ओम शांति,

हम सभी का सब से बड़ा भाग्य कौनसा है? बहोत भाग्य है हमारे आज हम एक विशेष बात पे ध्यान देंगे फिर से कौनसा है हमारा सब से अच्छा बड़ा भाग्य जिसको याद करते ही लगेगा कि सचमुच बहोत बड़ा भाग्य है यह। भगवान् हमारा है उसने आकर हम से सब सम्बन्ध जोड़े, हमें तो कुछ पता नहीं था इतना सोचते थे के उसके दर्शन हो जाएँ बस, कहीं देख लें उसको, कहीं मिलन हो जाएँ तो बहोत अच्छा हो। लेकिन जब वोह हमारे जीवन कि यात्रा पर साथी बना तो उसने स्वयं आकर कहा में तुम्हारा हूँ, सब सम्बन्ध जोड़ लिया ना? सभी विचार करें पहले तो हमारी सारी ८४ जन्मो कि यात्रा ही सफल हो गई हम कहें हमारे ८४ जन्म ही सफल हो गए, अंत में भगवान् हमारा हो गया, हमारा साथी बन गया, हमारा हो गया यह शब्द कितना स्वीट है और समीपता कि फिलिंग देता है भगवान् हमारा है। यह तो कभी सोचा नहीं था, संकल्प भी नहीं थे ऐसा कहना भी नहीं आता था। इस फिलिंग को बहोत बढ़ाएं जीवन में वोह हमारा है, जीवन में साथी बन गया ना? बच्चे साथ नहीं देते, कोई घरवाला साथ नहीं देता तो जब उसने देखा कि यह तो अकेली हो गई बुजुर्ग माताएं तो कहा में तुम्हारे साथ हूँ, में तुम्हारा हूँ।

तो बहोत अच्छे में चार बातें याद रखता हूँ हमेशा आपने सुनी है लेकिन इन बातों को बार बार अपने चित में, चिंतन में लाना है -**बाबा मेरा है, मेरे लिए है बहोत सुंदर बात है। भगवान् मेरे लिए है इस समय उसके सभी खजाने मेरे, मेरे लिए और मेरे है।** और चौथी बात जिसकी हम यहाँ खूब प्रैक्टिस करते रहे है **बाबा हजार भुजाओ सहित हमारे साथ है।** में आज पढ़ रहा था कहीं जापान में कोई ऐसी देवी कि पूजा है जिसको हजार भुजाएं है। देखो भारतीय संस्कृति पहोंची ना सारे संसार में? मुझे बड़ा अच्छा लगा यह जानकार कि हम भी यह अनुभव करते है बाबा हजार भुजाओ सहित हमारे साथ है। **जैसे उसने हजार भुजाओ कि छत्र छाया हमारे सर पर लगा दी है।**

तो वोह हमारा है और हमारे लिए है तो हमें क्या करना चाहिए? इन स्मृतितयों से यह चार बातें जो है बाबा मेरा, मेरे लिए, उसका सब कुछ मेरा और वोह हजार भुजाओ सहित मेरे साथ। इन चारो स्मृतियों से हम अपने जीवन को बहोत सरल बना सकते है। बाबा ने भी यह सब बातें हमें इसीलिए याद दिलायी ना कि **हम जो भारी हो गए इस संसार में, उलझ जाते है, शांति खो देते है, घरो कि समस्याएं हमें सब कुछ भुला देती है उससे जरा ऊपर उठ कर हम उन कर्तव्यों कि स्मृति में आजायें जो हमें करने है। बहोत अच्छे अच्छे काम हमें आने वाले समय में करने होंगे।**

तो बाबा हमारा साथी है। बाबा कहा करते थे ६९ में तब तो लगता था ना कि विनाश जल्दी आने वाला है, वोह विनाश नहीं भयानक भयानक घटनाएं तुम्हारे सामने होंगी चोर डाकू, तुम्हारे सामने आयेंगे और जब वोह देखेंगे कि इनके साथ तो भगवान् है फिल होगा उन्हें दिखाई देंगे तब वोह भाग जायेंगे। इतना अच्छा अभ्यास हम करेंगे, **हमें यह बात भूलनी नहीं है जिस स्मृति में बहोत ज्यादा स्थित हो जायेंगे वही दुसरो को दिखाई देगा।** इस बात को बहोत अच्छी तरह समां लेना है अपने अंदर इसलिए किसी विशेष बात को लेकर कम से कम किसी एक बात में हमें विशेषसग्य बनना चाहिए, जैसे डॉक्टर होते है ना? हम भी किसी विशेष स्मृति में मास्टरी कर लें। में यह हूँ। बहोत अच्छा अनुभव एक ग्रुप का अभी अभी मेरे साथ हुआ, ग्रुप आया मुझ से मिलने सब बीके कुछ नए थे उनमें से कई लोग फ़िल्म इंडस्ट्रीज में है, एक्टर है वोह अब ज्ञान में आ गए, सिरिअल में पार्ट प्ले करते है तो उन्होंने यह समस्याएं रखी कि वहाँ के ऐसे माहोल में कभी कभी हमें छे मॉस भी रहना पढता है, मुरली भी नहीं सुन सकते, रातको देर तक रिकॉर्डिंग सब अस्त व्यस्त रहता है। वहाँ के प्रभाव से भी हमें मुक्त रहना है और अपनी यह जो अलौकिक लाइफ है उसको जीवित रखना है, क्या किया जाएँ? मेने उनके सामने दो बहोत अच्छी बातें रखी हम सब जानते है हमारे लिए वोह कॉमन बातें है पर जब मनुष्य को किसी चीज कि फिलिंग हो जाती है तब उसका कितना सुंदर इफ़ेक्ट होता है यह मेने देखा। मेने उनको वहीँ कहा इस फिलिंग में आजाओ सभी से में एक महान आत्मा हूँ, समय बहोत अच्छा था सब को लगा कि हम

