'तेरा वर्ष'

फरिश्ता सप्ताह

14.07.2013

1. स्वमान – मैं ब्रह्मा बाप समान फरिश्ता हूँ।

2. **योगाभ्यास** –

अ. मैं ब्रह्मा बाप समान डबल लाइट फरिश्ता हूँ...देह का कोई भान नहीं...हड्डी-माँस का नाम नहीं...बस लाइट ही लाइट...मैं भी लाइट का शरीरधारी और दूसरे भी लाइट के शरीरधारी...जैसे अव्यक्त वतन नीचे ही आ गया हो...।

ब. सारे दिन में अनेक बार वतन में जाकर सम्पूर्ण ब्रह्मा बाबा को देखें...उनके पास बैठें...उनसे प्यार भरी रुहरिहान करें - `प्यारे बाबा ! आप अव्यक्त फरिश्ता कैसे बनें...? मुझे वैसा बनने के लिए क्या-क्या पुरुषार्थ करना होगा...?? ओ मीठे बाबा...ओ प्यारे बाबा...अब मैं भी शीघ्रातिशीघ्र आपके समान बन जाऊँ, बस दिल में यही एक तमन्ना है...।`

स. रोज सबेरे उठते ही अनुभव करें कि मैं फरिश्ता इस देह में ऊपर से आया हूँ...मैं इस देह में अवतरित फरिश्ता हूँ...मेरे अंग-अंग से प्योर वायब्रेशन्स फैल रहे हैं...और सारी सृष्टि को प्योर बना रहे हैं...।

द. अपने फरिश्ते स्वरुप के द्वारा वतन में जाकर स्वयं को बापदादा से सर्वशक्तियों की किरणों से चार्ज करें और फिर संसार के भिन्न-भिन्न स्थानों पर जाकर सकाश दें...।

3. धारणा – डबल लाइट स्थिति

- ब्रह्मा बाबा अपने सारे बोझ शिव बाबा को अर्पित कर हमेशा डबल लाइट रहते थे...जिन्हें ब्रह्मा बाप समान फरिश्ता बनना है, वे भी डबल लाइट रहना सीखें...।
- `जो मैं पन से मुक्त रह निमित्त और निर्माण बन करके कर्म करते हैं, वही डबल लाइट रहते हैं।`
- `जो स्वयं को इस पुरानी दुनिया में अवतरित अवतार और मेहमान समझते हैं, वही डबल लाइट रहते हैं।`- **शिवभगवानुवाच**

4. चिंतन –

यदि मैं ब्रह्मा बाप समान फरिश्ता हूँ तो -

मुझे कैसा होना चाहिए? इस आधार पर स्वयं का एक शब्द चित्र तैयार करें।

5. तपस्वियों प्रति – प्रिय तपस्वियों ! प्यारे बापदादा हमसे लंबे अरसे से हमारी सम्पन्नता व सम्पूर्णता के लिए डेट फिक्स करने की बात कहते आ रहे हैं। अब हम पर निर्भर करता है कि हम अपने लिये कौन सा डेट फिक्स करते हैं। बाबा ने कहा कि चलो सामूहिक रुप से कोई डेट भले ही फिक्स ना हो सके लेकिन व्यक्तिगत रुप से हरेक अपनी जिम्मेवारी तो ले ही सकता है। तो आपने अपने लिये कौन सी डेट फिक्स की है? यकीन मानिये, डेट फिक्स करते ही आपका पूरा जीवन द्रुतगति से परिवर्तन-पथ पर दौड़ पड़ेगा।