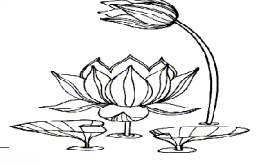




पञ्च-पुष्प



निमित्त टीचर्स तथा सर्व ब्राह्मण कुल भूषण भाई-बहिनों प्रति मधुर याद पत्र
(14-06-12)

परमप्यारे विश्व कल्याणकारी अव्यक्त बापदादा के अति लाडले, सदा लाइट माइट सम्पन्न शक्तिशाली याद द्वारा अपने पुराने संस्कारों का परिवर्तन कर, शुभ श्रेष्ठ संकल्पों से सम्पन्न बन विश्व कल्याण की सेवा पर तत्पर निमित्त टीचर्स बहिनें तथा देश विदेश के सभी तीव्र पुरुषार्थी भाई बहिनें, ईश्वरीय स्नेह सम्पन्न मधुर याद स्वीकार करना जी।

बाद समाचार - इस जून मास में आप सभी मीठी मम्मा की यादों के साथ तीव्र पुरुषार्थ की रेस कर रहे होंगे। मधुवन में इस समय विशेष मौन भट्टियां चल रही हैं। कुछ मुख्य टीचर्स बहिनें सुखधाम में बहुत अच्छी तपस्या कर रही हैं, मधुवन निवासी पीस पार्क में भट्टियां कर रहे हैं। शान्तिवन में ज़ोन वाइज़ योग भट्टियों में सब तरफ के भाई बहिनें खूब रिफ्रेश हो रहे हैं। कन्याओं के लिए टीचर्स ट्रेनिंग चल रही है। ज्ञान सरोवर में फिर विंग्स के कार्यक्रम चल रहे हैं। जिसमें अनेक सम्बन्ध सम्पर्क वाली आत्मायें बहुत अच्छे अनुभव कर रही हैं। चारों ओर बहुत शक्तिशाली वायुमण्डल बना हुआ है।

जुलाई अगस्त मास में तो सभी सेवाकेन्द्रों पर योग भट्टियों के कार्यक्रम रहते ही हैं। अब तो मीठे बाबा का भी विशेष इशारा है कि बच्चे आत्मा रूपी नेत्र को ऐसा पावरफुल बनाओ जो आने वाले हर विघ्न को दूर से ही महसूस कर उसे पार कर लो। सदा एकान्तप्रिय बन शान्ति और सुख के सागर में समाये रहो और अन्य आत्माओं को भी अपने शुद्ध संकल्प और वायब्रेशन द्वारा, वृत्ति व बोल द्वारा शान्ति वा सुख की अनुभूति कराओ। मुख और मन का मौन रख अन्तर्मुखता की गुफा में चले जाओ।

तो जरूर आप सब ऐसा ही लक्ष्य रख विशेष ज्वालामुखी योग तपस्या करेंगे। अब बीती को ऐसी बिन्दी लगा दो जो पिछली बातें बिल्कुल फिनिश हो जाएं। संगम का एक एक सेकण्ड बहुत-बहुत वैल्युबुल है, इसलिए अटेन्शन रख बातों को न देख, बापदादा की हर आज्ञा का पालन करते हुए अपने संकल्प और समय को बचाना है। कोई भी परीक्षायें अपने निश्चय को टेस्ट करने के लिए आती हैं लेकिन निश्चयबुद्धि बच्चे सदा विजयी बन वैजयन्ती माला में आ जाते हैं। कदम-कदम पर सी फादर, फालो फादर करते हैं।

तो बोलो, हमारे मीठे-मीठे भाई बहिनें ऐसा ही लक्ष्य रख तीव्र पुरुषार्थ की रेस कर रहे हो ना! हम सब पर तो मीठे बाबा ने ऐसी ब्रह्मपति की दशा बिठाई है जो सदा एवरहेल्दी, वेल्दी, हैपी रहते हैं। माइन्ड बहुत अच्छी मजबूत है, शरीर को चलाने में माइन्ड ने अच्छी मदद की है इसलिए एवरहेल्दी हैं फिर वेल्दी ऐसे हैं जो सुख शान्ति के खजाने से सम्पन्न हैं और हमारे जैसा हैपी तो कोई हो नहीं सकता। हमारा टाइम मनी सब सफल हो रहा है इसलिए सदा खुश हैं।

बाकी करनकरावनहार बाबा चारों ओर बहुत अच्छी सेवार्यें करा रहा है। इस बार 5 सप्ताह की लण्डन यात्रा में भी सभी ने बहुत अच्छा लाभ लिया। जैसे बाबा ने हम सबके दिलों में अपना यादगार बनाया है, ऐसे जहाँ भी बाबा बिठाता है वहाँ सबके दिलों में एक बाबा की याद का यादगार बन जाए, यही लक्ष्य रहता है। प्रकृति भी समय पर अच्छा साथ देती है। अभी हमारी दादी गुल्जार भी दो सप्ताह के लिए चाइना, जापान, हांगकांग तरफ गई हैं। अच्छा -

सभी को बहुत-बहुत याद...

