

ओम शांति,

हम सभी ऐसी आत्माएं हैं जिन्हें भगवान् प्यार करता है, क्या देखा उसने हममें? क्या देखा? प्यार ऐसे ही तो नहीं करेगा भगवान् । जो प्यार का सागर है ऐसे तो उसका प्यार सब के लिए ही है फिर भी हम सब से वोह बहुत प्यार करता है, करता है? माताओ का क्या अनुभव है? या सिर्फ कहने के लिए है, करता है? क्या देखा उसने हम में? क्या देखा? सरलता देखि और प्यार ही तो किया अपना बनाया किसीको अपने कार्य में लगा दिया, हम तो भगवान् पर कुर्बान हुए हैं पर कुछ आत्माओ पर वोह भी कुर्बान हो गया और उसने अपनी सारी शक्तियां भी कुर्बान कर दी । तो कुछ देखा होगा ना? योग्यताएं देखि सब के अंदर, देखा कि येही आत्माएं मेरे काम कि है, मेरा काम करेगी । भगवान् को भी जब जरूरत पड़ी ना, भक्ति में भी यह मान्यताएं चली आयी है कभी कभी भगवान् को भी जरूरत पड़ जाती है, जिसको किसी कि जरूरत नहीं उसको भी जरूरत पड़ जाती है । तो उसने हममें बहुत कुछ देखा इसलिए बहुत प्यार किया, अपने बहुत सारी चीजे दे दी, वर्सा दे दिया । आज में एक मुरली में पढ़ा **बाबा क्यूँ कहते हैं बाप को और वर्से को याद करो? भविष्य वर्सा नहीं वोह तो है ही बाबा ने सर्व शक्तियों का वर्सा दे दिया है उसे याद करो । तुम्हारे पास बहुत सारी शक्तियां है उसे याद करो ।**

तो आज हम एक बहुत ही सरल तरीका पुरुषार्थ कि श्रेष्ठता का लेकर चलेंगे और साथ साथ में यह चाहता हूँ कि हम सब उसको यहीं करेंगे और वोह क्या है? कि **हम जैसा बनना चाहते हैं वैसे ही सुंदर विचार अपने अंतर मन में भरेंगे ।** देखिये संसार में आजकल तनाव बढ़ रहा है, समस्याएं बढ़ रही है और माया बढ़ रही है । एक चीज और बढ़ रही है प्रकृति में असंतुलन । जब बारिस पड़ने के दिन थे तब सुख और अब जब खुलने के दिन है तो बाढ़ । पढ़ा होगा सभी ने सुना होगा ना? कर्णाटक में कितने गांव पानी में डूब गए, कुछ गांव में कहा था उसके बहुत सारे लोग लापता है, लापता माना? गए । तो प्रकृति में असंतुलन, माया का भी सम्पूर्ण प्रकोप, विघ्न समस्याओं में भी दिनों दिन बढ़ोतरी और तनाव भी । बाबा ने हमें केह दिया है पांचो विचार और प्रकृति के पांचो तत्व एक साथ वार करेंगे हम पे वार ना करें हम उसने अधिक पावरफुल बन कर रहे ।

तो में आपके सामने यह चार चीजे रख देता हूँ और सभी इस विधि को अपने जीवन में अपनाएंगे तो इन चीजो से सहज मुक्ति रहेगी । तनाव बढ़ रहा है छोटी छोटी बातें तनाव पैदा कर रही है, ऐसा तो नहीं है कि समस्याएं पहले नहीं है आज ही ज्यादा हो गयी हो? समस्याएं पहले भी थी, समस्याओं के रूप बदले है लेकिन आत्मा खुद कमजोर हो गयी है इसलिए उसे छोटी छोटी बात समस्या लगती है । अच्छा सभी अपने अंदर सूक्ष्म प्रयोग करने कि बात है यह जिस चीज को हम समस्या समजते हैं और किस चीज को हम समस्या नहीं समजते, समजने पर है ना? एक व्यक्ति गाली देकर चला जाता है एक व्यक्ति इसे बहुत बड़ी बात समजता है मेरा अपमान कर दिया और दूसरा व्यक्ति मुस्कुराके निकल जाता है उसे लगता ही नहीं कि कुछ हुआ भी है । **हमारा दृष्टि कोण पर निर्भर करता है किस बात को हम समस्या समजते हैं किस बात को हम नहीं समजते है ।** एक व्यक्ति बीमार हो जाता है उसको बहुत बड़ी समस्या लगती है ऐसे समय पर बीमार हो गए हम जब हमें थिक होना चाहिए दूसरा व्यक्ति सोचता है कोई बात नहीं बीमारी आ गयी चली जायेगी हमें थोडा एकांत का समय मिल गया है चलो अच्छा पुरुषार्थ कर लेते हैं ।

तो एक बहुत अच्छी चीज सभी समजलें आज मुझे उस पर ही आपके सामने चर्चा करने का विचार आया अभी अभी जब हमारा शांत होता है, कब होता है मन शांत? सब को पता है जब हम सवरे उठते हैं होता है या नहीं? जब हमारा मन शांत होता है तब हमारा अंतर मन पूरी तरह जागृत हो जाता है, जग जाता है, उस समय जो भी विचार हम अपने अंतर मन को दे देंगे वोह उन्हें स्वीकार करेगा और वैसा ही हमारा जीवन बन जाएगा । हमारे अंतर मन के पास शक्ति है हमारे जीवन निर्माण कि । सभी ध्यान देंगे इस बात पर जो भी कर सकें एक दूसरी बात ऐसी है जो ध्यान देकर ही कि

