

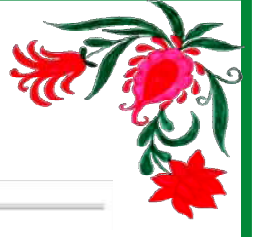
मधुबन

ओम् शान्ति

अंक 395 जून 2025



# पत्र-पुष्प



**“सूक्ष्म लीलाओं का अनुभव करने के लिए अन्तर्मुखी बन सदा आत्मिक स्थिति में रहने का अभ्यास करो”  
(बापदादा और बड़ी दीदियों की शुभ प्रेरणायें - याद पत्र 22-5-2025)**

प्राणप्यारे अव्यक्तमूर्त मात-पिता बापदादा के अति लाडले, सदा अन्तर्मुखता की गुफा में बैठ पुरानी दुनिया के प्रभाव से न्यारे, डबल लाइट स्थिति में रहने वाले, देश विदेश की सभी निमित्त टीचर्स बहिनें तथा सर्व ब्राह्मण कुल भूषण भाई बहिनें, ईश्वरीय स्नेह सम्पन्न मधुर याद स्वीकार करना जी।

बाद समाचार - यह जून मास हम सबकी अति प्रिय मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती माँ का स्मृति मास है, पहली जून से 30 जून तक विशेष मीठी माँ की मधुर शिक्षाओं को रिवाइज करते हुए उनके समान गुणमूर्त, शक्ति सम्पन्न बनने का लक्ष्य रख हम सभी तीव्र पुरुषार्थ की रेस करेंगे, इसके लिए मधुबन से विशेष होमवर्क भेजा जा रहा है। मीठी मम्मा ने बाबा के एक एक शब्द को बड़े प्यार से सुना और स्वयं में समाया। सदा ड्रामा के पाठ को पक्का कर साक्षीदृष्टा रही। कभी कोई भी दृश्य को देखते हलचल में नहीं आई। मम्मा के चेहरे पर कभी फिक्र के चिन्ह नहीं दिखे। मम्मा सदा बहुत ऊंचे रूहानियत के नशे में रही। अपनी सूरत और सीरत से सदा गुणों का दान किया। तो ऐसी मीठी माँ की स्मृतियों के साथ इस जून मास में हम सभी उनके गुण वा शक्तियों को जीवन में उतारने का लक्ष्य रखेंगे।

साथ-साथ प्यारे बापदादा का विशेष इशारा है बच्चे, अभी अन्तर्मुखी बन इस देह से न्यारे, देही स्वरूप में स्थित रहने का अभ्यास करो। अन्तर्मुखी हो कार्य करो तो अनेक प्रकार के विघ्नों से, व्यर्थ संकल्पों से, पुरानी दुनिया के प्रभाव से बच जायेंगे। इससे समय की भी बचत होगी और आत्मा रूपी नेत्र पावरफुल बनता जायेगा। अन्तर्मुखी रहने से आत्माओं का आह्वान करना, आत्माओं से रूह-रूहान करना, आत्माओं के संस्कार-स्वभाव को परिवर्तन करना, आत्माओं का बाप से कनेक्शन जुड़वाना, ऐसे अनेकानेक सूक्ष्म रूहानी लीलाओं का अनुभव होगा। इसके लिए ब्रह्मा बाप समान एकान्तप्रिय बन मैं आत्मा हूँ, मैं आत्मा हूँ... यह पाठ पक्का करो, तो शान्ति और सुख के सागर में समाये रहेंगे और अन्य आत्माओं को भी अपने शुद्ध संकल्प और वायब्रेशन द्वारा, वृत्ति और बोल द्वारा, सम्पर्क द्वारा शान्ति वा सुख की अनुभूति करा सकेंगे।

वर्तमान समय की परिस्थितियों प्रमाण हम सबको विशेष मन्सा सेवा का अभ्यास बढ़ाना है। रोज़ नुमाशाम के समय प्रकृति सहित सर्व आत्माओं को सूक्ष्म शक्तियों की सकाश देनी है। जैसे संसार समाचार सुनने का इन्ट्रेस्ट रहता है, ऐसे बाबा कहते बच्चे, आप अपने सुख शान्ति के स्वधर्म में स्थित हो मास्टर रहमदिल बन दुःखियों पर रहम करो। विशेष अभी मन और मुख का मौन रख, अन्तर्मुखता की गुफा में रह, देह और दुनिया से पार अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित रहने का अभ्यास करना है। इसके लिए सभी स्थानों पर योग की विशेष भट्टियां चलती रहें, जिससे वायुमण्डल शक्तिशाली बनें और व्यर्थ व व्यक्त का नाम-निशान भी न रहे। बोलो, यही लक्ष्य रख आप सभी विशेष संगठित रूप में योग अभ्यास कर रहे हो ना! अटेन्शन प्लीज़।

बाकी मधुबन बेहद घर की सेवाओं के समाचार तो आप सब सुनते रहते हो। योग तपस्या के साथ, अनेक विंग्स के कार्यक्रम, राजयोग शिविर आदि चल रहे हैं। बाबा के घर से सभी खूब रिफ्रेश हो, सुखद अनुभूतियां करके जाते हैं। अच्छा - सभी को बहुत-बहुत याद.... ओम् शान्ति।





# ये अव्यक्त इशारे



## आत्मिक स्थिति में रहने का अभ्यास करो, अन्तर्मुखी बनो

1) परमात्म प्यार का अनुभव करने के लिए अन्तर्मुखी बन इस देह से न्यारे देही (आत्मिक) रूप में स्थित रहने का अभ्यास बढ़ाओ। सदा अन्तर्मुखता की गुफा में रहो तो पुरानी दुनिया के वातावरण से परे होते जायेंगे। वातावरण के प्रभाव में नहीं आयेगे।