ईश्वरीय सेवा में,
बी. के. जानकी



ये अव्यक्त इशारे



एक्टिव और एवररेडी बनो

- 1) एवररेडी बनने के लिए सभी बातों में एक्टिव रहना है। जैसा समय, जैसी सर्विस उसमें एवररेडी। कोई भी कार्य आता है, तो एक्टिव जो होता है, उस कार्य को शीघ्र ही समझ कर और सफलता को प्राप्त कर लेता है। जो एक्टिव नहीं होते वो सोचते-सोचते समय गवां देते हैं, सफलता भी नहीं मिलती।
- 2) जो एक्टिव एवररेडी रहता है वह हर कार्य को परखकर उसमें जुट जाता है और सफलता को प्राप्त कर लेता है। जो पुरुषार्थ में भारी, अपने संस्कारों में भारी है उसको एक्टिव नहीं कहा जाता। एक्टिव जो होगा वह एवररेडी और इज़ी होगा। खुद इज़ी बनने से सब कार्य भी इज़ी, पुरुषार्थ भी इज़ी हो जाता है। खुद इज़ी नहीं बनते तो मुश्किलों का सामना करना पड़ता है।
- 3) जो बच्चे बाप के कर्तव्य में निमित्त बने हुए हैं – उन्हों को यह बात हर वक्त याद रखनी है कि हमें हर समय हर हालत में एवररेडी और आलराउन्ड होना है। अगर यह दो बातें सभी में आ जायें तो सर्विस का सबूत श्रेष्ठ निकल सकता है।
- 4) आलराउन्ड और एवररेडी अर्थात् एक सेकेण्ड में तैयार। संकल्पों को भी एक सेकेण्ड में बन्द कर लें। जैसे मिलेट्री वालों का हर समय बिस्तरा तैयार रहता है। ऐसे एवररेडी बनने वालों का संकल्पों का बिस्तरा तैयार रहना चाहिए। कोई भी परिस्थिति हो उसका सामना करने के लिए पेट्टी बिस्तरा तैयार हो।
- 5) एवररेडी जो होते हैं उन्हें बुलावा हुआ और एक सेकेण्ड में अपना रहा हुआ सभी कुछ समेट भी सकते और जम्प भी दे सकते हैं। प्रैक्टिकल में देखा कि ड्रामा के बुलावे पर कितना टाइम लगा? एक तरफ समेटना दूसरे तरफ हाई जम्प देना। यह दोनों सीन देखी - यह ड्रामा में किसलिए हुआ? सिखलाने के लिए। तो ऐसे एवररेडी बनना पड़ेगा। (ब्रह्मा बाप का मिसाल)
- 6) हर समय निर्बन्धन। सर्विस के बन्धन से भी निर्बन्धन। एलान निकले और एवररेडी बन मैदान पर पहुंच जाना। यह फाइनल पेपर है जो समय पर निकलेगा – प्रैक्टिकल में। इस पेपर में अगर पास हो गये तो और कोई बड़ी बात नहीं।
- 7) अगर वस्त्रों में टाइटनेस होगी तो सहज मुक्त नहीं हो सकेंगे। टाइटनेस का अर्थ है कोई से लगाव इसलिए अब यही सिर्फ एक बात चेक करो - ऐसा लूज चोला हुआ है जो एक सेकेण्ड में इस चोले को छोड़ सकें। अगर कहाँ भी अटका

हुआ होगा तो बाहर निकलने में भी अटक होगी।

- 8) एवररेडी अर्थात् कोई भी देह के हिसाब-किताब से हल्का। वतन में शुरू-शुरू में पंक्षियों का खेल दिखलाते थे, पंक्षियों को उड़ाते थे। वैसे यह आत्मा भी पंक्षी हैं जब चाहे तब उड़ सकती है। वह तब हो सकता है जब ऐसा अभ्यास हो। जब खुद उड़ता पक्षी बनें तब औरों को भी एक सेकेण्ड में उड़ा सकते हैं।
- 9) समय के लिए अपने को इंतजार नहीं करना है। अपने को सदैव ऐसे एवररेडी रखना है जो कभी भी समय आ जाये। इंतजार को खत्म करके इंतजाम रखना है। जब अपना इंतजाम पूरा होता है फिर इंतजार करने की आवश्यकता नहीं रहती, उसको ही कहा जाता है एवररेडी। सबमें एवररेडी। सिर्फ सर्विस में नहीं, पुरुषार्थ में भी एवररेडी। संस्कारों को समीप करने में भी एवररेडी।
- 10) अभी-अभी आर्डर हो अपने सम्पूर्ण निराकारी, निरहंकारी, निर्विकारी स्टेज पर स्थित हो जाओ। तो क्या स्थित हो सकते हो? वा साकार शरीर, साकारी सृष्टि वा विकारी संकल्प न चाहते हुए भी अपने तरफ आकर्षित करेंगे? इस देह की आकर्षण से परे एक सेकेण्ड में हो सकते हो? हार और जीत का आधार एक सेकेण्ड है। तो एक सेकेण्ड की बाजी जीत सकते हो?
- 11) जैसे जिस्मानी मिलेट्री वाले एक सेकेण्ड में अगर निशाना नहीं बना सकते तो हार खा लेते, निशाना ठीक होता है तो विजयी बन जाते हैं। ऐसे अपनी बुद्धि को इस निशाने पर एक सेकेण्ड में ठीक टिका सकते हो? ऐसे एवररेडी बने हो कि मेहनत करने बाद निशाने पर स्थित हो सकते हो? ऐसे प्रयत्न करते-करते विजय का सेकेण्ड तो बीत जायेगा, फिर विजय माला के मणके कैसे बन सकेंगे?
- 12) जो युद्ध के मैदान पर सामना करने वाले होते हैं, वह कभी भी शस्त्रों को नहीं छोड़ते हैं। सोने के समय भी अपने शस्त्रों को नहीं छोड़ते हैं। ऐसे ही सोते समय भी अपनी अष्ट शक्तियों को विस्मृति में नहीं लाना है अर्थात् अपने शस्त्रों को साथ में रखना है। ऐसे नहीं जब कोई माया का वार होता है उस समय बैठ सोचो कि क्या युक्ति अपनाऊं? सोच करते-करते ही समय बीत जायेगा इसलिए सदैव एवररेडी रहना चाहिए। सदा अलर्ट और एवररेडी अगर नहीं हैं तो कहीं ना

कहीं माया धोखा खिलाती है।

13) एवररेडी सदा समय का आह्वान करते हैं। एवररेडी अर्थात् सदा अन्तिम समय के लिए अपने को सर्वगुण सम्पन्न बनाने वाला। गायन भी है सर्वगुण सम्पन्न, 16 कला सम्पूर्ण। तो एवररेडी अर्थात् सम्पन्न स्टेज। ऐसा प्रैक्टिकल में हो जो सिर्फ एक कदम उठाने की देरी हो।

14) कोई भी परिस्थिति रूपी पेपर वा प्राकृतिक आपदा द्वारा आया हुआ पेपर वा कोई भी शारीरिक कर्म भोग रूपी पेपर आवे तो भी सभी प्रकार के पेपर्स में फुल पास वा अच्छी मार्क्स में पास होने वाले ही एवररेडी हैं। जो एवररेडी है वह एवरहैपी होंगे।

15) अशरीरी बनने में अगर युद्ध करने में ही समय लग गया

तो अंतिम पेपर में मार्क्स वा डिवीजन कौन-सा आयेगा? अगर युद्ध करते-करते रह गये तो क्या फर्स्ट डिवीजन में आयेगे? ऐसे उपराम, एवररेडी बने हो? सर्विस करते और ही स्थिति शक्तिशाली हो क्योंकि आपकी श्रेष्ठ स्थिति ही इस समय की परिस्थितियों को परिवर्तन में लायेगी।

16) एवररेडी का अर्थ है कैसी भी परिस्थिति हो, कैसी भी परीक्षाये हों लेकिन श्रीमत प्रमाण जिस स्थिति में स्थित होना चाहें उस स्थिति में स्थित हो जाएं। ऑर्डर पर एवररेडी हों। ऑर्डर अर्थात् श्रीमत। तो ऐसे एवररेडी हो जो संकल्प भी श्रीमत प्रमाण चले? श्रीमत है—एक सेकेण्ड में साक्षी अवस्था में स्थित हो जाओ, तो उस साक्षी अवस्था में स्थित होने में एक सेकेण्ड के बजाय दो सेकेण्ड भी न लगे तब कहेंगे एवररेडी।

शिवबाबा याद है ?

