**'तेरा वर्ष'**

## सम्पन्न सप्ताह

**24.02.2013**

**1. स्वमान** – मैं सर्व ईश्वरीय खजानों का मालिक हूँ...रिचेस्ट इन द वर्ल्ड हूँ...।

- मेरे पास ज्ञान, गुण, शक्ति, श्रेष्ठ संकल्प, खुशी, पवित्रता...ये सारे खजाने हैं...मैं इन खजानों से सम्पन्न हूँ...मेरे जैसा धनवान... मेरे जैसा भाग्यवान इस संसार में और कोई नहीं...।

**2. योगाभ्यास** –

**अ**. इस सीजन में हर बार हम बाबा को प्यार के सागर के रुप में देख रहे हैं...बाबा अपना सम्पूर्ण प्यार हम पर बरसा रहे हैं...उनके समीप बैठकर आत्मा उनके प्यार में डूब जाती है...देह और दुनिया सहज ही भूल जाता है...जी करता है कि बस बाबा के पास ही बैठे रहें और बस उन्हें देखते ही रहें...उनके प्यार में खोये रहें...तो इस बार हम अव्यक्त बापदादा को अपने सामने देखते हुए उनके प्यारे में समायेंगे...बाबा से सर्व ईश्वरीय खजानें स्वयं में भरेंगे...।

**ब**. आत्मा बनकर परमधाम में बाबा के पास जायें...बाबा को टच करें...स्वयं को सर्व गुणों व शक्तियों से भरें...और वापस आकर सारे संसार को दें...।

**3. धारणा – सदा खुश रहना और खुशी बाँटना**

- चाहे कोई भी परिस्थिति आ जाए, परिस्थिति बड़ी नहीं है, बड़ी है मेरी स्थिति। कुछ भी हो जाए, मुझे अपनी खुशी खोनी नहीं है। मेरी खुशी के बल से सभी परिस्थितियाँ स्वतः ही नष्ट हो जाएँगी।

- कहावत है - `खुशी जैसी खुराक नहीं।`

**4. चिंतन** –

- कौन-कौन सी बातें हमारी खुशी को छिन लेती हैं ?
- सदा खुश रहने और खुशी बाँटने के लिये क्या करना होगा ?
- `खुशी` के लिये बाबा के महावाक्य ?

**5. तपस्वियों प्रति** – हे महान तपस्वियों ! तुम्हें तीव्र पुरुषार्थी स्वरुप का प्रत्यक्ष प्रमाण देना है और वो प्रमाण है चारों सब्जेक्ट में सम्पूर्ण संतुष्ट। जो श्रेष्ठ ज्ञानी होंगे, जिनके मन में ज्ञान का चिंतन चलता होगा, वही सफल योगी बनेंगे और उन्हें ही सभी धारणाएँ सहज धारण हो पाएँगी। ऐसी आत्माओं का चेहरा और चलन अन्य आत्माओं को भी बाबा की ओर आकर्षित करेगा और सेवाएँ सहज-सरल हो जाएँगी। इसलिये सभी तपस्वी स्वयं को चारों सब्जेक्ट में सम्पन्न करते चलें।