महान है। दूसरी फिलिंग में मास्टर सर्व शक्तिवान हूँ इनसे जो वाइब्रेशन्स चारो और फैलेंगे तो क्या होगा? मेने उन्हें येही कहा कि अब उनका प्रभाव आप पर पड़ता है और यह करने से आपका प्रभाव सब पर जाने लगेगा। वोह लोग आपको महान ही समझेंगे क्यूंकि **हमने पहले ही अपने मन को कमजोर कर दिया है, तो यह वातावरण का प्रभाव मेरे पर पड़ता है यह संकल्प ही कमजोरी का है तो क्यूँ ना हम यह संकल्प कर लें यदि उनका प्रभाव हम पर पड़ता है तो हमारा भी तो उन पर पड़ सकता है, पड़ सकता है या नहीं?**

कुमार भी बहोत यह सिकायत रखते है कि बहार के गंदे वातावरण का प्रभाव, फ्रेंड सर्किल, कॉलेज में ऐसा है उसका प्रभाव बहोत पड़ता है लेकिन हम यह सोचलें अच्छी तरह मास्टर क्रिएटर हम है, शक्तियां हमारे पास ज्यादा है वोह सब तो जीरो के बल्ब है और हम हैलोजेन लाइट है, है या नहीं? चलो सिंपल भाषा में हम हजार वाल्ट के बल्ब है वोह जीरो वाल्ट के बल्ब है उनकी रौशनी सिर्फ उनके तक ही रहती है। तो क्या जीरो वाल्ट के हजार बल्ब भी जल जाएँ क्या वोह हजार वाल्ट के बल्ब से ज्यादा सकास देंगे? हजार क्या करोडो जला दों जीरो के। हम सभी अपने स्वमान को जागृत रखें, प्रभाव हमारा ज्यादा पड़ेगा दुसरो पर, दुसरो का हम पर नहीं। सूरज आशमान में उदय हो जाएँ प्रकाश उसका फैलेंगे संसार में। संसार में कितना भी अन्धकार हो कोई यह नहीं केह सकता है कि अन्धकार बहोत घना था करोडो मिल में फैला हुआ था एक सूरज के निकल ने से कैसे समाप्त हो जाएगा? कोई केह सकता है यह? होगा ही हम रोज देख रहे है।

हम अपने स्वमान को, अपनी स्थिति को, अपने महत्त्व को बहोत अच्छी तरह समजलें। मुझे एक बात याद आ रही है हम जहाँ के नूर है। मेने एक क्लास में यहाँ ही कि है यह बात बहोत सुंदर स्वमान है हमारा। क्या है हम? जहाँ के नूर है। बहोत चलती थी बाबा कि मुरली में यह बात प्रारंभिक दिनों में बाबा हम सब को याद दिलाते रहते है अपने को पहचानो तुम साधारण नहीं हो क्या हो जहाँ के नूर? तो बाबा ने इसको सपस्ट किया था कि जैसे आँखों में नूर है तब हम जहाँ को देखते है ना? आखों में नूर ना हो तो हमारे लिए जहाँ ही नहीं होगा, वैसे ही बाबा ने कहा तुम इस जहाँ के नूर हो, तुम ही हो यहाँ सब कुछ अगर तुम ना होते तो यह जहाँ वीरान बन जाता। हम ने जब यह बात सुनी थी बहोत पहले कि है सायद चालीस साल हो गए होंगे पहली बार सुना, बहोत नशे कि बात थी एक दम आनंद हो गया कि हम अपने महत्व को भूले रहते है। **हमारी पवित्रता, हमारे सुंदर वाइब्रेशन्स, हमारी संसार में उपस्थिति ही संस्कार को अस्तित्व में रखें हुए है, हमसे विद्यवान है, हमारे पास धर्म कि शक्ति है तो इस संसार में भी धर्म का प्रभाव है। अगर यहाँ हम ही ना हो, धर्म संपन्न आत्माएं ना हो तो इस संसार से धर्म ही लोप हो जाएं।** सभी अपने स्वमान में आजायें जरा। हमारे पास बहोत कुछ है ना? हमसे दिया जा रहा है संसार को तो बाह्य संसार का प्रभाव हम पर तनिक भी नहीं पड़ेगा। या पड़ेगा? बिलकुल नहीं। हमारा प्रकाश फैलेगा ना संसार में? संसार का धुंधला प्रकाश हमें क्या दे सकता है? तो बाबा से हमारे सभी सम्बन्ध है। इन सब सम्बन्धो का सार है यह है बाबा हमेशा कहते है तुम्हारी याद सर्व सम्बन्धो के सार कि याद हो और यह सार हो गया बाबा मेरा। मेरा है मेरे में सब आ गया, बहोत मुरलियाँ चली है पहले इस पर आजकल नहीं चली है कई सालों से तो बाबा यह कहते थे एक एक सम्बन्ध का अनुभव करो ताकि किसी भी सम्बन्ध में तुम्हारी बुद्धि जाएँ नहीं। हमें याद है हम लोग इसपे चर्चा करते थे कि सभी सम्बन्धो का अनुभव बड़ा मुस्किल काम है एक दो का तो करलें। बाबा ने केह दिया बाप, टीचर, सद्गुरु यह तिन सम्बन्ध तो सब के साथ है ही इनका अभ्यास तो करलें और सब क्या अलग अलग सम्बन्ध भी होते है जिसकी जिसमें रूचि होती है एक माँ को बहोत प्यार होता है उसका बच्चा। उसका बच्चे का सम्बन्ध हो सकता है एक कुमार को उसके बारें में कुछ भी आकर्षण ना हो। तो बाबा के सामने यह प्रश्न पहोंचा बाबा ने बहोत अच्छा इसका उतर दिया था जिसने हम सब को उस समय बहोत संतुष्ट किया किसी एक सम्बन्ध के द्वारा भी सब सम्बन्धो का रस लिया जा सकता है। जैसे एक