09-06-11

ओम् शान्ति

मधुबन

“जीते जी मरना अर्थात् देह सहित देह के सब सम्बन्ध भूलना”

(दादी जानकी)

मधुबन बाबा का है, बाबा के घर में मौज से बैठे हैं, यज्ञ सेवा कर रहे हैं और आपस में एक दो को देख देखकर खुशी में हर्षित हो रहे हैं। बाबा एक ही है पर व्यक्तिगत हरेक कहता है - मेरा बाबा है। इस एक बाबा को सारे कल्प में सभी कहेंगे मेरा बाबा, ऐसे लौकिक में कभी कोई नहीं कहेंगे। यह संगमयुग ही है जब शिवबाबा, ब्रह्माबाबा दोनों आपस में मिलते हैं, हमको पहचान आती है तो देह सहित देह के सब सम्बन्ध भूल जाते हैं। जैसे शरीर छोड़ने के बाद जहाँ से छोड़ा भले वो याद करके रोये, पर हम याद करके क्या करेंगे! हम जीते जी मरे हैं, जीते जी मरने का सुख इतना है जो कोई भी जन्म में इतना सुख नहीं भासेगा। यहाँ इतने अच्छे कर्म किये हैं, उसके फल स्वरूप वहाँ सतयुग में कोई दुःख नहीं होगा।

मनमनाभव होने से मध्याजीभव हो जाते हैं। गीता के 18 अध्याय का सार 18 शब्दों में अगर याद करें तो पहला है - यह धर्मक्षेत्र, कर्मक्षेत्र है, कौरव क्या करते, पाण्डव क्या करते... बस समझ आ गयी। कौरव को चाहिए धन, माल, महल, मोटर, गाडी, यह, वह, फैशन, कपड़ा... मैं तो पाण्डव हूँ, मुझे कुछ नहीं चाहिए। बाबा की दृष्टि से अति सुख महसूस होता है तो वो सुख पुराने दुःखों को भुला करके

खत्म कर देता है। ऐसा सुखदाता बाप दुःख को ऐसे खत्म कर देता है, मैं मर गई तो मेरे लिये दुनिया ही मर गई इसलिए कहते हैं मरना तेरी गली में, जीना तेरी गली में... यह गीत बहुत अच्छा है। तो सिर्फ बाबा बाबा ऐसे ही नहीं कहो, पर जीना भी बाबा के गले में तो मरना भी बाबा के गले में... तो यह सुख ले लो। बाबा की गोद में आ करके बाबा के गले का हार बन जाओ।

अमृतवले बाबा का बच्चा हूँ, बच्चा बनके बैठ जाओ, उस घड़ी कुछ भी सोचो नहीं तो बाबा बच्चे को बहुत सुख देगा। मुरली सुनते समय स्टूडेन्ट हूँ। मुरली सुनने के बाद कम से कम 10-15 मिनट सारी मुरली रिवाइज करो तो बहुत अच्छा लगता है और जो सामने आये उसके आगे आपस में बैठ करके रिपीट करो। मुख से करो, मन में करो या चलन से दिखाओ कि कर्म कैसे करो। मन्सा याद और मुरली। फिर बाबा ने जो यज्ञ रचा है उसमें खुशी से कर्मयोगी बन हर कर्म (सेवा) करो। सुबह को याद किया फिर बाबा की मुरली सुनी, उसके बाद बाबा के यज्ञ की सेवा की तब जो खाते पीते हैं वो हज़म हो जायेगा। फिर चलते फिरते याद में रहना कोई बड़ी बात नहीं लगेगी।

भूल करके याद करना मुश्किल है। याद में रहते हैं तो

भूल नहीं होती। कोई तो कारण दे करके भूलें करते रहते हैं। वैसे कारण कुछ है ही नहीं। जो बाबा की याद में अच्छी तरह रहते हैं, उनके विकर्म विनाश हो जाते हैं, आयु बढ़ती है। सामने कोई भी बात है तो वो सहज हो जाती है, सहज-योगी, स्वतः योगी बनने से मजा आता है। कोई हजारों माइल दूर बैठा है उसे मधुबन बैठे याद करो तो वायब्रेशन पहुँच

जाते हैं। तो याद के सिवाए और कुछ भाता ही नहीं। याद में रहने से काम अच्छा हो जाता है, काम करने के बाद याद करें, नहीं। संगमयुग में सम्पूर्ण निर्विकारी, सर्वगुण सम्पन्न कोई गुण कम न रहे तो कर्मातीत, अव्यक्त बन जायेंगे। जैसे मेरा बाबा इतना शुद्ध शान्त है वैसे हमको भी प्रेम, खुशी, आनंद से भरपूर कर देता है। अच्छा।

1990

व्यर्थ से मुक्त होने के लिए अपनी दिनचर्या आपेही बनाओ

(दादी गुल्जार)

