अनुभूतियाँ

परमात्म लाडलों प्रति,

हे परमात्म प्रिय आत्माओं, जगतपिता, जगत नियंता, परमपिता परमात्मा शिव निराकार होते हुए भी वर्तमान समय सम्पूर्ण मानव जाति को विभिन्न आपदाओं, विपदाओं, विपत्तियों, बीमारियों और प्राकृतिक प्रकोपों से बचाने के लिए स्वयं इस धरा पर अवतरित होकर हम सभी आत्मा रूपी बच्चों को अपने पावन प्रेम की अविरल धारा में नहला रहे हैं.... उनके इस निःस्वार्थ स्नेह की सुखद सरिता में नहाकर हम सब आत्माऐं निरन्तर पतित से पावन अथवा काले से गोरे और रंक से राजा अथवा मनुष्य से देवता अर्थात् रोगी, भोगी और ढोंगी से बदलकर सहज राजयोगी बनते जा रहे हैं। वो दिन अब दूर नहीं जब हम प्रेम के सागर पिता परमात्मा द्वारा दिखाये गये सहज राजमार्ग पर चलते हुऐ, अपने खोये हुऐ दैवी स्वराज्य को पुनः प्राप्त करके ही रहेंगे।

परन्तु सावधान!! माया अभी पूर्ण-रूपेण पराजित नहीं हुई है। उसके कुछ अज्ञात आघातों की आहट अब भी बारम्बार सुनाई दे रही है। उधर मानवीय खनन से आक्रोशित प्रकृति भी अपने पाँचो तत्व रूपी पुत्रों के साथ इस ताक में घात लगाये बैठी है कि कब मैं मानवता के किसी बड़े भू-भाग को तहस-नहस कर दूँ। अनिश्चितता, अनिद्रा, भय और घबराहट के इस माहौल में जिन्दगी का सफर दिनों-दिन धोखेबाजी, आकस्मिक दुर्घटनाओं, हृदयाघातों, चोरी और हेराफेरी जैसी दुखद घटनाओं से भरता जा रहा है।

अब ऐसे में आवश्यकता इस बात की है कि हम सभी मिलकर सहज वा स्पष्ट ईश्वरीय इशारों पर चलकर अपने लिऐ एक सुखमय संसार की पुनः स्थापना करें।

तो आईये आज हम सभी पुनः परमात्म प्यार की उस मधुर मंदाकिनी में बहकर अपने जन्म-जन्मान्तर के सभी पापों, दुखों और सभी रोगों-सन्तापों से सदा-सदा के लिये मुक्ति पा लें, क्योंकि इस अविरल, अथाह, अनंत और अनवरत बहती पावन पुनीत गंगा में बहने का वक्त अब पूरा होने को ही है।

आत्मा और परमात्मा के महामिलन की ये मंगल घड़ियाँ और ये पुनीत पल कब और कैसे गुजरते चले गये, कुछ पता ही न चला परन्तु अब इस अगाध गाथा में अर्थात् प्रभु मिलन की इस करूण कथा में हम सभी एक ऐसे निष्ठुर, निर्दयी और अपरिवर्तनीय मोड़ पर आ पहुंचे हैं, जहाँ से हम सभी एक दूसरे से फिर से अनंतकाल के लिये बिछुड़ जायेंगे।

तो आईये, एक बार फिर से बापदादा द्वारा कराई गई ड्रिल्स् का सम्पूर्ण आनन्द लेते हैं और चलते हैं उसी डायमण्ड हॉल में, जहाँ बैठकर हम सभी ने सम्मुख मिलन मनाया था। महामिलन की इस मधुर बेला में, हम सभी एकजुट होकर दिल वा जान, सिक वा प्रेम से अपने उस असीम प्रेम के सागर, परम प्यारे, परमपिता के पवित्र प्रेम

में अर्थात् महाकाल, महाज्योति, महानन्दा और ब्रह्मपुत्रा की पवित्र लहरों में लहराने का सतत् प्रयास करें और अपने इस संगमयुगी जीवन को खुशियों से ओत-प्रोत कर लें।

प्रस्तुत पुस्तक इसी कड़ी के सन्दर्भ में परमपिता परमात्मा द्वारा घड़ी-घड़ी कराये जा रहे राजयोग अभ्यास की अनुपम अनुभूतियों का संकलन मात्र है, जिसके निरन्तर वा गहन अभ्यास द्वारा हम स्वयं परमात्म सर्वशक्तियों के स्वरूप बनकर इस प्रकृति के पाँचों तत्वों की विनाशलीला आरम्भ करने के पहले ही परमात्म प्यार में लहराते हुऐ इस विषय सागर से पार हो सकेंगे।

बाबा की "स्पार्क (SpARC) विंग" द्वारा उपलब्ध पुस्तक "रूहानी ड्रिल" के गहन अध्ययन से जो दिव्य अनुभूतियाँ परमप्रिय परमपिता परमात्मा ने आत्मा(ओं) को कराई हैं, उन्हीं अनुभवों को पंक्तिबद्ध करने का एक सतत् प्रयास इस संकलन में किया गया है।

अधोलिखित चंद पंक्तियों को एक छोटी सी पुस्तिका का रूप देकर मुझे जिस अवर्णनीय हर्ष का अनुभव हो रहा है, ऐसा ही सुन्दर, सुखद एवं अप्राप्य सुख आप सभी को भी अवश्य ही प्राप्त होगा, ऐसा मेरा मुझमें और इस दिव्य प्रति में सम्पूर्ण विश्वास है.....

........ईश्वरीय सेवार्थ

<u>ड्रिल - 01 (ज्वाला स्वरूप अभ्यास)</u>

महावाक्यः- समय कम है, कार्य ज्यादा करना है...... यह दिन और रात दो घण्टे के समान महसूस करेंगे......।

स्वमानः- मैं शान्त स्वरूप आत्मा साइलेन्स की स्टेज द्वारा संकल्पों की सिद्धि प्राप्त करने वाली ''कम खर्च-बाला नशीन'' सिद्धि स्वरूप आत्मा हूँ.......

गीतः- वक्त है कम लम्बी मंजिल, हमें तेज कदम..........

योगाभ्यास/ड्रिलः- आज मैं आत्मा बापदादा के दिये गये स्वमानों अनुसार ज्वाला स्वरुप अवस्था का अनुभव करने के लिये एक ऊँचे शिखर पर विराजमान हूँ...... ब्रह्मलोक से बापदादा मुझे ज्वाला स्वरुप अवस्था में स्थित होने के लिये प्रेरित कर रहे हैं....... परमधाम से उनकी पावरफुल किरणें सूक्ष्मलोक से होती हुई मुझ पर उतर रही हैं....... मैं उन्हें स्वयं में आत्मसात् कर रहा हूँ....... मुझसे निकलते हुए प्रकम्पन समस्त शिखर को आलौकित कर रहे हैं....... बापदादा से निकलती तीव्र किरणें मेरी भृकुटि में आ-आकर समा रही हैं...... और मुझसे होती हुई दूर-दूर तक फैल रही हैं...... मैं आत्मा बापदादा के दिये हुए कार्य की पूर्ति के लिए ज्वाला स्वरुप अवस्था का अनुभव कर रहा हूँ..... मैं बापदादा से प्राप्त किरणों को अपनी भृकुटि से ज्वालामुखी रुप में परिवर्तित कर रहा हूँ..... मेरी भृकुटि से निकलता हुआ अथाह प्रकाश पुँज समस्त भूमण्डल में फैल रहा है....... धीरे-धीरे ये प्रकाश का स्त्रोत एक बड़े दानावल में परिवर्तित हो रहा है....... अब मैं आत्मा प्रस्फुटित ज्वालामुखी के समान बापदादा से प्राप्त शक्तियों को अपनी भृकुटि से ऊपर अन्तरिक्ष की ओर प्रवाहित कर रहा हूँ....... मुझसे निकलती शक्तियाँ, बिखरते लावे के समान अग्नि रुप धारण कर... समस्त अन्तरिक्ष में फैल रही हैं........ बापदादा से प्राप्त शक्तियों के द्वारा मुझ आत्मा के तमोगुणी संस्कार जलकर भस्म हो रहे हैं....... मैं आत्मा बोझमुक्त हो रही हूँ....... मैं आत्मा सच्चा सोना बनती जा रही हूँ....... मुझे स्वयं में सतयुगी संस्कारों की अनुभूति हो रही है........ मैं आत्मा एकदम हल्की, पूर्णतया पापमुक्त, सम्पूर्ण पवित्रता की अनुभूति कर रही हूँ........ मेरे सभी बन्धन कटते जा रहे हैं...... और मैं आत्मा बन्धनमुक्त होती जा रही हूँ..... मेरी सभी शक्तियों का विकास हो रहा है........ मैं आत्मा सतयुग आदि स्वरुप के संस्कारों एवं शक्तियों से भरती जा रही हूँ..... धीरे-धीरे मैं भी मास्टर सर्वशक्तिमान बनती जा रही हूँ..... मुझसे निकलती अनन्त शक्तियों की किरणें ज्वालामुखी के रुप में सम्पूर्ण अन्तरिक्ष की ओर बह रही हैं........ ज्वालामुखी से प्रवाहित लावे के समान मेरी शक्तियाँ मुझसे निकल-निकल कर सम्पूर्ण अन्तरिक्ष में छा रही हैं....... सम्पूर्ण मानवता मुझसे निकलती इन शक्तियों की अनुभूति कर रही है....... इससे लोगों के दुःख दूर हो रहे हैं....... भय, तनाव, अनिद्रा, उदासी से पीड़ित लोग अब पुनः शान्ति और सुख की अनुभूति कर रहे हैं........ प्रकृति भी ज्वाला स्वरुप किरणों को प्राप्त कर शान्त होती जा रही है....... मानवता के प्रति उसका क्रोध कम हो रहा है....... स्वर्णिम संसार की भाँति मानवता के प्रति अब उसमें पुनः ममता के भाव जागृत हो रहे हैं....... वह अपने कुपित संस्कारों से मुक्त हो रही है....... उसमें पुनः मानवता के प्रति सेवाभाव जागृत हो रहा है........ सम्पूर्ण मानवता इन ज्वाला स्वरुप किरणों को प्राप्त कर आन्नदित हो रही है....... बापदादा इन अनन्त शक्तियों को मुझमें से होते हुए सम्पूर्ण विश्व में बिखेर रहे हैं........ ऐसा लगता है मानो आज स्वयं गंगा मेरे केशों से होती हुई धरती पर अवतरित हो रही हो....... श्वेत प्रकाश का एक विशाल झरना सूक्ष्मलोक होते हुए मेरे सिर पर उतर रहा है...... मैं उसे स्वयं में समाते हुए सम्पूर्ण पृथ्वी पर प्रवाहित कर रहा हूँ......

ओम शान्ति्

<u>ड्रिल - 02 (बिन्दू रूप)</u>

महावाक्यः- मुझ आत्मा में बाप की याद समाई हुई है......।

स्वमानः- मैं आत्मा बिन्दु रूप हूँ..... मैं बिन्दू, बिन्दु की ही सन्तान हूँ.....

गीतः- मैं देह से न्यारा हूँ, बाबा का प्यारा हूँ.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं अजर, अमर, अविनाशी बिन्दू आत्मा हूँ......... यही मेरा अनादि, आदि स्वरूप है.......... अब इस सृष्टि चक्र के अन्त समय में मुझे इतना ही पुरुषार्थ करना है कि...... स्वयं भी बिन्दू रूप में स्थित होना है....... निरन्तर याद भी बिन्दी बाप को ही करना है....... और ड्रामा के हर दृश्य को देखते हुये भी साक्षी होकर रहना है और बिन्दी लगाते जाना है........ इस पल, इस घड़ी जो बीता उसे 'नथिंग न्यू' की स्मृति से बिन्दी लगाते आगे बढ़ते जाना है........ इस एक बिन्दी में ही सब समाया है........ मैं, बाप और रचना सब कुछ इस बिन्दी में ही समाया है........ मुझे और जानना ही क्या है??? बिन्दू......... इस अनमोल संगमयुग पर मेरा और कर्त्तव्य ही बाकी क्या रहा हुआ है........ बिन्दू बाप को श्वासों-श्वाँस याद करते रहना है........ ये सम्पूर्ण मनुष्य सृष्टि रूपी कल्प-वृक्ष, समस्त सृष्टि का विस्तार एक मात्रा में ही तो समाया है और वो है बीजरूप बिन्दू बाप........ मुझ बिन्दु में अविनाशी ८४ जन्मों का रिकार्ड भरा हुआ है........ कैसी विडम्बना है ये, जो मैं बिन्दू आत्मा स्वयं को ही भूल गयी थी........ स्वयं में भरे ८४ जन्मों के अविनाशी पार्ट को भी भूल गयी थी......... आत्मा अपने ओरिजनल स्वरूप को भूल देह के भान में आकर स्वयं को भी देह समझ बैठी.... और समय के इस कालचक्र में फंसकर रावण की बन्धिनी बन गयी.... रावण की इस मायावी नगरी में, उसकी रची भूल-भुलैया में भटक कर अपने अविनाशी प्रियतम, अपने साजन, अपने रहबर, अपने दिलबर को ही भूल गयी....... और शोक वाटिका में एक जेल बर्ड की भाँति दिन काटने लगी.......... शुक्रिया!! मेरे मीठे प्यारे शिव साजन का, जिन्होंने मुझे रावण के पिंजरे से आजाद करके मुझे मेरी पहचान दी........ मेरी खोयी स्मृति लौटाकर मुझे फिर से अपनी संगिनी स्वीकार किया........ मुझे मेरे बिन्दु स्वरूप की स्मृति करायी......... अपने सच्चे स्वरूप की पहचान दी....... तीन बिन्दियों को भूलने के कारण ही मेरा ये हाल हुआ था........ मेरा इतना अधिक पतन हुआ था........ मगर अब मैं अपने वास्तविक रूप को पहचान गई हूँ........ मुझे मेरे असली घर का रास्ता मिल गया है........ मुझे अब अपने असली घर को लौटना है........ और उसके लिये मुझे उसी बिन्दु स्वरूप में स्थित होना है, जिस रूप में मैं अपने घर से इस साकार लोक में आयी थी....... मैं अशरीरी इस धरा पर आयी थी और अब वापिस जाने के लिये मुझे अशरीरी ही बनना है....... मैं अनादि, अविनाशी बिन्दु आत्मा हूँ...... मैं अशरीरी बिन्दु आत्मा हूँ........ मैं बिन्दु आत्मा हूँ........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 03 (अमृतवेले अशरीरीपन का अभ्यास)

महावाक्यः- जिसकी यह ड्रिल पक्की होगी वह सभी परिस्थितियों का सामना कर सकते हैं..../अमृतवेले विशेष ''अशरीरी भव'' का वरदान लेना चाहिये.....।

स्वमानः- मैं परमधाम निवासी परमपिता परमात्मा शिव की सन्तान निराकार ज्योतिर्बिन्दु स्वरूप आत्मा हूँ........

गीतः- रोज सवेरे हमको मिलते बाबा.../मिलन की लगन में मग्न आज...

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं ज्योर्तिबिन्दु आत्मा आँख खुलते ही स्वयं को अपने अविनाशी परमपिता परमात्मा शिव के सम्मुख पाती हूँ..... निराकारी बिन्दु पिता शिव को निहारते मैं सर्वप्रथम सत्य बाप, सत्य टीचर व सतगुरू सदाशिव को नमन, गुडमार्निंग अथवा सुप्रभात करती हूँ..... मीठी मुस्कान देते पिता शिव मेरी गुडमार्निंग स्वीकार कर मुझे पावन दृष्टि दे रहे हैं..... शिव पिता की पॉवरफुल पावन दृष्टि पड़ने से मेरी सर्व कर्मेन्द्रियाँ जागृत होकर योगमुद्रा में स्थित हो रही हैं..... जैसेकि स्थूल देह ने निद्रा की अवस्था को पूर्णतया त्याग दिया हो..... नजर से निहाल होकर मैं आत्मा उड़ चलती हूँ, इस नश्वर देह को त्याग, अपने पिता परमात्मा शिव की ओर..... अगले ही पल मैं अशरीरी आत्मा परमधाम निवासी बनकर पिता शिव के पास जाकर बैठ जाती हूँ..... (आन्नद लेंगे कुछ देर इसी अशरीरी अवस्था का....) पिता शिव से पवित्रता, प्रेम, वात्सल्य से परिपूर्ण व सर्वशक्तियों से सम्पन्न सतरंगी किरणें निकलकर मुझ पर बरस रही हैं..... किरणों से बरसता सौहार्द मुझे आह्लादित कर रहा है..... मुझमें अन्नत शक्तियाँ भर रहा है....... मेरी काया कल्पतरू हो रही है..... मुझ आत्मा की चमक करोंड़ो गुना बढ़ती जा रही है..... मुझमें सर्वगुणों वा सर्व शक्तियों का समावेश हो रहा है..... मेरी दिव्यता बढ़ती जा रही है...... मैं अपने ओरिजनल स्वरूप का स्पष्ट अनुभव कर पा रहा हूँ.... (बैठ जायें अनुभूतियों के सागर तले और सहेज लें ये अविस्मरणीय पल...) कुछ देर इसी बीजरूप अवस्था का अनुभव करने के बाद मैं आत्मा अवतरित होती हूँ सूक्ष्मवतन में अपनी प्रकाश की काया में... जहाँ मेरा सम्पूर्ण प्रकाश का शरीर अपनी सम्पूर्णता को धारण किये हुये विद्यमान है.... मैं आत्मा नीचे आकर इस कार्ब को धारण कर बैठ जाती हूँ ब्रह्मा बाप के अव्यक्त फरिश्ते स्वरूप के सम्मुख.... क्षणिक विलम्ब किये बिना पिता शिव ब्रह्मा तन में प्रवेश कर मुझे दिव्य अलौकिक रूहानी दृष्टि से भरपूर कर रहे हैं.... बापदादा से निकलती ये दिव्य किरणें मुझे सराबोर कर रही हैं...... मैं फरिश्ता बापदादा की ममतामयी गोद में समाता जा रहा हूँ......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 04 (अनादि-आदि स्वरूप अभ्यास)

महावाक्यः- पहले अपने को परिवर्तन में लाओ तब दुनिया को प्रिय लगेंगे.. ...।

भगवानुवाचः- मैं कल्प-कल्प, कल्प के संगमयुग पर इस धरा पर अवतरित होकर वही सत्य गीता ज्ञान सुनाता हूँ जिसे सुनकर साधारण मनुष्य देवपद को प्राप्त करते हैं.......।

स्वमानः- मैं आत्मा कर्मेन्द्रियों का राजा अर्थात् मालिकपन की स्मृति द्वारा राजयोग की सिद्धि प्राप्त करने वाली सिद्धि स्वरूप आत्मा हूँ.......

गीतः- शिव की वाणी ही गीता है....../हम बदलेंगे, जग बदलेगा........

योगाभ्यास/ड्रिलः- हे आत्मा, आप तो बहुत सुन्दर हो.... बहुत शक्तिशाली हो... आपका ओरिजिनल स्वरूप तो बहुत ही आकर्षक वा न्यारा है..... आप इस देह के भान में आकर कुरूप बन पड़ी हो..... माया के इस मायावी जाल में फंसकर आप काली हो गई हो...... आपका वास्तविक ओरिजिनल स्वरूप ऐसा नहीं है..... आप बीजरूप निराकार परमपिता परमात्मा शिव की अजर, अमर अविनाशी सन्तान मास्टर बीजरूप हो..... जब आप सम्पूर्ण सतोप्रधान अवस्था को प्राप्त कर रही थी तो आपमें सृष्टि चक्र के आदि-मध्य और अन्त का सम्पूर्ण ज्ञान इमर्ज रूप में था..... आप ही स्वदर्शन चक्रधारी के स्वमान से अलंकृत हुआ करते थे... आपका देवताई स्वरूप सम्पूर्ण सतोप्रधान, डबल अहिंसक, सर्वगुण सम्पन्न था.... आप विकारों की हिंसा वा बाहुबल की हिंसा अथवा वाणी वा कर्म द्वारा की जाने वाली हिंसा से पूर्णतया इच्छा मात्रम् अविद्या स्वरूप में थे..... आपकी दृष्टि रूहानी, दिव्य, अलौकिक हुआ करती थी..... यह तो माया का परछाया पड़ जाने से, विकारों रूपी रावण के वश हो जाने से आप अपना सतीत्व, पवित्रता, सुख-शान्ति का वर्सा गंवाकर अत्यधिक दुखी बन पड़े हो...... इस विकारों से भरी दुनिया में भी आप समान हितकारी, सहयोगी, विशालबुद्धि, निश्छल और कोई भी नहीं है..... विकारों की दुबन में फंसकर आप अपने अनादि सो आदि सतोप्रधान स्वरूप को भूल गई थी..... अब संगमयुग की इस श्रेष्ठतम् वेला पर बीजरूप परमात्मा शिव फिर से आपको वही सत्य गीता ज्ञान अर्थात् श्रेष्ठतम् श्रीमत देकर सम्पूर्ण सतोप्रधान बनने की शिक्षा दे रहे हैं.... सो हे आत्मन्-अब जागो, अज्ञान रूपी निद्रा को त्याग कर परमात्मा शिव द्वारा दिया जा रहा सत्य गीता ज्ञान स्वयं में धारण कर, अपना कल्प-कल्प का अविनाशी स्वर्गिक राज्य-भाग्य का अधिकार प्राप्त करने का श्रेष्ठ पुरूषार्थ करो.... ओम शान्ति्

ड्रिल - 05 (एक बाबा दूसरा न कोई)

महावाक्यः- सोचना और करना साथ-साथ चले, सोचने के बाद पुरूषार्थ ना करना पड़े। सोचा और हुआ, ऐसे जो अभ्यासी होंगे वही सर्विस करने का पान का बीड़ा उठा सकेंगे.....।

स्वमानः- मैं घड़ी-घड़ी भिन्न-भिन्न स्वमानों का सेकण्ड का अभ्यास करने वाली श्रेष्ठतम स्वमानधारी सर्व-बन्धनमुक्त आत्मा हूँ........

गीतः- गाये जा गीत मिलन के, तू अपनी लगन के.........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं सदा एक अविनाशी बाप की याद में मग्न रहने वाली एक बिन्दु आत्मा हूँ.......... मैं एक बल एक भरोसे के दृढ़ निश्चय का व्रत धारण करने वाली दृढ़-संकल्पधारी आत्मा हूँ.......... मैं एक की ही श्रीमत पर चलने वाली, श्रीमत का पालन करने वाली आज्ञाकारी आत्मा हूँ.......... मैं एक के स्नेह के रस का रसपान करने वाली एकरस आत्मा हूँ.......... मैं एक का ही गुणगान करने वाली सदैव गुणग्राही आत्मा हूँ.......... मैं एक के ही साथ सर्व सम्बन्ध निभाने वाली वफादार आत्मा हूँ.......... मैं सदा एक के ही संग-साथ का अनुभव करने वाली एकव्रता आत्मा हूँ.......... मैं एक ही ईश्वरीय परिवार के एक लक्ष्य-एक लक्षण को आधार बनाने वाली आत्मा हूँ.......... मैं सर्व को एक ही शुभ और श्रेष्ठ भावना से देखने वाली सदा शुभ संकल्प धरने वाली आत्मा हूँ....... मैं सर्व को एक ही श्रेष्ठ शुभकामना से सदा ऊँचा उड़ाने वाला उड़ता पंछी हूँ....... मैं एक को ही संसार बनाने वाली, एक से ही सर्व प्राप्तियों का अनुभव करने वाली, एकादशी का अखण्ड व्रत धारण करने वाली आत्मा हूँ.......... मैं आँख खोलते बाबा, दिन की शुरूआत करते बाबा, कर्मयोगी बन हर कर्म करते एक साथी बाबा, दिन समाप्त करते एक बाबा के ही लव में लीन होकर रहने वाली लवलीन आत्मा हूँ.......... मैं एक की ही गोद में खेलने वाली, एक ही के स्नेह में पलने वाली स्नेही आत्मा हूँ.......... मैं सेवा करते, सम्बन्ध-सम्पर्क में आते, अनेक में उस एक को देखते, एक बाप, एक परिवार, एक की ही सेवा के निमित्त बनकर चलने वाली फरमानबरदार आत्मा हूँ.......... मैं इस ब्राह्मण जीवन में, स्वयं हीरो पार्टधारी बनने के जीवन में, पास विद् ऑनर होने की जीवन में, एक बाप को जानकर सब कुछ जानने वाली, सर्व प्राप्तियों की अधिकारी आत्मा हूँ.......... मैं एक पारलौकिक बाप को जानकर उस एक की याद में सहज स्थित हो सकने वाली सहजयोगी, स्वतः योगी, निरन्तर योगी आत्मा हूँ......... मैं एक के महत्व को जान, एक बाप की श्रीमत का पालन कर महान बनने वाली आत्मा हूँ........ मैं विस्तार को सार में समाकर अर्थात् अनेक को एक बिन्दु में समाकर सहज ही निराकार स्वरूप में स्थित होने वाली निराकारी बिन्दु आत्मा हूँ.......... मैं एक की याद में रहकर जन्म जन्म के विकर्मों को भस्म करने वाली ज्वाला स्वरूप तपस्वी आत्मा हूँ......... मैं एक की याद के बल से सर्वात्माओं के विघ्नों का विनाश करने वाली विघ्न-विनाशक आत्मा हूँ.......... मैं एक के कदम पर कदम रखकर, एक को ही फॉलो करने वाली, कदमों में पदमों की कमाई जमा करने वाली स्वराज्य अधिकारी सो भविष्य राज्य-तख्तनशीन आत्मा हूँ........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 06 (अन्तर्मुखता की गहन अनुभूति)

महावाक्यः- नयनों के इशारों से किसके मन के भाव को जान जायेंगे, यही अन्तिम कोर्स पढ़ना है......।

स्वमानः- मैं साइलेन्स की पॉवर द्वारा अर्थात् मन्सा द्वारा अन्य आत्माओं की दृष्टि-वृत्ति को परिवर्तन कर देने वाली अर्न्तमुखी आत्मा हूँ......

गीतः- इस जग से अलग रहकर रूहे, उस रब से रूहरिहान करो......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ....... मेरी शान्तवृत्ति मेरे मौलिक गुणों..... मेरी शक्तियों का स्रोत है...... शान्तचित्त स्थिति मुझ आत्मा को अन्तर्मुखता का विचित्र अनुभव करा रही है..... एक अलग ही दुनिया है यह... अन्तर्मुखता की गुफा.... रूहों का ही निवास है यहाँ..... हर तरफ रूहें ही रूहें..... देह अथवा देह से जुड़ी वस्तुओं का सम्पूर्ण अभाव है यहाँ...... रूहरिहान भी आत्मा से, आत्मा का...... सम्बन्ध भी आत्मिक....... दृष्टिकोण भी रूहानियत से भरा..... लौकिकता का पूर्णतयाः अभाव है यहाँ..... मैं आत्मा स्वयं को साक्षी स्थिति में अनुभव कर रही हूँ...... जैसेकि मैं देह से संकल्प मात्र भी अटैच नहीं हूँ........ बेहद न्यारी और प्यारी अवस्था है यह........ आत्मा अतिन्द्रिय सुख की गोद में सहज ही समाती जा रही है....... मैं एक अलग सी अपनी ही दुनिया में खोयी सी रहती हूँ...... बातें करते... सुनते... देखते... बोलते... चलते-फिरते... सब बातों से उपराम हूँ मैं...... एक शिवबाबा ही सदा श्वांसों में बसे हैं मेरे...... उन्हीं संग बातें करना....... एक उन्हीं संग हंसना-खेलना...... उन्हीं संग हर पल बिताना....... बस यही मेरी दिनचर्या रही है अब....... सदा एक ज्ञान सागर का ही चिन्तन....... (सिमर-सिमर सुख पाता है..... मन गीत खुशी के गाता है..... प्यारे बाबा!! मीठे बाबा!! मेरे बाबा!!......) उस असीम प्रेम के सागर में ही डूबे रहना...... सबसे बातें करते उनके मस्तक में चमकती आत्मा को ही देखना...... यह सब भी निराकार शिवबाबा की अजर-अमर सन्तानें हैं...... इसी स्मृति से सम्बन्ध में आना....... और सम्पर्क में आते भी न्यारा बन रहना...... मेरा निज स्वभाव बन गया है....... मुझ आत्मा के सम्पर्क में आने वाली आत्मायें स्वयं को..... सहज ही इस मायावी दुनिया से अलग...... न्यारी...... उपराम अनुभव कर रही हैं....... रूह का रूहों से ये अलौकिक मिलन....... मुझे मेरी सम्पूर्णता का सहज अनुभव करा रहा है....... रूह का आह्वान कर उन्हें भी अशरीरी बना देना..... विदेही अनुभव कराना...... जैसे मेरा निज संस्कार है..... आत्मायें सहज ही देह से अलग हो रही हैं....... वे परमात्मा अनुभूति सहज ही कर रही हैं....... वे स्वयं के ओरिजनल स्वरूप का सहज ही अनुभव कर रही हैं........ उनका इस देह से ममत्व समाप्त होता जा रहा है........ वे स्वयं को देह से अलग परमात्मा द्वारा चुनी हुई श्रेष्ठ आत्मायें स्वीकार कर रही हैं........ उन्हें सेकण्ड में परमात्मा ज्ञान प्राप्त हो रहा है....... ओम शान्ति्

ड्रिल - 07 (ब्राह्मण सो फरिश्ता सो निराकारी)

महावाक्यः- सदैव यह याद रखो कि अब गये कि गये......।

स्वमानः- मैं ब्रह्मा बाप समान ब्राह्मण सो फरिश्ता सो निराकारी बाप समान सम्पूर्ण पवित्र बिन्दु आत्मा हूँ........

गीतः- बैठे वतन में जाकर बाबा प्रत्यक्ष करने अपने बच्चों को.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- बाबा सूक्ष्म वतन में है...... उनकी भृकुटी में शिवबाबा चमक रहे हैं..... बापदादा के हर अंग से शान्ति और शक्तियों की किरणें निकलकर आत्माओं पर पड़ रही हैं....... आत्मा को हर गुण से सम्पन्न कर रही हैं........ अब बापदादा के फरिश्ते रूपी शरीर से एक मुझ जैसा फरिश्ता स्वरूप जन्म ले रहा है......... बाबा की भृकुटी से लेकर पैरों तक बाप समान फरिश्ता निकलता हुआ दिख रहा है......... वह फरिश्ता एकदम बाप समान है........ बाप के सभी गुण इस फरिश्ते में समाये हुये हैं....... इसकी चमक, शक्तियाँ सब बाबा जैसा हैं....... अब बापदादा अपना वरदानी हाथ उस फरिश्ते के सिर पर रख उसे वरदानों से भरपूर कर रहे हैं......... हर प्रकार की सिद्धि से भरपूर कर रहे हैं....... यह फरिश्ता बाप का ही दूसरा स्वरूप है...... बाबा उससे रूहरिहान कर रहे हैं....... बाबा बोले- हे मेरे मीठे बच्चे, इस संगमयुग पर तुम्हारा जन्म ही बाप की मदद करने के लिये हुआ है..... इस दुनिया को नर्क से स्वर्ग बनाने की जिम्मेवारी तुम पर है........ अब वह फरिश्ता धीरे-धीरे बादल पर बैठ ऊपर से धरती की ओर आ रहा है........ उसके चारों ओर शक्तियों की धारायें निकल रही हैं.... ऊपर से बाबा की किरणें निरन्तर पड़ रही हैं... वह फरिश्ता बिल्कुल मेरे सामने है..... अब धीरे-धीरे वह बाप समान फरिश्ता मुझ फरिश्ते रूपी शरीर में समा रहा है...... हम दोनों का शरीर अब एक हो रहा है........ आत्मा से लेकर पैरों तक हम एक हो गये हैं........ अब मुझ आत्मा की शक्तियाँ भी बाप समान हो गयी हैं...... बाप के सभी गुण मुझ आत्मा में समा रहे हैं....... अब जब भी मैं आत्मा किसी अन्य आत्मा के सम्पर्क में आऊंगी तो उनको स्वतः ही मुझसे बाप का साक्षात्कार होगा........ मेरे फरिश्ते स्वरूप का साक्षात्कार होगा........ बाबा और मैं एक साथ धरती के ऊपर फरिश्ता स्वरूप में स्थित हैं....... अब बाबा मुझ आत्मा को इशारा कर रहे हैं कि जाओ मेरे बच्चे! इस दुनिया को अब बुरी आत्माओं से मुक्त करो...... सर्व आत्माओं को इन विकारों रूपी भूतों के चंगुल से छुड़ाओ..... मुझ फरिश्ते में से अब अनेकों फरिश्ते जन्म ले रहे हैं..... बाबा से शक्तियों की किरणें निकलकर निरन्तर मुझ पर और मुझसे जन्मे हर फरिश्ते पर पड़ रही हैं....... अब यह अनेक फरिश्ते उड़ते हुये नीचे धरती के करीब जा रहे हैं....... और हर आत्मा को बुराइयों से मुक्त कर रहे हैं....... वे आत्मायें जिनके विकर्म बढ़ते जा रहे हैं....... जिनमें किसी भी दैवी गुण की निशानी तक बाकी नहीं रही है....... जो बाबा के कार्य में बाधक स्वरूप बन रहे हैं....... जिनकी अति हो गई है....... जिनके विनाश से ही धरती पर पुनः स्वर्ग आयेगा...... उन्हें इस धरती से विदाई दे परमधाम उनके पिता के घर ले जा रहे हैं...... यह सारा कार्य करते समय बाबा का शक्तियों भरा हाथ सभी फरिश्तों पर है.....

ओम शान्ति्

<u>ड्रिल - 08 (फरिश्ता स्वरूप)</u>

महावाक्यः- एक आँख में अव्यक्त सम्पूर्ण स्थिति दूसरी आँख में राज्य पद.....।

स्वमानः- मैं सदा उड़ता पंछी सूक्ष्म वतनवासी फरिश्ता हूँ.......

गीतः- मैं आत्म पंछी प्यारी रे.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- आत्मा इस देह को छोड़कर....... उड़ती हुई जा रही है धरती से दूर, ऊपर आकाश की ओर.... जाकर सूक्ष्मवतन में बैठ जाती है अपनी प्रकाश की काया को धारण कर और सूक्ष्मवतन में अपने प्रकाशमय सम्पूर्ण स्वरूप को धारण कर उड़ चलती है वतन की सैर पर...... फिर प्रकाश की काया को छोड़ उड़ चलती है ऊपर परमधाम में अपने पिता शिव के पास और निर्संकल्प होकर बैठ जाती है निराकारी पिता शिव के सम्मुख........ निराकारी पिता परमात्मा से सर्व शक्तियों की किरणों से फुल चार्ज होकर मैं आत्मा पुनः बढ़ रही हूँ सूक्ष्मवतन की ओर........ परमधाम की स्थिति में अपनी प्रकाश की काया को धारण कर फरिश्ता स्वरूप लिये मैं जा रहा हूँ विश्व ग्लोब की ओर... तथा ग्लोब पर बैठकर समस्त विश्व को सर्व शक्तियों की किरणें दे रहा हूँ...... मुझ फरिश्ते से निकलती सर्वशक्ति सम्पन्न किरणें समस्त विश्व में फैल रही हैं वा मनुष्यात्माओं पर पड़ रही हैं....... मनुष्यात्मायें यथाशक्ति इन शक्तियों को ग्रहण कर रही हैं........ आत्मायें सुख, शान्ति, प्रेम, आन्नद के वायब्रेशन्स् को महसूस कर तृप्त हो रही हैं........ वे स्वयं में परमात्म शक्तियों के वायब्रेशन्स् स्पष्ट महसूस कर रही हैं........ मैं एक क्षण बाबा को निहारता वा दूसरे पल तृप्त होती मनुष्यात्माओं के आन्नदित स्वरूप को देख-देख हर्षित हो रहा हूँ........... वाह रे मैं और वाह मेरा भाग्य! जो परमात्मा ने सर्वात्माओं को सुख-शान्ति की अनुभूति कराने के लिये मुझे चुना और मुझे स्वयं सर्वशक्तियों से भरपूर कर दिया....... मैं स्वयं को अत्यन्त भाग्यशाली महसूस कर अति हर्षित हो रहा हूँ...... परमानन्द के झूले में झूल रहा हूँ......... अतिन्द्रिय सुख का गहन अनुभव कर रहा हूँ..... वाह मेरा अविनाशी भाग्य जो मैं परमात्म प्यार का हकदार बना हूँ...... परमपिता परमात्मा जो सम्पूर्ण सृष्टि का पारलौकिक पिता है, वह मुझे सम्मुख प्यार कर रहे हैं........ मुझे दुलार रहे हैं........ मुझे सर्व गुणों, सर्व शक्तियों से भर रहे हैं........ मुझे विश्व सेवा के निमित्त बनाकर मुझे मास्टर विश्व कल्याणी के स्वमान से अलंकृत कर रहे हैं........ मैं इस अतिन्द्रिय सुख के झूले में झूलता उड़ रहा हूँ..... मैं परमात्म प्यार की लिफ्ट में सैर कर रहा हूँ..... यह परमात्म प्यार की लहरें मुझसे निकलकर समस्त विश्व की आत्माओं तक पहुँच रही हैं...... उन्हें भी परमात्म प्यार की अनुभूति हो रही है......... वे परमात्म प्यार में मग्न होकर नृत्य कर रही हैं...... वे परमात्म मस्ती में मस्त होकर झूम रही हैं........ मैं उड़ता पंछी फरिश्ता बन सारे विश्व में भ्रमण कर परमात्म किरणों को आत्माओं, प्रकृति के पाँचों तत्वों वा जानवरों आदि में सबमें इन किरणों को फैलाता घूम रहा हूँ........ जहाँ-तहाँ परमात्म प्यार की अनुभूति करती आत्माओं का झुण्ड दिखाई दे रहा है........ सर्व मनुष्यात्मायें, पशु-पक्षी अपने-अपने स्थानों, घरों से निकलकर आकाश के तले खुले मैदान में एकत्रित हो रहे हैं....... वे ऊपर नभ की ओर बहुत उत्सुकता से निहार रहे हैं....... वे भगवान के दर्शन करने को लालायित हो रहे हैं....... वे अपने दुख-दर्दों को भूलते जा रहे हैं........ वे खुश हो रहे हैं....... सम्पूर्ण सृष्टि पर जैसे परमात्म भक्तों की भारी भीड़ जुट रही है......... कैसा मनमोहक दृश्य सम्पूर्ण धरा पर चित्रित होता जा रहा है......... भक्तगण परमात्म साक्षात्कार करके मन्त्र-मुग्ध हो गये हैं......... उनके नयनों से अनवरत अश्रुधारा बह रही है......... वे आन्नद-मग्न हो रहे हैं......... वे तृप्त हो रहे हैं........ वे बन्धनों से छूट रहे हैं......... वे मुक्त हो रहे हैं........ वे मुक्ति को प्राप्त कर रहे हैं........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 09 (सेकण्ड में आने जाने का अभ्यास)

महावाक्य:- दूसरे शरीर में प्रवेश हो कैसे कर्त्तव्य करना होता, यह अनुभव बाप के समान करना है......।

स्वमान:- मैं मेहमान बनकर यह पाँच तत्वों से बनी देह को धारण करने वाली महान आत्मा हूँ........

गीत:- अब लौट चलें इस जहाँ से दूर, प्यारे अपने वतन.......

योगाभ्यास/ड्रिल:- परमधाम से नीचे आता एक स्टार..... चमचमाता हुआ..... अपनी अलौकिक छटा बिखेरता हुआ...... दिव्य आभा से परिपूर्ण...... दिव्य ज्योति बिखेरता एक ज्योति पुंज..... आ गया है सूक्ष्मवतन में.... और चल पड़ा है अपनी ऐंजेलिक बॉडी (Angelic Body) की ओर.... फरिश्ता ड्रैस में महाराजन् सी अदा लिऐ..... प्रवेश कर रहा है भृकुटि के मध्य में..... और मस्तक सिंहासन पर विराज रहा है..... फरिश्ता ड्रैस, दिव्य सितारे की प्रवेशता से चमक उठी है..... और एक लाइट हाउस की तरह जगमगाने लगी है...... अनमोल सितारा, फरिश्ता ड्रैस पहने.... चल पड़ा है नीचे धरा की ओर..... विश्व ग्लोब के ऊपर पहुँचकर... कुछ सेकण्ड के लिऐ ठहर जायें..... अलौकिक फरिश्ते से श्वेत प्रकाश की आभायुक्त किरणें... फूट-फूट कर सारे ग्लोब पर बिखरने लगी हैं.... अनवरत बिखरतीं किरणें... प्रकृति तत्वों के स्पर्श में आकर.... सात रंगों में बंट गयी हैं..... और इन्द्रधनुष की तरह..... सारे आकाश मण्डल में फैल गई हैं..... अब ये किरणें वायु-तत्व में मिलकर सम्पूर्ण वायुमण्डल में अपनी चमक और भीनी-भीनी सी रूहानी खुशबू बिखेर रही हैं...... कुछ किरणें.... सीधे सागर जल में मिलकर जल-तत्व को शीतलता प्रदान कर रही हैं...... अन्यत्र कहीं... किरणें भू-मण्डल को छूकर धरती को हरा-भरा कर रही हैं..... समस्त विश्व को सकाश देकर अब अलौकिक फरिश्ता नीचे धरती की ओर बढ़ रहा है....... नीचे आकर पाँच तत्वों की बनी देह में... भृकुटि के मध्य विश्व-महाराजन् की सी रूहानियत समेटे.... विराजमान हो रहा है अपने अकालतख्त पर.... बैठ गया फरिश्ता ड्रैस को मर्ज कर... देह से न्यारा 'देही'.... अपने अकालतख्त पर.... दिव्य ज्योति सा सुशोभित.... देही का यह स्वरूप अतिशय प्रिय लग रहा है..... देह और देही दोनों स्पष्ट अलग-अलग दिख रहे हैं..... देह में रहते भी देह से न्यारा... मेहमान बन देह को धारण करने वाला..... यह मैं विदेही आत्मा हूँ...... यह मैं आत्मा हूँ...... जिसे स्वयं परमपिता परमात्मा शिवबाबा ने ईश्वरीय सेवार्थ इस धरा पर भेजा है..... अब मैं सर्व आत्माओं के मध्य में विराजमान हूँ..... और सबसे बातें कर रहा हूँ...... बातें करते-करते जैसे मुझे मूलवतन.... मेरा असली घर..... अपनी ओर खींच रहा है...... क्षणिक विलम्ब किऐ बिगर मैं अपने घर में पहुँच गया..... और ऊपर बैठकर सभा को देख रहा हूँ..... सेकण्ड में आने और जाने का यह अनुभव..... अलौकिक... न्यारा... और अतिशय प्यारा है...... अब मैं पुनः सभा में आकर सबसे ज्ञान चर्चा कर रहा हूँ...... परमात्मा शिव का सन्देश..... सभी मनुष्यात्माओं को देने अर्थ ही मैंने यह देह धारण की है.... और कार्य पूरा कर.... मुझे वापिस अपने घर... मूलवतन में जाना है..... मेरे प्रिय शिवबाबा के संग.... उनकी 'संगिनी' बनकर..... वास्तव में यह देह मेरी नहीं है..... इस सभा में बैठे सर्वजन (देहधारी) वास्तव में यहाँ मेहमान हैं..... यह साकारी मिलन मेला ईश्वरीय सेवार्थ इस धरा पर आयोजित हुआ है.... वास्तव में मैं तो यहाँ मेहमान हूँ.... और कार्य सिद्ध कर... मुझे वापिस अपने असली घर को लौट जाना है।

ड्रिल - 10 (शिव माँ की गोद में आओ हम सो जायें)

महावाक्यः- सम्पूर्ण स्थिति वाले पुरूषार्थ कम करेंगे, सफलता अधिक प्राप्त करेंगे.....।

स्वमानः- मैं सहज ही अभी-अभी आवाज में, अभी-अभी आवाज से परे स्थिति में स्थित होने वाली शिव माँ की लाडली आत्मा हूँ.......

गीतः- शिव माँ की गोदी में आओ हम सो जायें......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं नन्हा सा, मुस्कुराता, गुलाब सा खिलखिलाता हुआ बालक, शिव माँ की गोद में हूँ............... माँ की गोद में खेलता मैं बालक एकदम इनोसेन्ट, साकारी दुनिया की व्यर्थ हलचलों से परे हूँ.................. शिव माँ अपने आकारी तन का आधार लेकर मुझे अपनी बाँहों के झूले में झुला रहीं हैं............. बाहों में झुलाती, दुलारती माँ कभी मेरे चेहरे को देख-देख कर अपने पवित्र प्रेम की वर्षा कर रही हैं.......... तो कभी मेरे मस्तक को चूमकर मुझे सर्व शक्तियों से भरपूर कर रही हैं.............. शिव माँ की पवित्र दृष्टि पड़ने से मेरे चेहरे की आभा करोड़ों गुना बढ़कर एक अद्‌भुत छटा चहूँ ओर बिखेर रही है.......... मेरा इनोसेन्ट चेहरा रूहानी प्यार की चमक से देदीप्तियमान हो रहा है................ माँ के चेहरे की मुस्कान मेरे भीतर एक गहन शान्ति का संचार कर रही है.............. मुझे असीम सुख वा आन्नद की अनुभूति हो रही है................... मैं शान्ति के सागर में गोते लगा रही हूँ............. मैं अपने भाग्य को देख-देखकर अत्यन्त हर्षित हो रही हूँ............ जो मुझे शिव माँ का असीम प्यार मिल रहा है.............. कितनी ना भाग्यवान हूँ मैं.............. वाह मेरा भाग्य.............. अब मैं शिव माँ की गोद में विश्राम कर रही हूँ.............. मुझे मीठी-मीठी नींद आ रही है............ मैं सो रही हूँ.............. मैं स्वयं को अपनी इस साकारी देह से अलग अनुभव कर रही हूँ.................. मैं निराकारी लोक में जा रही हूँ.................

ओम शान्ति्

ड्रिल - 11 (मास्टर रत्नागर आत्मा)

महावाक्यः- बच्चों को लहरों में लहराना आता है लेकिन तले में जाना नहीं आता....। वर्तमान समय माया ब्राह्मण बच्चों की बुद्धि पर ही पहला वार करती है। माया भी पहले बुद्धि का कनेक्शन तोड़ देती है जिससे लाइट, माइट शक्तियाँ और ज्ञान का संग ऑटोमेटिकली बन्द हो जाता है.....।

स्वमानः- मैं सागर के तले में जाकर रत्नों से खेलने वाली मास्टर रत्नागर आत्मा हूँ.........

गीतः- ज्ञान सागर की गहराई में मैं खोता ही जाऊँ........

योगाभ्यास/ड्रिलः- जब हम परवश होकर कमजोर पड़ जाते हैं तो माया हमारी अष्ट शक्तियों से हमारा अधिकार छीन लेती है और हमें अपाहिज/मोहताज बना देती है........ ना ही हम माया को परख पाते हैं और ना ही यथार्थ निर्णय ले पाते हैं........ क्योंकि सहन कर सामना करने की शक्ति से हम वचिंत हो जाते हैं और विस्तार को संकीर्ण कर समेटने की विधि हम भूल जाते हैं....... और ऐसे में परमात्म सहयोग भी हमें प्राप्त नहीं हो पाता........ और आने वाली निगेटिव वा व्यर्थ बातों को स्वयं में समाकर फुल स्टॉप भी नहीं लगा पाते..... ये सब होता है निरर्थक अपमान या तिरस्कार को फील कर क्रोध करने से......

समझो कोई के पिछले जन्म के संस्कार भी गन्दे-विकारी, कामी-क्रोधी के रहे होंगे और इस जन्म में भी वे ही संस्कार विकर्म बनाने के निमित्त बन रहे हों, तो भी ये ही पुरूषार्थ करना है कि कैसे भी करके पुराने विकारी संस्कारों को परिवर्तन करना ही है....... चाहे कितना भी सहन करना पड़े.... कितनी भी ग्लानि सहनी पड़े परन्तु..... जबसे निश्चय हो गया हो तभी से संस्कारों को परिवर्तन करना ही है..... ये दृढ़ निश्चय कर लें...... इससे सहज ही विकर्मों के खातों को बन्द कर सकेंगे.......

दैहिक दृष्टि से हम सिर्फ अपने ब्लड रिलेशन्स् या सो-कॉल्ड रिलेशन्स् को ही सकाश दे पाते हैं.... अथवा सम्मान दे पाते हैं...... क्योंकि बुद्धियोग उन्हीं से जुटा रहता है..... जबकि आत्मिक दृष्टि होने से हम विश्व की हरेक आत्मा को ब्रदरहुड (भाई-भाई) की दृष्टि से देख पायेंगे........ और अपने मास्टर विश्व कल्याणी के टाइटल को आत्मसात् कर सकेंगे..... ओम शान्ति्

ड्रिल - 12 (मास्टर बीजरूप)

महावाक्यः- जब बाप भी बिन्दु, आप भी बिन्दु, काम भी बिन्दु से है तो बिन्दु को याद करना चाहिये......।

स्वमानः- मैं मास्टर बीजरूप आत्मा हूँ........

गीतः- ज्योतिबिन्दु परमात्मा से ऐ मेरी आत्मा, अब चल करले मिलन.....

योगाभ्यास/ड्रिलः- प्राण प्यारे अव्यक्त बापदादा की आज्ञानुसार, मैं आत्मा स्वयं को अशरीरी स्थिति में स्थित करने का अभ्यास कर रही हूँ......... मैं बीजरूप बाप की मास्टर बीजरूप आत्मा सन्तान, स्वयं को इस पाँच तत्वों की दुनिया से परे देख रही हूँ...... इस साकारी दुनिया, साकार लोक के पार निराकारी दुनिया परमधाम में....... बिन्दु बाप और सामने मैं बिन्दु आत्मा........ कितना सुखद दृश्य है यह आत्मा और परमात्मा के मिलन का......... (भरपूर सुख ले लें इस नयनाभिराम दृश्य का........) तत्वों के पार इस लोक में हर तरफ लाल प्रकाश ही प्रकाश दिखाई दे रहा है........ अद्‌भुत शान्ति का वातावरण है यहाँ....... हर ओर शान्ति ही शान्ति का अनुभव हो रहा है.......... आवाज के परे इस लोक में संकल्पों की हलचल मात्र भी नहीं हो रही......... मुझे गहन शान्त स्थिति का अनुभव हो रहा है.......... (बैठ जायें इसी बीजरूप अवस्था में...... और भरपूर आन्नद बटोर लें अपने ओरिजनल स्वरूप का.........)

ओम शान्ति्

ड्रिल - 13 (देह से न्यारेपन का अनुभव)

महावाक्यः- बापदादा सम्पूर्ण स्टेज को सामने रख पूछते हैं, और आप अपने पास्ट के पुरूषार्थ को सामने रख सोचते हो.....।

स्वमानः- मैं सेकण्ड में अव्यक्त स्थिति की अभ्यासी, आत्मा की श्रेष्ठतम सम्पूर्ण स्टेज को प्राप्त करने वाली मास्टर बीजरूप आत्मा हूँ........

