

संतुष्टता सप्ताह

05.05.2013

1. स्वमान – मैं बाप समान संतुष्टमणि हूँ ।

- संतुष्टमणि का प्रकाश सारे विश्व में फैलता है। जहाँ संतुष्टता है, वहाँ सर्व शक्तियाँ स्वतः चली आती हैं। संतुष्ट आत्मा सर्व को और बाप को अति प्रिय लगती हैं। जरा सोचें, भगवान को पाकर भी यदि हम संतुष्ट नहीं हुए तो आखिर कब होंगे ?

2. योगाभ्यास –

(अ) बाबा से बातें करना कि बाबा, आपको पाकर हम पूरी तरह संतुष्ट हुए.... आप मिले तो हमें सारा संसार मिल गया....हम दिल से यह गीत गाते रहें कि तुम्हें पाकर हमने जहां पा लिया है, जमीन तो जमीन आसमान पा लिया है.... ।

(ब) बाबा के स्वरूप पर हम अपनी बुद्धि को लंबा समय एकाग्र करें परमधाम जाकर बाबा को टच करें और वापस अपने देह में प्रवेश करें.... बार-बार यह खेल/ड्रिल करें... ।

3. धारणा – संतुष्टता

- संतुष्टता में ही सच्चा सुख है। हम सेवाओं में भी संतुष्ट रहें और स्व-पुरुषार्थ में भी। संतुष्ट रहने से ही स्थिति एकाग्रचित्त होती है। मन कुछ पाने के लिए इधर-उधर भटकता नहीं।

4. चिन्तन –

- संतुष्टता क्या है ?
- इच्छा और आवश्यकता में क्या अंतर है ?
- असंतुष्टता कहाँ-कहाँ आती है ?
- सदा संतुष्ट कैसे रहें ?
- संतुष्टता के संबंध में बाबा के महावाक्य ।

5. तपस्वियों प्रति – प्रिय तपस्वियों! जो कुछ हमारे पास है, उसमें पूर्ण संतुष्ट रहकर निरंतर आगे बढ़ते रहें। यदि ऐसा करेंगे तो जीवन में संपूर्ण सुख रहेगा और शांति रहेगी। हमारे पास बहुत कुछ हो परंतु संतुष्टता ना हो तो जीवन में आनन्द नहीं आता। संतुष्टता के लिए अपनी इच्छाओं और कामनाओं को कम करते चलें और ईश्वरीय खजानों से स्वयं को भरपूर करें। जो कुछ हमने 84 जन्मों में खोया है, उसे पाकर ही आत्मा संपूर्ण संतुष्ट हो सकती है। इसलिए बाबा से सब कुछ स्वयं में भरते चलो। हमारी संपूर्ण संतुष्टता ही संपूर्णता को समीप लायेगी।

- ओम शांति -