हम लोग शुरू शुरू में अपनी नोटबुक में ज्ञान, योग, धारणा, सेवा ऐसे इन चारों सबजेक्ट्स की प्वाइन्ट अलग-अलग लिखते थे। योग की बात हो तो योग में ही लिखते थे और अन्त में जब पाकिस्तान से आबू में आये, तो बाबा ने कहा वज़न बढ़ गया है इसलिए आपकी कॉपियां नहीं जायेंगी। हमारे लिए यह पेपर आया, हमने कहा कपड़े भले रह जायें, बाकी कॉपियाँ तो हमारी जायेंगी। तो बाबा ने चतुराई क्या किया! बाबा ने एक स्थान पर बड़ा सा खड्डा खुदवाया और एक लोहे की बड़ी मोटी पेट्टी मंगाई। बाबा ने कहा देखो तुम्हारी यह कॉपियां सर्विस करेंगी। बाबा आपकी यह कॉपियां यहाँ दबाके जाता है, फिर द्वापर में आपकी यह कापियां कुछ न कुछ मिलेंगी और इससे ही शास्त्र बनेंगे। तो यह सेवा आप करेंगी या इन्हें आप खुद ही पढ़ेंगी? तो सभी तैयार हो गये और कापियां वहीं छोड़कर आये।

तो आप भी अपने पास प्वाइन्ट्स नोट जरूर करो, बुद्धि में करो या कॉपी में करो लेकिन दिमाग इसी में ही चले। व्यर्थ संकल्प की आदत नहीं डालो, अगर व्यर्थ की आदत पड़ गई तो खुद ही तंग होंगे इसलिए मन को बिजी रखने के लिये अपनी दिनचर्या आपेही बनाओ, अपनी दिनचर्या ऐसी बिजी रखो जो व्यर्थ संकल्प चलने की मार्जिन ही नहीं रहे और अपने आपको खुश रखो क्योंकि खुशी सिर्फ अकेली नहीं जाती है, खुशी के लिये ही कहा जाता है खुशी जैसा कोई भोजन नहीं, खुशी जैसा कोई खज़ाना नहीं। तो सिर्फ खुशी नहीं जाती लेकिन हेल्थ वेल्थ भी साथ में जाती है इसीलिए खुशी कभी नहीं गँवाना, आपका चेहरा सदा खुशनुमा होना

चाहिए। आपको इतनी प्राप्तियाँ हैं तो आपकी शक्ल कैसी होनी चाहिए? मुस्कराती हुई। मुस्कराने वाले को देख मूँझा हुआ भी मुस्कराने लग जायेगा, तो यह भी सेवा हो जाती है। तो मुस्कराते रहो। कोई कोई ऐसे विचारों में होते हैं, जैसे पता नहीं क्या इसको हो गया, बुखार हो गया या माथे में दर्द पड़ गया... शक्ल देखो रोने जैसी, ऐसे नहीं करो क्योंकि हमको प्राप्तियाँ बहुत हैं, तो हमारी शक्ल में मुस्कराहट हो। एक एक प्राप्ति को याद करो तो बहुत खुशी होती रहेगी। तो खुशमिजाज़ रह सदा मुस्कराते रहो तो बाबा देखके खुश हो जायेगा और आपको बधाई देगा।

आप सब ऐसे सिकीलधे हो जो आप बाबा को पसन्द आ गये हो तब तो बाबा की नज़र आपके ऊपर पड़ गयी। जहाँ से भी जिस भी मोहल्ले से आये होंगे उन पर बाबा की नज़र नहीं पड़ी, आपके सम्बन्धी कितने होंगे, वो बाबा को पसन्द नहीं आये, आप ही पसन्द आये क्यों? है नशा! मैं बाबा को पसन्द आया, मेरे ऊपर ही बाबा की नज़र पड़ी। तो बाबा का हमारे से कुछ एक्स्ट्रा लगाव है इसलिए मैं तो समझती हूँ यहाँ तो आप सब उड़ते रहते होंगे। या फिर कई ऐसे सोचते कि हम तो कोई खास काम के नहीं हैं, हम तो ऐसे ही हैं, हमको कौन पूछता है! बड़े तो बड़ों को ही देखते हैं लेकिन बाबा ने कहा कोई भी चीज़ बनाओ मानो खिचड़ी बनाते हैं उसमें नमक चाहिए, जीरा चाहिए सब चीज़ चाहिए। मानो नमक हमारे से भूल जाता है, है तो साधारण नमक की बात लेकिन वो खिचड़ी अच्छी बनेगी? कोई नहीं खायेगा, कहेगा अच्छी नहीं है। तो बाबा कहते एक एक आत्मा मेरे लिए जरूरी है, तभी तो बाबा ने इतना बड़ा

संगठन बनाया है और आप उसमें रहे हुए हो, माना बाबा की नज़र है। तो कोई भी यहाँ आया है वह काम का है। अगर यहाँ कोई झाड़ू लगाने वाला भी न हो तो क्या आश्रम की भासना आयेगी। तो वो भी जरूरी है ना। तो हर काम का महत्व है। कोई ने पूछा कि इन्हों को ही बाबा ने क्यों पसन्द किया? और भी तो थे ना! तो बाबा कहते यही बच्चे मुझे कल्प पहले भी मिले थे, कल्प के बाद भी होंगे। तो कल्प-कल्प का कनेक्शन है। कल्प पहले वाले ही बाबा की नज़र में आये और बाबा ने अपना बना दिया। तो आप सभी कल्प पहले वाले हो, यह पक्का समझो। ऐसे नहीं, मैं तो हूँ ही यह... अपने आपको अभिमान भी नहीं, कम भी नहीं। नहीं तो कभी अभिमान आ जाता है कि हम ही सब-कुछ हैं या अपने को ऐसे समझते हैं कि हम कुछ नहीं हैं, तो व्यर्थ संकल्प बहुत चलते हैं इसीलिए आपको नशा होना चाहिए बाबा की नज़र मेरे ऊपर पड़ी, तो मेरे में कुछ है ना! तो बाबा ने हमको अपना बनाया है तो मेरी वैल्यु है। कल्प-कल्प का मैं ही अधिकारी हूँ तभी बाबा ने मुझे इस कल्प में भी बनाया है तो इतना नशा, अभिमान नहीं स्वमान हो।

तो अभिमान को छोड़ना है, स्वमान में रहना है। रोज़ कोई न कोई स्वमान याद रखो तो बहुत मज़ा आता है। हमेशा बिन्दी-बिन्दी कहते रहो तो थोड़ा कॉमन लगेगा लेकिन कोई स्वमान सहित बिन्दू को याद रखेंगे तो बहुत मजा आयेगा। व्यर्थ थॉट्स नहीं आयेंगे, क्योंकि व्यर्थ थॉट्स बहुत टाइम ले लेते हैं। और आप खाली होके जब बाबा की याद में बैठेंगे तो