2) ऐसा कोई भी ब्राह्मण नहीं होगा जो आत्म-अभिमानि बनने का पुरुषार्थी न हो। लेकिन निरन्तर आत्म-अभिमानि, जिससे कर्मेन्द्रियों के ऊपर सम्पूर्ण विजय हो जाए, हरेक कर्मेन्द्रिय सतोप्रधान स्वच्छ हो जाए, देह के पुराने संस्कार और सम्बन्ध से सम्पूर्ण मरजीवा हो जाए, इस पुरुषार्थ से ही नम्बर बनते हैं।

3) किसी भी विघ्न से मुक्त होने की युक्ति है - सेकण्ड में स्वयं का स्वरूप अर्थात् आत्मिक ज्योति स्वरूप स्मृति में आ जाए और कर्म में निमित्त भाव का स्वरूप - इस डबल लाइट स्वरूप में स्थित हो जाओ तो सेकण्ड में हाई जम्प दे देंगे। कोई भी विघ्न आगे बढ़ने में रूकावट नहीं डाल सकेगा।

4) याद में निरन्तर रहने का सहज साधन है - प्रवृत्ति में रहते पर-वृत्ति में रहना। पर-वृत्ति अर्थात् आत्मिक रूप। ऐसे आत्मिक रूप में रहने वाला सदा न्यारा और बाप का प्यारा होगा। कुछ भी करेगा लेकिन ऐसे महसूस होगा जैसे काम नहीं किया लेकिन खेल किया है। यह रूहानी नयन, यह रूहानी मूर्त ऐसी दिव्य दर्पण बन जायेगी जिस दर्पण में हर आत्मा बिना मेहनत के आत्मिक स्वरूप ही देखेगी।

5) जब आत्मायें आपके आत्मिक स्वरूप का अनुभव करेंगी तब वे बाप की तरफ आकर्षित होकर, अहो प्रभू के गीत गायेंगी और देहभान से सहज अर्पण हो जायेंगी। अहो आपका भाग्य! ओहो! मेरा भाग्य! इस भाग्य की अनुभूति के कारण देह और देह के सम्बन्ध की स्मृति का त्याग कर देंगी।

6) सदा बेहद की आत्मिक दृष्टि, भाई-भाई के सम्बन्ध की वृत्ति से किसी भी आत्मा के प्रति शुभ भावना रखने का फल जरूर प्राप्त होता है इसलिए पुरुषार्थ से थको नहीं, दिलशिकस्त भी नहीं बनो। निश्चयबुद्धि हो, मेरेपन के सम्बन्ध से न्यारे हो शान्ति और शक्ति का सहयोग आत्माओं को देते रहो।

7) कोई भी समर्थ संकल्प आत्मिक शक्ति अर्थात् एनर्जी जमा करता है, समय भी सफल करता है। व्यर्थ संकल्प एनर्जी और समय को व्यर्थ गंवाता है इसलिए अब व्यर्थ संकल्प की रचना बन्द करो। यह रचना ही आत्मा रचता को परेशान करने वाली है इसलिए सदा इसी शान में रहो कि मैं आत्मा मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, समर्थ आत्मा हूँ तो कभी परेशान नहीं होंगे और अनेकों की परेशानी को मिटाने वाले बन जायेंगे।

8) अन्तर्मुखी बन ज्ञान मनन के अभ्यास द्वारा अलौकिक मस्ती में सदा मस्त रहो तो इस दुनिया की उलझनें अपनी ओर आकर्षित नहीं करेंगी। जैसे मिलेट्री वाले अन्डरग्राउण्ड चले जाते हैं तो बाहर के बाम्ब्स आदि का असर नहीं होता है, ऐसे आप अन्तर्मुखी, अण्डरग्राउण्ड आत्मिक स्थिति में रहने का अभ्यास करो तो बाहरमुखता की बातें डिस्टर्ब नहीं करेगी।

9) अन्तर्मुखी होकर कार्य करने से विघ्नों से, व्यर्थ संकल्पों से बच जायेंगे और समय भी बहुत बच जायेगा। जो अन्तर्मुखी रहते हैं उनमें स्मृति की समर्थी भी आती है और आत्मा रूपी नेत्र पावरफुल बनता जाता है जिससे यदि कोई भी विघ्न आने वाला होगा तो यह महसूसता आयेगी कि आज कोई पेपर होने वाला है और जितना पहले से मालूम पड़ता जायेगा तो होशियार होने के कारण सफलता पा लेंगे।

10) एकाग्रता का आधार अन्तर्मुखता है। अन्तर्मुखता में रहने से सूक्ष्म शक्ति की लीलाएं अनुभव करेंगे। आत्मिक स्थिति में रह आत्माओं का आह्वान करना, आत्माओं से रूह-रूहान करना, आत्माओं के संस्कार-स्वभाव को परिवर्तन करना, आत्माओं का बाप से कनेक्शन जुड़वाना, ऐसे रूहानी लीला का अनुभव होगा।

11) जैसे ब्रह्मा बाप एकान्तप्रिय होने के कारण सदा अन्तर्मुखी रहे, मैं आत्मा हूँ, मैं आत्मा हूँ... यह पाठ पक्का किया, जिस कारण वे स्वयं भी सदा शान्ति और सुख के सागर में समाये रहे और अन्य आत्माओं को भी अपने शुद्ध संकल्प और वायब्रेशन द्वारा, वृत्ति और बोल द्वारा, सम्पर्क द्वारा शान्ति की वा सुख की अनुभूति कराते रहे, ऐसे फालो फादर करो।

