेंगे उतना प्यारे लगेंगे। देह-भान से न्यारा। तो अलौकिक हो गया ना! तो सदैव अपने को देखो कि— “देह-भान से न्यारे रहते हैं? बार-बार देह के भान में तो नहीं आते हैं?” देह-भान में आना

यह सोचती हूँ...। अनेक बार 'मैं' शब्द यूज करते हो। तो सहज विधि यह है निराकारी वा आकारी बनने की- जब भी 'मैं' शब्द यूज करो, फौरन अपना निराकारी ओरीजिनल स्वरूप सामने आये। ये मुश्किल है वा सहज है? फिर तो लक्ष्य और लक्षण समान हुआ ही पड़ा है। सिर्फ यह युक्ति- निरहंकारी बनाने का सहज साधन अपनाकर के देखो। यह देहभान का 'मैं' समाप्त हो जाये, क्योंकि 'मैं' शब्द ही देह-अहंकार में लाता है और अगर 'मैं' निराकारी आत्मा स्वरूप हूँ- यह स्मृति में लायेंगे तो यह 'मैं' शब्द ही देह-भान से परे ले जायेगा। ठीक है ना! सारे दिन में २५-३० बार तो ज़रूर कहते होंगे। बोलते नहीं हों तो सोचते तो होंगे- 'मैं' यह करूँगी, मुझे यह करना है...। प्लैन भी बनाते हो तो सोचते हो ना! तो इतने बार का अभ्यास, आत्मा स्वरूप की स्मृति क्या बना देगी? निराकारी। निराकारी बन, आकारी फ़रिश्ता बन कार्य किया और फिर निराकारी! कर्म-सम्बन्ध के स्वरूप से सम्बन्ध में आओ, सम्बन्ध को बन्धन में नहीं लाओ। देह-अभिमान में आना अर्थात् कर्म-बन्धन में आना। देह सम्बन्ध में आना अर्थात् कर्म-सम्बन्ध में आना। दोनों में अन्तर है। देह का आधार लेना और देह के वश होना- दोनों में अन्तर है। फ़रिश्ता वा निराकारी आत्मा देह का आधार लेकर देह के बन्धन में नहीं आयेगी, सम्बन्ध रखेगी लेकिन बन्धन में नहीं आयेगी।

पहले स्वयं को परिवर्तन करो

सभी आवाज़ से परे रहना सहज अनुभव करते हो वा आवाज़ में आना सहज अनुभव करते हो? सहज क्या है? आवाज़ में आना वा आवाज़ से परे होना? आवाज़ से परे होना अर्थात् अशरीरी स्थिति का अनुभव होना। तो शरीर के भान में आना जितना सहज है, उतना ही अशरीरी होना भी सहज है कि मेहनत करनी पड़ती है? सेकण्ड में आवाज़ में तो आ जाते हो, लेकिन सेकण्ड में कितना भी आवाज़ में हो, चाहे स्वयं हो वा वायुमण्डल आवाज़ का हो लेकिन सेकण्ड में फुल स्टॉप लगा सकते हो कि कॉमा लगेगी, फुल स्टॉप नहीं? इसको कहा जाता है फ़रिश्ता वा अव्यक्त स्थिति की अनुभूति में रहना, व्यक्त भाव से सेकण्ड में परे हो जाना। इसके लिये ये नियम रखा हुआ है कि सारे दिन में ट्रैफ़िक ब्रेक का अभ्यास करो। ये क्यों करते हो? कि ऐसा अभ्यास पक्का हो जाये जो चारों ओर कितना भी आवाज़ का वातावरण हो लेकिन एकदम ब्रेक लग जाये। आत्मा का

अभी नामालूम क्या है जो जैसी खुशी होनी चाहिए वैसी नहीं है, ना-मालूम आज अकेलापन वा निराशा वा व्यर्थ संकल्पों का अचानक तूफान क्यों आ रहा है! अमृतवेला भी किया, क्लास भी किया, सेवा भी, जॉब भी किया, परन्तु ये क्यों हो रहा है?" कारण क्या होता है? मोटे रूप को तो चेक कर लेते हो और उसमें समझते हो कि कोई गलती नहीं हुई। लेकिन सूक्ष्म अभिमान के स्वरूप का अंश सूक्ष्म में प्रकट होता है। इसलिए कोई भी काम में दिल नहीं लगेगी, वैराग्य, उदास फील होगा। या तो सोचेंगे— कोई एकान्त के स्थान पर चले जायें, या सोचेंगे— सो जायें, रेस्ट में चले जायें या परिवार से किनारा कर लें थोड़े टाइम के लिए। इन सब स्थितियों का कारण अंश की कमाल होती है। कमाल नहीं कहो, धमाल ही कहो। तो सम्पूर्ण निरहंकारी बनना अर्थात् आकारी-निराकारी सहज बनना। जैसे कभी-कभी दिल नहीं होती कि क्या सदा एक ही दिनचर्या में चलना है, चेंज तो चाहिए ना? न चाहते भी यह स्थिति आ जाती है।