माँ को केवल एक बच्चा रेह गया हो बाकी कोई ना हो तो उसका बच्चा ही उस माँ के लिए सब कुछ होता है ना? जैसे संसार वही है, उसका सम्पूर्ण प्यार उसके लिए, उसकी सम्पूर्ण पालना उसके लिए, सब कुछ उस पर केंद्रित हो जाता है। हम भी बाबा से सब सम्बन्ध तो जोड़ें ही पर किसी एक में बहोत विशेष अनुभव प्राप्त कर लें। माताएं चाहे उसे अपने बच्चा बना लें, पति बना लें, उसे अपना मित्र बना लें, बाप टीचर सद्गुरु सब के लिए कॉमन सम्बन्ध है। तीनो सम्बन्धो में भी बहोत गुह्यता है।

कभी बाबा कि एक बहोत सुंदर मुरली चली है कि बाबा का बाप टीचर सद्गुरु के रूप में रिगार्ड किसे कहते है? वोह हमारा टीचर है, हमारे मन में उसके लिए रिगार्ड है तो क्या लक्षण होंगे हमारे पास? वोह हमारा सच्चा पिता है, हमारे मन में उसके लिए रिगार्ड है तो क्या लक्षण होंगे हमारे पास? वोह सद्गुरु है हमारा उससे बहोत प्यार है, रिगार्ड है, सम्मान है तो क्या लक्षण होंगे हमारे पास उसके? जिन तिन सम्बन्धो के साथ हम कोई एक सम्बन्ध और बहोत अच्छी तरह जोड़ लें आप स्वयं चुन लें आप उसे क्या बनाना चाहेंगे। जो माताएं बच्चा बनाना चाहेंगी हाथ उठाओ जरा? थिक है, जो पति बनाना चाहेंगी वोह हाथ उठाओ? सोच के हाथ उठाना, थिक है? भाई लोग जो फ्रेंड बनाना चाहते है वोह हाथ उठाओ? बहोत अच्छा। क्या बनाना चाहेंगी आप? बच्चा और पति अच्छा नहीं? उसको यदि हम पति बनाते है देखिये पति के लिए बहोत अच्छा शब्द है जिसको हम सब जानते है प्रियतम। इसका अर्थ है प्रिय और तम, तम का अर्थ है अधिकतम जो हमें सब से अधिक प्रिय हो, जिसको हम सब से ज्यादा प्यार करते हो। एक को ही हमें प्यार करना है लेकिन भिन्न भिन्न रूप से प्यार करने से हमें अलग अलग अनुभव भी होते रहेंगे लेकिन उसको प्रियतम बनाना है, प्रियतम वोह माताओ या भाइयों का नहीं है किसका है? आत्माओ का। आत्माओ का प्रियतम है वोह तो यदि हमें उसे प्रियतम बनाना है तो हमें उसकी वफादार बनना पड़ेगा ना? उसका बिलकुल वफादार फिर हम किसी और से प्यार नहीं कर सकते। अब यह सोचने कि बात है यहाँ तो बहुतो से प्यार है, बहोत है ना हमारे अपने? और नहीं तो पदार्थो से प्यार रहता है। **बाबा कहा करते थे कि मनुष्यों से प्यार फिर भी जल्दी छूट जाता है लेकिन वस्तुओ से प्यार जल्दी नहीं छूटता, मेरी है यह। बड़ी बाड़ी चीजे मिल गई हो लेकिन कोई मेरी छोटी सी चीज हो इसमें बड़ा ममत्व रहता है यह मेरी है। बाबा कहते थे एक मिटटी के बर्तन में ममत्व रेह जाता है यह मेरा है।**

