सम्पूर्णता वर्ष

सम्पूर्ण त्याग – 1

01-08-14

1. **स्वमान** – **मैं पद्मापद्म भाग्यवान हूँ।**

- सवेरे उठते ही संकल्प करें कि मेरे जैसा भाग्यवान संसार में और कोई नहीं...भगवान मुझ पर राजी हुआ है...वह अपना सर्वस्व मुझ पर न्यौछावर कर रहा है...मैं कितना खुशनसीब हूँ कि मुझे स्वयं भगवान गुडमॉर्निंग और गुडनाईट करते हैं...मेरे मात-पिता, बंधु, सखा, शिक्षक, सद्गुरु सबकुछ वही हैं...भगवान की पालना में पलने से बड़ा भाग्य और क्या हो सकता है...!!!

2. **योगाभ्यास** –

अ. मैं मास्टर ज्ञान सूर्य हूँ और ज्ञान सूर्य मेरी आँखों के सम्मुख हैं...उनकी रंग-बिरंगी किरणें मेरे ऊपर पड़ रही हैं...मैं उनकी किरणों को स्वयं में समाकर सारे विश्व में फैला रहा हूँ...।

ब. मैं आत्मा इस देह में अवतरित हुई हूँ...मैंने सृष्टि परिवर्तन के दिव्य कार्य के लिए अवतार लिया है इसलिये सृष्टि की कोई भी नेगेटिविटी मुझ पर प्रभाव नहीं डाल सकती...।

स. अशरीरी होने का अभ्यास – सारे दिन में बीच-बीच में अशरीरी होने का अभ्यास करें...बाबा ने इस अभ्यास पर हमारा विशेष अटेन्शन खिंचवाया है..इसलिये सभी को यह अभ्यास करना ही है।

3. **धारणा** – **त्याग**

- हमें अपनी वृत्ति में त्याग की भावना भरनी है। हमारे महान् लक्ष्य के मार्ग में जो भी बातें बाधक बनें, उनका हम तत्काल त्याग कर दें। कर्मेन्द्रियों के रसों का, इच्छाओं व कामनाओं का और व्यर्थ सुनने में रस लेने का त्याग कर सादगी भरा अलौकिक जीवन हमें अपनाना है।

4. **स्वचिंतन** – जहाँ त्याग का बल है, वहीं श्रेष्ठ तपस्या होती है और जहाँ त्याग और तपस्या है, वहीं सेवा भी सहज सफल हो पाती है। त्याग से चेहरे पर तेज आता है और तपस्या सभी समस्याओं को हल कर देती है। इसी से सेवाओं में निर्विघ्न रुप से सफलता भी मिलती है। इन तीनों का आपस में गहरा संबंध है। त्याग नहीं तो तपस्या नहीं, और तपस्या नहीं तो सेवा बहुत कठिन है। तो गहराई से स्वचिंतन करते हुए चेक करें कि मेरा जीवन त्याग और तपस्यामय है... ?

5. **तपस्वियों प्रति** – हे विश्व की श्रेष्ठ आत्माओं ! तुम्हें त्यागवृत्ति अपनाकर संसार में वैराग्य की लहर फैलानी है। तुम इस सृष्टि के आधारमूर्त्त हो। तुम्हारा वैराग्य अनेक आत्माओं को बंधनों से मुक्त करेगा। तुम्हारा त्याग अनेकों के भाग्य का निर्माण करेगा। इसलिये याद रखो कि राजयोग अर्थात् मेरा कुछ भी नहीं। राजयोग अर्थात् सम्पूर्ण बेगर बन जाना। जो अभी बेगर बनेंगे अर्थात् सम्पूर्ण त्यागी बनेंगे, वही भविष्य में विश्व के अधिकारी बनेंगे। इसलिये सम्पूर्ण त्यागी बनो।