जा सकेगी कि जब हम सवेरे उठते हैं तो जो हमारा पहला संकल्प है उसका प्रभाव हमारे जीवन पर सब से अधिक पड़ता है। ध्यान दें उठते ही हमने क्या सोचा? कहीं हम गलत तो नहीं सोच रहे हैं? बहोत लोग गलत सोचते हैं, बहोत। संसार में तो प्रायः अधिकतर लोग उठते ही सोचलते हैं पता नहीं क्या होगा? यह समस्या है लगता है यह तो थिक ही नहीं होगा, उठते ही सोच लेते हैं बहोत बड़ी गलती कर रहे हैं उठते ही हम बहोत अच्छे पॉजिटिव विचार अपने मन में लायेंगे। जो कण्ट्रोल कर सकें अपने विचारो को उठते ही वोह वही सोचें जो हम चाहते हैं वोह सब से महान बन सकते हैं, सब से सफल, सम्पूर्ण विघ्नो पर विजयी। ध्यान देंगे सभी, समज रहे हैं? मानलो किसी का योग नहीं लगता तो उठते ही संकल्प करें में योगी हूँ आपका अंतर मन इसको स्वीकार करेगा और अंतर मन शक्ति योगी बना देगी। किसी का मन बहोत भटकता है, किसी का क्या सभी का भटकता है आप यह प्रयोग कर के देख सकते हैं उठते ही। अब उठते ही ना भी याद आये तो जब भी याद आजाये, दो चार दस सेकंड के बाद याद आजायें में स्थिर चित योगी हूँ, मेरी बुद्धि सम्पूर्ण रूप से शांत हो गयी है। बच्चो को सिखा सकते हैं माताएं उठते ही सोचें, जिनके बुद्धि कम है उठते ही विचार करें मेरे पास बहोत अच्छी बुद्धि है, में बुद्धि मान हूँ प्रभाव देखो। इन सभी चीजो का प्रभाव।

में उन तिन चार बातों पर आजाता हूँ और अभी अभी हम उसकी प्रैक्टिस भी करेंगे। देखिये सब से बड़ी चीज है इस समय संसार में शांति, हमारे लिए भी वोह बड़ी चीज है कि हम अपने भावनाओ को शांत कर सकें, तनाव को शांत कर सकें, इधर उधर के विचारो को शांत कर सकें, हर एक के मन में जो एक उथल पुथल मची हुई है उसको शांत करना, किसी से बदला लेने कि इच्छा है आज जो बाबा ने कहा है सभी निर्दोष है याद है ना? सब का अनादि पार्ट है, सब निर्दोष है, यहाँ किसी का कोई दोष नहीं हमारे मन में दुसरो के प्रति क्रोध भरा रहता है इसने मेरे से ऐसा किया है, क्रोध। इन सब को हमें शांत करना है, करना है या नहीं? तो सवेरे उठते ही पहले दस मिनट में सभी यह काम करेंगे, योग लगाने से पहले हालांकि यह भी योग है लेकिन में इसको इसी तरह कहूंगा कि योग लगाने से पहले संकल्प करेंगे में आत्मा शांत हूँ, में शांत हूँ। एक मिनट के लिए सभी इस गुड फिलिंग में बैठेंगे अपने अंतर मन में यह विचार भर दें में आत्मा शांत हूँ, पांच बार करें यह संकल्प में शांत हूँ, मेरा चित्त सम्पूर्ण रूप से शांत है, में शांत हूँ।

ओम शांति।

विघ्न और समस्याएं आप यदि यह करेंगे तो आपको यह महसूस होगा आपका दिन शांति में बीतेगा। अंतर मन के पास यह बहोत बड़ी शक्ति है छोटी छोटी बातें जो तनाव करती हैं यह जो मन में क्रोध समाया करता है वोह तेजी से शांत होगा। बहोत आवश्यक है अपने अंदर छुपे हुए जन्म जन्म के क्रोध को शांत करना, समजते हैं ना सभी? जन्म जन्म का क्रोध है। इसने मुझे तंग किया है उसके लिए क्रोध भरा है ना जेन कितने जन्मो का है अब का नहीं। वोह अंदर भरा हुआ क्रोध आत्मा को चैन से नहीं रहने दे रहा है उसको अब शांत करेंगे इस तरह। आप कम से कम इस बात के लिए साधना करलो देखो इसका कितना सुंदर परिणाम होता है।