जब निरहंकारी बन जायेंगे तो आकारी और निराकारी स्थिति से नीचे आने की दिल नहीं होगी। उसी में ही लवलीन अनुभव करेंगे। क्योंकि आपकी ओरी-जिनल अनादि स्टेज तो निराकारी है ना! निराकार आत्मा ने इस शरीर में प्रवेश किया है। शरीर ने आत्मा में नहीं प्रवेश किया, आत्मा ने शरीर में प्रवेश किया। तो अनादि ओरीजिनल स्वरूप तो निराकारी है ना, कि शरीरधारी है? शरीर का आधार लिया लेकिन लिया किसने? आप आत्मा ने। निराकार ने साकार शरीर का आधार लिया। तो ओरीजिनल क्या हुआ— आत्मा या शरीर? आत्मा। ये पक्का है? तो ओरीजिनल स्थिति में स्थित होना सहज या आधार लेने वाली स्थिति में सहज?

अहंकार आने का दरवाजा एक शब्द है, वो कौनसा? 'मैं'। तो यह अभ्यास करो— जब भी 'मैं' शब्द आता है तो ओरीजिनल स्वरूप सामने लाओ— 'मैं' कौन? मैं आत्मा या फलाना-फलानी? औरों को ज्ञान देते हो ना— 'मैं' शब्द ही उड़ाने वाला है, 'मैं' शब्द ही नीचे ले आने वाला है। 'मैं' कहने से ओरीजिनल निराकार स्वरूप याद आ जाये, ये नेचुरल हो जाये तो यह पहला पाठ सहज है ना! तो इसी को चेक करो, आदत डालो— 'मैं' सोचा और निराकारी स्वरूप स्मृति में आ जाये। कितनी बार 'मैं' शब्द कहते हो! मैंने यह कहा, 'मैं' यह करूँगी, 'मैं'

महान आत्मा हो, उनके अगर टाइल गिनती भी करो तो आपके स्वमान की लिस्ट से ज्यादा हो सकते हैं? और रोज़ सवेरे-सवेरे बापदादा स्वमान की स्मृति दिलाते हैं, स्वमान में स्थित कराते हैं। रोज़ भी एक नये ते नया स्वमान स्मृति में रखो तो स्वमान के आगे देहभान ऐसे भाग जाता जैसे रोशनी के आगे अन्धकार भाग जाता। न समय लगता, न मेहनत लगती। तो बार-बार भिन्न-भिन्न देहभान को मिटाने की मेहनत क्यों करते हो? स्वमान की स्मृति का स्विच ऑन करना नहीं आता है क्या? कितना भी गहरा काला बादल सूर्य की रोशनी को छिपाने वाला हो लेकिन आपके पास ऑटोमेटिक डायरेक्ट परमात्म-लाइट का कनेक्शन है। डायरेक्ट लाइन है ना?

पहला विशेष परिवर्तन है स्वरूप का परिवर्तन

ब्राह्मण जीवन में परिवर्तन में आ गये। अब कोई कहेंगे कि मैं ब्राह्मण नहीं हूँ? सभी अपने को बी.के. लिखते हो ना! हम ब्राह्मण हैं, यह समझते हो ना? ब्राह्मण जीवन में जो परीक्षाएँ आती हैं उसमें परिवर्तन करने की शक्ति आवश्यक होती है। जब व्यर्थ संकल्प चलते हैं तो समझते भी हो कि ये व्यर्थ हैं। लेकिन व्यर्थ संकल्पों का बहाव इतना तेज़ होता है जो अपने तरफ खींचता जाता है। जैसे नदी का वा सागर का बहुत फोर्स होता है तो कितना भी अपने को रोकने की कोशिश करते हैं लेकिन फिर भी बहते जाते हैं। समझते भी हो, सोचते भी हो कि ये ठीक नहीं है, इससे नुकसान है फिर भी बहाव में बह जाते हो, इसका कारण क्या? परिवर्तन शक्ति की कमी। पहला विशेष परिवर्तन है स्वरूप का परिवर्तन। मैं शरीर नहीं, लेकिन आत्मा हूँ, यह स्वरूप का परिवर्तन है। यह आदि परिवर्तन है। इसमें भी चेक करो तो जब देहभान का फोर्स होता है तो आत्म अभिमान के स्वरूप में टिक सकते हो या बह जाते हो? अगर सेकण्ड में परिवर्तन शक्ति काम में आ जाये तो समय, संकल्प कितने बच जाते हैं! वेस्ट से बेस्ट में जमा हो जाते हैं।