उस समय और ही स्पष्ट रीति से व्यर्थ के ख्यालात चलते रहेंगे। तो स्वमान को याद करके व्यर्थ संकल्प खत्म करो, मुरली में से कोई भी एक प्वाइन्ट आप अपने लिये, मनन के लिये रखो जरूर, होमवर्क आप अपने आप को दो या तो जो वरदान आता है या स्लोगन की एक लाइन ही याद रखने का होमवर्क अपने आपको देंगे तो अटेंशन बार-बार जायेगा, मन को बिजी रखो। मन को फ्री नहीं रखो जो व्यर्थ संकल्प आवे। तो यह पुरुषार्थ हम लोगों को करना है।

जैसे देखो कोई बड़ी बीमारी आती है तो उसके पीछे कितना पड़ जाते हैं, जितनी भी पैथी हैं वो कुछ भी करके बीमारी चली जाये, उसके लिये पुरुषार्थ करते रहते हैं। एक दृढ़ संकल्प करते हैं बीमारी नहीं होनी चाहिए, इसके लिए उसके पीछे लग जाते हैं तो यह भी तो व्यर्थ संकल्पों की बीमारी है, इसको भी तो भगाना है ना! तो इतना दृढ़ संकल्प रखो कि मुझे करना ही है, बनना ही है। ऐसे नहीं चल रहे हैं, ठीक हैं, कामकाज किया रात पूरी हो गई, सो गये फिर सुबह को उठा, दिनचर्या प्रमाण योग में बैठे... ऐसे नहीं होना चाहिए। बाबा ने आपको सेवा के स्थान पर रखा है, बाबा की आपके ऊपर नज़र गई, आपको अपना बनाया तो यह कितना फखुर होना चाहिए और खुश रहना। खुशी कभी नहीं गंवाना। खुशी गई तो सब-कुछ गया। बाबा की मुरली में से खुशी की प्वाइन्ट अपने पास नोट करो और उस समय पढ़ो कि खुशी के लिये बाबा ने क्या क्या कहा है? अच्छा - ओम् शान्ति।

दादी प्रकाशमणि जी के अमृत वचन

तपस्या द्वारा व्यर्थ संकल्पों वा पुराने कड़े संस्कारों को समाप्त करो

1) तपस्या का मूल लक्ष्य है – व्यर्थ संकल्पों को, पुराने कड़े संस्कारों को समाप्त करना। किसी भी परिस्थिति के कारण जो संकल्प विकल्प उठते हैं, जो हमारे बुद्धियोग को तोड़ते हैं, जिससे सारी शक्ति व्यर्थ हो जाती है। अब वह व्यर्थ संकल्प विकल्प समाप्त हो जाएं। व्यर्थ संकल्प उठने का कारण क्या है, इसे भी समझना है। व्यर्थ संकल्प उठने का कारण है कोई न कोई सूक्ष्म में भी इच्छा। जैसे बाबा कहते हैं – बच्चे तुम्हें कोई भी देहधारी याद नहीं आना चाहिए। अगर याद आता है तो उसका कारण है - जरूर उसके पीछे कोई इच्छा या स्वार्थ है। कहाँ भी बुद्धि जाती है तो सूक्ष्म चेक करो – जरूर उसके पीछे स्वार्थ होगा। कईयों की बुद्धि में आता है मुझे मान मिले,

मेरा शान हो, मेरी इज्जत हो...। मेरा नाम हो... यह सूक्ष्म इच्छा भी व्यर्थ संकल्प उठने का कारण है। तो जिसमें ऐसी इच्छाएं उत्पन्न होती हैं उनके सामने तपस्या में यही विघ्न रूप हैं, इसके लिए बेहद का वैराग्य चाहिए। जैसे कई समझते हैं मैं कोई भी सेवा करता हूँ तो उसकी कदर नहीं करता। कोई हमारी सेवा को स्वीकार नहीं करता, मानता नहीं। तो सेवा तो की लेकिन सूक्ष्म में कई प्रकार का मेवा चाहते हैं। तो चाहना माना ही इच्छा, आसक्ति है। कोई भी प्रकार की इच्छा होगी तो उसका सामना जरूर करना पड़ेगा। जैसे धन इकट्ठा करने की शक्ति का शौक होता है तो उसके लिए मेहनत करनी पड़ती, बिजनेस में अनेक बाधाओं का सामना करना पड़ता।

इसका अर्थ यह नहीं है कि शरीर निर्वाह अर्थ कर्म ही नहीं करना है। करना जरूर है लेकिन एक है शरीर निर्वाह अर्थ कर्म करना अथवा बाबा की सेवा के लिए कर्म करना और दूसरा है शौक अथवा इच्छाओं की पूर्ति के लिए कर्म करना। फिर ऐसे कर्म में स्वयं को बिजी कर लेते हो जो कंट्रोल से बाहर हो जाता, उसके लिए नींद भी नहीं करते। यदि उसमें अच्छा रेसपान्ड नहीं मिलता तो नाउम्मीद हो जाते। यह कोई बैलेन्स नहीं है।

2) तपस्या कहती है - कर्म करो लेकिन बैलेन्स रखो। सेवा भले करो लेकिन आसक्ति नहीं रखो, स्वार्थ न हो। घूमो फिरो, खाओ पियो लेकिन अनासक्त रहो। अनासक्त स्थिति ऐसी होती है जो सब व्यर्थ संकल्पों से छुड़ा देती है। तो सूक्ष्म चेक करो कि व्यर्थ संकल्प यदि उत्पन्न होते हैं तो उसका कारण क्या है। क्या किसी भी प्रकार का शौक है या कोई आसक्ति है। हर बात का हुल्लास रखो, उमंग से करो लेकिन उसमें आसक्त होकर फँस नहीं जाओ। हर कार्य निमित्त बनकरके करो। कई बार कोई ने कुछ कहा, हमारे कानों तक वह बात आई तो खुशी ही गुम हो जाती है। उसकी ऐसी फीलिंग आती जो चेहरा ही मुरझा जाता है। तो तपस्या करने के पहले ये चेक करो कि क्या हमने इस फीलिंग के फ्लू को समाप्त किया है। मेरी खुशी को कोई भी बात नीचे तो नहीं ले आती? छोटे से छोटी बात हो या बड़ी बात है... किसी भी बात का मेरे माइन्ड पर उसका असर तो नहीं आता है? यदि माइन्ड पर असर आया, फीलिंग आई तो तपस्या भंग हुई।