तो इस मेरेपन से मुक्त होते चलेंगे। तो मेरा एक है यह अनुभव अच्छा होता चलेगा लेकिन केवल केह देने से काम नहीं चलेगा, बच्चा बनाया है उसे तो इस सम्बन्ध को निभाना भी पड़ेगा। माताओ को अच्छी तरह मालूम है, अपने बच्चे के लिए क्या क्या किया जाता है? बाबा को बच्चा बनाकर छोड़ ही दिया जाएँ कभी याद ही ना करें? एक बार तो केह दिया दिल से कि आज से तुम हमारे बच्चे हुए लेकिन याद ही ना करें के बच्चे को कुछ खाना पिलाना भी है, उसकी ड्रेस भी तो चाहिए? उसके लिए कुछ तो करना पड़ेगा? तो कर्तव्य निभाने से प्रीत कि रीत को निभाया जा सकता है। प्रीत जोड़ ना एक बात है, नाते जोड़ ना एक बात है उसको निभाने के लिए मनुष्य को अपने कर्तव्यों का पालन करना होता है, उस सम्बन्ध के लिए जो कर्तव्य है हमारे उसका पालना करेंगे तो प्रीत बढ़ती जायेगी। फिर प्रीत केवल हमारी ही नहीं बढ़ेगी उसकी भी बहोत बढ़ेगी क्यूंकि असली प्रीत तो हमें उससे प्राप्त होती है।

तो सभी कोई एक सम्बन्ध जोड़ कर इस नशे को बहोत बढ़ाएं वोह मेरा है और यूज करें उस सम्बन्ध को। बहोत अच्छे अनुभव होंगे यदि उस नाते को यूज करेंगे। आपने उसे बच्चा बनाया है तो उससे काम लेना शुरू करदों, क्या काम लेंगी माताएं उस बच्चे से? सर्व शक्तिवान आपका बच्चा बन गया तो क्या काम लेंगी उससे बताओ माताएं? आता है या नहीं? सोचलो, सर्व शक्तिवान बच्चा बन कर आ गया सुनी है ना यशोदा कि कहानी? कृष्ण ने मिटटी खाली, देखा कृष्ण ने मिटटी खाली एक तो मारा प्यार से और कहा मूह खोलो, मूह जो खोला तो क्या दिखाया यसोदा को? पूरा ब्रह्माण्ड घूमता हुआ दिखाई दिया और दिखाया है कि वहीँ यसोदा ध्यान मग्न हो गई, भूल गई सब कुछ अरे यह तो

त्रिभुवन नाथ है, सर्व शक्तिवान आपका बच्चा बन कर आपके घर में आजायें आप खुद सोचलें उससे क्या क्या काम लेना है अब? ये नहीं सोचेंगे कि वोह भगवान् है अब वोह आपका बच्चा है, बच्चे से काम लिया जाएगा। सर्व शक्तिवान आपका फ्रेंड बन जाएँ जीवन कि यात्रा सरल हो जायेगी ना? उसे यूज करना सिख लेना है और यह अच्छी तरह विचार करलें कि सम्बन्ध जोड़ा है तो उसे निभाना है। जैसे भगवान् को वचन दिया है तो उसे निभाना है, वचन देकर बार बार तोडा नहीं जाता अगर वचन तोड़ते है कोई बाबा को वचन देकर यदि कोई तोड़ते है तो क्या होगा? अनेक जन्म कोई भी उनके वचनो पर विश्वास नहीं करेगा। उन्हें भी धोका मिलेगा। वचन तोडना धोका है ना? भगवान् को जैसे धोका दे दिया। तो थोडा सा अपने को सावधान करें, बहोत बल मिलेगा, भगवान् को वचन दे दिया तोडना नहीं है भलें कोई भी कष्ट हो, वचन निभाने के लिए कष्ट हो सकता है लेकिन बहोत बल प्राप्त हो जाएगा, अलौकिक शक्ति आजायेगी आत्मा में यदि हम अपने वचनो को निभाएंगे।

तो सभी अच्छी तरह इस नशे में स्थित हो जाएँ भगवान् सभी सम्बन्धो से मेरा है इस मेरेपन का सुख अनुभव करें सभी, सोचने में ही आनंद आएगा भगवान् और मेरा? माताएं देखने लगो उसको अपने घर में बच्चा, बच्चा बन कर आपकी गोद में आपके घर में खिलाओ उसे भोजन, येही योग हो जाएगा बहोत सुंदर। उससे बातें करें उस नाते के रूप से बातें करने को सिंपल योग कोई ना समझें, कई भाई बहने ऐसा सोच लेते है कि विकर्म तो केवल बिंदु रूप से विनाश होंगे, रूह रिहान करने से थोडा ही होंगे इसलिए रूह रिहान क्यूँ करें? यह विचार अच्छा है या नहीं? यह विचार अच्छा नहीं है। भगवान् से बात करने का सुख केवल हमें विकर्म ही थोडा ही विनाश करने है, अच्छी तरह ध्यान दें सी बात पर जो में आपको केह रहा हूँ हमारा लक्ष्य केवल विकर्म विनाश करना ही नहीं, विकर्म विनाश करना ऐसे हुआ जैसे हमने गंदकी को खाली कर दिया। लेकिन हमें भरना भी है तो कुछ या केवल बर्तन खाली कर देने से काम हो जाएगा? हमें भरना है बाबा से बातें करने में हमें आनंद मिलेगा अपनेपन कि फिलिंग होगी, उससे प्यार कि फिलिंग होती यह सब भिन्न भिन्न अनुभव भी करने है। केवल विकर्म विनाश करना ही लक्ष्य नहीं स्वयं को शक्तिशाली बनाना, स्वयं को गहन शांति कि शक्ति से संपन्न करना, ईश्वरीय प्रेम के अनुभवो से सम्पूर्ण भरना, उससे बात करने का क्या सुख होता है वोह लेना यह जीवन में अनुभवों कि खान बनाने वाली बातें है। इसलिए रूह रिहान का सम्बन्ध के साथ रूह रिहान, फ्रेंड बनाओ तो फ्रेंड के सम्बन्ध से रूह रिहान करो। फ्रेंड से हम अच्छी बात कर लेते है ना? जो बातें माबाप से नहीं कि जा सकती जो किसी और से नहीं कि जा सकती वोह एक सच्चे मित्र से कि जा सकती है। उसे अपना मित्र बना कर उससे बातें प्रारम्भ करें।