दूसरा विचार विघ्न, विघ्न है भी और बढ़ भी रहे हैं और बहोत बढ़ेंगे भी हम सब यह जानते हैं, विनाश काल ही महाविघ्नो से भरपूर काल होगा और हम जानते हैं जहाँ बाढ़ आगयी कितने विघ्न होंगे? हमने तो समाचार सुना और छोड़ दिया, हमने तो सुना कि भाई हजारो लोग मर गए, पानी पानी भरा हुआ है हम तो सुनके भूल गए लेकिन जहाँ यह हो रहा है वहाँ कि कल्पना करो उनके लिए धर्मराज पूरी होगी ना? एक व्यक्ति का समाचार मुझे सुनाया मुझे किसी ने वोह लड़का पैड पर चढ़ गया जब बारिस पड़ने लगी पैड थोडा ऊँचा था सुखा सुखा, चढ़ गया ऊपर बैठ गया। अब पानी बढ़ता गया देखा होगा टीवी पे मंदिर था वही, मंदिर कि छोटी तक पानी पहुँच गया जो क्लास था वही दीखता था। अब वोह ऊपर बैठा है और रो रहा है अकेला अब वोह निचे देखें तो क्या दिखेगा? पानी ही पानी। अब वोह रहा है वोह परेशान कि अगर यह पैड गिर गया तो में भी गया, उसका भाग्य था हेलीकाप्टर घूम रहे थे किसी ने देख लिए उसको

क्यूँकि पैड सुखा था पत्तो वाला नहीं था और उन्होंने उसको बचा लिया। अब देखो आप उसका अगर एक घंटा या दो घंटा वहाँ बिता हो तो वोह कैसा समय रहा होगा उसके लिए? महा घभराहट का, पता नहीं कब मौत सामने। अमेरिका में ऐसा आया, इंडोनेसिया में आया, बहुत भय बढ़ रहा है कभी कुछ भी होता है।

तो विघ्न है और बढ़ रहे हैं हम विघ्नो पर विजयी रहे, विघ्न हमें छूना सके। अब दो विचार इसी तरह भरने लगे अपने अंदर, सवेरे भरेंगे बहुत अच्छा पहले दस मिनट में। एक संकल्प है मैं मास्टर सर्व शक्तिवान विघ्नो से अधिक शक्तिशाली हूँ, हो सके तो अपनी डायरी में पहले पेज पे लिख दो इसे याद आता रहे। विघ्न शक्तिशाली नहीं कौन है शक्तिशाली? मैं। मास्टर सर्व शक्तिवान, सर्व शक्तिवान कि संतान हूँ इसलिए मास्टर सर्व शक्तिवान हूँ इन विघ्न परिस्थियों से अधिक शक्तिशाली हूँ। बाबा कि यह बात याद रखनी है जिन्होंने लम्बा काल अपना जीवन निर्विघ्न बिताया है वही विघ्न विनाशक बनेंगे। लम्बा काल। क्यूँकि अगर जीवन में विघ्न आते रहते हैं तो हमारी शक्तियां नष्ट होती जाती है ना, सहज सी बात है, तो हम दुसरो के विघ्न कैसे नष्ट करेंगे जब कि बाबा ने तो हमें लक्ष्य दिया तुम्हे तो विश्व के लिए विघ्न विनाशक बनना है आगे चल कर। तो अपने विघ्नो में यदि हम उलझे रहे गए तो विश्व के विघ्नो को नष्ट नहीं कर पाएंगे इसलिए जो आत्माएं लम्बा काल निर्विघ्न जीवन जीते हैं वोह विघ्न विनाशक बन जाते हैं। तो रोज सवेरे हम अपने को इसी तरह यह संकल्प देंगे मैं निर्विघ्न हूँ, मेरा जीवन निर्विघ्न है, विघ्न कितने भी हों आपके पास आप यह संकल्प देने लगे अपने को।

चलो एक मिनट फिर से हम यह अभ्यास करते हैं और अपने अंतर मन में सभी बहुत गहराई से यह विचार समां लें मैं मास्टर सर्व शक्तिवान हूँ, बाबा अपनी सम्पूर्ण शक्तियां मुझे दी है, मैं विघ्नो से अधिक शक्तिशाली हूँ, मैं परिस्थितियों से अधिक शक्तिशाली हूँ, मेरा जीवन निर्विघ्न है, मैं विघ्नो से मुक्त हूँ, मैं विघ्न जित हूँ।

ओम शांति।

सभी को ध्यान रखना है जीवन विघ्नमय ना हो जाएँ, विघ्नो से घिरा हुआ ना हो जाएँ, क्यूँकि मनोस्थिति ऐसी चीज है कि जब थोडा भी लम्बा समय कोई विघ्नो में जीवन बिताने लगे, बीत जाए किसीका तो उसके आंतरिक शक्तिया नष्ट हो जाती है, स्थिरता खत्म हो जाती है, आंतरिक शांति लोप हो जाती है। इसलिए कोसिस करनी है ज्ञान और योग के बल से विघ्नो से पार रहे। बहुतो के साथ क्या होता है विघ्न आगये तो क्लास छूट जाती है मुरली कि, बहुत बड़ी गलती है। होना यह चाहिए अगर विघ्न ज्यादा आ गए तो ज्यादा क्लास करें। अभी ताकत ही नहीं मिल रही तो विघ्न तो पावरफुल हो जायेंगे, विघ्न आ गए तो रात को नींद आ रही है तो सवेरे भी नींद में रहे रहे हैं तो टोटल जो दिन चर्या का साइकिल है यह बिगड़ जाता है। हमें बिगड़ने नहीं देना है कम से कम बाबा के महावाक्यों का बल हमारे पास अवश्य रहे तो बहुत सारी चीजे जो हमारे विवेक को सुला देती है, हमें याद ही नहीं रहती अच्छी अच्छी बातें। याद आते ही हमारा विवेक खुल जाएगा, जागृत हो जाएगा और अच्छी अच्छी बातें हमें स्मृति में रहेगी कि इस स्मृति स्वरुप होना ही जागृति है ना? आंतरिक जागृति है हमारे साथ कौन है? किस ने हमारे सर पर छत्र छाया लगा दी है? कौन हमें साथ दे रहा है? यह याद आते ही आत्म जागृति होगी और विघ्न समस्याएं हमें छोटी लगने लगेगी।