3) बाबा कहते बच्चे तुम्हारी स्थिति ऐसी चाहिए जैसे कमल का फूल। कमल फूल अर्थात् निर्लिप्त। सब कार्य करो लेकिन निर्लेप रहकर करो। निमित्त मात्र करो। तपस्या का आधार ही है - न्यारे बनो और प्यारे बनो, इससे स्थिति अडोल रहेगी। न्यारे प्यारे रहेगे तो कोई भी इच्छा आसक्ति नहीं पैदा होगी। जब कोई भी आसक्ति नहीं, मान-शान, बड़े छोटे, अच्छे-बुरे कोई इच्छा नहीं तो आपकी स्थिति बहुत-बहुत स्वीट हो जायेगी। फिर ऐसी स्थिति से याद में बैठो तो स्थाई याद हो जायेगी, तपस्वीमूर्त बन जायेंगे। यदि इच्छायें, आसक्तियां होंगी तो स्थाई याद नहीं रह सकती, इधर-उधर के संकल्प आते रहेगे।

4) तपस्वीमूर्त बनने के लिए इच्छा मात्रम् अविद्या बनो। किसी भी प्रकार की अंश मात्र भी इच्छा न हो। किसी व्यक्ति से स्वार्थ न हो। वैभवों, वस्तुओं की चाहना भी न हो। ऐसी निःस्वार्थी जीवन बनाओ, इसके लिए बुद्धि में त्याग-वृत्ति हो। जब हम हैं ही त्यागी, वैरागी तो तपस्वी तो बन ही जायेंगे।

5) तपस्वीमूर्त बनने के लिए - सुनते भी न सुनो, देखते भी न

देखो। इसके लिए चाहिए सहनशीलता, कईयों की दिल बड़ी कोमल होती है। ज्ञान में कोमल दिल नहीं चाहिए। कोमल दिल वाले को छोटी-छोटी बात में फीलिंग आती, जो उदासी ले आती है। कोमल दिल वाला सदा कमजोर होगा, हिम्मतवान नहीं हो सकता। वह डरपोक होगा। कोमल दिल वाला ही जवाब देता कि क्या करूँ मेरे में सहनशक्ति नहीं है। संगठन में चलने के लिए सहनशीलता का गुण बहुत जरूरी है क्योंकि अनेक प्रकार की बातें सामने आती हैं। कभी कोई भाव स्वभाव होगा, कभी कोई मुझे कुछ बोल देगा... इसलिए सहनशीलता और धैर्यता का गुण बहुत जरूरी है। धैर्यता के लिए सहनशीलता जरूर चाहिए। तो इन दोनों गुणों को धारण कर तपस्वी बनो। इनकी कमी के कारण तपस्या भंग न हो जाए।

6) अपना बुद्धियोग एक बाबा से रखो। एक बाबा को देखो, बाबा से सुनो, बाबा के संग बैठो...। बाबा से मीठी-मीठी बातें करो - एक बाबा के सिवाए और कुछ भी दिखाई न दे। जो ऐसा रहता है वो सर्व को प्यारा लगता है। उनके दिल में कोई अप्रिय होता ही नहीं है। उनके दिल में सर्व के प्रति स्नेह रहता, सब मीठे प्यारे लगते। जो किसी से भी नफरत करता है वह पहले तो खुद से नफरत करे कि मेरे में भी तो अब तक यह-यह कमजोरी है। अपनी कमजोरी से खुद नफरत करो दूसरे से नफरत क्यों करते! हर एक नम्बरवार है, हर एक में कोई न कोई विशेषता है। तो ऐसी अनेक बातों को धारण करने के लिए हमें यह तपस्या करनी है।

7) रोज़ चेक करो कि अभी तक मेरे में कौन सी कमी है जो व्यर्थ संकल्प वा विकल्प उठते हैं। दिनचर्या में चेक करो कि किस बात ने, किस कारण ने, किस रूप से मेरी बुद्धि में व्यर्थ संकल्प उत्पन्न किया जिससे बुद्धियोग टूटा। यदि बुद्धियोग टूटता नहीं तो निरन्तर आत्मा का दीप जैसे जगा हुआ ही है। फिर खुद को और दूसरों को भी रोशन करते रहेगे। खुद भी रोशन रहें और दूसरों को भी रोशन करें, खुद में भी साइलेन्स की शक्ति भरी हुई हो और दूसरों को भी वही वायब्रेशन मिलते रहें - यही है सेवा। इससे आटोमेटिक स्वयं का माइन्ड शान्त रहता, स्वीट रहता फिर कोई भी बात आती भी है तो आई और गई। आंधी आई, पास हुई, चली गई इसलिए अपनी ऐसी स्थिति रखो जो सदा मौज में और मजे में रहो। ऐसा कभी भी न हो जो कोई बात का चिंतन नींद ही फिटा दे।

8) कईयों में व्यर्थ चिंतन करने की ऐसी आदत होती है जो अपना टाइम एनर्जी वेस्ट करते रहते, नींद भी खराब कर देते हैं। छोटी सी बात होगी और सोचेंगे बहुत लम्बा। बात कुछ भी नहीं होगी और चिंतन इतना बड़ा करेंगे जो राई को पहाड़ बना लेंगे। लेकिन इन सभी का सूक्ष्म कारण है - स्वार्थ, इच्छा,

चाहना। इसने मेरी इन्सल्ट क्यों की! बस इतनी सी बात का विस्तार ऐसा कर देंगे जो पूरा 24 घंटे की एनर्जी वेस्ट कर देगा। फिर वह तपस्या क्या करेंगे। तो अभी हमें स्वयं की चेकिंग करने का अच्छा साधन मिला है। रोज़ ऐसा अपना चार्ट चेक करो और चेकिंग करके परफेक्ट बनो। साइलेन्स की शक्ति, तपस्या की शक्ति ऐसी बढ़ाओ जो सूक्ष्म में भी कोई इच्छा न रहे। अगर अब तक हो तो उसे समाप्त कर दो। इच्छा होगी तो उसकी निशानी है – फीलिंग जरूर आयेगी। कोई मेरी बात दूसरे से कह रहा है तो उसका वायब्रेशन आयेगा, चिंतन चलता रहेगा। क्यों कहा, क्या कहा, किसलिए कहा, फिर क्या हुआ... ऐसे तूफान आते रहेंगे। लेकिन हम अच्छे हैं तो मौज में रहें। हमने बुरा ही क्या किया है जो ऐसे चिंतन में समय गंवाते हैं।