अब दूसरी बात पर हम चलेंगे। बाबा ने हम सभी को इस बार बहोत प्रेरणा दी **साइलेंस पॉवर** को बढ़ाओ, याद है सभी को? और उसमें सब से आकर्षक बात थी बहुतो को यह बात याद नहीं होगी याद करलें आने वाले समय में हमें बहोत कुछ कण्ट्रोल करना पड़ेगा। जिसके पास बहोत अच्छी एकाग्रता कि शक्ति होगी बाबा ने यह दो तिन शब्द बोले बहोत अच्छे जो सोचा वही हुआ यह स्थिति हो जायेगी। जो सोचा वही हुआ। तो **जिनके पास साइलेंस पॉवर होगी विनाश काल में उन आत्माओ का बहोत महत्व होगा।** इस शक्ति को हमें बढ़ाना है। साइलेंस पॉवर क्या है? वैसे तो यह योग कि शक्ति है पर इसको सपस्ट जानने के लिए हम इस तरह विचार करेंगे **हमारा मन जब शांत हो जाता है, मन जब इस सभी संकल्पो से मुक्त हो जाता है, जब वोह एक संकल्प में स्थित हो जाता है तब आत्मा बहोत शक्तिशाली होती है।** मेने कई बार यह याद दिलाई है एक बात गीता में एक स्लोक में एक बहोत सुंदर बात आयी है कि हे अर्जुन वोह योगी जिसके मन में संकल्पो का अभाव है वोह इस संसार के लिए बहोत कल्याणकारी है। संकल्पो का अभाव माना नो थॉट्स, जीरो थॉट्स। हम जानते है जीरो थॉट होता नहीं लेकिन हमें लगे कि हम बिलकुल निरसंकल्प् हो गए है **तब हमसे बहोत अधिक शक्तिशाली वाइब्रेशन्स चारो और फैलते है यह साइलेंस पॉवर है।**

तो में सब से पहले आपका ध्यान दिलाऊंगा तिन प्रैक्टिस करेंगे इसके लिए अपनी साइलेंस पॉवर को बढ़ाने के लिए अपने चित को गहन शांति कि अनुभूति में ले जाने के लिए तिन प्रैक्टिस करेंगे, एक है दुसरो को चमकती हुई मणि देखना। बहोत सुंदर साधना है ना केवल इससे पवित्रता बढ़ती है, साक्षी भाव बढ़ता है और सब से बड़ा फायदा है मन शांत होने लगता है। लोगो ने भक्ति में अनेक साधनाओ में मन को शांत करने के अनेक तरीके निकालें, प्राणायाम के द्वारा, स्वांसों पर ध्यान लगाने के द्वारा, सहज योग, दुनिया में कई चीजे, कहीं ध्यान लगाना बिंदु पर ज्योति पर, किसी मूर्ति पर पर एक बहोत सुंदर तरीका है सब को आत्मा देखना। चित शांत होने लगेगा। अशरीरीपन, में भी आत्मा देह से न्यारापन और इसके लिए जो तीसरा अभ्यास है में इस देह में अवतार हूँ, जितनी बार आप यह अभ्यास करेंगे चित शांत हो जाएगा और संकल्पो का इफ़ेक्ट मन पर रहता है।

यदि यह तिन अभ्यास हम करेंगे दुसरो को आत्मा देखना, अपने को आत्मा देखना चमकती हुई मणि देखना और में चमकती हुई मणि इस देह में अवतार हूँ। तीनो जुड़े हुए है अभ्यास **तो बाह्य संकल्पो का इफ़ेक्ट बहोत कम होगा**, अनुभव करके देखलें। आज तक आप पर दुसरो कि कही हुई बातों का बहोत इफ़ेक्ट आता हो, किसी ने कुछ केह दिया बहोत विचार चलने लगे जब आप यह तिन अभ्यास करेंगे तो आपको अनुभव होगा बातों का इफ़ेक्ट जल्दी ही शांत होने लगा है, दुसरो कि बातें, परभाव, हिन् नजर आती है, उनमें कोई रस नहीं, सार नहीं, शक्ति नहीं।