12) अन्तर्मुखी की निशानी सदा सागर के तले में खोये हुए गम्भीरमूर्त। चेहरे द्वारा आत्मिक स्थिति के चिन्ह दिखाई देंगे। एक ओर मनन-चिंतन करने वाला चेहरा और फिर रमणीक अर्थात् मुस्कराता हुआ चेहरा, दोनों ही लक्षण सूरत से प्रत्यक्ष होंगे। अन्तर्मुखी सदा हर्षितमुख दिखाई देंगे क्योंकि माया का सामना करना समाप्त हो जायेगा।

13) जब सेवा की स्टेज पर जाते हो तो यह अनुभव होना चाहिए कि यह आत्मायें बहुत समय के अन्तर्मुखता की, रूहानियत की गुफा से निकलकर सेवा के लिए आई हैं। तपस्वी रूप दिखाई दे। बेहद के वैराग्य की रेखायें सूरत से दिखाई दें। जितना ही अति रूहाब उतना ही अति रहम। ऐसी सर्विस का अभी समय है।

14) अन्तर्मुखी अर्थात् मुख और मन का मौन रखने वाले। मुख का मौन तो दुनिया में भी रखते हैं लेकिन यहाँ व्यर्थ संकल्प से मन का मौन होना चाहिए। जैसे ट्रैफिक कंट्रोल करते हो तो व्यर्थ की ट्रैफिक को कंट्रोल करते हो वैसे बीच-बीच में एक दिन मन के व्यर्थ का ट्रैफिक कंट्रोल करो।

15) ज्ञान के मनन के साथ शुभ भावना, शुभ कामना के संकल्प, सकाश देने का अभ्यास, यह मन के मौन का या ट्रैफिक कंट्रोल का बीच-बीच में दिन मुकरर करो। जितना अन्तर्मुखता के कमरे में बैठ रिसर्च करेंगे उतना अच्छे से अच्छी टचिंग होंगी और उसी टचिंग से अनेक आत्माओं को लाभ मिलेगा।

16) अन्तर्मुखी आत्मायें कैसी भी परिस्थिति हो, चाहे अच्छी हो, चाहे हिलाने वाली हो लेकिन हर समय, हर सरकमस्टांस के अन्दर अपने को एडजस्ट कर लेती हैं। अकेले हो या संगठन में हो, दोनों में एडजस्ट होना - ये है ब्राह्मण जीवन।

17) कहा जाता “अन्तर्मुखी सदा सुखी”। उन्हें कोई बाहर की आकर्षण आकर्षित नहीं कर सकती। कभी मनमत, कभी परमत आकर्षित नहीं कर सकती। अन्तर्मुखी सदा सुखी रहने वाले, सुखदाता के बच्चे मास्टर सुखदाता होंगे, बाहरमुखता से मुक्त होंगे।

18) अन्तर्मुखी रहने वाले ही हर ज्ञान-रत्न की गुह्यता में जा सकते हैं। ज्ञान की हर प्वाइंट का राज क्या है और किस समय, किस विधि से उसे कार्य में वा सेवा में लगाना है, इस तरह से उस पर मनन करते उस राज के रस में चले जाओ, तो नशे की अनुभूति कर सकेंगे।

19) अन्तर्मुखी आत्मायें तीन प्रकार की भाषा के अनुभवी होती हैं: 1- नयनों की भाषा 2- भावना की भाषा 3- संकल्प की भाषा। यह तीन प्रकार की भाषा रुहानी योगी जीवन की भाषा है, जितना-जितना आप अन्तर्मुखी स्वीट साइलेन्स स्वरूप में स्थिति होते जायेंगे – उतना इन तीन भाषाओं द्वारा सर्व आत्माओं को अनुभव करा सकेंगे। अब इसी रुहानी भाषा के अभ्यास बनों।

20) जैसे अन्तरिक्ष यान वाले ऊंचे होने के कारण सारे पृथ्वी के जहाँ के भी चित्र खींचने चाहें खींच सकते हैं, ऐसे साइलेन्स की शक्ति से अन्तर्मुखी यान द्वारा, मन्सा शक्ति द्वारा किसी भी आत्मा को चरित्रवान बनने की, श्रेष्ठ आत्मा बनने की प्रेरणा दे सकते हो।

21) आत्मिक स्थिति में रह बाहरमुखता को छोड़ दो तो मेहनत से छूट जायेंगे और अनुभवों के सागर में समा जायेंगे। एक दो अनुभव नहीं अथाह हैं। एक दो अनुभव करके अनुभव के तालाब में नहीं नहाओ। सागर के बच्चे अनुभवों के सागर में समा जाओ।

22) अनेक प्रकार के व्यक्ति, वैभव अथवा अनेक प्रकार की वस्तुओं के सम्पर्क में आते आत्मिक भाव और अनासक्त भाव धारण करो। यह वैभव और वस्तुयें अनासक्त के आगे दासी के रूप में होंगी और आसक्त भाव वाले के आगे चुम्बक की तरह फंसाने वाली होंगी।

23) अब ऐसे ट्रांसपेरेंट (पारदर्शी) हो जाओ जो आपके शरीर के अन्दर आत्मा विराजमान है, वह स्पष्ट सभी को दिखाई दे। आपका आत्मिक स्वरूप उन्हीं को अपने आत्मिक स्वरूप का साक्षात्कार कराये, इसको ही कहते हैं अव्यक्त वा आत्मिक स्थिति का अनुभव कराना।

24) जब स्वयं को अकालमूर्त आत्मा समझेंगे तब अकाले मृत्यु से, अकाल से, सर्व समस्याओं से बच सकेंगे। मानसिक चिन्तायें, मानसिक परिस्थितियों को हटाने का एक ही साधन है – अपने इस पुराने शरीर के भान को मिटाना। देह-अभिमान को मिटाने से सर्व परिस्थितियाँ मिट जायेंगी।