9) सदा बी गुड, डू गुड का स्लोगन याद रखो तो किसी भी बात की फीलिंग नहीं आयेगी। सदा डबल ओ के रहो। फिर नेचुरल हल्के हो जायेंगे। योग में बैठते ही लगेगा कि हम हल्के हैं, उड़ रहे हैं। हमारी बुद्धि स्वच्छ साफ आइने की तरह है तो उसमें कई अनुभव कर सकते हैं। हमें अपने सम्पूर्णता की सिद्धि को प्राप्त करना है।

10) हम सबकी एक ही भावना है कि विश्व का कल्याण हो। परिवर्तन हो, सुखमय संसार आये। यही एक संकल्प है। हमें और कुछ नहीं चाहिए। महिमा भी नहीं चाहिए। भगवान ने मेरी महिमा कर दी “ओ बच्चे तुम हो मेरे दिल तख्त के मालिक”। इस महिमा के आगे और कोई महिमा नहीं। जिसने स्वीकार करना था, कर लिया, उसने दिल का मालिक बना दिया। अच्छा- ओम् शान्ति।

दीदी मनमोहिनी जी की विशेषतायें – दादी जानकी जी के शब्दों में

(दीदी जी के पुण्य स्मृति दिवस पर 28 जुलाई 2012 को क्लास में सुनाने के लिए)

1) मुझे दीदी ने शिव शक्ति का बैज पहनाया था। तो याद रहता है कि मैं शिव की शक्ति हूँ। व्हाइट कपड़े पहनना, लाइट रहना, एवरीथिंग राइट करना। कभी चश्मा कैसे पहना, कभी कुछ पहना, कभी कुछ.. हमारे पास बैज के सिवाए और कुछ नहीं है, हमारी पहरवाइस भी सेवा करती है।

2) दीदी ने सिखाया कि हर बात में ट्रस्टी होके कैसे सम्भालना है। अलर्ट रहना सबसे जरूरी है। कभी पढ़ाई में, योग में, सेवा में सुस्ती न आये। दीदी सदा पढ़ाई में रेग्युलर और पंचुअल रही। कभी क्लास में लेट नहीं आईं। कर्मातीत बनने वाली आत्मा को ध्यान है निद्राजीत बनने का।

3) दीदी ने सिखाया कि सदा आपस में हमारा सभी के साथ बहुत प्यार हो। सदा सीखने की और सच्चा होके रहने की भावना हो। मैं जो कहूँ सो होवे नहीं, जो बाबा ने कहा है वही हो - यही भावना हो। मुख्य बात है एक दो के लिए रिगार्ड और प्यार का संस्कार जो भरा हुआ है, उससे सुखी हैं।

4) दीदी सदा कहती याद में रहना मेरा काम है। मेरी स्मृति में एक बाबा रहे, सेवा पीछे है। याद में रहने से यात्रा पर हूँ। यात्रा पर हूँ तो जो यात्रा के नियम हैं उन्हें एक्ज्यूरेट पालन करना है। याद की यात्रा में सामने डेस्टीनेशन है। आपेही सब पहुंचेंगे, किसी को कुछ कहने की जरूरत नहीं है।

5) दीदी सदा कहती कभी भी मूड खराब नहीं करना। सीरियस होना या किसी से ईर्ष्या रखना यह बहुत बुरी बला है। प्लीज़

अपने को इसमें इतना सम्भाल के रखो जो बाबा के गीत गाते- गाते गायन योग्य, सिमरण योग्य, पूजनीय योग्य बन जाओ।

6) दीदी रोज़ अमृतवेले 4 बजे योग में हाज़िर हो जाती थी। खुद ही योग कराती थी। कितनी भी बातें होगी कभी कोई बात दीदी के मुख से नहीं सुनी होगी। जो बाबा मम्मा ने सिखाया, दीदी ने प्रैक्टिकल करके दिखाया। बाबा को याद करना सीखना हो तो उन्हें सामने रखो। उनकी सूरत को देखो।

7) दीदी ने आंख दिखाके, इशारे करके मीठा बनना सिखाया। मधुबन के बहुत से भाई बहिनों ने दीदी की पालना ली है। दीदी ने सबको मजबूत बनाया है। विशेषता सबमें हैं, दादी की विशेषता अपनी, दीदी की अपनी लेकिन सर्वगुण सम्पन्न सबको बनना है। अब नहीं बनेंगे तो कब बनेंगे।

8) बाबा हम आपके कदमों पर चलकर आपका नाम रोशन करेंगे। बाबा के कदम पर चलना, यह दीदी ने सिखाया है। श्रीमत सिरमाथे पर हो, दीदी ने बहुत ध्यान दिलाया, कभी मनमत पर चलने नहीं दिया। पढ़ाई पर अटेन्शन पूरा दिया, क्वेश्चन ऐसे निकालती जो सबको फेल कर देती। पढ़ाई में सदा पंचुअल, रेग्युलर रहना, दीदी से सीखा।

9) बाबा के साथ अटूट प्यार, बाबा के अव्यक्त होने के बाद दीदी ऐसी दृष्टि देती थी, जो दीदी की दृष्टि से सबको बाबा की भासना आती थी। विदेशी भाई बहिनों ने भी दीदी की दृष्टि से बहुत अच्छे अच्छे अनुभव किये हैं। दीदी ने बोला कम होगा,

दृष्टि से बहुत भासना दी, अनुभव कराये। शाम को एक्क्यूरेट योग में आती थी, ऐसे लगता आफिस से बाबा को साथ लेकर योग में आ रही है। इसमें दीदी की पंचुअल्टी देखी।

10) पुरुषार्थ में इन्च्वाय करना, उसका मजा लेना, दीदी के पुरुषार्थ में कभी थकावट नहीं देखी। पुरुषार्थ है ही बाबा को याद करने का और मुरली का मनन-चितन करने का, इसमें दीदी बहुत एक्क्यूरेट रही। शाम को आफिस में जाओ, ऐसा क्वेश्चन मुरली का पूछेगी, जो सारी मुरली याद आ जाए। यह पास्ट याद आता है, जो वर्तमान में बहुत मदद करता है और बातें पास्ट इज़ पास्ट कर दो, यह बातें पास्ट नहीं की जा सकती। बीती को चितओ नहीं, आगे की रखो न आश, ऐसा सहजयोगी, एक्क्यूरेट योगी बनना, यह दीदी से सीखा है।