तो अपनी साइलेंस पॉवर को बढ़ाने के लिए यह सिंपल प्रैक्टिस हमें रखना चाहिए लेकिन साथ साथ अपनी नेचर को ऐसा बनाना चाहिए ध्यान देंगे सभी कि हमें सारे दिन में बहोत सारे व्यर्थ संकल्प चलते ही ना हो। एक है व्यर्थ संकल्प चल रहे हो हम उन्हें रोक रहे हो और वोह चल रहे हो यह युद्ध हमारे मन में चल रहा हो इससे तो हमारी शक्तियां नष्ट होती है, साइलेंस पॉवर बढ़ेगी नहीं। लेकिन हम अपना लाइफ स्टाइल अपना जीवन जीने का तरीका, अपने जीवन को कुछ ऐसे सिद्धांतो में बांधे, तरीका ऐसा अपनाएं जीने का कि बहोत सारे व्यर्थ से हम मुक्त रहे। कई मनुष्यों को आदत होती है किसी भी बात पर ज्यादा सोचने कि, ज्यादा चर्चा करने कि दोनों बातें हम सब को छोड़नी है। तो यह एक बात हो गई घंटो उसकी चर्चा कर रहे है, कोई छोटीसी चीज देख ली उस पर चल रहा है चिंतन बहोत लम्बा समय अपनी नेचर को ऐसा सरल बनाएं कि बातों को जल्दी से जल्दी समाप्त करें। हर एक को विचार करना है अपने को देख लेना है हमारा स्वभाव, हमारी नेचर कहीं ऐसी तो नहीं है कि एक बात हो जाए और हम उसमें सारा दिन बिता देते हो, ध्यान दें बातों के विस्तार में यदि हम जाते रहेंगे तो साइलेंस पॉवर कभी नहीं आएगी। बातें बहोत है संसार में क्या करेंगे हम बातों में? क्या बातों को थिक किया जा सकता है? असम्भव है। बातों का तो सागर है हर एक के पास मुक्त हो जाएँ जिन्हे साइलेंस पॉवर को बढ़ाना है अपने से बात करें हम मनुष्यो से चारो युग बात करते आयें अब जरा अपने से बात करें उससे बात करें जिससे बात करने के लिए युगो से तरसते थे, सुख लें बहोत सुख है बाबा में, सागर है ना वोह सुखो का? उसके साथ रहने में सुख है। बाबा बहोत अच्छी बात कहते थे साकार में भी और अव्यक्त में भी कहीं बहोत सुंदर बात है आपको भी सुनके आनन्द आजायेगा - **बच्चे तुम देवताओं के साथ दो युग तक रहे, मनुष्यों के साथ भी तुमने दो युग व्यतीत किये अब भगवान् के साथ रहो।** जितनी बार भी हमारे मन में यह सुंदर विचार आएगा तो सुंदर फिलिंग होगी ना? ऊपर ही रहेंगे हम। यह सब तरीके है ईश्वरीय सुख प्राप्त करने के, अपने चित को शांत रखने के।

में हमेशा अपने को एक बात याद दिलाता हूँ आपको भी कहता हूँ बहोत सुंदर बात है यह हम सब बाबा के बुद्धिमान बच्चे है सभी बुद्धिमान है इसमें कोई संदेह नहीं। बाबा ने केह दिया भगवान् को पहचान ने कि बुद्धि जिनको मिली वही तो बुद्धिमान है, संसार में तो बहोत बुद्धिमान लोग है लेकिन बहोत परेशान रहते है, ज्यादा सोचते रहते है, हर बात पर सोचते है, जो जितने बुद्धिमान है उतने ही पाप भी कर रहे है आजकल। हमारी बुद्धिमानी अलोकिक दिव्यबुद्धिमानी,

सद्बुद्धि प्राप्त हुई है हमें तो बुद्धिमान वही है जो अपने चित को शांत रखना जानते हो। बहोत कुछ दिखाई देता है इस संसार में, बहोत कुछ कानो से सुनाई देता है जो शांत रखना अपने को सिख लें, जो अपने को इतना हल्का कर दें कि यह सब तो हो रहा है और होता रहेगा वोह इनसे बहार निकल कर महान बन जायेंगे और संसार को बहोत कुछ देने लगेंगे।

मुझे एक छोटी सी कहानी याद आयी हम सब तो इस बात को बहोत अच्छी तरह जानते है। एक व्यक्ति ने एक छोटी सी कहानी लिखी के मनुष्य सोचता था जब वोह छोटा था कि में सारे संसार को बदलूं, थोडा बड़ा हुआ उसे लगा कि संसार को बदलना कोई सहज काम है? तुम्हारे बस का यह नहीं है, यंग हो गया तो सोचा कि में सारे देश को बदलूंगा अपने, जब आयु और आगे बढ़ गई तो उसको लगा यह देश को बदलना भी अपने बस का नहीं है फिर वोह सोचने लगा में अपने परिवार को बदलूंगा। अब साठ कि आयु हो गई देखा कि परिवार ही उसे बदल रहा है, वोह नहीं बदल सकता परिवार को मृत्यु आगे तब उसे ख्याल आया कि मुझे अपने को ही बदलना चाहिए था। लेकिन अब तो मृत्यु आ गयी है। तो हम दूसरे को क्या बदलेंगे? घरो कि जो समस्याएं है सब के, बच्चो कि समस्याएं, आजकल विकराल रूप लेती जा रही है, समस्याएं बहुतो में बढ़ती हुई बीमारियां, बढ़ती हुई मानसिक अशांति, बहार का बहोत ज्यादा नेगेटिव प्रभाव और टीवी ने तो? दादी कहा करती थी ना कि वि को बी करदो टीबी, मनुष्य जानता ही नहीं है कि जो कुछ वोह देख रहा है उसका बुरा प्रभाव उसके ब्रेन पर पड़ रहा है, हमारे ब्रेन कि इच्छाओ के विरुद्ध बातें आ रही है टीवी में, मनुष्य को लगता है, बच्चो को लगता है वाह इतना अच्छा है, यह आया, वोह आया लेकिन उन सब से ब्रेन विकृत हो रहे है। ना तो बच्चे इस बात को समजते लेकिन बड़ो को अवश्य समज लेना चाहिए इसीलिए अपने मन कि शक्तियों को केंद्रित रखने के लिए हमें इन कुछ चीजो के त्याग कि जरुरत है।