25) जैसे यह देह स्पष्ट दिखाई देती है वैसे अपनी आत्मा का स्वरूप स्पष्ट दिखाई दे अर्थात् अनुभव में आये। मस्तक अर्थात् बुद्धि की स्मृति वा दृष्टि से सिवाए आत्मिक स्वरूप के और कुछ भी दिखाई न दे वा स्मृति में न आये। ऐसे निरन्तर तपस्वी बनों तब हर आत्मा के प्रति कल्याण का शुभ संकल्प उत्पन्न होगा। भल कोई अपने संस्कार-स्वभाव के वश आपके पुरुषार्थ में परीक्षा के निमित्त बना हुआ हो, उसके प्रति भी सदा कल्याण का संकल्प उत्पन्न हो।

26) जैसे अनेक जन्म अपने देह के स्वरूप की स्मृति नेचुरल रही है वैसे ही अपने असली स्वरूप की स्मृति का अनुभव थोड़ा समय भी नहीं करेंगे क्या? यह पहला पाठ कम्पलीट करो तब अपनी आत्म-अभिमानि स्थिति द्वारा सर्व आत्माओं को साक्षात्कार कराने के निमित्त बनेंगे।

27) किसी कमजोर आत्मा की कमजोरी को न देखो। यह स्मृति में रहे कि वैराइटी आत्मायें हैं। सबके प्रति आत्मिक दृष्टि रहे। आत्मा के रूप में उनको स्मृति में लाने से पावर दे सकेंगे। आत्मा बोल रही है, आत्मा के यह संस्कार हैं, यह पाठ पक्का करो तो सबके प्रति स्वतः शुभ भावना रहेगी।

28) आत्मा शब्द स्मृति में आने से ही रुहानियत के साथ शुभ-भावना भी आ जाती है। पवित्र दृष्टि हो जाती है। चाहे भल कोई गाली भी दे रहा हो लेकिन यह स्मृति रहे कि यह आत्मा तमोगुणी पार्ट बजा रही है तो उससे नफ़रत नहीं करेंगे, उसके प्रति भी शुभ भावना बनी रहेगी।

29) जैसे कोई भी व्यक्ति दर्पण के सामने खड़ा होते ही स्वयं का साक्षात्कार कर लेता है, वैसे आपकी आत्मिक स्थिति, शक्ति रूपी दर्पण के आगे कोई भी आत्मा आवे तो वह एक सेकेण्ड में स्व स्वरूप का दर्शन वा साक्षात्कार कर ले। आपके हर कर्म में, हर चलन में रुहानियत की अट्रैक्शन हो। जो स्वच्छ, आत्मिक बल वाली आत्मायें हैं, वह सबको अपनी ओर आकर्षित जरूर करती हैं।

30) जैसे एटम बम एक स्थान पर छोड़ने से चारों ओर उसके अंश फैल जाते हैं - वह एटम बम है और यह आत्मिक बम है। इसका प्रभाव अनेक आत्माओं को आकर्षित करेगा और सहज ही प्रजा की वृद्धि हो जायेगी इसलिए संगठित रूप में आत्मिक स्वरूप के अभ्यास को बढ़ाओ, स्मृति-स्वरूप बनो तो वायुमण्डल पॉवरफुल हो जायेगा।

## (त्रिमूर्ति दादियों द्वारा मिली हुई अनमोल शिक्षायें)

शिवबाबा याद है ?

ओम् शान्ति

मधुबन

गुल्जार दादी जी के अनमोल वचन

**“सदा लवलीन स्थिति में रहो तो मायाजीत, प्रकृतिजीत और स्वभावजीत बन जायेंगे”**  
(13-12-09)

समय अनुसार अभी मनन से भी ऊपर लवलीन अवस्था का अनुभव करना है। यह लवलीन अवस्था सभी समस्याओं को समाप्त कर देगी। अगर प्यार में लीन हो गये तो नो प्रॉब्लम। तो जब भी कोई बात आवे तो जो गहरे अनुभव हैं उसमें समा जाओ। जो अन्तर्मुखी रहते हैं वह शारीरिक भान से जैसे आउट हैं फिर माया से युद्ध करने की जरूरत नहीं पड़ेगी। संगठित योग में एक दो के वायब्रेशन भी मिलते हैं इसलिए योग की जो भिन्न-भिन्न स्टेजेस हैं, उस एक एक स्टेज का अनुभव करो। यहाँ का यह अनुभव वहाँ भी बहुत सहयोग देगा।

तो एक है वर्णन करना, दूसरा है मगन रहना, तीसरा है एकदम उस स्वरूप में खो जाना। तो इसके ऊपर बार-बार दृढ़ता का स्टैम्प लगाते रहो तो आपकी यह नेचर नेचुरल हो जायेगी क्योंकि हम ही तो इस अनुभव के अधिकारी हैं। तो दृढ़

संकल्प किया कि अशरीरी हो जायें, तो अनुभव होना शुरू हो जाये। कभी सोचे कि बीजरूप अवस्था का अनुभव करना चाहिए, तो वो भी सहज हो जायेगा सिर्फ दृढ़ता की चाबी सौगात रूप में अपने साथ रखना। कुछ भी हो करना ही है, बनना ही है, यह हमारा लक्ष्य हो। जो लक्ष्य है अब उस लक्ष्य को लक्षण में लाना है। लक्ष्य और लक्षण एक हो। जो बाबा ने लक्ष्य दिया है वही लक्षण प्रैक्टिकल में धारण रहें तो हम सभी बाबा के समान सहज ही बन सकते हैं। हम बाबा के दिल के तख्तानशीन बच्चे जरूर बाबा समान बनेंगे ही। छोटी-मोटी बातें तो आयेंगी। समय प्रति समय, समय भी पेपर लेगा, माया भी पेपर लेगी। लेकिन हमारे पास अपनी शक्तियों के शस्त्र कितने हैं? अगर माया किसी भी रूप से आये तो हमारी जो शक्तियाँ हैं वो किसलिए हैं? समय पर यूज करने के लिए ही हैं। तो सदा यह लक्ष्य रखो