गीतः- इस जग से अलग रहकर रूहां, उस रब से रूहरिहान करो.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मुझ आत्मा को जैसेकि देह की दरकार ही नहीं है...... देह, देह की समस्त कर्मेन्द्रियाँ एकदम शान्त होकर शिथिल होती जा रही हैं....... चाहते हुऐ भी न बोल पाना....... देखते हुऐ भी अन्जान रहना...... सोच की गहन मुद्रा में स्वयं को अनुभव कर रहा हूँ मैं....... एक ऐसी अवस्था, जहाँ सोच-विचार चलने स्वतः ही बन्द से हो जाते हैं....... सोचते-सोचते जैसे गहन शान्ति में जा रहा हूँ मैं....... विचार स्थिर हो रहे हैं....... अलौकिक आन्नद की अनुभूति हो रही है...... मैं आत्मा पिता परमात्मा के पास स्वयं को मास्टर बीजरूप अवस्था में अनुभव कर रहा हूँ..... बस!!! देखता रहूँ एकदम शान्त..... ज्योर्तिमय..... बीजरूप बाप को...... उनको देखने का यह सुख....... यह परम आनन्दकारी क्षण....... कितना निराला अनुभव है यह...... गहन शान्ति की स्टेज अनुभव हो रही है...... कोई विचार नहीं..... एकदम शान्त..... निश्चिंत..... मगर अत्यन्त पावरफुल स्टेज की अनुभूति हो रही है...... बीजरूप बाबा से आती सर्वशक्तियों रूपी किरणों की यह बौछारें........ मुझे असीम बल प्रदान कर रही हैं.......... आत्मा अपनी सम्पूर्ण स्टेज का अनुभव सहज ही कर रही है.......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 14 (वरदानी स्वरूप)

महावाक्यः- आगे चलकर के ऐसी सर्विस होगी जिसमें दूरादेशी बुद्धि और निर्णय शक्ति बहुत चाहिऐ......।

स्वमानः- मैं परमात्मा शिव द्वारा प्रदान की गई सर्वशक्तियों से सम्पन्न भक्तों की ईष्ट... जगत-माता... अष्ट भुजाधारी माँ दुर्गा हूँ.......

गीतः- जन-जन का कल्याण करे तू शिव की शक्ति है नारी.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- (कली को ताकत मिलती है बीज से..... जड़ (Root) से......)

मैं एक कोमल सी, नाजुक सी गुलाब की कली हूँ...... मेरा स्वरूप अत्यन्त कोमल है...... मुझ पर आठ पंखुड़ियों का आवरण चढ़ा हुआ है...... जो मेरी कोमलता को सदा ही सुरक्षित रखता है.... मुझे बीज के द्वारा निरन्तर सकाश.... वा शक्तियाँ प्राप्त होती रहती हैं... मेरा भोजन भी मुझे बीज द्वारा ही प्राप्त होता रहता है...... और मैं जीवित रहती हूँ......

यह आठ पंखुड़ियाँ मेरी अष्ट शक्तियाँ हैं....... जिनके आवरण में मैं आत्मा सदा सेफ रहती हूँ..... बाबा से चक्र के रूप में एक-एक शक्ति निकलकर मुझ कली पर आ रही है..... पंखुड़ी के रूप में बीजरूप बाबा से मुझ आत्मा कली पर सर्वशक्तियों की शक्तिशाली किरणें पड़ रही हैं....... सर्वप्रथम मुझे परमपिता परमात्मा... सृष्टि के नियन्ता... बीजरूप पिता शिव से ज्ञानयुक्त परख शक्ति से सम्पन्न किरणें मिल रही हैं...... और मुझ पर निरन्तर पड़ती परख शक्ति से सम्पन्न किरणें एक पंखुड़ी के रूप में ऊपर उठकर मेरे आस-पास कवच के रूप में स्थित हो रही हैं...... अब बाबा से इसी की सहयोगी 'निर्णय शक्ति' से सम्पन्न किरणें मुझ पर पड़ रही हैं...... वा एक अन्य पंखुड़ी निर्णय शक्ति के स्वरूप में... परख शक्ति के बाजु में स्थित हो रही है...... इन दोनों शक्तियों के द्वारा मुझे मास्टर ज्ञान सागर स्थिति का सहज ही अनुभव हो रहा है...... अब योग शक्तियों के स्रोत शिवबाबा से मुझे विस्तार को संकीर्ण करने की शक्ति से सम्पन्न किरणें प्राप्त हो रही हैं...... जिससे दुनियावी रिश्ते-नातों... सम्बन्धियों आदि से मुझे बेहद की वैराग्य वृत्ति का अनुभव हो रहा है...... और मेरा बुद्धियोग लौकिक से निकल... एक बाबा में सिमटता जा रहा है...... साथ-साथ बाबा से अनवरत प्राप्त होती सर्वशक्तियों के साथ संकीर्ण शक्ति से सम्पन्न किरणें मेरी सर्वइन्द्रियों को समेट सर्व इच्छाओं..... अभिलाषाओं को समेट रही है...... एक कछुऐ की भाँति सर्वइन्द्रियों को समेटकर मैं स्वयं को सुरक्षित एवं निश्चिन्त अनुभव कर रही हूँ....... इसी प्रकार परमपिता शिवबाबा से सर्वशक्तियाँ मुझे पंखुड़ियों के रूप में प्राप्त हो गई हैं..... और मेरे चहुँ ओर कमल का एक पुष्प-सा खिल उठा है...... जिसके भीतर में मैं हूँ..... और परमात्म शक्तियाँ कमल-पुष्प के रूप में मुझे अपने में समाये हुऐ हैं..... इस प्रकार मैं आत्मा कमल आसन पर विराजमान अष्ट-शक्तियों से सम्पन्न स्वयं को अष्ट भुजाधारी दुर्गा स्वरूप में स्थित कर रही हूँ...... मेरे भक्तगण वा जग की सर्व आत्मायें.... सर्व-शस्त्रों से श्रृंगारी हुई माँ दुर्गा के रूप में... मेरे इस दिव्य स्वरूप का साक्षात्कार कर रही हैं...... मेरा ये अस्त्रों-शस्त्रों से सुसज्जित स्वरूप..... मेरे भक्तों और सम्पूर्ण मानवता को आन्नद विभोर कर रहा है......

ओम शान्ति

ड्रिल - 15 (अव्यक्त मिलन)

महावाक्यः- बापदादा से मुलाकात करते समय बिन्दु रूप की स्थिति में रह सकते हो.......?

स्वमानः- मैं बिन्दु बन, बिन्दु बाप से मिलन मनाने वाली मास्टर बीजरूप आत्मा हूँ........

गीतः- हम उड़के चले जायें उस प्यारे से वतन में..........

योगाभ्यास/ड्रिलः- देखें स्वयं को डायमण्ड हॉल में बापदादा से मिलन मनाने के पार्ट अनुसार........ चलते हैं ऊपर परमधाम में........ आह्वान करेंगे शिव पिता का परमधाम में..... मेरे प्यारे बाबा, मेरे मीठे बाबा, मुझसे मिलन मनाने, मुझे ज्ञान लोरी सुनाने नीचे आ जाओ मेरे परमप्रिय बाबा........ मेरे आह्वान को स्वीकार कर सृष्टि का नियन्ता, त्रिमूर्ति रचयिता परमपिता परमात्मा शिव नीचे आ रहे हैं... सूक्ष्मवतन में ड्रामानुसार निश्चित अपने आकारी ब्रह्मा तन को धारण कर बापदादा नीचे साकार लोक में आ रहे हैं.... आन्नद लेंगे इस अति दुर्लभ, अकल्पनीय, अविस्मरणीय, अलौकिक, दिव्य दृश्य का......... तीनों लोकों का मालिक, सृष्टि चक्र की सर्वोत्त्‍ाम, महानतम् आत्मा ब्रह्मा बाबा के आकारी तन का आधार लेकर मुझ पद्मापदम भाग्यशाली आत्मा के निमन्त्रण को स्वीकार कर साकारी दुनिया में मुझसे मिलन मनाने आ रहे हैं........ (देखें आकारी ब्रह्मा तन में विराजमान परमपिता परमात्मा निराकारी शिव को सूक्ष्मवतन से उतरकर नीचे आते हुऐ..........) नीचे डायमण्ड हॉल में बापदादा के साकारी माध्यम दादी गुल्जार के तन में प्रवेश कर रहे हैं......... पिता शिव आ गये हैं डायमण्ड हॉल में..... (अनुभव करेंगे बीजरूप शिवबाबा को ओरिजनल निराकारी स्वरूप में ही...) पिता शिव के प्रवेश करते ही साकारी तन जैसेकि लुप्त हो गया है वा शिवबाबा निराकारी स्वरूप में ही मेरे सम्मुख हैं......... मैं आत्मा भी अपने साकारी तन को छोड़ अव्यक्त स्थिति में स्थित हो, बिन्दी बन, बिन्दी बाप से मिलन मना रही हूँ.......... पिता शिव से निकलती असंख्य सर्व शक्तियों की किरणें मुझ बिन्दु आत्मा पर पड़ रही हैं......... इन किरणों के पड़ने से मैं आत्मा बहुत हल्की होती जा रही हूँ........... मेरा स्वरूप अत्यन्त चमकदार वा शक्तिशाली बनता जा रहा है......... ऐसा महसूस हो रहा है जैसे बाबा ने अपनी सर्व शक्तियों को समाने की ताकत मुझे दे दी हो......... बाबा से निकलती सर्व शक्तियों को समा लेना अर्थात् फोर्स (बाप) को स्वयं में समा लेना.......... मैं बाबा को स्वयं में समाती जा रही हूँ........... मैं सर्व शक्तियों का पुंज बनता जा रहा हूँ.......... मैं लाइट होता जा रहा हूँ.......... मैं माइट स्वरूप बनता जा रहा हूँ.......... मैं बीजरूप बाप की सन्तान मास्टर बीजरूप बनता जा रहा हूँ.......... मैं बाप समान बनता जा रहा हूँ........... बाबा ने मुझे भरपूर कर दिया है......... मैं तृप्त हो रहा हूँ.......... मैं सन्तुष्ट हो रहा हूँ.......... मैं निश्चिन्त होता जा रहा हूँ.......... मैं सम्पूर्ण बन रहा हूँ.......... मैं बाप समान बन रहा हूँ.......

ओम शान्त्

ड्रिल - 16 (डबल लाइट फरिश्ता)

महावाक्यः- अपने आपके ड्रिल मास्टर बने हो? अभी यह पाँव पृथ्वी पर नहीं रहने चाहिऐ.....।

स्वमानः- मैं मन-बुद्धि रूपी पंखों द्वारा उड़कर सदा अविनाशी बापदादा की गोद में खेलने वाला डबल लाइट फरिश्ता हूँ........

गीतः- मैं फरिश्ता तन का मालिक........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं रुहानी यात्री हूँ...... एक छोटे से बालक के रुप में मैं, अपने प्रभु पिता के साथ गगन मार्ग में विचरण कर रहा हूँ...... फरिश्ता रुप धारण किये मैं श्वेत प्रकाश के कार्ब में हूँ...... मेरे चारों ओर एक दिव्य प्रकाश फैला हुआ है..... मैं एक अनन्त ऊर्जा का स्त्रोत हूँ...... श्वेत प्रकाश के उज्जवल वस्त्र धारण किये हुए मैं अपने प्यारे पिता के साथ उड़ता हुआ गगन मार्ग की सैर कर रहा हूँ...... मेरे प्यारे पिता, हनुमान की भाँति उड़ते हुऐ मुझे अपने कंधों पर बिठाये हुऐ हैं....... मैं अंतरिक्ष से धरती का मनमोहक दृश्य देख रहा हूँ...... छोटे बड़े अनगिनत बादलों के बीच से गुजरते हुए, मैं एक अवर्णनीय सुख का अनुभव कर रहा हूँ...... ऊपर से नीचे की ओर देखना कितना रोमांचकारी है!!! आ हा हा! यहाँ से धरती कितनी प्यारी लग रही है..... अब मैं अपने प्यारे पिता के साथ प्रकृति सहित समस्त मानवता को सकाश दे रहा हूँ...... प्रभु पिता से निकलती अनन्त शक्तियों की किरणें मुझ छोटे से फरिश्ते से होती हुई दूर दूर तक सम्पूर्ण विश्व में बिखर रही हैं..... सारी मानवता अपने दुख, दर्द भूल कर अतिन्द्रिय सुख और असीम शान्ति का अनुभव कर रही है...... मेरे प्यारे पिता मुझे प्रकाश की लहरों में नहला कर शक्तिशाली बना रहे हैं....... अनंत प्रकाश की धारायें मुझमें से होती हुई समस्त वसुधा को भिगो रही हैं..... झीलों, झरनों और पर्वतों का रूपांतरण हो रहा है.... प्रकृति अपने पाँचों तत्वों सहित मेरे प्यारे प्रभु पिता का धन्यवाद कर रही है..... मेरे प्यारे शिव पिता मुझे बादलों के प्रचुर झुरमुटों के बीच से लेकर जा रहे हैं...... उड़ते हुऐ अनेकों श्वेत बादलों रूपी रथ मेरे बिल्कुल करीब से निकल रहे हैं..... मैं जैसे इनके साथ खेल रहा हूँ...... इनका रोमांचक स्पर्श मुझे आनन्दित कर रहा है..... बादलों रूपी दिव्य रथों को करीब से देख-देख कर मेरा हृदय पुलकित हो रहा है... मेरे प्यारे पिता मुझे बार बार बादलों के स्पर्श का सुख अनुभव करा रहे हैं...... नदियों का कल- कल करता जल और यहाँ-वहाँ विचरते अनेक लोग ऊपर से अतिशय प्रिय लग रहे हैं..... पर्वतों में तीव्र वेग से बहते झरनों का नाद जैसे समस्त प्राणियों को नृत्य के लिये आमंत्रित कर रहा हो...... पहाड़ों, वृक्षों, पत्तों और पुष्पों का वृहद रूप मेरे कोमल हृदय पर एक अमिट छाप अंकित कर रहा है... मैं अपने भविष्य राज्य भाग्य को स्पष्ट देख पा रहा हूँ.... प्रकृति के इस नयनाभिराम दृश्य को देख देख मेरा मन गद्गद हो रहा है... मेरे प्यारे बापदादा के साथ बीते इन अतिशय आन्नद भरे प्रिय पलों को मैं कभी नहीं भुला पाऊँगा......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 17 (मास्टर विश्व कल्याणी)

महावाक्यः- निरहंकारी और निराकारी फिर अलंकारी..... यही है मनमनाभव, मध्याजीभव.....।

स्वमानः- मैं अपने वरदानी, मास्टर विश्व कल्याणी स्वरूप द्वारा सर्व आत्माओं को परमात्मा का साक्षात्कार कराने वाला पवित्र फरिश्ता हूँ.....

गीतः- चैतन्य देव इस धरती पे आये.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं पवित्रता का फरिश्ता आकाश मार्ग में विचरण करता हुआ समस्त विश्व का भ्रमण कर रहा हूँ...... आधुनिकता के इस युग में आध्यात्मिकता पूर्णतया लुप्त हो गई है..... हर ओर पापाचार, भ्रष्टाचार, विकारी साम्राज्य अपनी चरम सीमा पर है...... मनुष्यात्माओं से निकलती अपवित्रता, कुसंस्कारों, विकर्मों की बदबू समस्त विश्व में व्याप्त हो रही है.... ऐसे में मुझ फरिश्ते को परमपिता परमात्मा शिव ने विश्व में पवित्रता, सुख-शान्ति की किरणें फैलाने के लिये मुझे इस पृथ्वीलोक पर सेवार्थ जाने की आज्ञा दी है..... मैं परमपिता से सर्वगुणों वा सर्वशक्तियों की किरणें लेकर अनवरत इस धरा पर प्रवाहित कर रहा हूँ.... मुझसे निकलती पवित्रता, सुख-शान्ति, शक्ति सम्पन्न किरणें समस्त विश्व में फैल रही हैं और मनुष्यात्माओं के चित्त को छूकर उन्हें पवित्र बना रही हैं..... आसुरी स्वभाव वाले मनुष्यों का हृदय परिवर्तन होता जा रहा है....... उन्हें अपने द्वारा किये जा रहे घृणित कर्त्तव्यों, कुकर्मों से घृणा उत्पन्न हो रही है.... वे पापों को महसूस कर उनसे मुक्त होने का दृढ़ संकल्प ले रहे हैं..... हर तरफ व्याप्त अफरा-तफरी का माहौल धीरे- धीरे शान्त होता जा रहा है..... पाप अपनी दुर्गति को पाकर अन्त को प्राप्त हो रहा है..... मनुष्यात्मायें अपने द्वारा जाने-अन्जाने किये गये पापकर्मों की कड़ी सजायें भोगकर उनसे मुक्त होती जा रही हैं... मुझ फरिश्ते से निकलती सर्वशक्तियों की अनवरत किरणें उन्हें पापमुक्त होने में सहायता प्रदान कर रही हैं....... वे सहज ही मुक्ति को प्राप्त कर रही हैं.... मुझसे घड़ी-घड़ी उन्हें अपने ईष्ट देव-देवियों का साक्षात्कार हो रहा है.... मेरे द्वारा उन्हें परमात्मा के सत्य स्वरूप का भी साक्षात्कार हो रहा है..... वे अपने अविनाशी पिता, दुख-हर्त्ता, सुख-कर्त्ता का साक्षात्कार कर आन्नदित हो रहे हैं.... वे अपने दुख-दर्द को भूल सुख का अनुभव कर रहे हैं.... उनमें भय के स्थान पर निर्भयता का प्रादुर्भाव हो रहा है... वे अपनी जन्म-जन्म की प्यास बुझाकर तृप्त हो रहे हैं.... वे खुश हो रहे हैं.... आन्नदित हो रहे हैं.... सर्वात्मायें पापमुक्त होकर अपने घर (शान्तिधाम) को लौट रही हैं.... वे मुक्ति को प्राप्त कर रही हैं.... वे अन्त को पा रही हैं....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 18 (वारिस क्वालिटी)

Contrast - द्रौपदी ⇨ सीता ⇨ पार्वती ⇨ लक्ष्मी (वारिस क्वालिटी)
महावाक्यः- दोनों की कम्बाइण्ड रूप की सर्विस 'वारिस' बनायेगी.....।

स्वमानः- आवाज से परे अव्यक्त स्थिति में स्थित होकर सर्व को ज्ञान लोरी सुनाने वाली निमित्त आत्मा हूँ........

गीतः- बनाया हमें जिसने ज्ञान सितारे.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- शुरूआत करेंगे स्वदर्शन चक्र को बुद्धि में फिराते हुऐ..... 63 जन्मों से द्रौपदी मिसल जीवन जी रही मैं आत्मा, जन्म-जन्म विषय विकारों की अग्नि में जल रही थी और चीरहरण सहती अपने रक्षक, अपने पालनहार को पुकार रही थी....... मेरी करूण पुकार सुनकर मेरे रखवाले ने आकर मुझे पल-पल नंगन होने से बचाया........ मुझ सीता को शोक वाटिका से निकाल अशोक वाटिका में ला बिठाया..... हे सीते... तुम तो मुझ राम की संगिनी हो..... तुम तो सर्व को सुखी बनाने वाले परमात्मा राम की सजनी हो........ तुम मुझ अपने अविनाशी साजन की मर्यादाओं की लकीर को लांघने के कारण ही विषय विकारों रूपी रावण की कैद में फंस गयीं और जन्मों से इस बन्धन से छुटकारा पाने के लिये अपने अविनाशी साजन राम को पुकार रही थी...... अब मैं आ गया हूँ....... और स्वयं तुम्हें अपना परिचय सुना रहा हूँ....... अतः हे सीते... मुझे पहचानो... और एक मेरे से सर्व सम्बन्ध निभाने का व्रत धारण करो....... और स्वयं का परिचय देकर मुझे खुद से मिलाया....... स्वयं अपनी भी पहचान दी और मुझे भी मेरी वास्तविक पहचान याद कराई....... साथ-साथ पार वतन की कथा सुनाकर मुझ पार्वती को इस दुख की दुनिया से पार लगाया और मुझे मेरे असली घर की राह दिखाई........ वा पुनः मुझे भविष्य सतयुगी विश्व महारानी का राज्य-भाग्य देकर लक्ष्मी पद का अधिकारी बनाया........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 19 (अव्यक्त वतनवासी)

महावाक्यः- यह आदत आपको अदालत में जाने से बचायेगी....।

स्वमानः- मैं हूँ ही अव्यक्त वतनवासी फरिश्ता.......

गीतः- फरिश्ता रूप रचकर, देह का भान तजकर..........

योगाभ्यास/ड्रिलः- आह्वान करेंगे कमल आसन पर बैठकर, स्वयं को मस्तक से निकलते एक फरिश्ते स्वरूप में.........

मैं फरिश्ता अति सूक्ष्म रूप लेकर अपनी भृकुटि से बाहर निकल रहा हूँ.... सूक्ष्म रूप लेकर प्रकाश वेग से मैं फरिश्ता, इस पाँच तत्वों की दुनिया के पार सूर्य, चाँद, तारागण के भी पार, पहुँचता हूँ अलौकिक वतन में...... मैं स्वयं को विश्व ग्लोब के ऊपर देख रहा हूँ...... विश्व ग्लोब के ऊपर अति सूक्ष्म फरिश्ते रूप में बैठकर, मैं अपने मस्तक पर विराजमान आत्मा का सीधा कनेक्शन परमधाम में बीजरूप पिता शिव से जोड़ रहा हूँ....... बाबा से कनेक्शन जुड़ने से मुझ फरिश्ते की चमक करोड़ों गुना बढ़ती जा रही है....... मैं फरिश्ता स्वयं को अत्यन्त शक्तिशाली महसूस कर रहा हूँ....... और इस प्रकाश की काया से अनवरत रंग-बिरंगी किरणें, छोटे-छोटे मोतियों के रूप में सारे ग्लोब पर बिखर रही हैं। श्वेत प्रकाश की काया से निकलते ये सतरंगी मोती, ऐसे लग रहे हैं मानों बाबा मुझ निमित्त फरिश्ते के थ्रू समस्त विश्व के बच्चों को अपने स्नेह के रंग में रंग रहे हों........ बेजोड़ है बाबा का ये अनुपम प्यार और प्यार में अपने बच्चों को सम्पूर्ण पवित्र, शान्त, शीतल, सर्वगुण सम्पन्न बनाने की यह अति कल्याणकारी विधि......... सचमुच कितना ना सौभाग्यशाली हूँ मैं....... जो बाबा ने मुझे विश्व परिवर्तन के कल्याणकारी कार्य में अपना साथी बनाया.... सहयोगी बनाया....... मुझे निमित्त बनाकर मेरा सर्वश्रेष्ठ भाग्य लिखने की कलम ही मेरे हाथों में दे दी, ये कहकर कि बच्चे, जितना ऊँचा चाहो भाग्य बना लो अपना ८४ जन्मों का...... कितना ना शुक्रिया करूँ मैं अपने अविनाशी शिव पिता का, जो कल्प-कल्प ये भाग्य बनाने का चाँस मुझे मिलता रहेगा.......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 20 (मास्टर आलमाइटी अथॉरिटी)

महावाक्यः- यह है बुद्धि की ड्रिल...... जो अभ्यासी बन जाते हैं वह फिर ड्रिल करने के सिवाय रह नहीं सकते..... इस मुख्य अभ्यास को सहज व निरन्तर बनाओ...... ऐसे अभ्यासी, अनेक आत्माओं को साक्षात्कार कराने वाले साक्षात् बापदादा दिखाई दे.....।

स्वमानः- मैं ईश्वरीय अथार्टी से सम्पन्न मास्टर आलमाईटी अथार्टी हूँ......

गीतः- अपनी अनंत किरणें बाहें सा पसारे, गुण-शक्तियों की माला.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- बाबा बहुत ही पॉवरफुल दृष्टि से मुझे देख रहे हैं........ उनकी दृष्टि में इतना तेज है जो मैं...... कुछ सेकण्ड के लिये भी बाबा की दृष्टि की तरफ देख नहीं पा रहा हूँ........ ऐसा लग रहा है जैसेकि बाबा मेरे भीतर के किचड़े को जलाकर खाक कर रहे हैं........ मुझ आत्मा के विकारों रूपी किचड़े को अपनी ज्वलंत किरणों भरी दृष्टि द्वारा भस्मीभूत कर रहे हैं..... कैसा ज्वलंत स्वरूप है यह बाबा का!!! जन्म-जन्मान्तर की विकारों/विकर्मों रूपी गन्दगी को पलभर में भस्म कर देने वाला ज्वाला स्वरूप है यह....... मेरा आन्तरिक शुद्धिकरण होता जा रहा है........ मुझमें परमात्म लाइट समाती जा रही है....... मैं एक सेकण्ड के लिये भी...... निरन्तर..... परमात्म दृष्टि की ओर नहीं देख पा रहा हूँ........ अत्यन्त अग्नि स्वरूप किरणें निरन्तर परमात्मा पिता से मुझ आत्मा पर पड़ रही हैं........ यह परमात्म शक्तियों की बौछार मुझमें भीतर तक समाती जा रही है..... मुझे बेहद शक्तिशाली बना रही है...... मैं स्वयं में परमात्म शक्तियों की गहन अनुभूति कर रहा हूँ........ (बैठे रहें पावर हाउस के सामने और करते रहें स्वयं आत्मा रूपी बैटरी को चार्ज......) मुझ आत्मा का शरीर जैसेकि एक दहकता ज्वालामुखी बनता जा रहा है....... जिसमें असंख्य ज्वलंत किरणें दहक रही हैं.... इन किरणों के स्पर्श मात्र से.... विकारों रूपी..... आसुरी संस्कारों की मैल पलभर में भस्म हो रही है........ सर्वशक्तिवान पिता परमात्मा से बहता विनाशकारी किरणों का यह समूह...... मुझ आत्मा के अवगुणों..... दुर्व्यसनों..... आसुरी संस्कारों पर कहर बनकर निरन्तर बरस रहा है....... और मुझमें से आसुरी संस्कारों की प्रलय होती जा रही है........ अब यह ज्वलंत किरणें मुझमें से होकर बाहर की ओर बहनी शुरू हो गई हैं........ मेरी देह प्रकाश में परिवर्तित हो गई है........ और उसमें से बहता यह सुनहरी ज्वाला स्वरूप किरणों का समूह........ जहाँ-जहाँ ये किरणें जा रही हैं....... वहाँ आसपास के वातावरण में आसुरी बातों की प्रलय आती जा रही है....... सारा किचड़ा जलकर भस्मीभूत होता जा रहा है........ और इन्हीं किरणों में विलीन होता जा रहा है........ अब ये किरणें गाढ़े लावे के रूप में परिवर्तित हो रही हैं....... और इनका प्रभाव प्रकृति के पाँचों तत्वों पर दिखाई पड़ रहा है....... प्रकृति के पाँचों तत्व स्वच्छ, निर्मल होकर चमक रहे हैं........ धरती की चमक भी बढ़ती जा रही है........ आसुरी विकारों का दुष्प्रभाव नष्ट होता जा रहा है....... और प्रकृति एक बार पुनः अपने ओरिजनल स्वरूप को पाकर खिल उठी है....... महकने लगी है....... चमक रही है....... अब धीरे-धीरे पिता परमात्मा से आती किरणें शान्त हो रही हैं........ उनका तेज शान्त होकर पुनः अपने शीतल स्वरूप का साक्षात्कार करा रहा है......... मैं आत्मा भी अपने अनादि ओरिजनल स्वरूप को प्राप्त कर रही हूँ......... अब मैं लाइट के कार्ब में स्वयं को माइट स्वरूप में अनुभव कर रही हूँ.... यह मेरी फरिश्ता सो निराकारी स्टेज है.... ओम शान्ति्

ड्रिल - 21 (सम्पूर्ण निराकारी)

महावाक्यः- सम्पूर्ण निराकारी, निरहंकारी वा निर्विकारी स्टेज या साकार शरीर, साकारी सृष्टि वा विकारी संकल्प...??? चैक करो.....।

स्वमानः- मैं इस सृष्टि रंगमंच पर सर्व से न्यारी व परमात्म बाप की प्यारी विशेष आत्मा हूँ..

गीतः- योगी पवित्र जीवन कितना सुखद सलोना........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं अति सूक्ष्म आत्मा पवित्र स्वरूप हूँ....... मैं इस देह की मालिक और कर्मेन्द्रियों की राजा हूँ....... मूल रूप में मैं परम पवित्र हूँ....... मैं इस देह से न्यारी हूँ...... मुझसे निरन्तर पवित्रता की किरणें फैलती रहती हैं..... पवित्रता का प्रकाश चारों ओर प्रवाहित होकर विश्व में व्याप्त हो रहा है...... मुझमें पवित्रता की अनंत शक्ति है..... मैं एक ज्योति हूँ..... पवित्रता की ज्योति... मेरा पवित्रता का प्रकाश पाप को नष्ट करने वाला है...... मैं परम पवित्र हूँ..... मुझमें हीलिंग पॉवर है..... मैं इस शरीर में विराजमान हूँ.... भृकुटि के मध्य चमकता हुआ सितारा हूँ..... अब मैं आत्मा इस देह से निकलकर चलती हूँ ऊपर की ओर....... और पहुँचती हूँ एक दिव्य प्रकाश में..... जहाँ हजारों चन्द्रमा से भी अधिक श्वेत प्रकाश है...... यह सूक्ष्मवतन है..... जहाँ सूक्ष्म वतनधारी अव्यक्त ब्रह्मा बाबा का निवास है...... मैं भी सूक्ष्म शरीर में हूँ...... मेरे सामने खड़े हैं, मेरे अलौकिक पिता अव्यक्त रूपधारी ब्रह्मा...... वे मुझे अति प्यार से निहार रहे हैं...... वे मुझे दृष्टि दे रहे हैं...... मैं उनके प्यार में आत्म विभोर होकर उनकी दृष्टि से लाइट-माइट प्राप्त कर रहा हूँ...... मैंने प्यार से कहा- बाबा, गुडमार्निंग...... बाबा ने कहा, बच्चे गुडमार्निंग..... सदा डायमण्ड मार्निंग....... मैंने उनसे पूछा- बाबा, क्या आप मुझे भी प्यार करते हैं....... बाबा ने कहा- तुम तो मेरे नयनों के नूर हो....... प्राणों से प्रिय हो....... बाप का सम्पूर्ण प्यार तुम्हारे लिये है...... बाप तो आया ही है तुम्हें प्यार की लोरी देकर जन्म-जन्म की प्यास बुझाने...... बाबा का उत्तर सुनकर मेरा मन मयूर नाच उठा...... बाबा मुझे दृष्टि दे रहे हैं...... और मैं सूक्ष्म होता जा रहा हूँ...... अति सूक्ष्म..... एकदम सूक्ष्म...... और ज्योति बिन्दु बनकर उड़ गया परमधाम में...... अब मैं ब्रह्मलोक में हूँ...... जहाँ निवास करते हैं पवित्रता के सागर... मेरे प्राणेश्वर ज्योति बिन्दु शिव बाबा... वे मेरे सम्मुख हैं....... मैं उन्हें निहार रहा हूँ..... उनसे चहूँ ओर पवित्रता की श्वेत रश्मियां फैल रही हैं.... उनका अनंत तेज मुझे असीमित सुख प्रदान कर रहा है... दिल करता है कि मैं उन्हें निरन्तर ऐसे ही निहारता रहूँ...... मेरा ये मिलन है मेरे प्राणेश्वर परमपिता के साथ...... उनकी पवित्रता की किरणें मुझमें समा रही हैं...... मेरा पवित्रता का प्रकाश बढ़ता जा रहा है....... निरन्तर उनकी शक्तिशाली किरणें मुझ पर पड़ रही हैं....... ये पवित्रता मुझे आन्नदित कर रही है....... मेरा चित्त शान्त होता जा रहा है...... मुझे आभास हो रहा है कि पवित्रता का शुद्ध भोजन ग्रहण कर मैं आत्मा पूर्णतया तृप्त हो रही हूँ...... चारों ओर पवित्रता ही पवित्रता हैं...... पवित्रता के वायब्रेशन्स् पाकर अतिन्द्रिय सुख में झूमती मैं आत्मा..... पवित्रता के सागर में तल्लीन हो रही हूँ....... दिल चाहता है कि अब बस मैं यहीं रह जाऊँ....... ये क्षण बीतते जा रहे हैं...... मैं आत्मा भरपूर होकर अब लौट चलती हूँ नीचे की ओर....... और वापस आ गयी हूँ इस देह में...... मुझसे चारों ओर पवित्र वायब्रेशन्स् फैल रहे हैं...... मैं अति सूक्ष्म हूँ...... परम पवित्र हूँ...... मायाजीत हूँ...... पवित्रता मेरे जीवन का श्रृंगार है....... अब मैं इस श्रृंगार से सारा दिन सजी सजायी रहूँगी....... इस पवित्रता की शक्ति के आगे काम-क्रोध की अपवित्रता टिक नहीं सकती....... इस संसार के सभी मनुष्य-मात्र मेरे भाई-बहन हैं.... वे सभी भी पवित्र आत्मायें हैं.... मैं सभी को पवित्र नजर से देख रही हूँ.... सभी को पवित्र वायब्रेशन्स् देकर सुख-शान्ति का अनुभव करा रही हूँ... मैं स्वराज्य अधिकारी हूँ.... मायाजीत हूँ.... सम्पूर्ण हूँ.... सम्पन्न हूँ.... बाप समान हूँ....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 22 (साक्षात्कार मूर्त)

महावाक्यः- चलते फिरते फरिश्ते-पन के साक्षात्कार होंगे..... हंगामा जब होगा तो साकार शरीर द्वारा तो कुछ कर नहीं सकेंगे..... और प्रभाव भी इस सर्विस से पड़ेगा.....।

स्वमानः- मैं अव्यक्त वतनवासी फरिश्ता, लाइट के कार्ब में निमित्त सेवार्थ इस धरा पर अवतरित हुआ हूँ........

गीतः- फरिश्तों का देख लो अनोखा ये संसार........

योगाभ्यास/ड्रिलः- धन्य है आबू की धरती, जिस पर जहाँ-तहाँ फरिश्ते विचरण कर रहे हैं...... जिधर भी नजर जा रही है, फरिश्ते ही घूमते नजर आ रहे हैं... जैसेकि फरिश्तों की दुनिया को छोड़कर..... सारे फरिश्ते इस धरा पर उतर आये हों..... कैसा अद्‌भुत नजारा है यह..... जिसे निरन्तर देखते रहने का मन हो रहा है....... यहाँ-वहाँ फरिश्ते सर्वात्माओं पर अपनी निःस्वार्थ स्नेह, निश्छल प्रेम वा सौहार्द भरी दिव्य रूहानी दृष्टि डालकर मनुष्यात्माओं को परम सुख-शान्ति वा खुशी की अनुभूति करा रहे हैं........ कैसे भी संस्कारों वाली आत्मायें इन फरिश्तों की नजर पड़ते ही अपार खुशी का अनुभव कर रही हैं....... दुख-चिन्ता परेशानियों से घिरी आत्मायें अपने दुख-दर्द को भूलकर इन फरिश्तों को अपलक निहार रही हैं......... उनकी नजरें फरिश्तों पर आकर टिक गई हैं...... वे फरिश्तों में अपने ईष्ट देवों-देवियों का साक्षात्कार कर रही हैं...... साधारण से साधारण आत्मा भी इस दिव्य स्वरूप को देखकर शरीर का भान भूलती जा रही है........ वे सहज ही लाइट स्वरूप में स्थित हो रही हैं........ फरिश्तों की शक्तिशाली लाइट-माइट स्वरूप स्थिति सहज ही आत्माओं को अव्यक्त स्वरूप का अनुभव करा रही है....... आत्मायें फरिश्ते स्वरूप द्वारा अपने असली घर परमधाम, शान्तिधाम, निर्वाणधाम की राह को स्पष्ट देख पा रही हैं....... वे परमात्म किरणों की अनुभूति कर रही हैं........ वे इन किरणों को पाकर मुक्त हो रही हैं........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 23 (ईश्वरीय नशे में मग्न)

निशाना ⇨ निशानी ⇨ ईश्वरीय नशा... ... ...

महावाक्यः- आप सहज योगी, स्वतः योगी, सदा योगी, कर्मयोगी, श्रेष्ठ योगी, अपने संकल्प को, श्वांस को, प्राणेश्वर बाप के ज्ञान के आधार पर जो संकल्प, जैसा संकल्प, जितना समय करना चाहो उतना समय उसी संकल्प में स्थित हो सकते हो......।

स्वमानः- मैं आत्मा मालिक हूँ सर्व सूक्ष्म शक्तियों की....... संकल्प शक्ति की.......

गीतः- आत्म दर्शन स्वयं का दर्शन........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं ज्योतिर्बिन्दु आत्मा हूँ....... मैं लाइट हूँ..... मैं माइट हूँ..... मैं अपने स्वरूप में पवित्र हूँ........ शुद्ध हूँ......... निर्मल हूँ........ मैं परमधाम में अखण्ड ज्योति तत्व में निर्विकार हूँ........ निर्विकल्प हूँ........ कर्मातीत हूँ........ मैं ज्वाला स्वरूप हूँ.... मुझ ज्योति स्वरूप पवित्र आत्मा से पवित्रता के प्रकम्पन चारों ओर वातावरण में फैल रहे हैं...... मीठे बाबा! आप परम पावन हैं...... आप मुझ आत्मा को पवित्रता का वरदान देने वाले हैं...... आपने मुझे भी अब पवित्रता का वरदान देने के लायक बना दिया है....... मैं आधारमूर्त हूँ....... उद्धार मूर्त हूँ....... मैं मास्टर पतित-पावन हूँ....... मैं ज्योतिर्बिन्दु आत्मा अपने पवित्रता के वायब्रेशन्स् से प्रकृति को भी पवित्र कर रही हूँ......... लाइट और माइट... पवित्रता और प्रकाश की किरणें मुझ पर उतरकर मुझसे निकल-निकलकर चारों ओर फैल रही हैं........ मैं लाइट हूँ....... मैं शुद्ध हूँ....... पवित्रता तो मेरा निज स्वरूप है...... मेरा ईश्वरीय जन्म- सिद्ध अधिकार है...... मैं चेतन प्रकाश हूँ....... मैं लाइट के कार्ब में हूँ........ मैं माया की छाया से रहित फरिश्ता हूँ........ मैं विदेही हूँ........ बाबा!! मैं पवित्रता के सागर में लहरा रहा हूँ....... वृत्ति पवित्र.... दृष्टि पवित्र... संकल्प पवित्र... स्थिति पवित्र..... यह कैसी शीतल... स्वच्छ... और सुन्दर स्टेज है...... अब तो मेरा मन आपकी ही लगन में मग्न है....... आपकी ही प्रीत में स्थित है.......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 24 (निराकारी आत्मा स्वरूप)

महावाक्यः- निरन्तर विजयी वह जिसके युक्ति-युक्त संकल्प व युक्ति-युक्त बोल व युक्ति-युक्त कर्म हों.....।

स्वमानः- मैं सदा युक्ति-युक्त संकल्प, युक्ति-युक्त बोल वा युक्ति-युक्त कर्म करने वाली निरन्तर विजयी आत्मा हूँ......

गीतः- आत्म दर्शन स्वयं का दर्शन.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- धीरे-धीरे अपना ध्यान जागरूकता के साथ शरीर के विभिन्न अंगों से निकालें..... पाँव से शुरू करें और ऊपर की ओर जाते हुऐ मस्तक तक सारी मसल्स् को रिलैक्स कर दें....... आप ऐसा महसूस करेंगे जैसेकि...... आपका सारा शरीर आराम की अवस्था में है....... और अब अपना सारा ध्यान अपनी आँखों के पीछे मस्तिष्क के मध्य एकाग्र करें...... जो विचार लहरों की तरह आपके मन रूपी सागर में आ रहे हैं..... उन्हें आने दें और जाने दें..... आप साक्षी होकर इस दृश्य को देखते रहें..... आप पायेंगे धीरे-धीरे आपके भीतर उठने वाली लहरें मन रूपी सागर में समाती जा रही हैं....... और आपके विचारों की फ्रीक्वेंसी बहुत कम होती जा रही है...... थोड़ा ठहरें..... और धीरे-धीरे अपने मन को शान्त होता हुआ देखें.... ऐसी अनुभूति होगी कि आप पहले से अधिक शान्त हैं...... यदि कोई विचार अभी भी आ रहा है, तो उस पर अधिक ध्यान न दें.... आप भीतर में ऐसा महसूस करेंगे कि अब आप भीतर की शान्ति को सुनने के लिऐ तैयार हैं.... आपने जो भीतर में स्पेस तैयार किया है..... उसमें प्रवेश करें.... और एक शक्तिशाली विचार स्वयं को दें....... मैं एक ज्योति बिन्दु हूँ....... निराकार आत्मा हूँ....... मेरे शरीर के विभिन्न अंग मेरी अटैचमेंटस् हैं...... आंखों के द्वारा मैं आत्मा देखती हूँ...... मुख के द्वारा मैं आत्मा बोलती हूँ....... कानों के द्वारा मैं आत्मा सुनती हूँ...... और मस्तिष्क के द्वारा मैं आत्मा सोचती हूँ...... हाथ-पाँव के द्वारा मैं आत्मा कार्य करती हूँ........ चलती हूँ........ पर मैं तो इस सबकी मालिक हूँ....... मास्टर हूँ........ मन बुद्धि की भी मालिक हूँ...... अनादि हूँ..... अविनाशी हूँ...... मैं निराकार आत्मा हूँ...... मैं आत्मा हूँ...... मैं आत्मा हूँ.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 25 (स्वराज्य अधिकारी)

महावाक्यः- बापदादा का नाम बाला करने वाले ही बाप समान सम्पन्न होते हैं.....।

स्वमानः- मैं मन-बुद्धि-संस्कारों को आर्डर प्रमाण चलाने वाली स्वराज्य अधिकारी आत्मा हूँ........

गीतः- मैं आत्मा हूँ, मेरी शक्तियाँ मन-बुद्धि-संस्कार.........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं सैक्रीन बाप की बहुत ही मीठी बच्ची आत्मा हूँ..... बाबा ने मुझे मीठी-मीठी दृष्टि देकर और ही मीठा बना दिया है..... इस मीठी-मीठी दृष्टि में प्रेम के साथ-साथ शक्ति भी भरी हुई है....... ऐसा लग रहा है जैसे बापदादा मुझे प्रेम के साथ-साथ शक्ति स्वरूप भी बना रहे हैं...... ये स्नेह और शक्ति स्वयं में धारण कर मैं खुद को लाइट-माइट स्थिति में अनुभव कर रही हूँ...... मेरे मन-बुद्धि पूर्णतया मेरे कन्ट्रोल में हैं...... इस पॉवरफुल दृष्टि से मेरे अन्दर की जलन वा झरमुई-झगमुई वाली बातें खत्म होती जा रही हैं....... और मैं आत्मा याद के बल से मीठी, अति मीठी होती जा रही हूँ....... और जैसे मीठी चीज चिपकती बहुत जल्दी है... ऐसे ही मैं भी मीठे ते मीठे बापदादा से चिपकती जा रही हूँ.......... बाबा मुझे मीठी बच्ची-मीठी बच्ची कहकर गले से लगा रहे हैं....... यही मीठा रुप मुझे समस्त विश्व में प्रत्यक्ष करना है और सर्व आत्माओं को अविनाशी बाप के प्यार की मिठास का अनुभव कराना है.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 26 (ब्रह्मा बाप समान)

महावाक्यः- आप ''जैसा नाम वैसा काम'' करने वाले ''जैसा संकल्प वैसा स्वरूप'' बनने वाले... सच्चे वैष्णव हो.....।

स्वमानः- मैं ब्रह्मा बाप समान ज्ञान स्वरूप, शक्ति स्वरूप, याद स्वरूप और सर्वगुण स्वरूप शक्तिशाली आत्मा हूँ.........

गीतः- मैं अविनाशी आत्मा हूँ......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं आत्मा अजर-अमर-अविनाशी हूँ...... परमधाम से इस सृष्टि रंगमंच पर सुन्दर पार्ट बजाने के लिऐ आई हूँ..... मेरा मूलवतन परमधाम है..... मैं अब से हजारों वर्ष पहले इस धरा पर अवतरित हुई थी...... पहले दो युग मैंने सम्पूर्ण सुख व आन्नद में व्यतीत किये..... तब मैं सम्पूर्ण निर्विकारी थी..... आत्म अभिमानी थी...... भौतिक सुखों से सम्पन्न होते हुऐ भी मुझमें भौतिकता के प्रति कोई लगाव नहीं था...... परन्तु द्वापरयुग के बाद मेरा वो सुख छिन्न-भिन्न हो गया..... अब पुनः संगम पर स्वयं परमात्मा ने आकर मुझे मेरे सत्य स्वरूप की स्मृति दिलाई है.... मैं आत्मा हूँ...... शान्त स्वरूप हूँ...... प्रेम स्वरूप हूँ...... सुख व आन्नद स्वरूप हूँ...... आन्नद मेरा स्वभाव है...... सुख मेरी सम्पत्ति है...... मैं आत्मा इस रथ में बैठकर सम्पूर्ण सुखी हूँ...... मुझसे चारों ओर आन्नद के प्रकम्पन प्रवाहित हो रहे हैं...... ये प्रकम्पन अनेक मनुष्यों को सुख की अनुभूति करा रहे हैं...... अब मैं इस देह से निकलकर यात्रा करती हूँ ऊपर की ओर...... मैं चमकती हुई ज्योति आकाश मण्डल को पार करते हुऐ जा रही हूँ अपने निजधाम को..... यह परमधाम है.... गोल्डन प्रकाश से आच्छादित.... सम्पूर्ण शान्ति से भरपूर...... यही मेरा घर है...... मैं यहाँ पूर्ण शान्त व आन्नदित हूँ..... मेरे समीप हैं सुखों के दाता.... आन्नद के सागर मेरे परमप्रिय परमपिता.... उनको देखकर ही मेरे आन्नद का पारावार नहीं रहा है..... उनको देखने से मेरा रोम-रोम खिल उठा है..... वह मेरे प्राणप्रिय परमपिता परमेश्वर हैं...... अहा!! मैं अपने परमपिता के पास पहुँच गया.... ये वही हैं, जिन्हें मैं जन्म-जन्म से याद कर रहा था.... ये वही हैं, जिनके दर्शन की अभिलाषा में मैं तड़पता था... आहा!! प्राण प्यारे बाबा... आखिर मैं आपके पास पहुँच ही गया.... आपके मिलन से मेरे जन्म-जन्म के कष्ट दूर हो गये.... आपके पास आकर मैं सुखों के सागर में तल्लीन हो गया हूँ...... सभी दुखों से परे आपके प्रेम की शीतल छाया को पाकर मैं धन्य-धन्य हो गया हूँ...... आप मेरे परम प्रिय हो...... मैंने आपको कितना खोजा...... परन्तु जब किसी ने भी मुझे आपका पता नहीं बताया तो आपने खुद ही मुझे अपने पास बुला लिया...... अहा!! मेरे भाग्य के द्वार खुल गये...... आपको पाकर मैंने सब कुछ पा लिया...... बाबा मुझसे कह रहे हैं- मीठे बच्चे! तुम मेरे नयनों के नूर हो.... जैसे तुम मुझे बहुत प्यार करते हो.... मैं भी तुम्हें अपने नयनों में बसाये रखता हूँ...... मैं तुम्हारे दुखों को देख तुम्हारे दुख हरने के लिऐ तुम्हारे पास चला आया हूँ...... तुम मेरे अति मीठे बच्चे हो..... मेरा सब कुछ तुम्हारा है...... अब मुझ आत्मा के ऊपर प्राणेश्वर परमपिता की किरणें पड़ रही हैं..... उसके वायब्रेशन्स् पाकर मैं आन्नद विभोर हो रहा हूँ..... आन्नद से अपनी झोली भरकर अब मैं आत्मा धीरे-धीरे नीचे उतर रही हूँ...... और प्रवेश कर रही हूँ... अपनी साकारी देह में...... मुझे अतिन्द्रिय सुख भास रहा है...... मेरा मन आन्नद से भरपूर हो गया है...... अब मैं अपना सम्पूर्ण जीवन खुशी व आन्नद से जियूँगा...... मेरे सारे दुख दूर हो गये हैं...... मुझे अनुभूति हो गई है कि सुख व आन्नद तो मेरा अपना स्वभाव है...... अब किसी भी कारण से मैं अपने अन्दर दुख की प्रवेशता नहीं होने दूँगा..... मैं सुखदाता परमपिता का बच्चा हूँ.... आज से मैं अपने मन.... वचन..... वा कर्म से किसी को भी दुख नहीं दूँगा...... सभी के साथ सुखपूर्वक रहते हुऐ सुख का ही लेन-देन करता रहूँगा......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 27 (वरदानी-महादानी स्टेज)

महावाक्यः- दृष्टि को एक सेकण्ड में रूहानी या दिव्य बनाओ.....।

स्वमानः- मैं सर्वशक्तियों से सम्पन्न, सर्व शस्त्रों से श्रृंगारी हुई महादानी और वरदानी, सर्वशक्तिवान, एवररेडी आत्मा हूँ.........

गीतः- दानी बनो वरदानी बनो..........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं अव्यक्त वतनवासी फरिश्ता बापदादा की श्रीमत प्रमाण सेवार्थ इस धरा पर अवतरित हुआ हूँ........ यह व्यक्त अर्थात् ५ तत्वों की बनी देह मेरी नहीं वरन् प्रकाश के कार्ब में विराजमान मैं अव्यक्त फरिश्ता हूँ........ मेरे आसपास चारों ओर लाइट ही लाइट है........ मैं लाइट रूप हूँ...... मैं फरिश्ता इस धरा पर निमित्त सेवार्थ अवतरित हुआ हूँ..... मैं फरिश्ता चल रहा हूँ...... मैं साक्षात्कार मूर्त देवी-देवता स्वरूप में हूँ......

मैं फरिश्ता लाइट के कार्ब में हूँ....... मेरे चारों ओर परमपिता परमात्मा द्वारा दी हुई सर्वशक्तियों का ओरा बना हुआ है......... सर्वशक्तियाँ रंग-बिरंगी लाइट के रूप में मुझे चारों ओर से घेरे हुये हैं........ इन शक्तियों के बीच चमकता मैं श्वेत वस्त्रधारी फरिश्ता भूमण्डल पर सेवार्थ विचरण कर रहा हूँ..... जहाँ-जहाँ मेरे कदम पड़ रहे हैं वहाँ आसपास का वातावरण परिवर्तित होकर अत्यन्त शोभनीय, दर्शनीय बनता जा रहा है........ मैं मास्टर सर्वशक्तिमान स्थिति में स्थित होकर समस्त भूमण्डल में सर्वशक्तियों से सम्पन्न किरणें प्रवाहित कर रहा हूँ........ इन श्रेष्ठ किरणों को पाकर मनुष्यात्मायें अपनी परेशानियों, भय वा चिन्ताओं से मुक्त होती जा रही हैं........ जन्म-जन्म की सुख-शान्ति की प्यासी आत्मायें भिखारी बन मेरे सम्मुख आ रही हैं.... वे आलाप कर रही हैं.... हे वरदानी मूर्त, हे महादानी मूर्त, हे हमारे ईष्ट देव!!! उन्हें जैसेकि मेरे दिव्य अलौकिक फरिश्ते स्वरूप से अपने ईष्ट देव/देवियों का साक्षात्कार हो रहा है....... हे सुख-शान्ति दाता! हमें सुख दो, शान्ति दो... हमारे कष्टों को हर लो प्रभु....... हम जन्म-जन्म की प्यासी आत्मायें आपकी क्षणभर की दया-दृष्टि की भूखी हैं...... हमें मुक्ति दीजिये भगवन!! हे शक्ति स्वरूपा माँ, हमें शक्ति दो जो हम इन विकट परिस्थितियों से पार पा सकें..... इनसे मुक्त हो सकें........ मैं लाइट के कार्ब में विराजमान अलौकिक फरिश्ता परमपिता परमात्मा से प्राप्त सातों गुणों वा अष्ट शक्तियों को सर्व मनुष्यात्माओं में प्रवाहित कर रहा हूँ......... भक्तात्मायें, भूखी प्यासी आत्मायें- सुख, शान्ति, आन्नद, प्रेम, शक्ति सम्पन्न किरणें पाकर निहाल होती जा रही हैं.......... वे सन्तुष्ट हो रही हैं........ उनमें यथायोग्य सर्वगुणों वा शक्तियों का समावेश होता जा रहा है....... वे शक्ति सम्पन्न बनती जा रही हैं...... अब वे परिस्थितियों का, मुसीबतों का सामना करने वा उन्हें सहन करने में सक्षम होती जा रही हैं.... वे परिस्थितियों से, परेशानियों से, अपने जन्म-जन्म के दुखों से मुक्त होती जा रही हैं..... मेरे मुखार्विन्द से प्रस्फुटित दो वरदानी बोल ''सुख-शान्ति सम्पन्न भवः'' उनके लिये मुक्ति-जीवनमुक्ति का द्वार खोलने का पर्याय बन गये हैं..... वे सुख-शान्ति भव के वरदान को पाकर कृतज्ञ हो रहे हैं....... वे निहाल हो रहे हैं....... मेरी दृष्टि भर से ही उन्हें असली घर शान्तिधाम की राह दिखाई पड़ रही है........ वे मुक्त हो रही हैं....... वे कर्म बन्धनों से आजाद हो रही हैं....... वे कर्जमुक्त होती जा रही हैं....... निर्मल बनती जा रही हैं....... उनके कष्ट हरकर उन्हें पीड़ाओं से छुड़ाने का कर्त्तव्य करते मुझे भी अति आन्नद वा खुशी की अनुभूति हो रही है........ उन्हें मुक्त करके मैं फरिश्ता चल पड़ता हूँ एक अन्य दिशा की ओर, जहाँ अनेकों दुखों/पीड़ाओं से व्याकुल आत्मायें अपने पालनहार, अपने ईष्टों का आह्वान कर रही हैं......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 28 (लाइट माइट हाउस)

महावाक्यः- जो निमित्त बने हुऐ मुख्य हैं..... सर्विसएबुल हैं..... और राज्य-भाग्य की गद्दी लेने वाले हैं..... ऐसे अनन्य रत्न लाइट हाउस मिसल घूमते और चारों ओर लाइट देते रहेंगे.....।

स्वमानः- मैं अव्यक्त वतनवासी फरिश्ता, लाइट के कार्ब में निमित्त सेवार्थ इस धरा पर अवतरित हुआ हूँ........!