तीसरी बात - माया को हमें जितना है। माया का स्वरुप भी दिनों दिनों दिन विकराल होता जाता है और बाबा ने बता ही दिया है **विदाई लेने से पहले फुल फाँस से आक्रमण करेंगे पांचो विकार**। आजकल दुनिया में एक विकार के लिए बहुत चर्चा है वोह अब प्रसिद्ध हो रहा है वोह, कौनसा होगा वोह? लोभ। आप देखते हैं पैसे के लिए मनुष्य कुछ भी करने को तैयार, चाहे उसको दुःख में चुना क्यूँ ना मिलाना हो, खाने वाले सब मर जाएँ उसको इससे कुछ लेना देना नहीं उसको तो पैसा चाहिए। बहुत सारे समाचार आ गए ना आजकल सारे संसार में लोभ वृत्ति तेजी से बढ़ रही है, पैसा चाहिए कुछ भी पाप करने के लिए तैयार। यह मनुष्य कि बहुत ज्यादा गिरावट है। काम, क्रोध, अहंकार यह तो

महाशत्रु है ही पर लोभ भी महाशत्रु बन कर सामने आ रहा है। तो भिन्न भिन्न तरह कि माया मनुष्य को कष्ट पहुंचा रही है, कष्ट पहुंचायेगी। अब ऐसा पैसा जो इस तरह के गलत कार्यों से इकट्ठा किया जाता है वोह मनुष्य के लिए क्या नहीं होता? सुखदाई नहीं होता। वोह बिमारियों में जाएगा, पुलिस के पास चला जाएगा, चोर ले जायेंगे, या उस पैसे का अन्न खाके दर्द हो जाएगा। बीमारियां बढ़ जायेगी कहेंगे पता नहीं क्या हो गया है?

तो हमें माया को जितना है। माया को जितना सहज है या कठिन? कहने के लिए सहज परन्तु है तो निश्चित रूप से कठिन अगर सहज होता तो सभी मायाजित बन जाते लेकिन आज हम इसे सहज बनाएंगे। एक ही संकल्प बहोत सुंदर है मैं मायाजित हूँ। यह जानते हुए भी कि मैं नहीं हूँ देखिये यहाँ द्वन्द्व ना हो हमारे मन मे कि मैं माया जित तो हूँ नहीं झूठ मुठ संकल्प कर रहा हूँ मैं मायाजित हूँ यह नहीं मायाजीत होने का हमें परमात्म वरदान है, माया को हमें ही जितना है, हम विजयी रतन हैं। तो अपने अंतर मन में इसी तरह भरेंगे मैं मायाजीत हूँ, मैं विजयीरत्न हूँ तो आप पाएंगे माया को जितने कि शक्ति आत्मा में आने लगेगी। अगर हमने पहले ही एक संकल्प अपने अंतर मन में भर दिया है, बहुतो ने भरा हुआ है पहले से ही भरा हुआ था साधू संतो ने, शास्त्रो ने कि माया को जीता नहीं जा सकता, बड़ी दुर्लभ है। माया महा ठगनी है सब ने मान लिया ऋषि मुनियों ने भी कि भाई बड़ा कठिन काम है माया को जितना और आजकल तो सन्यासी भी खुले आम बोलने लगे असम्भव है। अब कठिन से भी दूसरा शब्द आ गया कि इम्पॉसिबल है माया को जितना। तो कहीं कहीं आत्माओ के अंतर मन यह विचार भरा हुआ है अरे दस साल हो गए क्रोध तो छूटा नहीं इस क्रोध को छोड़ना बड़ा मुस्किल है, काम विकार बहोत तो जित लिया पर सम्पूर्ण तो कलयुग में बड़ा कठिन है, मोह माया तो लगी ही रहेगी अब परिवार में रहेंगे तो बच्चो आदि से मोह तो रहेगा ही। तो अंतर मन में ही यह बात भर्ती है कि यह रहेंगे परन्तु यह सत्य है या गलत? यह गलत भर दिया है। हम इसे चेंज करें अब हमारे पास दोनों चीज है सम्पूर्ण शक्तियां भी और सम्पूर्ण ज्ञान भी और तीसरी भी चीज है कि स्वयं जो हमारा सुप्रीम कमांडर है **सर्व शक्तिवान उसने हमें पहले ही बता दिया है माया पर तुम्हारी जित होगी ही, तुमने ही कल्प कल्प इस माया को जीता है।** तो अपने अंतर मन यह संकल्प भरें मैं मायाजीत हूँ, कल्प कल्प मेने इस माया को जीता है, आप देखेंगे माया को जितना आपके लिए सहज हो जाएगा।