में आप सब को याद दिला दूँ जिसको जीवन में जल्दी जल्दी सफलता चाहिए, जो यह चाहते है कि सफलता सहज रूप से प्राप्त हो, ऐसे नहीं बहोत मेहनत करें और फिर सफल हो, ऐसे भी नहीं बहोत विघ्नो को पार कर के मंजिल पर पहोंचे। चाहे सफलता आपके लौकिक कार्यो कि है, आपके परिवार कि है, अपने स्वाथ्य कि है, अपने किसी फ्यूचर कि है, कोई लक्ष्य आपने रखा है, आपको कोई इंटरव्यू देना है एक ही चीज कि आवश्यकता है - जिनकी मानसिक शक्तियां केंद्रित है, जिन्होंने अपने चित को पॉजिटिव कर लिए है, जो व्यर्थ से मुक्त हो गए है, बहार भी ऐसे बहोत स्टूडेंट मुझे मिलते है जो ज्यादा और दुनियाई बातों में नहीं जाते भाई यह एग्जाम देना है बस इसी पर फोकस करना है। आजकल बहोत सारी एग्जाम होती है, हायर एजुकेशन के लिए इंटरव्यू होते है सफलता हूँहे ही मिलती है जिनके पास ज्यादा मन कि शक्ति है, आत्म विश्वास है। आत्म विश्वास और मन कि शक्ति दोनों जुडी हुई रहती है गहरा सम्बन्ध है, जिसने मन को जितना पॉजिटिव रखा है, व्यर्थ से मुक्त रखा है उसके मन में उतना ही ज्यादा आत्म विश्वास रहता है। कल एक स्टूडेंट मेरे से बात कर रहा था वोह पढाई में बहोत होशियार है परन्तु कहा एग्जाम आते ही मुझे यह कॉन्फिडेंस कम होने लगता है पता नहीं मेरा क्या होगा? पता नहीं इतने नंबर आयेंगे या नहीं? सब कुछ थिक थक होते भी कॉन्फिडेंस कि कमी हमें असफलता कि और ले जाती है इसीलिए आत्म विश्वास अपने में विश्वास। अब हमारे विश्वास में बहोत बड़ी चीजे जुडी हुई है, हमारे साथ कौन है? सर्व शक्तिवान इसलिए हमारी अपनी शक्तियों के साथ परमातम शक्तियां भी हमारे पास है यह हमें भूलना नहीं है। सभी अपने अंदर समाएं इस बात को परमातम शक्तियां भी हमारे पास है इसलिए हमारा आत्म विश्वास कभी डोलना नहीं चाहिए, तब हमें जीवन में हर जगह जीवन में सफलता प्राप्त होगी।

में सभी को इसलिए भी यह बात केह रहा हूँ, माताएं भाई अपने बच्चो को भी यह बात सिखाएं। सफलता के लिए कई बच्चे बहोत संघर्ष कर रहे है, अगर मानसिक शक्तियों को फोकस करेंगे तो संघर्ष नहीं होगा सहज सफलता मिलेगी।

में बहोत देखता हूँ यह कई बहोत होशियार स्टूडेंट इंटरव्यू में चुने नहीं जाते, कहीं बहोत कम स्टूडेंट्स जल्दी इंटरव्यू पार कर लेते है। अभी अभी एक कि घटना है उसकी बारवीं क्लास में केवल सेकंड क्लास आयी, बहोत बच्चे फ़ैल हुए थे, बहोत टफ पेपर आयी थी इस लड़के कि भी सेकंड क्लास आयी, ज्ञान में है वोह। उसने पहले ही इंजिनेरिंग के लिए कॉम्पिटिशन दिया हुआ था उसमें नंबर आ गए ८० से भी ज्यादा, सीधा सिलेक्शन हो गया। तो देखिये कॉंफिडेंट, पॉजिटिव अप्प्रोच, पॉजिटिव थिंकिंग, अपनी मानसिक शक्तियों को बिखेर ना देना, अपने मन को कहीं उलझा ना देना इसकी जीवन में बहोत आवश्यकता है, हैम सब को बहोत आवश्यकता है ताकि आने वाले समय में हम परिस्थियों को हँसते हँसते पार कर लें, दुसरो को बल दे दें। में आपको एक संकल्प देता हूँ बहोत अच्छा संकल्प आप अपनेको ऐसा तैयार करें कि जहाँ हम हो वहाँ सहज सभी को सफलता प्राप्त हो जाएँ, हमें ही नहीं आसपास सब को। जहाँ हम हो वहाँ सब के विघ्न नष्ट हो जाएँ, बिगड़े हुए काम भी बन जाएँ और यह सब होगा अच्छे स्वमान से और व्यर्थ को बिलकुल जितना अवॉइड करेंगे। याद रखेंगे स्लोगन - **जो व्यर्थ को अवॉइड करेंगे उन्हें ही अवार्ड मिलेगा, इनाम मिलेगा।** जो व्यर्थ को ख़त्म करेंगे, व्यर्थ में रूचि नहीं रखेंगे उन्हें इनाम मिलेगा क्यूंकि व्यर्थ से ही हमारी सारी शक्तियां नष्ट हो रही है। सभी समज लें दो घंटे हमने बहोत अच्छा योग किया हो लेकिन बहोत सारे व्यर्थ संकल्प सारा दिन चले हो तो हमारी योग कि शक्ति उसी दिन नष्ट हो जाती है।