गीतः- मैं हूँ फरिश्ता........

योगाभ्यास/ड्रिलः- धन्य है आबू की धरती, जिस पर जहाँ-तहाँ फरिश्ते विचरण कर रहे हैं..... जिधर भी नजर जा रही है फरिश्ते ही घूमते नजर आ रहे हैं..... जैसेकि फरिश्तों की दुनिया को छोड़कर सारे फरिश्ते इस धरा पर उतर आये हों....... कैसा अद्‌भुत नजारा है यह जिसे निरन्तर देखते रहने का मन हो रहा है.... यहाँ-वहाँ फरिश्ते सर्व आत्माओं पर अपनी निःस्वार्थ स्नेह, निश्छल प्रेम वा सौहार्द भरी दिव्य रूहानी दृष्टि डालकर मनुष्यात्माओं को परम सुख-शान्ति वा खुशी की अनुभूति करा रहे हैं......... कैसे भी संस्कारों वाली आत्मायें इन फरिश्तों की नजर पड़ते ही अपार खुशी का अनुभव कर रही हैं......... दुख-चिन्ता परेशानियों से घिरी आत्मायें अपने दुख-दर्द को भूलकर इन फरिश्तों को अपलक निहार रही हैं...... उनकी नजरें फरिश्तों पर आकर टिक गई हैं...... वे फरिश्तों में अपने ईष्ट देवों-देवियों का साक्षात्कार कर रही हैं...... साधारण से साधारण आत्मा भी इस दिव्य स्वरूप को देखकर शरीर का भान भूलती जा रही है......... वे सहज ही लाइट स्वरूप में स्थित हो रही हैं......... फरिश्तों की शक्तिशाली लाइट-माइट स्वरूप स्थिति सहज ही आत्माओं को अव्यक्त स्वरूप का अनुभव करा रही है..... आत्मायें फरिश्ते स्वरूप द्वारा अपने असली घर परमधाम, शान्तिधाम, निर्वाणधाम की राह को स्पष्ट देख पा रही हैं......... वे परमात्म किरणों की अनुभूति कर रही हैं..... वे इन किरणों को पाकर मुक्त हो रही हैं.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 29 (एक बाबा ही संसार है)

महावाक्यः- अन्त में विजयी बनेंगे व अन्त में निर्विघ्न बनेंगे - यह संकल्प ही रॉयल रूप का अलबेलापन है, अर्थात् रॉयल माया है.....।

स्वमानः- 'एक बाप ही मेरा संसार है' की स्मृति में रहने वाली अनादि, अविनाशी निराकारी आत्मा हूँ.......

गीतः- बनके बाबा आपके, हम कितने धनवान हुऐ.......

अभ्यास/ड्रिलः- मैं अविनाशी पिता परमात्मा शिव की अजर, अमर सन्तान निराकारी आत्मा हूँ..... इस कल्याणकारी संगमयुग पर एक बाप ही मेरा संसार हैं..... वे ही मेरे मात-पिता, बन्धु, सखा, स्वामी, सदगुरू, शिक्षक, परम हितैषी, रक्षक हैं...... हे मेरे परमपिता, मैं जन्म-जन्मान्तर से आपसे बिछुड़कर इस विषय सागर में भटक रही थी..... आपने मुझे ढूँढकर... मुझे अपना बनाकर, मुझे सर्व सम्बन्धों से अपनाकर एक ऐसी अविनाशी खुशी प्रदान कर दी है.... जो मैं इस खुशी के झूले में झूलकर अतिद्रिंय सुख का रस ले रही हूँ.... अब इन विनाशी छल-कपट...... स्वार्थ भावना से भरपूर दैहिक रिश्तों-नातों से मेरा कोई लगाव बाकी नहीं रहा है.... मैं सर्व सम्बन्धों से सिर्फ और सिर्फ एक आपही की हूँ..... आप ही मेरे परमप्रिय पिता हो.... मेरे शिक्षक हो.... मेरे सद्गति दाता हो.... मेरे परम हितैषी.... मेरे बन्धु.... मेरे सखा हो.... अब मुझे हर सम्बन्ध बस एक आप ही से निभाने हैं बाबा...... अब तो बस आप ही मेरा संसार हो बाबा...... आपने ही मुझे बताया बाबा कि मेरा वास्तविक अनादि, अविनाशी स्वरूप तो निराकारी ज्योतिबिन्दु है....... सृष्टि आदिकाल में जब मैं आत्मा... इस धरा पर प्रथम बार अवतरित हुई थी... तो मैंने देवताई चोला धारण कर अपना पार्ट बजाना आरम्भ किया था.... फिर पार्ट बजाते-बजाते अब मैं पुनः संगम पर आकर आपसे मिली हूँ बाबा..... और अब मुझे वापस अपने फरिश्ते स्वरूप को धारण कर..... इस साकारी दुनिया से परे.... फरिश्तों की दुनिया में जाना है...... जहाँ फरिश्ता ड्रैस को छोड़.. आपके संग निराकारी दुनिया में निराकारी स्वरूप में स्थित हो जाना है..... यही तो मेरा ओरिजनल स्वरूप है..... यही तो मेरी मंजिल है...... यही तो मेरा अविनाशी ठिकाना है......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 30 (मन्सा द्वारा आत्माओं का आह्वान)

महावाक्यः- अभी तक मन्सा शक्ति द्वारा आत्माओं का आह्वान कर परिवर्तन करने की यह सूक्ष्म सेवा बहुत कम करते हैं। रूह, रूह को आह्वान करके रूहानी सेवा करे, यह रूहानी लीला अनुभव करो.....।

स्वमानः- मैं साइलेन्स की शक्ति अर्थात् मन्सा पावरफुल स्थिति द्वारा अन्य आत्माओं की दृष्टि-वृत्ति को परिवर्तन कर, एक बाप की ओर लगाने वाली सिद्धि स्वरूप अन्तर्मुखी आत्मा हूँ........

गीतः- ऐ आत्माओं सुन लो शिव का ये शुभ सन्देश........

योगाभ्यास/ड्रिलः- जिन आत्माओं की हम सेवा करना चाहते हैं, उनको बापदादा के साथ कम्बाइण्ड होकर एक ओरे में ले लें......... वह स्थान, वह पूरा एरिया, वे सारे घर जिनमें वे आत्मायें रह रही हैं, उस पूरे एरिया को एक ओरे में लेकर... उन सभी आत्माओं को परमात्मा से प्राप्त शक्तियों का दान दें.........

बैठ जायें बापदादा के साथ कम्बाइण्ड होकर एक ऊँची पहाड़ी पर......... बापदादा से निकलती आसमानी रंग की ज्ञान स्वरूप किरणें........ रंग-बिरंगी सर्व शक्तियों से सम्पन्न किरणें बापदादा से निकलकर मुझ पर पड़ रही हैं..... बापदादा से मुझ पर शान्ति और पवित्रता की शक्तिशाली किरणों की वर्षा हो रही है........ और ये किरणें मुझसे होती हुई समस्त ओरे में फैल रही हैं...... इन किरणों का प्रभाव ओरे के अन्दर समाये हुये सभी स्थानों पर वा आत्माओं पर पड़ रहा है........ सभी आत्मायें इन शान्ति और पवित्रता की किरणों में नहाकर गहन शान्ति की अनुभूति कर रही हैं......... ऐसा शान्त वातावरण इस कलहयुग में आत्माओं को कभी अनुभव नहीं हुआ था........ वे उत्साहित होकर इस शान्ति के स्त्रोत को तलाश रही हैं......... वे ढूँढ रही हैं कि ऐसा सुखद और शक्तिशाली वायुमण्डल....... जिसका अनुभव कर वे अति शान्त और उनके विचार पवित्र बन रहे हैं...... हृदय में प्रभु प्रेम की तरंगें उठ रही हैं...... ये प्रेम का झरना कहाँ से बह रहा है....... सर्व आत्मायें अपने घरों से निकलकर एक खुले मैदान में एकत्रित हो रही हैं....... और अत्यन्त जिज्ञासा से ऊपर आकाश की ओर निहार रही हैं...... ऊँचे शिखर से आता ये दिव्य शक्तियों का झरना आत्माओं में शान्ति.. प्रेम... करुणा... और पवित्रता की लहरें पैदा कर रहा है..... वे भाव-विभोर होकर इस शिखर की ओर देख रही हैं...... जहाँ बापदादा और मैं नन्हा सा फरिश्ता बैठे हैं....... धीरे-धीरे आत्माओं को इन रंग-बिरंगी किरणों के स्त्रोत अर्थात् बापदादा का साक्षात्कार होने लगता है........ सभी आत्मायें अपने-अपने ईष्ट देव देवियों के रुप में बापदादा का और मेरा साक्षात्कार कर रही हैं........ उनमें अपार श्रद्धा भाव उत्पन्न हो रहा है........ वे बारम्बार अपने अविनाशी परमपिता परमात्मा को नमन कर रहीं हैं....... उनके नयन अगाध प्रेम और श्रद्धा से भरकर छलक रहे हैं....... वे कलयुगी गुरूओं, पंडितों और महात्माओं को भूलकर एक शिव परमात्मा की याद में स्थित हो रहीं हैं...... उन्हें सहज ही अनुभव हो रहा है..... कि अब तक परमात्मा को खोजने के जो भी रास्ते वे अपनाकर चल रहे थे...... वे सभी रास्ते गलत थे और वे व्यर्थ ही इन रास्तों पर चलकर अपना समय गंवा रहे थे....... आत्मायें अपनी भूल का पश्चाताप कर रही हैं........ उन्हें यकीन हो रहा है कि सदा काल का सुख-शान्ति का वर्सा अथवा मुक्ति-जीवनमुक्ति का रास्ता सिर्फ और सिर्फ परमात्मा द्वारा दिये जा रहे सत्य ज्ञान से ही प्राप्त हो सकता है....... वे परमात्म ज्ञान देती ब्रह्माकुमारियों को तलाश रही हैं....... उनकी नजरें उत्सुकता से परमात्म परिचय कराती इन चैतन्य देवियों को तलाश रही हैं....... उनमें इन चैतन्य देवियों के प्रति अपरम्पार श्रद्धा जागृत हो रही है....... वे अपने लौकिक घर परिवार, कारोबार को छोड़कर....... ब्रह्माकुमारी आश्रम की तलाश में जा रही हैं.......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 31 (एकाग्रता का अभ्यास)

महावाक्यः- बुद्धि द्वारा बार-बार अशरीरीपन की एक्सरसाइज करो....।

स्वमानः- मैं परमात्मा बाप से बाप समान बन, मिलन मनाने वाली मन-बुद्धि की एकाग्रता की अभ्यासी आत्मा हूँ........

गीतः- तेरे प्यार में जो सुख मिलता है........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं आत्मा चलती हूँ अपने वतन की ओर..... इस देह को छोड़, प्रकृति के इन 5 तत्वों से दूर.... देह की दुनिया, देह के आकर्षण से परे.... इस पूरे माण्डवे को रोशनी देते सूर्य चाँद, तारागणों से भी पार एक अलौकिक वतन में.... जहाँ प्रकाश ही प्रकाश है.... एक ऐसी सफेद प्रकाश की दुनिया में.... जहाँ मेरा सम्पूर्ण प्रकाशमय शरीर अपनी सम्पूर्णता को धारण किये हुऐ विद्यमान है.... एक ऐसा सूक्ष्म लोक, जिसमें सूक्ष्म फरिश्ता रूप धारण किये देवतागण ही प्रवेश कर सकते हैं.... वह लोक, जहाँ ब्रह्मा बाबा अपने सम्पूर्ण, सम्पन्न, सफेद प्रकाश के फरिश्ता स्वरूप में आज भी हम बच्चों के सम्पूर्ण होने की प्रतीक्षा कर रहे हैं.... मैं पहुँचता हूँ इस पवित्र लोक में..... सामने ब्रह्मा बाबा फरिश्ता रूप में मेरे सामने हैं.... उन्हें सामने पाकर बरबस ही इनको ऐसा बनाने वाले पिता शिव की याद आ रही है..... मन के संकल्पों को नयनों से पढ़ लेनेवाले बाबा ने मेरा संकल्प उठते ही पिता शिव का आह्वान किया और अगले ही पल परमप्रिय शिवबाबा ब्रह्मातन में प्रवेश कर उनके बाजू में आकर बैठ गये.... सफेद प्रकाश की काया में विराजमान अलौकिक वा पारलौकिक दोनों पिता को मैं बाबा के मस्तक में चमकते स्पष्ट देख रहा हूँ..... कैसा अलौकिक, अविस्मरणीय और अद्‌भुत दृश्य है यह..... एक सम्पूर्ण सृष्टि का मालिक, तीनों लोकों का रचयिता परमपिता परमात्मा शिव और दूसरा जगतपिता, इस साकार सृष्टि की सर्वोच्च, सर्वश्रेष्ठ, सर्वोत्तम आत्मा.... दोनों मेरे सम्मुख हैं और मुझसे मिलन मनाने के लिये मेरे सम्मुख आये हैं... कैसा अनोखा मिलन है ये.... कितना ना भाग्यवान हूँ मैं.... मैं उनसे नैन मुलाकात कर रहा हूँ.... बापदादा के प्रेम-वत्सल नयन मुझे निहार रहे हैं.... मैं उनके इन प्रेम बरसाते नैनों को देख-देख पुलकित हो रहा हूँ.... आऽऽऽहा!! कैसा अद्‌भुत मिलन है यह बाप और बच्चे का.... कितना रमणीक है ये दृश्य.... नयनों से प्रेम बरसाते बापदादा मुझे नजर से निहाल कर रहे हैं.... मुझमें शक्ति भर रहे हैं.... मुझे शान्ति की किरणें दे रहे हैं..... अब बाबा मुझे ऊपर शान्तिधाम में चलने का इशारा कर रहे हैं.... बाबा का इशारा पाते ही मैं अपना प्रकाश का शरीर छोड़ शिव पिता के संग उड़ चलता हूँ मूलवतन की ओर.... मुझ आत्मा के आरगन्स् मन वा बुद्धि जैसे मर्ज हो गये हैं.... चित्त एकदम शान्त अनुभव हो रहा है, गहन शान्ति की अवस्था में मैं निर्वाणधाम में प्रवेश कर रहा हूँ.... लाल प्रकाश का घर.... जहाँ हर तरफ प्रकाश ही प्रकाश है..... शान्ति ही शान्ति है...... कोई हलचल नहीं.... संकल्परहित लोक है यह....... मुझ आत्मा का असली घर है....... बहुत समय के बाद मैं वापस अपने घर आकर पहुँची हूँ...... अपने वास्तविक घर, अपने असली पिता शिव के पास... सामने मेरे पिता शिव विराजमान हैं..... मैं भी उनके बिल्कुल समीप जाकर बैठ जाती हूँ.... शान्त अवस्था में.... निश्चिंत.... अडोल.... र्निसंकल्प.... अपनी ओरिजिनल बीजरूप अवस्था में... (बैठे रहें इसी अशरीरी अवस्था में और आन्नद लें बीजरूप स्टेज का....) ओम शान्ति्

ड्रिल - 32 (बाप मिला, सब मिला)

महावाक्यः- ''बाप मिला, सब मिला'' - ''मिल गया, पा लिया'' यही नशा रहेगा.....।

स्वमानः- एक बाप में संसार को पाने वाली परमात्म प्रिय सन्तान हूँ.....

गीतः- पाके तुझको बाबा सुख का सार पा लिया.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं आत्मा हूँ....... जगत पिता, जगत नियन्ता, परमपिता परमात्मा की प्रिय सन्तान होने के कारण मैं आत्मा इस सम्पूर्ण वसुधा की स्वामी हूँ........ मैं मास्टर त्रिलोकीनाथ हूँ......... मैं तीनो लोकों और तीनों कालों का गुह्य रहस्य जानने वाला त्रिनेत्री हूँ.......

ज्ञान का यह तीसरा नेत्र मुझे स्वयं संसार के पिता शिव ने उपहार स्वरूप प्रदान किया है........ वह स्वयं मुझ पर अति प्रसन्न होकर मुझे इस विश्व का मालिक बनाना चाहते हैं........ इस समय भोलेनाथ बाबा मुझे सारे विश्व की राजाई देने के लिये स्वयं इस वसुधा पर अवतरित हुये हैं....... वह स्वयं मुझे समस्त दुःखों और दुविधाओं से मुक्त रहने और सभी को मुक्त करने की युक्ति बता रहे हैं........

उनका यह असीम प्यार पाकर मैं धन्य-धन्य हो गया हूँ........ वह मुझे दर-दर भटकने से बचाने के लिये अपना दुलार अर्पित कर रहे हैं........ वह मुझसे सर्व आत्माओं को दुःखों से मुक्त करने के लिये शंख ध्वनि करा रहे हैं........ मैं उनके इस असीम प्यार का सम्पूर्ण अधिकारी हूँ.........

मेरा दिल अब यही गीत गा रहा है........ पा के तुझको बाबा सुख का सार पा लिया, पाने को ना कुछ रहा जब तुझको पा लिया........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 33 (विश्व परिवर्तक)

महावाक्यः- अभी स्वयं को परिवर्तन करते हुऐ विश्व-परिवर्तक बनो....।

स्वमानः- मैं एक बाप से सर्व अविनाशी सम्बन्धों का अनुभव करने वाली मास्टर विश्व परिवर्तक आत्मा हूँ........

गीतः- हम स्वर्ग धरा पर लायेंगे.........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं इस सृष्टि पर अवतरित एक महादानी....... वरदानी आत्मा हूँ...... स्वयं परमपिता परमात्मा निराकार शिवबाबा ने मुझे अपना बच्चा बनाकर, अपना साथी बनाकर मुझे वरदानों से भरपूर कर दिया है...... पिता शिव मेरा सर्व शक्तियों से श्रृंगार कर रहे हैं....... मेरा आदि स्वरूप परमात्मा द्वारा प्रदान की गई शक्तियों वा गुणों से सम्पन्न था....... सृष्टि के आदि समय सतयुग में मैं आत्मा सम्पूर्ण सतोप्रधान अर्थात् सर्व गुण सम्पन्न...... १६ कला सम्पूर्ण इस धरा पर अवतरित हुई..... और अब सृष्टि के अन्त के समय में स्वयं भगवान मेरा श्रृंगार कर रहे हैं...... मुझे ज्ञान के अस्त्रों-शस्त्रों से सुसज्जित कर..... मेरी काया कल्पतरू कर रहे हैं...... एक तरफ परमपिता परमात्मा शिवबाबा मुझे 16 कला सम्पूर्ण स्वरूप में देख रहे हैं...... वहीं दूसरी ओर भक्तगण वा अन्य आत्मायें...... मुझे सर्व शस्त्रों से श्रृंगारी हुई मूर्त अर्थात् मेरे सम्पूर्ण..... अष्ट भुजाधारी दुर्गा स्वरूप का साक्षात्कार कर रहे हैं..... मेरी दिव्य रूहानी दृष्टि पड़ते ही मनुष्यात्मायें वा भक्त आत्मायें.. अपने जन्म-जन्म के पापकर्मों से मुक्त होकर मुक्ति को प्राप्त कर रही हैं....... अर्थात् वे देह के बन्धन से छूटकर अपने घर शान्तिधाम को जा रही हैं....... वहीं दूसरी ओर मेरी दिव्य मुस्कान वा वरदानी बोल सुन आत्मायें जीवन-मुक्ति (स्वर्ग) के वर्से को प्राप्त रही हैं...... मेरे मुख से निकले दो वरदानी बोल.... अनेकों आत्माओं के लिये जीवन-मुक्ति के दरवाजे खोल रहे हैं....... आत्मायें सुख-शान्ति को प्राप्त कर रही हैं....... वे तृप्त हो रही हैं....... वे मुक्त हो रही हैं....... वे हर्षित हो रही हैं........ वे कृतज्ञ हो रही हैं........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 34 (न्यारे और प्यारे)

महावाक्यः- कमल पुष्प समान स्थिति अर्थात् सदा हर कर्मेन्द्रियों द्वारा कर्म करते हुऐ भी इन्द्रियों के आकर्षण से न्यारे और प्यारे......।

स्वमानः- मैं बाप समान अपने फीचर्स से फ्यूचर को प्रत्यक्ष करने वाली मास्टर शिक्षक हूँ....../...... मैं कमल आसन पर विराजमान सर्व बन्धनमुक्त वा सदा योगयुक्त मास्टर रचता हूँ........

गीतः- योगी पवित्र जीवन....../ पवित्र तन रखो, पवित्र मन रखो......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं श्वेत वस्त्रधारी मास्टर विश्व कल्याणकारी शिक्षक हूँ....... परमात्म पालना को स्वयं में भरकर औरों को आप समान बनाने वाली जिम्मेवार आत्मा हूँ.... मैं ईश्वरीय शिक्षा द्वारा काँटों को फूल..... मनुष्य को देवता, बन्दर से मन्दिर लायक बनाने वाली मास्टर टीचर हूँ..... मेरे चारों ओर मेरा अनुसरण करने वाले अनेकों लोग मेरे मार्गदर्शन का इन्तजार कर रहे हैं... मैं श्वेत वस्त्र धारण कर अपने गंतव्य की ओर जा रही हूँ..... मेरी दिव्य चलन, मेरा शान्त और गम्भीर स्वभाव ईश्वरीय सेवा के निमित्त है..... मेरा सहज जीवन और मेरे मधुर बोल आत्माओं को प्रेरित कर रहे हैं..... मेरी सम- दृष्टि और मेरे अविचलित नयन.... सभी को शिक्षा दे रहे हैं..... मेरी शीतल एवं दिव्य मुस्कान, मूर्छित चेहरों को जीयदान दे रही है..... सारा समाज मुझे फॉलो कर रहा है.... मैं श्वेत वस्त्रों में लिपटी एक स्वर्ण परी सी चलती हुई जा रही हूँ.... सारा समाज मेरे नम्र एवं निर्विकार वृत्ति को मेरे चेहरे से महसूस कर रहा है.... मैं चल रही हूँ अपने दिव्य प्रकम्पनों को फैलाते हुये.... आगे की ओर बढ़ती जा रही हूँ.... मेरा जीवन एक खुली किताब के समान है.... मेरा निश्छल हृदय हरेक के लिये शरणागृह का कार्य कर रहा है.... ईश्वरीय प्राप्तियों से परिपूर्ण मेरा जीवन मनुष्यों के लिये प्रेरणा का स्रोत बन गया है..... मेरा तृप्त एवं उत्साहित मुखमण्डल मनुष्यों के लिये एक दर्पण का काम कर रहा है.... वे मुझे देख-देख कर अपनी सुध-बुध खो रहे हैं.... वे अनेक चिन्ताओं से मुक्त हो रहे हैं.... उन्हें एक अनोखी शान्ति का अनुभव हो रहा है..... वह अपना कारोबार समेटकर मेरे पीछे-पीछे ईश्वरीय शरण स्थलों की ओर आ रहे हैं..... मैं बीच-बीच में पीछे की ओर घूमकर उन सभी को सकाश दे रही हूँ..... मैं उन्हें आत्म ज्ञान देकर समर्थ बना रही हूँ.... वे मुझमें व्याप्त माधुर्य में परमात्म छवि का अनुभव कर रहे हैं..... और गीत गा रहे हैं..... जिसकी रचना इतनी सुन्दर, वो कितना सुन्दर होगा.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 35 (एक के अन्त में समाने का अभ्यास)

भगवानुवाचः- हे आत्मा!! तुम मेरे हो...... अब तुम्हें अपने रहे हुऐ हिसाब-किताब चुक्तू कर वापिस मेरे साथ चलना ही है....... उसके लिये योग अग्नि को तेज करो....... ज्वाला स्वरूप स्थिति में स्थित रहकर अपने रहे हुऐ संस्कारों को तीव्र वेग से परिवर्तन करो....... यही धुन रहे..... बस यही तात लगी रहे - अब घर जाना है...... अब घर जाना है......।

महावाक्यः- मन की एकाग्रता अर्थात् एक की याद में रहना, एकाग्र होना यही एकान्त है.....। सर्व आकर्षण के वायब्रेशन से अन्तर्मुख बनो....। रूहानियत की गुह्यता में जाओ......।

स्वमानः- मैं सदैव ज्ञान सूर्य शिवबाबा के सम्मुख रहने वाला सूरजमुखी का फूल हूँ........

गीतः- मेरा तो शिवबाबा एक, दूसरा ना कोई........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं आत्मा इस विनाशी देह के भान से परे होकर स्वयं को परमधाम में अशरीरी स्थिति में देख रही हूँ.. बाह्यमुखता से परे होकर मैं अपने ही अन्तर्मन में झाँक कर, अपनी कमी कमजोरियों को मिटाने लिये स्वयं को एक बाप की याद में अनुभव कर रही हूँ..... मेरा चित्त एकाग्र हो रहा है.... मेरी स्थिति एकरस होती जा रही है.... मैं अन्तर्मुखता का गहन अनुभव कर रही हूँ.... मैं बीजरूप अवस्था का अनुभव कर रही हूँ... मेरे सामने परमधाम वासी बीजरूप पिता शिव के सिवाय और कोई दृश्य नहीं... मैं स्वयं को भी इसी बीजरूप स्थिति में देख रही हूँ... इस ज्वाला स्वरूप स्थिति में सर्व शक्तियाँ समायी हुई हैं... योग की अग्नि से मैं आत्मा अनंत प्रकाशवान होती जा रही हूँ... एक अलौकिक प्रकाश का झरना मुझसे अनवरत फूट रहा है.. इस अवस्था में योग की तपन स्पष्ट महसूस हो रही है.. 5 तत्वों की देह में योग की तपन, तत्वों को प्यूरिफाई (Purify) कर रही है.... मेरे संस्कारों का शुद्धिकरण हो रहा है.... आसुरी दृष्टि, वृत्ति परिवर्तित होकर प्युअर (Pure), स्वच्छ एवं दिव्य दृष्टि में बदल रही है... मुझे बिन्दी के सिवाय और कुछ दिखाई नहीं दे रहा... एक लाल प्रकाश का घर और वहाँ मैं बिन्दु आत्मा अपने अविनाशी निराकारी पिता शिव के साथ.... (स्थित हो जायें कुछ देर इसी बीजरूप अवस्था में...) मैं शिव पिता के बेहद समीप हूँ.... मैं बिन्दु आत्मा स्वयं को सर्वोच्च अवस्था में महसूस कर रही हूँ.... शिव पिता से पवित्रता की अत्यन्त पॉवरफुल वायब्रेशन्स् लगातार मुझमें भी भर रही हैं... मैं अपने ओरिजनल पवित्र स्वरूप को स्पष्ट अनुभव कर रही हूँ.... मैं स्वयं में ईश्वरीय गुणों प्रेम, सुख, शान्ति, पवित्रता को आत्मसात् कर रही हूँ.... मुझ आत्मा के ये अनादि-आदि संस्कार हैं... कितनी निश्छल अवस्था है ये... सर्व आत्माओं प्रति शुभ भावनायें स्वतः ही इमर्ज हो रही हैं.... इनके लिये संकल्प रचने की आवश्यकता ही नहीं महसूस हो रही.... स्वतः ही सर्व प्रति शुभ-भावनाओं, शुभ-कामनाओं की अनंत लहरें उठ रही हैं.... ईर्ष्या, द्वेष, घृणा-भाव का नामोंनिशान भी नहीं.... सर्व के प्रति प्रेम, दया, कल्याण के भाव जागृत हो रहे हैं.... सर्व के प्रति कल्याणकारी भावना रखना ही जैसे मेरा निज स्वरूप है...... मैं विश्व कल्याणकारी शिव पिता की मास्टर विश्व कल्याणी आत्मा हूँ...... ओम शान्ति्

ड्रिल - 36 (हलचल में अचल)

महावाक्यः- जितना हंगामा हो, उतना स्वयं की स्थिति अति शान्त, ऐसी कन्ट्रोलिंग पॉवर वाले ही विश्व को कन्ट्रोल कर सकते हैं.....।

स्वमानः- मैं सेकण्ड के अभ्यास द्वारा अति हलचल में अचल रहने वाली कल्प-कल्प की विजयी तख्तनशीन आत्मा हूँ.........

गीतः- अब लौट चलें इस जहाँ से दूर, प्यारे अपने वतन......

योगाभ्यास/ड्रिलः- हे आत्मन्...... स्वयं को जानो, तुम्हारा जन्म सिर्फ परिवार/रिश्ते-नातों द्वारा दुख पाते रहने के लिये नहीं हुआ है अपितु इस हीरे तुल्य अमोलक जीवन में अपने अविनाशी परमपिता परमात्मा को यथार्थ रीति पहचान उनसे मिलन मनाना है। अपना ८४ जन्मों का अविनाशी वर्सा प्राप्त करने का पार्ट फिर से रिपीट करना है। वो अतिन्द्रिय सुख, जो गोप-गोपियों का गाया हुआ है, स्वयं को उस गोपेश्वर (गोपियों का ईश्वर) की सच्ची-सच्ची गोपिका जान, उस अतिन्द्रिय सुख का रस लेना है। आप ही वह सच्ची गोपिका हो, जो मुरली सुनकर दुनिया के सब रिश्ते नातों को छोड़, लाज शर्म को त्याग कर, दौड़ी चली आती थी अपने रहबर, अपने प्रियतम, अपने गिरधर के पास। हे मुरली की धुन पर मग्न होने वाली राधे..... आओ!! अपने गिरधर, अपने मोहन, अपने साजन के पास दौड़ी चली आओ........ देखो तुम्हारा शिव साजन कितने प्यार से बाहें पसारे तुम्हें बुला रहा है....... आओ मेरी सजनी, अपने अविनाशी सुहाग के पास आ जाओ...... अब तुम्हारे दुख के दिन पूरे हुये........... देखो, मैं तुम्हें लेने आया हूँ........ जिस परमात्मा साजन को तुम अज्ञानता में भी पुकार रहीं थी, तुम्हारा वोही परमात्मा साजन तुम्हारी पुकार पर समयानुसार तुम्हें वापस अपने घर, तुम्हारे अपने घर लेने आया है....... तो आओ, अब अपने सब कार्मिक खातों को मेरी निरन्तर याद के बल से चुक्तू कर घर चलने की तैयारी करो........ इस विनाश के कगार पर खड़ी मनुष्य सृष्टि पर अब आपका एक यही कार्य बाकी रहा हुआ है.........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 37 (मन्सा द्वारा ईश्वरीय सन्देश)

महावाक्यः- ईश्वरीय सन्देश... अब ऐसा समय आने वाला है जो ऐसे सत्य अभ्यास के आगे अनेकों के अयथार्थ अभ्यास स्वतः ही प्रत्यक्ष हो जायेंगे। कहना नहीं पड़ेगा कि आपका अभ्यास अयथार्थ है लेकिन यथार्थ अभ्यास के वायुमण्डल, वायब्रेशन द्वारा स्वयं ही सिद्ध हो जायेगा.......।

स्वमानः- मैं ब्रह्मा बाप के साथ विशेष स्थापना के कार्य अर्थ निमित्त सहयोगी विश्व सेवाधारी ब्रह्माकुमार हूँ.......

गीतः- योग के मार्ग पर हम बुलाते तुम्हें, आओ भाई बनो राजयोगी.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मीठे बच्चे, मैं..... जिसे तुम भगवान कहकर मन्दिरों में, तीर्थों आदि पर ढूंढते फिर रहे हो...... वोही मैं सिर्फ भगवान ही नहीं वरन् तुम्हारा अविनाशी पारलौकिक पिता भी हूँ........ तुम देह के भान में आकर मुझ अपने अविनाशी पारलौकिक पिता को भूल पड़े हो....... तुम जन्म-जन्मान्तर से मुझे तलाशते..... दर-दर धक्के खाते फिर रहे थे....... बच्चे, अब तुम बच्चों की पुकार पर मैं इस धरा पर पुनः अवतरित हुआ हूँ....... और फिर से तुम्हें मेरी व तुम्हारी यथार्थ पहचान देकर वोही स्वर्ग के राज्य-भाग्य का अविनाशी वर्सा देने आया हूँ....... हे मेरे लाडले बच्चों! क्या तुम्हें याद नहीं पड़ता...... तुम किस तरह रो-रोकर.... धक्के खाकर.... अपना तन-मन-धन सब लुटाकर..... मेरी खोज में भटक रहे थे....... मुझसे क्षणिक सुख-शान्ति की प्राप्ति की तलाश में तुमने 63 जन्म तक मेरी भक्ति की... तपस्या की... जप-तप, नेम-व्रत आदि सब करते रहे....... मेरी बन्दिगी करते रहे....... अब मैं तुमसे मिलने के लिऐ स्वयं इस धरा पर अवतरित हुआ हूँ....... पहचानो मुझे... मेरे बन जाओ... परमात्म सन्तान कहलाने का अपना अविनाशी भाग्य प्राप्त करो लाडले बच्चे...... मुझे यथार्थ रीति पहचान... मुझसे योग लगाओ...... और भविष्य 21 जन्मों का अविनाशी स्वर्गिक राज्य-भाग्य का वर्सा प्राप्त करो...... ओ हो बाबा!! आप ही तो मेरे अविनाशी पारलौकिक पिता हैं...... आप ही तो जन्म-जन्मान्तर मुझे सच्चा प्यार करते रहे हैं....... आपकी ही छत्रछाया में रहकर मैंने स्वयं का परिचय प्राप्त किया था.... आपने ही मुझे स्वमान में रहना सिखाया था बाबा.... जब-जब सारी दुनिया मुझे ठुकराती रही... आप ही मेरे सच्चे साथी... खुदा दोस्त... सम्बन्धी बन मुझे अपनाते रहे हो बाबा...... आप ही मुझे गले से लगाते बाबा!! मुझे उठाकर अपने कन्धे पर बिठाते हो बाबा....... जब-जब मेरे दैहिक परिवार ने मुझे बेगाना किया... तब-तब आपने मेरे लिये पूरा ही ईश्वरीय परिवार रचकर दे दिया बाबा...... मेरे मीठे बाबा! मुझे याद आता है वो वक्त..... जब सारी दुनिया में कोई भी मेरा न था तो भी..... आपने मेरा साथ नहीं छोड़ा....... सदा मेरे साथ ही रहे आप बाबा...... मैं मूरख ही आपको सामने पाकर भी पहचान ना सका बाबा...... मगर फिर भी आप मेरे पास ही रहे.... मेरे साथ ही रहे...... मुझे दिलासा देते रहे..... मुझे धीरज देते रहे...... मुझे सम्भालते रहे बाबा...... ओ मेरे मीठे प्यारे बाबा...... कितना ना शुक्रिया करूँ मैं आपका....... मेरे भाग्य विधाता.... मेरे अविनाशी पिता.... आपका बारम्बार शुक्रिया बाबा...... ओम शान्ति्

ड्रिल - 38 (जादू की नगरी मधुबन)

महावाक्यः- अन्त के समय चारों ओर की हलचल की आवाज जो बड़ी दुखदायी होगी.... दृश्य भी अति भयानक होंगे.... अगर अभी से ही देखते हुऐ न देखना, सुनते हुऐ न सुनना... यह अभ्यास नहीं होगा तो अन्त में इस विकराल दृश्य को देखते एक घड़ी के पेपर में सदा के लिऐ फेल मार्क्स मिल जावेगी....।

स्वमानः- 'मधुबन' जादू की नगरी का मैं सेवाधारी रत्न हूँ.......

गीतः- अन्त समय आ जाये तो होठों पे तेरे हो मुस्कान......

योगाभ्यास/ड्रिलः- निराकारी दुनिया से वाया सूक्ष्मवतन साकारी दुनिया में आने का अभ्यास करेंगे.... मैं आत्मा अशरीरी अवस्था में निराकारी धाम, परमधाम में हूँ.... मुझे सेवार्थ नीचे स्थूल वतन में जाना है.... चलेंगे निराकारी धाम को छोड़कर सूक्ष्मवतन की ओर... सूक्ष्मवतन में अपना आकारी प्रकाश का शरीर धारण कर चलते हैं नीचे स्थूल वतन की ओर... ठहर जायें कुछ देर विश्व ग्लोब के ऊपर... इसी अव्यक्त स्थिति में परमधाम से शिवबाबा की सर्व शक्तियाँ स्वयं में धारण करेंगे... मेरे संकल्प मात्र से ही पिता शिव से अनवरत सर्व शक्तियों की किरणें मुझपर पड़ने लगीं.... इन शक्तियों की बौछार से मेरी प्रकाश की काया अत्यधिक चमक रही है और मेरा स्वरूप दैदीप्तियमान डायमण्ड सा प्रकाशमय होता जा रहा है... इन शक्तियों का अनवरत प्रवाह मुझसे होता हुआ नीचे ग्लोब पर पड़ रहा है... स्थूल लोक के जिस भाग पर ये किरणें पड़ रहीं हैं, वहाँ आस-पास की धरती व जीवात्मायें अपनी विकारों की कालिख से मुक्त हो रही हैं.... और उनकी काया स्वच्छ वा निर्मल बन रही है.... ऐसा दृश्य दिखाई दे रहा है जैसे स्थूल वतन के इस हिस्से में भी फरिश्ते ही फरिश्ते घूम रहे हों.... यहाँ पर देह या दैहिक पदार्थों की बदबू जैसे कि नष्ट हो गयी है.... साकार में रहते भी अव्यक्त वतन का सा अनुभव हो रहा है..... कैसी अनोखी और पॉवरफुल स्थिति है ये.... व्यक्त में रहते अव्यक्त का अनुभव हो रहा है.... साकारी दुनिया में अन्यत्र कहीं कुछेक पतित आत्माओं ने उत्पात मचाया हुआ है.... वहाँ के रहवासी सच्चे दिल से अपने ईष्ट देवों की तीव्र पुकार कर रहे हैं.... हे हमारे ईष्टदेव, हे हमारे प्राणों के रक्षक, हे हमारे दुखों को हरने वाले सुखदाता, हमें इन राक्षसों के अत्याचारों से बचाओ.... हम पर भी कृपा करो प्रभु... हमारी रक्षा करो भगवान.. भक्तों की तीव्र पुकार सुन कर मैं फरिश्ता पवन वेग से उड़ चला उस दिशा में, जहाँ से दुखियों की यह करूण पुकार आ रही हैं.... जैसे ही मैं फरिश्ता उस स्थान पर पहुँचता हूँ, भक्तों की पुकार और तीव्र व करुणामयी हो गयी है.... अपने दुखों के चरम पर पहुँचने के कारण उन आत्माओं में जीवन के प्रति तीव्र वेग से वैराग्य उत्पन्न हो रहा

है... और वे मुक्ति-जीवनमुक्ति की भीख माँग रही हैं... उनका कष्ट देखकर मुझ फरिश्ते के हृदय में भी एक शुद्ध व मोह रहित, दया और रहम की लहर आ रही है... जैसे कि मेरा मास्टर मर्सीफुल का स्वरुप जागृत हो रहा हो... उनकी दयनीय दशा को देखकर मैंने बापदादा का मन ही मन में आह्वान किया तो पाया कि बापदादा सूक्ष्मरूप में मेरे सिर पर छत्रछाया बनकर मेरे संग-संग ही हैं... बापदादा की दृष्टि पड़ने से मेरा मास्टर मर्सीफुल का सम्पूर्ण स्वरुप जागृत हो गया... और मुझसे लाखों-करोड़ों की संख्या में दुखनिवारिणी, सुखदायिनी, मुक्तिदायिनी किरणें अनवरत निकलने लगीं.... भक्तगण इन किरणों के स्पर्श मात्र से ही अपने जन्म-जन्म के दुखों से मुक्त होते जा रहे हैं... वे स्वयं में आत्म विश्वास बढ़ता हुआ अनुभव कर रहे हैं... वे स्वयं को सुरक्षित महसूस कर रहे हैं... अब उन्हें पतित आत्माओं का कोई भय नहीं... जैसेकि उनमें परिस्थितियों का सामना करने की शक्ति भर गयी है... उनका भय समाप्त होता जा रहा है... वहीं पतित आत्मायें भी अब अपने अत्याचारी कर्त्तव्यों से त्राहिमाम् कर रही हैं और अपने द्वारा किये गये कुकर्मों पर गहन पश्चाताप की अग्नि में जल रहीं हैं... जैसे वे आत्मायें भी अपने द्वारा किये गये कुकृत्यों की कड़ी सजायें भोग रहीं हों... आत्मा द्वारा पास्ट में किये गये कुकर्म उनके पीछे यमदूतों के रूप में सामने आ रहे हैं... और वे आत्मायें इन यमदूतों से बचने की जगह तलाशती, बचाओ-बचाओ की पुकार करती इधर-उधर भाग रही हैं... मगर उनकी पुकार सुनने वाला आज कोई नहीं है... मैं फरिश्ता साक्षी होकर उन आत्माओं पर भी सहन शक्ति व सामना करने की शक्ति की किरणें डाल रहा हूँ... ताकि वे अपने पाप कर्मों की कड़ी सजाओं को सहन कर सकें और अपने पापों से मुक्त होकर, सम्पूर्ण पवित्र बनकर परमात्मा की शरण पा सकें... अपने असली धाम मूलवतन में लौट सकें... धीरे-धीरे ये आत्मायें भी अपने पापकर्मों से छूटती जा रही हैं..... और स्थिर होकर एक परमात्मा को याद कर रही हैं... वे एकटक ऊपर आकाश की ओर निहार रही हैं, जैसेकि मुक्ति की भीख माँग रही हों... देह से आत्माओं का मोह नष्ट होता जा रहा है... और अब हर आत्मा वापिस अपने असली घर शान्तिधाम को लौट जाना चाहती है... मुक्ति पाना चाहती है... उनके मन में एक ही संकल्प अब बाकी रहा है कि बस, अब इस नश्वर देह को त्याग कर मुक्ति को प्राप्त करें... उनके संकल्पों को स्वीकार कर बापदादा ने मुझ निमित्त फरिश्ते की ओर एक रहस्य भरी मुस्कुराहट से देखा... उनकी दृष्टि जैसे कह रही हो कि हे मास्टर मुक्तिदाता, अपने भक्तों को मुक्ति का वर्सा प्रदान करो... बापदादा के द्वारा दिये गये सूक्ष्म इशारे को स्वीकार करते ही मेरा मास्टर मुक्तिदाता का स्वरूप इमर्ज हो गया और मेरी अत्यन्त पॉवरफुल दृष्टि नीचे उन आत्माओं पर पड़ने लगी... इस पॉवरफुल दृष्टि के पड़ते ही वे आत्मायें भी अपनी नश्वर देह को त्याग निराकारी वतन की ओर उड़ रही हैं.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 39 (मास्टर शान्ति का सागर)

महावाक्यः- धार्मिक नेताओं, राजनेताओं और सर्वश्रेष्ठ साइन्स वाले और साथ-साथ आम जनता की.... एक ही पुकार है कि अब जल्दी में कुछ बदलना चाहिऐ......।

स्वमानः- मैं परमात्म सर्वशक्तियों को स्वयं में आत्मसात् कर समस्त विश्व में शान्ति की इसेन्स फैलाने वाला मास्टर शान्ति का सागर हूँ......

गीतः- शान्ति सागर की लहरें जब-जब पास में आयें........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं ईश्वरीय शक्तियों से भरपूर हूँ...... मैं मास्टर दाता हूँ....... मैं अपने चारों ओर एक दिव्य कार्ब को धारण किये हुये हूँ......... मेरे चारों ओर एक दिव्य प्रकाश का ओरा बना हुआ है......... मैं सूक्ष्म ऊष्मा का अखुट भण्डार हूँ........ शिव पिता से प्राप्त समस्त दिव्य शक्तियाँ मुझमें व्याप्त हैं....... मैं उन्हें सर्व आत्माओं में यथायोग्य वितरित कर रहा हूँ......... मेरे चारों ओर तनाव, अनिद्रा, उदासी और अनिश्चितता से व्याकुल आत्माओं की भीड़ लगी हुई है....... समस्त मानव जाति मेरे चारों ओर शिव पिता के दर्शनार्थ खड़ी हुई है....... मैं शिव पिता की अँगुली पकड़कर समस्त मानवता के मध्य खड़ा हूँ.... बापदादा मेरे शरीर का आधार लेकर समस्त मानवता को स्वयं का साक्षात्कार करा रहे हैं...... मैं उन्हें शिव पिता से प्राप्त दिव्य शक्तियों का दान दे रहा हूँ.... मैं उन्हें इन दिव्य शक्तियों से भिगो रहा हूँ......... मुझसे परमात्म दिव्य शक्तियों की ऊँची-ऊँची, गगन चुम्बी बौछारें प्रवाहित हो रही हैं......... मैं दूर-दूर तक सम्पूर्ण प्रकृति और समस्त मानवता पर इन दिव्य शक्तियों को बरसा रहा हूँ...... वे शान्त, शीतल हो रहे हैं..... उनका तनाव मिट रहा है..... वे पवित्र बन रहे हैं..... वे अनिद्रा, उदासी और अनिश्चितता के भय से मुक्त हो रहे हैं....... आत्मायें अनुभव कर रही हैं कि यही परिवर्तन का समय है....... उन्हें शान्ति का आभास हो रहा है......... वे परमात्मा से प्राप्त शान्ति की इसेन्स को पाकर गहन शान्ति में जा रही हैं......... मैं शिव पिता से अनवरत प्राप्त होती अन्नत शक्तियों को समस्त मानवता पर बरसा रहा हूँ......... वे कृतज्ञ हो रही हैं........ आत्मायें ईश्वरीय शक्तियों में भीगकर प्रभु पिता का धन्यवाद कर रहीं हैं........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 40 (प्रकृति को सकाश)

महावाक्यः- प्रकृतिजीत ही विश्वजीत व जगतजीत हैं.....।

स्वमानः- मैं प्रकृति के मालिक प्रकृतिपति शिव की अजर-अमर सन्तान मास्टर प्रकृतिपति हूँ.......

गीतः- प्रेममयी संसार बने, प्रकृति का हम वन्दन करें.........

योगाभ्यास/ड्रिलः- प्रकृति के पाँचों तत्वों को सकाश देने की विधि वा प्रकृति द्वारा समस्त विश्व को सर्वशक्तियों की किरणें पहुँचाने की विधि..........

आकाश (बेहद) तत्व की सेवा- मैं बेहद के अखुट खजानों को प्रकृति की सेवा में सफल करने वाला बेहद विश्व सेवाधारी पवित्र फरिश्ता हूँ......... मैं पवित्रता का फरिश्ता आकाश मार्ग में सैर कर रहा हूँ......... मुझ पर निरन्तर परमात्मा से आती पवित्रता की किरणें पड़ रही हैं......... और मुझसे छूकर समस्त आकाश मण्डल को पहुँच रहीं हैं......... मुझसे निकलती ये पवित्र किरणें आकाश मण्डल के द्वारा सम्पूर्ण विश्व में फैल रही हैं..........

समुद्र (जल) तत्व को किरणें देना- मैं अहित करने वाली सर्व बातों/परिस्थितियों को पल में समा लेने वाला..... समाने की शक्ति से सम्पन्न मास्टर सर्वशक्तिमान पवित्र फरिश्ता हूँ..... मुझ फरिश्ते से सर्व अहितकारी बातों को समा लेने वाली शक्तिशाली किरणें निकलकर सागर में जा रही हैं........ और सागर जल द्वारा सारे विश्व को इन शक्तिशाली किरणों के वायब्रेशन्स् पहुँच रहे हैं........

सूर्य (अग्नि) तत्व को किरणें देना- मैं ज्ञान सूर्य परमात्मा शिव से ज्वाला स्वरूप किरणें लेकर समस्त संसार से विकारों का किचड़ा भस्म करने वाली शिव शक्ति हूँ.......... मैं प्रकृति की सहयोगी आत्मा हूँ......... मुझसे निकलतीं ज्वलंत किरणें सूर्यदेव को छूकर सारे विश्व में निरन्तर बिखर रही हैं...... और विश्व में व्याप्त बुराइयों को जलाकर खाक कर रही हैं.......

पृथ्वी तत्व को सकाश देना- मैं विकट ते विकट परिस्थितियों का सामना कर सहन कर सकने वाली सहनशीलता की देवी हूँ..... समस्त विश्व से विकारों की गन्द दूर कर शुद्ध... सात्विक... खुशबूदार महकते फूलों की बगिया खिलाने वाले बागबान की सहयोगी आत्मा हूँ....... मैं सृष्टि (पृथ्वी तत्व) में शुद्ध विचारों का बीज बो रही हूँ........ शुभभावना वा शुभकामना का बीज बोकर धरनी को सात्विक विचारों से भरपूर कर रही हूँ.......

वायु तत्व को पवित्र शक्तिशाली किरणें देना- पवित्रता की, शान्ति की शीतलता से भरपूर किरणें समस्त वायुमण्डल में फैलाने वाला शान्ति वा पवित्रता से भरपूर पवित्र शान्त स्वरूप फरिश्ता हूँ........ मैं वायु मार्ग द्वारा समस्त विश्व में घूम रहा हूँ........ मुझसे छूकर हवा शुद्ध वा पवित्र होती जा रही है वा रूहानियत की खुशबू से भरपूर होकर सम्पूर्ण विश्व में पवित्र हवा की बयार अनवरत बहनी शुरू हो गई है......... ओम शान्ति्

ड्रिल - 41 (साक्षी दृष्टा)

महावाक्यः- जो बच्चे बाप की याद में रहने वाले हैं.. वह विनाश में विनाश नहीं होंगे लेकिन स्वेच्छा से शरीर छोड़ेंगे......।

स्वमानः- मैं विनाश लीला के समय मास्टर विश्व-कल्याणकारी की स्टेज पर स्थित हो सेवा का पार्ट बजाने वाली साक्षी दृष्टा आत्मा हूँ.......