कि मुझे बाबा समान बनना ही है और हम नहीं बनेंगे तो कौन बनेगा, हर कल्प में हम बने हैं इसलिए कोई बड़ी बात नहीं है, सिर्फ इसे स्मृति से रिपीट करना है, जो कल्प पहले किया है वह हम करेंगे।

तो बाबा के लव में लीन रहना और लव का अनुभव करना वो अलग चीज़ है। लीन हो जाते हैं तो सबसे दूर मायाजीत, प्रकृतिजीत, स्वभावजीत, एक दो में जरा भी खिंटखिंट आ ही नहीं सकती है। यह मगन अवस्था लवलीन अवस्था अर्थात् बाबा के लव में लीन हो जाना। जो बाहर की कोई भी आकर्षण हमको आकर्षित नहीं कर सकती है। लव तो हम सबका है, लव के बिना ब्रह्माकुमार ब्रह्माकुमारी बन करके चल ही नहीं सकते हैं। लेकिन लगन में मगन अर्थात् लवलीन रहें तो उसमें कोई भी शक्ति की कमी नहीं है। उसमें सुख-शान्ति की अनुभूति, पवित्रता, आनंद और प्यार की अनुभूति समाई हुई रहती है। तो लवलीन अवस्था का अनुभव करना बहुत जरूरी है। जो लवलीन होता है वो लव के स्वरूप में आ जाता है। लव का मनन करते जब स्वरूप बन जाते हैं तो यह मनन नहीं चलता है लेकिन स्वरूप में स्थित हो जाते हैं। उस समय बाबा हमको अपनी सकाश भी देता है और बाबा की सकाश मिलने से हम और भी जो मगन अवस्था में जा रहे हैं, उसमें मदद मिल जाती है। तो सारे दिन में जिस समय फुर्सत मिलती है, अमृतवेले या नुमाशाम के टाइम जब योग करते हैं तो उस समय हम मगन अवस्था का अनुभव करें। अगर आपको ज्ञान योग का गुह्य अनुभव हो गया तो वो अनुभव की हुई चीज़ कभी भूलती नहीं है, फिर उस अनुभव को याद करने से भी वो अवस्था हो जायेगी।

आजकल सभी को सभी बातों का नॉलेज तो बहुत हो गया है लेकिन उस नॉलेज स्वरूप की स्थिति का अनुभव करना, उसमें नम्बरवार हो जाते हैं। तो हमको जो बाबा कहते हैं योग के गुह्य स्थिति का अनुभव करो, मन्सा द्वारा दुःखी आत्माओं को सुख-शान्ति की सकाश दो। तो मेरे में जब अनुभव होगा तब अनुभव के आधार से हम सकाश दे सकेंगे। तो निमित्त टीचर्स बहने हैं, कई भाई-बहनों के पास ऐसे सरकमस्टांश अचानक आते हैं क्योंकि कलियुग है। तो जिसमें उन्होंने को सहयोग चाहिए उसमें हम मन्सा द्वारा शक्ति व सकाश देने के अनुभवी बनें और उनको भी अनुभव हो कि सचमुच मुझे मदद मिल रही है। इसके

लिए पहले हमें अनुभवी मूर्त बनना पड़ेगा। एक एक ज्ञान की प्वाइन्ट का अनुभव करने वाले के पास अथॉरिटी होती है। तो अनुभवीमूर्त दो शब्द भी अनुभव के बोलेंगे तो उसका असर जल्दी होगा। अनुभवी दिल से बोलेगा इसलिए थोड़ा बोलने से भी बहुत प्रभाव पड़ता है। तो अनुभवी मूर्त बनना अर्थात् जो भी स्टेज बाबा कहता है उस स्टेज के अनुभवी स्वरूप बनना।

आप सभी श्रीमत को तो अच्छी तरह से जानते हो और ओरों को भी सिखाते हो लेकिन अभी अनुभव की अथॉरिटी बनों। मैं आत्मा हूँ, इस स्वरूप में हम कितना टाइम टिक सकते हैं, आत्मा का अनुभव हो कि सचमुच मैं आत्मा हूँ और आत्मा की शक्ति क्या है? अनुभूति क्या है, वो अनुभव में आये। ड्रामा की प्वाइन्ट हम वर्णन तो करते हैं लेकिन जब ऐसी कोई बात आती है, उस समय ड्रामा यूज होता है? ड्रामा की प्वाइन्ट कितना समय पर सावधानी देती है? आजकल बाबा हम सभी को दो बातें कहते हैं 1- अब घर जाना है, फिर अपने राज्य में आना है इसकी स्मृति हम सबको होना चाहिए। 2- जो हमारी अन्तिम स्टेज है नष्टोमोहा स्मृति स्वरूप, वह अभी प्रैक्टिकल में होनी चाहिए। इसके लिए बार-बार चेक करें कि मेरा मैं-पन में मोह तो नहीं है? दूसरों से मोह निकलना फिर भी सहज है लेकिन पहले अपने देहभान से मोह निकले, वो है बड़ी बात। चलते-फिरते मैं आत्मा हूँ, बैटूँ, बात करूँ, मिलूँ तो यह भी आत्मा आत्मा से मिल रही है, यह जो अभ्यास है, वो भिन्न-भिन्न रूप से करने के लिए बाबा कहता है। अपने को आत्मा समझ बाप को याद करो। तो यह बात हमारी दृष्टि वृत्ति में पक्की हो। आत्मा का स्वरूप ही देखें, जाने या बात करें, कनेक्शन में आयें। तो पहले यह पाठ पक्का हो। अपने को आत्मा समझने से बाबा की याद तो बिल्कुल सहज है क्योंकि आत्मा का बाप परमात्मा के सिवाए और कोई हो ही नहीं सकता है। तो बाबा के समय प्रति समय जो टोटके आते हैं वो हम मन में नोट करें और उन्हीं को प्रैक्टिकल में हमने कहाँ तक लाया है! मैंने यह कहा, मैं यह कहती हूँ... यह शब्द भी अच्छा नहीं लगता है। बाबा कहते हैं, बाबा कह रहा है, बाबा बाबा कहते रहो, जितना बाबा-बाबा बोलेंगे उतना वो बाबा के नजदीक आयेंगे। मैं-मैं बोलेंगे तो आत्मा में फंस जायेंगे। तो ऐसी ऐसी बातें जो रोज़ मुरली में भिन्न-भिन्न रूप से आती हैं, वो