पहली परिवर्तन शक्ति है— स्वरूप का परिवर्तन और स्वभाव का परिवर्तन। पुराना स्वभाव पुरुषार्थी जीवन में धोखा देता है। समझते भी हो कि यह मेरा स्वभाव यथार्थ नहीं है और यह स्वभाव समय प्रति समय धोखा भी देता है— यह भी समझते हो, लेकिन फिर भी स्वभाव के वश हो जाते हो। फिर अपने बचाव के

आदि वा अनादि लक्षण तो शान्त है, तो सेकण्ड में ऑर्डर हो कि अपने अनादि स्वरूप में स्थित हो जाओ तो हो सकते हो कि टाइम लगेगा? सुनाया था ना कि लगाना चाहें बिन्दी और लग जाये क्वेश्चन मार्क, तो क्या होगा? इसको किस अवस्था का अभ्यास कहेंगे? सभी फ़रिश्ते स्थिति का अभ्यास करते हो? अभी और अभ्यास करना है कि जितना समय चाहे उतना समय उस विधि से स्थित हो जायें। अभी देखो कोई भी प्रकृति की आपदा या परिस्थिति की आपदा आती है तो अचानक आती है ना, और दिन प्रतिदिन अचानक यह प्रकृति अपनी हलचल बढ़ाती जाती है। यह कम नहीं होनी है, बढ़नी ही है। अचानक आपदा आ जाती है। तो ऐसे समय पर समाने वा समेटने की शक्ति की आवश्यकता है। और कहाँ भी बुद्धि नहीं जाये, बस बाप और मैं, बुद्धि को जहाँ लगाना चाहें वहाँ लग जाये। क्यों-क्या में नहीं जाये, ये क्या हुआ, ये कैसे होगा, होना तो नहीं चाहिये, हो कैसे गया—इसको ब्रेक कहेंगे? तो उड़ती कला के लिये ब्रेक बहुत पॉवरफुल चाहिये। जब पहाड़ी पर ऊँचे चढ़ते हैं तो बार-बार क्या कहते हैं कि ब्रेक चेक करो, ब्रेक चेक करो। तो ऊँची अवस्था में जा रहे हो ना! तो बार-बार ये ब्रेक चेक करो। कोई भी संकल्प वा संस्कार निगेटिव से पॉजिटिव में परिवर्तन कर सकते हैं और कितने समय में कर सकते हैं? समय है एक सेकण्ड का और आप पाँच सेकण्ड में करो तो क्या होगा? तो अटेन्शन इस परिवर्तन शक्ति का चाहिये। पहले स्वयं को परिवर्तन करो तब विश्व को परिवर्तन कर सकते हो।

सदा स्वमान में रहो तो वहाँ देहभान आ नहीं सकता

बाप देखते हैं कि बच्चे देहभान को छोड़ने की बहुत मेहनत करते हैं। एक देहभान के रूप को छोड़ते हैं तो दूसरा आ जाता है, फिर दूसरे को छोड़ते हैं तो तीसरा आ जाता है। लेकिन छोड़ना सदा मुश्किल होता है और धारण करना सहज होता है। तो बापदादा कहते हैं कि स्वमान में सदा रहो। जहाँ स्वमान है वहाँ देहभान आ ही नहीं सकता। तो छोड़ने की मेहनत नहीं करो लेकिन स्वमान में स्थित रहने का अटेन्शन रखो और संगमयुग पर स्वयं बाप द्वारा कितने अच्छे-अच्छे स्वमान प्राप्त हैं! प्राप्त करना नहीं है, प्राप्त हैं। अपने स्वमान की लिस्ट निकालो। कितनी बड़ी लिस्ट है! सारे कल्प में कितने भी स्वमान अर्थात् टाइटल्स किसी भी नामी-ग्रामी आत्मा के हों, चाहे राजनेता हो, चाहे अभिनेता हो, चाहे धर्मात्मा हो, चाहे

भी बाँडी कानसेस की बातों में नीचे-ऊपर नहीं होंगे। समझा!