गीतः- शिव से योग लगाओ...... / अन्तिम घड़ियां आ पहुँची हैं.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- विनाश हो रहा है..... कहीं ब्लास्ट, कहीं Earth quakes, कहीं बाढ़, तो कहीं मारकाट मची हुई है.. हर तरफ मौत के नजारे हैं.. चारों ओर भय, घबराहट, रोने-पीटने की चीत्कार लगी पड़ी है..... समस्त मानवता त्राहिमाम्-त्राहिमाम् कर रही है..... कहीं से भी कोई सैलवेशन नजर नहीं आ रही..... ऐसे में प्रभु के परवाने फरिश्ते रुप में विचरण कर रहे हैं और हर तरफ शान्ति की.... शीतलता वा शक्ति सम्पन्न किरणें बिखेर रहे हैं..... इस विनाशकारी वातावरण में प्रभु परवानों के सिवाय कहीं से भी राहत की किरण नजर नहीं आती..... यहाँ-वहाँ बाबा के सेवा स्थान एशलम में परिवर्तित हो गये हैं... जीवात्मायें शरण पाने के लिये जी-तोड़ कोशिश कर रही हैं मगर उनमें से कुछेक आत्मायें ही शरण स्थलों तक पहुँचने में सफल हो पा रही हैं..... अन्य आत्मायें अपने किये हुये विरोध, ग्लानि, अभद्रता के कारण नाकाम हो रही हैं..... वे अपने द्वारा किये हुये विकर्मों पर गहन पश्चाताप कर रहीं हैं..... बाबा के स्थानों का विरोध करने के अपने कृत्यों पर जार-जार रो रही हैं... अपना सीना फाड़-फाड़ कर, रो-रोकर गहन पश्चाताप की अग्नि में जल रही हैं..... अपने गुनाहों से तौबा कर-कर के क्षमा याचना कर रही हैं..... रहम की भीख माँग रहीं हैं..... मगर ऐसा प्रतीत होता है जैसे क्षमा का सागर, दया का सागर, प्रेम का सागर, रहमदिल, परमपिता परमात्मा शिव वा उस पिता समान अनन्य आत्मायें एकदम साक्षी हो गई हैं..... प्रकृति के साथ-साथ प्रेम का सागर रहमदिल परमात्मा भी इन आत्माओं पर जरा सी भी दया दृष्टि दिखाने के पक्ष में नही हैं..... रहमदिल, करुणा के सागर बाप का ऐसा कड़ा लॉ-फुल धर्मराज का सख्त रुप मैंने भी पहले कभी नहीं देखा..... कड़ी सजायें खाकर, तड़प-तड़प कर आत्मायें बाबा के इन फरिश्ता स्वरूप बच्चों के दर्शन मात्र से, दृष्टि पड़ने से ही अपनी जन्म-जन्म की पीड़ाओं से छूटकर मुक्ति-जीवनमुक्ति को प्राप्त कर रही हैं..... ऐसे समय में मनुष्यात्माओं द्वारा किया हुआ छोटे से छोटा पाप कर्म, सूक्ष्म से सूक्ष्म छुपा हुआ विकर्म भी एक भयानक यमदूत का रूप धारण कर सामने आ रहा है..... और मनुष्यात्माओं को उनके द्वारा किये हुये पापों पर गहन पश्चाताप करा रहा है... वे पाप कर्मों से तौबा कर रहे हैं... अपने पापों से मुक्त होने का उपाय तलाश रहे हैं..... मगर कोई भी उपाय उन्हें मुक्त नहीं कर पा रहा है... उल्टा और ही गर्क में धकेलने का काम कर रहा है... कैसा भी जन्तर-मन्तर, ना कोई जादू-टोना, ना ही कोई श्लोक-मन्त्र आदि उनकी जरा भी मदद करने में सक्षम है..... स्पष्ट प्रतीत हो रहा है कि भक्ति भी बलहीन-फलविहीन हो गई है..... अब तो बस एक ही दर है जो इन दुखी, अशान्त, भटकती हुई जीवात्माओं को मुक्ति की राह दिखा सकती है और वह है परमात्म दर..... परमात्मा के बच्चे इन आत्माओं को मुक्ति, जीवन-मुक्ति की राह दिखाने के ही कर्त्तव्य में मग्न हैं.. कैसा चमत्कार है ये परमात्मा का, जो इस भयंकर विनाश लीला में परमात्म दुलारे बच्चे इसकी हल्की सी सेंक से भी अछूते हैं..... प्रकृति के पाँचों तत्व वा अन्य दुराचारी आत्मायें परमात्मा के प्यारे इन बच्चों को छू भी नहीं सके हैं बल्कि और ही सहयोग दे रहे हैं... बाढ़ का जल इन्हें रास्ता दे रहा है... अग्नि स्वयं शान्त होकर इनकी सेवा में तत्पर हो रही है..... धरती इनके कदमों में मखमली घास का बिछौना बिछाकर अपना कर्त्तव्य पालन कर रही है..... जहाँ एक तरफ मौत के नजारे हैं, वहीं दूसरी ओर परमात्म बच्चे सतयुगी नजारों का साक्षात्कार कर मौज का अनुभव कर रहे हैं.... वे जैसेकि इस विनाश लीला से बिल्कुल अछूते हैं... बाबा के लाडले बच्चे फरिश्ते रूप में समस्त विश्व का चक्कर लगाते दुखी आत्माओं को सकाश दे रहे हैं..... उन्हें मुक्ति, जीवन-मुक्ति की राह दिखा रहे हैं..... आत्मायें अपने असली घर की राह पाकर घर लौट रही हैं..... वे मुक्ति को प्राप्त कर रही हैं..... वे मुक्त हो रही हैं.....

ओम शान्ति

ड्रिल - 42 (सच्ची-सच्ची गोपिका)

महावाक्यः- बन्धन मुक्त अर्थात् लूज ड्रेस, टाइट नहीं.....।

स्वमानः- मैं सदा यथार्थ 'रीत' से एक 'मीत' से दिल की सच्ची 'प्रीत' के 'गीत' गाने वाली सच्ची-सच्ची गोपिका हूँ.........

गीतः- हो गई है शाम चलो लौट चलें घर........

योगाभ्यास/ड्रिलः- हे आत्मन्........ स्वयं को जानो, तुम्हारा जन्म सिर्फ परिवार/रिश्ते-नातों द्वारा दुख पाते रहने के लिये नहीं हुआ है..... अपितु इस हीरे तुल्य अमोलक जीवन में अपने अविनाशी परमपिता परमात्मा को यथार्थ रीति पहचान उनसे मिलन मनाना है..... अपना ८४ जन्मों का अविनाशी वर्सा प्राप्त करने का पार्ट फिर से रिपीट करना है..... वो अतिन्द्रिय सुख, जो गोप-गोपियों का गाया हुआ है.... स्वयं को उस गोपेश्वर (गोपियों का ईश्वर) की सच्ची-सच्ची गोपिका जान... उस अतिन्द्रिय सुख का रस लेना है..... आप ही वह सच्ची गोपिका हो... जो मुरली सुनकर दुनिया के सब रिश्ते नातों को छोड़, लाज शर्म को त्याग कर.... दौड़ी चली आती थी अपने रहबर.... अपने प्रियतम.... अपने गिरधर के पास..... हे मुरली की धुन पर मग्न होने वाली राधे..... आओ!! अपने गिरधर... अपने मोहन... अपने साजन के पास दौड़ी चली आओ...... देखो तुम्हारा शिव साजन कितने प्यार से बाहें पसारे तुम्हें बुला रहा है...... आओ मेरी सजनी... अपने अविनाशी सुहाग के पास आ जाओ.... अब तुम्हारे दुख के दिन पूरे हुये.... देखो, मैं तुम्हें लेने आया हूँ..... जिस परमात्मा साजन को तुम अज्ञानता में भी पुकार रहीं थी... तुम्हारा वोही परमात्मा साजन तुम्हारी पुकार पर समयानुसार तुम्हें वापस अपने घर... तुम्हारे अपने घर लेने आया है..... तो आओ... अब अपने सब कार्मिक खातों को मेरी निरन्तर याद के बल से चुक्तू कर घर चलने की तैयारी करो...... इस विनाश के कगार पर खड़ी मनुष्य सृष्टि पर अब आपका एक यही कार्य बाकी रहा हुआ है......

ओम शान्ति्

<u>ड्रिल - 43 (शान्ति देवा)</u>

महावाक्यः- साइलेन्स की शक्ति अनुभूति कराने की शक्ति है...। उन आत्माओं को शान्ति की शक्ति से सन्तुष्ट करेंगे...... तब आप चैतन्य शान्तिदेव आत्माओं के आगे ''शान्ति देवा'' ''शान्ति देवा'' कह करके महिमा करेंगे.....।

स्वमानः- मैं परमात्म सर्वशक्तियों से सम्पन्न सम्पूर्ण विश्व को लाइट-माइट देने वाला चैतन्य लाइट-माइट हाउस/टॉवर ऑफ साइलेन्स हूँ......

गीतः- मैं अविनाशी शक्ति हूँ, रंग मेरा है सुनहरा.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं बाबा के पास परमधाम में हूँ........ और बाबा के बिल्कुल सामने निराकारी, निःसंकल्प अवस्था में बैठा हुआ हूँ......... बाबा मुझे बहुत ही पावरफुल दृष्टि देते देख रहे हैं.... मैं भी निरन्तर पिता शिव को देख रहा हूँ.... धीरे-धीरे बाबा से एक किरणों का चक्र निकल रहा है....... बाबा से निकलती किरणें चरखी की भाँति गोल-गोल घूमती निरन्तर अपना दायरा बढ़ा रही हैं.... सात रंगों की शक्तिशाली किरणों का एक गोल चक्र तीव्रगति से बाबा से निरन्तर निकल रहा है....... और उन किरणों से बनता ओरा मुझे अपने आगोश में ले रहा है........ मैं उन किरणों के घेरे में पूरी तरह प्रविष्ट हो गया हूँ....... इस ओरे के प्रभाव स्वरूप मेरे भीतर एक ज्वालाग्नि उठ रही है........ मैं स्वयं को इस ज्वालाग्नि में तपता हुआ महसूस कर रहा हूँ........ यह तपन मुझ आत्मा के भीतर छुपे व्यर्थ वा बुरे संस्कारों को भस्म कर रही है........ मैं स्वयं को अति शुद्ध, पवित्र, शान्त और हल्का महसूस कर रहा हूँ........ किरणों का निरन्तर घूमता चक्र मेरे संस्कारों का शुद्धिकरण कर रहा है........ मुझे स्वयं में लुप्त हो चुकी शक्तियों का पुनः आभास हो रहा है...... ये शक्तियाँ मुझ आत्मा को मेरे वास्तविक अनादि स्वरूप का गहन एहसास करा रही हैं... मैं इन सर्वशक्तियों का स्वामी हूँ........ सर्वशक्तियाँ आर्डर प्रमाण मेरे सामने सदा सेवा में हाजिर होने के लिये तत्पर हो रही हैं..... मैं बीजरूप अवस्था का अनुभव कर रहा हूँ..... मैं स्वयं को बाप समान अनुभव कर रहा हूँ...... अब मैं सर्वशक्तियों का मालिक मास्टर सर्वशक्तिवान बन, सम्पूर्ण विश्व की सेवा करने के लिये पिता शिव से आज्ञा ले रहा हूँ..... शिवबाबा सहर्ष मुझे अनुमति दे रहे हैं..... बाबा से अनुमति प्राप्त कर मैं आत्मा परमधाम से ही बाबा के पास बैठकर समस्त विश्व में इन शक्तिशाली किरणों की बौछार कर रहा हूँ...... नीचे मृत्युलोक में मनुष्यात्मायें शिवालयों-मन्दिरों आदि में स्थापित मुझ मास्टर सर्वशक्तिमान की जड़मूर्ति के आगे हाथ जोड़कर नतमस्तक खड़े प्रार्थना कर रहे हैं....... उनकी करूण पुकार उनकी दयनीय, दुःखभरी अवस्था का वर्णन कर रही है..... वे अपने ईष्ट के आगे भिक्षुक बन झोली फैलाये खड़े हैं और सुख-शान्ति की भीख माँग रहे हैं..... हे शान्तिदेवा... हे सुखदेवा..... हमें भी शान्ति का दान दे दो..... हमारे दुखों को हर लो हे सुखदाता..... क्षणिक सुख-शान्ति की अनुभूति की प्यासी आत्मायें मुझ मास्टर बीजरूप आत्मा से प्राप्त होती शक्तिशाली किरणों को अनुभव कर रही हैं...... उनका चित्त शान्त हो रहा है...... वे गहन शान्ति का अनुभव कर रही हैं..... उन्हें सुख की भासना आ रही है..... वे शान्त होकर सन्तुष्ट हो रही हैं.... उनकी करूण पुकार धीमे-धीमे कम होती जा रही है...... वे दुखों को भूल रही हैं...... उनमें खुशी की भासना जागृत हो रही है...... वे स्वयं को तृप्त महसूस कर रही हैं......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 44 (अब नहीं तो कब नहीं)

महावाक्यः- अभी घण्टों के हिसाब से सेवा की गति है वा मिनट वा सेकण्ड की गति तक पहुँच गये हो.....???

स्वमानः- मैं ''अब नहीं तो कब नहीं'' के पाठ को पक्का करने वाला सर्व बन्धन मुक्त उड़ता पंछी हूँ........

गीतः- मैं पंछी बनकर उड़ जाऊँ उस नील गगन के पार........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं बाप समान उड़ता पंछी अपनी देहरूपी डाली से उड़कर जा रहा हूँ परमधाम में अपने प्यारे पिता शिव के पास....... छोटे-छोटे बादलों के बीच से गुजरते हुऐ....... मैं गगन मार्ग की सैर कर रहा हूँ...... मेरे चारों ओर अनंत आकाश है...... मैं इस अनहद आकाश में उड़ता हुआ अपने प्यारे पिता के पास परमधाम जा रहा हूँ.... ज्यों-ज्यों मैं ऊपर की ओर बढ़ रहा हूँ.... त्यों-त्यों धरती का एक बड़ा भाग मैं एक साथ देख पा रहा हूँ........ फूलों, झीलों और झरनों से परिपूर्ण देव भूमि भारत मुझे अब अतिशय प्रिय लग रहा है...... मैं इसके इस अवर्णनीय सौन्दर्य को देखकर प्रफुल्लित हो रहा हूँ...... धीरे-धीरे ऊपर की ओर उड़ता हुआ मैं परमधाम की ओर जा रहा हूँ........ अब मैं सूक्ष्म वतन की सीमा में प्रवेश कर रहा हूँ........ यह एक अतिशय प्रिय लोक है........ इस लोक में चारों ओर मनमोहक दृश्य विद्यमान हैं....... यहाँ की हर चीज चित-चुरावनी है....... इसकी उपमा अनन्त है....... यहाँ की हर छटा निराली है....... ऐसे लगता है जैसे यहाँ हर रोज दीवाली है....... सौर ऊर्जा से जगमगाते महल जैसे रोशनी से नहा रहे हों....... मैं इन्हें लांघते (क्रास करते) हुऐ आगे की ओर बढ़ रहा हूँ....... धीरे-धीरे मैं अपने स्वदेश शान्तिधाम में प्रवेश कर रहा हूँ....... मेरे प्यारे पिता मुझे अपनी दिव्य किरणों से इशारा करके अपनी ओर बुला रहे हैं...... और मैं उनकी किरणों रुपी बाहों में समा रहा हूँ..... मैं उनकी किरणों रुपी बाहों में समाते-समाते एक गहन शान्ति का अनुभव कर रहा हूँ........ उनके इस निःस्वार्थ स्नेह के बंधन में बंधता जा रहा मैं, उनकी अनंत प्रकाश की गोद में समाता जा रहा हूँ....... वे मुझे अपनी किरणों रुपी बाँहों से आर्शीवाद दे रहे हैं....... मैं उनसे निकलती शक्तिशाली किरणों को स्वयं में आत्मसात् कर रहा हूँ....... मैं स्वयं को परमात्म शक्तियों से भर रहा हूँ........ मैं उनकी सानिध्य से परिपूर्ण गोद में विश्राम कर रहा हूँ........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 45 (दत्तात्रेय)

महावाक्यः- सभी ब्रह्माकुमार और कुमारियों का विशेष कर्त्तव्य क्या है...?

स्वमानः- त्रिमूर्ति पिता शिव की रचना ''दत्तात्रेय'' अर्थात् ब्रह्मा-विष्णु-शंकर हूँ..... वा मैं ब्रह्मा बाप के साथ विशेष स्थापना के कार्य अर्थ निमित्त सहयोगी ब्रह्माकुमार हूँ.....

गीतः- ज्ञान अमृत पिलाता चल...../शान्ति सागर शान्ति का संसार.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं त्रिमूर्ति शिव की रचना, दत्तात्रेय अर्थात् ब्रह्मा-विष्णु-शंकर हूँ... परमपिता परमात्मा शिव ने मुझे नवसृष्टि के निर्माण कार्य प्रति सेवार्थ चुना है..... परमात्म आदेशानुसार ब्रह्मा स्वरूप द्वारा मैं दिव्य गुणों, ईश्वरीय धारणाओं वा देवताई कलाओं का स्वरूप बन, स्थापना के कार्य में मददगार रहने का कर्त्तव्य कर रहा हूँ..... मुझ आत्मा में सृष्टि आदि (सतयुग) के समय सर्व दिव्य गुणों वा सर्वशक्तियों की सम्पूर्ण धारणा थी....... धीरे-धीरे माया रावण रूपी विकारों की प्रवेशता होने के कारण मुझमें वह परमात्म शक्तियाँ वा दैवी गुण मर्ज होते रहे वा विकारों, बुराईयों, कुसंस्कारों आदि की प्रवेशता होने लगी....... जिसके कारण मैंने अपने सर्व दैवी गुणों वा कलाओं को खो दिया और विकारों में फंसकर विकर्म करने लगी वा दारूण दुःख, कष्ट, पीड़ा आदि की शिकार हो पड़ी....... परमपिता परमात्मा ने मुझे दिव्य ज्ञान चक्षु देकर, मुझे त्रिकालदर्शी बनाकर, मुझे मेरे अवगुणों से परिचित कराया....... वा मुझे त्रिमूर्ति स्वरूप देकर शंकर स्वरूप द्वारा मेरे ६३ जन्मों के विकर्मों के खातों को योगबल से चुक्तु करने का सहज रास्ता दिखाया और मुझे तपस्वी शंकर की भाँति सदा एक परमात्मा पिता निराकार शिव की ही याद में रहने का कल्याणकारी आदेश दिया........ शंकर स्वरूप द्वारा मैं परमपिता परमात्मा शिव की याद में एकरस, अचल, अखण्ड स्वरूप में स्थित रहकर अपने ६३ जन्मों के विकर्मों को भस्म कर रहा हूँ........ एक परमपिता परमात्मा शिव की निरन्तर याद मेरे विकर्मों को अति सहज ही भस्म कर रही है....... मेरे विकर्म भस्म होने से मैं आत्मा स्वयं को अत्यन्त हल्का महसूस कर रही हूँ.......... मेरे विकर्म दग्ध हो रहे हैं.......... मुझमें दिव्य गुणों की स्वतः स्थापना होती जा रही है.......... साथ ही साथ मुझे अपने कल्प-कल्प के यादगार नीलकण्ठ स्वरूप द्वारा अन्य आत्माओं के आसुरी कुसंस्कारों रूपी विष को भी गले में धारण करना है...... अर्थात् ग्लानि, निन्दा, अपमान, बुराई, छल-कपट से परिपूर्ण..... बातों के वायुमण्डल के बीच रहते भी स्वयं को सब बातों रूपी जहर से सुरक्षित रखना है....... वा इस हलाहल को अपने कण्ठ में धारण कर समस्त मानव जाति को भी इसके कुप्रभाव से सुरक्षित रखना है...... शंकर स्वरूप द्वारा मेरा यही कर्त्तव्य है कि मैं सदा एक बाप की निरन्तर याद में रहकर विकारों वा बुराईयों, कुरीतियों का नाश करूँ........ मेरे तीसरे स्वरूप अर्थात् सम्पूर्ण चतुर्भुज विष्णु स्वरूप द्वारा मुझे दिव्य गुणों, ईश्वरीय धारणाओं वा सर्व कलाओं के साथ-साथ ईश्वरीय परिवार को भी प्रेम, सौहार्द, ज्ञान युक्त स्नेह वा योगयुक्त आत्मिक प्रेम के द्वारा पालना का महान कर्त्तव्य करना है..... यह मेरा ईश्वरीय परिवार है इस पॉवरफुल स्मृति द्वारा मैं इस परिवार को अखण्ड वा निर्विघ्न बनाने की सेवा भी निरन्तर कर रहा हूँ....... साथ-साथ स्वयं में आत्मसात् होते दैवी गुणों वा ईश्वरीय धारणाओं को भी अविनाशी बना रहा हूँ.......... ये गुण इसी जीवन में मेरे अविनाशी संस्कार बनते जा रहे हैं........ इसी प्रकार परमात्मा बाप द्वारा प्रदान की गई सर्वशक्तियों को भी अविनाशी संस्कार के रूप में स्वयं में धारण कर रहा हूँ.......... यह तीनों ही स्वरूप जब मेरे द्वारा स्पष्ट झलकेंगे तब ही मैं वास्तव में त्रिमूर्ति शिव की रचना ''दत्तात्रेय'' को प्रत्यक्ष कर सकूँगा........

ओम शान्ति

<u>ड्रिल - 46 (ज्वाला स्वरूप अवस्था)</u>

महावाक्यः- हे संगमयुगी ब्राह्मणों! ८४ जन्मों के भिन्न-भिन्न प्रकार के हिसाब-किताब का वृक्ष समाप्त करना है, एक-एक शाखा को समाप्त करने का नहीं.....।

स्वमानः- मैं अनेक प्रकार की शाखाओं रूपी विस्तारित वृक्ष को बीज में समाकर, लगन की अगन से भस्म करने वाली मास्टर बीजरूप आत्मा हूँ.......

गीतः- लगन की अगन मे मग्न आज मन है........

योगाभ्यास/ड्रिलः- देखें अपने शरीर को एक शान्त ज्वालामुखी पर्वत के रुप में.... अब सिर का ऊपरी हिस्सा मुख की तरह खुला.... और उसमें से एक मणि धूमिल, काली पड़ी हुई, चमक खोई हुई बाहर निकली.... और सिर के कुछ ऊपर स्थिर हो जाती है.... ये मैं आत्मा हूँ.... जो इस शरीर के भान में रहकर काली पड़ गई.... और अपनी चमक खो बैठी.... अब मैं बिन्दु आत्मा अपने सच्चे, अविनाशी बिन्दु पिता से परमधाम में बुद्धि की तार द्वारा कनैक्शन जोड़ रही हूँ.... मेरे आह्वान करते ही पिता शिव से करोड़ों की संख्या में ज्वाला स्वरुप किरणें निकलकर मुझ आत्मा पर पड़ने लगी हैं.... कुछ देर अनुभव करें... अपने ऊपर आती इन ज्वाला स्वरुप किरणों का............ट्यून.......

उन किरणों के पड़ते ही मुझ आत्मा की कालिख धुलकर भस्म होने लगी.... और मैं आत्मा, अपनी खोई चमक पुनः प्राप्त कर अति सुन्दर, परम पवित्र, अत्यन्त शक्तिशाली होती जा रही हूँ.... अनुभव करें अपने अनादि बिन्दी स्वरुप का......ट्यून......

अब पिता शिव से आती ज्वाला स्वरुप किरणें मुझ आत्मा से होती हुई मेरे ज्वालामुखी पर्वत रुपी शरीर के भीतर प्रविष्ट होने लगती हैं.... और वहाँ भीतर एक उबाल सा उठने लगता है.... भीतर धधकती अग्नि से अन्दर का किचड़ा जलकर राख हो रहा है... और शरीर की कर्मेन्द्रियाँ भी अपने आसुरी संस्कारों रुपी किचड़े के भस्म होने से पवित्र होकर शान्त वा शीतल होती जा रही हैं.... प्रकृति के ५ तत्वों का बना यह शरीर और इसकी कर्मेन्द्रियाँ अब बिल्कुल स्वच्छ, शान्त वा शीतल हो गई हैं.... और यह शरीर लाइट के रुप में परिवर्तित हो गया है... अनुभव करेंगे अपने परम पवित्र फरिश्ते स्वरुप का..ट्यून..

विस्फोटित ज्वालामुखी पर्वत से निकलते लावे के समान... अब इस पवित्र लाइट के शरीर से असंख्य किरणें बाहर निकल-निकलकर.... सर्व दिशाओं में बह रही हैं..... और समस्त भूमण्डल पर फैल रही हैं..... जहाँ-जहाँ भी ये लावा बहकर जा रहा है..... वहाँ आसपास का अपवित्र वातावरण, वायुमण्डल और मनुष्यात्माओं का पतित शरीर रुपी किचड़ा इस लावाग्नि का स्पर्श पाते ही गलकर भस्म हो रहा है.... और समस्त भूमण्डल शुद्ध, स्वच्छ और निर्मल बनता जा रहा है.... वा अपवित्र मनुष्यात्मायें भी अपने वास्तविक कंचन स्वरुप को प्राप्त कर रही हैं.......ट्यून.......

लावे के रुप में प्रवाहित होती यह योगाग्नि.... अब धीरे-धीरे शान्त हो रही है.... जिससे समस्त भूमण्डल शुद्ध, स्वच्छ, पवित्र और निर्मल बन गया है.... इमर्ज करें सतयुगी, स्वर्गिक दैवी दुनिया को अपने सामने.... और खो जायें.... कुछ पल इसी अनुभव में....... ट्यून........

ओम् शान्ति्

ड्रिल - 47 (विकर्म विनाश करना)

चिन्तनः- विकर्म विनाश करने के लिये एक ही अवस्था है, वह है बीजरुप अवस्था...। निराकारी बीजरूप शिवबाबा के सम्मुख परमधाम में बिन्दु रुप में टिक जाओ, एक ही संकल्प के साथ.......

महावाक्यः- एवररेडी का अर्थ ही है आर्डर हुआ और चल पड़ा...। अशरीरी होने का अभ्यास होगा तो फौरन ही समय की समाप्ति का वायब्रेशन आयेगा.....।

स्वमानः- मैं गोल्ड/सिल्वर के महीन धागों से मुक्त एवररेडी आत्मा हूँ......

गीतः- ज्योति बिन्दु से मिलन का रंग है न्यारा.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं देहभान से परे मास्टर बीजरुप बिन्दु आत्मा परमधाम में अपने अविनाशी बीजरूप पिता शिव के सम्मुख हूँ.... पिताश्री जी से विकर्म भस्म करने वाली ज्वाला स्वरुप किरणें..... मुझ आत्मा में भरे हुये विकर्मों रुपी किचड़े को जलाकर खाक कर रही हैं.... उनके अंश-वंश.... कण-कण को पतित-पावन ज्ञान सागर में समाकर.... सदा के लिये उनका संस्कार कर रही हैं..... जिससे मैं आत्मा सच्चे सोने (Pure Gold) में परिवर्तित हो रही हूँ..... मैं आत्मा हल्की, और हल्की, अति लाइट और माइट अवस्था को प्राप्त कर रही हूँ..... मेरे परमप्रिय पिता शिव ने मुझ आत्मा को सर्वगुण सम्पन्न... १६ कला सम्पूर्ण... सम्पूर्ण निर्विकारी बना दिया है। आsssहा!! कैसी न्यारी और पावरफुल स्टेज है यह.... मैं बीजरूप आत्मा स्वयं को परमधामी (निवासी) अनुभव कर... इस अतिन्द्रिय सुख में गोते लगा रही हूँ.... कितना ना शुक्रिया अदा करुँ मैं शिव पिता का..... जिन्होंने मुझ विकारों में जकड़ी... जन्म-जन्मान्तर के विकर्मों के बोझ से लदी.... तमोप्रधान आत्मा को मेरी वास्तविक सतोप्रधान अवस्था में ला दिया... मुझसे विकारों की खाद निकाल... मुझे मेरी वास्तविक अनादि.. निर्विकारी... अति पवित्र अवस्था में स्थित कर दिया.... अब मैं अनेक प्रकार के गोल्ड/सिल्वर के सूक्ष्म धागों से पूर्णतया मुक्त हूँ..... वा घर लौटने के लिऐ एकदम रेडी हूँ...... कोटि-कोटि धन्यवाद आपको मेरे सत बाप, सत शिक्षक, अविनाशी साजन, मेरे स्वामी, मेरे सच्चे-सच्चे सतगुरु.... आपका बारम्बार शुक्रिया मेरे मीठे बाबा....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 48 (मास्टर ब्रह्मा)

महावाक्यः- बापदादा भी सभी पाण्डवों को विशेष रूप से, सदा विजयी, सदा बाप के साथी अर्थात् पाण्डवपति के साथी, आप समान मास्टर सर्व शक्तिवान स्थिति में सदा रहें, यही विशेष स्मृति का वरदान दे रहे हैं...... वर्तमान समय ऐसे गुप्त शक्तियों द्वारा अनुभवीमूर्त बनना अति आवश्यक है। हे स्वराजे! विश्व सेवा को किनारे रखो, स्व को देखो- सभी कर्मचारी, मन्त्री, महामन्त्री सभी आपके अधिकार में हैं......?

स्वमानः- मैं ब्रह्मा बाप समान सर्व शक्तियों को अष्ट भुजाओं के रूप में धारण करने वाली अष्ट भुजाधारी मास्टर सर्वशक्तिमान आत्मा हूँ.......

गीतः- ओम ध्वनि......../ शिव से योग लगाओ, अष्ट शक्तियाँ पाओ......

चिन्तन - मुझसे निकलती ओम् ध्वनि की मधुर तरंगें, एक प्रचण्ड ज्योति का रुप धारण किये परमधाम में शिव पिता को टच कर रही हैं... ओम् ध्वनि के रेसपाण्ड में शिव पिता की शक्तिशाली अष्ट शक्तियों से सम्पन्न किरणें परमधाम से मेरे ऊपर पड़ रही हैं... शिव पिता से आती ये शक्तिशाली किरणें बरबस ही मुझे लाइट बनाकर सूक्ष्मवतन में खींच रही हैं..... देखें स्वयं को सूक्ष्मवतन में बापदादा के लाइट स्वरुप के सम्मुख.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- बापदादा के 10 स्वरुप मेरे सम्मुख हैं........
(1. अशरीरी वा 2.फरिश्ता स्वरुप, बाकी 8 साकारी अष्ट शक्तियों से सम्पन्न स्वरुप)

मैं बापदादा के एक-एक स्वरुप के आगे से गुजरकर उनसे प्रवाहित होती एक-एक शक्ति को भुजा के रुप में स्वीकार कर रही हूँ.......

प्रथम स्वरुप के आगे - जिस प्रकार ब्रह्मा बाबा ने पहली मुलाकात में ही अपना सारा व्यापार, सारे रिश्ते-नाते समेट लिये, उसी प्रकार मुझे भी अपना सब कुछ समेट लेने की शक्ति बापदादा दे रहे हैं। बापदादा की दृष्टि से निकला प्रकाश, भुजा के रुप में मेरे कन्धे पर आकर स्थित हो गया है .... ट्यून ....

द्वितीय स्वरुप के आगे - जैसे ब्रह्मा बाप ने सारे समाज का विरोध सहन किया, कभी भी डरे नहीं, हिम्मत नहीं हारी, उतनी ही सहन करने की शक्ति बापदादा मुझे दे रहे हैं। बापदादा की दृष्टि से निकलकर सहन शक्ति, भुजा के रुप में मेरे कन्धे पर आकर स्थित हो गयी है .... ट्यून ....

तीसरे स्वरुप के सामने - जैसे बापदादा सभी बच्चों की बातें सुनकर स्वयं में समा लेते हैं, वही समाने की शक्ति बापदादा की दृष्टि से निकल भुजा के रुप में मेरे कन्धे पर आकर विराजमान हो गयी है .... ट्यून ....

चौथा स्वरुप - जैसे ब्रह्मा बाबा अपने सम्मुख आने वाली हर आत्मा को सेकण्ड में परख लेते थे, कभी आत्माओं से धोखा नहीं खाया। वही परखने की शक्ति बापदादा

की दृष्टि से निकलकर भुजा रुप में मेरे कन्धे पर आकर विराजमान हो गयी है। अब मैं आत्मा स्वयं को अत्यन्त शक्तिशाली महसूस कर रही हूँ .... ट्यून ....

अब मैं बापदादा के **पाँचवे स्वरुप** के सामने हूँ। जिस प्रकार ब्रह्मा बाबा वादियों की बातें सुनकर उन्हें निष्पक्ष होकर निर्णय देते थे। कभी भी किसी का पक्षपात नहीं किया। सदा ही सबको समान समझा। मुझे भी बापदादा वही शक्ति दे रहे हैं। बापदादा की दृष्टि से निकली निर्णय शक्ति, भुजा रुप में मेरे कन्धे पर स्थित हो गयी है .... ट्यून ....

छठे स्वरुप के आगे - जिस प्रकार ब्रह्मा बाप ने विरोधी आत्माओं की कोई परवाह नहीं की, उन्हें मारने आये तो भी ब्रह्मा बाप ने निडर होकर उन्हें अपने पितृवत स्नेह की डोर में बाँध लिया, वही सामना करने की शक्ति बापदादा की दृष्टि से निकलकर भुजा रुप में मेरे कन्धे पर आकर विराजमान हो रही है .... ट्यून ......

सातवें स्वरुप के सामने - जैसे ब्रह्मा बाबा ने अयोग्य, असहयोगी, अपमान करने वाली आत्माओं को भी सम्भाला, मेरा बच्चा कहकर दिल का स्नेह दिया और जीवन भर पालना करते, सहयोग देते रहे। वही सहयोग की शक्ति बापदादा के नयनों से निकलकर भुजा रुप में मेरे कन्धे पर स्थित हो रही है .... ट्यून ....

आठवें स्वरुप के सम्मुख स्वयं को देखें - जिस प्रकार ब्रह्मा बाप अनेक भाइयों-बहनों की पालना करते, सदा पवित्र बनने-बनाने की शिक्षा देते रहे। स्वयं अशरीरी होकर, देह और देह के सम्बन्धों के विस्तार को समेटकर सबको आत्मिक "बिन्दु" स्वरुप में स्थित होने के लिए प्रेरित करते रहे, वही संकीर्ण करने की शक्ति बापदादा की दृष्टि से निकलकर आठवीं भुजा के रुप में मेरे कन्धे पर आकर स्थित हो गयी है .... ट्यून ....

अब मैं आत्मा अष्ट शक्तियों से सम्पन्न होकर अष्ट भुजाधारी, मास्टर सर्वशक्तिवान बन गयी हूँ........ मैं आत्मा भी ब्रह्मा बाप समान सेकण्ड में अपनी सर्व कर्मेन्द्रियों को संकीर्ण कर देह से न्यारी "बीजरुप अवस्था" में जितना समय चाहूँ स्थित रह सकती हूँ..... मुझे अनादि अवस्था से भटकाने वाले व्यर्थ संकल्प भी अब पूरी तरह समाप्त हो गये है। अब मैं पूर्णतया निर्विघ्न अवस्था का अनुभव कर रही हूँ .... ट्यून ....

अब मुझ आत्मा को मास्टर दाता बन, बापदादा द्वारा प्राप्त ये सर्वशक्तियाँ विश्व की सर्व आत्माओं तक पहुँचानी हैं..... मैं फरिश्ता...... विश्व ग्लोब पर स्थित होकर इन सर्वशक्तियों की सकाश समस्त मानवता पर बिखेर रहा हूँ....... समस्त मानव जाति पर इन शक्तियों का प्रभाव दिख रहा है....... साथ-साथ प्रकृति के पाँचों तत्व भी पावन बन रहे हैं.......

ओम शान्ति

ड्रिल - 49 (डबल लाइट फरिश्ता)

महावाक्यः- फरिश्ता कभी भी किसी बन्धन में नहीं बँधता......।

स्वमानः- मैं सदा बाप के साथ का अनुभव करने वाला डबल लाइट फरिश्ता हूँ........

गीतः- मैं फरिश्ता तन का मालिक.........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं फरिश्ता अपने इस पाँच तत्वों के बने शरीर से निकलकर बाहर जा रहा हूँ..... धीरे-धीरे मेरी इस देह रुपी कुटिया के किवाड़ खुल रहे हैं.... मैं श्वेत प्रकाश का शरीर लिये अपनी इस देह से अलग हो गया हूँ..... और दूर खड़ा होकर अपनी ही देह को देख रहा हूँ....... मुझे एक अनोखी सी अनुभूति हो रही है...... मैं स्वयं को पूर्णतया भारमुक्त अनुभव कर रहा हूँ...... प्रकाश की काया को साथ लिये अब मैं एक नदी की ओर जा रहा हूँ..... और उसके किनारे-किनारे अति मध्यम गति से विचरण कर रहा हूँ........ एक अजब सी रुहानी मस्ती में मग्न मैं फरिश्ता...... हौले-हौले एक-एक कदम रखते हुऐ आगे बढ़ रहा हूँ....... इस प्रकाश की काया में बैठकर मैं आत्मा....... अपनी शक्तियों को चहूँ ओर बिखेर रहा हूँ...... एक सूक्ष्म ऊष्मा मेरी भृकुटि से बहती हुई धरती पर फैल रही है........ वा पंच तत्वों में विलीन हो रही है........ अनवरत बहते झरने की भाँति........ श्वेत प्रकाश की अविरल धारा........ मेरे सूक्ष्म शरीर से उतर-उतर कर........ पाँचों तत्वों को पावन बना रही है....... उनकी तमोगुणी अवस्था परिवर्तित हो रही है........ वे पुनः स्वच्छ वा शक्तिशाली बन रहे हैं....... वे पुनः सतोप्रधान वा सुखदायी बनते जा रहे हैं....... प्रकाश की श्वेत धारा....... मेरी भृकुटि से निकलकर........ मेरे अंग-अंग को भिगोती हुई....... धरती पर बह रही है....... मैं स्वयं को अत्यन्त शान्त एवं शक्तियों से भरपूर अनुभव कर रहा हूँ........ पवित्रता की ये श्वेत धारा....... मेरी पारदर्शी प्रकाशमय काया को स्वच्छ कर रही है....... शक्तिशाली बना रही है...... मेरी काया कंचन होती जा रही है.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 50 (स्वदर्शन चक्रधारी ब्राह्मण)

भगवानुवाचः- 63 जन्म मेहनत की, अब एक जन्म मौजों का जन्म है। मुहब्बत का जन्म है, प्राप्तियों का जन्म है, वरदानों का जन्म है, मदद लेने का, मदद मिलने का जन्म है फिर भी इस जन्म में मेहनत क्यों? तो अब मेहनत को मुहब्बत में परिवर्तन करो....!!!

महावाक्यः- टेढ़े बांके बच्चे पैदा करते, जिसका कभी मुंह नहीं होता, कभी टाँग नहीं, कभी बाँह नहीं होती। ऐसे व्यर्थ की वंशावली बहुत पैदा करते हैं, और फिर जो रचना की तो क्या करेंगे? उसको पालने के कारण मेहनत करनी पड़ती.......।

स्वमानः- मैं ऑलमाइटी अथॉरिटी द्वारा चुना हुआ, अपने पाँचों ही स्वरूपों को घड़ी-घड़ी धारण करने वाला स्वदर्शन चक्रधारी ब्राह्मण हूँ........

गीतः- तेरा वो प्यार है बाबा जो दिखलाया नहीं जाता.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- आज सुबह बाबा से रूहरिहान करते बाबा ने एक चिन्तन मन को दिया कि......

सोचो, भगवान ने हमको कितना प्यारा परिवार दिया है.. हम किसके बच्चे हैं, भगवान के! और भगवान ने ब्रह्मा सरीखी माँ दी, फिर ईश्वरीय परिवार का हिस्सा होने का हक दिया.... फिर भी इतना ध्यान रखा कि मेरे बच्चे को रत्ती भर भी दुख ना हो तो उसके लिये सर्व सम्बन्ध खुद एक से ही निभाने की युक्ति बताई.... भाई-भाई में भी कभी-कभार छोटी सी बात पर कुछ दुख की फीलिंग आ सकती है.... इसलिये खुद ही हर बच्चे को खुश रखने का बीड़ा उठाया.... और हम बच्चे फिर भी उससे सम्बन्धों का सुख लेने के बजाय दुनियादारी में ही उलझने लगते हैं.. उस एक सुप्रीम से सर्व सुखों का रस लेते ही नहीं... उसको दिन रात हमारा ही ख्याल रहता है और हम उसके अलावा सबका ख्याल करते रहते..... ख्याल करो अगर अब इस सुख का रस नहीं लिया तो फिर कभी नहीं ले सकेंगे क्योंकि कल्प-कल्प यही पार्ट रिपीट होगा। ओ मेरे मोस्ट बिलव्ड बाबा!! आपके सिवा किसी और से प्यार करना गोया अपने अतिन्द्रिय सुख को गंवाना, बाबा आप हैं तो ये परिवार है! आपसे ही तो ये सुख का संसार है बाबा! आप नहीं तो ये परिवार भी अविनाशी सुख की फीलिंग कैसे करा सकेगा। ओ मेरे मीठे बाबा.... ओ मेरे प्यारे ते प्यारे बाबा,

आप ही से सब सुख हैं बाबा। आप ही सत्य हो....... आप ही अविनाशी हो....... आप ही मेरे खुदा दोस्त हो...... आप ही तो प्रेम के वो सागर हो जिसमें मैं जितनी गहरी डुबकी लगाता हूँ..... उतना ही असीम आन्नद पाता हूँ बाबा। रोज सवेरे-सवेरे आप मुझे उठाते हो। अगर मैं दोबारा सो जाऊँ तो फिर से उठा देते हो। धीरे से कानों में आकर कहते हो.... मेरे लाल, मेरे राज दुलारे बच्चे, उठो-देखो, आप अपने बाबा की गोद में हो.... उठो मेरे आशाओं के चिराग, आँखें खोलो..... आओ हम मीठी-मीठी बातें करेंगे। इस समय मैं सिर्फ तुम्हारे ही पास हूँ... आप, और मैं ही हैं और कोई भी आस-पास नहीं है... मेरे नयनों के नूर बच्चे, जागो और मेरे गले लग जाओ। फिर जब मैं अपनी अधखुली सी पलकें ऊपर उठाता हूँ तो खुद को आपकी बाहों में समाये देखता हूँ। वो रुमानी पल..... वो अविस्मरणीय क्षण..... आSSSSहा हा!!! कितना गहरा, मीठा, निराला सुख है ये बाबा, आपकी बाहों में..... मैं खुद को कितना निश्न्चित पाता हूँ बाबा..... ओ मेरे दिल के सहारे बाबा, मुझसे बातें करो बाबा.... मुझे मीठी-मीठी बातें सुनाओ बाबा..... मुझे स्वर्गिक सुखों का अनुभव अपनी गोद में कराओ बाबा... मुझे अपनी बाहों के झूले में झुलाओ ना बाबा...... भले सतयुग में सब सुख होंगे.... मगर आपकी प्यार भरी बाहों के झूले में जो परमसुख है बाबा, वो सतयुगी मखमली बिस्तर में भी ना मिल सकेगा... कितनी गहन शान्ति है आपके स्पर्श में बाबा... कौन होगा मुझसे ज्यादा खुशनसीब इस जग में बाबा! जिसे हर दिन अमृतवेले स्वयं परमात्मा पिता शिव और जगत की सर्वश्रेष्ठ आत्मा ब्रह्मा माँ का सुख एक साथ मिलता हो... और वो भी पल दो पल के लिये नहीं बल्कि घण्टों इसी सुख के सागर में गोते लगाता रहूँ... इतना प्यार का सागर मेरे पास है.... ये प्यार भरा सागर पूरा ही मेरा है... सुखों के सागर, आन्नद के सागर, प्रेम के सागर, पवित्रता के सागर, सर्व शक्तियों के सागर की सन्तान हूँ मैं.... कैसा अलौकिक नशा है यह.... कितना शुद्ध, कितना पवित्र नशा है यह.... जो मेरी आखों में छलकते इस प्रेम के झरने को छलकने से नहीं रोक पा रहा..... बह जाने दो बाबा इस छलकते झरने को.... और तैर लेने दो मुझे इस विशाल, असीम प्रेम के सागर में...... ओ मेरे मीठे बाबा! कितना ना प्यार करूँ मैं आपसे..... जागते हुऐ भी कितनी गहरी सुख की नींद है ये.... जिससे उठने का दिल ही नहीं होता..... बैठ जायें कुछ देर आँखें मूँद कर..... अपने बाबा की बाहों में.... और अनुभव की गहराईयों में उतर जायें.... ये पल सिर्फ आपके हैं..... बाबा का ये प्यार सिर्फ आपके लिये है......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 51 (मास्टर सुखदाता)

महावाक्यः- जितना स्वयं को स्वयं जान सकते, उतना और कोई नहीं जान सकते......।

स्वमानः- मैं विश्व रचियता बाप का **नम्बरवन** विजयी, सफलता का सितारा मास्टर रचियता हूँ.... मास्टर सुखदाता हूँ....

गीतः- निर्मान बनें-निर्माण करें, अपने कर्मों को श्रेष्ठ बनायें.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं नन्हा-सा फरिश्ता प्रकाश की काया लिये सेवार्थ समस्त विश्व का भ्रमण कर रहा हूँ....... विश्व में हर तरफ अशान्ति, भय, दुख, चिन्ता का वातावरण दिखाई दे रहा है....... चारों ओर घृणा और हिंसा का साम्राज्य व्याप्त है..... सर्व आत्मायें दुखी होकर इधर-उधर भटक रही हैं.... ऐसा प्रतीत हो रहा है जैसे... आत्मायें अपने वास्तविक ठिकाने को तलाश रहीं हों....... ऐसे में एक प्रकाश की बदली पर सवार मैं नन्हा सा फरिश्ता.... इन आत्माओं के बीच पहुँचकर उन्हें सुख.. शान्ति.. पवित्रता.. प्रेम की शक्तिशाली किरणें दे रहा हूँ....... मुझ फरिश्ते के मस्तक से निकलती आसमानी नीले रंग की **ज्ञान** प्रकाश की किरणें आत्माओं को उनके वास्तविक आत्मिक स्वरूप का स्मरण करा रही हैं....... पवित्रता की चमक से सराबोर मेरे चेहरे से प्रस्फुटित होती **पवित्रता** की श्वेत किरणें.... आत्माओं के जन्म-जन्म के विकर्मों की कालिख धोकर उन्हें पवित्र बना रही हैं...... पवित्रता की शक्ति पाकर वे आत्मायें स्वयं में शान्ति वा प्रेम का संचार होता अनुभव कर रही हैं.... सर्व आत्मायें शान्ति की ठण्डी श्वाँस ले रही हैं....... वे शीतल हो रही हैं........ मुझ फरिश्ते से श्वासों-श्वास **शान्ति** की हरे रंग की किरणें निकलकर चहूँ ओर फैल रहीं हैं...... और आत्माओं को शीतलता की गहन अनुभूति करा रही हैं....... वे अपने स्वधर्म "मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ" में सहज ही स्थित हो रही हैं....... उनका हृदय **प्रेम** की गुलाबी रंग की किरणों को प्राप्त कर...... अति प्रफुल्लित हो रहा है....... मेरे हृदय से छलकती अनवरत प्रेम भरी गुलाबी किरणें सर्व आत्माओं को परमात्म प्यार की गहन अनुभूति करा रही हैं....... वे परमात्म प्यार से सराबोर हो रही हैं..... परमात्म प्यार का सुख पाकर आत्मायें तृप्त हो रही हैं...... परमपिता परमात्मा शिव से निकलकर.... मुझ फरिश्ते पर आती.... सुखदायिनी पीली-पीली फुहारें..... मुझे अलौकिक सुख का अनुभव करा रही हैं....... और मुझमें से होती हुई वे किरणें सर्व आत्माओं पर पड़ रही हैं....... सर्वात्मायें **सुख** की पीली फुहारें पाकर अतिन्द्रिय सुख का अनुभव कर रही हैं........ वे इस अतिन्द्रिय सुख को प्राप्त कर आन्नद में नृत्य कर रही हैं........ वे अपने ईष्ट देव-देवियों का गुणगान कर रही हैं........ सुख की पीली-पीली किरणों के साथ नारंगी रंग की **आन्नद** स्वरूप किरणें सर्व आत्माओं में स्फूर्ति जगा रही हैं....... आत्मायें आन्नद विभोर हो रही हैं....... उनकी मांसपेशियाँ तरोताजा हो रही हैं..... आत्मायें आन्नदचित्त होकर शरीर द्वारा नृत्य कर रही हैं........ कुछ देर पहले की छायी उदासी.. निराशा.. भय की स्थिति.... अब परिवर्तित होकर आन्नदोत्सव में बदल गयी है........ आत्मायें अपने ईष्ट देव-देवियों के साक्षात्कार कर... अति स्नेह वा उमंग में भरकर अब मंगल-महोत्सव मना रही हैं........ उनका भय समाप्त हो रहा है......... मुझसे निकलती लाल रंग की **शक्ति** की किरणें आत्माओं का भय दूर कर रही हैं......... वे निर्भय बन रही हैं......... उनमें सर्व शक्तियों का संचार हो रहा है........ वे शक्ति स्वरूपा बनती जा रही हैं........ आत्मायें सातों गुणों की..... सतरंगी किरणों में रंगकर सम्पूर्ण बन रही हैं........ वे सतोप्रधानता को प्राप्त कर रही हैं........ वे सम्पन्न बन रही हैं........ अब मैं फरिश्ता वह स्थान छोड़कर किसी अन्य स्थान की ओर प्रस्थान कर रहा हूँ.......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 52 (सम्पूर्ण निर्विकारी)

महावाक्यः- इस गिरावट की स्थिति में संकल्प से वा स्वप्न में भी नहीं जाना, यह पराई स्थिति है......।

स्वमानः- मैं करावनहार आत्मा सदा अशरीरी... विदेही... निराकारी बन... निराकारी बाप को वा सदा अव्यक्त स्थिति... आकारी स्थिति... फरिश्ता स्थिति द्वारा ब्रह्मा बाप को फॉलो करने वाली आज्ञाकारी... वफादार... फरमानबरदार आत्मा हूँ........

गीतः- ओ बाबा ये आपने कैसा जादू फेरा है.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- संसार के मालिक सर्वशक्तिमान शिवबाबा परमधाम से नीचे की ओर उतर रहे हैं...... अपनी अनंत शक्तियों को बरसाते हुये वे पृथ्वी लोक की ओर आ रहे हैं....... उनसे निकलती प्रकाश की धारा समस्त भूमण्डल को भिगो रही है...... वे धीरे-धीरे पृथ्वी के नजदीक आते जा रहे हैं......... शक्तियों की श्वेत धारा सम्पूर्ण पृथ्वी को पवित्र एवं शक्तिशाली बना रही है....... सभी मनुष्यात्मायें शक्तियों के इस प्रवाह को पृथ्वी की ओर आता हुआ देख हर्षित हो रहे हैं....... इस पवित्र धारा के प्रभाव से मनुष्यात्माओं के पाप द्ग्ध हो रहे हैं.... उनके दुख-दर्द मिट रहे हैं....... वे बोझमुक्त होकर सर्वोच्च निर्मलता का अनुभव कर रहे हैं........ उनके हृदय में व्याप्त ईर्ष्या, द्वेष, मतभेद और बदले की भावनायें नष्ट हो रही हैं........ वे पुनः भाईचारे की भावना को स्वयं में आत्मसात् कर रहे हैं........ ईश्वरीय शक्तियाँ श्वेत प्रपात के रुप में बहती हुई समस्त मानवता का रूपान्तरण कर रही हैं........ प्रत्येक मानव-मन, इस अलौकिक ईश्वरीय शक्तियों से परिपूर्ण धारा में भीगकर स्वयं को अत्यन्त निर्मल, शान्त एवं शक्तिशाली महसूस कर रहा है....... वे विकारों, व्यसनों और अवगुणों से मुक्त हो रहे हैं....... वे सम्पूर्ण पवित्रता एवं अनंत शक्तियों के अधिकारी बनते जा रहे हैं....... वे देह का भान भूलते जा रहे हैं...... वे विदेही होते जा रहे हैं...... उनका आन्नदित हृदय बार-बार इस ईश्वरीय उपकार का धन्यवाद कर रहा है.......... वे परमात्मा को बाबा कहकर पुकार रहे हैं....... वे परमात्म प्यार के बहते इस झरने में भीगकर पुलकित हो उठे हैं....... उनका मन मयूर नाच रहा है........ वे आन्नदित हो रहे हैं........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 53 (मास्टर महाकाल)

महावाक्यः- वार भी चारों ओर का होगा... लास्ट ट्रायल सब करेंगे... प्रकृति में भी जितनी शक्ति होगी... माया में भी जितनी शक्ति होगी... ट्रायल करेगी। उनकी भी लास्ट ट्रायल और आपकी भी लास्ट कर्मातीत, कर्मबन्धन मुक्त स्थिति होगी......।

स्वमानः- सर्वशक्तियों के मालिक, कालों के काल महाकाल का मैं सिकीलधा, लाडला बच्चा मास्टर महाकाल हूँ........