11) ज्ञान का मंथन करना, अच्छी अच्छी बातें दीदी से सदा की है और कोई बात आपस में कभी नहीं की। योग क्या है, ज्ञान की गहराई क्या है, सदा यही रूहरिहान होती। यह बड़ों से सीखा है।

12) जब बाबा अव्यक्त हुआ, दीदी दादी ने मुझे बुलाया, बोली अभी तुम्हें पूना छोड़कर यहाँ रहना पड़ेगा। बाबा ने डायरेक्शन दिया है - दादी मुरली सुनायेगी, क्लास तुम्हें कराना है। दीदी मुझे बुलाकर बताती थी यह बात और स्पष्ट करना। सेवा में सदा उमंग-उल्हास में रहना, बाबा की उम्मीदों को पूरी करना यह दीदी ने कूट कूट कर पक्का कराया।

13) दीदी का यह गीत फेवरेट था - अब घर जाना है...। ऐसे नहीं कहती थी तैयारी करना है, सदैव तैयार रहती थी। घर में रहना माना बाबा के साथ रहना। अन्त में सारा दिन यही धुन लगा दिया। अभी हमको भी यह धुन है, अब घर जाना है लेकिन बाबा को प्रत्यक्ष करके जाना है।

14) दीदी सदा आंख दिखाती, दीदी की आंख देखने से मीठे बन गये, कैसे बोलना है, कैसे सबको खुश करना है, कैसे सबके साथ मिलनसार होकर चलना है। ऐसे ऊपर-ऊपर से नहीं, हड्डी सेवा करना है। वारिस बनाना दीदी से सीखो। पूरा स्वाहा करा देती। जो यज्ञ के लिए मिला वह सीधा यज्ञ में जाये, यह संस्कार दीदी ने डाल दिये, एक पापड़ भी अपने लिए नहीं रखा। जो यज्ञ के लिए करे वह यज्ञ में सफल हो। जो करे वह गुप्त करे।

15) दीदी की विशेषताओं की बहुत बड़ी माला है, कभी एक पेनी एक रूपया भी व्यर्थ नहीं जाने देगी। कोई सफल करे कोई व्यर्थ गंवाये, यह भी बोझ चढ़ता है। सफल करने वाले को एक का पदमगुणा बाबा देगा। यज्ञ में सफल करने वाले को बाबा देता है। गरीब का एक रूपया, साहूकार का एक हजार.. इसके भी हमारे पास मिसाल हैं, जिनको हड्डी सुख मिला है।

16) दीदी का नाम गोपी था, गोपी का पार्ट पहले दीदी ने ही बजाया। कितने बंधनों को काटकर बाबा के पास आ गई। फिर सिम्पल रहना सिखाया, लट्टे का कपड़ा पहनाया। बाबा दीदी को भण्डारे में भेजता था देखो भोजन बनाते वा खाते कोई आपस में बात तो नहीं करते हैं। दीदी ऐसे आती थी जैसे कोई सी.आई. डी. आफीसर आये। सब सावधान हो जाते थे। हमको देखकर भी कोई सावधान, खबरदार हो जाये। ऐसी थी हमारी मीठी दीदी।

17) सर्व सम्बन्ध एक बाबा के साथ कैसे हों, वह दीदी से सीखा है। दीदी सदा एकव्रता होकर रही इसलिए दीदी में प्युरिटी की पर्सनैलिटी झलकती थी। इतनी हमारी पर्सनैलिटी में प्योरिटी हो, तो व्यर्थ ख्याल आ नहीं सकता। इतनी ऑनेस्टी हो, निःस्वार्थ भाव हो। मान मर्तबे की भूख न हो।

18) निराकारी स्थिति में रहकर, आकारी सूक्ष्मवतनवासी का अनुभव करते, साकार सृष्टि में सेवा अर्थ पार्ट बजा रहे हैं, इसमें दीदी बहुत एक्क्यूरेट रही है। बाबा की शिक्षायें प्रैक्टिकल धारण करने में दीदी ने साथ दिया है। बाबा ने मम्मा के शरीर छोड़ने बाद दीदी को सेवा की जवाबदारी दी, दीदी को मधुबन में बिठा लिया। दीदी की एक्क्यूरेसी, याद में रहने की, श्रीमत पर चलने की, यज्ञ में सब कायदेअनुसार चलें वह सबका अटेन्शन खिचवाया है।

19) जैसे दीदी दादी ने सारा दिनरात सेवायें की होंगी, सेवा द्वारा सुख देके सन्तुष्ट करें, सदा खुश रहें, कैसी भी बात आवे पर निराशाई न आये, उमंग न चला जाये, उम्मीद से नाउम्मीद न बन जायें, कोई अच्छे पुरुषार्थियों को देख ईर्ष्या का अंश न आये, द्वेष भाव न हो, थकान न हो। दीदी ने प्रैक्टिकल में इन सब शिक्षाओं का स्वरूप बनकर दिखाया और अपने स्वरूप से सबको सिखाया।

20) हमारे सर्व संबंध एक बाबा से जुड़ाने के निमित्त हमारी मीठी दीदी रही है। बाबा के साथ दीदी का सखा संबंध रहा है। हमेशा कहती थी तुम बाबा को सखा बनाकर याद करो ना। ऐसे सूखी याद नहीं करो। उसे साजन समझकर याद करो। श्रीमत सदा सिरमाथे पर रहे। श्रीमत की वैल्यू दीदी ने कान पकड़ के सिखाई है, मनमत चल नहीं सकती, तभी बाबा ने यहाँ तक बैठने के लायक बनाया है। बाबा ने आप समान बनाने की सुत्ती घोट के पिलाई है।

21) एक बार बाबा ने कहा था - बच्ची बाबा कहे कुएं में कूद जाओ, तो कूदेंगी! दीदी ने उसी समय कहा हॉ बाबा। तो बाबा ने कहा बच्ची ऐसे बाप कभी कह सकता है क्या? इसमें भी पहचान चाहिए। तो हर कदम दीदी ने श्रीमत पर उठाया। विश्व सेवा के लिए दीदी ने निमित्त बनाया। अच्छा - ओम् शान्ति।