एक सेकण्ड में अशरीरी बनना— यह पाठ पक्का है? अभी-अभी विस्तार, अभी-अभी सार में समा जाओ। (बापदादा ने फिर से झिल कराई) अच्छा, इस अभ्यास को सदा साथ रखना।

कैसी भी परिस्थिति हो, हलचल हो लेकिन

हलचल में अचल हो जाओ

संगमयुग है मौजों का युग, इसलिए मनोरंजन की रीति से भी मनाते हो और मनाओ, खूब मनाओ। लेकिन परमात्म-रंग में रंग जाना अर्थात् बाप समान बन जाना। यह है रंग में रंग जाना। जैसे बाप अशरीरी है, अव्यक्त है वैसे अशरीरी-पन का अनुभव करना वा अव्यक्त फ़रिश्ते-पन का अनुभव करना— यह है रंग में रंग जाना। कर्म करो लेकिन अव्यक्त फ़रिश्ता बनके काम करो। अशरीरीपन की स्थिति का जब चाहो तब अनुभव करो। ऐसे मन और बुद्धि आपके कन्ट्रोल में हो। आर्डर करो— अशरीरी बन जाओ। आर्डर किया और हुआ। फरिश्ते बन जायें। जैसे मन को जहाँ जिस स्थिति में स्थित करने चाहो वहाँ सेकण्ड में स्थित हो जाओ। ऐसे नहीं ज़्यादा टाइम नहीं लगा, ५ सेकण्ड लग गये, २ सेकण्ड लग गये। आर्डर में तो नहीं हुआ, कन्ट्रोल में तो नहीं रहा। कैसी भी परिस्थिति हो, हलचल हो लेकिन हलचल में अचल हो जाओ। ऐसे कन्ट्रोलिंग पावर है? या सोचते-सोचते अशरीरी हो जाऊँ, अशरीरी हो जाऊँ, उसमें ही टाइम चला जायेगा? कई बच्चे बहुत भिन्न-भिन्न पोज़ बदलते रहते, बाप देखते रहते। सोचते हैं अशरीरी बनें फिर सोचते हैं अशरीरी माना आत्मा रूप में स्थित होना, हाँ मैं हूँ तो आत्मा, शरीर तो हूँ ही नहीं, आत्मा ही हूँ। मैं आयी ही आत्मा थी, बनना भी आत्मा है ..., अभी इस सोच में अशरीरी हुए या अशरीरी बनने की युद्ध की? आपने मन को आर्डर किया सेकण्ड में अशरीरी हो जाओ, यह तो नहीं कहा सोचो— अशरीरी क्या है? कब बनेंगे, कैसे बनेंगे? आर्डर तो नहीं माना ना! कन्ट्रोलिंग पावर तो नहीं हुई ना! अभी समय प्रमाण इसी प्रैक्टिस की आवश्यकता है। अगर कन्ट्रोलिंग पावर नहीं है तो कई परिस्थितियाँ हलचल में ले आ सकती हैं।

लिये कहते हो कि मेरा भाव नहीं था, मेरा स्वभाव ऐसा है, मैं चाहता या चाहती नहीं हूँ लेकिन मेरा स्वभाव है। ब्राह्मण बन गये तो जन्म बदल गया, सम्बन्ध बदल गया, माँ-बाप बदल गये, परिवार बदल गया, लेकिन स्वभाव नहीं बदला। फिर रॉयल शब्द कहते कि मेरी नेचर है। तो पहली कमज़ोरी— स्वरूप का परिवर्तन, दूसरा— स्वभाव का परिवर्तन, तीसरा— संकल्प का परिवर्तन। सेकण्ड में व्यर्थ को समर्थ में परिवर्तन करो।

संकल्प किया, अशरीरी बना

एक सेकण्ड में अपने को अशरीरी बना सकते हो? क्यों? संकल्प किया मैं अशरीरी आत्मा हूँ, तो कितना टाइम लगा? सेकण्ड लगा ना! तो सेकण्ड में अशरीरी, न्यारे और बाप के प्यारे— ये ड्रिल सारे दिन में बीच-बीच में करते रहो। करने तो आती है ना? तो अभी सब एक सेकण्ड में सब भूलकर एकदम अशरीरी बन जाओ। (बापदादा ने ५ मिनट ड्रिल कराईं)। अच्छा।

