'तेरा वर्ष'

बेफिक्र सप्ताह

24.11.2013

1. स्वमान – मैं बेफिक्र बादशाह हूँ।

- जिसके सिर पर भगवान का हाथ हो, उसे किस बात की चिंता और किस बात का भय... ? वो तो इस संसार में बेफिक्र बादशाह बनकर जीता है। खुशी उसके पीछे परछाईं की तरह चलती है और मुस्कान हमेशा उसके चेहरे पर खेलती रहती है। भगवान के बच्चे भी यदि बेफिक्र नहीं रहेंगे, खुश नहीं रहेंगे तो और कौन रहेगा... ? ?

2. योगाभ्यास –

अ. `सब सौंप दो प्यारे प्रभु को सब सरल हो जाएगा...` अपने सारे बोझ, सारी चिंताएँ बाबा को सौंपकर उनकी याद में मग्न रहने का अनुभव बढ़ायें। बाबा के इस महावाक्य पर विशेष अभ्यास करें - **''तुम मेरी याद में मग्न रहो तो तुम्हारे लिये सोचने का कार्य भी मैं करुँगा।''**

ब. करनकरावनहार बापदादा हैं...वही सृष्टि के भी नियंता हैं तो इस बेहद महायज्ञ के भी...वही मेरे जीवन के भी नियंता हैं...सबकुछ वही करा रहे हैं, मैं तो बस निमित्त हूँ...जैसे माता-पिता अपने छोटे बच्चे के द्वारा दान-पुण्य कराते हैं ताकि उसका भाग्य बने, वैसे ही बापदादा मेरा श्रेष्ठ भाग्य बनाने के लिये मेरे द्वारा सेवा करा रहे हैं...मैं केवल माध्यम हूँ, इस फीलिंग को बढ़ाते चलें...।

3. धारणा – रुहानी मुस्कान

- जैसे प्यारे बापदादा के चेहरे पर सदा एक रुहानी मुस्कान रहती है, वही मुस्कान सदा हमारे चेहरे पर भी हो। दुनिया वाले तो मुस्कुराना ही भूल गए हैं, उनके जीवन में इतना गम, इतनी चिंतायें व तकलीफें हैं। हमारी मुस्कान उनमें आशा का संचार करेगी और बाबा का परिचय भी देगी।

- किसी ने कहा है कि 5 सेकण्ड की मुस्कान से कोई फोटो इतना खुबसूरत हो सकता है तो यदि हम सदा मुस्कुराते रहें तो हमारा और हमारे संबंध-संपर्क में आने वालों का जीवन कितना खूबसूरत हो जाएगा। इसलिये स्माइल प्लीज !!

4. चिंतन – यह समय बड़ा अनमोल है। बाबा हमसे पुनः मिलने आ रहे हैं। यह समय परमात्मा को अपने प्यार की रस्सी में बाँधने का है। इसलिये हमें प्रभु प्रेम में मग्न होना है। चिंतन करें - हमारा प्यार कहीं बँटा हुआ तो नहीं है... ? हम देहधारियों के प्यार में कहीं अटके हुए तो नहीं हैं... ? ? हमारा मन, हमारी बुद्धि चारों ओर से निकल चुकी है... ? ? ?

5. तपस्वियों प्रति – अब समय अपनी अंतिम परछाईयाँ फेंक रहा है। हमें समय के महत्व और अपने कर्त्तव्य को जानते हुए सबको सकाश देकर ईश्वरीय सेवाओं को पूर्ण करना है। हमारे चित्त की एकाग्रता अनेकों के चित्त को शांत करेगी। हमारी बुद्धि की दिव्यता अनेकों को सद्बुद्धि प्रदान करेगी। इसलिये सकाश देते चलें। सकाश देना बहुत बड़ा पुण्य है।