गीतः- ये तीन बिन्दु मत बिसरो.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- संकल्प करेंगे..... परमधाम में विराजमान कालों के काल महाकाल...... निराकारी शिवबाबा से सर्वशक्तियों की किरणें प्राप्त कर मास्टर महाकाल स्वरूप में स्थित होने का..... चलें देह को त्याग निराकारी दुनिया में निराकारी बाबा के पास.... और बैठ जायें बीजरूप शिवबाबा के सम्मुख... देखें स्वयं को भी अपने अनादि बीजरूप आत्मिक स्वरूप में..... शिवबाबा से सात रंगों की किरणों के 7 चक्र एक-एक करके निकल रहे हैं...... **पवित्रता** की श्वेत किरणों से भरपूर पहला चक्र मुझ आत्मा को मेरे ओरिजनल पवित्र स्वरूप का बोध करा रहा है..... दूसरा **ज्ञान** की आसमानी नीले रंग की किरणों को लिये हुऐ..... तीसरा चक्र हरे रंग की **शान्ति** की शक्ति से सम्पन्न किरणों का है.... शान्ति की किरणें मुझे गहन शान्तस्वरूप अवस्था का भान करा रही हैं..... चौथे चक्र से **प्रेम** की गुलाबी-गुलाबी मीठी फुहारें फूट रही हैं..... पाँचवा चक्र **अतिन्द्रिय सुख** से भरपूर पीली किरणों को स्वयं में धारण करके मुझमें समा रहा है... छठे चक्र में नारंगी किरणों का समावेश मेरी कर्मेन्द्रियों को... परमान्नद से सराबोर कर रहा है.... और मैं आत्मा **आन्नद** में डूबती जा रही हूँ... निराकारी शिवबाबा से निकलता लाल रंग की **परमात्म शक्ति** से सम्पन्न किरणों का सातवाँ चक्र मेरे चहूँ ओर एक जीवन रक्षक कवच के रूप में स्थित हो रहा है... परमात्म सर्वशक्तियों से सम्पन्न यह सातों चक्र सात गोलाकार रूपों में मेरे चारों ओर स्थित हो गये हैं..... तमोप्रधान दुनिया की कोई भी विनाशकारी ताकत अब मुझ पर आक्रमण करने का साहस भी नहीं कर सकती..... इन परमात्म शक्तियों के ओरे में मैं.... कैसी भी विनाशकारी परिस्थिति में भी पूर्णतया सुरक्षित हूँ... पिता परमात्मा ने सर्वशक्तियों से भरपूर कर मुझे मास्टर सर्वशक्तिवान बना दिया है.... विनाशकाल में भी अपने भक्तों की रक्षा करने वाले कालों के काल महाकाल का मैं सिकीलधा लाडला बच्चा मास्टर महाकाल हूँ......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 54 (शक्तिशाली याद)

महावाक्यः- बीच-बीच में एक मिनट भी अगर शक्तिशाली याद का निकालो तो उसमें ए, बी, सी-सब विटामिन्स आ जायेंगे.....।

स्वमानः- मैं सदा शक्तिशाली याद के अभ्यास द्वारा परमात्म आज्ञा का पालन करने वाली फरमानबरदार आत्मा हूँ.........

गीतः- महाज्योति को याद कर........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं एक चैतन्य दीपक हूँ........ मैं अपने सेवा स्थान पर विराजमान हूँ......... बाबा के किये गये फरमान अनुसार, मैं कुछ क्षण निकालकर उस महाज्योति को याद कर रहा हूँ........ मैं अपने सेवा स्थान पर बैठे-बैठे स्वयं को एक जलते हुए दीप के रूप में देख रहा हूँ........ देखें! अपनी भृकुटि के मध्य में प्रज्जवलित एक दिव्य ज्योति को........ मेरा सिर ८ भागों में, कलियों के रुप में, कमल पुष्प की तरह खिल रहा है और भृकुटि के मध्य भाग से एक चमकती हुई दीपशिखा बाहर की ओर उभर कर आ रही है........ ये मैं आत्मा हूँ........इसका शान्त वा सुखद प्रकाश धीरे-धीरे भृकुटि से निकल कर, पूरे कक्ष में फैल रहा है....... मैं उस प्रकाश को अपने चारों ओर महसूस कर रहा हूँ........ शान्ति और सुख से भरपूर इस अवस्था में मेरी सर्व कर्मेन्द्रियां शीतल होती जा रही हैं........ मेरे विचार शान्त हो रहे हैं....... मैं लाइट होता जा रहा हूँ....... मेरा ध्यान केवल मेरी भृकुटि शिखा पर दमकती उस चमकदार ज्योति पर है....... मैं एकाग्रचित्त होता जा रहा हूँ....... मेरा प्रकाश अनन्त है..... सुखद है....... अति पवित्र है...... सर्वशक्ति सम्पन्न है........

ओम शान्ति

ड्रिल - 55 (‘बाप और आप,’ बस!!!)

महावाक्यः- एक ही संकल्प.... ‘‘बाप और आप’’.. इसी को ही योग कहते हैं..... अगर और भी संकल्प चलते रहेंगे तो उसको योग नहीं कहेंगे, ज्ञान का मनन कहेंगे......।

स्वमानः- मैं समाने और समेटने की शक्ति से सम्पन्न, सेकण्ड में विस्तार को संकीर्ण करने की बहुतकाल की गहन अभ्यासी मास्टर सर्वशक्तिमान आत्मा हूँ.........

गीतः- Any Silent Tune............

योगाभ्यास/ड्रिल :- सर्वप्रथम दिल की सच्चाई-सफाई से बाबा को अपना छोटे से छोटा व जघन्य से जघन्य पाप कर्म सुनाकर स्वयं को ‘हल्का’ करना है..... बाबा! मुझ नासमझ आत्मा द्वारा इस लौकिक जीवन में अनेकों पाप कृत्य होते रहे हैं..... लौकिक जीवन ही नहीं वरन् अलौकिक जन्म के बाद भी ज्ञान की वा परमात्मा बाप की सही परख ना होने के कारण..... यथार्थ पहचान ना हो पाने के कारण डिससर्विस के कर्त्तव्य होते ही रहे हैं..... बाबा मुझ तमोप्रधान आत्मा के ऊपर पाप कर्मों का इतना बोझा है जो मैं उड़ भी नहीं पा रही हूँ..... बाबा!!! मेरे मीठे बाबा..... योगबल से मुझ तमोगुणी आत्मा के विकर्म विनाश कराने वाले बाबा..... मुझे धर्मराज की कड़ी सजाओं से बचाने वाले कालों के काल, महाकाल बाबा..... मेरे बोझ को लेकर मुझे इन बोझों के भार से मुक्त कर दीजिये बाबा..... मेरे बोझ लेकर मुझे उड़ने के लायक बना दो बाबा..... मुझ आत्मा के जन्म-जन्म के विकर्मों को भस्म करने के लिये मेरा मार्गदर्शन कीजिये बाबा.. मेरे आह्वान करने पर बाबा से विकर्म विनाश करने वाली अनंत ज्वाला स्वरूप किरणें निकलकर मुझ पर पड़ने लगीं..... उन किरणों का बल पाकर मैं आत्मा सहज ही स्वयं को अशरीरी स्थिति में अनुभव करने लगी..... और बाबा ने अचानक ही मुझे अपने पास परमधाम में खींच लिया..... (अभ्यास करेंगे अशरीरी स्थिति का..... देखें स्वयं को परमधाम में बिन्दु स्थिति में, सम्मुख हैं निराकारी बिन्दु शिवबाबा.....) शिवबाबा की समीपता से मुझे गहन शान्ति की अनुभूति हो रही है..... (उतर जायें शान्ति के सागर की गहराई में....) मैं र्निसंकल्प अशरीरी आत्मा अपने परमप्रिय शिव पिता को एकरस देखे जा रही हूँ..... शिवबाबा मुझ पर अपनी ज्वाला स्वरुप दृष्टि डाल रहे हैं..... (भरपूर करेंगे स्वयं को इस असाधारण ज्वालारुपी दृष्टि से...) कुछ देर ऐसी पॉवरफुल दृष्टि से मुझ आत्मा को तृप्त करने के बाद बाबा ने जैसेकि एक संकल्प मुझे दिया और फिर शिवबाबा और मैं बिन्दु आत्मा दोनों नीचे धरती की ओर देखने लगे..... नीचे मेरा पाँच तत्वों का बना शरीर एक जेल की चारदीवारी में सलाखों के पीछे दिखाई दे रहा है..... मैं आत्मा जब तक शरीर में थी तो जैसे कि रावण की जेल में कैद थी..... अब पिता शिव से अति ज्वलंत किरणें निकलकर मेरे इस पाँच तत्वों की देह पर पड़ रही हैं..... देह के जिस हिस्से पर ये किरणें पड़ती हैं, वो हिस्सा शरीर से कटकर अलग हो जाता है और धरती पर गिरने से पहले ही भस्म हो रहा है... जैसेकि देह के प्रत्येक हिस्से द्वारा जो भी कुकर्म हुये हैं... बाबा उन हरेक अंगों को सजा देकर उनके विकर्मों को भस्म कर रहे हों... कैसी ज्वाला स्वरूप, अशरीरी अवस्था है ये..... मैं आत्मा पूर्णतया Dead Silence Stage का अनुभव कर रही हूँ..... ना कोई संकल्प, ना कोई मन-बुद्धि में विचारों की हलचल, ना ही देह या पदार्थों की कोई चेतना..... सब कुछ जैसे एक बिन्दी में समा गया हो..... मुझ आत्मा के विकर्म अत्यधिक तीव्र गति से भस्म हो रहे हैं..... मुझमें चमक बढ़ती जा रही है..... मैं आत्मा स्वच्छ और सुन्दर होती जा रही हूँ..... मुझे बहुत हल्कापन महसूस हो रहा है..... मैं स्वयं को लाइट के साथ-साथ माइट स्वरूप भी अनुभव कर रही हूँ.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 56 (रूहानी सेवा)

महावाक्यः- एक घण्टा किसको समझाने की भी मेहनत करके देखो... और उसके अन्तर में 15 मिनट में सुनाते हुऐ.... बोलते हुऐ न्यारेपन की स्थिति मे स्थित होके..... दूसरी आत्मा को भी न्यारेपन की स्थिति का वायब्रेशन देकर देखो.....।

स्वमानः- मैं ब्रह्मा बाप समान न्यारे अशरीरीपन के विशेष अभ्यास द्वारा पास विद् ऑनर का सर्टिफिकेट लेने वाली गॉडली स्टूडेण्ट हूँ.........

गीतः- ज्ञान मुरली सुनाता चल, रूहों की प्यास बुझाता चल.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- भगवानुवाचः- दुनिया में हर आत्मा को तमोप्रधान बनना ही है..... सो तुम्हें भी सतोप्रधान से तमोप्रधान अवस्था में जाना ही है..... इसलिये जिस घड़ी से स्वयं को तमोप्रधान स्वीकार कर लेंगे, समझो उसी घड़ी से ही सतोप्रधान बनने की शुरूआत हो सकती है... अर्थात् पाप कर्मों पर ब्रेक लगाने के पुरूषार्थ की सही रूप में शुरूआत होती है..... सोचो! अगर मैं आत्मा तमोप्रधान ना बनती तो सतोप्रधानता और तमोगुणी अवस्था में अन्तर ही स्पष्ट नहीं हो पाता..... व सतोप्रधान बनने की तीव्र इच्छा ही उत्पन्न ना होती..... शिवबाबा की श्रीमत ही यह है... तमोप्रधान बनने वाले चल रहे हैं रावण की मत पर..... और सतोप्रधान बनने वाले चल रहे हैं एक शिव पिता की श्रीमत पर..... मैं किस तरफ हूँ यह मुझे सेल्फ चैकिंग करनी है..... सूर्य कभी अन्धेरे को देख ही नहीं पाता क्योंकि उसके आने से ही रोशनी हो जाती है..... अज्ञान अन्धकार भी ऐसे ही है..... जैसे ही परमात्म ज्ञान का प्रकाश चहूँ ओर फैलता है, अज्ञान अन्धकार गायब हो जाता है और हम सही राह अर्थात् परमात्म श्रीमत पर चल पड़ते हैं.....

मैं आत्मा सतयुग आदि में सम्पूर्ण सतोप्रधान थी..... इस अवस्था में मैंने महाराजा और महारानी चोला धारण कर 8 राजाई जन्म लिये..... फिर धीरे-धीरे मेरी कला घटने से मेरी अवस्था में भी कमी होती गई और मैं सतोप्रधान से सतो अवस्था में आ गई..... मेरी कलायें भी घटकर 16 से 14 रह गईं...वा मेरी डिनायस्टी भी सूर्यवंशी से बदलकर चन्द्रवंशी अर्थात् देवता से क्षत्रिय हो गयी..... इस युग को त्रेता युग कहते हैं..... इस युग में 12 जन्म लेकर 1250 वर्ष तक राजा राम और रानी सीता की डिनायस्टी में राज्य किया..... मगर समय की अविरल बहती धारा शनैः-शनैः मुझे नीचे (गिरावट) की ओर लेकर जाती रही..... सतोगुणी अवस्था में 12 जन्म पूरे करने के बाद मुझ आत्म अभिमानी आत्मा को देहभान का काँटा लगा, और मुझमें माया-रावण अर्थात् 5 विकारों की प्रवेशता प्रारम्भ हुई..... जिस कारण मेरा राज्य-भाग्य का ताज और तिलक मुझसे छिन गया और मैं पतित बनने लगी... धीरे-धीरे मुझमें पाँचों विकारों की प्रवेशता होने लगी..... और मैं अपने गुण वा अपनी देवताई कलाओं को भूलकर एक रजोगुणी मानव सा जीवन व्यतीत करने लगी..... इससे मेरी अवस्था को अत्यन्त नुकसान पहुँचा और मैं सदा सुख की अनुभूति करने वाली आत्मा दुःख और चिन्ताओं में घिरने लगी.. मेरा शीघ्र-अतिशीघ्र पतन होने लगा और मैं तेजी से पतन की ओर बढ़ने लगी..... द्वापर युग का अन्त होते होते मुझमें काम, क्रोध, लोभ, मोह और अहंकार रुपी पाँच विकार पूर्णतया समा गये और इन 21 जन्मों में मैं इन विकारों की दासी बन गयी..... जिससे अपनी रजोगुणी अवस्था को भी खोकर मैं तमो से तमोप्रधान अवस्था में पहुँच गयी..... यह तमोप्रधानता का युग अर्थात् कलयुग है..... अब कलयुग के अन्त समय पर मैं आत्मा एकदम कलाहीन सी हो गयी और दर-दर की ठोकरें खाती अपने पालनहार, अपने पतित पावन परमपिता परमात्मा को ठिक्कर-भित्तर में खोजने लगी..... मेरी इस दयनीय अवस्था को देखकर मेरे रक्षक, मेरे अविनाशी पिता को मुझ पर रहम आ ही गया..... और उसने मुझे स्वयं अपना परिचय देकर मुझे गोद में उठा लिया..... अब फिर से मुझे सतोप्रधान बनने की शिक्षा देकर मुझे सतोप्रधान बना रहे हैं.....

ओम शान्ति

ड्रिल - 57 (योगबल जमा करने का अभ्यास)

महावाक्यः- योग से जो प्राप्तियाँ हैं - वह सब हैं??? सर्वशक्तियों का स्टॉक जमा है? दान वही दे सकता जिसके पास अपने से ज्यादा है.।

स्वमानः- मैं सर्वशक्तिवान आलमाइटी अथार्टी की प्रिय सन्तान मास्टर सर्वशक्तिवान महादानी आत्मा हूँ........

गीतः- दानी बनो, वरदानी बनो.........

योगाभ्यास/ड्रिलः- हे आत्मा, तुम दाता हो...... वरदाता हो..... तुम्हें सबको मुक्ति, जीवन-मुक्ति का रास्ता दिखाना है....... (इमर्ज करेंगे अपने महा वरदानी स्वरूप को.....) मैं शिव पिता की महादानी, वरदानी शक्ति हूँ........ शिव पिता ने मुझे सर्वशक्तियों से सम्पन्न कर मेरे महा वरदानी स्वरूप को इमर्ज कर दिया है...... वरदानों के उस असीम भण्डार से प्राप्त शक्तियों को मैं शिव-शक्ति, भक्तगणों को यथायोग्य दे रही हूँ........ मेरे सामने असंख्य भक्तों की भीड़ जुटी है........ मेरी दृष्टि परमात्म शक्तियों से भरपूर होकर मुक्तिदायिनी हो गई है....... आत्मायें सेकण्ड में अशरीरी हो रहीं हैं....... दृष्टि पड़ते ही उनके विकर्म भस्म हो रहे हैं..... विकर्मों का खाता तीव्र गति से चुक्तू होकर आत्माओं को बन्धनमुक्त बना रहा है....... वे निर्बन्धन हो रही हैं........ वे देह से न्यारी होती जा रही हैं....... वे सुखी हो रही हैं........ उनके कलह-क्लेश मिट रहे हैं..... मेरे मस्तक से शान्ति की किरणें अनवरत निकल-निकल कर सब ओर फैल रही हैं........ सर्व आत्मायें शान्त हो रही हैं..... उनके दुख-दर्द मिट रहे हैं..... मेरे हाथ वरदानी मुद्रा में हैं..... हाथों से शक्तियाँ चहूँ ओर फैल रही हैं........ सर्व आत्मायें यथायोग्य, यथाशक्ति शक्तियाँ ग्रहण कर रही हैं.........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 58 (संगमयुगी सर्वश्रेष्ठ ब्राह्मण जीवन)

महावाक्यः- इस संगमयुग का छोटा-सा एक जन्म सारे कल्प के सर्व जन्मों का आधार है.....।

स्वमानः- मैं संगमयुगी ब्राह्मण जन्म में भी विशेष...... तो राज्य अधिकारी बनने में भी विशेष और आपे ही पूज्य सो आपे ही पुजारियों में भी विशेष पार्ट बजाने वाली कल्प-कल्प की श्रेष्ठ आत्मा हूँ......

गीतः- संगम की वेला है सुहानी, ये समय है बड़ा वरदानी.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- चलें हम उसके प्यार में मग्न हो जायें... जिसने हमारा जीवन इतना ऊँच, श्रेष्ठ, पवित्र बना दिया...... चलें हम उसकी याद में मग्न हो जायें... जिसने हमें सर्व सम्बन्धों का प्यार दिया...... चलें हम उस शिव पिता की याद में खो जायें.... जिसने हमें सर्व खजानों से भरपूर किया है..... हमारे पर अनगिनत उपकार किये हैं...... हमारे सब दुःख हर लिये हैं...... अतिन्द्रिय सुख का अनुभव करवाकर हमारे जीवन को अलौकिक बना दिया है...... चलें हम उसकी याद में खो जायें... जिसने हमें स्वराज्य अधिकारी, बेफिक्र बादशाह बनाकर अनेक फिकरों से फारिग कर दिया....... चलें हम उसको दिल से याद करें... जिसने हमारा जीवन पवित्र बना दिया....... चलें हम उनकी याद में मग्न हो जायें... जो हमें स्वर्ग की बादशाही देने हमारे सम्मुख आया है...... चलें हम उस परम सदगुरू का ध्यान करें... जिसने हमें मुक्ति-जीवनमुक्ति की सच्ची राह दिखाई....... चलें हम उस शिव साजन के प्यार में खो जायें... जिसने हमें अपनी सजनी बनाया........ चलें हम उस खुदा दोस्त की याद में समा जायें... जो हमें पग-पग पर मदद देने के लिऐ बंध गया है..... हम उसके प्यार में इतना खो जायें कि हर श्वांस... हर सेकेण्ड... उसकी याद के बिना बीते ही नहीं....... कितनी सुखद है यह याद....... जो हमें देह और देह की दुनिया से दूर.. बहुत दूर अपने स्वीट होम तक ले जाती है...... आ!हा मेरे मीठे बाबा!! आपने मेरा जीवन कितना ऊँच व श्रेष्ठ बना दिया....... चलें हम उस प्रियतम के साथ कम्बाइण्ड हो जायें... जो हमें अनेक जन्मों के लिऐ सर्वगुण सम्पन्न... सोलह कला सम्पूर्ण... सम्पूर्ण निर्विकारी बना देते हैं...... अपनी सर्वशक्तियों से हमें फुलचार्ज कर देते हैं...... चलें हम उस निश्छल, निर्मल व निःस्वार्थ प्यार में खो जायें......

भृकुटि सिंहासन पर विराजमान मैं चमकता हुआ सितारा स्वराज्य अधिकारी आत्मा हूँ... मैं पद्मापदम भाग्यशाली आत्मा हूँ....... मैं आत्मा अब इस साकार लोक से अपने स्वीट साइलेन्स घर जा रही हूँ....... मैं मास्टर सर्वशक्तिवान आत्मा परमधाम में सर्वशक्तिवान, आलमाइटी अथॉरिटी के सम्मुख हूँ....... बाबा से सर्वशक्तियों की किरणें मुझ आत्मा पर पड़ रही हैं...... मैं आत्मा स्वयं को भरपूर अनुभव कर रही हूँ....... मुझ आत्मा से वह किरणें चारों और दूर-दूर तक फैल रही हैं...... इन शक्तिशाली किरणों की सकाश सर्व आत्माओं को प्राप्त हो रही हैं....... उनके दुख, कष्ट सब नष्ट हो रहे हैं...... उनका भी कल्याण हो रहा है....... उनके जीवन में सुख-शान्ति की बौछार हो रही है....... वे स्वयं को धन्य-धन्य अनुभव कर रहे हैं.......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 59 (निमित्त करनहार)

महावाक्यः- कराने वाले ने करा लिया.....।

स्वमानः- मैं अति लाइट-माइट स्थिति में स्थित, कर्म के प्रभाव से परे निमित्त करनहार आत्मा हूँ.......

गीतः- निर्मल बनो, निर्माण करो.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं आत्मा उड़ता पंछी हूँ... मैं सर्व बन्धनों से मुक्त हूँ.... देह के बन्धन से भी मुक्त........ दैहिक आकर्षणों से आजाद.... मुझे सोने की जंजीरें भी बांध नहीं सकती....... मैं सारे संसार से न्यारा हूँ.... और प्यारे बाबा की प्यारी हूँ.... मुझे सारे संसार में प्यारे बाबा ने एक शुभ संदेश देकर भेजा है.... मैं सारे संसार की भटकती हुई आत्माओं के लिऐ अपने प्यारे वतन का संदेश लेकर आई हूँ.... वाह बाबा!! शिवबाबा.... ब्रह्मा बाबा.... हम लाडले बच्चों का वतन में इन्तजार कर रहे हैं.... ओहो! इस सारे संसार की हालत देखकर स्वयं बाबा के दिल में भी सर्व आत्माओं के प्रति रहम और करूणा का भाव आ रहा है... और स्वयं मुझसे भी विश्व की यह हालत देखी नहीं जाती.... हर आत्मा अन्दर से अशान्त और भयभीत है.. चारों तरफ हाय-हाय... कोलाहल... और शोर ही शोर मचा हुआ है... जहाँ देखती हूँ... हर आत्मा की आंखें पलभर की शान्ति और सच्ची खुशी को तलाश रही हैं...... ना चाहते हुऐ भी प्रभु के प्यारे बच्चे.... प्रभु प्रिय आत्मायें.... दुःखों और कष्टों भरा जीवन जीने के लिये विवश हैं.... और चारों ओर गम के काले बादलों ने तो सभी के खुशियों के सूरज को मानों ग्रहण लगा दिया है... क्यों.. क्या... के प्रश्नों में फंसा हुआ... उलझा हुआ मनुष्य... और ही तनाव.... चिन्ता के भंवर में फंसता जा रहा है.... सर्वात्मायें ऐसे दुखद वातावरण से मुक्ति पाने का पुरूषार्थ कर रही हैं.... परन्तु अपने घर और प्यारे पिता से बिछुड़कर वे तो अपने घर का रास्ता ही भूली हुई हैं.... ऐसे में बाबा ने मुझे ऐसी कमजोर और परवश आत्माओं को हिम्मत और उमंग-उत्साह के पंख देकर बन्धनमुक्त बनाने के लिये भेजा हैं... वाह बाबा वाह!! आपने तो मुझमें इतनी शक्ति भर दी है जो मुझे देखकर सर्व आत्मायें भी उड़ने का प्रयास कर रही हैं... अब मेरा इस संसार में किसी से भी लगाव नहीं... न ही किसी स्वभाव संस्कार का आकर्षण है... मेरी आकर्षण मुक्त स्थिति ने ही मुझे आकर्षण मूर्त बना दिया है... बस बाबा... बाबा... बाबा... यही अनहद नाद मेरी हरेक धड़कन के साथ निकलता रहता है... मुझे सारे विश्व को अपने साथ शान्तिधाम... पवित्रता के देश परमधाम में लेकर जाना है... उड़ने वाले को तो पहाड़ भी नहीं रोक सकते... और मेरे भाग्य को देखकर सारे विश्व को मुझ पर नाज है... सभी के मुख पर एक ही स्वर है... शुक्रिया बाबा!! आपने तो हमें हमारे मीठे वतन का रास्ता बना दिया... देखो तो! हमारा वतन हमारा इन्तजार कर रहा है... परमात्मा स्नेह के सुखद सम्बन्ध से सभी विनाशी सम्बन्ध कट रहे हैं... और सभी मेरे साथ स्वीट होम में जा रहे हैं... सभी के मुख पर एक ही स्वर है... अब घर जाना है..... अब घर जाना है.... हजार भुजाओं वाला बाबा अपने स्नेह की भुजायें फैलाये हम सबका आह्वान कर रहे हैं...... अब मेरी आंखों में भी बाबा और अपना स्वीट होम ही समाया हुआ है...... बस अब तो दिल बार-बार यही गीत गाता है...... अब घर जाना है...... अब घर जाना है...... अब घर जाना है......

ओम शान्ति्

<u>ड्रिल - 60 (बन्धनमुक्त)</u>

महावाक्यः- ज्ञानी का अर्थ ही है समझदार!!! जो भूलना है, वह सेकण्ड में भूल जाये... और जो याद करना है, वह सेकण्ड में याद आ जाये...।

स्वमानः- मैं बीती सो बीती कर सेकण्ड में फुलस्टाप लगाने वाली सर्व बन्धनमुक्त आत्मा हूँ........

गीतः- करते चलो सबका भला, जीवन के जीने की ये है कला........

योगाभ्यास/ड्रिलः- हे आत्मन्!!! आज मनुष्य के दुखी होने का कारण उसके द्वारा किये जा रहे विकर्म ही हैं.... जो वह पिछले 63 जन्मों से करता ही आ रहा है... वास्तव में आज जो भी आत्मायें हमें दुख ही महसूसता कराने के निमित्त बन रही हैं...... वे पिछले 63 जन्मों में किसी ना किसी प्रकार से हमारे कारण दुख पाती रही हैं...... और अब ड्रामानुसार हमें उनके दुखी मन को..... उनके द्वारा दी जा रही सजाओं को...... बिना किसी आरोप-प्रत्यारोप के स्वीकार करते चल..... उन्हें शान्ति और सुख की फीलिंग करानी है अर्थात्..... बीती को बीती कर फुलस्टॉप लगाते चलते रहो..... तभी हम जन्म-जन्म के विकर्मों के खातों को... बिना कोई नया खाता बनाये चुक्तू कर सकेंगे....... हमारे सम्पर्क में आने वाली प्रत्येक आत्मा किसी ना किसी हिसाब के कारण हमसे जुड़ी है...... अतः अपने सम्पर्क में आने वाली हरेक आत्मा को सम्मान दें...... और यथायोग्य उनको दाता बन....... गुण, शक्तियों का दान देकर विदा करते चलें....... जो बीत रहा है... उसको भूलकर स्वयं आगे बढ़ाते रहना है....... ऐसे करते- करते एक समय आप अपने कर्म के बन्धनों से मुक्त होते जायेंगे...... इस विधि में हर पल, श्वासों-श्वास..... *एक शिव पिता की ही याद रहे*...... यही अटेन्शन कर्म बन्धनों को योग द्वारा सेवा के बन्धन में बदल देगा...... वा आपको हल्का रखने में पूर्णतया सहयोग करेगा......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 61 (गहन शान्ति की अनुभूति)

महावाक्यः- आवाज से परे अर्थात् मुख और मन दोनों की आवाज से परे, शान्ति के सागर में समा जायें......।

स्वमानः- मैं शान्ति के सागर परमात्मा शिव की अजर-अमर सन्तान शान्त स्वरूप आत्मा हूँ.......

गीतः- शान्ति सागर की लहरें जब-जब पास में आयें.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- कुछ क्षणों के लिये आराम से योग स्थिति में स्थित हो जायें... बाहरी सभी बातों से स्वयं को अलग कर लें.... अपने पूरे शरीर से ध्यान हटा दें... अब एक विचार क्रियेट करें..... "मैं एक शान्त स्वरूप आत्मा हूँ"..... अनुभव करेंगे अब संकल्पों की गाड़ी धीमी होती जा रही है...... सभी व्यर्थ संकल्प खत्म होते जा रहे हैं..... अब आत्मा इस पंचतत्व के शरीर और बाहरी दुनिया से निकल धीरे-धीरे ऊपर की ओर दौड़ रही है..... बादलों को, चाँद तारों को भी पार करते हुऐ पहुँच गयी है अपने प्यारे घर परमधाम... चारों ओर हल्के लाल रंग की रोशनी फैली हुई है.... चारों ओर चमकती हुई आत्मायें दिखाई दे रही हैं.... सबसे ऊपर हमारे प्यारे मीठे बाबा चमक रहे हैं... मैं आत्मा अब उनके पास कल्पवृक्ष की जड़ों में बैठ गई हूँ.... बाबा की शक्तिशाली सतरंगी किरणें निकलकर कल्पवृक्ष की सभी आत्माओं पर गिर रही हैं... अब मैं आत्मा धीरे-धीरे परमात्मा के करीब जा रही हूँ... बाबा का यह रूप कितना सुन्दर है!!! एकदम सूर्य जैसा तेजोमय स्वरूप... अब आत्मा और परमात्मा एक हो रहे हैं... आत्मा परमात्मा में मिल गयी हूँ... कितना शक्तिशाली एहसास है यह... दोनों की किरणें अब एक हैं... रोशनी की चमक बढ़ती ही जा रही है... अब सर्वशक्तिवान और मास्टर सर्व शक्तिवान एक हैं.... हमसे शक्तियों की धारायें निकल रही हैं.... धीरे-धीरे शक्तियों का तेज बढ़ता जा रहा है.... पूरे परमधाम में शक्तियाँ फैल हर आत्मा पर पड़ रही हैं.... सूर्य समान चमक और सूर्य समान तपन बढ़ती जा रही है.... हर आत्मा बाबा की शक्तिशाली किरणों से तपने लगी है... अब धीरे-धीरे शक्तियों की तपिश अग्नि में परिवर्तित होने लगी है... मानों जैसे पूरे परमधाम में अग्नि जल रही हो... बाबा से निकलती अग्नि हरेक आत्मा की बुराइयों को जला रही है... आत्माओं पर लगी विकारों का जंग इस अग्नि में जल रही है... आत्मा पर लगे विकार पतंगों के रूप में बाहर निकल रहे हैं... सर्व आत्माओं का रंग निखरकर सोने का सा होने लगा है...... प्रत्येक आत्मा अपने वास्तविक स्वरूप में आ गयी है... अब हमसे शीतलता की किरणें निकलकर अग्नि को शान्त कर रही हैं... अब कल्पवृक्ष की सभी आत्मायें शान्ति, शक्ति और सर्वगुणों से सम्पन्न है... अब मैं भी बाबा से अलग होकर उनके पास बैठ गई हूँ... ओम शान्ति

ड्रिल - 62 (सच्ची दिल से पापकर्मों का लेखा-जोखा बाबा को सुनाना)

महावाक्यः- यह मध्यकाल का उल्टा प्रभाव कितना पक्का हो गया है....।

स्वमानः- मैं दिल की सच्चाई-सफाई से अपनी सर्व गलतियों को बापदादा के समक्ष स्वीकार करने वाली सत्य स्वरूप आत्मा हूँ........

गीतः- विजयादशमी मनाओ, रावण को तुम भस्म करो, राम से प्रीत जुटाओ...

योगाभ्यास/ड्रिलः- (यह दृढ़ निश्चय रखें कि बापदादा क्षमा के सागर हैं.... वे सच्ची दिल से किये गये प्रायश्चित को अथवा क्षमा याचना पर जघन्य से जघन्य पाप कर्म भी क्षमा कर उससे मुझ आत्मा को मुक्त कर देंगे...)

मैं आत्मा अपने इस जन्म वा अन्य पिछले जन्मों में किये गये पाप कर्मों के बोझ को दग्ध करने के लिये बापदादा के पास जा रही हूँ..... धीरे-धीरे मैं अपनी इस देह रूपी कुटिया से निकलकर ऊपर की ओर जा रही हूँ..... सूर्य, चाँद, तारागणों को भी पार करते हुये, मैं आगे की ओर बढ़ रही हूँ..... अब मैं सूक्ष्मवतन की परिधि में प्रवेश कर रही हूँ...... मेरे सामने संसार के मालिक, सर्व शक्तिवान शिव पिता, ब्रह्मा बाबा के आकारी तन में विद्यमान हैं.... वे जैसे मेरे ही आने का इन्तजार कर रहे हैं... मैं दौड़कर उनके आँचल में समा रही हूँ...... वे अपने कोमल हाथों से मुझे स्पर्श कर रहे हैं...... उनका कोमल स्पर्श मेरी थकान हर रहा है...... अब मैं उनके साथ बैठकर अपने अनेक जन्मों में किये गये अनगिनत पाप कर्मों से उन्हें अवगत करा रहा हूँ..... सर्वप्रथम देहभान में रहते मैंने जो "काम" के बहकावे में आकर जघन्य कर्म किये हैं.. स्वयं के साथ-साथ अन्य अनेक आत्माओं के दामन को दाग लगाया है.... "काम" के वशीभूत होकर अनेकों के कोमल हृदयों को विदीर्ण किया है...... उसे बापदादा को सुनाकर क्षमा माँग रहा हूँ...... आकारी रूपधारी बापदादा के घुटने पर सिर रखकर माफी माँग रहा हूँ...... बापदादा अपने कोमल हाथों का स्पर्श देते हुये मुझे दुलार रहे हैं.... वे मुझे "काम" के वश होकर किये गये सभी पापों के बोझ से मुक्त कर रहे हैं... उनके हाथों का स्पर्श मुझे चार्ज कर रहा है..... मेरी तमोप्रधानता नष्ट हो रही है... मुझ पर लदे जन्म-जन्मान्तरों के जघन्य पाप कर्मों का बोझा धीरे-धीरे कम होता जा रहा है... मुझसे निकली पापकर्मों की कालिमा जलकर भस्म हो रही है... बापदादा मुझसे "काम" के अधीन होकर किये गये पापकर्मों की आहुति डलवा रहे हैं... मेरे दैहिक हाव-भाव, मेरी दैहिक दृष्टि, यज्ञ कुण्ड में जलकर खाक हो रही है...... मैं आत्मा, धीरे-धीरे बोझ मुक्त होती जा रही हूँ...... मेरा तन, मन हल्का होता जा रहा है...... मेरी चमक बढ़ रही है...... मुझमें सतोप्रधानता का प्रादुर्भाव हो रहा है...... मुझमें तेज, ओज, दैदीप्तियमानता का समावेश हो रहा है...... मैं अति पवित्र आत्मा बनती जा रही हूँ..... मेरे नयन प्रायश्चित के साथ-साथ खुशी के आँसुओं में भीगकर नम हो रहे हैं......

ओम शान्ति

ड्रिल - 63 (सम्पूर्ण निराकारी श्रेष्ठ स्थिति)

महावाक्यः- साकार देहधारी की स्थिति पास होने नहीं देगी, फेल कर देगी...।

स्वमानः- मैं आकारी फरिश्ता सो निराकारी श्रेष्ठ आत्मा हूँ......

गीत :- ज्योर्तिबिन्दु आत्मा हूँ मैं........

योगाभ्यास/ड्रिल :- मैं ज्योर्तिबिन्दु आत्मा हूँ...... मैं लाइट हूँ...... मैं माइट हूँ...... मैं अपने स्वरूप में पवित्र हूँ......... शुद्ध हूँ......... निर्मल हूँ......... मैं परमधाम में अखण्ड ज्योति तत्व में, निर्विकार हूँ......... निर्विकल्प हूँ......... कर्मातीत हूँ......... मैं ज्वाला स्वरूप हूँ........ मैं लाइट-माइट स्वरूप हूँ........ मुझ ज्योति स्वरूप आत्मा से पवित्रता के प्रकम्पन चारों ओर वातावरण में फैल रहे हैं......... मीठे बाबा आप परम पावन हैं......... आप मुझ आत्मा को पवित्रता का वरदान देने वाले हैं......... आपने मुझे भी अब पवित्रता का वरदान देने के निमित्त बना दिया है....... मैं आधार मूर्त हूँ....... मैं उद्धारमूर्त हूँ....... मैं मास्टर पतित पावन हूँ....... मैं ज्योर्तिबिन्दु आत्मा अपने पवित्रता के वायब्रेशन्स् द्वारा प्रकृति को भी पावन बना रही हूँ......... लाइट और माइट, पवित्रता और प्रकाश की किरणें मुझ पर उतरकर मुझसे निकल-निकल कर चारों ओर फैल रही हैं........ मैं लाइट हूँ....... मैं शुद्ध हूँ..... पवित्रता तो मेरा स्वरूप है......... मेरा ईश्वरीय जन्म सिद्ध अधिकार है........ मैं चेतन प्रकाश हूँ......... मैं लाइट के कार्ब में हूँ......... मैं माया की छाया से रहित फरिश्ता हूँ......... मैं विदेही हूँ......... बाबा मैं पवित्रता के सागर में लहरा रहा हूँ......... वृत्ति पवित्र, दृष्टि पवित्र, संकल्प पवित्र, स्थिति पवित्र......... यह कैसी शीतल, स्वच्छ और सुन्दर स्टेज है......... मेरा मन तो बस आपकी ही लगन में मग्न है......... आपकी ही प्रीत में स्थित है.........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 64 (निराकारी सो साकारी सो निराकारी)

महावाक्यः- जब निरहंकारी बन जायेंगे तो आकारी और निराकारी... स्थिति से नीचे आने की दिल नहीं होगी.... उसी में ही लवलीन अनुभव करेंगे....।

स्वमानः- मैं सेवार्थ शरीर में अवतार लेने वाली निराकारी आत्मा हूँ........

गीतः- मैं आत्मा हूँ, मेरी शक्तियाँ मन-बुद्धि-संस्कार.........

योगाभ्यास/ड्रिलः- पहला संकल्प- मैं तो हूँ ही अशरीरी बिन्दु आत्मा...... इस धरती की मैं हूँ ही नहीं... मेरा यह शरीर भी सेवार्थ इस धरा पर विद्यमान है.. मैं सदा पिता शिव के पास रहने वाली बिन्दु आत्मा हूँ... शिव पिता की आज्ञा अनुसार मैं नीचे साकार लोक में आती हूँ, और सेवा का पार्ट बजाकर वापिस अपने घर परमधाम में चली जाती हूँ... मुझ आत्मा ने 84 बार पाँच तत्वों का शरीर धारण किया है.... सतयुग के 8 जन्मों में प्रकृति के पाँचों तत्व सम्पूर्ण सतोप्रधान होने के कारण मुझ अवतरित आत्मा को शरीर भी सम्पूर्ण पवित्र वा सतोप्रधान मिला.... धीरे-धीरे कलायें घटने की स्वाभाविक प्रक्रियानुसार त्रेतायुग के 12 जन्मों में मैंने 14 कला सम्पन्न प्रकृति का निर्मित शरीर धारण कर राजाई पार्ट बजाया.. तत्पश्चात् माया रावण की प्रवेशता के कारण मुझ आत्मा के रजो स्टेज के संस्कार उत्पन्न हुये और मैं सतोगुणी आत्मा विकारों के अधीन होकर स्वर्ग का राज्य-भाग्य गँवा बैठी.... और नर्कवासी बन पड़ी.... मेरी देह से न्यारी अवस्था धीरे-धीरे लुप्त होती रही और मुझमें देह का भान बढ़ता रहा... मैं पवित्र आत्मा सर्वप्रथम अपनी पवित्रता को खोकर "काम" के वशीभूत हुई और तीव्र गति से मेरा पतन आरम्भ हो गया..... काम विकार के साथ-साथ इसके अन्य साथी विकारों... क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार का भी समावेश मुझमें होता रहा और मैं आत्मा पूर्णतया इन रावण रूपी विकारों के अधीन बन पड़ी... आज कलयुग के इस अन्तिम जन्म में मैं आत्मा अपने सभी दैवी गुणों को खोकर 16 कला सम्पूर्ण से एकदम कलाहीन बन पड़ी हूँ.. और विषय विकारों के वशीभूत होकर अत्यन्त तमोप्रधान अवस्था में पहुँचकर, हर पल, हर घड़ी अपने उद्धारकर्त्ता अपने मुक्ति, जीवन-मुक्तिदाता, पतित से पावन बनाने वाले पिता परमात्मा शिव को पुकार रही थी... मेरी करूण पुकार सुनकर मेरे अविनाशी पिता शिव ने मुझे अपना परिचय दिया और अनमोल 84वाँ ब्राह्मण जन्म देकर अपना बच्चा बनाया... अब मैं सदा सत्य पिता शिव द्वारा दिया जा रहा सच्चा गीता ज्ञान सुनकर स्वयं में आत्मसात् कर रही हूँ... और पुनः अपनी सतोप्रधान अवस्था को प्राप्त कर, स्वर्ग के राज्य-भाग्य की अधिकारी बन रही हूँ.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 65 (दृढ़ संकल्पधारी ब्राह्मण)

भगवान को देखने का आन्नद, मुझ आत्मा के सिवा और कोई नहीं ले सकता.. ये नशा है!!!!!!....... अनुभव करें इस नशे का........ समा लें बाबा को अपने नयनों में...... देखें स्वयं को निराकार परमात्मा के प्रेम के सागर में समाये हुये........

महावाक्यः- ''दृढ़ता'' सफलता है......।

स्वमानः- मैं दृढ़ संकल्पधारी ब्राह्मण हूँ........

गीतः- दिल का अब संकल्प यही है.........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं दृढ़ संकल्पधारी ब्राह्मण हूँ......... टिक जायें इस सर्वश्रेष्ठ वरदानी स्वमान में..... अनुभव करेंगे दृढ़ता की शक्ति का..... व्यर्थ से मुक्त होने के अपने संकल्प को, दृढ़ता की शक्ति से भरपूर करेंगे..... (मन ही मन में रिवाईज करायें इस संकल्प को)....... ऑलमाइटी अथॉरिटी मेरा अविनाशी पिता है, उसने मुझे वरदान दिया है सात दिनों में व्यर्थ से मुक्ति पा सकने का..... हर घड़ी, हर मिनट, हर घण्टे, स्मृति दिलायेंगे स्वयं को सर्व शक्तिमान, सर्व श्रेष्ठ, सर्वोदया, सर्व उपकारी, सदा पावन, परमपिता परमात्मा शिव के दिये इस वरदान की..... सम्पूर्णतया यूज करेंगे इस वरदान को सात दिनों के वरदानी समय में, और व्यर्थ से मुक्त होकर, समर्पित कर दें स्वयं को, अविनाशी बापदादा की सेवा में......

लक्ष्य रखकर इस ड्रिल का अभ्यास दिन में कम से कम 8 बार अवश्य किया जा सकता है..........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 66 (जागती ज्योत)

महावाक्यः- निद्राजीत..... मैं पिछले कई वर्षों से सोया नहीं हूँ....../ एक बाप में भरोसा अर्थात् निश्चय होने से यह साइलेन्स का बल, योग का बल स्वतः ही अनुभव होता है......।

स्वमानः- मैं सदा जागती ज्योत हूँ... मैं आत्मा सर्व गुणों वा सर्वशक्तियों से सम्पन्न जगमगाता दीपक हूँ..... यह सर्व गुण और शक्तियाँ सदैव मेरे स्वरूप में चमकती हैं......

गीतः- ऐ खुदा तू बता तेरा क्या नाम है.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं निद्रा पर विजय प्राप्त कर निद्राजीत बनने वाली..... सदा बाप के ज्ञान की रोशनी में रहने वाली.... निद्राजीत आत्मा हूँ..... स्वयं परम पिता परमात्मा शिव... मुझे अज्ञान निद्रा से जगाकर अर्थात् अज्ञान-अन्धकार से निकाल ज्ञान के सोझरे में लाये हैं... मैं अज्ञान-अन्धकार रूपी निद्रा से जागकर जागती ज्योत बन गई हूँ..... वे परमपिता परमात्मा शिव.... जिनकी महिमा में गायन है कि... वह हजारों सूर्य से भी तेजोमय है... स्वयं वह लाइट-माइट का हाउस... मुझ आत्मा को रोशनी दिखा रहे हैं.. मेरे सामने प्रकाश ही प्रकाश है.. मैं अचल-अडोल.. एकरस.. निर्विघ्न.. निश्चयबुद्धि होकर.. परमात्मा द्वारा दिखाई हुई राह पर निरन्तर आगे बढ़ रहा हूँ.... मुझे परमात्म रोशनी निरन्तर उन्नति के शिखर की ओर ले जा रही है... मैं निर्संकल्प.. निश्चिंत.. परमात्म ज्ञान की राह पर आगे बढ़... नई ऊँचाइयों को छूता जा रहा हूँ...... मैं एक साधारण मनुष्य से ब्राह्मण सो देवता बन रहा हूँ...... मैं स्वयं को... परमात्मा को... वा इस सृष्टि चक्र के आदि-मध्य और अन्त को स्पष्ट देख रहा हूँ...... सारा संसार... जिसकी एक झलक पाने के लिये... जिसकी दृष्टि मात्र को स्वयं पर पड़ जाने के लिये.. दिन रात भक्ति.. पूजा-पाठ आदि अनेकों प्रकार के कर्त्तव्य कर रहा है... वह परमात्मा स्वयं दिव्य-गुणों... दिव्य-शक्तियों से... मेरा नित-दिन श्रृंगार कर रहे हैं... मुझे गोद में उठाकर मुझे प्यार कर रहे हैं..... मुझे दुलार रहे हैं..... मुझसे हर पल बातें कर... मुझे बहला रहे हैं...... निरन्तर मुझे सकाश देकर.... मुझमें सर्व शक्तियाँ भर रहे हैं...... मैं स्पष्ट महसूस कर रहा हूँ... कि कैसी भयानक अज्ञानता की निद्रा में मैं सो रहा था.... जिससे उठाकर... परमात्मा ने मुझे नया अमोलक जीवन प्रदान कर दिया...... मुझे कौड़ी से बेदाग हीरा बना दिया.... तब से... मैं निरन्तर जाग रहा हूँ..... मैं अज्ञान रूपी निद्रा से जाग कर... सदा जागती ज्योत बनता जा रहा हूँ.......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 67 (क्रोधमुक्त)

महावाक्यः- (क्रोधमुक्त.....) रावण की चीज को तो यहाँ हाल में ही छोड़कर जाना... ये तपस्या का स्थान है ना...। तो तपस्या को अग्नि कहा जाता है, तो अग्नि में खत्म हो जायेगा.......।

स्वमानः- मैं दिल की सच्चाई-सफाई से अपनी गलतियों को बापदादा के समक्ष स्वीकार करने वाली सत्य स्वरूप 'क्रोधमुक्त' आत्मा हूँ......

गीतः- विजया दशमी मनाओ, रावण को तुम भस्म करो......

योगाभ्यास/ड्रिलः- (यह दृढ़ निश्चय रखें कि बापदादा दयासिन्धु हैं... वे सच्ची दिल से कबूल किये गये गुनाहों को क्षमा कर मुझ आत्मा को बोझमुक्त अवश्य ही कर देंगे)

मैं आत्मा क्रोधवश अपने इस जन्म वा अन्य पिछले जन्मों में हुऐ पाप कर्मों के बोझ को भस्म करने के लिये बापदादा के सम्मुख जा रहा हूँ.... धीरे-धीरे मैं अपने इस देह रूपी पिंजरे से अलग होकर ऊपर सूक्ष्मवतन की ओर उड़ रहा हूँ..... सूर्य, चाँद, तारागणों के भी पार आकाश मार्ग से होते हुये, मैं आगे की ओर बढ़ रहा हूँ..... अब मैं सूक्ष्मवतन में प्रवेश कर रहा हूँ...... मेरे सामने समस्त ब्रह्माण्ड के मालिक, सर्वशक्तिवान शिव पिता, ब्रह्मा बाबा के आकारी तन में विद्यमान हैं.... वे जैसे मेरे ही आने का इन्तजार कर रहे हैं.... मैं दौड़कर उनकी गोद में समा रहा हूँ.... वे अपने कोमल हाथों से मुझे स्पर्श कर रहे हैं.... उनका कोमल स्पर्श मेरी हलचल शान्त कर रहा है.... वे मुझे शान्ति की अनुभूति करा रहे हैं.... अब मैं उनके पास बैठकर अपने अनेक जन्मों में "क्रोध" के वशीभूत होकर किये गये अनगिनत पाप कर्मों से उन्हें अवगत करा रहा हूँ.... क्रोधाग्नि में जलकर किये गये अनेकानेक दुष्कर्मों को महसूस कर उन कर्मों के प्रति अपना पश्चाताप का भाव प्रकट कर रहा हूँ.... ना जाने कितनी ही आत्माओं को मैंने दुख दिया होगा.... कितनी ही मनुष्यात्माओं को चोट पहुँचायी होगी.... पिछले अनेक जन्मों से जाने-अन्जाने में किये हुये सर्व विकर्मों प्रति बापदादा से वा उन सभी आत्माओं से क्षमा माँग रहा हूँ... आकारी रूपधारी बापदादा के समक्ष उन सभी आत्माओं को इमर्ज करने की प्रार्थना कर रहा हूँ... बापदादा ने मेरी प्रार्थना स्वीकार कर उन सर्व आत्माओं को सूक्ष्मवतन में इमर्ज कर लिया... फिर बापदादा ने मेरी ओर देखकर मुझे उन आत्माओं से माफी लेने के लिये इशारा किया... मेरे क्षमा माँगने पर उन आत्माओं ने मुझे क्षमा करने हुऐ मुझे गले से लगाया... और वतन से मर्ज हो गयीं.... बापदादा अपने कोमल हाथों को मेरे सिर पर फिराते हुये मुझे दुलार रहे हैं... वे मुझे "क्रोध" के वश होकर किये गये सभी पापों के बोझों से मुक्त कर रहे हैं... उनके हाथों का स्पर्श मुझमें असीम शक्ति भर रहा है... मेरी तमोप्रधानता नष्ट हो रही है.... मुझ पर लदे जन्म-जन्मान्तर के विकर्मों का बोझा कम हो रहा है... मुझसे निकली पाप कर्मों की कालिख जलकर स्वाहा होती जा रही है... मेरे दैहिक हाव-भाव, मेरी क्रोधी वृत्ति, यज्ञ कुण्ड में जलकर खाक हो रही है... मैं आत्मा बोझ मुक्त होती जा रही हूँ... मेरा तन-मन शान्त, शीतल होता जा रहा है... मेरा चित्त हल्का होता जा रहा है.... मुझमें सतोप्रधानता का प्रादुर्भाव हो रहा है... मुझमें तेज, ओज, दैदीप्तियमानता का समावेश हो रहा है... मैं शान्त स्वरूप आत्मा बनती जा रही हूँ... मेरे नयन प्रायश्चित के साथ-साथ खुशी के आँसुओं में भीगकर नम हो रहे हैं......

ओम शान्ति

ड्रिल - 68 (बालक सो मालिक)

महावाक्यः- बालक सो मालिक......।

स्वमानः- मैं बाप को याद करने से ''बालक'' वा कर्मेन्द्रियों से कर्म कराने वाली ''करावनहार'' आत्मा ''बालक सो मालिक'' हूँ........