इस ड्रिल को दिन में जितनी बार ज़्यादा कर सको

उतना करते रहना

इस ड्रिल को दिन में जितनी बार ज़्यादा कर सको उतना करते रहना। चाहे एक मिनट करो। तीन मिनट, दो मिनट का टाइम न भी हो एक मिनट, आधा मिनट यह अभ्यास करने से लास्ट समय अशरीरी बनने में बहुत मदद मिलेगी। बन सकते हैं? अभी सभी अशरीरी हुए या युद्ध में, मेहनत करते-करते टाइम पूरा हो गया? सेकण्ड में बन सकते हो! बहुत काम है फिर भी बन सकते हो? मुश्किल नहीं है? यू.एन. में बहुत भाग-दौड़ कर रही हो और अशरीरी बनने की कोशिश करो, होगा? अगर यह अभ्यास समय प्रति समय करेंगे तो ऐसे ही नेचुरल हो जायेगा जैसे शरीर भान में आना, मेहनत करते हो क्या? मैं फलानी हूँ, यह मेहनत करते हो? नेचुरल है। तो यह भी नेचुरल हो जायेगा। जब चाहो अशरीरी बनो, जब चाहो शरीर में आओ। अच्छा काम है आओ इस शरीर का आधार लो लेकिन आधार लेने वाली मैं आत्मा हूँ, वह नहीं भूले। करने वाली नहीं हूँ, कराने वाली हूँ। जैसे दूसरों से काम कराते हो ना! उस समय अपने को अलग समझते हो ना! वैसे शरीर से काम कराते हुए भी कराने वाली मैं अलग हूँ, यह प्रैक्टिस करो तो कभी

देह में होते भी विदेह अवस्था का अनुभव करो

बापदादा आज देख रहे थे कि बच्चों की तीन प्रकार की स्टेजेस हैं। एक हैं— पुरुषार्थी, उसमें पुरुषार्थी भी हैं और तीव्र पुरुषार्थी भी हैं। दूसरे हैं— जो पुरुषार्थ की प्रालम्ब्य जीवनमुक्त अवस्था की स्टेज में अनुभव कर रहे हैं। लेकिन लास्ट की सम्पूर्ण स्टेज है— देह में होते भी विदेह अवस्था का अनुभव। तो तीन स्टेज देखीं। पुरुषार्थ की स्टेज में ज्यादा देखे। प्रालम्ब्य जीवनमुक्त की, प्रालम्ब्य यह नहीं कि सेन्टर के निमित्त बनने की वा स्पीकर अच्छे बनने की वा ड्रामा अनुसार अलग-अलग विशेष सेवा के निमित्त बनने की... यह प्रालम्ब्य नहीं है, यह तो लिफ्ट है और आगे बढ़ने की, सर्व द्वारा दुआयें लेने की, लेकिन प्रालम्ब्य है जीवनमुक्त की। कोई बन्धन नहीं हो। आप लोग एक चित्र दिखाते हो ना! साधारण अज्ञानी आत्मा को कितनी रस्सियों से बँधा हुआ दिखाते हो। वह है अज्ञानी आत्मा के लिए लोहे की जंजीर। मोटे-मोटे बन्धन हैं। लेकिन ज्ञानी तू आत्मा बच्चों के बहुत महीन और आकर्षण करने वाले धागे हैं। लोहे की जंजीर अभी नहीं है जो दिखाई दे देवे। बहुत महीन भी है, रॉयल भी है। पर्सनाल्टी फील करने वाले भी हैं, लेकिन वह धागे देखने में नहीं आते, अपनी अच्छाई महसूस होती है। अच्छाई है नहीं लेकिन महसूस ऐसे होती है कि हम बहुत अच्छे हैं। हम बहुत आगे बढ़ रहे हैं। तो बापदादा देख रहे थे— यह जीवन-बन्ध के धागे मैजारिटी में हैं। चाहे एक हो, चाहे आधा हो लेकिन जीवनमुक्त बहुत-बहुत थोड़े देखे। तो बापदादा देख रहे थे कि हिसाब के अनुसार यह सेकण्ड स्टेज है जीवनमुक्त, लास्ट स्टेज तो है— देह से न्यारे विदेही-पन की। उस स्टेज और जो स्टेज सुनाई उसके लिए और बहुत-बहुत-बहुत अटेन्शन चाहिए।

अभी लास्ट समय को सोचने के बजाय

लास्ट स्थिति को सोचो

अभी से विदेह स्थिति का बहुत अनुभव चाहिए। जो भी परिस्थितियाँ आ रही हैं और आने वाली हैं उसमें विदेह स्थिति का अभ्यास बहुत चाहिए। इसलिए और सभी बातों को छोड़ यह तो नहीं होगा, यह तो नहीं होगा। क्या होगा, इस क्वेश्चन को छोड़ दो। विदेही अभ्यास वाले बच्चों को कोई भी परिस्थिति वा कोई

