

मीठे बाबा ने हम बच्चों से कहा, याद का आधार है प्यार, प्यार में कमी है तो याद एकरस नहीं रह सकती. हम जानते हैं, हमें जिसे प्यार होता है उसकी याद हमें स्वतः ही रहती हैं. हम कहते हैं बाबा से हमें बहुत प्यार हैं, लेकिन इसमें हमें स्वयं को चेक करना चाहिए की कोई भी कर्म करने से पहले, कर्म करते समय और कर्म करने के बाद हमें बाबा की याद रहती है?

बाबा कि याद स्थाई तब रहेगी जब बाबा से हमें सच्चा प्यार है, अगर हमारा प्यार सच्चा है तो याद में हमारी अवस्था एकरस रहेगी.

बाबा कहते हैं बच्चों को सबसे ज्यादा प्यार अपने पुराने शरीर से है, शरीर से इतना प्यार है जो वह छोड़ना नहीं चाहती. इसलिए जब हम याद करने संगठन में बैठते हैं तो शरीर से उपराम नहीं होते. शरीर से उपराम नहीं होते तो बाबा का प्यार भी महसूस नहीं होता. इसलिए ज्यादातर आत्माओं को याद में शांति का अनुभव ही होता है. अगर हमारी याद सही है तो हमें बाबा से प्यार का, अतीन्द्रिय सुख का और खुशी का अनुभव जरूर होना चाहिए.

कैसे हम बाबा की याद में शरीर से उपराम हो?

जभी हम बाबा की याद में बैठते हैं तो सबसे पहले हमें नीचे दिये हुए स्वमान को युज कर स्वयं को बिजरूप आत्मिक स्थिति में स्थित करने की प्रैक्टिस करनी चाहिए.

में आत्मा हूं. ब्रुकुटि में चमकता हुआ सुंदर सितारा हूं.

में आत्मा हूं. शांत और पवित्र स्वरूप हूं. शांति और पवित्रता मेरा स्वधर्म हैं.

में आत्मा हूं. सत्य हूं. चैतन्य हूं. आनंद-स्वरूप हूं.

में आत्मा हूं. अजड हूं. अमर हूं. अविनाशी हूं.

में आत्मा हूं. चैतन्य शक्ति हूं. ये शरीर जड हैं. में चैतन्य शक्ति आत्मा ही शरीर को चला रही हूं.

में आत्मा हूं. शरीर मेरा वस्त्र हैं.

जब हम आत्मिक स्वरूप में हो तब हमें परमधाम में परमपिता-परमात्मा को हमारी दिव्य बुद्धि से याद करना है. बाबा की आत्मामें बहुत कशिश होने से जैसे ही हमारी आत्मा बाबा को याद करती है, हम दूसरी सेकंड बाबा के पास परमधाम में होते हैं. ये स्थिति में आत्मा को शरीर का भान बिलकुल नहीवत हो जाता है, आत्मा बाबा के प्यार में लवलीन हो जाती है. इसे ही आत्मा की अशरीरी स्थिति कहें जाती हैं. इसमें शरीर ठंडा हो जाता है और आत्मा अतीन्द्रिय सुख और खुशी से भरपूर हो जाती है. ॐ शांति.