गीतः- मैं अविनाशी शक्ति हूँ रंग मेरा है सुनहरी........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं शिव पिता की अविनाशी सन्तान श्रेष्ठ आत्मा हूँ...... मैं परमधाम में अशरीरी, निराकारी, विदेही अवस्था में अविनाशी निराकारी शिवपिता के बेहद समीप रहती हूँ... मुझ निराकारी आत्मा का इस स्वदेश, इस आत्माओं की दुनिया, वाणी से परे की दुनिया, निर्वाणधाम, परमधाम, परलोक में रहने का बहुत ही छोटा-सा पार्ट है... बहुत ही कम समय के लिये असीम शान्ति की इस गहन अवस्था में रहने के पश्चात्, फिर सतयुग आदि में स्वर्ग की प्रथम रचना अथवा स्वर्ग के फर्स्ट प्रिंस महाराजकुमार श्रीकृष्ण के संग-संग इस धरा पर एक राजकुमार स्वरूप में प्रकृति के 5 सतोप्रधान तत्वों की बनी देह में मेरा अवतरण हुआ था... मैं आत्मा सर्वगुण सम्पन्न, 16 कला सम्पूर्ण, सम्पूर्ण सतोप्रधान अवस्था में इस धरा पर आई और महाराजा बन सतयुग आदि से 8 जन्म राजाई पार्ट बजाया... फिर धीरे-धीरे समय के चक्र प्रमाण युग परिवर्तन की नेचुरल प्रक्रिया अनुसार सतयुग बदलकर त्रेतायुग हुआ व मेरी सतोप्रधान अवस्था बदलकर सतोप्रधान से सतोगुणी, 14 कला सम्पन्न रह गयी और मैं सूर्यवंशी कुल से चन्द्रवंशी राजा राम के कुल में आ गयी..... त्रेतायुग में मैंने राजा बनकर ही 12 जन्म चन्द्रवंशी राजाई पार्ट बजाया और स्वर्ग के घनेरे सुखों का भरपूर आन्नद लिया..... ये 20 जन्म मैंने पूर्णतया देही अभिमानी अवस्था अर्थात् मैं आत्मा मालिक हूँ और देह द्वारा कर्मेन्द्रियों से कार्य करा रही हूँ, सम्पूर्ण नष्टोमोहा, मोहजीत बन स्वर्ग का राजाई पार्ट पूरा किया..... शनैः-शनैः मेरी देही अभिमानी अवस्था क्षीण होती गई और त्रेता अन्त वा द्वापरयुग के आदि समय में मैं आत्मा देह की मालिक ना रहकर, देह वा देह की इन्द्रियों की गुलाम बन पड़ी..... मुझ आत्मा के मन-बुद्धि-संस्कार सतोप्रधान अवस्था को तजकर रजोगुणी बन पड़े और मुझ आत्मा पर माया रावण अर्थात् 5 विकारों का परछाया पड़ने लगा...... मेरी कलायें भी घटकर 8 कला रह गयीं..... मैं विकर्माजीत आत्मा धीरे- धीरे विकारों के वशीभूत होने लगी वा काम, क्रोध, लोभ, मोह और अहंकार रूपी 5 शत्रुओं ने मुझे पराजित कर अपने अधीन बना लिया.. मैं सम्पूर्ण स्वतन्त्र आत्मा रावण की जेल में कैद हो गई... द्वापर से उतरते-उतरते मेरी अवस्था अब कलियुग अन्त में आकर सतोप्रधान से पूर्णतया तमो प्रधानता को पा गई..... इन दो युगों में मुझ आत्मा का मेरे मन-बुद्धि वा संस्कारों समेत सब कुछ लुट गया..... मैं आत्मा राजा जो स्वर्ग का महाराजा कहलाती थी, स्वयं के ही मन-बुद्धि-संस्कारों के अधीन बनकर रह गई और अपनी बादशाही को गँवाकर मैं रावण के अधीन हो 63 जन्मों तक विकारी जीवन जीती रही..... साथ ही साथ मैं अपने परमप्रिय परमात्मा पिता को भक्त बन याद करने लगी..... रावण के कुसंस्कारों का मुझ आत्मा पर ऐसा दुष्प्रभाव पड़ा कि मैं अपने अविनाशी पिता को ही भूल गई और दर-दर भक्तिमार्ग के धक्के खाती उसे ढूंढने लगी..... मेरी इस दयनीय दशा को देख मेरे अविनाशी पिता परमात्मा को मुझ पर रहम आ ही गया और उसने मुझे इस काँटों के जंगल से ढूँढकर अपना परिचय मुझसे कराया..... सिर्फ इतना ही नहीं, उसने मुझे असीम प्यार और दुलार देकर मेरी जन्म-जन्म की प्यास वा थकान पलभर में मिटा दी..... पूर्णतया कर्मेन्द्रियों के वशीभूत मुझ आत्मा को मेरा असली परिचय देकर मुझे फिर से सतोप्रधान बनने की राह दिखाई..... मुझे फिर से कल्प पहले अनुसार स्वयं का, मुझ आत्मा का वा सृष्टि-चक्र के आदि-मध्य और अन्त का सम्पूर्ण ज्ञान देकर मुझे दर-दर की ठोकरें खाने से छुड़ा दिया..... मुझ विकारी, पतित देह के मालिक को फिर से अपना बच्चा बनाकर विश्व का मालिक बना दिया..... ओम शान्ति

ड्रिल - 69 (स्वर्ग मनभावन)

महावाक्यः- (स्वर्ग मनभावन.......) आसन में बैठने का अभ्यास ही सिंहासन प्राप्त करायेगा......।

स्वमानः- 'संकल्प शक्ति' द्वारा मन को सेकण्ड में एकाग्र कर, भिन्न-भिन्न अवस्थाओं की अभ्यासी.... अधिकारी आत्मा हूँ........

गीतः- मन खुशियों में नाचे, मीठी शहनाई बाजे........

योगाभ्यास/ड्रिलः- सभी बैठ जायें सहज योगमुद्रा में....... दोनों नेत्रों की पलकों को कुछ समय के लिये बन्द कर लें....... अपना सम्पूर्ण ध्यान केन्द्रित करेंगे अपने मस्तक के मध्य भाग (तिलक लगाने वाले स्थान) पर...... देखें मस्तक में जगमगाती दिव्य ज्योति आत्मा को....... अब धीरे-धीरे मस्तक पर एक पलकनुमा आकृति ऊपर की ओर उठ रही है....... यह मुझ आत्मा का दिव्य नेत्र है...... पलक के खुलने से दिव्य प्रकाश चहूँ ओर फैल रहा है........ शनैः-शनैः मेरा नेत्र पूरी तरह खुल गया है........ नेत्र खुलने पर हर तरफ हरे-भरे पेड़ पौधे, डालियों पर चहचहाते रंग-बिरंगे खूबसूरत पक्षी.... वातावरण में गूंजती कोकिला की मधुर कूक ध्वनि.. फूलों पर इठलाती रंग-बिरंगी तितलियां, बागों में जगह-जगह नाचते सुन्दर मयूर.... कल-कल करते सुगन्धित मीठे जल के झरने... रस भरे फलों से लदे हुए वृक्षों की कतारें... सतरंगी छटा बिखेरती दैदीप्तियमान सूर्य की किरणें... सम्पूर्ण धरा पर बिखरा प्राकृतिक सौन्दर्य.... ऐसा मनोरम दृश्य आखों के सामने दिखाई दे रहा है....... स्वर्ण धागों की बनी हीरे जड़ित अति शोभनीय राजकुमार की पोशाक पहनकर.. मैं अपने बगीचे की ओर जा रहा हूँ....... अपने सखाओं के संग मैं नन्हा राजकुमार मखमली बिछौने सी बिछी मुलायम घास में राजाई नशे में टहल रहा हूँ....... राजमहल के बगीचे में खेलने के अनेकों बहुत ही सुन्दर स्थान बने हुऐ हैं..... मैं भिन्न-भिन्न प्रकार के खेल अपने सखाओं के संग खेल रहा हूँ....... बगीचे के बीचोंबीच से गुजरता एक सुन्दर पथ... जिस पूरे पथ पर लाल मखमली कालीन बिछा हुआ है... राजमहल के भीतर की ओर जा रहा है....... यह मेरा राजमहल है... जो पूरा ही सोने का बना हुआ है... और जिस पर अनगिनत हीरे मोतियों की नक्काशी की हुई है....... स्वर्ण महल के भीतर अनेकों दास-दासियाँ 36 प्रकार के भोजन बना रहे हैं....... मैं वहाँ अपने प्रिय सखाओं के साथ भिन्न-भिन्न प्रकार के रमणीक खेल, खेल रहा हूँ...... कभी हम रास करते... कभी मुरली बजाते... कभी कोयल की कूक वा अनेकों

पक्षियों की मधुर चहचहाहट पर झूमते-गाते..... रमणीक खेल कर रहे हैं....... अब हम खेल को छोड़कर पेन्टिंग कर रहे हैं..... झर-झर बहते मीठे जल के झरनों... भिन्न-भिन्न प्रकार के पक्षियों के आकार के सुन्दर पर्वतों और सतोप्रधान प्रकृति की मनोहारी छवि का दृश्य... अपने कैनवास पर चित्रित करते हम अत्यन्त प्रसन्न हो रहे हैं....... तभी राजमहल के द्वार पर खड़ी माताश्री की मधुर आवाज आती है... कान्हा! मेरे राजदुलारे आओ... भोजन का समय हो रहा है..... आओ भोजन करते हैं....... माताश्री की आवाज सुनते ही मैं दौड़कर माँ के आँचल से लिपट जाता हूँ....... माता श्रीलक्ष्मी मुझे बड़े ही स्नेह... प्यार से अपनी बाहों में भर रही हैं....... अब मैं माताश्री के संग भोजन कक्ष की ओर जा रहा हूँ...... भोजन कक्ष में 36 प्रकार के भोग रखे हुऐ हैं..... दासियाँ भोजन परोसने के लिये खड़ी हुई हैं..... मैं अपनी हीरे जवाहरात जड़ित स्वर्ण चेयर पर जाकर बैठ जाता हूँ...... भिन्न-भिन्न आकार के रत्नों से जड़ी गोलाकार टेबल पर दासियाँ मुझे अनेकों प्रकार के भोजन परोस रही हैं.... और माता श्रीलक्ष्मी मुझे अपने हाथों से भोजन खिला रही हैं...... भोजन के उपरान्त... मैं फिर से अपने सखा-साथियों के साथ खेलने में व्यस्त हो जाता हूँ...... और साँझ ढले तक हम सब मिलकर भिन्न-भिन्न मनोरंजक खेल खेलते रहते हैं...... साँझ ढले मैं पुनः अपने महल में आ जाता हूँ.... और माँ श्रीलक्ष्मी वा पिता श्रीनारायण की गोद में बैठकर उनका प्यार-दुलार पा रहा हूँ...... कभी माँ श्रीलक्ष्मी मुझे अत्यन्त स्नेह से दुलार रही हैं.... कभी पिता श्रीनारायण मुझे अपनी गोद में लेकर दुलार रहे हैं..... अब माँ-पिताश्री मुझे लेकर शयनकक्ष की ओर जा रहे हैं....... सम्पूर्ण शयनकक्ष में बहुत ही सुन्दर मखमली कालीन बिछा हुआ है....... रेशमी ओढ़नी वा मखमली चादर से सजी मेरी शयन सेज रूई से भी हल्की... नरम और मुलायम है...... शयनकक्ष की खिड़कियों से.... शरद के चाँद की सफेद रोशनी से भरी शीतल किरणें... कक्ष की भीतरी दीवारों पर जड़े हीरे-मोतियों पर पड़कर सारे कक्ष में फैल रही है...... सम्पूर्ण कक्ष रंग-बिरंगी सतरंगी किरणों में नहाया हुआ बहुत ही सुन्दर लग रहा है....... माताश्री मुझे सेज पर लिटाकर बहुत मीठी प्यारी-सी लोरी सुना रही हैं....... मीठी लोरी सुनते-सुनते मैं स्वप्नलोक में सैर कर रहा हूँ....... स्वप्न लोक की स्वप्न सुन्दरियाँ मुझे मनमोहक नृत्य द्वारा आन्नदित कर रही हैं....... और मैं मीठी-मीठी नींद का अनुभव कर रहा हूँ....... प्रातः काल भोर भये अनेक पक्षियों की मधुर चहचहाहट मुझे उठा रही है....... इस प्रकार मेरे सम्पूर्ण देवताई जीवन का प्रत्येक दिन हंसते गाते, खेलपाल करते अत्यन्त आन्नद में व्यतीत हो रहा है.......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 70 (बाबा संग खुशी के पल)

महावाक्यः- जैसे बाप अशरीरी है... अव्यक्त है, वैसे अशरीरीपन का अनुभव करना वा अव्यक्त फरिश्ते-पन का अनुभव करना - यह है रंग में रंग जाना......।

स्वमानः- मैं बाप समान अवतरित फरिश्ता हूँ........

गीतः- संगमयुग में प्यारे बाबा हमें आपसे बेहद प्यार मिला........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं बाप समान अवतरित फरिश्ता सूक्ष्म वतन के एक दिव्य उपवन में आकारी रूपधारी अपने शिव पिता के संग खेल रहा हूँ........ वे मेरे संग सुन्दर, सुगन्धित पुष्पों की कतारों के बीच छुपने और फिर ढूँढने का खेल खेलकर मुझे बहला रहे हैं........ फूलों की लम्बी-लम्बी कतारों के बीच वह मुझसे आगे-आगे दौड़ रहे हैं, और मैं ठीक उनके कदमों पर कदम रखते हुऐ उनका अनुसरण करने का लगातार प्रयास कर रहा हूँ........ फूलों पर इठलाती तितलियाँ और यहाँ-वहाँ मंडराते भंवरें वा पुष्पों का रस चूसती हुई बुलबुलों का यह बाग कदम कदम पर मेरा मन मोह रहा है........ प्राकृतिक सुन्दरता अपने अनेक रूपों से मेरे हृदय को आह्लादित कर रही है........ नन्हें से बालक के रूप में मैं तितलियों का पीछा कर रहा हूँ......... तभी मेरे बहुरूपी, बाल स्वभावी, आकारी रूपधारी पिता शिव, फूलों के एक अत्यन्त मनोहारी झुरमुट में समाकर मेरी नजरों से ओझल हो गये........ मैं उन्हें चारों ओर घूम-घूम कर ढूँढ रहा हूँ..... प्यारे बाबा, मीठे बाबा कहकर बुला रहा हूँ.... बाबाsss....... बाबाsss.........! ओ मेरे प्यारे बाबा...... कहाँ हो.......!! मैं जानता हूँ आप मुझे जरूर देख रहे हो........ पर मैं आपको नहीं देख पा रहा हूँ........ बाबा! मीठे बाबा........ आप ऐसे अचानक मेरी नजरों से ओझल हो गये हो.... मुझसे ये दृश्य सहन नहीं हो रहा......... मुझे ये जुदाई भयभीत कर रही है...... आप मेरे सामने आ जाओ, कहीं मैं रो ना पड़ूँ बाबा........ ऐसे कहते हुऐ मेरी आँखें भर आई........ और तभी मेरे प्यारे बाबा ने पीछे से आकर मुझे अपनी गोद में उठा लिया........ और बहुत प्यार से अपने गले से लगा लिया.... अब मैं उनके कन्धे पर बैठकर इस अत्यन्त मनोहारी उपलभ्य का भ्रमण कर रहा हूँ........ फूलों की लम्बी-लम्बी कतारों के बीच गुजरते हुये, मैं अपने प्यारे पिता के कन्धे पर बैठे-बैठे फूल तोड़ रहा हूँ...... वे मुझे सूक्ष्मलोक के इस सूक्ष्म संसार का दर्शन करा रहे हैं.........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 71 (हलचल के समय विदेही अवस्था का अभ्यास)

महावाक्यः- जब इस सृष्टि पर चारों ओर हलचल है, तो आप क्या करेंगे.....!!!

स्वमानः- सेकण्ड में मन-बुद्धि को आत्म अभिमानी स्थिति में स्थित कर अशरीरी-विदेही बनने वाली साधक आत्मा हूँ........

गीतः- विदेही बन जाऊँ.........

योगाभ्यास/ड्रिलः- देखें स्वयं को दिव्य सितारे सा, मस्तक में चमकता हुआ सम्पूर्ण पवित्र सितारा..... मुझ आत्मा की चमक समस्त भूमण्डल में अन्धकार में चमकते हुऐ दिये के समान फैल रही है....... चलेंगे ऊपर मूलवतन में........ शिव बाबा से बुद्धि के तार द्वारा कनेक्शन जोड़ मैं आत्मा भी मूलवतनवासी होने का अनुभव कर रही हूँ........ ये मेरा निजधाम है......... सारा कल्प अपने ओरिजनल घर से दूर रहते अब कल्प के अन्त में अपने घर पहुँच कर अति आन्नदित हो रही हूँ..... सामने मेरे शिव पिता और उनके पास मैं उनका सिकीलधा बच्चा..... कैसा सुखद, अविस्मरणीय अनुभव है ये....... मेरे बाबा मुझ पर अपनी सर्व शक्तियों रुपी रंग-बिरंगीं किरणों की वर्षा कर रहे हैं......... मैं आत्मा, इन रंगीन किरणों में रंगकर चमचमाते हुऐ हीरे के समान हो गयी हूँ........ कैसा दिव्य अलौकिक रूप है ये मेरा......... विषय विकारों रुपी कीचड़ में फंसकर कितनी तमोप्रधान अवस्था को पहुँच गयी थी मैं.......... ओ मेरे मीठे बाबा......... मुझे तमोप्रधान से सतोप्रधान बना दिया आपने....... मेरी खोयी चमक मुझे लौटा दी आपने बाबा....... मुझे अक से रूहे-गुलाब बना दिया आपने....... ओ मेरे प्यारे बाबा........ कितना ना धन्यवाद करूँ मैं आपका....... कितना ना प्यार करूँ मैं आपसे....... मुझे कौड़ी से हीरा बना दिया आपने बाबा.......... डूब जायें अनुभव के सागर में और भर लें झोली इस अविनाशी परमात्म प्यार से..........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 72 (ट्रैफिक कण्ट्रोल)

महावाक्यः- ट्रैफिक कन्ट्रोल तीन मिनट नहीं होता, शरीर का कन्ट्रोल हो जाता है... खड़े हो जाते हैं..... कारण क्या है......? कन्ट्रोलिंग पावर धारण करो तो अलग-अलग संस्कार पर टाइम नहीं लगाना पड़ेगा......।

स्वमानः- मैं सच्चे बादशाह, सत्य बाप की श्रीमत पर इस दुनिया से बेहद का सन्यास करने वाला सतोप्रधान सन्यासी हूँ........

गीतः- सभी ट्रैफिक कन्ट्रोल गीत.........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं वो भाग्यवान आत्मा हूँ जिसे प्रतिदिन भगवान जगाते हैं... रोज अमृतवेले मेरे लाडले बच्चे की पुकार देते हैं..... मेरी हर सुबह परमात्मा शिव बाबा को गुडमार्निंग कर... उनका प्यार पाकर... उनकी स्नेहीभरी पावरफुल दृष्टि पाकर आरम्भ होती है..... आज भी मैं सर्वप्रथम शिवबाबा को गुडमार्निंग कर.... उनकी मीठी गोद में बैठ रहा हूँ..... शिवबाबा ब्रह्मा के तन में बैठ मुझे दुलार रहे हैं.... मैं उनका स्नेह पाकर स्वयं को पद्मा-पद्म भाग्यशाली अनुभव कर रहा हूँ.... अब मैं शिवबाबा समान निराकारी बीजरूप अवस्था का अभ्यास कर रहा हूँ..... मैं स्वयं को परमधाम में मास्टर बीजरूप अवस्था में स्थित कर... बीजरूप निराकार शिवबाबा के सम्मुख देख रहा हूँ..... बाबा से मुझ पर सर्वशक्तियों की किरणें आ रही हैं.... इन किरणों के प्रभाव से मेरी विकर्मों की कालिमा धुलती जा रही है..... और मैं आत्मा शुद्ध, स्वच्छ बनती जा रही हूँ..... अब मैं आत्मा चल पड़ती हूँ... नीचे धरा की ओर..... परमधाम से निकलकर मैं आत्मा जा रही हूँ... सूक्ष्म वतन की ओर... जहाँ मेरा सूक्ष्म प्रकाशयम शरीर है... मैं प्रकाश के शरीर में प्रवेश हो... नीचे की ओर जा रहा हूँ..... अब मैं विश्व ग्लोब पर हूँ..... और सारे विश्व को पवित्रता की किरणें प्रदान कर रहा हूँ..... सत्यम् शिवम् सुन्दरम् शिवबाबा की मधुर याद में स्थित हो... मैं सर्वात्माओं को पवित्रता की किरणें प्रदान कर रहा हूँ... अब मैं आत्मा शिवबाबा द्वारा स्थापित आश्रम (सेन्टर) की ओर जा रहा हूँ..... दिल में परमात्म प्यार बसाये.... नैनों में परमात्म छवि लिऐ.... मुख पर दिव्य अलौकिक आभा लिये.... होठों पर मधुर मुस्कान धारण कर.... मैं ईश्वरीय विद्यार्थी जा रहा हूँ... ईश्वरीय पाठशाला की ओर... परमात्म स्कूल में पहुँचकर मैं ईश्वरीय विद्यार्थी अपने स्थान को ग्रहण कर शिवबाबा की याद में बैठ रहा हूँ..... और स्वयं को परमात्मा द्वारा बनाये निमित्त। मुख से उच्चारे गये ईश्वरीय महावाक्यों को सुनकर स्वयं में धारण करने योग्य बना रहा हूँ..... अन्तर्मन में ज्योत जगाकर अब मैं गॉडली स्टूडेण्ट

पूर्णतया रेडी हूँ..... ईश्वरीय महावाक्यों को स्वयं में समाने के लिये..... इन महावाक्यों को सुनकर पुनः तीन मिनट प्रभु स्मृति में बैठकर... मैं चल पड़ता हूँ सेवाश्रम अर्थात् अपने लौकिक घर की ओर..... मुरली में सुने हुऐ महावाक्यों का मनन-चिन्तन... विचार सागर मंथन करता हुआ... मैं चलता जा रहा हूँ प्रभु प्रीत हृदय में समाये... सेवाश्रम की ओर..... परमात्मा द्वारा खिलाया हुआ भोजन ग्रहण कर मैं आत्मा स्वयं को अत्यन्त शक्तिशाली महसूस कर रही हूँ..... अब मैं स्वयं को निमित्त ट्रस्टी जान... ईश्वर को समर्पित अपने लौकिक कार्य-स्थल (Office) जाने के लिये तैयार हो रहा हूँ..... और सेवार्थ कार्यस्थल की ओर प्रस्थान कर रहा हूँ..... दिल में परमात्मा को प्रत्यक्ष करने का दृढ़ संकल्प लिये... सर्वात्माओं को ईश्वरीय सन्देश देने के सेवार्थ निमित्त मैं आ गया हूँ अपने कार्य- स्थल पर.... और शिवबाबा की स्मृति में अपना दैनिक कार्य आरम्भ कर रहा हूँ.... मेरे पास जो भी आत्मायें सम्पर्क में आ रही हैं..... मैं उन्हें सूक्ष्म वायब्रेशन्स् द्वारा परमात्म प्यार वा शक्तियों की किरणें दे रहा हूँ..... वा समय प्रमाण उन्हें ईश्वरीय सन्देश देकर उनको जन्म-जन्म का अविनाशी भाग्य बनाने की परमात्म श्रीमत दे रहा हूँ..... इस प्रकार सेवा करते दोपहर का समय हो आया है... वा मैं पुनः, बीच- बीच में समय निकालकर परमात्म याद में रहने के परमात्म डायरेक्शन, ‘शिव पिता को अब याद करो’ को अमल में ला रहा हूँ..... इसी प्रकार हर घण्टे शिव बाबा को निरन्तर याद करने का अभ्यास करते संध्या वेला हो आई है..... और निरन्तर परमात्म स्मृति से ‘योगी बनो, ज्ञानी बनो’ वा परमात्मा द्वारा दी जा रही शिक्षाओं... आदि-मध्य-अन्त के ज्ञान द्वारा मास्टर त्रिकालदर्शी बन... मैं अपने आज के दैनिक कर्मों को विराम दे रहा हूँ..... वा पुनः चल पड़ता हूँ लौकिक ग्रहस्थ आश्रम की ओर..... घर पहुँचकर, स्नानादि कर... मैं फिर से नुमाशाम योग के लिऐ अपने चैतन्य देह रूपी मन्दिर को सजा रहा हूँ..... अब मैं विश्व की सर्व आत्माओं को योग का दान देने की सेवार्थ योग-तपस्या कर रहा हूँ..... ‘शिव की याद रहेगी जब आँखों में समाया वो होगा.....’ अब मैं परमात्म लाडला अपने दिन का समापन कर... निद्रा की आगोश में जाने के लिये तैयारी कर रहा हूँ..... सारे दिन की दिनचर्या का लेखा-जोखा... पिता शिव को सुनाकर स्वयं को हल्का कर... शिव माँ की गोद में सोने जा रहा हूँ..... प्रेम से बस दो घड़ी प्रभु का ध्यान कर पुनः अशरीरी बन... मैं एक नये दिन... एक नये अमृतवेले के शुभ आगमन का आगाज कर.. आज के दिन को पूर्णतया विराम दे रहा हूँ..... और शिव माँ की मीठी गोद में लेट... मीठी-मीठी लोरी सुनते... निद्रालोक में जा रहा हूँ.....

ओम शान्ति

ड्रिल - 73 (आज्ञाकारी, वफादार, फरमानबरदार)

महावाक्यः- बुद्धि भी थकती है, हाथ-पाँव भी थकता है और बीच-बीच में अगर साधना का समय निकालो तो जो थकावट है ना, वह दूर हो जाये......।

स्वमानः- मैं परमात्मा आज्ञानुसार बीच-बीच में समय निकाल ईश्वरीय साधना की अभ्यासी फरमानबरदार... आज्ञाकारी आत्मा हूँ.......

गीतः- हे तपस्वी आत्माओं, अब करो सच्ची साधना.......

योगाभ्यास/ड्रिलः-

पहले 10-15 मिनट (सवेरे)

मैं मास्टर पवित्रता का सागर हूँ........ पवित्रता के सागर शिवबाबा का हाथ मेरे सिर पर है........ उनसे पवित्रता की सफेद किरणें मेरे ऊपर निरन्तर पड़ रही हैं........ मेरी देह में समाती जा रहीं हैं........ मुझसे निकलकर सारे कमरे में फैल रही हैं........ मेरा कमरा इन पवित्र किरणों/प्योर वायब्रेशन्स् से भर गया है....... अब ये पवित्र किरणें मेरे कमरे से निकलकर मेरे सारे घर में फैल रही हैं...... मेरे लौकिक परिवारजनों तक ये किरणें पहुँच रही हैं..... उन पर इन किरणों का प्रभाव पड़ रहा है....... उनके विचारों में शुद्धता भर रही है...... वे नकारात्मकता को त्याग कर शुद्ध, पवित्र, अच्छे विचार अपने मन-मस्तिष्क में भर रहे हैं....... उनके विचारों की शुद्धता उन्हें नम्रता और शीतलता का अनुभव करा रही है.......

ओम शान्ति्

अगले 10-15 मिनट (दिन में)

मैं मास्टर ज्ञान सूर्य हूँ........ ज्ञान सूर्य शिवबाबा मेरे बिल्कुल सामने हैं..... वे मुझ पर ज्ञान की वर्षा कर रहे हैं........ उनकी शक्तिशाली किरणें पाकर मैं सहज ही आत्मिक स्वरूप में स्थित होता जा रहा हूँ........ मेरा देह का भान लुप्त होता जा रहा है........ मैं स्वयं को अशरीरी अनुभव कर रहा हूँ....... मैं सहज ही इस देह से न्यारा होकर परमधाम में पहुँच गया हूँ....... कितनी असीम शान्ति का वायुमण्डल है यहाँ.... चारों ओर लाल प्रकाश छाया हुआ है.... ये गहन शान्ति का वातावरण मुझे भी Dead Silence स्थिति का अनुभव करा रहा है....... परमधाम में निराकारी पिता शिव मेरे सम्मुख हैं....... वे मुझे अपनी वरदानी दृष्टि से निहाल कर रहे हैं....... उनकी शक्तिशाली दृष्टि मुझे मेरे दैहिक बन्धनों के

बोझ से मुक्त बना रही है........ मैं निर्बन्धन होता जा रहा हूँ....... मैं परमधाम से नीचे अपने लौकिक परिवार को साक्षी होकर देख रहा हूँ....... अब मैं उन्हें भी शिव पिता से प्राप्त वरदानी दृष्टि द्वारा सकाश दे रहा हूँ....... वे आत्मायें इस रुहानी शक्ति को स्वयं में महसूस कर रही हैं....... वे स्वयं में एक अद्‌भुत शक्ति का संचार होता अनुभव कर रही हैं....... उनमें पतित दुनिया और पतित शरीर से घृणा उत्पन्न हो रही है....... वे देह की आकर्षण से मुक्त हो रही हैं....... उनमें आत्मिक भाव जागृत हो रहा है.......

ओम शान्ति्

<u>अगले 10-15 मिनट (सायंकाल)</u>

मैं सर्वशक्तिमान शिव पिता की सन्तान मास्टर सर्वशक्तिमान आत्मा हूँ... सर्व शक्तिमान पिता शिव मुझे सर्व शक्तियों से भरपूर कर रहे हैं...... शिव पिता से रंग-बिरंगी सर्वशक्ति सम्पन्न किरणें निकलकर मुझ पर निरन्तर पड़ रही हैं.... मैं इन किरणों को स्वयं में समा रहा हूँ..... ये किरणें मुझे भरपूर कर रही हैं..... मैं स्वयं में सर्व शक्तियों को आत्मसात् कर रहा हूँ.... मैं शक्ति स्वरूप बनता जा रहा हूँ........ अब मैं इन शक्तियों को अपने आस-पास चहूँ ओर प्रवाहित कर रहा हूँ....... यह परमात्म शक्तियाँ मेरे पूरे घर में फैल रही हैं....... अब यह परमात्म शक्तियाँ मेरे घर से होती हुई पूरी कालोनी के सभी घरों में फैल रही हैं....... मुझसे इन शक्तियों का अनवरत प्रवाह हो रहा है.......

ओम शान्ति्

इन ड्रिल्स् को हम प्रतिदिन नियमित रुप से निश्चित समय पर अभ्यास करने से अपने घर में अथवा आस-पड़ोस में स्वयं के प्रति वा किन्हीं अन्य आत्माओं के प्रति चल रही नकारात्मकता को सकारात्मकता में, नफरत को प्यार में सहज ही परिवर्तन करने का प्रयास कर सकते हैं, वा अपने घर में सुख-शान्ति की वर्षा कर आपसी प्रेम व सौहार्द को बढ़ा सकते हैं..........

ड्रिल - 74 (बीजरूप स्थिति का गहनतम अनुभव)

महावाक्यः- जो सोचना चाहे, वही सोच चलता रहे...... साइलेन्स की शक्ति के आगे यह साइंस झुकेगी... तो संकल्प शक्ति का महत्व जानो......।

स्वमानः- मैं बिन्दु बन, बिन्दु बाप से मिलन मनाने वाली मास्टर बीजरूप आत्मा हूँ........

गीतः- ज्योति बिन्दु आत्मा हूँ मैं, हर पल जगमग करती हूँ......

योगाभ्यास/ड्रिलः- शान्त हो जाओ..... एकदम शान्त..... डीप साइलेन्स् में चले जाओ..... देह अथवा देह से जुड़ी बातें तो क्या... देह होती भी है इस भान से भी एकदम परे..... न्यारे..... विदेही..... निराकार.... बीजरूप अवस्था के सिवाय कोई भान ही नहीं..... मैं हूँ ही निराकारी दुनिया में रहने वाली निराकारी आत्मा... बीजरूप.... बिन्दी.... स्टार मिसल लाल प्रकाश की दुनिया पूरे ब्रह्माण्ड में चमचमाती मैं सफेद सितारे सी एक आत्मा..... सम्पूर्ण.... निर्विकारी.... परम पवित्र अवस्था को प्राप्त.... प्रैक्टिकल पवित्र स्वरूप..... मन... बुद्धि... संस्कार... पूर्णतया मर्ज रूप में... सामने हैं बीजरूप पिता शिव.... सम्पूर्णता के सागर.... पवित्रता के सागर..... गुणों एवं शक्तियों के अखुट भण्डार..... ज्ञान सागर..... पारसनाथ.... अकालमूर्त..... सत-चित-आन्नद स्वरूप.... एकदम शान्त मगर सर्व शक्तियों के स्रोत..... मुझ स्टार को उन्हें सामने पाकर कुछ सूझ ही नहीं रहा.... कोई संकल्प ही नहीं..... सोच से बिल्कुल परे.... एकदम र्निसंकल्प अवस्था..... बस, बाप और मैं..... ना कोई संकल्प..... ना कोई प्रश्न.... ना कोई फिक्र.... ना ही कुछ और.... डैड (Dead) साइलेन्स स्टेज का सहज और स्पष्ट अनुभव..... अनुभूतियों की अथॉरिटी बन गया हूँ मैं..... बीजरूप बाप की मास्टर बीजरूप सन्तान मैं सम्पूर्ण आत्मा हूँ..... कैसा निराला अनुभव है यह..... इस अवस्था में अतिन्द्रिय सुख भास रहा है मुझे.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 75 (स्थिति से सेवा)

महावाक्यः- आपकी वृत्ति दूसरे को भी धीरे-धीरे फरिश्ता बना देगी....।

स्वमानः- मैं परमात्मा पिता का वरदानी डबल लाइट अवतरित फरिश्ता हूँ....

गीतः- एक फरिश्ता आया है, ऊँचे-ऊँचे धाम से......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं फरिश्ता हूँ..... मैं ईश्वरीय आज्ञानुसार इस धरा पर अवतरित हुआ हूँ..... मैं अष्ट शक्तियों से परिपूर्ण अत्यंत शक्तिशाली फरिश्ता हूँ.... मैंने इस सम्पूर्ण विश्व को माया के कठोर चंगुल से मुक्त करने की कसम उठाई है..... मैं अपने खोये हुऐ दैवी स्वराज्य को पुनः प्राप्त करने के लिऐ प्रतिज्ञाबद्ध हूँ..... मैने स्वयं इस सम्पूर्ण जगत को माया से मुक्त करने का बीड़ा उठाया है.....

मैं एक ऊँचे शिखर पर विराजमान हूँ..... मेरे चारों ओर एक अति सुन्दर दृश्य है... मैं इस अत्यन्त मनमोहक दृश्य को देख देख पुलकित हो रहा हूँ..... फूलों, झूलों और झरनों से परिपूर्ण इस अद्‌भुत उद्यान को देख-देख मैं मंत्र-मुग्ध हो रहा हूँ..... चारों ओर दूर दूर तक फूलों और फलों से लदे वृक्ष और झूमती हुई शाखायें जैसे मुझे बुला रही हों... पंछियों का मधुर कलरव और मचलती तितलियों को देख-देख मेरा हृदय पुलकित हो रहा है..... सुगन्धित फूलों से लदी लतायें, मंद-मंद बहती बयार में मचल-मचल कर जैसे मुझे बुला रही हों..... अब मैं अपने शिव पिता के साथ, एक छोटी सी बदली पर सवार होकर, अपनी इस अनंत मिल्कियत को निहार रहा हूँ..... मेरे प्यारे शिव पिता, मेरी उंगली पकड कर, मुझे मेरे विशाल साम्राज्य की सैर करा रहे हैं..... मैं प्रकृति के अनन्य शैशवों को देख-देख कर हर्षित हो रहा हूँ..... कहीं कोयल की कुहू-कुहू और कहीं मयूर के खुरदुरे पैरों की अनवरत थिरकन, तो कहीं दूर-दूर तक प्रकृति को अपने स्पर्श से कंघी करती हवाऐं, मैं इस समस्त वसुधा का जन्मसिद्ध अधिकारी हूँ..... मैं अपने प्यारे शिव पिता के साथ प्रकृति के इस अद्‌भुत दृश्य का आनन्द ले रहा हूँ..... मेरे प्यारे पिता समस्त भूमण्डल पर अपने निःस्वार्थ स्नेह की वर्षा कर रहे हैं... उनसे निकली श्वेत स्नेह की पावन सरिता मुझमें होती हुई समस्त भूमण्डल को भिगो रही है..... प्रकृति के पाँचो तत्व, 5 देवताओं के रुप में इमर्ज होकर शिव पिता का गुणगान कर रहे हैं..... मैं भी उनके कंधों पर हाथ रखे, बदली पर सवार हो गगन मार्ग का आनन्द ले रहा हूँ..... शक्तियों का प्रवाह समस्त मानवता को एक अनूठे सुख का अहसास करा रहा है..... पशु-पक्षी, प्रकृति और समस्त नर-नारी एक अवर्णनीय सुकून का अनुभव कर रहे हैं..... उनका दर्द हरण हो रहा है..... उनकी चिन्ताऐं मिट रही हैं..... और उनके विचारों का शुद्धिकरण हो रहा है..... वे आपस में प्रेम और सद्‌भाव का व्यवहार कर रहे हैं..... परमात्म प्यार की किरणों को पाकर वे पुनः खुशियों से झूम उठे हैं..... उनके दैदीप्तियमान चेहरों पर अब पुनः सुचिता के भाव उभर आये हैं..... वह प्रभु पिता से बिखरता प्रकाश स्वयं में समाकर खुद को शक्तिशाली महसूस कर रहे हैं..... उनके मुखमण्डल की आभा बढ़ रही है..... दिव्य लालिमा से ओत-प्रोत मानवता का यह रुप मुझे भी अति आनन्दित कर रहा है..... ऐसा लगता है जैसे यह कोई उत्सव मना रहे हों..... मैं भी अब अपने प्यारे पिता के साथ, भेष बदल कर, मानव रुप में धीरे-धीरे इस धरती पर उतर रहा हूँ..... अब मैं अपने प्यारे शिव पिता के साथ मन को अह्लादित करने वाली, इस पावन धरा पर नीचे उतर रहा हूँ..... मैं इस समस्त नयनाभिराम वसुधा का जन्मसिद्ध अधिकारी हूँ..... मैं अपने प्यारे पिता के साथ कुछ दिन यहाँ ठहर जाना चाहता हूँ.....

ओम शान्ति

ड्रिल - 76 (रूहानी एक्सरसाइज-पाँच स्वरूप का अभ्यास)

महावाक्यः- वन. टू.. थ्री... फोर.... फाइव..... यही रूहानी मन की एक्सरसाइज है......।

स्वमानः- मैं ऑलमाइटी अथॉरिटी द्वारा चुना हुआ, अपने पाँचों ही स्वरूपों को घड़ी-घड़ी धारण करने वाला स्वदर्शन चक्रधारी ब्राह्मण हूँ.......

गीतः- चैतन्य देव इस धरती पे आये.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं आत्मा कितनी खुशनसीब, कितनी सौभाग्यशालिनी हूँ..... स्वयं संसार का मालिक मेरा महबूब बनकर, मेरी उंगली पकडकर, मुझे सत्य के मार्ग पर चलना सिखा रहे हैं..... सारा संसार जिनकी एक झलक पाने के लिए अपना सर्वस्व लुटा देने के लिए व्याकुल है....... वहीं प्राणों से भी अति प्रिय प्राणेश्वर मुझे अपने कन्धों पर बिठाकर दैवी दुनिया की सैर करा रहे हैं..... बापदादा की उन्मुक्त बाहों का स्पर्श पाकर मैं आनन्द विभोर हो रहा हूँ..... वे स्वयं अपना परमधाम छोड़कर...... मेरे लिए एक दैवी दुनिया स्थापन करने इस धरा पर उतर आये हैं...... वे एक अदभुत परिवार की रचना रच रहे हैं..... ऐसा प्यारा परिवार.... जहाँ प्यार का कोई पारावार नहीं..... मैं ऐसे प्यारे परिवार का स्वराज्य अधिकारी राजा बच्चा हूँ..... स्वयं परम शिक्षक, परम सतगुरु बापदादा ने मुझे इस सिंहासन पर बिठाया है.... मैं स्वमानधारी, डबल ताजधारी, डबल राज्य अधिकारी आत्मा हूँ..... मेरे मानस पटल पर मेरे ही अनेक स्वमानों से सुसज्जित रुप प्रकट हो रहे हैं.... मैं उन स्वमानों से सुसज्जित स्वरूपों का स्मरण कर रहा हूँ..... बापदादा स्वयं मुझे सीट पर बिठाकर स्वमानों की माला पहना रहे हैं... मैं उनके साथ, अनन्य प्रेम का रसास्वादन कर रहा हूँ.....

अब मेरे प्यारे पिता मुझे अपने साथ..... मेरे अपने घर परमधाम ले जा रहे हैं.... पंछी रुप में उडते हुऐ..... अपने प्यारे पिता के साथ...... मैं परमधाम की ओर जा रहा हूँ..... अत्यन्त मधुर परन्तु शक्तियों से ओत-प्रोत परमधाम मुझे चार्ज कर रहा है.... मैं शक्तियों से भरपूर होता जा रहा हूँ..... मेरी सारी निर्बलता समाप्त होती जा रही है..... मैं अनन्त शक्तियों का स्वामी बनता जा रहा हूँ..... मेरे साथ-साथ यहाँ अनेक धर्म-पिताऐं एवं राजनेताऐं भी स्वयं को शक्तियों से भरपूर कर रहे हैं..... बाप का साथ और उनसे निकलता हुआ दिव्य प्रकाश...... मुझे दैदीप्तियमान बना रहा है.... मेरी चमक और मेरा प्रकाश अब अंतरिक्ष के ध्रुव तारे के समान है.....

अब मैं अपने प्यारे पिता के साथ इस शक्तिधाम से सुदूर देश...... एक दैवी दुनिया में प्रवेश कर रहा हूँ..... फूलों, झूलों और झरनों से परिपूर्ण इस

परिस्तान में..... चारों ओर..... खुशहाली, हरियाली और वैभवों का ढेर लगा हुआ है..... महकते फूल और चहकती चिडियायें मेरा मन मोह रही हैं.... चहुँ ओर फूलों से लदी लताऐं और उनके मध्य उछल-कूद करती दैवी सेविकाऐं जैसे मुझे बुला रही हों.... अब मैं अपने प्यारे पिता के साथ इस मनमोहक नयनाभिराम उपलभ्य की सैर कर रहा हूँ..... प्रकृति का यह बाल्यरुप अपने सौन्दर्य की चरम सीमा पर है..... फूलों की लम्बी-लम्बी कतारों के मध्य..... मैं अपने प्यारे पिता के कंधे पर बैठकर इस अद्वितीय उपवन की सैर कर रहा हूँ... मैं उस आदि काल सतयुग के अपने देवता रुप का स्मरण कर रहा हूँ.... मेरे चारों ओर सम्पूर्ण सतोगुणी प्रकृति को देख देख, मेरा मन मुग्ध हो रहा है.... यहाँ चारों ओर सुख, शान्ति, आनन्द और प्रेम का बसेरा है.... चहूँ ओर नैनों को बाँध लेने वाले नजारों के बीच.... दुख का नामों-निशान भी नहीं.... जहाँ देखो वहाँ सोने के महल..... और महलों के मध्य झूलों पर झूलते हुऐ.... राजकुमार और राजकुमारियाँ.... अब मैं अपने प्यारे पिता के साथ इस मनमोहक नयनाभिराम उपलभ्य को यहीं छोड़कर.... द्वापर युग में प्रवेश कर रहा हूँ....

यहाँ चहूँ ओर राजाओं, महाराजाओं के अपने-अपने राज्य, अपनी-अपनी बोली और अपनी-अपनी भाषाऐं हैं.... सभी की अपनी-अपनी रीति रिवाज, मान-मर्यादा और परम्परा है..... यहाँ सभी की भिन्न-भिन्न भक्ति भावना, और भिन्न-भिन्न वेशभूषायें हैं.... यहाँ राजाओं में छुट-पुट मनमुटाव तो है, परन्तु भक्ति यहाँ अब भी अव्यभिचारी है.... ये सब एक परमपिता परमात्मा की ही भक्ति में लीन हैं.... अब मैं धीरे-धीरे परम प्रिय पिता के संग कलियुग अन्त के समीप आ रहा हूँ..... यहाँ इस दुनिया का वातावरण अति ग्लानि, पापाचार वा भ्रष्टाचार का हो गया है..... आज के युग का मनुष्य एक दूसरे का कट्टर दुश्मन बना हुआ है..... एक तरफ स्वयं के ही पूज्य देवी-देवता स्वरूपों का गायन-पूजन.... वा दूसरी तरफ अबलाओं पर अत्याचार, धर्मग्लानि.... परमात्मा पिता को सर्वव्यापी मान.... ठिक्करों-ठोबरों में उसकी खोज का महान पतित कर्त्तव्य करता मानव..... दुख, अशान्ति, भय, अनिद्रा वा अज्ञानता के घोर अंधकार में भटकता फिर रहा है.... ऐसे में पिता परमात्मा द्वारा स्थापित अविनाशी रूद्र सत्य गीता ज्ञान यज्ञ इन भटकते मनुष्यों को जीने की एक नई राह दिखा रहा है..... दुःखी पाप-आत्मायें इस सत्य गीता ज्ञान को सुनकर.... स्वयं संगमयुगी ब्राह्मण का सर्वश्रेष्ठ जन्म पाकर.... फिर से अपने उस दैवी स्वरूप को पाने के पुरूषार्थ में लग पड़ी हैं..... सच्ची गीता को सुनकर.... परमात्मा पिता की मुख वंशावली ब्राह्मण सन्तानें.... फरिश्ता बन.... आकाश में विचरण कर रही हैं... वे पुनः अपने ओरिजनल स्वरूप का अनुभव कर रही हैं.... वा अतिन्द्रिय सुखसागर में गोते लगा रही हैं.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 77 (अन्तिम समय की सम्पूर्ण स्टेज)

महावाक्यः- अन्तःवाहक अर्थात् अन्तिम स्थिति, पावरफुल स्थिति आपका अन्तिम वाहन बनेगा......।

स्वमानः- मैं भक्तों की ईष्ट अष्ट भुजाधारी, विश्व कल्याणी, महादानी, वरदानी, विश्व परिवर्तक सर्व इन्द्रियजीत आत्मा हूँ..........

गीतः- शिव शक्तियाँ आ गईं धरती पर...........

योगाभ्यास/ड्रिलः- अपने लाइट-माइट स्वरूप का अभ्यास करेंगे..... मैं आत्मा..... सर्व को सत्य मार्ग दिखाने के निमित्त लाइट हाउस हूँ........ सबको काल के पंजे से छुड़ाने के निमित्त माइट हाउस हूँ......... मुझसे निकलता प्रकाश आत्माओं को उनके असली घर की राह दिखा रहा है........ मेरा शक्तिदायिनी स्वरूप भक्तों को उनके कर्म बन्धनों से मुक्त कर रहा है...... मेरा स्वरूप लाइट-माइट का है..... (अभ्यास करेंगे अन्त समय के इस अति कल्याणकारी स्वरूप का........) भक्त आत्मायें, धर्मात्मायें, पाप आत्मायें सभी एक सेकण्ड की दृष्टि पाने के लिये, अपनी जन्म-जन्म की प्यास मिटाने के लिये भिखारी के रूप में सामने कतार में खड़ी हैं....... वे आपकी महिमा में ही सर्व सुखों की अनुभूति कर रही हैं....... वे आपकी महिमा का बखान करती नहीं थक रही....... हे सुखदायिनी....... हे शान्तिदायिनी........ हे वरदायिनी........ हमें भी सदा सुख का वरदान दे दो....... हमें भी शान्ति का दान दे दो........ हमारे कष्टों को हर लो हे देवी माँ........ हे माँ शीतला........ हमें भी क्षमादान दे दो........ हे अष्ट भुजाधारी माँ दुर्गे!!! हमें मुक्ति का वरदान दे दो माँ भवानी........ दुखियों की करूण पुकार सुनकर मेरे नयनों से सर्व शक्तियों से भरपूर किरणों का जैसे झरना बहने लगा........ और उसमें भीगकर सर्व आत्मायें तृप्त हो रही हैं........ वे अपनी विनाशी देह से........ सहज ही न्यारी हो रही हैं........ वे मुक्ति को प्राप्त कर रही हैं......... वे नजर से निहाल हो रही हैं.......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 78 (विकार मुक्त)

महावाक्यः- अग्नि के बाद नाम-निशान गुम हो जाता है फिर उसको भी बाप सागर में डाल दो, समाप्त.......।

स्वमानः- मैं दिल की सच्चाई-सफाई से अपनी सर्व गलतियों को बापदादा के समक्ष स्वीकार करने वाली सत्य स्वरूप 'विकार मुक्त' आत्मा हूँ.......

गीतः- विजया दशमी मनाओ, रावण को तुम भस्म करो........

(यह दृढ़ निश्चय रखें कि बापदादा क्षमा के सागर हैं....... वे सच्ची दिल से किये गये प्रायश्चित को अथवा क्षमा याचना पर जघन्य से जघन्य पाप कर्म भी क्षमा कर उससे मुझ आत्मा को मुक्त कर देंगे......)

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं आत्मा अपने इस जन्म वा अन्य पिछले जन्मों में किये गये पाप कर्मों के बोझ को दग्ध करने के लिये बापदादा के पास जा रही हूँ... धीरे-धीरे मैं अपनी इस देह रूपी कुटिया से निकलकर ऊपर की ओर जा रही हूँ... सूर्य, चाँद, तारागणों को भी पार करते हुये, मैं आगे की ओर बढ़ रही हूँ... अब मैं सूक्ष्मवतन की परिधि में प्रवेश कर रही हूँ... मेरे सामने संसार के मालिक, सर्वशक्तिवान शिव पिता, ब्रह्मा बाबा के आकारी तन में विद्यमान हैं... वे जैसे मेरे ही आने का इन्तजार कर रहे हैं... मैं दौड़कर उनके आँचल में समा रही हूँ... वे अपने कोमल हाथों से मुझे स्पर्श कर रहे हैं.... उनका कोमल स्पर्श मेरी थकान हर रहा है... अब मैं उनके साथ बैठकर अपने अनेक जन्मों में किये गये अनगिनत पाप कर्मों से उन्हें अवगत करा रहा हूँ... देहभान के वशीभूत होकर अपने वा अपने परिवार जनों के जीविकोपार्जन हेतु मैंने जो "लोभ-मोह-अहंकार" के वश होकर जटिल ते जटिल विकर्म बनाये होंगे... स्वयं के साथ-साथ अन्य अनेकों आत्माओं के साथ छल-कपट करके जो धन अर्जित किया होगा... अनेकों से उनका हक छीना होगा... उनके हिस्से की धन-सम्पत्ति को ठगी करके हड़पा होगा... उन्हें दर-बदर किया होगा... उन्हें दारूण दुख पहुँचाया होगा... लालचवश ना जाने कैसे-कैसे हिसाब बनाये होंगे... उन सभी विकर्मों प्रति बापदादा से क्षमा प्रार्थना कर रहा हूँ... आकारी रूपधारी बापदादा के समक्ष स्वयं को सरेण्डर कर माफी माँग रहा हूँ...... बापदादा अपनी स्नेह भरी मगर अति ज्वलंत दृष्टि से मुझे देख रहे हैं....... ऐसा प्रतीत हो रहा है जैसेकि वे मेरे भीतर के संकल्पों को पढ़ रहे हैं.... मेरी सत्यता की परीक्षा ले रहे हैं...... अब उनकी दृष्टि अति निर्मल होकर स्नेहमयी हो गई है...... वे अपने कोमल हाथों का स्पर्श देते हुये मुझे दुलार रहे हैं...... वे मुझे सर्व विकारों वश किये गये सभी पापों के बोझों से मुक्ति दे रहे हैं...... मुझ पर लदे जन्म-जन्मान्तरों के घोर पाप कर्मों का बोझा धीरे-धीरे कम होता महसूस हो रहा है...... मुझसे निकलती पाप कर्मों की कालिमा जलकर भस्म हो रही है.... बापदादा मुझसे "लोभ-मोह-अहंकार" के अधीन होकर किये गये पापकर्मों की आहुति डलवा रहे हैं... मेरी सर्व इच्छायें, तृष्णायें, कामनायें सब यज्ञ कुण्ड की अग्नि में जलकर स्वाहा हो रही है... मैं आत्मा स्वयं को बोझमुक्त, बहुत हल्की अनुभव कर रही हूँ... मेरा तन, मन हल्का होता जा रहा है... मेरी खोई चमक पुनः बढ़ रही है... मुझमें सतोप्रधानता समाती जा रही है... मुझमें तेज, ओज, दैदीप्तियमानता का समावेश हो रहा है... मैं अति पवित्र आत्मा बनती जा रही हूँ... मेरे नयन प्रायश्चित के साथ-साथ खुशी के आँसुओं में भीगकर नम हो रहे हैं...