भी हलचल प्रभाव नहीं डाल सकती। चाहे प्रकृति के पाँचों ही तत्व अच्छी तरह से हिलाने की कोशिश करेंगे परन्तु विदेह अवस्था की अभ्यासी आत्मा बिल्कुल ऐसा अचल-अडोल पास विद् ऑनर होगा जो सब बातें पास हो जायेंगी लेकिन वह ब्रह्मा बाप के समान पास विद् ऑनर का सबूत रहेगा। बापदादा समय प्रति समय इशारे देते भी हैं और देते रहेंगे। आप सोचते भी हो, प्लैन बनाते भी हो, बनाओ। भले सोचो लेकिन क्या होगा...! उस आश्चर्यवत होकर नहीं। विदेही, साक्षी बन सोचो लेकिन सोचा, प्लैन बनाया और सेकण्ड में प्लेन स्थिति बनाते चलो। अभी आवश्यकता स्थिति की है। यह विदेह स्थिति परिस्थिति को बहुत सहज पार कर लेगी। जैसे बादल आये, चले गये और विदेही अचल-अडोल हो खेल देख रहे हैं। अभी लास्ट समय को सोचते हो लेकिन लास्ट स्थिति को सोचो।

बापदादा विदेशी अर्थात् विश्व कल्याण करने के निमित्त बनने वाले बच्चों को यही कहते हैं कि अब सेवा और विदेह अवस्था में नम्बर वन विदेशी बच्चों को बनना ही है। बनना है? कब? ९९ में या २००० में बनना है? कब नहीं, अब। अव्यक्त बाप की पालना का प्रत्यक्ष सबूत देना है। जैसे ब्रह्मा बाप अव्यक्त बन विदेह स्थिति द्वारा कर्मातीत बनें, तो अव्यक्त ब्रह्मा की विशेष पालना के पात्र हो इसलिए अव्यक्त पालना का बाप को रेसपाण्ड देना, विदेही बनने का। सेवा और स्थिति के बैलेन्स का। ठीक है, मंजूर है? करना ही है। बापदादा यह नहीं सोचते— देखेंगे, सोचेंगे। नहीं। करना ही है।

बाप कहते हैं एक सेकण्ड में सभी अभी-अभी विदेही बन सकते हो? तो अभी एक सेकण्ड में विदेह स्थिति में स्थित हो जाओ। (ड्रिल) अच्छा, अभी देह में आ जाओ। अभी फिर विदेही बन जाओ। ऐसे सारे दिन में बीच-बीच में एक सेकण्ड भी मिले, तो बार-बार यह अभ्यास करते रहो। अच्छा।

जिस बात में कमज़ोर होंगे उसी रूप में जानबूझकर भी

माया लास्ट पेपर लेगी,

इसीलिए विदेही बनने का अभ्यास बहुत ज़रूरी है

यह (ड्रिल) रोज़ हर एक को करनी चाहिए। ऐसे नहीं हम बिज़ी हैं। बीच में समय प्रति समय एक सेकण्ड चाहे कोई बैठा भी हो, बात भी कर रहा हो, लेकिन

हैं। नहीं तो काम कैसे चलेगा। साथी तो चाहिए ना! तो १०८ फिर १६ हजार, फिर ९ लाख। अभी अगर आपको कहें कि १०८ ऐसे नाम बताओ जो वेस्ट और निगेटिव से मुक्त हों, तो आप लोग माला बना सकती हों? सिर्फ १०८ कह रहे हैं। ९९ तक तो १६ हजार चाहिए। ९ लाख तो बन जायेंगे, उसकी कोई बड़ी बात नहीं है। पहले तो १०८ तैयार हो जाएँ।

चारों ओर हलचल है, प्रकृति के सभी तत्त्व खूब हलचल मचा रहे हैं, एक तरफ भी हलचल से मुक्त नहीं हैं, व्यक्तियों की भी हलचल है, प्रकृति की भी हलचल है, ऐसे समय पर जब इस सृष्टि पर चारों ओर हलचल है तो आप क्या करेंगे? सेफ्टी का साधन कौन सा है? सेकण्ड में अपने को विदेही, अशरीरी वा आत्म-अभिमानि बना लो तो हलचल में अचल रह सकते हो। इसमें टाइम तो नहीं लगेगा? क्या होगा? अभी ट्रायल करो— एक सेकण्ड में मन-बुद्धि को जहाँ चाहो वहाँ स्थित कर सकते हो? (ड्रिल) इसको कहा जाता है— साधना। अच्छा।