मैं एक चीज और जोड़ दूँ इसमें बहोत सब भाई बहेनो का यह क्वेश्चन रहता है हमारे पास निर्णय शक्ति नहीं है उसको कैसे बढ़ाएं? हमारे पास सहन शक्ति कि कमी है उसको कैसे बढ़ाएं? बाबा ने निर्णय शक्ति से बारों में एक बहोत अच्छी बात पहले ही केह दी है कि **बुद्धि जिसकी जितनी स्थिर होगी निर्णय शक्ति उसकी उतनी बढ़ेगी।** परन्तु हम अपने अंतर मन कि शक्ति का प्रयोग करेंगे ध्यान से सुन लेंगे बाबा ने अपना बच्चा बनाते ही हमें आठो शक्तियां वरदान में दे दी है। पहले तो इस बात को स्वीकार करेंगे हम, स्वीकार है ना? फिर सवेरे के समय जब हमारा मन शांत हो हम याद करेंगे मैं मास्टर सर्व शक्तिवान हूँ बाबा ने अपनी आठो शक्तियां मुझे दे दी है इसको बहोत अच्छी फिलिंग में लायेंगे मेरे साथ बाबा कि सारी शक्तियां है। अब इसके बाद बहोत गहराई से इसे अपने अंतर मन को विचार देंगे मेरे पास सम्पूर्ण निर्णय शक्ति है, सात बार करना चाहिए मेरे पास सम्पूर्ण निर्णय शक्ति है। सहन शक्ति आपको चाहिए मेरे पास सहन शक्ति है, मैं सहन शक्ति कि देवी हूँ। बाबा ने कहा था ना एक साल पहले मैं सहनशीलता कि देवी हूँ विचार भरो यह देखो बाबा हमें यह ट्रेनिंग देता है। तो यह विचार भरते भरते यह शक्तियां एमर्ज हो जायेगी, आठो शक्तियां हमारे पास है, निर्णय शक्ति हमारे पास है लेकिन वोह दब गयी है वोह काम नहीं कर रही है किसी भी कारन से चाहे वोह व्यर्थ संकल्प हो या कई जन्मो का इफेक्ट हो हमारी निर्णय शक्ति पर। अब जैसे ही हम संकल्प करेंगे कि मेरे पास सम्पूर्ण निर्णय शक्ति है तो जो दबी हुई है वोह एक्टिव हो जायेगी बहार आ जायेगी और हमारी निर्णय शक्ति काम करने लगेगी हमें महसूस होने लगेगा हमारे निर्णय परफेक्ट होने लगे है। किसी भी शक्ति को जिसको हम

हमारे जीवन में आह्वान करना चाहते हैं उसका यह तरीका हम अपनाएंगे, पसंद है?

कोई यह कहेंगे ही नहीं कि मेरे पास सहनशक्ति नहीं है, कोई बहोत समस्याएं आती हैं हम तो हार मान गए, हम तो थक गए यह समस्याओं से। माताएं बहोत बोलती हैं थका दिया इन समस्याओं ने एक के बाद दूसरी, दूसरी के बाद तीसरी, कहीं इनका अंत ही नहीं है। अपने अंदर एमर्ज करो मेरे पास सामना करने कि सम्पूर्ण शक्ति है इसको याद करो सवेरे सवेरे सात बार रोज याद दिलाओ, दिन में भी याद दिला सकते हैं, सामको भी याद दिला सकते हैं अपने। तो सामना करने कि शक्ति एमर्ज हो जायेगी और उस शक्ति के आते ही समस्याएं स्वतः ही पीछे हटने लगेंगी। समस्याएं कम भी हो जायेगी और हमारे पास भी शक्तियां बढ़ जायेगी और इससे हम महसूस करेंगे कि बहोत कुछ थिक हो गया है।

तो सभी बहोत अच्छी तरह ध्यान देंगे हमें अपने संकल्पो को थिक करना होता है। **जहाँ हमारे पास कमजोर संकल्प बार बार रहते हैं तो हमारा अंतर मन उन्हें स्वीकार कर लेता है और फिर हम वैसे ही रह जाते हैं।** जैसे मैं एक उदहारण दिया करता हूँ बहोत लोग जो गरीब हैं अब उनके अंतर मन में समां गया है कि हम तो गरीब हैं वोह उठते बैठते लोगो से मिलते यह कहते रहते कि हम तो गरीब हैं, कहते हैं या नहीं? सुनते होंगे ना आप भी। तो हो गया? कि उनका अंतर मन इसको स्वीकार कर लेता है कि हम तो गरीब हैं बस वोह गरीब ही रहेंगे। एक बहोत बड़ी अंतर मन कि शक्ति इस तरह नेगेटिव रूप में भी काम करती है। आपने सोच लिया कोई बीमारी हो गयी भाई अब तो बीमारी जायेगी नहीं, केह देते हैं ना? हाई ब्लड प्रेशर हो गया अब तो यह जीवन भर चलेगा, जानकार भी केह देते हैं अब तो गोली खाते रहो और सुखी रहो अब तो यह जायेगी ही नहीं। चेंज करें अपने विचारो को यह जायेगी ही। रोज अगर हम अपने अंतर मन को यह विचार देने लगे में सम्पूर्ण स्वस्थ हूँ देखो यह विचार देके आप देखें में सम्पूर्ण स्वस्थ हूँ मेरे पास शक्तियां हैं, में निरोग हूँ तो बहोत बड़ा काम करेगा यह संकल्प।