ओम शान्ति्

ड्रिल - 79 (मन्सा सेवा)

महावाक्यः- यह प्रैक्टिस मन्सा सेवा करने में भी सहयोग देगी और पॉवरफुल योग की स्थिति में भी बहुत मदद मिलेगी......।

स्वमानः- मैं बाप समान अव्यक्त फरिश्ता हूँ.........

गीतः- फरिश्ता रूप रचकर देह का भान तजकर.........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं बाप समान अव्यक्त फरिश्ता हूँ.......... मैं फरिश्ता रुप धारण किये अपने सभी आत्मिक भाईयों को सकाश दे रहा हूँ......... मैं अंतरिक्ष में स्थित होकर शिव पिता के साथ सारे संसार की आत्माओं को स्नेह और शक्तियों का दान दे रहा हूँ......... शिवबाबा से निकलती निःस्वार्थ स्नेह सम्पन्न किरणें, मुझमें होती हुई सम्पूर्ण धरती को नहला रही हैं......... सांसारिक पीड़ाओं में फंसी आत्मायें, इन शक्तिशाली किरणों को पाकर निहाल हो रही हैं......... तनाव मुक्त हो रही हैं......... उनके दुख-दर्द मिट रहे हैं........ वे परमात्म प्यार को खुद में आत्मसात् कर रहीं हैं......... उनकी जन्मों से सोई हुई विस्मृत शक्तियाँ अब जागृत हो रही हैं......... और उन्हें उनके वास्तविक शक्तिशाली स्वरूप का आभास करा रही हैं......... उनकी श्रेष्ठता का अनुभव करा रही हैं........ सर्व आत्मायें एक अनूठे चैन और अमन का अनुभव कर रही हैं......... वे उदासी और आलस्य को त्याग कर स्वयं को आन्नदित अनुभव कर रही हैं........ मैं बाप समान अव्यक्त फरिश्ता, सर्व आत्माओं पर मास्टर स्नेह का सागर बनकर रूहानी स्नेह की वर्षा कर रहा हूँ......... मेरे साथ शिव पिता को देख-देख आत्मायें हर्षित हो रही हैं........ उनकी थकान मिट रही है.......... वे अपनी जन्म-जन्मान्तर की प्रभु मिलन की प्यास बुझा रहे हैं......... उनकी सर्व मनोकामनायें स्वतः ही पूर्ण हो रही हैं..........

ओम शान्ति्

<u>ड्रिल - 80 (संस्कार परिवर्तन)</u>

महावाक्यः- अभी से राज्य अधिकारी बनने के संस्कार भरेंगे तब ही वहाँ भी राज्य चलायेंगे....।

स्वमानः- मैं करावनहार आत्मा इन कर्मेन्द्रियों द्वारा कर्म कराने वाली स्वराज्य अधिकारी आत्मा हूँ.......

गीतः- आत्म पंछी मूलवतन के, सुनो मेरे नन्हे लाल.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- हे आत्मा!! तुम अमर हो..... अविनाशी हो..... तुम्हारा अनादि सो आदि स्वरूप परम पवित्र है..... तुम सदा के लिये इस धरा पर नहीं आई थी.... तुम इस धरा पर 84 जन्मों का पार्ट बजाने अपने असली घर परमधाम से आती हो..... और भिन्न-भिन्न नाम-रुप से शरीर धारण कर पार्ट बजाती रही हो... तुम्हारे आदि के 21 जन्म सदा सुखदाई, शान्ति, प्रेम, सुख, पवित्रता से सम्पन्न थे...... फिर मध्यकाल में तुम्हारे आदि संस्कारों पर माया रावण का परछाया पड़ जाता है........ जिससे तुम अपनी ओरिजनल चमक खोने लगती हो..... वा विकारों के वशीभूत होकर अन्य जीव आत्माओं के साथ विकर्मी सम्बन्ध बनाना आरम्भ करती हो..... और नर्क की गर्त में धंसती चली जाती हो....... तुम्हारा इस प्रकार से देह प्राप्ति के लिये भटकना भी इसीलिये हुआ है....... विकारी सम्बन्ध-सम्पर्क के कारण ही तुम अकाले मृत्यु को प्राप्त हुई होगी.... वा अब मुक्ति के लिये भटक रही हो.... ये विकारी हिसाब-किताब तो तुमने यहीं इस साकार लोक में बनाये थे..... परमधाम से तो तुम स्वच्छ..... पवित्र..... इस धरा पर अवतरित हुई थी....... सो अब इन विकर्मी खातों को मन-बुद्धि से निकालकर घर वापस जाने का निश्चय करो..... तुम्हारा लक्ष्य किसी को दुख देकर बदला लेने का नहीं वरन् तुम्हारा लक्ष्य तो बदले की भावना को तज.... प्रेम वा सौहार्द, पवित्रता और सुख-शान्ति जैसे दैवी गुणों का स्वरूप बनने का होना चाहिये....... अतः हे प्रेम स्वरूप आत्मा!!! अपनी मन-बुद्धि से बदला लेने.... दुःख देने जैसे विकारी संस्कारों को त्याग कर शान्ति, सुख, प्रेम वा आन्नद जैसे दैवी संस्कारों को इमर्ज करो...... वा इस साकारी सृष्टि पर अपने सब हिसाब-किताब चुक्तू कर घर वापिस जाने का पुरूषार्थ करो....... हे शान्त स्वरूप आत्मा!!! अब मैं तुम्हें तुम्हारे असली घर मुक्तिधाम की राह दिखाता हूँ....... परमप्रिय, परम पूज्य, सदा पवित्र, निराकारी परमपिता परमात्मा शिव... तुम्हारे अविनाशी रुहानी पिता हैं...... तुम उन्हीं के साथ उनके सो अपने घर..... शान्तिधाम अथवा मुक्तिधाम में रहतीं थी..... यह लोक इस साकारी लोक से परे.... ब्रह्मा-विष्णु-शंकर पुरी के भी पार.... परलोक, मूलवतन, निर्वाणधाम, परमधाम है, जो तुम्हारा निज स्थान है....... यह लोक... तीनों लोकों में सबसे ऊपर.... सूर्य-चाँद-तारागण के भी पार.... सूक्ष्मवतन से भी परे का स्थान है....... तुम वहीं से इस धरा पर आई थी... और अब वापस तुम्हें वहीं जाना है.... अतः हे मूलवतनवासी आत्मा!!! स्वयं को जानो... अपने अविनाशी परमपिता को पहचानो.... वा उनके साथ अपने घर शान्तिधाम को लौटने का संकल्प करो......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 81 (सकाश - विघ्न विनाशक)

महावाक्यः- सर्व शक्तियों की किरणें फैलाओ, शक्ति दो.......।

स्वमानः- मैं चैतन्य लाइट-माइट हाउस हूँ..... विघ्न विनाशक गणेश हूँ.....

गीतः- मैं सर्वशक्तिवान की सन्तान हूँ.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- शिव बाबा की याद में अभ्यास करें......

मैं चमकता हुआ सूर्य, पवित्रता का सूर्य, मस्तक के मध्य में विराजमान हूँ.. ऊपर परमधाम में हैं ज्ञान सूर्य शिवबाबा..... सर्वशक्तिवान...... उनके स्वरूप पर बुद्धि को स्थिर कर दें...... अब उनसे निकली हुई शक्तियों की किरणें नीचे आ रही हैं....... मुझ पर पड़ रही हैं...... मैं मास्टर सर्व शक्तिवान हूँ...... विघ्न विनाशक हूँ...... मेरे पास विघ्नों को नष्ट करने की अपार शक्ति है...... मैं सर्वशक्तिवान की सन्तान गणेश-स्वरूप हूँ..... मेरे सामने हजारों भक्त खड़े हैं..... गुणगान कर रहे हैं...... हे विघ्न-विनाशक.. देवाधिदेव गणपति!! आप तो विघ्न-विनाशक हो... सिद्धि विनायक हो... विद्या-पति हो... बहुत शक्तिशाली हो..... हम आपके द्वार पर आये हैं...... आप हमारे विघ्नों का हरण करो...... हमारा हाथ वरदान की मुद्रा में खड़ा होता है..... हमारे हाथ से और मस्तक से किरणें निकलकर सभी भक्तों पर पड़ने लगी हैं.... सभी भक्त जय-जयकार कर रहे हैं... उनके चित्त शान्त होने लगे हैं..... विघ्नों का तनाव समाप्त होने लगा है.... उन्हें सहारे का अनुभव होने लगा है..... वो महसूस करने लगे हैं कि हमारे ईष्ट देव हमारे साथ हैं...... मैं विघ्न विनाशक हूँ...... अत्यन्त शक्तिशाली हूँ..... मुझे सारे संसार के विघ्नों को नष्ट करना है..... मेरे पास विघ्न कैसे आ सकते हैं....? आज से मेरे सभी विघ्न समाप्त होते हैं...... मैं विघ्न विनाशक गणेश हूँ..... मैं विघ्न-विनाशक हूँ। मैं विघ्न-विनाशक हूँ.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 82 (बेफिक्र बादशाह)

महावाक्यः- मेरे के मालिक बन शक्तियों की लगाम से विजय प्राप्त करो.......। योगी तो हो लेकिन अभी प्रयोगी बनो.......।

स्वमानः- मैं संकल्प शक्ति के द्वारा मेरे को तेरे में परिवर्तित कर सकने वाला सदा बेफिक्र बादशाह हूँ........

गीतः- हुऐ बेफिकर हम बाबा को पा के........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं सदा आत्मिक स्वरूप की स्मृति में रहने वाला बापदादा का लाडला डबल ताजधारी ब्राह्मण हूँ......... मेरा मस्तक अविनाशी अनादि स्वरूप की स्मृति से चमक रहा है......... मेरा यह दिव्य स्वरूप मुझे सहज ही शिव पिता की याद में स्थित कर रहा है......... शिव पिता से निरन्तर सर्वशक्तियों से सम्पन्न किरणें मुझ पर पड़ रही हैं........ इन किरणों को पाकर मैं हल्का, अति हल्का होता जा रहा हूँ......... सर्वशक्तियों की किरणें मुझसे होकर समस्त ब्राह्मण परिवार में जा रही हैं......... मैं जगमगाती ज्योत सारे विश्व में आत्मिक स्वरूप के वायब्रेशन्स् फैला रहा हूँ........ मेरे सभी आत्मा भाईयों को इन किरणों की प्राप्ति हो रही है........ वे सहज ही आत्मिक भान में स्थित हो रहे हैं........ उनकी देह लुप्त होकर प्रकाश की काया में परिवर्तित होती जा रही है........ सम्पूर्ण विश्व में फरिश्ते ही फरिश्ते नजर आ रहे हैं....... उनके मस्तक में लाइट चमक रही है...... आऽऽहा! कितना सुन्दर नजारा है यह!!! हर तरफ दिव्य फरिश्ते ही फरिश्ते घूमते नजर आ रहे हैं.........उनके मस्तक से चमकती आत्मा मणि सर्वशक्तियों की किरणें विश्व में बिखेर रही हैं....... इन किरणों को पाकर मनुष्यात्मायें निश्चिंत होती जा रही हैं........ वे बेफिक्र होती जा रही हैं....... वे धन्य-धन्य हो रही हैं..... वे खुश हो रही हैं...... वे मुक्ति-जीवनमुक्ति को प्राप्त कर रही हैं........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 83 (मन-बुद्धि-संस्कारों की अधिकारी आत्मा)

महावाक्यः- महावाक्य जो सुनते हो उस प्वाइंट पर मनन करना है... प्वाइंट याद रखो... प्वाइंट लगाओ... प्वाइंट बन जाओ... यही परमात्म पढ़ाई है, यही परमात्म पालना है.....।

स्वमानः- मैं बिन्दु बन, बिन्दु बाप से मिलन मनाने वाली मन-बुद्धि-संस्कारों की मालिक आत्मा हूँ........

गीतः- मैं आत्मा हूँ, मेरी शक्तियाँ मन-बुद्धि-संस्कार.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- देखें स्वयं को आत्मा बिन्दु रूप में........ और निराकारी बिन्दु परमात्मा पर अपना ध्यान केंद्रित कर दें.......... शिव बाबा से सर्वप्रथम पवित्रता की श्वेत किरणें निकलकर मुझ आत्मा पर आ रही हैं........... साथ-साथ अन्य रंगों की सुख, शान्ति, प्रेम और शक्ति से सम्पन्न किरणें भी मिक्स होकर मुझ आत्मा पर पड़ रही हैं............. ऐसा लग रहा है जैसे सर्व शक्तियों से सम्पन्न सतरंगी किरणों का शॉवर आलमाइटी अथॉरिटी से निकलकर मुझ पर बरस रहा हो......... और मुझे अन्दर तक भिगो रहा हो......... खड़े हो जायें इन बौछारों के नीचे और भिगो लें स्वयं को, अपने अंग-अंग को इन शक्तिशाली फुहारों से...... इन शक्तियों के शॉवर में भीगकर मेरा देह का भान विस्मृत होता जा रहा है..... शिवबाबा से अनवरत बहता ये झरना मुझे गहरी शीतलता का एहसास करा रहा है........... पवित्रता से भरपूर किरणों का स्पर्श पाकर मैं आत्मा अत्यन्त पवित्र हो रही हूँ.............. ऐसा महसूस हो रहा है जैसे मुझ आत्मा पर चढ़ी विकारों की कालिख धुलकर बह गयी हो और मैं आत्मा चमकदार बन रही हूँ......... परमात्मा से आती इन सर्व शक्तियों के शॉवर में नहाकर मैं आत्मा अत्यन्त फ्रैश हो गई हूँ.............. मेरा अन्तर्मन सुबह की ताजी हवा के समान प्राप्त ताजगी से भर गया है........... मैं स्वयं को ताजगी के साथ-साथ शक्तियों से भी भरपूर अनुभव कर रही हूँ........... इन किरणों का स्पर्श मुझे एक सुखद एहसास दिला रहा है........... मैं इन शक्तियों की फुहारों में नहाकर बहुत ही ठण्डक महसूस कर रही हूँ....... मेरा रोम-रोम तृप्त होकर आन्नदित हो रहा है...... मेरा हृदय इन फुहारों से भीगकर पुलकित हो उठा है........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 84 (ब्राह्मण सो फरिश्ता सो देवता)

महावाक्यः- आत्मा का संसार बापदादा... आत्मा का संस्कार ब्राह्मण सो फरिश्ता, फरिश्ता सो देवता......।

स्वमानः- मैं वर्तमान फरिश्ता सो भविष्य सतयुगी राज्यपद की अधिकारी आत्मा हूँ........

गीतः- मैं फरिश्ता तन का मालिक उड़ चला वतन में.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- परमात्मा आज्ञानुसार मैं आत्मा अपना अन्तःवाहक शरीर धारण कर जा रही हूँ.... विश्व भ्रमण के लिऐ..... / मैं आत्मा देह से न्यारी हो.... एक ही स्थान पर बैठे-बैठे अपने अन्तःवाहक शरीर द्वारा सम्पूर्ण विश्व का चक्र लगा रही हूँ..... फरिश्ता स्वरूप द्वारा मैं आत्माओं को सुख-शान्ति, पवित्रता वा शक्ति से सम्पन्न किरणें प्रदान कर रहा हूँ...... मुझसे निरन्तर सर्वशक्तियों का झरना बह रहा है...... ये किरणें समस्त विश्व में बिखरकर मनुष्य आत्माओं को गहन शान्ति... वा असीम आन्नद.... की अनुभूति करा रही हैं..... सर्व आत्मायें दुख.... अशान्ति... पीड़ा से मुक्त अनुभव कर स्वयं को सुरक्षित महसूस कर रही हैं...... वे स्वयं को परमात्म छत्रछाया में पाकर धन्य-धन्य हो रही हैं....... परमात्म छत्रछाया आत्माओं को निर्भयता का एहसास करा रही हैं....... मेरा अन्तःवाहक शरीर रूपी विमान निरन्तर सम्पूर्ण विश्व का चक्र लगा रहा है...... यदा-कदा आत्माऐं भूख-प्यास को भूल... अपने ईष्ट... अपने पालनहार.... मुक्ति-जीवनमुक्ति दाता की इन्तजार में आँखें बिछाये बैठी हैं..... उनकी आँखें बरबस ही मेरी ओर उठ रही हैं..... और एक अन्दरूनी खुशी से चमकने लगी हैं..... जैसेकि उनके इन्तजार की घड़ियाँ पूरी हो गई हों..... उनका मन मयूर नृत्य करने लगा है.... उनकी खुशी चेहरे से प्रकट हो रही हैं....... वे मुझ फरिश्ते के दर्शन मात्र से ही प्रसन्न हो रही हैं.... जैसेकि उन्होंने सब कुछ पा लिया हो...... धन्य हैं मेरे प्यारे शिवबाबा!! जिन्होंने मुझे क्या से क्या बना दिया..... मुझ साधारण से मानव को दिव्य, अलौकिक स्वरूप प्रदान कर दिया.... मुझे मास्टर मुक्ति-जीवनमुक्ति दाता बना दिया.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 85 (लाइट माइट का टॉवर)

महावाक्यः- लाइट माइट का टॉवर बनकर विश्व सेवा......।

स्वमानः- मैं ईश्वरीय अथार्टी सम्पन्न मास्टर ऑलमाइटी अथार्टी, मास्टर त्रिकालदर्शी, स्वदर्शन चक्रधारी ब्राह्मण हूँ.......

गीतः- सर्वशक्तिमान की सन्तान हो.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं चैतन्य लाइट-माइट हाउस हूँ........ मुझमें परमात्म लाइट व माइट सम्पूर्णतया समाई हुई है........ परमपिता परमात्मा ने मुझे 8 फैक्ट्रियों का मालिक बनाया है........ एक फैक्ट्री में परख शक्ति, दूसरी में निर्णय शक्ति, तीसरी में सहन शक्ति & so on.... इस प्रकार सदा ही 8 शक्तियों के मालिकपन का नशा स्वतः ही मुझ फरिश्ते में समाया रहता है....... मैं फरिश्ता इन सर्वशक्तियों को स्वयं में समाये चैतन्य लाइट-माइट स्वरूप बन समस्त विश्व में फैला रहा हूँ........ जिस ओर भी मैं जा रहा हूँ, आत्मायें यथायोग्य- यथाशक्ति इन शक्तियों को ग्रहण कर रही हैं....... पिता परमात्मा ने मुझे अष्ट शक्तियों के साथ-साथ 7 अखुट खजानों का भी मालिक बनाया है....... जिनमें पवित्रता, शान्ति, ज्ञान, सुख, आन्नद, प्रेम वा शक्ति का भण्डार भरा हुआ है..... ये मुझ आत्मा के मौलिक गुण हैं......... मैं आत्मा, ब्राह्मण सो फरिश्ता स्वरूप द्वारा इन सर्वगुणों वा सर्वशक्तियों का स्वरूप बन सम्पूर्ण विश्व को, प्रकृति के पाँचों तत्वों सहित निरन्तर गुणों वा शक्तियों का दान कर रहा हूँ........ पिता परमात्मा निराकार शिव के समान मास्टर पतित पावन बन सारे जग को पावन बनाने की सेवा में निरन्तर तत्पर हो रहा हूँ......... सर्वात्मायें मुझ फरिश्ते द्वारा प्राप्त हो रहे इन सर्व खजानों को ग्रहण कर तृप्त हो रही हैं........ वे यथाशक्ति इन्हें ग्रहण कर सन्तुष्ट हो रहे हैं........ खुश हो रहे हैं........ निश्चिंत होते जा रहे हैं....... प्राप्ति सम्पन्न बनते जा रहे हैं........ मैं अनवरत गुणों वा शक्तियों का पुंज बनकर सम्पूर्ण विश्व में इन्हें बिखेर रहा हूँ........ लाइट माइट का टॉवर बनकर समस्त विश्व में चक्र लगाता सर्व को सम्पन्न बना रहा हूँ........

ओम शान्ति्

ड्रिल - 86 (तपस्वी शंकर)

महावाक्यः- योग-तपस्या, तप के रूप में नहीं करते हैं.....।

स्वमानः- मैं एक बीजरूप बाप की ज्वाला स्वरूप याद में मग्न रह, एकाग्रता की शक्ति द्वारा विकारी कुसंस्कारों के अंश-वंश को भस्म करने वाला महान तपस्वी शंकर हूँ......

गीतः- लगी तपस्या की अग्नि.........

योगाभ्यास/ड्रिलः- देखें अपने तपस्वी शंकर स्वरुप को...... एक ज्वलन्त योग- युक्त स्थिति...... मेरा तो एक बाप दूसरा ना कोई...... स्थित हो जायें अशरीरी स्थिति में और मिलन मनायें निराकारी शिव पिता से........ शिव पिता की किरणें पड़ने से पाँच तत्वों की देह के रोम-रोम का किचड़ा भस्म होता जा रहा है..... व्यर्थ संकल्प जलकर खाक हो रहे हैं...... और उनकी राख, तपस्वी देह पर भभूत की तरह चिपकी हुई प्रतीत हो रही है..... मेरी देह की काया कल्पतरु हो रही है...... विनाशी देह अब प्रकाश की काया में परिवर्तित हो रही है और उसकी चमक से आस-पास का वातावरण अत्यन्त प्रकाशमय और स्वच्छ बनता जा रहा है..... आसुरी संस्कारों का प्रभाव कोसों दूर भी दिखाई नहीं देता....... कैसी ज्वाला स्वरुप, योगी, तपस्वी अवस्था है ये....... ऐसा महसूस हो रहा है जैसे ज्वलन्त तपस्वी शंकर अभी उठकर भयानक ताँडव शुरु कर देंगे..... इस संकल्प के एहसास मात्र से ही तमोगुणी, आसुरी, पापाचारी, दुराचारी वृत्ति वाली आत्मायें त्राहिमाम्-त्राहिमाम् की चीख पुकार करती हुई चहूँ दिशाओं में दौड़ती-भागती छिपने योग्य स्थान तलाशने लगी हैं...... मगर ऐसा लगता है कि आज इन सर्व तमोगुणी शक्तियों का विनाश निश्चित है....... तभी तपस्वी शंकर की भृकुटि पर दिव्य चक्षु अर्थात् तीसरे नेत्र की पलक में एक हलचल सी हुई और पाँचों तत्वों में एक भूचाल सा उत्पन्न हो रहा है..... समस्त भूमण्डल में भयानक बवंडर सा मचने को है..... बिन्दु पिता शिव से योग की अवस्था अपनी चरम सीमा पर है.... तीसरा नेत्र पूर्णतया खुलते ही भयंकर विनाशकारी ज्वाला स्वरुप किरणें निकलकर समस्त नारकीय सृष्टि पर पड़ने लगीं और कुसंस्कारों, दुराचारों से परिपूर्ण, अधम को पहुँची आसुरी सृष्टि धूँ-धूँ कर जलने लगी...... ऐसा दृश्य दिख रहा है जैसे सोने की लंका अपने अंत को पा रही हो...... बैठें कुछ देर इसी ज्वाला स्वरुप अवस्था में और देखें ६३ जन्मों से गुलाम बनाये हुऐ इन बुरे संस्कारों का दाह-संस्कार होते हुये...... काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, ईर्ष्या, द्वेष, छल-कपट, आलस्य, अलबेलापन, घृणा जैसे बुरे संस्कार अब अपने अंश-वंश सहित अपनी बुरी गति को प्राप्त कर रहे हैं और रहमदिल, क्षमा के सागर में पड़कर सम्पूर्ण स्वाहा हो रहे हैं.... अब मैं आत्मा अपने इन ६३ जन्मों पुराने माया के अभिशापों के चंगुल से पूर्णतया मुक्त हूँ.... और डायमण्ड की भाँति चमक-दमक वाली अपनी अनादि गोल्डन स्टेज को प्राप्त हो गयी हूँ..... देखें अपनी अनादि सम्पूर्ण सतोप्रधान बिन्दु अवस्था को......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 87 (पूर्वज स्वरूप की स्मृति)

महावाक्यः- बापदादा ने अभी बाप के बजाए टीचर का रूप धारण किया है.....।

स्वमानः- मैं विश्व कल्याणकारी हूँ.... मैं पूर्वज हूँ.... मैं विजयी रत्न हूँ....

गीतः- विश्व के शुभचिन्तक बन परिवर्तन लाना है........

योगाभ्यास/ड्रिलः-

पहला अभ्यासः- मैं फरिश्ता सूक्ष्मवतन में हूँ...... सर्वप्रथम मैं अपने सर्व शक्तिवान परमपिता शिव का सूक्ष्मवतन में आह्वान कर रहा हूँ....... मेरे आह्वान करते ही शिवबाबा सूक्ष्मवतन में आ गये हैं...... और ब्रह्मा बाबा के आकारी शरीर में प्रवेश कर मुझे अति स्नेह भरी दृष्टि दे रहे हैं..... बापदादा दोनों मेरे सम्मुख हैं..... मैं उनको अपलक निहार रहा हूँ..... और बापदादा मुझे अति स्नेह भरी, प्यार भरी पावरफुल दृष्टि से भरपूर कर रहे हैं...... फिर बाबा ने मेरे मस्तक पर एक मीठा सा स्पर्श किया....... ऐसा महसूस हो रहा है... जैसे बाबा ने अपनी सर्वशक्तियाँ मुझे प्रदान कर दी हों....... कितना अलौकिक है ये अनुभव........ आहा हा!!!! कुछ देर इसी अलौकिक अनुभूति का रसपान करेंगे...... बापदादा और मैं नन्हा-सा फरिश्ता एक संग खड़े हैं.... और नीचे धरती को देख रहे हैं... सभी मनुष्यात्मायें व प्रकृति के पाँचों तत्व हसरत भरी निगाहों से हमें देख रहे हैं....... और कह रहे हैं....... हे विश्व कल्याणकारी!! हे हमारे पूर्वज!! हे हमारे ईष्ट देव!! हमें इस तमोप्रधान अवस्था से मुक्त कीजिये........ हमें मुक्ति, जीवन-मुक्ति का रास्ता दिखाईये...... हमारी सहायता कीजिये.... अब अपने दातापन के स्वमानों में स्थित हो जायें और देखें........ मेरे मस्तक से सतरंगी किरणें निकलकर नीचे धरती पर पड़ रही हैं...... इन ज्वाला स्वरूप किरणों से सभी मनुष्यात्माओं के विकर्म भस्म हो रहे हैं...... और वे अपनी सतोप्रधान अवस्था को प्राप्त कर रहे हैं...... प्रकृति के पाँचों तत्व भी पावन होकर अपने आदि सतोगुणी स्वरूप में आते जा रहे हैं.... सर्व मनुष्यात्मायें सुख, शान्ति, पवित्रता, मुक्ति, जीवन-मुक्ति का वर्सा पाकर अपने असली घर शान्तिधाम को लौट रही हैं..... ओम शान्ति्

दूसरा अभ्यासः- मैं ग्लोब के ऊपर हूँ..... ऊपर परमधाम से सर्वशक्तिमान शिव पिता की शक्तियों की ज्वाला स्वरूप किरणें निकलकर मुझ पर पड़ रही हैं..... (कुछ देर इसी अत्यन्त सुखदायी स्थिति का अनुभव करेंगे......) तत्पश्चात्...... देखें भृकुटी से... आँखों से... मस्तक से... अपने अंग-अंग से... शक्तिशाली किरणें निकलकर नीचे की ओर जाती हुई..... किरणें निकलकर नीचे धरती पर... जीवात्माओं पर पड़ रही हैं... सभी जीवात्मायें शान्त हो रही हैं... उनके सब दुख दूर हो रहे हैं... सभी का जीवन तनाव मुक्त बने... निर्विघ्न हो... सम्पूर्ण पवित्र बनें... सभी अपने मुक्ति... जीवन-मुक्ति के वर्से को प्राप्त कर लें...... ऐसी श्रेष्ठ संकल्पों रुपी शक्तिशाली किरणें सब आत्माओं पर पड़ रही हैं..... जिससे सर्व आत्मायें अपने कर्मों की भोगना भोगकर..... कर्मातीत होकर..... वापिस अपने घर शान्तिधाम को लौट रही हैं..... साथ ही साथ प्रकृति के पाँचों तत्व.... जो अपने विकराल, विनाशकारी स्वरुप में हैं.... उनका क्रोध भी शान्त हो रहा है.... और वे भी अपने पूर्ण सतोगुणी स्वरुप को प्राप्त कर रहे हैं..... प्रकृति के पाँचों तत्वों की विनाशलीला अब समाप्त हो गई है... तथा स्वर्णिम युग का सुप्रभात हो रहा है... शुक्रिया बाबा... मीठा बाबा... प्यारा बाबा... ओम शान्ति्

ड्रिल - 88 (मधुबन के चारों धाम)

महावाक्यः- जब भी कुछ हो तो मधुबन 'घर' में पहुँच जाओ।

स्वमानः- मैं घड़ी-घड़ी महान तीर्थ मधुबन के ''चारों धामों'' का चक्र लगाने वाली महान भाग्यवान आत्मा हूँ.......

गीतः- मधुबन कितना मधुर-मधुर है.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- शान्ति स्तम्भ के 4 साइडस् प्रति श्रेष्ठ संकल्प

Tower of Peace

मैं शान्ति के सागर से निकलती शान्ति की लहर हूँ..... एक लहर जो सागर से निकलकर, शान्ति के वायब्रेशनस् चहूँ ओर बिखेरती है..... और वापिस शान्ति के सागर में समा जाती है.... फिर से उठती है और शान्ति फैलाकर फिर सागर में समा जाती है..... ऐसी मैं कभी अन्त को न पाने वाली शान्ति की लहर हूँ.....

Tower of Knowledge

मैं ज्ञान सागर की ज्ञानवान आत्मा हूँ.... जो समूचे विश्व में ज्ञान की ज्योत जगाने के निमित्त है..... सच्चा-सच्चा गीता ज्ञान, जिस ज्ञान को सुनने मात्र से पत्थर बुद्धि मनुष्य, सर्व गुण सम्पन्न, १६ कला सम्पूर्ण देवता बन जाते हैं...... परमात्मा शिव का सत्य परिचय विश्व की आत्माओं को सुनाने के निमित्त हूँ......

Tower of Might

शक्तियों के भण्डार की मैं शक्तिशाली भुजा हूँ...... यह मेरा परम सौभाग्य है कि मैं आलमाइटी अथॉरिटी, सुप्रीम फादर शिव द्वारा विश्व परिवर्तन के इस महान कर्त्तव्य में सहयोगी भुजा हूँ........

Tower of Purity

मैं सदा पवित्र, पवित्रता के सागर द्वारा चुनी हुई वो महान पवित्र आत्मा हूँ जिस पर सदैव पावन निराकारी पिता शिव ने भरोसा किया कि..... उनके द्वारा स्थापित की जा रही नई परम पवित्र सतयुगी दुनिया को मैं निमित्त आत्मा २५०० वर्ष तक खण्डित नहीं होने दूँगी...... उन्होंने मुझे उस परम पवित्र दुनिया में चलने के लायक समझा....... ये मेरी खुशनसीबी है कि मैं परमात्मा द्वारा चुनी हुई ऐसी पवित्र आत्मा बन रही हूँ.......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 89 (देह मे रहते देही अवस्था)

महावाक्यः- अभी अभ्यास करो एक सेकण्ड में सभी अपने स्वीट होम में पहुँच जाओ.....।

स्वमानः- देह में रहते सेकण्ड में स्वयं को देही अनुभव करने की अभ्यासी आत्मा हूँ......

गीतः- देह की दुनिया से बड़ी दूर, आओ चलें हम अपने घर......

योगाभ्यास/ड्रिलः- प्रकृति (पाँच तत्वों) के बीच रहते हुऐ प्रकृति (देह) से अलग होता हुआ एक शक्ति पुँज...... प्रकृति में रहते प्रकृति से न्यारा... लगाव मुक्त... उड़ता हुआ जा रहा है अपने निजधाम... परमधाम की ओर...... जा बैठा शान्ति के सागर के पास असीम शान्ति के धाम में..... एकदम शान्त... सुषुप्त अवस्था में..... संकल्पों-विकल्पों की हलचल से एकदम दूर...... बस बाबा और बच्चा... देख रहे है एक-दूजे को... देर तक... और देर तक... देख रहा हूँ उस असीम शक्तियों के भण्डार को...... अपने नयनों को स्थिर किये अपलक निहार रहा हूँ अपने प्यारे पिता को...... जैसे जन्मों की सारी प्यास आज बुझा लेनी है मुझे... भरपूर कर लेना है आज स्वयं को..... बाप और बच्चे के मिलन की यह अद्‌भुत घड़ी... भर रहा हूँ झोली उस ज्ञान मोतियों के भण्डार से..... गोते लगा रहा हूँ... उस प्रेम के सागर में..... धीरे-धीरे बाबा से शक्तियों से भरपूर किरणें फूट रही हैं..... और मुझमें आकर समा रही हैं..... शक्तियों को स्वयं में समाता जा रहा हूँ मैं..... मास्टर सर्वशक्तिमान बनता जा रहा हूँ मैं.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 90 (एक बाबा ही संसार है)

महावाक्यः- अभी एक सेकण्ड में मन के मालिक बन मैं और मेरा बाबा संसार है, दूसरा न कोई, इस एकाग्र स्मृति में स्थित हो जाओ.....

स्वमानः- मैं मन और बुद्धि की मालिक बन, पल में एक बाबा पर एकाग्र होने वाली, स्थिर बुद्धि आत्मा हूँ........

गीतः- मेरे बाबा कहे दिल ये, मेरे तुम हो.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं ईश्वरीय सन्तान हूँ..... राजयोगी..... राजऋषि..... एक बाबा ही मेरा संसार हैं..... वही मेरे सर्वस्व हैं..... उनकी याद में रहना ही मेरा जीवन है..... वोही मेरे मात-पिता... बन्धु-सखा... परम शिक्षक... सदगुरू हैं..... एक बाबा की याद मुझे उनसे सर्व प्राप्तियाँ कराने वाली है..... (अपने सर्व सम्बन्ध निराकार परमपिता परमात्मा शिवबाबा से जोड़ने का अभ्यास करें..... वा उनसे सर्वगुण और सर्वशक्तियाँ लेकर स्वयं को सम्पन्न करें...) दिल ही दिल में प्राणेश्वर बाबा से अपने दिल की रूहरिहान करें..... हे प्राणेश्वर बाबा! आप ही मेरे मात-पिता... आप ही मेरे सर्वस्व हो..... अब आपके बिन मैं एक पल भी नहीं रह सकता..... आपकी याद मेरे श्वाँसों में बस गई है..... अब हर पल... हर क्षण..... दिल यही गीत गाता है कि..... अब तेरे बिन इक पल ना बीते बाबा.... (गीत-अब तेरे बिन इक पल ना बीते बाबा!!)... बाबा के प्यार ने मुझे उनके समान ही सर्वशक्तियों का मालिक बना दिया है..... बाबा मुझसे बेहद प्यार करते हैं..... और अपना सर्वस्व मुझे प्रदान कर रहे हैं..... बाबा कहते, मेरे बच्चे! मैं तुम्हारा हूँ..... तुम्हारे लिये ही इस धरा पर आया हूँ..... मेरी सर्वशक्तियाँ तुम्हारे ही लिऐ हैं..... जैसे मैं सर्वशक्तिवान हूँ... ऐसे ही तुम मेरी सन्तान... मास्टर सर्वशक्तिवान हो..... तुम ही मेरी सर्व शक्तियों के स्वामी कहलाने के अधिकारी हो.... तुम इन्हें स्वयं में समाकर इनका सदुपयोग करो.... पहचानो स्वयं को... तुम निर्बल नहीं हो... तुम मेरी सन्तान मास्टर सर्व शक्तिवान हो..... सर्वशक्तिवान शिवबाबा से सर्व शक्तियों को स्वयं में भरकर... मास्टर सर्वशक्तिवान की श्रेष्ठ स्थिति में स्थित हो जायें.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 91 (दिलतख्तनशीन)

महावाक्यः- कुछ भी हो, कुछ नहीं देखना है लेकिन बाप के दिलतख्तनशीन बनना ही है, विश्व के तख्तनशीन बनना ही है.....।

स्वमानः- मैं बापदादा के दिलतख्तनशीन आत्मा हूँ.......

गीतः- उड़ो बाबा संग गगन में, फरिश्ते बन के........

योगाभ्यास/ड्रिलः- बापदादा की अति लाडली मैं आत्मा सूक्ष्मवतन में बापदादा के सम्मुख हूँ... शिवबाबा अपने आकारी तन का आधार लेकर मेरे सामने विराजमान हैं... बाबा से निकलती पवित्रता की किरणें मुझ नन्हें फरिश्ते को भिगो रही हैं..... बाबा से निकलती श्वेत प्रकाश की अनवरत धारा मेरी समस्त प्रकाश की काया को सराबोर कर रही है..... बाबा से निकलती श्वेत किरणें धीरे-धीरे सात रंगों में परिवर्तित होती जा रही हैं..... मुझ पर पड़ती इन सतरंगी किरणों के प्रभाव से मेरी काया बहुत ही सुन्दर दिख रही है..... ऐसा लग रहा है जैसे कोई स्वर्ण परी सूक्ष्मवतन में उतर आई हो.... और इन्द्रधनुषीय सात रंगों में नहाकर आकाश मार्ग में सैर करने की तैयारी कर रही हो..... मेरा यह सतरंगी लिबास बहुत ही चमक रहा है..... अब मैं बाबा से छुट्टी ले..... आकाश मार्ग की ओर उड़ रही हूँ..... बेहद आकाश में विचरण करती मैं स्वर्ण परी.... जिधर-जिधर मैं जा रही हूँ..... मेरे पीछे- पीछे एक इन्द्रधनुष (Rainbow) बनता जा रहा है..... सारे आकाश मण्डल में फैलता यह मनमोहक Rainbow... सबकी नजरें अनायास ही आकाश की ओर उठ रही हैं.... सर्वात्मायें इस मनोहारी दृश्य को देख खुश हो रही हैं... वे कुछ देर के लिये इसी दृश्य में जैसे खो सी गई हैं..... उनकी चमकती आँखें..... चेहरे से झलकती मीठी मुस्कान..... उनकी आन्तरिक खुशी को स्वतः ही बयान कर रही हैं..... वे हाथ हिलाकर मेरा अभिवादन कर रहे हैं..... मैं भी उनकी ओर प्यार भरी दृष्टि से देख रही हूँ..... और मुस्कुराकर उनका अभिवादन स्वीकार कर रही हूँ..... साथ-साथ उनकी ओर आर्शीवाद की मुद्रा में हाथ उठाकर उन्हें शक्तियाँ प्रदान कर रही हूँ..... मेरे हाथ से सतरंगी किरणें निकलकर उनकी ओर जा रही हैं..... इन किरणों के प्रभाव से मनुष्यात्माओं की काया भी भिन्न-भिन्न रंगों में बदल रही है..... कोई की काया सफेद रंग में.... कोई की सुनहरी.... ऐसे भिन्न रंगों में परिवर्तित होती जा रही है..... अब जैसेकि वे भी अलग-अलग रंगों की फरिश्ता ड्रैस को पहन फरिश्ते ही बन गये हैं... वे अपना रूप परिवर्तन देख अति प्रसन्न हो रहे हैं..... वा खुशी में नृत्य कर रहे हैं..... अब मैं Angel सबको हंसता-खेलता छोड़ पुनः अपने लोक सूक्ष्म वतन की ओर लौट रही हूँ... वे हाथ हिलाकर मुझे विदाई दे रहे हैं...

ओम शान्ति्

ड्रिल - 92 (पाँच स्वरूपों का अभ्यास)

महावाक्यः- पाँच मिनट में 5 यह एक्सरसाइज करो और सारे दिन में चलते फिरते यह कर सकते हो। इसके लिए मैदान नहीं चाहिए, दौड़ नहीं लगानी है, न कुर्सी चाहिए, न सीट चाहिए, न मशीन चाहिए.....।

स्वमानः- मैं बापदादा की आज्ञा प्रमाण 5 स्वरूपों का अभ्यासी सर्वश्रेष्ठ ब्राह्मण हूँ.......

गीतः- आयें अनुभव करें, आत्म दर्शन करें, अपने पाँचों स्वरूपों का......

योगाभ्यास/ड्रिलः- देखें स्वयं को साकार देह में भृकुटि के बीच चमकता हुआ दिव्य सितारा..... मैं आत्मा राजा हूँ..... मालिक हूँ..... मन.. बुद्धि.. संस्कार और सर्व कर्मेन्द्रियाँ मेरे अधीन हैं..... मैं इन्हें स्वेच्छा से जब चाहूँ... जैसे चाहूँ... चला सकता हूँ..... मैं स्वराज्य अधिकारी कर्मेन्द्रियजीत हूँ..... बेफिकर बादशाह हूँ... देखते-देखते मुझ आत्मा की साकारी देह प्रकृति के तत्वों को त्याग आकारी रूप में बदल रही है..... मैं डबल लाइट फरिश्ता बनता जा रहा हूँ..... लाइट का वस्त्रधारी... लाइट का ताजधारी... लाइट के ही मेरे सर्व श्रृंगार हैं..... मेरे चहूँ ओर पावरफुल लाइट का एक कार्ब बन रहा है... मेरे सिर के चारों ओर सफेद प्रकाश का एक बहुत ही सुन्दर... चमकदार क्राउन है..... ज्ञान और योग रूपी दोनों सफेद पंख कितने सुन्दर दिख रहे हैं..... मैं सम्पूर्ण फरिश्ता स्वरूप लिए... परमपिता का सन्देश वाहक बन... समस्त विश्व का भ्रमण कर रहा हूँ..... अब मैं अपनी दोनों साकारी और आकारी देह से न्यारा हो... अपने अनादि ज्योति बिन्दु स्वरूप में स्थित हो रहा हूँ.... मैं लाइट का एक शक्तिशाली पुँज हूँ..... ज्योति स्वरूप हूँ... एक लाइट हूँ... माइट हूँ... परमधाम में अपने निराकारी पिता के सम्मुख हूँ..... सम्पूर्ण हूँ..... अब मैं ज्योति पुंज निराकारी धाम को छोड़... जा रहा हूँ अपनी राजधानी... नई दुनिया स्वर्ग की ओर..... और सम्पूर्ण सतोप्रधान प्रकृति द्वारा निर्मित देह में प्रवेश कर रहा हूँ... मैं आत्मा अपने सर्वगुण सम्पन्न... 16 कला सम्पूर्ण... डबल सिरताज... पालनहार विष्णु रूप में हूँ..... मैं अपने चारों ही अलंकारों... शंख... चक्र... गदा... और पद्म से सुशोभित हूँ..... मैं चतुर्भुज विष्णु हूँ..... मैं विश्व महाराजन् हूँ.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 93 (सम्पूर्ण निराकारी)

महावाक्यः- इस वर्ष का होमवर्क, इस सीजन का होमवर्क दूसरी सीजन तक कम से कम 8 बारी यह ड्रिल जरूर करनी है। जरूर, देखेंगे नहीं, करनी ही है। चाहे मिस हो जाये तो एक घण्टे में अनेक बार करके पूरा करना। सोना पीछे। पहले ड्रिल, आठ बारी पूरा करके पीछे सोना.....।

स्वमानः- मैं निराकारी बाप का निराकारी बच्चा हूँ.......

गीतः- आत्म पंछी मूलवतन के, सुनो मेरे नन्हे लाल.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- देह से अलग होता एक ज्योति पुंज..... प्रकृति (देह) वा पाँच तत्वों के आकर्षण को छोड़... उड़ चला ऊपर नील गगन की ओर..... ये मैं निराकारी आत्मा हूँ..... मुझ आत्मा का असली घर परमधाम... जहाँ मुझे जाना है... इस नीले आकाश के पार..... आकारी फरिश्तों की दुनिया से भी दूर.... परे ते परे निर्वाणधाम है..... मुझ निराकारी आत्मा को अपने पिता निराकारी शिव के समान इस स्वरूप में स्थित हो जाना है..... मैं स्वयं को परमधाम में पिता शिव के सम्मुख देख रहा हूँ..... शिवबाबा से मुझ पर सर्व शक्तियों से सम्पन्न किरणें पड़ रही हैं... जिनको प्राप्त कर मैं आत्मा शक्तियों से सम्पन्न होती जा रही हूँ.... इन किरणों के प्रभाव से मेरी चमक बढ़ती जा रही है..... सर्व शक्तियों के भरपूर होकर मैं वापिस चल पड़ती हूँ साकारी दुनिया की ओर..... जहाँ मेरा पाँच तत्वों का बना शरीर विद्यमान है..... न्यारा हो मैं पुनः प्रविष्ट हो रहा हूँ अपनी पुरानी देह में.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 94 (21 जन्मों की प्रारब्ध जमा करने की विधि)

महावाक्यः- साइलेन्स की शक्ति या अपने श्रेष्ठ कर्मों की शक्ति जमा करने की बैंक सिर्फ अभी खुलती है और कोई जन्म में जमा करने की बैंक नहीं है.....।

स्वमानः- मैं बापदादा की लास्ट सो फास्ट सो फर्स्ट नम्बर की अधिकारी वरदानी आत्मा हूँ........ मैं विजयी रत्न हूँ.......

गीतः- तन के भव्य भाल पे चमक रहा मैं.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- अपना ध्यान केन्द्रित करेंगे भृकुटि के मध्य चमकती बिन्दु रूप आत्मा पर, संकल्प करें... मैं आत्मा अजर... अमर... अविनाशी हूँ..... परमधाम से इस धरा पर सुन्दर पार्ट बजाने के लिये अवतरित हुई हूँ..... मेरा मूलवतन आवाज ते परे शान्तिधाम है..... धरा पर अवतरण के आदिकाल में मैं सम्पूर्ण निर्विकारी... आत्म-अभिमानी स्थिति में थी..... भौतिक सुखों से पूर्णतया सम्पन्न होते हुऐ भी मुझमें भौतिकता के प्रति कोई लगाव नहीं था..... परन्तु धीरे-धीरे मेरा वो सुख छिन्न-भिन्न होता चला गया..... अब पुनः संगम पर परमात्मा पिता मुझे उन्हीं सुखों से भरपूर कर रहे हैं..... मैं आत्मा हूँ... शान्त स्वरूप हूँ... प्रेम स्वरूप हूँ.... सुख व आन्नद स्वरूप हूँ.... आन्नद मेरा स्वभाव है.... सुख मेरी सम्पत्ति है.... मैं आत्मा इस देह में बैठकर सम्पूर्ण सुखी हूँ.... मुझसे चारों ओर आन्नद के प्रकम्पन प्रवाहित हो रहे हैं..... ये प्रकम्पन अनेक मनुष्यों को भी सुख की अनुभूति करा रहे हैं.... अब मैं इस देह से निकलकर... यात्रा शुरू कर रही हूँ ऊपर की ओर.... मैं चमकती हुई ज्योति... आकाश मण्डल को पार करती... जा रही हूँ अपने निजधाम में..... यह परमधाम है.... गोल्डन प्रकाश से आच्छादित... सम्पूर्ण शान्ति से भरपूर.. यही मेरा घर है..... मैं यहाँ पूर्ण शान्त व आन्नदित हूँ..... मेरे समीप हैं सर्व सुखों के दाता... आन्नद के सागर... मेरे परमप्रिय परमपिता... उनको देखकर ही मेरे आन्नद का पारावार नहीं रहा है.... उनको देखने से मेरा रोम-रोम खिल उठा है..... वह मेरे प्राणप्रिय परमपिता परमेश्वर हैं..... आहा! मैं अपने प्राण प्यारे परमपिता के पास पहुँच गया..... यह आप ही हैं, जिनके दर्शन की अभिलाषा में मैं तड़प रहा था..... आप ही हो जिन्हें मैं जन्म-जन्म याद कर रहा था..... आऽऽहा! मेरे प्राण प्यारे बाबा!!! आखिर मैं आपके पास पहुँच ही गया..... आपसे मिलकर मेरे जन्म-जन्मान्तर के कष्ट मिट गये..... आपके पास आकर मैं सुखों के सागर में तल्लीन हो गया हूँ... सर्व दुखों से परे आपके पावन प्रेम की शीतल छाया को पाकर मैं धन्य-धन्य हो गया हूँ..... आप ही मेरे परमप्रिय हो... आऽऽहा!! मेरे भाग्य के द्वार खुल गये... आपको पाकर मैंने सब कुछ पा लिया है..... बाबा मुझसे कह रहे हैं... मीठे बच्चे! तुम तो मेरे नयनों के नूर हो..... जैसे तुम मुझे बहुत प्यार करते हो... मैं भी तुम्हें अपने नयनों में समाये रखता हूँ..... तुम्हारे दुखों को हरने के लिऐ मैं तुम्हारे पास आ गया हूँ..... तुम तो मेरे अति लाडले... मीठे... प्यारे बच्चे हो..... मेरा सब कुछ तुम्हारे लिये ही तो है... अब मुझ पर प्राणेश्वर बाप की शक्तिशाली किरणें पड़ रही हैं... इन पावरफुल वायब्रेशन्स् को पाकर मैं आन्नद विभोर होता जा रहा हूँ..... प्यारे पिता से अपनी झोली भरकर अब मैं आत्मा... धीरे-धीरे परमधाम से नीचे आ रही हूँ... और प्रवेश कर रही हूँ अपनी साकारी देह में... मुझ आत्मा को अतिन्द्रिय सुख भास रहा है..... मेरा मन परमान्नद से भरपूर हो गया है..... मेरे सारे दुख-दर्द दूर हो गये हैं..... मुझे परमान्नद की गहन अनुभूति हो रही है..... मेरा जीवन पूर्णतया ईश्वरीय प्रेम से भर गया है..... अब मुझे सर्वात्माओं को इस परमात्म सुख का अनुभव कराना है..... यही मेरा इस साकार सृष्टि पर कर्त्तव्य बाकी रहा है.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 95 (विभिन्न स्वमानों का अभ्यास)

महावाक्यः- पहले यह चित्र निकालो कि मैं विशेष आत्मा, स्वमानधारी आत्मा, बापदादा की पहली रचना श्रेष्ठ आत्मा, बापदादा के दिल तख्तनशीन हूँ.....।

स्वमानः- मैं बापदादा द्वारा दिये हुऐ भिन्न-भिन्न स्वमानों को धारण करने वाली ताज, तिलक, तख्तनशीन आत्मा हूँ.......

गीतः- हम खुशनसीब कितने, प्रभु का मिला सहारा.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं इस संसार की सर्वश्रेष्ठ भाग्यवान आत्मा हूँ...... सारी दुनिया जिस भगवान को ढूंढ रही है..... जिसके दर्शन को प्यासी है...... वह भगवान रोज अमृतवेले मुझसे मिलन मनाते हैं..... पूरी दुनिया जिस भगवान को याद करती है...... वो भगवान मुझे याद करते हैं...... पूरी दुनिया जिस भगवान के गुणगान करती है..... वह भगवान मेरे दिव्य गुणों की धारणा का गुणगान करते हैं...... मेरी महिमा करते हैं..... मुझे आप समान कहकर मेरा मान बढ़ाते हैं...... मुझे सम्मान प्रदान करते हैं...... पूरी दुनिया जिसे प्यार करती है.... वो परमपिता परमात्मा अपना सम्पूर्ण प्यार रोज मुझ पर बरसाते हैं...... मैं कितनी न श्रेष्ठ... महान और भाग्यवान आत्मा हूँ.... जिसे भगवान ने अपना बना लिया है... जिस पर भगवान अपना सर्वस्व न्यौछावर कर रहे हैं..... संसार की करोड़ों आत्माओं में से भगवान ने मुझे चुना है...... मुझ पर वे अपने समस्त गुण और शक्तियों की वर्षा कर रहे हैं...... अपने श्रेष्ठ भाग्य के गुण गाओ..... ओहो! मेरा श्रेष्ठ भाग्य!!! जो पल-पल परमात्मा मेरे साथ हैं..... होगा कोई मुझसा भाग्यवान!!... जिसे मीठी लोरी दे सुलाते भी भगवान हैं... और अमृतवेले उठाते भी स्वयं भगवान हैं..... जिसे खिलाते भी भगवान हैं... और जिसके संग खेलते भी स्वयं भगवान हैं..... जो मेरे खुदा दोस्त हैं..... तीनों लोकों में मुझसे ज्यादा खुशनसीब और कोई नहीं..... अपने श्रेष्ठ भाग्य के कितने ना गुण गाऊँ मैं..... वाह रे मेरी खुशनसीबी..... वाह!! वाह!!... वाह!!...