हमको मुरली सुनते मन में नोट करना चाहिए। फिर उसी प्वाइन्ट पर सारा दिन अटेन्शन दे करके अनुभव करते जाएं तो कभी भी भूल नहीं सकता है। सुनी हुई बात भूल जाती है लेकिन अनुभव की चीज़ भूलती नहीं है। इन्हीं प्वाइन्ट्स से हम अपने को मायाजीत, लवलीन अवस्था में अनुभव कर सकते हैं क्योंकि सिवाए बाबा के और कुछ है ही नहीं। संसार ही बाबा है। तो नेचुरल है कि एक बाबा में ही प्यार हो जायेगा। तो यह अटेन्शन हम सभी को देना है। सब यह दृढ़ संकल्प करके जाओ कि हमको परिवर्तन करना ही है। इसमें रोज़ दृढ़ता की चाबी लगाते रहना। दृढ़ता हमारी काम न करे, यह हो नहीं सकता। दृढ़ता है तो हो ही जाता है।

शारीरिक कर्म का तो सभी टाइमटेबल बनाते, पर अभी बाबा कहते मन का टाइमटेबल बनाओ। फिर मन को उसी कार्य में लगाओ जो अपना टाइमटेबल बनाया है। हर एक सेवा

के हिसाब से अपना टाइमटेबल बना सकते हैं। जैसा-जैसा काम वैसे अपने स्मृति की लिस्ट बनाओ और सारे दिन में जितना भी समय निकालो, उतना चेक भी करो, चेंज भी करो। अगर इसमें हम पक्के रहेंगे तो बाबा हम सबको दिल के प्यार की सौगात देगा। यह सौगात हमें उड़ती कला में उड़ा देती है, जिससे हम फरिश्ते बन जाते हैं। हमारी उड़ती कला माना ही है फरिश्ता स्वरूप बनना। तो यह अटेन्शन रखो कि बाबा की चाहना को हमें पूरा करना ही है। चाहे कितना भी पेपर आये, उसमें पास होके ही दिखाना है। दिल के उमंग का समाचार हमें बाबा को देना है। अगर हम साक्षीदृष्टा होके चलें, देखें, कर्म करें तो माया का कार्टून रूप हो जायेगा और माया अगर आ भी जाये, कभी किसी प्रकार से, तो उलहना न दे करके दिल से उन्हें शक्ति का सहयोग देना, बाकी बोलना कुछ नहीं है। अच्छा।

## दूसरा क्लास

### गुल्जार दादी जी की अनमोल शिक्षायें

**“मायाजीत बनने में नम्बरवन बनके दिखाओ तो बाबा बहुत अच्छी खातिरी करेगा”**

(17-11-09)

हमें सबसे एक एक गुण उठाना है। माया से भी गुण उठाओ कि जब यह अपना काम नहीं छोड़ती है तो हम अपना काम क्यों छोड़ें? हम तो शिव शक्तियाँ हैं। अभी माया आवे और हम विजयी बनें, इसमें इनाम लेना है। कमाल करके दिखाओ तो बहुत खुशी होगी और बाबा भी खुश होके कहेगा वाह मेरी बच्चियाँ वाह! हम भी कहेंगे वाह बाबा वाह! तो मायाजीत बनने में नम्बरवन बनके दिखाओ, फिर देखो बाबा आपकी कितनी खातिरी करता है!

हम तो बाबा को जानते ही नहीं थे। बाबा की नज़र हमारे ऊपर पड़ गई और बाबा ने आपको पसंद किया तो कितना अच्छा भाग्य है! भगवान ने हमको पसंद किया है, यह कितने नशे और खुशी की बात है?

मधुबन में हर एक को विशेष अनुभव करने का चांस मिलता है, सेन्टर्स पर तो कई जिम्मेवारियां होती हैं। यहाँ एक ही

जिम्मेवारी है अपने आपको उड़ाने की। वहाँ फिर भी कर्मयोग ज्यादा होता है और यहाँ हमको उड़ने की लगन है क्योंकि समय अनुसार अभी चलने का समय पूरा हुआ इसलिए सबको हिम्मत और उमंग-उत्साह के पंख लगाके उड़ना है। हरेक के मन में सदा उमंग-उत्साह होना चाहिए। रिवाजी कुमारियों के मन में चिंता, परचिंतन सब किचड़ा होगा और हमारे मन में प्रभु चिंतन के सिवाए और कोई बात नहीं। सिर्फ यह चेकिंग करनी पड़ेगी, बाबा भी अटेंशन खिंचवा रहा है क्योंकि बहुतकाल का वर्सा उसे प्राप्त होगा जो बहुत समय अभी अटेन्शन से चलता होगा। ऐसे नहीं पीछे हम कर लेंगे। तो अपनी रिजल्ट आपेही देखो और उसे चेंज करके पूरा करो। अपना पुरुषार्थ तो अपने हाथ में है। समय और संकल्प वेस्ट न जायें तभी तो बाप समान बनके बाप के साथ घर चल सकेंगे। अच्छा।