अविनाशी-अमिट तिलक लगाओ

सारे विश्व में और सारे कल्प में सबसे हाइएस्ट भी हैं, महान भी हैं और ओलीएस्ट भी हैं। आप जैसी पवित्र आत्मायें तन से भी, मन से भी देव रूप में सर्व गुण सम्पन्न, सम्पूर्ण निर्विकारी और कोई बनता नहीं है। और फिर हाइएस्ट भी हो, ओलीएस्ट भी हो साथ-साथ रिचेस्ट भी हो। बापदादा स्थापना में भी बच्चों को स्मृति देलाते थे और फ़लक से अखबारों में भी डलवाया कि “ओम् मण्डली रिचेस्ट इन दी वर्ल्ड” (Om Mandali is the richest in the world)। यह स्थापना के समय की आप सबकी महिमा है। एक दिन में कितना भी बड़े ते बड़ा मल्टी-मल्टी मल्टि-मल्टि हो लेकिन आप जैसा रिचेस्ट हो नहीं सकता। इतना रिचेस्ट बनने का साधन क्या है? बहुत छोटा सा साधन है। लोग रिचेस्ट बनने के लिए कितनी मेहनत करते हैं और आप कितना सहज मालामाल बनते जाते हो, जानते हो ना साधन! सिर्फ छोटी सी बिन्दी लगानी है बस। बिन्दी लगाई, कमाई हुई। आत्मा भी बिन्दी, बाप भी बिन्दी और ड्रामा फुलस्टाप लगाना, वह भी बिन्दी है। तो बिन्दी आत्मा को याद किया, कमाई बढ़ गई। वैसे लौकिक में भी देखो, बिन्दी से ही संख्या बढ़ती है। एक के आगे बिन्दी लगाओ तो क्या हो जाता? १०, दो बिन्दी लगाओ, तीन बिन्दी लगाओ, चार बिन्दी लगाओ, बढ़ता जाता है। तो आपका

एक सेकण्ड उनको भी ड्रिल करा सकते हैं और स्वयं भी अभ्यास कर सकते हैं। कोई मुश्किल नहीं है। दो-चार सेकण्ड भी निकालना चाहिए इससे बहुत मदद मिलेगी। नहीं तो क्या होता है, सारा दिन बुद्धि चलती रहती है ना, तो विदेही बनने में टाइम लग जाता है और बीच-बीच में अभ्यास होगा तो जब चाहें उसी समय हो जायेंगे क्योंकि अन्त में सब अचानक होना है। तो अचानक के पेपर में यह विदेही-पन का अभ्यास बहुत आवश्यक है। ऐसे नहीं बात पूरी हो जाए और विदेही बनने का पुरुषार्थ ही करते रहें। तो सूर्यवंशी तो नहीं हुए ना! इसलिए जितना जो बिज़ी है उतना ही उसको बीच-बीच में यह अभ्यास करना जरूरी है। फिर सेवा में जो कभी-कभी थकावट होती है, कभी कुछ न कुछ आपस में हलचल हो जाती है, वह नहीं होगा। अभ्यासी होंगे ना! एक सेकण्ड में न्यारे होने का अभ्यास होगा, तो कोई भी बात हुई एक सेकण्ड में अपने अभ्यास से इन बातों से दूर हो जायेंगे। सोचा और हुआ। युद्ध नहीं करनी पड़े। युद्ध के संस्कार, मेहनत के संस्कार सूर्यवंशी बनने नहीं देंगे। लास्ट घड़ी भी युद्ध में ही जायेगी, अगर विदेही बनने का सेकण्ड में अभ्यास नहीं है तो। और जिस बात में कमज़ोर होंगे, चाहे स्वभाव में, चाहे सम्बन्ध में आने में, चाहे संकल्प शक्ति में, वृत्ति में, वायु-मण्डल के प्रभाव में, जिस बात में कमज़ोर होंगे, उसी रूप में जानबूझकर भी माया लास्ट पेपर लेगी। इसीलिए विदेही बनने का अभ्यास बहुत जरूरी है। कोई भी रूप की माया आये, समझ तो है ही। एक सेकण्ड में विदेही बन जायेंगे तो माया का प्रभाव नहीं पड़ेगा। जैसे कोई मरा हुआ व्यक्ति हो, उसके ऊपर कोई प्रभाव नहीं पड़ता ना! विदेही माना देह से न्यारा हो गया तो देह के साथ ही स्वभाव, संस्कार, कमज़ोरियाँ सब देह के साथ हैं, और देह से न्यारा हो गया, तो सबसे न्यारा हो गया। इसलिए यह ड्रिल बहुत सहयोग देगी, इसमें कन्ट्रोलिंग पावर चाहिए। मन को कन्ट्रोल कर सकें, बुद्धि को एकाग्र कर सकें। नहीं तो आदत होगी तो परेशान होते रहेंगे। पहले एकाग्र करें, तब ही विदेही बनें। अच्छा। आप लोगों का तो अभ्यास १४ वर्ष किया हुआ है ना! (बाबा ने संस्कार डाल दिया है) फाउण्डेशन पक्का है। आप लोगों की तो १४ वर्ष में नेचर बन गई। सेवा में कितने भी बिज़ी रहो लेकिन कोई बहाना नहीं चलेगा कि हमको समय नहीं था क्योंकि बापदादा को अभी जल्दी-जल्दी १०८ और १६ हजार तो तैयार करने

साधन कितना सहज है! “मैं आत्मा हूँ”- यह स्मृति की बिन्दी लगाना अर्थात् खज़ाना जमा होना। फिर “बाप” बिन्दी लगाओ और खज़ाना जमा। कर्म में, सम्बन्ध-सम्पर्क में ड्रामा का फुलस्टाप लगाओ, बीती को फुलस्टाप लगाया और खज़ाना बढ़ जाता। तो बताओ सारे दिन में कितने बार बिन्दी लगाते हो? और बिन्दी लगाना कितना सहज है! मुश्किल है क्या? बिन्दी खिसक जाती है क्या?