ऐसे ही प्रकृति कि जो बात है, प्रकृति जो बहोत भयानक प्रकोप पैदा कर रही है और आगे चल कर करेगी यह तो केवल बरसात का हुआ लेकिन जब भूकम्प शुरू हो जायेंगे तो त्राहि त्राहि मच जायेगी संसार में। भूकम्प का एक स्वरूप बड़ा कल्याणकारी भी होगा, कौनसा? भूकम्प से क्या कल्याण होगा? देखिये क्यूंकि शिवबाबा तो इस सृस्टि का रचने वाला है ना कल्याणकारी है, अब यह जो धरती है यह अन्न दे नहीं रही है जानते हैं ना सभी? अन्न को इससे खिंचा जा रहा है इसमें अन्न पैदा करने कि शक्ति वोह तो लगभग समाप्त हो गयी है। बहोत सारे केमिकल, बहोत सारी ऐसी वैसी चीजे डाली जा रही हैं अभी मुझे किसी ने फोन किया एक परिवार था कि हम सब के मूह आ गए हैं छाले हो जाते हैं ना मूह में? क्यूं क्या हुआ भाई? तो कहा भिन्डी खाई थी और वोह भिन्डी बनी हुई थी केमिकल से खाद डालके तो खाते ही अंदर गर्मी पैदा कर दी। तो अन्न पैदा करने कि ताकत पृथ्वी में नहीं रही है और जो खनिज हैं चाहे वोह कोयला हो, ताम्बा को, अलुमिनियम हो, सोना हो सब खली हो गए ना? ऊपर से निकाल लिया हम सब ने, पानी भी। पानी भी तो खत्म हो गया। लेकिन संसार को चला ने के लिए यह सब चाहिए तो जरूर तो भूकम्प से यह ऊपर कि मिटटी निचे और निचे कि उपजाऊ मिटटी ऊपर। एक बात होगी। दूसरा धरती के अंदर माल तो बहोत है सतयुग में तेल कि तो जरूरत नहीं पड़ेगी हमें इसलिए तेल कि तो बात छोडो लेकिन हीरे सोना, मोटी यह सब जो अनमोल चीजे हैं ना यह धरती में बहोत है क्यूंकि इनका तो विनाश नहीं होता यह कहीं जाते नहीं हैं वोह सब एक झटके में ऊपर आ जायेंगे। मेने सुनाया था आपको छतीसगढ़ में गया था तो मुझे बताया वहाँ के भाइयों ने कि यहाँ गवर्मेंट को अभी मालूम हुआ है कि निचे हीरो कि लम्बी चौड़ी खान है। अब नौ किलोमीटर से निकलना बड़ा कठिन काम है तो फॉरेन अर्जेंसी से संपर्क किया है कि वोह निकाल सकते हैं या नहीं। तो में तो ऐसे ही हंसी में कहा कि भाई किसी का सम्बन्ध हो सरकारी लोगो से तो उन्हें बताओ कि इसकी जरूरत नहीं है एक झटका लगेगा निचे का सारा माल ऊपर लेकिन बदले में कुछ

देना पड़ेगा, क्या? ऊपर का सारा माल निचे। अगर हीरे ऊपर आयेंगे तो ऊपर का भी कुछ निचे जाएगा तो वोह देखना होगा कि क्या जाएगा। तो प्रकृति इस तरह से जो प्रकोप करेगी यह कल्याणकारी भी होगी। जिन चीजों से आजलोग चिंतित है ओजोन में हॉल हो रहे हैं, बरफ पिघल रही है, वाटर लेवल सागर में जो पानी है वोह ऊँचा उठ रहा है, लोग बता रहे हैं वोह जल्दी जल्दी उठ रहा है लेकिन इन सब से बहोत बड़ा कल्याण भी होगा। दिखाई देगा विनाश फाइनली होगा कल्याण। धरती हिल डुल के फिर सीधी हो जायेगी तो बसंत अनंत बहार आजायेगी धरती पर।