**दादी जानकी जी की अनमोल शिक्षायें**  
**“बड़ी दिल वाले पर बड़ा बाबा राजी रहता, उसके दिल में**  
**कोई क्वेश्चन उठ नहीं सकता”**  
**(01-10-06)**

संगमयुग डायमण्ड युग है। इस युग में मनुष्यात्मा की जीवन हीरे जैसी बनती है। बनाने वाला भी अभी हाज़िर होता है, बनने वाले जो विश्व भर में बिखर गये थे वह सब बाप के सामने हाज़िर हो जाते हैं। अभी आदि पिता और अनादि पिता दोनों इकट्ठे हो जाते हैं। आत्मा, परमात्मा सत्य है, अविनाशी है, अनादि है और यह प्रकृति भी अनादि अविनाशी है। परन्तु मनुष्य आत्मायें इस प्रकृति को सतो रजो तमो बनाने वाली हैं। फिर परमात्मा तमोप्रधान आत्माओं को कहता है, सतोप्रधान बनना है, यह ध्यान रखो, बस।

मुरली ध्यान से सुनना, बाबा हम बच्चों से क्या चाहता है! इस साकार बाप को देख इसे फॉलो करो। ब्रह्मा बाप का पहला कदम है सर्वश त्यागी। न सिर्फ तन-मन-धन, पर मेरे स्वभाव संस्कार का भी त्याग। अगर ये भी मेरा है तो सर्वश त्यागी नहीं है। आत्मा में सूक्ष्म स्वभाव संस्कार इस जन्म का या पूर्व जन्म का रहा तो त्यागी नहीं है। दूसरा आज्ञाकारी, इसमें भक्ति के बहुत अच्छे अक्षर हैं - प्रभु की आज्ञा मानी माथे। उसकी वैल्यू भक्ति में भी बहुत है। प्रभु की आज्ञा, उसमें भला समाया हुआ है। कभी संकल्प नहीं उठे। एक बाबा के सिवाए कुछ याद न आये, एक बल एक भरोसा। भक्ति में कहते हैं एक तेरा सहारा। जरा भी मनमानी नहीं। वफादारी, जैसे सतीव्रत, सच्ची पत्नी वो जो उसकी आज्ञा पर हाज़िर रहे, वफादार रहे। जितना आज्ञाकारी, वफादार उतना इमानदार। बड़ी दिल वाला, दिल छोटी नहीं। बाबा ने कहा जिसकी दिल बड़ी उसकी भण्डारी और भण्डारा कभी खाली नहीं हो सकता है। कोई भी उसके पास मेरा तेरा नहीं है। सच्ची दिल वाले पर साहेब राज़ी पर बड़ी दिल वाले पर बड़ा बाबा राज़ी। उसे कोई क्वेश्चन उठ नहीं सकता। जितना बड़ा बाबा है, उतना बड़ा परिवार है। सारा विश्व ही हमारा परिवार है। बाबा कहते हैं सब मेरे बच्चे हैं।

सेवाधारी वह जिसमें निमित्त भाव है, सत्यता और प्रेम की धारणा है, उन्हें हर कदम में सफलता मिलती है। बाबा ने कहा है बच्ची सी फादर, फॉलो फादर, इसके कारण कोई भी बात बड़ी नहीं लगी है। हमें सिर्फ बाबा को देखना है। बाबा को कभी कोई भी हद की बात अच्छी नहीं लगती। आदि से देखा है, बेहद का बाबा है, भले बेगरी पार्ट है। फिर भी खिलाने, बहलाने में बड़ी दिल। और कुछ नहीं है तो भले गुड़ तो है, ज्वार के आटे में गुड़ डाल के खिला दो। खिलाने में बहुत बड़ी दिल वाला कभी बाबा ने पहले नहीं खाया होगा, जब तक बच्चों ने न खाया हो।

हम बहन भाई सब एक बाबा के बच्चे हैं। मनमनाभव का मंत्र, एक मन को बाबा में लगाने के लिए है। परन्तु जो सेवास्थान हैं, कहाँ भी इस पृथ्वी पर हैं, वो सब बाबा के हैं, परिवार बाबा का है। यह जो बाबा ने घोट-घोट के पिलाया है, उसकी ताकत बहुत है। भण्डारे में कोई पांव रखे, मधुबन का भण्डारा है। बाबा ने हम बच्चों को कितना सम्भाला है। ऐसे अपनी सम्भाल अच्छी तरह से करना, क्योंकि यह बाबा की अमानत है। मूर्ति अगर खण्डित हो गयी तो रखने का स्थान भी नहीं मिलेगा। उसे सामने नहीं रखेंगे, बाजू में रख देंगे। अगर मैं ऐसी मूर्ति रही तो बनाने वाले का दोष नहीं, मूर्ति का दोष है। वहाँ तो बनाने वाले का दोष माना जायेगा क्योंकि वह जड़ है, यहाँ तो हम चैतन्य हैं, इसलिए यहाँ मूर्ति का दोष है। बनने वाले ऐसे हों। जो सर्वस्व त्यागी, वफादार हैं उनकी मूर्ति बनायेगा। बाकी को हाथ ही नहीं लगायेगा। बनाने वाला भी होशियार है। फिर है स्व-सेवा और सर्व की सेवा। स्व की सेवा से बाबा के नजदीक आते हैं। वह फिर दूसरों की सेवा के बिना रह नहीं सकते। तो अभिमान को छोड़ हम अपना ध्यान रखेंगे तो बाबा बहुत अच्छी मूर्ति बनायेगा। खुद तो मुस्कराते रहो औरों को भी मुस्कराना सिखा दो, यह कोई डिफिकल्ट शब्द नहीं है पर सूक्ष्म जरूर है।