ओम शान्ति्

ड्रिल - 96 (कल्पवृक्ष की जड़ में बैठकर सकाश देना)

महावाक्यः- थोड़े समय में सकाश द्वारा सर्वशक्तियाँ देनी पड़ेंगी और जो ऐसे नाजुक समय में सकाश देंगे, जितनों को देंगे, चाहे बहुतों को, चाहे थोड़ों को उतने ही द्वापर और कलियुग में भक्त उनके बनेंगे.....। जो शुरू में हुआ वह अभी अन्त में भी रिपीट होना है इसलिए अपनी मन्सा शक्ति को मन्सा सेवा को बढ़ाओ। उस समय भाषण आपका कोई नहीं सुनेगा, कोर्स कोई नहीं करेगा, हालतें ही गम्भीर होंगी.....।

स्वमानः- मैं ब्रह्मा बाप समान कल्प-वृक्ष की जड़ में बैठकर पार्ट बजाने वाला आधारमूर्त और उद्धारमूर्त पूर्वज हूँ.......

गीतः- विश्व के शुभ-चिन्तक बन परिवर्तन लाना है.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं पूर्वज हूँ... इस सृष्टि रूपी कल्प वृक्ष का आधारमूर्त और उद्धारमूर्त हूँ... बाबा ने मुझे कल्प-वृक्ष की जड़ में बिठाया है..... मुझ पर कितनी बड़ी जिम्मेवारी है..... मेरे एक-एक संकल्प के वायब्रेशन्स् कल्प-वृक्ष के एक-एक पत्ते तक जाते हैं..... मेरी श्रेष्ठ अवस्था... मेरे स्वमान-युक्त विचार... सारे कल्प-वृक्ष को श्रेष्ठ वायब्रेशन्स् देते हैं... बाबा ने हमें स्मृति दिलाई है कि... तुम पूर्वज हो...... तुम्हारा कर्त्तव्य है... सर्व आत्माओं को सकाश देना..... संसार की सर्व आत्माओं की दृष्टि तुम पर है..... तुम ही उनका कल्याण करने के निमित्त हो...... तुम्हारे द्वारा ही उन्हें मुक्ति-जीवनमुक्ति प्राप्त होनी है...... तो हम सब पूर्वज कल्प-वृक्ष की जड़ में बैठकर... सारे झाड़ को सुख... शान्ति... आन्नद... प्रेम और शक्ति की सकाश दें..... विजुअलाइज करें कि मम्मा, बाबा, दादियों और पवित्र ब्राह्मण परिवार के साथ कल्प-वृक्ष की जड़ में बैठकर.... पूरे कल्प-वृक्ष को सकाश दे रहा हूँ..... मेरे वायब्रेशन्स् कल्प-वृक्ष की एक-एक टाल-टाली और पत्ते-पत्ते तक पहुँचकर... सर्व आत्माओं रूपी पत्तों को पवित्र कर रहे हैं...... मैं मास्टर विश्व-कल्याणकारी हूँ..... सारे विश्व के कल्याण की जिम्मेवारी बाबा ने मुझे सौंप दी है..... बाबा ने जो गुण और शक्तियाँ मुझमें भरी हैं..... उन्हें मैं सारे विश्व को दे रहा हूँ..... मास्टर विश्व कल्याणकारी के श्रेष्ठ स्वमान में स्थित होकर... विश्व के ग्लोब को अपने हाथ में लेकर... सर्व आत्माओं को सकाश दें... बाबा ने विश्व का गोला मेरे हाथ में दे दिया है..... बाबा कहते हैं, बच्चे...! विश्व पर राज्य करना है... तो पहले विश्व-कल्याणकारी बन... सारे विश्व की आत्माओं का कल्याण करो..... सर्व दुखी और अशान्त आत्माओं को प्रकृति के पाँच तत्वों को... अपनी पावन दृष्टि... और पवित्र वायब्रेशन्स् से पावन बनाओ..... तो मैं मास्टर विश्व-कल्याणकारी आत्मा... बाबा से पवित्र किरणें लेकर... विश्व के ग्लोब को.. पवित्रता का सकाश दे रही हूँ..... समस्त विश्व को लाइट और माइट की सकाश देते हुऐ मैं स्वयं भी अब बाप समान फरिश्ता बनता जा रहा हूँ..... बाबा कहते हैं, बच्चे...!! तुम भी ठीक वैसे ही हो... जैसा मैं हूँ..... बाबा के समान मैं भी डबल लाइट... सर्व बन्धनों से मुक्त... सर्व गुणों वा सर्व शक्तियों से सम्पन्न बाप समान फरिश्ता बन गया हूँ..... अब मैं फरिश्ता रूप रचकर इस संसार से परे अपने अलौकिक वतन जा रहा हूँ..... और एक बाबा की याद और प्यार में समाकर उनके समान सम्पूर्ण बन रहा हूँ.....

ओम शान्ति

ड्रिल - 97 (श्रेष्ठ वृत्ति से वायुमण्डल बनाना)

महावाक्यः- हर एक को यह जिम्मेवारी लेनी है कि मुझे, मेरा काम है खास, दूसरे को नहीं देखना है, मेरा काम है शुभ वायुमण्डल बनाना.....।

स्वमानः- मैं पवित्र दृष्टि... शुभ वृत्ति से श्रेष्ठ वायुमण्डल रचने वाला मास्टर रचियता हूँ.......

गीतः- हम स्वर्ग धरा पर लायेंगे......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं चतुर्भुज हूँ..... निर्भीक... निडर... निश्चिंत हूँ..... मैं सम्पन्न हूँ..... मैं सम्पूर्ण हूँ..... बाप समान हूँ..... सदा बाप से कम्बाइण्ड हूँ..... विघ्न विनाशक हूँ.....

मैं लाइट के कार्ब में हूँ..... अव्यक्त वतनवासी फरिश्ता हूँ..... मैं सेवार्थ इस साकार लोक में अवतरित हुआ हूँ..... पाँच तत्वों से बना शरीर धारण कर पार्ट बजाता हूँ... और फिर से अव्यक्त होकर वापिस अपने वतन में लौट जाता हूँ..... संगमयुग के इस बेशकीमती समय में यही मुझ फरिश्ते का पार्ट है..... इस साकारी सृष्टि में मैं फरिश्ता... अपना लाइट का शरीर मर्ज कर यह पाँच तत्वों का बनी देह धारण करता हूँ... मेरा ये स्थूल शरीर लाइट के कार्ब में है... जैसेकि एक छाया का रुप है..... मैं आत्मा पाँच तत्वों के शरीर में होते भी इस साकारी दुनिया से उपराम हूँ..... लाइट का शरीर लेकर मैं सम्पूर्ण सृष्टि का भ्रमण कर रही हूँ..... पूरे विश्व का चक्र लगाकर मैं एक ऊँचे स्थान पर स्थिर हो जाती हूँ..... और अपने वरदानी स्वरूप में स्थित हो... सारे विश्व में प्रेम... सुख... शान्ति... और पवित्रता की किरणें बिखेर रही हूँ..... शक्तियों से भरी किरणें प्राप्त कर प्रकृति के पाँचों तत्व स्वच्छ... शीतल... बन रहे हैं..... सर्वात्मायें भी इन किरणों के प्रभाव से अपने दुखों को भूलती जा रही हैं... और सुख-शान्ति का अनुभव कर रही हैं..... वे अत्यन्त प्रसन्न होकर ऊपर नभ की ओर देख रही हैं..... शक्तियों से भरे इन वायब्रेशन्स् को अनुभव कर वे मन ही मन ईश्वर का धन्यवाद कर रही हैं..... उनके नयन प्रभु प्रेम को पाकर खुशी में छलक उठे हैं.... वे मेरे वरदानी स्वरूप में अपने ईष्ट का साक्षात्कार कर रहे हैं... वे भाव-विभोर होकर नृत्य कर रहे हैं..... वे अपने दुखों को भूल भरपूर सुख अनुभव कर रहे हैं.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 98 (सदा बाप की साथी आत्मा)

महावाक्यः- सभी से बापदादा यही चाहते हैं कि सदा बाप के साथ रहो, अकेले नहीं बनो। साथ रहेंगे तब साथ चलेंगे। अगर अभी कभी-कभी रहेंगे तो साथ कैसे चलेंगे! स्नेही, स्नेही को कभी भूल नहीं सकता। सारे दिन में यह अभ्यास करते रहो.....!

स्वमानः- मैं सदा बाप के साथ का अनुभव करने वाली साथी आत्मा हूँ.....

गीतः- ऐसा लगता है.. साथ-साथ में.. बाबा चलते हो.. हमारे साथ.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- चलेंगे बाबा की पहाड़ी पर..... बाबा कहते, बच्चे- तुम्हारे कदमों में पदम हैं..... मैं आत्मा अपने पिताश्री की शिक्षा प्रमाण... जा रही हूँ आकारी फरिश्ता रूप लेकर..... बापदादा मेरे साथ-साथ चल रहे हैं..... मेरी अंगुली पकड़कर मेरा मार्गदर्शन कर रहे हैं... बच्चे! तुम यहाँ पहली बार नहीं आये हो..... कल्प-कल्प तुम इसी प्रकार रूहानी यात्रा पर चलते रहे हो..... देखो तुम्हारे कदमों में पद्म ही पद्म हैं..... तुम जहाँ-जहाँ कदम रखते हो..... वहाँ ही पद्मों की कमाई जमा हो रही है..... तुम्हारे कदमों से निकलती ये शक्तिशाली वायब्रेशन्स्... धरती में भी शीतलता की तरंगें फैला रहे हैं..... धरती में समाती ये शीतल तरंगें... इस धरा को गहन शान्ति का अनुभव करा रही हैं..... तुम्हारी हरेक श्वाँस में बसी एक शिव पिता की मधुर याद... वायुमण्डल में पवित्रता की शक्तिशाली किरणें बिखेर रही है..... तुम्हारा कोमल हृदय ''मेरे तो शिवबाबा एक, दूसरा न कोई'' की निरन्तर याद लिये हुये है..... तुम्हारे हृदय में एक 'राम' ही बसते हैं... तुम स्वयं की चलन द्वारा बाप को प्रत्यक्ष करने वाले आधारमूर्त हो... क्या तुम्हें याद आ रहा है... तुम कल्प-कल्प इसी प्रकार मेरे हाथ में हाथ देकर... धरती को पापों के बोझों से मुक्त करने वाले... शिव बाप की सहयोगी आत्मा हो.... क्या तुम्हें याद आ रहा है मीठे बच्चे..... तुम ही हो... जिसके लिये मैं तुम्हारा अविनाशी पिता... कल्प-कल्प इस धरा पर अवतरित होता हूँ..... आओ मेरे लाडले... सिकिलधे बच्चे... आओ... अब अपने इस अविनाशी पिता से सर्व सम्बन्धों की अनुभव कर... उस अविनाशी परमात्म सुख का वर्सा लो..... आ जाओ मेरे कल्प-कल्प के पदमापदम भाग्यशाली बच्चे... आओ और अपने पिता की गोद में समा जाओ.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 99 (शिव साजन की सजनी)

महावाक्यः- प्यार का रिटर्न होता है समान बनना, सम्पन्न बनना, सम्पूर्ण बनना। तो अभी बापदादा एक ड्रिल बताता है, सभी कहते हैं बापदादा दोनों से प्यार है। दोनों से प्यार है तो शिव बाप है निराकारी, ठीक है और ब्रह्मा बाप है फरिश्ता...।

स्वमानः- मैं शिव साजन की सजनी हूँ......

गीतः- प्रभु प्रेम के दो आंसू, नैनों में भरके आये.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- आओ डूब जायें परमात्म प्रेम में..... प्यार एक बहुत ही खूबसूरत एहसास है... जिन्दगी का सबसे हसीन तोहफा... और मुझे इस जीवन में भगवान से प्रेम करने का मौका मिला... खुद खुदा ने आकर मुझे अपनी प्रियतमा बनाया.. जन्म-जन्म मुझसे मोहब्बत करते रहे हैं..... मैं इस सांसारिक दुनिया के चक्र में फंसकर उन्हें भूल गई... मगर उन्होंने हमेशा मेरा ख्याल रखा..... कदम-कदम पर मेरी रक्षा करते रहे..... मेरा साथ निभाते रहे..... मुझे सम्भालते रहे..... मेरी गुप्त पालना करते रहे.....

भगवान से प्यार करने का अधिकार मिला है मुझे..... ये मेरा परम सौभाग्य है... अविनाशी सुहाग मिला है मुझे... कौन होगी मुझ-सी सौभाग्यशाली सुहागिन... जिसका श्रृंगार स्वयं सुप्रीम पावर, आलमाइटी गॉड कर रहे हों..... रोज परमधाम से मुझसे मिलने आते हैं..... मेरे हर कदम में मेरे साथ..... मेरे पास... मेरा गाइड बनकर मेरे आगे-आगे चलते हैं.....

नयनों में प्रेम का काजल लगाकर पवित्र रूहानी दृष्टि दे दी..... मस्तक पर पदमापदम भाग्य का तिलक देकर..... मुझे अविनाशी सुखों का मालिक बना दिया..... हृदय में अपनी मूरत बिठाकर मुझे अपनी अर्धान्गिनी बना लिया..... मेरा रोम-रोम अपने प्रेम-रस से सराबोर कर.. अतिन्द्रिय सुखों के सागर में डुबो दिया... पवित्रता की लाईट और विश्व परिवर्तन की जिम्मेवारी का ताज देकर... मुझे एकदम हल्का और बेहद सेवा का अधिकारी बना दिया..... मेरा गाईड बनकर सदा मेरे आगे-आगे चलते हैं..... मेरा हरदम ख्याल रखते हैं..... मेरी एक पुकार पर दौड़े चले आते हैं मेरे पास... धन्य है मेरा यह संगमयुगी जन्म... यह मरजीवा जीवन... जो स्वयं परमात्मा मेरे साजन के रूप में मुझे मिले हैं..... आज इस कलहयुगी दुनिया में लोगों के पास महल... जेवर... सुख के अन्य सर्व साधन बिजली आदि सब कुछ है..... मगर मन का वो सच्चा सुख... सच्ची शान्ति नहीं है..... जो मेरे पास है... मैं जिसकी सम्पूर्ण अधिकारी हूँ... जो मेरा अविनाशी वर्सा बन गया है..... ओम शान्ति्

ड्रिल - 100 (सम्पूर्ण स्वरूप से सेवा)

महावाक्यः- जितना हो सकता है उतना बापदादा ने छुट्टी दे दी है, अगर 5 मिनट से ज्यादा करो, 10 मिनट नहीं हो सकता है तो 7 मिनट करो, 8 मिनट करो, 5 मिनट की भी छुट्टी है लेकिन अगर कोई भी समय 10 मिनट हो तो अच्छा है। ऐसा समय आयेगा जो आप लोगों को खुद अपने लिए और विश्व के लिए भी किरणें देनी पड़ेंगी। इसलिए बापदादा छुट्टी देते हैं, जितना ज्यादा समय कर सको, उतना प्रैक्टिस करो.....।

स्वमानः- मैं घड़ी-घड़ी विभिन्न स्वमानों की अभ्यासी आत्मा हूँ.......

गीतः- अपनी चिन्तन की धारा बदल दो.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं आत्मा दूरादेशी अर्थात् त्रिनेत्री हूँ..... मैं अपने मस्तक पर विराजमान दिव्य तीसरे नेत्र से तीनों लोकों और तीनों कालों को जानने वाला मास्टर त्रिकालदर्शी हूँ..... मैं देख रहा हूँ मेरा सूक्ष्म शरीर... मेरे इस दैहिक शरीर से निकलकर... ऊपर वतन की ओर जा रहा है... मैं साक्षी होकर देख रहा हूँ..... प्रकाश एवं शक्ति से भरपूर मेरा सूक्ष्म शरीर... धीरे-धीरे चलता हुआ ऊपर बादलों की ओर बढ़ रहा है..... अब मैं एक छोटी सी बदली पर सवार होकर अपने प्यारे पिता और अतिप्रिय परमधाम..... अपने घर की ओर जा रहा हूँ..... बादलों के बीच से गुजरते हुऐ मैं अवर्णनीय सुख का अनुभव कर रहा हूँ..... चारों ओर स्वतन्त्र विचरते बादलों के झुण्ड के झुण्ड.. मानों मेरे आने ही की राह देख रहे हों..... मैं उनके दिव्य अभिवादन को स्वीकार कर रहा हूँ.... उन्हें सशक्त एवं सतोप्रधान बनने के लिये सकाश दे रहा हूँ..... अब मैं बादलों के पार परमधाम की ओर जाते हुऐ समस्त ग्रहों एवं नक्षत्रों को सकाश दे रहा हूँ..... अब मैं परमधाम... शान्तिधाम में अपने प्यारे पिता परमपिता परमात्मा के पास जा रहा हूँ..... असीम शान्ति व सुनहरे लाल प्रकाश से ओत-प्रोत इस अद्भुत संसार में... मैं एक अनोखी एवं गहन शान्ति का अनुभव कर रहा हूँ.... मेरे सामने मेरे आत्मिक परमपिता शिव बाबा मुझे देख-देख... मुझ पर अपनी सर्वशक्तियों की बरसात कर रहे हैं... मैं समस्त शक्तियों को... स्वयं में समाता हुआ.... साकार लोक में उपस्थित प्रत्येक आत्मा तक पहुँचा रहा हूँ..... आत्मायें मुझसे निकलती शक्तिशाली किरणों को स्वयं में समाहित कर रही हैं..... अब मैं पुनः अपनी दैहिक दुनिया... दैहिक शरीर में लौट रहा हूँ.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 101 (व्यर्थ से परे समर्थ आत्मा)

महावाक्यः- ऐसे मन-बुद्धि को भटकाने वाली बातें आनी ही हैं.....।

स्वमानः- मैं सदा व्यर्थ से परे रहने वाली एकाग्रता की अभ्यासी आत्मा हूँ...

गीतः- मन को कितना सुहाना ठिकाना मिल गया.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मन में व्यर्थ संकल्पों का तूफान सा उठ रहा है..... चारों ओर की विकट परिस्थितियों के वायब्रेशन्स् मन-बुद्धि को अपनी ओर आकर्षित कर रहे हैं... कहीं तेज म्यूजिक का शोर... कहीं झगड़ों के कारण चीखते-चिल्लाते लोग.. कहीं व्यर्थ ही भागदौड़ करती मनुष्यात्मायें... एक अन्जानी सी रेस में लोग बिजी हैं..... एक अन्जाना सा डर लोगों को डरा रहा है..... उसी डर से दूर भागने का प्रयास करते लोग इधर-उधर दौड़ रहे हैं..... व्यर्थ की सामग्री इकट्ठी करते फिर रहे हैं..... पीछा छुड़ाने के प्रयास में तरह-तरह के टोटकों... तन्त्रों-मन्त्रों... पंडितों... मौलवियों का सहारा ले रहे हैं..... कुछ ऐसे ही भयानक... निगेटिविटी से भरे वातावरण के वायब्रेशन्स्, मुझ ब्राह्मण आत्मा के चारों ओर हर वक्त विद्यमान हैं.. परन्तु मेरा ब्राह्मण जीवन इन व्यर्थ संकल्पों से बिल्कुल सुरक्षित है..... ऐसे वायब्रेशन्स् का प्रभाव मेरे जीवन पर नहीं पड़ सकता... मेरे मन में एक परमात्मा की याद सदा ही समाई हुई है... मेरे हृदय में एक परमधाम वासी राम ही बसते हैं..... चलते हैं परमधाम में बीजरूप शिवबाबा के पास... देह की दुनिया को छोड़ आत्मा उड़ रही है परमधाम की ओर... पल में मन-बुद्धि को एकाग्र कर... मैं अपने अनादि बीजरूप अवस्था में... अपने घर परमधाम में हूँ... नव सृष्टि के रचयिता शिवबाबा मेरे सम्मुख हैं... मैं संकल्पों से परे उनके सामने बैठा हूँ... और देख रहा हूँ निराकार बाबा को... सर्वशक्तिवान से असंख्य शक्तिशाली किरणें मेरी ओर बह रही हैं... मैं स्वयं में इन किरणों को समा कर रहा हूँ... ये शक्तियाँ मुझमें भरती जा रही हैं..... सर्व शक्तियाँ स्वयं में समाकर.. मैं उड़ चला सूक्ष्म वतन की ओर... जहाँ मेरा सूक्ष्म शरीर सम्पूर्ण स्वरूप में स्थित है... आकारी देह में प्रवेश कर मैं फरिश्ता विश्व के ग्लोब पर बैठ जाता हूँ..... और समस्त विश्व को सर्व शक्तियों की किरणें दे रहा हूँ..... परमात्म शक्ति से सम्पन्न किरणें विश्व में हरियाली बिखेर रही हैं..... हर तरफ का तमोगुणी वायुमण्डल परिवर्तित होता जा रहा है..... प्रकृति फिर से सतोगुणी बन रही है... हर तरफ हरियाली ही हरियाली नजर आ रही है..... अब मैं फरिश्ता साकारी दुनिया में अवतरित हो रहा हूँ... और अपनी साकारी देह को धारण कर रहा हूँ.... यह मेरा संगमयुगी ब्राह्मण चोला है... जिसे सेवार्थ मुझे धारण कर विश्व सेवाधारी का पार्ट बजाना है.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 102 (बिन्दु रूप में टिकने का अभ्यास)

महावाक्यः- सभी के क्लासेज में यह होमवर्क है इसकी रिजल्ट बापदादा के पास आयेगी तो देख लेंगे, इससे पता पड़ेगा कि आप 108 या 16000 की माला, उसके अधिकारी हैं। सेकण्ड में, रोज की दिनचर्या में कितना सफल हुऐ उससे पता पड़ेगा कि आप किस योग्य हैं.....।

स्वमानः- मैं सेकण्ड में बिन्दु बन... बिन्दु बाप से मिलन मनाने वाली विजयमाला की अधिकारी आत्मा हूँ.......

गीतः- Any Silent Tune......

योगाभ्यास/ड्रिलः- अशरीरी बन शान्त हो जाओ..... एकदम शान्त..... डीप साइलेन्स् में चले जाओ..... देह अथवा देह से जुड़ी बातें तो क्या... देह होती भी है इस भान से भी एकदम परे..... न्यारे... विदेही... निराकार... बीजरूप अवस्था के सिवाय कोई भान ही नहीं..... मैं हूँ ही निराकारी दुनिया में रहने वाली निराकारी आत्मा..... बीजरूप... बिन्दी... स्टार मिसल लाल प्रकाश की दुनिया सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड में सफेद सितारे-सा चमकता एक ज्योति पुंज..... सम्पूर्ण... निर्विकारी... परम पवित्र अवस्था को प्राप्त... प्रैक्टिकल पवित्र स्वरूप... मन... बुद्धि...संस्कार... पूर्णतया मर्ज रूप में... सामने हैं बीजरूप पिता शिव... सम्पूर्णता के सागर... पवित्रता के सागर... गुणों एवं सर्व शक्तियों के अखुट भण्डार... ज्ञान सागर... पारसनाथ... अकालमूर्त... सत-चित्त-आन्नद स्वरूप... एकदम शान्त मगर सर्व शक्तियों के स्त्रोत... मुझ स्टार को उन्हें सामने पाकर कुछ सूझ ही नहीं रहा... कोई संकल्प ही नहीं... सोच से बिल्कुल परे... एकदम र्निसंकल्प अवस्था... बस, बाप और मैं... ना कोई संकल्प... ना कोई प्रश्न... ना कोई फिक्र... ना ही कुछ और... डैड (Dead) साइलेन्स स्टेज का सहज और स्पष्ट अनुभव..... अनुभूतियों की अथॉरिटी बन गया हूँ मैं..... बीजरूप बाप की मास्टर बीजरूप सन्तान... मैं सम्पूर्ण आत्मा हूँ... कैसा निराला अनुभव है यह... इस अवस्था में अतिन्द्रिय सुख भास रहा है मुझे..... यह मेरा सम्पूर्ण अनादि स्वरूप है... अब मैं चलता हूँ अपने राज्य... नई दुनिया... स्वर्ग की ओर... और प्रवेश कर रहा हूँ अपनी पूर्णतया सतोप्रधान देह में... इस स्वर्णमयी धरा पर यह मेरा प्रथम अवतरण है..... सम्पूर्ण सतोप्रधान चोले में अवतरित मैं देवकुल की सर्वश्रेष्ठ आत्मा... इस सृष्टि मंच पर अपना नया पार्ट आरम्भ कर रही हूँ..... देवात्मायें मेरे अवतरण का उत्सव मना रही हैं..... वे अत्यन्त प्रसन्न मुद्रा में नृत्य कर रही हैं... अब मैं आत्मा अपने पूज्य स्वरूप का अनुभव कर रही हूँ... मन्दिरों... शिवालयों में भक्तगण मेरी भव्य मूर्ति स्थापन कर रहे हैं... वे अपने ईष्ट की मूर्ति का प्राण-प्रतिष्ठा समारोह मना रहे हैं... वे ढोल-मंजीरें आदि बजा- बजाकर अपनी खुशियाँ प्रकट कर रहे हैं..... मेरी जड़ मूर्ति से सर्व भक्तों पर शान्ति.. शक्ति.. और प्रेम भरी किरणें फूट रही हैं..... वे मेरी मूर्ति के दर्शन मात्र से तृप्त हो रहे हैं.... अब मैं पुनः चल पड़ती हूँ अपने सर्वोत्तम ब्राह्मण जन्म की ओर... मेरा यह दिव्य अलौकिक जन्म स्वयं परमात्मा पिता शिव के मुख कमल से हुआ है..... स्वयं उन्होंने मुझे कोटों में से चुनकर अपना बनाया है... मेरा भाग्योदय किया है..... मुझे शूद्रकुल से उठाकर ईश्वरीय कुल का भाती बनाया है.... मेरा सर्वश्रेष्ठ भाग्य... कितना न नाज करूँ मैं अपने इस भाग्य पर... जो परमात्म सन्तान कहलाने का अधिकार मिला है मुझे..... अब मुझ ब्राह्मण सो फरिश्ता बच्चे का इस धरा पर पार्ट पूरा होने को है..... और फिर से मुझे परमात्मा पिता निराकार शिवबाबा के साथ... निराकारी अवस्था को प्राप्त कर उनके धाम को लौट जाना है.....

ओम शान्ति्

<u>ड्रिल - 103 (सर्व सम्बन्ध एक बाप से)</u>

महावाक्यः- जब भी कोई ताकत कम हो जाये ना तो सदा बाप के सम्बन्ध, कितने सम्बन्ध हैं कभी बाप, कभी बच्चा भी बन जाता है। कभी बाप तो कभी सखा भी बन जाते हैं। इसलिए या सम्बन्ध याद करो या प्राप्तियाँ याद करो.....।

स्वमानः- मैं बापदादा से सर्व सम्बन्धों का अनुभव करने वाली खुशनसीब आत्मा हूँ.......

गीतः- तुम्हीं हो माता, पिता तुम्हीं हो... तुम्हीं हो बन्धु, सखा तुम्हीं हो......

योगाभ्यास/ड्रिलः- बापदादा के साथ सर्व सम्बन्धों का अनुभव......
पिता रूप में अनुभव - सफेद प्रकाश की काया में विराजमान प्यारे बाबा बाहें पसारे मुझे बुला रहे हैं..... अपनी गोदी में समाने के लिऐ..... बन जायें नन्हा फरिश्ता और उड़कर चलें जाये बाबा की गोद में..... ओऽऽहो बाबा!! मेरा परम सौभाग्य है जो मैं आपकी गोद में बैठ सका..... मैंने तो कभी स्वप्न में भी नहीं सोचा था... ख्वाबों... ख्यालों में भी नहीं था कि आपसे ऐसे मिलन मनाऊँगा..... मैं तो आपको भूल ही गया था... आपका ये अगाध प्रेम... ये मीठी-मीठी समझानी... सब कुछ मेरे जीवन से दूर हो गया था..... मैं तो अपने निजधाम... अपने घर को... यहाँ तक कि अपने आप को भी भूल गया था..... दुखी होकर यहाँ-वहाँ भटक रहा था..... आपने मुझे अपना परिचय देकर... मुझे अपना सिकीलधा बच्चा बनाया... प्यारे बाबा! मैं आपका आज्ञाकारी बच्चा बन... आपका नाम जरूर बाला करूँगा.....
माता रूप में अनुभव - बाबा! आप मेरी प्यारी मम्मा भी हो... माँ बनकर आप मेरा पूरा ख्याल रखती हो..... मुझे सवेरे-सवेरे उठाकर स्नेह और शक्तियों से मेरी पालना करती हो.... ब्रह्मा माँ के रूप में दिन भर मेरा ख्याल रखती हो... शक्तियाँ भरकर मुझे ब्रह्मा भोजन कराती हो... मेरा कितना ख्याल रखती हो... मैं भी आपके मातृत्व का रिटर्न अवश्य ही करने का पूरा प्रयास करूँगा.....
शिक्षक रूप में अनुभव - मेरे प्यारे बापदादा को शिक्षक के रूप में पाकर मेरा जीवन ही बदल गया... तीनों लोकों... तीनों कालों का वह ज्ञान... जो बड़े-बड़े फिलॉसाफर... बड़े-बड़े वैज्ञानिक... बड़े ते बड़े शास्त्रज्ञ-वेदज्ञानी... के पास भी नहीं है... आपने मुझे कितना साधारण रीति से सब ज्ञान देकर मुझे भी मास्टर

त्रिनेत्री... मास्टर त्रिकालदर्शी मास्टर त्रिलोकीनाथ बना दिया..... वाह मेरा श्रेष्ठ भाग्य! जो आप मुझे मिले.....

सतगुरू रूप में अनुभव- बाबा! आप मेरे सतगुरू भी हो... अनेकों झूठे बनावटी.. गुरूओं के चक्कर में पड़कर आज मनुष्य धर्मभ्रष्ट-कर्मभ्रष्ट हो गया है... अपने सच्चे सतगुरू को भूल जगह-जगह भटक रहा है... मैं कितना सौभाग्यशाली हूँ... कि आपने मुझे मुक्ति-जीवनमुक्ति का सहज रास्ता बता दिया... मेरा भटकना बन्द करा दिया... आपको पाकर मुझे सर्व वरदानों का वर्सा मिल गया... श्रेष्ठ ते श्रेष्ठ मनमनाभव का मन्त्र मिल गया..... मेरी सब इच्छायें पूरी हो गयीं बाबा.....

सखा/बन्धु रूप में अनुभव - बाबा! आपसे सर्व सम्बन्धों का रस पाकर तो मैं निश्चिंत ही हो गया हूँ..... जीवन बड़ा ही सहज... खेल के समान प्रतीत हो रहा है..... मेरे खुदा दोस्त बनकर आप हर पल मेरे साथ रहते हो... जीवन की हरेक परिस्थिति में आप मेरे साथी हो... तो मैं क्यों व्यर्थ चिन्ता करूँ..... आप ही मेरे मन के मीत हो..... मेरे सुख-दुख के साथी हो..... मैं पल-पल आपके साथ का अनुभव करता हूँ बाबा... कितना सुन्दर अनुभव है यह.....

स्वामी के रूप में अनुभव - बाबा! आप ही मेरे अविनाशी साजन भी हैं..... मेरे माशूक... मेरे स्वामी हो... आप ही मेरा संसार हो... हे प्राणेश्वर... हे मेरे मन के सच्चे मीत... आपकी प्रीत पाकर मेरा जीवन धन्य हो गया..... मैं स्वप्न में भी आपसे दूर रहने का संकल्प नहीं कर सकती... आपसे दूर होने के संकल्प मात्र से ही मेरी रूह काँप उठती है... मैं स्वप्न में भी आपसे जुदाई नहीं सह सकती... आप मेरे जीवन की श्वांस बन गये हो बाबा... मैं जानती हूँ आप अन्तिम घड़ी तक मेरे साथ रहेंगे... मेरा साथ निभाते रहेंगे.....

बालक के रूप में अनुभव - बाबा! आपसे मेरा बालक का सम्बन्ध भी है... मैंने आपको अपना बच्चा बनाकर अपना सब कुछ आप पर अर्पण कर दिया है..... मेरा तन.. मन.. धन.. संकल्प.. श्वांस सब कुछ आप पर न्यौछावर है बाबा..... आप ही मेरे वारिस हो बाबा... और मैं भी आपका ही हूँ... आप ही मेरे सर्वस्व हैं बाबा.....

बागवान...माली...खिवैया रूप में अनुभव- मीठे बाबा! आप मेरे जीवन के खिवैया हो... आप ही इस नाजुक कली को रूहानी खुशबूदार गुलाब बनाने वाले माली हो... आप बागबान की बगिया का मैं एक नन्हा सा फूल हूँ... आपकी श्रीमत को पूर्णतया पालन कर मैं आप समान बन सकूँ..... अब तो बस एक यही मेरी इकलौती तमन्ना बाकी रही है..... जल्द से जल्द आप समान बन अपना सर्वस्व विश्व की सेवा में सफल कर लूँ..... और मुझे देवता बनाने वाले परमात्मा बाप को विश्व में प्रत्यक्ष कर सकूँ.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 104 (कर्मेन्द्रियों की मालिक)

महावाक्यः- मन-बुद्धि-संस्कार के ऊपर पूरा ही अधिकारी हो, इसको कहा जाता है स्वराज्यधारी। जो आर्डर करो उसी प्रमाण यह कार्य करने के लिए निमित्त है। लेकिन इसके लिये चलते-फिरते कार्य करते मालिकपन का नशा होना चाहिए.....।

स्वमानः- मैं अपने मन... बुद्धि... और संस्कार की पूर्णतया मालिक स्वराज्यधारी आत्मा हूँ.......

गीतः- आत्म चिन्तन करो, प्रभु का चिन्तन करो.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं बिन्दु आत्मा परमधाम में शिवपिता के सम्मुख हूँ..... मुझ आत्मा की तीनों शक्तियाँ, मन... बुद्धि... और संस्कार इमर्ज हो रही हैं..... ऊपर ज्योर्तिबिन्दु आत्मा और उसके तीनों आरगन्स्... मन.. बुद्धि.. एवं संस्कार पिता शिव के सामने हैं....... अब मैं बाबा से इन तीनों आरगन्स् को शुद्ध एवं स्वच्छ बनाने के लिए पवित्रता सम्पन्न किरणें ले रही हूँ..... बीजरूप शिवबाबा से ज्वालास्वरूप शक्तिशाली किरणें निकलकर मुझ पर पड़ रही हैं.... और मुझसे होकर तीनों आरगन्स् पर जा रही हैं..... शक्तिशाली किरणों का निरन्तर प्रवाह मुझ आत्मा के मन... बुद्धि... और पुराने विकारी संस्कारों का शुद्धिकरण कर रहा है..... उनका रूप परिवर्तित होता जा रहा है..... मन अति शुद्ध होकर शान्त होता जा रहा है..... मन में उठने वाली लहरें मन्द पड़ रही हैं..... मलिन बुद्धि स्वच्छ होती जा रही है..... पवित्र बनती जा रही है..... ज्वाला स्वरूप किरणों के पड़ने से विकारों रूपी किचड़ा भस्म होकर... समाप्त होता जा रहा है..... मन में सुन्दर विचार जागृत हो रहे हैं..... बुद्धि दिव्यता से भरपूर बन रही है... मुझमें दैवी संस्कारों का प्रादुर्भाव हो रहा है..... मैं सहज ही अपने अनादि स्वरूप की अनुभूति कर रही हूँ..... यही मेरा अनादि सो आदि देवताई स्वरूप है... तब मैं आत्मा पूर्णतया अपने मन... बुद्धि... और संस्कारों की मालिक थी... कैसा भी अशुद्ध विचार मन को छू भी नही सकता था... मैं पुनः अपने उन्हीं संस्कारों का सहज अनुभव कर रही हूँ... अब मैं आत्मा शुद्ध एवं स्वच्छ होकर पुनः नीचे धरा पर आ रही हूँ... और अपनी देह में प्रवेश कर रही हूँ.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 105 (सर्व गुणों एवं शक्तियों द्वारा सेवा)

महावाक्यः- कोई न कोई सेवा में मन से शक्तियाँ देने की, मुख से वाणी की सेवा, कर्म में गुणों से सेवा, सम्बन्ध-सम्पर्क में खुशी देने की सेवा, इस भिन्न-भिन्न सेवाओं में मन को बिजी रखो। सदा अपने मन को व्यर्थ संकल्पों के बजाए अब दुःखी आत्माओं को, चाहे ब्राह्मण हैं या कोई भी हैं, डिस्टर्ब आत्मा को सहयोग दो.....।

स्वमानः- मैं सर्व सिद्धि-स्वरूप... विघ्न-विनाशक आत्मा हूँ......

गीतः- कोई नहीं है शत्रु तेरा, फिर क्यूं है मन में डर का बसेरा......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं सर्वशक्तिवान् पिता शिव की सन्तान मास्टर सर्वशक्तिवान् आत्मा हूँ..... मैं विघ्न-विनाशक हूँ..... मुझमें बापदादा द्वारा प्रदान की हुई अनमोल सर्वशक्तियाँ समाहित हैं..... इन शक्तियों के रहते मुझ पर कैसी भी आसुरी विनाशी शक्तियाँ प्रहार नहीं कर सकतीं..... ये परमात्म शक्तियाँ सदैव छत्रछाया बनकर मेरे साथ रहती हैं..... मेरा विघ्न-विनाशक स्वरूप सहज ही मुझे सभी विघ्नों से पार करा देता है..... मैं अपने अनादि स्वरुप में स्वयं को सहज ही स्थित कर... इस साकारी दुनिया के आसुरी सम्प्रदायों द्वारा रची हुई... विकट ते विकट परिस्थिति को भी... अति सरलता से पार कर लेता हूँ..... मैं आजकल की दुनिया में व्याप्त तन्त्र-मन्त्र द्वारा... उत्पन्न की जाने वाली विकट समस्याओं में भी... बड़ी सरलता से उन पर विजय प्राप्त कर लेता हूँ..... किसी भी प्रकार के तन्त्रों-मन्त्रों का मुझ पर कोई प्रभाव पड़ नहीं सकता..... मैं सदा ऑलमाइटी अथॉरिटी... सर्वशक्तिमान शिव पिता की छत्रछाया में पलने वाला बापदादा का अतिप्रिय सिकिलधा बच्चा हूँ..... मैं ही आसुरी संस्कारों का विनाश कर... असुरों पर विजय प्राप्त करने वाली असुर संहारिणी अर्थात् महाकाली हूँ... मेरे महाकाली स्वरूप के आगे संसार की कोई भी आसुरी प्रवृत्ति प्रभावहीन हो जाती है..... दुखदायी रिद्धि-सिद्धि को प्राप्त करने वाले आसुरी प्रवृत्ति के मलेच्छ मनुष्यों को.. मेरा महाकाली स्वरूप पलभर में भस्म कर देता है... मैं निर्भय हूँ... निर्वैर हूँ... मास्टर महाकाल हूँ.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 106 (सिर्फ लेना नहीं, देते चलो)

महावाक्यः- थोड़ी सी सेवा करो, समय निकालो क्योंकि आपके पास संकल्प शक्ति तो है ही। सिर्फ जो बाप से मिला है वह अपने भाई-बहिनों को भी दो.....।

स्वमानः- मैं परमात्मा बाप समान विश्व सेवाधारी आत्मा हूँ.......

गीतः- करें प्रतिज्ञा साथ सबको मिलके चलना है........

योगाभ्यास/ड्रिलः- मीठे बाबा... आज मेरे लिये बेहद खुशी का दिन है....... जो आप परमात्म संदेश देने की सेवार्थ मुझे चुनकर... सेवा पर भेज रहे हैं....... बाबा मैं आपकी बच्ची आप द्वारा दिये गये निर्देशानुसार... आपके मार्गदर्शन में... सर्व आत्माओं के पिता परमात्मा का परिचय देने का कर्त्तव्य... पूर्ण निष्ठा एवं लगन से करने का पुरुषार्थ करूँगी....... विश्व की सभी आत्मायें मेरे रूहानी भाई-बहन हैं....... सर्व के प्रति मेरी यही शुभ-भावना है..... कि सबको अपने अविनाशी पिता का परिचय मिल जाये...... और वे कल्प-कल्प अनुसार... अपने मुक्ति-जीवनमुक्ति के वर्से के अधिकारी बन..... विनाश की इस अन्तिम घड़ी में सर्व प्रकार के कर्म बन्धनों से मुक्त हो..... अपने असली घर शान्तिधाम की राह लें....... मेरे मीठे बाबा..... मैं जानती हूँ कि इस सेवा के मार्ग पर हर घड़ी... हर समय आप मेरे साथ रहेंगे.... अगर कहीं भी मुझको सेवा करते... किसी भी प्रकार की हलचल की महसूसता होगी.... तो आप मेरे मार्गदर्शन के लिये सदा मेरे संग रहेंगे...... बाबा, मैं आपको पूर्ण विश्वास दिलाती हूँ.... कि मैं पूर्णतया योगयुक्त वा अन्तर्मुखी रह.... सेवा का पार्ट बजाने का पुरुषार्थ करूँगी....... बाबा! आपने मुझे संगठन में रहते सदा "पहले आप" का जो पाठ पक्का कराया है..... उसका भी मैं ख्याल रखूँगी और सदा ही "पहले आप" की विधि द्वारा.. अपने साथी-सहयोगियों को आगे रखने का प्रयत्न करूँगी....... मैं अपने योगयुक्त मन..... रूहानियत से सम्पन्न चेहरे...... अपनी पवित्र दृष्टि-वृत्ति.... और फरिश्तेपन की चलन द्वारा..... आपको प्रत्यक्ष करने का पुरुषार्थ करूँगी.......

ओम शान्ति्

ड्रिल - 107 (ज्वाला स्वरूप द्वारा संस्कार भस्म करना)

महावाक्यः- ज्वालामुखी योग की आवश्यकता अभी आवश्यक है। ज्वालामुखी योग अर्थात् लाइट-माइट स्वरूप शक्तिशाली, क्योंकि समय प्रमाण अभी दुःख, अशान्ति, हलचल बढ़नी ही है इसलिए अपने दुःखी, परेशान आत्माओं को विशेष ज्वालामुखी योग द्वारा शक्तियाँ देने की आवश्यकता पड़ेगी। दुख अशान्ति के रिटर्न में कुछ न कुछ शक्ति, शान्ति अपने मन्सा सेवा द्वारा देनी पड़ेगी। ज्वालामुखी योग द्वारा ही जो भी संस्कार रहे हुऐ हैं वह भी भस्म होने हैं.....।

स्वमानः- ज्वालामुखी योगाभ्यास द्वारा दृढ़ संकल्पों का मजबूत किला बनाने वाली, लाइट-माइट स्वरूप तपस्वी आत्मा हूँ.......

गीतः- तेरी याद का दीप जले मन में, इक ज्योत जगे इस जीवन में.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- बैठ जायें कमल आसन पर... देह से न्यारा बन... देही अवस्था में... स्थित हो जायें सहज योग मुद्रा में... अपने चारों ओर श्रेष्ठतम... दृढ़ संकल्पों के चार (4) पिलर्स (स्तम्भ) खड़े कर लें..... मेरे एक ओर ज्ञान से निर्मित एक सत बाप के संग का पिलर है... वहीं दूसरी ओर पवित्रता के दृढ़ व्रत से निर्मित योग का पिलर है..... तीसरी ओर दिव्य गुणों की धारणा-युक्त मजबूत स्तम्भ है और चौथी तरफ शुद्ध आचार-विचारों का बनाया हुआ महत्वपूर्ण पिलर खड़ा है..... अनुभव करें अपने ऊपर शिवबाबा की सर्वशक्तियों से सम्पन्न किरणें छत्रछाया के रूप में..... मैं इन श्रेष्ठ शक्तियों से भरपूर एक मजबूत किले में पूर्णतया सुरक्षित हूँ..... ऊपर से निरन्तर शिवबाबा की शक्ति सम्पन्न किरणें मुझ पर आ रही हैं..... मैं इन किरणों में नहा रहा हूँ..... मेरी देह लुप्त होती जा रही है... और प्रकाश की काया में बदल रही है..... धीरे-धीरे मैं इस प्रकृति से न्यारा हो... लाइट का शरीर में आ गया हूँ..... मेरी काया प्रकाशवान होकर चमक रही है..... मैं स्वयं को लाइट के साथ-साथ माइट स्वरूप अनुभव कर रहा हूँ..... इस लाइट के शरीर पर किसी भी प्राकृतिक हलचल का प्रभाव नहीं पड़ सकता..... परमात्म छत्रछाया में सुरक्षित मेरा यह घर... मुझे दुनिया की हर प्रकार की हलचल या विकट परिस्थितियों से बचाने में सक्षम है..... अब मैं अपने लाइट-माइट स्वरूप में स्थित होकर बाबा की दी हुई सर्वशक्तियों को सारे विश्व में भेज रहा हूँ..... मेरा शक्तिशाली रूप विश्व में व्याप्त विकारों रूपी किचड़े को जलाकर खाक कर रहा है..... विकारों और निगेटिविटी से भरा व्यर्थ संकल्पों रूपी किचड़ा जलकर भस्म हो रहा है..... और एक स्वच्छ वा पवित्र वायुमण्डल बनता जा रहा है..... विश्व की आत्मायें इन किरणों को सहज अनुभव कर रही हैं..... उन्हें परमात्म शक्ति का आभास हो रहा है..... उनके चित्त शान्त होकर मन बुद्धि को एकाग्र बना रहे हैं..... यह एकाग्रता उन्हें परमात्म कशिश का एहसास करा रही है..... वे परमात्म दर्शन की आस में नभ की ओर निहार रहे हैं..... पूरा आकाश तत्व परमात्म किरणों से भरकर लाल हो गया है..... और करोड़ों की संख्या में बाबा से सर्व शक्तियों की किरणें सारे विश्व में बिखरने लगी हैं..... सभी जीवात्मायें... प्रकृति के पाँचों तत्वों समेत इन किरणों को स्वयं में समा रही हैं..... और अपने दुःख-दर्द... अशान्ति को भूल परमात्म प्यार में डूबकर आन्नदोत्सव मना रही हैं... वे अपने प्रभु का साक्षात्कार कर रही हैं.. और खुशी-खुशी इस विकारी देह के बन्धनों से मुक्त होकर अपने घर लौट रही हैं.....

ओम शान्ति्

ड्रिल - 108 (सम्पूर्ण पवित्र आत्मा)

महावाक्यः- पवित्रता सर्व प्राप्तियों का आधार है, पवित्रता से आप सभी मास्टर सर्वशक्तिमान बन गये.....।

स्वमानः- मैं परम पवित्र आत्मा हूँ.......

गीतः- पवित्रता का हृदय कुँज में ऐसा पुष्प खिला.......

योगाभ्यास/ड्रिलः- मैं तो एक ज्योति बिन्दु आत्मा हूँ..... शरीर से अलग... देह की दुनिया से न्यारी... ज्योति के देश परमधाम की रहवासी हूँ..... आत्मा ना सोच सकती है... ना देख सकती है... ना ही कोई और कर्म कर सकती है... तब, जबकि वह देह से अलग विदेही अवस्था में है..... अपने पवित्र स्वरूप में है..... अपने निजधाम में रहती है... एकदम शान्त... र्निसंकल्प... सर्व बन्धनों से मुक्त... कर्मातीत... सर्वशक्तियों से सुसज्जित... विभिन्न अलंकारों से सजी हुई... देह की दुनिया से विस्मृत... परम पवित्र सम्पूर्ण स्टेज में... अपने घर में विश्राम पाती है.... अनुभव करें स्वयं को परम पवित्र स्वरूप में..... पवित्रता से सम्पन्न मैं आत्मा... परमधाम में बीजरूप बाप के सम्मुख हूँ..... बाप समान स्टेज में हूँ... मास्टर सर्व शक्तिवान हूँ..... अब अपने मुक्तिदाता स्वरूप को इमर्ज करें..... बाप समान मुझ आत्मा की दृष्टि पड़ते ही आत्मायें... अपने जन्म-जन्म के विकर्मों के बोझ से मुक्त होकर... अपनी ओरिजनल स्टेज को प्राप्त कर रही हैं... वे स्वयं को सहज ही कर्मबन्धन मुक्त अनुभव कर रही हैं... मेरी एक सेकण्ड की दृष्टि मात्र से ही आत्मायें अपने ६३ जन्मों के हिसाब- किताब से पूर्णतया मुक्त हो रही हैं..... वे मुझमें अपने ईष्ट... अपने मुक्तिदाता का साक्षात्कार कर रही हैं..... वे खुश हो रही हैं... वे तृप्त हो रही हैं... उनमें सतोप्रधान भक्तिभाव जागृत हो रहा है..... वे भक्तिभाव में पूर्णतया डूबकर भिन्न-भिन्न साज बजाकर पूजन कर रही हैं..... आरतियाँ गा रही हैं..... मन्त्रोंच्चारण कर रही हैं..... वे अपने ईष्ट का दर्शन कर आन्नदित हो रही हैं... उनका जय-जयकार कर रही हैं..... अब मेरा हाथ वरदानी मुद्रा में उठकर उन्हें वरदानों से भरपूर कर रहा है... उन पर सुख... शान्ति... प्रेम... और पवित्रता की किरणें बरसा रहा है..... आत्मायें सर्व किरणों को पाकर सन्तुष्ट हो रही हैं..... धीरे-धीरे वे शान्त होती जा रही हैं... जैसेकि उन्हें सब कुछ मिल गया हो... उनकी जन्मों-जन्मों की प्यास बुझ गई हो..... सर्व को भरपूर कर अब मैं पुनः अपनी बीजरूप अवस्था में स्थित हो रहा हूँ.....

ओम शान्ति्

::: कुछ खास :::

बाप को याद करना सीखना है......

खुदा के बन्दे! खुदा से खुदा-सी मोहब्बत कर ले,
खुदा, खुद तुझे खुदी-सा (बाप समान) बना देगा!!!

प्यारा बाबा, मीठा बाबा, बस कोई और नहीं,
　　इक तेरे सिवा इस दिल को कुछ याद नहीं!
तेरी तमन्ना ने यूं नवाजा है मेरी जिन्दगी को,
　　बाकी हसरत- ए -तमन्ना कोई तेरे बाद नहीं!!

हैं और भी इम्तेहां इस राह में,
　　अभी तो बस सफर का इरादा किया है!
पा ही लेंगे मंजिल भी एक दिन,
　　दुनिया से जुदा होके तुझपे इस जां को फिदा किया है!!
ना हारेंगे हौसला उम्र भर,
　　किसी और से नहीं, खुद से ये वादा किया है!!!

जो आत्म-अभिमानी हैं, वे ही सम्पूर्ण ज्ञानी हैं।

योगबल जमा करने की रूहानी ड्रिल सीखनी है ।

एक बाप के प्यार में मग्न होना ही सम्पूर्ण ज्ञान है।

निश्चय है तो नशा है, नशा है तो अवस्था है, अवस्था है तो प्राप्ति है।

जो बच्चे मुझे बहुत याद करते हैं, उन्हें मैं वतन में बुलाकर उनसे रूहरूहान करता हूँ......

जो बच्चे ज्ञान और योग में बहुत तीखे हैं, सतयुग की पहली राजाई उन्हें ही मिलती है......