तो हम सब प्रकृति कि यातनाओं से मुक्त रहे, बड़ा कष्ट होगा, प्यास लगी और पानी ना हो? एक छोटी सी बात देख लो। कहने में तो बहोत छोटी लगती है प्यास इसकी तो कोई कीमत ही नहीं लगती आजकल अब तो खेर पानी महंगा हो गया। अन्यथा कहा इसकी कीमत? किसी को प्यास लग रही हो एक घंटा बीते, दो घंटा बीते तो क्या हाल होगा? तो प्रकृति हमें यातनाएं ना दें हम अभी से अपने अंतर मन में यह विचार यह संकल्प भर दें में प्रकृति का मालिक हूँ, प्रकृतिजीत हूँ, मैं आत्मा क्योंकि शरीर कि मालिक हूँ। यह विचार यह संकल्प बार बार हमें देना होगा मैं आत्मा इस सभी प्रकृति कि मालिक हूँ, मैं सम्पूर्ण प्रकृति कि मालिक हूँ जैसे जैसे हमारी यह फिलिंग बढ़ेगी तो प्रकृति हमारे लिए सुखदाई हो जायेगी, सहयोगी हो जायेगी। क्योंकि प्रकृति में जो कुछ हो रहा है उसको हमने किया है ना? मनुष्य ने बिगाड़ा है ना प्रकृति को? और अब हमारे प्योर वाइब्रेशन्स प्रकृति को फिर से सतोप्रधान बनाएंगे। बहोत बड़ी चीज है हमारे योग के वाइब्रेशन्स इस प्रकृति को जो खाली हो गई है फिरसे फूल करेंगे। प्रकृति जो खाली हो गयी है ना पालना करते करते अब उसको फिरसे सतोप्रधान बनाएंगे, उसमें शक्ति आजायेगी भरपूर हो जायेगी, किससे? हमारे पवित्रता के वाइब्रेशन्स, हमारे योग के वाइब्रेशन्स से। तो हम बहोत अच्छी तरह अपने अंतर मन में भरें - मैं प्रकृति का मालिक हूँ। सचमुच हम मालिक है यह केवल कहने कि बात नहीं हम ही इसको तैयार कर रहे हैं, दे रहे हैं तो इसलिए यह हमारे अधीन रहेगी दो युग तक, हमारी बिलकुल सुंदर ढंग से पालना करेगी और उसका प्रैक्टिकल स्वरूप हमें अभी दिखाई देगा कि प्रकृति हमें कष्ट नहीं देगी। जहाँ एक और विनाशकारी सिद्ध होगी सारे संसार के लिए हमारे लिए बहोत सुखदाई सिद्ध होगी, पसंद है माताओं को? कौन हूँ मैं? **प्रकृति कि मालिक और मालिको का काम है प्रकृति कि पालना करना। यह बात संसार के लोग नहीं जान सकते, प्रकृति हमारी पालना कर रही है परन्तु अब हम उसकी पालना करेंगे पवित्र वाइब्रेशन्स देकर, योग के वाइब्रेशन्स देकर।**

तो रोज सवेरे यह भी अपने अंतर मन में भरेंगे कि मैं प्रकृति कि मालिक हूँ, यह हमारे जो स्वमान बाबा ने हमको दिए हैं इनका महत्व, इनको अपने अंतर मन में भरेंगे तो आप देखेंगे जीवन कि सभी समस्याएं समाप्त हो जायेगी। रोज चारो ले सकते हैं, सात सात बार एक एक को भर दें अपने अंतर मन में और सात दिन तो अवश्य और इक्कीस दिन तक भरेंगे तो बहोत अच्छे अनुभव होंगे क्योंकि इक्कीस दिन तक जब किसी भी चीज का जब हम अभ्यास करते हैं तो वोह हमारा संस्कार बन जाता है, वोह हमारी नेचर बन जाती है। बहोत डीपली जिसको तनाव रहता हो वोह सोचें में शांत हूँ बैठ कर के करें। यह योग भी हो जाएगा हमारा भले ही इसको आँख बांध करके करें आप, पसंद है?

अब लास्ट बात आज बाबा का जो स्लोगन था - **दुआएं प्राप्त करने का साधन संतुष्ट रहना और संतुष्ट करना। पहली चीज कौनसी है करना या रहना? रहना। क्योंकि जो स्वयं संतुष्ट होंगे वही दुसरो को संतुष्ट कर सकेंगे। कहीं कहीं दुसरो को संतुष्ट करने के लिए हमें अपना त्याग भी करना पड़ता है और त्याग भी वही कर सकेंगे जो संतुष्ट है। नहीं पहले ही खुद स्वयं को चाहिए वोह त्याग नहीं कर पाते असंतुष्ट रहते हैं। तो हमें स्वयं को संतुष्ट करना है, करना है। देखिये एक होता है संतोषी स्वभाव, कुछ लोग जीवन में संतोषी होते हैं, संतोष रखते हैं। जो मिला थिक है, जो नहीं मिला थिक लेकिन हम सब के पास बहोत बड़ी प्राप्तियां भी सामने हैं, कम्पटीशन का युग भी है हम बहोत कुछ प्राप्त करना भी चाहते हैं, कुछ हमें प्राप्त होता है कुछ नहीं होता, कभी प्राप्त करने में विघ्न आते हैं। तो हम कुछ चीजों में**