## दादी प्रकाशमणि जी के अमृत वचन

# “राजऋषि वह है जो ब्रह्मचारी के साथ ब्रह्मचारी है” (2000)

1) राजयोगी, राजऋषि सदा प्रभु का प्यारा है। उन्हें एक बाबा ही प्यारा है संगमयुग पर हम सबका उद्देश्य है - राजयोगी बनना। हमारा कुल ब्राह्मण है, लक्ष्य है देवता बनना। हम सभी राजयोगी सो राजऋषि हैं। ऋषि अर्थात् ब्रह्मचारी, गृहस्थी नहीं। हम ब्रह्मचारी सो ब्रह्मचारी हैं। हमारे सर्व सम्बन्ध एक बाप से हैं। हम उस सच्चे माशूक के आशिक हैं, हम सभी उस सच्चे माशूक के इश्क को जानते हैं।

2) एक बाबा की लगन कितनी प्यारी, मीठी, सुखदाई है। ऐसी लगन में मगन रहने वाले कभी किसी दूसरे की लगन में नहीं जायेंगे। अगर किसी की आपस में बहुत-बहुत प्रीत होती है तो उसे तोड़ना मुश्किल होता है। ऐसे जब बाप से हमारी पूरी लगन है, प्रीत है तो यह भी गुप्त खुशी वा नशा रहता है कि हमने तो उसी बाप को पाया है। सारी दुनिया कुछ भी नहीं है, एक तू इतना प्यारा है। हम उसी प्यार के समुद्र की नदियां हैं। इसी को ही हम कहते हैं निरन्तर योग में रहना, यह मस्ती बड़ी निराली है। बाबा के प्यार का अनुभव करते उसी मस्ती में रहो तो दूसरी कोई भी बात सामने आ नहीं सकती। यह पुरुषार्थ की बहुत सहज विधि है।

3) कई योग लगाते, मेहनत करते हैं लेकिन अनुभव नहीं होता। कहते हैं मेरा एक बाबा दूसरा न कोई। यही पुरुषार्थ करते हैं कि मैं आत्मा हूँ, मेरा बाबा प्यारा शिवबाबा है, मुझे बाबा की सेवा में तत्पर रहना है। जितना समय बाबा की सेवा में जाये उतना अच्छा है। लेकिन अनुभव हो कि मैं आत्मा इस शरीर से अलग हूँ, मैं आत्मा सुनती हूँ, आत्मा बोलती हूँ, यह मेरा शरीर है..। यह अभ्यास कम है। जब हमने कहा – मैं आत्मा आपकी हूँ, तो मेरा सब कुछ आपका है अर्थात् मैं बाबा को ही समर्पित हूँ। आप आत्मा एक बाबा पर समर्पित हो जाओ तो यह जो संकल्प वा बुद्धि इधर-उधर भटकती है, वह भी समर्पण हो जायेगी। फिर यह कम्पलेन खत्म हो जायेगी कि क्या करूँ मन भटकता है। विचार शक्ति, बुद्धि की शक्ति को समर्पण कर दो। फिर यह भी नहीं कह सकते कि यह मेरे संस्कार हैं।

4) कभी किसी ने यह नहीं कहा कि बाबा का संस्कार ऐसा है, बाबा ने भी कभी नहीं कहा कि क्या करूँ मेरा यह संस्कार है... तो हमें अगर बाबा के समान बनना है तो संस्कारों के वश होकरके नहीं चलना है। यह संस्कार भी बाबा के हो गये। जैसा बाप वैसी मैं... यही मेरा पुरुषार्थ है। फिर यह जो कहते कि मेरा स्वभाव, मेरे संस्कार – ऐसी अनेक प्रकार की जो माया है वह समाप्त हो जाती है। बाबा भी कहते बच्चे मोहब्बत में रहो तो मेहनत से छूट जायेंगे। जब कोई माया से युद्ध करते हैं तो तरस पड़ता है। रावण के एक-एक शीश को कब तक काटते रहेंगे। एक मूल शीश को ही काट दो तो दसों कट जायेंगे।

5) बाबा कहते तुम सब हो कठपुतलियां और तुम कठपुतलियों को मैंने दी है श्रीमत की चाबी। तो बाबा ने जो श्रीमत की चाबी दी है उसी अनुसार बेफिकर बादशाह बन निश्चिन्त हो खेल करो। लेकिन सदा समझो हम राजऋषि, राजयोगी हैं। अपना आक्वूपेशन नहीं भूलो। योगी के लिए मूल चाहिए ज्ञान से पुरानी दुनिया का वैराग्य। हम हैं योगी लोग, न कोई अपना न कोई पराया। हमें कौन जानें।

6) हे आत्मा तू बाबा के सामने मन बुद्धि सहित स्वाहा हो जाओ। जब सब स्वाहा हो जायेगा तब पुरानी दुनिया से बेहद का वैराग्य आयेगा। पुरानी दुनिया तब तक खींचती है जब तक समर्पण नहीं हुए हैं। संकल्प शक्ति भी समर्पण हो तो दूसरी कोई भी बात सामने नहीं आ सकती। इसी का नाम है तपस्या। तो पहले अपने आपका त्याग करो अर्थात् समर्पण हो जाओ। जब आत्मा स्वयं समर्पण हो गई फिर तपस्या करना, अशरीरी बनना बहुत सहज है।

7) अभी हमारी तपस्या की दुनिया को भी दरकार है। तत्वों को भी इसकी दरकार है। हम सब देख रहे हैं दुनिया की हालत दिनप्रतिदिन गम्भीर होती जाती है, यह दुनिया की गम्भीर बातें हमें और भी प्रेरणा देती हैं कि हमें तपस्या करके विश्व को अपने साइलेन्स की किरणें देनी है। अच्छा। ओम् शान्ति।