बापदादा ने कमाई का साधन सिर्फ यही सिखाया है कि बिन्दी लगाते जाओ, तो सभी को बिन्दी लगाने आती है? अगर आती है तो एक हाथ की ताली बजाओ। पक्की है ना! या कभी खिसक जाती है, कभी लग जाती है? सबसे सहज बिन्दी लगाना है। कोई इस आँखों से ब्लाइन्ड भी हो, वह भी अगर काग़ज़ पर पेन्सिल रखेगा तो बिन्दी लग जाती है और आप तो त्रिनेत्री हो, इसलिए इन तीन बिन्दियों को सदा यूज करो। क्वेश्चन मार्क कितना टेढ़ा है! लिखकर देखो, टेढ़ा है ना? और बिन्दी कितनी सहज है। इसलिए बापदादा भिन्न-भिन्न रूप से बच्चों को समान बनाने की विधि सुनाते रहते हैं। विधि है ही बिन्दी। और कोई विधि नहीं है। अगर विदेही बनते हो तो भी विधि है- बिन्दी बनना। अशरीरी बनते हो, कर्मातीत बनते हो, सबकी विधि बिन्दी है। इसलिए बापदादा ने पहले भी कहा है- अमृतवेले बापदादा से मिलन मनाते, रूहरिहान करते जब कार्य में आते हो तो पहले तीन बिन्दियों का तिलक मस्तक पर लगाओ। वह लाल बिन्दियों का तिलक लगाने नहीं शुरू करना, लेकिन स्मृति का तिलक लगाओ और चेक करो- किसी भी कारण से यह स्मृति का तिलक मिटे नहीं। अविनाशी, अमिट तिलक है?

राज्य को कन्ट्रोल करने के पहले स्व-राज्य-अधिकारी तो बनो

जो एक सेकेण्ड में अपने संकल्प को जहाँ चाहे, जो सोचना चाहें वही सोच चलता रहे, ऐसे जो समझते हैं वह हाथ उठाओ। एक सेकेण्ड में माइण्ड कन्ट्रोल हो जाए, ऐसे सेकेण्ड में हो सकता है? अगर कर सकते हो तो हाथ उठाओ। ऐसे कहने से नहीं, अगर कन्ट्रोल होता है तो हाथ उठाओ। अच्छा, जिन्होंने नहीं हाथ उठाया उन्हीं को क्या एक मिनट लगता है? या उससे भी ज़्यादा लगता है? अभी यह अभ्यास बहुत ज़रूरी है क्योंकि अन्त के समय यह अभ्यास बहुत काम में आयेगा। जैसे इस शरीर के आरगन्स बाँह है, पाँव है, इनको सेकेण्ड में जहाँ

लेकर जाने चाहो वहाँ ले जा सकते हो ना! ऐसे मन और बुद्धि को भी मेरी कहते हो ना? जब मन के मालिक हो, यह सूक्ष्म आरगन्स हैं, तो इसके ऊपर कन्ट्रोल क्यों नहीं? संस्कार के ऊपर भी कन्ट्रोल होना चाहिए। जब चाहो जैसे चाहो- जब यह अभ्यास पक्का होगा तब समझो पास विद् ऑनर होंगे। तो बनना लक्ष्मी-नारायण है, तो राज्य को कन्ट्रोल करने के पहले स्व-राज्य-अधिकारी तो बनो तब राज्य अधिकारी बनेंगे। इसका भी साधन यही है कि खज़ाने जमा करो। समझा? अच्छा, इस वायुमण्डल में, मधुबन में बैठे हो। मधुबन का वायुमण्डल पाँवरफुल है, इस वायुमण्डल में इस समय मन को कन्ट्रोल कर सकते हो? चाहे मिनट में करो, चाहे सेकेण्ड में करो लेकिन कर सकते हो? ऑर्डर दो मन को, बस आत्मा परमधाम निवासी बन जाओ। देखो मन ऑर्डर मानता है या नहीं मानता है? (ड्रिल) अच्छा।