अपने को संतुष्ट रखें। सबसे पहली चीज अपने पार्ट में संतुष्ट। अपने जीवन से संतुष्ट यह नहीं हम तो बहुत गरीब है, साहूकार लोग बड़े सुखी है, हम तो कम पढ़े लिखे है, पढ़े लिखे लोग ज्यादा काम कर सकते है, नहीं। जहाँ हम है, जिस स्थिति, जिस पोजिशन में हम है उसको स्वीकार करके संतुष्ट हो जाएं। कई कई लोग इसी बात से संतुष्ट होते है हम और पढ़ लेते तो कितना अच्छा होता लेकिन अब पढ़ने का समय बीत गया हो? तो हमें संतुष्ट होना है। पैसा कम है, कोई विशेष परिस्थिति है, कोई बीमारी लग गयी है शरीर को, साथी कैसे मिले है उन सब के साथ संतुष्ट। सभी विचार करेंगे इसमें, साथी कैसे मिले है, अलोकिक सेवाओं में भी और लौकिक में भी जिनके साथ आपको जीवन बिताना पड़ रहा है वोह जरूरी तो नहीं वैसे ही हो जैसे आप चाहते है लेकिन उनके साथ संतुष्ट। **स्वयं संतुष्ट होंगे तो दुसरो को भी बदल सकेंगे, खुद संतुष्ट नहीं होंगे तो दुसरो पर प्रभाव नहीं रहेगा फिर हम सोचते रहेंगे यह बदलें तो नहीं बदलेंगे।** लेकिन यदि हम संतुष्ट होंगे तो हम दुसरो को सहज बदल सकेंगे इसीलिए जहाँ जैसे जिस परिस्थिति में भी हम है स्वयं को समझाले येही सत्य है। स्वीकार करके उसमें संतुष्ट हो जाएँ। सभी इस पर बहुत ध्यान देंगे और जितना हो अपने बोल से, सहयोग से सम्मान देकर, मीठे बोल बोलकर, दुसरो कि मदद करके हम दुसरो को संतुष्ट करें। तो इससे दुआएं बहुत मिलेगी और यह बहुत बड़ी महानता हो जायेगी हमारे जीवन के लिए। तो सभी आज सोने के समय और कल उठकर अपने अंतर मन को ट्रेनिंग देना शुरू करेंगे, किसी भी टाइम दी जा सकती है पर विशेष महत्व इस चीज का है कि उस समय हमारा मन शांत हो। आपका मन बारह बजे शांत है तो बारह बजे यह विचार आप अपने अंदर भर दें। ट्रेनिंग का टाइम सामको बहुत अच्छा है मन शांत हो तब यह विचार अपने अंदर भरेंगे तो जीवन कि यात्रा बिलकुल सरल हो जायेगी।

**-: ओम शांति :-**

**-: क्लास के चुने हुए पॉइंट्स :-**

- बाबा क्यूँ कहते है बाप को और वर्से को याद करो? भविष्य वर्सा नहीं वोह तो है ही बाबा ने सर्व शक्तियों का वर्सा दे दिया है उसे याद करो। तुम्हारे पास बहुत सारी शक्तियां है उसे याद करो।
- हम जैसा बनना चाहते है वैसे ही सुंदर विचार अपने अंतर मन में भरेंगे।
- हमारा दृष्टि कोण पर निर्भर करता है किस बात को हम समस्या समजते है किस बात को हम नहीं समजते है।
- जिन्होंने लम्बा काल अपना जीवन निर्विघ्न बिताया है वही विघ्न विनाशक बनेंगे। लम्बा काल। क्यूँकि अगर जीवन में विघ्न आते रहते है तो हमारी शक्तियां नष्ट होती जाती है ना, सहज सी बात है, तो हम दुसरो के विघ्न कैसे नष्ट करेंगे जब कि बाबा ने तो हमें लक्ष्य दिया तुम्हे तो विश्व के लिए विघ्न विनाशक बनना है आगे चल कर। तो अपने विघ्नो में यदि हम उलझे रहे गए तो विश्व के विघ्नो को नष्ट नहीं कर पाएंगे इसलिए जो आत्माएं लम्बा काल निर्विघ्न जीवन जीते है वोह विघ्न विनाशक बन जाते है।
- विदाई लेने से पहले फुल फॉर्स से आक्रमण करेंगे पांचो विकार।
- सर्व शक्तिवान उसने हमें पहले ही बता दिया है माया पर तुम्हारी जित होगी ही, तुमने ही कल्प कल्प इस माया को जीता है।
- बुद्धि जिसकी जितनी स्थिर होगी निर्णय शक्ति उसकी उतनी बढ़ेगी।
- जहाँ हमारे पास कमजोर संकल्प बार बार रहते है तो हमारा अंतर मन उन्हें स्वीकार कर लेता है और फिर हम वैसे ही रहे जाते है।
- प्रकृति कि मालिक और मालिको का काम है प्रकृति कि पालना करना। यह बात संसार के लोग नहीं जान

सकते, प्रकृति हमारी पालना कर रही है परन्तु अब हम उसकी पालना करेंगे पवित्र वाइब्रेशन्स देकर, योग के वाइब्रेशन्स देकर ।

- दुआएं प्राप्त करने का साधन संतुष्ट रहना और संतुष्ट करना । पहली चीज कौनसी है करना या रहना? रहना । क्योंकि जो स्वयं संतुष्ट होंगे वही दुसरो को संतुष्ट कर सकेंगे । कहीं कहीं दुसरो को संतुष्ट करने के लिए हमें अपना त्याग भी करना पड़ता है और त्याग भी वही कर सकेंगे जो संतुष्ट है ।
- स्वयं संतुष्ट होंगे तो दुसरो को भी बदल सकेंगे, खुद संतुष्ट नहीं होंगे तो दुसरो पर प्रभाव नहीं रहेगा फिर हम सोचते रहेंगे यह बदलें तो नहीं बदलेंगे ।