तो अपनी मानसिक शक्तियों को स्थिर करते हुए सभी साइलेंस पॉवर को बढ़ाएंगे और आने वाले समय में इस संसार में हमें जो बड़े बड़े कार्य करने है उसमें हम सफल हो, हम संसार को कुछ दे सकें, जब संसार में विनाश कि आग लगे हम उस आग को शांत करने वाले, मनुष्य के चित को शांत करने वाले बन जाएँ। दे सके हम, हम संसार के काम आ सके विनाश में, ऐसा लक्ष्य लेकर हम चलें और अपनी शक्तियों को नष्ट ना होने दें, उन्हें फोकस करें, उन्हें एकाग्र करें।

-: ओम शांति :-

-: क्लास के चुने हुए पॉइंट्स :-

- ✓ बाबा मेरा है, मेरे लिए है बहोत सुंदर बात है। भगवान् मेरे लिए है इस समय उसके सभी खजाने मेरे, मेरे लिए और मेरे है। बाबा हजार भुजाओ सहित हमारे साथ है। जैसे उसने हजार भुजाओ कि छत्र छाया हमारे सर पर लगा दी है।
- ✓ हम जो भारी हो गए इस संसार में, उलझ जाते है, शांति खो देते है, घरो कि समस्याएं हमें सब कुछ भुला देती है उससे जरा ऊपर उठ कर हम उन कर्तव्यों कि स्मृति में आजायें जो हमें करने है। बहोत अच्छे अच्छे काम हमें आने वाले समय में करने होंगे।
- ✓ हमें यह बात भूलनी नहीं है जिस स्मृति में बहोत ज्यादा स्थित हो जायेंगे वही दुसरो को दिखाई देगा।
- ✓ क्यूंकि हमने पहले ही अपने मन को कमजोर कर दिया है, तो यह वातावरण का प्रभाव मेरे पर पड़ता है यह संकल्प ही कमजोरी का है तो क्यूँ ना हम यह संकल्प कर लें यदि उनका प्रभाव हम पर पड़ता है तो हमारा भी तो उन पर पड़ सकता है, पड़ सकता है या नहीं?
- ✓ हमारी पवित्रता, हमारे सुंदर वाइब्रेशन्स, हमारी संसार में उपस्थिति ही संस्कार को अस्तित्व में रखें हुए है, हमसे विद्यवान है, हमारे पास धर्म कि शक्ति है तो इस संसार में भी धर्म का प्रभाव है। अगर यहाँ हम ही ना हो, धर्म संपन्न आत्माएं ना हो तो इस संसार से धर्म ही लोप हो जाएं।
- ✓ बाबा कहा करते थे कि मनुष्यों से प्यार फिर भी जल्दी छूट जाता है लेकिन वस्तुओ से प्यार जल्दी नहीं छूटता, मेरी है यह। बड़ी बाड़ी चीजे मिल गई हो लेकिन कोई मेरी छोटी सी चीज हो इसमें बड़ा ममत्व रहता है

यह मेरी है। बाबा कहते थे एक मिटटी के बर्तन में ममत्व रेह जाता है यह मेरा है।

- ✓ जिनके पास साइलेंस पॉवर होगी विनाश काल में उन आत्माओ का बहोत महत्व होगा। हमारा मन जब शांत हो जाता है, मन जब इस सभी संकल्पो से मुक्त हो जाता है, जब वोह एक संकल्प में स्थित हो जाता है तब आत्मा बहोत शक्तिशाली होती है। तब हमसे बहोत अधिक शक्तिशाली वाइब्रेशन्स चारो और फैलते है यह साइलेंस पॉवर है।
- ✓ यदि यह तिन अभ्यास हम करेंगे दुसरो को आत्मा देखना, अपने को आत्मा देखना चमकती हुई मणि देखना और में चमकती हुई मणि इस देह में अवतार हूँ। तो बाह्य संकल्पो का इफ़ेक्ट बहोत कम होगा ।
- ✓ बच्चे तुम देवताओं के साथ दो युग तक रहे, मनुष्यों के साथ भी तुमने दो युग व्यतीत किये अब भगवान् के साथ रहो।
- ✓ जो व्यर्थ को अवॉइड करेंगे उन्हें ही अवार्ड मिलेगा, इनाम मिलेगा।